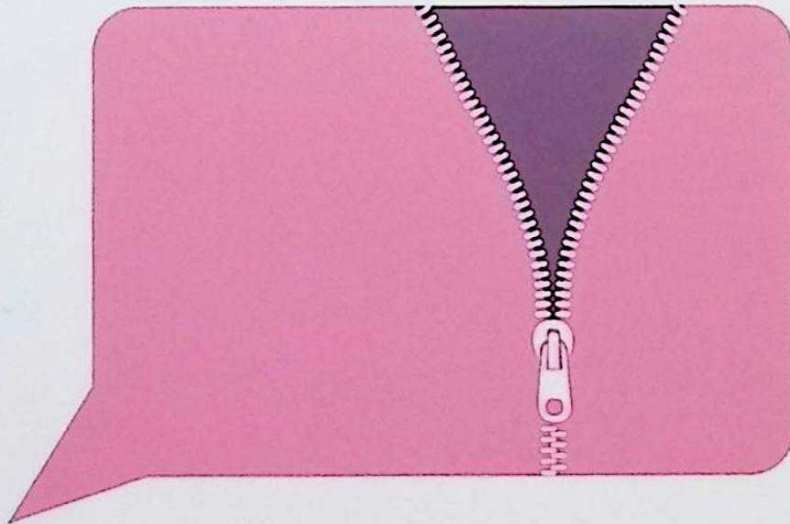


ဒေါက်တာစိမ့်

ဟောက်ဖြန့်သူတို့၏ စိတ်ဝေဒနာ နှင့် ဟောက်ဖြန့်ခံရသူတို့၏ စိတ်ဒဏ်ရာ

**The Psychology of Traitors
and the Post Betrayal Syndrome**





illustrated by mar na



Mother Home Printing ပုံနှိပ်တိုက် (၀၁၆၈၅)-ဦးမင်းမင်းစန်း (အမှတ်-၂၀၆၊
မိုင်းချုပ်လမ်း၊ မိုင်းတထောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့) နှင့် ပုံနှိပ်၍ အိပ်မက်အသစ်စာပေ (၀၁၂၀၈)
ဦးဝင်းသူရလွင် (အမှတ်-၃၈၊ ၁၅၃ လမ်း၊ တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့) မှ
၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလတွင် ပထမအကြိမ်အဖြစ် အုပ်ရေ (၅၀၀) ထုတ်ဝေသည်။

တန်ဖိုး - ၆၀၀၀ ကျပ်

Cover Design - Mar Na

“The Psychology of Traitors and the Post betrayal Syndrome”

“ဖောက်ပြန်သူတို့၏ စိတ်ဝေဒနာနှင့်
ဖောက်ပြန်ခံရသူတို့၏ စိတ်ဒဏ်ရာ”

- ဒေါက်တာစိန်

1. The first part of the book is a general introduction to the subject of the book. It discusses the importance of the subject and the scope of the book. It also discusses the objectives of the book and the methods used in the book.

2. The second part of the book is a detailed discussion of the subject. It covers the various aspects of the subject and provides a comprehensive overview of the subject. It also discusses the various theories and models of the subject.

3. The third part of the book is a conclusion. It summarizes the main findings of the book and provides a final thought on the subject.

ဒီခေါင်းစဉ်ကို ကြိုက်လွန်းလို့ ရွေးထားတာ။ ဖောက်ပြန်တယ် ဆိုတာ နားကြားလို့ နားထဲကို တော်တော်အဝင်ရဆိုးတယ်။ ကျွန်မ ကတော့ မျှော်လင့်ပါတယ်။ ဖောက်ပြန်တာတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဒီအသုံး အနှုန်းကို ပြောရတာ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ နောက်ဆုံးဖြစ်ချင်ပါတယ်။ ထပ်မပြောချင်တော့ဘူး။ ပြောရတာ မကောင်းဘူး။

ဖောက်ပြန်တဲ့သူတွေက သူတို့မှာ ဘယ်လိုမျိုး Reason တွေ ရှိနေမလဲ။ ဖောက်ပြန်ခြင်းရဲ့ နောက်မှာ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းက လက်မခံတဲ့ Behavior ကို ထပ်ခါတလဲလဲ နှစ်နှစ်မြိုက်မြိုက်လုပ်နေရလောက်အောင် သူတို့မှာ ဘယ်လိုအကြောင်းအရင်းတွေများ ရှိနေမလဲ။

