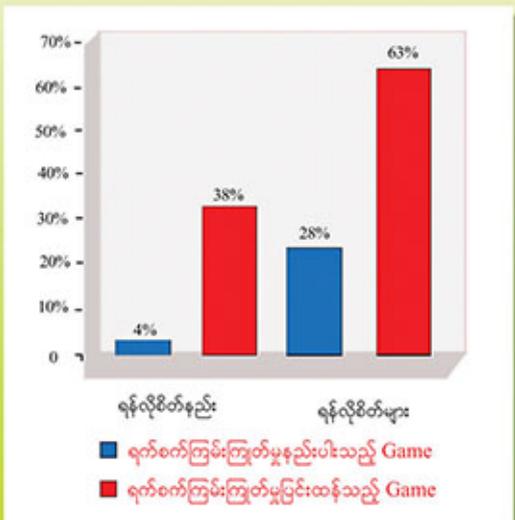


ယခင်လူငယ်တွေ
ယဉ်ကျေးမှု ခေါင်းပါးလာရတဲ့ ကိစ္စမှာ
မိဘကိုယ်တိုင်က
ပူးပေါင်း ပါဝင်ပတ်သက်နေမိပြီလား

- ကလေးငြိမ်အောင် တယ်လီဖုန်း Handset ပေးပြီး Game ဆော့ခိုင်းဖူးပါသလား?
- Game ဆော့နေလို့ ထမင်းတောင် ခွံကျွေးပေး နေရတာ ကြုံဖူးပါသလား?
- သင့်ကလေး တစ်နေ့တာမှာ စာအုပ်ဖတ်တာနှင့် Game ဆော့တာ ဘယ်ဟာများသလဲ?
- Game ကို မျက်နှာမခွာဘဲ တစ်ယောက်တည်း ဆော့နေတဲ့ကလေး ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ကင်းကွာ လွန်းတာ ကောင်းမကောင်း စဉ်းစားဖူးပါသလား?
- သင့်ကလေး ဆော့တဲ့ Game ဟာ ဘာအမျိုးအစားလဲလို့ စုံစမ်းဖူးပါသလား?



ကလေးလက်ထဲ

ဆော့နေတဲ့ Game အကြောင်းကို

လူကြီး မိဘက သေသေချာချာ

သိဖို့လိုတဲ့ခေတ် ရောက်ပါပြီ



uav;vufxJ
aqmæwH Game taMumi;uH
vbuD rbu aoaocsmcsm
oZM/vHacwf a&muifgyD

အရှင်ခေမာနန္ဒ (ရန်ကင်းတောရ) သပြေပင်

Email : ven.khemananda.brahmana@gmail.com

Address : ဝါ့ယျိ ခိပုဒ&တိ?v, ခိဝ;ကိမိ, ဖေ့ယျဂခိပုဒ

Phone : 09 430 75704, 09 830 4446, 09 420 706 205

Email : dhammatrainingcenter@gmail.com

Facebook: dhammaschool.ykt@gmail.com

Blogspot : http://dhammatrainingcenter.blogspot.com

ရန်ကင်းတောင်စာစဉ် အမှတ်(၁၁)

- အဖုံးနှင့်အတွင်းပုံနှိပ်** = ရွှေနိုင်ငံ (၀၅၇၄၅) အမှတ်(၉၀)စီ၊
 ကမ္ဘာအေးဘုရားလမ်း၊
 ဗဟန်းမြို့နယ်။
- ထုတ်ဝေသူ** = ဦးမောင်မောင်လှ (ရွှေနိုင်ငံ-၀၄၁၉၃)
- ဖြန့်ချိရေး** = **ရန်ကင်းတောင်စာစဉ်**
နေပြည်တော်
 ဖုန်း-၀၉-၄၃၀ ၇၅၇၀၄ ၊
 ၀၉-၄၂၀ ၇၁၂၇၅၈၊
 ၀၉-၈၃၀ ၄၄၄၆
- ရန်ကုန်**
 ဖုန်း-၀၉-၅၁၇၀ ၉၇၉၊
 ၀၉-၇၃၀ ၇၀၇၈၁၊
 ၀၁-၆၄၅ ၈၉၄
- သစ္စာမဏ္ဍိုင်ပိဋကစာပေ**
(ရွှေတိဂုံဘုရားတောင်ပက်မုခ်)
 ဖုန်း-၀၉-၇၃၀ ၉၆၈၉၈၊ ၀၁-၃၈၇၈၄၉
- အုပ်ရေ** = ၃၀၀၀
- တန်ဖိုး** = ၂၅၀ ကျပ်
- ထုတ်ဝေသည့်အကြိမ်** = ပထမအကြိမ် မေလ (အုပ်ရေ ၂၀၀၀)

“ထုတ်ဝေသည့် စာအုပ်ကတ်တလောက်အညွှန်း” (CIP)

294.3

acrmeE? t&Sfuav;vu&laqmaewlGame tallumi fuk
 vluDru aaoacmcsn ozk/w/hcwf&mu ftyD
 t&SacrmeE (&eui fawm&-oajyyi f/
 -&eufkfa&Eufphay?2014/
 16-pm?8.38_21.34 pi f wD
 (1) uav;vu&laqmaewlGame tallumi fuk vluD
 r b u a o a c m c s n o z k / w / h c w f & m u f t y D

