ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

ဒုတိယနှစ်၊ ပထမစာသင်နှစ်ဝက်

EDU2109

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ပြနည်းဆိုင်ရာလေ့လာမှုများ - စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ

ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်

နိဒါန်း

မြန်မာနိုင်ငံပညာရေးဝန်ကြီးဌာနသည် ‘အမျိုးသားပညာရေးမဟာဗျူဟာစီမံကိန်း’ (NESP) ၂၀၁၆-၂၀၂၁ တွင် ပြဋ္ဌာန်းသတ်မှတ်ထားသော လုပ်ငန်းခွင်အကြိုဆရာအတတ်သင်ပညာရေး ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှု နှင့်အညီ လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ရေးဆွဲပြုစုခဲ့ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအညွှန်းဘောင်၊ သင်ရိုးမာတိကာများ၊ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်များနှင့် ဆရာလမ်းညွှန်များ စသည်တို့ ပါဝင်သည်။ လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် လိုက်လျောညီထွေမှုရှိစေရန်နှင့် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ကျောင်းသား များအား မြန်မာနိုင်ငံမူလတန်းနှင့် အလယ်တန်းကျောင်း စာသင်ခန်းများတွင် ထိရောက်စွာ သင်ကြားနိုင်ရန် လိုအပ်သော တတ်ကျွမ်းမှုများ တတ်မြောက်သွားစေရန် စီစဉ်ရေးဆွဲထား ပါသည်။ 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 လေးနှစ်တာကာလ အတွင်း၌ အပြန်ပြန်အလှန်လှန် လေ့လာကြရမည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ပြန်လှန်လေ့လာခြင်းဖြင့် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ကျောင်းသားများ၏ အသိပညာနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှုများ ပိုမိုနက်ရှိုင်း ကျယ်ပြန့်လာမည် ဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်လာစေရန် လေးနှစ်သင် ပညာရေးဒီဂရီ ကောလိပ် သင်ရိုးကို အပိုင်း ၂ ခုဖြင့် ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ထားသည်။ ပထမအပိုင်း cycle 1 (ပထမနှစ် နှင့် ဒုတိယနှစ်) တွင် သင်ယူထားသည့် အယူအဆ သဘောတရားများအား ဒုတိယအပိုင်း cycle 2 (တတိယနှစ် နှင့် စတုတ္ထနှစ်) တွင် ပို၍နက်ရှိုင်းစွာ ပြန်လည်ထပ်ကျော့ သွားမည် ဖြစ်သည်။ သို့မှသာ ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ကျောင်းသားများသည် မိမိတို့သင်ယူခဲ့ပြီးသော အယူအဆသဘောတရားများကို ပြန်လည်လေ့လာနိုင်ခြင်း၊ လက်တွေ့လုပ်ကိုင် စမ်းသပ်နိုင်ခြင်း၊ စာသင်ခန်းအတွင်း လုပ်ဆောင်လေ့ရှိသည်များကို

မိမိတို့ အတန်းဖော်များနှင့် ပြန်လည်ဝေမျှ ပြောဆိုနိုင်ခြင်း၊ မိမိတို့၏ သင်ကြားရေးကျွမ်းကျင်မှု အမျိုးမျိုးအနက်မှ အချို့သော အပိုင်းများကို ပိုမိုနက်နဲစွာ ဆင်ခြင်နိုင်ခြင်းများလည်း ရရှိလာနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ဖွဲ့စည်းပုံသည် ဘာက်စုံပေါင်းစပ်ထားသော ချဉ်းကပ်မှုပုံစံ (Integrated Approach) ဖြင့် ရေးဆွဲထားသောကြောင့် သင့်လျော်သော ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု၊ လက်တွေ့အသုံးချမှုနှင့် အတွေ့အကြုံတို့ကို အထောက်အကူပေးသည့် သင်ယူမှုဖြစ်စဉ် မှတစ်ဆင့် ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ အသိပညာသင်ကြားရေးနှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာသီအိုရီများကို နားလည်သဘောပေါက်စေခြင်းဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် ဘာသာရပ် ဆိုင်ရာ အသိပညာများကိုသာ အလေးပေးခြင်း မဟုတ်ဘဲ သက်ဆိုင်ရာ အသက်အရွယ်အုပ်စု အလိုက် သင်ကြားသင်ယူမှု အခြေအနေများတွင် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများကို ထိရောက်စွာ အသုံးပြုသင်ကြားတတ်စေရန် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် စိတ်နေသဘောထားများကိုလည်း အလေးပေးထားပါသည်။ တတ်ကျွမ်းမှု တစ်ရပ်တွင် ပါဝင်သော အစိတ်အပိုင်းများဖြစ်သည့် 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 ဆီလျော်ကိုက်ညီမှုရှိသည်။ အယူအဆ သဘောတရားသစ်များကို လေ့လာသင်ယူသည့်အခါ တွင်လည်း ၎င်းတို့ကို အသုံးချပြီး အောက်ပါအတိုင်း ပြန်လည်သုံးသပ်နိုင်သည်။

၁။ သင်ယူခြင်း (မည်သည့်ကို မည်သို့သင်ကြားမည်ဟု အစီအစဉ်ချမှတ်ခြင်း)

၂။ အသုံးချခြင်း (သင်ကြားသင်ယူမှုဆိုင်ရာများကို လေ့ကျင့်ခြင်း) နှင့်

၃။ ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း (မိမိ၏သင်ကြားမှုပုံစံအား ပြန်လည်ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်း)

ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်၌ ပညာသင်ယူပြီးချိန်တွင်လည်း ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ဘွဲ့ရ 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 ပြည်ထောင်စု တိုင်းရင်းသားဖွံ့ဖြိုးရေးတက္ကသိုလ်တို့မှ တတ်သိပညာရှင်များ ပါဝင်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲရေးအဖွဲ့က ရေးဆွဲပြုစုထားသည်။ ထို့ပြင် မြန်မာပြည်တွင်းမှ ကျွမ်းကျင်သူများ၊ နိုင်ငံတကာကျွမ်းကျင်သူများလည်း ပါဝင်ရေးဆွဲကြသည်။ ဤလုပ်ငန်းစဉ်တစ်ရပ်လုံးကို ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ အဆင့်မြင့်ပညာဦးစီးဌာနက 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။ ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲရေးအတွက် ဘဏ္ဍာရေးအထောက်အပံ့များကို ဩစတြေးလျအစိုးရ၊ ဖင်လန်အစိုးရနှင့် ယူကေအစိုးရများကလည်း ပေးအပ်ထားပါသည်။

မာတိကာ

နိဒါန်း ....က

မာတိကာ ....ဃ

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သို့အသုံးပြုရမည်နည်း။ ၁

အခန်း ၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ၏ အရေးပါပုံ ၁၅

၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး ၁၈

၁.၁.၁။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ ၁၈

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၂၅

၁.၂။ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် ၂၇

၁.၂.၁။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသအတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ်၏ အရေးပါပုံ ၂၈

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၃၄

၁.၃။ အလယ်တန်းဆင့်တွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားခြင်း ၃၅

၁.၃.၁။ အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ၃၅

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၅၁

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ် ၅၂

အဓိကအချက်များ.. ၅၂

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း ၅၃

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ ၅၄

အခန်း ၂။ လူမှုကျင့်ဝတ်..၅၆

၂.၁။ လူ့တန်ဖိုးနှင့်လူမှုကျင့်ဝတ်များ..၆၀

၂.၁.၁။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ ၆၁

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၆၆
၂.၂။ အပြန်အလှန်လေးစားမှု..........၆၇
၂.၂.၁။ အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း ၆၈
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၇၄
၂.၃။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ တန်ဖိုးထားမှု ၇၅
၂.၃.၁။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု ၇၆
၂.၃.၂။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု ၈၄
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၈၉
၂.၄။ ကောင်းမွန်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ တန်ဖိုးများ..........၉၀
၂.၄.၁။ ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု..........၉၀
၂.၄.၂။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ၉၇
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၁၀၀
၂.၅။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများ ၁၀၁
၂.၅.၁။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ၁၀၃
၂.၅.၂။ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း ၁၁၀
၂.၅.၃။ သင်ပြမှုပုံစံနှင့် အုပ်စုငယ်ဖြင့်စမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း..........၁၁၆
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ ၁၂၀
အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ် ၁၂၂
အဓိကအချက်များ.......... ၁၂၂
အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း ၁၂၅
ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ ၁၂၆
ခက်ဆစ်အဘိဓာန် ၁၂၈

ကျမ်းကိုးစာရင်း..၁၂၉

နောက်ဆက်တွဲများ ၁၃၅

လက်ကမ်းစာစောင် (၁)။ ယဉ်ကျေး၍ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုအတွက်
မိမိကိုယ်ကိုစစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုဆိုင်ရာ
သတ်မှတ်ချက်ဇယား...၁၃၅

