အခန်း – (၂) အန္တရာယ်စမ်းစစ်မှု

> "ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူများအနေနဲ့ အန္တရာယ်ဆိုတာကိုတော့ ရှောင်လွှဲလို့မရပါဘူး ဒါပေမယ့် ဒါတွေကို ထိန်းချုပ်သွားဖို့အတွက် အချိန်ယူဖို့တော့ ကျနော်တို့မှာ တာဝန်ရှိနေပါတယ်။"
>
> HRD အမေရိကား

ယခုအခန်းတွင် HRD များရင်ဆိုင်နေရသည့် အချို့ အန္တရာယ်များကို ရှုမြင်ပြထားပါသည်။ ယခုအခန်း၌ အန္တရာယ်ပုံသေနည်း (Risk Formula) ကို မိတ်ဆက်ပေးထားပါသည်။ ၎င်းသည် သင်၏အန္တရာယ်များအား တိုးပေး သို့မဟုတ် လျှော့ပေးမည့်မတူ ညီသောအစိတ်အပိုင်းများကို သတ်မှတ်ပေးနိုင်ရန် ထောက်ပံ့ ကူညီပေးမည့် ကိရိယာတခုပင်ဖြစ်ပါသည်။ သင်စဉ်းစားရန်အတွက် အန္တရာယ်ပုံသေနည်းပေါ်တွင်မူတည်၍ ပြဿနာ ဥပမာလေ့လာမှု Case Study တခုရှိပါသည်။ ထို့နောက် သင်၏ကိုယ်ပိုင်အန္တရာယ် စမ်းစစ်မှုကို ပြည့်စုံစေနိုင်ရန် လေ့ကျင့်ခန်းတခု ရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။ အန္တရာယ်မက်ထရစ် Risk Matrix (အန္တရာယ် တိုးပွားလာမှုကို တွက်ချက်ခြင်း) အကြောင်းကိုလည်း ရှင်းပြထားပြီး ၎င်းသည်ဖြစ်နိုင်ချေ အတွေးအခေါ်နှင့် သင်ရင်ဆိုင်နေရသည့် အရေးကြီးဆုံး အန္တရာယ်အား စမ်းစစ်ရန်သင့်အားကူညီ ထောက်ပံ့ပေးမည့် သက်ရောက်မှုတို့ ကို အသုံးပြု ထားပါသည်။

> "လူ့အခွင့်အရေးသတင်းထောက်တယောက်အား သမ္မတက သစ္စာဖောက်တယောက်အဖြစ် ရှုံ့ချခဲ့ပါသည်။ အခြားသတင်းထောက်များအားလုံးတို့က ဆောင်းပါးများရေးသားကာ ထိုသတင်းထောက်အားထောက်ခံခဲ့ကြပြီး ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် သူ့အားကူညီကာကွယ်ပေးခဲ့သည်။"
>
> HRD အရှေ့အလယ်ပိုင်း

> "ကျနော်တို့ရုံးကို လက်နက်ကိုင်အကြမ်းဖက်သမားတွေ ဝိုင်းထားတယ်လို့ဖုန်းဝင်လာတဲ့အချိန်မှာ ကျနော်ဟာ သံမှူးနဲ့သူ့ရဲ့သံရုံးထဲမှာအစည်းအဝေးလုပ်နေတာပါ။ သံမှူးကကျနော်နဲ့အတူရုံးကိုလိုက်လာပြီး အကြမ်းဖက်သမားတွေက ကျနော်နဲ့ဘယ်သူပါလာတယ်ဆိုတာကို တွေ့သွားပြီးတဲ့အခါ သူတို့ပြန်ဆုတ်သွားကြပါတယ်။"
>
> HRD အာရှ

> "ကျနော့်ရဲ့လူ့အခွင့်အရေးလုပ်ငန်းတွေကိုမရပ်ခဲ့ရင် ကျနော့်အလုပ်ကိုဆုံးရှုံးရလိမ့်မယ်လို့ ကျနော့်ကို အချိန်တိုင်းခြိမ်းခြောက်နေခဲ့ပါတယ်။ ကျနော်လည်း ကျနော့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်းကို တည်ထောင်လိုက်ပါတယ်။ အဲ့တော့ ခြိမ်းခြောက်မှုတွေကြောင့် ဘာသက်ရောက်မှုမှမရှိတော့ပါဘူး။"
>
> HRD အရှေ့ဥရောပ

မိတ်ဆက်

HRD တယောက်အနေဖြင့် သင်၏လုပ်ဆောင်မှုသည် အာဏာလုပ် ပိုင်ခွင့်ရှိသူတဦးဦး၏ အကျိုးစီးပွားအား စိန်ခေါ်နေ နိုင်ကာ ထိုအခြေ အနေသည်သင့်အား ကြီးမားသောအန္တရာယ်ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ပိုမိုထိရောက်စွာ သင်လုပ်ကိုင်နိုင်လေလေ သင့်အား အန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်ချေ ပိုများလာလေလေပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကမ္ဘာတဝှမ်း ရှိနိုင်ငံများမှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူများသည် သူတို့၏ လုပ် ဆောင်မှုများကြောင့် အန္တရာယ်များနှင့် ရင်ဆိုင်နေကြရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

စိန်ခေါ်မှုမှာ အန္တရာယ်၏ဆိုးရွားမှုအဆင့်ကို တတ်နိုင်သမျှ စမ်းစစ်နိုင်ရန်နှင့် ထိုအန္တရာယ်ကို လျှော့ချရန်အတွက် လုပ်ဆောင်မှုများပြုလုပ်ရန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

အန္တရာယ်အားစမ်းစစ်မှုသည် သင်၏သီးခြားအခြေအနေပေါ်တွင် မူတည်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိရောက်သော လုံခြုံရေးနည်းလမ်းအား လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် သင်၏အခြေအနေကို ကောင်းစွာနားလည်ရန်မှာ ကြိုတင်ပြီး မရှိမဖြစ်လိုအပ်မှုပင်ဖြစ်ပါသည်။ အလုပ်လမ်းညွှန်စာအုပ်အဆုံး၌ ယခုအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်ပြီး အခန်းတခန်းထည့်ထားပါသည်။ (အခန်း - ၆ - သင်၏အခြေအနေကိုနားလည်သဘောပေါက်ခြင်း) ထိုကဲ့သို့သောအခန်းမျိုးအား လုံခြုံရေးအတွက်ထုတ်ဝေသော စာအုပ်များ၏ အစပိုင်းများတွင် သာမန်အားဖြင့်ထည့်လေ့ရှိသော်လည်း လေ့ကျင့်ခန်းများသည် ချက်ချင်းကြီးစတင်ရန် မလွယ်ကူလှသည့်အတွက် အန္တရာယ်နှင့်ပတ်သက်သည့် ပိုမိုအရေးပေါ်ဆန်သောကိစ္စများနှင့် စတင်သင့်ပါကြောင်း HRD များမှ ကျွန်ုပ်တို့အားအကြံပြုကြပါသည်။

