

ဆက်စပ်မှုရလဒ်လျှင်လူတိုင်းအတွက် ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မှုကို ဖန်တီးပေးပါ

အတော်ဆုံးဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးသမားများက မည်သည့်စကားလုံးများ သုံးစွဲလေ့ရှိကြသလဲ၊ သာယာ နာပျော်ဖွယ်စကားလုံးလား၊ စိတ်ဓါတ်တက်ကြွစေသောစကားလုံးလား၊ ရယ်စရာစကားလုံးလား၊ ဂုဏ်ပုဒ်အသီးသီး ရှိကြသောစကားလုံးစာရင်းရှည်ကြီးတစ်ခု ထွက်လာပါလိမ့်မည်။ အတိအကျပြောရန်ခက်ပါသည်။ သို့သော်ထိုသူများ ပြောသမျှကို စိတ်ဝင်စားခြင်း မရှိသော လူတစ်ဦးကို သွားမေးခဲ့လျှင် သူဖြေမည့် အဖြေမှာ တစ်လုံးတည်းသာ ဖြစ် ပါသည်။ “ပျင်းစရာကြီး” ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ နေ့တိုင်း၊ နေရာတိုင်းတွင် သန်းပေါင်းများစွာသော မျက်လုံးများသည် စာသင်ခန်းများ၊ ဟောပြောခန်းမများ၊ ဘုရားရှိခိုးကျောင်းများ၊ အစည်းအဝေးခန်းများ၊ ဧည့်ခန်းများအတွင်းမှ အဝေး သို့ဝေ့ဝဲကြည့်နေကြပါသည်။ ဟောပြောသူများနှင့်ဆက်စပ်မှုမရရှာကြသော လူများ၏ မျက်လုံးများဖြစ်ကြပါသည်။

ဟောပြောပွဲများ၊ ဆွေးနွေးပွဲများနှင့် စာသင်ခန်းများမှ ပြောကြားချက်များအနက် မိမိမှတ်မိသည်မှာ တစ်ခု ရှိနေသေးသည်ဟုဆိုလျှင် မေ့ပျောက်သွားခဲ့သည်မှာ ထောင်သောင်းမက ရှိပါလိမ့်မည်။ Microsoft PowerPoint ကိုအသုံးပြု၍ ရှင်းလင်းဖော်ပြမှုသည် နေ့စဉ်ပျမ်းမျှအကြိမ်သန်းသုံးဆယ်ကျော် ရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။ မိမိတို့ကိုယ် တိုင်လည်း အချို့ရှင်းလင်းဖော်ပြမှုများတွင် ပါဝင်တက်ရောက်နေနိုင်ပါသည်။ ထိုရှင်းလင်းဖော်ပြချက်ပေါင်း မြောက် မြားစွာအနက် အမှန်တကယ်ခွဲထင်၍ ထိရောက်မှုရှိစေသော ဖြစ်ရပ်အရေအတွက်မှာ လက်တစ်ဆုပ်စာပင် ရှိမည် မထင် ပါ။

သို့ရာတွင်စိတ်ပျက်စရာမလိုပါ။ လူအများကစိတ်ဝင်စားလာစေရန်သင်ယူနိုင်ပါသည်။ ကမ္ဘာကျော်ဟောပြော သူ John C. Maxwell သည် ငယ်စဉ်က လူအများစိတ်ဝင်စားအောင်ပြောတတ်သူမဟုတ်ပါ။ တက္ကသိုလ်တွင် တီထွင်ဖန်တီးမှုစွမ်းရည် စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုခံခဲ့ရ၍ အောက်ဆုံးအဆင့်ရခဲ့သူဖြစ်ပါသည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ မိမိ ကိုယ်တိုင် စိတ်ဝင်စားစရာမကောင်းသော်လည်း မိမိပြောကြားမည့်သတင်းစကား၌ အနည်းဆုံး စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသောအချက်အလက်များပါဝင်လာစေရန် ရနိုင်သမျှသောမှတ်စုတိုများ၊ ပုံပြင်များနှင့်ဖြစ်စဉ်ဖြစ်ရပ်ဖော်ပြမှုများ ကို စုဆောင်းတတ်သည့် အလေ့အကျင့်ကို စတင်ကျင့်သုံးခဲ့ပါသည်။

စိတ်ဝင်စားမှုရယူနည်း

ဆယ်စုနှစ်ပေါင်းများစွာအတွင်း ဟောပြောမှုထောင်ပေါင်းများပြုလုပ်ခဲ့ပြီးနောက် Maxwell ကိုယ်တိုင် စိတ်ဝင်စားမှုရယူနည်း တချို့ကို သိလာခဲ့ရပါသည်။ လူတစ်ယောက်တည်းကို ဖြစ်စေ လူတစ်ဖွဲ့ကိုဖြစ်စေ ထောင်သောင်းမကသော လူများကို ဖြစ်စေ ပြောဆိုဆက်သွယ်ရန်ပြင်ဆင်မှု ပြုလုပ်တော့မည်ဆိုလျှင် အောက်ပါ လုပ်ငန်းစဉ်(၇)ရပ်မှ အများစုကို လုပ်ဖြစ်ရန်လိုပါသည်-

(၁) **လာရောက်နားထောင်သူများအတွက် တာဝန်ရှိသည့်စိတ်ထားပါ။** မိမိဟောပြောမှုကိုတုံ့ပြန်မှု မပြုသော ပရိသတ်ကို တချို့ကအပြစ်တင်တတ်ကြပါသည်။ ဤအချက်သည်မှားပါသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် မကောင်းသော ပရိသတ်ဟူ၍မရှိပါ။ မကောင်းသော ဟောပြောသူသာရှိပါသည်။ ပရိသတ်က အိပ်ပျော်နေပြီဆိုလျှင် ဟောပြောသူကိုသာ သွားရောက်လှုပ်နှိုးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

စာရေးဆရာ Brent Filson က “အုပ်ချုပ်သူ၏မိန့်ခွန်းများ” စာအုပ်တွင်ဖော်ပြထားရာ၌ “ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံ ဥပဒေသည် လွတ်လပ်စွာဟောပြောခွင့်သာ ပေးထားသည်။ နားထောင်သူရှိရမည်ဟူ၍ အာမခံချက် ပေးမထားပါကြောင်း၊ မိမိ၏ရှေ့မှောက်တွင် နားထောင်သူတချို့စုစည်းထားခဲ့ပြီးလျှင်လည်း သူတို့အမှန်တကယ် နားထောင်လိမ့်မည်ဟု အာမ မခံနိုင်ပါကြောင်း၊ ထို့ကြောင့်ဟောပြောသူ၏ ပထမဦးဆုံးတန်ဖိုးရှိမှုသည် ပရိသတ်၏

စိတ်ဝင်စားမှု ရရှိရန်သာဖြစ်ပါကြောင်း၊ မည်သည့်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဟောပြောသည်ဖြစ်စေ အောင်မြင်မှုရရှိစေရန် ဟောပြောသူ တစ်ဦးတည်းတွင်သာ တာဝန်ရှိပါကြောင်း” ဟူ၍ ဖော်ပြထားပါသည်။

ဆိုစကားတစ်ခုရှိပါသည်။ “မြင်းတစ်ကောင်ကိုရေထဲသို့ ဆွဲခေါ်သွားနိုင်သည်၊ သို့သော်ရေကိုအတင်းသောက် ခိုင်း၍မရပါ” ဟူ၍ဖြစ်သည်။ ထိုစကားသည်မှန်နိုင်ပါသည်။ သို့သော်မြင်းကို ဆားအနည်းငယ်ကျွေးပြီးရေထဲသို့ ထားခဲ့လျှင်မူ ရေသောက်လာပါလိမ့်မည်။ မိမိ၏ပရိသတ်ကိုလည်း အလားတူ ချိတ်ဆက်မိအောင် လုပ်ထားနိုင်သည် ဆိုသည့်သဘောဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ပရိသတ်၏ စိတ်ဝင်စားမှု နောက်ဆုံးအချိန်ထိ ဖမ်းယူရရှိထားနိုင်ရန် မည်ကဲ့ သို့ပြုလုပ်သင့်ပါသလဲ။