လက်ကမ်းစာစောင် (၂)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း -
အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ ၁၃၇

လက်ကမ်းစာစောင် (၃)။ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း -
အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ ၁၃၉

လက်ကမ်းစာစောင် (၄)။ ပထမစာသင်နှစ်ဝက် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ
သင်ရိုးမာတိကာတွင် ပါရှိသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့်
သင်ထောက်ကူများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း ၁၄၁

လက်ကမ်းစာစောင် (၅)။ ဒုတိယနှစ် သင်ပြမှုပုံစံ - ပုံစံလွှာ.......................................၁၄၅

လက်ကမ်းစာစောင် (၆)။ သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းကို လေ့လာဆန်းစစ်သည့် ပုံစံလွှာ ..၁၄၈

ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သို့အသုံးပြုရမည်နည်း။

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို မည်သူအသုံးပြုမည်နည်း။

ဤပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ဒုတိယနှစ်ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် သင်ယူရာတွင် အထောက်အကူပြုစေရန် ပြင်ဆင်ရေးဆွဲထားပါသည်။ ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်နှင့်ပတ်သက်သည့် အခြေခံအချက်အလက်များကို တွေ့ရှိရမည်။ ထိရောက်စွာသင်ကြားပို့ချပေးနိုင်သည့် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ဆရာကောင်းတစ်ဦးဖြစ်လာစေရေးတွင် လိုအပ်သော အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့်သဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးစေမည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် ဆက်လက်ဆည်းပူးစရာများကိုလည်း ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် တွေ့ရှိပါလိမ့်မည်။ သင်သည် ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်ကို စာသင်ခန်းအတွင်း အဓိကဆည်းပူးစရာ စာအုပ်အဖြစ်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်တိုင်ဆည်းပူးလေ့လာစရာ 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။

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။

၁ ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသော ကျောင်းသားသည် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ကျောင်းသားများကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

၂ ဤကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် ဖော်ပြထားသော ဆရာသည် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ဆရာများကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

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 မာတိကာအကြောင်းအရာ ဇယားတွင် အခန်းတစ်ခန်းစီအတွက် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်နှင့် အချိန်သတ်မှတ်ချက်ကို ပေးထားပါသည်။

ဇယား (က)။ ဒုတိယနှစ်၊ ပထမနှစ်ဝက်၊ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ မာတိကာအကြောင်းအရာ

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ၏ အရေးပါပုံ	၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး	၁.၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ	• စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ အနေဖြင့် ဘက်စုံ အရည်အချင်း ပြည့်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန် အတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည့် အဓိကကျသော တတ်ကျွမ်းမှုများ အကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။	(က)(၄.၁)	(က)(၄.၁.၁)	၁
	၁.၂။ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်	၁.၂.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသ အတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်တို့၏ အရေးပါပုံ	• စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိ နှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများအကြား ဆက်နွှယ်မှုများကို စိစစ်သုံးသပ် တတ်မည်။ • မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း နှင့် အာဆီယံဒေသ အတွင်း၌ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေး၏ အရေးပါပုံကို လေ့လာဖော်ထုတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်မည်။	(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	
	၁.၃။ အလယ်တန်းဆင့်တွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားခြင်း	၁.၃.၁။ အလယ်တန်းဆင့်နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီ ကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း	• အလယ်တန်းကျောင်းတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။ • အလယ်တန်းပြဆရာများ အနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည် သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အလယ်တန်းဆင့်နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေး ဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း တို့ကို နှိုင်းယှဉ်တတ်မည်။	(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
၂။ လူမှုကျင့်ဝတ်	၂.၁။ လူ့တန်ဖိုးနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ	၂.၁.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ	• အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှုအကြား ဆက်နွယ်မှုများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတတ်မည်။	(က)(၄.၁)	(က)(၄.၁.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
			• လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့် အညီ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။			
	၂.၂။ အပြန်အလှန် လေးစားမှု	၂.၂.၁။ အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း	• အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း တို့သည် မည်သည့် အတွက်ကြောင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ် များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံသည့် အခါတွင် အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို လက်တွေ့အသုံးချ နိုင်မည့် နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။	(ခ)(၁.၃)	(ခ) (၁.၃.၁) (ခ)(၁.၃.၂)	၁
	၂.၃။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ နှင့် စပ်လျဉ်း၍ တန်ဖိုးထားမှု	၂.၃.၁။ ဖြောင့်မတ် တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည် ရမှုနှင့် စာနာ ရိုင်းပင်း တတ်မှု	• မြန်မာ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ ဖြစ်သည့် ဖြောင့်မတ် တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှု နှင့် စာနာရိုင်းပင်း တတ်မှုတို့အား မည်သည့် အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားပြီး မည်သို့ ကျင့်သုံးကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။	(က)(၄.၁)	(က)(၄.၁.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
			• ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်ပြီး ထိုစံတန်ဖိုးများကို မည်ကဲ့သို့ မွေးမြူနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။			
		၂.၃.၂။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု	• တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို ခွဲခြားတတ်မည်။ • တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို လက်တွေ့ဘဝ အခြေအနေများတွင် မည်သို့ ကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။	(က)(၄.၁)	(က)(၄.၁.၁)	၁
	၂.၄။ ကောင်းမွန်သော ပြောဆို ဆက်ဆံမှု၏ တန်ဖိုးများ	၂.၄.၁။ ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆို ဆက်ဆံမှု	• ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အခြေအနေ အရပ်ရပ်၌ ထိရောက်မှုရှိ၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆို ဆက်ဆံခြင်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံး တတ်မည်။	(ဂ)(၁.၁)	(ဂ)(၁.၁.၁)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
		၂.၄.၂။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ မည်သည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ ဝိသေသလက္ခဏာ များမှာ မည်သည်တို့ ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ပတ်သက်ဆက်နွယ်မှု များကို လေ့လာ ဆန်းစစ်တတ်မည်။	(ဂ)(၁.၁)	(ဂ)(၁.၁.၁)	၁
	၂.၅။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများ	၂.၅.၁။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း	• ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြား သင်ယူရေးကို ပိုမိုထိရောက်၍ ဆီလျော်မှုရှိအောင် အထောက်အကူပြု နိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများ ထဲမှ တစ်ခုအား ရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ် ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်းပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်း တစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲ တတ်မည်။	(က)(၄.၁) (ခ)(၁.၃)	(က)(၄.၁.၁) (ခ)(၁.၃.၁) (ခ)(၁.၃.၂)	၁

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	ဆရာ့တတ်ကျွမ်းမှုစံ		စာသင်ချိန်
				အနိမ့်ဆုံးလိုအပ်ချက်များ	အညွှန်းကိန်းများ	
		၂.၅.၂။ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြုသင်ယူခြင်း	• အသိပညာအပြောင်းအလဲပြုသင်ယူမှု သီအိုရီဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းထုတ်စဉ်းစားခြင်း နှင့် လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း အလေ့အကျင့်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများအား တည်ဆောက်ပေးနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ်တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအား ရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြုသင်ယူမှုနည်းလမ်းကို သုံး၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ပြင်ဆင်တတ်မည်။	(က)(၄.၁) (ခ)(၁.၃)	(က)(၄.၁.၁) (ခ)(၁.၃.၁) (ခ)(၁.၃.၂)	၁
		၂.၅.၃။ သင်ပြမှုပုံစံနှင့် အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း	• အလယ်တန်းတွင် သင်ကြားသည့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။ • သင်ပြမှုပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။ • သင်ခန်းစာတစ်ခု ပို့ချတတ်မည်။	(က)(၄.၁) (ခ)(၁.၃)	(က)(၄.၁.၁) (ခ)(၁.၃.၁) (ခ)(၁.၃.၂)	၁
စုစုပေါင်း စာသင်ချိန်						၁၂

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 မှန်ကန်သောဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်မှုနှင့် ပြုမူလုပ်ဆောင်ပုံတို့ကို ရှိစေခြင်းဖြင့် ပညာတတ်တာဝန်သိ နိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်။

၂။ လူ့အခွင့်အရေးတန်ဖိုးများကို လေးစားတတ်စေရန်နှင့် ပြည်သူတစ်ဦး၏ တာဝန် ဝတ္တရားကို သရုပ်ဖော်ပြသတတ်ရန်။

၃။ စည်းကမ်းများ၊ စည်းမျဉ်းများနှင့် ဥပဒေကိုလေးစားတတ်စေရန်နှင့် ကိုယ်တိုင် လိုက်နာတတ်စေရန်။