ယနေ့လူငယ်တွေ
ယဉ်ကျေးမှု ခေါင်းပါလာရတဲ့ ကိစ္စမှာ
မိဘကိုယ်တိုင်က
ပူးပေါင်း ပါဝင်ပတ်သက်နေမိပြီလား

နိဒါန်း

ဒီခေတ်လူငယ်တွေဟာ Computer, Tablet, iPad, Handset စတာတွေနှင့် ရှောင်လွှဲလို့ကို မရတဲ့အခြေအနေကို ရောက်နေပါတယ်။ (၂) နှစ် (၃)နှစ် အရွယ်ကလေးပေမယ့် တယ်လီဖုန်း Handset, Tablet ထဲ ထည့်ထားတဲ့ Game တွေကို ကိုယ်တိုင် ဖွင့်တတ်တယ်။



ကိုယ်တိုင်ရှာပြီး ကစားတတ်တဲ့ထိကို ကျွမ်းကျင်နေတာတွေ့နေရပါတယ်။ အံ့ဩစရာပါပဲ။ လူကြီးတွေက Tablet, Handset တွေထဲ Game ထည့်ပြီး ကလေးငြိမ်အောင်လို့ ကလေးထိန်းနည်း စနစ်အသစ်အဖြစ် အသုံးပြုလာကြပါတယ်။ TV, Video ခေတ်တုန်းကလည်း မိဘတွေက ကလေးငြိမ်အောင်လို့ TV, Video

ဖွင့်ပြပြီးတော့ ကလေးထိန်းခဲ့ကြဖူးတယ်နော်။ ကာလ သိပ်မကြာသေးပါဘူး။ မမေ့လောက် သေးဘူး ထင်ပါတယ်။ ကလေးလေးက တယ်လီဖုန်း Handset, Tablet ထဲက Game ကို လက်နဲ့ ဟိုရွှေ၊ ဒီရွှေ ဆော့ကစားရင်း မိနစ်ပိုင်းထိသာမက နာရီပိုင်းကြာတဲ့အထိ ငြိမ်နေတာကို မိဘတော်တော်များများက ဂုဏ်ယူနေကြတယ်။ သဘောကျနေကြပါတယ်။ “ကျွန်မသားလေးက Game ကို ဘယ်လောက် ဆော့သလဲဆိုရင် ထမင်းမေ့ ဟင်းမေ့ပါပဲရှင်။ သူ့ရွှေ ထမင်းပန်းကန် ချပေး ထားတာတောင် လက်က ခလုပ်နှိပ်နေရတော့ ဇွန်းကိုင်ပြီး မစားအားလို့ ထမင်းချိန် ထမင်း၊ မုန့်ချိန်မုန့်ကို ခွံ့ကျွေးပေးရပါတယ်ရှင်” ဟု မိခင်တစ်ဦးက သူ့သားအတွက် ဂုဏ်ယူပြီး ပြောဖူးပါတယ်။ မိဘတွေ Game ရဲ့ ကောင်းကျိုး ဆိုးပြစ်ဖြစ်စဉ် အခြေအနေမှန်ကို သိအောင် မကြိုးစားသေးတာ သေချာ သလောက် ရှိပါတယ်။

ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ်

ကွန်ပျူတာ အင်တာနက်နှင့် ချိတ် ဆက်ပြီး ကလေးငယ်တွေ Game အမျိုးမျိုးကို ရွေးချယ် တတ်လာကြတာကို အကောင်း ဖက်ကမြင်တဲ့ ပညာရှင်များလည်း ကမ္ဘာမှာ ရှိနေပါတယ်။ သူတို့အမြင်ကတော့ ယနေ့ လူငယ်တွေဟာ Game ကိုအကြောင်းပြုပြီး

နည်းပညာ မြင့်မားပြီး ခေတ်မီတဲ့ ကမ္ဘာကြီးနှင့် မိတ်ဆက်ပြီး ဖြစ်နေပါတယ်တဲ့။ Game ကြောင့် ကလေးတွေ မြန်မြန်ဆန်ဆန် စဉ်းစားတွေး ခေါ်တတ်၊ ဆုံးဖြတ်တတ်လာတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ငယ်ကတည်းက ကွန်ပျူတာ အတွေ့



ကြုံ၊ အင်တာနက် အတွေ့အကြုံတွေ ရတာပေါ့လို့ ပြောသူလည်း ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီပညာရှင်တွေကပဲ ကလေးတွေရဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို ပျက်စီးစေနိုင်လောက်တဲ့ Game စွဲနေရင်တော့ မိဘတွေက အချိန်မီ ဖြတ်ပေး သင့်တယ်လို့ အကြံပြုထားပါတယ်။

ထိုးတာ၊ သတ်တာ၊ရန်လုပ်တာ၊ ရိုင်းစိုင်းတာ မဖွယ်ရာတာတွေပါတဲ့ Game ကို မဆိုထားဘဲ မိဘက သားသမီးကို ဆော့ဖို့ခွင့်ပြုထားတဲ့ ကောင်းတဲ့ Game ကို စွဲစွဲမြဲမြဲ မက်မက်မောမော ကစားတာ ကြာလာတဲ့ ကလေးလေးတွေမှာကို လူမှုရေး၊ ပညာရေးပါဝင် စိတ်နေစိတ်ထားဆိုင်ရာ ပြဿနာက နည်းနည်းနောနော မဟုတ်ပါဘူးလို့ ပညာရှင်များက ထောက်ပြလာကြပါပြီ။

ကလေးသဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ကို စိတ်ဝင်စားသင့်တယ်

ပတ်ဝန်းကျင်မှာ ဘာဖြစ်နေနေ
ကလေးဟာ သူကစားနေတဲ့ Game ကလွဲလို့
ဘာကိုမှ စိတ်မဝင်စားတော့ပါဘူး။ စူးစမ်း
လေ့လာတာတွေလည်း မလုပ်တော့ပါဘူး။ သူ
ထိုင်နေတဲ့ ရှေ့က လမ်းပေါ်မှာ ကားတစ်စီးပဲ

ဖြတ် သွားသွား၊

ကျားတစ်ကောင် ပဲ

ဖြတ်သွားသွား သူ့

လက်ထဲက Game

လောက် စိတ်မဝင်

စားပါဘူး။ ဒါဟာ

ကလေးရဲ့ဦးနှောက်

ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက်

အင်မတန် မှုကို

အန္တရာယ်ကြီးတဲ့

ကိစ္စဖြစ်ပါတယ်။ Game ကိုပဲ ဆော့နေတဲ့

ကလေးတွေဟာ ပြင်ပ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုတောင်

အာရုံစူးစိုက်မှု နည်းလွန်းနေမှတော့ အတူယူ

အားကျစရာ ကောင်းတဲ့ အတ္ထုပ္ပတ္တိ စာအုပ်

ကောင်းတွေ၊ နည်းပညာဆိုင်ရာ ဂျာနယ်တွေ

ဖတ်ဖို့၊ လေ့လာဖို့ မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။ သူ့

ကျောင်းစာကိုတောင် သူ အာရုံစူးစိုက်ပြီး

ဖတ်နိုင်ဖို့ စိတ်ဓာတ်ခွန်အားတွေ နည်းနေတာ

ကို ခုလောက်ဆို မိဘတွေ သတိပြုမိနေ

လောက်ပြီ ထင်ပါတယ်။



အစစ်ကို ချစ်တတ်ပါတော့မလား?

တယ်လီဖုန်း Handset, Tablet ထဲမှာ ကောင်းကင်ပြာကြီးက Screen အပြည့်ရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် အစစ်မဟုတ်ဘူး အတု။ တယ်လီဖုန်း Handset, Tablet ထဲမှာ ကားရှိတယ်။ ခွေးရှိတယ်။ ကြောင်ရှိတယ် ဆင်ရှိတယ်။ ကားက ဟွန်းသံမြည်တယ်။ ခွေးက ဟောင်တတ်တယ်။ အစစ်မဟုတ်ဘူး အားလုံးအတု။ တယ်လီဖုန်း Handset, Tablet ထဲမှာ မြစ်ကမ်းနဖူးက သစ်ပင်ပေါ်မှာ ပန်းပွင့်လှလှတွေ ရှိတယ်။ ဗျိုင်းတွေ နားနေတယ်။ ဂျိုးလည်း နားနေတယ်။ စွန်ရဲတစ်ကောင်လဲ တောင်ပံခတ်နေတယ်။ ဒါပေမယ့် အားလုံး အစစ်တွေ မဟုတ်ဘူး အတုတွေ။ ကလေးလေးက အတုတွေနဲ့ ဆက်ဆံရတာ ကြာလာရင် အစစ်ကို ချစ်တတ်ပါတော့မလား? ခံစားတတ်ပါတော့မလား? ပြင်ပ ပတ်ဝန်းကျင် လောကကို နားလည်နိုင်ပါတော့မလား?

နည်းပညာရေစီးကြောင်း

ဖွံ့ဖြိုးလာတဲ့ နည်းပညာရေစီးကြောင်းကြီးကို တားလို့ မရနိုင်ပါဘူး။ တားစရာလည်း မလိုအပ်ပါဘူး။ အိမ်နီးချင်း အိန္ဒိယ တိုင်းနိုင်ငံတွေမှာကို ကလေးလေးတွေ ကိုယ်စီ ကိုယ်စီလက်ထဲ Tablet တွေ iPad တွေ Smart Phone တွေ ကလေးတိုင်း ကိုင်နိုင်ဖို့ နည်းလမ်းရှာနေကြတဲ့အချိန် ဖြစ်ပါတယ်။ ပညာရေး

ထွက်ပေါက်၊ ဒါမှမဟုတ် ကလေးတွေ အမြန် ဆုံးပညာတတ်ဖို့ ဖြတ်လမ်းဟာ IT နည်းပညာတွေပါပဲ။ နည်းပညာမပါဘဲ ပညာရေးလောက ဘယ်လိုမှ တိုးတက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီကမ္ဘာကြီးမှာ နည်းပညာကို စနစ်သစ် ပညာရေးအတွက် လက်နက်လို အသုံးပြုရမယ့်ခေတ်ကို ရောက်နေပါပြီ။ ကလေးတွေလက်ထဲ Tablet, iPad တွေရှိတာ မမှားပါဘူး။ မိဘတွေဘက်က ထိန်းကြောင်း ပေးနိုင်ဖို့ရာ ဗဟုသုတများများရှိဖို့ပဲ လိုပါတယ်။ ကလေးတွေကိုင်တဲ့ စက်တွေ အကြောင်း၊ Game တွေ အကြောင်း၊ Application တွေရဲ့ အကြောင်းကို ကလေးတွေထက်ကို ရှေ့ရောက်အောင် မိဘအုပ်ထိန်းသူတွေ လေ့လာထားမှ၊ သိထားမှ ကလေးတွေကို Guide လုပ်ပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