မကြာခဏဆိုသလို ဟောပြောသူများသည် နားထောင်သူများရှေ့တွင် မိမိတို့ဟောပြောသမျှ အလိုက်သင့် တုံ့ပြန်ရန် နားထောင်သူများတွင် တာဝန်ရှိသည်ဟူသော သဘောထားမျိုးပြသလေ့ရှိကြပါသည်။ “ခင်ဗျားတို့ကို လာပေးတာ၊ ယူချင်ယူ မယူချင်နေ” ဆိုသည့် စိတ်အနေအထားဖြစ်၏။ ဘယ်လောက်မှားလိုက်ပါသလဲ။ ဤကဲ့သို့ သောအမှားကို ရှောင်လွှဲနိုင်ရန်အတွက် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုပြုတိုင်း နားထောင်သူများက စိတ်ဝင်စား လာစေရန် ပြောကြားသူကသာ တာဝန်ယူရပါမည်။ ပရိသတ်ကို စိတ်ဝင်စားလာအောင် ဖန်တီးပေးရမည်။ နိုးကြား တက်ကြွ လာစေရမည်။ ပျော်ရွှင်မှုရရှိစေရမည်။ သူတို့၏ တန်ဖိုးမြှင့်ပေးနိုင်ရမည်။ ဤသို့ပြုလုပ်နိုင်မှသာ ဟောပြောမှု တစ်ခု သည် ပြီးမြောက်အောင်မြင်ပါသည်။ ဟောပြောသူနှင့် ပရိသတ်အကြား ဆက်စပ်မှုလည်း ရရှိသွားသည်။ ထိုသို့ ဖြစ်လာစေရန် ကိုယ်လက်ဟန်ပန်၊ မျက်နှာသွင်ပြင်၊ အသံအနေအထားတို့ကို အထိရောက်ဆုံး အသုံးပြုရပါမည်။

စာရေးဆရာတွင်လည်း ပရိသတ်အတွက် အလားတူတာဝန်ယူမှုရှိရပါမည်။ သမိုင်းပညာရှင်စာရေးဆရာမ Barbara Tuchman က သူမ၏ လက်နှိပ်စက်ပေါ်တွင်စာတစ်ကြောင်း ကပ်ထား၏။ “ဤစာမျက်နှာသည် စာရှုသူ များဖတ်ရှုနိုင်ရန်အတွက် ဖြစ်သည်” ဟူ၍ဖြစ်၏။ မှတ်သားထိုက်သော ရည်ရွယ်ချက်များဖြင့် ပြုစုရန် တာဝန်ရှိမှု ကို ဖော်ပြသည့် စိတ်အနေအထားဖြစ်ပါသည်။

(၂) **သူတို့၏ ကမ္ဘာအတွင်း၌ ဆက်သွယ်ပြောဆိုပါ။** မိမိ၏သတင်းစကားကိုပြန်ဝေလိုလျှင်အခြား လူများ၏ ကမ္ဘာ၌ ဆက်သွယ်ပြောဆိုပုံကို သင်ယူလေ့လာသင့်ပါသည်။ များသောအားဖြင့် ဟောပြောသူများသည် မိမိတို့ကိုယ်ပိုင်ကမ္ဘာမှမထွက်ခွာလိုကြပါ။ နားထောင်သူများ၏ အမြင်ဘက်မှ ရှုမြင်၍ မပြောဘဲ မိမိအမြင်ဖြင့် မိမိက ပြောနေလျှင် ဆက်စပ်မှု ရရှိရန်ခဲယဉ်းပါသည်။ ဟောပြောသူနှင့်နားထောင်သူ အကြား အကွာအဝေးကို ဝေးသည် ထက် ပိုဝေးသွားစေပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ဟောပြောသူများသည် မိမိကမ္ဘာအတွင်းမှာနေပြီး အခြားလူများနှင့် ဆက်စပ်မှု မရနိုင်ပါ။ မိမိပြောလိုသော အကြောင်းအရာနှင့် အခြားလူများ၏ လိုအပ်ချက်များကို ချိတ်ဆက်မိစေရန်ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။ လူတို့သည်ဟောပြောသူက အရေးကြီးသည်ဟုထင်သောကိစ္စများကို မမှတ်မိကြပါ။ သူတို့ဘာသာသူတို့ အရေးကြီး သည်ဟုထင်သောအချက်များကိုသာ သူတို့မှတ်မိနိုင်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိတို့သည်ခက်ခဲနက်နဲသောစကားလုံး များသုံးစွဲခြင်းကို ရှောင်ရှားကြရန်နှင့် စကားပြောဆိုရာတွင် ရိုးရိုးရှင်းရှင်းသာ ပြောဆိုသင့်ပါသည်။ မိမိသည် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၏ ခေါင်းဆောင်မှုအပိုင်းတွင်ရှိနေလျှင် စီမံခန့်ခွဲမှုပုံစံများ သို့မဟုတ် အကောင်အထည်ဖော်သွား မည့် ခေါင်းဆောင်မှုအယူအဆတို့ကို မပြောဘဲ မိမိဘာလုပ်မည်ဆိုသည်ကိုသာ ပြောသင့်ပါသည်။ ဝန်ထမ်းများအား စကားပြောရာတွင် ဘာသာရပ်အကြောင်းအရာချည်းသက်သက်ပြောဆိုခြင်းမပြုဘဲ သူတို့ကို တိုက်ရိုက် ဦးတည် ပြောကြားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်သမျှ မိမိအပါအဝင် နားထောင်သူများအားလုံးကို ရည်ညွှန်းပါဝင်စေသည့် “ကျွန်တော်တို့” ဟူသော စကားလုံးကို သုံးသင့်ပါသည်။ ရှေးဆိုရိုးစကားတစ်ခုရှိပါသည် “မိမိအနားလာပြော

လျှင် သူ့ဘာသာသူပြောပါစေ၊ မိမိကိုလာပြောလျှင်တော့ နားထောင်ရပါမည်။ မိမိအကြောင်း ပါလာပြီဆိုလျှင်တော့ နာရီပေါင်းများစွာ နားထောင်နေရဦးမည်” ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် နားထောင်သူများနှင့် ဆက်စပ်သောအကြောင်းအရာ၊ သူတို့ဘက်ကအမြင် သူတို့နားလည်သော အသုံးအနှုန်းတို့ဖြင့် ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ပြောနိုင်မည်ဆိုလျှင် ဆက်စပ်မှုရရှိရန် များစွာအကူအညီပေးနိုင်ပါလိမ့်မည်။ မိမိတို့သည် သူတို့နားလည်သောစကားနှင့် သူတို့ကမ္ဘာအတွင်းမှပြောနေလင့်ကစား မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင် ပုံသဏ္ဍာန် ကိုမူ အတုအယောင်ပြုလုပ်ရန်မလိုအပ်ပါကြောင်းကိုလည်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

(၃) **ပရိသတ်၏ အာရုံကို ဆွဲဆောင်ထားပါ။** စီမံခန့်ခွဲမှုအကြံပေးပညာရှင် Myrna Marofsky က “ယခုခေတ်တွင် လူတိုင်း၏ဦးခေါင်းအတွင်း၌ အဝေးထိန်းခလုတ်ရှိနေကြသည်။ သူတို့ကိုစိတ်ဝင်စားမှု ရရှိအောင် မိမိက မလုပ်နိုင်လျှင် သူတို့ကမလုပ်နိုင်ပြီး ပိတ်လိုက်ရုံပါပဲ။” ဟုထောက်ပြခဲ့ပါသည်။ မိမိက စကားစပြောရုံရှိသေး တယ် လူများက သူတို့မှတ်ဉာဏ်အတွင်းမှ မိမိကို ပိတ်ပစ်လိုက်ခြင်းခံရနိုင်ပါသည်။ ပိတ်ပစ်ခြင်းခံရပြီဆိုလျှင် သူတို့က ပြန်ဖွင့်ပြီး ဝင်လာရန်ခက်ပါသည်။ ထိုသို့ အပိတ်မခံရစေရန် ဟောပြောမှုအတွက် အချိန်အနည်းငယ်သာ ရပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိတို့သည် စွမ်းအားရှိသမျှ နည်းလမ်းမျိုးစုံသုံးလျက် ပရိသတ်၏ ကောင်းမွန်သော ရှေးဦး ထင်မြင်ချက်ကိုရရှိရန် ကြိုးစားကြရပါမည်။

