

How to find and try to get a job in Singapore



Shared and Presented by:

Johnny Arkar

Social Visit ဖြင့် စင်ကာပူနိုင်ငံသို့ လူငယ်များ လာရောက် အလုပ်ရှာဖွေခြင်း အကြံပြု သုံးသပ်ချက်များ။

စင်ကာပူနိုင်ငံဟာ သူတို့ စင်ကာပူနိုင်ငံသားတွေအတွက် အလုပ်အကိုင်နေရာမှာအဓိက စဉ်းစားကြပါတယ်။စင်ကာပူနိုင်ငံရဲ့ Ministry of Manpower – MOM (စင်ကာပူ အလုပ်သမား ဝန်ကြီးဌာန) ကြေညာထားသည်မှာ အလုပ်ရှင်တွေက ကျွမ်းကျင်လုပ်သား အလုပ်လစ်လပ် နေရာအတွက် အလုပ်ခေါ်မယ်ဆိုရင် နိုင်ငံခြားသား အလုပ်သမားကို မခန့်ခင်မှာ စင်ကာပူ နိုင်ငံသားတွေကို အရင် စဉ်းစားပေးဖို့အတွက် ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အလုပ် လစ်လပ်နေရာ လိုအပ်တာ တကယ် ဟုတ်မဟုတ် သက်သေပြနိုင်ရမယ်။အဆင့်မြင့် ရာထူးနေရာ မန်နေဂျာ ရာထူးတွေ အတွက် အလုပ်ခေါ်မယ်ဆိုရင် jobsbank ဝက်ဘ်ဆိုက်မှာ အနည်းဆုံး ၁၄ ရက် အလုပ်ခေါ်စာ အရင်ဆုံးထည့်ရမယ်။ အဲဒီဆိုက်ဟာ စင်ကာပူ နိုင်ငံသားတွေအတွက် သီးသန့် အလုပ်ရှာဖို့ လုပ်ပေးထားတဲ့ ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်တယ်။ အဲဒီမှာ ထည့်ပြီး ၁၄ ရက်ကျော်လို့ သင့်တော်တဲ့ စင်ကာပူနိုင်ငံသား မရဘူးဆိုတာ သေချာတော့မှ အီးပီ (Employment Pass) လို့ ခေါ်တဲ့ နိုင်ငံခြားသားတွေကို အလုပ်ခေါ်ခွင့်ရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ ၁၄ ရက်အတွင်းမှာ စင်ကာပူနိုင်ငံသားကို ဘာလို့ မရတာလဲ၊ ဘယ်နယောက်နဲ့ အင်တာဗျူး တွေ့ခဲ့လဲ၊ အင်တာဗျူးခေါ်ပြီး ဘာလို့ ခန့်ဖို့ အဆင်မပြေတာလဲ စတဲ့ မေးခွန်းတွေကို MOM မေးလာခဲ့ရင် ခိုင်လုံတဲ့ တိတိကျကျ အဖြေပေးကြရတယ်။ စင်ကာပူ နိုင်ငံသားတွေကလည်း ရာထူးမြင့်မြင့် နေရာမှာတာဝန်ယူနိုင်ကြပါတယ်။အလုပ်ခန့်လိုက်ပြန် ထွက်သွားလိုက် သံသရာလည်ပြီး သူတို့ နိုင်ငံသားတွေ အလုပ်ရဖို့အတွက် အဲဒီလိုတွေ ဖိအားပေးနေတာမို့ အလုပ်ရှင်တွေဘက်ကလည်း မဖြစ်မနေ ခန့်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ပြဿနာက သူတို့ကိုယ်တိုင်က စွဲစွဲမြဲမြဲ မလုပ်ချင်ကြတာပါ။ ခန့်လိုက်ပြီး အလုပ်စဝင်ပြီး တစ်လ မကြာခင် ပင်ပန်းလို့၊ အလုပ်ချိန်များလို့၊ အချိန်ပို မဆင်းနိုင်လို့စတဲ့ အကြောင်းပြချက်တွေနဲ့ ထွက်သွားကြ၊ အသစ်ထပ်ရှာရ၊ ခဏလုပ်လိုက်ကြ၊ ထွက်သွားကြနဲ့ သံသရာ လည်နေပြီး အခု နောက်ပိုင်း သတင်းစာမှာ အလုပ်ခေါ်စာ တွေ့လို့ လှမ်းစုံစမ်းရင်တောင် တစ်ပတ်ကို ၅ ရက်ပဲ လုပ်ချင်တာ၊ နေရာက ဝေးလို့ သူတို့အိမ်နဲ့ နီးတဲ့နေရာနားမှာ မရှိဘူးလား၊ အလုပ်ချိန်ကို ညှိလို့ရမလား ဆိုတာမျိုးတွေပါ မေးတတ်ကြတယ်။ နိုင်ငံခြားသားတွေကျတော့ သိပ်ပြီး ရွေးနေလို့မရဘဲ အလုပ်ရရင်တောင် ကျေးဇူးတင်မဆုံး ဖြစ်နေတာမို့ ဘာမှသိပ်ပြီး မပြောကြရာပါဘူး။ အလုပ်လုပ်ဖို့ လာတာပဲ လုပ်ရမှာပေါ့ဆိုပြီး သိမ်းကျုံးလုပ်ကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် အလုပ်ရှင်တွေအနေနဲ့လည်း ကိုယ့်အတွက် ခိုင်းလို့ ကောင်းမယ့်သူ နိုင်ငံခြားသား ကို သာ ပိုလိုချင်ကြ ပါတယ်။

ဒါပေမယ့်လည်း MOM က နိုင်ငံခြားသားအလုပ်သမားခေါ်ယူခွင့် တွေကို တင်းကျပ်နေပြီး တော်တော်လေး စစ်ဆေးနေတာကြောင့် Employer တွေ အနေနဲ့ နိုင်ငံခြားသား အလုပ်သမားခေါ်ယူခွင့် (Spass) Quota တွေကို လည်း စည်းကျပ်ခံထားရပါတယ်။ စင်ကာပူမှာ အဆင့်မြင့် ရာထူးနေရာတွေကို စင်ကာပူ နိုင်ငံသားတွေအတွက် ဖြစ်စေချင်သလို ရှိပြီးသား လူတွေကိုလည်း သူတို့အတွက် အကျိုး ရှိနိုင်မယ့် လူတွေလောက်ပဲ ချန်ထားချင်ပြီး ကျန်တဲ့ လူတွေကို လျော့ချင်နေကြတယ်။ အသစ်ဆိုရင်တော့ လာကို မလာစေချင်တော့တဲ့ သဘောပါ။ လာမယ်ဆိုရင်လည်း သူတို့ မလုပ်ချင်တဲ့ အလုပ်တွေကို လုပ်ပေးနိုင်မယ့် လူတွေလောက်ကိုသာ လက်ခံချင်တော့တာပေါ့။

ဒါပေမယ့်လည်းလက်မခံလို့မရတဲ့အခြေအနေမှာ စစ်စစ်စိစစ်လေး လက်ခံနေတယ်ပဲ ဆိုရမှာပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့လို့ လူသစ်တွေအတွက် အလုပ်ရှာရအလွန်ခက်ခဲနေတဲ့ အခုလိုအချိန်အခါမျိုးမှာ Spass EP Working Permit တွေကလည်း Approved ဖြစ်နေကြတာပါ။ဘယ်လို အလုပ်မျိုးတွေက ခေါ်ယူတာ များသလဲ ဆိုတာကို

လေ့လာပြီး မိမိရဲ့ ဝါသနာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းနဲ့ ကိုက်ညီကာ ရွေးချယ်လျှောက်ထားကြရပါမယ်။ စင်ကာပူမှာ အလုပ်ရ PASS APPROVED ဖြစ်ဖို့ ဘာတွေ ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားရမလဲဆိုတာကို သေချာစွာ သိနားလည်ထားပြီး မလာခင်ကတည်းက ကြိုပြင်ထားဖို့လိုပါတယ်။ ဒါမှလည်း သူတို့ စစ်ချတဲ့ ဇကာခွက် ထဲ ပါဝင်မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

နိုင်ငံကူး လက်မှတ် (Passport) လျှောက်ထားခြင်း

နိုင်ငံရပ်ခြားသွား တဲ့အခါ Immigration လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေး ကိုဖြတ်ပြီး နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံနဲ့ တစ်နိုင်ငံ ကူးလူးဖို့ နိုင်ငံကူးလက်မှတ် (Passport) လိုအပ်မှာဖြစ်ပြီး အောက်ပါတစ်ချက်စာတမ်းများဖြင့် ရန်ကင်းမြို့နယ် Passport ရုံးမှာ လူကိုယ်တိုင်သွား ရောက်ပြုလုပ်ကြရမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

၁။ အိမ်ထောင်စုဇယား - မူရင်း+ မိတ္တူ ၂ စုံ

၂။ မှတ်ပုံတင် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေး ကတ်ပြား - မူရင်း + မိတ္တူ ၂ စုံ

ပထမဦးစွာ လ.ဝ.က ဌာနမှာ မိမိရဲ့ သန်းခေါင်စာရင်း မူရင်း နှင့် မိတ္တူတစ်စုံ၊ မှတ်ပုံတင်မူရင်းနှင့် မိတ္တူတစ်စုံပေးပြီး အစစ်ဆေးခံပါ။ အရာရှိမှ မူရင်းတွေ အပြင် ချလန်စာရွက် ဖြတ်ပိုင်းလေး တစ်ခု အပါအဝင် ပြန်ပေးပါလိမ့် မယ်။

ကိုယ်တိုင်ရေး ထိန်းသိမ်းပုံစံ ဖောင် ကိုတော့ လ.ဝ.က ဌာနရှေ့မှ ထုတ်ယူပြီး ဖြည့်စွက်ပါ။ ငွေစာရင်းဌာနသို့ သွား ငွေနှစ်သောင်းငါးထောင်သွင်းပါ။ ထိုဘဏ်ချလန်နှင့်အတူ ဓာတ်ပုံရိုက်ဖို့ လူအများတန်းစီနေကြသော ကောင်တာအသီးသီးတွင်ဝင်ရောက်တန်းစီပါ လူနည်းသောနေရာတွင်သာစီပါ။ ကိုယ့်အလှည့်ရောက်လာရင် မှတ်ပုံတင်မူရင်း၊ ဘဏ်ချလန်ဖြည့်စွက်ထားသော ကိုယ်တိုင်ရေး ထိန်းသိမ်းပုံစံဖောင်၊ သန်းခေါင်စာရင်း မိတ္တူတစ်စောင်၊ မှတ်ပုံတင်မိတ္တူတစ်စောင် ပေးကာငွေကျပ်နှစ်ထောင်သွင်းပြီး ဓာတ်ပုံအရိုက်ခံ လက်ငွေနှိပ် လက်မှတ်ထိုး ပြီးရင် စလစ် စာရွက်ကလေး ထုတ်ပေး တာကို လက်ခံရယူပြီးရင် အားလုံးပြီးဆုံး သွားပါပြီ။ ၁၀ ရက်ခန့်အကြာတွင် ပထမထပ် passport ထုတ်ပေးရေးဌာန မှာ စလစ်လေးပြပြီးထုတ်ယူနိုင်ပါပြီ။ General Passport တစ်ခုကို စတင်ထုတ်ပေးသည့်ရက်စွဲ (Issued Date) မှ ကုန်ဆုံးရက်စွဲ (Expiry Date) အထိ ငါးနှစ်သက်တမ်း အသုံးပြုနိုင်မှာဖြစ်ပြီး သက်တမ်းကုန်ဆုံးတဲ့အခါမှာတော့ သက်တမ်းတိုးအဆင့်တွေကိုဖြတ်ကျော်ပြီး သက်တမ်းတိုးကြရမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

ပွဲစားနဲ့ လုပ်တဲ့အခါမှာလည်း လူကိုယ်တိုင်လိုက်ရတာဖြစ်လို့ ကုန်ကျစရိတ် ပိုနိုင်ပါတယ် ဒါကြောင့် မိမိဘာသာ လွယ်ကူအကုန်အကျသက်သာစွာ လုပ်နိုင်ရန်ကြိုးပမ်းသင့်ပါတယ်။

Passport သက်တမ်းကို သတိပြုပါ။

အနည်းဆုံး ၁ နှစ်ခွဲခန့် သက်တမ်း ကျန်မှ စင်ကာပူမှာ Work Pass လျှောက်ပေးလို့ရမှာ ဖြစ်တဲ့ အတွက် သက်တမ်းအနည်းငယ်သာ ကျန်တော့တဲ့ သူတွေအနေနဲ့ တစ်ခါတည်း သက်တမ်းတိုးလာဖို့ လိုပါတယ်။ မှတ်ရန်။ ။ ကိုယ်တိုင်ရေး လျှောက်လွှာ ဖောင်တွေကို ဖြည့်တဲ့အခါမှာ အမှားမပါဖို့ အထူးသတိပြုပါ။ မိမိနာမည် မွေးသက္ကရာဇ်စတဲ့ personal detail တွေကို မှန်အောင် သေချာစစ်ဆေးပါ။ Passport ထုတ်ယူတဲ့အခါမှာလည်း နာမည် မွေးသက္ကရာဇ် သေချာမှန်မှန်စစ်ဆေးပြီးမှ လက်ခံရယူကြပါရန်။ လုံးဝ မှားယွင်းမှု မရှိပါစေနှင့်။

အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန် (Notarial Translation) ပြုလုပ်ခြင်း

နိုင်ငံရပ်ခြားသွားမည့်သူတွေဟာ

- ဘွဲ့လက်မှတ်
- အောင်လက်မှတ်များ
- ဆယ်တန်းအောင်လက်မှတ်
- သန်းခေါင်စာရင်း
- မွေးစာရင်း
- မှတ်ပုံတင် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေး ကဒ်ပြား
- လက်ထပ်စာချုပ်
- ကျမ်းကျိန်လွှာ
- ယာဉ်မောင်းလိုင်စင်

အစရှိသည်များကို နိုငြိ အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန် ပြုလုပ်လေ့ရှိကြပါတယ်။

ထိုသို့ပြုလုပ်ရာတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့်အဆင့်ဆင့်များကို လွယ်ကူချောမွေ့စွာအခက်အခဲကင်းကင်း လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အသေးစိတ်ထပ်မံ တင်ပြပေးပါမယ်။

ပထမဦးစွာ နိုငြိ ပြန်လိုသော document ကို ရန်ကုန်မြို့၊ ပန်းဆိုးတန်းလမ်း နှင့် ကုန်သည်လမ်း ထောင့်တွင် ရှိသော လမ်းဘေးရှိ notary အင်္ဂလိပ်ဘာသာ ပြန်ဆိုငယ်များ ဘာသာ ပြန်ဆိုငြိများတွင် မူရင်း ပြု၍ တစ်စောင်လျှင် ၂၀၀၀ကျပ်မှ ၂၅၀၀ကျပ်အတွင်းကျသင့်လေ့ရှိပြီး အလွယ် တကူ ပြန်ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဓာတ်ပုံ ကပ်လျှင်လည်း ပိုကောင်းပါသည်။ ၁၅မိနစ်မှ နာရီ ၀က် ၄၅ မိနစ်အတွင်း တစ်ပါတည်းစောင့်ယူနိုင်ပါတယ်။

မူရင်းနှင့် တိုက်ဆိုင် ၍ နာမည် မှန်မှန် အခြားသော အကြောင်းအရာ ဖြည့်စွက်ချက်များ အင်္ဂလိပ် စာလုံးပေါင်းမှန်မှန် ရှေ့နေလက်မှတ်နှင့် တံဆိပ်တုံးပါမပါ စစ်ဆေးကြည့်ရပါမယ်။

မြန်မာ့စီးပွားရေး ဘဏ်ခွဲ (၅)

ထို့နောက် ထပ်ဆင့်ထောက်ခံမှုပြုပေးသော M.O.F.A တံဆိပ်တုံး ထုရန် ရန်ကုန်မြို့ လသာလမ်းနှင့် ကမ်းနားလမ်းထောင့် မြန်မာ့စီးပွားရေးဘဏ်ခွဲ (၅) တွင် မိမိ နိုငြိ ဘာသာ ပြန်ထားသော document ရဲ့ မိတ္တူ တစ်စောင် ပေးရပြီး နိုငြိ တစ်စောင် လျှင် ၅၀၀ကျပ် form ဖိုး ၃၀၀ကျပ် ဖြင့် ငွေ အနည်းငယ် ပေး သွင်းရပါမယ်။ ငွေသွင်းပြီးကြောင်း ပြေစာပေးပါလိမ့်မယ်။ ခေတ္တစောင့်ဆိုင်းရမှာ ဖြစ်ပြီး ထို့နောက် M.O.F.A ရုံးကို ဆက်လက် ချီတက်ကြာရပါမယ်။

Ministry of Foreign Affair (M.O.F.A)

နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာန သည် ရန်ကုန်မြို့ ပြည်လမ်းမကြီး တော်ဝင်စင်တာအနီး သံတမန် လမ်းအတွင်း တည်ရှိပြီး အများပြည် သူရုံးပိတ် ရက်များ လပြည့်နေ့နှင့်အခါကြီးရက်ကြီးများမှ အပ တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့အထိ နံနက် ၉နာရီ မှ ညနေ ၃နာရီ အထိ ဖွင့်လှစ်ပေးထားပြီး လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ပေးချိန်မှာ နံနက် ၉နာရီမှ နေ့လည် ၁၂ နာရီ အတွင်း ဖြစ်ပြီးနေ့လည် ၁၂နာရီမှ ၁နာရီ အတွင်းသည် ထမင်းစားနားချိန် ဖြစ်၍ နေ့လည် ၁နာရီ မှ ၃နာရီ အထိ လုပ်ငန်းပြန်လည်ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။

M.O.F.A ရုံး သို့ ယူဆောင်သွားရမည့်အရေးကြီး စာရွက်စာတမ်းများ




- ၁။ နိုငြိ ဘာသာပြန်ဆိုထားသည့် စာရွက်စာတမ်း မူရင်းနှင့် မိတ္တူ
- ၂။ နိုငြိပြုလုပ်လိုသော စာရွက် စာတမ်း ၏ မူရင်းနှင့် မိတ္တူ
- ၃။ နိုငြိ တစ်စောင်လျှင် ကျပ်ငါးရာနှုန်းဖြင့် နိုင်ငံခြားရေး ဝန်ကြီးဌာန ၏ ငွေ စာရင်းသို့ ပေးသွင်းထားသည့် ဘဏ်ချလံ မူရင်း
- ၄။ နိုင်ငံသား စိစစ်ရေးကဒ်ပြား မူရင်း
- ၅။ အိမ်ထောင်စုစာရင်း မူရင်း
- ၆။ တက္ကသိုလ်ဝင်တန်း အောင်လက်မှတ်မူရင်းနှင့်မိတ္တူ တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုလိုသည်မှာ မိမိသည် ဘွဲ့လက်မှတ် တစ်ခုကို နိုငြိပြန် M.O.F.A ထုလိုသည်ဆိုပါစို့။ အင်္ဂလိပ် နိုငြိ ဘာသာပြန်ထားသော ရှေ့နေတံဆိပ်တုံးပါ စာရွက် (နိုငြိ ဆိုင်တွင်ပြုလုပ်ထားသော စာရွက်) မူရင်းနှင့် မိတ္တူ တစ်စောင် ။ ထိုဘွဲ့လက်မှတ် မူရင်း နှင့် မိတ္တူ တစ်စောင် ။ ဘဏ်ချလံ မူရင်း ။ နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကဒ်ပြား(မှတ်ပုံတင်) မူရင်းနှင့်မိတ္တူ တစ်စောင်။ အိမ်ထောင်စုစာရင်း(သန်ခေါင်းစာရင်း) မူရင်း နှင့် မိတ္တူ တစ်စောင် (လိုရမယ်ရ) နှင့် တက္ကသိုလ်ဝင်တန်း အောင်လက်မှတ်မူရင်း တို့ကိုတပါတည်းယူဆောင်လာကြရပါမယ်။ လိုအပ်သော စာရွက်စာတမ်းပြည့်စုံလျှင် နေ့ချင်းပြီးဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။

