လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သော အလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းစဉ်

Community Approach Total Sanitation (CATS)

Virtual Training

Day 1

မိတ်ဆက်ခြင်း

- အမည်
- အသက်
- အလုပ်အကိုင်
- မွေးဖွားရာဇာတိ(မြို့/ရွာ)
- အိမ်ထောင်ရှိ/မရှိ
- ဝါသနာ
- အကြိုက်ဆုံးအရာ
- မကြိုက်ဆုံးအရာ
- နောက်ဆုံးတောထိုင်ခဲ့သည့် ခုနှစ်၊ လ၊ ရက်
- ခံစားချက် (မပြီးမီ/ပြီးပြီး)

သင်တန်းတက်ရောက်လာသောမြို့နယ်များ

(၁) –
(၂) –
(၃) –
(၄) –
(၅) –
(၆) –
(၇) –
(၈) –
(၉) –
(၁၀) –
(၁၁) –

CATS/ CLTS ၏ ရည်ရွယ်ချက်

- ရပ်ရွာအတွင်း ပြည်သူလူထုဦးဆောင်ပြီး ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သည့်သန့်ရှင်းသောယင်လုံအိမ်သာဆောက်လုပ်သုံးစွဲရေးလုပ်ငန်းများအရှိန်အဟုန်မြှင့်ဆောင်ရွက်လာစေရန်
- ယင်လုံအိမ်သာသုံးစွဲရာတွင် စနစ်တကျမှုမှန်သော အလေ့အထကောင်းများ ရရှိလာပြီးမစင်မှတဆင့်ကူးစက်တတ်သောရောဂါများဖြစ်ပွားမှုလျော့နည်းကျဆင်းပပျောက် လာစေရန်
- တောထိုင်ခြေလေ့ကင်းဝေးစေရန်

CATS/ CLTS ၏ အစီပွါယ်

- လူထုဦးဆောင်မှုဆိုင်ရာအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေး လုပ်ငန်းစဉ်သည် တွေ့ရာနေရာတွင် မစင်စွန့်ပစ်သည့် (Open Defecation) အလေ့အကျင့်များ အဆုံးသတ်ရပ်တန့်ရေးကိုပထမဦးစားပေးဆောင်ရွက်ရန် ဦးတည်ပြီးနောက်ဆုံးအနေဖြင့် အမူအကျင့်များပြောင်းလဲရေးကို အလေးထားဆောင်ရွက်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။
- Open Defecation ဆိုသည်မှာ တောထိုင်ခြင်း၊ တောတိုးခြင်း၊ မြေပြင်ပေါ်တွင် မစင်စွန့်ခြင်း၊ချောင်းကမ်းပါးတွင်မစင်စွန့်ခြင်း၊အဖုံးအကာအကွယ်မရှိယင်နားနိုင်အောင် မစင်စွန့်ခြင်း(တွေ့ကရာနေရာတွင်မစင်စွန့်ခြင်း)

CLTS ၏ အခြေခံမူဝါဒများ

- ထောက်ပံ့ပစ္စည်းလုံးဝမပေးခြင်း (No hardware & No household subsidy but Yes for community subsidy & software)
- သင်ကြားမှုပုံစံအသုံးမပြုဘဲ သင်ယူမှုပုံစံဖြင့် ဆောင်ရွက် ခြင်း (Not teaching by learning)
- လူထုကိုယ်တိုင်လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်နှင့်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် လေ့ကျင့်ပေးခြင်း(Community empowerment , appraisal, analysis and decision)

CATS/ CLTS ၏ လုပ်ငန်းအဆင့်များ

(၁)နိုးကြားပြောင်းလဲမှုလုပ်ငန်းစဉ်အကြိုကာလ(အကြိုနိုးကြားတက်ကြွမှုလုပ်ငန်းစဉ်) ပြည်သူ လူထုကို ရွေးချယ်ခြင်း၊နိဒါန်းပျိုးခြင်းနှင့် ဆက်ဆံရေးပြေပြစ်အောင်တည်ဆောက်ခြင်း