လူတို့သည် မိမိတို့က ဆက်သွယ်ပြောဆိုနေစဉ်အတွင်း၌သာမက အချိန်မရွေးအလျင်အမြန် သုံးသပ်မှု ပြုလျက်ရှိနေကြပါသည်။ စာရေးဆရာမ Sonya Hamtin ပြောသကဲ့သို့အခြားလူတို့သည် မိမိတို့အား ပထမအကြိမ် တွေ့လိုက်သည်နှင့် အထူးတလည်သတိပြု၍သော်လည်းကောင်း၊ သတိမပြုမိဘဲသော်လည်းကောင်း အကဲဖြတ် လေ့ရှိကြပြီး မိမိတို့ပြောကြားနေသည်ကို ဆက်နားထောင်မည် သို့မဟုတ် အဆက်ဖြတ်ပစ်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်လေ့ ရှိကြပါသည်။ သူမက “ပထမဦးဆုံးသော တစ်ခဏကလေးအတွင်း သူတို့ကို မဖမ်းစားထားနိုင်လျှင် ခွင့်လွှတ်ပါ ကျွန်တော်/ကျွန်မတို့ သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်ကို တွေ့ရန်ရှိသေးသည်ဟုဆိုပြီး စိတ်အာရုံ လွတ်ထွက်သွား ကြလိမ့် မည်ဖြစ်သည်” ဟူ၍ ဆိုပါသည်။

ဟောပြောသူများကလည်း လူများကို တစ်ခဏတာကာလတုံ့ပြန်မှုများဖြင့် သူတို့သည် မိမိဘက်ပါသည် မပါသည်ကို အကဲခတ်နိုင်ရပါမည်။ လူများ၏ မျက်နှာများက ပြုံးချိုနေလျှင် မျက်စိခြင်းဆုံတွေ့ဖန်များလျှင် လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ခြင်း ဦးခေါင်းညိတ်ပြခြင်း သို့မဟုတ် တစ်နည်းနည်းဖြင့် ထိတွေ့မှုရယူလာရန်ကြိုးစားလျှင် သူတို့၏ စိတ်ဘောင်သည် မိမိအပေါ် အပြုသဘောဆောင်နေပြီ ဖြစ်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ပရိသတ်အား ဟောပြောတော့မည်ဆိုလျှင် အပြုသဘောနည်းဖြင့် ဟောပြောသူဘက်မှ စတင် သင့်ပါသည်-

- **ဝန်းကျင်အခြေအနေအပေါ် ထင်မြင်သုံးသပ်ချက်ဖြင့် စတင်ပါ။** အတွေ့အကြုံရှိသော ဆက်သွယ် ပြောဆိုရေးသမားတို့သည် ဟောပြောပွဲအခင်းအကျင်း၏ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဘာတွေဖြစ်နေသည်ကို သတိမူမိလေ့ရှိပါသည်။ ဘယ်သူတွေကဘာတွေပြောခဲ့ကြသည် ပရိသတ်က ဘယ်လိုတုံ့ပြန်သည်ကို လည်း သိရှိရန်ကြိုးစားကြရသည်။ ပြုလုပ်ခဲ့သည့် မည်သည့်ထင်မြင်ချက်များကိုမဆို အလေးအနက် ထားကြသည်။ မိမိအလှည့်ကျရောက်ပြီဆိုသည်နှင့် ဟောပြောသူသည်ထိုသတင်းအချက်အလက်များကို မိမိ၏အကျိုး ကျေးဇူးအတွက် အသုံးပြုရပါတော့သည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဟောပြောသူသည် နားထောင်သူများနှင့် အမြင်ခြင်းတစ်ထပ်တည်းဖြစ်သွားပြီး ဆက်စပ်မှုပိုရှိသည်ဟု သူတို့က ခံစားမိကြပါသည်။

- မိမိကိုယ်ကို မိတ်ဆက်ပါ။ လူများနှင့်စကားပြောတိုင်း ပထမဦးဆုံးပြောကြားရမည့်စကားတစ်ခွန်းမှာ “ကျွန်တော်မောင်ဖြူပါ” ဟူသော မိတ်ဆက်စကားဖြစ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ပရိသတ်အတွင်းမှ ဟောပြောသူအားနာမည်ကိုအော်ဟစ်ခေါ်၍ ပြောဆိုမှုရှိခဲ့လျှင် ပရမ်းပတာ နိုင်လှသော်လည်း ရယ်မောစရာ လုပ်ပစ်နိုင်ရပါမည်။ ဖန်တစ်ရာတေနေသော လုပ်နည်းလုပ်ဟန် ဖြစ်သော်လည်း ဤအချက်သည်ပရိသတ်နှင့်ဟောပြောသူအကြား အေးစက်မာကြောမှုကို ခွဲထုတ်လိုက်နိုင်ပြီး ဆက်စပ်မှုရှိသည် ဟူသော ခံစားချက်ဖြစ်စေပါသည်။
- ပေါ့ပေါ့ပါးပါးနေပါ။ ဟောပြောသူကကိုယ်တိုင်ပေါ့ပေါ့ပါးပါးနေပြခြင်းဖြင့်ပရိသတ်ကိုလည်းကိုယ်စိတ်ပေါ့ပါးစေပါသည်။ ပရိသတ်ကို လှမ်းပြောနေသည့်ပုံမရောက်စေဘဲ သူတို့နှင့် ဝိုင်းဖွဲ့စကားပြောနေသည့် ကိုယ်ဟန်အမူအယာက ပို၍ဆွဲဆောင်နိုင်ပါသည်။ ဟောပြောသူသည် ပေါ့ပေါ့ပါးပါးရှိနေပြီး ယခုကဲ့သို့ပြောကြား နေရသည့် အတွေ့အကြုံအပေါ် ကြည်နူးနှစ်သက်မှုရှိနေပါက ပရိသတ်ကလည်း မိမိနှင့်အတူလိုက်ပြီး ကြည်နူးနေကြမည်ဖြစ်ပါသည်။ ပေါ့ပါးခြင်းနှင့်အတူ ပရိသတ်အပေါ် အလေးဂရုပြုခြင်းကိုလည်း ဖော်ပြနိုင်ရပါမည်။
- ရယ်စရာကလေးများဖြင့်စတင်ပါ။ ရယ်စရာဆိုသော်လည်းသူ့နေရာနှင့်သူ သူ့အချိန်အခါနှင့်သူဖြစ်ရပါမည်။ ရှည်လျားစွာကျင်းပနေသည့် ပညာတတ်အသိုက်အဝန်းများပါဝင်သောအခမ်းအနားကြီးတစ်ခုတွင်ပြောကြားသည့် ရယ်စရာနမူနာတစ်ခုမှာ “သမ္မတကြီး William Henry Harrison ၏ အဖွင့်မိန့်ခွန်းမှာ စကားလုံးပေါင်း ၈၅၇၈ လုံးပါဝင်ခဲ့လို့ အရှည်ဆုံးမိန့်ခွန်းတစ်ခုဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီနေ့က အလွန်အေးပြီးကြမ်းတမ်းတဲ့ရာသီဥတုအောက်မှာသူကဒီမိန့်ခွန်းကိုဦးထုပ်လည်းမဆောင်း၊ ကုတ်အင်္ကျီလည်းမဝတ်ဘဲ ဖတ်ကြားခဲ့လို့ အအေးပတ်ပြီး အဆုတ်ရောင်ရောင်ဖြစ်ခဲ့ရတယ်။ နောက်တစ်လအကြာမှာ သမ္မတကြီးကွယ်လွန်သွားခဲ့ရရှာပါတယ်။ သမိုင်းကဒီသင်ခန်းစာကိုရယူပြီး ကျွန်တော့်ကို တော့အဝတ်အစားကလေးကျကျနုနုဝတ်ခွင့်ပေးပါ။ နောက်ပြီးကျွန်တော်တို့တိုပဲပြောပါမယ်လို့ဝတ်ပေးပါတယ်”။ ပျော်ရွှင်စရာ ကလေးများဖြင့် ဆွေးနွေးပွဲ အစီအစဉ်ကို ပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ပရိသတ်ကသိသွားသဖြင့် ဟောပြောသူနှင့် ပရိသတ်ဆက်စပ်မှုရရှိသွားကြပါသည်။
- မျှော်လင့်ချက်အရိပ်အရောင်ဖန်တီးပေးပါ ။ “လူတို့၏ဘဝတန်ဖိုးကို တစ်နည်းနည်းဖြင့် မြှင့်တင်ပေးရန် မျှဝေပေးလိုပါတယ်” ဟု ဖော်ပြသည့်အစပျိုးမှုသည် ပရိသတ်အတွက် မျှော်လင့်စောင့်စားမှုကိုဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ဘာများပေးဝေလာမလဲ၊ ဘယ်လိုမျှဝေမလဲ စသည်ဖြင့် သိလိုဇော ကိန်းအောင်းသွားစေပါသည်။ မျှော်လင့်ချက်အရိပ်အရောင်ဖန်တီးခြင်းသည် ဟောပြောသူတစ်ယောက်နှင့် အခြားတစ်ယောက် နည်းစနစ်ခြင်း မတူညီနိုင်ပါ။ သို့သော် မျှော်လင့်ချက်ပေး၍ ထိန်းကျောင်းသွားနိုင်သော နည်းလမ်း အနည်းဆုံးတစ်ခုတော့ရှိရပါမည်။

