ပြည့်စုံသောတပည့်တော်ဖြစ်စေခြင်း၌သင်ယူခြင်းဖြစ်စဉ်
LEARNING PROCESS IN INTEGRAL DISCIPLE MAKING IDMM

နေ့စွဲ- ၁၈/၁၉ (တစ်နာရီ)

ရည်မှန်းချက်များ- ဤသင်ခန်းစာကိုလုပ်ဆောင်ပြီးစီးသည့်နောက်တွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်သူများ (သင်တန်းသား/သူ) သည်

၁. ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေး နှင့် စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာအကြောင်းအရာများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိသောအဖွဲ့ထဲသို့ အဘယ်သို့ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းရမည်ကို နားလည်လာလိမ့်မည်။

၂. အဖွဲ့ နှင့် လူ့အသိုင်းအဝိုင်း၏ ခံစားချက် အပေါ် အခြေခံ ၍ ခေါင်းစဉ်များကို မည်သို့ ရွေးချယ်ရမည်ကို နားလည်နိုင်လိမ့်မည်။

ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူ

သရုပ်ဖေါ်ပြသခြင်း- လူနှစ်ယောက်တို့သည် စကားပြောနေကြသည်။

ပထမပုဂ္ဂိုလ်- ကျွန်တော်သည် ကျန်းမာရေးအကြောင်းအရာများကိုသင်ကြားရန် လေ့ကျင့်နေခဲ့တယ်။

ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်- ကျွန်တော်လည်းဘဲ၊ ဝိညာဉ်ရေးရာအကြောင်းအရာများကိုသင်ကြားရန် လေ့ကျင့်နေခဲ့တယ်။ ကျွန်တော်က ကျန်းမာရေးအကြောင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အများကြီးတော့မသိပါဘူး။ ကျွန်တော့်သားလည်း မကြာခဏ နေမကောင်းဖြစ်ပါသည်။

ပထမပုဂ္ဂိုလ်- အို....သင်၏သားအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ သင်နှင့်အတူသာ၍ စကားတွေထပ်ပြောနိုင်တာပေါ့။

ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်- ဒါကောင်းတာပေါ့။ ကျွန်တော့်၏လူ့အသိုင်းအဝိုင်း မှ အခြားသူများ၏သားသမီး တို့သည်လည်း ထိုပြဿနာမျိုးရှိကြသည်ကို ကျွန်တော်သိသည်။

ပထမပုဂ္ဂိုလ်- ဘုရားသခင်သည် ကျွန်တော်တို့အား နယ်ပယ်အားလုံး၌ကြီးထွားတိုးတက်စေရန် အလိုဆန္ဒရှိသည်။ ပိုမို၍ပြောကြပါစို့၊ အစီအစဉ်တစ်ခုပြုလုပ်ကြပါစို့။

-------SHO မေးခွန်းများ----------------

S= သင်ဘာကို**မြင်**သနည်း။

H= ဘာတွေ**ဖြစ်ပျက်**ခဲ့သနည်း။

O= ဤအရာသည် **ကျွန်တော်တို့**၏နေရာဒေသတွင် ဖြစ်ပျက်နေသလား။

I. **ပြန်လည်ဆန်းစစ်ကြည့်ရှုခြင်း-- ပြီးပြည့်စုံသောတပည့်တော်တစ်ဦးဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ (၅”)**
စုပေါင်းအဖွဲ့တွင် ဆွေးနွေးပါ။
ပြီးပြည့်စုံသောတပည့်တော်တစ်ဦးဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

သူ.....တစ်စုံတစ်ယောက်..........

၁. ဘုရားသခင်ကိုချစ်သောသူ၊ အခြားသူများကိုချစ်သောသူနှင့် သူနေထိုင်သောနေရာဒေသ၊ အလုပ်ခွင်နှင့် လွန်၍နေရာများတို့တွင် တပည့်တော်များဖြစ်လာစေသူကို ခေါ်သည်။

၂. ဘုရားသခင်ကိုနာခံပြီး အသက်တာ၏နယ်ပယ်အားလုံးတွင်-- ဝိညာဉ်ရေးရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ဉာဏ်ပညာပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးရာ--တပည့်တော်များဖြစ်လာစေသူကို ခေါ်သည် (လုကာ ၂း၅၂)။

၃. သူ၏လူ့အသိုင်းအဝိုင်း (ကျေးရွာ၊ အိမ်နီးနားချင်း၊ အလုပ်ခွင်) အတွက် ပုံသဏ္ဍာန်ပြောင်းလဲခြင်းကိုယူဆောင်ရန်၊ ဘုရားသခင်၏နိုင်ငံတော်ကျယ်ပြန့်စေရန် ဆက်ကပ်အပ်နှံထားသူနှင့်ပြန်လည်သင့်မြတ်ခြင်း၏သံတမန်တစ်ဦးဖြစ်စေသူကို ခေါ်သည်။

၄. သတင်းကောင်းကို နှုတ်၊ လုပ်ဆောင်ခြင်း (အကျင့်များ)နှင့် အံ့သြခြင်း (နိမိတ်လက္ခဏာများ)ဖြင့် ဝေငှသူကိုခေါ်သည်။

၅. အလေးထားခြင်း-- ကြီးထွားတိုးတက်ခြင်းဟူသည် ကြာလာလေလေ ကြီးထွားရန်နှင့် ပြောင်းလဲရန် (လုကာ ၂း၅၂ ကိုသတိရပါ) အနက်ရှိသည်။ ပြီးပြည့်စုံသောတပည့်တော်ဖြစ်စေခြင်းနှင့် ကြီးထွားတိုးတက်ခြင်းသည် ဘုရားသခင်ကိုနာခံရန် လေ့လာသင်ယူခြင်းနှင့် နိုင်ငံတော်ပုံသဏ္ဍာန်ပြောင်းလဲခြင်းဘက်သို့ပြောင်းလဲခြင်းအကြောင်းတို့ ဖြစ်ကြသည်။

II. ပြီးပြည့်စုံသောတပည့်တော်များလေ့ကျင့်ရန် လိုအပ်သောကျွမ်းကျင်မှုများ (၂၀”)

ကျွန်တော်တို့သည် ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် ကြီးထွားတိုးတက်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ကူညီပံ့ပိုးသူဖြစ်ရန် လိုအပ်သည်။

လွယ်ကူချောမောစေရန် ဘာကိုဆိုလိုသနည်း။

၁. လွယ်ကူချောမောစေရန်ဆိုသည်မှာ လွယ်လွယ်ကူကူလေ့လာနိုင်ရန်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို ခေါ်သည်။

၂. သင်တန်းမှူးတစ်ဦးသည် လွယ်လွယ်ကူကူလေ့လာသင်ယူနိုင်ရန်ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