(၂)နိုးကြားတက်ကြွမှုလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်စဉ်(နိုးကြားတက်ကြွမှုလုပ်ငန်းစဉ်) သန့်ရှင်းရေး လုပ်ငန်းများခွဲခြင်း၊ လေ့လာရာတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ နိုးဆွခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ရမည့် အချိန်

(၃)နိုးကြားပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်အပြီး (နိုးကြားတက်ကြွမှုအလွန်လုပ်ငန်းစဉ်)လူထုကဆောင်ရွက် ရမည့်လုပ်ငန်းများအတွက်အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊နောက်ဆက်တွဲလုပ်ငန်းများသတ်မှတ်ခြင်း

(၄)တောထိုင်ခလေ့ကင်းစင်သောကျေးရွာဖြစ်ရန်အချိုးကျအဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းနှင့်လူထုဦးဆောင်မှုဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်ကို ကျော်လွန်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း

လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သောအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်း သင်တန်းဆောင်ရွက်ရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့်မျှော်မှန်းချက်များ

၁။ CATS သဘောတရားနှင့်လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကို ကောင်းစွာသဘောပေါက်နားလည်စေရန်။

၂။ CATS လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များကို လက်တွေ့ကွင်းဆင်းလေ့လာဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကျွမ်းကျင်စွာ တတ်မြောက်လာပြီးဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားနိုင်စေရန်။

၃။ ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်သည့်နေ့များတွင် လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သောအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများ ဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းအစီအစဉ်များတွင်လူထုကတက်ကြွစွာပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်လာမှုနှင့် လူထုကိုယ်တိုင်၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို တွေ့မြင်လာစေရန်နှင့် ကျေးရွာသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများ

အတွက်သဘာဝခေါင်းဆောင်များပေါ်ထွက်လာခြင်းကိုစုစည်း၍လုပ်ငန်းများအောင်မြင်စွာအကောင် အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လာနိုင်စေရန်။

လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သောအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်း သင်တန်းဆောင်ရွက်ရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့်မျှော်မှန်းချက်များ

၄။ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်သည့်ကျေးရွာများတွင်ပြင်ပတွင်မစင်စွန့်သောအလေ့အထများကင်းစင်သည့် (Open Defecation Free) သန့်ရှင်းသော ကျေးရွာများပေါ်ပေါက်လာကာ အခြားကျေးရွာများက

လည်းသတိပြုမိ၍ပျံ့နှံ့ဆောင်ရွက်လာစေရန်နှင့်အခြားဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းစဉ်များကိုအထောက်အကူပြုစေနိုင်ရန်။

၅။မြန်မာနိုင်ငံမြို့နယ်ဒေသအသီးသီးတွင် လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သောအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းအစီအစဉ်များပိုမိုတိုးချဲ့ဆောင်ရွက်လာနိုင်စေရန်။

၆။သက်ဆိုင်ရာဌာနအသီးသီးနှင့် လူမှုရေး၊ ဖွံ့ဖြိုးရေးအဖွဲ့အစည်းအသီးသီးတို့၏အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်သည့် လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သော အလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းအစီအစဉ် အတွေ့အကြုံအပေါ်မူတည်၍ မြန်မာနိုင်ငံနှင့်သင့်လျော်သော ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်း

စီမံချက်/ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ရေရှည်မတည်တံ့ရခြင်း၊ မအောင်မြင်ရခြင်း၏ အကြောင်းအရင်းများ

စီမံချက်/ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ရေရှည်မတည်တံ့ရခြင်း၊ မအောင်မြင်ရခြင်း၏ အဓိကအကြောင်းအရင်းများ

၁။ လူထုဆုံးဖြတ်ချက်မပါဝင်ခြင်း။

၂။ အထက်မှညွှန်ကြားချက်များဖြစ်ခြင်း။

၃။ လူထု၏ အမှန်တကယ်လိုအပ်ချက်များမဟုတ်ခြင်း။

၄။ လူထုသည်တာဝန်ယူဆောင်ရွက်သူများမဟုတ်ဘဲတာဝန်အပေးခံရသူများသာဖြစ်ခြင်း။

၅။ သတ်မှတ်စီမံချက်/ ရည်မှန်းချက်ဆောင်ရွက်ရေးသက်သက်ကိုသာ ဦးတည်ခြင်း။

၆။ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်သောစီမံချက်များ၏ ပိုင်ရှင်အစစ်အမှတ်များသည်
လူထုကိုယ်တိုင်ဟု မယူဆခြင်း။

