အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရန် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း - စိုက်ပျိုးရေး၊ သဘာဝအရင်းအမြစ်စီမံခန့်ခွဲရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ ဖွံ့ဖြိုးရေးကဏ္ဍများ

အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရေးအတွက် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်းဆိုင်ရာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို CORE Group Social and Behavioral Change Working Group ကရေးသားပြုစုခဲ့ပြီး Food Security and Nutrition Network Social and Behavioral Change Task Force အဖွဲ့ဝင်များက ကဏ္ဍအချို့အတွက် ပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်ရေးသားခဲ့ကြပါသည်။

နည်းစနစ်နှင့်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုအထောက်အကူပြုအစီအစဉ် (TOPS) ကို အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု နိုင်ငံတကာဖွံ့ဖြိုးရေးအေဂျင်စီ (USAID) မှတဆင့် အမေရိကန်ပြည်သူများ၏ ရက်ရောစွာလှူဒါန်းသော အထောက်အပံ့များဖြင့် ဆောင်ရွက်ပါသည်။ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ပါဝင်သောသင်ခန်းစာများသည် စာရေးသူများ၏ရေးသားချက်များသာဖြစ်ပြီး USAID သို့မဟုတ် အမေရိကန်အစိုးရ၏ အာဘော်များကို ထင်ဟပ်သည်ဟု မဆိုနိုင်ပါကြောင်း သိစေအပ်ပါသည်။

အကျဉ်းချုပ် -

လက်တွေ့စမ်းသပ်ပြီးဖြစ်သည့် ၆ ရက်တာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းမန်နေဂျာများ၊ စီမံကိန်းရေးဆွဲသူများ နှင့် အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရေးဆောင်ရွက်သူများလိုအပ်နေသော ထိရောက်မှုအရှိဆုံး အစီအစဉ်များရေးဆွဲရာတွင် မဟာဗျူဟာကျစွာ အထောက်အကူပြုမည့် လက်တွေ့ကျသော အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရေးမူဘောင်တစ်ရပ်ကို ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် မူလကအစက Academy of Educational Development ၏ BEHAVE အား အခြေခံ၍ ပြင်ဆင်ရေးသားထားခြင်း ဖြစ်ပြီး မိခင်နှင့်ကလေး ကျန်းမာရေးသင်ရိုးညွှန်းတမ်းအဖြစ် CORE Group Social and Behavioral Change Working Group က ရေးသားပြုစုခဲ့ပါသည်။ ယခုအခါ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေး ကွင်းဆင်း ဝန်ထမ်းများအတွက် လိုအပ်သလိုပြုပြင်၊ ဖြည့်စွက်၊ ကွင်းဆင်းစမ်းသပ်ပြီးဖြစ်ပြီး ဖြစ်ရပ်နမူနာလေ့လာမှုများ၊ ဖြစ်စဉ်များနှင့် နမူနာများကိုလည်းကောင်း၊ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) နှင့် ပင်မအကြောင်းတရားများ (Key Factors) ကိုလည်းကောင်း၊ အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်း (Barrier Analysis - အချိန်တိုအတွင်း ဆောင်ရွက်သော Formative Research နည်းစနစ်) ကိုလည်းကောင်း၊ Formative Research ကိုအသုံးပြု၍ နေ့တစ်ဝက် ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ခြင်း ကိုလည်းကောင်း၊ လိုအပ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီသော အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရေးလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အခြား အရာများကိုလည်းကောင်း ဖြည့်စွက်ထည့်သွင်းထားပါသည်။

ကိုးကားဖော်ပြလိုပါက -

Food Security and Nutrition Network Social and Behavioral Change Task Force. 2013. *Designing for Behavior Change For Agriculture, Natural Resource Management, Health and Nutrition*. Washington, DC: Technical and Operational Performance Support (TOPS) Program

မျက်နှာဖုံးဓာတ်ပုံ -

ဘယ်ဘက်အပေါ်နှင့်အလယ် - Food for the Hungry
ညာဘက်အပေါ် - Pinky Patel, CORE Group
ညာဘက် အောက် - CARE
ဘယ်ဘက် အောက် - Miguel E. Batz, Courtesy of Photoshare

USAID ၏ Office of Food for Peace (FFP) ၏ထောက်ပံ့မှုဖြင့်ဆောင်ရွက်သော TOPS အစီအစဉ်သည် FFP ထောက်ပံ့ငွေရရှိသူများ၏ အရည်အသွေးမြင့်မားပြီး ထိရောက်မှုရှိသောအစားအစာထောက်ပံ့မှုပေးနိုင်စွမ်း မြှင့်တင်ပေးနေပါသည်။ ယင်းသို့ပြုလုပ်ရာတွင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု၊ ဆန်းသစ်တီထွင်မှု၊ ပိုမိုကောင်းမွန်သော အစားအစာနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး အလေ့အထများအကြောင်း ဗဟုသုတမျှဝေမှုတို့ကို ပျိုးထောင်ပေးသည့် နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုပါသည်။ စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး (FSN) ကွန်ယက် က ဆောင်ရွက်သောလုပ်ငန်းများကို TOPS က ပံ့ပိုးကူညီပါသည်။

FSN ကွန်ယက်သည် အချက်အလက်များမျှဝေခြင်း၊ ဦးတည်ချက်များပြောင်းလဲခြင်း၊ အလှူရှင်၏ဦးစားပေးလိုလားချက်များကို သိနားလည်ပြီး ပြောင်းလဲခြင်း၊ အလားအလာရှိသောအလေ့အထများကို အများသဘောတူညီမှုတည်ဆောက်ခြင်း နှင့်နည်းစနစ်ဗဟုသုတကျယ်ပြန့်စွာ ဖြန့်ဝေခြင်းတို့အတွက် စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေးနှင့် အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး ဆောင်ရွက်သူတိုင်း ပါဝင်နိုင်သော အသိုက်အဝန်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

Technical and Operational Performance Support Program
2000 L Street NW
Washington DC 20036
Email: the.tops.program@gmail.com
URL: www.fsnnetwork.org

မာတိကာ

အတိုကောက်စကားလုံးများ (ABBREVIATIONS AND ACRONYMS) 9

သင်တန်းအစီအစဉ် 22

သင်တန်းအစီအစဉ် 23

သင်ခန်းစာအလိုက်လိုအပ်သောစာရွက်စာတမ်းများ 24

Task 2 Handout 1 အပြုအမူပြောင်းလဲမှု အဆင့် ၅ ဆင့် 45

Task 3 Handout 3 Planning Guide: Steps in the DBC Process 58

Task 3 Handout 4 59

အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းနည်းဗျူဟာတွင် လိုက်နာရမည့်နိယာမ ၅ ခု 59

Day One Evaluation (Flip Chart or Handout) 63

Task 4 Flip Chart 2 T-Chart with Easy and Hard Behaviors 69

Task 5 Flip Chart 1 74

Task 5 Handout 2 75

Task 5 Handout 3 76

Task 6 Flip Chart 2 DBC Frameworks with Behavior and Priority Group Only 80

Task 7 Handout 1 အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရေးကြီးသည့် အရာများ 85

Task 7 Handout 2 အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များကို ယှဉ်တွဲခြင်း 88

Task 7 Handout 3 (Participant's Version) အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရေးကြီးအချက်များ ရှာဖွေခြင်းလေ့ကျင့်ခန်း

ဇာတ်လမ်း ၁။ အချိန်တွေမကုန်မီ ဆင်ခြေတွေကုန်သွားတဲ့ တံငါသည်တစ်ယောက် အကြောင်း 95

Day One Evaluation (Flip Chart or Handout) 106

Task 8 Flip Charts 1–10 လေ့ကျင့်ခန်းကို လေ့ကျင့်ခြင်း 115

Task 9 Handout 1 အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၏အခြေခံသဘောတရား ၅ ရပ် 123

Task 9 Handout 2 Barrier Analysis Game Study Guide 124

Task 9 Handout 3 အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့် အဆင့် ၇ ဆင့် 129

Task 9 Handout 4 အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် နမူနာမေးခွန်းများ 131

Task 9 Handout 6 - ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်သားသည်မိခင်များနှင့်အသုံးပြုရန်

အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်မေးခွန်းနမူနာ 140

Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင် အစမ်းအသုံးပြုရန် Doer/Non-Doer မေးခွန်း 146

Task 9 Handout 8 - Doer/Non-Doer လေ့လာမှုအတွက် မေးခွန်းပြုစုရန်စာရွက် 150

Task 10: ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့်လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း - Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း 151
အဆင့်များ 152
တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Form) 155
Task 11 Handout 1 and Flip Chart 1 Example Tally Sheets of Results for a Doer/Non-Doer Study 165
Task 12 Handout 1 လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူး အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက် 172
Task 12 Handout 2 လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူး ဥပမာ 173
Task 12 Handout 3 အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများကို ကြည့်၍ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ ရေးသားခြင်း 174
တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Form) 178
Task 14 Handout 2 အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းများကို ချိတ်ဆက်ခြင်း 197
Task 15 Handout 1 သတင်းစကားကို အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားရာများနှင့် တွဲပါ။ 204
Task 17 Handout 1 လုပ်ငန်းများစီစဉ်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များ 210
တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Form) 212
နောက်ဆက်တွဲ ၂ - ပင်မဝေါဟာရများ 247
အမူအကျင့်ဆိုင်ရာသဘောတရား 248
စီမံကိန်းဆုံးဖြတ်ချက်များအတွက် အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်း 252
Appendix 3. Answer Keys 256
Answer Key to Workshop Pre-/Post-Test 256
Answer Key to Task 7 Handout 2 256
Task 12 Handout 3 အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများကို ကြည့်၍ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ ရေးသားခြင်း 257
Answer Key for Task 15 Handout 1 261

မာတိကာ

ကျေးဇူးတင်လွှာ

အတိုကောက်စကားလုံးများ

အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရန် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်းဆိုင်ရာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမိတ်ဆက်
သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့်နိဒါန်း
အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမိတ်ဆက်

Behavior Change အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်ရန် အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း
ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း
စစ်ဆေးရမည့်အချက်များကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း
သင်တန်းအတွက် ပုံနှိပ်ကူးယူထားရမည့်စာရွက်စာတမ်းစာရင်း
နမူနာသင်တန်းအချိန်ဇယား
သင်ယူလေ့လာလိုသောအရာနှင့်တတ်သိထားသောအရာတို့ကို ကြိုတင်ဆန်းစစ်မှုပြုလုပ်ခြင်း

ပထမနေ့
Task 1 - အဖွင့်အစီအစဉ်
Task 2 - အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုအကြောင်းမိတ်ဆက် - ကျွန်ုပ်တို့၏အခန်းကဏ္ဍများနှင့်ရည်ရွယ် ထားသော အပြောင်းအလဲ၏ ဖြစ်စဉ်
Task 3 - DBC Framework မိတ်ဆက်
Task 4 - ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိနိုင်သောအမူအကျင့်များရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း - အဆင့် ၁၊ ၂ နှင့် ၃
ပထမနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip chart သို့မဟုတ် Handout)

ဒုတိယနေ့
ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း - သီချင်းလုပ်ဆိုပြမယ်!
Task 4 - ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိနိုင်သောအမူအကျင့်များရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း - အဆင့် ၄ နှင့် ၅
Task 5 - ဦးတည်အုပ်စုနှင့် သြဇာညောင်းသောအုပ်စုများ
Task 6 - ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Framework အပိုင်း ၁ - အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း
Task 7 - အမူအကျင့်အပေါ်လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများ
ဒုတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip chart သို့မဟုတ် Handout)

တတိယနေ့
ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း - ခြည်ထုံးဖြည်ခြင်း
Task 8 - "လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း
Task 9 - အဓိကအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများသိရှိနိုင်ရန် Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း - အတားအဆီးများ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း နှင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Barrier Analysis and Doer/Non-Doer Studies)
Task 10 - ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း နှင့် လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း- Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း
တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip chart သို့မဟုတ် Form)

စတုတ္ထနေ့
ကွင်းဆင်းလေ့လာမှုပြုလုပ်ခြင်း
Task 11 - အချက်အလက်များကောက်ယူခြင်းနှင့်ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း
Task 12 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များရေးသားခြင်း
Task 12 – Handout 2 လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်နမူနာ
စတုတ္ထနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip chart သို့မဟုတ် Form)

ပဥ္စမနေ့
ပြန်လည်ဆွေးနွေးသည့်လေ့ကျင့်ခန်း - Musical Chairs
Task 13 – DBC Framework များ - အပိုင်း ၂ - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့် လုပ်ငန်း ရည်ရွယ်ချက်များရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
Task 14 – စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ခြင်း
Task 15 – အခြေအနေဖော်ပြချက်များနှင့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများအား တွဲစပ်ခြင်း
Task 16 – အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း
Task 17 – DBC Framework များ - အပိုင်း ၃ - လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ရေးဆွဲခြင်း
ပဥ္စမနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip chart သို့မဟုတ် Form)

ဆဋ္ဌမနေ့
Task 18 – DBC Framework များတွင် နောက်ဆုံးပြုလုပ်ထားသည့် ဝေဖန်အကြံပြုချက်များ ထည့်သွင်းရေးသားခြင်း
Task 19 – စီမံကိန်းဗျူဟာကိုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း
Task 20 – အပိတ်အစီအစဉ်နှင့်နိဂုံးချုပ်ခြင်း

နောက်ဆက်တွဲများ
နောက်ဆက်တွဲ ၁ - ပြောင်းလဲမှုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုအဆင့်ဆင့်ဂိမ်း
နောက်ဆက်တွဲ ၂ - ပင်မဝေါဟာရများ
နောက်ဆက်တွဲ ၃ - အဖြေလွှာ

ကျေးဇူးတင်လွှာ

သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏မူကွဲအမျိုးမျိုးကို စိတ်ရှည်စွာ ဖတ်ရှုစစ်ဆေးပေးခြင်း၊ လေ့ကျင့်ခန်းသစ်များရေးသားရာတွင် တီထွင်ဆန်းသစ်မှု ရှိခြင်း၊ ကဏ္ဍအမျိုးမျိုးအတွက် နမူနာသစ်များကို ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်ရာတွင် ကြံ့ရည်ဖန်ရည်ရှိမှုတို့အတွက် Linda Morales (အတိုင်ပင်ခံအဖွဲ့ ခေါင်းဆောင်)၊ Tom Davis (Food for the Hungry)၊ Mary DeCoster (Food for the Hungry)၊ Bonnie Kittle (အတိုင်ပင်ခံ)၊ Judiann McNulty (အတိုင်ပင်ခံ) တို့ကို TOPS မှ ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဘူရွန်ဒီ၊ အီသီယိုပီးယားနှင့်နိုင်ဂျာနိုင်ငံတို့တွင် သင်ရိုးကို လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုပြုလုပ်ပေးသော Bonnie Kittle (အတိုင်ပင်ခံ) ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ Rachel Elrom (အတိုင်ပင်ခံ) အား သူမ၏ ထိပ်တန်းအဆင့်တည်းဖြတ်မှုအတွက်လည်းကောင်း၊ Natalie Neumann (CORE Group) အား သူမ၏ထက်မြက်သောရုပ်ပုံအသုံးပြုမှု အမြင်ရှိမှုအတွက်လည်းကောင်း TOPS မှ လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များက သင်ရိုးမူသစ်အတွက် တန်ဖိုးရှိလှသောအကြံပြုချက်များ နှင့်/သို့မဟုတ် နမူနာများဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီခဲ့ပါသည် - Mary Helen Carruth (Medical Teams International)၊ Sam Goff (Food for the Hungry)၊ Lauren Erickson-Mamane (Peace Corps/Benin)၊ Lenette Golding (CARE International)၊ Frederick Grant (Land O'Lakes, Inc.)၊ Ruth Harvey (consultant)၊ Marjolein Moreaux (consultant)၊ Jennifer Nielsen (Helen Keller International)၊ Beth Outterson (Save the Children)၊ Alexandra Rutishauser-Perera (International Medical Corps)၊ Ira Stollak (consultant)၊ Nancy Tenbroek (Christian Reformed World Relief Committee) နှင့် Carolyn Wetzel (Food for the Hungry)။

CORE Group Social and Behavior Change (SBC) Working Group and the Technical Advisory Group ကိုလည်း လေ့ကျင့်ခန်းသစ်များရေးသားရာတွင် ဆန်းသစ်တီထွင်မှုရှိခြင်း၊ ရှိရင်းစွဲ Tools များကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန် လိုအပ်သလို ပြင်ဆင်ပြောင်းလဲမှု ပြုလုပ်ခြင်းနှင့်သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ၂၀၀၈ ခုနှစ်မူအတွက် လက်တွေ့နမူနာများမျှဝေပေးခြင်း တို့အတွက် ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိပါသည်။

သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ၂၀၀၈ ခုနှစ်မူကို အရည်အသွေးမြင့်မားစေရန် အချိန်နှင့်ကျွမ်းကျင်မှုတို့ကို အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များက စိုက်ထုတ်ပေးခဲ့ပါသည် - Linda Morales (အတိုင်ပင်ခံ) နှင့် SBC Working Group ပူးတွဲဥက္ကဋ္ဌများဖြစ်သော Will Story (Christian Reformed World Relief Committee) နှင့် Bonnie Kittle (Project Hope). ထို့ပြင် Ashley Aakesson (Children's Nutrition Program of Haiti)၊ Tom Davis (Food for the Hungry)၊ Ann Jimerson (AED)၊ Michelle Kouletio (Concern Worldwide)၊ Elli Leontsini (Johns Hopkins University School of Public Health)၊ Judiann McNulty (consultant)၊ Kati Moseley (Mercy Corps)၊ Houkje Ross (CORE Group)၊ Julia Rosenbaum (AED)၊ Eric Swedburg (Save the Children)၊ Nancy TenBroek (Christian Reformed World Relief Committee)၊ Laban Tsuma (Plan International USA)၊ Lynette Walker (CORE Group)၊ Monica Woldt (AED/Food and Nutrition Technical Assistance Project) နှင့် Jennifer Yourkavitch (Macro International/Child Survival Technical Support Plus Project) တို့ကလည်း အကြံဉာဏ်များကို ရက်ရောစွာပေးအပ်ခဲ့ပါသည်။

အချို့သောရုပ်ပုံများကို *Where There is No Artist: Development drawings and how to use them*, by Petra Röhr-Rouendaal, Practical Action Publishing, second edition, September 2007 မှရယူအသုံးပြုခဲ့ပါသည်။ ရုပ်ပုံများကို အခမဲ့ပညာရေးအတွက် အသုံးပြုပါက မူပိုင်ခွင့်တောင်းရန်မလိုဘဲ စာရေးသူက အသုံးပြုခွင့်ပေးခဲ့ပါသည်။ အခြားရုပ်ပုံများသည် Microsoft Office မှ မူပိုင်ခကင်းလွတ်သည့်ပုံများဖြစ်ပါသည်။

BEHAVE Frameworkၢ "လေ့ကျင့်ခန်း"လေ့ကျင့်ခန်း၊ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူ Tools နှင့် ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲရာတွင် အခြေခံအဖြစ် ထားရှိသည့် လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်အမြောက်အများတို့ကို ရေးဆွဲသည့်အတွက် AED အား အထူး ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ မူလလက်ပောင်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကိုရေးဆွဲစမ်းသပ်အသုံးပြုရန် AED ၏ CORE Group နှင့် နီးကပ်စွာပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို TOPS က လေးစား တန်ဖိုးထားရှိပါသည်။ အတားအဆီးဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်မှု နည်းစနစ်ကို ရေးသားခဲ့သည့် Tom Davis (Food for the Hungry) အားလည်း အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို USAID မှတဆင့် အမေရိကန်ပြည်သူများက ရက်ရောစွာပေးအပ်သည့်လှူဒါန်းငွေများဖြင့် ရေးသားခဲ့ပါသည်။ သင်ခန်းစာများသည် Save the Children ကစီမံခန့်ခွဲမှုအောက်တွင်ရှိသော TOPS ၏တာဝန်သာဖြစ်ပြီး USAID သို့မဟုတ် အမေရိကန်အစိုးရ၏ အာဘော်များကို ထင်ဟပ်သည်ဟု မဆိုနိုင်ပါကြောင်း သိစေအပ်ပါသည်။

ကမ္ဘာနေရာအနှံ့အပြားတွင် SBC လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲရာတွင် ပိုမိုတိုးတက်မှုရှိစေရန်အတွက် အရေးပါသော ဤနည်းစနစ်ကို ရေးဆွဲရာတွင် ပါဝင်ကူညီခဲ့သူအားလုံးကို TOPS မှ ရိုးသားစွာဖြင့် ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း နောက်ဆုံးအနေဖြင့် ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

အတိုကောက်စကားလုံးများ (Abbreviations and Acronyms)

AIDS	ခုခံအားကျဆင်းမှုကူးစက်ရောဂါ
ANC	ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု
ANR	စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်များ
ANRM	စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်စီမံခန့်ခွဲခြင်း
BC	အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု
BCA	အမူအကျင့်အခြေပြုချဉ်းကပ်နည်းများ
BCC	အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာဆက်သွယ်ခြင်း
CGV	စေတနာ့ဝန်ထမ်း
DBC	အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရန် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း
EBF	မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း
ENA	အခြေခံအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ဆောင်ချက်များ
FGD	ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်း focus group discussion
HIV	လူ့ကိုယ်ခံအားကျစေသည့်ရောဂါပိုး
IEC	သတင်းအချက်အလက်၊ ပညာရေးနှင့်ဆက်သွယ်ရေး
IPM	ပေါင်းစပ်နည်းဖြင့် ပိုးမွှားနှိမ်နင်းခြင်း
IPTT	စွမ်းဆောင်ရည်စောင့်ကြည့်မှတ်တမ်းတင်ဇယား
ITN	ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်
KPC	သိမှု၊ ပြုကျင့်မှုနှင့်လွှမ်းခြုံမှု (စစ်တမ်း)
LNRA	သင်ယူလေ့လာလိုသောအရာနှင့်တတ်သိထားသောအရာတို့ကို ကြိုတင်ဆန်းစစ်သည့်နမူနာပုံစံ
LQAS	အတွဲလိုက်အရည်အသွေးနမူနာကောက်ခြင်း
M&E	စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း
MCH	မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေး
MCHN	မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး
NGO	အစိုးရမဟုတ်သည့်အဖွဲ့အစည်း
NRM	သဘာဝအရင်းအမြစ်စီမံခန့်ခွဲခြင်း
OFSP	လိမ္မော်ရောင်ကန်စွန်းဥ
OR	ထိတွေ့မှုနှင့်ရလဒ်ဆက်စပ်မှုတိုင်းတာခြင်း
ORS	ဓာတ်ဆားရည်
PDI	အပြုသဘောသွေဖည်သူရှာဖွေခြင်း
PLA	ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုဖြင့် သင်ယူခြင်းနှင့်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်း
PVO	စေတနာ့ဝန်ထမ်းအသင်းအဖွဲ့
SBC	လူမှုနှင့်အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု
TIPS	ပိုမိုကောင်းမွန်သောအလေ့အကျင့်များအားစမ်းသပ်ကျင့်သုံးစေခြင်း

TOPS	နည်းစနစ်နှင့်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုအထောက်အကူပြုအစီအစဉ်
U.S.	အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု
USAID	အမေရိကန်အစိုးရ၏ နိုင်ငံတကာဖွံ့ဖြိုးရေးအေဂျင်စီ

အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲရန် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ရေးဆွဲခြင်းဆိုင်ရာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမိတ်ဆက်

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့်နိဒါန်း

လက်တွေ့စမ်းသပ်အသုံးပြုပြီးဖြစ်သော ဤ ၆ ရက်တာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းဖြင့် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိနိုင်ငံနှင့်ဒေသပေါင်းများစွာတွင် CORE အဖွဲ့ဝင်များအတွက်ပြုလုပ်ခဲ့သော Designing for Behavior Change (DBC) အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတိုင်း ပုဂ္ဂလိကစေတနာ့ ဝန်ထမ်းအဖွဲ့အစည်းများ (PVO) နှင့် မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများက ပြန်လည်ပို့ချပေးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ သင်ရိုးတွင် လက်ကမ်း စာရွက်များနှင့်သင်တန်းပို့ချသူ သုံးသင်ခန်းစာများကို အသုံးပြုရလွယ်ကူသည့် သင်ကြားပို့ချနည်း လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အတူ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားသည်။

DBC သင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းမန်နေဂျာများနှင့် စီမံကိန်းရေးဆွဲသူများလိုအပ်နေသော အထိရောက်ဆုံး ရလဒ်များရရှိရေး အစီအစဉ်ရေးဆွဲရာတွင် မဟာဗျူဟာကျစွာအထောက်အကူပြုနိုင်မည့် အမူအကျင့်ဆိုင်ရာလက်တွေ့ ကျသောမူဘောင်တစ်ရပ်ကို ဖြည့်ဆည်းပေးသည်။ AED ကရေးသားပြုစုပြီး CORE Group's Social and Behavior Change (SBC) လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များနှင့် Food Security and Nutrition Network SBC Task Force က ဆက်လက်ဖြည့်စွက်ခဲ့သည့် မူလလက်ပောင်း BEHAVE မူဘောင်ကိုအခြေခံ၍ ဤသင်ရိုးကိုရေးဆွဲထားသည်။ ဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းများရေးဆွဲရာတွင်ပိုမို တိုးတက်လာစေရန် DBC Framework အား သင်တန်းသားများက လက်တွေ့ အသုံးချနည်းကို သင်ရိုးညွှန်းတမ်းဖြင့် သင်ကြားပို့ချပေးသည်။

သမိုင်းအကျဉ်း - Child Survival Program များမှအစပြု၍ ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများတွင် အမူအကျင့်မှတဆင့် ချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်သည့် နည်းစနစ်ကို မြှင့်တင်အားပေးခြင်း

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ၂၀၁၂ မူတွင် *Applying the BEHAVE Framework (2004) နှင့် Designing for Behavior Change (2008)* ကို ပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်ချက်ထားသည်။

CORE Group's SBC Working Group နှင့် AED/CHANGE Project တို့အကြား ကာလကြာမြင့်စွာပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုမှတဆင့် သင်ရိုး၏ ၂၀၀၈ မူ ထွက်ပေါ်လာခဲ့သည်။ ၂၀၀၀ ခုနှစ်တွင် SBC Working Group သည် Tool များရှာဖွေရန်နှင့်အမူအကျင့် ဆိုင်ရာသိပ္ပံပညာမှ အကောင်းဆုံးတို့ကို PVO ဝန်ထမ်းများက ၎င်းတို့၏စီမံကိန်း အစီအစဉ်များတွင်ထည့်သွင်း အသုံးပြုနိုင်စေမည့်စွမ်းရည်မြှင့်တင်မှုများပြုလုပ်ရန် စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ အသုံးအဝင်ဆုံးနှင့် အပြည့်စုံဆုံး Tool များအနက်တစ်ခုမှာ AED ၏ BEHAVE Framework ဖြစ်သည်။ CORE Group ၏ နှစ်ပတ်လည် အစည်းအဝေးများတွင် အမူအကျင့်များပြောင်းလဲခြင်း (BC) ၏ ကဏ္ဍအမျိုးမျိုးနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် သင်ခန်းစာအချို့ ပို့ချရန် SBC Working Group နှင့် AED/CHANGE Project တို့က ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသည်။ CORE Group အဖွဲ့ဝင်များအတွက် BEHAVE Framework ရက်တိုသင်တန်းကို ၂၀၀၂ ခုနှစ်တွင် စတင်ပြုလုပ်ခဲ့သည်။

ကလေးသူငယ်အသက်ရှင်သန်ရေးနှင့်ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များအတွက် မဟာဗျူဟာမြောက် BC နည်းစနစ်များ ရေးဆွဲရာတွင် ကွင်းဆင်းဝန်ထမ်းများနှင့်ရုံးချုပ်ဝန်ထမ်းများအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့်အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ တစ်ခုကို နောက်နှစ်အနည်းငယ်အတွင်း SBC Working Group နှင့် AED/CHANGE Project တို့က ပူးပေါင်းပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ဒေသအလိုက်အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများကို ကမ္ဘောဒီးယား၊ တောင်အာဖရိကနှင့်ဂါရင်တန်ဒီစီတို့တွင် နိုင်ငံပေါင်း ၂၄ နိုင်ငံမှ သင်တန်းသားများအတွက် ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သည်။

၂၀၀၆ ခုနှစ်တွင် SBC Working Group သည် သင်တန်းအတွေ့အကြုံများပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းကိုစတင်ပြုလုပ်၍ သင်ရိုးတွင် ပြင်ဆင် ဖြည့်စွက်ခဲ့သည်။ ဖြစ်ရပ်လေ့လာမှုများ၊ အဖြစ်အပျက်များနှင့်နမူနာများထပ်မံဖြည့်စွက်ထားသည့် သင်ရိုးမူတစ်ခုကို ၂၀၀၈ ခုနှစ်တွင် ရေးသားခဲ့သည်။ ယင်းမူတွင် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinant) နှင့် ပင်မအကြောင်းတရားများ (Key Factors) - ယင်းကို လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activites) ဟု နောက်ပိုင်းတွင်ပြောင်းလဲခဲ့သည် - အကြား ကွာခြားချက်ကိုရှင်းလင်းဖော်ပြ ထားပြီး အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်နည်း (Barrier Analysis approach) ကို ထည့်သွင်းခဲ့သည်။ နေ့တစ်ပိုင်း ကွင်းဆင်း၍ Formative Research ပြုလုပ်ခြင်းကိုဖြည့်စွက်ထားသည့်အပြင် ဆောင်ရွက်သင့်သည့်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင်အသုံးပြုရန် လမ်းညွှန်ချက်များ

နှင့်အတူ အခြားအရာအများအပြားလည်း ပါဝင်သည်။ ဤသင်ရိုးကို မာလီနှင့်အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတို့၌ပြုလုပ်သော ဒေသတွင်းအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများနှင့် တိုင်းပြည်အလိုက်အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများနှင့်အပြီးတွင် လိုအပ်သလို ဆက်လက်ပြင်ဆင်ခဲ့သည်။ ယင်း ၂၀၁၃ မှုကို DBC နည်းစနစ် အား ၎င်းတို့၏စီမံကိန်းများတွင်အသုံးပြုလိုသည့် Title II Program Manager များနှင့်လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ရေးဆွဲ သူများ၏လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးရန်ရည်ရွယ်၍ ရေးသားပြုစုခဲ့သည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမိတ်ဆက်

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင်ဖော်ပြထားသော ၆ ရက်တာအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွင် ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းလုပ်ငန်းများကို အမူအကျင့်ရှုထောင့်မှ ချဉ်းကပ်နည်းကို ကွင်းဆင်းဂန်ထမ်းများနှင့်မန်နေဂျာ များအသုံးပြုရန်လိုအပ်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့်နည်းလမ်းများကို ပို့ချမည်ဖြစ်သည်။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ၏ရည်မှန်းချက်များမှာ -

- PVO များ၏ ထိရောက်သော BC မဟာဗျူဟာများရေးဆွဲ၊ ဖော်ဆောင်၊ စစ်ဆေး၊ အကဲဖြတ်နိုင်စွမ်းကိုမြှင့်တင်ပေးရန်
- BC လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် Bridges to Activities အားဖြည့်ဆည်းနိုင်စွမ်းရှိမှုနှင့် ဖြစ်နိုင်သမျှ အတိုတောင်းဆုံး အချိန်ကာလ အတွင်း ရေရှည်တည်တံ့သော BC ဖြစ်ပေါ်လာအောင်ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိမှုတို့အပေါ်မူတည်၍ ရွေးချယ်မှု ပြုလုပ်စေရန် အမူအကျင့် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စေသည့်အရေးပါသော Determinant များကို ခွဲခြားရာတွင် လိုအပ်သည့် Tools များအကြောင်း မိတ်ဆက်ရှင်းလင်းရန်
- BC မဟာဗျူဟာများရေးဆွဲနိုင်စွမ်းမြှင့်တင်ရန်
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမှသက်ဆိုင်ရာအခန်းများကို သင်တန်းသားကလက်တွေ့ပြသရာတွင် သင်ယူသူဗဟိုပြု၍ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ အားသင်ကြားပို့ချနည်းအသုံးပြုပုံကိုသရုပ်ပြရန်

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- DBC Framework ၏ကဏ္ဍအသီးသီးကိုခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ အစစ်အမှန်အချက်အလက် သို့မဟုတ် နမူနာအချက်အလက်များဖြင့် ယင်းကဏ္ဍတစ်ခုချင်းတွင် လေ့ကျင့်ဖြည့်စွက်ခြင်း
- သက်ဆိုင်ရာဦးတည်အုပ်စု (Priority Groups) နှင့် ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုများ (Influencing Groups) တွင် BC ဖြစ်ထွန်းမှု အပေါ်သက်ရောက်မှုရှိသော Bridges to Activities ကိုရှာဖွေရန် အဟန့်အတားများဆန်းစစ်ခြင်း (Barrier Analysis) သို့မဟုတ် (ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှု) Doer/Non-Doer Study မှ ရရှိသောအချက်အလက်များအား ဆန်းစစ်ခြင်း
- Formative research မှရရှိသောအချက်အလက်များဖြင့် မဟာဗျူဟာများရေးဆွဲရန် လက်ရှိစီမံကိန်းများ သို့မဟုတ် ဖြစ်ရပ်လေ့လာမှုတစ်ခုတွင် DBC Framework အား လက်တွေ့အသုံးပြုခြင်း
- မိမိကိုယ်ကိုဝေဖန်ဆန်းစစ်ခြင်း၊ သင်တန်းဖော်များနှင့်သင်တန်းပို့ချသူများ၏ဝေဖန်ဆန်းစစ်မှုများရယူခြင်း၊ မိမိ BC မဟာဗျူဟာများ ၏ အရည်အသွေးနှင့်အောင်မြင်နိုင်ခြေတို့ ပိုမိုတိုးတက်လာစေရန် မိမိ၏ Framework ကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုပြင်ရေးဆွဲခြင်း

Behavior Change
အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲပြုလုပ်ရန် အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း

အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း

အဓိကပါဝင်ဆောင်ရွက်မည့်များနှင့်အစီအစဉ်ရေးဆွဲမည့်အဖွဲ့သတ်မှတ်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမတိုင်မီ ဆုံးဖြတ်ချက်အများအပြားနှင့်အလုပ်အများအပြားကိုပြုလုပ်ရသည်။ အသေးစိတ်ပြုလုပ်ရမည့် အရာများစွာ အတွက် တာဝန်ယူမည့်လုပ်ငန်းအဖွဲ့တစ်ခုရှိပါက အကျိုးရှိမည်ဖြစ်သည်။
အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲစီစဉ်ကျင်းပမည့်အဖွဲ့တွင် အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များ ပါဝင်ရမည် -

- သင်ခန်းစာများနှင့် DBC Framework ကို ကောင်းစွာသိနားလည်သူများ
- ဖိတ်ကြားမည့်အဖွဲ့အစည်းများနှင့်ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သူများ
- သင်တန်းပြုလုပ်မည့်နေရာအကြောင်း ကောင်းစွာသိရှိသူများ

အမူအကျင့်အခြေပြုနည်းစနစ်တစ်ရပ်ဖော်ဆောင်ရန် သင်တန်းအား ပိုမိုကျယ်ပြန့်သောအစီအစဉ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ထည့်သွင်းခြင်း

အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအနေဖြင့် အမူအကျင့်အခြေပြုနည်းစနစ်တစ်ရပ်ကိုအားပေးမြှင့်တင်ခြင်းကို ၎င်း၏ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော အစီအစဉ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ်ပြုလုပ်ပါက ဤအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲသည် အဓိပ္ပာယ်အပြည့်ဝဆုံးဖြစ်လာမည်ဖြစ်သည်။ ရုံးချုပ်ဝန်ထမ်းများ၊ ကွင်းဆင်း ဝန်ထမ်းများ၊ မန်နေဂျာများနှင့်အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရသူများအားလုံး Framework နှင့်ရင်းနှီးကျွမ်း ဝင်လာစေရန်စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြင့် စတင်ပါ။ သင်တန်းအပြီးတွင် အဆင့်အသီးသီးမှဝန်ထမ်းအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏လုပ်ငန်းခွင်တွင် သဘောတရားနှင့် Tools များကို ပေါင်းစပ် အသုံးပြုနိုင်မည့်နည်းလမ်းများအား ရှာဖွေနိုင်ကြမည် ဖြစ်သည်။

ပံ့ပိုးကူညီသူများရွေးချယ်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲပံ့ပိုးကူညီမည့်သူများတွင် အမူအကျင့်များပြောင်းလဲခြင်း (BC)၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအား သင်ကြားပို့ချနည်း၊ ပါဝင်လုပ်ဆောင်၍သင်ယူနည်းနှင့် DBC Framework ကိုလက်တွေ့အသုံးချခြင်းတို့နှင့်စပ်လျဉ်းသည့် အတွေ့အကြုံများရှိရန်လို အပ်သည်။ အထူးသဖြင့် အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းများတွင် ပံ့ပိုးကူညီသူနှင့်သင်တန်းသားများ အပြန်အလှန်ပြောဆို ဆွေးနွေးမှုကိုအမြင့်မားဆုံးဖြစ်စေရန် ပံ့ပိုးကူညီသူနှင့်သင်တန်းသားအချိုးသည် အနည်းဆုံး ၁း၁၀ ဖြစ်ပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သင်တန်းသား ၂၈-၃၀ ဦးပါ အုပ်စုတစ်စုလျှင် ပံ့ပိုးကူညီသူ ၃ ဦး ထားရှိသင့်သည်။

သင်တန်းသားရွေးချယ်ခြင်း

ဤအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကို အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်ရည်ရွယ်သည် -

- ရပ်ရွာအခြေပြုဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းများအတွက် BC မဟာဗျူဟာများရေးဆွဲရန် တာဝန်ရှိသည့်စီမံကိန်းဒေသအခြေစိုက် Program Manager များနှင့် BC အရာရှိများ
- အခြားတိုင်းပြည်များ/စီမံကိန်းအခြေစိုက်ရုံးများတွင် သင်တန်းကိုပြန်လည်ပို့ချပေးနိုင်သည့် ရုံးချုပ်ရှိနောက်ချန်ဝန်ထမ်းများ
- စီမံကိန်းရေးဆွဲ သို့မဟုတ် ဖော်ဆောင်ရာတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်မည့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ - ဝန်ကြီးဌာနများမှအစိုးရဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများ (NGO) မှဝန်ထမ်းများ

သင်တန်းနေရာရွေးချယ်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကို သက်သောင့်သက်သာဖြစ်သောနေရာတွင်ပြုလုပ်ရမည် - ဥပမာ စုံညီလေ့လာသင်ယူမှုပြုလုပ်နိုင်လောက်အောင် ကြီးမားပြီး၊ အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ လေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်ရာတွင် တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့အနှောင့်အယှက်မဖြစ်လောက်အောင်ကြီးမားသော အစည်းအဝေးခန်းမ။ လေ့ကျင့်ခန်းအများစုကို အဖွဲ့ငယ်များဖြင့်ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်သဖြင့် သင်တန်းအစမှာပင် အဖွဲ့များခွဲ၍ စားပွဲနေရာ အတည်တကျသတ်မှတ်ပေးထားခြင်းဖြင့် ဆွေးနွေးပြောဆိုရန်အလွယ်ကူဆုံး၊ အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်ရာတွင် ခုံပြန်စီရသည့် အချိန်အနည်းဆုံးနှင့်သင်ယူတတ်မြောက်မှုအမြင့်မားဆုံးဖြစ်စေမည့် အခင်းအကျင်းဖြင့် သင်တန်းသားများအား နေရာချထားပေးရမည်။

သင်ယူလိုသောအရာနှင့်တတ်သိထားသောအရာတို့ကိုကြိုတင်ဆန်းစစ်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲစီစဉ်သူများသည် သင်တန်းမတိုင်မီမှာပင် သင်တန်းသားများ၏အတွေ့အကြုံနှင့်စိတ်ဝင်စားသောအကြောင်းအရာများကို သိရှိထားပါက များစွာအကျိုးရှိမည်ဖြစ်သည်။ သင်တန်းမပြုလုပ်မီ ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်အလိုတွင် သင်တန်းတက်ရောက်ရန် စာရင်းသွင်းထားသူများထံ မေးခွန်းတစ်စုံစီပေးပို့ပါ။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲစီစဉ်သည့်အဖွဲ့သားများက အဖြေများပြန်လည်ပေးပို့ရန် သင်တန်းသားများအား ဆက်သွယ်တိုက်တွန်းရန်လိုအပ်ကောင်းလိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမတိုင်မီ ပံ့ပိုးကူညီမည့်သူအားလုံး သိရှိစေရန် ရရှိလာသော အဖြေများကို မျှဝေပေးပါ။ DBC သင်တန်းအတွက် သင်ယူလေ့လာလိုသောအရာနှင့် တတ်သိထားသောအရာတို့ကို ကြိုတင်ဆန်းစစ်သည့်နမူနာပုံစံ (LNRA) ကို ယခုအခန်း၏အဆုံးတွင်ဖော်ပြထားသည်။

သင်ခန်းစာနှင့်အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

DBC သင်တန်းပြုလုပ်ရန်လိုအပ်မည့်အရာအားလုံးလိုလို - သင်တန်းသားများအား သင်တန်းသို့ယူဆောင်လာရန်ပြောထားသည့် မဂ္ဂဇင်း/သတင်းစာကြော်ငြာများ၊ သင်တန်းသားများ၏ DBC Framework များဖြင့်ဆောင်ရွက်နေသည့် အမူအကျင့်များ (Behaviors) အတွက် သင်တန်းတွင်ပံ့ပိုးကူညီသူများကကြိုတင်ပြင်ဆင်ရမည့် Dataset များ၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမည့် Flip နှင့် Index Cards - ကို ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည်။ ဤအခန်းတွင် ဆက်လက်တွေ့ရှိရမည့် စစ်ဆေးရမည့်စာရင်း နှင့်ပစ္စည်းစာရင်းတို့သည်လည်း သင်တန်းအတွက်လိုအပ်သည်များ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရာတွင် အထောက်အကူပြုမည်ဖြစ်သည်။

စစ်ဆေးရမည့်အချက်များကို ပြင်ဆင်ခြင်း

စစ်ဆေးရမည့်အချက်များ ၁ : သင်တန်းမစမီ နှစ်လမှသုံးလအကြို(တတ်နိုင်သ၍ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ)

- သင်တန်းပေးမည့် အဖွဲ့ ကို ဖွဲ့ စည်းပါ
- သင်တန်းဘတ်ဂျက် နှင့် ပြင်ဆင်ခြင်း အချိန်ကို အကြမ်းရေးဆွဲပါ
- တက်ရောက်နိုင်မည့် သင်တန်းသားများကို ကြေငြာချက်များ ပို့ပါ
- LNRA ပြုလုပ်ပါ
- သင်တန်းသားများကို ရွေးချယ်ပါ
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလုပ်မည့် နေရာကို ရွေးပြီး ဘုတ်ကင်လုပ်ထားပါ
- ရွေးချယ်ထားသော သင်တန်းသားကို ဖိတ်စာပို့ပါ
- ခေတ္တနားနေချိန်အတွက် အစားအစာများ၊ သုံးဆောင်စရာများကို စီစဉ်ထားပါ
- တခြားမြို့မှ သင်တန်းသားများအတွက် တည်းခိုစရာနေရာ ဘုတ်ကင်လုပ်ထားပါ
- တခြားမြို့မှ သင်တန်းသားများအတွက် ခရီးစရိတ်၊တနေ့တာ အသုံးစားရိတ်များအတွက် ငွေ ပြန်ပေးခြင်းများအတွက် စီစဉ်ထားပါ

စစ်ဆေးရမည့်အချက်များ ၂ : သင်တန်းမစမီ သုံးပတ်မှ တစ်လအလို

- သင်တန်းအတွက် ပရင့်ထုတ်ရမည့် စာရွက်များ စာရင်း ထဲမှ လိုအပ်သောစာရွက်များကို ပြင်ဆင်ထားပါ
- အခန်းကို မည်သို့ဖွဲ့စည်းမလဲ ဆုံးဖြတ်ပြီး အဖွဲ့ငယ်များအတွင်း ဆွေးနွေးခြင်းအတွက် ပြင်ဆင်ထားပါ
- အသုံးပြုမည့်ပစ္စည်းကိရိယာများ အလုပ်လုပ်ကြောင်း သေချာပါစေ
- သင်တန်းနှင့်ပတ်သက်သော ပစ္စည်းအားလုံးကို ဂယ်ယူထားပါ (စစ်ဆေးရမည့် အချက်များ ၄ : ထောက်ပံ့ရေးပစ္စည်းများ နှင့် ပစ္စည်းကိရိယာများ)
- ကွင်းဆင်းဖို့အတွက် အစီအစဉ်များ ပြုလုပ်ပါ(သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ ခွင့်ပြုချက်၊ သရေစာမုန့်များ)

စစ်ဆေးရမည့်အချက်များ ၃ : သင်တန်းမစမီ သုံးရက်မှ တစ်ပတ်အလို

- နောက်ဆက်တွဲ ၂ ရှိ ဂေါ်ဟာရစာရင်းကို တက်ရောက်ရန်သေချာသော သင်တန်းသားများဆီ ပို့ပါ
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲနေရာသို့ မဂ္ဂဇင်း၊ သတင်းစာ ကြေငြာတစ်ခုယူလာဖို့ သင်တန်းသားများကို ပြောထားပါ
- ဒေသတွင်း အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲဆိုလျှင် သူတို့၏ အညွှန်းကိန်း စွမ်းဆောင်ရည် မှတ်တမ်း ဇယား Indicator Performance Tracking Tables (IPTT) (သို့မဟုတ်) စောင့်ကြည့် အကဲဖြတ်ခြင်း[M&E] အစီအစဉ်များ ယူဆောင်လာခဲ့ဖို့ ပြောထားပါ
- အပြုအမူများကို အခြေခံသော အချက်အလက်အစုများကို ဖွံ့ဖြိုးအောင်လုပ်ပါ။ ထို အချက်အလက်များကို သူတို့၏DBC မူဘောင်ဖွံ့ဖြိုးအောင် သင်တန်းသားများက အသုံးပြုပါလိမ့်မည်။ LNRAတုန့်ပြန်ချက်များကို ကြည့်ပြီး စီစဉ်သော အဖွဲ့နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။
- Flip chart များကို ပြင်ဆင်ထားပါ
- လုပ်ဆောင်ရမည့် လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုအတွက် လက်ကမ်းစာရွက်များ၏ နံပတ်များကို ထိုလေ့ကျင့်ခန်းနှင့် ပတ်သက်သော fllip chart များတွင် ရေးသားထားပါ
- လက်ကမ်းစာရွက်များ၊ မှတ်စုစာအုပ်များ၊ ဘောပင်များ၊ နာမည်ရေးရန် စာရွက်များကို သင်တန်းသားများအတွက် စုစည်းထားပါ
- သင်တန်းသားများရောက်ရှိမည့် အချိန်၊ တည်းခိုစရာ အစီအစဉ်၊ သုံးဆောင်စရာများ၊ ခရီးစရိတ်များ၊ တနေ့သုံးစရိတ်များအတွက် ငွေပြန်ပေးခြင်းများကို သေချာအောင် စီစဉ်ထားပါ

- သင်တန်းနည်းပြအဖွဲ့ ဖွဲ့စည်းခြင်း တွေ့ဆုံပွဲ ပြုလုပ်ပါ။ ဦးဆောင်မည့် သင်တန်းနည်းပြက သူ့လုပ်ငန်းတာဝန်များအတွက် ပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်စေရန်၊ တွဲဖက်သင်တန်းနည်းပြများက လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုစီအတွက် သူတို့၏ ဦးဆောင် သင်တန်းနည်းပြကို မည့်သို ထောက်ပံ့မည်ကို သေသေချာချာ သိစေရန်၊ နေ့စဉ် အကဲဖြတ်ခြင်းကို ဘယ် သင်တန်းနည်းပြက စစ်ဆေးမည်ကို ဆုံးဖြတ်ရန် စသည်တိုကို သေချာလုပ်ပါ။ ပြီးလျှင် နေ့စဉ်လေ့ကျင့်ခန်းများ အပြီးတွင် သင်တန်းနည်းပြများတွေ့ဆုံပွဲများ ပြုလုပ်ရန် အချိန် နှင့် နေရာကို ရွေးချယ်ပါ။
- လက်ကိုင်ဖုန်းများကို တစ်နေရာတွင် သိမ်းထားပါ သို့မဟုတ် လိုင်းမမိအောင် ပြုလုပ်မည့် စက်တစ်ခု သင်တန်းခန်းထဲတွင် ထားပါ။(မလုပ်မနေရမဟုတ်)

စစ်ဆေးရမည့်အချက်များ ၄ : အထောက်အပံ့ပစ္စည်းများ နှင့် ပစ္စည်းကိရိယာများ

- Flip chart စက္ကူထုပ် နှစ်ထုပ်၊သုံးထုပ်
- ထောက်တိုင် တစ်ခု၊ နှစ်ခု
- ဆွဲဖြုတ်လွယ်သည့် တိတ်ခွေ သုံးခွေ
- စတပ်ပလာ နှစ်ခု
- သင်တန်းသား တစ်ယောက်စီအတွက် မှင်လုံးကြီးကြီး အရောင် markerပင် တစ်ချောင်းစီ၊ သင်တန်းနည်းပြအတွက် လေးချောင်း
- သင်တန်းသား တစ်ယောက်စီအတွက် မှတ်စုတစ်အုပ်စီ
- ခဲတံ(သို့) ဘောပင် တစ်ချောင်းစီ
- လက်ကမ်းစာရွက်များ ထည့်ဖို့ ဖိုင်တစ်ခုစီ
- Name Tag တစ်ခုစီ
- ကပ်ကြေး
- စက္ကူ နှစ်ထုပ်
- ဖိုင် တစ်သေတ္တာ(အရေအတွက် ၁၀၀ပါ)
- ၃" x ၄" အရွယ်ရှိ မှတ်စုရေးရန် ကတ်ပြား အရေအတွက် ၂၀၀(ဖြစ်နိုင်ရင် အရောင်မတူတာ)
- Post-it လေးခု၊ ငါးခု
- Adhesive dots ကပ်လို့ရတဲ့ အစက်ကလေး ၁၂ ခုစီ
- သင်တန်းသားများ လိုအပ်ရင် သုံးဖို့ ကွန်ပြူတာ၊လိုအပ်ရင် ထုတ်ဖို့ ပရင့်တာ
- အမှိုက်ပုံးကြီး နှစ်ပုံး
- Extension ကြိုးခွေ

လက်ကမ်းစာရွက်များ

အောက်ပါ အစီအစဉ်အတိုင်း လက်ကမ်းစာရွက်များကို ပရင့်ထုတ်ပြီး စုစည်းထားပါ။ ဖြစ်နိုင်ရင် ပထမနေ့၊ ဒုတိယနေ့ လို ရေးမှတ်ထားပါ။ သင်တန်းသားတစ်ဦးချင်းအတွက် လက်ကမ်းစာရွက် တစ်ခုစီထုတ်ပါ။ ဖြစ်နိုင်ရင် ကျောကပ်ထုတ်ပါ။ လက်ကမ်းစာရွက်များကို နေ့အလိုက် ထုတ်ပါ။

ပထမနေ့

- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အကြို/ ပြီးနောက် စာမေးပွဲ
- Task ၁ flip chart ၁ သို့မဟုတ် လက်ကမ်းစာရွက် ၁ : အဖွင့် အချိန် သင့်အကြောင်းသိရဖို့ စာရွက်
- Task ၂ လက်ကမ်းစာရွက် ၁ : စီစဉ်ထားသော ပြောင်းလဲခြင်း ကစားပွဲ ဖြစ်စဉ်အတွက် အဖြေ နှင့် ပြောင်းလဲခြင်း အဆင့်ငါးဆင့်
- နောက်ဆက်တွဲ ၂ : အဓိက ဝေါဟာရစာရင်း(မရရှိသေးသူများအတွက်)
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၁ : DBC မူဘောင် ပြောင်စာရွက်
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၂ : လက်စသတ်ပြီးသော DBC မူဘောင်များ၏ ဥပမာ
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၃ : စီစဉ်ခြင်း လမ်းညွှန် : DBC ဖြစ်စဉ် အဆင့်များ
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၄ : အခြေခံသဘောတရား ငါးပါး
- ပထမနေ့အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း

ဒုတိယနေ့

- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၂ လက်စသတ်ပြီးသော DBC မူဘောင်များ၏ ဥပမာ
- Task ၆ လက်ကမ်းစာရွက် ၁ သင့်၏ ဦးစားပေးနှင့် ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသော အုပ်စုကို ဖော်ပြနိုင်ရန် နည်းခြောက်နည်း
- Task ၆ လက်ကမ်းစာရွက် ၂ သင့်၏ ဦးစားပေး အုပ်စုကို ဖော်ပြနိုင်ရန် နည်းခြောက်နည်းဥပမာ
- Task ၆ လက်ကမ်းစာရွက် ၃ စာရွက်ပြောင်၊ သင့်၏ ဦးစားပေးအုပ်စုကို ဖော်ပြနိုင်ရန် နည်းခြောက်နည်း
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၃ ဒုတိယနေ့ အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း

တတိယနေ့

- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၁ DBC မူဘောင် စာရွက်ပြောင်
- Task ၇ လက်ကမ်းစာရွက် ၁ အပြုအမူကို လွှမ်းမိုးထားသော အရေးကြီးသည့် determinant များ
- Task ၇ လက်ကမ်းစာရွက် ၂ determinants များ ယှဉ်တွဲခြင်း
- Task ၇ လက်ကမ်းစာရွက် ၃ determinants များကို ရွေးထုတ်ခြင်း လေ့ကျင့်ခန်း(သင်တန်းသားများအတွက်) ၊ ဇာတ်လမ်း ၁ အချိန် မကုန်ခင် ဆင်ခြေများကုန်သွားသော တံငါသည်
- Task ၇ လက်ကမ်းစာရွက် ၄ determinants များကို ရွေးထုတ်ခြင်း လေ့ကျင့်ခန်း(သင်တန်းသားများအတွက်) ၊ ဇာတ်လမ်း ၂ အူမာ အဘယ်ကြောင့် ကျီဆောက်
- Task ၇ လက်ကမ်းစာရွက် ၁ လူတိုင်းလက်ခံထားသော လှုံ့ဆော်မှုများ
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၂
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၃
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၄
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၅
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၆
- Task ၃ လက်ကမ်းစာရွက် ၇
- Task လက်ကမ်းစာရွက် ၈
- တတိယနေ့ အကဲဖြတ်ခြင်း

စတုတ္ထနေ့

- Task 11 Handout 1 and Flip Chart 1 - ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုအတွက် ရမှတ်ရေတွက်သည့်စာရွက်နမူနာ
- အဆင်ပြေပါကအသုံးပြုရန် (Optional) - Task 11 Handout 2: အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှုအတွက် Dataset နမူနာများ
- အဆင်ပြေပါကအသုံးပြုရန် (Optional) - အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှုဇယားကွက်ပုံစံ (Microsoft Excel)

  http://www.caregroupinfo.org/docs/BA_Tab_Table_Latest.xlsx မှကူးယူနိုင်သည်။
- အဆင်ပြေပါကအသုံးပြုရန် (Optional) - Task 11 Handout 3: Optional Activity: ကွန်ပျူတာတွင်အချက်အလက်များရေးသွင်းခြင်းနှင့်ရလဒ်များအားဆန်းစစ်ခြင်း
- Task 12 Handout 1 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridge to Activity) ၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်
- Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework နမူနာများ။ နမူနာ ၁ - စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ် (ANR) စီမံကိန်းများ - ကြက်ဘဲမွေးမြူရေး
- Task 12 Handout 2 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) နမူနာများ
- Task 12 Handout 3 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကိုအခြေခံ၍ Bridges to Activities များရေးသားခြင်း
- စတုတ္ထနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက် (Flip Chart သို့မဟုတ် Handout)

ပဉ္စမနေ့

- Task 13 Handout 1 - Determinants နှင့် Bridges to Activities ရှာဖွေနည်း လမ်းညွှန်များ
- Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်သုံးသပ်မှုပြုလုပ်ရာတွင်အသုံးပြုရန် မေးခွန်းများ
- Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်ကိုလွှမ်းမိုးသော အရေးပါသည့် Determinants
- Task 14 Handout 1 - လုပ်ဆောင်သင့်သည်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုနိုင်သောစံညွှန်းများ
- Task 14 Handout 2 - Determinants ကို လုပ်ငန်းများနှင့်ချိတ်ဆက်ခြင်း
- Task 15 Handout 1 - Message နှင့် Determinant တွဲဆက်ခြင်း
- Task 16 Handout 1 - အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုဗျူဟာအတွက်ညွှန်းကိန်းများကို စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်း
- Task 17 Handout 1 - လုပ်ငန်းများစီစဉ်နည်းလမ်းညွှန်
- ပဉ္စမနေ့အကဲဖြတ်ချက် (Flip Chart သို့မဟုတ် Handout)

ဆင့်မနေ့

- Task 19 Handout 1 - အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုဗျူဟာကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့် အစီအစဉ်နမူနာ
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအကြို/အပြီး ဆန်းစစ်ခြင်း (**Task 1** မှ)
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအပြီး ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်စစ်တမ်း
- ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာများ (ရှိပါက - သို့မဟုတ် သင်တန်းစသည့်နေ့တွင် သင်တန်းသားများအား ပေးရန်)
- Task 20 Handout 1 - အမူအကျင့်များပြောင်းလဲခြင်းဆိုင်ရာ ဖတ်ရှုလေ့လာဖွယ်ရာများ

သင်တန်းအစီအစဉ်

သင်တန်းတွင် လေ့ကျင့်ခန်း ၂၀ ကို ၅ ရက်ခွဲအတွင်းပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်နံနက် ၈း၃၀ မှ ညနေ ၅း၃၀ အထိဖြစ်ပြီး သင်ကြားပို့ချချိန် ၆-၆.၅ နာရီခန့်ကြာမြင့်မည်ဖြစ်သည်။ သင်တန်းချိန်စုစုပေါင်း ၂၇ နာရီ ဖြစ်သည်။

အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ၏သင်ယူလေ့လာမှုကိုအထောက်အကူပြုသော ပျော်ရွှင်ဖွယ်ပြန်လှန်လေ့ကျင့်ခန်းဖြင့် နေ့စဉ်လိုလို စတင်ခြင်းဖြင့် သင်တန်းပို့ချသူများအနေဖြင့် ကြည်နူးဖွယ်အနေအထားတစ်ရပ်ကို တစ်နေ့တာလုံးအတွက် ဖန်တီးပေးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

အချိန်စာရင်းသည် အကြမ်းဖျဉ်းမျှသာဖြစ်ပါသည်။ အချို့သင်တန်းသားများက လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုတွင် ပိုမိုအချိန် ပိုမို လိုအပ်ပြီး အခြားတစ်ခုတွင် အချိန်များစွာမလိုအပ်ခြင်းလည်းရှိနိုင်ပါသည်။ အတွေ့အကြုံများသည့်သင်တန်း ပို့ချသူများ သည် အချိန်စာရင်းကို အများအားဖြင့် လိုအပ်သလိုပြန်လည်ပြင်ဆင်နိုင်ကြသော်လည်း အတွေ့အကြုံ နည်းသည့် သင်တန်းပို့ချသူများအနေဖြင့်မူ အချိန်မှတ်ပေးသူတစ်ဦးထားရှိခြင်းဖြင့် သတ်မှတ်အချိန်အတွင်း ပြီးစီးအောင် ပြုလုပ်နိုင် ပါသည်။

အချိန်မရပါက ဆိုင်းငံ့ (Parking Lot) ဟုရေးထားသည့်စာရွက်ကြီး (Flip Chart) တွင် သင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကို ရေးသားထားရန် သင်တန်းပို့ချသူကပန်ကြားနိုင်သည် သို့မဟုတ် ခေတ္တနားချိန်များ/တစ်နေ့တာ သင်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် သီးခြားဖြေကြားပေးနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်တန်းသားများသည် ဆွေးနွေးရာတွင် အချိန်ကြာမြင့်လွန်းပါက သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ရာတွင် အချိန်အလွန်ကြာပါက အိမ်စာအဖြစ်ပြုလုပ်ရန် သတ်မှတ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ဘာသာပြန်ဆိုပေးသူလိုအပ်ပါက သို့မဟုတ် မိခင်ဘာသာစကားမဟုတ်သောဘာသာစကားဖြင့် သင်တန်းပို့ချပါက အချိန်စာရင်းတွင် အချိန်ပိုမိုထည့်သွင်းထားရမည်။

သင်တန်းအစီအစဉ်

Task	အကြောင်းအရာ	ကြာမြင့်ချိန်	အချိန်
ပထမနေ့			
1	သင်တန်းအဖွင့်	၂ နာရီ	8:30–10:30
	ခေတ္တနားချိန်	၁၅ မိနစ်	10:30-10:45
2	အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းအကြောင်းနိဒါန်း - ကျွန်ုပ်တို့၏အခန်းကဏ္ဍများနှင့် ရည်ရွယ်ထားသော အပြောင်းအလဲ၏ဖြစ်စဉ်	၁ နာရီ ၅၅ မိနစ်	10:45–12:40
	နေ့လယ်စာနားချိန်	၁ နာရီ	12:40–1:40
3	DBC Framework အကြောင်း မိတ်ဆက်	၁ နာရီ	1:40–2:40
4	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိနိုင်သောအပြုအမူများရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်သည့်အဆင့် ၁၊ ၂ နှင့် ၃ *(နားချိန်အပါအဝင်)*	၂ နာရီ ၃၅ မိနစ်	2:40–5:15
E	ပထမနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း	၁၅ မိနစ်	5:15–5:30
ဒုတိယနေ့			
R	ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း - သီချင်းလုပ်ဆိုပြမယ်![1]	၄၀ မိနစ်	8:30–9:10
4	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိနိုင်သောအပြုအမူများရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်သည့်အဆင့် ၄ နှင့် ၅	၃၀ မိနစ်	9:10–9:40
5	ဦးတည်အုပ်စုနှင့်သြဇာလွှမ်းမိုးသည့်အုပ်စုများ *(နားချိန်အပါအဝင်)*	၂ နာရီ ၃၅ မိနစ်	9:40–12:15
	နေ့လယ်စာနားချိန်	၁ နာရီ	12:15–1:15
6	DBC Framework အပိုင်း ၁ - အပြုအမူနှင့်ဦးတည်အုပ်စုများသတ်မှတ်ခြင်း	၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်	1:15–2:45
7	အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများအား ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း *(နားချိန်အပါအဝင်)*	၂ နာရီ	2:45–4:45
E	ဒုတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း	၁၅ မိနစ်	4:45–5:00
တတိယနေ့			
R	ပြန်လည်ဆွေးနွေးသည့်လေ့ကျင့်ခန်း - ခြည်ထုံးဖြေခြင်း[2]	၃၀ မိနစ်	8:30–9:00
8	"လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း	၁ နာရီ	9:00–10:00
	ခေတ္တနားချိန်	၁၅ မိနစ်	10:00–10:15
9	အပြုအမူပေါ် အဓိကလွှမ်းမိုးထားသောအရာများသိရှိနိုင်ရန် Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Barrier Analysis and Doer/Non-Doer Studies) *(နေ့လယ်စာစားပြီးနောက် ဆက်လက်ပြုလုပ်ရန်)*	၂ နာရီ	10:15–12:15
	နေ့လယ်စာနားချိန်	၁ နာရီ	12:15–1:15
9	အပြုအမူပေါ် အဓိကလွှမ်းမိုးထားသောအရာများ သိရှိနိုင်ရန် Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Barrier Analysis and Doer/Non-Doer Studies) *(ရှေ့မှအဆက်)*	၁ နာရီ	1:15–2:15
10	ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့်လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခန်း - Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း *(နားချိန်အပါအဝင်)*	၁ နာရီ ၄၅ မိနစ်	2:15–4:00
E	တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း	၁၅ မိနစ်	4:00–4:15
စတုတ္ထနေ့			
	လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခန်း *(သွားလာချိန် ၁ နာရီအပါအဝင်)*[2]	၅-၆ နာရီ	8:00–1:00

[1] သင်တန်းသားများ "နိုးနိုးကြားကြား" ရှိအောင်ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပါက ပြန်လည်ဆွေးနွေးမှုအားလုံးကို နံနက်ခင်းမဟုတ်ဘဲ နေ့လယ်စာနားပြီးချိန်တွင်လည်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

[2] အကယ်၍ ကွင်းဆင်းခြင်းမပြုဘဲ သင်္ကြာန်တူစစ်တမ်းငယ်တစ်ခုသာကောက်ယူပါက လက်တွေ့ပြုလုပ်ချိန်ပိုမိုသက်သာသွားမည်ဖြစ်သည်။

Task	အကြောင်းအရာ	ကြာမြင့်ချိန်	အချိန်
	နေ့လယ်စာနားချိန်	၁ နာရီ	1:00–2:00
11	အချက်အလက်များကောက်ယူ၍ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာခြင်း	၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်	2:00–3:30
	ခေတ္တနားချိန်	၁၅ မိနစ်	3:30–3:45
12	လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများ (Bridges to Activities) ရေးသားခြင်း	၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်	3:45–5:15
E	စတုတ္ထနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း	၁၅ မိနစ်	5:15–5:30
ပဉ္စမနေ့			
R	ပြန်လည်ဆွေးနွေးသည့်လေ့ကျင့်ခန်း - Musical Chairs[4]	၃၀ မိနစ်	8:30–9:00
13	DBC Framework အပိုင်း ၂ - အပြုအမူပေါ်အဓိကလွှမ်းမိုးထားသောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း	၁ နာရီ	9:00–10:00
	ခေတ္တနားချိန်	၁၅ မိနစ်	10:00–10:15
14	စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ခြင်း	၁ နာရီ ၂၀ မိနစ်	10:15–11:35
	နေ့လယ်စာနားချိန်	၁ နာရီ	11:3512:35
15	သတင်းစကားများနှင့်အပြုအမူပေါ်အဓိကလွှမ်းမိုးထားသောအရာများအား တွဲစပ်ခြင်း	၁ နာရီ	12:35–1:35
16	အပြုအမူပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း	၄၅ မိနစ်	1:35–2:20
	နားချိန်	၁၅ မိနစ်	2:20–2:35
17	DBC Framework အပိုင်း ၃ - လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း	၁ နာရီ	2:35–3:35
E	ပဉ္စမနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း	၁၅ မိနစ်	3:35–3:50
ဆဋ္ဌမနေ့			
18	DBC Framework များတွင် နောက်ဆုံးပြုလုပ်ထားသည့် ဂေဖန်အကြံပြုချက်များထည့်သွင်းရေးသားခြင်း	၁ နာရီ	8:30–9:30
19	စီမံကိန်းဗျူဟာကိုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း	၁ နာရီ	9:30–10:30
	ခေတ္တနားချိန်	၁၅ မိနစ်	10:30–10:45
20	အပိတ်အစီအစဉ်နှင့်နိဂုံးချုပ်ခြင်း	၁ နာရီ ၁၅ မိနစ်	10:45–12:00
	နေ့လယ်စာနားချိန်	၁ နာရီ	12:00–1:00

သင်ခန်းစာအလိုက်လိုအပ်သောစာရွက်စာတမ်းများ

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
ပထမနေ့		
	အမည်စာရင်းသွင်းခြင်း	• နောက်ဆက်တွဲ ၂ မှ အဓိကဝေါဟာရစာရင်းနှင့်လက်ကမ်းစာရွက်အားလုံးပါဝင်သောအိတ် • ဘောပင် သို့မဟုတ် ခဲတံ
1	အဖွင့်အစီအစဉ်	• သင်တန်းအကြို/အပြီးစစ်ဆေးခြင်း • သင်တန်းအကြို/အပြီးစစ်ဆေးသည့်မေးခွန်း၏အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃) • သင်တန်း Flip Chart 1: စားပွဲ (ညွှန်ကြားချက်များနှင့်သင်တန်းသားတစ်ဦးစီအတွက် ကော်ကပ်အစက် ၆ ခု သို့မဟုတ် မေးခွန်းများအား အကြိုစစ်ဆေးမှုအဖြစ်ထည့်သွင်းထားသော ဇယား) • Task 1 Flip Chart 1 or Handout 1: အဖွင့်အစီအစဉ် - မိတ်ဆက်စာရွက် • Task 1 Flip Chart 2: မျှော်မှန်းထားသောအရာများ • Task 1 Flip Chart 3 or Handout 2: DBC သင်တန်း၏ရည်မှန်းချက်များ

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
		• Task 1 Flip Chart 4: သင်တန်းအစီအစဉ် • သင်တန်း Flip Chart 2: စည်းကမ်းများသတ်မှတ်ခြင်း • သင်တန်း Flip Chart 3: ဆိုင်းငံ့မေးခွန်းများရေးသားရန်
2	အပြုအမူပြောင်းလဲမှု အကြောင်းမိတ်ဆက် - ကျွန်ုပ်တို့၏ အခန်းကဏ္ဍများနှင့်ရည်ရွယ် ထားသော အပြောင်းအလဲ၏ ဖြစ်စဉ်	• အဖွဲ့အသီးသီးအတွက် နံရံနေရာလွတ်များနှင့်ကော်ပါသောတိပ်ခွေများ • နောက်ဆက်တွဲ ၁ မှ ရည်ရွယ်ထားသောအပြောင်းအလဲဂိမ်း - အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လျှင် တစ်စုံစီ (တစ်ဖွဲ့လျှင် ၅-၆ ဦးစီ) - ရည်ရွယ်ထားသောအပြောင်းအလဲမှအဆင့်အလိုက်ကဒ်ပြား/စာရွက်တစ်စုံ၊ အပြောင်းအလဲဖြစ်စေသူ၏အခန်းကဏ္ဍအတွက်တစ်စုံနှင့်ရပ်ရွာလူထု၏ လုပ်ဆောင်ချက်များအတွက်တစ်စုံစီပါဝင်သည်။ သင်တန်းသားများအားပေးသည့်အခါ ကဒ်ပြား/စာရွက်များကိုအစဉ်လိုက်ဖြစ်နေရန်မလိုအပ်ပါ။ • Task 2 Handout 1- ရည်ရွယ်ထားသောအပြောင်းအလဲဖြစ်စဉ်ဂိမ်း၏အဖြေနှင့် ပြောင်းလဲမှုအဆင့် ၅ ဆင့် • ပြောင်းလဲမှုအဆင့် ၅ ဆင့်ပါကဒ်ပြားတစ်စုံ (မသိသေးသောအဆင့်၊ သိပြီးအဆင့်၊ ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်၊ ကျင့်သုံးသည့်အဆင့်၊ စွဲမြဲစွာကျင့်သုံးသည့်အဆင့်) • နောက်ဆက်တွဲ ၂ မှ အဓိကဝေါဟာရစာရင်း (သင်တန်းမတိုင်မီ ကြိုတင်မရထားသူများ အတွက်)
3	DBC Framework မိတ်ဆက်	• Task 3 Flip Chart 1 - DBC Framework (ကနဦးတွင် ဝေါဟာရများကိုဖုံးအုပ်ထားရမည်။ နောက်ပိုင်း အဆင့် ၂ ခု မှသာပြသရမည်။) • Task 3 Flip Chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ • Task 3 Handout 1 - DBC Framework ပုံစံအလွတ် • Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး နမူနာ DBC Framework များ (စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ် [ANR] အစီအစဉ်နမူနာများ - ကြက်ဘဲမွေးမြူရေးနှင့်သစ်တောပြန်လည် စိုက်ပျိုးရေး၊ မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး [MCHN] အစီအစဉ်နမူနာ - မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း) • Task 3 Handout 3: အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်းလမ်းညွှန် - DBC လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်များ • Task 3 Handout 4: မူ ၅ ရပ်
4	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိနိုင်သော အပြုအမူများရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ်ခြင်း *(ဒုတိယနေ့တွင် ဆက်လက်ပြုလုပ်ရန်)*	• Task 3 Flip Chart 1: DBC Framework • Task 3 Flip Chart 2: DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ • Task 4 Flip Chart 1: အမူအကျင့်ဆိုသည်မှာအဘယ်နည်း။ • IPTT သို့မဟုတ် Log frame မှ ညွှန်းကိန်းနမူနာများ - အထူးသဖြင့် တက်ရောက်လာသူများတွင် ပါမလာပါက
E	အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း	• ပထမနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart သို့မဟုတ် Handout)
ဒုတိယနေ့		
R	ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း - သီချင်းလုပ်ဆိုပြမယ်!	• တစ်နေ့တာအစီအစဉ် • တစ်နေ့တာရည်မှန်းချက်များ • ပထမနေ့၏အကဲဖြတ်ချက်အနှစ်ချုပ်
4	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိနိုင်သော အမူအကျင့်များရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်	• Task 4 Flip Chart 2: လွယ်ကူသောအမူအကျင့်များနှင့်ခက်ခဲသောအမူအကျင့်များပါဝင်သည့် T-Chart • အဖွဲ့ငယ်များအတွက် Flip chart စာရွက်နှင့်မာကာများ

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
	သတ်မှတ်ခြင်း *(ဆက်လက်ပြုလုပ်ရန်)*	• Task 4 Flip Chart 3 - သင်ခန်းစာအနှစ်ချုပ်
5	ဦးတည်အုပ်စုနှင့် ဩဇာလွှမ်းမိုးသော အုပ်စုများ	• Task 3 Flip Chart 1 - DBC Framework • Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework နမူနာပုံစံများ • Task 5 Flip Chart 1 - ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ • အမူအကျင့်တစ်ခု၊ ဦးတည်အုပ်စုတစ်ခုနှင့်ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုများဖော်ပြပါရှိသည့် ကဒ်ပြားများ • Task 5 Handout 1- ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုများသတ်မှတ်ရန် နည်းလမ်း ၆ ခု • Task 5 Handout 2 - ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ရန် နမူနာနည်းလမ်း ၆ ခု • Task 5 Handout 3 - လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်လွတ် - ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုသတ်မှတ်ရန် နည်းလမ်း ၆ ခု • အဆင့် ၄ ခ မှ နံပါတ် ၁ ကိုရွေးချယ်ပါက - လေ့ကျင့်ခန်းအတွက် အသုံးပြုရန်လူပုံအချို့နှင့် LCD ဗီတ်ကား သို့မဟုတ် ပုံထုတ်ထားသည့်စာရွက်များ • အဆင့် ၄ ခ မှ နံပါတ် ၂ ကိုရွေးချယ်ပါက - အပြုအမူအချို့ပါဝင်သော ကဒ်ပြားများ (ပြင်ပမှ အချက်အလက်များကိုအသုံးပြု၍) နှင့် Task 6 Handout 4 - Option 2 - အပြုအမူအလိုက် တုံ့ပြန်ပြောဆိုချက်များ
6	ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Framework အပိုင်း ၁ - အပြုအမူနှင့်ဦးတည် အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း	• ခေါင်းစဉ်ခွဲပေးထားသည့် DBC အုပ်စုစာရင်း • Task 6 Flip Chart 1 - အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းလမ်းညွှန်ချက်များ - အပြုအမူနှင့်ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း • Task 3 Handout 1 - DBC Framework စာရွက်အလွတ် (သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် တစ်ရွက်) • Task 5 Handout 1 - ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ရန်နည်းလမ်း ၆ လု • Task 6 Flip Chart 2 - အပြုအမူနှင့်ဦးတည်အုပ်စုကော်လံများသာပါဝင်သည့် DBC Framework များ (လေ့ကျင့်ခန်းကိုလက်ဖြင့်ပြုလုပ်ပါက တစ်ဖွဲ့လျှင် Flip Chart ဖြင့်တစ်ရွက်စီ) • ဂေဖန်အကြံပြုချက်ရေးရန်စာရွက်နှင့်မာကာများ
7	အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	• Task 3 Flip Chart 2 - DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု • Task 7 Handout 1 - အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အရေးပါသည့်အရာများ • Task 7 Handout 2 - အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ တွဲစပ်ခြင်း • Task 7 Handout 2 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှ) • Task 7 Handout 3 - အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ ရှာဖွေခြင်း (သင်တန်းပို့ချသူအတွက်) - ဖြစ်ရပ် ၁ - အချိန်မကုန်မီ ပေးစရာဆင်ခြေကုန်သွားသည့် တံငါသည် • Task 7 Handout 3 - အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ အားလက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း (သင်တန်းသားများအတွက်) - ဖြစ်ရပ် ၁ - အချိန်မကုန်မီ ပေးစရာဆင်ခြေကုန်သွားသည့် တံငါသည် • Task 7 Handout 4 - အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ အားလက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း (သင်တန်းပို့ချသူအတွက်) - ဖြစ်ရပ် ၂ - ကျီကိုဘာကြောင့် အူမာက တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ။ • Task 7 Handout 4 - ဖြစ်ရပ် ၂ - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများအား လက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း (သင်တန်းသားများအတွက်) - ဖြစ်ရပ် ၂ - ကျီကိုဘာကြောင့် အူမာက တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ။ • Task 7 Handout 5 - တွန်းအားဖြစ်စေသာအရာများ • မဂ္ဂဇင်း သို့မဟုတ် သတင်းစာများမှကြော်ငြာများ (သင်တန်းသားများအား ယူဆောင်လာရန် ကြိုတင်မှာကြားထားရမည်)

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
E	အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း	• ဒုတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart သို့မဟုတ် Handout)
တတိယနေ့		
R	ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း ခြည်ထုံးဖြေခြင်း	• ပြန်လှန်လေ့ကျင့်ခန်းအတွက် နမူနာမေးခွန်းများကို စာရွက်အပိုင်းအစများအဖြစ်ဖြတ်တောက်၍ ဘောလုံးပေါ်တွင်ကပ် သို့မဟုတ် သတင်းစာစက္ကူများကိုလုံး၍ ဘောလုံးအမာတစ်လုံး ပြုလုပ်ပါ။ • တစ်နေ့တာအစီအစဉ် • တစ်နေ့တာသင်ခန်းစာရည်မှန်းချက်များ
8	"လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း	• တိပ်ခွေ • Task 8 Flip Charts 1–10 - "လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
9	အဓိကအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများ သိရှိနိုင်ရန် Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း - အတားအဆီးများ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း နှင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူ လေ့လာချက် (Barrier Analysis and Doer/Non-Doer Studies)	• Task 7 Handout 1- အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သော အရေးပါသည့်အရာများ • Task 9 Handout 1 - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၏အခြေခံသဘောတရား ၅ ရပ် • Task 9 Handout 2 - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းဂိမ်းကစားနည်းလမ်းညွှန် • ဂိမ်းအတွက် Post-its သို့မဟုတ် ရည်ညွှန်းကဒ်ပြားငယ်များနှင့်တိပ်ခွေများ - မေးခွန်းတစ်ခုလျှင် တစ်ခုစီ • အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းဂိမ်းအတွက် မေးခွန်းများ • Task 9 Handout 3 - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းအဆင့် ၇ ဆင့် • Task 9 Handout 4 - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန် နမူနာမေးခွန်းများ • သင်တန်းကို ကျေးလက်ဒေသတွင်ပြုလုပ်ပါက - Task 9 Handout 5 - လယ်သမားများအတွက် အသုံးပြုရန် အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်မေးခွန်းနမူနာ သို့မဟုတ် Task 9 Handout 6 - ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်သားသည်မိခင်များအတွက် အသုံးပြုရန် အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်မေးခွန်းနမူနာ • သင်တန်းကို ဒေသကြီးတစ်ခုတွင်ပြုလုပ်ပါက - Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင်အသုံးပြုရန် Doer/Non-Doer သဏ္ဍာန်တူမေးခွန်း • Task 9 Handout 8 - Doer/Non-Doer လေ့လာမှုအတွက် မေးခွန်းပြုစုရန်စာရွက် • အဆင့် ၇ တွင် ရေးသားပြုစုခဲ့သောမေးခွန်းများ (သင်တန်းသားတစ်ဦး သို့မဟုတ် အင်တာဗျူး အဖွဲ့တစ်ခုလျှင် မိတ္တူအများအပြား)
10	ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း နှင့် လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း- Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း	• သင်တန်းကို ဒေသကြီးတစ်ခုတွင်ပြုလုပ်ပါက - Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင်အသုံးပြုရန် Doer/Non-Doer သဏ္ဍာန်တူမေးခွန်း • Task 10 Flip Chart 1- ကွင်းဆင်းအဖွဲ့သားများ • Task 10 Flip Chart 2 - အင်တာဗျူးရာတွင် "ဆောင်ရန်အချက်များ" • Task 10 Flip Chart 3 - အင်တာဗျူးရာတွင် "ရှောင်ရန်အချက်များ" • အဆင့် ၃ ခ တွင် သရုပ်ဖော်လေ့ကျင့်ခန်းအတွက် အင်တာဗျူးနည်းစနစ်များ • ကွန်းပျူတာ၊ ပရင်တာနှင့်စာရွက်၊ စတေပလာ၊ မေးခွန်းစာရွက်များအလုံအလောက်
E	အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း	• တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Handout)

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
စတုတ္ထနေ့		
11	အချက်အလက်များ ကောက်ယူခြင်းနှင့် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း	• Task 11 Handout 1 နှင့် Flip Chart 1 - Doer/Non-Doer Study အတွက် ရလဒ်များ ရေတွက်ရန်စာရွက်နမူနာပုံစံများ (ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသော flip chart စာရွက်များ၊ မေးခွန်းတစ်ခုလျှင် တစ်ရွက်စီ၊ သင်တန်းသားများအတွက် handout များ) • နံနက်ခင်းကွင်းဆင်းလေ့ကျင့်ခန်းမှ ဖြည့်စွက်ပြီးမေးခွန်းများ • ဂဏန်းပေါင်းစက်တစ်ခု • ရှိပါက - Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်နမူနာအချက်အလက် • ရှိပါက - http://www.caregroupinfo.org/BA_Tab_Table_Eng_9_30_10.xls မှကူးယူထားသော အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်ဇယားကွက် (Microsoft Excel) • ရှိပါက - ကွန်ပျူတာ (အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်ဇယားကွက်ပုံစံအသုံးပြုရန်) • ရှိပါက - Task 11 Handout 3 - လိုအပ်ပါကပြုလုပ်ရန်လေ့ကျင့်ခန်း - ကွန်ပျူတာဖြင့် အချက်အလက်များရေးသွင်းခြင်းနှင့်ရလဒ်များအား ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း
12	လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများရေးသားခြင်း	• Task 12 Handout 1 - လုပ်ငန်းပေါင်းကူး၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် • Task 3 Flip Chart 2 မှ လုပ်ငန်းပေါင်းကူးအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် - DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ရပ် • Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework နမူနာပုံစံများ။ နမူနာ ၁ - စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ်အစီအစဉ်များ [ANR] - ကြက်ငှက်မွေးမြူရေး • Task 12 Handout 2 - လုပ်ငန်းပေါင်းကူးနမူနာပုံစံများ • Task 12 Handout 3 - အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများကိုအခြေခံ၍ လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများကို ရေးသားခြင်း • Task 12 Handout 3 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှ)
E	အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း	• စတုတ္ထနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart သို့မဟုတ် Handout)
ပဉ္စမနေ့		
R	ပြန်လည်ဆွေးနွေးသည့်လေ့ကျင့်ခန်း - Musical Chairs	• စတီရီယိုနှင့်က၍ကောင်းသောတေးသံသာ • ရှိပါက - ပြန်လည်လေ့ကျင့်ရန်မေးခွန်းများအတွက် ရည်ညွှန်းကဒ်ပြားလွတ်များ • တစ်နေ့တာအတွက် အချိန်စာရင်းနှင့်ရည်မှန်းချက်များ
13	DBC Framework များ အပိုင်း - Part 2: အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း	• Task 3 Handout 1 တွင် ရေးသားထားသကဲ့သို့ အဖွဲ့ငယ်အသီးသီး၏ဖြည့်စွက်ဆဲ DBC Framework - DBC Framework အလွတ်နှင့်အပိုစာရွက်များ • အဖွဲ့ငယ်အသီးသီးအတွက် အချက်အလက်များ (သင်တန်းပို့ချသူအတွက် မှတ်စုများတွင် ကြည့်ပါ) ဥပမာ Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးခွဲခြားစိစစ်ရန်အချက်အလက်နမူနာများ • Task 13 Handout 1 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ ရှာဖွေဖော်ထုတ်နည်းလမ်းညွှန်ချက်များ • Task 7 Handout 1 - အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရေးပါသည့်အရာများ • Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးနည်း • နံရံတွင်ကပ်ထားမည့် Flip Chart ဖြင့်ရေးထားသော အဖွဲ့အသီးသီး၏ DBC Framework • Task 13 Flip Chart 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးခြင်းကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးမည့်မေးခွန်းများ • အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုများပြုလုပ်ရန် စာရွက်နှင့်မာကာများ
14	စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ရွေးချယ်ခြင်း	• Task 3 Flip Chart 1 - DBC Framework • Task 3 Flip Chart 2 - DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ရပ် ("လုပ်ငန်း" ၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို အလေးပေးဖော်ပြခြင်း) • Task 14 Flip Chart 1 - စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်သည့် နမူနာပုံစံ

Task	သင်ခန်းစာ	လိုအပ်သောအရာများ
		• Task 14 Flip Chart 2 - အဖွဲ့ငယ်အလိုက်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ - လုပ်ဆောင်သင့်သည့် လုပ်ငန်းများရွေးချယ်နည်း • Task 14 Handout 1 - လုပ်ဆောင်သင့်သည့်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်ကူဖြစ်စေရန် စံနှုန်းများ • Task 14 Handout 2 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့်လုပ်ငန်းများကိုချိတ်ဆက်ခြင်း
15	သတင်းအချက်အလက်များနှင့် အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသော အရာများအား တွဲစပ်ခြင်း	• Task 15 Flip Chart 1 - အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသော အရာများကိုအခြေခံသည့် သတင်းအချက် အလက်များ • Task 15 Handout 1 - သတင်းအချက်အလက်နှင့် အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသော အရာများအား တွဲစပ်ခြင်း • Task 15 Handout 1 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှ) • ရှိပါက - အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသောအရာများနှင့်အကြောင်းအရာ သို့မဟုတ် အပြုအမူနမူနာအတွဲများ
16	အပြုအမူပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း	• အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် အသုံးပြုသည့်နမူနာပုံစံများပါဝင်သော ရည်ညွှန်းကဒ်ပြားများ • Task 16 Handout 1- BC မဟာဗျူဟာအတွက်ညွှန်းကိန်းများအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း
17	DBC Framework များ အပိုင်း ၃ - လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ရေးဆွဲခြင်း	• အဖွဲ့အသီးသီး၏ ဖြည့်စွက်ဆဲ DBC Framework • Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ • Task 17 Handout 1 - လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲနည်းလမ်းညွှန်ချက်များ
E	အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း	• ပဥ္စမနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (flip chart သို့မဟုတ် handout)
ဆဋ္ဌမနေ့		
18	DBC Framework များတွင် နောက်ဆုံးပြုလုပ်ထားသည့် ဝေဖန်အကြံပြုချက်များထည့်သွင်းရေးသားခြင်း	• အဖွဲ့အသီးသီး၏ ဖြည့်စွက်ဆဲ DBC Framework • Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်နည်း • Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ • အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရန် စာရွက်နှင့်မာကာများ
19	စီမံကိန်းဗျူဟာကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း	• Task 19 Handout 1 - စီမံကိန်းဗျူဟာကိုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ် နမူနာများ
20	အပိတ်အစီအစဉ်နှင့် နိဂုံးချုပ်ခြင်း	• သင်တန်းအကြို/အပြီးစစ်ဆေးခြင်း (Task 1 မှ) • သင်တန်းအပြီးလုပ်ငန်းစဉ်စစ်တမ်း • သင်တန်းအကြောင်း Flip Chart 1 - စားပွဲ (Task 1 မှ) နှင့် သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် ရောင်စုံအစက်အပြောက် ၆ ခုစီ (ပထမနေ့တွင်အသုံးပြုခဲ့သော အရောင်အမျိုးမျိုးနှင့်မတူညီသည့် အရောင်များကို အသုံးပြုပါ) • သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်ပေးအပ်ခြင်း • ဆက်သွယ်ရမည့်သူများ (ရှိပါက) • Task 20 Handout 1 - DBC Resources

သင်ယူလေ့လာလိုသောအရာနှင့်တတ်သိထားသောအရာတို့ကိုကြိုတင်ဆန်းစစ်မှုပြုလုပ်ခြင်း

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲစီစဉ်သူများသည် သင်တန်းမတိုင်မီမှာပင် သင်တန်းသားများ၏အတွေ့အကြုံနှင့်စိတ်ဝင်စားသော အကြောင်းအရာများကို သိရှိထားပါက များစွာအကျိုးရှိမည်ဖြစ်သည်။ သင်တန်းမပြုလုပ်မီ ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ် အလို တွင် သင်တန်းတက်ရောက်ရန် စာရင်းသွင်းထားသူများထံ မေးခွန်းတစ်စုံစီပေးပို့ပါ။ နမူနာအဖြစ် ရှေ့လာမည့် စာမျက်နှာရှိ LNRA ကိုကြည့်ပါ။

မေးခွန်းပုံစံကို အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲစီစဉ်သည့်အဖွဲ့သားများက အဖြေများပြန်လည်ပေးပို့ရန် သင်တန်းသားများအား ဆက်သွယ်တိုက်တွန်းရန် လိုအပ်ကောင်းလိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ သင်တန်းတက်ရောက်မည့်သူများထံမှအဖြေများအား အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမတိုင်မီ ပံ့ပိုးကူညီမည့်သူအားလုံးကို မျှဝေပေးပါ။ အဖြေများပေါ်မူတည်၍ သင်ရိုးတွင် အပြောင်းအလဲ များ (ဥပမာ အမှုအကျင့်နမူနာများ) ပြုလုပ်ပါ။

Workshop on DBC : Learning Needs and Resources Assessmentသင်ယူမှု လိုအပ်ချက်များ နှင့် အရင်းအမြစ်များ အကဲဖြတ်ခြင်း(LNRA)

ဆရာ၊ဆရာမများ ခင်ဗျာ/ရှင်

DBC အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကို တက်ရောက်ဖို့ စိတ်ဝင်စားတယ့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဆရာ၊ဆရာမတို့ရဲ့ အဖွဲ့အစည်းနဲ့ ဆရာ၊ဆရာမတို့ရဲ့ လိုအပ်ချက်တွေအတွက် ပိုမိုပြင်ဆင်နိုင်ဖို့ မိနစ်အနည်းငယ် အချိန်ယူပြီး အောက်ပါ မေးခွန်းတွေကို ဖြေကြားပေးစေလိုပါတယ်။ စာမေးပွဲစစ်တာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီအဖြေတွေကို သိရမှ ကျွန်တောတို့တွေအတွက် ဒီအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲဟာ ဆရာ၊ဆရာမတို့နဲ့ သင့်တော်တယ်ဆိုတာ သေချာသိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

အဖြေများကို ဒီ[email addressထည့်ပါ]ကို ပို့ပေးပါ။

အမည်____

ရာထူး____

မိခင်ဘာသာစကား____

၁. ဒီအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကနေ ဘာတွေ သင်ယူမယ်လို့ မျှော်လင့်ပါသလဲ။ ကျေးဇူးပြုပြီး တိတိကျကျရေးပေးပါ။

၂. DBC (သို့မဟုတ်) BEHAVE မူဘောင်တွေနဲ့ ဘယ် အတိုင်းအတာထိ ရင်းနှီးမှုရှိပါသလဲ။ အရင်က အသုံးပြုဖူးပါသလား။ အသုံးပြုဖူးပါက သင့် အတွေ့ အကြုံက ဘယ်လိုမျိုးပါလဲ။

၃. အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းအစီအစဉ်များအတွက် ပြင်ဆင်ရေးဆွဲတဲ့အခါ သင် ရင်ဆိုင်ရတယ့် အရေးအကြီးဆုံး စိန်ခေါ်မှုတွေက ဘာတွေလဲ။

၄. ဒီအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲက ရရှိလာတဲ့ ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုတွေကို မိမိ၏ကိုယ်ပိုင် အစီအစဉ်မှာ အသုံးပြုဖို့ ဘယ်လို စီစဉ်မလဲ။

၅. သင်၏အစီအစဉ်က မျှော်မှန်းသော အရေးအကြီးဆုံး အပြုအမူများကို ရေးပေးပါ(သုံးခု အများဆုံး)။ ကျေးဇူးပြုပြီး တိတိကျကျရေးပေးပါ။

က။

ခ။

ဂ။

ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ဆရာ၊ဆရာမတို့ သင်တန်း လာတက်ရောက်ဖို့ မျှော်လင့်နေပါတယ်။

[လက်မှတ်ထိုး]

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ

ပထမနေ့

Task ၁၊ အဖွင့်

အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းမှုအခြေခံ ရည်မှန်းချက်

ဒီလုပ်ငန်းအဆုံးမှာ

- သင်တန်းသားများအား နည်းပြများက နှုတ်ဆက်ပြီးဖြစ်မည်
- DBC မှုဘောင်နှင့် ပတ်သက်သော သူတို့၏ ဗဟုသုတ၊ သက်သောင့်သက်သာဖြစ်မှုအဆင့် အခြေခံ အချက်အလက်များကို သင်တန်းသားများက ပေးအပ်ပြီးဖြစ်မည်
- သင်တန်းသားများက သူတို့အကြောင်း သူတို့ ပြောပြပြီးဖြစ်မည်
- တခြား သင်တန်းသားများနှင့် တွေ့ ဆုံပြီးဖြစ်မည်
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲနှင့် ပတ်သက်ပြီး သူတို့၏မျှော်မှန်းချက်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပြီးဖြစ်မည်
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ၏ ရည်မှန်းချက် နှင့် လုပ်ငန်းစဉ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပြီးဖြစ်မည်။
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အတွက် စံများကို စာရင်းပြုစုပြီးဖြစ်မည်။

အချိန်

၂ နာရီ

ပစ္စည်းများ

- အကြိုအပြီး စစ်ဆေးခြင်း
- အကြိုအပြီး စစ်ဆေးခြင်းအတွက် အဖြေ(နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှာ ရှိပါသည်)
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ flip chart 1၊ သက်သောင့်သက်သာဖြစ်မှုပြ ဇယား(ညွှန်ကြားချက်များ၊ တစ်ဦးစီအတွက် ကပ်လို့ရတယ့် စက္ကူအပိုင်းခြောက်ခု ပေးပါ(သို့မဟုတ်) ဇယားပေါ်မှ အကြောင်းအရာများကို အကြိုစစ်ဆေးလွှာတွင် မေးခွန်းများအဖြစ်ပေါင်းမေးပေးပါ)
- Task ၁ flip chart ၁ သို့မဟုတ် လက်ကမ်းစာရွက် ၁ : အဖွင့် အချိန် သင့်အကြောင်းသိရဖို့ စာရွက်
- Task ၁ flip chart ၂ ၊ကျွန်ုပ်တို့၏ မျှော်မှန်းချက်
- Task ၁ flip chart ၃ (သို့မဟုတ်) လက်ကမ်းစာရွက် ၂၊ DBC အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ ရည်မှန်းချက်များ
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ လုပ်ငန်းစဉ်(flip chart ပေါ်တွင်)
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ flip chart 2၊ စံများနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ flip chart 3၊ မေးခွန်းများ သိမ်းဆည်းရန်နေရာ

အဆင့်များ

၁. အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ မိတ်ဆက်ခြင်း နှင့် ကြိုဆိုခြင်း

၁. က။ အဆင့်ဆင့် စီစဉ်ပြီးရသော အောင်မြင်မှုသည် သူတို့၏ အပြုအမူများကို ပြောင်းလဲသည့်၊ အလေ့အကျင့်များကို လက်ခံသည့်(ဂန်ဆောင်မှုပေးသူ၏ အကြောင်းကိစ္စတွင်) လူများအပေါ်တွင် မူတည်နေသောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိရောက်သော အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း မဟာဗျူဟာများကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်ဖို့သင်ကြားရန် လိုအပ်သည်ကို ရှင်းပြပါ။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ၏ အခြေခံ ရည်ရွယ်ချက်သည် DBC မူဘောင်ကို အသုံးပြုပြီး ထိရောက်သော အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း မဟာဗျူဟာများကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်ဖို့ သင်ယူရန် ဖြစ်ပါသည်။

၂. သင်တန်းသားများထံမှ အခြေခံသတင်းအချက်အလက်များကို စုဆောင်းယူပါ.