အဲဒီတော့ သူတို့ကို ကျွန်မတို့က အပြစ်ပေးပြီးတော့ ထပ်မလုပ် တော့အောင် action ယူတာ ထက်စာရင် သူတို့ရဲ့အကြောင်းပြချက်တွေ ကို၊ သူတို့ရဲ့ အားနည်းချက်တွေကို Try to fix လုပ်ကြည့်ရင် ကောင်း မလားဆိုပြီး စဉ်းစားကြည့်မိတယ်။ နောက်တစ်ခုကကျတော့ သူတို့မှာ ဘယ်လို ဒဏ်ရာဒဏ်ချက်တွေရှိမလဲ။ ကျားနာတွေလိုမျိုးလားပေါ့။ ဒဏ်ရာရထားတဲ့ ကျားတစ်ကောင်လိုမျိုး အကုန်လုံးကို လိုက်ကိုက်နေ

ပြီးတော့ ပြဿနာတွေ လိုက်ရှာနေတာမျိုးဆိုရင် အဲဒီကျားနာကို ဆေးကုပေးလိုက်ရင် ကျွန်မတို့ရဲ့ Society အတွက် ပိုပြီးတော့ Safe ဖြစ်သွားမလားပေါ့။ ပြီးတော့ ကြုံတွေ့ခံစားရတဲ့သူတွေကရော ဘယ်လို စိတ်ဒဏ်ရာနဲ့ ရှင်သန်သွားလဲ။

ဒါတွေကို အဖြေရှာဖို့အပြင် Mental Health ကလည်း ဘယ်လောက်ထိ အရေးကြီးလဲဆိုတာ Awareness ရစေချင်လို့ပါ။ အဲဒီ တော့ “The Psychology of Traitors and the Post betrayal Syndrome” ကို ဖတ်နေတဲ့သူတွေက victims လား? ဒါမှမဟုတ် cheat လုပ်ထားတဲ့သူတွေလား? ဘယ်လိုလူတွေ ဖြစ်မလဲဆိုတာ ကျွန်မ စိတ်ဝင်စားမိပါတယ်။

စာဖတ်သူတို့ ဖောက်ပြန်ဖူးလား? ကိုယ့်ချစ်သူအပေါ်မှာရော ကိုယ့်အိမ်ထောင်ဖက်အပေါ်မှာရော ဖောက်ပြန်ဖူးလား? ဘယ်သူက တော့ ကျွန်တော်ကတော့ ဝီလိန်ပါ။ ကျွန်မကတော့ ဝီလိန်ပါလို့ ပြန်ပြော မလဲပေါ့နော်။ အဲဒါဆိုရင် ဖောက်ပြန်ခံရဖူးလား? ဖောက်ပြန်ခံရတယ် ဆိုတာ ပြန်ပြောပြဖို့ ခက်ခဲကြာ၊ ဝန်လေးကြတာ ဘာဖြစ်လို့လဲ? ရှက်လို့ လား? ဒါဆိုရင် လောကမှာ ဘာကရှက်စရာလဲ? ဖောက်ပြန်တာက ရှက်စရာလား ? ဖောက်ပြန်ခံရတာက ရှက်စရာလား ? အဲဒီလိုမဟုတ်တာ လုပ်တဲ့သူ၊ မကောင်းတာလုပ်တဲ့သူကမှ ရှက်ရတာလေ။ ဟီရိုဩတ္တပ္ပ တရားဆိုတာ ရှိတယ်။ မကောင်းမှု ပြုလုပ်တဲ့သူကမှ ရှက်ရမယ်၊ ကြောက်ရမယ်၊ ကိုယ်က မဟုတ်တာလုပ်တာမှ မဟုတ်တာလေ။

ကျွန်မ Messenger ဖွင့်လိုက်ပြီဆိုရင် ကျွန်မဆီမှာလည်း လာပို့ထားတဲ့သူတွေ အများကြီးပဲ။

တချို့ဆိုရင် အိမ်ထောင်ကျသွားတဲ့သူတွေ အိမ်ထောင်သည် တွေပေါ့။ တစ်ယောက်ဆိုရင် ကျွန်မနဲ့ Video Call Appointment

