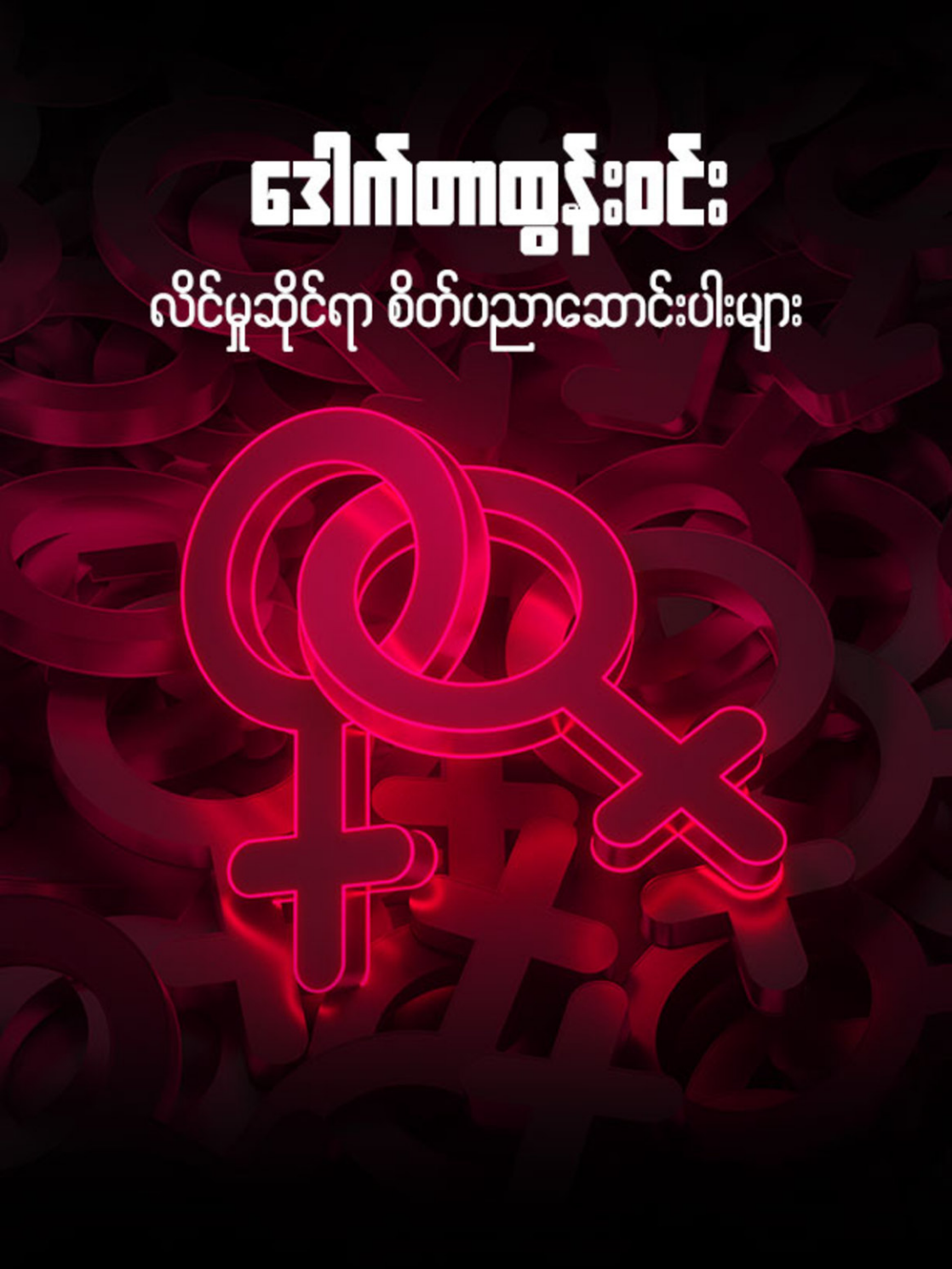
ဒေါက်တာထွန်းဝင်း

လိင်မှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာဆောင်းပါးများ



စာရေးသူ၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း



အမည် = ဒေါက်တာထွန်းဝင်း

ကလောင်အမည် = ဒေါက်တာထွန်းဝင်း

လက်ရှိဘွဲ့လက်မှတ်များ = MBBS. HGP . Dip DS. MPA. Dip IN PSY CHOLOGY (UK)