၄။ ဒေသန္တရအသိအမြင်ရှိရုံသာမက ကမ္ဘာ့ရှုထောင့်ကို နားလည်သဘောပေါက် တန်ဖိုးထားတတ်သည့် ပညာတတ်နိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်။

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

ဇယား (ခ)။ ဒုတိယနှစ်၊ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်၊ 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 သင်ယူနိုင်ရေး အတွက် အထူးသင်ယူမှု လိုအပ်ချက်ရှိသော သင်ယူသူများအပါအဝင် နောက်ခံအကြောင်းအရာအမျိုးမျိုး (ကျား၊ မ၊ တိုင်းရင်းသားမျိုးနွယ်စု၊ ယဉ်ကျေးမှု)နှင့် စွမ်းရည်အမျိုးမျိုးရှိသော ကျောင်းသားများအား ပံ့ပိုးကူညီနိုင်မည့် သင်နည်းအမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်သည်။ (က) (၁.၂.၂) ကျောင်းသားများ၏ရှိပြီး အသိပညာ၊ အတွေ့အကြုံများကို အယူအဆသစ်များနှင့် ချိတ်ဆက်ဖို့ အထောက်အကူပြုနိုင်ရန် ထိထိမိမိအလေးထားပြီး ရှေ့နောက် အစီအစဉ်တကျ ဆောင်ရွက်ထားသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်သည်။
(က-၄) သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အကြောင်းသိသည်။	(က) (၄.၁) အခြေခံပညာ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ဖော်ပြထားသည့် သင်ရိုးဖွဲ့စည်းပုံ၊ အကြောင်းအရာနှင့် မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များကို နားလည် သဘောပေါက်ကြောင်း 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)၊ လုပ်ငန်းခွင်၌ စတင်တာဝန် ထမ်းဆောင်သော 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 ဆိုသည်ကိုညွှန်ပြသည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ။ သင်ခန်းစာတွင် အလေးပေးဖော်ပြထားသော ဆရာများအတွက် တတ်ကျွမ်းမှုစံသတ်မှတ်ချက် အညွှန်းဘောင် (Teacher Competency Standards Framework – TCSF) သည် ဆရာများတတ်ကျွမ်း ရမည့် 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 မေးခွန်း များကို 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 အဓိပ္ပာယ် ရှင်းလင်းချက်နှင့်တကွ 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 ၁

စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ၏ အရေးပါပုံ

ပညာရေးဘာသာရပ်၏ အခန်းငယ် (၆.၂)တွင် လေ့လာသင်ယူခဲ့သကဲ့သို့ပင် မြန်မာနိုင်ငံသည် ၂၀၁၈ ခုနှစ်မှ ၂၀၃၀ ခုနှစ်အထိ ကာလအတိုင်းအတာရှိသည့် ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု စီမံကိန်းတစ်ရပ်ကို ချမှတ်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည် (The Government of the Republic of the Union of Myanmar, 2018)။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိကို ကျောင်းသင်ခန်းစာ ဘာသာရပ်တစ်ခုအနေဖြင့် သင်ကြားရခြင်းသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ အဓိကမဏ္ဍိုင်ကြီး သုံးရပ်ဖြစ်သည့် ငြိမ်းချမ်းသော၊ ကြွယ်ဝချမ်းသာသော၊ ဒီမိုကရေစီဝါဒအခြေခံသော မြန်မာနိုင်ငံတော်အဖြစ်သို့ တိုးတက်ရောက်ရှိလာစေရေးတွင် တစ်တပ်တစ်အား ပါဝင်ပံ့ပိုးပေးရန်ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသည် ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး၊ ကုံလုံကြွယ်ဝခြင်းနှင့် မိတ်ဖက်ဖွဲ့စည်းခြင်း၊ လူသားများနှင့် ကမ္ဘာမြေဟူသည့် ကဏ္ဍသုံးခုအတွက် အုတ်မြစ်အဖြစ် တည်ဆောက်ပေးသွားမည်ဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသောဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတွင် ပညာရေးမှတစ်ဆင့် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်း ဆောင်ရွက်မည့် အရေးကြီးအချက်များကို ၂၀၁၄ ခုနှစ် အမျိုးသားပညာရေးဥပဒေတွင် ချမှတ်ထားပါသည် (The Union Parliament, 2014)။ အဆိုပါပညာရေးဥပဒေ၏ ပုဒ်မ ၃၉(ဂ) တွင် မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း၌ ''ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်မှု၊ မတူကွဲပြားခြားနားခြင်းကို နားလည်လက်ခံမှုနှင့် တန်းတူညီမျှမှုကို

အလေးထားမှု၊ တာဝန်သိမှု၊ တာဝန်ရှိမှု၊ တာဝန်ယူမှု၊ ဒီမိုကရေစီအလေ့အကျင့်နှင့် လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာစံနှုန်းများကို တန်ဖိုးထားသည့် နိုင်ငံသားကောင်းများဖြစ်ထွန်းရေး'' ကို ကြပ်မတ်ဆောင်ရွက်ရမည်ဟု ဖော်ပြထားသည် (The Union Parliament, 2014)။ နိုင်ငံသားများ၏ စရိုက်လက္ခဏာကောင်းဖြင့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုမှာ မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် အစဉ်အလာအားဖြင့် ဦးစားပေးအရာဖြစ်ခဲ့ပြီး ယခုအချိန်တွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိကဲ့သို့သော အကြောင်းအရာကိုလည်း အခြေခံပညာအဆင့်တွင် အဓိက ဘာသာရပ်အဖြစ် သင်ကြားနေပြီဖြစ်သည်။

ဤသင်ရိုးသည် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအပေါ် အခြေခံပြီး ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေးနှင့် ချိတ်ဆက်ထားခြင်းဖြင့် မြန်မာ့လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် တက်ကြွပြီး အဓိပ္ပာယ်ပြည့်ဝသော လူထုပါဝင်မှုတိုးမြှင့်နိုင်ရေးအတွက် လိုအပ်သည့် အသိပညာ၊ စွမ်းရည်နှင့် တန်ဖိုးတို့ကို ပျိုးထောင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ဤသင်ရိုးကို ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ပညာရေးဆိုင်ရာ အခြေခံမူများအတိုင်း ရေးဆွဲခဲ့ပါသည်။ ဤသင်ရိုးသည် လူငယ်များ၏ လုပ်နိုင်စွမ်းကို မြှင့်တင်ပေးမည်ဖြစ်ပြီး ထိုမှတစ်ဆင့် ၎င်းလူငယ်များသည် လျင်မြန်စွာပြောင်းလဲနေသောကမ္ဘာနှင့် လိုက်လျောညီထွေ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်ရုံသာမက ၎င်းတို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းများအတွင်း ခိုင်မာသော ဆက်ဆံမှုများ ဖန်တီးရာတွင်လည်း တက်ကြွစွာ ပါဝင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်း အားဖြင့် ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင်၊ ၎င်းတို့၏မိသားစုများနှင့် ရပ်ရွာလူထုများအပြင် အာဆီယံဒေသတစ်ခုလုံးအတွက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော အနာဂတ်ကို ပုံဖော်ပေးမည်ဖြစ်သည်။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤအခန်းကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- အလယ်တန်းကျောင်းသားများ အနေဖြင့် ဘက်စုံ အရည်အချင်းပြည့်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် အဓိကကျသော တတ်ကျွမ်းမှုများအကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများအကြား ဆက်နွယ်မှုများကို စိစစ်သုံးသပ်တတ်မည်။

- မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသအတွင်း၌ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေး၏ အရေးပါပုံကို လေ့လာဖော်ထုတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အလယ်တန်းကျောင်းတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- အလယ်တန်းပြဆရာများ အနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတို့ကို နှိုင်းယှဉ်တတ်မည်။

ရရှိသွားမည့် တတ်ကျွမ်းမှုများ

(က) (၁.၂) ကျောင်းသားများ၏ တစ်ဦးချင်းသင်ယူမှုလိုအပ်ချက်နှင့် ကိုက်ညီမည့် သင်ကြားနည်းအမျိုးမျိုးကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း ပြသသည်။

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

(ခ) (၁.၂) သင်ကြားသင်ယူမှုတွင် ပညာရေးဆိုင်ရာနည်းပညာများနှင့် နည်းဗျူဟာ အမျိုးမျိုးကို အသုံးပြုသင်ကြားနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ပြသည်။

အဓိကအသုံးအနှုန်းများ

ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၊ လူ့တန်ဖိုးများ၊ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၊ လူမှုကျင့်ဝတ်များ။

၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး

စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေးသည် သီးခြားစီခွဲခြား၍ မရနိုင်သောကြောင့် ဤဘာသာရပ်တွင် အဆိုပါကဏ္ဍ နှစ်ခုစလုံးကို အလေးပေး ဖော်ပြထားပါသည်။ ဒီမိုကရေစီရေးရာ အခြေခံမှုများတွင် တစ်ပါးသူများအားသည်းခံခြင်း၊ လေးစားခြင်းတို့အပြင် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ၎င်းတို့လူမှုအသိုက်အဝန်းများ၏ လူမှုဘဝဖူလုံမှုတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းလည်း ပါဝင်သည်။ ယင်းဒီမိုကရေစီရေးရာ အခြေခံမှုအားလုံးကို စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံမှုများပေါ်တွင် အခြေခံတည်ဆောက်ထားပါသည်။ တန်းတူမျှမှုမရှိခြင်း (သို့မဟုတ်) ရင်းမြစ်များကို လက်လှမ်းမီရယူနိုင်မှုမရှိခြင်း ကဲ့သို့သော လူမှုအရေးကိစ္စများကို ဖြေရှင်းရာတွင် စာရိတ္တရေးရာများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းမရှိဘဲ အမြစ်ဖြတ်ဖြေရှင်းနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် မှန်ကန်စွာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်မှုနှင့် ခိုင်မာသောစာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြောင့်မှန်မှုတို့ရှိမှသာလျှင် အရပ်ဘက်ပိုင်းအရနှင့် နိုင်ငံရေးအရ တက်ကြွစွာပါဝင်သူနှင့် တာဝန်ခံသူတစ်ဦး ဖြစ်လာနိုင်ပါမည်။ ပြည်သူ့တာဝန်သည် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ စံတန်ဖိုးများနှင့် ခွဲခြား၍မရနိုင်အောင် ဆက်စပ်နေသောကြောင့် ဆရာအတတ်သင် ပညာရေးသည် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ ရင့်ကျက်မှုနှစ်ရပ်လုံးကို မြှင့်တင်ရန်နှင့် ကျောင်းသားများကို ၎င်းတို့အကြားရှိ ဆက်နွှယ်မှု အများအပြားကို ချိတ်ဆက်နိုင်ရန် ကူညီရမည်ဖြစ်သည်။

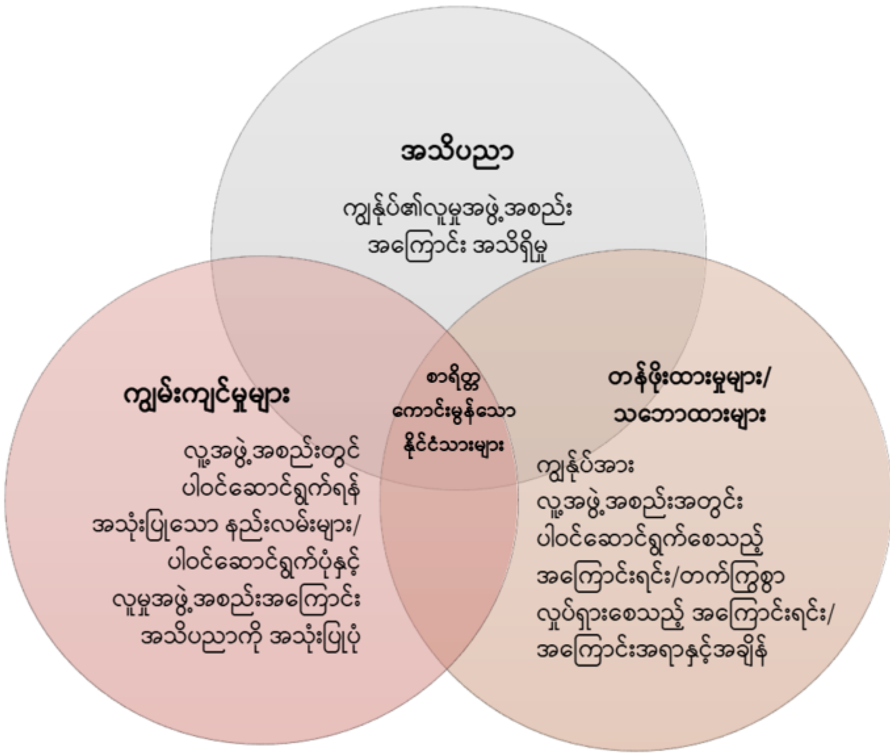
၁.၁.၁ | စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- အလယ်တန်းကျောင်းသားများ အနေဖြင့် ဘက်စုံ အရည်အချင်းပြည့်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် အဓိကကျသော တတ်ကျွမ်းမှုများအကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိအကြားရှိ များပြားသော ဆက်နွယ်မှုများကို ကျောင်းသားများက ချိတ်ဆက်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန်အလို့ငှာ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်နှင့် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ (သို့မဟုတ်) သဘောထားများဆိုသည့် အဓိကနယ်ပယ်သုံးရပ်ရှိ ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင်တတ်ကျွမ်းမှုများကို တိုးတက်လာစေမည့် သင်ခန်းစာများကို ဆရာများကရေးဆွဲနိုင်သည်။ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာဆိုသည်မှာ ပြည်သူလူထုသည် ထက်မြက်ပြီးတာဝန်ခံနိုင်သော နိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် လိုအပ်သော အတွေးအခေါ်များနှင့် သတင်းအချက်အလက်များကို ရည်ညွှန်းသည်။ ပြည်သူလူထုသည် ၎င်းတို့၏ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ရှိနေသည့် အဖွဲ့အစည်းများ၊ အဖြစ်အပျက်များ၊ လုပ်ဆောင်မှုများ၊ ဖြစ်စဉ်များအကြောင်းနှင့် လူမှုရေးပြဿနာများမှာလည်း မည်သို့မည်ပုံ ဖြစ်ပျက်နေသည်ကို သိရှိရန်လိုအပ်ပါသည် (Schulz et al., 2016)။ ဥပမာအားဖြင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာအသိပညာတွင် နိုင်ငံသားတစ်ဦး၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို နားလည်ခြင်း၊ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံရေးစနစ် အလုပ်လုပ်ပုံ၊ စနစ်များအား မည်ကဲ့သို့ဖန်တီးတည်ဆောက်ပုံ၊ နိုင်ငံ့စီးပွားရေးလည်ပတ်ပုံ အစရှိသည်တို့ ပါဝင်နိုင်သည်။ အခြားတစ်ဘက်၌လည်း ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာစွမ်းရည်သည် လူတို့အား ၎င်းတို့၏ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာအသိပညာများကို ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ရာတွင် အသုံးချနိုင်စေပြီး ဤနည်းဖြင့် ငြိမ်းချမ်းမျှတသော လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုကို ဖန်တီးရာတွင် တက်ကြွစွာပါဝင်နိုင်စေသည် (Wong & McLaughlin, 2012)။ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာစွမ်းရည်တွင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းနှင့် သတင်းမီဒီယာများမှ သတင်းအချက်အလက်များကို လေ့လာဆန်းစစ်နိုင်ခြင်းတို့ပါဝင်သည်။ လူတစ်ဦး၏ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုများတွင် ယှက်နွယ်ပါဝင်နေသည်မှာ ၎င်းတို့၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများဖြစ်သည်။ အကြောင်းမှာ ယင်းတန်ဖိုးများသည် အခြားသူများ နှင့် ထိုသူတို့၏ အသိုင်းအဝိုင်းအပေါ်ထားရှိသော ကျွန်ုပ်တို့ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် သဘောထားကို ပုံဖော်ပေးသည့်အရာ ဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။



ပုံ ၁.၁။ ပြည်သူ့နီတိအသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားသော Venn diagram

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

ကိုယ်ကျင့်တရားများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ဆုံးဖြတ်ချက်များအား ပုံဖော်ပေးသောကြောင့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုသည် ငြိမ်းချမ်းမျှတသော လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု ဖန်တီးခြင်းတွင် အဓိကကျသော ကဏ္ဍတစ်ခုအဖြစ် ပါဝင်နေပါသည်။ ထို့ကြောင့်စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဝေခွဲမရမှုများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချပုံနှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရသည့် အကြောင်းရင်းကို နားလည်ခြင်းသည် အလွန်အသုံးဝင်နိုင်သည်။ လူတစ်ဦးချင်းစီတွင် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်မှု မည်သို့ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို စုံစမ်းစစ်ဆေးရန်နှင့် စတင်ခြုံငုံနားလည်သဘောပေါက်ရန်အတွက် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ Lawrence Kohlberg ၏ အယူအဆ (1958) သည် မူဘောင်တစ်ခုကို ထောက်ပံ့ပေးသည်။ Kohlberg ပါရဂူဘွဲ့ဒီဂရီတက်နေစဉ်အတွင်း ၎င်းပြုစုခဲ့သော စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် အဆင့်ခြောက်ဆင့်သီအိုရီသည် Jean Piaget ၏

