အစိုးရအဖွဲ့အစည်းများ၊ အမျိုးသမီးပြန်လည်ထူထောင်ရေးအဖွဲ့ အတွက် ပံ့ပိုးကူညီသည့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုဆိုင်ရာ အကြံပေးလမ်းညွှန်

အမျိုးသမီးများ အပေါ် ခြိမ်းခြောက်မှုများနှင့် ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းခြင်း

အမျိုးစုံလမ်း

၁။ အမျိုးသမီးများ ခံစားကြုံတွေ့ရနိုင်သော ခြိမ်းခြောက်မှုများ

အမျိုးသမီးများသည် ကိုယ်ပိုင်ဘဝများနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ခြင်း၊ ဝင်ငွေရှာဖွေခြင်း၊ ပညာသင်ကြားခြင်း၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရယူခြင်းနှင့် လူမှုရေးဆက်ဆံရေးများ ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့တွင် ကွဲပြားခြားနားသော အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည်။ ဤအခက်အခဲများသည် ယောကျ်ားလေးများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် ပတ်သက်သော အခက်အခဲများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း၊ ရာသီလာခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ လူမှုရေးအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်သည်။ ဥပမာ- ကလေးထိန်းသိမ်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ ဖြေရှင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၂။ အမျိုးသမီးများ ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရခြင်း

အမျိုးသမီးများသည် ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့ရသည့်အခါ ယောကျ်ားလေးများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့ရသည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးများသည် ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်စွမ်းသူများ ကဲ့သို့သော အားနည်းသူများကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ရသည့် တာဝန်ကို ယူကြရသည်။ ထို့ကြောင့် ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့ရသည့်အခါ အမျိုးသမီးများသည် ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်စွမ်းသူများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရသည့် တာဝန်ကို ယူကြရသည်။ ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့ရသည့်အခါ အမျိုးသမီးများသည် ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်စွမ်းသူများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရသည့် တာဝန်ကို ယူကြရသည်။

၃။ အမျိုးသမီးများ ခံစားကြုံတွေ့ရသော ဒဏ်ရာများ

အမျိုးသမီးများသည် ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့ရသည့်အခါ ယောကျ်ားလေးများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ဒဏ်ရာများ ခံစားကြုံတွေ့ရသည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးများသည် ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်စွမ်းသူများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရသည့် တာဝန်ကို ယူကြရသည်။ ဒုက္ခသောဘေးအန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့ရသည့်အခါ အမျိုးသမီးများသည် ကလေးများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ မသန်စွမ်းသူများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရသည့် တာဝန်ကို ယူကြရသည်။

၄။ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပြဿနာများ

ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပြဿနာများသည် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံများဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်သည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးများသည် ယောကျ်ားလေးများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံဖြင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုကြသည်။ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။

၅။ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဘဝကို ဂရုစိုက်ခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဘဝကို ဂရုစိုက်ခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်ဘဝများနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ခြင်း၊ ဝင်ငွေရှာဖွေခြင်း၊ ပညာသင်ကြားခြင်း၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရယူခြင်းနှင့် လူမှုရေးဆက်ဆံရေးများ ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့တွင် ကွဲပြားခြားနားသော အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည့် အမျိုးသမီးများ၏ ဘဝများကို ဆိုလိုသည်။ ဤအခက်အခဲများသည် ယောကျ်ားလေးများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် ပတ်သက်သော အခက်အခဲများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း၊ ရာသီလာခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ လူမှုရေးအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်သည်။ ဥပမာ- ကလေးထိန်းသိမ်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ ဖြေရှင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၆။ အခြေခံလိုအပ်ချက်များ ရရှိခြင်း

အခြေခံလိုအပ်ချက်များ ရရှိခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်ဘဝများနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ခြင်း၊ ဝင်ငွေရှာဖွေခြင်း၊ ပညာသင်ကြားခြင်း၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရယူခြင်းနှင့် လူမှုရေးဆက်ဆံရေးများ ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့တွင် ကွဲပြားခြားနားသော အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည့် အမျိုးသမီးများ၏ ဘဝများကို ဆိုလိုသည်။ ဤအခက်အခဲများသည် ယောကျ်ားလေးများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် ပတ်သက်သော အခက်အခဲများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း၊ ရာသီလာခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ လူမှုရေးအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်သည်။ ဥပမာ- ကလေးထိန်းသိမ်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ ဖြေရှင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၇။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပြဿနာများ

ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပြဿနာများသည် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံများဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်သည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးများသည် ယောကျ်ားလေးများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံဖြင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချကြသည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။

၈။ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပြဿနာများ

ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပြဿနာများသည် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံများဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်သည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးများသည် ယောကျ်ားလေးများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံဖြင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ကြသည်။ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။

၉။ ကဏ္ဍအသီးသီးတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း

ကဏ္ဍအသီးသီးတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်ဘဝများနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ခြင်း၊ ဝင်ငွေရှာဖွေခြင်း၊ ပညာသင်ကြားခြင်း၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရယူခြင်းနှင့် လူမှုရေးဆက်ဆံရေးများ ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့တွင် ကွဲပြားခြားနားသော အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည့် အမျိုးသမီးများ၏ ဘဝများကို ဆိုလိုသည်။ ဤအခက်အခဲများသည် ယောကျ်ားလေးများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် ပတ်သက်သော အခက်အခဲများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း၊ ရာသီလာခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ လူမှုရေးအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်သည်။ ဥပမာ- ကလေးထိန်းသိမ်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ ဖြေရှင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

၁၀။ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပြဿနာများ?

ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပြဿနာများသည် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံများဖြင့် ပေါ်ပေါက်လာနိုင်သည်။ ဥပမာ- အမျိုးသမီးများသည် ယောကျ်ားလေးများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ပုံစံဖြင့် ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာများကို ချမှတ်ကြသည်။ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပြဿနာများသည် ယောကျ်ားလေးများ၏ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပုံစံများကို အမျိုးသမီးများ နားမလည်ခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ ကဏ္ဍမဟာဗျူဟာ ပုံစံများကို ယောကျ်ားလေးများ နားမလည်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။

၁၁။ ကဏ္ဍအရေးပါမှုကို ပြသခြင်း

ကဏ္ဍအရေးပါမှုကို ပြသခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်ဘဝများနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ခြင်း၊ ဝင်ငွေရှာဖွေခြင်း၊ ပညာသင်ကြားခြင်း၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ရယူခြင်းနှင့် လူမှုရေးဆက်ဆံရေးများ ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့တွင် ကွဲပြားခြားနားသော အခက်အခဲများနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသည့် အမျိုးသမီးများ၏ ဘဝများကို ဆိုလိုသည်။ ဤအခက်အခဲများသည် ယောကျ်ားလေးများ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲများနှင့် ကွဲပြားခြားနားသည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် ပတ်သက်သော အခက်အခဲများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း၊ ရာသီလာခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။ အချို့သော အခက်အခဲများသည် အမျိုးသမီးများ၏ လူမှုရေးအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်သည်။ ဥပမာ- ကလေးထိန်းသိမ်းခြင်း၊ အိမ်ထောင်ရေးပြဿနာများ ဖြေရှင်းခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်သည်။

ဂဃနဏဇဃန ဇဈဲ ဟဈ်ဇနဈဈ်ဈ ဓမဈ်

- ဇဈဲ ဟဈ်ဇနဈဈ်ဈ ဇဈဲ ဟဈ်ဇနဈဈ်ဈ ဇဈဲ ဟဈ်ဇနဈဈ်ဈ