က. <u>အဘယ်အရာသည် ကောင်းမွန်သောသင်တန်းမှူးတစ်ဦးဖြစ်စေသနည်း။</u>

အဖွဲ့ငယ်အဖြစ်သို့ခွဲပြီး ဆွေးနွေးပါ။ ထူးခြားသောလက္ခဏာများကို ရှာဖွေပါ။ လက်တွေ့အသုံးချသောလုပ်ဆောင်မှုများကိုလည်း ရှာဖွေပါ။

၁. လေ့လာသင်ယူသူများနှင့်အတူ တန်းတူရည်တူဖြစ်စေခြင်း၊

၂. မေးခွန်းများ မေးရန် နှင့် ဖြေရန် အချိန်ပေးခြင်း ၊

၃. သူတို့ကိုယ်သူတို့စဉ်းစားတတ်ရန် ကူညီခြင်း၊

၄. ပြဿနာများကိုဖြေရှင်းချက်များရှာဖွေသည့်ဖန်တီးသောလုပ်ငန်းစဉ်ကို အားပေးခြင်း၊

၅. သတင်းအချက်အလက်လိုက်လံရှာဖွေသူများတွင် နှိုးကြားတက်ကြွစေရန် လေ့လာသင်ယူသူများကို ကူညီခြင်း၊

၆. ပြဿနာများကိုဖြေရှင်းရန် သတင်းအချက်အလက်များကိုအသုံးပြုရန် လေ့လာသင်ယူသူများကို ကူညီခြင်း၊

၇. လေ့လာသင်ယူသူများအား မိမိကိုယ်ကိုမိမိတန်ဖိုးထားခြင်းကို ဖန်တီးပေးခြင်း၊
၈. ရေရှည်အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းကို ကြည့်ရှုခြင်း၊
၉. သိနားလည်ခြင်းထက်အသက်တာပြောင်းလဲမှုအပေါ်ကိုအာရုံစူးစိုက်ပေးခြင်း၊
၁၀. သိရှိပြီးသားဗဟုသုတ နှင့် အတွေ့အကြုံအပေါ် တည်ဆောက်ခြင်း ၊
၁၁. လူများအား တာဂန်ယူတတ်ဂုန် ကူညီပါ၊
၁၂. အလုပ်ကိုအတူတကွလုပ်ဆောင်ရန်လေ့လာသင်ယူသူများကို ကူညီပေးခြင်း၊
၁၃. လွတ်လွတ်လပ်လပ်ရှိစေပါ။
၁၄. ပျော်ရွှင်စေပါ၊
၁၅. အခြားသူများအတွက် ယုံကြည်စိတ်ချမှုပတ်ဂန်းကျင်၊ ပွင့်လင်းခြင်းနှင့်
    စိုးရိမ်ပူပန်မှု အခြေအနေကို တိုးတက်စေခြင်း၊
၁၆. ကျိုးကြောင်းဆီလျော်သော မေးခွန်းများကိုမေးမြန်းခြင်း၊
၁၇. လိုအပ်သကဲ့သို့ သတင်းအချက်အလက်ကိုပေးကမ်းခြင်း၊
၁၈. ဖြေရှင်းခြင်းမဟုတ်၊ ပြဿနာကိုတင်ပြခြင်း၊
၁၉. လက်တွေ့ကျသောပုံဥပမာများနှင့် အတွေ့အကြုံတို့ကို ပေးပါ၊
၂၀. ပြောဆိုခဲ့ပြီးသောအရာကို အကျဉ်းချုပ်ပေးခြင်း၊
၂၁. ကောင်းမွန်သောမေးခွန်းများကိုအဘယ်သို့မေးရန်နှင့် ကောင်းမွန်သောပုံဥပမာများကို
    အဘယ်သို့ပေးရန် သိရှိခြင်း၊
၂၂. အကဲဖြတ်ခြင်းတွင် လေ့လာသင်ယူသူများကို ပါဝင်စေခြင်း၊
၂၃. စီစဉ်မထားသောအနေအထားများတို့သည် လေ့လာသင်ယူသောအခွင့်အရေးများ
    ဖြစ်လာခြင်း၊

ခ. <u>ထိရောက်သောသင်တန်းမှူးတစ်ဦးဖြစ်လာရန်အတွက် မှတ်မိရန်အဓိကကျသောအချက်</u>
<u>တစ်ချို့မှာ အဘယ်နည်း။</u>

ပါဝင်သောလေ့လာသင်ယူမှု၏အဓိကကျသောအချက်များတို့ကို အတိုချုံးလျက်ပြန်လည် ဆန်းစစ်ကြည့်ရှုပါ။ အားလုံးမတ်တတ်ရပ်ပြီး အကျဉ်းချုပ်ပါ။ အချက်တစ်ခုချင်းစီကိုသရုပ်ပြရန် သရုပ်ဖော်ခြင်းကို လုပ်ဆောင်ပါ။

၁. **<u>Le= လေ့လာသင်ယူသူကိုဗဟိုထားခြင်း</u>**- လေ့လာသင်ယူသူအပေါ် အာရုံစူးစိုက်မှု ကို
   ပြသရန် လက်ကိုဆန့်၍ ရင်ဘတ်၌ ကပ်ထားပါ။
၂. **<u>P= ပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန်တင်ပြခြင်း</u>**- လက်များကိုမေးစေ့အောက်တွင်ထားပါ၊
   သင်သည်စဉ်းစားနေ သကဲ့သို့ကြည့်ရှုပါ။
၃. **<u>S= မိမိကိုယ်တိုင်ရှာဖွေခြင်း</u>**- လက်ကိုမြှောက်၍ ဖွင့်ဟပြောဆိုခြင်းတစ်ခုကဲ့သို့
   တစ်ဦးဦး၏ဦးနောက်မှအသစ်သောစိတ်ကူးထွက်လာသည်။ ၎င်းနောက် လက်ကိုဆန့်ပါ။
၄. **<u>A= ရှေ့ဘက်သို့လုပ်ဆောင်မှု</u>**- စက်ဝန်းတွင်လှည့်ပါ။ လက်မောင်းများအား အလျင်အမြန်
   ရွေ့ရှားပါ။
၅. **<u>S= ဝိညာဉ်တော်ဦးဆောင်မှု</u>**- ခေါင်းပေါ်၌လက်များသည် ဘုရားသခင်အားညွှန်ပြခဲ့သည်။
   ၎င်းနောက် ရှေ့တွင်လမ်းခရီးကိုဖန်တီးသည်။

ဂ. သင်၏အသက်တာလှုပ်ရှားမှုများတွင် အဘယ်နေရာကကျွန်ုပ် ကူညီပံ့ပိုးပေး နိုင်သနည်း။

၁. ရှာဖွေတွေ့ရှိသောအဖွဲ့များ/ တပည့်တော်များ
၂. လူ့အသိုင်းအဝိုင်းကြီးထွားတိုးတက်မှုစီမံကိန်းများ
၃. မိသားစု
၄. အိမ်နီးနားချင်းနေသူများ
၅. လုပ်ငန်းခွင်
၆. စသည်ဖြင့်