ကလေးများအတွက် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အကဲဖြတ်မှုသီအိုရီကို အခြေခံသည်။ ၎င်းသည် လူတစ်ဦးက မိမိ၏အပြုအမူ မှန်သည်၊ မှားသည်ကိုဆုံးဖြတ်သည့်အခါ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုဖြစ်စဉ်အပေါ် အလေးပေးရေးသားထားသည်။

Kohkberg ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအဆင့်များတွင် ၎င်းက လေးငယ်များသည် အသက်အရွယ်တူသော်ငြားလည်း စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကွဲပြားမှုများရှိနိုင်သည်ကို တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ၎င်း၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အကဲဖြတ်မှုအဆင့် ခြောက်ဆင့်တွင် ကွဲပြားသောစာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ် အဆင့်သုံးဆင့်ကို ရှင်းပြခဲ့သည်။ ၎င်းတွင် အဆင့် (၁) - သမားရိုးကျအဆင့် မရောက်ရှိမီအဆင့်၊ အဆင့် (၂) - သမားရိုးကျအဆင့်၊ အဆင့် (၃) - သမားရိုးကျထက်သာလွန်သောအဆင့် တို့ပါဝင်သည်။ အဆင့်တစ်ခုချင်းစီကို ထပ်ဆင့်အဆင့်နှစ်ခုစီခွဲနိုင်သောကြောင့် စုစုပေါင်းအဆင့်ခြောက်ဆင့် ရရှိသည် (Sanders, 2010)။

အဆင့် (၁) - သမားရိုးကျအဆင့် မရောက်ရှိမီအဆင့်

ပထမအဆင့်ဖြစ်သော သမားရိုးကျမရောက်ရှိမီ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာအဆင့်ကို အသက် (၄) နှစ်မှ (၁၀) နှစ် ကြား ကလေးများတွင်တွေ့ရတတ်သည်။ ထိုအဆင့်ကို အဆင့် (၁) နှင့် အဆင့် (၂) ဟူ၍ ထပ်ဆင့်အဆင့်နှစ်ခုအဖြင့် ခွဲဖြာထားသည်။ ဤအဆင့်၏ ပထမအဆင့်ဖြစ်သော အဆင့် (၁) ကို “ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းနှင့် စည်းကမ်းလိုက်နာမှုတို့ကို မိတ်ဆက်ရှင်းပြခြင်း” အဖြစ် ဖော်ပြသည်။ ဤအဆင့်ရှိကလေးများသည် အပြစ်ပေးခြင်းကို ရှောင်ရှားရန်အတွက်သာ စည်းကမ်းများကို လိုက်နာလိုသည်။ ဒုတိယအဆင့်ဖြစ်သည့် အဆင့် (၂) တွင် “ပဓာနကျသော ရည်ရွယ်ချက်နှင့် အလဲအလှယ်ပြုလုပ်ခြင်း” ပါဝင်သည်။ ဤအဆင့်တွင် ကလေးများ၏ လုပ်ရပ်များသည် အခြားသူများက ၎င်းတို့အတွက် မည်သည်ကိုလုပ်ဆောင်ပေးနိုင်သည်ကို စဉ်းစားခြင်းအပေါ် အခြေခံသည်။ ၎င်းတို့စည်းကမ်းများကို လိုက်နာခြင်းသည် မိမိအကျိုးအတွက်မဟုတ်ဘဲ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းက ၎င်းတို့တစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်ပိုင် လိုအင်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အိမ်စာလုပ်လျှင် သူငယ်ချင်းများနှင့် သွားလာဆော့ကစားခွင့်ပြုမည်ဟု မက်လုံးပေးမှသာ ကလေးတစ်ဦးသည် အိမ်စာလုပ်လိမ့်မည်။

အဆင့် (၂) - သမားရိုးကျအဆင့်

Kohlberg ၏ စံပုံစံတွင် ဒုတိယအဆင့်ဖြစ်သည့် 'စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ သမားရိုးကျအဆင့်' ကို ယေဘုယျအားဖြင့် အသက် ၁၀ နှစ်နဲ့ ၁၃ နှစ် ကြားတွင် တွေ့ရပြီး အချို့မှာမူ ဤအဆင့်ထက်ကျော်လွန်၍ တိုးတက်သွားခြင်းမျိုး မရှိတော့ပေ။ ထိုအဆင့်ကို အဆင့် (၃) နှင့် အဆင့် (၄) အဖြစ် နှစ်ဆင့် ထပ်မံခွဲခြားနိုင်သည်။

အဆင့် (၃) တွင် ကလေးများသည် 'လူတော်လူကောင်းတစ်ဦး' ဖြစ်ခြင်းအားဖြင့် အခြားသူများ၏ ချစ်ခင်မှု (သို့မဟုတ်) ထောက်ခံမှုကိုရလိုကြသည်။ ကလေးများသည် အခြားသူများကို ကူညီလိုသည်၊ သူတစ်ပါး၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို အကဲဖြတ်နိုင်ပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူလူချင်းဆက်ဆံရေးကို တိုးတက်မြှင့်တင်ရန် လိုအပ်သည့်အရာများ နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အတွေးအခေါ်များကို ပြောင်းလဲနိုင်သည် (Sincero, 2012)။ အဆင့် (၄) သည် ကလေးများ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာ ပိုမိုဖွံ့ဖြိုးပြီး အခြားသူများနှင့် ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေးကို ထိန်းသိမ်းခြင်းထက် လူမှုရေးဆိုင်ရာမူများ နှင့်ပတ်သက်၍ ပိုမိုစိုးရိမ်ပူပန်မှုများရှိနေသည့် "လူမှုရေးဆိုင်ရာ စိုးရိမ်ပူပန်မှုနှင့် ကောင်းကျိုးဆိုးပြစ် ခွဲခြားသိမြင်တတ်သော အသိစိတ်" ကို ရည်ညွှန်းသည်။ လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို လေးစားရန်၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းများကို ထိန်းသိမ်းရန်နှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ၎င်းတို့၏ တာဝန်များကို ထမ်းဆောင်ရန်အတွက် ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့၏ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ စွမ်းရည်ကို အသုံးချရန် အဓိကထားသည်။

အဆင့် (၃) - သမားရိုးကျထက် သာလွန်သောအဆင့်

ယေဘုယျအားဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်အစောပိုင်းတွင် (သို့မဟုတ်) လူငယ်လူရွယ်များတွင် 'သမားရိုးကျထက်သာလွန်သော စာရိတ္တအဆင့်' ဟုခေါ်သည့် နောက်ဆုံးအဆင့်သို့ ရောက်ရှိကြသော်ငြားလည်း အချို့သောသူများမှာမူ ဤအဆင့်ကို ဘယ်သောအခါမျှ ရောက်နိုင်ခြင်းမရှိပါ။ ၎င်းကိုအဆင့် (၅) နှင့် အဆင့် (၆) တို့ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ အဆင့် (၅) အခြေအနေတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် အခြားသူများ၏ လုပ်ဆောင်မှုနှင့် သက်ဆိုင်သည့် စာရိတ္တပိုင်းကို ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်းမပြုမီ လူအားလုံး၏ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားရန် ကြိုးစားသည်။ ၎င်းတို့သည် မည်သည့်လုပ်ဆောင်မှု ဆောင်ရွက်မည်နှင့်ပတ်သက်၍ သိထားပြီးသည့် အချက်အလက်များအပေါ် အခြေခံသည့် ဆုံးဖြတ်ချက်မချမီ ယင်းထင်မြင်ချက်များကို ဖော်ထုတ်လေ့လာရန်အတွက် စိတ်ပါဝင်စားစွာနားထောင်ခြင်းနှင့် စကားရည်လုခြင်းကဲ့သို့သော ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များကို အသုံးပြုပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့အသိုင်းအဝိုင်းအတွက် ပြဿနာဖြစ်စေသည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ ဥပဒေများနှင့်

အဖွဲ့အစည်းများ၏ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာအသိပညာများကို အသုံးပြုသောကြောင့် ၎င်းတို့သည် အခြားသူများနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ အဝန်းအဝိုင်းချည်နှောင်ခြင်းကို ဦးတည်ခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ထိုအခြေအနေသည် လူတို့အတွက်မကောင်းပါက အခြားနည်းလမ်းများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည်ဟု ဤအဆင့်သို့ရောက်ရှိသူတစ်ဦးက ကျိုးကြောင်းပြငြင်းခုံလိမ့်မည် (Sanders, 2019)။