(၄) ပရိသတ်ကို နိုးကြားနေပါစေ ။ နိုးကြားတက်ကြွသူများနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုရသည်မှာ လွယ်ကူပြီး မလှုပ်မယှက် တုံ့ကြိုဘာဝေသမားများနှင့်စကားပြောရသည်မှာ ပို၍ခက်ခဲပါသည်။ ဤကဲ့သို့ သောအခြေအနေနှင့်တွေ့ကြုံလာလျှင်ဘာလုပ်မလဲ၊ စကားဆက်ပြောနိုင်အောင်ကြိုးစားမလား၊ မရပါ။ ပရိသတ်ကို နိုးကြားတက်ကြွလာစေပြီး သူတို့ကိုယ်တိုင် ပါဝင်လာစေရန်လုပ်ရပါမည်။

စကားပြောနေသည့် လူတစ်ယောက်အတွက် ပရိသတ်၏ အချက်ပြမှုများကို ရှာဖွေလေ့လာရပါသည်။ မှတ်စုများလိုက်ရေးနေသည်ကို တွေ့လျှင်လည်း စစ်ဆေးကြည့်ရန်လိုသည်။ နားထောင်သူများ၏ ယိမ်းယိုင်နေမှုကို သတိပြုမိရမည်။ မျက်လုံးခြင်းဆုံရန်ကြိုးစားသလား၊ နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်းခေါင်းညိတ်ပြသလား၊ အသံ

ဖြင့်တုံ့ပြန်မှုရှိသလား၊ ပရိသတ်က ရယ်နေကြသလား၊ လက်ခုတ်ဩဘာပေးနေကြသလား။ သူတို့ဘာမျှမလုပ်ဘဲ နေနေကြပြီဆိုလျှင် သူတို့တုံ့ပြန်လာစေရန် ဟောပြောသူက ပြုလုပ်ပေးရပါမည်-

- **မေးခွန်းများမေးခြင်း။** ဟောပြောသူနှင့်နားထောင်သူများအကြား ဆက်စပ်မှုရရှိစေရန် နှင့် စိတ်ဝင်စားမှု အဆင့်မြှင့်တင်ပေးရန် ဟောပြောသူ၏ မေးခွန်းများက ဖန်တီးပေးနိုင်ပါသည်။ မိမိ ဆက်ပြောတော့မည့်ခေါင်းစဉ်ကိုဖော်ထုတ်ပေးနိုင်မည့် မေးခွန်းဖြစ်လျှင်ပိုကောင်းပါသည်။ ပိုမိုကျယ်ပြန့်သောအခြား မေးခွန်းများ လည်းမေးနိုင်ပါသည်။ ပရိသတ်၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်း တုံ့ပြန်မှုရရှိစေသင့်ပါသည်။ “ဆိုးရှုံးခြင်း” အကြောင်းဟောပြော သူက ဆွေးနွေးနေလျှင် မေးခွန်းက “ခင်ဗျားတို့ဘဝမှာ အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ်တစ်ခါ အမှားအယွင်းလုပ်မိခဲ့သူ ဘယ်လောက်ရှိသလဲ” ဟူ၍ဖြစ်၏။ ပရိသတ်၏ စိတ်ထဲတွင် “ဒီလေးများ” ဆိုပြီးလက်ထောင်ပြတတ်ကြ၏။ လူအများစုတို့သည် အုပ်စုအတွင်းမှ အခြားလူများနှင့်မိမိတို့သည် အတူတူပါပဲဟူသော သဘောထားမျိုးဖြင့်ရပ်တည်လိုကြ၏။ သို့ရာတွင် လူတစ်ဦးချင်းအတွက် အသေးစိတ်ကျသော မေးခွန်းများကိုမူ မဖြေဆိုလိုကြပါ။

ဟောပြောသူတစ်ဦးအတွက် မေးခွန်းကောင်းကောင်းမေးတတ်လျှင် အောင်မြင်မှုကြီးကြီးရနိုင်ပါသည်။ တုံ့ပြန်မှုအများအပြားရမည့်မေးခွန်း၊ မှတ်သားစရာနှင့်ရယ်စရာကလေးများပါသည့် မေးခွန်းများကို အစီအစဉ်တကျ ပြုလုပ်သွားလျှင် ပရိသတ်ကလည်း ဤသို့ပြုလုပ်ရသည်ကို ကြိုက်လာကြပါလိမ့်မည်။ ဟောပြောမှုလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပရိသတ်ကြီးအား လှုပ်ရှားပါဝင်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါသည်။

- **လူများကို လှုပ်ရှားခွင့်ပေးခြင်း။** မိနစ်သုံးဆယ်ခန့်ကြာတိုင်း လူများသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုတစ်မျိုးမျိုးကို လုပ်လိုကြသည်။ ခန်းမအတွင်း အချိန်ကြာမြင့်စွာ ထိုင်စောင့်နေပြီးမှ မိမိ၏ အစီအစဉ်ရောက်လာခဲ့သော် ပရိသတ်အားခေတ္တရပ်ပြီး အညောင်းအညာဖြေခွင့်ပေးသင့်ပါသည်။ ရှည်လျားစွာသော မူလအစီအစဉ်မှ ခေတ္တအနားပေးလိုက်သည့် သဘောဖြစ်သည်။ လူတစ်ဦးချင်း သို့မဟုတ် အဖွဲ့ငယ်များဖြင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဆွေးနွေးပြောဆိုနေရလျှင် ထိုင်ခုံပြောင်းထိုင်ခြင်း၊ ခေတ္တအပြင်ထွက် လမ်းလျှောက်ခြင်း စသည့်ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာလှုပ်ရှားမှုသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနိုးကြားမှုကို ဖန်တီးနိုင်ရန် အကူအညီရပါသည်။

