ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

ဒုတိယနှစ်၊ ဒုတိယစာသင်နှစ်ဝက်

EDU2209

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ပြနည်းဆိုင်ရာ လေ့လာမှုများ - စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ

ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်

နိဒါန်း

မြန်မာနိုင်ငံပညာရေးဝန်ကြီးဌာနသည် 'အမျိုးသားပညာရေးမဟာဗျူဟာစီမံကိန်း' (NESP) ၂၀၁၆-၂၀၂၁ တွင် ပြဋ္ဌာန်းသတ်မှတ်ထားသော လုပ်ငန်းခွင်အကြိုဆရာအတတ်သင်ပညာရေး ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု နှင့်အညီ လေးနှစ်သင်ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ရေးဆွဲပြုစုခဲ့ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအညွှန်းဘောင်၊ သင်ရိုးမာတိကာများ၊ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်များနှင့် ဆရာလမ်းညွှန်များ စသည်တို့ ပါဝင်သည်။ လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် လိုက်လျောညီထွေမှုရှိစေရန်နှင့် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ကျောင်းသားများအား မြန်မာနိုင်ငံ မူလတန်းနှင့် အလယ်တန်းကျောင်း စာသင်ခန်းများတွင် ထိရောက်စွာ သင်ကြားနိုင်ရန် လိုအပ်သော တတ်ကျွမ်းမှုများ တတ်မြောက်သွားစေရန် စီစဉ်ရေးဆွဲထားပါသည်။ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ဆရာတစ်ဦးအနေဖြင့် သိသင့်သည်များ၊ စာသင်ခန်းအတွင်း၌ လုပ်ဆောင်ရမည်များနှင့် ပတ်သက်၍ မျှော်မှန်းထားသည်များကို ရှင်းလင်းစွာ ဖော်ပြထားသည့် ဆရာများအတွက် တတ်ကျွမ်းမှု စံသတ်မှတ်ချက်အညွှန်းဘောင် (Teacher Competency Standards Framework – TCSF) အပေါ် အခြေခံ၍ ရေးဆွဲထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ခရုပတ်ပုံ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ချဉ်းကပ်နည်း (Spiral Curriculum Approach) ဖြင့် ပြုစုထားပြီး ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ကျောင်းသားများသည် မိမိတို့ သိထားပြီးသော အယူအဆ သဘောတရားများကို လေးနှစ်တာကာလအတွင်း၌ အပြန်ပြန်အလှန်လှန် လေ့လာကြရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ပြန်လှန်လေ့လာခြင်းဖြင့် ပညာရေး ဒီဂရီကောလိပ်ကျောင်းသားများ၏ အသိပညာနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှုများ ပိုမိုနက်ရှိုင်း ကျယ်ပြန့်လာမည် ဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်လာစေရန် လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးကို အပိုင်း ၂ ခုဖြင့် ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ထားသည်။ ပထမအပိုင်း cycle 1 (ပထမနှစ် နှင့် ဒုတိယနှစ်) တွင် သင်ယူထားသည့် အယူအဆ သဘောတရားများအား ဒုတိယအပိုင်း cycle 2 (တတိယနှစ် နှင့် စတုတ္ထနှစ်) တွင် ပို၍နက်ရှိုင်းစွာ ပြန်လည်ထပ်ကျော့သွားမည် ဖြစ်သည်။

သို့မှသာ ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ကျောင်းသားများသည် မိမိတို့ သင်ယူခဲ့ပြီးသော အယူအဆ သဘောတရားများကို ပြန်လည်လေ့လာနိုင်ခြင်း၊ လက်တွေ့လုပ်ကိုင် စမ်းသပ်နိုင်ခြင်း၊ စာသင်ခန်းအတွင်း လုပ်ဆောင်လေ့ရှိသည်များကို မိမိတို့ အတန်းဖော်များနှင့် ပြန်လည်ဝေမျှ ပြောဆိုနိုင်ခြင်း၊ မိမိတို့၏ သင်ကြားရေးကျွမ်းကျင်မှု အမျိုးမျိုးအနက်မှ အချို့သော အပိုင်းများကို ပိုမိုနက်နဲစွာ ဆင်ခြင်နိုင်ခြင်းများလည်း ရရှိလာနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ဖွဲ့စည်းပုံသည် ဘက်စုံပေါင်းစပ်ထားသော ချဉ်းကပ်မှုပုံစံ (Integrated Approach) ဖြင့်ရေးဆွဲထားသောကြောင့် သင့်လျော်သော ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု၊ လက်တွေ့ အသုံးချမှုနှင့် အတွေ့အကြုံတို့ကို အထောက်အကူပေးသည့် သင်ယူမှုဖြစ်စဉ် မှတစ်ဆင့် ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာအသိပညာသင်ကြားရေးနှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာသီအိုရီများကို နားလည် သဘောပေါက်စေခြင်းဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ အသိပညာများကိုသာ အလေးပေးခြင်း မဟုတ်ဘဲ သက်ဆိုင်ရာ အသက်အရွယ်အုပ်စုအလိုက် သင်ကြားသင်ယူမှုအခြေအနေများတွင် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများကို ထိရောက်စွာအသုံးပြုသင်ကြားတတ်စေရန် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထား များကိုလည်း အလေးပေးထားပါသည်။ တတ်ကျွမ်းမှုတစ်ရပ်တွင် ပါဝင်သော အစိတ်အပိုင်း များဖြစ်သည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ စိတ်နေသဘောထားများနှင့် ၎င်းတို့ကို ထိရောက်စွာ အသုံးချနိုင်ခြင်း စသည်တို့ကို အလေးပေးထားသောကြောင့် ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို တတ်ကျွမ်းမှု အခြေပြုသင်ရိုးညွှန်းတမ်း (Competency-based Curriculum) ဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ တတ်ကျွမ်းမှုအခြေပြု သင်ရိုးညွှန်းတမ်းဆိုသည်မှာ သင်ယူသူကို ဗဟိုပြုပြီး ကျောင်းသားများ၊ ဆရာများနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၏ ပြောင်းလဲနေသော လိုအပ်ချက်များနှင့် ဆီလျော်ကိုက်ညီမှု ရှိသည်။ အယူအဆ သဘောတရားသစ်များကို လေ့လာသင်ယူသည့် အခါတွင်လည်း ၎င်းတို့ကို အသုံးချပြီး အောက်ပါအတိုင်း ပြန်လည်သုံးသပ်နိုင်သည်။

၁။ သင်ယူခြင်း (မည်သည်ကို မည်သို့သင်ကြားမည်ဟု အစီအစဉ်ချမှတ်ခြင်း)

၂။ အသုံးချခြင်း (သင်ကြားသင်ယူမှုဆိုင်ရာများကို လေ့ကျင့်ခြင်း) နှင့်

၃။ ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း (မိမိ၏သင်ကြားမှုပုံစံအား ပြန်လည်ဆန်းစစ် အကဲဖြတ်ခြင်း)

ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်၌ ပညာသင်ယူပြီးချိန်တွင်လည်း ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ဘွဲ့ရ ကျောင်းသားများသည် အထက်ဖော်ပြပါ သင်ယူ - အသုံးချ - ပြန်လည်သုံးသပ် ဟူသည့် စက်ဝန်းသံသရာ (cycle of learn-apply-reflect) ကို မိမိတို့ သင်ကြားပို့ချရာတွင် အသုံးချခြင်းအားဖြင့် အနာဂတ်မြန်မာမျိုးဆက်သစ် ကလေးငယ်တို့၏ သင်ယူမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများကို ထိရောက်စွာ ပံ့ပိုးကူညီပေးနိုင်ရန် ရည်မှန်းထားသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနက ရွေးချယ်ခန့်အပ်ထားသော ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်များမှ ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် ပညာရေးတက္ကသိုလ်များနှင့် ပြည်ထောင်စုတိုင်းရင်းသားဖွံ့ဖြိုးရေး တက္ကသိုလ်တို့မှ တတ်သိပညာရှင်များ ပါဝင်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲရေးအဖွဲ့က ရေးဆွဲပြုစုထားသည်။ ထို့ပြင် မြန်မာပြည်တွင်းမှ ကျွမ်းကျင်သူများ၊ နိုင်ငံတကာကျွမ်းကျင်သူများလည်း ပါဝင်ရေးဆွဲကြသည်။ ဤလုပ်ငန်းစဉ်တစ်ရပ်လုံးကို ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ အဆင့်မြင့်ပညာ ဦးစီးဌာနက အကြံပေးလမ်းညွှန်မှုပြုပါသည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုရေးသားရာတွင် နည်းပညာဆိုင်ရာ အကူအညီများကို ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့အစည်း (ယူနက်စကို - UNESCO) ၏ "မြန်မာနိုင်ငံ လုပ်ငန်းခွင်အကြို ဆရာအတတ်ပညာ အရည်အသွေးတိုးမြှင့်ရေး" (Strengthening Pre-service Teacher Education in Myanmar) စီမံချက် မှတစ်ဆင့် ထောက်ပံ့ပေးထားသည်။ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းရေးဆွဲရေးအတွက် ဘဏ္ဍာရေးအထောက်အပံ့များကို ဩစတြေးလျအစိုးရ၊ ဖင်လန်အစိုးရနှင့် ယူကေအစိုးရများကလည်း ပေးအပ်ထားပါသည်။

မာတိကာ

နိဒါန်း ....က
မာတိကာ..ဃ
ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သို့ အသုံးပြုရမည်နည်း။ ၁
အခန်း ၃။ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန် ၁၅
၃.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေး ၁၈
၃.၁.၁။ နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး ၁၈
၃.၁.၂။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး.........................၂၅
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၃၄
၃.၂။ တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု ၃၅
၃.၂.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု ၃၅
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ..၄၂
အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ် ၄၄
အဓိကအချက်များ..၄၄
အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း ၄၆
ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ...၄၇
အခန်း ၄။ စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ..၄၉
၄.၁။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ ၅၂
၄.၁.၁။ စည်းကမ်းလိုက်နာမှု၊ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်း...၅၂
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ.. ၅၈
၄.၂။ စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ ၅၉
၄.၂.၁။ ဥပဒေများ... ၆၀
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ.. ၆၇
အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ် ၆၉
အဓိကအချက်များ.. ၆၉
အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း ၇၂
ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ...၇၂

အခန်း ၅။ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း.. ၇၅
၅.၁။ ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေးတည်ဆောက်ခြင်း ၇၈
၅.၁.၁။ ကွဲပြားစုံလင်မှု အတွင်းရှိ ငြိမ်းချမ်းရေး ၇၉
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ.. ၈၅
၅.၂။ သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း ၈၇
၅.၂.၁။ ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ
နေထိုင်ခြင်း ၈၇
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ..၉၂
၅.၃။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး..၉၃
၅.၃.၁။ ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို
ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး ၉၃
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ.. ၉၉
အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ် ၁၀၀
အဓိကအချက်များ...၁၀၀
အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း ၁၀၂
ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ ၁၀၂
အခန်း ၆။ သင်ကြား၊သင်ယူမှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း ၁၀၄
၆.၁။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ သင်ကြား၊သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ........... ၁၀၆
၆.၁.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ
သင်ကြား၊သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ...၁၀၈
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ.. ၁၁၄
၆.၂။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ........... ၁၁၅
၆.၂.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ
စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ ၁၁၆
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ..၁၂၄
အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ် ၁၂၅
အဓိကအချက်များ...၁၂၅
အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း ၁၂၇
ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ ၁၂၇

ခက်ဆစ်အဘိဓာန် ၁၂၉
ကျမ်းကိုးစာရင်း ၁၃၁
နောက်ဆက်တွဲများ...၁၃၇
လက်ကမ်းစာစောင် (၁)။ ပိုစတာတင်ပြခြင်းအတွက်
အကဲဖြတ်ရန်စံသတ်မှတ်ချက် ဇယားနှင့်
အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ.................................. ၁၃၇
လက်ကမ်းစာစောင် (၂)။ သင်ယူမှု စခန်းများ - ဥပဒေများ ၁၄၀
လက်ကမ်းစာစောင် (၃)။ ဥပဒေများ - တင်ပြမှုအတွက်
အကဲဖြတ်ရန်စံသတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့်
အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ.................................. ၁၄၁
လက်ကမ်းစာစောင် (၄)။ ရေညှောင့်ကောင်ငှက်များနှင့်
ဝေလငါးများအကြား တိုက်ပွဲ ၁၄၄
လက်ကမ်းစာစောင် (၅)။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး -
တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက်
ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ ၁၅၁
လက်ကမ်းစာစောင် (၆)။ ဒုတိယနှစ် သင်ပြမှုပုံစံ - ပုံစံလွှာ ၁၅၂
လက်ကမ်းစာစောင် (၇)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်း-
အစီအစဉ် ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာနှင့်
အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း-
အစီအစဉ် ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ ၁၅၅
လက်ကမ်းစာစောင် (၈)။ သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းကို
လေ့လာဆန်းစစ်သည့် ပုံစံလွှာ ၁၅၉
လက်ကမ်းစာစောင် (၉)။ အလယ်တန်းဆင့် အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များနှင့်
စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ ၁၆၂

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သို့အသုံးပြုရမည်နည်း။

စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သူအသုံးပြုမည်နည်း။

ဤပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ဒုတိယနှစ် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် သင်ယူရာတွင် အထောက်အကူပြုစေရန် ပြင်ဆင်ရေးဆွဲထားပါသည်။ ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်နှင့် ပတ်သက်သည့် အခြေခံ အချက်အလက်များကို တွေ့ရှိရမည်။ ထိရောက်စွာ သင်ကြားပို့ချပေးနိုင်သည့် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ဆရာကောင်းတစ်ဦး ဖြစ်လာစေရေးတွင် လိုအပ်သော အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် သဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးစေမည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် ဆက်လက်ဆည်းပူးစရာများကိုလည်း ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် တွေ့ရှိပါလိမ့်မည်။ သင်သည် ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို စာသင်ခန်းအတွင်း အဓိကဆည်းပူးစရာ စာအုပ်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်တိုင် ဆည်းပူး လေ့လာစရာ စာအုပ်အဖြစ်လည်းကောင်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများကို ကျောင်းသားများ[၁] အတွက်ဟု အမည်တပ်ထားသော်လည်း သင်တို့အား စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ အခြေခံ တတ်ကျွမ်းမှုများရအောင် ပံ့ပိုးကူညီပေးပြီး အနီးကပ်ကြည့်ရှု၊ ထောက်ပံ့ကူညီကြမည့် ဆရာများ[၂] အတွက်လည်း ဆည်းပူးစရာအကြောင်းအရာများ ဖြစ်ပါသည်။ ဤဘာသာရပ် တစ်ခုလုံးတွင် သင်တို့နှင့် သင်တို့၏ဆရာသည် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်အား သင်ယူရေးကိရိယာ တစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြုပြီးအတူပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

---

၁ ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသော ကျောင်းသားသည် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ကျောင်းသားများကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

၂ ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသော ဆရာသည် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ဆရာများကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်ကို မည်သည့်အချိန်၊ မည်သည့်နေရာတွင် သင်ယူရမည်နည်း။

လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ကြားရေးအစီအစဉ်တွင် ဒုတိယနှစ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်ကို သင်ကြားရန် (ပထမ စာသင်နှစ်ဝက်တွင် ၁၂ ချိန်၊ ဒုတိယ စာသင်နှစ်ဝက်တွင် ၁၀ ချိန်) တစ်နှစ်လျှင် စုစုပေါင်းစာသင်ချိန် (၂၂) ချိန် လျာထားပါသည်။ သင်ကြားပို့ချမည့်နေရာမှာ သင်တို့၏ ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်တွင် ဖြစ်ပါသည်။

ဒုတိယနှစ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် မည်သည့်အရာများ ပါဝင်သနည်း။

ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ် ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် ပါဝင်သည့်အကြောင်းအရာများသည် လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် သင်ရိုးမာတိကာများနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိစေရန် လမ်းညွှန်ထားပါသည်။

ဒုတိယနှစ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်တွင် အောက်ပါအခန်းများပါဝင်ပါသည်။

- စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ၏ အရေးပါပုံ
- လူမှုကျင့်ဝတ်
- အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်
- စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ
- ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း
- သင်ကြား၊ သင်ယူမှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

အခန်းတစ်ခုစီတွင်ပါဝင်သော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများအား လုပ်ဆောင်ရာတွင် သင်ခန်းစာ ခေါင်းစဉ်နှင့်ဆိုင်သော အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် သဘောထားများ နက်နဲစွာတတ်မြောက် ရရှိသွားစေရန် တစ်ဦးချင်း (သို့မဟုတ်) အတန်းဖော်များ၊ အတန်းဆရာနှင့် ပူးပေါင်းပြီး ပါဝင်လုပ်ဆောင်ကြရပါမည်။ အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော မာတိကာ အကြောင်းအရာ ဇယားတွင် အခန်းတစ်ခန်းစီအတွက် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်နှင့် အချိန် သတ်မှတ်ချက်ကို ပေးထားပါသည်။

ဇယား (က)။ ဒုတိယနှစ်၊ ဒုတိယစာသင်နှစ်ဝက်၊ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် မာတိကာ အကြောင်းအရာ

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
၃။ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်	၃.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေး	၃.၁.၁။ နိုင်ငံသား အခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး	• အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းဖြင့် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများကို ဖော်ပြတတ်မည်။ • နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးတို့၏ ဆက်နွယ်မှုနှင့် မိမိတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝအပေါ် ၎င်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။	(က) (၄.၁) (ဂ) (၁.၁)	(က) (၄.၁.၁) (ဂ) (၁.၁.၁)	၁
		၃.၁.၂။ ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေး နှင့် အမျိုးသမီး အခွင့်အရေး	• ကုလသမဂ္ဂ၏ သဘောတူညီချက် အမျိုးမျိုးကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများ အရေးပါပုံကို ဖော်ပြတတ်မည်။ • ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရသည့် အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ သာဓကများ ပေးတတ်မည်။ • ဤအုပ်စုနှစ်စု၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ပေးသင့်သည့် အကြောင်းရင်းများကို ဆွေးနွေးပြီး အထောက်အပံ့ လိုအပ်နိုင်သည့် အခြားအုပ်စုများကိုလည်း ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။	(က) (၄.၁) (ဂ) (၁.၁)	(က) (၄.၁.၁) (ဂ) (၁.၁.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
	၃.၂။ တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု	၃.၂.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု	• နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ၎င်းတို့၏ ဆက်နွှယ်မှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် အရပ်ဘက် လူမှုအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုတွင် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအား အခိုင်အမာပြဋ္ဌာန်းထားပြီး ကောင်းမွန်စွာ လိုက်နာကျင့်သုံးမှုပြသည့် စံပြလူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ရပ်၏ ဝိသေသလက္ခဏာများကို တင်ပြတတ်မည်။	(က) (၄.၁)	(က) (၄.၁.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
၄။ စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ	၄.၁။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ	၄.၁.၁။ စည်းကမ်းလိုက်နာမှု၊ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်း	• ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် တွေ့မြင်နိုင်သည့် အမျိုးမျိုးသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်မှု အားကောင်းလာစေမည့် နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ စာရင်းပြုစုတတ်မည်။ • မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်း တို့သည် လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ၎င်း၏ သာယာဝပြောမှုအပေါ် မည်ကဲ့သို့ လွှမ်းမိုးနိုင်ကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။	(က) (၁.၂) (က) (၄.၁) (ဂ) (၁.၁)	(က) (၁.၂.၁) (က) (၄.၁.၁) (ဂ) (၁.၁.၁)	၁
	၄.၂။ စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ	၄.၂.၁။ ဥပဒေများ	• စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ အကြား ကွဲပြား ခြားနားချက်ကို စိစစ်ဆေးအကဲဖြတ်တတ်မည်။ • ရပ်ရွာ၊ နိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း အဖြစ် နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် တာဝန်ယူမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ ဥပဒေ၏သက်ရောက်မှုကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။	(က) (၁.၂) (က) (၄.၁)	(က) (၁.၂.၁) (က) (၄.၁.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
၅။ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်ခြင်း	၅.၁။ ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ခြင်း	၅.၁.၁။ ကွဲပြားစုံလင်မှု အတွင်းရှိ ငြိမ်းချမ်းရေး	• ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ အဓိပ္ပာယ်နှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု အကြောင်း ရှုထောင့် အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ သာဓကများနှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ သက်ရောက်မှုကို ဖော်ပြတတ်မည်။ • ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရာတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် အဟန့်အတားများနှင့် ယင်းအဟန့်အတားများကို အမြစ်ဖြတ် တိုက်ဖျက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။	(က) (၁.၂) (က) (၄.၁) (ခ) (၁.၂)	(က) (၁.၂.၁) (က) (၁.၂.၂) (က) (၄.၁.၁) (ခ) (၁.၂.၁)	၁
	၅.၂။ သဟဇာတ ဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း	၅.၂.၁။ ယှဉ်ကျေးမှု စုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း	• စာသင်ခန်းနှင့် ရပ်ရွာဒေသအတွင်း ကွဲပြားစုံလင်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် အမှတ်တရများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၊ မျှဝေတတ်မည်။ • မတူကွဲပြားပြီး ယှဉ်ကျေးမှု စုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရန် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို အဆိုပြုတတ်မည်	(က) (၁.၂) (က) (၄.၁) (ခ) (၁.၂)	(က) (၁.၂.၁) (က) (၁.၂.၂) (က) (၄.၁.၁) (ခ) (၁.၂.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
	၅.၃။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး	၅.၃.၁။ ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး	• ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး အကြောင်း ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • စာသင်ခန်း၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာအဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် သာဓကအမျိုးမျိုးကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။ • အလယ်တန်း ကျောင်းသားများအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးကို အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသော အတွေ့အကြုံကို မည်သို့ တည်ဆောက်နိုင်ကြောင်း လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ခုကို ဖန်တီးတတ်မည်။	(က) (၁.၂) (က) (၄.၁) (ခ) (၁.၂)	(က) (၁.၂.၁) (က) (၁.၂.၂) (က) (၄.၁.၁) (ခ) (၁.၂.၁)	၁
၆။ သင်ကြား၊ သင်ယူမှုကို ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း	၆.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ	၆.၁.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ	• အလယ်တန်း ကျောင်းများတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် သင်ကြား၊ သင်ယူသည့် နည်းလမ်းများကို ပြန်လည် သုံးသပ်တတ်မည်။	(က) (၄.၁) (ခ) (၂.၁) (ခ) (၂.၂)	(က) (၄.၁.၁) (ခ) (၂.၁.၁) (ခ) (၂.၂.၂) (ခ) (၂.၂.၃)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
			• စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာ အတွက် သင်ပြမှုပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။ • အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာတစ်ခုကို အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားတတ်မည်။			
	၆.၂။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာစစ်ဆေး အကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	၆.၂.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် ဆိုင်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	• အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ၏ သင်ခန်းစာအကြောင်းအရာ ဆိုင်ရာ အသိပညာနှင့် စာရိတ္တဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာပုံကို လေ့လာကြီးကြပ် အကဲဖြတ်သုံးသပ်နိုင်မည့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို တန်းတူညီမျှမှု၊ သာတူညီမျှမှု ရှိသော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များဖြင့် စစ်ဆေးနိုင်ရန် အကဲဖြတ်မှု ဆိုင်ရာ နည်းကိရိယာ အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။	(က) (၄.၁) (ခ) (၂.၁) (ခ) (၂.၂)	(က)(၄.၁.၁) (ခ) (၂.၁.၁) (ခ) (၂.၂.၂) (ခ) (၂.၂.၃)	၁
စုစုပေါင်း စာသင်ချိန်						၁၀

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်၏ အလုံးစုံသောရည်ရွယ်ချက်မှာ မြန်မာ့စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် တန်ဖိုးများနှင့် ရပ်တည်ချက်များကို နမူနာပြခြင်းမှတစ်ဆင့် သင်ကြားပေးနိုင်ရန်၊ လိုအပ်သောတတ်ကျွမ်းမှုများကို သင့်အားဖြည့်ဆည်း ပြင်ဆင်ပေးနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ လူမှုတန်ဖိုးများနှင့် ရပ်တည်ချက်များကို အခြေခံပညာကျောင်းများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်တွင် မြှင့်တင်ပေးထားပါသည်။ သင်သည် ကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်သော ကမ္ဘာကြီးနှင့် အိမ်၊ ကျောင်း၊ လူ့အသိုက်အဝန်း၊ တိုင်းပြည်နှင့် ကမ္ဘာလောကတို့ အချင်းချင်း ဆက်စပ်နေမှုတို့ကို ပိုမိုနက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်တွင် လူမှုရေးနှင့်စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများနှင့် တာဝန်ယူမှု၊ လူ့အသိုက်အဝန်း ပါဝင်ဆက်စပ်မှုနှင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာသိနားလည်မှုတို့ကို အလေးပေးထားပါသည်။ သင်သည်ကျောင်းသားများ၏ လိုအပ်ချက်အမျိုးမျိုးနှင့်အညီ သင်ကြားပေးမှုကို အလိုက်သင့်ပြောင်းလဲနိုင်သော ဆရာတစ်ဦးဖြစ်လာစေရန်အတွက် ကျောင်းသားများ၏ ရည်မှန်းချက်များ အောင်မြင်ပေါက်မြောက်စေရန် အထောက်အကူပြုပေးသော ဆန်းသစ်တီထွင်သော လုပ်ရပ်များနှင့် ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ ခေါင်းစဉ်ရလဒ်များအား မည်ကဲ့သို့ တိုးတက်အောင်မြင်စေမည်ကို သင်ယူရန်လိုအပ်ပါသည်။ ကျောင်းသားများ၏ အသက်အရွယ်၊ ဒေသအခြေအနေတို့နှင့် လိုက်လျောညီထွေသည့် သင်၏ကိုယ်ပိုင်သင်ကြားမှု၊ သင်ယူမှု ရင်းမြစ်များကို မည်သို့ဖန်တီးရမည်ကိုလည်း သိရှိလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

အလယ်တန်းကျောင်းသားများအတွက် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် သင်ကြားရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အလယ်တန်းစာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိသင်ရိုး)

၁။ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာဝတ္တရားများကို ဖြည့်ဆည်းပေးမည့် မှန်ကန်သောဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်မှုနှင့် ပြုမူလုပ်ဆောင်ပုံတို့ကို ရှိစေခြင်းဖြင့် ပညာတတ်တာဝန်သိနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်။

၂။ လူ့အခွင့်အရေးတန်ဖိုးများကို လေးစားတတ်စေရန်နှင့် ပြည်သူတစ်ဦး၏ တာဝန်ဝတ္တရားကို သရုပ်ဖော်ပြသတတ်ရန်။

၃။ စည်းကမ်းများ၊ စည်းမျဉ်းများနှင့် ဥပဒေကိုလေးစားတတ်စေရန်နှင့် ကိုယ်တိုင်လိုက်နာတတ်စေရန်။

၄။ ဒေသန္တရအသိအမြင်ရှိရုံသာမက ကမ္ဘာ့ရှုထောင့်ကို နားလည်သဘောပေါက်တန်ဖိုးထားတတ်သည့် ပညာတတ်နိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်။

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ အကြောင်းအရာများသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ လုပ်ငန်းခွင်ဝင်စ ဆရာများအတွက် တတ်ကျွမ်းမှုစံသတ်မှတ်ချက်အညွှန်းဘောင် (TCSF) မှ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်နှင့်ကိုက်ညီသည့် သင်တို့သိသင့်တတ်သင့်သည်များနှင့် စာသင်ခန်းအတွင်း လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အဓိကတတ်ကျွမ်းမှုစံများကို အခြေခံထားပါသည်။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်အတွက် အဓိကကျသော ဆရာများအတွက် တတ်ကျွမ်းမှုစံသတ်မှတ်ချက်များကို အောက်ဖော်ပြပါ ဇယား (ခ)တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

ဇယား (ခ)။ ဒုတိယနှစ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၊ ဆရာများအတွက် အဓိကတတ်ကျွမ်းမှု စံသတ်မှတ်ချက်များ

တတ်ကျွမ်းမှု စံသတ်မှတ်ချက်	အနိမ့်ဆုံး လိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ
(က-၁) ကျောင်းသားများ မည်သို့ သင်ယူသည်ကို သိသည်။	(က)(၁.၂) ကျောင်းသားများ၏ တစ်ဦးချင်း သင်ယူမှုလိုအပ်ချက်နှင့် ကိုက်ညီမည့် သင်ကြားနည်းအမျိုးမျိုးကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း ပြသသည်။	(က) (၁.၂.၁) ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ သင်ယူနိုင်ရေးအတွက် အထူးသင်ယူမှု လိုအပ်ချက်ရှိသော သင်ယူသူများအပါအဝင် နောက်ခံအကြောင်းအရာအမျိုးမျိုး (ကျား၊ မ၊ တိုင်းရင်းသားမျိုးနွယ်စု၊ ယဉ်ကျေးမှု)နှင့် စွမ်းရည်အမျိုးမျိုးရှိသော ကျောင်းသားများအား ပံ့ပိုးကူညီနိုင်မည့် သင်နည်းအမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်သည်။ (က) (၁.၂.၂) ကျောင်းသားများ၏ရှိပြီး အသိပညာ၊ အတွေ့အကြုံများကို အယူအဆသစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ရာ၌ အထောက်အကူပြုနိုင်ရန် ထိထိမိမိအလေးထားပြီး ရှေ့နောက် အစီအစဉ်တကျ ဆောင်ရွက်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်သည်။
(က-၄) သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အကြောင်းသိသည်။	(က) (၄.၁) အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် သင်ရိုးဖွဲ့စည်းပုံ၊ အကြောင်းအရာနှင့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း ပြသသည်။	(က) (၄.၁.၁) အဆင့်အလိုက်၊ အတန်းအလိုက်၊ ဘာသာရပ်အလိုက် သင်ကြားသော အလယ်တန်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်း သင်ယူမှု၏ အဓိကအသိသညာများ၊ အကြောင်းအရာများ၊ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်များနှင့် သင်ယူမှုရလဒ်များကို ဖော်ပြသည်။

တတ်ကျွမ်းမှု စံသတ်မှတ်ချက်	အနိမ့်ဆုံး လိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ
(ခ-၁) သင်ကြားမှု နည်းဗျူဟာ အမျိုးမျိုးကို အသုံးပြု၍ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အကြောင်းအရာကို သင်ကြားသည်။	(ခ) (၁.၂) သင်ကြားသင်ယူမှုတွင် ပညာရေးဆိုင်ရာနည်းပညာများနှင့် နည်းဗျူဟာအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြု သင်ကြားနိုင်စွမ်းရှိကြောင်းပြသည်။	(ခ) (၁.၂.၁) အတန်းတွင်းအခြေအနေ၊ အတန်းအရွယ်အစား၊ အတန်းအမျိုးအစား တို့အတွက် သင့်လျော်ကိုက်ညီသော သင်ကြားနည်းများ၊ သင်ယူမှုနည်းဗျူဟာများကို အသုံးပြုသည်။
	(ခ) (၁.၃) ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူနိုင်မှုစွမ်းရည်၊ အတွေ့အကြုံများ နှင့် ကိုက်ညီသော သင်ပြမှုပုံစံကို ကောင်းမွန်စွာ ရေးဆွဲပြင်ဆင် နိုင်ကြောင်းပြသည်။	(ခ) (၁.၃.၁) စာသင်ချိန်အားလုံးကို ထိရောက်စွာ အသုံးပြုနိုင်ရန် သင်ခန်းစာကို ဖွဲ့စည်းပြင်ဆင်သည်။ (ခ) (၁.၃.၂) ကျောင်းသားများ သင်ယူမှုတွင် စိတ်ဝင်စားမှုရှိရန်၊ ၎င်းတို့၏သင်ယူလိုစိတ်ကို လှုံ့ဆော်နိုင်ရန်၊ ယခင်သင်ယူပြီးသော အကြောင်းအရာများကို သင်ယူမှုအသစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်နိုင်ရန် သင်ခန်းစာကို နိဒါန်းပျိုးပေးသည်။
(ခ-၂) ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း၊ လေ့လာကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် အစီရင်ခံခြင်း	(ခ) (၂.၂) စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု မှတ်တမ်း (အသေးစိတ်) ထားရှိပြီး၊ ထိုစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းမှ ရရှိသော သတင်းအချက်အလက်များကို ကျောင်းသားများ သင်ယူမှု တိုးတက်ရေးအတွက် လမ်းညွှန်သဖွယ် အသုံးပြုနိုင်သော စွမ်းရည်ရှိကြောင်း ပြသည်။	(ခ) (၂.၂.၂) ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူတိုးတက်မှုကို လေ့လာကြီးကြပ် တည့်မတ်ပေးနိုင်ရန်၊ မှတ်တမ်းထားနိုင်ရန်၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲရေး အစီအစဉ်များ နှင့် ပတ်သက်၍ သတင်းအချက်အလက်များ ပေးနိုင်ရန် အမျိုးမျိုးသော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းဆိုင်ရာ လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှုများကို အသုံးပြုသည်။ (ခ)(၂.၂.၃) ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှု၊ တိုးတက်မှု အခြေအနေများနှင့် ပေါက်မြောက်အောင်မြင်မှုများကို မိဘများ၊ အခြားပညာပေးသူများနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုသည်။
(ဂ-၁) ဆရာလုပ်ငန်းတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်သည်။	(ဂ) (၁.၁) မြန်မာတို့၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ စံနမူနာပြပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သည့် ဆရာတစ်ယောက်တွင်ရှိရမည့် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သဘောထားများကို လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း ပြသနိုင်သည်။	(ဂ) (၁.၁.၁) မြန်မာနိုင်ငံရှိဆရာများ လိုက်နာကျင့်သုံးသည့် ကျင့်ဝတ် (၅) သွယ် အပါအဝင် ဆရာ့အတတ်ပညာဆိုင်ရာ ကျင့်သုံးရမည့် ကျင့်ဝတ်များ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာသည်။

ရင်းမြစ် - မြန်မာနိုင်ငံဆရာများအတွက် တတ်ကျွမ်းမှု စံသတ်မှတ်ချက်အညွှန်းဘောင် (TCSF)၊ လုပ်ငန်းခွင့်၌ စတင်တာဝန်ထမ်းဆောင်သော ဆရာများ (၂၀၂၀ ခုနှစ်) (စာ. ၁၀၉-၁၄၀)

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သို့အသုံးပြုမည်နည်း။

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် သင်ယူလေ့လာနိုင်ရန်နှင့် စာသင်ခန်းအတွင်း ဆရာကူညီပံ့ပိုးပေးသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် ကိုးကားရန် အသုံးပြုနိုင်သည်။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်၏ အခန်းတစ်ခန်းစီကို အောက်ပါအတိုင်း ဖွဲ့စည်းထားသည်။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ။ သင်ယူမှုရလဒ်များကို အခန်းတစ်ခန်းစီ၏ အစနှင့် သင်ခန်းစာတစ်ခုချင်းစီ၏အစတွင် ဖော်ပြထားသည်။ မျှော်မှန်းထားသော ရလဒ်များသည် သင်ခန်းစာတစ်ခုနှင့် အခန်းတစ်ခုသင်ယူပြီးစီးသည့် အချိန်တွင် သင် မည်သည်တို့ကို သိသင့်သည်နှင့် မည်သည်တို့ကို လုပ်နိုင်စွမ်းရှိလာမည် ဆိုသည်ကို ညွှန်ပြသည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ။ သင်ခန်းစာတွင် အလေးပေးဖော်ပြထားသော ဆရာများအတွက် တတ်ကျွမ်းမှုစံသတ်မှတ်ချက် အညွှန်းဘောင် (Teacher Competency Standards Framework – TCSF) သည် ဆရာများတတ်ကျွမ်းရမည့် အရာများကို မီးမောင်းထိုးပြထားသော တတ်ကျွမ်းမှုများဖြစ်သည်။

သင်ယူရမည့်အကြောင်းအရာများ။ အခန်းတစ်ခန်းစီတွင် သင်ယူရမည့် အကြောင်းအရာများကို အခန်းငယ်များနှင့် သင်ခန်းစာများအဖြစ်ပိုင်း၍ ဖော်ပြသည်။ ၎င်းတို့တွင် အရေးပါသည့် ဘာသာရပ်အကြောင်းအရာများ ခြုံငုံပါဝင်သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ပါဝင်သော သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများသည် ခေါင်းစဉ်နှင့် ပတ်သက်၍ သင်တို့တစ်ဦးချင်း သင်ယူရရှိလိုက်သော အသိပညာနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှုအပေါ် ပိုမိုနက်ရှိုင်းစွာ စွဲမြဲသွားရန် ထည့်သွင်းထားခြင်းဖြစ်သည်။ သင်တို့၏ ဆရာကလည်း စာသင်ခန်းအတွင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို ပံ့ပိုးကူညီပေးမည် ဖြစ်သည်။ ထိုလုပ်ငန်းများသည် တစ်ဦးချင်း၊ နှစ်ဦးတစ်တွဲ၊ အုပ်စုငယ်ဖွဲ့၊ တစ်တန်းလုံးပါဝင်သော လုပ်ငန်းများ ဖြစ်နိုင်သည်။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း အားလုံးသည် သင်ခန်းစာ၏ မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ် အောင်မြင်ပေါက်မြောက်စေရန်အတွက် ရည်ရွယ်ပြီး ရေးဆွဲထားသော လုပ်ငန်းများ ဖြစ်ကြသည်။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ။ အခန်းတွင်ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများ အပေါ် သင်တို့၏နားလည်မှုကိုစစ်ဆေးရန် (သို့မဟုတ်) စာမေးပွဲအတွက် လေ့လာရာတွင် အထောက်အကူပြုရန်အတွက် ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန် မေးခွန်းများကို လေ့လာနိုင်ပါသည်။

အဓိကအချက်များ။ အခန်းတစ်ခုလုံးကိုအကျဉ်းချုပ်ပြီး တင်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ အခန်းတစ်ခန်းတွင်ပါသော အကြောင်းအရာများမှ ကျောင်းသားများ သိရှိသင့်သည့် အဓိကအချက်များကို အသိပေးဖော်ပြထားခြင်း ဖြစ်သည်။

အခန်းဆုံး ပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း။ သင်တို့လေ့လာသင်ယူခဲ့သည်များ အပေါ်အချိန်ယူ၍ ပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်းဖြင့် သင်ယူမှုများကိုမှတ်မိရန်၊ အသုံးချရန်၊ အခြားဘာသာရပ် သင်ယူမှုနယ်ပယ်များ၊ နေ့စဉ်ဘဝများနှင့် ဆက်စပ်ကြည့်ရန် အထောက်အကူပြုပါသည်။ အခန်းတစ်ခန်းစီ၏ အဆုံးတွင် အဆိုပါအခန်းမှ သင်ယူလေ့လာခဲ့သည်များကို မည်သို့ပြန်လည်သုံးသပ်၍ မည်သို့ဆက်လက်လေ့လာရမည်ကို အကြံပြုထားသည်။

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ။ အခန်းတိုင်းတွင် သင်ယူရသည့် အကြောင်းအရာ အလိုက် ဖတ်စရာ ထပ်ဆောင်းရင်းမြစ်များနှင့် ပတ်သက်သော အကြံပြုချက် များကို ဖော်ပြထားပါသည်။ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်နှင့်စပ်လျဉ်းပြီး သင်ကိုယ်တိုင် ပိုမိုသိရှိနားလည်ရန်အတွက် ဤရင်းမြစ်များကို အသုံးပြုနိုင်သည် (သို့မဟုတ်) ကျောင်းသားများကို ဤရင်းမြစ်များအား စာကြည့်တိုက်၊ အင်တာနက် (သို့မဟုတ်) ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်၏ အွန်လိုင်းစာကြည့်တိုက်တွင် ရှာဖွေရန် အကြံပြုလိုပါသည်။

အဓိကအသုံးအနှုန်းများ။ အခန်းတစ်ခန်းစီ၏ အစတွင် ထိုအခန်းမှ အရေးကြီးသော ဝေါဟာရများ (သို့မဟုတ်) အကြောင်းအရာများကို အလေးပေးဖော်ပြထားသော အသုံးအနှုန်းများ ပါရှိသည်။

ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်၏ နောက်ဆုံးတွင် **ခက်ဆစ်အဘိဓာန်** ပါရှိပြီး သင်တို့အတွက် အသစ်အဆန်းဖြစ်နိုင်သော အဓိကဝေါဟာရများကို အက္ခရာစဉ်အလိုက် အဓိပ္ပာယ်ရှင်းလင်းချက်နှင့်တကွ ဖော်ပြထားသည်။ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ် တစ်အုပ်လုံးတွင် အသုံးပြုခဲ့သော **ကျမ်းကိုးစာရင်း**ကို မူလရင်းမြစ်များနှင့်တကွ ဖော်ပြထားကြောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

ဤဘာသာရပ်ကိုသင်ယူရန် သင်တို့၏ဆရာက ပံ့ပိုးကူညီပေးပါလိမ့်မည်။ အကယ်၍ သင်နားမလည်သော အကြောင်းအရာရှိပါက သင်တို့၏ဆရာကို မေးရန် (သို့မဟုတ်) အတန်းဖော်များကို မေးရန်သတိရပါ။ ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ကျောင်းသားတစ်ဦးအနေဖြင့် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သည့် သင်ယူမှုဝန်းကျင်တွင် ရွယ်တူအဖော်များနှင့် ဆရာ၏လမ်းညွှန်မှုဖြင့် သင်ကြားမှုအရည်အသွေးများကို ရယူရန်ဖြစ်ပါသည်။

အခန်း ၃

အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်

ဤအခန်းသည် လူသားများ၏ အခွင့်အရေးနှင့်တာဝန်များကို ဆန်းစစ်ရန်ဖြစ်သည်။ တရားဝင် အခွင့်အရေးနှင့် ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာအခွင့်အရေးဟူ၍ အခွင့်အရေးနှစ်မျိုးရှိပါသည်။ ဥပဒေပါ အခွင့်အရေးများကို ဥပဒေများဖြင့် ကာကွယ်ထားသည်။ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေး များသည် လုပ်ခွင့်ပြုသင့်သော၊ မပြုသင့်သောအကြောင်းနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ စည်းကမ်း ကျင့်ဝတ်များနှင့်အညီ လိုက်နာရသော အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ တာဝန်ယူမှု ဆိုသည်မှာ တစ်ခုခုလုပ်ရန်အတွက် ကတိ (သို့မဟုတ်) အသိတရားဖြစ်သည်။ ရပ်ရွာ၊နိုင်ငံ၊ ဒေသတွင်းနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လူမှုအသိုက်အဝန်းများ၏ အဖွဲ့ဝင်များဖြစ်သော ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုလူ့အဖွဲ့အစည်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးတွင် ပါဝင်ရန် ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ဥပဒေရေးရာ နှစ်မျိုးလုံးတွင် တာဝန်ရှိသည်။ အခွင့်အရေးများ၊ တာဝန်များသည် တစ်ခုမရှိပါက ကျန်တစ်ခုတည်း မတည်ရှိနိုင်ပါ။ တစ်စုံတစ်ဦး၌ ရပိုင်ခွင့်တစ်ခုရှိလျှင်၊ ထိုသူသည် လူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် အပြည့်အဝပါဝင်ရန် လိုအပ်သော အခြားသူများ၏ ကုန်စည်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ အပေါ် ရပိုင်ခွင့်အား အလွဲသုံးစားမပြုရန်လည်းတာဝန်ရှိသည်။ အပြည်ပြည် ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်း (UDHR) သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်များကို ဖော်ပြသော နိုင်ငံတကာလူမှုကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ အရေးကြီးသော သမိုင်းဝင် အထောက်အထားတစ်ခု ဖြစ်သည်။ ဤအခန်းတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းနှင့် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးနှင့် ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂညီလာခံများ၏ ပါဝင်ပတ်သက်မှုများကို ဆန်းစစ်ကြပါမည်။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤအခန်းကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းဖြင့် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများကို ဖော်ပြတတ်မည်။
- နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးတို့၏ ဆက်နွယ်မှုနှင့် မိမိတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝအပေါ် ၎င်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- ကုလသမဂ္ဂ၏ သဘောတူညီချက် အမျိုးမျိုးကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများ အရေးပါပုံကို ဖော်ပြတတ်မည်။
- ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရသည့် အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ သာဓကများ ပေးတတ်မည်။
- ဤအုပ်စုနှစ်စု၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ပေးသင့်သည့် အကြောင်းရင်းများကို ဆွေးနွေးပြီး အထောက်အပံ့ လိုအပ်နိုင်သည့် အခြားအုပ်စုများကိုလည်း ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။
- နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ၎င်းတို့၏ ဆက်နွယ်မှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် အရပ်ဘက် လူမှုအဖွဲ့အစည်း တစ်ခုတွင် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအား အခိုင်အမာ ပြဋ္ဌာန်းထားပြီး ကောင်းမွန်စွာလိုက်နာကျင့်သုံးမှုပြုသည့် စံပြလူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ရပ်၏ ဝိသေသလက္ခဏာများကို တင်ပြတတ်မည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ

(က) (၄.၁) အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် သင်ရိုးဖွဲ့စည်းပုံ၊ အကြောင်းအရာနှင့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း ပြသသည်။

(ဂ) (၁.၁) မြန်မာတို့၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ စံနမူနာပြပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည့် ဆရာတစ်ယောက်တွင် ရှိရမည့် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သဘောထားများကို လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

အဓိက အသုံးအနှုန်းများ

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး၊ ညီလာခံ၊ မိသားစုစီမံကိန်း၊ လိင်အကြမ်းဖက်မှု၊ လူ့အခွင့်အရေးများ၊ မီးမဖွားမီနှင့် မီးဖွားပြီးစောင့်ရှောက်မှု၊ လူမှုဖူလုံရေး၊ အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများ၊ တာဝန်ခံမှု၊ တာဝန်ယူမှု။

၃.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေး

ဒီမိုကရေစီသည် လွတ်လပ်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်း ဟူသော သဘောတရားများကို လိုက်နာသော အုပ်ချုပ်မှုစနစ်တစ်ခုဖြစ်သည်ဟု သတ်မှတ်ထုတ်ဖော်ခဲ့သည် (Shulz et al., 2016)။ ဤသို့နားလည်ခံယူခြင်းသည် ဒီမိုကရေစီစနစ်များကို ထောက်ပံ့ပေးပြီး လူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားခြင်းနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေခြင်းကို အားပေးသည်။ လူ့အခွင့်အရေးသည် တက်ကြွသော နိုင်ငံသားဖြစ်ခြင်းအတွက် အလွန်အရေးကြီးပြီး နိုင်ငံသားများကို လူမှုအသိုက်အဝန်းများတွင် ပါဝင်နိုင်ရန် လိုအပ်သော ကုန်စည်၊ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အခွင့်အလမ်းများကို ပေးသည်။ လူတိုင်းသည် မွေးရာပါ အခွင့်အရေးများနှင့် မွေးဖွားလာကြသည်။ ထို့ကြောင့် အခွင့်အရေးများကို အခြေခံအခွင့်အရေးများဟု ရည်ညွှန်းနိုင်သည်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်းတွင် လူ့အခွင့်အရေးကို "လွှဲပြောင်း၍ မရသော" နှင့် "ခွဲခြား၍မရသော" အရာများဟု ဖော်ပြသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လူတို့သည် ၎င်းတို့၏ အခွင့်အရေးများကို မည်သည့်အခါမျှ မဆုံးရှုံးနိုင်သလို၊ လူများနှင့် အခွင့်အရေးများသည်လည်း မည်သည့်အခါမျှ ခွဲခြား၍ရမည်မဟုတ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လူအားလုံးတို့သည် မိမိတို့၏ဂုဏ်သိက္ခာကို ကာကွယ်ရန်အတွက် တန်းတူအခြေအနေ ရှိသောကြောင့် ဖြစ်သည်။

၃.၁.၁။ နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းဖြင့် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

- နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများကို ဖော်ပြတတ်မည်။
- နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးတို့၏ ဆက်နွှယ်မှုနှင့် မိမိတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝအပေါ် ၎င်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။

လူသားတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာမွေးဖွားလာကြ၍ တန်းတူညီမျှသော ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် အခွင့်အရေးများ ရှိကြသည်။ ယခုခေတ်တွင် အများနားလည်ထားကြသော လူ့အခွင့်အရေးများကို ၁၉၄၈ ခုနှစ်တွင် ကုလသမဂ္ဂက ရေးသားပြုစုခဲ့သော အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်း (UDHR) အပါအဝင် နိုင်ငံတကာစာချုပ်စာတမ်းများအရ သတ်မှတ်ထားသည်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်းရှိ လူ့အခွင့်အရေးကို နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေးအခွင့်အရေး၊ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေးအခွင့်အရေး၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအခွင့်အရေးဟူ၍ သုံးမျိုး ခွဲခြားနိုင်သည် (Wong & McLaughlin, 2012)။

