Behavior
BURMESE

အို ပြုမူပါ

အပြုအမူ ဆိုသည်မှာ၊ မတူကွဲပြားသော အခြေအနေများ (သို့) ပတ်ဝန်းကျင်များ (သို့) ၎င်းတို့ နှစ်မျိုးစလုံးကို ကျွန်ုပ်တို့ တုံ့ပြန်သော နည်းလမ်းပုံစံ ဖြစ်ပါသည်။ အပြုအမူအားလုံးတို့တွင် ကြောင်းကျိုးတရား တစ်ခုခု ရှိကြပြီး၊ ကလေးများသည် တစ်ခုခုကို ပြောဆိုဖော်ပြရန် အပြုအမူများကို အသုံးပြုကြပါသည်။ မိဘများ အနေဖြင့်၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဘာတွေ အမှန်တကယ် ဖြစ်နေသည်ကို မြင်သိရန် အပြုအမူကို လေ့လာသတိထားသင့်ပါသည်။

ABC ဖြင့် အပြုအမူကို သိနားလည်ခြင်း

ရှေ့ပြေးသာဓကများ - ပြဿနာ အပြုအမူတစ်ခုနှင့် ကပ်လျှက် အလျင်ကျသော ဖြစ်ရပ်များ ၎င်းတို့သည် နေ့ရက်၊ သဘာဝဒြပ်ထု ပတ်ဝန်းကျင်၊ ရှိနေသောလူများ၊ (သို့) ဖြစ်ပျက်နေသော ပြုဖွယ်အလုပ်များ၏ အချိန်နှင့် သက်ဆိုင်နိုင်ပါသည်။ အခြား ကလေးများထံသို့ တအား အော်ဟစ်နေချိန် (သို့) အခြား ကလေးများက ကျီဆယ်လာချိန်၊ ကျောင်းစာအလုပ်တစ်ခုကို ပြီးဆုံးအောင် လုပ်ရန် သတိပေးထားသော အချိန်၊ ကစားစရာ အရုပ်ကို အဝေးသို့ ယူဆောင်သွားခြင်းလိုမျိုး၊ (သို့) အရင် မြင်ထားခဲ့ဟန် ရှိသော လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုကို မလုပ်ဖို့ သတိပေးထားသော အချိန်မျိုးများ။ အရင် မြင်ထားသော ဖြစ်ရပ်များ၌ အာရုံစိုက်မှု မရှိခြင်း၊ လျစ်လျူပြုနေခြင်း၊ (သို့) စိတ်ပါသော လှုပ်ရှားမှုအသွင် မရှိခြင်းတို့ လည်းပဲ ပါဝင်နေနိုင်ပါသည်။

အပြုအမူ - ပြဿနာရှိပုံပြသော အပြုအမူကို မှန်လာအောင် ပြင်ပေးရမည်။

အကျိုးဆက်များ - ကလေး အနေနှင့် အပြုအမူ (ဂရုစိုက်ခြင်၊ ကစားစရာ အရုပ်များ၊ အစားအစာ၊ ဂိမ်းများ၊ ပိုက်ဆံ၊ လှုပ်ရှားမှုများ) တို့ကနေ ဘာတွေရမလဲ။
ကလေး အနေနှင့် အပြုအမူ (အလုပ်၊ လုပ်ငန်းများ၊ ဖြစ်ရပ်များ/ပြုဖွယ်အလုပ်များ၊ ဂရုစိုက်မှု၊ နာကျင်မှု) တို့ကို ဘာဖြစ်လို့ ရှောင်ဖယ်ရသလဲ။

မေးရန် မေးခွန်းများ:

- မည်သည့် အပြုအမူက ဖြစ်ရပ်ပုံစံတစ်ခု ဖြစ်လာစေသည့် တုံ့ပြန်မှုမျိုးကို ဖန်တီးစေသလဲ။
- မည်သည့် အပြုအမူက အများအားဖြင့် ဖြစ်ရပ်ပုံစံတစ်ခုကို ဖြစ်လာစေသလဲ။
- မည်သည့် သတ်သတ်မှတ်မှတ် အရာများက ဖြစ်ရပ်နှင့်အတူ ဖြစ်ပေါ်လာစေသလဲ။
- နောက်ထပ် မည်သည့် အရာတွေက အပြုအမူကို ပံ့ပိုးပေးသလဲ။
- အခြား မည်သည့် အပြုအမူများက ဖြစ်ရပ်တစ်ခုတည်းကိုပဲ အကြောင်းခံဖြစ်စေသလဲ။