ကျွန်တော်တို့သည် အသက်တာနယ်ပယ်အသီးသီး၌ ကူညီပံ့ပိုး သူများဖြစ်နိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် နေရာတိုင်းတွင် ပြီးပြည့်စုံသောသင်တန်းဆရာများဖြစ်ကြသည်။

III. သင်တန်းဆရာ/သင်တန်းမှူးတစ်ဦးကဲ့သို့ ပြီးပြည့်စုံစေသောတွေးခေါ်မှုအယူအဆတစ်ခု ကြီးပွားဖွံ့ဖြိုးလာခြင်း၊

ကျွန်တော်တို့အားလုံးသည်ဘုရားသခင်ရည်ရွယ်ထားသော လူ တဦးအဖြစ်ကြီးထွားတိုးတက်လာစေရန် ကျွန်တော်တို့အားလုံးအတွက် ကွဲပြားခြားနားသောအရာများ လိုအပ်သည်ကို တွေ့မြင်နိုင်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ဤလိုအပ်မှုများကို ခြားနားသော နယ်ပယ် အသီးသီး၌ စုဝေးနိုင်သည်။

က. လူတိုင်း၏လိုအပ်ချက်များမှာ အဘယ်အရာနည်း။

ရှင်းလင်းဖေါ်ပြချက်- သင်၏လက်ကိုဆုပ်ကိုင်ထားပြီး နယ်ပယ်အသီးသီးကို စာရင်းပြုစုထားသကဲ့သို့ သင်၏လက်ချောင်းများကိုညွှန်ပြပါ။ သို့မဟုတ် စာရွက်ပေါ်တွင် လက်တစ်ဖက်ကိုရေးဆွဲပြီး အညွှန်းများ-- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ထိခိုက်လုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေးရာ ကိုဖြည့်စွက်ပါ။
သင်တန်းမှူးကရှင်းပြနေစဉ် ကောင်းမွန်သောရွေးချယ်မှုများကို ပြုလုပ်ပါ။

၁. **ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များ**= ကျွန်တော်တို့ကိုယ်ခန္ဓာ၏လိုအပ်ချက်များ
- အစားအစာ
- သင့်တင့်လျောက်ပတ်သောဆေးဝါး
- အကွယ်အကာ/ခိုလှုံမှု
- သန့်ရှင်းသောရေနှင့် လုံခြုံစိတ်ချမှု
- စသည်ဖြင့်........

၂. **စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များ**= ကျွန်တော်တို့၏ စိတ်လိုအပ်ချက်များ
- စဉ်းစားရန်၊ လေ့လာသင်ယူရန်နှင့် ပြဿနာများကိုဖြေရှင်းရန် ကျွန်တော်တို့၏ စွမ်းရည်များ၊
- စာသင်ကျောင်းတွင်ပညာရေး
- စာသင်ကျောင်းပြင်ပလေ့လာသင်ယူမှု

- ကျွန်တော်တို့၏အတွေ့အကြုံများနှင့် နေ့စဉ်အသက်တာရှိလူများတို့ထံမှ လေ့လာသင်ယူခြင်း၊

၃. **စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များ=** ကျွန်တော်တို့၏နှလုံးသားလိုအပ်ချက်= ခံစားချက်တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖြစ်သည်။

- ကျွန်တော်တို့အားလုံးသည် ကျွန်တော်တို့၏အသက်တာ၌ ချစ်ခြင်းမေတ္တာကိုတွေ့ကြုံခံစားရန်၊ မျှော်လင့်ခြင်း နှင့် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်ခြင်းကို တွေ့ကြုံရန် လိုအပ်သည်။
- ကျွန်တော်တို့သည် ဝမ်းနည်းသောအခါ သို့မဟုတ် ဒေါသထွက်သောအခါ ဤခံစားချက်တွေကို အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်ဖို့ ကျွန်ုပ်တို့လိုအပ်ပါတယ်။
- ကျွန်ုပ်တို့တစ်ဦးချင်း အနေနှင့် မည်သူ မည်ဂါ ဖြစ်ကြောင်း ကောင်းကောင်း ခံစားခြင်း
- မိမိကိုယ်ကိုအကောင်းမြင်ခြင်းရှိခြင်း(ဆက်သွယ်မှုများလေးခုတွင် ညီညီညွတ်ညွတ်စဉ်းစားပါ။)

၄. **လူမှုရေးရာလိုအပ်ချက်များ**= အခြားသူများနှင့်အတူဆက်နွယ်မှုများရှိစေရန် လိုအပ်ချက်

- ကျွန်တော်တို့သည် ချစ်ခြင်းနှင့်ကြင်နာခြင်းတို့ကို ပေးရန်နှင့် လက်ခံရန်လိုအပ် သည်။
- ကျွန်တော်တို့ကို ကူညီရန်နှင့် ဂရုစိုက်ရန် အခြားသူများကို ကျွန်တော်တို့လိုအပ်သည်။ ထို့အပြင် အခြားသူများကို ဂရုစိုက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ကူညီသည်။
- ဤအရာတွင် ကျွန်တော်တို့၏မိသားစုများ၊ မိတ်ဆွေများ၊ အိမ်နီးနားချင်းများ၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတို့နှင့် ဆက်ဆံရေးများပါဝင်သည်။

၅. **ကောင်းမွန်သောရွေးချယ်မှုများပြုလုပ်ရန်လိုအပ်မှု**

- တိရိစ္ဆာန်များကဲ့သို့မဟုတ်ဘဲ လူသတ္တဝါတို့တွင် သူတို့မလုပ်ဆောင်မီဂရုတစိုက်စဉ်းစားရန်၊ အနာဂါတ်တွင်အဘယ်သို့သူတို့နေထိုင်အသက်ရှင်သွားမည်ကို ရွေးချယ်မှုများပြုလုပ်ရန်၊ အစီအစဉ်ဆွဲရန်နှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် ကြီးမားသောစွမ်းရည်တစ်ခုရှိသည်။
- ဤအရာတွင် ရွေးချယ်မှုတစ်ခုပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုပြီးစီးအောင်ဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ဆောင်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

၆. **လက်ဖဝါးသည်အဘယ်အရာကိုကိုယ်စားပြုသည်ကို သင်မည်သို့ယူဆသနည်း။**

ဝိညာဉ်ရေးရာလိုအပ်မှုများ

- ၎င်းကိုအားလုံးအတူတကွဆုပ်ကိုင်ခြင်းသည် ဘုရားသခင်အတွက်ကျွန်တော်တို့၏လိုအပ်ချက်ဖြစ်ပြီး ဘုရားသခင်အား သိကျွမ်းခြင်း၌ တိုးပွားနေခြင်းတို့ဖြစ်သည် (ကျွန်တော်တို့၏အသက်တာ၌ ကျွန်တော်တို့၏ဝိညာဉ်ရေးရာလိုအပ်ချက်) ။
- ကြီးထွားတိုးတက်ခြင်း၏နယ်ပယ်တိုင်းကိုကျွန်တော်တို့၏ဂိညာဉ်ရေးရာအသက်တာ၌ ထိတွေ့သည်၊ ထိန်းချုပ်သည်။
- လက်ချောင်းများအားလုံးသည် လက်၏အစိတ်အပိုင်းအားလုံးဖြစ်ကြသကဲ့သို့ ပြည့်ဝသောလူတစ်ဦးဖြစ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့အသက်တာ၏နယ်ပယ်တိုင်းတို့သည် ဝိညာဉ်ရေးရာဖြစ်သည်။

