International
Labour
Organization

ILO-GIP ဖြစ်ရပ် လေ့လာမှု - ၃

အထည်ချုပ် အလုပ်သမားများ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေး ဗဟုသုတများ နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများအားလက်လှမ်းမီမှု မြှင့်တင်ခြင်း

ILO-GIP စီမံကိန်း၏ ထောက်ပံ့ကူညီမှုဖြင့် ၂၀၁၈ စက်တင်ဘာလမှ ၂၀၂၀ ဖေဖော်ဝါရီလအတွင်းတွင် Marie Stopes International (MSI) အဖွဲ့အစည်းသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေး အမြင်ဖွင့်သင်တန်းများနှင့် အခြားအမျိုးမျိုးသော သင်တန်းအစီအစဉ်များကို စတင်ရေးဆွဲပြီး စီမံကိန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်သော စက်ရုံများရှိ သူနာပြုဆရာမများ၊ ဆေးခန်းဝန်ထမ်းများ၊ အချင်းချင်းကြား ဗဟုသုတများပြန်လည်ဝေမျှမည့် အလုပ်သမားများနှင့် ခေါင်းဆောင်များ (peer workers/leaders) များနှင့် အခြားသော အလုပ်သမားများအား သင်တန်းပေးခဲ့သည်။ MSI သည် အထည်ချုပ်ကဏ္ဍတွင် လုပ်ဆောင်လျှက်ရှိသော အဓိက အလုပ်သမားသမဂ္ဂအဖွဲ့ချုပ် နှစ်ခုမှ ပူးပေါင်းပါဝင်သူများအားလည်း ဆရာဖြစ်သင်တန်းများ ပို့ချပေးခဲ့သည်။

MSI အနေဖြင့် ဤကဲ့သို့ ILO-GIP စီမံကိန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ခြင်းဖြင့် အထည်ချုပ်စက်မှုလုပ်ငန်းကဏ္ဍနှင့် ပတ်သက်သော ဗဟုသုတများကို နက်နက်နဲနဲ သိရှိလာပြီး ယခုအခါ ထိုကဏ္ဍတွင် သင်တန်းစီမံကိန်းများနှင့် အခြားသော လုပ်ငန်းစဉ်များ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ပူးပေါင်းပါဝင်သော စက်ရုံများမှ သူနာပြုများနှင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများအနေဖြင့်လည်း ၎င်းတို့၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် နားလည်သိရှိလာပြီး အထည်ချုပ် အလုပ်သမားများ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ တုန့်ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်လာပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ၏ အလုပ်သမား ဥပဒေတွင် လုပ်သား ဦးရေ၂၅၀ ထက်ကျော်သော လုပ်ငန်းခွင်တိုင်းသည် ရှေးဦးပြုစုခြင်း အခန်း သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အရာရှိနှင့် သူနာပြု ဝန်ထမ်းမှ ကြီးကြပ်ပေးသော အခန်း လိုအပ်သည်ဟု ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။ ထို့အပြင် လုပ်သား ၂၅၀ ထက်ပိုသော စက်ရုံတိုင်းသည် ဆေးခန်းထားရှိပြီး ဝန်ဆောင်မှု ပေးရမည်ဟုလည်း ဖော်ပြထားသည်။ ထိုအချက်များနှင့်အတူ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေး သတင်းအချက်အလက်များ မျှဝေပေးခြင်းဖြင့် အမျိုးသမီးများအား စွမ်းဆောင်ရည် မြှင့်တင်ရန်ဟူသော ပန်းတိုင်ကို ရှေးရှုကာ ILO-GIP စီမံကိန်း၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာဂရေး သင်တန်းများကို ပူးပေါင်းပါဝင်သော အထည်ချုပ်စက်ရုံများရှိ အုပ်စု လေးမျိုးအား ပေးအပ်နိုင်ရန် ဒီဇိုင်းဆွဲထားခြင်းဖြစ်သည်။

သူနာပြုများနှင့် ဆေးခန်းဝန်ထမ်းများ

ဤအုပ်စုအနေဖြင့် ILO-GIP စက်ရုံများမှ ပူးပေါင်းပါဝင်သူ ဆေးခန်းဝန်ထမ်း ၂၂ ဦးအတွက် ပို့ချသော ကနဦး ငါးရက်တာ သင်တန်းနှင့် နှစ်ရက်တာ မွမ်းမံသင်တန်းကို တက်ရောက်ခဲ့သည်။ သင်တန်းခေါင်းစဉ်များတွင် ခုခံအားကျဆင်းမှု ကူးစက်ရောဂါ HIV/AIDS၊ လိင်မှတဆင့် ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကလေးမိခင်များအနေဖြင့် လုပ်ငန်းခွင်တွင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း၊ သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်း၊ မိသားစုစီမံကိန်းနှင့် အခြေခံ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပညာပေးခြင်း အကြောင်းများ ပါဝင်ခဲ့သည်။

