

မန်နေဂျာ လမ်းညွှန်

LDP

ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေးစင်တာများအတွက် အပိုင်းလိုက်ခွဲထားသော  
ဦးဆောင်မှုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အစီအစဉ်

ဘုတ်အဖွဲ့ချိန်ညှိရေးအစည်းအဝေး **BAM**

- ဦးဆောင်ရေး၊ စီမံရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး ၁
- ရည်ရွယ်ချက်ပစ်မှတ်၊ ရှုမြင်ချက်နှင့် စစ်ဆေးလေ့လာခြင်း ၂
- အဖွဲ့မှရင်ဆိုင်ရမည့် စိန်ခေါ်မှုနှင့် သိသာသည့်ရလဒ် ၃
- အာရုံစိုက်ခြင်းနှင့် အကြောင်းရင်းခံများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှု ၄

ဝင်ရောက်ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် လုပ်ဆောင်ချက် အစီအစဉ်

၅

- ချိန်ညှိလုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် စုဆောင်းခြင်း ၆
  - အသင်းအဖွဲ့ လိုက်လုပ်ဆောင်မှု၊ ဦးဆောင်မှုဆိုင်ရာ ကြိုးပမ်းမှု ၇
  - အသင်းအဖွဲ့များနှင့် ထိထိရောက်ရောက် ဆောင်ရွက်ခြင်း ၈
  - လှုံ့ဆော်ခြင်း ၉
  - အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ပြန်လည်စတင်ခြင်း ၁၀
- ဘုတ်အဖွဲ့ရလဒ်များတင်ပြခြင်း အစည်းအဝေး **BRP**



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE

**LEADERSHIP, MANAGEMENT  
& GOVERNANCE PROJECT**

Inspired Leadership. Sound Management. Transparent Governance.

ဦးဆောင်မှုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အစီအစဉ် ပံ့ပိုးရေးမှူး၏ လမ်းညွှန်ချက်မှ ထုတ်နှုတ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။

© ၂၀၀၉ ခုနှစ် ကျန်းမာရေး စီမံခန့်ခွဲမှုသိပ္ပံ အဖွဲ့အစည်း  
မူပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

မွမ်းမံပြင်ဆင်နေ့စွဲ မတ်လ ၂၀၁၄ခုနှစ်

လေ့ကျင့်ရေးမှူးများနှင့် ပံ့ပိုးရေးမှူးများသည် စီးပွားရေးအတွက်သုံးစွဲရန်မဟုတ်ပဲ ပါဝင်သူများအတွက်  
လေ့ကျင့်ခန်းများ၊ လိုအပ်သည့်တန်ဆာပလ္လာများ၊ လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် သင်ကြားပို့ချချက်များကို  
မိတ္တူကူးယူထားနိုင်သည်။ နိယာမပုံစံဖြင့် သို့မဟုတ် အခြားသော မည်သည့်ပုံစံမျိုးဖြင့် ဤစာအုပ်၏  
မည်သည့်အပိုင်းကိုမဆို ဘာသာပြန်ဆိုခြင်း၊ ထုတ်နှုတ်ခြင်း သို့မဟုတ် စီးပွားဖြစ်အသုံးပြုခြင်းပြုလုပ်လိုပါက  
စာတည်းမှူးထံမှ ရေးသားခွင့်ပြုချက်လိုအပ်သည်။

ကျန်းမာရေး စီမံခန့်ခွဲမှုသိပ္ပံ  
200 Rivers Edge Drive (မြစ် ၂၀၀ အစွန်လမ်း)  
Medford, Massachusetts 02155-5741 USA

တယ်လီဖုန်း - + ၆၁၇. ၂၅၀. ၉၅၀၀

ဖက်စ် - + ၁. ၆၁၇. ၂၅၀. ၉၀၉၀

အီးမေးလ် - [bookstore@msh.org](mailto:bookstore@msh.org)

ဝက်ဘ်ဆိုက် - [www.msh.org](http://www.msh.org)

ISBN 978-0-9819616-1-3

ဤစာအုပ်အတွက်ရန်ပုံငွေထောက်ပံ့ခြင်းကို အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ  
အမေရိကန်ပြည်နယ်အစိုးရဌာန(USAID) မှ ပူပေါင်းမှုဆိုင်ရာသဘောတူညီချက်အရ  
ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

AID - OAA-A-11-00015 ပါဝင်သည့်အကြောင်းအရာများမှာ ဦးဆောင်မှု အတွက်တာဝန်ဝတ္တရား၊

စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးစီမံကိန်းများ စသည်တို့ဖြစ်ပြီး ယင်းတို့သည် USAID သို့မဟုတ်  
အမေရိကန်ပြည်နယ်အစိုးရ၏ အမြင်များကို တိုက်ရိုက်ထင်ဟပ်စေခြင်းမဟုတ်ပါ။





# ICRC-LDP သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်းကဏ္ဍ ၅

## ဝင်ရောက်ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် လုပ်ဆောင်ချက် အစီအစဉ်

### ရည်ရွယ်ချက်

ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကိုဖော်ထုတ်ရန်နှင့် အဖွဲ့အား သိသာသောရလဒ်အသီးသီးသို့လမ်းညွှန်ပေးမည့် လုပ်ဆောင်ချက်အစီအစဉ်များကို လေ့လာဖန်တီးပါ။

### လေ့လာရေးအပိုင်း၏ ဦးတည်ချက်

- ဦးစားပေးချက်များကိုဖော်ထုတ်ခြင်း
- လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာအားထည့်သွင်းစဉ်းစားသောရှုထောင့်မှ ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို စိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း
- လုပ်ဆောင်ချက်အစီအစဉ်တစ်ခုအား ဖန်တီးတည်ဆောက်ခြင်း
- M&E လုပ်ငန်းစဉ်များအား လုပ်ဆောင်ချက်အစီအစဉ်နှင့် ပေါင်းစပ်ခြင်း

### သင်ယူရခြင်း၏ ဦးတည်ချက်

သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်းကဏ္ဍပြီးဆုံးသည့်အခါ ပါဝင်သူများသည် အောက်ပါတို့ကိုလုပ်ဆောင်လာနိုင်ပါလိမ့်မည်။

- ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကိုဖော်ထုတ်ရန် ဦးစားပေးချက်ကွန်ယက်ကို အသုံးပြုနိုင်ပါလိမ့်မည်။
- အတားဆီးမှုများ၏အကြောင်းရင်းခံများကို ဖြေရှင်းရန် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက် ၃ ခုမှ ၅ ခုထိ ဖော်ထုတ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။
- အတားဆီးမှုများကို ဖြေရှင်းရန်နှင့် သိသာသောရလဒ်ကို ရရှိစေရန် လုပ်ဆောင်ချက်များကို အသေးစိတ်ဖော်ပြပေးသော စိတ်ချရသည့် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွေး အစီအစဉ်တစ်ခုကို ပျိုးထောင် နိုင်ပါလိမ့်မည်။
- ပါဝင်သူ၏ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွေးစီမံကိန်းအတွက် M&E အစီအစဉ်ရပ်တစ်ခုကိုပြင်ဆင်လာနိုင်ပါလိမ့်မည်။

### သင်ယူလေ့လာရေးတွင်ပါဝင်သည့် အကြောင်းရာများနှင့် အချိန်ဇယား

သင်ယူလေ့လာရေးတစ်ခုလုံး၏ ကြာချိန် - ၄ နာရီ၊ ၃၅ မိနစ်

လုပ်ငန်းစဉ်	အချိန်
A. ကြိုဆိုခြင်း၊ အိမ်စာအား ပြန်လည်သုံးသပ်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်းကဏ္ဍများအား ခြုံငုံသုံးသပ်ခြင်း	မိနစ် ၃၀
B. ပြဿနာအကြောင်းရင်းများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များအား ခေါင်းချင်းချိတ် စဉ်းစားခြင်း	၁၅ မိနစ်
C. ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ ရှုထောင့်အရစိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း	၄၅ မိနစ်
D. ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာ ရှုထောင့်အရစိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း	၃၅ မိနစ်
ခေတ္တနားချိန်	၁၅ မိနစ်
E. ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်ကွန်ယက်ဇယား	၄၅ မိနစ်
F. လုပ်ဆောင်ချက်အစီအစဉ်တစ်ခုအား ပျိုးထောင်ခြင်း	၄၅ မိနစ်
G. လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီအစဉ်တစ်ခုအား ပြင်ဆင်ခြင်း	၄၅ မိနစ်
H. အိမ်စာနှင့်နိဂုံးချုပ်ခြင်း	၁၅ မိနစ်

## ပြင်ဆင်မှုများ

- ဤသင်ယူလေ့လာချိန်အတွက် မန်နေဂျာလမ်းညွှန် မှတ်စုများအား ဖတ်ပြပြီး လေ့ကျင့်ပါ။
- လိုအပ်သော ကားချပ်များကိုပြင်ဆင်၍မှတ်စုများအားလုံးကို မသန်စွမ်းသော ပါဝင်သူများလည်း ရယူအသုံးပြုနိုင်မည့် နမူနာပုံစံမိတ္တူများအပါအဝင် မိတ္တူကူးပါ။ (ဥပမာ ကြီးမားသော ပုံနှိပ်စာလုံး၊ မျက်မမြင်စာရေးစနစ်သို့မဟုတ် စာသင်နေစဉ်တွင် ကွန်ပျူတာများ၌ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ရန်အတွက် USB တွင် မှတ်စုများအားလုံးကို ထည့်ပေးထားခြင်း)။
- လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုလုံးကို သင်သေချာနားလည်သဘောပေါက်စေရန် ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ကို လက်တွေ့အသုံးပြုပါ။

## ပစ္စည်းများ

- ကားချပ်များ - ထောက်တိုင်နှင့် စာရွက်
- တိပ်ခွေ
- ရောင်စုံမှတ်များ
- ကပ်ခွာလို့ရသည့် မှတ်စုများ

## ပြင်ဆင်ထားသောကားချပ်များ

- သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်းကဏ္ဍ ၅ ၏ဦးတည်ချက်များနှင့် အချိန်ဇယား
- သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်း ၄ မှ အိမ်စာ
- ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားမှုဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်များ
  - ၁။) အယူအဆများထဲမှ မည်သည့်အရာကိုမျှ မဝေဖန်ပါနှင့်။
  - ၂။) ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားနေသည့်အချိန်အတွင်း အယူအဆများကို မဆွေးနွေးပါနှင့်။
  - ၃။) ဖန်တီးတီထွင်မှုရှိရှိ စဉ်းစားတွေးခေါ်ပါလိင်ကွဲပြားမှုအား တစ်ပေါင်းတည်း ဖြစ်စေရေး ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များ အခြေခံစနစ်ပါဝင်သော ကားချပ် (စ. ၅-၂၆)
- မသန်စွမ်းမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီးဘက်စုံထောင့်စုံကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းများမှ အဓိကခေါင်းစဉ် ၅ ခုပါဝင်သော ကားချပ် -  
မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာ အခက်ခဲပြဿနာများအား သိရှိသတိထားမိမှုများကို မြှင့်တင်ခြင်း၊ သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော နေရာထိုင်ခင်းများထောက်ပံ့ပေးခြင်း၊ သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော နေရာထိုင်ခင်းများအတွက် အသုံးစရိတ်လျာထားခြင်း၊ မသန်စွမ်းမှုများဆိုင်ရာရှုထောင့်အား စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့်အကဲဖြတ်ရေး အစီစဉ်များတွင်အသုံးပြုခြင်းနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီသာမကအဖွဲ့စည်းများနှင့်ပါ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း
- အလွတ်ထားထားသော ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ပါဝင်သော ကားချပ်နှစ်ခု(မှတ်စု ကိုကြည့်ပါစ. ၅-၂၅)
- ရည်ရွယ်ချက်ပစ်မှတ်၊ ဗျူဟာကျသောဦးစားပေးချက်များ၊ ရှုမြင်ချက်၊ လက်ရှိအနေအထား၊ သိသာသောရလဒ်နှင့် အဓိကအတားဆီးနှင့် ၎င်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေရာ အကြောင်းရင်းခံများ စသည်တို့ဖြင့်ဖြည့်စွက်ထားသော စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံ ကားချပ်
- အလွတ်ထားထားသော လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ် (မှတ်စုကိုကြည့်ပါ စ. ၅-၃၀)
- လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ရပ်ဆိုင်းရာ အလုပ်တာဝန်များ -
  - ၁။) ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုစီအား လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များစာရင်းအား ချရေးပါ။
  - ၂။) လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအတွက် လူတစ်ဦးစီအား တာဝန်ပေးပါ။

၃။) လုပ်ငန်းစဉ်အား လုပ်ဆောင်ရန်လိုအပ်သောရင်းမြစ်များကိုခန့်မှန်းချေတွက်ပါ။

၄။) လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအတွက် စတင်ရက်နှင့် အဆုံးသတ်ရက်များကိုညွှန်းဆိုဖော်ပြပါ။

၅။) သင့် အကြမ်းဖျဉ်း လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား အမြန်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပါ။

- ❑ လေ့လာစောင့်ကြည့်ရန်မှာ . . . ။ အကဲဖြတ်ရန်မှာ . . .
  - လေ့လာစောင့်ကြည့်ခြင်း - လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ခုအား အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရေးအားစီမံရန် အချိန်နှင့်အမျှ အညွှန်းကိန်းများ၏ ပြောင်းလဲသည့်အချက်များကို ပုံမှန် ခြေရာခံခြင်း။
  - အကဲဖြတ်ခြင်း - အဘယ်ကြောင့် ရလဒ်များကို ရရှိခဲ့သည်၊ မရရှိခဲ့ပါ ဆိုသည့်အကြောင့်ရင်းအား နားလည်ပြီး ရှင်းပြပေးခြင်း။
- ❑ အဘယ်ကြောင့် လေ့လာစောင့်ကြည့်ပြီး အကဲဖြတ်ဖို့လိုရပါသလဲ။
  - ကောင်းမွန်သော M&E (စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်းနှင့် အကဲဖြတ်ခြင်း) ကျင့်သုံးမှု၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရလဒ်များအားမှန်ကန်စွာ စောင့်ကြည့်လေ့လာ၊ တိုင်းတာပြီး ရှင်းလင်းပြသရန်ဖြစ်ပါသည်။
  - အကယ်၍ သင်တိုင်းတာမှုမပြုလုပ်လျှင် သင်မည်မျှတိုးတက်သွားသည်ကို သင်သိရှိရန်နှင့် ရှင်းပြရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။
- ❑ စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ရေးဆွဲမှုစာချုပ်ပါသော ကားချပ်(မှတ်စုကို ကြည့်ပါ စ. ၅-၃၂)

## မှတ်စုများ

- ❑ ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များအား သတ်မှတ်ရေးဆွဲခြင်း။ (နမူနာစာချုပ်) (စ. ၅-၂၄)
- ❑ ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များအား သတ်မှတ်ရေးဆွဲခြင်း။ (စာချုပ်အလွတ်) (စ. ၅-၂၅)
- ❑ လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ် (စ. ၅-၂၆)
- ❑ လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များ ဖြစ်လာနိုင်ခြေများ။ (စ. ၅-၂၈)
- ❑ မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာ ဘက်စုံ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း (စ. ၅-၂၉)
- ❑ အဖွဲ့အတွက် လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်(စ. ၅-၃၀) လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ခု၏ အရည်အသွေးအား အမြန်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပါ (စ. ၅-၃၁)
- ❑ စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ဆွဲခြင်းစာချုပ် (စ. ၅-၃၂)

## အိမ်စာ

လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား စတင်အကောင်အထည်ဖော်ပါ။

## လုပ်ငန်းစဉ် A.

သင်ကြားလေ့လာရေးအပိုင်း ၄ နှင့် အပိုင်း ၅ အတွက် ဦးတည်ချက်များမှ သင်ယူလေ့လာရသည်များနှင့် အိမ်စာများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။

ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် ပြီးခဲ့သည့် သင်ကြားလေ့လာရေးအပိုင်းအတွင်း ပါဝင်သူများမည်သည်တို့ကို လေ့လာခဲ့သည်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပေးပြီး လက်ရှိသင်ကြားရေးအပိုင်း၏ ဦးတည်ချက်များကို ရှင်းပြပေးသည်။