မှတ်ရန်။ ။

နိုငြိ တစ်စောင်ထက် ပို၍ ဘာသာပြန် ပြုလုပ်နိုင်ပါကြောင်း။
 ခြောက်လအတွင်း ရှေ့နေ တံဆိပ်တုံးဖြင့်ထောက်ခံမှုပြုထားသော နိုငြိ ကိုသာ နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ထပ်ဆင့်ထောက်ခံပေးပါကြောင်း။
 ခြောက်လကျော်နေသော နိုငြိများကို MOFA မှ တုံးထု ထောက်ခံ၍ ပေးမည် မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် နိုငြိပြုလုပ်ပြီး ပြီး ချင်း ခြောက်လအတွင်း MOFA ထုနိုင်ရန် ကြိုးပမ်းရပါမည်။
 ဘဏ်ခွဲ ၅ တွင်ပေးသွင်းထားသော ငွေသွင်းပြီးကြောင်းချလံ မှာ တစ်လ သာ သက်တမ်းရှိပါသဖြင့် ဘဏ်တွင် ငွေသွင်းပြီးပြီးချင်း MOFA ရုံးသို့ ထို့တစ်လအတွင်း အမြန်ဆုံးဆက်လုပ်ရပါမည်။
 MOFA ရုံးတွင် စစ်ဆေးခ ငွေ ကျပ် ထောင်ဂဏန်းမျှပေးရမည်ဖြစ်ပြီး စစ်မှန်သော စာရွက်စာတမ်းများ သာ ယူဆောင်သွားသင့်ပါသည်။ အငြင်းပွားစရာများဖြစ်မလာစေရန် ဂရုပြုရပါမည်။
 နိုငြိတွင် နာမည် စားလုံးပေါင်း မှတ်ပုံတင်နံပါတ် နေ့စွဲ အသီးသီးများကို စနစ်တကျသေချာစွာ စစ်ဆေးပြီးမှ တင်ပြကြပါရန် ထပ်လောင်းသတိပေးလိုက်ပါတယ်။
 မိမိအလှည့်တုန်းကလည်း မေးမြန်စူးစမ်းပြီး ကြိုးစား လုပ်ဆောင်ရပါကြောင်းနှင့် စာရွက်စာတမ်းမပြည့်စုံမှု နှင့် လိပ်စာ ရှာဖွေ ရမှုများကြောင့် အချိန် အခက်အခဲ နှင့်ရင်ဆိုင်တွေ့ခဲ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် လိုအပ်နေသူများ အဖို့ အခက်အခဲကင်းစွာအချိန် ချို့ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါပြီ။

(White card) Embarkation/Disembarkation Card ဖြည့်ပုံ ဖြည့်နည်း

 IMM 27A		 IMM 27A		 IMM 2	
Full Name as it appears in passport/travel document (BLOCK LETTERS) ပတ်ဝန်းကျင် မိမိနာမည်အပြည့်အစုံ K Y A W K Y A W		Place of Residence City နေထိုင်သောမြို့ State ပြည်နယ် တိုင်း Country နိုင်ငံ Last City / Port of Embarkation Before Singapore Next City / Port of Disembarkation After Singapore		Full Name as it appears in passport/travel document (BLOCK LETTERS) နာမည်အပြည့်အစုံ (တလုံးအကြီးများဖြင့်သာ)	
Passport Number မိမိ ပတ်ဝန်းကျင် နံပါတ် အပြည့်အစုံ		Address In Singapore စင်ကာပူတွင် မိမိနေထိုင်မည့် လိပ်စာ အတိအကျ postal code အပါအဝင်		Nationality MYANMAR	
Date of Birth (DD-MM-YYYY) မိမိ မွေးနေ့		Length of Stay နေထိုင်မည့် ရက်အရက်အကြား Days should be less than 30days had better 14days or 16 days		Identity Card Number (for Malaysian only)	
Place Of Issue YANGON		Country Of Birth MYANMAR		OFFICE USE ONLY	
Nationality MYANMAR		Have you ever been to Africa or South America during the last 6 days? <input type="checkbox"/> Yes <input checked="" type="checkbox"/> No		Have you ever used a passport under different name to enter Singapore? <input type="checkbox"/> Yes <input checked="" type="checkbox"/> No	
Identity Card Number (for Malaysian Only) Tick If Malaysian		Have you ever been prohibited from entering Singapore? <input type="checkbox"/> Yes <input checked="" type="checkbox"/> No		Signature ထိုး/ရိုက်မှတ် (၅)	
Flight No/Vessel Name/Vehicle No မိမိစီးနင်းလာသော လေယာဉ် နံပါတ်		FOR OFFICE USE ONLY <input type="checkbox"/> 14 <input type="checkbox"/> 30 <input type="checkbox"/> Others (4)		*Please tick (✓) appropriate box	

Passport ၊ လေယာဉ် လက်မှတ် နဲ့ ဖြည့်ထားသော White Card တို့ကို ကိုင်ဆောင်ထားပြီး Singapore Immigration ကို ဖြတ်ကျော်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုယ့်ဘက်က အချက်အလက် မှန်ကန်စွာ ဖြည့်ထားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ တစ်ခုမှမလွဲပါစေနှင့်။ စိတ်အေးအေး ထား တစ်ခုခု မေးမြန်းလာရင်လည်း သေချာ ကျကျနန ရဲရဲတင်းတင်းဖြေဆိုလိုက်ပါ။ ဒါဆိုရင်တော့ အေးဆေးတည်ငြိမ်စွာ ဖြတ်ကျော်လာနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဖုန်းကဒ် ထည့်သွင်းခြင်းတွင် စင်ကာပူ ဒေါ်လာ ၂၈ ကျပ် ခန့် ကုန်ကျနိုင်ပါတယ်။ Prepaid top-up ထပ်မံလုပ်နိုင်ပါတယ်။

စင်ကာပူမှာ လက်ရှိ HDB အိမ်ခန်းငှားခ တစ်ဦးလျှင် ဒေါ်လာ ၃၅၀ ကနေ ၄၀၀။ ၅၀၀ ခန့် ကျနိုင်ပါတယ်။ မြန်မာအချင်းချင်း စုပေါင်းနေထိုင်ကြတာ ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

နှစ်ယောက် တစ်ခန်း နေကြရတာ ဖြစ်သလို ၊ သုံးယောက်ခန်း Master Bed Room မှာ ပေါင်းနေရခြင်းလဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ Cooking allowed ရှိသလို Not allowed လည်း ရှိပါတယ်။ နေရာဒေသအလိုက် ဈေးနှုန်းကွာခြားမှုများရှိနိုင်ပါတယ်။

ကိုယ်နေချင်တဲ့နေရာ အလိုက် အဆင်ပြေနိုင်စေမယ့် အိမ်ခန်းငှားခြင်းကိစ္စ တွေကိုတော့ အောက်ပါ links တွေမှာ အသေးစိတ်ဝင်ရောက် ရှာဖွေနိုင်ပါတယ်။

<https://www.facebook.com/SingaporeMyanmarRooms>
<https://www.facebook.com/groups/1393778680925038/>
www.shweroom.com

စားစရိတ်တစ်လလျှင် ပျမ်းမျှ ဒေါ်လာ ၄၀၀ ခန့် ကုန်ကျနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ်တိုင်ချက်စားတတ်ပြီး မြွေတာရင် မြွေတာသလို သက်သာနိုင်ပါတယ်။

အစုလိုက်အပြုံ လိုက် လျင်မြန်စွာ ရွှေ့ ပြောင်းသယ်ယူရေး (MRT) သည် ရထားဝန်ဆောင်မှုဖြစ်ပြီး စင်္ကာပူနေရာ အနှံ့တွင်ဘူတာရုံများရှိသည်။ မြောက်-တောင်လိုင်း Marina Bay မှ Jurong East ထိ၊ အရှေ့-အနောက်လိုင်း Changi Airport / Pasir Ris မှ မှ Boon Lay ထိ၊ မြောက်-အရှေ့ လိုင်း Harbour Front မှ Punggol ထိ ဟု အဓိကသုံးလိုင်းရှိသည်။ စက်ဝိုင်းပုံ Circle လိုင်း Bras Basah/ Marina Bay မှ Harbour Front ထိ အသွားအပြန် ရထားများရှိပါသည်။

ရထားများမှာ ၀၅၃၀ နာရီမှ ၁၂၃၀ နာရီ အထိ နေ့စဉ် ပြေးဆွဲသည်။ ရထားခများ ခရီးစဉ် အတိုအရှည် အလိုက် စင်္ကာပူဒေါ်လာ ၀.၇၈ မှ ၂.၂၀ ထိ ရှိသည်။

MRT နှင့် ကားခများကို တန်ဖိုးထည့်ထားသည့် Nets Flash Pay Ezlink ကဒ်ဖြင့်ပေးချေနိုင်သည် ။

ကဒ်များကို MRT ဘူတာရုံများနှင့် ဘတ်စ်ကားဂိတ်နေရာများရှိ Passenger Service တွင် ဝယ်ယူနိုင်ကာ ဘူတာရုံအနီးရှိ General Ticketing Machine များမှ

တန်ဖိုးငွေ သား များလည်းမိမိကိုယ်တိုင်ထပ်မံဖြည့်တင်းနိုင်ပါသေးတယ်။

အငှားကားများမြို့တွင်းလမ်းမ များပေါ်တွင် ပြေးဆွဲနေသည့် အငှားယာဉ် မြောက်များစွာရှိပြီး လမ်းအများစုတွင် ၂၄နာရီ ပတ်လုံး လက်ပြတားနိုင်ပါတယ်။

[Curriculum Vitae/ Resume မိမိကိုယ်ရေးရာဇဝင် အလုပ်လျှောက်လွှာ ပြင်ဆင်ခြင်း](#)

[Curriculum Vitae Format \(CV ရေးရန် ပုံစံ\)](#)

အောက်ပါ အချက်အလက်များ ပါဝင် အောင် မိမိ CV ကို ပြင်ဆင်ပါ။

Your Contact Information (မိမိ၏ ကိုယ်ရေးအချက်အလက် အပြည့်အစုံ)

Name

Address

Telephone

Email

Personal Information

Date of Birth

Place of Birth

Citizenship

Visa Status

Gender

Employment History (လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ)

(နှစ်စဉ်အလိုက်ဖော်ပြပါ။ ရာထူး၊ တာဝန် များလည်း ပါရပါမည်။)

Employment History

Positions/ Designation

Education

(ရရှိခဲ့သော လက်မှတ်၊ ဒီပလိုမာ၊ ဒီဂရီ စသည်များကို အထူးပြုဘာသာတွဲနှင့် ကျောင်းပြီးနှစ်များပါ အသေးစိတ် ဖော်ပြပါ။)

University

Graduate School

Professional Qualifications

Certifications and Accreditations

Computer Skills

Professional Memberships

Interests

၁။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အချက်အလက်များ (Personal Data)

အမည်၊ လိပ်စာ၊ အသက်၊ မွေးရက်၊ တယ်လီဖုန်းနံပါတ်နှင့် အီးမေးလ် လိပ်စာ များကို ဖော်ပြပေးရမှာဖြစ်ပြီး အွန်လိုင်းမှ အလုပ်လျှောက်မှာ ဖြစ်လို့ အီးမေးလ် လိပ်စာ တစ်ခု မဖြစ်မနေပါရပါမယ်။ မိမိ အီးမေးလ် လိပ်စာဟာ အမည်အရင်းဖြင့် သာ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ နာမည်ပြောင်းများ၊ အမည်တိုက်များ ဖြင့် ဖွင့်ထားသော အီးမေးလ် အကောင့် အား မသုံးသင့်ပါ။

၂။ ဓာတ်ပုံ (Photo)

မိမိ အမည် ရဲ့ အပေါ် အောက် ဘေး အနီးဆုံး တစ်နေရာမှာ မိမိ ဓာတ်ပုံ ကိုထားပါ။ ဓာတ်ပုံ နောက်ခံအရောင်မှာ အဖြူ သို့မဟုတ် အပြာရောင် သာအကောင်းဆုံး ဖြစ်ပြီး သပ်ရှင်းသပ်ရပ် ကျော့ရှင်း သောရုပ်ရည်ရူပကာ ပုံစံ ဓာတ်ပုံမျိုးဖြစ်သင့်ပါတယ်။

မိမိရဲ့ အချက်အလက်များ သေချာမှန်ကန်မှု ရှိမရှိ အပြန်ပြန်အလှန်လှန် စစ်ဆေးပါ။

နေထိုင်ခွင့်သက်တမ်း ပုံမှန်အားဖြင့် ရက် ၃၀ သာ ခွင့်ပြုပေးထားပြီး သက်တမ်းတိုးချင်ရင်တော့ လေယာဉ်ပေါ်မှာ ဖြည့်ခဲ့တဲ့ White Card နံပါတ် နဲ့ သက်တမ်း တိုးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

Social Visitor တွေ အတွက် သက်တမ်း ကို ရက် ၃၀ ပေးထားပါတယ်။ စင်ကာပူမှာ နေထိုင်ပြီး ရက် ၂၀ လောက်ဆို သက်တမ်း တိုး သင့်ပါတယ်။

သက်တမ်းပြည့်ခါနီး ကပ်မှမတိုးသင့်ပါဘူး ကြိုတိုးထားပါ။

Short Term Visit Pass ကို သက်တမ်းတိုးပုံ

<https://extend.ica.gov.sg/extend/index.xhtml>

အထက်ပါ လင့်ခ် ကိုသွားလိုက်ပါ။

Individual ကိုရွေး

Apply for extension up to 30 days ကို ဆက်ရွေး

ပြထားတဲ့အကွက်တွေမှာ လိုတာတွေဖြည့်ပါ။

Full Name: (နာမည်)

Date of Birth: (မွေးသက္ကရာဇ်)

Sex: (လိင်) (ကျား/မ)

Nationality: (နိုင်ငံသား)

Country of Birth: (မွေးဖွားရာနိုင်ငံ)

Travel Document No. (ပတ်စ်ပို့နံပါတ်)

Issue Date: (ထုတ်ပေးသည့် ရက်စွဲ)

Expiry Date: (ကုန်ဆုံးမည့် ရက်စွဲ)

Purpose of Visit: Social Visitor ရွေး

DE Card No. (White Card No.) : Changi လေဆိပ်အဝင် လ.ဝ.က တုံးထုပေးလိုက်တဲ့ အဖြူရောင် ကတ်ထူ စာရွက်ဖြတ်ပိုင်းလေးပေါ်ရှိ နံပါတ်ဖြစ်ပါတယ်။

ထို့နောက်အောက်ဘက်မှ မေးခွန်းလေးခု (a), (b), (c), (d) ကို ဖြေပါ။ Yes, No သင့်ရာတစ်ခုကို ရွေးပါ။

အားလုံးဖြည့်ပြီးသွားရင် Data တွေ မှန်မမှန် သေချာပြန်စစ်ပြီးမှ proceed လုပ်ပါ။ confirm လုပ်ပါ။

၁ရက် ၂ ရက် ၃ ရက်လောက်ကြာ ရင် ထိုwebsite link မှာပဲ enquire status ကို သွား မိမိပတ်စ်ပို့နံပါတ်၊ white card no. ဒါမှမဟုတ် မိမိပတ်စ်ပို့နံပါတ်၊ Passport expiry date တို့နဲ့ စစ်နိုင်ပြီး ထိုင်ရာမထ online မှာတင် လွယ်လင့်တကူလုပ်နိုင်ပါတယ်။

Approve ဖြစ်ပြီဆိုရင် တော့ approval letter ကို download လုပ် print ထုတ်သိမ်းထားပါ။

White Card နဲ့ Passport No ကို ထည့်သွင်းပြီး အောက်ပါ လင့်ခ်မှာ သက်တမ်းတိုး ထားတာ အဆင်ပြေ မပြေ ဝင်ရောက် စစ်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

<https://extend.ica.gov.sg/extend/index.xhtml>

တစ်ပတ်အတွင်းမှာ ကိုယ်သက်တမ်းတိုးတာ Approved ဖြစ်မဖြစ် သိရှိနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

ဖြန့်ကျက် ကြည့်ရှုခြင်း။

စင်ကာပူ ကို Social Visit pass နဲ့ အလုပ်လာရှာကြတဲ့ လူငယ်တွေ ထဲ မှာ တစ်ချို့က ရောက်ရောက်ချင်း သုံးလေးရက်အတွင်း အင်တာဗျူး ရရှိပြီး အဲဒီအင်တာဗျူး တစ်ခုတည်းနဲ့ အောင်မြင်ကာ အမြန်ဆုံး Spass Approvဖြစ်သွား သူတွေလည်းရှိပါတယ်။

နေထိုင်ရင်း ဥပတ်ကျော် လေးပတ် တစ်လလောက် ရောက်မှ အင်တာဗျူးရ သုံးလေးခု ဆက်တိုက် ရ ပြီး တစ်ခုခု မှာ အောင်မြင်သွားကာ အလုပ်ရ Spass approved ဖြစ်သွားသူတွေလည်းရှိပါတယ်။

နေထိုင်ရင်း တစ်လခွဲ လောက်နေမှ အင်တာဗျူးတစ်ခု သာရရှိပြီး အဲဒီ တစ်ခုတည်းနဲ့ အဆင်ပြေ အလုပ်ရ Spass Approv ဖြစ်သွားသူတွေ ရှိပါတယ်။

တစ်ချို့က စလာတဲ့ ရက်အနည်းငယ်အတွင်းမှ စ လို့ အင်တာဗျူး ဖြေလောက်ရရှိပြီး တစ်ခုမှ အဆင်မပြေကြာသူတွေ လည်းရှိကြတယ်။

တချို့ကျတော့ ပြန်ခါနီးရက်ပိုင်းအလို အင်တာဗျူး ရ ရှိ အောင်မြင် Spass Apply လုပ်ထားပြီး Stay date ပြည့်လို့ မြန်မာပြည်ခဏ ပြန် Spass Approv ဖြစ်မှ IPA ကိုင်ပြီး ပြန်ဝင်လာကြ သူတွေ ရှိတယ်။

တစ်ချို့ကျတော့ ပထမ တစ်လ နေထိုင်ခွင့်အတွင်း အင်တာဗျူးအောင် အလုပ်လည်းရ Company က Spass မတင်ပေးသေးလို့ Stay ပြည့်ခါနီး ရသွားသူ Stay ပြည့်ပြီးမှ ပြန်လာရသူ တွေ ရှိကြပါတယ်။

တစ်ချို့ကျတော့ Spass pending status က နှစ်ပတ်လောက်ထိ ကြာသွားလို့ မြန်မာပြည် ပြန် ပြီး Approv ဖြစ် IPA ရမှာ ပြန်ဝင်လာကြရသူတွေ လည်းရှိပါတယ်။

တချို့ က အင်တာဗျူးလည်းရ အောင်မြင် အလုပ်လည်းရ နေပြီးမှ Spass Apply လုပ်ရာမှာ Approv မဖြစ်ပဲ Reject ဖြစ်ကြရသူတွေ လည်း ရှိပါ၏။