အမှန်တကယ်ရှိသောပညာအရည်အသွေး = သင်ယူဆဲပါ၊ မပြည့်ဝသေးပါ။

သာမည ပညာရှာခဲ့သော နေရာဒေသများ = ဆေးတက္ကသိုလ်၊ စီးပွားရေးတက္ကသိုလ် ၊

နိုင်ငံတကာ ON LINE သင်ကြားရေးဌာနများ

work shop Semiuar

အင်တာနေရှင်နယ် ညီလာခံများ အခု (၈၀)ခန့်

အဓိကပညာရှာရာဌာန = ကမ္ဘာကြီးဟူသောတက္ကသိုလ်

လုပ်ကိုင်ခဲ့သောအလုပ်အကိုင်များ = ပြင်ပဆရာဝန်၊ LNGO ဆေးအရာရှိ၊ UN နှင့် INGO တို့ တွင်

မြို့နယ်စီမံကိန်းအရာရှိ ၊ အမျိုးသားစီမံကိန်းအရာရှိတာဝန်များ

လက်ရှိအလုပ်အကိုင် = စာရေးဆရာနှင့် FRELANCE CONSULTANT TO INGO, & COMPANIES

FRELANCE CONSULTANT လုပ်ငန်းနယ်ပယ်များ

HR . PROJECT MANAGEMENT , GOOD GOVERNANCE POLICY DE

VELOMENT

ရေးသားခဲ့သောဆောင်းပါးအရေအတွက် = ၁၆၀၀ ခန့်

ရေးသားထုတ်ဝေပြီး လုံးချင်း = (၅၀)

စာရေးသူမျှော်မှန်းသောဆုလာဘ်

မင်းတုန်းမင်းလက်ထက်က မင်းတုန်းမင်း၏ သမီးတော်များကို တရားစာပေသင်ကြားပေးရန် သီလရှင်ဆရာကြီးမယ်ကင်းကို မင်းတုန်းမင်းက အကူအညီတောင်းခဲ့၏။ သီလရှင်မယ်ကင်းက အဖိုးအခအဖြစ် ကတိတစ်ခုသာတောင်း၏။ ၎င်းကတိက မိမိအား ဘာဆု၊ ဘာဘွဲ့တံဆိပ်မှ မပေးရန် ဖြစ်၏။ သီလရှင်မယ်ကင်းကို အားကျ၍ စာရေးသူမျှော်မှန်းသော ဆုလာဘ်သည် ဗလာဆုသာဖြစ်သည် ။

ဤစာအုပ်အတွက် မျှော်လင့်ချက်

အုပ်တစ်ချပ်၊ သဲတစ်ပွင့်စာအကျိုးပြုမည် မျှော်လင့်၏။

စာရေးသူ၏ အမှာ စာ

မည်သည့် အရပ်ဒေသတွင် မဆို လိင်ပြဿနာများ စွာရှိပါသည် ။ လိင်ပြဿနာများ သည် ခန္ဓာကိုယ်နှင့် သာ သက်ဆိုင်သည် မဟုတ်ဘဲ စိတ်နှင့် ဆိုင်နေတာတွေလည်း များ စွာရှိပါသည် ။

ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံများ တွင် လိင်ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရာတွင် စိတ်ပညာရှင်တို့ ၏ ကဏ္ဍသည် အရေးပါ ပါသည် ။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများ တွင်တော့ လိင်ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရာတွင် ဆရာဝန်ကိုသာအပ်ကာ အားကိုးကြပါသေး၏။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများ ၏ လိင်စိတ်ပညာအခြေအနေကို ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံတို့ က လိင်စိတ်ပညာအခြေအနေသို့ အမီလိုက်ရာတွင် ဤစာအုပ်သည် အနည်းဆုံးအုပ်တစ်ချပ်သဲတစ်ပွင့်စာတော့ အထောက်အကူရမည်ဟု ယုံကြည်ပါကြောင်း။

*****



လိင်မှုဆိုင်ရာစိတ်ပညာ

ဒေါက်တာထွန်းဝင်း

Sexual Psychology ဆိုသည် မှာ

ယခုတင်ပြအံ့သော ဆောင်းပါးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဦးစွာနည်းနည်းရှင်းရရင်တော့ ဤဆောင်းပါးဟာ ဆေးပညာဆောင်းပါးမဟုတ်ဘဲ စိတ်ပညာဆောင်းပါးလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ယခုတင်ပြသောအကြောင်းတွေကတော့ စာရေးသူ၏ ကိုယ်ပိုင်အယူအဆ Own Idea ကိုရေးတာမဟုတ်ဘဲ

စိတ်ပညာသိအိုရီကို တစ်ဆင့်ဖောက်သည် ချတာဖြစ်ပြီး ဤအကြောင်းအရာတွေကို ဆေးပညာစာအုပ်များ ဆေးပညာတစ်ဝက်ဆိုဒ် (အင်တာနက်) ၌ ရှာရင်တွေ့ရန်မလွယ်ဘဲ စိတ်ပညာစာအုပ်များမှာ တွေ့နိုင်သလို Psychology Website တွေမှာ ရှာရင် တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