ပြည့်စုံသောလက် "ဝိညာဉ်ရေးရာ" အညွှန်း

ခ. <u>တပည့်တော်များနှင့်သက်ဆိုင်သော ခေါင်းစဉ်များကို ကျွန်ုပ်တို့ အဘယ်ကဲ့သို့ ရှာဖွေမည်နည်း။</u>

၁. ဆုတောင်းပါ၊ ဝိညာဉ်တော်ဘုရား၏ဦးဆောင်မှုကိုခံယူပါ။

၂. လူ့အသိုင်းအဝိုင်းရှိ လိုအပ်ချက်များနှင့် ပြဿနာများကို စူးစမ်းလေ့လာပါ။ ကျွန်တော်တို့သည်လူ့အသိုင်းအဝိုင်းထဲ ဝင်ရောက်နေစဉ် လမ်းလျှောက် ဆုတောင်းခြင်း၊ လူတို့၏ပြောဆိုမှုများကိုနားထောင်ပါ၊ စူးစမ်းလေ့လာပါ။

၃. လူ့အသိုင်းအဝိုင်းခေါင်းဆောင်များသို့မဟုတ် အိမ်သူအိမ်သားအသင်းတော် ခေါင်းဆောင်များတို့သည် လိုအပ်မှုများကို ဖေါ်ထုတ်ပါ။

၄. တပည့်တော်များသည် သူတို့အသက်တာများ၏နယ်ပယ်အားလုံး၌ အဘယ်သို့ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို ကျွန်တော်တို့အားပြောပြသည်။

၅. လူမှုရေး နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြောင်း - သူတို့ရဲ့ခံစားရသောလိုအပ်ချက်များ ကိုပြောဆိုပါ။

၆. တပည့်တော်များက အကူအညီ တောင်းသည်။

၇. အမျိုးမျိုးသောအဖွဲ့များနှင့် စကားပြောရန်အရေးကြီးသည်။

- က. လိုအပ်ချက်များသည် အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး၊ လူငယ်၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် ကွဲပြားနိုင်သည်။
- ခ. လူမှုရေး နှင့် ကျွမ်းကျင်သောလုပ်ငန်းအပေါ် မူတည်၍ လိုအပ်ချက်များမှာ ကွဲပြားနိုင်သည်။

ဂ. ရုပ်ပိုင်းဆိုင်းရာ၊ လူမှုရေးရာ၊ စိတ်ထိခိုက်လုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ဝိညာဉ်ရေးရာ အရ လိုအပ်ချက်များ ကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည့် ရှာဖွေတွေ့ရှိသည့် အဖွဲ့အတွက် ခေါင်းစဉ်များမှာ အဘယ်နည်း။

၁. **လူမှုရေး နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာခေါင်းစဉ်များ-** လိုအပ်ချက်များအပေါ် အခြေခံသည် မှတ်စု- လိုအပ်သော ခံစားချက်များ- အမျိုးအစားများနှင့် အကြောင်းအရာများ (သင်တို့၏ယဉ်ကျေးမှု ကိုပြုပြင်ရန်လိုအပ်ကောင်း လိုအပ်လိမ့်မည်)

- က. ဆက်ဆံရေးပြဿနာများ
- ခ. အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ
- ဂ. လုပ်ငန်းခွင်
- ဃ. ကလေးသူငယ်ပညာရေး
- င. မှတ်ဆိုးမစောင့်ရှောက်ခြင်း
- စ. စွဲလမ်းခြင်း
- ဆ. စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကိုဖြည့်ဆည်းပေးရန် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၏လုပ်ရပ်များ၊ ဥပမာ- အထီးကျန်သူတစ်ဦးထံသို့သွားလည်ခြင်း

၂. **ရုပ်ပိုင်းဆိုင်းရာခေါင်းစဉ်များ-** ဒေသခံနှင့်ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာကျန်းမာရေးလိုအပ်ချက်များအပေါ်

အခြေခံခြင်း၊

ဥပမာများမှာ-

က. မျက်စိ

ခ. ဒဏ်ရာများ

ဂ. ငှက်ဖျားရောဂါ

ဃ. ပိုးကောင်များ၊ တီကောင်များ

င. ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များကိုဖြည့်ဆည်းရန် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၏လုပ်ရပ်များ

ဥပမာ- ဖျားနာသူတစ်ဦးဦးကိုကူညီခြင်း

၃. ဝိညာဉ်ရေးရာခေါင်းစဉ်များ-

က. ဘုရားသခင်၏ရည်မှန်းချက်နှင့်အကြံအစည်အား သူတို့နားလည်သဘောပေါက်မှုကို ရင့်ကျက်လာခြင်း

ခ. ဆုတောင်းခြင်း

ဂ. ဝိညာဉ်တော်၌ လျှောက်လှမ်းခြင်း

ဃ. ဝိညာဉ်ရေးရာဆုကျေးဇူးများ

င. ဝိညာဉ်ရေးရာချည်နှောင်ခြင်းများနှင့် နှိပ်စက်ညှင်းဆဲသည့်အနိုင်အထက်ပြုလုပ်ခြင်းများနှင့် စပ်ဆိုင်သူများကိုကူညီခြင်း- **IDMM အတွက် အလွန်အရေးကြီး**

စ. စသည်ဖြင့်..........

IV. အကျဉ်းချုပ်

က. သင်တန်းမှူး၏အခန်းကဏ္ဍသည် လေ့လာသင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်တွင် အာရုံခံစားလွယ်မှုရှိခြင်းနှင့် ဝိညာဉ်တော်ထိန်းချုပ်သောလမ်းညွှန်မှုရှိခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

ခ. ရှာဖွေတွေ့ရှိသောအဖွဲ့ မှလေ့လာသင်ယူသူများ၏ လိုအပ်ချက်များ အပေါ်အခြေခံ၍ ခေါင်းစဉ်များကိုရွေးချယ်သည်။

ဂ. <u>ရှာဖွေတွေ့ရှိသောအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီစဉ်ခြင်း</u>

၁. အပတ်စဉ်တိုင်း သမ္မာကျမ်းစာရှာဖွေလေ့လာခြင်းတစ်ခုကို ပြုလုပ်ပြီး လူမှုရေး နှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြောင်းအရာများကို ဆွေးနွေးစေပါ။