- **တို့လှယ်ခြင်း။** လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခွန်းတို့လှယ်စကားပြောစေခြင်းသည် အချို့နေရာများတွင် အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။ မိမိကိုယ်မိမိ မိတ်ဆက်စေခြင်း၊ အယူအဆတစ်ခု အမြင်တစ်ခု ကို မျှဝေစေခြင်း၊ အုပ်စုဖွဲ့၍ဆွေးနွေးပွဲကလေးများပြုလုပ်စေခြင်း စသည်တို့ကို ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် လူတိုင်းကိုပါဝင်မှုရရှိစေပြီး စွမ်းအားထုတ်လွှတ်မှုရရှိစေပါသည်။ ဟောပြောသူ၏ တာဝန်တစ်ခုကလည်း ပရိသတ်ကို နိုးကြားတက်ကြွလာစေရန် ပြုလုပ်ပေးရမည်မဟုတ်ပါလော။

(၅) **မြဲအောင်ဆိုတတ်ပါစေ။** ထင်ရှားသောဆက်သွယ်ပြောဆိုသူများ၌ တူညီသောအချက် တစ်ချက် ရှိကြပါသည်။ ဟောပြောသူက တစ်စုံတစ်ရာပြောလိုက်သည်ကို ပြောကြားပြီးအချိန်များစွာ ကြာသည့်တိုင် လူများက မှတ်မိနေကြခြင်းဖြစ်သည်။ နမူနာတချို့မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

- Virginia ပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး - ကျွန်တော့်ကိုလွတ်လပ်ခွင့်ပေးပါ သို့မဟုတ် သေခြင်းတရား
ဟောင်း Patrick Henry - ပေးပါ။
- အမေရိကန်တော်လှန်ရေးကာလ - တိုင်းပြည်အတွက်စွန့်လွှတ်ရန် အသက်တစ်ချောင်းတည်းသာ

အာဇာနည်တစ်ဦးဖြစ်သော Nathan Hale		ပါလာခဲ့သည်ကို စိတ်မကောင်းဖြစ်မိသည်။
အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း Abraham Lincoln	-	ပြည်သူလူထုအတွက် ပြည်သူလူထုက ရွေးချယ်တင်မြှောက် ခဲ့သည့် ပြည်သူလူထု၏အစိုးရ။
ဗြိတိသျှနန်းရေးဝန်ဟောင်း Winston Churchill	-	လုံးဝ၊ လုံးဝ၊ လုံးဝအရှုံးမပေးရ။
အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း John F. Kennedy	-	သင့်အတွက် တိုင်းပြည်က ဘာလုပ်ပေးနိုင်မလဲဟု မမေးနဲ့၊ တိုင်းပြည်အတွက် သင်ကဘာလုပ်နိုင်မလဲဆိုသည်ကိုပဲ မေးပါ။
လူမဲ့ခေါင်းဆောင် Martin Luther King Jr.	-	ကျွန်တော့်မှာ အိမ်မက်တစ်ခုရှိတယ်။
အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း Ronald Reagan	-	မစ္စတာဂိုဘာချော့စ်၊ ဒီအုတ်တံတိုင်းကို ဖြိုချပစ်လိုက်ပါ။

လူများမှတ်မိနေရအောင် ပြောမည်ဆိုလျှင် မိမိတို့သည် မှန်ကန်သော အကြောင်းအရာကို မှန်ကန်သော အချိန်အခါ၌ မှန်ကန်သော နည်းလမ်းတို့ဖြင့် ပြောနိုင်ရပါမည်။ ဤအချက်များကို လုံလုံလောက်လောက် အလေးထားပြီးမစဉ်းစားဘဲစိတ်ထဲထင်ရာပြောလျှင် မိမိတို့၏အားထုတ်မှုသည် ဂလောင်ဂလင်မြည်ရုံသာရှိပါမည်။ ထို့ကြောင့် လူအများမှတ်မိနိုင်လောက်သော စကားလုံးဖြစ်စေရန် အောက်ပါအချက်များကို အသုံးပြုပါ-

- **လူအများလိုချင်သောအချက်နှင့်မိမိပြောမည့်အကြောင်းအရာချိတ်ဆက်မှုရှိပါ။** လူအများသည် သူတို့အလွန်လိုလားတောင့်တနေသောကိစ္စနှင့်ဆက်စပ်၍ ပြောသောစကားကို ဂရုစိုက်နားထောင်ကြသည်။ သို့ဖြစ်၍ လူများ၏ ဘုံအခြေခံသဘောထားအပေါ် ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း၊ သူတို့၏ကမ္ဘာသူတို့၏အမြင်မှ ပြောကြားခြင်းတို့သည် သူတို့၏ လိုအပ်ချက်များကို ပိုမိုနားလည်စေနိုင်ပြီး ဆက်စပ်မှုရနိုင်သောစွမ်းရည်ကိုမြှင့်တင်ပေးပါသည်။
- **ပင်ကိုယ်ဉာဏ်သုံးပြီးနည်းလမ်းရှာပါ။** လေ့လာတွေ့ရှိမှုများအရ ကြိုတင်မှန်းဆနိုင်မှုနှင့် အကျိုးသက်ရောက်မှု တို့သည်တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်မှုရှိကြသည်။ မိမိ၏ပြောဆိုချက်များသည် ကြိုတင်မှန်းဆနိုင်သည်ဟု နားထောင်သူများကထင်လျှင် သူတို့အပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုနည်းပါသည်။ ကြိုတင်မှန်းဆနိုင်မှုနည်းလျှင် နားထောင်သူများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှု တိုးလာပါသည်။ ဘာပြောပြီး လျှင်ဘာလာတော့မည်ကို ပရိသတ်က သိထားပြီးဖြစ်နေလျှင် သူတို့အားလုံး ထွက်ခွာသွားကြပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် မိမိတို့၏ တင်ပြချက်ကို စိတ်ဝင်စားမှု တိုးပွားစေရန် ပင်ကိုယ်ဉာဏ်သုံးပြီး နည်းလမ်းရှာရမည်ဖြစ်သည်။
- **တာဝန်ကိုသုံးပါ။** ဖျော်ရွှင်ရယ်မောခြင်းသည်ဆေးကောင်းတစ်လက်ဖြစ်သည်။ မိမိထောက်ပြထားသောအချက်များကို ပရိသတ်ကပင်ပန်းကြီးစွာမှတ်မိနိုင်ရန် ကြိုးစားနေကြချိန်တွင် ဟောပြောသူ၏တာဝန် (အထူးသဖြင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်နှိမ်ချပြောဆိုသည့်တာဝန်) သည် အထူးအသုံးဝင်ပါသည်။ ဟောပြောသူ၏ လူသားဆန်မှုကို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ ပရိသတ်၏ အထက်တွင် သီးခြား

တည်ရှိမနေခြင်းကိုလည်းဖော်ပြသည်။ သမိုင်းတွင် လူသားဆန်သောအရည်အချင်းကို ဂုဏ်ပြုခဲ့ခြင်း များလည်းရှိပါသည်။ အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း Abraham Lincoln သည် ထိုသို့မကြာခဏ ရယ်မောစရာပြောတတ်ပါသည်။

