ပဋိပက္ခ နှင့် ကြိုတင်ကောက်ချက်ပြဿနာ

ဘာကြောင့်ပဋိပက္ခ ဖြစ်ကြသလဲ

အနာဂတ်ကာလဖြစ်လာစရာအကျိုးသက်ရောက်မှုများအတွက် စိုးရိမ်ကြောင့်ကျခြင်း၊ အခြားသူများ၏အပြစ်တင်မှုကို မခံယူလိုခြင်း၊ လက်တုံ့ပြန်မခံနိုင်ခြင်း၊ ဖုလုံမှု သို့မဟုတ် လုံခြုံမှုကိုမထိခိုက်စေလိုခြင်း၊ဂုဏ်ဒြပ်မာနအဆုံးအရှုံးမခံနိုင်ခြင်းအစရှိသော ကြောက်ရွံ့ခြင်း တစ်မျိုးမျိုးကြောင့်ပဋိပက္ခဖြစ်နိုင်ပါသည်။အယူအဆရေးရာဖိအားပေးခြင်း၊ ရှိရင်းအယူအဆ တစ်ခုအပေါ် အနှောက်အယှက်ပေးခြင်း၊ လူပုဂ္ဂိုလ်အပေါ် စော်ကားမော်ကားပြုမူခြင်း အစရှိသော စိတ်ပိုင်း သို့မဟုတ် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖိအားပေးခြင်းကြောင့် လည်းပဋိပက္ခဖြစ်နိုင်ပါသည်။ကြောက်ရွံ့ခြင်းနှင့် ဖိအားပေးခြင်းနှစ်မျိုး ပူးပေါင်းခြင်းဖြင့်လည်း ပဋိပက္ခ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

လူတစ်ယောက်၏ ဆင်ခြင်တုံတရားအပေါ်အစမ်းသပ်ခံရခြင်း၊အဖွဲ့အစည်း၏ စံနှုန်း ထားထိန်းသိမ်းရခြင်း၊ တန်းတူညီတူပုဂ္ဂိုလ်များ သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းများ၏ ဖိအားပေး ခံရခြင်းတရားဥပဒေရေးရာ ရင်ဆိုင်ရခြင်း စသည့်တရားမျှတခြင်း အကြောင်းတရားများ ကြောင့်လည်းပဋိပက္ခဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ပဋိပက္ခရင်ဆိုင်ခြင်းဖြင့်ရရှိရန် သို့မဟုတ် ပေးဆပ်ရန် ငွေရေးကြေးရေးအခြေအနေ၊ ကုန်ကျစရိတ်တန်ဖိုးတွက်ချက်မှုတို့ကြောင့်လည်း ပဋိပက္ခဖြစ် နိုင်ပါသည်။

ပဋိပက္ခဖြစ်စေသော အကြောင်းအချက်များတွင် ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် အကြီးမားဆုံး ပြဿနာဖြစ်သည်။လူတစ်ယောက်၏စိတ်တွင် ကြောက်ရွံ့စိတ် ကိန်းအောင်နေပြီဆိုလျှင် ထို လူသည် စိတ်ရှုတ်ထွေးခြင်း၊ ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်လိုခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းခြင်း၊ အယူအဆရေးရာ လိုရာဆွဲခြင်းနှင့်ရန်မူတတ်ခြင်းတို့ ဖြစ်လာပါသည်။ သူတော်ဟန်ဆောင်နေလင့်ကစား ထို လူ၏စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုပုံစံသည် အထက်ပါပုံစံများထဲမှဘယ်တော့မျှမထွက်နိုင်သောကြောင့် ပဋိပက္ခဖြစ်ရန် အသင့်အနေအထားသို့ ရောက်ရှိစေပါသည်။