၂. ဝိညာဉ်ရေးရာအကြောင်းအရာများနှင့်အတူ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ/လူမှုရေးရာကိစ္စရပ်များအတွက် အခြားအစီအစဉ်များကို အလှည့်ကျလုပ်ပါ။

ရပ်တည်မှု- သင်တန်းမှူးသည် LePSAS သင်ကြားခြင်းနည်းစနစ်ကို စံနမူနာပြသည့်ကောင်းသောသင်တန်းမှူးတစ်ဦးဖြစ်သည်။

ကျွမ်းကျင်မှု- သင်တန်းသူ/သားများတို့သည် အဘယ်ကဲ့သို့ လွယ်ကူချောမောစေရန် လေ့လာသင်ယူခြင်းတွင် ပါဝင်လိမ့်မည်။

အကဲဖြတ်ခြင်း- သင်တန်းသူ၊သားတို့သည် လွယ်ကူချောမောစေရန် စွမ်းဆောင်နိုင်သလား၊ ပြည့်ဝစုံလင်သောပုဂ္ဂိုလ်အားဆက်နွယ်သည့်အကြောင်းအရာများကို ပေါင်းစပ်ဖွဲ့စည်းနိုင်သလား။

တန်ဆာပလာများ - အရွယ်အစားကြီးသောစက္ကူစာရွက်ချပ်များ၊ မှတ်သားရန်ဖောင်တိန်များ၊ တိပ်ပြား၊

- သက္ကာလပ်လိုအပ်မှုများ မှတ်စု

ဤသင်ခန်းစာကို IDMM TOT တွင် အသုံးပြုသည်။

သရုပ်ဖေါ်ပြသခြင်း- လူနှစ်ယောက်တို့သည် စကားပြောနေကြသည်။

ပထမပုဂ္ဂိုလ်- ကျွန်တော်သည် ကျန်းမာရေးအကြောင်းအရာများကိုသင်ကြားရန် လေ့ကျင့်နေခဲ့တယ်။

ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်- ကျွန်တော်လည်းဘဲ၊ ဝိညာဉ်ရေးရာအကြောင်းအရာများကိုသင်ကြားရန် လေ့ကျင့်နေခဲ့တယ်။ ကျွန်တော်က ကျန်းမာရေးအကြောင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အများကြီးတော့မသိပါဘူး။ ကျွန်တော့်သားလည်း မကြာခဏ နေမကောင်းဖြစ်ပါသည်။

ပထမပုဂ္ဂိုလ်- အို....သင်၏သားအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ သင်နှင့်အတူသာ၍ စကားတွေထပ်ပြောနိုင်တာပေါ့။

ဒုတိယပုဂ္ဂိုလ်- ဒါကောင်းတာပေါ့။ ကျွန်တော့်၏လူ့အသိုင်းအဝိုင်း မှ အခြားသူများ၏သားသမီး တို့သည်လည်း ထိုပြဿနာမျိုးရှိကြသည်ကို ကျွန်တော်သိသည်။

ပထမပုဂ္ဂိုလ်- ဘုရားသခင်သည် ကျွန်တော်တို့အား နယ်ပယ်အားလုံး၌ကြီးထွားတိုးတက်စေရန် အလိုဆန္ဒရှိသည်။ ပိုမို၍ပြောကြပါစို့၊ အစီအစဉ်တစ်ခုပြုလုပ်ကြပါစို့။

LePSAS သင်ကြားခြင်းချဉ်းကပ်မှု
LePSAS TEACHING APPROACH

LePSAS သည် အတိုကောက်ဝေါဟာရ တစ်ခုဖြစ်ပြီး၊ ကျွန်ုပ်တို့ကို ဆရာ/မ မဟုတ်ဘဲ လေ့လာသင်ယူသူအား အဓိကထားသော ပူးပေါင်းပါဝင်သော သင်ကြားမှု နည်းလမ်းသို့ဦးတည်စေသည်။ ရည်ရွယ်ချက်သည် ပေါ့ပေါ့ပါးပါးဟာသအတိုများ၊ ဟာသပြဇာတ်တိုများ သို့မဟုတ် ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင် သူများအားဖြင့် အဖြေမပေးဘဲ ပြဿနာတစ်ခုကိုတင်ပြသည့် လေ့လာသင်ယူခြင်းလုပ်ငန်း စဉ်တွင် ကျောင်းသားတို့ပါဝင်စေရန် ဖြစ်သည်။ ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူသည် ဆွေးနွေးခြင်းကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်သည်။ များသော အားဖြင့် စုပေါင်းအဖွဲ့သည် အဖွဲ့ငယ်များအဖြစ် ခွဲခြားပြီး မေးခွန်းများစွာအတွက် ဆွေးနွေးသည်။ ထို့နောက် တစ်ဖွဲ့စီသည် သူတို့တွေ့ရှိခဲ့သော (လေ့လာတွေ့ရှိချက်)ကိုပြန်လည် အစီရင်ခံသည်။

သင်တန်းမှူး (ခေါင်းဆောင်) သည် ကျောင်းသားများထံမှထွက်လာသောအချက်အလက် (ဗဟုသုတ) ကိုပေးရန်နှင့် သတင်းအချက်အလက်များကို ထုတ်ယူရန် ထိုနေရာတွင်ရှိသည်။ သူသည် လေ့လာသင်ယူခြင်းကို လွယ်ကူချောမောစေရန် ကူညီသူတစ်ဦးဖြစ်သည်။ သူသည် အလွန်နိုးကြားသောသရုပ်ပြပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦးဖြစ်သည်။ဤလေ့လာသင်ယူမှုပုံစံကို မြှင့်တင်ရန် ကျွန်တော်တို့အသုံးပြုသောနည်းစနစ်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်။