- **ရင်ထိတ်ဖွယ်ဖော်ပြချက်နှင့်စာရင်းဇယားကိုအသုံးပြုပါ။** စာရေးဆရာမ Nancy Beach က ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ပြောကြားခဲ့သော သတင်းစကား တစ်ပုဒ်မှာ “အသက်ငါးနှစ်အောက် ကလေးသူငယ် ခြောက်သန်းဟာ နှစ်စဉ်ငတ်မွတ်မှုကြောင့် သေဆုံးနေရတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်တွင် လူခုနှစ်ယောက်အနက် တစ်ယောက်သည် ဆာလောင်မွတ်သိပ်လျက် နေ့စဉ်အိပ်ရာဝင်နေကြရတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာအချမ်းသာဆုံး လူသုံးယောက်၏ကြွယ်ဝချမ်းသာမှုသည် အဆင်းရဲဆုံးနိုင်ငံ ၄၈ နိုင်ငံ၏ အမျိုးသားအသားတင်ထုတ်လုပ်မှုတန်ဖိုး စုစုပေါင်းထက်များနေတယ်” ဟူ၍ဖြစ်၏။ ဤကိန်းဂဏန်း များသည် အံ့ဩစရာမကောင်းဘူးလား၊ စာရေးသူကိုယ်တိုင်လည်းအံ့ဩမိပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း မှတ်မိနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မိမိတို့ဟောပြောမည့်ခေါင်းစဉ်တွင် အလားတူ လူအများ၏အာရုံကို ဖမ်းဆုပ် ထားနိုင်သော အချက်အလက်များရှိလျှင်အသုံးပြုပါ။

- **စိတ်ဝင်စားအောင်ပြောပါ။** လူများအတွက် ပေးစရာသတင်းအချက်အလက်များနှင့်အယူအဆများ ကိုရိုးရိုးအတိုးအခဲလိုက် ပေးလိုက်မည့်အစား အသုံးအနှုန်း ၊ အဖွဲ့အနွဲ့ကလေးများလုပ်ပေးလိုက်လျှင် ပရိသတ်နှင့်ဆက်စပ်မှုအခွင့်အရေးပိုမိုရရှိစေပါသည်။ အောက်ပါနမူနာအား နှိုင်းယှဉ်ကြည့်နိုင်ပါသည်-

- ထိပ်ဆုံးအဆင့်သို့ရောက်နိုင်ရန် လူတစ်ယောက် ----- စွန့်လွှတ်ခြင်းဖြင့် တိုးတက်ခြင်းကို သည် ကိုယ်ကျိုးစွန့်လွှတ်မှုရှိရမည်။ ----- ရယူနိုင်သည်။
- လူများအပေါ်လွှမ်းမိုးနိုင်ရန်မှာ ဆက်နွယ် ----- မိမိသည်လူများနှင့်အတူရှိမနေလျှင် ပတ်သက်မှုများသည်အရေးကြီးသည်။ ----- မိမိနောက်သို့ သူတို့ လိုက်လာ ကြမည်မဟုတ်။
- မိမိက သူတို့အပေါ် ဂရုစိုက် စောင့်ရှောက်မှု ----- မိမိဘယ်လောက် တော်သလဲ မရှိမချင်း လူများက မိမိစကားကို နားထောင် ----- ဆိုသည်က အရေးမကြီးပါ။ သူတို့ ကြမည်မဟုတ်။ ----- အပေါ်ဘယ်လောက်ဂရုစိုက် သလဲ ဆိုသည်ကသာ အရေးကြီးပါသည်။

လောလောလတ်လတ်အဖြစ်အပျက်များကို လိမ္မာကျွမ်းကျင်သော နည်းလမ်းအသုံးပြု၍ ပြောနိုင်လျှင် လူအများက ပို၍ အလေးအနက်ထားကြပါသည်။

ခဏရပ်နားရမည့်အချိန်ကိုသိပါ။ လူများနှင့်ဆက်စပ်မှုရရှိအောင် ပြုလုပ်ခြင်းသည်အသွားအပြန် နှစ်လမ်းသွားဖြစ်သည်။ တစ်လမ်းသွားမဟုတ်ပါ။ ဟောပြောသူက မရပ်တမ်းပြောသွားမည်ဆိုလျှင် လူများ ၏စိတ်က အလိုအလျှောက် အဆက်ဖြတ်သွားကြပါလိမ့်မည်။ ခဏကလေး ရပ်ပေးလိုက်ပြီးမှ ဆက်ပြော မည်ဆိုလျှင် လူများက မိမိဘာပြောသွားခဲ့သည်ကို ပြန်စဉ်းစားရန် အခွင့်အရေးရနိုင်ပါသည်။ သူတို့၏ စိတ်ထဲတွင်လိုအပ်နေသော အနားပေးမှုလည်းရရှိသွားပါမည်။ ဤကဲ့သို့ ခေတ္တရပ်ထားရန် အကောင်းဆုံး အချိန်သည် အထူးတလည် အထင်ကရဖြစ်သော အကြောင်းအရာကိုပြောနေသော အချိန်ဖြစ်ပါသည်။

လူအများက တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်မှုတွင် မလုံခြုံသလိုခံစားတတ်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤအချိန် တွင် “ဒါကလေးက အရေးကြီးတယ်. . . . ဒီလိုကလေးစဉ်းစားကြည့်လိုက် စိတ်ထဲမှာ မှတ်သား ထားလိုက်ပါ” စသည်ဖြင့် အတွေးကလေးများကို ပေးဝေရပါသည်။ ခဏရပ်ထားသည့်အချိန်သည် လူများ အတွက် အချက်အလက်များ သိမ်းဆည်းထားရန် အခွင့်အရေးရစေသောကြောင့် တန်ဖိုးရှိပါသည်။ ခဏရပ်ခြင်းကို မိမိပြောဆိုနေသော စကား၏ အာမေဍိတ်အစိတ်အပိုင်း အဖြစ်သာ အသုံးပြုတတ်ရန်လို ပါသည်။

(၆) မြင်နိုင်ပါစေ။ လူအများစုသည် မျက်မြင်ဖြင့်သာ သင်ယူလိုကြသည်။ ယခုခေတ်တွင် တီဗွီ၊ အင်တာနက် နှင့်အခြားမျက်မြင်ဆက်သွယ်ရေးပုံစံ မျိုးစုံထွန်းကားနေပါသည်။ သို့ဖြစ်၍လည်း လူတို့၏မျက်စိဖြင့် တွေ့မြင်ရသည့်အချက်များသည် ပို၍ ပို၍အရေးကြီးလာလျက်ရှိပါသည်။ ဟောပြောပွဲများ၌ ဆက်သွယ်ပြောဆိုသူ များအဖို့လည်း နားထောင်သူများကို မျက်စိနှင့်ပါမြင်တွေ့ရစေရန် ပြသပေးရန် လိုအပ်လာပါသည်။ ဟောပြောသူ တချို့က Powerpoint ၊ ဗီဒီယိုဖတ်ပြား၊ ရုပ်ပြဂရပ်ဖ်များဖြင့် တွဲဘက်၍ ဟောပြောကြ၏။ ဤပစ္စည်းအားလုံး သည် စိတ်ကျေနပ်လောက်အောင် ဖြည့်တင်းပေးနိုင်ခြင်းမရှိသေးပါ။ ဟောပြောသူ၏ လှုပ်ရှားမှု၊ မျက်နှာအမူအယာ၊ မျက်လုံးချင်းဆုံတွေ့မှုကလည်း အရေးကြီးပါသည်။

လူများကို မြင်နိုင်စေရန် မိမိကိုယ်တိုင်ပြသပေးခြင်းဖြင့် ဆက်စပ်မှုရရှိရန် အကူအညီပေးနိုင်ပါသည်။ လူများက မှတ်စုလိုက်ရေးနေသည်ကို မြင်ရခြင်းသည် ကောင်းပါသည်။ တစ်စုံတစ်ခုရေးသားထားပြီးဆိုသည်မှာ ဟောပြောသူနှင့် အတူရှိနေသည်ဆိုသည့် အမိပ္ပယ်ဖြစ်၏။ နားထောင်သူများ၏ စိတ်ကူးဉာဏ်ဖြင့် ပုံဖော်မှုကို အားပေးအားမြှောက်ပြုရပါသည်။ သူတို့၏ စိတ်ကူးဉာဏ်တွင် ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်းမြင်သွားစေရပါမည်။ ဤသို့ ပြုခြင်းဖြင့် နောင်တွင်လူတို့သည် သူတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ပုံရိပ်ကို ဖန်တီးသွားနိုင်ကြပါမည်။ ဘာသာရပ်နှင့် ချိတ်ဆက်မိ သွားမည်၊ ဆက်လက်ပြီး စိတ်ဝင်စားစွာ လေ့လာနေကြမည်ဖြစ်ပါသည်။