လိင်မှုကိစ္စဆိုတာက ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဆေးပညာတို့ နှင့် သာ သက်ဆိုင်တာမဟုတ်ဘဲ စိတ်နဲ့ လည်း ဆိုင်ပါတယ်။ လူငယ်တစ်ယောက် လိင်ဖြစ်စဉ်ကို Sexual Pyscho Process ကိုသိခြင်းဟာ Normal ခေါ်ပုံမှန်လိင်ကိစ္စကိုသိတာပါ။ ပုံမှန် Normal သိမှ သာ ပုံမှန်မဟုတ်ခြင်း ABNORMAL ကိုသိမှာ ပါ။ ပုံမှန်မဟုတ်သော လိင်မှုပြဿနာတွေကိုဖြေရှင်းရန် ပုံမှန်လိင်မှုကိစ္စဆိုတာ ဘာလဲဆိုတာ သိသင့်ပါတယ်။

Sexual Motivation

လိင်မှုကိစ္စနိုးကြားမှုကြောင့် မျိုးဆက်ပွားကြရာ Life is Sexually Transmitted လိင်နိုးကြားမှုကြောင့် ဘဝတွေဖြစ်တယ်လို့ စိတ်ပညာရှင်တွေကဆိုပါတယ်။ လိင်မှုကိစ္စကို စေ့ဆော်မှုဆိုတာ Internal (ကိုယ်တွင်းစေ့ဆော်မှု) နှင့် External (ပြင်ပစေ့ဆော်မှုဆိုတာရှိပါတယ်)

လိင်ဆက်ဆံခြင်း ဇီဇဝကမ္မဖြစ်စဉ် (သို့မဟုတ်) The Physiology of Sex

ဒေါက်တာဝီလျံမာစတာနှင့် ဗာဂျီးနီးယားဂျွန်ဆင်ဆိုသူက ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်လွန်များက သုတေသနလုပ်ရာ လိင်ဆက်ဆံရာ၌ အဆင့်(၄)ဆင့် ရှိကြောင်း သတ်မှတ်ပါတယ်။

အဆင့်(၁)

စဦး လိင်စိတ်လှုပ်ရှားခြင်း (Initial excitement Phase)

ဤအဆင့်၌ လိင်စိတ်စတင်နိုးကြားခြင်း

အဆင့်(၂)

Plateau Phase အရှိန်ရသောအဆင့်

ဤအဆင့်၌ သွေးဖိအားတက်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်းတွေဖြစ်ပါတယ်။

အဆင့်(၃)

Orgasm အထွတ်အထိပ်ရောက်သောအဆင့်

ဤအဆင့်၌ သုတ်လွှတ်ခြင်းဖြစ်ပေါ်ပါသည် ။

အဆင့်(၄)

Pesolution Phase

ဤအဆင့်၌ ဆက်လက်၍ လိင်မဆက်ဆံလိုတော့ဘဲ အနားယူချင်သွားပါတယ်။ အချိန်တစ်ခုကြာပြီးနောက် ပြန်လည်၍ လိင်ဆက်ဆံလိုပါက အဆင့်(၁)ကိုပြန်ရောက်ရာ လိင်စိတ်သံသရာ Sexual Response Cycle လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အထက်ပါသဘောတရားကိုသိရင် လိင်ပြဿနာကို သတ်မှတ်လို့ ရနိုင်ပါတယ်။ အဆင့်(၄)ပြီး အဆင့်(၁)ပြန်မစခြင်း၊ Refractory Phase ဟာ (ဖ)လထက်မနည်းကြာနေရင် ပန်းသေတယ်လို့ တချို့ကသတ်မှတ်ပါတယ်။ အဆင့်(၁)မှ အဆင့်(၃)သို့ ချက်ခြင်းရောက်သွားရင် သုတ်လွှတ်စောခြင်း (သို့မဟုတ်) Premature Ejaculation လို့ ခေါ်ပါတယ်။ လိင်ကိစ္စအဆင့်(၁)(၂)(၃)တွေကို ကောင်းကောင်း မဖြတ်သန်းနိုင်ရင် (Erectile Dysfunction) လို့ ခေါ်ပြီး ပန်းညှိုးခြင်းအမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