### ကြာချိန်

မိနစ် ၃၀



### ပစ္စည်းများ

- ☐ ပြင်ဆင်ထားသောကားချပ် - သင်ယူလေ့လာရေး အပိုင်း ၅ မှ ဦးတည်ချက်များနှင့် အချိန်ဇယား
- ☐ ကားချပ် - သင်ယူလေ့လာရေး အပိုင်း ၄ မှ အိမ်စာများ



### လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။ သင်ယူလေ့လာရေး အပိုင်း ၄ တွင်ပါဝင်သည့်အကြောင်းရာများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း။ ( ၁၀ မိနစ်)

လူများပိုမိုပါဝင်သော အုပ်စုအလိုက် -

ပြောပါ ICRC-LDP အပိုင်း ၅ ကို ကျွန်တော်တို့ သင်တော့မည်ဖြစ်သည်။ မစတင်ခင် အပိုင်း ၄ ကို ကျွန်တော်တို့ ပြန်လည်သုံးသပ်ကြပါစို့

မေးမြန်းပါ - အပိုင်း ၄ တွင် ကျွန်တော်တို့ ဘာကိုလေ့လာခဲ့ပါသလဲ။

☞ အပိုင်း ၄ တွင် အဓိကသင်ယူခဲ့ရသည်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်ကိုပြုလုပ်ကာ ကားချပ်ပေါ်တွင် မှတ်စုများ ပြုလုပ်ပါ။

မေးမြန်းပါ - ဤလုပ်ငန်းစဉ်၏ ယခုနေရာတွင် တစ်စုံတစ်ဦးမှ မေးခွန်းများရှိကြပါသလား။

အဆင့် ၂။ သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်း ၅ အတွက် ခြုံငုံသုံးသပ်ချက်နှင့် လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ဆင့်။ (၅ မိနစ်)

☞ သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်းကဏ္ဍ ၅ ဦးတည်ချက်များနှင့်အချိန်ဇယားပါသော ကားချပ်အား ပြသပါ။

ဆွေးနွေးပိုင်း၏ ဦးတည်ချက်များနှင့် အချိန်ဇယားအား ပြန်လည်သုံးသပ်ပြီး ပါဝင်သူများအား ကျယ်ကျယ်ဖတ်ပြပါ။

အဆင့် ၃။ အိမ်စာများနှင့်ပတ်သက်ပြီး ပြန်လည် အစီရင်ခံပါ။ (၁၅ မိနစ်)

☛ သင်ယူလေ့လာရေးအပိုင်း ၄ မှ အိမ်စာများပါသော ကားချပ်အား ပြသပါ။ ကျယ်ကျယ်အော်ဖတ်ပြပါ။

စုံညီစွာတက်ရောက်ကျသော ဆွေးနွေးပိုင်းတွင် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီအား အကြောင်းရင်းခံစိတ်ဖြာသုံးသပ်မှုကို ပံ့ပိုးပေးရေးအတွက် ၎င်းတို့မှစုဆောင်းထားသော ဒေတာများကို တင်ပြပေးရန် တောင်းဆိုပါ။

☛ အစီရင်ခံထားသောအကြောင်းရင်းခံတစ်ခုစီအကြောင်း မှတ်စုများပြုလုပ်ပြီး ယင်းအကြောင်းရင်းခံများကို ဖြေရှင်းကိုင်တွယ်ရန် ကြားဝင်လုပ်ဆောင်မှုများကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ရေးဆိုင်ရာ နောက်ပိုင်းလုပ်ဆောင်မှုများအတွက် သိမ်းဆည်းထားပါ။

## လုပ်ငန်းစဉ် B.

အကြောင်းရင်းခံများကို ဖြေရှင်းရန် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားခြင်း။

ယင်းလေ့ကျင့်ခန်းသည် အတားဆီးမှုများ အကြောင်းရင်းခံများကိုကျော်ဖြတ်ရေးနှင့် သိသာသည့်ရလဒ်များရရှိရေးတို့အတွက် ပါဝင်သူများအား ဆိုင်ရာဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန် အထောက်အကူပြုလိမ့်မည်။



## ကြာချိန်

၁၅ မိနစ်



## ပစ္စည်းများ

- ❑ အပိုင်း ၄ အိမ်စာများမှဒေတာများက ဖော်ပြပေးသောအကြောင်းရင်းခံများပါဝင်သော ကားချပ်
- ❑ ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားခြင်းဆိုင်ရာလမ်းညွှန်ချက်များပါဝင်သော ကားချပ်
  - ၁။) အယူအဆများထဲမှ မည်သည့်အရာကိုမျှ မဝေဖန်ပါနှင့်။
  - ၂။) ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားနေသည့်အချိန်အတွင်း အယူအဆများကိုမဆွေးနွေးပါနှင့်။
  - ၃။) ဖန်တီးတီထွင်မှုရှိရှိ စဉ်းစားတွေးခေါ်ပါ။



## လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။

ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားခြင်းဆိုသည့် စနစ်အား ရှင်းပြပါ။ (၅ မိနစ်)



ပြီးခဲ့သည့် လုပ်ငန်းစဉ်မှ ဒေတာများက ထောက်ပံ့ပေးသော အကြောင်းရင်းခံများပါဝင်သော ကားချပ်အားပြသပါ။ ယင်းတို့အား ကျယ်ကျယ်အော်ဖတ်ပြရန် မမေ့ပါနှင့်။

ပြောပါ -

အပိုင်း ၄ တွင် ကျွန်တော်တို့ရှာဖွေခဲ့သော အကြောင်းရင်းခံများကို ဒေတာများဖြင့် ဖော်ပြပေးထားကြောင်းကို ယခုအတည်ပြုပြီးဖြစ်ပါ၍ သင်လိုလားရာ သိသာသည့် ရလဒ်အား ရရှိနိုင် ပိုမိုနီးစပ်လာစေရန် အဓိကသော့ချက်ဖြစ်မည့် အဆင့်မြင့် လုပ်ငန်းစဉ်များအချို့ကို ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားရမည့်အချိန်ကျပြီဖြစ်သည်။

ပြောပါ -

ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားခိုင်းခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ သင့်အဖွဲ့အား ရှေ့ဆက် တိုးတက်မှုများ ဖြစ်စေရေးအတွက် အထောက်အကူပြုမည့် ဆန်းသစ်သောအတွေးအခေါ်များ ဖန်တီးပေးရန် ဖြစ်သည်။

ယင်းဖြစ်စဉ်တစ်လျှောက်လုံးတွင် အဖွဲ့ဝင်များအားလုံးသည် တက်ကြွစွာပါဝင်လုပ်ဆောင်သင့်သည်။ ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး စည်းမျဉ်းအနည်းငယ်ရှိပါသည်။



ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားခြင်းဆိုင်ရာလမ်းညွှန်ချက်များပါသော ကားချပ်အားပြသ ပြီး၎င်းတို့ကို ကျယ်ကျယ်ဖတ်ပြပါ။

ပြောပါ

ဖန်တီးတီထွင်နိုင်စွမ်းရှိရန်နှင့် အောက်မြင်အောင်ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိစေရန်ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားရေး ကဏ္ဍတွင်ပါဝင်သူများသည် အောက်ပါစည်းမျဉ်းများကို လိုက်နာရမည်ဖြစ်သည်။

- ၁။) အယူအဆများထဲမှ မည်သည့်အရာကိုမျှ မဝေဖန်ပါနှင့်။
- ၂။) ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားနေသည့်အချိန်အတွင်း အယူအဆများကိုမဆွေးနွေးပါနှင့်။
- ၃။) တီထွင်ဆန်းသစ်မှုရှိရှိ စဉ်းစားတွေးခေါ်ပါ။



အဆင့် ၂။

ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို ခေါင်းချင်းရိုက်စဉ်းစားပါ။ (၁၀ မိနစ်)

## ပြောပါ

တစ်ဦးချင်းစီအလိုက် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့၏ လိုလားရာ သိသာသောရလဒ်နှင့် ပြဿနာအကြောင်းရင်းခံ များကို တွေးတောပါ။

ယင်းပြဿနာရပ်များအား ကျော်ဖြတ်နိုင်ပြီး သင်တို့လိုလားရာ သိသာသောရလဒ်အားရရှိနိုင်စေရန် ကျွန်တော်တို့ ဆောင်ရွက်ရမည့် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို ချရေးရန် အချိန် ၂မိနစ်ခန့် လူတိုင်းယူရမည်။ အဆင်သင့်ဖြစ်သည့်အခါ ကားချပ်ပေါ်တွင် ကျွန်တော်တို့ ခေါင်းချင်းရိုက် စဉ်းစားနိုင်သည်။

စုံညီဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်သူတစ်ဦးစီအား သူ သို့မဟုတ် သူမ၏အတွေးအခေါ်အယူအဆများကို မျှဝေပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။

☞ ကားချပ်ပေါ်တွင် အတွေးခေါ်များအားလုံးအကြောင်း မှတ်စုပြုလုပ်ပါ။ ဆင်ဆင်တူသည့်အယူအဆများအား တစ်စုတည်းပေါင်းစည်းပြီး ယင်းအယူအဆများကို အဖွဲ့များနှင့်အတူဆွေးနွေးပြီးပြောင်းလဲရန် လက်တွေ့မကျသော သို့မဟုတ် အရေးမကြီးသော အယူအဆများကို အဆုံးသတ်ပစ်ပါ။ စာရင်းပြုမူတွင် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက် ၃ ခုထက် မပိုစေရန် လျော့ချပေးပါ။

☞ လုပ်ငန်းစဉ် E တွင် ထပ်မံအသုံးပြုရန် ဤကားချပ်အားသိမ်းဆည်းထားပါ။

လုပ်ငန်းစဉ် C.

ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို လိင်ကွဲမှုဆိုင်ရာရှုထောင့်အရစိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း

ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များသည် ယောက်ျား၊မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးအပေါ်တွင် အပြုသဘောဆောင်သော အကျိုးသက်ရောက်မှု သို့မဟုတ် အဖျက်သဘောဆောင်သောအကျိုးသက်ရောက်မှုတစ်ခု မည်ကဲ့သို့ရှိနေကြောင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး အများသတိပြုမိအောင် ပြုလုပ်ပြီး ယင်းသို့ရှိမှုအားအသုံးပြုပြီး ယောက်ျား၊ မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးအား ပံ့ပိုးပေးသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များကို ရွေးချယ်ပါ။

ကြာချိန်

၄၅ မိနစ်

ပစ္စည်းများ

- မှတ်စု - လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေးဆင့်ကဲပြောင်းလဲသည့်အချက်များ အခြေခံစနစ် (စ. ၅-၂၆)
- မှတ်စု - လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာဆင့်ကဲပြောင်းလဲသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များ ဖြစ်လာနိုင်ခြေများ (စ. ၅-၂၈)
- လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ်

လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။ လိင်ကွဲပြားမှုအား တစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ်အားရှင်းပြပါ။ (၁၅ မိနစ်)

☞ လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များ အခြေခံစနစ်ပါဝင်သော ကားချပ်အား ပြသပါ။

ပြောပါ - အပိုင်း ၄တွင် လိင်ကွဲပြားမှုအကြောင်းရပ်များသည် ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေး စင်တာ၏ ဝန်ဆောင်မှုများ အား ထောက်ပံ့ရေးနှင့်အသုံးပြုမှုတို့အား မည်သို့မည်ပုံ အကျိုးသက် ရောက်မှုရှိကြောင်းကျွန်တော်တို့ ဆွေးနွေးပြီး ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ အကြောင်းရင်း စိတ်ဖြာသုံးသပ်မှု အားပြုလုပ်ပြီးသည့်အခါစိတ်ဖြာသုံးသပ်ရေး ဆိုင်ရာ အတားဆီးပြဿနာများသည် မူဝါဒ၊ လုပ်ထုံးများ၊ ကျန်းမာရေးထောက်ပံ့သူများနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုရယူ သူများ စသည်တို့နှင့် ဆက်နွှယ်နေပါက လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာအကြောင်းရပ်များသည် မည်ကဲ့သို့ တစ်ခုပြီးမှတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ကြောင်းနှင့်ထည့်သွင်း စဉ်းစားရန် အရေးကြီးကြောင်း ကျွန်တော်တို့ လေ့လာသိရှိပြီးလည်းဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာတန်ဖိုးများနှင့် ယုံကြည်ချက်များသည် ကျွန်တော်တို့ တွေးဆပုံနှင့်လုပ်ဆောင် ပုံ တို့အား အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိစေပြီး ယောက်ျား၊ မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးဆိုင်ရာနောက်ဆက်တွဲ အကျိုးရလဒ် များလည်းရှိပါသည်။ ယင်းလွှမ်းမိုးမှုကို ကျွန်တော်တို့ သတိမမူမိသည့်အခါနှင့် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာရှုထောင့်မှ မဟုတ်ပဲ ဆုံးဖြတ်ချက်များပြုလုပ်သည့်အခါ သို့မဟုတ် ပိုဆိုးသည်မှာ ကျွန်တော်တို့၏ ဦးတည်ချက်များကို ရရှိစေရန် ယောက်ျား၊ မိန်းမ လိင်ကွဲနှစ်ရပ်အား မညီမျှမှုကို တမင်တကာအသုံးပြုသည့်အခါ ပြဿနာဖြစ် ပေါ်တတ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းများကို ရွေးချယ်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ကျွန်တော်တို့ လိင်ကွဲပြားမှု အကြောင်း ရပ်ကို သတိမမူမည်ဖြစ်ပြီး ယောက်ျား၊မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးအားပံ့ပိုးပေးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများကိုရွေးချယ်ဖို့ လိုသည် သို့မဟုတ် အနည်းဆုံး ယောက်ျား၊မိန်းမမညီမျှမှုအား ပံ့ပိုးထောက်ပံ့မှုမပြုရန် သို့မဟုတ် အလိုတူအလိုပါ မဆောင်ရွက်မိစေဖို့ လိုပါသည်။

ပြောပါ - ဤလိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေးဆင့်ကဲပြောင်းလဲသည့်အချက်များအခြေခံစနစ်ကို စိတ်ဖြာသုံးသပ် ရအောင်။

ဤအခြေခံစနစ်အားအရ စင်တာတွင် လိင်ကွဲပြားမှုသည် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာအပြုအမူများကို မည်ကဲ့သို့အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိကြောင်းနှင့် ကျွန်တော်တို့၏ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများသည် ယောက်ျား၊ မိန်းမ

တန်းတူဖြစ်ရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးများအားမည်ကဲ့သို့အကျိုးပြုနိုင်ကြောင်း စသည်တို့ကို နားလည်သိရှိခြင်းဖြင့် ကျွန်တော်တို့သည် လုပ်ငန်းစဉ်များအား အစီစဉ်ရပ်များရေးဆွဲနေသည့်အခါ ယင်းလိင်ကွဲပြားမှုကို သတိမမူမိစေရေး ဦးတည်ချက်ထားရှိပါသည်။

ထိပ်ဆုံးတွင် လိင်ကွဲပြားမှုအကြောင်းရပ်အား လျစ်လျူရှုသည့်လုပ်ရပ်နှင့် ယင်းတို့မှယောက်ျား၊ မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးများအပေါ်မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိကြောင်းကို သတိမပြုလုပ်ငန်းစဉ်များ အဆိုပြုခြင်း စသည် လုပ်ရပ်တို့ကို ရှောင်ကြဉ်သည့် သဘောထားရှိပါသည်။

မြားများအရ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းများ။ လုပ်ငန်းစဉ်များ အမျိုးအစားသုံးမျိုးရှိပြီး ၎င်းတို့ ယောက်ျား၊ မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေး အပေါ်မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိကြောင်းအပေါ်မူတည်ပြီး ကွဲပြားသွားခြင်းဖြစ်သည်။ မမျှမတဆက်ဆံသည့်၊ "ထောက်ပံ့မှုပေးလိုသည့်" သို့မဟုတ် "အသွင်ကူးပြောင်းပေးသည့်" ကြားဝင် ဆောင်ရွက်ခြင်းများ။ လုပ်ငန်းစဉ်များဖြစ်ကြသည်။