အလုပ်သမားအချင်းချင်း ဗဟုသုတပြန်လည်ဝေမျှပေးမည့်သူများ

ILO-GIP စီမံကိန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်သော စက်ရုံများရှိ အလုပ်သမားများနှင့် အလုပ်သမားခေါင်းဆောင်များ စုစုပေါင်း ၆၄၅ယောက်အတွက် မိမိတို့၏ ဘဝတူအလုပ်သမားများအား အခြေခံသတင်းအချက်အလက်များ ဝေမျှပေးနိုင်မည့် အရင်းအမြစ်တစ်ခုအဖြစ် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ဒီဇိုင်းဆွဲ စီစဉ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။

စက်ရုံ အလုပ်သမားများ

ILO-GIP စီမံကိန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်သော စက်ရုံများရှိ စက်ရုံအလုပ်သမား ၅၀၀၀ နီးပါး အနေဖြင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ မည်သို့ လိုက်နာထိန်းသိမ်းရမည်ဆိုသည့် အခြေခံ အကြောင်းအရာများကို သင်ကြားပို့ချပေးသော တစ်နာရီကြာ အမြင်ဖွင့်သင်တန်း ရရှိခဲ့သည်။

သမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းရှိ သင်တန်းဆရာများ

မြန်မာနိုင်ငံထုတ်ကုန်နှင့် စက်မှုလက်မှု အလုပ်သမားများ အဖွဲ့ချုပ်(IWFM) နှင့် မြန်မာနိုင်ငံစက်မှုလက်မှုနှင့် ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းပေါင်းစုံ အလုပ်သမားသမဂ္ဂများအဖွဲ့ချုပ် (MICS)မှ သမဂ္ဂကိုယ်စားလှယ် ၁၇ ဦးသည် အထည်ချုပ်ကဏ္ဍရှိ အလုပ်သမားများနှင့် ချိတ်ဆက်လုပ်ကိုင်ရာတွင် အထောက်အကူပြုသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေး တစ်ရက်တာ အခြေခံသင်တန်းကို တက်ရောက်ခဲ့သည်။

ရရှိခဲ့သော အတွေးအမြင်များ

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးသင်တန်းစီမံကိန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ခြင်းဖြင့် စက်ရုံဆေးခန်းတာဝန်ရှိ သူနာပြုများအနေဖြင့် များစွာသော ဗဟုသုတများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုသစ်များ ရရှိခဲ့ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

အချို့သော စက်ရုံသူနာပြုဆရာမများ အနေဖြင့် သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးနောက်တွင် သားဆက်ခြားနည်းနှင့်ပတ်သက်သော အမျိုးမျိုးသော ရွေးချယ်စရာ နည်းလမ်းများ၊ အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် ဘေးထက်ဆိုးကျိုးများအကြောင်းကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ နားလည်သဘောပေါက်ခဲ့ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

သင်တန်းမတက်မီ အချိန်ကဆိုလျှင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် တားဆေး၊ ထိုးဆေးအကြောင်းလောက်ကိုသာ သိရှိပြီး အခြားသော ခေတ်မီသားဆက်ခြားနည်းလမ်းများ၏ အသုံးဝင်ပုံကို ကောင်းစွာ နားမလည်ခဲ့ပါ။ မိမိကိုယ်တိုင် နားမလည်သဖြင့်လည်း မိမိထံ လာရောက် အကြံဉာဏ်တောင်းသူများအား ထိုခေတ်မီနည်းလမ်းများအကြောင်းကို ပြောပြပေးခဲ့ခြင်းမျိုး၊ အသုံးပြုရန် တိုက်တွန်းခဲ့ခြင်းမျိုး မပြုခဲ့မိပါ။ သို့သော် ယခုအချိန်တွင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် စက်ရုံရှိ အလုပ်သမားများအား သားဆက်ခြား နည်းလမ်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ပိုမိုကောင်းမွန်သောလမ်းညွှန်အကြံပြုချက်များပေးနိုင်နေပြီဟု မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှု ရှိနေပြီဖြစ်သည်။