ယူပြီးတော့ Counselling ယူတာ။ သူသည် အိမ်ထောင်သက် အနှစ် နှစ်ဆယ်လောက်ရှိပြီ။ သားလေးက ၁၈ နှစ်ကျော်ပြီ။ အခု အမေရိကားကို ထွက်သွားပြီ။ အဲဒီတော့ သူ့သားရဲ့ သက်တမ်းတစ်လျှောက် သူ ယောက်ျားက ဖောက်ပြန်လာခဲ့တာ။ အနှစ်နှစ်ဆယ်လုံးလုံးပေါ့။ အဲဒီ လောက် အနှစ်နှစ်ဆယ်လုံးလုံးကို စိတ်ရှည်လက်ရှည် ဒီအစ်မက ဘာလို့ များ ပေါင်းသင်းနေတာလဲလို့ တော်တော်အံ့ဩတာပေါ့။ တော်တော် များများပေါ့။ ကြားတဲ့အခါ “ဟာ ဒီလောက်ဖောက်ပြန်နေတာ၊ ဒီလောက် အကြာကြီး ဘာလို့နေနေတာလဲပေါ့။ ဒီလောက်အကြာကြီး ဘာလို့ နေနေ တာလဲပေါ့” ဘာလို့အကြာကြီး နေနေတယ်လို့ထင်လဲ ?

အဖြေကတော့ သိရအောင် ဒီစာအုပ်အဆုံးမှာ ကျွန်မနဲ့အတူတူ မေးခွန်းတွေ လိုက်ဖြေကြည့်ပါ။ Syndrome ဆိုတာ ဆေးပညာမှာ ရောဂါ အစုအဝေးတို့ဘာတို့ လက္ခဏာတွေ အများကြီးပဲ။ အစာအိမ်ဖြစ်တဲ့ သူသည် အစာအိမ်ရောဂါလို့ပဲ ပြောတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဗိုက် အောင့်တာသည် သူ့မှာ လက္ခဏာတွေဖြစ်တာ။ Syndrome ကကျတော့ လက္ခဏာတွေ အများကြီးပါတယ်။

အဲဒီတော့ အရင်ဆုံး ပြောချင်တာကတော့ Betrayal ဆိုတဲ့ စကားလုံး။ ကျွန်မ ဒီစာအုပ်မှာ စကားလုံး အသုံးအနှုန်းလေး ဂရုစိုက်ပေး ထားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ လိုင်းပေါ်မှာကျရင် တွေ့တယ်မဟုတ်လား ဖောက်ပြန် တယ်ဆိုရင် ဘာလုပ်တယ်လို့ သုံးလဲ။ cheat လုပ်တယ်လို့ သုံးတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မက ဒီမှာ Betrayal လုပ်တယ်ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို သုံးထားပါတယ်။ Betrayal နဲ့ cheat လုပ်တာလေးနဲ့က ဘယ်လိုကွာလဲ ပေါ့နော်။ ဒါက လမ်းကြုံလို့ပြောပြတာပါ။

ဆိုပါစို့။ Business လုပ်တယ်၊ စီးပွားရေးလုပ်တယ်ဆိုရင် သူ့ဆီက ကျော်လိုက်တာ၊ ခွဲလိုက်တာဆိုရင် cheat လုပ်တယ်လို့

ခေါ်တယ်။ သူငယ်ချင်းအချင်းချင်း၊ လုပ်ငန်းရှင်အချင်းချင်းဆိုရင် cheat လုပ်တယ်ခေါ်တယ်။

Betrayal လုပ်တယ်ဆိုတာကတော့ အဲဒါထက်ပိုလေးနက် တယ်။ ဘဝမှာ impact တစ်ခု ကြီးကြီးမားမား ဖြစ်သွားတဲ့အထိ လုပ်တာ မျိုးပေါ့။ ကျွန်မ ဒီစာအုပ်ထဲမှာပြောမယ့်ဟာက ကိုယ့်ရဲ့ Partner ကိုယ့်ရဲ့ ချစ်သူ၊ ကိုယ့်ရဲ့ အိမ်ထောင်ဖက်က ဖောက်ပြန်တာကို သုံးချင်တာဖြစ်တဲ့ အတွက် Partner Betrayal ကို ယူသုံးလိုက်တာ ဖြစ်တယ်။ ဘာလို့လဲ ဆိုတော့ Betrayal ထဲမှာကိုက အများကြီးပဲ။ မိဘက ကိုယ့်ကို နောက်ကျောကို စားနဲ့ထိုးတဲ့လုပ်ရပ်ကြောင့်ရတဲ့ trauma လည်းရှိ တယ်။ နောက်တစ်ခုက မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်း အပေါင်းအသင်းက ကိုယ့်ကို Betrayal လုပ်သွားတာမျိုးရှိတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီစာအုပ်ထဲမှာတော့ အဲဒီဟာ ကို မပြောထားဘူး။ အခုပြောမှာ ကျတော့ Partner တစ်နည်းအားဖြင့် Intimate Partner (အရင်းနှီးဆုံးလက်တွဲဖော်) က ကိုယ့်ကို Betrayal လုပ်သွားတဲ့လုပ်ရပ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ Betrayal ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ရွေးထားတာပါ။