CATS ယုံကြည်ချက်

၁။ သင်သိသမျှထားခဲ့ပါ

၂။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ရိုးသားကြစို့

၃။သင်ကြားသူမှ သင်ယူသူသို့

1. Leave what you knew
2. Be hones our selves
3. Teacher to learners

CATS ၏ အဓိကမဏ္ဍိုင် (၃)ရပ်

၁။ သဘောထားခံယူချက်နှင့် အမူအကျင့်များ

(Attitude and Behaviour)

၂။ အသုံးပြုမည့် CATS ကရိယာတန်ဆာပလာများ

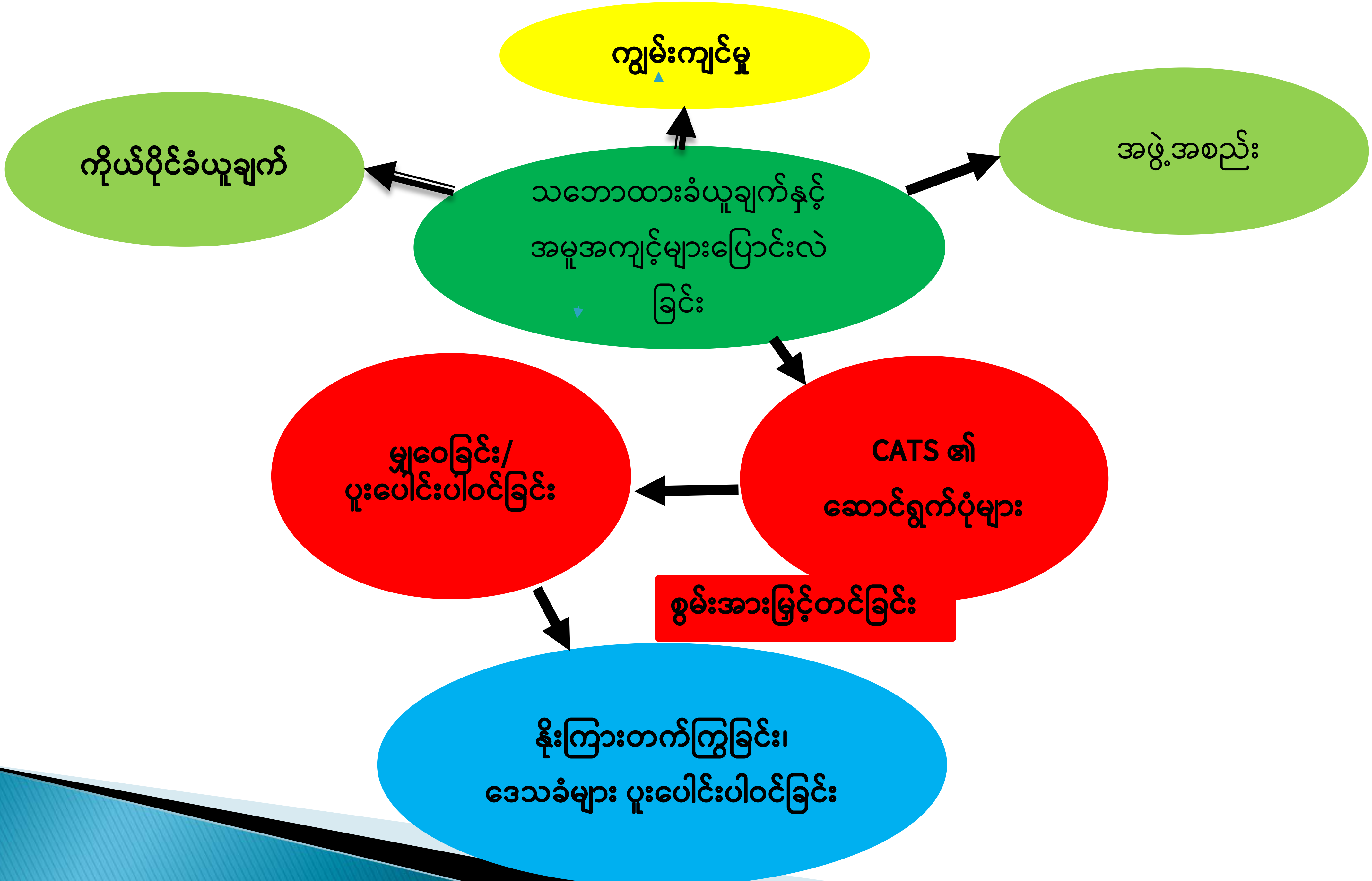
(CATS Tools)