"သင်တန်းတက်ရတာဂုဏ်ယူတယ်။ အရင်ကဆို သားဆက်ခြားနည်းနဲ့ပတ်သက်ရင် အခြေခံလေးတွေပဲသိတယ်။ အခုသင်တန်းပီးတဲ့နောက်မှာ ထဲထဲဝင်ဝင်သိလာတယ်။ အရင်က တားဆေးဆိုရင်လဲ ဘယ်လိုတားဆေးတွေက ဘယ်လိုမျိုးရောဂါအခံရှိတဲ့လူတွေနဲ့ မတည့်ဘူးဆိုတာ မသိဘူး။ အခုက နလုံးရောဂါလို ရောဂါအခံရှိတဲ့လူတွေအတွက် တချို့တားဆေးတွေက နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးတွေရှိနိုင်တယ်ဆိုတာ သိလာတယ်။ အဲဒီလို သိလာတာနဲ့အမျှ အကြံပေးနိုင်လာတယ်။ သူတို့မေးတာတွေဖြေနိုင်လာတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကိုယ့်ကိုကိုယ်လည်း ယုံကြည်မှုပိုရှိလာတယ်။"

စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများအတွက် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပညာပေးခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုတိုးတက်စေခြင်း နှင့်ပတ်သက်သော သင်တန်းအကြောင်းအရာများက အလွန်ပင် တန်ဖိုးရှိလှပါသည်။ ထိုအပိုင်းကို သင်ကြားပြီးသည့်နောက်တွင် ဆွေးနွေးမှုပြုရန် ခက်ခဲလေ့ရှိသော ခေါင်းစဉ်ဖြစ်သည့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးအကြောင်းကို အလုပ်သမားများနှင့် ပြောကြားရာတွင် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်မှုရှိရှိ ပြောဆိုဆက်ဆံနိုင်လာပြီး များစွာအဆင်ပြေ တိုးတက်လာကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် အလုပ်သမားများ၏ ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို ကိုယ်ချင်းစာတရားထားပြီး သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ တုန့်ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်လာသဖြင့်လည်း MSI သင်တန်းကို ကျေးဇူး အထူးတင်လျှက်ရှိပါသည်။

"သင်တန်းမတက်ခင်က အလုပ်သမားတွေက သူတို့ရဲ့ ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေကို လာပြောပြရင် ဘယ်လိုနှစ်သိမ့်ပေးရမှန်း မသိခဲ့ဘူး။ သင်တန်းရပီးတဲ့အခါကျတော့ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှု ပေးတတ်လာတယ်။ တချို့ဆို နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှု ပေးလိုက်တာနဲ့တင် သက်သာသွားတဲ့လူနာမျိုးတွေလဲ ရှိတယ်။ ဆေးပေးစရာ မလိုတော့ဘူးပေါ့။ တဖြည်းဖြည်းသိလာတာက တချို့ ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေက ကိုယ်ချင်းစာမှုအပြည့်နဲ့ နားထောင်ပေးရုံနဲ့တင် ရိုးရိုးရှင်းရှင်း ကုသပေးလို့ရတယ်ဆိုတာပါပဲ။"

ခံယူချက်သဘောထားများနှင့် အလေ့အကျင့်များ ပြောင်းလဲလာခြင်း

စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများအနေဖြင့် ILO-GIP သင်တန်းမတက်မီအချိန်က လူနာများအား ဆက်ဆံရာတွင် ဖော်ဖော်ရွေရွေ မပြုမူခဲ့မိကြောင်း၊ ရံဖန်ရံခါတွင် အေးစက်စက် အမူအယာဖြင့် ပြောဆိုခဲ့မိကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့်အုပ်ချုပ်ရေးပိုင်းမှပင် အလုပ်သမားများအား ဖျားနာပါက စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုဆရာမထံ သွားရောက်ပြသရန် တိုက်တွန်းရလေ့ရှိသည်။ ထိုအခြေအနေမှာ သူနာပြုနှင့် အလုပ်သမားများကြား ဆက်ဆံရေး အဆင်မပြေသဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အပျက်သဘောဆောင်သည့် အခြေအနေတစ်ခုဖြစ်သည်။ သို့သော် သင်တန်းတက်ရောက်ပြီးသည့် အချိန်မှစ၍ အစစအရာရာ ပြောင်းလဲလာခဲ့သည်။ ဆေးခန်းလုပ်သားများအနေဖြင့် လူနာ၏ရောဂါရာဇဝင် ၊ ဖြစ်ပွါးသည့်အကြောင်းအရင်းများကို သိရှိရန်နှင့် ရောဂါနာမည်တပ်နိုင်ရန်အတွက် မေးခွန်းများကို သေချာစွာ မေးမြန်းတတ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် အလုပ်သမားများ၏ဆေးခန်းအပေါ် အမြင်များ ပြောင်းလဲလာခဲ့သည်။ ယခုအချိန်တွင် မည်သည့်ရောဂါဖြစ်စေကာမူ စက်ရုံဆေးပေးခန်းသို့ ဦးစွာ လာရောက်ကြကြောင်းသိရသည်။