၁။ နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေးအခွင့်အရေး

ဤအချက်သည် လူတစ်ဦး၏ နိုင်ငံရေးအရ တန်းတူညီမျှရရှိပိုင်ခွင့်နှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမှ ကင်းလွတ်ခွင့်တို့ကို ရည်ညွှန်းသည်။ ဥပမာအားဖြင့် လူတစ်ဦးသည် လွတ်လပ်စွာ တွေးခေါ်ပိုင်ခွင့်၊ လူထုနှင့်တွေ့ဆုံခွင့်နှင့် ၎င်းတို့၏ အစိုးရနှင့် နိုင်ငံရေးစနစ်တွင် ကိုယ်စားပြု ပါဝင်ခွင့်ရှိသည်။

၂။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ

စီးပွားရေးအခွင့်အရေးများသည် အလုပ်လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့် မျှတသော လုပ်ခလစာ၊ လုံလောက်သော လူနေမှုအဆင့်အတန်း (လူမှုအခွင့်အရေး) ကို ရည်ညွှန်းသည်။ နိုင်ငံသားတစ်ဦးအတွက် အိမ်ရာ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ အစားအစာ၊ အဝတ်အစားနှင့် အခြားလူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိပိုင်ခွင့်ကို အာမခံပေးသည်။ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမျိုးစု၊ လူမျိုး (သို့မဟုတ်) ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အထောက်အထားများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ဘာသာရေး (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်မှုများကို ထုတ်ဖော်ပြသခွင့်ပြုသည်။ မည်သည့် ဘာသာမျှ မကိုးကွယ်လိုသူများအတွက် ဘာသာရေး မကိုးကွယ်ပိုင်ခွင့်လည်း ပါဝင်သည်။

၃။ ညီညွတ်ရေး အခွင့်အရေး

ဤအခွင့်အရေးများသည် တစ်ဦးချင်းစီထက် လူမှုအသိုက်အဝန်းများနှင့် သက်ဆိုင်သောကြောင့် ကွန့်ပ်တို့အားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် လူမှုအသိုက်အဝန်း၏ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ပေးသည်။ ဤအခွင့်အရေးအမျိုးအစား၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအနေနှင့် လူမှုအသိုက်အဝန်းများသည် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ (ဥပမာ - သန့်ရှင်းသောရေကဲ့သို့ ကောင်းမွန်သော ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေများရပိုင်ခွင့်) နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ (ဥပမာ - လွတ်လပ်စွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခွင့်နှင့် လူတစ်ဦး၏ မြေနှင့်သဘာဝ အရင်းအမြစ်များကို လုပ်ပိုင်ခွင့်များ) ကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ဓနသဟာရအဖွဲ့က ၂၀၂၀ ခုနှစ်တွင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်းကို ရိုးရှင်းသောပုံစံဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ဖန်တီးခဲ့သည်။

ဇယား ၃.၁။ လက်ကမ်းစာစောင် - အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်း

(ဩစတြေးလျနိုင်ငံ ဓနသဟာရအဖွဲ့က ၂၀၂၀ ခုနှစ်တွင် ရိုးရှင်းသောပုံစံဖြင့် ပြင်ဆင်ညှိနှိုင်းထားသည်။)

အပိုဒ် ၁။ လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်သူများအဖြစ် မွေးဖွားလာကြပြီး ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် အခွင့်အရေးများ တန်းတူရည်တူရှိကြသည်။ အပိုဒ် ၂။ သင့်အား မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်မျှ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမပြုသင့်ပါ။ ကွဲပြားမှုများ မည်သို့ပင် ရှိစေကာမူ အခွင့်အရေးများသည် လူအားလုံးနှင့်သက်ဆိုင်သည်။ အပိုဒ် ၃။ လူတိုင်းတွင် အသက်ရှင်သန်ခွင့်၊ လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လုံခြုံမှု အခွင့်အရေးများရှိသည်။ အပိုဒ် ၄။ မည်သူ့ကိုမျှ ကျေးကျွန် (သို့မဟုတ်) အစေအပါး အဖြစ် မပြုရ။	အပိုဒ် ၁၅။ သင်သည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံသား ဖြစ်ပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ အပိုဒ် ၁၆။ သင့်တွင် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခွင့်နှင့် မိသားစု ပြုစုပျိုးထောင်ပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ အမျိုးသားများနှင့်အမျိုးသမီးများသည် လက်ထပ်ပြီးသောအခါဖြစ်စေ၊ ကွာရှင်းပြတ်စဲသောအခါ ဖြစ်စေ တန်းတူရည်တူအခွင့်အရေးများရှိကြသည်။ အပိုဒ် ၁၇။ သင့်တွင်ပစ္စည်းဥစ္စာပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရှိသည်၊ မည်သူမျှ မိမိပိုင်ပစ္စည်းဥစ္စာကို မတရားသိမ်းယူခြင်း မခံထိုက်စေရ။ အပိုဒ် ၁၈။ သင့်တွင် လွတ်လပ်စွာတွေးခေါ်ခွင့်၊ ဝေဖန်ပိုင်းခြားခွင့်နှင့် ကိုးကွယ်ခွင့်ရှိသည်။ ဘာသာရေးကို သင်ကြားခွင့်၊ လေ့ကျင့်မှုနှင့် ဝတ်ပြုမှုတို့တွင် ငြိမ်းချမ်းစွာ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့် ရှိသည်။

အပိုဒ် ၅။ မည်သူ့ကိုမျှ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်သော၊ လူမဆန်သော၊ လူ့သိက္ခာညှိုးနွမ်းစေသော ပြုမူဆက်ဆံခြင်း (သို့မဟုတ်) အပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း မပြုရ။

အပိုဒ် ၆။ ဥပဒေ၏ ရှေ့မှောက်တွင် သင့်အား လူတစ်ဦးကဲ့သို့ ဆက်ဆံခံရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၇။ သင်သည် အခြားသူများနည်းတူ ဥပဒေဖြင့် တန်းတူကာကွယ်စောင့်ရှောက် ခံပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ လူတိုင်းသည် လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်မှုများကို ကာကွယ်ပိုင်ခွင့် ရှိသည်။

အပိုဒ် ၈။ သင်၏ ဥပဒေပါ အခွင့်အရေးများကို ချိုးဖောက်လျှင် တရားရုံး (သို့မဟုတ်) ခုံရုံးတွင် တရားမျှတမှုကို ရယူနိုင်ခွင့် ရှိသည်။

အပိုဒ် ၉။ မည်သူမျှ မတရားဖမ်းဆီးခြင်း၊ မတရားထိန်းသိမ်းခြင်း (သို့မဟုတ်) မတရား ပြည်နှင်ဒဏ်ပေးခြင်းမခံရစေရ။

အပိုဒ် ၁၀။ သင်သည် လွတ်လပ်၍ ဘက်မလိုက်သော ခုံရုံးတစ်ခုက အများပြည်သူရှေ့မှောက်တွင် တရားမျှတစွာ နာကြားစစ်ဆေးခြင်းကို အပြည့်အဝ ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၁၁။ လူတိုင်းတရားမျှတသော တရားစီရင်မှုတွင် အပြစ်ရှိသည်ဟု စီရင်ချက်မချမချင်း အပြစ်မရှိသူဟု မှတ်ယူခံထိုက်သည့် အခွင့်အရေး ရှိသည်။ အမှုမပြီးသေးသောအချိန်၌ ပြစ်မှုမမြောက်သော လုပ်ရပ် အတွက် မည်သူ့ကိုမျှ ရာဇဝတ်မှုဖြင့်စွဲချက် မတင်သင့်ပါ။

အပိုဒ် ၁၂။ ကောင်းသောအကြောင်းပြချက်မရှိဘဲ မည်သူမျှ သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်စွက်ဖက်ခြင်း၊ သင်၏အိမ်နှင့် မိသားစုကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက်ပိုင်ခွင့်မရှိချေ။ မည်သူမျှ သင်၏နာမည်ကောင်းကို အကြောင်းမဲ့ ပုတ်ခတ်ပိုင်ခွင့် မရှိပါ။

အပိုဒ် ၁၃။ သင့်နိုင်ငံအတွင်း လွတ်လပ်စွာ သွားလာပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ လူတိုင်းသည် နိုင်ငံတစ်ခုမှ ထွက်ခွာ၍ မိမိတိုင်းပြည်သို့ပြန်ရန် အခွင့်အရေး ရှိသည်။

အပိုဒ် ၁၄။ သင့်တွင် နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှုမှ ကင်းလွတ်ရန် အခြားနိုင်ငံများ၌ ခိုလှုံခွင့်ကို ရယူခံစားပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ သင့်တိုင်းပြည်၏ တရားဥပဒေမှ ထွက်ပြေးခြင်းဖြစ်ပါက ဤအခွင့်အရေးကို တောင်းခံခွင့်မရှိပါ။

အပိုဒ် ၁၉။ သင့်တွင် လွတ်လပ်စွာ ထင်မြင်ယူဆခွင့်နှင့် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၀။ သင့်တွင် လွတ်လပ်စွာနှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာ စုဝေးခွင့်နှင့် အသင်းအဖွဲ့ ဖွဲ့စည်းပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၁။ သင်သည် သင်၏တိုင်းပြည်အစိုးရအဖွဲ့တွင် ဝင်ရောက်ပါဝင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၂။ လူ့အဖွဲ့အစည်းဝင် တစ်ဦးအနေနှင့် သင့်တွင် လူမှုဖူလုံရေးအခွင့်အရေးရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၃။ သင့်တွင် အလုပ်လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ ကောင်းမွန်သော လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေများ၊ အလုပ်အတွက်တူညီသော လုပ်ခရပိုင်ခွင့်နှင့် သမဂ္ဂများဖွဲ့စည်းခွင့်နှင့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခွင့် ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၄။ သင့်တွင် အနားယူရန်နှင့် အားလပ်ခွင့် ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၅။ သင့်၌ လုံလောက်သော စားနပ်ရိက္ခာ၊ အဝတ်အစား၊ အိမ်ရာ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် လူမှုရေးဝန်ဆောင်မှုများ အပါအဝင် သင့်တင့်လျောက်ပတ်သောဘဝကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၆။ သင့်တွင် ပညာသင်ယူပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၇။ သင့်ရပ်ရွာအသိုက်အဝန်း၏ ယဉ်ကျေးမှုဘဝတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို မည်သူမျှ မတားဆီးစေရပါ။

အပိုဒ် ၂၈။ သင်သည် သင်၏ အခွင့်အရေးနှင့် လွတ်လပ်ခွင့်များကို လေးစားသော ကမ္ဘာမျိုးတွင် နေခွင့်ရှိသည်။

အပိုဒ် ၂၉။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ကျွန်ုပ်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများအတွက် တာဝန်ရှိသည်။ ၎င်းတို့၏ အခွင့်အရေးနှင့် လွတ်လပ်ခွင့်များကို ကာကွယ်သင့်သည်။

အပိုဒ် ၃၀။ တစ်ဦးတစ်ယောက်အတွက် ဖြစ်စေ၊ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံအတွက်ဖြစ်စေ ဤကြေညာစာတမ်းတွင် ပါဝင်သော အခွင့်အရေးများကို ပျက်စီးစေရန် ရည်ရွယ်၍ တစ်စုံတစ်ရာ လုပ်ခွင့်ရှိသည်ဟု အဓိပ္ပာယ်ကောက်ယူခြင်း မရှိစေရ။ (ဤကြေညာစာတမ်းပါ အခွင့်အရေးများနှင့် လွတ်လပ်ခွင့်များကို ပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်း မည်သူမျှမပြုလုပ်ရ။)

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်းသည် ဥပဒေကြောင်းအရ လိုက်နာဆောင်ရွက်ရခြင်း မဟုတ်သောကြောင့် ၎င်းကိုစာရိတ္တအခွင့်အရေးအဖြစ် သတ်မှတ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အခြေအနေ အများစုတွင် အစိုးရများသည် ၎င်းကိုလိုက်နာရန် အတင်းအကျပ်ခိုင်းစေခြင်း မပြုနိုင်ပါ။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးရှိ လူ့အခွင့်အရေးများကို တရားဝင်ပြဋ္ဌာန်းရန်လည်း မဖြစ်နိုင်ပါ။ သို့သော်လည်း လွတ်လပ်မှု၊ တရားမျှတမှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုရရှိရန်အတွက် လူတိုင်း၊ နိုင်ငံတိုင်းသည် ဤအခွင့်အရေးများကို နားလည်လေးစားမှုရှိပြီး ထောက်ခံရန်နှင့် နေရာတိုင်းတွင် ထိုအခွင့်အရေးများကို လူအားလုံးအတွက် အသိအမှတ်ပြု လေးစားလိုက်နာကြောင်း သေချာစေရမည် ဖြစ်သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ အုပ်စုဖွဲ့ခြင်းနှင့် အမျိုးအစားခွဲခြင်း

ဇယား (၃.၁) ကို ပြန်ကြည့်ပါ။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းမှ အခွင့်အရေးများကို သင့်အနေဖြင့် ကိုက်ညီမည်ဟု ယူဆသော အခွင့်အရေး အမျိုးအစားအားဖြင့် အညွှန်းတပ်ဖော်ပြပါ။ ဥပမာအားဖြင့် အခွင့်အရေးတစ်ခုသည် နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေးနှင့် သက်ဆိုင်သည်ဟု သင် ယူဆလျှင် ၎င်းကို ‘C/P’ ဟု အညွှန်းတပ်ပါ။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သက်ဆိုင်သည်ဟု ယူဆပါက ‘E/S/C’ ဟု အညွှန်းတပ်ပါ။ အခွင့်အရေးသည် စည်းလုံးညီညွတ်မှုနှင့် သက်ဆိုင်သည်ဟု ယူဆပါက ‘S’ ဟု အညွှန်းတပ်ပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

အောက်ပါတို့မှာ လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှု ဥပမာ အချို့ဖြစ်သည်။ နှစ်ယောက်တစ်တွဲ လုပ်ဆောင်ပါ။

(က) မည်သည့်အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရသည်ကို သုံးသပ်ပါ။ အထက်တွင် ဖော်ပြထားသော အခွင့်အရေးများ စာရင်းကို ပြန်လည်ကိုးကားနိုင်ပါသည်။

(ခ) ချိုးဖောက်ခံရသော အခွင့်အရေးတစ်ခုစီသည် မည်သည့်အမျိုးအစား (နိုင်ငံသား၊ နိုင်ငံရေး၊ လူမှုရေး) ဖြစ်ကြောင်း စဉ်းစားပါ။

(ဂ) သင် ပြုစုဖော်ပြထားသော အခွင့်အရေးတစ်ခုစီကို မည်သို့ချိုးဖောက်ခံရကြောင်း ဖော်ပြပါ။

(ဃ) ဤအခွင့်အရေး ချိုးဖောက်မှုများသည် ၎င်းတို့၏ရပ်ရွာများတွင် လူများ၏ တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မှုကို ကန့်သတ်နိုင်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

ဖြစ်ရပ် (၁)

သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော အကွာအဝေးအတွင်း၌ ကျောင်းမရှိသောကြောင့် ကျေးရွာ၌ နေထိုင်သော ကလေးများသည် မူလတန်းကျောင်း မတက်နိုင်ပါ။

ဖြစ်ရပ် (၂)

အလုပ်အကိုင်တူ၊ အသက်အရွယ်တူ၊ အတွေ့အကြုံတူသော အမျိုးသမီးသည် သူမ၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် အမျိုးသားထက် လုပ်အားခ ပို၍နည်းနေသည်။

ဖြစ်ရပ် (၃)

X နိုင်ငံတွင် အခြားဘာသာတရားများကို လိုက်နာကျင့်သုံးသူများ (သို့မဟုတ်) လူနည်းစု ဖြစ်သော လူမျိုးစုတစ်ခု အဖြစ် သတ်မှတ်ထားသူများကို ဖမ်းဆီးခြင်း၊ နှိပ်စက်ခြင်း၊ ပညာပေးစခန်းများတွင် ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် တစ်ခါတစ်ရံ ကွပ်မျက်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်သည်။

ဖြစ်ရပ် (၄)

X နိုင်ငံတွင် နိုင်ငံသားအဖြစ် လျှောက်ထားရန် ထိုနိုင်ငံ၌ (၁၅) နှစ်နေထိုင်ရန် လိုအပ်ပြီး ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုနှင့် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်မှု မရှိသည့် မြင့်မားသောအုပ်ချုပ်ရေး စရိတ်များ ပေးဆောင်ရသည်။ ရလဒ်အနေနှင့် ထိုနိုင်ငံတွင် ကာလကြာရှည်စွာ နေထိုင်နေကြသော ဤလူမျိုးစု ထောင်ပေါင်းများစွာသည် ထိုမြေပေါ်တွင် နိုင်ငံမဲ့ ဖြစ်နေကြသည်။

ဖြစ်ရပ် (၅)

LGBTQ ကျောင်းသားများသည် Y တိုင်းပြည်ရှိ ကျောင်းများတွင် နှုတ်အားဖြင့် အနှောင့်အယှက်ပေးခြင်း ခံနေရသည်။ ကျောင်းသားများနှင့် ဆရာများသည် ရိုင်းစိုင်းသော စကားလုံးများသုံး၍ ထို LGBTQ ကျောင်းသားများကို အကြမ်းဖက် ခြိမ်းခြောက်ကြသည်။

(LGBTQ သည် Lesbian - လိင်တူဆက်ဆံသူ အမျိုးသမီး၊ Gay - လိင်တူဆက်ဆံသူ (ကျား၊မ)၊ Bisexual - လိင်တူ လိင်ကွဲဆက်ဆံသူ၊ Transgender - လိင်ပြောင်းလဲထားသူနှင့် Queer - လိင်တူဆက်ဆံသူယောကျ်ားအတွက် အတိုကောက်ဖြစ်သည်။)

ဖြစ်ရပ် (၆)

မိခင်တစ်ဦးတွင် အဓမ္မပြုကျင့်ခံရသော (၁၃) နှစ်အရွယ် သမီးတစ်ဦးရှိသည်။ သူမ၏ သမီးသည် နားမကြား မသန်စွမ်းသူဖြစ်ပြီး တရားရုံးတွင် သူမ၏ဇာတ်လမ်းကို ပြောမပြနိုင်သောကြောင့် သူမသည် အကူအညီမရနိုင်ကြောင်း မိခင်အား ပြောကြားခဲ့သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ သိခြင်း၊ သိလိုခြင်း၊ သိနားလည်သွားခြင်း ဇယားကွက်

သင်တွေးတောမိသော နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေးအခွင့်အရေးများ အကြောင်းကို (သိခြင်း၊ သိလိုခြင်း၊ သိနားလည်သွားခြင်း ဇယားကွက်) တွင် ဖြည့်ပါ။

K သိပြီး အချက်များ	W သိလိုသောအချက်များ	L သိနားလည်သွားသော အချက်များ

၃.၁.၂။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

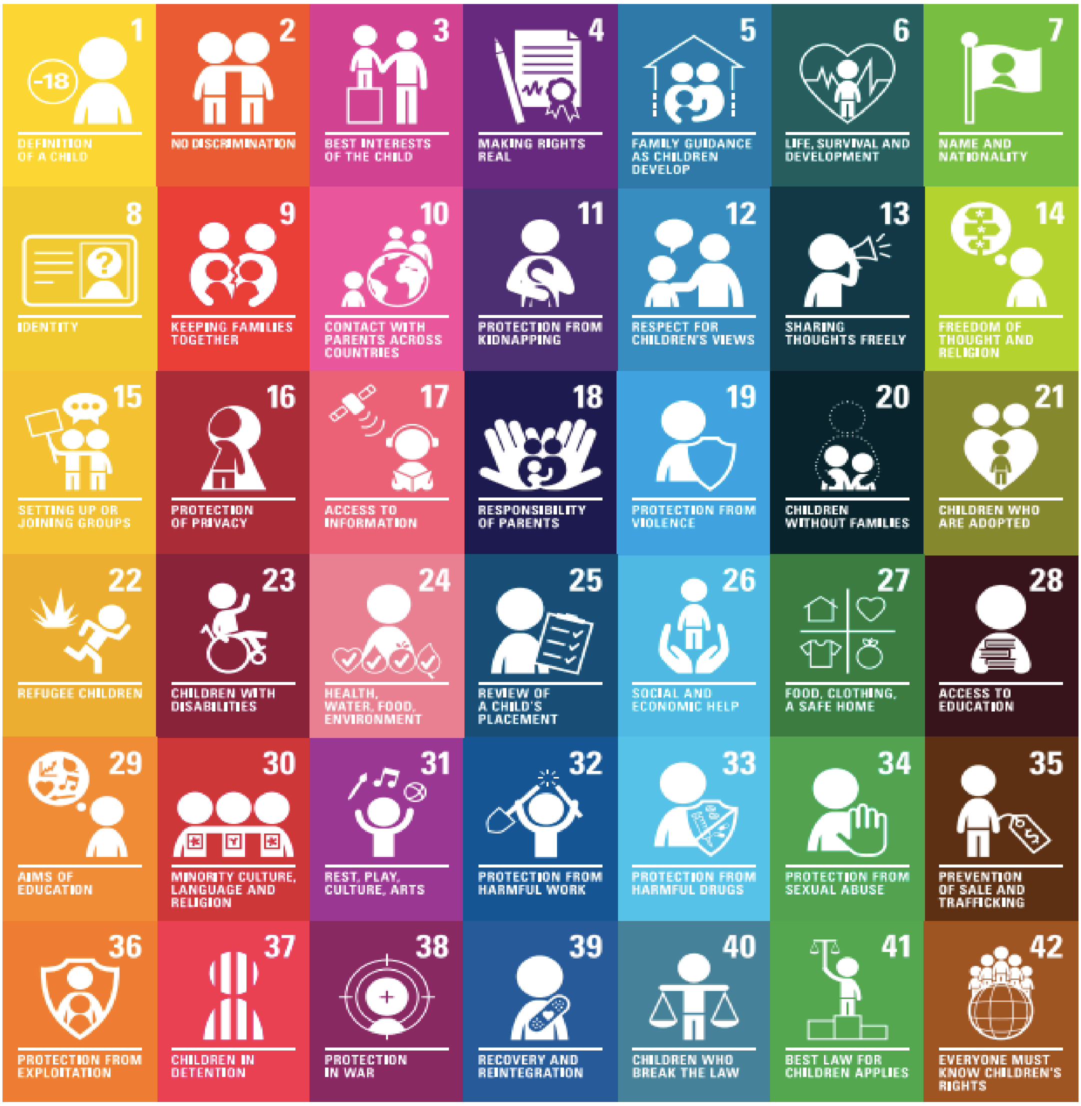
- ကုလသမဂ္ဂ၏ သဘောတူညီချက် အမျိုးမျိုးကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများ အရေးပါပုံကို ဖော်ပြတတ်မည်။
- ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရသည့် အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ သာဓကများ ပေးတတ်မည်။
- ဤအုပ်စုနှစ်စု၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ပေးသင့်သည့် အကြောင်းရင်းများကို ဆွေးနွေးပြီး အထောက်အပံ့ လိုအပ်နိုင်သည့် အခြားအုပ်စုများကိုလည်း ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး

ကလေးသူငယ်အားလုံး၏ အခွင့်အရေးများကို ကုလသမဂ္ဂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (UNCRC) တွင် အသေးစိတ်ဖော်ပြထားသည်။ UNCRC သည်

ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ ကလေးများအား အသက်၊ လွတ်လပ်မှု၊ ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုတို့ကို အာမခံပေးသည်။ (အသက် ၁၈ နှစ် မပြည့်သေးသူများကို ကလေးဟု သတ်မှတ်သည်။) ဥပမာအားဖြင့် မိန်းကလေးနှင့် ယောကျ်ားလေးများအားလုံး အစားအစာနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ရပိုင်ခွင့်၊ ကျောင်းသွားပိုင်ခွင့်နှင့် အကြမ်းဖက်ခြင်းနှင့် အနိုင်ကျင့်ခြင်းတို့မှ ကာကွယ်ပေးခံရခွင့် ရှိသည်။ မိန်းကလေးနှင့် ယောကျ်ားလေးများ အားလုံးသည် လူကြီးများက ၎င်းတို့အား ထိခိုက်စေသည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချသောအခါ မည်သို့ဖြစ်သင့်ကြောင်းကို ပြောဆိုခွင့်ရှိ၍ ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားခံရပိုင်ခွင့်ရှိသည် (UNICEF, 2011)။ ၎င်းတွင် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမှ ကာကွယ်ခြင်း၊ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်ခြင်း၊ လူမဆန်စွာဆက်ဆံခြင်း၊ နှိမ့်ချဆက်ဆံခြင်း (သို့မဟုတ်) အပြစ်ပေးခြင်းတို့မှ တရားစီရင်ရေးစနစ်အတွင်း အကာအကွယ် ပေးခြင်းနှင့် စီးပွားရေးအမြတ်ထုတ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ခြင်းတို့လည်း ပါဝင်သည် (Amnesty International/Human Rights Education Associates, 2007)။ မြန်မာနိုင်ငံအစိုးရသည် UNCRC ကို ၁၉၉၁ ခုနှစ်တွင် အတည်ပြုခဲ့သည်။ ၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လတွင် ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးဥပဒေအသစ်ကို အတည်ပြုပြဋ္ဌာန်းပြီးနောက် ၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလတွင် လက်နက်ကိုင်ပဋိပက္ခ၌ ကလေးများပါဝင်မှုနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ကလေးသူငယ်များ၏ ရွေးချယ်ခွင့် ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများကို သဘောတူစာချုပ်ဖြင့် အတည်ပြုခဲ့သည်။

ကလေးများသည် လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်းနှင့် အခြားအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာစာချုပ်များတွင် ပါဝင်သော အရွယ်ရောက်သူအားလုံးကဲ့သို့ တူညီသော အခွင့်အရေးများကို ရရှိသော်လည်း ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကွန်ဗင်းရှင်းသည် လူသားများအဖြစ် အပြည့်အဝ ဖွံ့ဖြိုးရန် အထူးလိုအပ်သော အထူးကာကွယ်မှုများနှင့် အခြေအနေများကို အသိအမှတ်ပြု ပေးသည် (Amnesty International/Human Rights Education Associates, 2007)။ နိုင်ငံအများစုသည် ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကွန်ဗင်းရှင်းကို အခြားသဘောတူ စာချုပ်များထက် ပိုမို၍ အတည်ပြုခဲ့ကြသည်။ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အမေရိကန်၊ တောင်ဆူဒန်နှင့် ဆိုမာလီယာနိုင်ငံတို့သည် စာချုပ်ကိုလက်မှတ်မထိုးသော နိုင်ငံများဖြစ်သည် (Human Rights Watch, 2014)။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို တစ်ကမ္ဘာလုံးက အသိအမှတ်ပြု လက်ခံနေသော်လည်း ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ ကလေးသူငယ်များနှင့် လူများစွာသည် အခွင့်အရေး များကို အလွဲသုံးစားပြုခြင်းနှင့် လျစ်လျူရှုခြင်းကို ခံနေရပြီး ၎င်းတို့၏ အခြေခံအကျဆုံး လူ့အခွင့်အရေးများကို ဆုံးရှုံးနေရသည်။



ပုံ ၃.၁။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂသဘောတူညီချက် - ကလေးများအတွက်ရည်ရွယ်သော ပုံစံအသစ် (UNICEF, 2019)

ရင်းမြစ် - ကလေးများအတွက် ရည်ရွယ်ထားသော ကလေးသူငယ်အခွင့်ရေးနှင့် ၎င်းတို့၏သင်္ကေတပုံများ (UNICEF, 2019)

အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး

အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ သဘောတူစာချုပ် (CEDAW) ကို ၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင် ကုလသမဂ္ဂ အထွေထွေညီလာခံက လက်ခံကျင့်သုံးခဲ့သည်။ ၎င်းအား နိုင်ငံတကာအမျိုးသမီးအခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ဥပဒေကြမ်းအဖြစ် မကြာခဏဖော်ပြခဲ့ပြီး ပြည့်စုံသော အခွင့်အရေးများကို သတ်မှတ်ပေးခဲ့သည်။ အရပ်ဘက်၊ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှု နယ်ပယ်ရှိအမျိုးသမီးများအတွက် အမျိုးသမီးများ အပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် ကျား၊မ မညီမျှမှုကို တိုက်ဖျက်ရေးတို့ အတွက် အပြည့်အစုံပါဝင်သော မူဘောင်တစ်ခုချမှတ်သည် (IDWA et al., 2019)။ ထို့ကြောင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်တွင် ကျား၊မ အခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများလည်း ပါဝင်သည်။ အမျိုးသမီးတစ်ဦး ဖြစ်နေခြင်းကြောင့် အကြမ်းဖက်ခံရသဖြင့် အမျိုးသမီး တစ်ဦးအား ဦးတည်သောအကြမ်းဖက်မှုဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည် (သို့မဟုတ်) အမျိုးသားများထက် အမျိုးသမီးများအပေါ် သက်ရောက်မှုပိုရှိသည်။ ၎င်းတွင်ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်း (သို့မဟုတ်) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်နစ်နာမှု (သို့မဟုတ်) ဆင်းရဲဒုက္ခများ၊ ခြိမ်းခြောက်မှု၊ အကျပ်ကိုင်ခြင်းနှင့် အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏ လွတ်လပ်ခွင့်ကို ဖျက်ဆီးသည့်အခြားလုပ်ရပ်များ ပါဝင်သည်။ ကွန်ဗင်းရှင်းသည် ကျား၊မ အခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုကို ရှင်းလင်းစွာ ဖော်ပြခြင်းမရှိသော်လည်း ဤကဲ့သို့သော လုပ်ရပ်သည် ကွန်ဗင်းရှင်းကို ချိုးဖောက်နေခြင်း ဖြစ်သည်။

၂၀၁၉ ခုနှစ်တွင် နိုင်ငံတကာ အမျိုးသမီးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌာန (IDWA) နှင့် အခြားသော အဖွဲ့အစည်းများက အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ ကွန်ဗင်းရှင်းကို အောက်ပါအတိုင်း အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြထားသည်။

အပိုဒ်	အကျဉ်းချုပ်
ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၏ အဓိပ္ပာယ်	အမျိုးသမီးများအပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုတွင် နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ အရပ်ဘက် (သို့မဟုတ်) အခြားအခွင့်အရေးများအပေါ် အမျိုးသမီးများ၏ ခံစားခွင့်ကို ထိခိုက်စေသည့် မည်သည့် လုပ်ရပ်မဆို ပါဝင်သည်။
မူဝါဒအစီအမံများ	အမျိုးသမီးများအား ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရန် အစိုးရများသည် ဥပဒေများနှင့်စည်းမျဉ်းများချမှတ်ရမည်။ မူဝါဒများ ချမှတ်ခြင်းနှင့် အလေ့အကျင့်များကို ပြောင်းလဲရမည်။

အပိုဒ်	အကျဉ်းချုပ်
တန်းတူညီမျှမှု	အမျိုးသမီးများသည်ဘဝ၏ နယ်ပယ်အားလုံးတွင် အခြေခံအားဖြင့် အမျိုးသားများနှင့် ညီမျှသည်။ အစိုးရများသည် အမျိုးသမီးများ၏ အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် အခြေခံလွတ်လပ်ခွင့်များ ရရှိကြောင်းသေချာစေရန် လုပ်ဆောင်သင့်သည်။
လိင်အခန်းကဏ္ဍများနှင့် သမားရိုးကျပုံစံများ	အမျိုးသမီးများ အခွင့်အရေးခံစားခွင့်ကို ကန့်သတ်ရာတွင် ယဉ်ကျေးမှုနှင့် အစဉ်အလာ၏ လွှမ်းမိုးမှုကို ကွန်ဗင်းရှင်းက အသိအမှတ်ပြုသည်။ အစိုးရများသည် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးတမ်းများကို ပြုပြင်မွမ်းမံခြင်း (သို့မဟုတ်) ဖျက်သိမ်းခြင်းနှင့် လိင်ဆက်ဆံရေးတွင် တစ်ဦးက အခြားတစ်ဦးထက် နိမ့်ကျသည် (သို့မဟုတ်) သာလွန်သည် ဟူသော လိင်ဆက်ဆံခြင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍ သဘောထားများ ပပျောက်စေရန် သင့်လျော်သော အစီအမံများပြုလုပ်ရမည်။
လူကုန်ကူးမှုနှင့် ပြည့်တန်ဆာလုပ်ငန်း	အစိုးရများသည် ပြည့်တန်ဆာလုပ်ငန်းအတွက် အမျိုးသမီးများအား လူကုန်ကူးခြင်းနှင့် ခေါင်းပုံဖြတ်ခြင်းကို တားဆီးရန် ဥပဒေအပါအဝင် နည်းလမ်းအားလုံးဖြင့် အရေးယူဆောင်ရွက်ရမည်။
နိုင်ငံရေးနှင့် လူထုဘဝ	အမျိုးသမီးများသည် တန်းတူညီတူ မဲပေးပိုင်ခွင့်၊ ပြည်သူ့ရာထူးနှင့် အရပ်ဘက်လူမှု အဖွဲ့အစည်းများတွင် ပါဝင်ခွင့်ရရှိသင့်သည်။
နိုင်ငံတကာအဆင့်တွင် ပါဝင်ခြင်း	အမျိုးသမီးများသည် ၎င်းတို့၏နိုင်ငံကို နိုင်ငံတကာတွင် ကိုယ်စားပြုနိုင်ပြီး အမျိုးသားများနှင့်တန်းတူ အခြေခံကာ နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းများနှင့် အလုပ်လုပ်နိုင်သင့်သည်။
နိုင်ငံသား	အမျိုးသမီးများသည် ၎င်းတို့၏သားသမီးများနှင့်အတူ နိုင်ငံသားအဖြစ် ခံယူရန်၊ ပြောင်းလဲရန် (သို့မဟုတ်) ထိန်းသိမ်းရန် အမျိုးသားများနှင့်တန်းတူ အခွင့်အရေး ရှိသည်။
ပညာရေးတွင် တန်းတူအခွင့်အရေး ရရှိခြင်း	အမျိုးသမီးများသည် ပညာရေးတွင် တန်းတူအခွင့်အရေး ရှိသည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပါ အကြောင်းအရာများသည် အပျက်သဘောဆောင်သော သမားရိုးကျပုံစံများ ထပ်နေခြင်းကို တားဆီးသင့်သည်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အသိပညာများရသင့်သည်။

အပိုဒ်	အကျဉ်းချုပ်
အလုပ်အကိုင်	အမျိုးသမီးများသည်အလုပ်လုပ်ပိုင်ခွင့်၊ အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်းများ၊ တန်းတူလစာ၊ အသက်မွေးမှုလုပ်ငန်းနှင့် လွတ်လပ်စွာ ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်၊ လူမှုဖူလုံရေးနှင့် ကျန်းမာရေး ကာကွယ်မှုတို့ကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ အိမ်ထောင်ရေး၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်းနှင့် ကလေးထိန်းခြင်း နယ်ပယ်များတွင် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို တားမြစ်သည်။
ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် မိသားစုစီမံကိန်း	အမျိုးသမီးများသည် လိင်ကျန်းမာရေး၊ မိသားစုစီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် မီးမဖွားမီနှင့် မီးဖွားပြီး စောင့်ရှောက်မှု အပါအဝင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုကို ရယူပိုင်ခွင့် ရှိသည်။
စီးပွားရေးနှင့် လူမှုရေးဘဝ	အမျိုးသမီးများသည် မိသားစုအကျိုးခံစားခွင့်များ၊ ငွေကြေးချေးငွေနှင့် အပန်းဖြေ လှုပ်ရှားမှုများ၊ အားကစားနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဘဝတွင် ပါဝင်ပိုင်ခွင့်ရှိသည်။
ကျေးလက်အမျိုးသမီးများ	ကျေးလက်အမျိုးသမီးများသည် လုံလောက်သော နေရေးထိုင်ရေး အခြေအနေများ၊ ဖွံ့ဖြိုးရေး အစီအစဉ်တွင် ပါဝင်မှု၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုရရှိရေး၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးနှင့် ငွေကြေးဝန်ဆောင်မှုများ ရပိုင်ခွင့် ရှိသည်။
ဥပဒေရှေ့မှောက်တွင် တန်းတူညီမျှမှု	အမျိုးသမီးများကို ဥပဒေရှေ့မှောက်တွင် တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံရမည်။ အမျိုးသမီးများသည် တရားဝင်စာချုပ်များ ဝယ်ပိုင်ခွင့်၊ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းနှင့် မည်သည့်နေရာတွင် နေထိုင်မည်ကို ရွေးချယ်ရန် အခွင့်အရေးရှိသည်။
အိမ်ထောင်ရေးနှင့် မိသားစု	အမျိုးသမီးများသည် မိသားစုစီမံကိန်း၊ ပိုင်ဆိုင်မှုနှင့် အလုပ်အကိုင် အပါအဝင် အိမ်ထောင်ရေးတွင် အမျိုးသားများနှင့် တန်းတူအခွင့်အရေးရှိသည်။

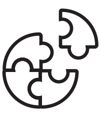
ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးတို့သည် ဆက်စပ်နေပါသည်။ ကောင်းမွန်သော ပညာရေးကို ရရှိခဲ့သော အမျိုးသမီးများသည် သူတို့၏သားသမီးများ၊ အထူးသဖြင့် သမီးများ၏ ပညာရေးကို ပံ့ပိုးရာတွင် ပိုမိုကောင်းမွန်သည် (UNICEF, 2011)။ မိန်းကလေးများ၏ အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်ခြင်းသည် သူတို့ကြီးပြင်းလာပြီး အမျိုးသမီးများ

ဖြစ်လာသည့်အခါ သူတို့၏အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်နိုင်ကြလိမ့်မည်။

CRC နှင့် CEDAW ကိုအတူတကွအသုံးပြုခြင်းသည် သူတို့၏ဘဝ အဆင့်အားလုံးတွင် မိန်းကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးအတွက် ပိုမိုကောင်းမွန်စေသည်။ CRC နှင့် CEDAW နှစ်ခုလုံးက ထောက်ပြထားသည်မှာ-

- မိန်းကလေးများသည် ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့်နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးရှိသည်။
- လူကုန်ကူးမှုနှင့် ပြည့်တန်ဆာကဲ့သို့ မိန်းကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးများအပေါ် အကြမ်းဖက်မှု ပုံစံအားလုံး အဆုံးသတ်ရမည်။
- မိန်းကလေးဖြစ်ခြင်းကြောင့် ၎င်းတို့အား ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် မတရားဆက်ဆံခံရခြင်းတို့ကို အဆုံးသတ်ရမည်။
- မိဘနှစ်ဦးစလုံးသည် ၎င်းတို့၏ကလေးများကို ပြုစုပျိုးထောင်ရန် တာဝန်ရှိသည်။
- ကစားခြင်း၊ အနားယူခြင်းနှင့် အားလပ်ချိန်များသည် ကလေးများအားလုံးအတွက် အရေးကြီးသည်။
- ဤအခွင့်အရေးများသည် မိသားစုဘဝနှင့်လည်း သက်ဆိုင်သည်။
- အစိုးရများသည် မိန်းကလေးများ၏ အခွင့်အရေးများကို အကာအကွယ်ပေးနိုင်ရန် အတတ်နိုင်ဆုံး လုပ်ဆောင်ရမည်။



သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဆလိုက်ရှိုး/ဗီဒီယို ကြည့်ခြင်းနှင့် မှတ်စုရေးသားခြင်း

၁။ ပုံများ/ဗီဒီယို/ဇာတ်လမ်းထဲတွင် မည်သည်တို့ ဖြစ်ပွားနေသနည်း။

၂။ မည်သည့်လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှု (များ) (သို့မဟုတ်) အခွင့်အရေးများကို သရုပ်ဖော်ထားသနည်း။

၃။ လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှု (များ) ကို ပြသထားပါက ၎င်းတို့ကို မည်သို့ ဖြေရှင်းမည်နည်း။

ပေးထားသော ဇယားကွက်တွင် မှတ်စုများရေးပါ။

ဆလိုက် (၁)။ ပုံများ
ဆလိုက် (၂)။ ဇာတ်လမ်း
ဆလိုက် (၃)။ ဗီဒီယို
ဆလိုက် (၄)။ ဗီဒီယို
ဆလိုက် (၅)။ ဗီဒီယို
ဆလိုက် (၆)။ ရုပ်ပုံ

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ပါဝါ လမ်းလျှောက်ခြင်း (Power walk)

၁။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း၏ ဖော်ပြချက်တစ်ခုစီ၌ မည်သို့သော အခွင့်အရေးများ ထင်ဟပ်နေပါသနည်း။ ဖော်ပြချက် ဥပမာတစ်ခုစီသည် ကုလသမဂ္ဂသဘောတူညီချက်များအနက် မည်သည့် အပိုဒ်များကို ချိုးဖောက်ခဲ့သနည်း။

၂။ ဖော်ပြချက်တစ်ခုစီအတွက် ရှေ့သို့မတက်လှမ်းနိုင်ခဲ့လျှင် သင်၏အခွင့်အရေးများကို မည်သို့ ချိုးဖောက်ခံရသနည်း။

၃။ ဖော်ပြချက် ဥပမာတစ်ခုစီတွင် သင်၏အခွင့်အရေးများ ချိုးဖောက်ခံရခြင်း မရှိခဲ့သော်လည်း အကယ်၍ ချိုးဖောက်ခံရပါက သင် မည်သို့ ခံစားရသနည်း။

၄။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သော အခြားမည်သည့် ချိုးဖောက်မှုများကို သင် သတိပြုမိပါသနည်း။

ဤဇယားကွက်တွင် မှတ်စုရေးပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ နိုင်ငံသားနှင့်နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေး အမျိုးအစားများကို ကြည့်ပါ။ သင်၏နေ့စဉ်ဘဝတွင် မည်သည့်အခွင့်အရေးများ ခံစားရသနည်း။ ထိုအခွင့်အရေးများကို မည်သည့်နေရာ၊ မည်သည့်အချိန်တွင် ရနိုင်ကြောင်းကို ဥပမာအချို့ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

၂။ မည်သည့် အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုများသည် သင့်အား လွန်စွာထိတ်လန့်မှု ဖြစ်စေသနည်း။

၃။ အကယ်၍ သင်သာ ထိုကဲ့သို့ အခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခြင်း ခံရပါက မည်သို့ ခံစားရမည်နည်း။ သင်မည်သို့ တုံ့ပြန်မည်နည်း။

၄။ ကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။

၅။ လူ့အဖွဲ့အစည်းရှိ အခြားမည်သည့်အုပ်စုများသည် ၎င်းတို့၏အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်ရန်အတွက် ကူညီထောက်ပံ့မှု လိုအပ်နေပါသနည်း။

၆။ ကုလသမဂ္ဂ သဘောတူညီချက်များနှင့် မြန်မာနိုင်ငံဥပဒေများသည် အဆိုပါ အားနည်းသော အုပ်စုများကို ကာကွယ်ရန် မည်သို့ ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သနည်း။

၃.၂။ တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် လွတ်လပ်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် ရပ်ရွာလူထုအသိုက်အဝန်း၏ အခြေခံသဘောတရားများကို လိုက်နာပါက ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးတွင် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှုရှိရန် လိုအပ်ကြောင်း သတိပြုမိပေမည်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး အပိုဒ် (၂၉) တွင် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများ၏ အခွင့်အရေးနှင့်လွတ်လပ်ခွင့်များကို ကာကွယ်ပေးသင့်သည့် တာဝန်ရှိသည်။ သင်ခန်းစာ (၃.၁.၂) တွင် သင်ယူခဲ့သည့် တာဝန်သိမှုသည် အမျိုးသမီးများ၊ ကလေးသူငယ်များနှင့် အခြားထိခိုက်ခံရလွယ်သော အုပ်စုများ၏ အခွင့်အရေးများကို သတိထားမိသွားရန်ဖြစ်သည်။ တာဝန်ခံမှုသည် တစ်စုံတစ်ရာအတွက် တာဝန်ယူမှုရှိခြင်း သာမကဘဲ မိမိတာဝန်ယူသော လုပ်ရပ်များအတွက် အဖြေပေးနိုင်ခြင်းကိုပါ ဆိုလိုသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လုပ်ရပ်များကို အဘယ်ကြောင့် ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း အခြားသူများအား အကြောင်းပြရန် (သို့မဟုတ်) ရှင်းပြရန်လိုသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် တာဝန်ခံမှုမရှိလျှင် အခြားသူများအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့လုပ်ရပ်များ၏ အကျိုးဆက်များကို ဂရုစိုက်မည် မဟုတ်တော့ပါ။ ၎င်းသည် တစ်ဦးချင်းနှင့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများအကြား ယုံကြည်မှုကို ဆုံးရှုံးစေပြီး ပဋိပက္ခနှင့် မတရားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။

၃.၂.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ၎င်းတို့၏ ဆက်နွှယ်မှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် အရပ်ဘက် လူမှုအဖွဲ့အစည်း တစ်ခုတွင် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။

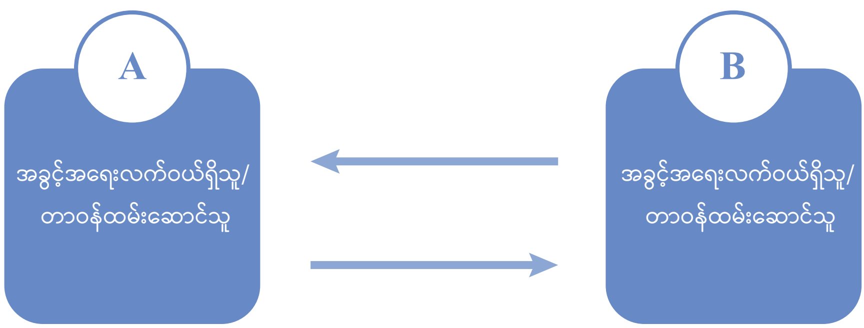
- နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအား အခိုင်အမာ ပြဋ္ဌာန်းထားပြီး ကောင်းမွန်စွာလိုက်နာကျင့်သုံးမှုပြုသည့် စံပြလူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ရပ်၏ ဝိသေသလက္ခဏာများကို တင်ပြတတ်မည်။

ရပ်ရွာတစ်ခုတွင် တန်ဖိုးအရှိဆုံး အရင်းအမြစ်မှာ ၎င်းရပ်ရွာအတွင်း နေထိုင်သူများဖြစ်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီသည် ၎င်းတို့၏ တာဝန်ဝတ္တရားများကို သတိပြုမိပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် လူသားများ၏ သာယာဝပြောရေးနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာကို တိုးတက်စေသော ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်ပေးတတ်သော လူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခုကို တည်ဆောက်နိုင်ခြေ ပိုများသည်။ ဤကဲ့သို့ စဉ်းစားတွေးခေါ်၍ လေ့ကျင့်ခြင်းကို "လူမှုပဋိညာဉ်ဆိုင်ရာ သီအိုရီ" (Social Contract Theory) ဟုခေါ်သည် (Wong & McLaughlin, 2012)။ အစိုးရမရှိ၊ ရဲမရှိ၊ ဥပဒေမရှိ၊ ခေါင်းဆောင်မရှိသည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကို စိတ်ကူးကြည့်ပါက လူတိုင်းသည် မိမိတို့ လုပ်ချင်သည်ကို လွတ်လပ်စွာ လုပ်နိုင်ပေမည်။ ထို့ကြောင့် လူတိုင်းသည် ၎င်းတို့၏ လုံခြုံမှုကို အမြဲစိတ်ပူပြီး ရှင်သန်မှုအတွက် တိုက်ပွဲဝင်ရင်း ၎င်းတို့၏ အချိန်အားလုံးကို ကုန်ဆုံးကြရပေလိမ့်မည်။ အတွေးအခေါ်ပညာရှင် ဂျွန်လော့ (John Locke) နှင့် ဂျီးန်-ဂျားခ် ရူဆိုး (Jean-Jacques Rousseau) တို့သည် လူမှုပဋိညာဉ်ဆိုင်ရာသီအိုရီများနှင့် အကျင့်စာရိတ္တနှင့် လူမှုရေးကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို လူအများစုက သူတို့၏ အသိုက်အဝန်းအတွင်း အခြားသူများအား ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရန် သူတို့၏ ကိုယ်ကျင့်တရား တာဝန်ကို လေးစားလိမ့်မည်ဟု ညွှန်ပြသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အစိုးရတစ်ရပ်ကို လိုအပ်သည်ဟု အများစုက သဘောတူကြပြီး အစိုးရသည် ၎င်းတို့အား ဝန်ဆောင်မှုပေးရန်နှင့် ကာကွယ်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ အစိုးရများဖွဲ့စည်းရာတွင် ပြည်သူများသည် ၎င်းတို့၏တာဝန်ကို လက်ခံကြပြီး အစိုးရကို နာခံရန်နှင့် အစိုးရသည် ပြည်သူများအား အမှန်ပင် ဝန်ဆောင်မှုနှင့် ကာကွယ်မှု ပေးကြောင်း သေချာစေရန် ဖြစ်သည်။

