ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များ
Self-Help Groups[1]

‘ ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များဆိုသည်မှာ...

“**...**ပိုမိုအကျိုးရှိစေမည့်အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းမှုလုပ်ငန်းများကိုစုပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။”

“**...**လုပ်ငန်းကိစ္စညီညွှတ်စွာစုပေါင်းပြောဆိုခြင်း၊ခိုင်မာသောဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်နိုင်ခြင်း၊ အကျိုးအကြောင်းပြည့်စုံစွာဆွေးနွေးညှိနှိုင်းမှုများပြုလုပ်နိုင်ခြင်းစသောအကျိုးကျေးဇူးများရရှိစေပါသည်။”

“အနောက်ဘင်္ဂလားကျေးလက်များတွင် ငါးမွေးမြူကြသောကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များအထူးအောင်မြင်ပါသည်။ဘဏ်စုငွေများပိုမိုအပ်နှံကြပြီးချေးငွေများလည်းပိုမိုရရှိ ပါသည်။
–အဂျစ်ဘာနားဂျီး၊ဘဏ်ခွဲမန်နေဂျာ၊လူဒက္ခပါရုလိယ၊ အနောက်ဘင်္ဂလားပြည်နယ်၊ အိန္ဒိယ

“ရွာနဲ့မြို့ကီလိုမီတာ(၃၀)ဝေးပါတယ်။အကူအညီဘယ်ဘယ်လိုရနိုင်မယ်ဆိုတာမသိခဲ့ပါ။ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များဖွဲ့စည်းပြီးနောက်ပိုင်းမှာပံ့ပိုးမှုတွေရရှိဖို့တောင်းဆိုလာနိုင်ပါသည်။
ကူဒပ်(မ်)အန်ဆရီ၊ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့ခေါင်းဆောင် ၊ခါအိပါရကျေးရွာ

“**...**ရပ်ရွာအကျိုးပိုမိုဖြစ်ထွန်းစေသော ဆောင်ရွက်မှုဖြစ်ပါသည်။”

“**...** အသေးစားချေးငွေများ၊အရင်းအနှီးများနှင့်ပံ့ပိုးမှုများကိုအလွယ်တကူစွာရရှိပါသည်။”

ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့အစည်းများက လူမှု လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ပါသည်။ပံ့ပိုးပေးမည့်သူများနှင့် လိုအပ်လျက်ရှိသူများကိုဆက်စပ်ပေးခြင်းဖြင့် ထိရောက် ကျယ်ပြန့်စွာစွမ်းဆောင် အကောင်အထည်ဖေါ်လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အကျိုးတူပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်မှုများဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ အုပ်ချုပ်မှုဆိုင်ရာနှင့် ဌာနဆိုင်ရာများတွင်လည်းဝင်ဆန့်လာကြပါသည်။

အများသဘောတူလက်ခံထားသောစည်းကမ်းများ၊ဆောင်ရွက်ရန်များ၊နည်းလမ်းများကိုလိုက်နာနိုင်မှုမရှိသူများအဖွဲ့ဝင်ဖြစ်လာရေးအတွက်ကူညီလျက်ရှိပါသည်။

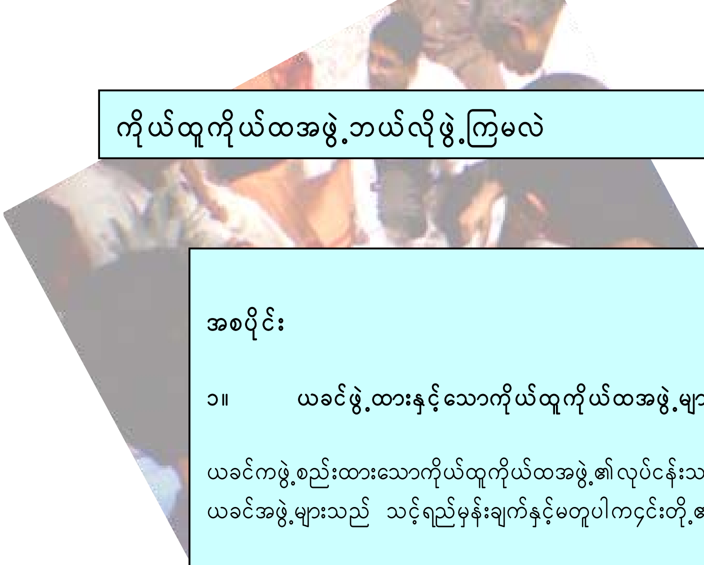
ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ခြင်း(အပေးအယူပြုလုပ်ခြင်း)၊ သတင်းဖလှယ်ခြင်း၊လုပ်ငန်းတူဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အကူအညီပေးခြင်းအားဖြင့်ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များ၏ စုပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအပြန်အလှန်ကူညီပေးမှုကို သရုပ်ပေါ်လွင်စေပါသည်။

ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များသည်ဝန်ဆောင်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သူများ၊ ဌာနဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ၊ အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများ(NGO)၊ ကျေးလက်ဘဏ်များ၊ ပစ္စည်းပေးသွင်းသူများနှင့်တိုးချဲ့ဆက်ဆံခြင်း၊ဈေးကွက်ချိတ်ဆက်ခြင်းများပြုလုပ်နိုင်ပါမည်။

“ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များ၏စမ်းသပ်ငါးမွေးမြူရေးနှင့် ကျေးလက်များတွင်သက်သာသောနှုန်းထားဖြင့်ချေးငွေထုတ်ပေးခြင်းဖြင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ ဂျဘာရားရွာသူရွာသားများအားရိက္ခာဖူလုံမှုရစေပြီး ကြွေး မည်လည်း လျော့နည်းစေပါသည်။ (Natural Resources Systems Program Annual Report 2003-04)

လာလိတမဟတ္တ၊ဘင်္ဂါလီအမျိုးသမီး. ”သူစိမ်းတွေကိုမပြောနဲ့ရွာမှာရှိတဲ့ယောကျ်ားတွေကိုတောင်စကားမပြောဝံ့တဲ့အချိန်တွေရှိခဲ့ပါသည်။ အခုဆိုရင်ဘဏ်မှာချေးငွေရရှိဖို့ ပြောရဲဆိုရဲရှိလာပါပြီ။ ပန်ချယက်ကတာဝန်ရှိသူတွေကိုရဲရဲဝံ့ဝံ့တွေ့ဆုံပြီးမတရားမှုတွေကိုပြောဆိုလာနိုင်ပါပြီ။ အခုဆိုရင်ပြောရေးဆိုခွင့်ရှိလာပြီး လေးလေးစားစားဆက်ဆံမှုကိုခံယူနေရပြီဖြစ်သည့်အတွက်ဝမ်းမြောက်ရပါသည်။"

[1] A way of building social capital, something people can use to reduce vulnerability and pursue their livelihoods objectives



ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့ဘယ်လိုဖွဲ့ကြမလဲ

အစပိုင်း

၁။ ယခင်ဖွဲ့ထားနှင့်သောကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့များ

ယခင်ကဖွဲ့စည်းထားသောကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့၏လုပ်ငန်းသည်သင်ရည်ရွယ်သောလုပ်ငန်းနှင့်တူညီနေပါအသစ်ထပ်ဖွဲ့ရန်မလိုအပ်ပါ။ ယခင်အဖွဲ့များသည် သင့်ရည်မှန်းချက်နှင့်မတူပါကငင်းတို့၏လုပ်ငန်းကိုလေ့လာပြီး သင့်အဖွဲ့သစ်အတွက်လေ့လာနိုင်ပါတယ်။

၂။ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အကူအညီရယူခြင်း

အဖွဲ့သားများတွင်လုပ်ငန်းအသီးသီးရှိကြမည်ဖြစ်သော်လည်းအဖွဲ့အစည်းပုံစံဖြင့်ဆောင်ရွက်ရပါမည်။အခြားအဖွဲ့များနှင့်ဆက်သွယ်ရပါမည်။ အဖွဲ့ဝင်အသစ်များကိုအသိအမှတ်ပြုရပါမည်။ ကျွမ်းကျင်သူပညာရှင်များ၊ စီမံကိန်းများ၊ ဘဏ်များ၊ NGO များ၊ ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ ထံမှကျေကျေနပ်နပ်အကူအညီပေးလာမည့်နည်းလမ်းကိုရှာဖွေရပါမည်။ ၄င်းတို့ထံမှအကူအညီမျိုးစုံရနိုင်မည်ဖြစ်ရာ အစည်းအဝေးအတွက် နေရာပေးခြင်းကအစ အကူအညီများရရှိသွားနိုင်ပါသည်။