🗨 လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေးဆင့်ကဲပြောင်းလဲသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ်မှတ်စုအား ဝေပေးပြီး မသန်စွမ်းသူများပါ အသုံးပြုနိုင်စေမည့် မိတ္တူများလည်း ရရှိနိုင်စေရန် အသေချာဆောင်ရွက်ပေးပါ။ ပါဝင်သူများအား အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုချက်များအား ကျယ်ကျယ်ဖတ်ခိုင်းပါ။ ပြီးနောက် ရှင်းပြခြင်းဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီပေးပါ။

ပြောပါ

ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုအမျိုးအစားများ တဖြည်းဖြည်းဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားပါသည်။ ယင်းကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများအား စီစဉ်ပုံဖော်ရာတွင်၊ အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင်နှင့် အကဲဖြတ်ခြင်း စသည်တို့တွင်လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ စံနှုန်းများနှင့် မညီမျှမှုများကို ၎င်းဆောင်ရွက်ချက်များမှ ဖြေရှင်းသည့် ပုံစံများအရ ကွဲပြားသွားခြင်း ဖြစ်သည်။

လိင်ကွဲပြားမှုကိုလစ်လျူရှုသောကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ။ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာစံနှုန်းသတ်မှတ် ချက်များနှင့် မညီမျှသော အာဏာရေးရာခွဲဝေမှုများသည် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများကိုအောင်မြင်စွာ အကောင်အထည်ဖော်ရေး အား မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်သည် သို့မဟုတ် လိင်ကွဲပြားမှု အပေါ် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များသည် မည်ကဲ့သို့အကျိုး သက်ရောက်ကြောင်း စသည်တို့ကို ဦးစားပေး စဉ်းစားခြင်း မပြုပါ။

လိင်ကွဲပြားမှုကိုသတိမမူသောကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ။ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် စီစဉ်ပုံဖော်နေသည့်အချိန်နှင့် အကောင် အထည်ဖော်နေသည့်အတောတွင်း ကြိုတင်မျှော်မှန်းထားသော လိင်ကွဲပြားမှုနှင့် ဆက်သွယ်သည့် အကျိုးရလဒ်များကို စစ်ဆေး၊ ကိုင်တွယ်ပေးသည်။

လိင်ကွဲပြားမှုအလိုက်မမျှမတဆက်ဆံခြင်း သည် ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်မဖြစ်သည့် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ သမားရိုးကျ စံနှုန်းများနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာကြားဝင်ဆောင်ရွက်ရေး ဦးတည်ချက်များကို ရရှိစေရန်အတွက် အာဏာပေးအပ်မှုမညီမျှခြင်း တို့ကိုအသုံးပြုပြီး ကိုယ်ကျိုးရှာ အမြတ်ထုတ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

လိင်ကွဲပြားသူများအားပံ့ပိုးကူညီလိုသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းများသည် လိင်ကွဲပြားမှုအပေါ် သမားရိုးကျ စံနှုန်းများနှင့် မညီမျှမှုများ၏ ကဏ္ဍကို သတိမမူပြီး ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်ဖြစ်သည့်လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဖန်တီးပျိုးထောင်ရန်ကြိုးပမ်းခြင်းဖြစ်ပြီး အာဏာခွဲဝေမှုဆိုင်ရာမညီမျှမှုများအတွက် ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်း လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ အသွင်ကူးပြောင်းသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းများသည် ပြောင်းလဲရန်မလွယ်ကူသည့် လိင်ကွဲပြားမှုအပေါ် သမားရိုးကျစံနှုန်းများနှင့် အာဏာရေးရာမညီမျှမှုများကို စစ်ဆေးမေးခွန်းထုတ်ပြီး ပြောင်းလဲရန်ကြိုးပမ်းခြင်းဖြစ်သည်။ ကျန်းမာရေး ဆိုင်ရာ၊ လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာနှင့် ယောက်ျား၊ မိန်းမတန်းတူ ဖြစ်ရေးဆိုင်ရာ ဦးတည်ချက်များကို ရောက်ရှိစေနိုင်မည့် နည်းလမ်း တစ်သွယ်ပင်ဖြစ်သည်။

ပြောပါ -

လိင်ကွဲပြားမှုကိုသတိမမူသောကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ အား လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာနှင့်ပတ်သက်ပြီးထောက်ပံ့မှုပေးလိုသည့် သို့မဟုတ် အသွင်ကူးပြောင်းပေးသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများနှင့်အညီ စီစဉ်ပုံဖော် သတ်မှတ်ရန် မျှော်လင့်သည်။ ကျွန်တော်တို့ ၏ အားသစ်လောင်းပေးသော ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေးစင်တာမှဝန်ဆောင်မှုများအဓိကပန်းတိုင်မှာ လိင်ကွဲပြားမှု ဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ သမားရိုးကျသတ်မှတ်ချက်များမှသည်ယောက်ျား၊မိန်းမတန်းတူ ဖြစ်ရေးနှင့်ပါဝင်ရေးခွင့် ရရှိရေး အဖြစ်ဆီသို့ အသွင်ကူးပြောင်း နေစဉ် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုရယူသူလူနာများ လွယ်ကူစွာသွားလာလှုပ်ရှားနိုင်မှုကို တိုးမြှင့်ပေးရန်ဖြစ်သည်။ လိင်ကွဲပြားမှု အလိုက်မမျှမတဆက်ဆံသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများသည် လိင်ကွဲပြားမှုကို တစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေးအတွက် လက်မခံနိုင်ဖွယ်ရာလုပ်ဆောင်မှု တစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

မေးမြန်းပါ

- သင့်ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ဆိုရသော် လိင်ကွဲပြားမှုအားလစ်လျူရှုသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ ကျွန်တော်တို့ကို သာဓကတစ်ခုလောက်ပေးနိုင်မလား။

ပါဝင်သူတစ်ယောက်နှစ်ယောက်အား ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်အားရှင်းပြရန် အခွင့်ပေးပြီး လိင်ကွဲပြားမှု အားလပ်လူမှုသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်၏ ဥပမာတစ်ခုကို ပေးခိုင်းပါ။ အကယ်၍ ၎င်းတို့ တစ်ခုမှ ရှာမတွေ့ခဲ့လျှင် ဥပမာတစ်ခုအား အဆိုပြုပေးရန် အသင့်ရှိနေပါစေ။ "ခေါင်းပုံဖြတ်သည်"၊ "ထောက်ပံ့ကူညီပေးလိုသည်" သို့မဟုတ် "အသွင်ကူးပြောင်းပေးသည်" ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းများ။ လုပ်ငန်းစဉ်များအားရှင်းပြရန် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုတည်းကို ထပ်ခါထပ်ခါ ဆောင်ရွက်ပါ။

အဆင့် ၂။ အနာဂတ်တွင်ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသည့်နမူနာများကို လိင်ကွဲပြားမှုများအားတစ်ပေါင်းတည်း ဖြစ်စေရေးဆွဲကဲပြောင်းလဲသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ်အပေါ်မူတည်ပြီး ခွဲခြားသတ်မှတ်ပါ။ (မိနစ် ၂၀)

☛ လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်း ဖြစ်စေရေးဆွဲကဲပြောင်းလဲသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့်ပတ်သက်ပြီးအနာဂတ်တွင်ဖြစ်နိုင်ချေရှိသည့် နမူနာများ မှတ်စုအား ဝေပေးပြီးမသန်စွမ်းသူများပါ အသုံးပြုနိုင်စေမည့် မိတ္တူများလည်း ရရှိနိုင်စေရန် အသေချာဆောင်ရွက်ပေးပါ။ ပါဝင်သူများအား ၎င်းကို ဖတ်ပြရန်နှင့် လိင်ကွဲပြားမှုများအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆွဲကဲပြောင်းလဲသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များ အခြေခံစနစ်နှင့် အညီ ခွဲခြားသတ်မှတ်ခိုင်းပါ။

၁၀ မိနစ်ပြီးနောက် ၎င်းတို့အား မျှဝေပေးရန် တောင်းဆိုပါ။

**မေးမြန်းပါ -** လိင်ကွဲပြားမှုများအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆွဲကဲပြောင်းလဲသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များ၏ မည်သည့် နေရာနှင့် အနာဂတ်တွင်ဖြစ်နိုင်သည့် ဖြစ်ရပ်တစ်ခုစီက အပ်စပ်ကိုက်ညီမှုရှိပြီး အဘယ်ကြောင့် ကိုက်ညီရပါသလဲ။

ပါဝင်သူများအားလုံးကို ဖြစ်ရပ်တစ်ခုပြီးတစ်ခုအား စိတ်ဖြာသုံးသပ်မှုအား မျှဝေရန် အခွင့်အရေးပေးပြီး လိုအပ်ပါက တုန့်ပြန်ဝေဖန်ချက် များပေးပါ။

အဆင့် ၃။ လိင်ကွဲပြားမှုများအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆွဲကဲပြောင်းလဲသည့်အချက်များ အခြေခံ စနစ်အပေါ်မူတည်ပြီး အဖွဲ့၏ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များကို စိတ်ဖြာသုံးသပ်ပါ (၁၀ မိနစ်)

သင်ရင်ဆိုင်ရမည့် စိန်ခေါ်မှု၏ အကြောင်းရင်းခံများကိုဖြေရှင်းရန် ရွေးချယ်ထားသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များစာရင်းကို စိတ်ဖြာသုံးသပ် ပေးရန်နှင့် ယင်းတို့အား "မမျှမတဆက်ဆံသော" "ပုံပိုက်ကူညီပေးလိုသော" သို့မဟုတ် "အသွင်ကူးပြောင်းပေးသော" စသည့်ခေါင်းစဉ်များအဖြစ် ခွဲခြားသတ်မှတ် ပေးရန် အဖွဲ့အားတောင်းဆိုပါ။

**မေးမြန်းပါ -** ယင်းစာရင်းထဲတွင် လိင်ကွဲပြားမှုပြဿနာရပ်များကို လစ်လျူရှုသောကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်တစ်ခုခုကို သင်တွေ့ပါသလား။ မည်သည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် အဘယ်ကြောင့်ဆိုသည်ကို သင်ရှင်းပြနိုင်မလား။

အဆိုပြုထားသောခွဲခြားသတ်မှတ်မှုအား နားထောင်ပြီး လိုအပ်ပါက အမှန်ပြင်ပေးပါ။အောက်ပါအချက်များကိုပြောပြပြီး လိင်ကွဲပြားမှုအားထည့်သွင်းစဉ်းစားသော ရှုထောင့်မှနေ၍ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ၏ အရေးပါပုံအား အားပေးထောက်ခံရင်း ယင်းကဏ္ဍအား နိဂုံးချုပ်လိုက်ပါ။

## ပြောပါ

အောက်ပါအပိုင်းကဏ္ဍတွင် ကျွန်တော်တို့ ရင်ဆိုင်ရမည့် စိန်ခေါ်မှု၏အကြောင်းရင်းခံများကို ဖြေရှင်း ကိုင်တွယ်ပေးမည့် ဦးစားပေး ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များကို ရွေးချယ်ကြမည်ဖြစ်သည်။ ယင်းတွင် လိင်ကွဲပြားမှုအား တစ်သားတည်းဖြစ်စေရေးဆိုင်ရာ ဆွဲကဲ ပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များတွင်မည်သည့်အချက်၌ အဆိုပြုထားသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်တစ်ခုစီသည် ကိုက်ညီမှုရှိကြောင်းကို စိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း လည်း ပါဝင်မည်ဖြစ်သည်။

ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး၏ အခြေခံအကျဆုံးစည်းမျဉ်းများသည် အများအား "ထိခိုက်မှုမဖြစ်စေရ"ဟုပြီး သတ်မှတ်ထားသည့်အတွက် လိင်ကွဲပြားမှုအလိုက်မမျှမတဆက်ဆံသည့် လုပ်ငန်းစဉ်များကို မရွေးချယ်မိရန် ကျွန်တော်တို့ သတိမူရမည်ဖြစ်သည်။

ဖြစ်နိုင်ပါက ကျွန်တော်တို့သည် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာသမားရိုးကျစံနှုန်းများအား ပြောင်းလဲသည့် အသွင်ကူးပြောင်းရေးအစီစဉ်ရပ် များသို့ ရှေ့ဆက်အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ပေးမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များကို ရွေးချယ်ကြမည်ဖြစ်ပြီး ဤသို့ဖြင့် တည်ရှိနေသောစိန်ခေါ်မှု ဖြစ်သည့် လိင်ကွဲပြားမှုအရမည်မျှမှုများကို တဖြည်းဖြည်းပြောင်းလဲသွားမည်ဖြစ်ပြီး လိင်ကွဲမှုသတ်မှတ်ဘောင်ကန့်ချက်များ၊ သမားရိုးကျ စံနှုန်းများနှင့် အာဏာပိုင်းဆိုင်ရာများတွင် အပြုသဘောဆောင်သော ပြောင်းလဲမှုများကို မြှင့်ပေးရပါမည်။

## လုပ်ငန်းစဉ် D.

မသန်စွမ်းမှုများရှုထောင့်ဖြင့် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များအား စိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း

မသန်စွမ်းမှုအပေါ်ဦးစားပေး ဆောင်ရွက်ချက်များသည် မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်ကိုသတိမိလာစေရန် ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပြီး မသန်စွမ်းသူများအားပါဝင်ဆောင်ရွက်ခွင့်ပေးခြင်းအား မြှင့်တင်ပေးသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက် ချက်များကို ပျိုးထောင်ဖန်တီးပေးရမည်။

ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားအား အသုံးပြုခြင်းသည် အယူအဆမှာ အပါဝင်သူများ သည် အကြောင်းရင်းခံစိတ်ဖြာသုံးသပ်မှုအား လုပ်ဆောင်ပြီးဖြစ်သည်ဟု သတ်မှတ်ပြီး ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့မှ ရွေးချယ်ထားသော လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ပြဿနာများလက္ခဏာ ရပ်များကိုသာမကပဲ အကြောင်းရင်းခံများကိုပါဖြေရှင်းပေးသည်ဟု သတ်မှတ်ထားပါသည်။

### ကြာချိန်

၃၅ မိနစ်

### ပစ္စည်းများ

- မှတ်စု - မသန်စွမ်းမှုအားထည့်သွင်းစဉ်ဦးစားပေးရေးကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက် (စ. ၅-၂၉)
- မှတ်စုမှ အဓိက ခေါင်းစဉ်ငါးမျိုးပါဝင်စေရန် ပြင်ဆင်ထားသည့် ကားချပ် - မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာ အကြောင်းရပ်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး သတိမူသိရှိခြင်းကိုတိုးမြှင့်ပါ။ သင့်တော်သည့် နေရာထိုင်ခင်းအား ဖြည့်ဆည်းပေးပါ။ သင့်တော်သည့် နေရာထိုင်ခင်းများအတွက် အသုံးစရိတ်လျာထားပါ။ လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးအစီစဉ်များတွင် မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာရှုထောင့်ကိုထည့်သွင်းအသုံးပြုပါပြီး လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့်သာမက အဖွဲ့စည်းများနှင့်ပါ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုပြုပါ။

### လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။ မသန်စွမ်းမှုသူများအတွက် ဘက်စုံထောင့်စုံသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်အား ရှင်းပြပေးပါ။ (၁၅ မိနစ်)

☞ မသန်စွမ်းမှုသူများအတွက် ဘက်စုံထောင့်စုံသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များမှ အဓိကခေါင်းစဉ် ငါးခုပါသော ကားချပ်အားပြသပါ။ ခေါင်းစဉ်များအား ကျယ်ကျယ်အော်ဖတ်ပြပါ။

