

မာတိကာ

- နိဒါန်း:

အပိုင်း (၁)

အင်တာဗျူးအတွက် ကြိုတင်ထုတ်ပြန်ခြင်း

၁။ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း: ၂

၂။ အင်တာဗျူးမေးသူအတွက် မိမိဘက်က ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း: ၄

၃။ အားနည်းချက်လို့ယူဆထားတာတွေ ဖယ်ဖျောက်ပစ်လိုက်ပါ။ ၆

၄။ ဖြေဆိုသူဖြစ်ခြင်း၏ စည်းကမ်းချက် နံပါတ် (၁) မေးခွန်းများကို မဖြေပါနှင့် ၈

၅။ အလုပ်ရနိုင်သော စာကြောင်းတစ်ခုခုသုံးပါ။ ၁၀

၆။ မိမိဘာသာ မိမိစကားပြန်ပြောပါ။ ၁၂

၇။ တစ်ခုတည်းရသော အခွင့်အရေး ၁၄

၈။ လတ်တလော ရေပန်းစားသည့် စကားလုံးများကို မှတ်သားပါ။ ၁၆

၉။ နိုင်ငံခြားမြို့များ ၁၉

၁၀။ အင်တာဗျူး လုပ်ရိုးလုပ်ပုံများ ၂၂

၁၁။ အကဲဖြတ်မှုနေရာများ သီးသန့်ချထားခြင်း ၃၁

၁၂။ မတူညီသော ရောင်းရရန် စိတ်ဝင်စားဖွယ် ကောင်းသည့်အရာ ၃၇

၁၃။ မေးခွန်းများကို ကြိုတင်မြင်ယောင်ထားပါ။ ၃၉

၁၄။ အင်တာဗျူး၏ ရည်ရွယ်ချက် ၄၁

၁၅။ နေရာရွေးယူလို့ရက ရွေးယူပါ။ ၄၃

၁၆။ ကြားဝါခြင်းကို လေ့ကျင့်ထားပါ။ ၄၅

အပိုင်း (၂)

အင်တာဗျူးအတွင်း ပြုမူနေထိုင်ခြင်း

၁၇။ အပြင်အဆင် ၄၈

၁၈။ ကြည့်ကောင်းအောင်ပြုလုပ်ပါ။ မိမိကိုအမြင်ကောင်းရ၏။ ၅၀

၁၉။ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု - အခြေခံစည်းမျဉ်းများ ၅၂

၂၀။ မည်သည့် အဝတ်အစားကို ဝတ်ဆင်ရမလဲ။ ၅၅

၂၁။ အရိပ်အမြွက်များကို လိုက်ရှာပါ။ ၅၇

၂၂။ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း ၅၉

၂၃။ ကိုယ်ခန္ဓာအမူအရာမှ စကားပြောခြင်းနှင့်စကားလုံး မဟုတ်သော ခြေဟန်လက်ဟန်မှစကားပြောခြင်း ၆၀

၂၄။ သင်သက်သောင့်သက်သာစွာ ထိုင်နေပါရဲ့လား။ ၆၂

၂၅။ ထိုင်ခုံ၊ ခြေထောက်နှင့် လက်ထားသည့် နေရာများ ၆၄

၂၆။ အင်တာဗျူးမေးသူကို ကြည့်၍ ဖြေဆိုပါ။ ၆၈

အပိုင်း (၃)

အင်တာဗျူးမေးခွန်းများ ဖြေဆိုခြင်း

၂၇။ မေးခွန်းသုံးခု ၇၂

၂၈။ မေးခွန်းနံပါတ် (၁) ၇၃

၂၉။ မေးခွန်းနံပါတ် (၂) ၇၅

၃၀။ မေးခွန်းနံပါတ် (၃) ၇၈

၃၁။ လုပ်ငန်းရှင်၏ အန္တရာယ်များကို လျှော့ချပေးပါ။ ၈၁

၃၂။ နိုင်ငံရေးသမား (သို့) ဦးနှောက် အသင့် မဖြစ်သေးမချင်း တစ်ခွန်းမှ မပြောပါနှင့်။ ၈၃