၃။ တာဝန်ခွဲဝေယူခြင်းနှင့် တက်ကြွစွာ ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း

(Reponsibity and Participation)

CATS ၏ ဥပဒေသများ

- ပြည်သူလူထုကို လေးစားပါ။
  (Be nice to people)
- လေးစားပြီးရင်း လေးစားပါ။
  (Be nice to people)
- ထပ်ခါတလဲလဲလေးစားပါ။
  (Repeat Rule 1 & 2)


ကျွမ်းကျင်မှု
ကိုယ်ပိုင်ခံယူချက်
အဖွဲ့အစည်း
သဘောထားခံယူချက်နှင့် အမူအကျင့်များပြောင်းလဲခြင်း
မျှဝေခြင်း/ ပူးပေါင်းပါဝင်ခြင်း
CATS ၏ ဆောင်ရွက်ပုံများ
စွမ်းအားမြှင့်တင်ခြင်း
နိုးကြားတက်ကြွခြင်း၊ ဒေသခံများ ပူးပေါင်းပါဝင်ခြင်း

Role Play ကိုယ်စားသရုပ်ဆောင်ခြင်း

- ၁။ မောက်မာလွန်းသော အထက်မှအောက်သို့ အမိန့်ပေးသည့်ပုံစံ
- ၂။ ရင်းရင်းနှီးနှီးဆောင်ရွက်သည့်ပုံစံ
- ၃။ အထက်မှအောက်သို့ အမိန့်ပေးသည့်ပုံစံ
- ၄။ ပိုမိုပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်သည့်ပုံစံ

1. Very Strongly top to down Attitude
2. Friendly Gesture
3. Top to down Attitude
4. A more Participatory

လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သောအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများ ဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းဆောင်ရန်/ ရှောင်ရန်များ

- လူထုကိုယ်တိုင်အကဲဖြတ်လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်းကိုပံ့ပိုး အားပေးခြင်း။
- လူထုကိုယ်တိုင်အသေးစိတ်လေ့လာခြင်းမှတစ်ဆင့် နားလည်သဘောပေါက်စေခြင်း။
- လူထုကိုစည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရန် မိမိကိုယ်တိုင်နိုးကြားတက်ကြွစွာပြုမူလုပ်ရှားဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် လူထုကိုယ်တိုင် နိုးကြားတက်ကြွလာစေရန်ပံ့ပိုးခြင်း။
- ကျေးရွာ၏ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန် လူထုခေါင်းဆောင်များ၏တာဝန်သာဖြစ်ခြင်း။
- စိတ်အေးအေးထားခြင်း၊ လူထုအချင်းချင်း အပြန်အလှန်ပြောဆိုကြရန် အခွင့်အလမ်းပေးခြင်း၊ လူထုနိုးကြားတက်ကြွစေမည့်အရာများကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်း။

- လူထုအားဘာလုပ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်းဟောပြောခြင်း၊ အသိပေးခြင်း၊ ပညာပေးခြင်း။
- လူထုအား ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးများ ပြောပြခြင်း၊ လုပ်ဆောင်သင့်ကြောင်း တောင်းဆိုတိုက်တွန်းခြင်း။
- မိမိကိုယ်တိုင် ရပ်ရွာတာဝန်ခံကဲ့သို့ ထင်မှတ်ခြင်း။
- လူထုအချင်းချင်းအငြင်းပွားမှုများကို ကြားဝင်တားဆီးခြင်း။
- လူထုအချင်းချင်းဖြစ်နေသော အငြင်းပွားမှုများကို မိမိကတရားသူကြီးကဲ့သို့ဆုံးဖြတ်ရပ်တန့်စေခြင်း။

