သင့်ဧရိယာတွင်

ကျားမရေးရာအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုအတွက်

လုပ်ဆောင်ပေးနေသူများ မရှိပါက

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအား
ထောက်ပံ့ပေးရန်အတွက်
အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်

အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း ?

အသုံးပြုသူအတွက် အကြံပြုချက်များ / အသုံးပြုပုံလမ်းညွှန်တို့ပါရှိသော အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်သည် လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုလုပ်ငန်း လုပ်ဆောင်နေသူများ အားလုံးအတွက် အောက်ပါ သတင်းအချက်အလက်များကို ပံ့ပိုးပေးထားပါသည်။

- ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု (GBV) ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို မည်သို့ ပံ့ပိုးကူညီမည်နည်း။
- မည်သူက ၎င်းတို့၏ GBV တွေ့ကြုံခံစားရမှုကို သင့်ထံ ဖွင့်ဟပြောပြမည်နည်း။
- GBV လုပ်ဆောင်သူ (GBV လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့မှု လမ်းကြောင်း သို့မဟုတ် GBV တာဝန်ခံအပါအဝင်) မရရှိနိုင်သော အခြေအနေ။

အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်တွင် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများအတွက် နောက်ထပ်ဆိုးကျိုးများ သက်ရောက်စေခြင်း မရှိစေဘဲ အခြေခံ ကူညီပံ့ပိုးမှုများနှင့် သတင်းအချက်အလက်များပေးခြင်းအတွက် နိုင်ငံတကာစံနှုန်းများကို အသုံးပြုထားပါသည်။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူဗဟိုပြုချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်မှု နည်းလမ်းအားဆက်လက်ထိန်းသိမ်း၍ မိမိတို့၏ ဒေသအခြေအနေနှင့် လိုက်လျောညီထွေစေရန်အတွက် ဤလမ်းညွှန်ကို GBV ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တစ်ဦး၏ အကူအညီဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲ အသုံးပြုရန် တိုက်တွန်းလိုသည်။

အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်တွင်ပါရှိသော (ပြင်ဆင်၊ ကြည့်ရှု၊ နားထောင်နှင့် ချိတ်ဆက်ပေး) ဟူသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရှေးဦးပြုစုနည်း (Psychological First Aid – PFA) မူဘောင်ကို အသုံးပြုရန်အတွက် PFA အကြောင်း သိရှိထားရန် သို့မဟုတ် သင်တန်းရထားရန် မလိုအပ်သော်လည်း ဘက်စုံလေ့ကျင့်သင်ကြားပေးသည့် PFA သင်တန်းမျိုးကိုမူ အားပေးတိုက်တွန်းလိုပါသည်။

အပိုင်း	စာမျက်နှာ	အသုံးပြုရန်
အဓိကပေးလိုသော သတင်းစကားများ	၂-၃	လက်ငင်းအသုံးပြုနိုင်ရန် လမ်းညွှန်
ဆုံးဖြတ်ချက်သစ်ပင်	၄	
ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်စာရွက်	၅-၆	
ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန် များနှင့် ပြောရမည့် အရာများ- ကြည့်ရှု နားထောင် ချိတ်ဆက်ပေး		
လုပ်ငန်းအဆင့်ဆင့်အတွက် လမ်းညွှန်ချက် ကူညီပံ့ပိုးမှု ရယူခြင်းနှင့် PSEA ပြင်ဆင်၊ ကြည့်ရှု၊ နားထောင် နှင့် ချိတ်ဆက်ပေး	၇-၁၀	ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း၊ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ မြှိုးထောင်မြှင့်တင်ခြင်း
ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ	၁၁-၁၅	အသက် ၁၈ နှစ်အောက် ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် လက်ငင်းအသုံးပြုရန် လမ်းညွှန်

အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်အား အသုံးပြုခြင်းသည် ထောက်ထောက်နောက်ခံ မှတ်စုတစ်ခု ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ အသုံးပြုသူအတွက် လမ်းညွှန်ကောင်းတစ်ခုလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

KEY MESSAGES

- မိမိ၏ဒေသတွင် မည်သည့် GBV ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်ကြောင်းကို သိရှိရန် GBV ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တစ်ဦးနှင့် ဦးစွာ ဆက်သွယ်၍ အစဉ်အမြဲ ဆွေးနွေးပါ။ အချို့ဝန်ဆောင်မှုများသည် အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်းများ၊ မိုဘိုင်းအပလီကေးရှင်း သို့မဟုတ် အခြား အဝေးထိန်းပံ့ပိုးကူညီမှုများ ပုံစံဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

- မိမိ၏ ဒေသတွင် ရရှိနိုင်သည့် အခြား မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုမဆိုကို သိရှိအောင်လုပ်ပါ။ ကျန်းမာရေး၊ စိတ်လူမှုရေးဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှု၊ ခိုနားရာနေရာနှင့် အစားအစာ မဟုတ်သော ပစ္စည်းများကဲ့သို့ လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှု မိတ်ဖက်များမှ ပံ့ပိုးပေးနေသော ဝန်ဆောင်မှုများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပါ၊ ပလီများ/ ခရစ်ယာန် ဘုရားကျောင်းများ၊ အမျိုးသမီးများနှင့် မသန်စွမ်းဝန်ဆောင်မှု အဖွဲ့အစည်းများကဲ့သို့ ရပ်ရွာလူထု အခြေပြု ဝန်ဆောင်မှုများကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားပါ။

- မိမိ၏ အခန်းကဏ္ဍကို မမေ့ပါနှင့်၊ နားထောင်ပေးပါ၊ ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်မှု မပြုပါနှင့်၊ ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း တိကျသည့် နောက်ဆုံးရ သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးပါ၊ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်ခွင့်များ ပေးပါ၊ မိမိ မည်သည့်အရာကို စီမံဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်၊ မည်သည့်အရာကို မဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ဆိုသည်ကို သိရှိပါစေ၊ မိမိ၏ဒေသတွင် GBV လုပ်ငန်းအစီစဉ်များ ပေးနေသော အဖွဲ့အစည်းမရှိဟု ဆိုလျှင်ပင် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများ လိုအပ်သည့် ဂရုစိုက်မှုနှင့် ထပ်ဆောင်းလိုအပ်သည့် ပံ့ပိုးကူညီမှုတို့ပေးနိုင်သော ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး သို့မဟုတ် စိတ်ကျန်းမာရေးပညာရှင်တို့ကဲ့သို့ အခြားမိတ်ဖက်များ ရှိနေနိုင်ပါသည်၊ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများကို အခြားမည်သူနှင့် ဆက်သွယ်ပေးသည်ဖြစ်စေ ၎င်းတို့ထံမှ ခွင့်ပြုချက်ကို ဦးစွာတောင်းခံပါ၊ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူက ငြင်းဆိုလျှင် သူ/သူမကို လက်ခံရန် အတင်းဖိအားမပေးပါနှင့်။

- မိမိက ဦးစွာ GBV အကြမ်းဖက်ခံရသူများကို မရှာဖွေ၊ မဖော်ထုတ်ပါနှင့်၊ တစ်စုံတစ်ယောက်က အကူအညီတောင်းခံလာလျှင်သာ ကူညီရန်အသင့်ရှိနေပါ။

- မိမိကို ပေးအပ်ထားသော တာဝန်ကို အမှတ်ရပါ၊ အကူအညီလိုအပ်နေသူများ အမျိုးသား/အမျိုးသမီးဖြစ်မှု၊ လိင်စိတ် ကိုင်းညွတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသ ခံယူမှု၊ အိမ်ထောင်ရှိမှု/မရှိမှု၊ မသန်စွမ်းဖြစ်မှု၊ အသက်အရွယ်၊ တိုင်းရင်းသား/ လူမျိုးစု/ လူမျိုး/ ကိုးကွယ်မှုတို့ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ၊ အကြမ်းဖက်မှုကို ကျူးလွန်သည့်သူ မည်သူပင်ဖြစ်စေ၊ အကြမ်းဖက်မှု ကျူးလွန်ခဲ့သည့်အခြေအနေ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ ၎င်းတို့ကို ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်ခြင်းကင်းစွာ၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကင်းစွာ ကူညီပံ့ပိုးပေးရန်အတွက်လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေသူများတွင် တာဝန်ရှိသည်။

အောက်ပါတို့ကို ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် အကြမ်းဖက်သူ ဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်မှု နည်းလမ်းကို အသုံးပြုခြင်း

- လေးစားမှု - သင်၏ လုပ်ဆောင်မှုများ အားလုံးသည် အကြမ်းဖက်ခံရသူ၏ ရွေးချယ်မှု၊ ဆန္ဒများ၊ ရပိုင်ခွင့်များနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာကို လေးစားမှုဖြင့် လုပ်ဆောင်ရမည်။

- ဘေးကင်းလုံခြုံမှု - ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးသည် နံပါတ်တစ် ဦးစားပေးကိစ္စ ဖြစ်သည်။

- လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှု -လူများတွင် ၎င်းတို့၏ အကြောင်းကို မည်သူ့ကိုပြောပြမည် သို့မဟုတ် မည်သူ့ကို မပြောပြ ဆိုသည်ကို ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့် ရှိသည်၊ လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သူ့ထံကိုမျှ မည်သည့်သတင်းအချက်အလက်ကိုမျှ အသိပေးမှု မပြုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

- ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကင်းခြင်း - အကူအညီလိုအပ်သူ မည်သူမဆိုအား တန်းတူ ညီမျှ၍ တရားမျှတစွာ ဆက်ဆံခြင်း ဖြစ်သည်။

- ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများရှိလျှင် မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်ကြောင်း အမြဲတမ်း အသိပေးပါ၊ မိမိသိသည်များကို မျှဝေပေးပါ၊ အရေးအကြီးဆုံးမှာ မိမိ ဘာကို မသိပါ ဆိုသည်ကိုလည်း ရှင်းပြပါ၊ ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူလိုခြင်း ရှိ/မရှိကို သူ/သူမအား ဆုံးဖြတ်ခွင့်ပေးပါ၊ အရည်အသွေးမှီသော ဆေးကုသ စောင့်ရှောက်မှုကို အကြမ်းဖက်ခံရပြီး ၇၂ နာရီအတွင်း ရရှိလျှင် လိင်မှုတစ်ဆင့် ကူးစက်သော ရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက်မှုကို ကာကွယ်နိုင်ပြီး နာရီ ၁၂၀ အတွင်း ရရှိလျှင် မလိုချင်သည့် ကိုယ်ဝန်ကို တားဆီးနိုင်ပါသည်။

---> မသန်စွမ်းသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့ ဆန္ဒရှိလျှင် ၎င်းတို့ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူ မပါဘဲ သင့်ကို ဆက်သွယ် ပြောဆိုနိုင်မည့် အခွင့်အရေးကို ဖန်တီးပေးပါ။ မသန်စွမ်းသူနှင့် ၎င်း၏ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူကြား ဆက်ဆံရေးကို မထိခိုက်အောင် (သို့မဟုတ်) တင်းမာမှုများ မဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

---> အမျိုးသားတစ်ဦး သို့မဟုတ် ယောက်ျားလေးတစ်ဦး အဓမ္မပြုကျင့်ခံရသဖြင့် ၎င်းကို လိင်တူချစ်သူ အမျိုးသား (သို့မဟုတ်) လိင်တူလိင်ကွဲချစ်သူတစ်ဦးဟု ယူဆ၍မရပါ။ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုသည် လူတစ်ဦး၏ ဗိုမလက္ခဏာ (sexuality) ပေါ် အခြေမခံဘဲ ဩဇာအာဏာ (power) ပေါ်တွင် အခြေခံပါသည်။

---> လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာ လူနည်းစု အုပ်စုများသည် ၎င်းတို့၏ လိင်စိတ်ကိုင်းညွတ်မှု သို့မဟုတ် လိင်ဝိသေသခံယူမှု သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးစလုံးကြောင့် မကြာခဏဆိုသလို ထိခိုက်ခံရမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုကို ခံရနိုင်သည့် အန္တရာယ်ပိုများပါသည်။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများအားလုံးကိုစူးစိုက်စွာ နားထောင်ပေးပါ။ ကူညီ ပံ့ပိုးပေးနိုင်ရန် ကြိုးစားပါ။