၂.(က)။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲပြီးဆုံးသောအခါ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ၏ထိရောက်မှုကိုအကဲဖြတ်ရန် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမစခင် အခြေခံသတင်းအချက်အလက်များကို ရယူသည်ဟု ရှင်းပြပါ. အခြေခံသတင်းအချက်အလက်တွင် အကြိုစစ်ဆေးခြင်း နှင့် သက်သောင့်သက်သာမှုပြဇယား

၂.(ခ)။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အကြို အပြီး စစ်ဆေးလွှာကို ဝေပေးပြီးဖြေဆိုချိန် ၁၀ မိနစ်ပေးပါ။ အချိန်ပြည့်လျှင် ပြန်သိမ်းပါ။

မှတ်ချက်။ ။ ပိုမိုကျွမ်းကျင်သူများပါဝင်သောအုပ်စုဖြစ်ပါက သင်တန်းနည်းပြသည် အကြိုအပြီး စစ်ဆေးလွှာတွင် ပိုခက်ခဲသော မေးခွန်းများ ထည့်မေးနိုင်ပါသည်။

၂.(ဂ)။ သက်သောင့်သက်သာဖြစ်မှုပြဇယားကို flip chart ပေါ်တွင် ပြန် ရေးဆွဲပါ(ရေးဆွဲဖို့ အကြံပေးထောက်ခံပါသည်) သို့မဟုတ် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အကြိုအပြီး စစ်ဆေးလွှာမှာ မေးခွန်းအဖြစ်ပြောင်းပြီး ပေါင်းထည့်ပေးနိုင်ပါသည်။

Flip chart ပေါ်တွင် ပြန်လည်ရေးဆွဲပါက သင်တန်းသား တစ်ယောက်ကို စတ္တကူပိုင်း ခြောက်ခုစီပေးပါ။ ဇယားပေါ်ရှိ အကြောင်းအရာများအား သင်တန်းသားများ၏ လက်ရှိ ရင်းနှီးသိရှိမှု နှင့် အနီးစပ်ဆုံး နေရာတွင် စက္ကူပိုင်းကို ကပ်ဖို့ ပြောပါ။

မှတ်ချက်။ ။ စက္ကူပိုင်းများ မရှိပါက သင်တန်းသားများအနေဖြင့် markerပင် သုံးပြီး အစက်ကလေးများ ရေးဆွဲနိုင်ပါသည်။

၃. သင်တန်းသားများနှင့် မိတ်ဆက်ခြင်း

၃.(က)။ လုပ်ငန်း ၁ flip chart ၁ သို့မဟုတ် လက်ကမ်းစာရွက် ၁ : အဖွင့် အချိန် သင့်အကြောင်းသိရဖို့ စာရွက် မှ မေးခွန်းများကို flip chart ပေါ်တွင် ရေးပါ။ သို့မဟုတ် လက်ကမ်းစာရွက် မိတ္တူများ ဝေပါ။

၃.(ခ)။ စာရွက် အလွတ် သို့မဟုတ် လက်ကမ်းစာရွက်ပေါ်တွင် အဖြေများကို ချရေးခိုင်းပါ။

၃.(ဂ)။ သင်တန်းသားများအား မိမိ မသိသူတစ်ယောက်နှင့် မိတ်ဆက်ပါစေ။

၃.(ဃ)။ ထို့နောက် သူမိတ်ဆက်လာသောလူ အကြောင်းကို သင်တန်းနည်းပြ နှင့် အခြားသင်တန်းသားများအား ပြန်ပြောပြခိုင်းပါ။

မှတ်ချက်။ ။ သင်တန်းသားများထံမှ သင်တန်းနှင့်ပတ်သက်ပြီးနောက်ထပ်သိလိုသော သတင်းအချက်များကို မေးမြန်းနိုင်သော အခွင့်အရေးဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ။ ။ သူတို့ လုပ်ဆောင်နေသော အပြုအမူများ၊ သူတို့ များစွာသိသော နိုင်ငံများအကြောင်း။ မေးလိုသော မေးခွန်းများကို flip chart (သို့မဟုတ်) လက်ကမ်းစာရွက်ပေါ်တွင် ရေးသားပါ။

၄. မျှော်မှန်းချက်များ

၄.(က)။ လုပ်ငန်း ၁ flip chart ၂၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ မျှော်မှန်းချက်များ

မှတ်ချက်။ ။ သင်တန်းနည်းပြများသည် သင်ယူရေး လိုအပ်ချက်များ နှင့် အရင်းအမြစ်များ အကဲဖြတ်ခြင်း မှ မျှော်မှန်းချက်များကို အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမစတင်မီ ပြန်လည်သုံးသပ်သင့်သည်။ အထူးသဖြင့် သင်တန်းသားတစ်ယောက်က သူ၏ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ မျှော်မှန်းချက်တွင် IEC(သို့မဟုတ်) BCC ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ဖော်ပြခဲ့ပါက ဒီအချိန်သည် သတင်း၊ ပညာရေး နှင့် ဆက်သွယ်ရေး(IEC)၊ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း ဆက်သွယ်ရေး(BCC)နှင့် အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း(BC)တို့ ခြားနားပုံကို ဆွေးနွေးဖို့ အချိန်ကောင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။ [ရှင်းပြချက်များအတွက် နောက်ဆက်တွဲ ၂ ရှိ အဓိက ဝေါဟာရ စာရင်းကို ကြည့်ပါ]

၄.(ခ)။ flip chart ကို ဖတ်ဖို့ သင်တန်းသားတစ်ယောက်ကို အကူအညီတောင်းပါ

၄.(င)။ ပေါင်းထည့်စရာများရှိမရှိ သင်တန်းသားများကို မေးမြန်းပါ။

၅။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲရည်မှန်းချက်များ

၅.(က)။လုပ်ငန်း ၁ flip chart ၃ (သို့မဟုတ်) လက်ကမ်းစာရွက် ၂၊ DBC အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ

၅.(ခ)။ ဒီအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွင်း မရကောင်းမရနိုင်သည့် မျှော်မှန်းချက်များကိုထောက်ပြပါ။

၆. အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲလုပ်ငန်းစဉ်

၆.(က)။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းမှာ ပြောထားသည့်အတိုင်း အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ လုပ်ငန်းစဉ်ကို flip chartတွင် ရေးပြီး သင်တန်းသားများနှင့် အတူ ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ တနေ့တာ အသုံးစရိတ်၊ ကွင်းဆင်းခြင်း၊ အစားအစာ စသည့် ထောက်ပံ့ရေး အကြောင်းအရာများအကြောင်း ဆွေးနွေးပါ။

၇. စံများ နှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ

သင်ယူဖို့ရာ အကောင်းဆုံးဝန်းကျင်တစ်ခု ဖန်တီးဖို့ လိုက်နာရမည့် စံများ နှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ အကြောင်း ခေါင်းချင်းရိုက် အဖြေရှာကြပါ။ စံများနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ အမည်ပေးထားသော flip chart တွင် ချကူးထားပါ။

၈. သင်တန်းနည်းပြများ၏ အခန်းက

၈.(က)။ မိမိ၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက်များအတွက် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲကို ပွားယူချင်သူများကို လက်ထောင်ခိုင်းပါ။

၈.(ခ)။ ဒီ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွင်းတွင် သင်တန်းနည်းပြများသည် သင်ယူရေး ဗဟိုပြု အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ ပညာရေး(Vella) နည်းလမ်းကို နမူနာထားမည်ကို ရှင်းပြပါ။ အထူးသဖြင့် သင်တန်းပံ့ပိုးပေးခြင်း နည်းပညာများနှင့် ပတ်သက်ပြီး မကြာခဏ မှတ်ချက်ပြုမည်ကိုလည်း ရှင်းပြပါ။

၉. အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအတွင်း မေးခွန်းမေးခြင်း

၉.(က)။ မေးခွန်းများ ထားသိုရာနေရာ အမည်ပေးထားသော flip chart တစ်ခု ထားပြီး မေးချင်သော မေးခွန်းများ ရေးသားထားပါ။ ထိုသို့ထားရခြင်း ရည်ရွယ်ချက်ကို သင်တန်းသားများအား ပြောပြထားပါ။

သင်တန်းမစမီ/သင်တန်းအပြီး ဆန်းစစ်ခြင်းမေးခွန်းလွှာ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းအတွက် ပုံစံရေးဆွဲခြင်း

နာမည် ၊ နာမည်အတိုကောက် ၊ အမှတ်အသား ____________________________________

၁။ အောက်ပါစာကြောင်းများထဲမှမည်သည့်စာကြောင်းသည် ရှင်းလင်းသေချာစွာ ရေးသား ထားသော အပြုအမူဖော်ပြချက်ဖြစ်သနည်း ။

က။ သစ်ပင်စိုက်ခြင်းဖြင့် မြေဆီလွှာတိုက်စားခြင်းကို ကာကွယ်သည်။

ခ။ ကြက်မွေးမြူရေးသမားများသည် သူတို့၏ကြက်များကို အချိန်ပြည့် ခြံခတ်ထားသည်။

ဂ။ မိခင်များသည် သူတို့၏ကလေးများကို ဖြည့်စွက်စာကျွေးသည်။

၂။ ဦးတည်အုပ်စုကို အဘယ့်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ ရှင်းလင်းဖော်ပြရန်လိုအပ်ပါသလဲ။

က။အပြုအမူပြောင်းလဲကျင့်သုံးမည့် အုပ်စု၏နောက်ခံအခြေအနေကို ပိုမိုနားလည် သဘောပေါက်စေရန်

ခ။ မည်သည့်သတင်းအချက်အလက်များပေးရမည် ကို သိရှိစေရန်

ဂ။ ရှိသေလေးစားမှုရှိကြောင်း ခံစားရစေရန်

၃။ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းဖြစ်စဉ်တွင် ပါဝင်သည့် အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသည့် အကြောင်းအရာများဟူသည် အဘယ်နည်း။

က။ အပြုအမူတစ်ခုကို လူတစ်ဦးတစ်ယောက် လုပ်ခြင်း သို့ မလုပ်ခြင်း၏ အကြောင်းအရင်းများ

ခ။ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းတွင် ပါဝင်သော အတားအဆီးများ

ဂ။ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း ဖြစ်ပေါ် လာရန် လိုအပ်သောအခြေအနေများ

၄။ အတားအဆီးများ လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်းတွင် လူတွေ့မေးမြန်းမှု စုစုပေါင်း မည်မျှလုပ်သင့်ပါသလဲ။

က။ ၉ဂ

ခ။ ၄၅

ဂ။ လူဦးရေစုစုပေါင်းအရေအတွက်ပေါ် တွင် မူတည်သည်။

၅။ မှန် သို့ မှားဖြေဆိုပါ ။ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းဇယားတွင် အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသော အကြောင်း အရာတစ်ခုအတွက် လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ တစ်ခုထက်မက ရှိနိုင်သည်။

က။ မှန်

ခ။ မှား

၆။ ' အကျိုးသက်ရောက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု ထင်မြင်ချက် ' ကို ကျွန်ုပ်တို့ မည်သို့နားလည် သဘောပေါက် ပါသလဲ။

က။ ထိုပြဿနာကို ဖြေရှင်းရာတွင် ထိုအပြုအမူသည် ထိရောက်မှုရှိလိမ့်မည်မဟုတ်ဟုထင်မြင်ချက်

ခ။ ဦးတည်အုပ်စုအတွက် ထိုပြဿနာ၏ ပြင်းထန်နိုင်မှု အခြေအနေ

ဂ။ မိမိတွင် ထိုပြဿနာရှိလာနိုင်သည်ဟူသော ထင်မြင်ချက်

၇။ အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော မည်သည့် အကြောင်းအရာများကိုအစဉ်အမြဲ လေ့လာသင့် ပါသလဲ ။
က။ လက်လှမ်းမီမှု ၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာစံသတ်မှတ်ချက်များ ၊ ဖြစ်ပေါ် လာနိုင်သော ကောင်းကျိုးများ
ခ။ အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက် ၊ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု ၊ ဖြစ်ပေါ် လာနိုင်သော ကောင်းကျိုးများ ၊ ဆိုးကျိုးများ
ဂ။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု ၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာစံသတ်မှတ်ချက်များ ၊ ဖြစ်ပေါ် လာနိုင်သော ကောင်းကျိုးများနှင့် ဖြစ်ပေါ် လာနိုင်သော ဆိုးကျိုးများ

၈။ ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုကို မည်သို့ သိရှိနိုင်ပါသလဲ ။
က။ ဦးတည်အုပ်စုကို မေးမြန်းခြင်းဖြင့်
ခ။ စီမံချက်ဝန်ထမ်းများကို မေးမြန်းခြင်းဖြင့်
ဂ။ ကျေးရွာရှိ တာဝန်ရှိသူများကို မေးမြန်းခြင်းဖြင့်

၉။ မှန် သို့ မှားဖြေဆိုပါ ။ အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းဇယားတွင် လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးတစ်ခု အတွက် လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်းတစ်ခုထက်မက ရှိသင့်သည်။
က။ မှန်
ခ။ မှား

၁၀။ အတားအဆီးများကိုလေ့လာဆန်းစစ်ခြင်းတွင် ထင်ရှားသောတုံ့ပြန်ချက်ဟု သတ်မှတ်ရန် ကျင့်သုံးသူ နှင့် မကျင့်သုံးသူ၏ ကွာခြားချက်ရာခိုင်နှုန်းသည် မည်မျှနည်း။
က။ ၄၀%
ခ။ ၁၅%
ဂ။ ၆၀%

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ flip chart (လုပ်လို့ရသလို၊ မလုပ်လို့လည်း ရပါသည်)

သက်တောင့်သက်သာဖြစ်မှုပြဇယား

ကျွမ်းကျင်မှုနယ်ပယ်	အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲမတိုင်မီ သက်သောင့်သက်သာဖြစ်မှု အဆင့်					အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အပြီး သက်သောင့်သက်သာဖြစ်မှု အဆင့်				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း မဟာဗျူဟာရဲ့ ဦးစားပေးအုပ်စုနဲ့ ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသော အုပ်စုကို ဖွင့်ဆိုရှင်းပြခြင်း										
ရှင်းလင်းပြီး ကောင်းမွန်စွာ ဖွင့်ဆိုရှင်းပြထားသော အပြုအမူ ဖေါ်ပြချက် ရေးသားခြင်း										
ကျင့်သုံးသူ၊ မကျင့်သုံးသူ လေ့လာခြင်း										
အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းကို လွှမ်းမိုးနေတဲ့ အဆုံးအဖြတ်ပေးနေသောအရာများကို တွက်ချက်နိုင်ဖို့ အရည်အသွေးနဲ့ အရေအတွက် ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို ပိုင်းခြားစိစစ်ခြင်း										
လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးတွေကို အကောင်းဆုံး ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်မည့် လုပ်ငန်းတွေကို ရွေးချယ်ဖို့ တိကျတဲ့ ရွေးချယ်ရေးစံ အသုံးပြုခြင်း										

အတိုင်းအတာနှုန်းထား- ၁= သက်သောင့်သက်သာ မဖြစ်ပါ။ ၂= အနည်းငယ် သက်သောင့်သက်သာဖြစ်ပါသည်။ ၃= တော်သင့်ရုံ သက်သောင့်သက်သာဖြစ်ပါသည်။ ၄=သက်သောင့်သက်သာဖြစ်ပါသည်။ ၅= အလွန်သက်သောင့်သက်သာဖြစ်ပါသည်

မှတ်ချက်။ ။ အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အစ သင်တန်းသားများ အခန်းထဲဝင်လာတဲ့ အခါ ဒီflipchart ကို ဖြည့်ခိုင်းပါ။ စက္ကူဝိုင်းလေးများ နဲ့ ကပ်ခိုင်းပါ။

Task ၁ flipchart ၁ (သို့မဟုတ်) လက်ကမ်းစာရွက် ၁

အဖွင့် အချိန်၊ သင့်ကို သိနိုင်ဖို့ စာရွက်

ဒီအတွက် မှတ်စုစာအုပ်ရဲ့ စာရွက်ကိုသုံးလို့လည်း ရပါတယ်။

နာမည်

ရာထူး နဲ့ ရာထူးအကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်

အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း မဟာဗျူဟာ ပုံစံ နဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အတွေ့ အကြုံ

ကြိုက်တဲ့ အရောင် နဲ့ ကြိုက်တဲ့ တိရိစ္ဆာန်

မိမိချစ်သော အရာ

မိမိလည်ပတ်ချင်သော နေရာတစ်ခု

Task 1 Flipchart 3 or Handout 2

DBC (အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်းအတွက် ပုံစံရေးဆွဲခြင်း) သင်တန်းရည်မှန်းချက်များ

သင်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် သင်တန်းသားများပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည့်အရာများ -

- DBC Framework (အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်းဇယား) တွင်ပါဝင်သောအစိတ်အပိုင်းအသီးသီးကိုခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ လက်တွေ့အချက်အလက်များ သို့မဟုတ် နမူနာအချက်အလက်များဖြင့် အစိတ်အပိုင်းအသီးသီးတွင် ဖြည့်စွက်ခြင်းကိုလက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း။
- သက်ဆိုင်ရာဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုများတွင် အပြုအမူပြောင်းလဲမှုအတွက် အတားအဆီးနှင့် တွန်းအားဖြစ်စေသောအရာများ (Key Determinants) ကိုခွဲခြားရန် Formative Research မှရရှိသော အချက်အလက်များကိုအသုံးပြုခြင်း
- Formative Research မှရရှိသောအချက်အလက်များဖြင့် မဟာဗျူဟာများရေးဆွဲရန် လက်ရှိစီမံကိန်းများ သို့မဟုတ် ဖြစ်ရပ်နမူနာလေ့လာမှု၌ DBC Framework ကို လက်တွေ့အသုံးပြုခြင်း
- အပြုအမူပြောင်းလဲရေးမဟာဗျူဟာများပိုမိုအောင်မြင်မှုရှိစေရန်နှင့်အရည်အသွေးမြင့်မားစေရန် သင်တန်းဖော်များနှင့်သင်တန်းပို့ချသူများထံမှဝေဖန်အကြံပြုချက်များရယူ၍ သင်တန်းသားများ၏ DBC Framework [အပြုအမူဖော်ပြချက် (Behavior Statement)၊ ဦးတည်အုပ်စုဖော်ပြချက် (Priority Group)၊ အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများ (Determinants) ရွေးချယ်ခြင်း၊ လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများ(Bridges to Activities) နှင့် လုပ်ငန်းများ (Activities)] ၏အစိတ်အပိုင်းများအား ပြင်ဆင်ရေးသားခြင်း

TASK 2 - အမူအကျင့်များပြောင်းလဲခြင်းမိတ်ဆက် - ကျွန်ုပ်တို့၏အခန်းကဏ္ဍများနှင့်ကြုံတင်ပြင်ဆင်၍ပြောင်းလဲမှု၏ဖြစ်စဉ်အဆင့်များ

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်များကို အစီအစဉ်တကျပြန်စီခြင်း
- ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်များတွင် ရပ်ရွာသူ/သားများ၏ဖြစ်နိုင်ဖွယ်တာဝန်များသတ်မှတ်ခြင်း
- ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်များတွင် အပြောင်းအလဲဖော်ဆောင်သူများအဖြစ် ရပ်ရွာသူ/သားများ၏အခန်းကဏ္ဍကို နားလည်သိရှိခြင်း
- ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့် ၅ ဆင့်နှင့် အပြောင်းအလဲဖော်ဆောင်သူများအဖြစ် ရပ်ရွာသူ/သားများ၏အခန်းကဏ္ဍတို့ကို ချိတ်ဆက်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ ၅၅ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- အဖွဲ့အသီးသီးအတွက် နံရံနေရာလွတ်များနှင့်ကော်ကပ်ရန်တိပ်
- နောက်ဆက်တွဲ ၁ မှ ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်ဂိမ်း - တစ်ဖွဲ့လျှင်ဂိမ်းတစ်စုံ (တစ်ဖွဲ့လျှင် ၅-၆ ဦး) - ဤဂိမ်းတွင် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်များအတွက်ကဒ်ပြား/စာရွက်တစ်စုံ၊ အပြောင်းအလဲဖော်ဆောင်သူ၏အခန်းကဏ္ဍအတွက်တစ်စုံနှင့် ရပ်ရွာသူ/သားများ၏တာဝန်များအတွက်တစ်စုံပါဝင်သည်။ ယင်းကဒ်များကိုသင်တန်းသားများအားပေးသည့်အခါ ရောမွှေ၍ပေးရမည်။
- Task 2 Handout 1 - ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်ဂိမ်း၏အဖြေနှင့်ပြောင်းလဲမှုအဆင့် ၅ ဆင့်
- ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့် ၅ ဆင့်ပါစာရွက်တစ်စုံ (မသိခင်အဆင့်၊ သိသည့်အဆင့်၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်၊ လက်တွေ့ ကျင့်သုံးသည့်အဆင့်၊ စွဲမြဲစွာကျင့်သုံးသည့်အဆင့်)
- **နောက်ဆက်တွဲ ၂** မှ **အဓိကဝေါဟာရ**များ (သင်တန်းမတိုင်မီကြိုတင်မရရှိထားသူများအတွက်)

အဆင့်များ

1. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု (BC) အကြောင်းပြန်လည်စဉ်းစားတွေးတောခြင်း
   - 1a. ကျွန်ုပ်တို့၏စီမံကိန်းများတွင် BC မဟာဗျူဟာများကို ပိုမိုထိရောက်စွာချမှတ်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများရှာဖွေခြင်းမပြုမီ ကျွန်ုပ်တို့၏အတွေ့အကြုံများကိုပြန်လည်စဉ်းစားတွေးတောကြည့်ရန် အရေးကြီးကြောင်းရှင်းပြပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏အမူအကျင့် ကိုပြောင်းလဲရန်ကြိုးစားအားထုတ်မှုမှ မည်သည့်သင်ခန်းစာများရရှိနိုင်သည်ကိုစူးစမ်းလေ့လာကြည့်ပါမည်။
   - 1b. ပြောင်းလဲခဲ့ဖူးသောအရာတစ်ခု သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲရန်ကြိုးစားခဲ့ဖူးသောအရာတစ်ခု - သွားတိုက်သည့်အကြိမ်ရေ တိုးခြင်း သို့မဟုတ် လက်ကိုဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးခြင်း - ကို သင်တန်းသားတစ်ဦးချင်းက ပြန်လည်စဉ်းစားတွေတောကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ထို့နောက် ယင်းအပြောင်းအလဲ ဖြစ်လာစေရန် ၎င်းတို့ပြုလုပ်ခဲ့သောအရာများနှင့်စွဲမြဲအောင် ပြုလုပ်ခဲ့သောအရာများကို ပြန်လည် စဉ်းစားရန်ပြောပါ။ နောက်ဆုံးအနေဖြင့် အပြောင်းအလဲ၏အောင်မြင်မှုကို ပြန်လည် စဉ်းစားတွေးတောရန်ပြောပါ။

1c. သင်တန်းသားအချို့အား စဉ်းစားမိသောအရာများကိုပြန်လည်ပြောပြရန်အောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ -

- ဘာကို ပြောင်းလဲခဲ့ဖူးသလဲ သို့မဟုတ် ဘာကို ပြောင်းလဲဖို့ကြိုးစားခဲ့ဖူးသလဲ။
- ဒီလိုပြောင်းလဲဖို့ ဘာတွေလုပ်ခဲ့ရသလဲ။
- ဘယ်လောက်လွယ်ကူ သို့မဟုတ် ခက်ခဲခဲ့သလဲ။
- ဘာကြောင့်ပိုပြီးလွယ်ကူခဲ့သလဲ သို့မဟုတ် ပိုပြီးခက်ခဲခဲ့သလဲ။
- ပြောင်းလဲဖို့ဘယ်လောက်ကြာခဲ့သလဲ။
- ပြောင်းလဲတာအောင်မြင်ခဲ့သလား။ ဘာကြောင့် အောင်မြင်ခဲ့သလဲ။ ဘာကြောင့် မအောင်မြင်ခဲ့သလဲ။

1d. အချို့အရာများကို အလွယ်တကူပြောင်းလဲနိုင်ပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုပင်မလိုအပ်ကြောင်း၊ အချို့အမူအကျင့်များကို ပြောင်းလဲရာတွင်မူ ပိုမိုခက်ခဲပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုလိုအပ်ကြောင်း ပြောပါ။ ကျွန်ုပ်တို့၏လုပ်ငန်းခွင်တွင် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ကြိုတင်ပြင်ဆင်၍အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုကိုဖော်ဆောင်သူများဖြစ်သည့်အလျောက် ယင်းသို့ပြောင်းလဲမှု၏ ဖြစ်စဉ်အဆင့်များနှင့်ယင်းဖြစ်စဉ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့၏အခန်းကဏ္ဍတို့ကို သိရှိရန်လိုအပ်သည်။

2. ကြိုတင်ပြင်ဆင်၍ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်၊ ကျွန်ုပ်တို့၏အခန်းကဏ္ဍများနှင့်ရပ်ရွာ၏အခန်းကဏ္ဍတို့ကို သတ်မှတ်ခြင်း

2a. သင်တန်းသားများအား ၅ ယောက်တစ်ဖွဲ့ခွဲပေးပြီး **နောက်ဆက်တွဲ ၁** မှ **ကြိုတင်ပြင်ဆင်၍ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်ဂိမ်း**စာရွက် ပထမတစ်စုံကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ ပထမတစ်စုံတွင် ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရာတွင်လိုအပ်သောအဆင့်များပါဝင်သည်။ အဖွဲ့များအား ပထမတစ်စုံ (နှင့်ကျန်နှစ်စုံ) ကို ရောမွှေ၍ပေးပါ။ ထို့နောက် မိမိ၏အဖွဲ့ကလက်ခံနိုင်သောအစီအစဉ်အတိုင်း အဆင့်များကိုစီရန် ပြောပါ။

မှတ်ချက် - သင်တန်းသားများက စနစ်တကျ စီစဉ်ပြီးသည်နှင့် **နောက်ဆက်တွဲ ၁** မှ ၃ စုံကို အစဉ်လိုက်ထားပါ။ ဂိမ်းကစား ရန်ပြင်ဆင်ရာတွင် နောက်ဆုံးစီစဉ်ထားသည့်အတိုင်း တစ်စုံဆွဲထုတ်၍ (ရောမွှေ၍) တစ်ကြိမ်လျှင် တစ်စုံစီပေးပါ။

2b. ပထမတစ်စုံကိုပြန်စီပြီးသည်နှင့် ဒုတိယတစ်စုံကိုဖြန့်ဝေပေးပါ။ ဒုတိယတစ်စုံသည် ရပ်ရွာကလုပ်ဆောင်ရမည့်အရာ (ပြောင်းလဲမည့်သူ) ကို ရည်ညွှန်းကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ နံရံတွင် ကပ်ထားပြီးဖြစ်သော ပြောင်းလဲမှု အဆင့်များအောက်တွင် အစဉ်လိုက်ကပ်ရန်ပြောပါ။

2c. ထို့နောက် တတိယတစ်စုံကိုဝေပေးပါ။ တတိယတစ်စုံသည် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စေသူ၏အခန်းကဏ္ဍကို ရည်ညွှန်းကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ပြောင်းလဲမည့်သူ၏စာရွက်များအောက်တွင် အစဉ်လိုက်ကပ်ရန်ပြောပါ။ ကပ်ပြီးပါက အဆင့်အသီးသီးအောက် တွင် ရပ်ရွာနှင့်ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စေသူ၏သက်ဆိုင်ရာအခန်းကဏ္ဍများ/တာဝန်များကို အစဉ်လိုက်ထားပါ။

2d. အဖွဲ့အားလုံးက သုံးစုံလုံးကပ်ပြီးပါက အခြားအဖွဲ့များ၏နေရာများသို့သွားရောက်ကြည့်ရှု၍ ရလဒ်များကိုနှိုင်းယှဉ်ရန် ပြောပါ။ ထို့နောက် ထားရမည့်အစီအစဉ်မှန်ကို သင်တန်းသားများအား ပြပါ။

ကြိုတင်ပြင်ဆင်၍ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်ဂိမ်းအတွက် အဖြေကို **Task 2 Handout 1 - ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်ဂိမ်း၏ အဖြေနှင့်ပြောင်းလဲမှုအဆင့် ၅ ဆင့်** တွင်ဖော်ပြထားသည်။

2e. သင်တန်းပို့ချသူက အောက်ပါမေးခွန်းများပေး၍ ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အကြောင်းဦးဆောင်ဆွေးနွေးပါ -

- လေ့ကျင့်ခန်းမှ မည်သည့်အရာများကို သိရှိခဲ့သနည်း။
- ရပ်ရွာ သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုတွင်ပါဝင်သူအားလုံးက ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်၏အဆင့်တိုင်းကို တစ်ပြေးညီ ရင်ဆိုင်ရသလား။

- ပြောင်းလဲမှု၏အဆင့်တစ်ဆင့်ကိုရောက်ချိန်တွင် မူလအဆင့်တစ်ခုသို့ ပြန်လျောကျခြင်း ရှိတတ်ပါသလား။
- BC ကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်၍ပြုလုပ်ပါက ပိုမိုထိရောက်မှုရှိသလား၊ မပြင်ဆင်ဘဲပြုလုပ်ပါက ပိုမိုထိရောက်သလား။
- သင့်ဦးတည်အုပ်စုနှင့်သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုကို သင်ပြောင်းလဲစေလိုသည့်အရာများက စနစ်တကျပြင်ဆင်မှု မရှိဘဲ စီမံကိန်းသက်တမ်းအတွင်း ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပါသလား။

3. BC ၏ အဆင့် ၅ ဆင့်

3a. ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့် ၅ ဆင့်ကို ကြားဖူးပါသလားဟု သင်တန်းသားများအားမေးပါ။ ယင်းတို့မှာ -

- မသိခင်အဆင့်
- သိသည့်အဆင့်
- ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်
- လက်တွေ့ကျင့်သုံးသည့်အဆင့်
- စွဲမြဲစွာကျင့်သုံးသည့်အဆင့်

မှတ်ချက် - ပထမနှင့်ဒုတိယအဆင့်များကို "စတင်မစဉ်းစားမီ" နှင့် "စဉ်းစားသည့်" အဆင့်များဟုလည်း ရံဖန်ရံခါ ခေါ်လေ့ရှိကြောင်း ထည့်သွင်းပြောပြပါ။

3b. ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့် ၅ ဆင့်ကို သင်တန်းသားများကြားသိဖူးပါက ယင်းအဆင့်များကိုပြောပြစေပြီး အဆင့်တစ်ခုချင်းကို အမည်နှင့်တကွ ကဒ်ပြားဖြင့်နံရံပေါ်တွင်ကပ်ရန်ပြောပါ။ မကြားဖူးပါက အဆင့် 3a ရှိ အဆင့်များကို ကဒ်ပြား ၅ ခုဖြင့်ပြသ၍ မိတ်ဆက်ပေးပါ။ ရပ်ရွာနှင့်လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်း၏လက်ရှိ BC အဆင့်များကိုသိရှိနိုင်ရန် Formative research ကိုအသုံးပြု၍ရကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ယင်းသို့သိရှိခြင်းက လုပ်ငန်းဗျူဟာများရေးဆွဲရာတွင် အထောက်အကူပြုနိုင်သည်။

3c. ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့် ၅ ဆင့်နှင့်ဂိမ်းကစားစဉ်က သင်တန်းသားများပြုလုပ်ခဲ့သော ကဒ်ပြား ၃ စုံတို့အကြား ဆက်စပ်ပြပါ။ ဤသို့ဆက်စပ်မှုကို **Task 2 Handout 1 - Task 2 Handout 1 - ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်ဂိမ်း၏ အဖြေနှင့်ပြောင်းလဲမှုအဆင့် ၅ ဆင့်** တွင်ဖော်ပြထားသည်။

3d. **အဆင့်ပြေပါကအသုံးပြုရန်** - ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့် (လူအများစုအတွက် မလွယ်ကူသောအဆင့်) အတွက် အလေ့အကျင့်ဖြစ်စေရန် ၎င်းတို့ကောင်းစွာသိရှိထားသည့်အမူအကျင့်တစ်ခုကိုရွေးချယ်၍ ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့် တွင်ပါဝင်သောအရာ ၁-၂ ခု၏အမည်ကိုပြောပြရန် အဖွဲ့ငယ်အသီးသီးအားပြောပါ။

3e. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းဟာ ကျန်းမာရေးကိုထိခိုက်စေတယ်ဆိုတာကို လူအများစုသိကြသလား။ အကယ်၍ ရပ်ရွာသူ/သားအများစုက ပြဿနာ နှင့်/သို့မဟုတ် အဖြေကိုသိရှိပြီးဖြစ်ပါက အသိပညာပေးခြင်းလုပ်ငန်းများအတွက် အချိန်များစွာပေးရန်မလိုအပ်ပါ။ သိမှု၊ ပြုကျင့်မှုနှင့်လွှမ်းခြုံမှုအခြေပြုမျဉ်း (Baseline Knowledge, Practice and Coverage - KPC) စစ်တမ်းများသည် ဦးတည်အုပ်စုဝင်အများစုရောက်ရှိနေသော BC အဆင့်ကိုသိနိုင်ရန်နည်းလမ်းကောင်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ယင်းကိုသိရှိသည်နှင့် BC ဒီဇိုင်းကို Designing for Behavior Change (DBC) Framework ဟုခေါ်သော နည်းစနစ်ဖြင့် ရေးဆွဲရမည်။

4. **နောက်ဆက်တွဲ ၂ မှ အဓိကပေါ်ဟာရ**များကို မရရှိသေးသည့်သင်တန်းသားများအား ဝေပေး၍ မေးလာသော မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။
မှတ်ချက် - အကယ်၍ သင်တန်းပို့ချသူသည် သင်တန်းသား၏မေးခွန်းများအား ဆက်လက်ပြုလုပ်မည့် လေ့ကျင့်ခန်းများတွင် ဖြေဆိုပေးရန်စီစဉ်ထားပါက အဖြေကိုအကျဉ်းချုံးမျှသာပေး၍ အသေးစိတ်ကို လာမည့်လေ့ကျင့်ခန်းများတွင် သိရှိနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားရှင်းပြပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက ပြန်လည်ကြည့်ရှုနိုင်စေရန် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့် ၅ ဆင့်ကို နံရံတွင်ကပ်ထားပါ။

Task 2 Handout 1 အပြုအမူပြောင်းလဲမှု အဆင့် ၅ ဆင့်

၁။ မသိရှိမီအဆင့် (နက်ရှိုင်းစွာမစဉ်းစားမီ) **၂။ သိရှိပြီးအဆင့်** (နက်ရှိုင်းစွာစဉ်းစား) **၃။ ပြင်ဆင်ခြင်းအဆင့်** **၄။ လုပ်ဆောင်ခြင်းအဆင့်** **၅။ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ခြင်း**

ပြောင်းလဲမှု အောင်မြင်စွာ ဖြစ်ပေါ်ရန် အဆင့်များ	ပြဿနာကို ဖော်ထုတ်မယ်။	အခြားရွေးချယ်စရာ နည်းလမ်းတွေကို လေ့လာမယ်။ သတင်းအချက် အလက်အသစ်တွေကို ရှာဖွေမယ်။	စွမ်းဆောင်ရည်အသစ်တွေ ရရှိလာတယ်။ စွမ်းအားအရင်းအမြစ်တွေ၊ အထောက်အပံ့တွေကို လက်လှမ်းမီလာတယ်။	အပြုအမူသစ်တစ်ခုကို စတင်လုပ်ဆောင်နေပြီ	အပြုအမူသစ်အကြောင်း ပြန်လည်သုံးသပ်မယ်။ အားဖြည့်ကူညီမယ်။	အကူအညီကို အားပြုပြီး အပြုအမူသစ်ကို ဆက်လုပ်မယ်။	အပြုအမူသစ် အောင်မြင်စွာလုပ်နိုင်တဲ့ အတွက် ဂုဏ်ပြုမယ်
ပြောင်းလဲသူ	ဘာပြဿနာမှ မတွေ့ဘူး	ပြဿနာတော့ ရှိနေနိုင်တယ်။ ဒါပေမယ့်သတင်းအချက်အလက် တွေ၊ အခြားနည်းလမ်းတွေ အကြောင်း ငါပိုသိဖို့လိုတယ်။	ငါ အပြုအမူအသစ်တစ်ခုကို စလုပ်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်နေပေမယ့် အတားအဆီးတော့ ရှိနေတုန်းပဲ	အပြုအမူသစ်တစ်ခုကို ငါစပြီးလုပ်နေပြီ ။ ဒါပေမယ့် အကျိုးရှိမရှိတော့ မသေချာဘူး။	ငါ့မိသားစုနဲ့ ငါ့ရပ်ရွာဆီက အကူအညီနဲ့ အားပေး တိုက်တွန်းမှုတွေကြောင့် ငါလုပ်နိုင်ခဲ့ပြီ။	ဒီပြောင်းလဲမှုက ကောင်းမွန်တယ်လို့ ငါယုံကြည်တဲ့ အတွက် အမူအကျင့်တစ်ခု ဖြစ်လာအောင် ငါဆက်ကြိုးစားဖို့လိုတယ်။	ဟုတ်ပြီကွ ! ငါလုပ်နိုင်ပြီ။
ပြောင်းလဲစေမည့်သူ	ပြဿနာကို သူတို့မြင်တွေ့အောင် ကူညီတဲ့ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ငါပံ့ပိုးပေးမယ်။	ပြဿနာကို ဖြေရှင်းတဲ့ အခြားနည်းလမ်း တွေကို သူတို့ မြင်တွေ့အောင်၊ သတင်းအချက်အလက်တွေ ပိုပေးနိုင်အောင် ကူညီတဲ့ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ငါပံ့ပိုးမယ်။	သူတို့ အတားအဆီးတွေကို ကျော်လွှားနိုင်အောင်၊ အရင်းအမြစ်တွေကို လက်လှမ်းမီလာအောင် ကူညီပေးနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ငါပံ့ပိုးမယ်။	အပြုအမူအသစ်ရဲ့ ကောင်းကျိုးတွေနဲ့ မကျင့်သုံးရင် ဖြစ်လာမယ့် အကျိုးဆက်တွေကို ဆွေးနွေးပေးပြီး သူတို့အပြုအမူအသစ်ကို အမြဲတမ်း လုပ်အောင် ငါပံ့ပိုးကူညီမယ်။	စဉ်ဆက်မပြတ် အားပေးတိုက်တွန်းမှု နှင့် အကူအညီတွေက အပြုအမူ ရာသက်ပန် ပြောင်းလဲဖို့လိုအပ်တယ်။	အပြုအမူသစ်ကို ဆက်လုပ်နေမနေ ငါစောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုပြီး လိုအပ်တဲ့ အကူအညီနဲ့ သတင်းအချက်အလက်တွေ ထောက်ပံ့ပေးသွားမယ်။	ကောင်းတဲ့အပြုအမူသစ် အောင်မြင်စွာ လုပ်နိုင်ခဲ့တာကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ဂုဏ်ပြုပေးမယ်။

Task 3 – DBC Framework မိတ်ဆက်

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- DBC Framework ပါအစိတ်အပိုင်းအသီးသီးကို ခွဲခြားသိရှိပြီးဖြစ်မည်။
- BC မဟာဗျူဟာတစ်ခုရေးဆွဲရာတွင် လိုက်နာရမည့်အဆင့်များကိုပြောဆိုပြီးဖြစ်မည်။
- အဓိကကျသောဆုံးဖြတ်ချက်များပြုလုပ်သည့်အခါ အဓိကထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့်အချက်များကိုပြန်လည်လေ့လာသုံးသပ်ပြီး ဖြစ်မည်။
- ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework ကို ပြန်လည်လေ့လာသုံးသပ်ပြီးဖြစ်မည်။

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 3 Flip Chart 1 – DBC Framework (ကနဦးတွင် အခေါ်အဝေါ်များကိုဖုံးအုပ်ထား၍ အဆင့် 2b တွင် ဖွင့်လှစ်ပြပါ။)
- Task 3 Flip Chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ
- Task 3 Handout 1 - DBC Framework အလွတ်တစ်ခု
- Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework နမူနာများ (စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်စီမံကိန်း -ဥပမာ ကြက်ဘဲမွေးမြူရေးနှင့်သစ်တောပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း၊ မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရ (MCHN) စီမံကိန်း - ဥပမာ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း)
- Task 3 Handout 3 - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်းလမ်းညွှန် - DBC လုပ်ငန်းစဉ်ပါအဆင့်များ
- Task 3 Handout 4 - အခြေခံသဘောတရား ၅ ချက်

အဆင့်များ

5. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုဗျူဟာတစ်ခု၏အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ
    1a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - သင့်လက်ရှိတာဝန်ထမ်းဆောင်နေသောစီမံကိန်းများအရ စီမံကိန်းတစ်ခု၏ BC မဟာဗျူဟာရေးဆွဲရာတွင် ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သော အဓိကအင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းအချို့ကိုဖော်ပြပါ။
    1b. သင်တန်းသားများ၏အဖြေတွင် ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု (အမူအကျင့်၊ ဦးတည်အုပ်စု သို့မဟုတ် ဩဇာညောင်းသောအုပ်စု၊ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ၊ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်နှင့်လုပ်ငန်းများ) နှင့်သက်ဆိုင်သောအရာတစ်ခုခု ပါဝင်လာသည်နှင့် Flip Chart တွင် ချရေးပါ။ သက်ဆိုင်မှုရှိသောအဖြေအားလုံးကို DBC Framework တွင် ပါသည်ဖြစ်စေ မပါသည်ဖြစ်စေ မှတ်သားပါ။ ပိုမိုအသေးစိတ်သော Framework တစ်ခုကို ဖန်တီးနိုင်သည့်အတွက် ချီးကျူးကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

6. DBC Framework

2a. BC မဟာဗျူဟာရေးဆွဲရာတွင်လည်းကောင်း၊ ပြန်လည်သုံးသပ်ရာတွင်လည်းကောင်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်လိုအပ်သည့် အရာအမျိုးမျိုးကိုစဉ်းစားရာတွင်အထောက်အကူဖြစ်စေရန် Tool တစ်ခုကိုဖန်တီးထားကြောင်းပြော၍ Framework ကိုစတင်မိတ်ဆက်ပါ။ ယင်း Tool သည် DBC Framework ဖြစ်သည်။

2b. **Task 3 Flip Chart 1 : DBC Framework** မှ Framework ကိုပြပါ။ အဆင့် I တွင် သင်တန်းသားများပေးခဲ့သော တွဲဖက်အဖြေများအားပြန်လည်ရည်ညွှန်း၍ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုချင်းဖွင့်လှစ်ပြသခြင်းဖြင့် ဇယားပါအစိတ်အပိုင်းများကို ရှင်းပြပါ။ **Task 3 Handout 1 : Blank DBC Framework** စာရွက်များအား တစ်ပြိုင်တည်းလိုက်ကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

2c. ဆုံးဖြတ်ချက်အသီးသီးအား အကျဉ်းချုပ်ရှင်းလင်းထားသည့် **Task 3 Flip Chart 2 : The Five DBC Decisions** ကို အသုံးပြု၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို တစ်ခုချင်းရှင်းပြပါ။ ဆုံးဖြတ်ချက်အသီးသီးနှင့်ယင်းတို့အားလုံး တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မည်သို့ဆက်စပ်နေသည်ကို အကျဉ်းချုံးရှင်းပြပါ။

- **အမူအကျင့်** - DBC Framework ရှိ Behavior တွင် ယင်း အမူအကျင့် (Behavior) ကိုပြုလုပ်ရမည့်သူနှင့် အခြားအသေးစိတ်အချက်အလက်များ - ဥပမာ ပမာဏ၊ အကြိမ်ရေနှင့်ကြာချိန် - ဖော်ပြရမည်။ Behavior တွင် တိကျမှု၊ တိုင်းတာနိုင်မှုနှင့်စောင့်ကြည့်သိရှိနိုင်မှုရှိရမည်။ အမူအကျင့်ဖော်ပြချက် (Behavior Statement) နမူနာများ – ကြက်ပိုင်သူအမျိုးသမီးများသည် ၎င်းတို့၏ကြက်များကို အချိန်တိုင်း ခြံခတ်မွေးမြူကြသည်၊ အသက် ၅ နှစ်အောက် ကလေးရှိသည့်မိခင်များသည် ခြံဝင်းထဲတွင် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များစိုက်ပျိုးကြသည်၊ တောင်ပေါ်မြေရှိသည့် လယ်သမားများသည် တောင်စောင်းတွင် သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးကြသည်။ အသက် ၁၀-၅၉ လသားအရွယ်ကလေးရှိသည့် မိဘများသည် နေ့စဉ် အိမ်သာတွင်မစင်စွန့်သည်။ Behavior Statement ရေးသားရာတွင် ပစ္စုပ္ပန်ကာလကြိယာဖြင့် ရေးသားရပြီး "အားလုံး" သို့မဟုတ် ရာခိုင်နှုန်းများ မပါဝင်ရပါ။ အမူအကျင့် (Behavior) ကို "ကျင့်ကြံမှု (Practice)" ဟုလည်းခေါ်ဆိုကြပြီး အမူအကျင့်နှင့်ကျင့်ကြံမှုတို့ကိုပြုလုပ်မှုဖန်များလာပါက "အလေ့အထ" ဖြစ်လာသည်။
- ဦးတည်အုပ်စု (Priority Group) နှင့် သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စု (Influencing Group) -
  ဦးတည်အုပ်စုဆိုသည်မှာ အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးရန် ကျွန်ုပ်တို့ကတိုက်တွန်းနေသောအုပ်စုဖြစ်သည်။ ဦးတည်အုပ်စု (ဥပမာ - မိခင်များ၊ လယ်သမားများ) သည် အများအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စီမံချက် ရပ်ရွာများမှဖြစ်လေ့ရှိသော်လည်း ဝန်ဆောင်မှုပေးနေသူများ - ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် စေတနာ့ဝန်ထမ်းများ - (ဥပမာ Extension Agents၊ Health Promoters) အကြား အမူအကျင့်များမြှင့်တင်ရာတွင်လည်း DBC Framework ကိုအသုံးပြုနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဦးတည်အုပ်စုကိုအဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ရာတွင် ဆီလျော်မှုနှင့်ထိရောက်မှုရှိသောစီမံကိန်းလုပ်ငန်းများစီစဉ်ပုံကို သိနားလည်ရန် အထောက်အကူ ဖြစ်စေမည့်နည်းလမ်း ၆ ခုကိုအသုံးပြုသည်။ ယင်းနည်းလမ်း ၆ ခုကို **Task 5** တွင် အသေးစိတ် ဆွေးနွေး သွားမည်။

သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စု (Influencing Group) ဆိုသည်မှာ ဦးတည်အုပ်စု (Priority Group) က အမူအကျင့်ကို ကျင့်သုံးလာစေရန် လွှမ်းမိုးနိုင်မှုအရှိဆုံးအုပ်စုဟု ဦးတည်အုပ်စုကရည်ညွှန်းခြင်း ခံရသည့် အုပ်စု ဖြစ်သည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုတစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုသာရှိတတ်သည်။ ယင်းအုပ်စုများ၏လွှမ်းမိုးမှုက အလွန်ကြီးမားပါက ယင်းတို့ကိုလည်း နည်းလမ်း ၆ ခုဖြင့်ဖော်ပြရမည်။

မှတ်ချက် - သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများကိုသိရှိနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ဦးတည်အုပ်စုကို အသေးစိတ် လေ့လာရမည် (ယင်းအကြောင်းကို နောက်ပိုင်းတွင် ဆက်လက်ဆွေးနွေးသွားမည်)။

- **အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants)** – Determinants ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦး၏ စိတ်ခံစားချက်များ၊ ယုံကြည်မှုများ သို့မဟုတ် အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးရန်အားပေးသော သို့မဟုတ် မကျင့်သုံးရန် အတားအဆီးဖြစ်စေသော ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်၏ပတ်ဝန်းကျင်ရှိအခြားအရာများကိုဖြစ်သည် (ဥပမာ - ကြက်ဘဲမွေးမြူရေး အတွက် ခြံစည်းရိုး သို့မဟုတ် လှောင်အိမ်ဆောက်လုပ်ရန်ပစ္စည်းများမရှိခြင်း)။ ယင်းတို့အနက် မည်သည့်အရာများက လွှမ်းမိုးမှုအရှိဆုံးဖြစ်သည်ကို သုတေသနပြုလေ့လာခြင်းဖြင့်သာ ကျွန်ုပ်တို့သိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည် (ဥပမာ ဦးတည်အုပ်စုဝင်များနှင့်အမေးအဖြေပြုလုပ်ခြင်း)။
- **လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities)** - Bridges to Activities ကို "ပင်မအကြောင်းတရားများ" ဟု ယခင်က ခေါ်ခဲ့ကြသည်။ Bridges to Activities များသည် Formative research (Barrier Analysis သို့မဟုတ် Doer/Non-doer Study) ပြုလုပ်ချိန်တွင် ဦးတည်အုပ်စု၏ဖြေဆိုချက်များပေါ်အခြေခံ၍ သုတေသနမှတွေ့ရှိလာသော ပြဿနာရပ်ကိုဖြေရှင်းရန် ပြုလုပ်ရမည့်အရာကို ပိုမိုအသေးစိတ်ရှင်းလင်း ဖော်ပြသည်။ Bridge to Activity တစ်ခုသည် လမ်းညွှန်ကြိယာ (ဥပမာ တိုးမြှင့်ပါ၊ လျှော့ချပါ၊ တိုးတက်အောင် လုပ်ပါ၊ ပိုမိုခိုင်မာအောင် လုပ်ပါ) ဖြင့် အများအားဖြင့် အစပြုလေ့ရှိပြီး ဦးတည်အုပ်စု၏အမြင်ကိုပြောင်းလဲရန် အများအားဖြင့် ရည်ရွယ်သည်။ Bridge to Activity ကို ရာခိုင်နှုန်းများဖြင့် ရေးလေ့မရှိပါ။ သက်ဆိုင်ရာ အမူအကျင့်အတွက် အရေးကြီးသည်ဟု တွေ့ရှိထားသော Determinant တစ်ခုလျှင် အနည်းဆုံး Bridge to Activity တစ်ခု အစဉ်အမြဲရှိသည်။
- **လုပ်ငန်းများ (Activities)** – Activities ဆိုသည်မှာ Bridges to Activities များဖြေရှင်းရန် အများအားဖြင့် ဦးတည်အုပ်စု သို့မဟုတ် သြဇာညောင်းသောအုပ်စုနှင့်အတူ စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများက အစီအစဉ်ရေးဆွဲ၊ ကျင်းပ နှင့်/သို့မဟုတ် ပြုလုပ်သော လုပ်ငန်းများဖြစ်သည်။ Activities များကို ပြုခြင်းပြကြိယာဖြင့် ရေးသားသည်။ ဥပမာ "အရည်အသွေးမီပြီး ဈေးနှုန်းသက်သာသော ကြက်စာများထုတ်လုပ်ရောင်းချရန် တစ်ရွာလျှင် လုပ်ငန်းရှင်တစ်ဦးကျ အသေးစားချေးငွေပေးပါ။" သို့မဟုတ် "သံဆန်ခါအရောင်းဆိုင်များ ထပ်မံတည်ထောင်ပါ။"

2d. ပြဿနာရပ်ကိုသတ်မှတ်ဖော်ပြရန် သီးခြားကော်လံမပါဝင်သော်လည်း ယခုအဆင့်တွင် အမူအကျင့်ကို ဖော်ပြရန်မဖြစ်နိုင်ဟု သိရှိထားကြသည်။ အကြောင်းမှာ အမူအကျင့်များသည် ပြဿနာကိုဖြေရှင်းပေးမည့် အရာများဟု သိပ္ပံပညာအရ ကျွန်ုပ်တို့ သိရှိထားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များဖြစ်သည်။ ဥပမာ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းနှင့်ဖြည့်စွက်စာကျွေးမွေးခြင်းတို့သည် အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းကိုတိုက်ရိုက်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကလေးရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှုန်းနှင့်သေဆုံးမှုနှုန်းတို့ကို သွယ်ဝိုက်၍လည်းကောင်း ဖြေရှင်းပေးသောအမူအကျင့်များ ဖြစ်သည်။

- သင်တန်းသားများအားမေးရန် - မည်သည့်အဆင့်တွင် ပြဿနာများကိုဖော်ထုတ်သိရှိနိုင်သနည်း။ ဖြစ်နိုင်ဖွယ် အဖြေများ - အခြေအနေဆန်းစစ်မှု သို့မဟုတ် အဆိုပြုလွှာရေးသားမှုပြုလုပ်သည့်အဆင့်နှင့် ရံဖန်ရံခါ အသေးစိတ် အကောင်အထည်ဖော်သည့်အဆင့် နှင့်/သို့မဟုတ် အခြေပြုအချက်အလက် ကောက်ယူချိန်။

"ပြဿနာရှာဖွေ ဖော်ထုတ်ခြင်း" ဟုရေးထားသောသင်္ကေတတစ်ခုကို Flip Chart ပေါ်ရှိ အမူအကျင့်ကော်လံ၏ ဘယ်ဘက်တွင်ကပ်ပါ။

- **Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework နမူနာပုံစံများ** ကိုဖြန့်ဝေပေးပါ။ Framework တစ်ခုကို မေးခွန်းများဖြေဆိုလျှက် အဆင့်ဆင့်ရှင်းပြချိန်တွင် သက်ဆိုင်ရာနမူနာပုံစံအား တစ်ပြိုင်နက်ကြည့်ရှုလေ့လာရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ရှင်းပြမည့်နမူနာ Framework ကို သင်တန်းပို့ချသူက ကြိုတင်ရွေးချယ်ထားနိုင်သည်။

2e. **Task 3 Handout 3 - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်းလမ်းညွှန် - DBC လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ဆင့်** ကိုဖြန့်ဝေပေးပါ။ ယင်းလမ်းညွှန်ကို သင်တန်းသားများနှင့်အတူ ပြန်လည်သုံးသပ်လေ့လာ၍ အဆင့်တစ်ခုချင်းအတွက် မေးခွန်းများအား ဖြေကြားပေးပါ။

7. **Task 3 Handout 4 - အခြေခံသဘောတရား ၅ ချက်** အကြောင်းဆွေးနွေး၍ အနှစ်ချုပ်ပါ။ မေးခွန်းများမေးလာပါက ဖြေကြားပေးပါ။

အပြုအမူ	ဦးတည်အုပ်စု (သို့)ဩဇာလွှမ်းမိုး နေသောအုပ်စု	အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုး ထားတဲ့ အကြောင်းအရာတွေ	လုပ်ငန်းစဉ် ပေါင်းကူးများ	လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းတွေ
ဒီအပြုအမူကို ပြောင်းလဲဖို့အတွက်......	တက်ရောက်လာသူများ အနက်........... ဦးတည်အုပ်စု- ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စု-	ဒီအကြောင်းအရာ တွေကိုဖော်ထုတ်ပြီး *ဒီအကြောင်းအရာတွေကို လေ့လာစမ်းစစ်မှုလုပ်ပြီးမှပဲ သိလာနိုင်မယ်။	ဒီထင်မြင်ချက်တွေကို လျော့နည်းအောင်/တိုးများအောင် လုပ်ကြမယ်။ (ရရှိလာမယ့်အကျိုးကျေးဇူးတွေနဲ့ တွေ့ကြုံလာနိုင်တဲ့ အတားအဆီးတွေကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားဖို့လိုမယ်)	ဒီလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့်..
အညွှန်းကိန်းများ				အညွှန်းကိန်းများ

(က) တိကျသေချာ၊ လက်တွေ့ကျပြီး ထိရောက်အကျိုးရှိတဲ့ ဘယ်လို အပြုအမူမျိုးကို အဓိကပြောင်းလဲချင်တာလဲ။

(ခ) ဦးတည်အုပ်စုနဲ့ ဩဇာလွှမ်းမိုးနေတဲ့ အုပ်စုတွေက ဘယ်သူတွေလဲ။

(ဂ) ဘယ်အကြောင်းအရာတွေက အပြုအမူပြုပြင်ပြောင်းလဲဖို့ အဓိက အရေးပါနေတာလဲ။ (အကြောင်းအရာတွေကတော့ -ထင်မြင်ယူဆရသော- မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု ၊ လူမှုထုံးစံများ ၊ ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးများ ၊ ဆိုးကျိုးများ ၊ လက်လှမ်းမှီမှု ၊ မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ ၊ အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုပေါ်တွင် ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု ၊ အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု ၊ အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက်၊ ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ ၊ မူဝါဒများ ၊ ဓလေ့ထုံးတမ်းများ)

(ဃ) ဘယ်လိုလုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးတွေကို မြှင့်တင်သင့်သလဲ။

(င) လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးတွေကို ဦးတည်ပြီး ဘယ်လိုလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်ရမလဲ။

Task 3 Handout 2

ဖြည့်စွက်ပြီး နမူနာ DBC Frameworks များ

စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်စီမံခန့်ခွဲရေးစီမံကိန်းများအတွက် နမူနာ ၁ - ကြက်ဘဲမွေးမြူရေး

အမူအကျင့် (Behavior)	ဦးတည်အုပ်စု သို့မဟုတ် ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စု(Priority Group or Influencing Group)	အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှု အရှိဆုံးအရာများ (Determinants)	လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities)	လုပ်ငန်းများ (Activities)
ကြက်မွေးမြူသော ဦးတည်အုပ်စုဖင်အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများ အစဉ်အမြဲ ခြံခတ်၍မွေးမြူကြသည်။ 	**Demo** - ကြက်မွေးမြူသော မိသားစုများမှ အရွယ်ရောက်ပြီး အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများ။ ယင်းမိသားစုအားလုံးတွင် အသက် ၂ နှစ်အောက်ကလေး သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်ဆောင် သို့မဟုတ် နို့တိုက်မိခင်တစ်ဦး ရှိသည်။ ကျေးလက်တွင်နေထိုင်ကြပြီး စာရေးစာဖတ်အနည်းငယ် တတ်ကျွမ်းကြသည်။ **မိသားစုများအလိုရှိသော အရာများ** - ၎င်းတို့၏ကလေးများ၏ အစားအစာဖူလုံမှု၊ သာယာဝပြောမှုနှင့်ပညာရေး	**ဆိုးကျိုးများ** - • ကြက်ဥ မဥတော့ခြင်း။ • ကြက်ကိုအစားကျွေး၊ ရေတိုက်ရန် အလုပ်ပိုလုပ်ရ မည့်အပြင် အကုန်အကျပိုမို များပြားလာမည်။ **ကောင်းကျိုးများ** - • သားရဲတိရစ္ဆာန်များကြောင့် ကြက်များဆုံးရှုံးမှု မရှိတော့ခြင်း။ • ကြက်နာကျ၍ ဆုံးရှုံးမှု လျော့နည်းသွားခြင်း။ • သီးနှံများနှင့်ဥယျာဉ်များကို ကြက်များမဖျက်ဆီးနိုင်တော့ ခြင်း။ • ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် လွယ်ကူခြင်း။ • ကြက်ချေးကို ဓာတ်မြေဩဇာအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ခြင်း **လက်လှမ်းမီမှု** - • ခြံ သို့မဟုတ် လှောင်အိမ် ဆောက်ရန် ကုန်ကြမ်းမရှိခြင်း • ကြက်စာဖိုးကုန်ကျစရိတ်။	1. ခြံခတ်ထားပါက ကြက်များ ဥ မဥတော့ဟူသော အမြင်ကို လျှော့ချရန် 2. ကြက်ကိုခြံခတ်မွေးမြူပါက ပိုမိုဂရုစိုက်မှုလိုအပ်သည်/ ကုန်ကျစရိတ်ပိုများသည် ဟူသောအမြင်ကိုလျှော့ချရန် 3. ကြက်များကိုခြံခတ်မွေးမြူပါက စီးပွားရေးအရတွက်ချေ ကိုက်သည်ဟူသောအမြင်ကို မြှင့်တင်ပေးရန် 4. ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသော ခြံစည်းရိုးခတ်သည့်ပစ္စည်း များပိုမိုရရှိနိုင်အောင်ပြုလုပ် ပေး၍ ဒေသထွက်ပစ္စည်းများ ကို အဆင်ပြေအောင် အသုံးပြုနိုင်သည့်စွမ်း ရည်မြှင့်တင်ပေးရန်	1- ခြံခတ်မွေးမြူထားသည့်ကြက်များ ရှင်သန်နေသည်ပုံနှင့် ကြက်များခြံဝင်းတွင်းနေထိုင် တတ်ပုံတို့သည်ကို ကုန်ကျစရိတ်နှင့်အကျိုးရှိမှုတို့ ဖော်ပြလျှက် စံပြကြက်ခြံတစ်ခုအား တစ်ရွာလျှင်တစ်ခုထားရှိပါ။ 2 - ကြက်အားလုံးအတွက် ပိုမိုကောင်းမွန်သောအစာ၊ သန့်ရှင်းသောရေနှင့်ကာကွယ် ဆေးတို့ထောက်ပံ့ပေးပါ။ 1 and 2 - ကြက်မွေးမြူနည်း (ကြက်စာ၊ ရေ၊ ကာကွယ်ဆေး)၊ ကြက်ခြံနှင့်လှောင်အိမ်ကို ဒေသထွက်ကုန်ကြမ်းများဖြင့် ဆောက်လုပ်နည်းတို့ကို စိုက်ပျိုးရေးကွင်းဆင်းဝန်ထမ်း များ အား သင်ကြားပေးပါ။ ၎င်းတို့ တတ်ကျွမ်းသည့်အရာကို အခြားသူများအား

	လက်ရှိအလေ့အကျင့် - ကြက်များက ခြေဦးတည့်ရာ သွားလာနေကြပြီး သစ်ပင်များ ပေါ်တွင်အိပ်သည်။ ခြံခတ်မွေးမြူပါက ကြက်များအစာမဝနိုင်ဟု ၎င်းတို့က ယူဆကြသည်။ စားရိတ်ကျဉ်းကျဉ်းဖြင့်ကြက်စာ ပြုလုပ်နည်းကို မသိကြချေ။ **ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်** - သိသည့်အဆင့်			ပြန်လည်သင်ကြားပေးနိုင်စွမ်း အား စောင့်ကြည့်လေ့လာ၍ စွမ်းရည်များ ဆက်လက်မြှင့်တင်ပေးပါ။ 2- ကြက်ခြံဖြင့်မွေးမြူခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို လစဉ်ရရှိမည့် အကျိုးကျေးဇူးတစ်ခုချင်းဖော်ပြပါရှိသည့် ပြက္ခဒိန်တစ်ခုဖြန့်ဝေပေးခြင်းဖြင့် ပိုမိုမှတ်မိစေရန်ပြုလုပ်ပါ။ 3- အရည်အသွေးမီပြီး ဈေးသက်သာသောကြက်စာ၊ ရေနှင့်ဒေသထွက် သို့မဟုတ် အဟောင်းကိုပြင်ဆင်ထားသည့် ပစ္စည်းများဖြင့်ပြုလုပ်ထားသည့် ကြက်စာခွက်များထုတ်လုပ်ရောင်းချရန် တစ်ရွာလျှင် လုပ်ငန်းရှင်တစ်ဦး နှုန်းဖြင့် နည်းပညာအကူအညီနှင့် အသေးစားချေးငွေထောက်ပံ့ပေးပါ။ 3- ဂယ်လိုအားတိုးလာသည်နှင့်အမျှ စီမံကိန်းမှစိုက်ပျိုးရေးပညာရှင်များက ဒေသခံသံဇကာရောင်းချသူများ နှင့်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သွားမည်။

ညွှန်းကိန်း -	**ညွှန်းကိန်း -**
ကြက်ကို တစ်ချိန်လုံး ခြံခတ်မွေးမြူသည့်အိမ်ထောင်စုရာခိုင်နှုန်း	• အောင်မြင်မှုရှိသောစံပြကြက်ခြံအရေအတွက် • စံပြကြက်ခြံသို့လာရောက်လေ့လာသူဦးရေ • ကြက်ကိုခြံခတ်မွေးမြူခြင်းအပြင် ပိုမိုကောင်းမွန်သည့်ကြက်မွေးမြူနည်းတစ်ခု သို့မဟုတ် ယင်းပို၍ ကျင့်သုံးလာသောအိမ်ထောင်စုဦးရေ • ကြက်စာရောင်းချသည့်လုပ်ငန်းရှင်ဦးရေ

စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်စီမံခန့်ခွဲရေးစီမံကိန်းများအတွက် နမူနာ ၂ - သစ်တောပြန်လည်ထူထောင်ရေး

အမူအကျင့် (Behavior)	**ဦးတည်အုပ်စု သို့မဟုတ် ဩဇာလွှမ်းသည့်အုပ်စု(Priority Group or Influencing Group)**	**အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံး အရာများ (Determinants)**	**လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities)**	**လုပ်ငန်းများ (Activities)**
တောင်ယာလုပ်သော ဦးတည်အုပ်စုဝင်လယ်သမားများက ၎င်းတို့စိုက်ပျိုးမြေ၏ တောင်စောင်းများတွင်သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးကြသည်။ 	**Demo** - လယ်သမားအမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများ တောင်ယာမြေတွင် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်သည်၊ ဂမ်းစာအတွက်စိုက်ပျိုးသူ ရာသီအလိုက်ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်လုပ်သည်၊ မြေ ၄ ဟက်တာအောက်သာ ပိုင်ဆိုင်သော်လည်း အချို့သည်တောင်ပေါ်တွင် ရှိပြီး အချို့သည် မြေဆီလွှာပြုံးတီးနေသည်။ <u>**အလိုရှိသော အရာများ**</u> - ၎င်းတို့၏ကလေးများ၏ဘဝ ပိုမိုတိုးတက်ပြီး လယ်ထဲမဆင်း စေချင်၊	**ကောင်းကျိုးများ** - • သစ်ပင်စိုက်ခြင်းဖြင့် နောင်အခါတွင် ထင်းနှင့်အိမ်ဆောက်ပစ္စည်းအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်ခြင်း၊ မြေဆီလွှာပြုံးတီးမှုနှင့်မြေပြိုခြင်းတို့ကိုထိန်းပေးခြင်း၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုမှ ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ အသီးအနှံထွက်နှုန်းတိုးစေခြင်းတို့ရရှိမည်ဟု ယုံကြည်ကြသည်။ **ဆိုးကျိုးများ** - • ပင်ပျိုများသေဆုံးသဖြင့် အချိန်နှင့်ခွန်အားတို့ဆုံးရှုံးမည်ဟု ယူဆကြသည်။ • သစ်ပင်စိုက်ပါက စားသုံးရန်သီးနှံစိုက်ပျိုးချိန်ကိုဖဲ့ပေးရမည်ဟု ယူဆကြသည်။ • အရိပ်ကျခြင်းနှင့်ရေစုပ်ယူခြင်းတို့ကြောင့် သီးနှံစိုက်ပျိုးမှုကိုနှောင့်နှေးစေမည်ဟု ယူဆကြသည်။	1. နောင်တစ်ချိန်အကျိုးရှိနိုင်သဖြင့် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းကို ယခုအချိန်တွင် ပြုလုပ်သင့်သည်ဟူသော အမြင်ကိုစွဲမြဲလာစေရန် 2. ကောင်းစွာစိုက်ပျိုး၍ပြုစုပေးပါက သစ်ပင်များမသေနိုင် ဟူသော အမြင်ပိုမိုတိုးတက် လာစေရန် 3. သစ်ပင်စိုက်ပျိုးရန် လူတစ်ဦးချင်းလိုအပ်သောအချိန် လျော့နည်းလာစေရန် 4. သစ်ပင်စိုက်ပျိုးရန်အခြားနေရာများရှာဖွေခြင်းဖြင့် သီးနှံထွက်ရှိမှုအပေါ် ထိခိုက်နိုင်ခြေ လျော့နည်းစေရန်	1- စည်ပင်သာယာမှတာဝန်ရှိသူများ က အပင်ကြီးမျိုးများစိုက်ပျိုးခြင်း ထက် သီးနှံပင်များစိုက်ပျိုးရန် အားပေးလှုံ့ဆော်ခြင်း၊ သတ်မှတ်အပင်အရေအတွက်ကို ရှင်သန်ကြီးထွားလာသည်အထိ စိုက်ပျိုး/ထိန်းသိမ်းပေးနိုင်သည့် မိသားစုများအား ဆုချီးမြှင့်ခြင်း (ရပ်ရွာအဆင့်တွင်လည်း ပြုလုပ်နိုင်သည်)၊ ပျိုးပင်များ - အသီးပင်များအပါအဝင် - အခမဲ့ သို့မဟုတ် ဈေးသက်သာစွာ ရောင်းချပေးနိုင်သည့် စည်ပင်သာယာပျိုးပင်ဆိုင်များအား မတည်ရင်းနှီးထူထောင်ပေးခြင်းတို့ ပြုလုပ်ပါ။ 2 - drip irrigation စနစ်သုံး ပစ္စည်းများအပါအဝင် - ကဏ္ဍအလိုက်သစ်ပင်စိုက်ပျိုးနည်းအမျိုးမျိုးကို အကျဉ်းချုံးသရုပ်ပြသပါ။ ကျောင်းတွင်းသစ်ပင်စိုက်ပျိုးချိန်တွင် အလားတူထပ်မံသရုပ်ပြပါ။ 3 - ရပ်ရွာပိုင်တောင်စောင်းတွင် တစ်နှစ်လျှင်တစ်ကြိမ် သစ်ပင်စိုက်ပွဲ ပြုလုပ်ရန် မိသားစုများအားလှုံ့ဆော်စည်းရုံးပါ။ သစ်ပင်များကို အလှည့်ကျရေလောင်း၊ ပေါင်းသင် ပြုလုပ်ရန် မိသားစုများအား

	ရာသီအလိုက်ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်လုပ်ရခြင်းကို ရပ်တန့်လို၊ အခြေခံအစားအစာဖူလုံမှုရှိလို။ **လက်ရှိအလေ့အကျင့် -** သစ်ပင်ကိုအချိန်ပေးစိုက်ပျိုးခြင်းမှရရှိလာမည့် အသီးအပွင့်များ ခံစားရရန်စောင့်ရမည့်အချိန်ကြာမြင့်လွန်းသည်ဟု ယူဆကြသည်။ နှစ်စဉ်အထွက်နှုန်းကျဆင်းလာသဖြင့် အချို့ကသစ်ပင်စိုက်ပျိုးလာကြသည်။ သို့သော် ယင်းသည် အချိန်၊ ခွန်အားနှင့် ရင်းမြစ်များအား ဖြုံးတီးခြင်းဖြစ်သည်ဟု အများစုကယူဆကြသည်။ **သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စု -** • စည်ပင်သာယာမှတာဝန်ရှိသူများ			တာဝန်ခွဲပေးပါ (လုပ်အားအတွက် အစားအစာပေးခြင်းဖြင့် ဆွဲဆောင်နိုင်သည်)။

ညွှန်းကိန်း - တစ်နှစ်လျှင် အနည်းဆုံး သစ်ပပ် _____ ပင်စိုက်ပျိုးသည့် အိမ်ထောင်စုရာခိုင်နှုန်း	**ညွှန်းကိန်း -** • နှစ်စဉ်သစ်ပင်စိုက်ပျိုးချိန်မတိုင်မီ ကဏ္ဍအလိုက်နှင့်စီမံကိန်းဒေသရှိစာသင်ကျောင်းတွင်ပြုလုပ်ခဲ့သော စိုက်ပျိုးနည်းသရုပ်ပြပွဲအရေအတွက် (သင်တန်းကို ဆရာအတတ်သင်သိပွဲတွင်ပြုလုပ်သည်) • ခြောက်သွေ့ရာသီဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသည့် ပျိုးပင်အရေအတွက်

ဥပမာ ၃ - မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေး နှင့် အာဟာရစီမံချက် - မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်း

အပြုအမူ	ဦးတည်အုပ်စု (သို့) သြဇာလွှမ်းမိုးနေသော အုပ်စု	အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အကြောင်းအရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်း ကူးများ	လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းများ
မိခင်များသည် မိမိတို့၏ကလေးများကို အသက် ၆လ အထိ မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်းသာ တိုက်ကျွေးသည်။	***လူဦးရေဆိုင်ရာသတင်း အချက်အလက်များ*** - အသက် (၀ မှ ၆ လ) ကလေး ရှိသော ဘူရန်ဒီးနိုင်ငံမှ မိခင်များသည်ကျေးရွာတွင် နေထိုင်ကြသည်။ အများစုသည်စာမတတ်ကြပါ။ ***နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်မှုများ*** - တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဘုရားကျောင်းတက်လေ့ရှိပြီး အိမ်မှုကိစ္စများနှင့် အလုပ်ရှုပ် နေလေ့ရှိသည်။ ***တူညီသောဆန္ဒများ*** - မိခင်ကောင်း ၊ ဇနီးကောင်းများဖြစ်လိုကြသည်။ **တူညီသော အမူအကျင့်များ** - မွေးပြီး ၃ လ ကြာလျှင် မိခင်နို့သည်လုံလုံလောက်လောက် မထွက်တော့ဟု ထင်ကြသည်။ အသက် ၄လ မတိုင်မီ ကလေးအား မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းသာ တိုက်ကြပြီး အသက် ၄ လ ပြည့်လျှင် အခြားအစားအစာ များကို ကျွေးကြသည်။ **အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း အဆင့်** - အများစုသည် အပြုအမူကို အနည်းငယ်ပြုလုပ်ခြင်း အဆင့်တွင် ရှိကြသည်။ သြဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စု - ယောက္ခမများ	<u>ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော ဆိုး ကျိုးများ</u> မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်းနှင့် အာဟာရချို့တဲ့ခြင်း၏ ဆက်စပ်ပုံကို မသိရှိကြခြင်း <u>ဘုရားအလိုကျအတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ</u> ထိုသူတို့၏ ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များ/ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုသည် ထိုအပြုအမူကို အားပေးခြင်း ရှိမရှိ <u>လူမှုထုံးစံများ</u> ထိုသူတို့၏ မိခင်များ ၊ ယောက္ခမများနှင့်အမျိုးသားများသည် မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်းကို ခွင့်မပြုဟု ယုံကြည်ကြသည်။ <u>အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက်</u> ကလေးအသက် ၄ လ ပြည့်သည့်အချိန်တွင် အစားအစာမကျွေးလျှင် ကလေးဗိုက်ဆာနေလိမ့်မည် ဟုယုံကြည်ကြသည်။	၁။ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း မခံရသောကလေးများသည် အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းကို ခံစားရနိုင်သည်ဟူသော ခံယူချက်ကိုတိုးများ စေသည်။ ၂။ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ/ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုသည် ထိုအပြုအမူကို အားပေးသည်ဟူသော ခံယူချက်ကိုတိုးများ စေသည်။ ၃။ ယောက္ခမများသည် မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း ကို အားပေးသည် ဟူသော ခံယူချက်ကို တိုးများစေသည်။ ၄။ ကလေးများကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းဖြင့် ကလေးဗိုက်ဆာနေလိမ့်မည် (သို့) အာဟာရမရှိ ဖြစ်မည် ဟူသော ခံယူချက်ကို လျော့နည်းစေသည်။	၁။ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးပြီး ကျန်းမာရေး နှင့် ကိုယ်အလေးချိန် ကောင်းမွန် သော ကလေးများ၏ မိခင်များကို လူထုအစည်းအဝေး ပွဲများ နှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းများတွင် မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း အကြောင်း ကို ဝေမျှရန် ဖိတ်ကြားခြင်း ၂။ ရပ်ကွက်အစည်းအဝေး ပွဲများ တွင် မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းခံရသော ကောင်းမွန်စွာကြီးထွားနေသည့်ကလေး များနှင့် မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းမခံရသော ကိုယ်အလေးချိန်ကျဆင်းနေ သည့် ကလေးများ၏ ကွာခြားချက် ကို ကိုယ်အလေးချိန်ပြဇယား သုံး၍ဖော်ပြခြင်း ၃။ သင်းအုပ်ဆရာ ၊ ခရစ်ယာန် ဘုန်းတော်ကြီး ၊ တရားဟောဆရာ တို့ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းအကြောင်း အသိပညာ ပေးကာ အသုံးချတတ်စေရန် သင်တန်းပေးခြင်း ၄။ စောင့်ရှောက်သူများ အဖွဲ့ (Care group)၏ လုပ်အားပေး ဝန်ထမ်းများ အား ကလေးငယ်များ ၏မိခင်များကို မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်း

<table>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>တိုက်ကျွေးခြင်းအကြောင်း သင်တန်းပေးရာတွင် ၎င်းတို့၏ ယောက္ခမများ ကိုပါ ပါဝင်စေရန် လှုံ့ဆော်ခြင်း

၅။ မိခင်များအား ကလေးဝိုရခြင်း အကြောင်းအရင်းများစွာ ရှိကြောင်း ၊ ကလေးဝိုခြင်း ကို ဆာလောင်နေသည်ဟု အမြဲတစေ မှတ်ယူ၍ မရကြောင်း စောင့်ရှောက် သူများ အဖွဲ့ နှင့် အိမ်တိုင်ရာရောက် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေး ခြင်း များမှတစ်ဆင့် ရှင်းပြခြင်း

မိခင်များအား အလွန်အမင်း ဝိုသော ကလေးများသည် လည်း ကောင်းမွန် စွာကြီးထွားနေပြီး အာဟာရ ပြတ်လတ်မှု မရှိကြောင်း (ဖြစ်ရပ် မှန်များကို အချိန်မှီကြိုတင်ဖော် ထုတ်ထားပါ) ကို ကိုယ်အလေးချိန် ပြဇယားသုံး၍ဖော်ပြခြင်း

မိခင်များကို ဝိုနေသောကလေး အားချော့မြူနည်း အဆင့်ဆင့်ကို သင်ကြားပေးခြင်း</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2"><u>ရလဒ်အတွက် အညွှန်းကိန်း</u>

မွေးစမှ အသက် ၆ လ အထိ မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်းသာတိုက်သော ဦးတည်မိခင်များ ရာခိုင်နှုန်း</td>
<td colspan="3"><u>ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အတွက် အညွှန်းကိန်း</u>

• မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းအကြောင်း လာရောက်နားထောင်သော အမျိုးသမီးဦးရေ
• သင်တန်းရရှိသော သင်းအုပ်ဆရာအရေအတွက်
• ရေဒီယိုမှ အသံလွှင့်သည့် အကြိမ်အရေအတွက်
• မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်း နှင့် ကလေးဝိုခြင်း အကြောင်းများကို ဦးတည်လုပ်ဆောင်သည့် စောင့်ရှောက်သူများအဖွဲ့ဝင် အရေအတွက် နှင့် အိမ်တိုင်ရာရောက် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးသည့် အကြိမ်အရေအတွက်
• ဝိုနေသောကလေးအားချော့မြူနည်း သင်တန်းရရှိသည့် မိခင်အရေအတွက်</td>
</tr>
</table>

Task 3 Handout 3

Planning Guide: Steps in the DBC Process

အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်းလမ်းညွှန် - အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းဖြစ်စဉ်တွင် ပါဝင်သောအဆင့်များ

၁။ သင့်တော်သော အပြုအမူတစ်ခုကို သတ်မှတ်ပါ။ (သေချာစွာရေးသားထားသော အပြုအမူဖော်ပြချက် ဖြစ်ရမည်။)

၂။ ဦးတည်အုပ်စုကို သတ်မှတ်ပြီးဖော်ပြပါ။ (လူဦးရေဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များ)

၃။ သင့်လျော်သော သုတေသနဆန်းစစ်ခြင်းနည်းလမ်းများကို ရွေးချယ်ပါ။ (အတားအဆီးများကို လေ့လာ ဆန်းစစ်ခြင်း ၊ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူများအား နှိုင်းယှဉ်လေ့လာခြင်း)

၄။ သုတေသနဆန်းစစ်ခြင်းကို လုပ်ဆောင်ပါ။ (အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားတဲ့ အရေးအကြီးဆုံး အကြောင်း အရာများကို ဖော်ထုတ်ရန်)

၅။ တွေ့ရှိချက်များကို ဆန်းစစ်ပါ။

၆။ တွေ့ရှိချက်များကို အသုံးပြု၍ အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို ဦးတည်အုပ်စု သတ်မှတ်ဖော်ပြရာတွင် ထပ်ထည့်ပါ။ (၆နည်းဖြင့် ဖော်ပြရန်)

၇။ (အပြုအမူ ပြောင်းလဲရန် လှုံ့ဆော်အားပေးသော သို့ တားဆီးပိတ်ပင်သော) အားအကောင်းဆုံး အကြောင်း အရာများ ကို ဖော်ထုတ်ပါ။ (အတားအဆီးများကို လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်း၊ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူများအား နှိုင်းယှဉ်လေ့လာခြင်း အဖြေများ အပေါ်မူတည်၍)

၈။ သြဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုများကို ဖော်ပြပါ။

၉။ လုပ်ဆောင်ရမယ့်လုပ်ငန်းများနှင့် ချိတ်ဆက်နိုင်သော လုပ်ငန်းစဉ် ပေါင်းကူးများကို ချရေးပါ။

၁၀။ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများနှင့် ကိုက်ညီသည့် လုပ်ငန်းများကို ရွေးချယ်ပါ။ (လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် သတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာပါ။)

၁၁။ ထိရောက်မှုရှိ/မရှိ ကို တိုင်းတာရန် အညွှန်းကိန်းများကို တည်ဆောက်ပါ။ (ယခုသင်တန်းတွင် အဆိုပါအကြောင်းအရာများ မပါဝင်ပါ။)

၁၂။ လုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော်ရေးအတွက် အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းဆိုင်ရာ မဟာဗျူဟာကို အသေးစိတ်ပြည့်စုံအောင် ဖြည့်စွက်ပါ။ (ဥပမာ - အချိန်ကာလ ၊ ငွေကြေး ၊ သင်တန်းအစီအစဉ်များ)

၁၃။ လိုအပ်လျှင် (အကယ်၍ လူမှုဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းစဉ် များသည် အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းဆိုင်ရာ ဗျူဟာ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်လျှင်) လူမှုဆက်သွယ်ရေး အစီအစဉ်ကို ရေးသားပါ။

Task 3 Handout 4

အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းနည်းဗျူဟာတွင် လိုက်နာရမည့်နိယာမ ၅ ခု

၁။ အမှန်တကယ် ပြုလုပ်ရမည့် အပြုအမူကိုသာ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည်။ (ယုံကြည်ချက်၊ အသိပညာ စသည်တို့ မဖြစ်ရ)
၂။ ဦးတည်အုပ်စုသည် မည်သူဖြစ်ကြောင်း သေချာ ဂဃနဏ သိရှိပြီး အရာရာကို ဦးတည်အုပ်စု ဘက်မှ ရှုမြင်ပေးရမည်။
၃။ လူတို့သည် အပြုအမူတစ်ခုမှ အကျိုးကျေးဇူးများရရှိသောအခါ ထိုအပြုအမူကို ပြုလုပ်တတ်ကြပြီး အတားအဆီးများကလည်း ထိုအပြုအမူကျင့်သုံးခြင်းမှ ပိတ်ပင်တတ်ကြသည်။
၄။ လုပ်ငန်းအားလုံးသည် အရေးကြီးဆုံးအကျိုးကျေးဇူးများကို တိုးပွားစေ၍ အထင်ရှားဆုံး အတားအဆီးများကို လျော့နည်းစေသင့်သည်။
၅။ ထင်မြင်ယူဆချက်များမဟုတ်ပဲ သက်သေသာဓက အထောက်အထားများအပေါ် အခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်သင့်ပြီး စဉ်ဆက်မပြတ် လေ့လာစောင့်ကြည့်သင့်သည်။

TASK 4 - ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိသောအမူအကျင့်ကိုရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း - အဆင့် 1၊ 2 နှင့် 3

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- LNRA တွင် ဖော်ပြခဲ့သော အမူအကျင့်များသည် လိုအပ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီမှုဆန်းစစ်ခြင်း
- အဓိပ္ပာယ်ပြည့်စုံသောအမူအကျင့်ဖော်ပြချက်တစ်ခု ရေးသားခြင်း
- အမူအကျင့်အမျိုးမျိုး၏ခက်ခဲမှုအနေအထားကို ဆန်းစစ်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၂ နာရီ ၂၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 3 Flip Chart 1 – DBC Framework
- Task 3 Flip Chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ
- Task 4 Flip Chart 1 – အမူအကျင့်ဆိုတာဘာလဲ။
- အကယ်၍ သင်တန်းသားများတွင်မရှိပါက IPTT သို့မဟုတ် Logical Framework မှာ နမူနာညွှန်းကိန်းများ

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက်

လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ချိန်တစ်ဝက်ခန့်အရောက်တွင် သင်တန်းသားများအား နားချိန် ၁၅ မိနစ်ပေးပါ။

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   1a. DBC Framework ၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုစီကို အသေးစိတ် စတင်စူးစမ်းလေ့လာမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ။ ယင်းသို့လေ့လာရာတွင် လေ့ကျင့်ခန်းအချို့ပြုလုပ်ခြင်း၊ DBC Framework များကိုယ်တိုင်ရေးဆွဲခြင်းတို့ပြုလုပ်မည်။
2. အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်

   2a. နံရံပေါ်ရှိ **Task 3 Flip Chart 1 – DBC Framework** ကိုညွှန်ပြ၍ ပထမဆုံးဖြတ်ချက်ကိုစတင်စူးစမ်းမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပါ - DBC Framework ဖြင့် မည်သည့်အမူအကျင့်ကို မဟာဗျူဟာရေးဆွဲမှာလဲ။

   2b. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အမူအကျင့်တစ်ခုကိုရှင်းရှင်းလင်းလင်းနှင့်နည်းလမ်းတကျသတ်မှတ်ရန် အဘယ့်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေ - လိုချင်တဲ့အပြောင်းအလဲကို အားလုံးသဘောတူညီမှုရရှိစေဖို့နဲ့ ယင်းအပြောင်းအလဲဖြစ်လာအောင် ဘယ်လိုစီစဉ်ဆောင်ရွက်ပြီး ဘယ်လိုစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမယ်ဆိုတာသိနိုင်ဖို့ အရေးကြီးသည်။

   2c. **Task 3 Flip Chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ**ကို နံရံတွင်ပြန်ကပ်၍ **Task 4 Flip Chart 1 - အမူအကျင့်ဆိုတာဘာလဲ** ကိုကပ်ပြီးနောက် DBC Framework တွင် အမူအကျင့်ကို အောက်ပါအတိုင်း ရေးသားကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ -

      1) ကာယကံရှင်များ
      2) ပစ္စုပ္ပန်ကာလ ပြုခြင်းပြုကြိယာ
      3) အခြားအသေးစိတ်အချက်များ (ဥပမာ - ကြိမ်နှုန်း၊ ပမာဏ၊ ကာလ)

      နမူနာ - ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များက ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်ခံယူကြသည်။ ပထမအကြိမ်ကို ကိုယ်ဝန်၏ ပထမ ၃ လတွင်ခံယူသည်။

   2d. ၎င်းတို့၏စီမံကိန်းများတွင် မည်သည့်အမူအကျင့်များကိုအားပေးမြှင့်တင်နေကြောင်း မည်ကဲ့သို့သိရှိသနည်းဟု သင်တန်းသားများအားမေးပါ။ အဖြေများက သင်တန်းသားများဆောင်ရွက်နေသော စီမံကိန်းအမျိုးအစားပေါ်မူတည်၍ စီမံကိန်း၏ညွှန်းကိန်းများနှင့် IPTT၊ အမူအကျင့်/အလေ့အကျင့်များစုစည်း ထားသည့် Logical Framework သို့မဟုတ် Results Framework သို့ဦးတည်သွားသည့်အဖြေများဖြစ်ရမည်။

3. အမူအကျင့်များအား အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်းနှင့်အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များရေးသားခြင်း

   3a. သင်တန်းသားများအား အဖွဲ့ငယ်များခွဲပေး၍ IPTT များ၊ Design Framework များ သို့မဟုတ် M&E အစီအစဉ်များမှ ညွှန်းကိန်းများကို တူညီသောအရေအတွက်ခွဲပေးပါ။ ညွှန်းကိန်းအသီးသီးတွင် အမူအကျင့်တစ်ခုတည်းပါဝင်သလား၊ အမူအကျင့်များ ပေါင်းစပ်ပါဝင်သလား သို့မဟုတ် ထပ်မံအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရန်လိုအပ်သလား ဆိုသည်ကို သင်တန်းသားများကဆုံးဖြတ်ရမည်။

   3b. အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းမစမီ သင်တန်းသားများက အောက်ပါနမူနာကိုပြုလုပ်ရာတွင် ကူညီပါ။

   နမူနာ IPTT ညွှန်းကိန်း - ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံအလုံအလောက်ရှိသည့်အိမ်ထောင်စုရာခိုင်နှုန်း

   သင်တန်းသားများအားမေးရန် - Flip Chart ပေါ်ရှိအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်အရ ယင်းကို အမူအကျင့်ဟုသတ်မှတ်နိုင်ပါ သလား။ အဘယ့်ကြောင့် သတ်မှတ် သို့မဟုတ် မသတ်မှတ် နိုင်သနည်း။ အမူအကျင့်ကဘာလဲ သို့မဟုတ် ဤညွှန်းကိန်း၏ နောက်ကွယ်မှာ ဘယ်အမူအကျင့်တွေရှိသလဲ။

အဖြေများ - ပိုးမွှားမဝင်နိုင်သော ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံသိုလှောင်သည့်အဆောက်အအုံများ သို့မဟုတ် ကျီတစ်ခုဝယ်ယူခြင်း ထားခြင်းသည် အမူအကျင့်ဖြစ်သည်။ အဆုံးသတ်အားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့မျှော်မှန်းသောအရာသည်လည်း ယင်းတို့အနက် တစ်ခုဖြစ်သည်။ ယင်းအမူအကျင့်များသည် ကျွန်ုပ်တို့အားပေးမြှင့်တင်လိုသည့်အရာများဖြစ်သည်။

အထက်ပါအခြေအနေကို Flip Chart ပေါ်ရှိသတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်တစ်ခုမည်ကဲ့သို့ ရေးသားမည်နည်းဟု သင်တန်းသားများအားမေး၍ အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်သစ်တစ်ခုရေးရန်ပြောပါ။

3c. သတ်မှတ်ပေးထားသော IPTT/Design Framework ကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့်တိုက်ဆိုင်စိစစ်၍ Flip Chart ပေါ်တွင် အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များတိကျစွာရေးသားခြင်းဖြင့် အဖွဲ့ငယ်များက ဆက်လက်လေ့လာသုံးသပ်မည်။

3d. အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပြီးပါက ၎င်းတို့၏ဆွေးနွေးချက်များကို အခြားသင်တန်းဖော်များအား ပြန်လည်တင်ပြရန် ပြောပါ။ အဖွဲ့ငယ်များက ပြန်လည်တင်ပြချိန်တွင် အခြားသင်တန်းဖော်များ၏ဆွေးနွေးချက်များကို အမူအကျင့်တစ်ခု၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် နှိုင်းယှဉ်လေ့လာမှုပြုလုပ်၍ လိုအပ်ပါက ပြန်လည်ပြင်ဆင်ရေးသားပါ။

3e. **အခြားနည်းလမ်း** - အကယ်၍ သင်တန်းသားအများစုတွင် အသုံးပြုစရာ IPTT/Design Framework မရှိကြပါက သို့မဟုတ် အမူအကျင့်များကိုရှင်းလင်းစွာရေးသားထားခြင်းမရှိပါက သို့မဟုတ် ရှင်းလင်းတိကျသောအမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များရေးသားရန် အခွင့်အရေးပေးလိုပါက အောက်ပါတို့အနက်တစ်ခုကိုရွေးချယ်ပါ -

- (LRNA မှ) အရေးအသားမှားယွင်းနေသည့်အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်နမူနာများကို စုစည်း သို့မဟုတ် ဖြန့်ဝေပေး၍ အဖွဲ့လိုက်/တစ်ဦးချင်းပြန်လည်ပြင်ဆင်ရေးသားရန်ပြောပါ။
- အမူအကျင့်အမျိုးအစားများစုစည်း/ဖြန့်ဝေပေး၍ လိုက်ဖက်သော အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များကို အဖွဲ့လိုက်/တစ်ဦးချင်းရေးသားရန်ပြောပါ။ နမူနာအမူအကျင့်အမျိုးအစားများတွင် စိုက်ပျိုးရေး၊ တရိစ္ဆာန်မွေးမြူရေး၊ သဘာဝအရင်းအမြစ်များ၊ ကလေးအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး၊ မိခင်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး၊ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ HIV/AIDS၊ ငှက်ဖျားနှင့်တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းရေးတို့ပါဝင်သည်။
- မဖြစ်မနေပြုလုပ်ရန်မလိုအပ်သော အထက်ပါလေ့ကျင့်ခန်းများမှ ၎င်းတို့၏အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များကို အဖွဲ့လိုက်/တစ်ဦးချင်း ပြန်လည်တင်ပြရန်ပြောပါ။ လိုအပ်ပါက ပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်ပေးပါ။

Task 4 Flip Chart 1

အမူအကျင့်ဆိုတာဘာလဲ။

အမူအကျင့်[6]ဆိုသည်မှာ -

1. လုပ်ဆောင်ချက်
2. မြင်တွေ့သိရှိနိုင်မှု
3. တိကျမှု (အချိန်၊ နေရာ၊ ပမာဏ၊ ကာလ၊ ကြိမ်နှုန်း)
4. တိုင်းတာနိုင်မှု
5. လက်တွေ့ဖြစ်နိုင်မှု တို့ရှိသောအရာဖြစ်သည်။

မှတ်ချက် - ပိုမိုတိုးတက်လာသောရလဒ်နှင့်တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေသည့်အမူအကျင့်များသာပါဝင်သည့် DBC Framework တစ်ခုရေးပါ။

[6] အမူအကျင့်တစ်ခုသည် တစ်စုံတစ်ဦး၏အလုပ်နှင့်မသက်ဆိုင်ပါက (ဥပမာ - ကလေးတစ်ယောက်၏ ရောဂါလက္ခဏာများရှာဖွေစစ်ဆေးနေသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း) သို့မဟုတ် စိုက်ပျိုးရေးနယ်ပယ်မှဖြစ်ပါက ယင်းကို "အလေ့အကျင့်" ဟုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်သည်။ ယင်းဝေါဟာရများကို အလဲအလှယ်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်သည်။

Day One Evaluation (Flip Chart[3] or Handout)

ဒီနေ့သင်ပါဝင်ခဲ့တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုချင်းအပေါ် သင့်ရဲ့ကျေနပ်မှုအခြေအနေကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖော်ပြပါ။ ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ ဘယ်အကြံပြုချက်မဆိုပေးနိုင်ပါတယ်။

Task 2: အမူအကျင့်များပြောင်းလဲခြင်းမိတ်ဆက်- ကျွန်ုပ်တို့၏အခန်းကဏ္ဍများနှင့်ကြုံတင်ပြင်ဆင်၍ပြောင်းလဲမှု၏ဖြစ်စဉ်အဆင့်များ

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

Task 3: DBC Framework မိတ်ဆက်

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

Task 4: TASK 4 - ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိသောအမူအကျင့်ကိုရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း - အဆင့် 1၊ 2 နှင့် 3

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

ဒီနေ့အတွက် အကျိုးအရှိဆုံး အရာက-

ကျွန်တော်/မ အခုထိ နားမလည်သေးတဲ့ အရာက-

---

[3] မတူတဲ့လေ့ကျင့်ခန်းတွေကို ရေးမယ်ဆိုရင် Flip Chart အလွတ်တစ်ခုသုံးပါ။

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ
ဒုတိယနေ့

ပြန်လည်လေ့ကျင့်ခြင်း - သီချင်းလုပ်လို့ဆိုလိုက်ပါ!