သင်ထောက်ကူ Game

သူတို့ နိုင်ငံမှာက Game ဆိုပေမယ့် ကျောင်းနေအရွယ် ကလေးငယ်တွေအတွက် School Children's Game တွေ သီးခြားရှိပါတယ်။ ပထဝီ ဘာသာရပ်အတွက် မြေပုံဆွဲတာ၊ မြို့အမည်တွေ တပ်တာ၊ မြစ် ချောင်း အင်းအိုင်ကို ဆေးခြယ်စေတာမျိုးပါ။ ဇီဝဗေဒ ဘာသာအတွက် တိရစ္ဆာန် အမျိုးမျိုးရဲ့ သဘာဝတွေ၊ အပြုအမူတွေ၊ ဇီဝဖြစ်စဉ်တွေကို Game လို ဆော့ကစားရင်း သင်ခန်းစာအတွက်

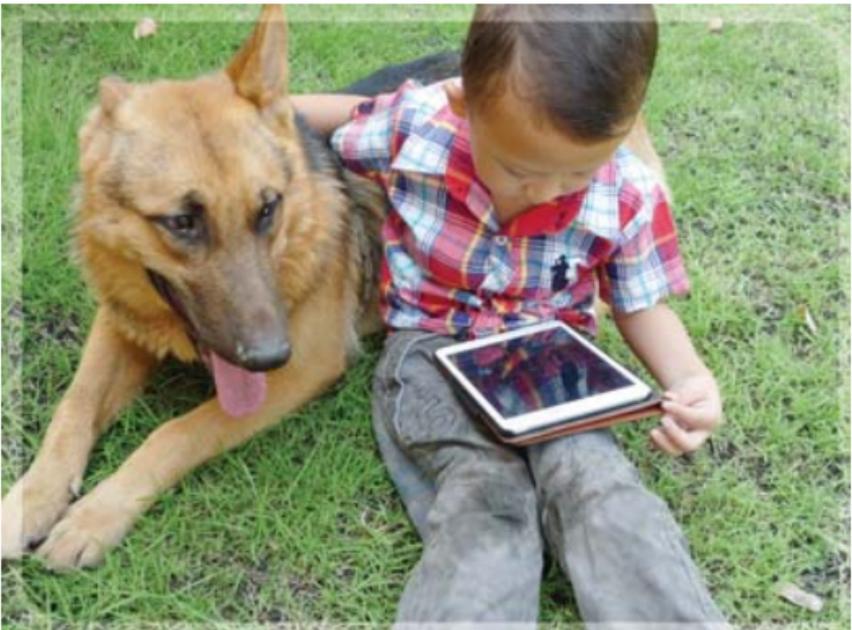
သင်ထောက်ကူ ဖြစ်စေပါတယ်။ တစ်ခါ ရုက္ခဗေဒဘာသာအတွက် သစ်ပင်တွေ၊ သစ်သီးတွေ စတဲ့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သက်ဆိုင်တဲ့ Game မျိုးပါ။ သိပ္ပံစမ်းသပ်ခန်းနှင့်



ဆိုင်တဲ့ Game တွေ၊ ရူပဗေဒ၊ ဓာတုဗေဒ ဆိုင်ရာ Game တွေလည်း ရှိပါတယ်။ ကျောင်းမှာ သင်ရတာထက်တောင်မှ ကလေးတွေပို စိတ်ဝင်စားကြပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုရင် အရောင်ရဲ့ စွဲဆောင်မှုကတစ်မျိုး၊ အသံရဲ့ စွဲဆောင်မှုကတစ်မျိုး၊ လှုပ်ရှားမှုရဲ့ စွဲဆောင်မှုကတစ်မျိုးကြောင့်ပါ။ အဲဒီ Game မျိုးကို သူတို့ နိုင်ငံမှာ ပညာရေးကို အားပေးတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတွေ၊ ကလေးသူငယ် စာရိတ္တကို ထိန်းသိမ်းပေးတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတွေကနေ တန်ဖိုးကို 25%, 30%, 45%, 50%, အထိ ဈေးလျော့ရောင်းပေးပြီး နိုင်ငံတစ်ဝန်းက ကလေးတွေ လက်ထဲရောက်ဖို့ကို ကြိုးစားဖြန့်ချိကြပါတယ်။

Speed ကွာနေတာရဲ့ အခက်အခဲ

ဒါပေမယ့် ပညာရှင်တို့ရဲ့ သုတေသန ပြု လေ့လာတွေ့ရှိချက်အရ ဒီစက်ပစ္စည်းတွေ ထဲက Gameတွေရဲ့ လှုပ်ရှားမှုဟာ အပြင်က တကယ့် လှုပ်ရှားမှုနဲ့စာရင် သိပ်ကို မြန်လွန်း နေပါတယ်တဲ့။ စက်တွေလောက် အပြင်က လှုပ်ရှားမှုတွေက မမြန်ဆန်နိုင်တဲ့အတွက် တကယ့်သဘာဝ အရှိဖြစ်တဲ့ ပြင်ပပတ်ဝန်းကျင် ကို ကလေးတွေက မြင်နေရ ကြားနေရတာမှာ ပျင်းရိ ငြီးငွေ့လာပြီးတော့ အာရုံ မစိုက်နိုင်တော့ ဘူးလို့ ဆိုပါတယ်။ စိတ်စုစည်း မရနိုင်အောင်