တချို့ကျတော့ အင်တာဗျူးတွေ လည်း လေးငါးခု ရ အလုပ်ကျတော့ အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် မရလိုက်ပဲ Stay ပြည့်လို့ ပြန်သွားကြရသူတွေလည်းရှိပါတယ်။

တစ်ယောက်ချင်းစီ ကြုံဆုံရတဲ့ အတွေ့အကြုံတွေ ဟာ မတူညီပါဘူး။ ရောက်ရောက်ချင်း ပထမဆုံးအင်တာဗျူး တစ်ခုတည်းနဲ့ အလုပ်ရလွယ် Spass Approv လွယ် တဲ့ သူက အင်တာဗျူးတွေ ရဲ့ သဘောသဘာဝကိုမသိလိုက်ပဲ သူ့အဖို့ အခက်အခဲတွေကို သေချာ ကြုံတွေ့ခွင့်မရလိုက်ပဲ စင်ကာပူ မှာ အလုပ်ရှာရ အလွန်လွယ် ကူတယ်လို့ မှတ် ယူ လိုက်ပါတော့တယ်။ အင်တာဗျူး သုံးလေးခု ဖြေ ဆိုပြီးအဆင်မပြေသေးတဲ့ သူ အတွက်တော့ အင်တာဗျူးသဘောသဘာဝကိုနားလည်ပြီး အလုပ်ခက်ခဲမှန်း သိလာပါတယ်။ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အတွေ့အကြုံတွေမတူညီတဲ့အခါ အပြော တွေ လည်းမတူညီကြတော့ပါဘူး။ တချို့က အလုပ်ရှာရ သိပ်လွယ်တယ် ပြောကြာမယ် တချို့ကတော့ အရမ်းခက်တာ မသွားနဲ့ လို့လည်း သူများကို စေတနာနဲ့ တားကြာလိမ့်မယ်။ ဒါက အတွေ့အကြုံတွေနဲ့ ပဲ ဆိုင်ပါတယ်။ အလုပ်ရနေကြသူတွေလည်း ရှိနေကြတာပါပဲ ဘယ်လောက်ခက်ခဲတယ် ပြောပြော။ သေချာပြင်ဆင် လာ ဖို့နဲ့ ကံ။ ဉာဏ်။ ဝီရိယ ထား အလေးအနက် အလုပ် လိုချင်ပြီး စိတ်အားထက်သန်လွန်း သူ ဖြစ်နေဖို့တော့ လိုအပ်ပါတယ်။

စင်ကာပူ ဟာ ကံ လည်း လိုပါတယ်။ ဉာဏ်နဲ့ ဝီရိယ လည်း စိုက်ထုတ်ဖို့လိုပါတယ်။အလုပ်ရှာပုံရှာနည်းနဲ့ အထွေ ထွေ ဗဟုသုတ တွေ သိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ Spass Holder တစ်ယောက်ရဲ့ ရပိုင်ခွင့် ALLOWANCE တွေ သိထားဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ Spass အကြောင်း ကိုသေချာလေ့လာပြီး မှတ်သားပါ။ အလည်လာရင်း အလုပ်လာရှာကြရတာ ဖြစ်လို့ ပထမနေထိုင်ခွင့် ရရှိတဲ့ ရက်ပေါင်း ၃၀ အတွင်း အမြန် ဆုံး အလုပ်ရရှိအောင် ကြိုးပမ်းဖို့ လိုပါတယ်။ နောက်ထပ် သက်တမ်းတိုး ရက် ၃၀ မှာ နောက်ဆုံးကျန်တဲ့ ၇ရက်လောက်က Spass Apply

လုပ်ဖို့အတွက် Processing and pending လုပ်ဖို့ ကြာချိန် ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ အဲလိုမှ မဟုတ်ပဲ Spass ကလည်း Pending Status, Stay ကလည်း ရက် ၆၀ ပြည့်နေပြီဆိုရင်တော့ ခဏ အိမ် ပြန် ရဖို့ပဲ ရှိပါတယ်။

အလုပ်ရှာဖွေခြင်း အသေးစိတ်

အလုပ်ရှာဖွေနည်းကတော့

၁။ အွန်လိုင်းအလုပ်ရှာ Website များမှ တစ်ဆင့် ရှာဖွေခြင်း

၂။ Straits Times သတင်းစာ မှ ရှာဖွေခြင်း

၃။ Company Email များကို mail ပစ် လျှောက်ထားခြင်း

၄။ သူငယ်ချင်းအပေါင်းအသင်းများထံ မေးမြန်းစုံစမ်း၍ ရှာဖွေခြင်း

၅။ စင်ကာပူ/ မြန်မာ Employment Agency များမှ ရှာဖွေခြင်း

တို့ ဖြစ်ပြီး Visit လာသူအများအပြားမှာ အထက်ပါ နည်းငါးနည်းမှ ပထမ လေးနည်းကို အသုံးများကြပြီး မရနိုင်တော့သည့် အဆုံးမှသာ Agency များအား အားကိုးလေ့ရှိကြပါတယ်။

Agent လုပ်ရှာတဲ့နည်းလမ်းကလည်း စင်ကာပူမှာ ခေတ်စားပါတယ်။

တချို့တွေက အင်တာဗျူးခေါ်ရင် ဘယ်လောက်ပေး၊

အလုပ်ရရင်ဘယ်လောက်ပေးစသည်ဖြင့် အဆင့်ဆင့် ဈေးသတ်မှတ်ပြီးတောင်းပါတယ်။ တချို့ပွဲစားတွေကတော့ လစာထဲကနေဖြတ်ယူပါတယ်။ အလုပ်ရဖို့ကို Website တွေနဲ့ သတင်းစာကနေ ရှာတာအကောင်းဆုံးပါ။ ပွဲစားနဲ့ ရှာကြတဲ့အခါ နောက်ပိုင်းပြဿနာကြီးငယ်တွေ ရှိလာတတ်ခြင်း

နောက်တစ်ခုကတော့ စင်ကာပူမှာလည်း ထုံးစံအတိုင်း ပွဲစားအလိမ်တွေ အများအပြားရှိနေလို့ သတိပြုစေချင်ပါတယ်။

တချို့ကုမ္ပဏီတွေဟာ စနစ်တကျမရှိလှဘဲ အစိုးရချမှတ်ထားတဲ့ ဥပဒေကို လက်တလုံးခြားနဲ့ အလုပ်သမားကို နှိပ်ကွပ်တဲ့ စာချုပ်မျိုးတွေ ချုပ်စေပါတယ်။ Pass ကိုလည်း လျှောက်ပေးတဲ့အခါ ပညာအရည်အချင်း၊ အလုပ်အတွေ့အကြုံတွေဟာ ကိုယ့် CV ထဲကအတိုင်းဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ တချို့ကုမ္ပဏီတွေက Pass မရမှာစိုးတဲ့အတွက် မမှန်တဲ့ အချက်အလက်တွေ ထည့်သွင်းတတ်ပါတယ်။ အကျိုးဆက်အနေနဲ့ အစိုးရက ကိုယ့်ဆီက စာရွက်စာတမ်းတွေ တောင်းကြည့်တဲ့အခါ ပြစ်ရာမရှိဖြစ်ပြီး နာမည်ပျက်စာရင်း Black

List အသွင်းခံရတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် Pass တွေ တင်တဲ့အခါ လိုအပ်တဲ့ စာရွက်စာတမ်းစာရင်းကို စင်ကာပူ အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန အင်တာနက် စာမျက်နှာမှာ ဖတ်ရှုနိုင်ပီး မိမိ data တွေ မှန်ကန်အောင် ဂရုစိုက်ရပါမယ်။

S.Pass လျှောက်ထားချိန်မှာ Passport သက်တမ်း အနည်းဆုံး ခုနှစ်လကနေ တစ်နှစ်ရှိသင့်လို့ စင်ကာပူ မလာခင်ကတည်းက သက်တမ်းတိုးလာဖို့ သတိပေးပါရစေ။

တင်ထားတဲ့ Pass ကို MOM(Ministry of Manpower) အလုပ်သမား ဦးစီးဌာနက အတည်ပြုလိုက်တယ်ဆိုရင်တော့ ကုမ္ပဏီကို In-Principle Approval (IPA) Letter လို့ခေါ်တဲ့ အကြောင်းကြားစာ ပို့ပေးပါတယ်။ ကံအပြားထုတ်ယူဖို့အတွက်ကို အဲဒီစာအပြင် Passport ၊ ခေးစစ်ချက် နဲ့ ကုမ္ပဏီက ဝယ်ပေးတဲ့ ကျန်းမာရေး အာမခံမိတ္တူတို့ ယူသွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ စင်ကာပူမှာ အလုပ်လုပ်လိုသူတွေ အနေနဲ့ HIV/AIDS, TB,

B ပိုးတို့ကို အဓိက စစ်ရပါတယ်။ တစ်ခုတည်း အားနည်းချက်ရှိနေရင်တော့ အဆင်မပြေနိုင်ပါဘူး။ တချို့တွေက ရန်ကုန်က ဆေးစစ်လာတယ်ဆိုပေမယ့် ဒီမှာ Pass လျှောက်တဲ့အခါ စင်ကာပူဆရာဝန်တွေရဲ့ ဆေးစစ်ချက်အဖြေကို တောင်းခံလေ့ရှိပါတယ်။

မိမိ လျှောက်ထားတဲ့ အလုပ်တွေက အင်တာဗျူးခေါ် ပြီဆိုရင် အလုပ်ရဖို့ ရာခိုင်နှုန်း အတော် များများ သေချာနေပါပြီ။ အလုပ်ခန့် မယ့်သူက သူတို့ လိုအပ်နေတဲ့ အလုပ်ရာထူးနဲ့ မိမိကို သင့်တော်မယ်လို့ မထင်ရင် အချိန်ကုန်ခံပြီး တော့ အင်တာဗျူး ချိန်းဆို မေးမြန်းနေမှာမဟုတ်လို့ပါ။ တစ်ခု သတိပြုရမှာ က သူတို့ အင်တာဗျူး ခေါ်တဲ့နေ့ ခေါ်တဲ့ အချိန် မိမိဘက်က အားလပ်အောင် လုပ်ထားရမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ့် ဖက်က အင်တာဗျူးအတွက် အစွမ်းကုန် ကြိုတင် ပြင်ဆင်ဖို့ အရေး သိပ်ကြီးပါတယ်။ ဒီအဆင့် ကို ကောင်းကောင်းကျော်နိုင်သွားပြီဆိုရင် ကိုယ်လို ချင်တဲ့ အလုပ်အကိုင် ရပြီပေါ့။

အင်တာဗျူး အောင်မြင်စွာ ဖြေဆိုနည်း

အလုပ်ရဖို့ က ကံလည်း လိုအပ်ပါတယ်။ အပေါ်ယံ လောက်ပဲ အမေးခံ ရပြီး အလုပ်ခန့်တတ် တဲ့သူရှိသလို၊ ခရေစေ့ တွင်းကျ အမေးခံရတာ လည်း ရှိပါတယ်။ တစ်ယောက်တည်းက မေးမြန်သလို နှစ်ယောက် ထိုင်ကာ မေးကြသည်များလည်းရှိပါတယ်။ များသောအားဖြင့် ကုမ္ပဏီကြီးတွေ ကခန့်တဲ့ အလုပ်ကောင်းကောင်း တွေမှာ ခရေစေ့ တွင်းကျ မေးလေ့ရှိ တာကြောင့် သေချာပြင်ဆင် ထားရပါမယ်။

အင်တာဗျူးမဖြေခင် ၊ ဖြေခါနီး နဲ့ ဖြေပြီးတဲ့ အချိန် ဟူ၍ အဆင့် သုံးဆင့် ပိုင်း လိုက်ပါမယ်။

အင်တာဗျူးမဖြေခင် အဆင့်မှာ

လုပ်ရမှာက အင်တာဗျူးမေးမည့် သူက မိမိအကြောင်းကို မေးလာခဲ့လျှင် ကိုယ့်ရဲ့အကြောင်းကို တင်ဆက်ပြောပြနိုင်ဖို့ရာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရပါမယ်။ ယခင်က လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ တွေ တာဝန်ယူခဲ့ရတဲ့အပိုင်းတွေကို အသေးစိတ်ပြောပြနိုင်အောင် စီမံထားရပါမယ်။ ဒါကြောင့် Myself ကို ကိုယ့်ရဲ့ ယခင်က လုပ်သက် အတွေ့အကြုံ ရရှိထားသော ဘွဲ့ အလုပ်အကိုင် သင်တန်းတွေအကြောင်း ကိုတိုနိုင်သမျှ တိုအောင် အတိုချုပ် ပြောနိုင်အောင် ပြင်ဆင်ထားပါ။

First impression count ဟူသည့် ပထမဆုံး မြင်မြင်ချင်း မိမိကို အလုပ်ရှင် စတုတ္ထပြီး စိတ်ကျေနပ်မှု ရစေခြင်း သည် အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။ အလုပ်ရှင် သို့မဟုတ် HR Manager များမှာ ရုပ်ရည် အသွင်အပြင် ကို ကြည့်ပြီး ဤသူသည် မည်မျှယုံကြည်စိတ်ချရလောက်သည်ကို အကဲခတ်တတ်ပါတယ်။ အင်တာဗျူးဖြေမည့် မိမိ၏ ပြိုင်ဘက်များကို ကျော်လွှားနိုင်ရေးအတွက် အဝတ်အစား၊ အပြောအဆို၊ မျက်နှာနေ မျက်နှာထား မှအစ မိမိ၏ လှုပ်ရှားမှု မှန်သမျှ တိတိကျကျ သေသေသပ်သပ် ဖြစ်ရန် သေသေချာချာ ပြင်ဆင် ပါ။

ကိုယ်လုပ်မယ့် ကုမ္ပဏီအဖွဲ့ အစည်း၊ ဌာန အကြောင်း၊ သူတို့ က ဘယ်လို အဖွဲ့ အစည်း ဖြစ်တယ်၊ ဘယ်လိုအလုပ်တွေလုပ်နေတယ်ဆိုတဲ့ သတင်းအချက်အလက်(Information)တွေကို Google မှတစ်ဆင့် သူတို့ အဖွဲ့ အစည်း အကြောင်း ရေးထားတဲ့ Website တွေကနေ ကုမ္ပဏီ နာမည် ရိုက်ထည့် ပြီး ရှာဖွေ ဖတ်ရှု သိနိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုကြိုတင်ပြီးလေ့လာထားခြင်းဖြင့်အင်တာဗျူးတဲ့အဆင့်မှာ သူတို့အလုပ်အကြောင်း သူတို့အဖွဲ့ အစည်းအကြောင်း စိတ်ဝင်တစားရှိတယ်ဆိုတာ ကို ဖော်ပြရာရောက်သလို မိမိကလည်းကြိုတင်သိထားလိုက်သလို ဖြစ်စေပါတယ်။ အလုပ်လျှောက်ထားခြင်းရည်ရွယ်ချက်က ဆိုတဲ့ အဖြေမှာ သူတို့ အဖွဲ့ အစည်းအကြောင်း အနည်းငယ် ထည့်ပြောပေးလိုက်ပါ။ ပြီးတော့ ကိုယ်လုပ်ရမှာက

ဘယ်အပိုင်း၊ ဘယ်ဌာန၊ ကိုယ် တာဝန်ကဘာဆိုတာ သေချာ သိအောင် လုပ်ထားပါ။ တကယ်လို့ များ မသိခဲ့ရသေးပါကလည်း အင်တာဗျူးမှာ မေးမြန်းသူကို သေသေချာချာပြန်မေးပါ။

အင်တာဗျူး ဖြေခါနီးအဆင့်မှာတော့

၁။ အင်တာဗျူး ချိန်းတဲ့နေ့ ချိန်းတဲ့အချိန် မှီအောင် ရောက်ဘို့ အချိန်ကိုပိုယူ ပိုတွက်ပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ သွားရမဲ့

လမ်းကြောင်း ကိုလည်း အစောပိုင်းက တည်းက ရှာထားပါ။ အင်တာဗျူး ချိန်းဆိုတဲ့ နေ့ အချိန်၊ နေရာ နဲ့ ဘယ်လို လာရမလဲ တိတိကျကျ သေသေချာချာဖြစ်အောင် ချိန်းဆိုသူကို မေးမြန်းပါ။

၂။ ရုံးတိုင်း လိုလို က သူတို့ မူပိုင် ကိုယ်ရေး ရာဇဝင် ပုံစံ **Form** ကို ဖြည့်ခိုင်းလေ့ ရှိပါတယ်။ မိမိရဲ့ **CV / Resume** ကိုလည်း ယူသွားပါ။ ဖြစ်နိုင်ရင်တော့ မိမိ CV/Resume ထဲက data တွေ အလွတ်ကျတ်ထားသင့်ပါတယ်။ သေသေချာချာ ဂရုတစိုက် အများကင်းအောင်ဖြည့်ပါ။

၃။ အင်တာဗျူး မဖြေခင် ခဏတဖြုတ် စောင့်ဆိုင်း ခိုင်းပါကလည်း အသက်မှန်မှန်ရှု သက်တောင့်သက်သာတိုင်ကာ စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထား အာရုံတွေမပြန့်လွင့်စေပဲ စုစည်းထားပြီး ဖြေဆိုမယ့် အဖြေတွေကိုပဲ ပြန်လည်အမှတ်ရနေပါစေ။ ငါအကောင်းဆုံးလုပ်နိုင်မှာပါ လို့ မိမိကိုယ်ကို အားပေးပါ။ ယုံကြည်မှုရှိပါ။ မကြောက်ပါနဲ့။ မလန့်ပါနဲ့။ အရာရာ ကျော်ဖြတ်နိုင်သွားမှာပါ။

၄။ တွေဝေငေးငိုင် တွေးတော မနေမိဘို့ သတိထားပါ။ သန်းဝေ၊ ငိုက်မြည်း ပျင်းရိပျင်းတွဲ ခွေခေါက်နေတာမျိုးတွေကို လုံးဝ ရှောင်ကြဉ်ပါ။ စိုးရိမ်စိတ်က မျက်နှာနဲ့ မျက်လုံး မှာ အထူးသဖြင့် ပေါ်တာမို့ စိုးရိမ်စိတ်ကိုလျှော့ချကာ ကိုယ့်ကိုကိုယ်သုံးသပ်ပါ။

၅။ အင်တာဗျူး မစမီထဲက မိမိဖုန်းကို Silent Mode လုပ်ထားပါ။ အင်တာဗျူးဖြေဆိုနေစဉ် ဖုန်းဝင်လာခြင်းက စိတ်အနှောင့်ယှက် ဖြစ်စေတာမို့ အာရုံတွေပျံ့လွင့်သွားတတ်လို့ ဖုန်း Silent လုပ်ထားခြင်းကို မဖြစ်မနေ ကြိုတင်လုပ်ဖို့ မမေ့ပါစေနဲ့။

၆။ အင်တာဗျူး ခန်းထဲ ကို ရဲရဲ ဝင့် ဝင့်ယုံကြည်မှု အပြည့် နဲ့ ဝင်ပါ။ ဒါပေမယ့် Overconfidence ယုံကြည်မှုတွေလွန်ကဲတာမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။ စကားပြောတဲ့ အခါမှာ Informal ဖြစ်တဲ့ သူငယ်ချင်းအချင်းပြောသော ပုံစံမလုပ်ပါနဲ့။ လေးလေးစားစားပြောဆိုပါ။ ဒါပေမယ့် ရဲရဲ ရင် ရင် နဲ့ ယုံကြည်မှု အပြည့် ရှိပါစေ။

