

ကျွန်ုပ်၏အတွေ့အကြုံအရ-

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း၊
ကလေး ထိန်းသိမ်းစောင့်
ရှောက်ခွင့်နှင့်ဆိုင်သော
အဖြစ်အပျက်များပေါင်းချုပ်

MIBFN

Michigan Breastfeeding Network

တစ်ခါတလေမှာ သင်ဟာတစ်ယောက်တည်းမဟုတ်ဘူးဆိုတာ သိရုံနဲ့ သင့်ကို ခွန်အားတွေရစေပါသည်။

ဒါတွေဟာ အပြင်လက်တွေ့ကတကာယံလူသားတွေရဲ့ ဖြစ်ရပ်မှန်ဇာတ်လမ်းလေးတွေဖြစ်ပါတယ်။

အောက်ပါအဖြစ်အပျက်များသည် အွန်လိုင်းစစ်တမ်းများအရ မိချီကန် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးရေးကွန်ရက်မှ ရှာဖွေစုဆောင်းထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ စစ်တမ်းများကိုလေ့လာရန် သို့မဟုတ် သင့်ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်အပျက်ကို မျှဝေရန် <http://www.mibreastfeeding.org/child-custody> သို့ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။

စိတ်ဓာတ်ကြံ့ခိုင်ခြင်းရဲ့ စွမ်းအား

ကျွန်မဟာ တစ်ခါတစ်လေ အခက်အခဲတွေ အဆင်မပြေမှုတွေရှိနေပေမယ့်လည်း ကျွန်မ၏ လေးလအရွယ်သမီးကို ဂုဏ်ယူစွာ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေဆဲဖြစ်ပါတယ်။ သူမရဲ့ ဖခင်နဲ့ ကျွန်မဟာ သူမမမွေးခင်ကတည်းက အတူမနေကြတော့ပါဘူး။ သူမမှာ မွေးကင်းစကလေးတွေကိုထိန်းဖို့ အတွေ့အကြုံမရှိတဲ့အတွက် အခု ကျွန်မကလေးကို သူနဲ့မထည့်ပေးနိုင်ပါဘူး။ တရားရုံးသို့သွားရောက်ပြီးသကာလ စောင့်ကြည့်အလည်လာခွင့်ရရှိပြီး သူဟာ သမီးကို ဗုဒ္ဓဟူးနေ့မှာ နာရီအနည်းငယ်နဲ့ စနေနေ့မှာ ၆နာရီခေါ်ဆောင်သွားခွင့်ရခဲ့ပါတယ်။ တရားရုံးဟာ ကျွန်မ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေတယ်ဆိုတဲ့အချက်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းမရှိခဲ့ပါဘူး။ ကျွန်မဟာ ကလေးလိုအပ်တာထက် ပိုတဲ့ မိခင်နို့ကို ညှစ်ထုတ်ပို့ပေးနေပေမဲ့ သူဟာမလုံလောက်ဘူးဆိုပြီး ကျွန်မဟာသမီးကိုအငတ်ထားနေပါတယ်။ ဖော်မြူလာနို့ကိုတိုက်မှရမယ်ဆိုပြီး ပိုပိုပြီး ခြိမ်းခြောက်လာပါတယ်။ သမီးလေး စနေနေ့ အိမ်ပြန်လာချိန်မှာ ဗိုက်အောင့်လို့ ငိုယိုပြီး အန်ပီအန်နေပါတယ်။ သမီးလေးဟာ ဇီဝကြောင့်တဲ့ကလေးလုံးဝမဟုတ်ပါဘူး။ သူမဟာအလွန်လိမ္မာပါတယ်။ သူဟာတချို့ရက်တွေမှာ သမီးလေးကို ဖော်မြူလာနို့တွေ တိုက်နေတဲ့အတွက် သမီးလေးကို အကျွေးလွန်နေတယ်လို့ ကျွန်မသတိပြုမိပါတယ်။ သမီးလေး အပေါ့အပါးသွားရင်လည်း အရောင်ညစ်ပြီး ဖော်မြူလာနို့တိုက်ကျွေးထားတဲ့အနံ့ရပါတယ်။ **ကျွန်မဟာ ဒီကိစ္စတွေကြောင့် စိတ်အနှောင့်အယှက်အဖြစ်မခံဘဲ** ကျွန်မ လုံလုံလောက်လောက်ပို့ထားတဲ့အတွက် ဒါတွေမလိုဘူးလို့ သူ့ကို ခဏခဏပြောပါတယ်။ သမီးလေးရဲ့ ဆရာဝန်တောင်မှ ကျွန်မပို့တာသမီးလေးအတွက်လုံလောက်တယ်လို့ပြောပါတယ်။ သူဟာ သမီးလေးကို ဖော်မြူလာနို့တိုက်ဖို့ နဲ့ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် တစ်ချိန်ချိန်မှာ တိုက်ရမှာပဲလို့ပြောပြီး ကျွန်မကိုဖိအားပေးဖို့ကြိုးစားပါတယ်။ **တစ်ခါတလေ ကျွန်မ စိတ်ဖိစီးမှုတွေများပြီး နို့ထွက်နည်းလာတာကို သတိထားမိပေမဲ့ ကျွန်မသမီးလေးအတွက်တွေးမိရင် ဒီလိုဆက်သွားရမယ်ဆိုပြီး အားတင်းမိပါတယ်။** သူနဲ့ အမြဲတစေ အကြိတ်အနယ် ငြင်းခုံနေရပေမဲ့ ဒီတစ်ခါတော့ ကျွန်မအလျော့ပေးမှာမဟုတ်တဲ့အပြင် ဒီအကြောင်းကို ကျွန်မ ပို၍ပို၍ လေ့လာခဲ့ပါတယ်။ **ဒီအခက်အခဲတွေကို ကျွန်မကျော်လွှားပြီး သမီးလေးကို မိခင်နို့တိုက်ကျွေးဖို့ လုံးဝလက်လျှော့မှာမဟုတ်ပါဘူး။** ဒါဟာ ကျွန်မကိုအားတက်စေပါတယ်။ သမီးလေးရဲ့အဖေဟာ ကျွန်မမိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို အလေးထားပြီး အားပေးမှုမရှိတဲ့အပေါ် ကျွန်မ စိတ်ပျက်မိတာအမှန်ပါ။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မ လုံးဝအလျော့ပေးမှာ မဟုတ်ဘဲ ကျွန်မကလေးကို မိခင်နို့တိုက်ကျွေးပိုင်ခွင့်ကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အနစ်နာခံခြင်းရဲ့ စွမ်းအား

