

Human Trafficking and Risky Migration Training Module



လူကုန်ကူးမှုနှင့်
အန္တရာယ်ရှိသော ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာ
သင်တန်းစာမိတ်ညွှန်း

နိုဝင်ဘာလ ၂၀၁၇ ခုနှစ်



The Asia Foundation
Improving Lives, Expanding Opportunities

လူကုန်ကူးမှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိသောရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာ သင်တန်းလမ်းညွှန် နိုဝင်ဘာလ ၂၀၁၇ ခုနှစ်

အာရှဖောင်ဒေးရှင်းမှ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော လူကုန်ကူးမှု တိုက်ဖျက်ရေးဆိုင်ရာ အစီအစဉ်များအတွက် ငွေကြေးထောက်ပံ့ပေးသော Chong-Moon Lee Foundation အား ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ ယင်းအစီအစဉ်အောက်မှတစ်ဆင့် မြန်မာနိုင်ငံရှိ ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးငယ်များအား စွမ်းရည်မြှင့်တင်ပေးလျက်ရှိသော ရပ်ရွာလူထုအခြေပြုအဖွဲ့တစ်ခုဖြစ်သည့် ရောင်စုံမိန်းကလေးများအဖွဲ့မှ ဤသင်တန်းလမ်းညွှန်ကို ဦးစွာပြုစုခဲ့ပြီး ၎င်းတို့ကွန်ယက်အတွင်းရှိ မိန်းကလေးငယ်များအား သင်တန်းပေး ဖြန့်ဝေပေးခဲ့ပါသည်။ ဤသင်တန်းလမ်းညွှန်ပါ သတင်းအချက်အလက်များကို ပိုမိုကျယ်ပြန့်စွာ ဖြန့်ဖြူးရန် လိုအပ်သည်ဟု သိရှိ နားလည်သည့်အလျောက် အာရှဖောင်ဒေးရှင်းအနေဖြင့် ထပ်မံဖြည့်ဆည်းထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီပေးရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်သူ နော်ဇူးခူ၏ အကူအညီဖြင့် အလုပ်သမားအခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များ ထပ်မံထည့်သွင်းခဲ့ပြီး ကျားမ မရွေးလေ့လာဖတ်ရှုနိုင်ရန် ဖြည့်ဆည်းထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။

The Asia Foundation would like to thank the Chong-Moon Lee Foundation for its funding support to the Foundation's anti-trafficking program in Myanmar. Under this program, the Colorful Girls, a community-based organization focused on the empowerment of teen girls in Myanmar, originally develop this training module to deliver to the girls in its network. Recognizing the need for such information to be disseminated more widely, the Foundation updated the training module to include additional information on labor rights and making the information more accessible to both men and women with the assistance of Naw Ku Ku, an independent consultant on humanitarian assistance and development.



The Asia Foundation
Improving Lives, Expanding Opportunities



ဤသင်တန်းလမ်းညွှန်သည် လူကုန်ကူးမှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိသော ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်း ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်၊ အကြောင်းအရာများကို အခြေခံပြီး ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအချက်များကိုလည်း ထည့်သွင်းထားကာ အပြန်အလှန် ပြောဆို ဆွေးနွေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းဖြင့် သင်တန်းပေးနိုင်ရန် စီမံရေးဆွဲထားပါသည်။

သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးသူများသည် လူကုန်ကူးမှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိသော ရွှေ့ပြောင်း သွားလာခြင်းဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်၊ အသိပညာ ဗဟုသုတများကို ရရှိသွားပြီး မိမိရပ်ရွာဒေသတွင် ရှိသောသူများအား ပြန်လည်ပြောဆို ဝေမျှနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ထိုသို့ ပြန်လည်ပြောဆို ဝေမျှခြင်းအားဖြင့် လူတိုင်းတွင် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအချက်များ ရှိပြီး ရရှိထားသော သတင်းအချက်အလက်၊ အသိပညာ ဗဟုသုတ များကို အသုံးပြုကာ လူကုန်ကူးမှု မခံရစေရန်၊ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်တတ်ရန်နှင့် လူကုန်ကူးခံရပြီးပါကလည်း မိမိ၏ လူမှုဝန်းကျင်တွင် ပုံမှန်ပြန်လည် နေထိုင်နိုင်စေရန် ဖြစ်ပါသည်။

မာတိကာ

အခန်း ၁ - ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ
အခြေခံအချက်များနှင့် စတင်မိတ်ဆက်ခြင်း

၄

အခန်း ၂ - လူကုန်ကူးမှုဆိုတာဘာလဲ

၉

အခန်း ၃ - ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး

၁၃

အခန်း ၄ - လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု အခြေအနေ၊
အမျိုးအစားများနှင့် လူမှောင်ခိုခြင်း

၁၈

အခန်း ၅ - လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု ဖြစ်ရသည့်
အကြောင်းရင်းများနှင့်ဆိုးကျိုးများ

၂၂

အခန်း ၆ - လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှုကို ကာကွယ်တားဆီးခြင်း

၂၇

အခန်း ၇ - ဘေးကင်းလုံခြုံစွာရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်း

၃၃

အခန်း ၈ - လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေးဥပဒေနှင့်
လူကုန်ကူးခံရသူများအပေါ်စာနာပေးခြင်း

၃၆

အခန်း ၉ - လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု တားဆီးကာကွယ်ရေးတွင်
ပါဝင်သင့်သူများနှင့် လုပ်ဆောင်ရမည့်ပုံစံများ

၄၀

အခန်း ၁၀ - လူကုန်ကူးမှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိသော
ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာ သင်ခန်းစာများအား ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း

၄၇

အခန်း



ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံ အချက်များနှင့် စတင်မိတ်ဆက်ခြင်း

ပါဝင်တက်ရောက်သူများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးရင်းနှီးမှုရှိသွားကြပြီး ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ရင်းနှီးသွားမည်ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- ရိုးရာပုံပြင်ပြောခြင်း (ဗျိုင်း၊ ငါး၊ ပုဇွန်လုံး မြန်မာ့ရိုးရာ ကျေးလက်ပုံပြင်)
- ဘဝတစ်သက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အချက်များကို ဥပမာဖြင့် မိတ်ဆက်ပေးခြင်း



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ဘောလ်ပင် ■ A4 စာရွက်များ ■ မာကာများ
- နံရံတွင်ကပ်ရန် စက္ကူတိပ်များ ■ အသင့်ရေးထားသော ရိုးရာပုံပြင် မိတ္တူများ



ရည်ရွယ်ချက်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မိတ်ဆက်ခွင့်ရရှိစေပြီး ရင်းနှီးမှု ရရှိစေရန်။
- ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အချက်များနှင့် အကျွမ်းတဝင် ရှိစေရန်။



ရိုးရာပုံပြင်ပြောပြခြင်းဖြင့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အချက်များကို သိရှိစေခြင်းအဆင့်ဆင့်

ဗျိုင်း၊ ငါး၊ ပုစွန်လုံး မြန်မာ့ရိုးရာ ကျေးလက်ပုံပြင်ကို ပြောပြပါ။

လူကုန်ကူးမှုဖြစ်ရပ်အခြေအနေအဖြစ် ရိုးရာပုံပြင်ကို မြင်ကြည့်ပါကဗျိုင်း၏စရိုက်သွင်ပြင်လက္ခဏာမျိုးသည် မည်သူ့အတွက် ကိုယ်စားပြုနေပါသနည်း။

အဖြေ - လှပွဲစား၊ ပြည့်တန်ဆာတို့ကိုထိန်းချုပ်သော လုပ်ငန်းရှင်

ငါးနှင့်ပုစွန်လုံးတို့သည် မည်သူတို့ကို ကိုယ်စားပြုပါ သနည်း။

အဖြေ - လူကုန်ကူးခံရမည့်သူများ (ကလေး/လူကြီး ကျား/မ (သို့)အသက်အရွယ် မရွေး)

ပုစွန်လုံးသည် မိမိကိုယ်ကိုကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် နှင့် ဘေးအန္တရာယ် နည်းပါးစေရန်အတွက် အောက် တွင် ဖော်ပြထားသော မည်သည့်ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာအချက်များကို သုံးစွဲခဲ့ပါသနည်း။

တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ငါးနှင့်ပုစွန်လုံးတွင် မည်သူ၏ ဘဝကို ဖြစ်လိုပါသနည်း။

ယခုဖြစ်ရပ်ရိုးရာပုံပြင်လေးကို လေ့လာခြင်းအားဖြင့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာအခြေခံ အချက်များ သည် လူကုန်ကူးခံရမည့်သူများအား ဘေးအန္တရာယ် မကျရောက်စေရန် မည်သို့ကာကွယ် ပေးသည်ကို သိရှိနိုင်ပါသည်။

ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံ အချက်များ

- မိမိကိုယ်ကိုသတ်ပြုတတ်သည့်စွမ်းရည်
- ချင့်ချိန်စဉ်းစားတီထွင်ကြံဆတတ်သည့်စွမ်းရည်
- ပြဿနာကိုကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းတတ်ပြီးဆုံးဖြတ်ချက်မှန်ကန်စွာချတတ်သည့်စွမ်းရည်
- ထိရောက်သောဆက်သွယ်ရေးစွမ်းရည် (ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆက်ဆံမှုစွမ်းရည်/ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတတ်ခြင်း)
- တန်ဖိုးထားတတ်သည့် အကြောင်းအရာများကိုရှင်းလင်းနိုင်သည့်စွမ်းရည်
- စိတ်သောကဖိစီးမှုနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကိုဖြေလျှော့နိုင်သည့်စွမ်းရည် / စိတ်ဖြေသိမ့်တတ်ခြင်း
- စာနာထောက်ထားတတ်သောစွမ်းရည် / ကိုယ်ချင်းစာတတ်ခြင်း

လှုပ်ရှားမှု

ဘဝတွက်တာကျမ်းကျင်စရာအချက်များထဲမှ အချက်တစ်ချက်ကိုဥပမာဖြင့် မိတ်ဆက်ပေးခြင်း

ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား ၎င်းတို့အကြောင်းကို ရေးသားထားသည့် ရုပ်ပုံဆွဲထားခြင်းသို့မဟုတ် စာဖြင့် ရေးသားထားသောစာရွက်ကိုပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်သည်။

မိမိပြုလုပ်မည့်စာရွက်တွင်မိမိကြိုက်နှစ်သက်ဆုံးအရာ၊ မိမိမကြိုက်နှစ်သက်သောအရာ၊ မိမိ၏အားသာချက်နှင့် အားနည်းချက်များကို ရေးသားဖော်ပြရမည်ဖြစ်သည်။

ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား စာရွက်အဖြူ (၁)ရွက်စီ ပေးပေးပါ။ ထို့နောက် စာရွက်ကို လေးချိုးချိုး အရာပေးပြီး ပြန်ဖြန့်ခွဲရန်ဖြစ်ပါသည်။ စာရွက်၏ အလယ်ဗဟိုတွင် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ဆုံးအရာကို ဖော်ပြခိုင်းပါ။ စာရွက်၏ လက်ယာဘက် အပေါ်ခြမ်းထောင့်တွင် မိမိမကြိုက်နှစ်သက်သောအရာကိုဖော်ပြခိုင်းပါ။ စာရွက်၏ လက်ဝဲဘက်အောက်ခြမ်းထောင့်တွင် မိမိ၏ အားသာချက် (သို့) မိမိတို့ကောင်းစွာလုပ်နိုင်သောအရာကိုရေးဆွဲပါ။ စာရွက်၏ လက်ယာဘက်အောက်ခြမ်းထောင့်တွင် မိမိတို့၏အားနည်းချက်များ (သို့) မိမိတို့အနေဖြင့် တိုးတက် ကောင်းမွန်အောင် ကြိုးစားရမည့် အချက်ကို ဖော်ပြခိုင်းရန် ဖြစ်ပါသည်။ (၂၀ မိနစ်)

ပါဝင်တက်ရောက်သူများကို မိတ်ဖက်တစ်ဦးရွေးချယ်စေပြီးမိမိ၏ ရုပ်ပုံဆွဲထားခြင်းသို့မဟုတ် စာဖြင့် ရေးသားထားသောစာရွက်ပါ အချက်အလက်များကိုအပြန်အလှန်ဆွေးနွေးမေးမြန်းစေပါ။ တစ်ဦးပြီးသွားပါက အခြားတစ်ဦးနှင့် ဖော်ပြပါစာရွက်ပါ အချက် (၁)ချက်ကိုအပြန်အလှန် ခပ်သွက်သွက် ဆွေးနွေးမေးမြန်းစေပြီး နံရံတွင်ကပ်စေရန်ဖြစ်ပါသည်။

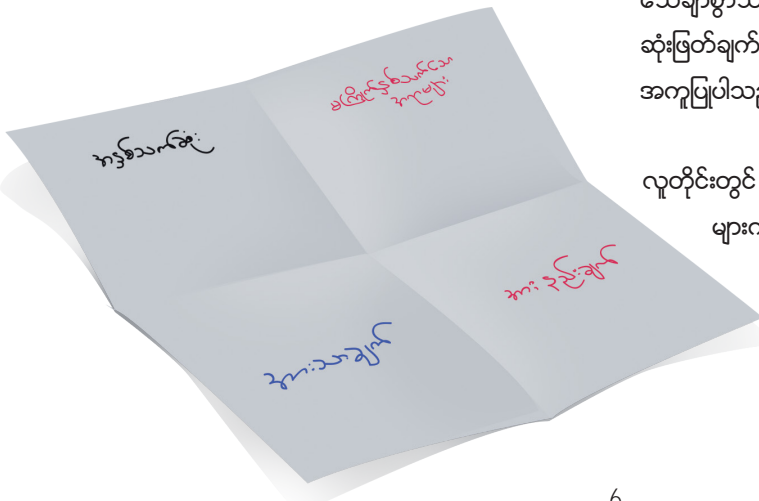
ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အောက်တွင် ဖော်ပြထားသော မေးခွန်းများကိုမေးပါ။

- ၁။ ယခုဆောင်ရွက်ခဲ့မှုအား ပြုလုပ်ရာတွင် လွယ်ကူမှု ရှိ/မရှိနှင့် အပိုင်းလေးပိုင်းရှိအကြောင်းအရာများ ရ/မရ ပြောပြပါ။
- ၂။ မိမိအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီးမည်သည့်အပိုင်းကိုစဉ်းစားရာတွင် အခက်ခဲဆုံးဖြစ်ပါသနည်း။
- ၃။ မိမိကိုယ်မိမိပိုမိုသိရှိနားလည်အောင်ဆောင်ရွက်ရာတွင် ယခုဆောင်ရွက်ခဲ့သောလေ့ကျင့်ခန်းအား မည်သို့ သဘောထားပါသနည်း။

ဦးဆောင်ဆွေးနွေးသူမှ ပြန်လည်ရှင်းပြခြင်း

အထက်တွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့သော အကြောင်းအရာကို သေချာစွာသိရှိနားလည်ပါကမိမိ၏ အနာဂတ်အတွက် ဆုံးဖြတ်ချက် မှန်ကန်စွာချမှတ်နိုင်မှုကို အထောက်အကူပြုပါသည်။

လူတိုင်းတွင် အားသာချက်များ ရှိကြပြီးအားနည်းချက်များကို ကောင်းမွန်လာအောင် ဆောင်ရွက်ကြရပါသည်။ မိမိကိုယ်ကို သတိပြုတတ်သည့် စွမ်းရည်သည် ဘဝတစ်လျှောက် တဖြည်းဖြည်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပါသည်။



ပြန်လည်မျှဝေခြင်း

ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် စာရွက်ဖြူကြီး ပေါ်တွင် စာ (သို့) ပုံဆွဲပြီးဖော်ပြပါ။
တက်ရောက်သူတစ်ဦးချင်းအနေဖြင့် အထက်တွင် ပြောဆိုဆွေးနွေးသော ရိုးရာပုံပြင်မှ လူကုန်ကူးမှုနှင့် ဆက်စပ်ပြီး မည်သည့်သင်ခန်းစာကိုသင်တို့ ရရှိလိုက်ပါသနည်း။

တစ်ဖွဲ့ချင်းစီမှ မိမိကိုယ်တိုင် လူကုန်ကူးမခံရအောင် မည်သို့ သတိပြုနေထိုင်မည်ဟု စဉ်းစားမိသည်ကို နံရံတွင် ကပ်ထားသော Flip Chart တွင်ရေးစေပါ။ အချိန်ရှိပါက အခြားအဖွဲ့များနှင့်ပြန်လည်ဝေမျှစေပါ။

မျိုင်း၊ ငါး၊ ပုဇွန်လုံး

မြန်မာ့ရိုးရာ ကျေးလက်ပုံပြင်



တစ်ရံရောအခါက လှပတင့်တယ်သောရေကန်ငယ်တစ်ကန်တွင် ငါးများကူးခတ်နေထိုင်ကြသည်။ ယင်းကန်သည် တဖြည်းဖြည်းခန်းခြောက်လျက်ရှိသည်။ ကန်ထဲတွင် ရေကလည်းနည်းသထက် နည်းပါးလာသည့်အတွက် ငါးတို့သည် အသက်ရှင်ရန် ကြံစည်ကြသည်။ အနီးအနားတွင်နေထိုင်သော မျိုင်းတစ်ကောင်ရှိရာ မျိုင်းအားငါးတို့က မိမိတို့ကိုအနီးအနားရှိ အခြားရေကန်ငယ်သို့ ပို့ပေးရန် ပြောကြသည်။ ရေကန်ငယ်သည် သာယာပြီး အရိပ်အာဝါသ လည်းကောင်းသည်။ မျိုင်းကပို့ပေးနိုင်ပါသည်ဟု ဖြေကြားသည်။ မျိုင်းသည် ငါးတို့ကိုအနီးအနားရှိ အခြားရေကန်ငယ်သို့ ပို့ဆောင်ရာတွင် ကူညီမည် ဖြစ်သော်လည်းတစ်ကြိမ်တွင် တစ်ကောင်ကိုသာ ပို့ဆောင်နိုင်မည်ဟု ပြောသည်။ မျိုင်း၏ပြောစကားကို ယုံကြည်စိတ်ချသည့်အတွက် ငါးအားလုံးက သဘောတူညီလိုက်ကြသည်။ ထိုသို့ဖြင့် မျိုင်းသည် ငါးကိုတစ်ကြိမ်လျှင် တစ်ကောင်စီ ကောက်ယူချီမပြီး အနီးအနားရှိရေကန်ငယ်သို့ ပျံသန်းသွားလေသည်။ ရေကန်သို့ ရောက်သောအခါ ငါးကိုရေထဲသို့ချပေးမည့်အစား ရေကန်အနီး ရှိသစ်ပင်တစ်ပင်ဆီသို့ ချီယူချထားပြီးငါးတစ်ကောင်ချင်းကို စားလေတော့သည်။ မူလရေကန်ငယ်တွင် ပုဇွန်လုံးတစ်ကောင်သာကျန်တော့သည်။