၃။ အစပိုင်းမှာအကျယ်မချဲ့ပါနှင့်

သေးသေးငယ်ငယ်စလုပ်ခြင်းဖြင့်အခက်အခဲများ၊ အမှားများကိုကြိုတင်ဖော်ထုတ်ဖြေရှင်းနိုင်ပါသည်။ လုပ်ငန်းမတိုးချဲ့မီစနစ်တကျစီမံထားနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အဖွဲ့ငယ်များမှာအတိုက်အခံပြုမှုနည်းပါးပြီးလူနည်းစုသြဇာလွှမ်းမိုးမှုကင်းပါသည်။ အခြေခံလုပ်ငန်းတူ၊ ဦးတည်ချက်တူကြသောအဖွဲ့သားအချင်းချင်းလည်းနားလည်မှုရှိကြပြီးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လိုကြပါသည်။

၄။ အဖွဲ့နာမည်ပေးပါ။

လုပ်ငန်းအောင်မြင်ရေးစည်းရုံးအကောင်အထည်ဖော်ရာတွင်အဖွဲ့၏အမည်မှာလည်းအရေးကြီးသော အားပေးမှုဖြစ်စေပါသည်။ ထို့ကြောင့်အဖွဲ့ကို သင့်လျော်သောနာမည်ပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။

၅။ ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်မှုကိုစီစဉ်ပါ

ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့၏ရည်မှန်းချက်နှင့်စည်းကမ်းကို ဖွဲ့စည်းအုပ်ချုပ်ပုံမှာရေးသားဖော်ပြထားရပါမည်။ အဖွဲ့သားများ၏တာဝန်နှင့်ရပိုင်ခွင့်၊ မျှော်မှန်းနိုင်မှုများကိုဖော်ပြထားရပါမည်။ အဖွဲ့သားအချင်းချင်းမပြေလည်မှုများမရှိစေရန် တစ်ဦးချင်းတာဝန်ဝတ္တရားတွေကိုလည်းဖော်ပြထားရပါမည်။

၆။ အစည်းအဝေးပြုလုပ်မည့်နေရာနှင့်အချိန်ကိုစီစဉ်ပါ

အမျိုးသားအမျိုးသမီးအားလုံးအစည်းအဝေးကိုတက်ရောက်လာရန်အားပေးခြင်း၊နေရာထိုင်ခင်းကောင်းမွန်စွာပေးခြင်းပြုလုပ်ပါ။ အဖွဲ့သားများ၏စွမ်းဆောင်နိုင်မှုကိုဖော်ထုတ်အားပေးပါ။ အဖွဲ့ငယ်များဖြင့်ဆောင်ရွက်လိုပါကအဖွဲ့သားတွေရဲ့အိမ်မှာကြိုတင်ညှိနှိုင်းပါ။ အစည်းအဝေးပြုလုပ်ရန်အချိန်ကို အဖွဲ့သားအားလုံးမှတ်မှတ်ရရရှိမည့်အချိန်နှင့်တိုက်ဆိုင်သတ်မှတ်ပါ။ ဥပမာ–လ၏ပထမအင်္ဂါနေ့စသည့်ဖြင့် သတ်မှတ်ပါ။

အကြံပြုချက် ...

ကူညီအားပေးခြင်း

- အစည်းအဝေးကိုပုံမှန်တက်ခြင်း၊
- လုပ်ငန်းကိုအားလုံးသိရန်ဆောင်ရွက်ပါ။ မှတ်တမ်းတင်ခြင်းနှင့်အတူ(မှတ်တမ်းစာအုပ်၊တက်ရောက်သူများစာရင်း၊ငွေစာရင်း)အစည်းအ ဝေး ဆုံးဖြတ်ချက်များကိုအများသိရှိနိုင်ရန်ဆောင်ရွက်ပါ။လုပ်ငန်းအပေါ်စောင့်ကြည့်ကြပ်မတ်ခြင်းနှင့်အကောင်အထည်ဖော်မှုကိုတိုင်းတာခြင်းကိုလည်းဆောင်ရွက်ပါ။

ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့အစည်းအဝေးမှတ်တမ်းပုံစံ

ရက်စွဲ	အစီအစဉ်	ဆွေးနွေးခြင်း	ဆုံးဖြတ်ချက်
၄/၆	အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲ အစာဝယ်ရန် ကော်မတီအဖွဲ့ဝင်များနောက်ကျဒဏ်ကြေး	ရှိ ရှိ ရှိ	၃ ဦးတက်ရန် ၂ ဦးသွားမည်။၃ အိတ်၊၆/၆ မရှိ
၁၁/၆	အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအစီရင်ခံစာ ကြက်ငယ်များရောင်းချမှု	ရှိ ရှိ	ဖွဲ့စည်းပုံညှိနှိုင်းရန် အဖွဲ့သားအားလုံးကကြေငြာပေးရန်
၁၈/၆	....		