(၇) ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများပြောနိုင်ပါစေ။ လူတို့၏စိတ်အာရုံကိုဖမ်းစားရန် အထိရောက်ဆုံး နည်းလမ်း တစ်ခုမှာ မိမိပြောသည့်စကား၌ ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းကလေးများပါရှိခြင်းဖြစ်၏ ဟာသအကြောင်းပြောမလား၊ ခက်မာ သောအကြောင်းအချက် သို့မဟုတ် ဝမ်းနည်းကြေကွဲဖွယ်ကိစ္စပြောမလား၊ ကောင်းမွန်သော ဇာတ်လမ်းကို ပြောနိုင် ခဲ့လျှင် ထူးခြားသောရိုက်ခတ်မှုကိုဖြစ်စေပါသည်။ အားနည်းသော ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေး သမားများပင်လျှင် ပုံပြင် ဇာတ်လမ်းများကို အသုံးပြုပါက စတင်တိုးတက်လာပါလိမ့်မည်။

ပရိသတ်အား ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းကလေးများမျှဝေခြင်းဖြင့် သူတို့သည် မိမိနှင့်အတူ လိုက်ပါလာကြပါသည်။ အမေရိကန်သမ္မတဟောင်း Abraham Lincoln ကမှတ်ချက်ချဖူးပါသည်။ “လူတွေကပြောကြတယ်၊ ကျွန်တော် က ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းတွေအများကြီးပြောတတ်တယ်လို့ ၊ မှန်ပါတယ်၊ ကျွန်တော်လက်ခံပါတယ်၊ သာမန်လူသား တစ်ယောက်အနေဖြင့် ရှည်လျားလှသောခရီးလမ်းကိုလျှောက်လှမ်းခဲ့ရာမှာ ကျယ်ပြန့်စွာသော ဘဝဇာတ်လမ်းအစုံစုံ ကို ကြားခံဆက်သွယ်ရေးနည်းလမ်းအပုံပုံဖြင့် အလွယ်တကူရရှိနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီဇာတ်လမ်းများကို အလွန်အကျွံ ဝေဖန်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များထဲကအနည်းအကျဉ်းကသာ စဉ်းစားမိနိုင်တာဖြစ်တဲ့အတွက် သူတို့ရဲ့ ဝေဖန်မှုကို ကျွန်တော်ဂရုမစိုက်ပါဘူး။”

အာရုံကြောဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်များက “လူတို့၏ ဦးနှောက်သည် စိတ်ကူးသက်သက်အယူအဆများ သို့မဟုတ် Powerpoint ကားချပ်များထက် ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများကို ပိုမိုလက်ခံရန် အစီအစဉ် ပါရှိပြီးဖြစ်သည်”

ဟု ဆိုပါသည်။ အမှန်မှာပုံပြင်ဆိုသည်မှာ လူသားမျိုးနွယ်သမိုင်း အလိုက် သက်တမ်းရှည်ကြာခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။ မိမိ တို့ နားထောင်ကြသည်၊ ပြန်လည်၍လည်းပြောပြလိုကြသည်။ မိမိတို့၏ ဘဝအတွေ့အကြုံကို ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများ ဖြင့် မှတ်သားထားကြသည်။ ထိုပုံပြင်များကို မျှဝေပေးခြင်းသည် လူများက မိမိတို့ကိုပို၍ နားလည်စေသည်။ ခေါင်းဆောင်မှုစာရေးဆရာ John C. Maxwell က ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးပညာ ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်မှု ဂုဏ်သိက္ခာကို သူရရှိခဲ့ခြင်း၏လျှို့ဝှက်ချက်မှာ ပုံပြင်များစွာကိုစုဆောင်းခဲ့ခြင်းနှင့်သူစကားပြောသည့်အခါ ထည့်သွင်း အသုံးချခဲ့ခြင်းကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့ပါသည်။

မိမိဖြစ်ချင်သော ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးသမားတစ်ဦးဖြစ်လာပါစေ

လူအများ၏ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် ဆက်စပ်မှုကို ရရှိရန် အဓိကကျသော အချက်တစ်ချက်သည် မိမိဖြစ်ချင် သောဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးသမားကောင်း တစ်ယောက်ကဲ့သို့ မိမိကိုယ်တိုင်ဖြစ်လာစေရန်ကြိုးစား အားထုတ်ခြင်း လည်း အပါအဝင်ဖြစ်သည်။ မိမိသည်မည်ကဲ့သို့သောပုဂ္ဂိုလ်၏ပြောဆိုမှုကို နားထောင်လိုပါသလဲ။ မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် ဆက်စပ်မှုရရှိသွားအောင် မည်သူတို့ကပြောနိုင်ခဲ့ကြသလဲ။ ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးသမားကောင်းတစ်ယောက် အဖြစ် မိမိကြည်ညိုသောပုဂ္ဂိုလ်တွင် တွေ့မြင်ခဲ့ရသည့် အရည်အချင်းများကဘာလဲ။

စာရေးဆရာ Sonya Hamtin က “လူအများနားထောင်အောင်ဘယ်လိုစကားပြောမလဲ” (How to talk so people listen) စာအုပ်တွင် ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးသမားအများအပြား၌ တွေ့ရှိရသော အရည်အချင်း စာရင်းနှစ်ခုကို ဖော်ပြထားပြီး စာရှုသူများအား မိမိနားထောင်လိုသော ဟောပြောသူ အမျိုးအစားကို ရွေးချယ်ပါ ရန်မေတ္တာရပ်ခံခဲ့ပါသည်။ သူမ၏စာရင်း(၁)တွင် နွေးထွေးသော၊ ရိုးသားသော၊ ခင်မင်ရင်းနှီးသော၊ စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ် ကောင်းသော၊ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော၊ အသိပညာဗဟုသုတရဖွယ်ရှိသော၊ ကျကျနုနုစွဲစွဲ မှုရှိသော၊ ဖန်တီးမှုရှိသော၊ ယုံကြည်မှုရှိသော၊ စိတ်ဓာတ်နိုးကြားစေသော၊ ပွင်းလင်းသော၊ စစ်မှန်ခိုင်လုံသော၊ ပုံသေနည်း မဆန်သော၊ ဟာသဉာဏ်ရှိသော ဟူ၍ဖော်ပြထားပါသည်။ စာရင်း(၂)တွင် ဟိတ်ဟန်များသော၊ မသဲကွဲ သော၊ မတတ်ကြွသော၊ ရှုပ်ထွေးသော၊ မောက်မာစိုးပိုးသော၊ ကြောက်ရွံ့သော၊ ပုံသေနည်းဆန်သော၊ အားမကိုးထိုက် သော၊မွန်းကြပ်သော၊ ထပ်တလဲလဲငြီးငွေ့ဖွယ်ကောင်းသော၊ ပြင်းထန်သော၊ စိတ်ကူးစိတ်သန်းအသစ်မပါသော ဟူ၍ ဖော်ပြထားပါသည်။ စာရင်း(၁)သည် မိမိတို့အတွက် အလုပ်ဖြစ်နိုင်ပြီး စာရင်း(၂)တွင် မပါဝင်နိုင်ရန် ကြိုးစား ရပါမည်။ဆက်သွယ်ပြောဆိုသူတစ်ယောက်၏ ဟောပြောမှုကိုနားထောင်ပြီးလျှင် မည်သည့်စာရင်းတွင်ပါဝင်နေသည် ကိုလည်း ဆန်းစစ်နိုင်ပါသည်။ စာရင်း(၁)တွင် ပါဝင်သူဖြစ်ပါက အဆိုပါဟောပြောသူသုံးစွဲခဲ့သော နည်းစနစ်ကို လေ့လာပြီး အတုခိုးရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် မိမိတို့သိထားရမည်မှာ ကမ္ဘာပေါ်တွင် လူတိုင်းနှင့် ဆက်စပ်မှုရရှိ အောင်ပြောနိုင်သော လူမရှိကြောင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဆက်စပ်မှုရလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဖြစ်လာပါစေ