၃၃။ မျဉ်းလိုင်း၏ အပေါ်ဘက်တွင် အမြဲနေပါ။ ၈၆

၃၄။ ဖြစ်ရပ်မှန် ပုံပြင်ပြောပါ။ ၈၉

၃၅။ အကျိုးအမြတ်များကို အလေးပေးပြောဆိုပါ။ ၉၂

၃၆။ လွတ်ဟာနေသော အချိန်များကို ရှင်းပြပါ။ ၉၅

၃၇။ ထင်တယ်၊ မျှော်လင့်တယ်ဆိုတော့ စကားမသုံးပါနဲ့ ၉၈

၃၈။ ဘယ်လိုနိမ့်ချပြီး ပြောဆိုမလဲ ၁၀၀

၃၉။ အားနည်းချက်မေးခွန်း ၁၀၂

၄၀။ မေးခွန်းအများကြီး မေးခံရခြင်း ၁၀၅

၄၁။ စိတ်ဝင်စားသော အကြောင်းအရာများကို မေးခွန်းထုတ်ခြင်း ၁၀၇

အပိုင်း (၄)

အမေးအများဆုံး မေးခွန်း ၁၀၀

၄၄။ နာမည်ကြီးမေးခွန်း ၁၀၀ ၁၁၈

၄၅။ ကျောင်းပြီးခါစ လူငယ်များအတွက် မေးလာနိုင်သည့် မေးခွန်း ၅၀ ၁၂၇

အပိုင်း (၅)

အင်တာဗျူးဖြစ်စဉ်ကို ကြီးကြပ်ခြင်း

၄၆။ အင်တာဗျူး အစနှင့် အဆုံး ၁၃၆

၄၇။ ပထမဦးဆုံးနှင့် နောက်ဆုံး - အဓိကကျမှုနှင့် လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ရှိမှု ၁၃၈

၄၈။ အင်တာဗျူး - စောစွာရောက်ပါ။ ၁၄၂

၄၉။ အခန်းတွင်းသို့ မလိုတာတွေ မယူသွားပါနှင့် ၁၄၄

၅၀။ အခန်းအပြင်အဆင်ကိုကြည့်ပါ။ ၁၄၇

၅၁။ အင်တာဗျူးမေးသူနှင့် ရန်မဖြစ်ပါနဲ့ ၁၅၀

၅၂။ နောက်ဘာဆက်ဖြစ်မှာလဲ ၁၅၃

၅၃။ မသောက်ပါနှင့်၊ မစားပါနှင့်၊ ဆေးလိပ်မယူပါနှင့်၊ ပျော်ရွှင်မြူးထူးမနေပါနှင့် ၁၅၅

၅၄။ အသံငြိမ်သက်စွာနေခြင်း ၁၅၇

၅၅။ အကျိုးအကြောင်းပြချက်တွေ၊ တောင်းပန်မှုတွေ မပြုလုပ်ပါနဲ့ ၁၅၉

၅၆။ ထောက်ခံပေးသူများ ၁၆၁

အပိုင်း (၆)

လစာအများဆုံးရရန် ညှိနှိုင်းခြင်း

၅၇။ ပိုကောင်းသော အကျိုးခံစားခွင့်ကို ရယူခြင်း ၁၆၆

၅၈။ လစာနှင့် ရပိုင်ခွင့်များ (အခြေခံ) ၁၆၈

၅၉။ လစာပေးညှိနှိုင်းရာတွင် သုံးနိုင်သည့်နည်းများ ၁၇၁

အပိုင်း (၇)

အင်တာဗျူးပြီးဆုံးသွားလျှင်

၆၀။ အင်တာဗျူးသွား၊ ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ လေ့လာပါ။ ၁၇၈

၆၁။ ဆက်သွယ်မှု မပြတ်ပါနှင့်။ ၁၈၀

၆၂။ မိမိဘာသာအင်တာဗျူးပါ။ ၁၈၂

စာကြွင်း ၁-၄ ၁၈၄

အပိုင်း (၈)

ကြိုတင်စစ်ဆေးပြုလုပ်သည့် အချက်စာရင်း

က။ အင်တာဗျူးမတိုင်ခင် ပြင်ဆင်ခြင်း ၁၉၂

ခ။ အင်တာဗျူးအတွက် ကြိုတင်စစ်ဆေးရမည့် အချက်များ ၁၉၆

□