ဒီမိုကရေစီစနစ်တွင် အစိုးရ၏ခေါင်းဆောင်များနှင့် ကိုယ်စားလှယ်များ၏ အဓိကတာဝန်သည် ပြည်သူကို ဝန်ဆောင်မှုပေးရန်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့စောင့်ထိန်းရမည့် တိကျသောတာဝန်များနှင့် ကတိကဝတ်များ ပေးထားသည်ဟု ဆိုလိုသည်။ ထိုတာဝန်များကို မထမ်းဆောင်ပါက (သို့မဟုတ်) ထိုကတိကဝတ်များကို မလိုက်နာပါက အစိုးရတွင် တာဝန်ရှိပြီး အစိုးရသည် တာဝန်ခံမှုရှိကြောင်း သေချာစေရမည် (McLaughlin, 2015)။ လူသားများ၏ ဆက်ဆံရေး

အားလုံးတွင် တာဝန်ခံမှု လိုအပ်သည်။ လူ့အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်၍ တာဝန်ခံမှုဆိုသည်မှာ သင်၏အခွင့်အရေးကို ချိုးဖောက်လျှင် တစ်စုံ တစ်ယောက်က တာဝန်ယူရမည် ဖြစ်သည်။ တစ်ဦးချင်းစီသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန်အလှန် တာဝန်ခံမှုရှိရန် လိုအပ်သကဲ့သို့ အစိုးရသည် ပြည်သူအတွက် တာဝန်ခံမှုပေးရန် လိုအပ်သည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများသည်လည်း ပြည်သူအတွက် တာဝန်ခံမှုရှိရမည်။ မတူညီသော အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အစိုးရ၏ အစိတ်အပိုင်း အမျိုးမျိုးတို့သည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု အပြန်အလှန်တာဝန်ခံမှုရှိသင့်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ရဲသည် အစိုးရအား နာခံသင့်ပြီး၊ အစိုးရဝန်ထမ်းများသည် ရဲအား တာဝန်ခံရမည် (ဥပမာ - ပြစ်မှုကျူးလွန်လျှင်)။ တာဝန်များကို ကျေပွန်အောင်မဆောင်ရွက်နိုင်ပါက တာဝန်ခံမှုအတွက် ပြစ်ဒဏ်များ လိုအပ်သည်။ ဤပြစ်ဒဏ်များသည် တရားဝင်ဖြစ်ခြင်း (ထောင်ကျခြင်းကဲ့သို့)၊ အသက်မွေးမှုနှင့် သက်ဆိုင်ခြင်း (အလုပ်ဆုံးရှုံးခြင်း)၊ နိုင်ငံရေးနှင့် သက်ဆိုင်ခြင်း (လူများ၏ထောက်ခံမှုဆုံးရှုံးခြင်း)တို့ ဖြစ်နိုင်သည်။ အစိုးရခေါင်းဆောင် တစ်ဦး (သို့မဟုတ်) ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦးသည် ပြည်သူတို့၏ လိုအပ်ချက်ကို လျစ်လျူရှုပါက ၎င်းတို့သည် အာဏာတည်မြဲမည် မဟုတ်ပေ။

အောက်ပါပုံစံများသည် ပါတီနှစ်ခုကြား ဆက်သွယ်နေပုံနှင့် လိုအပ်သောတာဝန်ယူမှုကို ပြသည်။

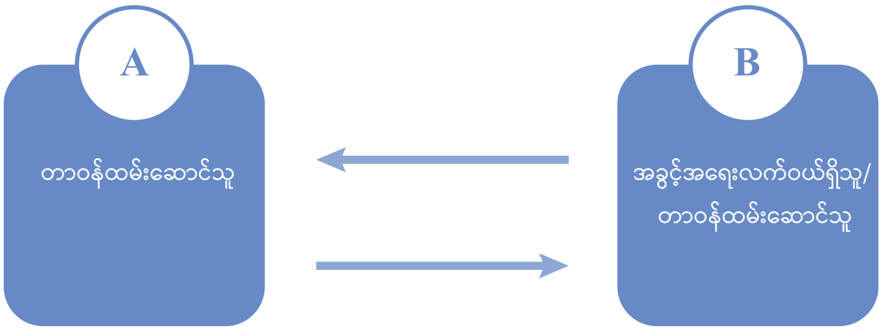


ပုံ ၃.၂။ လူတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး တာဝန်ယူမှု

ရင်းမြစ် - The accountability relationship: A static model

(Sharma, 2008) မှ ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်သည်။

ပထမပုံတွင် ‘A’ နှင့် ‘B’ နှစ်ခုလုံးသည် လူမှုအသိုက်အဝန်း တစ်ခုစီတွင် ရှိသည်။ သူတို့နှစ်ဦးစလုံးသည် တစ်ဦး၏ အခွင့်အရေးကို တစ်ဦးက လေးစားရန် ကိုယ်ကျင့်တရားအရ တာဝန်ရှိသည်။ အောက်ဖော်ပြပါပုံစံသည် ပြည်သူနှင့် ၎င်းတို့၏အစိုးရကြား ဆက်ဆံရေးကို ဖော်ပြသည်။



ပုံ ၃.၃။ လူများနှင့်၎င်းတို့၏အစိုးရ

ရင်းမြစ် - The accountability relationship: A static model

(Sharma, 2008) မှ ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်သည်။

ဒုတိယပုံတွင် ‘A’ သည် အစိုးရအဖွဲ့ခေါင်းဆောင် (သို့မဟုတ်) ကိုယ်စားလှယ်ဖြစ်ပြီး 'B' သည် တစ်ဦးချင်း (သို့မဟုတ်) နိုင်ငံသား ဖြစ်သည်။ ‘A’ သည် ‘B’ အတွက် တာဝန်ခံရမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့ထမ်းဆောင်နေသော ပြည်သူများအပေါ် ပေးထားသော ကတိကဝတ်ကို စောင့်ထိန်းရမည် ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ပေးအပ်သော အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ ‘A’ သည် ၎င်း၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို ‘B’ သို့ ရှင်းပြရန် တာဝန်ရှိသည်။ ထို့နောက် ‘B’ သည် ‘A’ က လူထုအား သေချာစွာ ဖြေကြားပေးအောင် ပြုလုပ်ရန် တာဝန်ရှိသည်၊ လူထုသည် ၎င်းတို့လိုအပ်ချက်များနှင့်အညီ ဖြည့်ဆည်းပေးသော ကိုယ်စားလှယ်များကိုသာ မဲပေးရန်ဖြစ်သည်။

ဤအချိန်၌ နိုင်ငံသားတို့သည် Kohlberg ၏ ကိုယ်ကျင့်တရားဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့် ‘ထုံးတမ်းစဉ်လာလွန်’ အဆင့်သို့ ရောက်ရှိခဲ့သည်။ ဥပဒေကအလုပ်မဖြစ်လျှင် ၎င်းတို့ကလူမှုကျင့်ဝတ် အခြေခံမှုများကို သုံးပြီး မှန်သည်ဟုထင်သောအရာကို လုပ်ကြပါလိမ့်မည်။ နိုင်ငံရေးနှင့်စပ်လျဉ်းသည့်

တာဝန်ယူမှုကို အောက်ပါ နည်းလမ်းများဖြင့် မြင်နိုင်သည် (McLaughlin, 2015) -

၁။ နိုင်ငံသားများသည် လူကြိုက်မများသောခေါင်းဆောင်များ (သို့မဟုတ်) အစိုးရများအား အာဏာမှ ဖယ်ရှားခြင်း (ဥပမာအားဖြင့် လွတ်လပ်၍ တရားမျှတသော ရွေးကောက်ပွဲများတွင် မဲပေးခြင်း)။

၂။ နိုင်ငံသားများက ကိုယ်စားလှယ်များသည် ၎င်းတို့ပေးထားသော ကတိကို တည်အောင် ပြုလုပ်ပေးရန် တာဝန်ရှိသည် (ဥပမာအားဖြင့် နိုင်ငံသားများကို အစိုးရ၏ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ အသိပေးခြင်း၊ အစိုးရ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ကတိပြုချက်များနှင့် မကိုက်ညီလျှင် တိုင်ကြားခြင်း)။ ဥပမာအားဖြင့် အစိုးရက ၎င်းတို့ပေးဆောင်သော အခွန်ငွေကို ပြည်သူများ၏ အကျိုးအတွက် သုံးနေကြောင်း သေချာအောင်ပြုလုပ်ခြင်း၊ အခြေခံ အဆောက်အအုံများ တည်ဆောက်ရန်နှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ပေးကြောင်း သေချာစေခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

၃။ နိုင်ငံသားများသည် အစိုးရများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် နိုင်ငံသားများ၏ လိုအပ်ချက်နှင့် စိုးရိမ်မှုများကို ကိုယ်စားပြုကြောင်းသေချာစေရန် တာဝန်ရှိသည်။ ဤနိုင်ငံသားများသည် ၎င်းတို့၏ စိုးရိမ်မှုများကို သိစေရန် ၎င်းတို့၏ကိုယ်စားလှယ်များနှင့် ဦးစွာ ဆက်သွယ်ရပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့် အစိုးရသည် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ဖြတ်တောက်ပါက နိုင်ငံသားများသည် မည်သည့်အချိန်နှင့် အဘယ်ကြောင့် ဓာတ်အားဖြတ်တောက်မည်ကို သေချာသိရန် လိုအပ်သည်။ (ဥပမာ - ဓာတ်အား ဖြတ်တောက်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အစိုးရသည် စက်ပစ္စည်းများ ကြံ့ခိုင်ရေး အတွက် ပြုလုပ်ထားသည့် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရေး အချိန်ဇယားကို ပြရန်တာဝန်ရှိသည်။ ပြည်သူများက ထိုအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက် အပြည့်အဝရရှိရန် တာဝန်ရှိသည်။)

၄။ နိုင်ငံသားများသည် လူကြိုက်မများသော မူဝါဒများနှင့် အာဏာအလွဲသုံးစားမှု များကို စိန်ခေါ်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ (ဥပမာ - နိုင်ငံသားအုပ်စုများ သို့မဟုတ် မီဒီယာများသည် ဒေသခံများအတွက် အသုံးမဝင်သော အိမ်ရာဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံကိန်းကြီးတစ်ခုတွင် ငွေကို အဘယ်ကြောင့် သုံးစွဲခဲ့ကြောင်းကို ရှင်းပြရန် ကိုယ်စားလှယ်များကို ဖိအားပေးနိုင်သည်။)

အစိုးရသည် တာဝန်ခံမှုရှိစေရန်နှင့် နိုင်ငံသားအားလုံး၏ အခွင့်အရေးများကို ထောက်ခံကြောင်း သေချာစေရန် နိုင်ငံသားများတွင် ပြည်သူ့နီတိ အသိပညာလိုအပ်သည်။ ပြည်သူ့နီတိ ပညာရေးသည် တစ်ဦးချင်းစီအား ၎င်းတို့၏ ရပ်ရွာလူထု အသိုင်းအဝိုင်းများအတွင်း တည်ရှိနေသော စနစ်များ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အဖြစ်အပျက်များအကြောင်း နားလည်ရန်နှင့် အသိပညာဖွံ့ဖြိုးစေသည့် အလေ့အထများ ရရှိလာစေရန် ကူညီပေးသည်။ ဗဟိုအစိုးရနှင့် ဒေသအစိုးရတို့ မည်သို့ အလုပ်လုပ်ပုံ၊ ဘတ်ဂျက်မည်သို့ဖန်တီးပုံ၊ မည်သို့သုံးစွဲပုံ၊ ဥပဒေများ မည်သို့စုစည်းပုံကို ပြည်သူများက သိသင့်သည် (Spectrum SDKN, 2016)။ အစိုးရသည် ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေး၊ ဖွံ့စည်းတည်ဆောက်ပုံ စသည့် ကဏ္ဍအသီးသီးအတွက် ဘတ်ဂျက် ငွေများကို နှစ်စဉ်ခွဲဝေပေးသည်။ ပြည်သူတစ်ဦးအနေနှင့် ထိုသတင်း အချက်အလက်များကို ရရှိသင့်သည်။

- မိမိတို့ဒေသတွင် ဒေသဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်များက မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများ၊ အစီအစဉ်များနှင့် စီမံကိန်းများကို ဆောင်ရွက်နေပါသနည်း။
- ထိုဝန်ဆောင်မှုများ၊ အစီအစဉ်များ၊ ပရောဂျက်များတွင် မည်သူများ ပါဝင်နေပါသနည်း။
- ခန့်မှန်းခြေ ရသုံးငွေစာရင်း မည်မျှရှိသနည်း။
- လုပ်ငန်းများ / အလုပ်များ / အပြောင်းအလဲများသည် မည်မျှ ကြာမည်ဟု မျှော်မှန်းပါသနည်း။

အချက်အလက်များများ စုဆောင်းမိလေ တာဝန်ခံမှုသေချာစေရန် မှန်ကန်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချနိုင်လေ ဖြစ်သည်။

ကိုယ်စားလှယ်များအနေနှင့် ၎င်းတို့၏တာဝန်များနှင့် လုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာများကို အသုံးချမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြေဆိုရန် လိုအပ်သည်။ တာဝန်ခံမှုတွင် ကိုယ်စားလှယ်များသည် ၎င်းတို့၏ ကျရှုံးမှုများအတွက် တာဝန်ယူပြီး ၎င်းတို့အမှားကို ပြန်လည်ပြင်ဆင်ရန် ဆောင်ရွက်ရမည် ဟူသော ယူဆချက် ပါဝင်သည် (Shulz et al., 2016)။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ တွေး-တွဲ-မျှဝေ သင်ယူခြင်း

၁။ ပုံများကိုကြည့်ပါ။

၂။ ပုံများနှင့် သက်ဆိုင်သော လူ့အခွင့်အရေးကို ဆုံးဖြတ်ပါ။

၃။ မည်သည့် အခွင့်အရေးမျိုး ဖြစ်သနည်း။ (အရပ်ဘက်၊ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု သို့မဟုတ် စည်းလုံးညီညွတ်မှု)

၄။ နိုင်ငံသားတစ်ဦးသည် ဤအခွင့်အရေးကို ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရန် မည်သို့အားဖြင့် တာဝန်ရှိသနည်း။

အောက်ပါ ဇယားကွက်တွင် သင်၏မှတ်စုကို ရေးပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ လူမှုပြဒါးတိုင်

ဆရာပေးထားသော ဖော်ပြချက်များကို ကြည့်၍ နားထောင်ပါ။ နောက်ဆက်တွဲ မေးခွန်းများကို စဉ်းစားပါ။

- အစိုးရသည် အစားအစာနှင့် အမိုးအကာ မလုံလောက်သော ပြည်သူများကို ကူညီသင့်သည်။
- အစိုးရသည် မြန်မာနိုင်ငံရှိ မည်သည့်နေရာတွင် နေထိုင်သူဖြစ်စေ ပြည်သူ အားလုံးအား အခြေခံ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ပေးသင့်သည်။
- အစိုးရသည် မသန်စွမ်းသူများအား ကူညီသင့်သည်။
- အစိုးရသည် လမ်းအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး စည်းမျဉ်းများကို လိုက်နာရန် တွန်းအားပေးသင့်သည်။
- အစိုးရသည် မျှတမှု၊ သည်းခံမှုနှင့် လေးစားမှုကို စံနမူနာပြ၍ မြှင့်တင်သင့်သည်။
- အစိုးရသည် မြန်မာနိုင်ငံမြို့ပြနှင့် ကျေးလက်ဒေသအားလုံး သန့်ရှင်း၍ လေထုညစ်ညမ်းမှု ကင်းရှင်းကြောင်း သေချာစေသင့်သည်။
- အစိုးရသည် မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုအားလုံးကို ပပျောက်စေသင့်သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ ပိုစတာ တင်ပြခြင်း

၁။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် ပို့ချမှုတစ်လျှောက်တွင် သင်ယူခဲ့သမျှကို အသုံးချ၍ မြန်မာနိုင်ငံသူ၊ နိုင်ငံသားကောင်း တစ်ယောက်၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်များကို ပိုစတာဖြင့် တင်ပြပါ။

၂။ လက်ကမ်းစာစောင် (၁) မှ ‘ပိုစတာတင်ပြခြင်းအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက် ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ’ ကို သုံးပါ။

၃။ ပိုစတာတင်ပြချက်များအားလုံး စာသင်ခန်းနံရံများပေါ်တွင် အဆင်သင့်ဖြစ်ပြီးနောက် ပိုစတာတစ်ခုစီသို့ လည့်လည်ကြည့်ရှုပါ။ အချင်းချင်းစစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုပုံစံကို (အုပ်စုတစ်ခုလျှင် ၁ ခု) ဖြည့်ပါ။ ပထမနှစ်ဝက်က သင်ယူခဲ့သော သင်၏ လူမှုရေးဆိုင်ရာ စာချုပ်များတွင် သင် သဘောတူခဲ့သောအရာကို စဉ်းစားပြီး

ယဉ်ကျေးစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံပါ။ သင်တို့၏ အချင်းချင်း စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုပုံစံများကို သက်ဆိုင်ရာအဖွဲ့တစ်ခုစီသို့ ပြန်လည်တင်ပြရန်နှင့် လိုအပ်ပါက ဆွေးနွေးရန် ခွင့်ပြုပေးပါမည်။

၄။ အိမ်စာအတွက် မိမိကိုယ်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုပုံစံများကို ဖြည့်ပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ လူမှုပြဒါးတိုင် သင်ယူမှုလုပ်ငန်း ပြုလုပ်စဉ်က ပါဝင်သော ဖော်ပြချက်တစ်ခုစီသည် မည်သည့် အခွင့်အရေးနှင့် ဆက်စပ်သနည်း။

၂။ အစိုးရသည် အဘယ်ကြောင့် ဤလုပ်ဆောင်ချက် တစ်ခုချင်းစီကို လုပ်ဆောင်သင့်သည်ဟု ထင်သနည်း။ ဖော်ပြခဲ့သော လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုချင်းစီအတွက် သင့်တွင် တာဝန်ရှိပါသလား။ သင်၏ တာဝန်များမှာ အဘယ်နည်း။

၃။ ဖော်ပြပါ အခြေအနေတစ်ခုစီတွင် မည်သူက တာဝန်ခံရမည်နည်း။ မည်သူ့ကို မည်သို့ တာဝန်ခံရမည်နည်း။

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ်

အဓိကအချက်များ

- တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီအကြား မိမိတို့ရပ်ရွာလူထုဟူသော ခံစားချက်သည် ဒီမိုကရေစီစနစ်များကို ထောက်ပံ့ပေးပြီး လူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားမှုနှင့် မြှင့်တင်ခြင်းကို အားပေးသည်။
- တက်ကြွသောနိုင်ငံသားဖြစ်မှုအတွက် လူ့အခွင့်အရေးသည် အလွန်အရေးကြီးသည်။ လူ့အခွင့်အရေးများသည် ကုန်စည်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ရပ်ရွာများတွင် ပါဝင်ရန် လိုအပ်သော ကျွန်ုပ်တို့၏ အခွင့်အလမ်းများကို ပေးသည်။
- လူတိုင်းသည် မွေးရာပါအခွင့်အရေးများနှင့် မွေးဖွားလာသည်။ ထို့ကြောင့် အခွင့်အရေးများကို အားလုံးနှင့်ဆိုင်သော အခြေခံအခွင့်အရေးများဟု ခေါ်နိုင်သည်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းတွင် လူ့အခွင့်အရေးကို “လွှဲပြောင်း၍ မရသော” နှင့် “ခွဲခြား၍ မရသော” ဟုဖော်ပြသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လူတို့သည် ၎င်းတို့၏ အခွင့်အရေးများကို မည်သည့်အခါမျှ မဆုံးရှုံးနိုင်ပါ။ လူ့ဂုဏ်သိက္ခာကို ကာကွယ်ရာတွင် တန်းတူအခြေအနေ ရှိကြသောကြောင့် ဤအခွင့်အရေးများနှင့် လူသားများအကြား ခွဲခြား၍မရနိုင်ပါ။
- အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်း၌ လူ့အခွင့်အရေးကို နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေး အခွင့်အရေးများ၊ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေး အခွင့်အရေးများနှင့် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အခွင့်အရေး ဟူ၍ သုံးမျိုးခွဲခြားနိုင်သည်။
- အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းကို တရားဝင် ဥပဒေဖြင့် ကန့်သတ်မထားနိုင်သောကြောင့် စာရိတ္တအခွင့်အရေးအဖြစ် သတ်မှတ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အခြေအနေအများစုတွင် အစိုးရများသည် ၎င်းကိုလိုက်နာရန် အတင်းအကျပ် စေခိုင်း၍ မရပါ။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းလုံးရှိ လူ့အခွင့်အရေးများကို တရားဝင်ပြဋ္ဌာန်းရန်လည်း မဖြစ်နိုင်ပေ။ သို့သော်လည်း လွတ်လပ်မှု၊ တရားမျှတမှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှု ရရှိရန်အတွက် လူတိုင်းနှင့် နိုင်ငံတိုင်းသည် ဤအခွင့်အရေးများကို နားလည်လေးစားမှု ရှိစေရန်နှင့် နေရာတိုင်းတွင် လူအားလုံးအတွက် ဤအခွင့်အရေး

များကို အသိအမှတ်ပြုကြောင်း သေချာစေရန် အချင်းချင်းတောင်းဆိုပေးကြရန် တာဝန်ရှိသည်။

- ကလေးသူငယ်အားလုံး၏ အခွင့်အရေးများကို ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ သဘောတူညီချက် (UNCRC) တွင် အသေးစိတ် ဖော်ပြထားသည်။ UNCRC သည် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ ကလေးများ၏ အသက်ရှင်သန်မှု၊ လွတ်လပ်မှု၊ ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု တို့ကို ကတိပြုသည်။ (အသက် ၁၈ နှစ်မပြည့်သေးသူများကို ကလေးဟု သတ်မှတ်သည်။)
- ကလေးများသည် လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်းနှင့် အခြားအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ စာချုပ်များတွင် ပါဝင်သော အရွယ်ရောက်သူအားလုံးကဲ့သို့ တူညီသောအခွင့်အရေးများကို ရရှိသော်လည်း ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကွန်ဗင်းရှင်းသည် လူသားများ အပြည့်အဝဖွံ့ဖြိုးနိုင်ရန် အတွက် အထူးကာကွယ်ရမည့် အခြေအနေများကို အသိအမှတ်ပြုသည်။
- အမျိုးသမီးများအပေါ် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုပုံစံအမျိုးမျိုး ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ သဘောတူညီချက် (CEDAW) ကို ၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင် ကုလသမဂ္ဂအထွေထွေညီလာခံက လက်ခံကျင့်သုံးခဲ့သည်။ ၎င်းအား နိုင်ငံတကာ အမျိုးသမီး အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ဥပဒေကြမ်းအဖြစ် ဖော်ပြလေ့ရှိခဲ့ပြီး ပြည့်စုံသော အခွင့်အရေးမှတ်တမ်း တစ်ခုအဖြစ် ဖော်ပြခြင်း ခံခဲ့ရသည်။ ၎င်းသည် အရပ်ဘက်၊ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုနယ်ပယ်များတွင် အမျိုးသမီး အခွင့်အရေးများအတွက် ဘက်စုံမှ ကာကွယ်ပေးသည်။
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေးတို့သည် ဆက်စပ်နေသည်။ ကောင်းမွန်သော ပညာရေးကို ရရှိထားသော အမျိုးသမီးများသည် အထူးသဖြင့် ၎င်းတို့ သားသမီးများ၏ ပညာရေးကို ပံ့ပိုးရာတွင် များစွာအထောက်အကူဖြစ်သည်။
- ကျွန်ုပ်တို့သည် လွတ်လပ်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတို့၏ အခြေခံ သဘောတရားများကို လိုက်နာလျှင် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် အခြားသူများအတွက် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှုရှိရေးကိုလည်း အသိအမှတ်ပြုသင့်သည်။
- တာဝန်ခံမှုသည် တစ်စုံတစ်ရာအတွက် တာဝန်ယူရခြင်းကိုသာ ဆိုလိုသည်မဟုတ်၊ လုပ်ရပ်များအတွက် အဖြေပေးရခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လုပ်ရပ်များကို အခြားသူများအား အကြောင်းပြရန် (သို့မဟုတ်) ရှင်းပြရန်လိုသည်။

- ကျွန်ုပ်တို့သည် တာဝန်ခံမှုမရှိလျှင် အခြားသူများအပေါ်သက်ရောက်သည့် ကျွန်ုပ်တို့၏ လုပ်ရပ်များ၏ အကျိုးဆက်များကို ဂရုစိုက်မည် မဟုတ်ပါ။ ၎င်းသည် တစ်ဦးချင်းနှင့် အသိုင်းအဝိုင်းများအကြား ယုံကြည်မှု ဆုံးရှုံးစေပြီး ပဋိပက္ခနှင့် မတရားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။
- ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခုတွင် တန်ဖိုးအရှိဆုံး အရင်းအမြစ်မှာ ရပ်ရွာလူထုပင် ဖြစ်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီသည် ၎င်းတို့၏တာဝန်ဝတ္တရားများကို သတိပြုမိပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် လူ့အသိုက်အဝန်းနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာကို တိုးတက်စေပြီး ဂရုတစိုက် စောင့်ရှောက်မှုပေးသော လူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခုကို တည်ဆောက်နိုင်ခြေ ပိုများသည်။
- ဒီမိုကရေစီစနစ်တွင် အစိုးရ၏ ခေါင်းဆောင်များနှင့် ကိုယ်စားလှယ်များ၏ အဓိက တာဝန်သည် ပြည်သူကို ဝန်ဆောင်မှုပေးရန် ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းတို့စောင့်ထိန်းရမည့် တိကျသော တာဝန်များနှင့် ကတိများ ပေးထားသည်ဟု ဆိုလိုသည်။ ထိုတာဝန်များကို မထမ်းဆောင်ပါက (သို့မဟုတ်) ထိုကတိကဝတ်များကို မလိုက်နာပါက အစိုးရက တာဝန်ယူရမည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အစိုးရသည် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှုကို အာမခံရမည် ဖြစ်သည်။
- အစိုးရသည် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှုရှိပြီး နိုင်ငံသားအားလုံး၏ အခွင့်အရေးများကို ထောက်ခံကြောင်း သေချာစေရန် နိုင်ငံသားများတွင် ပြည်သူ့နီတိအသိပညာ လိုအပ်သည်။ ပြည်သူ့နီတိအသိပညာများစွာ သိလေ၊ တာဝန်ယူမှု တာဝန်ခံမှုရှိစေရန် မှန်ကန်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များချနိုင်လေ ဖြစ်သည်။

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း

၁။ ဤအခန်းတွင် မည်သည့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာ အမျိုးအစားကို သင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခဲ့သနည်း။

၂။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် ပြည်သူ့နီတိရေးရာ ကျွမ်းကျင်မှုကို သင်အသုံးပြုခဲ့ပါသလား။ မည်သည့်ကျွမ်းကျင်မှုကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။

၃။ သင်သည် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်များအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာသင်ယူရင်း သင်၏တန်ဖိုးထားမှုများ ပြောင်းလဲနေသည်ကို သတိပြုမိပါသလား။

၄။ သင်ယူထားသော အကြောင်းအရာတစ်ခုခုက သင်၏သင်ကြားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်၏စဉ်းစားပုံကို ပြောင်းလဲသွားစေခဲ့ပါသလား။ မည်သို့ပြောင်းလဲစေပါသနည်း။

၅။ ကလေးသူငယ်နှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများကို သင်ပိုမိုသိရှိနားလည်လာခြင်းသည် သင်၏ ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများနှင့်စကားပြောဆိုပုံကို မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိလာစေသနည်း။ ရှေ့ဆက်၍ သင်၏သင်ခန်းစာများကို မည်သို့ပြင်ဆင်ပြီး အကောင်အထည်ဖော်မည်နည်း။

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ

၃.၁။

Amnesty International/Human Rights Education Associates. (2007). *Human rights: Resources for educators*. Retrieved from https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/361382D71248488A0525743E00384DAF-AIUSA%20%26%20HREA_Service%20Learning.pdf

Commonwealth of Australia. (2010). *Handout: Simplified version of the universal declaration of human rights.* Retrieved from https://www.civicsandcitizenship.edu.au/verve/_resources/FQ2_Simplified_Version_Dec.pdf

Human Rights Watch. (2014, November). 25th *Anniversary of the convention on the rights of the child*. Retrieved from https://www.hrw.org/news/2014/11/17/25th-anniversary-convention-rights-child

International Women's Development Agency (IDWA), Women's Actions for Voice and Empowerment (WAVE), Government of the Netherlands. (2019). *CEDAW at a glance*. Retrieved from https://iwda.org.au/assets/files/CEDAW-at-a-Glance.pdf

Wong, K., & McLaughlin, R. (2012). *Active citizenship*. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/civic-and-peace-education

U.N. Doc. HRI/GEN/1/Rev.6 at 243 (2003). *Compilation of general comments and general recommendations adopted by human rights treaty bodies.* Retrieved from: http://hrlibrary.umn.edu/gencomm/generl19.htm

UNICEF. (2011). *CEDAW: Convention on the elimination of all forms of discrimination against women in brief.* Retrieved from https://www.unicef.org/gender/files/CEDAW_In_Brief_For_Adolescent-Web_Version.pdf

UNICEF. (2019). *Accessible version of child-friendly CRC and icons.* Retrieved from https://weshare.unicef.org/Folder/2AM408T2Z9MD

၃.၂။

McLaughlin, R. (2015). *Democracy.* Retrieved from: https://www.moteoo.org/en/civic-and-peace-education

Pwint, Z. P. (2020, May). *Food not bombs.* Myanmar Times. Retrieved from: https://www.mmtimes.com/news/food-not-bombs.html

Sharma, B. (2008). Voice, *accountability and civic engagement: A conceptual overview.* Retrieved from https://www.undp.org/content/dam/undp/documents/partners/civil_society/publications/2008_UNDP_Voice-Accountability-and-Civic-Engagement_EN.pdf

Spectrum SDKN. (2016, June). *Tools for more accountable governance and better public services.* Retrieved from https://www.spectrumsdkn.org/en/home/economic-justice/sacc-myanmar/369-tools-for-more-accountable-governance-and-better-public-services-3/file

အခန်း ၄

စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ

ယခုအချိန်ထိ သင်ယူခဲ့သည့်အတိုင်း စာရိတ္တနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးသည် ရပ်ရွာလူထု အသိုက်အဝန်းအတွင်း အခြားလူများနှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူတကွနေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။ ပြီးခဲ့သောသင်ခန်းစာတွင် တွေ့မြင်ခဲ့ရသည့်အတိုင်း အခြားသူများနှင့် လူမှုပဋိညာဉ်ကို လိုက်နာသောအခါ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးရန်အတွက် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေများ ချမှတ်ပေးရန် အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့တစ်ခုရှိရန် လိုအပ်ကြောင်း သဘောတူကြသည်။ မိမိတို့နေထိုင်လိုသည့် တရားဝင်မှုဘောင်များနှင့် သဘောတူညီချက်အမျိုးမျိုးကို ဖန်တီးရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူအဖြစ် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သည်။ စံပြဒီမိုကရေစီစနစ်တွင် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့်ဥပဒေများ ချမှတ်ရာတွင် တတ်နိုင်သမျှလူများစွာ ပါဝင်ကြရန်လိုသည်။ "ငါတို့ကဘာကိုထိန်းညှိဖို့၊ ထိန်းချုပ်ဖို့လိုသလဲ။ ဘယ်သူကဒီဥပဒေတွေကို ရေးဖို့လိုတာလဲ"၊ "ဒီဥပဒေ ဒါမှမဟုတ် ဟိုဥပဒေကို ဘာကြောင့် လိုအပ်တာလဲ"၊ "စည်းမျဉ်းဥပဒေတွေကို မလိုက်နာရင် ဘယ်လိုကိုင်တွယ်မလဲ" စသော မေးခွန်းများကို မိမိကိုယ်မိမိ မေးနိုင်သည်။ ဤအခန်းတွင် ဒီမိုကရေစီ၏ အရေးကြီးသော နိယာမတစ်ခုအနေဖြင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၊ ဥပဒေများကို လေ့လာရုံသာမက ထိုစည်းမျဉ်း၊ ဥပဒေများကို တန်ဖိုးထား လိုက်နာရန်အတွက် လိုအပ်သော မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်းတို့ကို လက်တွေ့ကျကျ မည်သို့လုပ်ဆောင်နိုင်ကြောင်းကိုလည်း လေ့လာကြရပါမည်။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤအခန်းကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် တွေ့မြင်နိုင်သည့် အမျိုးမျိုးသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်မှု အားကောင်းလာစေမည့် နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ စာရင်းပြုစုတတ်မည်။
- မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်းတို့သည် လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ၎င်း၏ သာယာဝပြောမှုအပေါ် မည်ကဲ့သို့ လွှမ်းမိုးနိုင်ကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ အကြား ကွဲပြားခြားနားချက်ကို စိစစ်ဆေးအကဲဖြတ်တတ်မည်။
- ရပ်ရွာ၊ နိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း အဖြစ် နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် တာဝန်ယူမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ ဥပဒေ၏ သက်ရောက်မှုကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ

(က) (၁.၂) ကျောင်းသားများ၏ တစ်ဦးချင်းသင်ယူမှုလိုအပ်ချက်နှင့် ကိုက်ညီမည့် သင်ကြားနည်း အမျိုးမျိုးကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်းပြသသည်။

(က) (၄.၁) အခြေခံပညာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် သင်ရိုးဖွဲ့စည်းပုံ၊ အကြောင်းအရာနှင့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း ပြသသည်။

(ဂ) (၁.၁) မြန်မာတို့၏ ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ စံနမူနာပြပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်သည့် ဆရာတစ်ယောက်တွင် ရှိရမည့် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သဘောထားများကို လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း ပြသနိုင်သည်။

အဓိက အသုံးအနှုန်းများ

အရပ်ဘက်အဖွဲ့အစည်း ၊ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ၊ စည်းကမ်း၊ ဥပဒေ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၊ မိမိကိုယ်ကိုထိန်းကျောင်းခြင်း။

၄.၁။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ

စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဝအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုကို ဖြစ်စေသည်။ လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ ဥပဒေများသာမက မိသားစု၊ ကျောင်းနှင့် အလုပ်အတွက်လမ်းညွှန်ချက်များလည်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အစဉ်အလာနှင့် ဓလေ့ထုံးတမ်းများသည် မိသားစုဝင်များအကြား ဆက်ဆံရေးအတွက် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ဆုံးဖြတ်လေ့ရှိသည်။ အလားတူပင် အားကစားပွဲများတွင်လည်း ကစားသမားများ မည်သို့ ပြုမူရမည်ဟူသော စည်းမျဉ်းများရှိသည်။ ဆရာများနှင့်ကျောင်းသားများ အတွက် ကျောင်းတွင် မည်သို့ ပြုမူရမည်ဟူသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများလည်း ရှိသည်။ အလုပ်သမားများနှင့် အလုပ်ရှင်များအတွက် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများလည်းရှိရာ ၎င်းတို့အလုပ်စဝင်ချိန်၊ အလုပ်ပိတ်ရက်၊ လစာမည်မျှရရှိသည် စသည်တို့ ဖြစ်သည် (Stoller & Reilly, 2000)။

၄.၁.၁။ စည်းကမ်းလိုက်နာမှု၊ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

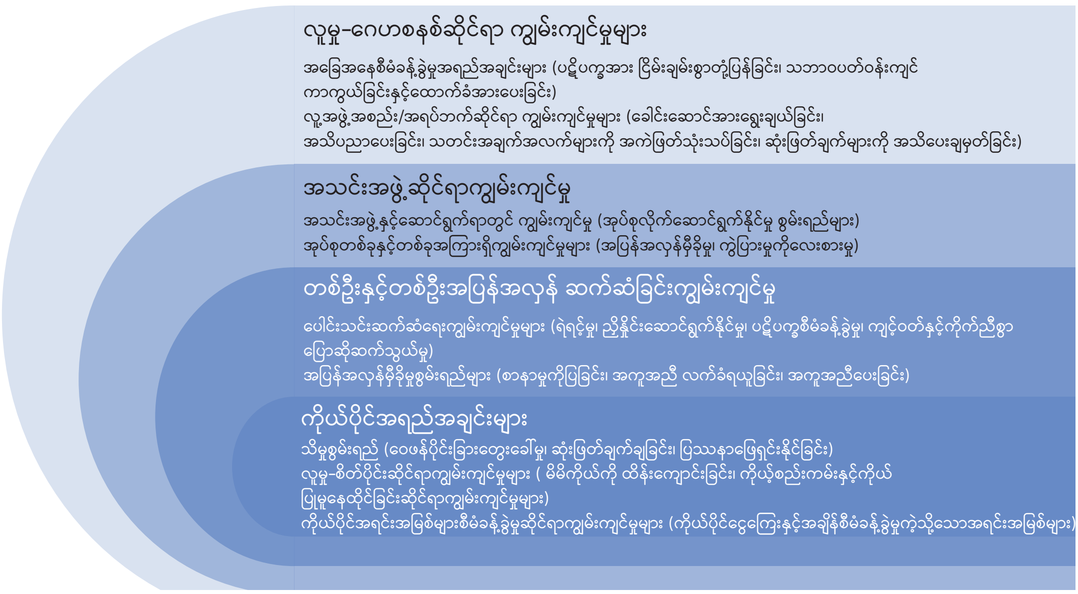
ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် တွေ့မြင်နိုင်သည့် အမျိုးမျိုးသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်မှု အားကောင်းလာစေမည့် နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ စာရင်းပြုစုတတ်မည်။
- မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်းတို့သည် လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ၎င်း၏ သာယာဝပြောမှုအပေါ် မည်ကဲ့သို့ လွှမ်းမိုးနိုင်ကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။

အိမ်နှင့်ကျောင်းသည် ကလေးများအား စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများအကြောင်း ပထမဆုံး လေ့လာစေသော နေရာများဖြစ်သည်။ ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များသည် အခြားနေရာများထက် ကျောင်းတွင် အချိန်ပိုကုန်ကြသည်။ ကျောင်းသည် အလွန်ကွဲပြား ခြားနားသော လိုအပ်ချက်များရှိသည့် လူများစွာတို့ အတူတကွ လေ့လာသင်ယူရှင်သန်ရသော နေရာတစ်ခုဖြစ်ပြီး မတူကွဲပြားသော လိုအပ်ချက်များနှင့် လူများအကြား ပဋိပက္ခများ ဖြစ်တတ်သည်မှာ သဘာဝပင်ဖြစ်သည် (Living Democracy, 2015)။ ဆိုလိုသည်မှာ ဤအတူတကွနေထိုင်ခြင်းကို တစ်နည်းတစ်ဖုံ ထိန်းညှိပေးရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။ ပဋိပက္ခများကို ဖြေရှင်းရန် လိုအပ်ပြီး မတူကွဲပြားသောလူနည်းစုများ၏ အကျိုးစီးပွားကို ကာကွယ်ရမည်။ ဒီမိုကရေစီစနစ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများသတ်မှတ်ခြင်းတွင် ပါဝင်ရန် လိုအပ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်ချမှတ်ထားသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့်အညီ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းရန်ဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းထားသော လူတစ်ဦးသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြစ်စဉ်များကို ထိန်းချုပ်နိုင်ပြီး၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်အောင်နေနိုင်စွမ်း ရှိကြသည် (Sahranavard, Miri & Salehiniya, 2018)။ ဥပမာအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသူတစ်ဦးနှင့် ပဋိပက္ခဖြစ်ပါက အကြမ်းဖက်တွန်းလှန်မှုများကို ကျော်လွှားရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွေးများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများနှင့် အပြုအမူများကို ပြောင်းလဲနိုင်ပြီး၊ အခြေအနေများနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် ဖြေရှင်းနည်းများကို ရှာဖွေနိုင်သည်။

လူ့ဘောင်တွင် အောင်မြင်စွာအသက်ရှင် နေထိုင်နိုင်ရန် များစွာသော မျှော်မှန်းချက်များကို ပြည့်မီရန် လိုအပ်သည်။ ဤမျှော်မှန်းချက်များကို ပြည့်မီရန် တခါတရံတွင် စိန်ခေါ်မှုများ ရှိနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏အလုပ်နှင့် နေထိုင်မှုဝန်းကျင်တွင် စည်းကမ်းရှိစေရန် မိမိကိုယ်ကိုထိန်းကျောင်းခြင်း (သို့မဟုတ်) ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်းသည် အရေးကြီးသည်။ ဥပမာအားဖြင့် လူများသည် သူတို့၏ အကြီးအကဲများက ရိုင်းပျသည့်တိုင် အကြီးအကဲများအပေါ် ယဉ်ကျေးစွာပြောဆိုပြုမူရန် မျှော်လင့်ကြရာ အဆိုပါယဉ်ကျေးမှုသည် မိမိကိုယ်ကိုထိန်းချုပ်မှုကို လိုအပ်စေသည် (Maranges & Baumeister, 2016)။ ကားမောင်းသူများသည် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အခြားကားများမရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မီးနီသည် စိတ်ပျက်စရာကောင်းအောင် ကြာနေသည်ဖြစ်စေ၊ မိမိတို့တွင် အခြားတစ်နေရာ၌ အရေးတကြီးကိစ္စရှိနေသည်ဖြစ်စေ မီးပွိုင့်တွင်မီးနီပြပါက ကားကိုရပ်တန့်ထားရန် ဖြစ်သည်။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ခြင်းသည် တိကျသော စည်းမျဉ်းဥပဒေများကို လိုက်နာရသည့်

နေရာတွင်သာ အရေးကြီးသည် မဟုတ်ပါ။ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးတွင် အောင်မြင်မှု၊ ပညာရေးတွင် အောင်မြင်မှု၊ လုပ်ငန်းခွင်အောင်မြင်မှုများ၊ တည်ငြိမ်၍ ကျေနပ်ဖွယ်ကောင်းသော ဆက်ဆံရေးများ၊ ရာဇဝတ်မှု၊ အကြမ်းဖက်မှု (သို့မဟုတ်) မူးယစ်ဆေးဝါးစွဲလမ်းမှုများ စသည်တို့ကို တွန်းလှန်နိုင်မှု တို့အတွက်လည်း အရေးကြီးသည်။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းခြင်းသည် လူငယ်တစ်ဦး၏ဘဝကို ဩဇာလွှမ်းမိုးနိုင်ပုံနှင့် ကျန်းမာသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဆီသို့ မည်သို့ဦးတည်နေကြောင်းကို ပုံစံငယ်တစ်ခုဖြင့် ပြသပေးခဲ့သည် (Kibret, 2016)။



ပုံ ၄.၁။ လူငယ်များအတွက် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်မှုကို ကိုယ်စားပြုခြင်း

ရင်းမြစ် - လူငယ်များအတွက် Life Skills Training (LST) အစီအစဉ် - တရားမျှတမှု၊ အခြေခံများနှင့် အကြောင်းအရာများ (Kibret, 2016) မှ ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်သည်။

ဖော်ပြပါပုံသည် အုပ်စုများအတွင်းနှင့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံးအတွင်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန်အလှန် ဆက်ဆံရာတွင် အောင်မြင်ရန် ကူညီပေးသော ကိုယ်ပိုင်အရည်အချင်းများကို ပြသထားသည်။ မိမိကိုယ်ကိုထိန်းကျောင်းမှုများ ပါဝင်သော ကိုယ်ပိုင်အရည်အချင်းများ ရှေးဦးစွာဖွံ့ဖြိုးရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့ကို ဖွံ့ဖြိုးလာသောအခါ လူအချင်းချင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးစွမ်းရည် တိုးတက်ရေးနှင့် ပိုမိုကြီးမားသော ရပ်ရွာလူမှုအသိုင်းအဝိုင်း အတွင်း အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်နိုင်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးတက်အောင်မြင်ရန်

အလားအလာပိုရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏အားသာချက်များ၊ အားနည်းချက်များကို သိရှိခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်မိမိယုံကြည်မှု တိုးတက်လာစေခြင်းသည် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ ချမှတ်ရန် အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါသည် (Kibret, 2016)။ ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်များသည် လူတစ်ဦးချင်းစီအား ၎င်းတို့၏အိမ်မက်များ အမှန်တကယ်ဖြစ်လာရန်၊ ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကို ပြုမူနေထိုင်တတ်ရန်နှင့် ၎င်းတို့ပြုလုပ်နေသည်များ၊ သင်ယူနေသောအရာများနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုကို ထိန်းသိမ်းရန် ကူညီပေးသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အောင်မြင်သော ကျောင်းသားများသည် တိကျသော သင်ယူမှုရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်များ ထားရှိခြင်း၊ ၎င်းတို့၏ကိုယ်ပိုင်လေ့လာ သင်ယူမှုကို ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ဆီသို့ တိုးတက်ရောက်ရှိမှုကို စနစ်တကျ အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်းကဲ့သို့သော မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းသည့် လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ကြသည်။ ဤလုပ်ငန်းများသည် စိတ်၏အလေ့အကျင့် (၁၆) ခု တွင် ပါဝင်နိုင်သည် (Costa & Kallick, cited in Wright, 2018)။ ဤစိတ်၏အလေ့အကျင့်များသည် သင်၏ အတွေးများနှင့် စိတ်ခံစားမှုများကို ထိန်းချုပ်သည့် နည်းလမ်းနှင့် ဘဝတစ်လျှောက် ကြောင်းကျိုးဆီလျော်သော ဆုံးဖြတ်ချက်များချသည့် နည်းလမ်းတို့ ဖြစ်ကြသည်။

ကလေးများအား မိမိတို့နှင့် အခြားသူများ၏ မျှော်မှန်းချက်များ ပြည့်မီစေရန် ရမှတ်များနှင့် ချီးကျူးဂုဏ်ပြုမှုများထက် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ရည်မှန်းချက်များနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုကို အခြေခံတည်ဆောက်ပေးသော ကိုယ်တွင်းစေ့ဆော်မှု အားကောင်းအောင် လုပ်ဆောင်ပေးရန် အတွက် မိဘများနှင့် ပညာရှင်များသည် အရေးကြီးသောနေရာတွင် ရှိသည်။ ကိုးလ်ဘာ့ဂ် (Kohlberg) ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအဆင့်များအရ တွေ့ရသည်မှာ ပထမအဆင့်သည် အပြစ်ဒဏ်မခံချင်သောကြောင့် ပြုလုပ်နေသောအရာများ ဖြစ်သည်။ စာသင်ခန်းတွင် အပျက်သဘောဆောင်သော စည်းကမ်းကို သုံးခြင်းသည် ကျောင်းသား ကျောင်းသူများအား ၎င်းတို့၏ အကျင့်စာရိတ္တကို ‘သမားရိုးကျထက် သာလွန်သောအဆင့်’ အထိ တိုးတက်စေလိမ့်မည်မဟုတ်ပေ။ အခြားတစ်ဖက်တွင် အပြုသဘောဆောင်သည့် ဆုံးမပဲ့ပြင်မှုကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကျောင်းသားအား မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု၊ ကိုယ်ပိုင် အသိစိတ်ဓာတ်နှင့် ‘မှန်ကန်သောအရာ’ ကို လုပ်ဆောင်ရန် ကိုယ်တွင်းစေ့ဆော်မှုများ တိုးတက်လာစေရန် ကူညီပေးပါမည်။ အပြုသဘောဆောင်သော စည်းကမ်းဖြင့် ကလေးဆန္ဒရှိသော အပြုအမူများကို အားပေးကာ ကလေးအား မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းမှုနှင့် ယုံကြည်မှုတိုးလာအောင် သင်ကြားရန် ရည်ရွယ်သည် (Save the Children, 2008)။ ၎င်းသည် စိတ်ကျန်းမာစေသော အလေ့အထများကိုပေး၍ စည်းမျဉ်းမရှိသော စိတ်ခံစားမှုများနှင့် အတွေးများကို တားဆီးပေးသည်။

အားပေးခြင်းသည် ကလေးအားအလုပ်လုပ်ရန်၊ သင်ယူရန်နှင့် အောင်မြင်ရန် လှုံ့ဆော်ပေးသည်။ ကလေးက ချီးမွမ်းခြင်း (သို့မဟုတ်) အခြားဆုလာဘ်ကိုရရန် မိမိတွင် တိုက်ရိုက် တာဝန်ရှိကြောင်း သင်ယူလိုက်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကိုလေးစားမှုကို တည်ဆောက်စေသည်။ ၎င်းသည် အားလုံး အကျုံးဝင်သောကြောင့် အတန်းတွင်း ပါဝင်လုပ်ဆောင်မှုကို အားပေးသည်။ ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ ဆုလာဘ်ကို ရယူရန် (သို့မဟုတ်) မယူရန် ရွေးချယ်နိုင်သည်။ ဤအချက်သည် မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှု အတွက် ကောင်းမွန်သော အဓိကသော့ချက်ဖြစ်သည့် ၎င်းတို့၏ ဘဝများကို ထိန်းချုပ်စေနိုင်သော ခံစားမှုကို ပေးသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ကျွန်ုပ်တို့သည် မှားယွင်းသောအပြုအမူကို အားမပေးသင့်ပါ။ ဒေါသထွက်ခြင်းကဲ့သို့ အာရုံစူးစိုက်မှု ရလိုသည့် အမူအကျင့်များ (သို့မဟုတ်) အတန်းနောက်ကျခြင်း တို့ကို ဂရုမစိုက်ဘဲ လျစ်လျူရှုနိုင်သည်။ အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ကလေးသည် သူရရှိရန် ကြိုးစားနေသော အာရုံစိုက်ခံရမှုကို မရခဲ့လျှင် သူ၏မှားယွင်းသော အပြုအမူမှတစ်ဆင့် မိမိကိုယ်မိမိ ထိန်းချုပ်တတ်ရန် သင်ကြား ပေးလိမ့်မည်။ သူသည် အမူအကျင့်ကောင်း (သို့မဟုတ်) အတန်းသို့ အချိန်မီရောက်မှသာ အာရုံစူးစိုက်မှု ရရှိနိုင်သည်ကို သိသွားပေလိမ့်မည်။

