

“စိတ်သောကရောက်နေတဲ့အချိန်များတွင် ဦးဆောင်မှုပြုခြင်း” ဆောင်းပါးအကျဉ်းချုပ်

“လူတွေက အနာဂတ်အတွက် မျှော်လင့်လိုရတဲ့ အကြောင်းအရင်းတစ်ခုခု (သို့) ရည်မှန်းချက်ကို ရှာဖွေနေတဲ့အခါတွေမျိုးမှာ အုပ်ချုပ်မှုနည်းလမ်းဆိုင်ရာ စာအုပ်အတော်များများဟာ အသုံးတည့်မနေပါဘူး” ဟူ၍ Harvard Business Review ဆောင်းပါး တွင် ဖော်ပြထားပါတယ်။ ထိုအချက်က ၂၀၂၁ ခုနှစ် မြန်မာ့ဧည့်သည်အဖွဲ့အစည်းကို သက်ဆိုင်နေပါတယ်။

“စိတ်သောကရောက်နေတဲ့အချိန်များတွင် ဦးဆောင်မှုပြုခြင်း” ဆောင်းပါးရဲ့ စာရေးဆရာများဖြစ်ကြတဲ့ Dutton, Frost, Worline, Lilius နှင့် Kanov တို့က ဗရုဏ်ဗရက်ဆန်သော အချိန်ကာလမျိုးမှာ စာနာရိုင်းပင်းစွာဖြင့် တုန့်ပြန် ပြုမူနိုင်ရေးအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော သင်ခန်းစာများကို မျှဝေထားပါတယ်။

ခေါင်းဆောင်တစ်ဦးရဲ့ တုန့်ပြန်ပြုမူမှုဟာ အဖွဲ့အစည်းတွေကို “ခက်ခဲတဲ့ကာလများမှာ စွမ်းဆောင်ရည် မြင့်မားမှုကို ထိန်းသိမ်း နိုင်ဖို့၊ ပြန်လည်ကုစားနိုင်ဖို့၊ သင်ယူနိုင်ဖို့၊ လိုက်လျောညီထွေစွာနေထိုင်နိုင်ဖို့ နှင့် သာလွန်ကောင်းမွန်နိုင်ဖို့” အထောက်အကူ ဖြစ်စေ ပါတယ်။ ငဲ့ညှာထောက်ထားတတ်သော ခေါင်းဆောင်မှုဟုဆိုရာတွင် “လူတွေရဲ့ နာကျင်မှုကို သက်သာစေဖို့ သေးငယ်သည့် ဖြစ်ပါစေ၊ အများအတွက် အရေးတယူ လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်သည့် ပုံစံအချို့” တို့ ပါဝင်ပါတယ်။ အဆိုပါလုပ်ဆောင်ချက်များဟာ အခြားသူတွေကိုပါ စာနာထောက်ထားတတ်သည့် နည်းလမ်းများဖြင့် ပြုမူစေဖို့ အပြန်အလှန်အားဖြင့် လှုံ့ဆော်ပေးပါတယ်။

၁။ **ငဲ့ညှာထောက်ထားမှုရှိသော တုန့်ပြန်ဆောင်ရွက်သည့်စနစ်ကို ချမှတ်ပါ။** ဝန်ထမ်းတွေကို လွတ်လပ်စွာ ပြောဆို နိုင်ဖို့၊ ၎င်းတို့ ခံစားနေရပုံကို လွတ်လွတ်လပ်လပ် ဆွေးနွေးနိုင် ဖို့ ခွင့်ပြုပေးပါ။ ထိုသို့အခွင့်ပေးပါက အပြန်အလှန်အားဖြင့် ၎င်းတို့ရဲ့ နာကျင်မှုကို သိရှိနိုင်လာပြီး နှစ်သိမ့်အားပေးမှုကို ရှာဖွေနိုင်သလို ပံ့ပိုးပေးနိုင်ဖို့ အကူအညီ ဖြစ်စေတဲ့အပြင် ပို၍မျှော်လင့်ချက်ပြည့်ဝတဲ့ အနာဂတ်ကို မြင်ယောင်လာ နိုင်စေအောင်လည်း အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါ တယ်။ ထို့အပြင် နာကျင်မှုတွေ၊ ဒုက္ခဆင်းရဲတွေနဲ့ ကြုံတွေ့ခံစားနေရသူ တွေကိုပါ ၎င်းတို့အတွက်ရော တစ်ပါးသူတွေရဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခတွေအတွက်ပါ ရှာဖွေကုစားနိုင်ဖို့ အားပေး တိုက်တွန်းပေးပါ။

သင်တို့ရဲ့ဝန်ထမ်းတွေဟာ နာကျင်မှုကို လျစ်လျူရှုနိုင်အောင် ကြိုးစားနိုင်တဲ့အားအင် ထပ်သုံးစွဲစရာ မလိုတော့တဲ့ အချိန် အခါမျိုးမှာ လုပ်ငန်းခွင်ကို ပို၍လွယ်လွယ်ကူကူ အကျိုးရှိရှိဖြင့် ပြန်လည်ဝင်ရောက်လာနိုင်ပါတယ်။ ပြင်းထန်တဲ့ စိတ်ခံစား ချက်တွေကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောဆိုနိုင်ခြင်းက ရိုးသားပွင့်လင်းတဲ့ ထုတ်ဖော်ပြသနိုင်ခြင်းကို ဦးတည်စေပြီး လူတွေကို မျှော်လင့်ချက်နှင့် မိမိကိုယ်မိမိယုံကြည်မှုကို ပြန်လည် တည်ဆောက်နိုင်အောင် တွန်းအား ပေးစေပါတယ်။ ခေါင်းဆောင်များက ဤအပြုအမူကို စံနမူနာပြပေးသင့်တယ်ဆိုတာ သတိရပေးပါ။