“Traitor” ကတော့ cheater ထက်ပိုပြီးတော့ လေးနက်တယ် လို့ ပြောရမှာပေါ့နော် အဲဒါကြောင့် ဒီစကားလုံးလေးကို သုံးထားတာပါ။

“လူတွေဘာလို့ဖောက်ပြန်လဲ” ဆိုတာ ကျွန်မကို စာနယ်ဇင်း ဆရာ၊ ဆရာမတွေ မကြာခဏ မေးတယ်။ ကျွန်မ အင်တာဗျူးထဲမှာ ဖြေခဲ့ တာထက်လေးနက်ပြီး အဲဒီထက်များပြားတဲ့ Reason တွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကို ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ဖော်ပြထားတယ်။ ပြီးရင် Betrayal လုပ်ခံရတဲ့သူတွေက ဘယ်လို symptoms တွေ (လက္ခဏာမျိုးတွေ) ခံစားရလဲဆိုတာနဲ့ သူ့ရဲ့ လူ့ဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက်မှာ ဘယ်လို သက်ရောက်မှုတွေ ရှိလဲဆိုတာကို ကျူးလွန်တဲ့သူတွေကိုလည်း သိစေချင်

တယ်။ ကျူးလွန်ခံရတဲ့သူတွေကိုလည်း သဘောပေါက်စေချင်တယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ ဒါပါပဲ။ ကိုယ်ဘာဖြစ်နေလဲဆိုတာကို သိစေချင်တယ်။ ကျွန်မတို့က ကိုယ်ဘာဖြစ်နေလဲဆိုတာသိမှ ဒီကနေ လွတ်မြောက်အောင် ကြိုးစားလို့ရမှာ။

ကျွန်မတို့ ဆရာဝန်တွေမှာဆိုရင် ဝိုက်အောင့်တယ်ဆိုပြီး Case နဲ့ ဆေးရုံဆေးခန်းလာရင် အန်မတန် သတိထားရတယ်။ ဝမ်းဗိုက်ကို ဆေးပညာမှာဆိုရင် Magic Box လို့ခေါ်တယ်။ Magic ဆိုတာ သိတယ်မဟုတ်လား မျက်လှည့်လို့လေ။ ယုန်လည်း ထွက်လာနိုင်တယ်၊ ကျားလည်း ထွက်လာနိုင်တယ်၊ မိန်းမလည်း ထွက်လာနိုင်တယ်၊ ပန်းလေးလည်း ထွက်လာနိုင်တယ်။ မျိုးစုံထွက်လာနိုင်တယ်။ ဘာမဆိုဖြစ်လာနိုင်တယ်။ အဲဒါကြောင့် ဝိုက်အောင့်တယ်လို့ပြောတဲ့နေရာမှာ အစာအိမ်လား၊ အူလား၊ ဘာလား ညာလားဆိုတာကို ပြောဖို့ အင်မတန်ခက်တယ်။