လူထုဆောင်ရွက်နိုင်သောအလုံးစုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများ ဖော်ထုတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းဆောင်ရန်/ ရှောင်ရန်များ

- ကြားနေဝါဒကျင့်ခြင်း၊ နိုးကြားတက်ကြွမှု ဖြစ်စေမည့် အခြေအနေများကို သတိပြုပါ။
- လူထုအတွင်းသဘောတူညီမှုများအတွက် အသိအမှတ်ပြုခြင်းနှင့် အားလုံးသိစေရန်ပြောကြားခြင်း။
- အမျိုးသမီးများ၊ဆင်းရဲချို့တဲ့သူများ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လာစေရန်အမြဲအားပေးခြင်း။
- အကူအညီပေးမည့်လူထုအဖွဲ့ဝင်များ၏ ကမ်းလှမ်းချက်ကိုအသိအမှတ်ပြုပါ။
- အိမ်သာပုံစံများကို လူထုကသာဆုံးဖြတ်ခြင်း။
- ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးလုပ်ဆောင်မှုကိုအားပေးခြင်း။
- အရာရာကို အလေးအနက်သဘောထားပါ။ စိုးရိမ်ဖွယ်အခြေအနေတွင်လည်း နိုးကြားတက်ကြွစေခြင်း။

- လုပ်ငန်းအတွက် အလိုအလျောက်ပေါ်ထွက်လာသော လူထုခေါင်းဆောင်များကိုလစ်လျူရှုခြင်း။
- လူထုအတွင်း အရေးမပါအရာမရောက်သူများ အချို့ပါဝင်နေသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆခြင်း။
- အကူအညီပေးမည့်လူထုအဖွဲ့ဝင်များကို ဂရုမပြုခြင်း။
- ဆောက်လုပ်ရန်အိမ်သာပုံစံများကိုမိမိကသာသတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ခြင်း။
- အိမ်သာဆောက်လုပ်ရန် ငွေကြေး၊ပစ္စည်းထောက်ပံ့ ခြင်း။
- မိမိတို့ ဖြစ်စေချင်သည်များကို ရိုကျိုးတောင်းပန်လုပ်ဆောင်စေခြင်း။