"အရင်ကဆို အလုပ်သမားတွေက ဆရာမတွေကို ကြောက်တယ်။ ကိုယ်ကလဲ နွေးနွေးထွေးထွေး မပြောဖြစ်ဘူး။ အခုကျ သူတို့က ဆရာမလို့နှုတ်ဆက်တာနဲ့ ကိုယ်ကလဲ သေချာပြောဆိုဆက်ဆံတော့ သူတို့အနေနဲ့ ပြောရဲဆိုရဲရှိလာတယ်။ counseling သင်တန်းပြီးတဲ့နောက်မှာ ကိုယ့်ရဲ့ ဆက်ဆံမှု ပုံစံတွေလဲ အကောင်းဘက်ကို ပြောင်းလဲသွားတယ်။ အခုဆို ဆရာမတွေ သဘောမကောင်းဘူးဆိုတဲ့ အသံ မထွက်တော့ဘူး။"

သူနာပြုများအနေဖြင့် ILO-GIP သင်တန်း၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် သားဆက်ခြားနည်းများအကြောင်း တက်ရောက်သင်ကြားခွင့်ရသည့်အတွက် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်းကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ဗဟုသုတများတိုးတက်လာသည့်အတွက် အထူးပင် ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောကြားခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် စက်ရုံလုပ်သားများအတွက် အမှန်တကယ် လိုအပ်သော ကျန်းမာရေးဗဟုသုတများနှင့် ဂန်ဆောင်မှုများကိုလည်း ယခင်ကထက် ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ ပေးအပ်နိုင်နေပြီဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

"အခုဆို လူနာတွေကို သူတို့နဲ့သင့်တော်တဲ့ သန္ဓေတားနည်းကို သူတို့ဟာသူတို့ ရွေးချယ်နိုင်လာအောင် ပြောပြပေးနိုင်လာတယ်။ ကိုယ်ကနေလဲ လူတိုင်းလူတိုင်း ဒီလိုမျိုး သန္ဓေတားနည်းလမ်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီးလည်း မေးလို့ရကြောင်း ကိုယ့်ဆီလာတဲ့လူတွေကနေတဆင့် သတင်းအချက်အလက်တွေ ပေးတယ်။"

စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုဆရာမများက ၎င်းတို့ပေးသော ကျန်းမာရေးဂန်ဆောင်မှုများသည် အရည်အသွေးမြင့်လာပြီး ပိုမိုယုံကြည်စိတ်ချလာရကြောင်း သတင်းစကားများ စက်ရုံများထဲတွင် ပျံ့နှံ့လျှက်ရှိနေပြီဆိုသည်ကို သတိပြုမိကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။ ဆေးခန်းသို့ လာရောက်ပြသသော အလုပ်သမားများသည်လည်း သူနာပြုများအား ယခင်ကထက် ပိုမိုယုံကြည်လျှက်ရှိသည်။

"မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးသင်တန်း တက်ပြီး တဲ့နောက်မှာ အမျိုးသမီးတွေက ကျွန်မဆီ လာဆွေးနွေးကြတယ်။ အရင်ကဆို ကိုယ်ပြောတာ ကိုယ်လုပ်တာ တစ်ခုခုက လူနာအတွက် မှားသွားမလားဆိုပီး စိုးရိမ်တာတွေရှိတယ်။ အခု သင်တန်းရပီးတဲ့နောက်မှာတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိလာတယ်။ ရဲရဲဝင့်ဝင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး ပြောနိုင်လာတယ်။ မသေချာရင် သင်တန်းကပေးထားတဲ့ စာတွေကို ပြန်ဖတ်ပြီး ပြောပြတယ်။"