ပုဇွန်လုံးကလည်း နေရာသစ်တစ်ခုကို ရှာဖွေပြောင်းရွှေ့နေထိုင်ရေးအတွက် လိုအပ်လာသည်ကို စဉ်းစားလျက် ရှိသည်။ ငါးများကို မြိန်ယုတ်စွာစားသောက်ပြီးသော ဗျိုင်းသည် တစ်နေ့တွင် ပုဇွန်လုံးထံသို့ ရောက်ပြီး ရေကန်ငယ်အသစ်ဆီသို့ ပြောင်းရွှေ့ရန် သယ်ယူပေးရမည်လားဟုမေးသည်။ သို့ရာတွင် ပုဇွန်လုံးသည် ငါးများ မည်သည့်အခြေအနေရှိကြသည်ကို ကြည့်ရှုနေသည်ဖြစ်ရာ ယခုဖြစ်ပျက်မှုအားလုံးကို အလွန်သေချာကျနစွာဖြင့် စဉ်းစားဆင်ခြင်လျက်ရှိသည်။ ပုဇွန်လုံးသည် ဗျိုင်းအနေနှင့် ထိုသို့သယ်ယူမှုလုပ်ငန်းကို လုပ်ပေးနေသည်မှာ ကောင်းမြတ်သောစေတနာဟုတ် မဟုတ်ကိုစဉ်းစားနေသည်။ ငါးများရေကန်အသစ်ဆီသို့ ရောက် မရောက်ကိုလည်း ပုဇွန်လုံးက စဉ်းစားတွေးတောနေသည်။

အခြားတစ်ဖက်တွင်မူ ပုဇွန်လုံးကိုယ်တိုင်ကလည်းနေရာသစ်ဆီသို့ ပြောင်းရွှေ့လိုသည်။ နောက်ဆုံးတွင် ပုဇွန်လုံးသည် ဗျိုင်းကိုပြောဆိုသည်။ “ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်ထည်ခွံမှာမာကျောလွန်းသည်ဖြစ်ရာ ဗျိုင်းအနေဖြင့် ကျောကုန်းပေါ်တင်ပြီး ရေကန် ငယ်ဆီသို့သယ်ဆောင်သွားရန်မှာခက်ခဲလိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် အသင်ဗျိုင်း၏လည်ပင်းတွင် ချိတ်တွယ်လျက် ရေကန်ငယ်ဆီသို့ လိုက်ပါလိုပါသည်။” ဗျိုင်းသည် ပုဇွန်လုံးအားရေကန်ငယ်အသစ်သို့ သယ်ဆောင်ရမည့် အစားသစ်ပင်တစ်ပင်၏အကိုင်းပေါ်တွင် ရပ်နားလိုက်လေသည်။ ထို့နောက် ဗျိုင်းကပုဇွန်လုံးအားပြောသည် “ဟိုအောက်က မြေပြင်ကို ကြည့်လိုက်စမ်း။ ငါးအရိုးတွေကိုတွေ့တယ်မဟုတ်လား။ ငါးကောင်တွေအားလုံးကို ကျွန်ုပ်သတ်စားပစ်လိုက်ပြီးပြီ။ အခုတော့ အသင် ပုဇွန်လုံးရဲ့အလှည့်ပဲ”။

ပုဇွန်လုံးကပါးနပ်သူဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ ဗျိုင်းအားပြောလိုက်သည်။ “ငါးတွေအားလုံးကိုအသင်ဗျိုင်းက လိမ်ညာဖျားယောင်းလိုက်တဲ့အတွက် ငါးတွေဟာသနားစရာပါပဲ။ သူတို့ဟာအသင်ဗျိုင်းရဲ့ပြောစကားကို ချင့်ချိန်စဉ်းစားပြီး မတွေးတောခဲ့ကြဘူး။ ဒါပေမယ့် ကျွန်ုပ်ကတော့ အသင်ဗျိုင်းရဲ့စကားကို အယုံအကြည် မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် ကျွန်ုပ်ဟာအသင်ဗျိုင်းရဲ့လည်ပင်းကို ကျွန်ုပ်ရဲ့လက်မကြီးနဲ့ ညှပ်ပြီးလိုက်လာခဲ့တာပါ။ အခုအချိန်ဟာ အသင်ဗျိုင်းအတွက် သေဖို့အလှည့်ရောက်ပြီ”။ ထို့နောက် ပုဇွန်လုံးသည် ဗျိုင်း၏လည်ပင်းကို လက်မဖြင့်ညှစ်ဖြတ်လိုက်ပြီး ရေကန်ငယ်အတွင်းသို့ ခုန်ချလိုက်သည်။ ရေကန်ငယ်အတွင်း၌ရေကလည်း အပြည့်ရှိနေပြီးပုဇွန်လုံးကို နေရာသစ် တစ်နေရာပေးရန် ကြိုဆိုလက်ကမ်းလျက် ရှိနေလေသည်။

လူကုန်ကူးမှုဆိုတာ ဘာလဲ

ယနေ့အချိန်တွင် လူကုန်ကူးမှုသည် နေရာဒေသအတော်များများ၌ ကျယ်ပြန့်စွာ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပါသည်။ လူများစွာသည် လူကုန်ကူးခံရသော်လည်းလူကုန်ကူးခံရမှန်းပင်မသိ ဖြစ်နေကြသူများလည်း ရှိနေပါသည်။ ထို့ကြောင့် မည်သည့်အခြေအနေကို လူကုန်ကူးမှုဟုခေါ်သည်၊ မည်သို့ဖြစ်လာ တတ်သည်ဆိုသည်ကိုလူတိုင်းသိရှိရန် အလွန်အရေးကြီးလှပါသည်။ လူကုန်ကူးမှုကိုကျား/မ မရွေး၊ အသက်အရွယ်မရွေး၊ နေရာဒေသမရွေးလူတိုင်းကြုံတွေ့နိုင်ပါသဖြင့် လူအားလုံးပိုမိုသတိ ထားရန်၊ ပိုမိုသိရှိရန် လိုအပ်လှပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤသင်ခန်းစာအားဖြင့် လူကုန်ကူးခြင်းအား အသေးစိတ် လေ့လာပြီး မိမိတို့ဘဝတွင် သတိပြုနေထိုင်နိုင်ရန် ကူညီပေးမည်ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- မေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်း (၃၀ မိနစ်)
- မိမိတို့ ဖော်ထုတ်လိုက်သည့် လူကုန်ကူးမှု အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်အပေါ် အဖွဲ့လိုက် ပြဇာတ်သရုပ်ဆောင်ခြင်း (၆၀ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ဘောလ်ပင်
- A4 စာရွက်များ
- မာကာများ
- ခဲတံနှင့် ရောင်စုံခဲတံများ
- Flip chart



ရည်ရွယ်ချက်

- လူကုန်ကူးသန်းရောင်းဝယ်သည့် အဓိပ္ပာယ်ကို သိရှိနားလည်စေရန်။
- လူကုန်ကူးမှု သမိုင်းကြောင်းအား ရှင်းလင်းစွာ သိရှိလာစေရန်။
- မိမိကိုယ်တိုင် လူကုန်ကူးမခံရအောင် ကာကွယ်တတ်ရန်။



ကူညီပံ့ပိုးသူမှပြင်ဆင်ထားရန်

- လူကုန်ကူးမှုနှင့်ပတ်သက်သည့် သမိုင်းကြောင်းကို သင်ခန်းစာမစတင်မီ ကောင်းစွာဖတ်ထားရန်။
- အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်အား သေချာစွာဖတ်ပြီး ကိုးကားရမည့်အရာများကို ပြန်လည်ပြင်ဆင်ထားရန်
- အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုအပြီး ပြဇာတ်အား သေချာစွာ ပြုလုပ်နိုင်စေရန် အဖွဲ့တိုင်းအား လိုက်လံကြည့်ရှု အားပေးမှု ပြုလုပ်ရန်။

လှုပ်ရှားမှု

မေးခွန်းများမေးခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူကုန်ကူးမှု အများအပြား ဖြစ်ပွားလျက် ရှိသော်လည်း လူအများသည် ထိုအရာကိုယုံတမ်း တစ်ခုလို သတ်မှတ်ပြီးအလေးမထားကြပေ။ ထို့အပြင် လူအများ လူကုန်ကူးခံရမှု အခြေအနေ ပိုမိုများပြားလာသည့်အတွက် လူကုန်ကူးမှုနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို မည်မျှ သိရှိထားသည်ဆိုသည့် အတွေးအခေါ်များ ဆန်းစစ် မေးမြန်းကြမည်ဖြစ်သည်။

မေးခွန်းများ

- ❓ လူကုန်ကူးမှုဆိုတာ ကြားဖူးပါသလား။
- ❓ မည်သည့်နေရာတွင် မည်သို့ကြားဖူးပါသလဲ။
- ❓ မည်သည့်အခြေအနေမှာ လူများသည် လူကုန်ကူးခံရသနည်း။
- ❓ မည်သည့်အသက်အရွယ်ရှိလူများသည် လူကုန်ကူးမှုကိုခံရသနည်း။
- ❓ လူကုန်ကူးသူများထဲတွင် မည်သူများ ပါဝင်နိုင်ပါသလဲ။
- ❓ လူကုန်ကူးခံရသူများသည် မည်ကဲ့သို့သော အလုပ်များကို လုပ်ရပါသနည်း။
- ❓ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် လူကုန်ကူးမှုများ ဖြစ်သည်ဟု ထင်ပါသလဲ။

အားလုံးမေးပြီးသောအခါ ကူညီပံ့ပိုးသူမှ အနှစ်ချုပ်ပြီး ပြန်လည်ပြောပြရန်။

လူကုန်ကူးမှု သမိုင်းကြောင်းအားပြောပြခြင်း

လူကုန်ကူးမှုဖြစ်စဉ်သည် ဆန်းသစ်သည့်ဖြစ်စဉ် မဟုတ်ပါ။ ရာစုနှစ်များစွာကပင် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းတွင် ပေါ်ပေါက်ခဲ့သော်လည်း ၁၉၉၀ နှစ်များရောက်လာ မှသာ နိုင်ငံတကာအသိုင်းအဝိုင်းက အာရုံစိုက်လာကြ ခြင်းဖြစ်သည်။

အနောက်နိုင်ငံများ၊ အရှေ့အလယ်ပိုင်းဒေသများနှင့် အာရှဒေသတို့တွင် လူများကိုကျေးကျွန်သဖွယ် ပြုခဲ့သည့် ဖြစ်ရပ်များသည်သမိုင်းတွင် သာဓကများစွာ ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

အာဖရိကနိုင်ငံများမှ လူမဲများကို အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုသို့ တင်ပို့ပြီးကျေးကျွန်ပြုလုပ်သည့် စနစ်ကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း (၂၀၀) မတိုင်မီကမှ ပျောက်ကွယ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ယခုအခါ လူကုန်ကူးခြင်း (သို့မဟုတ်) ခေတ်သစ် ကျေးကျွန်စနစ် (Modern Form of Slavery) ဟု ပြန်လည် ရှင်သန်လာသည်မှာ(၁၅)နှစ်ကျော်ခန့်သာ ရှိပါသည်။

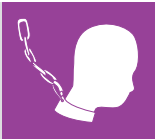
ဆင်းရဲနွမ်းပါးသောနိုင်ငံများ (သို့မဟုတ်) ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများတွင် နေထိုင်ကြသောသူများသည် ဘေးဝန်းကျင်ရှိ နိုင်ငံများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၊ စီးပွားရေးတောင့်တင်းခိုင်မာမှုများကို လိုလားတောင့်တကြသည်။

ကျေးလက်ဒေသများတွင် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ ရှားပါးလာခြင်း၊ လူဦးရေများပြားလာခြင်း၊ ရပ်တည်ရန်ခက်ခဲသည့် အခြေအနေဖြစ်လာခြင်း၊ မိမိဘဝကို လက်ရှိအခြေအနေထက်ပိုပြီး မြင့်မားလိုခြင်းနှင့် ဘဝသစ်ထူထောင်လိုသူများပြားလာခြင်းကြောင့် ထိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သောနိုင်ငံများတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ရန် မျှော်လင့်ချက်များများသထက်များလာကြပါသည်။ သို့သော် သူတို့သည် ထိုသို့ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သောနိုင်ငံများသို့သွားရောက် အလုပ်လုပ်ကိုင်ရန် တရားဝင်လုံခြုံစွာ သွားရောက်လုပ်ကိုင်ရမည်ဆိုသည်ကို မသိကြသည့်အတွက် လူကုန်ကူးမှုများဖြစ်ပွားလာခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုအခြေအနေများက နွမ်းပါးသူများ၊ မသိနားမလည်သူများ၊ နွမ်းပါးမှုကိုကျော်လွှားလိုသူများ၊ လက်ရှိဘဝထက်မြင့်မားလိုသူများအပေါ်တွင် အမြတ်ထုတ်လိုသူများအတွက် အခွင့်အရေးဖန်တီးပေးနေသလိုဖြစ်သည်။



အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ ရှားပါးလာခြင်း၊
 လူဦးရေများပြားလာခြင်း၊ ရပ် တည်ရန်ခက်ခဲသည့်
 အခြေအနေဖြစ်လာခြင်း၊ မိမိ တာဝကို လက်ရှိအခြေအနေထက်ပိုပြီး
 ဖြင့်မားလို့ခြင်း နှင့် တာဝသစ်ထူထောင်လိုသူများပြားလာခြင်းကြောင့်
 ထိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သောနိုင်ငံများတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ရန်
 မျှော်လင့်ချက်များများသထက်များလာကြပါသည်။



၂၁-၃၆ သန်း ကမ္ဘာနှင့်အပူမ်း (၂၁ - ၃၆) သန်းသော လူများသည် ခေတ်သစ် ကျေးကျွန် ဘဝသို့ ရောက်ရှိနေပါသည်။



၇၈% ၇၈%သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် အလုပ်ကြမ်း လုပ်ရသော ခေတ်သစ် ကျွန်များ ဖြစ်သည်။



၂၂% ၂၂% သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် လိင်လုပ်သားများအဖြစ် လုပ်ကိုင် ကြရသည်။



၅၅% ၅၅% သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် မိန်းကလေးနှင့် အမျိုးသမီး များဖြစ်သည်။



၄၅% ၄၅% သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် ယောက်ျားလေးများနှင့် အမျိုးသားများဖြစ်သည်။



၂၆% ၂၆% သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် အသက် ၁၈ နှစ်အောက် ကလေးများဖြစ်သည်။

(ကောက်နုတ်ချက် - Trafficking and Slavery Fact Sheet, Free the Slaves, 17 November 2015)

လူဝင်ရှားမှု

လူကုန်ကူးမှုကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း

လူကုန်ကူးမှု သမိုင်းကြောင်းကို သိရှိပြီး ဖြစ်သော်လည်း လူကုန်ကူးမှုဆိုသည့် ဖြစ်ရပ်များကို တိကျစွာခွဲခြားရသည်မှာ ခက်ခဲပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်း၊ လူမှောင်ခိုခြင်း၊ ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်း စသည်တို့သည် ဆင်တူယိုးမှား ဖြစ်နေသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် လူကုန်ကူးမှု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်းကို တစ်ဦးတစ်ယောက်ခြင်းစီမှ သေချာနားလည်ထားရန် လိုအပ်သည်။

လုပ်ဆောင်ပုံအဆင့်ဆင့်

- ၄/၅ ယောက်တစ်ဖွဲ့ဖြင့် အဖွဲ့ခွဲပါ။
- တစ်ဖွဲ့စီအား A4 စာရွက် တစ်ရွက်စီပေးပြီး လူကုန်ကူးမှု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များကို မိမိတို့အဖွဲ့တွင် တိုင်ပင်ပြီးရေးခိုင်းပါ။
- မိမိတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်အား ပြဇာတ်ပုံစံ ဖန်တီးပြီး အဖွဲ့ထဲတွင် တင်ပြရမည် ဖြစ်သည်။ (၁၀ - မိနစ်)
- အားလုံးပြီးပါက တစ်ဖွဲ့ပြီးတစ်ဖွဲ့ ပြဇာတ်အား တင်ပြရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။
- တစ်ဖွဲ့တင်ပြပြီးတိုင်း ထိုအဖွဲ့မှ မည်သို့ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုထားသည် ဆိုသည်ကို ကြည့်ရှုသည့် သူများအား ခန့်မှန်းစေပါ။ ပြီးမှသာလျှင် သူတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် စာရွက်အားပြစေပါ။

ပြန်လည်မျှဝေခြင်း

လူကုန်ကူးမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီးမည်သို့ခံစားရပါသနည်း။ မည်သည့်ထူးခြားသည့် အကြောင်းအရာကိုသင်ယူရရှိလိုက်ပါသနည်း။ မိမိကိုယ်တိုင် လူကုန်ကူးမခံရအောင် မည်သို့ သတိပြုမည်ဆိုသည့်အရာကို Flip Chart တွင်ရေးစေပါ။ အချိန်ရှိပါက ရေးသားထားမှုများကို အဖွဲ့တွင်း ပြန်လည် ဝေမျှစေပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးပါ။ မည်သည့် ဘဝတွက် တာ ကျွမ်းကျင်စရာအခြေခံ အကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်ကို ဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

၂။ အခြားအကြောင်းအရာများကို အသိပေးခြင်း

ခြိမ်းခြောက်လှုံ့ဖြစ်စေ၊ အင်အားသုံးပြီးဖြစ်စေ၊ ချောင်ပိတ်အကြပ်ကိုင်လှုံ့ဖြစ်စေ၊ ပြန်ပေးဆွဲပြီးဖြစ်စေ၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြားလှုံ့ဖြစ်စေ၊ အာဏာသုံးပြီးဖြစ်စေ၊ မသိနားမလည်တာကို အကြောင်းပြုလှုံ့ဖြစ်စေ၊ အကျိုးအမြတ်ကို ပေးပြီးဖြစ်စေ၊ အမြတ်ထုတ်ဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့သိမ်းသွင်းတာ၊ ပို့ဆောင်တာ၊ ရောင်းဝယ်တာ၊ ခိုလှုံ့စရာပေးတာတို့ကို ဆိုလိုပါတယ်။ (အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရာဇဝတ်မှုများ တားဆီး ရေးစာချုပ် (ပါလာမိုစာချုပ်) ဒီဇင်ဘာ ၁၂ ရက် ၂၀၀၀ ခုနှစ်) (သို့မဟုတ်) လူပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦးဦးသည် အခြားသူတစ်ဦး တစ် ယောက်ကို ထိုသူ၏ သဘောတူညီချက် ရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ၊ ခေါင်းပုံဖြတ်ရန် အလို့ငှာ လူအများကိုသိမ်းသွင်းစုဆောင်းခြင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း၊ လွှဲပြောင်းပေးခြင်း၊ ရောင်းချခြင်း၊ ဝယ်ယူခြင်း၊ ငှားရမ်းခြင်း၊ ငှားယူခြင်း၊ ခိုလှုံ့ခွင့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် လက်ခံခြင်းကို ဆိုလိုသည်။