၂။ လူတွေကို ၎င်းတို့အလုပ်ရဲ့ ပို၍ကြီးမားတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်အကြောင်းကို အသိပေးပါ။ သင့်အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုတွေကို ပြောဆိုနိုင်ဖို့နဲ့ အားပေးထောက်ခံနိုင်စေဖို့ အခွင့်အလမ်းတွေရှာဖွေပါ။ ဝန်ထမ်းတွေဟာ ဘဝရဲ့ အကြပ်အတည်းတွေ၊ စိန်ခေါ်မှု တွေနဲ့ ရုန်းကန်နေရတောင်မှ အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုတွေကို သတိရစေ တာက ၎င်းတို့အလုပ်မှာ ပို၍ အားရကျေနပ်စေဖို့ အကူအညီဖြစ်စေပါတယ်။

၃။ သင့်အဖွဲ့အစည်းက ငဲ့ညှာထောက်ထားတတ်တဲ့အဖွဲ့ ဖြစ်သလားဆိုတာကို အောက်ပါ အညွှန်း (၄)ခုဖြင့် အကဲဖြတ် တိုင်းတာပါ။

- ထောက်ပံ့ပေးနိုင်သည့် အမျိုးအစား - သင့်အဖွဲ့အစည်းက အကြပ်အတည်းကာလတွေမှာ မည်သည့် အရင်းအမြစ်ပုံစံများဖြင့် ပံ့ပိုးကူညီပေးနေပါသလဲ? အရင်းအမြစ်ပေါင်းများစွာ ရှိတယ်ဆိုတာကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပါ။ ဥပမာ - ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်နိုင်ခွင့် ပေးတဲ့အလုပ်၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာထောက်ပံ့မှု၊ ပန်းစည်းပေးခြင်းကဲ့သို့ နှစ်သိမ့်မှုပေးနိုင်သည့် အပြုအမူများ၊ ငွေရေး ကြေးရေးဆိုင်ရာ အကူအညီ၊ ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်နိုင်ဖို့ အကူအညီ၊ အချိန် နှင့်/သို့ အထူးဂရုစိုက်ပေးခြင်း။
- အတိုင်းအတာ - အထောက်အပံ့ကို ဘယ်အဆင့်အထိ သင့်အဖွဲ့အစည်းက ကူညီပေးနိုင်သလဲ? စိတ်ဒုက္ခခံစား နေရတဲ့သူတွေ လိုအပ်မှုအတိုင်းအတာနဲ့ အချိုးအကျအလိုက်ရရှိနိုင်တဲ့ အရင်းအမြစ်၊ အချိန် နှင့် အထူးဂရုစိုက်မှု ပေးနိုင်သည့် ပမာဏကို ဆိုလိုတာပါ။
- တုန့်ပြန်သည့်အချိန် - ဝန်ထမ်းတွေရဲ့ လိုအပ်ချက်များကို မည်မျှမြန်မြန်ဆန်ဆန်နဲ့ တုန့်ပြန်ပေးနိုင်သလဲ? တုန့်ပြန်တဲ့အချိန် ပိုမြန်ဆန်လေလေ သင့်အဖွဲ့အစည်းက ငဲ့ညှာထောက်ထားပေးတတ်တဲ့အဖွဲ့ ပို၍ ဖြစ်လေလေပါ။
- အထူးပြုဆောင်ရွက်ပေးခြင်း - သင့်အဖွဲ့အစည်းက ဝန်ထမ်းတစ်ဦးရဲ့ လိုအပ်ချက် အတိအကျအတိုင်း သတ်သတ်မှတ်မှတ် တုန့်ပြန်ပေးနိုင်တဲ့ ထောက်ပံ့မှုမျိုး လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသလား?

စာနာထောက်ထားတတ်တဲ့ တုန့်ပြန်မှုကို ပံ့ပိုးပေးခြင်းက အကြပ်အတည်းကာလများအတွင်း သင်ဟာ စံပြုတစ်ယောက်အဖြစ် ဦးဆောင်နိုင်ဖို့ မရှိမဖြစ် အရေးကြီးပါတယ်။

ဆောင်းပါးအပြည့်အစုံကို အောက်ပါလင့်ခ်တွင် ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။ <https://hbr.org/2002/01/leading-in-times-of-trauma>

###

DeBoer Fellowship အကြောင်း

DeBoer Fellowship သည် မြန်မာ့လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းရှိ ကဏ္ဍပေါင်းစုံတွင် အပြောင်း အလဲကို ဖော်ဆောင်လိုသော ခေါင်းဆောင်များ ပေါ်ပေါက်လာရေးအတွက် ပံ့ပိုးပေးလိုသော အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း ပြုလုပ် ကျင်းပနေသော သင်တန်းစဉ်နှင့် အခြား လူအများနှင့် ဆိုင်သော အစီအစဉ်များမှတစ်ဆင့် DeBoer Fellowship သည် ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်၊ စာနာထောက်ထားတတ်ပြီး ကျင့်ဝတ်နှင့် ပြည့်ဝသော ခေါင်းဆောင်များအား လေ့ကျင့် သင်ကြား ပေးကာ ကြီးပွားတိုးတက်သော မြန်မာပြည်ကြီး ဖြစ်ပေါ်လာရန် ရည်ရွယ်၍ လုပ်ဆောင်လျှက်ရှိပါသည်။ DeBoer Fellowship အကြောင်း ပိုမိုသိရှိလိုပါက (သို့) သင်တန်းလျှောက်ထားခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ သိရှိလိုပါက www.deboerfellowship.org တွင် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။