---> အိမ်ထောင်ဖက်၊ ၎င်းနီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်၊ မိသားစုဝင်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးနေသူ၊ ခင်ပွန်း/ဇနီး ဘက်မှ ဆွေမျိုးများ၊ လူစိမ်း၊ မိဘ သို့မဟုတ် လိင်မှုကိစ္စ ဆောင်ရွက်မှုတစ်ခုကို ငွေ သို့မဟုတ် ပစ္စည်းဖြင့် လဲလှယ်ရယူသူ အပါအဝင် မည်သူမဆိုသည် ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု တစ်ခုကို ကျူးလွန်နိုင်သည်။

---> မည်သူမဆိုသည် အကြမ်းဖက်မှုကျူးလွန်ခံရသူများ ဖြစ်နိုင်သည်။ အိမ်ထောင်ရှိသူများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ လိင်လုပ်သားဖြင့် လုပ်ကိုင်နေသူများသည် အကျူးလွန်ခံရသူ မဖြစ်နိုင်ပါဟု ကန့်သတ်၍မရပါ။

---> ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ တစ်ဦး၏ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။ မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း လူမသိအောင် ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ပေးပါ။ အကြမ်းဖက်ခံရသူ၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အချက်အလက်များ သို့မဟုတ် မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံများကို ချရေးခြင်း၊ ဓာတ်ပုံရိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် မိမိ၏ ကြီးကြပ်သူအရာရှိထံသို့ အပါအဝင် နှုတ်ဖြင့် ပြောပြခြင်းတို့ကို ရှောင်ရှားပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အသံဖမ်းယူခံရမည်ကို စိုးရိမ်ပူပန်စရာမလိုရလေအောင် ဖုန်းများနှင့် ကွန်ပျူတာများကို သိမ်းဆည်းထားပါ။

---> မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း ညွှန်ပြနိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ/ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးသတင်းအချက်များထဲတွင် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အမည်၊ ကျူးလွန်သူ(များ)၏ အမည်၊ မွေးသက္ကရာဇ်၊ မှတ်ပုံတင်နံပါတ်၊ အိမ်လိပ်စာ၊ အလုပ်လိပ်စာ၊ ၎င်း၏ သားသမီးများ ကျောင်းတက်နေသည့်ဒေသ၊ အကြမ်းဖက်မှု ဖြစ်ခဲ့သည့်အချိန်နှင့် နေရာအတိအကျ၊ စသည်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

---> မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း ညွှန်ပြနိုင်ခြင်း မရှိသည့် ယေဘုယျသတင်းအချက်အလက်များကို အောက်ပါတို့ထံ မျှဝေပေးပါ -

- မိမိ၏ အစီအစဉ် ပိုမိုဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိစေရန် ကြိုးပမ်းသည့်အခါ မိမိ၏အဖွဲ့ သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းကဏ္ဍမှ မိတ်ဖက်များထံ အသိပေးပါ။
- မိမိကိုယ်တိုင် စောင့်ရှောက်မှုနှင့် အားပေးမှုတို့ ရယူရန် ဆောင်ရွက်ပေးသောအခါ မိမိ၏ ကူညီပံ့ပိုးမှု ကွန်ရက်သို့ အသိပေးပါ။
- လူများသည် ရေခပ်သည့်နေရာများတွင် စော်ကားနှောင့်ယှက် တိုက်ခိုက်ခံရတတ်သည်ကို ကျွန်တော်/ကျွန်မ သတိပြုမိသည်။ ထိုနေရာများသည် ဝေးလံပြီး တသီးတခြား ရှိနေတတ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ပိုနီးသောနေရာတွင် ရေခပ်ရန် သို့မဟုတ် အဖွဲ့လိုက်သွားရန် အကြံပေးခြင်း သို့မဟုတ် ……ခြင်းဖြင့် ထိုအန္တရာယ်ကို လျှော့ချရန် ကြိုးစားပေးနိုင်သည်။
- တစ်စုံတစ်ယောက် သူ ဆိုးဆိုးရွားရွား ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည့် အတွေ့အကြုံကို ကျွန်တော်/ကျွန်မကို ပြောပြခဲ့သည်။ အသေးစိတ်ကိုတော့ ပြောမပြနိုင်ပါ။ သို့သော် သည်ဖြစ်ရပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော် / ကျွန်မအပေါ် သက်ရောက်နေသည့်အတွက် အကူအညီ လိုအပ်နေပါသည်။

ဆုံးဖြတ်ချက်သစ်ပင်

ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် စာမျက်နှာ ၁၆ တွင် ဖတ်ရှုပါ။

ပြင်ဆင်ပါ

(ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သိရှိအောင်လုပ်ထားခြင်း)

GBV ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို သင်ထံ ဖွင့်ဟအသိပေးလာသည့်အခါ ...

အခြားသူတစ်ဦးက ဖွင့်ဟလျှင် ...

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအတွက် ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှုအားလုံးအကြောင်း တိကျသည့် နောက်ဆုံးရ သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူထံ အဆိုပါ သတင်းအချက်အလက်များကို ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ၊ လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုရှိစွာ မျှဝေပေးဖို့ ဖွင့်ဟပြောပြလာသူကို တိုက်တွန်းပါ။ သို့မှသာ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူက ဖွင့်ဟ ပြောပြလိုသည့် ဆန္ဒ ရှိလာမည်ဖြစ်သည်။
သတိပြုရန် - GBV ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများက သိရှိအောင် မိမိက ဖော်ထုတ်ခြင်းမျိုး မလုပ်ပါနှင့်။

အကြမ်းဖက်ခံရသူကိုယ်တိုင်ကဖွင့်ဟလျှင် ...

ကြည့်ရှုပါ၊ နားထောင်ပါ။
[စာမျက်နှာ ၇ နှင့် ၈ ကို ကြည့်ပါ]
သင့်ကိုယ်သင် မိတ်ဆက်ပါ။ သင် မည်သို့ ကူညီပေးရမည်နည်းဟု မေးပါ။ လေးစားမှု၊ ဘေးကင်းလုံခြုံမှု၊ လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကင်းမှုတို့ကို လိုက်နာကျင့်သုံးပါ။

GBV လုပ်ဆောင်သူ/လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့မှု လမ်းကြောင်း ရှိပါသလား။

ရှိပါသည်။ GBV လွှဲပြောင်းညွှန်းဆိုမှုလမ်းကြောင်းအတိုင်း ရရှိနိုင်သည့် GBV ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်းကို ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအား အသိပေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ သဘောတူပါက လွှဲပြောင်းညွှန်းဆိုပေးပါ။

မရှိပါ။ ချိတ်ဆက်ပေးပါ [စာမျက်နှာ ၉ နှင့် ၁၀ ကို ကြည့်ပါ] ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း တိကျသည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ဆက်သွယ် အသိပေးပါ။

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူက ဝန်ဆောင်မှုတစ်ခုနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးခြင်းကို ခံယူရန် ရွေးချယ်ပါသလား။

ရွေးချယ်ပါသည်။ ရရှိနိုင်သော အရင်းအမြစ်/ဝန်ဆောင်မှုကို မည်သို့ လက်လှမ်းမီ ရယူ အသုံးပြုနိုင်မည်၊ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းစေရန် မည်သည့်သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနည်းလမ်းကို ရွေးချယ်သွားရောက်နိုင်သည်၊ စသည် အပါအဝင် အရင်းအမြစ်/ဝန်ဆောင်မှုအကြောင်း အသေးစိတ် သတင်းအချက်အလက်များကို ဆက်သွယ်အသိပေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ ကောင်းစွာသိရှိပြီးမှပေးသည့် အတိအလင်းသဘောတူညီချက် မရှိဘဲ ၎င်းအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များ သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံများကို မည်သူ့ထံမျှ အသိမပေးပါနှင့်။ အဖြစ်အပျက်၏ အသေးစိတ်အချက်အလက်များ သို့မဟုတ် အကြမ်းဖက်ခံရသူ၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အချက်အလက်များကို မှတ်တမ်းတင်မထားပါနှင့်။

မရွေးချယ်ပါ။ လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူသည် နောက်ပိုင်းတွင် စိတ်ပြောင်းပြီး ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူလိုလျှင် ရယူနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။ အကယ်၍ ဝန်ဆောင်မှုများသည် ယာယီ၊ ရွေ့လျား သို့မဟုတ် အချိန်အကန့်အသတ်တစ်ခုအတွင်းသာ ရရှိနိုင်ပါက ဝန်ဆောင်မှုများ ရပ်တန့်သွားမည့် အချိန်ကို အသိပေးပါ။

ယာယီအဆောက်အဦးဆိုင်ရာအစုအဖွဲ့၏ GBV Constant Companion မှ ထင့်လျော်ထက်ဲထို့ပြန်လည် အထုံးပြုထားထည်။

ဝန်ဆောင်မှုသတင်းအချက်အလက်စာရွက်

မိမိ၏ဒေသတွင် ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများကို ဤသတင်းအချက်အလက်စာရွက်တွင် ဖြည့်စွက်ကာ အလွယ်တကူ လက်လှမ်းမီနိုင်သည့် နေရာတွင် ထားပါ။

မိမိ၏ GBV ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်၊ မိမိ၏ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်၊ မိတ်ဖက်များနှင့်အတူတကွ (၁) လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုလုပ်ငန်း လုပ်ဆောင်နေသော မိတ်ဖက်များမှ ဆောင်ရွက်ပေးနေသည့် ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် (၂) ဘာသာရေးအဖွဲ့များ/ ဘုရားဝတ်ပြုပူဇော်မှုပြုရာနေရာများ၊ အမျိုးသမီးအဖွဲ့များ၊ မသန်စွမ်းအဖွဲ့အစည်းများ၊ စသည်တို့ကဲ့သို့ လူထုအခြေပြုဝန်ဆောင်မှုများကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ပါ။

ကလေးသူငယ် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
စိတ်ကျန်းမာရေး/ စိတ်လူမှုရေး ပံ့ပိုးကူညီမှု	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
ကျန်းမာရေး	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
အစားအစာမဟုတ်သည့် ထောက်ပံ့ပစ္စည်းများ/ dignity kit များ အပါအဝင် WASH	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
ခိုနားရာ အမိုးအကာ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	

ဥပဒေရေးရာ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
အစားအစာနှင့် အာဟာရ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
ဆယ်ကျော်သက်များ လူငယ်များအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
မသန်စွမ်းသူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာ လူနည်းစုအုပ်စုများ အတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
ကလေး သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးဦးစီးသော အိမ်ထောင်စုများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
အခြား	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	
အခြား	သတင်းအချက်အလက်များ	
	တာဝန်ခံများ	

ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်နှင့် ပြောဆိုရမည့်စကားများ

ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် စာမျက်နှာ ၁၆ တွင် ဖတ်ရှုပါ။

ကြည့်ရှုပါ

ဆောင်ရန်

- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ သင့်ထံ ချဉ်းကပ်လာခြင်းကို ခွင့်ပြုပါ။ ၎င်း၏ လိုအပ်ချက်များကို နားထောင်ပါ။
- အရေးပေါ်လိုအပ်သည့် မည်သည့်အခြေခံ လိုအပ်ချက်များကို သင့်အနေဖြင့် မည်သို့ ဖြည့်ဆည်း ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည် ဆိုသည်ကို ဦးစွာမေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအချို့သည် ဆေးဝါးကုသစောင့်ရှောက်မှု သို့မဟုတ် အဝတ်အစားများကို ချက်ချင်း လိုအပ်ပါသည်။
- သင် ရှိနေသည့် နေရာတွင် သင့်ကို စကားပြောရန် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအနေဖြင့် သက်တောင့်သက်သာ ရှိ/မရှိ မေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူတွင် အဖော်လိုက်လာသူတစ်ဦး ပါပါက ထိုသူ၏ ရှေ့တွင် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အတွေ့အကြုံကို မေးမြန်း ပြောဆိုရန် အန္တရာယ်မရှိနိုင်ဟု တထစ်ချ မယူဆပါနှင့်။
- အနှောင့်အယှက်ကင်းစွာ သီးသီးသန့်သန့် ထိုင်နေနိုင်သည့် နေရာ၊ တစ်သျှူး၊ စသည်ကို ပေးခြင်းကဲ့သို့ လက်တွေ့လိုအပ်သော အကူအညီများကို ပေးပါ။
- လိုအပ်ပါက ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအတွက် ဘာသာပြန်ပေးနိုင်မည့် သို့မဟုတ် ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်မည့် သို့မဟုတ် နှစ်ခုစလုံးကို လုပ်ပေးနိုင်မည့် သူ/သူမ အတွက် အဆင်ပြေမည့်သူ တစ်ဦးဦးကို ရွေးချယ်ပေးဖို့ အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစား၍ ပြောပါ။