ပဋိပက္ခကို အားပေးသော အတွေးအမြင်

ကျွန်ုပ်တို့၏စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုများသည် မည်သည့်အကြောင်းရင်းများ အပေါ်အခြေခံ ခဲ့သလဲဟု စဉ်းစားမိပါရဲ့လား၊စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုအများစုသည် ကျွန်ုပ်တို့ သိပြီးသား ဖြစ် သောဘာသာစကားအသုံး အနှုန်းဝေါဟာရတို့အပေါ်တွင်သာ အခြေခံသည်ဟု ဖြေရပါမည်။ လူများ၊ ပစ္စည်းများကို ဘယ်လိုခွဲခြား စိစစ်တတ်သလဲ၊ကျွန်ုပ်တို့သိပြီးသား ပညတ်အခေါ် (အမှတ်တံဆိပ်)များဖြင့်သာခွဲခြားစိစစ်တတ်ပါသည်။ငါ့လူ၊သူ့လူ၊ငါ့အသင်းအဖွဲ့၊ သူ့အသင်း အဖွဲ့၊မိတ်ဆွေ၊ရန်သူစသည်ဖြင့် တပ်လိုရာတပ်ထားခဲ့သောအမှတ်တံဆိပ်ဖြင့်သာစိစစ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအမှတ်တံဆိပ်များ သတ်မှတ်စဉ်ကာလက ရာခိုင်နှုန်း ဘယ်လောက် သေချာအောင်ဘယ်လိုစိစစ်ပြီး သတ်မှတ်ခဲ့သလဲဟုမေးလျှင် ၁၀၀% သေချာသည်ဟုဖြေနိုင်

မည့်သူမရှိပါ၊ ၁၀၀% မသေချာလျှင် အနည်းနှင့်အများ မှားယွင်းမှုရှိမည်ဟု ဝန်ခံရာ ကျပါသည်။ ထိုသို့တပ်ခဲ့သော အမှတ်တံဆိပ်များသည် အခါခပ်သိမ်း အမြဲတမ်းမှန်ကန် နေပါသလားဟုမေးလျှင်သာ မန်ဆင်ခြင်တုံတရားဖြင့်ပင် အမြဲတမ်းမမှန်ပါဟုဖြေဆိုကြရပါမည်။ သို့ရာတွင် ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားနေသောအုပ်စုများကို သွားမေးလျှင် အမှတ်တံဆိပ် သေချာခြင်း မသေချာခြင်းက အရေးမကြီး၊ အမြဲတမ်းမှန်ခြင်း မမှန်ခြင်းကလည်း အရေးမကြီး၊ ပဋိပက္ခဖြစ်ပေါ်နေသောအကြောင်းကိစ္စသို့မဟုတ်တောင်းဆိုချက်များကသာအရေးကြီးသည်ဟုဆိုကြပါလိမ့်မည်။ ဘယ်ဟာက အရင်းလဲ၊ ဘယ်ဟာက အဖျားလဲ မတွေးတောကြခြင်းသည် ပဋိပက္ခကို အားပေးနေသောအတွေးအမြင် တစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။

လူများသည်စကားလုံးများ၊စာလုံးများဖြင့်ရန်ဖြစ်နေကြသည်။စကားလုံးများအကြောင်း စာလုံးများ အကြောင်းသေသေချာချာတွေးကြည့်သင့်ပါသည်။ စိတ်ထဲတွင် ပေါ်ပေါက်နေသော အကြောင်းအရာများနှင့်လောကကြီးထဲတွင် အမှန်ဖြစ်နေသောအကြောင်းအရာများကို ထိုစကားလုံးများ၊ စာလုံးများကဘယ် လောက်အထိ ပီပီပြင်ပြင် လုံလုံလောက်လောက် ပုံဖော်ပေးနိုင်ခဲ့သလဲ၊ စကားလုံးများ၊ စာလုံးများသည် သီးသန့်ဖြစ်သောအဓိပ္ပါယ် တစ်မျိုးစီ ထွက်မနေကြဘူးလား၊တောင့်တင်းကြပ်တည်းမနေဘူးလား၊ စကားလုံးများ၊ စာလုံးများကို ဘယ်လိုပဲလုပအောင် ပုံပေါ်အောင်စီကာပတ်ကုံးပြောဆိုရေးသားကြပါစေ၊ဖန်ခွက်အတွင်းသို့ ရေလောင်းထည့်လိုက်သကဲ့သို့ ပုံစံအပြည့်နေရာယူနိုင်ခြင်းမရှိဘဲ ကျောက်စရစ်ခဲလုံးကလေး များထည့်ထားသကဲ့သို့ ဟာကွက်များဖြစ်နေသည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်ပါသည်။ ပစ္စည်းတစ်ခုကို အဖြူမဟုတ်လျှင်အမဲ၊ အမဲမဟုတ်လျှင်မီးခိုးဟု မည်သူပြောနိုင်သလဲ၊ အဖြူနှင့်အမဲ အကြားတွင် အမည်မဖော်ပြနိုင်သော အရောင်မြောက်မြားစွာရှိနေသည်ကို လက်ခံသင့်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စကားလုံးများ၊ စာလုံးများ ကိုအားထားလွန်းခြင်းကလည်း ပဋိပက္ခကိုအားပေးသော အတွေးအမြင်တစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။