အောက်ပါနည်းလမ်းများသည် မိဘများနှင့် ကျောင်းသားများအပါအဝင် ကျောင်းအသိုက်အဝန်းတွင် အားလုံးဝင်ရောက်ပါဝင်၍ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကျောင်းယဉ်ကျေးမှုကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် စေနိုင်သော နည်းလမ်းများဖြစ်သည်။

- စနစ်ကျသောနမူနာပေးပါ - ကြိုတင်ခန့်မှန်းနိုင်သောအပြုအမူ၊ လေးစားမှုရှိသော ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တတ်သော ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရေး မဟာဗျူဟာများ။
- သင့်လျော်သော ကိုယ်ဟန်အမူအရာကို သုံးပါ - ခေါင်းညိတ်ပါ၊ ပြုံးပါ၊ ကျောင်းသားကို တိုက်ရိုက်ကြည့်ပါ။
- သင့်ခန္ဓာကိုယ်အနေအထားကို လျှော့ချပါ- အထူးသဖြင့် ငယ်ရွယ်သောကလေးများ အတွက် ကိုယ်ကို ညွတ်ပါ။ ဒူးကွေးပါ (သို့မဟုတ်) သူတို့နှင့် တစ်ညီတည်း ထိုင်ပါ။
- ပတ်ဝန်းကျင်ကို ပြန်လည်ဖွဲ့စည်းပါ - မကောင်းသောအပြုအမူ ပြုလုပ်ရန် ဖိတ်ခေါ်နေသော ပစ္စည်းများကို ဖယ်ရှားပါ။ ဥပမာအားဖြင့် ကစားစရာများကို သင်ထောက်ကူအဖြစ်သုံးလျှင် သင်ပြီးသောအခါ ၎င်းတို့ကို ဖယ်ရှားပါ။
- အပြုသဘောဆောင်သောအပြုအမူဘက်သို့ လမ်းကြောင်းပြောင်းပါ - ကျောင်းသား

တစ်ဦးသည် စာသင်ခန်းတစ်ဝိုက်တွင် ဘောလုံးကန်နေပါက ကစားရန်နေရာပိုရှိသော ကစားကွင်းသို့ သွား၍ ဘောလုံးကန်နိုင်ကြောင်းပြောပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ စိတ်ကူးပုံဖော်ခြင်း

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ပို့ချခြင်း၊ မှတ်စုရေးခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း

ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်းကို ပြနိုင်သော နည်းလမ်းများ

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ မိမိတွင် ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းရှိကြောင်း မည်သို့သော အလေ့အထများက ပြသ သနည်း။

၂။ ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်မှုနှင့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်မှု အားကောင်းခြင်းက ဘဝတွင် ပိုမိုအောင်မြင်လာစေရန် မည်သို့ကူညီပေးသနည်း။

၃။ ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ခြင်း၏ အောင်မြင်မှုရလဒ်သည် ကျွန်ုပ်တို့ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူများအား မည်သို့ ကူညီပါသနည်း။

၄။ အပြုသဘောဆောင်သော စည်းကမ်းကျင့်သုံးသည့် ယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် မည်သူတို့ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြသနည်း။ အပြုသဘောဆောင်သော စည်းကမ်းကျင့်သုံးသည့် ယဉ်ကျေးမှု ဖန်တီးရာတွင် အားလုံးဝင်ရောက်ပါဝင်၍ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးချင်းစီအား မည်သို့ကူညီပေးသနည်း။

၅။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် ကိုယ့်စည်းကမ်းနှင့်ကိုယ် ပြုမူနေထိုင်ရေးကို ဂရုပြုပါက လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ၎င်း၏ကောင်းစားရေးအပေါ် မည်သို့ အကျိုးသက်ရောက်မည်နည်း။

၄.၂။ စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ

ပြီးခဲ့သောသင်ခန်းစာတွင် စာသင်ခန်း စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ချမှတ်သကဲ့သို့ သမိုင်းတစ်လျှောက်တွင် လူ့အဖွဲ့အစည်းများအတွင်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးဆက်ဆံရေးကို လေ့ကျင့်ထူထောင်ရန် လူ့အဖွဲ့အစည်းများက ဓလေ့ထုံးတမ်းများ၊ စည်းမျဉ်းများ၊ ဥပဒေများကို တီထွင်ခဲ့ကြသည်။ သို့သော်ဥပဒေများ၊ ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းခြင်းများသည် စည်းမျဉ်းဥပဒေများနှင့် ကွဲပြားသင့်သည်။ ဥပမာ - ဥပဒေတစ်ခုသည် ကျွန်ုပ်တို့အား အများပြည်သူနှင့်ဆိုင်သောနေရာများ၌ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို တားမြစ်နိုင်သည်။ စည်းမျဉ်းဥပဒေကိုလမ်းညွှန်ချက်အဖြစ်သုံးနိုင်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုက ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် ကျွန်ုပ်တို့ကိုတိုက်တွန်းလိမ့်မည် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏နေ့စဉ်ဘဝနှင့်ထိတွေ့မှုရှိသည်၊ အကြောင်းမှာ ၎င်းသည် ကျွန်ုပ်တို့လုပ်နိုင်သော အရာများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့မလုပ်ဆောင်နိုင်သောအရာများအပေါ် ချုပ်ကိုင်ထားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ တန်ဖိုးထားမှုနှင့် တာဝန်ယူမှု၊ တရားမျှတမှု၊ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ခြင်း၊ အမှားများကို အပြစ်ပေးခြင်းနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ သာယာဝပြောမှုကို အားဖြည့်ပေးသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုးလ်ဘာ့ဂ် (Kohlberg) ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အဆင့်များဖြစ်သော 'စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ သမားရိုးကျအဆင့်' နှင့် 'သမားရိုးကျထက်သာလွန်သော စာရိတ္တအဆင့်' သို့ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သွားသောအခါ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် ဆိုင်သော အဆင့်များကို သတိပြုမိလာသည်။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေများသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် လူတစ်ဦးအတွက် အကျိုးမပြုနိုင်သည့်တိုင် လူထုတစ်ရပ်လုံး၏ အဖွဲ့ဝင်များကို အကျိုးပြုရန်ရည်ရွယ်ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ သဘောပေါက်လာသည်။ ဤအယူအဆကို သဘောတူသောအခါ ကျွန်ုပ်တို့သည် ရပ်ရွာလူမှု အသိုက်အဝန်း၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ရခြင်းကို လေးစားလာသည်။

၄.၂.၁။ ဥပဒေများ

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ အကြား ကွဲပြားခြားနားချက်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်တတ်မည်။
- ရပ်ရွာ၊ နိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း အဖြစ် နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် တာဝန်ယူမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ ဥပဒေ၏ သက်ရောက်မှုကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။

အခုချိန်ထိ ကျွန်ုပ်တို့ မည်သို့နေထိုင်ကြောင်းနှင့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခုအနေနှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လေ့လာကြည့်ခဲ့ကြသည်။ စည်းမျဉ်းစည်ကမ်းတစ်ခု ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦး (သို့မဟုတ်) လူတစ်စု (ဥပမာ - လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုတွင် မန်နေဂျာ၊ အိမ်တွင် မိဘများ၊ စာသင်ခန်းတစ်ခုတွင် ဆရာများနှင့် ကျောင်းသားများ) က ချမှတ်ထားသော အရာဖြစ်ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့သိရှိသည်။ အခြားတစ်ဖက်တွင်မူ ဥပဒေကို လူထုတစ်ရပ်လုံး အတွက် ဥပဒေပြုလွှတ်တော် (ဥပမာ - ပြည်ထောင်စုအဆင့် သို့မဟုတ် တိုင်းဒေသကြီး လွှတ်တော်) က ချမှတ်ပြီး တရားဝင် စာရွက်စာတမ်းများတွင် ရေးထားသည်။ ဥပဒေများသည် အစိုးရများက ပြုစုရေးသားပြီး လိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းအမျိုးအစားများဖြစ်သည်။ ဥပဒေများသည် ကွဲပြားသောရည်ရွယ်ချက်များစွာကို ပံ့ပိုးပေးသည် (Stoller & Reilly, 2000)။ ဥပမာ -

၁။ ဥပဒေများက ကျွန်ုပ်တို့အား မည်သို့ပြုမူရမည်ကို ပြောပြသည် (ဥပမာ - လူများသည် အခြားသူများ၏ ပိုင်ဆိုင်မှုကို မပျက်စီးစေရ)။

၂။ ဥပဒေများက မည်သည့်လုပ်ဆောင်ချက်များကို ခွင့်ပြုထားကြောင်းနှင့် တားမြစ်ထားသည့် အရာများကို ပြောပြသည် (ဥပမာ - ဘိန်းဖြူအသုံးပြုခြင်း)။

၃။ ဥပဒေများသည် အမိန့်နှင့်လုံခြုံမှုကို ပေးသည် (ဥပမာ - ဘတ်စ်ကားတစ်စီးတွင် တစ်ချိန်တည်း၌ လူ ၁၀၀ သာ စီးခွင့်ပြုသည်)။

၄။ ဥပဒေများက ကျွန်ုပ်တို့တွင် မည်သည့်အခွင့်အရေးနှင့် လွတ်လပ်ခွင့်ရှိသည်ကို ပြောပြသည်။

၅။ ဥပဒေများသည် နိုင်ငံသားများအတွက် အကျိုးခံစားခွင့်များ အာမခံသည် (ဥပမာ - ကျောင်းများ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စသည်)။

၆။ ဥပဒေများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ တာဝန်များကိုဖော်ပြသည် (ဥပမာ - အခွန်ပေးဆောင်ခြင်း၊ စစ်တပ်တွင် အမှုထမ်းခြင်း)။

၇။ ဥပဒေများသည် အစိုးရ၏ တာဝန်များကို သတ်မှတ်ပေးသည်။ အချို့ကိစ္စများတွင် ဥပဒေများသည် အစိုးရ၏အာဏာကို ကန့်သတ်ထားသည်။

၈။ ဥပဒေများသည် လူမှုရေးအပြောင်းအလဲကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည် (ဥပမာ - ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ဆန့်ကျင်ခြင်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကာကွယ်ခြင်း)။

၉။ ဥပဒေများသည် ရှေ့နေများနှင့်တရားသူကြီးများ၏အကူအညီဖြင့် ပဋိပက္ခများကို စီမံနိုင်သည် (ဥပမာ - ကွာရှင်းပြတ်စဲခြင်း၊ ပိုင်ဆိုင်မှုအငြင်းပွားခြင်း စသည်)။

နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံတွင် အမြင့်ဆုံးဥပဒေများကို ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဟုခေါ်သော တရားဝင်စာတမ်း တစ်ခုတွင် ရေးထားသည်။ အစိုးရကပြုစုထားသော အခြားဥပဒေအားလုံးကို ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေနှင့် ကိုက်ညီမှု ရှိ/မရှိ တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေး၍ ဆုံးဖြတ်ရန်ဖြစ်သည် (Wong & McLaughlin, 2012)။ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေများသည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံတွင် အစိုးရနှင့် နိုင်ငံရေး မည်သို့ အလုပ်ရမည်နှင့် ပတ်သက်၍ အခြေခံအကျဆုံးစည်းမျဉ်းများကို သတ်မှတ်ထားသည်။ ၎င်းတို့တွင် အစိုးရများ (တည်မြဲမှုနည်းသော) ဥပဒေများနှင့် မူဝါဒများ မည်သို့ပြုလုပ်သည်ကို ဆုံးဖြတ်သော အမြဲတမ်းဥပဒေများ ပါဝင်သည် (Mclaughlin, 2015)။

အစိုးရသည် ကိုယ်စားပြု၍ တာဝန်ခံမှုရှိလျှင် ၎င်းပြုလုပ်သော ဥပဒေများသည် ပြည်သူတို့၏ တန်ဖိုးများနှင့် အကျိုးစီးပွားများကို ထင်ဟပ်စေလိမ့်မည်။ အစိုးရကဥပဒေဖန်တီးသည့်တိုင် အစိုးရသည် ဥပဒေအထက်တွင်မရှိရပါ။ ၎င်းဥပဒေများသည် အစိုးရကိုယ်စားလှယ်များနှင့်လည်း အကျုံးဝင်သည်။ ဥပဒေသည် အစိုးရမှမဟုတ်ဘဲ ဥပဒေအရသာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် တရားမျှတမှုမြှင့်တင်ရေးသည် "တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး" ဟူသောအယူအဆ၌ ထင်ဟပ်နေသည် (The Open University, n.d.)။ အစိုးရအပါအဝင် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးတွင် တာဝန်ခံမှု ရှိသောအခါ တရားမျှတမှုကို ရနိုင်သည်။ ၁၉ ရာစုတွင် ပါမောက္ခ A. V. Dicey (1835–1922) သည် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော အချက်သုံးချက်ကို ချမှတ်ခဲ့သည်။

၎င်းတို့မှာ -

- အစိုးရ၏ အာဏာကို ဥပဒေဖြင့် ထိန်းချုပ်ရမည်။ ဥပဒေက အစိုးရလုပ်နိုင်သည့်အရာ၊ မလုပ်နိုင်သည့်အရာများကို ကန့်သတ်ထားသည်။
- မည်သူမျှ ဥပဒေအထက်တွင်မရှိပါ။ ရာထူးမခွဲခြားဘဲ လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ ဥပဒေသည် ၎င်းတို့၏လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ နိုင်ငံရေး အဆင့်အတန်းမခွဲခြားဘဲ လူတိုင်းအတွက် တူညီသည်။
- မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ မတရားဖမ်းဆီးခြင်း (သို့မဟုတ်) ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း မခံရသင့်ပါ။ ဥပဒေချိုးဖောက်သူများအား ဥပဒေနှင့်အညီသာ ဖမ်းဆီးသင့်သည်။

ဥပဒေတိုင်းသည် ကောင်းမွန်သော ဥပဒေ (သို့မဟုတ်) စည်းမျဉ်းတစ်ခု မဟုတ်သည့်တိုင် ဥပဒေများသည် ကွဲပြားခြားနားသော ရည်ရွယ်ချက်များစွာကို ပံ့ပိုးပေးသည် (Stoller & Reilly, 2000)။ လူတန်းစား၊ လူမျိုး၊ ဘာသာ၊ လူမျိုးစုမခွဲခြားဘဲ နိုင်ငံသားအားလုံး၏ ဘုံကောင်းကျိုးကို ကာကွယ်သော ဥပဒေများသည် ငြိမ်းချမ်းသာယာဝပြောသော လူ့အဖွဲ့အစည်းကို ပြုစုပျိုးထောင် ပေးနိုင်ပါသည်။ လူသားအားလုံးသည် တူညီသော လူနေမှုဘဝကို ရရှိခံစားနိုင်ရန် ကျား၊မ၊ အသက်၊ ဘာသာရေး၊ လူမျိုး၊ တရားဝင်ရာထူး၊ လိင်၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုများပေါ် အခြေခံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို တားဆီးရန် ဥပဒေများသည် ကြိုးစားသင့်သည်။ ပိုမိုအင်အားကောင်းသော အုပ်စုတစ်ခုအား ပိုမိုအားနည်းသော အုပ်စုထက်ပို၍ မျက်နှာသာမပေးသင့်ပါ။ အမှုများကိုကြားနာသောအခါ တရားသူကြီးများသည် ဘက်မလိုက်ဘဲ အရေးကြီးသော လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို တူညီသောနည်းလမ်းဖြင့် လိုက်နာကျင့်သုံးရန် လည်း အရေးကြီးသည်။ ၎င်းကို ဥပဒေရှေ့မှောက်တွင် တန်းတူညီမျှမှုဟုခေါ်ပြီး အဓိပ္ပာယ်မှာ ဥပဒေ၏ရလဒ်သည် တစ်အုပ်စုကို အခြားအုပ်စုတစ်စုထက်ပို၍ မထိခိုက်စေခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် အမျိုးသမီးများအပေါ် ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှု အမျိုးအစားနှင့် သဘောသဘာဝသည် အမျိုးသားများထက် ပိုဆိုးတတ်သည်။ ၎င်းသည် အမျိုးသမီးများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် အလုံးစုံ သာယာဝပြောရေးအပေါ် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည်။ အမျိုးသားများမှာ ထိုအတွေ့အကြုံမျိုး ခံစားရမှု နည်းပါးသည်။ ဥပဒေရှေ့မှောက်တွင် မညီမျှမှုများသည် အမျိုးသမီးများအပေါ် တရားစီရင်ရေးမဏ္ဍိုင်၏ မျက်နှာသာမပေးမှုကို ဖြစ်သွားစေနိုင်သည်။ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းသည် အမျိုးသမီးများ၏ လူနေမှုဘဝ အရည်အသွေး အပေါ် အပျက်သဘောသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်သည် (Rule of Law Centers, 2015)။

ဒီမိုကရေစီသည် လူတိုင်းက မိမိဆန္ဒအတိုင်း လုပ်နိုင်သည်ဟူသော အယူအဆနှင့် မကြာခဏ ရှုပ်ထွေးနေတတ်သဖြင့် မိမိဆန္ဒအတိုင်း ပြုလုပ်ခြင်းသည် မိမိတို့၏လွတ်လပ်မှုဖြစ်သည်ဟု ထင်တတ်ကြသည် (Living Democracy, 2015)။ ဤအယူအဆသည် ဒီမိုကရေစီနိယာမနှင့် မကိုက်ညီပါ။ ဒီမိုကရေစီသည် လူတိုင်းအတွက် ပွင့်လင်းမြင်သာ၍ ပါဝင်လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များမှတစ်ဆင့် စည်းမျဉ်းများနှင့် ဥပဒေများကို ပြုလုပ်သည်ဟူသော အယူအဆ ပေါ်တွင် အခြေခံသည်။ အကောင်းဆုံးမှာ ဥပဒေများသည် တရားမျှတသော ရည်ရွယ်ချက် တစ်ခု အောင်မြင်ရန် ကောင်းစွာ ရေးဆွဲသင့်သည်။ သာမန်နိုင်ငံသားတို့က ၎င်းတို့အား အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်ရန် နားလည်စေသင့်သည်။ ရလဒ်အနေနှင့် လူတစ်ဦးသည် ၎င်း၏ရပ်ရွာ လူထုအသိုက်အဝန်းတွင် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရသာ တာဝန်ရှိသည်မဟုတ်၊ တရားမျှတမှု၊ အသုံးဝင်မှုနှင့် လိုအပ်ချက်များအတွက် ဥပဒေများကို အကဲဖြတ်ရန်နှင့် မေးခွန်းထုတ်ရန်လည်း တာဝန်ရှိသည်။

ဇယား ၄.၁။ အရပ်သားများပါဝင်မှု ပုံစံများ (နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကုဒ်များ Fry and O’ Brien, 2017 မှ ကူးယူသည်)

လုပ်ငန်း	အရပ်သားများပါဝင်မှုပုံစံ
ရပ်ရွာလူထု ပူးပေါင်းပါဝင်သည်။	ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ တာဝန်ရှိသည်။
ဥပဒေ/စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာသည်။	ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ တာဝန်ရှိသည်။
အခြားသူများကိုလေးစားသည်။	ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ တာဝန်ရှိသည်။
အခွန်ပေးဆောင်သည်။	ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ တာဝန်ရှိသည်။
မဲ/နိုင်ငံရေးတွင် ပါဝင်သည်။	တက်တက်ကြွကြွပါဝင်သည်။
မျက်မှောက်ရေးရာနှင့် ပတ်သက်၍ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ စောင့်ကြည့်သည်။	တက်တက်ကြွကြွပါဝင်သည်။
အစိုးရ၏ လုပ်ဆောင်ပုံနှင့် ၎င်း၏သမိုင်းကြောင်းကို နားလည်ပါသည်။	တက်တက်ကြွကြွပါဝင်သည်။
အစိုးရအကြောင်း အလေးအနက် စဉ်းစားပြီး အဘယ်ကြောင့် ဤသို့ဖြစ်နေကြောင်း မေးသည်။	တရားမျှတမှုကို ဦးတည်သည်။

လုပ်ငန်း	အရပ်သားများပါဝင်မှုပုံစံ
လူမှုရေးကိစ္စများနှင့် မတရားမှုများ၏ အကြောင်းရင်းများကို စဉ်းစားသည်။	တရားမျှတမှုကို ဦးတည်သည်။
လူမှုရေးမတရားမှုများကို ဆန့်ကျင်သည်။	တရားမျှတမှုကို ဦးတည်သည်။
စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေများကို အကဲဖြတ်သည်၊ မေးခွန်းထုတ်သည်။	တရားမျှတမှုကို ဦးတည်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့တွင် ဥပဒေကို လိုက်နာရန် တာဝန်ရှိရုံသာမက အခွန်တွေ ပေးဆောင်ရမည် (Fry and O'Brien, 2017)။ အခြားသူများကိုလည်း လေးစားရမည်ဟု ပြောခဲ့သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အစိုးရအလုပ်လုပ်ပုံနှင့် ဥပဒေများသည် မည်သည့်အတွက်ဖြစ်သည်ကို နားလည်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများတွင် ပိုမိုတက်ကြွစွာလုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ အများအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် တရားမျှတမှုကို ဦးတည်သည့်အပြင် ကျွန်ုပ်တို့၏အသိုက်အဝန်းတွင် တက်ကြွသော အဖွဲ့ဝင်များဖြစ်ရန် လိုအပ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် လူမှုရေး ပြဿနာများ၏ အရင်းအမြစ်များကို စဉ်းစားရန်နှင့် မမျှတမှုကို ဖန်တီးနေသော ဥပဒေ ဖြစ်သလား ဆိုသည်ကို မေးခွန်းထုတ်ရန် လိုသည်။ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်း၏ အဖွဲ့ဝင် တစ်ဦးအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝေဖန်ပိုင်းခြား စဉ်းစားတွေးခေါ်မှု စွမ်းရည်များ၊ အခွင့်အရေး များကို အသုံးပြု၍ ဥပဒေသည် တရားမျှတမှုမရှိ၊ အသုံးမဝင်၊ လိုအပ်မှုမရှိ ဖြစ်နေပါက ထောက်ပြသင့်သည်။ ထိုဥပဒေများကို မည်သို့ပြောင်းလဲနိုင်ကြောင်းကို ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံ ဥပဒေတွင် ပြထားသည့်အတိုင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ အခွင့်အရေးများကိုသုံး၍ ပြောနိုင်ပါသည်။ ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေကိုပင် မည်သို့ပြောင်းလဲနိုင်ကြောင်းကို ထောက်ပြရန် အခွင့်အရေး ရှိသည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ နှစ်ယောက်တစ်တွဲ လုပ်ဆောင်ခြင်း

၁။ ဖော်ပြချက်များကို ဖတ်ပါ။ မည်သည့်ဖော်ပြချက်များသည် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများဖြစ်၍ မည်သည့် ဖော်ပြချက်များသည် ဥပဒေများဖြစ်သနည်း။ မည်သည့် ဖော်ပြချက်များသည် အမျိုးအစားနှစ်ခုလုံး၌ ပါဝင်နေသနည်း။

- အိမ်စာအမြဲလုပ်ပါ။
- ကွမ်းတံတွေးမထွေးရ။
- မိဘတွေရဲ့စကားကို အမြဲနာခံပါ။
- ဆိုင်ကယ်စီးသူတိုင်း ဦးထုပ်ဆောင်းရမည်။
- မီးနီကိုဖြတ်၍ မမောင်းရ။

စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ	ဥပဒေများ

၂။ ဆွေးနွေးပါ - ဥပဒေနှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း အကြား ခြားနားချက်မှာ အဘယ်နည်း။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သင်ယူမှု စခန်းများ

ဥပဒေ	ရည်ရွယ်ချက်	တရားမျှတမှု ရှိ/မရှိ။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။	အသုံးဝင်မှု ရှိ/မရှိ။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။	လိုအပ်မှု ရှိ/မရှိ။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။	နိုင်ငံသားတိုင်း၏ တာဝန်/ဝတ္တရားများ

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ အုပ်စုလိုက်တင်ပြခြင်း

ပေးထားသောဇယားကွက်မှ အမျိုးအစား (၃) ခုကို ရွေးပြီး သင်၏တိုင်းပြည်သစ်အတွက် အမျိုးအစားတစ်ခုစီ အတွက် ဥပဒေတစ်ခု ဖန်တီးပါ။ ဥပဒေတစ်ခုစီ၌ ရှင်းလင်းပြတ်သားသော ရည်ရွယ်ချက်ရှိရမည်။ မျှတ၍ အကျိုးရှိပြီး လိုအပ်မှုရှိရပါမည်။ ထို့နောက် ထိုဥပဒေများနှင့် စပ်လျဉ်းသော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၌ နိုင်ငံသားတစ်ဦး၏ တာဝန်နှင့်ဝတ္တရားများကို စာရင်းပြုစုပါ။

အိမ်ထောင်ရေး	အခွန်အခများ	အရက်သေစာ
ယာဉ်မောင်းနှင်ခြင်း	မီဒီယာ	ဘာသာရေး
မဲပေးခြင်း	မူးယစ်ဆေးဝါး	ပတ်ဝန်းကျင်
တိရစ္ဆာန်များ	လက်နက်ကိုင်ဆောင်ခြင်း	အလုပ်အကိုင်

ဤနေရာတွင်မှတ်စုရေးပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ အကျင့်စာရိတ္တ၊ တန်ဖိုးများနှင့် ဥပဒေများအကြား မည်သို့အားဖြင့် ဆက်နွှယ်နေသနည်း။ ကျွန်ုပ်တို့ အဘယ်ကြောင့် ဥပဒေများ လိုအပ်သနည်း။
၂။ ဥပဒေ၏ ရည်ရွယ်ချက်ကို နားလည်ရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။
၃။ ဥပဒေတစ်ခုသည် တရားမျှတမှု၊ အသုံးဝင်မှု (သို့မဟုတ်) လိုအပ်မှုမရှိပါက နိုင်ငံသားတစ်ဦးတွင် မည်သည့်တာဝန်များ ရှိသနည်း။
၄။ ဤအခြေအနေတွင် ထိုဥပဒေအား ဖန်တီးခြင်းနှင့် ပြဋ္ဌာန်းခြင်းအတွက် မည်သူ့ကို တာဝန်ခံရမည်နည်း။ မည်သူတို့အတွက် တာဝန်ခံရမည်နည်း။

၅။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဥပဒေများသည် တရားမျှတ၍ လိုအပ်သည်ဆိုပါက၊ ဥပဒေများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများ၏ တန်ဖိုးများနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုကို ထင်ဟပ်ကြောင်းပြသပါက၊ နှစ်ဖက်စလုံးသည် တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှု ရှိပါက၊ ၎င်းဥပဒေများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏နိုင်ငံ၊ ဒေသ/ကမ္ဘာ့အသိုက်အဝန်းအပေါ် မည်သို့ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိသနည်း။

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ်

အဓိကအချက်များ

- ကျွန်ုပ်တို့သည်အခြားသူများနှင့် လူမှုရေးစာချုပ်တစ်ခုကို လိုက်နာရသောအခါ၊ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အပြန်အလှန် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့တစ်ခု၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေများရှိရန် လိုအပ်ကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့သဘောတူသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်နေထိုင်လိုသည့် တရားဝင်မှုဘောင်များနှင့် သဘောတူညီချက်အမျိုးမျိုးကို ဖန်တီးရာတွင် အချင်းချင်း ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ တာဝန်အဖြစ် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သည်။
- လူ့ဘောင်တွင် အောင်မြင်စွာနေထိုင်နိုင်ရန် မိမိတို့မျှော်မှန်းထားသောအရာများ ပြည့်မီရန် လိုအပ်သည်။ ဤမျှော်မှန်းချက်များအား ဖြည့်ဆည်းခြင်းသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် စိန်ခေါ်မှု ဖြစ်နိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏အလုပ်နှင့် နေမှုထိုင်မှုတွင် စည်းကမ်းရှိကြောင်း သေချာစေရန် မိမိကိုယ်ကိုထိန်းညှိခြင်း (သို့မဟုတ်) ကိုယ်ပိုင် စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းခြင်းသည် အရေးကြီးသည်။
- မိမိကိုယ်ကိုထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းသည် တိကျသောစည်းမျဉ်းများကို လိုက်နာခြင်းနှင့် တိကျသောစံနှုန်းများ ပြည့်မီစေရန်အတွက် သာမက၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအောင်မြင်မှုအတွက်ပါ အရေးကြီးသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ ပညာရေးထူးချွန်မှု၊ လုပ်ငန်းခွင် အောင်မြင်မှုများ၊ တည်ငြိမ်၍ ကျေနပ်ဖွယ်ကောင်းသော ဆက်ဆံရေးများ၊ ရာဇဝတ်မှု၊ အကြမ်းဖက်လုပ်ရပ်များ (သို့မဟုတ်) မူးယစ်ဆေးစွဲခြင်း စသည်တို့ကို ခုခံရန်အတွက် အရေးကြီးသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းထိန်းချုပ်မှုများပါဝင်သော ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင် အရည်အချင်းများကို ရှေးဦးစွာဖွံ့ဖြိုးရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းတို့ဖွံ့ဖြိုးပြီးသောအခါ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး စွမ်းရည်များ တိုးတက်လာခြင်းနှင့် ပိုမိုကြီးမားသော လူမှုအသိုက်အဝန်းအတွင်း အချင်းချင်း အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရေး ကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးတက်အောင်မြင်လာနိုင်ခြေ ပိုများသည်။

- ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များသည် လူတစ်ဦးချင်းစီအား ၎င်းတို့၏အိမ်မက်များသို့ ရောက်ရှိစေရန်၊ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းမှုကို မြှင့်တင်ရန်နှင့် ၎င်းတို့သင်ယူနေသောအရာများနှင့် စိတ်ဝင်စားမှုကို ထိန်းသိမ်းရန် ကူညီသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အောင်မြင်သော ကျောင်းသားများသည် သီးခြားသင်ယူမှု ရည်မှန်းချက်များ သတ်မှတ်ခြင်း၊ ကိုယ်ပိုင်လေ့လာသင်ယူမှုကို စောင့်ကြည့်ခြင်းနှင့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် တစ်ခုဆီသို့ ဦးတည်နေသော ၎င်းတို့၏တိုးတက်မှုကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းသောလုပ်ငန်းများ ပါဝင်သည်။
- အပြုသဘောဆောင်သော စည်းကမ်းသည် ဆန္ဒရှိသောအပြုအမူများကို လုပ်ဆောင်ရန် အားပေးခြင်းအားဖြင့် ကလေးအား မိမိကိုယ်ကိုထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် ယုံကြည်မှုကို သင်ကြားရန် ရည်ရွယ်သည်။ ၎င်းသည် စိတ်၏ကျန်းမာစေသော အလေ့အထများကို ဖြစ်စေပြီး ထိန်ချုပ်မှုမရှိသော စိတ်ခံစားမှုများနှင့် အတွေးများကို တားဆီးပေးသည်။
- စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝနှင့် ထိတွေ့မှုရှိသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် တာဝန်ယူမှု၊ တရားမျှတမှု၊ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ခြင်း၊ အမှားများကို အပြစ်ပေးခြင်းနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ သာယာဝပြောမှုကို အားဖြည့်ပေးသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုးလ်ဘာ့ဂ် (Kohlberg) ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အဆင့်များဖြစ်သော 'စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ သမားရိုးကျအဆင့်' နှင့် 'သမားရိုးကျထက် သာလွန်သော စာရိတ္တအဆင့်' သို့ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သွားသောအခါ လူမှုဆက်ဆံရေးနှင့် ဆိုင်သော အဆင့်များကို သတိပြုမိလာသည်။ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် ဥပဒေ များသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် လူတစ်ဦးအတွက် အကျိုးမပြုနိုင်သည့်တိုင် လူထုတစ်ရပ်လုံး၏ အဖွဲ့ဝင်များကို အကျိုးပြုရန် ရည်ရွယ်ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ သဘောပေါက်လာသည်။ ဤအယူအဆကို သဘောတူသောအခါ ကျွန်ုပ်တို့သည် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်း၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ရခြင်းကို လေးစားလာသည်။
- သတ်မှတ်ထားသောနေရာ တစ်ခုအတွက် လူတစ်ဦး (သို့) အုပ်စုတစ်စု (ဥပမာ - လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုတွင် မန်နေဂျာ၊ အိမ်တွင် မိဘများ၊ စာသင်ခန်းတစ်ခုတွင် ဆရာများနှင့် ကျောင်းသားများ) မှ ချမှတ်ထားသော အရာဖြစ်သည်။ အခြားတစ်ဖက်တွင်မူ ဥပဒေကို လူထုတစ်ရပ်လုံး အတွက် ဥပဒေပြုလွှတ်တော် (ဥပမာ - ပြည်ထောင်စုအဆင့် သို့မဟုတ် တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်) က ချမှတ်ပြီး တရားဝင်စာရွက်စာတမ်းများတွင် ရေးထားသည်။

- အစိုးရသည် ကိုယ်စားပြု၍ တာဝန်ခံမှုရှိလျှင် ၎င်းချမှတ်သောဥပဒေများသည် ပြည်သူတို့၏ တန်ဖိုးများနှင့် အကျိုးစီးပွားများကို ထင်ဟပ်စေလိမ့်မည်။ အစိုးရက ဥပဒေဖန်တီးသည့်တိုင် ၎င်းသည် ဥပဒေ၏အထက်တွင်မရှိပါ။ ဥပဒေများသည် အစိုးရကိုယ်စားလှယ်များနှင့်လည်း သက်ဆိုင်သည်။ ဥပဒေသည် အစိုးရ မဟုတ်ဘဲ ဥပဒေအရသာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် တရားမျှတမှုမြှင့်တင်ရေးသည် "တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး" ဟူသော သဘောတရား၌ ထင်ဟပ်နေသည်။
- လူသားအားလုံးသည် တူညီသော ဘဝအရည်အသွေးကို ခံစားနိုင်ရန် ဥပဒေများသည် လူမှုဝိသေသလက္ခဏာများဖြစ်သော ကျား၊မ၊ အသက်၊ ဘာသာရေး၊ လူမျိုးရေး၊ တရားဝင်ရာထူး၊ အဆင့်အတန်း၊ လိင်၊ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုကို အခြေခံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို ကာကွယ်ရန် ကြိုးစားသင့်သည်။ ပိုမိုအင်အားကောင်းသော အုပ်စုတစ်ခုကို ပိုမိုအားနည်းသော အုပ်စုထက် ပို၍မျက်နှာသာမပေးသင့်ပါ။
- ဒီမိုကရေစီသည် လူတိုင်းအတွက် ပွင့်လင်းမြင်သာသော လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့် ဥပဒေများကို ပြုလုပ်သည်ဟူသော အယူအဆပေါ် အခြေခံသည်။ အကောင်းဆုံးမှာ ဥပဒေများသည် တရားဝင်ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု အောင်မြင်ရန် ကောင်းစွာရေးဆွဲသင့်သည်။ ၎င်းတို့သည် နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ရမည်။ သို့မှသာ သာမန်နိုင်ငံသားတို့က ၎င်းတို့ကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။
- ကျွန်ုပ်တို့၏ အစိုးရ အလုပ်လုပ်ပုံနှင့် ဥပဒေများသည် မည်သည့်အတွက်ဖြစ်သည်ကို နားလည်ခြင်းအားဖြင့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများတွင် ပိုမိုတက်ကြွစွာ လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ အများအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် တရားမျှတမှုကို ဦးတည်သည့်အပြင် ရပ်ရွာလူထုအတွင်းတွင် တက်ကြွသော အဖွဲ့ဝင်များဖြစ်ရန် လိုအပ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် လူမှုရေး ပြဿနာများ၏ အရင်းအမြစ်များကို စဉ်းစားရန်နှင့် ဥပဒေသည် တရားမမျှတမှုကို ဖန်တီးနေသလားဆိုသည်ကို မေးခွန်းထုတ်ရန်လိုသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝေဖန်ပိုင်းခြားစဉ်းစားတွေးခေါ်မှုစွမ်းရည်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏အခွင့်အရေးများကို အသုံးပြုပြီး ရပ်ရွာလူထုအသိုက်အဝန်းမှ အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအနေနှင့် ဥပဒေတစ်ခုသည် မမျှတမှု၊ အသုံးမဝင်မှု၊ မလိုအပ်မှု ဖြစ်နေပါက ထောက်ပြနိုင်သင့်သည်။ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း ယင်းဥပဒေများအား မည်သို့ပြောင်းလဲမည် ဆိုသည်ကို ကျွန်ုပ်တို့၏ အခွင့်အရေးများကို အသုံးပြုပြီး ပြောနိုင်သည် (သို့မဟုတ်) ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေကိုပင် မည်သို့ပြောင်းသင့်ကြောင်း ထောက်ပြနိုင်သည်။

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း

၁။ ဤအခန်းတွင် သင် လေ့လာသင်ယူခဲ့သော အဓိကတန်ဖိုးများမှာ အဘယ်နည်း။
၂။ မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းသည့် အလေ့အကျင့်များသည် ပြည်သူ့နီတိကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးများကို မည်သို့ပံ့ပိုးပေးနိုင်သနည်း။
၃။ မိမိကိုယ်ကိုထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၊ ဥပဒေများအကြား ဆက်နွှယ်မှုကို လေ့လာပြီးနောက် သင်၏စာသင်ခန်း၌ အပြုသဘောဆောင်သော စည်းကမ်းကိုကျင့်သုံးရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။
၄။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု၊ အောင်မြင်သော စိတ်၏အလေ့အထများ ရှိခြင်းနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ နိုင်ငံတော်အစိုးရနှင့် ဥပဒေများအကြောင်း အသိပညာ ဗဟုသုတများရှိခြင်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာလူထု လူမှုအသိုက်အဝန်းများတွင် လူမှုရေးပြဿနာများကို ပိုမိုတက်ကြွစွာဖြေရှင်းနိုင်ရန် မည်သို့အထောက်အကူ ဖြစ်စေသနည်း။

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ

၄.၁။

Living Democracy. (2015). *Unit 5: Rules and law – The basis of living together.* Retrieved from https://www.living-democracy.com/textbooks/volume-2/unit-5/

Kibret, B. T. (2016). Life Skills Training (LST) program for young people: Justifications, foundations and contents. *International Journal of School and Cognitive Psychology. 3* (1). Retrieved from https://www.longdom.org/open-access/life-skills-training-lst-program-for-young-people-justificationsfoundations-and-contents-2469-9837-1000163.pdf

Maranges, H. M., & Baumeister, R. F. (2016). Self-control and ego depletion. In *Vohs, K. D., & Baumeister, R.F. (Eds). Handbook of self-regulation, Third edition: Research, theory, and applications*. Retrieved from https://books.google.com.mm/books?id=hs90CwAAQBAJ&pg=PA42&lpg=PA42&dq=self-discipline+self-regulation+rules+laws&source=bl&ots=d1AyUr_Hdm&sig=ACfU3U0pEbJsJRVY68M_83RjlLRfWP0Trw&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwi13oHI1N_pAhUA8XMBHRfQBTYQ6AEwEHoECAwQAQ#v=onepage&q=self-discipline%20self-regulation%20rules%20laws&f=false

Sahranavard, S., Miri, M. R., & Salehiniya, H. (2018). The relationship between self-regulation and educational performance in students. *Journal of Education and Health Promotion, 7* (154). Retrieved from https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_93_18

Wright, C. (2018). *Young adult success: Skills for lifelong and continuous learning*. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/life-and-learning-skills

၄.၂။

Fry, S. W., & O'Brien, J. (2017). *Social justice through citizenship education: A collective responsibility*. Emerald Group Publishing. Retrieved from http://scholarworks.boisestate.edu

Wong, K., & McLaughlin, R. (2012). *Active citizenship*. Mote Oo Education. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/civic-and-peace-education

McLaughlin, R. (2015). *Democracy*. Mote Oo Education. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/civic-and-peace-education

Rule of Law Centers. (2015). *Module 1: Introduction to training course and rule of law*. Retrieved from https://www.rolcmyanmar.org/files/uploads/publication/courses/module_1.pdf

Rule of Law Centers. (2015). *Module 4: Equality and vulnerable groups.* Retrieved from https://www.rolcmyanmar.org/files/uploads/publication/courses/module_4.pdf

Stoller, F. L., & Reilly, K. (2000). Rules and laws. In Stoller, F. L. (Ed). *Language and civil society: Civic education e-journal.* Retrieved from https://americanenglish.state.gov/files/ae/resource_files/civic_education_ch6.pdf

The Open University. (n.d.). Law and justice. *Society, politics and law.* Retrieved from https://www.open.edu/openlearn/ocw/mod/oucontent/view.php?id=68341

အခန်း ၅

ငြိမ်းချမ်းစွာအတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း

ဤအခန်းသည် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၌ ယခုအချိန်အထိ ထိရောက်စွာပါဝင်သော ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပြည်သူ့နီတိ ပညာရေး၏ ရည်ရွယ်ချက်နှစ်ခုကို အနီးကပ်လေ့လာကြည့်ရှုထားသည်။ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုမှာ သင်ယူသူများကို အခြားသူများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ဂရုပြုမှု၊ စာနာမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုကို လေးစားခြင်း ပိုမိုတိုးတက်စေရန် ကူညီပေးနိုင်ရန် ဖြစ်သည်။ အခြားရည်ရွယ်ချက်မှာ သင်ယူသူများအား လူသားအချင်းချင်း အပြန်အလှန်မှီခိုအားထားမှုကို အသိအမှတ်ပြုရန်နှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် နေထိုင်နိုင်သည့်သဘောထားနှင့် အလေ့အကျင့်များကို လိုက်နာတတ်ရန် ဖြစ်သည်။ ဤအခန်းသည် မတူကွဲပြားသော ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများ (လူမျိုး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာရေး၊ ဘာသာစကား၊ ကျား/မ၊ အသက်) နှင့် အခြားအချက်များက အတူတကွနေထိုင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ စွမ်းရည်ကို မည်သို့ ဩဇာလွှမ်းမိုးကြောင်းကို ဆွေးနွေးထားသည်။ ယဉ်ကျေးမှုကဏ္ဍတွင် သဟဇာတဖြစ်အောင် နေထိုင်နိုင်သော နည်းလမ်းများနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုပညာရေး သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင်၏ လက္ခဏာများ အကြောင်းဆွေးနွေး၍ အနှစ်ချုပ်ထားသည်။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤအခန်းကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ အဓိပ္ပာယ်နှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှုအကြောင်း ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ သာဓကများနှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ သက်ရောက်မှုကို ဖော်ပြတတ်မည်။
- ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရာတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် အဟန့်အတားများနှင့် ယင်းအဟန့်အတားများကို အမြစ်ဖြတ်တိုက်ဖျက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

- စာသင်ခန်းနှင့် ရပ်ရွာဒေသအတွင်း ကွဲပြားစုံလင်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် အမှတ်တရများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၊ မျှဝေတတ်မည်။
- မတူကွဲပြားပြီး ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရန် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို အဆိုပြုတတ်မည်။
- ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး အကြောင်း ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- စာသင်ခန်း၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာအဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် သာဓကအမျိုးမျိုးကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- အလယ်တန်း ကျောင်းသားများအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးကို အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသော အတွေ့အကြုံကို မည်သို့တည်ဆောက်နိုင်ကြောင်း လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ခုကို ဖန်တီးတတ်မည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ

(က) (၁.၂) ကျောင်းသားများ၏ တစ်ဦးချင်းသင်ယူမှုလိုအပ်ချက်နှင့် ကိုက်ညီမည့် သင်ကြားနည်း အမျိုးမျိုးကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်းပြသသည်။

(က) (၄.၁) အခြေခံပညာသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် သင်ရိုးဖွဲ့စည်းပုံ၊ အကြောင်းအရာနှင့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည် သဘောပေါက်ကြောင်း ပြသသည်။

(ခ) (၁.၂) သင်ကြားသင်ယူမှုတွင် ပညာရေးဆိုင်ရာ နည်းပညာများနှင့် နည်းဗျူဟာ အမျိုးမျိုးကို အသုံးပြု သင်ကြားနိုင်စွမ်းရှိကြောင်းပြသည်။

အဓိက အသုံးအနှုန်းများ

ပဋိပက္ခ၊ မတူကွဲပြားမှု၊ သဟဇာတဖြစ်စွာနေထိုင်ခြင်း၊ ယဉ်ကျေးမှုမျိုးကွဲစုံလင်သော အဖွဲ့အစည်း၊ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သောပညာရေး။

၅.၁။ ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ခြင်း

သင်ခန်းစာ (၁.၂.၁) တွင် ကျွန်ုပ်တို့တွေ့ရှိခဲ့သည့်အတိုင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ ရုပ်ရှာလူမှု အသိုက်အဝန်းများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများ ဖန်တီးခြင်းအတွက် ကြီးမားသော အခန်းကဏ္ဍတွင် ပါဝင်သည်။ မတူညီသည့်အသိုက်အဝန်းများ များစွာရှိသောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့တွင်လည်း ကွဲပြားသောလက္ခဏာ များစွာရှိကြသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်သည် ကျောင်းသားတစ်ယောက် ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်သည်၊ သမီး (သို့မဟုတ်) သားတစ်ယောက်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ မြန်မာစကားပြောသူ၊ ပတ်ဝန်းကျင်အား လှုံ့ဆော်ပေးသူ တစ်ဦးလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဝိသေသလက္ခဏာသည် လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကွဲပြားခြားနားပုံနှင့် တူညီပုံ စသည့် ထူးခြားမှုများကို အလေးပေးသော်လည်း၊ မတူကွဲပြားမှုသည် လူအချင်းချင်း မည်သို့ ကွဲပြားခြားနားကြကြောင်းကို အလေးထားသည် (UNESCO-IICBA, 2017)။ ဤကွဲပြားခြားနားမှုများနှင့် ထူးခြားမှုများထဲမှ အချို့မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမျိုး၊ လူမျိုးစု၊ ကျား၊မ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ လူမှုစီးပွားအဆင့်အတန်း၊ အသက်၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်၊ ဘာသာရေး ယုံကြည်ချက်နှင့် နိုင်ငံရေးယုံကြည်ချက် စသည်တို့ ပါဝင်သည်။ မတူကွဲပြားမှုများကို ခွန်အားအရင်းအမြစ်အဖြစ် ရှုမြင်သင့်သည်။ သို့သော် ၎င်းကွဲပြားမှုများသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် ကွဲပြားမှုကို ကြောက်ရွံ့သူများ (သို့မဟုတ်) ကွဲပြားမှုကို မနှစ်သက်သူများကြောင့် ဖြစ်ပွားတတ်သော အကြမ်းဖက်မှု၏ အရင်းအမြစ်တစ်ခုလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးသည် မတူကွဲပြားမှုမျိုးစုံကို ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့် လက်ကမ်းကြိုဆိုရန် ရည်ရွယ်သည်။ သို့မှသာ မတူကွဲပြားမှုသည် ပဋိပက္ခများနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများ၏ အကြောင်းအရင်းတစ်ခု ဖြစ်လာမည့်အစား၊ မိမိတို့အတွက် အဖိုးတန်သောအရာတစ်ခု ဖြစ်ကြောင်း လက်ခံလာကြပေမည်။ ဤနေရာတွင် အသုံးပြုသော မတူကွဲပြားခြင်းဟူသော အသုံးအနှုန်းသည် ကျွန်ုပ်တို့မတူကွဲပြားမှုအတွက် အတူတကွလုပ်ဆောင်ရန် သဘောထား ဖြစ်သည် (Fras & Schweitzer, 2016)။ ၎င်းသည် ကျွန်ုပ်တို့အား မတူကွဲပြားမှုများမှ ခွန်အားကို ရယူစေပြီး ကွဲပြားမှုကို လေးစားတန်ဖိုးထားစေသည်။

၅.၁.၁။ ကွဲပြားစုံလင်မှု အတွင်းရှိ ငြိမ်းချမ်းရေး

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ အဓိပ္ပာယ်နှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှုအကြောင်း ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
- ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ သာဓကများနှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ သက်ရောက်မှုကို ဖော်ပြတတ်မည်။
- ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရာတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် အဟန့်အတားများနှင့် ယင်းအဟန့်အတားများကို အမြစ်ဖြတ်တိုက်ဖျက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

မတူကွဲပြားမှုသည် လူသားများနှင့် ဖွဲ့စည်းထားသောအဖွဲ့များနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၏ ထူးခြားမှုနှင့် များပြားလှသော ကိုယ်ပိုင်ဝိသေသလက္ခဏာများကိုပြသည် (UNESCO, 2001)။ "မတူကွဲပြားမှု ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။" ဆိုသည့်မေးခွန်းကို ဝေါဟာရများနှင့် ရှင်းလင်းချက် အမျိုးမျိုးကို သုံး၍ အုပ်စုအသီးသီးက ဖြေရှင်းခဲ့သည်။ ထိုအရာများတွင် -