#### ပြောပါ

အပိုင်း ၄တွင် မသန်စွမ်းမှုများနှင့် ဆက်နွှယ်သည့် အတားဆီးမှုများက ပြန်လည်သန်စွမ်းရေးစင်တာ၏ ဝန်ဆောင်မှုများကို ထောက်ပံ့ပေးခြင်းနှင့် အသုံးပြုခြင်းတို့အား မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိကြောင်း ကျွန်တော်တို့ ဆွေးနွေးပြီးဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ အကြောင်းရင်းခံအားစိတ်ဖြာသုံးသပ်မှု အပေါ် လုပ်ဆောင်ခဲ့သည့်အချိန်တွင် မူဝါဒ၊ လုပ်ထုံးများ၊ ကျန်းမာရေးထောက်ပံ့သူများနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုရယူသူများ စသည်တို့နှင့် ဆက်နွှယ်နေသည့် အတားဆီးပြဿနာများအား စိတ်ဖြာသုံးသပ်ရာတွင် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာအကြောင်းရပ်များသည် မည်ကဲ့သို့တစ်ခုပြီးတစ်ခုဖြစ်ပေါ် ကြောင်းနှင့် ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် အရေးကြီးကြောင်းကျွန်တော်တို့ လေ့လာသိရှိပြီးလည်းဖြစ်သည်။ လူမှုဝန်းများအတွင်း မသန်စွမ်းသူများ အများဆုံးကြုံတွေ့နေရသည့် အတားဆီးမှုမျိုးမျိုးမှာ ၎င်းတို့မှ ဝန်ဆောင်မှုကို တန်းတူရယူနိုင်ခွင့်အပေါ် ထိပါးနေနိုင်ပါသည်။အဖွဲ့စည်းအများအပြား တွင် ဝန်ဆောင်မှုများကို အကောင်အထည်ဖော်သူများသည်တည်ရှိနေသော အတားဆီးမှုများကို သတိမမူပဲ ပြန်လည်သန်စွမ်းရေးစင်တာမှဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များတွင် မသန်စွမ်းမှုအမျိုးမျိုးရှိသော သူများအားလုံးအား ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးပြီး ယင်းတို့အတွက် တန်းတူရရှိအသုံးပြုခွင့်ကိုလည်း ဖန်တီးပေးရန် ပျက်ကွက်ကြပါသည်။

ကျွန်တော်တို့၏ ကြားဝင်ဆောင်ချက်များအား ရွေးချယ်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ကျွန်တော်တို့ မပျက်မကွက်လုပ်ဆောင်ရမည်မှာ မသန်စွမ်းသူများအတွက် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များသည် ဘက်စုံ၊ ထောင့်စုံရမည်ဖြစ်ပြီး တန်းတူရရှိအသုံးပြုနိုင်ခွင့်ရှိရမည်ဖြစ်သည်။

ပြောပါ - "မသန်စွမ်းမှုသူများအတွက် ဘက်စုံထောင့်စုံသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ" လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်အား ပြန်လည်သုံးသပ်ကြပါစို့။

မသန်စွမ်းမှုသူများအတွက် ဘက်စုံထောင့်စုံသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များမှတ်စုအား ဝေပေးပြီး မသန်စွမ်းသူများပါ အသုံးပြုနိုင်စေမည့် မိတ္တူများလည်း ရရှိနိုင်စေရန် အသေချာဆောင်ရွက်ပေးပါ။ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပါ အချက်အလက်များကို ပါဝင်သူများအား ကျယ်ကျယ်အော်ဖတ်ပြခိုင်းပါ။ ပြီးနောက် ရှင်းပြခြင်းဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီပေးပါ။

ပြောပါ မသန်စွမ်းသူများအား ဘက်စုံထောင့်စုံစဉ်းစားပေးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များကို အထောက်အကူပြုသည့် လုပ်ဆောင်ချက်အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အဓိက ခေါင်းစဉ်ငါးမျိုးကို ထပ်ပြီး ကျယ်ကျယ် အော်ဖတ်ပြပါ။

- မသန်စွမ်းမှုအကြောင်းရပ်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး သတိမူမိစေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း
- သင့်တော်သည့် နေရာထိုင်ခင်းများဖြည့်စည်းပေးခြင်း
- သင့်တော်သည့် နေရာထိုင်ခင်းများအတွက် အသုံးစရိတ်များလျာထားခြင်း
- စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးတို့တွင် မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာရှုထောင့်ကို ထည့်သွင်းအသုံးပြုခြင်း
- မသန်စွမ်းသူများသာမက မသန်စွမ်းသူများဆိုင်ရာအဖွဲ့စည်းများ (DPO)နှင့်ပါ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုပြုခြင်း

မေးမြန်းပါ - သင့်ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ခေါင်းစဉ် ငါးမျိုး၏ အဓိပ္ပါယ်ကို သင်မည်ကဲ့သို့ဖော်ပြမည်နည်း။

ပါဝင်သူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်အား ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ခေါင်းစဉ်တစ်ခုစီအားရှင်းပြရန် အခွင့်ပေးပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်သူများသည် လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပေါ်ရှိ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်များနှင့် ကွဲပြားသော အယူအဆများကို မစဉ်းစားနိုင်ပါက ခေါင်းစဉ်တစ်ခုစီ၏ အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို ထပ်ဖြည့်ဆည်းပေးရန် အသင့်ရှိပါစေ။

---

အဆင့် ၂။ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပါ "ထပ်ဆောင်းဥပမာများ" အပိုင်းကို ဖြည့်စွက်ရန် နှစ်ယောက် တစ်တွဲ အနေထားဖြင့် အတူတကွ လုပ်ဆောင်ပါ။ (မိနစ် ၂၀)

ပါဝင်သူများအား နှစ်ယောက်တစ်တွဲ အနေထားဖြင့် ၁၀ မိနစ်ခန့် အတူလုပ်ဆောင်ရန်ခွင့်ပေးပြီး အတွဲတစ်တွဲစီတိုင်းကို ပင်မအုပ်စုကြီးသို့ ပြန်ပြီး အစီရင်ခံခိုင်းပါ။



## လုပ်ငန်းစဉ် E.

ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များအား သတ်မှတ်ရေးဆွဲခြင်း

ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယားသည် ပါဝင်သူများအား ၎င်းတို့အတွက် အရေးကြီးသော စံသတ်မှတ်ချက်များအပေါ် ခြေခံသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို အဆင့်သတ်မှတ်ဖော်ပြပေးနိုင်စေရန် အထောက်အကူပြုပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား ဖွံ့ဖြိုးစေရေး အပိုင်းကဏ္ဍအနေဖြင့် ယင်းကွန်ယက်ဇယားကို ကိရိယာ တစ်ခုအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားအား အသုံးပြုခြင်းသည် အယူအဆမှာအပါဝင်သူများ သည် အကြောင်းရင်းခံစိတ်ဖြာသုံးသပ်မှုအား လုပ်ဆောင်ပြီးဖြစ်သည်ဟုသတ်မှတ်ပြီး ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့မှရွေးချယ်ထားသော လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ပြဿနာများ၊ လက္ခဏာ ရပ်များကိုသာမကပဲ အကြောင်းရင်းခံများကိုပါဖြေရှင်းပေးသည်ဟု သတ်မှတ်ထားပါသည်။

### ကြာချိန်

၄၅ မိနစ်

### ပစ္စည်းများ

- ❑ မှတ်စုများ - ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယားနမူနာ (စ. ၅-၂၄) ဦးစားပေးအရာများ ကွန်ယက်ဇယား လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက် (စ. ၅-၂၅)
- ❑ ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယားအလွတ်တစ်ခုစီပါသော ပြင်ဆင်ထားသည့် ကားချပ်နှစ်ခု
- ❑ ပစ်မှတ်၊ ဗျူဟာကျသော ဦးစားပေးချက်များ၊ ရှုမြင်ချက်၊ လက်ရှိအနေအထား၊ သိသာသောရလဒ်နှင့် အဓိက အတားဆီးသုံးမျိုးနှင့် ၎င်းတို့အကြောင်းရင်း ခံများ စသည်တို့ဖြင့်ဖြည့်စွက်ထားသော စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံ ပါဝင်အောင် ပြင်ဆင်ထားသည့် ကားချပ်။

### လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။ ကိရိယာ(နည်းစနစ်)အားတင်ပြပြီး လက်တွေ့သရုပ်ဖော်ပါ။ (၅ မိနစ်)

ဦးစားပေးအရာများကွန်ယက်ဇယား မည်ကဲ့သို့ အလုပ်ဖြစ်ကြောင်း ပြသရန် "ခင်ပွန်းရွေးချယ်ခြင်း" ဆိုသည့် အပျော်သဘော လေ့ကျင့်ခန်းကို ပြုလုပ်ပေးပါ။

#### ပြောပါ

ရွေးချယ်စရာအမျိုးမျိုးရှိသည့်အခါ မည်ကဲ့သို့ ရွေးချယ်မှုများပြုလုပ်ရမည်၊ မည်ကဲ့သို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရမည်နှင့် မည်သည့်ရွေးချယ်မှုသည် အကောင်းအကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမည်ကို မည်ကဲ့သို့နားလည်သိရှိရန် ကျွန်တော်တို့ လေ့လာသင်ယူကြမည်ဖြစ်သည်။

ယင်းကိုလုပ်ဆောင်ရန် "စံသတ်မှတ်ချက်များ" ဆိုသည့် အရာကို ကျွန်တော်တို့ အသုံးပြုရမည်။ စံသတ်မှတ်ချက်များ၏ ဥပမာများသည် လုပ်ငန်းတစ်ခုကို အဆုံးသတ်ရန်ကြာချိန်၊ ကုန်ကျစရိတ်၊ အရည်အသွေးနှင့်ဆိုင်သည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုနှင့် လိုအပ်သည့်ရင်းမြစ်များကို ရရှိနိုင်ခွင့် စသည်တို့ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်တို့ အကဲဖြတ်မှုပြုလုပ်သည့်အခါ စံသတ်မှတ်ချက်များကို အမြဲ အသုံးပြုရမည်ဖြစ်သည်။

စံသတ်မှတ်ချက်များကို မည်ကဲ့သို့ အသုံးပြုရမည်ကို နားလည်ရန် အရေးပါသည့် သင်ကိုယ်တိုင် ရွေးချယ်လိုက်သော ရွေးချယ်မှုတစ်ခုနှင့် ကျွန်တော်တို့ စတင်မှာဖြစ်ပါသည်။

မေးမြန်းပါ - ကျွန်တော်တို့ ဘဝတွင် အရေးကြီးဆုံးသော ရွေးချယ်မှုအချို့သည် မည်သည့်အရာများဖြစ်ကြသနည်း။

(ပုံမှန်အားဖြင့် "ခင်ပွန်း၊ ဇနီးမယားရွေးချယ်ခြင်း" ကိုပြောကြမည်ဖြစ်ပြီး မပြောကြလျှင်လည်း ယင်းဥပမာကို ပြောပြပေးပါ။)

**ပြောပါ** ခင်ပွန်းတစ်ဦးအားရွေးချယ်ခြင်း ဥပမာကိုအသုံးပြုပြီး ဤဆုံးဖြတ်ချက်ကို ကျွန်တော်တို့ပြုလုပ်ဖို့ မည်သည့် စံသတ်မှတ်ချက်များကို ကြည့်ကြရအောင်။ အမျိုးသားများကတော့ ယင်းလေ့ကျင့်ခန်းအတွက် ဘေးမှစောင့်ကြည့်ရမည့် ပရိသတ်များ ဖြစ်ကြပါလိမ့်မည်။

☞ ကားချပ်ပေါ်တွင် ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားအလွတ်ကို ထောက်ပြပါ။

အမျိုးသမီးများအား ၎င်းတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုအလိုက် အမျိုးသားများ၏ အမည်နာမသုံးမျိုးကို ပြောပြပေးရန် တောင်းဆိုပါ။

ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်ချက်များအောက်ရှိ ကော်လံတိုင်တစ်ခုစီ၏အပေါ်ဖက်တွင် အမျိုးသား အမည်တစ်ခုစီကို ချရေးပါ။

**မေးမြန်းပါ** - အမျိုးသမီးများက အမျိုးသားတစ်ဦးကို ရွေးချယ်သည့်အခါ မည်သည့်အရာက အရေးကြီးဆုံး ဖြစ်နိုင်သနည်း။

အဖွဲ့ထဲရှိ အမျိုးသမီးတိုင်းမှ အဖြေများပေးပြီးနောက်တွင် မေးခွန်းကိုထပ်မေးပါ။ အဖြေများသည် "ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်ရမယ်"၊ "ကျွန်မကိုကြင်နာရမယ်"၊ "ကိုယ်ပြောတာကိုနားထောင်ရမယ်"၊ "ပညာတတ်ဖြစ်ရမယ်"၊ "အစရှိသဖြင့် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။" တုန့်ပြန်ချက်အဖြေအမျိုးမျိုးကို နားထောင်ပြီးနောက် ကွန်ယက်ဇယားဘယ်ဘက်ခြမ်းရှိ စံသတ်မှတ်ချက် လေးခုအား ဇယားအတွက်တန်းတစ်ခုစီတွင် စံသတ်မှတ်ချက်တစ်ခုစီဖြင့် ရွေးချယ်ပြီး ချရေးပေးပါ။

**အဆင့် ၂။** ၁ မှ ၃ အထိရှိသော အတိုင်းအတာဖြင့် စံသတ်မှတ်ချက်တစ်ခုစီအလိုက် စိတ်ကူး ကြည့်သည့် အမျိုးသားတစ်ယောက်စီကို အဆင့်သတ်မှတ်ပေးပါ။ (၁၀ မိနစ်)

စိတ်ကူးယဉ်ကြသည့် အမျိုးသားများအား အဆင့်သတ်မှတ်ပါ။ ဥပမာ -

**ပြောပါ** - သူသည် သိပ္ပံပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး ပညာရေးတွင် "၃"မှတ် ရသော်လည်း သူသည် ကြင်နာမှုမရှိသည့်အတွက် ကြင်နာမှုတွင် "၁" မှတ် သာရသည်။

အဖွဲ့သည် ယင်းအကောင်းအဆိုး ခွန်တွဲမှုများကို ဆက်စပ်ဖော်ပြပေးနိုင်ပါလိမ့်မည်။

☞ စံသတ်မှတ်ချက်တစ်ခုစီအလိုက် စိတ်ကူးယဉ်မှန်းဆကြည့်သည့်အမျိုးသားတစ်ဦးစီအားအဆင့်သတ်မှတ်ရန် နံပါတ်များဖြင့် ချရေးပေးပါ။ (၁ - အဆင့်နိမ့်၊ ၂ - ပျမ်းမျှ၊ ၃ - အဆင့်မြင့်) အမျိုးသားများအတွက် စုစုပေါင်း အဆင့်သတ်မှတ်ချက်များသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အတိအကျမတူညီပါစေနှင့်။

ကွန်ယက်ဇယားပေါ်ရှိ ဘောင်ကွက် ၁၂ ခုအား သင်ဖြည့်စွက်ပြီးသည့်အခါ ကော်လံတိုင်တစ်ခုစီပေါင်းပေးပြီး အောက်တွင် စုစုပေါင်းရလဒ်ကို ထည့်ပေးပါ။

☞ ကွန်ယက်ဇယားများ အလုပ်ဖြစ်သည့် ပုံစံပေါ်မူတည်ပြီး အကောင်းဆုံးရွေးချယ်မှုကို ထောက်ပြပါ။

**အဆင့် ၃။** ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို မိတ်ဆက်ပေးပါ။ (၅ မိနစ်)

☞ ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယား မှတ်စု(နမူနာနှင့် အလွတ်)အား ဝေပေးပါ။ မသန်စွမ်းသူများပါ အသုံးပြုနိုင် စေမည့် မိတ္တူများလည်း ရရှိနိုင်စေရန် အသေချာဆောင်ရွက်ပေးပါ။ အဖွဲ့နှင့်အတူ နမူနာကွန်ယက်ဇယားအား ပြန်လည်သုံးသပ်ပေးပါ။

ပါဝင်သူများသည် ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားသည် မည်ကဲ့သို့ အသုံးဝင်ကြောင်းကို နားလည်မှုရှိမရှိနှင့် နမူနာဦးစားပေးရွေးချယ်ချက်များသည် ပါဝင်သူများအတွက် အသုံးဝင်မှုရှိမရှိ စစ်ဆေးပါ။



အဆင့် ၄။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရေးအတွက် စံသတ်မှတ်ချက်များ တည်ဆောက်ပါ။ (၁၅ မိနစ်)

☛ လုပ်ငန်းစဉ် မှဉ်းစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များစာရင်းပါသောကားချပ်အား ပြသပေးပါ။