I. **<u>Le= လေ့လာသင်ယူသူကိုဗဟိုထားခြင်း</u>** ဆိုသည်မှာ ကျွန်တော်တို့သည်--

- လေ့လာသင်ယူသူများရှိနေသည့်အရပ်မှစတင်သည်။
- နှုတ်ဆက်ခြင်းများအတွက် အချိန်ယူသည်
- သူတို့၏စိတ်နှင့်ကိုယ်ခန္ဓာ သက်တောင့်သက်သာရှိမရှိ သိရှိရန် အချိန်ယူပါ။
- ဆရာက လေ့လာသင်ယူ၏<u>နာမည်</u>ကို သုံးသည် (မ. အေနာ က....... ပြောသည်)။
- ထိုင်ခုံများကို စက်ဝန်းပုံစံစီထားသည်။ သို့မသာ ပါဝင်သူများအားလုံး တစ်ဦးကိုတစ်ဦး တွေ့နိုင်သည်။ (မျက်လုံးချင်းဆက်သွယ်မှု)
- ဆရာအပါအဝင် ပါဝင်သူအားလုံးသည် ထိုင်သည်။ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး မျက်လုံးချင်းဆုံကြသည်။ (ဆရာသည် မမြင့်စေရ)
- ဆရာက လေ့လာသင်ယူသူ ပြောနေတာကို နားလည်အောင် သေချာစေရန် နှင့် စာသင်ခန်း တစ်ခုလုံး၏ကြားနာမှုသေချာစေရန် သင်ယူသူ၏ပြောဆိုချက်များကို ထပ်ခါပြောဆိုသည်။ (မ. အေနာ က.....ပြောဆိုသည်)
- အဖြေများကို စာရွက်ပေါ်တွင်ရေးမှတ်ထားသည်။ ထိုကြောင့် နောက်ပိုင်းတွင်သူတို့သည် မိတ္တူကူးယူနိုင်သည်။
- သင်တန်းမှူးတွင် စာရွက်ပေါ်တွင်အဖြေများကိုရေးမှတ်ပေးသော ကူညီသူတစ်ဦးရှိသည်။ ဤကဲ့သို့ အလုပ်ပြီးစီးစေ၍ သူသည် သင်ကြားမှုတွင်အပြည့်အဝပါဝင်နိုင်သည်။ သူသည် မတ်တတ်ရပ်နေခြင်း မရှိဘဲ အာရုံစူးစိုက်မှုသည် လေ့လာသင်ယူသူ၌ရှိစေသည်။ သင်တန်းမှူး၌မဟုတ်ပါ။
- အကယ်၍ဖြစ်နိုင်လျှင် လူတိုင်းသည် ဆွေးနွေးမှုတစ်ခုစီတိုင်း၌ တစ်စုံတစ်ခုကို ပါဝင်ကူညီသည်။
- အကယ်၍ မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် ပြဿနာများတို့ကိုသင်တန်းသားတို့ကယူဆောင်လာပါက သူတို့သည် နှစ်ဦး သို့မဟုတ် သုံးဦး သို့မဟုတ် အဖွဲ့ငယ်များတွင် "အချက်ပေးဥသြသံ" အတွက်

မကြာမကြာလေ့လာသင်ယူသူများအားပြန်၍ရည်ညွှန်းသည်။
- ဤအရာသည် သူတို့၏ကိုယ်ရေးကိုယ်တာထင်မြင်ယူဆချက်များကို စဉ်းစားရန်နှင့်ဝေငှရန် အားပေးတိုက်တွန်းသည်။

II. **P= ပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန်တင်ပြခြင်း**သည် သင်ကြားချိန်ကိုဖွင့်ရန်ပြဿနာတစ်ခုအားတင်ပြခြင်းနှင့် လူတို့သည်စဉ်းစားလာစေရန်နှင့် စကားပြောဆိုလာစေရန်ကိုရရှိစေရန်လိုအပ်သည်။
- ဤအရာသည် သင်ခန်းစာတိုင်းအတွက် တစ်ခုတည်းသော၊ တိကျသော၊ ဖြေရှင်းနိုင်သောပြဿနာကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းကိုယ်စားပြုသော ပုံဝတ္ထု၊ ဟာသပြဇာတ်တို သို့မဟုတ် ပေါ့ပါးသောဟာသတို တစ်ပုဒ်ကိုအသုံးပြုခြင်းဖြင့် ပြီးစီးသည်။
- ၎င်းသည် ရိုးစင်းသော၊ ရှင်းလင်းသော၊ တက်ကြွသောနည်းလမ်းတွင် တစ်ခုတည်းဖြစ်သောပြဿနာ တစ်ခုကို တင်ပြသည် သို့မဟုတ် ဖော်ပြသည်။
- ထိုတင်ပြချက်သည် စဉ်းစားတွေးတောခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်အတွက် ပွဲဦးထွက်လုပ်ရှားမှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဆွေးနွေးခြင်းသို့ ပို့ဆောင်ပေးသည်။

<u>ကောင်းမွန်သောပွဲဦးထွက်လှုပ်ရှားသူတစ်ဦးသည် အောက်ပါအရာတို့ကိုလုပ်ဆောင်သည်။</u>
- ၎င်းသည် ပြဿနာတစ်ခုကိုတင်ပြသည်။
- ၎င်းသည် လူတစ်ဦး၏ပြဿနာကိုသိနားလည်ခြင်းကိုဖွင့်ပြသည် သို့မဟုတ် ထက်စေသည်။
- ၎င်းသည် စဉ်းစားတွေးတောခြင်းလုပ်ဆောင်ချက်ကို လှုံ့ဆော်သည်။

<u>ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူတစ်ဦးကို အဘယ်ကြောင့်အသုံးပြုသနည်း။</u>
- ကျွန်တော်တို့သည် ၎င်းကို ဆွေးနွေးခြင်းအတွက်လမ်းညွှန်မှုတစ်ခုအနေဖြင့် အသုံးပြုသည်။
- ၎င်းသည် တစ်စုံတစ်ဦး၏အာရုံစူးစိုက်မှုကို ရရှိစေသည်။
- ၎င်းသည် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့တွင် စဉ်းစားတွေးတောခြင်းကို လှုံ့ဆော်သည်။
- ၎င်းသည် စစ်မှန်သောပုံရိပ်တစ်ခုကိုဖန်တီးရန် ကူညီသည်။
- ၎င်းသည် ပြဿနာတစ်ခုပေါ် အာရုံစူးစိုက်ရန် သူညီသည်။
- ၎င်းသည် ပြဿနာ၏အကြောင်းရင်းကို ပိုင်းခြားစိတ်ဖြာရန်ကူညီသည်။

<u>အဘယ်အရာများက ကောင်းမွန်သောပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူတစ်ဦးဖြစ်စေသနည်း။</u>
- ၎င်းသည် တိုတောင်းသည်၊ ရှင်းလင်းသည်၊ ရိုးစင်းသည်။
- ၎င်းသည် တစ်ချိန်တွင်ပြဿနာတစ်ခုကို တင်ပြသည်။
- ၎င်းသည် ပေးထားသောလူ့အသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုတွင် စစ်မှန်သောအသက်တာအခြေအနေ တစ်ခုကို ပြသသည်။
- ၎င်းသည် အဖွဲ့ဝင်များ၏အတွေ့အကြုံနှင့်အသိတရားပေါ် တည်ဆောက်ထားသောဆွေးနွေး ခြင်းကိုလှုံ့ဆော်သည်။
- ၎င်းသည် ယဉ်ကျေးမှုအား မှန်ကန်စေသင့်သည်။
- ၎င်းသည် အမှန်လိုအပ်မှုတစ်ခုကိုဖွင့်ပြခြင်းအားဖြင့် ဆောင်ရွက်ရာအတွက် ခေါ်သည်။
- ၎င်းသည် ဖြေရှင်းချက်ကိုမပေးသင့်ပါ။
- ၎င်းသည်လူများကိုပါဝင်လာစေသည်။