ရှောင်ရန်

- သင့်ထံ ချဉ်းကပ်လာပြီး ၎င်းတို့၏ ဆိုးရွားသည့်၊ ပြောပြရန် ခက်ခဲသည့်၊ မှားယွင်းသည့်နှင့်/သို့မဟုတ် အကြမ်းဖက်မှုကို တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရမှုအား ပြောပြသည့်သူကို လျစ်လျူမရှုပါနှင့်။
- ပိုင်စိုးပိုင်နင်း သို့မဟုတ် တွန်းတွန်းတိုက်တိုက်ဖြင့် လူများကို အတင်းအကျပ် ကူညီခြင်းမျိုး မပြုပါနှင့်။
- ပိုကဲစွာ အလွန်အကျွံ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်း မပြုပါနှင့်။ တည် တည်ငြိမ်ငြိမ် ရှိပါစေ။
- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ မျှဝေချင်သည်ထက်ပို၍ မျှဝေပေးရန် သူ/သူမကို ဖိအားမပေးပါနှင့်။ သင်၏ တာဝန်မှာ နားထောင်ပေးရန်နှင့် ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များပေးရန် ဖြစ်သည့်အတွက် အဖြစ်အပျက် အသေးစိတ်နှင့် မည်သူကကျူးလွန်သနည်းဟူသော အချက်များသည် အရေးမကြီးပါ၊ မလိုအပ်ပါ။
- GBV အကြမ်းဖက်မှုမှ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ တစ်ဦးကို အဓမ္မပြုကျင့်ခံခဲ့ရဖူးခြင်း ရှိ/မရှိ၊ အရိုက်နှက်ခံခဲ့ရဖူးခြင်း ရှိ/မရှိ စသဖြင့် မမေးမြန်းပါနှင့်။

ပြောဆိုရမည့်စကား နမူနာများ ...

- ”သင့်ကို ကြည့်ရတာ အရမ်းနာကျင်ခံစားနေရပုံပေါ်တယ်။ ဆေးခန်း သွားချင်သလား။”
- ”ဒီနေရာက သင့်အတွက် အဆင်ပြေသလား၊ သင့်အတွက် ပိုပြီးအဆင်ပြေမယ့် တခြားနေရာ တစ်နေရာ ရှိသလား။ ဒီမှာ စကားပြောရတာကို စိတ်သက်တောင့်သက်သာ ရှိပါသလား။”
- ”ရေသောက်ချင်သလား။ လွတ်လွတ်လပ်လပ် ထိုင်ပါနော်။”

နားထောင်ပါ

ဆောင်ရန်

- မျှဝေလာသော သတင်းအချက်အလက် မှန်သမျှကို လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပေးပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို အကောင်းဆုံး ပံ့ပိုးကူညီပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အကြံဉာဏ်နှင့် လမ်းညွှန်မှု ရယူရန် လိုအပ်ပါက ကျွမ်းကျင်သူ သို့မဟုတ် သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တစ်ဦးနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူထံမှ ခွင့်ပြုချက် တောင်းပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအချက်အလက်များကို ထုတ်ဖော်ခြင်းမရှိဘဲ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။
- မိမိ ရောက်ရှိ နေရာဒေသ အခြေအနေအရ လိုအပ်လျှင် သင်၏ လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပေးနိုင်မှု ကန့်သတ်ချက်များအပေါ် မျှော်လင့်ချက်များ လွန်ကဲစွာ မထားစေရန် လုပ်ဆောင်ပါ။
- သင်၏ အခန်းကဏ္ဍ/တာဝန်အပေါ် လွန်ကဲစွာ မျှော်လင့်ချက်မထားစေရန် လုပ်ဆောင်ပါ။
- သင်က ပြောဆိုခြင်းထက် နားထောင်ခြင်းကို ပိုလုပ်ပါ။
- နှစ်သိမ့်ပေးသည့်၊ ဖေးမပေးသည့် စကားအချို့ကို ပြောဖြစ်အောင် ပြောပါ။ ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်များသည် ၎င်းတို့၏ အပြစ်မဟုတ်ကြောင်း နားလည်လက်ခံအောင် ပြောပေးပါ။

ရှောင်ရန်

- ဘာကိုမျှ ရေးမှတ်ခြင်း မပြုပါနှင့်။ သက်ရှင်ကျန်ရစ်သူ အကြမ်းဖက်ခံရသူကို ဓာတ်ပုံ မရိုက်ပါနှင့်။ ဖုန်းဖြင့် သို့မဟုတ် အခြားကိရိယာတစ်ခုဖြင့် ပြောဆိုမှုများကို အသံမဖမ်းပါနှင့်။ မီဒီယာ အပါအဝင် အခြားသူများကို အသိမပေးပါနှင့်။
- ဘာဖြစ်ခဲ့သည်ဆိုသည်ကို မမေးပါနှင့်။ ထိုအစား နားထောင်ပေးပါ၊ သင် ဘာကူညီနိုင်မလဲ မေးပါ။
- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အတွေ့အကြုံကို အခြားသူတစ်ဦး ကြုံတွေ့ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ခြင်းများ မပြုပါနှင့်။ ယခုအခြေအနေသည် အရေးမကြီးဟူသည့် ဟန်ပန်ကို မပြပါနှင့်၊ ထိုသို့သော သဘောသက်ရောက်အောင် မပြောပါနှင့်။ အရေးကြီးသည့် အချက်မှာ သက်ရှင်ကျန်ရစ်သူသည် ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံအပေါ် မည်သို့ ခံစားရသနည်း ဟူသည့် အချက် ဖြစ်ပါသည်။
- တစ်စုံတစ်ဦးက သင့်ကို ပြောပြသည့် အရာများကို သံသယမဝင်ပါနှင့် သို့မဟုတ် ဆန့်ကျင်မပြောပါနှင့်။ သင်၏ အခန်းကဏ္ဍ/ တာဝန်မှာ ဝေဖန်ဆုံးဖြတ် သတ်မှတ်ချက်မရှိဘဲ နားထောင်ပေးရန်နှင့် ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များ ပေးရန်သာ ဖြစ်ကြောင်း မမေ့ပါနှင့်။

ပြောဆိုရမည့်စကား နမူနာများ ...

- ”ကျွန်တော်/ကျွန်မ ဘယ်လိုကူညီပေးရမလဲ။”
- ”ကျွန်တော်/ကျွန်မတို့ကြားမှာ ပြောဆိုသမျှတိုင်း တခြား ဘယ်သူမှ မသိစေရပါဘူး။ သင့်ရဲ့ ခွင့်ပြုချက်မရဘဲ ဘယ်သူ့ကိုမှ ဘာကိုမှ အသိပေးမှာ မဟုတ်ပါဘူး။”
- ”သင့်ကို ကူညီဖို့ ကျွန်တော်/ကျွန်မ တတ်နိုင်သမျှ ကြိုးစားပေးပါမယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်/ကျွန်မက နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပေးသူတစ်ဦး မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်အတွက် ရရှိနိုင်မယ့် အကူအညီတွေနှင့် စပ်လျဉ်းတဲ့ ရှိသမျှ သတင်းအချက်အလက်တွေကို ကျွန်တော်/ကျွန်မ မျှဝေပေးပါမယ်။”
- ”ပြောပြချင်တာမှန်သမျှ ပြောပြပေးပါ။ ဒါပေမဲ့ သင် ကြုံတွေ့ခံစားခဲ့ရတာတွေကို ကျွန်တော်/ကျွန်မကို မပြောပြလည်း သင့်အတွက် ရရှိနိုင်မယ့် အကူအညီများနှင့် စပ်လျဉ်းတဲ့ သတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။”
- ”သင် ကြုံတွေ့ခံစားခဲ့ရတာတွေအတွက် ကျွန်တော်/ကျွန်မ စိတ်မကောင်းပါဘူး။”
- ”ဖြစ်ပျက်ခဲ့တာတွေက သင့်အပြစ် မဟုတ်ပါဘူး။”

ယာယီအဆောက်အဦးဆိုင်ရာအစုအဖွဲ့၏ GBV Constant Companion မှ သင့်လျော်သကဲ့သို့ ပြန်လည်အသုံးပြုထားသည်။

ဆောင်ရန်	ရှောင်ရန်

ဆောင်ရန်

- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ပိုင် ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်ကို လေးစားပါ။
- GBV အထူးပြုသည့် ဝန်ဆောင်မှု မဟုတ်လျှင်ပင် ရရှိနိုင်သမျှ ဝန်ဆောင်မှုများအားလုံးနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် သတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေပေးပါ။
- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူသည် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ယခု ချက်ချင်း ချမှတ်ရန် မလိုကြောင်း၊ သူ/သူမ အနေဖြင့် နောက်မှ စိတ်ပြောင်းပြီး အဆိုပါ ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူမည်ဆိုလျှင်လည်း ရကြောင်း ပြောပြပါ။
- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူမှ အကူအညီရယူရန် တစ်စုံတစ်ဦး၊ သူငယ်ချင်း၊ မိသားစုဝင်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူ သို့မဟုတ် ၎င်း ယုံကြည်မှုရှိသည့် မည်သူမဆို ရှိပါသလားဟု မေးမြန်းပါ။
- အန္တရာယ်မရှိနိုင်ဟု သင်ခံစားရပါက ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူမှ ယုံကြည်သူတစ်ဦးဦးထံ ဆက်သွယ်ရန် သင်၏ ဖုန်း သို့မဟုတ် ဆက်သွယ်ရေးကိရိယာတစ်ခုကို သူ/သူမ ကို ပေးသုံးပါ။
- မည်သည့်အရာကိုမဆို မလုပ်ဆောင်မီ အကြမ်းဖက်ခံရသူထံမှ ခွင့်ပြုချက်တောင်းခံပါ။
- စကားဝိုင်း သိမ်းသည့်အခါ ဖေးဖေးမမဖြင့် သိမ်းပေးပါ။