ကိုယ်က အစာအိမ်လို့ သေချာသိမှ အစာအိမ်ဆေး သောက်လို့ရမှာ။ အူဆိုတာကို သိမှ အူနဲ့သက်ဆိုင်တဲ့ Treatment ကို ပေးလို့ရမယ်။ ကျောက်ကပ်ဆိုတာ သိမှ ကျောက်ကပ်ကို ပေးလို့ရမှာ။ အဲဒါကြောင့် ဒီစာအုပ်ထဲမှာ ပြောသွားမှာက ကိုယ်အခု ဘာဖြစ်နေလဲဆိုတာကို သိဖို့၊ ပြီးတော့ ကိုယ်ကြုံနေတာ ကိုယ်ရင်ဆိုင်နေရတာဟာ ဘာကြီးလဲ၊ ကျားကြီးလား၊ ကျားနာကြီးလား၊ ဒါမှမဟုတ် ကျား အရေခွံစွပ်ထားတဲ့ ယုန်လေးလား စသည်ဖြင့်ပေါ့။ ကိုယ်က ဘာနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရလဲ။ ကိုယ့်ခန္ဓာလေးမှာ၊ ကိုယ့်ရဲ့ စိတ်နှလုံးသားထဲမှာ ဘာတွေဖြစ်နေလဲ။ ပြီးတော့ ဘာလုပ်ရမှာလဲ။

နောက်တစ်ခုကကျတော့ စိတ်ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သိစေချင်လို့ပါ။ (To increase mental health awareness)။ စိတ်ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံမှာ ဂရုမစိုက်ကြဘူး။

နည်းနည်း ဒေါသကြီးတယ်ဆိုရင် ဒီလူဒေါသကြီးတယ်ဆိုပြီးတော့ အပြစ် မြင်တယ်။ လူတွေနဲ့ခွဲပြီး ရှောင်ဖယ် ရှောင်ဖယ်နေတယ်ဆိုရင် သူက လူတောမတိုးဘူး လို့ အပြစ်တင်တယ်။ ပါတနာအပေါ် မယုံကြည်ရင် နားလည်မှုမရှိဘူးဆိုပြီး တံဆိပ်ကပ်တယ်။ အမျိုးစုံပေါ့။ ဒါပေမဲ့ လူတော မတိုးတဲ့ ဖြစ်ရပ်ဘာလို့ရှိနေလဲ၊ ဒေါသကြီးတာ ဘာလို့ဒေါသကြီးနေလဲ၊ ဘာလို့ သူ့ပါတနာအပေါ် မယုံကြည်လဲပေါ့။ အဲဒီအမှုအကျင့်တိုင်း အမှုအကျင့်တိုင်းရဲ့ နောက်ကွယ်မှာ စိတ်ဒဏ်ရာ အနာတရတွေရှိနေ တယ်။ အဲဒါတွေကို မသိကြဘူး၊ မကုကြဘူး။ မဖြေရှင်းကြဘူးပေါ့။

လူတစ်ယောက်ကျန်းမာနေတယ်ဆိုတဲ့ နေရာမှာ Physically healthy ဖြစ်နေရုံနဲ့ မရဘူး စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာက တွေဝေနေတာတွေ ဒွိဟဖြစ်နေတာတွေ၊ ဟိုလူနဲ့လည်းမတည့်၊ ဒီလူနဲ့လည်း မတည့်၊ ဟိုလူနဲ့လည်း ရန်ဖြစ်၊ ဒီလူနဲ့လည်း ရန်ဖြစ် အဲဒီလိုမျိုးတွေ ကင်းရှင်းနေ မှ။ ရောဂါမရှိရုံမကဘူး၊ ကိုယ်လက်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတွေ ပြည့်စုံနေရုံ တင်မကဘူး။ ခုနလို စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမှာလည်း ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် enjoy ဖြစ်နေမယ်၊ ပျော်ရွှင်နေမယ်။ အများသူနဲ့ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတဲ့ အခါမှာလည်း ပြေလည်နေမှ ကျန်းမာတယ်လို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။

အဲဒီတော့ ဒီစာအုပ်ထဲမှာ မျှဝေထားတာတွေဟာ လူတစ်ယောက် ကျန်းမာဖို့အတွက် အရေးကြီးတဲ့ထဲက တစ်ခုဖြစ်တဲ့ စိတ်ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ ပြောထားတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။



အခန်း (၁)

ဖောက်ပြန်သူတို့၏ စိတ်ဝေဒနာ

ဘာလို့ဖောက်ပြန်ကြလဲ?