ယုတ္တိဗေဒသည် အသိအမြင်ကို အခြေခံသည်။ အသိအမြင်ကကန့်သတ်ချက်ရှိနေလျှင် ယုတ္တိ ဗေဒသည်ဆိုးဝါးသောယုတ္တိဗေဒ၊ မှားယွင်းသော ယုတ္တိဗေဒသာဖြစ်ပေါ်လာမည်။ မှားယွင်းသောယုတ္တိဗေဒသည် မှားယွင်းသော ဆုံးဖြတ်ချက် ဖြစ်စေသည်မှာ ဧကန်မလွဲဖြစ်သည်၊ထို့ကြောင့်အသိအမြင်တိမ်ခြင်းသည်ပဋိပက္ခကိုအားပေးသောအတွေးအမြင်တစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်တွင်း၌ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်မကျသော ဘက်လိုက်သော ခံစားချက်ကမ္ဘာ ရှိသည်။ အပြင်ဘက်တွင် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျသော၊ မျှတသော၊ အကယ်ဖြစ်သော ကမ္ဘာရှိသည်။ ကျွန်ုပ်တို့က အကယ်ဖြစ်သော ကမ္ဘာကိုခံစားချက်ကမ္ဘာမှနေ၍ လှမ်းကြည့်သည်။ အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရည်ညွှန်းဘောင်ကို ပြောင်းလဲနိုင်လျှင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြုမူလုပ်ဆောင်မှုများကို လည်းပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်ဟု Steve Covey က “စည်းမျဉ်းဗဟိုပြုခေါင်းဆောင်မှု” စာအုပ်

တွင် ရေးသားထားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ရည်ညွှန်းဘောင်များ အကြောင်း နားမလည်သော အတွေးအမြင်သည် ပဋိပက္ခကိုအားပေးသော အတွေးအမြင်တစ်မျိုးဖြစ်သည်။