သင်တန်းမတိုင်မီက စက်ရုံအလုပ်သမားများသည် အသေးအဖွဲကျန်းမာရေးပြဿနာများဖြစ်သည့် နာစေး ချောင်းဆိုးလောက်ကိုပင် ပြင်ပဆေးခန်းများသို့ သွားရောက်ပြသလေ့ရှိကြသည်။ သို့သော် ယခုအခါတွင် စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများအား ပိုမိုယုံကြည်လာပြီး ဆေးခန်းအနေဖြင့် အရည်အသွေးမီသော ကုသမှု အထောက်အပံ့များ ပေးနိုင်လာသောကြောင့် စက်ရုံဆေးခန်းသို့ လာရောက်ပြသသော လူနာများ တဖြည်းဖြည်းများပြားလာသည်။ တခါတရံတွင် လာရောက်ပြသသူများ များသဖြင့် အခန်းနေရာပင် မဆံ့ကြောင်း ILO-GIP သင်တန်းကို တက်ရောက်ခဲ့သည့် သူနာပြုတစ်ဦးမှ ဂုဏ်ယူစွာ ထုတ်ဖော်ပြောပြခဲ့ပါသည်။

မိသားစုစီမံကိန်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များ

အထည်ချုပ် စက်ရုံများတွင် အများစုမှာ အမျိုးသမီး အလုပ်သမားများ ဖြစ်သဖြင့် သူနာပြုဆရာမများအနေဖြင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော ကိစ္စအများအပြားကို ဆွေးနွေးကူညီပေးရသည်မှာ အဓိက တာဝန်တစ်ရပ်လည်းဖြစ်သည်။ ထိုသို့သော မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များမှာ ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံတွင် လွယ်လင့်တကူ လက်လှမ်း မမီသေးသည်များလည်းရှိသည်။ မကြာသေးခင်က မင်္ဂလာဆောင်ခဲ့ကြသည့် စက်ရုံအလုပ်သမများသည် သန္ဓေတားဆေးများအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ မည်သို့တားရမည်၊ မိသားစုစီမံကိန်းကို မိမိအမျိုးသားနှင့် မည်သို့တိုင်ပင်ရမည်ကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် စိတ်ဝင်စားလေ့ရှိသည်။

စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများအနေဖြင့် အိမ်ထောင်သည်မဟုတ်သော အမျိုးသမီးများအားလည်း အကြံဉာဏ်များ ပေးရလေ့ရှိသည်။ ထိုအလုပ်သမားများသည် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံပြီးနောက် ကိုယ်ဝန်မရအောင်မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်ဆိုသည်နှင့် ပတ်သက်၍ အကြံဉာဏ်နှင့် အကူအညီများတောင်းရန် လာလေ့ရှိသည်။ သင်တန်းတက်ပြီးနောက်တွင် စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများသည် မလိုလားအပ်သော ကိုယ်ဝန်ကိုတားရန်အတွက် အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေးသုံးစွဲနည်း လမ်းညွှန်ချက်များကို သိရှိနားလည်လာသည်။ သူနာပြုများက အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေးအား မည်သို့သုံးစွဲရမည်ကို ရှင်းပြရန်နှင့် အခြားသော လိုအပ်သည့် အကြံဉာဏ်များပေးရန် မိမိကိုယ်မိမိယုံကြည်မှုရှိပြီဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

> "တချို့ အိမ်ထောင်မရှိတဲ့ မိန်းကလေးတွေကလည်း ကိုယ့်ဆီ လာပီး တိုင်ပင်တာရှိတယ်။ အဲဒီအခါ ကိုယ်ကစိတ်ပိုရှည်ပေးပြီး ပိုရှင်းပြဖြစ်တယ်။ အားပေးတယ်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလွဲသုံးစားပြုခံရတဲ့ ကိစ္စတွေမှာဆိုရင် အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေး သောက်လို့ မီတဲ့ အချိန်ကာလအတွင်းဆို ဆေးတိုက်ပြီး မလိုလားအပ်တဲ့ ကိုယ်ဝန်ကို တားပေးတယ်။"

ထိုအချက်မှာ သူနာပြုများ သင်တန်းရရှိခြင်း၏ အရေးကြီးသော ရလဒ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ စက်ရုံအလုပ်သမားများ၏ အလုပ်ချိန် မအားလပ်မှု၊ အသုံးပြုနိုင်သော ငွေကြေးပမာဏ နည်းပါးမှုနှင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် အသားကျနေသော ရိုးရာဓလေ့ယဉ်ကျေးမှုများကြောင့် သူနာပြုများအနေဖြင့် အလုပ်သမားများအတွက် အရည်အသွေးမီသော မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အကြံဉာဏ်များကို လက်လှမ်းမီအောင် စွမ်းဆောင်ရန် အခြေအနေမပေးပါ။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ လက်လှမ်းမမီခြင်းက စက်ရုံ အလုပ်သမများ အတွက် မလိုလားအပ်သော ကိုယ်ဝန်နှင့်ပတ်သက်၍ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးပိုင်း၊ လူမှုရေးပိုင်း၊ စီးပွါးရေးပိုင်း နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများဖြင့် ဝန်ပိစေနိုင်ပါသည်။