ကို သမာဓိ နည်းပါးလာတယ်တဲ့။ ဒါကြောင့် စာသင်ကြားတဲ့ အခါမှာဖြစ်စေ၊ တစ် ယောက် ယောက်က သူတို့ကို စကားသွားပြောတဲ့အခါ မျိုးမှာဖြစ်စေ အကြောင်းအရာဆုံးတဲ့ထိ အာရုံ စိုက်ပြီးတော့ နားမထောင်နိုင်တာတွေ တွေ့ရှိ လာရတယ်လို့ သုတေသန ပညာရှင်တွေက ဆိုလာပါတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုးမှုပုံမှန်မဖြစ်တတ်

Tablet တစ်လုံး၊ Phone handset တစ်လုံးနှင့် ဘယ်မှ နေရာမရွေ့ဘဲ တစ်နေရာ တည်းမှာ တစ်ယောက်တည်း ဆော့ကစားနေ တတ်တဲ့ ကလေးမျိုးဟာ လူ့လောကအတွက် အင်မတန် အရေးကြီးတဲ့ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံ ရေးမှာလည်း အဆင်မပြေဖြစ်ပြီး ညံ့ဖျင်းသွား တတ်ပါတယ်။ ကလေးအချင်းချင်းတောင် မကစားတတ်၊ မဆော့တတ်ကြတော့တဲ့ အတွက် ခန္ဓာကိုယ်ဖွံ့ဖြိုးရမယ့်အရွယ်မှာ လှုပ်ရှားမှုနည်းလွန်းလို့ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားမှု ပုံမှန် ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ ပညာရှင်များက ဆိုပါတယ်။

မိဘတွေက ကလေးဆော့ဖို့ Game ကို မှန်မှန်ကန်ကန် ရွေးချယ်ပေးသင့်တယ်

မိဘတွေအနေနဲ့ ကလေးကို Game ဆော့ခွင့် မပြုလို့တော့ မရပါဘူး။ ခွင့်ပြုရပါ မယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်ကလေးကစားနေတဲ့ Computer, Handset, Tablet စတဲ့ စက်တွေ ထဲက ဂိမ်းတွေဟာ ဘယ်လို ဂိမ်းမျိုးလဲ ဆိုတာ ကိုတော့ သိထားဖို့ အရေးတကြီး လိုအပ်ပါ တယ်။ ကလေးအရွယ်နဲ့ မသင့်တော်တဲ့ မဖွယ် မရာတွေပါတဲ့ Game တွေ၊ ကလေးစိတ်ကို ကြမ်းတမ်းရိုင်းပြစေနိုင်တဲ့ Game တွေ၊ အကျင့် စာရိတ္တကို ထိခိုက်စေနိုင်တဲ့ Game တွေ၊ ဆော့ ကစား နေတယ်ဆိုရင် လုံးဝ ခွင့်မပြုသင့်ပါဘူး။



သွေးထွက်သံယိုတာတွေ၊ ရက်ရက် စက်စက် လက်စားချေတာတွေ၊ ခေါင်းပြတ် သွားတာတွေ၊ လက်ပြတ်တာတွေပါတဲ့ Game ဖြစ်စေ၊ ရုပ်ရှင်ကား ဖြစ်စေ အရွယ်ငယ်တဲ့ ကလေးတွေ မကြည့်စေသင့်ပါဘူး။ လူသတ်တဲ့ ဇာတ်ကားကို ကြည့်ဖန်များရင် ဖြစ်စေ၊ Game ကို ဆော့တာကြာလာရင်ဖြစ်စေ ကလေး ကိုယ်တိုင်က စိတ်တွေ ကြမ်းတမ်း လာပြီး လူကို ရိုက်ချင် သတ်ချင်စိတ် ပေါက်လာ



နိုင်တယ်လို့ ပညာရှင်များက ဆိုပါတယ်။ အရွယ်ငယ်သေးတဲ့ ကလေးငယ်တွေ အိမ်ထောင်ရေး ဇာတ်ကားကို မကြည့်တာဘဲ စိတ်ကစားနိုင်ပါတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ Mother child (အမေကလေးတွေ) ရာခိုင်နှုန်းသိပ်ကို များလာနေတာဟာ အခုလို IT ရဲ့ နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးတွေပဲလို့ သုတေသနအစီရင်ခံစာတွေက ပြနေပါတယ်။

Game က ကလေးစိတ်ကို ဖမ်းစားနိုင်ပါတယ်

သင့်ကလေး အခုရက်ပိုင်းအတွင်း သိသိ သာသာကြီး ကြမ်းတမ်းလာသလား? ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဆန့်ကျင်တဲ့ အပြုအမူတွေ သိသိသာသာ ပြုလာသလား? သိသိသာသာ ကြီးကို တစ်ကိုယ်ကောင်း ဆန်လာသလား? သိသိသာသာကြီး အခန်းအောင်းပြီး ငူငူငိုငို ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ကင်းကွာလာနေသလား? ဒါဆိုရင် ဒီရက်ပိုင်း သူ ဘယ်လို Game မျိုး ဆော့နေသလဲဆိုတာ စစ်ဆေးကြည့်ပါ။