ကျွန်မသားလေးရဲ့ ဖခင်ဟာ သားလေး အသက်ခြောက်ပတ်မြောက်မှာ ဖခင်ဟုတ်မဟုတ်ဆေးစစ်ခြင်းရဲ့အဖြေထွက်ခွင့်အထိ သူ့သားလို့ အသိအမှတ်မပြုပါဘူး။ ကျွန်မဆီမှာ ဆေးဝါးအကူအညီပေးမှုအာမခံ (Medicaid) ရှိတဲ့အတွက် တရားရုံးဆိုင်ရာကိစ္စတွေပါ ပါလာပါတယ်။ ကလေးဆိုတာ အထူးသဖြင့်မိခင်နို့တိုက်ကျွေးစဉ် တစ်နှစ်အတွင်းမှာ မိခင်နဲ့ ပူးပေါင်းကပ်ကပ်နေဖို့လိုတယ်ဆိုတာကို သူနားလည်တယ်လို့ ကလေးအဖေက ကျွန်မကိုပြောပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မကိုယ်ဝန်ရပြီး သိပ်မကြာခင်မှာ သူဟာ ကျွန်မအပေါ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှုတွေလုပ်တော့မယ်လို့ သူစိတ်ပိုင်းဖြတ်လိုက်တဲ့အချိန်ကစပြီး အရာရာပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါနဲ့ တစ်ရက်လည်းကျရာ မဆီမဆိုင် ကလေးဘယ်လိုထိန်းရမလဲအတွက် အကြံပြုလုံးစမရှိတဲ့ ဒီယောကျာ်းဟာ နှစ်ပတ်ခြားတစ်ခါ ရုံးပိတ်ရက်တွေတိုင်းမှာ ကလေးကို သူ့ခေါ်ထားပိုင်ခွင့်ရှိတယ်လို့ ရုတ်တရက်ပြောလာပါတယ်။ **ဒါကြောင့် ကျွန်မဟာ အစိုးရကို တရားစွဲဆိုချက်တစ်ရပ် လျှောက်ထားခဲ့ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ပထမတစ်ချက်အနေနဲ့ ကျွန်မသားလေးကို မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေတဲ့အတွက် ကျွန်မအနားကနေ တစ်ခါတည်း ငှေနှောရုံ ခွဲထားဖို့မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။** (သားလေးဟာ အခု လေးလသားပဲရှိသေးပါတယ်) နောက်တစ်ချက်က ကျွန်မဟာ သားလေးကို ညစဉ် တစ်ညလုံး တစ်ကုတင်ထဲသိပ်ပြီး ပြုစုစောင့်ရှောက်လေ့ရှိတဲ့အတွက် မိခင်နို့ကလေးကြားက သံယောဇဉ်ကို အနှောင့်အယှက်မဖြစ်စေချင်တာလည်း ပါပါတယ်။ ကလေးအဖေကတော့ ယောက်ယက်ခတ်ပြီး အပတ်တိုင်း စိတ်အပြောင်းအလဲများနေပါတယ်။ တစ်နှစ်ကြာလို့ တောင်းဆိုတာတွေလုပ်လာရင် ငါနဲ့မဆိုင်ဘူး ဆိုတာကနေ ငါ ကလေးထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပိုင်ခွင့်ကို အပြည့်လို့ချင်တယ်။ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဝန်ဆောင်မှု (cps) ကိုဖုန်းဆက်လိုက်တော့မယ် ဆိုတဲ့အထိ အမျိုးမျိုး ယောက်ယက်ခတ်နေပါတယ်။ ကျွန်မဟာ ဒီကိစ္စကို တိုတိုနဲ့လိုရင်းကိုပြောရတာက သင့်ကို အဖြစ်မှန်ကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိစေချင်လို့ပါ။ **ကျွန်မဟာ နောက်ဆုံးတော့ အစကတည်းက လုပ်ခဲ့သင့်တဲ့ ရှေ့နေငှားခြင်းကို လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။** ဒီတော့ ကျွန်မတို့ဟာ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက်မတည့်ပေမဲ့ ကျွန်မတို့လုပ်နေတာကတော့ သူဟာ သူ့အပိုင်ညတွေမှာ ကျွန်မကို တစ်ညလုံး ကလေးနဲ့ တစ်ကုတင်တည်းအိပ်ပြီး နို့တိုက်ခွင့်ပေးထားပြီး သူကတော့ တခြားအခန်းမှာ အိပ်ပါတယ်။ မနက်ဆိုတာနဲ့ ကလေးအတွက် မိခင်နို့စိစဉ်ပေးပြီး အိမ်ကနေထွက်ပေးရပါတယ်။ **ရှေ့နေတွေရဲ့ ပြောပုံအရ သိပ်ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထမရှိပေမဲ့ နောက်ဆုံးမှာတော့ ကျွန်မတို့ဟာ ဒီကိစ္စကို တရားရုံးမှာ လျှောက်ထားခဲ့ပါတယ်။** ကျွန်မသားလေးဟာ အခုဆို အသက်၆လရှိပါပြီ။ ကျွန်မကြုံတွေ့နေရတဲ့ အကြီးမားဆုံးအခက်အခဲက လုံလောက်တဲ့ မိခင်နို့ပမာဏကိုညှစ်ထုတ်ပေးခြင်းနဲ့ စကားအရရော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရပါ နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှုတွေအားလုံးကို ရင်ဆိုင်နေရတာပဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေဟာ ကျွန်မကို စိတ်ဖိစီးစေပြီး မိခင်နို့ လုံလောက်အောင်ထုတ်ပေးနိုင်ခြင်းကိုဖြစ်စေတယ်လို့ထင်ပါတယ်။ **ဒါဟာ ကောင်းတဲ့ရလဒ်လို့ကျွန်မထင်ပါတယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ဒီလိုအခြေအနေတွေမှာ အနစ်နာခံရမှာပါပဲ။**