အမျိုးသမီးတွေမှာ တော့ ပန်းညှိုးတယ်လို့ (ပုံ) မခေါ်ဘဲ Orgasmic Dysfunction Psycho Sexual Clinils ခေါ် လိင်နှင့် စိတ်အထူးကုဆေးခန်းတွေရှိပါတယ်။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံတွေမှာ တော့ ဆရာဝန်များ နဲ့ စိတ်ပညာရှင်တို့ (အညွှန်းစာ) ကပဲ ကုပေးသင့်ပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ဒါတွေက ကုသနည်းတွေရှိတယ်ဆိုတာကတော့ လူနာကသိထားရပါမယ်။

လိင်ဟော်မုန်းများ

အဓိကဟော်မုန်းနှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ ကျားဟော်မုန်းကို Testostrone လို့ ခေါ်ပြီး မဟော်မုန်းကို Estorgen လို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဟော်မုန်းတို့ ရက်အဓိကလုပ်ငန်း (၂)မျိုးကတော့

(၁) လိင်အသွင်အပြင်များ ဖွံ့ဖြိုးစေခြင်း

ဥပမာ ယောကျ်ားလေးဆိုရင် မုတ်ဆိတ်မွေး ပါးသိုင်းမွေးနဲ့ ကျားကျားလျားလျားဖြစ်ရပြီး မိန်းမဟော်မုန်းကတော့ ရင်သား၊ တင်သားများကြီးထွားခြင်း၊ အသားအရေနူးညံ့ခြင်း စတာတွေဖြစ်လာပါတယ်။

(၂) လိင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

ဟော်မုန်းကြောင့် လိင်စိတ်ကိုအားပေးပါတယ်။ နွားထီးတစ်ကောင်ကိုသင်းကွတ်တဲ့ အနေနဲ့ ဌေးစေ့ထုတ်လိုက်ရင် ကျားဟိုမုန်းမထွက်တော့လို့ မိတ်လိုက်လိုစိတ်မရှိတော့ပါဘူး။ ဟော်မုန်းဆိုင်ရာပြဿနာများကြောင့် လည်း လိင်ပြဿနာတွေဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါတယ်။ နိုင်ငံခြားတွေမှာ တော့ ဟော်မုန်းအထူးကုပညာရှင် Endocrinologist အရေအတွက်တော်တော်များ နေပါပြီ။

လိင်စိတ်ပညာ -

လိင်နိုးကြားမှုကို စေ့ဆော်မှုနှစ်မျိုးမှာ (၁) အပြင်စေ့ဆော်မှု (၂) အတွင်းစေ့ဆော်မှု ဟူ၍ ဖြစ်ပါတယ်။

ပြင်ပစေ့ဆော်မှုကတော့ လိင်နိုးကြားမှုဖြစ်စေသောအရာကိုမြင်ရ၊ ကြားရတာတွေဖြစ်တယ်။ ဥပမာ လိင်ဆွဲဆောင်မှုရှိသော မိန်းကလေးကို မြင်ခြင်းအတွင်းစေ့ဆော်မှုဆိုတာကတော့ စိတ်ထဲက စေ့ဆော်မှုပါ။ ဥပမာ လိင် အိပ်မက်၊ လိင်အကြောင်း စိတ်ကူးမှုတွေကြောင့် လိင်စိတ်နိုးကြားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဦးနှောက်ထိခိုက်ရင် လိင်ပြဿနာဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး စိတ်ပြဿနာဖြစ်ရင်လည်း လိင်ပြဿနာပေါ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် လိင်ပြဿနာကို ဖြေရှင်းရာမှာ စိတ်ပညာ P sychology ဟာ အရေးကြီးတဲ့ အခန်းကဏ္ဍကနေ ပါဝင်တယ်လို့ ဆိုချင်ပါတယ်။

ဆယ်ကျော်သက်လိင်ပြဿနာများ

ဆယ်ကျော်သက်လိင်ပြဿနာဆိုတာတွေကတော့ အသက် ၆၀ ကျော်မှ ဖြစ်တဲ့ ပန်းသေပန်းညှိုးရောဂါတွေနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်သဘောဆောင်ပြီး လိင်ကိစ္စနိုးကြားမှုကြောင့် အမေရိကန်မှာ ဆယ်ကျော်သက်ကိုယ်ဝန်ရတာတွေ လက်မထပ်ဘဲကိုယ်ဝန်ရတာတွေ များ လွန်းလှပါတယ်။ လက်မထပ်ရသေးဘဲ ဆယ်ကျော်သက်တွေမှာ လည်း Sexual Re spore Cycle အဆင့်(၁)(၂)(၃)(၄)ဆိုတာ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် မိဘတွေက ဆယ်ကျော်သက်သားသမီးတွေကို ကြီးကြပ်မှု အထူးလိုအပ်ပါကြောင်း။

****