ပြောပါ - ယခု ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အတွက် အဓိကကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များအား ဦးစားပေးရွေးချယ်ရန် ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုကြမည်။ သင့် ဦးစားပေး ချက်များကွန်ယက်ဇယားပါ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်၏ အပေါ်ဖက်တစ်လျှောက်တွင် ပြီးခဲ့သည့် လေ့ကျင့်ခန်းတွင် ကျွန်တော်တို့ အတူတကွပြုလုပ်ခဲ့ကြသော ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များကို ချရေးပါ။

မေးမြန်းပါ - ယခင်အပိုင်းကဏ္ဍတွင် ခေါင်းချင်းရှိစဉ်းစားခဲ့ပြီး ကျွန်တော်တို့ရွေးချယ်ထားခဲ့သော လုပ်ဆောင်ချက် များကို ဦးစားပေးရွေးချယ်မှုပြုရန် မည်သည့် စံသတ်မှတ်ချက်များကို အသုံးပြုမည်နည်း။

☛ ကားချပ်ပေါ်တွင် တုန့်ပြန်ချက်အချို့ကို ချရေးပါ။ သင်ချရေးနေစဉ် ကျယ်ကျယ်အော်ဖတ်ပြပါ။

မဖော်ပြမီခွဲပါက အချိန်၊ ကုန်ကျစရိတ်၊ ရလဒ်များနှင့်ဆိုင်သည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ၊ လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ သမားရိုးကျ စံနှုန်းများကို အသွင်ကူးပြောင်းပေးရေးနှင့် ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးရေး၊ ရင်းမြစ်များအား ရရှိအသုံးပြုပိုင်ခွင့် စသည်တို့ကို အကြံပြုပေးပါ။ အသုံးပြုရန် စံသတ်မှတ်ချက် ၃ သို့မဟုတ် ၄ နှင့်ပတ်သက်ပြီး ဆွေးနွေးသဘောတူညီမှုရယူပါ။

ပြောပါ - ၁ မှ ၃ အထိအစဉ်လိုက်အတိုင်းအတာအရ ၁ သည် အနိမ့်ဆုံး အဆင့်ဖြစ်ပြီး ၃ သည် အမြင့်ဆုံး အဆင့် ဖြစ်သည်။ ကားချပ်ပေါ်ရှိ စံသတ်မှတ်ချက်များနှင့် အညီ ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက် တစ်ခုစီကို အဆင့်သတ်မှတ်ပါ။ စံသတ်မှတ်ချက်များအားလည်း အဆင့်သတ်မှတ်ပါ။ သို့မှသာ အမှတ်မြင့်လေ လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုသည် ပိုမိုဦးစားပေးရမည့်အရာဖြစ်လာလေ၊ ပိုအရေး ကြီးလာလေဖြစ်သည်။

ပြောပါ - သင့်လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ရှိ လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုစီအတွက် ယင်းလုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုစီ၏စုစုပေါင်း ရမှတ်များကို ကြည့်ရှုရန် ကော်လံတိုင်တစ်ခုစီတွင်သင်္ကေတများ ပေါင်းထည့်ရမည်။

စုဆောင်းထားသော စံသတ်မှတ်ချက်များအပေါ် မူတည်ပြီး အမှတ်မြင့်လာလေလေ လုပ်ဆောင်ချက် အား ဦးစားပေးရွေးချယ်မှု ပိုမိုမြင့်မားလေလေဖြစ်သည်။

☛ ကားချပ်ပေါ်တွင် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များစာရင်းကို ချရေးပြီး ပါဝင်သူများ၏ ရမှတ်များကိုမှတ်သားရန်အတွက် ကော်လံတိုင်များတည်ဆောက်ပါ။ ပါဝင်သူတစ်ဦးစီအား သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ ရမှတ်များကို ပြောပြရန် တောင်းဆိုပေးပါ။ စုစုပေါင်းရမှတ်ရရှိစေရန် ပါဝင်သူများအားလုံး၏ရမှတ်အသီးသီးကို ပေါင်းပါ။ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား ပျိုးထောင် ဖန်တီးရန် ရမှတ်အမြင့်ဆုံးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက် ၃ မျိုးကို ရွေးချယ်ပါ။

အချို့သောအဖွဲ့များသည် ၎င်းတို့၏ ဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များနှင့်ကိုက်ညီရန် စံသတ်မှတ်ချက်များကို ပြောင်းလဲလိုနိုင်ကောင်း လိုနိုင်သည်။

အဆင့် ၅။ စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံအား အဆုံးသတ်လုပ်ဆောင်ခြင်း။ (၁၀ မိနစ်)

ပြောပါ - ခေါင်းချင်းရှိစဉ်းစားပြီး ဖန်တီးလိုက်သော လုပ်ဆောင်ချက်များစာရင်းကို အကဲဖြတ်ရန်အတွက် ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို ကျွန်တော်တို့ ယခုအသုံးပြုပြီးဖြစ်သည့်အတွက် ပြဿနာ အကြောင်းရင်းခံများကို ဖြေရှင်းရန် အမှတ်အများဆုံးဖြစ်သော လုပ်ဆောင်ချက်သုံးမျိုးကို ရွေးချယ်မည်ဖြစ်သည်။

☛ ရည်ရွယ်ချက်ပစ်မှတ်၊ ဗျူဟာကျသောဦးစားပေးချက်များ၊ ရှုမြင်ချက်၊ လက်ရှိအနေအထား၊ သိသာသောရလဒ်နှင့်

အဓိကအတားဆီးနှင့် ၎င်းတို့ကိုဖြစ်ပေါ်စေရာ အကြောင်းရင်းခံများ စသည်တို့ဖြင့်ဖြည့်စွက်ထားသော စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံပါဝင်သော ကားချပ်အားပြသပါ။ ကားချပ်အား ကျယ်ကျယ်အော်ဖတ်ပြပါ။

ပြောပါ - ကျွန်တော်တို့အခု စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံကို ဖြည့်စွက်နိုင်သည်။

သင့် စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံ၏ ညာဘက်တွင် သင်ရွေးချယ်ထားသော ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များ ၃ ခု(နှင့် အောက်) ကိုဖြည့်စွက်ပေးပါ။

မေးမြန်းပါ - ယင်းလုပ်ဆောင်ချက်များအား အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့အား သိသာသည့် ရလဒ်နှင့်သာမက ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့စည်းပစ်မှတ်သင့်အဖွဲ့၏ ရှုမြင်ချက်တို့နှင့်လည်း ပိုမိုနီးစပ်လာ စေလိမ့်မည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။

မေးမြန်းပါ - ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်အနေအထားနှင့် ကျွန်တော်တို့ ရရှိနိုင်သည့် ရင်းမြစ်များပမာဏကို သိရှိပြီး လုပ်ဆောင်ချက်များကို စတင်အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်နိုင်ပါသလား။

အကယ်၍ သင့်အဖြေသည် "ဟုတ်ကဲ့ဆို"ပါက သင်သည် သင့်လုပ်ဆောင်ချက် အစီစဉ်ကို ပျိုးထောင်ဖန်တီးရန်အသင့်ဖြစ် နေပါပြီ။ အကယ်၍အဖြေက "မ"သဘောဆောင်ပါက သင်သည် လုပ်ဆောင်ချက်များ ရွေးချယ်ခြင်းလုပ်က ငန်းစဉ်သို့ ပြန်သွားပြီး ပြန်လည်သုံးသပ်သင့်သည်။ထို့နောက် သင့်စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံကို ပြောင်းလဲမှုများပြုလုပ်ပါ။

သင့်အဖွဲ့စိန်ခေါ်မှုအား အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ပါ။ သင့်စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံအောက်ပိုင်းတွင် စိန်ခေါ်မှုအားအဆိုပြုချက်ကို ပြုလုပ်ရန် စကားပိုင်းအောင်ချောမွေ့လွယ်ကူမှုရှိအောင် ပံ့ပိုးပေးပါ။

ပြောပါ - ယခုကျွန်တော်တို့၏ စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံအား ပြီးဆုံးအောင် ဆောင်ရွက်ရန် နောက်ထပ်အဆင့် တစ်ခုသာ ကျန်ပါတော့သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ စိန်ခေါ်မှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး အဆိုပြုချက်ကို စိန်ခေါ်မှု နမူနာပုံစံ၏အောက်ဖက်တွင် ပြုလုပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ (ကျွန်တော်တို့လိုလားသော သိသာသည့် ရလဒ်) ကို ရရှိနိုင်စေရန် ကျွန်တော်တို့ ဖော်ထုတ်ခဲ့သော အတားဆီးများ၏ အကြောင်းရင်းခံများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရင်း ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့မှ စီစဉ်နေသည်များကို ဖော်ပြရန် လိုအပ်ပါသည်။

ပြောပါ - "မည်ကဲ့သို့လုပ်ဆောင်ကြမည်" . . ဟူပြီး မေးခြင်းဖြင့် စတင်နိုင်ပြီး သိသာသည့်ရလဒ်အား ထို့နောက်တွင် ဖော်ပြနိုင်ပါသည်။

မေးမြန်းပါ - ကျွန်တော်တို့၏ သိသာသောရလဒ်မှာ အဘယ်နည်း။

☛ "မည်ကဲ့သို့လုပ်ဆောင်ကြမည်" . . အားကားချပ်ပေါ်တွင် ပြီးနောက် သိသာသည့်ရလဒ်ကို ထည့်သွင်းပါ။

မေးမြန်းပါ - အဓိက အတားဆီးများသည် အဘယ်နည်း။

ပြဿနာအကြောင်းရင်းခံ ၂ ခု ၃ သုံးခုလောက်ကို အဆိုပြုချက်တွင် ထည့်သွင်းပေးပါ။ ဥပမာအားဖြင့် သိသာသည့် ရလဒ်ဆိုသည်မှာ လစဉ်ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနေသည့် မသန်စွမ်းသူများအရေအတွက်ကို နှစ်ဆဖြစ်လာစေရန်ဖြစ်ပြီး စိန်ခေါ်မှုအားအဆိုပြုချက်ဆိုသည်မှာ - "ကျွန်တော်တို့ပေးသည့်ဝန်ဆောင်မှုများမှ ရရှိနိုင်သည့် အကျိုးကျေးဇူးများကို လူအများမှ သတိမမူမိကြသော်လည်း လစဉ်ကျွန်တော်တို့တွေ့နေသည့် မသန်စွမ်းသူများအရေအတွက်ကို နှစ်ဆဖြစ်လာစေရန် မည်ကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်ရမည်နည်း။" ဟူ၍ဖြစ်သည်။

ပြောပါ - ယခု စိန်ခေါ်မှုနမူနာပုံစံအား ကျွန်တော်တို့ ပြီးဆုံးအောင်လုပ်ဆောင်ပြီးဖြစ်သည့်အတွက် လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ကို ဆက်လက်အကောင်အထည်ဖော်ကြမည်ဖြစ်သည်။

## လုပ်ငန်းစဉ် F.

ရလဒ်ဆီသို့ ခေါ်ဆောင်သွားမည့် လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား ပျိုးထောင်ခြင်း

ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုစီအလိုက် ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ အချိန်သတ်မှတ်ချက်များနှင့် တာဝန်ယူမှုများကို ဖော်ပြပေးသော လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ခုကို ပျိုးထောင်တည်ဆောက်ပေးနိုင်ရန် ယင်းလေ့ကျင့်ခန်းက အဖွဲ့တစ်ခုစီအား အထောက်အကူပြုပါသည်။

### ကြာချိန်

၄၅ မိနစ်

### ပစ္စည်းများ

- မှတ်စုများ - အဖွဲ့လိုက်လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ် (အလွတ်) (စ. ၅-၃၀) မြန်ဆန်စွာ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ခု၏အရည်အသွေးအားစစ်ဆေးခြင်း (စ. ၅-၃၀)
- အလွတ်ဖြစ်နေသော လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ပါဝင်သော ပြင်ဆင်ထားသည့် ကားချပ်
- လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ရပ်ဆိုင်းရာ လုပ်ငန်းတာဝန်များပါဝင်သော ပြင်ဆင်ထားသည့် ကားချပ်
  - ၁။) ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုစီအား ပြီးစီးအောင်ဖြည့်စွက်ရန် လိုအပ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များအားလုံးပါသောစာရင်းတစ်ခုကို ချရေးပါ။
  - ၂။) လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအတွက် လူတစ်ဦးစီအား တာဝန်ပေးပါ။
  - ၃။) လုပ်ငန်းစဉ်အား လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သော ရင်းမြစ်များကိုခန့်မှန်းချေထွက်ပါ။
  - ၄။) လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအတွက် စတင်ရက်နှင့် အဆုံးသတ်ရက်များကို ညွှန်းဆိုဖော်ပြပါ။
  - ၅။) သင့်၏ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ရပ်အား မြန်ဆန်စွာ စစ်ဆေးပါ။

### လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ပုံစံကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ (၅ မိနစ်)

☛ အဖွဲ့အလိုက် လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်(အလွတ်ကို) ဝေပေးပြီး လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ခု၏အရည်အသွေးကို အမြန်စစ်ဆေးခြင်း။ မသန်စွမ်းသူများပါ အသုံးပြုနိုင်စေမည့် မိတ္တူများလည်း ရရှိနိုင်စေရန် အသေချာဆောင်ရွက်ပေးပါ။

လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား ဖြည့်စွက်ရန် လုပ်ဆောင်ရန်လိုအပ်သော တာဝန်လုပ်ငန်းငါးခုစီပါအောင် ပြင်ဆင်ထားသည့် ကားချပ်အား ပြသပြီး ရှင်းပြပါ။

ဥပမာပေးပြီး ကားချပ်ပေါ်တွင် လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ကို မည်ကဲ့သို့ ဖြည့်စွက်ရမည်ကို လက်တွေ့ပြသပေးပါ။

အဆင့် ၂။ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား ဖြည့်စွက်ပါ( မိနစ် ၄၀)

အချို့သော လုပ်ငန်းစဉ်များသည် အထူးသဖြင့် ချိန်ညှိခြင်းနှင့် စုဆောင်းခြင်းတို့နှင့် သက်ဆိုင်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များသည် မည်သည့် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက် ခေါင်းစဉ် များနှင့်မှ ကိုက်ညီမှုမရှိနိုင်သော်လည်း အရေးကြီးနေပါသေးသည်။

ပြောပါ - ဦးစွာပထမ "လုပ်ငန်းစဉ်များ" ခေါင်းစဉ်အောက်ရှိ ဘယ်ဘက်ကော်လံတိုင်တွင် ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုစီကို ဖြည့်စွက်ရန်လိုအပ်သော လုပ်ငန်းစဉ်အားလုံးကို စာရင်းပြုစုကြရအောင်။

ပါဝင်သူများအား ၎င်းတို့၏ အယူအဆများကို ဖော်ပြခိုင်းပြီး လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ဆိုသည့် ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်

တစ်ခုစီကို ဖြည့်စွက်ရန် လိုအပ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များအား အကြံပြုချက်များဖြင့် ကားချပ်အား ဖြည့်စွက်ပေးပါ။

**ပြောပါ -** ယခု လိုအပ်သော လုပ်ငန်းစဉ်များအားလုံးကို ကျွန်တော်တို့ဖော်ပြပြီးဖြစ်သည့်အတွက် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအတွက် လူတစ်ဦးစီအား တာဝန်ပေးအပ်ကြပါစို့။

☞ ကားချပ်ပေါ်တွင် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအတွက် တာဝန်ရှိသော သူတစ်ဦးစီ၏ အမည်များကို ချရေးပါ။

**ပြောပါ** ယခု တာဝန်ဝတ္တရားများကို ကျွန်တော်တို့ ပေးအပ်ပြီးဖြစ်သည့်အတွက် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီက မညှိသည့်အချိန်တွင် စတင်သင့်သည်နှင့် မသည်သည့်အချိန်တွင် ပြီးဆုံးသင့်သည် စသည်တို့ကို သတ်မှတ်ဖော်ပြပါ။

☞ ကားချပ်ပေါ်တွင် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအား ခန့်မှန်းခြေစတင်ချိန်နှင့် အဆုံးသတ်ချိန်တို့ကို ချရေးပါ။

**ပြောပါ -** လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီကို ပြီးစီးအောင်ဆောင်ရွက်ရန် ကျွန်တော်တို့လိုအပ်သော ရင်းမြစ်များကို ယခု ခန့်မှန်းရန် လိုအပ်သည်။