ရှောင်ရန်

- သင်၏ ကျွမ်းကျင်မှုများကို ချဲ့ကားမပြောပါနှင့်။ မဖြစ်နိုင်သည့် ကတိများ မပေးပါနှင့် သို့မဟုတ် သတင်းအချက်အလက် အမှားများ မပေးပါနှင့်။
- အကောင်းဆုံး လုပ်ဆောင်နိုင်မည့် အရာများ သို့မဟုတ် နောက်ထပ် ဘာလုပ်ရမည်ဆိုသည်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သင်၏ကိုယ်ပိုင်အကြံဉာဏ်မပေးပါနှင့်။ သို့မဟုတ် ကိုယ်ပိုင်အမြင်များကို မပြောပါနှင့်။
- တစ်စုံတစ်ဦး၏ လိုအင်ဆန္ဒများ သို့မဟုတ် လိုအပ်ချက်များကို သင် သိရှိသည်ဟု တစ်ထစ်ချ မယူဆပါနှင့်။ အချို့သော လုပ်ဆောင်ချက်များသည် တစ်စုံတစ်ဦးကို ပြစ်တင်ရှုတ်ချခံရနိုင်သည့်၊ လက်တုံ့ပြန် ရန်ပြုခံရနိုင်သည့်၊ ဆိုးကျိုးဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့် အန္တရာယ်ကို ထပ်မံတိုးပွားစေနိုင်ပါသည်။
- တစ်စုံတစ်ဦး သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ယူဆချက်များ မပြုလုပ်ပါနှင့်။ အသက်အရွယ်၊ အိမ်ထောင်ရှိခြင်း/မရှိခြင်း၊ မသန်စွမ်းမှု၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး၊ အလွှာ၊ လိင်စိတ်ကိုင်းညွှတ်မှု၊ လိင်ဝိသေသခံယူမှု၊ ကျူးလွန်သူ(များ)သည် မည်သူမည်ဝါဟူသည်တို့ အပါအဝင် မည်သည်ကိုအကြောင်းပြု၍မျှ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း မပြုပါနှင့်။
- GBV အကြမ်းဖက်မှုမှ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူတစ်ဦးနှင့် အခြား မည်သူမဆို (ဥပမာ - ကျူးလွန်သူ သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်၊ ရပ်ရွာကော်မတီအဖွဲ့ဝင်၊ ရပ်ရွာ ခေါင်းဆောင်၊ စသည့် အခြားသူတစ်ဦးဦး)၏ ကြားတွင် ပြေငြိမ်းအောင် စေ့စပ်ပေးခြင်း၊ သင့်မြတ်အောင် လုပ်ပေးခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဖြေရှင်းပေးခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။
- ဖြစ်ပျက်ခဲ့ပုံအသေးစိတ်နှင့် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ မည်သူမည်ဝါဆိုသည်ကို ဖော်ပြနိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို မည်သူ့ကိုမျှ မျှဝေပေးခြင်း မပြုပါနှင့်။ မည်သူ့ကိုမျှဟု ဆိုရာတွင် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ မိသားစုဝင်များ၊ ရဲ/လုံခြုံရေး တပ်ဖွဲ့၊ ရပ်ရွာမှ ခေါင်းဆောင်များ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ မိမိ၏ ကြီးကြပ်သူအရာရှိများ၊ စသည်တို့လည်း အပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါ သတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေခြင်းသည် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအပေါ် ဆိုးကျိုးများ ဗိုမိုသက်ရောက်စေနိုင်ပါသည်။
- မိမိနှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပြီးသည့် နောက်ပိုင်းတွင် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအကြောင်း မေးမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် ဆက်သွယ်ခြင်းများ မပြုလုပ်ပါနှင့်။

ပြောဆိုရမည့်စကား နမူနာများ ...

- "ကျွန်တော်/ကျွန်မတို့ အခု ပြောတဲ့စကားတွေအကုန်လုံး တခြားဘယ်သူမှ မသိစေရပါဘူး။"

- "ကျွန်တော်/ကျွန်မက နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပေးသူတစ်ဦး မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်/ကျွန်မမှာ ရှိတဲ့ သတင်း အချက်အလက်တွေကို သင့်ကို ပေးနိုင်ပါတယ်။ သင် ဒါမှမဟုတ် သင့်မိသားစု ဒါမှမဟုတ် သင်ရော၊ သင့်မိသားစုကိုရော ကူညီပေးနိုင်တဲ့ လူတချို့ / အဖွဲ့အစည်းတချို့ ရှိပါတယ်။ သူတို့အကြောင်း သိချင်ပါသလား။"

- "ဒါတွေကတော့ ဝန်ဆောင်မှုရဲ့ အသေးစိတ်အချက်အလက်တွေပါ။ ဝန်ဆောင်မှု ပေးနေတဲ့ နေရာ၊ ဖွင့်လှစ်တဲ့အချိန်၊ ကုန်ကျစရိတ် (ရှိမည်ဆိုလျှင်)၊ အဲဒီကို သွားဖို့အတွက် အသုံးပြုနိုင်တဲ့ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး နည်းလမ်းတွေ၊ သင် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးနိုင်မယ့် လူရဲ့နာမည်၊ စတာတွေ ပါပါတယ်။"

- "သင် အကူအညီသွားတောင်းနိုင်တဲ့၊ သင် ယုံကြည်ရတဲ့သူတစ်ဦးဦး ရှိပါသလား။ ဥပမာ မိသားစုဝင် ဒါမှမဟုတ် သူငယ်ချင်း။ အခုအချိန်မှာ သင် လိုအပ်တဲ့သူတစ်ဦးဦးဆီ ဖုန်းဆက်ဖို့ ကျွန်တော်/ကျွန်မရဲ့ဖုန်းကို အသုံးပြုလိုပါသလား။"

- "ရှေ့ ဘာဆက်လုပ်မလဲဆိုတာနဲ့ပတ်သက်လို့ သင် ဆန္ဒရှိတဲ့အရာ၊ သင့်အတွက် သက်တောင့်သက်သာ ရှိတယ်လို့ ခံစားရတဲ့အရာကိုပဲ ထည့်သွင်းစဉ်းစားဖို့ အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်ပါတယ်။"

- "အခုအချိန်မှာ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ချရမယ်ဆိုပြီး စိတ်ဖိစီးမခံပါနဲ့။ သေသေချာချာ စဉ်းစားပြီး နောက်မှ စိတ်ပြောင်းချင်တယ်ဆိုလည်း ပြဿနာမရှိပါဘူး။ ရပါတယ်။"

- "ဒီအခြေအနေကို ဖြေရှင်းဖို့အတွက် သင့်ကိုယ်စား ဘယ်သူနဲ့မှ ကျွန်တော်/ကျွန်မ ဆွေးနွေးမပေးနိုင်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အခုစကားပြောနေစဉ်အတွင်းမှာ သင့်ကို ဖေးမကူညီပေးတာနဲ့ သင့်ရဲ့စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေကို နားထောင်ပေးတာကိုတော့ ကျွန်တော်/ကျွန်မ လုပ်ပေးနိုင်ပါတယ်။"

- "သင် ပြောတာတွေ နားထောင်ကြည့်ရတာတော့ သင့်မှာ အစီအစဉ်တစ်ခု ရှိပုံရပါတယ်။ အဲဒါ အဲဒီလို အစီအစဉ်ရှိတာ သိပ်ကောင်းပါတယ်။"

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူဘက်မှ စဉ်းစားပေးခြင်း

ကူညီပံ့ပိုးမှုရယူခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးနှင့် အန္တရာယ်များ

ဝန်ဆောင်မှုများရယူခြင်းသည် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ တစ်ဦးအတွက် အစဉ်အမြဲ ဘေးကင်းလုံခြုံစေသည် မဟုတ်ဘဲ ထိခိုက်မှုများ၊ ဆိုးကျိုးများ ပိုမို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။ သင်၏တာဝန်မှာ ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ အကြောင်း တိကျသည့် နောက်ဆုံးရ သတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေပေးရန်သာဖြစ်ကြောင်း မမေ့မလျော့ ရှိရန်လိုပြီး ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူက ၎င်းအတွက် ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းသည်ဟု ယူဆသည့်အရာကို ၎င်းတို့ ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ခွင့်ပြုပါ။ အောက်ပါ အကျိုးကျေးဇူးနှင့် အန္တရာယ်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပါ။

ကူညီပံ့ပိုးမှု ရယူခြင်း၏ အန္တရာယ်များ (ထိခိုက်ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေများ)

- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ၊ မိသားစုဆွေမျိုးများနှင့်/သို့မဟုတ် ရပ်ရွာမှ သိရှိသွားနိုင်သည်။ ထိုအခါ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ရှုတ်ချခြင်း၊ အိမ်မှ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာမှ မောင်းထုတ်ခံရခြင်းနှင့်/သို့မဟုတ် အကြမ်းဖက်မှုများ ပိုမိုခံစားရခြင်းတို့ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။
- ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်များကို အခြားသူများ သိရှိသွားပြီဆိုသည်ကို ကျူးလွန်သူ(များ) သိရှိသွားနိုင်သည်။ ထိုအခါ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို ထိခိုက်နာကျင်အောင်လုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် သတ်ပစ်ခြင်းကိုပင် လုပ်ဆောင်၍ လက်တုံ့ပြန်နိုင်ပါသည်။
- ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများက ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူတစ်ဦးကို ကူညီနေသည်ကို မြင်တွေ့ပါက ကျူးလွန်သူ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာမှ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ခြိမ်းခြောက်ခြင်းများ၊ အကြမ်းဖက်ခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများသည် စနစ်တကျ သင်တန်းရထားသူများ မဟုတ်လျှင် နားလည်စာနာမှုမရှိသည့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်မှုမျိုးကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ကူညီပံ့ပိုးမှုရယူခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများ

- အသက်အန္တရာယ်ရှိသည့် အခြေအနေတွင် အသက်ကယ်ဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်ခြင်း။
- HIV နှင့် မလိုချင်ဘဲရသည့် ကိုယ်ဝန်ကို တားဆီးပေးနိုင်သည့် ဘေးကင်းလုံခြုံပြီး လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပေးသော ကျွမ်းကျင်သည့် ဆေးကုသစောင့်ရှောက်မှုများကို အချိန်မီ ရရှိနိုင်ခြင်း။
- ဘေးကင်းလုံခြုံရေးနှင့် စိတ်လူမှုရေး ကူညီပံ့ပိုးမှုများ အပါအဝင် ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် သက်တောင့်သက်သာရှိမှုတို့ ပိုမိုရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည့် အခြားဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်ခြင်း။
- အကြမ်းဖက်မှုများ နောက်ထပ် မဖြစ်ပွားအောင် တားဆီးကာကွယ်ပေးနိုင်သည့် ကူညီပံ့ပိုးမှုများကို ရရှိနိုင်ခြင်း

လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်သူတစ်ဦး သို့မဟုတ် လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှု အကူအညီများနှင့် ဆက်နွယ်ပတ်သက်နေသူတစ်ဦးမှ ကျူးလွန်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ် အမြတ်ထုတ်ခြင်းနှင့် မတော်မတရား မလျော်မကန် ပြုမူခြင်း

လိင်မှုဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်ခြင်းနှင့် မတော်မတရား မလျော်မကန်ပြုမူခြင်းမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း (PSEA) ဆိုသည်မှာ ထိခိုက်လွယ်သောသူများကို လူသားချင်းစာနာ ထောက်ထားမှုလုပ်ငန်း လုပ်ဆောင်သူများ သို့မဟုတ် အောက်ပါတို့အပါအဝင် အခြားဆက်နွယ်ပတ်သက်သောသူများ၊ ဝန်ထမ်းများက ကျူးလွန်သည့် လိင်မှုဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်ခြင်းနှင့် မတော်မတရား မလျော်မကန်ပြုမူခြင်း ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရန် လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်း အဆင့်ဆင့်ကို ရည်ညွှန်းသော အသုံးအနှုန်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

- လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီပေးသည့် လုပ်သားများ၊ စေတနာ့ဝန်ထမ်းများ၊ လုံခြုံရေးဝန်ထမ်း/အစောင့်များ၊ ကန်ထရိုက်စာချုပ်ဖြင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ကြသူများ၊ ယာဉ်မောင်းများ၊ UN မစ်ရှင်ဝန်ထမ်းများ၊ UN ရဲဝန်ထမ်းများ၊ ငြိမ်းချမ်းရေးတပ်ဖွဲ့များ၊ လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှုဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်များအတွက် ကုန်ပစ္စည်းနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ပေးသွင်းသူများ၊ စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ကျူးလွန်သူသည် မည်သူပင်ဖြစ်စေ ဤအိတ်ဆောင်လက်စွဲထဲတွင် ဖော်ပြထားသည့် GBV အကြမ်းဖက်မှုမှ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများကို ကူညီပံ့ပိုးခြင်း လမ်းပြမြေပုံသည် အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျူးလွန်သူသည် လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီပေးရေးဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် ဆက်နွယ်ပတ်သက်နေသူတစ်ဦး ဖြစ်လျှင် ထပ်ဆောင်း တာဝန်ယူရမည့် ကိစ္စများအတွက် သင်၏ PSEA တာဝန်ခံ သို့မဟုတ် နိုင်ငံတွင်းရှိ PSEA ကွန်ရက်နှင့် ဆက်သွယ်ပါ။

ပြင်ဆင်ပါ

ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုသည် အဓိကသော့ချက် ဖြစ်ပါသည်။