၇။ ကိုယ့်အကြောင်း ကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်း မိတ်ဆက်ပြီး အင်တာဗျူး မှဲ့သူ နဲ့ **Eye Contact** ရှိပါစေ။ အသံကို မတိုးလွန်း၊ မကျယ်လွန်း ချင့်ချိန်ပါ။

၈။ အင်တာဗျူး သူ ရဲ့ နာမည် ကို မှတ်မိအောင် ကြိုးစားပါ။ နားမလည် ရင်သေချာ ပြန်မေးပြီး မိမိ စိတ်ဝင်စားမှု ကိုပြပါ။ ယဉ်ယဉ် ကျေးကျေးလေးပဲ နှုတ်ဆက်ပြောဆိုပါ။

၉။ အင်တာဗျူး အဆုံး မသတ်ခင် ဗျူးတဲ့သူက ဘာသိချင်သေးလဲ လို့ သူက ပြန်မေးတတ်ပါတယ်။ ဒီ အခွင့်အရေး ကို

လက်လွတ်မခံသင့်ပဲ ကိုယ်သိချင်တာတွေ နဲ့အတူ အရေးကြီးတဲ့ မေးခွန်း (ဆုံးဖြတ်ချက် ဘယ်တော့သိရမှာလဲ) မေးပါ။ အင်တာဗျူး ပြီးရင်

Thank you! ကျေးဇူးတင်စကားကို ရင်ထဲက လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ပြောပြီး နှုတ်ဆက်ထွက်ခွာပါ။

အင်တာဗျူးဖြေပြီးတဲ့အဆင့်မှာတော့

အင်တာဗျူးခွဲ သူတွေနဲ့ အဆက်သွယ် ရှိနေဖို့ လိုပါတယ်။ အီးမေးလ်နဲ့ ဆက်သွယ်လို့ ရရင်.. ကျေးဇူးတင်ကြောင်း အီးမေးလ် တစ်စောင်လောက်တော့ ပို့ပါ။ အဲဒီလို ဆက်သွယ်ခြင်း ဟာ.. လူအများကြီးထဲကနေ ထူးခြားတဲ့ ကိုယ့် ကို သတိထားမိစေပါလိမ့်မယ်။

Interview သွားရာတွင် မိမိနှင့် တပါတည်း ယူဆောင်သွားသင့်သည့် အရာများ

- CV / Resume ကိုယ်ရေး ရာဇဝင်
- ဘွဲ့လက်မှတ်မူရင်း၊ သင်တန်းဆင်း လက်မှတ်များ၊
- စာရွက်စာတမ်းများအားလုံး မိတ္တူတစ်စုံ
- အရင် အလုပ်မှ ထောက်ခံစာ(ရနိုင်လျှင်)
- Passport & White Card, Extension of Short Term Visit Pass
- ဘောပင်၊ ခဲတံ၊ ဖိုင်တွဲ

စင်ကာပူမှာ အလုပ်ရှာရန်အတွက် အသုံးဝင် website များ

1. www.jobstreet.com
2. www.todayrecruitment.com.sg
3. www.jobsdb.com
4. www.jobscentral.com.sg
5. www.monster.com
6. www.st701.com
7. www.ttsh.com.sg
8. www.exxonmobil.com
9. www.sgreruiters.com
10. www.gumtree.sg
11. www.singaporejobsmarket.com
12. www.michaelpage.com.sg
13. www.sgadsoline.com
14. www.jobpilot.com
15. www.jobsupermart.com
16. www.match4jobs.com
17. www.job-searchonline.com
18. www.bestjobs.com.sg
19. www.searchsgjob.com
20. www.streetdirectory.com

Spass အကြောင်း သိကောင်းစရာများ။

S Pass ဟာ ၂၀၀၄ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁ ရက်နေ့မှာ EQ2 ကို အစားထိုးခဲ့တဲ့ Pass အသစ်ဖြစ်ပါတယ်။ S Pass ရဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို သက်ဆိုင်ရာ Website တွေမှာ တရားဝင်ပြောကြားထားခြင်းမရှိပေမယ့် Skill Pass လို့ မှတ်သားရပါတယ်။ Spass ဆိုသည်မှာ စင်ကာပူနိုင်ငံသားမဟုတ်တဲ့ နိုင်ငံခြားသားများအတွက် စင်ကာပူတွင် နေထိုင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ခွင့် ပါမစ် ဖြစ်ပါတယ်။ အလယ်အလတ် ကျွမ်းကျင်သူ နည်းပညာရှင်များ၊ အတတ်ပညာရှင် (MID-SKILLED TECHNICIAN STAFF) များ ခန့်ထားရန်အတွက် ဖြစ်ပြီး (FIXED MONTHLY SALARY) အနည်းဆုံးလစာ စင်ကာပူဒေါ်လာ ၂၂၀၀ ရရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အသက်ကြီးပြီး လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံများသူများ လစာ ပို ရ နိုင်ပါသည်။

အချိန်ပြည့် အနည်းဆုံး တစ်နှစ် တက်ရောက်ဆည်းပူးထားသော အစိုးရ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခုမှ ပေးအပ်သည့် ဘွဲ့ (DEGREE)။ ဒီပလိုမာ (DIPLOMA)။ Skilled Certificate တစ်ခုခု ရရှိထားပြီး သက်ဆိုင်ရာလုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံရှိထားသူများ လျှောက်ထားနိုင်ပါတယ်။ SPASS APPLICATION ကို မိမိအလုပ်ရှင် (EMPLOYER) သို့မဟုတ် သတ်မှတ်ထားသော အလုပ်အကိုင် အေးဂျင့် (APPOINTED EMPLOYMENT AGENT) မှ MOM (MINISTRY OF MANPOWER) စင်ကာပူ အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန နှင့် လျှောက်ထားရမှာဖြစ်ပြီး သက်တမ်း (၂) နှစ်အထိ ချထားပေးတတ်ပါတယ်။ SPASS လျှောက်ထားရန် COMPANY တွင် ခွဲတမ်း QUOTA ရှိရမှာ ဖြစ်ပြီး ချထားပေးသော ခွဲတမ်းမှာ SERVICE SECTOR (ဆံပင်ညှပ်၊ အလှပြင်၊ ဟော်တယ်၊ စားသောက်ဆိုင် စသည်) တို့ အတွက် ကုမ္ပဏီရှိ လုပ်သားအင်အားစုစုပေါင်း၏ ၁၅% ။ ကျန် SECTORS များဖြစ်တဲ့ (CONSTRUCTION, MARINE, OIL AND PETROCHEMICAL, MANUFACTURING) ကုမ္ပဏီရှိ လုပ်သားအင်အားစုစုပေါင်း၏ ၂၀% ဖြစ်ကြောင်း MOM WEBSITE တွင် ဖော်ပြထားပါတယ်။

အလုပ်ရှင် (EMPLOYER) မှ SPASS HOLDER တစ်ယောက်ကို အလုပ်ခန့် ထားမယ်ဆိုရင် အောက်ပါ (ELECTRONIC PAYMENT) နည်းလမ်းများဖြင့် လုပ်အားခ လစာ ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

1. GIRO (GENERAL INTERBANK RECURRING ORDER)
2. INTERNET BANKING TRANSFER
3. ATM TRANSFER
4. STANDING ORDER

ဘဏ်တစ်ခုခု မှ တဆင့် လွှဲပြောင်း ပေးအပ်ခြင်းဖြင့် SPASS ISSUED လုပ်ပြီးနောက် ၃ လအကြာ တွင် ဒီ နည်းလမ်း လေးမျိုး မှ တမျိုး ဖြင့် ပေးကို ပေးရမှာ ဖြစ်ပြီး လစဉ် ငွေပေးချေမှု (MONTHLY SALARY PAYMENT) များကို မှတ်တမ်းပြုစုသိမ်းဆည်းထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

Employment Pass (EP) အကြောင်း သိကောင်းစရာများ။

EP ဆိုသည်မှာ စင်ကာပူနိုင်ငံသားမဟုတ်တဲ့ နိုင်ငံခြားသားများအထူးကျွမ်းကျင်သူများ အတွက် စင်ကာပူတွင် အလုပ်အလုပ်ကိုင်ခွင့် ပါမစ် ဖြစ်ပါတယ်။ အထူးကျွမ်းကျင်သူများ။ Executives ပညာရှင်အဆင့် (မန်နေဂျာရာထူး၊ ပညာရှင်ရာထူး၊ အင်ဂျင်နီယာရာထူး) များအတွက် ခန့်ထားရန် ဖြစ်ပြီး လက်ခံနိုင်လောက်သော Qualification များ။ နိုင်ငံတကာ အသိအမှတ်ပြု ဘွဲ့ ရများ။ မိမိလုပ်ငန်းတွင် ရေကုန်ရေခမ်း အထူးကျွမ်းကျင်ထက်မြက်သူများ ဖြစ်ရပါမယ်။ (Fixed Monthly Salary) အနိမ့်ဆုံး လစာ စင်ကာပူဒေါ်လာ ၃၆၀၀ ရရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပိုမို ကျွမ်းကျင်ပြီး အတွေ့ကြုံ ပိုရှိသည့် အသက်ကြီး သူများ လစာ ပိုရနိုင်ပါတယ်။

EP application ကို မိမိအလုပ်ရှင် (Employer) သို့မဟုတ် သတ်မှတ်ထားသော အလုပ်အကိုင် အေးဂျင့် (Appointed Employment Agent) မှ MOM (Ministry of Manpower) စင်ကာပူ အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန သို့ လျှောက်ထားရမှာဖြစ်ပြီး သက်တမ်း (၂) နှစ်အထိ ချထားပေးတတ်ပါတယ်။ ထပ်မံ သက်တမ်းတိုးခြင်း (Renewal) ကိုတော့ ၃နှစ်အထိ ချထားပေးနိုင်ပါတယ်။

Good Institutes and Universities မှဆင်းလာသောပညာတတ် ဘွဲ့ရ လူငယ်များ အသက်ရွယ် ငယ်သည့်တိုင် အနိမ့်ဆုံး လစာ စင်ကာပူဒေါ်လာ ၃၆၀၀ ရှာနိုင်လျှင် EP pass ကို လျှောက်ထား အကျုံးဝင်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ EP application ကို နိုင်ငံခြားသားတိုင်းအတွက် လျှောက်ထားရန် ဖွင့်ထားပေးပါတယ်။

EP လျှောက်ထားတဲ့အခါမှာ လစာအပြင် အလုပ်အတွေ့အကြုံ၊ အရည်အချင်းရှိလုပ်သားဖြစ်ကြောင်း သက်သေပြ ပနိုင်တဲ့ အထောက်အထားတွေဟာ အရေးကြီးလှပါတယ်။

Work Permit (WP) အကြောင်း သိကောင်းစရာများ။

WP နဲ့ အလုပ်လုပ်တဲ့ လုပ်သားအုပ်စုကို ယေဘုယျအနေနဲ့ အထွေထွေလုပ်သားများ သို့မဟုတ် ကာယလုပ်သား များလို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။ အခြေခံပညာအရည်အချင်းဟာ SPass လျှောက်လောက်အောင် မမြင့်သူ၊ လစာလည်း SGD ၁၈၀၀ အောက်ရတဲ့လုပ်သားတွေကို WP ပဲ လျှောက်ထားပေးနိုင်ပါတယ်။ WP လုပ်သားတွေရဲ့ အခွင့်အရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ နေထိုင်ရေး စတာတွေကို ကုမ္ပဏီက တာဝန်ယူရလေ့ ရှိပါတယ်။

Work Permit for Foreign Domestic Workers (FDW) အကြောင်းသိကောင်းစရာများ။

ဒီ Pass ကတော့ နိုင်ငံခြားကနေ အိမ်အကူ လာလုပ်တဲ့လူတွေအတွက် အိမ်ရှင်က လျှောက်ပေးရတဲ့ Pass ဖြစ်ပါတယ်။ စင်ကာပူမှာ အိမ်ရှင်နဲ့ အိမ်အကူတွေ မကြာခဏ ပြဿနာတွေဖြစ်တတ်လို့ အစိုးရက FDW လျှောက်ပေးမယ်ဆို အသေအချာစဉ်းစားဖို့ သတိပေးတတ်ပါတယ်။ စင်ကာပူအစိုးရက အိမ်အကူအဖြစ် လာရောက်လုပ်ကိုင်ခွင့် ပေးတဲ့ နိုင်ငံအနည်းစုထဲမှာ မြန်မာနိုင်ငံဟာ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ အင်ဒိုနီးရှား စတဲ့နိုင်ငံတို့နဲ့အတူ စိတ်မကောင်းစရာပါဝင်ပါတယ်။ စင်ကာပူမှာ ပထမဆုံးအကြိမ် အိမ်အကူ လာလုပ်မယ့်လူဟာ အသက်အနည်းဆုံး ၂၃ နှစ်ရှိရမှာဖြစ်ပြီး အကြီးဆုံး ၅၀ ဖြစ်ရမယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ပညာကိုလည်း ၈ နှစ်သင်ဖူးရမယ်လို့ သိရပါတယ်။ အခြားလိုအပ်ချက်တွေအနေနဲ့ အိမ်ဖော်အရည်အချင်းစစ်စာမေးပွဲ၊ ကျန်းမာရေးဆေးစစ်ချက်လိုဟာမျိုးလည်း လိုအပ်ပါတယ်။

Spass များအတွက်လစာ ၂၂၀၀ အနည်းဆုံးပေးရမယ်ဆိုပေမယ့် အလုပ်မဖြစ်မနေ ရရမယ့်လူနဲ့ ကပ်စေးနဲ့ပြီး မပေးချင်တဲ့ အလုပ်ရှင်နဲ့ တွေ့တဲ့အခါမျိုးမှာ အချင်းချင်းညှိနှိုင်းကြပြီး ၁၈၀၀ (တခါတလေ ၁၆၀၀လောက်တောင်ရှိပါတယ်) လောက်ပေးပြီး S Pass ရအောင် တင်ပေးကြပါတယ်။ S Pass တင်တဲ့အခါမှာတော့ လစာကို ၂၂၀၀မှ ၂၆၀၀ အတွင်း ဖြည့်စွက်ကြတတ်ကြ တယ်။

တချို့က ဒီကို လာဖို့ ဘာတွေ ပြင်ဆင်ထားရမလဲ။
တချို့ကျတော့ ဒီက အလုပ်အကိုင် အခြေအနေ ဘယ်လို ရှိလဲ။
တချို့က အလုပ်ရရန် ရာနှုန်းပြည့် သေချာနိုင်ပါသလား မေးမြန်းတယ်။
တချို့က လာရင် ကူညီပေးပါဟု အကူအညီတောင်းခံတတ်ကြပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်လည်း ၂၀၁၆ခုနှစ် မတ်လ လောက်က လာရောက်အလုပ် ရှာဖွေ ခဲ့ သူ ဖြစ်တာနှင့်အညီ ၂၀၁၆ နှင့် ၂၀၁၇ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်သည့်အခါ ယခုနှစ်အတွင်း အလုပ်အကိုင် လစ်လပ်နေရာ ခေါ်ယူမှု Job Vacancies ရှားပါး လာတာ ကို သတိထားမိပါတယ်။ အထူးသဖြင့် Singaporean ဦးစားပေးများ ဖြစ်ပြီး နိုင်ငံခြားသား လူသစ် ခေါ်ယူမှုမှာ ပိုမိုတင်းကျပ်မှုတွေနဲ့ ချည်နှောင်လာကြပါတယ်။

မြန်မာလူငယ်များအနေဖြင့်လည်း Entry VISA Free ဖြစ်ပြီးသည့်တိုင်အောင် ဝင်လာမစဲ တသဲသဲ ပင်။ အလုပ် လိုအပ်မှု နှင့် အလုပ် နေရာ ပေါ်ပေါက်မှုမှာ သိသိသာသာကွာခြား နေပြီး ခေါ်ယူ မှု မှာလည်း လွန်စွာ နည်းပါလှပါတယ်။

အထူးသဖြင့် လူသစ် စင်ကာပူ အတွေ့အကြုံ မရှိသေး သူများ အဖို့ စွန့်စားရသော ကာလ ဖြစ်ပါတယ်။

မြန်မာပြည်မှာ သက်ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ ရှိသူများပင် မနည်းမနော တိုးကျိတ်နေရပြီး အလုပ်မရရှိပဲ ပြည်တော်ပြန် သွားကြသူတွေ လည်း ဒုနဲ့ဒေးပါ။

ရှိရင်းစွဲ အလုပ်လုပ်ကိုင်နေသူ အတွေ့အကြုံရှိ များ ပင် အလုပ် ပြောင်း လဲ ရာမှာ အခက်အခဲ မျိုးစုံ တွေ ကြုံနေရသော ကာလ ဖြစ်ပါတယ်။

အကောင်းဆုံးကို ရည်မှန်း ထား ရမှာဖြစ်သလို အဆိုးဆုံး အခြေအနေကို လည်း ကြိုတင်တွက်ဆ ထားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ စင်ကာပူမှာ နေထိုင် အလုပ်လုပ်ကိုင်နိုင်ဖို့ မိမိကံ လည်း အရေးကြီးလှပါတယ်။

တချို့က မိမိ လုပ်ငန်းကို ကျွမ်းကျင်စွာ လုပ်တတ်သည့် အတွေ့အကြုံကောင်းတွေ ရှိခဲ့ပေမယ့် အင်္ဂလိပ်စကား ကျွမ်းကျင်စွာမပြောတတ်လို့ အလုပ်မရ ကြတာ ရှိသလို

တချို့က လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ မရှိ သင်တန်းဆင်းများ သို့ပေမယ့် အင်္ဂလိပ်စကား ကျွမ်းကျင်စွာ ပြောတတ်ပြီး လူရေ လည်သူများ အလုပ်ရသွားကြတာလည်း ရှိပါတယ်။

နေထိုင်ခွင့် Stay ကိုလည်း အရင်က လွယ်ကူစွာ Extension တိုး လို့ ရနိုင်ပြီး VISA freeနောက်ပိုင်း တိုးမပေးတော့ပဲ Reject ဖြစ်သူတွေ များလှပါတယ်။

မည်သို့ပင် ဆိုစေကာမူ နေထိုင်ခွင့်ရရှိတဲ့ ရက်၃၀ ။ သက်တမ်းတိုး ထပ်ရလျှင် စုစုပေါင်း ရက် ၆၀အတွင်း အလုပ်တစ်ခုကို ဆုပ်ကိုင်မိဖို့ ဆိုတာ မိမိမှာ ထိုက်သင့်တဲ့ ကံ။ ဉာဏ် ။ ဝီရိယ ရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

မိမိ ပြု လုပ်တဲ့ အလုပ် တစ်ခု အောင်မြင် ပြီး မြောက်ဖို့ဆိုတာ ကံ။ ဉာဏ် ။ ဝီရိယ အချိုးကျ ပေါင်းစပ်မှသာ အောင်မြင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

တချို့က ကံအရမ်းကောင်းပေမယ့် ဉာဏ်နဲ့ ဝီရိယ မစိုက်ထုတ်နိုင်လို့ အလုပ်ရပြီးသော်လည်း အလုပ်ပြုတ်ကြသူတွေ ။ အလုပ် Pressure ဒဏ်မခံနိုင်ကြသူတွေ လက်မြောက်အလျှော့ပေး ပြည်တော်ပြန်သွားကြသူတွေဟာလည်း မနည်းမနောရယ်ပါ။