သေနတ်နှင့် လူကို ပစ်သတ်တဲ့ Game မျိုး၊ ဓားနှင့် ခုတ်သတ်တဲ့ Game မျိုး၊ လက်သီးနှင့် ထိုးသတ်တဲ့ Game မျိုး၊ နှိပ်စက်ကလူပြုတဲ့ Game မျိုးတွေကြည့်တဲ့ ရက်တွေ ဆက်တိုက် ဖြစ်လာရင် ဒီကလေး ရက်ပိုင်းအတွင်း သိသိ သာသာကြီး ကြမ်းတမ်းလာတတ်ပါတယ်။ မိဘတွေ အနေနဲ့ အဲဒီ Game ကို ကလေး ကစားတာ ရပ်တန့်နိုင်ဖို့ ကြိုးစားသင့်ပါတယ်။ ရပ်တန့်ရုံမက သူ့စိတ်ကို နူးညံ့စေနိုင်တဲ့ ဇာတ်ကားကောင်းတွေ ကြည့်စေတာ ဖြစ်ဖြစ် Game ဆော့စေတာဖြစ်ဖြစ် လုပ်ပေးရပါမယ် လို့ သိပ္ပံပညာရှင်များနှင့် စိတ် ပညာရှင်တွေက ပြောပါတယ်။ Game တွေဟာ ကလေးတွေရဲ့ ဦးနှောက်ကို မြန်မြန်ဆန်ဆန်ကြီး ပြောင်းလဲ စေနိုင်တယ်ဆိုတာကို သုတေသနပြုပြီးတော့မှ ထုတ်ပြန်ကြတာပါ။

သုတေသနတွေ့ရှိချက်

မက်ဆာချူးဆက်တက္ကသိုလ်က ပညာရှင် Henry Jen Kins ကတော့ တစ်နေ့ တာရဲ့ အချိန်တွေ အများကြီးကို Game နှင့်ပဲ ဖြုန်းနေတဲ့ ဆယ်ကျော်သက်ကလေးတွေ အများစု ရာဇဝတ်မှုခင်းမှာ ပါဝင်ပတ်သက်တာ များလာတယ်လို့ အတည်ပြု ပြောကြားလိုက်ပါတယ်။



Gameထဲကိုပဲ စိတ်က ရောက်နေတော့ ကျောင်းကပေးတဲ့ အိမ်စာလုပ်ချိန်မရတော့ဘူး။ ဒါကြောင့် ပညာရေး ညံ့ဖျင်းလာမယ်။ Game စက်တွေနှင့်ပဲ ဆော့နေတာကြာတော့ မိဘပတ်ဝန်းကျင် မောင်နှမ သူငယ်ချင်းတွေနှင့် ထိတွေ့ ဆက်ဆံချိန် နည်းလာမယ်။ ကလေးစိတ်ဝင်စား ပြီးဆော့တဲ့ Game ပေါ်မူတည်ပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်း ဆန်လာမယ်။ ရန်ငြိုးဖွဲ့တတ်လာမယ်။ ကိုယ့်ထက်ငယ်တဲ့လူကို မထင်မှတ်နိုင်လောက်အောင် ရက်ရက်စက်စက် နှိပ်စက်တတ်လာမယ်။ မိဘ ဆရာသမားကို အတိုက်အခံ ပြုလာမယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

အမေရိကန်နိုင်ငံ လော့(စ်)အဲန်ဂျလိစ် မြို့ကို အခြေပြုတဲ့ Psychotherapist. Dr,Robert Butterworth Ph.D, ကတော့ Game ကို စွဲနေတဲ့ မူလတန်းအောက်ဆင့် ကလေးတွေ ဟာ အပေါင်းအသင်း နည်းတတ်တယ်၊ ကျောင်းစာအဆင့် ကတော့ အောက်တန်းမှာ ရှိနေတတ်တယ်၊ မြီးကောင်ပေါက် အရွယ် ဝင်လာရင် Gameထဲက သေနတ်သမား လူရမ်း ကားလိုမျိုး လူမိုက်ဆန်ဆန် ဝတ်စား ဆင်ယင် ပြုမူနေထိုင်လာတတ်တယ်။ မကြာ မကြာ ရန်ဖြစ်တတ်တယ်။ မိသားစု လူမှု အသိုက် အဝန်းကြားမှာ လူ့ဂုဏ်လို့ တွင်လာတာကို ဂုဏ်ယူတတ်တယ်။ မဖွယ်မရာ ကိစ္စတွေမှာ အရွယ်မတိုင်ခင် ထိန်းမရသိမ်းမရ ရာဇဝတ် မှုခင်း ဖြစ်တဲ့အထိ လွန်ကျူးလာတတ်တယ်။

ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးငယ် တွေ ပတ်ဝန်းကျင်က လူရာမသွင်းတဲ့ထိ အကျင့်စာရိတ္တ ပျက်ပြားနိုင်တယ်။ သူတို့ ဆော့တဲ့ Game ပေါ် မူတည်ပြီး စိတ်ဓာတ်ကျ လာမယ်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို မကျေမနပ်နဲ့ ငူငူ ဝိုင်းဝိုင်း ဖြစ်လာမယ်၊ ဒုက္ခဆိုးရင် မိမိကိုယ်ကို သတ်သေတဲ့ထိ ဖြစ်နိုင်တယ်လို့ Psychology and Popular Media Culture အဖွဲ့က ထုတ်ပြန် ကြေငြာထားပါတယ်။