ILO-GIP စီမံကိန်းမှတဆင့် MSI မှသင်တန်းပေးထားသော သူနာပြုများက ထိုသို့သော မျိုးဆက်ပွါးကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး လျို့ဝှက်စွာ မိမိနှင့်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးလိုပါကလည်း ဆွေးနွေးနိုင်ရန် ဖုန်းနံပါတ်များ ထားရှိပေးကြောင်း သိရသည်။ သင်တန်းမှ ရရှိသော သတင်းအချက်အလက်များကို လုပ်ငန်းခွင်တွင်သာမက မိမိနေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများကိုပါ ဝေမျှပြောပြဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။

စီမံကိန်း၏ အားသာချက်များ

- သူနာပြုများအနေဖြင့် စက်ရုံရှိ အလုပ်သမား များစွာနှင့် အလုပ်လုပ်ရသည့်အခါ တစ်ယောက်ချင်းစီတိုင်းအား သတင်းအချက်အလက်များကို စုံလင်စွာ ပြောပြရန် အခက်အခဲရှိသည်။ ထိုအခါမျိုးတွင် MSI သင်တန်းမှ ပေးသော လက်ကမ်းစာစောင်များ (pamphlet)က လွန်စွာ အသုံးဝင်သည်။ အလုပ်သမား အရေအတွက် များများထံ သတင်းရောက်နိုင်သည်။ ယခုအခါ ပြုနာပြုများအနေဖြင့် ထိုစာစောင်များကို အလုပ်သမားများအား လက်ဆင့်ကမ်း ဖတ်စေပြီး နားမလည်သော အကြောင်းအရာများ ရှိပါက ပြန်လည် ရှင်းပြပေးသည်။
- စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများက နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပေးခြင်းများကိုလည်း ယခင်ကထက် ပိုလုပ်လာနိုင်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။ စက်ရုံတွင် လုပ်ကိုင်နေသော နိုင်ငံခြားသား ဝန်ထမ်းများပင် စကားပြန်နှင့် ဆေးခန်းလာပြီး ကုသမှု ခံယူလေ့ရှိကြောင်းသိရသည်။
- Marie Stopes မှပေးသော သင်တန်းများတွင် ပါဝင်သင်ပြပေးသည့် ဆရာ၊ဆရာမများမှာ အရည်အချင်းပြည့်ဝပြီး သင်တန်းသားများအပေါ် နွေးထွေးစွာ ပြုမူဆက်ဆံကြောင်း ပြောပြခဲ့သည်။ စက်ရုံရှိဆေးခန်းလုပ်သားများအတွက်သင်တန်းတက်ရောက်ရန် သွားရေးလာရေးကို ကောင်းစွာစီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးသည်ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်လျှက်ရှိကြောင်းသိရသည်။
- သင်တန်းမှာ အခြားသောစက်ရုံများမှ သူနာပြုဆရာများနှင့်အတူ တက်ရောက်ရန်စီစဉ်ထားသည့်အတွက် မိမိတို့၏ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး ကွန်ယက်မှာပိုမိုခိုင်မာကျယ်ပြန့်လာကြောင်းသိရသည်။ သင်တန်းပြီးသည့်နောက်တွင်လည်း အွန်လိုင်း group ဖွဲ့ပြီး အချင်းချင်းတိုင်ပင် ဆွေးနွေးကြသည်။

စီမံကိန်း၏ပြုပြင်ရန် လိုအပ်သော အချက်များ

- စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများအနေဖြင့် ပထမအကြိမ် ၅ ရက်တာသင်တန်းပြီးသည့်နောက်တွင် လ အနည်းငယ် အကြာ၌ ၂ ရက်တာ မွမ်းမံသင်တန်းကို ထပ်မံတက်ရောက်ခဲ့သည်။ ဒုတိယအကြိမ်ပြုလုပ်သော သင်တန်းမှာ တိုတောင်းသည့်အတွက် ဆွေးနွေးပြောဆိုချိန် မလုံလောက်ဟု ထင်မြင်မိသည်။ ထို့ကြောင့် နောက်တစ်ကြိမ် သင်တန်းပြုလုပ်ပါက ၅ ရက်မျှ ပို့ချပေးရန် အကြံပြုထားသည်။ မိမိမဖြေဆိုနိုင်ခဲ့သော အလုပ်သမားများမှ မေးမြန်းသည့် ကျန်းမာရေးမေးခွန်းများကိုသင်တန်းတွင် အချိန်ပေး ဆွေးနွေးပေးစေလိုကြောင်း အကြံပြုခဲ့သည်။
- သူနာပြုများအနေဖြင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အထောက်အပံ့ ထပ်မံလိုအပ်သော အလုပ်သမားများအား Marie Stopes ဆေးခန်းသို့လမ်းညွှန်ပေးသော်လည်း သွားရေးလာရေးနှင့် ခရီးစရိတ်ခက်ခဲသည့်အတွက် အများစုက မသွားရောက်နိုင်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် Marie Stopes အနေဖြင့် နီးစပ်ရာ စက်မှုဇုန်များတွင် ရုံးခန်းခွဲများ ဖွင့်လှစ်ပေးနိုင်ပါက အလုပ်သမားများ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် များစွာ အထောက်အကူပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း အကြံပြုခဲ့သည်။
- အချို့သော စက်ရုံဆေးခန်းရှိ သူနာပြုများမှလည်း MSI အနေဖြင့် စက်ရုံဆေးခန်းများတွင် လက်ကမ်းစာစောင်များထက်စာလျှင် သတင်းပေးလိုသော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာအချက်အလက်များကို မြင်သာထင်သာရှိသော ဗီနိုင်းစတစ်ကာများ၊ ပိုစတာများအဖြစ် ထုတ်ဝေပြီး ထောက်ပံ့ပေးပါက ပိုမိုအဆင်ပြေမည်ဖြစ်ကြောင်း အကြံပြုခဲ့သည်။

အနာဂတ်သို့ မျှော်မှန်းချက်

မိသားစုစီမံကိန်း သင်တန်းများ

ပါဝင်ဆွေးနွေးသူများအနေဖြင့် မိသားစုစီမံကိန်းနှင့် သားဆက်ခြားနည်းလမ်းများမှာ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ စက်ရုံလုပ်သားများအတွက် အလွန်ပင် လိုအပ်သည်ဟု ထင်မြင်မိသည်။ ထိုသို့သိမှသာ စက်ရုံမိသားစုများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ ကလေးအရေအတွက်နှင့် ဝင်ငွေထွက်ငွေကို ကောင်းစွာ စီမံခန့်ခွဲနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ မိသားစုတစ်ခုအနေဖြင့် စနစ်တကျ အစီအစဉ်မရှိဘဲ ကလေးများများ ယူပါက ဝင်ငွေထွက်ငွေ မလောက်ငှဘဲ ရေရှည်တွင် အဆင်မပြေမှုများ များစွာ ဖြစ်လာနိုင်သည်။ထို့ကြောင့် အနာဂါတ်တွင် မိသားစုစီမံကိန်းအကြောင်းကို ဟောပြောပွဲများ များနိုင်သမျှ များများ ပြုလုပ်ပြီး သင်ကြားပို့ချရန် လိုအပ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

အလုပ်သမားများထံသို့ ကျန်းမာရေးဗဟုသုတများ ပိုမိုရောက်ရှိရန် နည်းလမ်းများ

စက်ရုံများအနေဖြင့် စက်ရုံဆေးပေးခန်းသို့ လာရောက်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်မည့် အချိန်သတ်မှတ်ပြီး လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်မည်ဆိုလျှင် အလုပ်သမားများအတွက် များစွာ အကျိုးရှိမည်ဟု ယုံကြည်ကြောင်းကိုလည်း ပါဝင်ဆွေးနွေးသူတစ်ဦးမှ ၎င်း၏အတွေ့အကြုံအရ ပြောကြားခဲ့သည်။ (ဉပမာ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှု ခံယူရန် တစ်လလျှင် တစ်ကြိမ် ခွင့်ပြုပေးခြင်း။)

> "ဝန်ထမ်းတစ်ယောက်က နာရီဝက်ပဲ ဆေးခန်းမှာ နားခွင့်ရှိတယ်။ ဒါတောင် အရေးကြီးတဲ့ လူနာမှ နားလို့ရတာ။ ဆေးခန်းထဲမှ နာရီဝက်ထက် ပိုနားလို့မရဘူး။ ဒီပမာဏက ကုသမှုကောင်းကောင်းယူဖို့ သေချာဆွေးနွေးဖို့ အချိန်မလုံလောက်ဘူး။စက်ရုံရဲ့ မူဝါဒကို ပြောင်းနိုင်မှသာ ဝန်ထမ်းတွေအနေနဲ့ အချိန်ပေးနိုင်ပြီး ဆေးခန်းမှာ အကျိုးရှိရှိလာဆွေးနွေးနိုင်မယ်။"

ဆေးဝါးများအကြောင်းနှင့် လိင်မှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ နှင့်ပတ်သက်သော သင်တန်းများ

သူနာပြုဆရာမများအနေဖြင့် ဆေးဝါးများအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်သော မွမ်းမံသင်တန်းများကို ထပ်မံတက်ရောက်လိုကြောင်းသိရသည်။ လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးစက်တတ်သေရောဂါများနှင့် ကာကွယ်ကုသရန် နည်းလမ်းများကိုလည်း ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ထပ်မံလေ့လာလိုသည်။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးရန် အခန်းများ

အချို့စက်ရုံများတွင် ကလေးသူငယ်ပြုစုသည့်အခန်းများ (childcare rooms) ရှိသော်လည်း လက်တွေ့တွင် အသုံးပြုလေ့မရှိကြောင်း ဆွေးနွေးသူ သူနာပြုဆရာမများမှ ပြောကြားခဲ့သည်။ အလုပ်သမားများသည်လည်း မိမိတို့၏ ကလေးများကို စက်ရုံသို့ ခေါ်လာလေ့မရှိကြောင်းသိရသည်။ သို့သော် အချို့သော စက်ရုံများတွင် မိခင်နို့ကိုညှစ်ပြီးသိမ်းဆည်းထားနိုင်သည့် ရေခဲသေတ္တာများ ထားရှိပေးသော်လည်း စက်ရုံအများစုတွင်မူ မိခင်နို့တိုက်ခန်း မရှိပါ။ အလုပ်သမား မိခင်၊ ဖခင်များ၏ လိုအပ်ချက်များကို ဖြေရှင်းပေးရန်မှာ စက်ရုံများအနေဖြင့် စိတ်ဝင်တစား ဆောင်ရွက်ရန် အသင့်တော်ဆုံး အချက်ဖြစ်ကြောင်း အကြံပြုခဲ့သည်။

> "စက်ရုံတွေမှာက ကလေး နို့တိုက်ခန်းမရှိဘူး။ သင်တန်းတက်ပြီးမှ ကလေးနို့တိုက်ခန်းထားရှိဖို့ လိုအပ်ကြောင်းသိလာတယ်။ ဒါရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးတွေ သိလာတယ်။ တကယ်လို့ စက်ရုံတိုင်းမှာသာ နို့တိုက်ခန်းထားရင် ကလေးအမေတွေအနေနဲ့ အလုပ်ထွက်ဖို့မလိုတော့ဘူး။ သင်တန်းတက်ပြီးတဲ့နောက် ဒီလိုအကြောင်းအရာတွေသိလာတယ်။"

SWEDEN

H&M

M&S
EST. 1884

"မြန်မာ့အထည်ချုပ်လုပ်ငန်းတွင် သင့်လျော်ကောင်းမွန်သောအလုပ်အကိုင်နှင့် စဉ်ဆက်မပြတ်ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက်လုပ်ငန်းခွင်ဆက်ဆံရေးများတိုးတက် ကောင်းမွန်စေခြင်း" ဆိုင်ရာ ILO-GIP စီမံကိန်း။ ILO-GIP စီမံကိန်းသည် အထည်ချုပ်လုပ်ငန်းကဏ္ဍတွင် လုပ်ငန်းခွင်ဆက်ဆံရေး (labor relations)၊ အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးပြောဆိုမှု (social dialogue) နှင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုတို့ကို မြှင့်တင်ခြင်းဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု လျော့ချရန်နှင့် အမျိုးသမီးများ၏ စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်မားလာစေရန်အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ ယခုစီမံကိန်းကို ဆွီဒင်အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး အေဂျင်စီ (Sida)၊ Marks and Spencer နှင့် H&Mတို့မှ ပံ့ပိုးပေးသည့် ရန်ပုံငွေဖြင့် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ စီမံကိန်းကို ၂၀၁၆ ဂျူလိုင်လမှ ၂၀၂၀ မေလအထိ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ သတင်းအချက်အလက်များ ထပ်မံသိရှိလိုပါက http://bit.ly/ilo-gip တွင် ဝင်ရောက်လေ့လာနိုင်ပါသည်။