လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး

Student Wellbeing Hub

မိဘများ နှင့် မိသားစုများ အတွက် လမ်းညွှန်မှု တစ်ခု

မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် သင်သည် သင်၏ ကလေးကို သူတို့၏ ကျောင်းနှင့် သူတို့၏ ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် ကောင်းမွန်သည့် အတွေ့အကြုံများကို ရရှိစေချင်ပါသည်။ သင်သည် သားသမီးများအား ကောင်းမွန်သည့် ဆက်ဆံရေးများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေချင်ပါသည်။ အားပေးကူညီမှု ရရှိသည်ဟု ခံစားစေချင်သည်။ သင်ယူနိုင်ရန် နှင့် ထူထောင်နိုင်ရန် အခွင့်အရေးအားလုံးကို လက်လှမ်းမီ ရရှိစေချင်သည်။ သင်သည် ၎င်းတို့အား ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် လေးစားတတ်စေချင်သည်။ ၎င်းတို့က အခြားသူများကိုလည်း လေးစားစေချင်သလို အခြားသူများကလည်း ၎င်းတို့ကို လေးစားစေချင်သည်။

ကလေးများနှင့် လူငယ်များကို လေးစားမှုအကြောင်းနှင့် လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများအကြောင်း သင်ကြားရာတွင် ကျောင်းနှင့် ပူးပေါင်းပြီး မိဘများက အဓိကကျသည့် အခန်းကဏ္ဍတွင် ရှိနေသည်။ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးသည် မိသားစုများကို ၎င်းတို့၏ သားသမီးများအား ၎င်းတို့အသက်ကြီးလာပြီး လူကြီးများ ဖြစ်လာသည်နှင့်အမျှ အခြားသူများနှင့် အပြုသဘောဆောင်သော အပြန်အလှန်ဆက်ဆံမှုများ ဖြစ်လာစေရန်၊ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် အားပေးကူညီပါသည်။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး ဟူသည်မှာ အဘယ်နည်း။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏အသိုက်အဝန်းများတွင် လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်ပြီး ထိန်းသိမ်းထားဖို့အတွက် ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန် ကျောင်းသားများကို အားပေးကူညီသည့် ကျောင်းအခြေပြု အစီအစဉ်တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးကို သင်ကြားပေးသည့် ကျောင်းများသည် ၎င်းတို့၏ ကျောင်းအသိုက်အဝန်းတွင် လူတိုင်းသည် လေးစားခံပိုင်ခွင့်၊ တန်ဖိုးထားခံပိုင်ခွင့်၊ ညီတူညီမျှ ဆက်ဆံခံပိုင်ခွင့် ရှိသည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

ကျောင်းသင်ရိုးတွင် ပါဝင် သည့် လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးသည် Australian Curriculum ၏ အတန်းအားလုံးတွင် ပါဝင်ပါသည်။ ပုံစံနည်းလမ်း အမျိုးမျိုးဖြင့် သင်ယူရနိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့တွင် –

- သင့်ကလေး၏ မူလတန်း စာသင်ခန်းတွင်
- မူလတန်း နှင့် အထက်တန်း နှစ်ခုစလုံးရှိ ကျန်းမာရေးနှင့် ကာယပညာရေးတွင်
- အထက်တန်းရှိ လမ်းပြကူညီမှု သင်ခန်းစာများတွင်
- အထူးနေ့များနှင့် ကျောင်းသားဦးဆောင်သော လှုပ်ရှားမှုများတွင် သင်ယူရနိုင်ပါသည်။

MirageC / Getty Images

Education Services Australia

© 2019 Commonwealth of Australia or Education Services Australia Ltd, unless otherwise indicated. Creative Commons BY 4.0, unless otherwise indicated. Student Wellbeing Hub is funded by the Australian Government Department of Education.