အန္တရာယ်

သူ၏အိမ်ကိုပစ်ခဲ့သည့် မျက်ရည်ယိုဗုံးနှင့်အတူ တွေ့ရသည့် Nabeel Rajab, Bahriain

သင်၏နိုင်ငံအခြေအနေ၊ ခြိမ်းခြောက်မှုနှင့်တိုက်ခိုက်မှုပုံစံများ၊ ကျူးလွန်သူများ၊ အရေးမယူပဲလစ်လျူရှုထားသည့် အဆင့်၊ တဦးချင်းစီ၏ သတ်မှတ်မှု၊ လုပ်ဆောင်မှုနှင့်တည်နေရာများ စသည်တို့ကိုလိုက်ပြီး အန္တရာယ်များမှာလည်း ကွဲပြားတတ်ကြပါသည်။ နိုင်ငံအများအပြားတွင် အမျိုးသမီး လူ့အခွင့်အရေး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူများ WHRD၊ LGBTI HRD များမှာ အခြား သူများထက် ပိုမိုအန္တရာယ်ရှိတတ်ကြပါသည်။ အကာအကွယ်ပေးနိုင်မည့်မဟာမိတ်များ သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းများနှင့် နီးကပ်သော လက်လှမ်းမီနိုင်မှုမရှိပဲ အရင်းအမြစ်အနည်းငယ် လောက်မျှနှင့်သာ ကျေးလက်ဒေသများတွင် လုပ်ကိုင်နေကြရသည့် HRD များမှာလည်း တခါတရံတွင် ပိုမို၍ ပင်အန္တရာယ်ရှိတတ်ကြပါသည်။ သို့သော်လည်း HRD များရင်ဆိုင်နေကြရသည့် အန္တရာယ်အများအပြားမှာ အောက်ပါတို့ကဲ့သို့ ဆင်တူသောသဘောသဘာဝများရှိနေတတ်ပါသည်။

- HRD များအားနိုင်ငံတော်ကိုဆန့်ကျင်သူများ၊ ဘာသာရေးဆန့်ကျင်ရေးသမားများ၊ အနောက်၏အာဏာအတွက်ကိုယ် စားလှယ်များ၊ လက်နက်ကိုင်ဆန့်ကျင်ရေးအုပ်စုဝင်များ၊ လိင်လုပ်သားများ၊ လူကုန် ကူးသူများ၊ ခြစားသည့်..... စသည့်အဆုံးမရှိသော ပုံစံများဖြင့် မဟုတ်တန်းတရား တံဆိပ်ကပ်ထားတတ်ကြခြင်း။
- ခရီးသွားခြင်း၊ စာရေးသား၍သော်လည်းကောင်း သို့မဟုတ် အခြားအရာတို့ဖြင့်ဆက်စပ်ပြီး နှောက်ယှက်ခြင်း။
- ခြိမ်းခြောက်ခြင်း (ဥပမာ - "မင်း...ဒီအလုပ်ကိုရပ်မပစ်ရင် မင်းရဲ့သားအဖမ်းခံရလိမ့်မယ်")
- အုပ်ချုပ်ရေးနည်းလမ်းများဖြင့် ပစ်မှတ်ထားခြင်း - ဥပမာ များပြားကျယ်ပြန့်လှသည့် ငွေကြေးဆိုင်ရာအချက်အလက်များ ပေးရမည်ဆိုသော လိုအပ်ချက်မျိုး၊ ကွန်ပျူတာ Software ၏တရားဝင်မှုကို ပိုင်ဆိုင်ကြောင်းသက်သေပြခိုင်းခြင်း၊ အဖွဲ့အတွက်မှတ်ပုံတင်ခြင်း သို့မဟုတ် မှတ်ပုံပြန်တင်ခြင်း (သက်တမ်း တိုးခြင်း) များပြုလုပ်ရာတွင် အခက်အခဲများ။
- ကိုယ်ကာယအားဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအားဖြင့်သော်လည်းကောင်း ဆော်ကားခြင်း။ (လူကိုယ်တိုင်

သို့မဟုတ် ဗုံးကဲ့သို့သော ပစ္စည်းမျိုးဖြင့်)

- စားဝတ်နေမှုဘဝများကိုထိုးနှက်ခြင်း – အလုပ်ပြုတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ပညာရေးအခွင့်အလမ်း ဆုံးရှုံးခြင်း။
- ပိုင်ဆိုင်မှုများအပေါ်ထိုးနှက်ခြင်း – မော်တော်ကား၊ အိမ် သို့မဟုတ် ရုံး တို့အား ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ဖျက်ဆီးခြင်း။
- ထိန်းသိမ်းခြင်း/ဖမ်းဆီးခြင်း/ထောင်ချခြင်း – မှားယွင်းသော သို့မဟုတ် လုပ်ကြံထားသော စွတ်စွဲချက်များပေါ်အခြေခံထားခြင်းများဖြစ်နိုင်သည် သို့မဟုတ် အသရေဖျက်မှုဟုဆိုကာ တရားမ သို့မဟုတ် ရာဇဝတ်ကြောင်းအရစွဲဆိုခြင်း။
- ဆိုးရွားစွာဆက်ဆံခြင်း/ညှင်းပန်းခြင်း။
- ဖမ်းဆီးခေါ်ဆောင်သွားခြင်း/ပြန်ပေးဆွဲခြင်း။
- သတ်ဖြတ်ခြင်း

ကျူးလွန်သူများမှာ အာဏာပိုင်များ၊ ကုမ္ပဏီများ၊ အာဏာလုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိသောအုပ်စုများ သို့မဟုတ် လူထု၏အစိတ်အပိုင်းများ

အထက်ပါစာရင်းသည် ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ဖယ်ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လည်း အန္တရာယ်အားလျော့ချနိုင်ရန် နည်းလမ်းများရှိပါသည်။ ထိုကိစ္စကိုစတင်ရလျှင် အလုပ်လမ်းညွှန်စာအုပ်၏ အသဲနှလုံးဖြစ်သောကိရိယာတခုဖြစ်သည့် အန္တရာယ် ပုံသေနည်း Risk Formula ကို ကြည့်ရှုကြရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အန္တရာယ်ပုံသေနည်း

$$\text{အန္တရာယ်} = \frac{\text{ခြိမ်းခြောက်မှု} \times \text{ထိလွယ်ရှလွယ်မှု}}{\text{စွမ်းရည်}}$$

ပုံသေနည်း၏အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များမှာ ...

အန္တရာယ် – ထိခိုက်မှုရှိလာနိုင်သည့်ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်လာနိုင်ချေ

ခြိမ်းခြောက်မှု – ပျက်စီးခြင်း၊အပစ်ပေးခြင်း၊နာကျင်ထိခိုက်စေခြင်းများကို ဖြစ်လာစေရန်ရည်ရွယ်ချက်ကို ကြေငြာခြင်း သို့မ ဟုတ် ညွှန်ပြခြင်း။ (မကြာသေးခင် သို့မဟုတ် ရုတ်တရက်ချက်ချင်း)

စွမ်းရည် – လုံခြုံရေးကိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေသော မည်သည့်အရင်းအမြစ်ကိုမဆို (လုပ်နိုင်စွမ်း သို့မဟုတ် အဆက် အသွယ်များ အပါအဝင်)

ထိလွယ်ရှလွယ်ခြင်း – ပိုမို၍ အန္တရာယ်အမှန်တကယ်ဖြစ်လာစေရန် သို့မဟုတ် ကြီးစွာသောပျက်စီးမှုဖြစ်လာစေရန် လုပ်ဆောင်ပေးသည့်မည်သည့်အချက်အလက်မဆို။

ထိုအရာများသည် ရှုပ်ထွေးသကဲ့သို့ရှိသော်လည်း မတူညီသောအစိတ်အပိုင်းများကို သတ်မှတ်နိုင်ရန်အတွက် အန္တရာယ်လက်တကမ်းတွင်ရှိခဲ့သော HRD တယောက်၏ အဖြစ်အပျက်အမှန်အား လေ့လာကြည့်ကြပါစို့။

လက်တွေ့လုပ်ဆောင်နေသည့် လုံခြုံရေးအစီအစဉ် အား လက်တွေ့သရုပ်ဖော်ပြနေသည့် HRD တဦးအား အမျိုးသားများက လက်နက်များဖြင့်တိုက်ခိုက်နေသည့် သရုပ်ဖော်ဇာတ် ကွက်

လုပ်ဆောင်မှု

ထိုဖြစ်ရပ်ကိုဖတ်နေစဉ်တွင် ဂျူယန် Juan ရင်ဆိုင်နေရသော အန္တရာယ်များ၊ ခြိမ်းခြောက်မှုများ၊ ထိလွယ်ရှလွယ်မှု များနှင့် စွမ်းရည်များကို ကိုရေးမှတ်ပါ။