စိတ်မှာ ဒဏ်ရာရတတ်တယ်

ခုလိုစိတ်တွေ ကြမ်းတမ်းသွားတာကို အဲဒီကလေးရဲ့ မျက်နှာမှာ မမြင်နိုင်ပေမယ့်

စိတ်မှာ ဒဏ်ရာရသွားပါပြီ။ စိတ်မှာ စွဲလမ်း
သွားပါပြီ။ စိတ်မှာ အမာရွတ် ထင်သွားပြီ။
ဒါကို လုပ်ကောင်းတယ်အနေနှင့် ငယ်စဉ်
နုနယ်သေးတဲ့ ကလေးငယ်က ဦးနှောက်ထဲ
ရိုက်သွင်းထားလိုက်ရင် ဒီကလေးကြီးလာရင်
ဘာတွေလုပ်မလဲ။ သူ့ဘဝ အောင်မြင်ပြီး
လူကောင်းသူကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်ဖို့
အခွင့်အရေးတောင် နည်းသွားနိုင်ပါတယ်။

ဘယ်အရွယ် ဘယ် Game ဆော့သင့်တယ်လို့ပြဋ္ဌာန်း

ဩစတြေးလျ၊ အမေရိက၊ အင်္ဂလန်
နိုင်ငံတွေမှာတော့ဒီလို Game မျိုးကို ဘယ်
အရွယ် ပိုကောင်းပါတယ်။ အရွယ်မတိုင်ခင်
ဆော့သင့်တယ် ဘယ်အရွယ်တော့ မဆော့



သင့်ဘူး။ ဒီရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားကို ဘယ်အရွယ်
ကြည့်သင့်တယ်၊ ဘယ်အရွယ် မကြည့်သင့်ဘူး
ဆိုတဲ့ Content rating ကို ဖော်ပြပေးဖို့ သက်
ဆိုင်ရာ အစိုးရက ဥပဒေ ပြဋ္ဌာန်းထားပါတယ်။

မြင်သာအောင်လည်း ရေးပြရပါတယ်။ဥပမာ
E သင်္ကေတဆိုရင် Everyone အရွယ်မရွေး
ကြည့်နိုင်တယ်၊ ကစားနိုင်တယ် ဆိုတာမျိုးပါ။

အထိန်းအကွပ်

ပညာရှင်တွေပြောတာက သွေးကို
ဆယ်နှစ် အောက်ငယ်တဲ့ ကလေးတွေ မကြည့်
သင့်ဘူးတဲ့၊ ဒီအရွယ်က စိတ်ထားနူးညံ့လွန်း
တယ် သူတို့နှင့် သင့်တော်တဲ့ Game တွေပဲ
ဆော့သင့်ပြီး အရွယ်နှင့် သင့်တဲ့ ဇာတ်ကားကိုပဲ
ကြည့်သင့်တယ်လို့ အဆို ပြုကြတာကို မြန်မာ
နိုင်ငံက မိဘများလည်း သတိ ပြုမိစေချင်ပါ
တယ်။ ကလေးနှင့် သင့်တဲ့ Game ထဲမှာ ဓားနှင့်
တော့ခုတ်တယ် သွေးမထွက်ဘူး ဆိုတာမျိုးပါ။
ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံတွေက ကလေးတွေ အင်တာနက်
ကနေ ဘာတွေ ကြည့်နေသလဲ၊ အင်တာနက်
မှာ ဘာတွေလုပ်နေသလဲဆိုတာ သိနိုင်အောင်
လို့ Parent control software တွေ ရှိနေပါ
တယ်။ Online ပေါ်ကနေ ကလေးရဲ့ လှုပ်ရှားမှု
ကို မိဘက ထိန်းကျောင်းပေးနိုင်တယ်။ မြန်မာ
နိုင်ငံမှာက လမ်းထိပ်ကခွေဆိုင်မှာ အထိန်း
အကွပ်မဲ့ စီဒီချပ်တွေ လိုသလောက် မျိုးစုံဝယ်
လို့လည်း ရတယ်၊ ငှားလို့လည်း ရနေပါတယ်။

အကြံပြုချက်

ကလေးငယ်တွေဟာ တီဗွီဖန်သားပြင်၊
ကွန်ပျူတာမျက်နှာပြင်နှင့် တယ်လီဖုန်း Hand-

set တွေရဲ့ မျက်နှာပြင်ကို တစ်နေ့ (၂)နာရီထက် ပိုမကြည့် စေသင့်ဘူးလို့ ပညာရှင်တွေက အဆိုပြုထားပါတယ်။ ပြီးတော့ ဇာတ်လမ်းတွေ Game တွေကိုလည်း မိဘကိုယ်တိုင် စိစစ် ရွေးချယ်ပြီး ကြည့်စေသင့်တယ်။ ဒါတောင်မှ တစ်ပတ်ကို (၁၄)နာရီထက် ပိုမကြည့်စေသင့် ဘူးလို့ အမေရိကန် နိုင်ငံ ကလေးသူငယ်များ ပညာပေးရေးအဖွဲ့က အကြံပြုထားပါတယ်။