CC BY

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး မှ ကျောင်းသားများက မည်သည်တို့ကို လေ့လာ သင်ယူမည်နည်း။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးသည် ကျယ်ပြန့်သည့် လူမှုအခြေအနေများရှိ ပုဂ္ဂိုလ်အသီးသီးနှင့် အပြုသဘောဆောင်စွာ၊ လေးစားစွာ ဆက်ဆံရန် ကျောင်းသားများ လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် နားလည်မှုကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေပါသည်။

ပုံမှန် အကြောင်းအရာများ

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးကို ပြည်နယ် နှင့် ဒေသတစ်ခုချင်းစီတွင် သင်ကြားပုံ ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ပုံမှန်ခေါင်းစဉ်များတွင် ပါဝင်သည်တို့မှာ –

- တစ်ကိုယ်ရေ လုံခြုံမှု
- ရင်ဆိုင်နိုင်မှု စွမ်းရည်များ
- မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်း နှင့် ပဋိပက္ခ ဖြေရှင်းခြင်း
- စိတ်ခံစားမှုကို စီမံထိန်းချုပ်ခြင်း
- ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဖွံ့ဖြိုးစေခြင်း

နားလည်မှုများ နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး၏ အစိတ်အပိုင်းအဖြစ် ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့၏ ဆက်ဆံရေးများအားလုံးကို အပြန်အလှန်နားလည်မှု နှင့် တန်းတူညီမျှမှု၊ ၎င်းတို့၏ ခံစားမှုများကို ထိမ်းချုပ်စီမံပုံ၊ ၎င်းတို့ စိတ်ပျက်အားငယ်ချိန်တွင် အကူအညီနှင့်အားပေးမှုများ တောင်းခံနိုင်သည့် နည်းလမ်းများအပေါ် အခြေခံရန် အရေးကြီးကြောင်းကို သင်ယူကြသည်။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးသည် ယောကျ်ားလေးများရော မိန်းကလေးများအတွက်ပါ အနိုင်ကျင့်ခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်ခြင်းတို့၏ အကြောင်းရင်းများကိုလည်း စူးစမ်းရှာဖွေပေးပါသည်။ ကျားမလိင် ပုံသေကားကျပုံစံများပေါ်တွင် မကောင်းမြင်ခြင်းနှင့် ကျားမတန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းတို့သည် တစ်ဦးပေါ်တစ်ဦး ကျွန်ုပ်တို့ ရှုမြင်ပုံ နှင့် ဆက်ဆံပုံတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုများရှိသည်ကို ကျောင်းသားများ သိမြင်လာစေရန် ကူညီပေးပါသည်။

Education Services Australia

© 2019 Commonwealth of Australia or Education Services Australia Ltd, unless otherwise indicated. Creative Commons BY 4.0, unless otherwise indicated. Student Wellbeing Hub is funded by the Australian Government Department of Education.

CC BY

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးကို မိဘများနှင့် မိသားစုများက မည်သို့ အားပေး ကူညီ နိုင်မည်နည်း။

ဤအလုပ်ကို စာသင်ကျောင်းများချည်း မလုပ်နိုင်ပါ။ မိဘများသည် သားသမီးများနှင့် လူငယ်များကို လေးစားမှုနှင့် လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများအကြောင်း သင်ကြားပေးရာတွင် ပထမဆုံးနှင့် အရေးပါဆုံး အခန်းကဏ္ဍတွင် ရှိပါသည်။ အပြုသဘောဆောင်သော အပြုအမူများကို အိမ်တွင် ပုံစံချပေးခြင်းအားဖြင့် သင့်ကလေး၏ စာသင်ကျောင်း သင်ကြားမှုများကို သင် အားဖြည့်ပေးနိုင်ပါသည်။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး နှင့် ကျားမလိင်

ယောကျ်ားလေးများရော မိန်းကလေးများပါ အနိုင်ကျင့်ခံရခြင်းနှင့် အခြားသော အကြမ်းဖက်မှုပုံစံများ ကျူးလွန်ခံရနိုင်သည့် အန္တရာယ်ရှိသည်ကို သတိပြုမိရန် အရေးကြီးပါသည်။ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆက်ဆံရေးများအားလုံးကို ပို၍ ကောင်းမွန်လာအောင် လုပ်ဆောင်ခြင်းပင် ဖြစ်သည်။ သို့သော် လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးသည် ကျားမတန်းတူညီမျှမှု ပြဿနာ နှင့် အကြမ်းဖက်မှုအပေါ် သဘောထားများ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ကိုင်တွယ်ခြင်းလည်း ဖြစ်သည်။