အဆင့် (၆) တွင် လူတစ်ဦးချင်းစီသည် "ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာကျင့်ဝတ် အခြေခံမူများ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာအမြင်" ကိုပိုမိုအလေးထားကြသည်။ လူတစ်ဦးချင်းစီသည် ဥပဒေနှင့် ဆန့်ကျင်နေလျှင်ပင် ၎င်းတို့အမှန်ဟု သတ်မှတ်ထားသည့်အတိုင်း လုပ်ဆောင်ကြသည်။ ၎င်းတို့တွင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာဥပဒေများနှင့် ပတ်သက်သည့် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာများ (သို့မဟုတ်) ၎င်းတို့ကိုလမ်းညွှန်ပေးသည့် ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာအခြေခံမူများ ရှိနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤအဆင့်တွင် လူတို့သည် ကျားမရေးရာ လက်ခံကျင့်သုံးနေသော ကျင့်ဝတ်များနှင့် စံနှုန်းတန်ဖိုးများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားကာ မိမိတို့၏တရားမျှတမှုဆိုင်ရာ အခြေခံမူများနှင့်အညီ အလေးထားထည့်သွင်းလာကြသည်။

စာရိတ္တပိုင်းအရသာမက ပြည်သူ့နီတိပိုင်းအရပါ ရင့်ကျက်လာစေရန် ကလေးများ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ်များကို သမားရိုးကျအဆင့်မရောက်ရှိမီထက် နိမ့်ပါးသော အဆင့်မှ သမားရိုးကျအဆင့်၏ အမြင့်ပိုင်းအဆင့်များထံသို့၊ ထိုမှတစ်ဆင့် သမားရိုးကျထက် သာလွန်သောအဆင့်ဆီသို့ ကူးပြောင်းရေးတွင် Kohlberg ၏ စံပုံစံက ဆရာများကို အရှိန်မြှင့်တင် ဆောင်ရွက်စေသည်။ ဤစာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ ရင့်ကျက်မှုနှင့်အတူ ၎င်းတို့သည် သိထားသည့် အချက်အလက်များအပေါ်အခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ချမှတ်တတ်လာမည်ဖြစ်ပြီး ငြိမ်းချမ်း၍ ရေရှည်တည်တံ့သော လူ့ဘောင်ကို အထောက်အကူပြုရန် လိုအပ်သည့်တာဝန်ယူမှုရှိသော ဆောင်ရွက်ချက် (သို့မဟုတ်) တစ်နည်းအားဖြင့် ၎င်းတို့၏ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာနှင့် စွမ်းရည်များကို တာဝန်သိစွာဖြင့် အသုံးပြုတတ်လိမ့်မည်။ ထို့ပြင် "ဆရာများသည် စာသင်ခန်းတွင်းရှိ ဆရာတပည့်ဆက်ဆံရေးအတွက် 'နောက်ခံသင်ရိုး' ကို ဖန်တီးသူများအဖြစ် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ သင်ကြားပြသသူများ ဖြစ်ကြသည်" (Kohlberg, 1981)။ အလားတူစွာ ၎င်းတို့၏စာသင်ခန်း အတွင်းရှိ ကျောင်းသားများ၏ အပြုအမူအပေါ် သြဇာသက်ရောက်ပြီး 'သမားရိုးကျ' နှင့် 'သမားရိုးကျထက်သာလွန်သော' စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာအဆင့်များ၏ စံတန်ဖိုးသတ်မှတ်ချက်များနှင့် လှုံ့ဆော်မှုများကို အလေးပေးသည့် စာသင်ခန်းတွင်း ဆရာတပည့်ဆက်ဆံရေးကို တည်ဆောက်ရန်အတွက် ဦးတည်လုပ်ဆောင်နေသည့် အချက်များကို ဆရာများသည် သတိပြုရန်လိုအပ်သည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ရှိထားပြီးဖြစ်သော ဗဟုသုတများနှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်း

ဤလုပ်ငန်းရှိ ဖော်ပြချက်များတွင် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာအသိပညာကို ရည်ညွှန်းသည်ဟု ထင်လျှင် ‘K’ ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုကို ရည်ညွှန်းသည်ဆိုပါက ‘S’ ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ လူပ်ရှားမှုကို လမ်းညွှန်ပေးသည့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာတန်ဖိုးကို ရည်ညွှန်းသည်ဆိုပါက ‘V’ ဖြင့်သော်လည်းကောင်း အသီးသီး အညွှန်းတပ်ပေးပါ။

- မိမိရပ်ရွာနှင့် နိုင်ငံ၏ စည်းမျဉ်းဥပဒေများကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း
- လူ့ဂုဏ်သိက္ခာ၊ ကရုဏာတရားနှင့်သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့ကို လေးစားမှုရှိခြင်း
- အခြားနိုင်ငံသားများနှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးနိုင်၊ စကားရည်လုနိုင်သည့် စွမ်းရည်
- အများပြည်သူကောင်းကျိုး၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး တို့ကို အားပေးမြှင့်တင်ရန် ကတိကဝတ်ပြုခြင်း
- နေ့စဉ်သုံးကုန်ပစ္စည်းများ၏ ရင်းမြစ်နှင့် ထုတ်လုပ်ပုံကို သိရှိနားလည်သဘောပေါက်ခြင်း
- ထိရောက်မှုရှိစွာနှင့် အပြုသဘောဆောင်စွာ ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်သည့် စွမ်းရည်
- သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ရေရှည်တည်တံ့မှုမရှိခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုအဖွဲ့အစည်းအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပုံ

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဂရပ်ဖစ်ပုံများ အသုံးပြု သင်ယူခြင်း

၁။ Kohlberg ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအဆင့်ဆင့်ကို သရုပ်ဖော်ရန် အုပ်စုတစ်စုလျှင် ဂရပ်ဖစ်ပုံတစ်ခု ဖန်တီးပါ။ ကျန်အတန်းသားများအား ပြန်လည်တင်ပြရန် ဂရပ်ဖစ်ပုံ၏ အပြီးသတ်ပုံစံကို ကားချပ်ကြီးပေါ်တွင် ဆွဲပါ။ တစ်ဖက်စာမျက်နှာတွင် ပေးထားသည့် နေရာလွတ်တွင် မှတ်ချက်များရေးသားပါ။

၂။ အဆင့်တစ်ခုစီ၌ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် လူတစ်ဦးကို လှုံ့ဆော်ပေးသော အကြောင်းအရာအနှစ်ချုပ်နှင့်အတူ Kohlberg ၏ ပုံစံငယ်ရှိ အဆင့်တစ်ခုချင်းစီကို အညွှန်းတပ်ပါ။ ဥပမာ - အဆင့် (၁) တွင် ကလေးတစ်ဦးသည် ပြစ်ဒဏ်ပေးခံရခြင်းကို ရှောင်ရှားလိုသောကြောင့် သူ/သူ(မ)သည် စည်းကမ်းများကို လိုက်နာမှုရှိကြောင်းပြသည့် အမူအရာဖြင့် ပြုမူလိမ့်မည်။ ပထမအဆင့်ကို 'ပြစ်ဒဏ်ပေးမှုကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း' (သို့မဟုတ်) 'စည်းကမ်းများကို လိုက်နာခြင်း' ဟု အညွှန်းတပ်နိုင်သည်။ သင်ခန်းစာ (၁.၁.၁) ပါ အချက်အလက်များကို အုပ်စုများနှင့် ဆွေးနွေးပြီး ပုံစံငယ်ရှိအဆင့်တစ်ခုစီတွင် လူတစ်ဦးချင်းစီအလိုက် လှုံ့ဆော်မှုများကို မည်သို့အကျဉ်းချုံး ဖော်ပြမည်ကို ဆုံးဖြတ်ပါ။

၃။ အညွှန်းတပ်ထားသည့် ဂရပ်ဖစ်ပုံကို စာသင်ခန်းနံရံတွင် ကပ်ပြီးလျှင် အတန်းအတွင်း လှည့်လည်သွားလာကာ အခြားအုပ်စုများ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ကြည့်ရှုပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာနှင့် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များ အကြား ကွာခြားချက်ကို ဖော်ပြပါ။ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများနှင့် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများအကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ဖော်ပြပါ။

၂။ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၏ မည်သည့်အဆင့်များတွင် ကလေးများ (သို့မဟုတ်) လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီသည် မိမိတို့၏ လိုအင်များကို ပိုမိုစဉ်းစား တွေးတောပါသနည်း။

၃။ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု၏ မည်သည့်အဆင့်များတွင် ကလေးများ (သို့မဟုတ်) လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခု (သို့မဟုတ်) လူမှုအဖွဲ့အစည်း၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအနေဖြင့် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်လိုအင်အတွက် သာမက အခြားသူများ၏ လိုအင်များအတွက်ပါ ပိုမိုစဉ်းစားတွေးတောပါသနည်း။