အခန်း

၃

ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး

ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်သည့် ပုံစံအမျိုးမျိုးကို သိရှိခြင်းဖြင့် ပါဝင်တက်ရောက်သူ များသည် ကလေးတို့၏ ဘဝတွင် ထိုကဲ့သို့ကြုံတွေ့ရပါက သတိပြုရှောင်ရှားနိုင်ရန်နှင့် ကောင်းမွန်စွာ သွားလာရှင်သန်လာနိုင်စေမည်ဖြစ်သည်။ ကုလသမဂ္ဂ ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများ ဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်စာချုပ် (UNCRC) အရ ကလေးသူငယ်ဆိုသည်မှာ (၁၈)နှစ် အောက် လူသားတိုင်းကို ဆိုလိုပါသည်။



လှုပ်ရှားမှု

- အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးခြင်း (၃၀ မိနစ်)
- ကြွက်ကြောင်ကစားနည်း (၄၀ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၁၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ဘောလ်ပင်
- A4 စာရွက်များ
- မာကာများ
- အမှတ်အသား ပြုလုပ်ရန် စက္ကူတိပ်များ (စက်ဝိုင်းပြုလုပ်နိုင်အောင် လုံလောက်စာ ယူသွားရန်)
- Flip chart



ရည်ရွယ်ချက်

- ကလေးသူငယ်၏အသက်အရွယ်ကို သိရှိစေရန်။
- ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု၏ အဓိပ္ပာယ်ကို သိရှိလာစေရန်။
- ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေးအကြောင်း သိရှိနားလည်စေရန်။
- ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်သည့် ပုံစံများကို သိရှိနားလည်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်သူများ မိမိတို့၏ ဒေသရှိကလေးသူငယ်များ ရောင်းစားမခံရအောင် သတိထားတတ်လာစေရန်။



လူကုန်ကူးခံရသူများအား ခွဲခြားသတ်မှတ်ခြင်း လုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်ဆင့်

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းဖြစ်ပွားလျက်ရှိသော လူကုန်ကူးခံရသူများအားခွဲခြားသတ်မှတ်ထားသော ပုံစံများဖြစ်သည့် စုဆောင်းခြင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း၊ ခရီးလမ်းဆုံး ရောက်ခြင်းစသည်တို့ကို တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် သိရှိနားလည်စေရန် ဆွေးနွေးရမည်ဖြစ်သည်။

- ⊖ တက်ရောက်လာသူများအားအဖွဲ့ (၃)ဖွဲ့ ခွဲစေပါ။
- ⊖ ထို့နောက် တစ်ဖွဲ့မှ စုဆောင်းခြင်း၏ လုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်ဆင့်များချရေးခြင်း၊ နောက်တစ်ဖွဲ့မှ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း၏ လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ဆင့်အား ချရေးခြင်းများ ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။ (၁၅ - မိနစ်)
- ⊖ ထိုသို့ရေးသားပြီးပါက အဖွဲ့ကိုယ်စားတစ်ယောက်မှ အဖွဲ့၏ရေးသားဆွေးနွေးထားမှုကို အားလုံးသိရှိစေရန် တင်ပြစေပါ။
- ⊖ တင်ပြပြီးသောအရာများကို နားမလည်ပါက၊ မေးခွန်းရှိပါက တစ်ဖွဲ့ပြီးတိုင်းမေးမြန်းရန် အချိန်ပေးပါ။

ကူညီပံ့ပိုးသူမှ စုဆောင်းခြင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်းနှင့် ခရီးလမ်းဆုံးရောက်ခြင်းပုံများကို ရှင်းပြရန်။ (ဖို့နိုင်းပုံများဖြင့် ဆွေးနွေးပြောဆိုခြင်း)

စုဆောင်းခြင်း

- ⊖ ငွေနှင့်လှည့်ဖြား၍ ဝယ်ယူခံရခြင်း
- ⊖ လစာကောင်းသော အလုပ်ကောင်းရမည်ဟု အလိမ်ခံရခြင်း
- ⊖ တန်ဖိုးရှိသောပစ္စည်း၊ ကား၊ ရွှေ၊ လက်ကိုင်ဖုန်း စသည်များကိုပေး၍ မြူဆွယ်ခံရခြင်း
- ⊖ သိမ်မွေ့သောစကားနှင့် ဖြားယောင်းသွေးဆောင်၍ ခေါ်ယူခံရခြင်း
- ⊖ အကြွေးနှင့် ချည်နှောင်ခံရခြင်း
- ⊖ အကြမ်းဖက်၊ ပြန်ပေးခွဲခေါ်ဆောင်ခံရခြင်း

လမ်းခရီးမှာ

- ⊖ ပင်ပန်းဆင်းရဲစွာအနေအထိုင်၊ အစားအသောက်ဆင်းရဲစွာပုန်းရှောင်၍သွားလာရခြင်း
- ⊖ အသက်အန္တရာယ်ကြုံတွေ့နိုင်ခြင်း
- ⊖ ခြိမ်းခြောက်၍ လည်းကောင်း၊ အတင်းအဓမ္မခိုင်းစေ၍လည်းကောင်း၊ ပြောသည့်အတိုင်း မလုပ်လျှင် ရဲဖမ်းခံရမည် ဟူ၍လည်းကောင်း ခြိမ်းခြောက်ခံရခြင်း
- ⊖ အဓမ္မပြုခံရခြင်း၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ အလွဲသုံးစား ပြုခံရခြင်း၊ လက်ပြောင်းလက်လွှဲလုပ်ခံရခြင်း၊ တစ်ဆင့်ရောင်းစားခံရခြင်း

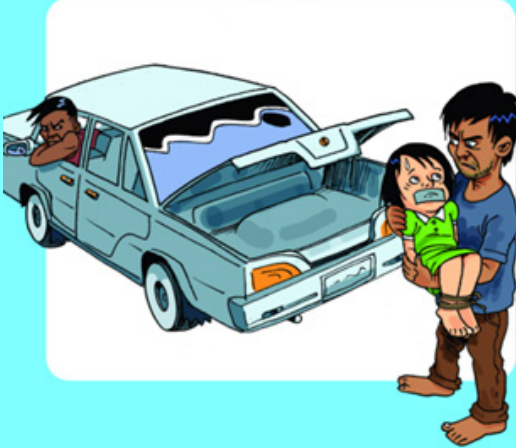
ခရီးလမ်းအဆုံးတစ်နေရာမှာ

- ⊖ ပြောထားတဲ့လစာအတိုင်းမဟုတ်ပဲ လစာကိုနည်းစွာရရှိခြင်း (သို့) လုံးဝမရရှိခြင်း
- ⊖ အလုပ်ခွင်မှာအသုံးအဆောင်ပစ္စည်းနဲ့ စားစရိတ်အတွက် ကျသင့်တဲ့တန်ဖိုးထက် အဆမတန်ပေးပြီး အကြွေးဆပ်ရခြင်း။
- ⊖ ပင်ပန်းဆင်းရဲစွာ လုပ်ကိုင်ရခြင်း၊ နှိပ်စက်ခံရခြင်း။
- ⊖ လိင်မှုဆိုင်ရာ အလွဲသုံးစားပြုခံရခြင်း၊ ပိတ်လှောင်ခံရခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများ ဖြတ်ထုတ်ရောင်းစားခံရနိုင်ခြင်း။
- ⊖ ဂုဏ်သိက္ခာဆုံးရှုံးရခြင်း၊ HIV ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရနိုင်ခြင်း။

လူစုဆောင်းခြင်း



လမ်းခရီးတွင် ကြိုတွေ့နိုင်သည့် အခြေအနေများ



ခရီးလမ်းဆုံး တစ်နေရာတွင် ကြိုတွေ့နိုင်သည့် အခြေအနေများ



လှုပ်ရှားမှု

J

ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်

လူကုန်ကူးမှုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက် ရှိထားပြီးဖြစ်သော်လည်းယခုအချိန်တွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေနှင့် ကလေးသူငယ်များအား ရောင်းစားမှု ပိုမိုဖြစ်ပွားလျက် ရှိသောကြောင့် တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်ကို သေချာစွာသိရှိထားရမည်ဖြစ်သည်။

ကြွက်၊ ကြောင်၊ ကျား ကစားနည်း

- ပါဝင်သူများအား ကြွက်၊ ကြောင်၊ ကျားဟု အဖွဲ့ သုံးဖွဲ့ခွဲစေပါ။
- ကူညီပံ့ပိုးသူမှ စက္ကူတိတ်ဖြင့် ကြွက်အဖွဲ့ လွတ် လပ်စွာ နေရန် လုံလောက်သည့် စက်ဝိုင်းတစ်ခုကို ပြုလုပ်သတ်မှတ်ပါ။
- ကြွက်အဖွဲ့အား စက်ဝိုင်းအတွင်း၌နေစေရန်၊ ကြောင်အဖွဲ့အနေဖြင့် စက်ဝိုင်း၏အပြင်ဘက် ကပ်လျက်တွင် နေရန်နှင့် ကျားအဖွဲ့အနေဖြင့် စက်ဝိုင်း၏အပေး တစ်နေရာတွင် နေရမည်ဟု ရှင်းပြပေးပါ။
- ထို့နောက် ကြောင်မှ ကြွက်ကိုဖမ်းပြီး မိပါက ကျားထံသို့ ပို့ပေးရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ကြွက်အားဖမ်းရာတွင် စည်းဝိုင်းသတ်မှတ်ချက်အား လုံးဝ (လုံးဝ) ထိခွင့်မရှိပါ။

ကစားပြီးပါက

အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးရန်

- ဤကစားနည်းအပေါ် မည်သို့ခံစားရပါသနည်း။
ကစားနည်းအပေါ် သင်ခန်းစာနှင့် ဆက်စပ်ပြီး မည်သည့်အရာများအား သတိပြုမိပါသနည်း။
- ကြွက်အဖြစ် ပါဝင်ကစားမှုသည် လက်တွေ့ဘဝ၌ မည်သူများဖြစ်နိုင်မည်နည်း။
- ကျားအဖြစ် ပါဝင်ကစားမှုသည် လက်တွေ့ဘဝ၌မည်သူများဖြစ်နိုင်မည်နည်း။
- ဘာကြောင့် ကြောင်က ကြွက်ကိုဖမ်းရသနည်း။ ဘာကြောင့် ကျားဆီသို့ ပို့ဆောင်သည်ဟု သင် ထင်ပါသနည်း။
- ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရာတွင် မည်သူများ ပါဝင်လေ့ရှိပါသနည်း။

ကူညီပံ့ပိုးသူမှ အောက်ဆုံးမေးခွန်း (၃)ခု၏ ဖြေကြားချက်များကို အောက်ပါ ဇယားကွက်တွင် သေချာစွာရေးဖြည့်ရမည် ဖြစ်သည်။

(လက်တွေ့ဘဝနှင့် ဆက်စပ်ပြီးများများပြောလာနိုင်စေရန် ပံ့ပိုးသူမှ အားပေးအားမြှောက်ပြုပေးရန်)

ရည်ရွယ်ချက်	နည်းလမ်း	ပါဝင်ပတ်သက်သူများ

အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်

ကလေးသူငယ်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေးဆိုသည်မှာ ကလေးတစ်ဦးသည် ပြည်တွင်းတွင်သော်လည်းကောင်း၊ ပြည်ပတွင်သော်လည်းကောင်း ကလေးကို အင်အားသုံး၍သော်လည်းကောင်း၊ အင်အားမသုံး၍သော်လည်းကောင်း ခေါင်းပုံဖြတ်ရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်လုပ်ဆောင်ခြင်းကိုဆိုလိုသည်။
(ကောက်နုတ်ချက်။ http://www.unicef.org/southafrica/SAF_pressrelease_notetrafficking.pdf)

ပြန်လည်ပေးမှုခြင်း

Flip Chart ပေါ်တွင်ရေးသားခြင်း

ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်မှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး မိမိသင်ယူရရှိလိုက်သည့် အချက်ပေါ်အခြေခံကာ ကလေးများ ကိုယ်တိုင်ကုန်ကူးမခံရအောင် သတိထားဆင်ခြင်သွားမည်ဆိုသည့် စိတ်ကူးပုံအား Flip Chart တွင်ချရေးပါ။
ရေးသားပြီးပါက အဖွဲ့သို့ပြန်လည်ပေးပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးပါ။
မည်သည့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှု ရှိသည်ကို ဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

အခန်း

၄

လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု အခြေအနေ၊ အမျိုးအစားများနှင့် လူမှောင်ခိုခြင်း

သင်ခန်းစာတွင်ပါဝင်သူများသည် လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု အခြေအနေများနှင့် အမျိုးအစားများကို လေ့လာခြင်းဖြင့် မိမိတို့၏ ဘဝတစ်သက်တာတွင်သတိပြုဆင်ခြင်ပြီး မိမိ၏ဘဝကို ထိန်းသိမ်း နေထိုင်နိုင်ရန်နှင့် လူမှောင်ခိုခြင်းဆိုသည်ကိုလည်း ရှင်းလင်းတိကျစွာ နားလည်သဘောပေါက် လာစေရန် ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်ရေးကို ဖော်ပြသော ဓာတ်ပုံကိတ်များ (၄၀ မိနစ်)
- အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးခြင်း (၅၀ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- လူကုန်ကူးမှုကို ဖော်ပြသော ဓာတ်ပုံကိတ်များ
- A4 စာရွက်များ
- Flip chart
- မာကာများ၊ ဘောလ်ပင်



ရည်ရွယ်ချက်

- လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု အခြေအနေနှင့် အမျိုးအစားများကို သိရှိစေရန်။
- လူမှောင်ခိုခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်ကို သိရှိနားလည်စေရန်။
- လူကုန်ကူးခြင်းနှင့် လူမှောင်ခိုခြင်းတို့၏ ခြားနားချက်များကို သိရှိလာစေရန်။



လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု အခြေအနေ၊ အမျိုးအစားများကိုလေ့လာခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းဖြစ်ပွားလျက်ရှိသော လူကုန်ကူးမှု အမျိုးအစားများနှင့် လက်ရှိကြုံတွေ့နေရသော လူကုန်ကူးမှု အခြေအနေများကိုတက်ရောက်သူများ အသေးစိတ် သေချာရှင်းလင်းစွာ နားလည်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

- ၁။ ကလေးကုန်ကူးမှုကို ပြသသည့် ဗွီဒီယိုများကို စက်ဝိုင်းအလယ်တွင်ချထားပေးပါ။
- ၂။ ထို့နောက် တက်ရောက်သူများအား တစ်ယောက်တစ်ခုစီကောက်ယူကြရန်ပြောပါ။
- ၃။ ထိုသို့ ကောက်ယူပြီးနောက် မိမိ၏ ပုံနှင့် စပ်လျဉ်းပြီးမိမိဘယ်လိုနားလည်သည်၊ မည်သို့ ခံစားရသည်၊ မည်သည့်အချက်များကိုတွေ့ရှိရသည် ဆိုသည်ကို (၃)မိနစ်ခန့် တိတ်ဆိတ်စွာစဉ်းစားစေရန် လမ်းညွှန်ပေးပါ။
- ၄။ အားလုံးပြီးသည့်အခါ အဖွဲ့ကြီးအတွင်း တစ်ယောက်တစ်လှည့်ဖြင့် ပြန်လည်ဝေငှစေပါ။

အားလုံးပြီးသွားပါက အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ပြန်လည်ဆွေးနွေးပါ။

- ၁။ ဤကိစ္စများကိုလေ့လာခြင်းအားဖြင့် လူများက အဘယ်ကြောင့် ရောင်းစားခံရသည်ဟု လေ့လာမိပါသနည်း။
- ၂။ မည်သည့်နေရာများ၌ ရောင်းစားခံရပြီး မည်ကဲ့သို့သော အလုပ်များကို လုပ်ရပါသနည်း။
- ၃။ မည်သည့်အခြေအနေရှိသောသူများ၌ အန္တရာယ်ကို ပိုမိုတွေ့ရနိုင်ပါသနည်း။

ကူညီပံ့ပိုးသူမှရှင်းပြရန်

၁။ ပြည်တွင်းအခြေအနေ

- ၁။ နယ်မှကလေးများအား မြို့ကြီးများတွင် အလုပ်လုပ်ရန် ဟူသောရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဗိုဆောင်ခြင်း၊ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်များ၊ စားသောက်ဆိုင်များ၊ ကားဂိတ်များတွင် အလုပ်စေခိုင်းခြင်း၊ မိုင်းများတွင် စေခိုင်းခြင်း၊ နယ်စပ်မြို့သို့ဗိုဆောင်ခြင်း။

- ၂။ စစ်တပ်များသို့ ဝင်ရောက်ရန်အတွက် လိမ်လည်ခေါ်ဆောင်၍စေခိုင်းခြင်း။

၂။ အခြားနိုင်ငံများသို့ ကူးသန်းရောင်းဝယ်ခြင်း အခြားနိုင်ငံများသို့ သယ်ယူပို့ဆောင်သည့် ရည်ရွယ်ချက်များမှာ

- ၁။ လိင်လုပ်ငန်းများတွင်စေခိုင်းရန် (ဥပမာ - ထိုင်း၊ တရုတ်၊ ပါကစ္စတန် အစရှိသည့်နိုင်ငံများ)
- ၂။ တောင်းရမ်းစားသောက်သူအဖြစ် စေခိုင်းရန် (ဥပမာ - ထိုင်း၊ တရုတ်၊ အိန္ဒိယ၊ မလေးရှား)
- ၃။ သတို့သမီးငယ်များအဖြစ် လက်ထပ်ယူရန် (ဥပမာ - တရုတ်)
- ၄။ အခြားလုပ်ငန်းများဖြစ်သော အိမ်ဖော်၊ စက်ရုံ၊ မိုင်းလုပ်ငန်း၊ ငါးဖမ်းလုပ်ငန်း၊ စိုက်ပျိုးရေးခြံ၊ စားပွဲထိုးနှင့် အခြားလုပ်ငန်းပေါ်သောလုပ်ငန်းများတွင် စေခိုင်းခြင်း (ဥပမာ - ထိုင်း၊ တရုတ်၊ အိန္ဒိယ၊ မလေးရှား၊ စင်ကာပူ၊ ပါကစ္စတန်)