လူအများကို ဟောပြောနေပြီး ဆက်စပ်မရရှိသော ဟောပြောသူအများအပြားရှိသကဲ့သို့ ဆက်စပ်မှု ရရှိအောင် လုပ်နိုင်ပြီး လူအများကို ဟောပြောခြင်း မပြုနိုင်သူများလည်း အများအပြားရှိပါသည်။ မိမိတို့သည် လူ အများနှင့်စကားပြောသည့်အခါတွင် တိုးတက်မှုရရှိရန်နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးနေကြခြင်းဖြစ်သော်လည်း တစ်ခု သတိထားရမည်မှာ ဆက်စပ်မှုရရှိရေးတွင် ဟောပြောတင်ပြမှု ကောင်းသူတစ်ဦးဖြစ်ရေးအတွက် သင်ယူခြင်းက အခြေခံမဟုတ်ပါ။ အခြားလူများက ဆက်စပ်မှုရယူလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်ကဲ့သို့ဖြစ်လာရေးအတွက် အားထုတ်ခြင်းကသာ

အခြေခံဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ အခြားလူများအတွက် ဖျော်ရွှင်ပြီး စိတ်ချမ်းမြေ့စေမည့် အတွေ့အကြုံများကို ဖန်တီးပေးနိုင်သောမည်သည့်အလုပ်မဆို ဆက်စပ်မှုရရှိရေးအတွက် ရိုးရှင်းစွာ အလုပ်ဖြစ်ပါကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

အဆင့်တိုင်းမှ လူတိုင်းနှင့်ဆက်စပ်မှုရယူခြင်း

ဆက်စပ်မှုရရှိခြင်းအခြေခံသဘောတရား။ ဆက်စပ်မှုပြုသူများသည် လူတိုင်းအတွက် ဖျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို ဖန်တီးပေးသည်။

အရေးကြီးသောအယူအဆ။ မိမိ၏ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုအစီအစဉ်တွင် မှန်ကန်သော အတွေ့အကြုံကိုဖန်တီးပေးနိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။

တစ်ဦးချင်းနှင့်ဆက်စပ်မှုရရှိစေခြင်း။ တစ်ဦးချင်းဆက်သွယ်ပြောဆိုမှု အတွေ့အကြုံသည် ဖျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့စေခဲ့လျှင် အချင်းချင်း ရင်းနှီးမှုခံစားချက်ကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ချစ်ခင်ရင်းနှီးမှုကိုသာ ဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ဘဲ နှစ်ဘက်အကျိုးကျေးဇူးဖြစ်ပေါ်စေသည့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်သော ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုသည် ဆက်စပ်မှုကို ဖန်တီးပေးနိုင်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ဖြစ်ပေါ်စေရန် ရှေ့တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့် မေးခွန်းများမေးခြင်း၊ ရယ်စရာမောစရာပြောဆိုခြင်း သို့မဟုတ် ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများ ပြောကြားခြင်း စသည့် အကြံပြုချက်များကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

အုပ်စုတစ်စုအတွင်း၌ ဆက်စပ်မှုရရှိစေခြင်း။ အဖွဲ့အတွင်း ဖျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို ဖြစ်စေသည့်အတွေ့အကြုံမှာ တက်ညီလက်ညီဖြစ်မှုက ရရှိနိုင်ပါသည်။ အဖွဲ့၏ လုပ်ငန်းများကို မျှဝေကူညီခြင်းဖြင့် အောင်မြင်ပြီးမြောက်စေခဲ့လျှင် အဖွဲ့တွင်ပါဝင်သူတစ်ဦးနှင့် အခြားတစ်ဦး ဆက်စပ်မှုရရှိကြောင်း ခံစားချက်ဖြစ်လာပါမည်။ နောက်တစ်ကြိမ်တွင်လည်း အလားတူရည်မှန်းချက်တာဝန်ကို ဖျော်ရွှင်ဖွယ် ထမ်းဆောင်လိုစိတ်များဖြစ်ပေါ်လာမည်။ အရေးကြီးသည်မှာ လူတိုင်းပါဝင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

ပရိသတ်နှင့်ဆက်စပ်မှုရရှိစေခြင်း။ ဟောပြောပွဲတိုင်းတွင် ပရိသတ်သည်ဖြေဖျော်မှုကို ခံယူချင်ကြသည်။ ပရိသတ်အကြိုက်တွေ့စေမည့် နည်းလမ်းများကိုလည်းဆွေးနွေးခဲ့ပါပြီ။ ခြောက်ကပ်နေသော အစီရင်ခံစာ သို့မဟုတ် ကိန်းဂဏန်းမြောက်မြားစွာပါရှိသော တင်ပြချက်များပင်လျှင် ကောင်းမွန်သော ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများဖြင့် အသက်ဝင်အောင်လုပ်နိုင်ပါသည်။ မိမိတို့သည်အတိတ်ကာလက ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများပြောလေ့မရှိခဲ့လျှင် ယခုတော့ စပြောသင့်ပါပြီ။ Tennessee ပြည်နယ် Jonesborough မြို့၊ အမျိုးသားပုံပြင်ဇာတ်လမ်းပြောပွဲတော်၌ သင်းအုပ်ဆရာနှင့် စာရေးဆရာဖြစ်သူ Martin Thielen တက်ရောက်ခဲ့ပြီးဟောပြောတင်ပြမှုများနှင့်ပတ်သက်သော အခင်းအကျင်းကို အောက်ပါအတိုင်းရှုမြင်သုံးသပ်ခဲ့ပါသည်-

စိတ်အားထက်သန်မှု။ ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းပြောသူများသည် သူတို့အလုပ်အပေါ် ကျေနပ်ဖျော်ရွှင်မှုရရှိကြောင်း ထင်ရှားသည်။ ဖျော်ရွှင်မှုနှင့် အရေးပါမှုကို ဖော်ပြပေးနိုင်သည်။

လှုပ်ရှားသက်ဝင်မှု။ မျက်နှာအမူအယာနှင့်ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်း လှုပ်ရှားမှုများသည် အသက်ဝင်ကြောင်းအထင်အရှားတွေ့ရသည်။

ပရိသတ်ပါဝင်မှု။ ဟောပြောတင်ပြသူအားလုံးလိုလိုက ပရိသတ်များပါဝင်လာအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ သီချင်းဆိုစေခြင်း၊ လက်ခုတ်တီးစေခြင်း၊ ပြိုင်တူရွတ်ဆိုစေခြင်း နှင့် ခြေဟန်လက်ဟန် အသုံးပြုစေခြင်းတို့ပါဝင်ခဲ့သည်။

အလိုအလျောက်သဘောသက်ဝင်ခြင်း။ ပုံပြင်ဇာတ်လမ်းများကို ဟောပြောသူများက အထောက်အကူမပါဘဲ လွတ်လပ်စွာ မဆိုင်းမတွအလိုက်သင့် တင်ဆက်သွားနိုင်ကြသည်။

မှတ်စုမသုံးခြင်း။ နုတ်ပြောသက်သက် အစစ်အမှန်ဖြစ်သည်။ ပရိသတ်ကို မျက်လုံးခြင်းဆုံ၍ တင်ပြနိုင်သည်။

ဟာသဉာဏ်။ ဆိုးဝါးသော၊ ဝမ်းနည်းဖွယ်ပုံပြင် ဇာတ်လမ်းများမှာပင် ဟာသဉာဏ်ကို ထုတ်ဖော်ပြသနိုင်ခဲ့သည်။

Reference; John C. Maxwell, "Everyone Communicates few connect"