ယဉ်ကျေးမှု အကူးအပြောင်း စပ်ကြားကာလကို ဖြတ်သန်းလျက် နေထိုင်နေကြသော မိသားစုများ(FICT) အကြောင်းအရာအပေါ် ပါဝင်ပတ်သက်ကြသူများ၏ ပြောဆိုချက်

ကျွန်မ အကြောင်းကိစ္စများစွာကို သိကျွမ်းတတ်မြောက်ခဲ့ပါသည်။ ကျွန်မ၏ ကလေးများနှင့်အတူ ကောင်းမွန်စွာနေထိုင်ရန် အရေးကြီးမှု၊ ငွေကို အသုံးပြုပုံ၊ သြစတြေးလျားတွင် ဘဝတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ အကြံပြုချက်တို့ကို တတ်မြောက်ခဲ့ပါသည်။ အရေးအကြီးဆုံးမှာ သြစတြေးလျားတွင် ကျွန်မတို့၏ကလေးများအား မည်ကဲ့သို့ ပြုစုပျိုးထောင်ရန်နှင့် ကဏ္ဍပေါင်းစုံမှ ၎င်းတို့၏လိုအပ်ချက်များကို ဂရုစိုက် ဖြည့်ဆည်းပေးရန်ဖြစ်ပါသည်။

ကွန်ဂို အမျိုးသမီး

ကျွန်တော်တို့သည် စစ်ပွဲဒဏ်ကို ခံစားခဲ့ရသူများဖြစ်ကြပါသည်၊ သို့သော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး အတူတကွ ဆုံတွေ့ကြသောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ နှလုံးသားထဲမှ ဖြစ်ပျက်နေသည့် အကြောင်းအရာများကို မျှဝေနိုင်သည်ဟု ထင်မှတ်ခံစားရပါသည်။

တမီလ် အမျိုးသား

ကျွန်မ စိတ်ပိုင်းခံစားချက်အရ ပိုကောင်းလာပါသည်။ ကျွန်မ ၉ ပတ်ကြာ တက်ခဲ့ပြီး အပတ်စဉ်တိုင်း အကြောင်းအရာအသစ်တစ်ခုကို တတ်မြောက်ပါသည်။ အတန်းဆွေးနွေးပွဲတွင် ကျွန်မ စဉ်းစားဉာဏ်ကို အသုံးပြုခဲ့ပြီး ၎င်းမှာ ကျွန်မအတွက် အရေးကြီးဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်မ အခြားသူများထံမှ လေ့လာသင်ယူ၊ နားထောင်ပြီး ကျွန်မ၏ အတွေ့အကြုံများကိုလည်း မျှဝေခဲ့ပါသည်။ ၎င်းမှာ အဓိက အချက်ဖြစ်ပြီး ကျွန်မအလွန်ပျော်ရွှင်ရပါသည်။

ဟဇာရာ အမျိုးသမီး

STARTTS အကြောင်း

STARTTS သည် အမြတ်အစွန်းအတွက်မဟုတ်သော အထူးကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး လူများနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများအား ၎င်းတို့၏ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခံခဲ့ရသည့် ဒဏ်များ၊ ဒုက္ခသည်ဆိုင်ရာ စိတ်ဒဏ်ရာများတို့ကို ကုစားပေးခြင်းအပြင်၊ သြစတြေးလျားတွင် မိမိတို့၏ ဘဝများကို ပြန်လည်ထူထောင်ကြရာ၌ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လိုက်ဖက်ညီမှုရှိသော သက်ဆိုင်သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကုသပေးမှုနှင့် အထောက်အပံ့များအရလည်းကောင်း လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းပိုင်း ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ပေးမှုများအရလည်းကောင်း နှစ်ပေါင်း ၃၀ လုံးလုံး ကူညီပံ့ပိုးပေးခဲ့ပါသည်။ STARTTS သည် အဖွဲ့အစည်းများကို လေ့ကျင့်သင်တန်းများ ပို့ချပေးခြင်း၊ ရှေ့ဆောင်၍ ထောက်ခံအားပေးခြင်းနှင့် မူဝါဒဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများတို့အရ အပြုသဘောဆောင်သည့် ပြန်လည်ကျန်းမာရေး ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို စွမ်းဆောင်ရရှိရန်ကိုလည်း မြှင့်တင်အားပေးပါသည်။

www.startts.org.au

ကျွန်ုပ်တို့အား ဆက်သွယ်ပါ

ရုံးချုပ် CARRAMAR
152-168 The Horsley Dr
Carramar NSW 2163
ဖုန်း။ (02) 9646 6700
ဖက်စ်။ (02) 9646 6710
အီးမေးလ်။ STTS-STARTTS@health.nsw.gov.au

အခြားရုံးတည်နေရာများ

Albury	Armidale
Auburn	Coffs Harbour
Blacktown	Newcastle
Fairfield	Wagga Wagga
Liverpool	Wollongong

ရုံးတည်နေရာ အသေးစိတ်အတွက်
www.startts.org.au/contact/ ၌ကြည့်ပါ။

STARTTS သည် Sydney ရှိ အဝေးရောက် တည်နေရာများနှင့် Bankstown၊ Parramatta၊ Dee Why၊ Lakemba၊ Penrith၊ Campbelltown၊ Rockdale၊ Tamworth၊ Griffith နှင့် Albury တို့ကဲ့သို့သော နယူးဆောက်သ်ဝေးလ်စ် အနှံ့အပြားရှိ နေရာများနေ လူများအား ဆွေးနွေးလမ်းညွှန်ပေး၍ အခြားဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစားများကိုလည်း ပေးပါသည်။ ဤတည်နေရာများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝန်ဆောင်မှုရသူများ၏ လိုအပ်ချက်များအပေါ် မူတည်၍ ပြောင်းလဲပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် ကျေးဇူးပြု၍ STARTTS ကိုဆက်သွယ်ပါ။

ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခံခဲ့ကြရသူများနှင့် စိတ်ဒဏ်ရာ ကျရောက်ခဲ့ကြရသူများတို့အား ကုသပေးရေးနှင့် ပြန်လည်ထူထောင်ပေးရေးဆိုင်ရာ နယူးဆောက်သ်ဝေးလ်စ် ဝန်ဆောင်မှု အဖွဲ့အစည်း (STARTTS)

STARTTS

သြစတြေးလျားတွင်နေထိုင်ခြင်း

ယဉ်ကျေးမှု အကူးအပြောင်း စပ်ကြားကာလကို ဖြတ်သန်းလျက် နေထိုင်နေကြသော မိသားစုများ

ဒုက္ခသည်နောက်ခံရှိသူများအား သြစတြေးလျားတွင် ၎င်းတို့၏ ဘဝသစ်ကို ထူထောင်ပေးရန် ကူညီပံ့ပိုးပေးသည့် အုပ်စုအခြေပြုအစီအစဉ်။

Burmese

သြစတြေးလျားတွင်နေထိုင်ခြင်း

ယဉ်ကျေးမှု အကူးအပြောင်း စပ်ကြားကာလကို ဖြတ်သန်းလျက် နေထိုင်နေကြသော မိသားစုများ (FICT)

FICT ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း

ဒုက္ခသည်များအား ၎င်းတို့၏အသိုင်းအဝန်းမှ အခြားသူများနှင့် တွေ့ဆုံပေး၍ အကြံဉာဏ်များ ဖလှယ်ကြရန် အောက်ပါ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နည်းလမ်းများအရ ပံ့ပိုးကူညီပေးသော အစီအစဉ်ဖြစ်သည်။

- မိသားစုဆက်ဆံရေးတွင် ပြောင်းလဲမှုများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနည်း
- မိမိတို့၏ ကလေးများနှင့် ဆက်ဆံရေးကို မြှင့်တင်နည်း
- သြစတြေးလျား စနစ်များနှင့် လူနေမှုပုံစံများကို အလွယ်တကူ နားလည်နိုင်နည်း
- ရသုံးငွေစာရင်း ပြုစုခြင်း၊ စကားပြန်အသုံးပြုခြင်းနှင့် အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေခြင်းတို့ကဲ့သို့သော လက်တွေ့ကျသည့်ပြဿနာများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနည်းတို့ဖြစ်ပါသည်

FICT ကို စီမံဆောင်ရွက်ပေးပုံ

STARTTS သည် အင်္ဂလိပ်နှင့် အခြား ဘာသာစကားများကို ပြောဆို၊ ဖတ်ရှုတတ်၊ ရေးသားတတ်သည့် Bi-cultural Facilitator (ခြားနားသော ယဉ်ကျေးမှုများအကြောင်းကို ပို့ချသင်ကြားပေးတတ်ကြသူ)များအား ရှာဖွေစုဆောင်းကာ ၎င်းတို့အား လေ့ကျင့်ပေးပြီး ကူညီပံ့ပိုးပေးပါသည်။ ထိုသူများသည် လူကြီးများအတွက် ပညာပေးပွဲများကို စီစဉ်၍ ပညာပို့ချပေးနိုင်သည့် အတွေ့အကြုံရှိကြသည်။

ဤပညာပို့ချပေးကြသူများသည် ၎င်းတို့၏ ဒေသခံအရပ်များတွင် ၎င်းတို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းမှလူများအား FICT သင်ရိုးအစိတ်အပိုင်းများကို တက်ရောက်ကြရန် စည်းရုံး၍ ခေါ်ဆောင်လာသည်။ ပညာပေးပွဲတစ်ခုစီသည် ၃ နာရီကြာမြင့်ပြီး တက်ရောက်ကြသူများအတွက် အဆင်ပြေစေမည့် အချိန်နှင့်နေရာတွင် ပို့ချပေးပါသည်။

FICT အဖွဲ့တစ်ခုစီတွင် ကလေးသူငယ်များအား အခမဲ့ ထိန်းပေးကာ အစားအသောက်များကိုလည်း အခမဲ့ ကျွေးမွေးမည်ဖြစ်ပြီး ပါဝင်တက်ရောက်ကြသူများသည် အစီအစဉ်ပြီးဆုံးသည့်အခါတွင် တက်ရောက်ခဲ့သည့်လက်မှတ်ကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

FICT သင်ရိုး

မိတ်ဆက်နှင့် အခြေချနေထိုင်ခြင်း

ပံ့ပိုးပေးသည့် စနစ်များ

ငွေ

စိတ်ဒဏ်ရာနှင့် သက်သာပျောက်ကင်းမှု

မိသားစုများ

ကလေးများ

လိင်

လူငယ်

အလုပ်အကိုင်

ပတ်ဝန်းကျင်အသစ်၌ ပျော်မွေ့ခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကလေးများနှင့် ပြန်လည်ချိတ်ဆက်ခြင်း

အတွေ့အကြုံနှင့် ဗဟုသုတများကို မျှဝေခြင်းအားဖြင့် သြစတြေးလျား လူ့ဘောင်သစ်တွင် အခြေချနေထိုင်သူများ အချင်းချင်း ယိုင်းပင်းကူညီနိုင်ကြပါသည်။