"မတူကွဲပြားသောအရာများရှိခြင်း (သို့မဟုတ်) မတူကွဲပြားသော အရာများဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားခြင်း၊ အမျိုးအစားစုံလင်ခြင်း၊ အထူးသဖြင့် ကျောင်းတွင် မတူကွဲပြားမှုကို မြှင့်တင်ရန်ရည်ရွယ်သော အစီအစဉ်ကဲ့သို့ အုပ်စုတစ်စု (သို့မဟုတ်) အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအတွင်းတွင် (ကွဲပြားသော လူမျိုးစုများနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများကဲ့သို့သော) ပုံစံကွဲပြားသောသူများ ပါဝင်ဖွဲ့စည်းထားသော အခြေအနေ" (Merriam Webster Dictionary)။

"မတူကွဲပြားမှုဆိုသည်မှာ လူမျိုးစုများက ၎င်းတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံများ၊ ပုံစံများ၊ ရှုထောင့်အမြင်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ယုံကြည်ချက်များကို ၎င်းတို့နှင့် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ပြောဆိုသော အခြားအဖွဲ့များနှင့် အဖွဲ့အစည်းများထံသို့ ၎င်းတို့၏ပိုင်ဆိုင်မှုများ အဖြစ် ယူဆောင်လာသူများကို စုစည်းထားသောအရာတစ်ခု ဖြစ်သည်" (Duion, 1999)။

“ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများအတွင်း တည်ရှိနေသော လူအမျိုးမျိုးနှင့် ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို တစ်ဦးချင်းစီက သိရှိလက်ခံခြင်းအဆင့်” (Schulz, et al., 2016)။

မတူကွဲပြားမှုများကို မူလအဆင့်ရှုထောင့်၊ ဒုတိယအဆင့်ရှုထောင့်နှင့် တတိယအဆင့်ရှုထောင့် ဟူ၍ သုံးမျိုးခွဲခြားနိုင်သည် (Rijamampianina, R. & Carmichael, T., 2005)။ ကျား၊မ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုရေးအဆင့်အတန်း၊ လူမျိုးရေး၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ လူမျိုး၊ အသက်နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ (သို့မဟုတ်) ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များကဲ့သို့သော မူလအဆင့် ရှုထောင့်များသည် ကမ္ဘာကြီးအားမည်သို့ရှုမြင်ပုံနှင့် မိမိကိုယ်မိမိ မည်သို့သဘောထားသည်ကို အခြေခံသည်။ ဒုတိယအဆင့်ရှုထောင့်များသည် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် ကြည့်ရုံဖြင့် မမြင်သာသော အခြားသူများ၏ ပညာရေးနောက်ခံ၊ ဘာသာရေး၊ ပထမဘာသာစကား၊ မိသားစု၊ အခြေအနေ အဆင့်အတန်း၊ အလုပ်အတွေ့အကြုံ၊ ဝင်ငွေ၊ ဆက်သွယ်ရေးပုံစံနှင့် ပထဝီဝင်တည်နေရာတို့ ပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့သည် တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ မိမိကိုယ်မိမိလေးစားတန်ဖိုးထားမှုနှင့် မိမိကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများ သတ်မှတ်ခြင်းကို ပုံဖော်ပေးသည်။ တတိယအဆင့်ရှုထောင့် များသည် အများအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများဖြစ်သည့် ယုံကြည်ချက်များ၊ ယူဆချက်များ၊ ခံယူချက်များ၊ သဘောထားများ၊ တန်ဖိုးများ၊ ခံစားချက်များနှင့် အုပ်စုလိုက်စံများ ဖြစ်သည်။ ဥပမာတစ်ခုမှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြည်သူ့နီတိတန်ဖိုးများဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်များအတွက် တရားမျှတမှုကို ထောက်ပံ့ပေးသော ပြည်သူ့နီတိ အသိပညာကို အသုံးချပုံ ဖြစ်သည်။ ထိုနည်းတူစွာပင် ယင်းဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ပတ်သက်သော ကျွန်ုပ်တို့၏ ထင်မြင်ချက်များသည် အခြားသူများအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ အမြင်များကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြုအမူများကို ပုံဖော်ပေးသည်။ အောက်ပါဇယားသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် ကျွန်ုပ်တို့ပြုမူပုံနှင့် ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များချရာတွင် မတူကွဲပြားသော ဝိသေသလက္ခဏာအချို့ကို ဖော်ပြသည်။

ပုံ ၅.၁။ မတူကွဲပြားမှု ရှုထောင့်များ

ရင်းမြစ် - လက်တွေ့ကျ၍ လွှမ်းခြုံမှုရှိသောနည်းလမ်းဖြင့် မတူကွဲပြားမှုကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းခြင်း (Rijamampianina, R. & Carmichael, T., 2005)

ငြိမ်းချမ်းမှုပညာရေးသည် ကျွန်ုပ်တို့ တစ်ဦးချင်းစီအား မိမိကိုယ်မိမိ သိမြင်ခြင်းနှင့် မတူကွဲပြားမှုကို နားလည်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ခံစား၊ တွေးခေါ်ပုံနှင့် ပြုမူပုံကို တိုးတက်စေရန် ကူညီပေးသည်။ ယင်းမတူကွဲပြားမှုများတွင် မိမိသည် မည်သည့်မတူကွဲပြားမှုနှင့် အံဝင်ကြောင်း သိရှိသဘောပေါက်၍ မတူကွဲပြားမှုအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာတဲ့အခါ အောက်ပါ အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်သည်။

- မိမိကိုယ်မိမိသိရှိမှု၊ မိမိကိုယ်ကိုတန်ဖိုးထားမှုနှင့် အခြားသူများနှင့်လိုက်လျောညီထွေဖြစ်သည်ဟု ခံစားသိရှိမှုများ တိုးပွားလာသည်။
- မတူကွဲပြားမှုကို ပိုမိုသိရှိနားလည်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် လူမှုအသိုက်အဝန်း၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များကို သိရှိစေသည်၊ ကမ္ဘာကြီးအပေါ် နားလည်မှုကို ပုံဖော်ပေးပြီး၊ ရွေးချယ်မှုများကို ဆုံးဖြတ်ပေးသည်။

- အကျိုးဖြစ်ထွန်းသော ဆက်ဆံရေးအသစ်များ တည်ဆောက်ခြင်းအတွက် ပံ့ပိုးပေးသည်။
- တစ်ဦးချင်းစီအနေနှင့် သင်ယူရန်နှင့် ကြီးပြင်းခွင့်ရရန် အခွင့်အလမ်းပေးသည်။ ရှုထောင့် အသစ်များအတွက် ပိုမိုတန်ဖိုးရှိစေပြီး ယဉ်ကျေးမှုနှင့် နိုင်ငံတကာ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးမှုများကို ချောမွေ့စေနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့အား နေ့စဉ်မှန်းဆချက်များကို ကျော်လွန်၍ ကျွန်ုပ်တို့နှင့် အခြားသူများကို ပိုမိုနားလည်မှုပေးနိုင်သော ထင်မြင်ယူဆချက်အသစ်များနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ကိုးကားချက်အသစ်များ ဖွံ့ဖြိုးရန်ကူညီသည် (British Council, 2017)။
- မတူညီသောလူမျိုးများနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများ၏လွှမ်းမိုးမှုများ၊ ထင်မြင်ယူဆချက်များ၊ သဘောထားများနှင့် လိုအပ်ချက်များအား နားလည်နိုင်စွမ်း ရှိစေသည်။ ရေရှည်တွင် ကျွန်ုပ်တို့အား ၂၁ ရာစု စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုစွမ်းရည်၊ မဟာဗျူဟာကျသော ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းနှင့် စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်း စွမ်းရည်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန် ကူညီပေးသည်။

ပညာရေးတွင် မတူကွဲပြားခြားနားမှုများကို လေးစားခြင်း ဆိုသည်မှာ ပညာပေးသူဆရာများက ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ကွဲပြားခြားနားသူများကို တတ်နိုင်သမျှများများ ပါဝင်စေ၍ လုံခြုံစိတ်ချရပြီး ကျောင်းသားအားလုံး အကျုံးဝင်သည့် ညီမျှမှုရှိသော သင်ယူမှုဝန်းကျင် ဖန်တီးခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ အသိအမှတ်ပြုခြင်း၊ ပြုစုပျိုးထောင်ခြင်းနှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ဝိသေသလက္ခဏာ အမျိုးအစားများအလိုက် လူများ၏လိုအပ်ချက်များကို သတိပြုခံစားမှု ဖွံ့ဖြိုးလာခြင်းတို့သည် မတူကွဲပြားသော ပညာရေး၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်များ ဖြစ်သည်။ ဆရာတစ်ဦးအနေနှင့် မတူကွဲပြားမှုများကို အသိအမှတ်ပြုရန်နှင့် စာသင်ခန်းအတွင်း မတူကွဲပြားမှုတန်ဖိုးကို ထိန်းထားရန် အောက်ပါတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုအပ်သည် -

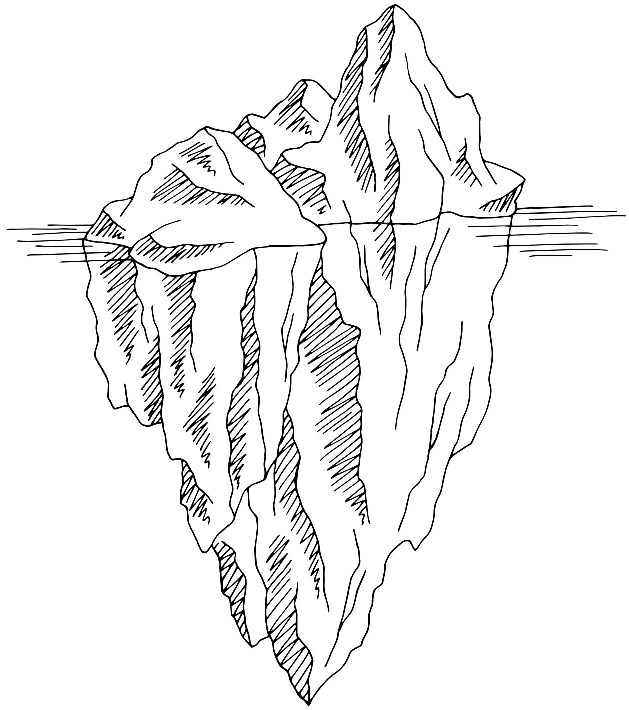
- လူမှုစီးပွားကွာခြားမှု (ပညာရေး၊ ဝင်ငွေနှင့် အလုပ်အကိုင် ပေါင်းစပ်မှု)
- ယဉ်ကျေးမှုကွဲပြားမှု (လူမျိုး၊ လူမျိုးစု၊ ဘာသာရေး၊ ရိုးရာ၊ ပွဲတော်များ၊ အစားအစာများ၊ ဓလေ့ထုံးစံများ စသည်ဖြင့်)
- ကျား၊မ ကွဲပြားမှု (ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် ပါဝင်လုပ်ဆောင်မှု)
- ဖွံ့ဖြိုးမှုကွာခြားချက် (လမ်းလျှောက်တတ်စ ကလေးငယ်၊ ကလေးသူငယ်၊ အပျိုဖော်ဝင်ခြင်း၊ ကြီးကောင်ဝင်ခြင်း စသော ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်အမျိုးမျိုး)

- သင်ယူနိုင်စွမ်း ကွာခြားချက် (အမြင်အာရုံ၊ အကြားအာရုံ၊ ခန္ဓာကိုယ်လှုပ်ရှားမှုစွမ်းရည်၊ ဘာသာစကားစွမ်းရည်၊ သင်္ချာစွမ်းရည်၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုစွမ်းရည်၊ မိမိကိုယ်မိမိသိမှုစွမ်းရည်၊ ရသခံစားမှု)
- ဘာသာစကား ကွာခြားချက် (မိခင်ဘာသာစကား၊ ဒုတိယဘာသာစကား၊ ဘာသာစကားစုံ စသည်ဖြင့်)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ရေး/တွေး-တွဲ-မျှဝေ သင်ယူခြင်း

၁။ ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်း ဟူသော အသုံးအနှုန်းသည် မည်သည်ကို ဆိုလိုသနည်း၊ ဤလူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်း၏ အားသာချက်များမှာ အဘယ်နည်း။ ဤနေရာတွင် မှတ်စုများရေးပါ။

၂။ သင်၏အဖွဲ့တွင် ရေခဲတောင်ပုံကို ဆွဲပြီး ပင်လယ်အပေါ်တွင် သင်မြင်နိုင်သော ကွဲပြားခြားနားသည့် လက္ခဏာများနှင့် ပင်လယ်အောက်တွင် သင်မမြင်ရသော ကွဲပြားမှုလက္ခဏာများကို အမည်တပ်ပါ။ (ပုံ ၅.၁ - မတူကွဲပြားမှုရှုထောင့်များကို ကြည့်ပါ။)



၃။ မတူကွဲပြားခြင်းကို နားလည်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြုအမူနှင့် အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှု တို့အပေါ် မည်သို့အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသနည်း။ ဤနေရာတွင် မှတ်စုများ ရေးပါ။

၄။ မြန်မာနိုင်ငံစာသင်ခန်းများတွင် တွေ့ရသော မတူကွဲပြားခြားနားချက်လက္ခဏာ အနည်းဆုံး (၅) ခု ကို ဖော်ထုတ်ပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်း

၁။ သင်၏ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်များရှိ မတူကွဲပြားမှုရှုထောင့်များ ဇယားကို ကြည့်ပါ။

၂။ အုပ်စုတစ်စုအနေနှင့် စာရွက်တစ်ရွက်ပေါ်တွင် မုန်လာဥပင် (သို့မဟုတ်) ရေခဲတောင်ကို ဆွဲပါ။ မတူကွဲပြားသော ဝိသေသလက္ခဏာများ (မြေပြင် သို့မဟုတ် ပင်လယ်) ထက်၌ မြင်နိုင်သော ကွဲပြားခြားနားသည့် ဝိသေသလက္ခဏာများကို အမည်တပ်ပေးပါ။ မြေပြင် (သို့မဟုတ်) ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် အောက်တွင် မမြင်သာသော ကွဲပြားခြားနားသည့် ဝိသေသလက္ခဏာများကို အမည်တပ်ပေးပါ။

၃။ ဤမေးခွန်းကို စဉ်းစားကြည့်ပါ - မတူကွဲပြားမှုကို နားလည်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ အမူအကျင့်များ နှင့် အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှုအပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှု ရှိသနည်း။

၄။ သင်၏အုပ်စုများတွင် မြန်မာနိုင်ငံစာသင်ခန်းများတွင် သတိပြုမိသော မတူကွဲပြားမှု လက္ခဏာ အနည်းဆုံး (၅) ချက်ကို ဆွေးနွေးပြီး ခွဲခြားသတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ပါ။ ဆွေးနွေးချိန် ၃-၅ မိနစ်ရပါမည်။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ မတူကွဲပြားမှု ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ မတူကွဲပြားမှုသည် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။

၂။ မတူကွဲပြားမှုများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ သင်၏ယုံကြည်ချက်များသည် သင်နှင့်အခြားသူများ၏ ဆက်ဆံရေးကို မည်သို့သက်ရောက်မှုရှိသနည်း။

၃။ မတူကွဲပြားမှုနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်မှုသည် မည်သို့ ဆက်နွှယ်နေသည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

၄။ မတူကွဲပြားမှု၊ အားလုံးအကျုံးဝင်မှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုအတွက် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အတားအဆီးများမှာ အဘယ်နည်း။

၅။ ထိုအတားအဆီးများကို မည်သို့အားဖြင့် ဖယ်ရှားနိုင်မည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

၅.၂။ သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း

အပြန်အလှန်အမှီသဟဲပြု၍ မတူကွဲပြားမှုများအကြား ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုရှိသော ကမ္ဘာကြီးတွင် ငြိမ်းချမ်းစွာနေထိုင်နိုင်ရန် အတူယှဉ်တွဲနေနိုင်ခြင်း၊ တာဝန်သိစွာနှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာဆောင်ရွက်ခြင်း အရည်အချင်းများ လိုအပ်သည်။ အဆင့်အားလုံး၌ ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် သဟဇာတဖြစ်မှုကို ရည်ညွှန်းသည်။ အဆင့်အားလုံးဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ကိုယ်အတွင်း (အတွင်းစိတ် ငြိမ်းချမ်းမှု)၊ အချင်းချင်း (လူမှုရေး ငြိမ်းချမ်းမှု) နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ပတ်ဝန်းကျင် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် (သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ငြိမ်းချမ်းမှု) တို့ ဖြစ်သည်။ ငြိမ်းချမ်းရေးသည် အတွင်းဘက်နှင့် အပြင်ဘက် လုပ်ငန်းစဉ်နှစ်ခုဖြစ်သောကြောင့် ငြိမ်းချမ်းခြင်းနှင့် သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်းသည် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ သဘောထားများ၊ ယုံကြည်ချက်များ၊ လူနေမှုပုံစံနှင့် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များကို ထင်ဟပ်စေသည် (Fras & Schweitzer, 2016)။ ၎င်းသည် ငြိမ်းချမ်းစွာ ပြုမူလုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် ထိုငြိမ်းချမ်းရေးကို တည်တံ့ခိုင်မြဲစေခြင်းတို့နှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်စပ်သည်။ သို့သော် ကိုယ်တွင်းငြိမ်းချမ်းမှုမရှိလျှင် လူတစ်ဦး၏ဘဝသည် လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်စဉ်များ (သို့မဟုတ်) ကမ္ဘာမြေ၏ လူနေမှုစနစ်နှင့် အဆက်အသွယ် မရှိတော့သောကြောင့် ပဋိပက္ခအခြေအနေတစ်ခုတွင် ရှိနေနိုင်သည်။

၅.၂.၁။ ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သည့် လူအဖွဲ့အစည်းအတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- စာသင်ခန်းနှင့် ရပ်ရွာဒေသအတွင်း ကွဲပြားစုံလင်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် အမှတ်တရများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၊ မျှဝေတတ်မည်။

- မတူကွဲပြားပြီး ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရန် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို အဆိုပြုတတ်မည်။

သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း၏ လှုံ့ဆော်မှုအရင်းအမြစ်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ဂန္ဒီ၏ ကျော်ကြားသော အဆိုတစ်ခုမှာ "ကမ္ဘာကြီးကို ပြောင်းလဲလိုလျှင် သင်ကိုယ်တိုင်ပြောင်းလဲခြင်းဖြင့် စတင်ရမည်" ဟူ၍ဖြစ်သည်။ သဟဇာတဖြစ်စွာနေထိုင်ရာတွင် လက်တွေ့ပြုမူဆောင်ရွက်ခြင်း လိုအပ်သည်ဟူသော သူ၏အမြင်ကို ပြောခဲ့သည် (Fras & Schweitzer, 2016)။ သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်းသည် အခြားသူများ၏ နားလည်မှုနှင့် အပြန်အလှန်မှီခိုမှုကို တန်ဖိုးထားရန် လိုအပ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်းတွင် မိမိကိုယ်မိမိနှင့် အခြားသူများအပေါ် ထားရှိသော သဘောထားများ၊ ရှုထောင့်အမြင်များနှင့် တစ်ဆက်တည်းတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်တွေ့ကြုံမှုများ၊ အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရာ၌ ပြုမူပုံများကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေခြင်းနှင့် ကျယ်ပြန့်စေခြင်း (သို့မဟုတ်) ပြောင်းလဲခြင်းတို့ ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်၍ ပါဝင်သည်။ အောက်ပါတို့သည် မတူကွဲပြားသော အသိုင်းအဝိုင်းများတွင် သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် အခြေခံလိုအပ်ချက်များ ဖြစ်သည်။

၁။ အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်ကြောင်းခံစားမှု

ယဉ်ကျေးမှုပေါင်းစုံ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် မိမိသည် အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်သည်ဟူသောခံစားမှုသည် အလွန်အရေးကြီးသည်။ ၎င်းသည် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်း အတွင်း ချိတ်ဆက်မှုသဘောနှင့် ဆက်စပ်သည်။ ချိတ်ဆက်မိသောအခါ မိမိတို့၏တန်ဖိုးများကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း၊ နားလည်ခြင်းနှင့် လေးစားခြင်းတို့ကို ခံစားရသည်။ ထို့ကြောင့် အခြားသူများအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ စုပေါင်းတာဝန်ယူမှုနှင့် ရပ်ရွာ၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး၏ တာဝန်ရှိမှုအပေါ် ပို၍ အာရုံစိုက်လာသည် (Shulz et al., 2016)။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အဓိကတန်ဖိုးများသည် အားလုံးကောင်းကျိုး၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ စာနာမှု၊ လူမှုရေးအရ တရားမျှတမှု၊ အားလုံးပါဝင်မှုနှင့် တန်းတူညီမျှမှု အတွက် ဖြစ်လာသည်။

၂။ မတူကွဲပြားမှုကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း

မတူကွဲပြားမှုများကို လေးစားခြင်းသည် အခြားသူများ၊ ကျောင်းများ၊ နေထိုင်ရာရပ်ရွာလူမှု အသိုက်အဝန်းများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် အလွန်တန်ဖိုးရှိသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် သည်းခံခြင်းထက် တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် နားလည်မှုရှိခြင်းနှင့် ကွဲပြားမှုများကို အမှန်တကယ် တန်ဖိုးထားကြောင်း အာမခံခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ၎င်းသည် တစ်ဦးချင်းစီနှင့် လူမှုအသိုက်အဝန်း အတွင်းတွင်ရှိသည့် ကြွယ်ဝသောကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာ များကို အပြန်အလှန်လက်ခံကာ လူသားများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းကျိုးချမ်းသာမှုအတွက် ငြိမ်းချမ်းစွာအတူတကွ လုပ်ဆောင်နိုင်စေသည်။ ဥပမာ - ကျောင်းအသိုက်အဝန်းမှ လူတစ်ဦးချင်းစီသည် ၎င်းတို့၏ မတူကွဲပြားသော ရှုထောင့်အစုံ၊ အလုပ်နှင့် ဘဝအတွေ့အကြုံများ၊ ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် အခြားကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများကို ယူဆောင်လာသည်။ ထိုရှုထောင့်အမြင်များ၊ အလုပ်နှင့် ဘဝအတွေ့အကြုံများအားလုံးသည် အသုံးဝင်ကြောင်းကို နားလည်သဘောပေါက်သွားသောအခါ ကွဲပြားမှုများ၏ စွမ်းအားကို ထုတ်ယူနိုင်လာသည်။ ယင်းစွမ်းအင်များကို ငြိမ်းချမ်းရေး၊ ကြံ့ခိုင်မှုနှင့် သာယာဝပြောမှုကဲ့သို့သော ဘုံပန်းတိုင်များဆီသို့ ရေးရှုသည့် လူအများအား ပညာပေးသည့် လုပ်ငန်းများတွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။

၃။ သည်းခံမှု အလေ့အကျင့်

သည်းခံမှုသည် ကွဲပြားခြားနားသောအုပ်စုများတွင် အဖွဲ့ဝင်များ၏ သဘောထားကို အပြည့်အဝ အသိအမှတ်ပြုသော ယုံကြည်ချက်နှင့် ကိုယ်ချင်းစာခြင်း သဘောထားအပေါ် အခြေခံသည်။ လူများသည် သည်းခံစိတ်ကို တန်ဖိုးထားကြသောအခါ မတူကွဲပြားမှုကို လေးစားပြီး ကာကွယ်ကြသည်။ သည်းခံမှုသည် လူများအား ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူတကွနေထိုင်နိုင်ရန် ကူညီပေးသည့် အရေးကြီးသောသဘောထား တစ်ခုဖြစ်သည်။ သည်းခံခြင်း ဆိုသည်မှာ သင် သဘောမကျသောပုံစံဖြင့် နေထိုင်ကြသည့်တိုင် ထိုသူများ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်နှင့် နှစ်သက်မှုများကို လက်ခံပေးခြင်းဖြစ်သည်။ သည်းခံမှုသည် သင်မှန်သည်ဟု သေချာသည့်တိုင် သင်၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို အခြားသူများအပေါ် လွှမ်းမိုးခြင်းမပြု ဟုဆိုလိုသည်။ သည်းခံတတ်သူများသည် မတူညီသော ထင်မြင်ယူဆချက်များ၊ အမြင်များကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်း နိုင်သည့် အစွမ်းသတ္တိရှိကြောင်းကို ပြကြသည်။ ၎င်းသည် လူမှုအသိုက်အဝန်း၌ မုန်းတီးမှုနှင့် သံသယဖြစ်စေသည့် ခံစားချက်များကို ကာကွယ်ပေးသည်။ မေတ္တာနှင့် သည်းခံခြင်းကို

လက်ကိုင်ထားသော လူမှုအဖွဲ့အစည်းဝင်များအကြား သည်းခံစိတ်ကို လေ့ကျင့်ခြင်းသည် လူတိုင်းအတွက် ပျော်ရွှင်ငြိမ်းချမ်းသော ပတ်ဝန်းကျင်ဘဝကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။

၄။ သဟဇာတဖြစ်သောလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် အဟန့်အတားဖြစ်စေသော အပြုအမူ/ အလေ့အကျင့်များကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း

ယခင်သင်ခန်းစာတွင် သင်ယူခဲ့သော မတူကွဲပြားမှုရှုထောင့်အားလုံးကို ကျွန်ုပ်တို့၏ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် အခြားသူများအား ရှုမြင်နိုင်မှု အဆင့်အမျိုးမျိုးအတွက် အထောက်အထားများအဖြစ် ရည်ညွှန်းနိုင်သည်။ သို့ရာတွင် ဤအထောက်အထားများနှင့် ရှုထောင့်အမြင်များအားလုံးကို နားလည်မှုမရှိခြင်းသည် သည်းမခံနိုင်ခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဤသို့နားမလည်ခြင်းမှာ သမားရိုးကျလူတစ်ဦး (သို့မဟုတ်) အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့တည်းကိုသာ အခြေခံခြင်းကြောင့် ဖြစ်နိုင်သည်။ နားလည်မှု အားနည်းခြင်း (သို့မဟုတ်) တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းသာ နားလည်ခြင်းကို အခြေခံသော အပျက်သဘောဆောင်သည့် သမားရိုးကျလက္ခဏာပုံစံ ဖြစ်သည်။ အမည်တပ်ခံရသူ (သို့မဟုတ်) ခွဲခြားခြင်းခံရသောသူ၏ မျက်လုံးထဲတွင် ထိုသူကို လူသားမဆန်သူ တစ်ယောက်အဖြစ် မြင်လာသည် (UNESCO-IICBA, 2017)။ ထို့ကြောင့် ဤနားလည်မှုမရှိခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘုံပန်းတိုင်များနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံသားများ အဖြစ် ရှုမြင်နိုင်မှုနည်းပါးပြီး အချင်းချင်း ပဋိပက္ခများဖြစ်ရန် ပို၍ အလားအလာရှိနေသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်မှုသည် အောက်ပါအပြုအမူများကြောင့် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်နိုင်သည်။

- ပုံသေကားကျ သတ်မှတ်မှု - လေးနက်မှုမရှိသော ထင်မြင်ချက်ပေးခြင်း၊ ခြုံငုံ၍ ကောက်ချက်ချခြင်းနှင့် အလွန်ရိုးရှင်းသော သဘောထားအယူအဆတစ်ခုကို ကိုယ်စားပြုသော အဖွဲ့ဝင်များအပေါ် ယေဘုယျအားဖြင့်ထားရှိသော ရှုထောင့်အမြင် တစ်ခု ဖြစ်သည်။
- မလိုမုန်းထား ဘက်လိုက်မှု - အုပ်စုဝင်များအား ခွဲခြားဆက်ဆံသော သဘောထား ဖြစ်သည်။ များသောအားဖြင့် မိမိတို့နှင့်မတူသောသူများကို ဆန့်ကျင်ပြီး ၎င်းတို့၏ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းတွင် အာဏာရှိသူများကို မျက်နှာလိုက်၍ လေးစားမှုပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

- ခွဲခြားဆက်ဆံမှု - လူမျိုး၊ ကျား၊မ၊ အသက်၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ မသန်စွမ်းမှု စသည်တို့ကြောင့် အခြားသူများက မတရားသဖြင့် (သို့မဟုတ်) ဘက်လိုက်၍ မလိုမုန်းထားဆက်ဆံခြင်း ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် အုပ်စုတစ်စုအား ရရှိသင့်သော အခွင့်အလမ်းများနှင့် အခွင့်ကောင်းများကို တားဆီးပိတ်ပင်ပြီး အခြားအုပ်စုများကို တူညီသော အခွင့်အလမ်းများနှင့် အထူးအခွင့်အရေးများ ပေးခြင်းဖြစ်သည်။
- ဖိနှိပ်မှု - အုပ်စုတစ်စု၏ အခွင့်အရေးများကို ချိုးဖောက်ရန် ဘက်လိုက်၍ အာဏာကို အလွဲသုံးစားပြုခြင်းဖြစ်သည်။ အုပ်စုတစ်စုသည် အခြားတစ်ဖွဲ့ထက် ပိုအင်အားကြီးလာပြီး မလိုမုန်းထားခြင်းဖြင့် ဘက်လိုက်ပြုမူနိုင်သည့်အခါ ဖိနှိပ်မှုသည် လူတစ်ဦးချင်း၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် အဖွဲ့အစည်းအဆင့်တွင် ဖြစ်ပေါ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကျား၊မ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုနှင့် အမျိုးသမီးများသည် အမျိုးသားများထက် အဆင့်နိမ့်သည် ဟူသော သမားရိုးကျအမြင်များကြောင့် အမျိုးသမီးများသည် မိသားစုများ၊ ရပ်ရွာ လူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ခေါင်းဆောင်နေရာများမှ စဉ်ဆက်မပြတ်ဖယ်ထုတ်ခြင်း ခံနေရသည်။ အခြားဥပမာများတွင် လူမျိုးရေးခွဲခြားမှု၊ အမျိုးသားရေးဝါဒနှင့် ဘာသာရေးဖိနှိပ်မှု တို့ပါဝင်သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဖြတ်ဆက်လုပ်ငန်းပေးခြင်း

အခြားအုပ်စုများက ၎င်းတို့ လေ့လာထားသည်များကို သင်ပြနေစဉ် နားထောင်၍ မှတ်စုများ ရေးပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ပါဝင်ဆင်နွှဲ ပြဇာတ်ပွဲ

၁။ လက်ကမ်းစာစောင် (၄) တွင် ပါရှိသော "ရေညှောင့်ကောင်ငှက်များနှင့် ဝေလငါးများ အကြား စစ်ပွဲ" ဇာတ်လမ်းကို ဖတ်ပါ။ အုပ်စုတစ်ခုစီသည် ဇာတ်လမ်းတွင်ပါသော သတ္တဝါများထဲမှ အကောင်တစ်မျိုးအဖြစ် သရုပ်ဆောင်ရပါမည်။ ဥပမာ - အုပ်စု (၁) (နှင့် ၂) သည် ရေညှောင့်ကောင်ငှက်များဖြစ်လိမ့်မည်။ အုပ်စု (၃) (နှင့် ၄) သည် ဝေလငါးများ ဖြစ်လိမ့်မည်။ အုပ်စု (၅) (နှင့် ၆) သည် ဝေလငါးဝမ်းကွဲများ ဖြစ်လိမ့်မည် (ဤအုပ်စုများကို အမျိုးမတူသော ပင်လယ်သတ္တဝါ မျိုးစိတ်များအဖြစ် ခွဲခြားနိုင်သည်)။ အုပ်စု (၇) (နှင့် ၈) သည် ရေညှောင့်ကောင် ငှက်၏ ဝမ်းကွဲများ ဖြစ်နိုင်သည်။

၂။ အခြားအဖွဲ့များနှင့်ညှိနှိုင်းပြီး ဇာတ်လမ်းကို တစ်တန်းလုံး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါ။

၃။ အုပ်စုများသည် ဇာတ်လမ်းအဖြစ်အပျက်များအတိုင်း သရုပ်ဆောင်ရန်ဖြစ်သည်။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ သင်၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်း (သို့မဟုတ်) ကျောင်းတွင် ကြားခဲ့ဖူးသော ပုံသေကားကျ သတ်မှတ်မှုနှင့် မလိုမုန်းထား ဘက်လိုက်မှု အတွေ့အကြုံအချို့မှာ အဘယ်နည်း။

၂။ သဟဇာတဖြစ်၍ ငြိမ်းချမ်းသော လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းကို တည်ဆောက်ရာတွင် မည်သည့် တန်ဖိုးများက အရေးကြီးသနည်း။

၃။ သဟဇာတဖြစ်မှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းသော လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းကို တည်ဆောက်ရာတွင် သင် လုပ်ဆောင်နိုင်သောအရာ အချို့မှာ အဘယ်နည်း။

၅.၃။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး

မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်း၏ မျှော်မှန်းချက်မှာ "ငြိမ်းချမ်းသော၊ သာယာဝပြောသော၊ ဒီမိုကရေစီနိုင်ငံ" ဖြစ်သည်။ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ပညာရေးမှတစ်ဆင့် ဖွံ့ဖြိုးလာသော အဓိကအသိပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများသည် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာနိုင်ငံသားဖြစ်ခြင်းနှင့် ပညာရေးအတွက် အရေးပါပြီး လူမှုပေါင်းစည်းညီညွတ်မှုကို တိုးတက်စေသည်။ လူမှုပေါင်းစည်းမှု၊ အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်သည်ဟူသော ခံစားမှု၊ အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်မှုနှင့် ဘုံကောင်းကျိုးကို ဆောင်ရွက်လိုသော ဆန္ဒများ မြှင့်တင်နိုင်ရန် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး၏အနှစ်သာရဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှု ကျွမ်းကျင်မှုများ လိုအပ်သည်။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး နှင့် လူမှုပေါင်းစည်းမှုနှစ်ခုလုံးတွင် ၂၁ ရာစု ကျွမ်းကျင်မှုပညာရေးနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် တူညီသော သင်ယူမှုရလဒ် များစွာ ရှိသည်။ အားလုံးသည် ဝေဖန်ပိုင်းခြားစဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်စွမ်းကို ပိုမိုဦးတည်စေပြီး ကိုယ်ပိုင်ဖန်တီးမှု အတွေးအခေါ်များ၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း၊ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် အဖွဲ့လိုက်လုပ်ဆောင်ခြင်းတို့မှတစ်ဆင့် လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား အပြုသဘောဆောင်သော ဆက်ဆံရေးများ တိုးတက်လာစေနိုင်သော စွမ်းရည်ကို အလေးထားသည်။

၅.၃.၁။ ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး အကြောင်း ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

- စာသင်ခန်း၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာအဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် သာဓကအမျိုးမျိုးကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- အလယ်တန်း ကျောင်းသားများအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးကို အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသော အတွေ့အကြုံကို မည်သို့တည်ဆောက်နိုင်ကြောင်း လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ခုကို ဖန်တီးတတ်မည်။

ငြိမ်းချမ်းမှု ပညာရေးသည် မိမိ၊ အခြားသူများ၊ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ဆက်နွှယ်သော အကြမ်းမဖက်သည့် အပြုအမူများနှင့် သဘောထားများကို အားကောင်းစေခြင်းဖြင့် အကြမ်းဖက်မှုကို လူမှုရေးအရ လက်ခံသည့် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ်ရှုမြင်ခြင်းကို စိန်ခေါ်သည် (Fras & Schweitzer, 2016)။ ဥပမာအားဖြင့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂) “ပါဝင်ဆင်နွှဲပြဇာတ်ပွဲ” တွင် သင်ယူခဲ့သည့်အတိုင်း မိမိတို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် အခြားသူများကိုသာမက မိမိတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်ကိုပါ သက်ရောက်မှုရှိသည်။ ရေညှောင့်ကောင်ငှက်များနှင့် ဝေလငါးများအကြား စစ်ပွဲသည် ၎င်းတို့၏ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ၎င်းတို့၏ အစားအစာကို ထိခိုက်စေသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ တိုးတက်နေသော တတ်ကျွမ်းမှု အရည်အချင်းများသည် လူသားများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ သုခချမ်းသာနှင့် ၎င်းတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် ဖြစ်သည်။ ပြည်သူ့နီတိ ပညာရေးနှင့် ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ပညာရေး ကဲ့သို့ပင် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးသည် တတ်ကျွမ်းမှုများကို ဖွံ့ဖြိုးစေရန် အဓိကထားသည်။ ဤတတ်ကျွမ်းမှုများသည် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးများ (သို့မဟုတ်) သဘောထားများကို ပေါင်းစပ်ထားခြင်း ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့မှာ -

(က) အခြားသူများအားစာနာခြင်းနှင့် လူ့ဂုဏ်သိက္ခာကိုလေးစားခြင်း ကဲ့သို့သော တန်ဖိုးများ။

(ခ) မိမိ၏ စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုများကို သတိပြုမိသော မိမိကိုယ်ကို သိမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြန်အလှန်ပြောဆိုသည့် ဆက်သွယ်ရေး၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး၊ ပြဿနာဖြေရှင်းရေး၊ ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရေးနှင့် ထောက်ခံအားပေးမှု အပါအဝင် ကျွမ်းကျင်မှုများ။

(ဂ) လူ့အခွင့်အရေးကို မိတ်ဆက်ခြင်းနှင့် တန်ဖိုးထားခြင်း (သို့မဟုတ်) ပဋိပက္ခ၏ အကြောင်းရင်း ကဲ့သို့သော အသိပညာနှင့် ထိုအသိပညာအား အသွင်ပြောင်းလဲနိုင်ပုံ။

တတ်ကျွမ်းမှုများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခြင်းသည် တစ်နည်းအားဖြင့် ငြိမ်းချမ်းရေးကိုဖော်ဆောင်သော ပညာရေးက ဆန္ဒရှိသည့် ရလဒ်သည် အကြောင်းအရာကို သိရှိနားလည်ခြင်းထက် ပို၍သာလွန်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။ အကြောင်းအရာဆိုင်ရာအသိပညာမှ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် အပြုအမူများကို ပြောင်းလဲနိုင် (သို့မဟုတ်) အတည်ပြုနိုင်သည့် ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှု အသွင်ပြောင်းခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ပဋိပက္ခများအား တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၊ တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့၊ အမျိုးသားအဆင့်နှင့် နိုင်ငံတကာအဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းစွာ ဖြေရှင်းရေးကို ပိုမိုဆန္ဒရှိလာစေရန် ကူညီပေးသည် (UNESCO, 2015)။ ထို့ကြောင့် ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ပညာပေးခြင်း၏ အနှစ်သာရဖြစ်သော အဓိကအခြေခံတန်ဖိုး သုံးချက်မှာ ပူးပေါင်းပါဝင်မှု၊ အပြန်အလှန် မှီခိုမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုတို့ဖြစ်သည်။

အထက်တွင်ဖော်ပြထားသော ငြိမ်းချမ်းမှုအတွက် ပညာရေး၏ အဓိကအစိတ်အပိုင်းများသည် ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက်လိုအပ်သော သဘောထားများနှင့် အပြုအမူများကို အထောက်အကူ ဖြစ်စေသော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခု ဖန်တီးပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် ပညာတတ်များအနေနှင့် ငြိမ်းချမ်းသော လူမှုအသိုက်အဝန်းများအတွက် အခြေခံအုတ်မြစ်များချရန် အရေးကြီးသည်ဟု ဆိုလိုသည်။ ဆရာဗဟိုပြုချဉ်းကပ်မှုတွင် ဆရာများအားလုံးတွင် အသိပညာဗဟုသုတရှိပြီး၊ သင်ယူသူများတွင် မည်သည့် အသိပညာမျှမရှိကြပါဟု ယူဆသည်။ ဝေဖန်ပိုင်းခြားတတ်သော လွတ်လပ်စွာ တွေးခေါ်တတ်သူများ ဖြစ်မလာဘဲ သင်ယူသူသည် ဆရာ၏လက်အောက်ခံဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့မည်သို့တွေးတော၍ ပြောဆိုရမည် ဆိုသည်ကို ဆရာအပေါ် မှီခိုလာသည်။ ထို့ကြောင့် ရလဒ်အနေနှင့် သင်ယူသူများသည် အခွင့်အာဏာရှိသူများ၏ ကြိုးကိုင်မှုကို အလွယ်တကူ ခံကြရသည်။ ယင်းသို့ဖြစ်ခြင်းသည် ဆရာများနှင့် ပညာတတ်များအတွက် သည်းမခံနိုင်မှုကို မြှင့်တင်ရန် လွယ်ကူစေပြီး လူငယ်များက ယုံကြည်နိုင်သော အစွန်းရောက် အမြင်များကိုလည်း မေးခွန်းထုတ်၍ မရနိုင်ပါ။ (UNESCO, 2017)။ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် အသိပညာအပြောင်းအလဲပြုသင်ကြားနည်းသည် ဆရာဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်မှုနှင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သည်။ ဤချဉ်းကပ်မှုသည် သင်ယူသူကိုဗဟိုပြုသောကြောင့် ဝေဖန်စဉ်းစားတွေးခေါ်မှု၊ ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှု၊ မိမိကိုယ်ကိုသတိရှိမှု၊ ကျင့်ဝတ်နှင့် အဓိပ္ပာယ်ရှိသော လုပ်ဆောင်မှုကို အားပေးသည်။ ငြိမ်းချမ်းမှုပညာရေးသည် သင်ယူသူများကို ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုး စေသည်။ ဤသင်ကြားနည်းပုံစံသည် သင်ယူသူများအား ၎င်းတို့၏ မိသားစုများ၊ သက်တူရွယ်တူများ၊ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများ၊ ဘာသာရေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ ဘာသာရေး မဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများနှင့် မီဒီယာများကဲ့သို့ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုများ အပါအဝင် စာသင်ခန်းပြင်ပရှိ ကျယ်ပြန့်သော လက်တွေ့လောကကို တုံ့ပြန်ရန် အားပေးသည်။

ငြိမ်းချမ်းမှုကိုဖော်ဆောင်သောပညာရေးသည် သင်ယူသူများအပေါ် ဆရာများမှသည် ကျောင်းအခြေခံ အဆောက်အဦ၊ အမျိုးသားစီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးအထိ ပညာရေး အစိတ်အပိုင်းအားလုံး၏ သြဇာလွှမ်းမိုးမှုကို အသိအမှတ်ပြုသော ချဉ်းကပ်မှုတစ်ခု ဖြစ်သည်။ စနစ်တစ်ခုလုံးသည် ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် အကြမ်းမဖက်ရေးအကြောင်း တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ သတင်းပေးပို့ရပါမည်။ အဆင့် အားလုံး၌ ပညာရေးသည် အားလုံး အကျုံးဝင်သောပညာရေး၏ အခြေခံမှုများကို လိုက်နာသည့်အခါ ဤသို့ ဖြစ်နိုင်လာမည် ဖြစ်သည်။

ပုံ ၅.၂။ ကလေးအားလုံးအကျုံးဝင်ပြီး ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်းသောသင်ယူမှုဝန်းကျင်

ရင်းမြစ် - UNESCO, 2015. Booklet 1: Becoming an Inclusive, Learning-Friendly Environment (ILFE)

ပုံ (၅.၂) တွင် သင်ယူသူအားလုံးပါဝင်သော အလေ့အကျင့်မှတစ်ဆင့် ငြိမ်းချမ်းခြင်းနှင့် အကြမ်းမဖက်ခြင်း၏ အခြေခံသဘောတရားများကို နားလည်သဘောပေါက်စေရန်အတွက် အားလုံးလွှမ်းခြုံထားသော အခြေအနေတစ်ခုကို ပြသထားသည်။ ဤချဉ်းကပ်မှုတွင်

သင်ယူသူသည် မိဘများ၊ သက်တူရွယ်တူများမှစ၍ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းများနှင့် ပညာရေးစနစ်အထိ ၎င်းတို့၏ ပြင်ပရှိအရာများ၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို ခံရကြောင်း အသိအမှတ်ပြုသည်။ အားလုံးပါဝင် နိုင်၍ ပျော်ရွှင်စွာသင်ယူနိုင်သော သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင်သည် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သောပညာရေး၏ အဓိက တန်ဖိုးထားမှုများကို တိုက်ရိုက်ထင်ဟပ်စေသည်။ အားလုံးပါဝင်နိုင်သော အလေ့အကျင့်၏ ရလဒ်အဖြစ် သင်ယူသူများသည် ၎င်းတို့ မည်သို့ပါဝင်နိုင်သည်၊ မိမိကိုယ်ကိုယ်တန်ဖိုးထားမှုကို မည်သို့တည်ဆောက်နိုင်သည်၊ မိမိသည် မတူကွဲပြားသောအသိုက်အဝန်းတစ်ခု၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်သည်ဟူသော စိတ်လုံခြုံမှုကို မည်သို့တည်ဆောက်နိုင်သည်နှင့် သင်ယူရာတွင် အချင်းချင်းအပြန်အလှန် မှီခိုအားထား၍ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နိုင်သောတာဝန်သိစိတ်ရှိလာအောင် မည်သို့တည်ဆောက်နိုင်သည် စသည်တို့ကို နားလည်သဘောပေါက်လာမည်ဖြစ်သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ အဆင့်သုံးဆင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

အဆင့်သုံးဆင့်ဖြင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းရာတွင် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ သင်မေးမည့် မေးခွန်းများကို ဤနေရာတွင်ရေးပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ နှီးနှောဖလှယ်ခြင်း

ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးကို ကျောင်းစနစ်အတွင်းသို့ မည်သို့ချိတ်ဆက်ပေါင်းစည်းနိုင်ပါသနည်း။ တတိယကော်လံတွင် သက်ဆိုင်ရာ ခေါင်းစဉ်အတွက် မှတ်စုများ ရေးပါ။

မူဝါဒ	ငြိမ်းချမ်းရေးကို အထောက်အကူပြုနိုင်သော ကျောင်း၏ မူဝါဒ အချို့ကို စဉ်းစားပါ။	
ကျောင်းအုပ်ချုပ်ရေး၏ ပံ့ပိုးမှု	ကျောင်းအုပ်ချုပ်ရေးက ကျောင်း၌ ငြိမ်းချမ်းသော သင်ယူမှုနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်ပညာရေးကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်သော နည်းလမ်းအချို့ကို ဖော်ပြပါ။	
သင်ရိုးညွှန်းတမ်း	ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်သော ပညာရေးအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေနိုင်သော အကြောင်းအရာအချို့သည် မည်သည်တို့ ဖြစ်ကြသနည်း။	
သင်ကြားနည်း	ငြိမ်းချမ်းမှုတည်ဆောက်ခြင်း လေ့ကျင့်ရန် အတွက် မည်သည့် သင်ကြားနည်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်နိုင်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။	
စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း	မည်သည့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်သော ပညာရေး၏ အဓိကအချက်ကို အထောက်အကူ ဖြစ်စေသနည်း။	
ကျောင်းသားများ၏ နေ့စဉ်ဘဝအတွေ့အကြုံ	ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်သော ပညာရေး သင်ယူမှု အတွေ့အကြုံအတွက် မည်သည့် ကျောင်းအလေ့အကျင့်နှင့် အပြုအမူများက အထောက်အကူ ဖြစ်စေနိုင်သနည်း။	

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

အားလုံးအကျုံးဝင်သော သင်ယူမှုနှင့် သဟဇာတဖြစ်သည့် သင်ယူမှုဝန်းကျင်၏ လက္ခဏာများကို စာရင်းပြုစုပါ။	ထိုအချက်များနှင့် ကိုက်ညီစေရန် သင်၏ စာသင်ခန်းအတွင်း လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုအတွက် မည်သည့် လုပ်ဆောင်မှု အစီအစဉ်များကို ပြုလုပ်မည်နည်း။	ဤလုပ်ဆောင်ချက် အစီအစဉ်များ၏ ဖြစ်နိုင်သော ရလဒ်များမှာ အဘယ်နည်း။