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- ယမန်နေ့ကလေ့လာခဲ့သောအကြောင်းအရာများကို သီချင်းလုပ်၍သီဆိုခြင်း
- တစ်နေ့တာအစီအစဉ်နှင့်ရည်မှန်းချက်များကို ပြန်လည်ဖတ်ရှုခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၄၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- တစ်နေ့တာအစီအစဉ်
- တစ်နေ့တာရည်မှန်းချက်များ
- ပထမနေ့အကဲဖြတ်ချက်တွင် ရေးသားခဲ့သောမှတ်ချက်အနစ်ချုပ်

အဆင့်များ -

1. သင်တန်းသားများအား တစ်ဖွဲ့လျှင် ၅ ဦးပါ အဖွဲ့များခွဲပေးပါ။ ယမန်နေ့က လေ့လာခဲ့သောအကြောင်းအရာများကိုခြုံငုံမိသည့် သီချင်းတစ်ပုဒ်ရေးစပ်ရန် အဖွဲ့များအားပြောပါ။
2. သီချင်းစပ်ချိန် ၁၀ မိနစ်ပေးပါ။ သီချင်းစပ်ပြီးပါက အခြားသင်တန်းဖော်များအား တစ်ဖွဲ့ချင်းပြန်လည်သီဆိုပြရမည်။
3. တစ်နေ့တာအစီအစဉ်နှင့်ရည်မှန်းချက်များကို သင်တန်းသားများနှင့်ပြန်လည်ဆွေးနွေးပါ။
4. ပထမနေ့မှအကဲဖြတ်ချက်တွင်ရေးသားခဲ့သောမှတ်ချက်များကို အနစ်ချုပ်ပြန်လည်တင်ပြပါ။ လိုအပ်ပါက သင်တန်းအစီအစဉ်တွင် ပြောင်းလဲမှုများပြုလုပ်၍ သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်းများကိုဖြေကြားပေးပါ။

TASK 4 - ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိသောအမူအကျင့်ကိုရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း - အဆင့် 4-5

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အမူအကျင့်အမျိုးမျိုး၏ခက်ခဲမှုအနေအထားကို ဆန်းစစ်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၃၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 4 Flip Chart 2 – လွယ်ကူသောအမူအကျင့်များနှင့်ခက်ခဲသောအမူအကျင့်များပါဝင်သည့် T-Chart
- အဖွဲ့ငယ်များအတွက် Flip Chart စာရွက်နှင့်မာကာများ
- Task 4 Flip Chart 3 - ဆောင်ရွက်ချက်အနှစ်ချုပ်အချက်များ

အဆင့်များ

1. အမူအကျင့်များ၏ အတိုင်းအဆများ
   a. အမူအကျင့်မည်မျှကို ၎င်းတို့၏စီမံကိန်းများတွင် အားပေးမြှင့်တင်မှုပြုလုပ်နေသနည်းဟု သင်တန်းသားများအား မေးပါ။ သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အမူအကျင့်အားလုံးထဲမှ မည်သည့်အမူအကျင့်အတွက် BC မဟာဗျူဟာတစ်ရပ်ကို DBC Framework ဖြင့်ရေးဆွဲမည်ကို မည်ကဲ့သို့ဆုံးဖြတ်မည်နည်း။
   အဖြေ - အမူအကျင့်တစ်ခုချင်းအတွက် မရေးဆွဲနိုင်ပါက (ရေးဆွဲနိုင်ပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ သို့သော် အများစုအတွက် ခက်ခဲနိုင်သည်) ပြောင်းလဲရန်အထူးခက်ခဲသော အမူအကျင့်များအတွက်လည်းကောင်း၊ အပြောင်းအလဲပြုလုပ်ရန်အားပေးခဲ့သော်လည်း ပြောင်းလဲမလာသောအမူအကျင့်များအတွက်လည်းကောင်း၊ မည်သည့် Determinants ကအရေးကြီးသည်ကို အတိအကျမဖော်ပြနိုင်သောအမူအကျင့်များအတွက်လည်းကောင်း အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။
   b. ကျင့်သုံးရန်လွယ်ကူသော ၎င်းတို့စီမံကိန်းမှအမူအကျင့်တစ်ခုကိုပြောပြရန် သင်တန်းသားများပြောပါ။ ထို့နောက် ကျင့်သုံးရန်ခက်ခဲသောအမူအကျင့်တစ်ခုကိုပြောပြရန် ပြောပါ။ ဖြေကြားချက်များကို Flip Chart ပေါ်တွင်ရေးပါ။

   သင်တန်းသားများအားမေးရန် - တစ်ခုကလွယ်၍ အခြားတစ်ခုကဘာကြောင့်ခက်ခဲတာလဲ။ သင်တန်းသားများအဖြေကို ကျွန်ုပ်တို့လိုချင်သော ပိုသာသောစကားရပ်များအဖြစ် ပြောင်းလဲ၍ **Task 4 Flip Chart 2 - လွယ်ကူသောအမူအကျင့်များနှင့်ခက်ခဲသောအမူအကျင့်များပါဝင်သည့် T-Chart** ပေါ်တွင်ရေးပါ။ ယင်းတွင် ကော်လံ ၂ ခုရှိရမည် - တစ်ခုက လွယ်ကူသောအမူအကျင့်များအတွက်ဖြစ်ပြီး အခြားတစ်ခုက ခက်ခဲသောအမူအကျင့်များအတွက်ဖြစ်သည်။ အချို့အမူအကျင့်များက အခြားအမူအကျင့်များထက် လက်ခံကျင့်သုံးရန်နှင့်မြှင့်တင်အားပေးရန်ခက်ခဲလေ့ရှိကြောင်း ပြောပြပါ။ အပြောင်းအလဲဖော်ဆောင်သူများအဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့၏တာဝန်သည် အားပေးမြှင့်တင်မည့် အမူအကျင့်များ ရွေးချယ်ရာတွင် ယင်းအချက်ကိုသတိပြုရန်လိုအပ်သည်။
   သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဒါကဘာကြောင့်အရေးကြီးတာလဲ။ သင်တန်းသားများဖြေဆိုသင့်သောအဖြေသည် - အမူအကျင့်က ပိုမိုခက်ခဲလေ အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် စိမ်ခေါ်မှုပိုများလေဖြစ်ပြီး အပြောင်းအလဲဖြစ်ပေါ်လာစေရန် အချိန်ပိုလိုအပ်လေဖြစ်သည်။

c. သင်တန်းသားအားလုံးနှင့်အတူ **Task 4 Flip Chart 2** ဖြင့်ပင် အမူအကျင့်တစ်ခုကို လက်ခံကျင့်သုံးရန်/မြှင့်တင်အားပေး ရန် ပိုမိုလွယ်ကူ သို့မဟုတ် ပိုမိုခက်ခဲစေသော လက္ခဏာရပ်များကို စာရင်းပြုစုပါ။ ယင်းလက္ခဏာရပ်များကို T-Chart ပေါ်တွင်ရေးပါ။

d. လက္ခဏာတစ်ခုလျှင် ၎င်းနှင့်ဆက်စပ်အမူအကျင့်နမူနာတစ်ခုကို မျှဝေပြောပြရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

အောက်ပါအမူအကျင့်လက္ခဏာရပ်အားလုံးစုံလင်သည်အထိ သင်တန်းသားများအား အစဖော်ပြောပြပါ (T-Chart အတွက် ဤစာရင်းကို အသုံးပြုပါ)။

လက်ခံကျင့်သုံးရန် ပိုမိုလွယ်ကူသည်	လက်ခံကျင့်သုံးရန် ပိုမိုခက်ခဲသည်
တစ်ကြိမ်တစ်ခါတည်းသာ	ပြုလုပ်ဆဲ သို့မဟုတ် မကြာခဏ
ကျွမ်းကျင်မှုမလိုအပ်	ရှုပ်ထွေးခက်ခဲသောအရည်အချင်းများလိုအပ်
ချက်ခြင်းအကျိုးရလဒ်များရရှိ	ရလဒ်ကိုစောင့်ဆိုင်းရ (သို့မဟုတ် ချက်ခြင်းဆိုးကျိုးရှိ)
ကုန်ကျစရိတ်မရှိ	ကုန်ကျစရိတ်မြင့်မား
အချိန်မဆိုစလောက်သာရှိ	အချိန်များစွာရှိ
လူမှုထုံးစံများနှင့်ကိုက်ညီ	လူမှုထုံးစံ
လိုအပ်သောအရာများအမြဲရရှိနိုင်	လိုအပ်သောအရာများရရှိရန်ခက်ခဲ
တစ်ယောက်တည်းလုပ်၍ရ	လူအများအပြားလိုအပ်
တစ်ခါတည်းနှင့်ပြီး	အဆင့်ဆင့်လုပ်ရန်လိုအပ်
နည်းပညာမမြင့်	နည်းပညာမြင့်မား

1e. DBC Framework ကို အမူအကျင့်တိုင်းအတွက် အသုံးပြုရန်မဖြစ်နိုင်သော်လည်း အမူအကျင့်တစ်ခု၏လွယ်ကူမှု သို့မဟုတ် ခက်ခဲမှုကို စိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်းဖြင့် DBC Framework ကို မည်သည့်အမူအကျင့်အတွက် အသုံးပြုရမည်ကို စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများက ဆုံးဖြတ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုသည်။

4. အမူအကျင့်တစ်ခုကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းများရှာဖွေရာတွင် ရပ်ရွာကပါဝင်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို အကျဉ်းချုံးဆွေးနွေး၍ နိဂုံးချုပ်ပါ။ စီမံကိန်းကာလအတွင်း အခါအားလျော်စွာ အမူအကျင့်များမှန်ကန်စွာရွေးချယ်နိုင်ရန် ရပ်ရွာ၏ အကြံပြုချက်များ ထွက်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ယင်းသို့ဖြစ်လာစေရန် ရပ်ရွာကပြောင်းလဲလိုသောအရာများအကြောင်း FGD များ ပြုလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ကောင်းသောသွေဖြည်သူအားရှာဖွေခြင်း (PDI) သို့မဟုတ် Trials of Improved Practices (TIPS) ဖြင့် ရပ်ရွာမှအချက်အလက်များရရှိနိုင်သည်။

သင်ခန်းစာ၏အဓိကအချက်များကိုအနှစ်ချုပ်၍ **Task 4 Flip Chart 3 - ဆောင်ရွက်ချက်အနှစ်ချုပ်အချက်များ** တွင် ရေးပါ။

- လူတွေပြုလုပ်သောအရာသာ အရေးကြီးသည်။
- အမူအကျင့်သည် မြင်တွေ့သိရှိနိုင်ခြင်း၊ တိုင်းတာနိုင်ခြင်း၊ အခြေအနေပေါ် မူတည်ခြင်း၊ လက်တွေ့ဖြစ်နိုင်ခြေရှိခြင်း၊ အပြုသဘောရလဒ်ရရှိရန် အထောက်အကူပြုခြင်း (ထိရောက်မှုရှိခြင်း) တို့ရှိရမည်။
- အားပေးမြှင့်တင်မည့်အမူအကျင့်ကိုအဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ရာတွင် အချက်အလက်များကိုအသုံးပြုပါ။ ခန့်မှန်းရုံသက်သက် မပြုလုပ်ရပါ။
- အမူအကျင့်တစ်ခုကိုအားပေးမြှင့်တင်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းများရွေးချယ်ရာတွင် ရပ်ရွာ၏အကြံပြုချက်များကိုရယူပါ။ ယင်းကို မူလအစမှာပင် ပြုလုပ်ပါ။

Task 4 Flip Chart 2
T-Chart with Easy and Hard Behaviors
ပြောင်းလဲကျင့်သုံးရန် လွယ်ကူသော အမူအကျင့်များနှင့် ခက်ခဲသော အမူအကျင့်များ

ပြောင်းလဲကျင့်သုံးရန်လွယ်ကူသော အမူအကျင့်များ	ပြောင်းလဲကျင့်သုံးရန်ခက်ခဲသော အမူအကျင့်များ

Task 5 - ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုများ

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- မတူညီသောအမြင်များကိုခွဲခြားရန်လေ့ကျင့်ပြီးဖြစ်မည်။
- ဦးတည်အုပ်စု နှင့်/သို့မဟုတ် ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုကိုနည်းလမ်း ၆ ခုဖြင့်ခွဲခြားလေ့လာပြီးဖြစ်မည်။
- ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသောအုပ်စု၏ထူးခြားလက္ခဏာရပ်များက BC မဟာဗျူဟာရွေးချယ်ပုံအပေါ် မည်ကဲ့သို့လွှမ်းမိုးသည်ကို သိရှိပြီးဖြစ်မည်။

ကြာမြင့်ချိန်

၂ နာရီ ၃၅ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 3 Flip Chart 1 – DBC Framework
- Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး နမူနာ DBC Framework များ
- Task 5 Flip Chart 1 - ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုဆိုတာဘာလဲ။
- အမှုအကျင့်တစ်ခုနှင့်ဦးတည်အုပ်စု သို့မဟုတ် ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုများဖော်ပြထားသောကဒ်ပြားများ
- Task 5 Handout 1 - သင့်ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများခွဲခြားရန်နည်းလမ်း ၆ ခု
- Task 5 Handout 2 - နည်းလမ်း ၆ ခုဖြင့် သင့်ဦးတည်အုပ်စုကိုခွဲခြားပုံနမူနာ
- Task 5 Handout 3 - လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်လွတ် - သင့်ဦးတည်အုပ်စုခွဲခြားရန်နည်းလမ်း ၆ ခု
- လေ့ကျင့်ခန်းတွင်အသုံးပြုရန်လူပုံအချို့နှင့်ယင်းပုံများအားပြသရန် LCD Screen သို့မဟုတ် ပုံနှိပ်ထားသောစာရွက်များ

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက် - ဤလေ့ကျင့်ခန်း၏အလယ်မရောက်မီ သင်တန်းသားများအား နားချိန် ၁၅ မိနစ်ပေးပါ။

အဆင့်များ

5. နိဒါန်း
    a. DBC Framework ကိုဆက်လက်လေ့လာသွားမည်ဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။ နံရံပေါ်တွင်ရှိနေဆဲ Task 3 Flip Chart 1 – DBC Framework ကိုကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ကျွန်ုပ်တို့လေ့လာနေသည်မှာ DBC Framework ၏ မည်သည့်အပိုင်းနည်းဟု သင်တန်းသားများအားမေးပါ။ အဖြေ - ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသောအုပ်စု
6. ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုများ

    2a. DBC Framework ၏ ဒုတိယမြောက်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ပိုမိုအသေးစိတ်လေ့လာကြမည်။

    Task 5 Flip Chart 1 - ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုဆိုတာဘာလဲ ကိုကြည့်ရန်သင်တန်းသားများပြော၍ ယင်းပေါ်ဟာရနှစ်ခု၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များကို ပြန်လည်လေ့လာပါ။ Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး နမူနာ DBC Framework များ ကိုလည်းကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

2b. ဦးတည်အုပ်စုတွင် အမူအကျင့်ကိုလက်ခံကျင့်သုံးရမည့်သူများပါဝင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ရံဖန်ရံခါတွင် အမူအကျင့်ကို ကလေးအတွက်ပြုလုပ်ရပါက နားလည်မှုလွဲမှားခြင်းများရှိတတ်သည် (ဥပမာ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်း၊ ခြင်ထောင်ဖြင့်သိပ်ခြင်း)။ ဤအခြေအနေများတွင် မိခင် သို့မဟုတ် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူသည် ဦးတည်အုပ်စုဖြစ်သည်။

2c. ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုဆိုသည်မှာ အမူအကျင့်ကို ဦးတည်အုပ်စုကကျင့်သုံးရန်လုပ်ဆောင်မှုကို တိုက်ရိုက်လွှမ်းမိုးမှု သို့မဟုတ် ထိန်းချုပ်မှုအရှိဆုံးအုပ်စုဖြစ်သည်။ ဦးတည်အုပ်စုအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့ကလွှမ်းမိုးစေလိုသူများစွာရှိနိုင်ပါသည် - ဥပမာ Extension Agents သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးလုပ်သား။ သို့သော်လည်း အဓိကအမူအကျင့်အတွက် ဦးတည်အုပ်စု အပေါ် လတ်တလောတွင် တိုက်ရိုက်လွှမ်းမိုးမှုအရှိဆုံးသူများကို ဦးစားပေးအဆင့်များခွဲခြားရန်လိုအပ်သည် (ဥပမာ ဘဝတူ လယ်သမားများ၊ ယောက္ခမများ)။ ဦးတည်အုပ်စုဝင်များအားသုတေသနပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုကို ခွဲခြားသိရှိနိုင်သည်။

7. ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုတို့၏လက္ခဏာရပ်များနှင့်သက်ရောက်မှုများ

3a. ထိရောက်မှုရှိသော BC မဟာဗျူဟာတစ်ရပ်ရေးဆွဲရာတွင် သင့်ဦးတည်အုပ်စုကိုကောင်းစွာသိရှိနားလည်ရန်လိုအပ်ပြီး အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးမည့်ဂန်းကျင်အခြေအနေကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်လိုအပ်သည်။ အမူအကျင့်ကိုအားပေးမြှင့်တင်ရန် အထိရောက်ဆုံးဖြစ်စေမည့်လုပ်ငန်းများအားရေးဆွဲ သို့မဟုတ် ရွေးချယ်ရာတွင် ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်ရန် ဦးတည်အုပ်စု၏ အသေးစိတ်အချက်အလက်များသတ်မှတ်ရန် DBC Framework ရှိ ဦးတည်အုပ်စုကော်လံကို အသုံးပြုသည်။

3b. Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး နမူနာ DBC Framework များ ကိုကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအားပြော၍ ဦးတည်အုပ်စု ဆိုင်ရာဖော်ပြချက်များကိုဖတ်ပြပါ။ ယင်းဖော်ပြချက်များတွင် မည်သည့်အရာများကို သတိပြုမိသနည်းဟု သင်တန်းသားများ အားမေးပါ။

3c. Task 5 Handout 1 - သင့်ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများခွဲခြားရန်နည်းလမ်း ၆ ခု ကိုဖြန့်ဝေပေးပါ။ ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများအား ပိုမိုတိကျစွာသတ်မှတ်နိုင်လေ ဆောင်ရွက်ရမည့်လုပ်ငန်းကို ပိုမို ထိရောက်စွာရေးဆွဲနိုင်လေ ဟု ရှင်းပြပါ။ ဤလေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်တွင်ဖော်ပြထားသကဲ့သို့ပင် အုပ်စုများသတ်မှတ်သည့် အမျိုးအစား ၆ ခုရှိသည်။ ယင်းအမျိုးအစားတစ်ခုချင်းကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ဖြင့်ရှင်းပြပါ။ ပထမအမျိုးအစား ၃ ခုသည် အမူအကျင့်နှင့်တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်မှုမရှိကြောင်း၊ နောက်ဆုံး ၃ ခုမှာမူ သက်ဆိုင်မှုရှိကြောင်း ရှင်းပြပါ။

3d. Task 5 Handout 2 - နည်းလမ်း ၆ ခုဖြင့် သင့်ဦးတည်အုပ်စုကိုခွဲခြားပုံနမူနာ ကို သင်တန်းသားတစ်ဦးကဖတ်ပြပေးရန် ပြောပါ။ နမူနာအားသုံးသပ်လေ့လာသည့်အခါ BC မဟာဗျူဟာတစ်ရပ်ရေးဆွဲရာတွင် BC မဟာဗျူဟာရေးဆွဲသူအနေဖြင့် တွေ့ရှိလာသောအချက်အလက်များကို မည်ကဲ့သို့ထည့်သွင်းစဉ်းစားမည်နည်းဟု သင်တန်းသားများအားမေးပါ။ ဥပမာ ဦးတည်အုပ်စုသည် စာရေးစာဖတ်နိုင်ခြင်းမရှိပါက စာဖြင့်ရေးထားသောအရာများကို အသုံးမပြုသင့်ပါ။ အကယ်၍ ဦးတည်အုပ်စုသည် ရေဒီယိုနားထောင်လေ့မရှိပါက လေလှိုင်းကိုအသုံးပြုခြင်းက ထိရောက်မှုရှိမည်မဟုတ်ပါ။ အကယ်၍ ဦးတည်အုပ်စုဝင်အများစုက မူဆလင်ဘာသာဝင်များဖြစ်ပါက သောကြာနေ့လယ်များတွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းကိုမျှ မဆောင်ရွက်သင့်ပါ။ ပထမအမျိုးအစား ၃ ခုသည် အားပေးမြှင့်တင်မည့်အမူအကျင့်နှင့်သက်ဆိုင်မှုမရှိကြောင်း၊ နောက်ဆုံး ၃ ခုကမူ သက်ဆိုင်မှုရှိကြောင်း သင်တန်းသားများအားသတိပေးပါ။

ဖော်ပြခဲ့သောအချက်အလက်များကို စီမံကိန်းအစီအစဉ်ရေးဆွဲသူများကမည်ကဲ့သို့ရှုမြင်နိုင်သည်ကိုဆွေးနွေးပါ။ နည်းလမ်း ၆ ခုတွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုရန်အချက်အလက်များကို အောက်ပါတို့တွင်ရရှိနိုင်သည် -

- လူဦးရေအကြောင်းအရာ (Demographics) - လူဦးရေအကြောင်းအရာနှင့်ကျန်းမာရေးစစ်တမ်းများ၊ အစိုးရ၏စာရင်းဇယားများ
- ကျင့်သုံးသည့်အလေ့အထများ - ကြားသိတွေ့မြင်ရသောအရာများ
- အလိုရှိသည့်အရာများ - အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်း (Barrier Analysis)၊ Key Informant Interview များ
- အတားအဆီးများ - Barrier Analysis
- အမူအကျင့်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ဦးတည်အုပ်စုကသိရှိမှု၊ ခံစားချက်နှင့်လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု - အသေးစိတ်အမေးအဖြေပြုလုပ်ခြင်း (In-depth Interviews)၊ Barrier Analysis
- ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်များ - KPC စစ်တမ်းရလဒ်များ

3e. Task 5 Handout 3 - လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်လွတ် - သင့်ဦးတည်အုပ်စုခွဲခြားရန်နည်းလမ်း ၆ ခု ကိုဖြန့်ဝေပေးပါ။ နှစ်ယောက်တစ်ဖွဲ့စီ အဖွဲ့များခွဲပေး၍ ၎င်းတို့၏စီမံကိန်းများတွင်ဆောင်ရွက်နေသော အမူအကျင့်တစ်ခုနှင့်ဦးတည်အုပ်စု တစ်ခုအကြောင်းစဉ်းစားကြည့်ရန် ပြောပါ။ အဖွဲ့အသီးသီးက ၄င်းအဖွဲ့ကို အမျိုးအစား ၆ ခုလုံးအသုံးပြု၍ ဖြစ်နိုင်သမျှ အသေးစိတ်ရှင်းလင်းပြောပြရမည်။ သုတေသနမပြုလုပ်ပါက လိုအပ်သောအချက်အလက်အားလုံးရရှိရန် မဖြစ်နိုင်ကြောင်း သတိပေးပါ။

3f. မေးခွန်းများ၏အဖြေများပါဝင်သော ၎င်းတို့၏ရွေးချယ်မှုများကိုပြောပြရန် သင်တန်းသားအချို့အားပြောပါ - ဦးတည်အုပ်စု၏ လက္ခဏာရပ်များက မည်သည့်အရာများဖြစ်သနည်း။ BC မဟာဗျူဟာရေးဆွဲမှုအပေါ် ယင်းလက္ခဏာရပ်များ၏ သက်ရောက်မှုအချို့ကိုဖော်ပြပါ။

3g. ဦးတည်အုပ်စုမဟုတ်ဘဲ သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုအတွက် DBC Framework ရေးဆွဲခြင်းကပိုမိုအကျိုးရှိနိုင်သည့် အခြေအနေအချို့ရှိသည်။ ယင်းသို့ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသည့်အခြေအနေများအကြောင်း ဆွေးနွေးပါ - ဥပမာ သြဇာညောင်းသည့် အုပ်စု၏အမူအကျင့်သည် BC အတွက် အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်နေပါက။

8. ဘယ်သူ့အမြင်လဲ။

4a. သင့်ဦးတည်အုပ်စုနှင့်သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများကိုအသေးစိတ်ပြောပြနိုင်ရုံဖြင့် မလုံလောက်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ ဦးတည်အုပ်စု၏ ရှုထောင့်/အမြင်မှအရာရာကိုကြည့်မြင်တတ်ရန်လိုအပ်သည်။

သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဒီလိုကြည့်မြင်တတ်ရန် အဘယ့်ကြောင့်အရေးကြီးသနည်း။ အရာရာကို ဦးတည်အုပ်စု၏ ရှုထောင့်မှမကြည့်မြင်တတ်ပါက ဘာတွေဖြစ်လာနိုင်သလဲ။ အဖြေ - လိုလားသောအမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးလာအောင် ဦးတည်အုပ်စုကို လှုံ့ဆော်မှုပေးနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။

ဖြစ်လေ့ရှိသောအမှားတစ်ခုမှာ စီမံကိန်းဝန်ထမ်းက စီမံကိန်းဒေသမှဖြစ်သည်ဆိုရုံဖြင့် ဦးတည်အုပ်စုနှင့်သြဇာညောင်း သည့်အုပ်စုတို့၏ရှုမြင်ပုံကိုသိသည်ဟု ကျွန်ုပ်တို့က မကြာခဏ ယူဆတတ်ခြင်းဖြစ်သည်။ သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဒီလိုယူဆတတ်တာက ဘာကြောင့်မှားယွင်းတာလဲ။ မေးခွန်းများမေးလာပါက ဖြေကြားပေးပါ။

4b. ယခုတစ်ဖန် အခြားသူ၏ရှုထောင့်မှ "အရာရာကိုကြည့်တတ်" ရန်လေ့ကျင့်ကြမည်ဟုပြောပါ။

သင်တန်းကိုဒေသများစုစည်း၍ပြုလုပ်ပါက - သင်တန်းသားများအား ၎င်းတို့နှင့်တူညီမှုအများအပြား (ဥပမာ - လိင်၊ အသက်၊ ပညာရေး၊ လူမျိုး၊ ဘာသာစကား၊ တိုင်းရင်းသား၊ မျိုးနွယ်စု၊ ဂါသနာ သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်ရှိသူ/လူလွတ်) ရှိသူများကို အဖော်အဖြစ်ရွေးချယ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

- အဖွဲ့ခွဲပြီးသည်နှင့် သင်တန်းသားများအား ၎င်းတို့၏အချက်အလက်များကိုပြန်လည်ပြောပြစေပြီး တူနေသောအချက်များ အားလုံးကို စာရင်းတစ်ခုပြုစုပါ။
- LCD ဖြင့်ထိုးပြပါ သို့မဟုတ် အခန်းတွင်းနေရာအနှံ့ ဓာတ်ပုံအချို့ (သင်တန်းသားများ၏ယဉ်ကျေးမှုအသိုက်အဝန်းမှ လူပုံပါပြီး စာသားလုံးဝမပါ သို့မဟုတ် မဆိုစလောက်သာပါသော အရွယ်အစားအသင့်အတင့်ရှိဓာတ်ပုံများ) ကိုကပ်၍ တစ်ဖွဲ့လျှင်တစ်ပုံပေးပါ (ဓာတ်ပုံတစ်ပုံတည်းကို အဖွဲ့အနည်းငယ်က အတူအသုံးပြု၍လည်းရသည်)။
- လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်နေသောသင်တန်းသားတစ်ဦးချင်းအား ဓာတ်ပုံနှင့်ပတ်သက်၍ ဖော်ပြပါမေးခွန်းများမေးမြန်းပါ - ဓာတ်ပုံထဲကလူက ဘာလုပ်နေတာလဲ။ ဓာတ်ပုံထဲကလူက ဘာတွေစဉ်းစားနေတာလဲ။ သူ့စိတ်ထဲမှာ ဘယ်လိုခံစားချက်တွေရှိနေလဲ။ မေးခွန်းများအား မိမိအဖွဲ့သားကမည်ကဲ့သို့ဖြေဆိုမည်ဟုထင်သည်ကို သင်တန်းသားတိုင်းက ချရေးရမည်။
- အချိန်စေ့သွားပါက မိမိ၏အဖွဲ့သားဖြေဆိုခဲ့သည်ဟုထင်သောအရာကို တစ်ဦးချင်းပြန်လည်ပြောပြစေ၍ အမှန်တကယ် ဖြေဆိုခဲ့သောအရာနှင့်တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးပါ။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးတူညီသောအရာများ အများအပြားရှိသည့်တိုင် တစ်ဖက်လူ၏ ရှုမြင်ပုံကိုခန့်မှန်းရန် မည်မျှလွယ်ကူ သို့မဟုတ် ခက်ခဲကြောင်း အဖွဲ့လိုက်ဆက်လက်ဆွေးနွေးမည်။
- ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် BC မဟာဗျူဟာရေးဆွဲခြင်းနှင့်ဆက်စပ်နေသဖြင့် သင်တန်းသားများအနေဖြင့် မည်သည့် သင်ခန်းစာများရရှိခဲ့သနည်းဟု မေးပါ။ တစ်စုံတစ်ခုနှင့်စပ်လျဉ်း၍ လူတစ်ဦးကမည်ကဲ့သို့ထင်မြင်ယူဆသည်ကို အတိအကျသိရှိရန် ခက်ခဲသဖြင့် ခန့်မှန်းရန်မလွယ်ကူကြောင်း ထောက်ပြပါ။ ထို့ကြောင့်ပင် Formative Research ပြုလုပ်ရန် အားပေးရခြင်းဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။
- သင်တန်းသားများအားဖော်ပြပါအတိုင်းမေး၍ ဤလေ့ကျင့်ခန်းကိုအဆုံးသတ်ပါ - ဦးတည်အုပ်စု၏ရှုမြင်ပုံကို ကျွန်ုပ်တို့ကသိနှင့်ပြီးဖြစ်သည်ဟု ကြိုတင်ယူဆ၍ ရပါသလား။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေ - မရပါ။
  သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဘာကြောင့်မရတာလဲ။ ကျွန်ုပ်တို့ဦးတည်အုပ်စုများ၏ရှုမြင်ပုံကို ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေများ - ဦးတည်အုပ်စုနှင့်သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများအကြောင်းသုတေသနပြုလေ့လာမှုများပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် သိနိုင်သည်။

9. အဓိကအချက်များအနှစ်ချုပ်

5a. သင့်ဦးတည်အုပ်စုကို ဖြစ်နိုင်သမျှ အသေးစိတ် သတ်မှတ်ပါ (နည်းလမ်း ၆ ခုကိုအသုံးပြုပါ)။

5b. ဦးတည်အုပ်စု၏ထူးခြားလက္ခဏာရပ်များအားထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ သင့် BC မဟာဗျူဟာကိုရေးဆွဲပါ။

5c. ဦးတည်အုပ်စု၏ရှုထောင့်မှ အရာရာကိုရှုမြင်ပါ။

5d. ဦးတည်အုပ်စုအကြောင်းဆုံးဖြတ်မှုဟူသမျှကို စီမံကိန်းဝန်ထမ်း၏ကြိုတင်ယူဆချက်များပေါ်အခြေမခံဘဲ ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ပြုလုပ်ထားသောသုတေသနအပေါ် အခြေခံရမည်။

5e. ပြောပြသောအရာ၊ ပံ့ပိုးသောပစ္စည်း သို့မဟုတ် ဆောင်ရွက်သောလုပ်ငန်းများကို လူများနိုင်သမျှအများဆုံးထံ တစ်ပြေးညီ ရောက်ရှိစေခြင်းဖြင့် သင့်ရင်းမြစ်များကို အမြင့်မားဆုံးဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ပါ။

Task 5 Flip Chart 1

ဦးတည်အုပ်စုနှင့် ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုကို မည်သို့အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်သနည်း။

Priority Group (ဦးတည်အုပ်စု)

ဦးတည်အုပ်စုဆိုသည်မှာ အပြုအမူကိုကျင့်သုံးမည့်လူအုပ်စုကို ဆိုလိုသည်။ (ဥပမာ - လယ်သမားများ ၊ ငါးနှစ်အောက်ကလေးများ၏မိခင်များ ၊ ကျေးရွာလူငယ်များ)။ အခြားအုပ်စု (ဥပမာ- ကလေးများ ၊ ကျောင်းသားများ) ကို အပြုအမူတစ်ခု မဖြစ်မနေပြုလုပ်စေသော လူအုပ်စုသည်လည်း ဦးတည်အုပ်စု ဖြစ်နိုင်သည်။ ဦးတည်အုပ်စုသည် ပြည်သူလူထုမှလူများ (ဥပမာ-မိခင် ၊ လယ်သမား) ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ ဝန်ဆောင်မှုပေးနေသောသူများ (ဥပမာ- ဆင့်ပွားစိုက်ပျိုးရေးလုပ်သားများ ၊ အသေးစားငွေချေးသူများ ၊ လူထုကျန်းမာရေးလုပ်သား များ) လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။

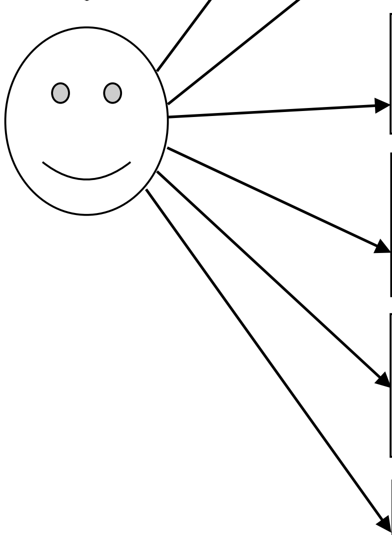
Influencing Group (ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စု)

ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုဆိုသည်မှာ မိမိတို့အပြုအမူတစ်ခု ကျင့်သုံးခြင်းကို သဘောတူသည် (သို့) သဘောမတူပါဟု ဦးတည်အုပ်စု မှထင်မြင်သောလူအုပ်စုကို ဆိုလိုသည်။ ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုသည် ဦးတည်အုပ်စု မှ ကောင်းမွန်သော အပြုအမူတစ်ခု ပြုလုပ်ခြင်းကို အားပေးနိုင်သကဲ့သို့ တားဆီးပိတ်ပင်မှုလည်း ပြု နိုင်သည်။ ၎င်းအုပ်စုသည် ဦးတည်အုပ်စုနှင့် အများအားဖြင့် အလွန်နီးစပ်သူများ ဖြစ်သည်။ ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုကို ဦးတည်အုပ်စုများတွင် သုတေသနလုပ်ခြင်းဖြင့် သိရှိနိုင်သည်။

Task 5 Handout 2 - လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်လွှတ်များ - ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ရန်နည်းလမ်း ၆ ခု

အမှုအကျင့်- လယ်သမားများသည် မိမိတို့၏မြေကြီးအတွင်းသို့ အော်ဂင်းနစ်မြေဩဇာထည့်သည်။

ဦးတည်အုပ်စု



1. လူဦးရေဆိုင်ရာအချက်များ (ဥပမာ - အသက်၊ ဝင်ငွေ၊ နေရပ်လိပ်စာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ ဘာသာစကား၊

2. ဦးတည်အုပ်စုကပြုလုပ်သောအရာများ (တစ်နေ့တာ အတွင်း လူအများစုပြုလုပ်သောအရာ)

3. ဦးတည်အုပ်စုကအလိုရှိသောအရာများ (အများအလိုရှိသောအရာများ)

4. အမှုအကျင့်ကို ဦးတည်အုပ်စုဝင်များမကျင့်သုံးနိုင်စေသည့်အတားအဆီးများ

5. အမှုအကျင့်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ဦးတည်အုပ်စု၏ သိရှိမှု၊ ခံစားချက်နှင့်လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု

6. အပြောင်းအလဲဖြစ်စဉ်အဆင့်များ (မသိခင်အဆင့်၊ သိပြီးအဆင့်၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်၊ လက်တွေ့

---

1. မြေ ၁ ဟက်တာအောက်သာ ပိုင်ဆိုင်သူ လယ်သမားများ။ ထွက်သမျှကိုမိသားစုစားသုံး။ လယ်ယာမဟုတ်သော ရာသီအလိုက် အလုပ်များလုပ်၍ ဝင်ငွေရှာ။ ကီဆွာဟီလီစကားပြော။ ကျောင်းတက်ဖူးရုံသာရှိ။

2. ရွာတွင်းရှိဆိုင်တစ်ဆိုင်တွင် ညနေခင်း အများစု၌စုဝေး။ လယ် ထဲတွင် တစ်နေ့ ၁၀ နာရီ နှင့်အထက်ကြာအလုပ်လုပ်။ ညနေခင်း တွင် ရေဒီယိုနားထောင်။ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင်ဈေးသွား။ စနေနေ့တွင် လူငယ်များဘောလုံးကစား။

3. ကလေးများ၏ဘဝပိုမိုတိုးတက်စေလို။ ကျောင်းနေလျှင် ဘဝ ပိုမိုတိုးတက်မည်ဟုနားလည်ထား။ ကလေးများကို ပိုမိုထက်မြက် စေလို။

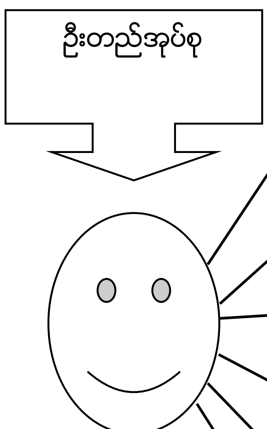
4. စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်ကောင်းများမသိရှိ။ စွန့်စားရခြင်းကိုမနှစ်သက်၊ ရိုးရာစိုက်ပျိုးနည်းများကိုအသုံးပြု။

5. သဘာဝပစ္စည်းများကို မြေကြီးနှင့်ပေါင်းစပ်ခြင်း၏အကျိုး ကျေးဇူးအားလုံးကိုသိရှိ။ အများအားဖြင့် လယ်ထဲတွင်ရရှိနိုင်သော သဘာဝပစ္စည်းများကိုထည့်သုံး။ အထွက်တိုးမတိုးမသေချာဘဲ

6. သိနှင့်ပြီးအဆင့် - ယင်းအလေ့အထကိုအချို့ကသိရှိ။ ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့် -

Task 5 Handout 3 - လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်လွှတ်များ - ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ရန်နည်းလမ်း ၆ ခု

အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စု/တိုင်းပြည်ကိုရေးပါ။



1. လူဦးရေဆိုင်ရာအချက်များ (ဥပမာ - အသက်၊ ဂင်ငွေ၊ နေရပ်လိပ်စာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ ဘာသာစကား၊ ပညာရေးအဆင့်)	1.
2. ဦးတည်အုပ်စုကပြုလုပ်သောအရာများ (တစ်နေ့တာ အတွင်း လူအများစုပြုလုပ်သောအရာ)	2.
3. ဦးတည်အုပ်စုကအလိုရှိသောအရာများ (အများအလိုရှိသောအရာများ)	3.
4. အမူအကျင့်ကို ဦးတည်အုပ်စုဂင်များမကျင့်သုံးနိုင်စေသည့်အတားအဆီးများ (အဖြစ်များသည့်အတားအဆီးများ)	4.
5. အမူအကျင့်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ဦးတည်အုပ်စု၏ သိရှိမှု၊ ခံစားချက်နှင့်လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု	5.
6. အပြောင်းအလဲဖြစ်စဉ်အဆင့်များ (မသိခင်အဆင့်၊ သိပြီးအဆင့်၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်၊ လက်တွေ့ကျင့်သုံးသည့်အဆင့်၊ စွဲမြဲစွာကျင့်သုံးသည့်အဆင့်)	6.

TASK 6 - ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Frameworks အပိုင်း ၁ - အမှုအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- မိမိ၏ဦးတည်အုပ်စုကို အသေးစိတ်သတ်မှတ်ခြင်း
- မည်သည့်အမှုအကျင့်များနှင့်မိမိ၏လုပ်ငန်းသက်ဆိုင်မှုရှိသည်ကို စဉ်းစားသုံးသပ်ခြင်း
- ရှေ့တွင်ပေးအပ်ခဲ့သော လမ်းညွှန်ချက်နှင့်ကိုက်ညီသည့် အမှုအကျင့်ဖော်ပြချက်တစ်ခုကို ပြည့်စုံစွာရေးသားခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- သက်ဆိုင်ရာနယ်ပယ်အလိုက် DBC အုပ်စုများ
- Task 6 Flip Chart 1 - အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များ - အမှုအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း
- Task 3 Handout 1 – DBC Frameworks အလွတ်များ (သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် တစ်ရွက်)
- Task 5 Handout 1 - ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်နည်း ၆ ခု
- Task 6 Flip Chart 2 – အမှုအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုကော်လံများသာပါဝင်သည့် DBC Framework များ (လေ့ကျင့်ခန်းကို လက်ဖြင့်ပြုလုပ်ပါက တစ်ဖွဲ့လျှင် Flip Chart ဖြင့် Framework တစ်ခု)
- မှတ်ချက်များရေးသားရန်စာရွက်နှင့်မာကာများ

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက်

အကယ်၍ သင်တန်းတွင် မတူညီသောတိုင်းပြည် သို့မဟုတ် ဒေသအချို့မှ စီမံကိန်းတစ်ခုလျှင် သင်တန်းသား ၂-၃ ဦးစီပါဝင်ပါက စီမံကိန်းအလိုက် အုပ်စုများခွဲပေး၍ ၎င်းတို့၏ LNRA တွင်ရေးသားထားသည်တို့နှင့်အညီ လုပ်ငန်းများကိုရွေးချယ်ပါ။

အကယ်၍ သင်တန်းသားများသည် မတူညီသောတိုင်းပြည်များမှဖြစ်ပါက လုပ်ငန်းနှင့်နေရာဒေသ ၄-၅ ခုကို LRNA တွင် ဖော်ပြထားသည့် စီမံကိန်းများပေါ်မူတည်၍ ရွေးချယ်ပါ (အဖွဲ့သားအများစုစိတ်ဝင်စားနိုင်ဖွယ်ရှိသော လုပ်ငန်းများကို ထင်ဟပ်နိုင်သည့်အရာများအားရွေးချယ်ပါ)။ သင်တန်းသားများအား နစ်သက်ရာအဖွဲ့များတွင်ပါဝင်ခွင့်ပေးပါ (ဖြစ်ရပ်လေ့လာရန်အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လျှင် ခန့်မှန်းခြေ ၅ ဦး)။

အကယ်၍ သင်တန်းသားအားလုံးသည် တိုင်းပြည် သို့မဟုတ် စီမံကိန်းတစ်ခုတည်းမှဖြစ်ပါက လုပ်ငန်း၏ဆက်စပ်နယ်ပယ်များ အလိုက် အဖွဲ့များခွဲပေးပါ။ ဥပမာ ပင်မလုပ်ငန်းနယ်ပယ်သည် စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်များစီမံခန့်ခွဲရေးဖြစ်ပါက ဖော်ပြပါအတိုင်း အဖွဲ့များ ခွဲပေးနိုင်သည် - အဖွဲ့ ၁။ ကြက်ဘဲမွေးမြူရေး အဖွဲ့ ၂။ သစ်ပင်သစ်တောပြန်လည်ထူထောင်ရေး အဖွဲ့ ၃။ မျိုးသုံးမည့်အန္တရာယ်ကြုံတွေ့ နေရသည့်မျိုးစိတ်များအားထိန်းသိမ်းကာကွယ်ခြင်း အဖွဲ့ ၄။ ကမ်းရိုးတန်းဒေသများထိန်းသိမ်း ကာကွယ်ခြင်း စသည်ဖြင့်။

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   a. သတ်မှတ် DBC အဖွဲ့များအတိုင်းထိုင်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ဤသင်ခန်းစာတွင် ကိုယ်ပိုင် DBC Framework များရေးဆွဲကြမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ သင်တန်းပြီးဆုံးချိန်တွင် ယင်း Framework များကိုရေးဆွဲပြီးဖြစ်မည်။

2. ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Framework များကိုစတင်ရေးဆွဲခြင်း - အမူအကျင့်များနှင့်ဦးတည်အုပ်စုများ

   2a. **Task 6 Flip Chart 1 - အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ရန်လမ်းညွှန်ချက်များ - အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း** ကိုပြသ၍ ဦးတည်အုပ်စုနှင့်လုပ်ငန်းတို့ကို အဖွဲ့အသီးသီးအားပြောပြပါ။ **Task 3 Handout 1 - DBC Framework** အလွတ်စာရွက်များကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။

   2b. ပေးအပ်ထားသည့် လုပ်ငန်းကို အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေး၍ အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်တစ်ခုရေးသားရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ပထမဆုံးနေ့မှ Task 4 ရှိ ခိုင်မာသောအမူအကျင့်ဖော်ပြချက်တစ်ခုတွင်ပါဝင်သောအရာများကို အချိန် ၅ မိနစ်ခန့်ယူ၍ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန် ရည်ညွှန်းပြောပြပါ။ သင်ယူတတ်မြောက်မှုအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်စေရန် အဖွဲ့များက ရွေးချယ်သည့်အမူအကျင့်ကို သင်တန်းပို့ချသူကခွင့်ပြုပေးနိုင်ပါသည်။ သင်တန်းပို့ချသူများက အဖွဲ့များ၏ DBC Framework များကိုတစ်ခုချင်း စိစစ်ပြီးပါက အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်ကိုဆက်လက်ရေးသားရန်ပြောပါ။

   2c. ဦးတည်အုပ်စုကို **Task 5 Handout 1 - ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်နည်း ၆ ခု** တွင် ဖော်ပြထားသည့် Descriptor ၆ ခု ဖြင့် သတ်မှတ်၍ DBC Framework တစ်ခုစီတွင်ရေးရန် အဖွဲ့များအားပြောပါ။

   2d. Task 6 Flip Chart 2 - အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုကော်လံများသာပါဝင်သော DBC Framework များ ကို အဖွဲ့အသီးသီးအားဖြန့်ဝေပေး၍ ရလဒ်များကို Flip Chart ပေါ်တွင်ရေးပြီး နံရံပေါ်တွင်ကပ်ရန်ပြောပါ။ Flip Chart များ၏ဘေးတွင် မှတ်ချက်ရေးရန်စာရွက်တစ်ခုကပ်ရန် အဖွဲ့များအားပြောပါ။

3. လှည့်လည်ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်း (Gallery Walk)

   3a. လှည့်လည်ကြည့်ရှုလေ့လာရန် သင်တန်းသားအားလုံးကိုပြောပါ။ တစ်ဖွဲ့ချင်း၏ မှတ်ချက်ရေးရန်စာရွက်ပေါ်တွင် မှတ်ချက်များရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ မှတ်ချက်ပေးနည်းကို သင်တန်းသားများအားပြောပြပါ။ ဥပမာ "အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်မပြည့်စုံ။" ဟူသောမှတ်ချက်ပေးရုံဖြင့်မလုံလောက်ပါ။ မှတ်ချက်ပေးရာတွင် တိကျမှုရှိရန် လိုအပ်သည် - ဥပမာ "ဖော်ပြချက်တွင် ဦးတည်အုပ်စု၏လိုလားချက်များနှင့်အပြောင်းအလဲဖြစ်စဉ် အဆင့်ဆင့်ကို ထည့်သွင်းခြင်းဖြင့် ပိုမိုပြည့်စုံစွာဖြည့်စွက်ရန် ထည့်သွင်းစဉ်းစား နိုင်ပါသည်။" Framework ကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေမည့် နည်းလမ်းများအား အကြံပြုရန် သင်တန်းသားများအားတိုက်တွန်းပါ။

   3b. သင်တန်းသားများကလှည့်လည်ကြည့်ရှုနေစဉ်တွင် အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များသည် သတ်မှတ်အင်္ဂါရပ်များနှင့်ပြည့်စုံခြင်းရှိမရှိ၊ ဦးတည်အုပ်စုကို နည်းလမ်း ၆ ခုဖြင့် သတ်မှတ်ထားခြင်းရှိမရှိတို့ကိုခွဲခြားဆုံးဖြတ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

Task 6 Flip Chart 1 - အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်နည်းလမ်းညွှန်ချက်များ - အမှုအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်း

1. လုပ်ငန်းအကြောင်းဆွေးနွေး၍ အမှုအကျင့်ဖော်ပြချက်ကောင်းတစ်ခု၏အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်နှင့်အညီ အမှုအကျင့်ဖော်ပြချက်ကို ရေးပါ - လုပ်ဆောင်ချက်၊ မြင်တွေ့သိရှိနိုင်မှု၊ တိကျမှု၊ တိုင်းတာနိုင်မှု၊ လက်တွေ့ဖြစ်နိုင်မှု၊ တိုးတက်မှုရလဒ်များနှင့်တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်နေမှု။
2. ဦးတည်အုပ်စုကို နည်းလမ်း ၆ ခုဖြင့် သတ်မှတ်ဖော်ပြပါ။
3. သင့်အဖွဲ့၏ DBC Framework တွင် ဦးတည်အုပ်စုဖော်ပြချက်ကိုရေးပါ။
4. ယင်းတို့ကို Flip Chart စာရွက်/DBC Framework အလွတ်ပေါ်တွင်ရေးပါ။

Task 6 Flip Chart 2
DBC Frameworks with Behavior and Priority Group Only
အမူအကျင့်နှင့် ဦးတည်အုပ်စုသာပါသော DBC Frameworks

အမူအကျင့်[A]	ဦးတည်အုပ်စု သို့မဟုတ် သြဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စု[B]
ဒီအပြုအမူကို မြှင့်တင်ဖို့…	…ဒီလူထုထဲကမှ … (တစ်ခုကိုဝိုင်းပါ။) ဦးတည်အုပ်စု- သြဇာလွှမ်းမိုးသော အုပ်စုများ-

A. အားပေးဖို့ တိကျ၊ ဖြစ်နိုင်ပြီး ထိရောက်တဲ့ **အပြုအမူ**က ဘာလဲ။

B. **ဦးတည်အုပ်စု**က ဘယ်သူလဲ။ (နည်း ၆ နည်းနဲ့ဖော်ပြပါ။) **သြဇာလွှမ်းမိုးတဲ့အုပ်စု**က ဘယ်သူလဲ။

TASK 7 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကိုခွဲခြားစိစစ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အဓိကအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများကိုပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း
- အားကောင်းသောအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာ ၃ ခုကိုပြောပြခြင်း
- ဦးတည်အုပ်စုတစ်ခု၏ Formative Research Statement နှင့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာတို့ကိုတွဲစပ်ခြင်း
- ဖြစ်ရပ်လေ့လာမှုတစ်ခုမှ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများကိုခွဲခြားဖော်ထုတ်ခြင်း
- အဆင့်မြင့်ပြေပါကအသုံးပြုရန် - ကြော်ငြာရှင်များအသုံးပြုသော လှုံ့ဆော်မှုပေးသည့်အရာများ (Universal Motivators) ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၂ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 2 Flip Chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု
- Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးသော အရေးပါသည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ
- Task 7 Handout 2 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများတွဲစပ်ခြင်း
- Task 7 Handout 2 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ တွင်ဖော်ပြထားသည်)
- Task 7 Handout 3 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများကိုရှာဖွေရန်လေ့ကျင့်ခြင်း (သင်တန်းပို့ချသူအသုံးပြုရန်) - ဖြစ်ရပ် ၁ - အချိန်မလင့်မီ ဆင်ခြေပေးစရာကုန်သွားသောတံငါသည်
- Task 7 Handout 3 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများကိုရှာဖွေရန်လေ့ကျင့်ခြင်း (သင်တန်းသားများအသုံးပြုရန်) - ဖြစ်ရပ် ၁ - အချိန်မလင့်မီ ဆင်ခြေများကုန်သွားသောတံငါသည်
- Task 7 Handout 4 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများကိုရှာဖွေရန်လေ့ကျင့်ခြင်း (သင်တန်းပို့ချသူအသုံးပြုရန်) - ဖြစ်ရပ် ၂ - အူမီက ကျီကိုဘာကြောင့်တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ။
- Task 7 Handout 4 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများကိုရှာဖွေရန်လေ့ကျင့်ခြင်း (သင်တန်းသားများအသုံးပြုရန်) - ဖြစ်ရပ် ၂ - အူမီက ကျီကိုဘာကြောင့်တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ။
- Task 7 Handout 5 - လှုံ့ဆော်မှုမပေးသည့်အရာများ
- (သင်တန်းသားများအား သယ်ဆောင်လာရန် ကြိုတင်မှာထားသော) မဂ္ဂဇင်း သို့မဟုတ် သတင်းစာထဲမှကြော်ငြာများ

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက်

လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ချိန်တစ်ဝက်ခန့်အရောက်တွင် သင်တန်းသားများအား နားချိန် ၁၅ မိနစ်ပေးပါ။

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - DBC Framework က ဘယ်ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုရောက်နေပြီလဲ။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေ - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ
   အမူအကျင့်တစ်ခု၏အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများ (Determinants) ကိုရှာဖွေခြင်းအကြောင်း စတင်ဆွေးနွေးမည်ဟု သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ယင်းသို့ရှာဖွေသည့်အဆင့်ကို အလွယ်တကူလျှစ်လျူရှုမိတတ်ကြသော်လည်း အမူအကျင့် ပြောင်းလဲရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့အသုံးပြုရန်လိုအပ်သည့်လုပ်ငန်းများက မည်သည်တို့ဖြစ်သည်ကိုသိရှိရန် ယင်းအဆင့်က အခရာကျသည်။
2. အမူအကျင့်ကို အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာဆိုတာဘာလဲ။

   2a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုကိုအားပေးမြှင့်တင်ရန် (သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်ရန်) နည်းလမ်းကို အများအားဖြင့် သင်တို့အနေနဲ့ ဘယ်လိုဆုံးဖြတ်လေ့ရှိသလဲ။ အဖြေမျိုးစုံရှိမည်ဖြစ်သည်။

   စီမံကိန်းများစွာတွင် လူအများလက်ရှိပြုကျင့်သောအရာကို အဘယ့်ကြောင့် ပြုကျင့်ကြသည်ကိုသော်လည်းကောင်း၊ အမူအကျင့်ကောင်းကိုပြောင်းလဲကျင့်သုံးရန်အတားအဆီးဖြစ်နေသောအရာများကိုသော်လည်းကောင်း ကောင်းစွာ စဉ်းစားခြင်းမပြုဘဲ အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုမှတဆင့် လုပ်ငန်းများသို့တိုက်ရိုက်ခုန်ပျံကျော်လွှားသွားလေ့ရှိကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ။

   2b. Task 3 Flip chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု

   Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရေးပါသည့်အရာများ မှ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို ပြန်လည်ဖတ်ရှု၍ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးမှုအရှိဆုံးအဖြစ် ၎င်းတို့ယူဆသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာတစ်ခုကို ပိုင်းပါ။ သင်တန်းသားအချို့ကို အဖြေများပြောပြခိုင်းပါ။ ယခုစာရင်းတွင် ပါဝင်သော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာများသည် ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာအမူအကျင့်များနှင့် သက်ဆိုင်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့သိရှိသော်လည်း ယင်းတို့အားလုံးက မည်သည့်အတိုင်းအတာအထိ သက်ဆိုင်မှုရှိသည်ကို သော်လည်းကောင်း၊ မည်သည့်အရာများက စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်များစီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာအမူအကျင့်များ နှင့်သက်ဆိုင်မှုရှိသည်ကိုသော်လည်းကောင်း ပြောပြရန် အချက်အလက်အလုံအလောက်မရှိသေးကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပြရန်လိုအပ်သည်။

   စာဖတ်၍ လေ့လာသူမဟုတ်သူများ သို့မဟုတ် ပြောဆိုဆွေးနွေးရာတွင် မိခင်ဘာသာစကားဖြင့်မဟုတ်ပါက ယင်းတို့အတွက် အခြားလေ့ကျင့်ခန်း - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာ၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကိုဖတ်ပြရန် သင်တန်းသားတစ်ဦးအားပြော၍ တစ်ချက်ချင်းကို အကျဉ်းချုံးရှင်းလင်းချက်နှင့်အတူ နမူနာတစ်ခုစီပေးပါ။

2c. အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများအနက် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အမူအကျင့်အများစု၏ပြောင်းလဲမှုအတွက် ပိုမိုတွေ့ရှိရပြီး ပိုမိုအားကောင်းသောအရာ ၄ ခုရှိသည်ဟု လူမှုရေးသိပ္ပံပညာရှင်များက လေ့လာတွေ့ရှိထားကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ ယင်း ၄ ခုမှာ -

- မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ
- လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ
- ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ
- ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင် ယူဆသောအရာများ

2d. လွှမ်းမိုးမှုအရှိဆုံး အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာ ၄ ခုအပြင် ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာအမူအကျင့်များ အတွက် အရေးပါသည်ဟု လူမှုရေးသိပ္ပံပညာရှင်များက လေ့လာတွေ့ရှိထားသောအရာ နောက်ထပ် ၄-၅ ခုရှိပါသည်။ ကျန်းမာရေးနှင့်မဆိုင်သော အမူအကျင့်များ/အလေ့အထများနှင့်ဆက်စပ်၍ ယင်းအရာများ၏အရေးပါမှုကိုမူ အတည်ပြုမပြုနိုင်သေးပါ။ လေ့လာမှုများဆက်လက်ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်နေဆဲဖြစ်ပါသည်။ ယင်းအရာများမှာ -

- လက်လှမ်းမီမှု
- ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း
- အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေ ရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း
- ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသော အရာများ
- ဘုရားရှင်၏ အလိုတော်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း
- လုပ်ဖြစ်အောင် သတိပေးသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာ/ သတိရစေသည့်အရာများ
- မူဝါဒ
- ယဉ်ကျေးမှု

ကျွန်ုပ်တို့သည် ထင်မြင်ယူဆချက်များအကြောင်းပြောဆိုနေခြင်းဖြစ်သည်ကို သတိပြုရမည်။ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုအတွက် အရေးအကြီးဆုံးအချက်သည် တစ်စုံတစ်ယောက်သည် တစ်စုံတစ်ခုကို အမှန်တကယ် ရရှိနိုင်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ ရရှိနိုင်ခြင်းအပေါ် ၎င်းတို့၏ထင်မြင်ယူဆချက်သာဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ပင် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာအများစုတွင် "ထင်မြင်ယူဆ" ဟူသောစကားလုံးပါဝင်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

2e. **Task 7 Handout 2 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာများတွဲစပ်ခြင်း** ကို သင်တန်းသားအသီးသီးအားပေး၍ အဖွဲ့လိုက် (ပိုမိုလွယ်ကူသည်) သို့မဟုတ် တစ်ဦးချင်း (ပိုမိုခက်ခဲသည်) ပြုလုပ်ရန်ပြောပါ။ လက်ဝဲဘက်ကော်လံမှ စာကြောင်းကို ဖတ်ပြီးနောက် **Task 7 Handout 1** ကိုကြည့်၍ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်မည်သည့်အရာက စာကြောင်းနှင့်ကိုက်ညီမှု အရှိဆုံးဖြစ်သည်ကိုဆုံးဖြတ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ရံဖန်ရံခါတွင် စာကြောင်းနှင့်ကိုက်ညီသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာသည် တစ်ခုထက်မက ရှိနိုင်ကြောင်းရှင်းပြ၍ ရလဒ်များကိုပြန်လည်စစ်ဆေးပါ။ ယင်းအခြေအနေမျိုးတွင် ပြဿနာရပ်ကို မည်သည့်လုပ်ငန်းများက အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းပေးနိုင်ကြောင်းဆုံးဖြတ်ရာတွင် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) က အရေးပါသောနေရာမှပါဝင်သည်။

2f. အကယ်၍ သင်တန်းသားများသည် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများအကြောင်း ဆက်လက်လေ့လာရန်လိုအပ်ပါက **Task 7 Handout 3 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာများအား လက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း (သင်တန်းပို့ချသူအတွက်) - ဖြစ်ရပ် ၁ - အချိန်မကုန်မီ ပေးစရာဆင်ခြေကုန်သွားသည့် တံငါသည်** သို့မဟုတ် **Task 7 Handout 4 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများအား လက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း (သင်တန်းပို့ချသူအတွက်) - ဖြစ်ရပ် ၂ - ကျီကိုဘာကြောင့် အူမှာ တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ** ကိုအသုံးပြုပါ။ ဖြစ်ရပ်ဆန်းစစ်နည်းအဆင့်ဆင့်ကို သင်တန်းပို့ချသူအတွက် လက်ကမ်းစာရွက်များ တွင်ထည့်သွင်းထားသည်။ (ယင်းတို့ကို စာကောင်းစွာဖတ်နိုင်သူများနှင့်အသုံးပြုပါက အကောင်းဆုံး

ဖြစ်သည်။) ဖြစ်ရပ်များကို အိမ်စာအဖြစ်လည်းပေးနိုင်သည်။ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ၎င်းတို့အတွက် အဆင်ပြေသော အမြန်နှုန်းဖြင့် ဖတ်ရှုလေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

3. **အဆင်ပြေပါကအသုံးပြုရန် - Task 7 Handout 5 - တွန်းအားဖြစ်စေသာအရာများ**

မှတ်ချက် ၁ - အောက်ပါလေ့ကျင့်ခန်းသည် သတင်းမီဒီယာနှင့်အလုပ်လုပ်ရသည့်စီမံကိန်းများ သို့မဟုတ် အမျိုးမျိုးသော ဦးတည်ပရိသတ်များအတွက် IEC စာရွက်စာတမ်းများ - ဥပမာ ကြော်ငြာဘုတ်ကြီးများ၊ လက်ကမ်းစာစောင်များ သို့မဟုတ် ပိုစတာများ - ပြုလုပ်ရသည့်စီမံကိန်းများအတွက် အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်ပါသည်။

3a. **Task 7 Handout 5 - တွန်းအားဖြစ်စေသာအရာများ** ကိုဖတ်ပါ။ သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ပါဝင်သောအချက်များ ထဲမှ အချက်များစွာကို နေရာဒေသအနှံ့အပြားမှ လူအများစုက လိုချင်တောင့်တကြသည်ဟုထင်ပါသလား။

3b. ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် Formative Research မပြုလုပ်နိုင်သော ကွဲပြားခြားနားသည့် လူအများအတွက် လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်သည့်အခါ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုအပေါ်လွှမ်းမိုးသောအကြောင်းအချက်များ အကြောင်း စဉ်းစားရာတွင် လူတိုင်းအတွက် "တွန်းအားဖြစ်စေသောအရာများ" ကိုထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ ကြော်ငြာရှင်များအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ကုန်ပစ္စည်းရောင်းချရာတွင် တွန်းအားဖြစ်စေသောအရာများ အသုံးပြုပုံကို ကျွန်ုပ်တို့ပိုမို သိနားလည်စေရန် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုကို ယခုပြုလုပ်ကြပါမည်။

3c. သင်တန်းသို့ယူလာရန် သင်မှာထားသော မဂ္ဂဇင်း သို့မဟုတ် သတင်းစာထဲမှကြော်ငြာများကို ထုတ်ရန်ပြောပါ။ တစ်ဦးချင်း သော်လည်းကောင်း၊ အဖွဲ့လိုက်သော်လည်းကောင်း ကြော်ငြာများကိုစူးစမ်းလေ့လာ၍ တွန်းအားဖြစ်စေသည့် မည်သည့် အရာတစ်ခုနှင့်ဆက်စပ်မှုအရှိဆုံးဖြစ်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ရန်ပြောပါ။

3d. ကြော်ငြာစာရွက်ကိုလက်ထဲတွင်ကိုင်၍ တွန်းအားဖြစ်စေသောအရာတစ်ခုချင်းအတွက် နမူနာတစ်ခုတင်ပြရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

3e. ဖော်ပြပါအတိုင်း အနှစ်ချုပ်ပြောပါ - သင်ပြုလုပ်သောသတင်းမီဒီယာမှလှုံ့ဆော်မှုများ သို့မဟုတ် မတူကွဲပြားသော အုပ်စုများ အတွက် မှတ်သားဖွယ်ရာများတွင် တွန်းအားဖြစ်စေသောအရာများကို အသုံးပြုမည့်နမူနာများနည်းလမ်းများရှိပါသည်။

မှတ်ချက် - ရံဖန်ရံခါတွင် ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခုရှိ တွန်းအားဖြစ်စေသောအရာများသည် အခြားယဉ်ကျေးမှုများတွင် အရေးပါသော အတားအဆီးများဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ - ဆပ်ပြာသုံးစွဲခြင်းသည် အခြားယောကျ်ားများကို ပိုမို ဆွဲဆောင်လိုစိတ်နှင့်ဖောက်ပြန်လိုစိတ်ကိုပြသည်ဟုဆိုကာ ၎င်းတို့၏လင်ယောကျ်ားများက ရိုက်နှက်လေ့ရှိသည်ဟု အမျိုးသမီးအချို့က တိုင်တန်းကြပါသည်။ အခြားတိုင်းပြည်တစ်ခုတွင်မူ အနံ့ကို လင်ယောကျ်ားကသဘောကျသဖြင့် ဆပ်ပြာသုံးစွဲခြင်းဖြစ်သည်ဟု အမျိုးသမီးများကဆိုပါသည်။

3f. ကျွန်ုပ်တို့၏ဦးတည်အုပ်စုအတွက် အင်အားအကြီးဆုံးအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာများသိရှိနိုင်ရန် စူးစမ်းလေ့လာရာတွင် မျက်စိဖွင့် နားစွင့်ထားရန် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ယင်းတို့သည် အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရာတွင် အထောက်အကူ ပြုနိုင်သော တွန်းအားဖြစ်စေသည့်အရာများဖြစ်သည်ကို သတိပြုရမည်ဖြစ်သည်။ သင့်ဦးတည်အုပ်စုက မည်သည့်အရာကို အကျိုးကျေးဇူး (ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ) ဟုယူဆသည်ကိုလည်းကောင်း၊ သက်ဆိုင်ရာအမူအကျင့်ကို မည်သူကအားပေး (လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ) ကြောင်း သင်သိရှိလာသည့်အခါ ယင်းတွန်းအား ဖြစ်စေသည့်အရာများပေါ်ထွက်လာမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း ယင်းတို့ကို အတားအဆီးများ ဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်း ပြုလုပ်ရာတွင် အများအားဖြင့် လေ့လာတွေ့ရှိရလေ့မရှိပါ။ အကြောင်းမှာ အမူအကျင့်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူ နှစ်ဦးစလုံးက ယင်းတွန်းအားဖြစ်စေသည့်အရာများကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုလေ့ရှိခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း သင်လေ့လာနေသောအုပ်စု (ဥပမာ - လယ်သမားများ) ၏ လိုလားချက်များကို ၎င်းတို့တန်ဖိုးထားသော တွန်းအားဖြစ်စေသည့်အရာ (ဥပမာ - လေးစားမှု) နှင့် ဆက်စပ်ပေးနိုင်ပါက မှတ်သားဖွယ်သတင်းစကားများရေးသားပြုစုရာတွင်လည်း ယင်းတွန်းအားဖြစ်စေသည့်အရာများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

Task 7 Handout 1

အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရေးကြီးသည့် အရာများ

အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသည့် အင်အားအကောင်းဆုံးအရာလေးခု

Formative Research (ဥပမာ- Barrier Analysis, Doer, Non-Doer) လုပ်ခြင်းအားဖြင့် အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသည့်အောက်ပါအရာ လေးခုကို အမြဲရှာဖွေရပါမည်။ ၎င်းတို့ကို ကျန်းမာရေးနှင့် အာဟာရဆိုင်ရာ အပြုအမူများအတွက် အားအကောင်းဆုံး လွှမ်းမိုးရာများအဖြစ် တွေ့ရလေ့ရှိသည်။

1. **Perceived self-efficacy/skills** (ထင်မြင်ယူဆရသော-မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု)
   - မိမိတွင်ရှိသော ဗဟုသုတများ ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများဖြင့် သတ်မှတ်ထားသော ထိုအပြုအမူကို လုပ်နိုင်သည်ဟူသော လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ယုံကြည်ချက်
   - သတ်မှတ်ထားသော ထိုအပြုအမူကို လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သော ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ စွမ်းဆောင်ရည် နှင့် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု

2. **Perceived social norms** (ထင်မြင်ယူဆရသော-လူမှုထုံးစံများ)
   - အပြုအမူတစ်ခုကိုပြုလုပ်ရန် အခြားတစ်ယောက်သည် မိမိအတွက်အရေးပါသည် ဟူသော လူတစ်ဦး တစ်ယောက်၏ခံယူချက်
   - ထိုအကြောင်းအရာတွင် အပိုင်း ၂ ပိုင်းပါဝင်သည်။ ကိစ္စရပ်တစ်ခုအတွက် မည်သူ သည် မိမိအတွက် အရေးအပါဆုံးဖြစ်သနည်း၊ မိမိအနေနှင့် အပြုအမူတစ်ခုကို ပြုလုပ်မည်ဆိုပါက ထိုသူ ယူဆမည့်ပုံအပေါ် မိမိ၏ ထင်မြင်ချက်

3. **Perceived positive consequences** (ထင်မြင်ယူဆရသော- ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော ကောင်းကျိုးများ)
   - အပြုအမူတခုကို လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် မည်သည့်ကောင်းကျိုးများ ရလာနိုင်မည် နည်းဟု လူများက တွေးကြသည်။ သူတို့တွေးကြသော ကောင်းကျိုးများသည် ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်လာမှု ၊ ကုန်ထုတ် လုပ်မှု တိုးတက်လာမှုနှင့် ဆက်စပ်နိုင် သည်။ ကြိုတင်မျှော်လင့်ထားသော အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် မဆက်စပ်သော အခြားတစ်ခုခုလည်းဖြစ်နိုင်သည်။ ကြိုတင်မျှော်လင့်ထားသောအကျိုးကျေးဇူးများနှင့် သူတို့တွေးသော ကောင်းကျိုးများဆက်စပ်သောအခါတွင် "perceived action efficacy" ဟုခေါ်သော အခြား Determinant ဖြစ်သွားပါမည်။

4. **Perceived negative consequences** (ထင်မြင်ယူဆရသော- ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော ဆိုးကျိုးများ)
   - အပြုအမူတခုကို လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် မည်သည့်ဆိုးကျိုးများ ရလာနိုင်မည်နည်းဟု လူများက တွေးကြသည်။

မှတ်ချက်။ အတားအဆီးများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်းစစ်တမ်း (Barrier Analysis) ၊ ပြုလုပ်သူ/မပြုလုပ်သူ စစ်တမ်း(Doer/Non-doer study) တွင် ပါဝင်သည့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင် သောကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးများအကြောင်း မေးသော မေးခွန်း၏အဖြေများသည် အပြုအမူတစ်ခုအပေါ်တွင်ရှိသော သူတို့၏အပေါင်းသဘောထား၊ အနုတ်သဘောထား၊ ခံယူချက်၊ ကောင်းကျိုးများနှင့် ဆိုးကျိုးများကို ဖော်ပြနေနိုင်သည်။

Other Key Determinants (အခြားအရေးပါသောလွှမ်းမိုးရာများ)

5. **Access** (လက်လှမ်းမှီမှု)

- အပြုအမူတစ်ခုပြောင်းလဲလုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ (ဥပမာ- ဓါတ်မြေဩဇာ၊ ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်၊ ကွန်ဒုံး) သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုများ (ဥပမာ- တီရစ္ဆာန်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးသည့်နေရာ) စသည်တို့ကို ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ
- မိမိလိုချင်သောပစ္စည်းများ ၊ ဝန်ဆောင်မှုများကို အလွယ်တကူ လက်လှမ်းမီမှု
- ကုန်ကျစရိတ်၊ ကျား/မ အခန်းကဏ္ဍ ၊ ထုံးတမ်းစဉ်လာ ၊ ဘာသာစကား စသည်တို့နှင့် ဆက်စပ်သော အခြားပြဿနာများလည်း ပါဝင်နေနိုင်သည်။

6. **Cues for action/reminders** (မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ)

- လူတစ်ယောက်အား အပြုအမူတခုလုပ်ဆောင်ရန်နှင့် လုပ်ဆောင်ရမည့်အဆင့်များကို အမှတ်ရနေစေရန် ကူညီပေးသော သတိပေးချက်များရှိနေခြင်း
- လူတစ်ယောက်၏အပြုအမူပြောင်းလဲမှု စတင်ဖြစ်ပေါ်စေသော ကြီးမားသည့်အဖြစ် အပျက်များ (ဥပမာ။ မိသားစုဝင်တစ်ဦးဦး အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ ပိုးကူးစက်ခံရခြင်း၊ မိုးခေါင် ရေရှားမှု ဖြစ်ပွားခြင်း)
- ဥပမာ - ဓါတ်ဆားမှန်မှန်ကန်ကန် ဖျော်နည်းကို ဖော်ပြသော ဓါတ်ဆားထုပ်ပေါ်ရှိ အညွှန်းပုံလေးများ။ အစေ့များ မည်သို့စိုက်ပျိုးသင့်ကြောင်း အဆင့်လိုက် ဖော်ပြနေသည့် ကပ်ခွာများ။

7. **Perceived susceptibility/risk** (ထင်မြင်ယူဆရသော-တစ်ခုခုကြောင့် ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု)

- ပြဿနာက မိမိကို ထိခိုက်နိုင်ချေ မည်မျှရှိကြောင်း လူတစ်ဦး၏ ခံယူချက်
- ဥပမာ။ မိမိတို့စိုက်ပျိုးထားသော သီးနှံများတွင် ပိုးကျနိုင်ချေရှိသည်ဟု ခံစားရသလော။ မိမိတို့သည် အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးကူးစက်ခံနိုင်ချေရှိသလော။

8. **Perceived severity** (ထင်မြင်ယူဆရသော- အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု)

- အပြုအမူတစ်ခုပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်သောပြဿနာတစ်ခုသည် ထိုအပြုအမူကို မလုပ်ပါက မည်မျှပြင်းထန် နိုင်ကြောင်း ယုံကြည်မှု
- ဥပမာ- လယ်သမားတစ်ဦးသည် မိမိသိုလှောင်ထားသော အစားအစာဂိုထောင်တွင် မှိုတက်လျှင် ဆိုးရွားစွာ ထိခိုက် နိုင်သည်ဟု ထင်မြင်ယူဆပါက ကာကွယ်ရန်အဆင့်များ ကို ပြုလုပ်မည်ဖြစ်သည်။ ဝက်သက်ရောဂါသည် ပြင်းထန်သော ရောဂါဖြစ်သည်ဟု မိခင်သည် ထင်မြင်ယူဆပါက မိမိကလေးကို ဝက်သက်ကာကွယ်ဆေး ထိုးရန်ခေါ် သွားမည် ဖြစ်သည်။

9. **Perceived action efficacy** (ထင်မြင်ယူဆရသော-အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက်)

- အပြုအမူတစ်ခုကို လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် ပြဿနာအခက်အခဲကို ရှောင်ရှားနိုင်မည်/ ထိုအပြုအမူသည် ပြဿနာကို ရှောင်ရှားနိုင်ရန် ထိရောက်သည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်
- ဉပမာ ။လူတစ်ယောက်သည် ခြင်ထောင်နှင့်အိပ်လျှင် ငှက်ဖျားဖြစ်မည်မဟုတ်ပါဟူသော ယုံကြည်မှု မှတ်ချက်။ အကြောင်းအရာတစ်ခုကြောင့် ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု(Perceived susceptibility) ၊ အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု (perceived severity) နှင့် အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက် (perceived action efficacy) သည် ပြဿနာအခက်အခဲများနှင့်သာ သက်ဆိုင်၍ အပြုအမူနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။

10. **Perceived divine will** (ဘုရားအလိုကျအတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ)

- ပြဿနာကိုကြုံတွေ့ရခြင်းအကြောင်းရင်း၊ ပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်ရခြင်း အကြောင်းရင်း များသည် ဘုရားသခင်၏ အလိုတော် (သို့) နတ်ဘုရားများ၏ အလိုတော်ကြောင့် ဖြစ်သည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်
- ကြုံတွေ့နေရသော ပြဿနာအတွက် ဘုရားသခင် (သို့) နတ်ဘုရားများတွင် တာဝန်ရှိ သည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်
- အခြားအကြောင်းအရာ/ဘာသာရပ်များ (ဉပမာ။ စိုက်ပျိုးရေး၊ သဘာဝအရင်းအမြစ် စီမံခန့်ခွဲမှု၊ ကျား/မ အခန်းကဏ္ဍ) ကို ပိုမိုလေ့လာရန်လိုအပ်ပါသည်။

11. **Policy** (မူဝါဒများ)

- အပြုအမူများအပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ ထုတ်ကုန်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမီ ခြင်းပေါ်တွင်လည်းကောင်း သက်ရောက်မှုရှိသော စည်းမျဉ်း နှင့် ဉပဒေများ
- ဉပမာ- ကောင်းမွန်ရှင်းလင်းသည့် မြေယာပိုင်ဆိုင်မှုဉပဒေရှိခြင်းသည် လူများအား မိမိတို့ ၏မြေယာများကို ပိုမိုတိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန် ထောက်ကူပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုခံယူစဉ် အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး အခမဲ့ စစ်ပေး ခြင်း ကဲ့သို့သော ဉပဒေသတ်မှတ်ချက်များသည်လည်း အမျိုးသမီးများ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ပုံမှန် စစ်လာနိုင်စေရန် ထောက်ကူပေး နိုင်ပါသည်။
- ချမှတ်ထားသော ဉပဒေများသည် အပြုအမူကို ကျင့်သုံးရန် အားပေးနိုင်သကဲ့သို့ တားဆီးမှုများလည်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

12. **Culture** (ဓလေ့ထုံးတမ်းများ)

- လူ့အသိုင်းအဝိုင်း အသီးသီးတွင် ရှိသော ကိုယ်ပိုင် နောက်ခံသမိုင်းကြောင်း၊ ဓလေ့ထုံးစံများ ၊ နေထိုင်မှုဘဝပုံစံများ ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ ၊ အလေ့အကျင့်များ
- လူမျိုးစု ၊ လူနေမှုပုံစံ ဉပမာ - "လိင်တူအစုအဖွဲ့" "လူငယ်အစုအဖွဲ့" စသည်တို့နှင့်လည်း ဆက်စပ်နေတတ်ပါသည်။
- ထင်မြင်ယူဆရသော- လူမှုထုံးစံများ (perceived social norms) ကိုလည်း မကြာခဏ လွှမ်းမိုးနေတတ်ပါသည်။

Task 7 Handout 2
အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များကို ယှဉ်တွဲခြင်း

Task 7 Handout 1 ကို ကိုးကား၍ အောက်ပါဝါကျများနှင့် ကိုက်ညီမည့် အသင့်တော်ဆုံး Determinant များ (အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များ) ကိုရွေးချယ်ပါ။

Formative Research သုတေသနမှ ရရှိသောအဖြေများ	Determinant (အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များ)
၁။ မညီညာတဲ့ တောင်စောင်းက မြေပေါ်မှာ အပင်ဘယ်လို စိုက်ရမယ် ဆိုတာ ငါမသိဘူး။	
၂။ မြေဩဇာသုံးရင် သုံးတဲ့ပိုက်ဆံနဲ့ရော၊ အားစိုက်ရတဲ့လုပ်အားနဲ့ရော တွက်ရင် မတန်ဘူးလို့ ငါ့ယောက္ခမက ပြောတယ်။ မြေဩဇာသုံးလို့ သူ ငါ့ကို ရှူးမိုက်တယ်လို့ မမြင်စေချင်ဘူး။	
၃။ ငါ့လယ်တွေကို မီးမရှို့ရင် နောက်နှစ်ကျရင် ပိုးကျတဲ့ဒုက္ခတွေ ငါပိုပြီး ကြုံတွေ့ရမယ်။	
၄။ ပြောင်းတွေကို အတန်းလိုက်စိုက်ပျိုးရင် လေတိုက်ပြီး ပြိုလဲနိုင်ခြေ ပိုများတယ်။	
၅။ ငါ့ရွာမှာ ပိုးသတ်ဆေးတွေမရောင်းကြဘူး။ ပိုးသတ်ဆေးလိုချင်ရင် မြို့ကို အဝေးကြီးလမ်းလျှောက်ပြီး သွားဝယ်ရမယ်။	
၆။ ဆေးခန်းကို သွားမပြချင်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ နောက်ဆုံးတစ်ကြိမ် သွားပြတုန်းက ငါ့အပေါ် သူတို့ အရမ်းရိုင်းပြတယ်။	
၇။ အိမ်မှာမဟုတ်ပဲ အပြင်မှာအလုပ်သွားလုပ်ရရင် ငါ့ကလေးကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ဖို့ ခက်ခဲလိမ့်မယ်။	
၈။ ပေါင်းရှင်းရတာကို ငါမုန်းတယ်။ ဘယ်အပင်ကပေါင်းပင်လဲ၊ ဘယ်အပင်က ငါစိုက်တဲ့အပင်လဲဆိုတာ ငါမခွဲတတ်ဘူး။	
၉။ ပီလောပီနံမျိုးကွဲအသစ်ကို ငါစိုက်တော့မယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီမျိုးကွဲတွေကို သုတေသနပျိုးခင်းကနေ ဖြန့်ဝေမယ့်နေ့ကို ငါမေ့နေတယ်။	
၁၀။ ပေါင်မပြည့်တဲ့ကလေးတွေသာ အာဟာရချို့တဲ့နိုင်ခြေပိုများတယ်။ ငါ့ကလေးက ပုံမှန်ပေါင်ချိန်နဲ့ မွေးလာတာ။ အာဟာရချို့တဲ့မှာ စိုးရိမ်စရာမလိုဘူး။	
၁၁။ ငါ့လယ်ကို လေ့ကားထစ်လုပ်ပြီးမစိုက်ရင် အပေါ်ယံမြေဆီလွှာ ဆုံးရှုံးမယ်လို့ ကြားဘူးတယ်။ ဒါပေမယ့် ငါ့လယ်မှာ အပေါ်ယံမြေဆီလွှာ တွေအများကြီးရှိတယ်။ လှေကားထစ်လုပ်ပြီးမစိုက်လည်း ပြဿနာ မဟုတ်ပါဘူး။	
၁၂။ ငါတို့ရဲ့မစင်တွေကို ဖုံးအုပ်ရမယ်လို့ ကျမ်းစာကပြောတယ်။ ဒါကြောင့် ငါတို့မိသားစု အိမ်သာတစ်လုံးဆောက်ခဲ့တယ်။	

Formative Research သုတေသနမှ ရရှိသောအဖြေများ	Determinant (အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များ)
၁၃။ ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ငါ့ကလေးကို ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ ခေါ်သွားခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် သူတို့ကပြောတယ်။ ကလေးတစ်ယောက်ထဲအတွက်နဲ့တော့ ကာကွယ်ဆေးပုလင်းကို မဖွင့်နိုင်ဘူးလို့ပြောတယ်။	
၁၄။ လယ်ပြင်တဲ့အနေနဲ့ တောင်ယာလယ်ကွက်တွေကို မီးရှို့တာဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဓလေ့ပါ။	
၁၅။ ကျွန်တော်ဇနီးတစ်ယောက်တည်းနဲ့ပဲ ကိုယ်လက်နီးနှောဖို့က တော်တော်ခက်တယ်။	
၁၆။ ဒီနှစ်တော့ ကျွန်မရဲ့ ခင်ပွန်းက ကျွန်မကို မိသားစုစားဖို့ သီးပင်စားပင်တွေထက် ဝင်ငွေရ အပင်တွေ ပိုစိုက်စေချင်တယ်။	
၁၇။ ဒီနှစ်တော့ ငါ ကန်ဇွန်းဥ မစိုက်ချင်ဘူး။ မနှစ်တုန်းကတော့ စိုက်သေးတယ်။ အခြားသူတွေလည်း စိုက်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ကန်ဇွန်းဥကရတဲ့ ဈေးကနည်းလွန်းတယ်။	
၁၈။ သားဆက်ခြားနည်းကို ငါသုံးမယ်။ ဒါပေမယ့် ငါကြိုက်တဲ့ သားဆက်ခြားနည်းအမျိုးအစားကို သူတို့မပေးတော့ဘူး။	
၁၉။ ဒီနှစ် ကြွက်ရန်ကာကွယ်ဖို့ ပိုကောင်းတဲ့ သတ္တုကိုဒေါင်တစ်ခု ငါဆောက်ချင်တယ်။ မနှစ်တုန်းက ငါ့ပြောင်းအများကြီးကို ကြွက်တွေ စားသွားတယ်။	
၂၀။ တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်တစ်ယောက် ကောင်းကောင်းသာ အနီးအနားမှာ ရှိရင် ကျွဲနွားသုံးပြီး လယ်ထွန်ဖို့ တော်တော်လွယ်သွားမယ်။	
၂၁။ ငါ့ကလေး အအေးမိရင် သူ့ရဲ့အသက်ရှူနှုန်းကို စစ်ဆေးဖို့လိုတယ်လို့ ငါကြားဘူးတယ်။ ဒါပေမယ့် ဘယ်လိုစစ်ဆေးရမလဲဆိုတာကို မေ့နေတယ်။	
၂၂။ ငါကြိုးစားလုပ်ကြည့်သေးတယ်။ အဲဒီလိုလုပ်ဖို့ အချိန်လည်း အများကြီးကုန်တယ်။ အားလည်းအများကြီး စိုက်ရတယ်။	
၂၃။ အရမ်းမတ်စောက်တဲ့ တောင်စောင်းတွေမှာရှိတဲ့ တောင်ယာတွေမှာ သာ မြေဆီလွှာတိုက်စားမှုဖြစ်တာ။ ငါ့တောင်ယာက အဲဒီလောက် မမက်စောက်ဘူး။	
၂၄။ ငါ့ကလေးက ကိုယ်အလေးချိန်မပြည့်မီလည်း ဘာဖြစ်မှာမို့လို့တုန်း။ သူက တစ်ဖြည်းဖြည်းကြီးထွားနေတာပဲလေ။ ငါလည်း သူ့အရွယ်တုန်းက အဲဒီလိုပဲ ခပ်ညှက်ညှက်ပဲ။	
၂၅။ ဒီနှစ် ငါ့လယ်က အထွက်တိုးမတိုးဆိုတာ ဘုရားအလိုတော်ပဲ။ အထွက်တိုးဖို့ ငါလုပ်နိုင်တာလည်း သိပ်မရှိဘူး။	

Formative Research သုတေသနမှ ရရှိသောအဖြေများ	Determinant (အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များ)
၂၆။ ငါ့ကလေးသာ အာဟာရပြည့်နေရင် ငါတို့ကို စားနပ်ရိက္ခာပေးမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ငါ့ကလေးကို ဆက်ပြီး နို့တိုက်လို့မဖြစ်ဘူး။ စားနပ်ရိက္ခာကသာ ငါ့မိသားစုတစ်ခုလုံးအတွက် ပိုတန်ဖိုးရှိတယ်။	
၂၇။ တို့လူမျိုးစုက သူတို့လူမျိုးစုနဲ့ အတူတူ စားသောက်လို့မရဘူး။ ဒါကြောင့် သူတို့နဲ့အတူတူ စည်ဝေးသွားထိုင်လို့ မဖြစ်ဘူး။	

TASK 7 Handout 3 (သင်တန်းပို့ချသူအသုံးပြုရန်)

အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) အား လက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း

ဖြစ်ရပ် ၁ - အချိန်မလင့်မီ ဆင်ခြေပေးစရာကုန်သွားသောတံငါသည်

Tom Davis ရေးသားသည်။

သင်တန်းသားများအသုံးပြုရန်မူထဲမှ အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကို အပိုင်းလိုက် သင်တန်းသားတစ်ဦးအား ဖတ်ပြရန်ပြောပါ (အကယ်၍ သင်တန်းတွင် ဘာသာစကားအမျိုးမျိုးပြောသည့်အုပ်စုများပါဝင်ပါက ဘာသာစကားအလိုက်ဖတ်ပြစေရန်)

တစ်ပိုင်းပြီးတိုင်း ဖော်ပြပါမေးခွန်းများကိုမေးရန် ခေတ္တရပ်ပါ။ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အချို့မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုရာတွင် အခက်အခဲရှိပါက ဖြစ်ရပ်မှသက်ဆိုင်ရာအပိုင်းကိုပြန်ဖတ်ပြ၍ သဲလွန်စများဖော်ပေးခြင်း၊ မေးခွန်းကိုထပ်မံမေးမြန်းခြင်းတို့ပြုလုပ်ပါ။

အမေးအဖြေလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ချိန်တွင် သင်တန်းသားများကိုးကားနိုင်ရန် **Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ်လွှမ်းမိုးသော အရေးပါသည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှု အရှိဆုံးအရာများ** ကိုပေးထားရမည်။

ရံဖန်ရံခါတွင် သင်တန်းသားများသည် အကြောင်းအရာအလိုက်အချက်အလက်များကို အချိန်အလွန်ကြာမြင့်စွာဆွေးနွေးလေ့ရှိသည်။ အကယ်၍ ယင်းသို့ကြာမြင့်နေပါက ယခုလေ့ကျင့်ခန်း၏ရည်ရွယ်ချက်သည် ဖြစ်ရပ်ပါ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာများ (Determinants) ကိုအာရုံစိုက်ရန်ဖြစ်ကြောင်း၊ Promoter ကအသုံးပြုသောနည်းလမ်းများက အကောင်းဆုံးဟုတ်မဟုတ် ဆွေးနွေးရန်မဟုတ်ကြောင်း သတိပေးပါ။ ထို့ကြောင့် နမူနာဖြစ်ရပ်အဖြစ် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း အကြောင်းကို ရွေးချယ်ထားပြီး သင်တန်းသားများ၏ စီမံကိန်းတွင် ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရှိသောအကြောင်းအရာကိုမရွေးချယ်ထားခြင်းဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။

အပိုင်း ၁

ဇန်နဝါရီလ၏နေ့တစ်နေ့၊ ဟူးလာဟူးလာရွာတွင်ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတစ်ဦးဖြစ်သော ရာဖီရဲလား၏နေအိမ်အနီးရှိ တောင်ကုန်းပေါ်သို့ တံငါအိုကြီးတစ်ဦး ဆေးလိပ်ခဲလျှက် ပျော်ရွှင်စွာလမ်းလျှောက်တက်သွားသည်။ ဆေးလိပ်သောက်ရာမှ ကင်ဆာဖြစ်ပြီး အသက်ဆုံးသွားသောဖခင်ကို ရာဖီရဲလားအမှတ်ရလာသည်။ ဆေးလိပ်နှင့်ပတ်သက်၍ ရပ်ရွာအတွက် တစ်ခုခု လုပ်ပေးမည်ဟု သူမ ဆုံးဖြတ်ထားသည်။ တံငါအိုကြီးကို ခြံထဲမှလှမ်း၍စကားပြောပြီးရင်း ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကြောင့် ကင်ဆာဖြစ်နိုင်သဖြင့် ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် ရာဖီရဲလားကပြောလိုက်သည်။ တံငါအိုကြီးက "ကျုပ်က ကင်ဆာဘယ်တော့မ ဖြစ်မှာမဟုတ်ဘူးဗျ။ ကျုပ်တို့မိသားစုအားလုံးက အကြမ်းခံနိုင်တယ်၊ ကျန်းမာတယ်။" ဟုပြန်ပြောသည်။ ဒါနဲ့ ရာဖီရဲလားက မည်သူပင်ဖြစ်စေ ဆေးလိပ်သောက်ပါက ကင်ဆာဖြစ်နိုင်ခြေ မည်မျှပိုမိုမြင့်မားကြောင်းရှင်းပြသည်။

ဖေဖော်ဝါရီလတွင် တံငါအိုကြီးက ရာဖီရဲလား၏အိမ်ဘေးမှ နောက်တစ်ကြိမ်ဖြတ်လျှောက်သွားပြန်သည်။ ဆေးလိပ်ကိုသောက်ဆဲ ဖြစ်သည်ကို ရာဖီရဲလားတွေ့လိုက်သည့်အခါ ဆေးလိပ်ကြောင့် emphysema ရောဂါဖြစ်နိုင်ကြောင်းပြောလိုက်သည်။ တံငါအိုကြီးက ရယ်မောလိုက်ပြီး "emphysema ဆိုတာဘာလဲကျုပ်မသိဘူး။ ဒါပေမယ့် ဖြစ်လာရင်တောင် ကျုပ်အနေနဲ့မခံနိုင်စရာမရှိပါဘူး။" ဟုပြန်ပြောသည်။ ဒီလိုနဲ့ emphysema ရောဂါကမည်မျှဆိုးဝါးကြောင်း ရာဖီရဲလားကရှင်းပြသည်။ ကင်ဆာနှင့်ပတ်သက်၍ တစ်စုံတစ်ခုလုပ်လိုပါက တံငါသည်ကြီးအား နှုတ်ဖြင့်ပြောပြရုံဖြင့်မလုံလောက်သည်ကို ရာဖီရဲလားနားလည်လာသည်။ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၏ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်များကို သတိပေးထားသည့် ပိုစတာအချို့ပြုလုပ်၍ လူစုံတတ်သည့် နေရာများတွင် ချိတ်ဆွဲပြသနိုင်ရန် ရာဖီရဲလားက ရပ်ရွာလူကြီးများနှင့်အတူ စတင်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သည်။ ရပ်ရွာတွင်းအစည်းအဝေးများ ပြုလုပ်ချိန်တွင် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကိုခွင့်မပြုရန် ရပ်ရွာလူကြီးများအား ရာဖီရဲလားက စည်းရုံးနိုင်ခဲ့သည်။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

1. **ဖြစ်ရပ်၏ပထမပိုင်းကို ကြားသိခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရပ်အရ တံငါအိုကြီးဆေးလိပ်မဖြတ်တာဘာယ်လိုအကြောင်းရင်းတွေကြောင့်လဲ။**
    - ကင်ဆာရောဂါဖြစ်မယ်လို့မထင်သောကြောင့်။
    - ဆေးလိပ်ကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါများက ပြောလောက်အောင်မဆိုးနိုင်ဟုထင်သောကြောင့်။
2. **အထက်ပါအကြောင်းရင်းနှစ်ခုသည် မည်သည့် Determinants နှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - ကင်ဆာရောဂါဖြစ်မယ်လို့မထင်သောကြောင့် - ထိခိုက်နိုင်ခြေထင်မြင်ယူဆချက်
    - ဆေးလိပ်ကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါများက ပြောလောက်အောင်မဆိုးနိုင်ဟုထင်သောကြောင့် - ဆိုးဂါးပြင်းထန်နိုင်ခြေ ထင်မြင်ယူဆချက်။ ဆိုးဂါးပြင်းထန်နိုင်ခြေထင်မြင်ယူဆချက်သည် အကျိုးဆက်ဟုထင်မြင်ယူဆချက်တစ်မျိုးပင်ဖြစ် သောကြောင့် အကျိုးဆက်ဟုထင်မြင်ယူဆချက်ဟုလည်းအဖြေပေးနိုင်သည်။

ဖြစ်ရပ်အပိုင်းကိုဆက်ဖတ်ပါ။

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၂ -

မတ်လ။ အသက်ပြင်းပြင်းရှုရိုက်ရင်း တောင်ကုန်းပေါ်သို့တက်သွားသောတံငါအိုကြီးဟာ ရာဇီရဲလားကိုလှမ်းနှုတ်ဆက်လိုက်ပါတယ်။ ကင်ဆာဖြစ်စပြုနေပြီလားဟု သူမကမေးလိုက်သည်။ တံငါအိုကြီးက "မဖြစ်သေးပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ဖြစ်မယ်ဆိုရင် ဆေးလိပ်ဖြတ်ဖြတ် မဖြတ်ဖြတ် ဖြစ်မှာပါပဲ။ ကျုပ်တစ်သက်လုံးဆေးလိပ်သောက်လာတာဗျ။" ဒီလိုနဲ့ ဆေးလိပ်ကိုဘယ်အသက်အရွယ်မှာဖြတ်ဖြတ် အသက်ပိုရှည်မှာဖြစ်ကြောင်း ရာဇီရဲလားကနားလည်အောင်ပြောပြသည်။

ဧပြီလ။ အဘိုးအိုဟာ ချောင်းဆိုးရင်း၊ ဓားကိုဝှေ့ယမ်းရင်း တောင်ကုန်းပေါ်သို့ တဖြည်းဖြည်းတက်သွားသည်။ ရာဇီရဲလားက သူ့ကိုလှမ်းမေး တော့မှာသိလို့ သူကဦးစွာအော်ပြောလိုက်သည်။ "ကျုပ်ဆေးလိပ်မဖြတ်ရသေးဘူး။ ဒါပေမယ့် ဖြတ်တော့ ဖြတ်ချင်တယ်။ ဖြတ်ဖို့လည်း ကြိုးစားခဲ့ပါတယ်။ ခက်ခဲလွန်းလို့သာပါဗျာ။" ဒီလိုနဲ့ ရာဇီရဲလားက ဆေးလိပ် အလွယ်တကူဖြတ်ဖို့ နည်းလမ်းအချို့ကို အဘိုးအိုအား ပြောပြသည်။

မေလ။ အဘိုးအိုဟာ ဆားအပြည့်တင်ထားသောလားတစ်ကောင်အလား အသက်ကိုရှုရှိုက်ရင်း တောင်ကုန်းပေါ်ကို တရွေ့ရွေ့နှင့် တက်သွားသည်။ "ဆေးလိပ်သောက်သေးလား။" ဟု ရာဇီရဲလားကမေးလိုက်သည်။ "ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ကဖြတ်လိုက်ပြီ။ ဒါပေမယ့် ပြီးခဲ့တဲ့ စနေ၊ တနင်္ဂနွေက ဆေးလိပ်မသောက်တော့တာကိုမေ့ပြီး စားပွဲပေါ်မှာတွေ့တဲ့ဆေးလိပ်ဘူးထဲက တစ်လိပ်ကောက်သောက်လိုက် မိတယ်။ ဆေးလိပ်မသောက်တော့တာ အမှတ်ကိုမရတော့တာ။" ဒါနဲ့ ရာဇီရဲလားက ဆေးလိပ်မသောက်တော့တာကို ကိုယ့်ကိုကိုယ် သတိပေးတဲ့ အနေနဲ့ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးလိပ်ခွက်အားလုံးကိုလွှင့်ပစ်ဖို့ အဘိုးအိုကိုပြောသည်။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

3. **ဖြစ်ရပ်၏ဒုတိယအပိုင်းကို ကြားသိခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရပ်အရ တံငါအိုကြီးဆေးလိပ်မဖြတ်တာဘာယ်လိုအကြောင်းရင်းတွေကြောင့်လဲ။**
    - ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်သည့်တိုင် ကင်ဆာရောဂါဖြစ်မှာမလွဲဟု အဘိုးအိုကထင်နေသည်။
    - ဆေးလိပ်သောက်သည့်အကျင့်ကို စွန့်လွှတ်ရန်ခက်ခဲလွန်းသည်ဟု သူကထင်နေသည်။
    - ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်သည်ကို သူ "မေ့"သွားသည်။

4. **အထက်ပါအကြောင်းရင်းသုံးခုသည် မည်သည့် Determinants နှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်သည့်တိုင် ကင်ဆာရောဂါဖြစ်မှာမလွဲဟု အဘိုးအိုကထင်နေသည် - အကျိုးဆက်ဟုထင်မြင်ယူဆချက် (ထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာဟုဖြေ၍လည်းရသည်။)
    - ဆေးလိပ်သောက်သည့်အကျင့်ကို စွန့်လွှတ်ရန်ခက်ခဲလွန်းသည်ဟု သူကထင်နေသည် - မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ
    - ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်သည်ကို သူ "မေ့"သွားသည် - သတိရစေသည့်အရာများ

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၃ ကိုဆက်ဖတ်ပါ။

အပိုင်း ၃ -

ဖွန်လ။ အဘိုးအိုသည် အသက်ကိုခက်ခဲစွာရှူရှိုက်နေရသဖြင့် တောင်ကုန်းတက်ရာတွင် ၃ ကြိမ်အထိနား၍တက်နေရသည်။ "အခုထိကို ဆေးလိပ်မဖြတ်သေးဘူးလား။" ဟု ရာဇီရဲလားမေးလိုက်သည်။ အဘိုးအိုက "ကျုပ်မိတ်ဆွေတွေလည်း ဆေးလိပ်မသောက်ရင်တော့ ဖြတ်ရတာပိုလွယ်မှာပေါ့ဗျာ။ သူတို့နဲ့တွေ့တာနဲ့ ပြန်ပြီးသောက်ဖြစ်နေတယ်။" ဟုပြန်ဖြေသည်။ ဆေးလိပ်မသောက်သည့်မိတ်ဆွေများ ရှာဖွေရန် သို့မဟုတ် ဆေးလိပ်သောက်သည့်မိတ်ဆွေများကို ဆေးလိပ်ဖြတ်ဖို့ပြောရန် လုပ်ဖို့လိုနေပြီဟု ရာဇီရဲလားက အဘိုးအိုအား ပြောသည်။ အဘိုးအိုနှင့်၎င်း၏သူငယ်ချင်းများကို ရာဇီရဲလားကိုယ်တိုင်တွေ့ဆုံ၍ ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် အပြန်အလှန်အကူအညီပေးနိုင်မည့် အထောက်အကူပြုအဖွဲ့တစ်ခုစတင်ဖွဲ့စည်းရန် ရာဇီရဲလားက ကူညီခဲ့သည်။

ဇူလိုင်လ။ အဘိုးအိုသည် တောင်ကုန်းပေါ်တက်ရာတွင် ၅ ကြိမ်အထိနား၍ တက်ရသည်။ "ဘာမှလာပြောမနေနဲ့တော့။ ကျုပ်ဆေးလိပ်ကို ဒီလောက်အထိဖြတ်လို့မရမှတော့ ဘုရားသခင်က ကျုပ်ကိုဆေးလိပ်သောက်စေချင်လို့၊ ဆေးလိပ်ကြောင့်ပဲ သေစေချင်လို့ပဲဖြစ်ရမယ်။" ဟု အဘိုးအိုက ရာဇီရဲလားကို လှမ်းအော်ပြောလိုက်သည်။ ရာဇီရဲလားက အဘိုးအိုကို ကော်ဖီသောက်ကြရန် အိမ်သို့ဖိတ်ခေါ်လိုက်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ဘုရားကျောင်းများပင်ဖြစ်သည်ဟုရေးသားထားသည့် သမ္မာကျမ်းစာပါစာပိုဒ်ကိုဖတ်ပြသည် (I Cor 6:19-20)။ ဆေးလိပ်သောက်သည့်ဓလေ့စရိုက်ကြောင့် သေဆုံးရခြင်းသည် ဘုရားသခင်၏အလိုတော်မဟုတ်ဟု သမ္မာကျမ်းစာကဆိုထားကြောင်း ကရုင်းပြသည် (Isa 65:20)။ ကိုယ့်ဘာသာတစ်ဦးတည်း ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန်မဖြစ်နိုင်သည်ကိုလက်ခံပါကြောင်း၊ ဘုရားသခင်၏အကူအညီ ရယူရန်လိုအပ်နိုင်ကြောင်း ရာဇီရဲလားက ပြောပြသည်။ ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန်ခွန်အားနှင့်နည်းလမ်းကောင်းများပေးသနားပါရန် ဘုရားသခင်ထံဆုတောင်းသင့်သည်ဟု သူမက အကြံပေးလိုက်သည်။

ဩဂုတ်လ။ တံငါအိုကြီးသည် တောင်ကုန်းပေါ်သို့ လူငယ်လေးတစ်ဦးပမာ အလွန်ပျော်ရွှင်စွာတက်သွားသည်။ "ကျုပ်ဆေးလိပ်မသောက် တော့ဘူးဗျ။ ကျုပ်မိတ်ဆွေတွေလည်းမသောက်ကြတော့ဘူး။ ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်လို့ စုဆောင်းဖြစ်မယ့်ငွေနဲ့ ငါးလုပ်ငန်းသမအသင်းတစ်ခု တည်ထောင်လို့ရတယ်လို့ သူတို့ကိုကျုပ်နားချခဲ့တာဗျ။ အခုဆို ကျုပ်တို့ တစ်ယောက်မှဆေးလိပ်မသောက်ကြတော့ဘူး။ ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ရာဇီရဲလားရယ်။ အချိန်မလင့်ခင် ဆင်ခြေတွေကုန်သွားအောင် လုပ်ပေးခဲ့တဲ့အတွက် ဘုရားသခင်ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်တယ်ဗျို့။" တံငါသည်ကြီးရဲ့ခွန်အားတွေပြန်တိုးလာပြီး အသက် ၉၅ နှစ်အရွယ်တွင် ကွယ်လွန်သွားသည်။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

5. **ယခုအခါ ဖြစ်ရပ်၏နောက်ဆုံးအပိုင်းကိုကြားသိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ တံငါအိုကြီးဆေးလိပ်မဖြတ်နိုင်ခဲ့သည့်အကြောင်းရင်း ၂ ခု ကိုဖော်ပြပါ။**
    - သူ့မိတ်ဆွေအားလုံးက ဆေးလိပ်သောက်ကြသည်။
    - ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့်ကင်ဆာဖြစ်ခြင်းတို့သည် ဘုရားသခင်အလိုအတိုင်းဟု သူကယူဆသည်။

6. **မည်သည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများနှင့်အထက်ပါအကြောင်းရင်းနှစ်ခုတို့ ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - သူ့မိတ်ဆွေအားလုံးက ဆေးလိပ်သောက်ကြသည် - လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ
    - ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့်ကင်ဆာဖြစ်ခြင်းတို့သည် ဘုရားသခင်အလိုအတိုင်းဟု သူကယူဆသည် - ဘုရားရှင်၏ အလိုတော်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း
7. **နောက်ဆုံးတွင် တံငါအိုကြီးက ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် ဘာလုပ်ခဲ့သနည်း။**
    - ဆေးလိပ်ဖြတ်သဖြင့် စုဆောင်းနိုင်မည့်ငွေဖြင့် ငါးလုပ်ငန်းသမဂ္ဂဝါယမအသင်းတစ်ခုဖွဲ့စည်းနိုင်မည်ဟု သူ့မိတ်ဆွေများအား နားချစည်းရုံးခဲ့သည်။
8. **ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် မည်သည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာနှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ (အောင်မြင်မှုနှင့်ဂုဏ်သိက္ခာကဲ့သို့သော ကြီးမားသောကောင်းကျိုးအချို့နှင့်လည်း ဆက်စပ်မှုရှိနိုင်သည်)
9. **သင့်တော်မှုရှိသောအမူအကျင့်ပြောင်းလဲစေမည့်သိမှတ်ဖွယ်ရာများအပြင် တံငါအိုကြီးဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် အထောက်အကူဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသော အခြားမည်သည့်အရာများကို ရာဇီရဲလားနှင့်တံငါအိုကြီးတို့က အစပြုလုပ်ဆောင်ခဲ့သနည်း။**
    - ဖေဖော်ဝါရီလ - အသိပညာပေးမှုပြုလုပ်ခြင်းနှင့်ကျေးရွာတွင်းအစည်းအဝေးများတွင် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို တားမြစ်ပေးရန် ရွာလူကြီးများအားစည်းရုံးခြင်းဖြင့် လူမှုဓလေ့ထုံးစံများအားပြောင်းလဲရန် ရာဇီရဲလားကလုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။
    - ဖေဖော်ဝါရီ/မေ - ဆေးလိပ်သောက်ချင်စိတ်ဖြစ်စေနိုင်သည့်အရာများဖယ်ရှားပစ်ရန် ဆေးလိပ်ဘူးခွံများနှင့် ဆေးလိပ်ခွက်များကို တံငါအိုကြီးအား လွှင့်ပစ်စေခြင်းဖြင့် "ပြင်ပအခြေအနေထိန်းချုပ်မှု" နည်းလမ်းများကို ရာဇီရဲလားက အသုံးပြုခဲ့သည်။
    - ဇွန် - တံငါသည်ကြီးနှင့်၎င်း၏မိတ်ဆွေများအတွက် ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန်အထောက်အကူပြုအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ကို ရာဇီရဲလားက စတင်ဖွဲ့စည်းပေးခဲ့သည်။
    - ဩဂုတ် - ဆေးလိပ်မသောက်ဘဲစုဆောင်းထားသည့်ငွေများဖြင့် ငါးလုပ်ငန်းသမဂ္ဂဝါယမအသင်းတစ်ခု (အစားထိုးရန်လုပ်ဆောင်မှု) ကို တံငါအိုကြီးနှင့်၎င်း၏မိတ်ဆွေများက စတင်တည်ထောင်ခဲ့သည်။
10. **ရှင်းပြရန် - ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသောအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်ဖွယ်အရှိဆုံးအရာ ("အတားအဆီးများ" နှင့် "အထောက်အကူပြုသောအရာများ") အသီးသီးသည် ကျွန်ုပ်တို့မြှင့်တင်ပေးနေသောအမူအကျင့်များအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိမရှိကိုစူးစမ်းလေ့လာရန် လိုအပ်သည်။** ယင်းတို့အနက်မှ မည်သည့်အရာတစ်ခု (သို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပို၍ဖြစ်စေ) အမူအကျင့်တစ်ခုကိုကျင့်သုံးရန် အထောက်အကူ သို့မဟုတ် အတားအဆီးဖြစ်စေနိုင်သည်။

Task 7 Handout 3 (Participant's Version)
အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးထားသော အရေးကြီးအချက်များ ရှာဖွေခြင်းလေ့ကျင့်ခန်း
ဇာတ်လမ်း ၁။ အချိန်တွေမကုန်မီ ဆင်ခြေတွေကုန်သွားတဲ့ တံငါသည်တစ်ယောက် အကြောင်း

By Tom Davis

အပိုင်းသုံးပိုင်းပါ အောက်ပါဇာတ်လမ်းကိုဖတ်၍ ပံ့ပိုးသူမေးသော မေးခွန်းများကို ဖြေပါ။ **လေ့ကျင့်ခန်း-၇- ပြုအမူ အပေါ်လွှမ်းမိုးထားသော အရေးကြီးအချက်များ**

အပိုင်း-၁

သာယာကုန်းရွာရဲ့ ဇန်နဝါရီလ တစ်ခုသောနံနက်ခင်းမှာ တံငါသည်အဖိုးအိုတစ်ယောက် တောင်ကုန်းပေါ်ကို ပျော်ရွှင်စွာ လမ်းလျှောက်တက်လာပြီး ကျန်းမာရေးလုပ်သား မရည်မွန်ရဲ့ အိမ်ဘေးကဖြတ်လာတယ်။ အဖိုးအိုက စီးကရက်တစ်လိပ်ကို ဖွာနေတယ်။ မရည်မွန်ရဲ့ ဖခင်ဟာ ဆေးလိပ်သောက်လွန်းလို့ ကင်ဆာရောဂါနဲ့ နာကျင်စွာဆုံးပါးသွားခဲ့တာကို အမှတ်ရ နေတဲ့အတွက် သူမရဲ့ရွာလေးမှာ ဒီလိုထပ်ပြီးမကြုံရအောင် တစ်ခုခုလုပ်ဖို့ မရည်မွန်က ဆုံးဖြတ်ထားတယ်။ မရည်မွန်က ခြံထဲကနေပြီး "အဖိုးရေ- ဆေးလိပ်ဖြတ်တော့၊ ကင်ဆာဖြစ် လိမ့်မယ်" လို့လှမ်းပြောတယ်။ တံငါသည်အဖိုးအိုက "တို့က ကင်ဆာဘယ်တော့မှ မဖြစ်ဘူး ဟေ့။ တို့မိသားစုကလူတွေက ကျန်းမာတာ ဒေါင်ဒေါင်မြည်ပဲ" လို့ပြန်ပြောတယ်။ ဒီတော့ မရည်မွန်က "အဖိုးရေ- ဘယ်သူမဆို ဆေးလိပ်သောက်ရင် ကင်ဆာဖြစ်နိုင်ချေ ပိုများတယ် နော်" လို့လှမ်းပြောတယ်။

ဖေဖော်ဝါရီလရောက်တော့ တံငါသည်အဖိုးအိုက မရည်မွန်ရဲ့ အိမ်ဘေးကနေ ဖြတ်သွားပြန်တယ်။ မရည်မွန်က အဖိုးအို ဆေးလိပ်ဖွာနေတာတွေ့တော့ "အဖိုးရေ-ဆေးလိပ်သောက်ရင် အဆုတ်ထဲရေအိတ်ဖြစ်တတ်တယ်" လို့ လှမ်းပြောတယ်။ တံငါသည်အဖိုးအိုက ရယ်လိုက်ပြီး "အဆုတ်ထဲရေအိတ်ဖြစ်တာတော့ မကြားဘူးဘူးဝေ့။ တကယ်လို့ အဆုတ်ထဲရေအိတ်ဖြစ်ရင် လည်း ငါမမှုဘူး" လို့ပြန်ပြောတယ်။ ဒါနဲ့ မရည်မွန်က အဆုတ်ထဲရေအိတ်ဖြစ်တာက ဆိုးရွား တဲ့ရောဂါတစ်ခုဖြစ်တဲ့အကြောင်း ရှင်းပြတယ်။ ကင်ဆာရောဂါကို ကာကွယ်ဖို့တစ်ခုခု လုပ်ချင် တယ်ဆိုရင် တံငါသည်အဖိုးအိုကို အခုလို လှမ်းပြောနေရုံထက်မက တစ်ခုခုလုပ်ဖို့လိုနေပြီလို့ မရည်မွန်သိလာတယ်။ ဒါကြောင့် ကျေးရွာ ရပ်မိရပ်ဖတွေနဲ့ ပူပေါင်းပြီး ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း ကြောင့် ဖြစ်တဲ့ ကျန်းမာရေးပြဿနာ တွေအကြောင်း ပိုစတာတော်တော်များများကို ထုတ်ပြီး လူစည်ကားတဲ့နေရာတွေမှာ လိုက်ကပ်တယ်။ ကျေးရွာအစည်းအဝေးတွေလုပ်နေတုန်း ဆေးလိပ်မသောက်ဖို့ ဥပဒေထုတ်ဖို့လည်း ရပ်မိရပ်ဖတွေက သဘောတူတယ်။

အပိုင်း-၂

မတ်လရောက်တဲ့အခါ တံငါသည်အဖိုးအိုက ဟောဟဲဟောဟဲနှင့် တောင်ကုန်းပေါ်တက် လာရင်း မရည်မွန်ကို နှုတ်ဆက်လိုက်တယ်။ မရည်မွန်က "အဖိုးရေ- ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက် ပြီလား။ ကင်ဆာဖြစ်နေပြီလား" လို့မေးတယ်။ အဖိုးအိုက "ကင်ဆာတော့ မဖြစ်သေးဘူးဟေ့။ ဒါပေမယ့် ကင်ဆာဖြစ်မယ်ဆိုရင်လည်း ဆေးလိပ်ဖြတ်ဖြတ်မဖြတ်ဖြတ် ဖြစ်မှာပဲ။ တစ်သက် လုံးဆေးလိပ်သောက်ခဲ့ပြီးပြီပဲ။" ဒါနဲ့ မရည်မွန်က ဘယ်အသက်အရွယ်မှာပဲ ဆေးလိပ်ဖြတ် ဖြတ်၊ ဆေးလိပ်ဖြတ်လိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ အဖိုးအိုကိုအသက်ပိုရှည်စေမယ့် အကြောင်း ရှင်းပြ တယ်။

ဧပြီလလည်းရောက်ရော အဖိုးအိုက ချောင်းဆိုးရင်း တောင်ကုန်းပေါ်ဖြည်းညှင်းစွာ လမ်း လျှောက်တက်လာတယ်။ မရည်မွန် မေးခွန်းလှမ်းမေးတော့မယ်ဆိုတာကို အဖိုးအိုက ကြိုသိနေတာနဲ့ "ဆေးလိပ်မဖြတ်သေးဘူးဟေ့။ ဖြတ်တော့ဖြတ်ချင်တယ်။ ဖြတ်ဖို့လည်း ကြိုးစားတယ်။ သိပ်မလွယ်တဲ့ ကိစ္စပဲဟေ့" လို့ အရင်လှမ်းပြောတယ်။ ဒါနဲ့ မရည်မွန်က ဆေးလိပ်ကို ပိုမိုလွယ်ကူစွာ ဖြတ်နိုင်မယ့် နည်းလမ်းအချို့အကြောင်း အဖိုးအိုကို ပြောပြတယ်။

မေလရောက်တော့ အဖိုးအိုက ဆားအိတ်တွေထမ်းထားတဲ့ မြည်းလိုပဲ တဟောဟော၊ တဟဲဟဲ နဲ့ တောင်ကုန်းပေါ်ကို အချိန်အကြာကြီးယူပြီး တက်လာလေရဲ့။ မရည်မွန်က "ဆေးလိပ် သောက်နေတုန်းပဲလား" လို့မေးတော့ အဖိုးအိုက "ပြီးခဲ့တဲ့ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ကပဲ ဆေးလိပ်ဖြတ် လိုက်ပြီဟေ့။ ဒါပေမယ့် စနေနေ့ရောက်တော့ ငါဆေးလိပ်ဖြတ်ထားတာကို မေ့ပြီး စီးကရက်ဗူး ကို စားပွဲပေါ်မှာတွေ့တာနဲ့ တစ်လိပ်မီးညှိမိလိုက်တယ်။ ကိုယ်ဆေးလိပ်ဖြတ်ခဲ့တာကို ကိုယ် မမှတ်မိဘူးဖြစ်နေတယ်။ ဒါနဲ့ မရည်မွန်က စီးကရက်အားလုံးရော၊ ဆေးလိပ်ပြာခွက် ရောကို လွှင့်ပစ်ဖို့၊ ဒါမှသာ ကိုယ်ဆေးလိပ်ဖြတ်တာ ကိုယ်မှတ်မိမှာဖြစ်တဲ့အကြောင်း ပြောပြ တယ်။

အပိုင်း-၃

ဇွန်လရောက်လာတယ်။ အဖိုးအိုဟာ အသက်ကိုခက်ခက်ခဲခဲရှူနေရတဲ့အတွက် တောင်ကုန်း ပေါ်ရောက်ဖို့ လမ်းမှာ သုံးခါနားရတယ်။ မရည်မွန်က "အခုထိဆေးလိပ်မဖြတ်သေးဘူးလား" လို့မေးတယ်။ အဖိုးအိုက "ငါ့သူငယ်ချင်းတွေအားလုံးလည်း ဆေးလိပ်မသောက်ကြရင် ငါလည်းဆေးလိပ်ဖြတ်ဖို့ တော်တော့်ကိုလွယ်လိမ့်မယ်။ သူတို့ဆေးလိပ်ဖွာတာမြင်တိုင်း ငါလည်းဆေးလိပ်ပြန်သောက်မိတယ်" လို့ပြန်ပြောတယ်။ ဒါနဲ့ မရည်မွန်က ဆေးလိပ် မသောက်တဲ့ သူငယ်ချင်းတွေကိုရှာဖို့ ဒါမှမဟုတ် ဆေးလိပ်သောက်နေတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေ ကိုလည်း ဆေးလိပ်ဖြတ်အောင်တိုက်တွန်းဖို့လိုတဲ့အကြောင်း ရှင်းပြတယ်။ မရည်မွန်က အဖိုးအိုနဲ့ရော၊ အဖိုးအို့ရဲ့ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ပါ တွေ့ဆုံခဲ့တယ်။ အချင်းချင်းဆေးလိပ်ဖြတ်ဖို့ ကူညီကြတဲ့ သူငယ်ချင်းတစ်စုကို မရည်မွန်ရဲ့ အကူအညီနဲ့ စတင်ဖွဲ့စည်းနိုင်ခဲ့တယ်။

ဇူလိုင်လမှာ အဖိုးအိုက တောင်ကုန်းပေါ်ရောက်ဖို့ လမ်းမှာ ငါးခါနားရတယ်။ အဖိုးအိုက မရည်မွန်ကို "ငါ့ကိုဘာမှလာပြောမနေနဲ့တော့။ ငါတော့ ဆေးလိပ်ဖြတ်နိုင်မယ့် ပုံမပေါ်တော့ ဘူး။ ကြည့်ရတာ ငါဆေးလိပ်သောက်ဖို့၊ ဆေးလိပ်သောက်ပြီးသေဖို့ ဘုရားအလိုတော်ရှိတယ် ထင်တယ်" လို့ ပြောတယ်။ မရည်မွန်က အဖိုးအိုကို ကော်ဖီသောက်ဖို့ ခေါ်ဖိတ်ပြီး ခန္ဓာကိုယ် ဟာ ဘုရားသခင်ရဲ့ ဗိမာန်တော်ဖြစ်တဲ့အကြောင်း ကျမ်းချက်ကို ကျမ်းစာမှာ ဖွင့်ဖတ်ပြတယ်။ (၁ ကော ၆း၁၉-၂၀)။ ကိုယ့်ရဲ့မစွန့်လွှတ်နိုင်တဲ့အကျင့်ကြောင့် သေဆုံးဖို့ ဘုရားသခင် အလို တော်မရှိကြောင်း ကျမ်းချက်ကိုလည်းဖွင့်ဖတ်ပြတယ်။ (ယောရှာယ ၆၅း၂၀) အဖိုးအိုအနေနဲ့ ကိုယ့်အစွမ်းနဲ့ကိုယ် ဆေးလိပ်ဖြတ်နိုင်မှာ မဟုတ်ကြောင်း၊ ဆေးလိပ်ဖြတ်ဖို့ ဘုရားသခင်ရဲ့ အကူအညီ မရှိမဖြစ်လိုတဲ့အကြောင်း မရည်မွန်က သဘောတူတယ်။ ဆေးလိပ်ဖြတ်နိုင်ဖို့ ခွန်အားပေးဖို့၊ ဆေးလိပ်ဘယ်လို ဖြတ်ရမယ်ဆိုတဲ့ အကြံဉာဏ်တွေကို ပေးသနားဖို့ ဘုရား သခင်ထံ ဆုတောင်းဖို့ အဖိုးအိုကို မရည်မွန်က အကြံပေးတယ်။

ဩဂုတ်လရောက်လာတယ်။ တံငါသည်အဖိုးအိုဟာ လူငယ်တစ်ယောက်ပြန်ဖြစ်သွားတဲ့ အလား တောင်ကုန်းပေါ်ကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်တက်လာတယ်။ "ငါ ဆေးလိပ်ပြတ်သွားပြီဟေ့။ ငါ့သူငယ်ချင်းတွေရောပဲ။ တို့ ဆေးလိပ်မသောက်တော့လို့ စုမိတဲ့ပိုက်ဆံတွေနဲ့ ငါးလုပ်ငန်း အစည်းအရုံးတစ်ခုတောင် ထောင်ကြတော့မှာ။ အခု တို့တွေတစ်ယောက်မှ ဆေးလိပ် မသောက်ကြတော့ဘူး။ ကျေးဇူးအများကြီးတင်တယ်ဟေ့- ရည်မွန်ရေ။ ငါ့ရဲ့ အချိန်တွေမကုန်မီ ငါ့ရဲ့ ဆင်ခြေတွေကုန်သွားလို့ ဘုရားသခင်ကို ကျေးဇူးတင်တယ်ဝေ့" လို့ မရည်မွန်ကို လှမ်းပြောတယ်။ တံငါသည်ကြီးဟာ သူ့ရဲ့အားအင်တွေ ပြန်လည်ရရှိပြီး အသက် ၉၅ နှစ်မှာ ကွယ်လွန်ခဲ့ပါတယ်။

TASK 7 Handout 4 (သင်တန်းပို့ချသူအသုံးပြုရန်)

အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) အား လက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း

ဖြစ်ရပ် ၂ - ကျီကို အူမာ ဘာကြောင့်တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ။

Carolyn Wetzel ရေးသားသည်။

သင်တန်းသားများအသုံးပြုရန်မှုထဲမှ အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကို အပိုင်းလိုက် သင်တန်းသားတစ်ဦးအား ဖတ်ပြရန်ပြောပါ (အကယ်၍ သင်တန်းတွင် ဘာသာစကားအမျိုးမျိုးပြောသည့်အုပ်စုများပါဝင်ပါက ဘာသာစကားအလိုက်ဖတ်ပြစေရန်)

တစ်ပိုင်းပြီးတိုင်း ဖော်ပြပါမေးခွန်းများကိုမေးရန် ခေတ္တရပ်ပါ။ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အချို့မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုရာတွင် အခက်အခဲရှိပါက ဖြစ်ရပ်မှသက်ဆိုင်ရာအပိုင်းကိုပြန်ဖတ်ပြ၍ သဲလွန်စများဖော်ပေးခြင်း၊ မေးခွန်းကိုထပ်မံမေးမြန်းခြင်းတို့ပြုလုပ်ပါ။

အမေးအဖြေလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ချိန်တွင် သင်တန်းသားများကိုးကားနိုင်ရန် **Task 7 Handout 1 - အမှုအကျင့်အပေါ်လွှမ်းမိုးသော အရေးပါသည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှု အရှိဆုံးအရာများ** ကိုပေးထားရမည်။

ရံဖန်ရံခါတွင် သင်တန်းသားများသည် အကြောင်းအရာအလိုက်အချက်အလက်များကို အချိန်အလွန်ကြာမြင့်စွာဆွေးနွေးလေ့ရှိသည်။ အကယ်၍ ယင်းသို့ကြာမြင့်နေပါက ယခုလေ့ကျင့်ခန်း၏ရည်ရွယ်ချက်သည် ဖြစ်ရပ်ပါ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည့်အရာများ (Determinants) ကိုအာရုံစိုက်ရန်ဖြစ်ကြောင်း၊ Promoter က အသုံးပြုသောနည်းလမ်းများက အကောင်းဆုံးဟုတ်မဟုတ် ဆွေးနွေးရန်မဟုတ်ကြောင်း သတိပေးပါ။ ထို့ကြောင့် နမူနာဖြစ်ရပ်အဖြစ် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းအကြောင်းကိုရွေးချယ်ထားပြီး သင်တန်းသားများ၏စီမံကိန်းတွင် ဆောင်ရွက်ဖွယ်ရှိသောအကြောင်းအရာကိုမရွေးချယ်ထားခြင်းဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။

အပိုင်း ၁

ညနေခင်းတစ်ခု၊ အူမာ၏ပြောင်းစိုက်သည့်အလုပ်အပြီး (ပြောင်းများက ညီ့သကျည်းခန့်အထိ ကြီးထွားလာချိန်) ၃ ပတ်ခန့်အကြာ အိမ်နီးချင်းတစ်ဦးဖြစ်သူ အလီက သူ့ဆီအလည်ရောက်လာသည်။ ယခင်နှစ်က အူမာစိုက်သည့်ရိတ်သိမ်းပြီးပြောင်းများ၏ သုံးပုံတစ်ပုံကို ကြွက်နှင့် အင်းဆက်များကြောင့်ဆုံးရှုံးသွားသည်။ မီးဖိုနားတွင် မိတ်ဆွေနှစ်ဦးအတူထိုင်၍ လက်ဘက်ရည်သောက်ရင်း ရွာအကြောင်းစကားစမည် ပြောဆိုနေကြသည်။ အလီကအသက်ပိုငယ်ပြီး အူမာ၏လယ်သမားအဖွဲ့ခေါင်းဆောင်ဖြစ်သည်။ အနီးအနားရှိမြို့တွင် အစိုးရဝန်ထမ်း တစ်ဦးကဦးဆောင်ပြုလုပ်သောသင်တန်းတစ်ခုမှ အလီကပြန်ရောက်လာခါစဖြစ်သည်။ ရိတ်သိမ်းပြီး သီးနှံဆုံးရှုံးမှုလျော့နည်းစေရန် ပြောင်းအဖူးများကိုပြုပြင်၍အခြောက်ခံပြီး ရွှံ့ဖြင့်ပြုလုပ်ထားသောကျီများတွင် သိုလှောင်သည့်နည်းလမ်းများ အကြောင်း ၎င်းသင်ယူခဲ့သည်တို့ကို အလီကစိတ်လှုပ်ရှားစွာပြန်လည်ပြောပြသည်။ အခြောက်ခံ၊ ပြုပြင်၊ သိုလှောင်သည့်နည်းစနစ်များကို အသုံးပြုပါက ရိတ်သိမ်းပြီးပြောင်း နောက်ထပ် ၂၅-၅၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်ကို စားသုံးရန်နှင့် ရောင်းချရန် ပိုမိုကျန်ရှိမည်ဖြစ်ကြောင်း အလီက အူမာကိုပြောပြသည်။ အိမ်နီးချင်းမိတ်ဆွေအပေါ် မရိုင်းပျလိုသဖြင့် အူမာက လက်ဘက်ရည်နောက်တစ်ခွက်ထပ်မံချပေး၍ သံသယဖြင့် ဆက်နားထောင်ပေးသည်။

ယခင်နှစ်က ထွက်ရှိသောသီးနှံ၏သုံးပုံတစ်ပုံကိုဆုံးရှုံးခဲ့သည့်တိုင် ကြိုတင်သတိပြုရမည့်အရာများ - နတ်များကိုပူဇော်ပသခြင်းနှင့် အချိန်မှန်ရိတ်သိမ်းမှုမပြုခြင်း - ကိုမပြုလုပ်ခဲ့၍သာ ယင်းသို့ဖြစ်ရသည်ဟု အူမာက ထင်မြင်ယူဆသည်။

နောက်တစ်ပတ်တွင် အူမာက အလီ၏လယ်သမားများအစည်းအဝေးသို့တက်ရောက်ခဲ့သည်။ ရွာတွင်းရှိ ကြွက်နှင့်အင်းဆက် ပြဿနာသည် ပူဇော်ပသမှု သို့မဟုတ် ရိတ်သိမ်းချိန်မမှန်ကန်မှုကြောင့်မဟုတ်ကြောင်း အလီက အူမာကိုရှင်းပြသည်။ အစည်းအဝေး တက်ရောက်သည့် အခြားသူများကလည်း သဘောတူကြသည်။ ကြွက်နှင့်အင်းဆက်ပြဿနာရှိနေသော်လည်း သိုလှောင်သည့် နည်းလမ်းမှန်ကန်ပါက ပြောင်းတစ်ဖူးကိုပင် ဆုံးရှုံးမည်မဟုတ်ဟု အလီကအဖွဲ့သားများအားပြောသည်။ ရိတ်သိမ်းပြီးမှပြောင်းများ ဆုံးရှုံးခြင်းသည် ရိတ်သိမ်းကာလ လွန်မှဆုံးရှုံးခြင်းဖြစ်ပြီး ဂရုပြုထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့်ကျီဖြင့်သိုလှောင်ခြင်းတို့ဖြင့် ယင်းဆုံးရှုံးမှုမှ ကာကွယ်နိုင်ကြောင်း သူကပြောပြသည်။

အခြားအကြောင်းများကြောင့်လည်း ဆုံးရှုံးနိုင်သည်ကိုလည်းကောင်း၊ ကြွက် သို့မဟုတ် ပိုးမွှားများကြောင့် သီးနှံအချို့မပျက်စီးအောင် ပြုလုပ်နိုင်မည့်အခြားနည်းလမ်းများရှိသည်ကိုလည်းကောင်း တစ်ခါမျှ အူမာမစဉ်းစားမိခဲ့ပါ။

သို့သော်လည်း အခြားလယ်သမားအချို့ ၎င်းတို့၏မိခင်ရင်ခွင်တွင်း၌ရှိနေစဉ်အချိန်ကတည်းက သီးနှံများကို လက်ရှိနည်းလမ်းအတိုင်း သိုလှောင်သိမ်းဆည်းခဲ့သည့် လယ်သမားအိုတစ်ဦးဖြစ်သူ အူမာက ရိတ်သိမ်းပြီးပြောင်းများကို ကြွက် သို့မဟုတ် အင်းဆက်များ၏ စားသုံးမှုမခံရအောင် တားဆီးနိုင်မည်ကိုသံသယရှိနေသည်။ သူက အလီကဲ့သို့ငယ်ရွယ်သူတစ်ဦးမဟုတ်၊ နည်းသစ်ဖြင့် ကျီပြုလုပ်နည်းကို လည်းမသိရှိ၊ စာလည်းဖတ်တတ်၊ ခမ်းနားသောသင်တန်းများလည်းမတတ်ဖူး၊ အစိုးရဌာနမှတာဝန်ရှိသူများ ထံမှလည်း သင်ယူဖူးခြင်းမရှိပါ။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

1. **ဖြစ်ရပ်၏ပထမပိုင်းကို ကြားသိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရပ်အရ ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံများဆုံးရှုံးမှုမရှိစေရန် အမူအကျင့်သစ်များကို အူမာက ဘာကြောင့် မကျင့်သုံးချင်တာလဲ။**
    - ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံဆုံးရှုံးမှုကို ကျီဆောက်၍သော်လည်းကောင်း၊ သီးနှံများကိုထိန်းသိမ်းသည့်နည်းလမ်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း ရှောင်ရှားနိုင်မည်ဟု အူမာကမထင်ပါ။
    - အမူအကျင့်သစ်ကိုသင်ယူရန်စောလွန်းသေးသည်ဟု သူကယူဆသည်။
    - စာဖတ်တတ်မှသာ သို့မဟုတ် အစိုးရဌာနမှတာဝန်ရှိသူက သင်ပြပေးမှသာ အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးနိုင်မည်ဟု သူက ထင်မြင်ယူဆသည်။
2. **အထက်ပါအကြောင်းရင်းနှစ်ခုသည် မည်သည့် Determinants နှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံဆုံးရှုံးမှုကို ကျီဆောက်၍သော်လည်းကောင်း၊ သီးနှံများကိုထိန်းသိမ်းသည့်နည်းလမ်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း ရှောင်ရှားနိုင်မည်ဟု အူမာကမထင်ပါ - အကျိုးဆက်ဟုထင်မြင်ယူဆချက် (ထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာဟုဖြေ၍လည်းရသည်။)
    - အမူအကျင့်သစ်ကိုသင်ယူရန်စောလွန်းသေးသည်ဟု သူကယူဆသည် - မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ
    - စာဖတ်တတ်မှသာ သို့မဟုတ် အစိုးရဌာနမှတာဝန်ရှိသူက သင်ပြပေးမှသာ အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးနိုင်မည်ဟု သူက ထင်မြင်ယူဆသည် - မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၂ ကိုဆက်ဖတ်ပါ။

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၂ -

နောက် ၆ ပတ်အကြာ။ အူမာ၏ပြောင်းပင်များက ရင်ညွန့်ခန့်အထိကြီးထွားလာပြီဖြစ်၍ နောက်ထပ်လယ်သမားများ အစည်းအဝေး ပြုလုပ်ရန် အချိန်ကျရောက်လာပြီဖြစ်သည်။ ပြောင်းအခြောက်ခံနည်းနှင့်သရက်ကိုးခြောက်မှုရသောပြာဖြင့်ထိန်းသိမ်းနည်းတို့ကို အလီက အဖွဲ့ဝင်များအား လက်တွေ့ပြသသည်။ ထို့နောက် ရွံ့ဖြင့် ကျီတည်ဆောက်နည်းကို ဆက်လက်ပြသသည်။ အိမ်တွင်လက်တွေ့လေ့ကျင့်မှု အဖြစ် အဖွဲ့ဝင်တိုင်း ရွံ့ကျီတစ်ခုတည်ဆောက်ရန်နှင့်ရိတ်သိမ်းချိန်တွင် ပြောင်းခြောက်များ ထိန်းသိမ်းရာတွင်အသုံးပြုမည့် ပြာပြုလုပ်ရန် သရက်ကိုင်းခြောက်များရှာဖွေစုဆောင်းရန် အလီကမှာကြားသည်။

အိမ်ရှေ့တွင် ထူးဆန်းသောရွံ့ကျီတစ်ခုတည်ဆောက်လိုက်ပါက အိမ်နီးချင်းတွေက ဘာပြောမည်ကိုတွေးရင်း အူမာက တစ်ကိုယ်တည်း တခစ်ခစ်ရယ်မောလိုက်သည်။ သူတို့ထက်သာအောင်ကြိုးစားခြင်းနှင့် ခေတ်မီပြီးပညာအရာ ပြည့်စုံသူကဲ့သို့ ပြုမူခြင်းတို့အတွက် အိမ်နီးချင်းများက သူ့ကိုပြုစားကြမည်ကိုသူသိထားသည်။ ပြောင်းများကို အင်းဆက်များမစားအောင် ဆန်းကြယ်စွာတားဆီးပေးမည့် ပြာပြုလုပ်ရန် သရက်ကိုင်းခြောက်များကို နေ့တစ်ပိုင်းလုံး လိုက်လံကောက်ယူစုဆောင်းနေပါက သူ့ဇနီးဖြစ်သူ၏အပြောအဆိုကို မပြီးနိုင်အောင် ခံရတော့မည်ကိုလည်း သူသိထားသည်။ ထို့ကြောင့် ကျီကိုလည်း မဆောက်တော့ရန်နှင့်သရက်ပြာကိုလည်းမသုံးတော့ရန် သူဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

ထို့နောက် လအနည်းငယ်ကြာချိန်တွင် မြက်ဖြင့်ပြုလုပ်ထားသောတင်းကုပ်တွင်းရှိ အိတ်တစ်လုံးတွင်သိုလှောင်ထားသော ကန်စွန်းဥ တစ်ဝက်ခန့်ကို ကြွက်များစားထားကြောင်း အူမာတစ်ယောက်သိလိုက်ရသည်။ အူမာလည်း စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြင့် လယ်သမားများ အစည်းအဝေးသို့ပြန်သွား၍ အလီ၏အကြံဉာဏ်များနားထောင်ရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

ယခုတစ်ကြိမ်တွင် အဖွဲ့ဝင်များသည် အူမာ၏အိမ်နီးချင်းဖြစ်သော ဟာမီဒူ၏နေအိမ်တွင် စုဝေးနေကြသည်။ ဟာမီဒူက ရွံ့ကျီတစ်ခု တည်ဆောက်ခဲ့သည်ကိုသိလိုက်ရချိန်တွင် အူမာအံ့သြသွားသည်။ ရွံ့ကျီအနီးသို့ အူမာရောက်သွားချိန်တွင် အထဲ၌ဘာရှိသည်ကို သော်လည်းကောင်း၊ ဟာမီဒူတွင် အစားအစာဖူလုံမှုရှိမရှိကိုသော်လည်းကောင်း အူမာမသိပါ။ သိုသိုသိပ်သိပ်ရှိလှသည်ဟု အူမာ၏စိတ်တွင် အားကျနေသည်။ သူ့ကန်စွန်းဥထဲက ထက်ဝက်လောက်ပျောက်ဆုံးသွားခဲ့သော်လည်း မည်သူကမျှ ဟာမီဒူကို လှောင်ပြောင်ရယ်မောခြင်း မပြုကြချေ။ အခြားအိမ်နီးချင်းတစ်ဦးဖြစ်သူ အီနော့က ရွံ့ဖြင့်လုပ်သောကျီ၏ အကောင်းဆုံးအချက်များ အနက်တစ်ခုမှာ အစေ့အဆန်များ၊ ဥမြစ်များ သို့မဟုတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို ဂုန်နီအိတ်မလိုဘဲ သိုလှောင်သိမ်းဆည်း ထားနိုင်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း အဖွဲ့သားများအား ပြောပြသည်။ အူမာက ကျီထဲလှမ်းကြည့်လိုက်ရာ ကန်စွန်းဥများအပြည့်တွေ့မြင် သွားသည်။ ကန်စွမ်းဥအားလုံးက ခြောက်သွေ့နေပြီး ကြွက်သော်လည်းကောင်း၊ အခြားပိုးမွှားများသော်လည်းကောင်း ကိုက်ဖဲ့ခံထား ရခြင်းမရှိချေ။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

3. **ဖြစ်ရပ်၏ဒုတိယအပိုင်းကို ကြားသိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ကြားသိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရပ်အရ ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံများဆုံးရှုံးမှုမရှိစေရန် အမူအကျင့်သစ်များကို အူမာက ဘာကြောင့် မကျင့်သုံးချင်တာလဲ။**
    - သူ့ဇနီးနှင့်အိမ်နီးချင်းများက သူ့အပေါ်မကောင်းပြောခြင်း၊ မကောင်းကြံစည်ခြင်းတို့ရှိနိုင်သည်ဟု အူမာကထင်နေသည်။
    - သူ့ဇနီး၏ မကျေမနပ်ပြောဆိုခြင်းခံရမည်ဟု အူမာကထင်နေသည်။
    - သရက်ပြာက သူ့ပြောင်းများကို အင်းဆက်အန္တရာယ်မှကာကွယ်ပေးနိုင်မည်ဟု အူမာက မယုံကြည်ပါ။
4. **အထက်ပါအကြောင်းရင်း ၃ ခုသည် မည်သည့် Determinants များနှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - အိမ်နီးချင်းများက သူ့အပေါ်မကောင်းပြောခြင်း၊ မကောင်းကြံစည်ခြင်းတို့ရှိနိုင်သည်ဟု အူမာကထင်နေသည် - ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ

မှတ်ချက် - လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများဖြစ်သည်ဟု သင်တန်းသားများကပြောလာနိုင်သည်။ ယင်းသို့ပြောလာပါက လူမှုထုံးစံများသည် တစ်ဦးတစ်ယောက် (ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စု) ကိုသာရည်ညွှန်းပြီး လူအုပ်စုတစ်စုလုံးကိုလွှမ်းခြုံရည်ညွှန်းခြင်း မရှိကြောင်း ထောက်ပြပါ။ ထို့ကြောင့် အထက်ပါအခြေအနေကို ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများဟုသာ အမျိုးအစားခွဲသတ်မှတ်ခြင်း သည်သာ အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။

- သူ့ဇနီး၏ မကျေမနပ်ပြောဆိုခြင်းခံရမည်ဟု အူမာကထင်နေသည် - လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ။ (သူ့အတွက် အရေးကြီးသူတစ်ဦးက သူ့အပေါ်အထင်အမြင်သေးပြီး ယင်းသို့ပြောလာမည်ကို သူကစိုးရိမ်သည်။ သူ့ဇနီးသည် ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုတွင်ပါဝင်သည်)
- သရက်ပြာက သူ့ပြောင်းများကို အင်းဆက်အန္တရာယ်မှကာကွယ်ပေးနိုင်မည်ဟု အူမာက မယုံကြည်ပါ - ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ

5. **ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံများမဆုံးစေရန် အခြောက်ခံပြီးနောက် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်း၍ ရွှံ့ကျီထဲတွင်သိုလှောင်သိမ်းဆည်းရာတွင် မည်သည့်အရာများက အူမာအတွက် အထောက်အကူပြုခဲ့သနည်း။ ယင်းအကြောင်းရင်း ၃ ခုသည် မည်သည့် Determinants များနှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
   - ကန်စွန်းဥများထဲမှတစ်ဂက်ခန့်ကို ကြွက်များစားသွားခြင်းက အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပြီဖြစ်ကြောင်း သူ့ကိုသတိရသွားစေသည် - လုပ်ဖြစ်အောင် သတိပေးသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာ/ သတိရစေသည့်အရာများ
   - ရွှံ့ကျီများကိုသိုသိုသိပ်သိပ်ဖြင့်ပြုလုပ်၍ရကြောင်း၊ ဂုန်နီအိတ်ဝယ်ရန်လည်းမလိုအပ်တော့ကြောင်း၊ ရွှံ့ကျီနှင့်သရက်ပြာတို့က သိုလှောင်ထားသောအစားအစာများကိုခြောက်သွေ့နေစေပြီး ပိုးမွှားများအန္တရာယ်ကင်းဝေးစေကြောင်း အူမက သိမြင်လာသည် - ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၃ ကိုဆက်ဖတ်ပါ။

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၃ -

အစည်းအဝေးအပြီးတွင် အလီက အူမာအား ကျီတစ်ခုဆောက်၍ ယင်းကျီထဲမထည့်မီ ပြောင်းများကိုအခြောက်ခံပြီး ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်းကို စမ်းသပ်ကြည့်လိုပါသလားဟု မေးလိုက်သည်။ ကျီက ကန်စွန်းဥများအတွက် အဆင်ပြေသည်ကို တွေ့မြင်ပြီး ဖြစ်ကြောင်း အူမာက အလီကို ပြောပြသည်။ သို့သော်လည်း မှို၊ ကြွက်နှင့်မြေကြွက်များက ကျီအတွင်းသို့ အမိုးမှတဆင့် ဝင်ရောက်နိုင်သဖြင့် သိုလှောင်ထားသည့်ပြောင်းများ သို့ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်းမရှိစေရန် ယင်းရွှံ့ကျီက ပြုလုပ်ပေးနိုင်မည်ဟု သူကမထင်ပါ။ ကျီပြုလုပ်ရန်လိုအပ်သောရွှံ့စေးကိုရယူရန် တစ်ရက်ကြာ လမ်းလျှောက်သွားရမည်ဖြစ်ပြီး တစ်နေ့လုံးလယ်ထဲ မဆင်း၍လည်း မဖြစ်ချေ။ ရွှံ့စေးကိုရရှိသည့်တိုင် သူ့လိုအဘိုးအိုတစ်ယောက်အနေဖြင့် ရွှံ့ကျီတစ်ခုကို မည်ကဲ့သို့ တည်ဆောက်နိုင်မည်နည်း။ ထို့ပြင် ပြောင်းများပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရာတွင်လိုအပ်မည့်ပြာပြုလုပ်ရန်အတွက် သရက်ကိုင်းခြောက်များ ကောက်ယူရန်မေ့သွားသည့်အပြင် သူ့လယ်မြေအနီးအနားတွင် သရက်ပင်တစ်ပင်မျှမရှိသဖြင့် ကျီတည်ဆောက်ရန် မဖြစ်နိုင်ဟု အူမာနားလည်ထားသည်။

အလီကမူ ယင်းအတားအဆီးများကိုကျော်လွှားရန်နည်းလမ်းများအားသိရှိထားသည်။ ရွှံ့စေးရယူသည့်နေရာသို့ အိမ်နီးချင်းတစ်ဦး နှင့်အတူ သူ့မြည်းကိုထည့်ပေးလိုက်ရန် အူမာအား အလီလက်ခံအောင်ပြောပြနိုင်ခဲ့သည်။ ကျီဆောက်ရာတွင်လိုအပ်မည့်ရွှံ့စေးကို အူမာ၏မြည်းပေါ်သို့ အခကြေးငွေအနည်းမျှဖြင့် အိမ်နီးချင်းဖြစ်သူကသယ်ယူပေးခဲ့သည်။ ထို့နောက် ကျီပြုလုပ်နည်းကို နေ့လယ်ခင်းတစ်ခုတွင် အူမာအား အလီကသင်ပြပေးခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ပြောင်းများပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရာတွင်လိုအပ်သည့် သရက်ပြာ အချို့ကို နောင်နှစ်တွင်ပြန်လုပ်ပေးရမည်ဟု သဘောတူညီမှုဖြင့် အူမာအား အလီကပေးခဲ့သည်။ အူမာ့အနေဖြင့်လည်း ဆုံးရှုံးသွားသောကန်စွန်းဥများအတွက်ဒေါသထွက်နေသဖြင့် အလီကပေးသော ဆန်းပြားပြီးဆုံးရှုံးနိုင်ခြေရှိသည့် အကြံဉာဏ်များ ကိုပင် စမ်းသပ်ကြည့်ရန် အသင့်ဖြစ်နေပြီဖြစ်သည်။

နောက် ၇ လအကြာတွင် အူမာ့ကျီထဲတွင် ယခင်ရိတ်သိမ်းမှုအပြီး လပေါင်းများစွာကြာသည့်တိုင်ရှိခဲ့ဖူးသောပြောင်းပမာဏထက် ပိုမိုများပြားနေသည်။ ပိုးမွှား သို့မဟုတ် အဖျက်သတ္တဝါများကြောင့် ပြောင်းတစ်ခွံမျှပင်ဆုံးရှုံးသွားခြင်းမရှိတော့ချေ။ ယင်းကို သိလိုက်ရသည့် အူမာသည် သီးနှံများကို ယခင်ကထင်ထားသည်ထက် အင်းဆက်နှင့်ကြွက်များကြောင့် ပိုမိုဆုံးရှုံးခဲ့ကြောင်း နားလည်လာသည်။ အတွက်သီးနှံများကို ပိုမိုထိန်းသိမ်းထားနိုင်သဖြင့် အူမာနှင့်သူ့ဇနီးတို့သည် ပိုမိုရောင်းချလာနိုင်သကဲ့သို့ သူတို့အမြဲတောင့်တခဲ့သောအရာတစ်ခုဖြစ်သည့် သမီးများကိုကျောင်းထားပေးခြင်းကိုလည်းပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သည်။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

6. **ဖြစ်ရပ်၏တတိယအပိုင်းကို ကြားသိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ကြားသိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရပ်အရ ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံများဆုံးရှုံးမှုမရှိစေရန် အမှုအကျင့်သစ်များကို အူမာက ဘာကြောင့် မကျင့်သုံးချင်တာလဲ။**
    - ရွှံ့ကျီက ပိုးမွှား သို့မဟုတ် မှို ၏အန္တရာယ်မှကာကွယ်ပေးနိုင်မည် အူမာက မထင်ပါ။
    - ရွှံ့ကျီပြုလုပ်ရန် ရွှံ့စေးကို အူမာအနေဖြင့် အလွယ်တကူမရရှိနိုင်ချေ။
    - ပြောင်းကိုပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရန် ပြာပြုလုပ်ရာတွင်လိုအပ်သော သရက်ကိုင်းများကို အူမာမရရှိနိုင်ချေ။
7. **အထက်ပါအကြောင်းရင်း ၃ ခုသည် မည်သည့် Determinants များနှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - ရွှံ့ကျီက ပိုးမွှား သို့မဟုတ် မှို ၏အန္တရာယ်မှကာကွယ်ပေးနိုင်မည် အူမာက မထင်ပါ - ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင် ယူဆသော အရာများ
    - ရွှံ့ကျီပြုလုပ်ရန် ရွှံ့စေးကို အူမာအနေဖြင့် အလွယ်တကူမရရှိနိုင်ချေ - လက်လှမ်းမီမှု
    - ပြောင်းကိုပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရန် ပြာပြုလုပ်ရာတွင်လိုအပ်သော သရက်ကိုင်းများကို အူမာမရရှိနိုင်ချေ - လက်လှမ်းမီမှု
8. **ရိတ်သိမ်းပြီးသီးနှံများမဆုံးစေရန် အခြောက်ခံပြီးနောက် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်း၍ ရွှံ့ကျီထဲတွင်သိုလှောင်သိမ်းဆည်းရာတွင် မည်သည့်အရာများက အူမာအတွက် အထောက်အကူပြုခဲ့သနည်း။**
    - ရွှံ့စေးယူရန် အူမာကို အခြားသူတစ်ဦးကအကူအညီပေးသည်။
    - ကျီပြုလုပ်ရန် အူမာကို အလီကသင်ပြပေးသည်။
    - လိုအပ်သောပြာကို အလီက အူမာကိုငှားရမ်းပေးသည်။
9. **ယင်းအကြောင်းရင်းများသည် မည်သည့် Determinants များနှင့်ဆက်စပ်နေသနည်း။**
    - ရွှံ့စေးယူရန် အူမာကို အခြားသူတစ်ဦးကအကူအညီပေးသည် - လက်လှမ်းမီမှု
    - ကျီပြုလုပ်ရန် အူမာကို အလီကသင်ပြပေးသည် - မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ
    - လိုအပ်သောပြာကို အလီက အူမာကိုငှားရမ်းပေးသည် - လက်လှမ်းမီမှု
10. **အမှုအကျင့်သစ်များကျင့်သုံးခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အပြင် ယင်းအမှုအကျင့်သစ်များကို အူမာက ဆက်လက်ကျင့်သုံးရာတွင် အထောက်အကူပြုဖွယ်ရှိသောအရာများကို ဖော်ပြပါ။**
    - သီးနှံများပိုမိုကျန်ရှိသည့်အပြင် ကြွက်နှင့်အင်းဆက်များကြောင့် ဆုံးရှုံးနေသောပြောင်းပမာဏကို သူ့အနေဖြင့် တိကျစွာ သိရှိလာပြီး ပြောင်းများပိုမိုရောင်းချလာနိုင်ခဲ့သည်။ ထိုမှတဆင့် သူအမြဲတောင့်တခဲ့သောအရာဖြစ်သည့် သမီးများကိုကျောင်းထားပေးခြင်းကိုလည်းပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သည်။ ယင်းအနေအထားသည် သူ့အတွက်တန်ဖိုးရှိသည့်အပြင် အမှုအကျင့်သစ်များကိုစွဲမြဲစွာကျင့်သုံးရန်အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာလည်း ဖြစ်သည်။

TASK 7 Handout 4 (သင်တန်းသားများအသုံးပြုရန်)

အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) အား လက်တွေ့ရှာဖွေခြင်း

ဖြစ်ရပ် ၂ - ကျီကို အူမာ ဘာကြောင့်တည်ဆောက်ခဲ့တာလဲ။

Carolyn Wetzel ရေးသားသည်။

အောက်ပါဖြစ်ရပ်ကို အပိုင်းလိုက်ဖတ်၍ သင်တန်းပို့ချသူကမေးသောမေးခွန်းများကို **Task 7 Handout 1 - အမှုအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးသော အရေးပါသည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှု အရှိဆုံးအရာများ** ကိုကိုးကား၍ ဖြေဆိုပါ။

အပိုင်း ၁

ညနေခင်းတစ်ခု။ အူမာ၏ပြောင်းစိုက်သည့်အလုပ်အပြီး (ပြောင်းများက ညို့သကျည်းခန့်အထိ ကြီးထွားလာချိန်) ၃ ပတ်ခန့်အကြာ အိမ်နီးချင်းတစ်ဦးဖြစ်သူ အလီက သူ့ဆီအလည်ရောက်လာသည်။ ယခင်နှစ်က အူမာစိုက်သည့်ရိတ်သိမ်းပြီးပြောင်းများ၏ သုံးပုံတစ်ပုံကို ကြွက်နှင့် အင်းဆက်များကြောင့်ဆုံးရှုံးသွားသည်။ မီးဖိုနားတွင် မိတ်ဆွေနှစ်ဦးအတူထိုင်၍ လက်ဘက်ရည်သောက်ရင်း ရွာအကြောင်းစကားစမည် ပြောဆိုနေကြသည်။ အလီကအသက်ပိုငယ်ပြီး အူမာ၏လယ်သမားအဖွဲ့ခေါင်းဆောင်ဖြစ်သည်။ အနီးအနားရှိမြို့တွင် အစိုးရဝန်ထမ်း တစ်ဦးကဦးဆောင်ပြုလုပ်သောသင်တန်းတစ်ခုမှ အလီကပြန်ရောက်လာခါစဖြစ်သည်။ ရိတ်သိမ်းပြီး သီးနှံဆုံးရှုံးမှုလျော့နည်းစေရန် ပြောင်းအဖူးများကိုပြုပြင်၍အခြောက်ခံပြီး ရွှံ့ဖြင့်ပြုလုပ်ထားသော ကျီများတွင်သိုလှောင်သည့်နည်းလမ်းများ အကြောင်း ၎င်းသင်ယူခဲ့သည်တို့ကို အလီကစိတ်လှုပ်ရှားစွာပြန်လည်ပြောပြသည်။ အခြောက်ခံ၊ ပြုပြင်၊ သိုလှောင်သည့်နည်းစနစ်များကို အသုံးပြုပါက ရိတ်သိမ်းပြီးပြောင်း နောက်ထပ် ၂၅-၅၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်ကို စားသုံးရန်နှင့်ရောင်းချရန် ပိုမိုကျန်ရှိမည်ဖြစ်ကြောင်း အလီက အူမာကိုပြောပြသည်။ အိမ်နီးချင်းမိတ်ဆွေအပေါ် မရိုင်းပျလိုသဖြင့် အူမာက လက်ဘက်ရည်နောက်တစ်ခွက်ထပ်မံချပေး၍ သံသယဖြင့် ဆက်နားထောင်ပေးသည်။

ယခင်နှစ်က ထွက်ရှိသောသီးနှံ၏သုံးပုံတစ်ပုံကိုဆုံးရှုံးခဲ့သည့်တိုင် ကြိုတင်သတိပြုရမည့်အရာများ - နတ်များကိုပူဇော်ပသခြင်းနှင့် အချိန်မှန်ရိတ်သိမ်းမှုမပြုခြင်း - ကိုမပြုလုပ်ခဲ့၍သာ ယင်းသို့ဖြစ်ရသည်ဟု အူမာက ထင်မြင်ယူဆသည်။

နောက်တစ်ပတ်တွင် အူမာက အလီ၏လယ်သမားများအစည်းအဝေးသို့တက်ရောက်ခဲ့သည်။ ရွာတွင်းရှိ ကြွက်နှင့်အင်းဆက် ပြဿနာသည် ပူဇော်ပသမှု သို့မဟုတ် ရိတ်သိမ်းချိန်မမှန်ကန်မှုကြောင့်မဟုတ်ကြောင်း အလီက အူမာကိုရှင်းပြသည်။ အစည်းအဝေး တက်ရောက် သည့်အခြားသူများကလည်း သဘောတူကြသည်။ ကြွက်နှင့်အင်းဆက်ပြဿနာရှိနေသော်လည်း သိုလှောင်သည့်နည်းလမ်းမှန်ကန်ပါက ပြောင်းတစ်ဖူးကိုပင် ဆုံးရှုံးမည်မဟုတ်ဟု အလီကအဖွဲ့သားများအားပြောသည်။ ရိတ်သိမ်းပြီးမှပြောင်းများဆုံးရှုံးခြင်းသည် ရိတ်သိမ်းကာလ လွန်မှဆုံးရှုံးခြင်းဖြစ်ပြီး ဂရုပြုထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် ကျီဖြင့်သိုလှောင်ခြင်း တို့ဖြင့် ယင်းဆုံးရှုံးမှုမှကာကွယ်နိုင်ကြောင်း သူကပြောပြသည်။

အခြားအကြောင်းများကြောင့်လည်း ဆုံးရှုံးနိုင်သည်ကိုလည်းကောင်း၊ ကြွက် သို့မဟုတ် ပိုးမွှားများကြောင့် သီးနှံအချို့မပျက်စီးအောင် ပြုလုပ်နိုင်မည့်အခြားနည်းလမ်းများရှိသည်ကိုလည်းကောင်း တစ်ခါမျှ အူမာမစဉ်းစားမိခဲ့ပါ။

သို့သော်လည်း အခြားလယ်သမားအချို့ ၎င်းတို့၏မိခင်ရင်ခွင်တွင်း၌ရှိနေစဉ်အချိန်ကတည်းက သီးနှံများကို လက်ရှိနည်းလမ်းအတိုင်း သိုလှောင်သိမ်းဆည်းခဲ့သည့် လယ်သမားအိုတစ်ဦးဖြစ်သူ အူမာက ရိတ်သိမ်းပြီးပြောင်းများကို ကြွက် သို့မဟုတ် အင်းဆက်များ၏ စားသုံးမှုမခံရအောင် တားဆီးနိုင်မည်ကိုသံသယရှိနေသည်။ သူက အလီကဲ့သို့ငယ်ရွယ်သူတစ်ဦးမဟုတ်၊ နည်းသစ်ဖြင့် ကျီပြုလုပ်နည်းကို လည်းမသိရှိ၊ စာလည်းဖတ်တတ်၊ ခမ်းနားသောသင်တန်းများလည်းမတတ်ဖူး၊ အစိုးရဌာနမှတာဝန်ရှိသူများ ထံမှလည်း သင်ယူဖူးခြင်းမရှိပါ။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၂ -

နောက် ၆ ပတ်အကြာ။ အူမာ၏ပြောင်းပင်များက ရင်ညွန့်ခန့်အထိကြီးထွားလာပြီဖြစ်၍ နောက်ထပ်လယ်သမားများ အစည်းအဝေး ပြုလုပ်ရန် အချိန်ကျရောက်လာပြီဖြစ်သည်။ ပြောင်းအခြောက်ခံနည်းနှင့် သရက်ကိုးခြောက်မှုရသောပြာဖြင့် ထိန်းသိမ်းနည်းတို့ကို အလီက အဖွဲ့ဝင်များအား လက်တွေ့ပြသသည်။ ထို့နောက် ရွှံ့ဖြင့် ကျီတည်ဆောက်နည်းကို ဆက်လက် ပြသသည်။ အိမ်တွင်လက်တွေ့လေ့ကျင့်မှုအဖြစ် အဖွဲ့ဝင်တိုင်း ရွှံ့ကျီတစ်ခုတည်ဆောက်ရန်နှင့်ရိတ်သိမ်းချိန်တွင် ပြောင်းခြောက်များ ထိန်းသိမ်းရာတွင်အသုံးပြုမည့် ပြာပြုလုပ်ရန် သရက်ကိုင်းခြောက်များရှာဖွေစုဆောင်းရန် အလီကမှာကြားသည်။

အိမ်ရှေ့တွင် ထူးဆန်းသောရွှံ့ကျီတစ်ခုတည်ဆောက်လိုက်ပါက အိမ်နီးချင်းတွေက ဘာပြောမည်ကိုတွေးရင်း အူမာက တစ်ကိုယ်တည်း တခစ်ခစ်ရယ်မောလိုက်သည်။ သူတို့ထက်သာအောင်ကြိုးစားခြင်းနှင့် ခေတ်မီပြီးပညာအရာပြည့်စုံသူကဲ့သို့ ပြုမူခြင်း တို့အတွက် အိမ်နီးချင်းများက သူ့ကိုပြုစားကြမည်ကိုသူသိထားသည်။ ပြောင်းများကို အင်းဆက်များမစားအောင် ဆန်းကြယ်စွာ တားဆီးပေးမည့် ပြာပြုလုပ်ရန် သရက်ကိုင်းခြောက်များကို နေ့တစ်ပိုင်းလုံး လိုက်လံကောက်ယူစုဆောင်းနေပါက သူ့ဇနီးဖြစ်သူ၏ အပြောအဆိုကို မပြီးနိုင်အောင် ခံရတော့မည်ကိုလည်း သူသိထားသည်။ ထို့ကြောင့် ကျီကိုလည်းမဆောက်တော့ရန်နှင့် သရက်ပြာကိုလည်းမသုံးတော့ရန် သူဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

ထို့နောက် လအနည်းငယ်ကြာချိန်တွင် မြက်ဖြင့်ပြုလုပ်ထားသောတင်းကုပ်တွင်းရှိ အိတ်တစ်လုံးတွင်သိုလှောင်ထားသော ကန်စွန်းဥ တစ်ဝက်ခန့်ကို ကြွက်များစားထားကြောင်း အူမာတစ်ယောက်သိလိုက်ရသည်။ အူမာလည်း စိတ်ပျက်လက်ပျက်ဖြင့် လယ်သမားများအစည်းအဝေးသို့ပြန်သွား၍ အလီ၏အကြံဉာဏ်များနားထောင်ရန် ဆုံးဖြတ်လိုက်သည်။

ယခုတစ်ကြိမ်တွင် အဖွဲ့ဝင်များသည် အူမာ၏အိမ်နီးချင်းဖြစ်သော ဟာမီဒူ၏နေအိမ်တွင် စုဝေးနေကြသည်။ ဟာမီဒူက ရွှံ့ကျီတစ်ခု တည်ဆောက်ခဲ့သည်ကိုသိလိုက်ရချိန်တွင် အူမာအံ့သြသွားသည်။ ရွှံ့ကျီအနီးသို့ အူမာရောက်သွားချိန်တွင် အထဲ၌ဘာရှိသည်ကို သော်လည်းကောင်း၊ ဟာမီဒူတွင် အစားအစာဖူလုံမှုရှိမရှိကိုသော်လည်းကောင်း အူမာမသိပါ။ သိုသိုသိပ်သိပ်ရှိလှသည်ဟု အူမာ၏စိတ်တွင် အားကျနေသည်။ သူ့ကန်စွန်းဥထဲက ထက်ဝက်လောက်ပျောက်ဆုံးသွားခဲ့သော်လည်း မည်သူကမျှ ဟာမီဒူကို လှောင်ပြောင်ရယ်မောခြင်း မပြုကြချေ။ အခြားအိမ်နီးချင်းတစ်ဦးဖြစ်သူ အီနေဒ္ဒက ရွှံ့ဖြင့်လုပ်သောကျီ၏အကောင်းဆုံး အချက်များအနက်တစ်ခုမှာ အစေ့အဆန်များ၊ ဥမြစ်များ သို့မဟုတ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို ဂုန်နီအိတ်မလိုဘဲ သိုလှောင် သိမ်းဆည်းထားနိုင်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း အဖွဲ့သားများအား ပြောပြသည်။ အူမာက ကျီထဲလှမ်းကြည့်လိုက်ရာ ကန်စွန်းဥများ အပြည့်တွေ့မြင်သွားသည်။ ကန်စွမ်းဥအားလုံးက ခြောက်သွေ့နေပြီး ကြွက်သော်လည်းကောင်း၊ အခြားပိုးမွှားများသော်လည်းကောင်း ကိုက်ဖဲ့ခံထားရခြင်းမရှိချေ။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

ဖြစ်ရပ်အပိုင်း ၃ -

အစည်းအဝေးအပြီးတွင် အလီက အူမာအား ကျီတစ်ခုဆောက်၍ ယင်းကျီထဲမထည့်မီ ပြောင်းများကိုအခြောက်ခံပြီး ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်းကို စမ်းသပ်ကြည့်လိုပါသလားဟု မေးလိုက်သည်။ ကျီက ကန်စွန်းဥများအတွက် အဆင်ပြေသည်ကို တွေ့မြင်ပြီးဖြစ်ကြောင်း အူမာက အလီကို ပြောပြသည်။ သို့သော်လည်း မှို၊ ကြွက်နှင့်မြေကြွက်များက ကျီအတွင်းသို့ အမိုးမှတဆင့်ဝင်ရောက်နိုင်သဖြင့် သိုလှောင်ထားသည့်ပြောင်းများ သို့ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်းမရှိစေရန် ယင်းရွှံ့ကျီက ပြုလုပ်ပေးနိုင်မည် ဟုသူကမထင်ပါ။ ကျီပြုလုပ်ရန်လိုအပ်သောရွှံ့စေးကိုရယူရန် တစ်ရက်ကြာ လမ်းလျှောက်သွားရမည်ဖြစ်ပြီး တစ်နေ့လုံးလယ်ထဲမဆင်း၍လည်း မဖြစ်ချေ။ ရွှံ့စေးကိုရရှိသည့်တိုင် သူ့လိုအဘိုးအိုတစ်ယောက်အနေဖြင့် ရွှံ့ကျီတစ်ခုကို မည်ကဲ့သို့တည်ဆောက်နိုင်မည်နည်း။ ထို့ပြင် ပြောင်းများပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရာတွင်လိုအပ်မည့်ပြာပြုလုပ်ရန်အတွက် သရက်ကိုင်းခြောက်များကောက်ယူရန်မေ့သွားသည့်အပြင် သူ့လယ်မြေအနီးအနားတွင် သရက်ပင်တစ်ပင်မျှမရှိသဖြင့် ကျီတည်ဆောက်ရန် မဖြစ်နိုင်ဟု အူမာနားလည်ထားသည်။

အလီကမူ ယင်းအတားအဆီးများကိုကျော်လွှားရန်နည်းလမ်းများအားသိရှိထားသည်။ ရွှံ့စေးရယူသည့်နေရာသို့ အိမ်နီးချင်းတစ်ဦးနှင့်အတူ သူ့မြည်းကိုထည့်ပေးလိုက်ရန် အူမာအား အလီလက်ခံအောင်ပြောပြနိုင်ခဲ့သည်။ ကျီဆောက်ရာတွင်လိုအပ်မည့် ရွှံ့စေးကို အူမာ၏မြည်းပေါ်သို့ အခကြေးငွေအနည်းမျှဖြင့် အိမ်နီးချင်းဖြစ်သူကသယ်ယူပေးခဲ့သည်။ ထို့နောက် ကျီပြုလုပ်နည်းကို နေ့လယ်ခင်းတစ်ခုတွင် အူမာအား အလီကသင်ပြပေးခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ပြောင်းများပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရာတွင်လိုအပ်သည့် သရက်ပြာအချို့ကို နောင်နှစ်တွင်ပြန်လုပ်ပေးရမည်ဟု သဘောတူညီမှုဖြင့် အူမာအား အလီကပေးခဲ့သည်။ အူမာ့အနေဖြင့်လည်း ဆုံးရှုံးသွားသောကန်စွန်းဥများအတွက်ဒေါသထွက်နေသဖြင့် အလီကပေးသော ဆန်းပြားပြီး ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေရှိသည့် အကြံဉာဏ်များကိုပင် စမ်းသပ်ကြည့်ရန် အသင့်ဖြစ်နေပြီဖြစ်သည်။

နောက် ၇ လအကြာတွင် အူမာ့ကျီထဲတွင် ယခင်ရိတ်သိမ်းမှုအပြီး လပေါင်းများစွာကြာသည့်တိုင်ရှိခဲ့ဖူးသောပြောင်းပမာဏထက် ပိုမိုများပြား နေသည်။ ပိုးမွှား သို့မဟုတ် အဖျက်သတ္တဝါများကြောင့် ပြောင်းတစ်ခွံမျှပင်ဆုံးရှုံးသွားခြင်းမရှိတော့ချေ။ ယင်းကို သိလိုက်ရသည့် အူမာသည် သီးနှံများကို ယခင်ကထင်ထားသည်ထက် အင်းဆက်နှင့်ကြွက်များကြောင့် ပိုမိုဆုံးရှုံးခဲ့ကြောင်း နားလည်လာသည်။ အထွက်သီးနှံများကို ပိုမိုထိန်းသိမ်းထားနိုင်သဖြင့် အူမာနှင့်သူ့ဇနီးတို့သည် ပိုမိုရောင်းချလာနိုင်သကဲ့သို့ သူတို့အမြဲတောင့်တခဲ့သောအရာတစ်ခုဖြစ်သည့် သမီးများကိုကျောင်းထားပေးခြင်းကိုလည်းပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သည်။

အောက်ပါမေးခွန်းနှင့်အချက်အလက်များဖြင့် ဖြစ်ရပ်မှ အထက်ပါအပိုင်းကိုဆန်းစစ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ပေးထားသောအဖြေများပါဝင်စေရန်ပြုလုပ်ပါ။ **Task 7 Handout 1** မှ Determinants စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

Task 7 Handout 5

Universal Motivators[၁၁]

1. ချစ်ခြင်းမေတ္တာ
2. အသိအမှတ်ပြုမှု
3. ပျော်ရွှင်မှုစည်းစိမ်
4. လွတ်လပ်မှု
5. အောင်မြင်မှု
6. လုံခြုံမှု
7. မိမိ၏ပုံရိပ်ကောင်း
8. လူအများ၏ လက်သင့်ခံမှု
9. သက်သောင့်သက်သာဖြစ်မှု
10. စိတ်ငြိမ်းချမ်းမှု
11. ဂုဏ်သိက္ခာအဆင့်အတန်း
12. လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာ

[၁၁] ဤလက်ကမ်းစာရွက်ကို AED မှစာရွက်စာတမ်းများအား မှီငြမ်း၍ရေးသားထားခြင်းဖြစ်သည်။

Day One Evaluation (Flip Chart[4] or Handout)

ဒီနေ့သင်ပါဝင်ခဲ့တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုချင်းအပေါ် သင့်ရဲ့ကျေနပ်မှုအခြေအနေကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖော်ပြပါ။ ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ ဘယ်အကြံပြုချက်မဆိုပေးနိုင်ပါတယ်။

ပြန်လှန်လေ့ကျင့်ခန်း- သီချင်းသီဆိုလိုက်ပါ။

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

Task 4: ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိပြီး ထိရောက်မှုရှိသောအမှုအကျင့်ကိုရွေးချယ်၍ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ခြင်း - အဆင့် 4-5

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

Task 5: ဦးတည်အုပ်စုနှင့် ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုများ

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

Task 6: ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Frameworks အပိုင်း ၁- အမှုအကျင့်နှင့် ဦးတည်အုပ်စုအကြောင်း ဖော်ပြခြင်း

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

Task 7: အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးသောအရာများကို ဖော်ထုတ်ခြင်း

အလွန် မကျေနပ်	နည်းနည်း မကျေနပ်	ကြားနေ	နည်းနည်း ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

---

[4] မတူတဲ့လေ့ကျင့်ခန်းတွေကို ရေးမယ်ဆိုရင် Flip Chart အလွတ်တစ်ခုသုံးပါ။

ဒီလေ့ကျင့်ခန်းတွေ ပိုမိုကောင်းမွန်ဖို့ အကြံပြုချက် -

ဒီနေ့အတွက် အကျိုးအရှိဆုံး အရာက-

ကျွန်တော်/မ အခုထိ နားမလည်သေးတဲ့ အရာက-

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ
ဒုတိယနေ့

ပြန်လည်ဆွေးနွေးသည့်လေ့ကျင့်ခန်း - ချည်ထုံးဖြည်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- ဒုတိယနေ့မှအဓိကသဘောတရားများကိုကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း
- တတိယနေ့အတွက် အစီအစဉ်နှင့်ရည်မှန်းချက်များကိုပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၃၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- ပြန်လည်ဆွေးနွေးမည့်မေးခွန်းများကြိုတင်ရေးသားထားသောစာရွက်ပိုင်းများ၊ ယင်းစာရွက်ပိုင်းများကို တစ်ခုပေါ်တစ်ခုတွဲစပ်၍ တိပ်ဖြင့်ကပ်ပြီး ကျစ်လစ်အောင်လုပ်ထားသောဘောလုံးတစ်လုံး - ပြန်လည်လေ့ကျင့်ရန် နမူနာမေးခွန်းများကိုကြည့်ပါ သို့မဟုတ် ဒုတိယနေ့မှအကြောင်းအရာများကို မေးခွန်းများအဖြစ်ကိုယ်တိုင်ရေးသားရန် သင်တန်းသားများအားပြုလုပ်ရန်ပြောပါ။
- တစ်နေ့တာအစီအစဉ်
- တစ်နေ့တာရည်မှန်းချက်များ

အဆင့်များ

1. သင်တန်းသားများအား စက်ဝိုင်းပုံစံစုဝေးရန်ပြောပါ (သို့မဟုတ် သင်တန်းသားများပြားပါက စက်ဝိုင်း ၂ ခုပြုလုပ်နိုင်သည်)။
2. သင်တန်းသားများအား ရှင်းပြရန် - ဘောလုံးကို မိမိထံပစ်လိုက်သည့်အခါ စာရွက်ပိုင်းတစ်ခုစီ တစ်ဦးချင်းဆွဲယူ၍ ယင်းစာရွက်ပိုင်းပေါ်တွင် ရေးသားထားသောမေးခွန်းကိုဖြေရမည်။ ဖြေဆိုပြီးပါက ဘောလုံးကိုအခြားသူထံပစ်ပေးပါ။ မေးခွန်းဖြေဆိုရာတွင် လိုအပ်ပါက အခြားသူများထံမှအကူအညီရယူနိုင်သည်။
3. သင်တန်းသားတစ်ဦးထံဘောလုံးကို လှမ်းပစ်ပေး၍ ဂိမ်းကိုစတင်ပါ။ မေးခွန်းအားလုံးကိုဖြေဆိုပြီးသည်အထိ ဂိမ်းကို ကစားပါ။ ဖြေဆိုပြီးပါက ဘောလုံးကို အခြားတစ်ဦးထံပစ်ပေးပါ။ အဖြေများသည် မှားယွင်း သို့မဟုတ် မပြည့်စုံပါက မိမိ၏အဖွဲ့သားအား အကူအညီပေးနိုင်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။
4. တစ်နေ့တာအစီအစဉ်နှင့်ရည်မှန်းချက်များကို သင်တန်းသားများအား ပြန်လည်ပြောပြပါ။
5. ဒုတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ရန် ရှင်းပြပါ။ ခက်ခဲသောသဘောတရားများ နှင့်/သို့မဟုတ် မေးခွန်းများရှိပါက လိုအပ်သလို ပြန်လည်ရှင်းပြပါ။

ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန် နမူနာမေးခွန်းများ

1. DBC Framework မှကော်လံ ၅ ခု၏အမည်များကိုပြောပါ။
2. DBC ၏အဓိပ္ပာယ်အရှည်ကိုပြောပါ။
3. အမူအကျင့်တစ်ခု၏ အင်္ဂါရပ် ၅ ခုကိုပြောပါ။
4. ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်သည့်နည်းလမ်း ၃ ခုကိုပြောပါ။
5. ဦးတည်အုပ်စုဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
6. အမူအကျင့်ဖော်ပြချက် (Behavior Statement) တွင် "အသေးစိတ်/တိကျမှုရှိသောအချက်အလက်များ" ကို အဘယ့်ကြောင့် ဖြည့်စွက်ရန်လိုအပ်သနည်း။
7. "သင့်အုပ်စုက ဘယ်သူတွေလဲဆိုသည်ကို အတိအကျ သိရမည်ဖြစ်ပြီး သူတို့အမြင်ဖြင့် အရာရာကို ကြည့်မြင်တတ်ရမည်" ဆိုသည်မှာအဘယ်နည်း။
8. ဦးတည်အုပ်စုကို အသေးစိတ်သတ်မှတ်ရန် အဘယ့်ကြောင့် လိုအပ်သနည်း။
9. အမူအကျင့်တစ်ခုအပေါ် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံး အရာများ (Determinants) ကိုရှာဖွေရန် အဘယ့်ကြောင့် လိုအပ်သနည်း။
10. "ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ" ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
11. "ဘာလုပ်တယ်ဆိုတာက အရေးကြီးတာပါ" ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
12. မည်သည့် Determinants ၄ ခုသည် အင်အားအကြီးဆုံး ဖြစ်သနည်း။
13. ကျင့်သုံးပါကထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာ နှင့်မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းတို့ အကြား မည်သည့်ကွာခြားချက်ရှိသနည်း။
14. ဦးတည်အုပ်စု၏ခံစားချက်နှင့်တွေးမြင်ပုံကို အဘယ့်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ မှန်းဆနိုင်ခြင်းမရှိသနည်း။
15. ဆွေးနွေးရာတွင် မပါဝင်သေးသော Determinants ၄ ခုကိုပြောပါ။
16. သင့်စီမံကိန်း၏ ဦးတည်အုပ်စုများတွင် မည်သူတို့ပါဝင်သနည်း။
17. မည်သည့် Determinants ၃ ခုသည် ပြဿနာနှင့်သက်ဆိုင်၍ အမူအကျင့်နှင့်မသက်ဆိုင်သနည်း။
18. ကျွန်ုပ်တို့၏ ဦးတည်အုပ်စုကိုသတ်မှတ်ရာတွင် ပြောင်းလဲမှုလုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ကို အဘယ့်ကြောင့် သိရှိရန် လိုအပ်သနည်း။
19. (သင်ရေးဆွဲနေသော DBC Framework မှ) အမူအကျင့်နှင့်စီမံကိန်းမှပြဿနာတို့အကြား တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်မှုရှိရန် လိုအပ်သည်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
20. ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆချက်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ နမူနာတစ်ခုပေးပါ။
21. အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ နမူနာတစ်ခုပေးပါ။
22. အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်ကောင်းတစ်ခု၏ အင်္ဂါရပ် ၃ ခု ကိုဖော်ပြပါ။
23. အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်တွင် "သင့်တော်သော" နှင့် "မှန်ကန်သော" ဟူသောစကားလုံးများအား အဘယ့်ကြောင့် အသုံးမပြုသင့်သနည်း။
24. ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ခြင်းက ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့ကို မည်ကဲ့သို့ အထောက်အကူပြုနိုင်သနည်း။
25. အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်ရေးသားရာတွင် အသုံးဝင်သည့် ပြုခြင်းပြကြိယာ ၃ ခုကိုဖော်ပြပါ။

TASK 8 - "လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- လူတစ်ဦး၏အမူအကျင့်များသည် ယင်းကသိရှိသောအရာ သို့မဟုတ် ယုံကြည်သောအရာတို့နှင့် အမြဲတစ်ထပ်တည်းမကျသည်ကို လက်တွေ့သက်သေပြခြင်း
- အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု (BC) ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် အသိပညာပေးခြင်း သို့မဟုတ် ဗဟုသုတတိုးပွားစေခြင်းတို့နှင့်မလုံလောက်သည်ကို ခွဲခြားစိစစ်ပြသခြင်း
- ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ရန်နည်းလမ်းသစ်များအကြောင်း ဆွေးနွေးခြင်း
- အခွင့်သင့်သောဦးတည်အုပ်စုများ၏အရေးပါပုံနှင့်သုတေသနပြုလေ့လာရန်လိုအပ်မှုတို့ကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- တိပ်ခွေ
- Task 8 Flip Charts 1 – 10: "လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း

မှတ်ချက် - သင်ခန်းစာမစတင်မီ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသော Flip charts ၃ စုံကို အခန်းတွင်းနံရံများပေါ်တွင် စီမံကိန်းရည်မှန်းချက် ဖော်ပြချက်နှင့်အတူ တိပ်ဖြင့်ကပ်ပါ။

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   b. စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများသည် အခြေပြုအချက်အလက်စစ်တမ်းကောက်ယူရာတွင်လည်းကောင်း၊ စီမံကိန်းသက်တမ်းတစ်လျှောက် လုံးတွင်လည်းကောင်း ဦးတည်အုပ်စုအားသုတေသနပြုလေ့လာမှုကို ရပ်ရွာတိုင်းတွင်ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ အကယ်၍ စီမံကိန်းဒီဇိုင်းရေးဆွဲစဉ်ကပင်အသုံးပြုခဲ့ပါက ဦးတည်ချက်ထားရမည့် အမူအကျင့်များကိုအဆင့်ဆင့်ရွေးချယ်ရာတွင် သုတေသနပြုလေ့လာမှုများက ရေးဆွဲသူများအတွက် အထောက်အကူများစွာပြုနိုင်သည်။
   c. **Task 8 Flip Charts 1 – 10 : "လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း** မှ စာရွက်အားလုံးကို နံရံတွင်တိပ်ဖြင့်ကပ်၍ Flip Chart စာရွက် လွတ်တစ်ရွက်ဖြင့်ဖုံးအုပ်ထားပါ။
   d. ယခုလေ့ကျင့်ခန်းတွင် သင်တန်းသားအသီးသီးသည် ကဏ္ဍနှစ်ခုမှပါဝင်ရမည်ဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ - ရပ်ရွာကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းနှင့်ရပ်ရွာသူ/သားများအဖြစ်ပါဝင်ရမည်။ **Task 8 Flip Chart 1** တွင်ရေးသားထားသော အမူအကျင့်ရည်မှန်းချက် (လူကြီးအားလုံးသည် သင့်တင့်သောကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းကိုတစ်ပတ်လျှင် ၄-၆ ကြိမ်၊ အနည်းဆုံး ၃၀ မိနစ်ကြာပြုလုပ်ကြသည်) ကိုညွှန်ပြပါ။

2. နားလည်သိရှိမှုဖော်ပြချက်များကို သင်တန်းသားများဖြင့် သုတေသနပြုခြင်း

2a. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရန် အကောင်းဆုံးမဟာဗျူဟာများကိုဆုံးဖြတ်ခြင်းမပြုမီ သင်တန်းသားများက သုတေသနပြုရာတွင် ပါဝင်သူများအဖြစ် ဦးတည်အုပ်စုလေ့လာမှုပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

2b. နံရံတွင်ကပ်ထားသော Flip chart ၃ စုံမှအပေါ်ဆုံးစာရွက်လွှတ်ကိုဖယ်ရှားပေးရန် သင်တန်းသားတစ်ဦးအားပြောပါ။ မတူကွဲပြားသောနားလည်သိရှိမှုဖော်ပြချက် ၃ ခုနံရံတွင်ကပ်ထားကြောင်း ရှင်းပြပါ။ သင်တန်းသားများအား ယင်းစာရွက်များကို ကျယ်လောင်စွာဖတ်ပြရန်ပြောပါ။

2c. မိမိနားလည်သိရှိမှုနှင့်အနီးစပ်ဆုံးတူသောဖော်ပြချက်၏အနီးတွင် မတ်တပ်ရပ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ဖော်ပြချက်အနီးတွင် သင်တန်းသားများမတ်တပ်ရပ်ပြီးပါကမေးရန် - မတ်တပ်ရပ်နေသောအုပ်စုများကိုကြည့်ပါက မည်သည့် ထူးခြားချက်ကို သတိပြုမိသနည်း။ တစ်အုပ်စုလျှင် သင်တန်းသားဦးရေမည်မျှပါသနည်း။ အခြားသတိပြုမိသောအရာများရှိပါသလား - ဥပမာ Demographics၊ အလုပ်အကိုင်၊ ကျား/မ၊ အသက်၊ လူမျိုး၊ ဘာသာစကားအုပ်စု၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ သို့မဟုတ် အခြားအရာများ။

2d. သင်တန်းသားများအားပြောရန် - လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ မိမိနားလည်သိရှိမှုအလိုက် ရပ်ရွာတွင်းတွင် အုပ်စုငယ်များအဖြစ် ကွဲသွားပြီဖြစ်သည်။ ယခုတစ်ဖန် ယုံကြည်မှုအလိုက် မည်ကဲ့သို့အနေအထားရှိမည်ကို လေ့လာပါမည်။

3. ယုံကြည်မှုများကို သင်တန်းသားများဖြင့် သုတေသနပြုခြင်း

3a. ယုံကြည်မှုဖော်ပြချက်များပြသရန် Flip chart ၃ စုံမှ နားလည်သိရှိမှုဖော်ပြချက်ကိုဖယ်ရှားပေးရန် သင်တန်းသားတစ်ဦးအား ပြောပါ။ ယုံကြည်မှုဖော်ပြချက်များကိုဖတ်ပြရန် သင်တန်းသားတစ်ဦးအားပြောပါ။

3b. မိမိနားလည်သိရှိမှုနှင့်အနီးစပ်ဆုံးတူသောဖော်ပြချက်၏အနီးတွင် မတ်တပ်ရပ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ဖော်ပြချက်အနီးတွင် သင်တန်းသားများမတ်တပ်ရပ်ပြီးပါကမေးရန် - မတ်တပ်ရပ်နေသောအုပ်စုများတွင် မည်သည့်ထူးခြားချက်ကို သတိပြုမိသနည်း။ တစ်အုပ်စုလျှင် သင်တန်းသားဦးရေမည်မျှပါသနည်း။ အခြားသတိပြုမိသောအရာများရှိပါသလား။

4. အမူအကျင့်များကို သင်တန်းသားများဖြင့် သုတေသနပြုခြင်း

4a. သင်တန်းသားများအားပြောရန် - ယခုတစ်ဖန် အမူအကျင့်အလိုက် မည်ကဲ့သို့အနေအထားရှိမည်ကို လေ့လာပါမည်။

4b. လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှုဖော်ပြချက်များပြသရန် Flip chart ၃ စုံမှ နားလည်ယုံကြည်မှုဖော်ပြချက်များကိုဖယ်ရှားပေးရန် သင်တန်းသားတစ်ဦးအား ပြောပါ။ အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်များကိုဖတ်ပြ၍ မိမိ၏အမူအကျင့်နှင့်အနီးစပ်ဆုံးတူသောဖော်ပြချက်၏ အနီးတွင်နေရာရွှေ့ပြောင်းရန်ပြောပါ။

4c. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - မည်သည့်ထူးခြားချက်ကို သတိပြုမိသနည်း။ Demographics၊ အလုပ်အကိုင်၊ ကျား/မ သို့မဟုတ် အသက် တို့နှင့်စပ်လျဉ်း၍ သတိပြုမိသောအရာများရှိပါသလား။

4d. မိမိသိသောအရာနှင့်ယုံကြည်သောအရာတို့သည် မိမိအမှန်တကယ်ပြုလုပ်သောအရာနှင့်အလွန်ကွဲပြားလေ့ရှိတတ်သည်ကို အလေးပေးပြောပြပါ။ **ကျင့်သုံးသူ**နှင့်**မကျင့်သုံးသူ** ဟူသောဝေါဟာရများကို မိတ်ဆက်ရှင်းပြပါ။ ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူတို့ကို ခွဲခြားခြင်းသည် ယခုပြုလုပ်သောသုတေသနအမျိုးအစားတွင် အရေးပါသောအခန်းကဏ္ဍမှပါဝင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

5. ဦးတည်အုပ်စု(များ)

5a. Flip chart များ၏ဘေးတွင် သင်တန်းသားများက ၎င်းတို့၏အုပ်စုများအလိုက် မတ်တပ်ရပ်နေဆဲတွင် မေးရန် - သင့်ဦးတည်အုပ်စုထဲမှ အုပ်စုငယ်တစ်ခုဖြင့်စတင်ရန် ရွေးချယ်ရမည်ဆိုပါက မည်သည့်အုပ်စုငယ်ကိုသင်ရွေးချယ်မည်နည်း။

5b. အခွင့်သင့်သောအုပ်စုဟုသည့်ဝေါဟာရနှင့် မိတ်ဆက်ပေးပါ တစ်နည်းအားဖြင့် ပြောင်းလဲဖွယ်ပိုများသောအုပ်စုငယ်များ ("ပင်နိမ့်သီးများ") အား လေ့လာပါ။ ယင်းအုပ်စုများသည် ထိရောက်နိုင်ခြေရှိသဖြင့် ပြောင်းလဲလိုစိတ်အပြင်းထန်ဆုံးသူများ သို့မဟုတ် ယင်းသို့ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန် ခက်ခဲမှုမရှိသူများ ဖြစ်လေ့ရှိသည်။

5c. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - BC စီမံကိန်းတစ်ခုတွင် ယင်းအချက်အလက်များကို အခြားမည်သည့်နည်းလမ်းဖြင့် အသုံးပြုနိုင်မည်ဟု သင်ထင်သနည်း။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေ - ကောင်းသောသွေဖီသူအားရှာဖွေခြင်း။

5d. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဦးစားပေးအဆင့်သတ်မှတ်ခြင်းအကြောင်း မည်သည့်အရာများလေ့လာသိရှိခဲ့သနည်း။ ဦးတည်အုပ်စုကို လူမှုအချက်အလက်များ - ဥပမာ ကျား/မ သို့မဟုတ် အသက် - ဖြင့်အုပ်စုငယ်များခွဲခြင်းက အမြဲတမ်းမလိုအပ်သကဲ့သို့ လက်တွေ့လည်းမကျပါ။ အုပ်စုများရွေးချယ်ရာတွင် - အထူးသဖြင့် အမူအကျင့်သစ်ကိုစတင်ကျင့်သုံးရန် အသင့်အနေအထားအရှိဆုံးသူများ - ပြောင်းလဲမှုအဆင့်ပေါ်အခြေခံ၍ ရွေးချယ်ရန် ပိုမိုအရေးကြီးသည်။

6. နိဂုံးချုပ်ခြင်း

6a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ယခုလေ့ကျင့်ခန်းမှ မည်သည်တို့ကိုလေ့လာသိရှိခဲ့သနည်း။

6b. အောက်ပါအကြောင်းအရာများထွက်ပေါ်လာစေရန် ကူညီပါ -

- လူများသိနားလည်သောအရာ သို့မဟုတ် ယုံကြည်သောအရာသည် ၎င်းတို့ကျင့်သုံးသောအရာနှင့် အများအားဖြင့် ထပ်တူမကျပါ။ မိမိတို့ကျင့်သုံးသောအရာများအကြောင်းစဉ်းစားကြည့်ပါက ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးအတွက် သိသာထင်ရှားစွာ တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း ရံဖန်ရံခါတွင် ကျန်းမာရေးအတွက် အားပေးမြှင့်တင်မှုများပြုလုပ်ရာတွင် ယင်းအခြေခံ သဘောတရားကိုမေ့နေလေ့ရှိသည်။
- ယင်းအနေအထားအရ အချက်အလက်ပြောပြရုံမျှဖြင့် မလုံလောက်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ကိုသတိပြုမိစေသည်။ ယုံကြည်ချက်သစ်တစ်ခုကိုလက်ခံအောင်ပြောပြသည့်တိုင် ၎င်းတို့အတွက်အကျိုးဖြစ်စေမည့်အရာကိုပြုလုပ်လာစေရန် တွန်းအားပေးနိုင်ရန်မသေချာပါ။
- ကျွန်ုပ်တို့၏ဦးတည်အုပ်စုကိုစွဲဆောင်နိုင်သော ဆန့်ကျင်ဘက်အမူအကျင့်များကိုရှာဖွေခြင်းက ကျွန်ုပ်တို့အတွက် အကျိုးရှိပါသည်။
- ယခုလေ့ကျင့်ခန်းမှတဆင့်တွေ့မြင်လာသောရပ်ရွာတွင်းအုပ်စုငယ်များကို ခွဲခြားရန်နည်းလမ်းသစ်များရှာဖွေပါ (အခွင့်သင့်သောအုပ်စုများနှင့်ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန်အသင့်ဖြစ်မှုအဆင့်များ)

- ဈေးကွက်ထိုးဖောက်သူများသည် အခွင့်သင့်သောအုပ်စုများကိုရှာဖွေကြသည် - တစ်နည်းအားဖြင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုမှ အကျိုးအမြတ်အများဆုံးရရှိနိုင်မည့်အရာများတွင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံကြသည်။ ရည်မှန်းချက်ပြည့်မီရန် "ရံဖန်ရံခါ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်"သူများအား တိုက်တွန်းရခြင်းသည် "လုံးဝနီးပါး လေ့ကျင့်ခန်းမလုပ်"သူများထက် ပိုမိုအောင်မြင်နိုင်ခြေ ရှိသည်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည်။
- ယခုလေကျင့်ခန်းက ကျွန်ုပ်တို့ကို သုတေသနပြုလေ့လာမှုများပြုလုပ်ခြင်း၏တန်ဖိုးကိုညွှန်ပြနေပါသည်။

Task 8 Flip Charts 1–10
လေ့ကျင့်ခန်းကို လေ့ကျင့်ခြင်း

ပြောင်းလဲရန် ရည်ရွယ်သော အပြုအမူ (Flip Chart 1): ဦးတည်သော အရွယ်ရောက်သူများသည် အနည်းဆုံး မိနစ် ၃၀ ကြာ သင့်တင့်သော ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းကို တစ်ပတ်လျှင် လေးကြိမ် သို့မဟုတ် လေးကြိမ်အထက် ဆော့ကစားကြသည်။

Set 1

Flip Chart 2. ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တာ အရမ်းအရေးကြီးတယ်ဆိုတာကို ငါသိတယ်။ ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တာ အရမ်းအရေးကြီးတဲ့အကြောင်း သုတေသန စာတမ်းအတော် များများကိုလည်း ငါဖတ်ပြီးပြီ။ ကိုယ်လက် လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်တဲ့အတွက် ကျန်းမာရေးကို ကောင်းစေ တဲ့အကြောင်း ကြော်ငြာအများကြီး ကိုလည်း ငါမြင်ဖူး ကြားဖူးတယ်။

Flip Chart 3. ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တာဟာ အရမ်းအရေးကြီးတယ်လို့ ငါယုံကြည် တယ်။ လူတိုင်း တစ်ပတ်ကို လေးကြိမ် ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်း မှန်မှန်လုပ် သင့်တယ်လို့ ငါထင်တယ်။

Flip Chart 4. ပြီးခဲ့တဲ့တစ်ပတ်အတွင်း အနည်းဆုံး မိနစ် ၃၀ ကြာ ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းကို လေးကြိမ် သို့မဟုတ် လေးကြိမ်အထက် ငါဆော့ကစားခဲ့တယ်။

Set 2

Flip Chart 5. ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်းအားဖြင့် နလုံးရောဂါဖြစ်ဖို့ အခွင့်အလမ်း ကို လျော့ကျစေတယ်လို့ ငါကြားဘူးတယ်။

Flip Chart 6. ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တာဟာ တစ်ခုခုအတွက်အရေးကြီးတယ်လို့ ငါယုံ ကြည်တယ်။ လူအများစုအနေနဲ့ တစ်ပတ်ကို တစ်ကြိမ်ကနေ နှစ်ကြိမ် ကိုယ်လက် လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သင့်တယ်။

Flip Chart 7. ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်တုန်းက ကျွန်တော် ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်း နှစ်ကြိမ်-သုံးကြိမ် လုပ်ခဲ့တယ်။

Set 3

Flip Chart 8. လူများစွာဟာ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်တဲ့အတွက် ပုံပန်းကျကြတယ်လို့ ငါသိထားတယ်။ ဒါပေမယ့် သူတို့ဘယ်လိုလုပ်ကြလဲဆိုတာတော့ ငါသေချာမသိဘူး။

Flip Chart 9. တို့တစ်တွေ နေ့တစ်ရှူ ပုံမှန်လုပ်စရာရှိတာ လုပ်နေတာနဲ့ပဲ ကိုယ်လက်လေ့ကျင့် ခန်း ဖြစ်နေပြီလို့ ငါထင်တယ်။

Flip Chart 10. ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်တုန်းက နေ့စဉ်ပုံမှန်လုပ်စရာရှိတာထက်ပိုပြီး ဘာကိုယ်လက်လေ့ကျင့် ခန်းမှ ငါမလုပ်ခဲ့ဘူး။

TASK 9 – အဓိကကျသော Determinant များသိရှိနိုင်ရန် Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Barrier Analysis and Doer/Non-Doer Studies)

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် သို့မဟုတ် အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၏ ကဏ္ဍအမျိုးမျိုးကိုလေ့လာခြင်း
- အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်မှုပြုလုပ်ရာတွင်ပါဝင်သည့်အဆင့် ၇ ဆင့်ကိုစူးစမ်းလေ့လာခြင်း
- အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်မှုတစ်ခုပြုလုပ်ရာတွင်အသုံးပြုရန် မေးခွန်းများရေးသားပြုစုခြင်း
- အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်မှုတစ်ခု၏ အကျဉ်းချုံးပုံစံတစ်ခုအဖြစ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်အကြောင်းကို ဆွေးနွေးခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၃ နာရီ (၂ နာရီခန့်ကြာပြီးနောက်တွင် နေ့လယ်စာနား၍ ကျန်ရှိသည်တို့ကို အပြီးသတ်ဆက်လက်ဆောင်ရွက်မည်။)

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများ
- Task 9 Handout 1 - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း (Barrier Analysis) ၏အခြေခံသဘောတရား ၅ ချက်
- Task 9 Handout 2 - Barrier Analysis ဂိမ်းလမ်းညွှန်
- Barrier Analysis ဂိမ်းအတွက် Post-it သို့မဟုတ် Index card များနှင့်တိပ်ခွေ - မေးခွန်းတစ်ခုလျှင် တစ်ခုစီ
- Barrier Analysis ဂိမ်းအတွက် မေးခွန်းများ
- Task 9 Handout 3 - Barrier Analysis ၏အဆင့် ၇ ဆင့်
- Task 9 Handout 4 - Barrier Analysis အတွက် နမူနာမေးခွန်းများ
- တိုင်းပြည်အလိုက် သင်တန်းပေးပါက -
  Task 9 Handout 5 - လယ်သမားများအတွက်အသုံးပြုရန် Barrier Analysis နမူနာမေးခွန်းများ
  Task 9 Handout 6 - ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်ကလေးရှိသူမိခင်များအတွက်အသုံးပြုရန် Barrier Analysis နမူနာမေးခွန်းများ
- ဒေသခွဲအလိုက် သင်တန်းပေးပါက - Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင်အသုံးပြုရန် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူနမူနာမေးခွန်း
- Task 9 Handout 8 - ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်အတွက်မေးခွန်းများရေးသားပြုစုရန်လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်
- အဆင့် ၇ တွင်ရေးသားခဲ့သောမေးခွန်းများ (သင်တန်းသားတစ်ဦး သို့မဟုတ် အင်တာဗျူးပြုလုပ်သူအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လျှင် မေးခွန်း ၄-၅ စုံစီ)

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက်

အကယ်၍ သင်တန်းသည် ဒေသခွဲတစ်ခုအတွက်ဖြစ်ပါက - သင်တန်းသားများသည် တိုင်းပြည်အများအပြားမှဖြစ်ပါက - သင်တန်းသားများသည် ဒေသခံဘာသာစကားကိုမတတ်ကျွမ်းခြင်း၊ သင်တန်းသည် စီမံကိန်း၏ဦးတည်အုပ်စုနှင့်နီးသောနေရာတွင် မရှိခြင်းတို့ကြောင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်တစ်ခုကို လက်တွေ့ပြုလုပ်ရန်ဖြစ်နိုင်ခြေနည်းပါသည်။ ယင်းအခြေအနေမျိုးတွင် ဒေသခံအများစုတွင်တွေ့ရတတ်သော အမူအကျင့်တစ်ခု (ဥပမာ သွားတိုက်ခြင်း) ကိုအခြေခံ၍ မေးခွန်းများ ရေးသားပြုစုရန်စီစဉ်ပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းကျင်းပသည့်နေရာအနီးတဝိုက်တွင် သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် လူ ၂-၃ ဦးခန့်ကို အင်တာဗျူးရန် စီစဉ်ပါ (ဥပမာ - NGO ဝန်ထမ်းများ၊ ဟိုတယ်ဝန်ထမ်းများ၊ ဈေးရောင်းနေသူများ၊ လမ်းသွားလမ်းလာများ)။ ဤနည်းအားဖြင့် သင်တန်းသားများသည် အင်တာဗျူး ပြုလုပ်ပုံနှင့်အချက်အလက်များကိုမည်ကဲ့သို့ ကုဒ်သတ်မှတ်၍ ဇယားတွင် မှတ်သားပြီး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသုံးသပ်သည်ကို နားလည်လာမည်ဖြစ်သည်။

အဆင့် ၆ အတွက် အသေးစိတ်ပြင်ဆင်ခြင်း - ယခုလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ရာတွင် အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းအတွက် အမူအကျင့်များကို သင်တန်းသားများ၏စီမံကိန်းများမှတိုက်ရိုက် ရွေးချယ်သင့်သည် - ဥပမာ LNRA မှ။ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူ နှစ်ဦးလုံးရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်သည့် အမူအကျင့်ကိုရွေးချယ်ရန်နှင့်လက်တွေ့ကွင်းဆင်းသည့်လေ့ကျင့်ခန်းသည် သင်တန်းသားအများစုအတွက် အကျိုးအရှိဆုံးဖြစ်စေရန် သင်တန်းပို့ချသူများက ဌာနေဝန်ထမ်းများနှင့် အစည်းအဝေး စီစဉ်ကျင်းပသူများနှင့် ကြိုတင်ဆွေးနွေးတိုင်ပင် သင့်သည်။

အဆင့်များ

1. အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းမိတ်ဆက်

e. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ပြောင်းလဲရန်ကြိုးစားအားထုတ်မှုအဖြစ် ရှေ့တွင်ပေးခဲ့သောနမူနာတွင် ပြောင်းလဲမှု (BC) အတွက် မည်သည့်အဟန့်အတား သို့မဟုတ် အတားအဆီးများကို သင်တွေ့ကြုံခဲ့ရသနည်း။ ယင်းတို့သည် အတားအဆီးများဖြစ်လာမည်ကို သင်ကြိုတင်သိရှိခဲ့ပါသလား။

ဆက်လက်မေးရန် - BC အတွက် အဟန့်အတား/အတားအဆီးများကိုသိရှိခြင်းဖြင့် ပြောင်းလဲမှုကို အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် မည်ကဲ့သို့အထောက်အကူပြုနိုင်သနည်း။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေများ - ယင်းသို့သိခြင်းဖြင့် အတားအဆီးများကိုဖယ်ရှားရန် ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအားမေးရန် - လှုံ့ဆော်မှုပေးသောအရာများ/အထောက်အကူပြုသောအရာများက မည်ကဲ့သို့ အထောက်အကူပြုနိုင်သနည်း။ ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စေရန် မည်သည့်အရာများက ပိုမိုလွယ်ကူစေသည်ကို အစဉ်အမြဲ သင်ကြိုတင်သိရှိခဲ့ပါသလား။

ဆက်လက်မေးရန် - အထောက်အကူပြုသောအရာများကိုသိရှိခြင်းဖြင့် ပြောင်းလဲမှုကိုအားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် မည်ကဲ့သို့ အထောက်အကူပြုနိုင်သနည်း။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေများ - ယင်းသို့သိခြင်းဖြင့် ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပိုမိုလွယ်ကူစေရန် အထောက်အကူပြုသောအရာများကို အားပေးမြှင့်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

1b. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အတားအဆီးများနှင့်လှုံ့ဆော်မှုပေးသောအရာများ/အထောက်အကူပြုသောအရာများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန် စစ်တမ်းပြုလေ့လာမှုပြုလုပ်ဖူးပါသလား။ ပြုလုပ်ဖူးသည်ဟုဖြေပါက သင်တန်းသား ၁-၂ ဦးကို ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများ ပြန်လည်မျှဝေစေပြီး လေ့လာမှုပြုလုပ်ချိန်နှင့်အချက်အလက်များပြန်လည်ဆန်းစစ်ချိန်တို့တွင် ၎င်းတို့ အသုံးပြုခဲ့သော လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်များကို ဦးစားပေးလေ့လာပါ။

1c. အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း (Barrier Analysis) အကြောင်းကိုရှင်းပြပါ - အကယ်၍ အဆင့် 1b တွင် သင်တန်းသားများက ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများကိုပြန်လည်မျှဝေခဲ့ကြပါက အတားအဆီးများနှင့်အထောက်အကူပြုသော အရာများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရာတွင် ၎င်းတို့ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည့်အရာများသည် Barrier Analysis ၏မည်သည့်နေရာများတွင် အကျုံးဝင်မှုရှိသည်ကို ထည့်သွင်းပြောပြပါ။

- Barrier Analysis ဆိုသည်မှာ အမူအကျင့်တစ်ခုကိုမကျင့်သုံးစေရန် အဟန့်အတားပြုနေသောအရာများနှင့် အမူအကျင့်အတွက် မည်သည့်အရာများက အထောက်အကူပြုသည်ကိုရှာဖွေဖော်ထုတ်ရာတွင် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူနည်းစနစ်ကိုအသုံးပြုသည့် စစ်တမ်းကောက်လေ့လာမှုဖြစ်သည်။
- အဓိကကျသောအတားအဆီးများနှင့်အထောက်အကူပြုသောအရာများရှာဖွေရာတွင် အမူအကျင့်ကျင့်သုံးရန် အဟန့်အတားပြုနေဖွယ်ရှိသော Determinant ၁၂ ခု (အများစုသည် အတားအဆီးများဖြစ်ကြသည်) ကိုဖော်ထုတ်သိရှိနိုင်ရန် ဦးတည်အုပ်စုအား မေးခွန်းများကို အဆင့်လိုက် မေးမြန်းရမည်။ အစဉ်အမြဲမေးမြန်းသင့်သော Determinant ၄ ခုရှိပြီး အမူအကျင့်များစွာအတွက် အချို့အခြေအနေများတွင် စူးစမ်းမေးမြန်းပါက အကျိုးရှိနိုင်သော Determinant ၈ ခုရှိသည်။ Determinant များနှင့်ရှင်းလင်းချက်များကို **Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများ** တွင်ကြည့်ပါ။

- အမူအကျင့်တစ်ခု၏အဓိကကျသောအကျိုးကျေးဇူးများ သို့မဟုတ် ကောင်းကျိုးဟု ဖြေဆိုသူက ထင်မြင်ယူဆသော အရာများကိုလည်း မေးခွန်းများမှတဆင့် ဖော်ထုတ်သိရှိနိုင်သည်။ အမူအကျင့်ကိုအားပေးမြှင့်တင်သည့်လုပ်ငန်းများ နှင့် အသိပညာပေးခြင်းပြုလုပ်ချိန်တွင် အမူအကျင့်ကိုလက်ခံကျင့်သုံးလာအောင် "ကြော်ငြာ" အဖြစ် ယင်းတို့ကို ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်။
- မေးခွန်းများမှရရှိလာသောအဖြေများကို အမူအကျင့်သစ်ကိုကျင့်သုံးသည့်လူအုပ်စုများ - ကျင့်သုံးသူဟုခေါ်သည် - နှင့် မကျင့်သုံးသေးသည့်လူအုပ်စုများ - မကျင့်သုံးသူဟုခေါ်သည် - အကြား ပြန်လည်နှိုင်းယှဉ်သည်။ ယင်းအုပ်စု ၂ စုကို နှိုင်းယှဉ်ခြင်းဖြင့် မည်သည့် Determinants များက အရေးအပါဆုံးဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသည်ကို တွေ့မြင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။
- အများအားဖြင့် စီမံကိန်းရေးဆွဲသူများသည် အကျိုးကျေးဇူးများကိုပိုမိုသိရှိလာစေရန်ကိုသာ ဦးစားပေးလေ့ရှိကြသည်။ သို့သော် မသိခြင်းက အကြီးမားဆုံးအတားအဆီးမဟုတ်သည်ကိုသာ မကြာခဏတွေ့ရလေ့ရှိသည်။ Barrier Analysis ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အမူအကျင့်ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူတို့အကြားကွာခြားစေသည့်အကြောင်းရင်းများက မည်သည်တို့ဖြစ်သည်ကိုစဉ်းစားသုံးသပ်ရန် ကျွန်ုပ်တို့ကို အစဉ်အလာထဲမှဖောက်ထွက်နိုင်စေသည်။
- BC အတွက် အဓိကအတားအဆီးဖြစ်နေသောအရာများကိုကျော်လွှားနိုင်ရန် အကူအညီပေးခြင်းသည် အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲရန်အတွက် အထောက်အကူပြုရန် အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်းများအနက်တစ်ခုဖြစ်သည်ကို လွန်ခဲ့သော နှစ်များအတွင်း စီမံကိန်းဖော်ဆောင်သူများကလေ့လာသိရှိခဲ့သည်။ အတားအဆီးနမူနာအချို့မှာ သွားရေးလာရေး ခက်ခဲခြင်း၊ အကူအညီမပေးသည့်အိမ်ထောင်ဖက် သို့မဟုတ် ယောက္ခမနှင့်ဆိုးကျိုး သို့မဟုတ် ယဉ်ကျေးမှုအရ ကန့်သတ်ချက်များကိုစိုးရွံ့ခြင်း။

2. Barrier Analysis ၏ အခြေခံသဘောတရား ၅ ချက်

2a. **Task 9 Handout 1 - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း (Barrier Analysis) ၏အခြေခံသဘောတရား ၅ ချက်** ကို အချိန်အနည်းငယ်ယူ၍ အသံမထွက်ဘဲ ဖတ်ကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ၎င်းတို့အတွက် အရေးကြီးသည်ဟု ယူဆသော သို့မဟုတ် သက်ဆိုင်မှုရှိသည်ဟုထင်ရသောအချက်များကို မျဉ်းသားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ သင်တန်းသားအချို့အား မှတ်ချက်ပေးဆွေးနွေးရန်ပြောပါ။ မေးခွန်းများကိုဖြေကြားပေးပြီးနောက် Barrier Analysis ကို အသေးစိတ်ဆက်လက်ဆွေးနွေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

3. Barrier Analysis Game

3a. သင်တန်းသားများအား တစ်ဖွဲ့ ၅-၆ ဦးနှုန်းဖြင့် အဖွဲ့ငယ်များခွဲပေး၍ Post-it၊ index card နှင့် တိပ်ခွေများကို ဂိမ်းမှ မေးခွန်းတိုင်း အတွက် အဖွဲ့အသီးသီးကိုပေးပါ။ Post-it နှင့် card များပေါ်တွင် အဖွဲ့နံပါတ်ရေးရန် အဖွဲ့ဝင်များအားပြောပါ သို့မဟုတ် အဖွဲ့အသီးသီး အတွက် အရောင်မတူသော Post-it သို့မဟုတ် card များကိုအသုံးပြုပါ။

3b. ဂိမ်းတစ်ခုကစားမည်ဖြစ်ကြောင်း အဖွဲ့များအားပြောပါ။ ကစားရန် သင်တန်းသားများက **Task 9 Handout 2 - Barrier Analysis ဂိမ်းလမ်းညွှန်** ကိုဖတ်ရမည်။ ဖတ်ရမည့်အရာများသဖြင့် အဖွဲ့များသည် ၎င်းတို့၏အဖွဲ့ဝင်များအကြား အပိုင်းများခွဲ၍ တာဝန်ပေးနိုင်သည်။ ဂိမ်းကစားသည်နှင့် လမ်းညွှန်ကိုပြန်လည်ကြည့်ရှုခွင့်မပြုတော့သဖြင့် ဦးစွာလေ့လာဖတ်ရှုချိန်ကို လုံလောက်စွာ ပေးရမည်။

3c. သင်တန်းသားများက Task 9 Handout 2 ကိုဖတ်ရှုနေချိန်တွင် Barrier Analysis ဂိမ်းအတွက်မေးခွန်းများထဲမှ အချို့ကို သင်တန်းပို့ချသူကရွေးချယ်၍ Flip chart ပေါ်တွင်ရေးပြီး (Flip chart တစ်ခုလျှင် မေးခွန်း ၃ ခု) အခန်း၏နေရာအနှံ့တွင်ကပ်မည်။ ဂိမ်းစတင်ချိန်အထိ မေးခွန်းများကို ဖုံးအုပ်ထားရမည်။ အဖွဲ့ငယ်များက အဖြေများရေးသားနိုင်ရန် မေးခွန်းများကြားတွင် နေရာလွတ်များ ချန်လုပ်ထားရမည်။

3d. သင်တန်းပို့ချသူက အချက်ပြလိုက်သည်နှင့် အဖွဲ့အသီးသီးက Post-it/card ၏နောက်ကျောဘက်တွင် အဖြေတစ်ခုလျှင် Post-it/card တစ်ခုစီအသုံးပြု၍ ရေးသားမည်။ ထို့နောက် အခြားအဖွဲ့များမမြင်စေရန် မေးခွန်းနှင့်ကပ်လျှက်တွင် Post-it ကိုကပ်ပါ။ သင်တန်းသားအားလုံးနားလည်စေရန် လက်တွေ့ပြုလုပ်ပြပါ။

3e. အဖွဲ့များသည် မေးခွန်းအားလုံးကိုဖြေဆိုပြီးပါက ပြီးစီးသည့်အလှည့်နှင့်ရမှတ်များကို သင်တန်းပို့ချသူကမှတ်သားနိုင်ရန် လျင်မြန်စွာ ပြန်ထိုင်ရမည်။ မေးခွန်းအားလုံးကို ဦးစွာဖြေဆိုပြီးစီးသည့်အဖွဲ့က ၅ မှတ်ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး ပြီးစီးသည့်အစဉ်အလိုက် အမှတ်တစ်မှတ်စီလျော့၍ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

3f. သင်တန်းပို့ချသူက မေးခွန်းများ၏အဖြေများကို သင်တန်းသားများနှင့်အတူ ပြန်လည်စစ်ဆေး၍ အမှန်ပြင်ဆင်ပြီး အဖြေမှန်သည့် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လျှင် တစ်မှတ်စီပေးပါ။ အဖွဲ့အသီးသီး၏အဖြေမှန်အရေအတွက်ကို သင်တန်းပို့ချသူက ရေတွက်ရမည်။ အလျင်ပြီးသူက အမှတ်ပိုရမည်ဖြစ်ပြီး အမှတ်အများဆုံးရသည့်အဖွဲ့က အနိုင်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက် - အနိုင်ရသည့်အဖွဲ့ကို သင်တန်းပို့ချသူက ဆုချနိုင်သည်။

4. ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
   4a. သင်တန်းသားများအားရှင်းပြရန် - Barrier Analysis ပြုလုပ်ရာတွင် အခက်ခဲဆုံးအဆင့်များအနက်တစ်ခုသည် ကျင့်သုံးသူဦးရေ လုံလောက်စွာမရရှိခြင်းဖြစ်သည်ကို မကြာခဏတွေ့ရတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် ခေတ္တမျှ စဉ်းစားကြည့်ပါမည်။

- သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများကို လျင်မြန်စွာရှာဖွေနိုင်မည့်နည်းလမ်းအချို့က ဘာတွေလဲ။ ဥပမာ "ကြက်ပိုင်ရှင်များသည် ကြက်များကို အမြဲခြံခတ်၍မွေးမြူကြသည်" ဟူသော အမူအကျင့်တွင် ကျင့်သုံးသူကို မည်ကဲ့သို့သတ်မှတ်နိုင်သနည်း။
- သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ဦးတည်အုပ်စုသည် "နယ်ခြားမျဉ်းပေါ်" တွင်ရောက်နေပါက မည်ကဲ့သို့ပြုလုပ်မည်နည်း။ ၎င်းတို့ကို ကျင့်သုံးသူ သို့မဟုတ် မကျင့်သုံးသူဟု မည်ကဲ့သို့ခွဲခြားဆုံးဖြတ်နိုင်မည်နည်း။ ဥပမာ လူတစ်ယောက်သည် ဆေးစိမ်ခြင်ထောင် (ITN) ဖြင့် တစ်ပတ်လျှင် ၄ ညအိပ်သော်လည်း ယမန်နေ့ညက မအိပ်ခဲ့ပါက သို့မဟုတ် ယခင်နှစ်က တောင်ပတ်လည်တွင် သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးခဲ့ပြီး ယခုနှစ်တွင်မစိုက်ပျိုးခဲ့ပါက မည်ကဲ့သို့ပြုလုပ်မည်နည်း။
- သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူကိုခွဲခြားရန် မည်သည့်မေးခွန်းများမေးမည်နည်း။
- ယင်းမေးခွန်းများကို "**အမူအကျင့် ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများ**" ဟုခေါ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ အမူအကျင့် ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများနမူနာများ - ပြီးခဲ့တဲ့ ၂၄ နာရီအတွင်း သင့်ကလေးကို ဘာကျွေးခဲ့သလဲ။ သင့်တောင်ယာမြေတွင် လွန်ခဲ့သောနှစ်အတွင်း သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသလား။
- စစ်တမ်းကောက်ယူလေ့လာမှုပြုလုပ်ရန် ကျင့်သုံးသူဟုသတ်မှတ်နိုင်သူများရွေးချယ်ရာတွင် အမူအကျင့်နှင့်ဆက်စပ်သော အတိုင်းအတာပမာဏများ - ဥပမာ အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးသည့်ပမာဏနှင့်အကြိမ်ရေ - ကိုထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုအပ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပြပါ။
- ကျင့်သုံးသူရှာဖွေ၍မရလောက်အောင် သတ်မှတ်ချက်က တင်းကျပ်လွန်းခြင်းမဖြစ်စေရန် အရေးကြီးသကဲ့သို့ မကျင့်သုံးသူ ရှာဖွေ၍မရလောက်အောင်လည်း လျော့ရဲလွန်း၍မဖြစ်ချေ။ အမူအကျင့်ကိုအစဉ်အမြဲကျင့်သုံးသူများ (အကောင်းဆုံး အမူအကျင့်) အားရှာဖွေခြင်းသည် အမူအကျင့်ကို များသောအားဖြင့် ကျင့်သုံးသူများအားရှာဖွေခြင်းနှင့်မတူ ကွဲပြားသော ရလဒ်များကိုရရှိမည်ဖြစ်သည်။
- အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများတွင် ဝေဝါးသောအသုံးအနှုန်းများ (ဥပမာ - မကြာခဏ၊ အများအားဖြင့်) ကို ရှောင်ရန် သင်တန်းသားများအား တိုက်တွန်းပါ။

- အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများရေးသားပုံကြောင့် (DBC Framework မှ) အားပေးမြှင့်တင်လိုသောအမူအကျင့်၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို ပြောင်းလဲမသွားစေရန်အရေးကြီးကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။
- ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများနှင့် ကျန်ရှိသော BA မေးခွန်းများကိုရေးသားပြုစုနည်းအကြောင်း အခြားလမ်းညွှန်ချက်များကို *The Practical Guide to Conducting a Barrier Analysis* [http://www.coregroup.org/resources/404-a-practical-guide-to-conducting-a-barrier-analysis] တွင်ဖတ်ရှုနိုင်သည်။

4a. သင်တန်းသားများအားရှင်းပြရန် - လေ့လာမှုပြုလုပ်မည့်သူများသည် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြား "စည်းတစ်ခု ခြားထား" ရန် မကြာခဏလိုအပ်လေ့ရှိသည်။ အကယ်၍ မေးခွန်းကို အနည်းငယ်ပြောင်းလဲ၍ ရေးသားပါက ဖြေကြားသူများကို အမျိုးအစားခွဲရာတွင် ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်နိုင်သည်။ သို့သော်လည်း နည်းလမ်းတစ်ခုက အခြားနည်းလမ်းထက်ပိုကောင်းသည်ဟု ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။ ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူအဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်ကို တစ်သမတ်တည်းရှိစေရန် လေ့လာမှုပြုလုပ်သူများ အနေဖြင့် ဂရုပြုရမည့်အရာကို ဖော်ပြထားခြင်းသာဖြစ်သည်။ ဥပမာ ဆီနီဂေါနိုင်ငံ၏ အမျိုးသားလက်ဆေးရေးလှုံ့ဆော်ပွဲတွင် အမှန်တကယ်ကျင့်သုံးသူများ (အဓိကအချိန် ၄ ချိန်တွင် လက်ကိုဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးသူ) ရှာဖွေတွေ့ရှိရန် ခက်ခဲလှသည်ကို တွေ့ခဲ့ရသည်။ ထို့ကြောင့် ကျင့်သုံးသူများအတွက် စံသတ်မှတ်ချက်များကိုလျော့ချ၍ အဓိကအချိန် ၄ ချိန်တွင် အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် လက်ကိုဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးကြောသူများအဖြစ် အမျိုးအစားခွဲခြားရန် လေ့လာသည့်အဖွဲ့က သဘောတူခဲ့ရသည်။

4c. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများကို အောက်ပါနမူနာများဖြင့်ရှင်းပြပါ။

- အမူအကျင့် - သီးနှံစိုက်ရန် ပိုမိုကောင်းမွန်သောမျိုးစေ့များကို လယ်သမားများက အသုံးပြုသည်။

  အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်း - ပြီးခဲ့တဲ့ကောက်စိုက်ရာသီက ဘယ်လိုမျိုးစေ့တွေကိုသုံးခဲ့သလဲ။ ဘယ်ကနေ ရတာလဲ။

  လွန်ခဲ့သောကောက်စိုက်ရာသီတွင် ပိုမိုကောင်းမွန်သောမျိုးစေ့များကိုအသုံးပြုခဲ့သည်ဟုဖြေသည့်လယ်သမားများသည် ကျင့်သုံးသူများဖြစ်သည်။ အသုံးမပြုခဲ့သူများသည် မကျင့်သုံးသူများဖြစ်ကြသည်။
- အမူအကျင့် - မိခင်များသည် အသက် ၅ နှစ်အောက်အရွယ် ၎င်းတို့၏သားသမီးများကို ညစဉ် ITN ခြင်ထောင်ဖြင့် သိပ်သည်။

  အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်း - အိမ်မှာ အသက် ၅ နှစ်အောက်ကလေးရှိသလား။ အိမ်မှာ ခြင်ထောင်ရှိသလား။ အိမ်သားထဲမှာ ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ခြင်ထောင်နဲ့အိပ်ခဲ့တဲ့သူရှိသလား။ ခြင်ထောင်နဲ့ ဘယ်သူအိပ်လေ့ရှိသလဲ။ ကလေးက ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ဘယ်နှစ်ညလောက် ခြင်ထောင်နဲ့အိပ်ခဲ့သလဲ။ တာရှည်ခံဆေးစိမ်ခြင်ထောင်မျိုးလား ဒါမှမဟုတ် ပြီးခဲ့တဲ့ ၆ လောက်အတွင်း ဆေးထပ်စိမ်ဖြစ်သေးလား။

  အသက် ၅ နှစ်အောက်ကလေးရှိပြီး ဆေးစိမ် သို့မဟုတ် တာရှည်ခံ ITN ခြင်ထောင်ဖြင့် လွန်ခဲ့သောတစ်ပတ်အတွင်း အနည်းဆုံး ၄ ည အိပ်ခဲ့သည့်ကလေး၏ မိခင်များသည် ကျင့်သုံးသူများဖြစ်သည် (ကျင့်သုံးသူလုံလောက်စွာရရှိရန် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို လျော့ပေါ့သတ်မှတ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။)။ အသက် ၅ နှစ်အောက်ကလေးရှိပြီး ခြင်ထောင်မရှိသူ သို့မဟုတ် ခြင်ထောင်ရှိသော်လည်း ကလေးကို အနည်းဆုံး ၄ ည ခြင်ထောင်ဖြင့်မသိပ်ခဲ့သည့် မိခင်များသည် မကျင့်သုံးသူများဖြစ်သည်။

4d. သင်တန်းသား ၄-၅ ဦးအားရွေးထုတ်၍ ၎င်းတို့၏စီမံကိန်းများမှ သို့မဟုတ် ဖော်ပြပါအကြောင်းအရာများမှ အမူအကျင့် ဖော်ပြချက်တစ်ခုအကြံပြုရန်နှင့်မည်သူက ကျင့်သုံးသူဖြစ်ပြီး မည်သူက မကျင့်သုံးသူဖြစ်သည်ကိုရှင်းပြရန် ပြောပါ - တရိစ္ဆာန် မွေးမြူရေး၊ စိုက်နည်းပျိုးနည်းများ၊ မိခင် သို့မဟုတ် ကလေးအာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေး။

5. လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ဆင့်မိတ်ဆက် - အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်မှုပြုလုပ်နည်း အဆင့် ၇ ဆင့်

5a. **Task 9 Handout 3 - Barrier Analysis ၏အဆင့် ၇ ဆင့်** ကိုကြည့်ရန် သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။ အဆင့်တစ်ခုချင်းကို ရှင်းပြ၍ မေးခွန်းများကိုဖြေကြားပေးပါ။

5b. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - DBC Framework ကိုအဆင့်ဆင့်ရေးဆွဲချိန်တွင် Barrier Analysis ပြုလုပ်သင့်ပါသလား။

6. မေးခွန်းများရေးသားပြုစုခြင်း

6a. အကယ်၍ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုကို စီမံကိန်းဒေသတွင် ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ပါက (တိုင်းပြည်အလိုက်ပြုလုပ်သော သင်တန်း) သင်တန်းသားများအား ဖော်ပြပါအတိုင်းရှင်းပြပါ - မနက်ဖြန်ပြုလုပ်မည့် ကွင်းဆင်းခရီးစဉ်အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုအဖြစ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုမေးခွန်းများကို ယခုရေးသားကြပါမည်။ သင်တန်းသားများအား ၃-၄ ဦးပါ အဖွဲ့ငယ်များခွဲပေးပါ။

အကယ်၍ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုကို သင်တန်းကျင်းပသည့်နေရာ (ဒေသကြီးအလိုက်ပြုလုပ်သောသင်တန်း) အနီးတဝိုက်တွင် အစမ်းသဘောပြုလုပ်ပါက သင်တန်းသားများအား ၎င်းတို့၏ DBC Framework အလိုက် အဖွဲ့ငယ်များခွဲပေးပါ။ သို့မှသာ ၎င်းတို့၏ Framework အလိုက် မေးခွန်းများကိုရေးသားပြုစုနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

6a. သင်တန်းသားများအား အောက်ပါတို့ကိုကြည့်ရန်ပြောပါ -

- **Task 9 Handout 4 - Barrier Analysis အတွက် နမူနာမေးခွန်းများ**
- တိုင်းပြည်အလိုက်ပြုလုပ်သောသင်တန်းများအတွက် - **Task 9 Handout 5 - လယ်သမားများအတွက်အသုံးပြုရန် Barrier Analysis နမူနာမေးခွန်းများ** သို့မဟုတ် **Task 9 Handout 6 - ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်ကလေးရှိသူမိခင်များအတွက် အသုံးပြုရန် Barrier Analysis နမူနာမေးခွန်းများ**
- ဒေသခွဲအလိုက် သင်တန်းများအတွက် - **Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင်အသုံးပြုရန် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူနမူနာမေးခွန်း**
- **Task 9 Handout 8 - ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်အတွက်မေးခွန်းများရေးသားပြုစုရန်လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်**

6c. **Task 9 Handout 8** နှင့်စပ်လျဉ်း၍ အောက်ပါအချက်အလက်များရေးသားရန် အဖွဲ့ငယ်များအားပြောပါ။

- သင်တန်းသားများ၏စီမံကိန်းမှအမူအကျင့်တစ်ခုကို အဖွဲ့ငယ်အားလုံးအတွက် ရွေးချယ်ပေးပါ။
  မှတ်ချက် - အဖွဲ့ငယ်အားလုံးက အမူအကျင့်တစ်ခုတည်းကိုအသုံးပြုခြင်းဖြင့် ပိုမိုလွယ်ကူ၍ အချိန်ကုန်သက်သာစေမည်ဖြစ်သည် - ဥပမာ "လယ်သမားများသည် မြေဆီလွှာပြုန်းတီးမှုဖြစ်လေ့ရှိသော နေရာများတွင် သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးကြသည်။"၊ "မိခင်များသည် ဗီတာမင် A ဓာတ်ကြွယ်ဝသော အစားအစာများကို ကလေးများအား ကျွေးမွေးလိမ့်မည်။" သို့မဟုတ် "ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုအနည်းဆုံး ၄ ကြိမ် ခံယူကြလိမ့်မည်။"
- အထက်ပါအမူအကျင့်နှင့်ဆက်စပ်၍ ဦးတည်အုပ်စုကိုရွေးချယ်ရန် အဖွဲ့ငယ်များအားပြောပါ။
- ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူလုံလောက်စွာရရှိနိုင်ရန် အမူအကျင့်သတ်မှတ်ချက်ကိုပြင်ဆင် (လျော့ချ) ရန် လိုအပ်ခြင်းရှိမရှိ ဆွေးနွေးပါ။ အကယ်၍ လိုအပ်ပါက ပြင်ဆင်ထားသည့်အမူအကျင့်ကို ပေးထားသောနေရာလွတ်တွင် ရေးပါ။
  ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူခွဲခြားရန် အမူအကျင့်ဆိုင်ရာမေးခွန်း(များ)ကို ရေးပါ။

- အဖွဲ့ငယ်တစ်ဖွဲ့လျှင် Determinant ၂-၃ ခုစီ တာဝန်ပေးပါ။ ပေးထားသော Determinant များအတွက် တစ်ဖွဲ့လျှင် မေးခွန်း ၂ ခုစီရေးရန်ပြောပါ။
- သင်တန်းသားများအားပြောရန် - အချိန်ကိုငဲ့ညှာသောအားဖြင့် ကွင်းဆင်းချိန်/အစမ်းလေ့ကျင့်ချိန်၌ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုတွင်အသုံးပြုသည့် Determinant ၄ ခုကိုသာ ဦးစားပေးဆောင်ရွက်မည်။ ယင်း ၄ ခုမှာ မိမိတွင်ရှိသည် ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ၊ လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ၊ ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသော အရာများနှင့် ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများဖြစ်သည်။ သင့်စီမံကိန်းတွင် အချိန်နှင့်ဘက်ဂျက်အရဖြစ်နိုင်ပါက အခြား Determinant များမှမေးခွန်းများကိုအသုံးပြုသည့် Barrier Analysis တစ်ခုကို အခြေအနေနှင့်မြှင့်တင်ပေးမည့် အမူအကျင့်ပေါ်မူတည်၍ အစအဆုံးပြုလုပ်သင့်သည်။ Determinant အသီးသီးကို ရှေ့ပိုင်းတွင် ရှင်းလင်းခဲ့ခြင်းသည် လည်း ယင်းကြောင့်ပင်ဖြစ်သည်။

7. မေးခွန်းများပြန်လည်ပြောပြခြင်း
   7a. ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူခွဲခြားရန် ရေးသားထားသောမေးခွန်းများကို တစ်ဖွဲ့လျှင် ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးက ပြန်လည်ပြောပြရန် အဖွဲ့ငယ်အသီးသီးအားပြောပါ။

   7b. ယင်းသို့ပြုလုပ်နေချိန်တွင် မေးခွန်းများပြုစုပုံအဆင့်ဆင့်ကို သင်တန်းသားများအားရှင်းပြပါ။
   မှတ်ချက် - စုံညီပြုလုပ်ချိန်တွင် တစ်စုံတစ်ယောက် (ရုံးအကူ) ကို အဖွဲ့ကရွေးချယ်လိုက်သောမေးခွန်းများအား လိုက်ပါမှတ်သားစေခြင်းက အထောက်အကူဖြစ်စေမည့်အပြင် အချိန်ကုန်လည်းသက်သာစေမည်ဖြစ်သည်။ Task 9 Handouts များမှ Barrier Analysis အတွက် မေးခွန်းများကို ယင်းမှတ်သားသူက ရည်ညွှန်းကိုးကားနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး မေးခွန်းပုံစံများကိုလည်း **Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင်အသုံးပြုရန် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူနမူနာမေးခွန်း** အတိုင်း ရေးသားရမည်။ ယင်းမှတ်သားသူသည် ပြောဆိုဆွေးနွေးမှုများကို လွယ်ကူစွာ နားလည်နိုင်သူဖြစ်ရန် သင်တန်းပို့ချသူများကစီစဉ်ရမည်။ သင်ခန်းစာပြီးဆုံးပါက သင်တန်းပို့ချသူက မေးခွန်းများကိုစစ်ဆေး၍ အချောသတ်ပြင်ဆင်ပြီးနောက် ကွင်းဆင်းရာတွင် သင်တန်းသားများအသုံးပြုရန် (အပိုစာရွက်များအပါအဝင်) မိတ္တူများ လုံလောက်စွာကူးထားရမည်။ ဘာသာပြန်ဆိုထားသော မေးခွန်းအားလုံးကို ကွင်းဆင်းဝန်ထမ်းနှင့်အတူ သင်တန်းပို့ချသူများက စိစစ်အတည်ပြုရမည်။ တိုင်းပြည်အလိုက်ပြုလုပ်သော သင်တန်းများတွင် သင်တန်းသားများကို အဖွဲ့များခွဲ၍ ကျင့်သုံးသူ ၅ ဦးနှင့်မကျင့်သုံးသူ ၅ ဦးအား အင်တာဗျူးရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မေးခွန်းစာရွက်များအလုံအလောက်ရှိရန်လိုအပ်သည်။ ဒေသကြီးအလိုက်ပြုလုပ်သောသင်တန်းများတွင် သင်တန်းသား တစ်ဦးလျှင် မိတ္တူ ၂-၃ စောင်စီရှိရမည်။

8. သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။ လာမည့်သင်ခန်းစာတွင် မကြာမီကရေးသားပြုစုခဲ့သော မေးခွန်းများဖြင့် ကွင်းဆင်းမှု/အစမ်းလေ့ကျင့်မှုမပြုလုပ်မီ လက်တွေ့လေ့ကျင့်နိုင်မည့် အခွင့်အရေးရရှိကြမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပါ။

Task 9 Handout 1

အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၏အခြေခံသဘောတရား ၅ ရပ်

1. **ဘာလုပ်သင့်သည်ဆိုသည်ကိုသိရုံဖြင့် ယင်းကိုပြုလုပ်မည်ဟုမဆိုနိုင်ပါ။** အခြားအကြောင်းအချက်များကလည်း ဆုံးဖြတ်ချက်များအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်ပါသည်။ အပြုအမူတစ်ခု၏ကောင်းကျိုးကိုသိခြင်းသည် အကြောင်းအချက်တစ်ခုမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ လူအများသည် အပြုအမူတစ်ခုကိုစတင်ကျင့်သုံးလိုစိတ်မရှိမီကပင် ယင်းအမူအကျင့်အကြောင်း သိရှိနေကြပြီးဖြစ်ပါသည်။

2. **အပြုအမူတစ်ခုကိုကျင့်သုံးလိုစိတ်ရှိရုံဖြင့် ယင်းအမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးမည်ဟုမဆိုနိုင်ပါ။** ရံဖန်ရံခါတွင် အတားအဆီးများ ကြောင့် အမှန်တကယ်ကျင့်သုံးလိုသည့်အပြင် ကျင့်သုံးရန်လိုအပ်သည်ဟုသိရှိသောအရာကို မကျင့်သုံးနိုင်ခြင်းလည်း ရှိပါသည် (ဥပမာ - အချိန် သို့မဟုတ် ငွေမရှိသောကြောင့်)။ ထို့ပြင် ပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန် သို့မဟုတ် အမူအကျင့်တစ်ခုကို ပြုပြင်ရန် အခြားသူများ (ဥပမာ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူများ၊ ဘုရား) ထံမှ အကူအညီရယူခြင်း မပြုကြသည်များလည်း ရှိပါသည်။

3. **တစ်ခုခုဖြစ်မည်ကိုစိုးရိမ်ရုံဖြင့် ယင်းသို့မဖြစ်စေရန် တစ်စုံတစ်ခုကိုပြုလုပ်မည်ဟုမဆိုနိုင်ပါ။** ကျွန်ုပ်တို့သည် ကြိုတင်ကာကွယ်မှု ပြုလုပ်စေရန် လူတစ်ဦး၏ကြောက်ရွံ့စိတ်ပိုကြီးလာအောင်ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်ကို မကြာခဏတွေ့ရပါသည်။ သို့သော်လည်း တကယ့်အကြောင်းရင်းသည် ပြဿနာ သို့မဟုတ် ရောဂါကိုကြောက်စိတ်လွန်ကဲခြင်းကြောင့်သာဖြစ်ပြီး ကြောက်စိတ်နည်းပါး ခြင်းကြောင့်မဟုတ်ပါ။ ဥပမာ ကင်ဆင်ရောဂါစစ်ဆေးမှုခံယူစေရန် ကင်ဆာ၏အန္တရာယ်အကြောင်းပြောပြခြင်း သို့မဟုတ် စပါးကျီကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာဆောက်လုပ်စေရန် ကြွက်အန္တရာယ်အကြောင်းပြောပြခြင်းတို့ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်။ သို့သော်လည်း ရံဖန်ရံခါတွင် ကြောက်စိတ်ကြောင့် ပြုလုပ်ရမည့်အရာကိုမပြုလုပ်ကြကြောင်း လေ့လာမှုများတွင်တွေ့ရှိရပါသည်။ ဥပမာ အဆိုးများရှိနိုင်၍ ကင်ဆာရောဂါစစ်ဆေးခြင်းကဲ့သို့သော ဆေးစစ်ချက်ရလဒ်ကိုမသိလိုကြပေ။

4. **ဘဝတိုးတက်မှုအတွက် လူအများပြုလုပ်သောအရာများစွာသည် ကျွန်ုပ်တို့တိုက်တွန်းရသည့်အကြောင်းရင်းများကြောင့် ပြုလုပ်ခြင်းမဟုတ်ပါ။** သီးနှံအထွက်ကောင်းစေရန် သို့မဟုတ် ပိုမိုကျန်းမာစေရန်မဟုတ်သော အကြောင်းရင်းများအတွက် ဘဝတိုးတက်မှုရှိစေမည့်အရာကိုပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်း၍ရပါသည် (ဥပမာ - သီးနှံအထွက်မည်မျှရှိသည်ကို စပ်စုသော အိမ်နီးချင်းများမမြင်နိုင်စေရန် ကျီဆောက်လုပ်ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအနံ့အသက်ကောင်းစေရန် ဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း)။ ဘဝတိုးတက်မှု သို့မဟုတ် သာယာဝပြောမှုရှိစေမည့်အရာကိုပြုလုပ်လိုစိတ်ကိုနှိုးဆွပေးနိုင်မည့်အကြောင်းအချက်များကို ရှာဖွေရန်လိုအပ်ပါသည်။

5. **အကယ်၍ အားပေးလိုသောအပြုအမူကို မှန်ကန်စွာမရွေးချယ်နိုင်ပါက ကျင့်သုံးအောင်တိုက်တွန်းသော်လည်း ထူးခြားလာမည် မဟုတ်ပါ။** အားပေးလိုသောအပြုအမူကိုကျင့်သုံးသူဦးရေပိုမိုတိုးတက်စေရန်သာ အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းက ကူညီနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ အားပေးလိုသောအမူအကျင့်က ရလဒ်အပေါ်အကျိုးသက်ရောက်မှုများစွာမရှိပါက (ဥပမာ သီးနှံထွက်နှုန်း၊ ကလေးသူငယ်အာဟာရချို့တဲ့ခြင်း) ယင်းရလဒ်ကို အတားအဆီးများဆန်းစစ်မှုဖြင့် ပြောင်းလဲနိုင်မည်ဟု မျှော်လင့်၍ရမည်မဟုတ်ပါ။ အပြုအမူကောင်းအနည်းငယ်ကိုပြောင်းလဲနိုင်ရုံဖြင့် အပြောင်းအလဲကြီးမားစွာဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်ကို မကြာခဏတွေ့ရှိရပါသည်။ အားပေးသင့်သောအပြုအမူကိုမှန်ကန်စွာ ရွေးချယ်မိစေရန် အသုံးပြုသင့်သည့် အခြားနည်းလမ်းများနှင့်အချက်အလက်များရှိပါသည် (ဥပမာ ကောင်းသောသွေဖည်သူများအကြောင်းလေ့လာချက်များ (PDI)၊ သိပ္ပံနည်းကျ ထိရောက်မှုလေ့လာချက်များ)

Task 9 Handout 2

Barrier Analysis Game Study Guide

1. **ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူများအားနှိုင်းယှဉ်လေ့လာခြင်းနှင့် အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်း တို့အကြား မည်ကဲ့သို့ကွာခြားသနည်း။**

    ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်သည် အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့်အလွန်ပင် ဆင်တူပါသည်။ ယင်းတို့နှစ်ခုစလုံးတွင် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအားနှိုင်းယှဉ်ရန် အလေးထားသည်။ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူ လေ့လာချက်တွင် အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသောအရာ ၄ ခုကိုသာ လေ့လာသည်။ အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရာတွင် ယင်း ၄ ခုအပြင် အခြား ၈ ခုကိုပါလေ့လာသည်။

    ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်တွင် မေးခွန်း ၆ ခုရှိပါသည်။ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် မူရင်းပုံစံတွင် နမူနာကောက်ယူသူဦးရေပိုမိုနည်းပါးပြီး ဆန်းစစ်မှုပုံစံလည်းမတူညီပါ။ သို့သော်လည်း အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရာတွင်အသုံးပြုသည့် နမူနာကောက်ယူသူဦးရေအတိုင်းသာပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်တွင် မေးခွန်းအရေအတွက်ပိုနည်းသဖြင့် အတား အဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းထက် အချိန်ကုန်အနည်းငယ်သက်သာပါသည်။ သို့သော်လည်း လေ့လာ နေသောအမူအကျင့်အတွက် အရေးပါနိုင်ဖွယ်ရှိသော အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးရာများကိုမူ ချန်လှပ်ထားခြင်း မပြုမိစေရန် အရေးကြီးပါသည်။ မသေချာပါက အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်နည်းကို အသုံးပြု၍ အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးထားသောအရာအားလုံး ကို စူးစမ်းလေ့လာပါ။

2. **အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရာတွင် အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးသောအရာမည်မျှကို စူးစမ်းမှုပြုလုပ် သနည်း။**

    Task 7 Handout 1- အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသောအရာများတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း အတား အဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရာတွင် အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသောအရာ ၁၂ ခုအထိ စူးစမ်းလေ့လာပါသည်။ ယင်းတို့တွင် အင်အား အကောင်းဆုံးအရာ ၄ ခုပါဝင်သည် - ထင်မြင်ယူဆရသော မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု ၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာစံသတ်မှတ်ချက်များ ၊ ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးများ ၊ဆိုးကျိုးများ။ အပြုအမူအတွက် တွန်းအားဖြစ်စေသော လွှမ်းမိုးသည့်အရာများ မလွတ်စေရန် အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုး ထားသာအရာ များနိုင်သမျှများများဖြင့်ချိန်ထိုးကြည့်ခြင်းက အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်အရာက အရေးပါသည်ကို ကြိုတင်သိရှိနိုင်ရန် ခက်ခဲပါသည်။

    မှတ်ချက် - ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်တွင် လိုအပ်သောအချက်အလက်များရရှိနိုင်သော်လည်း အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသောအရာများလွတ်သွားနိုင်သည့်အန္တရာယ်ကို အတားအဆီးများ ဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းအား အစအဆုံးပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် လျော့ချနိုင်ပါသည်။

3. **မည်သူတို့ကို မေးမြန်းရမည်နည်း။**

    အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရာတွင် အင်တာဗျူးသူသည် ဦးတည်အုပ်စုတွင်ပါဝင်သူများအား မေးခွန်းများမေးမြန်းရမည်။ ဖြေဆိုသူများကို ကျင့်သုံးသူ သို့မဟုတ် မကျင့်သုံးသူများအဖြစ် အုပ်စုများခွဲခြား၍ အဖြေများကို ယင်းအုပ်စုများအလိုက် နှိုင်းယှဉ်လေ့လာသည်။

4. **ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူတို့ကို မည်သူက အင်တာဗျူးသနည်း။**

    အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်နည်းကို အင်တာဗျူးသူအားလုံးကို သင်တန်းပို့ချရမည်။ ကျင့်သုံးသူ သို့မဟုတ် မကျင့်သုံးသူများကိုသာ အင်တာဗျူးခြင်းထက် အင်တာဗျူးသူအားလုံးသည် ကျင့်သုံးသူအချို့ နှင့်မကျင့်သုံးသူအချို့ကို အင်တာဗျူးခြင်းက အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အင်တာဗျူး သူတစ်ဦး၏ မေးခွန်းမေးပုံ သို့မဟုတ် အဖြေများအားမှတ်သားပုံတို့ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်တတ်သည့် အခြေအနေ များကိုရှောင်ရှားရာတွင် အထောက်အကူပြုပါသည်။ အကယ်၍ တစ်ဦးကအင်တာဗျူး၍ အခြားတစ်ဦးက အဖြေများကို လိုက်လံမှတ်သားပါက လေ့လာမှုစစ်တမ်းတစ်လျှောက်တွင် တစ်ယောက်တစ်လဲ တာဝန်လွှဲယူ ရန်လိုအပ်ပါသည်။

5. **တစ်ဦးတည်းကို အပြုအမူတစ်ခုထက်ပို၍ အင်တာဗျူးနိုင်ပါသလား။**

အကယ်၍ အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်မှုတစ်ခုထက်မကကိုတစ်ပြိုင်တည်းပြုလုပ်နေပါက တစ်ဦးတည်းအား အပြုအမူများစွာအကြောင်းကိုမေးမြန်းခြင်းမှရှောင်ရှားခြင်းက အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဖြေကြားသူအတွက် ဂန်ထုပ်ဂန်ပိုးဖြစ်စေနိုင်သည့်အပြင် များစွာမေးမြန်းခံရသည့် အတွက် ပင်ပန်းလာပြီး ဖြေကြားချက်များတွင် မပြည့်စုံခြင်း သို့မဟုတ် ကောင်းစွာစဉ်းစား၍ပေးသော အဖြေများ မဟုတ်ခြင်းတို့ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

6. **ကျပန်းဖြေကြားမည့်သူဦးရေမည်မျှရှိသင့်သနည်း။**

တစ်ဦးချင်း အနည်းဆုံးအင်တာဗျူး ၉၀၊ ကျင့်သုံးသူ ၄၅ ဦးနှင့်မကျင့်သုံးသူ ၄၅ ဦးတို့ကို နမူနာအဖြစ်မေးမြန်းခြင်းဖြင့် အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရာတွင် အကောင်းဆုံးရလဒ် များရရှိ စေမည်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ၄၅ ဦးစီထက်နည်းပါက ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြား အမှန်တကယ်အရေးပါသော ကွဲပြားမှုများကို မခွဲခြားနိုင်ခြေရှိနိုင်ပါသည်။ ယင်းကွဲလွဲချက်များသည် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများနှင့် အသိပညာပေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရာတွင် အခြေခံအဖြစ်ထားရှိမည့်အရာများဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဖန် ၄၅ ဦးထက်ပို၍ အင်တာဗျူးပါကလည်း ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူတို့အကြား အလွန်သေးငယ်သော ကွဲပြားမှုများကိုသာ ခွဲခြားသိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသောအရာတစ်ခုနှင့်ဆက်စပ်သည့် မေးခွန်းတစ်ခုကို ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူတို့၏ဖြေဆိုပုံအကြား အလွန်သေးငယ်သောကွဲပြားမှုများရှိပါက စာရင်းအင်းများအရ ယင်းအုပ်စုနှစ်စုအကြားကွဲပြားမှုကြီးမားသည့်တိုင် အပြုအမူအပေါ်လွှမ်းမိုးသည့် အရာက ယင်းအမူအကျင့်အပေါ် သက်ရောက်မှုအနည်းငယ်မျှသာရှိမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ယင်းကွဲပြားမှု များကို လျစ်လျူရှုသင့်ပါသည်။

7. **ကျပန်းဖြေကြားမည့်သူများရွေးချယ်ရာတွင် မည်သည့်ပုံစံကို အသုံးပြုသနည်း။**

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းသည် ဖြစ်ရပ်ကိုအကန့်အသတ်ဖြင့်လေ့လာခြင်းနှင့် ဆင်တူသည်။ ထို့ကြောင့် ကျပန်းဖြေကြားမည့်သူများအားရွေးချယ်သည့်နည်းလမ်းကို အခြားစစ်တမ်းလေ့လာမှုများ (ဥပမာ ဗဟုသုတ၊ အလေ့အကျင့်နှင့်လွှမ်းခြုံမှုပမာဏ [KPC]) ကဲ့သို့ တင်းကျပ်စွာအသုံးပြုရန်မလိုအပ်သကဲ့သို့ လူဦးရေကိုအခြေခံသော ကျပန်းဖြေကြားမည့်သူရွေးချယ်နည်းကိုလည်း အသုံးပြုရန်မလိုအပ်ပါ။ သို့သော်လည်း ရလဒ်များက သက်ဆိုင်ရာဒေသမှ လူအများစုကိုကိုယ်စားပြုနိုင်ရန် ဖြေကြားသူများကို မတူညီသော ရပ်ရွာအသီးသီးမှ ရွေးချယ်သင့်ပါသည်။ ဥပမာ ကျင့်သုံးသူ ၄၅ ဦးနှင့် မကျင့်သုံးသူ ၄၅ ဦးတို့ရရှိရန် ရပ်ရွာတစ်ခုတည်းမှမဟုတ်ဘဲ ရပ်ရွာ ၉ ခုမှ ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူ ၅ ဦးစီကို အင်တာဗျူးခြင်းက ကောင်းမွန်မည်ဖြစ်သည်။

8. **အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းက မည်မျှကြာမြင့်လေ့ရှိသနည်း။**

အခြား Qualitative သုတေသနနည်းလမ်းများ (ဥပမာ အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်း) နှင့်ယှဉ်ပါက အတား အဆီးများ ဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်မှုတစ်ခုပြုလုပ်ရာတွင် ကျပန်းဖြေကြားမည့်သူဦးရေပိုမိုလိုအပ်သဖြင့် လူနှင့်ငွေ အင်အားပိုမို လိုအပ်ပါသည်။ အချို့ Qualitative သုတေသနနည်းလမ်းများ (ဥပမာ KPC စစ်တမ်းကောက် ယူခြင်း) နှင့်ယှဉ်ပါက အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်မှုတစ်ခုပြုလုပ်ရန် လူနှင့်ငွေ အင်အား များစွာမလို အပ်ပါ။ သို့သော်လည်း ဦးတည်အုပ်စုထံသွားရောက်နိုင်ပါက (ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူနှစ်ဦးစလုံးကို လွယ်ကူစွာ ရှာဖွေနိုင်ပါက) အပြုအမူတစ်ခုကိုစူးစမ်းလေ့လာရန် စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်းကို တစ်ဖွဲ့လျှင် ၃ ဦးပါသော အဖွဲ့ ၂ ဖွဲ့ဖြင့် ၂ ရက်အတွင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည် (တစ်နေ့တာအတွင်း တစ်ဖွဲ့လျှင် ရပ်ရွာ ၂-၃ ခုသို့ သွားရောက်၍ ရပ်ရွာတစ်ခုလျှင် အင်တာဗျူး ၁၀ ခုစီ)။ သင်တန်းပို့ချချိန်နှင့်စာရင်းပြုစုခြင်း၊ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ ခြင်း၊ လုပ်ငန်းများအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်းနှင့်အသိပညာပေးလိုသည်များပြုစုခြင်းတို့အတွက် ၁-၂ ရက်ခန့် လည်း လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။

9. **စီမံကိန်းသက်တမ်းကာလအတွင်း မည်သည့်အချိန်တွင် အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းကို ပြုလုပ်သင့်သနည်း။**

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းကို စီမံကိန်းအစပြုချိန်တွင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည် - ဥပမာ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့် အသေးစိတ်အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်းမပြုမီ။ ယင်းအချိန်ကာလသည် အပြုအမူအကျင့် ပြောင်းလဲရေး မဟာဗျူဟာတစ်ရပ်ရေးဆွဲရန် အကောင်းဆုံးအချိန်လည်းဖြစ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် စီမံကိန်းတွင် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပါက စီမံကိန်းကာလဂက်အချိန်တွင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ နောက်ဆက်တွဲရန်ပုံငွေရရှိမည်ဖြစ်ပြီး အပြုအမူပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်နေ သည့် စီမံကိန်းတစ်ခုကို အပြီးသတ်အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ချိန်တွင်လည်း ဆန်းစစ်မှုကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် အချို့အဖွဲ့အစည်းများသည် ပိုမိုရှည်ကြာသော စီမံကိန်းကာလတစ်လျှောက် အတားအဆီးများဆန်းစစ် ဖော်ထုတ်ခြင်းများကို အချိန်မှန် ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် အမူအကျင့်များစွာကိုသုတေသန ပြုလုပ်ကြပါသည်။ ဥပမာ Food for the Hungry သည် Care Group များမှတဆင့် ၎င်းတို့အားပေးမြှင့်တင်လိုသော အဓိကကျသည့် အပြုအမူတစ်ခု (ဥပမာ-မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း [EBF]))အတွက် အတားအဆီးများဆန်းစစ် ဖော်ထုတ်ခြင်းကို ၄ လကြာ အပြုအမူအကျင့်မြှင့်တင်ခြင်းမော်ဂျူးမပြုလုပ်မီတိုင်းတွင် ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်။

10. **တွေ့ရှိချက်များက မည်မျှခိုင်မာမှုရှိသနည်း။**

ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြား စာရင်းဇယားများအရကွာခြားချက်ကြီးမားမှုများကို အတားအဆီးများ ဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းဖြင့်သိရှိနိုင်သဖြင့် အုပ်စုနှစ်ခုအကြား ကွာခြားချက်များသည် အမှန်တကယ် ကွာခြားချက်များဖြစ်ပြီး တိုက်ဆိုင်မှုသက်သက်မဟုတ်ခြင်းဖြစ်နိုင်ခြေအလွန်များပါသည်။ တွေ့ရှိထားသောအပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသည့်အရာများသည် တိုက်ဆိုင်မှုသက်သက်ကြောင့်ဖြစ်နိုင်ခြေ ၅% ထက်လျော့နည်းပါသည် ($p < 0.05$)။

11. **ရလဒ်များကို မည်ကဲ့သို့ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှုပြုလုပ်သနည်း။**

မေးခွန်းတစ်စုံရေးသား၍ ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူဦးရေအတူတူအတွက် အသုံးပြုလေ့ရှိကြသည်။ ကုဒ်များ အသုံးပြု၍ စက္ကူကြမ်းပေါ်တွင် လက်ရေးဖြင့်မှတ်သားသည်။ ရာခိုင်နှုန်းကို ဂဏန်းပေါင်းစက်ငယ် တစ်ခုဖြင့် တွက်ချက်နိုင်သည်။ ၁၅ မှတ်နှင့်အထက်ပိုမိုရရှိသောအဖြေများက အပြုအမူပေါ် အထင်ရှားဆုံးလွှမ်းမိုးသည့် အရာများနှင့်လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများကို ရည်ညွှန်းသည်။ အဖြေတစ်မျိုးတည်း ကိုပေးသော ကျင့်သုံးသူ သို့မဟုတ် မကျင့်သုံးသူ ရာခိုင်နှုန်းသက်သက်ဖြစ်စေ (သို့မဟုတ် အုပ်စုနှစ်ခုပေါင်း ရာခိုင်နှုန်း ဖြစ်စေ) အရေးပါမှုမရှိပါ - အုပ်စုနှစ်ခုအကြားကွာခြားချက်သည်သာ အရေးအကြီးဆုံးအရာဖြစ် သည်။ ထို့ပြင် ရံဖန်ရံခါ ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူအနည်းစုကသာ အဖြေတစ်မျိုးတည်းကိုပေးသော်လည်း ယင်းတို့အကြားကွာခြားချက်သည် အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးသည့်အရေးပါသောအရာတစ်ခုကို ဖော်ပြနိုင် လောက်အောင် ကြီးမားမှုရှိတတ်ပါသည်။

ရလဒ်များကို အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့်ဇယားတွင်လည်း ထည့်သွင်းနိုင်ပါသည်။ ယင်းဇယား ကို ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြား ကွာခြားချက်များရှာဖွေရန်အတွက် Microsoft Excel ဖြင့် ရေးဆွဲနိုင်ပါသည်။ အဖြေအသီးသီးပေးခဲ့သည့် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူရာခိုင်နှုန်းများကို ယင်း Excel ဖြင့် တွက်ချက်၍ ကိန်းဂဏန်းအရအရေးပါသော ကွဲပြားမှုများကိုရှာဖွေနိုင်သည်။ Excel ကိုအသုံးပြုခြင်းဖြင့် (ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြား ၁၅ မှတ် ကွာဟမှုကိုသာရှာဖွေခြင်းဖြင့်) စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများအနေ နှင့် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြားအရေးပါသောကွဲပြားမှုများကို ပိုမိုရှာဖွေနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးသည့်အရာတစ်ခုချင်း၏အတိုင်းအဆကိုလည်း တွေ့မြင်နိုင်မည် ဖြစ်သည် (ဥပမာ - "အမူအကျင့်ကို လင်ယောကျ်ားက သဘောကျကြောင်း ကျင့်သုံးသူများက ပြောလာနိုင်ခြေသည် မကျင့်သုံးသူများထက် ၇ ဆပိုမိုများပြားနိုင်ပါသည်။")။

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့်ဇယားပုံစံကို http://www.caregroupinfo.org/docs/BA_Tab_Table_Latest.xlsx မှ ကူးယူနိုင်ပါသည်။

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့်ဇယားပုံစံအသုံးပြုနည်းကို http://www.caregroupinfo.org/docs/BA_Analysis_Excel_Sheet_Tab_Sheet_Explanation_Latest.doc မှ ကူးယူနိုင်ပါသည်။

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့်ဇယားပုံစံတွင် ပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်မှုများနှင့်လမ်းညွှန်ချက်များကို အစားအစာဖူလုံရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးကွန်ယက်၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ဖြစ်သော www.foodsecuritynetwork.org နှင့် http://www.caregroupinfo.org/blog/narrated-presentations-on-care-groups-and-care-group-tools/planning-m-e-tools. တို့မှ ကူးယူနိုင်ပါသည်။

12. **Qualitative နည်းစနစ်များကို အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်မှုပြီးသည့်နောက် ရံဖန်ရံခါတွင် အသုံးပြုပါသလား။**

အသုံးပြုပါသည်။ အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်မှုပြီးနောက် ဆက်လက်လေ့လာမှုများပြုလုပ်ရန် Qualitative နည်းစနစ်များက အသုံးဝင်ပါသည်။ ဥပမာ အကယ်၍ အားပေးမြှင့်တင်သည့် အပြုအမူသည် မိမိတို့၏ သီးနှံအထွက်နှုန်းကျဆင်းစေနိုင်သည်ဟု လယ်သမားများကထင်မြင်ယူဆကြကြောင်း ဆိုးကျိုးဆိုင်ရာမေးခွန်း တစ်ခုမှတဆင့်သိရှိရပါက ယင်းထင်မြင်ယူဆချက်၏ ဇာစ်မြစ်ကိုလည်းကောင်း၊ ယင်းသို့အဘယ့်ကြောင့် ဖြစ်ရသည်၊ မည်ကဲ့သို့ဖြစ်ရသည် တို့အပေါ် လယ်သမားများ၏ထင်မြင်ယူဆချက် တို့ကို ဖော်ထုတ်ရန် အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ("မည်ကဲ့သို့" နှင့် "အဘယ့်ကြောင့်" ဟူသောမေးခွန်းများကို Quantitative တွင် မဟုတ်ဘဲ Qualitative တွင်အသုံးပြုခြင်းက အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါသည်။) အလားတူပင် ဈေးနှုန်းကြောင့် ပရိုတင်းဓာတ်ကြွယ်ဝသောအစားအစာများစားသုံးရန် ပိုမိုခက်ခဲသည်ဟု လူအများက အဖြေပေးလာပါက လူသိနည်းနေသေးသော ပရိုတင်းပါဝင်သည့်အစားအစာများ - ကုန်ကျစရိတ်နည်းပြီး ပရိုတင်းဓာတ်ကြွယ် ဝသော အစားအစာများ - ကို ရရှိနိုင်ခြင်းရှိမရှိသိရှိနိုင်ရန် ကောင်းသောသွေဖည်သူများ အကြောင်း လေ့လာချက် (PDI) သို့မဟုတ် အာဟာရချို့တဲ့မှုကိုဖြစ်စေသည့် အကြောင်းရင်းခံများကို လေ့လာမှု ပြုလုပ်ပါက အထောက်အကူဖြစ်ကောင်းဖြစ်ပါမည်။

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းဖြင့် အရေးအကြီးဆုံးအတားအဆီးများနှင့် အထောက်အကူဖြစ်စေသော အရာများကိုသိရှိနိုင်သော်လည်း "ကြီးမားသောအကျိုးကျေးဇူး" များအပါအဝင် လူအများ၏စိတ်ဆန္ဒကို အမှန်တကယ် တွန်းအားဖြစ်စေသည့်အရာများအားသိရှိနိုင်ရန် ဤလေ့လာမှုတစ်ခုတည်းနှင့် မလုံလောက် သေးပါ။ ထို့ကြောင့် အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးပွဲ (FGD) များ သို့မဟုတ် ပါဝင်ခွင့်ရရှိစေသောသင်ယူမှုနှင့်လုပ်ဆောင်မှု (PLA) ကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ပေးပါက အကျိုးရှိနိုင်ပါသည်။ (မေးခွန်းများရေးသားပြုစုပုံကို လေ့လာသော အခါ "ကြီးမားသောအကျိုးကျေးဇူး" များကိုစူးစမ်းသိရှိနိုင်ရန် မေးခွန်းလွှာအဆုံးတွင် သင်ထည့်သွင်းနိုင်သည့် မေးခွန်းတစ်ခုအကြောင်း ဖော်ပြသွားပါမည်။)

အင်တာဗျူးရန် ကျင့်သုံးသူဦးရေအလုံအလောက်မရှိသောကြောင့် အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့် နည်းစနစ်ကိုအသုံးမပြုနိုင်လျှင် အလေ့အထကောင်းများကိုစမ်းသပ်ကျင့်သုံးခြင်းနည်း (TIPS)၊ FGD၊ PLA နှင့် အခြား Qualitative နည်းစနစ်များကို သုံးခြင်းဖြင့် အထောက်အကူပြုသောအရာများနှင့်အတားအဆီး များအားလေ့လာနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ နေရာဒေသတစ်ခုတွင် အပြုအမူသစ်တစ်ခု (ဥပမာ နေရောင်ဖြင့် ရေမှုပိုးမွှားများသန့်စင်ခြင်း၊ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောဖြစ်နေချိန်နှင့်ဖြစ်ပြီးနောက်တွင် ဇင့်ဓာတ်သောက်သုံးခြင်း) ကိုစတင်မိတ်ဆက်သည့်အခါ သို့မဟုတ် စီမံကိန်းကို ယခုမှစတင်သောအခါ ကျင့်သုံးသူတစ်ဦး တစ်ယောက်ကိုမျှ မတွေ့ခြင်းလည်းရှိနိုင်ပါသည်။

13. **အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းသည် Quantative နည်းစနစ် သို့မဟုတ် Qualitative နည်းစနစ် လား။ သို့မဟုတ် နှစ်ခုစလုံးလား။**

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းသည် နှစ်ခုစလုံးဖြစ်ပါသည်။ ယင်းနည်းစနစ်ကိုသုံးပြီး ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူ နှစ်ဦးစလုံးကမည်ကဲ့သို့ယူဆသည် ကိုစူးစမ်းရာတွင် အဆုံးဖွင့်ထားသည့် အပိုင်းများ ပါဝင်သည့်အတွက် ယင်းသည် သဘာဝအားဖြင့် Qualitative ဆန်သည်။ ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူများအား ကိန်းဂဏန်းများအရ နှိုင်းယှဉ်ခြင်းဖြင့် မည်သည့်ကွဲပြားချက်များကအရေးကြီးကြောင်း ဖော်ပြသောအခါ ယင်းနည်းစနစ်သည် Quantitative ဆန်သည်။ အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်း နည်းစနစ်သည် ယုံကြည်မှုတစ်ခုမည်မျှပျံ့နှံ့နေသည်ကို တိုင်းတာနိုင်ခြင်းမရှိသည့်အတွက် ယင်းကို Quantitative အဖြစ် လူအများစုက မယူဆကြပါ။ သို့သော်လည်း မည်သည့်အုပ်စုက အဖြေတစ်ခုကို ပိုမိုဖြေကြားကြောင်း Quantitative အချက်အလက်များကိုကောက်ယူ၍ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာမှုများ ပြုလုပ်ကြသည်။

Barrier Analysis ဂိမ်းမေးခွန်းများ (စာရင်းထဲမှ ၉-၁၀ ကိုရွေးပါ)

1. ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုသည် အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်မှုနှင့် မည်ကဲ့သို့ကွာခြားသနည်း။
2. ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုတွင် Determinant မည်မျှကို စူးစမ်းလေ့လာမှုပြုလုပ်သနည်း။
3. Barrier Analysis တွင် Determinant မည်မျှကို စူးစမ်းလေ့လာမှုပြုလုပ်သနည်း။
4. ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုနှင့် Barrier Analysis တို့တွင် မည်သည့် Determinant များကို စူးစမ်းလေ့လာမှုပြုလုပ်သနည်း။
5. Barrier Analysis တွင် မည်သူ့ကိုအင်တာဗျူးသနည်း။
6. (ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာမှုနှင့် Barrier Analysis တို့တွင်) ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူတို့ကို မည်သူက အင်တာဗျူးသနည်း။
7. လူတစ်ဦးတည်းကို အမူအကျင့်တစ်ခုထက်ပို၍ အင်တာဗျူးခွင့်ရှိပါသလား။
8. ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအတွက် အင်တာဗျူးမည်မျှပြုလုပ်သင့်သနည်း။
9. ကျင့်သုံးသူမည်မျှကို အင်တာဗျူးသင့်သနည်း။
10. အင်တာဗျူးခံမည့်သူကို ရပ်ရွာတစ်ခုတည်းမှရွေးချယ်ခွင့်ရှိပါသလား။
11. စီမံကိန်းသက်တမ်း၏မည်သည့်ကာလတွင် Barrier Analysis ကို ပြုလုပ်သင့်သနည်း။
12. Barrier Analysis မှတွေ့ရှိချက်များက မည်မျှခိုင်မာမှုရှိသနည်း။
13. ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူအကြား အနိမ့်ဆုံးရမှတ်ကွာခြားချက်မည်မျှရှိပါက အရေးထားသင့်သည်ဟုသတ်မှတ်နိုင်သနည်း။
14. ရလဒ်များကို လူကိုယ်တိုင်ဆန်းစစ်မှုပြုလုပ်မှသာ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။
15. Barrier Analysis ပြုလုပ်ပြီးနောက် Qualitative နည်းစနစ်များကို ရံဖန်ရံခါ အသုံးပြုလေ့ရှိပါသလား။
16. Barrier Analysis တွင် Quantitative သုတေသနပြုနည်းများကို အသုံးပြုပါသလား သို့မဟုတ် Qualitative သုတေသနပြုနည်းများကို အသုံးပြုပါသလား။

Task 9 Handout 3

အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်သည့် အဆင့် ၇ ဆင့်

1. ရည်မှန်းချက်၊ အပြုအမူနှင့်ဦးတည်အုပ်စုကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပါ။

   အပြုအမူပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာမှတဆင့် ရရှိစေလိုသောရလဒ်ကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပါ - ဥပမာ "အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေဩဇာအသုံးပြုသည့် ပြောင်းစိုက်သူရာခိုင်နှုန်းတိုးလာစေရန်" သို့မဟုတ် "ပထမ ၃ လ အတွင်း ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုခံယူသည့် မျိုးဆက်ပွားအရွယ်အမျိုးသမီးအရေအတွက် တိုးလာစေရန်"။

2. **အပြုအမူကိုဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများရေးသားပြုစုပါ။**

   နှပ်ကြောင်းပေးခြင်းမပြုသည့်မေးခွန်းများ (သို့မဟုတ် မေးခွန်းတစ်စုံ) က ဖြေဆိုသူသည် ကျင့်သုံးသူ သို့မဟုတ် မကျင့်သုံးသူဟုတ်မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုမည်ဖြစ်သည်။ နမူနာ "ပြီးခဲ့သော စိုက်ပျိုးသည့်ရာသီချိန်တွင် မည်သည့်မျိုးစေ့မျိုးကို အသုံးပြုသနည်း။ မည်သည့်နေရာမှ ရရှိသနည်း။ လေ့လာမှုပြုလုပ်ချိန်တွင် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအား အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပုံသည် တစ်သမတ်တည်း ဖြစ်နေရန်လိုအပ်ပါသည်။

3. **အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးထားသောအရာများနှင့်သက်ဆိုင်သည့်မေးခွန်းများနှင့် သင်တန်းအကြိုမေးခွန်းတစ်စုံရေးသား ပြုစုပါ။**

   လေ့လာနေသော အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးထားသည့်အရာအသီးသီးအတွက် မေးခွန်း ၁-၂ ခုကို ရွေးချယ်၍ မေးခွန်းများနှင့်ကုဒ်များကို ဖြစ်နိုင်ဖွယ်အဖြေများနှင့်အတူ ရေးသားပြုစုပါ။ သတိပြုရန် - ဤအဆင့်သည် အခက်ခဲဆုံးအဆင့်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုသူများကောင်းစွာနားလည်စေရန် ဦးတည်အုပ်စုဝင် အနည်းငယ်အား အစမ်းသဘောမေးမြန်းကြည့်ပါ။

4. **ကွင်းဆင်းပြုလုပ်ရန် စီစဉ်ပါ။**

   မည်သည့်နေရာများတွင် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအားတွေ့နိုင်သည်ကိုလည်းကောင်း၊ မည်သည့်ရပ်ရွာများ (ရပ်ရွာပန်းခြံများ၊ ဆေးခန်းများ) တွင် အင်တာဗျူးများပြုလုပ်မည်ကိုလည်းကောင်း ဆုံးဖြတ်ပါ။ သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ (ဥပမာ ကျေးရွာလူကြီး၊ ဆေးခန်းမန်နေဂျာ) ထံမှ ခွင့်ပြုချက် ရယူပါ။ မေးခွန်းများအသုံးပြု၍ အင်တာဗျူးကိုလေ့ကျင့်ပါ။ မေးခွန်းများကို မိတ္တူအလုံအလောက် ကူးယူထားပါ။ အင်တာဗျူးအတွက် သွားရေးလာရေးစီစဉ်ပါ။

5. **အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် ကွင်းဆင်းအချက်အလက်များစုဆောင်းပါ။**

   ဦးတည်အုပ်စုမှ အနည်းဆုံး ကျင့်သုံးသူ ၄၅ ဦးနှင့် အနည်းဆုံး မကျင့်သုံးသူ ၄၅ ဦးတို့အား အင်တာဗျူးပါ။ မေးခွန်းများ၏အဖြေများကိုမှတ်သားပါ။ မေးခွန်းနှင့်တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်ခြင်းမရှိသည့်အခြားအဖြေများကို ရှာဖွေ၍ ဖြေဆိုသူက ဖြေကြားခဲ့သည့်အတိုင်း ရေးသားပါ။

6. **အတားအဆီးများဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများအတွက်အဖြေများကို ကုဒ်များဖြင့်ခွဲ၍ စာရင်းသွင်းပြီး ရလဒ်များကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာပါ။**

   ကုဒ်သွင်းသည့်စာရွက်များကိုပြင်ဆင်ပါ။ အင်တာဗျူးသူအသီးသီးထံမှရလဒ်များကို Flip Chart စာရွက်များပေါ်တွင် ဇယားဆွဲရန် အုပ်စုလိုက်လုပ်ဆောင်ပါ။ ရလဒ်များကို ဇယားကွက်တွင် သို့မဟုတ် အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် Microsoft Excel ဇယားစာမျက်နှာတွင် ရေးသွင်းပါ။ မေးခွန်း အသီးသီးအတွက် ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများ၏အဖြေများကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။ စာရွက်ဖြင့် စာရင်းသွင်းပါက ကြီးမားသော ကွာခြားချက်များ (၁၅ နှင့် အထက်) ကိုလည်းကောင်း၊ ကွန်ပျူတာမှ ဇယားကွက်ကို အသုံးပြုပါက ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူတို့အကြား ကိန်းဂဏန်းအားဖြင့် အရေးပါသည့် ကွာခြားချက်များကိုလည်းကောင်း ရှာဖွေပါ။ ကိန်းဂဏန်းအားဖြင့် အရေးပါသည့် ကွာခြားချက်များအတွက် အဖြေနှင့်အပြုအမူတို့အကြား ဆက်စပ်မှု အတိုင်းအဆကို (အချိုးပြ ကော်လံတွင်) မှတ်သားပါ။

7. လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများကို DBC Framework တွင်ရေးသားရန် ရလဒ်များကိုအသုံးပြုပါ။

သင့်အချက်အလက်များကိုခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီးနောက် လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများကိုရေးသားရန် အချက်အလက်များကို အသုံးပြုပါ။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများမှတဆင့် အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးထားသော မည်သည့်အရာများကို ဦးတည် ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။ မည်သည့်မှတ်သားဖွယ်ရာသတင်းစကားများကို အသုံးပြုရမည်နည်း။ ဩဇာ လွှမ်းမိုးနေသောအုပ်စုများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ မည်ကဲ့သို့ ဆောင်ရွက်မည်နည်း။ စီမံကိန်း သက်တမ်းကာလအတွင်း လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများတွင် ပြောင်းလဲမှုများကို မည်ကဲ့သို့ စောင့်ကြည့် စစ်ဆေးမည်ကို ဆုံးဖြတ်ပါ။

Task 9 Handout 4
အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် နမူနာမေးခွန်းများ

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသောအရာများ	**အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် အသုံးပြုရမည့် မေးခွန်းနမူနာများ**
ထင်မြင်ယူဆရသော - **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	➢ သင့်မှာရှိတဲ့ ဗဟုသုတ၊ တတ်ကျွမ်းမှု၊ အချိန်နှင့်ငွေတို့အရ ပြောင်းစိုက်ရာမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာကို အသုံးပြုရန်လိုအပ်သောဗဟုသုတနှင့်ကျွမ်းကျင်မှုတို့ သင့်မှာရှိပါသလား။ ➢ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာသုံးစွဲရတာ (သို့မဟုတ် သုံးစွဲမယ်ဆိုရင်) ဘာကြောင့် ပိုပြီး အဆင်ပြေတာလဲ။ ဘာကြောင့် ခက်ခဲတာလဲ (သို့မဟုတ် ခက်ခဲမယ်ထင်သလဲ)။ • သင့်မှာရှိတဲ့ ဗဟုသုတ၊ တတ်ကျွမ်းမှုနှင့်အချိန်တို့အရ အသက် ၆ လအောက် သင့်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးနိုင်ပါသလား။ • သင့်အသက် ၆ လအောက်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးရတာ ဘာကြောင့်အဆင်ပြေတာလဲ (တိုက်ကျွေးမယ်ဆိုရင် ဘာကြောင့်အဆင်ပြေမယ် ထင်သလဲ။) အဲဒီလိုလုပ်ဖို့ ဘာကြောင့်အဆင်မပြေဖြစ်နိုင်သလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **လူမှုထုံးစံများ**	➢ သင်နှင့်သိသူအများစုက ပြောင်းစိုက်ခင်းမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာသုံးဖို့ သင်ဆုံးဖြတ်တာကို သဘောကျပါသလား (သဘောကျကြမယ်လို့ထင်သလား)။ ➢ သင့်ပြောင်းခင်းမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာသုံးစွဲဖို့သင်ဆုံးဖြတ်တာကို ဘယ်သူတွေက သဘောကျကြသလဲ (သဘောကျကြမယ်လို့ထင်သလဲ)။ ➢ သင့်ပြောင်းခင်းမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာသုံးစွဲဖို့သင်ဆုံးဖြတ်တာကို ဘယ်သူတွေက သဘောမကျတာမျိုးရှိမယ်ထင်သလဲ။ • သင်နှင့်သိသူအများစုက သင့် ၆ လအောက်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးတာကို သဘောကျကြသလား (သဘောကျမယ်လို့ထင်သလား)။ • အသက် ၆ လအောက်သင့်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးဖို့ သင့်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ဘယ်သူတွေက သဘောကျကြသလဲ (သဘောကျကြမယ်ထင်သလဲ)။ အသက် ၆ လအောက်သင့်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးဖို့သင့်ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ဘယ်သူတွေက သဘောမကျကြမယ်လို့ထင်သလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးများ**	• သင့်ပြောင်းးခင်းမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာသုံးစွဲတဲ့အတွက် ရရှိမယ့် အကျိုးကျေးဇူးတွေက ဘာတွေလဲ (ဘာတွေဖြစ်မယ်ထင်သလဲ)။ • အသက် ၆ လအောက်သင့်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးတဲ့ အတွက် ရရှိမယ့် အကျိုးကျေးဇူးတွေက ဘာတွေလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	• သင့်ပြောင်းခင်းမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေသြဇာသုံးစွဲတဲ့အတွက် ရရှိမယ့် ဆိုးကျိုးတွေက ဘာတွေလဲ (ဘာတွေဖြစ်မယ်ထင်သလဲ)။ • အသက် ၆ လအောက်သင့်ကလေးငယ်ကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးတဲ့ အတွက် ရရှိမယ့်ဆိုးကျိုးတွေက ဘာတွေလဲ (ဘာတွေဖြစ်မယ်ထင်သလဲ)။

အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးသောအရာများ	အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် အသုံးပြုရမည့် မေးခွန်းနမူနာများ
လက်လှမ်းမီမှု	• သင့်ပြောင်းခင်းမှာ အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေဩဇာသုံးစွဲတဲ့အခါ လိုအပ်တဲ့အရာတွေရဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲသလဲ။ • သင့်ကလေးဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောဖြစ်တဲ့အခါ ရပ်ရွာထဲကဆေးခန်းကိုသွားဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲသလဲ။ • အဲဒီဆေးခန်းကိုသွားတဲ့အခါ ကုသမှုကိုဘယ်လောက်ထိကောင်းမွန်စွာရရှိသလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက်၊**	• သင့်ကလေးကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးပါက ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောမဖြစ်နိုင်ဟု ထင်ပါသလား။ • အညစ်အကြေးစွန့်ပြီးနောက် နှင့် အစားအစာမစားမီ လက်ကိုဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးပါက ကာလဝမ်းရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေမည်မျှရှိသည်ဟုထင်ပါသလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ**	• လစဉ်သစ်စေ့ဖြန့်ဝေသည့်နေ့ရက်နှင့်တည်နေရာတို့ကို သတိရရန် မည်မျှလွယ်ကူသနည်း။ • သင့်ကလေးကာကွယ်ဆေးထိုးရန် သင်ခေါ်ဆောင်သွားရမည့်နေရာနှင့် နေ့ရက်တို့ကို မှတ်မိရန် မည်မျှခက်ခဲပါသလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **အကြောင်းအရာ တစ်ခုခုကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုပေါ်တွင် ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု**	• ကြွက် သို့မဟုတ် အင်းဆက်များကြောင့် လာမည့်နှစ်တွင် သီးနှံအပျက်အစီးများမည်ဟု ထင်ပါသလား။ • လာမည့်နှစ်တွင် သင့်ကလေးအနေဖြင့် အာဟာရချို့တဲ့နိုင်ခြေ ဘယ်လောက်ရှိသလဲ။
ထင်မြင်ယူဆရသော **အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု**	• သင့်သီးနှံများတွင် ပိုးကျပါက မည်မျှဆိုးဝါးနိုင်သနည်း။ • ကလေးများတွင်ဖြစ်သောအခြားရောဂါများနှင့်ယှဉ်ပါက အာဟာရချို့တဲ့မှုက မည်မျှဆိုးပါသလဲ။
ဘုရားအလိုကျအတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ	• သီးနှံရိတ်သိမ်းပြီးချိန်တွင် သင့်လယ်တောများအား ဘုရား (သို့မဟုတ် နတ်ဘုရားများ) က မီးရှို့စေချင်သည်ဟု ထင်ပါသလား။ • ကလေးများဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောနှင့်အခြားရောဂါများဖြစ်ပွားရခြင်းသည် ဘုရားသခင်၏ အလိုတော်ဟုထင်ပါသလား။
မူဝါဒ	• သီးနှံရိတ်သိမ်းပြီးပါက သင့်လယ်တောကိုမီးရှို့နိုင်ခြေပိုမိုများစေသည့် ဥပဒေများ သို့မဟုတ် မူဝါဒများ ရှိပါသလား။ • သင့်ကလေးကို ကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်ခြေပိုမိုများစေသည့် ဥပဒေများ သို့မဟုတ် မူဝါဒများ ရှိပါသလား။

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးသောအရာများ	အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ရန် အသုံးပြုရမည့် မေးခွန်းနမူနာများ
ဓလေ့ထုံးတမ်းများ	• အော်ဂဲနစ်ဓာတ်မြေဩဇာသုံးစွဲမှုကိုဆန့်ကျင်သော ယဉ်ကျေးမှုထုံးစံများ/ အစဉ်အလာ အယူအစွဲများရှိပါသလား။ • မိခင်နို့ကိုစောစီးစွာတိုက်ကျွေးခြင်းကိုဆန့်ကျင်သည့် ယဉ်ကျေးမှုထုံးစံများ/ အစဉ်အလာ အယူအစွဲများရှိပါသလား။

Task 9 Handout 5

လယ်သမားများအား အင်တာဗျူးရာတွင် အသုံးပြုရန် Barrier Analysis မေးခွန်းများ

LANGUAGE: Burmese (Myanmar) Group: () ကျင့်သုံးသူ (Doer) () မကျင့်သုံးသူ (Non-Doer)

အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်မေးခွန်းများ - ကန်စွန်းဥနီစိုက်ပျိုးခြင်း ဦးတည်လယ်သမားများအတွက်အသုံးပြုရန်
အမူအကျင့်ဖော်ပြချက် (Behaviour Statement) ဦးတည်လယ်သမားများက ကန်စွန်းဥနီများစိုက်ပျိုးကြသည်။

Demographic Data

Interviewer's Name: ______________________ Questionnaire No.: ________ Date_____/__ __/_____

Community: ________________________________

Scripted Introduction:

မင်္ဂလာပါ။ ကျွန်တော်/မ နာမည်ကတော့ --------------ဖြစ်ပါတယ်။ လယ်သမားများစိုက်ပျိုးသောသီးနှံများနှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာနေတဲ့အဖွဲ့က ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလေ့လာမှုမှာ ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုပါမှာဖြစ်ပြီး မိနစ် (၁၅) လောက်ကြာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအကြောင်းအရာနဲ့ပတ်သက်လို့ သင့်အမြင်ကို ကြားသိလိုပါတယ်။ ဒီအစီအစဉ်မှာ မဖြစ်မနေပါဝင်ရမယ်လို့မဆိုလိုသလို မပါဝင်လို့လည်း ဘယ်လိုဆိုးကျိုးမှမရှိပါဘူး။ ဒီအစီအစဉ်မှာ ပါဝင်တဲ့ အတွက်လည်း လက်ဆောင် (သို့) အခြားဘယ်လိုအကျိုးအမြတ်ကိုမှလက်ခံရရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အခုဆွေးနွေးပွဲကနေရလာတဲ့ အချက်အလက်တွေကိုလည်း လျှို့ဝှက်ထားမှာဖြစ်ပြီး ဘယ်သူ့ကိုမှပြောပြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

သင့်အနေနဲ့ အခုအစီအစဉ်မှာပါဝင်လိုတဲ့စိတ်ရှိပါသလား။ *(မပါဝင်လိုပါက အချိန်ပေး၍စကားပြောသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။)*

Hi, my name is_________; and I am part of a study team looking into the crops farmers plant. The study includes a discussion of this issue and will take about 15 minutes. I would like to hear your views on this topic. You are not obliged to participate in the study and no services will be withheld if you decide not to. If you decide to talk with me you will not be remunerated or receive any gifts or services. Everything we discuss will be held in strict confidence and will not be shared with anyone else.

Would you like to participate in the study? [If not, thank them for their time.]

Section A. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ (Behavior Screening Questions)

1. ကန်စွန်းဥစိုက်ဖူးလား။
   - a. စိုက်ဖူးတယ်။
   - b. မစိုက်ဖူးပါ။ ☾ အင်တာဗျူးခြင်းကို ရပ်တန့်၍ အခြားဖြေဆိုမည့် သူတစ်ဦးကို ရှာဖွေပါ။
   - c. မပြောတတ်ဘူး။/မဖြေပါက → အင်တာဗျူးခြင်းကို ရပ်တန့်၍အခြားဖြေဆိုမည့် သူတစ်ဦးကို ရှာဖွေပါ။

2. ကန်စွန်းဥနီမျိုးကိုစိုက်ဖူးသလား။ [ကန်စွန်းဥနီတစ်ဥကို ဖြေဆိုသူအားပြသပါ။]
   - a. စိုက်ဖူးတယ်။
   - b. မစိုက်ဖူးပါ။ ☾ Non-doer ဟုသတ်မှတ်၍ Section B သို့ဆက်သွားပါ။
   - c. မပြောတတ်ဘူး။/မဖြေပါက → အင်တာဗျူးခြင်းကို ရပ်တန့်၍ အခြားဖြေဆိုမည့် သူတစ်ဦးကို ရှာဖွေပါ။

ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူခွဲခြားရန်ဇယား

Doer (အောက်ပါတို့အားလုံး)	**Non Doer** (အောက်ပါတို့ထဲမှ တစ်ခု)	**အင်တာဗျူးရန်မလိုပါ** (အောက်ပါတို့ထဲမှ တစ်ခု)
Question 1 = A		Question 1 = B or C
Question 2 = A	Question 2 = B	Question 2 = C

GROUP: ☐ DOER ☐ NON-DOER

Behavior Explanation: အောက်ပါမေးခွန်းများသည် လိမ္မော်ရောင်အခွံရှိသော ကန်းစွန်းဥနီတစ်မျိုးစိုက်ပျိုးခြင်းအကြောင်းဖြစ်ပါသည်။ (ကန်စွန်းဥနီတစ်ခုကို နမူနာအဖြစ်ပြသနိုင်သည်။)

In the following questions I am going to be talking about planting a new type of sweet potato that has orange-colored flesh. (You could show an example of the orange-fleshed sweet potato.)

Section B – သုတေသနပြုလုပ်ရန်မေးခွန်းများ

(မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ - Perceived Self Efficacy/Skills)

1. ***Doers/Non-Doers:*** သင့်လက်ရှိတတ်သိကျွမ်းကျင်မှုနှင့်ရင်းမြစ်များကိုအသုံးပြု၍ ကန်စွန်းဥနီမျိုးကိုစိုက်ပျိုးနိုင်မယ် ထင်သလား။
   - ❑ a. စိုက်နိုင်ပါတယ်။
   - ❑ b. စိုက်နိုင်လောက်ပါတယ်။
   - ❑ c. မစိုက်နိုင်ပါ။
   - ❑ d. မပြောတတ်ဘူး။

(ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived positive consequences)

2a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဥနီစိုက်တဲ့အတွက် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေကရသလဲ။

2b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီစိုက်ပျိုးလျှင် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေရမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived negative consequences)

3a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဥနီစိုက်တဲ့အတွက် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေရှိသလဲ။

3b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီစိုက်ပျိုးလျှင် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေရှိမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived self-efficacy)

4a. ***Doers***: ကန်စွန်းဥနီစိုက်ရတာ သင့်အတွက် ဘာကြောင့်ပိုလွယ်တာလဲ။

4b. ***Non-Doers***: ကန်စွန်းဥနီစိုက်လျှင် သင့်အတွက် ဘာကြောင့်ပိုလွယ်မယ်ထင်လဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ)

5a. ***Doers***: ကန်စွန်းဥနီစိုက်ရတာ သင့်အတွက် ဘာကြောင့်ပိုခက်ခဲတာလဲ။

5b. ***Non-Doers***: ကန်စွန်းဥနီစိုက်လျှင် သင့်အတွက် ဘာကြောင့်ပိုခက်ခဲမယ်ထင်လဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

6a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုးသင်စိုက်ပျိုးတာကို သင်နှင့်သိသူအများစုက သဘောကျပါသလား။

6b. ***Non-Doers***: ကန်စွန်းဉနီမျိုးကိုသာ သင်စိုက်ပျိုးမယ်ဆိုရင် သင်နှင့်သိသူအများစုက သဘောကျမယ်ထင်သလား။

- ❑ a. သဘောကျသည်။
- ❑ b. သဘောကျလောက်ပါတယ်။
- ❑ c. သဘောမကျကြပါ။
- ❑ d. မပြောတတ်ဘူး/အဖြေမပေးပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

7a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုး သင်စိုက်ပျိုးတာကို သဘောကျတဲ့သူတွေက ဘယ်သူတွေလဲ။

7b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုးကိုသာ သင်စိုက်ပျိုးမယ်ဆိုရင် သဘောကျမယ့်သူတွေက ဘယ်သူတွေဖြစ်မယ်ထင်လဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

8a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုး သင်စိုက်ပျိုးတာကို သဘောမကျတဲ့သူတွေက ဘယ်သူတွေလဲ။

8b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုးကိုသာ သင်စိုက်ပျိုးမယ်ဆိုရင် သဘောမကျမယ့်သူတွေက ဘယ်သူတွေဖြစ်မယ်ထင်လဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(လက်လှမ်းမီမှု - Access)

9a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုးစိုက်ပျိုးဖို့လိုအပ်တဲ့ ပစ္စည်းတွေနဲ့ဝန်ဆောင်မှုတွေရဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲသလဲ။ အလွန်ခက်ခဲသည်၊ အနည်းငယ်ခက်ခဲသည်၊ လုံးဝမခက်ခဲပါ။

9b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဉနီမျိုးစိုက်ပျိုးမယ်ဆိုရင် လိုအပ်တဲ့ပစ္စည်းတွေနဲ့ဝန်ဆောင်မှုတွေရဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲမယ်ထင်လဲ။

- ❑ a. အလွန်ခက်ခဲသည်။
- ❑ b. အနည်းငယ်ခက်ခဲသည်။
- ❑ c. လုံးဝမခက်ခဲပါ။

(လုပ်ဖြစ်အောင် သတိပေးသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာ/ သတိရစေသည့်အရာများ - Perceived Cues for Action/Reminders)

10a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးစိုက်ရမယ့်အချိန်ကို သတိရဖို့ဘယ်လောက်ခက်ခဲသလဲ။ အလွန်ခက်ခဲသည်၊ အနည်းငယ်ခက်ခဲသည်၊ လုံးဝမခက်ခဲပါ။

10b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးစိုက်ရမယ့်အချိန်ကို သတိရဖို့ဘယ်လောက်ခက်ခဲမယ်ထင်သလဲ။

- ❑ a. အလွန်ခက်ခဲသည်။
- ❑ b. အနည်းငယ်ခက်ခဲသည်။
- ❑ c. လုံးဝမခက်ခဲပါ။

(ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း/အန္တရာယ် - Perceived Susceptibility/Risk)

11. ***Doers and Non-Doers:*** လာမယ့်တစ်နှစ်အတွင်း သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးတွင် ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေဘယ်လောက်များသလဲ။

- ❑ a. ဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်များသည်။
- ❑ b. ဖြစ်နိုင်ခြေ အနည်းငယ်များသည်။
- ❑ c. ဖြစ်နိုင်ခြေ လုံးဝမရှိပါ။

(ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း/အန္တရာယ် - Perceived Susceptibility/Risk)

12. ***Doers and Non-Doers:*** လာမယ့်တစ်နှစ်အတွင်း သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးတွင် ဂက်သက်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေဘယ်လောက်များသလဲ။

- ❑ a. ဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်များသည်။
- ❑ b. ဖြစ်နိုင်ခြေ အနည်းငယ်များသည်။
- ❑ c. ဖြစ်နိုင်ခြေ လုံးဝမရှိပါ။

(အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း - Perceived Severity)

13. ***Doers and Non-Doers:*** သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးတွင် ကြက်မျက်သင့်ရောဂါဖြစ်ပါက ဘယ်လောက်အခြေအနေ ဆိုးမယ်ထင်သလဲ။

- ❑ a. အခြေအနေ အရမ်းဆိုးမယ်ထင်တယ်။
- ❑ b. အခြေအနေ အနည်းငယ်ဆိုးမယ်ထင်တယ်။
- ❑ c. အခြေအနေ ဆိုးနိုင်ခြေလုံးဝမရှိပါ။

(အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း - Perceived Severity)

14. ***Doers and Non-Doers:*** သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးတွင် ဂက်သက်ရောဂါဖြစ်ပါက ဘယ်လောက်အခြေအနေ ဆိုးမယ်ထင်သလဲ။

- ❑ a. အခြေအနေ အရမ်းဆိုးမယ်ထင်တယ်။
- ❑ b. အခြေအနေ အနည်းငယ်ဆိုးမယ်ထင်တယ်။
- ❑ c. အခြေအနေ ဆိုးနိုင်ခြေလုံးဝမရှိပါ။

(ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသော အရာများ - Perceived Action Efficacy)

15. ***Doers and Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးကို စိုက်ပျိုးစားသုံးပါက လာမယ့်တစ်နှစ်အတွင်း သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးတွင် ကြက်မျက်သင့် သို့မဟုတ် ဂက်သက်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေဘယ်လောက်များမယ်ထင်လဲ။

❑ a. ဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်များသည်။
❑ b. ဖြစ်နိုင်ခြေ အနည်းငယ်များသည်။
❑ c. ဖြစ်နိုင်ခြေ လုံးဝမရှိပါ။

(ဘုရားရှင်၏ အလိုတော်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း - Perceived Divine Will)

16a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးစိုက်ပျိုးတာကို ဘုရား (သို့မဟုတ် နတ်တွေ) က သဘောကျတယ်လို့ သင်ထင်သလား။

16b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးစိုက်ပျိုးမယ်ဆိုရင် ဘုရား (သို့မဟုတ် နတ်တွေ) က သဘောကျမယ်လို့ သင်ထင်သလား။

❑ a. ထင်ပါတယ်။
❑ b. မထင်ပါဘူး။
❑ c. မပြောတတ်ဘူး/အဖြေမပေးပါ။

(မူဝါဒ)

17a. ***Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးပိုပြီးစိုက်ဖြစ်စေတဲ့ ရပ်ရွာစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေရှိပါသလား။

17b. ***Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးပိုပြီးစိုက်ဖြစ်စေမယ့် ရပ်ရွာစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေရှိပါသလား။

❑ a. ရှိပါတယ်။
❑ b. မရှိပါ။
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။

(ယဉ်ကျေးမှု)

18a. ***Doers and Non-Doers:*** ကန်စွန်းဥနီမျိုးကို ပိုပြီးစိုက်ပျိုးဖြစ်စေမယ့် ဘယ်လိုထုံးတမ်းစဉ်လာ (သို့) ယုံကြည်မှုတွေ ရှိပါသလား။

❑ a. ရှိပါတယ်။
❑ b. မရှိပါ။
❑ c. မပြောတတ်ဘူး/အဖြေမပေးပါ။

ကန်စွန်းဥနီနှင့်မသက်ဆိုင်သော မေးခွန်းတစ်ခုကိုဆက်၍မေးပါမည်။

(စိတ်အားထက်သန်စေသောအရာများ - Universal Motivators)

19. ***Doers and Non-Doers:*** သင့်ဘဝမှာ အလိုချင်ဆုံးအရာတစ်ခုကဘာလဲ။

အချိန်ပေးဖြေကြားသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖြေကြားသူအား ပြောပါ။

Task 9 Handout 6 - ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်သားသည်မိခင်များနှင့်အသုံးပြုရန် အတားအဆီးများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်မေးခွန်းနမူနာ

Group: ❑ Doer ❑ Non-Doer

အသက် ၆ လနှင့်အောက် ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်သားသည်မိခင်များနှင့်အားမေးမြန်းရန် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နှင့်အထက်ရယူခြင်းရှိမရှိ Barrier Analysis မေးခွန်းများ

အမူအကျင့်ဖော်ပြချက်

ဦးတည်ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နှင့်အထက် ရယူကြသည်။

Demographic Data

Interviewer's Name: ____________________ Questionnaire No.: ______

Date: ____/____/____ Community: ______________

Scripted Introduction

မင်္ဂလာပါ။ ကျွန်တော်/မ နာမည်ကတော့ __________ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေ ကျန်းမာရေးအတွက် ဘာတွေလုပ်လေ့ရှိတယ်ဆိုတာနဲ့ပတ်သက်ပြီး လေ့လာနေတဲ့အဖွဲ့ကဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်/မ တို့ရဲ့ မေးခွန်းတွေက အချိန် ၁၅-၂၀ မိနစ်ခန့်ကြာမြင့်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအစီအစဉ်မှာ မဖြစ်မနေပါဝင်ရမယ်လို့မဆိုလိုသလို မပါဝင်လို့လည်း ဘယ်လိုဆိုးကျိုးမှမရှိပါဘူး။ ဒီအစီအစဉ်မှာ ပါဝင်တဲ့အတွက်လည်း လက်ဆောင် (သို့) အခြားဘယ်လိုအကျိုးအမြတ်ကိုမှလက်ခံရရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အခုဆွေးနွေးပွဲကနေရလာတဲ့ အချက်အလက်တွေကိုလည်း လျှို့ဝှက်ထားမှာဖြစ်ပြီး ဘယ်သူ့ကိုမှပြောပြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်အမြင်တွေကို ကြားသိလိုပါတယ်။ သင့်အနေနဲ့ အခုအစီအစဉ်မှာပါဝင်လိုတဲ့စိတ်ရှိပါသလား။ *(မပါဝင်လိုပါက အချိန်ပေး၍စကားပြောသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။)*

Section A – အမူအကျင့်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ (Behavior Screening Questions)

1. သင့်အငယ်ဆုံးကလေးက အသက်ဘယ်လောက်ရှိပြီလဲ။ ________<-- အသက်ကို လဖြင့် ဤနေရာတွင် ရေးပါ။

❑ a. တစ်ရက် - ၆ လ
❑ b. ၆ လနှင့် တစ်ရက် သို့မဟုတ် ယင်းထက်ပို၍ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ အခြားတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*
❑ c. မပြောတတ်ဘူး/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ အခြားဖြေဆိုမည့်သူတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

သင့်ကလေးရဲ့ နာမည်ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။ ________________________________

2. *[ကလေးအမည်]* ကိုကိုယ်ဝန်လွယ်ထားတုန်းက ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုခံယူရန် ကျန်းမာရေးဆေးခန်းကို သွားခဲ့သလား။

❑ a. သွားခဲ့တယ်။ → နောက်မေးခွန်းတစ်ခုဆက်မေးပါ။
❑ b. မသွားခဲ့ဘူး။ → *Non-doer ဟုသတ်မှတ်၍ Section B* သို့ဆက်သွားပါ။
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ အခြားဖြေဆိုမည့်သူတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

3. ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုအကြိမ်ရေစုစုပေါင်း မည်မျှခံယူခဲ့သနည်း။

❑ a. စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နှင့်အထက်
❑ b. စောင့်ရှောက်မှု ၃ ကြိမ်နှင့်အောက် → Non-doer ဟုသတ်မှတ်၍ *Section B* သို့ဆက်သွားပါ။
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ အခြားဖြေဆိုမည့်သူတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

Doer /Non-Doer ခွဲခြားရန်ဇယား

Doer **(အောက်ပါတို့အားလုံး)**	**Non-Doer** **(အောက်ပါတို့ထဲမှ တစ်ခု)**	**အင်တာဗျူးရန်မလိုပါ** **(အောက်ပါတို့ထဲမှ တစ်ခု)**
Question 1 = A		Question 1 = B or C
Question 2 = A	Question 2 = B	Question 2 = C
Question 3 = A	Question 3 = B	Question 3 = C

Group: ❑ Doer ❑ Non-Doer

Section B. သုတေသနပြုလုပ်ရန်မေးခွန်းများ

(ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသော အရာများ - Perceived Self-Efficacy/Skills)

1. သင့်လက်ရှိတတ်သိကျွမ်းကျင်မှုနှင့်ငွေကြေးအင်အားဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်တွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နှင့်အထက်ရယူနိုင်မည်ဟု ထင်ပါသလား။
❑ a. ထင်ပါတယ်။
❑ b. ယူချင် ယူနိုင်မယ်ထင်ပါတယ်။
❑ c. မထင်ပါ။
❑ d. မပြောတတ်ပါ။

(ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Positive Consequences)

2a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ရယူတာကနေ ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေ ရရှိသလဲ။

2b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ရယူမယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေ ရမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Negative Consequences)

3a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ရယူတာကနေ ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေ ရရှိသလဲ။

3b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ရယူမယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေ ရမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(ထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Self-Efficacy/Skills)

4a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ခံယူဖို့ သင့်အတွက် ဘာကြောင့်ပိုလွယ်တာလဲ။

4b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ခံယူမယ်ဆိုရင် ဘာတွေကြောင့် သင့်အတွက် ပိုလွယ်မယ်ထင်လဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(Perceived Self-Efficacy/Skills)

5a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ခံယူဖို့ သင့်အတွက် ဘာကြောင့်ပိုခက်ခဲတာလဲ။

5b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ခံယူမယ်ဆိုရင် ဘာတွေကြောင့် သင့်အတွက် ပိုခက်ခဲမယ်ထင်လဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

6a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ရယူတာကို သင်နှင့်သိသူအများစုက သဘောကျပါသလား။

6b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ရယူမယ်ဆိုရင် သင်နှင့်သိသူအများစုက သဘောကျမယ်ထင်သလား။

- ❑ a. ထင်ပါတယ်။
- ❑ b. သဘောကျချင် ကျနိုင်ပါတယ်။
- ❑ c. မထင်ပါ။
- ❑ d. မပြောတတ်ပါ။/အဖြေမပေးပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

7a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ရယူတာကို ဘယ်သူတွေက သဘောကျကြသလဲ။

7b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ရယူမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူတွေက သဘောကျကြမယ်လို့ ထင်သလဲ။
အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစုးစမ်းပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

8a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ရယူတာကိုဘယ်သူတွေက သဘောမကျကြသလဲ။

8b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ရယူမယ်ဆိုရင် ဘယ်သူတွေက သဘောမကျကြမယ် ထင်သလဲ။
အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစုးစမ်းပါ။

(လက်လှမ်းမီမှု)

9a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှာ စောင့်ရှောက်မှုခံယူဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲသလဲ။

9b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှာ စောင့်ရှောက်မှုခံယူဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲမယ်ထင်သလဲ။

- ❑ a. အလွန်ခက်ခဲသည်။
- ❑ b. အနည်းငယ်ခက်ခဲသည်။
- ❑ c. လုံးဝမခက်ခဲပါ။
- ❑ d. မပြောတတ်ပါ။/အဖြေမပေးပါ။

(လုပ်ဖြစ်အောင်သတိပေးသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာ/သတိရစေသည့်အရာများ - Perceived Cues for Action/Reminders)

10a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှာ စောင့်ရှောက်မှုခံယူဖို့အတွက် သတိရဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲ(ခဲ့)သလဲ။

10b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှာ စောင့်ရှောက်မှုခံယူမယ်ဆိုရင် သတိရဖို့ ဘယ်လောက်ခက်ခဲမယ်သလဲ။

- ❑ a. အလွန်ခက်ခဲသည်။
- ❑ b. အနည်းငယ်ခက်ခဲသည်။
- ❑ c. လုံးဝမခက်ခဲပါ။
- ❑ d. မပြောတတ်ပါ။/အဖြေမပေးပါ။

(ဘုရားရှင်၏အလိုတော်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း - Perceived Divine Will)

11a. ***Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ခံယူတာကို ဘုရားရှင်က သဘောကျတယ်လို့ ထင်သလား။

11b. ***Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်စောင့်ရှောက်မှုကို ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ခံယူမယ်ဆိုရင် ဘုရားရှင်က သဘောကျမယ်လို့ထင်သလား။

❑ a. ထင်ပါတယ်။

❑ b. မထင်ပါ။

❑ c. မပြောတတ်ပါ။/အဖြေမပေးပါ။

(မူဝါဒ)

12a. ***Doers***: ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ခံယူဖြစ်စေခဲ့တဲ့ ရပ်ရွာစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေ ရှိပါသလား။

12b. ***Non-Doers***: ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက် သင်ခံယူဖြစ်စေမယ့် ရပ်ရွာစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းတွေ ရှိပါသလား။

❑ a. ရှိပါတယ်။

❑ b. မရှိပါ။

❑ c. မပြောတတ်ပါ။/အဖြေမပေးပါ။/ကိုယ်ဝန်ထပ်ယူရန်အစီအစဉ်မရှိပါ။

(ယဉ်ကျေးမှု)

13. ***Doers/Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ခံယူထာကို အားပေး သို့မဟုတ် ဟန့်တားတဲ့ ဘယ်လိုထုံးတမ်းစဉ်လာ (သို့) ယုံကြည်မှုတွေ ရှိပါသလား။

❑ a. ရှိတယ်။

❑ b. မရှိပါ။

❑ c. မပြောတတ်ပါ။/အဖြေမပေးပါ။

(ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း/အန္တရာယ် - Perceived Susceptibility/Risk)

14. ***Doers/Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် သို့မဟုတ် မီးဖွားချိန်မှာ ဘယ်လောက်ထိအခက်အခဲရှိနိုင်ခြေရှိမယ် ထင်သလဲ။

❑ a. ဖြစ်နိုင်ခြေများစွာရှိပါတယ်။

❑ b. ဖြစ်နိုင်ခြေအနည်းငယ်ရှိပါတယ်။

❑ c. ဖြစ်နိုင်ခြေလုံးဝမရှိပါ။

❑ d. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။

(အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း - Perceived Severity)

15. ***Doers/Non-Doers:*** ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန် သို့မဟုတ် မီးဖွားချိန်မှာ အခက်အခဲဖြစ်လာရင် အခြေအနေ ဘယ်လောက်ထိ ဆိုးဝါးမယ်ထင်သလဲ။

❑ a. အရမ်းဆိုးဝါးနိုင်ပါတယ်။

❑ b. အနည်းငယ်ဆိုးဝါးနိုင်ပါတယ်။

❑ c. လုံးဝ ဆိုးဝါးမှာမဟုတ်ပါ။

❑ d. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။

(ထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Action Efficacy)

16. ***Doers/Non-Doers:*** သင့်အမြင်မှာ ကိုယ်ဂန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှု ၄ ကြိမ်နဲ့အထက်ခံယူတဲ့အမျိုးသမီးတွေဟာ ကိုယ်ဂန်ဆောင်ချိန်နဲ့မီးဖွားချိန်တွေမှာ အခက်အခဲတွေကြုံတွေနိုင်ခြေပိုနည်းတယ်လို့ ထင်ပါသလား။

- ❑ a. ကြုံတွေ့နိုင်ခြေပိုနည်းမယ်ထင်ပါတယ်။
- ❑ b. ကြုံတွေ့ချင်ကြုံတွေ့နိုင်ပါတယ်။
- ❑ c. မကြုံတွေ့နိုင်ပါ။
- ❑ d. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။

ယခုတစ်ဖန် ကိုယ်ဂန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုနှင့်မသက်ဆိုင်သော မေးခွန်းတစ်ခုကို မေးပါမယ်။

(စိတ်အားထက်သန်စေသောအရာများ)

17. ***Doers/Non-Doers:*** သင့်ဘဝမှာ အလိုချင်ဆုံးအရာတစ်ခုကဘာလဲ။

အချိန်ပေးဖြေကြားသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖြေကြားသူအား ပြောပါ။

Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင် အစမ်းအသုံးပြုရန် Doer/Non-Doer မေးခွန်း

Group: ❑ Doer ❑ Non-Doer

Doer/Non-Doer Questionnaire :
လူကြီးများ၏သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး

အမူအကျင့်ဖော်ပြချက် (Behavior Statement)
ဦးတည်လူကြီးများသည် တစ်နေ့လျှင် ၂ ကြိမ်နှင့်အထက် သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးတို့ဖြင့် သွားတိုက်ကြသည်။

Demographic Data

Name of interviewer: ______________________Questionnaire no.: __________

Date: ____/____/____

Scripted introduction

မင်္ဂလာပါ။ ကျွန်တော်/မ နာမည်ကတော့ __________ ဖြစ်ပါတယ်။ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးပတ်သက်ပြီး လေ့လာနေတဲ့အဖွဲ့ကဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်/မ တို့ရဲ့ မေးခွန်းတွေက အချိန် ၅-၁၀ မိနစ်ခန့်ကြာမြင့်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအစီအစဉ်မှာ မဖြစ်မနေပါဝင်ရမယ်လို့မဆိုလိုသလို မပါဝင်လို့လည်း ဘယ်လိုဆိုးကျိုးမှမရှိပါဘူး။ ဒီအစီအစဉ်မှာ ပါဝင်တဲ့ အတွက်လည်း လက်ဆောင် (သို့) အခြားဘယ်လိုအကျိုးအမြတ်ကိုမှလက်ခံရရှိမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အခုဆွေးနွေးပွဲကနေရလာတဲ့ အချက်အလက်တွေကိုလည်း လျှို့ဝှက်ထားမှာဖြစ်ပြီး ဘယ်သူ့ကိုမှပြောပြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်အမြင်တွေကို ကြားသိလိုပါတယ်။ သင့်အနေနဲ့ အခုအစီအစဉ်မှာပါဝင်လိုတဲ့စိတ်ရှိပါသလား။ *(မပါဝင်လိုပါက အချိန်ပေး၍စကားပြောသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။)*

Section A. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်းများ

1. သင့်မှာသွားတိုက်တံရှိပါသလား။

❑ a. ရှိပါတယ်။
❑ b. မရှိပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ ဖြေကြားလိုသူအခြားတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ ဖြေကြားလိုသူအခြားတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

2. မနေ့က နေ့ဘက်ဖြစ်ဖြစ် ညဘက်ဖြစ်ဖြစ် သွားတိုက်တံနဲ့ သွားဘယ်နှစ်ကြိမ်တိုက်ခဲ့သလဲ။

❑ a. ၂ ကြိမ်နှင့်အထက်
❑ b. တစ်ကြိမ် သို့မဟုတ် တစ်ကြိမ်မျှမတိုက်ခဲ့ပါ။ → *Non-doer ဟုသတ်မှတ်၍ Section B သို့ဆက်သွားပါ။*
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ ဖြေကြားလိုသူအခြားတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

3. မနေ့က သွားတိုက်တော့ သွားတိုက်တံအပြင် တစ်ခြားတစ်ခုခုကိုသုံးခဲ့သေးလား။

❑ a. သုံးခဲ့တယ်။
❑ b. မသုံးခဲ့ပါ။ → *Non-doer ဟုသတ်မှတ်၍ Section B သို့ဆက်သွားပါ။*
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ ဖြေကြားလိုသူအခြားတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

4. သွားကိုသန့်ရှင်းဖို့ တစ်ခြားဘာတွေသုံးခဲ့သေးလဲ။

❑ a. သွားတိုက်ဆေး
❑ b. ဘာမှမသုံးပါ။ သို့မဟုတ် သွားတိုက်ဆေးမှအပ အခြားအရမည်သည့်အရာကိုသုံးသည်ဖြစ်စေ → *Non-doer ဟုသတ်မှတ်၍ Section B သို့ဆက်သွားပါ။*
❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။ → *အင်တာဗျူးကိုအဆုံးသတ်၍ ဖြေကြားလိုသူအခြားတစ်ဦးကိုဆက်ရှာပါ။*

Doer/Non-Doer ခွဲခြားရန်ဇယား

Doer (အောက်ပါတို့အားလုံး)	Non-Doer (အောက်ပါတို့ထဲမှ တစ်ခု)	အင်တာဗျူးရန်မလိုပါ (အောက်ပါတို့ထဲမှ တစ်ခု)
Question 1 = A		Question 1 = B or C
Question 2 = A	Question 2 = B	Question 2 = C
Question 3 = A	Question 3 = B	Question 3 = C
Question 4. = A	Question 4 = B	Question 4 = C

Group: ❑ Doer ❑ Non-Doer

Section B. သုတေသနပြုလုပ်ရန်မေးခွန်းများ

(မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ - Perceived Self-Efficacy/Skills)

1. ***Doers/Non-Doers:*** သင့်တတ်သိကျွမ်းကျင်မှုနဲ့ငွေကြေးအရ သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးတွေနဲ့ အနည်းဆုံး တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ်သွားတိုက်နိုင်မယ်ထင်သလား။
❑ a. ထင်ပါတယ်။
❑ b. တိုက်နိုင်ဖို့များပါတယ်။
❑ c. တိုက်နိုင်မယ်မထင်ပါ။
❑ d. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။

(ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Positive Consequences)

2a. ***Doers:*** သင့်သွားကို သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးတွေနဲ့ တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် တိုက်တဲ့အတွက် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေရသလဲ။

2b. ***Non-Doers:*** သင့်သွားကို သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးတွေနဲ့ တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် တိုက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးတွေရမယ်ထင်သလဲ။
အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစုံစမ်းပါ။

(ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Negative Consequences)

3a. ***Doers:*** သင့်သွားကို သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးနဲ့ တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ်တိုက်တဲ့အတွက် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေရှိသလဲ။

3b. ***Non- Doers:*** သင့်သွားကို သွားတိုက်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးတွေနဲ့ တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် တိုက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်လိုဆိုးကျိုးတွေရမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ - Perceived Self-Efficacy/Skills)

4a. ***Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့ သွားတိုက်ဖို့ သင့်အတွက် ဘာကြောင့် လွယ်ကူတာလဲ။

4b. ***Non-Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့သွားတိုက်မယ်ဆိုရင် သင့်အတွက် ဘာကြောင့် လွယ်ကူမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ - Perceived Self-Efficacy/Skills)

5a. ***Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့ သွားတိုက်ဖို့ သင့်အတွက် ဘာကြောင့် ပိုပြီးခက်ခဲတာလဲ။

5b. ***Non-Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့ သွားတိုက်မယ်ဆိုရင် သင့်အတွက် ဘာကြောင့် ပိုပြီးခက်ခဲမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

6a. ***Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့ သွားတိုက်တာကို သင်နှင့်သိသူအများစုက သဘောကျပါသလား။

6b. ***Non-Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့ သွားတိုက်မယ်ဆိုရင် သင်နှင့်သိသူအများစုက သဘောကျမယ်ထင်သလား။

- ❑ a. ထင်ပါတယ်။
- ❑ b. မထင်ပါ။
- ❑ c. မပြောတတ်ဘူး။/အဖြေမပေးပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

7a. ***Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့သင်သွားတိုက်တာကို ဘယ်သူတွေက သဘောကျကြသလဲ။

7b. ***Non-Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့ သင်သွားတိုက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်သူတွေက သဘောကျကြမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

(လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - Perceived Social Norms)

8a. ***Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့သင်သွားတိုက်တာကို ဘယ်သူတွေက သဘောမကျကြသလဲ။

8b. ***Non-Doers:*** တစ်နေ့ကို အနည်းဆုံး ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ဆေး၊ သွားတိုက်တံနဲ့သင်သွားတိုက်မယ်ဆိုရင် ဘယ်သူတွေက သဘောမကျကြမယ်ထင်သလဲ။

အဖြေအားလုံးကိုအောက်တွင်ရေးပါ။ "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟုမေးမြန်းစူးစမ်းပါ။

အချိန်ပေးဖြေကြားသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖြေကြားသူအား ပြောပါ။

Task 9 Handout 8 - Doer/Non-Doer လေ့လာမှုအတွက် မေးခွန်းပြုစုရန်စာရွက်

လိုလားသောအမူအကျင့် - ____

ဦးတည်အုပ်စု - ____

ပြုပြင်ပြီးအမူအကျင့် (ဆီလျော်မှုရှိပါက) - ______________________________

အမူအကျင့်ဆန်းစစ်သည့်မေးခွန်း(များ) -

1.

2.

3.

Determinant	Doer/Non-Doer မေးခွန်းများ
မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ	
လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ	
ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ	
ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ	

Task 10: ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့်လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း[5] - Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- Doer/Non-Doer လေ့လာမှုအတွက်မေးခွန်းများကို အချောသတ်ရေးသားခြင်း
- အင်တာဗျူးနည်းစနစ်များသင်္ကာန်တူလေ့ကျင့်မှုကို ဝေဖန်သုံးသပ်ခြင်း
- အင်တာဗျူးရာတွင် ဆောင်ရန်ရှောင်ရန်များရေးသားပြုစုခြင်း
- စစ်တမ်းမေးခွန်းများမေးမြန်းပုံ လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း
- ကွင်းဆင်းလုပ်ငန်းအတွက် ထောက်ပို့ပိုင်းနှင့်အခြားအသေးစိတ်များဆွေးနွေးခြင်း
- ကွင်းဆင်းလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

- ၁ နာရီ ၄၅ မိနစ်
- ယခု Task တွင် နောက်ရက်၌လုပ်ဆောင်ရမည့် ၅-၆ နာရီစာ ကွင်းဆင်းလုပ်ငန်းလည်း ပါဝင်သည် (ကွင်းဆင်းမည့်နေရာသို့ အသွားအပြန်ပြုလုပ်ချိန်ပေါ် မူတည်မည်ဖြစ်သည်)

လိုအပ်သောအရာများ

- ဒေသတွင်းအတွက် ပြုလုပ်သောသင်တန်းဖြစ်ပါက - Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင်အသုံးပြုရန် Doer/Non-Doer နမူနာမေးခွန်းများ
- Task 10 Flip Chart 1- ကွင်းဆင်းအဖွဲ့သားများ
- Task 10 Flip Chart 2 - အင်တာဗျူးရာတွင် "ဆောင်ရန်အချက်များ"
- Task 10 Flip Chart 3 - အင်တာဗျူးရာတွင် "ရှောင်ရန်အချက်များ"
- Step 3b တွင် သင်္ကာန်တူလေ့ကျင့်ရန် အင်တာဗျူးနည်းစနစ်စာရင်း
- မေးခွန်းပုံစံများအလုံအလောက်ကူးယူရန် ကွန်ပျူတာ၊ ပရင်တာ၊ စာရွက်နှင့် Stapler

သင်ခန်းစာအလယ်ခန့်အရောက်တွင် သင်တန်းသားများအား နားချိန် ၁၅ မိနစ်ပေးပါ။

တိုင်းပြည်အလိုက်သင်တန်းဖြစ်ပါက ကွင်းဆင်းမည့်အဖွဲ့များကို ၂ ဦးကျစီခွဲပေးရန် သင်တန်းပို့ချသူများက ပြည်တွင်းရှိဝန်ထမ်းများနှင့်ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ရမည်။ အဖွဲ့စာရင်းကို **Task 10 Flip Chart 1- ကွင်းဆင်းအဖွဲ့သားများ** တွင် ရေးပါ။

[5] ဒေသတွင်းအတွက်သင်တန်းဖြစ်သည့်အပြင် သွားရောက်လေ့လာနိုင်မည့်စီမံကိန်းများမရှိပါက အထွေထွေအမူအကျင့်တစ်ခု - ဥပမာ သွားတိုက်တံနှင့်သွားတိုက်ဆေးတို့ဖြင့် တစ်နေ့လျှင် ၂ ကြိမ် သွားတိုက်ခြင်း - ရွေးချယ်၍ သင်တန်းခန်းမရှိဝန်ထမ်းများအား မေးမြန်းခြင်းဖြင့် လေ့ကျင့်နိုင်သည်။

Step 3b အတွက် အသေးစိတ်ပြင်ဆင်ခြင်း - အကယ်၍ မေးခွန်းများကို ယမန်နေ့ သို့မဟုတ် ယနေ့နေ့လယ်စာ မစားမီ အချိန်တွင် အပြီးသတ်ပြင်ဆင်နိုင်ပါက သရုပ်ပြလေ့ကျင့်မှုပြုလုပ်ရန် သင်တန်းသား ၂-၃ ဦးကိုဖိတ်ခေါ်ပါ။ ၎င်းတို့ကို မေးခွန်းတစ်စုံပေး၍ အင်တာဗျူးနည်းစနစ်အချို့ကို လက်တွေ့သရုပ်ပြပေးရန်ပြောပါ။ Doer/Non-Doer လေ့လာမှုနှင့် Barrier Analysis တို့ပြုလုပ်ရာတွင် အဆုံးဖွင့်မေးခွန်းများတွင် သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ၄-၅ ကြိမ်ဆက်လက် စူးစမ်းမေးမြန်းရန်အရေးကြီးသည်။ အခြားအင်တာဗျူးပုံစံများနှင့် Doer/Non-Doer လေ့လာမှုနှင့် Barrier Analysis တို့အကြား အဓိကကွာခြားချက်မှာ ဂရုပြုစူးစမ်းမှုပြုလုပ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

သဏ္ဍာန်တူလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်မည့်သင်တန်းသားများအား အင်တာဗျူးမေးမြန်းနည်းစနစ်စာရင်းကိုပေးပါ။ ယင်းစာရင်းကို **Step 3d** တွင်လည်းရယူနိုင်သည်။ အရာရာတိုင်းလိုလိုကို စနစ်တကျပြုလုပ်ရန်ပြောပြပါ။ ပြုပြင်ရန်လိုအပ်နေသည့်အပြင် သင်တန်းသားများက အလွယ်တကူသတိမပြုမိသော နည်းစနစ် ၃-၄ ခု - ဥပမာ မေးမြန်းရန်အစပျိုးခြင်း၊ မေးခွန်းများကို ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးဖြင့်မေးခြင်း သို့မဟုတ် မျက်နှာကိုမကြည့်ဘဲ မေးမြန်းခြင်း - ကို လက်တွေ့သရုပ်ပြပါ။ အကယ်၍ နေ့လယ်စာစားချိန်အထိ မေးခွန်းများအသင့်မဖြစ်နေပါက ကောင်းသော အင်တာဗျူးနည်းစနစ်နှင့်မကောင်းသောနည်းစနစ်များကို သင်တန်းသားများစဉ်းစားနိုင်ရန် အခြားနည်းလမ်း (Alternative) ကို အသုံးပြုပါ။ ယင်းသင်တန်းသားများအားပြောပါ။

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း

   တိုင်းပြည်အလိုက်ပြုလုပ်သောသင်တန်း - သင်တန်းသားများအားရှင်းပြရန် - Doer/Non-Doer လေ့လာမှု ပြုလုပ်ရန် မေးခွန်းများကိုရေးသားပြုစုပြီးဖြစ်သဖြင့် သင်တန်းသားအားလုံးနှင့်အတူ ပြန်လည်လေ့လာ သုံးသပ်ရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့နောက် မေးခွန်းနှင့်စကားလုံးအားလုံး တစ်သမတ်တည်းဖြစ်စေရန် ယင်းမေးခွန်းများကို ဒေသသုံးဘာသာစကားသို့ပြန်ဆိုရမည်ဖြစ်သည်။

   ဒေသတွင်းပြုလုပ်သောသင်တန်း - **Task 9 Handout 7 - သင်တန်းတွင် အစမ်းအသုံးပြုရန် Doer/Non-Doer မေးခွန်းများ**ကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ အောက်ပါအဆင့်များအတိုင်းဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။ သို့သော်လည်း သင်တန်းတွင်ပို့ချချက်များနှင့်မေးခွန်းများကို နိုင်ငံခြားဘာသာစကားဖြင့်ပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်သဖြင့် ဘာသာပြန်ဆိုမှုကို ကျော်၍ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

2. မေးခွန်းများအား ပြန်လည်လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း

   2a. **Task 10 Flip Chart 1- ကွင်းဆင်းအဖွဲ့သားများ** အတိုင်း သင်တန်းသားများအား နှစ်ယောက်တစ်တွဲ အဖွဲ့များခွဲပေးပါ။ နိုင်ငံခြားဘာသာဖြင့်အကြမ်းရေးသားထားသော မေးခွန်းများကို အဖွဲ့အသီးသီးအား ဖြန့်ဝေပေးပါ။

   2b. သင်တန်းသားအားလုံးနှင့်အတူ မေးခွန်းတစ်ခုချင်းကို အသံထွက်ဖတ်ပြီးနောက် သင်တန်းသားများအား မေးရန် - မေးခွန်းက ရှင်းလင်းမှုရှိပါသလား။ နားရှုပ်သွားနိုင်သော စကားလုံးများပါဝင်သလား။ မေးခွန်းကို ပိုမိုလွယ်ကူပြီး ရှင်းလင်းမှုရှိသော အခြားနည်းဖြင့် မေးနိုင်ပါသလား။

   ပြင်ဆင်သင့်သည်ဟုယူဆသောဝေါဟာရ သို့မဟုတ် အရေးအသားများပါဝင်နေသည်ဟုယူဆပါက ပြောရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ အားလုံးသဘောတူညီမှုရယူပြီးနောက် မေးခွန်းများတွင် ပြင်ဆင်ချက်များပြုလုပ်ရန် ပြောပါ။

2c. သင်တန်းသားများအား အလေးအနက်ပြောကြားရန် - Barrier Analysis သို့မဟုတ် Doer/Non-Doer လေ့လာမှုကို သင့်စီမံကိန်းဒေသတွင်ပြုလုပ်သည့်အခါ မေးခွန်းများကို သင့်ဦးတည်အုပ်စုနှင့်တူသူများ နှင့် ဦးစွာစမ်းသပ်အသုံးပြုရမည်။ ဤနည်းအားဖြင့် မလိုလားအပ်သောနားလည်မှုလွဲမှားခြင်းဟူသမျှကို ရှောင်ရှားရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည်ဖြစ်သည်။ အချိန်ကိုင်ဲ့ညာသောအားဖြင့် သင်တန်းချိန် တွင်း၌ ယင်းကိုပြုလုပ်မည်မဟုတ်ပါ။ သို့သော်လည်း ယင်းသည် အရေးကြီးသော အဆင့်တစ်ခု ဖြစ်သည်။

2d. မေးခွန်းများကို ဒေသသုံးဘာသာစကားဖြင့် မည်ကဲ့သို့မေးမည်၊ ဘာသာပြန်ဆိုချက်အပေါ် အားလုံး သဘောတူညီမှုကိုမည်ကဲ့သို့ရယူမည်တို့ကို တစ်ခုချင်းပြုလုပ်ပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက ဒေသသုံးဘာသာစကား ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးကို မေးခွန်းအားတိကျစွာရေးသားစေပြီး ဘာသာပြန်ဆိုချက်ကို မေးခွန်းပုံစံတွင် ရေးသားပါ။ မေးခွန်းများကို နိုင်ငံတကာဘာသာစကားနှင့်ဒေသသုံးဘာသာစကားတို့ဖြင့် အသင့်ပြင်ဆင် ပြီးသည်နှင့် ကွင်းဆင်းလုပ်ငန်းအတွက် မိတ္တူအလုံအလောက်ကူးယူပါ။

3. အင်တာဗျူးနည်းစနစ်

3a. သင်တန်းသားများအားပြောရန် - မေးခွန်းများမှန်ကန်ရုံမျှဖြင့် မလုံလောက်ပါ။ အင်တာဗျူးနည်းစနစ်များကလည်း သင့်တော်မှုရှိရန်လိုအပ်သည်။

3b. အင်တာဗျူးနည်းစနစ်များကို လက်တွေ့ပြုလုပ်ရန် သဏ္ဍာန်တူလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်မည့်သူများအား ဖိတ်ခေါ်ပါ (**သင်တန်းပို့ချသူအတွက် မှတ်ချက်** တွင်ကြည့်ပါ။)။ အင်တာဗျူးပြုလုပ်သည့် နည်းစနစ် ကောင်းများကို ခွဲခြားသိရှိနိုင်ရန် လေ့ကျင့်ခန်းက အထောက်အကူပြုလိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်း သားများအားပြောပါ။ အဆုံးဖွင့်မေးခွန်းများအတွက် အဖြေအများအပြားရယူနိုင်ရန် စူးစမ်းမှု ပြုလုပ်ခြင်း ၏ အရေးပါပုံကို အလေးပေးပြောပြပါ။ သဏ္ဍာန်တူလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပြီးပါက ပါဝင်သူများအား ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။ ထို့နောက် ထိရောက်မှုရှိသောအင်တာဗျူးနည်းစနစ်နှင့် ထိရောက်မှု မရှိသောအင်တာဗျူးနည်းစနစ်နမူနာများကို ပြန်လည်တွေးတောကြည့်ရန် သင်တန်းသား အချို့အား ပြောပါ။ အင်တာဗျူးပြုလုပ်သူတစ်ဦးပြုလုပ်လေ့ရှိသော အမှားများကို ပြောပြရန် သင်တန်းသားများ အားပြောပါ။

အခြားနည်းလမ်း (Alternative): အကယ်၍ သဏ္ဍာန်တူလေ့ကျင့်ခန်းအတွက် မေးခွန်းများ အသင့် မရှိပါက စစ်တမ်းကောက်ယူမှုအတွေ့အကြုံရှိသူများရှိပါသလား ဟုမေးပါ။ ရှိပါက အင်တာဗျူးရာတွင် "ဆောင်ရန်" နှင့် "ရှောင်ရန်" များမျှဝေရန် ပြောပါ။

3c. ထိရောက်မှုရှိသောအင်တာဗျူးနည်းစနစ်များ သို့မဟုတ် အင်တာဗျူးရာတွင် "ဆောင်ရန်" များကို **Task 10 Flip Chart 2 - အင်တာဗျူးရာတွင် "ဆောင်ရန်အချက်များ"** တွင် ရေးမှတ်ပါ။ ယခုစစ်တမ်းမျိုးတွင် အင်တာဗျူးသူသည် အဆုံးဖွင့်မေးခွန်းများအတွက်အဖြေကိုတစ်ခုထက်မကရရှိစေရန် ထပ်ဆင့် မေးခွန်းများဖြင့် ဆက်လက်စူးစမ်းမှုပြုရန်အရေးကြီးကြောင်း အလေးပေးပြောပြရမည်။ မေးခွန်းတစ်ခု အတွက် အဖြေတစ်ခုရရုံဖြင့် အဓိကကျသော Determinant များခွဲခြားရာတွင် အထောက်အကူ ပြုမည် မဟုတ်ပါ။ ထိရောက်မှုမရှိသော အင်တာဗျူးနည်းစနစ်များ သို့မဟုတ် အင်တာဗျူးရာတွင် "ရှောင်ရန်" များကို **Task 10 Flip Chart 3 - အင်တာဗျူးရာတွင် "ရှောင်ရန်အချက်များ"** တွင် မှတ်သားပါ။

3d. သင်တန်းသားများ၏ဖြေကြားချက်များတွင်မပါဝင်သေးပါက အောက်ပါနည်းလမ်းကောင်းများကို ပြောပြပါ။

- ရိုးရာနှုတ်ခွန်းဆက်စကားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ မိတ်ဆက်ပါ။
- အင်တာဗျူးခံမည့်သူသည် ဦးတည်အုပ်စုဝင်ဟုတ်မဟုတ် ဦးစွာဆုံးဖြတ်ပါ။ မဟုတ်ပါက ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြော၍ နောက်တစ်ဦးဆက်လက်ရှာဖွေပါ။
- စစ်တမ်းတွင်ပါဝင်လိုခြင်းရှိမရှိ အင်တာဗျူးဖြေကြားသူအား မေးပါ။
- စစ်တမ်းပြုလုပ်ရာတွင် အနှောင့်အယှက်ကင်းသော သို့မဟုတ် နားစွန်နားဖျားမကြားနိုင်သော တိတ်ဆိတ်သည့်နေရာမျိုးကိုရှာဖွေပါ။
- စကားပြောရာတွင် အသံကျယ်ကျယ်နှင့်ရှင်းလင်းစွာပြောပါ။
- သင့်တင့်လျောက်ပတ်သောအနေအထားဖြင့် မျက်နှာကိုကြည့်၍ပြောပါ။
- အဖြေများများပေးရန် အားပေး၍ အဖြေများအတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။ ဖြေဆိုသူများ၏ အဖြေတိုင်းကို လေးစားစွာနားထောင်ပေးပါ။
- အသက် ၅ နှစ်အောက်ကလေးများအကြောင်းမေးခွန်းများမေးသည့်အခါ ကလေး၏အမည်ကို ထည့်၍မေးပါ။
- မေးခွန်းကို မူရင်းအတိုင်းမေးရမည်။ အဖြေမရသေးပါက မေးခွန်းကို ဖြေးညင်းစွာ ထပ်မေးပါ။ မေးခွန်းကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် ဝါကျအထားအသိုပြင်ဆင်ခြင်းတို့ မပြုလုပ်ရပါ။
- အဖြေကိုရှင်းလင်းစွာနားလည်ရမည့်အပြင် မေးသည့်မေးခွန်းနှင့်ဆက်စပ်မှုရှိရမည်။ မရှိပါက အဖြေကို ပြန်လည်ရှင်းပြပါရန် ဖြေကြားသူအား ပြောပါ။
- မေးခွန်း၏အဖြေသည်တစ်ခုထက်မကရှိနိုင်ပါက "တစ်ခြားဘာတွေရှိအုံးမလဲ" ဟူသောစကားဖြင့် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ သို့မဟုတ် အဖြေကုန်သွားသည်အထိ ဆက်လက်မေးမြန်းပါ။

3e. သင်တန်းသားများအားရှင်းပြရန် - ယခုတစ်ဖန် ကျွန်ုပ်တို့၏အင်တာဗျူးနည်းစနစ်များကို လက်တွေ့အသုံးပြုရန် သဏ္ဍာန်တူလေ့ကျင့်ခန်း ၂ ခုပြုလုပ်မည်။ မူလကနစ်ယောက်တစ်ဖွဲ့အတိုင်း အင်တာဗျူးသူနှင့်ဖြေကြားသူများအဖြစ် လေ့ကျင့်ပါ။ အင်တာဗျူးသူအဖြစ် တစ်လှည့်စီပြုလုပ်ရမည်။

3f. သဏ္ဍာန်တူလေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်နေစဉ်တွင် သင်တန်းပို့ချသူက လှည့်ပတ်ကြည့်ရှု၍ ထိရောက်မှုရှိသောနည်းစနစ်ကောင်းများအား ပိုမိုအသုံးပြုကြစေရန်နှင့်သင့်တော်မှုမရှိသော နည်းစနစ်များကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုပြင်ကြစေရန် ကူညီပေးရမည်။ အဖြေများစွာရရှိအောင် စူးစမ်းမေးမြန်းခြင်း၏အရေးပါပုံကို အလေးထားပြောပြပါ။

4. ကွင်းဆင်းလုပ်ငန်းနှင့်မေးခွန်းများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များ

4a. **Task 10 Flip Chart 1- ကွင်းဆင်းအဖွဲ့သားများ** ကိုထပ်မံပြသပါ။

4b. သင်တန်းသားအားလုံးနှင့်အတူ စစ်တမ်းပြုလုပ်မည့်တည်နေရာပြန်လည်ဆန်းစစ်၍ ယင်းနေရာအား ရွေးချယ်ရသည့်အကြောင်းရင်းကိုရှင်းပြပါ။ ရောက်ရှိပါက တွေ့မြင်ရမည့်အရာများ - အင်တာဗျူးများကို တစ်အိမ်တက်ဆင်းပြုလုပ်ခြင်းပြုမပြု သို့မဟုတ် သင်တန်းသားများကို တစ်နေရာတည်းတွင် စုဝေး ထားရှိခြင်း ပြုမပြု - ကို ကြိုတင်ရှင်းပြပါ။ မည်ကဲ့သို့သွားကြမည်၊ မည်သည့်အချိန်ရောက်မည်တို့ကိုလည်း ပြောပြပါ။ အဖွဲ့သားအသီးသီး၏ တာဝန်နှင့်ဝတ္တရားများ၊ တစ်ဦးချင်းရရှိမည့်ပစ္စည်းများ၊ ထောက်ပို့ဆိုင်ရာအခြားအချက်အလက်များကိုရှင်းလင်းပြောပြပါ။ ထွက်ပေါ်လာသောမေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။

4c. သင်တန်းသားများအား အောက်ပါတို့ကို သတိပြုရန်ပြောပါ -

- ယခုအစီအစဉ်သည် Doer/Non-Doer လေ့လာမှုအတွက် လေ့ကျင့်ရန်သက်သက်ဖြစ်သဖြင့် နမူနာအရွယ်အစား၏အရေအတွက်ကို ဦးစားပေးမည်မဟုတ်ပါ။ သို့သော်လည်း နည်းစနစ်ကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာနားလည်ပြီး လေ့ကျင့်ရန်သာကြိုးစားသွားမည်ဖြစ်သည်။
- ကွင်းဆင်းလေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်သည့်အလျောက် အဖွဲ့အသီးသီးက ကျင့်သုံးသူ ၅ ဦးနှင့် မကျင့်သုံးသူ ၅ ဦးကို အင်တာဗျူးနိုင်ရန် ကြိုးစားရမည်။ လာကြိုမည့်အချိန်မတိုင်မီပြီးစီး၍ မှတ်စုများရေးသား ပြုစုပြီးပါက နောက်ထပ်အင်တာဗျူးများဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။
- အင်တာဗျူးသူနှင့်မှတ်စုရေးသူအဖြစ် တစ်လှည့်စီပြုလုပ်ပါ။
- အင်တာဗျူးတစ်ခုပြီးတိုင်း မေးခွန်းလွှာများ၏အချက်အလက်နှင့်ရှင်းလင်းမှုတို့ကို အဖွဲ့သား နှစ်ဦးစလုံးက ပြန်လည်စစ်ဆေးရမည်။
- အင်တာဗျူးများပြုလုပ်၍ မေးခွန်းလွှာများကိုပြန်လည်စစ်ဆေးပြီးပါက လာကြိုမည့်နေရာသို့ အချိန်မီ ပြန်ပါ။

တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Form)

ယနေ့ပြုလုပ်ခဲ့သောအရာများအပေါ် စိတ်ကျေနပ်မှုပမာဏကို အောက်ပါအတိုင်းဖော်ပြပါ။ ထို့နောက် ယင်းတို့ကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် ပြုပြင်လုပ်ဆောင်သင့်သည်တို့ရှိပါက ရေးသားဖော်ပြပါ။

ပြန်လှန်လေ့ကျင့်ခန်း - ခြည်ထုံးဖြည်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 8: "လေ့ကျင့်ခန်း" လေ့ကျင့်ခန်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 9: Determinant များရှာဖွေရန် Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း - Barrier Analysis နှင့် Doer/Non-Doer လေ့လာမှုပြုလုပ်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 10 - ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့်လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခြင်း - Formative Research ပြုလုပ်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

တစ်နေ့တာအတွင်း အကျိုးအရှိဆုံးအရာ

ယခုအထိ ရှင်းလင်းစွာနားမလည်သေးသောအရာ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ စတုတ္ထနေ့

ကွင်းဆင်းလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်း

တိုင်းပြည်အလိုက်ပြုလုပ်သောသင်တန်းဖြစ်ပါက သင်တန်းသားများသည် ကွင်းဆင်းခြင်းကို တစ်မနက်ခင်းလုံး ပြုလုပ်ကြရမည်။

ဒေသခွဲအလိုက်ပြုလုပ်သောသင်တန်းဖြစ်ပါက စစ်တမ်းတစ်ခုကို မနက်ခင်း၏တစ်ခြမ်းခန့်ကို အစမ်းသဘော ပြုလုပ်ရမည်။

သင်တန်းသားတိုင်း အနည်းဆုံးစစ်တမ်း ၅ ခုစီပြုလုပ်နိုင်စေရန် မေးခွန်းလွှာများ၊ မှတ်စုစာရွက်နှင့် ဘောပင်/ခဲတံများအလုံအလောက် ပေးထားရမည်။

TASK 2 - အချက်အလက်များစုစည်း၍ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- ကွင်းဆင်းရာမှရရှိလာသောအချက်အလက်များကို ပြန်လည်စိစစ်၍ စနစ်တကျစုစည်းခြင်း
- ကွင်းဆင်းရာမှရရှိလာသောအဖြေများကိုအခြေခံ၍ ကုဒ်သတ်မှတ်နည်းလမ်းညွှန်ရေးဆွဲခြင်း
- အဖြေများကိုရေတွက်၍ ဇယားကွက်တွင်အကျဉ်းချုံးမှတ်သားခြင်း
- Barrier Analysis Tabulation Worksheet (Microsoft Excel) တွင် အကျဉ်းချုံးအချက်အလက်များကိုရေးသွင်းခြင်း
- Barrier Analysis Tabulation Worksheet ဖြင့် Doer နှင့် Non-Doer အကြား အကြီးမားဆုံးကွဲပြားမှုများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 11 Handout 1 နှင့် Flip Chart 1 - Doer/Non-Doer Study အတွက် ရလဒ်များ ရေတွက်ရန် စာရွက်နမူနာပုံစံများ (ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသော flip chart စာရွက်များ၊ မေးခွန်းတစ်ခုလျှင် တစ်ရွက်စီ၊ သင်တန်းသားများအတွက် handout များ)
- နံနက်ခင်းကွင်းဆင်းလေ့ကျင့်ခန်းမှ ဖြည့်စွက်ပြီးမေးခွန်းများ
- ဂဏန်းပေါင်းစက်တစ်ခု
- ဖြစ်နိုင်ပါက - Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်နမူနာအချက်အလက်
- ဖြစ်နိုင်ပါက - http://www.caregroupinfo.org/BA_Tab_Table_Eng_9_30_10.xls မှကူးယူထားသော အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်ဇယားကွက် (Microsoft Excel)
- ဖြစ်နိုင်ပါက - ကွန်ပျူတာ (အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်ဇယားကွက်ပုံစံအသုံးပြုရန်)
- ဖြစ်နိုင်ပါက - Task 11 Handout 3 - လိုအပ်ပါကပြုလုပ်ရန်လေ့ကျင့်ခန်း - ကွန်ပျူတာဖြင့် အချက်အလက်များရေးသွင်းခြင်းနှင့်ရလဒ်များအား ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက်

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် သင်တန်းပို့ချသူကိုလည်းကောင်း၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကိုလည်းကောင်း အလွယ်တကူမြင်နိုင်စေရန် အင်္ဂလိပ်အက္ခရာ U ပုံစံခင်းထားသောစားပွဲများတွင် ထိုင်ရန်ပြောပါ။

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   f. Barrier Analysis ၏အဆင့် ၇ ဆင့်အနက် မည်သည့်အဆင့်သို့ ကျွန်ုပ်တို့ရောက်ပြီဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအား သတိပေးပါ - Step 6 – Barrier Analysis မေးခွန်းများ၏အဖြေများကို ကုဒ်သတ်မှတ်၍ ရလဒ်များကို ဇယားတွင်သွင်းပြီး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း
   g. မေးခွန်းများအားပြန်လည်ဖတ်ရှုရန်နှင့်မှတ်စုများကို ဖတ်၍လွယ်ကူအောင်ရေးသားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။
2. ဇယားတွင်သွင်းရန် မေးခွန်းများအားစုစည်းခြင်း

   2a. မေးခွန်းများတင်ရန် စားပွဲခုံများအားရှင်းလင်းထားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

   2b. **Task 11 Handout 1 နှင့် Flip Chart 1 - Doer/Non-Doer Study အတွက် ရလဒ်များ ရေတွက်ရန်စာရွက်နမူနာပုံစံများ** ကို သင်တန်းသားများအား ဖြန့်ဝေပေးပါ။ ဇယားပါသော Flip Chart ကိုလည်း နံရံကပ်ထားပါ။ အချက်အလက်များကို စာရွက်တွင်ချရေးလိုကရေးနိုင်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ သို့သော်လည်း ယင်းတို့ကို Flip Chart တွင် မှတ်သားပါ။ Flip Chart ပေါ်မှ ဇယားကို သင်တန်းသားများအား ရှင်းပြပါ။

   2c. Doer နှင့် Non-Doer လေ့လာမှုပြုလုပ်စဉ်က သင်တန်းသားများ အသုံးပြုခဲ့သော မျှော်မှန်းအမူအကျင့်ကို Flip Chart ၏ ထိပ်တွင် မှတ်သားပါ။

   2d. Doer မေးခွန်းများနှင့် Non-Doer မေးခွန်းများကိုခွဲ၍ပုံထားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

   2e. Doer နှင့် Non-Doer မေးခွန်းများကိုယူပါ။ Doer နှင့် Non-Doer စုစုပေါင်းအရေအတွက်ကို Flip Chart တွင်မှတ်သားပါ။

   2f. Non-Doer မေးခွန်းများကိုဘေးဖယ်၍ အင်တာဗျူးပြုလုပ်ခဲ့သူများအား Doer မေးခွန်းများပြန်ပေးပါ (အင်တာဗျူးခဲ့သူ အမည်ကို မေးခွန်းထဲရှိ လူမှုအချက်အလက်အပိုင်းတွင်ဖော်ပြထားရမည်)။ လူတိုင်းတွင် အနည်းဆုံး မေးခွန်းတစ်စုံရှိရမည်။ အကယ်၍ အချို့သူများတွင် ၄ ခုထက်ပိုနေပါက အင်တာဗျူးခဲ့သူများ အား အညီအမျှပြန်လည်ဖြန့်ဝေပေးပါ။ မေးခွန်းမှအဖြေများကို တစ်ပြိုင်တည်းဖတ်နိုင်ရန် သင်တန်းသား များ သည် မေးခွန်းများကို ၎င်းတို့၏ရှေ့တွင် ဖြန့်ထားရမည်။

   မှတ်ချက် - သင်တန်းသားတစ်ဦးသည် တစ်ကြိမ်လျှင် မေးခွန်း ၄ ခုထက်ပို၍ကြည့်ရန်ခက်ခဲနိုင်သဖြင့် သင်တန်းသားများသည် ယခုလေ့ကျင့်ခန်းကို အလှည့်ကျပြုလုပ်နိုင်သည် (ကုဒ်နှင့်ဇယားဖြည့်သူဦးရေပေါ်မူတည်၍ Doer အတွက် နှစ်ခုနှင့် Non-Doer အတွက် နှစ်ခု)

3. ကုဒ်သွင်းနည်းလမ်းညွှန်ရေးဆွဲ၍ လေ့လာမှုမှရလဒ်များကိုဇယားတွင်သွင်းခြင်း

   3a. သင်တန်းသားများအားပြောရန် - ယနေ့နံနက်တွင် လေ့လာမှုမှရလဒ်အားလုံးကို လက်ဖြင့် ရေတွက်၍ ဇယားတွင် Doer အတွက် ပထမနှင့် Non-Doer အတွက် ဒုတိယ ဖြည့်သွင်းခြင်းကို အတူတကွ ပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်သည်။

3b. ပထမမေးခွန်းဖြင့် စတင်ပြုလုပ်ပါ။ သင်တန်းသားများအား ၎င်းတို့ရှေ့ရှိမေးခွန်းများကိုကြည့်၍ ဆင်တူသောအဖြေများ ရှာဖွေရန် အဖြေများကိုအသံမထွက်ဘဲဖတ်ရန်ပြောပါ။ စက်ဝိုင်းထဲမှ ပထမဆုံးလူဖြင့်စတင်ပြုလုပ်ပါ။ မေးခွန်းအတွက် ဖြေဆိုသူကပေးခဲ့သောအဖြေများအားလုံးကို အသံကျယ်ကျယ်ဖြင့်ဖတ်ရန် ပြောပါ။ ယင်းအဖြေများကို **Flip Chart 1** တွင် မှတ်သားပါ။ မေးခွန်းထဲမှ မမှတ်ရသေးသောအခြားအဖြေများရှိပါကပြောပြရန် ဒုတိယသင်တန်းသားကိုပြော၍ Flip Chart တွင် ယင်းတို့ကိုမှတ်သားပါ။ မေးခွန်းအတွက်အဖြေအားလုံးကိုမှတ်သားပြီးသည်အထိ သင်တန်းသားတစ်ဦးချင်းနှင့်အတူ ပြုလုပ်ပါ။

ဉပမာ - "ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုကို အနည်းဆုံး ၄ ကြိမ်ခံယူကြသည်။" ဟူသော အမူအကျင့်အတွက် "အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ ကို ဖော်ပြပါ။" ဟူသောမေးခွန်း၏အဖြေများတွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်လာနိုင်သည် -

- ကျန်းမာရေးဌာနက ဝေးလွန်းသည်/ဆေးပေးခန်းနှင့်အကွာအဝေး/ဝေးလွန်းသည်။
- သွားရင် ယောကျ်ားက ရိုက်လိမ့်မယ်/ကျွန်မဆန္ဒမပါဘဲ ကျွန်မကိုစမ်းသပ်စစ်ဆေးကြလိမ့်မည်ဟု ယောကျ်ားဖြစ်သူက ယူဆသည်။
- သွားဖို့အတွက် ပိုက်ဆံမရှိ/စရိတ်/အကုန်အကျများ

ဆင်တူသောအဖြေများ (ဉပမာ - ပူလွန်း၊ အပူချိန်၊ အိုက်) ကိုစု၍ တစ်လိုင်းတည်းတွင်ရေးမှတ်ပါ။ အဖြေများ၏ ဆိုလိုရင်းက တစ်ခုတည်းဟုသေချာမှသာ ယင်းသို့မှတ်သားပါ။

3c. ပထမမေးခွန်း၏ရလဒ်များကိုဇယားတွင်ထည့်သွင်းရန် အသင့်ဖြစ်ပြီဖြစ်သည်။

Flip Chart ပေါ်ရှိ ပထမမေးခွန်း၏ ပထမဆုံးအဖြေကိုကြည့်ရန်ပြောပါ။ သင်တန်းသားများအား ၎င်းတို့အသီးသီးရှေ့ရှိ မေးခွန်းများ၏အဖြေများကိုဖတ်၍ အဖြေဆင်တူသူ Doer အရေအတွက်ကို လက်ချောင်းများထောင်၍ပြရန် ပြောပါ။ ဆင်တူသောအဖြေမရှိပါက လက်သီးဆုပ်ကို ထောင်ပြရန် ပြောပါ (မရှိကြောင်းအတည်ပြုရန်ဖြစ်သည်)။ လက်ချောင်းများ ထောင်ပြချိန်တွင် သင့်ကိုကြည့်ရန် သင်တန်းသားအားလုံးကိုပြောပါ (ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် ရေတွက်စဉ် လက်ထောင်ခြင်း မပြုစေရန် ဖြစ်သည်)။ အားလုံးက ခေါင်းမော့၍ လက်ချောင်းများထောင်ပြချိန်တွင် လက်ချောင်းများကို ရေတွက်၍ Flip Chart ပေါ်ရှိ Doer ကော်လံအောက်တွင်မှတ်သားပါ။

3d. ဒုတိယမြောက်အဖြေကိုဖတ်ပြီးနောက် အဖြေတစ်မျိုးကိုပေးသူဦးရေကို လက်ချောင်းများ (သို့မဟုတ် သုညဟုပြသရန် လက်သီးဆုပ်) ထောင်၍ပြရန် သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။ အဖြေအားလုံးကို ဇယားတွင်သွင်းပြီးသည်အထိ အထက်ပါ အဆင့်များအတိုင်းပြုလုပ်ပါ။

3e. ယခုအစီအစဉ်ကိုစတင်ပြုလုပ်ချိန်တွင် တွက်ချက်ခဲ့သော Doer နှင့် Non-Doer အရေအတွက် စုစုပေါင်းကိုအခြေခံ၍ တွေ့ရပိုမိုများပြားသောအဖြေတစ်ခုချင်းအတွက်ပေးမည့် ရာခိုင်နှုန်းကို Flip Chart ပေါ်တွင်တွက်ချက်ပါ။ နောက်ထပ် Determinant တစ်ခုသို့ဆက်မသွားမီ ယင်းရာခိုင်နှုန်းများကို Flip Chart ပေါ်ရှိ သက်ဆိုင်ရာကော်လံများတွင် မှတ်သားပါ။

3f. Step **3b၊ 3c၊ 3d** နှင့် **3e** တို့ကို ဒုတိယနှင့်နောက်ပိုင်းမေးခွန်းများတွင် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ပါ။ မေးခွန်းတစ်ခုချင်းအတွက် Flip Chart စာရွက်သစ်တစ်ရွက်ကိုအသုံးပြုပါ။ (Barrier Analysis တစ်ခုကို အစအဆုံးပြုလုပ်ပါက အဆုံးပိတ်မေးခွန်းအချို့ ရှိမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းတို့အတွက် အဖြေအမျိုးအစားများကို မေးခွန်းလွှာထဲမှတဆင့် **Task 11 Handout 1 နှင့် Flip Chart 1 - Doer/Non-Doer Study အတွက် ရလဒ်များ ရေတွက်ရန်စာရွက်နမူနာပုံစံများ** သို့ကူးယူ၍ လက်ချောင်းများကိုရေတွက်နိုင်သည်။)

3g. Doer အတွက် မေးခွန်းအားလုံးကိုဇယားတွင်သွင်းပြီးသည်နှင့် ဘေးသို့ဖယ်ထား၍ မေးခွန်းများကို ဆက်တိုက်ဖတ်နိုင်စေရန် စားပွဲပေါ်တွင် ဖြန့်ထားပြီး Non-Doer မေးခွန်းလွှာများကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

3h. Non-Doer အတွက်မူ ပိုမိုလွယ်ကူမည်ဖြစ်သည်။ ပထမမေးခွန်းအတွက် **Flip Chart 1** ကိုနံရံတွင်ကပ်ပါ။ မပြီးသေးသော အဖြေများရှိပါက ရေတွက်ပုံစံတွင်ပေါင်းထည့်ရန် ပထမဆုံးသင်တန်းသားအားပြောပါ။ အဖြေအားလုံးကိုစာရင်းသွင်းပြီးသည့်တိုင် သင်တန်းသားအားလုံးနှင့်အတူ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

3i. လက်ချောင်း (သို့မဟုတ် လက်သီးဆုပ်) ထောင်၍လည်းကောင်း၊ Non-Doer ကော်လံတွင် အရေအတွက်မှတ်သား၍ လည်းကောင်း Non-Doer အတွက် ပထမဆုံးမေးခွန်း၏အဖြေများကို ဇယားတွင်ထည့်သွင်းပါ။

3j. Non-Doer အတွက် မေးခွန်းအားလုံးရေတွက်ပြီးသည်အထိ အထက်ပါအတိုင်းဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

မှတ်ချက် - ရေတွက်ရာတွင် အထူးသဖြင့် ပထမဆုံးအကြိမ်၌ အမှားအယွင်းရှိတတ်သဖြင့် သင်တန်းပို့ချသူများက အရေအတွက်ကို Flip Chart ဖြင့်မဟုတ်ဘဲ မှတ်စုစာအုပ် (ပြန်လည်ပြင်ဆင်ရန် ပိုမိုလွယ်ကူသည်) တွင်လည်း ရေတွက်နိုင်သည်။ ထို့နောက် အဖြေတစ်ခုချင်းအတွက် နောက်ဆုံးအရေအတွက်ကို အားလုံးမြင်သာအောင် Flip Chart ပေါ်တွင်ရေးသား၍ ရာခိုင်နှုန်းကို တွက်ချက်နိုင်သည်။

4. ရလဒ်များကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း

4a. ဇယားကွက်ကိုဖြည့်စွက်ပြီးနောက် ရာခိုင်နှုန်းများတွက်ချက်ပြီးပါက Doer နှင့် Non-Doer များအကြား အကြီးမားဆုံး ကွာခြားချက်ကိုပြသနေသည့်အဖြေများမှတဆင့် စီမံကိန်းအနေဖြင့် လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်သင့်သည့် နေရာများကို တွေ့ရှိလာမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ယင်းနေရာများကို အရေးပါမှုအရှိဆုံး Determinant များဟု ယူဆနိုင်သည်။ အရေးအကြီးဆုံး Determinant များနှင့်၎င်းတို့၏အရေးပါမှုအတိုင်းအဆတို့ကိုလည်း Barrier Analysis Tabulation Sheet (Microsoft Excel) ဖြင့် ခွဲခြားသိရှိနိုင်သည်။ ယခုလောလောဆယ်တွင်မူ Doer နှင့် Non-Doer ရာခိုင်နှုန်းများအကြား ခြားနားချက်သည် ၁၅ မှတ်နှင့် အထက်ရှိသော အဖြေများကို ရှာဖွေနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

4b. Doer နှင့် Non-Doer အကြား ရာခိုင်နှုန်းခြားနားချက် ၁၅ မှတ်ထက်ကျော်လွန်သောကွာဟချက်များကို ရှာဖွေရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

မှတ်ချက် - အကယ်၍ ရလဒ်များတွင် ၁၅ မှတ်နှင့်အထက် ခြားနားချက်ရှိသည့်အဖြေများပါဝင်နေပါက သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အကြီးမားဆုံးကွာဟချက်များကိုသာ အာရုံစိုက်သင့်သည်။

ရလဒ်များထဲမှ တစ်ခုကိုရှင်းပြရန် သင်တန်းသားများအားမေးပါ။ လိုအပ်ပါက အချက်အလက်များမှ နမူနာများကိုပေးပါ။ အချက်အလက်ပေါ်အခြေခံ၍ ဂန်ထမ်းများကချမှတ်နိုင်မည့် စီမံကိန်းအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များအကြောင်း ဆက်လက်ဆွေးနွေးပါ။

4c. Doer များပြောသည့်ထဲမှ အမူအကျင့်တစ်ခုကိုကျင့်သုံးရာတွင် အမှန်တကယ် အဟန့်အတားပြုနေခြင်းမဟုတ်သည့် အတားအဆီးများကို ထောက်ပြပါ။ သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အတားအဆီးတစ်ခုကို Doer များက Non-Doer များထက် အဘယ့်ကြောင့် ပိုမိုပြောကြား ကြသည်ဟု ထင်ပါသလဲ။ ယင်းအတားအဆီးအတွက် ဘာတွေလုပ်ဖို့လိုမလဲ။

အတားအဆီးတစ်ခုကို Doer များက Non-Doer များထက် ပိုမိုပြောကြားလာပါက အမူအကျင့်ကို စတင်ကျင့်သုံးပြီးမှသာ ယင်းအတားအဆီးကိုတွေ့ရှိလာခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ ယင်းအခြေအနေကိုသိထားခြင်းက အမူအကျင့်ကိုမြှင့်တင်ရန်အတွက်မဟုတ်ဘဲ အမူအကျင့်ကိုစတင်ကျင့်သုံးသူများအား ပေးသောအကြံဉာဏ်အတွက် အထောက်အကူပြုနိုင်သည်။

ဥပမာ လယ်သမားတစ်ဦးသည် "အချိန်ပေးရသည်ဟုထင်မြင်ယူဆချက်" ကို ပိုးမွှားပေါင်းစပ်နှိမ်နင်းခြင်း (IPM) ကိုကျင့်သုံးရာတွင် ကနဦးအတားအဆီးတစ်ခုအဖြစ် ပြောဆိုကောင်းပြောဆိုမည်ဖြစ်သော်လည်း ခေတ္တမျှကျင့်သုံးပြီးချိန်တွင် ယင်းသည် IPM ၏ အားနည်းချက် (ဥပမာ - မိုးရာသီတွင် သဘာဝပိုးသတ်ဆေး မကြာခဏပက်ဖြန်းရခြင်း) ဟု ထင်မြင်လာသည်။ IPM ကိုစတင် အသုံးပြုနေသူများကိုအားပေးခြင်း၊ IPM ကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် အနာဂတ်တွင်အကျိုးရှိပုံကိုသိမြင်စေခြင်း၊ IPM အသုံးပြုရာမှ ပေါ်ပေါက်လာသောအဖြစ်များပြီး အချိန်လိုအပ်သော ပြဿနာများလျော့ပါးစေခြင်းတို့ကို စီမံကိန်းဂန်ထမ်းများက အာရုံစိုက်၍ ဆက်လက်ဆောင်ရွက် ရမည်။ ဥပမာ ကွင်းဆင်းဂန်ထမ်းများအနေဖြင့် ပိုးသတ်ဆေးထပ်မကြာခဏပက်ဖြန်းရခြင်းမှ ကင်းဝေးစေရန် ဆပ်ပြာထည့်၍ အသုံးပြုကြရန် တိုက်တွန်းနိုင်သည်။

4d. Doer များထက် Non-Doer များက ပိုမိုပြောကြားသော အထောက်အကူပြုသည့်အရာများကို ထောက်ပြပြောဆိုပါ။ သင်တန်းသားများအားမေးရန် - Doer များထက် Non-Doer များက ယင်းအထောက်အကူပြုသည့်အရာကို ပိုမိုပြောဆိုကြသည်ဟု ထင်ပါသလဲ။ ယင်းအတွက် မည်သည့်အရာကို ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်မည်နည်း။

ရံဖန်ရံခါတွင် Non-Doer များသည် ၎င်းတို့မကျင့်သုံးရသေးသည့်အမူအကျင့်၏ကောင်းကျိုးများကို ကြိုတင်တွေးဆထားပြီး အမှန်တကယ်ကျင့်သုံးချိန်တွင် ဖြစ်မလာခြင်းများရှိတတ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

ဥပမာ လိင်မှုကိစ္စရှောင်ရှားခြင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ "မိဘများသဘောကျစေရန်" ဟု Non-Doer လူငယ်များက Doer များထက် ပိုမိုပြောကြားလေ့ရှိသည်ကို ရံဖန်ရံခါတွေ့ရတတ်သည်။ ယင်းအခြေအနေအရ အချို့မိဘများက ၎င်းတို့၏ သားသမီးများလိင်မှုကိစ္စရှောင်ရှားခြင်း (သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနိုးကြားမှုကိုနောက်ကျခြင်း) ကို လူငယ်များထင်ထားသလောက် အားမပေးသည်ကိုတွေ့နိုင်သည်။ အမှန်အားဖြင့်မူ အချို့မိဘများသည် ၎င်းတို့၏သားသမီးများက လက်တွဲဖော်မရှာခြင်း သို့မဟုတ် ချစ်မှုရေးရာစိတ်မဝင်စားခြင်းတို့အပေါ် စိုးရိမ်စိတ်ထားလေ့ရှိသည်။ ယင်းသို့ဖြစ်နေပါက အမူအကျင့်ကိုမြှင့်တင်ရာတွင် ကောင်းကျိုးများကို ထည့်သွင်းပြောဆိုခြင်းမပြုပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ အကြောင်းမှာ မျှော်လင့်ထားသောကောင်းကျိုးများ အမှန်တကယ်ဖြစ်လာမည်မဟုတ်ဟု မြန်ဆန်စွာသိရှိသွားနိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

4e. သင်တန်းသားများအား ဖော်ပြပါအတိုင်းရှင်းပြ၍ အဆုံးသတ်ပါ - Doer နှင့် Non-Doer အကြား ခြားနားချက် ၁၅ မှတ်ရှိတိုင်း အမှန်တကယ်ခြားနားချက်ဟုယူဆ၍မရပါ။ အချို့မှာ တိုက်ဆိုင်မှုကြောင့် ဖြစ်တတ်ပြီး ၁၅ မှတ်ထက်နည်းသော ခြားနားချက်အချို့က အမှန်တကယ်ခြားနားချက်ဖြစ်နေလေ့ရှိသည်။ မည်သည့်အဖြေများက အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်သည်ကို ခွဲခြားရန် ပိုမိုခိုင်မာသည့်နည်းလမ်းရှိသည် - Doer နှင့် Non-Doer တို့အကြား ကိန်းဂဏန်းအရသိသာစွာခြားနားမှုများရှာဖွေရာတွင် အထောက်အကူပြုသည့်အပြင် အဖြေတစ်ခုကို Doer သို့မဟုတ် Non-Doer က ပေးလာနိုင်ခြေ မည်မျှပိုများသည်ကိုပြသနိုင်သည့် Microsoft Excel worksheet ကိုအသုံးပြုခြင်းဖြစ်သည်။ မည်သည့် Determinant များကိုပိုမိုအလေးထားရမည်ကို ဆုံးဖြတ်ရာတွင် ပိုမိုလွယ်ကူမည်ဖြစ်သည်။ လုပ်ပုံလုပ်နည်းအဆင့်ဆင့်ကို ရှေ့အဆင့်တွင် ဆက်လက်ရှင်းပြသွားမည်ဖြစ်သည်။

မှတ်ချက် - အစမ်းလေ့ကျင့်ရာတွင် အင်တာဗျူးခဲ့သော Doer နှင့် Non-Doer အရေအတွက်နည်းပါက (၂၀ ထက်နည်းပါက) Doer နှင့် Non-Doer အကြား ခြားနားချက်ကြီးကြီးမားမား (၁၅ မှတ်နှင့်အထက်) တွေ့ရန် ခက်ခဲကောင်းခက်ခဲမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းအခြေအနေတွင် **Step 4a** ပြီးပါက သင်တန်းသားများ အချက်အလက် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် **Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးများ ခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်နမူနာအချက်အလက်** ကို သင်တန်းပို့ချသူများက အသုံးပြုနိုင်သည်။ ယင်းအချက်အလက်များအသုံးပြုရန် ရာခိုင်နှုန်းအားဖြင့် ၁၅ မှတ်နှင့်အထက်ရှိသော Doer နှင့် Non-Doer များအကြား ခြားနားချက် များကိုရှာဖွေရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ ထို့နောက် အချက်အလက်များကို ပြန်လည်စိစစ်သုံးသပ်ပြီးနောက် ယင်းအချက်အလက်များမှ မည်ကဲ့သို့ကောက်ချက်ဆွဲရမည်ကိုဆုံးဖြတ်ပါ (**Step 4b**၊ **4c** နှင့် **4d**)။ အချက်အလက်ပေါ်အခြေခံ၍ စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများက မည်သည့်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ကို ဆုံးဖြတ်ပါ။

5. ကွန်ပျူတာဖြင့်အချက်အလက်ရေးသွင်းခြင်းနှင့်ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း () တို့ကိုသင်ကြားပြသရန် **Task 11 Handout 3 - လိုအပ်ပါကပြုလုပ်ရန်လေ့ကျင့်ခန်း - ကွန်ပျူတာဖြင့် အချက်အလက်များရေးသွင်းခြင်းနှင့်ရလဒ်များအား ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း** မှ လမ်းညွှန်ချက်များကိုကြည့်ပါ။ ယင်း Handout ကို သင်တန်းသားများအား ဖြန့်ဝေပေးနိုင်သည်။ လေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် မေးလိုသည်တို့ရှိပါသလားဟု သင်တန်းသားများအားမေးရမည်။

Task 11 Handout 1 and Flip Chart 1
Example Tally Sheets of Results for a Doer/Non-Doer Study

အမူအကျင့်- ____

ပြုလုပ်သူစုစုပေါင်း- ____________________

မပြုလုပ်သူစုစုပေါင်း- ____________________

အဖြေများ	#ပြုလုပ်သူ	% ပြုလုပ်သူ	# မပြုလုပ်သူ	% မပြုလုပ်သူ
ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ- အပြုအမူကို ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ရရှိမယ့် ကောင်းကျိုးတွေက ဘာတွေလဲ။				
ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ- အပြုအမူကို ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ရရှိမယ့် ဆိုးကျိုးတွေက ဘာတွေလဲ။				
မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ- အပြုအမူကို ပြုလုပ်ဖို့ ဘာကြောင့်လွယ်ကူတာလဲ။				

အဖြေများ	#ပြုလုပ်သူ	% ပြုလုပ်သူ	# မပြုလုပ်သူ	% မပြုလုပ်သူ
မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ- အပြုအမူကို ပြုလုပ်ဖို့ ဘာကြောင့်ပိုခက်ခဲတာလဲ။				
လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ- အပြုအမူကို ပြုလုပ်တာကို ဘယ်သူတွေက သဘောကျတာလဲ။				
လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ- အပြုအမူကို ပြုလုပ်တာကို ဘယ်သူတွေက သဘောမကျတာလဲ။				

Task 11 Handout 2

Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်နမူနာအချက်အလက်

မှတ်ချက် - အောက်ပါနမူနာအချက်အလက်များသည် အနီရောင်ကန်စွန်းဥများ (OFSP) စိုက်ပျိုးခြင်း အကြောင်းအရာမှဖြစ်သည်။ Barrier Analysis သို့မဟုတ် Doer/Non-Doer လေ့လာမှုမှရရှိသော အချက်အလက် များမရှိပါက သင်တန်းပို့ချသူများသည် အချက်အလက်များကို ကိုယ်တိုင်ဖန်တီးရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ အချက်အလက်များသည် စီမံကိန်းမှမြှင့်တင်ပေးနေသည့် အမူအကျင့်များပေါ် အခြေခံထားပါက အလွန်ပင် အသုံးဝင်မည်ဖြစ်သည် (ဥပမာ - ယခုသင်တန်းအတွက်ပြုလုပ်ခဲ့သော LNRA တွင်ကြည့်ပါ)။

အဖြေများ	# Doers	% Doers	# Non-Doers	% Non-Doers
1. မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ - လက်ရှိတတ်သိကျွမ်းကျင်မှုဖြင့် OFSP စိုက်ပျိုးနိုင်စွမ်း				
Yes	36	80	29	64
No	9	20	16	36
2. ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - အကျိုးကျေးဇူးများ				
အာဟာရပြည့်ဝသောအစားအစာများ ပိုမိုစားသုံးနိုင်ခြင်း	28	62	18	40
ဝင်ငွေတိုးတက်လာခြင်း	18	40	30	67
ပိုမိုစောစီးစွာရိတ်သိမ်းခြင်း	9	20	9	20
3. ဆိုးကျိုးဟုထင်မြင် ယူဆသောအရာများ - ဆိုးကျိုးများ				
ယင်းကန်စွန်းဥအမျိုးအစားကို လူတွေက မဝယ်ဘဲနေချင်နေကြမည်။	13	29	24	53
ယင်းကန်စွန်းဥကို မိသားစုက မစားချင်ဟုပြောကောင်းပြောမည်။	9	20	26	58
4. ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသော အရာများ - ပိုမိုလွယ်ကူစေသည်				
မျိုးစေ့များရှိသည်။	36	80	21	47
သိလိုသည်များကို ဖြေပေးမည့်သူရှိသည်။	37	82	31	69
OFSP ကိုဝယ်ယူ/စားသုံးလိုသူပိုများပါက	5	11	7	16
5. ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသော အရာများ - ပိုမိုခက်ခဲစေသည်				
မျိုးစေ့ရရှိရန် ခက်ခဲသည်။	17	38	12	27
စိုက်သော်လည်း ဖြစ်ထွန်းရန်မသေချာပါ။	2	4	6	13
စိုက်ပျိုးနည်းကို သေချာမသိပါ။	25	56	34	76
လူတွေက ဝယ်/စားကြရန် မသေချာပါ။	17	38	23	51
6. လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - ဘယ်သူကအားပေး/ထောက်ခံ				
စိုက်ပျိုးရေးကွင်းဆင်းနည်းပြ	27	60	33	73
တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိသည့် လယ်သမားများ	9	20	15	33
ကျွန်ုပ်နှင့်သိသူမရှိပါ။	9	20	15	33
7. လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - ဘယ်သူက သဘောမကျဘူးလဲ/အားမပေးဘူးလဲ				
အိမ်ထောင်ဖက်/ဇနီး/ခင်ပွန်း (OFSP အကြောင်းမသိကြပါ)	9	20	27	60
OFSP အကြောင်းမသိသူများ	18	40	20	33
အိမ်ထောင်ဖက်/ဇနီး/ခင်ပွန်း (သူ သို့မဟုတ် သူမ အတွက် အလုပ်ပိုလာ)	21	47	9	20

အဖြေများ	# Doers	% Doers	# Non-Doers	% Non-Doers
8. လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ - အကယ်၍ လူအများစုက သဘောကျကြပါက				
Yes	37	82	33	73
No	8	18	12	27
9. လက်လှမ်းမီမှု - OFSP စိုက်ပျိုးရန်လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုများရရှိရန် ခက်ခဲသည့်အတိုင်းအဆ				
အလွန်ခက်ခဲ	5	11	9	20
အနည်းငယ်ခက်ခဲ	6	13	9	20
လုံးဝမခက်ခဲ	34	76	27	60
10. လုပ်ဖြစ်အောင် သတိပေးသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာ/ သတိရစေသည့်အရာများ - OFSP စိုက်ပျိုးရမည့်အချိန်ကိုမှတ်မိရန် ခက်ခဲသည့်အတိုင်းအဆ				
အလွန်ခက်ခဲ	5	11	9	20
အနည်းငယ်ခက်ခဲ	6	13	9	20
လုံးဝမခက်ခဲ	34	76	27	60
11. ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း/အန္တရာယ် - လာမည့်နှစ်တွင် ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ သို့မဟုတ် ဂက်သက်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေ				
ဖြစ်နိုင်ခြေများစွာရှိ	39	87	31	69
ဖြစ်နိုင်ခြေအနည်းငယ်ရှိ	5	11	9	20
ဖြစ်နိုင်ခြေလုံးဝမရှိ	1	2	5	11
12. အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း - ကြက်မျက်သင့်ရောဂါ သို့မဟုတ် ဂက်သက်ရောဂါရရှိပါက အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေ				
အလွန်ဆိုးဝါးသောပြဿနာ	31	69	25	56
အနည်းငယ်သာဆိုးဝါးသောပြဿနာ	8	18	11	24
ပြဿနာလုံးဝမရှိ	6	13	9	20
13. ဘုရားရှင်၏အလိုတော်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း - OFSP စိုက်ပျိုးသည်ကို ဘုရားရှင်က သဘောကျပါသလား				
Yes	38	84	31	69
No	7	16	14	31
14. မူဝါဒ - OFSP စိုက်ပျိုးလာနိုင်ခြေပိုများစေသည့် ဥပဒေ သို့မဟုတ် စည်းမျဉ်းများ				
Yes	4	9	7	16
No	41	91	38	84
15. ယဉ်ကျေးမှု - OFSP စိုက်ပျိုးခြင်းကိုဆန့်ကျင်သည့် ယဉ်ကျေးမှုထုံးစံများ/အယူအစွဲများ				
Yes	20	44	26	58
No	25	56	19	42

TASK 12 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) များရေးသားခြင်း[၁၄]

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- Bridges to Activities နှင့် Determinant များချိတ်ဆက်ခြင်း
- အမှုအကျင့်တစ်ခုနှင့်ဆက်စပ်နေသော Determinant များအတွက် Bridges to Activities များရေးသားခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 12 Handout 1 – Bridge to Activity ၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်
- **Task 3 Flip Chart 2: DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ** မှ Bridge to Activity ၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်
- **Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး နမူနာ DBC Framework များ** (စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ် [ANR] အစီအစဉ်နမူနာများ - ကြက်ဘဲမွေးမြူရေး
- Task 12 Handout 2 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်နမူနာပုံစံများ - Bridges to Activities နမူနာများ
- Task 12 Handout 3 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများကိုအခြေခံ၍ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များရေးသားခြင်း
- Task 12 Handout 3 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ တွင်တွေ့နိုင်သည်)

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   h. DBC Framework တွင် လတ်တလောရောက်ရှိနေသောနေရာကိုရှာဖွေရန် သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။ ["Bridges to Activities" ဟုဖြေကြမည်ဖြစ်သည်]။ Bridges to Activities အကြောင်း၊ ယင်းတို့ကိုရေးသားနည်းနှင့်အသုံးပြုနည်းတို့ကို ရှင်းပြပါ။

2. Bridges to Activitie ဆိုသည်မှာအဘယ်နည်း။

2a. Task 12 Handout 1 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ကိုပြန်လည်ဖတ်ရှုပါ။

2b. ရှင်းပြရန် - Bridge to Activity ရေးရန် အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို Formative Research (Barrier Analysis သို့မဟုတ် Doer/Non-Doer Study) ရလဒ်များမှ ရယူသည်။ Formative Research မပြုလုပ်ဘဲ Bridge to Activity ရေးရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။ ယင်းတို့သည် Determinant၊ Activity နှင့် Determinant တွင် ပြောင်းလဲရန်စီစဉ်ထားသောအရာ တို့ကို ချိတ်ဆက်ပေးသည်။ အများအားဖြင့် ရွေးချယ်ထားသောအမူအကျင့်အတွက်အရေးကြီးသည်ဟုတွေ့ရသည့် Determinant တစ်ခုလျှင် Bridge to Activity တစ်ခုစီရှိသည်။

3. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - Bridges to Activities ကိုရေးသားခြင်းမပြုဘဲ သိရှိထားသော Determinant များကိုအခြေခံ၍ Activities များကိုရေးသားရန် အဘယ့်ကြောင့်မဖြစ်နိုင်သနည်း။ အဖြေ - Determinant နှင့် ပတ်သက်၍ဆောင်ရွက်ရမည့်အရာကို မသိရှိသေးသောကြောင့် မဖြစ်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ အတိအကျဆိုသော် Determinant များ၏မည်သည့်အပိုင်းအတွက် Activities ဆောင်ရွက်ရမည်ကို မသိသေးသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အကယ်၍ Formative research အရ လက်လှမ်းမီမှု (Access) သည် အရေးကြီးသော Determinant ဖြစ်သည်ဟု တွေ့ရပါက Research ၏ရလဒ်များကို အသေးစိတ်မကြည့်ဘဲ မှားယွင်းသောလက်လှမ်းမီမှု အမျိုးအစားအတွက် Activity ကို ရေးဆွဲကောင်းရေးဆွဲမိမည်ဖြစ်သည်။

4. **Task 12 Handout 2 - လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်နမူနာပုံစံများ** ကို သင်တန်းသားများပေး၍ **Task 3 Handout 2 - ဖြည့်စွက်ပြီး DBC Framework နမူနာပုံစံများ** မှ ကြက်ဘဲမွေးမြူရေးနှင့်သက်ဆိုင်သည့် နမူနာ ၁ ကိုကြည့်ရန်ပြောပါ။ Determinant များနှင့် တွဲစပ်နေသော Bridges to Activities များကို အတူတကွဖတ်ပါ။ **Handout 1** တွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း တစ်စုံတစ်ခုကို ပိုမိုတိုးလာအောင်၊ ပိုမိုကောင်းမွန်လာအောင်၊ ပိုမိုလျော့ကျသွားအောင်၊ ပိုမိုလျော့နည်းလာအောင် သို့မဟုတ် ပိုမိုခိုင်မြဲလာအောင် ပြုလုပ်ရမည်ကို Bridge to Activity မှတဆင့်သိနိုင်သည်။ Determinant ကို မည်ကဲ့သို့ပြောင်းလဲလိုသည်ကို ယင်းမှတဆင့် သိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

5. Determinant အားလုံးသည် တစ်စုံတစ်ခုအပေါ် ဦးတည်အုပ်စု၏ရှုမြင်ပုံဖြစ်သဖြင့် Bridges to Activities များကို "ထင်မြင်ယူဆချက်" ဟူသောအသုံးအနှုန်းဖြင့် ရေးသားလေ့ရှိသည်ကိုမကြာခဏတွေ့ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ခြွင်းချက် အနေဖြင့် မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ (Perceived self-efficacy) – ယင်းတွင် Bridge to Activity ကို "… နိုင်စွမ်းမြှင့်တင်ပေးရန်" ဟုရေးသားသည် - နှင့် လုပ်ဖြစ်အောင် သတိပေးသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာ/ သတိရစေသည့် အရာများ (Cue for Action) - ယင်းတွင် Bridge to Activity ကို "… ပြုလုပ်ရန် သတိရနိုင်စွမ်းမြှင့်တင်ပေးရန် သို့မဟုတ် … ပြုလုပ်နည်းကိုသတိရစေရန်" ဟုရေးသားသည် - တို့ဖြစ်သည်။

6. Bridge to Activity အစား Activity ရေးသားလိုစိတ်ဖြစ်လာလေ့ရှိကြောင်း၊ သို့သော်လည်း ယင်းတို့သည် မတူကွဲပြားကြောင်း ရှင်းပြပါ။ Activity ကို ပြုခြင်းပြကြိယာဖြင့် အစပြုရေးသားလေ့ရှိသည်။ Bridge to Activity က ပို၍ ယေဘုယျသဘောဆန်ပြီး ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသည့် Activity များစွာထဲမှ အစီအစဉ်ရေးဆွဲသူက ပြန်လည်ရွေးချယ်နိုင်သည်။ Bridge to Activity ရေးသားရာတွင် Activity ကိုစိတ်စွဲ၍ ရေးသားခြင်းမပြုသင့်ပါ။ ယင်းသို့ပြုလုပ်ပါက ပြဿနာကိုဖြေရှင်းနိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို ကန့်သတ်လိုက် သကဲ့သို့ဖြစ်သွားနိုင်သည်။

7. သင်တန်းသားများ အဖွဲ့ငယ်များခွဲပေး၍ **Task 12 Handout 3 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများ ကိုအခြေခံ၍ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များကိုရေးသားခြင်း** ကိုကြည့်ရန်ပြောပါ။ ဘယ်ဘက်ကော်လံမှဖော်ပြချက်များသည်

Bridges to Activities ရေးသားရန်လိုအပ်သော Formative Research မှရရှိလာသောရလဒ်များဖြစ်ပြီး အလယ်ကော်လံတွင် ဖော်ပြချက်နှင့်ဆက်စပ် နေသည့် Determinant ပါဝင်သည်။ အဖွဲ့ငယ်အလိုက် (သို့မဟုတ် တစ်ဦးချင်းအလိုက်) ဖော်ပြချက်များခွဲ၍လေ့လာရန် တာဝန်ပေးပြီး ဖော်ပြချက်တစ်ခုလျှင် Bridge to Activity တစ်ခုရေးသားရန်ပြောပါ။ Bridge to Activity များကို အဖွဲ့ငယ်များ ရေးသားပြီးစီးပါက အဖြေများကို သင်တန်းသားအားလုံးနှင့်အတူပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ အဖြေများကို နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှ **Task 12 Handout 3 အတွက်အဖြေလွှာ**နှင့်တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေး၍ အမှန်ပြင်ပေးပါ။ မေးခွန်းများမေးလာပါက ပြန်လည်ဖြေကြားပါ။

8. Bridges to Activities ရေးသားခြင်းသည် အစပိုင်းတွင် ခက်ခဲသည်ဟုထင်ရသော်လည်း ရေးသားရာတွင် တည့်မတ်ပေးမည့် Formative Research ပြုလုပ်ပြီးသည်နှင့် ပိုမိုလွယ်ကူလာမည်ဖြစ်သည်။ Bridges to Activities များသည် Determinant နှင့် Activities များအကြား ချိတ်ဆက်ပေးသောအရာဖြစ်သည်။ Bridges to Activities များက Activities များမဟုတ်ပါ။

Task 12 Handout 1
လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူး အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်

Formative Research (Barrier Analysis - အတားအဆီးများကို လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်း (သို့မဟုတ်) Doer/Non-Doer Study- ကျင့်သုံးသူနှင့် မကျင့်သုံးသူများအား နှိုင်းယှဉ်လေ့လာ ခြင်း) သုတေသနလုပ်နေစဉ် ဦးတည်အုပ်စုမှ ပေးသောအဖြေများပေါ် အခြေခံ၍ သုတေသန တွင်တွေ့ရှိရသော ပြဿနာကိုဖြေရှင်းရန် မည်သည့်အရာ လုပ်သင့်သည်ကို ပိုမိုတိကျစွာ ဖော်ပြထားရာများကို လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများဟု ခေါ်သည်။ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူး တစ်ခုသည် "တိုးများစေသည်၊ လျော့နည်းစေသည်၊ တိုးတက်စေသည်၊ အားဖြည့်ပေးသည်" စသော လမ်းညွှန် ကြိယာတစ်ခုဖြင့် အဆုံးသတ်သည်။ ဦးတည်အုပ်စု၏ ထင်မြင်ယူဆချက်ကို ပြောင်းလဲရန် အဆိုပြုသည်။ ရာခိုင်နှုန်းဖြင့် မဖော်ပြပါ။

လုပ်ငန်းပေါင်းကူးတစ်ခု ရေးသားပုံ

...ဟူသော ထင်မြင်ယူဆချက်ကို

သို့မဟုတ် ...လုပ်နိုင်စွမ်းကို (Self-efficacy-မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု (သို့) Cue for Action-မှတ်မှတ်ရရလုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်)

သို့မဟုတ် ...ရရှိနိုင်မှုကို (Access- လက်လှမ်းမီမှု)

+

လမ်းညွှန်ကြိယာ (တိုးများစေသည်၊ လျော့နည်းစေသည်၊ တိုးတက်စေသည်၊ အားဖြည့်ပေးသည်)

Task 12 Handout 2
လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူး ဥပမာ

အမူအကျင့်-

ကြက်မွေးမြူသော ဦးတည်အရွယ်ရောက် အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးများသည် ကြက်များကို အချိန်တိုင်း ခြံထဲတွင် ထည့်ထားသည်။

Determinants(အပြုအမူအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များ)	Bridges to Activities (လုပ်ငန်းစဉ် ပေါင်းကူးများ)
ထင်မြင်ထားသော ဆိုးကျိုးများ (Perceived negative consequences)	• ကြက်များကို ခြံခတ်၍ မွေးမြူလျှင် ပို၍ဥသည်ဟူသော ထင်မြင်ယူဆချက်ကို <u>တိုးများစေသည်။</u> • ခြံခတ်ရန် ငွေကြေးနှင့် လုပ်အားများ စိုက်ထုတ်လေ၊ အမြတ်ပိုများများကျန်လေ ဟူသော ထင်မြင်ယူဆချက်ကို <u>တိုးများစေသည်။</u>
မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု (Self-Efficacy)	• ကြက်များ ဆက်လက် ဥစေရန် အစာနှင့်ရေ လုံလောက်စွာ ကျွေးရမည် ဟူသော လယ်သမားများ၏ အသိပညာနှင့် စွမ်းရည်ကို တိုးတက်စေသည်။
ထင်မြင်ထားသော ကောင်းကျိုးများ (Perceived positive consequences)	• ကြက်များကို ခြံခတ်မွေးမြူခြင်းဖြင့် ၁။ တောတွင်းတိရစ္ဆာန်များ၏ဘေးရန်နှင့် ဖျားနာခြင်းကြောင့် ဆုံးရှုံးမှုကို လျော့နည်းစေသည်၊ ၂။ ကြက်များယက်သောကြောင့် အပင်များပျက်စီးမှုကို လျော့နည်းစေသည်၊ ၃။ ကာကွယ်ဆေးထိုးရလွယ်ကူစေသည်၊ ၄။ အသုံးဝင်သော ကြက်ချေးများကို ရရှိစေသည်- စသောထင်မြင်ယူဆချက်များကို <u>တိုးများစေသည်။</u>
လက်လှမ်းမီမှု (Access)	• ဈေးသက်သာသော ခြံတိုင်များ၊ ကြက်စာများ ရရှိနိုင်မှုကို <u>တိုးများစေသည်။</u>

Task 12 Handout 3

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများကို ကြည့်၍ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ ရေးသားခြင်း

ရွေးချယ်ထားသော အပြုအမူနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ထိုအပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာတစ်ခု အတွက် လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူး အနည်းဆုံးတစ်ခု ရေးသားပါ။

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၁။ မညီညာတဲ့ တောင်စောင်းက မြေပေါ်မှာ အပင်ဘယ်လို စိုက်ရမယ် ဆိုတာ ငါမသိဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	
၂။ မြေဩဇာသုံးရင် သုံးတဲ့ပိုက်ဆံနဲ့ရော၊ အားစိုက်ရတဲ့လုပ်အားနဲ့ရော တွက်ရင် မတန်ဘူးလို့ ငါ့ယောက္ခမက ပြောတယ်။ မြေဩဇာသုံးလို့ သူ ငါ့ကို ရှုံးမိုက်တယ်လို့ မမြင်စေချင်ဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **လူမှုထုံးစံများ**	
၃။ ငါ့လယ်တွေကို မီးမရှို့ရင် နောက်နှစ်ကျရင် ပိုးကျတဲ့ဒုက္ခတွေ ငါပိုပြီး ကြုံတွေ့ရမယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	
၄။ ပြောင်းတွေကို အတန်းလိုက် စိုက်ပျိုးရင် လေတိုက်ပြီး ပြိုလဲနိုင်ခြေ ပိုများတယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	
၅။ ဆေးခန်းကို သွားမပြချင်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ နောက်ဆုံး တစ်ကြိမ် သွားပြတုန်းက ငါ့အပေါ် သူတို့ အရမ်းရိုင်းပြတယ်။	**လက်လှမ်းမီမှု (သို့မဟုတ်)** ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	
၆။ အိမ်မှာမဟုတ်ပဲ အပြင်မှာအလုပ် သွားလုပ်ရရင် ငါ့ကလေးကို မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်းတိုက်ဖို့ ခက်ခဲလိမ့်မယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	
၇။ ပေါင်းရှင်းရတာကို ငါမုန်းတယ်။ ဘယ်အပင်ကပေါင်းပင်လဲ၊ ဘယ်အပင်က ငါစိုက်တဲ့အပင်လဲဆိုတာ ငါမခွဲတတ်ဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	

Formative Research မှတွေ့ရှိမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၈။ ပီလောပီနံမျိုးကွဲအသစ်ကို ငါစိုက်တော့မယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီမျိုးကွဲတွေကို သုတေသနပျိုးခင်း ကနေ ဖြန့်ဝေမယ့်နေ့ကို ငါမေ့နေ တယ်။	**မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ**	
၉။ ပေါင်မပြည့်တဲ့ကလေးတွေသာ အာဟာရချို့တဲ့နိုင်ခြေပိုများတယ်။ ငါ့ကလေးက ပုံမှန်ပေါင်ချိန်နဲ့ မွေးလာတာ။ အာဟာရချို့တဲ့မှာ စိုးရိမ်စရာမလိုဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော-**အကြောင်းအရာ တစ်ခုခုကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုပေါ်တွင် ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု**	
၁၀။ ငါ့လယ်ကို လေ့ကားထစ် လုပ်ပြီးမစိုက်ရင် အပေါ်ယံမြေဆီလွှာ ဆုံးရှုံးမယ်လို့ ကြားဘူးတယ်။ ဒါပေမယ့် ငါ့လယ်မှာ အပေါ်ယံ မြေဆီလွှာ တွေအများကြီးရှိတယ်။ လေ့ကားထစ်လုပ်ပြီးမစိုက်လည်း ပြဿနာ မဟုတ်ပါဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော-**အကျိုးသက်ရောက်မှု သည် မည်မျှ ပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု**	
၁၁။ ငါတို့ရဲ့မစင်တွေကို ဖုံးအုပ်ရမယ်လို့ ကျမ်းစာကပြောတယ်။ ဒါကြောင့် ငါတို့မိသားစု အိမ်သာတစ်လုံး ဆောက်ခဲ့တယ်။	**ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ**	
၁၂။ ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ငါ့ကလေးကို ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ ခေါ်သွားခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် သူတို့ကပြောတယ်။ ကလေးတစ်ယောက်ထဲ အတွက်နဲ့တော့ ကာကွယ်ဆေး ပုလင်းကို မဖွင့်နိုင်ဘူးလို့ပြောတယ်။	**မူဝါဒများ**	အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကိုကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက်၊ ၊ ၊
၁၃။ လယ်ပြင်တဲ့အနေနဲ့ တောင်ယာ လယ်ကွက်တွေကို မီးရှို့တာဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဓလေ့ပါ။	**ဓလေ့ထုံးတမ်းများ**	
၁၄။ ကျွန်တော်ဇနီးတစ်ယောက် တည်းနဲ့ပဲ ကိုယ်လက်နီးနှောဖို့က တော်တော် ခက်တယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော-**မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၁၅။ ဒီနှစ်တော့ ကျွန်မရဲ့ ခင်ပွန်းက ကျွန်မကို မိသားစုစားဖို့ သီးပင်စားပင်တွေထက် ဝင်ငွေရ အပင်တွေ ပိုစိုက်စေချင်တယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **လူမှုထုံးစံများ**	
၁၆။ သားဆက်ခြားနည်းကို ငါသုံးမယ်။ ဒါပေမယ့် ငါကြိုက်တဲ့ သားဆက်ခြားနည်းအမျိုးအစားကို သူတို့မပေးတော့ဘူး။	**လက်လှမ်းမီမှု**	
၁၇။ ဒီနှစ် ကြွက်ရန်ကာကွယ်ဖို့ ပိုကောင်းတဲ့ သတ္တုကိုဒေါင်တစ်ခု ငါဆောက်ချင်တယ်။ မနှစ်တုန်းက ငါ့ပြောင်းအများကြီးကို ကြွက်တွေ စားသွားတယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးများ**	
၁၈။ တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်တစ်ယောက် ကောင်းကောင်းသာ အနီးအနားမှာ ရှိရင် ကျွဲနွားသုံးပြီး လယ်ထွန်ဖို့ တော်တော်လွယ်သွားမယ်။	**လက်လှမ်းမီမှု**	
၁၉။ ငါ့ကလေးအအေးမိရင် သူ့ရဲ့အသက်ရှူနှုန်းကို စစ်ကြည့်သင့်တယ်ဆိုတာ ငါကြားဖူးတယ်။ ဒါပေမယ့် ငါမေ့နေတယ်။	**မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ**	
၂၀။ ငါကြိုးစားကြည့်သေးတယ်။ ဒါပေမယ့် အချိန်နဲ့ခွန်အားအရမ်းကုန်တယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	
၂၁။ ငါ့ကလေးက ကိုယ်အလေးချိန်မပြည့်မီလည်း ဘာဖြစ်မှာမို့လို့တုန်း။ သူက တစ်ဖြည်းဖြည်းကြီးထွားနေတာပဲလေ။ ငါလည်း သူ့အရွယ်တုန်းက အဲဒီလိုပဲ ခပ်ညှက်ညှက်ပဲ။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု**	

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၂၂။ ဒီနှစ် ငါ့လယ်က အထွက်တိုးမတိုး ဆိုတာ ဘုရားအလိုတော်ပဲ။ အထွက်တိုးဖို့ ငါလုပ်နိုင်တာလည်း သိပ်မရှိဘူး။	**ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ**	
၂၃။ ငါ့ကလေးသာ အာဟာရပြည့် နေရင် ငါတို့ကို စားနပ်ရိက္ခာပေးမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ငါ့ကလေးကို ဆက်ပြီး နို့တိုက်လို့မဖြစ်ဘူး။ စားနပ်ရိက္ခာကသာ ငါ့မိသားစု တစ်ခုလုံးအတွက် ပိုတန်ဖိုးရှိတယ်။	**မူဝါဒများ** ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	
၂၄။ တို့လူမျိုးစုက သူတို့လူမျိုးစုနဲ့ အတူတူ စားသောက်လို့မရဘူး။ ဒါကြောင့် သူတို့နဲ့အတူတူ စည်ဝေးသွားထိုင်လို့ မဖြစ်ဘူး။	**ဓလေ့ထုံးတမ်းများ**	

တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Form)

ယနေ့ပြုလုပ်ခဲ့သောအရာများအပေါ် စိတ်ကျေနပ်မှုပမာဏကို အောက်ပါအတိုင်းဖော်ပြပါ။ ထို့နောက် ယင်းတို့ကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် ပြုပြင်လုပ်ဆောင်သင့်သည်တို့ရှိပါက ရေးသားဖော်ပြပါ။

ကွင်းဆင်းလေ့ကျင့်ခန်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 11: အချက်အလက်များကို စုစည်း၊ ခွဲခြားဖော်ထုတ်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 12: လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများကို ရေးသားခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

တစ်နေ့တာအတွင်း အကျိုးအရှိဆုံးအရာ

ယခုအထိ ရှင်းလင်းစွာနားမလည်သေးသောအရာ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ

ပဥ္စမနေ့

ပြန်လည်ဆွေးနွေးသည့်လေ့ကျင့်ခန်း - Musical Chairs

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- တတိယနေ့နှင့်စတုတ္ထနေ့တွင်လေ့လာခဲ့သော ပင်မသဘောတရားများကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း
- ပဉ္စမနေ့၏အချိန်ဇယားနှင့်ရည်မှန်းချက်များကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၃၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းများ
- စတီရီယိုနှင့်က၍ကောင်းသောတေးသံသာ
- ရှိပါက - ပြန်လည်လေ့ကျင့်ရန်မေးခွန်းများအတွက် ရည်ညွှန်းကဒ်ပြားလွှတ်များ
- တစ်နေ့တာအတွက် အချိန်စာရင်းနှင့်ရည်မှန်းချက်များ

အဆင့်များ

1. **နည်းလမ်း ၁** - သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် မေးခွန်းတစ်ခုကျဖြင့် ရည်ညွှန်းကဒ်တစ်ကဒ်စီတွင်ရေး၍ သင်တန်းပို့ချသူထံ ပြန်လည်ပေးရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောရန် (သို့မဟုတ်)
   နည်းလမ်း ၂ - ဤလေ့ကျင့်ခန်းအဆုံးရှိ ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများအား အသုံးပြုရန်
2. ထိုင်ခုံများဖြင့် စက်ဝိုင်းပုံသဏ္ဍာန် (သို့မဟုတ် အတန်းနှစ်တန်း) ပြုလုပ်၍ ထိုင်ခုံရှေ့တွင် စက်ဝိုင်း၏ အပြင်ဘက်တွင် မတ်တပ်ရပ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ သင်တန်းသားဦးရေထက် ထိုင်ခုံအရေအတွက် လျော့နည်းနေစေရန် ထိုင်ခုံတစ်လုံး သို့မဟုတ် နှစ်လုံး ကို ဖယ်ရှားပါ။
3. သင်တန်းသားများအားရှင်းလင်းပြောပြရန် - တေးသီချင်းအချို့ကိုဖွင့်ပြပါမည်။ စက်ဝိုင်းပုံ/အတန်းလိုက်ချထားသော ထိုင်ခုံများ၏ အပြင်ပတ်ပတ်လည်တွင် လမ်းလျှောက်/ကပြရမည်ဖြစ်သည်။ သီချင်းရပ်တန့်သွားသည်နှင့် သင်နှင့်အနီးဆုံးထိုင်ခုံတွင်ထိုင်ချ သို့မဟုတ် လွတ်နေသောထိုင်ခုံကိုရှာဖွေပါ။ ထိုင်ခုံတစ်ခုံ သို့မဟုတ် နှစ်ခုံလျော့နေသဖြင့် သင်တန်းသားတစ်ဦး သို့မဟုတ် နှစ်ဦးက မတ်တပ်ရပ်ကျန်ရစ်နေမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းအနေအထားမျိုးတွင် မတ်တပ်ရပ်ကျန်နေသူများအား ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းတစ်ခုမေးပါ။ သီးချင်းရပ်တန့်သွားချိန်တွင် ထိုင်ခုံနေရာမရလိုက်သူအား နောက်ဆုံးမေးခွန်းဖြေဆိုခဲ့သူက မေးခွန်းတစ်ခုမေး ရမည်။
4. ဂိမ်းကိုစတင်ကစားမည်။ ခေတ္တရပ်ထားသောသီချင်းကို ပြန်ဖွင့်ပါ။ မတ်တပ်ရပ်လျှက်ကျန်ရစ်သူဟူသမျှ မေးခွန်းဖြေရမည်။

5. တစ်ကြိမ်လျှင် ထိုင်ခုံနှစ်လုံး သို့မဟုတ် သုံးလုံးဆွဲထုတ်၍ မေးခွန်းအားလုံးဖြေဆိုပြီးစီးသည်အထိ သီချင်းရပ်ထားချိန်များကို နည်းသထက်နည်းအောင် လျှော့ပါ။ အကယ်၍ မှားယွင်းသော သို့မဟုတ် မပြည့်စုံသော အဖြေများ ပေးလာပါက သင်တန်းသား အချင်းချင်းထံမှ အကူအညီရယူရန် ပြောပါ။
6. ယခုအစီအစဉ်ကို နံနက်ခင်းပိုင်းတွင်ပြုလုပ်ပါက တစ်နေ့တာအချိန်ဇယားနှင့်ရည်မှန်းချက်များကို သင်တန်းသားများနှင့်အတူ ပြန်လည်ဆွေးနွေးပါ။ စတုတ္ထနေ့အတွက် အကဲဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်းမှရလဒ်များကို အကျဉ်းချုံး ပြန်လည်ပြောပြပါ။ လိုအပ်ပါက ဖြည့်စွက်ဖြေကြားပေးရန် သို့မဟုတ် ရှင်းလင်းဖြေကြားပေးရန် သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် ကောင်းစွာနားမရှင်းသေးသည့်အရာများ၊ စိုးရိမ်မှုများ သို့မဟုတ် အကြံပြုချက်များရှိပါက လိုအပ်သလိုရှင်းလင်း ဖြေကြားပေးပြီးနောက် တစ်နေ့တာအကဲဖြတ်ချက် ပြုလုပ်ခဲ့သည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။

ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းများ

1. လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) ရေးသားရာတွင် မည်သည့်စကားလုံးများကို အသုံးပြုသင့်သနည်း။
2. အမူအကျင့်တစ်ခုကို ပြောင်းလဲရာတွင် ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်တွင်ရောက်ရှိနေသူတစ်ဦးကို နမူနာအဖြစ်ပြောပြပါ။
3. ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများနှင့် မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသော အရည်အချင်းများ အကြား မည်သည့် ခြားနားမှုများရှိသနည်း။
4. ထိခိုက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်း/အန္တရာယ်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
5. အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆခြင်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
6. အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများအား သိရှိမှုပေါ်အခြေခံ၍ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များရေးသားသည့် အဆင့်ကို ကျော်၍ လုပ်ငန်းများကိုရေးသားရန် အဘယ့်ကြောင့်မဖြစ်နိုင်သနည်း။
7. သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စု/များ (Influencing Groups) ကို မည်ကဲ့သို့ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်သနည်း။
8. ဦးတည်အုပ်စုတစ်ခုနှင့်အမူအကျင့်တစ်ခုအတွက် မည်သည့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) က အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်ကြောင်း မည်ကဲ့သို့သိနိုင်သနည်း။
9. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) ကို အဘယ့်ကြောင့်ပြုလုပ်ရသနည်း။
10. ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) တွင် တွေ့ရှိခဲ့သည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှု အရှိဆုံးအရာများနှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) အကြား တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်မှုရှိစေရန် မည်ကဲ့သို့ ပြုလုပ်မည်နည်း။
11. အရေးကြီးသောအဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာအသီးသီးအတွက် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) တစ်ခု ရေးသားရသည့် အဓိကရည်ရွယ်ချက်ကဘာလဲ။
12. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) မှရလဒ်များအား ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာရာတွင် ရာခိုင်နှုန်းမည်မျှ ပမာဏရှိမှသာ အရေးပါသည်ဟု သတ်မှတ်သနည်း။
13. ပြဿနာနှင့်သာသက်ဆိုင်ပြီး အမူအကျင့်နှင့်မသက်ဆိုင်သော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာ ၂ ခုကို ဖော်ပြပါ။

14. အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများနှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) များအကြား အကြီးမားဆုံး ခြားနားချက်ကိုဖော်ပြပါ။
15. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) ပြုလုပ်ရာတွင်ပါဝင်သည့် အဆင့် ၃ ဆင့်ကိုဖော်ပြပါ။
16. လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) ၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကိုဖော်ပြပါ။
17. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) ပြုလုပ်ရာမှ ရရှိလာသောအချက်အလက်များကို ဇယားကွက်၌ထည့်သွင်းရာတွင် အင်တာဗျူးပြုလုပ်မည့်သူများအား ပါဝင်စေရန် အဘယ့်ကြောင့်အရေးကြီးသနည်း။
18. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) ပြုလုပ်ရာတွင် အင်တာဗျူးကောင်းသူတစ်ဦးဖြစ်ရန် မည်သည့်ကျွမ်းကျင်မှုများလိုအပ်သနည်း။
19. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) မှ ရလဒ်များကို ဇယား၌ထည့်သွင်းရာတွင် ထိရောက်မှုရှိစေရန် မည်သည့်ကျွမ်းကျင်မှုများ လိုအပ်သနည်း။
20. ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများကိုဆန်းစစ်ရန် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) တွင် မည်သည့်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းသနည်း။
21. ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများကိုဆန်းစစ်ရန် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) တွင် မည်သည့်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းသနည်း။
22. လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများကိုဆန်းစစ်ရန် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) တွင် မည်သည့်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းသနည်း။
23. အင်တာဗျူးများပြုလုပ်ပြီးသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် အချက်အလက်များကိုဇယားတွင်းထည့်သွင်းခြင်း၏ အဓိက အကျိုးကျေးဇူးတွေက ဘာတွေလဲ။
24. ကုဒ်သွင်းသည်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
25. မှားမှန်ရွေးပါ - စီမံကိန်းဒေသတွင် အမူအကျင့်တစ်ခုကိုကျင့်သုံးသူဦးရေမည်မျှရှိသည်ကိုသိရှိနိုင်ရန် အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) ပြုလုပ်ခြင်းက အထောက်အကူပြုသည်။
26. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုအတွက် အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) ၏ အခန်းကဏ္ဍက ဘာလဲ။
27. အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) နှင့် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) အကြား ဆင်တူသည့်အရာ ၃ ခုကိုဖော်ပြပါ။
28. အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာတစ်ခုလျှင် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) တစ်ခုထက်မက ရှိနိုင်ပါသလား။ ရှိနိုင်ပါက နမူနာတစ်ခုဖော်ပြပါ။
29. လုပ်ငန်း (Activities) နှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) တို့ကို မည်ကဲ့သို့ခွဲခြားနိုင်သနည်း။
30. ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) ပြုလုပ်ချိန်တွင် (အကောင်းဆုံးအရေအတွက်ဖြစ်သည့် ၄၅ ဦး မရနိုင်ဟုယူဆရပါက) ကျင့်သုံးသူဦးရေအလုံအလောက်ရရှိနိုင်ရန် မည်ကဲ့သို့ပြုလုပ်မည်နည်း။ နမူနာဖြင့် ဖြေဆိုပါ။

TASK 13 - DBC Framework များ

အပိုင်း ၂ - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့်လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) မှ အချက်အလက်များကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း
- အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုအတွက် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) အနက် အရေးအကြီးဆုံးတို့ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
- ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စု/များ (Influencing Groups) ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
- DBC Framework အတွက် ဦးစားပေးလုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) ၃ သို့မဟုတ် ၄ ခုကို ဖော်ထုတ်သိရှိ ထားသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများနှင့်ဆက်စပ်၍ ရေးသားခြင်း
- အခြားသင်တန်းသားများ၏ DBC Framework များကို ဖတ်ရှုစိစစ်၍ အပြုသဘောဆောင်သောမှတ်ချက်များပေးခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 3 Handout 1 တွင် ရေးသားထားသကဲ့သို့ အဖွဲ့ငယ်အသီးသီး၏ဖြည့်စွက်ဆဲ DBC Framework - DBC Framework အလွတ်နှင့်အပိုစာရွက်များ
- အဖွဲ့ငယ်အသီးသီးအတွက် အချက်အလက်များ (သင်တန်းပို့ချသူအတွက် မှတ်စုများတွင် ကြည့်ပါ) ဥပမာ Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးခွဲခြားစိစစ်ရန်အချက်အလက်နမူနာများ
- Task 13 Handout 1 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ ရှာဖွေဖော်ထုတ်နည်း လမ်းညွှန်ချက်များ
- Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သော အရေးပါသည့်အရာများ
- Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးနည်း
- နံရံတွင်ကပ်ထားမည့် Flip Chart ဖြင့်ရေးထားသော အဖွဲ့အသီးသီး၏ DBC Framework
- Task 13 Flip Chart 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးခြင်းကို ပြန်လည်ဆွေးနွေးမည့် မေးခွန်းများ
- အပြုသဘောဆောင်သော ဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးရန် စာရွက်နှင့်မာကာများ

သင်တန်းပို့ချသူအတွက်မှတ်ချက်

အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) နှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) များကို အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရာတွင် Task 6 တွင် ရွေးချယ်ခဲ့သောအမူအကျင့်အလိုက် နမူနာ အချက်အလက်များကို အဖွဲ့ငယ်အသီးသီးအတွက် စုစည်းထားရမည်။ ပြုလုပ်ပုံနမူနာကို **Task 11 Handout 2 - အတားအဆီးများခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန်နမူနာအချက်အလက်** တွင်ကြည့်ပါ။ အင်တာဗျူးဖြေဆိုသူဦးရေကို မဖြစ်မနေ ထည့်သွင်းရန်မလိုအပ်ပါ။ ရာခိုင်နှုန်းမျှဖြင့် လုံလောက်ပါသည်။

အဆင့်များ

4. **Task 6** တွင် DBC Framework ရေးဆွဲခဲ့သော အဖွဲ့များအတိုင်းထိုင်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။
5. ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသော အချက်အလက်များကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ သင်တန်းသားများအား ရှင်းလင်းပြောပြရန် - အချက်အလက်များသည် ဦးတည်အုပ်စုအလိုက် စုစည်းထားသောအချက်အလက်များဖြစ်ပြီး အမူအကျင့် ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) မှ ရလဒ်များကိုပြသသည်။
   မှတ်ချက် - အကယ်၍ သင်တန်းသားများသည် လက်တွေ့လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ချိန်တွင် ကျင့်သုံးသူ/ မကျင့်သုံးသူ လေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) ဖြင့် အချက်အလက်များကောက်ယူခဲ့ကြပြီး အမူအကျင့်သည် အဖွဲ့၏ Framework များ အနက်မှ တစ်ခုခုနှင့်ဆက်စပ်မှုရှိပါက Framework ကို ဆက်လက်ရေးဆွဲရာတွင် ယင်းအချက်အလက် များကို ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည်။
6. **Task 13 Handout 1 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့်လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ ရှာဖွေဖော်ထုတ် နည်းလမ်းညွှန်ချက်များ** ကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ ယင်းတွင် ယခုလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ရန်လမ်းညွှန်ချက်များပါဝင်သည်။ အသံထွက်ဖတ်၍ မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုပါ။ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) နှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) များကို ဖော်ထုတ်ရာတွင် အဖွဲ့အသီးသီးအနေဖြင့် ပေးထားသော အချက်အလက်များကိုအသုံးပြုရန် အလေးထားပြောပြပါ။
7. DBC Framework ကိုစတင်ရေးဆွဲရန် အဖွဲ့ငယ်များအားပြောပါ။ လိုအပ်ပါက အကူအညီပေးရန် လှည့်လည် ကြည့်ရှုပါ။
   မိနစ် ၅၀ ခန့်ကြာပြီးနောက် အဖွဲ့အသီးသီးအား Flip chart စာရွက်နှင့်မာကာများပေးပါ။ DBC Framework များကို Flip chart တွင် ရေးဆွဲ၍ Framework များနှင့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှု အရှိဆုံးအရာများရှာဖွေဖော်ထုတ်ရာတွင် အသုံးပြုသော အချက်အလက်များကို နံရံတွင်ကပ်၍ ပြသရန်ပြောပါ။
   ဝေဖန်/အကြံပြုချက်စာရွက်ကိုလည်း DBC Framework နှင့်ကပ်လျက် (အဖွဲ့၏အမှတ်စဉ် သို့မဟုတ် အမည်ဖော်ပြ၍) သို့မဟုတ် အဖွဲ့၏ပင်မ Framework အနီးရှိ စားပွဲပေါ်တွင်ပြသထားရန်ပြောပါ။ အကြံပြုချက် ရေးရန်စာရွက်များကို Flip chart များ၏ဘေးတွင် သို့မဟုတ် အခန်းတွင်း နေရာအနှံ့ရှိ စားပွဲများပေါ်တွင် ထားရှိရ မည်။

8. အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်သုံးသပ်ချက်များပေးခြင်းနှင့်ဝေဖန်သုံးသပ်ရန်မေးခွန်းများမေးခြင်း

5a. သင်တန်းသားများအား ရှင်းလင်းပြောပြရန် - အဖွဲ့အသီးသီး၏ DBC Framework များကို သင်တန်းသားအချင်းချင်း ပြန်လည် ဆန်းစစ်ဝေဖန်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် အကျိုးရှိနိုင်ပါသည်။ ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC မဟာဗျူဟာများပိုမိုတိုးတက် လာစေရန်နှင့် ရှင်းလင်းစွာနားလည်စေရန် နည်းလမ်းကောင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ပထမဦးစွာ အပြုသဘောဆောင်သော ဝေဖန်အကြံပြုချက်ပေးသည့်နည်းလမ်းသစ်တစ်ခုနှင့်မိတ်ဆက်ပေး၍ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

5b. အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက် (စာဖြင့်၊ နှုတ်ဖြင့်) ပေးရာတွင် လိုက်နာရမည့် နည်းလမ်းများ ကို **Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးနည်း** ကိုရည်ညွှန်း၍ သင်တန်းသားများနှင့်အတူ ပြန်လည်ဆွေးနွေး သုံးသပ်ပါ။ မေးခွန်းများအား ရှင်းလင်း ဖြေကြားပါ။

5c. အကြံပြုချက်ပေးရာတွင် သင်တန်းသားများသည် "... ဆိုရင်ဘယ်လိုနေမလဲ" သို့မဟုတ် "တကယ်လို့ ... ဆိုရင်ကော" ဟူသော အသုံးအနှုန်းများကို အသုံးပြုသင့်ကြောင်း အလေးအနက် ပြောပြပါ။ အပြုသဘောဆောင်မှုအပေါ်အလေးထားရန်နှင့်မလိုအပ်ဘဲ ကြာမြင့်စွာရှင်းလင်း ပြောကြား နေခြင်း တို့ကိုရှောင်ရှားရန် ဝေဖန်အကြံပြုချက်လက်ခံသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ရေးသားချက်များ အတွက် ဆင်ခြေပေးခြင်း သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ရွေးချယ်ထားသောအရာများအတွက် ခုံခံကာကွယ် ပြောဆိုခြင်းတို့ မပြုလုပ်သင့်ပါ။ "ကျေးဇူးတင်ပါတယ်" ဟုသာ ပြောသင့်သည်။

5d. **Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည် ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းများ** ကိုဖြန့်ဝေ ပေး၍ ဖတ်ပြပေးလိုသူအားဖိတ်ခေါ်ပါ။ ဝေဖန်အကြံပြုချက်များ ပေးရာတွင် ယင်းအသုံးအနှုန်းများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။

9. DBC Framework များကို ပြန်လည်လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်း

6a. **Flip chart 2** မှ ပြန်လည်ဆွေးနွေးမည့်မေးခွန်းများဖြင့်စဉ်းစားသုံးသပ်၍ **Flip chart 1** မှ လမ်းညွှန်ချက် များနှင့်အညီ ဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးခြင်းဖြင့် အခြားအဖွဲ့များ၏ DBC Framework များကို ၄-၅ မိနစ်စီခြား၍ လေ့လာဆန်းစစ်ရန် အဖွဲ့ငယ်အသီးသီးအားပြောပါ။

6b. အဖွဲ့တိုင်းက အခြားအဖွဲ့အသီးသီး၏ Framework များကို တစ်ခုပြီးတစ်ခုဆက်လက် လေ့လာနိုင် စေရန် သင်တန်းပို့ချသူများက အချိန်မှတ်၍ သတိပေးရမည်။

6c. တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့ ဝေဖန်သုံးသပ်ချက်များအပြန်အလှန်ရေးသားပြီးသည်နှင့် မိမိတို့၏ Framework ရှိရာသို့ပြန်သွား၍ အခြားအဖွဲ့များ၏ဝေဖန်အကြံပြုချက်များကို ဖတ်ရှုရန်ပြောပါ။ အဖွဲ့အသီးသီးမှ ဆန္ဒရှိသူ ၂ ဦးစီဖိတ်ခေါ်၍ အကောင်းဆုံး အကြံပြုချက် ၂ ခုပေးရန် သို့မဟုတ် အကြံပြုချက်များအပေါ် ရှင်းလင်းချက်များတောင်းခံရန် ပြောပါ။

Task 13 Handout 1 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ ရှာဖွေဖော်ထုတ်နည်းလမ်းညွှန်ချက်များ

အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ ဦးတည်အုပ်စုတစ်ခုအတွင်း၌ မြှင့်တင်ပေးရမည့်အမူအကျင့်တစ်ခုကို ရေးသားခဲ့ကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ယခုတစ်ကြိမ်တွင် အောက်ပါတို့ကို အတူတကွဆောင်ရွက်ရပါမည် -

- အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုအလိုက် အရေးအကြီးဆုံး အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကို ပေးထားသောအချက်အလက်များ (သို့မဟုတ် လက်တွေ့ကွင်းဆင်းမှုပြုလုပ်စဉ်က ကောက်ယူရရှိခဲ့သော အချက်အလက်အစစ်အမှန်များ) ကို အသုံးပြု၍ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
- အမူအကျင့်ကို ဦးတည်အုပ်စုက ကျင့်သုံးလာစေရန် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့်အရာများအနက်မှ အရေးအကြီးဆုံးဟု ယူဆရသော ဦးစားပေးလုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) ၄-၅ ခုရေးသားခြင်း
- အကယ်၍ လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများက အရေးကြီးသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာတစ်ခု (Determinant) ဖြစ်နေပါက ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စု/များ (Influencing Groups) ကိုရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း

အောက်ပါအဆင့်များအတိုင်းပြုလုပ်ပါက အချိန်ကိုစီမံရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်ပြမည်ဖြစ်သည် -

1. **Task 11 Handout 1 နှင့် Flip Chart 1 - Doer/Non-Doer Study အတွက် ရလဒ်များ ရေတွက်ရန်စာရွက်နမူနာပုံစံများ** မှ အမူအကျင့်နှင့်ဦးတည်အုပ်စုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို ပြန်လည်လေ့လာဆန်းစစ်ပါ။
2. ကျင့်သုံးသူနှင့်မကျင့်သုံးသူများအကြား ရာခိုင်နှုန်းခြားနားချက်သည် ၁၅ ထက်ပိုနေသည့် အဖြေများကိုရှာပါ။ လက်တွေ့ကွင်းဆင်း၍ ကောက်ယူခဲ့သောအချက်အလက်များကိုအသုံးပြုသည့်အဖွဲ့/များအနေဖြင့် **အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှုဇယားကွက်**နှင့်တိုက်ဆိုင် စစ်ဆေး၍ ရလဒ်များကို အတည်ပြုပါ။
3. အရေးအကြီးဆုံး အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာ ၂-၃ ခုကိုရှာဖွေ၍ DBC Framework ၏ သက်ဆိုင်ရာ ကော်လံတွင်ရေးပါ။ **Task 7 Handout 1 - အမူအကျင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သော အရေးပါသည့်အရာများ** ကိုပြန်လည်ဖတ်ရှုပါ။
4. လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) ရေးသားနည်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ Task 12 တွင် လေ့လာခဲ့သည့် အရာများကို ပြန်လည် ကိုးကား၍ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာ (Determinant) တစ်ခုလျှင် အနည်းဆုံး လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) တစ်ခုကို အဖွဲ့လိုက် DBC Framework ၏ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) ကော်လံတွင်ရေးပါ။

Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးနည်း

ဝေဖန်အကြံပြုချက်ပေးသူများသည် အောက်ပါမေးခွန်းအသုံးအနှုန်းများကို အသုံးပြုသင့်သည် -

"... ဆိုရင်ဘယ်လိုနေမလဲ"

သို့မဟုတ်

"တကယ်လို့ ... ဆိုရင်ကော"

ဝေဖန်အကြံပြုချက်လက်ခံသူများက အောက်ပါအတိုင်း ပြန်လည်ပြောသင့်သည် -

ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ

DBC Framework ကို ကြည့်ရှု၍ အောက်ပါမေးခွန်း ၂ ခုကိုဖြေဆိုပါ။

1. Framework တွင် မည်သည့်အချက်များက ကောင်းသနည်း။
2. Framework ကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် အဖွဲ့သားများအနေဖြင့် မည်ကဲ့သို့ပြုလုပ်၍ရသနည်း။

အထက်ပါမေးခွန်းများကိုဖြေဆိုရာတွင် ဆုံးဖြတ်ချက်အသီးသီး၏ အောက်ပါရှုထောင့်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပါ။

အမူအကျင့်

- အမူအကျင့်အား အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ရာတွင် မည်မျှကောင်းမွန်သနည်း။
- အမူအကျင့်သည် တိုင်းတာ၍ရနိုင်လောက်အောင် ရှင်းလင်းမှုရှိပါသလား။ အသေးစိတ်အချက်များ ပါဝင်ပါသလား။

ဦးတည်အုပ်စု

- ဦးတည်အုပ်စုသတ်မှတ်ချက်တွင် အသေးစိတ်အချက်များမည်မျှပါဝင်၍ မည်မျှဆီလျော်မှုရှိသနည်း။
- ယင်းအချက်အလက်က အမူအကျင့်ပြောင်းလဲရေးမဟာဗျူဟာအတွက် အထောက်အကူပြုပါသလား။

အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants)

- အရေးအကြီးဆုံး အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကို မှန်ကန်စွာရွေးချယ်ထားပါသလား။
- အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ရွေးချယ်ရာတွင် အချက်အလက်ကိုအခြေပြုပါသလား။

ဦးစားပေးလုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities)

- ရွေးချယ်ထားသော လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) နှင့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) အကြား မည်မျှဆက်စပ်မှုရှိသနည်း။
- လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) နှင့် လုပ်ငန်းများအကြား ကွာခြားမှုရှိပါသလား။
- လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) မှတဆင့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) အတွက် ဆောင်ရွက်သင့်သည့်အရာများကို သိရှိနိုင်ပါသလား။

TASK 14 – စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန်အားပေးလှုံ့ဆော်ရာတွင် သင်တန်းသားများလတ်တလောဆောင်ရွက်နေသော လုပ်ငန်းများကို စာရင်းပြုစုခြင်း
- လုပ်ငန်းများကို Determinants နှင့် Bridges to Activities တို့နှင့်ချိတ်ဆက်ခြင်း
- လုပ်ငန်းများရွေးချယ်သည့် စံသတ်မှတ်ချက်များအား လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
- ပေးထားသော Tools များဖြင့် လုပ်ငန်းရွေးချယ်ပုံကိုဝေဖန်သုံးသပ်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ ၂၀ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 3 Flip chart 1 – DBC Framework
- Task 3 Flip chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု (လုပ်ငန်း၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို အသားပေးရှင်းလင်းခြင်း)
- Task 14 Flip chart 1 - စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရန် စံပြုပုံစံ
- Task 14 Flip chart 2 - အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းများ - ဆောင်ရွက်သင့်သော လုပ်ငန်းများရွေးချယ်နည်း
- Task 14 Handout 1 - သင့်တော်မည့်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် စံသတ်မှတ်ချက်များ
- Task 14 Handout 2 – Determinants နှင့် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ Activities ချိတ်ဆက်ခြင်း

အဆင့်များ

10. နိဒါန်း

1a. **Task 3 Flip Chart 1 – DBC Framework** ကိုကြည့်ရန်ပြောပါ။ Barrier Analysis သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူ လေ့လာချက် (Formative Research) မှတဆင့် သိရှိလာသော Bridges to Activities များကိုဖော်ဆောင်ရန် အထိရောက်ဆုံး လုပ်ငန်းများရွေးချယ်နည်းကို လေ့လာကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

1b. BC မဟာဗျူဟာအရ "စီမံကိန်းလုပ်ငန်း (Activity)" ၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို သင်တန်းသားများအားမေးပါ။ အဖြေများကို နားထောင်ပေးပါ။

1c. **Task 3 Flip Chart 2 – DBC ဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ခု** မှ "Activity" ရှင်းလင်းချက်ကို ပြသပါ။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်း "Activity" ဆိုသည်မှာ လုပ်ငန်းများကိုစုစည်း၍ခေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်းလုပ်ငန်းများကို ပေါင်းစပ်၍ အကောင်အထည်ဖော်ပါက Bridges to Activities ကိုဖော်ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများသည် ပြုခြင်းပြကြိယာဖြင့် စတင်လေ့ရှိသည်။

11. လုပ်ငန်းစာရင်းကို ချဲ့ထွင်ခြင်း

2a. သင်တန်းသားများအားရှင်းပြရန် - ယခုရေးဆွဲမည့် Framework မှအစိတ်အပိုင်းသည် Activities များဖြစ်သည်။ ယင်းအတွက် ကျွန်ုပ်တို့တွင် တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်းရှိရန်လိုအပ်မည်ဖြစ်သည်။ သင်တန်းသားများစွာတွင် Activities အမျိုးမျိုးကို အကောင်အထည် ဖော်သည့် အတွေ့အကြုံများစွာရှိကြသည်။ ထို့ကြောင့် အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ စုပေါင်းစဉ်းစားခြင်းဖြင့် စတင်ကြပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ စီမံကိန်း အများစုတွင် ဦးတည်အုပ်စုများအား သင်တန်းပေးခြင်းနှင့်ပညာပေးအစီအစဉ်တစ်မျိုးမျိုးလိုအပ်သည်။ သို့သော်လည်း အမြဲပါဝင်လေ့ရှိသောယင်းအစီအစဉ်များမှအပ ကျွန်ုပ်တို့ဆောင်ရွက်ခဲ့သောအခြားလုပ်ငန်းများကို စဉ်းစားကြည့်ကြပါမည်။ သင်တန်း သို့မဟုတ် ပညာပေးအစီအစဉ်များမှအပ ယခင်ကဆောင်ရွက်ခဲ့ဖူးသော သို့မဟုတ် ကြားဖူးနားဝရှိသော လုပ်ငန်းအချို့ကိုပြောပြကြပါ။ ယခုတစ်ကြိမ်တွင် စားပွဲလိုက်အတူထိုင်နေသူများနှင့်အတူ သင်တန်း သို့မဟုတ် ပညာပေးအစီအစဉ်မဟုတ်သောလုပ်ငန်းများကို စာရင်းပြုစုပါ။

2b. **Task 14 Flip chart 1 - စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရန် စံပြပုံစံ** သင်တန်းသားများအားပြပါ။ အဖွဲ့လိုက်စဉ်းစားထားသော အခြား Activities များကို Flip chart စာရွက်လွတ်ပေါ်တွင် ချရေးပါ။ အသိပညာတိုးခြင်းအတွက်သာဖြစ်သော သင်တန်း သို့မဟုတ် အခြား Activities များကိုထည့်သွင်းခြင်းမပြုရပါ။ Activity အသီးသီးက မည်သည့် Determinant နှင့် Bridges to Activities များကို ဖြေရှင်းပေးသည်ကိုရှာဖွေ၍ Flip chart ပေါ်တွင်ရေးရန် အဖွဲ့များအားပြောပါ။

2c. Flip chart များကို နံရံပေါ်တွင်ကပ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ အဖွဲ့အသီးသီးကပြုလုပ်ထားသောအရာများကို လေ့လာရန် "ပြခန်းတွင်းလမ်းလျှောက်ခြင်း" (အခန်းတွင်းလှည့်လည်လေ့လာ) ရန် ပြောပါ။ ၁၀ မိနစ်ခန့်ကြာပြီးနောက် မေးမြန်းလိုသည်များရှိမရှိ၊ ၎င်းတို့၏ Activities များတွင် အကျဉ်းချုပ်ရှင်းလင်းချက်များထည့်သွင်းလိုခြင်းရှိမရှိ သင်တန်းသားများအားမေးပါ။

12. ယင်း Activities အမျိုးအစားများကို အဘယ့်ကြောင့်ရွေးချယ်ပါသလဲ။ အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ ဆွေးနွေးခြင်း

3a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - Activities များရွေးချယ်ရာတွင် သင်အသုံးပြုသော စံသတ်မှတ်ချက်များကို ပြောပါ။

3b. သင်တန်းသားများအားပြောရန် - ယခုပြောခဲ့သော စံသတ်မှတ်ချက်များနှင့်တူညီသော အရာအချို့ ပါဝင်ဖွယ်ရှိသည့် အထောက်အကူပြုအရာ ၂ ခုကိုဖြန့်ဝေပေးမည်ဖြစ်သည် (မပါဝင်ပါက ဖြည့်စွက်ပေးပါ)။ ယခင်က သင်မစဉ်းစားမိခဲ့သော စံသတ်မှတ်ချက်အချို့ကို တွေ့ကောင်းတွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။

3c. **Task 14 Handout 1 - သင့်တော်မည့်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် စံသတ်မှတ်ချက်များ** နှင့် **Task 14 Handout 2 – Determinants နှင့် Activities ချိတ်ဆက်ခြင်း** ကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ **Task 14 Flip chart 2 - အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ဆွေးနွေးရန် မေးခွန်းများ - ဆောင်ရွက်သင့်သော လုပ်ငန်းများရွေးချယ်နည်း** နှင့်သက်ဆိုင်သော လမ်းညွှန်ချက်များ နှင့်မေးခွန်းများကိုဖတ်ပြပေးလိုသူများအား ဖိတ်ခေါ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။

3d. သင်တန်းသားများသည် မူလအဖွဲ့ငယ်များအတိုင်း ၂၅ မိနစ်ကြာလေ့ကျင့်ခန်းကို အတူလုပ်ကြမည်။ ပြီးပါက Handouts များ၏ အသုံးဝင်မှုအပေါ် ၎င်းတို့၏လေ့လာတွေ့ရှိချက်များနှင့် Flip Chart 2 မှမေးခွန်းများကို ၎င်းတို့ မည်ကဲ့သို့ဖြေဆိုခဲ့သည်တို့ကို ပြန်လည်ပြောပြရန် အဖွဲ့အသီးသီးမှ တစ်ဦးစီဖိတ်ခေါ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးပါ။

13. အနှစ်ချုပ်ပြောကြားခြင်း

4a. နိဂုံးချုပ်အနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အသိပညာမြှင့်တင်ရန် သို့မဟုတ် အမူအကျင့်တစ်ခု၏ ကောင်းကျိုးများကိုသာ ပြောပြရန်သာ ဦးစားပေးသည့်လုပ်ငန်းများကိုဒီဇိုင်းရေးဆွဲရန် စိတ်အားထက်သန်လေ့ရှိကြောင်း အမူအကျင့်များရေရှည်ပြောင်းလဲမှုအတွက် ချောမွေ့စေရန် အခြားလုပ်ငန်းများက ပိုမိုသင့်တော်ပြီး ပိုမိုထိရောက်မှုရှိနိုင်သည်ကို ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် သတိပြုရန်လိုအပ်ကြောင်း ပြော၍ သင်ခန်းစာကိုအဆုံးသတ်ပါ။

4b. နောင်ပြုလုပ်မည့် Activities များရွေးချယ်ရာတွင် ၎င်းတို့၏ Handouts များကိုအသုံးပြုရန် သင်တန်းသားများအား တိုက်တွန်းပါ။ BC အပေါ်လွှမ်းမိုးသောအကြောင်းရင်းများအတွက် အဖြေရှာရာတွင် ယင်း Activities များက အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်စေရန် ဖြစ်သည်။

Task 14 Flip chart 1 - စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရန် စံပြုပုံစံ

Activity	Determinant	Bridges to Activities

Task 14 Handout 2 – Determinants နှင့် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ (Activities) ချိတ်ဆက်ခြင်း

လမ်းညွှန်ချက်များ

- **Task 14 Handout 1 - သင့်တော်မည့်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် စံသတ်မှတ်ချက်များ** နှင့် **Task 14 Handout 2 – Determinants နှင့် Activities ချိတ်ဆက်ခြင်း** ကို မိမိအဖွဲ့ငယ်အတွင်း ပြန်လည်လေ့လာပါ။
- အဖွဲ့သားတစ်ဦးကပြောသော သို့မဟုတ် မိမိ၏စီမံကိန်းတစ်ခုတွင် ဆောင်ရွက်နေသော Activity တစ်ခုကိုရွေးချယ်ပါ။
- အောက်ပါမေးခွန်းများကိုအသုံးပြု၍ Handout ၂ ခုမှ စံသတ်မှတ်ချက်များနှင့်ချိန်ထိုး၍ ယင်း Activity ရွေးချယ်ခဲ့ပုံကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ပါ။

မေးခွန်းများ

1. မည်သည့် Determinant (များ) ကို ယင်း Activity (များ) က ဖြေရှင်းပေးသနည်း။
2. "ရှိရမည့်အရာ" များစာရင်းနှင့် Activity ၏ကိုက်ညီမှုအခြေအနေမည်ကဲ့သို့ရှိသနည်း။ "ရှိရမည့်အရာ" အမျိုးအစား မည်မျှနှင့် Activity က ကိုက်ညီမှုရှိသနည်း။
3. "ရှိလျှင်ကောင်းသောအရာ" များစာရင်းနှင့် Activity ၏ကိုက်ညီမှုအခြေအနေမည်ကဲ့သို့ရှိသနည်း။ "ရှိလျှင်ကောင်းသောအရာ" အမျိုးအစားမည်မျှနှင့် Activity က ကိုက်ညီမှုရှိသနည်း။
4. သင့်အဖွဲ့သားများနှင့်ဆွေးနွေးချက်များပေါ်အခြေခံ၍ မူလ Activity ကိုပင်ပြန်လည်ရွေးချယ်မှာလား။ အဘယ့်ကြောင့်ရွေးချယ် မှာလဲ သို့မဟုတ် အဘယ့်ကြောင့်မရွေးချယ်မှာလဲ။

Task 14 Handout 1 - သင့်တော်မည့်လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် စံသတ်မှတ်ချက်များ

အောက်ပါစံသတ်မှတ်ချက်များသည် သင်ရွေးချယ်ထားသော Bridges to Activities ကို အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းနိုင်မည့် Activities အပေါ် အားလုံး၏သဘောတူညီမှုရယူရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် ရည်ရွယ်သည်။ သင့် BC လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သည့်အခြေအနေပေါ် မူတည်၍ ယခုစာရင်းတွင် ထပ်မံဖြည့်စွက်နိုင်သည်။

ရှိရမည့်အရာများ

Activity အောင်မြင်ရန် အောက်ပါစံသတ်မှတ်ချက်များရှိရမည်။ အကယ်၍ သင်တင်ပြထားသော Activity သည် အောက်ပါစံသတ်မှတ်ချက် ၃ ခုလုံးနှင့်ကိုက်ညီပါက ယင်း Activity ကိုဆက်လက်ဆောင်ရွက်သင့်သည်။ သို့သော်လည်း စံသတ်မှတ်ချက် ၃ ခုအနက် တစ်ခုခု ကင်းမဲ့နေပါက အခြား Activity တစ်ခုဆောင်ရွက်ရန် စဉ်းစားရမည်။

1. **Bridges to Activities နှင့် ဆီလျော်မှုရှိခြင်း**
   Activity သည် BC ၏ Bridges to Activities ကိုတိုက်ရိုက်ဖြေရှင်းပေးသည်။
   ဥပမာ - အကယ်၍ Bridge to Activity သည် "အရည်အသွေးမီသောမျိုးစေ့များ ပိုမိုအောင်ပြုလုပ်ပါ" ဖြစ်နေသော်လည်း ဦးစားပေး ဆောင်ရွက်သည့်အရာသည် ဓာတ်မြေသြဇာအကြောင်း ပိုမိုအသိပညာပေးခြင်း ဖြစ်နေပါက Activity က Bridge to Activity ကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်ခြင်းမရှိသဖြင့် BC ဖြစ်ပေါ်လာမည်မဟုတ်ပါ။
2. **ဖြစ်နိုင်ခြေရှိမှု (Feasibility)**
   Activity ကို ဦးတည်အုပ်စုဝင်အများစုက သက်ဆိုင်ရာဒေသ၏ ဂေဟာနှင့်ပထဝီအနေအထားအတွင်း အကောင်အထည်ဖော်ဆောင် ရန်ဖြစ်နိုင်သည်။
   ဥပမာ - လူနေကျဲပါးသောဒေသများတွင် လယ်သမားများနှင့်၄င်းတို့၏မိသားစုများအတွက် နေ့စဉ်အစည်းအဝေးများ ပြုလုပ်ရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။ လစဉ်ပြုလုပ်ခြင်းက ပိုမိုသင့်တော်မည်ဖြစ်သည်။
3. **ဦးတည်အုပ်စု၏လက်သင့်ခံမှု**
   Activity သည် သက်ဆိုင်ရာယဉ်ကျေးမှုနှင့်လူမှုရေးအခြေအနေအတွင်း၌ သင့်တင့်လျောက်ပတ်မှုရှိသည်။
   ဥပမာ - လူအများစုက စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာအကြံဉာဏ်များကို ကျေးရွာလူကြီးများထံမှ ရယူလေ့ရှိသောဒေသတွင် ကွင်းဆင်းဝန်ထမ်းများမှတဆင့် စိုက်ပျိုးရေးနည်းစနစ်ကောင်းများမျှဝေခြင်းက ဦးတည်အုပ်စုထံရောက်ရှိမည် မဟုတ်ပါ။

ရှိလျှင်ကောင်းသောအရာ

Activity အောင်မြင်ရန် အောက်ပါစံသတ်မှတ်ချက်များ ရှိလျှင်ကောင်းသည်။ သတ်မှတ်ချက်အားလုံးပြည့်မီရန်မလိုအပ်ပါ။ သင့်ဝန်းကျင်အခြေအနေအတွက် အရေးအကြီးဆုံးသတ်မှတ်ချက်များကိုသာ ရွေးချယ်ပါ။

4. **အဖိုးနည်း ဝန်ပါမှု**

   Activity သည် သုံးစွဲလိုက်သောငွေနှင့်စာပါက အမြင့်ဆုံးရလဒ်များကိုဖော်ဆောင်ပေးနိုင်သည်။
   Activity များအကြားရွေးချယ်မှုပြုလုပ်ရပါက ငွေကုန်ကြေးကျအနည်းဆုံးနှင့် လိုလားသောရလဒ်များရရှိနိုင်သော Activity ကို ရွေးချယ်ပါ။

5. **ရောက်ရှိနိုင်မှု၊ သာတူညီမျှရှိမှုနှင့်လွှမ်းခြုံနိုင်မှု**

   Activity သည် အကျိုးခံစားခွင့်ရှိသူအများအပြားထံ သာတူညီမျှမှုရှိစွာ ရောက်ရှိသည်။
   အကျိုးခံစားခွင့်ရှိသူအများအပြား - ထိခိုက်နိုင်ခြေအမြင့်မားဆုံးသူများအပါအဝင် - ထံရောက်ရှိနိုင်ခြေရှိသော Activity ကိုရွေးချယ်ပါ။

6. **မျှဝေသည့်စနစ်**

   Activity က လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရန်အခြေခံအနေအထားကောင်းကို အသုံးချနိုင်သည်။
   ဥပမာ - အတွေ့အကြုံရှိသည့်အပြင်
   စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်ကောင်းများနှင့်ရင်းမြစ်စီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာမှတ်သားဖွယ်ရာများမျှဝေရာတွင် ရပ်ရွာ၏ ယုံကြည်မှုရရှိပြီးဖြစ်သော ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးကွင်းဆင်းဝန်ထမ်းများသည် မျိုးစေ့ကောင်းများနှင့် စိုက်ပျိုးရေးသုံး ကိရိယာပစ္စည်းများအသုံးပြုစေရန် အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် အဖိုးတန်သော မျှဝေသည့် စနစ် တစ်ခု ဖြစ်လာနိုင်သည်။

7. **ဝန်ကြီးဌာန၏မူဝါဒ**

   Activity ကို သက်ဆိုင်ရာဒေသရှိ တည်ဆဲဝန်ကြီးဌာနမူဝါဒနှင့်အညီ ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သည်။
   အကယ်၍ Activity ကို လက်ရှိမူဝါဒအခြေအနေတွင်း၌ အလားအလာမရှိပါက လုပ်ငန်းများမဖော်ဆောင်မီ မူဝါဒပြောင်းလဲရန် စည်းရုံးဆွေးနွေးမှုပြုလုပ်ရန် အရေးကြီးသည်။

8. **Bridges to Activities အများအပြားကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ခြင်း**

   Activity တစ်ခုသည် BC ၏ Determinant အများအပြားကိုဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည်။
   ဥပမာ - အမှိုက် (နွားချေး၊ မြေကြီး၊ စာရွက်၊ သစ်သားစများ၊ လွှစာမှုန့်၊ စပါးခွံများ) မှတဆင့် မီးသွေးပြုလုပ်နည်းကို လက်တွေ့သရုပ်ပြခြင်းဖြင့် လောင်စာအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်မည့် တန်ဖိုးနည်းမီးသွေး ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စတို့ကို မိခင်များအား မျှဝေပေးနိုင်သည်။ ယင်းသို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် တောအုပ်ထဲမှထင်းသွားကောက်ချိန်သက်သာ သွားသောကြောင့် အခြား Activity များ (ဥပမာ - ဝင်ငွေရလုပ်ငန်းများ) ပြုလုပ်ချိန်ထွက်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ဖြည့်ဆည်းလိုက်နိုင်သော Determinants များမှာ လက်လှမ်းမီမှု၊ ကောင်းကျိုးဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများ၊ မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသော အရည်အချင်းများနှင့် ထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများတို့ဖြစ်သည်။
   (အမှိုက်မှပြုလုပ်သောမီးသွေးသည် လောင်စာကုန်သက်သာသောမီးဖို သို့မဟုတ် အိမ်သုံးမီးသွေး မသုံးစွဲနိုင်သူများ အတွက် အလားအလာကောင်းသောလောင်စာရင်းမြစ်တစ်ခုဖြစ်သည်။)

9. **အဖွဲ့အစည်း၏စွမ်းဆောင်နိုင်မှု**

   Activity ကို NGO သို့မဟုတ် ရပ်ရွာက အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိသည်။
   ဥပမာ - ရပ်ရွာ သို့မဟုတ် NGO တွင် ရေပေးဝေမှုကိုထိန်းသိမ်းဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းမရှိပါက မစင်စွန့်ပြီး လက်ဆေးစေရန် ရေအိမ်အနီးတွင် လက်ဆေးရန်နေရာများတည်ဆောက်ခြင်းသည် ထိရောက်မှုရှိမည်မဟုတ်ပါ။

10. ရရှိနိုင်သောရင်းမြစ်များ

လုပ်ငန်းများထိရောက်မှုအတွက်လိုအပ်သော လူသား သို့မဟုတ် ရုပ်ဝတ္ထုရင်းမြစ်များကို သက်ဆိုင်ရာဒေသတွင်ရရှိနိုင်သည်။

ဥပမာ - လူအနည်းငယ်သာ ရေဒီယိုအသုံးမပြုနိုင်သောဒေသတွင် ပိုက်ကွန်ပေါင်းများကို ၃ လက်မ ပိုက်ကွန်သစ်များဖြင့် လဲလှယ်နိုင်ကြောင်း ရေဒီယိုမှကြေညာခြင်းမပြုသင့်ပါ။

11. တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း

Activity ကို ကုန်ကျစရိတ်သက်သာစွာဖြင့် တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

ဥပမာ - အကယ်၍ NGO တွင် တောရိုင်းတရိစ္ဆာန်ကျွမ်းကျင်သူများရှိပြီး အစိုးရကလည်း အမျိုးသားသဘာဝ ဥယျာဉ်များတွင် ဂန်ထမ်းများခန့်ထားခြင်း၊ တောရိုင်းတရိစ္ဆာန်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် အခြားသက်မွေး ဝမ်းကြောင်း လုပ်ငန်းများအကြောင်း ရပ်ရွာလူကြီးများနှင့်ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်းတို့ကို တစိုက်မတ်မတ် ဆောင်ရွက် ပါက တောရိုင်းတရိစ္ဆာန်လွတ်လပ်နယ်မြေကို ထိန်းသိမ်းရန် အတူပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

အကယ်၍ NGO တွင် ကမ်းခြေထိန်းသိမ်းရေးကျွမ်းကျင်သူများရှိပြီး ဒေသတွင်းဟိုတယ်များက ခရီးသွားလုပ်ငန်း အတွက် ကမ်းခြေထိန်းသိမ်းမှုပြုလုပ်လိုပါက မိတ်လိုက်ရာသီတွင် ပင်လယ်လိပ်များကိုကာကွယ်မှုပေးရန် အတူပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ဟိုတယ်သည် စီးပွားရေးကဏ္ဍမှဖြစ်သဖြင့် ယင်းသို့ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်း ကို တိုးချဲ့လုပ်ဆောင်ရန်အလားအလာများရှိသည်။ အခြားဒေသများရှိ မိတ်ဖက်ဟိုတယ်များကလည်း ၎င်းတို့၏ ဧည့်သည်များ မြင်တွေ့လိုသော တောရိုင်းတရိစ္ဆာန်များကို ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရန် ယင်းပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု တွင် ပါဝင်လာနိုင်သည်။

12. ရေရှည်တည်တံ့မှု

Activity သည် BC ရေရှည်တည်တံ့စေရန် အထောက်အကူပြုသည်။

ဥပမာ - ပင်ပျိုထိန်းသိမ်းနည်းကို ဦးတည်အုပ်စုအား အသိပညာပေးခြင်းမရှိဘဲ နှင့်/သို့မဟုတ် သစ်ပင်စိုက်ခြင်း၏ ဆိုးကျိုးဟု ထင်မြင်ယူဆချက်များကိုချေဖျက်ခြင်းမပြုဘဲ သစ်သီးပင်ပျိုများဖြန့်ဝေခြင်းဖြင့် ပင်ပျိုများကို ရေရှည် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်မှု ဖြစ်လာမည်မဟုတ်ပါ။

Task 14 Handout 2

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းများ[6]ကို ချိတ်ဆက်ခြင်း

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုး ထားသောအရာများ	လုပ်ငန်းနမူနာများ- အာဟာရလုပ်ငန်း	လုပ်ငန်းနမူနာများ- စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ် ထိန်းသိမ်းခြင်း
လက်လှမ်းမီမှု (အပြုအမူကျင့်သုံးရန် လိုအပ်သော ပစ္စည်း သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုကို ရရှိရန် မည်မျှခက်ခဲသနည်း)	• စိုက်ပျိုးရေးကိရိယာများကို ဝေငှခြင်း • ကြီးထွားမှုစောင့်ကြည့်ခြင်းနှင့် မြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို နယ်ဆင်းဆောင်ရွက်ခြင်း	• သာ၍ကောင်းမွန်သော မျိုးစေ့များ၊ မြေဩဇာ၊ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် လယ်ယာသုံးကိရိယာများကို ဖြန့်ဝေခြင်း • မျိုးစေ့များနှင့် လယ်ယာသုံး ကိရိယာ များရောင်းချရန် ဒေသခံဈေးဆိုင် များအား ဖြောင်းဖြခြင်း • စိုက်ပျိုးရေးဝန်ထမ်းများက အရည် အသွေးပြည့်မျိုးစေ့များကို လက္ကား ဝယ်ယူပြီး ပြန်လည်ထုပ်ပိုးကာ လယ်သမားများတတ်နိုင်သည့် ပမာဏအတိုင်း လက်လီပြန်လည် ရောင်းချပေးခြင်း • ဈေးကွက်များသို့ အလွယ်တကူ ရောက်ရှိနိုင်အောင် လမ်းပြင်ပေးခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော- လူမှုထုံးစံများ (လူတစ်ဦး အပြုအမူကို ကျင့်သုံးရာတွင် သူ့ကိုသဘောတူ ပေးမည့် သူ့အတွက် အရေးပါသောလူများ)	• အများလေးစားသော တိုင်းရင်းကုဆရာများကို စုဆောင်းသင်တန်းပေး၍ အာဟာရချို့တဲ့သောကလေးများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး၊ မိခင်များကို အာဟာရအကြောင်း နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပညာပေးခြင်း • အရေးကြီး အာဟာရလုပ်ငန်းများ အတွက် အဖွားများအား စုဆောင်း၍ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်စေခြင်း	• နည်းပညာသစ်များကို စမ်းသပ်ကြည့်ရန် သဘောတူသည့် ခေတ်မီလယ်သမားအုပ်စုများကို ဖွဲ့စည်းခြင်း • နည်းပညာသစ်များကို ကျင့်သုံးခြင်း ကြောင့် ရလာမည့် အကျိုးကျေးဇူး များကို ကျေးရွာလူကြီးများနှင့် လယ်သမားဇနီးများကို ပြောပြခြင်း • သီးနှံအထွက်တိုးခြင်း၊ သီးနှံသစ်များကို အောင်မြင်စွာ စိုက်ပျိုးနိုင်ခြင်း၊ စီးပွားဖြစ် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ အကောင်းဆုံးထုတ်လုပ်နိုင်ခြင်းတို့အတွ က် ဒေသခံအာဏာပိုင်များမှ ဆုပေးပွဲများကျင်းပစေခြင်း

[6] ဤစာမျက်နှာတွင်နေရာချွေတာသည့်အနေနှင့် လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများကို ထိန်ချန်ထားသည်။.

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများ	လုပ်ငန်းနမူနာများ- အာဟာရလုပ်ငန်း	လုပ်ငန်းနမူနာများ- စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ် ထိန်းသိမ်းခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော- ဖြစ်လာနိုင်သည့် ကောင်းကျိုး/ ဆိုးကျိုး များ (အပြုအမူကို ကျင့်သုံးသောကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမည်ဟု သူထင်သော ကောင်းကျိုး/ ဆိုးကျိုးများ)	• ရပ်ရွာအတွင်းရှိ အသက် ၆ လထိ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးသော ကလေးငယ်များကို စံနမူနာထား ပြသ၍ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းအားဖြင့် မည်သည့် ထိခိုက်နစ်နာမှုမျှ မရှိကြောင်း၊ ဖျားနာမှုပိုမိုနည်းပါးပြီး ကိုယ်အလေး ချိန်လည်း ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ တိုးတက်ကြကြောင်း လက်တွေ့ ပြသခြင်း • ကြက်ဥကဲ့သို့ ပရိုတိန်းဓာတ်များစွာ ပါဝင်သောအစားအစာများကို ချက်ပြုတ်ပြသကျွေးမွေး၍ အသက် ၆-၁၁ လ ကလေးများသည် တိရစ္ဆာန်ထွက်အစားအစာများကို ကောင်းမွန်စွာ အစာချေနိုင်ကြောင်း၊ ဒေသတွင်း ယုံကြည်ထားသကဲ့သို့ မဟုတ်ကြောင်း မိခင်များကို လက်တွေ့ပြသခြင်း	• လယ်သမားများအကြား အပြန်အလှန်လေ့လာရေးခရီးများကို စီစဉ်၍ အကျိုးရလဒ်များကို မြင်တွေ့စေခြင်း • စိုက်ပျိုးရေးနည်းစနစ်တစ်ခု၏ အကျိုးရလဒ်ကို စံပြကွက်များဖြင့် ပြသခြင်း • စွန့်လွှတ်စွန့်စားခြင်းနည်းနည်းဖြင့် လယ်သမားများက သီးနှံသစ်၊ နည်းစနစ်သစ်များကို ပထမဆုံး အနည်းအကျဉ်း စတင်စမ်းသပ် စိုက်ပျိုးကြည့်ခြင်း
မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ (အပြုအမူတစ်ခုကို ကျင့်သုံးရန် မှတ်မိခြင်း သို့မဟုတ် အပြုအမူအား ကျင့်သုံးပုံအဆင့်ဆင့်ကို မှတ်မိခြင်း)	• အစက်ချဘုံပိုင်ပိုက်ခေါင်းဘေးတွင် ဆပ်ပြာတုံးကို ချိတ်ဆွဲ၍ လက်ဆေးသောအခါ ဆပ်ပြာနှင့်ဆေးရန် သတိတရဖြစ်စေခြင်း • အသက် ၆-၂၄ လ ကလေးအသက် အရွယ် အသီးသီးတွင် တစ်နေ့ အစာ မည်မျှစားသုံးသင့်သည်ကို မှတ်မိစေ ရန် မြင်ထောက်ကူပစ္စည်း အသုံးပြုခြင်း	• အပင်တန်းတစ်ခုနှင့်တစ်ခု အကွာအဝေးကို ဖော်ပြထားသော မြင်ထောက်ကူများကို သုံး၍ မှတ်မိစေခြင်း • နောက်လုပ်ရမည့်အဆင့်များကို စိုက်ပျိုးရေးလုပ်သားများမှ လယ်သမားများထံ သွားရောက်လည်ပတ်၍ သတိပေးခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော- အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု (ကြုံတွေ့ရမည့် ပြဿနာသည် ဆိုးရွားသည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်)	• ပြီးခဲ့သောလအတွင်းဝမ်းလျှော ဝမ်းပျက်ဖြစ်ခဲ့သော အာဟာရ ချို့တဲ့သည့် ကလေးအရေ အတွက်နှင့် ဝမ်းလျှောဝမ်းပျက် ဖြစ်ခဲ့သည့် အာဟာရပြည့်ကလေး အရေအတွက်ကို မိခင်များအား ရေတွက်စေ၍ နှိုင်းယှဉ်ကြည့် စေခြင်း	• လွန်ခဲ့သော ၅ နှစ်အတွင်း မြေဆီလွှာ တိုက်စားသွားပြီး ဆက်လက် ထွန်ယက်မရတော့သော မြေယာပမာဏကို ရွာတဝိုက် လှည့်လည်၍ ရှာဖွေခြင်း • စိုက်ပျိုးရိတ်သိမ်းခြင်းမလုပ်နိုင်သော အချိန်ကာလ ကြာမြင့်လာခြင်းကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော-	• ရပ်ရွာတွင်း ကလေးများ၏ ကြီးထွားမှုကို	• အတွေ့အကြုံရင့် လယ်သမား၊

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများ	လုပ်ငန်းနမူနာများ- အာဟာရလုပ်ငန်း	လုပ်ငန်းနမူနာများ- စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ်ထိန်းသိမ်းခြင်း
ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု (ပြဿနာက သူ့ကို မည်မျှထိခိုက်နိုင်ကြောင်း သူ့၏ ထင်မြင်ချက်)	ဆန်းစစ်၍ အာဟာရ ချို့တဲ့သော ကလေးရာခိုင်နှုန်းကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၊ ထိုရာခိုင်နှုန်း ကို မိခင်၊ ဖခင်များအား ဝေမျှခြင်း	မွေးမြူရေးသမားများနှင့် စကားလက်ဆုံဝိုင်းများဖန်တီး၍ ပြီးခဲ့သော ဆယ်စုနှစ်အတွင်း ဖြစ်ခဲ့သောထိခိုက်နစ်နာမှုများ အကြောင်း၊ လက်တွေ့တွင် မည်သူမျှ ပြဿနာကို ရှောင်လွှဲ၍မရခဲ့ကြောင်း လက်ရှိ လယ်သမား၊ မွေးမြူရေးသမားများ အား ဝေမျှစေခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော- ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ (ပြဿနာကို ခံစားရရန် (သို့) ပြဿနာကို ကျော်လွှားနိုင်ရန် (သို့) အပြုအမူတစ်ခုကို ကျင့်သုံးရန် ဘုရားသခင် (သို့) နတ်ဘုရားများ၏ ဆန္ဒရှိသည်ဟု ယုံကြည်မှု	• ကျားဖြစ်စေ၊ မ,ဖြစ်စေ ညီမျှစွာ စားသုံးနိုင်ရန် ကူညီပေးဖို့ ဘာသာရေးဆရာများအား ဖျောင်းဖျခြင်း • အစာရှောင်ရာကာလပင် ဖြစ်ပါစေ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများသည် ကောင်းမွန်စွာ စားသုံးရန်အရေးကြီးကြောင်း ဘာသာရေးဆရာများအတွက် ဟောပြောချက်အောက်လိုင်း များပြင်ပေးခြင်း	• သီးနှံကို အလှည့်ကျစိုက်ပျိုးခြင်း၊ မြေယာများကို အနားပေးခြင်းသည် ကျမ်းစာနှင့်ညီကြောင်း ဘာသာရေး ဆရာများကို သင်တန်းပေးခြင်းဖြင့် လယ်သမားများအားသိရှိစေခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော- အပြုအမူတစ်ခု ကြောင့် ပြဿနာကို ကာကွယ် နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက် (အပြုအမူတစ်ခုသည် ပြဿနာကို ဖြေရှင်းရန် အမှန်တကယ်ထိရောက် သည်ဟု ယုံကြည်မှု)	• အစောပိုင်း နှစ်ပတ်တာ ပညာပေး အစီအစဉ်အတွင်း ကလေးအများစု ၏ ကိုယ်အလေးချိန်များ တိုးတက်လာကာ မိဘများ၏ သဘောထားများ ပြောင်းလဲလာ ကြောင်း ပြသခြင်း	• ပိုမိုကောင်းမွန်သော မျိုးစေ့၏ အထွက်နှုန်းနှင့် သုံးနေကျ မျိုးစေ့၏ အထွက်နှုန်းကို နှိုင်းယှဉ်ပြခြင်း • မြေဩဇာအသစ်နှင့် သုံးနေကျ မြေဩဇာတို့ကြောင့် ဖြစ်သော အထွက်နှုန်းများကို နှိုင်းယှဉ်ပြသ ခြင်း • အော်ဂင်းနစ်ပစ္စည်းသုံးသော မြေနှင့် မသုံးသောမြေတို့ကို နှိုင်းယှဉ်ပြသ ခြင်း • ခြောက်သွေ့ရာသီတွင် ရေသွယ်ခြင်း စနစ် ရှိုးရှိုလေးဖြင့် သီးနှံများကို စိုက်ပျိုး ရိတ်သိမ်းနိုင်ကြောင်း စံပြစိုက်ကွက်များ နှင့် ပြသခြင်း • နည်းစနစ်သစ်များ၏ရလဒ်ကို လေ့လာ ရန် စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် နှင့် အကဲဖြတ်ဆန်းစစ်ရန် စနစ်များကို တည်ထောင်ခြင်း။ နည်းစနစ်သစ်၏ ကောင်းကျိုးများကို ကျယ်ပြန့်စွာ

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသောအရာများ	လုပ်ငန်းနမူနာများ- အာဟာရလုပ်ငန်း	လုပ်ငန်းနမူနာများ- စိုက်ပျိုးရေးနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ် ထိန်းသိမ်းခြင်း
		ဝေမျှပြသခြင်း။ ဥပမာ-ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကြောင့် တိရစ္ဆာန်များ ရှင်သန်သည့်ရာခိုင်နှုန်းကို ဝေမျှခြင်း
ထင်မြင်ယူဆရသော-- မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု (လူတစ်ဦးက သူသည် အပြုအမူတစ်ခုကို လုပ်နိုင်ပါသည် သို့မဟုတ် အပြုအမူတစ်ခုကို ကျင့်သုံးရန် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှု (သို့) စွမ်းရည်ရှိပါသည် ဟု ကိုယ်ပိုင်ယုံကြည်မှု)	• မိခင်နို့တိုက်ကျွေးရန် အထောက်အကူပြုအဖွဲ့များ ဖွဲ့စည်း၍ နို့တိုက်ကျွေးရေးအခက်အခဲများအား မိခင်အချင်းချင်းကူညီဖြေရှင်းစေခြင်း • ကလေးအား ချော့မြူကျွေးသည့် မိခင်များ၏ ချော့မြူကျွေးပုံ နည်းလမ်းများကို အခြား မိခင်များအား ဝေမျှခြင်း	• သင်ပင်စိုက်ခြင်း၊ အစက်ချနည်းပညာစသော စွမ်းရည်သစ်များကို အသုံးပြုရန် သရုပ်ပြ၍ အနီးကပ် လေ့ကျင့်ပေးခြင်း
မူဝါဒများ (ကုန်ပစ္စည်းနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်မှုနှင့် အပြုအမူများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက် သော ဥပဒေများ၊ စည်းမျဉ်းများ)	• အားဖြည့်အစားအစာများ ဥပမာ- ဗီတာမင်အေကို ဟင်းချက်ဆီထဲ အားဖြည့်ခြင်း၊ ဂျုံထဲသို့ သံဓာတ်၊ ဇင့်၊ ဗီတာမင်ဘီတို့ကို အားဖြည့်ခြင်း စသည်တို့အတွက် လိုအပ်သော စံနှုန်းနှင့် ဥပဒေများကို ဝန်ကြီးဌာနများနှင့် ဒေသတွင်းစားသုံးသူများမှ တစ်ဆင့် လက်ဆင့်ကမ်းသိစေခြင်း	• တရားမဝင်ပိုးသတ်ဆေးများ ဝင်ရောက်မှုမှ တားဆီးသောဥပဒများအား သိစေခြင်း • ရောဂါမပြန့်ပွားစေရန် တိရစ္ဆာန်များသွားလာမှုဆိုင်ရာ ဥပဒေများ ပြုလုပ်ခြင်း • သွင်းကုန်ဈေးကွက်ထက် ဒေသထွက်ကုန်ပစ္စည်းဈေးကွက်ကို မျက်နှာသာပေးသည့် မူဝါဒများကို မြှင့်တင်ခြင်း
ဓလေ့ထုံးတမ်း	• မွေးပြီးပြီးချင်းမိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း ကို လုပ်လေ့လုပ်ထမရှိခဲ့သော်လည်း ထိုသို့တိုက်ကျွေးရန် ကူညီပေးသော အဖွားတစ်ဦး၏ ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းကို ရေးသားခြင်း၊ ထိုပုံပြင်ကို သုံး၍ နှစ်များကြာလာ သည်နှင့်အမျှ ဓလေ့ထုံးတမ်းများ ပြောင်းလဲလာ တတ်ကြောင်း စကားစမြည် ဆွေးနွေးမှုများဖြစ်ပေါ်စေခြင်း	• ခေတ်မီပိုးသတ်ဆေးများကို သုံးလေ့သုံးထမရှိခဲ့သော်လည်း ထိုသို့သုံးရန် ကူညီပေးသော အတွေ့အကြုံရင့် လယ်သမားအိုတစ်ဦးအကြောင်း ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းကို ရေးသားခြင်း၊ ထိုပုံပြင်ကို သုံး၍ နှစ်များကြာလာ သည်နှင့်အမျှ ဓလေ့ထုံးတမ်းများ ပြောင်းလဲလာ တတ်ကြောင်း စကားစမြည် ဆွေးနွေးမှုများဖြစ်ပေါ်စေခြင်း

Task 15 - သတင်းစကားများ (Messages) နှင့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) တွဲစပ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- သတင်းစကား (Messages) ပေးသည့်လက်ရှိအလေ့အထများ၏မူလရင်းမြစ်နှင့်ထိရောက်မှုကိုခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာခြင်း
- အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ပေါ်အခြေခံသည့် သတင်းစကားများက ပိုမိုထိရောက်မှုရှိနိုင်သည်ကို သိနားလည်လာခြင်း
- အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ပေါ်အခြေခံ၍ သတင်းစကားများရေးသားလေ့ကျင့်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 15 Flip Chart 1 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာကိုအခြေခံသည့် ဖော်ပြချက်နမူနာ
- Task 15 Handout 1 - ဖော်ပြချက်နှင့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာတို့ကို တွဲစပ်ခြင်း
- Task 15 Handout 1 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှ)
- အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာနှင့်အကြောင်းအရာ သို့မဟုတ် အမူအကျင့်နမူနာအတွဲများ

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
    a. သင်တန်းသားများပြောရန် - DBC Framework များကို လေ့လာပြီးလုနီးပြီဖြစ်သဖြင့် သတင်းစကားများကို အချိန်အနည်းငယ်ကြာ ဆွေးနွေးပါမည်။ သိရှိသက်သက်ဖြင့် အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဖြစ်နိုင်သည်ကို ယခုအခါ သိရှိနားလည်လက်ခံကြပြီဖြစ်ပါတယ်။ သို့သော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့လက်ရှိအသုံးပြုနေသောသတင်းစကားများသည် အများပြည်သူကို အချက်အလက်မျှသာပေးရန် ရည်ရွယ်ရေးသားထားခြင်းဖြစ်သည် - ဥပမာ အမူအကျင့်တစ်ခု၏ ကောင်းကျိုးများ။
    b. ပုံမှန်မြင်တွေ့ သို့မဟုတ် အသုံးပြုလေ့ရှိသော သတင်းစကားနမူနာအချို့ကိုပြောပြရန် သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။ နမူနာများ - သစ်ပင်စိုက်ပါ၊ အထွက်နှုန်းပိုမိုကောင်းမွန်စေရန် မြေသြဇာသုံးစွဲပါ၊ မိသားစုနည်းက ပိုကောင်းသည်၊ ငှက်ဖျားမဖြစ်စေရန် ဆေးစိမ်ခြင်ထောင် (ITN) ဖြင့်အိပ်ပါ။ သတင်းစကားတွင်ပါဝင်သော ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ်ကိုမေးပါ။ ဥပမာ အမူအကျင့်ကိုကျင့်သုံးရန် အရေးကြီးပုံ သို့မဟုတ် အမူအကျင့်၏ကောင်းကျိုးများ။
    c. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - သင့်စီမံကိန်းများထဲမှမည်မျှတွင် ဆက်သွယ်ပြောဆိုနည်း မဟာဗျူဟာများပါဝင်သနည်း။
    d. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ယင်းအခြေအနေအရ အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကို အခြေခံသော သတင်းစကားများဟု ကျွန်ုပ်တို့ခေါ်ဆိုသောအရာများရေးသားပြုစုရာတွင် အထောက်အကူအဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့ပြုလုပ်ခဲ့သော Formative Research ကိုအသုံးပြုရန်နည်းလမ်းများအကြောင်း ယခုတစ်ဖန် ဆွေးနွေးကြပါမည်။

2. သတင်းစကားများ၏မူလရင်းမြစ်

2a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - သင့်စီမံကိန်းတွင် ပုံမှန်အားဖြင့် မြင်တွေ့ သို့မဟုတ် အသုံးပြုလေ့ရှိသော သတင်းစကားနမူနာအချို့ကို မည်သည့်နေရာက ရယူပါသနည်း။ ဖြစ်နိုင်ဖွယ်အဖြေများ - ဘဝတွက်တာသိမှတ်ဖွယ်ရာ (www.factsforlifeglobal.org)၊ ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ စိုက်ပျိုးရေးဝန်ကြီးဌာန သို့မဟုတ် သဘာဝအရင်းအမြစ် ရေးရာဝန်ကြီးဌာန။

2b. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ယင်းသတင်းစကားများ (Messages) ကို မည်သည့်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ရေးသားထားသနည်း။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေများ - ယင်းတို့သည် လုပ်ဆောင်ရမည့်အရာကို လမ်းညွှန်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်စုံတစ်ခုကို ပြုလုပ်ရန် အရေးပါပုံနှင့်ကောင်းကျိုးတို့ကို အသိပညာပေးရန် ရည်ရွယ်ရေးသားထားခြင်းဖြစ်သည်။

2c. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) နှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) တို့ကိုသိရှိပြီးဖြစ်သဖြင့် ယင်းသတင်းစကားချည်းသက်သက်က မည်မျှထိရောက်မှုရှိသည် သို့မဟုတ် ထိရောက်မှုရှိမည်ဟုထင်ပါသလဲ။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေများ - ထိရောက်မှုများစွာရှိမည်မဟုတ်ပါ သို့မဟုတ် အကန့်အသတ်ဖြင့်သာ ထိရောက်မှုရှိနိုင်သည်။

2d. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - ယင်းသတင်းစကားများက မည်သည့်ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အဆင့်အတွက် ဦးတည်ချက်ထားသနည်း။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေ - အများအားဖြင့် မသိသေးသောအဆင့်အတွက် ဦးတည်ချက်ထားသည်

2e. သင်တန်းသားများအား ဖော်ပြပါမေးခွန်းကိုမေး၍ နိဂုံးချုပ်ပါ - ယင်းသတင်းစကားချည်းသက်သက်ဖြင့် အပြုအမူပြောင်းလဲမှုကို အားပေးမြှင့်တင်နိုင်သည်ဟု ထင်ပါသလား။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေ - မထင်ပါ။

3. သတင်းစကားများ၏မူလရင်းမြစ်အသစ်

3a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အကယ်၍ ယခင်သတင်းစကားဟောင်းများမှတဆင့် အပြုအမူပြောင်းလဲမှုကို မဖြစ်နိုင်သည်ဟုယူဆသဖြင့် ပိုမိုထိရောက်မှုရှိသောသတင်းစကားများရေးသားရာတွင် Formative Research မှ တွေ့ရှိချက်များကို မည်ကဲ့သို့အသုံးပြုနိုင်မည်ဟုထင်ပါသလဲ။ ဖြစ်သင့်သောအဖြေများ - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) နှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) တို့ကိုအခြေခံ၍ သတင်းစကားများရေးသားခြင်း။
မှတ်ချက် - အကယ်၍ ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက်နှင့် အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Behavior Analysis) သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူလေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study) ကို စမ်းသပ်သည့်အနေဖြင့် ပြုလုပ်ခဲ့ပါက Formative Research မှတွေ့ရှိချက်များက အမူအကျင့်ကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်ရေးသားမည့် သတင်းစကားများအပေါ် မည်ကဲ့သို့လွှမ်းမိုးနိုင်သနည်း ဟု သင်တန်းသားများအားမေးပါ။

3b. အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာကို လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်နှင့်ပေါင်းစပ်၍ နမူနာတစ်ခုပေးပါ။ **Task 15 Flip Chart 1 - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာကိုအခြေခံသည့် သတင်းစကားနမူနာ** ကိုပြသပါ။ သတင်းစကား - "ကလေးမိခင်များခင်ဗျား - ကလေးကို မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း ၆ လအထိတိုက်ကျွေးနိုင်သည့်နို့ရည် မိခင်တိုင်းမှာရှိပါတယ်။ အစားကောင်းစွာစားပြီး ကိုယ့်ကလေးကြီးထွားလာသည်ကို တွေ့မြင်ရပါမယ်။" ယင်းသတင်းစကားတွင် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးမည်သည့်အရာနှင့် ဆက်စပ်နေသနည်းဟု သင်တန်းသားများအားမေးပါ။
အဖြေ - မိမိတွင်ရှိသည်ဟုထင်မြင်ယူဆသောအရည်အချင်းများ

4. ထိရောက်မှုရှိသောသတင်းစကား
   4a. ထိရောက်မှုရှိသောသတင်းစကားတစ်ခုသည် Formative Research မှ အရေးပါသည့်တွေ့ရှိချက်များအတွက် အဖြေပေးနိုင်ရမည်။
   4b. သတင်းစကားများသည် -
   - သတင်းစကားနှင့်သက်ဆိုင်သူအုပ်စုကို ဖော်ပြရမည်။
   - Formative Research ပေါ်အခြေခံရမည် (အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ - Determinants နှင့် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် - Bridges to Activities)
   - လိုရင်းတိုရှင်းဖြစ်ရမည်။
   - ကြိယာ၏တည်ဆောက်ပုံသည် စေခိုင်းသည့်ပုံစံဖြစ်ရမည်။
   - သဘာဝကျကျ အဓိပ္ပာယ်ရှိရမည်။ (လုံးကောက်အဓိပ္ပာယ်ဖြင့်ရေးသားခြင်း သို့မဟုတ် ဆရာလုပ်သည့်အသွင်ပေါက်ခြင်း မရှိရပါ။)
   - ဦးတည်အုပ်စုက သိနှင့်ပြီးဖြစ်သော ကောင်းကျိုးများအကြောင်းအခြေခံများ ထည့်သွင်းခြင်းမပြုရပါ။ (ဥပမာ - "ငှက်ဖျားရောဂါမဖြစ်စေရန် ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်အသုံးပြုပါ။")
5. သတင်းစကားဆက်စပ်သည့်ဂိမ်း
   5a. **Task 15 Handout 1 - သတင်းစကားနှင့်အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သောအရာတို့ကိုတွဲစပ်ခြင်း** ကိုဖြန့်ဝေပေးပြီးနောက် လမ်းညွှန်ချက်ကို အတူတကွဖတ်ရှုပါ။ အချိန် ၁၀ မိနစ်ခန့်ပေးပါ။
   5b. သင်တန်းသားများ၏အဖြေများကို **Task 15 Handout 1 အတွက် အဖြေလွှာ (နောက်ဆက်တွဲ ၃ မှ)** နှင့် တိုက်စစ်ပါ။ အချို့သတင်းစကားများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာတွင် ခြားနားမှုများရှိနိုင်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ။
6. **အဆင်ပြေပါကအသုံးပြုရန် လေ့ကျင့်ခန်း** - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများပေါ်အခြေခံ၍ သတင်းစကားများရေးသားခြင်း
   6a. သင်တန်းသား ၄-၅ ဦးခန့်ပါဝင်သော အဖွဲ့ငယ်များခွဲပေး၍ တစ်ဖွဲ့လျှင် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာတစ်ခုနှင့် ယင်းအဖွဲ့၏စီမံကိန်းနှင့်ဆီလျော်မှုရှိသောအမူအကျင့်တစ်ခုစီ ပေးပါ။ ဥပမာ -
   - လူမှုထုံးစံဟုထင်မြင်ယူဆသောအရာများနှင့်မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးခြင်း (EBF)
   - ၉ လသားအရွယ် ကလေးများအတွက် လက်လှမ်းမီမှုနှင့်အစားအစာအမျိုးစုံလင်စွာစားသုံးခြင်း
   - ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများနှင့်ကြက်ငှက်ခြံခတ်မွေးမြူခြင်း (ခြံဝန်းခတ်၍ ကြက်မွေးခြင်း)
   - အခြေအနေဆိုးဝါးနိုင်ခြေ ရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်းနှင့်သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်း

   6b. အကြောင်းအရာ သို့မဟုတ် အမူအကျင့်အလိုက် တွေ့ရှိတွေ့စဉ် သတင်းစကားကို Flip chart ပေါ်တွင်ရေးရန် အဖွဲ့များအား ပြောပါ။ ထို့နောက် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာကိုထင်ဟပ်သည့် သတင်းစကားအသစ်တစ်ခုကို ရေးသားရမည်။

   6c. အဖွဲ့များငယ်များ၏ Flip chart များကို နံရံတွင်ကပ်ရန်ပြောပါ။ ထို့နောက် အခြားအဖွဲ့များ၏ရေးသားချက်များကို လှည့်ပတ်ကြည့်ရှုလေ့လာရန် ပြောပါ။

7. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုကို အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် ပိုမိုထိရောက်မှုရှိစေရန် ကျွန်ုပ်တို့၏သတင်းစကားရေးသားမှုများနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမည့် အစီအစဉ်များတွင် Formative Research နှင့် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ၊ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်တို့ကို သိရှိမှုကို အသုံးပြုရန်လိုအပ်ကြောင်း အလေးအနက်ထားပြောဆို၍ ယခုလေ့ကျင့်ခန်းကို နိဂုံးချုပ်ပါ။

Task 15 Handout 1

သတင်းစကားကို အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးထားရာများနှင့် တွဲပါ။

ညွှန်ကြားချက်- လက်ဝဲဘက်သတင်းစကားများနှင့် လက်ယာဘက် အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးရာ များကြားတွင် အကောင်းဆုံးကိုက်ညီရာများကို မျဉ်းဆွဲသား၍ တွဲပါ။

သတင်းအချက်အလက်များ
၁။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတို့ရေ- သံဓာတ်ဆေးပြား သောက်ဖို့ သင်သတိရနိုင်ပါတယ်။ အိပ်ရာနိုးနိုးချင်း သံဓာတ်ဆေးပြားတစ်ပြား သောက်ပြီး သင့်တစ်နေ့တာကို စတင်ပါ။
၂။ မေမေတို့ရေ- မိခင်နို့ဟာအကောင်းဆုံးဆိုတာ မေမေတို့သာ သိတာမဟုတ်ပါ။ မေမေတို့ရဲ့ မိခင်တွေလည်း သိပါတယ်။
၃။ မေမေတို့ရေ- ဘယ်ကလေးငယ်မဆို ညဘက်မျက်စိ မမြင်တဲ့ရောဂါခံစားရနိုင်ပါတယ်။ သူတို့ကို ဗီတာမင်အေ တိုက်ပါ။
၄။ ဖေဖေ၊ မေမေတို့ရေ- သဘာဝအတိုင်းသားဆက်ခြားတာ အပြစ်တစ်ခု မဟုတ်ပါဘူး။ သားဆက်ခြားနိုင်တဲ့နည်းလမ်း အားလုံးကို ထည့်စဉ်းစားပါ။
၅။ မေမေတို့ရေ- သင့်ကလေးရဲ့ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်ဖို့အတွက် သင့်ကလေးအစားအစာထဲကို ရေများများမထည့်ပါနဲ့။ သင့်တော်တဲ့ ရေပမာဏပဲ ထည့်ပါ။
၆။ ကလေးတို့ရေ- နေ့စဉ် သွားနှစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ စာသင်ခန်းထဲမှာ မင်းတို့ရဲ့အပြုံးလေးတွေဟာ ဆွဲဆောင်မှုအရှိဆုံး လှပနေလိမ့်မယ်။
၇။ တောင်သူဦးကြီးတို့- ကိုယ့်မိသားစုကျန်းမာရေးကို စောင့်ရှောက်ပါ။ ရွှေကန်စွန်းဥကို စိုက်ပျိုးပြီး ကြက်မျက်သင့်ရောဂါကို ကာကွယ်ပါ။
၈။ မေမေတို့ရေ- ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောက ကိုယ့်ရဲ့အချိန်နဲ့ ငွေကိုဆုံးရှုံးစေပါတယ်။ အချိန်တိုင်း ယင်လုံအိမ်သာကို အသုံးပြုပါ။
၉။ တို့တွေဟာ ထကြွလုံ့လရှိတဲ့သူတွေပဲ။ အချိန်နဲ့အမျှ ပြောင်းလဲကြပြီး ရေတွင်းထဲက သန့်ရှင်းတဲ့ရေကိုသာ သောက်ကြပါစို့။
၁၀။ ကိုယ့်လူတို့။ သင့်ရဲ့အဆိုးဝါးဆုံး ရန်သူကြီးရှိနေဆဲမို့ အကြိမ်တိုင်း ကွန်ဒွန်သုံးပါ။
၁၁။ မိဘတို့ - ဖျားနာနေတဲ့ကလေးကို အခမဲ့ဆေးကုခွင့်ရပြီဆိုတာ သိပြီးပြီလား။ ဒီအခွင့်ရေးကို ရယူကြစို့။
၁၂။ မေမေတို့ရေ- နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနမှာ ဗီတာမင် အေ ဆေး ရနိုင်ပါပြီ။

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားရာများ
A. ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**
B. ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးများ**
C. ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**
D. ထင်မြင်ယူဆရသော- **လူမှုထုံးစံများ**
E. ထင်မြင်ယူဆရသော- **မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ**
F. ထင်မြင်ယူဆရသော- **အပြုအမူတစ်ခုကြောင့် ပြဿနာကို ကာကွယ်နိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ချက်**
G. **ဓလေ့ထုံးတမ်းများ**
H. **လက်လှမ်းမီမှု**
I. **မူဝါဒ**
J. ထင်မြင်ယူဆရသော- **ထိခိုက်နိုင်ကြောင်းလက်ခံမှု**
K. ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ**
L. ထင်မြင်ယူဆရသော- **အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု**

Task 16 Handout 1- BC မဟာဗျူဟာအတွက်ညွှန်းကိန်းများအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း[၁၅]

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာအားစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရာတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့် နည်းစနစ်အချို့ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
- အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာကိုစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရာတွင် အသင့်တော်ဆုံးအကြိမ်ရေသတ်မှတ်ခြင်း (အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာနှင့်အမှုအကျင့်တို့ကို ခွဲခြားရန်)
- အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးသည့်စနစ်မှရရှိသောအချက်အလက်များပေါ်အခြေခံ၍ ရွေးချယ်မှုများ လေ့ကျင့်ပြုလုပ်ခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၄၅ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် အသုံးပြုသည့်နမူနာပုံစံများပါဝင်သော ရည်ညွှန်းကဒ်ပြားများ
- Task 16 Handout 1- BC မဟာဗျူဟာအတွက်ညွှန်းကိန်းများအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း

အဆင့်များ

8. နိဒါန်း

    1a. သင်တန်းသားများအားရှင်းလင်းပြောပြရန် - ကျွန်ုပ်တို့၏ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်များမှ အခြားကဏ္ဍများကိုတိုင်းတာရန် စနစ်တစ်ခုလိုအပ်သကဲ့သို့ ကျွန်ုပ်တို့၏အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာ၏တိုးတက်မှုလည်း စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရန် လိုအပ်သည်။ အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာအား အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ခြင်းနှင့်ထိရောက်မှုအခြေအနေတို့ကို ယင်းစနစ်ဖြင့် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးနိုင်သည်။ ယင်းစနစ်သည် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးသည့်ပင်မစနစ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်ပြီး သီးခြားမဟုတ်ပါ။ သို့ဖြစ်၍ စီမံကိန်းရေးဆွဲသူများသည် တိုးတက်မှုအခြေအနေတိုင်းတာသည့် ရှိရင်းစွဲနည်းလမ်းများ - ဉပမာ နှစ်စဉ်ပြုလုပ်သော သိမှု၊ ပြုကျင့်မှုနှင့်လွှမ်းခြုံမှု (Knowledge, Practice and Coverage - KPC) စစ်တမ်းများနှင့် Lot Quality Assurance Sampling (LQAS) - စိုက်ပျိုးနည်းပညာပေးမှတ်တမ်းများနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာ ဆေးမှတ်တမ်းများကို ဖြစ်နိုင်သမျှ အသုံးပြုရန်လိုအပ်သည်။

9. စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရန် နည်းစနစ်များ (Tools) ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း

    2a. သင်တန်းသားများအား အဖွဲ့ငယ်များခွဲ၍ အချက်ကောက်ယူရာတွင် အသုံးပြုသောနမူနာနည်းစနစ်များနှင့်အတူ တစ်ဖွဲ့လျှင် ရည်ညွှန်းကဒ်ပြား ၃-၄ ခုစီ ဖြန့်ဝေပေးပါ။

[၁၅] စီမံကိန်းမန်နေဂျာများအတွက် အရေးကြီးသော်လည်း အမှုအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာများစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်းဟူသော အကြောင်းအရာကို ယခုသင်တန်းတွင် လေ့လာနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ဤသင်ရိုးကိုရေးဆွဲသူများက အဓိကကျသောသဘောတရားများကို အနှစ်ချုပ်၍ ယခုသင်ခန်းစာတွင် ထည့်သွင်းထားသည်။

2b. KPC နှင့် LQAS တို့အပြင် အခြားနမူနာ Tools များမှာ -

- ကျန်းမာရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် - ကလေးမှတ်တမ်းများ (ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံနှုန်း)၊ ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားမှု မှတ်တမ်းကဒ်ပြား၊ ဝန်ဆောင်မှုအပေါ် စိတ်ကျေနပ်မှုအင်တာဗျူး (ဝန်ဆောင်မှုအရည်အသွေးအပေါ် ထင်မြင်ချက်နှင့် အရှိတရား)၊ ကူညီရေးအသင်းအဖွဲ့များထံမှ လူနာစာရင်း၊ ဆေးခန်းအသီးသီးမှမှတ်တမ်းများ (ဥပမာ - ဆေးရုံဆေးခန်းတွင် မွေးဖွားခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်မှုခံယူမှု)၊ စိစစ်ကြီးကြပ်မှုပုံစံ၊ ရင်ခွဲရုံမှတ်တမ်းများ၊ သောတရှင်စစ်တမ်းများ (ဥပမာ - မီဒီယာအသိပညာပေး)၊ အစည်းအဝေးမှတ်တမ်းများ၊ အရည်အသွေးမြှင့်တင်မှုနှင့် စစ်ဆေးမှုတွင် အသုံးပြုရမည့်အချက်များ
- စိုက်ပျိုးရေးနှင့်သဘာဝအရင်းအမြစ်များ (ANR) အတွက် - စိုက်ပျိုးရေးသုံးပစ္စည်းများရောင်းချရမှု (ဥပမာ - မြေသြဇာ၊ ပိုးသတ်ဆေး)၊ ကွင်းဆင်းလေ့လာရာတွင် စစ်ဆေးရမည့်အချက်များ၊ ဖြန့်ဝေမှုမှတ်တမ်းများ၊ ပစ္စည်းလက်ကျန်စာရင်း၊ အချို့သီးနှံများ၏ ဈေးကွက်ရရှိမှု၊ စိစစ်ကြီးကြပ်မှုပုံစံ၊ လယ်သမားသင်တန်းကျောင်းတက်ရောက်သူစာရင်း၊ သောတရှင်စစ်တမ်း (ဥပမာ - မီဒီယာအသိပညာပေး)၊ အစည်းအဝေးမှတ်တမ်းများ၊ ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်သားများ၏ အရည်အသွေးမြှင့်တင်မှုနှင့်စစ်ဆေးမှုတွင်အသုံးပြုရမည့်အချက်များ see www.caregroupinfo.org/docs/CDW_Practice_Promotion_QIVC_(English).doc)

2c. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာတစ်ရပ်ကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် ထိရောက်မှုအခြေအနေကို တိုင်းတာ/စောင့်ကြည့်မှတ်သားရာတွင် အထက်ပါ Tools များကို မည်ကဲ့သို့အသုံးပြုနိုင်ကြောင်း ဆွေးနွေးရန် အဖွဲ့ငယ်များမှ အဖွဲ့သားများကိုပြောပါ။

2d. Tool ၁-၂ ခုကိုလည်းကောင်း (တစ်ခုနှင့်တစ်ခုမတူစေဘဲ)၊ ယင်း Tools များကို မည်ကဲ့သို့အသုံးပြုမည်ကိုလည်းကောင်း တစ်ဖွဲ့ချင်းက ရှင်းလင်းတင်ပြရန် ပြောပါ။

10. စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရမည့် အကြိမ်ရေ

3a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - အမူအကျင့်၊ လုပ်ငန်းနှင့်အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာ၏အခြားကဏ္ဍဟူသမျှကို အချိန်အပိုင်းအခြားတူညီစွာ စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရန်လိုအပ်ပါသလား။ "မလိုပါ" ဟုဖြေဆိုသင့်သည်။ "ဘာကြောင့်လိုသလဲ သို့မဟုတ် မလိုတာလဲ" ဟုဆက်မေးပါ။

3b. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်သည့် အချိန်အပိုင်းအခြားကို မည်သည့်အရာများက အဆုံးအဖြတ်ပေးသနည်း။ အဖြေကို သင်တန်းသားများနှင့်အတူစဉ်းစား၍ Flip chart ပေါ်တွင်ရေးပါ။ အဖြေများ - စီမံကိန်းတစ်ခုလုံးအတွက် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးသောစနစ်နှင့်တူညီမှု၊ စီစဉ်ထားသောလုပ်ငန်းကိုပြုလုပ်မည့်အကြိမ်ရေ၊ အမူအကျင့်ကိုပြောင်းလဲရန် ခက်ခဲမှုအတိုင်းအဆနှင့်ဝန်ထမ်းများ၏အချိန်ပေးနိုင်မှု

11. အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာမှ ညွှန်းကိန်းများကိုစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း

4a. **Task 16 Handout 1- BC မဟာဗျူဟာအတွက်ညွှန်းကိန်းများအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း** မှ Diagram ကိုရှင်းလင်းပြောပြပြီးနောက် သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်း/သိလိုသောအရာများကို ဖြေကြားပေးပါ။

4b. အကယ်၍ ဦးတည်အုပ်စုနှင့်သြဇာညောင်းသည့်အုပ်စုတို့ကို အသိပညာပေးနိုင်သည့်အပြင် အရည်အသွေးပြည့်ဝသော လုပ်ငန်းများ (ရလဒ်ညွှန်းကိန်းများကိုကြည့်ပါ) ကိုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်သော်လည်း အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု မရှိပါက စီမံကိန်းရေးဆွဲသူများသည် ရွေးချယ်ထားသောလုပ်ငန်းများ၏ဆီလျော်မှုကို ဦးစွာပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပြီး အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကို သုတေသနပြုလေ့လာမှုများပြုလုပ်၍ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) ကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရမည်။

12. M&E ၏အဓိကသဘောတရား ၃ ခုကို အကျဉ်းချုံးဆွေးနွေးပါ - အသုံးပြုမည့်နည်းစနစ် (Tools)၊ ပြုလုပ်မည့်အကြိမ်ရေနှင့် အချက်အလက်အခြေပြု၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ခြင်း။ သင်တန်းသားများ၏မေးခွန်းများကို ပြန်လည်ဖြေကြားပါ။

Task 16 Handout 1- BC မဟာဗျူဟာအတွက်ညွှန်းကိန်းများအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း

အုပ်စု (ဦးတည်အုပ်စုနှင့်ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများ) ညွှန်းကိန်းများ (လုပ်ငန်းစဉ်) ကို **ပုံမှန်အချက်အလက်ကောက်ယူသည့်စနစ်**ဖြင့် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးသည် (ဥပမာ - စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ခြင်း)

လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုညွှန်းကိန်းများ (လုပ်ငန်းစဉ်နှင့်ရလဒ်များ) ကို **ပုံမှန်အချက်အလက်ကောက်ယူသည့်စနစ်** သို့မဟုတ် အလျင်းသင့်သလို အမြန်ပြုလုပ်သော စစ်တမ်းများဖြင့် ပြုလုပ်သည်။

အမူအကျင့်ညွှန်းကိန်းများ (စီမံကိန်းအခြေအနေပြညွှန်းကိန်းဟုယူဆနိုင်သော ရလဒ်) ကို **KPC (Knowledge, Practice and Coverage) စစ်တမ်းများဖြင့်** စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ပြီး **LQAS (Lot Quality Assurance Sampling)** သို့မဟုတ် **Sentinel ကွင်းဆင်းစစ်တမ်းများ နှင့်နမူနာများ**ဖြင့် နှစ်စဉ်စိစစ်နိုင်သည်။

အကယ်၍ အုပ်စုများကို အသိပညာပေးနိုင်သည့်အပြင် အရည်အသွေးပြည့်ဝသော လုပ်ငန်းများ (ရလဒ်ညွှန်းကိန်းများကိုကြည့်ပါ) ကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်သော်လည်း **အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမရှိပါက**

ပထမဆုံးဆောင်ရွက်သောလုပ်ငန်း၏ဆီလျော်မှုကို ဦးစွာပြန်လည်ဆန်းစစ်ရမည်။

ထို့နောက် အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကို သုတေသနပြုလေ့လာမှုများပြုလုပ်၍ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) ကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရမည်။

အကယ်၍ အုပ်စုများကို အသိပညာပေးနိုင်သည့်အပြင် အရည်အသွေးပြည့်ဝသော လုပ်ငန်းများ (ရလဒ်ညွှန်းကိန်းများကိုကြည့်ပါ) ကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်သော်လည်း **အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုရှိပါက** လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) ကို စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရန် သို့မဟုတ် ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန် မလိုအပ်ပါ။

Task 17 - ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Framework များ - အပိုင်း ၃ - အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အဖွဲ့လိုက်ရေးဆွဲထားသော DBC Framework များ၏ ပထမကော်လံ ၄ ခုကို ပြန်လည်လေ့လာ၍ (လိုအပ်ပါက) ပြင်ဆင်မှု ပြုလုပ်ခြင်း
- Framework မှ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) ကိုဖြည့်ဆည်းမည့် လုပ်ငန်းများရွေးချယ်ဆုံးဖြတ်ခြင်း
- Framework အတွက် လုပ်ငန်းတစ်ခုချင်းကို သတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ ရွေးချယ်ခြင်း
- လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) နှင့်ဆက်စပ်မှုကို ကောင်းစွာသိနားလည်စေရန် လုပ်ငန်းများကို အသေးစိတ် ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း
- လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် (Bridges to Activities) အားလုံးဖြည့်ဆည်းရန် လုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးကို စီစဉ်ရေးဆွဲခြင်း
- အဆင်ပြေပါက - အမှုအကျင့်၊ ဦးတည်အုပ်စုနှင့်လုပ်ငန်းများအတွက် ညွှန်းကိန်းများရေးသားခြင်း
- အဆင်ပြေပါက - အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ကိုအခြေခံ၍ သတင်းစကားများရေးသားခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- အဖွဲ့လိုက်ရေးသားနေဆဲ DBC Framework
- Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဂေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ
- Task 17 Handout 1 - လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲနည်းလမ်းညွှန်ချက်များ

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   - 1a. သင်တန်းသားများအားပြောရန် - ယခုလေ့ကျင့်ခန်းတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Framework များကို "လုပ်ငန်းများ" ဟုခေါင်းစဉ်တပ်ထားသည့် နောက်ဆုံးကော်လံအထိ အပြီးသတ် ဆက်လက်ရေးဆွဲသွားပါမည်။ လက်ရှိအနေအထားအထိ ပြီးစီးထားသောအပိုင်းများကို ပြန်လည်လေ့လာ၍ ပြင်ဆင်မှုပြုလုပ်ရန်လိုအပ်ခြင်းရှိမရှိ ဆုံးဖြတ်ပါ။
   - **1b. Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဂေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ** ကို ပြန်လည်ကြည့်ရှုရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ မေးခွန်းများကို လမ်းညွှန်အဖြစ်အသုံးပြု၍ အဖွဲ့လိုက် DBC Framework များအား အချိန်အနည်းငယ်ကြာ ပြန်လည်လေ့လာရန်ပြောပါ။

2. လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း

2a. **Task 17 Handout 2 - လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲနည်းလမ်းညွှန်ချက်များ**ကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ သင်တန်းသားများနှင့်အတူ ပြန်လည်လေ့လာ၍ လုပ်ဆောင်ရမည့်အရာများကို ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ **Task 13** တွင် ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိခဲ့သော လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) ကို သင်တန်းသားများက စဉ်းစားသုံးသပ်၍ ၎င်းတို့၏ DBC Framework များတွင် ကူးယူဖော်ပြကြမည်။

2b. လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities) ကိုအကောင်းဆုံးဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည်ဟု ၎င်းတို့ယူဆသော လုပ်ငန်းများ (Activities) ကို ရှေ့သင်ခန်းစာတွင်ဖြန့်ဝေပေးခဲ့သော လက်ကမ်းစာရွက်များမှ သတ်မှတ်ချက်များအား ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာလေ့လာချက်ပေါ်အခြေခံ၍ ရှာဖွေရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

2c. **အဆင့်ပြေပါက** - အဆင့်ပိုမြင့်နေပြီဖြစ်သောအုပ်စုများကိုမူ အမူအကျင့်၊ ဦးတည်အုပ်စုနှင့်လုပ်ငန်းများအတွက် ညွှန်းကိန်းများလည်းရေးသားရန်နှင့်၎င်းတို့၏လုပ်ငန်းများ (Activities) နှင့် ဆီလျော်မှုရှိသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ (Determinants) ပေါ်အခြေခံသည့် သတင်းစကားများရေးသားရန် ပြောပါ။

2d. လုပ်ငန်း (Activities) အစီအစဉ်များရေးဆွဲ၍ ၎င်းတို့၏ Framework များတွင်ထည့်သွင်းခြင်းကို အဖွဲ့လိုက်ဆောင်ရွက်ရန် အချိန် ၄၅ မိနစ်ရရှိမည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအား ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ လူတစ်ဦးချင်းအဆင့်/အိမ်ထောင်စုအဆင့် နှင့် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သောလူ့အသိုက်အဝန်းအဆင့် သို့မဟုတ် ဌာနဆိုင်ရာအဆင့် (ဥပမာ - အစိုးရဝန်ကြီးဌာနများ) နှစ်ခုစလုံးတွင်ပြုလုပ်မည့် လုပ်ငန်းများ (Activities) ကို သင်တန်းသားများမှ ထည့်သွင်းဖော်ပြစေရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားရမည်။

2e. လေ့ကျင့်ခန်းကိုပြုလုပ်ပြီးသည်နှင့် ၎င်းတို့ Framework များရေးဆွဲထားသော Flip chart များကို နံရံတွင်ကပ်၍ ဖော်ပြရန် သို့မဟုတ် လာရောက်ပေးအပ်ရန် ပြောပါ။

Task 17 Handout 1

လုပ်ငန်းများစီစဉ်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များ

၁။ Task 13 တွင် သင်ရွေးချယ်ခဲ့သော အပြုအမူပေါ်လွှမ်းမိုးထားရာများနှင့် လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ၊ အချက်အလက်များကို ပြန်သုံးသပ်၍ ရွေးချယ်မည့်လုပ်ငန်းများကို ဆုံးဖြတ်ပါ။

၂။ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးတစ်ခုစီအတွက် အကျိုးကျေးဇူးကို တိုးများစေပြီး အတားအဆီးများကို လျော့နည်းပပျောက်စေမည့် လုပ်ငန်းများကို ရွေးချယ်၍ အတိုချုပ်ဖော်ပြပါ။

နမူနာ

အပြုအမူ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ	လုပ်ငန်းများ
ရည်ရွယ်သော တံငါသည်များသည် ကြွင်းအိမ်သာများတွင် အချိန်တိုင်း မစင်စွန့်သည်။	၁။ ကြွင်းအိမ်သာများကို ဆောက်လုပ်ခြင်းမှာ ရိုးရှင်းကြောင်း ထင်မြင်ယူဆချက်ကို တိုးများစေသည်။	၁။ အိမ်သာဆောက်လုပ်ပုံကို သရုပ်ပြခြင်းဖြင့် အိမ်သာဆောက်လုပ်ပုံကို ကျေးရွာများက လွယ်ကူစွာ သင်ယူနိုင်ကြောင်း ပြသခြင်း
	၂။ အိမ်သာအသုံးပြုခြင်းဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် တိုးတက်လာမည်ဟူသော ထင်မြင်ယူဆချက်ကို တိုးများစေသည်။	၂။ တံငါသည်များက သူတို့အိမ်သာစအသုံးပြုသည့် အချိန်မှစ၍ သူတို့တွင် ဗိုက်နာပြဿနာများ၊ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောများ လျော့နည်းသွား ကြောင်း၊ ကမ်းခြေများလည်းပိုမိုလှပ သွား၍ သူတို့မည်မျှပျော်ရွှင်ကြကြောင်း ရေဒီယိုအစီအစဉ်တွင် ပြောနိုင်အောင် စီစဉ်ပေးခြင်း ၂။ ကြွင်းအိမ်သာမဆောက်မီနှင့် ဆောက်လုပ်ပြီး ရုပ်ပုံများကို ပြသခြင်း
	၃။ ကြွင်းအိမ်သာများအား လက်လှမ်းမီမှုကို တိုးများစေသည်။	၃။ အတိုးနည်းနည်းဖြင့် ငွေချေး၍ အိမ်သာဆောက်ရန် ဆုံးဖြတ်သော တံငါသည်များအား ငွေချေးပေးရန် ဒေသခံ ငွေစုငွေချေးအဖွဲ့များနှင့် စာချုပ်ချုပ်ဆိုခြင်း
	၄။ မွတ်စလင်ကောင်းများသည် ကမ်းခြေတွင်ဖြစ်စေ၊ သဘာဝလှပနေသော နေရာများတွင်ဖြစ်စေ မစင်မစွန့်ကြကြောင်း ဂုဏ်သိက္ခာ ကို အလေးပေးသည်။	၄။ ကမ်းခြေတွင် မစင်မစွန့်ခြင်းဖြင့် မွတ်စလင်ကောင်းတစ်ဦး၏ ဂုဏ်သိက္ခာကို မြှင့်တင်ရန် ကိုရန်ကျမ်းအသုံးပြုသော မွတ်စလင်ခေါင်းဆောင်များကို ဟောပြောချက်လမ်းညွှန်များ ပေးခြင်း

၃။ အောက်ပါအချက်များနှင့် ပြည့်စုံသော လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ရွေးချယ်ပါ။

- ဦးစားပေးအုပ်စုနှင့် ဩဇာလွှမ်းမိုးသောအုပ်စုများရှိ လူလုံလုံလောက်လောက်ထံရောက်ရှိခြင်း
- အုပ်စုတစ်ခုစီအတွက် အရေးတယူလုပ်ဆောင်ရမည့် အရာကို ရှင်းလင်းစေခြင်း
- လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးအားလုံးကို လိပ်မူခြင်း
- အတားအဆီးများကို လျော့နည်းစေ၍ အကျိုးကျေးဇူးများကို များပြားစေခြင်း
- အခြားလုပ်ငန်းများနှင့် အတူတကွ လုပ်ဆောင်၍ရခြင်း
- ဘဂျက်အတွင်း ဘောင်ဝင်ခြင်း

တတိယနေ့အတွက် အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်ခြင်း (Flip Chart or Form)

ယနေ့ပြုလုပ်ခဲ့သောအရာများအပေါ် စိတ်ကျေနပ်မှုပမာဏကို အောက်ပါအတိုင်းဖော်ပြပါ။ ထို့နောက် ယင်းတို့ကို ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် ပြုပြင်လုပ်ဆောင်သင့်သည်တို့ရှိပါက ရေးသားဖော်ပြပါ။

ပြန်လည်လေ့ကျင့်ခန်း- Musical Chairs

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 13: DBC Frameworks အပိုင်း ၂- အဆုံးအဖြတ်ပေးသောအရာများနှင့် လုပ်ငန်းပေါင်းကူးများကို ဖော်ထုတ်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 14: စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများကို ရွေးချယ်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 15: အဆုံးအဖြတ်ပေးသောအရာများနှင့် သတင်းစကားများကို တွဲဖက်ခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 16: အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်းနည်းဗျူဟာကို စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်း

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

Task 17: ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Frameworks အပိုင်း ၃- လုပ်ငန်းများကို အစီအစဉ်ဆွဲခြင်း (အညွှန်းကိန်းများနှင့် သတင်းစကားများ)

အလွန်ပင် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	အနည်းငယ် ကျေနပ်မှုမရှိပါ	သာမန်မျှသာ	အနည်းငယ် ကျေနပ်	အလွန် ကျေနပ်
1	2	3	4	5

ပိုမိုကောင်းမွန်အောင်ပြုလုပ်ရန်နည်းလမ်းအကြံပြုချက်များ -

တစ်နေ့တာအတွင်း အကျိုးအရှိဆုံးအရာ

ယခုအထိ ရှင်းလင်းစွာနားမလည်သေးသောအရာ

အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ

ဆဋ္ဌမနေ့

TASK 18 – ကျွန်ုပ်တို့၏ DBC Framework များတွင် အပြီးသတ်ရရှိသော သဘောထားအမြင်များအား ထည့်သွင်းအသုံးပြုခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- DBC Framework တွင် အချက်အလက်များ အပြီးသတ်ဖြည့်စွက်ခြင်း
- အခြားသင်တန်းသားများရေးဆွဲထားသော DBC Framework များကို ကြည့်ရှုလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
- DBC Framework များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးခြင်း
- လမ်းညွှန်ချက်တစ်ခုကိုအသုံးပြု၍ အခြားအဖွဲ့အသီးသီး၏ DBC Framework ကိုပိုမိုကောင်းမွန်စေရန် အကြံပြုချက်များပေးခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- အဖွဲ့အသီးသီး၏ ဖြည့်စွက်ဆဲ DBC Framework
- Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးနည်း
- Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ
- အပြုသဘောဆောင်သော ဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးရာတွင်အသုံးပြုရန် စာရွက်နှင့်မာကာများ

အဆင့်များ

13. နိဒါန်း
    1a. DBC Framework ရေးဆွဲနေသည့်အဖွဲ့များအလိုက် အတူထိုင်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။
    1b. ယခုသင်ခန်းစာ၏ရည်ရွယ်ချက်နှင့်ရည်မှန်းချက်များကို မျှဝေပေးပါ။
14. DBC Framework ကိုအပြီးသတ်ရေးဆွဲခြင်း

    2a. **Task 17** တွင်ရရှိခဲ့သော အကြံပြုချက်များကိုစဉ်းစားသုံးသပ်၍ DBC Framework များကို အပြီးသတ်ရေးဆွဲရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

    2b. DBC Framework များကို အပြီးသတ်ရေးဆွဲ၍ နံရံတွင်ကပ်ရန် အချိန် ၁၅ မိနစ်ခန့်ရရှိမည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

15. ဝေဖန်အကြံပြုခြင်း

    3a. **Task 13 Flip Chart 1 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များပေးနည်း**ကို သင်တန်းသားများအားပြသ၍ **Task 13 Handout 2 - အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပေးမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပြန်လည်ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများကို** ပြန်လည်ဖတ်ရှုရန်ပြောပါ။ မေးခွန်းများမေးလာပါက ဖြေကြားပေးပါ။ အကြံပြုချက်ပေးရာတွင် "… ဆိုရင်ဘယ်လိုနေမလဲ" သို့မဟုတ် "တကယ်လို့ … ဆိုရင်ကော" ဟူသော အသုံးအနှုန်းများကိုအသုံးပြု၍ အပြုသဘောဆောင်သည့် အပိုင်းများကို အလေးထားပြီး မလိုအပ်ဘဲ ရှည်လျားစွာရှင်းလင်းပြောပြခြင်း ကိုရှောင်ကြဉ်ရန် အလေးထားပြောပြပါ။

3b. အခြားအဖွဲ့များ၏ DBC Framework များကို ကြည့်ရှုလေ့လာ၍ အပြုသဘောဆောင်သောဝေဖန်အကြံပြုချက်များကို Framework အနီးရှိ Flip Chart သို့မဟုတ် စာရွက်ပေါ်တွင်ရေးသားရန် သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။ လှည့်လည်ကြည့်ရှုရန် အချိန် ၂၀ မိနစ်ခန့်ပေးပါ။

သင်တန်းပို့ချသူက အတန်းတွင်းလှည့်လည်ကြည့်ရှု၍ **Task 13 Handout 2** တွင်ဖော်ပြထားသော အလားတူကဏ္ဍများကို မှတ်သားရန်ပြောပါ - ဥပမာ ကောင်းစွာအဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ထားသော ဦးတည်အုပ်စုများ၊ ပြည့်စုံစွာအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုထားသော အမူအကျင့်များ၊ တမူထူးခြားသောလုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ယင်းနှင့်ကိုက်ညီသောလုပ်ငန်းများ။

Task 19 - **စီမံကိန်းဗျူဟာအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရန် အစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း (အဆင်ပြေပါက အသုံးပြုရန်)**

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုမဟာဗျူဟာနမူနာတစ်ခုကို ပြန်လည်လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း
- DBC Framework အချို့ပေါင်းစပ်၍ ပင်မစီမံကိန်းမဟာဗျူဟာတစ်ရပ်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲရန်နည်းလမ်းဆွေးနွေးခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ

လိုအပ်သောအရာများ

- Task 19 Handout 1 - စီမံကိန်းမဟာဗျူဟာကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ် နမူနာများ

အဆင့်များ

1. နိဒါန်း
   1a. သင်တန်းသားများအားမေးရန် -
   - Framework များကို ပင်မစီမံကိန်းမဟာဗျူဟာတစ်ရပ်အဖြစ် မည်ကဲ့သို့ပြောင်းလဲနိုင်မည်နည်း။
   - DBC Framework များကို ပိုမိုပြည့်စုံသောစီမံကိန်းမဟာဗျူဟာတစ်ရပ်အဖြစ်ပြောင်းလဲရာတွင် အခြားမည်သည့်အချက်အလက်များလိုအပ်မည်နည်း။
   - ယင်းအချက်အလက်များကို မည်ကဲ့သို့ရယူနိုင်မည်နည်း။
2. BC မဟာဗျူဟာနမူနာ

   2a. ယခုသင်ခန်းစာတွင် နမူနာတစ်ခုကို ကြည့်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ **Task 19 Handout 1 - စီမံကိန်းမဟာဗျူဟာကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ် နမူနာ** သင်တန်းသားများအား ဖြန့်ဝေပေးပါ။

   2b. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - မဟာဗျူဟာတွင် အခြားမည်သည့်အချက်အလက်များထည့်သွင်းရေးသားထားသနည်း။ စီမံကိန်းအဖွဲ့သားများအနေဖြင့် ယင်းအချက်အလက်များကို မည်သည့်နေရာမှရရှိခဲ့သည်ဟု ထင်ပါသလဲ။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် အခြားမည်သည့်အချက်အလက်များထပ်မံထည့်သွင်းရန်လိုအပ်နေသေးသည်ဟု ထင်ပါသလဲ။ ယင်းအချက်အလက်များကို မည်သည့်နေရာမှရရှိနိုင်ပါသလဲ။

2c. အနှစ်ချုပ်ပြောရန် - မဟာဗျူဟာဆိုသည်မှာ မိမိ၏ဦးတည်အုပ်စုများ၊ ဆောင်ရွက်မည့်စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများနှင့် ပေါင်းစပ် ဆောင်ရွက်ရမည့်လုပ်ငန်းများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားထားသည့် ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်ပါသည်။

- ဥပမာ - ရပ်ရွာတွင်းအသိပညာပေးပြဇာတ်အစီအစဉ်ကို သားဆက်ခြားခြင်း၏ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအပေါ် ကြောက်ရွံ့ သည့်စိတ်ကို ဖြေဖျောက်ပေးရန်အသုံးပြုနေပါက အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးနှင့်အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးများ ကဲ့သို့သော ကိစ္စရပ်များမှမှတ်သားဖွယ်ရာများကိုလည်း ထပ်လောင်းအသိပညာပေးရန် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- မဟာဗျူဟာတစ်ခုတွင် စီမံကိန်းလုပ်ငန်း ၄-၅ ခုပေါင်းစပ်ပါဝင်လေ့ရှိသည်။ ယင်းလုပ်ငန်းအသီးသီး၏ ရည်ရွယ်ချက် မှာ အတားအဆီးကိုဖြိုဖျက်ရန် သို့မဟုတ် အထောက်အကူဖြစ်စေသည့်အရာကို ပိုမိုခိုင်မာစေရန် ဖြစ်ပါသည် (အတားအဆီးအနည်းဆုံးနှင့်အကျိုးကျေးဇူးအများဆုံးဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း)။ ယင်းသို့ပြုလုပ်ခြင်းကို သုတေသန တွေ့ရှိချက်များဖြင့်သာ ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။ အချက်အလက်များ - ဥပမာ သက်ဆိုင်သူများ၊ အချိန်ဇယား၊ ရင်းမြစ်များ နှင့် M&E နည်းစနစ်နှင့်ညွှန်းကိန်းများ - ကို ထည့်သွင်းလိုက်သည်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ မဟာဗျူဟာကို အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ်တစ်ရပ်အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပြီးဖြစ်သွားမည်ဖြစ်သည်။

Task 19 Handout 1 - စီမံကိန်းမဟာဗျူဟာကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့်အစီအစဉ် နမူနာ

အမူအကျင့် - မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်း (EBF)

အမူအကျင့် (Behavior)	ဦးတည်အုပ်စု (Priority Group)	လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက် Bridges to Activities (အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ - Determinants -နှင့်အတူ)	လုပ်ငန်းများ (ကျင့်သုံးရမည့်သူများနှင့်အတူ)	M&E ညွှန်းကိန်းများ	အချိန်ဇယား				လိုအပ်သောကျွမ်းကျင်မှု /တတ်သိမှု/ရင်းမြစ် (သို့) သင်တန်းများ
အမျိုးသမီးများသည် ကလေး၏ အသက် ၆ လမပြည့်မီ ကလေးကနို့စို့လိုသည့် အခါ တိုင်း မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်း ကိုသာတိုက်ကျွေးသည်။	အသက် ၁၅-၄၅ နှစ် အရွယ် အမျိုးသမီးများ၊ အထူးသဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးများနှင့် ၆ လအောက် ကလေး ရှိသူ အမျိုးသမီးများ • ၁၆-၂၀ နှစ် အရွယ်လူငယ်များသာ စာရေး စာဖတ်တတ်	EBF က ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျောနှင့်အခြားရောဂါ များမဖြစ်အောင် ကာကွယ်ပေးနိုင်သည့်အပြင် ကျန်းမာစွာ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးစေသည် ဟူသော မိခင်များ ၏ အသိကို ပိုမိုမြှင့်တင်ပေးပါ။ (ထိရောက်မှုရှိမည်	1. အပြုသဘောသွေဖီသူ မိခင်များသည် ၎င်းတို့၏ ကျန်းမာသောကလေးငယ်များကို မိခင်လောင်း များစုဝေးရာဝိုင်းများသို့ ခေါ်ဆောင်သွားကြသည်။ EBF၊ အခက်အခဲများ နှင့် ၎င်းတို့မည်ကဲ့သို့ ရင်ဆိုင်ကျော်လွှားခဲ့ပုံ ကို	• ၃ လလျှင်တစ်ကြိမ် နယ်မြေကြီးကြပ်ရေးမှူး တစ်ဦးလျှင် တည်ထောင်ပြီးရမည့် စုဝေးရာ ဝိုင်းသစ်အရေအတွက် (မျှော်မှန်းချက် - နယ်မြေမှူးတစ်ဦးလျှင် တစ်နှစ် ဝိုင်းသစ် ၄ ဝိုင်း = ၂၇X၄ = ၁၀၈) • တစ်ဝိုင်းတွင်ရှိရမည့် အဖွဲ့ဝင်ဦးရေ (မျှော်မှန်းချက် - တစ်နှစ်လျှင် အဖွဲ့ဝင်					ရင်းမြစ်များ - • World Vision/Haiti ၏ မိခင်များစုဝေးရာ ဝိုင်းများအတွက်သင်ရိုးညွှန်းတမ်း (Dr. Lesly Michaud) • Food for the Hungry Leader Mothers ၏ စုဝေးရာ ဝိုင်းများအတွက် အကြံဉာဏ်ကောင်းများ၊ ဆွေးနွေးရန် ခေါင်းစဉ်များ/ရင်းနှီးမှုရစေသည့်အစီအစဉ်

	ကျွမ်းကြပြီး အတော် များများ သည် မိဘနှင့်အတူ နေထိုင်ဆဲဖြစ်သည်။ • အကြီးဆုံးသား သမီးများ စာမတတ်ပါ။ • အများစုသည် လယ်သမားများ နှင့်ကုန်သည်များ ဖြစ်ကြသည်။ • ဆွာဟီလီစကား ပြောကြသည်။ • အတော်များများ သည် ကျန်းမာရေးဌာန နှင့်အလှမ်းဝေး သော ခေါင်ဖျား သည့် အရပ်တွင် နေထိုင်ကြသည်။ • လူငယ်များတွင် သားသမီး ၁-၂ ဦးရှိကြပြီး အကြီးဆုံးကလေးများတွင် သားသမီး ၅-၈ ဦးရှိကြသည်။ • စီးပွားရေးအခြေ အနေနိမ့်ပါးကြ သည်။	ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း Perceived Action Efficacy)	ပြန်လည်ရှင်းပြသည်။ ဝမ်းပျက် ဝမ်းလျှော၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်သည့်ရောဂါများနှင့်အခြားရောဂါများမှ EBF ကထိရောက်စွာ ကာကွယ်ပေးနိုင်ပုံ၊ နို့ဦးရည်သည် ကလေး၏ပထမဆုံး ကာကွယ်ဆေးဖြစ်ပုံ၊ မိခင်နို့တွင် အာဟာရ အပြည့်ပါဝင်ပုံနှင့် ကျန်းမာသန်စွမ်းမှု ဦးနောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့အတွက်EBF က လုံ့ဆော်ပေးနိုင်ပုံတို့ကို မိခင်များက အလေး ထား ဆွေးနွေးပေး သည်။ မိခင်နို့ညှစ်ထုတ်နည်း ကို မိခင်များအား သင်ပြပေးပါ။	၈-၁၀ ဦးရှိ ပိုင်းပေါင်း ၈၆ ပိုင်း) • လစဉ်ပြုလုပ်သော EBF နှင့်ဆက်စပ်သည့် အကြောင်းအရာများ ဆွေးနွေးခြင်း၊ အခြားသူများအား ပြန်လည်ပြောပြရန် နှင့် ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံးရန် မှတ်သားဖွယ်ရာများ ဖြန့်ဝေပေးသည့် ပိုင်းတော်သားအစည်း အဝေးအရေးအတွက် (မျှော်မှန်းချက် - တစ်နှစ်လျှင် ၅၄ ပိုင်း)					များနှင့်လိုအပ်ချက် ဆန်းစစ်မှုအဆင့်ဆင့် • စုဝေးရာပိုင်းများကို ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန် အမျိုးသမီးခေါင်းဆောင်များရွေးချယ်ခြင်း

	ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများ - • ခင်ပွန်း/ကြင်ဖော်များ • ယောက္ခမများ/မိခင်များ	EBF ကို လူတိုင်းက သဘောကျပြီး အားပေးကြသည် ဟူသောအမျိုးသမီးများ၏အမြင်ကိုပိုမို မြှင့်တင်ပေးပါ။ (လူမှုထုံးစံဟု ထင်မြင်ယူဆသောအရာများ)	2. အဓိကခေါင်းစဉ်များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ EBF ဇာတ်လမ်းတိုလေးများ ဖျော်ဖြေရန် ပြဇာတ်အဖွဲ့ကိုအသုံးပြုပါ - EBF ပြုလုပ်လိုသောမိခင်၊ EBF ၏ကောင်းကျိုးများ၊ အခက်အခဲများနှင့် ယင်းတို့ကိုကျော်လွှားရန် နည်းလမ်းများနှင့် မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းသာ တိုက်ကျွေးသောမိခင်များအား ပံ့ပိုးကူညီနည်းတို့ကို လူတိုင်းက သဘောတူ ကြသည်။	• EBF ဆိုင်ရာ အဓိက မှတ်သားဖွယ်ရာများ ပါဝင်သည့် အမေးအဖြေအစီအစဉ်များဖြင့် အဆုံးသတ်သော ဖျော်ဖြေပွဲအရေအတွက် (မျှော်မှန်းချက် - တစ်ဖွဲ့လျှင် ၃ လ ၂ ကြိမ်နှုန်း)					လုပ်ငန်း ၁ ကိုကြည့်ပါ။
		အစားအသောက်ကောင်းစွာစားသုံးပါက EBFအတွက် မိခင်နို့အလုံအလောက်ရနိုင်ကြောင်း အမျိုးသမီး များ၏ အမြင်ကို ပိုမိုအားဖြည့်ပေးပါ။ (ထိရောက်မှုရှိမည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း - Perceived Self-efficacy)	3. လစဉ်စုဝေးရာနေရာများတွင် နယ်မြေမှူးက မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးသည့် အပြုသဘောသွေဖီသူ မိခင်တစ်ဦးနှင့် မိတ်ဆက်ပေး၍ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်နှင့် နို့တိုက်ကျွေးချိန်များတွင် အာဟာရပြည့်ဝ သော အစားအစာများ ပိုမိုစားသုံးရန်နည်း လမ်းများနှင့်စပ်လျဉ်း သည့် ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများကို ပြန်လည်မျှဝေရန် စီစဉ်ပေးသည်။	• မိခင်နို့တိုက်ကျွေးသည့် အပြုသဘောသွေဖီသူ မိခင်က EBF ဆိုင်ရာ အဓိကမှတ်သားဖွယ်ရာများမျှဝေရန် ကျင်းပပေးသည့် စုဝေးပွဲအရေအတွက် (မျှော်မှန်းချက် - ၆ ပွဲ/နှစ်/နယ်မြေ)					လိုအပ်သောရင်းမြစ် - • စီမံကိန်း၏ EBF ဆိုင်ရာ ရုပ်ပုံပါ အဓိက မှတ်သားဖွယ်ရာများ ပါဝင်သော တစ်မျက်နှာလက်ကမ်းစာရွက် (လုပ်ငန်းများ - Activities - တွင် ကြည့်ပါ။)

TASK 20 - အပိတ်အစီအစဉ်နှင့် နိဂုံးချုပ်ခြင်း

ရလဒ်အခြေပြုရည်မှန်းချက်များ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းအပြီးတွင် သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကိုပြုလုပ်ပြီးဖြစ်မည် -

- မျှော်မှန်းထားသောအရာများပြည့်ဝမှုဆန်းစစ်ခြင်း
- အဓိကကျသော အချို့ကဏ္ဍများတွင် ၎င်းတို့၏ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှုအဆင့်များကို အကဲဖြတ်ခြင်း
- ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှုဇယားရှိ အဖွဲ့၏ရမှတ်များကိုအခြေခံ၍ ကောက်ချက်ချခြင်း
- မိမိကိုယ်တိုင်နှင့်အဖွဲ့အစည်းအတွက် သင်တန်းမှရရှိသော အကျိုးကျေးဇူးကို ထိမိစွာပြောပြခြင်း
- သင်ယူတတ်မြောက်သွားသောအရာကို ပြန်လည်အသုံးချမည့်အစီအစဉ်များပြောကြားခြင်း
- သင်တန်းတွင်ပါဝင်တက်ရောက်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရယူခြင်း

ကြာမြင့်ချိန်

၁ နာရီ ၁၅ မိနစ်

လိုအပ်သောအရာများ

- သင်တန်းတွင်ပြုလုပ်သော Pre-/Post-Test (Task 1 မှ)
- သင်တန်းတွင် သင်ကြားပို့ချပုံနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် သဘောထားစစ်တမ်း
- Workshop Flip Chart 1 - ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှုဇယား (Task 1 မှ)
- သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် ရောင်စုံစတစ်ကာ ၆ ခု (ဖြစ်နိုင်ပါက ပထမဆုံးနေ့တွင် အသုံးပြုခဲ့သော အရောင်နှင့်မတူစေရန်)
- သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်
- ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာများ (ရှိပါက)
- Task 20 Handout 1 – DBC အကြောင်း ဖတ်ရှုလေ့လာဖွယ်ရာရင်းမြစ်များ

အဆင့်များ

1. သင်တန်းကိုပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း
    - 1a. ယခုအစီအစဉ်၏ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှင်းလင်းပြောပြပါ။ **Pre-/Post-Test (Task 1 မှ)**၊ **သင်တန်းအပြီး ဆက်လက်ဆောင်ရွက်မည့်အစီအစဉ်များဆိုင်ရာစစ်တမ်း**နှင့်ရောင်စုံစတစ်ကာများကို ဖြန့်ဝေပေးပါ။ လက်ကမ်းစာရွက် အားလုံးကိုပြန်လည်ဖတ်ရှု၍ မေးလာသောမေးခွန်းများကိုဖြေကြားပေးပါ။ သင်တန်းသားတစ်ဦးချင်း၏ ရမှတ်ပြောင်းလဲမှုကို တိုင်းတာသိရှိနိုင်ရန် Pre-/Post-Test တွင် အမည်များ (သို့မဟုတ် တစ်သမတ်တည်းအသုံးပြုသည့်ကုဒ်များ) ရေးသားရန် ပြောပါ။
    - 1b. လက်ကမ်းစာရွက်များဖြည့်စွက်ရာတွင် ရောင်စုံစတစ်ကာများဖြင့် **Workshop Flip Chart 1 - ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှုဇယား**ရှိ သတ်မှတ်နေရာတွင် ကပ်ရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

2. သင်တန်းမှရရှိသောရလဒ်များနှင့်အနာဂတ်အစီအစဉ်များရှင်းလင်းပြောကြားခြင်း

2a. DBC Framework ကိုပြန်လည်အသုံးပြုမည့် ၎င်းတို့၏အစီအစဉ်များပြောပြရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

သင်တန်းသားများအားမေးရန် - သင့်စီမံကိန်းလုပ်ငန်း၊ ဂန်ထမ်းဦးရေ၊ အချိန်နှင့်အရင်းအမြစ်များအရ ယခု Framework ကို မည်သည့်အချိန်တွင် သင်နှင့်သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက အသုံးချနိုင်မည်ဟု ထင်သနည်း။ "အထွေထွေ လုပ်ငန်းစဉ်များရေးဆွဲချိန်" ဟုဖြေကြားခြင်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ အချက်အလက်ဖြင့် တိကျစွာ အဖြေပေးရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။ (ဥပမာ - အဆိုပြုလွှာရေးသားခြင်း၊ အခြေပြုအချက်အလက်စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်း၊ လုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မည့် အစီအစဉ်အသေးစိတ်)

2b. သင်တန်းသားများက ၎င်းတို့၏လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ရှင်းလင်းပြောပြနေစဉ် သင်တန်းပို့ချသူများ အနက်မှတစ်ဦး သို့မဟုတ် ဆောင်ရွက်ပေးလိုသူတစ်ဦးက သင်တန်းပြီးစစ်ဆေးချက်ရမှတ်များကို ရေတွက်၍ ရှင်းလင်းဆွေးနွေးမှု ပြီးစီးချိန်တွင် သင်တန်းသားများအား ပြောပြပါ။

မှတ်ချက် - ရမှတ်များကိုနှိုင်းယှဉ်သိရှိနိုင်စေရန် သင်တန်းအကြိုစစ်ဆေးမှုနှင့်သင်တန်းပြီးစစ်ဆေးမှုရလဒ်များကို သင်တန်းပို့ချသူများက ယှဉ်လျက်ပြသပေးနိုင်ပါသည်။

2c. လာမည့် ၂ လအတွင်း ဆောင်ရွက်ရန်စီစဉ်ထားသော ယခုသင်တန်းနှင့်ဆီလျော်မှုရှိသည့် လုပ်ငန်း ၃ ခု ကို ရေးသားရန် သင်တန်းသားများအားပြောပါ။

2d. သင်တန်းသားများအားမေးရန် - သင်တန်းဖော်တစ်ဦးအတွက် လမ်းညွှန်သင်ပြပေးလိုသူအဖြစ်တာဂန်ယူလိုသူ ရှိပါသလားဟု မေးပါ။ လမ်းညွှန်သင်ပြပေးမည့်သူကို မည်သူလိုအပ်ပါသနည်း။

သင်တန်းသားများက လက်ထောင်၍ ဖြေဆိုကြချိန်တွင် နှစ်ယောက်တစ်တွဲအတူတွဲပေးပြီး အမည်များနှင့် ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာတို့မှတ်သားထားရန် ပြောပါ။

2e.သင်တန်းသားများအား **Workshop Flip Chart 1 - ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှုဇယား** အနီးတွင်မတ်တပ်ရပ်စေပြီး သင်တန်းအကြို နှင့် သင်တန်းအပြီးတွင် ပြောင်းလဲသွားသော ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်မှု အတိုင်းအဆကို မှတ်ချက်ပေးပြောပြရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။

သင်တန်းသားများအားမေးရန် - မထင်မှတ်ထားသည့်အရာများ ကြုံတွေ့ခဲ့ရပါသလား။ စိတ်တိုင်းမကျမှုများ ကြုံတွေ့ခဲ့ရပါသလား။ အဘယ့်ကြောင့်နည်း။

3. သင်တန်းအပိတ်အစီအစဉ်

3a. သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်များပေးအပ်၍ သင်တန်းသားများအား ချီးကျူးဂုဏ်ပြုစကားပြောပါ။ **Task 20 Handout 1 – DBC အကြောင်း ဖတ်ရှုလေ့လာဖွယ်ရာရင်းမြစ်များ** အပါအဝင် ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာများနှင့် အခြားပေးစရာများ ဖြန့်ဝေပေးပါ။

သင်တန်းတွင် သင်ကြားပို့ချပုံနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် သဘောထားစစ်တမ်း

၁။ သင့်ထင်မြင်ချက်နှင့်အနီးစပ်ဆုံးတူညီသည့်ကွက်လပ်တွင် အမှန်ခြစ်ပါ။

သင်တန်းတွင် သင်ကြားပို့ချပုံနှင့်သင်တန်းပို့ချသူ	အလွန်ပင် သဘောမတူပါ။	သဘောမတူပါ။	သဘောတူသည်။	အလွန်ပင် သဘောတူသည်။
သင်တန်း၏ရည်မှန်းချက်များကို ရှင်းလင်းစွာ သတ်မှတ်ထားသည်။				
သင်တန်းကို စနစ်တကျနှင့်စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းစွာ ပြုလုပ်သွားသည်။				
သင်တန်းသည် မိမိ၏အလုပ်နှင့် သက်ဆိုင်သည်။				
သင်တန်းပို့ချသူသည် မိမိ၏အခက်အခဲ၊ လိုအပ်ချက်နှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများအပေါ် နားလည်မှုရှိသည်။				
သင်တန်းသားအားလုံးကို ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် အားပေးမှုရှိသည်။				
မိမိ၏လုပ်ငန်းခွင်တွင် တိုက်ရိုက်အသုံးချ၍ရသော ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို ယခုသင်တန်းမှ ရရှိခဲ့သည်။				
သင်တန်းတွင်ရရှိခဲ့သော စာရွက်စာတမ်းများ၏ အရည်အသွေးအပေါ် ကျေနပ်အားရမှုရှိပါသည်။				

၂။ ယေဘုယျအားဖြင့် သင်တန်းအပေါ် မည်မျှအားရကျေနပ်မှုရှိပါသနည်း။

- ☐ အလွန်ကျေနပ်အားရသည်။
- ☐ အတန်အသင့် ကျေနပ်အားရသည်။
- ☐ အတန်အသင့် ကျေနပ်အားရမှုမရှိပါ။
- ☐ အလွန်မကျေနပ်ပါ။

၃။ ထိရောက်မှုရှိသော အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုလုပ်ငန်းအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း၊ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် အကဲဖြတ်ဆန်းစစ်ခြင်းတို့ပြုလုပ်ရာတွင် ယခုသင်တန်းက သင့်ကို မည်မျှပြောင်းလဲသွားစေမည်ဟုထင်ပါသနည်း။

- ☐ ပြောင်းလဲမှုရှိမည်မဟုတ်ပါ။
- ☐ အနည်းငယ်ပြောင်းလဲသွားစေမည်။
- ☐ ကြီးမားစွာပြောင်းလဲသွားစေမည်။

၄။ ယခုသင်တန်းမှရရှိသော အကြံဉာဏ်များနှင့်ဗျူဟာများကို သင့်လုပ်ငန်းခွင်တွင် မည်မျှပြန်လည် အသုံးချနိုင်မည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

- ☐ လုံးဝမထင်ပါ။
- ☐ အနည်းငယ်
- ☐ အလုံးစုံ
- ☐ မပြောတတ်ပါ။

၅။ သင်တန်းတွင် သင်အနှစ်သက်ဆုံးအရာကိုဖော်ပြပါ။

၆။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တစ်ဦးအား ယခုသင်တန်းသို့တက်ရောက်ရန် သင့်အနေဖြင့် တိုက်တွန်းဖြစ်မည်ဟုထင်ပါသလား။

- ☐ ထင်ပါသည်။
- ☐ ထင်ပါသည် - အခြေအနေအရ (ဖော်ပြပါ) –
- ☐ မထင်ပါ။

အဘယ့်ကြောင့်ထင်ပါသလဲ သို့မဟုတ် အဘယ့်ကြောင့်မထင်သနည်း။

အခြားမှတ်ချက်များရေးရန် -

Task 20 Handout 1 – DBC အကြောင်း ဖတ်ရှုလေ့လာဖွယ်ရာရင်းမြစ်များ

- စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးကွန်ယက်သတင်းများ (သတင်းလွှာ) - bit.ly/fsnnetworknews
- စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးကွန်ယက် အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုအထူးအဖွဲ့၏ အီးမေးလ်သတင်းလွှာ - ရယူလိုပါက info.fsn.network@gmail.com သို့ အီးမေးလ်ဖြင့်ဆက်သွယ်ရန်
- စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေးနှင့်အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးကွန်ယက်၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ် - www.fsnnetwork.org
- DBC သင်ရိုးညွှန်းတမ်းရေးဆွဲသူများ
    - Tom Davis (Tom.Davis@fh.org)
    - Mary DeCoster (mdecoster@fh.org)
    - Bonnie Kittle (bonnieleekittle@hotmail.com)
    - Judiann McNulty (judiannmc@yahoo.com)
    - Linda Morales (lmorales_sd@hotmail.com)
- CORE Group SBC Working Group နောက်ဆုံးထွက်ရှိသောနည်းစနစ်များ - http://www.coregroup.org/our-technical-work/working-groups/social-and-behavior-change
- CORE Group SBC Working Group အီးမေးလ်သတင်းလွှာ - အထက်ပါ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်တွင် စာရင်းသွင်းရယူနိုင်သည်။
- အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းလက်တွေ့ပြုလုပ်နည်းလက်စွဲ (၂၀၁၃) http://www.coregroup.org/resources/404-a-practical-guide-to-conducting-a-barrier-analysis
- အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာမူကြမ်း http://www.caregroupinfo.org/docs/BA_Sample_Questionnaire_(Generic,7Oct_2013).docx
- အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းလက်စွဲ - http://www.caregroupinfo.org/docs/BA_Survey_Practical_Guide.docx
- အတားအဆီးများဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်ခြင်းဆိုင်ရာ ဖြစ်ရပ်များပြန်လည်တင်ပြခြင်း - http://caregroupinfo.org/vids/bavid/player.html
- အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ အခြားဖြစ်ရပ်များပြန်လည်တင်ပြခြင်း - http://www.caregroupinfo.org/blog/narrated-presentations-on-care-groups-and-care-group-tools

နောက်ဆက်တွဲများ

ပြဿနာကို ဖော်ထုတ်မယ်။

ဘာပြဿနာမှ
မတွေ့ဘူး

ပြဿနာကို သူတို့မြင်တွေ့အောင် ကူညီတဲ့ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ငါပံ့ပိုးပေးမယ်။

အခြားရွေးချယ်စရာ နည်းလမ်းတွေကိုလေ့လာမယ်။ သတင်းအချက်အလက် အသစ်တွေကို ရှာဖွေမယ်။

ပြဿနာတော့ ရှိနေနိုင်တယ်။
ဒါပေမယ့်သတင်းအချက်အလက်တွေ၊
အခြား နည်းလမ်း တွေအကြောင်း
ငါပိုသိဖို့လိုတယ်။

ပြဿနာကို ဖြေရှင်းတဲ့
အခြားနည်းလမ်းတွေကို သူတို့ မြင်တွေ့
အောင် ၊ သတင်းအချက်အလက်တွေ
ပိုပေးနိုင်အောင် ကူညီတဲ့ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို
ငါပံ့ပိုးမယ်။

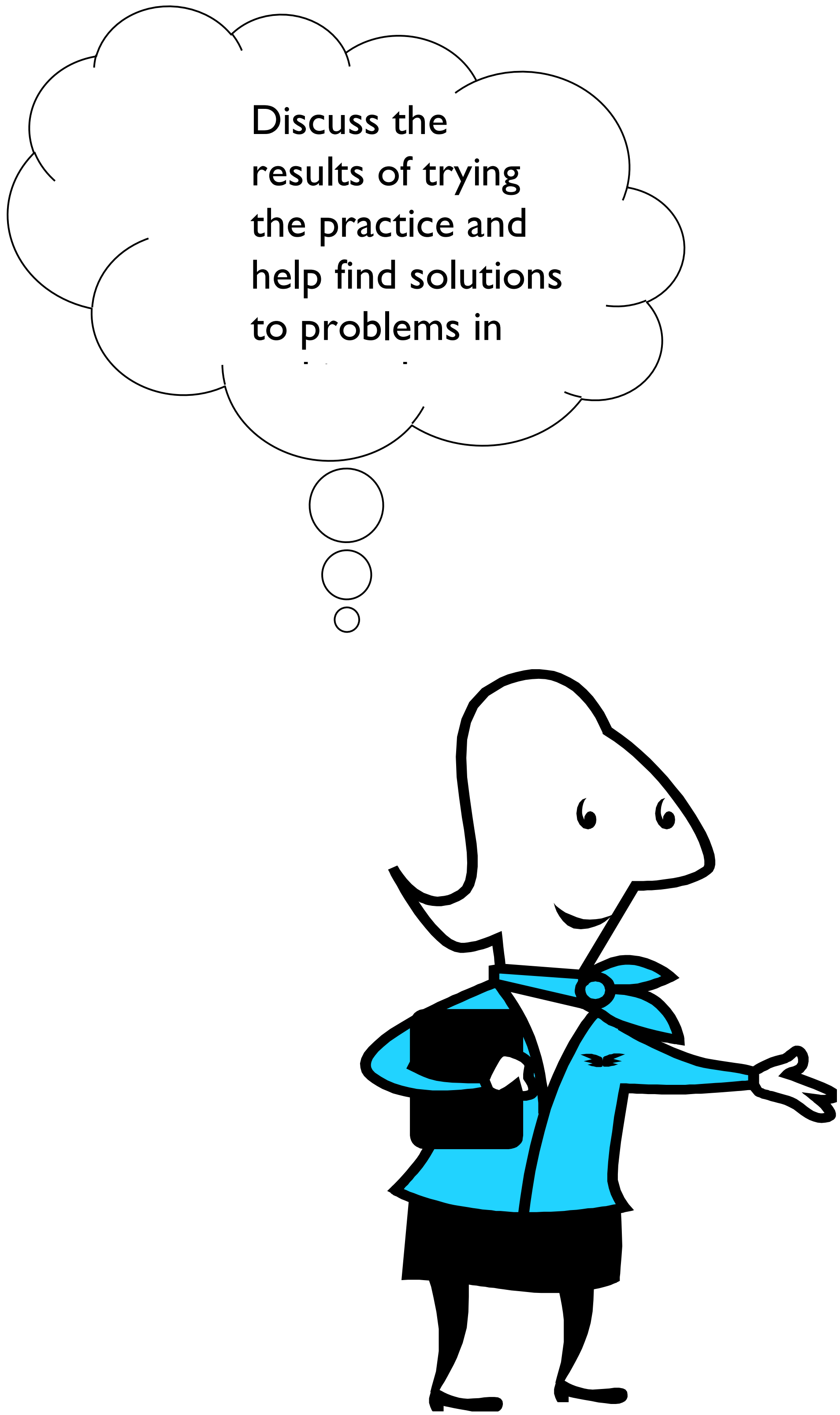
စွမ်းဆောင်ရည်အသစ်တွေကို ရရှိလာတယ်။ စွမ်းအားအရင်းအမြစ်တွေ၊ အထောက်အပံ့တွေကို လက်လှမ်းမီလာတယ်။

ငါ အပြုအမူအသစ် တစ်ခုကို
စလုပ်ဖို့
အဆင်သင့်ဖြစ်နေပေမယ့်
အတားအဆီး တော့ ရှိနေတုန်းပဲ
လုလုချင်းထောက်ပံ့မှုမရှိ
စွမ်းအားအရင်းအမြစ်တွေမရှိ
တန်ဖိုးထားမှုတွေမတူ
ကျရှုံးမှာကြောက်ရွံ့

သူတို့ အတားအဆီးတွေကို ကျော်လွှား
နိုင်အောင် ၊ အရင်းအမြစ်တွေကို
လက်လှမ်းမှီလာအောင် ကူညီပေးနိုင်တဲ့
လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ငါပံ့ပိုးမယ်။

အပြုအမူသစ်တစ်ခုကို စတင်လုပ်ဆောင်နေပြီ

အပြုအမူသစ်တစ်ခုကို ငါစပြီးလုပ်နေပြီ ။ ဒါပေမယ့် အကျိုးရှိမရှိတော့ မသေချာဘူး။


Discuss the results of trying the practice and help find solutions to problems in

အပြုအမူသစ် အကြောင်း ပြန်လည်သုံးသပ်မယ်။ အားဖြည့်ကူညီမယ်။

ငါ့မိသားစုနဲ့ ငါ့ရပ်ရွာဆီက
အကူအညီနဲ့ အားပေး
တိုက်တွန်းမှုတွေကြောင့်
ငါလုပ်နိုင်ခဲ့ပြီ။

စဉ်ဆက်မပြတ်
အားပေးတိုက်တွန်းမှု နှင့်
အကူအညီတွေက အပြုအမူ
ရာသက်ပန်
ပြောင်းလဲဖို့လိုအပ်တယ်။

အကူအညီကို အားပြုပြီး အပြုအမူသစ်ကို ဆက်လုပ်မယ်။

ဒီပြောင်းလဲမှုက
ကောင်းမွန်တယ်လို့
ငါယုံကြည်တဲ့အတွက်
အမှုအကျင့်တစ်ခု
ဖြစ်လာအောင်
ငါဆက်ကြိုးစားဖို့လိုတယ်။

အပြုအမူသစ်ကို ဆက်လုပ်နေမနေ ငါစောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုပြီး လိုအပ်တဲ့ အကူအညီနဲ့ သတင်းအချက်အလက်တွေ ထောက်ပံ့ပေးသွားမယ်။

အပြုအမူသစ် အောင်မြင်စွာလုပ်နိုင်တဲ့ အတွက် ဂုဏ်ပြုမယ်

ဟုတ်ပြီကွ ! ငါလုပ်နိုင်ပြီ။

ကောင်းတဲ့အပြုအမူသစ်
အောင်မြင်စွာ လုပ်နိုင်ခဲ့တာကို
အသိအမှတ်ပြုပြီး
ဂုဏ်ပြုပေးမယ်။

နောက်ဆက်တွဲ ၂ - ပင်မဝေါဟာရများ

အမူအကျင့်ဆိုင်ရာသဘောတရား

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
လုပ်ငန်းများ (Activities)	ဤအရာများသည် တစ်စုံတစ်ခုကိုရရှိစေရန် စီမံကိန်းအကောင်အထည်ဖော်သူများက ဦးတည်အုပ်စုများ သို့မဟုတ် ဩဇာညောင်းသည့်အုပ်စုများနှင့်အတူ စီစဉ်သော၊ စုစည်းသော နှင့်/သို့မဟုတ် ပြုလုပ်သော လုပ်ငန်းများဖြစ်သည် - ဥပမာ - လယ်သမားသင်တန်းကျောင်း သို့မဟုတ် မိခင်အုပ်စု အစည်းအဝေး ကျင်းပခြင်း၊ ငှက်ဖျားကာကွယ်ရေး ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးပွဲများ ကျင်းပခြင်း၊ ရေသွင်းရေထုတ်သရုပ်ပြမှု ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အကြံပေးဆွေးနွေးမှုများ ပံ့ပိုးပေးခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဓါတ်ဆားဖျော်ရည် (ORS) ပြုလုပ်ပုံကို သရုပ်ပြသခြင်း။ လုပ်ဆောင်ချက်သို့ချဉ်းကပ်မှုများကို အထူးဖြေရှင်းရန်အတွက် လုပ်ငန်းများကို ရွေးချယ်သင့်သည်၊ တနည်းဆိုသော် အင်အားအကောင်းဆုံး အဟန့်အတားကို လျှော့ချပြီး၊ အင်အားအကောင်းဆုံး လုပ်ဆောင်နိုင်စေမှုများအား တိုးမြင့်စေရန်ဖြစ်သည်။ (လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ - တွင်လည်းကြည့်ရှုနိုင်သည်။)
အတားအဆီး (Barrier)	ဤအရာသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက် အမူအကျင့်တစ်ခုပြုလုပ်ခြင်းကို တားဆီးသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာ (Determinant) ဖြစ်သည်။ (အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာများ Determinants တွင်ကြည့်ပါ။)
အမူအကျင့်	ဤအရာသည် တိကျပြီး၊ တိုင်းတာ၍ရသော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်မှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး၊ တစ်ခုသော အချိန်နှင့် နေရာတွင်ဖြစ်ပွားကာ၊ ကြာချိန်နှင့် အကြိမ်ရေလည်းရှိသည်။ အမူအကျင့်တစ်ခုဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ယုံကြည်မှု သို့မဟုတ် သဘောထားမှုကို ပြောင်းလဲရုံဖြင့် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး လုပ်ဆောင်သော လုပ်ဆောင်မှုဖြစ်သည့် လက်တွေ့အမူအကျင့်ကို ပြောင်းလဲရန်မလုံလောက်ပေ။
အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု (BC) မဟာဗျူဟာများ သို့မဟုတ် အမူအကျင့်ဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်းများ (BCA)	ဤအရာများသည် ဦးတည်အုပ်စုဝင်များ အပြုသဘောဆောင်သော အမူအကျင့်များ လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် အဓိကအဟန့်အတားများကို လျှော့ချပြီး၊ အဓိက လုပ်ဆောင်နိုင်စေမှုများကို တိုးမြှင့်စေရေး ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းများသာမကပဲ စီမံကိန်းလုပ်ဆောင်ချက်အားလုံးကိုပါ စီစဉ်ရေးဆွဲထားသော စီမံကိန်းမဟာဗျူဟာများ သို့မဟုတ် ချဉ်းကပ်နည်းများပင်ဖြစ်သည်။ BC မဟာဗျူဟာများ နှင့် BCAs များသည် အခြေခံအဆောက်အဦ၊ စီးပွားရေးအဟန့်အတားများ သို့မဟုတ် လူ့ဆော်မှုများ နှင့် အသိပညာနှင့် သဘောထားတို့အပြင် ထပ်ဆောင်း အဆုံးအဖြတ်များ ကဲ့သို့သော ပြဿနာများအပေါ် အာရုံစိုက်လုပ်ဆောင်သည်။ DBC မူဘောင်သည် BC မဟာဗျူဟာများ နှင့် BCAsများအတွက် နည်းကိရိယာတစ်မျိုးပင်ဖြစ်ပြီး၊ ၎င်းသည် တစ်ခါတစ်ရံအပြောင်းအလဲလိုအပ်သော စီမံကိန်း ရွေးချယ်စရာများ/ လုပ်ငန်းများအား အပြည့်အဝပြင်ဆင်ဖြည့်စွက်ရေးကို စီမံကိန်းစီစဉ်ရေးဆွဲသူများ ထည့်သွင်းစဉ်းစားမှုရှိစေရန် တိုက်တွန်းပေးသည်။ အကောင်းဆုံးမှာ စီမံကိန်းတွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်သူများသည် DBC သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင်ပါဝင်သော စီမံကိန်းဆုံးဖြတ်ချက် ၅ ရပ်ကို ဆုံးဖြတ်ရာတွင် မိတ်ဖက်များဖြစ်သည်။
အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ (BCC) ဆက်သွယ်ရေး လုပ်ငန်းများ	လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ နှင့် BC ၏ အဆုံးအဖြတ်များကို အဓိကအဟန့်အတားများကို လျှော့ချခြင်း နှင့် လုပ်ဆောင်နိုင်စေမှုများကို တိုးမြင့်ခြင်းအားဖြင့်ဖြေရှင်းရန် စီစဉ်ရေးဆွဲထားသော ဆက်သွယ်ရေး လုပ်ငန်းများပင်ဖြစ်သည်။ ဦးတည်အုပ်စုအများစုတွင် အမူအကျင့်ဆိုင်ရာ အသိပညာ အကန့်အသတ်ဖြင့်ရှိသောအခါမှသာ BCC လုပ်ငန်းများကို လိုအပ်သည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် BCC လုပ်ငန်းများ တစ်မျိုးတည်းဖြင့်သာ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုတစ်ရပ်ကို ဦးတည်မသွားနိုင်ပေ။

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
အကျိုးကျေးဇူးများ Benefits	ဤအရာသည် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး အမူအကျင့်တစ်ခုကို လုပ်ဆောင်ရန်ရွေးချယ်စေသည့် အကြောင်းပြချက်ဖြစ်သည်။ အကျိုးကျေးဇူးများသည် ရုပ်ဝတ္ထု သို့မဟုတ် ကိုင်တွယ်မရသော အရာလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ အမှန်တကယ်ရှိနိုင်သလို၊ ထင်ယောင်ထင်မှားလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဥပမာ - ပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်း၏ မြင်တွေ့နိုင်သောအကျိုးကျေးဇူးမှာ ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ကျခြင်းဖြစ်သည်။ ပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်း၏ ကိုင်တွယ်မရသော အကျိုးကျေးဇူးမှာ လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်သူအတွက် ကောင်းမွန်သောခံစားချက်ပင်ဖြစ်သည်။ ပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းဆိုင်ရာ ထင်ယောင်ထင်မှားအကျိုးကျေးဇူးတစ်ခုမှာ စံထားရသောပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် ထင်ရှားကျော်ကြားသူတစ်ယောက်နှင့် ပိုတူလာသည် ဟူ၍ပင်ဖြစ်သည်။
လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ (Bridges to Activities)	ပုံစံတကျပြုလုပ်သောသုတေသနလုပ်နေစဉ်အတွင်း သြဇာညောင်းသောအုပ်စုမှပေးထားသော တုံ့ပြန်မှုများပေါ်အခြေခံရသော် လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များဆိုသည်မှာ သုတေသနမှ ဖော်ထုတ်ခဲ့သော ပြဿနာရပ်ကို ဖြေရှင်းရန် တစ်စုံတစ်ဦးမှပြုလုပ်သင့်သည့်အရာများဆိုင်ရာ ပိုမိုတိကျသည့် ဖော်ပြချက်များပင်ဖြစ်သည်။ လုပ်ဆောင်ချက်သို့ချဉ်းကပ်နည်းသည် ပုံမှန်အားဖြင့် လမ်းညွှန်ချက်ပေးသည့်ကြိယာ (ဥပမာ - တိုးမြင့်သည်၊ လျော့နည်းသည်၊ တိုးတက်သည်၊ တွန်းအားပေးသည်။ စသည့်ကြိယာ) တစ်ခုနှင့်စတင်ပြီး၊ တခါတရံတွင် ဦးတည်အုပ်စု၏အမြင်သဘောထားကို ပြောင်းလဲစေရန် အဆိုပြုသည်။ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များကို ရာခိုင်နှုန်းများဖြင့် မဖော်ပြပေ။
လက်ရှိကျင့်သုံးနေကြသော အမူအကျင့်	ဤအရာသည် ဦးတည်အုပ်စုမှ အချိန်ကာလတစ်ခုတွင် ပြုလုပ်သော ရလဒ်တစ်ခုနှင့်သက်ဆိုင်သော အမူအကျင့် သို့မဟုတ် အမူအကျင့်အတွဲဆက်များဖြစ်သည်။ လက်ရှိအလေ့အကျင့်တစ်ခုသည် စီမံကိန်းသက်တမ်းအတွင်း စံအလေ့အကျင့်တစ်ခုအဖြစ်သို့ ဦးတည် ရွေ့လျားသွားသင့်သည်။
အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု မူဘောင် (Designing for Behavior Change Framework)	ကျန်းမာရေးစီမံကိန်းစီစဉ်ရေးဆွဲသူများ ပြည့်စုံထိရောက်သော BC မဟာဗျူဟာကို ရေးဆွဲနိုင်စေသည့်၊ စီမံကိန်းတွင်ပါဝင်သူများကြားအပြုသဘောဆောင်သောအမူအကျင့်များ လက်ခံကျင့်သုံးမှု တိုးမြင့်လာစေမည့် အဓိကစီမံကိန်းဆုံးဖြတ်ချက်များကို အဆိုပါစီစဉ်ရေးဆွဲသူများ ချမှတ်နိုင်စေရန် ကူညီပေးသည့် နည်းကိုရိယာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက် ငါးရပ်မှာ အမူအကျင့်၊ ဦးတည်အုပ်စု နှင့် သြဇာညောင်းသောအုပ်စုများ၊ အဆုံးအဖြတ်များ၊ လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ နှင့် လုပ်ငန်းများပင်ဖြစ်သည်။ DBC မူဘောင်ကို AED မှ ရေးဆွဲသော BEHAVE မူဘောင်ပေါ် တိုးချဲ့ရေးဆွဲထားခြင်းဖြစ်သည်။
အဆုံးအဖြတ်များ	အဆုံးအဖြတ်များဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦး၏ ပါတ်ဝန်းကျင်တွင်ရှိသော၊ သူ သို့မဟုတ် သူမ အမူအကျင့်တစ်ခုကို ပြုလုပ်စေရန်ထောက်ပံ့သည့် သို့မဟုတ် မပြုလုပ်စေရန်တားဆီးပေးသည့် အင်အားစု အမျိုးအစားများ (ဥပမာ - လူတစ်ဦး၏ ခံစားချက်များ၊ ယုံကြည်ချက်များ၊ အဟန့်အတားများ၊ လုပ်ဆောင်နိုင်စေမှုများ) ဖြစ်သည်။ အသုံးများသော အဆုံးအဖြတ်အချို့၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များကို Task 8 Handout 1 - **အမူအကျင့်ကိုလွှမ်းမိုးသော အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်မှုအရှိဆုံးအရာအချို့** တွင်လည်းကြည့်နိုင်သည်။
အလေးထားရမည့်၊ အဓိက သို့မဟုတ် ဦးစားပေး အမူအကျင့်များ	ဤအရာများသည် စီမံကိန်းရည်ရွယ်ချက်များပြည့်မီစေရန်အတွက် စီမံကိန်းမှ အားပေးသည့် အချို့သော အမူအကျင့်များပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် စီမံကိန်းတွင်ပါဝင်သူများ သို့မဟုတ် ယင်းတို့၏ထုတ်လုပ်မှု (ဥပမာ - ထုတ်လုပ်မှုတိုးမြင့်ခြင်း) ကောင်းမွန်မှုအပေါ် အပြုသဘောဆောင်သော တိုက်ရိုက်သက်ရောက်မှုတစ်ခုရှိကြောင်း လက်တွေ့အနေဖြင့် သက်သေပြသင့်သည်။ ၎င်းတို့သည် လူမှုရေးရာလက်ခံနိုင်မှု၊ ငွေကြေး၊ အချိန်၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ နှင့် အခြားသော

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
	အရင်းအမြစ်များအနေဖြင့်လည်း စီမံကိန်းတွင်ပါဝင်သူများမှ လုပ်ဆောင်ရန် ဖြစ်နိုင်ခြေလည်း ရှိသင့်သည်။
အလဲအလှယ် ဥပဒေသ	လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး အမူအကျင့်တစ်ခုကို လုပ်ဆောင်ခြင်းမှရသော အကျိုးကျေးဇူးသည် အဆိုပါအမူအကျင့်ကိုလုပ်ဆောင်ပါက ရမည်ဟု သူ သို့မဟုတ် သူမထင်မြင်သော စရိတ်ထက် ပိုမိုကြီးမြင့်ရမည်ဖြစ်သည်။ (စီမံကိန်းစီစဉ်ရေးဆွဲသူများအတွက်သာအရေးပါသော အကျိုးကျေးဇူး များ မဟုတ်ဘဲ) ဦးတည်အုပ်စုဝင်များအတွက် အရေးပါသော အကျိုးကျေးဇူးများ ကို အားပေးမြှင့်တင်ခြင်းသည် အပြုသဘောဆောင်သောအမူအကျင့်များကို တိုးမြင့်စေရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည်။ (*အကျိုးကျေးဇူးတွင်ကြည့်ပါ။*)
ဖြစ်နိုင်သော အလေ့အကျင့်	ဤအရာသည် (စီမံကိန်းသွင်းအားစုများအပါအဝင်) ရှိနေသောအသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ အချိန်နှင့် အရင်းအမြစ်များဖြင့် အချိန်တစ်ခုတွင် ဦးတည်အုပ်စုက ပြုလုပ်နိုင်သော အမူအကျင့် သို့မဟုတ် အမူအကျင့်အတွဲဆက်များဖြစ်သည်။ ရံဖန်ရံခါတွင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အလေ့အကျင့်များသည် စံပြုထားသော အလေ့အကျင့်များနှင့် အတူတူပင်ဖြစ်ပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံတွင်မူ ၎င်းသည် မျက်မှောက် အလေ့အကျင့်နှင့် စံအလေ့အကျင့်တို့ ကြားတွင်ရှိတတ်သည်။ (*စံပြုထားသော အလေ့အကျင့် နှင့် မျက်မှောက်အလေ့အကျင့် တို့တွင်ကြည့်ပါ။*)
ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးခြင်း	ဤအရာသည် တစ်ခုသောကျန်းမာရေးရလဒ်များအကြောင်း အသိပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို "ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်" တစ်ဦးမှ စီမံကိန်းတွင်ပါဝင်သူများအား လွှဲပြောင်းပေးသော စီမံကိန်း မဟာဗျူဟာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ပါဝင်သူများသည် "ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ"မှ ဖြည့်ဆည်းပေးရန် လိုသည့် "လက်ခံသူများ" ဖြစ်သော ထိပ်ပိုင်းမှ အောက်ခြေသို့သွားသော ဝါစဉ်အလိုက်လုပ်ငန်းစဉ်မှ ဤစကားရပ် ဆင့်ပွားလာခြင်းဖြစ်သည်။ "ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်ခြင်း" ဟူသော ဝေါဟာရသည် ပို၍ သင့်လျော်သည်။
စံပြုထားသော အလေ့အကျင့် / အမူအကျင့်	မျက်မှောက်ရှိနေသော သက်သေသာဓကအရ ဤအရာသည် ဦးတည်အုပ်စုမှလုပ်ဆောင်ပါက ကျန်းမာရေးရလဒ်တစ်ခုအပေါ် အကောင်းဆုံးသက်ရောက်မှုရှိစေမည့် အမူအကျင့် သို့မဟုတ် အမူအကျင့်အတွဲဆက်များဖြစ်သည်။
သြဇာညောင်းသော အုပ်စုများ (Influencing Groups)	ဤအုပ်စုများသည် စံပြုထားသောအမူအကျင့်တစ်ခုကို ကျင့်သုံးရန် သို့မဟုတ် ကျင့်သုံးမှုမပြုရန် ဦးတည်အုပ်စုအပေါ် ထိန်းချုပ်မှုရှိသော သို့မဟုတ် လွှမ်းမိုးမှုအားကောင်းသော၊ များသောအားဖြင့် ပုံစံတကျသုတေသနမှတဆင့် ၎င်းတို့သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ထားသည့် လူအုပ်စုများပင်ဖြစ်သည်။
သတင်းအချက်အလက်၊ ပညာရေး နှင့် ဆက်သွယ်ရေး (IEC)	ဤအရာသည် စီမံကိန်းမှပညာပေးသော အမူအကျင့်များအကြောင်းကို ဦးတည်နှင့် သြဇာညောင်းသောအုပ်စုများနှင့် အပြန်အလှန်စကားပြောဆိုဆွေးနွေးမှုတစ်ခုတွင် စီမံကိန်း ဝန်ထမ်းများ နှင့် မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများက အသုံးပြုသော စီမံကိန်းမဟာဗျူဟာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤမဟာဗျူဟာ၏ အာရုံစိုက်မှုမှာ အဓိက သို့မဟုတ် ဦးစားပေးအမူအကျင့်များအကြောင်း ပြောင်းလဲနေသော အသိပညာ၊ ယုံကြည်မှုများ နှင့် သဘောထားများပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပညာပေးထပ် ပိုမိုပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုရှိသော အသုံးအနှုန်းပင်ဖြစ်ပြီး၊ IEC တစ်မျိုးတည်းဖြင့် အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှု တစ်ရပ် ဖြစ်မလာနိုင်ပေ။
ပင်မအကြောင်းတရားများ (Key factor)	ဤဝေါဟာရကို လုပ်ငန်းရည်ရွယ်ချက်များ ဟူသောဝေါဟာရနှင့်အစားထိုးပြီးဖြစ်သည်။

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
စိတ်အားထက်သန်စေသောအရာများ သို့မဟုတ် အထောက်အကူပြုသောအရာများ (Motivator or enabler)	ဤအရာများသည် လူတစ်ဦး အမူအကျင့်တစ်ခုကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်ထောက်ကူပေးသော အဆုံးအဖြတ်များဖြစ်သည်။ (*အဆုံးအဖြတ်များ တွင်ကြည့်ပါ။*)
ဦးတည်အုပ်စု	ဤအရာသည် စီမံကိန်းတစ်ခုမှ ပညာပေးသော အပြုသဘောဆောင်သော အမူအကျင့်များကို လုပ်ဆောင်သော လူအုပ်စု သို့မဟုတ် အသက်မပြည့်သေးသူများအား အမူအကျင့်တစ်ခုကို ကျင့်သုံးစေသော လူအုပ်စုဖြစ်သည်။ ဦးတည်အုပ်စုများသည် အချို့သော လူမှုပထဝီဝိသေသလက္ခဏာများ (ဥပမာ - အသက်၊ ကျား၊မ၊ ပညာရေးအဆင့်) ရှိသူများ၊ အခြေအနေတစ်ခု၏ သက်ရောက်မှုအခံရဆုံးသူများ (ဥပမာ - HIV/AIDS၊ ဆင်းရဲမှု)၊ သို့မဟုတ် အနုတ်လက္ခဏာရှိသော ကျန်းမာရေးရလဒ်များ၏ ထိခိုက်ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေ အရှိဆုံးသူများ (ဥပမာ - အသက် ၅ နှစ်အောက် ကလေးငယ်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများ၊ အသက်ငယ်ငယ်နှင့် ကျောင်းထွက်သူများ) ပင်ဖြစ်သည်။ ကလေးသူငယ်အသက်ရှင်သန်ရေးစီမံကိန်းများတွင် ဦးတည်အုပ်စု၌ အသက်၅ နှစ်အောက် ကလေးသူငယ်များ၏ အမေများ သို့မဟုတ် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများပါဝင်လေ့ရှိသည်။
လူမှုရေးရာ ဈေးကွက်မြှင့်တင်ရေး (Social marketing)	ဤအရာသည် ဦးတည် နှင့် ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုများအတွက် စီမံကိန်းဝင်အမူအကျင့်များ ပညာပေးရာတွင် ဈေးကွက်မြှင့်တင်ရေးနည်းစနစ်များကို အသုံးပြုသော စီမံကိန်း မဟာဗျူဟာတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

စီမံကိန်းဆုံးဖြတ်ချက်များအတွက် အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်း

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
သတိပြုစုံစမ်းမှု (Appreciative inquiry)	ဤသုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်သည် စီမံကိန်းရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ပန်းတိုင်များရောက်ရှိရန် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်း၊ အိမ်ထောင်စုများ နှင့် ရပ်ရွာလူထုများတွင် အရင်းအမြစ်များရှိပြီးဖြစ်သည် ဟူသော ယူဆချက်ဖြင့် စတင်သည်။ ဖော်ပြရသော်၊ သတိပြုစုံစမ်းမှု၏ နည်းလမ်းတစ်ခု မဟုတ်သော "လိုအပ်ချက်ဆန်းစစ်လေ့လာမှု"တစ်ခုသည် လစ်ဟာချက်ကွက်လပ်များကို ချက်ချင်းသိစေပြီး၊ သတိပြုစုံစမ်းမှု၏နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သော "စွမ်းဆောင်ရည် ဆန်းစစ်လေ့လာမှု" တစ်ခုသည် ရှိပြီးသား အရင်းအမြစ်များသာမက လစ်ဟာချက် ကွက်လပ်များကိုပါ စုံစမ်းရေးအဖွဲ့အား ဖော်ထုတ်စေသည်။ သတိပြုစုံစမ်းမှုသည် စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများက ရပ်ရွာလူထုအား စီမံကိန်းလုပ်ငန်းစဉ်တွင်းရှိ မိတ်ဖက်များဖြစ်သော အုပ်စုများနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်များဟု မတွေးဘဲ၊ ဖြေရှင်းရမည့် ပြဿနာအစုအဖြစ်တွေးမြင်ခြင်းလာနိုင်မှုကို ဆန့်ကျင်သည်။
အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှု (Barrier Analysis)	ဤအရာသည် စီမံကိန်းတစ်ခုမှ ပညာပေးသော အဓိကအမူအကျင့်များကိုပြုလုပ်ခြင်းမှ သို့မဟုတ် ပြုလုပ်နိုင်စေမှုမှ ဦးတည်အုပ်စုများကို တားဆီးနိုင်ခြေအရှိဆုံး အဆုံးအဖြတ်များကို ဖော်ထုတ်သည့် သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ကျင့်သုံးသူများ နှင့် မကျင့်သုံးသူများထံမှ စစ်တမ်းမေးခွန်းဖြေဆိုမှုများကို နှိုင်းယှဉ်သည်။ အမူအကျင့်ဆန်းစစ်မှုတစ်ခုသည် ဩဇာညောင်းမှုအရှိဆုံးသောအရင်းအမြစ်များအပေါ်တွင် စီမံကိန်းရေးဆွဲသူများ အာရုံစိုက်နိုင် စေရန်အတွက် အဟန့်အတားများ နှင့် လုပ်ဆောင်နိုင်စေမှုများကို ဦးစားပေးအဆင့် သတ်မှတ်ရန်လည်း ကူညီပေးသည်။ (*အဟန့်အတား၊ အဆုံးအဖြတ်များ နှင့် ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူ လေ့လာချက် တွင်လည်း ကြည့်ရှုနိုင်သည်။*)
စွမ်းဆောင်ရည် ဆန်းစစ်လေ့လာမှု (Capacity Assessment)	ဤအရာသည် စီမံကိန်းတစ်ခုသို့ အုပ်စုတစ်ခုမှ ယူဆောင်လာသော ရှိဆဲအားသာချက်များ နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများတိုးတက်စေရန် အုပ်စုတစ်ခု အကူအညီလိုအပ်သော နယ်ပယ်များကို ဖော်ထုတ်ရန်အတွက် အုပ်စုအဆင့်တွင် အာရုံစိုက်ထားလေ့ရှိသော သုတေသနနည်းလမ်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုသည် စေတနာ့ဝန်ထမ်း အားထုတ်မှုများ သို့မဟုတ် ဘဏ္ဍာရေးအရင်းအမြစ်များကို စည်းရုံးရာတွင် အင်အားကောင်းသော်လည်း၊ မှတ်တမ်းသိမ်းဆည်းမှု သို့မဟုတ် စီမံကိန်း၏ သက်ရောက်မှုများကို အကဲဖြတ်ရာတွင် အားနည်းကြောင်း စွမ်းဆောင်ရည်ဆန်းစစ်လေ့လာမှုတစ်ခုတွင် ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်သည်။
လျို့ဝှက်ချက်အဖြစ် ထားရှိပေးခြင်း (Confidentiality)	သုတေသနပါဝင်လုပ်ဆောင်သူတစ်ဦး၏ ရပ်ရွာလူထု သို့မဟုတ် အစိုးရမှ သိသွားပါက အဆိုပါပါဝင်ဆောင်ရွက်သူအား ထိခိုက်ပျက်စီးစေနိုင်သော သတင်းအချက်အလက်မျိုးကို ၎င်းမှ စီမံကိန်းဝန်ထမ်းအား သတင်းပေးပါက၊ သုတေသနမှ စုဆောင်းရရှိသည့် သတင်းအချက်အလက်နှင့် အဆိုပါသုတေသနတွင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်သူများအား နှောင့်ယှက်ဖွဲ့မှု မရှိနိုင်စေရန်အတွက် စီမံကိန်းဝန်ထမ်းမှ လုပ်နိုင်သမျှ အကာအကွယ်အစီအမံများကို ပြုလုပ်ရမည်။ ဤသည်ကို အင်တာဗျူးများဖြေဆိုချိန်အတွင်း အနှောင့်အယှက်ကင်းစေမှု၊ သုတေသနမှတ်စုများတွင် အမည်လွှဲများအသုံးပြုမှု နှင့် ပါဝင်ဖြေဆိုသူ၏ ထူးခြားဝိသေသလက္ခဏာများကို အစီရင်ခံစာများတွင် မထည့်သွင်းမှု (ဥပမာ - "ကကြီး ကျေးရွာ၏ အုပ်ချုပ်ရေးမှူး" ဟု ရေးမည့်အစား "ထင်ရှားသောရပ်ရွာအဖွဲ့ဝင်" ဟုဖော်ပြခြင်း) စသည်တို့လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် ပြီးမြောက်စေနိုင်သည်။ လျို့ဝှက်စေသောအခွင့်အရေးသည်

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
	သုတေသနတွင်ပါဝင်ခြင်းကို ငြင်းပယ်နိုင်ခွင့် အပါအဝင် ရပ်ရွာလူထုတွင် သုတေသနလုပ်ငန်းများ မလုပ်ဆောင်မီတွင် စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများ သိထားသင့်သော လူ့အခွင့်အရေးများထဲမှ တစ်ခုသာဖြစ်သည်။
အကြံပြုသုတေသန (Consultative Research)	ဤအရာသည် စီမံကိန်း၏ မည်သည့်အဆင့်၌မဆိုအတွင်း မည်သည့်နည်းလမ်းကိုမဆို အသုံးပြုသော အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ "အကြံပြု" ဟူသော ဝေါဟာရသည် ရပ်ရွာတွင်းရှိလူတစ်ဦးချင်း နှင့် အုပ်စုများအား သုတေသန၏ "အစမ်းသပ်ခံ" မျှသာမဟုတ်ဘဲ၊ အချက်အလက်များကို စုဆောင်း၊ အသုံးပြုရာတွင် မိတ်ဖက်များဖြစ်ကြောင်း ရည်ညွှန်းဖွဲ့ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။
ကျင့်သုံးသူ/မကျင့်သုံးသူ လေ့လာချက် (Doer/Non-Doer Study)	ဤအရာသည် အဓိကအမူအကျင့်တစ်ခုကို လုပ်ဆောင်သော (ကျင့်သုံးသူများ) ရပ်ရွာတွင်းရှိ လူတစ်ဦးချင်း သို့မဟုတ် အုပ်စုများကို အဆိုပါအမူအကျင့်ကို မလုပ်ဆောင်သောသူများ (မကျင့်သုံးသူများ) နှင့် နှိုင်းယှဉ်ရာတွင် အသုံးပြုသော သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ အသုံးပြုသောမေးခွန်းများမှာ အဟန့်အတားသရုပ်ခွဲလေ့လာမှုတွင်သုံးခဲ့သော မေးခွန်းများ၏ အခွဲများပင်ဖြစ်သည်။ ကျင့်သုံးသူများ နှင့် မကျင့်သုံးသူများအကြားရှိ ကွာခြားချက်များကို စီမံကိန်း စီစဉ်ရေးဆွဲသူများ သိရှိသည်နှင့်တပြိုင်နက် အဆိုပါကွာခြားချက်များကို လျှော့ချခြင်း၊ မကျင့်သုံးသူများ ကျင့်သုံးသူများဖြစ်လာစေရန် ထောက်ကူပေးခြင်းနှင့်စပ်လျဉ်းသော အရင်းအမြစ်များကို အာရုံစိုက်လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ (*အဟန့်အတားသရုပ်ခွဲလေ့လာမှုတွင်လည်း ကြည့်နိုင်သည်။*)
ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ ဆွေးနွေးခြင်း (FGD)	စီမံကိန်းတစ်ခုနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိသော အချို့သောဝိသေသလက္ခဏာများ (ဥပမာ - လိင်၊ အသက်၊ ကလေးအရေအတွက်၊ ရပ်ရွာတွင်းအခန်းကဏ္ဍ) တွင် တူညီသော လူ ၆-၁၂ ယောက်အကြား တစ်ခုသောခေါင်းစဉ်နှင့်ဆက်စပ်နေသော ပြဿနာရပ်များအကြောင်း ဆွေးနွေးမှု တစ်ခု ဖြစ်သည်။ ဦးတည်အုပ်စုတစ်ခု၏ ပံ့ပိုးပေးသူသည် ပါဝင်ဆွေးနွေးသူအားလုံး အချင်းချင်းပြောဆိုဆွေးနွေးမှုကို တိုက်တွန်းအားပေးပြီး၊ ဆွေးနွေးရင်း အကြောင်းအရာ လွဲသွားပါက အဆိုပါခေါင်းစဉ်သို့ ပြန်လည်တည့်မတ်ပေးသည်။ ဤနည်းလမ်းသည် ရပ်ရွာအတွင်း မျက်မှောက်အလေ့အကျင့်များ၊ အသိပညာ၊ ယုံကြည်မှုများ၊ တူညီမှုများ နှင့် ကွာခြားမှုများအကြောင်း တစ်ခုသောခေါင်းစဉ်နှင့် ပက်သက်သည့် အထွေထွေ သတင်းအချက်အလက်များကို စုဆောင်းရာတွင် ကောင်းမွန်သည်။
Formative Research	ဤအရာသည် စီမံကိန်းတစ်ခု၏ အစောပိုင်းအဆင့်များတွင် မည်သည့်နည်းလမ်းကိုမဆိုသုံး၍ အချက်အလက်စုဆောင်းသည့်လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဥပမာ - DBC မူဘောင်၏ မေးခွန်းငါးရပ်ကို စီစဉ်ရေးဆွဲသူများ ဖြေဆိုရာတွင် ကူညီခြင်းအားဖြင့် ပုံစံတကျသုတေသန လုပ်ဆောင်နေစဉ်အတွင်း စုဆောင်းရရှိသော အချက်အလက်များကို စီမံကိန်းဖွဲ့စည်းပုံတွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုသည်။
အင်တာဗျူး (Interview)	ဤအရာသည် သီးသန့်စီစဉ်ထားမှုတစ်ခုတွင် လူတစ်ဦးအား တစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပိုသော သက်ဆိုင်ရာ ခေါင်းစဉ်များအကြောင်း မေးခွန်းများမေးမြန်းသည့် သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။ အသေးစိတ်ကျသော၊ အဓိကသတင်းပေးအား မေးမြန်းသော၊ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းသော အင်တာဗျူးများ အစရှိသဖြင့် အင်တာဗျူးပုံစံ များစွာ ရှိသည်။ ဤနည်းလမ်းသည် မျက်မှောက်အလေ့အကျင့်များအကြောင်းအသေးစိတ် သတင်းအချက်အလက်များရရှိရန် နှင့် ခေါင်းစဉ်သည် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ သို့မဟုတ် နိုင်ငံရေးအရ ထိခိုက်မခံသည့်အခါမျိုးတွင် အသုံးဝင်သည်။

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
လိုအပ်ချက် ဆန်းစစ်လေ့လာမှု (Needs Assessment)	ဤနည်းလမ်းသည် စီမံကိန်းတစ်ခုအတွင်း အားကောင်းလာနိုင်စေသည့် အုပ်စုတစ်ခု၏ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ အခြေခံအဆောက်အဦ သို့မဟုတ် အရင်းအမြစ်များရှိ လစ်ဟာချက် ကွက်လပ်များကို ဖော်ထုတ်ပေးသည့်၊ ပုံမှန်အားဖြင့် အုပ်စုအဆင့်ကို အာရုံစိုက်သည့် သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။
စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်း (Observation)	ဤနည်းလမ်းသည် ဦးတည် သို့မဟုတ် ဩဇာညောင်းသောအုပ်စုများ၏ လက်တွေ့ အလေ့အကျင့်များကို သုတေသီများမှ မြင်ရ ကြားရသည့် သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ စောင့်ကြည့်လေ့လာမှုများသည် တစ်ရက်တာအချိန်တွင် မိသားစုတစ်ခု၏ တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေးနှင့် ရေဆိုးစနစ်အလေ့အကျင့်များကို စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် အိမ်ထောင်စု တစ်ခုဆီသို့ သွားရောက်ခြင်းစသည့် သဘာဝကျသည့်နည်းလမ်းဖြစ်နိုင်သလို၊ မိခင်တစ်ဦးအား သူမ၏လက်များကို ဆေးကြောသည့်နည်းလမ်းကို သုတေသီအားပြသစေပြီးနောက်မှ သူမအားစောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်းစသည့် စီစဉ်ထားပြီး သတ်မှတ်ထားသည့် နည်းလမ်းလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။
လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှု သုတေသန (Operations Research)	ဤအရာသည် တစ်ခုသော ချဉ်းကပ်နည်း၊ မဟာဗျူဟာ သို့မဟုတ် နည်းပညာတစ်ခုကို စမ်းသပ်ရန် စီမံကိန်းကာလတစ်ခုအတွင်း ကြိုတင်စီစဉ်ထားသော အချက်အလက် စုဆောင်းသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ သုတေသနတွင် စီမံကိန်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် သီးခြားဖြစ်သော ရည်ရွယ်ချက်များရှိနိုင်သည်။
အပြုသဘောဖြင့် သွေဖယ်မှုကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်း (PDI)	ဤအရာသည် ရပ်ရွာတစ်ခုမှ "အပြုသဘောဆောင်သောသွေဖယ်သူ" လူပုဂ္ဂိုလ်များမှတဆင့် အဆိုပါရပ်ရွာတွင်ဖြစ်ပေါ်နေပြီးဖြစ်သော ကူးပြောင်းနိုင်သော၊ အချို့သောအမူအကျင့်များကို သုတေသီများက လေ့လာသင်ယူသည့် သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဥပမာ - နာမကျန်းပဲ အာဟာရချို့တဲ့သော နစ်နစ်သားကလေးများရှိသည့် ရပ်ရွာတွင် ကျန်းမာပြီး အာဟာရပြည့်ဝသော နစ်နစ်သားကလေးရှိသည့် ဆင်းရဲသည့်မိခင်များသည် အပြုသဘောဆောင်သော သွေဖယ်သူများဖြစ်ကြသည်။ အဆိုပါ "အပြုသဘောဆောင်သော သွေဖယ်သူ" မိခင်များနှင့် စကားပြောဆိုပြီး၊ လေ့လာခြင်းအားဖြင့် ၎င်းတို့ကလေးများအတွက် မည်သည့်အထူးအလေ့အကျင့်များက ပိုမိုကောင်းမွန်သောရလဒ်များရရှိစေကြောင်း သုတေသီများမှ သင်ယူလေ့လာနိုင်ပြီး၊ စီမံကိန်းတစ်ခုမှတဆင့် အဆိုပါ အလေ့အကျင့်များကို ပညာပေးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။
အချိန်တိုအတွင်း ဆောင်ရွက်သော ကျေးရွာအခြေအနေ သုံးသပ်ချက်၊ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သင်ယူလေ့လာမှု သုံးသပ်ချက် သို့မဟုတ် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကျေးရွာအခြေအနေ သုံးသပ်ချက်	ဤအရာများသည် စီမံကိန်းဖွဲ့စည်းပုံ သို့မဟုတ် အကဲဖြတ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ရပ်ရွာလူထု၏ ပို၍အားနည်းသောအုပ်စုများ၏ အသံများကို ကြားနိုင်စေရန် စီစဉ်ရေးဆွဲထားသည့်၊ ကွဲပြားသော ဒဿန နှင့် အသုံးပြုမှုတစ်ခုချင်းစီရှိသော ဆက်နွယ်နေသည့် သုတေသန နည်းလမ်း အစုများပင်ဖြစ်သည်။ သုတေသနတွင် စာမတတ်သူများသာမက စာတတ်သူများပါ အပြည့်အဝပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်အတွက် အဆိုပါနည်းလမ်းများတွင် ရုပ်ပြနည်းလမ်း များစွာ ပါဝင်သည်။ နည်းလမ်းများတွင် FGD များ၊ လူမှုအခြေပြမြေပုံ၊ ဆင်းရဲချမ်းသာအဆင့်ခွဲမှု၊ Venn ပုံများ နှင့် ကတ်ဒ်ပြား စီခြင်း/စုခြင်းဖြင့် သရုပ်ခွဲလေ့လာမှု စသည့် နည်းလမ်းများပါဝင်သည်။

ဝေါဟာရ	အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
အခြေအနေ သရုပ်ခွဲလေ့လာမှု (Situation Analysis)	ဤကျယ်ပြန့်သော အချက်အလက်စုဆောင်းသည့် လုပ်ငန်းစဉ်သည် စီမံကိန်းဖွဲ့စည်းပုံတွင် စောစီးစွာဖြစ်ပေါ်သည်။ အခြေအနေသရုပ်ခွဲလေ့လာမှုသည် ရပ်ရွာလူထုတစ်ရပ်၏ အထွေထွေ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် သတ်မှတ်ထားသော စီမံကိန်းများမှတဆင့် ဖြေရှင်းရမည့် ပြဿနာများကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ပေးသည်။
စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်း (Survey)	ဤနည်းလမ်းသည် စီမံကိန်းပါ ပြဿနာ သို့မဟုတ် ပြဿနာများကို ဗဟိုပြုထားသော မေးခွန်းလွှာတစ်စောင်ကို သတ်မှတ်ဝိသေသလက္ခဏာများပြည့်စုံသော (ဥပမာ - မိခင်အားလုံး၊ အသက် ၁၅-၁၉ ရှိသော လူငယ်များ) ကျပန်းရွေးချယ်ထားသည့် ရပ်ရွာအဖွဲ့ဝင်များအား ဖြေဆိုစေခြင်းဖြစ်သော သုတေသနနည်းလမ်းဖြစ်သည်။ ရလဒ်များကို သရုပ်ခွဲလေ့လာပြီး၊ အရေအတွက်ဖြင့် ရှင်းလင်းတင်ပြသည်။ ၃၀ အစု ကျပန်းနမူနာကောက်ခြင်း နှင့် အတွဲလိုက် အရည်အသွေးနမူနာကောက်ခြင်း (Lot Quality Assurance Sampling - LQAS) တို့အပါအဝင် နမူနာရွေးချယ်သည့် နည်းလမ်းကွဲများစွာရှိသည်။
ပိုမိုကောင်းမွန်သော အလေ့အကျင့်များအား စမ်းသပ်ကျင့်သုံးစေခြင်း (TIPS)	TIPS သည် စီမံကိန်းမှ ပညာပေးမည့် အဓိကအမူအကျင့်များအား သတ်မှတ်ထားသော အချိန်အတွင်း စမ်းသပ်ကျင့်သုံးကြည့်စေရန် ရပ်ရွာတွင်းရှိ လူတစ်ဦးချင်း သို့မဟုတ် အုပ်စုများအား တောင်းဆိုသည့် သုတေသနနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ စမ်းသပ်မှုအပြီးတွင် TIPS ပါဝင်ဆောင်ရွက်သူများသည် အဆိုပါအမူအကျင့်ကို ပုံသေလုပ်ဆောင်နိုင်မှုရှိ/မရှိ၊ ၎င်းကိုလုပ်ဆောင်ရန် မည်သည်က ပို၍လွယ်ကူ သို့မဟုတ် ခက်ခဲစေသနည်း၊ နှင့် အမူအကျင့်ကို ပြုလုပ်ခြင်းမှရရှိမည်ဟု ၎င်းတို့ထင်မြင်သည့် အကျိုးကျေးဇူးများအကြောင်းကို ၎င်းတို့အား မေးမြန်းအင်တာဗျူးသည်။

Appendix 3. Answer Keys

Answer Key to Workshop Pre-/Post-Test

1. c
2. c
3. c
4. a
5. c
6. c
7. c
8. a
9. a
10. b

Answer Key to Task 7 Handout 2

1. Perceived self-efficacy/skills
2. Perceived social norms
3. Perceived negative consequences
4. Perceived negative consequences
5. Access
6. Access (perceived negative consequences is also acceptable)
7. Perceived self-efficacy/skills
8. Perceived self-efficacy/skills
9. Cue to action/reminders
10. Perceived susceptibility
11. Perceived severity
12. Perceived divine will
13. Policy
14. Culture
15. Perceived self-efficacy/skills
16. Perceived social norms
17. Perceived negative consequences
18. Access
19. Perceived positive consequence
20. Access
21. Cues to action/reminders
22. Perceived self-efficacy/skills
23. Perceived susceptibility
24. Perceived severity
25. Perceived divine will
26. Policy (perceived negative consequences is also acceptable)
27. Culture

Task 12 Handout 3

အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများကို ကြည့်၍ လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ ရေးသားခြင်း

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုး ထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၁။ မညီညာတဲ့ တောင်စောင်းက မြေပေါ် မှာ အပင်ဘယ်လို စိုက်ရမယ် ဆိုတာ ငါမသိဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	မညီညာတဲ့ တောင်စောင်းက မြေပေါ် မှာ အပင်စိုက်ပုံစွမ်းရည်ကို တိုးတက်စေပါ။
၂။ မြေသြဇာသုံးရင် သုံးတဲ့ပိုက်ဆံ နဲ့ရော၊ အားစိုက်ရတဲ့လုပ်အားနဲ့ရော တွက်ရင် မတန်ဘူးလို့ ငါ့ယောက္ခမက ပြောတယ်။ မြေသြဇာသုံးလို့ သူ ငါ့ကို ရှုံမိုက်တယ်လို့ မမြင်စေချင်ဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **လူမှုထုံးစံများ**	မြေသြဇာသုံးတာကို ယောက္ခမကသဘောတူတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။ ဒီလိုလုပ်တာ တော်တယ်လို့ သူကထင်တယ်။
၃။ ငါ့လယ်တွေကို မီးမရှို့ရင် နောက်နှစ်ကျရင် ပိုးကျတဲ့ဒုက္ခတွေ ငါပိုပြီး ကြုံတွေ့ရမယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	လယ်တွေကို မီးမရှို့ရင် နောက်နှစ်ကျရင် ပိုးကျတဲ့ဒုက္ခတွေ ပိုပြီး ကြုံတွေ့ရမယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို လျော့နည်းစေပါ။
၄။ ပြောင်းတွေကို အတန်းလိုက် စိုက်ပျိုးရင် လေတိုက်ပြီး ပြိုလဲနိုင်ခြေ ပိုများတယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	ပြောင်းတွေကို အတန်းလိုက် စိုက်ပျိုးရင် လေတိုက်ပြီး ပြိုလဲနိုင်ခြေ ပိုများတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို လျော့နည်းစေပါ။
၅။ ဆေးခန်းကို သွားမပြချင်ဘူး။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ နောက်ဆုံး တစ်ကြိမ် သွားပြတုန်းက ငါ့အပေါ် သူတို့ အရမ်းရိုင်းပြတယ်။	**လက်လှမ်းမှီမှု (သို့မဟုတ်)** ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	သူနာပြုတွေဟာ လူနာတွေကို ပိုပြီးဖော်ရွေတတ်ဖို့ သင်ယူနေကြပြီဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၆။ အိမ်မှာမဟုတ်ပဲ အပြင်မှာအလုပ် သွားလုပ်ရရင် ငါ့ကလေးကို မိခင်နို့ တစ်မျိုးတည်းတိုက်ဖို့ ခက်ခဲလိမ့်မယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	အပြင်မှာအလုပ် သွားလုပ်နေရင်းနဲ့ မိခင်နို့တိုက်နိုင်တယ့် စွမ်းရည်ကို တိုးတက်စေပါ။
၇။ ပေါင်းရှင်းရတာကို ငါမုန်းတယ်။ ဘယ်အပင်ကပေါင်းပင်လဲ၊ ဘယ်အပင် က ငါစိုက်တဲ့အပင်လဲဆိုတာ ငါမခွဲတတ်ဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	ဘယ်အပင်ကပေါင်းပင်လဲ၊ ဘယ်အပင် က စိုက်တဲ့အပင်လဲဆိုတာ ခွဲခြားတတ်တဲ့စွမ်းရည်ကို တိုးများစေပါ။
၈။ ပီလောပီနံမျိုးကွဲအသစ်ကို ငါစိုက် တော့မယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီမျိုးကွဲတွေ ကို သုတေသနပျိုးခင်း ကနေ ဖြန့်ဝေမယ့်နေ့ကို ငါမေ့နေ တယ်။	**မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ**	ဖြန့်ဝေမယ့်နေ့ကို မှတ်မိနိုင်တဲ့စွမ်းရည် တိုးများစေပါ။

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၉။ ပေါင်မပြည့်တဲ့ကလေးတွေသာ အာဟာရချို့တဲ့နိုင်ခြေပိုများတယ်။ ငါ့ကလေးက ပုံမှန်ပေါင်ချိန်နဲ့ မွေးလာတာ။ အာဟာရချို့တဲ့မှာ စိုးရိမ်စရာမလိုဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **အကြောင်းအရာ တစ်ခုခုကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုပေါ်တွင် ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း လက်ခံမှု**	မွေးတုန်း ပေါင်ပြည့်တဲ့ကလေးတွေ မှာတောင် အာဟာရချို့တဲ့နိုင်တယ် ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၀။ ငါ့လယ်ကို လေ့ကားထစ် လုပ်ပြီးမစိုက်ရင် အပေါ်ယံမြေဆီလွှာ ဆုံးရှုံးမယ်လို့ ကြားဘူးတယ်။ ဒါပေမယ့် ငါ့လယ်မှာ အပေါ်ယံ မြေဆီလွှာ တွေအများကြီးရှိတယ်။ လေ့ကားထစ်လုပ်ပြီးမစိုက်လည်း ပြဿနာ မဟုတ်ပါဘူး။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှ ပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု**	အပေါ်ယံမြေဆီလွှာအများကြီး ရှိနေတယ်ဆိုရင်တောင် ကြီးမားစွာ တိုက်စားခံရနိုင်တယ်ဆိုတယ့် ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။ ကာကွယ်တဲ့အဆင့်တွေကို သေချာ လုပ်မထားဘူးဆိုရင် အချိန်တိုအတွင်းမှာ အလွယ်တကူတိုက်စားခံရနိုင်တယ်။
၁၁။ ငါတို့ရဲ့မစင်တွေကို ဖုံးအုပ်ရမယ် လို့ ကျမ်းစာကပြောတယ်။ ဒါကြောင့် ငါတို့မိသားစု အိမ်သာတစ်လုံး ဆောက်ခဲ့တယ်။	**ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ**	အိမ်သာဆောက်ပြီး အသုံးပြုဖို့ ကျမ်းစာက အားပေးတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၂။ ပြီးခဲ့တဲ့အပတ်က ငါ့ကလေးကို ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ ခေါ်သွားခဲ့တယ်။ ဒါပေမယ့် သူတို့ကပြောတယ်။ ကလေးတစ်ယောက်ထဲ အတွက်နဲ့တော့ ကာကွယ်ဆေး ပုလင်းကို မဖွင့်နိုင်ဘူးလို့ပြောတယ်။	**မူဝါဒများ**	ကလေး ကာကွယ်ဆေးထိုးရမယ့် မူဝါဒတွေကို လိုက်နာဖို့စွမ်းရည် တိုးများစေပါ။
၁၃။ လယ်ပြင်တဲ့အနေနဲ့ တောင်ယာ လယ်ကွက်တွေကို မီးရှို့တာဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဓလေ့ပါ။	**ဓလေ့ထုံးတမ်းများ**	ရိုးရာဓလေ့တွေဟာ အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲနေပြီး စိုက်ပျိုးရေး နည်းအသစ်တွေဟာ အသုံးဝင်တတ်ကြောင်း ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၄။ ကျွန်တော်ဇနီးတစ်ယောက် တည်းနဲ့ပဲ ကိုယ်လက်နီးနှောဖို့က တော်တော် ခက်တယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ် နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု**	ကိုယ့်ဇနီကို သစ္စာရှိနေစေဖို့ စွမ်းရည်ကို တိုးများစေပါ။ ဇနီးတစ်ယောက်ထဲနဲ့ ကိုယ်လက်နီးနှောတာ ဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ယုံကြည်စိတ်ချမှုကို တိုးများစေပါ။

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
၁၅။ ဒီနှစ်တော့ ကျွန်မရဲ့ ခင်ပွန်းက ကျွန်မကို မိသားစုစားဖို့ သီးပင်စားပင်တွေထက် ဝင်ငွေရ အပင်တွေ ပိုစိုက်စေချင်တယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **လူမှုထုံးစံများ**	ဝင်ငွေရ အပင်တွေထက် မိသားစုစားဖို့ သီးပင်စားပင်တွေကို ခင်ပွန်းတွေက ပိုစိုက်စေချင်တယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၆။ သားဆက်ခြားနည်းကို ငါသုံးမယ်။ ဒါပေမယ့် ငါကြိုက်တဲ့ သားဆက်ခြားနည်းအမျိုးအစားကို သူတို့မပေးတော့ဘူး။	**လက်လှမ်းမီမှု**	အခြားလက်ခံနိုင်တဲ့ သားဆက်ခြားနည်းအမျိုးအစားတွေကို ရွေးချယ်လို့ရသေးတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၇။ ဒီနှစ် ကြွက်ရန်ကာကွယ်ဖို့ ပိုကောင်းတဲ့ သတ္တုကိုဒေါင်တစ်ခု ငါဆောက်ချင်တယ်။ မနှစ်တုန်းက ငါ့ပြောင်းအများကြီးကို ကြွက်တွေစားသွားတယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ကောင်းကျိုးများ**	သတ္တုကိုဒေါင်ထဲမှာ ကောက်ပဲသီးနှံတွေ သိုလှောင်ထားရင် သီးနှံလေလွင့်မှုလျော့နည်းတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၈။ တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်တစ်ယောက် ကောင်းကောင်းသာ အနီးအနားမှာ ရှိရင် ကျွဲနွားသုံးပြီး လယ်ထွန်ဖို့ တော်တော်လွယ်သွားမယ်။	**လက်လှမ်းမီမှု**	တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန်တစ်ယောက် အနီးအနားမှာ ရှိရင် ကျွဲနွားသုံးပြီး လယ်ထွန်ဖို့ တော်တော်လွယ်သွားမယ် ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၁၉။ ငါ့ကလေးအအေးမိရင် သူ့ရဲ့အသက်ရှူနှုန်းကို စစ်ကြည့်သင့်တယ်ဆိုတာ ငါကြားဖူးတယ်။ ဒါပေမယ့် ငါမေ့နေတယ်။	**မှတ်မှတ်ရရ လုပ်ဆောင်ရန် သတိပေးချက်များ**	အသက်ရှူနှုန်းမြန်တာကို စစ်ဆေးကြည့်တဲ့ အဆင့်တွေကို မှတ်မိနိုင်စွမ်း တိုးများစေပါ။
၂၀။ ငါကြိုးစားကြည့်သေးတယ်။ ဒါပေမယ့် အချိန်နဲ့ခွန်အားအရမ်းကုန်တယ်။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	အလုပ်ကို ပိုကျွမ်းကျင်စွာလုပ်နိုင်တဲ့ နည်းလမ်းတွေရှိတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၂၁။ ငါ့ကလေးက ကိုယ်အလေးချိန်မပြည့်မီလည်း ဘာဖြစ်မှာမို့လို့တုန်း။ သူက တစ်ဖြည်းဖြည်းကြီးထွားနေတာပဲလေ။ ငါလည်း သူ့အရွယ်တုန်းက အဲဒီလိုပဲ ခပ်ညှက်ညှက်ပဲ။	ထင်မြင်ယူဆရသော- **အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် မည်မျှ ပြင်းထန်နိုင်ကြောင်း လက်ခံထားမှု**	အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းဆိုတာ ဆိုးရွားတဲ့ ပြဿနာဖြစ်ပြီး ဉာဏ်ရည်ကို လျော့နည်းစေနိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၂၂။ ဒီနှစ် ငါ့လယ်က အထွက်တိုးမတိုးဆိုတာ ဘုရားအလိုတော်ပဲ။ အထွက်တိုးဖို့ ငါလုပ်နိုင်တာလည်း	**ဘုရားအလိုတော်အတိုင်း သို့မဟုတ် ကံကြောင့် ဟုထင်မြင်ယူဆချက်များ**	ကျွန်တော်တို့ စားဖို့အစားအစာ အလုံအလောက်ရှိအောင် အလုပ်လုပ်နိုင်ဖို့ လိုအပ်တဲ့ စွမ်းရည်တွေနဲ့ အရင်းအမြစ်တွေကို

Formative Research မှဖြေဆိုမှုများ	အပြုအမူပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အရာများ	လုပ်ငန်းစဉ်ပေါင်းကူးများ
သိပ်မရှိဘူး။		ဘုရားသခင်ပေးသနားတယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။
၂၃။ ငါ့ကလေးသာ အာဟာရပြည့်နေရင် ငါတို့ကို စားနပ်ရိက္ခာပေးမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် ငါ့ကလေးကို ဆက်ပြီး နို့တိုက်လို့မဖြစ်ဘူး။ စားနပ်ရိက္ခာကသာ ငါ့မိသားစု တစ်ခုလုံးအတွက် ပိုတန်ဖိုးရှိတယ်။	**မူဝါဒများ** ထင်မြင်ယူဆရသော- **ဖြစ်လာနိုင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများ**	စားနပ်ရိက္ခာက ယာယီဖြေရှင်းမှုသာဖြစ်ပြီး စားနပ်ရိက္ခာရဖို့ ကလေးကို အငတ်ခံစေဖို့မတန်ကြောင်း ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။ (သို့မဟုတ်) ဒီမူဒါဒက မရည်ရွယ်တဲ့ ဆိုးကျိုးကြီးမားစွာရှိနေကြောင်း ထင်မြင်ချက်ကို (မူဝါဒရေးဆွဲသူများအကြား) တိုးများစေပါ။
၂၄။ တို့လူမျိုးစုက သူတို့လူမျိုးစုနဲ့ အတူတူ စားသောက်လို့မရဘူး။ ဒါကြောင့် သူတို့နဲ့အတူတူ စည်ဝေးသွားထိုင်လို့ မဖြစ်ဘူး။	**ဓလေ့ထုံးတမ်းများ**	စည်ဝေးမှာ ဘာမှစားစရာ မလိုကြောင်း ထင်မြင်ချက်ကို တိုးများစေပါ။

Answer Key for Task 15 Handout 1

1 = Cues for action/reminders

2 = Perceived social norms

3 = Perceived susceptibility/risk

4 = Perceived divine will

5 = Perceived self-efficacy/skills

6 = Perceived positive consequences or perceived action efficacy

7 = Perceived positive consequences or perceived action efficacy

8 = Perceived negative consequences

9 = Culture

10 = Perceived severity

11 = Policy

12 = Access