တချို့က ဉာဏ်နဲ့ ဝီရိယ အလွန်ကောင်းပေမယ့် ကံ မကောင်းရှာလေတော့ အခက်ခဲ တွေ နဲ့ ရင်ဆိုင် ကြုံတွေ့ ကြရပါတယ်။

စင်ကာပူဟာ ကိုယ့်မြေ ကိုယ့်ရေ မဟုတ်သည့်အတွက် သူတို့ ပေးသည့် မြင့်မားသော လစာ နှင့် ထိုက်တန်အောင် ကာယအား။ ဉာဏအား ပြန်လည် ပေးဆပ်ကြရတာမို့

ချို့မြိန်လွန်လှသည့် ဘဝတွေ တော့မဟုတ်လှပါ။

မိသားစုနဲ့ဝေး အိမ်နှင့် ခွဲကာ ချစ်ခင်သူတွေနှင့် ခေတ္တ ကွေကွင်း ရာ ဒဏ်ခံ အလုပ်လုပ်နေကြရတာမို့ လူတိုင်းမှာ အခက်ခဲ ကိုယ်စီ ရှိ တတ်ကြပါတယ်။

စင်ကာပူမှာ လက်ရှိ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများနှင့်ပတ်သက်လို့ ပြောရမယ်ဆိုလျှင် အလုပ်အကိုင် ရှားပါးမှု ကို ကြုံတွေ့နေရဆဲဖြစ်ပါတယ်။ ပတ်ဝန်းကျင်တွင်လည်း မေးမြန်းကြည့်နိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် အလုပ်လာရှာမယ် လို့ ဆုံးဖြတ်ပြီးသူတိုင်း ကံ။ ဉာဏ်။ ဝီရိယ ပိုင်း စနစ်တကျ ပြင်ဆင်ကာ ဆုံးရှုံးနိုင်မှု များကို တွက်ဆပြီး ကြောက်လျှင် စွန့်ရဲ။ ရဲ လျှင် မင်းဖြစ် စွန့်စား ကြဖို့ အထူး မှာ လိုပါတယ်။

စင်ကာပူ Social Visit pass လူငယ်များ လာရောက် အလုပ်ရှာဖွေခြင်း အကြံပြု သုံးသပ်ချက်များ။

စင်ကာပူနိုင်ငံသို့ Social Visit ဖြင့် အလုပ်ဝင်ရောက် ရှာဖွေ နေကြသော လူငယ်အများစုမှာ ယခင်ကပင် ယခုထက် တိုင် ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လွန်ခဲ့သော ၂၀၁၆ ခုနှစ် နှစ်ဆန်းပိုင်းကာလ Entry Visa တွေ လျှောက်ထားခဲ့ရ ချိန် အလုပ်အကိုင် အခြေနေတွေ မှာ ကျပ်တည်း သော ကာလ တစ်ခုအဖြစ် ရှိနေခဲ့ပါတယ်။

၂၀၁၆ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ က စတင်ပြီး Entry Visa တွေ ကို Free ပေးလိုက်ကာ စင်ကာပူ နိုင်ငံသို့ ဥဒဟို ဝင်ထွက် သွား လာ နိုင် ခဲ့ကြ ပေမယ့် လူငယ်များအဖို့စင်ကာပူ လူဝင်မှု ကြီး ကြပ်ရေး အဖွဲ့က နိုင်ငံအတွင်း အလည်အပတ် နေထိုင်ခွင့်ကိုပင် ပိတ်ပင်တားဆီး ခွင့်မပြု ခဲ့ကြခြင်းများ။ မသကာ သူ လူငယ် များကို Randomly ခရီးဆောင် အိတ်များ ကျောပိုအိတ်များ ဖွင့်ဖောက် စစ်ဆေးခြင်းများ ပြု လုပ်လာခဲ့ကြပါတယ်။ အမေးအမြန်လည်း ပိုမို စိစစ်လာပြီး အမေးတမျိုး အဖြေ တမျိုး ဖြစ်ပါက Officer ရုံးခန်းထဲထိ ခေါ်ဆောင် တတ်ကြပါသေးတယ်။

Visa free မဖြစ်မီကာလကပင် စင်ကာပူအလုပ်သမား ဝန်ကြီးဌာန MOM မှလည်း နိုင်ငံခြားသား အလုပ်သမား Foreigner များအား အလုပ်အကိုင် ကန့်သတ်မှုများ ရှိခဲ့ ပါတယ်။ ယခုနောက်ပိုင်းတွက်လည်း ပိုမို ကန့်သတ် မှုများ ဖြင့်ကျပ်တည်းသော ကာလ အနေထား အဖြစ် ရှိနေပါတယ်။

သုံးသပ်ကြည့်မယ် ဆိုရင် စင်ကာ ပူ အလုပ်အကိုင်အနေထား ဟာ ပိုမို ကျပ်တည်းလာသလို အလုပ်မရ တာတွေလည်း ပိုမို များပြား လာတယ်ဆိုတာတော့ ငြင်းမရတဲ့ အခြေအနေပါ။

အကြံပေးချင်တာကတော့ မြန်မာပြည်က ထွက်မလာခင်မှာ ကတည်းက မိမိရရှိထားသော ဘွဲ့၊ ဒီပလိုမာ နှင့် သက်ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံကောင်းတွေနဲ့ အောင်လက်မှတ်တွေ ရနိုင်သလောက်များများ ရယူထားဖို့ပါ။ မြန်မာပြည် အစိုးရနဲ့ အဖွဲ့အစည်းကြီးတွေက ပေးတဲ့ ဘွဲ့၊ ဒီပလိုမာ လက်မှတ်များ။ အောင်လက်မှတ်များ အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ အင်္ဂလိပ်စကားကို Professional ကျကျ ကျွမ်းကျင်စွာ ရေးနိုင်ပြောနိုင်အောင် လေ့လာ သင်ယူလာပါ။

လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံကိုလည်း CV မှာ လုပ်ကြံဖော်ပြတာထက် အမှန်တကယ် ရှိထားတာက ပိုကောင်းပြီး အစမ်းခန့်ကာလမှာ ဘာမှမလုပ်တတ်ရင် အလုပ်ပြုတ်သွားနိုင်တာမို့။ လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံစစ်စစ်တွေဟာ မိမိကို တနည်းမဟုတ် တနည်း အထောက်အကူ ပြုမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လူငယ်များရဲ့ အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်တွေ အမှန်တကယ် ပြည့်ဝလာစေဖို့

ကျွန်ုပ်တို့ ဆယ်ကျော်သက် လူငယ်လူရွယ် အများ စု ဟာ အောင်မြင်မှု ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို တိုးတက်ဖို့ အလိုရှိကြပါတယ်။ လူငယ်တွေ ဟာ နောင်အနာဂတ်မှာ မိမိနိုင်ငံ၊ မိမိလူမျိုး၊ မိမိ မိသားစု စသဖြင့် နေရာအသီးသီး တာဝန်ကိုယ် စီ ယူကြမယ့် လူကြီး လူကောင်းတွေ ဖြစ်လာကြ မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူငယ်တွေ အနေနဲ့ အရည်အချင်းရှိရှိ မိမိကိုယ်ကို တိုးတက်အောင်မြင်အောင် ကြိုးပမ်း ကြဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ လက်တွေ့မှာ လည်း အပြိုင်အဆိုင် ကြိုးစားနေကြတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လူငယ်တွေ ဟာ အတတ်ပညာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာရပ် နယ်ပယ်တစ်ခု၊ အထူးပြု ဘာသာရပ် တစ်ခု အဖြစ် တတ်မြောက်ရန် သက်ဆိုင်ရာ တက္ကသိုလ်များ၊ ကောလိပ် ကျောင်းများ ။ ပုဂ္ဂလိက သင်တန်း ဌာနများ အသီးသီးတို့ မှာ ပညာ သင်ယူ ဆည်းပူးကြပါတယ်။ သတ်မှတ်ထားသော စာသင်နှစ်ကာလတစ်ခု ထိ သင်ယူပြီးချိန်မှာတော့ တတ်မြောက်မှု အရည်အချင်းစစ် စာမေးပွဲများ ဖြေဆိုကြရပြီး အောင်လက်မှတ်များ။ ဘွဲ့ လက်မှတ်များ ရရှိကြပါတယ်။

ဘွဲ့ရပြီး ကျောင်းပြီးပြီးချင်း စိတ်ပါဝင်စားသော ပညာရပ်များကိုလည်း ထပ်မံလေ့လာဆည်းပူးကြပါသေးတယ်။ လက်တွေ့လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ဖို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ကြရလေ့ရှိပါတယ်။

ယနေ့ခေတ် လူငယ်အချို့မှာ လမ်းပျောက်နေကြသလို ဖြစ်နေပါတယ်။ မိမိ ရဲ့ အားသာချက် အားနည်းချက်ကို သိဖို့ ဝေးစွ ။ မိမိ ဘာ အလုပ်လုပ်ရ မည်ကိုပင် ဝေဖန် ပိုင်းခြားနိုင်ဖို့ ရွေးချယ်နိုင်ဖို့ ခက်ခဲနေကြပါတယ်။ အချို့ကအရွေးမှားမှာ အလွန် ကြောက်ကြာပြီး အချို့မှာ ရရာ အလုပ် လုပ်ကိုင်နေကြရပါတယ်။ အလုပ်အကိုင် ရှားပါးမှု ပြဿနာကို ကျွန်ုပ်တို့ လူငယ်တွေ ကြုံတွေ့ ခံစားနေကြရပါတယ်။

လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံမရှိသေးတဲ့ ကျောင်းဆင်း ဘွဲ့ရ တစ်ယောက်အတွက် အလုပ်အကိုင်အင်မတန် ခက်ခဲ လွန်းလှ သည်ကိုလည်း လက်တွေ့ ရင်ဆိုင်နေကြရတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

Company လုပ်ငန်း အတော်များများကလည်း လုပ်သက် အတွေ့အကြုံ အနည်းဆုံး ပျမ်းမျှ ၂ နှစ် လောက်ရှိမှ အလုပ်ခန့် ကြတာမျိုး တွေကြောင့် ဘွဲ့ရ လူငယ်များမှာ အလုပ်ဝင် ဖို့ အခက်အခဲ များကြားက အပြိုင်အဆိုင်အလှအယက် တိုးနေကြရတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့သော company လုပ်ငန်းများမှာ Fresh Graduate ဘွဲ့ရ လူငယ် များကို Warmly welcome လုပ်ပါတယ်။ On job Training တခု ပေး အလုပ်ဝင်စေပြီး အလုပ်ရင် အလုပ်သမား သဘောတူညီ ချက်အရ သတ်မှတ်ထားသော နှစ်ကာလသက်တမ်းတစ်ခု အထိ အလုပ်လုပ်ပေးရန် စာချုပ် ချုပ် ဆိုကြပါတယ်။ လူသစ်မွေး တယ်လို့ လွယ်လွယ် ပြောကြပါတယ်။

အဘယ်သို့ပင် ရှိနေပါစေ။ Company များမှ အလုပ်အကိုင် လစ်လပ်ရာထူး၊ လိုအပ်သော ဝန်ထမ်း ဦးရေ ခေါ်ယူမှု များဟာ ရာခိုင်နှုန်း အလွန်နည်းပါးပြီး အတွေ့အကြုံရှိသော ရာထူးကြီး ပိုင်း position များသာ Demand ဖြစ်နေသောကြောင့် လူသစ် လူငယ် အလုပ်လက်မဲ့ ပြဿနာမှာ ပို၍ ကြီးထွားလာပါတော့တယ်။

ဘွဲ့ရ Fresh Graduate လူငယ်တွေ ဟာ အလုပ်အကိုင် ရရှိဖို့ လိုအပ်သော သင်တန်းများတက်ခြင်း။
ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများ ပြုလုပ်ခြင်းနောက်အလုပ်ရှာခြင်းဖြင့် နေရာတစ်နေရာ ရဖို့ အခက်အခဲ များစွာကို
ပင်ပန်းတကြီးကျော်ဖြတ် ကြာရပါတယ်။

မည်မျှပင်အလုပ်အကိုင်ရှားပါးနေပါစေ လွယ်လင့်တကူ အလုပ်ရကြသူများလည်းအမြောက်အများ ရှိပါတယ်။
အလုပ်မရသေး သူ လူငယ်များ မှာ လည်း စိတ်ဓာတ်မကျပဲ အလုပ်ရအောင် ရှာဖွေ ကြာရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။
ထို့ကြောင့် မိမိနှင့် ကိုက်ညီပြီး ရေရှည်မှာ အဆင်ပြေ သင့်တော်မယ့် အလုပ်တစ်ခု ကို အချိန်အတိုင်းအတာတစ်ခု
ယူပြီး ရွေးချယ် ကြာရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အချို့ လူငယ်များ မှာ မိမိ ဝါသနာ။ မိမိ မေဂျာ နှင့် မကိုက်ညီ ပဲ
အဆင်ပြေရာ လွယ်ကူရာ ရရာ ဝင်လုပ် ပြီး မိသားစု စားဝတ်နေရေး။ မိမိ ရပ်တည် ရှင်သန်ရေး တို့ အတွက်
ရုန်းကန်နေကြရပါတယ်။ အချိန် ကြာလာတော့ မိမိ အလုပ်အပေါ် မှာ စိတ်ဝင်တစား မြတ်နိုးတတ်လာရင် တော့
ကောင်းပါတယ်။ ရေရှည် မှာ စိတ်မဝင်စား။ ပျင်းရိခြောက်သွေ့ အလုပ်အပေါ်အားရုံ မစူးစိုက်နိုင်လို့ လက်ရှိရာထူး
လေးမှာပဲ ထစ်ငဲ့နေပြီး ရာထူးတိုးတက်ဖို့ လမ်းစ ပျောက်နေကြသူများလည်း များစွာရှိ နေပါတယ်။ မိမိ
နေရာလေး ပျောက်မသွားအောင်ပဲ နင်းကန်အားထုတ်နေရပါတယ်။ မိမိအလုပ်ကိုမိမိ ချစ်မြတ်နိုးမှလည်း
ကောင်းသထက်ကောင်းအောင် လုပ်လာနိုင်ပြီး တိုးတက်ဖို့ ရာ အခွင့်အလမ်း ပေါ်ပေါက်မှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

မိမိအလုပ်ရွေးတဲ့ အခါမှာ

မိမိမှာ ရှိတဲ့ အရည်အချင်းနဲ့ ကိုက်ညီမှုရှိခြင်း။ ဝါသနာပါတဲ့ အလုပ်အမျိုးအစားဖြစ်ခြင်း။ လက်ရှိ ဘွဲ့ ၊
အလုပ်အကိုင်နဲ့ ဆက်စပ်မှုရှိခြင်း။ သွားလာရေး လွယ်ကူခြင်း။ လုံလောက်တဲ့ လစာပေးခြင်း။ ကောင်းမွန်တဲ့
လုပ်ငန်းပတ်ဝန်းကျင်ရှိခြင်း။ ရာထူး၊ လစာ တိုးတက်ရန် အလားအလာရှိခြင်း။

စတဲ့ အချက်များနဲ့ ကိုက်ညီသောအလုပ်ကိုရွေးဖို့ အရေးကြီးပါတယ် ။ စဉ်းစားစရာအခြေခံ
အချက်များပင်ဖြစ်ပါတယ်။ အထက်ပါ အချက်များကို ရွေးချယ် နေလို့ အလုပ် ပိုရှားကောင်း ရှားနိုင်ပေမယ့် မိမိ
တစ်သက်လုံး အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း နယ်ပယ် တခု အဖြစ် ဝင်ရောက်လုပ်ကိုင်သည့်အခါမှာ မိမိအတွက်
ရေရှည် အဆင်ပြေနိုင်ဖို့ ဦးစားပေးရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လောလောဆယ်တွင် စားဝတ်နေရေးအတွက်
ရရာအလုပ်ကိုဝင်လုပ်ဖို့ လိုကောင်း လိုမှာ ဖြစ်ပေမယ့် တချိန်ချိန် ရေရှည် လုပ်ချင်တဲ့ လုပ်နိုင်တဲ့
အလုပ်မျိုးကိုရွေးချင်စိတ်ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ လိုအချိန်ကျရင် တစ်သက်တာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပြုမယ့်
နယ်ပယ် တခုကို စနစ်တကျ ကောင်းမွန် စွာရွေးချယ်နိုင်ဖို့ လိုကောင်းလိုမှာ ဖြစ်ပြီး လက်ရှိနေရာဒေသ ကိုစွန့်ခွာ
စွန့် စား ကြာရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အလုပ်ရွေးခြင်းဟာ အိမ်ထောင်ဖက် ရွေးခြင်းနှင့်အလားသဏ္ဍန်တူပါတယ်။ သင့်လျော်တဲ့
အိမ်ထောင်ဖက်ကိုရွေးနိုင်ခဲ့လျှင် ဘဝ တစ်လျှောက်လုံး သာယာချမ်းမြေ့မယ်။ အလားတူပင် မိမိ ဝါသနာပါတဲ့
နှစ်သက်သောအလုပ်ကိုရွေးနိုင်မှ စိတ်ချမ်းသာနိုင်ပါမယ်။ တိုးတက်မှုရမယ်။ အောင်မြင်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။
အလုပ်ကောင်းဆိုသည်မှာ ဝင်ငွေ ကောင်းကောင်း ရရုံသက်သက် ကို မဆိုလို မိမိ၏ ပညာ ၊ ဝါသနာနှင့်
ကိုက်ညီသောအလုပ်ကောင်းတစ်ခုရခြင်းကြောင့် ဘဝတစ်လျှောက်လုံး စိတ်ရောကိုယ်ပါ အဆင်ပြေ
ရသူများကိုပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့နိုင်ပါလိမ့်မယ်။

အနာဂတ်မှာ လူငယ်တွေ အခွင့်အလမ်း ကောင်းများစွာ ပေါ်ပေါက်ဖို့ လိုအပ်တဲ့ အရည်အသွေး ဖြည့်ဆည်းရမယ့် အခြေခံ အချက် များစွာ ရှိပါတယ်။

၁။ အခွင့်အလမ်း

အခွင့်အလမ်းဆိုသည်မှာ မျှော်လင့်စောင့်စားနေရမယ့်အရာမျိုးမဟုတ်ပဲ အဲဒီ အခွင့်အလမ်းရှိရာကိုမိမိက ရောက်အောင် သွားရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အခွင့်အလမ်းဆိုတာ ဖြစ်မလာရင် မိမိက အခွင့်အလမ်းကို ဖန်တီးရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လူငယ်တွေ ဟာ မျက်စိ ဖွင့်နားစွင့်ထားရပါမယ်။ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်း တွေကို မျက်ခြေ ပြတ်မထားသင့်ပါဘူး။ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲ နေတဲ့ နေ့စဉ် လူနေမှု ဘဝ ။ သတင်းဖြစ်စဉ်။ သင်တန်း ဌာနများ။ ခေတ်စားလာသော နည်းပညာရပ်များ။ အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်း။ Company များ ရဲ့ အလုပ်အကိုင်ခေါ်ယူမှု အခြေအနေ။ စသဖြင့် အရာရာမှာ လျင်မြန်ဖျတ်လတ်စွာ သိနေ ဖို့ တက်ကြွ နေကြရပါမယ်။ မိမိနှင့်အလားတူ လူငယ်တွေ အတိတ်က ဘာလုပ်ခဲ့ကြသလဲ။ ယနေ့ ဘာလုပ်နေကြလဲ။ နောင်အနာဂတ်မှာရော ဘာ plan တွေ ဆွဲထား လဲ သိရအောင် နှိုက်ယူကြရမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။ မိမိက သူတို့ နောက်မှာ ကျန်မနေခဲ့ ပဲ သူတို့ နှင့်တန်းတူ လိုက်နိုင်ဖို့ အရေးကြီးလှပါတယ်။ ဒါကြောင့် အခွင့်အလမ်းတွေ ဝင် အလာကို ဗဟုသုတ နီးကြားမှု တံခါးဖွင့်ထားရမည်ဖြစ်ပြီး သူတို့ မလာနိုင်ပါကလည်း မိမိအိမ်ဆီ လာရောက် ဖို့ သူတို့ ကို သွားခေါ်ရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ လူမှုဆက်ဆံရေး