နိုးကြားတက်ကြွခြင်း အဆင့်ဆင့်ရှင်းလင်းခြင်း

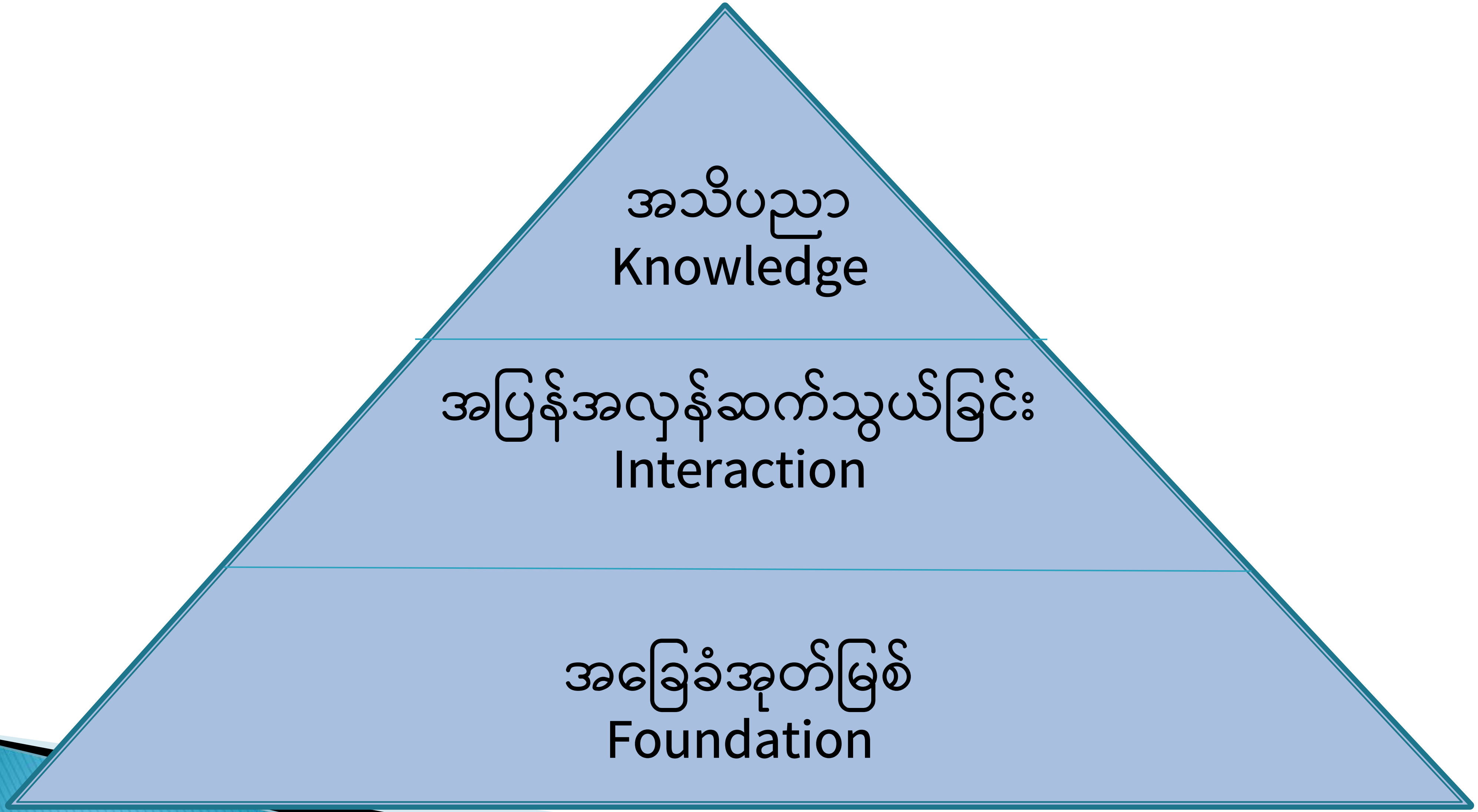
- Pre Triggering (အကြိုနိုးကြားတက်ကြွမှုလုပ်ငန်းစဉ်)
- Triggering (နိုးကြားတက်ကြွမှုလုပ်ငန်းစဉ်)
- Post Triggering (နိုးကြားတက်ကြွမှုအလွန်လုပ်ငန်းစဉ်)
- Open Defecation Free Village (တောထိုင်မလေ့ကင်းစင်သောကျေးရွာ)
- Open Defecation Free Team

1. လူအချင်းချင်းဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း(Inter Personal Communication (IPC)

လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး(သို့) လူတစ်ဦးနှင့်လူအများသို့ သတင်းအချက်အလက်များ၊ စိတ်ခံစားမှုများကို မျှဝေရာတွင် နှုတ်ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊မျက်နှာအမူအယာ၊ ကိုယ်အမူအယာဖြင့်သော်လည်းကောင်း မျက်နှာချင်းဆိုင် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ် ပြောဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

ကိုယ်အမူအရာကျွမ်းကျင်မှုများ	နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုကျွမ်းကျင်မှုများ
မျက်နှာ ပွင့်လင်း ပြုံးပါ ငြိမ့်ပါ မျက်လုံးချင်းဆုံ ခေါင်းတပြေးတည်း ရင်းနှီးဆက်ဆံ အချိန်ပေး၍ စိတ်ရှည်ပြပါ သင့်အမူအရာ	နိုးကြား နားထောင် မေးခွန်း မေးမြန်း ကြားသိတုန့်ပြန် စိုးရိမ်နှစ်သိမ့် ရင်းနှီးလေသံ ချီးမွမ်းအားပေး လိုရင်းပြန်ကြား မများမနည်း သတင်းပေးလျှက် ကောလဟာလသတင်းများ ဖယ်ရှားပစ်ပါ သင့်ပြောရာ

လူအချင်းချင်းဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း အခြေခံအစိတ်အပိုင်း ပိရမစ်ပုံ