☞ လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုစီအားပြီးဆုံးအောင်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သည့် ခန့်မှန်းခြေရင်းမြစ်များအား ကားချပ်ပေါ်တွင် ချရေးပါ။

**ပြောပါ** ယခု လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ခု၏အရည်အသွေးကို အမြန်စစ်ဆေးခြင်း

မှတ်စုမှ မေးခွန်းများကို အသုံးပြုပြီး ကျွန်တော်တို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အကြမ်းဖျဉ်းအား စစ်ဆေးပါ။

---

အဖွဲ့များသည် အခန်းထဲတွင်မရှိသော သူများကို လုပ်ငန်းစဉ်များ တာဝန်မပေးသင့်ပါ။

---

## လုပ်ငန်းစဉ် G.

လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးအစီစဉ်တစ်ရပ်ကိုပြင်ဆင်ခြင်း

ယင်းအစီစဉ်သည် လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးအစီစဉ်တစ်ရပ် (M&E) အားပြင်ဆင်သည့် အဆင့်အဆင့်အား စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်ရန် ပါဝင်သူများအား အထောက်အကူပြုပေးသည်။ သို့မှသာ ၎င်းတို့သည် သိသာသည့်ရလဒ်နှင့် မည်မျှနီးစပ်လာသည်ကို စောင့်ကြည့်လေ့လာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

### ကြာချိန်

၄၅ မိနစ်

### ပစ္စည်းများ

- ပြင်ဆင်ထားပြီး (ဖုံးအုပ်ထားသော)ကားချပ်- လေ့လာစောင့်ကြည့်ခြင်းဆိုသည် မှာ...။ အကဲဖြတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ...
  - လေ့လာစောင့်ကြည့်ခြင်း လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ရပ်အားအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရန် စီမံခန့်ခွဲရန်အချိန်နှင့်အမျှ အညွှန်းကိန်းများပြောင်းလဲနေခြင်းပုံမှန် ခြေရာခံစစ်ဆေးခြင်း၊
  - အကဲဖြတ်ခြင်း အဘယ်ကြောင့်ရလဒ်များရရှိခဲ့သည် သို့မဟုတ် မရရှိခဲ့သည်ကို နားလည်သိရှိပြီး ရှင်းပြခြင်း။
- ပြင်ဆင်ထားပြီး (ဖုံးအုပ်ထားသော)ကားချပ်- အဘယ်ကြောင့် လေ့လာစောင့်ကြည့်၊ အကဲဖြတ်ရသနည်း။
  - ကောင်းမွန်သော M&E (လေ့လာစောင့်ကြည့်ခြင်းနှင့် အကဲဖြတ်ခြင်း) ကျင့်သုံးမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်သည် ရလဒ်များအား မှန်ကန်စွာ လေ့လာစောင့်ကြည့်၊ တိုင်းတာပြီး လက်တွေ့ပြသရန်ဖြစ်ပါသည်။
  - အကယ်၍သင်တိုင်းတာမှုမပြုပါက သင်မည်မျှတိုးတက်လာသည်ကို သိရှိပြသရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။
- စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ရေးဆွဲမှုစာချုပ်ပါသော ကားချပ် (မှတ်စုကို ကြည့်ပါ စ. ၅-၃၂)
- မှတ်စု - လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ဆွဲခြင်း လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက် (စ. ၅-၃၂)

### လုပ်ငန်းစဉ်

အဆင့် ၁။ လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးသည် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။ (၁၀ မိနစ်)

#### ပြောပါ

လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးသည် ဦးဆောင်သော မန်နေဂျာများ၏ ကျင့်သုံးမှု ရှစ်ရပ်အနက် တစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့၏ အစီစဉ်ရေးဆွဲရေးလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ယင်းအကြောင်း အနည်းငယ်တီးမခေါက်မိရှိပြီးဖြစ်သည်။

ယင်းဝေါဟာရနှစ်ရပ်အတွက် အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်အမြောက်အများရှိပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ ICRC-LDP တွင်အသုံးပြုသောအဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။

☞ "လေ့လာစောင့်ကြည့်ခြင်းဆိုသည်မှာ...။ အကဲဖြတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ..." မည်သည့်ကားချပ်ပေါ်တွင် အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုချက်များကို ထုတ်ဖော်ပေးပါ။

☞ ကားချပ်အား ကျယ်ကျယ် အော်ဖတ်ပြပါ။

မေးမြန်းပါ - ကျွန်တော်တို့ အဘယ်ကြောင့် စောင့်ကြည့်လေ့လာသင့်ပါသလဲ။

☞ ကားချပ်ပေါ်တွင် အဖြေများကို ချရေးပါ။

အောက်ပါတို့ကိုမဖော်ပြထားပါက ထည့်သွင်းပေးပါ။

- တုန့်ပြန်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း
- ပံ့ပိုးမှုများကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း
- အစီစဉ်၏လုပ်ငန်းစဉ်များကို ပျိုးထောင်ဖန်တီးပြီး ယင်းလုပ်ငန်းစဉ်များကို အသုံးစရိတ်များနှင့် ကိုက်ညီပါ
- တိုးတက်မှုအား ပြသပြီး ချီးကျူးထောပနာပြုပါ

တုန့်ပြန်ချက်များ ပေးပြီးနောက်

☞ အဘယ်ကြောင့် လေ့လာစောင့်ကြည့်၊ အကဲဖြတ်ရသနည်းဆိုသည့် ခေါင်းစဉ်ပါ ကားချပ်ကို ဖုံးကားထားသည်မှဖွင့်ချပြ ပြီး ကောင်းမွန်သော M&E ကျင့်သုံးမှုကိုဖတ်ပြပါ။

ပြောပါ - ကျွန်တော်တို့၏ ICRC-LDP ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးစီမံကိန်းတွင် သင့်လိုလားရာသိသာသည့်ရလဒ်ဆီသို့ နီးကပ်လာမှုကို စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးအစီစဉ်တစ်ရပ်ကို ကျွန်တော်တို့ အသုံးပြုမည်ဖြစ်သည်။

အဆင့် ၂။ ကျွန်တော်တို့၏ M&E အစီစဉ်ရပ်အား ဖန်တီးပါ။ (၃၅ မိနစ်)

☞ လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ဆွဲခြင်းလေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်မိတ္တူများအား အဖွဲ့များသို့ ဝေပေးပါ။ မသန်စွမ်းသူများပါ အသုံးပြုနိုင်စေမည့် မိတ္တူများလည်း ရရှိနိုင်စေရန် အသေချာဆောင်ရွက်ပေးပါ။

ပြောပါ ကျွန်တော်တို့၏ M&E အစီစဉ်ရပ်ကို မစတင်ခင် အပိုင်း၃တွင် ကျွန်တော်တို့ လေ့လာခဲ့သော အယူအဆအချို့ကို ပြန်သွားကြစို့။

☞ ကားချပ်ပေါ်တွင် အောက်ပါဝေါဟာရ ၄ခုအား ချရေးပြီး အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြပါ။

ပြောပါ - အခြေခံမျဉ်း ဆိုသည်မှာ ICRC-LDP အားအစတွင် ရွေးချယ်ထားသော အညွှန်းကိန်းများ၏ တန်ဖိုးပင်ဖြစ်သည်။

ပိုင်းဝေသည် ဆိုင်ရာထူးခြားသည့် လက္ခဏာတစ်ရပ်ကိုပြသသော တကယ့်လူပုဂ္ဂိုလ်အရေအတွက် သို့မဟုတ် ဖြစ်ရပ်များဖြစ်ပြီး ယင်းတန်ဖိုးကို တစ်လစီတိုင်းအတွက် မှတ်တမ်းတင်ရမည်ဖြစ်သည်။

ပိုင်းခြေ ဆိုသည်မှာ ဖြစ်နိုင်သည့် လူဦးရေစုစုပေါင်းဖြစ်ပါသည်။

လစဉ်အညွှန်းကိန်းတန်ဖိုးများ သည် လတိုင်းအတွက် ပိုင်းဝေနှင့် ပိုင်းခြေဖြစ်ပါသည်။

☞ ဖြည့်စွက်ထားသော စိန်ခေါ်မှုပုံစံပါသောကားချပ် အားပြသပြီး သိသာသည့်ရလဒ်ကို ထောက်ပြပါ။ ရလဒ်ကို ကျယ်ကျယ်ဖတ်ပြပါ။

ပြောပါ အပိုင်း ၃ တွင် ကျွန်တော်တို့၏ သိသာသည့်ရလဒ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး လုပ်ဆောင်ခဲ့ကာ အညွှန်းကိန်းနှင့် ဒေတာရင်းမြစ်များအား ရွေးချယ်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

☞ စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ရေးဆွဲခြင်း လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပါသော ကားချပ်အား ပြသပါ။ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပေါ်ရှိ မေးခွန်းများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ နားလည်မလည် စစ်ဆေးပါ။

**မေးမြန်းပါ - ကျွန်တော်တို့၏ ရလဒ်နှင့် အညွှန်းကိန်း(များ)မှာ အဘယ်နည်း။**

☛ စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ အစီစဉ်ရေးဆွဲခြင်းလေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပါသော ကားချပ်ပေါ်တွင် အညွှန်းကိန်းကို ချရေးပါ။

လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်ပါမေးခွန်းများကို ဆက်မေးပြီး သင်လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်အား ပြီးဆုံးသည်အထိ ကားချပ်ပေါ်ရှိ သင့်တော်ရာကော်လံများတွင် ဇယားတန်းများတွင် အဖြေများကို ချရေးပါ။

☛ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ဖြင့် သင်ဖြည့်စွက်လိုက်သော ကားချပ်အား ပြသပြီး ယင်းအစီစဉ်ရပ်အား စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် ပါဝင်သော လုပ်ငန်းစဉ်များကို ချောမွေ့ပြီးစီးအောင်ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

**ပြောပါ**      ယခု အစီစဉ်ရပ်အား စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် ကျွန်တော်တို့ ထည့်သွင်းလိုသော လုပ်ငန်းစဉ်များကို သိရှိရန် ကျွန်တော်တို့၏ မူကြမ်းဖြစ်သော လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်ရပ်ကို နောက်တစ်ကြိမ် စစ်ဆေးပါစို့။

**မေးမြန်းပါ။**    အစီစဉ်ရပ်အား စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် မည်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များကို ကျွန်တော်တို့ ထည့်သွင်းလိုသနည်း။

ဆွေးနွေးပွဲအား ချောမွေ့အောင်ဆောင်ရွက်ပေးပြီး လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တွင် မှတ်စုများပြုလုပ်ပါ။ ပုံမှန် လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ဒေတာအစုအဝေးများ၊ ဆွေးနွေးပွဲများနှင့် သက်ဆိုင်ကြပါသည်။

## H. အိမ်စာ

## လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်အား စတင်အကောင်အထည်ဖော်ပါ

ပြောပါ - ယခု ကျွန်တော်တို့တွင်လုပ်ဆောင်ချက် အစီစဉ်ရှိပြီဖြစ်သည့်အတွက် ၎င်းအားစတင် အကောင်အထည်ဖော်ရန် အချိန်ကျပြီးဖြစ်သည်။

မည်သူက မည်သည့်အရာအား မည်သည့်အချိန်တွင် လုပ်ဆောင်လိမ့်မည်ကို သိရှိရန် သင်အပြီးသတ်ခဲ့သော အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မှုအစီစဉ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ အစီစဉ်အား မိတ္တူဆွဲပေးရန်နှင့် ဝေပေးရန် တစ်ယောက်ယောက်အား တာဝန်ပေးပါ။ ကားချပ်အား အစီစဉ်ရပ်ကိုအကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ပြီးသည်အထိ လူတိုင်းမြင်နိုင်သည့်နေရာတွင်ပြထားပါ။



## မှတ်စုများ - အပိုင်း ၅

## ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် လုပ်ဆောင်ချက် အစီအစဉ်

- ၁။ ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များကို သတ်မှတ်ပါ။  
(နမူနာလေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်) (စ. ၅-၂၄)
- ၂။ ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များကို သတ်မှတ်ပါ။  
(လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်အလွတ်) (စ. ၅-၂၅)
- ၃။ လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ်။  
(စ. ၅-၂၆)
- ၄။ လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များဖြစ်လာနိုင်ခြေများ။  
(စ. ၅-၂၈)
- ၅။ မသန်စွမ်းမှုသူများအတွက် ဘက်စုံထောင့်စုံသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ။  
(စ. ၅-၂၉)
- ၆။ အဖွဲ့အလိုက် လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်(အလွတ်)။ (စ. ၅-၃၀)
- ၇။ လုပ်ဆောင်ချက်အစီစဉ်တစ်ရပ်၏ အရည်အသွေးအား အမြန်စစ်ဆေးခြင်း။(စ. ၅-၃၁)
- ၈။ စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့် အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာ လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်။ (စ. ၅-၃၂)

## ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များကို သတ်မှတ်ခြင်း

ဦးစားပေးရွေးချယ်ချက်များ ကွန်ယက်ဇယားနမူနာ

စံသတ်မှတ်ချက် (၁မှ ၃ အထိ အဆင့်သတ်မှတ်ပါ)	ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များ		
	အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်များအား လေ့ကျင့်သင်ကြားရေး	လူထုအားပညာပေး ဆွေးနွေးပွဲများကို ဆောင်ရွက်ခြင်း	ဆေးခန်းများကို ပြန်လည်မွမ်းမံခြင်း
အကောင်အထည်ဖော်ရန် အချိန်ကာလ (၁ - အများဆုံးအချိန်) (၃ - အနည်းဆုံးအချိန်)	၂	၂	၁
အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရန် ကုန်ကျစရိတ် (၁ - အများဆုံးကုန်ကျစရိတ်) (၃ - အနည်းဆုံးကုန်ကျစရိတ်)	၂	၃	၁
ရေရှည်တွင် အရည်အသွေးအားတိုးတက်စေရန် အလားအလာ (၁ - အနည်းဆုံးသော အလားအလာ) (၃ - အများဆုံးသော အလားအလာ)	၃	၂	၂
အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရန် ပမာဏ (၁ - ရရှိနိုင်သော ပမာဏ အနည်းဆုံး) (၃ - ရရှိနိုင်သော ပမာဏအများဆုံး)	၁	၃	၁
စုစုပေါင်းများ	၈	၁၀	၅

ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် လူထုအားပညာပေးဆွေးနွေးပွဲများကို ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ဦးစားပေးအချက်ဖြစ်သင့်ကြောင်း ဖော်ညွှန်းနေသည်။

ယင်းသည် အခြားသော လုပ်ဆောင်ချက်များကို သင်ဆောင်ရွက်ရမည်မဟုတ်ဟု ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပဲ အချိန်ကာလနှင့် ငွေကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသော် လိုလားသည့် ရလဒ်အားရရှိရေးအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုအရှိဆုံး ဖြစ်မည့် လုပ်ဆောင်ချက်များအပေါ် အာရုံစိုက်သင့်သည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။

## ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယားကို အသုံးပြုပြီး ဦးစားပေးချက်များကို သတ်မှတ်ခြင်း

ဦးစားပေးချက်များကွန်ယက်ဇယား လေ့ကျင့်ခန်းစာရွက်

စံသတ်မှတ်ချက်များ (၁ မှ ၃ အထိ အဆင့်သတ်မှတ်ပါ)	ဦးစားပေးလုပ်ဆောင်ချက်များ		
စုစုပေါင်းများ			

မှတ်စု- "၁" သည် ဦးစားပေးရန် အနည်းဆုံးအခြေအနေများအတွက်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အကောင်အထည်ဖော်ရန် အချိန်အကြာဆုံး သို့မဟုတ် အကျိုးသက်ရောက်မှုအနည်းဆုံး စသည်တို့ဖြစ်သည်။ "၃" သည် ဦးစားပေးရွေးချယ်ရန်အကောင်းဆုံး အခြေအနေဖြစ်သည်။

# လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေးဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များအခြေခံစနစ်

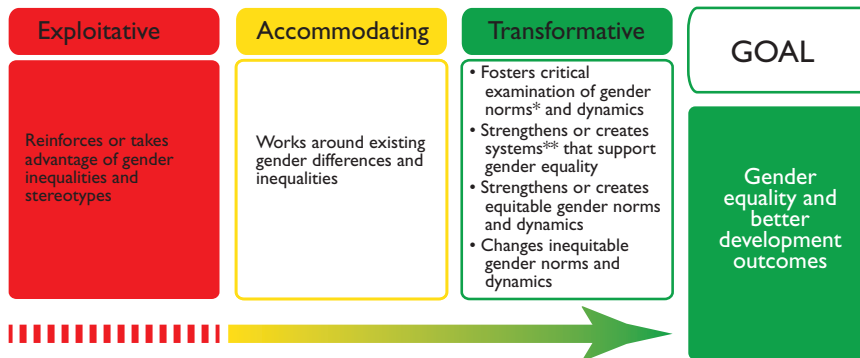
## IGNORES:

- the set of economic/social/ political roles, rights, entitlements, responsibilities, obligations, and power relations associated with being female or male
- dynamics between and among men and women, boys and girls

## GENDER BLIND

## GENDER AWARE

- Examines and addresses these gender considerations and adopts an approach along the continuum



\*Norms encompass attitudes and practices.