ကြိုတင်ကောက်ချက် သို့မဟုတ် အမှန်ဟု ထင်မြင်ယူဆချက်

လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ထိတွေ့ဆက်ဆံကြရာတွင် မိမိတို့ စိတ်ထဲတွင် အကြောင်းအရာ တစ်ခုသည် အခြေအနေတစ်ရပ်တွင် မှန်သည် သို့မဟုတ် မှားသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆချက် များကို အခြေခံ၍ ထိတွေ့ဆက်ဆံကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုထင်မြင်ယူဆချက်များ အနက် မိမိစိတ်ထဲတွင် အမှန်ဟုယုံကြည်သော ထင်မြင်ယူဆချက်များသည် မိမိတို့ကိုယ်စီ၌ရှိနေကြ သောကြိုတင်ကောက်ချက်များသာဖြစ်သည်။ ထိုကြိုတင်ကောက်ချက်များသည် လူတစ်ဦး ချင်းစီ၏ ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံများ သို့မဟုတ် ကြိုတင်သိရှိ ထားသော အသိပညာများ ပေါ်တွင်သာအခြေခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုအတွေ့အကြုံ နှင့် အသိပညာများ သည်မည်မျှပြည့်စုံလုံလောက်မှုရှိပါသလဲ၊ အသေအချာဆန်းစစ်ကြည့်ပါက ဤကမ္ဘာလောက တွင်မည်သူမျှအတွေ့အကြုံ၊ အသိပညာရာနှုန်းပြည့်ရှိသည်ဟု မကြေညာနိုင်ပါ၊ ငွေ့အပ်ချက် များရှိနေဆဲဖြစ်ကြောင်းသာဝန်ခံကြရပါမည်။ ဤသို့ဖြစ်လျှင် မိမိတို့၏ကြိုတင်ကောက်ချက် များသည်အသေစွဲကိုင်ဖို့လား၊ ပိုမိုကောင်းမွန်သော ဆင်ခြင်တုံတရားဖြင့်ရွေးချယ်မှုပြုနိုင်ရေး အတွက်ကနဦးခင်းကျင်းမှုလားစဉ်းစားဖို့လိုပါသည်။ကနဦးခင်းကျင်းမှုသာဖြစ်သည်ဟုယူဆ လျှင် မိမိ၏ထင်မြင်ယူဆချက်ကို ပွင့်လင်းမှုရှိစွာ ထုတ်ဖော်ရန်ဝန်မလေးသင့်ပါ၊ အခြား တစ်ဘက်၏ကွဲပြားခြားနားသောတင်ပြချက်အပေါ်တွင် လည်းစိတ်မပျက်သင့်ပါ။ထို့ကြောင့် ပဋိပက္ခများကို ဖြေရှင်းရာတွင်တစ်ဘက် နှင့် အခြားတစ်ဘက် ကြိုတင်ကောက်ချက်များ အပေါ် ထားရှိသင့်သည့် သဘောထား(၁၃)ချက်ကိုအကြံပေးတင်ပြလိုပါသည်–

(က) အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုသည်ပဋိပက္ခကိုဖြေရှင်းရန် စိတ်ဝင်စားမှုရှိနေသေးသမျှ ကာလပတ်လုံး ၎င်းတို့၏ ပြုမူလုပ်ဆောင်မှုတွင် အပြုသဘောလိုလားချက်များ ပါရှိသည်။ စေ့စပ်ဖြန်ဖြေ သူတစ်ဦးအနေဖြင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန်မစီမံနိုင်ပါ။ သို့သော်အမြော်အမြင်ရှိသောဆင်ခြင်တုံ တရားအတွက် ရှင်းလင်းဖော်ပြနိုင်ပါ သည်။ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားသောအဖွဲ့အစည်းများသည် သူတို့၏ ကွဲပြားခြားနားသော အမြင်များကိုအကျိုးအကြောင်းအထောက်အထားအကိုးအကားများ(အလေးများ) ဖြင့်ခင်းကျင်းတင်ပြနိုင်ရမည်။

(ခ) အခြေအနေပေါ်မူတည်၍ အကောင်းဆုံးဟုထင်မြင်သော ရွေးချယ်မှုများကို နှစ်ဘက်လုံး မှ ပြုလုပ်ကြပါလိမ့်မည်။

(ဂ) မည်မျှလွယ်ကူရှင်းလင်းသော ကိစ္စဖြစ်ပါစေ မိမိတို့သည် အလုံးစုံကို မသိနိုင် ပါ၊ တစ်စုံတစ်ခုသိရန်ကျန်နေနိုင်ပါသေးသည်၊ မြေပုံတစ်ချပ်သည် မြေပုံသာ ဖြစ်ပြီးရေးဆွဲပြသထားစေသော နယ်မြေအစိတ်အပိုင်း တစ်ခုမဟုတ်ပါ။ စာလုံး များ သည် စာလုံးသာဖြစ်ပြီး အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုဖော်ပြထားသော အကြောင်းအရာ

များမဟုတ်ကြပါ။သင်္ကေတများသည်သင်္ကေတသာဖြစ်သည်၊၎င်းတို့ကိုယ်စားပြု ဖော်ပြထားသော အရာဝတ္ထုအစစ်အမှန်များ မဟုတ်ကြပါ။

(ဃ) ယခုလုပ်နေသည့်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်းဆက်လုပ်မည်ဆိုလျှင် ယခုရရှိသော ရလဒ် အတိုင်းသာဆက်ရပါလိမ့်မည်၊ ရလဒ်ကို ပြောင်းလဲလိုလျှင် လိုချင်သော ရလဒ်ရသည်အထိ မိမိ၏ပြုမူလုပ်ကိုင်ပုံကို ပြောင်းလဲရပါလိမ့်မည်။