- ၎င်းသည် ဖြေရှင်းနိုင်သောပြဿနာတစ်ခုဖြစ်သင့်သည်။
- ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူတစ်ဦးကိုတင်ပြပြီးနောက် ဆွေးနွေးမှုကို <u>အထူးမေးခွန်းခြောက်ခုဖြင့်</u> အားပေးလှုံ့ဆော်သည်။
  ၁. အဘယ်အရာများကို သို့မဟုတ် လူများ တွေ့မြင်ခဲ့သနည်း။ (ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူတွင်)
  ၂. ဘာဖြစ်ပျက်ခဲ့သနည်း။ (တင်ပြထားသောအထူးပြဿနာကား အဘယ်နည်း)
  ၃. ဤဖြစ်ပျက်မှုသည် ကျွန်တော်တို့၏နေရာဒေသတွင် ဖြစ်ပျက်နေသလား။
  ၄. ၎င်းသည် အဘယ်ကြောင့်ဖြစ်ပျက်သနည်း။
  ၅. ကျွန်တော်တို့သည် ၎င်းအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဘာလုပ်နိုင်သနည်း။
  ၆. သင်သည် ၎င်းအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဘာလုပ်မည်နည်း။ (ဤမေးခွန်းသည် ရွေးချယ်ခွင့်ရှိသော်လည်း၊ သီးခြား ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။)
- ဤမေးခွန်းငါးခု၏ကူညီမှုနှင့်အတူ ပွဲဦးထွက်လုပ်ဆောင်သူသည် ကျွန်တော်တို့အား ပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန်လမ်းကြောင်းကို <u>ပြသ</u>ခဲ့သည်။ မေးခွန်းအားလုံးအား အချိန်တိုင်းတွင်မမေးပါ။

III. **S= မိမိကိုယ်တိုင်ရှာဖွေခြင်း**သည် ကောင်းမွန်သောလေ့လာသင်ယူမှုအား မရှိမဖြစ်လိုအပ်စေသည်။
- ဆရာနှင့်အခြားလေ့လာသင်ယူသူများက သူ/သူမ အလေးအနက် ထားသည့်အခါ လေ့လာသင်ယူသူသည် မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးရှိကြောင်း တွေ့ရှိသည်။
- စကားလက်ဆုံပြောခြင်းအားဖြင့် (စကားစမြည်ပြောဆိုခြင်း သို့မဟုတ် ကြံဆ၍ကောက်ချက်ဆွဲခြင်းနည်းလမ်း) လေ့လာသင်ယူသူသည် သူမ/သူ၏ကိုယ်ရေးကိုယ်တာစဉ်းစားတွေးတောစဉ်အတွင်း ပြဿနာအဖြေ၏ကောင်းသောအပိုင်းတစ်ခုကို ရှာတွေ့သည်။
- ကောင်းသောသင်ခန်းစာတစ်ခုသည် "ဟော" "ကျွန်တော်တွေ့ပြီ"ဟူသော အာမေဋိတ်အသံဖြင့်ပြောဆိုသော လေ့လာသင်ယူသူကို ဦးဆောင်လိမ့်မည်။
- လူတိုင်းတွင်ဗဟုသုတရှိကြသည်။ ထို့ကြောင့်ကျွန်တော်တို့သည် သူတို့သိရှိပြီးသော အရာများကို တည်ဆောက် လိုကြသည်။
- အလိုဆန္ဒရှိသော ဗဟုသုတ အများစုသည် အဖွဲ့ထဲမှဖြစ်ပြီး၊ များသောအားဖြင့် ခြားနားသော တစ်ဦးတစ်ယောက်ထံမှ အစဉ်အမြဲလာသည်။ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မှ အဖြေအားလုံးမရှိပါ။
- သင်တန်းမှူး၏ မေးခွန်းအား ပြန်လည် ပြင်ဆင်ခြင်း သို့မဟုတ် အဖွဲ့၏ ထင်မြင်ချက် ကို မေးမြန်းခြင်းအားဖြင့်မမှန်ကန်သောအဖြေများကို ပိုမိုလက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိသည်။ပုံမှန်အဖြေများသည် ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်အတိုင်းအဖွဲ့ကိုယ်နှိုက်မှလာလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် သင်တန်းမှူးသည် မဟုတ်/မရှိဟု အမိပွါယ်ဆောင်သော အဖြေများ သို့မဟုတ် မှားယွင်းသောအဖြေများကို အစဉ်အမြဲ မှန်ကန်အောင်ပြုလုပ်ရန် မရှိပေ။

IV. **A=ရှေ့ဆက်သို့လုပ်ဆောင်မှု**- လုပ်ဆောင်မှုမရှိဘဲ လေ့လာသင်ယူခြင်းသည် "ဦးခေါင်းအသိ"သာ ရှိသော ဗဟုသုတဖြစ်သည်။
- ကောင်းမွန်သောသင်ကြားခြင်းသည် လူတို့အား တစ်စုံတစ်ခုခုကို<u>လုပ်ဆောင်</u>ရန်အတွက် လေ့လာသင်ယူရန်ကူညီသည်။

- ထို "တစ်စုံတစ်ခု" သည် သင်ခန်းစာတွင်တင်ပြထားခဲ့သည့်တိကျသောပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန်ဖြစ်သည်။
- သင်ခန်းစာသည် လေ့လာသင်ယူသူများကထိုဖြေရှင်းချက်တွင် လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် အစီအစဉ်များရေးဆွဲသည်ထိတိုင်အောင် ပြီးပြည့်စုံမှုမရှိပါ။
  (မည်သူနည်း၊ ဘယ်နေရာနည်း၊ ဘယ်အချိန်နည်း၊ မည်သို့နည်း။)

V. **S=ဝိညာဉ်တော်ဦးဆောင်မှု-** သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်၏လမ်းပြမှုမရှိပါက ကျွန်တော်တို့သည် လူနှင့်စပ်ဆိုင်သည့်အရာကိုသာအဓိကပြုသည့်အယူဝါဒနှင့်ဆိုင်သောသွန်သင်မှုထဲသို့ ကျရောက်နိုင်သည်။

- ဝိညာဉ်ရေးရာသင်ကြားမှုအားလုံးသည် သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ဘုရား၏စွမ်းဆောင်နိုင်ခြင်းအားဖြင့်သာ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်။
- ကျွန်တော်တို့သည် ဘုရားသခင်၏ထာဝရသမ္မာတရားကို သွန်သင်ရန်ရှာဖွေနေသည်။ သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်ဘုရားသည် ဘုရားသခင်၏နှုတ်ကပတ်တော်ကို ရေးသားသူနှင့်အနက်ဖွင့်ပြသူ ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့သည် သူ့အပေါ်တွင်မှီခိုအားကိုးသကဲ့သို့ အခွင့်အာဏာ၊ ရှင်းလင်းခြင်းနှင့်အတူ ဘုရားသခင်၏သမ္မာတရားကိုဆက်သွယ်စေရန် ကျွန်တော်တို့အားစွမ်းဆောင်နိုင်သည်။
- သန့်ရှင်းသောဝိညာဉ်တော်သည် အသက်တာများကို ပြောင်းလဲစေသည်။ သူသာလျှင် အပြုအမူ(အပြင်)၏ မြဲသောပြောင်းလဲမှုကို ဖြစ်ထွန်းစေသော စိတ်နှလုံး (အတွင်း) ပြောင်းလဲမှုကို ထုတ်လုပ်နိုင်သည်။