မိမိ၏ ဒေသတွင် GBV လုပ်ဆောင်သူတစ်ဦး (GBV လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့မှု လမ်းကြောင်းတစ်ခု သို့မဟုတ် GBV တာဝန်ခံတစ်ဦး အပါအဝင်) မရှိလျှင်ပင် ဒေသန္တရ အဆင့်/ရပ်ရွာအဆင့်မှ အပါအဝင် ရရှိနိုင်သည့်၊ ရှင်သန် ကျန်ရစ်သူတစ်ဦး၏ လိုအပ်ချက်များကို ကူညီဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည့်၊ အခြားသောဝန်ဆောင်မှုများ ရှိနိုင်ပါသည်။ သင်အနေဖြင့် သင်ထင်ထားသည်ထက် ပိုများသော ဝန်ဆောင်မှုများကို သိရှိနေနိုင်ပါသည်။

ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများကို သိရှိအောင် လုပ်ထားခြင်း

- ဝန်ဆောင်မှု သတင်းအချက်အလက် စာရွက် (စာမျက်နှာ ၅ နှင့် ၆) ကို အသုံးပြုကာ ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများကို ဖြည့်စွက်၍ စာရင်းပြုစုပါ။ ထိုအတွက် သင်၏ GBV ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်၊ သင်၏ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ အခြား မိတ်ဖက်များနှင့်အတူတကွ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ပါ။ ဘယ်ကိုသွားရမည်၊ ဘယ်သူနှင့် ဆက်သွယ်ရမည်၊ ဘယ်သူတွေ ဆက်သွယ်နိုင်သည်/မဆက်သွယ်နိုင် (ဥပမာ အမျိုးသမီးများသာ၊ အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများ လိုအပ်၊ စသည်) ဟူသည်တို့ အပါအဝင် အဆိုပါ ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်ရန်အတွက် လိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ထည့်သွင်းရေးသားထားပါ။
- သင်၏ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်၊ စီမံကိန်းမန်နေဂျာနှင့်/သို့မဟုတ် အစုအဖွဲ့/ကဏ္ဍ ညှိနှိုင်းရေးမှူးထံမှ လိင်မှုဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်ခြင်းနှင့် အနိုင်အထက်ပြုခြင်းအတွက် လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်များ၊ ကျင့်ဝတ်များ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို တောင်းခံပါ။ သင်၏ အဖွဲ့အစည်းတွင် ချမှတ်ထားသော PSEA လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်များ မရှိပါက သင့်ဒေသ/နိုင်ငံအတွက် တာဝန်ယူထားသည့် PSEA တာဝန်ခံထံ ဆက်သွယ်၍ လမ်းညွှန်ချက်များ တောင်းခံရန် စဉ်းစားပါ။

အထပ်ထပ်လေ့ကျင့်မှ ကျွမ်းကျင်လာမည်

- စာမျက်နှာ ၇ – ၁၀ ရှိ ပြောဆိုရမည့် စကားနမူနာများကို အဆင်ပြေလွယ်ကူစွာ ပြောနိုင်အောင် လုပ်ထားပါ။ အသံထွက်၍ ပြောဆိုလေ့ကျင့်ပါ သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် လေ့ကျင့်ပါ။ အလေ့အကျင့်များလေ၊ ကျွမ်းကျင်လေဖြစ်ပြီး GBV အကြမ်းဖက်မှုမှ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူတစ်ဦး သင်၏ အကူအညီတောင်းခံလာလျှင် သင်သည် ပို၍ အဆင်ပြေပြေ ပြောဆိုနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။
- အထောက်အကူပြု စာရွက်စာတမ်းများကို သင် လေ့ကျင့်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ပိုမို သိရှိနိုင်ရန် အသုံးပြုသူအတွက် အကြံပြုချက်များ လက်စွဲစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။
- အိတ်ဆောင်လမ်းညွှန်သည် ခက်ခဲသည့် အခြေအနေတစ်ရပ်ကို ရင်ဆိုင်ဖြတ်ကျော်ရသူတိုင်းအတွက် အထောက်အကူပြုနိုင်သော လမ်းညွှန်စာအုပ် ဖြစ်ပါသည်။ နောက်တစ်ကြိမ် သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် သို့မဟုတ် မိတ်ဆွေက သင့်ထံမှ အကူအညီ သို့မဟုတ် အကြံဉာဏ် လာရောက် တောင်းခံပါက ဤစာအုပ်ထဲရှိ မေးခွန်းများ၊ စကားများကို လေ့ကျင့်အသုံးပြုကြည့်ပါ။

ကြည့်ရှုပါ

တစ်စုံတစ်ဦးသည် ၎င်းတို့ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ခဲ့ရသော ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုအကြောင်းကို သင့်ထံ ဖွင့်ဟ အသိပေးလာသောအခါ ....

ဆင့်ကိုယ်ဆင် မိတ်ဆက်ပါ

- သင်၏ အမည်၊ တာဝန်နှင့် သင် မည်သူဖြစ်ကြောင်း မိတ်ဆက်ပါ။ သင် မည်သို့ ကူညီပေးရမည်ဆိုသည်ကို မေးမြန်းပါ။
- အရေးတကြီးဖြည့်ဆည်းပေးရမည့် အခြေခံလိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန် လုပ်ဆောင်ပါ။
- လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၏ အခြေခံလိုအပ်ချက်များသည် တူညီမည်မဟုတ်ပါ။ အခြေခံလိုအပ်ချက်များဟု ဆိုရာတွင် အရေးပေါ် ဆေးကုသစောင့်ရှောက်မှု၊ ရေ၊ ချစ်ခင်ရသူတစ်ဦးကို ရှာဖွေပေးရန် သို့မဟုတ် စောင် သို့မဟုတ် အဝတ်အစားများ (ပျောက်ဆုံး၊ စုတ်ပြဲ၊ စွန်းပေ သို့မဟုတ် ဖယ်ရှားခံရလျှင်) တို့ ပါဝင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် GBV အကြမ်းဖက်မှုမှ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများအတွက် သက်တောင့်သက်သာရှိပြီး ဂုဏ်သိက္ခာရှိသည်ဟု ခံစားရရန်အတွက် အဓိကကျသည့် အရေးပေါ်လိုအပ်ချက်မှာ အဝတ်အစားများ ဖြစ်ပါသည်။

- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအား ၎င်း၏ ဘေးကင်းမှုနှင့် လုံခြုံမှုအတွက် ၎င်း ခံစားရသည့်အတိုင်း ပြောခွင့်ပြုပါ။ သင် တွေ့မြင်နေရသည်များပေါ် အခြေခံကာ ထင်မြင်ချက် / ယူဆချက်များ မပေးရန် သတိပြုပါ။

လူများ၏အကူအညီရယူလေ့ရှိသည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို သိရှိအောင် လုပ်ထားပါ။

- ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူများကို ၎င်းတို့၏ စိတ်ခံစားချက်များအား မည်သည့်ပုံစံဖြင့်ဖြစ်စေ ဖော်ပြခွင့်ပြုပါ။ လူများ၏ စိတ်ဖိစီးမှုများနှင့် အကျပ်အတည်းများကို တုံ့ပြန်သည့် ပုံစံများသည် များစွာမတူ ကွဲပြားကြပါသည်။ အချို့သူများသည် တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်၍ စကားမပြောနိုင်ကြပါ။ အချို့မှာမူ ဒေါသထွက် အော်ဟစ်ကြသည်။ အချို့က ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်များအတွက် မိမိကိုယ်ကို အပြစ်တင်ကြသည်၊ ငိုယိုကြသည်၊ အကြမ်းဖက်ကြသည်၊ စသဖြင့် ပုံစံမျိုးစုံ ရှိပါသည်။

- မသန်စွမ်းသူများ၊ အခြားဘာသာစကားတစ်ခု ပြောဆိုသူများနှင့် အကူအညီတောင်းခံရယူသောအခါ အတားအဆီးအမျိုးမျိုးကို ရင်ဆိုင်ကြ တွေ့ရသူများ - ထိုသူများကို နားထောင်ပေးရန်နှင့် ကူညီပေးရန် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေသောအခါ ကျားမရေးရာအခြေပြု ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူအား ဗဟိုပြုသည့် အခြေခံစည်းမျဉ်းများနှင့် အချက်အလက်များအား လျှို့ဝှက်စွာ ထိန်းသိမ်းပေးမှုတို့ကို စောင့်ထိန်းလိုက်နာပါ။ တစ်စုံတစ်ဦး ပြောသော စကားကို သင် နားမလည်သည့်တိုင် ဂရုစိုက်မှုနှင့် ဖေးမမှုတို့ကို ပြသနိုင်ပါသည်။

- ကူညီပံ့ပိုးမှုများ ပေးရာတွင် အမျိုးသမီး ဝန်ထမ်းများ ရှိနေအောင် ဆောင်ရွက်ထားပါ။ အထူးသဖြင့် ယဉ်ကျေးမှုအရ အမျိုးသမီးများနှင့် မိန်းကလေးငယ်များကို အမျိုးသားများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းကို ခွင့်မပြုသော အခြေအနေများတွင် ဖြစ်သည်။

သင် ဘာကို စီမံဆောင်ရွက်နိုင်သည်၊ ဘာကို မဆောင်ရွက်နိုင်ဆိုသည်ကို လက်ခံအသိအမှတ်ပြုပါ။

- တစ်ခါတစ်ရံ သင်၏ တာဝန်ထက် ကျော်လွန်သည့် အထူးပြု ပံ့ပိုးဝန်ဆောင်မှုများ လိုအပ်သည့် အခြေအနေများလည်း ရှိနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ ကလေးများ ပါဝင်ပတ်သက်သည့် အခြေအနေများ၊ မဖြစ်မနေ သတင်းပို့ရမည့် အမှုကိစ္စများ၊ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ အန္တရာယ်ကျရောက်တော့မည်ဆဲဆဲ အခြေအနေများ၊ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူသည် ၎င်းကိုယ်ကို သို့မဟုတ် အခြားသူများကို ရန်ပြုနိုင်သည့် အခြေအနေများ ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါအခြေအနေတစ်ခုတွင် ပိုမိုကောင်းမွန်သော ပံ့ပိုးကူညီမှုများကို ပေးနိုင်စွမ်းရှိသည့် အခြား တာဝန်ခံများ ရှိနိုင်ပါသည်။ **သင်၏ ဝန်ဆောင်မှုသတင်းအချက်အလက်စာရွက် (စာမျက်နှာ ၅ နှင့် ၆) ကို ပြန်ကြည့်ပါ။**

သင်သည် ကြီးကြပ်သူအရာရှိ သို့မဟုတ် အခြား လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုလုပ်ငန်း လုပ်ဆောင်သူထံမှ ကူညီပံ့ပိုးမှုကို ရယူလိုသည့်အခါတိုင်း ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူထံမှ ခွင့်ပြုချက်ကို ဦးစွာတောင်းခံရန် မမေ့ပါနှင့်။ သင် မည်သူနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးလိုသည်၊ အဘယ်ကြောင့် ထိုသူနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးလိုသည်၊ မည်သည့်သတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေပေးလိုသည် ဆိုသည်တို့ကို ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို ပြောပြပါ။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူက ၎င်း၏ သတင်းအချက်အလက်များ မျှဝေခြင်းကို စိတ်သက်တောင့်သက်သာ မဖြစ်လျှင် သို့မဟုတ် အတိအလင်းငြင်းဆိုလျှင် ဤအိတ်ဆောင်လက်စွဲထဲတွင် ရှိသော နည်းလမ်းအထောက်အကူများ (tools) ကို အသုံးပြု၍ တတ်နိုင်သမျှ ကူညီပေးပါ။

သတ်မှတ်ထားသော ဖြစ်စဉ်/အမှုများအတွက် မဖြစ်မနေ သတင်းပို့ရန် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ ရှိပါသည်။ ပိုမိုလိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်များနှင့် လမ်းညွှန်မှုများအတွက် သင့်နေရာဒေသရှိ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူနှင့်/သို့ ကျား/မ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုဆိုင်ရာ လေ့လာတတ်ကျွမ်းသူနှင့် တိုင်ပင်ပါ။

နားထောင်ပါ

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အခြေခံလိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးပြီးနောက် သူ/သူမထံတွင် ချက်ချင်းလက်ငင်း ကျရောက်နိုင်သည့် အန္တရာယ် မရှိပါက **နားထောင်ပေးပါ။**

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူသည် အလွန်အမင်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်း သို့မဟုတ် စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးစလုံး ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းကို ကူညီပေးနေသူသည် တတ်နိုင်သမျှ အေးဆေးတည်ငြိမ်မှုရှိဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ သူ/သူမ ပြောပြချင်သမျှ ပြောခွင့်ပြုပြီး မပြောချင်လျှင်လည်း မပြောဘဲ နေခွင့်ပြုပါ။ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပေးရန်၊ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို ဝန်ဆောင်မှုများ ဆောင်ရွက်ပေးနေရာသို့ ခေါ်ဆောင်သွားပေးရန် သို့မဟုတ် ဖြစ်ပျက်ခဲ့သည်များကို အသေးစိတ်မေးမြန်းရန်တို့မှာ သင်၏ တာဝန်မဟုတ်ပါ။ အဖြစ်အပျက်အကြောင်း အသေးစိတ်မေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းထက် သင်သိရှိထားသည့် ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များ ၎င်းတို့ထံ ပေးအပ်နိုင်ရေးကိုသာ အာရုံစိုက်ပါ။ အကြံပြုချက် - ပုံမှန်အားဖြင့် မေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းကို ရှောင်ရှားနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် "ဘာကြောင့်" နှင့် စသော မေးခွန်းများကို ရှောင်ပါ။ ထိုမေးခွန်းများသည် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို အပြစ်ဖို့နေသကဲ့သို့ ခံစားရစေနိုင်သော မေးခွန်းများ ဖြစ်သည်။ မေးခွန်းများမေးမည့်အစား နားထောင်ရုံသာ နားထောင်ပေးပါ။ သို့မဟုတ် အချို့နေရာဒေသများ၊ အခြေအနေများတွင် အချို့အမှုကိစ္စ အမျိုးအစားများကို မဖြစ်မနေ သတင်းပို့ရမည်ဟူသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ ရှိတတ်သည်။ ထို့အတွက် သတင်းအချက်အလက်နှင့် လမ်းညွှန်မှုများ ရယူရန် သင်၏ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု တာဝန်ခံ သို့မဟုတ် GBV ကျွမ်းကျင်ပညာရှင် သို့မဟုတ် နှစ်ဦးစလုံးနှင့် ဆက်သွယ်မေးမြန်းပါ။

လိုအပ်ပါက "သင့်ကို အကူအညီပေးနိုင်မယ့် ရရှိနိုင်တဲ့ ဝန်ဆောင်မှုတွေ အကြောင်း ပြောပြပေးရမလား" သို့မဟုတ် "ကျွန်တော်/ကျွန်မအနေနဲ့ သင့်ကို ဘယ်လိုကူညီပေးရမလဲ" ဟူသည့် မေးခွန်းမျိုးကို မေးပါ။

နားထောင်ပေးခြင်း၏ စွမ်းပကား

တစ်ခါတစ်ရံ သင့်အနေဖြင့် သက်ရှင်ကျန်ရစ်သူတစ်ဦးအတွက် ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ သို့မဟုတ် အရင်းအမြစ်များကို မျှဝေပေးရန် လုံးဝမရှိသည့် အခြေအနေမျိုးတွင် ရောက်ရှိနေနိုင်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် အကူအညီကင်းမဲ့နေသကဲ့သို့ ခံစားရနိုင်သည်။ သို့သော် သင်သည် အကြမ်းဖက်ခံရသူ၏ တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရမှုများကို သင့်အား ပြောပြရဲသည့် သတ္တိကို အသိအမှတ်ပြုကာ ၎င်းအပေါ် ရိုးသားဖို့ အရေးကြီးသည်။ သင့်အနေဖြင့် ၎င်းကို ယခုထက်ပို၍ ကူညီပေးနိုင်ခြင်း မရှိသည့်အတွက် ဝမ်းနည်းကြောင်း ပြောပါ။ သင်နှင့် စကားပြောနေချိန် တစ်လျှောက်လုံးတွင် အကြမ်းဖက်ခံရသူ ဂုဏ်သိက္ခာရှိရေး တတ်နိုင်သမျှ အလေးထား ဆောင်ရွက်ပေးပါ။ စိတ်ဝင်တစား နားထောင်ပေးကြောင်း ပြသ၍ အတူရှိနေပေးခြင်းကပင်လျှင် ကူညီပံ့ပိုးပေးနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ချိတ်ဆက်ပေးပါ

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ ရှေ့ဆက်ဆောင်ရွက်ရမည့် အရာများအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်အောင် ကူညီပံ့ပိုးပေးနေရင်း . . .

ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူထံတွင် အကူအညီ သွားရောက် တောင်းခံရန် သူ/သူမ ယုံကြည်ရသောသူ တစ်ဦးဦး ရှိပါသလားဟု မေးမြန်းပါ။

→ သင်၏ အမြင်ကို မေးမြန်းလာပါက ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို မည်သူ့ထံသို့၊ မည်သည့်အချိန်တွင် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် သွားမည်ဆိုသည်နှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ဖို့ တိုက်တွန်းအားပေးပါ။

→ အခြေအနေနှင့်စပ်လျဉ်း၍ သင်၏ ကိုယ်ပိုင်အမြင်ကို မပြောပါနှင့်။

ဝန်ဆောင်မှုများရှိနေလျှင် ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း တိကျသည့် သတင်းအချက်အလက်များ၊ ပိုမိုသက်တောင့်သက်သာရှိနိုင်မည့် ရွေးချယ်စရာ နည်းလမ်းများကို ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို အသိပေးပါ . . .

→ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းသည် အဓိကသော့ချက်ဖြစ်ပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုသတင်းအချက်အလက်စာရွက် (စာမျက်နှာ ၅ နှင့် ၆) ကို အသုံးပြု၍ သင့်ထံတွင် ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်မည့် နည်းလမ်းများဆိုင်ရာ နောက်ဆုံးရ သတင်းအချက်အလက်များ သင့်ထံတွင်ရှိနေအောင် လုပ်ဆောင်ထားပါ။

→ ဝန်ဆောင်မှုတစ်ခု ရှိ/မရှိ သေချာမသိလျှင် သေချာမသိကြောင်း ပြောပါ။

ပြောဆိုဆွေးနွေးမှုကို ချစ်ခင်ကြင်နာစွာ အဆုံးသတ်ပါ . . .

→ သတင်းအချက်အလက်များကို လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပါ။

→ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ ချမှတ်သည့် မည်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုမဆို အားပေးပါ။

→ သင်၏ တာဝန်မှာ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရာတွင်၊ ရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်ရာတွင် (မည်သည့်ဆုံးဖြတ်ချက်မျှ မချ/ရွေးချယ်မှုမျှ မပြုလုပ်လျှင်ပင်) ကူညီပံ့ပိုးပေးရန်ဖြစ်ကြောင်း မမေ့ပါနှင့်။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူနှင့် အကြိမ်ကြိမ် တွေ့ဆုံခြင်း သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးခြင်း၊ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပေးခြင်း သို့မဟုတ် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အမှုကိစ္စကို စီမံပေးခြင်းတို့ မပြုလုပ်ပါနှင့်။

ဆွေးနွေးပြောဆိုပြီး နောက်ပိုင်း . . .

ပြန်လည်သုံးသပ်ဆင်ခြင်ခြင်းနှင့် မိမိဘာသာစောင့်ရှောက်ခြင်း - သင့်အနေဖြင့် အရာရာကို အမှားအယွင်းမရှိ မှန်ကန်စွာ လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်သည်၊ သို့သော် ထိုသူ၏ အတွေ့အကြုံကို ပြန်လည်ကုစားပေးရန် သို့မဟုတ် နာကျင်မှုများ ပျောက်ကွယ်သွားအောင် လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်ကြောင်းကို မမေ့ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။ အခြားသူများ၏အတွေ့အကြုံများကို နားထောင်ပေးခြင်းနှင့် ကြားသိရခြင်းကြောင့် သင်သည် ၎င်းတို့၏ နာကျင်၊ ထိခိုက်စရာ သို့မဟုတ် စိတ်ဒဏ်ရာရစေသည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် ထိတွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းကို ဆင့်ပွားဒဏ်ရာ (secondary trauma) ဟုလည်းခေါ်ပါသည်။ ထိုခံစားချက်များသည် မိမိကိုပါ ထိခိုက်လာလျှင် သင့်ကိုယ်သင် မည်သို့ စောင့်ရှောက်ရမည် ဆိုသည်ကို စဉ်းစားပါ။ သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင် သို့မဟုတ် GBV ကျွမ်းကျင်ပညာရှင် အပါအဝင် သင့်အဖွဲ့အစည်း၏ အထောက်အကူပြုစနစ် သို့မဟုတ် ကွန်ရက်ကို ဆက်သွယ်၍ အပြန်အလှန်ပြောဆိုခြင်း (ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ၏ အချက်အလက်များကို လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပေးရန် မမေ့ပါနှင့်) နှင့် အကူအညီ တောင်းခံခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။

အချို့သော အကြမ်းဖက်မှု အမျိုးအစားများ (ဥပမာ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု) သည် သံသရာလည်နေတတ်သည့်အတွက် ထိုရှင်သန်ကျန်ရစ်သူကို နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်ပြန်တွေ့နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ထိုသူသည် နောက်ထပ်အကြမ်းဖက်မှုတစ်ခုကို ထပ်မံခံစားရကြောင်း သိရှိနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကြုံတွေ့ရမှုများကို သင် ပြောင်းလဲမပေးနိုင်ပါ။ သို့သော် အောက်ပါတို့ကိုမူ သင်လုပ်ပေးနိုင်ပါသည်

→ အကြမ်းဖက်မှု ဖြစ်ပေါ်သည့် အခါတိုင်းတွင် သင်သည် ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူနှင့် ယခင်က စကားပြောဖူးသည် ဖြစ်စေ၊ မပြောဖူးသည်ဖြစ်စေ ၎င်းကို ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်မှု အလျဉ်းမရှိဘဲ နားထောင်ပေးနိုင်သည်။

→ သင် ဆောင်ရွက်ပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများသည် ဘေးကင်းလုံခြုံမှု ပိုရှိစေရန်၊ GBV အကြမ်းဖက်မှုကို တွေ့ကြုံခံစားရသူများအတွက် ပိုမိုအပြုသဘောဆောင်သော၊ အားပေးကူညီသော ပတ်ဝန်းကျင်မျိုး ဖန်တီးပေးနိုင်ရန်အတွက် သင်၏ အစီအစဉ်ကို ပိုကောင်းအောင် လုပ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို စဉ်းစားပေးနိုင်သည်။

အသက် ၁၈ နှစ်အောက် ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များကို ကူညီပံ့ပိုးခြင်း

အဓိကပေးလိုသော သတင်းစကားများ

→ (၁) သင်၏ နေရာဒေသတွင် ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ၊ (၂) ဒေသအတွက် ချမှတ်ထားသည့် လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်များ၊ ကျင့်ဝတ်များနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို နားလည်သိရှိရန် သင့်နိုင်ငံ/ဒေသရှိ GBV သို့မဟုတ် ကလေးသူငယ် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်ပညာရှင် တစ်ဦးနှင့် ဦးစွာ အစဉ်အမြဲ ဆွေးနွေးပါ။

→ ထိခိုက်နစ်နာမှု မရှိပါစေနှင့် - ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ ကလေးသူငယ်များကို သိရှိအောင် ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း မပြုပါနှင့်။ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦး အကြမ်းဖက်မှု တွေ့ကြုံခံစားနေရခြင်း ဖြစ်၊ မဖြစ်ကို စုံစမ်းစစ်ဆေးရန် သို့မဟုတ် အကဲဖြတ်ဆန်းစစ်ရန်မှာ သင့်တာဝန်မဟုတ်ပါ။ ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းများက ကလေးငယ် / ဆယ်ကျော်သက်အတွက် အကြမ်းဖက်မှုများ၊ ထိခိုက်ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေများ ပို၍ တိုးပွားလာစေနိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်/ ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦးက သင့်ထံမှ အကူအညီတောင်းခံလိုပါကမူ အလွယ်တကူ ချဉ်းကပ်နိုင်အောင် အသင့်ရှိနေပေးပါ။

→ သင်၏ အခန်းကဏ္ဍကို မမေ့လျော့ပါနှင့် - ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦးက အကူအညီတောင်းခံရန် သင့်ထံ ဆက်သွယ်လာသောအခါ -

၁။ ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ခြင်းကင်းစွာ နားထောင်ပေးပါ။

၂။ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်က ၎င်းကို အန္တရာယ်မပေးနိုင်ဟု ယုံကြည်စိတ်ချရသူအဖြစ် သတ်မှတ်သည့် လူကြီးတစ်ဦးနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးခြင်းဖြင့် ကူညီပံ့ပိုးပေးပါ။ ထိုသူသည် ၎င်းတို့၏ မိဘ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ သို့မဟုတ် မိသားစုဝင် ဖြစ်ချင်မှ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

၃။ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်က သင်နှင့် စကား ပြောနေစဉ်တွင် သူ/သူမ၏ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ သို့မဟုတ် အခြားမည်သူမဆိုအား ၎င်းနှင့် အတူရှိနေခြင်းကို လက်ခံရန် ဖိအားပေးခြင်း အပါအဝင် သူ/သူမအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမပေးပါနှင့်။

→ သက်တောင့်သက်သာရှိအောင် လုပ်ပေးပါ - ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို ဦးဆောင်ပြောခွင့်ပြုပါ။ မိမိက ဘာမျှမပြောဘဲ ဘေးတွင် ရှိနေပေးခြင်း သက်သက်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်သည် ရင်ဖွင့်လိုသည့် ဆန္ဒရှိလျှင် သင့်ကို ရင်ဖွင့်နိုင်ကြောင်း ပြသရန်အတွက် မျက်လုံးချင်းတစ်တန်းတည်းဖြစ်သည့် အနေအထားတွင် လမ်းဖွင့်ပေးထားသည့် ကိုယ်ဟန်အမူအရာ ပြသပါ။ ဘာဖြစ်ခဲ့သည်၊ ဘယ်သူက၊ ဘာကြောင့်ဟူသည့် မေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းကို ရှောင်ရှားပါ။ ထိုအစား နှစ်သိမ့်မှု ဖြစ်စေမည့် စကားများကို ပြောပါ။ ၎င်းတို့ နားလည်နိုင်မည့် အမူအရာဖြင့် ပြောပါ။

သတိပြုရန်မှာ - သင်၏ ဒေသတွင် GBV သို့မဟုတ် ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု လုပ်ဆောင်သူ/ လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့မှု လမ်းကြောင်းရှိပါက ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို ပိုမိုထိရောက်ကောင်းမွန်သော အကူအညီများ ပေးနိုင်မည့် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တစ်ဦးထံ ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ၊ လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုရှိစွာ လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့နိုင်အောင် ကူညီပံ့ပိုးပေးပါ။

သင်၏ ဒေသတွင် GBV သို့မဟုတ် ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု လုပ်ဆောင်သူ/ လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့မှု လမ်းကြောင်းမရှိပါက ဤလမ်းညွှန်ကို အသုံးပြုပါ။

(၁) လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုဆိုင်ရာ ကန့်သတ်ချက်များနှင့် (၂) တာဝန်ပေးထားသော GBV နှင့် ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုတာဝန်ခံများအပါအဝင်နိုင်ငံတွင်ရှိသင်၏GBV သို့မဟုတ်ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုတာဝန်ခံကို ဆက်သွယ်၍ ဒေသအတွက် ချမှတ်ထားသော လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်များ၊ ကျင့်ဝတ်များနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများအကြောင်းကို မေးမြန်းပါ။

(၁)လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုဆိုင်ရာကန့်သတ်ချက်များ (၂) သတ်မှတ်ထားသော ကျား/ မ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုနှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူ စသည်တို့အပါအဝင် ဒေသအတွင်းရှိ လုပ်ထုံးလုပ်စဉ်များ ၊ နည်းနာနိဿယများနှင့်ပါတ်သက်၍ နိုင်ငံအတွင်းရှိ ကျား/မ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု သို့မဟုတ် ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူတို့နှင့် တိုင်ပင်ပါ။

ကလေးတိုင်းကို မျှတစွာ ဆက်ဆံပါ

- ကလေးတိုင်းသည် ယောကျ်ားလေးဖြစ်စေ၊ မိန်းကလေးဖြစ်စေ၊ အသက်အရွယ်၊ မိသားစု အခြေအနေ၊ ၎င်းတို့ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ၏ အနေအထားအဆင့်အတန်း သို့မဟုတ် အခြားသော ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများ မည်သို့ပင် ရှိစေ ဘက်လိုက်ခြင်းကင်း၍ တူညီသော ကူညီပံ့ပိုးမှုများကို ပေးသင့်ပါသည်။ GBV အကြမ်းဖက်မှု ခံစားခဲ့ရသည့် ကလေးငယ်တစ်ဦးကို နိုကိုးရာမဲ့နေသူကဲ့သို့ မဆက်ဆံပါနှင့်။ ကလေးတိုင်းတွင် တမူထူးခြားသည့် စွမ်းရည်များနှင့် အားသာချက်များရှိပြီး ဒဏ်ရာကို ကုစားနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ ကလေးငယ်တစ်ဦးကို ၎င်းနားလည်နိုင်သည့် နည်းလမ်းဖြင့်၊ ၎င်း၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် အမြင်များကို လေးစားစွာဖြင့် စကားပြောပါ။

လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းပေးပါ

- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်နှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် မည်သည်ကိုမျှ ရေးမှတ်ခြင်း၊ ဓာတ်ပုံရိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် တနည်းနည်းဖြင့် မှတ်တမ်းတင်ခြင်းများ မပြုလုပ်ပါနှင့်။ အသံဖမ်းယူနေသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆနိုင်သည့် ဖုန်းများ၊ ကွန်ပျူတာများကို သိမ်းဆည်းထားပါ။ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်အကြောင်း သို့မဟုတ် ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်မှန်သမျှကို မျှဝေမည်ဆိုပါက ခွင့်ပြုချက်တောင်းခံပါ။ ဤသည်မှာ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်မှ ယုံကြည်ရသည်ဟု သတ်မှတ်သူ တစ်ဦးဦးထံ အချက်အလက်များကို မျှဝေပေးနိုင်မလား ဆိုသည်ကို မေးမြန်းပါဟု ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။

ကလေးငယ်၏ ဘေးကင်း လုံခြုံမှုအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးပါ

- ကလေးငယ်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးသည် အဓိကအချက် ဖြစ်ပါသည်။ သူ/သူမနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံနေသော အချိန် တစ်လျှောက်လုံး၊ ဆောင်ရွက်လုပ်ရမည့် လုပ်ငန်းအဆင့်များအားလုံးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကလေးငယ်၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် ထည့်သွင်းစဉ်းစားပါ။

တစ်ခါတစ်ရံတွင် ကလေးအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်စေရန်နှင့် သူ/သူမ၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာပျော်ရွှင်ရေးအတွက် မည်သို့ ကူညီပံ့ပိုးပေးရမည် ဆိုသည်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မသိရှိခြင်းများလည်း ရှိနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ကြုံတွေ့နေရသည့် အခြေအနေသည် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိ/မရှိ သေချာမသိလျှင် သင့်အနေဖြင့် သူ/သူမ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ပိုမိုနားလည်သိကျွမ်းသည့် အခြား ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ သို့မဟုတ် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးနှင့် လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုရှိစွာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန် လိုအပ်ကြောင်း ကလေးငယ်ကို အသိပေးပါ။

ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦး သို့မဟုတ် ၎င်းကို ပြုစုစောင့်ရှောက်သူတစ်ဦး၏ ကူညီပံ့ပိုးမှုကို တောင်းခံ ရယူသည့် နည်းလမ်းများကို သိရှိအောင်လုပ်ထားပါ

- ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ၏ အကူအညီတောင်းခံသည့် နည်းလမ်းများသည် လူကြီးများနှင့် ကွဲပြားပြီး တိုက်ရိုက်ဖွင့်ဟပြောပြခြင်းများကို အလွန်ပင်ပြုခဲပါသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် လူကြီးများကို ယုံကြည်စိတ်ချပြီး စကားပြောဖို့ ခက်ခဲပါသည်၊ အထူးသဖြင့် ၎င်းတို့ ကောင်းစွာ မသိသော လူကြီးများ ဖြစ်နေလျှင်၊ ကြောက်ရွံ့မှု၊ အရှက်ရမှု သို့မဟုတ် ရှက်ရွံ့မှုတို့ကို ခံစားနေရလျှင်၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ စိတ်ခံစားချက်များကို ဖော်ပြရမည်ကို ကြောက်ရွံ့နေလျှင် ပိုဆိုးပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် (၁) ကလေးသူငယ် မတော်မတရားပြုကျင့်ခံရကြောင်း ကောလာဟလများ ကြားသိထားခြင်း၊ (၂) လူကြီးများက ကလေးတစ်ဦးအတွက် အကူအညီရယူရန် သင့်ထံ ချဉ်းကပ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် (၃) ကလေး၏ လက္ခဏာများ သို့မဟုတ် အပြုအမူများကို အခြေခံ၍ ကလေးသူငယ် အနိုင်အထက် ပြုမှုတစ်ခုခု ခံနေရသည်ဟု သံသယဝင်ခြင်း စသည့် နည်းလမ်းများဖြင့် သိရှိနိုင်ပါသည်။

ဆောင်ရန်	ရှောင်ရန်
တစ်စုံတစ်ဦးက အကူအညီလိုအပ်နေသော ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦးအတွက် သင့်ထံမှ အကူအညီ တောင်းခံ လာပါက ...	
- သင့်ထံမှ အကူအညီတောင်းခံသူအား ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း တိကျသည့် နောက်ဆုံး သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးပါ။ - လျှို့ဝှက်ထိန်းသိမ်းမှုကို လိုက်နာစောင့်ထိန်းပါ။	- ကောလာဟလတစ်ခုကို စုံစမ်းစစ်ဆေးခြင်း သို့မဟုတ် ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို ရှာဖွေ/အင်တာဗျူးရန် ကြိုးစားခြင်း မပြုပါနှင့်။ - သင် သိရှိထားသည့် အချက်အလက် အသေးစိတ်ကို မည်သူနှင့်မျှ ဆွေးနွေးခြင်း သို့မဟုတ် မျှဝေခြင်း မပြုပါနှင့်။

ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကိုယ်တိုင် သင့်ထံမှ အကူအညီတောင်းခံလာပါက ....

ကြည့်ရှုပါ

- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို စကားပြောရန် အတွက် ဆိတ်ငြိမ်မှုရှိသည့် သီးသန့်နေရာတစ်နေရာ ရှာလိုပါသလားဟု မေးပါ။ အခြားသူများက သင်တို့ကို မြင်နိုင်သော်လည်း မကြားနိုင်သည့် နေရာတစ်ခု ဖြစ်ဖို့ သတိပြုပါ။
- သင်သည် မျက်လုံးချင်းတစ်တန်းတည်းဖြစ်သည့် အနေအထားဖြင့် ထိုင်ရန် သတိပြုပါ။ လမ်းဖွင့်ပေးသော ကိုယ်ဟန်အမူအရာဖြင့် နေပါ။
- စကားပြောရာတွင် မိန်းကလေးက အရွယ်ရောက်ပြီးသော အမျိုးသမီးနှင့်၊ ယောကျ်ားလေးက အရွယ်ရောက်ပြီးသော အမျိုးသားနှင့် ပြောလိုခြင်း ရှိ/မရှိ ၎င်းတို့ကို မေးပါ။
- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို ပို၍ ဆိတ်ငြိမ်သော သို့မဟုတ် သီးသီးသန့်သန့် ပိုရှိသော နေရာ သို့ သွားရန် ညွှန်ကြားခြင်း မပြုပါနှင့်၊ သို့မဟုတ် ကလေးကို ၎င်း၏ ဆန္ဒမပါဘဲ သီးခြားခွဲထားခြင်း မပြုပါနှင့်။
- ထိကိုင်ခြင်း၊ ပွေ့ဖက်ခြင်း သို့မဟုတ် အခြား ခန္ဓာကိုယ်ချင်း ထိတွေ့မှုများကို မပြုလုပ်ပါနှင့်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် စိတ်ဒဏ်ရာရခြင်း၊ သက်တောင့်သက်သာ မရှိခြင်းနှင့် စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

နားထောင်ပါ

- အာရုံစူးစိုက်ကာ နားထောင်ပေးပါ။ နှုတ်ဖြင့် ထုတ်မပြောသော်လည်း အခြားကိုယ်ဟန်အမူအရာများဖြင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုများကိုလည်း သတိထားပါ။
- တည်တည်ငြိမ်ငြိမ် ရှိပါ။ စိတ်ရှည်ပါ။ ပြောသမျှကို မည်သည့် ဝေဖန်သတ်မှတ်ချက်များ မပေးဘဲ လက်ခံနားထောင်ပေးပါ။
- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို ၎င်းတို့၏ ခံစားချက်များအား ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ဖော်ပြပြောဆိုခွင့်ပြုပါ။ အင်တာဗျူးခြင်း သို့မဟုတ် စစ်ဆေးခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။ မည်သည်ကိုမျှ ချမရေးပါနှင့်၊ ဓာတ်ပုံအရိုက်မခံပါနှင့်၊ သို့မဟုတ် ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက် အကြောင်း၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များကို မည်သူ့ထံမျှ နှုတ်ဖြင့် မျှဝေပြောပြခြင်း မပြုပါနှင့်။
- ထိတ်လန့်မှု၊ မယုံကြည်မှု၊ ဒေါသ သို့မဟုတ် ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲစေမည့် အခြားမည်သည့် တုံ့ပြန်မှုမျိုးကိုမျှ မပြသပါနှင့်။
- ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် စကားလုံးများ သုံးစွဲခြင်း သို့မဟုတ် ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက် လိုက်မမီနိုင်သော စကားများ ပြောခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။

ဆောင်ရန် | ရှောင်ရန်

နှစ်သိမ့်အားပေးပါ

- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်အား အဖြစ်အပျက်များကို မိမိအားပြောပြရာတွင် စိတ်ပူမှု မရှိစေရန် အားပေးပါ။
- ကလေးငယ်၏ အမြင်၊ ယုံကြည်ချက်များနှင့် အတွေးများကို လေးစားပါ။
- ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကိုက်ညီသင့်တော်သည့် အားပေး နှစ်သိမ့်သော စကားများကို ပြောဆိုပါ။ ဥပမာ- "သား/သမီးကို ယုံပါတယ်"
- ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ခြင်း
"သား/သမီး ခုလို ပြောပြတာ ဝမ်းသာပါတယ်"
- ကလေးငယ်နှင့် ဆက်ဆံရေးတည်ဆောက်ခြင်း၊
"သား/သမီးရဲ့ အတွေ့အကြုံကိုပြောပြလို့ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်"
- စာနာမှုကို ဖော်ပြခြင်း၊
"ခုလို ပြောပြတာ သား/သမီးက သိပ်ကို သတ္တိရှိတဲ့ ကလေးမို့ပါ"

- အားပေးနှစ်သိမ့်ခြင်းနှင့် လုပ်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ခံစားသိရှိစေခြင်း
- မိမိ မတည်နိုင်သည့် ကတိများကို မပေးပါနှင့်၊ ဥပမာ ကလေးငယ်၏ အဆင်ပြေ ကျန်းမာပျော်ရွှင်မှုအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးရမည့် အရာများသည် မိမိ၏ စီမံထိန်းချုပ်မှုအတွင်းတွင် မရှိဘဲနှင့် "အားလုံးအဆင်ပြေသွားမှာပါ" ဟု ပြောဆိုခြင်း၊
- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို သူ/သူမ ဆန္ဒမရှိလျှင် မိမိနှင့် ဆက်စကားပြောဖို့ ဖိအားမပေးပါနှင့်၊

ချိတ်ဆက်ပေးပါ

- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက် ယုံကြည်အားကိုးသည့်သူ တစ်ဦးဦး ရှိ/မရှိ မေးပါ။ ထိုသူကို ဆက်သွယ်ပေးစေလိုခြင်း သို့မဟုတ် ထိုသူကို သွားရှာရာတွင် အဖော်လိုက်ပေးစေလိုခြင်း ရှိ/မရှိ မေးပါ။
- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်သည် ဘေးကင်းလုံခြုံပြီဟု ခံစားရသည်အထိ သို့မဟုတ် သူ/သူမက အန္တရာယ်ကင်း၍ ယုံကြည်ရသည်ဟု သတ်မှတ်သူတစ်ဦး၏ စောင့်ရှောက်မှုကို ရရှိသည်အထိ သူ/သူမနှင့် အတူ နေပေးပါ။
- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်နှင့် သူ/သူမ ယုံကြည်အားကိုးသော လူကြီးကို ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်သည့် နည်းလမ်းများအကြောင်း တိကျ၍ အသုံးဝင်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးပါ။
- သင် ဘာကို သိရှိသည်၊ ဘာကို မသိရှိ ဟူသည်ကို ပြောပြပါ။ တောင်းခံသည့် သတင်းအချက်အလက် သင့်ထံတွင်မရှိပါက "ကျွန်တော်/ကျွန်မ မသိပါဘူး" သို့မဟုတ် "ကျွန်တော်/ကျွန်မဆီမှာ အဲဒီသတင်းအချက်အလက် မရှိပါဘူး" ဟု ပြောပါ။

- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို သင်နှင့် စကားပြောနေစဉ် သူ/သူမကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူ သို့မဟုတ် အခြား မည်သူကိုမျှ ၎င်းနှင့်အတူရှိနေခြင်းကို လက်ခံရန် အတင်းအကျပ် မတောင်းဆိုပါနှင့်၊ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသူများသည် အကြမ်းဖက်မှုကို ကျူးလွန်သူများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်၊ သို့မဟုတ် ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်သည် ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံကို ထိုသူများအား ပြောမပြချင်တာမျိုးလည်း ရှိနိုင်သည်၊
- ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်ကို သူ/သူမ စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲနေစဉ်တွင် (ဥပမာ ငိုခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း သို့မဟုတ် ထိတ်လန့်ခြင်း) ဂရုမစိုက်ဘဲ ပစ်မထားပါနှင့်၊
- သင့်တစ်ယောက်တည်း ထိုအခြေအနေကို ဖြေရှင်းရန် မကြိုးစားပါနှင့်၊ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်အတွက် အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း သို့မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ချက်များချခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်၊

ကလေးများ၏ အသက်နှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်စွမ်းဆိုင်ရာ ရည်ညွှန်းကိုးကားချက်များ

ကလေးငယ် သို့မဟုတ် ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦး၏ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင်နှင့် ၎င်းတို့၏ သက်ဆိုင်ရာ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ(များ) ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်း၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်စွမ်း ရှိ/မရှိ ဆုံးဖြတ်ပေးနိုင်ရန် အကောင်းဆုံး အနေအထားတွင် ရှိသူမှာ GBV အကြမ်းဖက်မှု ခံစားခဲ့ရသည့် ကလေးများ/ ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် အလုပ်လုပ်ဖူးသည့် အတွေ့အကြုံရှိသော အထူးပြုကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးသာ ဖြစ်ကြောင်း သတိပြုပါ။

အထူးပြုကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးမဟုတ်သည့် သင်၏တာဝန်မှာ ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက် ပြောသည်ကို နားထောင်ပေးရန်၊ အားပေးနှစ်သိမ့်ရန်၊ ၎င်းတို့ ယုံကြည်အားကိုးသူ တစ်ဦးဦးနှင့် ဆက်သွယ်ပေးရန်၊ ရရှိနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များကို မျှဝေပေးရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။ အောက်ဖော်ပြပါ အသက်အုပ်စု အမျိုးအစားများသည် ရည်ညွှန်းကိုးကားရန်အတွက်သာဖြစ်ပြီး အသက်အရွယ်၊ ရင့်ကျက်မှုအတိုင်းအတာ၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်နှင့် အခြားအကြောင်းအချက်များပေါ် မူတည်ကာ ပြောင်းလဲသွားနိုင်ပါသည်။

အသက် ၁၅ နှစ်နှင့်အထက် ရှိသော ဆယ်ကျော်သက်များသည် ယေဘုယျအားဖြင့် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်လောက်အောင်၊ ၎င်းတို့ ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည်များကို နားလည်နိုင်လောက်အောင် ရင့်ကျက်နေပြီဖြစ်ပါသည်။

သင်၏ အခန်းကဏ္ဍ

(၁) ဆယ်ကျော်သက်မှ ၎င်း၏ အတွေ့အကြုံကို ပြောပြခြင်းကို နားထောင်ပေးရန်၊
(၂) ကူညီပံ့ပိုးမှုများ ဆက်လက်ရရှိသွားရန်အတွက် ၎င်း ယုံကြည်စိတ်ချသည့်သူ တစ်ဦးဦးနှင့် ဆက်သွယ်နိုင်အောင် ကူညီပေးရန်၊
(၃) ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးရန်။

အသက် ၆ နှစ်မှ ၉ နှစ်ကြား ကလေးငယ်များနှင့် အသက် ၁၀ နှစ်မှ ၁၄ နှစ်ကြား ဆယ်ကျော်သက်များသည် အကြမ်းဖက်ခံရမှု အတွေ့အကြုံများကို ၎င်းတို့ဘာသာ ပြောပြနိုင်စွမ်းရှိနိုင်သည် သို့မဟုတ် ရှိချင်မှရှိနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်များကိုလည်း ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ချမှတ်နိုင်စွမ်း ရှိနိုင်သည် သို့မဟုတ် ရှိကောင်းမှ ရှိမည်ဖြစ်သည်။

သင်၏ အခန်းကဏ္ဍ

(၁) ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက် ရှေ့ဆက်လုပ်ရမည့် ကိစ္စများအတွက် ၎င်းကို ကူညီပံ့ပိုးပေးရန် ၎င်း ယုံကြည်စိတ်ချသည့် လူကြီးတစ်ဦးအား ရှာဖွေနိုင်အောင် ကူညီပေးရန်၊ (၂) ကလေးငယ်/ဆယ်ကျော်သက်နှင့် ၎င်းရွေးချယ်သည့် လူကြီးနှစ်ဦးစလုံးကို ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးရန်။

မွေးစမှ ၅ နှစ်ကြား တစ်နှစ်အောက် ကလေးများနှင့် လမ်းလျှောက်တတ်ခါစ ကလေးများသည် ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်မှု စွမ်းရည် နည်းပါးသည့်အတွက် အကြမ်းဖက်ခံရမှု အတွေ့အကြုံများကို ၎င်းတို့ဘာသာ ပြောပြနိုင်စွမ်း မရှိပါ။ မိတ်ဆွေ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ၊ မိသားစုဝင်၊ ရပ်ရွာထဲမှ လူတစ်ဦး၊ စသည့် အခြားသူတစ်ဦးက ကလေး၏ ကိုယ်စား အကူအညီတောင်းခံလာနိုင်ခြေ ရှိပါသည်။

သင်၏ အခန်းကဏ္ဍ

အဖော်ပါလာသူကို ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးရန်။

UNHCR ၏ ရွှင်သန်ကျန်ရစ်သူအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်စေရန် ရည်မှန်းဆုံးဖြတ်ခြင်း လမ်းညွှန်ချက်များ (Best Interest Determination Guidelines)၊ ၂၀၀၈၊ IRC/UNICEF - လိင်မှုဆိုင်ရာ မတော်မတရား ပြုကျင့်ခံရသော ရှင်သန်ကျန်ရစ်သူ ကလေးသူငယ်ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း (Caring for Child Survivors of Sexual Abuse)၊ ၂၀၁၂ တို့မှ ဆီလျော်သလို ပြင်ဆင်တင်ပြပါသည်။

This resource is a companion guide to the 2015 IASC GBV Guidelines.
www.gbvguidelines.org

www.gbvguidelines.org/pocketguide

GET IT ON Google Play | Available on the App Store

GBV Pocket Guide