(င) မိမိက ပြောင်းလဲနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်မှာ မိမိကိုယ်တိုင်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ဆိုင်ဗာနက်တစ် (ဦးနှောက်နှင့်ဆက်သွယ်ထိန်းချုပ်သောပညာ)အရ စနစ်တစ်ခု အောက်တွင် အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုက ပြောင်းလဲသွားခဲ့သော်ထိုပြောင်းလဲမှုကို လိုက်လျောနိုင်ရန်အတွက် စနစ်တစ်ခုလုံးက ပြန်ညှိပေးရသည်ဟုဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိကိုယ်တိုင်ပြောင်းလဲသွားလျှင် စနစ်ကလည်း လိုက်လျောညီထွေ ပြောင်းလဲလာပါလိမ့်မည်။

(စ) တစ်ဘက်နှင့်တစ်ဘက်ဆက်သွယ်မှုမပြုဘဲနေ၍မရပါ၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဆက်သွယ်မှုမရှိခြင်းသည်လည်း ဆက်သွယ်မှုတစ်မျိုး ဖြစ်နေသောကြောင့် ဖြစ် ပါသည်။နှုတ်ဖြင့်မပြောသောသတင်းစကားများကိုလည်း စောင့်ကြည့်ရပါမည်။

(ဆ) တုန့်ပြန်မှုအနေအထားသည် လက်ခံသူထံပေးပို့သော ဆက်သွယ်မှုနည်းလမ်း များအပေါ်တွင်အခြေခံသည်။လက်ခံရရှိသူသည် ရေးသားထားသော စာလုံးများ ထက် ပိုမိုနက်နဲသော သတင်းစကားကို နားလည်နိုင်ရမည်။ ဆက်သွယ် ပို့ဆောင်မှုနည်းလမ်းကလည်း ဆက်သွယ်မှု အသံအနေအထားကို ပြောင်းလဲ စေနိုင်ကြောင်းသတိပြုရပါမည်။

(ဇ) အဆုံးစွန်အားဖြင့် မိမိတို့၏ အခြေအနေကိုမိမိတို့ကောင်းစွာ ကိုင်တွယ်နိုင်ရန် အတွင်းစိတ်၏ အရင်းအမြစ်များကို တူးဖော်နိုင်စွမ်းရှိရမည်။ လူတိုင်းတွင် လိုအပ်သော အရင်းအမြစ် များရှိနေကြပါသည်။အရင်းအမြစ်များကို လက်တွေ့ သုံးစွဲနိုင်ရန် မိမိတို့တွင် အရင်းအမြစ်များရှိနေကြောင်းကိုလည်းကောင်း၊ ထို အရင်းအမြစ်များကို မည်ကဲ့သို့သုံးစွဲရမည် ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းကောင်း သိရ မည်ဖြစ်သည်။

(ဈ) ပြုမူလုပ်ဆောင်မှုအားလုံးသည်ဆက်စပ်စဉ်းစားရမည့် အကြောင်းအရာများသာ ဖြစ်သည်။ လူတို့သည်စောစောပိုင်းကာလက လုပ်ခဲ့သည့်အတိုင်း ထပ်လုပ်လို သော ဆန္ဒရှိကြသည်။ သာကေထုံးများကို မှီးလိုကြသည်။

(ည) စစ်မှန်သောသဘောပေါက်နားလည်မှုသည် အတွေ့အကြုံများမှသာ ရနိုင်သည်၊ မိမိတို့သည် အသစ်အဆန်းများကို လက်မရှောင်သင့်ပါ၊ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် အနာဂတ်တွင် ဘာတွေဖြစ်လာမည်ကို မည်သူမျှ ကြိုတင်မမြင်တွေ့ နိုင်သောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

(၄) ပဋိပက္ခဖြစ်ပေါ်နေသောလူတို့သည်တစ်စစီကျိုးပဲ့ပျက်စီးနေသူများမဟုတ်ကြပါ၊ သို့ဖြစ်၍ သူတို့အား ပြန်လည်ပြုပြင်ပုံသွင်းရန် မလိုအပ်ပါ။ လုပ်ငန်းစဉ်ကို သာ ပြန်လည် ပြင်ဆင်ကျင့်သုံးရန် ဖြစ်ပါသည်။

(၅) လူတစ်ယောက်၏စိတ်နှင့်ကိုယ်သည် စနစ်တစ်ခုအောက်၌ဆက်စပ်နေပါသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုသည်အပြုအမူအနေအထိုင်အပေါ်ရိုက်ခတ်မှုရှိသည်။အပြုအမူအနေ အထိုင်သည် စိတ်၏ အတွင်းသရုပ်ကို ဖော်ပြသည်။

(၃) ဆုံးရှုံးခြင်းအတွက် ရင်းစားပြန်ရရန် ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းခြင်း (feedback) တစ်မျိုးသာရှိပါသည်။ အက်ဒီဆင်က လျှပ်စစ်မီးလုံး တီထွင်ရာတွင် အကြိမ် တစ်ထောင် ဆုံးရှုံးခဲ့ခြင်းအတွက် အကြိမ်တစ်ထောင်ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းခဲ့ရာ၊ မီးလုံးပြုလုပ်ရာတွင် မသင့်တော် သောပစ္စည်းအမျိုးတစ်ထောင်ကို စမ်းသပ် ဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့သည်ဟု စဉ်းစားဆင်ခြင်သုံးသပ် ခဲ့သည်။

ကောက်ချက်များဖြင့် အလုပ်လုပ်ခြင်း

ကောက်ချက်သည် ရှိပြီးသား အတွေ့အကြုံနှင့် သိပြီးသားပညာကို အခြေခံကြောင်း တင်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ကောက်ချက်ဖြစ်ပေါ်လာပုံအဆင့်ဆင့်ကို အသေးစိတ်ပြန်ကြည့်မည် ဆိုလျှင် အာရုံငါးပါးမှတဆင့် လက်ခံရရှိသော အချက်အလက်များသည် ကိုယ်တိုင်မြင်တွေ့ ခံစားသိရှိခဲ့ရသောကြောင့် စစ်မှန်သော အချက်အလက်များ ဖြစ်သည်ဟုခံယူသည်။ ထိုခံယူချက်ကိုအဓိပ္ပါယ်ဖော်သည်၊ အယူအဆထပ်ဆောင်းသည်၊ယုံကြည်ချက်(belief) ဖြစ် လာသည်။ ထိုယုံကြည်ချက်အပေါ် ခံစားချက်(feeling) ထပ်ပေါင်းသည်၊ ယုံကြည်ချက်ကို အခြေခံသော လှုပ်ရှားလုပ်ဆောင်ချက်ဖြစ်လာသည်။ နောက်တစ်ကြိမ်လှုပ်ရှားလုပ်ဆောင်ဖို့ ဖြစ်လာလျှင် ယုံကြည်ချက်ကသာ အချက်အလက်များကို ရွေးချယ်သွားပါတော့မည်။ ဤ သို့ဖြင့် မိမိတို့၏ ယုံကြည်ချက်များသည် အမှန်တရားဖြစ်သည်၊ မိမိတို့၏ယုံကြည်ချက်များ သည် စစ်မှန်သော အချက်အလက်များကိုသာ အခြေခံထားခြင်းဖြစ်သည်ဟု ထင်မြင်ယူဆ လာသည်။ ဤနည်းဖြင့် လူတို့တွင် သူ့ဘက်ကိုယ့်ဘက် ကောက်ချက်များ ဖြစ်ပေါ်လာကြ သည်။