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ်

အဓိကအချက်များ

- ဝိသေသလက္ခဏာသည် လူတစ်ဦးစီနှင့် အခြားသူများအကြား မည်သို့ကွဲပြားပုံ၊ တူညီပုံ စသော ထူးခြားချက်များကို အာရုံစိုက်ပြီး၊ ကွဲပြားခြားနားမှုကမူ ကွဲပြားမှုများ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မည်သည့် အတိုင်းအတာအထိ ကွဲပြားကြောင်းကို ကွဲပြားမှုအဆင့်ဖြင့် ဖော်ပြသည်။
- ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးသည် မတူကွဲပြားမှုမျိုးစုံကို ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့် လက်ခံပေးရန် ရည်ရွယ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ မတူကွဲပြားမှုသည် ပဋိပက္ခများနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများ အတွက် အကြောင်းအရင်းတစ်ခု မဖြစ်တော့ဘဲ အဖိုးတန် အရည်အသွေးတစ်ခု ဖြစ်လာသည်။
- မတူကွဲပြားမှုကို မူလအဆင့်ရှုထောင့်၊ ဒုတိယအဆင့်ရှုထောင့်နှင့် တတိယအဆင့် ရှုထောင့်ဟူ၍ ရှုထောင့် သုံးမျိုး ခွဲခြားနိုင်သည်။
- ဤရှုထောင့်များ၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များသည် အခြားသူများအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့တွေးထင်သော အမြင်များကို ဦးတည်စေပြီး ထိုသူများအပေါ် ကျွန်ုပ်၏ပြုမူပုံကို ပုံဖော်ပေးနိုင်သည်။
- ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သောပညာရေးသည် ကျွန်ုပ်တို့တစ်ဦးချင်းစီ (မိမိကိုယ်ကို သိမြင်ခြင်း) နှင့် မတူကွဲပြားမှုများကို နားလည်ခြင်းစေအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ခံစားတွေးခေါ်ပုံနှင့် ပြုမူပုံကို တိုးတက်စေရန် ကူညီပေးသည်။
- ဆရာတစ်ဦးအနေဖြင့် မတူကွဲပြားမှုများကို အသိအမှတ်ပြုရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကွဲပြားခြားနားချက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုအပ်သည်။ ကွဲပြားခြားနားမှုများသည် ကျောင်းသားများအား စာသင်ခန်းအတွင်း မတူကွဲပြားမှု တန်ဖိုးများကို ထည့်သွင်းစေသည့် အားသာချက်များ အသေအချာဖြစ်လာစေချင်သည်။
- ငြိမ်းချမ်းစွာနေထိုင်ခြင်းသည် အပြန်အလှန်မှီခိုမှု၊ မတူကွဲပြား၍ ပါဝင်လုပ်ဆောင်မှု ရှိသော လောကတွင် တာဝန်သိစိတ်နှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာအတူယှဉ်တွဲနေထိုင်နိုင်သည့် အရည်အချင်း လိုအပ်သည်။

- အတွင်းစိတ်ငြိမ်းချမ်းမှုမရှိသော လူတစ်ဦး၏ ဘဝသည် လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ဖြစ်စဉ်များ (သို့မဟုတ်) ကမ္ဘာမြေပေါ်ရှိ လူနေမှုစနစ်နှင့် အဆက်အသွယ်မရှိသောကြောင့် ပဋိပက္ခအခြေအနေတစ်ခုတွင် ရှင်သန်ရနိုင်သည်။ ငြိမ်းချမ်းမှုကိုဖော်ဆောင်သော ပညာရေးသည် လူသားတို့၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ပတ်ဝန်းကျင်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ငြိမ်းချမ်းစွာနေထိုင်နိုင်ရေး အတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ တတ်ကျွမ်းမှု အရည်အချင်းများကို တိုးတက်စေသည်။
- သဟဇာတဖြစ်သောနေထိုင်မှုသည် အခြားသူများကိုနားလည်မှုနှင့် အပြန်အလှန် မှီခိုမှုကို တန်ဖိုးထားရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းသည်မိမိကိုယ်မိမိနှင့် အခြားသူများအပေါ် ထားရှိသော သဘောထားများ တိုးတက်ခြင်း၊ ချဲ့ထွင်ခြင်း (သို့မဟုတ်) ပြောင်းလဲခြင်းတို့နှင့် ဆက်စပ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်တို့၏နေ့စဉ်တွေ့ကြုံမှုများနှင့် အခြားသူများနှင့်ဆက်ဆံမှုတို့တွင် ပြုမူပုံများလည်း ပါဝင်သည်။
- ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသူများနှင့် ချိတ်ဆက်မှုရှိသည်ဟု ခံစားရသောအခါ ကျွန်ုပ်တို့၏ တန်ဖိုးများကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း၊ နားလည်ခြင်းနှင့် လေးစားခြင်းတို့ ခံစားရသည်။ ထို့ကြောင့် အခြားသူများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာ၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို ပိုမိုအာရုံစိုက်သည်။
- ဤကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာများနှင့် ရှုထောင့်အမြင်များကို နားလည်မှုမရှိခြင်းသည်သည်း မခံနိုင်ခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဤသို့နားမလည်ခြင်းမှာ သမားရိုးကျလူတစ်ဦး (သို့မဟုတ်) အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့တည်းကိုသာ အခြေခံခြင်းကြောင့် ဖြစ်နိုင်သည်။ နက်နဲစွာ နားမလည်ခြင်း (သို့မဟုတ်) တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းသာ နားလည်ခြင်းကို အခြေခံသော အပျက်သဘောဆောင်သည့် သမားရိုးကျ လက္ခဏာပုံစံ ဖြစ်သည်။ သူတို့ကို ခွဲခြားဆက်ဆံသောသူ၏ မျက်လုံးထဲတွင် လူတစ်ဦးသည် လူသားမဆန်သူတစ်ယောက် ဖြစ်လာသည်။
- ငြိမ်းချမ်းမှုပညာရေးနှင့် လူမှုပေါင်းစည်းမှု နှစ်ခုစလုံးသည် ၂၁ ရာစုကျွမ်းကျင်မှု ပညာရေးနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတို့နှင့် တူညီသော သင်ယူမှုရလဒ်များစွာ ရှိသည်။ အားလုံးသည် ဝေဖန်ပိုင်းခြားစဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်စွမ်းကို ပိုမိုဦးတည်စေသည့် မိမိကိုယ်မိမိသိမှုနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အလေးထားပြီး ကိုယ်ပိုင်ဖန်တီးမှု အတွေးအခေါ်များ၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်း၊ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် အဖွဲ့လိုက်လုပ်ဆောင်ခြင်းတို့မှတစ်ဆင့် အုပ်စုတစ်ခုအတွင်းနှင့် အုပ်စုများအကြား၊ အသိုက်အဝန်းတစ်ခုအတွင်းနှင့် အသိုက်အဝန်းများအကြား အပြုသဘောဆောင်သော ဆက်ဆံရေးများ တိုးတက်လာစေနိုင်သော စွမ်းရည်ကိုလည်း အလေးထားသည်။

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း

၁။ ယခုအချိန်ထိ သင် လေ့လာသင်ယူခဲ့သော စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေးနည်းလမ်းများနှင့် နည်းစနစ်များမှာ အဘယ်နည်း။ ဤသင်တန်း၏ သင်ယူမှုရလဒ်များသည် ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ပညာရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးရလဒ်များနှင့် မည်သို့ဆင်တူသနည်း။

၂။ သင် (သို့မဟုတ်) သင်၏အတန်းဖော်များသည် ပြည်သူ့နီတိနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှုပညာရေးအကြောင်းကို သင်ယူခဲ့ခြင်းကြောင့် စကားပြောပုံ၊ ဆက်သွယ်ပြောဆိုပုံနှင့် အတူတကွလုပ်ဆောင်ကြပုံများနှင့် ပတ်သက်၍ ရလဒ်များ ပြောင်းလဲလာသည်ကို သင် သတိပြုမိပါသလား။

၃။ ဤအခန်းကို သင်ယူနေစဉ်အတောအတွင်း သင်သည် မည်သို့သောအသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးများ ဖွံ့ဖြိုးလာခဲ့သနည်း။

ဆက်လက်ဖတ်ရှုရန်စာရင်းများ

၅.၁။

Rijamampianina, R., & Carmichael, T. (2005). *A pragmatic and holistic approach to managing diversity*. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/233843900_A_Pragmatic_and_Holistic_Approach_to_Managing_Diversity

၅.၂။

Fras, M., & Schweitzer, S. (Eds.). (2016). *Designing learning for peace: Peace education competence framework and educational guidelines: Mainstreaming peace education series*. Retrieved from https://mainstreamingpeaceeducation.files.wordpress.com/2016/11/peace-education-competence-framework-ebook.pdf

၅.၃။

British Council. (2017). *Active citizens facilitator's toolkit.* Retrieved from https://www.britishcouncil.org/sites/default/files/active_citizens_global_toolkit_2017-18.pdf

Schulz, W., Ainley, J., Fraillon, J., Losito, B., & Agrusti, G. (2016). *IEA international civic and citizenship education study 2016: Assessment framework*. Retrieved from https://www.iea.nl/publications/assessment-framework/iea-international-civic-and-citizenship-education-study-2016

UNESCO. (2015). *Booklet 1: Becoming an inclusive, learning-friendly environment (ILFE)*. Retrieved from https://www.eenet.org.uk/resources/docs/ilfe/generic/ILFE-1.pdf

UNESCO. (2015). *ILFE toolkit – Generic*. Retrieved from https://www.eenet.org.uk/ilfe-toolkit/ilfe-toolkit-generic/

UNESCO. (2015). *Global citizenship education*. Retrieved from https://www.gcedcompass.com/uploads/ 2/6/0/5/26050784/unesco_gced.pdf

UNESCO-IICBA. (2017). *Transformative pedagogy for peacebuilding: A guide for teachers*. Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261349

အခန်း ၆

သင်ကြား၊သင်ယူမှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

ဤအခန်းသည် အလယ်တန်းကျောင်း၏ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် သင်ကြားသင်ယူမှု နည်းလမ်းများနှင့် ကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ပညာရေးဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သုံးသပ်ရန် စီစဉ်သောအခါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့် မေးခွန်းအမျိုးမျိုးကို လေ့လာရန် ဖြစ်သည်။ ပထမနှစ်ဝက်တွင် သင်ယူခဲ့သည့်အတိုင်း စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်အတွက် သင်ကြား၊သင်ယူမှု နည်းလမ်းများနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်နည်းများသည် ကျောင်းသားများ၏ ပြည်သူ့နီတိ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို မွေးမြူပေးရမည်။ ပေါက်မြောက်လိုသောရလဒ်မှာ လူ့အဖွဲ့အစည်းအကြောင်း အသိပညာများ၊ ယဉ်ကျေးမှုများအကြောင်း သိရှိနားလည်မှု၊ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ သုံးသပ်တတ်မှု၊ လူသားချင်းစာနာ ထောက်ထားမှု၏ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ လူမှုရေးအရ တာဝန်ယူမှုနှင့် လူထုပူးပေါင်းပါဝင်မှု စသည့် အသိပညာများရှိသော တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီကို အားဖြည့်ပြင်ဆင်ပေးခြင်းဖြင့် ၂၁ ရာစု စိန်ခေါ်မှုများအား ရင်ဆိုင်ရန်အတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်စေရန် ဖြစ်သည် (OECD, 2015)။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤအခန်းကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အလယ်တန်းကျောင်းများတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် သင်ကြား၊ သင်ယူသည့် နည်းလမ်းများကို ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။
- စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာ အတွက် သင်ပြမှုပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။

- အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာတစ်ခုကို အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားတတ်မည်။
- အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ခန်းစာအကြောင်းအရာ ဆိုင်ရာ အသိပညာနှင့် စာရိတ္တဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာပုံကို လေ့လာကြီးကြပ် အကဲဖြတ်သုံးသပ်နိုင်မည့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို တန်းတူညီမျှမှု၊ သာတူညီမျှမှု ရှိသော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များဖြင့် စစ်ဆေးနိုင်ရန် အကဲဖြတ်မှု ဆိုင်ရာ နည်းကိရိယာ အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ

(က) (၄.၁) အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် သင်ရိုးဖွဲ့စည်းပုံ၊ အကြောင်းအရာနှင့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည် သဘောပေါက်ကြောင်းပြသသည်။

(ခ) (၂.၁) ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို လေ့လာကြီးကြပ် တည့်မတ်ပေးရန်နှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်နိုင်ရန် စွမ်းရည်များကို ပြသသည်။

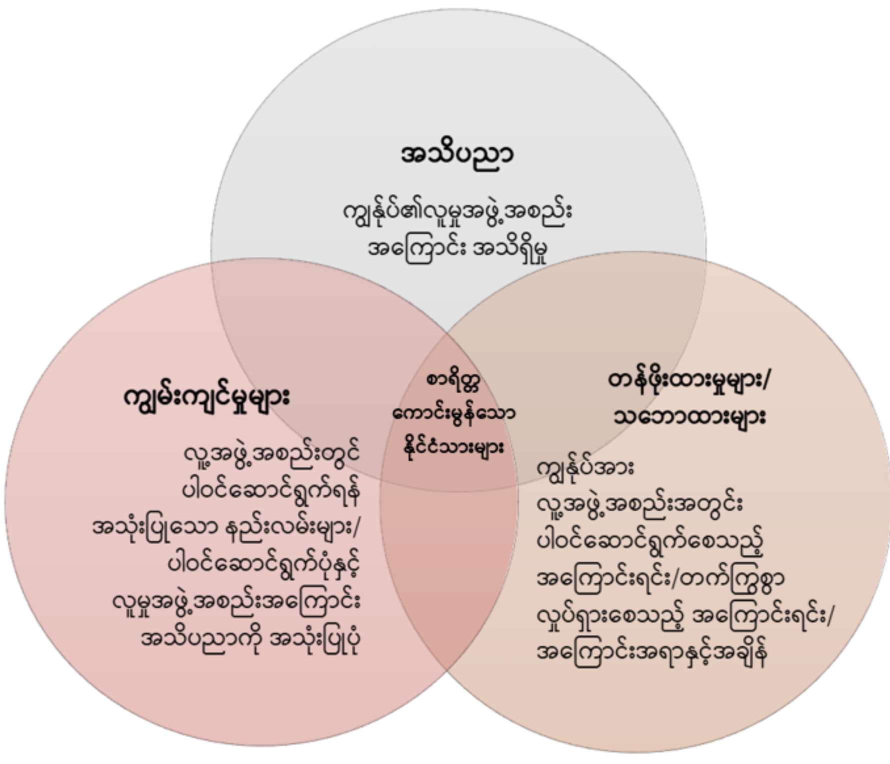
(ခ) (၂.၂) စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု မှတ်တမ်း (အသေးစိတ်) ထားရှိပြီး၊ ထိုစစ်ဆေး အကဲဖြတ်ခြင်းမှ ရရှိသော သတင်းအချက်အလက်များကို ကျောင်းသားများ သင်ယူမှု တိုးတက်ရေးအတွက် လမ်းညွှန်သဖွယ် အသုံးပြုနိုင်သော စွမ်းရည်ရှိကြောင်း ပြသည်။

အဓိက အသုံးအနှုန်းများ

အသိပညာအပြောင်းအလဲပြုသင်ယူခြင်း၊ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ပညာရေး။

၆.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ

သင်ခန်းစာ (၁.၁.၁) မှ ပုံ (၁.၂) ကို ပြန်သုံးသပ်လျှင် ရပ်ရွာဒေသ၊ နိုင်ငံ၊ ဒေသကြီးနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲမှုကို အလေးထားသော စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ စာသင်ခန်းများသည် ကျောင်းသားများ၏ လူမှုအသိုက်အဝန်းအကြောင်း အသိပညာအပြင် ဖော်ပြပါ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကဲ့သို့ တတ်ကျွမ်းမှုအရည်အချင်းများကိုလည်း ဖွံ့ဖြိုးစေသင့်သည်။ ၎င်းသည် လူမှုရေးရာ တာဝန်ဝတ္တရားများ၏ အရေးပါမှုနှင့်အတူ အခြားသူများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှုကိုလည်း ချိတ်ဆက်နိုင်ရန် ကူညီပေးသည်။



ပုံ ၆.၁။ ပြည်သူ့နီတိအသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားသော Venn diagram

ရင်းမြစ် - Rieckmann (2018, p. 46) မှ ကောက်နုတ်ထားသည်။

ပထမစာသင်နှစ်ဝက်တွင် ပြည်သူ့နီတိစွမ်းရည် သုံးမျိုးကို မြှင့်တင်ပေးရန် အတွက် ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းနှင့် အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းများကို လေ့လာ သင်ယူခဲ့ကြသည်။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းသည် တစ်ဦးချင်းစီ၊ ၎င်းတို့၏ ရပ်ရွာလူမှု အသိုက်အဝန်း၊ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်း၏ စနစ်များ အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်နေကြပုံကို ပြန်လည်သုံးသပ်ရန်နှင့် ၎င်းတို့ရင်ဆိုင်နေရသော ပြဿနာများအတွက် ဖြေရှင်းရေးအစီအစဉ်များ ရေးဆွဲရာတွင် သင်ယူသူများအား အထောက်အကူပြုရန် ဖြစ်သည်။ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းသည် ကျောင်းသားများအား ဆရာက ပေးအပ်သောအသိပညာကို ခံယူရသော၊ မှီခိုအားထားရသော ကျောင်းသားများအဖြစ်မှ ဝေဖန်ပိုင်းခြားတတ်သော၊ ပြန်လည်သုံးသပ် တတ်သော၊ လွတ်လပ်စွာသင်ယူတတ်သော ကျောင်းသားများဖြစ်လာရန် ကူညီပေးသည်။ ဤသို့သော အရည်အသွေးများကို မြှင့်တင်ပေးသော လုပ်ငန်းများတွင် ဝန်ဆောင်မှု ပေးရန် သင်ယူခြင်းကဲ့သို့ လက်တွေ့ကမ္ဘာတွင် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရသော ပရောဂျက်လုပ်ငန်းများ၊ သာယာဝပြောသော တိုင်းပြည်နှင့် ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော တိုင်းပြည်စသည့် စိတ်ကူးယဉ်ပုံပြောခြင်း ကဲ့သို့ အမြင်အာရုံ တည်ဆောက်ခြင်း လေ့ကျင့်ခန်းများ၊ ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ဂျာနယ်ကဲ့သို့ ပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း လုပ်ငန်းများ ပါဝင်သည်။ ထို့ပြင် ကျောင်းသားများအတွက် နမူနာအဖြစ် တန်းတူညီမျှမှု၊ အားလုံးအကျုံးဝင် ပါဝင်မှုနှင့် ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ အပြုအမူ လုပ်ငန်းစဉ်များနှင့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိနိုင်ရန် သင်ကြား သင်ယူမှုနည်းလမ်းများသည် ကျောင်းသားအားလုံး၏ သင်ယူမှုအတွက် လက်လှမ်းမီစေရပါမည်။ ကျောင်းသားများ အားလုံးက မိမိတို့အား နွေးထွေးစွာကြိုဆို၍ တန်ဖိုးထားကြောင်း ခံစားမိစေသော သင်ယူမှုဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးပြီး ရေရှည်တည်တံ့စေရန် ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။

ဒုတိယစာသင်နှစ်ဝက်တွင် ဤအကြောင်းအရာကို ငြိမ်းချမ်းမှုကိုဖော်ဆောင်သော ပညာရေး (သို့မဟုတ်) ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ပညာရေး ရှုထောင့်မှ ထပ်လောင်းဖော်ပြထားသည်။ မိဘများ၊ ဆရာများ၊ စီမံအုပ်ချုပ်သူများနှင့် မူဝါဒချမှတ်သူများသည် ပညာရေးအဆင့်တိုင်းတွင် ကျောင်းသားအားလုံး အကျုံးဝင်ပါဝင်၍ သင်ယူသူအဆင်ပြေစေသော အလေ့အကျင့်များ ပါဝင်လာစေရန်၊ ကျောင်းတွင်းရှိ ကျောင်းကော်မတီဝင်များ၊ ကျောင်းပြင်ပရှိကော်မတီဝင်များ နှစ်ဘက်လုံးအနေဖြင့် စံပြဖြစ်စေရန်နှင့် ကျောင်းသားများ၏ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားလေးစားမှု များကို မြှင့်တင်ပေးရန် လိုအပ်သည်။ ထိုသို့သောအလေ့အကျင့်များသည် သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်မှုကို ထင်ဟပ်စေသော၊ မတူကွဲပြားမှုကို လေးစားမှုနှင့် အားလုံးနှင့်သက်ဆိုင်မှုရှိသည်ဟု ခံစားရသော ခံစားချက်များကို မြှင့်တင်ပေးသည့် ပတ်ဝန်းကျင်များ ဖန်တီးပေးသည်။

ဆရာများသည် ၎င်းတို့၏ စာသင်ခန်းများရှိ ကျောင်းသားများ၏ ကွဲပြားခြားနားချက်များကို သတိပြုမိပြီး ကျောင်းသားတစ်ဦးစီအား ၎င်းတို့ စွမ်းရည်ရှိသည့်အတိုင်း သင်ယူဖြစ်ထွန်းစေရန် ကူညီပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းများနှင့် နည်းဗျူဟာအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုကြသည်။ ဤကွဲပြားချက်များတွင် စီးပွားရေးနောက်ခံ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်၊ လူမျိုး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာရေး၊ ကျား၊မ နှင့် လိင်စိတ်ခံယူမှု တို့ပါဝင်သည်။

၆.၁.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အလယ်တန်းကျောင်းများတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် သင်ကြား၊ သင်ယူသည့် နည်းလမ်းများကို ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။
- စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာ အတွက် သင်ပြမှုပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။
- အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာတစ်ခုကို အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားတတ်မည်။

ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပြည်သူ့နီတိပညာရေးအကြောင်း နားလည်မှုများ တိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ ဆက်စပ်သင်ကြားမှုနှင့် သင်ယူမှုအလေ့အကျင့်များ ပိုမိုတိုးတက်လာသည် (UNESCO, 2015)။ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပြည်သူ့နီတိပညာရေး လိုအပ်ချက်များနှင့်အညီ ပူးပေါင်းပါဝင်မှု၊ သင်ယူသူဗဟိုပြုနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင် ပါဝင်သော သင်ကြားရေးနှင့် သင်ယူမှုဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်များသည် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိအတွက် ဗဟိုချက် ဖြစ်လာသည်။ ထိုကဲ့သို့သော အလေ့အကျင့်များသည် ကျောင်းသားများ၏ အတွေးအခေါ်များ၊ ယုံကြည်ချက်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် အမူအကျင့်များ ပုံစံပြောင်းလဲလာစေရန်အတွက် အခြေခံကျသည်။ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ကြားသင်ယူမှုနည်းလမ်းများတွင် ပရောဂျက် (စီမံကိန်း)

အခြေပြုသင်ယူခြင်း၊ ပရောဂျက်လုပ်ငန်းများ၊ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် သင်ယူခြင်းနှင့် ဝန်ဆောင်မှုပေးရန် သင်ယူခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူမှုတွင် အဓိကအလေ့အကျင့်များ လိုအပ်သည်-

- တစ်ဦးကိုတစ်ဦး အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ အားလုံးပါဝင်နိုင်ပြီး အပြန်အလှန် အကျိုးပြုစာသင်ခန်းနှင့် ကျောင်းကျင့်ဝတ်များ (ဥပမာ - ကျား၊မ တန်းတူညီမျှမှု၊ ပါဝင်မှု၊ စာသင်ခန်း စံနှုန်းများကို အများသဘောတူ နားလည်သဘောပေါက်မှု၊ ကျောင်းသားအသံ၊ ထိုင်ခုံနေရာချမှု၊ နေရာအသုံးပြုမှု)။
- သင်ယူသူကို ဗဟိုပြု၍ ယဉ်ကျေးမှုအရ လိုက်လျောညီထွေမှု၊ မှီခိုမှုကင်းပြီး အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုတို့ရှိသည့် သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီသော သင်ကြားသင်ယူမှု နည်းလမ်းများကို ပေါင်းစပ်ပေးသည် (ဥပမာ - လွတ်လပ်စွာ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင် သင်ယူခြင်း၊ မီဒီယာအတတ်ပညာ)။
- လက်တွေ့နှင့်ချိတ်ဆက်မှုရှိသော လုပ်ငန်းများ (authentic tasks) ကို ထည့်သွင်းသည် (ဥပမာ - ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများအကြောင်း ပြပွဲများဖန်တီးခြင်း၊ ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်မှု အစီအစဉ်များ ဖန်တီးခြင်း၊ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖော်ပြသည့် ကျောင်းသားသတင်းစာ ဖန်တီးခြင်း)။
- တစ်ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ သင်ယူမှုရင်းမြစ်များကိုသုံး၍ သင်ယူသူများအား ကမ္ဘာကြီးနှင့် မည်သို့အံဝင်ဂွင်ကျဖြစ်အောင် နေရမည်ကို ၎င်းတို့၏ ဒေသအခြေအနေများပေါ်မူတည်၍ နားလည်သဘောပေါက်အောင် ကူညီပေးသည် (ဥပမာ - ရင်းမြစ်များနှင့် မီဒီယာအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုခြင်း၊ နှိုင်းယှဉ်တတ်သောနှင့် မတူကွဲပြားသော အမြင်များကို သုံးခြင်း)။
- သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များ၊ သင်ကြားမှုပုံစံများနှင့် ကိုက်ညီသော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုနည်းလမ်းများကို သုံးသည် (ဥပမာ - ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း၊ အချင်းချင်းတုံ့ပြန်အကြံပြုချက်ပေးခြင်း၊ ဆရာက စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း၊ ဂျာနယ်များ၊ သင်ယူမှုအထောက်အထားမှတ်တမ်း)။
- သင်ယူသူများအတွက် စာသင်ခန်းတွင်း၊ ကျောင်းတွင်းလှုပ်ရှားမှုများနှင့် လူမှုအသိုက်အဝန်းများ စသည့် မိမိ၏ရပ်ရွာဒေသမှစ၍ တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာအထိ ပါဝင်သော အခြေအနေအမျိုးမျိုးတွင် သင်ယူမှုအတွေ့အကြုံများ ပေးစွမ်းသည် (ဥပမာ - ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ပါဝင်စေခြင်း၊ နိုင်ငံတကာမှ အီလက်ထရောနစ်အချက်အလက်များကို မျှဝေဖလှယ်ခြင်း၊ အွန်လိုင်းမှ အဖွဲ့အစည်းများတွင် ပါဝင်ခြင်း)။

- ဆရာကို စံပြအနေနှင့် အလေးထားသည် (ဥပမာ - လက်ရှိဖြစ်ရပ်များ၊ ရပ်ရွာလူထု ပါဝင်ပတ်သက်မှု၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် တန်းတူညီမျှမှု စံနှုန်းများကို လေ့ကျင့်ခြင်း)။
- သင်ယူသူများနှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုများကို အထူးသဖြင့် ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သော ပတ်ဝန်းကျင်များတွင် သင်ကြားရေးနှင့် သင်ယူမှုအရင်းအမြစ်အဖြစ် သုံးသည်။

ရွေးချယ်ထားသော သင်ကြား၊သင်ယူမှု အလေ့အကျင့်များကို သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များ အောင်မြင်စေရန်အတွက် စီစဉ်ရေးဆွဲရန်လိုအပ်ပြီး၊ သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများနှင့် လုပ်ငန်းတာဝန်များသည် မျှော်မှန်းထားသော တတ်ကျွမ်းမှုများ၊ သင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိစေရန်လည်း အရေးကြီးသည်။ အောက်ပါဇယားသည် သင်ယူမှုလုပ်ငန်း နမူနာများနှင့် ယေဘုယျသင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို ဖော်ပြထားသည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ	ယေဘုယျ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်
အတန်းတွင်း ဆွေးနွေးခြင်း၊ ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ဖတ်ခြင်း၊ ဗီဒီယိုကြည့်ခြင်းနှင့် မေးခွန်းများဖြေခြင်း	• ဝေဖန်ပိုင်းခြားစဉ်းစားတွေးခေါ်မှုနှင့် လူမှုဆက်ဆံရေး ကျွမ်းကျင်မှုများဖွံ့ဖြိုးမှု၊ တန်ဖိုးထားမှုများကို စူးစမ်းလေ့လာမှု၊ အသိပညာရရှိမှုကို အထောက်အကူပြုပြီး လက်တွေ့ကျသော စွမ်းရည်များ တိုးတက်လာခြင်းကို အားပေးရန်။
အုပ်စုလိုက် စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်း၊ ပြဿနာကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း၊ ပြဿနာအခြေပြု သင်ယူခြင်းနှင့် လူမှုရေး လုပ်ဆောင်ချက်	• သီးခြားသတ်မှတ်ထားသော တတ်ကျွမ်းမှုများနှင့် ချိတ်ဆက်မှုရှိသော တတ်ကျွမ်းမှုများကို ပေါင်းစည်းထားသောပုံစံဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ရှိလာစေရန်။
လက်တွေ့ဘဝများ (သို့မဟုတ်) စစ်မှန်သော သရုပ်ပြမှုများ၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးနှင့်ဆိုင်သော ပြဿနာကို သုတေသနပြုသည့် ပရောဂျက်များ၊ လူထုဝန်ဆောင်မှု လုပ်ငန်းများ၊ လူထုသတင်း အချက်အလက်ပြပွဲများနှင့် အွန်လိုင်း နိုင်ငံတကာ လူငယ်ဖိုရမ်	• ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင် ကမ္ဘာနှင့် ချိတ်ဆက်၍ မိမိကိုယ်မိမိ သိမြင်ခြင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် လာစေရန်။
ICT နှင့် လူမှုမီဒီယာ၊ အင်တာနက်၊ မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းများ၊ အဝေးမှသင်ယူမှုနှင့် အွန်လိုင်းသင်ယူမှု	• စာသင်ခန်းများနှင့် ရပ်ရွာလူထုကို ချိတ်ဆက်ရန် နှင့် စိတ်ကူးများနှင့် အရင်းအမြစ်များ ဝေမျှခြင်းကို မြှင့်တင်ရန်။

ဇယားတွင်ပြထားသည့်အတိုင်း သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များသည် ကျောင်းသားများအား ၂၁ ရာစုတွင် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံသားများအဖြစ် ပြသစေလိုသော တတ်ကျွမ်းမှုများနှင့် ဆက်စပ်သည်။ ဤသင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို သုံးခြင်းဖြင့် ကျောင်းသားများသည် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်နယ်ပယ်နှင့် ဆက်နွယ်နေသော စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေးနှင့် လက်တွေ့ဗဟုသုတများ၊ ဥပဒေများကို မည်သို့ဖန်တီးပုံ၊ လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုများကို မည်သို့ခွဲခြားနိုင်ပုံ၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝဦစနစ်များ မည်သို့ဆက်နွယ်ပုံနှင့် လူမှုရေးပြဿနာများ ဖြစ်လာရသည့် အကြောင်းရင်းမြစ်များ စသည်တို့ကို သင်ယူကြရပါမည်။ သတင်းအချက်အလက်များကို ကိုင်တွယ်ရန်လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများကိုလည်း သင်ယူရန် လိုအပ်သည်။ ဥပမာ - ပြဿနာများကို ဖော်ထုတ်၍ ဆက်စပ်နေသောစနစ်တွင် မည်သည့်နေရာအား ပြောင်းလဲရန်လိုကြောင်းနှင့် ထိုပြဿနာများကို ဖြေရှင်းနိုင်သည့် နည်းလမ်းများနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို သိရန်အတွက် သင်ယူရန် လိုအပ်သည်။ အဓိကအားဖြင့် ကျောင်းသားများသည် မိမိကိုယ်မိမိသိရှိနားလည်ခြင်း အသိစိတ်ဓာတ် ဖွံ့ဖြိုးရန်နှင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ဤလူမှုရေးပြဿနာများ (သို့မဟုတ်) စနစ်များအပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပုံကို ချိတ်ဆက်ရန် လိုအပ်သည်။ ပြီးခဲ့သောအခန်းတွင် သင်ယူခဲ့သည့်အတိုင်း ငြိမ်းချမ်းမှုပညာရေးနှင့်ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ဆောင်ရွက်မှုသည် အသိပညာ စုဆောင်းရန်အတွက် သာမကဘဲ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းကို အောက်ပါပုံတွင် ပြထားသည်။

ပုံ ၆.၂။ လုပ်ဆောင်ချက်အတွက် တတ်ကျွမ်းမှုကို တိုးတက်စေခြင်း

ရင်းမြစ် - ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်များ (UNESCO/MGIEP, 2017,)

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

ပထမစာသင်နှစ်ဝက်၊ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ပါ သင်ခန်းစာ (၂.၅.၂) တွင် လေ့လာခဲ့သည့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ တတ်ကျွမ်းမှုများ၏ အဓိကနယ်ပယ် (၃) ခု ဖြစ်သည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ ဆိုင်ရာ ဇယားများကို ပြန်လည်ရည်ညွှန်း၍ ဒုတိယစာသင်နှစ်ဝက်တွင် မည်သည့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ တတ်ကျွမ်းမှုများ ပိုမိုရရှိလာကြောင်း အမှတ်ခြစ်ပြပါ။

ဇယား ၆.၁။ ကိုယ်တိုင်ဦးဆောင်မှုနှင့် တာဝန်ယူမှုရှိသော ကမ္ဘာ့နိုင်ငံသားဖြစ်လာရေးဆိုင်ရာ အဓိကလက္ခဏာများ

အသိပညာနှင့် နားလည်မှု	ကျွမ်းကျင်မှုများ	တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သဘောထားများ
လူမှုရေးရာ မျှတမှုနှင့် ညီမျှမှု	ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်စွမ်းနှင့် တီထွင်ဖန်တီးနိုင်စွမ်း	ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာနှင့် မိမိကိုယ်ကို လေးစားတန်ဖိုးထားမှု
ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာနှင့် ကွဲပြားမှု	စာနာမှု	လူမှုရေးရာ မျှတမှုနှင့် ညီမျှမှုအတွက် ကတိကဝတ်ပြုခြင်း
ဂလိုဘယ်လိုက်ဇေးရှင်းနှင့် အပြန်အလှန်မှီခိုမှု	မိမိကိုယ်ကို သိရှိခြင်းနှင့် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း	လူနှင့် လူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားခြင်း
ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု	ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း	မတူကွဲပြားမှုကို တန်ဖိုးထားခြင်း
ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ပဋိပက္ခ	ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် ပဋိပက္ခဖြေရှင်းခြင်း	သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်မှုနှင့် ရေရှည်တည်တံ့သော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ကတိကဝတ်ပြုခြင်း
လူ့အခွင့်အရေး	ရှုပ်ထွေးမှုနှင့် မသေချာမှုများကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်မှု	လူတိုင်းအကျိုးဝင်မှုနှင့် ပါဝင်လုပ်ဆောင်မှုအတွက် ကတိကဝတ်ပြုခြင်း
အာဏာနှင့်အုပ်ချုပ်မှု	အသိအမြင်များခြင်းနှင့် လေးနက်စွာစဉ်းစား လုပ်ဆောင်ခြင်း	လူများသည် အပြောင်းအလဲကို ဆောင်ကျဉ်းပေးနိုင်သည်ဟု ယုံကြည်ခြင်း

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သင်ခန်းစာစီစဉ်ခြင်း

၁။ အောက်ဖော်ပြပါ အကြောင်းအရာများတွင် မည်သည့် ပြည်သူ့နီတိတန်ဖိုးများ၊ ပြည်သူ့နီတိကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ပြည်သူ့နီတိအသိပညာများ ပါဝင်ပတ်သက်သနည်း။ (အချို့အကြောင်းအရာများသည် တတ်ကျွမ်းမှုနယ်ပယ် တစ်ခုထက်ပို၍ လွှမ်းမိုးနိုင်သည်)

- အပြန်အလှန်လေးစားမှု
- သည်းခံစိတ်
- ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု
- ယုံကြည်စိတ်ချရမှု
- စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု
- တန်းတူညီမျှမှုနှင့်/သို့မဟုတ် သာတူညီမျှမှု
- ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း
- လူ့အခွင့်အရေးများ
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးအခွင့်အရေး
- တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု
- စည်းကမ်းလိုက်နာမှု၊ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်း
- ဥပဒေများ
- မတူကွဲပြားမှုအတွင်းရှိ ငြိမ်းချမ်းမှု

၂။ ပထမစာသင်နှစ်ဝက် သင်ခန်းစာ (၂.၅.၁) နှင့် (၂.၅.၂) မှ “ဆက်စပ်ချိုင့်တွေးတောခြင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း”၊ “အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း” လက်ကမ်းစာစောင်များကို သုံးပါ (နောက်ဆက်တွဲ ၇ တွင် ကြည့်ပါ)။ သင်ပုန်းပေါ်ရှိ အကြောင်းအရာများမှ မည်သည့် အကြောင်းအရာကို သင်ကြားလိုကြောင်း အာရုံစူးစိုက်၍ စဉ်းစားရန် သင်၏ သင်ကြားရေးအဖွဲ့နှင့်အတူတကွ လုပ်ဆောင်ပါ။ ပြည်သူ့နီတိ အသိပညာနယ်ပယ်တစ်ခု၏ သင်ခန်းစာ သင်ယူမှုဦးတည်ချက်တွင် တန်ဖိုးထားမှုများ/ ကျွမ်းကျင်မှုများ (၂) ခု (သို့မဟုတ်) (၃) ခုကို ပေါင်းစပ်၍ ထည့်နိုင်သည်။

၃။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများသည် ကျောင်းသားများ၏ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းကို ဖြစ်စေပြီး၊ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းကို အားပေးကြောင်း သေချာစေရန် သင်ခန်းစာအစီအစဉ်ရေးဆွဲသည့် ကိရိယာကို သုံးပါ။ သင်၏ သင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များသည် SMART ဖြစ်စေရန်သတိရပါ။ သင်ခန်းစာတစ်ခုတွင် အများကြီးအောင်မြင်မှုရရန် မကြိုးစားပါနှင့်။ တန်ဖိုးထားမှုတစ်ခု (သို့မဟုတ်) ကျွမ်းကျင်မှုတစ်ခုကို အာရုံစိုက်ခြင်းသည် လုံလောက်ပါလိမ့်မည်။

၄။ သင်၏ အုပ်စုငယ်ဖြင့်စမ်းသပ်သင်ကြားခြင်းကို မစမီ သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းကို လေ့လာဆန်းစစ်သည့် ပုံစံလွှာကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ပါ။ သင်၏ဆရာသည် အုပ်စုများမှ သင်ကြားမှုကိုဆောင်ရွက်နေစဉ် ထိုပုံစံလွှာကို အသုံးပြုပါလိမ့်မည်။

၅။ အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း အချိန်ဇယားကို စစ်ဆေးပြီး ထိုဇယားနှင့်အညီ သင့်အဖွဲ့၏ အစီအစဉ်များကို စီစဉ်ပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ သင်၏ကျောင်းသားများသည် သင်ခန်းစာအတွက် သင် ပြင်ဆင်ခဲ့သော အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာမှုကို ပြသနိုင်ခဲ့ပါသလား။

၂။ သင်ခန်းစာကို သင်ပြနေစဉ် သင်၏ကိုယ်ပိုင်အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို မည်သည့်နည်းလမ်းများဖြင့် အသုံးပြုခဲ့ပါသနည်း။

၃။ အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားနေစဉ် မည်သည့်အရာသည် စိန်ခေါ်မှုအများဆုံး ဖြစ်သနည်း။

၄။ သင်၏ ဒုတိယအကြိမ် လေ့ကျင့်သင်ကြားမှုအပြီးတွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ မည်သည့် နယ်ပယ်များကို ပိုမိုတိုးတက်စေချင်ပါသနည်း။

၆.၂။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ

ပထမနှစ် ပညာရေးဘာသာရပ်တွင် သင်ယူခဲ့သည့် ငြိမ်းချမ်းရေးကို စဉ်းစားနိုင်သည့် နည်းလမ်းများစွာ ရှိသည်။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိတွင် လူမှုရေးရာမျှတမှု၊ သဟဇာတဖြစ်မှုနှင့် ပဋိပက္ခကို ကိုင်တွယ်နိုင်သော စွမ်းရည်တို့ကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲ၍ ပေါင်းစည်းထားသော လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုအဖြစ် ဖော်ပြထားသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေးအတွက် အခြေခံလမ်းညွှန်ချက်များသည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံသားဖြစ်မှု၊ ပဋိပက္ခဖြေရှင်းရေး၊ သက်တူရွယ်တူဖိအားကို ကိုင်တွယ်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကလေးများ၏ စွမ်းရည်ကို တည်ဆောက်ရန် ဖြစ်သည်။ အချို့သော သိမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများအပြင် မတူကွဲပြားသော အုပ်စုများတွင် အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်မှုနှင့် လိုအပ်သည့်အခါ အလိုအလျောက် ချက်ချင်းလုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အရည်အချင်းများ ပါဝင်ရန် လိုအပ်သည် (GTZ, 2008)။ ထို့ကြောင့် မူလတန်းနှင့် အလယ်တန်း ကျောင်းသားများအတွက် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ တတ်ကျွမ်းမှုများတွင် မိမိကိုယ်ကို သိရှိနားလည်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို စီမံခန့်ခွဲမှု၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးစီမံခန့်ခွဲမှု၊ လူမှုရေးအသိစိတ်ဓာတ်နှင့် တာဝန်ယူမှုရှိသော ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

၆.၂.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ခန်းစာအကြောင်းအရာ ဆိုင်ရာ အသိပညာနှင့် စာရိတ္တဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာပုံကို လေ့လာကြီးကြပ် အကဲဖြတ်သုံးသပ်နိုင်မည့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို တန်းတူညီမျှမှု၊ သာတူညီမျှမှု ရှိသော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များဖြင့် စစ်ဆေးနိုင်ရန် အကဲဖြတ်မှု ဆိုင်ရာ နည်းကိရိယာ အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ စာနာမှုနှင့် လေးစားမှုရှိသောယဉ်ကျေးမှုကို တည်ဆောက်ရန် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သဟဇာတဖြစ်ရန်နှင့် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ဖွံ့ဖြိုးရေးပန်းတိုင်များ အစွမ်းကုန်ပြည့်ဝစေရန် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ တတ်ကျွမ်းမှုများကို ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ပညာရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၏ အခြေခံမှုများနှင့်ကိုက်ညီရန်လည်း ရည်ရွယ်ထားသည်။ ဤတတ်ကျွမ်းမှုများမှာ -

- ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း တတ်ကျွမ်းမှု- ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာအသိုက်အဝန်းများနှင့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းများတွင် တည်ရှိနေသော ဆက်ဆံရေးများကို အသိအမှတ်ပြု နားလည်သည့်စွမ်းရည်။
- ကြိုတင်ခန့်မှန်းနိုင်သော တတ်ကျွမ်းမှု - အနာဂတ်အမျိုးမျိုး (ဖြစ်နိုင်ခြေ၊ ဖြစ်ကောင်း ဖြစ်နိုင်ခြေ၊ နှစ်လိုဖွယ်ရာကောင်းသော) နှင့် အနာဂတ်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်မျှော်မှန်းချက်များ ဖန်တီးနိုင်သောစွမ်းရည်။
- မဟာဗျူဟာတတ်ကျွမ်းမှု - လူသားများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ သုခချမ်းသာနှင့် ၎င်းတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်ကို တိုးတက်စေရန် တီထွင်ဆန်းသစ်ထားသော လုပ်ဆောင်ချက် အစီအစဉ်များကို စုစည်းတီထွင်နိုင်မှု။

- ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်သော တတ်ကျွမ်းမှု - အခြားသူများထံမှ သင်ယူရန် စွမ်းရည်၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး၏ လိုအပ်ချက်များကို လေးစားခြင်း၊ သူတစ်ပါးအား သတိပြု၍ အာရုံစိုက်ပေးခြင်း (စာနာနားလည်သော ခေါင်းဆောင်မှု)။
- ဝေဖန်စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်း တတ်ကျွမ်းမှု - စံများ၊ အလေ့အကျင့်များနှင့် ထင်မြင်ချက်များကို မေးမြန်းနိုင်စွမ်းနှင့် ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးများ၊ ခံယူချက်နှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို ပြန်လည်သုံးသပ်နိုင်မှု။
- မိမိကိုယ်ကို သိရှိနားလည်ခြင်း တတ်ကျွမ်းမှု- ဒေသခံအသိုက်အဝန်းနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် ကိုယ်ပိုင်အခန်းကဏ္ဍကို ပြန်လည်ဆင်ခြင်သုံးသပ်နိုင်စွမ်း။ မိမိ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို အမြဲစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ပြီး ဆက်လက်၍လုပ်ဆောင်ရန် စေ့ဆော်ခြင်းနှင့် မိမိ၏ခံစားချက်နှင့် ဆန္ဒများကို ကိုယ်တိုင်ထိန်းညှိပေးခြင်း (Rieckmann, 2018)။

ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုဖြစ်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်သောကြောင့် မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ အကဲဖြတ်ခြင်းမှ ခြုံငုံချဉ်းကပ်မှုသည် ပညာသင်ယူသူများ၏ တိုးတက်မှုကို ခြေရာခံနိုင်သည် (UNESCO, 2017)။ ယင်းကဲ့သို့သော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သင်ယူသူများအား ၎င်းတို့၏ ပညာရေး ခရီးစဉ်တွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ပြီး မိမိတို့၏ပြောင်းလဲသွားသော၊ အမူအကျင့်များ၊ ဆက်ဆံရေးများ၊ သဘောထားများနှင့် တတ်ကျွမ်းမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ နားလည် သဘောပေါက်စေသည်။ ယခုအချိန်တွင် မည်သည့် ပြည်သူ့နီတိနှင့် ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသော ပညာရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ ရရှိသွားကြောင်းနှင့် မည်သည့် တတ်ကျွမ်းမှုများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန်အတွက် အချိန်ယူရန်လိုနေသေးကြောင်းကို ပြသသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဆရာများသည် သင်ကြား သင်ယူမှုနှင့်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းဖြစ်စဉ်ကို အလယ်တန်းကျောင်းသား များ၏ သင်ယူမှု အကြောင်းအရာဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စာရိတ္တတန်ဖိုးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတို့ကို စောင့်ကြည့်အကဲဖြတ်ရန် သုံးနိုင်သည်။

ပုံ ၆.၃။ တတ်ကျွမ်းမှုအခြေပြု သင်ယူမှုပုံစံ

ရင်းမြစ် - Defining and Classifying Competency-Based Initiatives: The Guiding Framework U.S. Department of Education, National Center for Education Statistics, 2001 မှ ဆီလျော်အောင်ပြုပြင်သည်။

အထက်ဖော်ပြပါ တတ်ကျွမ်းမှု အခြေပြုသင်ယူမှုပုံစံတွင် ပြထားသည့်အတိုင်း ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် အချို့သောစရိုက်လက္ခဏာများနှင့် မွေးဖွားလာကြသည်။ ထို့နောက် သင်ယူမှုဖြစ်စဉ်အတွင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် အသိပညာများကို တိုးတက်စေသည်။ ဤဘာသာရပ်တွင် အကျင့်စာရိတ္တအသိတရား၊ အမှားအမှန်ကို ခွဲခြားပြီး ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီ ကျင့်သုံးနိုင်စေသော ကျွမ်းကျင်မှုများကိုပေးသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် လူမှုရေးတန်းတူညီမျှမှုနှင့် သဟဇာတဖြစ်မှုကို သဘောပေါက်စေပြီး အသိတရားကို မြှင့်တင်ပေးသည်။ ရည်ရွယ်ချက်မှာ သင်ယူသူများသည် တစ်ဦးချင်းစီ၏ တာဝန်မှ စုပေါင်းလုပ်ဆောင်မှုသို့ မည်သို့ရွေ့လျားသည်ကို နားလည်ရန် ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများသည် သင်ကြားမှု၊ သင်ယူမှုနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုတို့ စဉ်ဆက်မပြတ်လုပ်ဆောင်မှု ရလဒ်အဖြစ် ပိရမစ်၏ ထိပ်ပိုင်း၌ ၎င်းတို့၏ စုပေါင်းလုပ်ဆောင်တတ်သော တတ်ကျွမ်းမှုများကို ပြသသည်။

အောက်ပါနည်းများကို သုံး၍ သင်ကြားသင်ယူမှုနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုတို့ကို တိုင်းတာနိုင်သည်။

- လေ့လာကြည့်ရှုခြင်း (နေ့စဉ်လုပ်ငန်းများဖြစ်သော အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးခြင်းများ၊ ပရောဂျက်များ၊ စာရိတ္တ/ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ဝေခွဲရခက်သော အခြေအနေများ၊ ပုံများ/ရုပ်ပုံများနှင့် ဖြစ်ရပ်လေ့လာမှုများ/ပုံပြင်များ)
- စစ်ဆေးရန်အချက်များပါသော စာရင်းများ (သရုပ်ဆောင်ခြင်း၊ တင်ပြခြင်းနှင့် ပိုစတာတင်ပြခြင်း)
- အကဲဖြတ်ရန် သတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်လွှာ (တင်ပြခြင်းနှင့် ပိုစတာ တင်ပြခြင်း)
- သင်ယူမှု အထောက်အထားမှတ်တမ်း
- ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဂျာနယ်

စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုများကို သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်၏ သဘာဝအစိတ်အပိုင်းများ အဖြစ် နားလည်ရန်နှင့် စီစဉ်ရန် လိုအပ်သည်။ အကဲဖြတ်ရန်အတွက် တိကျသောအချိန်ကို သင်ခန်းစာအစီအစဉ်တွင် အမြဲထည့်သွင်းသင့်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်ခန်းစာ/လုပ်ငန်း/ အခန်းအဆုံးတွင် သင်ကြားသူသည် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန် သင်ယူသူအတွက် အချိန်လုံလောက်စွာ သတ်မှတ်ပေးသင့်သည်။