အပြုအမူဆိုင်ရာ "ဖြစ်ရပ်များ" ဖြစ်ပွားသောအချိန်:

- သင့် ဘာလုပ်မလဲ။ အခြား အရွယ်ရောက်သူများက ဘယ်လုပ်ကြသလဲ။ သက်တူရွယ်တူများက ဘာလုပ်ကြသလဲ။
- တစ်ခုခုကို ဖယ်ထုတ်လိုက်သလား (သို့) ရပ်ဆိုင်းလိုက်သလား။
- တစ်ခုခုက ထိုသူကို လွတ်သွားအောင် လမ်းဖွင့်ပေးသလား။

အပြုအမူကို သက်ရောက်စေသော "ဖြစ်ရပ်" မျိုးတွေ အများအားဖြင့် ဘယ်အချိန်မှာ ဖြစ်စေနိုင်သလဲ။
ဖြစ်ရပ် (အရင် ဖြစ်ပြီးအရာ) မတိုင်မီ ဘာတွေ ဖြစ်နေသလဲ။
ဘယ်အချိန် ဘယ်နေရာမျိုးမှာ အပြုအမူကို မဖြစ် စေသလဲ။

သင် သိခဲ့ပါသလား။

အပြုအမူများသည် လူပုဂ္ဂိုလ်အတွက် တစ်စုံတစ်ခုကို ဖြစ်မြောက်စေပါသည်။

နေရပ်ဝန်းကျင် ဆိုင်ရာ ဖြစ်ရပ်များသည် လူသားအပြုအမူကို လွှမ်းမိုးထားပါသည်။

လက်တွေ့ အသုံးဝင်သော အပြုအမူအား အကဲဖြတ်ခြင်း ဆိုသည်မှာ၊ ကလေးတစ်ဦးက ဘာ့ကြောင့် လေ့လာသင်ယူမှုကို ဟန့်တားသော အပြုအမူတွေနဲ့ ပူးကပ်နေရသလဲ၊ ကလေး၏ အပြုအမူက လူနေဝန်းကျင်နှင့် ဘယ်လို ဆက်စပ်နေသလဲ၊ စသည်ဖြင့် ၎င်းတို့ကို ဆုံးဖြတ်ပေးသော လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အပြုအမူ ဝင်ရောက်စွတ်ဖက်သော အစီအစဉ် ဆိုသည်မှာ၊ လက်တွေ့ အသုံးဝင်သော အပြုအမူအား အကဲဖြတ်ခြင်းတစ်ရပ်၏ ရလဒ်များကို အခြေခံထားသော အစီအစဉ်တစ်ခု(FBA) ဖြစ်ပါသည်။

(716) 332-4170
info@parentnetworkwny.org
www.parentnetworkwny.org

PARENT NETWORK OF WESTERN NEW YORK

@ParentNetwork
@PNWNY

Behavior
BURMESE

အို ပြုမူပါ

ခက်ခဲသော အပြုအမူများ ပြနေသည့် ကလေးတစ်ဦးကို ကူညီဖို့ ရိုးရှင်းသော စိတ်ကူးများမှာ၊ ထိရောက်သော လမ်းညွှန်ချက်များ၊ ဗျူဟာ လုပ်ကွက်များကို မွမ်းမံခြင်းနှင့် ခဏတာ ရပ်နားပေးခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။