အမေရိကားမှ LGBTI HRD တဦးဖြစ်သော ဂျူယန် Juan သည် သူ့အဖွဲ့၏အလုပ်ကိုရော သူ့ကိုပါ လူထုအသိုင်းအဝိုင်းထဲတွင် ရန်လိုမှုများ များစွာရှိနေသည်ကို သိနေခဲ့ပါသည်။ တနေ့တွင် မြို့ထဲ၌လမ်းလျှောက်နေရင်း လူ ၂ဦးမှ သူ့အား လက်ညှိုးထိုးပြီး သူ့အကြောင်းပြောနေသည့်ပုံဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ခဲ့ရသည်။ ဂျူယန်သည် ဖြစ်လာနိုင်သော အန္တရာယ်အတွက် သတိထားနေခဲ့ သည်။

သူ၏ခေါင်းထဲတွင် မြို့၏အညွှန်းမြေပုံရှိနေခဲ့ကာ (မှတ်မိနေ) သူ၏သူငယ်ချင်းများ၊ လိုလားထောက်ခံသူများ မည်သည့်နေရာတွင် နေထိုင်သည်ကိုသိရှိပြီးဖြစ်နေပါသည်။ သူသည်လျင်မြန်စွာပင် သူ၏သူငယ်ချင်းတယောက်ဖွင့်ထားသော အနီးရှိ ဈေးဆိုင်တခုအတွင်းသို့ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။

ဂျူယန်နှင့်ဆိုင်ပိုင်ရှင်တို့သည် လမ်းတဘက်၌ လူအုပ်စုတခုစတင်ဖြစ်လာသည်ကို တွေ့နေခဲ့ရသည်။ ဆိုင်ပိုင်ရှင်က ဆိုင်တံခါးကိုသော့ခတ်လိုက်ပြီး သံလိပ်တံခါးကိုဆွဲချလိုက်သည်။ ဂျူယန်တွင် အားလည်းသွင်းထား၊ ဖုန်း ဘေလ်လည်းဖြည့်ထားသော လက်ကိုင်ဖုန်းပါလာပါသည်။ သူသည်သူ၏အဆက်အသွယ်တဦးအား ဖုန်းဆက်လိုက်ပါသည် (သူ၏အရေးပေါ်လုံခြုံရေးဆိုင်ရာ အဆက်အသွယ်ဖြစ်ကာ ထိုသူသည် ယခုလိုအခြေအနေမျိုးအတွက် ပြင်ဆင်ထားသူဖြစ်ပါသည်။) - သူသည်ထိုနံပါတ်အား သူ၏ဖုန်းထဲတွင် အမြန်ခေါ်ရန်နံပါတ် (Speed Dial Number) အဖြစ်ထည့်သွင်းထားပါသည်။

သူ၏အရေးပေါ်လုံခြုံရေးအဆက်အသွယ်က ဒေသခံရဲအားဖုန်းဖြင့် ချက်ချင်းဆက်သွယ်လိုက်သည်။ (ထိုရဲသည် ယခင်စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ထားမှုကြောင့် (Advoacacy) HRD များကိုကူညီရန် အားကိုးရသူဖြစ်ပါသည်။)

လူစုမှတံခါးအားစတင်ဖြိုချနေစဉ်တွင် ရဲရောက်လာကာ ဂျူယန်အားကယ်တင်ခဲ့ပါသည်။

အန္တရာယ် ....

ခြိမ်းခြောက်မှု ....

ထိလွယ်ရှလွယ်ဖြစ်မှု ....

စွမ်းရည် ....

ကျွန်ုပ်တို့၏စမ်းစစ်ထားမှုနှင့် ထိုအရာများကိုစစ်ကြည့်ပါ။

အန္တရာယ်

စော်ကားခြင်း/ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း (လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာစော်ကားခြင်းအပါအဝင်)

သတ်ဖြတ်မှု

(ဆိုင်ရှင်ရော ဆိုင်အတွက်ပါ အန္တရာယ်ရှိနေပါသည်။)

ခြိမ်းခြောက်မှု

ခြိမ်းခြောက်မှုကို အဆင့် ၃ ဆင့်ခွဲကြည့်ပါက ထိရောက်အသုံးဝင်ပါသည်။

၁) လူ ၂ ယောက်သည် ဂျူယန်အားလက်ညှိုးထိုးပြီး သူ့အကြောင်းကိုပြောနေကြသည်။ ထိုကိစ္စကို လုံခြုံရေးဖြစ်ရပ်ဟု ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ (ခြိမ်းခြောက်မှု သို့မဟုတ် ခြိမ်းခြောက်မှုတခုသို့ဦးတည်သွားနိုင်ကြောင်း ညွှန်းပြနေသည့်ဖြစ်ရပ်) ထိုအရာသည် ထိုသူများမှ ဂျူယန်ဝတ်ဆင်ထားသော ဂျင်းဘောင်းဘီအား သဘောကျသောကြောင့်လည်းဖြစ်နိုင်သည်။ ထိုအဆင့်သည် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းမရှိသေးသော အဆင့်ဖြစ်ပါသည်။

၂) လမ်းတဘက်တွင် လူအုပ်စုတခုဖြစ်လာသည်။

၃) လူအုပ်စုက ဆိုင်အားတိုက်ခိုက်ကြသည်။

ထိလွယ်ရှလွယ်ဖြစ်မှု

- ရန်လိုဆန့်ကျင်သည့်လူ့အသိုင်းအဝိုင်း
- LGBTI HRD ဖြစ်ကြောင်း ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရသိရှိနေခြင်း
- တဦးတည်းဖြစ်ခြင်း
- လမ်းလျှောက်လာခြင်း

ခွမ်းရည်

- အားသွင်းထားသော၊ ဖုန်းဘေလ်ရှိသော လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့် အမြန်ခေါ်ဆိုနိုင်အောင်ပြုလုပ်ထားသော အရေးပေါ်လုံခြုံရေးအဆင်အသွယ်၏ဖုန်းနံပါတ်
- သူငယ်ချင်းများနှင့်မဟာမိတ်များ – ဆိုင်ရှင်၊ အရေးပေါ်အဆက်အသွယ်၊ ရဲ
- ကြိုတင်စီစဉ်ထားမှု – မြို့၏မြေပုံ
- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအနေအထား – တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်ရှိနေခြင်း

အန္တရာယ်အားခွဲခြားစိတ်ဖြာစမ်းစစ်ထားမှုကို ပုံသေနည်းတခုဖြင့် တင်ပြထားသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အမျိုးအစားတခုခု ပြောင်းလဲသွားမည်ဆိုပါက ထိုပြောင်းလဲမှုသည် အန္တရာယ်၏အဆင့်ကို သက်ရောက်မှုရှိ မည်ဖြစ်ပါသည်။

ခြိမ်းခြောက်မှု – အကယ်၍ ဂျူယန်အားစတင်လက်ညှိုးထိုးသည့်လူ ၂ ဦးက သူ့ထံသို့ ရန်လိုသည့်အမူ အယာဖြင့်ချည်းကပ်လာမည်ဆိုပါက ထိုသို့ချည်းကပ်လာမှုသည် ရန်လိုသောလူအုပ်စုဖြစ်လာခြင်းထက် ခြိမ်းခြောက်မှုနည်းမည်ဖြစ်ကာ အန္တရာယ် (စော်ကားခြင်း သို့မဟုတ် သတ်ဖြတ်ခြင်း) လည်း လျော့နည်းနိုင်ပါသည်။

ထိလွယ်ရှလွယ်မှု – အကယ်၍ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက ရန်လိုမှုမရှိဟုဆိုပါက သို့မဟုတ် သူကလည်းသူ၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ၃ ဦးနှင့်ဆိုပါက (တဦးတည်းမဟုတ်) သို့မဟုတ် သူသည်မော်တာဆိုင်ကယ်နှင့်ဆိုပါက (ခြေလျင်မဟုတ်) သူ၏ထိလွယ်ရှလွယ်သောအခြေအနေသည် နည်းပါးမည်ဖြစ်ကာ အန္တရာယ်ကို လည်းလျှော့ချနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