\*\*A system consists of a set of interacting structures, practices, and relations.

ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များကို စီစဉ်ပုံဖော်ရာ၊ အကောင်အထည်ဖော်ရာနှင့်အကဲဖြတ်ရာတွင် ယင်းကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များသည် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ သမားရိုးကျစံနှုန်းများနှင့် မညီမျှမှုများကို မည်ကဲ့သို့ ကိုင်တွယ်ပေးသနည်း ဆိုသည့်အပေါ်တွင်မူတည်ပြီး ၎င်းတို့ကို အမျိုးအစားခွဲခြားသတ်မှတ်ထားကာ ယင်းကြားဝင် ဆောင်ရွက်ခြင်းများသည် ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည်။

လိင်ကွဲပြားမှုကို လစ်လျူရှုသောကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ / လုပ်ဆောင်ချက်များသည် လိင်ကွဲပြားမှုနှင့်သက်ဆိုင်သည့် သမားရိုးကျစံနှုန်းများနှင့် အာဏာခွဲဝေမှုရေးရာမညီမျှမှုများသည် အောင်မြင်စွာလုပ်ဆောင်နိုင်ရေးကို မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည် သို့မဟုတ် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များသည် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ အကြောင်းရပ်အပေါ် မည်ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်တို့ကို ဦးစားပေးစဉ်းစားမှုမပြုကြပါ။

လိင်ကွဲပြားမှုကို သတိမထားမိသော ကြားဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်းများ / ဆောင်ရွက်ချက်များသည် ပုံစံရေးဆွဲခြင်းနှင့်အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်နေခြင်းများ နှစ်ခုလုံး လုပ်ဆောင်နေချိန်အတွင်း ကြိုတင်တွေးဆထားသည့် လိင်ကွဲပြားမှုနှင့် ဆက်နွှယ်သောအကျိုးရလဒ်များကို စစ်ဆေးကိုင်တွယ်လုပ်ဆောင်ပေးသည်။

လိင်ကွဲပြားမှုအပေါ် မမျှတသည့် ကြားဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်းများ / လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ၏ဦးတည်ချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်မဖြစ်သည့် လိင်ကွဲပြားမှုအပေါ်ဘောင်ကန့်သတ်မှုတစ်ခုချက်များ၊ တစ်ယူသန်အတွေးအခေါ်များနှင့် အာဏာခွဲဝေမှုရေးရာမညီမျှမှုများကို ကြံရွယ်ချက်ရှိရှိ (သို့) အမှတ်မထင်သော်လည်းကောင်း အားပေးထောက်ခံခြင်း သို့မဟုတ် အမြတ်ထုတ်အသာစီးယူခြင်းဖြစ်သည်။ ဤလမ်းစဉ်သည် တရားမမျှတမှုများကို ပိုမိုဆိုးရွားစေသည်။

လိင်ကွဲပြားမှုအား ဖိနှိပ်မှုမပြုပဲ ပံ့ပိုးကူညီပေးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ / လုပ်ဆောင်ချက်များသည် အစီအစဉ်၏ဦးတည်ချက်များကို အကောင်အထည် ဖော်ရန်အတွက် လိင်ကွဲပြားမှုနှင့်မမျှတမှုများကို လက်ခံပေးပြီး ချိန်ညှိလုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။ ဤကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းမှု(လမ်းစဉ်)သည် လက်တလောအတွက် အကျိုးရလဒ် ဖြစ်စေနိုင်သော်လည်း ၎င်းသည် လိင်ကွဲပြားမှုအလိုက်မမျှတမှုကို လျော့ချရန်မလုပ်ဆောင်နိုင်ပါ (သို့) ခြားနားမှု၊ မတူညီမှုကို ထောက်ပံ့အကျိုးပြုသော လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာစနစ်တစ်ခုကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန် မစွမ်းဆောင်နိုင်ပေ။

လိင်ကွဲပြားမှုပေါ် အခြေခံသည့် အသွင်ကူးပြောင်းသော ကြားဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်းများ / လုပ်ဆောင်ချက်များသည် တန်းတူညီမျှမှုအား မြှင့်တင်ရန်နှင့်အစီအစဉ်၏ ဦးတည်ချက်များ အကောင်အထည်ဖော်ရေးအတွက် လိင်ကွဲပြားမှုဆိုင်ရာ ဆက်နွှယ်မှုများကိုပိုမိုကောင်းမွန်သော အနေအထားသို့ရောက်အောင် အသွင်ကူးပြောင်း ပေးရန် ကြိုးပမ်းပေးသည်။ ဤကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းမှု(လမ်းစဉ်)သည် အောက်ပါတို့ကို ဆောက်ရွက်ပေးခြင်းဖြင့် ယောက်ျားမိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးကို ပံ့ပိုးမြှင့်တင် ပေးသည်။

- မမျှတမှုများ၊ လိင်ကွဲပြားမှုအပေါ် ဘောင်ခတ်သတ်မှတ်ချက်များ၊ သမားရိုးကျစံနှုန်းများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ်လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အနီးကပ်စောင့်ကြည့်လေ့လာမှုကို အရှိန်အဟုန်မြှင့်တင်ခြင်း
- ကျား၊မ အခွင့်အရေးမျှတမှုနှင့် အစွမ်းအစရှိသောဝန်းကျင်တစ်ခုကို အထောက်အကူပြုသော အပြုသဘောဆောင်သည့် စံနှုန်းများကို သိရှိပြီး အားသစ်လောင်းပေးခြင်း
- အမျိုးသမီးများနှင့်ပစ်ပယ်ထားခံရသောအဖွဲ့အစည်းများ၏ ဆက်စပ်အနေအထားများကို မြှင့်တင်ပေးခြင်းနှင့် ယောက်ျား၊ မိန်းမ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းကို ပိုမိုဆိုးရွားစေသည့် လူမှုရေးရာဖွဲ့စည်းပုံကျောရိုးစနစ်၊ မူဝါဒများ နှင့် အများမှကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လက်ကိုင်ထားသော လူ့အသိုင်းဝိုင်းဆိုင်ရာ ဘောင်ကန့်သတ်မှုတစ်ခုချက်များကို ပြောင်းလဲခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။

အခြေခံကျောရိုးစနစ်အား ၂၀၀၂ ခုနှစ် HIV/AIDS လုပ်ငန်းစဉ်အစီအစဉ်များထဲမှ လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေးအတွက် ညွှန်ကြားချက်များပါဝင်သည့် WHO/ICRW မှ ထုတ်နှုတ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

[http://www.igwg.org/igwg\\_media/Training/FG\\_GendrIntegrContinuum.pdf](http://www.igwg.org/igwg_media/Training/FG_GendrIntegrContinuum.pdf)

## လိင်ကွဲပြားမှုအားတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်စေရေး ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များ အခြေခံစနစ်(pt ၂)

အဓိက ပေးလိုသည့် သတင်းအချက်အလက် -

- ဤ ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များအား စုံစမ်းထောက်လှမ်းရေးကိရိယာ သို့မဟုတ်အစီစဉ်ရေးဆွဲရေး အခြေခံစနစ်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များသည် "လိင်ကွဲပြားမှုအား လစ်လျူရှုသည်" ဖြစ်စေ "သတိမူသည်" ဖြစ်စေ ယင်းသည် ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ခြင်းဖြင့် စတင်သည့် အဆင့် ၂ ဆင့်ပါ စိတ်ဖြာသုံးသပ်ရေး ဖြစ်စဉ်အား ထင်ဟပ်စေပါသည်။ယင်းသည် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များမှာ မမျှမတဆက်ဆံသည်လော၊ ပံ့ပိုးကူညီပေးသည်လော၊ အသွင်ကူးပြောင်းပေးသည်လော အစရှိသဖြင့်သုံးသပ်ပေးသည်။
- အစီစဉ်ရေးဆွဲရေး အခြေခံစနစ်အနေဖြင့် ယင်းသည် ပိုမိုအကောင်းဖက်သို့အသွင်ကူးပြောင်းသော လိင်ကွဲပြားမှုကို ထည့်တွက်သည့် အစီစဉ်ရေးဆွဲခြင်းဆီသို့ ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ဦးတည်သွားစေရန် မည်ကဲ့သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်ကို ဆုံးဖြတ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုသည်။ ဤဆက်စပ် အကြောင်းရာတွင် အစီစဉ်ရေးဆွဲထားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များသည် အမြဲတစေ “လိင်ကွဲပြားမှုအားသတိမူ”ရန်ရည်ရွယ်ပြီး “အကောင်းဖက်သို့အသွင်ကူးပြောင်းသော လိင်ကွဲပြားမှုကိုထည့်တွက်သည့် အစီစဉ်ရေးဆွဲခြင်း” ဆီသို့ဦးတည်သွားရန် ရည်ရွယ်သင့်ကြောင်း အလေးပေးပြောကြားရန် အရေးကြီးပါသည်။
- အရေးကြီးဆုံးသော ထည့်သွင်းသုံးသပ်ချက်မှာ အစီစဉ်ရေးဆွဲခြင်းသည် အခြားသူများအားမထိခိုက်စေရ ဆိုသည့်ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ အခြေခံကျသောစည်းမျဉ်းနှင့်အညီ မမျှမတဆက်ဆံသည့်ချဉ်းကပ်မှုကို မကျင့်သုံးမိစေရန်ဖြစ်သည်။ ဤကိရိယာသည် ယင်းအချက်ကို အနီရောင်နှင့် အစက်မျဉ်းများအသုံးပြုအရောင်ခြယ်ပြီး အမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြင့်ပေါ်လွင် စေသည်။ အလားတူစွာပင် အချို့သော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များတွင် (ကြံရွယ်ချက်ရှိရှိ သို့မဟုတ် အမှတ်မထင်) မမျှမတဆက်ဆံသည့် အချက်များပါနေနိုင်သည်ဖြစ်စေ၊ မပါသည်ဖြစ်စေ ရည်ရွယ်ရမည်မှာ အကောင်းဖက်သို့ အသွင်ကူးပြောင်း ရေးကြိုးပမ်းမှုများဆီသို့ အမြဲဦးတည်ရန်ပင်ဖြစ်သည်။
- လိင်ကွဲပြားမှုအားလစ်လျူရှုသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များသည် အမှတ်မထင် မမျှမတဖြစ်သွားနိုင်သည် သို့မဟုတ်ပံ့ပိုးကူညီမှု ဖြစ်သွားနိုင်သည်။ ၎င်းတို့သည် များသောအားဖြင့် အသွင်ကူးပြောင်းရန် အလားလာနည်းပါးသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤလမ်းစဉ်သည် ယောက်ျား၊ မိန်းမတန်းတူဖြစ်ရေးအား ပံ့ပိုးပေးရန် အခြေနေတစ်ရပ်အားဖြစ်လာမှ တုန့်ပြန်ခြင်း ကြိုတင် လက်ဦးမှု ရယူဆောင်ရွက်ရန် ကြံရွယ်ချက်ရှိရှိ ကြိုးပမ်းခြင်းဖြစ်သည်ဟု ယူဆရသည်သည့်အတွက်ဖြစ်သည်။
- ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့်လုပ်ဆောင်ချက်များသည်အညီ အယူအဆအစုအဝေးတစ်ခုကို ထင်ဟပ်စေသည်။  
— ဆိုင်ရာစီမံကိန်းတစ်ခုသည် လမ်းစဉ်အမျိုးအစားတစ်ခုနှင့် အတိအကျ ကိုက်ညီစေရန်မှာ မဖြစ်နိုင်ကောင်းမဖြစ်နိုင်ပါ။ ဥပမာ ယင်းစီမံကိန်းတစ်ခုတွင် ပံ့ပိုးကူညီပေးသည့် လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် အသွင်ကူးပြောင်းရေးလုပ်ဆောင်ချက်များနှစ်ခုလုံး ပါဝင်နေနိုင်သည်။
- အသွင်ကူးပြောင်းရေးလုပ်ဆောင်ချက်များအား စီမံကိန်းအသစ်တစ်ခုအား သီးခြားစတင်ရန်မလိုအပ်ပဲ လက်ရှိလုပ်ဆောင်နေသည့် စီမံကိန်းများနှင့်သာ ပေါင်းစပ်ပေးနိုင်သည်။

## လိင်ကွဲပြားမှုအား တပေါင်းတည်းဖြစ်စေရန် ဆင့်ကဲပြောင်းလဲသွားသည့် လုပ်ဆောင်ချက်၏ ဖြစ်နိုင်ချေနမူနာများ

### လုပ်ဆောင်ချက်နမူနာ ၁ -

A PMTCT (မိခင်မှကလေးသို့ HIV ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှု တားဆီးရေး) အစီအစဉ်တစ်ခုတွင် အမျိုးသမီးများ ဝန်ဆောင်မှုအားရရှိနိုင်ရေးကို အမျိုးသားများမှ ပံ့ပိုးပေးမှု နည်းပါးနေသည့် စိန်ခေါ်မှုနှင့် ရင်ဆိုင်နေရပါသည်။ PMTCT ရဲ့ နည်းဗျူဟာတစ်ခုမှာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေ မီးမဖွားခင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု (ANC) ခံယူနေစဉ်အတွင်း သူတို့တွေကို HIV ရောဂါစစ်ဆေးပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အမျိုးသမီးတွေမှာ HIV ရှိကြောင်းပြသနေပြီဆိုလျှင် သူတို့ရဲ့ခင်ပွန်းသည်များကို လည်ဆေးစစ်ဆေးဖို့ရန်အတွက် ခေါ်ဆောင်လာရန် သူတို့ကို တိုက်တွန်းပြော ဆိုရပါမည်။ အမျိုးသမီးများသည် သူတို့ရဲ့ HIV ရောဂါအခြေအနေကို သူတို့ရဲ့ခင်ပွန်းသည်များကို ဖွင့်ဟပြောရမှာကို ထိတ်လန့်ကြပါသည်။ ဒါကြောင့် သူတို့ရဲ့ ခင်ပွန်းသည်များကို ဆေးစစ်ဖို့လာရန် မခေါ်ကြပေ။ လူမှုကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းလုပ်သားများသည် အမျိုးသမီးများကိုယ်ဝန်ဆောင်မှုမှာ အမျိုးသားများသည် အရေးပါအရာရောက်တဲ့ အခန်းကဏ္ဍတွင်ရှိကြောင်း ၎င်းတို့သိရှိစေရန်နှင့် မမွေးသေးသော သားသမီးများနှင့် ဇနီးမယားများရဲ့ ကျန်းမာရေး၊ အသက်အန္တရာယ်လုံခြုံရေးများကို အထူးဂရုစိုက်ပေးရန် တာဝန်မျှဝေယူပေးရမည်ဖြစ်ကြောင်းအသိပေးရေးတွင် ရပ်ရွာခေါင်းဆောင်များ၊ ဓမ္မဆရာ များအားပါဝင်စေသည့် ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်တစ်ခုကို စတင်အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ဇနီးမယားများ မီးမဖွားခင် ကိုယ်ဝန်ဆောင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ANC ခံယူမှုမှာ ပါဝင်ပေးကြပါရန် အမျိုးသားအိမ်ထောင်ဖက်များအားလေးတိုက်တွန်းပေးသည်။ ဤကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုကြောင့် မီးမဖွားခင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ANC နှင့် VTC (HIV နှင့်ပတ်သက်ပြီးစေတနာ ဆွေးနွေးလမ်းညွှန်မှုနှင့် စစ်ဆေးစမ်းသပ်မှု) မှာ အမျိုးသားတွေရဲ့ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုဟာ တိုးတက်လာပါပြီ။ ယခုအခါမှာ အမျိုးသားတွေနှင့် အမျိုးသမီးတွေအတူတကွ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပညာပေးမှုများခံယူနေကြပါပြီ။ ဆေးအတူစစ်ဆေးမှုခံယူပြီး ၎င်းတို့အားဆေးစစ်ပြီးနောက် သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပညာပေးခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏အခြေအနေများကို ဖွင့်ဟဖို့ အခွင့်အရေးများလည်း ရှိလာကြပါပြီ။

### လုပ်ဆောင်ချက်နမူနာ ၂

ပဋိသန္ဓေတားဆေးအသုံးပြုခြင်းအား တိုးမြှင့်ရန်နှင့် အမျိုးသားများပါ ယင်းလုပ်ဆောင်မှုတွင်ပါဝင်လာစေရန် ကြိုးပမ်းသောအားဖြင့် မိသားစုလူဦးရေ ထိမ်းချုပ်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် အဆုံးအဖြတ်ပြုရေးတွင် အမျိုးသားများ ပါဝင်လာစေရန် တိုက်တွန်းဖို့ရာ မိသားစုလူဦးရေ ထိန်းချုပ်မှုစီမံကိန်းကို စတင်အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့ပါသည်။ “ရှင်သဘောပါ။” “အောင်မြင်ဖို့က လွယ်လွယ်လေးပါ။” “မှန်မှန်ကန်ကန် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါ။” “ရှင်ဦးဆောင်နိုင်ပါတယ်။” ကဲ့သို့သော အထောက်အကူဖြစ်စေသော စကားများဖြင့် လှုံ့ဆော်ပါ။ လှုံ့ဆော်လိုက်သော အကျိုးရလဒ်ကြောင့် ပဋိသန္ဓေတားဆေးအသုံးပြုခြင်းစနစ် များပြားခဲ့ပါသည်။ သို့သော် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ၎င်းတို့အကဲဖြတ်ကြည့်သောအခါ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုထားသော လှုံ့ဆော်ရေးစာသားများအရ မိသားစုလူဦးရေထိန်းချုပ်မှုစနစ်ကို အမျိုးသားတွေသာ လုပ်ဆောင်ရမည်ဟု သတ်မှတ်ကြောင်း ၎င်းတို့သိရှိခဲ့ရပါသည်။

### လုပ်ဆောင်ချက်နမူနာ ၃

ကျေးလက်ဒေသနှင့် မိရိုးဖလာကျင့်ကြံနေထိုင်သော လူ့အသိုင်းအဝိုင်းများမှာ ပဋိသန္ဓေတားဆေးအသုံးပြုခြင်း အလွန်နည်းပါးပါသည်။ အမျိုးသားများသည် ဘုရားသခင်ပေးသမျှ သားသမီးရမည်ဟု သူတို့ယုံကြည်နေခဲ့ကြသည်။ ပြီးတော့ သူတို့ရဲ့ ဇနီးမယားများမိသားစုလူဦးရေ ထိမ်းချုပ်မှုစနစ်ကို အသုံးပြုချင်လျှင်လည်း အမျိုးသမီးမှာ သစ္စာမရှိဘူး၊ လင်ငယ်ရသည်ဟု အပြောဆိုခဲ့ရပါသည်။ အခြားတဖက်မှ ပြောရလျှင် အမျိုးသမီးများသည် သူတို့ရဲ့ကျန်းမာရေးဂရုစိုက်ရန်နှင့် ၎င်းတို့သားသမီးများကို အပြည့်အဝဂရုစိုက်ဖို့ရန်အတွက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရန် အချိန်ကာလ ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ခြင်း အရေးကြီးမှုကို သတိထားခဲ့ကြပါသည်။ မိသားစုလူဦးရေထိမ်းချုပ်မှုအစီအစဉ်အား ပဋိသန္ဓေတားဆေးထိုးခြင်းကိုတိုးမြှင့်လုပ်ဆောင် ခဲ့ခြင်းဖြင့် စတင်ခဲ့သည်။ ၎င်းတို့က အမျိုးသမီးများအသုံးပြုနေကြသော မိသားစုလူဦးရေ ထိန်းချုပ်မှု နည်းလမ်းကို ယောက်ျားများ(ခင်ပွန်းသည်များ) သိစရာမလိုဟု အမျိုးသမီးများကို ရှင်းပြပေးပြီး ၎င်းတို့ဆေးခန်းကို ၂ လ တစ်ခါ (သို့) ၃ လ တစ်ခါ ဆေးထိုးခံယူ ဖို့လာရန်လိုကြောင်း ရှင်းလင်း ပြောကြားခဲ့ပါသည်။ ပဋိသန္ဓေတားဆေးအသုံးပြုသော အမျိုးသမီးအရေအတွက် များပြားလာခဲ့သည့်အပြင် ဆေးထိုးတားဆီးမှုသည်လည်း အိမ်ထောင်ရှင် အမျိုးသမီးတွေကြားမှာ ခေတ်အစားဆုံး မိသားစုလူဦးရေထိမ်းချုပ်မှုနည်းလမ်းကောင်းတစ်ခု ဖြစ်လာခဲ့ပါသည်။

## မသန်စွမ်းမှုများအား ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ

အောက်ပါစာရင်းဇယားသည် ကိုယ်ကာယပြန်လည်ထူထောင်ရေး စင်တာမှ မသန်စွမ်းမှုများအားထည့်တွက်သော ကြားဝင်လုပ်ဆောင်ချက်များကို ပံ့ပိုးရန်အတွက် အကြံပြုချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးထားပါသည်။ အောက်ပါအခန်းကဏ္ဍမှ ဓထပ်လောင်း ဥပမာများကို ပြန်လည်သုံးသပ် ဖြည့်စွက်ပါ။

### ၁။ မသန်စွမ်းမှုကိစ္စအကြောင်း သိရှိလာမှုကို တိုးမြှင့်လာစေရန် လုပ်ဆောင်ပါ

အကျဉ်းချုံးဖော်ပြချက် မသန်စွမ်းမှုများအား ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးသော ကြားဝင်လုပ်ဆောင်ချက်များကို တိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်ရန် အတွက် မသန်စွမ်းသူများ ပတ်ဝန်းကျင်လူ့အသိုင်းဝိုင်းမှာ ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံ ခံစားနေရသော အတားအဆီးနှင့် အနှိမ်ခံရမှုများကို သိရှိနားလည်ထားဖို့က အရေးကြီးပါပေသည်။

ဥပမာ မသန်စွမ်းမှု အရေးကိစ္စအကြောင်းသိရှိမှုကို မြှင့်တင်ရန်အတွက် သင်ကြားလေ့လာရေး အပိုင်းကဏ္ဍတလျောက် မသန်စွမ်းမှု အခန်းကဏ္ဍများကို ICRC-LDP မှ ပူးပေါင်းထည့်သွင်းထားပါသည်။

ထပ်လောင်း ဥပမာများ (ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။)

### ၂။ ထိုက်သင့်သောအသုံးအဆောင်များ ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း

အကျဉ်းချုံးဖော်ပြချက် မသန်စွမ်းသူများ၏အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက် (CRPD)၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်အရထိုက်သင့်သောအသုံးအဆောင် များ ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်းဆိုသည်မှာ လိုအပ်လျှင်လိုအပ်သလို မသန်စွမ်းသူများအား လူ့အခွင့်အရေးနှင့်အခြေခံလွတ်လပ်မှု များအားလုံးကိုအခြားသူ များနှင့် တန်းတူညီမျှ ရရှိနိုင်စေရန် သို့မဟုတ် အသုံးချနိုင်စေရန် အလိုငှာ အမျိုးမျိုးတူ လွန်ကဲသော ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်အောင် အတင်းအကြပ်တွန်းအား မပေးဘဲ လိုအပ်သော သင့်လျော်သည့် ပြုပြင်ဆောင်ရွက်ချက်နှင့် ချိန်ညှိမှုများလုပ်ဆောင်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာ ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေး စင်တာသည် နားမကြားသူတစ်ယောက်အတွက် အမူအရာပြ ဘာသာစကား (sign language) စကားပြန်များ ထားရှိပေးပါသည်။

ထပ်လောင်း ဥပမာများ (ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။)

### ၃။ ထိုက်သင့်သော အသုံးအဆောင် အတွက် အသုံးစရိတ်လျာထားချက်

အကျဉ်းချုံးဖော်ပြချက် မသန်စွမ်းသူများကို ဘက်စုံထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များထိထိရောက်ရောက် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် သင့်လျော်သော ရင်းမြစ်အထောက်အပံ့ ဝေငှမှု၊ စီစဉ်ရန် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ပြီးမြောက်နိုင်ရန် စီမံကိန်း အသုံးစရိတ်လျာထားချက်များတွင် ထိုက်သင့်သော အသုံးအဆောင်များအတွက် ကုန်ကျစရိတ် ထည့်သွင်းပေးရန် အရေးကြီးသည်။

ဥပမာ ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေး စင်တာသည် ထိုက်သင့်သော အသုံးအဆောင်များ အတွက် အသုံးစရိတ်လျာထားချက်တွင် ကုန်ကျစရိတ် အမျိုးအမည် တစ်ခုစီကို ထည့်သွင်းရမည်။ ပူးတွဲပါ အသုံးစရိတ်လျာထားချက် မှတ်စုများ၏ဖော်ပြချက်အရ များစွာသော ထိုက်သင့်သည့် အသုံးအဆောင်များသည် ကုန်ကျစရိတ်အမျိုးအမည်တွင်ပါဝင်သော ကုန်ကျစရိတ်များဖြစ်ပြီး ဥပမာ -သင်ထောက်ကူပစ္စည်းပုံစံအမျိုးမျိုး သို့မဟုတ် အမူအရာပြဘာသာစကားဆိုင်ရာ စကားပြန်များ စသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။

ထပ်လောင်း ဥပမာများ (ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။)

### ၄။ စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့်အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာအစီအစဉ်များတွင်မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာ ရှုထောင့်အား ထည့်သွင်းအသုံးချရေး

အကျဉ်းချုံးဖော်ပြချက် စောင့်ကြည့်လေ့လာရေးနှင့်အကဲဖြတ်ရေးဆိုင်ရာအစီအစဉ်များအတွက် မသန်စွမ်းမှု အညွှန်းကိန်းများ ပါဝင်ရန်အရေးကြီးသည်။

ဥပမာ ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေး စင်တာ၌ အရည်အသွေးတိုးတက်ရေးအကူအညီ ရယူသည့် မသန်စွမ်းသူများ အရေအတွက်

ထပ်လောင်း ဥပမာများ (ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။)

### ၅။ မသန်စွမ်းသူများဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများ (DPOs) နှင့် မသန်စွမ်းသူများ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး

အကျဉ်းချုံးဖော်ပြချက် မသန်စွမ်းသူများကို ဘက်စုံထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးသော ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ချက်များ တိုးတက်ရန် မသန်စွမ်းမှုပုံစံအမျိုးမျိုး ရှိသူများနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန် အလွန်အရေးကြီးသည်။ အချုပ်ဆိုရသော် မသန်စွမ်းသူများအဖို့ တစ်ခုခုအား အများနှင့် တန်းတူ ရရှိအသုံးပြုခွင့်နှင့် ယင်းကဲ့သို့ရရှိရေးအတွက် ထည့်သွင်းစဉ်းစားခံရရန် ၎င်းတို့လိုအပ်ချက်အပေါ် အခြေခံပြီး မသန်စွမ်းသူများသည် အလိုအပ်ဆုံးသော ရင်းမြစ်များ ဖြစ်လာရပါသည်။

ဥပမာ ကိုယ်ကာယပြန်လည်သန်စွမ်းရေး စင်တာ သည် ရပ်ရွာများသို့ အိမ်တိုင်ရာရောက် ကြိုးပမ်းချက်များတွင် သတင်းအချက်အလက်အလွယ်တကူ တိုးတက်ရရှိရေးနှင့်ပတ်သက်၍ DPOs နှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးကြသည်။

ထပ်လောင်း ဥပမာများ (ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။)

## တိုးတက်ရေး အဖွဲ့ အတွက် လုပ်ဆောင်ချက်အစီအစဉ်

စိန်ခေါ်မှု-		အညွှန်းကိန်း (များ) -			
လိုလားသည့် သိသာသောရလဒ်					
ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်ချက်များ -					
လုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများ		တာဝန်ရှိသူ	စတင် သည့်နေ့.	ပြီးဆုံး သည့်နေ့.	ရင်းမြစ်အထောက်အပံ့များ



## လုပ်ဆောင်ချက်စီမံမှုတစ်ခု၏ အရည်အသွေးကို အလျင်အမြန် စစ်ဆေးခြင်း

သင်၏ လုပ်ဆောင်ချက်စီမံမှုဆိုင်ရာ အရည်အသွေးနှင့် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်မှုကို စစ်ဆေးရန် အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဖြေပါ။

- ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်ချက်များ တစ်ခုစီအတွက် လုပ်ငန်းစဉ်များ ရှိပါသလား။
- ချိန်ညှိရေး၊ ဆော့ဩရေးနှင့်၊ လျှို့ဝှက်ရေး တို့တွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပြီးပါပြီလား။
- လိုလားသောရလဒ် SMART ဖြစ်ပါသလား။
- သင်၏ အဖွဲ့ လိုလားသော ရလဒ်ကို ရရှိခဲ့ခြင်း ရှိမရှိ ဆိုသည်အား ပိုင်းခြားပေးမည့် သိသာသော အညွှန်းကိန်းများကို ဖော်ပြပြီးပါပြီလား။
- စီမံမှုထဲတွင် ပါဝင်သည့် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများသည် သင်လိုလားသော ရလဒ်ကို ရရှိစေပါသလား။
- လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုတစ်ခုချင်းစီ ပြီးမြောက်ရေးအတွက် တာဝန်ယူနိုင်ရန် သီးသန့်လူများကို ရှာဖွေထားပါသလား။
- ရင်းမြစ် အထောက်အပံ့များ အားလုံးကို ဖော်ထုတ်ရှာဖွေပြီး ဖြစ်ပါသလား။
- လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှု တစ်ခုချင်းစီတွင် အချိန်ကာလသတ်မှတ်ချက်တစ်ခု ထားရှိပါသလား။
- သင်၏လုပ်ဆောင်ချက် စီမံမှုတွင် နောက်ထပ် ထပ်မံထည့်သွင်းသင့်သည်များ ရှိပါသလား။

စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် အကဲဖြတ်ခြင်းအစီအစဉ်ပြုလုပ်ခြင်း မှတ်တမ်းစာရွက်

အညွှန်းကိန်း	အညွှန်းကိန်းအဓိပ္ပာယ်	အခြေခံမျဉ်း	MO ၁	MO ၂	MO ၃	MO ၄	MO ၅	MO ၆	ပစ်မှတ်	အချက်အလက်ရင်းမြစ်	အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်းကြိမ်နှုန်း	တာဝန်
	ပိုင်းဝေ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ အဘယ်နည်း။  ပိုင်းခြေ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ အဘယ်နည်း။	ICRC-LDP လုပ်ငန်းစဉ်များကို မစတင်မီလတွင် အညွှန်းကိန်းတန်ဖိုးမှာ အဘယ်နည်း။							ICRC-LDP လုပ်ငန်းစဉ်များ အဆုံးသတ်သွားချိန်တွင် အညွှန်းကိန်း၏ တန်ဖိုးကိုမည်သို့ ရည်မှန်းထားသနည်း။	ဤအညွှန်းကိန်းကို တိုင်းတာရန် အချက်အလက်များကို မည်သည့်နေရာမှ ရမည်နည်း။	အချက်အလက်များကို မည်မျှကြာခဏ စုဆောင်းသနည်း။	အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်းအတွက် မည်သူတွင် တာဝန်ရှိသနည်း။
		ပိုင်းဝေ										
		ပိုင်းခြေ										
		ရာခိုင်နှုန်း										





**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE

**LEADERSHIP, MANAGEMENT  
& GOVERNANCE PROJECT**   
*Inspired Leadership. Sound Management. Transparent Governance.*