မိန်းကလေးနှင့် အမျိုးသမီးများအပေါ် မရိုမသေဆက်ဆံသည့် အပြုအမူများသည် လက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိသည်ဟု ယောကျ်ားလေး နှင့် မိန်းကလေးများသည် ငယ်ရွယ်သည့်အချိန်မှစ၍ စတင် ယုံကြည်တတ်ကြသည်။ တချို့လူကြီးများက ယောကျ်ားကလေးများနှင့် မိန်းကလေးများအပေါ် ခွဲခြားပြောဆိုတတ်ကြသည်ကို ကလေးများက ကြားရပြီးနောက် အမျိုးသမီးများကို ယောကျ်ားလေးများနှင့် အမျိုးသားများက မရိုမသေဆက်ဆံခြင်းသည် မှန်ကန်သည်ဟု ယင်းစကားများမှတဆင့် မှတ်ယူနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ခါတရံ သတိမပြုမိဘဲ ပြောဆို ဆောင်ရွက်တတ်ကြပြီး ယင်းတို့မှတဆင့် ကလေးငယ်များက လေးစားမှုမရှိသည့် အပြုအမူများကို လူကြီးတွေလုပ်သလို လုပ်လို့ရသည်ဟု ထင်မှတ်ကြသည် သို့မဟုတ် ပုံမှန်အနေအထားတစ်ခုအဖြစ်ပင် ယူဆကြသည်။

ကြမ်းတမ်းသည့် သို့မဟုတ် ရန်မူသည့် အပြုအမူသည် 'ဒါက ယောကျ်ားလေးမို့ လုပ်ကြတာလေ' ဟု ယောကျ်ားလေးများကို ကျွန်ုပ်တို့က သင်ပေးလျှင် ၎င်းတို့သည် အခြားယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများကိုလည်း ယင်းကဲ့သို့ပင် ပြုမူကြပါလိမ့်မည်။ ယောကျ်ားလေးများသည် စိတ်ဝင်စားမှု သို့မဟုတ် ချစ်ခင်မှု 'အဲဒါ မင်းကို ကြိုက်လို့' ဆိုသည်ကို ပြသသည့် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် ရန်မူသည့်အပြုအမူကို ပြုလုပ်ကြသည်ဟု မိန်းကလေးများကို အခြားသူများက ပြောထားကောင်း ပြောထားနိုင်သည်။ မလေးမစားဆက်ဆံခြင်းသည် ပုံမှန်ဆက်ဆံရေးတစ်ခုဖြစ်သည်ဟု ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများက တဖြည်းဖြည်းဖြင့် စတင်ယုံကြည်လာနိုင်သည်။

မရိုမသေ အပြုအမူအပေါ် ဆင်ခြေပေးခြင်း

မရိုမသေ အပြုအမူအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့ ဆင်ခြေပေးသည့် နည်းလမ်းတချို့ကို ကျွန်ုပ်တို့ အံ့အားသင့်သွားနိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့တွင် ပါဝင်သည်မှာ –

- မရိုမသေ အပြုအမူ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို သေးငယ်အောင် လုပ်ခြင်း
- ရန်မူခြင်းသည် အမျိုးသားများ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်အဖြစ် လက်ခံခြင်း
- အမျိုးသမီးများ ကျူးလွန်ခံရလျှင် ယင်းမှာ ၎င်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ရသည် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့လည်း တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ပါဝင်သည်ဟု အပြစ်ဖို့ခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့အသိုက်အဝန်းတွင် အပြုသဘောဆောင်သော သဘောထားများ၊ အပြုအမူများ နှင့် ကျားမတန်းတူညီမျှမှုများကို အားဖြည့်ပေးခြင်းနှင့် မူတစ်ခုဖြစ်လာစေရန် လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများ ပြောင်းလဲလာအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ သိကြပါသည်။

မလေးမစားလုပ်ခြင်းကို ဆင်ခြေပေးကောင်းပေးသည့် ဘာသာစကားကို ပိုပြီး သင်အသေးစိတ်ကြည့်လိုလျှင် Our Watch The excuse interpreter ကို ဖတ်ပါ။

Education Services Australia

© 2019 Commonwealth of Australia or Education Services Australia Ltd, unless otherwise indicated. Creative Commons BY 4.0, unless otherwise indicated. Student Wellbeing Hub is funded by the Australian Government Department of Education.