၃။ လူကူးသန်းရောင်းဝယ်မှုအခြေအနေ

- ၁။ ကမ္ဘာနှင့်အပူပိုင်း(၂၁-၃၆)သန်းသောလူများသည် ခေတ်သစ်ကျေးကျွန်ဘဝသို့ ရောက်ရှိနေပါသည်။
- ၂။ ၇၈%သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် အလုပ်ကြမ်း လုပ်ရသော ခေတ်သစ်ကျွန်များဖြစ်သည်။
- ၃။ ၂၂% သောလူကုန်ကူးခံရသူများသည် လိင်လုပ်သားများအဖြစ် လုပ်ကိုင်ကြရသည်။
- ၄။ ၅၅% သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် မိန်းကလေးနှင့် အမျိုးသမီးများဖြစ်ပြီး ၄၅% သော လူကုန်ကူးခံရသူများ သည်ယောက်ျားလေးများနှင့် အမျိုးသားများဖြစ်သည်။
- ၅။ ၂၆%သော လူကုန်ကူးခံရသူများသည် အသက် ၁၈ နှစ်အောက် ကလေးများဖြစ်သည်။



လူမှောင်ခိုခြင်းအား လေ့လာခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိလူအများစုသည် လူကုန်ကူးမှုနှင့် လူမှောင်ခိုခြင်းကို ကွဲပြားစွာ မသိရှိကြပေ။ သို့သော် ထိုနှစ်ခုကြားတွင် ကြီးမားသောကွဲပြားမှုရှိနေပါသည်။ ထို့ကြောင့် တက်ရောက်သူများ အနေဖြင့် ထိုနှစ်ခု၏ ကွဲပြားမှုကို သေချာစွာ သိရှိနားလည်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ယခင်သင်ခန်းစာများဖြင့် အနည်းငယ် ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း

- ⊖ လူကုန်ကူးမှုဆိုတာဘာလဲ။
 - ⊖ ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်ခြင်းဆိုတာဘာလဲ။
- ထို့နောက်
- ⊖ လူမှောင်ခိုခြင်းဆိုတာဘာလဲ။
 - ⊖ လူမှောင်ခိုခြင်းဖြစ်သည်ဟု မိမိကြားဖူးသော၊ ကြံဖူးသော အတွေ့အကြုံကိုပြောပြပါ။

လူမှောင်ခိုခြင်းအဓိပ္ပါယ်

တစ်စုံတစ်ဦးက ငွေကြေးအကျိုးအမြတ်ရယူကာ အခြားတစ်စုံတစ်ဦးကို နိုင်ငံနယ်နိမိတ်ဖြတ်ကျော်၍ ပို့ဆောင်ခြင်းဖြစ်သည်။

အသေးစိတ်အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက် -

လူသယ်ယူခြင်း (သို့မဟုတ်) လူမှောင်ခိုခြင်း ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကဖြစ်စေ၊ အုပ်စုလိုက် ဖြစ်

စေ၊ အခြားသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို (သို့မဟုတ်) လူတစ်စု၏ သွားလိုရာနေရာရောက်အောင် အခကြေးငွေလက်ခံပြီး ပို့ဆောင်ခြင်းကို ခေါ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံမှာ တရားဝင်နေထိုင်ခွင့်၊ သွားလာခွင့်မရှိသည့်အတွက် နည်းမျိုးစုံသုံးပြီး လိုက်ပါ ပို့ဆောင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကိစ္စမျိုးမှာ ပို့ဆောင်သည့်သူ၏ တာဝန်သည် ယခင်က သဘောတူ သတ်မှတ်ထားသည့် အခြေအနေရောက်သည်နှင့် တာဝန်ကုန်ဆုံးသွားပြီဖြစ်သည်။

ထိုသို့ပို့ဆောင်ရသည့် လုပ်ငန်းဝန်ဆောင်မှုအတွက် မည်မျှပေးရမည်ဆိုသည့် အခကြေးငွေတန်ဖိုးနှင့် သွားလာရမည့် နည်းလမ်းပုံစံအား ခရီးမစတင်မီကပင် သွားသူနှင့် ပို့သူနှစ်ဦး ကောင်းမွန်စွာ ညှိထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ပို့ဆောင်ခြင်းမျိုးသည် နိုင်ငံအတွင်း သွားလာခွင့် မရှိသည့်သူများ၊ တရားဝင်နေထိုင်ခွင့်မရှိသူများအား တရားမဝင်သည့်နည်းလမ်းဖြင့် သယ်ယူမှု ဖြစ်သည့်အတွက် လူမှောင်ခိုမှုမြောက်ပါသည်။

လူကုန်ကူးခြင်း	လူမှောင်ခိုခြင်း
အမြတ်ထုတ်ရန်ရည်ရွယ်ချက်ရှိခြင်း	အခကြေးငွေ ရရှိရန် ရည်ရွယ်ချက်ရှိခြင်း
မရိုးသားသောပုံစံများဖြင့်ချဉ်းကပ်စည်းရုံးခြင်း	သွားလာလိုသည့်သူများနှင့် ဈေးစကားပြောခြင်း
သွားလာလုပ်ကိုင်ရမည့်အခြေအနေများကို ကြိုတင်မသိထားခြင်း	သွားလာလုပ်ကိုင်ရမည့် အခြေအနေများကို သွားလာသူကိုယ်တိုင် ကြိုတင်သိထားခြင်း
ခံရသူအတွက်ရွေးချယ်စရာအခြေအနေမရှိခြင်း	သွားလာမည့်သူကရွေးချယ်နိုင်သည့်အနေအထားရှိခြင်း
နေရာတိုင်းတွင်ဖြစ်ပွားနိုင်ခြင်း	နယ်စပ်၌သာဖြစ်ပွားခြင်း

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

သင်ခန်းစာတစ်ခုလုံးအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

လူကုန်ကူးမှုနှင့် လူမှောင်ခိုမှု၏ ကွာခြားချက်ကိုပြောပြပါ။

ပြည်တွင်း၌ရောင်းစားခံရသောသူများသည် မည်သည့်လုပ်ငန်းများကို ပြုလုပ်ရပါသနည်း။

ပြည်ပ၌ရောင်းစားခံရသောသူများသည် မည်သည့်လုပ်ငန်းများကို ပြုလုပ်ရပါသနည်း။

မိမိ၏ဘဝတွင် လူကုန်ကူးသူ၏ လိမ်လည်မှုကိုမခံရအောင် မည်သို့ဂရုစိုက်နေ ထိုင်မည်ဆိုသည့် စိတ်ဆုံးဖြတ်ချက်ထားမှုကို Flip Chart တွင်ရေးသားပါ။

အချိန်ရှိပါကရေးသားထားမှုများကိုအဖွဲ့အတွင်း ပြန်လည်ဝေမျှစေပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးပါ။ မည်သည့် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်ကို ဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှုတွင် ကြုံတွေ့နိုင်သော အခြေအနေများ



အခန်း

၅

လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု ဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းများနှင့် ဆိုးကျိုးများ

ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းအားလေ့လာခြင်း၊ အဖွဲ့လိုက်ပြဇာတ်များပြုလုပ်ခြင်း၊ မှန်/မှားမေးခွန်းများ ဖြေခြင်းဖြင့် တက်ရောက်သူများသည် လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်ရေးဖြစ်ရသည့် အကြောင်းအရင်း များနှင့် ဆိုးကျိုးများကိုရှင်းလင်းစွာသိရှိသွားမည်ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- မှား/မှန် မေးခွန်းများ ဖြေခြင်း (၁၅ မိနစ်)
- ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းများအား လေ့လာခြင်း (၄၀ မိနစ်)
- အဖွဲ့လိုက် ပြဇာတ်ပြုလုပ်ခြင်း (၄၅ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၄၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်း ရေးသားထားသော စာရွက်
- ဘောလ်ပင်
- A4 စာရွက်များ
- Flip Chart



ရည်ရွယ်ချက်

- လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု ဖြစ်ရသည့် အကြောင်းအရင်းများကို သေချာစွာ နားလည် သဘောပေါက်စေရန်။
- လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်သည့်အခါ ဖြစ်ပေါ်လာမည့် ဆိုးကျိုးများကို သိရှိစေရန်။



ကူညီပံ့ပိုးသူမှ ပြင်ဆင်ထားရန်

- ဇာတ်လမ်းစာရွက်များကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်သွားရန် (ပူးတွဲပေးထားသည်)



မှန်/မှား မေးခွန်းများ ဖြေခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် လူကုန်ကူးမှုများပြားစွာဖြစ်နေသော်လည်း မည်သည့်ကိစ္စများကြောင့် မည်သို့ဖြစ်သည်ဆိုသည် ကိုသေချာစွာမသိရှိကြပေ။ များသောအားဖြင့် ဆင်းရဲခြင်းကြောင့်၊ စားဝတ်နေရေးကြောင့်၊ အလုပ်အကိုင် အဆင်မပြေသောကြောင့်ဟုသာ လွယ်လွယ်ပြောနေကြခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အကြောင်းရင်းများကို သေချာစွာသိရှိရန် အရေးကြီးလှသည်။ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအနေဖြင့်လည်း သိရှိဖို့လိုအပ်ပါသည်။

လမ်းညွှန်ချက်များ

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား မတ်တပ်ရပ်စေပါ။
- ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အောက်တွင်ပေးထားသော အကြောင်းအရာ တစ်ခုချင်းစီကိုဖတ်ပြပါ။
- ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အောက်တွင်ပေးထားသော အကြောင်းအရာ တစ်ခုချင်းစီကို ဖတ်ပြပြီးသည့် အခါတိုင်း တက်ရောက်သူများမှ ၎င်းအကြောင်းအရာအား မှန်သည်ဟုယူဆလျှင် လက်ယာဘက်တွင် သွားရောက်ရပ်နေကြရန်၊ မှားသည်ဟုယူဆလျှင် လက်ဝဲဘက်တွင် သွားရောက်ရပ်နေကြရန်နှင့် မှားသည်/မှန်သည်ကို မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘဲ ဝေဝေဝါဝါဖြစ်နေပါက အလယ်တွင် ရပ်နေရန်ညွှန်ကြားပါ။
- ဖတ်ပြသော အကြောင်းအရာများအား နားမလည်ပါက မေးမြန်းရန်ခွင့်ပြုပေးပါ။ ထို့နောက် သူတို့ရွေးချယ် မတ်တပ်ရပ်ပြီးသောအခါ သူတို့၏ အမြင်များကိုမေးမြန်းပါ။ ဆွေးနွေးပြီးသော အခါ အသေးစိတ်ရှင်းပြရန် အောက်တွင် အဖြေများကိုရှင်းလင်းပေးထားပါသည်။

အကြောင်းအရာများ

- ၁။ လူကုန်ကူးခြင်းသည် ဆင်းရဲခြင်းနှင့် ပညာမတတ်ခြင်းတို့ကြောင့် အဓိကဖြစ်သည်။
- ၂။ ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးအားလုံးသည် လိင်မှုလုပ်ငန်းများတွင်သာ ရောင်းစားခံရသည်။
- ၃။ ရောင်းစားခံရသော ကလေးများအားလုံးသည် ပြည့်ပြည့်စုံစုံကောင်းကောင်းမွန်မွန် နေထိုင်ကြရသည်။
- ၄။ ရောင်းစားခံရသော ကလေးများအား ပြန်လည်ကယ်ဆယ်ပြီးသောအခါ နေအိမ်သို့တစ်ခါတည်း/ ချက်ချင်းပြန်လည် ပို့ဆောင်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းဖြစ်သည်။
- ၅။ လူကုန်ကူးသူပွဲစားများအားလုံးကို ဖမ်းဆီးအရေးယူပါက လူကုန်ကူးမှုများလျော့ကျသွားမည်ဖြစ်သည်။

ကူညီပံ့ပိုးသူမှအနှစ်ချုပ်ရှင်းပြရန်

၁။ လူကုန်ကူးမှုအဓိကဖြစ်ရခြင်းသည် တရားဝင်သွားလာရေးနည်းလမ်းများကို လက်လှမ်းမမီခြင်း၊ လက်လှမ်းမီသော်လည်းအလိမ်ခံရခြင်း၊ နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်မရှိခြင်း၊ မိမိတို့နေထိုင်ရာဒေသ၌ စီးပွားရေးအခွင့်အလမ်းများမရှိခြင်း၊ အရေးပေါ် ကျန်းမာရေးချေးငွေများ မရရှိခြင်းအစရှိသည့် အခြေခံအကြောင်းအမျိုးမျိုးတို့ကြောင့်ဖြစ်သည်။

၂။ ရောင်းစားခံရသောသူများသည် အိမ်ဖော်လုပ်ငန်း၊ ရာဘာခြံ၊ အန္တရာယ်ရှိသောစက်ရုံများ၊ ကလေးငယ်များအား တောင်းရမ်းစားသောအလုပ်ကိုလုပ်ခိုင်းခြင်း၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများအားဖြတ်တောက်ရောင်းစားခံရခြင်း၊ သကြားလုံး၊ ပန်းစသည်တို့ကို ရောင်းခိုင်းခြင်းအစရှိသည့် နေရာများတွင် အလုပ်လုပ်ရသည်။

၃။ သတ်မှတ်ထားသောအလုပ်များ မပြီးပါက ရိုက်နှက်ခြင်း၊ အစာမကျွေးခြင်းများပြုလုပ်ခြင်း၊ အိပ်ရေးဝဝ မအိပ်ရခြင်း၊ မလုပ်ချင်သောအလုပ်များလုပ်ရခြင်း၊ နားချိန်မရှိခြင်း၊ အမြဲတမ်းကြောက်ရွံ့နေရခြင်း၊ အခွင့်အရေးများဆုံးရှုံးခြင်း (သို့) အခွင့်အရေးများမရရှိခြင်းစသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၄။ ပုံမှန်အားဖြင့် ရောင်းစားခံရသောသူများသည် ပတ်ဝန်းကျင်မှအကောင်းမြင်ရန်၊ နွေးထွေးစွာကြိုဆိုရန် ခက်ခဲသည့် အနေအထားများရှိနေတတ်ပါသည်။ သို့သော် အချို့သောပတ်ဝန်းကျင်မှ သူများသည်လည်း ထိုသို့သောသူများကို အကောင်းမြင်ပေးပြီး နွေးထွေးလက်ခံမှုများလည်းရှိနိုင်ပါသည်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေကာမူအရောင်းစားခံရသောသူများ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ (အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု အတတ်ပညာတစ်ခုခုဖြင့် ဘဝရပ်တည်နိုင်အောင်) ပြုပြင်ပြောင်းလဲခြင်းများ ဖြစ်စေနိုင်သောလုပ်ငန်းများကို ၎င်းတို့နေထိုင်ရာ မူရင်းဒေသသို့ ပြန်မရောက်မီကပင် ထိုနေရာများ၌ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများကို ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။

၅။ ထိုသူများကိုသာ ဖမ်းဆီးအရေးယူပါက တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းသာ မှန်ကန်မည်ဖြစ်သည့်အပြင် လူကုန်ကူးမှု ဖြစ်ရသော တွန်းပို့နေသည့်အရာများနှင့် ဆွဲခေါ်နေသောအရာများကိုလည်းလျော့ ချရမည်ဖြစ်သည်။

(ဥပမာ - ထိုင်းနိုင်ငံသည် ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများထဲတွင် အရှေ့ရောက်နေသာ နိုင်ငံများထဲမှ အပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။ စက်မှုလုပ်ငန်းများလည်း တိုးတက်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ အောက်ခြေလုပ်သားများအခြေလိုအပ်သော နိုင်ငံများထဲတွင် တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများထဲတွင် ဆင်းရဲသော နိုင်ငံဖြစ်သည်။ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်း နည်းပါးသည်။ ထို့အတွက်ကြောင့် ရရာအလုပ်ကို လုပ်မည်ဆိုသည့် စိတ်ဖြင့် ထိုင်းနိုင်ငံဘက်သို့ သွားကြပါသည်။ တရားဝင် သွားတာရှိကြသလို တရားမဝင်ခိုးသွားမှုများလည်း ရှိကြပါသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံအနေဖြင့်ကြည့်လျှင်လည်း လုပ်ခလစာ သက်တောင့်သက်သာ ပေးပြီး ခိုင်းလို့ရသော အလုပ်သမားများကို ရခြင်းဖြစ်သည်။ နိုင်ငံနှစ်ခု၏ အခြေအနေကိုကြည့်လျှင် ကုန်းမြေထိစပ်သော နိုင်ငံဖြစ်သည့်အတွက် ကူးလူးသွားလာရ လွယ်ကူမှု ရှိနေခြင်း စသည့်အချက်များသည် လူကုန်ကူးမှု ဖြစ်အောင် တွန်းပို့နေသည့် အချက်များနှင့် ဆွဲခေါ်နေသောအချက်များထဲမှ အချို့ဖြစ်ပါသည်။

လှုပ်ရှားမှု
J ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းများအား လေ့လာခြင်း

- ဇာတ်လမ်းသရုပ်ဆောင်မှုအတွက် အဖွဲ့နှစ်ဖွဲ့ ခွဲလိုက်ပါ။
- ထို့နောက် အောက်တွင်ပူးတွဲပေးထားသော ဇာတ်လမ်းအား တစ်ဖွဲ့တစ်ပုဒ်ပေးပြီးဖတ်စေပါ။ (၁၀ - မိနစ်)

- အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်ပါက အဖွဲ့အတွင်းသရုပ်ဆောင်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။
- အချင်းချင်း အပြန်အလှန်မေးခွန်းများ မေးမြန်းမည့် အချိန်ကိုပေးပါ။
- နှစ်ဖွဲ့လုံးသရုပ်ဆောင်ပြသပြီးပါက သူတို့၏ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်မှုအတွက် အားလုံးကို ဂုဏ်ပြုလက်ခုပ်တီးစေပါ။

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

သင်ခန်းစာတစ်ခုလုံးအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

- ⊖ လူကုန်ကူးမှုအဓိကဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းကို ပြောပြပါ။
- ⊖ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာသောသူများကို မည်ကဲ့သို့သော ပြင်ဆင်မှုများပြုလုပ်ပေးရမည်နည်း။
- ⊖ လူကုန်ကူးမှုဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းတစ်ခုနှင့် ဆိုးကျိုးတစ်ခုကိုပြောပြပါ။
- ⊖ မိမိကိုယ်တိုင် လူကုန်ကူးမခံရအောင် မည်သို့

သတိပြုနေထိုင်မည်ဟု သင်စိတ်ကူးမိသည်ကို ဆိုသည်ကို Flip Chart တွင် ချရေးပါ။

- ⊖ အချိန်ရှိပါကအဖွဲ့ကြီးအတွင်း Flip Chart ၌ ရေးသားထားသောအချက်များကို ဝေမျှစေပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးပါ။ မည်သည့်ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်ကိုဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းများ

jzp&ytr&ei (1)

ebnfor\trwifti, lqjzplonlitwuf rbrm;p\ cpxicjci tult&owpDjzplon/ oronf
 touf (14)Epfom&ao;on/ wpaelwi foronfor\nrbrsm;t m;aus&thb&m;yblloli, csi frsm;
 ES fit wí oñ;vloni[lajyaoomt cg roñ;clí fonlit wúí pwaumufy) rbrsm;rod tmi f cloñ;cl
 on/ xlyob&muaoomt cg oli, csi f\ t pludrfuawmpyol uLlarmi qtbES fi oLurfcbon/
 xibjzi haemuaefsm;wúí uLlarmi boni ebnhaemuboll wpaumuaumufy) ebnulí cpxallumi f
 ajyavon/ Eplywcellumaomt cg ebnES fuLlarmi fwepD) cpxb jzpbñ;Lu avawmon/
 wplvcellumaomt cg ebnrbrsm;obñ;lyb ebñt m; uLlarmi ES fi t quilt of jzw&el ausi fpm
 ulbm llulpm;&el twi f t luywLwefavawmon/ tazjzpbñ;svñf ebñt m;ausi f oll t ylt Bull
 vlyfaomí ay;avon/ xibjzi h wplywcellumaomt cg or\cpxbluLlarmi haemuboll rbrsm;
 rod tmi f vLubñ;avawmon/ xiblvLubñ;jy) wplywcellumaomt cg uLlarmi boni ebñt m;
 w&wfyne, pywí &ñom oltrñubqbol oñ;a&muaxll zñajymon/ xibbñ;rñ ebñ rbrsm;
 orwlt m; &ñrawbñ l rñjzplallumi fajmijy)ac: aqmi fvmcljyon/ w&wfyne, pyob&muaoomt cg
 yiyefaomallumi hitem;, l rñi[lajymijy)wnfcbefwpcbolac: oñ;avon/
 xñemuf tarmajyaomu&el uLlarmi fay;aom t c&ñnubñomufy) t yfayñfoñ;avawmon/
 or elvmaomt cg or\ab;wúí uLlarmi l uraw&awmly) orwpcgrs jri ztaom vbuwppD)ull
 awlavon/ or ar;aom t cg uLlarmi xñrSol t m;w&wvái G, ñf(10000) jzi fo, f, cllyjzplallumi f
 , clt cñrñly) oñ;Zeljzpbñ;allumi f ajyavon/ ebññbmrñrwwell awmonit wúí w&wZel
 jzpbñ;cllavon/ xllw&wñrbrm;pDí frsm;u t vñrusygu &luéñufci f? xñi fraurjci frsm; jy/vlyjy)
 aelwí fyi lyi fye fye f t vlyfrsm;ulí vlyull ha&awmon/ tñoblyebñ;csi baomvñf rjyelwvloni
 t wúí &lef uefae&ygaawmon/

jzpl&yrl&f (2)

EG EG fonf touf (11)epfom&fo: jyd obaxll &m&yul<pt&t v, lwefausmifwif ynm
oillum:aeojzplon/ ttr&ausmifollrepl(20)celvrvfavmub&on/ x&yul&wif rnbm;pES h
twaexll fon/ zcifr&ae± t vlyform;wpD&jzplon/
orwif ajcmue&pt&& f nlrav;wpa, mu&bn/ oronf uav;yld tv&ftaqmruon/
ausmifoll ob&mvrfwifoli, fsi frsm;ES fit wll Mulde&ci f? xlypnf wlljci frsm; upm;av&bn/
wpa&f ausmifollb&:pOf vrfwif D&av;t&& M&wpa, muES lawlyd cifi rdn/ a&pOf
xll&wif onf orpm;csi&omr&frsm; O, bur&bn/ polzi h wplyw&celt llumwif or\oli, fsi f
wpa, mul&svpqi h xD&av;xll&pmwpl apmifvub&&bn/ pmx&wif ortwif t&ly frsm;?
pm;p&mrsm; O, &xm;allumi f? vmy&er t m;ojzi h vm, apv&llumi f&xm;on/ pmx&wif ygon h
ae&mol&ora&mub&:aom t c& xD&av;M&ix&f&az&ni wpb&ul&wub&/
oronix&az&n&naom uft jyd t y&aymib&:dn/ x&hemu D&av;M&ub&onf ort m;ac: aqmi b&:av
on/ EG EG& ay mub&:onf t c&er p jyd or\nci b&onf ort m;ae&ma' o t p&ll&w&f&az&om vnf
raw&om allumi h t y&mx&wif v b&:awmb&on/ or\zci jzpl&frv nft t ft vly frsm; ull&ly&ji f
Oib& t vly frsm;vnf vly&ji f w&llumi h ajcmue&pt&& nlrav;r&h ausmifx&lyd rci lull jylp&
&avawmb&on/ rnbm;pl&sm;onf EG EG ft m;enfr&wpl&zi&az&om vnf rnb&onf owi fr&sr&&om
allumi h rci jzpl&N usefma&:r&ny&h&f&:vmavawmb&on/

အခန်း

၆

လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှုကို ကာကွယ်တားဆီးခြင်း

ဤလှုပ်ရှားမှုတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများသည် လူကုန်ကူးခံရသူတစ်ယောက်၌ ဖြစ်လာနိုင်သည့် နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများကို သိရှိလာပြီး လူကုန်ကူးမခံရအောင် ကာကွယ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို စဉ်းစားဖော်ထုတ်ကာ မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများအား မည်သို့ဂရုပြုနေထိုင်ရမည်ကို လေ့လာသိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- ရွှေ့စွန့်ညှိကစားနည်း (၄၅ မိနစ်)
- ပုံပြင်ပြောခြင်း (၄၅ မိနစ်)
- အုပ်စုခွဲကာ မေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်း (၄၅ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ပုံပြင်စာရွက်
- ဘောလ်ပင်
- မာကာများ
- A4 စာရွက်များ



ရည်ရွယ်ချက်

- လူကူးသန်းရောင်းဝယ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများအား စဉ်းစားတတ်စေရန်။
- လူကုန်ကူးခံလိုက်ရသော လူတစ်ယောက်၌ ဖြစ်လာနိုင်သည့် နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများကို ဖော်ထုတ်တတ်စေရန်။
- ဤနည်းလမ်းများအား လက်တွေ့ဘဝတွင် အသုံးပြုပြီး မိမိကိုယ်တိုင်သော်လည်းကောင်း အခြားပတ်ဝန်းကျင်မှ လူများသော်လည်းကောင်း လူကုန်ကူးမခံရအောင် ဂရုစိုက် သတိပြုနိုင်စေရန်။

လှုပ်ရှားမှု



ရွှေစွန်ညိုကစားနည်း

လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ခြင်း လုပ်ငန်းများအား လုပ်ဆောင်ရာတွင် တက်ရောက် လာသူများ ကိုယ်တိုင် သိရှိနားလည်ပြီးပါဝင် လုပ်ဆောင် တတ်လာစေရန်ဖြစ်သည်။

ကစားနည်းလမ်းညွှန်ချက်များ

- ၁။ ကလေးဘဝတုန်းက ကစားခဲ့ကြသည့် ရွှေစွန်ညို ကစားနည်းအတိုင်းရထားပုံတန်းစီလိုက်ပါ။
- ၂။ ထို့နောက် ရွှေစွန်ညိုတစ်ယောက်၊ မထွေးတစ် ယောက်နှင့် ဦးဆောင်ကာကွယ်မည့်သူ တစ် ယောက်ကိုရွေးလိုက်ပါ။
- ၃။ အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်ပါက (၃)မိနစ်ခန့် ကစား ကြမည်ဖြစ်သည်။
- ၄။ (၃)မိနစ်ခန့် ကစားပြီးသောအခါ ရွှေစွန်ညို လုပ်ချင်သောသူ နှစ်ယောက်ကိုဖိတ်ခေါ် လိုက် ပါ။ ထို့နောက် ထိုရွှေစွန်ညိုသုံးယောက်အား မထွေးကို မည်သို့ဖမ်းမည်ဆိုသည်ကို တိုင်ပင် စေပါ။
- ၅။ ပြီးပါက ရွှေစွန်ညိုသုံးယောက်ဖြင့် မထွေးကို ဖမ်းရမည်ဖြစ်သည်။ မထွေးနှင့် ကာကွယ်ပေး မည့် ခေါင်းဆောင်ကိုလည်း လူပြောင်းနိုင်သည်။
- ၆။ အားလုံးအဆင်သင့်ဖြစ်ပါက နောက်ထပ် (၃) မိနစ် ထပ်မံကစားရမည်ဖြစ်သည်။

မေးမြန်းရန် -

- ကစားနည်းတောက်လျှောက်၌ မည်သည့်အရာ များ ဖြစ်ခဲ့သနည်း။
- မည်သို့ခံစားရပါသနည်း။
- မထွေးအဖမ်းမခံရအောင် အဖွဲ့သားများအနေဖြင့် မည်သို့ကာကွယ်ခဲ့ပါသနည်း။
- ရွှေစွန်ညိုများအနေဖြင့် မထွေးအားဖမ်းနိုင်ခဲ့ပါ ကမည်သို့ဖမ်းနိုင်ခဲ့သနည်း။

➢ မဖမ်းနိုင်ပါက အဘယ့်ကြောင့် မဖမ်းနိုင်ခဲ့ သနည်း။

ကစားနည်းနှင့် လက်တွေ့ကိုဆက်စပ်ပေးသည့် မေး စွန်းများမေးခြင်း

- လက်တွေ့ဘဝ၌ မည်သူတို့သည် ရွှေစွန်ညိုနှင့် တူသောသူများ ဖြစ်နိုင်သနည်း။
- လက်တွေ့၌ မည်သူများအား ပိုဖမ်းလေ့ရှိသည် ဟု သင်ထင်ပါသလဲ။
- လူကုန်ကူးမှုနှင့်ဆက်စပ်ပြီး လူများတွင် မည် သည့် အန္တရာယ်ကြုံတွေ့နိုင်ပါသနည်း။

လှုပ်ရှားမှု



အဖြစ်အပျက်ဇာတ်လမ်းများ ပြောပြခြင်း

ရောင်းစားခံရသောသူများအပေါ် အကျိုးသက် ရောက်မှုများကိုဖော်ထုတ်တတ်စေပြီး ကာကွယ် ရေးနည်းလမ်းများကို တက်ရောက်သူအားလုံး သိရှိရန် လိုအပ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

- ဗုံပိုးသူမှ ပုံပြင်ပြောပြရန်။ (ပူးတွဲပေးထားသည့် ပုံပြင်ထဲမှ အသင့်တော်ဆုံးကိုရွေးချယ်ပါ။)
- ထို့နောက် တက်ရောက်သူများအားအဖွဲ့(၃)ဖွဲ့ခွဲ စေပြီး အောက်တွင်ပေးထားသော ခေါင်းစဉ်များ ကိုအဖွဲ့အတွင်းဆွေးနွေးစေပါ။ ဆွေးနွေးချက်များ ကို Flip Chart တွင်ရေးစေပါ။ (၁၀ - ၁၅ မိနစ်)
- ကူးသန်းရောင်းဝယ်ခံရသော သူတစ်ဦးအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ။
 - ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ
 - လတ်တလောအကျိုးဆက်များ
 - ရေရှည်အကျိုးဆက်များ
- အားလုံးဆွေးနွေးပြီးသောအခါ အဖွဲ့ငယ်အတွင်း ဆွေးနွေးထားမှုများအားကိုယ်စားလှယ် တစ်ဦးမှ အဖွဲ့ကြီးအတွင်း ပြန်လည်တင်ပြစေပါ။

ခ) အခြားတစ်ဖွဲ့၏တင်ပြချက်အပေါ် အချင်းချင်း မေးခွန်းများမေးနိုင်ပါသည်။

ခ) အားလုံးပြီးသွားပါက ပံ့ပိုးသူမှ ပြန်အနှစ်ချုပ်ပြော ပြပေးရန်။



အုပ်စုခွဲ၍ မေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်း

- ခ) ကူညီပံ့ပိုးသူမှ တက်ရောက်လာသူများအား အဖွဲ့ (၄)ဖွဲ့ သို့မဟုတ် (၅)ဖွဲ့ ခွဲပါ။
- ခ) ဆွေးနွေးရမည့်မေးခွန်းများအား တစ်ဖွဲ့ချင်းစီကို ပေးပါ။
- ခ) မေးခွန်းများအား ဆွေးနွေးပြီးဆွေးနွေးမှုများကို ရေးချက်စေရန် ပံ့ပိုးကူညီသူမှ Flip Chart နှင့် ဇာကာများကို တစ်ဖွဲ့ချင်းစီကိုပေးပါ။
- ခ) မေးခွန်းများအား ဆွေးနွေးပြီးဆွေးနွေးမှုများကို ပြန်လည်တင်ပြနိုင်စေရန် တစ်ဖွဲ့ချင်းစီအတွက် ကိုယ်စားလှယ်များရွေးထားစေပါ။
- ခ) တစ်ဖွဲ့ချင်းစီ၏ ဆွေးနွေးမှုများကို ပြန်လည်တင်ပြ စေပါ။

ခ) အဖွဲ့အားလုံးတင်ပြပြီးသောအခါ ပံ့ပိုးကူညီသူမှ အနှစ်ချုပ်ပြီး ပြန်လည်ပြောပြရန်။

မေးခွန်းများ

- ၁။ အလုပ်သမားဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ အလုပ် ရှင်ဆိုသည်မှာအဘယ်နည်း။
- ၂။ လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် အလုပ်စတင် လုပ်လို့ ရနိုင်သည့် အသက်အရွယ်မှာအဘယ်နည်း။
- ၃။ လူများသည် မည်သို့သောအလုပ်အကိုင်များကို လုပ်ကြပါသနည်း။
- ၄။ အလုပ်သမားတစ်ယောက်အနေဖြင့် အလုပ်လုပ် သည့်အပေါ်တွင် မည်သို့သောခံစားခွင့်များ ရရှိနိုင်သည်ကို ဖော်ပြပါ။
- ၅။ အလုပ်သမားတစ်ယောက်အနေဖြင့် အလုပ်လုပ် သည့်အပေါ်တွင် အကျိုးခံစားခွင့်ရှိရန်အတွက် မည်သည့် အာမခံချက်၊ အထောက်အထားများရှိ သည်ဟုသိရှိပါသနည်း။

ပံ့ပိုးကူညီသူမှ ပြန်လည်ရှင်းပြခြင်း

t vlyorm; t zllt pnf Oya' (2011)
 t vlyorm; qibnrfn/ aepm; t vlyorm;? , m, lt vlyorm;? pluly#a&; t vlyorm;? t rft ult vlyi
 orm;? t pl&Oexrf? t vlyoi kwll tygt Oif pbyh; a&; vlyi efwpbcwll jzppap? t ouarfOrfaumi f
 t wll jzppaprfn vlyft m; tay: tm; ulltm; xm; jyk vlyull aeoulqibn/ , i fpum; & yu wyfrawm fom;
 jreimef li & wlyzDif olr [kw wyfrawm\ uylurh at mu& v u e u u ll ft zllt pnf wlyryg Oiyg/
 t vly&S qibnrfn/ vlyi efwpbcwll i t vlyft ull qll & m oabmwlnbsult & epD0epzubaabm
 wlnh om t callu; ai zllt vlyorm; wpD0 u l jzppap? t rm; u l jzppap i h; r f vlyull i wll u laom vnf
 aumi? o f D0 u l i aom vnf aumi f p h u y l u t l y c s y y b t vlyorm; u l l y c a y ; e f w m O e & l b u l l
 q l v b n / , i f p u m ; & y i r m ; w i f t v l y & S N w & m ; O i p h e b f i q l l & m u l l p m ; v S l m n i t u s h O i o n /
 v l y i e f o l r [k w v l y a q m i r l q l b n r f n / j n a x m i p l o r v j r e i m e f l i h w m l t w l f & h e l i i y l l i o l r [k w
 y l r u l u p u & l t v l y & l t v l y X m e r s m ; e s l i , i f w l l x l w m l y r m l y i e f ? a q m u m l y r m l y i e f ? j y l y i h j y m i v h l

vlyfi ef? pufrvufvlyfi ef? o, f, ylaqmi frvlyfi ef? Oeaaqmi frvlyfi ef olr [kwf t jcm; touarf0rt
 aumi f t vlywpcbcubqbn/ , i f pum; & ywif t pl& Xmees h t pl& t zft pnfrsm; vnf ygOifon/
 Oeaaqmi frvlyfi ef/ q&mwif t rsm; jynbql& & m Oeaaqmi frvlyfi efes h t rsm; jynbels bouqll jci f
 r&bn Oeaaqmi frvlyfi ef rsm; ygOifon/

t rsm; jynbql& & m Oeaaqmi frvlyfi ef qbnfrfa t m ulazmjygvlyfi ef rsm; ubqlwbn/

- (1) o, f, ylaqmi h&; vlyfi ef
- (2) qylurfvlyfi efes h qylurfulewi fulec vlyfi ef
- (3) pmwul wlvupl olr [kwf zu(p) vlyfi ef
- (4) owi f t c uft vubf h quob; h&; enfynmqll & m vlyfi ef
- (5) t rsm; jynbql& wul a& eblf [kwf a& ek lypintjzefz; onlvlyfi ef
- (6) t nplf allu; olr qnfa& olr [kwf use rmo e& s fa& vlyfi ef
- (7) t rsm; jynbql& m; vlyppf'gwft m; olr [kwf avmi pmpf t t i f xkwvlylywlvzefz; onlvlyfi ef
- (8) t rsm; jynbql& & m ai h ll u; Oeaaqmi frvlyfi ef
- (9) jynaxmi plt pl& u t rsm; jynbql& & m Oeaaqmi frvlyfi ef [k t cgt m; avmpb iowfrsv onlvlyfi ef

1951 ခုနှစ်ကနေစတင်၍ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု

t ouf (13) eprjyn h aomobnif v h Ocll fapcllyl bcl fr& h aomozpbn/ (yfl fr - 8 (1))

t vlyc& yfl fr 7(2) yfl fr 7(6)

qll f uleob; ft vlyXme - t vlywlvcbef t em; , cbef 11em& k u ryl&/

t rsm; aym& t h&; t vlyXme - t vlywlvcbef t em; , cbef 14em& k u ryl&/

wp& uif (8) em& ll wplywif (48) em& k u f ylyfawmh r vlyap&? vlycbl frjy/

wplywul t entqll (1) & uif vlyc vpmjyn t el yw& ubcl jyl& rnl/ (yfl fr 6(1))

wpep u l t c& y l e m& ll (60) omcll jyl& rnl/ (yfl fr 7(2))

t c& y l h ll u; u l t c& y l v p m (2) ay& rnl/ (yfl fr - 10)

- & ll& ll qll f zif cbef e l e u f (5) em& ll r s y l w c b e f n (9) em& ll t x d
- p m : a o m u q l l f z i f c b e f e l e u f (5) em& ll r s y l w c b e f e l e u f (1) em& ll t x d
- u l e o b ; f t v l y X m e z i f c b e f e l e u f (5) em& ll r s y l w c b e f n (9) em& ll t x d
- t r s m ; a y m & t h &; t v l y X m e z i f c b e f e l e u f (9) em& ll r s y l w c b e f e l e u f 1 e m & ll t x d