အသိပညာရဲ့ စွမ်းအား

ကျွန်မဟာ ကလေးနို့ဖြတ်ပြီးတာကလွဲလို့ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကိုတစ်ပြားသားမှမလျှော့နိုင်ပါဘူး။ ကျွန်မ သားကြီးက အသက် ၁၅လမှာ နို့ပြတ်တာပါ။ ကျွန်မရဲ့ယောက်ျား၊ ကွာရှင်းမှုနဲ့ မိုင် ၉၀ ခြားနေရမယ်ဆိုတဲ့ ကလေးထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့် သဘောတူညီချက်တွေကြောင့် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးတာကိုရပ်လိုက်ရမယ်ဆိုတဲ့ သတင်းဆိုးကို ရင်ဆိုင်ရတဲ့အချိန်မှာ ကျွန်မ အငယ်ဆုံးသားလေးက အသက် ၆လပဲရှိပါသေးတယ်။ **ကျွန်မ ကလေးသူငယ်ထောက်ပံ့ရေးကျွမ်းကျင်သူရဲ့ ရုံးခန်းထဲမှာ အော်ဟစ်လိုက်ချင်တာကို မှတ်မိနေပါသေးတယ်။** ကျွန်မ မျက်ရည်ပူတွေကျပြီး ကျွန်မတို့ရဲ့အငယ်ဆုံးလေးကို နို့ပြီးပြတ်အောင်တိုက်နိုင်ဖို့ အချိန်ပိုပေးအောင် ကျွန်မယောက်ျားကို အသနားခံခဲ့ပါတယ်။ အစတော့ သူ့မှာ အာဏာရှိတာကို သူသဘောကျတယ်လို့ကျွန်မထင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ မကြာခင်မှာပဲ သူကလည်းကျွန်မ မိခင်နို့တိုက်နေတာကို မရပ်စေချင်ဘူးဆိုတာ ကျွန်မသဘောပေါက်နားလည်ခဲ့တယ်။ ကံကောင်းစွာနဲ့ ကျွန်မတို့သားလေးအတွက် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးတာက အရေးကြီးတယ်ဆိုတာကို သူသိပြီး ခွင့်ပြုပေးခဲ့တယ်။ သူဟာ ကျွန်မတို့ရဲ့ သားကြီးကိုပိုခေါ်သွားလေ့ရှိတဲ့အတွက် ကျွန်မနဲ့ အငယ်ဆုံးသားလေးကို နှစ်ယောက်တည်းအချိန်ပိုရစေပြီး ကံကောင်းစွာနဲ့ ကလေးအသက် တစ်နှစ်အတွင်း ဘာပြဿနာမှမရှိဘဲ မိခင်နို့ကောင်းကောင်းတိုက်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မ အရင်ယောက်ျားက ရံဖန်ရံခါ ဒေါသထွက်တတ်ပေမဲ့ အကြာကြီးတော့ဒေါသထွက်တတ်ပါဘူး။ ဒါဟာ သူတို့နှစ်ယောက်ရဲ့ကြားက သံယောဇဉ်ကိုထိခိုက်နိုင်တယ်လို့ ကျွန်မထင်ပါတယ်။ ကျွန်မတို့ရဲ့ အငယ်ဆုံးလေးက အမှန်ပြောရမယ်ဆိုရင် အကြီးဆုံးသားထက် သူ့အဖေနဲ့ ပိုရင်းနှီးသလိုပဲ။ ဒါဟာ ကျွန်မကို အံ့အားသင့်စေပါတယ်။