ကျွန်ုပ်တို့ လူသားတွေ ဟာ ကမ္ဘာကြီးမှာ တစ်ဦးတည်းသီးခြားရပ်တည်နေထိုင်လို့ မရပဲ အများနှင့်ရောနှော နေထိုင်ရသော သတ္တဝါ မျိုး ပင်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူငယ်တွေ မှာလည်း အများနှင့် လိုက်လျောညီထွေ စွာ နေထိုင် နိုင်ဖို့ လူမှုဆက်ဆံရေး ပညာ တတ်ထားရပါတယ်။ လူမှုဆက်ဆံရေးဆိုသည်မှာ လူတိုင်းနှင့် တည့်အောင်ပေါင်းသင်းနေထိုင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပြီး။ ချစ်ခင်သူတွေ ပေါများအောင် ဖန်တီးရသောအလုပ်ပင် ဖြစ်ပါတယ်။ လူတိုင်းကို လိုက်လျောညီထွေ ပေါင်းသင်းဖို့ ဆိုတာ ခက်ခဲ တဲ့အလုပ်ဖြစ်ပေမယ့် အမှန်တကယ် လုပ်နိုင်ကြသူတွေ အမြောက်အများရှိပါတယ်။ ထိုသူတွေ ဟာ လူမှုဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်သူအဖြစ် ထင်ရှားပြီး အလုပ်မှာလည်း ထိပ်တန်းရောက်လွယ်ပါတယ်။ စင်စစ် လူမှု ဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်ခြင်းဟာ မိမိကိုယ်ကို တိုးတက်စေမယ့် အဓိက သော့ချက်ကြီးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိက မာနကြီးတခွဲသားနဲ့ မနေပဲ မိမိနှင့် ပတ်သက်ဆက်နွယ်လာသမျှ လူတိုင်းကို ချစ်ခင် စွာ မေတ္တာပေး ဆက်ဆံနိုင်ဖို့လိုပါတယ်။ သူ တို့ လိုအပ်တာ တတ်နိုင်သမျှ ကူညီပေးပြီး ဆက်ဆံရေးခိုင်မာဖို့ အခြေခံအုတ်မြစ်တည်ဆောက်ကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆက်ဆံရေး ပညာ ဟာ တိုးတက်ချင်သူ လူငယ်တိုင်းအတွက် မဖြစ်မနေ ရှိထားသင့်တဲ့ တန်ဖိုးတစ်ခုပါပဲ။

၃။ ဆက်သွယ်ပြောဆို ဆက်ဆံ လုပ်ကိုင် မှု စွမ်းရည်

အထူးသဖြင့် နိုင်ငံခြား Company လုပ်ငန်းခွင်များမှာ လူမျိုးမတူ နိုင်ငံသားမတူ သူတွေနဲ့ ပြောဆိုဆက်ဆံတဲ့အခါ သူပြောတာ ကို နားလည်ပြီး ပြန်ပြောနိုင်မယ့် communication ကောင်းဖို့ ကြိုးစားကြရပါတယ်။ communication

မှာ အဓိက အရေးကြီးတာက Language skill ဖြစ်ပြီး မိခင်ဘာသာစကားသာမက အခြားသော အသုံးချ ဘာသာစကားများကိုလေ့လာသင်ယူကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဘာသာစကား စွမ်းရည် တွင် မိခင် စကားဖြစ်တဲ့ မြန်မာ စကားကို လိမ့်ပတ်လည်အောင် ပြောနိုင်ဖို့အရေးကြီးပါတယ်။ ပြဿနာဖြေရှင်းရာ၊ အလုပ်ခွင် အခက်အခဲ များ ရင်ဆိုင်ရာ မှာမိခင်ဘာသာစကားဖြင့်ပြောဆိုဖြေရှင်းရသည်ရှိစေဦး တော့ မိခင်ဘာသာစကားကို ချက် ကျ ကျ မနေးလွန်းမမြန်လွန်း သူတစ်ပါးနားလည် လွယ်ပြီး စနစ်တကျ ရည်ရည်မွန်မွန် ပြောနိုင်ဖို့ လေ့ကျင့်ကြရပါမယ်။ မြန်မာစကားကိုပင်ပြောဆိုရာမှာ တဖက်လူ နားမလည် နိုင်လောက်အောင် မြန်လွန်းခြင်း။

ဘာပြောသွားမှန်းမသိအောင် နားလည်ရခက်ခြင်း။ မိမိပြောဆိုလိုသည့်အကြောင်းအရာများမှ သေဖိသွားခြင်း။ သွယ်ဝိုက်စွာပြောရင်း လိုရင်းကို မရောက်တော့ပဲ အချိန်ကုန် အကျိုးမဲ့ ရခြင်း။ စကားအလွန်ဖောခြင်း။ စကားနည်းလွန်းခြင်း။ အလုပ်နှင့် မသက်ဆိုင်သည်များကို ပြဿနာဖြေရှင်းရာမှာ ဟာသပြက်လုံးထုတ်ခြင်း။ စကားကို မိမိ အပြစ်လွတ် လက်လွတ်စပယ်ပြောခြင်း။ လေးလေးနက်နက် တန်ဖိုးမထား ပဲ မိမိစကား မိမိ ချက်ချင်းမေ့လွယ် မမှတ်မိခြင်း။ တို့မှာ ဆက်ဆံမှု ကျဆင်းစေပြီး ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ညံ့ဖျင်း မှုကို အများရှေ့မှာ ဖော်ပြရာ ရောက်တဲ့ အတွက် စကားပြောစွမ်းရည် တိုးတက်ဖို့

လုပ်ငန်းခွင် စကားပြောနည်း လူရှေ့သူရှေ့စကားပြောနည်း Presentation တင်ဆက်ပြသမှု စကားပြောနည်း စင်မြင်ပေါ်တွင် စကားပြောနည်း ဆက်ဆံရခက်ခဲ သူများကို ဆက်ဆံ စကားပြောနည်း ချို့သာယဉ်ကျေးစွာ စကားပြောနည်း စသည်တို့ ကို ရေးသားထားသော မြန်မာစာအုပ် အမြောက် အများကို စာအုပ်အရောင်းဆိုင်ကြီးများ မှာ ဝယ်ယူဖတ်ရှုလေ့လာထားကြရမည်ဖြစ်ပြီးလက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် စကားပြောစွမ်းရည် အရည်အသွေးကို မြှင့်တင် လာနိုင်မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့ အားနည်းချက်များကို အားသာချက်များအဖြစ် ပြုပြင်ယူကြရမှာ ဖြစ်ပြီး အလေ့အကျင့်ကောင်းများ ဟာ မိမိဘဝ တိုးတက်ဖို့ များစွာအထောက်အကူပေးမှာ ဖြစ်လို့ မရှိမဖြစ် စတင်မွေးမြူ ထားကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကားဟာ ကမ္ဘာပေါ်ရှိနိုင်ငံအတော်များများမှာ ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံအပါအဝင် ရုံးသုံး ဘာသာစကားအများဆုံး အသုံး အဖြစ်မရှိမဖြစ် ပြောဆိုရေးသားလေ့ရှိပါတယ်။ ထို့ကြောင့် အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားကိုရအောင် လေ့လာကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ ငယ်စဉ် ကျောင်းသားဘဝ သူငယ်တန်းမှစလို့ အင်္ဂလိပ်စာကိုသင်ရိုး ညွှန်းတန်း တစ်ခုအနေနဲ့ ထည့်သွင်းသင်ကြားခဲ့ရသည့်အတွက် အင်္ဂလိပ်စာမှာ လူငယ်များအတွက် မည်မျှ အရေးပါအရာရောက်ကြောင်းဖော်ပြနေခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ငယ်ငယ်က အခြေခံ ပညာရေးစနစ်မကောင်းခဲ့လို့ အင်္ဂလိပ်စာ Essay, Letter ကျတ် ဖြေခဲ့ကြရတဲ့ ကျွန်ုပ်တို့ အများစုမှာ ကြီးပြင်းလာတော့ အင်္ဂလိပ်စာ အခက်အခဲ ကို မလွဲမသွေ ရင်ဆိုင်ကြရပါတော့တယ်။ သို့ပေမယ့်လည်း လက်ရှိအချိန် မှာ အင်္ဂလိပ်စာကို အခြေခံ A B C D မှ ပြန်လည် စသင် မည်ဆိုလျှင် လည်း အချိန်မနှောင်းသေးပါ။ ယခု ထလုပ် ဖို့ ကြိုးစားဖို့ပဲ လိုတာပါ။ အင်္ဂလိပ်စာကို အခြေခံ မှ အဆင့်မြင့်အထိ သင်ကြားပေးနေသော အင်္ဂလိပ်စာ၊ အင်္ဂလိပ်သဒ္ဒါ၊ အင်္ဂလိပ်အရေး၊ အင်္ဂလိပ် စကားပြော၊ လုပ်ငန်းခွင်သုံး အင်္ဂလိပ်၊ အင်္ဂလိပ် အင်တာဗျူး သင်တန်းများလည်း အများအပြား တွေ့လာနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ ထို သင်တန်းများကို တက်ရောက်ခြင်းဖြင့် အင်္ဂလိပ်စာအရည်အသွေးဖြည့်ဆည်းထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ အလုပ်လုပ် ကိုင်ရာမှာ English Language skill

ဟာ မတတ်မဖြစ် လိုအပ်သော ကြောင့် တင်ကြို ပြင်ဆင် ထားခြင်းဖြင့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေ ရရှိလာမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အခြေခံ အဆင့်လောက်မှာတင် ရပ်မနေပဲ Proficiency ဖြစ် ဖို့ တဖြည်းဖြည်း ဖန်တီးတည်ဆောက်ကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

၄။ ပညာရည်

ပညာဆိုသည်မှာ အကောင်းအဆိုး၊ အကြောင်းအကျိုး ဝေဖန် ပိုင်းခြား နိုင်ခြင်း ကို ဆိုလိုပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ သင်ကြားခဲ့ကြသော ဘွဲ့ရခဲ့ကြသော ပညာရပ်များမှာ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်း အတတ်ပညာ များသာ ဖြစ်ပြီး အသိအလိမ္မာ ပညာများ မဟုတ်ကြပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ ငယ်စဉ် က သင်ကြားခဲ့ကြဖူးသော ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ဘာသာ၊ စာရိတ္တ နှင့် ပြည်သူ့နီတိများ။(၃၈)ဖြာ မင်္ဂလာ အကြောင်းတရားများ။ စသဖြင့် အသိအလိမ္မာ များပင်ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ် တို့ ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာရပ်တည်နိုင်ဖို့ အတတ်ပညာ သာမက အသိပညာများပါ မရှိ မဖြစ် လိုအပ်သည့်အတွက် ဖြည့်ဆည်းထားကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ပညာရည် ဆိုသည်မှာလည်း အတတ်ပညာနှင့် အသိအလိမ္မာ ပညာ များ ပေါင်းစည်းထားခြင်း ဖြစ်ပြီး ပညာရည် ပြည့်ဝ လာသူများ ဟာ ထိပ်တန်းရောက်ဖို့ ခဲယဉ်းနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါ။

၅။ မိမိရဲ့ အားသားချက်၊ အားနည်းချက်ကို သိရမယ်။

မိမိရဲ့ အားသားချက် အားနည်းချက်ဆိုသည်မှာ မိမိ ရဲ့ ပင်ကိုယ်စွမ်းရည်ကိုပြောခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ဟာ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီမှာပင်ကိုယ်စွမ်းရည်လေးတွေ ရှိကြပါတယ်။ စိတ်ထားကောင်းခြင်း ၊ စိတ်ထား ယုတ်ခြင်း။ မေတ္တာတရားရှေ့ထား၍သူတစ်ပါးကိုကူညီတတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးကိုကူညီ ဖို့ ဆန္ဒမရှိခြင်း။ အားနာတတ်ခြင်း၊ အားမနာတတ်ခြင်း။ မျှဝေခြင်း၊ သိုသိပ်ခြင်း။ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု ရှိခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို အား မရခြင်း။ အလုပ်ကြိုးစားခြင်း။ ပျင်းရိနေခြင်း။ အကောင်းမြင်စိတ်ရှိခြင်း။ အဆိုးမြင်ဝါဒီများခြင်း။ ပရဟိတ လုပ်လိုခြင်း ။ အတ္တစိတ်ပြင်းပြခြင်း။ ဉာဏ်ကောင်းခြင်း။ ဉာဏ်ထုံခြင်း။ အလေ့အကျင့်ကောင်းများ ကျင့်ကြံခြင်း။ အလေ့အကျင့်ဆိုးများရှိနေခြင်း။ အလုပ်တခုအပေါ်တွင် အာရုံစူးစိုက် ပြီးအကောင်းဆုံးပြီးမြောက်အောင်လုပ်လိုခြင်း။ ပြီးစလွယ်ပြီးပြီးရောတာဝန်ကျေ လုပ်ခြင်း။ စဉ်းစားတွေးခေါ်တတ်ခြင်း။ စဉ်းစားမှုစိုးစဉ်းမျှမလုပ်လိုခြင်း စသည် စသည့် အချက်များအပေါ် မိမိရဲ့အားသားချက် အားနည်းချက်ကိုဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်ဖို့လိုပါတယ်။ မိမိကိုယ်ကို မိမိစိတ်ကို သိနေရမယ်လို့ ဆိုလိုထားခြင်းမျိုးပါ။ မိမိရဲ့ အားသားချက်အားနည်းချက်ကို သိနေပါမှလည်း အားသားချက်ကို ပိုအားသားအောင် ။အားနည်းချက်တွေ အားကောင်းဖို့ ပြင်ဆင်နိုင်ကြမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှ မိမိရှေ့လျှောက်ဘာဆက်လုပ်သင့်သလဲ ဆိုတာ သိမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လမ်းပျောက်နေကြရတဲ့ အမိ ကအကြောင်း ရင်းထဲ မှာ မိမိ ရဲ့ အားသားချက် ။ အားနည်းချက်ကို မသိ ခြင်း ကြောင့်လည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အားသားချက်၊ အားနည်းချက်ကို သိဖို့ စမ်းစစ်ရန် နည်းလမ်းရှိပါတယ်။

၆။ စာဖတ်ခြင်း

စာဖတ်ခြင်းဟာ မိမိအတွက် ဗဟုသုတရရှိစေသလို အသိဉာဏ် အလင်းကို လည်း ဖွင့်ပေးနိုင်ပါတယ်။ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားများပြည့်ဝ စေ ပြီး မိမိ ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ရာမှာ အခြေခံ အုတ်မြစ် ပဲဖြစ်ပါတယ်။ စာအုပ်တစ်အုပ် ဟာ လူတစ်ယောက်ကို ကောင်းဆိုး ကြောင်းကျိုး မှားမှန် ခွဲခြား သိမြင်နိုင်ဖို့ အလင်းပြပေးနိုင်စွမ်းလည်းရှိပါတယ်။ စာအုပ်တစ်အုပ်ဖတ်ဖို့ ကျွန်ုပ်တို့ ငွေ နှင့်အချိန်ကို ရင်းနှီးကြရပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ ပြန်လည်ရရှိတာဟာ ကျွန်ုပ်တို့အတွက် တန်ဖိုးဖြတ်မရတဲ့ အဖိုးတန် အသိဉာဏ် နဲ့ စိတ်ထား ရင့်ကျက်မှု ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ စာဖတ်ဖို့ မျက်စိညောင်းခြင်း။ ဇက်ကြောတက်ခြင်း။ ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းများကြုံရနိုင်ပါတယ်။ သို့ပေမယ့် စာတစ်အုပ်ကိုမငြီးမငြူဖတ်တဲ့ သူဟာ အဲဒီစာအုပ်ထဲက ပေးချင်တဲ့ အသိပညာ ကိုရရှိလိုက်တယ်။ စာဖတ်သူဟာ စာမဖတ် သူ ထက် အသိဉာဏ် ပို သာ ပါတယ်။ ခေါင်းတစ်လုံး ပိုမြင့်ပါတယ်။

အသိပညာဗဟုသုတနဲ့ ပြည်စုံတဲ့ သူဟာ လူရာ ဝင်ဆံ့ ပါတယ်။ သူပြောလိုက်တဲ့ စကားတွေ မှာ လည်း အဓိပ္ပါယ် နှင့် အနှစ်သာရ ပြည့်ဝပြီး လေးနက်သော စကားတွေ သာ ဖြစ်နေ တတ် ပါတယ်။ တည်ကြည်ခန့်ညားပြီး မြန်မာစကားအထားသို့ ကအစ ပြောပုံဆိုပုံတွေမှာလည်း နားထောင်ရသူအဖို့ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းနေလေ့ရှိပါတယ်။ စာဖတ်သူဟာ တွေးခေါ်မြော်မြင်နိုင်စွမ်းရှိပြီး အနေအထိုင် အပြောအဆို သိမ်မွေ့နူးညံ့ခြင်းတို့ နှင့်လည်း ပြည့်ဝနေတတ် ပါတယ်။ လူငယ်များအနေဖြင့် ဝါသနာပါသည်ဖြစ်စေ မပါသည်ဖြစ်စေ စာဖတ်ခြင်း အလေ့အထ ကို စွဲမြဲနေ သင့်ပါတယ်။ စာဖတ်ခြင်း ဟာ အလေ့အကျင့်ကောင်းတစ်ခုဖြစ်လို့ မွေးမြူ ထားသင့်ပါတယ်။ စာအုပ်စာပေများကိုဖတ်ရှု ရာမှာ နယ်ပယ်စုံမှ စာအုပ်မျိုးစုံကိုဖတ်ရှုလေ့လာသင့်ပါတယ်။

နိုင်ငံရေး။ စီးပွားရေး။ ပညာရေး။ ကျန်းမာရေး။ လူမှုရေး။ ဘာသာရေး။ ပြည်သူ့နိတိ။ သိပ္ပံ။ အင်ဂျင်နီယာရေး။ ဆေးပညာ။ စက်မှုလက်မှုအတတ်ပညာ။ ဗေဒ အသိပညာ။ ကျွန်ုပ်တို့ မိုးဘိုင်းလ် နှင့် အီလက်ထရောနစ်နည်းပညာ။ အောင်မြင်ရေး အာဟာရ။ သုတရသ စွယ်စုံ ။ နိုင်ငံတကာ ဟင်းချက်နည်းနှင့် မုန့်လုပ်နည်းများ။ အတွေးအခေါ်အသိအမြင်စာအုပ်များ။ ဘာသာပြန် စာအုပ်များ။

အင်္ဂလိပ်စာလေ့လာသင်ကြားရေး နှင့် ဘာသာစကား ဆိုင်ရာ စာအုပ်စာပေများ။ လမ်းညွှန်အကြံပေးအသိပညာ စာအုပ်များ။ Biography များ။ သမိုင်းကြောင်း စာအုပ်များ။ ဆုံးမစာများ ကဗျာများ ဆောင်းပါးနှင့် အထွေ ထွေ ဗဟုသုတ မြန်မာ့စွယ်စုံကျမ်း ကမ္ဘာ့ စွယ်စုံကျမ်းများ စသဖြင့် နယ်ပယ်ပေါင်းစုံမှ မြောက်များသော စာအုပ်စာပေများကို အနီးဆုံး စာအုပ်အရောင်ဆိုင်များမှာ ဝယ်ယူဖတ်ရှုနိုင်ကြသလို စာကြည့်တိုက်များမှ လည်း အသင်းဝင် ငှားရမ်း ဖတ် ရှု နိုင်ပါတယ်။ မည်သည့်စာအုပ်ပဲ ဖတ်ဖတ် တန်ဖိုးဖြတ်မရတဲ့ အသိပညာ ဗဟုသုတ ရ ရှိလာကြမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ စာဖတ်ခြင်းဖြင့် အတွေးအခေါ် အယူအဆတွေကိုပြောင်းလဲစေနိုင်ပြီးအထူးသဖြင့် စိတ်ခွန်အားပေး စာပေများ ဖတ်ရှုလျှင် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု တွေ ရှိလာသလို ကြိုးစားချင်စိတ်တွေ ဖြစ်ပေါ်လာပါတယ်။

စိတ်ဓာတ်ကျသူများ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုအားနည်းနေသူများအဖို့ အာဟာရ ဖြစ်
 စိတ်ဓာတ်တက်ကြွစေသောစာအုပ်မျိုး တွေ ကိုဦးစွာရှာဖွေ ဖတ်ရှုသင့်ပါတယ်။
 စာဖတ်ခြင်းဟာ မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်း။ ဦးနှောက်အသိဉာဏ်
 ဖွံ့ဖြိုးအောင်အာဟာရတိုက်ကျွေးခြင်း။ အချိန်ကို အကျိုးရှိရှိ အသုံးချ ခြင်း မည်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စာဖတ်ခြင်းဟာ
 ကောင်းကျိုးများများ ရရှိစေမှာဖြစ်လို့ လူငယ်တိုင်း မိမိဘဝ တိုးတက်မြင့်မားဖို့ စာအုပ်စာပေတွေ ကို မဖြစ်မနေ
 ဖတ် ရှုသင့်ပါတယ်။

၇။ စည်းကမ်း

စည်းကမ်း ဟူသည် လူတန်ဖိုး ။ စည်းကမ်းရှိမှလည်း တိုးတက်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အိမ်တွင် အိမ်စည်းကမ်း။
 ကျောင်းတွင် ကျောင်းစည်းကမ်း။ လမ်းတွင် လမ်းစည်းကမ်း။ လုပ်ငန်းတွင် လည်း အလုပ်ခွင် စည်းကမ်း ဟူ၍
 သတ်မှတ်ထား ပေရာ စည်းကမ်းကိုအစဉ် လိုက်နာနိုင်သူသာလျှင် တိုးတက်မှုရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။
 စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်သူကို ကြီးလေးသော အပြစ်ဒဏ် ပေး တယ်ဆိုတာ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တဲ့ ကိစ္စတစ်ခုပါ။
 ကျွန်ုပ်တို့ လူငယ်တွေ ဟာ စည်းကမ်းရှိပါမှလည်း မိမိကိုယ်ကို စနစ်တကျ ပြုစု ပျိုးထောင်နိုင်မှာ ဖြစ်လို့ စည်းကမ်း
 ရှိအောင် နေထိုင် ကျင့်ကြံကြံဖို့ လိုပါတယ်။ စည်းကမ်းဟူသည် လူတန်ဖိုး ကို မြင့်မားစေရန် သတ်မှတ်ထားခြင်းမျိုး
 ဖြစ်ပြီး အလွယ်တကူ မလိုက်နာနိုင်သည့် စည်းကမ်းဖြစ်စေကာမူ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်ဖို့ မကြိုးစားပဲ ကြိုးစား
 လိုက်နာကြာရပါမယ်။

၈။ အသင်းအဖွဲ့စုပေါင်း အလုပ်လုပ်ခြင်း

အလုပ် ခွင် စီမံ ကိန်းတစ်ခု ကိုရေးဆွဲ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်တဲ့အခါမှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း
 သီးခြား ဆောင်ရွက် လို့ မရပဲ အဖွဲ့ အစည်းနှင့်ပေါင်းသင်းညှိနှိုင်း ဆောင်ရွက်ရတာ ဖြစ်လို့ Team work
 စိတ်ဓာတ် ရှိဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ စင်စစ် လုပ်ငန်းတွင် အများနဲ့ ညှိနှိုင်း လုပ် ဆောင်ကြာမှာဖြစ်လို့ အသင်းအဖွဲ့
 စုပေါင်း စိတ်ဓာတ်ရှိပါမှလည်း လုပ်ငန်းအောင်မြင်ပြီးမြောက်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ထို့ကြောင့် Team Work
 စိတ်ဓာတ် ကိုမွေးမြူ ကြဖို့ ရာ လူငယ်တိုင်းမှာ တာဝန်ရှိပါတယ်။

၉။ လေးစားမှု

အလုပ်လုပ်ရာတွင် အသင်းအဖွဲ့ နှင့် စုစည်းလုပ်ရတာ ဖြစ်တဲ့ အတွက် တစ်ဦးအပေါ် တစ်ဦး အပြန်အလှန်
 လေးစားမှု ရှိပါမှလည်း ဆက်ဆံ ရေး ပြေပြစ်ပြီး နေရာ ရလာကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် မိမိ ထက်
 အသက်အားဖြင့် ကြီးသူ။ ဂုဏ်အားဖြင့် ကြီးသူ။ ရာထူးအားဖြင့် ကြီးသူ။ အတွေ့အကြုံအားဖြင့် များပြားသူ။ တို့ကို
 လေးလေးစားစားဆက်ဆံတတ်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ မိမိရဲ့ လက်အောက်ငယ်သားများ မိမိထက်အတွေ့အကြုံနုနယ်
 သော ရာထူး နိမ့်သော သူများကိုလည်း ခင်ခင်မင်မင် လေးလေးစားစား သာ ဆက်ဆံကြာမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။
 တစ်ဦးကိုတစ်ဦးလေးစားခြင်းဆိုသည်မှာ မွန်မြတ်သော အလေ့အကျင့် ကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပြီး အလုပ်ခွင်မှာ
 ဖြည့်ဆည်းထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

.....

၁၀။ ခေါင်းဆောင်မှု ပညာ

အသင်းအဖွဲ့တစ်ခုလုံးကို ခေါင်းဆောင်တဲ့ Leader ဆိုတာရှိပါတယ်။ Company ကြီး တစ်ခုလုံးရဲ့ ခေါင်းဆောင်ဟာ boss သူဌေးဖြစ်ပြီး Department တခုချင်းအလိုက် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာရာမှာ အသီးသီးသောခေါင်းဆောင်များဖြင့်တာဝန် ယူ ဆောင်ရွက်ကြရပါတယ်။ တစ်ချိန်မှာ မိမိသည် လည်း ခေါင်းဆောင်နေရာရောက်လာမှာမို့ ခေါင်းဆောင်ကောင်း တစ်ယောက်ရဲ့ ရှိသင့်ရှိထိုက်တဲ့ အရည်အသွေး အရည်အချင်း အလေ့အကျင့်ကောင်းများကိုလည်း လက်ရှိ အချိန်မှ စလို့ မွေးမြူ ကျင့်ကြံ ထားကြ ရတော့မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ခေါင်းဆောင်ကောင်းဖြစ်ဖို့နောက်လိုက်ကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ရန်လိုအပ်ပါတယ်။ ဆိုလိုတာက ခေါင်းဆောင်နေရာမရောက်သေးခင်

နောက်လိုက်နေရာမှာနောက်လိုက်ကောင်းတစ်ဦးဖြစ်အောင်ကျင့်ကြံနေထိုင်တတ်တာ ပါ။အလုပ်လုပ်တဲ့အခါအောက်ခြေ အခြေခံ အဆင့်မှ စလုပ်တတ်မှလည်း အခြေခံပြီးအဆင့် မြင့်ရောက်တဲ့အခါ အလွယ်တကူ ဦးဆောင်နိုင်မှာ ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူငယ်များဟာ တစ်နေ့မှာဦးစီး ဦးဆောင်ပြုရမယ့် ခေါင်းဆောင်နေရာရောက်ရှိလာမှာဖြစ်လို့ ခေါင်းဆောင်ကောင်း နေရာကို မျှော်မှန်းထားသင့်ကြပါတယ်။

၁၁။ တာဝန်ယူ တာဝန် ခံ နိုင်မှု

အလုပ်ခွင် အသီးသီးမှာ မိမိတာဝန် မိမိကျေပါမှလည်း ရေရှည်မှာ တိုးတက်လာမှာဖြစ်ပါတယ်။ တာဝန်ဝတ္တရားဆိုသည်မှာ မိမိ အား ပေးအပ်လာသော လုပ်ငန်းဆောင်တာ များပင် ဖြစ်ပြီး တာဝန် ယူနိုင်မှု ရှိခြင်းမရှိခြင်းဟာ လည်း လူငယ်တွေ ကို တစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် အရည် အသွေး မတူကွဲပြားအောင် အဆုံးအဖြစ်ပေးနေတတ်ပါတယ်။ မိမိ နိုင်နင်းတဲ့ တာဝန် မှန်သမျှ ကို တာဝန်သိတတ် မှု။ တာဝန် ခံ မှု ဖြင့် ကျေပွန်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ရမှာလည်း ဖြစ်ပါတယ်။ အသေးအဖွဲ့ ကိစ္စ လေးကိုမှ တာဝန် မယူနိုင်ခဲ့ရင် ကြီးမားသောလုပ်ငန်းဆောင်တာများ ကို မည်သို့ မျှ တာဝန်ယူနိုင်ကြလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ ဒါကြောင့်မိမိ နိုင်နင်းတဲ့ တာဝန် မှန်သမျှ ကို တာဝန်သိစိတ်ဖြင့် မိမိဘာသာ တာဝန် ယူရဲရပါမယ်။ တဖြည်းဖြည်း ကြီးမားလာသော တာဝန်များကိုလည်း ယူလာနိုင်အောင် အားထုတ် ကြာမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

၁၂။ အလုပ်အပေါ်မှာ အာရုံစိုက်မှု

မိမိ အလုပ်အပေါ် မှာ မိမိ စိတ်အားထက်သန်ပါမှလည်း အလုပ်ကို မြတ်နိုးနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မြတ်နိုးမှလည်း တိုးတက် မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဝါသနာပါတယ် မြတ်နိုးတယ်ဆိုတာလည်း မိမိက အလုပ်ထဲ မှာ အမြဲ တက်ကြွနေခြင်းမျိုးဖြစ်ပြီး အလုပ်လုပ်ရတာကို ပင်ပန်းတယ်လို့တော့ မမြင် ပဲ မြတ်နိုးတန်ဖိုးထားကာ စိန်ခေါ်မှု တွေကိုအမြဲ ကြိုလင့်နေခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အစကတည်းက မိမိ ဝါသနာပါရာအလုပ်ကိုလျှောက်ထားခဲ့ ခြင်းကြောင့် မိမိ အလုပ်အပေါ် မြတ်နိုးတတ်ခြင်း။ သစ္စာ ရှိခြင်း တန်ဖိုးထားခြင်း တက်ကြွခြင်းတို့ ဖြင့် အလုပ်မှာပျော်နေကြသူများဖြစ်ပါတယ်။ ထိုသူများဟာ မိမိလုပ်တဲ့ အသေးအဖွဲ့ကိစ္စ လေးမှ အစ ကြီးမားသောလုပ်ငန်းတာဝန်များကိုအာရုံစိုက်လာပြီးကောင်းသထက် ကောင်းအောင်လုပ်လာနိုင်ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ထိုကဲ့ သို့သောသူများဟာ အမြင့်ရောက်လွယ်ပါတယ်။

ရာထူးတိုး ခြင်း။ မိမိ ရာထူးအလိုက် ဝင်ငွေမြင့်မားခြင်းနှင့် မိမိ မြတ်နိုးတဲ့အလုပ်ကိုလုပ်ရလို့ အစဉ် စိတ်ချမ်းသာခြင်း တို့ကို အကျိုးရှိစွာ ရရှိပိုင်ဆိုင် ကြပါတော့တယ်။

၁၃။ စီမံခန့်ခွဲမှု

လူငယ်များနှင့် စီမံ ခန့် ခွဲမှု မှာ အလွန် အရေး ကြီးပါတယ်။ Management ဆို သည်မှာ စီမံ ခန့် ခွဲ မှု ဖြစ်ပြီး ထိရောက်သော စီမံ ဆောင်ရွက် မှုဖြင့် လုပ်ဆောင် ပါက ထိရောက်သော Result ကိုရရှိ ကြပါမယ်။ မိမိကိုယ်ကို စီမံ ခန့် ခွဲ နိုင်သော Personal Management က အရေးကြီးပါတယ်။ အများကို ဦးဆောင်နိုင်ဖို့ မိမိ ကိုယ် ကို ဦးစွာ စီမံ ခန့် ခွဲ နိုင်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိ ကိုယ် ကို စီမံ ခန့် ခွဲခြင်း ဆိုသည်မှာလည်း ခက်သား လှ ပါ တယ်။ ကိုယ့် ကိုကိုယ် မှ ထိရောက် စွာ စီမံ မ ခန့် ခွဲ နိုင်ပါလျှင် အများကို ဦးဆောင် ဖို့ အဘယ်မှာ ထိရောက်ပါမည်နည်း။ အဘယ်မှာ ဩဇာ လွှမ်းမိုး မှု လေးစားမှု ရှိနိုင်ပါမည်နည်း ။ မိမိကိုယ်ကို စီမံ ခန့် ခွဲရာတွင် Effective Time management က အရေးကြီးပါတယ်။

မိမိရဲ့ တစ်နေ့တာ ပိုင်ဆိုင်ခွင့် ရတဲ့ အချိန်များ ကို စနစ်တကျ ပိုင်းခြား စီမံ ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိ အတွက် ပထမ ဦးစားပေးအရေးအကြီးဆုံးအလုပ်များကို ရရှိသော အချိန်မှာ အရင်လုပ်ပြီး အရေးမကြီးတာတွေ ကိုတော့ တဖြည်းဖြည်း လုပ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်အရေး ကြီးခြင်း မကြီးခြင်း ကို ခွဲခြားနိုင်ရပါမယ်။ လက်ရှိ အချိန် ကိုအကျိုး ရှိရှိ အသုံး ချ ပါမှ အမှန်တကယ် အကျိုးရှိမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန် ဟာ တရွေ့ရွေ့ နဲ့ ကုန်ဆုံးလွယ်ပြီး လူကို လုံးဝ စောင့်ဆိုင်း မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ လူကလည်း အချိန်ကို စောင့်ဆိုင်းနေစရာမလို ပဲ လက်ရှိ အချိန် မှာ လုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်ကိစ္စ ။ အမှုကိစ္စ တစ်ခုခု ကို လုပ်ဆောင်နေကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်နေ့ တာအချိန် ကုန်ဆုံးမှု က အလွန်လျင်မြန်ပါတယ်။ အချိန်ကို အကျိုး ရှိစွာ အသုံးချသူများ ကတော့ အောင်မြင် ကြီးပွား သွားကြတာပဲ ဖြစ်ပြီး အချိန်ဖြုန်းကြာသူများကတော့ ဒုံရင်းက ဒုံရင်း ဖြစ်နေတတ်လေ့ရှိပါတယ်။ တိုးတက်ချင် သူလူငယ်များ အနေဖြင့် မိမိ ရဲ့ နေ့ စဉ် တစ်နေ့ တာ အချိန် ၂၄ နာရီ ကို စားသောက်ခြင်း။ အိပ်စက်ခြင်း။ ပျော်ပါး ခြင်း။ လျှောက်လည်ခြင်း။ ဂိမ်းကစားခြင်း ။ ရုပ်ရှင် ကြည့်တီဗီကြည့်။ ပွဲလမ်းသဘင် တက်ရောက်ခြင်း။ ပျင်းရိ မှိုင်တွေ နေတတ်ခြင်း။ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း တို့ဖြင့် နိစ္စဓူဝ အချိန် တွေ ကုန်ဆုံးမနေစေပဲ မိမိအတွက် ဘာလုပ် ရင် ဘာ ရမယ်ဆိုတာ ကို အစဉ်အမြဲ တွေးတောလုပ်ဆောင်နေကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သူများထက် ပိုထူးချွန် ပိုအောင်မြင်ချင်တဲ့ သူဟာ သူများထက် နှစ်ဆ သုံးလေး ဆ ပိုကြိုးစားရပြီး မိမိ အချိန်တွေ ကိုကောင်းမွန်စွာ အချိန်ဇယားဆွဲ စီမံ နိုင်ပါမှ ကုန်ဆုံးသွားသော အချိန်တွေ ဟာ မိမိအတွက် အကျိုး တစ်စုံတစ်ရာဖြစ်ထွန်းစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာမှ လုပ်စရာမရှိရင်တော့ စာဖတ်နေတာကောင်းပါတယ်။ တင်ပြဖူးခဲ့ သလို စာဖတ်ခြင်းဟာ အားလပ် ချိန်တွေ မှာ ဗဟုသုတ များ ရှိစေနိုင်သလို အတွေးအခေါ် အသိအမြင်ကောင်းတွေ ကိုလည်း တွေးတတ် လာမှာ ဖြစ်လို့ အချိန်ကို အကျိုးရှိရှိ အသုံး ချခြင်းမည် ပါ ပေတယ်။

၁၄။ အကောင်းမြင်စိတ်နှင့် အပြုသဘောတွေးတောခြင်း။

အကောင်းမြင်စိတ်ဆိုသည် မှာ အတိတ်က ဖြစ်ရပ်များကို ကောင်းစွာ လက်ခံလိုက်ခြင်းမျိုး။ လက်ရှိ အချိန်မှာ ဖြစ်လာသမျှ အဖြစ်အပျက် များကို ကောင်းမွန်စွာ နားလည်လက်ခံ ထားခြင်း မျိုး။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဖြစ်မလာသေးတဲ့အနာဂတ်အဖြစ်အပျက်တွေကို အကောင်းမြင် ကြည့်တတ်တာမျိုးပါ။

အကောင်းမြင်တဲ့အခါမှာ အကောင်းတွေးတောခြင်း တွေ စုစည်းမိလာပြီး ကောင်းမွန်သောရလဒ် တွေနဲ့.. ပိုမိုနီးစပ်လာပါတော့တယ်။ ကျွန်တော်တို့အများစုဟာ အမြဲ အဆိုးတွေးလေ့ရှိသလို မိမိတို့ လုပ်နိုင်တဲ့ အလုပ်သေးသေးလေးကိုတောင်မှ လုပ်မကြည့်ရသေးခင် မလုပ်နိုင်ဘူးမဖြစ်ဘူး ဆိုတဲ့ အဆိုးမြင် အဆိုးတွေးက အရင်တွေးဖြစ် ကြပါလိမ့်မယ်။ အဆိုးမြင်တွေးခြင်းဟာ မိမိ ကိုယ်ကို ဆုတ်ယုတ်စေပြီးအကောင်းမြင်တွေးခြင်းကတော့မိမိကိုယ်ကိုမှချ တိုးတက်စေမှာဖြစ်တာကြောင့် အဆိုးတွေးကိုဖယ် ကောင်းမွန်စွာလုပ်မည် ကောင်းမွန်စွာဖြစ်ရမည်လို့ တွေးတောလုပ် ကိုင် လိုက်ပါ။ ဒါဟာ အကောင်းမြင်စိတ်ဖြစ်လို့ အကောင်းတွေ စုစည်း ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ မိမိလက်တစ်ကမ်းမှာပါ။

မိမိရဲ့ အိမ် တံ ခါးကို အဆိုးမြင်စိတ် သော့ခလောက်နဲ့ ခတ်ပိတ်ထားမိပါက အခွင့်အလမ်းက မိမိ အိမ် လာလည်တဲ့အခါ စိတ်မကောင်းကြီးစွာ လှည့် ပြန်သွားမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မိမိ အိမ်တံခါး ကိုပိတ်ပစ်စေမယ့် အဆိုးမြင်စိတ် သော့ခလောက်ကို လွှင့် ပစ်လိုက်ပြီး အကောင်းမြင်စိတ် ဖြစ်တဲ့ ဂျက်ထိုး ရုံလေး နိုးကြားမှုဖြင့် အခွင့်အလမ်းကိုအလွယ်တကူ ဝင်ခွင့် ပေးလိုက်ပါ။ အခွင့်အလမ်းဆိုတာ ဧည့်ဆိုးမဟုတ် ပဲ ဧည့်သည်ကောင်း ပင်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်အကောင်း မြင်စိတ်ထားဟာ တိုးတက်လိုသူတိုင်းအတွက် အကောင်းပဲ ဖြစ်စေမှာပါ။

၁၅။ ဆက်လက်လေ့ လာ သင်ယူခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့ မသိသေး သောအကြောင်းအရာ တွေ ဟောဒီ ကမ္ဘာ့လောကကြီးမှာ အမြောက်အများ ရှိနေပါတယ်။ လူသားတိုင်း Perfect မဖြစ်ပေမယ့် Better ဖြစ် ဖို့ တော့ အလားအလာရှိပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ မသိတာတွေ သိလာအောင် အဆက်မပြတ် သင်ယူ နေကြရပါမယ်။ စင်စစ် ဘဝဆိုတာလည်း မသိသေးသော သင်ခန်းစာများ အဆက်မပြတ် သင်ယူနေကြရသော စာသင်ခန်းကြီးတစ်ခုပင်မဟုတ်ပေလား။

ခေတ်ရေစီးကြောင်းလျင်မြန်တိုးတက်မှု မှာ တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ တိုးတက်ပြောင်းလဲမှုတွေ က ပွားများ လို့ လာနေပါတယ်။ လူငယ်များအနေဖြင့် ခေတ်ကို မျက်ခြေမပြတ်ပဲ ဗဟုသုတ များ တိုးပွားလာအောင် သင်ယူနေကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သင်ယူခြင်းကို ရပ်တန့်လိုက်တဲ့ နေ့ဟာ မိမိ အမြင်ကို အမှောင် ချလိုက်တဲ့ နေ့ပါပဲ။ မသင်ယူတဲ့ သူဟာ သူများနောက်မှာ ကျန်ခဲ့ပါတယ်။ သင်ယူရာတွင် အမျိုးမျိုးသောနည်းလမ်းများဖြင့် သင်ယူနိုင်ပါတယ်။ www world wide web ဖြစ်တဲ့ အင်တာနက်မှ web base learning သင်ယူခြင်း။ internet access ရှိသောနေရာတွင် မိမိ ကွန်ပျူတာ ။ မိုဘိုင်း ။ တက်ဘလက် အစရှိသည့် ခေတ်မီelectronic ပစ္စည်းများဖြင့် Google search engine မှ တစ်ဆင့် မိမိသိလိုရာကို အလွယ်တကူ ဝင်ရှာဖွေ နိုင်ခြင်း။ download ရယူနိုင်ခြင်း။ ကမ္ဘာ့ နိုင်ငံတကာ သတင်းဖြစ်စဉ်များ နှင့် မြန်မာ့ သတင်းစာ ဂျာနယ် များမှ တစ်ဆင့် သတင်းများကို လေ့လာ သင်ယူနေခြင်း။ များစွာ

သော Source များကို ရှာဖွေ ခြင်းဖြင့် အဆက်မပြတ် လေ့လာ သင်ယူနေကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။မိမိ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာရပ် များ သာမက ပြင်ပ ဗဟုသုတ အသိပညာ များကိုလည်း တဖြည်းဖြည်း ကြွယ်ဝ များပြားအောင် သင်ယူ နေကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ စင်စစ် လူငယ်များအတွက် သင်ယူခြင်းဟာ တိုးတက်ဖို့ လမ်းစ တစ်ခု ဖြစ်လို့ပါပဲ။

၁၆။ ရည်မှန်းချက်

တိုးတက်လိုသူ လူငယ်တိုင်းမှာ ရည်မှန်းချက် ကိုယ်စီ ရှိကြပါတယ်။ ရည်မှန်းချက်ဆို သည်မှာ ဖြစ်မလာသေးခင် နောင်အနာဂတ် မှာ မိမိ ဘာဖြစ်ရမယ်။ ဘာတွေ ပိုင်ဆိုင်ရမယ်။ ဘယ်လို နေရာရောက်ရမယ်။ စသဖြင့် မိမိ စိတ်ကူး ရည်ရွယ် ချက် များပင်ဖြစ်ပါတယ်။ မိမိ ရည်မှန်းချက်ကို အချိန် တိတိကျကျကန့်သတ်ထားရှိပြီး တစိုက်မတ် မတ် ကြိုးစားပါမှ လည်း ကန့် သတ်ချိန် အတွင်းရောက်ရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တိကျ ပြတ်သားတဲ့ လက်တွေ့ကျသော ရည်ရွယ်ချက် ဖြစ်ရပါမယ်။ အချိန် အတိုင်းအတာ တစ်ခု ကန့်သတ်နိုင်ရပါမယ်။ ဒါဆိုရင် တော့ မိမိ ကန့် သတ်ထားတဲ့ အချိန် အတိုင်း အတာအတွင်း ဘယ်အရာတွေ က မိမိ ရည်မှန်းချက် ကိုနှောင့်ယှက် ဖျက်ဆီး ဟန့်တားစေမှာလဲ ။ ဘယ်အရာတွေ က မိမိ ရည်မှန်းချက်ကို ပြည့်ဝ အောင် ခေါ်ဆောင်ပေးမှာ လဲစသဖြင့် စဉ်းစားတွေ ခေါ်ပြီး ကောင်းခြင်းတွေ ကိုယူ ဆိုးခြင်းတွေ ကို ပယ်။ ရည်ရွယ်ချက် ရှိရာ နေ့စဉ် တရွေ့ရွေ့ အရောက်သွားကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

တိကျသော အချိန်နှင့် ပြတ်သားတဲ့ ရည်မှန်းချက်ဆိုသည်မှာ ဥပမာ နောက်ငါးနှစ်မှာ မိမိဘယ်လိုရာထူး ဘယ်လိုအခြေအနေ ဘယ်လို ဘဝ ဘယ်လို ပိုင်ဆိုင်မှု မျိုး ဘယ်လိုရပ်တည်မှု မျိုး ဖြစ်ကိုဖြစ်ရမယ်။ ဟူ၍ တိတိကျကျ သေသေချာချာ သတ်မှတ်ထားခြင်း မျိုး ပင်ဖြစ်ပါတယ်။ တိကျ ပြတ်သားပါမှ လည်း အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ဖို့ နီးစပ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

၁၇။ ဇွဲ၊ လုံ့လ၊ ဝီရိယ

မိမိအလိုရှိသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် ကို အားသွန် ခွန်စိုက်ကြတဲ့ အခါမှာ ထက်သန်ပြင်းပြသော စိတ်ဓာတ်ဖြင့် မလျော့သော ဇွဲ၊ လုံ့ လ၊ ဝီရိယ တို့ ရှိနေရပါမယ်။ စင်စစ် ဇွဲ ။ လုံ့ လ၊ ဝီရိယ ကသာ ပန်းတိုင်ကိုရောက်အောင် တွန်းပို့ပေးမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဇွဲဆိုသည်မှာ မဖြစ်ဖြစ်အောင် လုပ်ခြင်း။ အလျော့မပေးခြင်း ။ အရုံးမပေးခြင်း။ မည်ပြီး လုံ့ လ ဆိုသည်မှာတော့ မိမိ လုပ်လိုက်သော အလုပ်တစ်ခု မအောင်မြင်ရင် အောင်မြင်လာမယ့်နည်းလမ်းကို ရှာ ကာ ထပ်မံ လုပ်ဆောင် ကြိုးစားခြင်း ပင်ဖြစ်ပါတယ်။ ဝီရိယ ဆိုသည်မှာ တော့ ပျင်းရိမနေပဲ အစဉ် တက်ကြွ ရွှင်လန်းကာ Active ဖြစ်နေခြင်း ကို ဆို လို ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဇွဲ ။ လုံ့လ။ ဝီရိယ ရှိသူများဟာ သူများထက် သာလွန် တဲ့ အဆင့်မြင့်တဲ့နေရာကိုရောက်မှာ ဧကန်မလွဲပါပဲ။

၁၈။ အောင်မြင်မှု

အောင်မြင်မှု ဆိုတာက တော့ လူတိုင်းအာသီသ အ ဖြစ် အလိုရှိကြတာချည်းပါပဲ။ အောင်မြင်မှု ကို သတ်မှတ်ထားချက် တွေ က တော့ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်တူညီကြမှာမဟုတ်ပါဘူး။ လူငယ် တိုင်း

နီးပါးအောင်မြင်ချင်ကြာလေ့ရှိကြပါတယ်။ တကယ်တော့ အောင်မြင်မှု ဆိုတာ မိမိဝါသနာပါရာ အလုပ်မှာ နှစ်သက်မြတ်နိုးစွာ လုပ်ရခြင်း။ မိမိ အရည်အချင်းတွေ ကို စိန်ခေါ် ထုတ်သုံးရခြင်း။ မိမိ အလုပ်ကို ကောင်းသထက်ကောင်းအောင်တီထွင်ဖန်တီး တွေးတော လုပ်ကိုင်ရခြင်း။ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့် မားစွာ ခေါင်းဆောင်နိုင် တာဝန်ယူလာနိုင်ခြင်း။ နေ့စဉ်နှင့်အနင့်အမျှ မိမိကိုယ်ကို တိုးတက်လာစေခြင်း။ အများအကျိုးပြုနိုင်ခြင်း။ မိမိကျွမ်းကျင်သော ဘာသာရပ် လုပ်ငန်းကိုအများအတွက် မျှဝေ သင်ကြားပြသပေးနိုင်ခြင်း

တို့ ဟာ မိမိရဲ့ အောင်မြင်ခြင်းပဲ မည်ပါတယ်။

ထိုကဲ့သို့သောအောင်မြင်မှုမျိုးရဖို့ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးတော့ အခြေအနေ အချိန်အခါ အခွင့်အလမ်း နေရာ အသိဉာဏ် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး တူညီကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်ုပ်တို့ ရည်မှန်းရာ အောင်မြင်မှု ကိုရရှိဖို့ဆိုတာ အပတ်တကုတ် ကျားကုတ်ကျားခွဲ ကြိုးစားကြရမှာဖြစ်ပြီးအခက်ခဲ ကြုံမဖြူစတမ်း ပြသနာကြုံ မကြောက်စတမ်း ရင်ဆိုင် နိုင်ဖို့ စိတ်အားတင်းထားရပါမယ်။

မိမိ ရဲ့စိတ်က အရေးကြီးပါတယ်။ အောင်မြင်ချင်ရင်အောင်မြင်အောင်လုပ်ဖို့ စိတ်အားထက်သန်မှု က အရေးကြီးဆုံးပါ။ စိတ်အားထက်သန်ပါ မှ လည်းမိမိ အလိုရှိရာကိုတွေးတော လုပ်ဆောင် ကြိုးစားရယူနိုင်မှာပဲဖြစ်ပါတယ်။ အောင်မြင်ဖို့ ကြိုးစားရာမှာ သူတစ်ပါး ရဲ့ အောင်မြင်မှုကို ခြေထိုးခံ လုယူလို့ မရပါဘူး။ ကိုယ်နည်းကိုယ့်ဟန် ဖြင့် အောင်မြင်အောင် ရုန်းကန် ကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သူများရဲ့ အောင်မြင်နေတဲ့ ရာထူးနဲ့ လုပ်ပိုင်ခွင့်နေရာ ကိုမတရားသောနည်းလမ်းနဲ့ လုယူလိုက်တာ ဟာ စစ်မှန်သောအောင်မြင်ချင်းမျိုးမဟုတ်ပဲ အောက်တန်းကျသောစိတ်ဓာတ်သာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူငယ်တွေအနေနဲ့ ထိုကဲ့သို့သော အောက်တန်းကျသည့် စိတ်ဓာတ်မျိုး မထားရှိသင့်ပေ။ တဖြည်းဖြည်း စဉ်ဆက်မပြတ် ကြိုးစားလာရင်း တစ်နေ့မှာ မိမိအလိုရှိတဲ့ ပန်းတိုင်ကိုမလွဲမသွေ ရကြာရောက်ကြမှာပဲ ဖြစ်ပါတော့တယ်။

အထက်မှာ တင်ပြခဲ့သည့် ရည်မှန်းချက် နှင့်အခွင့်အလမ်းမှာလည်းဆက်စပ်မှု ရှိနေပါတယ်။ မိမိရည်မှန်းချက် ဆီရောက်အောင်လျှောက်လှမ်းကြရာတွင် အခွင့်အလမ်းကို စောင့်မျှော်မနေပဲ မိမိက ဖန်တီးတည်ဆောက်ရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ရည်မှန်းချက်နှင့် ဆက်နွယ်လျက် ရှိသော အခွင့်အလမ်းကောင်းတွေ ကို မိမိ က ဖန်တီးရပါမယ်။ အဲ ဒီအခွင့်အလမ်းတွေ ဘယ်မှာ ရှိနိုင်မလဲ ရှာဖွေ ပြီး သူတို့ ဆီ ရောက်အောင် သွားကြရပါမယ်။ ဒါမှလည်း အခွင့်အလမ်းတွေ နဲ့ ပိုမို နီးစပ်လာပြီး ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်ဝ လာကြမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ လူငယ်တွေရဲ့ အနာဂတ် ရည်မှန်း ချက်တွေ ပြည့်ဝ လာစေဖို့ ကံ ကို ယုံကြည်မနေပဲ လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့်သာ ဖြည့်ဆည်းကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

တစ်ခါတလေ မှာ မိမိရည်မှန်းချက်ကိုအကောင်အထည်ဖော်နိုင်ဖို့ လွန်စွာ ခက်ခဲ ကောင်း ခဲ ယဉ်းနိုင်ပေမယ့် ခက်ခဲ တာကိုရအောင် ယူနိုင်မှ လူတော် ဖြစ်မှာပါ။ လူတော်တစ်ယောက် ဖြစ်ချင်ရင်တော့ ပြင်းထန်ဆိုးရွား တဲ့ အခက်အခဲ တွေ အခြေအနေ တွေ နဲ့ ရင်ဆိုင်ရဲ ကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အသင်ရော အကျွန်ုပ်ပါ မတူညီတဲ့ အခက်အခဲတွေ ကို ရင်ဆိုင်နေကြရတာပဲ ဖြစ်ပြီး ရှေ့လျှောက် လည်းရင်ဆိုင်ကြရဦးမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အခက်အခဲ

တွေ ကို စိန်ခေါ်ပြီး ဒူးမထောက်လက်မမြောက် နောက်မဆုတ် စတမ်းရှေ့ ကို တိုးလို့ လဲ ကျပြန်ထ ကြိုးပမ်းကြရပါမယ်။

လူငယ်တွေ ဟာ ငယ်ရွယ် စဉ်ကတည်းက လူကောင်းတွေ ဖြစ်လာပြီး တချိန်မှာ လူကြီး လူကောင်းနေရာ ကို ရယူကြရမှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အတိတ်က လူကြီးတွေ ဘာပဲ လုပ်ခဲ့ လုပ်ခဲ့ လက်ရှိ ပစ္စု ပွန် မှာ လူကြီးတွေ ဘာပဲ လုပ်နေလုပ်နေ။ ကျွန်ုပ်တို့ လူငယ်များဟာ ထကြွ နိုးကြားကြရပါတော့မယ်။ ကျွန်ုပ်တို့ ၏ နောင်အနာဂတ် မျိုးဆက် သစ် တွေ လက်ထပ် ရောက်ရင် ကျွန်ုပ်တို့ ဟာ သူတို့ ကိုဦးဆောင် လမ်းပြပေးနိုင်သော အခွင့် အလမ်းကောင်းတွေ ပြန်လည် ဖန်တီးပေးနိုင်သော လူကြီးလူကောင်းများနေရာတွင် ရွပ်ရွပ် ချွံ ချွံ စွမ်းဆောင် နိုင်ပါ မှ ကျွန်ုပ်တို့ လူငယ်ဘဝ က ခက်ခဲ ကြမ်းတမ်းမှု များကို အလွယ် တကူ ဖြတ်ကျော်စေနိုင်မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ယနေ့ အချိန်အခါတွင် ကျွန်ုပ်တို့ လူငယ်များအတွက် အခွင့်အလမ်းတွေ တဖြည်းဖြည်း ပွင့်လာနေပြီး နောင် နှစ်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ အခွင့်အလမ်းပေါင်းမြောက်များစွာ ကို လက်ဝယ် ရှိကြတော့မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု အမြောက်အများအလုံးအရင်း ဝင်ရောက်နေဆဲ ဖြစ်သလို ထပ်မံ ဝင်ရောက်လာဦးမှာ ဖြစ်လို့ လူငယ်များ၏ အခွင့်အလမ်းအခြေ အနေ ။ အလုပ်အကိုင်ရှားပါးမှု အခက်အခဲ တွေ ကို တဖြည်းဖြည်းပြေလျော့စေလာတော့မှာ ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်ုပ်တို့ ၏ အလုပ်အကိုင် ရှားပါးမှု ပြဿနာမှာ လည်း အရည်အသွေးထက် အရေ အတွက် က ပိုများနေလို့ သာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ဦးချင်းရဲ့ အရည်အသွေး အရည်အချင်းတွေ ထက်မြက်နေပါလျှင် မိမိက လူရည်ချွန် အဖြစ် ထိပ် တန်းရောက်မှာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ လူငယ်များ ဟာ မိမိ တို့ ၏ အရည်အသွေးများ ကိုတစ်စထက်တစ်စ တိုးတက်များပြားအောင် ကျင့်ကြံ အားထုတ်ခြင်း ဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ အလိုရှိရာ ပန်းတိုင်ကို ရရှိ ယုံမျှ မက ထက်မြက်တော်စွမ်း သူများ ပူးပေါင်းကာ တိုးတက် ခေတ်မီ သော အနာဂတ် တည်ဆောက်ရေး ယန္တရား ကြီး ကို ပျော်ရွှင်စွာ ကြိုးပမ်း တည်ဆောက်ကြပါစို့လား။

မြန်မာတိုင်း အောင်မြင်ပျော်ရွှင်ပြီး အလုပ်အကိုင်ကောင်းတွေ ရရှိကြပါစေ။

Johnny Arkar(28.6.17)(11.20PM)

ကျေးဇူးတင်ပါသည်။