ထိရောက်သော လမ်းညွှန်ချက်များ

- ကလေး အာရုံစိုက်မှုကို နားလည်သဘောပေါက်ပါ
- စကားသံကို အေးဆေးတည်ငြိမ်သော အသံနေအသံထားဖြင့် အသုံးပြုပါ
- အတိုချုံးပြီး ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်နေပါစေ
- အချိန် တစ်ခုမှာ တစ်ဆင့်သာ လုပ်ပါ
- တုံ့ပြန်မှု တစ်ခုခုအတွက် စောင့်ပေးပါ
- အာရုံပြောင်းစေမည့် အရာများကို အဝေးသို့ ရွှေ့ထားပါ
- လိုက်နာပြုမူပါက ဆုလာဘ်ပေးပါ
- လေ့ကျင့်ပါ
- တုံ့ပြန်မှုကို အမှား ပြင်ပေးပါ
- မသိချင်ယောင်ဆောင်ခြင်း

ဗျူဟာ ဆင်ကွက်များကို မွမ်းမံခြင်း

- လုပ်ဆောင်မှု၏ အခက်အခဲကို အလိုက်သင့် ပြုပြင်ပေးပါ
- ကြာချိန်ကို လျှော့ချပါ
- ရွေးပိုင်ခွင့်များ ပေးပါ
- လုပ်ဆောင်မည့် အစီအစဉ်စာရင်းကို ပြုလုပ်ပါ (လုပ်ဆောင်မှု လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း)
- အခြား နည်းလမ်းများဖြင့် တုံ့ပြန်ပြုလုပ်ရန် သင်ပေးပါ
- ကြောင်းကျိုးတုံ့ပြန်ချက်ကို မကြာခဏ စီစဉ်ပေးပါ
- သတိပေးချက်များ ပေးပါ
- စံချိန်မှတ်စက် တစ်ခုကို သုံးပါ
- လုပ်ငန်းကို အပိုင်းငယ်များ ဖြစ်အောင် အပိုင်းပိုင်း ပိုင်းပေးပါ။
- တစ်ဦးတစ်ယောက်အတွက် လေးနက်မှုရှိအောင် ပြုလုပ်ပါ

ခဏတာ ပွဲရပ်ပေးခြင်း

- တိကျသော အပြုအမူများကို ရွေးပြီး၊ ၎င်းကို ခဏတာ ပွဲရပ်ပေးမည့်အချိန်ဖြင့် ဆောင်ရွက်ပါ
- နေရာနှင့် ကြာချိန်ကို သတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ပါ
- ခဏတာ ပွဲရပ်အနားပေးမည့် စည်းကမ်းအတွက် အစီအစဉ်တစ်ခု ရှိထားပါစေ
- ကန့်ကွက်လာခြင်းများကို လစ်လျူပြုပါ
- လုပ်ဆောင်ချက် ပြီးဆုံးသောအခါ - မူလ နေရာကို ပြန်သွား၍ ချီးကျူး အမွှမ်းတင်ပါ

နောက်ထပ် ပို၍ သင် လေ့လာရန်

ရှေ့နောက်အလုပ် ညီစေပြီး၊ ဥပမာကောင်းများ ဖြစ်ပါစေ။ ဘာလုပ်ရမည် ဆိုတာကို ကလေးအား ပြပေးပါ။

အွန်လိုင်း (သို့) အခြား အရင်းအမြစ်များမှ တဆင့် အချက်အလက်များကို သတိရှိပါစေ၊ သုသေတနပြုထားသော ရွေးပိုင်ခွင့်များကို သေသေချာချာ ရွေးပါ။

ဖြစ်သင့်သော စည်းကမ်းများမှာ:

- ရှင်းလင်းရမည်၊ ရှေ့နောက် ညီရမည်၊ လက်တွေ့ကျရမည်
- ကလေး၏ စွမ်းရည်များနှင့် ကိုက်ညီရမည်
- ကြိုတင် ဆွေးနွေးပြီး၊ ကလေးများ အလွယ်တကူ မြင်နိုင်သော နေရာမှာ နေရာချပါ။

ရည်ညွှန်းချက်များနှင့် အချက်အလက်များကို စီစဉ်ပေးသူမှာ:
www.specialconnections.ku.edu
နောက်ထပ် အချက်အလက်များအတွက် parentnetworkwny.
org ကို ဝင်လည်ပါ

(716) 332-4170
info@parentnetworkwny.org
www.parentnetworkwny.org

PARENT NETWORK OF WESTERN NEW YORK

@ParentNetwork
@PNWNY