၁။အခြေခံအုတ်မြစ်။	။လေးစားခြင်း၊ တန်ဖိုးထားခြင်း၊ ကိုယ်ဟန်အမူအရာ၊ မျက်နှာအမူအရာ၊ အပြုအမူများ၊ယဉ်ကျေးပြေပြစ်ခြင်း၊ အကဲဖြတ်မှုမပြုခြင်း။
၂။အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ခြင်း။	။နှုတ်ဖြင့်အပြန်အလှန်ပြောဆိုခြင်း၊ နှစ်လမ်းသွားပြောဆိုခြင်းနှင့် ပြန်လည်အသိပေးပြောကြားခြင်း။
၃။အသိပညာ။	။စိတ်ကူးစိတ်သန်းများ၊ စိတ်ခံစားမှုများ၊ သတင်းအချက်အလက်များ၊ အတွေ့အကြုံများ။

2. ကျန်းမာရေးပညာပေးနည်းလမ်းများ

- Advocacy – အသိပေးဆွေးနွေးခြင်း
- Training – သင်တန်းပေးခြင်း
- Workshop – အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ
- Health Talk – ကျန်းမာရေးဟောပြောခြင်း
- Counselling – နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း
- Role Play – ကိုယ်စားသရုပ်ဆောင်ခြင်း
- Demonstration – သရုပ်ပြခြင်း
- Group Discussion – အုပ်စုဆွေးနွေးခြင်း
- Door to Door – တစ်ဦးခြင်းပညာပေးခြင်း
- Exhibition – ပြခန်းပြသခြင်း

ဟောပြောခြင်း- Health Talk

၁။ ဟောပြောမည့်အကြောင်းအရာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ။ (အနည်းဆုံး (၅)ချက်၊ အများဆုံး (၁၀)ချက်ထက်မပိုရ)။

၂။ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ပါ။

၃။ နိဒါန်းပြောပါ။

၄။ ပြုံးပါ၊ ပရိတ်သတ်ကို မျှမျှတတကြည့်ပြီးပြောပါ။

၅။ ပရိတ်သတ်ကိုလေးစားချစ်ခင်ပါ။

၆။ စိတ်ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ။

ဟောပြောခြင်း- Health Talk

၇။ ကိုယ်ဟန်အနေအထား သက်တောင့်သက်သာထားပါ။

၈။ မိမိဟန်ပန်အတိုင်းပြောပါ။

၉။ လက်တွေ့ဖြစ်ရပ် ဥပမာပေးပါ။

၁၀။ ဆိုရိုးစကားတွေနှင့် ချိတ်ဆက်ပြောပါ။

၁၁။ အချိန်နှင့်ကိုက်ညီအောင်ပြောပါ။

၁၂။ နိဂုံးချုပ်၊ အနှစ်ချုပ်ပြောပါ။

၁၃။ အသံအနိမ့်အမြင့်ရှိအောင်ပြောပါ။

လူ့အပြုအမူများ

- (□) □□□
- (□) □□□□□□
- (□) □□□□□□□
- (□) □□□□
- (□) □□□□
- (□) □□□□
- (□) □□□□□
- (□) □□□
- (□) □□□□□□□□□□□□
- (□□) □□□□□□□
- (□□) □□□□