“Cheating is never the fault of the person being cheated on, and always the responsibility of the person who cheated”

အဲဒီတော့ ဖောက်ပြန်ခြင်းသည် ဘယ်တော့မှ ဖောက်ပြန်ခံရတဲ့ သူရဲ့ အပြစ်မဟုတ်ဘူးဆိုတာ ကြားဖူးမှာပါ... တချို့တွေ အိမ်ထောင် သည်တွေ ဖောက်ပြန်တယ် အိမ်ထောင်ရေးသုခမပြည့်စုံလို့တို့၊ မိန်းမက ဟင်းမချက်ကျွေးလို့တို့၊ အိမ်မှုကိစ္စမကျွမ်းကျင်လို့တို့ စသည်ဖြင့် မျိုးစုံ Reason တွေ ပေးကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဟင်းမချက်ရင် မိန်းမကို ဟင်းချက် ကျွေးခိုင်းလိုက်။ ပြဿနာက သူ ဟင်း မချက်ကျွေးဘူးမဟုတ်လား။ “ဘာ

ဖြစ်လို့ မင်း ဟင်းမချက်ကျွေးနိုင်တာလဲ၊ ငါကတော့ ဟင်းချက်ကျွေးတာ လိုချင်တယ်” ဆိုပြီး ဒီဟာကို ညှိနှိုင်းဖြေရှင်းမှုလုပ်ရမှာ။ သွားပြီးတော့ ဖောက်ပြန်လိုက်ရမှာ မဟုတ်ဘူး။ ဆိုလိုချင်တာက ဒါကြောင့်မို့လို့ ဟင်း မချက်ကျွေးခြင်းသည် ဖောက်ပြန်ဖို့အတွက် Reason လုံးဝ မဟုတ်ဘူး။

အဲဒီတော့ ကျွန်မက ဒီမှာ တစ်ချက်ချင်းစီရှင်းသွားမယ်။ ဒီဟာ က ဆေးပညာ စကားလုံးတွေ ဖြစ်တဲ့အတွက် မှတ်မိဖို့ခက်လိမ့်မယ်။ ကိစ္စမရှိဘူး ဗဟုသုတအနေနဲ့ ထည့်ပေးထားတာပါ။ မြန်မာလိုပဲ နားလည် လွယ်တဲ့ စကားလုံးတွေနဲ့ ရှင်းပြပါမယ်။

Sexual Gratification

ကာမဆန္ဒ (လိင်စိတ်တပ်မက်မှုကို ဖြေဖျောက်ခြင်း)

အခုခေတ်မှာ အဲဒါ Trending နံပါတ်တစ် Hot အဖြစ်ဆုံး Reason ကို ထိပ်မှာ ရေးထားတာ။ Culture အရပဲ ဖြစ်စေ Trend လို့ပဲ ပြောမလား၊ ဘာပဲဖြစ်မလဲ။ Night Life တွေ အင်မတန်ပေါများ လာတဲ့အခါမှာ လိင်ကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ အင်မတန် နှစ်ခြိုက်လာ တယ်။ လွယ်ကူလာတယ်။ အဲဒီတော့ စာတစ်တန် ပေတစ်တန်နဲ့ ပြောမယ် ဆိုရင် တဏှာတွေ၊ ရမ္မက်တွေ ငမ်းငမ်းတက်လာကြတယ်ပေါ့။ ဘာဖြစ်လို့ တဏှာတွေ၊ ရမ္မက်တွေ ငမ်းငမ်းတက်ဖြစ်လာကြတာလဲဆိုရင် ဒေါ်စိန်စမ်းဖြူ ကတော့ တရားဟောတော့မယ်လို့ ထင်တော့မှာပဲ။ ကျွန်မ တရားမဟော ပါဘူး။ ဆေးပညာရှုထောင့်ကနေပဲ ပြောသွားမှာပါ။ ယောက်ျား၊ မိန်းမ ဘယ်သူ့ဘက်မှလဲ ဘက်မလိုက်ပါဘူး။ အင်တာဗျူးတွေမှာ တချို့တွေ ပြောတယ် “ဟာ ... မိန်းမက ပြောရင် မိန်းမဘက်ကပဲ ရပ်မှာပေါ့” လို့။

ကျွန်မဖြေသွားတဲ့ အင်တာဗျူးတွေထဲမှာ ယောက်ျားက

mgsoe.com

ဖောက်ပြန်တယ်၊ မိန်းမက ဖောက်ပြန်တယ် ဘယ်သူမှ ခွဲပြီးပြောသွားတာ မျိုး မရှိပါဘူး။ ဖောက်ပြန်သူသည် ဖောက်ပြန်တယ်ပဲ gender discrimination မရှိပါဘူး။