- ရံပုံငွေများများရရှိရန်ဖြည်းဖြည်းစုဆောင်းခြင်း၊ အဖွဲ့သားများ၏စုဆောင်းမှုကိုအခြေခံပြီးချေးငွေခံစားခွင့်ပေးခြင်း၊ ငွေတိုးသတ်မှတ်ရာတွင်အတွေ့အကြုံရရှိရေးဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ချေးငွေကိုအရစ်ကျပြန်ဆပ်ခြင်း၊ ဘဏ်ချေးငွေဖြင့်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းပြုလုပ်ပါ။
- နီးစပ်ရာစီးပွါးရေးဘဏ်၊ကျေးလက်ဘဏ်၊သမဝါယမဘဏ်တွင်ငွေးစုစာရင်းဖွင့်ခြင်းဖြင့်ဘဏ်နှင့်ဆက်သွယ်မှုရယူပါ။
- ကိုယ်ထူကိုယ်ထအဖွဲ့ရပ်တည်နိုင်ရန်ဝင်ငွေရရှိနိုင်သော လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ပါ။
- အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်တာဝန်ကိုအလှည့်ကျပေးပါ။ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်မကြာမဏအပြောင်းအလဲလုပ်ပါလည်း ရေရှည်လုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် ခက်ခဲမှုရှိနိုင်မည်ကိုဂရုပြုပါ။ အဖွဲ့ခေါင်းဆောင်အဖြစ်အလှည့်ကျတာဝန်ပေးခြင်းဖြင့် အဖွဲ့သားအားလုံးသည် အုပ်ချုပ်မှုနှင့်ခေါင်းဆောင်မှုကိစ္စများတွင်ပိုမိုတိုးတက်လာစေနိုင်ပါသည်။

ရှောင်ရှားရန်

- အမျိုးဇာတ်၊ ကိုးကွယ်မှု၊ ဘာသာနှင့်မူဝါဒကို အခြေခံပြီးအဖွဲ့သားများကို ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမပြုလုပ်ရန်။။

စီမံခန့်ခွဲမှုကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်း

ဆက်သွယ်ရန်

ပိုမိုအကျိုးရှိစေမည့်လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ခြင်းလက်စွဲ ယခုစာစဉ်တွင်အောက်ပါလက်စွဲများလည်းပါဝင်ပါသည်။

- သတင်းနှင့်ဆက်သွယ်ရေးအချက်အလက်များဖော်ထုတ်ခြင်း
- ညှိနှိုင်းသဘောတူညီမှုတည်ဆောက်ခြင်း

ပိုမိုအကျိုးရှိစေမည့်လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ခြင်းလက်စွဲစာစောင်များကို STREAM (မြန်မာ)ရုံး သို့မဟုတ် STREAM (ရုံးချုပ်) သို့မဟုတ် STREAM Website မှရရှိနိုင်ပါသည်။

ပိုမိုအကျိုးရှိစေမည့်လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ခြင်းလက်စွဲစာစောင်များနှင့်ပတ်သက်၍အကြံပြုချက်များကိုတယ်လီဖုန်း၊အီးမေး(လ်)သို့မဟုတ်စာဖြင့်ရေးသား၍ သတင်းနှင့်ဆက်သွယ်ရေးမန်နေဂျာ (Communication Hub Manager) STREAM (မြန်မာ)သို့တစ်ဖက်ပါလိပ်စာအတိုင်း ပေးပို့နိုင်ပါသည်။

STREAM မြန်မာ

မွေးမြူရေးဌာနခွဲ
ငါးလုပ်ငန်းဦးစီးဌာန
ဆင်မင်းလမ်း၊ အလုံစာတိုက်
ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း : ၉၅၁ ၂၂၅၅၈၆
ဖက်(စ်) : ၉၅၁ ၂၂၈၂၅၈
Email: : aquadof@myanmar.com.mm

STREAM Regional Office
c/o NACA
Department of Fisheries Complex
Kasetsart University Campus
Phaholyothin Rd
Bangkhen, Bangkok 10903
Thailand
Phone: 662 561 1728/29
Fax: 662 561 1727
Email: stream@enaca.org

STREAM Website
www.streaminitiative.org