- သင်ယူမှုကို ပြန်သုံးသပ်ရန်
- ၎င်းတို့လုပ်ဆောင်မည့် လုပ်ရပ်ကို ဖော်ထုတ်ရန်
- အုပ်စုအလိုက် ပြန်လည်သုံးသပ်၍ အချင်းချင်းစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ရန်
- သင်ခန်းစာ/သင်ယူမှုလုပ်ငန်းနှင့် မည်မျှချောမွေ့ အဆင်ပြေမှုရှိကြောင်း စစ်ဆေးရန်

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

ဒုတိယနှစ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်တွင် သုံးသော သင်ကြားသင်ယူမှုနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများကို ကြည့်ပါ။ ကျောင်းသားများနှင့် ဆရာများသည် သင်ယူမှုလုပ်ငန်း တစ်ခုစီတွင် ကျောင်းသားများ၏ တတ်ကျွမ်းမှုများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခြင်းကို မည်သို့ကြီးကြပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်နိုင်ခဲ့သနည်း။

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ	ကျောင်းသားများ၏ တတ်ကျွမ်းမှုကို မည်သို့ ကြီးကြပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သနည်း။
၁.၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ရှိထားပြီးဖြစ်သော ဗဟုသုတများနှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်း (၂၀ မိနစ်)	• လေ့လာကြည့်ရှုခြင်း (ဆရာက ကျောင်းသားများအား လှည့်လည်ကြည့်ရှုပြီး ကြီးကြပ်သည်။) • ပြန်လည်သုံးသပ်သည့် ဂျာနယ်ရေးခြင်း
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဂရပ်ဖစ်ပုံများ အသုံးပြု သင်ယူခြင်း (၂၀ မိနစ်)	
၁.၂.၁။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံ ဒေသအတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်၏ အရေးပါပုံ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဇင်ပုံဖြင့် သင်ကြား သင်ယူခြင်း (၁၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ တွေး-တွဲ- မျှဝေ သင်ယူခြင်းနှင့် တီပုံစံ ဇယားကွက် (၃၀ မိနစ်)	
၁.၃.၁။ အလယ်တန်းဆင့်နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးခြင်း (၃၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ရပ်တန့်ပါ၊ မှတ်စုရေးပါ (၁၅ မိနစ်)	
၂.၁.၁။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဉာဏ်ဖွင့် ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် တန်ဖိုးထားမှု အဆင့်ဆင့်ပြ ပိရမစ် (၃၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ တန်ဖိုးထားမှု အဆင့်ဆင့်ပြ သစ်ပင် (၁၀ မိနစ်)	
၂.၂.၁။ အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ သရုပ်ဆောင် သင်ကြား၊ သင်ယူခြင်း (က) (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သရုပ်ဆောင် သင်ကြား၊ သင်ယူခြင်း (ခ) (၂၀ မိနစ်)	
၂.၃.၁။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ သင်မည်သူ့အား သိရှိသနည်း။ (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ လက်တွေ့မဆန်သော/ အဆိုးမြင်သော အမြင်များ (၂၅ မိနစ်)	

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ	ကျောင်းသားများ၏ တတ်ကျွမ်းမှုကို မည်သို့ ကြီးကြပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သနည်း။
၂.၃.၂။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဗီဒီယို ကြည့်ရှုခြင်း (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးခြင်း (၂၅ မိနစ်)	
၂.၄.၁။ ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ရေး/တွေး-တွဲ-မျှဝေ သင်ယူခြင်း (၁၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်ခြင်း (၃၀ မိနစ်)	
၂.၄.၂။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ စာသင်ခန်း ပတ်လည်ရှိ စာသားများကို ဖတ်ရှုလေ့လာခြင်း (၁၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ နှီးနှောဖလှယ်ခြင်း (၃၀ မိနစ်)	
၂.၅.၁။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း ဥပမာ (၁) - တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ယုံကြည်ထင်မြင်မှုများနှင့် ခံယူချက်များ (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း ဥပမာ (၂)- ပြဿနာ ဖြစ်ပွားမှု အဆင့်ဆင့်ပြ သစ်ပင် (၁၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း ရေးဆွဲခြင်း (၁၀ မိနစ်)	
၂.၅.၂။ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း (၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဦးဏှောက်ရည်၊ နှလုံးရည်၊ လက်ရုံးရည် တို့ကို ဖော်ထုတ်ခြင်း (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း ရေးဆွဲခြင်း (၁၅ မိနစ်)	

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ	ကျောင်းသားများ၏ တတ်ကျွမ်းမှုကို မည်သို့ ကြီးကြပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သနည်း။
၂.၅.၃။ သင်ပြမှုပုံစံနှင့်အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း (၁၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သင်ခန်းစာ အစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း (၃၀ မိနစ်)	
၃.၁.၁။ နိုင်ငံသား အခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ အုပ်စုဖွဲ့ခြင်းနှင့် အမျိုးအစားခွဲခြင်း (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း (၁၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ သိခြင်း၊ သိလိုခြင်း၊ သိနားလည်သွားခြင်း ဇယားကွက် (၁၀ မိနစ်)	
၃.၁.၂။ ကလေး သူငယ်အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီး အခွင့်အရေး	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဆလိုက်ရှိုး၊ ဗီဒီယိုကြည့်ခြင်းနှင့် မှတ်စုရေးသားခြင်း (၂၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ပါဝါ လမ်းလျှောက်ခြင်း (Power walk) (၂၀ မိနစ်)	
၃.၂.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ယူမှု နှင့် တာဝန်ခံမှု	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ တွေး-တွဲ-မျှဝေ သင်ယူခြင်း (၁၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ လူမှုပြဒါးတိုင် (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ ပိုစတာ တင်ပြခြင်း (၂၀ မိနစ်)	
၄.၁.၁။ စည်းကမ်းလိုက်နာမှု၊ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ စိတ်ကူးပုံဖော်ခြင်း (၁၅ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ပို့ချခြင်း၊ မှတ်စုရေးခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း (၃၀ မိနစ်)	
၄.၂.၁။ ဥပဒေများ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ နှစ်ယောက်တစ်တွဲ လုပ်ဆောင်ခြင်း (၁၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သင်ယူမှု စခန်းများ (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ အုပ်စုလိုက် တင်ပြခြင်း (၁၅ မိနစ်)	

သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ	သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ	ကျောင်းသားများ၏ တတ်ကျွမ်းမှုကို မည်သို့ ကြီးကြပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သနည်း။
၅.၁.၁။ ကွဲပြားစုံလင်မှု အတွင်းရှိ ငြိမ်းချမ်းရေး	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ရေး/တွေး-တွဲ-မျှဝေ သင်ယူခြင်း (၁၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်း (၃၀ မိနစ်)	
၅.၂.၁။ ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဖြတ်ဆက် လုပ်ငန်းပေးခြင်း (၁၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ပါဝင်ဆင်နွှဲ ပြဇာတ်ပွဲ (၃၅ မိနစ်)	
၅.၃.၁။ ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင်ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ အဆင့်သုံးဆင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း (၂၀ မိနစ်)	
	သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ နှီးနှောဖလှယ်ခြင်း (၃၀ မိနစ်)	

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ အတန်းလိုက်ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ရေရှည်တည်တံ့သော ပညာရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများကို ပေါင်းစပ်ခြင်း

၁။ သင်ခန်းစာ (၆.၂.၁) တွင် ဖော်ပြထားသော ရေရှည်တည်တံ့သော ပညာရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု တတ်ကျွမ်းမှုများနှင့် အခြေခံပညာရေး သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကော်မတီ၏ အတန်းလိုက်ရည်ရွယ်ချက်များကို တူရာတွဲပြီး ကော်လံ (၆) တွင် ရေးပါ။

၂။ ဤသင်တန်းအတွင်း သင် စူးစမ်းလေ့လာခဲ့သည့်သင်ကြားမှု၊ လေ့လာသင်ယူမှုနှင့် အကဲဖြတ်ခြင်း လုပ်ငန်းများကို စဉ်းစားပါ၊ အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် သင့်လျော်မည်ဟုထင်သော လုပ်ငန်းများဖြင့် ကော်လံ (၇) တွင်ဖြည့်ပါ။ (သင်ယူမှု လုပ်ငန်း ၁ မှ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း ဇယားကို ပြန်ကြည့်ပါ။)

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် အကဲဖြတ်ခြင်းလုပ်ငန်းများသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ကွဲပြားသင့်ပါသလား။

၂။ ကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိအတွက် မျှော်မှန်းထားသော တတ်ကျွမ်းမှုများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ကြီးကြပ်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်သောအခါ မည်သည့်စစ်ဆေးမှု နည်းလမ်းအမျိုးအစားများကို အမြဲသုံးသင့်သနည်း။

၃။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်တန်းကာလအတွင်း မည်သည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို သင် အနှစ်သက်ဆုံး ဖြစ်ခဲ့သနည်း။ သင်၏ပြည်သူ့နီတိနှင့် ရေရှည်တည်တံ့သော ပညာရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု တတ်ကျွမ်းမှုများ မည်မျှတိုးတက်နေသည်ကို အကဲဖြတ်ရန် ထိုလုပ်ငန်းများက သင့်အား မည်သို့ကူညီခဲ့သနည်း။

၄။ သင်၏ကျောင်းသားများနှင့်အတူ သင်လေ့ကျင့်ရန် ဆန္ဒအရှိဆုံး လုပ်ငန်းများမှာ အဘယ်နည်း။ မည်သို့အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရမည်ကို သိရှိထားပြီးဖြစ်သော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများမှာ အဘယ်နည်း။

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ်

အဓိကအချက်များ

- ရပ်ရွာဒေသ၊ နိုင်ငံ၊ ဒေသကြီးအတွင်းနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲမှုကို အလေးထားသော စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ စာသင်ခန်းများသည် ကျောင်းသားများ၏ လူမှုအသိုက်အဝန်းအကြောင်း အသိပညာများအပြင် ဖော်ပြထားသော တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေသကဲ့သို့ တတ်ကျွမ်းမှုအရည်အချင်းများလည်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေသင့်သည်။ ၎င်းသည် လူမှုရေးရာ တာဝန်ဝတ္တရားများ၏ အရေးပါမှုနှင့်အတူ အခြားသူများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှုကိုလည်း ချိတ်ဆက်နိုင်ရန် ကူညီပေးသည်။
- ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပြည်သူ့နီတိပညာရေး လိုအပ်ချက်များနှင့်အညီ ပူးပေါင်းပါဝင်မှု၊ သင်ယူသူ ဗဟိုပြုမှုနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်သော သင်ကြားသင်ယူမှု အလေ့အကျင့်များသည် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိအတွက် ဗဟိုချက်ဖြစ်လာသည်။ ထိုကဲ့သို့သော အလေ့အကျင့်များသည် ကျောင်းသားများ၏ အတွေးအခေါ်များ၊ ယုံကြည်ချက်များ၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲလာစေရန် အခြေခံကျသည်။
- သင်ယူမှုရည်မှန်းချက်များသည် ကျောင်းသားများအား ၂၁ ရာစုတွင် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံသားများအဖြစ် ပြသစေလိုသော တတ်ကျွမ်းမှုများနှင့် ဆက်စပ်သည်။ ဤသင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ကျောင်းသားများသည် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် နယ်ပယ်တစ်ခုထက်မကဘဲ စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေးနှင့် လက်တွေ့ဗဟုသုတများကို သင်ယူရန် လိုအပ်သည်။ ဥပဒေများကို မည်သို့ဖန်တီးပုံ၊ လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုများကို မည်သို့ ခွဲခြားနိုင်ပုံ၊ ကျွန်ုပ်တို့ဘဝတွင် စနစ်များ မည်သို့ဆက်နွှယ်ပုံနှင့် လူမှုရေးပြဿနာများ ဖြစ်လာရသည့် အကြောင်းရင်းများ စသည်တို့ကို သင်ယူကြရပါမည်။

- ကျောင်းသားများသည် သတင်းအချက်အလက်များကို ကိုင်တွယ်တတ်ရန်အတွက် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများကိုလည်း သင်ယူရန် လိုအပ်သည်။ ဥပမာ - ပြဿနာများကို ဖော်ထုတ်၍ ဆက်စပ်နေသောစနစ်တွင် မည်သည့်နေရာအား ပြောင်းလဲရန် လိုကြောင်းနှင့် ထိုပြဿနာများကို ဖြေရှင်းနိုင်သည့် နည်းလမ်းများနှင့်လုပ်ဆောင်ချက်များကို သိရန်အတွက် သင်ယူရန် လိုအပ်သည်။
- အရေးကြီးဆုံးမှာ ကျောင်းသားများသည် မိမိကိုယ်မိမိ သိရှိနားလည်ခြင်း အသိစိတ်ဓာတ် ဖွံ့ဖြိုးရန်နှင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ဆောင်ချက်များသည် ဤလူမှုရေး ပြဿနာများ (သို့မဟုတ်) စနစ်များအပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပုံကို ချိတ်ဆက်ရန် လိုအပ်သည်။
- စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းသည် သင်ယူသူများအား ၎င်းတို့၏ ပညာရေးခရီးစဉ်တွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ပြီး မိမိတို့၏ပြောင်းလဲသွားသော အမူအကျင့်များ၊ ဆက်ဆံရေးများ၊ သဘောထားများနှင့် တတ်ကျွမ်းမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ နားလည် သဘောပေါက်စေရန် လွှမ်းခြုံစစ်ဆေးခြင်းဖြစ်သင့်သည်။
- ခြုံငုံ၍စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ချက်အရ ယခုအချိန်တွင် ပြည်သူ့နီတိနှင့် ရေရှည်တည်တံ့သော ပညာရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု တတ်ကျွမ်းမှုများကို ကောင်းစွာပြသရန်အတွက် ၎င်းတို့သည် မည်သည့်နေရာတွင်ရှိကြောင်းနှင့် မည်သည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ ဖွံ့ဖြိုးရန်အတွက် အချိန်လိုအပ်နေသေးကြောင်းကို သင်ယူသူများအား နားလည်စေသည်။
- တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဆရာများသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှု အကြောင်းအရာ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စာရိတ္တတန်ဖိုးများ တိုးတက်ရေးကို ကြီးကြပ်အကဲဖြတ်ရန် သင်ကြားသင်ယူမှုနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းဖြစ်စဉ်များ အသုံးပြုနိုင်သည်။
- ရည်ရွယ်ချက်မှာ သင်ယူသူများသည် တစ်ဦးချင်းစီ၏တာဝန်မှ စုပေါင်းလုပ်ဆောင်မှုသို့ မည်သို့ရွေ့လျားသည်ကို နားလည်ရန်ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများသည် သင်ကြားမှု၊ သင်ယူမှုနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုတို့ စဉ်ဆက်မပြတ်လုပ်ဆောင်မှု ရလဒ်အဖြစ် ပိရမစ်၏ ထိပ်ပိုင်း၌ ၎င်းတို့၏ စုပေါင်းလုပ်ဆောင်တတ်သော တတ်ကျွမ်းမှုများကို ပြသသည်။

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း

၁။ သင်ယူခဲ့သော စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူမှုနှင့်စစ်ဆေး စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများအနက် မည်သည့်အကြောင်းအရာသည် သင့်အား အံ့အားအသင့်ဆုံး ဖြစ်စေသနည်း။

၂။ ယေဘုယျအားဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေးအပေါ် ထားရှိသော သင်၏သဘောထားသည် မည်သို့ပြောင်းလဲသွားသနည်း။

၃။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ မည်သည့်ကဏ္ဍများသည် အနာဂတ်တွင် သင် ကြိုးစားသင်ယူကြည့်ရန် မျှော်လင့်ထားသော အရာများ ဖြစ်သနည်း။

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ

၆.၁။

UNESCO. (2015). *Global citizenship education: Topics and learning objectives*. Retrieved from https://books.google.com.mm/books?id=yJpYCgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false

UNESCO-IICBA. (2017). *Transformative pedagogy for peacebuilding: A guide for teachers*. Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261349

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development. (2017). *Textbooks for sustainable development: A guide to embedding*. New Dehli, India: UNESCO MGIEP.

၆.၂။

GTZ. (2008). *Learning to live together: Design, monitoring and evaluation of education for life skills, citizenship, peace and human rights.* Eshborn, Germany: Deutsche Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit (GTZ) GmbH.

Rieckmann, M. (2018). *Learning to transform the world: Key competencies in education for sustainable development*. In A. Leicht, J. Heiss, & W. J. Byun (Eds.), *Issues and trends in education for sustainable development* (pp. 39-59). Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261802

UNESCO-IICBA. (2017). *Transformative pedagogy for peacebuilding: A guide for teachers*. Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261349

U.S. Department of Education, National Center for Education Statistics. (2001). *Defining and assessing learning: Exploring competency-based initiatives.* Retrieved from https://nces.ed.gov/pubs2002/2002159.pdf

ခက်ဆစ်အဘိဓာန်

အသုံးအနှုန်းများ	အသေးစိတ်ရှင်းလင်းချက်
တာဝန်ခံမှု	ဝန်ဆောင်မှုတစ်ခုအတွက် လူတစ်ဦး (သို့မဟုတ်) အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၏ တာဝန်ဝတ္တရား၊ ၎င်းတို့အတွက် တာဝန်ယူမှုကို လက်ခံ၍ ရလဒ်များကို ပွင့်လင်းမြင်သာစွာ ထုတ်ဖော်ပေးခြင်း။
အရပ်ဘက်အဖွဲ့အစည်း	ဘုံအကျိုးစီးပွားများနှင့် စုပေါင်းလုပ်ဆောင်မှုတို့ဖြင့် ဆက်နွှယ်နေသော လူထုအသိုက်အဝန်း၊ ရပ်ရွာအကျိုးစီးပွားအတွက် လုပ်ဆောင်နေသော အဖွဲ့များ (သို့မဟုတ်) အစိုးရလုပ်ငန်းပြင်ပတွင် မိမိတို့ အကျိုးစီးပွားအတွက် လုပ်ဆောင်နေသောကဏ္ဍ။
ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများ	အရွယ်မရောက်သေးသူများအတွက် အထူးကာကွယ်မှုနှင့် စောင့်ရှောက်မှု အခွင့်အရေးများကို အထူးအလေးထားသော ကလေးများ၏ အခွင့်အရေးများ။
ပဋိပက္ခ	လူများ၊ အုပ်စုများ၊ နိုင်ငံများအကြား သဘောထားကွဲလွဲမှု (သို့မဟုတ်) အငြင်းပွားမှုတစ်ခု။
ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေ	နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ အမြင့်ဆုံးဥပဒေများကို ရေးသားသော တရားဝင်ဥပဒေ စာရွက်စာတမ်း။
ကွန်ဗင်းရှင်း သဘောတူညီချက်	ကွန်ဗင်းရှင်း သဘောတူညီချက် ဆိုသည်မှာ နည်းလမ်းတစ်ခုခုကို ပြုမူရန် နိုင်ငံများအကြား သဘောတူညီချက် ဖြစ်သည်။
စည်းကမ်း	မိမိ၏အပြုအမူကို မိမိကိုယ်တိုင် (သို့မဟုတ်) အခြားသူများက ထိန်းချုပ်ပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) သတ်မှတ်ပေးခြင်း။
မတူကွဲပြားမှု	မတူကွဲပြားမှုသည် ကွဲပြားခြားနားသော လူအမျိုးမျိုးရှိသည်ဟူသောအချက်ကို ရည်ညွှန်းသည်။ မတူကွဲပြားမှုက ကွဲပြားခြားနားသော လူများအကြား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းကြောင့် ယဉ်ကျေးမှု၊ စီးပွားရေးနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တက်ကြွမှုနှင့် ဆန်းသစ်တီထွင်မှုများကို အရှိန်မြှင့်ပေးသည်။
ရေရှည်တည်တံ့သော ပညာရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု	လူတိုင်းအတွက် ပိုမိုရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး တရားမျှတသော လူ့အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ရန် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သဘောထားများ ပြောင်းလဲခြင်းကို အားပေးသော ပညာရေး။
မိသားစု စီမံကိန်း	မွေးဖွားလိုသော ကလေးဦးရေနှင့် သားဆက်ခြားခြင်းကို ထိန်းချုပ်ရန် လေ့ကျင့်ခြင်း။
လိင်အကြမ်းဖက်ခြင်း	တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီကို သော်လည်းကောင်း၊ အုပ်စုများကို သော်လည်းကောင်း လိင်အားဖြင့် ထိခိုက်နစ်နာစေခြင်း။
လူ့အခွင့်အရေးများ	မွေးဖွားချိန်မှ သေဆုံးချိန်အထိ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ လူတစ်ဦးချင်းစီမှ ပိုင်ဆိုင်သော အခြေခံ အခွင့်အရေးများနှင့် လွတ်လပ်ခွင့်များ။

အသုံးအနှုန်းများ	အသေးစိတ်ရှင်းလင်းချက်
သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း	သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်းသည် အခြားသူများ၏ နားလည်မှုနှင့် အပြန်အလှန်မှီခိုမှုကို တန်ဖိုးထားရန် လိုအပ်သည်။ ကျွန်ုပ်ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများအပေါ် သဘောထားအမြင်များ တိုးတက်လာခြင်း၊ အမြင်ကျယ်လာခြင်း (သို့မဟုတ်) ပြောင်းလဲလာခြင်းတို့နှင့် ဆက်စပ်သည်။ တစ်ဆက်တည်းမှာပင် ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်တွေ့ကြုံမှုများနှင့် အခြားသူများနှင့်ဆက်ဆံသည့် ပြုမူပုံများ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာခြင်းလည်း ပါဝင်သည်။
ဥပဒေများ	နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ (သို့မဟုတ်) ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းမှ အသိအမှတ်ပြုထားပြီး အဖွဲ့ဝင်များကို လိုက်နာကျင့်သုံးစေ၍ ၎င်းတို့၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို ထိန်းညှိပေးသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း စနစ်များဖြစ်သည်။
ယဉ်ကျေးမှု ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း	မတူကွဲပြားသောလူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံများမှ လူများပါဝင်သော အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။
ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး	သင်ကိုယ်တိုင်၊ အခြားသူများ၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် နေထိုင်ရန်၊ အသိပညာနှင့် သဘောထားများ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် အပြုအမူများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေသော လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်သည်။
မီးမဖွားမီနှင့် မီးဖွားပြီးနောက်ပိုင်း စောင့်ရှောက်မှု	ကလေးမမွေးမီနှင့် မွေးဖွားပြီးနောက် မိခင်အား ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု။
တာဝန်ယူမှု	ကျေပွန်အောင် ထမ်းဆောင်ရမည့် တာဝန် (သို့မဟုတ်) ပြီးဆုံးအောင် ပြုလုပ်ရမည့် လုပ်ငန်း ဖြစ်သည်။ (တစ်စုံတစ်ယောက်က တာဝန်ပေးသော သို့မဟုတ် ကိုယ်တိုင်ချမှတ်ထားသော ကတိ သို့မဟုတ် အခြေအနေများအရ ဖြည့်ဆည်းရမည့် တာဝန် သို့မဟုတ် ဝတ္တရား။)
စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများနှင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များ (သို့မဟုတ်) ညွှန်ကြားချက်များ	တစ်စုံတစ်ခုကို မှန်မှန်ကန်ကန် လုပ်ဆောင်ရန် စည်းမျဉ်းသတ်မှတ်ခြင်းနှင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များ (သို့မဟုတ်) ညွှန်ကြားချက်များ။ ဤအရာများသည် အပြုအမူကို ထိန်းချုပ်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးရန် တွန်းအားပေးနိုင်သည်။
မိမိကိုယ်ကို ထိန်းကျောင်းခြင်း	မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်ခြင်း (သို့မဟုတ်) စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းခြင်း၊ မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်အတွေးများ၊ ခံစားချက်နှင့် အပြုအမူများကို ထိန်းချုပ်ခြင်း။
လူမှုဖူလုံရေး	မပြည့်စုံသော (သို့မဟုတ်) ဝင်ငွေမရှိသော သူများအား ငွေကြေးအထောက်အပံ့ပေးသော အစိုးရ စနစ်။
အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း	လူများ၏ ခံစားမှု၊ တွေးခေါ်ပုံနှင့် အမူအကျင့်များကို ပြောင်းလဲရန် ရည်ရွယ်သော သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။
အမျိုးသမီး အခွင့်အရေးများ	ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ အမျိုးသမီးများနှင့် မိန်းကလေးများအတွက် တောင်းဆိုထားသောအခွင့်အရေးများနှင့် ရပိုင်ခွင့်များ ဖြစ်သည်။

ကျမ်းကိုးစာရင်း

Amnesty International/Human Rights Education Associates. (2007). *Human rights: Resources for educators*. Retrieved from https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/361382D71248488A0525743E00384DAF-AIUSA%20%26%20HREA_Service%20Learning.pdf

British Council. (2017). *Active citizens facilitator's toolkit*. Retrieved from *https://www.britishcouncil.org/sites/default/files/active_citizens_global_toolkit_2017-18.pdf*

Commonwealth of Australia. (2010). *Handout: Simplified version of the universal declaration of human rights.* Retrieved from https://www.civicsandcitizenship.edu.au/verve/_resources/FQ2_Simplified_Version_Dec.pdf

Fras, M., & Schweitzer, S. (Eds.). (2016). Designing learning for peace: Peace education competence framework and educational guidelines: *Mainstreaming Peace Education Series*. Retrieved from https://mainstreamingpeaceeducation.files.wordpress.com/2016/11/peace-education-competence-framework-ebook.pdf

Fry, S. W., & O'Brien, J. (2017). *Social justice through citizenship education: A collective responsibility*. Emerald Group Publishing. Retrieved from http://scholarworks.boisestate.edu

GTZ. (2008). *Learning to live together: Design, monitoring and evaluation of education for life skills, citizenship, peace and human rights*. Eshborn, Germany: Deutsche Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit (GTZ) GmbH.

Human Rights Watch. (2014, November). *25th Anniversary of the convention on the rights of the child.* Retrieved from https://www.hrw.org/news/2014/11/17/25th-anniversary-convention-rights-child

International Women's Development Agency (IDWA), Women's Actions for Voice and Empowerment (WAVE), Government of the Netherlands. (2019). *CEDAW at a glance.* Retrieved from https://iwda.org.au/assets/files/CEDAW-at-a-Glance.pdf

Kibret, B. T. (2016). Life Skills Training (LST) program for young people: Justifications, foundations and contents. *International Journal of School and Cognitive Psychology. 3* (1). Retrieved from https://www.longdom.org/open-access/life-skills-training-lst-program-for-young-people-justificationsfoundations-and-contents-2469-9837-1000163.pdf

Living Democracy. (2015). Unit 5: Rules and law – *The basis of living together*. Retrieved from https://www.living-democracy.com/textbooks/volume-2/unit-5/

Maranges, H. M., & Baumeister, R. F. (2016). Self-control and ego depletion. In *Vohs, K. D., & Baumeister, R.F. (Eds.). Handbook of self-regulation, Third Edition: Research, theory, and applications*. Retrieved from https://books.google.com.mm/books?id=hs90CwAAQBAJ&pg=PA42&lpg=PA42&dq=self-discipline+self-regulation+rules+laws&source=bl&ots=d1AyUr_

McLaughlin, R. (2015). *Democracy.* Mote Oo Education. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/civic-and-peace-education

Rieckmann, M. (2018). Learning to transform the world: Key competencies in education for sustainable development. In A. Leicht, J. Heiss, & W. J. Byun (Eds.), I*ssues and trends in education for sustainable development (pp. 39-59).* Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261802

Rijamampianina, R., & Carmichael, T. (2005). *A pragmatic and holistic approach to managing diversity.* Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/233843900_A_Pragmatic_and_Holistic_Approach_to_Managing_Diversity

Rule of Law Centers. (2015). *Module 1: Introduction to Training Course and Rule of Law.* Retrieved from https://www.rolcmyanmar.org/files/uploads/publication/courses/module_1.pdf

Rule of Law Centers. (2015). *Module 4: Equality and vulnerable groups.* Retrieved from https://www.rolcmyanmar.org/files/uploads/publication/courses/module_4.pdf

Sahranavard, S., Miri, M. R., & Salehiniya, H. (2018). The relationship between self-regulation and educational performance in students. *Journal of Education and Health Promotion, 7* (154). Retrieved from https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_93_18

Schulz, W., Ainley, J., Fraillon, J., Losito, B., & Agrusti, G. (2016). *IEA international civic and citizenship education study 2016: Assessment framework*. Retrieved from https://www.iea.nl/publications/assessment-framework/iea-international-civic-and-citizenship-education-study-2016

Sharma , B. (2008). *Voice, accountability and civic engagement:* A conceptual overview. Retrieved from https://www.undp.org/content/dam/undp/documents/partners/civil_society/publications/2008_UNDP_Voice-Accountability-and-Civic-Engagement_EN.pdf

Spectrum SDKN. (2016, June). *Tools for more accountable governance and better public services*. Retrieved from https://www.spectrumsdkn.org/en/home/economic-justice/sacc-myanmar/369-tools-for-more-accountable-governance-and-better-public-services-3/file

Stoller, F. L., & Reilly, K. (2000). Rules and laws. In Stoller, F. L. (Ed). *Language and civil Society: Civic education e-journal.* Retrieved from https://americanenglish.state.gov/files/ae/resource_files/civic_education_ch6.pdf

The Open University. (n.d.). Law and Justice. *Society, politics and law*. Retrieved from https://www.open.edu/openlearn/ocw/mod/oucontent/view.php?id=68341

Wong, K., & McLaughlin, R. (2012). *Active citizenship*. Mote Oo Education. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/civic-and-peace-education

Wright, C. (2018). *Young adult success: Skills for lifelong and continuous Learning.* Retrieved from https://www.moteoo.org/en/life-and-learning-skills

U.N. Doc. HRI/GEN/1/Rev.6 at 243 (2003). *Compilation of general comments and general recommendations adopted by human rights treaty bodies.* Retrieved from http://hrlibrary.umn.edu/gencomm/generl19.htm

UNESCO. (2015). *Booklet 1: Becoming an inclusive, learning-friendly environment (ILFE)*. Retrieved from https://www.eenet.org.uk/resources/docs/ilfe/generic/ILFE-1.pdf

UNESCO. (2015). *ILFE toolkit – Generic*. Retrieved from https://www.eenet.org.uk/ilfe-toolkit/ilfe-toolkit-generic/

UNESCO. (2015). *Global citizenship education: Topics and learning objectives*. Retrieved from https://books.google.com.mm/books?id=yJpYCgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false

UNESCO-IICBA. (2017). *Transformative pedagogy for peacebuilding: A guide for teachers*. Retrieved from *https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261349*

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development. (2017). *Textbooks for sustainable development: A guide to embedding.* New Dehli, India: UNESCO MGIEP.

UNICEF. (2011). *CEDAW: Convention on the elimination of all forms of discrimination against women in brief*. Retrieved from https://www.unicef.org/gender/files/CEDAW_In_Brief_For_Adolescent-Web_Version.pdf

UNICEF. (2019). *Accessible version of child-friendly CRC and icons.* Retrieved from https://weshare.unicef.org/Folder/2AM408T2Z9MD

U.S. Department of Education, National Center for Education Statistics. (2001). *Defining and assessing learning: Exploring competency-based initiatives*. Retrieved from https://nces.ed.gov/pubs2002/2002159.pdf

နောက်ဆက်တွဲများ

လက်ကမ်းစာစောင် (၁)။ ပိုစတာတင်ပြခြင်းအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက် ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ

ပိုစတာတင်ပြခြင်းအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ (မိမိကိုယ်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု၊ အချင်းချင်း စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုနှင့် ဆရာက စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု)

	၅	၄	၃	၂	၁
၁။ ရုပ်ပုံများနှင့် သရုပ်ဖော်ပုံများ	ရုပ်ပုံများ၊ ပုံများ၊ clip art နှင့် ရေးဆွဲထားသော အနုပညာ လက်ရာများသည် အရောင်အသွေး စုံလင်ပြီး ခေါင်းစဉ်နှင့် သင့်လျော်သည်။ အပြင်အဆင်သည် ကောင်းစွာ လိုက်ဖက်သည်၊ တီထွင်ဖန်တီးမှုကို ပြသပြီး အမြင်အားဖြင့် နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ်သည်။	ရုပ်ပုံများ၊ ပုံများ၊ clip art နှင့် ရေးဆွဲထားသော အနုပညာ လက်ရာများသည် အများအားဖြင့် အရောင်အသွေးနှင့် သင့်လျော်သည်။ အပြင်အဆင်သည် တီထွင်ဖန်တီး နိုင်မှုကို အတိုင်းအတာ တစ်ခုအထိ ပြသနိုင်သော်လည်း စုစည်းမှု အားနည်းသည် (သို့မဟုတ်) မရှင်းလင်းပါ။	ပုံများ နှင့်/သို့မဟုတ် အနုပညာလက်ရာ အများစုသည် အရောင်အသွေး စုံလင်ပြီး သင့်လျော်သည်။ အပြင်အဆင်သည် တီထွင်ဖန်တီးမှုကို အနည်းငယ်မျှသာ ပြသသည် (သို့မဟုတ်) စုစည်းမှုမှာ အစီအစဉ်တကျ မရှိသောကြောင့် ရှုပ်ထွေးနေသည်။	ပုံများသည် သင့်လျော်မှုမရှိပါ၊ အနုပညာလက်ရာ များသည် တီထွင်ဖန်တီးမှု အနည်းငယ်မျှသာ ရှိသည်။ အပြင်အဆင်သည် ရှုပ်ထွေး၍ အစီအစဉ်တကျ မရှိပါ။	ပုံများ၊ အနုပညာ လက်ရာများ မပါရှိပါ။

	၅	၄	၃	၂	၁
၂။ တင်ပြမှု	တင်ပြမှုသည် သပ်ရပ်သန့်ရှင်း၍ ကောင်းမွန်စွာ စုစည်းထားပြီး ဖန်တီးမှု နည်းလမ်းဖြင့် တင်ပြသည်။ တင်ဆက်မှုသည် အရောင်အသွေး စုံလင်ပြီး ဖန်တီးမှု ရှိသည်။ သတင်း အချက်အလက် များသည် စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းပြီး တိကျသည်။	တင်ပြမှု အများစုသည် သပ်ရပ် သန့်ရှင်းသည်။ သတင်း အချက်အလက် များသည် ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်သော ပုံစံဖြင့် ဖွဲ့စည်း ထားပြီး တီထွင် ဖန်တီးနိုင်စွမ်း အချို့ကို ပြသသည်။ အလုံးစုံ တင်ပြချက်သည် စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းသည်။	တင်ပြမှုသည် ချောမွေ့သည်။ လက်ခံနိုင်သော နားလည်မှုကို ပြသရန် အချို့သော ကိရိယာများကို သုံးသည်။ အဖွဲ့ဝင် တစ်ဦးချင်းစီ၏ အချက်အလက် များကို ကိုယ်စားပြု၍ ၎င်းတို့၏ အမည်ဖြင့် ဖော်ထုတ်သည်။	တင်ပြမှုသည် အစီအစဉ်တကျ မရှိပါ။ ကိရိယာများကို သက်ဆိုင်ရာ နည်းအတိုင်း မသုံးပါ။ အဖွဲ့ဝင်များ၏ အချက်အလက်နှင့် ပါရှိရမည့် အချက်အလက် အချို့ကို ဖော်ထုတ်နိုင်ခြင်း မရှိပါ။	တင်ပြမှုသည် ချောမွေ့မှု မရှိပါ။ သတင်း အချက်အလက် မပြည့်စုံပါ။ အဖွဲ့ဝင်များ၏ အချက်အလက် အချို့ မပါရှိပါ။
၃။ အကြောင်းအရာ	အကြောင်းအရာ သည် တိကျပြီး လိုအပ်သော အချက်အလက် အားလုံးကို ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်စွာ တင်ပြသည်။	အကြောင်းအရာ သည် တိကျ သော်လည်း လိုအပ်သော အချက်အလက် အချို့ ပျောက်ဆုံး နေသည် (သို့မဟုတ်) ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်စွာ တင်ပြနိုင်ခြင်း မရှိပေ။ သို့သော် ယေဘုယျအားဖြင့် အလွယ်တကူ နားလည် နိုင်ပါသည်။	အကြောင်းအရာ သည် တိကျ သော်လည်း လိုအပ်သော အချက်အလက် အချို့ ပျောက်ဆုံး နေသည် (သို့မဟုတ်) ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်စွာ တင်ပြခြင်း မရှိသဖြင့် နားလည်ရန် ခက်ခဲသည်။	အကြောင်းအရာ သည် မေးခွန်း ထုတ်စရာ ဖြစ်သည် (သို့မဟုတ်) မပြည့်စုံပါ။ သတင်း အချက်အလက် များကို ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်စွာ တင်ပြနိုင်ခြင်း မရှိသဖြင့် နားလည်ရန် ခက်ခဲသည်။	အကြောင်းအရာ မမှန်ကန်ပါ။ သတင်း အချက်အလက် များသည် မပြည့်စုံပါ၊ မမှန်ကန်ပါ၊ (သို့မဟုတ်) ကျိုးကြောင်း ဆီလျော်စွာ တင်ပြနိုင်ခြင်း မရှိသဖြင့် နားလည်ရန် ခက်ခဲသည်။

	၅	၄	၃	၂	၁
၄။ ရင်းမြစ်များ	ရင်းမြစ်အားလုံး (သတင်း အချက်အလက်နှင့် ဂရပ်ဖစ်) များကို တိကျစွာ မှတ်တမ်းတင် ထားသည်။	ရင်းမြစ်များ (သတင်း အချက်အလက်နှင့် ဂရပ်ဖစ်) အားလုံးကို တိကျစွာ မှတ်တမ်းတင် ထားသည်၊ သို့သော် ဖော်ပြသည့် ပုံစံတွင် အမှား အနည်းငယ် ရှိသည်။	ရင်းမြစ်အားလုံး (သတင်း အချက်အလက်နှင့် ဂရပ်ဖစ်) ကို မှတ်တမ်းတင် ထားသော်လည်း၊ သတင်း အချက်အလက် မပြည့်စုံပါ (သို့မဟုတ်) အချက်များစွာသည် ပုံစံတကျ မရှိပါ။	အချို့သတင်း ရင်းမြစ်များကို တိကျစွာ မှတ်တမ်းတင် မထားပါ။	ရင်းမြစ်များ မပါရှိပါ။

လက်ကမ်းစာစောင် (၂)။ သင်ယူမှု စခန်းများ - ဥပဒေများ

လူကူးမျဉ်းကျား မရှိပါက လမ်းဖြတ်ကူးခြင်း မပြုရ။
ပန်းခြံ၊ လမ်း၊ ဈေး ကဲ့သို့သော လူစုလူဝေးရှိရာ နေရာများတွင် အပေါ့၊ အလေးမသွားရ။
ပီကေ ရောင်းခြင်းသည် တရားမဝင်ပါ။
အသက် (၁၆) နှစ် မပြည့်သေးလျှင် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်း မပြုရ။
ငါးဖမ်းလိုလျှင် လိုင်စင်ရှိရမည်။
မိမိကိုယ်ကိုသတ်သေခြင်းသည် တရားမဝင်ပါ။
အသက် (၂၁) နှစ်အောက် အရက်သောက်ခြင်းကို ခွင့်မပြုပါ။
မိဘများအနေနှင့် သားသမီးတစ်ဦးထက် ပိုယူခြင်းသည် တရားမဝင်ပါ။

လက်ကမ်းစာစောင် (၃)။ ဥပဒေများ - တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ

ဥပဒေများ - တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ (၁ = တိုးတက်ရန်လို၊ ၅ = အလွန်ကောင်း)

(ဆရာမှ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း ပုံစံလွှာ)

	အင်္ဂါရပ်များ	၁	၂	၃	၄	၅	သုံးသပ်ချက်
၁	တင်ဆက်သူများ၏ မိတ်ဆက်တွင် ပွဲဦးထွက်တင်ပြမှုနှင့် တင်ပြခြင်းမှုအတွက် ကြိုတင်ရှင်းပြချက်များ ပါဝင်သည်။						
၂	တင်ပြချက်၏ အကြောင်းအရာတွင်အမျိုးအစား (၃) ခု ပါဝင်ပြီး၊ အမျိုးအစားတစ်ခုစီအတွက် ဥပဒေ တစ်ခုစီ ပါဝင်သည်။						
၃	ဥပဒေတစ်ခုစီအတွက် ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု ပေးထားပြီး ၎င်းသည် အဘယ်ကြောင့် တရားမျှတကြောင်း၊ အသုံးဝင်ကြောင်းနှင့် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြချက်တစ်ခု ပါဝင်သည်။						
၄	ထိုဥပဒေများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ နိုင်ငံသားတစ်ဦးအား ညွှန်ပြထားသော တာဝန်နှင့် ဝတ္တရားများ ပါဝင်သည်။						
၅	တင်ဆက်သူ (များ) သည် အားလုံးကြားနိုင်သော အသံဖြင့် ရှင်းလင်းစွာပြောသည်။						
၆	တင်ဆက်သူ (များ) သည် မျက်လုံးချင်းဆုံပြီး သင့်လျော်သော ကိုယ်ဟန်အနေအထား/ အမူအရာများဖြင့် တင်ပြသည်။						
၇	တင်ပြချက်၏ ကြာချိန်သည် လိုအပ်သော အတိုင်းအတာအတွင်း ရှိသည်။						

ဥပဒေများ - တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ (၁ = တိုးတက်ရန်လို၊ ၅ = အလွန်ကောင်း)

(အချင်းချင်းစစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း ပုံစံလွှာ)

	အင်္ဂါရပ်များ	၁	၂	၃	၄	၅	သုံးသပ်ချက်
၁	တင်ဆက်သူများ၏ မိတ်ဆက်တွင် ပွဲဦးထွက်တင်ပြမှုနှင့် တင်ပြခြင်းမှုအတွက် ကြိုတင်ရှင်းပြချက်များ ပါဝင်သည်။						
၂	တင်ပြချက်၏ အကြောင်းအရာတွင်အမျိုးအစား (၃) ခု ပါဝင်ပြီး၊ အမျိုးအစားတစ်ခုစီအတွက် ဥပဒေ တစ်ခုစီ ပါဝင်သည်။						
၃	ဥပဒေတစ်ခုစီအတွက် ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု ပေးထားပြီး ၎င်းသည် အဘယ်ကြောင့် တရားမျှတကြောင်း၊ အသုံးဝင်ကြောင်းနှင့် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြချက်တစ်ခု ပါဝင်သည်။						
၄	ထိုဥပဒေများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ နိုင်ငံသားတစ်ဦးအား ညွှန်ပြထားသော တာဝန်နှင့် ဝတ္တရားများ ပါဝင်သည်။						
၅	တင်ဆက်သူ (များ) သည် အားလုံးကြားနိုင်သော အသံဖြင့် ရှင်းလင်းစွာပြောသည်။						
၆	တင်ဆက်သူ (များ) သည် မျက်လုံးချင်းဆုံပြီး သင့်လျော်သော ကိုယ်ဟန်အနေအထား/ အမူအရာများဖြင့် တင်ပြသည်။						
၇	တင်ပြချက်၏ ကြာချိန်သည် လိုအပ်သော အတိုင်းအတာအတွင်း ရှိသည်။						

ဥပဒေများ - တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက်ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ (၁ = တိုးတက်ရန်လို၊ ၅ = အလွန်ကောင်း)

(မိမိကိုယ်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း ပုံစံလွှာ)

	အင်္ဂါရပ်များ	၁	၂	၃	၄	၅	သုံးသပ်ချက်
၁	တင်ဆက်သူများ၏ မိတ်ဆက်တွင် ပွဲဦးထွက်တင်ပြမှုနှင့် တင်ပြခြင်းမှုအတွက် ကြိုတင်ရှင်းပြချက်များ ပါဝင်သည်။						
၂	တင်ပြချက်၏ အကြောင်းအရာတွင်အမျိုးအစား (၃) ခု ပါဝင်ပြီး၊ အမျိုးအစားတစ်ခုစီအတွက် ဥပဒေ တစ်ခုစီ ပါဝင်သည်။						
၃	ဥပဒေတစ်ခုစီအတွက် ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခု ပေးထားပြီး ၎င်းသည် အဘယ်ကြောင့် တရားမျှတကြောင်း၊ အသုံးဝင်ကြောင်းနှင့် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြချက်တစ်ခု ပါဝင်သည်။						
၄	ထိုဥပဒေများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ နိုင်ငံသားတစ်ဦးအား ညွှန်ပြထားသော တာဝန်နှင့် ဝတ္တရားများ ပါဝင်သည်။						
၅	တင်ဆက်သူ (များ) သည် အားလုံးကြားနိုင်သော အသံဖြင့် ရှင်းလင်းစွာပြောသည်။						
၆	တင်ဆက်သူ (များ) သည် မျက်လုံးချင်းဆုံပြီး သင့်လျော်သော ကိုယ်ဟန်အနေအထား/ အမူအရာများဖြင့် တင်ပြသည်။						
၇	တင်ပြချက်၏ ကြာချိန်သည် လိုအပ်သော အတိုင်းအတာအတွင်း ရှိသည်။						

လက်ကမ်းစာစောင် (၄)။ ရေညှောင့်ကောင်ငှက်များနှင့် ဝေလငါးများအကြား တိုက်ပွဲ

ရေညှောင့်ကောင်ငှက်ကလေးသည် သူမ၏ နံနက်စာအတွက် နံနက်တိုင်း ကမ်းခြေသို့သွားသည်။ သူမသည် သူမ၏ ရှည်လျားသော ခြေထောက်လေးများနှင့် ရေထဲသို့ ပြေးသွားသည်။ … "စလပ်၊ စပလပ်"… သူမက ငါးသေးသေးလေးကို ကောက်စားလိုက်သည်။ ထို့နောက် သူမသည် ကမ်းခြေသို့ ပြန်ပြေးလာပြီး စောင့်နေလိုက်သည်။

ရေထဲသို့ သူမကထပ်ပြေးပြီး "စလပ်၊ စလပ်" သူမသည် နောက်ထပ်ငါးသေးသေးလေးကို စားသည်။

ပင်လယ်နက်အတွင်း၌ နေထိုင်သော ဝေလငါးသည် ရေညှောင့်ကောင်ငှက်ကလေး ရေထဲသို့ ပြေးသွားလိုက် ပြန်သွားလိုက် လုပ်နေသည်ကို မြင်သည်။ ဝေလငါးသည် သူ၏ ကြီးမားသောဦးခေါင်းကို ရေထဲမှထုတ်လိုက်ပြီး ရေညှောင့်ကောင်ငှက်ကလေးကို ခေါ်လိုက်သည်။

"မင်း…ငှက်ပေါက်စလေး…ငါ့ရေထဲကိုမလာနဲ့…ပင်လယ်ကို ဝေလငါးတွေပိုင်တယ်"

ရေညှောင့်ကောင်ငှက်ကလေးက ဝေလငါးကို အရေးမစိုက်ပါ။

"ပင်လယ်ကို ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေလည်း ပိုင်တယ်။ ဝေလငါးတွေထက် ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေက ပိုများတယ်၊ အဲဒီတော့… မင်းတို့ထွက်သွားပါ။"

ဝေလငါးသည် စိတ်ဆိုးမာန်ဆိုးနှင့် ဒေါသအမျက်ခြောင်းခြောင်းထွက်လာသည်။

"ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေက ပိုများတယ်… ဟုတ်လား… ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာထဲမှာ ဝေလငါးတွေက … ကုန်းပေါ်မှာရှိတဲ့ မင်းတို့ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေထက် ပိုများတယ်။"

"အဲလိုမဟုတ်ဘူး" ရေညှောင့်ကောင်ငှက်ငယ်ကပြောသည်။ "ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေက ပိုများတယ်။"

ဝေလငါးက ဒေါသထွက်ပြီး "ငါ့ညီအစ်ကိုမောင်နှမတွေကို ငါခေါ်မယ်။ မင်းတွေ့လိမ့်မယ်။"

ဝေလငါးသည် ရေပြင်ပေါ်သို့ရောက်လာပြီး "ဘူးတုရု...ဘူးတုရု"ဟုအော်လိုက်သည်။

ဝေလငါးသည် ပင်လယ်ကွေ့ ရေနက်ထဲသို့ ငုတ်သွားသည်။ အရှေ့ဘက်သို့လှည့်ကာ အော်သည်။

"အရှေ့ဘက်က ဝေလငါးတွေ၊ အရှေ့ဘက်က ဝေလငါးတွေ... လာကြ...ဒီကျွန်းကိုလာခဲ့ကြ။"

ဝေလငါးသည် ရေပြင်ပေါ်သို့ ရောက်လာပြီး "ဘူးတုရု...ဘူးတုရု" ဟု အော်လိုက်သည်။ ထို့နောက် သူသည် အနောက်ဘက်သို့ သွားသည်။

"အနောက်ဘက်က ဝေလငါးတွေ၊ အနောက်ဘက်က ဝေလငါးတွေ...လာကြ...ဒီကျွန်းကို လာခဲ့ကြ။"