စွမ်းရည် – အကယ်၍ဂျူယန်သည်သူ၏လက်ကိုင်ဖုန်းအား အိမ်တွင်မေ့ကျန်ခဲ့သည်ဆိုပါက သို့မဟုတ် ဖုန်းထဲတွင်ဖုန်းဘေလ်မရှိခဲ့ပါက ခြိမ်းခြောက်မှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန်သူ၏လုပ်နိုင်စွမ်းရည်မှာ လျော့နည်းနေမည်ဖြစ်ပြီး အန္တရာယ်သည်မြင့်တက်လာမည်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍သူ့တွင် သူငယ်ချင်းနှင့်မဟာမိတ်သုံးဦးရှိမနေဆိုပါက သူသည်အန္တရာယ်ပိုရှိနေမည်မှာ ထင်ရှားပါသည်။ အကယ်၍သူ့တွင် အစီအစဉ်ရှိမနေပါက သူသည်ကြောက်ရွံ့ပြီး ထွက်ပြေးကောင်းထွက်ပြေးနိုင်ကာ လူအုပ်စုသည်သူ့ကို ဖမ်းမိသွားနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍သူသည် တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်ရှိမနေပါက သူ၏လက် ကိုင်ဖုန်းပြုတ်ကျပြီး ကွဲသွားနိုင်ပါသည်။

ထိုဥပမာသည် ခြိမ်းခြောက်နေသော အခြေအနေမှ လွတ်မြောက်စေနိုင်သော ပြည့်စုံသည့်အစီအစဉ်တခုကို ပံ့ပိုးပေးခြင်းဖြစ်သည်ဟုသော အဓိပ္ပာယ်တော့မဟုတ်ပါ။ ထိုဖြစ်ရပ်သည် သူ၏သီးသန့်အခြေအနေတွင်သာဖြစ်သည်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းရှိနေရမည်ဖြစ်ကာ ထိုဖြစ်ရပ်ကို အန္တရာယ်ပုံသေနည်း၏ အစိတ်အပိုင်းများအား သတ်မှတ်နိုင်ရန်နှင့် အန္တရာယ်အဆင့်စမ်းစစ်ရာတွင် ထိုအစိတ်အပိုင်းများကို မည်ကဲ့သို့အသုံးပြုရမည် စသည်တို့နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်အားကူညီပေးနိုင်ရန်အတွက်အသုံးပြုခဲ့ခြင်း သာဖြစ်ပါသည်။

ထိလွယ်ရှလွယ်မှုနှင့်စွမ်းရည်တို့သည် ဒင်္ဂါးပြားတခု၏ ခေါင်းနှင့်ပန်းလိုပင်ဖြစ်သည်ကို သင်တွေ့ရပါလိမ့်မည်။ ဥပမာ အကယ်၍ ဂျူယန်သာသူ၏လက်ကိုင်ဖုန်းကို မယူလာခဲ့ပါက ထိုကိစ္စသည်ထိလွယ်ရှလွယ်သော အခြေအနေဖြစ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအရာသည်စွမ်းရည်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုပြဿနာဖြစ်ရပ်လေ့လာမှုအပေါ်မှတ်ချက်များနှင့် HRD များထံမှ အန္တရာယ်ပုံသေနည်း

မှတ်ချက် – သူ့ကိုလူသိများပြီး လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွေကြား ထဲမှာ သူ့ကိုမကြိုက်ကြဘူးဆိုတဲ့အချက်က ခြိမ်းခြောက်မှု မဟုတ်ဘူးလား၊ ထိလွယ်ရှလွယ်မှုမဟုတ်ဘူး ထင်ပါတယ်။

တုန့်ပြန်ဖြေဆိုမှု – ယခုဥပမာထဲတွင် လူ့အသိုင်းအဝိုင်း၏ ထင်မြင်ချက်မှာ ရေရှည်ကိစ္စဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည်မကြာ သေးခင်ကမှပြုလုပ်သော ကြေငြာချက် သို့မဟုတ် ညွှန်ပြ ချက်တခုမဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့်ထိလွယ် ရှလွယ်မှုဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ အကယ်၍ ပြီးခဲ့သည့်အပတ်က လူ့အသိုင်းအဝိုင်း၏ ပြောရေးဆိုခွင့်ရှိသူမှ ရေဒီယိုအစီအစဉ်တခုတွင် LGBTI HRD များကို မြို့မှမောင်းထုတ်ရမည်ဟု ပြောဆိုခဲ့သည် ဆိုပါ က ၎င်းသည်ခြိမ်း ခြောက်မှုပင်ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ သို့မ ဟုတ်ပဲ ထို မနက်တွင် သူ့အိမ်တံခါးပေါက်ကို ခဲတလုံးနှင့် ပေါက်ခဲ့သည် ဆိုပါက ၎င်းသည်လုံခြုံရေးဖြစ်ရပ် ဖြစ်မည်ဖြစ်ကာ (မည်သူ ကဘာကြောင့်လုပ်သည်ကို သူမသိဆိုပါက) သို့မဟုတ် ခြိမ်း ခြောက်မှု (ထိုခဲပေါက်မှုတွင် လိင်တူချစ်သူများအား မုန်းတီး သည့် စာသားတခုခု ပါလာမည်ဆိုပါက) ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက် – ကျွန်ုပ်တို့လူထုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် ထိုကဲ့ သို့မည် သည့်အခါမျှ ဖြစ်လာနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ရဲသည် ကျွန်ုပ်တို့အား ကူညီရန် ဘယ်တော့မှလာမည်မဟုတ်ပါ။ ထို့အပြင် ဘာဖြစ် လို့ ဂျူယန်ကမပြေး သို့မဟုတ် တက်စ်စီနဲ့ထွက်မပြေးတာပါ လဲ။ သူကဆိုင်ရှင်ဆီကို အန္တရာယ်ကို သယ်သွားသလိုဖြစ်မ နေဘူးလား။

တုန့်ပြန်ဖြေဆိုမှု – ဟုတ်ပါတယ်။ အန္တရာယ်အခြေအနေ အားလုံးမှာ မတူတဲ့နောက်ခံအခြေအနေ၊ ထိလွယ်ရှလွယ်မှု နဲ့စွမ်းရည်တွေရှိနေတတ်ပါတယ်။ ဂျူယန်မှာတခြားလုပ်စရာ ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲ့ဒီအချိန်မှာ သူ့ရဲ့စမ်းစစ်မှုနဲ့ သူကရွေး ချယ်မှုလုပ်ခဲ့တာပါ။ ဒီပြဿနာဖြစ်ရပ် လေ့လာမှုဟာ အောင် မြင်တဲ့ နည်းဗျူဟာနည်းလမ်းအတွက် လုပ်ကိုလုပ်ရမယ့် အစီအစဉ် ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်မဟုတ်ပါဘူး။ (ဒီသီးသန့်အခြေအ နေမှာ အောင်မြင်အလုပ်ဖြစ်ခဲ့ပေမယ့်) ဒီပြဿနာဖြစ်ရပ် လေ့လာမှုဟာ အန္တရာယ်ပုံသေနည်းရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတွေကို သရုပ်ဖော်ပြဖို့အတွက် ထည့်ထားခဲ့တာပါ။

မှတ်ချက် – ဒါဟာပုံသေနည်းတခုဖြစ်တဲ့အတွက် သင်္ချာပုံ သေနည်းတွေမှာလိုပဲ နောက်ဆုံးအဖြေရှိမနေ သင့်ဘူးလား။ အကယ်၍သင့်မှာ ခြိမ်းခြောက်မှု ၂ ခု၊ ထိလွယ်ရှလွယ်ဖြစ်မှု ၅ ခု နဲ့ စွမ်းရည် ၁၀ ခုရှိနေရင် အန္တရာယ်က ၁ ဖြစ်မနေဘူးလား (၂ × ၅ = ၁၀။ ၁၀ ကို ၁၀ နဲ့စားရင် = ၁) ဒါဆိုအရမ်းနည်းသွား မယ်လေ။

တုန့်ပြန်ဖြေဆိုမှု – အန္တရာယ်ပုံသေနည်းဟာ လူသားရဲ့အ သိပညာနဲ့အချက်အလက်မဆန်သော (ခံစားမှုဆန်သော) စမ်းစစ်မှုပေါ်မှာ အခြေခံထားပါတယ်။ ဒါကိုဒီလိုပုံစံမျိုးနဲ့ နံ ပါတ်တွေအဖြစ် လျှော့ချပစ်မယ် ဆိုရင် အန္တရာယ်ရှိပါတယ်။ ဒါဟာသင်ကြုံတွေ့နေရ တဲ့ အန္တရာယ်အစိတ်အပိုင်းတွေကို သတ်မှတ်နိုင်ဖို့အတွက် သင့်ကိုကူညီပေးဖို့ကိရိယာဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်ပါပဲ။ လူသားပြဿနာကို သင်္ချာအဖြေတခုထုတ် ပေးဖို့ မဟုတ်ပါဘူး။

အဓိကသတင်းစကားများမှာ

က) အန္တရာယ်သည် ခြိမ်းခြောက်မှုအဆင့်ပေါ်တွင် မူ တည်၍ ပြောင်းလဲနေသော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့၏စွမ်းရည်နှင့် ထိ လွယ်ရှလွယ်မှုပေါ်တွင်လည်း မူတည်နေပါသည်။

ခ) သူတို့၏မတူသော ထိလွယ်ရှလွယ်မှုနှင့် စွမ်းရည်များ ကြောင့် တူညီသောအခြေအနေအောက်တွင်ပင် မတူ သော လုပ်ဆောင်သူများအတွက် အန္တရာယ်မှာလည်း မတူညီနိုင်တော့ပါ။

ဂ) ခြိမ်းခြောက်မှုကိုမလျှော့ချနိုင်သည့် အချိန်တွင်ပင် ထိ လွယ်ရှလွယ်မှုကိုလျှော့ချခြင်း သို့မဟုတ် စွမ်းရည်ကိုမြှင့် တင်ခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အန္တရာယ်ကို လျှော့ချနိုင်ပါ သည်။

ရဲများနှင့်အလုပ်လုပ်ခြင်း

အချို့နိုင်ငံများတွင် HRD များသည် မူဝါဒအရ ပင်ရဲများကိုမဆက်သွယ်ကြပါ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့လက်ခံရရှိသော ခြိမ်းခြောက်မှုများနောက်တွင် ရဲများရှိသည်ဟု ယုံကြည်ကြသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ အခြားနိုင်ငံများတွင် မူ HRD များသည် ရဲများနှင့်နီးကပ်စွာ အလုပ်လုပ်ကြပါသည်။ အောက်တွင် ရဲများနှင့် အလုပ်လုပ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး HRD များထံမှအလွန်ကွဲပြားသော မှတ်ချက်များကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

"ရဲများနှင့်ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆက်ဆံရေး ကောင်းလာစေ ရန် ရည်ရွယ်ချက်ထား၍လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါသည်။ ခြစားမှုများကို ကျော်လွှားနိုင်ရန် ယာဉ်မောင်းလိုင်စင်များ ထုတ်ပေးနိုင်ရန် အတွက် ရွှေ့လျားယူနစ်များဖွဲ့စည်းရန် သူတို့ နဲ့ ကျနော်တို့ အတူတူ အလုပ်လုပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်တာဟာ ရဲတွေ ကြားမှာရော၊ လူထုကြားမှာပါ ထင်ရှားလူသိများလာပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း ကျနော်တို့ရဲ့ထင်ပေါ်မှုဟာ တိုး တက် လာပါ တယ်။"

HRD အာရှ

"UN လူ့အခွင့်အရေးအထူးသံတမန်နဲ့ တွေ့ဆုံစကား ပြောပြီးတဲ့အခါမှာ တက်ကြွလှုပ်ရှားသူတဦးဟာ ခြိမ်းခြောက်ခံခဲ့ရပါတယ်။ ရဲတွေကသူ့ကို အကာအကွယ် ပေးခဲ့ကြပါတယ်။"

HRD အာရှ

"တကယ်လို့ ကျနော်တို့ကရဲနဲ့စကားပြောခဲ့ရင် တစုံတယောက်ကမြင်သွားပြီး ကျနော်တို့ဟာ သတင်းပေး တွေလို့ပြောပါလိမ့်မယ်။ ကျနော်တို့ဒီလိုလုပ်ကိုင်ရခြင်းဟာ အကြီးတန်းရဲအရာရှိတွေနဲ့ ပုံမှန်ဆက်သွယ် မှုရှိနေအောင်ပါ။"

HRD အာဖရိက

"ရဲတွေနဲ့စကားပြောဖို့ ကျနော်တို့လန့်နေပါတယ်။ ဒါ ပေမယ့်လည်း ဒါဟာ အဆက်အသွယ်တွေရှိဖို့အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကျနော်တို့ NGO ကွန်ယက်ထဲမှာ ရဲကော်မရှင်နာနဲ့သိပြီးသားလူ တယောက်ကို သတ်မှတ်ခဲ့ကြပြီး သူဟာကျနော်တို့ အဖွဲ့အားလုံးရဲ့ ဆက်သွယ်ရန်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သွားပါတယ်။"

HRD အမေရိကား

"ကျနော်တို့အဖွဲ့ဝင်အချို့က ရဲတွေဟာအကြမ်းဖက် ရက်စက်မှုတွေကို လုပ်ဆောင်ကြတယ်၊ သူတို့နဲ့ မဆက်သွယ်သင့်ဘူးလို့ ပြောကြပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျနော်တို့ ခေါင်းဆောင်တွေက နယ်လ်ဆင်မင်ဒဲလားက သူ့ကိုဖမ်းဆီးထောင်ချခဲ့တဲ့သူတွေနဲ့ ဆက် ဆံရေးတိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့တယ်ဆိုရင် ကျနော်တို့ နိုင်ငံအတွက် ရဲတွေနဲ့အလုပ်လုပ်နိုင်ရ မယ်လို့ ပြောခဲ့ပါတယ်။"

HRD ဥရောပ

"ကျနော်တို့ကို ခြိမ်းခြောက်နေတဲ့သူတွေကို ရဲတွေ က ထောက် ပံ့ပေးနေတယ်ဆိုတာ ကျနော်တို့သိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် တချို့ရဲအရာရှိတွေက ကျနော်တို့အကိုတွေ၊ ဝမ်းကွဲတွေ၊ ကျောင်းနေဖက်တွေဖြစ်ကြပါ တယ်။ ဖမ်းဆီးမှုတွေ၊ ဝင်ရောက် စီးနင်းမှုတွေရှိတော့ မယ်ဆိုရင် သူတို့က ကျနော်တို့ကို သတိပေးကြပါ တယ်။"

HRD အာဖရိက

တခါတရံတွင် HRD များသည် ထိုပြဿနာဖြစ်ရပ်လေ့လာမှုပေါ်တွင် အန္တရာယ်ပုံသေနည်းရှုထောင့်မှဖြစ်စေ ဂျူယန်အသုံးပြု သောနည်းလမ်းများရှုထောင့်မှဖြစ်စေ မှတ်ချက်များပေးကြသည်။

အန္တရာယ်ပုံသေနည်းသည်ဘာကြောင့်အသုံးဝင်သည့်ကိရိယာဖြစ်သနည်း

- ၎င်းသည်ပုံစံမျိုးစုံအသုံးပြုနိုင်ကာ ကမ္ဘာ၏မည်သည့်နေရာတွင်မဆို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ **
- ၎င်းသည်ပြုလွယ်ပြောင်းလွယ်ရှိကာ မည်သည့်အခြေအနေတွင်မဆို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- အနာဂတ်တွင် မည်သည့်စွမ်းရည်မျိုးလိုအပ်မည်ကို ကြိုတင်ခန့်မှန်းနိုင်ရန်အတွက် ၎င်းကိုအသုံးပြုနိုင်ပါ သည်။ ဤကိစ္စတွင် အနာဂတ်၌ရှိလာနိုင်မည့် အန္တရာယ်နှင့်ခြိမ်းခြောက်မှုများကို သတ်မှတ်နိုင်မည်ဖြစ် ပါသည်။
- အန္တရာယ်ပုံသေနည်းသည် သီးခြားအပိုင်းများပေါ်တွင် အလေးထားနိုင်ရန် ကူညီပေးမည်ဖြစ်သည်။ အန္တရာယ်ကိုလျှော့ချနိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါ ၃ ချက်မှ တချက်ဖြစ်ပေါ်ရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။
  - ခြိမ်းခြောက်မှုများကိုလျှော့ချသည်။ (ထိုအကြောင်းအရာကို နောက်အခန်းတွင်တွေ့ရမည်။)
  - ထိလွယ်ရှလွယ်မှုကိုလျှော့ချသည်။
  - စွမ်းရည်ကိုများပြားအောင်လုပ်သည်။

** သို့သော်လည်း ပုံသေနည်းဖြင့်ရင်းနှီးမှုမရှိသော လူ့အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် ယဉ်ကျေးမှုများဖြင့်မှု အံဝင်နိုင် မည်မဟုတ်ပေ၊ ဥပမာ စာတတ်မြောက်မှုမရှိသောလူ့အဖွဲ့အစည်း။ စာတတ်မြောက်မှုမရှိသောလူ့အဖွဲ့အစည်းဖြင့် အန္တရာယ်နှင့်ခြိမ်းခြောက်မှုကိစ္စများကို မည်သို့ဆွေးနွေးမည်ဆိုသည့် အခြားအကြံပြုချက်အတွက် အချပ်ပို ၃ တွင်ကြည့်ပါ။

အန္တရာယ်၊ ထိလွယ်ရှလွယ်မှုနှင့် စွမ်းရည်တို့အားကျွန်ုပ်၏စမ်းစစ်မှု

ယခု သင်ကြုံတွေ့နေရသောအန္တရာယ်များကိုစဉ်ပြီးရေးပါ။ အန္တရာယ်တခုစီအတွက် ထိလွယ်ရှလွယ်မှု ထို့နောက် သင့်တွင်ရှိပြီးဖြစ်သောစွမ်းရည် ပြီးလျှင် သင့်တွင်ရှိသော သို့မဟုတ် ရှိရန်သေချာသော စွမ်းရည်များကို စဉ်းစားပါ။

Fig 2.1

အန္တရာယ်	ထိလွယ်ရှလွယ်မှု	ရှိပြီးစွမ်းရည်	လိုအပ်သောစွမ်းရည်

မှတ်ချက် ……………………………………………………………………………………..

……………………………………………………………………………………………… .

……………………………………………………………………………………………… .

……………………………………………………………………………………………… .

……………………………………………………………………………………………… .

ထိုလေ့ကျင့်ခန်းသည် အခြေခံလုပ်ဆောင်ရမည့်အစီအစဉ်ကိုရရှိစေပါသည်။ အောက်ပါလေ့ကျင့်ခန်းနှင့်အခန်းများမှတဆင့် ထိုအစီအစဉ်ကိုကျွန်ုပ်တို့ရေးဆွဲမည်ဖြစ်သည်။

ဥပမာ - အောက်တွင် HRD အာဖရိကမှ မက်သရူး Matthew ထံမှ ဥပမာအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။ Fig 2.2

အန္တရာယ်	ထိလွယ်ရှလွယ်မှု	လက်ရှိစွမ်းရည်	လိုအပ်သောစွမ်းရည်
ဖမ်းဆီးခေါ်ဆောင်သွားခြင်း	တဦးတည်းနေထိုင်ခြင်း	အိမ်တွင်လုံခြုံရေးကောင်းခြင်း၊ ခြံစည်းရိုး၊ လုံခြုံရေးခေါင်းလောင်း၊ ကင်မရာ	ခြံစောင့်ခွေးထားရှိရန်
		အိမ်နီးချင်းများသည် သံသယရှိဖွယ်အချက်အလက်များ၊ ဖြစ်ရပ်များကို အမြဲစောင့်ကြည့်တတ်	ယခုတွင် ကျနော့်၏လုပ်ရှားမှုအားလုံး၏ အချိန်ဇယားကို လုပ်ဖော်ကိုင် ဖက်တဦးထံတွင် ထား ထားသည်။ အကယ်၍ အခြေအနေပိုဆိုးလာပါက ကျနော့်ရဲ့ဝမ်းကွဲတယောက်က ကျနော်နဲ့လာနေပြီး အပြင်သွားလည်း အတူသွားမယ်။
		အန္တရာယ်ရှိချိန်တွင် နေထိုင်ရန်အခြားနေရာများ	ကျနော်လုံခြုံနေကြောင်း သေချာစေရန် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် တနေ့ ၂ကြိမ် ဆက်သွယ်မည်။
ဖမ်းဆီးခံရခြင်း	မှားယွင်းသောတရားဆွဲဆိုမှုများကိုအသုံးချသည်။	ဥပဒေအသိပညာ	
		ညွှန်ကြားထားသောရှေ့နေ ***နှင့်လုပ်ဆောင် ရန် အသင့်ရှိနေ	လက်ကိုင်ဖုန်းကိုသိမ်းယူသွားပါကအဆင်ပြေစေရန် ရှေ့နေ၏ဖုန်းနံပါတ်ကို မှတ်ထားပါ။
		ရုံးနှင့်အိမ်တွင် နာမည်ပျက်စေမည့် အရာများရှိမနေခြင်း	
	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအခြေအနေ	ဆေးကုသခြင်း	အချိန်တိုင်း ဆေးကုသမှုရှိခြင်း

*** မှတ်ချက် - အချို့နိုင်ငံများတွင် ဖမ်းပြီးနောက် ဥပဒေဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများ ဆက်မပါလာတတ်ပါ။ ထိုနိုင်ငံမျိုးမှ ဖမ်းဆီးခံရရန်အခြေအနေရှိနေသော HRD တဦး၏အစီအစဉ်ကို အခန်း ၅ တွင်ကြည့်မည်။

အန္တရာယ်တခုချင်းစီနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ထိလွယ်ရှလွယ်မှုနှင့်စွမ်းရည်တို့ကို သင်စတင်စဉ်းစားရန်မှာ အရေးကြီးကြောင်း သင်တွေ့မြင်လာပါလိမ့်မည်။ ဥပဒေပြင်ပတွင် သင့်အားဖမ်းဆီးခေါ်ဆောင်ခြင်းခံခဲ့ရခြင်းဖြစ်ပါက ဥပဒေရေးရာအသိပညာသည် ဘာမှအသုံးဝင်နိုင်တော့မည်မဟုတ်ပဲ သင်၏အလုပ်ထဲတွင် အဖမ်းခံရခြင်းဖြစ်ပါက သင်၏အိမ်နီးချင်းကောင်းသည်လည်း ဘာအထောက်အကူမှရနိုင်တော့မည်မဟုတ်ပေ။

ထိလွယ်ရှလွယ်မှုနှင့်စွမ်းရည်တော်တော်များများတို့သည် မတူညီသောအန္တရာယ်များအတွက် ဆင်တူတတ်ကြ ပါသည်။ ထို့ကြောင့်လည်း မိနစ်အနည်းငယ်ယူပြီး သင်၏စာရင်းကိုပြန်လည်သုံးသပ်ကာ ထိလွယ်ရှလွယ်မှုဆင်တူသော အန္တရာယ်များကို တူရာစုပါ။

(သို့သော်လည်း သင်၏အခြားထလွယ်ရှလွယ်မှုများကိုစဉ်းစားရန် သို့မဟုတ် သိလာစေရန်မှာလည်း အရေးကြီးပါသည်။ သင်ရင်ဆိုင်နေရသော အန္တရာယ်အားလုံးအား သင်ဘယ်တော့မှ ကြိုတင်ပြီးသိနိုင်မည်မဟုတ်ပဲ ထို့ကြောင့်လည်း သင်၏ထိလွယ်ရှလွယ်မှုများအား အလုံးစုံလျှော့ချခြင်းသည် မည်သည့်ခြိမ်းခြောက်မှုပုံစံမျိုးကိုမဆို ဆန့်ကျင်နိုင်မည့် ပိုမိုအားကောင်းသော အခြေခံကို ပံ့ပိုးပေးပါလိမ့်မည်။)

HRD လည်းဖြစ် ရှေ့နေလည်းဖြစ်သော Anara Lbrayeva မှ ကာဇက်စတန်တွင် HRD များအား ဥပဒေကိစ္စများကိုပို့ချနေစဉ်

အန္တရာယ်များ၊ ထိလွယ်ရှလွယ်မှုများနှင့် စွမ်းရည်များကို အုပ်စုဖွဲ့ခြင်း

Fig 2.3

အန္တရာယ် အုပ်စု	အန္တရာယ်များ	ထိလွယ်ရှလွယ်မှု	လက်ရှိစွမ်းရည်	လိုအပ်သောစွမ်းရည်
အုပ်စု ၁				
အုပ်စု ၂				
အုပ်စု ၃				

ဥပမာ - ဤဥပမာသည် အချို့ထိလွယ်ရှလွယ်မှုများမှာ (စွမ်းရည်များရော) မတူသောအန္တရာယ်များတွင် ဆင်တူနေကြောင်း လက်တွေ့ပြရန်ဖြစ်ပါသည်။

Fig 2.4

အန္တရာယ် အုပ်စု	အန္တရာယ်များ	ထိလွယ်ရှလွယ်မှု	လက်ရှိစွမ်းရည်	လိုအပ်သောစွမ်းရည်
အုပ်စု ၁	ဖမ်းဆီးခေါ်ဆောင်ခြင်း စော်ကားခြင်း	တဦးတည်းနေခြင်း တဦးတည်းခရီးသွားခြင်း	ကိုယ်ပိုင်ကား	အလုပ်မှအသွားအပြန် လမ်းကြောင်း၊ ကားနှင့် သွားချိန်တို့ကို ပြောင်းလဲရန်အစီအစဉ်
အုပ်စု ၂	ဖမ်းဆီးခြင်း မဟုတ်မမှန်တံဆိပ်တပ်ခြင်း		ညွှန်ကြားထားသော ရှေ့နေနှင့်လုပ်ဆောင်ရန် အသင့်ရှိနေ ဥပဒေအသိပညာ ရုံးနှင့်အိမ်တွင်နာမည်ပျက်စေသော အရာများမရှိခြင်း	စာဖြင့်အသေရေဖျက်ခြင်း၊ နှုတ်ဖြင့်အသရေဖျက်ခြင်းတို့နှင့် ပတ်သက်ပြီး နောက်ထပ်ကျွမ်းကျင်သူ အသိပညာ

HRD များမှသတ်မှတ်သော အထွေထွေစွမ်းရည်အချို့(ထိုအရာများမရှိခြင်းသည်ထိလွယ်ရှလွယ်မှုများပင် ဖြစ်ပါသည်။) နှင့်ပတ်သက်ပြီး နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို အချပ်ပို ၄ တွင်တွေ့နိုင်ပါသည်။

ယခုသင့်တွင် အန္တရာယ်၊ ထိလွယ်ရှလွယ်မှု၊ စွမ်းရည်တို့အပေါ် ကျယ်ပြန့်သောလွှမ်းခြုံအမြင်ရှိပြီးဖြစ်ကာ ထိုအရာသည် မတူသောခြိမ်းခြောက်မှုများကို မည်သို့အဆင့်သတ်မှတ်မည်ဆိုသည်ကို စဉ်းစားရန်အသုံးဝင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

အန္တရာယ်မက်ထရစ် – အန္တရာယ်များ၏ ဖြစ်နိုင်ချေနှင့်သက်ရောက်မှုကိုစမ်းစစ်ခြင်း။

တခါတရံ HRD များသည် အန္တရာယ်ရှိသောအခြေအနေတွင် ကြာရှည်စွာနေထိုင်ရသည့်အခါမျိုး၌ သူတို့အတွက် နောက် ပြန်ဆုတ်ရန်နှင့် အခြေအနေသည် မည်မျှအမှန်တကယ်အန္တရာယ်ရှိသည်ကို စမ်းစစ်ရန် ခက်ခဲလှပါသည်။ HRD များ၏အ ခြေအနေများ ဆိုးရွားလာသည့်အခါတွင်လည်း အန္တရာယ်ကိုရှောင်ကျဉ်ရန်အတွက် မည်သည့်အဆင့်တွင် HRD များမှလုပ် ဆောင် မှု များစတင်မည်ဆိုသည်မှာ အမြဲတမ်းရှင်းလင်းမနေပေ။

ထိုအခြေအနေနှစ်မျိုးလုံးတွင် ကူညီထောက်ပံ့ပေးမည့် ကိရိယာသည် အန္တရာယ်မက်ထရစ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းကို သင်၏လုံခြုံရေးအစီအစဉ်ကိုရေးဆွဲရာတွင် ဒုတိယအဆင့်အနေဖြင့်အသုံးပြုပါသည်။ ၎င်းသည် သင်ရင်ဆိုင်ရသော အန္တရာယ်များမှ တဆင့် သင်စဉ်းစားနိုင်ရန်ကူညီပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ သို့မှသာ သင်သည် မြင့်တက်မလာနိုင်သောအန္တရာယ် သို့မဟုတ် ထိခိုက်မှု များစွာမဖြစ်စေနိုင်မည့် အန္တရာယ် တို့ကိုစဉ်းစားရန်အတွက် အချိန်ဖြုန်းရန်မလိုတော့ပေ။

"အန္တရာယ်ရှိသောအခြေအနေများတွင် အချိန် ကြာမြင့်စွာ နေထိုင်လာခဲ့သော HRDများသည် ပတ်ဝန်းကျင်ကပိုမို အန္တရာယ်များလာသည် ကို အမြဲတမ်းသိရှိ သတိထားမိ လေ့မရှိပါ။ သင်သည်မီးဖိုချက်ပြုတ်ထားသော အိုးထဲ မှ ဖားတကောင်၏ အခြေအနေနှင့်တူ နေနိုင် ပါသည်။ ဖားအားရေပူထဲသို့ထည့်လိုက် ပါက လျင် မြန်စွာခုန်ထွက်သွားလိမ့်မည်။ အကယ်၍ထိုဖားအား မီးဖိုထားသောအိုးထဲမှ ရေနွေး နွေးလေးထဲသို့ ထည့်လိုက်ပြီး ရေအား တဖြည်း ဖြည်းမီးပူတိုက်ပေးပါက ဖားသည်ပူ လာသည် ကိုမသိနိုင်တော့ပဲချက်ပြုတ်ခံလိုက် ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အစဉ်သဖြင့် အန္တရာယ်ကိုစမ်းစစ်မှုကို ဆက်တိုက်လုပ်ပေးနေ သင့်သည်။"

HRD အမေရိကား

ပထမအနေဖြင့် မေးခွန်း ၂ ခုမေးပြီး ဤအခန်းရှေ့ပိုင်းတွင် သင် သတ်မှတ်ထားသော အန္တရာယ်တခုချင်းစီ အားစဉ်းစားပါ။

၁) ထိုတည်ရှိနေသောအန္တာရယ်၏ဖြစ်နိုင်ချေကဘာလဲ။

၂) အကယ်၍ ထိုအန္တရာယ်များ တကယ်ဖြစ်လာခဲ့ပါက သင့်အပေါ်သက်ရောက်မှုကဘာလဲ။

ဖြစ်နိုင်ချေကိုဘယ်လိုစမ်းစစ်မလဲ။ ထိုအရာသည် အချက်အ လက်မဆန်သောခံစားစမ်းစစ်မှုဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း ဖိနှိပ်သည့်သမိုင်း ကြောင်း အပေါ်သင်၏တုန့်ပြန်မှုနှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူများအားအ ရေးယူလုပ်ဆောင်မှုများအပေါ် သင်အနေဖြင့် အခြေခံလိမ့်မည်ဖြစ်သည်။ ဆင်တူစွာပင် သက်ရောက်မှုအပေါ်သင်၏ စမ်းစစ်မှုမှာလည်း အချက်အ လက်မဆန်သော ခံစားစမ်းစစ်မှုပင်ဖြစ်မည်ဖြစ်သော်လည်း ဥပမာ အမျိုး သမီးနှင့် LGBTI HRD တို့ကဲ့သို့သော အချို့ HRD များမှာ အချို့အခြေအ နေတွင် ပိုမိုထိလွယ်ရှလွယ်သောကြောင့် အန္တရာယ်ပိုရှိနိုင်သည်ကို သတိရ လျက် သင်သည် သင်ကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် သင်၏အဖွဲ့အစည်းအား ထိခိုက် နိုင်မှုကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်ပါသည်။

ဟွန်ဒူးရပ်စ် မှ ဖာသာ Tomayo

လုပ်ဆောင်မှု

မိမိ၏အန္တရာယ်မက်ထရစ်

Fig 2.5 အောက်မှအန္တရာယ်မက်ထရစ်တွင် သင်၏အန္တရာယ်ကို ဖြစ်နိုင်ချေနှင့်သက်ရောက်မှု ရှုထောင့်မှ နေရာချပါ။ အောက်မှစာမျက်နှာသည် ဂျူယန် (ယခုအခန်း၏အစပိုင်းမှဖြစ်ရပ်တွင်ပါဝင်ခဲ့သူ) မှသူ၏အန္တရာယ်များအား မည်သို့နေရာချမည် ဆိုသည့်ဥပမာ ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ တည်ရှိနေသော အန္တရာယ်၏ဖြစ်နိုင်ချေသည်နိမ့်နေပြီး သက်ရောက်မှုကလည်းနိမ့်နေကာ သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်ချေကလည်း အလွန်နိမ့်နေပါက (သက်ရောက်မှုကမြင့်နေသော်လည်း) - ထိုနေရာများသည် မီးခိုးဖျော့ရောင်ကွက်များဖြစ်ပါသည် - ထိုအရာများသည် လက်ခံနိုင်သောအန္တရာယ်များဖြစ်သည်ဟု သင်စဉ်းစား ကောင်းစဉ်းစားမည်ဖြစ်ပြီး သင်၏သာမန်လုံခြုံရေး နည်းလမ်းများအားအသုံးချမည်ဖြစ်သည်။

ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော အန္တရာယ်အတွက် သို့သော်လည်း အလယ်အလတ်မှအမြင့်သက်ရောက်မှု (ဇယားမှ အလယ်အလတ်မီးခိုးရောင်အကွက်များ) ဖြစ်နိုင်ချေကိုလျှော့ချရန်အတွက် လုပ်ဆောင်ရန်အစီအစဉ်ကို သင်ရေးဆွဲနိုင်ပါသည်။

မြင့်မှအလွန်မြင့်သောသက်ရောက်မှုရှိသည့် အန္တရာယ်များအတွက် (မီးခိုးရင့်ရောင်အကွက်များ) လုပ်ဆောင်ရန် အစီအစဉ်ကို သင်ရေးဆွဲနိုင်ပြီး တခုစီအတွက်အရံအစီအစဉ်ကိုလည်းရေးဆွဲနိုင်ပါသည်။ ထိုကြောက်မက်ဖွယ်ဖြစ်ရပ် အမှန်တကယ်ဖြစ်လာခဲ့ပါက သက်ရောက်မှုကိုလျှော့ချရန်အတွက် ဘာလုပ်မည်ဆိုသည်ကိုဖြစ် ပါသည်။

ဂျူယန်၏အန္တရာယ်မက်ထရစ်

Fig 2.6

သက်ရောက်မှု					
				သတ်ဖြတ်မှု	
၅ အလွန်မြင့်				စော်ကားမှု	
၄ မြင့်					
၃ အလယ်အလတ်					
၂ နိမ့်			လုယက်မှု		
၁ အလွန်နိမ့်		ရုံးကိုတိုက်ခိုက် ခြင်း			
	၁ အလွန်နိမ့်	၂ နိမ့်	၃ အလယ်အလတ်	၄ မြင့်	၅ အလွန်မြင့်

ဖြစ်နိုင်ချေ

ရုံးအားတိုက်ခိုက်ခြင်း

အဖွဲ့သည်လူသိများပါသည် သို့သော်လည်း ရုံးသည်ရဲစခန်းအနီးတွင် တည်ရှိနေပါသည်။ ထို့ကြောင့် တိုက်ခိုက်ခံရနိုင်ချေ မရှိပါ။

လုယက်ခံရခြင်း

ထိုကိစ္စသည် ထိုနေရာတွင် အဖြစ်များပါသည်။ လူတိုင်းသည် တန်ဖိုးကြီးသော သို့မဟုတ် အကဲဆတ်သောပစ္စည်းကိရိယာများ၊ အချက်အလက်များ သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရင်းအမြစ်များကို ယူဆောင် မသွားရန် သတိကြီးကြီးထားတတ်ကြပါသည်။

ခေါ်ကားခံရခြင်း နှင့် သတ်ဖြတ်ခံရခြင်း

လူသိများသောလုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တဦး အသတ်ခံလိုက်ရသောအခါ ထိုအန္တရာယ်၏ဖြစ်နိုင်ချေသည် အလယ်အလတ်မှမြင့်သို့ တက်လာပါသည်။

အန္တရာယ်၊ သက်ရောက်မှုနှင့်ဖြစ်နိုင်ချေများကို စမ်းစစ်ခြင်းသည် သင်၏လုံခြုံရေးကို တိုးတက်ကောင်းမွန်ရန် လုပ်ဆောင်ရာတွင် အဓိကကျသောလုပ်ဆောင်မှုများဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လည်းစမ်းစစ်မှုကို အန္တရာယ်အမှန်တကယ် ဖြစ်လာနိုင်ချေအား လျော့ချနိုင်ရန်နည်းလမ်းများ (ဤနေရာတွင်လုပ်ဆောင်ရန်အစီအစဉ်ဟုခေါ်ပါသည်) ကိုကျင့်သုံးလုပ်ဆောင်မှု၊ အဆိုးဆုံး အခြေအနေအမှန်တကယ်ဖြစ်လာပါက ဘာလုပ်ရမည်ဟူသော အစီအစဉ် (အရံအစီအစဉ်) တို့ဖြင့်ကျားကန်ပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ လုပ်ဆောင်ရန်အစီအစဉ်နှင့်အရံအစီအစဉ် တို့သည် အခန်း ၅ တွင်ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုအရာများကိုလေ့လာကြည့်၍ မပြီး ခင်တွင် အန္တရာယ်ပုံသေ နည်း – ခြိမ်းခြောက်မှု၏ ဒုတိယအရာဝတ္ထုကို အလေးထားရပါလိမ့်မည်။