သင်တန်းမှူး၏အခန်းကဏ္ဍသည် လေ့လာသင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်တွင် အာရုံခံစားလွယ်မှုရှိခြင်းနှင့် ဝိညာဉ်တော်ထိန်းချုပ်သောလမ်းညွှန်မှုရှိခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ အဖြေများအားလုံးသည်မမှန်ကန်မှီကတည်းက သူသည် လူတို့၏ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတန်ဖိုးရှိမှုကို ထိခိုက်နစ်နာစေခြင်းမရှိဘဲ ချစ်ခင်နစ်လိုဖွယ်ကောင်းစွာနှင့် စိတ်ရှည်သည်းခံစွာဖြင့် အမှားများကိုပြင်ဆင်နိုင်သည်။

လိုအပ်ချက်များ- အမျိုးအစားများနှင့် အကြောင်းအရာများ

FELT NEEDS – CATEGORIES AND TOPICS

(ရှာဖွေတွေ့ရှိသောအဖွဲ့တွင်အသုံးပြုနိုင်သောအကြံပြုထားသောသမ္မာကျမ်းချက်များသည် တောင်းဆိုမှုအပေါ် ရရှိနိုင်သည်။

ယောကျာ်းများ

၁. ယောကျာ်းပီသခြင်း၊
၂. တာဝန်ကျေမှု၊ တာဝန်ခံမှု၊
၃. တပည့်တော်ဖြစ်စေခြင်း၊
၄. အပြုအမူကိုက်ညီစေခြင်း၊
၅. ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ခြင်းဆိုင်ရာ စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း၊
၆. အမျိုးသားများရင်ဆိုင်နေရသော ပြဿနာများ

ဈေးကွက်

၁. အလုပ်မှာ ဆက်ဆံရေး
၂. စိတ်ဖိစီးမှုများလွန်းခြင်း
၃. စီးပွားရေးကျင့်ဝတ်
၄. မှန်ကန်သောအလုပ်ကိုရှာဖွေခြင်း
၅. ငြီးငွေ့ခြင်း၊ မောပန်းခြင်း
၆. စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်ကြီးများ

မိန်းမများ

၁. စစ်မှန်သောလှပခြင်း
၂. အသက်တာသည် ပါတီပွဲတစ်ခုမဟုတ်သောအခါ
၃. ဘုရားကိုကြည်ညိုကိုင်းရှိုင်းသောမိန်းမတစ်ဦးဖြစ်စေခြင်း
၄. ပြောင်းလဲခြင်းနှင့်အတူ ခန့်ခွဲနေခြင်း
၅. သင်၏ပိုင်ဆိုင်မှုကိုဆုပ်ကိုင်ထားခြင်း
၆. အမျိုးသမီးများရင်ဆိုင်နေရသော ပြဿနာများ

အထူးလိုအပ်ချက်များ

၁. ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတန်ဖိုးထားရှိခြင်း
၂. ငွေရေးကြေးရေးဖိစီးမှု
၃. နာကျင်မှုနှင့်အသက်ရှင်ခြင်း
၄. စောင့်ရှောက်ပေးသူများ
၅. အကြံပေးလူကြီးမရှိခြင်း/ ကလေးများသွားခဲ့သောအခါ
၆. အသက်ကြီးလာခြင်း

လူလွတ်များ

၁. ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် အထီးကျန်မှု
၂. ဖိနှိပ်ခြင်း
၃. ပြည့်စုံသောသူတစ်ဦးဖြစ်စေခြင်း
၄. အဖော်တစ်ဦးကို မည်သို့ရှာမည်နည်း
၅. ဖိုမလက္ခဏာ
၆. တကိုယ်ရေဘဝ ပြဿနာများ

ပြန်လည်ကျန်းမာလာခြင်း

၁. ကျန်းမာရေးအလေ့အထများ
၂. ပျက်ဆီးနေသောဆက်ဆံရေး ကုသခြင်း
၃. ကွာရှင်းပြီးနောက်ပြန်ပေါင်းသင်းခြင်း
၄. ဝမ်းနည်းပူဆွေးခြင်းနှင့် ဆုံးရှုံးခြင်း
၅. မတရားကျင့်ခြင်း
၆. ခြေလှမ်း ၁၂

လက်ထပ်ခြင်း

၁. နေအိမ်တွင်မှာနေခြင်း
၂. အလုပ်နှင့်အိမ်ကို ညီမျှစေခြင်း
၃. ဆက်သွယ်ရေးသဘောထားကွဲလွဲခြင်း
၄. ရင်းရင်းနှီးနှီးပေါင်းသင်းခြင်း
၅. ဝိညာဉ်ရေးရာလူလွတ်

၆. ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျခြင်း

<u>ကလေးများကိုထိန်းသိမ်းနိုင်စွမ်း</u>

၁. ထိုအရာကိုဘယ်လိုပြီးစီးသနည်း။
၂. မိသားစုအချိန်
၃. သန်မာသောကလေးများ
၄. အရွယ်ရောက်လာသူများ
၅. စိန်ခေါ်မှုများ/ အထူးလိုအပ်ချက်များ
၆. နာကျင်ခြင်း၌မိဘများ

<u>လူပျိုလူရွယ်များ။</u>

၁. ကျွန်ုပ်၏စစ်မှန်သောဂုဏ်လက္ခဏာကိုရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်း
၂. မိတ်ဆွေများရှာခြင်းနှင့် လိုက်ဖက်ခြင်း
၃. ကျွန်တော်ဘာကို ယုံကြည်သနည်း။
၄. အသက်တာမှအသက်ဆက်ရှင်သန်ခြင်း
၅. ကျွန်တော်မိဘများနှင့်ပေါင်းသင်းခြင်း
၆. လူပျိုလူရွယ်များအတွက် အလေးအနက်ထားသောအကြောင်းများ

သမ္မာကျမ်းစာကိုးကားချက်
ပြည့်ဝစုံလင်သောလိုအပ်မှုများအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာသင်ယူခြင်းနှင့်လွယ်ကူချောမောစေခြင်း
(သင်တန်းမှူးကိုးကားချက်အတွက်သာ- မှတ်စုအတွက်မဟုတ်ပါ)

ရှင်လုကာ ၂း၅၂
၅၂ ယေရှုသည်လည်း အစဉ်အတိုင်းကြီး၍ ပညာတိုးပွားလျက်၊ ဘုရားသခင်ရှေ့၊ လူတို့ရှေ့မှာ မျက်နှာရတော်မူ၏။