လေးစားမှုအကြောင်း မိဘများနှင့် မိသားစုများက မည်သို့ ဆွေးနွေးစကားပြောကြသနည်း။

မည်သို့ လေးလေးစားစား ပြုမူရမည်ကို မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် သင်နှင့် သင့်ကလေးကြား ဆွေးနွေးစကားပြောခွင့် မည်သည့်အချိန်တွင် ရောက်လာမည်ကို သင်မသိနိုင်ပါ။ နောက်ဆက်တွဲ ရှိရန် လိုအပ်သည့် အဖြစ်အပျက်တစ်ခုကို သင်ကြည့်ရှုခြင်း သို့မဟုတ် အကြမ်းဖက်မှုများ ဖော်ပြပါရှိသည့် သတင်း သို့မဟုတ် ရုပ်ရှင်ကို သင်ကြည့်ရသည့်အချိန်တွင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အမြဲတမ်း မလွယ်ကူလှပါ။ သို့သော် ထားရှိသင့်သည့် ဆွေးနွေးပြောဆိုမှုတစ်ခုပင် ဖြစ်သည်။ လေးစားမှုမရှိသည့် အပြုအမူများကို သင် ဆန့်ကျင်ပြောဆိုသည့်အခါတိုင်း လေးစားမှုရှိသည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု ဖန်တီးတည်ဆောက်ရန် ကျွန်ုပ်တို့သည် ခြေလှမ်းငယ်တစ်လှမ်း နီးကပ်လာပါသည်။

Respect.gov.au တွင် သင်၏ကလေးနှင့် လေးစားမှုရှိသည့် ဆက်ဆံရေးများ အကြောင်း Conversation guide စတင်နိုင်ရန် ကူညီနိုင်သည့် ဆွေးနွေးပြောဆိုမှုလမ်းညွှန်ချက်တစ်ရပ် ထုတ်ဝေထားပါသည်။

ကလေးသူငယ်များနှင့် လူငယ်များသည် သင်ကဲ့သို့ စံပြပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ၎င်းတို့၏ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေများ၊ ၎င်းတို့၏ ဆရာဆရာမများနှင့် ၎င်းတို့၏ သူရဲကောင်းများ စသည့် ၎င်းတို့ အထင်ကြီးလေးစားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ လမ်းညွှန်မှု လိုအပ်ပါသည်။ အခြားသူများကို ထိခိုက်စေသည့်၊ ခြိမ်းခြောက်သည့် သို့မဟုတ် ညှိုးနွမ်းစေသည့် အပြုအမူများ နှင့် သဘောထားများကို ဆန့်ကျင်နိုင်ရန်နှင့် ကောင်းမွန်သော၊ ပျော်ရွှင်သော၊ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများရှိဖို့ ကျွမ်းကျင်မှုများ တည်ဆောက်ရန်အတွက် ကလေးငယ်များကို ကူညီရာတွင် အားလုံးသည် အရေးကြီးသည့် အခန်းကဏ္ဍတွင် ရှိပါသည်။

မိဘများ နှင့် မိသားစုများသည် ကျောင်း ဘာလုပ်ဆောင် နေသည်ကို ပိုမို သိရှိရန် မည်သည့် နေရာတွင် စုံစမ်း နိုင်မည်နည်း။

လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးကို မိတ်ဆက်ရာတွင် ကျောင်းများသည် မတူညီသည့် အဆင့်များတွင် ရှိနေပါသည်။ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေးကို မည်သို့ ချဉ်းကပ်သည်ကို အသေးစိတ်သိရန် သင်၏ ကျောင်းကို ဆက်သွယ်ပါ။

အဓိက ကျောင်း အဆက်အသွယ် – လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးများဖြစ်စေမည့် ပညာရေး

ဆက်သွယ်ရန် (ဖုန်း) –

ဆက်သွယ်ရန် (အီးမေးလ်) –

Education Services Australia

© 2019 Commonwealth of Australia or Education Services Australia Ltd, unless otherwise indicated. Creative Commons BY 4.0, unless otherwise indicated. Student Wellbeing Hub is funded by the Australian Government Department of Education.