ဝေလငါးသည် ရေပြင်ပေါ်သို့ ရောက်လာပြီး "ဘူးတုရု...ဘူးတုရု" ဟု အော်လိုက်သည်။ ထို့နောက် သူသည် မြောက်ဘက်သို့ လှည့်သည်။

"မြောက်ဘက်က ဝေလငါးတွေ၊ မြောက်ဘက်က ဝေလငါးတွေ...လာကြ...ဒီကျွန်းကို လာခဲ့ကြ။"

ဝေလငါးသည် ရေပြင်ပေါ်သို့ ရောက်လာပြီး "ဘူးတုရု...ဘူးတုရု" ဟု အော်လိုက်သည်။ ထို့နောက် သူသည် တောင်ဘက်သို့ လှည့်သည်။

"တောင်ဘက်က ဝေလငါးတွေ၊ တောင်ဘက်က ဝေလငါးတွေ...လာကြ...ဒီကျွန်းကို လာခဲ့ကြ။"

အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်ဘက်မှ ဝေလငါး ညီအစ်ကိုမောင်နှမများ ကြားကြ၍ ထိုကျွန်းဆီသို့ ကူးခတ်လာကြသည်။ သူတို့အားလုံး ရောက်လာတဲ့အခါ ဝေလငါးများ စည်ကားလွန်းသဖြင့် ၎င်းတို့၏ကျောကိုဖြတ်ပြီး လမ်းလျှောက်နိုင်လောက်သည်။

ရေညှော်င့်ကောင် ငှက်ကလေးက ထိတ်လန့်သွားသည်။ "မင်းမှာ အစ်ကိုတွေအစ်မတွေ အများကြီးရှိတယ်နော်…ဒါပေမဲ့ စောင့်ကြည့်လိုက်ပါဦး…ငါလည်း ရေညှော်င့်ကောင်ငှက် အစ်ကိုနဲ့ အစ်မတွေကို ခေါ်ပြမယ်။"

ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ကလေးသည် အပေါ်မှခုန်ဆင်းပြီး သူမ၏ ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်များကို ခေါ်သည်။

"ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ… ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ… အရှေ့… အရှေ့… အရှေ့… အရှေ့…မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

"ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ.. အနောက်… အနောက်… အနောက်… အနောက်… မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ.. မြောက်… မြောက်… မြောက်… မြောက်……မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်တွေ.. တောင်… တောင်… တောင်… တောင်……မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

ထို ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်များ ပျံဝဲလာကြသည်။ အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်ဘက်မှ ကမ်းပေါ်ရောက်သောအခါ ထိုငှက်များသည် ကမ်းခြေတစ်ခုလုံးကို ဖုံးလွှမ်းသွားသည်။ သူတို့သည် သစ်ပင်များကို ဖုံးလွှမ်းခဲ့ကြသည်။ ငှက်များ အလွန်များပြားနေသည်။။။

ဝေလငါးများက အချင်းချင်းတိုင်ပင်ကြသည်။ "ငါတို့ဝေလငါး ဝမ်းကွဲတွေကို ငါတို့ခေါ်ရမယ်။ ဒါဆိုရင် ငှက်တွေထက် ပင်လယ်သတ္တဝါတွေ ပိုများလာလိမ့်မယ်။"

ဝေလငါးအားလုံးသည် ရေပြင်ပေါ်သို့ ရောက်လာပြီး “ဘူးတုရု...ဘူးတုရု” ဟု အော်လိုက်သည်။ ထို့နောက် သူတို့သည် ရေနက်ထဲသို့တိုးသွားပြီး အရှေ့ဘက်သို့လှည့်၍ “အရှေ့ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ … အရှေ့ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ..ဒီကျွန်းကိုလာကြပါ” ဟုအော်သည်။

သူတို့သည် ရေပေါ်တက်လာပြီး “ဘူးတုရု...ဘူးတုရု” ဟု အော်လိုက်သည်။

ထို့နောက် သူတို့သည် ရေနက်ထဲသို့တိုးသွားပြီး အနောက်ဘက်သို့လှည့်၍ “အနောက်ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ … အနောက်ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ... ဒီကျွန်းကိုလာကြပါ” ဟု အော်သည်။

သူတို့သည် ရေပေါ်တက်လာပြီး “ဘူးတုရု..ဘူးတုရု” ဟုအော်လိုက်သည်။

ထို့နောက် သူတို့သည် ရေနက်ထဲသို့တိုးသွားပြီး မြောက်ဘက်သို့လှည့်၍ “မြောက်ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ … မြောက်ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ... ဒီကျွန်းကိုလာကြပါ” ဟု အော်သည်။

သူတို့သည် ရေပေါ်တက်လာပြီး “ဘူးတုရု...ဘူးတုရု” ဟုအော်လိုက်သည်။

ထို့နောက် သူတို့သည် ရေနက်ထဲသို့တိုးသွားပြီး တောင်ဘက်သို့လှည့်၍ “တောင်ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ … တောင်ဘက်က ဝမ်းကွဲတွေ...ဒီကျွန်းကိုလာကြပါ” ဟု အော်သည်။

အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်ဘက်မှ ဝေလငါးဝမ်းကွဲများ ကြားကြ၍ ထိုကျွန်းဆီသို့ ကူးခတ်လာကြသည်။

လင်းပိုင်များ ကြား၍ ရောက်လာကြသည်။

ပင်လယ်ဖျံများ ကြား၍ ရောက်လာကြသည်။

ပေါလ်ပွိုင့်စ် လင်းပိုင်များ ကြား၍ ရောက်လာကြသည်။

ငါးမန်းများပင် ရောက်လာကြသည်။

ဝေလငါးဝမ်းကွဲများအားလုံး ရောက်လာသောအခါ များစွာသောပင်လယ်သတ္တဝါများသည် ကျွန်းကို ဘေးပတ်ပတ်လည်မှ ဝိုင်းထားကြသည်။ မည်သည့်အရပ်သို့ကြည့်ကြည့် နေရာတိုင်းတွင် ပင်လယ်သတ္တဝါများ ရေငုပ်၊ ရေပန်းနေကြသည်ကို တွေ့ရပေမည်။

ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်များက ကြောက်လာကြသည်။ "ပင်လယ်သတ္တဝါတွေက အများကြီးပဲ… မြန်မြန်လုပ်ကြ…ငါတို့လည်း ရေညှော်င့်ကောင်ငှက် ဝမ်းကွဲတွေကို ခေါ်ကြရမယ်။"

ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ကလေးသည် အပေါ်မှခုန်ဆင်းပြီး သူမ၏ ရေညှော်င့်ကောင်ငှက် ဝမ်းကွဲများကို ခေါ်သည်။

"ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. အရှေ့… အရှေ့… အရှေ့… အရှေ့…မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

"ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. အနောက်… အနောက် … အနောက် … အနောက် … မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

"ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. မြောက်…မြောက်…မြောက်…မြောက်…မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

"ကားရိရီ… ကားရိရီ … ကားရိရီ … ကားရိရီ … ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲတွေ.. တောင်… တောင် … တောင် … တောင် …မြန်မြန်လာကြ… မြန်မြန်လာကြ…ဒီကျွန်းကို။"

အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်ပိုင်းမှ ရေညှော်င့်ကောင်ငှက်ဝမ်းကွဲများ ကြားကြ၍ ထိုကျွန်းဆီသို့ ရောက်လာကြသည်။

ဇင်ယော်ငှက်များ ကြား၍ ရောက်လာကြသည်။

မြစ်တွေးငှက်များ ကြား၍ ရောက်လာကြသည်။

တင်ကျီးငှက်များ ကြား၍ ရောက်လာကြသည်။

ပေါစ်ငှက်များပင် ရောက်လာကြသည်။

ထိုပင်လယ်ငှက်များအားလုံး ရောက်လာသောအခါ ကမ်းခြေများကို ဖုံးလွှမ်းပြီး တောင်များပေါ်အထိ တက်ခဲ့ကြသည်။ ကျွန်းပေါ်တွင် ငှက်များဖုံးလွှမ်းမထားသော မြေနေရာ တစ်လက်မမျှ မရှိတော့ပါ။

ထိုအခါ ဝေလငါးသည် အကြံတစ်ခုရခဲ့သည်။ “ငါတို့ဝေလငါးတွေကဒီမြေကို ကိုက်စားနိုင်ရင် အဲဒီငှက်တွေ ရေနစ်လိမ့်မယ်။ ဒါဆိုရင်ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေထက် ဝေလငါးပိုများလာ လိမ့်မယ်။ လုပ်လိုက်ကြရအောင်"

ဝေလငါးများသည်ပင်လယ်ကမ်းခြေကို စတင်ဝါးစားကြသည်။ “ စကရားချ်… စကရားချ်… စကရားချ်” ကမ်းခြေသည် သူတို့၏ကြီးမားသော မေးရိုးများထဲသို့ ပျောက်ကွယ်သွားသည်။

ရေညှောင့်ကောင်ငှက်များက အကြံဉာဏ်တစ်ခုရသည်။ “ငါတို့ငှက်တွေ ပင်လယ်ရေကို သောက်လိုက်ရင် ဝေလငါးတွေ သေလိမ့်မယ်… ဒါဆိုရင် ဝေလငါးတွေထက် ရေညှောင့်ကောင်ငှက်တွေ ပိုများလာမယ်။ လုပ်လိုက်ကြရအောင်”

ငှက်များသည် ပင်လယ်ထဲသို့ ပျံသန်းသွားကြသည်။ ငှက်တစ်ကောင်စီသည် သူ၏နှုတ်သီးကို ပင်လယ်ထဲသို့ နှစ်ချလိုက်ပြီး ပင်လယ်ရေကို စတင်သောက်ကြသည်။ သောက်ကြသည်။ သောက်ကြသည်။ ၎င်းတို့၏ ပါးများရေတွေစိုလာတယ်။ သူတို့သောက်ကြသည်။ သောက်ကြသည်။ သူတို့၏ဗိုက်တွင် ရေများနှင့်ပြည့်နေသည်။ ဝါးရတာထက် သောက်ရတာက ပိုလွယ်သည်။ ငှက်များသည် ပထမဦးဆုံးပြီးသွားသည်။

ငှက်များက အောက်ကိုငုံ့ကြည့်သောအခါ ဝေလငါးများသည် ရေမရှိဘဲ သေလုမြောပါး ဖြစ်နေသည်။ ငါးများသည်လည်း ရေမရှိဘဲ အသက်မရှူနိုင်သောကြောင့် အသက်ရှူကျပ်နေ ကြသည်။ ကဏန်းသေးသေးလေးများ… ကြယ်ငါးများအားလုံး… ပင်လယ်သတ္တဝါတွေ အားလုံး…ပူပြင်းသော နေရောင်အောက်တွင် သေလုမြောပါးဖြစ်နေကြသည်။

ရုတ်တရက်ငှက်များသည် တစ်စုံတစ်ခုကိုတွေးမိသည်။ "အဲဒီကဏန်းသေးသေးလေးတွေ… ဒီပင်လယ်သတ္တဝါတွေ …အဲဒါငါတို့ရဲ့အစာပဲ… ငါတို့စားတာအဲဒါတွေပဲ.. သူတို့သေရင် ငါတို့လည်း သေလိမ့်မယ်… ဒါက မကောင်းတဲ့စိတ်ကူးပဲ.. မြန်မြန် ရေကို ထွေးထုတ်ကြပါ။ သမုဒ္ဒရာထဲကို ပြန်ထွေးချလိုက်ကြပါ"

ပတူးအီး..ပတူးအီး….ပတူးအီး…

ငှက်များအားလုံးသည် ပင်လယ်ထဲသို့ ရေများ ပြန်ထွေးထုတ်ကြသည်။ ငါးများကစတင်၍ ကူးခတ်လာသည်။ ကဏန်းအနည်းငယ်နှင့် ကြယ်ငါးတို့သည် သူတို့၏ခြေထောက်များကို ဆန့်ထုတ်ကာ ပြန်လည်ရှင်သန်လာကြသည်။

"ဒါကမကောင်းတဲ့အကြံဘဲ။" ဝေလငါးများကပြောသည်။ "သမုဒ္ဒရာဆိုတာ ငါတို့နေထိုင်တဲ့နေရာ.. ကမ်းခြေဆိုတာလည်း သမုဒ္ဒရာရဲ့တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်တယ်.. ငါတို့ကငါတို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အိမ်ကို ဖျက်ဆီးနေမိတာ..မြန်မြန် မြေတွေကို ထွေးထုတ်ပစ်ပါ။"

ဂလပ် … ဂလပ် … ဂလပ် …

ဝေလငါးတွေက ကမ်းခြေကို ပြန်ထွေးထုတ်ကြသည်။ "ဒီစစ်ပွဲဟာ မကောင်းတဲ့အကြံတစ်ခုပဲ…. ငါတို့အားလုံး မျှဝေသုံးဖို့ သမုဒ္ဒရာတွေ အများကြီးရှိတယ်။"

"ဟုတ်တယ်.. မကောင်းတဲ့အကြံပဲ" ဟု ရေညှော်ငှက်ကောင်ငှက်များက သဘောတူသည်။ "ငါတို့အိမ်ကို ငါတို့ဖျက်ဆီးလုနီးပါး ဖြစ်သွားပြီ။"

ဝေလငါးများနှင့် ၎င်းတို့၏ ဝေလငါးဝမ်းကွဲများအားလုံး အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်ဘက်သို့ ရေကူးသွားကြသည်။ ရေညှော်ငှက်ကောင်ငှက်များနှင့် ၎င်းတို့၏ဝမ်းကွဲများ အားလုံးလည်း အရှေ့၊ အနောက်၊ တောင်၊ မြောက်ဘက်သို့ ပျံသန်းသွားကြသည်။

လက်ကမ်းစာစောင် (၅)။ ငြိမ်းချမ်းမှုကိုဖော်ဆောင်သော ပညာရေး - တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက် ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ

ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး - တင်ပြမှုအတွက် အကဲဖြတ်ရန် စံသတ်မှတ်ချက် ဇယားနှင့် အဆင့်သတ်မှတ်ချက် ပုံစံလွှာ (၁= တိုးတက်ရန်လို၊ ၅= အလွန်ကောင်း)

မိမိကိုယ်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း ပုံစံလွှာ

	အင်္ဂါရပ်များ	၁	၂	၃	၄	၅	သုံးသပ်ချက်များ
၁	တင်ဆက်သူများ၏ မိတ်ဆက်တွင် ပွဲဦးထွက်တင်ပြမှုနှင့် တင်ပြခြင်းမှုအတွက် ကြိုတင်ရှင်းပြခြင်းများပါဝင်သည်။						
၂	တင်ပြချက်၏ အကြောင်းအရာသည် တာဝန်ပေးထားသော မေးခွန်း (များ) ကိုရှင်းလင်းစွာဖြေကြားခဲ့ပါသည်။						
၃	တင်ဆက်သူ (များ) သည် သုတေသနများမှ အစိတ်အပိုင်းကြီးများကို ကူးယူခြင်းထက် အဓိကကျသော အယူအဆများကို အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြခဲ့သည်။						
၄	တင်ပြချက်တွင် ပါဝင်သော အချက်အလက်များသည် ဆက်စပ်မှုရှိ၍ ၎င်းတို့ကို ကောင်းမွန်စွာ စုစည်းထားသည်။						
၅	တင်ဆက်သူ (များ) သည် အားလုံးကြားနိုင်သော အသံဖြင့် ရှင်းလင်းစွာပြောသည်။						
၆	တင်ဆက်သူ (များ) သည် မျက်လုံးချင်းဆုံပြီး သင့်လျော်သော ကိုယ်ဟန်အနေအထား/ အမူအရာများဖြင့်တင်ပြသည်။						
၇	တင်ပြချက်သည် လိုအပ်သော အရှည်အတိုင်းအတာဖြစ်သည်။						

လက်ကမ်းစာစောင် (၆)။ ဒုတိယနှစ် သင်ပြမှုပုံစံ - ပုံစံလွှာ

အတန်း။	ရက်စွဲ။	အချိန်။	ဆရာအမည်။
သင်ခန်းစာ - (သင်ခန်းစာ၏ ခေါင်းစဉ်/အကြောင်းအရာမှာ အဘယ်နည်း။)			
ကြိုတင်သိရှိထားရမည့် အသိသညာ - (က) ရှိနှင့်ပြီးသော အသိပညာ (ကျောင်းသားများသည် မည်သည်တို့ကို ကြိုတင်သိရှိပြီး ဖြစ်ပါသနည်း။ မည်သည်တို့ကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီး ဖြစ်သနည်း။) (ခ) ကျောင်းသား၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း (ကျောင်းသားတစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ မည်သည်တို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုသနည်း။)			
သင်ခန်းစာ ရည်ရွယ်ချက် - (ဤသင်ခန်းစာ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ အဘယ်နည်း။ သင် မည်သည်ကို သင်ကြားလိုသနည်း။ ကျောင်းသားများ၏ အပြုအမူများသည် မည်သို့ပြောင်းလဲလာမည်နည်း။)			
သင်ယူမှုရလဒ်များ - (SMART သင်ယူမှုရလဒ်များ ဖန်တီးပါ။ ဤသင်ခန်းစာ သင်ယူပြီးချိန်တွင် ကျောင်းသားများသည် မည်သည်တို့ကို သိရှိလာပြီး မည်သည်တို့ကို လုပ်ဆောင်တတ်မည်နည်း။ ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် ကျောင်းသားများသည် -			
အောင်မြင်မှုစံသတ်မှတ်ချက် - (ဤသင်ခန်းစာရှိ သင်ယူမှုရလဒ်များကို အောင်မြင်ရရှိကြောင်း သင်နှင့် သင်၏ကျောင်းသားများ မည်သို့သိရှိနိုင်မည်နည်း။ ဥပမာ - အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့သည် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။)			
သင်ကြား/သင်ယူမှု ချဉ်းကပ်နည်းလမ်းများ - (ဤသင်ခန်းစာသည် ဆရာဦးဆောင်သော သင်ကြားခြင်း ဖြစ်ပါသလား။ သို့မဟုတ် သင်ယူသူဗဟိုပြု သင်ကြားခြင်း ဖြစ်ပါသလား။ သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးစလုံးကို ဗဟိုပြုသော သင်ကြားခြင်း ဖြစ်ပါသလား။ ဤသင်ခန်းစာက ကျောင်းသားများ၏ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းကို အားပေးပါသလား။)			
သင်ကြား/သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ - (ဤသင်ခန်းစာသည် စူးစမ်းလေ့လာသင်ယူမှုကို အခြေခံပါသလား။ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းကို အခြေခံပါသလား။ ပရောဂျက်လုပ်ငန်းပေးခြင်းကို အခြေခံပါသလား။ တိုက်ရိုက်သင်ကြားပို့ချသော သင်ခန်းစာဖြစ်ပါသလား၊ သင်နည်းများသည် အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းကို ဖြစ်စေပါသလား စသည်ဖြင့်။)			
သင်ကြား/သင်ယူမှု နည်းလမ်းများနှင့် နည်းစနစ်များ - (သင်သည် ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်းနည်းလမ်းကို အသုံးပြုမည်လား။ ပုံပြောခြင်းနည်းကို အသုံးပြုမည်လား။ သရုပ်ဆောင်ခြင်းကို အသုံးပြုမည်လား။ မေးခွန်းမေးခြင်းကို အသုံးပြုမည်လား။ ဆွေးနွေးခြင်းကို အသုံးပြုမည်လား။ တွေး-တွဲ-မျှဝေခြင်းကို အသုံးပြုမည်လား။ အုပ်စုလုပ်ငန်းကို အသုံးပြုမည်လား စသည်ဖြင့်။)			
သင်ကြား/သင်ယူမှု အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများနှင့် နည်းပညာများ - (ရုပ်ပုံအထောက်အကူများ၊ အကြားအာရုံဆိုင်ရာ အထောက်အကူများ၊ နည်းပညာနှင့် ပေါင်းစပ်သင်ကြားမှုများ)၊ (စာရွက်၊ ပုံဆွဲပစ္စည်းများ၊ ကွန်ပျူတာ စသည်ဖြင့် လိုအပ်နိုင်ပါသလား။)			

အဆင့်	**အချိန်သတ်မှတ်ချက် (၄၅ မိနစ်)**	**ဆရာလုပ်ငန်း (သင် မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)**	**ကျောင်းသားလုပ်ငန်း (ကျောင်းသားများ မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)**	**လိုအပ်ချက်အလိုက် ပြောင်းလဲသင်ကြားခြင်း (ကျောင်းသားတစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များအား ဖြည့်ဆည်းပေးရန် အတွက် သင်ခန်းစာအား သင် မည်သို့ ပြင်ဆင်မည်နည်း။)**
မိတ်ဆက် (ကျောင်းသားများ၏ အာရုံစူးစိုက်မှုကို မည်သို့ရယူမည်နည်း။ ယခင်သင်ယူပြီးသော အကြောင်းအရာများနှင့် မည်သို့ချိတ်ဆက် မည်နည်း၊ မျှော်မှန်းထားသည့် သင်ယူမှုရလဒ်များ၊ အောင်မြင်မှုစံများနှင့် မည်သို့ဆက်သွယ် မည်နည်း။)				
သင်ခန်းစာ အလယ်ပိုင်း (ဤသင်ခန်းစာတစ်ခုလုံး သင်ကြားရာတွင် အဆင့်အမျိုးမျိုး ပါဝင်မည်လား။ ဥပမာ - ရှင်းလင်းသင်ကြားခြင်း၊ လမ်းညွှန်မှုဖြင့် လေ့ကျင့်မှု၊ ကျောင်းသားကိုယ်တိုင် လွတ်လပ်စွာ လေ့ကျင့်မှု။)				

အဆင့်	အချိန် သတ်မှတ်ချက် (၄၅ မိနစ်)	ဆရာလုပ်ငန်း (သင် မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)	ကျောင်းသားလုပ်ငန်း (ကျောင်းသားများ မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)	လိုအပ်ချက်အလိုက် ပြောင်းလဲ သင်ကြားခြင်း (ကျောင်းသား တစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များအား ဖြည့်ဆည်းပေးရန် အတွက် သင်ခန်းစာအား သင် မည်သို့ ပြင်ဆင်မည်နည်း။)
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း (သင်ယူမှုရလဒ်များ အောင်မြင် ပေါက်မြောက်ကြောင်း သိရန် ကျောင်းသား များအား မည်သို့ စစ်ဆေးအကဲဖြတ် မည်နည်း။ ကျောင်းသား များ၏ သင်ယူမှုအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းကို မည်သို့ ပံ့ပိုး ပေးမည်နည်း။)				

မိမိကိုယ်ကို အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း (အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်းအတွက် မေးခွန်းများ စီစဉ်ထားပါ၊ သင်ကြားပြီးချိန်တွင် ဤကဏ္ဍကို ဖြည့်စွက်ပါ။)

ဥပမာ -

၁။ ကျောင်းသားများအားလုံးသည် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည်သဘောပေါက်၍ အဆိုပါရလဒ်များကို ရရှိခဲ့ပါသလား။ သင်ယူမှုရလဒ်များသည် ကျောင်းသားများ၏ အဆင့်/များနှင့် သင့်လျော်ကိုက်ညီမှု ရှိပါသလား။ သတ်မှတ်ထားသောအချိန်နှင့် သင့်လျော်ကိုက်ညီမှု ရှိပါသလား။

၂။ သင်ကြား/သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် နည်းလမ်းများသည် မည်မျှထိရောက်မှုရှိသနည်း။ သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ/ အရင်းအမြစ်များသည် မည်မျှထိရောက်မှုရှိသနည်း။ သင်ယူစဉ်စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်အကြံပြုချက်ပေးရန် အခွင့်အလမ်းများ ရှိပါသလား။

၃။ ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို မြှင့်တင်ရန်အတွက် နောက်တစ်ကြိမ်တွင် ယခုအကြိမ်နှင့် မတူအောင် သင် မည်သို့ လုပ်ဆောင်မည်နည်း။

လက်ကမ်းစာစောင် (၇)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း သင်ယူမှု လုပ်ငန်း - အစီအစဉ် ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာနှင့် အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ် ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ

ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ

ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ	
စံနှုန်း	**မှတ်စုများ**
မည်သည့် လူမှုကျင့်ဝတ်များကို ဤသင်ယူမှုလုပ်ငန်းဖြင့် ဖော်ညွှန်းလိုသနည်း။ (အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှု၊ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့်/သို့မဟုတ် သာတူညီမျှမှုတို့မှ ရွေးချယ်ပါ)	
ဤသင်ယူမှုလုပ်ငန်း မှတစ်ဆင့် ကျောင်းသားများသည် မည်သို့သော စိတ်နေစိတ်ထားများကို ပျိုးထောင်နိုင်သနည်း။ (တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုသာ ရွေးချယ်ပါ) • အရေးကြီးဆုံးအချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်အောင် ကြိုးပမ်းခြင်း • စနစ်များရှိ ပုံစံများ/ ဦးတည်ရာများကို ရှုမြင်ခြင်း • စနစ်၏ ဖွဲ့စည်းပုံက ၎င်းပြုမူလုပ်ဆောင်ပုံအား မည်သို့ ပုံဖော်သည်ကို ခွဲခြားသိရှိခြင်း • အကြောင်းနှင့် အကျိုးဆက်နွယ်မှုများကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ခြင်း • မရည်ရွယ်ထားသော အကျိုးဆက်များ ပေါ်ပေါက်နိုင်သည့် နေရာများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း • စနစ်ကိုပြောင်းလဲနိုင်သည့် နယ်ပယ်များကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း • ဂရုတစိုက်ဖြင့် နည်းစနစ်တကျ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း	
ဤလုပ်ငန်းအတွက် သင်ယူမှုရည်မှန်းချက် (များ) မှာ အဘယ်နည်း။ (တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုသာ ရွေးချယ်ရမည်ဖြစ်ပြီး သင်ယူမှုရည်မှန်းချက် (များ) ကို SMART ဖြစ်စေရန် သတိပြုပါ)	

လိုအပ်သော သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ -	
ဤလုပ်ငန်းအဆုံး၌ မည်သည့် ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းမည်နည်း။	
လုပ်ငန်းစဉ်ဆိုင်ရာ မှတ်စုများ	
အဆင့် (၁)။	
အဆင့် (၂)။	
အဆင့် (၃)။	
အဆင့် (၄)။	
အဆင့် (၅)။	

အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ

<table>
<tr><th colspan="2">အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ</th></tr>
<tr><th>စံနှုန်းများ</th><th>မှတ်စုများ</th></tr>
<tr><td>မည်သည့် လူမှုကျင့်ဝတ်များကို ဤသင်ယူမှုလုပ်ငန်းဖြင့် ဖော်ညွှန်းလိုသနည်း။ (အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှု၊ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့်/သို့မဟုတ် သာတူညီမျှမှုတို့မှ ရွေးချယ်ပါ)</td><td></td></tr>
<tr><td>ဤသင်ယူမှုလုပ်ငန်း မှတစ်ဆင့် ကျောင်းသားများသည် မည်သို့သော စိတ်နေစိတ်ထားများကို ပျိုးထောင်နိုင်သနည်း။ (တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုသာ ရွေးချယ်ပါ)
• အရေးကြီးဆုံးအချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်အောင် ကြိုးပမ်းခြင်း
• စနစ်များရှိ ပုံစံများ/ ဦးတည်ရာများကို ရှုမြင်ခြင်း
• စနစ်၏ ဖွဲ့စည်းပုံက ၎င်းပြုမူလုပ်ဆောင်ပုံအား မည်သို့ ပုံဖော်သည်ကို ခွဲခြားသိရှိခြင်း
• အကြောင်းနှင့် အကျိုးဆက်နွယ်မှုများကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ခြင်း
• မရည်ရွယ်ထားသော အကျိုးဆက်များ ပေါ်ပေါက်နိုင်သည့် နေရာများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
• စနစ်ကိုပြောင်းလဲနိုင်သည့် နယ်ပယ်များကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
• ဂရုတစိုက်ဖြင့် နည်းစနစ်တကျ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">စစ်ဆေးရန် အချက်များပါသော စာရင်း - ဤလုပ်ငန်းတွင် အောက်ပါလက္ခဏာရပ်များ ရှိပါသလား။ အလယ်တန်းကျောင်းသားများသည် အောက်ပါလက္ခဏာရပ် တစ်ခုချင်းစီနှင့် ကိုက်ညီသော မေးခွန်းများ မေးမြန်းနိုင်ပါသလား။
• အဘက်ဘက်မှခြုံငုံစဉ်းစားခြင်း - ‘X နှင့် Y သည် မည်သို့ဆက်စပ်နေသနည်း။’ ‘ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော ဆက်စပ်အကြောင်းအရာမှာ အဘယ်နည်း။’
• လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း - ‘ဤအရာများသည် မည်သူ့အကျိုးအတွက် ဖြစ်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့် ဤသို့ဖြစ်နေရသနည်း။’
• အသိအမှတ်ပြုလက်ခံခြင်း - ‘မည်သည်က ကောင်းမွန်သနည်းနှင့် ဤနေရာတွင် မည်သည်ကို ကောင်းမွန်စွာလုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သနည်း။’
• အားလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်မှု - မည်သူ့ဆီက/ မည်သည်ကို ကြားရသနည်း။ မည်သူ/ မည်သည်ကို နားထောင်နေသနည်း။ မည်သူ/ မည်သည်နှင့် ချိတ်ဆက်နေသနည်း။</td></tr>
</table>

- စနစ်တကျဖြစ်ခြင်း - ‘ဤသည်၏ အကျိုးဆက်များမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း (သို့မဟုတ်) မည်သည်တို့ ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။’
- ဆန်းသစ်တီထွင်ခြင်း - ‘မည်သည့်တီထွင်မှုကို လိုအပ်နိုင်သနည်း။’
- ကျင့်ဝတ်နှင့် ညီခြင်း - ‘X နှင့် Y သည် မည်သို့ ဆက်နွှယ်နေသနည်း။’ ‘မှန်ကန်သော လုပ်ရပ် ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။’ ‘မိတ္တ၊ ဘောဂနှင့် ဂေဟ စသည့် စနစ်တစ်ခုလုံး အလုံးစုံဖွံ့ဖြိုးအောင် မည်သို့ဆောင်ရွက်နိုင်သနည်း။
- လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်း - ‘ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤအသိပညာနှင့် မည်သည်တို့ကို လုပ်ဆောင်ကြသနည်း။’

ဤလုပ်ငန်းအတွက် သင်ယူမှု ရည်မှန်းချက် (များ) မှာ အဘယ်နည်း။ (တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုသာ ရွေးချယ်ရမည်ဖြစ်ပြီး သင်ယူမှုရည်မှန်းချက် (များ) ကို SMART ဖြစ်စေရန် သတိရပါ)

လိုအပ်သော သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ -

ဤလုပ်ငန်းအဆုံး၌ မည်သည့် ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန် မေးခွန်းများကို မေးမြန်းမည်နည်း။

လုပ်ငန်းစဉ်ဆိုင်ရာ မှတ်စုများ

အဆင့် (၁)။	
အဆင့် (၂)။	
အဆင့် (၃)။	
အဆင့် (၄)။	
အဆင့် (၅)။	

လက်ကမ်းစာစောင် (၈)။ သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းကို လေ့လာဆန်းစစ်သည့် ပုံစံလွှာ

ညွှန်ကြားချက်များ - သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းသင်ခန်းစာ သင်ယူစဉ်တွင် သင် လေ့လာတွေ့ရှိသည့် အချက်များကို အမှန် (✓) ခြစ်ပါ။ ဖော်ပြထားသော အပြုအမူများကို မတွေ့ရှိရပါက ဇယားကွက်အတွင်း နေရာလွတ်ထားခဲ့ပါ။

ဆရာ၏ အပြုအမူ		
၁။ **ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ အသိပညာ** ဆရာသည် သင့်လျော်သော ဘာသာရပ် အကြောင်းအရာကို နက်နဲစွာနားလည်၍ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုကို အခြေခံပြီး သင့်လျော်သော ဘာသာရပ် အကြောင်းအရာကို သင်ကြားပေးနိုင်သည်။	ဤသင်ခန်းစာတွင် သင်ကြားခဲ့သော အချက်အလက်များသည် တိကျမှန်ကန်သည်။	
	ဤသင်ခန်းစာတွင် သင်ကြားခဲ့သော အချက်အလက်များသည် သင်ခန်းစာရည်ရွယ်ချက်များ အောင်မြင်ရန်အတွက် အဓိကလိုအပ်သည့် အချက်အလက်များပေါ်တွင် အလေးထားသည်။ ဤသင်ခန်းစာကို သင်ကြားရာတွင် ရောထွေးစေသည့် အချက်အလက်များ (သို့မဟုတ်) သင်ခန်းစာနှင့် မသက်ဆိုင်သော အချက်များ မပါဝင်ပါ။	
၂။ **သင်ခန်းစာရေးဆွဲပုံ** ဆရာသည် ကျောင်းသားများကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်သင်ယူနိုင်သော သင်ယူသူဗဟိုပြု သင်ခန်းစာပုံစံကို ရေးဆွဲတတ်သည်။	ဆရာသည် ကျောင်းသား၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို ဆွဲဆောင်နိုင်သည်။ သင်ခန်းစာကို နိဒါန်းပျိုးရာ၌ ယခင်သင်ယူပြီးသော အကြောင်းအရာများ၊ အသိပညာများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးသည်။	
	ဆရာသည် ကျောင်းသားများ သင်ခန်းစာ ရည်ရွယ်ချက်များကို အောင်မြင်ရရှိစေရန် မတူညီသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြု၍ သင်ကြားသည်။	
	ဆရာသည် သင်ခန်းစာ၏ အဓိကအချက်များကို ပြန်လည်ထုတ်နုတ်ပြခြင်း (သို့မဟုတ်) ကျောင်းသားများကို မေးခွန်းများ မေးမြန်းခွင့်ပြုခြင်းဖြင့် သင်ခန်းစာကို နိဂုံးချုပ်လေ့ရှိသည်။	
၃။ **သင်ကြား၊ သင်ယူမှု အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများ** ဆရာသည် သင်ခန်းစာအကြောင်းအရာနှင့်ဆက်စပ်သော ကုန်ကျစရိတ် သက်သာပြီး ထိရောက်မှုရှိသည့် သင်ကြားသင်ယူမှုပစ္စည်းများကို အသုံးပြုသည်။	ဆရာသည် ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို အထောက်အကူ ဖြစ်စေရန် သင်ခန်းစာပါ အကြောင်းအရာများ နှင့် ဆက်စပ်သော သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများကို အသုံးပြုသည်။ ဆရာသည် ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို အထောက်အကူဖြစ်စေသည့် လမ်းညွှန်ချက်များ (သို့မဟုတ်) အကြောင်းအရာများကို သင်ပုန်းပေါ်တွင်ရေး၍ သင်ကြားသည်။	
၄။ **သင်ယူသူဗဟိုပြု ချဉ်းကပ်နည်း** ဆရာသည် သင်ယူသူ ဗဟိုပြု၍ ကျား၊မ ပါဝင်မှုကို အလေးပေးသည့် ချဉ်းကပ်နည်းများကို အသုံးပြုပြီး ကျောင်းသားများကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်သင်ယူမှုဖြင့် သင်ခန်းစာကို သင်ကြားပေးသည်။	ဆရာသည် ကျောင်းသားများ သင်ယူမှုရည်မှန်းချက်များကို အောင်မြင်ရရှိနိုင်ရန် ဤသင်ခန်းစာ သင်ကြားစဉ်တွင် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းအမျိုးမျိုး (ဥပမာ - တစ်ဦးချင်းလုပ်ငန်း၊ နှစ်ယောက်တစ်တွဲလုပ်ငန်း၊ အုပ်စုလုပ်ငန်း၊ ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် လက်တွေ့လုပ်ငန်းများ) ကို အသုံးပြုသည်။	

ဆရာ၏ အပြုအမူ		
	ဆရာသည် သင်ခန်းစာ သင်ကြားစဉ် ကျောင်းသားများအား တွေးတောဆွေးနွေးရန် အချိန်ပေးသည်။	
	ဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို တန်းတူညီမျှ အချိန်ပေးသင်ကြားခြင်းနှင့် ဂရုစိုက်မှုပေးခြင်း အပါအဝင် ကျား/မ ရေးရာ သတိထားပြုမူသည့် ချဉ်းကပ်မှုနည်းလမ်းဖြင့် သရုပ်ပြသင်ကြားသည်။	
	ဆရာသည် ကျောင်းသားတစ်ဦးချင်းစီ၏ သင်ယူမှုလိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွမ်းပေးနိုင်ရန် လိုအပ်ချက်အလိုက် ပြောင်းလဲညွှန်ကြားသည်။	
	ဆရာသည် မေးခွန်းမေးမြန်းရာတွင် အတန်းတစ်တန်းလုံးကို သံပြိုင်ဖြေဆိုစေခြင်းထက် ကျောင်းသားတစ်ဦးချင်းစီအလိုက် မိမိဆန္ဒအလျောက်သာ ဖြေဆိုစေသည်။	
၅။ **စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ အသုံးပြုခြင်း** ဆရာသည် ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို ကြီးကြပ်ပေးရန် သင်ယူစဉ်စစ်အကဲဖြတ်ခြင်းကို ပြုလုပ်သည်။	ဆရာသည် ကျောင်းသားများ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို လေ့လာရန် အခန်းအတွင်း လှည့်လည်ကြည့်ရှုသည်။	
	ဆရာသည် သင်ခန်းစာ၏ အဓိကဆိုလိုရင်းများအပေါ် ကျောင်းသားများ၏ နားလည်သဘောပေါက်မှုကို စစ်ဆေးရန် အပိတ်မေးခွန်း နှင့် အဖွင့်မေးခွန်းများကို အသုံးပြုသည်။	
၆။ **ကျောင်းသားများနှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း** ဆရာသည် ကျောင်းသားများအား နွေးထွေးဖော်ရွေစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံတတ်ပြီး သင်ယူမှုအပေါ် ကျောင်းသားများ၏ စိတ်ဝင်စားမှုကို တိုးမြင့်စေသည်။	ကျောင်းသားများနှင့်ဆက်ဆံသည့်အခါ ဆရာသည် နွေးထွေးဖော်ရွေသည်၊ လေးစားမှုပေးသည်။	
	လိုအပ်ပါက ဆရာသည် ကျောင်းသားများ၏ အပြုအမူကို ထိန်းသိမ်းစီမံရာတွင် အပြုသဘောဆောင်သော စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေး နည်းစနစ်များကို အသုံးပြုသည်။	
	ဆရာသည် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ အားလုံးကို ကျား/မ၊ အရည်အချင်း၊ စွမ်းရည်အဆင့်နှင့် သင်ယူမှုပုံစံ အမျိုးမျိုး ခြင်ငုံလျက် ၎င်းတို့၏ အကြံဉာဏ်များအား မျှဝေစေပြီး ၎င်းတို့၏ ပြောကြားချက်များကို စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်ပေးသည်။	
ကျောင်းသားများ၏ အပြုအမူ		
၁။ **သင်ယူသူကိုယ်တိုင် ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြု သင်ယူခြင်း** ကျောင်းသားများသည် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများတွင် စိတ်ပါဝင်စားပြီး တက်ကြွစွာ ပါဝင်သည်။	ကျောင်းသားများသည် သင်ခန်းစာ၏ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ (ဥပမာ - တစ်ဦးချင်း လုပ်ငန်း၊ နှစ်ယောက်တစ်တွဲလုပ်ငန်း၊ အုပ်စုလုပ်ငန်း၊ ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် လက်တွေ့လုပ်ငန်း စသည့် လုပ်ငန်းများ) တွင် တက်ကြွစွာပါဝင်သည်။	
	ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့၏အတန်းဖော်များနှင့် အတူတကွ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သည်။	
၂။ **အပြုသဘောဆောင်သော သဘောထားရှိခြင်း**	ကျောင်းသားများသည် စိတ်အားထက်သန်စွာ သင်ယူလျက်ရှိကြောင်း ပြသသည်။	

ဤနေရာတွင် သရုပ်ပြသင်ကြားမှုကို ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းမှ ရရှိသည့် အခြားသောမှတ်ချက်များကို ရေးသားပေးပါ။ ဤသင်ခန်းစာကို ကောင်းစွာသင်ကြားနိုင်ခဲ့သည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။ ဤသင်ခန်းစာကို သင်ကြားရာတွင် ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေရန် မည်သို့လုပ်ဆောင်မည်နည်း။

လက်ကမ်းစာစောင် (၉)။ အလယ်တန်းဆင့် အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ

	ဆဋ္ဌမတန်း - မိမိ/ မိသားစု	သတ္တမတန်း - ကျောင်း	အဋ္ဌမတန်း - ရပ်ရွာ/နိုင်ငံ	နဝမတန်း - နိုင်ငံ/ဒေသ/ကမ္ဘာ	ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော ပညာရေး တတ်ကျွမ်းမှုများ	ကျောင်းသားများ၏ တတ်ကျွမ်းမှုများ တိုးတက်လာမှုကို ကြီးကြပ်၊ အကဲဖြတ်ရန် မည်သည့် သင်ကြားသင်ယူမှု နှင့် စစ်ဆေး အကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုမည်နည်း။
အလယ်တန်းဆင့် အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက် များနှင့် စစ်ဆေး အကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	တန်ဖိုးထား လေးစားအပ်သော မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အလေ့အကျင့်ကောင်း များကို နားလည်ပြီး မိသားစုအတွင်း အသုံးပြုတတ်ရန်။	ကျောင်းတွင် ယဉ်ကျေးစွာ ပြုမူနေထိုင်ရမည့် အပြုအမူများကို နားလည်ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	မိမိတို့၏ ရပ်ရွာအတွင်း နိုင်ငံသားတိုင်း လိုက်နာသင့်သည့် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော အပြုအမူများကို ဆန်းစစ်ရန်။	မြန်မာနိုင်ငံသားကောင်း တစ်ယောက် အနေဖြင့် မိမိနိုင်ငံတွင်း၌ဖြစ်စေ တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံများ (အာဆီယံနှင့် အခြားသော အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ) တွင် ဖြစ်စေ မွေးမြူရမည့် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော အပြုအမူများကို အကြံပြုရန်။		

အလယ်တန်းဆင့် အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက် များနှင့် စစ်ဆေး အကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	တန်ဖိုးထား လေးစားအပ်သော ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ရိုသေလေးစားမှုကို နားလည်ပြီး မိသားစု အတွင်း လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	ရိုသေလေးစားတတ်သည့် အပြုအမူများကို ကျောင်းတွင် ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	မိမိတို့၏ ရပ်ရွာနှင့် တိုင်းပြည်အတွက် အရေးပါသော စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြောင့်မတ်သော အပြုအမူများကို ဆန်းစစ်ရန်နှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံး တတ်ရန်။	တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံများ (အာဆီယံနိုင်ငံများနှင့် အခြားအိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ) ရှိ နိုင်ငံသားများ အပေါ်တွင် ၎င်းတို့၏ လူမျိုး၊ နိုင်ငံသား ဖြစ်တည်မှု၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး ဖြစ်တည်မှု၊ လိင်၊ ကိုးကွယ် ယုံကြည်မှုနှင့် လူမှုရေး အဆင့်အတန်းများကို ပဓာနမထားဘဲ အပြန်အလှန် လေးစားမှုရှိကြောင်း ပြသနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို သရုပ်ဖော်ပြသရန်။		
	တန်ဖိုးထား လေးစားအပ်သော ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုကို နားလည်ပြီး မိသားစု အတွင်း လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများကို ကျောင်းတွင် နားလည် လိုက်နာကျင့်သုံး တတ်ရန်။	မိမိတို့နိုင်ငံတွင်းရှိ နိုင်ငံသားတိုင်းအပေါ် လူမျိုးရေး၊ လိင်၊ကိုးကွယ် ယုံကြည်မှုနှင့် လူမှုရေး အဆင့်အတန်းတို့ကို ပဓာနမထားဘဲ အပြန်အလှန် လေးစားမှုရှိခြင်းကို ပြသနေသော ကျင့်ဝတ်နှင့် ညီညွတ်သည့် အလေ့အထများကို ဆန်းစစ်ရန်နှင့် လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံများ (အာဆီယံနှင့် အခြားအိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ) ရှိ နိုင်ငံသားများနှင့် မိမိတို့နိုင်ငံ တစ်ဝန်းရှိ နိုင်ငံသားများ ကျင့်သုံးသော စာရိတ္တပိုင်း ဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများကြား တူညီမှုများနှင့် ကွဲပြားခြားနားမှု များကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ရန်။		

အလယ်တန်းဆင့် အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် စစ်ဆေး အကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	တန်ဖိုးထားလေးစားအပ်သော မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို နားလည်ပြီး မိသားစုအတွင်း အသုံးပြုတတ်ရန်။	ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုကို ဖော်ပြသော ကိုယ်ကျင့်တရားဆိုင်ရာ အပြုအမူကောင်းများကို ကျောင်းတွင်း၌ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ပြသ အသုံးပြုတတ်ရန်။	မိမိတို့ရပ်ရွာနှင့် နိုင်ငံတွင်းရှိ လူသားတိုင်းအပေါ် စာနာရိုင်းပင်းမှု ရှိခြင်း၏ တန်ဖိုးကို နားလည်ကြောင်း သရုပ်ဖော်ပြသရန်နှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံး တတ်ရန်။	မြန်မာနိုင်ငံတွင် နေထိုင်သူများ သာမက အခြားတိုင်းတစ်ပါး နိုင်ငံမှ လူများ (အာဆီယံနှင့် အခြားအိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ) အပေါ်တွင် စာနာရိုင်းပင်းမှု ရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည့် နည်းလမ်းများအား သရုပ်ဖော်ပြသရန်။		
	အိမ်တွင် မိမိနှင့် သက်ဆိုင်သော တာဝန်များကို လုပ်ဆောင်တတ်ရန်။	ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေး ဆိုင်ရာ သဘောတရားများ အကြောင်းကို ရှင်းပြတတ်ပြီး ၎င်းအခွင့်အရေးများကို ကျောင်းတွင်းနှင့် မိသားစုတွင်း၌ မည်သို့ရရှိနိုင်မည်ကို ရှင်းပြတတ်ရန်။	ဒီမိုကရေစီရေးရာ တာဝန်များနှင့် ဝတ္တရား များကို နားလည်ပြီး နေ့စဉ်ဘဝတွင် မည်သို့ အသုံးချရမည်ကို ရှင်းပြရန်။	ဒီမိုကရေစီရေးရာ ကျင့်သုံးမှုများနှင့် တက်ကြွသော နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် တို့အား နားလည် သဘောပေါက်ကြောင်း သရုပ်ဖော်ပြသရန်နှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန်။		
		ကလေးများ တာဝန်နှင့် ဝတ္တရား၊ အခွင့်အရေး တို့ကို နေ့စဉ်ဘဝတွင် မည်သို့ အသုံးချမည်ကို ခွဲခြားဖော်ပြတတ်ရန်။				

အလယ်တန်းဆင့် အတန်းလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုနည်းလမ်းများ	စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ၏ အရေးပါပုံကို နားလည် ဖော်ပြတတ်ရန်နှင့် ဥပဒေကို လိုက်နာသော နိုင်ငံသား တစ်ဦးဖြစ်လာရန် မည်သို့ နေထိုင်ရမည်ကို ရှင်းပြတတ်ရန်။	အရေးကြီးသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများကို ရှာဖွေလေ့လာတတ်ရန်။	ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံ ဥပဒေတွင် ပါဝင်သော နိုင်ငံတော်မှ ချမှတ်ပေးထားသည့် မူဝါဒများနှင့် တည်ဆဲဥပဒေများနှင့် တရားရုံးစနစ်များကို နားလည် သဘောပေါက်ကြောင်း သရုပ်ပြရန်နှင့် ယင်းတို့အား မည်သို့ လိုက်နာရမည်ကို ရှင်းပြရန်။	နိုင်ငံသားများအား အကာအကွယ်ပေးသော စည်းမျဉ်းနှင့်ဥပဒေများကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း သရုပ်ပြရန်နှင့် ဥပဒေလိုက်နာသည့် နိုင်ငံသားကောင်းများ ဖြစ်အောင် မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရမည်ကို ရှင်းပြရန်။		
		ရပ်ရွာဒေသအတွင်း ကျင့်သုံးသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း ဥပဒေများကို နားလည် ကျင့်သုံးတတ်ရန်။				
	အိမ်၊ ကျောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော အပြုအမူများကို လုပ်ဆောင်တတ်ရန်။	မိမိရပ်ရွာဒေသအတွင်း ငြိမ်းချမ်းညီညွတ်စွာ နေထိုင်ခြင်း တန်ဖိုးကို နားလည်ပြီး လိုက်နာ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	မြန်မာနိုင်ငံသားအားလုံး ငြိမ်းချမ်းခြင်းနှင့် သဟဇာတဖြစ်ခြင်းကို မည်သို့မြှင့်တင်နိုင်ကြောင်း ရှင်းပြရန်။	တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံများနှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် နေထိုင်ခြင်းသည် ကမ္ဘာလောကငြိမ်းချမ်းရေး အတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေပုံကို နားလည် သဘောပေါက်ကြောင်း သရုပ်ပြရန်။		

မှတ်စုများ

မှတ်စုများ

မှတ်စုများ

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန