

အန္တရာယ် အကဲဖြတ်မှု

Jacquelyn C. Campbell, Ph.D., R.N. မူပိုင်ခွင့်: 2003၊ အပ်ဒိတ် 2019၊ www.dangerassessment.com

အန္တရာယ်ရှိသောအချက်များစွာသည် အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများအကြား အကြမ်းဖက်သော ဆက်ဆံရေးတွင် လူသတ်မှုဖြစ်နိုင်ခြေ တိုးလာခြင်းနှင့် ဆက်စပ်နေပါသည်။ သင့်ကိစ္စတွင် မည်သို့ဖြစ်လာမည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မခန့်မှန်းနိုင်သော်လည်း သင့်အား အနိုင်ကျင့်သည့် အခြေအနေများတွင် လူသတ်မှုဖြစ်နိုင်ခြေကို သတိပြုမိစေလိုပြီး သင့်အခြေအနေနှင့်ဆိုင်သည့် အန္တရာယ်အချက်များမည်မျှရှိသည်ကို သိရှိစေလိုပါသည်။

ပြက္ခဒိန်ကို အသုံးပြု၍ သင့်အိမ်ထောင်ဖက် သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်ဖက်ဟောင်းထံမှ အနိုင်ကျင့်ခံခဲ့ရသည့် လွန်ခဲ့သည့်နှစ်အတွင်းက အနီးစပ်ဆုံးရက်စွဲများကို မှတ်သားပါ။ အောက်ပါအတိုင်းအတာအရ အဖြစ်အပျက် မည်မျှဆိုးရွားခဲ့သည်ကို ထိုရက်စွဲပေါ်တွင် ရေးပါ။

1. ပါးရိုက်ခြင်း၊ တွန်းခြင်း၊ ဒဏ်ရာနှင့်/သို့မဟုတ် ကြာရှည်နာကျင်မှု မရှိပါ
2. လက်သီးထိုးခြင်း၊ ကန်ခြင်း၊ ဒဏ်ရာများ၊ ပြတ်ရှာရာများနှင့်/သို့မဟုတ် အဆက်မပြတ်နာကျင်မှု
3. "ရိုက်နှက်ခြင်း"။ ပြင်းထန်သော အညှိအမည်းဒဏ်ရာများ၊ အပူလောင်ခြင်း၊ အရိုးကျိုးခြင်း
4. လက်နက်သုံးမည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ခြင်း၊ ဦးခေါင်းဒဏ်ရာ၊ အတွင်းဒဏ်ရာ၊ တစ်သက်လုံး စွဲထင်နေသည့်ဒဏ်ရာ၊ ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူကျပ်ခြင်း*
(အသက်ရှူကျပ်ခြင်း/လည်ပင်းညစ်ခြင်း/အသက်ရှူ၍မရခြင်းကို ဖော်ပြရန် ရက်စွဲထဲတွင် © ကို သုံးပါ - ဥပမာ 4©)
5. လက်နက်အသုံးပြုခြင်း၊ လက်နက်မှရသော ဒဏ်ရာများ (ပိုမြင့်သောနံပါတ်အတွက် ဖော်ပြချက်တစ်ခုခုနှင့် သက်ဆိုင်လျှင် ပိုမြင့်သောနံပါတ်ကို အသုံးပြုပါ။)

အောက်ဖော်ပြပါတစ်ခုစီအတွက် ဟုတ် သို့မဟုတ် မဟုတ်ဟု အမှတ်အသားပြုပါ။ ("သူ" သည် သင့်ခင်ပွန်း၊ အိမ်ထောင်ဖက်၊ ခင်ပွန်းဟောင်း၊ အိမ်ထောင်ဖက်ဟောင်း သို့မဟုတ် လက်ရှိ သင့်အား ကိုယ်ထိလက်ရောက် နာကျင်စေသော မည်သူ့ကိုမဆို ရည်ညွှန်းပါသည်။)

- ___ 1. ကိုယ်ထိလက်ရောက်အကြမ်းဖက်မှုများသည် ပြီးခဲ့သောနှစ်အတွင်း ပြင်းထန်မှု သို့မဟုတ် အကြိမ်ရေတိုးလာပါသလား။
- ___ 2. သူတို့တွင် သေနတ်ရှိပါသလား။
- ___ 3. လွန်ခဲ့သည့်နှစ်အတွင်း အတူတူနေထိုင်ပြီးနောက် သူတို့ သင်စွန့်ခွာခဲ့ဖူးပါသလား။
3a. (သင် သူနှင့် အတူမနေဖူးပါက ဤနေရာတွင် အမှန်ခြစ်ပါ။ __)
- ___ 4. သူက အလုပ်လက်မဲ့လား။