ပြန်လည်ပေးခြင်း

- ၁။ ရွှေစွန့်ညှိကစားခြင်းမှ လူကုန်ကူးမှုနှင့်ဆက်စပ်ပြီးမည်သည့်သင်ခန်းစာကို သင်ယူရရှိလိုက်ပါသနည်း။
- ၂။ မိမိတို့ ဆွေးနွေးလိုက်သောပုံပြင်ပြောခြင်းမှ လူကုန်ကူးမှုနှင့် ဆက်စပ်ပြီး မည်သည့်သင်ခန်းစာကို သင်ယူရရှိလိုက်ပါသနည်း။
- ၃။ အုပ်စုခွဲ၍မေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်းမှ မည်သည် တို့ကို သိရှိလိုက်ရပါသနည်း။
- ၄။ မိမိကိုယ်တိုင် လူကုန်ကူးမခံရအောင် မည်သို့

သတ်ပြုနေထိုင်မည်ဟု စိတ်ကူးမိသနည်း ဆိုသည်ကို Flip Chart တွင်ချရေးစေပါ။ အချိန်ရှိပါက အဖွဲ့ကြီးအတွင်းပြန်လည်ပြောပြစေပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

- ၁။ အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်းပြန်လည်စုဝေးပါ။
- ၂။ မည်သည့်သတင်းအချက်အလက်များအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်ကို ဆွေးနွေးပြီး အဆုံးသတ်ပါ။

မြစ်ရပ်မှန် အတ်လမ်းများ (အမည်များကို လွှဲထားပါသည်။)

၂၃၂ နှစ် (၁)

at;at;onf touf (13)ep&hom (8)wefwuaeonh q, faumibourefuav; jzplon/ orul
Lun&onir h jzlwjzla&mES h t v&ft m;eniaeonh yb)zpaeygon/ orwif armi fav;ep&ba, mu
&bn/ rbrsm; rht v&eqif&abomvnt oru&h&ft v, wfausmifwif ynmoilum;apon/
oroni fausmifwuaeaomvnt t vly&hijy or\ rbm; pDi bai Gwa&; uil uin&ay; vhaomqE&h&eyg
on/

wpa&wif for\&h&ofeuler'a' :at;wifq&om t r&h&onrwpO&a&muivmon/a' :at;wif rht touf
(50) ce&bnfior tarbuifsaqif&lawmipyozplon/ &h&onr h m c Pvmv nfwjy&h&on fausmifwif
t v&ft wefvlyjy&elulebolyeobn; v&f&h&rs t r&h&onbi, hwp&h&u&ac: o&h; av&h&h& t vlyft uil f&h&ay;
onf[kajymlygon/

x&h&umi hat; at;onivnt a' :at;wif t e&h&of u yjy t vlyft allumi f&h&onr&e& elulewif t r&h&azm
vlyfygu aep&w/ pm;p&h&vft jy&wplv&v&f (100000) wpl&ef usy&cel' &el' onf[kajymvmygon/
t vlyft qifoi &h&eonft w&uf wpc&wnf v&luvmell h&h&umi fajymygon/ x&h&umi h r&h& ES h&v&f yjy &h
rbm; p± O&w&ea& a&h&umi h v&luobn; &eh&ci f&h& h& jyk&on/ a' :at;wif r&h&ci f&h& m; (100000)wpl&ef
usy&ix&w&ay; ch&von/ &eluleb&h& mu&abom t c&ga' :at;wif u&ort m; t vly&ae&mol&h&ay; rnf[kajmyy
t r&h&wpt r&h&oly&h&gon/ ort&ae&zi h y&h&eft r&h&azmft vly&ubm vly&rnf[x&ic&h&omvnt t r&h&S f&h
ort m; reuf (4)em&h&rs n (11) em&h&t x&id aep&O&u&quif t r&h&ft vly&rs m; uil w&h& c&h&apont h&ijy f
p&h&vrauseyfygu &ul&fci f? x&ri&ful r&O&a&pmom au&h&ar&h&ci f&h& m; jyk&vly&h&gon/ x&h&umi h oron
yil &h&ft m; t vly&qu&rvly&ell lawm&h&umi fajym& a' :at;wif x&h&rs ai &h&sy&ob&h&et&h&ijy h O, f, M&h&fy
jzplonit w&uf t vly&qu&vly&ay; &rn&h&z&h&umi f&h& ajym&h&gon/

၂၃၂ နှစ် (၂)

rax&onf touf (16)epf &bnir&efuav;wpO&h&z&h& rbm; p&es fit wa&ex&h&lygon/ (8)wef
ratmi&onft w&uf ausmif&qu&rwu&ell yj t r&h&ft vly&rs m; O&h&ulyy t c&elule&v&e&h&gon/ zci&h&h
v&ubom; t vly&ul&vly&h& r&h&ir&h& y&lu&uft w&if &h&h&wp&h&w&ib&es& fa&; t vly&vly&h&gon/ rbm; pk (6)
a, mu&h&ojzi Di&h&ir&h& rbm; ply&h&epm; ell &h&om&h&gon/ rax&onf orw&h&u "g&wly&h&lyy wply&g&h
usy&h&zi a&h&ic&ae&omvly&if&ell t v&e&abm&u&ae&gon/ or\ t r&h&fr&h&h& 'p&h&sp&w, lu&ir&h&h
wpl&h&O, jy "g&wly&h&lyy z&h&ez&h&gon/ x&h&umi h r&h&tar&h& uil r&h&mwpl&h&O, &h& y&qm&h&on/
r&h&iu O, iray; ell h&h&umi f&h& ajym&onft w&uf om; t r&h&um; wif r&h&ny&ijz&h&h&on/

wpa&wif orw&h&ex&h& onivnt r&h& t r&h&onrwp&h& mu&u r&h&av; au&w&h&q&h&u o&h&si f&h&lygu O&h&ai G
aumi&h&umi f? ort vly&vly&h&fygu y&h&ay; ell h&h&umi fajymyavon/ x&h&umi h ore&h&or\ t p&h
Or&h&ubn&ir&h&sm; uil t oray; y&h&av; o&h&luobn; ch&on/ r&h&av; o&h&reuf (3)em&h&el&w&if a&h&muobn; jy
t r&h&wpt r&h&ob&h& c&h&om; um reu&h&iv&if&onft x&id t y&h&il f&h&gon/ reu&h&iv&ifaom t c&g orw&h& m;
ac: vmaom t r&h&onr&h&u&h&raw&aw&h&ay/ o&h&om t r&h&rs ft r&h&onr&h&u&rs&h&orw&h& m; jyn&h&w&eqm t vly&ul
vly&ul &h&rn&h&z&h&umi fajym q&h&h&gon/ orw&h& h&ijy f&h&ae&omvnt v&h&f&w&es h t j&h&cm; pm; aom&h&w&h
rs; u&h&h&t r&h&onr&h& t u&el&ft us&h&lyy ac: v&h&ic&ijz&h&onft jyi orw&h& m; y&h&aqm&h&ay; onh t r&h&onr
onvnt y&h&qm&h& ai wpl&ef&w&h& h&h&ijy&h&onft w&uf h&ijy f&h& q&h& r&h&aw&h&umi fajym&h&avon/

jz&yf&f(3)

Eebni touf (11)E&ly 5 wetu t jcm;&wv&om t p&t v, wetaumifwif ynmoi Lum;
aeoljzplon/ orwifarmi Esrav;a, mu&on/ zcifr&v, fo&ifi& ;tjzpi tvlyvlyy& n&icifr&
t&ft vlyubm vlyonit wulpm;Ow&ea& ;t cuft c&on/ rbrm;svnf orul&usmif quixm;&ef
t cuft c&onull&oro&eon/

wpa&wv&ft jcm;&wv&ns t r&or&wp&bu orn&bx&ba&mu&v&ly 4i f&w&on& n&w&ft vlyf
o& ;vlyygu vlyftm;c wplv&si 50000 usy&rnif& kajym&m t cuft c&zpa&eam r&bu&vnf
oabmuso& ;on/ aemu&wplyw&v&f xlt r&or&h&ay: o& ;on&emub& EElygo& ;awm&on/
oroni um;ult c&em&jri p&ip&&onit w&uf t&fays&ko& ;on/ ore&v&maom t c&g orw&cg&s
ra&mu&zaom jr&ba&mu&ba&ly xlt r&or&bu orul t&fwp&t&fo& ac: o& ;on/ xlt&w&f
t vlyvly&rnif& kajym&ly orul& ;m;cl&ul&on/ ort&fry&ew&aw&may/ x&ba&f&ly& oroni a&ep&of
jr&w&fo&ba& ;y& y&ul&q&v&u&aw&mi&f&on/ ow&sv&xm;oni ai&lyrm&Pr& &ygu or t&fry&e&ay/
t& &ul&c&on/ t&E&yp&u&c&on/ oroni t&fult v&e&low& &aom&vnf; r&fry&ew&aw&may/

ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်း

ဤလှုပ်ရှားမှုအားဖြင့် တက်ရောက်သူများသည် ရွှေ့ပြောင်းသွားလာရသည့် အကြောင်းအရင်းများကို ကွဲပြားစွာသိရှိပြီး လုံခြုံစွာရွှေ့ပြောင်းသွားလာရေး နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ကာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာနေသော လူများ အန္တရာယ်အတွင်းမှ ကာကွယ်နိုင်မည့် အကြောင်းအရာများကို လေ့လာသိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- ရပ်ကွက်ထဲသို့ လျှောက်လည်ခြင်း (၄၅ မိနစ်)
- ပြည်တွင်းပြည်ပသို့ လျှောက်လည်ခြင်း (၄၅ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ဘောလ်ပင်
- A4 စာရွက်များ
- မာကာများ
- ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းပုံများ



ရည်ရွယ်ချက်

- ရွှေ့ပြောင်းသွားလာသော ဆယ်ကျော်သက် လူငယ်များအကြား အန္တရာယ်အတွင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ရန်။
- လုံခြုံစွာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာရေး နည်းလမ်းများကို သိရှိလာစေရန်။
- ရွှေ့ပြောင်းသွားလာသည့် အကြောင်းအရင်းများကို ကွဲပြားစွာ သိရှိလာစေရန်။

ရပ်ကွက်အတွင်း လျှောက်လည်ခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ လူအများစုသည် မိမိတို့၏ စီးပွားရေးအရသော်လည်းကောင်း၊ ပညာရေးအရသော်လည်းကောင်း၊ ကျန်းမာရေးအရသော်လည်းကောင်း၊ တစ်နေရာမှတစ်နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာ နေထိုင်ကြရသည်။ ထိုအထဲတွင် အားလုံးနီးပါးပါဝင်နေသည့်အတွက် တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာရာတွင် လုံခြုံစွာဖြင့် ရွှေ့ပြောင်းသွားလာမှုကို သိရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။

လမ်းညွှန်ချက်

- တက်ရောက်သူများအား အဖွဲ့ (၃)ဖွဲ့ခွဲလိုက်ပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ချင်းစီ တိတ်ဆိတ်စွာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်မည့် နေရာများတွင်နေစေပြီး ကူညီပံ့ပိုးသူမှ အဖွဲ့သားများပြုလုပ်ရမည့် လမ်းညွှန်ချက်များကို ယင်းအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ချင်းဆီသို့ အနီးကပ်သွားပြီး တိုးညှင်းစွာပြောပြရန်။
 - ပထမအဖွဲ့** - ရပ်ရွာအုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့ ရပ်သူရွာသားများအား ကာကွယ်ရန်၊ စောင့်ရှောက်ရန်၊ လုံခြုံမှုရရှိရန်။
 - ဒုတိယအဖွဲ့** - ရပ်ရွာအတွင်း အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်နေသူများ၊ အလုပ်လိုချင်သူများအဖွဲ့ ဝင်ငွေရမည့်အလုပ်တစ်ခုခုကို မရမက လိုက်ရှာနေရန်
 - တတိယအဖွဲ့** - ပွဲစားအဖွဲ့ ရပ်ရွာထဲတွင်ရှိသော အလုပ်လိုချင်သောသူများကို စည်းရုံးရန်၊ လိမ်လည်လှည့်ဖြား ဖြားယောင်းသွေးဆောင်ရန်
- ထိုသို့အဖွဲ့တိုင်းအားလမ်းညွှန်မှုပေးပြီးသောအခါ (၁၀)မိနစ်ခန့် ရွာအတွင်းလှည့်လည်ပြီး မိမိတို့၏ တာဝန်များကို ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေငြာပေးပါ။ ဤအခန်းတစ်ခုလုံးသည် မိမိတို့ သွားလာရမည့် ရွာဖြစ်ကြောင်းအသိပေးလိုက်ပါ။

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

- (၁၀) မိနစ်ပြည့်သောအခါ စက်ဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးစေပြီး အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် ဆွေးနွေးမှုကို ပြုလုပ်ပါ။
- မည်ကဲ့သို့သောလူအမျိုးမျိုးနှင့် ကြုံတွေ့ခဲ့ရပါသနည်း။
- ကျေးရွာ/ရပ်ကွက်အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့မှ ရပ်သူရွာသားများကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသလား။
- ပွဲစားများမှ လူဘယ်နှစ်ဦးခန့်ကို စုဆောင်းနိုင်ခဲ့ပါသနည်း။ မည်သို့စုဆောင်းစည်းရုံးခဲ့ပါသနည်း။
- အလုပ်လိုချင်သောသူများမှ မည်သည့် တောင်းဆိုမှုများကို တောင်းဆိုခဲ့ပါသနည်း။
- အလုပ်လိုချင်သော သူများအတွက် အသက်အာမခံချက်နှင့် လုံခြုံစိတ်ချရသည့် အလုပ် ရရှိနိုင်ရန် မည်သည့်အချက်များအား တောင်းခံဖို့ လိုအပ်မည်ဟု သင်ထင်ပါသနည်း။ ထိုအချက်များအား တောင်းခံရန် အရေးကြီးပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

လုပ်ရှားမှု J

ပြည်တွင်းပြည်ပသို့ လျှောက်လည်ခြင်း

- ⊖ တက်ရောက်သူများအား စိတ်ကူးယဉ်အိမ်မက် တစ်ခုကို ပြုလုပ်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်းပြောပြပါ။
- ⊖ အကယ်၍ ခရီးတစ်ခုကို သွားခွင့်ရမယ်ဆိုရင် ပြည်တွင်းမှာပဲသွားချင်သလား၊ ပြည်ပတစ်နေရာကိုသွားချင်သလား စိတ်ကူးယဉ်ကြည့်လိုက်ပါ ဟုပြောလိုက်ပါ။
- ⊖ ထို့နောက် ပြည်တွင်း၌သာ သွားလာချင်သူများအားတစ်ဖွဲ့၊ ပြည်ပသို့ သွားလာချင်သူများအား တစ်ဖွဲ့ခွဲလိုက်ပြီး ရေးသားရန်စာရွက်နှင့် မာကာတို့ကိုပေးပါ။
- ⊖ ထို့နောက် အောက်ပါလမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးစေပါ။

ပြည်တွင်း
ပြည်တွင်း၌ အလုပ်ကိစ္စဖြစ်စေ၊ ပညာသင်ကိစ္စဖြစ်စေ၊ အလည်အပတ်ဖြစ်စေ သွားလာရာတွင် စိတ်ချလုံခြုံမှုရှိစေရန် အဓိကသယ်ဆောင်သင့်သည့် အရာဝတ္ထု (၅) မျိုးကို အဖွဲ့အတွင်း စဉ်းစားပြီးရေးစေပါ။

ပြည်ပ
ပြည်ပသို့ အလုပ်ကိစ္စဖြစ်စေ၊ ပညာသင်ကိစ္စဖြစ်စေ၊ အလည်အပတ်ဖြစ်စေ သွားလာရာတွင် စိတ်ချလုံခြုံမှုရှိစေရန် အဓိကသယ်ဆောင်သင့်သည့် အရာဝတ္ထု (၅) မျိုးကို အဖွဲ့အတွင်း စဉ်းစားပြီးရေးစေပါ။

နှစ်ဖွဲ့စလုံးအဖွဲ့အတွင်းဆွေးနွေးမှုပြီးသွားပါကကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးဖြင့် အဖွဲ့ကြီးအတွင်း ပြန်လည်တင်ပြစေပါ။ ထိုသို့တင်ပြရာတွင် တက်ရောက်သူအချင်းချင်းမေးခွန်းများအပြန်အလှန်မေးနိုင်သည်။ အားလုံးပြီးသွားသောအခါ ကူညီပံ့ပိုးသူမှ လုံခြုံစွာရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းပိုစတာဖြင့် ရှင်းပြပါ။

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

ပြည်တွင်း၌သော်လည်းကောင်း၊ ပြည်ပသို့သော်လည်းကောင်းသွားလာရာတွင် မိမိဘဝလုံခြုံ စိတ်ချမှု ရှိနိုင်စေရန် မိမိကိုယ်တိုင် သတိထားပြုလုပ်မည်ဟု တွေးမိသည့် သင်ခန်းစာမှ သင်ယူမှုကို Flip Chart တွင် ရေးစေပါ။ ရေးပြီးပါကအဖွဲ့အတွင်းပြန်လည်ဝေမျှစေပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်းပြန်လည်ဝေပေးပါ။ မည်သည့်ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည် ကိုဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

အခန်း

၈

လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး ဥပဒေနှင့် လူကုန်ကူးခံရသူများအပေါ် စာနာပေးခြင်း

ဤလှုပ်ရှားမှုတွင် တက်ရောက်သူများအနေဖြင့် လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး ဥပဒေများကို ကောင်းမွန်စွာသိရှိပြီး လူကုန်ကူးမှုခံရသည့် လူသားအချင်းချင်းအပေါ် စာနာမှုပေးရမည့် အကြောင်း အရာများကို သင်ယူလေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- လူကုန်ကူးခံရသူများအပေါ် စာနာပေးခြင်း ဇာတ်လမ်း (၅၀ မိနစ်)
- ကစားနည်း (၄၀ မိနစ်)
- လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး ဥပဒေ (၃၀ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၂ နာရီ



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- လူကုန်ကူးခံရသူများအပေါ် စာနာပေးခြင်း ဇာတ်လမ်းစာရွက်



ရည်ရွယ်ချက်

- လူကုန်ကူးခံရသူများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရသော အခက်အခဲများ၊ စိုးရိမ်မှုများနှင့် အခွင့်အလမ်းများကို ပိုမိုသိရှိနားလည်ပြီး လူကုန်ကူးခံရသူများ အပေါ်စာနာနားလည်တတ်ရန်။
- လူကုန်ကူးခံရသူများအား ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်းအစား နွေးထွေးပျူငှာစွာ ကြိုဆိုလက်ခံနိုင်မည့် အသိအမြင်များ ရရှိလာစေရန်။
- လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး ဥပဒေများကို သိရှိနားလည်လာစေရန်။



လူကုန်ကူးခံရသူများအပေါ် စာနာပေးခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းတွင် လူကုန်ကူးခံရပြီး ပြန်လည်ရောက်ရှိလာသူများကို နည်းလမ်းမျိုးစုံ ဖြင့်ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများ ပြုလုပ်ကြသောကြောင့် လူကုန်ကူးခံရသူများအပေါ် စာနာနားလည် ကူညီဖေးမတတ်စေရန်ဖြစ်သည်။

၁။ ပံ့ပိုးသူမှလူကုန်ကူးခံရမှု အဖြစ်အပျက်အကြောင်းများ ရေးသားထားသောစာရွက်ကို ပြင်ဆင်ထားရန်။

၂။ တက်ရောက်သူများအားအဖွဲ့ (၄)ဖွဲ့ ခွဲလိုက်ပါ။
ပထမအဖွဲ့ - အထည်ချုပ်စက်ရုံ
သင်သည် အထည်ချုပ်စက်ရုံတွင် (၆)လကြာ လုပ်ကိုင်ခဲ့ပြီးလစာမရပါ။ သင်၏ နေ့စရိတ်၊ စားစရိတ်နှင့် ပွဲစားခများကို ဖြတ်တောက်သည်ဟုယူဆရပါသည်။ စက်ရုံမှာ သုံးထပ်အဆောက်အဦဖြစ်ပြီး လူဦးရေထူထပ်သည့်နေရာတွင်ရှိသည်။ သော့ပိတ်ပြီး အပြင်ထွက်ခွင့်မရှိပါ။

ဒုတိယအဖွဲ့ - တောင်းရမ်းစားသောက်သောကလေး
သင်သည်အသက်(၆)နှစ်အရွယ် ကလေးဖြစ်သည်။ မိဘများက သင့်ကို သင့်ဖခင်၏ အစ်ကိုဝမ်းကွဲနှင့်အတူ အခြားနိုင်ငံရှိ မြို့ကြီးတစ်မြို့၏ လမ်းများပေါ်တွင် တောင်းစားရန်စေလွှတ်လိုက်သည်။ ၎င်းနေရာသည် နေအိမ်မှလမ်းလျှောက်သွားလျှင် (၄-၅) နာရီ သွားရသည်။ သင့်ဖခင်၏ အစ်ကိုဝမ်းကွဲသည် သင့်အား အနီးကပ်စောင့်ကြည့်ပြီး သင့်ပိုက်ဆံအားလုံးကို သိမ်းယူသည်။ တစ်ရက် (၁၅၀၀၀) ကျပ် မရပါကလည်း သင့်ကို အစာမကျွေးပဲရိုက်နှက်သည်။

တတိယအဖွဲ့ - အိမ်စေကျွန်အဖြစ်ခိုင်းစေခြင်း
သင်သည် ချမ်းသာသောပြည်ပနိုင်ငံတစ်ခုရှိ သူဌေးတစ်ဦး၏အိမ်တွင် အစေခံအဖြစ် အလုပ်လုပ်နေသည်။ မနက် (၅)နာရီမှ ညသန်းခေါင်အထိတစ်ပတ် (၇) ရက်

အလုပ်လုပ်ရပြီး အကြွင်းအကျန်များကို စားသောက်ရသည်။ သင့်အားအိမ်မှာအမြဲရှိသော အဖွားနှင့် သားတစ်ယောက်မှ အမြဲစောင့်ကြည့်လျက်ရှိသည်။ သင့်အားဗီဒီတစ်လုံးစာနေရာတွင် အိပ်စေသည်။ ဖန်ခွက်တစ်လုံးအား ကျကွဲစေခဲ့သော် အဖွားက သင့်လက်ကို မီးပူဖြင့်ကပ်ခြင်း၊ ပုံမှန်အရိုက်ခံရခြင်းနှင့် အိမ်အပြင်သို့လည်း တစ်ယောက်တည်း လုံးဝထွက်ခွင့်မရှိပါ။

စတုတ္ထအဖွဲ့ - ပြည့်တန်ဆာ
သင်သည်ပြည်ပနိုင်ငံတစ်ခုရှိ ခရိုင်မြို့တော်တစ်ခုမှ ပြည့်တန်ဆာအခန်းတစ်ခုတွင် ရောက်ရှိနေပြီးထွက်ခွာခွင့်မရဖြစ်နေပါသည်။ လွန်ခဲ့သော (၄)လခန့်က ပိုင်ရှင်သည် သင့်ထံမှ ငွေငါးသိန်းကျပ် (၅၀၀၀၀) ကျပ်) အကြွေးရရန်ရှိသည်ဟု ထပ်မံပြောလာပါသည်။ သင့်နေ့စရိတ်၊ စားစရိတ်ကြောင့် အတိုးတက်နေခြင်းဖြစ်ကြောင်းပြောလာခြင်းဖြစ်သည်။

ထိုသို့အဖွဲ့များအားလမ်းညွှန်ချက်ပေးပြီးအောက်ပါမေးခွန်းဖြင့် ဆွေးနွေးရမည် ဖြစ်ကြောင်းပြောပြပါ။

- ၁။ ဤအခြေအနေမှ လွတ်မြောက်မည့်နည်းလမ်းများကိုစဉ်းစားပါ။
 - ၂။ မိမိသာဤအခြေအနေဖြင့်ကြိုတွေ့ရမည်ဆိုပါက သင်မည်သို့ခံစားရမည်နည်း။
- ဆွေးနွေးပြီးပါကကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးဖြင့် အဖွဲ့အတွင်း ပြန်လည်တင်ပြစေပါ။

တင်ပြပြီးပါက ကူညီပံ့ပိုးသူမှ ပြန်လည်အနှစ်ချုပ် ပြောပြရန် . . .

မိမိတို့အနေဖြင့် ကိုယ်တိုင်ကြိုတွေ့ရခြင်း မဟုတ်ပဲ စိတ်ကူးယဉ်ခြင်းဖြင့် မိမိသာဒီလိုဖြစ်ခဲ့သော်ဆိုသည့် အတွေးလေးရှိရုံဖြင့် ဤမျှလောက် ခံစားချက်များ ထွက်ပေါ်လာခြင်းကို နက်နဲစွာပြန်လည်စဉ်းစားကြည့် မည်ဆိုလျှင် အမှန်တကယ် လူကုန်ကူးခံရသော သူများအနေဖြင့် မည်မျှခံစားနေရမည်ဆိုသည်ကို စာနာပေးနိုင်လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်

တို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ထိုသို့ ဒုက္ခ ရောက်နေသူများအား နွေးထွေးစွာ ကြိုဆိုမည့်အစား ပြစ်တင်ဝေဖန်မှု၊ လူတောပိုမတိုးနိုင်လောက်အောင် ပြောဆိုဆက်ဆံနေမှုများကိုသာ အတွေ့များနေသည် ဖြစ်ရာ ဤလေ့ကျင့်ခန်းကြောင့် တက်ရောက်သူများ အနေဖြင့် ထိုသူများကို နွေးထွေးစွာကြိုရန် လိုအပ် ကြောင်း သိရှိသွားစေလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

လှုပ်ရှားမှု
J ဥပဒေများကို လေ့လာခြင်း

- ပံ့ပိုးသူမှ "တစ်" ဟုအော်လျှင် ဘယ်ဘက်လက် ဖဝါးလေး ကိုဖြန့်ပါ။
- ပံ့ပိုးသူမှ "နှစ်" ဟုအော်လျှင် ညာဘက်လက်ညှိုး ကိုထောင်ရမည်။
- ပံ့ပိုးသူမှ "သုံး" ဟုအော်လျှင် မိမိ၏ ထောင်ထား သောညာဘက်လက်ညှိုးသည် သူငယ်ချင်း ဖြန့် ထားသော ဘယ်ဘက်လက်ဝါးကိုထိရမည်။
- ပံ့ပိုးသူမှ "လေး" ဟုအော်လျှင် ဖြန့်ထားသော လက်ဝါးဖြင့် ထိုလက်ညှိုးကိုရအောင် ဖမ်းရမည် ဖြစ်ပြီး မိမိလက်ညှိုးအား အဖမ်းမခံရအောင်

ကြိုးစားပြီး တစ်ဖက်ကလည်း တစ်ခြားသူ၏ လက်ညှိုးကို ဖမ်းမိအောင် ကြိုးစားရမည် ဖြစ် သည်။ လက်ညှိုးအဖမ်းခံရပါက ကစားပိုင်းမှ ထွက်ခွာသွားရမည် ဖြစ်သည်။

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း
ကစားနည်းအပေါ် မေးခွန်းမေးမြန်းခြင်းနှင့်ပြန်လည် ဝေမျှခြင်း

- မေးရန်
- ဤကစားနည်းနှင့်ပတ်သက်ပြီးသင်ဘယ်အရာ ကို ကြိုက်နှစ်သက်ပါသနည်း။
- အဘယ်ကြောင့် ဤကစားနည်းကိုကစားသည် ဟုသင်ထင်ပါသနည်း။
- ဤကစားနည်းမှ မည်သည့်သင်ခန်းစာကိုသင်ရ ရှိလိုက်ပါသနည်း။

ကူညီပံ့ပိုးသူမှ ရှင်းလင်းပြောကြားရန်အချက်များ

ကစားနည်းတွင် လက်ဝါးသည် လူကုန်ကူးမှုကိုကိုယ်စားပြုပြီးလက်ညှိုးသည် မိမိကိုယ်ကိုယ်စားပြုသည်။ လူပွဲစားများ သည်လက်ဝါးများကဲ့သို့ မိမိတို့အားဖမ်းဆီးရန် အသင့်အနေအထားရှိနေသည်ကိုသတိရှိနိုင်စေ ရန်ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် လူကုန်ကူးမှုအခြေအနေကို ကျရောက်နိုင်သောသူများကိုလည်း ကာကွယ်တတ် စေရန်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ ရုန်းထွက်ခြင်းများ ပြုလုပ်သောအခါတွင်လည်း ဥပဒေ အကြောင်းအရာများကို သေချာစွာနားလည်ဖို့လိုအပ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မိမိကိုယ်တိုင် သတိမမူမိဘဲ ဥပဒေချိုးဖောက်သူဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ (ဥပမာ - မိမိသည် ရောင်းစားခံလိုက် ရသည်ဆိုပါစို့။ ထိုအခြေအနေမှ လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားရင်း မိမိကိုယ်တိုင်က လူကုန်ကူးသူ ပြန်ဖြစ် သွားတတ်ပါသည်။) ထိုသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ ဥပဒေကိုသေချာစွာမသိသောကြောင့် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ကလေးသူငယ်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ခြင်းနှင့် မြန်မာနိုင်ငံရှိလက်ရှိဥပဒေကိုရှင်းပြခြင်း

ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်မှုအပါအဝင် လူကုန်ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှုနှင့် သက်ဆိုင်သော မြန်မာနိုင်ငံ လူကုန်ကူးမှုတားဆီးကာကွယ်ရေးဥပဒေကို ၂၀၀၅ ခုနှစ် စက်တင်ဘာလ ၁၃ ရက်နေ့တွင် ပြဋ္ဌာန်းခဲ့သည်။ အမျိုးသမီးများ၊ ကလေးများနှင့် လူငယ်များအား ကူးသန်းရောင်း ဝယ်ခြင်းကို အထူးသတိပြု လုပ်ဆောင်သွားမည်ဟု ဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုဥပဒေထဲတွင် ကလေးဆိုသည်မှာ အသက် (၁၆)နှစ် မပြည့်သေးသောသူကို ဆိုလိုပြီး လူငယ်ဆိုသည်မှာအသက် (၁၆)နှစ်ပြည့်ပြီး (၁၈) နှစ်မပြည့်သေးသူကိုဆိုလိုသည်။ ကုလသမဂ္ဂကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်စာချုပ် (UNCRC) အရ ကလေးသူငယ်ဆိုသည်မှာ (၁၈)နှစ်အောက် လူသားတိုင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ ထိုဥပဒေတွင် လူ ကုန်ကူးမှုဆိုသည်မှာလူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဦး သည် အခြားသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ထိုသူ၏ သဘောတူညီချက် ရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ၊ ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းပြုရန်အလို့ငှာ အောက်ပါ ပြုလုပ်မှု တစ်ရပ်ရပ်ကို ပြုလုပ်ပြီးလူများကို သိမ်းသွင်းစုဆောင်းခြင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း၊ လွှဲပြောင်းပေးခြင်း၊ ရောင်းချခြင်း၊ ဝယ်ယူခြင်း၊ ငှားရမ်းခြင်း၊ ငှားယူခြင်း၊ ခိုလှုံခွင့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် လက်ခံခြင်းကိုဆိုသည်။

ခေါင်းပုံဖြတ်အမြတ်ထုတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ . . .

အခြားသူတစ်ဦး၏ လုပ်အားခရပိုင်ခွင့်ကို ကြားဖြတ် ယူခြင်း၊ လုံးဝမပေးခြင်း၊ ကြွေးမြီ ဖြင့်ချည်နှောင်ခိုင်း စေခြင်း၊ ကာယကံရှင်၏ သဘောတူညီမှုမရှိပဲ ခန္ဓာ ကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမြတ်ထုတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

ပြစ်ဒဏ်များ

မည်သူမဆို အမျိုးသမီးများနှင့် ကလေးသူငယ်များကို ကုန်ကူးသည်ဟု ပြစ်မှုထင်ရှားလျှင် အနည်းဆုံး ထောင်ဒဏ် (၁၀)နှစ်မှ အများဆုံး ထောင်ဒဏ် တစ်သက်အထိ ချမှတ်နိုင်သည့်အပြင် ငွေဒဏ်လည်း ချမှတ်နိုင်ပါသည်။ အမျိုးသမီး၊ ကလေးနှင့် လူငယ် မဟုတ်သူများကိုကုန်ကူးလျှင် အနည်းဆုံးထောင်ဒဏ် (၅)နှစ်မှ (၁၀)နှစ် အပြင် ငွေဒဏ်လည်း ချမှတ်နိုင် ပါသည်။ လူကုန်ကူးရန် ကလေးမွေးစားခြင်း၊ လက် ထပ်ခြင်း၊ စာရွက်စာတမ်းအတု ပြုလုပ်ခြင်းများတွင် ပြုလုပ်သူကို အနည်းဆုံးထောင်ဒဏ် (၅)နှစ်မှ (၁၀) နှစ်အထိချမှတ်နိုင်သည့်အပြင် ငွေဒဏ်လည်းချမှတ်နိုင် ပါသည်။ အစိုးရဝန်ထမ်းများမှ လာဘ်စားမှုများ ပြုလုပ်

သည်ဟု ပြစ်မှုထင်ရှားလျှင် အနည်းဆုံးထောင်ဒဏ် (၃)နှစ် မှ (၇)နှစ်အထိချမှတ်နိုင်သည့်အပြင် ငွေဒဏ် လည်းချမှတ်နိုင်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။ လက်ရှိဥပဒေကို ပြန်လည်ပြင်ဆင်ရန် ဆောင်ရွက်ဆဲဖြစ်ပါသည်။

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

ရောင်းစားခံရသူအပေါ် စာနာပေးခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး သင့်နှလုံးသားထဲတွင် စွဲကျန်ခဲ့သည့် ခံစားချက်ကို ရေးပါ။

ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်သည့် ဥပဒေမှ သင်သိရှိ နားလည်လိုက်သောအချက်များကိုချရေးပါ။

အားလုံးပြီးပါက အဖွဲ့အတွင်းပြန်လည်ဝေမျှစေပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက် ပိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးပါ။ မည်သည့် ဘဝတွက် တာ ကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်ကိုဆွေးနွေးပြီး အဆုံးသတ်ပါ။

အခန်း

၉

လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု တားဆီးကာကွယ်ရေးတွင် ပါဝင်သည့်သူများနှင့် လုပ်ဆောင်ရမည့် ပုံစံများ

လူသားတိုင်း ကူးသန်းရောင်းဝယ်မခံရစေရန်နှင့် လူကုန်ကူးရောင်းဝယ်မှု ပပျောက်ရန်လူသားတိုင်း၌ တာဝန်ရှိကြောင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင်၌လည်း တာဝန်ရှိကြောင်းကို အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးခြင်း၊ တစ်ဦးတည်းသီးသန့် စဉ်းစားခြင်းများဖြင့် တာဝန်များနှင့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရမည့်သူများကို သိရှိသွားရန် ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- ဆွေးနွေးပွဲ ပြုလုပ်ခြင်း (၆၀ မိနစ်)
- တစ်ဦးချင်းလုပ်ဆောင်ချက်များ (၃၀ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ပုံ၊ စာများ စုစည်းထားသော စာရွက်
- ရောင်စုံ သို့မဟုတ် မာကာများ
- ခဲတံ၊ ဘောလ်ပင်များ



ရည်ရွယ်ချက်

- ပါဝင်တက်ရောက်သူများ
လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်သူများကို သိရှိပြီး အတူတကွ လုပ်ဆောင် တတ်လာစေရန်။
- လူကုန်ကူးမှု ပပျောက်ရေးတွင် ထည့်သွင်းလုပ်ဆောင်ရမည့် နည်းလမ်းများကို သိရှိလာစေရန်။



အဖွဲ့လိုက်ဆွေးနွေးခြင်း

လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေးလုပ်ရာတွင် လူတိုင်း၊ ဌာနတိုင်း၊ အဖက်ဖက်တွင် တာဝန်ရှိသကဲ့သို့ ယခုတက်ရောက်သူများကိုယ်တိုင်လည်း တာဝန်ရှိကြောင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင်ကာကွယ်ဖို့လိုအပ်ကြောင်း သိရှိနားလည်စေရန်ဖြစ်ပါသည်။

- ကူညီပံ့ပိုးသူမှ တက်ရောက်လာသူများကို အရင်စကားပိုင်းများတွင် ဆွေးနွေးခဲ့သော အကြောင်းအရာများကို မေးခွန်းများ ပြန်လည်မေးမြန်းရမည်ဖြစ်သည်။
 - မည်သည့်ခေါင်းစဉ်များကို လေ့လာခဲ့ရပါသလဲ။
 - ဘယ်သူတွေကပိုပြီးရောင်းစားခံရပါသလဲ။
 - အဘယ်ကြောင့် ကလေးများကို ဦးတည်အုပ်စုအဖြစ် ရောင်းစားနေကြသနည်း။
- ကူညီပံ့ပိုးသူမှ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား အဖွဲ့(၃)ဖွဲ့ ခွဲလိုက်ပါ။ (မိသားစု/ မိမိကိုယ်တိုင်၊

- အစိုးရ/လူမှုအဖွဲ့အစည်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်) စသည်ဖြင့် ခွဲရမည်ဖြစ်သည်။
- ထို့နောက်အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် အဖွဲ့အတွင်း ဆွေးနွေးစေပါ။
- တစ်ဖွဲ့ချင်းအနေဖြင့် မည်သည့်အရာများ လုပ်ဆောင်သင့်သနည်း။
- အဘယ်ကြောင့် လူကုန်ကူးမှုပျောက်ရေးကို ဤအဖွဲ့များက လုပ်ဆောင်သင့်သနည်း။
- ဆွေးနွေးပြီးပါက အဖွဲ့ကြီးအတွင်း ကိုယ်စားလှယ်ဖြင့် ပြန်လည်တင်ပြစေပါ။

ကူညီပံ့ပိုးသူမှ ပြန်လည်ရှင်းလင်းပြောပြခြင်း

မိသားစု၊ မိမိကိုယ်တိုင်

အထူးသဖြင့် ဆယ်ကျော်သက် လူငယ်များကို သတိထားစောင့်ရှောက်ရမည်။ အနည်းဆုံး တစ်လ တစ်ကြိမ် မိသားစုဝင် အချင်းချင်းကြား ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းစကားပြောဆိုမှုများ ပြုလုပ်ရန်လိုအပ်သည်။ မိသားစုဝင်တိုင်း လူကုန်ကူးမှုနှင့်ပတ်သက်သည့် အကြောင်းအရာများအား သိရှိထားရန်လိုအပ်သည်။ ကလေးများ အနေဖြင့်လည်း မိမိတစ်နေရာသို့သွားမည်၊ တစ်ခုခုလုပ်တော့မည်ဆိုလျှင် မိဘလူကြီးများအား အသိပေးရန်လိုအပ်သည်။ မိဘများအနေဖြင့်လည်းမိမိတို့၏ သားသမီးများအပေါ် မျက်ခြေမပြတ်စောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်သည်။ အထူးအရေးကြီးသည်မှာ မိသားစုဝင်အချင်းချင်းကြား ပွင့်လင်းမှုရှိရန်လိုအပ်သည်။

အစိုးရနှင့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းများ

ကြိုတင်တားဆီးကာကွယ်ခြင်း - အမြင်ဖွင့်သင်တန်းများ၊ ဟောပြောပွဲများ၊ လူအများမြင်နိုင်သော နေရာများတွင် လူကုန်ကူးမှုနှင့် ပတ်သက်သည့် ပိုစတာများကြော်ငြာပေးခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်ပေးရမည်။
ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး - လူကုန်ကူးခံရသူများပြန်လည်ရောက်ရှိလာပါကသူတို့၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာထောက်ပံ့မှုကူညီခြင်းများ (Psycho Social Support) လိုအပ်ပါက အသက်ရှင်ရပ်တည်ရေးအတွက် အကူအညီအထောက်အပံ့များပေးခြင်း၊ အသိပညာ ဗဟုသုတများပေးခြင်း၊ မိသားစုများနှင့် လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် အဆင်ပြေအောင် ပြန်လည်လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းတို့ ပြုလုပ်ပေးရမည်။

လူကုန်ကူးခံရသူများအားဥပဒေအရကူညီပေးခြင်း (အစိုးရ၏ အဓိကတာဝန်) - တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး၊ လူကုန်ကူးခံရသော အမျိုးသမီးများ၊ ကလေးသူငယ်၊ လူငယ်များ၏ ဂုဏ်သိက္ခာကိုမထိခိုက်စေရန်၊ သက်ဆိုင်ရာတရားရုံးများတွင် အမှုများကို စစ်ဆေးသောအခါ သီးသန့်ရုံးခန်းများတွင် စစ်ဆေးရန် (အမျိုးသမီးများနှင့်ကလေးများ)၊ လာဘ်စားမှုမရှိစေရန်၊ တာဝန်ရှိသူများမှ အမှုအားစစ်ဆေးနေစဉ်အတွင်း သို့မဟုတ် မသေချာသေးပဲ သတင်းထုတ်ပြန်မှုမလုပ်စေရန်၊ အမှုရင်ဆိုင်နေချိန်တွင် လူကုန်ကူးခံရသူများအတွက် သက်တောင့်သက်သာနေထိုင်နိုင်သည့် နေရာစီစဉ်ပေးရန်လိုအပ်သည်။

လှုပ်ရှားမှု
သီးသန့်လှုပ်ရှားမှု

- မိမိတို့အနေဖြင့် ကလေးကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု ပပျောက်အောင် မည်သည့်အရာများ ပြုလုပ်နိုင်မည်နည်းဆိုသည့်အချက်များကို မိမိ၏ Flip Chart တွင် ချရေးစေပါ။ (၁၅ - မိနစ်)
- ရေးပြီးသွားသောအခါ အဖွဲ့ကြီးအတွင်းပြန်လည် ဝေငှပါ။

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း
 အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက် ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်စုဝေးပါ။ မည်သည့်ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှု ရှိသည်ကိုဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

လူကုန်ကူးမှုဖြစ်ပွားလျှင်နှင့် ဖြစ်သည်ဟုယူဆရလျှင် သတင်းပို့နိုင်သောအဓိကဆက်သွယ်ရမည့် ကုန်ကူးမှုတားဆီးနှိမ်နင်းရေးအဖွဲ့ ဖုန်းနံပါတ်များ



နေပြည်တော် ၀၆၇ ၄၁၂၂၀၁
 မြစ်ကြီးနား ၀၇၄ ၂၂၃၃၆
 ဗန်းမော် ၀၇၄ ၅၀၁၉၉
 လွယ်ဂျယ် (မူဆယ်မှတစ်ဆင့်) ၀၈၂ ၅၂၈၉၀
 မူဆယ် ၀၈၂ ၅၂၈၉၀
 လောက်ကိုင် ၀၈၂ ၇၂၀၀၃ / ၇၂၀၃၆
 လားရှိုး ၀၈၁ ၂၃၀၁၇ / ၀၉၅၂၇၅၉၂
 တောင်ကြီး ၂၀၀၇၆၄ / ၀၉၅၂၁၄၉၁၇
 ကျိုင်းတုံ ၀၈၄ ၂၁၆၃၇ / ၀၉၅၂၄၂၅၀၄
 တာချီလိတ် ၀၈၄ ၅၃၀၂၂
 မြဝတီ ၀၅၈ ၅၀၂၆၈
 မော်လမြိုင် ၀၅၇ ၂၆၉၈၃

ကော့သောင်း ၀၅၉ ၅၁၉၈၁
 မြိတ် ၀၅၉ ၄၁၀၄၁ / ၄၁၀၀၄
 ပုသိမ် ၀၉၈ ၅၄၈၁၈၇ / ၀၉၅၀၁၂၈၁၉
 ရန်ကုန် ၀၁ ၂၅၁၄၃၈ / ၀၉၅၂၈၈၂၆
 ပဲခူး ၀၅၂ ၂၁၀၃၀ / ၂၁၂၅၉
 စစ်တွေ ၀၄၃ ၂၃၆၂၅
 မောင်တော ၀၄၃ ၅၅၀၈၉
 ကလေး ၀၇၃ ၂၁၁၀၅
 မကွေး ၀၆၃ ၂၃၃၇၄ / ၂၅၀၁၆
 မိတ္ထီလာ ၀၆၄ ၂၄၇၁၄ / ၂၃၀၅၄
 မန္တလေး ၀၂ ၇၃၈၃၀

အခန်း

၁၀

လူကုန်ကူးမှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိသော ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာ သင်ခန်းစာများအား ပြန်လည်ဆွေးနွေးခြင်း

ရှေ့သင်ခန်းစာများတွင် လေ့ကျင့်ဆောင်ရွက်ခဲ့သော လူကုန်ကူးမှုနှင့် ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်း သင်ခန်းစာများအား မည်မျှ မှတ်မိသည်၊ မည်မျှနားလည်သည်ဆိုသည်ကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်နိုင်ရန် နှင့် မိမိတို့၏ လက်တွေ့ဘဝတွင် မည်သည့်အရာများ အားလက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်သည် ဆိုသည့် အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်မှတ်မိလာနိုင်စေရန် ဖြစ်သည်။



လှုပ်ရှားမှု

- အပြန်အလှန်မေးခွန်းများ မေးခြင်း (၃၀ မိနစ်)
- ကိုယ်ပိုင်တွေးတောဆင်ခြင်ခြင်း (၃၀ မိနစ်)
- သင်ခန်းစာ၏ အရေးကြီးသော အပိုင်းများအား ပြန်လည်အမှတ်ရစေခြင်း (၃၀ မိနစ်)



လိုအပ်ချိန်

- ၁ နာရီ ၃၀ မိနစ်



လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ဘောလုံး
- ဘောလ်ပင်



ရည်ရွယ်ချက်

- လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး လုပ်ဆောင်ချက်များ၊ လှုပ်ရှားမှုများ အားလုံးကို ပြန်လည်အမှတ်ရ၊ သတိရမိစေရန်။
- လူကုန်ကူးမှုနှင့် ပတ်သက်ပြီး မိမိမည်မျှ သိရှိနားလည်သွားသည်၊ မည်သည့်အရာများ ဆက်လက်လေ့လာရန် လိုအပ်သည်ဆိုသည့် အရာများကို ရှင်းလင်းစွာ သိရှိလာစေရန်။
- လေ့လာခဲ့သော သင်ခန်းစာများထဲမှ လက်တွေ့ဘဝတွင် ပိုမိုအသုံးပြုနိုင်မည့် အချက်များကို ပိုမိုသိရှိနားလည်သွားစေရန်။



အပြန်အလှန်မေးခွန်းများ မေးခြင်း

လေ့လာခဲ့သောသင်ခန်းစာများအား ပြန်လည်အမှတ်ရစေမည့် ကစားနည်းအား ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ကစားရန် မေးခွန်းများအား တစ်ရွက်ချင်း ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမည်ဖြစ်သည်။ တက်ရောက်သူများမှ ပြင်ဆင်ထားသော မေးခွန်းများကို မဲနှိုက်ပြီး မေးရမည်ဖြစ်သည်။ မေးခွန်းများကို အောက်တွင် ပူးတွဲပေးထားသည်။

ကစားနည်းလမ်းညွှန်ချက်

- ⊕ ကူညီပံ့ပိုးသူမှ ပါဝင်တက်ရောက်သူများအား စက်ဝိုင်းပုံစံထားပေးပါ။
- ⊕ ကူညီပံ့ပိုးသူမှ စက်ဝိုင်းအလယ်တွင် မတ်တပ်ရပ်ရမည်/ နေရာယူရမည် ဖြစ်သည်။
- ⊕ ထို့နောက် ကူညီပံ့ပိုးသူမှ တက်ရောက်သူ တစ်ဦးအား နာမည်ခေါ်ပြီး လက်ညှိုးထိုးပြရမည် ဖြစ်သည်။
- ⊕ ထိုလက်ညှိုးထိုးခံရသောသူမှာ ချက်ချင်းထိုင်ချရမည်ဖြစ်သည်။
- ⊕ ထို့နောက် ထိုထိုင်ချလိုက်သောသူ၏ ဘေးတစ်ဘက်တစ်ချက်ရှိ လူနှစ်ယောက်သည် တစ်ယောက် နာမည်ကိုတစ်ယောက် သူ့ထက်ငါအပြိုင်နာမည်ကို ခေါ်ရမည်ဖြစ်သည်။
- ⊕ ထိုနှစ်ယောက်ထဲမှ အရင်ဆုံးနာမည် ခေါ်နိုင်သောသူသည် အနိုင်ရမည်ဖြစ်ပြီးနာမည် မခေါ်နိုင်သောသူအား ပြင်ဆင်ထားသော မေးခွန်းစာရွက်ထဲမှ တစ်ရွက်ကိုမဲနှိုက်ပြီးမေးရမည်ဖြစ်သည်။
- ⊕ နာမည်မခေါ်နိုင်သောသူမှ မေးလာသော မေးခွန်းများကို အတတ်နိုင်ဆုံးဖြေရမည်ဖြစ်သည်။
- ⊕ ထို့နောက် ထိုနာမည်မခေါ်နိုင်သောသူသည်

မေးခွန်းကို ဖြေပြီးသောအခါ စက်ဝိုင်းအလယ်၌ နေရာယူပြီး ကူညီပံ့ပိုးသူလုပ်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ပါဝင်သူတစ်ယောက်ကို လက်ညှိုးထိုးပြီး နာမည်ခေါ်။ ဘေးမှနှစ်ယောက် တစ်ယောက်နာမည်တစ်ယောက်ခေါ်ပြီး နိုင်သူမှမေးခွန်းမေး၊ ရှုံးသူမှ ဖြေစသည်ဖြင့် တက်ရောက်သူများအားလုံး မေးခွန်းမေးခြင်း၊ ဖြေခြင်းများ ပြုလုပ်ပြီးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်သွားကြရမည်ဖြစ်သည်။



ကိုယ်ပိုင်တွေးတော ဆင်ခြင်ခြင်း

တက်ရောက်သူများသည် သင်ယူလေ့လာခဲ့ပြီးသော သင်ခန်းစာ (၉)ခုကိုမိမိကိုယ်ပိုင်အတွက် မည်သည့်အရာများမှတ်မိသည်၊ မည်သည့်အရာများက မိမိဘဝအတွက် အသုံးဝင်သည်၊ မည်သည့်အရာများအား အခြားသောသူများအတွက် အရေးကြီးသည် ဆိုသည်ကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ပြုလုပ်နိုင်ရန် အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် စဉ်းစားပြီး Flip Chart ထဲတွင် ရေးသားကြရမည်ဖြစ်သည်။

- ၁။ မိမိမှတ်မိသောသင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်ကိုချရေးပါ။
- ၂။ သင်ခန်းစာများသည် လက်တွေ့ဘဝတွင် မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိသနည်း။
- ၃။ ဤအကြောင်းအရာများ သင်ကြားပြီးသောအခါ လက်တွေ့ဘဝတွင် မည်သို့ ပြန်လည်အကျိုးရှိအောင်ပြုလုပ်မည်နည်း။

ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

လှုပ်ရှားမှု (၂) အပေါ်ပြန်လည်ဝေမျှခြင်း

အားလုံးရေးပြီးပါက စက်ဝိုင်းအတွင်းပြန်ပြီးဝိုင်းစေပါ။ ထို့နောက် ကူညီပံ့ပိုးသူမှစတင်ပြီးတက်ရောက်သူတစ်ဦးထံ ဘောလုံးပစ်ပေးလိုက်ပါ။ ဘောလုံး ရရှိသောသူသည် မိမိရေးသားထားချက်များကို စက်ဝိုင်းကြီးတွင် ဝေမျှရမည်ဖြစ်သည်။

ဝေမျှပြီးပါက နောက်ထပ်တစ်ယောက်အား ထိုဘေးလုံးကို ပစ်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

ထိုသို့ဖြင့် တက်ရောက်သူများအားလုံးဝေမျှပေးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ် သွားရမည်ဖြစ်သည်။

တစ်ယောက်ဝေမျှနေသည့်အချိန်တွင် သေချာစွာ နားထောင်ကြရန်နှင့်မိမိတို့၏ Flip Chart များကို အောက်ချထားရန်နှင့် ဘောပင်၊ ခဲတံများကို သိမ်းထားပေးပါ။

လှုပ်ရှားမှု
သင်ခန်းစာ၏ အရေးကြီးသော အပိုင်းများအား ပြန်လည်အမှတ်ရစေခြင်း

ဤအပိုင်းတွင်ပုံပိုးသူမှပြင်ဆင်ဖို့များစွာလိုအပ်ပါသည်။ အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော အချက်များအား တက်ရောက်မည့်သူများထံ မသွားမီသေချာစွာ လေ့လာပြင်ဆင်ထားရမည် ဖြစ်သည်။

- လူကုန်ကူးမှုအဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
- ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်
- ကလေးသူငယ် ကူးသန်းရောင်းဝယ်မှု တားဆီးကာကွယ်ရေးဥပဒေ
- လူကုန်ကူးပုံအဆင့်ဆင့် (ဇီနိုင်းယူသွားရန်)
- တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ လုံခြုံစွာ ကူးသန်းသွားလာနိုင်ရန် လိုအပ်သည့်အချက်များ

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်း

အပိတ်နှုတ်ဆက်ခြင်းအတွက်ပါဝင်သူများအား စက်ဝိုင်းအတွင်းပြန်လည်စုဝေးပါ။ မည်သည့် ဘဝတွက်တာကျမ်းကျင်စရာ အခြေခံအကြောင်းအရာများနှင့် ဆက်စပ်မှု ရှိသည်ကိုဆွေးနွေးပြီးအဆုံးသတ်ပါ။

- vly&th;rl(1) twlfar;clfrsm;
- 1/ vlubelujci ft "lyth, zli qcltsuubhijmyy/
 - 2/ uav:utoefa&mi f0, b&;
t "lyth, zli qcltsuubhijmyy/
 - 3/ vlubelurjzp&aom t "lu tallumi ft &ifrsm;ull
ajmyjyy/
 - 4/ vlyp;ms;xlvif rnbors;yg0i bent/
 - 5/ vlubelut&aomors;onf
rnbnit vlyfrsm;ulvlyull luoent/
 - 6/ vlubelurlyaysuab t mi f vlyaqmi zlrnbors;u
wm0e&bent/
 - 7/ jynlyoklvcbtrnbqlygu rnbntit &mrsm;ull
t "luxm;, baqmi bth;&rnent/
 - 8/ ylp;ms;u vfrsm;ulrnbublpbaqmi fluoent/
 - 9/ vlubelut&ors;onf vrfc&lvwif rnbubhcom
t cuft chsm; llulaw&ent/
 - 10/ a&mi fpm;cljybaom t cjrnbubhcom
'lu' cuft chsm; llulaw&rnent/
 - 11/ vlubelujci fonf rnbntae&mrsm;wif
jzplavjzpx &lylvartii btrbnf rnbntae&mrsm;u
jzplygent/
 - 12/ vfrsm;ub&mi fpm;ygurnbnntae&ma' ool
t rsm;qba&mi fpm;luoent/
 - 13/ vlubelujci fesi vartii btrbn;em;csufrsm;ubzmyjy/
 - 14/ vlubelur lwm;qtlumu& b&Oya'
jrehtmet ii lwl &lygovm;/ &lygurnbnnticdpl v?
&ulwif jyxmetcbent/
 - 15/ jynlwl fc&lvbtr;rnqlygu
rnbntit &mrsm;t "luxm;, baqmi bth;oi bent/
 - 16/ vlubelujci fult drnbubh;ygent/
 - 17/ vlubelujci fultlum;zygovm;/
rnbublum;zygent/
 - 18/ vlubelurlyaysuab t mi f
rnbublvlyaqmi oi bent/
 - 19/ vlubelurlyo emEsi foifult lwl llulaw&aom t cjr
rnbublvlyaqmi rnent/
 - 20/ rnbntit ouft & bni
vlubelurlyub&ygent/ t b, ballumi bent/



လူကုန်ကူးမှုနှင့်

အန္တရာယ်ရှိသော ရွှေ့ပြောင်းသွားလာခြင်းဆိုင်ရာ

သင်တန်းစာမေးညွှန်း

နိုဝင်ဘာ ၂၀၁၇ ခုနှစ်



The Asia Foundation
Improving Lives, Expanding Opportunities