အဲဒီတော့ ဘယ်လိုလူတွေက sexual gratification ဖြစ်လဲ။ လိင်စိတ်ကတော့ လူတိုင်းရှိကြတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ sexual gratification ဆိုတဲ့အခြေအနေကတော့ မထိန်းနိုင် မသိမ်းနိုင်၊ မဆင်ခြင်နိုင်အောင်ကို ဖြစ်ကြတယ်။

- Identity crisis
- Impulse Control Disorder
- Promiscuous
- Very little self-discipline

ဆိုတဲ့ပြဿနာရှိတဲ့သူတွေက sexual gratification ရှိကြတယ်။ ပထမဆုံးအချက်က Identity crisis ဖြစ်နေတဲ့သူတွေက sexual gratification ပြဿနာ အမြဲတမ်းတွေ့ရတယ်။ ပြီးရင် Impulse Control Disorder မထိန်းနိုင်မသိမ်းနိုင်ဖြစ်တာ။ ပြီးရင် Promiscuous၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် self-control နည်းတာပေါ့။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စည်းကမ်းနဲ့ စောင့်ထိန်းမှု အားနည်းတဲ့သူတွေမှာ ဒီလိုမျိုးကိစ္စတွေ တွေ့ရတယ်။ အိုကေ ဒါတွေကို တစ်ချက်ပြောကြည့်မယ်။

Identity crisis

အထူးသဖြင့် အသက်သုံးဆယ်ဝန်းကျင်လောက် ရောက်ပြီဆိုရင် လူတွေ ကြုံရတတ်တယ်။ ငါ ဒီအသက် ဒီအရွယ် ရောက်နေပြီ၊ ငါက ဘာဖြစ်ချင်တာလဲ၊ ငါတကယ် ဝါသနာပါတာ ဘာလဲ၊ ငါက လွတ်လပ်တဲ့ဘဝကို သဘောကျတာလား ဒါမှမဟုတ် လက်လီစိတ်စားရ

တာကို ကြိုက်တာလား။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် Confuse ဖြစ်နေတာ။
 ငါကတော့ အိမ်ထောင်ရက်သားကျပြီးတော့ ငါ့မိသားစုလေးနဲ့ အေးအေး
 ချမ်းချမ်း နေချင်တာလား။ မဟုတ်ဘူး အပျိုကြီး လူပျိုကြီး နာမည်ခံပြီး
 တော့ပဲ လက်လီစိတ်စားချင်တာလား မသေချာဘူး။ ငါကတော့ dynamic
 ဖြစ်တဲ့ဘဝ ကြိုးစားနေရတာကို ကြိုက်တာလား။

ပြောချင်တာက အရက်သမားနဲ့တွေ့ရင် အရက်သောက်ဖြစ်
 တယ်၊ အရက်သောက်ရတာကို ငါက ကြိုက်တယ်။ တရားသမားနဲ့
 တွေ့ရင်လည်း တရားစခန်းရောက် သွားပြန်ပြီ၊ ဘာလဲပေါ့။ သူ့ရဲ့
 ခံယူချက်က ဘာလဲပေါ့။ ကျွန်မတို့ ငယ်ငယ်တုန်းက ကျောင်းစာမှာ
 သင်တဲ့ စကားလုံးလေးကို ပြန်ပြီးတော့ Refer ယူရမယ်ဆိုရင် လေယူရာ
 ယိမ်းတဲ့ဝါဒ။ ယိုးဒယားကို အရင်တုန်းက လေယူရာယိမ်းတဲ့ နိုင်ငံခြားရေး
 မူဝါဒရှိတယ်၊ ဟိုလူနဲ့ပေါင်းရင် ပါသွားပြန်ပြီ၊ ဒီလူနဲ့ပေါင်းရင် ပါသွားပြန်
 ပြီလို့ ပြောကြတာပေါ့။ အဲဒီ Identity Crisis ပြဿနာရှိတဲ့သူက
 ထိုနည်းလည်းကောင်းပဲ။ အထူးသဖြင့် သူတို့က ဘဝမှာ ကြီးမားတဲ့
 ပြောင်းလဲမှု ဖြစ်တဲ့သူက ဒီလိုမျိုး ဖြစ်တတ်တယ်။