- ___5. သူက သင့်ကို လက်နက်သုံးဖူးပါသလား သို့မဟုတ် သင့်ကို သေစေသောလက်နက်ဖြင့် ခြိမ်းခြောက်ဖူးပါသလား။ (ဟုတ်ပါက၊ လက်နက်သည် သေနတ်ဖြစ်ပါသလား။ ဤနေရာတွင် အမှန်ဖြစ်ပါ- __)
- ___6. သူက သင့်ကို သတ်မည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ပါသလား။
- ___7. သူသည် အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုဖြင့် ဖမ်းဆီးခံရခြင်းကို ရှောင်ဖူးပါသလား။
- ___8. သင့်တွင် သူနှင့်ရထားခြင်းမဟုတ်သော ကလေးရှိပါသလား။
- ___9. သူသည် သင်အလိုမရှိသည့်အချိန်တွင် အတင်းအကျပ် လိင်ဆက်ဆံခိုင်းဖူးပါသလား။
- ___10. သူသည် သင့်အား လည်ပင်းညှစ်/ချုပ်ရန် သို့မဟုတ် သင့်ကို အသက်ရှူမရအောင်လုပ်ရန် ကြိုးစားဖူးပါသလား။
10a. (ဟုတ်ပါက သူသည် ထိုသို့ တစ်ကြိမ်ထက်ပို၍ လုပ်ဖူးပါသလား သို့မဟုတ် ၎င်းက သင့်ကို သတိလစ်ခြင်း သို့မဟုတ် သတိလွတ်ခြင်း သို့မဟုတ် မူးဝေခြင်း ဖြစ်စေပါသလား။ ဤနေရာတွင် အမှန်ဖြစ်ပါ- __)
- ___11. သူသည် တရားမဝင် မူးယစ်ဆေးဝါးများ သုံးစွဲပါသလား။ မူးယစ်ဆေးဝါးဆိုသည်မှာ "စိတ်ကြွဆေးများ" သို့မဟုတ် အမ်ဖီတမင်း၊ "မက်သာဖက်တမင်း"၊ စိတ်ကြွဆေး၊ အိန်ဂျယ်မှုန့်၊ ကိုကိန်း၊ "ခရက်မူးယစ်ဆေး"၊ လမ်းဘေးဆေးများ သို့မဟုတ် အရောအနှောများကို ဆိုလိုသည်။
- ___12. သူက အရက်စွဲနေသူ သို့မဟုတ် သွေးဆိုးသော အရက်သမားလား။
- ___13. သူသည် သင်၏ နေ့စဉ်လှုပ်ရှားသွားလာမှုအများစု သို့မဟုတ် အားလုံးကို ထိန်းချုပ်ပါသလား။ ဥပမာအားဖြင့် သင်မည်သူနှင့် ပေါင်းသင်းနိုင်သည်၊ သင့်မိသားစုနှင့် မည်သည့်အချိန်တွင် တွေ့နိုင်သည်၊ ပိုက်ဆံမည်မျှသုံးနိုင်သည် သို့မဟုတ် ကားကို မည်သည့်အချိန် ယူသွားနိုင်သည်ကို သူက သင့်အား ပြောပါသလား။ (သင်က ခွင့်မပြုသော်လည်း သူကထိန်းချုပ်ရန် ကြိုးစားပါက ဤနေရာတွင် အမှန်ဖြစ်ပါ- __)
- ___14. သူက သင့်အား ပြင်းပြင်းထန်ထန်၊ အမြဲတမ်း သဝန်တိုပါသလား။ (ဥပမာ၊ သူက ဤကဲ့သို့ ပြောပါသလား- "မင်းကို ငါမရနိုင်ရင် ဘယ်သူမှ မရစေရဘူး။")
- ___15. ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ်အချိန်က သူ့ထံမှ အရိုက်ခံရဖူးပါသလား။ (သင့်တွင် သူနှင့်ရသည့် ကိုယ်ဝန်မရှိဖူးပါက ဤနေရာတွင် အမှန်ဖြစ်ပါ- __)
- ___16. သူ့ကိုယ်သူ သတ်သေမည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကြိုးစားခြင်း ရှိဖူးပါသလား။
- ___17. သူသည် သင့်ကလေးများကို အန္တရာယ်ပြုမည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ပါသလား။
- ___18. သူက သင့်ကို သတ်နိုင်သည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။
- ___19. သူက သင်အား နောက်ယောင်ခံလိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် စောင့်ကြည့်ခြင်း၊ ခြိမ်းခြောက်စာ သို့မဟုတ် မက်ဆေ့ချ်များ ချန်ထားခြင်း၊ သင့်ပိုင်ဆိုင်မှုများကို ဖျက်ဆီးခြင်း သို့မဟုတ် သင်အလိုမရှိသည့်အချိန် သင့်ကို ဖုန်းဆက်ခြင်း ပြုပါသလား။
- ___20. သင်သည် သတ်သေမည်ဟု ခြိမ်းခြောက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကြိုးစားခြင်း ရှိဖူးပါသလား။

_____ “ဟုတ်” အဖြေ စုစုပေါင်း

ကျေးဇူးတင်ပါသည်။ သင့်အခြေအနေအတွက် အန္တရာယ်အကဲဖြတ်မှု၏ အဓိပ္ပါယ်ကို သင့်သူနာပြု၊ ရှေ့နေ
သို့မဟုတ် အတိုင်ပင်ခံနှင့် ဆွေးနွေးပါ။