ကလေးသူငယ်ထောက်ပံ့ရေးကျွမ်းကျင်သူက သတင်းအချက်အလက်များများနဲ့ ကျွန်မကိုယ်စား ရှေ့နေလိုက်ပြောပေးခဲ့မယ်ဆိုရင် ကျွန်မ တော်တော်ကျေးဇူးတင်မိမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ သူ့မှာ ကျွန်မကိစ္စကို အထောက်အကူဖြစ်ဖို့ သတင်းအချက်အလက်ဘာမှ မရှိခဲ့ပါဘူး။ သူမရဲ့အလုပ်က ကျွန်မတို့ကိုတာဝန်ချပေးဖို့နဲ့ ဖျန်ဖြေဖို့ပဲရှိခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မတို့ အချင်းချင်းသဘောတူညီချက်ရသွားလို့ ရှေ့နေမလိုခဲ့ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျွန်မတို့ အချင်းချင်းသဘောတူညီမှုမရရင် အခြေအနေက တစ်မျိုးဖြစ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ကြားကနေပြေလည်အောင်ဖျန်ဖြေပေးတဲ့ ကလေးသူငယ်ထောက်ပံ့ရေး ကျွမ်းကျင်သူတိုင်း သူတို့ရဲ့ရုံးခန်းမှာ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းအဆုံးသတ်မသွားအောင် တားဆီးပေးနိုင်မယ့် စီမံကိန်းလေးတွေရှိသင့်ပါတယ်။ အဲဒီနေ့လယ်က ကျွန်မ တော်တော်လန့်သွားပါတယ်။ ကျွန်မတို့အတွက် အဆင်ပြေချောမွေ့သွားတဲ့အတွက် ကျွန်မဝမ်းသာမိပါတယ်။ တော်တော်များများလူတွေအတွက်ဆို အဲလို အဆင်ပြေလောက်မယ်ထင်ပါတယ်။

ထောက်ပံ့ပေးမှုရဲ့ စွမ်းအား

တရားသူကြီးက ကျွန်မတို့ကလေးကို အဖေနေ့နေဖို့ ပြုစုစောင့်ရှောက်ချိန်ကို ၁၄ညထဲကနေ ၅ည သတ်မှတ်လိုက်တဲ့အချိန်မှာ ကျွန်မသမီးလေးက အသက် ၃လပဲရှိပါသေးတယ်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခွင့်ရက် ၁၂ ပတ်ပြီးတော့ ကျွန်မ အလုပ်ပြန်ဆင်းခဲ့ပါတယ်။ ကလေးနဲ့ခွဲပြီး အလုပ်သွားရတာတောင် ကျွန်မအတွက် တော်တော်ခက်ခဲနေပါပြီ။ ကျွန်မမှာ တစ်နေ့လုံးလည်း နို့ညှစ်ရပါသေးတယ်။ ကွားရှင်းခြင်းရဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေက ပိုဆိုးစေခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါတွေအပြင် ကလေးအဖေနဲ့ တစ်ညလုံး နို့ညှစ်ရတာကလည်း ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်စေပါတယ်။ ကျွန်မမှာ တစ်နေ့တစ်နေ့ အနည်းဆုံး ၂-၃ နာရီလောက် နို့ညှစ်နေရပါတယ်။ **ကျွန်မမိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများနဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေရဲ့ အကူအညီနဲ့ ကျွန်မကလေးကို အသက် ၂နှစ်ကျော်တဲ့အထိ နိုင်နို့တိုက်ကျွေးနိုင်ခဲ့တဲ့အတွက် ကျွန်မဂုဏ်ယူမိပါတယ်။** တခြား ဘယ်မိခင်ရော ကလေးပါ ဒီလို အကြင်နာမဲ့ပြီး မျှတမှုမရှိတဲ့ အပြုအမူမျိုးကို မကြုံတွေ့ပါစေနဲ့လို့ ကျွန်မ အမှန်တကယ်မျှော်လင့်မိပါတယ်။ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရမယ့်သူဟာ ဆရာဝန်၊ နို့တိုက်အတိုင် ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်လိုမျိုး ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တွေရဲ့ အကြံဉာဏ်တွေကို ရှင်းရှင်းလင်းလင်း သိရှိထားသင့်ပါတယ်။ **မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းဟာ သိပ္ပံပညာရပ်တစ်ခုမဟုတ်ပါ။ နို့ညှစ်ခြင်းဟာ အချိန်ကုန်ပြီး အကျိုးရှိရမယ့် ရှိမည်။ မိခင်များဟာ လူသားတွေဖြစ်ပြီး နောက်ဆုံးနဲ့ အရေးအကြီးဆုံးအချက်က မိခင်နို့ဟာ ကလေးကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက်အရေးအကြီးဆုံးလိုအပ်ချက်တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။**

နားလည်မှုရှိခြင်းရဲ့ စွမ်းအား

ကျွန်မတို့ညှိနှိုင်းခဲ့ရပြီး ကျွန်မ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးပြီးမှ ကလေးကို ညအိပ်ခေါ်ရန် သဘောတူဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မရဲ့ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းလမ်းစဉ်ဟာ ခက်ခဲလှပါတယ်။ ကျွန်မမှာ နို့ထွက်နည်းတဲ့ပြဿနာရှိတဲ့အတွက် အမြဲတမ်း နို့ညှစ်နေခဲ့ရပါတယ်။ ကလေးညအိပ်နေဖို့ လုံလောက်တဲ့နို့ပမာဏ ကျွန်မဆီမှာ ဘယ်တော့အခါမှ မရှိခဲ့ပါ။ ဆိုလိုတာက ကလေးအဖေဆီမှာ ညအိပ်သိပ်ဖို့ ကျွန်မကို တွန်းအားပေးခံရရင် ကျွန်မတို့ကလေးဟာ ဖော်မြူလာနို့ကို ဖြည့်စွက်ပြီးတိုက်ခြင်းကိုခံရမယ် (ကျွန်မလုံးဝသဘောမတူတဲ့အရာ)။ ဒါမှမဟုတ် အပိုမိခင်နို့ကို ညသန်းခေါင်မှာ သယ်ပို့ဖို့အတွက် စီစဉ်ရတော့မယ်။ **ကံကောင်းစွာနဲ့ ကျွန်မကလေးအဖေက နားလည်မှုရှိပြီး ကျွန်မတို့ရဲ့ ကလေးတစ်နှစ်ပြည့်မှ သူ့ဆီမှာ ညအိပ်ထားရန် သဘောတူခဲ့ပါတယ်။**

(အသုံးဝင်နိုင်သော သတင်းအရင်းအမြစ်/စီမံကိန်းများ စာရင်း) မိခင်များရဲ့ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းဖြစ်ရပ်မှန်များကဲ့သို့ သတင်းအရင်းအမြစ်များ မိခင်တိုင်းရဲ့ နို့တိုက်လမ်းစဉ်ဟာ မတူကွဲပြားကြပါတယ်။ ဒါဟာ မတူတဲ့ မိခင်နို့ကလေးတွေရဲ့ အတွေ့အကြုံတွေအပေါ် လူတိုင်းနားလည်ဖို့ အထောက်အကူပေးပါလိမ့်မယ်။ ဒါ့အပြင် **မိခင်အားလုံးကို စာနာတတ်ဖို့က လူတိုင်းမှာ ရှိသင့်တဲ့ အရာဖြစ်ပါတယ်။** တချို့ မိခင်တွေဟာ သူတို့ရဲ့ ကလေးတွေကို ဖော်မြူလာနို့မတိုက်ဖို့ စိတ်ပြင်းပြကြပေမဲ့ တချို့ မိခင်တွေကတော့ နှစ်မျိုးလုံးတိုက်ဖို့ ဝန်မလေးကြပါဘူး။ မိခင်မှ မိခင်နို့တစ်မျိုး တည်းကိုပဲဖြစ်ဖြစ် မိခင်နို့နဲ့ ဖော်မြူလာနို့ပေါင်းတိုက်တာပဲဖြစ်ဖြစ် သူမကလေးအတွက် အကောင်းဆုံးဖြစ်မယ့်အရာကိုလုပ်နေသရွေ့ **ဖခင်ကလည်း ဒီလိုအခြေအနေတွေကို စိတ်ရှည်ရှည်ထားပြီး နားလည်မှုပေးခြင်းနဲ့ ဖြေရှင်းသင့်ပါတယ်။**