ဥပမာ အသက်နှစ်ဆယ်ကောင်လေးက ရုတ်တရက် အိမ်ထောင်
 ကျသွားတယ် ဆိုပါစို့။ သူ့ချစ်သူနဲ့ ကိုယ်ဝန်ရလို့ယူလိုက်ရတာမျိုးပေါ့။
 အဲဒီတော့သူက မရင့်ကျက်ရသေးဘူး။ အတန်းထဲမှာ ကောင်မလေးတွေ
 သဘောကျတဲ့ ချောချောလေး။ အိမ်မှာအငယ်ဆုံးလေး။ ဖူးဖူးမှုတ်ထား
 တယ်။ အစ်မတွေက ဝိုင်းချစ်ကြတယ်။ ခုကျတော့ ကလေးအဖေ
 ဖြစ်သွားတယ်၊ အိမ်ထောင်သည်ဖြစ်သွားတယ်။ သူ ဒါကြီးကို
 လက်မခံနိုင်ဘူး။ အဲဒီတော့ ငါကဘာလဲပေါ့။ ငါက လူကြီးလား၊ ငါက
 အိမ်ထောင်ဦးစီးလား။ ငါက ကလေးလား။ သူ့ကိုယ်သူ ဝေခွဲမရတွေ
 ဖြစ်ကုန်တယ်။ အဲဒီလိုလူမျိုးတွေမှာ စိတ်ထွက်ပေါက်ရှာတဲ့အနေနဲ့

တစ်ဦးထက်ပိုတဲ့ Sex တွေကို လုပ်ကြတယ်။ ရှာကြတယ်။ နှစ်ခြိုက်ကြတယ်။ အလုပ်ပြုတ်တာ၊ အလုပ်ရတာ၊ အလုပ်သစ်တစ်ခုကိုစတာ၊ နေရာသစ်တစ်ခုကို ပြောင်းတာ စသည်ဖြင့် ဒီလိုအချက်တွေနဲ့ ကြုံရတဲ့ အချိန်မျိုးမှာဆိုရင် Identity Crisis ပြဿနာရှိတယ်။

traumatic event ဘဝမှာ တကယ့် စိတ်ဒဏ်ရာအကြီးကြီးရတဲ့ အဖြစ်။ မျိုးစုံဖြစ်နိုင်တယ်။ ကိုယ့်အဖေနဲ့ အမေ အိမ်ထောင်ကွဲသွားတာလဲ traumatic event တစ်ခုပဲ။ အိမ်က မိသားစုလုံး ကိုဗစ်နဲ့ ဆုံးသွားတာလဲ traumatic event ပဲ။ အဖေနဲ့အမေ ကား accident ထဲမှာ ပါသွားပြီး ကိုယ်တစ်ယောက်တည်း အသက်ရှင်ကျန်ခဲ့တာ ဒါလဲ traumatic ပဲ။ အများကြီးဖြစ်နိုင်တယ်။ အဲဒီလိုလူတွေက Identity Crisis ကို အများကြီးကြုံရမှာပဲ။ အသေးစိတ်ကို မပြောတော့ဘူး။ အဓိက သိစေချင်တာက ဒီတစ်ခုချင်းစီက Medical History Background (ရောဂါနောက်ခံ) တွေ၊ treatments တွေ (ကုသမှုတွေ) အများကြီး ရှိတယ်ဆိုတာလေးပါပဲ။

Impulse Control Disorder

ဒီပြဿနာက အကြီးဆုံးပဲ။ Impulse control disorder ရှိတဲ့ သူကျ တအားဖောက်ပြန်တယ်။ သူက ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ သူ့ရဲ့ ပြဿနာက ဘာလဲဆိုတော့ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းကစံနှုန်းတွေကို သွေဖယ်ချိုးဖောက်ပြီး တစ်စုံတစ်ယောက် အခွင့်အရေးတွေကို ထိခိုက်စေတဲ့အရာကို ကျူးလွန်ဖို့ ရုတ်ခြည်း မထိန်းနိုင်မသိမ်းနိုင်အောင် ပြင်းထန်တဲ့ စိတ်မျိုးဖြစ်တဲ့ အခြေအနေဖြစ်တယ်။ အဲဒီလိုစေ့ဆော်တဲ့အပြုအမူဟာ သူတစ်ဖက်သားကို ထောက်ထားစာနာစိတ်မရှိဘဲ ထပ်ခါတလဲလဲ၊ မကြာခဏ လုပ်လေ့ရှိတယ်။