နိဂုံး

ကလေးငယ်တွေ ရိုင်းပြတတ်အောင်၊ ရက်စက်တတ်အောင်၊ ကြမ်းကြုတ်တတ် အောင်၊ မဖွယ်မရာတွေ စိတ်ဝင်စားတတ် အောင် မယဉ်ကျေးစရာသင်တန်းကို မိဘတွေ ကိုယ်တိုင် ကိုယ့်အိမ်ထဲမှာ သင်ပေးနေသလို မျိုးများ ဖြစ်နေပြီလား။ ခေတ်ကို မျက်ခြည်ပြတ် မခံဘဲ မိဘများ ကိုယ်တိုင် က စူးစမ်းလေ့လာဖို့ အရေးတကြီး လိုလာပါပြီ။ လက်ဦးဆရာ မိနှင့် ဖက မှန်ကန်တဲ့ သွန်သင်ညွှန် ကြားမှုကို ပေးနိုင် ဖို့ အလွန်ပဲ အရေးကြီးလာပါပြီ။ သို့မဟုတ်ရင် တော့ Sunday Dhamma School တွေ၊ ဓမ္မ ကျောင်းတော်တွေ၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ သင်တန်း တွေကို အပတ်စဉ် ပို့နေပါသော်လည်း ကလေး ငယ်တွေ လိမ္မာယဉ်ကျေးလာဖို့ ခဲယဉ်းနေလိမ့် ဦးမယ် ထင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ ရင်သွေးငယ်များ ကိုယ်စိတ် ကျန်းမာပြီး ယဉ် ကျေးလိမ္မာသူ ကလေးတွေ ဖြစ်နိုင်အောင် မိဘများ ကိုယ်တိုင်ကလည်း လက်ဦးဆရာ မိ နှင့်ဖနေရာမှာ ပြုစုစောင့်ရှောက်တတ်ကြပါစေ။

Ref:

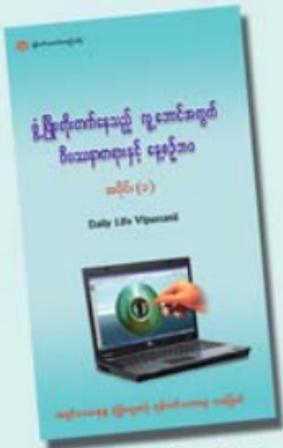
1. ဦးတင်ညွန့်၏ အစဉ်အလာကျောင်းများကို အသွင်ပြောင်းခြင်း
2. The Positive and Negative Effect of Video Games Raise Smart Preschool Child-Articles.
3. Positive and Negative Effect of Online Games or Children by Matthew Anton
4. Use Teachnology to Upend Traditional Classrooms by Justin Reich
5. The Harmful effects of video Games or Children-by JP Honors
6. Ayeyarwady News. 10.12.2013



နေ့စဉ်လှုပ်ရှားနေရတဲ့ Busy Life ထဲမှာ

ဝိပဿနာတရားနှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာ နေလိုသူတိုင်း ဖတ်ရှုလေ့လာသင့်တဲ့ ...

**ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နေသည့် လူ့ဘောင်အတွက်
ဝိပဿနာတရားနှင့် နေ့စဉ်ဘဝ**



(တတိယအကြိမ်)

ရေးသားပြုစုသူ

အရှင်ဝေမာနန္ဒ

ရန်ကင်းတောရ၊ သပြေပင်

ယနေ့ခေတ်လူ့ဘောင်အတွက်
Daily Life ထဲမှာ ဝိပဿနာကို
ဘယ်လို Apply လုပ်ရမယ်ဆိုတာ
ဒီစာအုပ်မှာ အတိုဆုံးနည်းနဲ့
ဖော်ပြထားတယ်။

ဝိပဿနာသင်ပုန်းကြီးပတ်စာ (ပ-ဒု-တ)



အမှန်ဆိုပါရစေ၊ ကျွန်တော်တို့၏ ရင်သွေး ဖြစ်သော သားငယ် မြေးပုတို့သည် ကာတွန်းစာ၊ ရုပ်ပြစာ၊ ယဉ်ကျေးမှုစာ၊ ငါးရာ ငါးဆယ်စာ ပုံပြင်စာ စသည်တို့ဖြင့် စိတ်အဆာ ဖြေလာခဲ့သည်မှာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ရှိနေပေပြီ။

ယခုသော် အရှင်ခေမာနန္ဒ (ဗြာဟ္မဏ)က သတိပဋ္ဌာန် ကျင့်စဉ်ကို ကလေးလောကထဲသို့ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ကြီး ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်လာသည်။ အရှင်မြတ်က သူ့ရည်ရွယ်ချက် အောင်မြင် ထမြောက်အောင် ကလေးကြိုက်ရုပ်ပုံကလေးများဖြင့် တီထွင်ထားပုံကလည်း ဤစာအုပ်၏အားသာချက် တစ်ရပ်ဖြစ်ပေသည်။

ဤစာအုပ်သည် ကလေးတို့အတွက် ဆိုရသော်လည်း သတိပဋ္ဌာန်နှင့်စိမ်းနေသော မိဘတွေအတွက်လည်း အသုံးဝင်ပေသည်။

အရှင်မြတ်က သတိပဋ္ဌာန်အကျင့်ကို စကားအများကြီး မပြော၊ စကားနည်းနည်းနှင့် အချိန်တိုတိုအတွင်း ဘယ်အချိန်မဆို ကျင့်တတ်အောင် လူကြီးလူငယ်အားလုံးကို သတိပဋ္ဌာန် လမ်းမပေါ်သို့ ညင်ညင်သာသာလေး တွန်းပို့ထားခြင်း ဖြစ်သည်။

သို့ဖြင့် ရဟန်း ရှင် လူ မည်သူမဆို လက်ဝယ်ထားရှိသင့်သော စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ဟုသာ ဆိုလိုက်ချင်ပါသည်။

ဦးထွန်းလွင် (ဓမ္မာစရိယ၊ ဘီအေ) အယ်ဒီတာချုပ်
ရတနာမွန်မဂ္ဂဇင်း၊ ရတနာ့တံခွန်မဂ္ဂဇင်း