သင့်ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်အပျက်ကိုမျှဝေရန် <http://www.mibreastfeeding.org/child-custody> သို့ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေသော မိဘများအတွက် သတင်းအရင်းအမြစ်များ-

အထက်ပါအဖြစ်အပျက်များအပြင် တကယ့်ပြင်ပလက်တွေ့မိဘများမှ ပေးပို့ချက်အရ ပို၍များသော သတင်းအရင်းအမြစ်များကို မိချီကန် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးရေးကွန်ရက်မှ စုဆောင်းထားပါသည်။ <http://www.mibreastfeeding.org/child-custody> တွင်အားလုံးရရှိနိုင်ပါသည်။

ဒီအရင်းအမြစ်များတွင် -



၁။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းနှင့် ကလေး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့် လမ်းညွှန်

ဒီလမ်းညွှန်မှ တရားဥပဒေကိုခြုံငုံသုံးသပ်ချက်၊ မိခင်နို့အကြောင်း တိကျသေချာသော သတင်းအချက်အလက်၊ မိဘနှစ်ပါးလုံးအတွက် မိဘနဲ့ကလေးကြား သံယောဇဉ်အရေးပါပုံနဲ့ ကလေးနဲ့ဝေးကွာနေချိန်မှာ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ဘယ်လိုအဆက်မပြတ်လုပ်ဆောင်ရမယ်ဆိုတဲ့ အကြံပြုချက်များကို သိရှိနိုင်ပါတယ်။



၂။ ဖခင်များ/မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းမရှိသောမိဘများ အတွက် သတင်းအရင်းအမြစ်

ဒီမိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းမရှိသောမိဘများအတွက် သတင်းအရင်းအမြစ်ဟာ သူတို့ရဲ့ ကလေးထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့်သဘောတူညီမှု လုပ်ဆောင်နေချိန်မှာတောင် မိခင်နို့ဆက်လက်တိုက်ကျွေးခြင်းရဲ့ အရေးပါပုံကို မီးမောင်းထိုးပြထားပါတယ်။ မိခင်နို့နဲ့ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းဟာ စိတ်ဖိစီးမှုများစေတဲ့ အကူးအပြောင်းကာလမှာ သူတို့ကလေးရဲ့ ရပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးအပေါ် အရေးကြီးသော အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိလာပါလိမ့်မယ်။

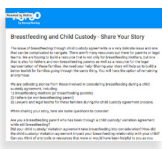


၃။ တရားရုံးသို့ပေးပို့သော နမူနာစာများ

ကိုယ့်စိတ်ကြိုက်ပြုလုပ်နိုင်သော စာနမူနာပုံစံများကို စီစဉ်ပေးထားပါတယ်။

၁။ စာနမူနာ - မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းနဲ့ ကလေးထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့်အပေါ် စဉ်းစားသုံးသပ်ခြင်း
ဒီစာကို ပြည့်စုံအောင်ဖြည့်စွက်ပြီး မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေသော မိခင်မှ လက်မှတ်ရေးထိုး၍ တရားသူကြီးထံသို့ တင်ပြရပါမယ်။

၂။ စာနမူနာ - မိခင်နို့တိုက်ကျွေးသောကာလ တိုးမြှင့်ခြင်းရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးများ ဒီစာကိုတရားသူကြီးထံ တင်ပြပြီး နို့တိုက်အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် ကလေးအထူးကုဆရာဝန်မှ လက်မှတ်ရေးထိုးပေးရပါမယ်။



၄။ သင့်ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်အပျက်ကို မျှဝေနိုင်သော လမ်းစဉ်

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း၊ ကလေး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့်နှင့်ဆိုင်သော သင့်ကိုယ်ပိုင်အဖြစ်အပျက်ကိုမျှဝေရန် www.mibreastfeeding.org/child-custody သို့ ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။