ပဋိပက္ခတွင် ပါဝင်သူ သို့မဟုတ် ဖြေရှင်းလိုသူသည် ကောက်ချက်ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို သိရှိရုံမျှမက ၎င်းကောက်ချက်များဖြင့် ဘယ်လိုအလုပ်လုပ်ရမလဲ ဆိုသည့် အချက်ကို ကောင်းစွာသိရန်လိုပါသည်။ တစ်ဘက်စီ၏စဉ်းစားတွေးခေါ်ပုံလုပ်ငန်းစဉ်ကို သတိထား ကြည့်ပါ။ ထို့နောက် ထိုလုပ်ငန်းစဉ်ကိုတစ်စစီ စနစ်တကျ ဖြုတ်သိမ်းကြည့်ပါ။ သူတို့ဘာ ကိုရှုမြင်နေကြသလဲ၊ သူတို့၏ နိဂုံးချုပ် ဆုံးဖြတ်ချက်များက ဘာလဲ၊ သူတို့ကဘာကို အမှန် ဟုထင်မြင်ယူဆနေကြသလဲ၊ သူတို့ကအခြားတစ်ဘက်(မိမိဘက်)၏ လိုလားချက်ကို ဘယ်လိုထင်သလဲ၊ ထိုသို့တစ်ဘက်အမြင်ကို ရအောင်ယူပြီးလျှင် မိမိဘက်ကကောက်ချက် ကိုမီးမောင်းထိုးပြရပါမည်။မိမိတို့၏ယုံကြည်ချက်များ ဘယ်လိုရလာသလဲဆိုသည့် အချက်

ကိုအခိုင်အမာ ပြုရှုတင်ပြရပါမည်။အရေးကြီးသည်မှာ မိမိတို့၏တင်ပြချက်သည် ပုံပေါ်ရမည်၊ ပီပြင်ရမည်၊ စိတ်များကို ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိစေရမည်။ ယုံကြည်လောက်အောင်ဖြစ်စေရမည်။ သို့သော်ကျားကျား မီးယပ် သဘော ထားအနိုင်ကျင့်လိုသောသဘောထားများ မပါရှိစေရပါ၊ ဤနည်းဖြင့် ကောက်ချက်ချင်း သို့မဟုတ် အမှန် အဖြစ်ထင်မြင်ယူဆချက်ချင်းဆက်စပ်မှုတစ်နည်းနည်းဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာပါက ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရေး အတွက်များစွာခရီးရောက်ပြီဖြစ်ပါသည်။ယုံကြည်ချက်ချင်း မနီးစပ်ခဲ့ပါလျှင်ကား အဓိပ္ပါယ်ဖော်ဆောင်မှုအလှမ်း ကွာသွားမည်၊ ထင်မြင်ယူဆချက်ချင်း ခရီးပိုမိုဝေးသွားပါလိမ့်မည်။ ထိုအခါပဋိပက္ခ၏ကွဲပြားခြားနားသော အချက်အလက်များ (တောင်းဆိုချက်များ) ထွက်ပေါ်လာနေကျဖြစ်ပါသည်။

ခေါင်းဆောင်မှုသည်သာ အခရာ

ပဋိပက္ခတွင်တစ်ဘက်နှင့်အခြားတစ်ဘက်တောင်းဆိုချက်များ ထွက်ပေါ်လာခဲ့သော် ခေါင်းဆောင် များသည်စိတ်လှုပ်ရှားမှုဖြစ်ပေါ်တတ်သည့် သဘောတရားများကိုသိရှိပြီး ကိုယ်တိုင်လည်း သတိရှိရမည်။ မိမိအဖွဲ့အစည်းအတွင်း စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းအောင် စီမံခန့်ခွဲနိုင်ရမည်။ မိမိအဖွဲ့အစည်း ကိုပန်းတိုင်သို့ မျက်ခြေမပြတ်စေရေး နှိုးဆော်ပေးရမည်။ အခြားတစ်ဘက်တွင် ဖြစ်ပေါ်နေမည့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကိုလည်း အသိအမှတ်ပြုပြီးစာနာစိတ်ထားရမည်။ဆက်ဆံမှုကို တိုးမြှင့်ခြင်းဖြင့် အခြားတစ်ဘက် ၏ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်ရမည်။ ခေါင်းဆောင်တစ်ဦးချင်း၏ အရည်အချင်းသည် နှစ်ဘက်လုံးနှင့်သဟဇာတဖြစ်အောင်ဆက်ဆံနိုင်စွမ်းရှိခြင်း အပေါ်မှာမူတည်သည်။ဤအခြေအနေတွင်ခေါင်းဆောင်မှုသည်သာ အခရာဖြစ်သည်။