လူ့အပြုအမူများ

၁။ ကိုယ်သိကိုယ်တတ်သူအဖြစ် ခံယူသူ

၂။ ကိုယ်နှင့်ပတ်သက်သည်ဟု ခံယူမှုလုပ်ဆောင်သူ

၃။ အငြင်းသန်သူ

၄။ အပြုသဘောဆောင်သူ၊ အမြဲလက်ခံသူ

၅။ စပ်စုတတ်သူ

၆။ သြဇာရှိသူ၊ အင်အားကြီးသူ

၇။ ရှက်တက်၊ ကြောက်တက်သူ

၈။ စကားများသူ

၉။ ငိုက်မြည်းသူ၊ အိပ်ငိုက်သူ၊ ပါဝင်မဆွေးနွေးသူ

၁၀။ အပြောဘဲရှိပြီး ပါဝင်မလုပ်ဆောင်သူ

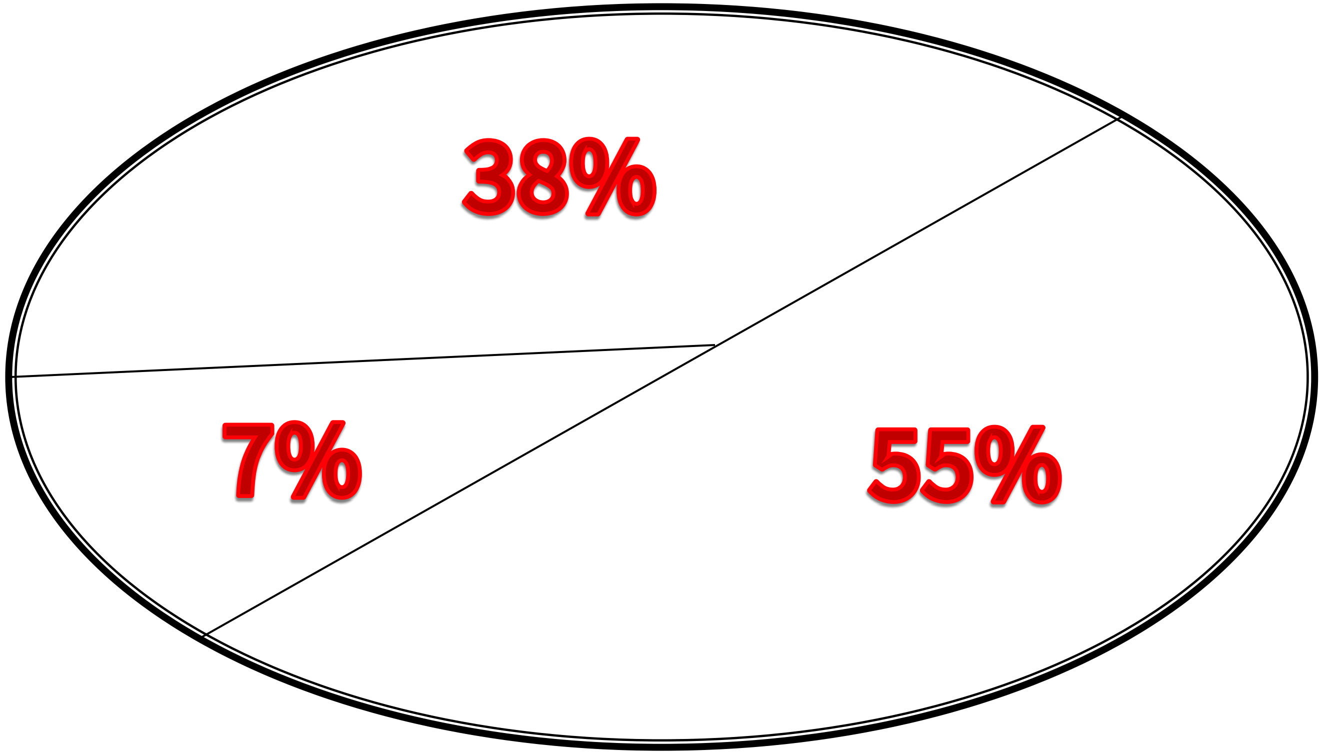
၁၁။ အပျက်ပြောတက်သ

သတင်းအချက်အလက်(Message)

- A– Accurate – တိကျမှန်ကန်ရမည်
- B– Brief – လိုရင်းတိုရှင်းဖြစ်ရမည်
- C– Clear – ရှင်းလင်းပြတ်သားရမည်
- D– Direct – တိုက်ရိုက်ပြောရမည်
- E– Easy to understand – နားလည်လွယ်ရမည်
- F– Feed back – ပြန်လည်တုန့်ပြန်မှုရှိရမည်

သတင်းအချက်အလက်အပေါ်ထိရောက်မှု

(Message Impact)



စကားလုံး Word –
ကိုယ်ဟန်အမူအယာ NOM-Verbal –
အသံအနိမ့်အမြင့် Voice quality –

Video Game (အင်း/ဟင့်အင်း)

□□□□□□□□□□□□□□□□