၄။ ကလေးများ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ်များကို 'သမားရိုးကျအဆင့် မရောက်ရှိမီအဆင့်' ၏ အနိမ့်ပိုင်းအဆင့်ငယ်များမှသည် 'သမာရိုးကျအဆင့်'နှင့် 'သမားရိုးကျထက် သာလွန်သောအဆင့်' ၏ အမြင့်ပိုင်းအဆင့်ငယ်များဆီသို့ အဆင့်ဆင့်တိုးတက်ကူးပြောင်းရာ၌ ဆရာများက ကူညီလမ်းညွှန်ပေးရန်မှာ အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။

၅။ ကျောင်းသားများအနေဖြင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် အသိပညာများကို လက်တွေ့အသုံးချလေ့ကျင့်ပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာအဆင့်များတွင် 'သမားရိုးကျ အဆင့်'နှင့် 'သမားရိုးကျထက် သာလွန်သောအဆင့်' များသို့ ရောက်ရှိလာအောင် လှုံ့ဆော်ပေးနိုင်သည့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာလွှမ်းမိုးမှု အသားပေး စာသင်ခန်းများ ဖန်တီးရာတွင် ဆရာများအနေဖြင့် မည်သည်တို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်သနည်း။

၁.၂။ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း

စိတ်ခာတ်

ကျွန်ုပ်တို့ ယနေ့အချိန်ထိ သင်ယူလေ့လာခဲ့ပြီးသကဲ့သို့ပင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသင်ကြားရေး (သို့မဟုတ်) ‘ပြည်သူ့နီတိ’ ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ တစ်နည်းဆိုသော် ဒီမိုကရေစီနည်းကျနိုင်ငံသားဖြစ်မှု၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် လူတစ်ဦး တစ်ယောက်ချင်း တက်ကြွစွာပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် လိုအပ်သည်ဟု လက်ခံယုံကြည်ထားသော ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာများ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးများကို သင်ကြားပို့ချရန် ဖြစ်ပါသည် (Kahne & Middaugh, 2008)။ စာရိတ္တ ဆိုသည်မှာ လူသားများအကြား ဆက်ဆံမှုများကို တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် ထိန်းသိမ်းကြပ်မတ်ပေးသည့် စနစ်တစ်ခုဖြစ်ကြောင်း လေ့လာခဲ့ရပြီးဖြစ်ပါသည်။ Schwartz (2012) ၏ အဆိုအရ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့၏တန်ဖိုးထားမှုများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ တွေးတောသည့်အခါမျိုးတွင် မိမိတို့ဘဝအတွက် အရေးကြီးသောအရာများကို တွေးတောတတ်ကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ဦးချင်းစီအလိုက် မိမိအတွက်အရေးပါမှုအဆင့် အမျိုးမျိုးပေါ်မူတည်၍ တန်ဖိုးထားမှု အမြောက်အမြား (ဥပမာ - အောင်မြင်မှု၊ ဖူလုံမှု၊ သဒ္ဒါတရားထက်သန်မှု) ကို စွဲကိုင်ထားလေ့ရှိပါသည်။ လူတစ်ဦး၏ တန်ဖိုးထားမှုတစ်ရပ်သည် ထိုသူအတွက် အလွန်အရေးပါနိုင်သော်လည်း အခြားသူအတွက်မူ အရေးမပါလှပေ။ တန်ဖိုးထားမှုဆိုင်ရာသီအိုရီ (Schwartz, 1992, 2006 as cited in Schwartz, 2012) သည် အဓိကအင်္ဂါရပ်ခြောက်ရပ်ကို အလေးပေးဖော်ပြသည့် တန်ဖိုးထားမှုဆိုင်ရာ သဘောထားယူဆချက်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးထားပါသည်။ ထိုခြောက်ရပ်အနက်မှ တန်ဖိုးထားမှုဆိုသည်မှာ လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ရပ်ကိုဖြစ်မြောက်အောင် လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် တွန်းအားပေးသည့် နှစ်လိုဖွယ်ပန်းတိုင်များကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လူမှုအဆင့်အတန်း၊ တရားမျှတမှုနှင့် ကူညီရိုင်းပင်းမှုတို့ကို အလေးပေးတန်ဖိုးထားသူများ အတွက် ယင်းတန်ဖိုးထားမှုများသည် ထိုပန်းတိုင်များသို့ ဦးတည်လုပ်ဆောင်စေသည့် တွန်းအားများ ဖြစ်ပါသည်။ အခန်း (၂)တွင် လူ့တန်ဖိုးနှင့်ပတ်သက်၍ ဆက်လက်လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

၁.၂.၁ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသအတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ်၏ အရေးပါပုံ

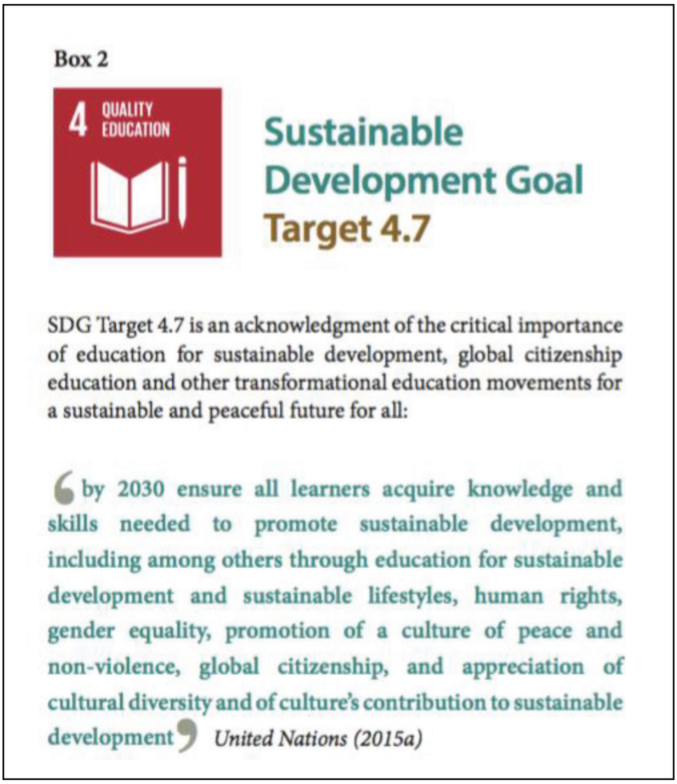
မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများအကြား ဆက်နွှယ်မှုများကို စိစစ်သုံးသပ်တတ်မည်။
- မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသအတွင်း၌ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေး၏ အရေးပါပုံကို လေ့လာဖော်ထုတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်မည်။

နိုင်ငံများ၊ ဒေသကြီးများနှင့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် နိုင်ငံသားအဖြစ်နေထိုင်မှု

ပညာရေးဘာသာ အခန်းငယ် (၆.၂)တွင် သင် သင်ယူခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း မြန်မာနိုင်ငံအနေဖြင့် စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် (၄)၊ ရည်မှန်းချက် (၄.၇)ကို ပြည့်မီနိုင်ရန်အတွက် အရည်အသွေးပြည့်ဝသော ပြည်သူ့နီတိသင်ကြားရေးသည် ပဓာနဖြစ်သည်။ အဆိုပါပန်းတိုင်တွင် လူသားအားလုံးအတွက် ရေရှည်တည်တံ့၍ ငြိမ်းချမ်းသောအနာဂတ် တည်ဆောက်ရန်မှာ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် တည်တံ့ခိုင်မာမှု၊ စီးပွားရေး အလားအလာကောင်းမှုနှင့် တရားမျှတမှုရှိသော လူ့အဖွဲ့အစည်းတို့ကို တည်ဆောက်နိုင်ရန်အတွက် သင်ယူသူများအား ယဉ်ကျေးမှုအမျိုးမျိုး ကွဲပြားစုံလင်မှုကို အလေးပေးဂရုပြုရင်း အမြော်အမြင်ရှိရှိ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန်သာမက တာဝန်ယူမှုရှိသော အပြုအမူများပြုမူလုပ်ဆောင်ရန် အသိပညာပေးဖို့လိုအပ်ကြောင်း ဖော်ပြထားသည်။ တစ်ဖက်စာမျက်နှာရှိ ရုပ်ပုံကားချပ်တွင် ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် စွမ်းဆောင်ရည်များ ပျိုးထောင်ရန် ပညာရေး၏ အဓိကဦးစားပေးချက်များကို အသားပေးဖော်ပြထားပါသည်။


Box 2

4 QUALITY EDUCATION

Sustainable Development Goal Target 4.7

SDG Target 4.7 is an acknowledgment of the critical importance of education for sustainable development, global citizenship education and other transformational education movements for a sustainable and peaceful future for all:

"by 2030 ensure all learners acquire knowledge and skills needed to promote sustainable development, including among others through education for sustainable development and sustainable lifestyles, human rights, gender equality, promotion of a culture of peace and non-violence, global citizenship, and appreciation of cultural diversity and of culture's contribution to sustainable development" *United Nations (2015a)*

ပုံ ၁.၂။ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်၊ ရည်မှန်းချက် (၄.၇)

ရင်းမြစ် - UNESCO-Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development (2017, p. 15).

တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာထိ ခြိမ်းခြောက်မှုများ၊ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ရာသီဥတုဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲမှုနှင့် ပျံ့နှံ့လွယ်ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါများကြောင့် ဖြစ်ပွားရသည့် ချည့်နဲ့မှုများကို လူငယ်များ၏ ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်စွမ်းတို့နှင့် ပတ်သက်၍ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ မြင့်တက်လျက်ရှိသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ပညာရေးအထူးသဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ကဏ္ဍကို တာဝန်ယူမှုပြည့်ဝသော လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် စာရိတ္တနှင့် ညီသော အပြုအမူများ ပြုမူလုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက်လိုအပ်သော အသိပညာဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုမှုများ ပျိုးထောင်နိုင်စေသော ပြောင်းလဲမှုများ လုပ်ဆောင်နိုင်စေသည့် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုလာကြသည်။ ထို့အတူပင် မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရသည် ၂၀၁၆ မှ ၂၀၂၁ အထိ အမျိုးသားပညာရေး မဟာဗျူဟာစီမံကိန်း (NESP) ကို ရေးဆွဲခဲ့သည်။ အမျိုးသားပညာရေး မဟာဗျူဟာစီမံကိန်းတွင် ပညာရေးအား "ဒီမိုကရေစီနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်များကို ပံ့ပိုးရန်အတွက် အဓိကမောင်းနှင်အားများ" အနက်မှတစ်ခုဟု ဖော်ပြထားပြီး မြန်မာနိုင်ငံ၏

နိုင်ငံတော်တည်ဆောက်ရေးနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးတို့တွင် အရေးပါသော ကဏ္ဍဖြစ်သည်ဟု ဖော်ပြထားပါသည်။

လူ့အသိုက်အဝန်းတစ်ခုတွင်ရှိရမည့် စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ်

နိုင်ငံသားတစ်ဦး ဆိုသည်မှာ လူ့အသိုက်အဝန်းတစ်ခုတွင် ကျင်လည်နေသူတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ လူ့အသိုက်အဝန်းဆိုသည်မှာ မိသားစုတစ်စု၊ စာသင်ကျောင်းတစ်ကျောင်း၊ မြို့တစ်မြို့ (သို့မဟုတ်) နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ လူသားများသည် တစ်ခုထက်ပိုသော လူ့အသိုက်အဝန်းများတွင် ကျင်လည်လျက်ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့လုပ်ကိုင်သော အလုပ်ရှိ အသိုက်အဝန်း၊ ပညာရေး အသိုက်အဝန်း၊ ဘာသာရေး အသိုက်အဝန်း၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး အသိုက်အဝန်း၊ နေရာတစ်နေရာတည်းတွင် အတူတကွနေထိုင်ကြသူများ အသိုက်အဝန်း (သို့မဟုတ်) မိမိတို့နှင့်ဝါသနာတူသူများ စုဝေးနေသည့်အသိုက်အဝန်း စသည်ဖြင့် လူ့အသိုက်အဝန်းအမျိုးမျိုးတွင် ကျင်လည်ကြရပါသည်။ လူ့အသိုက်အဝန်းများ၏ ဘုံဝိသေသလက္ခဏာရပ်အချို့တွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်နိုင်ပါသည် (Wong & McLaughlin, 2012)။

• ပထဝီဝင်အနေအထား (တည်နေရာ ဘုံတူညီမှု) • စိတ်ဝင်စားမှုများ • ယဉ်ကျေးမှု	• ရည်မှန်းချက်နှင့် ပန်းတိုင်များ • စည်းမျဉ်းနှင့် ဥပဒေများ • သမိုင်းကြောင်း၊ အတွေ့အကြုံများ နှင့် ရိုးရာဓလေ့များ

ထို့ကြောင့် လူ့အသိုက်အဝန်းဆိုသည်မှာ သင့်အနေဖြင့်ကိုယ်ကျင့်တရားများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ တူညီသောလူစုတွင် ကျင်လည်နေရသည်ဟုခံစားရစေပြီး ထိုတူညီသော ကိုယ်ကျင့်တရားများ နှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို စုပေါင်းကာကွယ်ရန်ဝတ္တရားရှိသည်ဟု ခံစားရစေသည့် အရာလည်း ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် ဆိုသည်မှာ နိုင်ငံသားများ ၎င်းတို့၏ အသိုက်အဝန်းနှင့် ဆက်နွှယ်မှု၊ အချင်းချင်းအပြန်အလှန် အမှီသဟဲပြုမှုတို့ကို ရည်ညွှန်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသည် မိမိတို့အသိုက်အဝန်းရှိ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးအပေါ်တွင်ရှိသည့် လုပ်ပိုင်ခွင့်များ၊ တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့်ပတ်သက်၍ အသိအမြင်များ ပျိုးထောင်ရန်သာမက ထိုတာဝန်ဝတ္တရားများကို ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ ပျိုးထောင်နိုင်အောင် ကူညီပေးပါသည်။

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသည် ကလေးငယ်များ၏ ဘဝတွင်သာမက အရွယ်ရောက်သူလူကြီးများ၏ ဘဝတွင်ပါ ပတ်သက်ဆက်နွှယ်နေပါသည်။ လူစုတစ်စုရှိ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်အုပ်စုများကြားရှိဆက်ဆံရေးကိုကျွန်ုပ်တို့တန်ဖိုးထားမှုများကြောင့်ထိန်းသိမ်းထားခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အပြုသဘောဆောင်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံ၍ ဖြည့်ဆည်းပေးရန် နှစ်မြှုပ်လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။ ပြည်သူ့နီတိသင်ကြားရေးတွင် ကလေးများ ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ်ထိတွေ့ဆက်ဆံနေရသော ဆက်ဆံရေးကို ထိန်းသိမ်းနိုင်သည့် စွမ်းရည်နှင့်စိတ်ပါဝင်စားမှု နှစ်ခုလုံးပျိုးထောင်ပေးခြင်းမှတစ်ဆင့် ၎င်းတို့၏ရှေ့ဆက်ရမည့် ဘဝတစ်လျှောက်တွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် အခြေခံအုတ်မြစ်များကို ပံ့ပိုးပေးထားသည်။ ကလေးများသည် ၎င်းတို့ အရွယ်ရောက်လာပြီးလူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် နိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာသည့် အချိန်ထိ ၎င်းတို့နှင့် တစ်ပါတည်းရှိနေမည့် အတွေးအခေါ်များနှင့် အလေ့အကျင့်များကို ကျောင်းသင်ခန်းစာများပါ အကြောင်းအရာများတွင် လေ့လာဆည်းပူးကြရပါသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသည် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရှိ စာသင်ကျောင်းများတွင် သင်ကြားရသည့် အရေးအပါဆုံးဘာသာရပ်များအနက်မှ တစ်ခုဖြစ်နေရခြင်း ဖြစ်သည်။

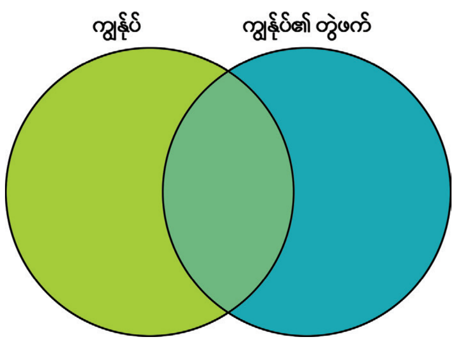
မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသအတွင်းတွင်ထားရှိရမည့် စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ်

မျက်မှောက်ခေတ် မြန်မာနိုင်ငံသည် ရုတ်ခြည်းပြောင်းလဲမှုများကို ရင်ဆိုင်နေရသော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံဖြစ်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံသားများသည် တစ်ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံရေးနှင့် စီးပွားရေး စာရင်းဇယားများတွင် မြန်မာနိုင်ငံပါဝင်နိုင်အောင် ကူညီဆောင်ရွက်ရန် စိတ်အားထက်သန်ကြပါသည်(Oxford Business Group, 2017)။ မြန်မာနိုင်ငံသည် ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုအမျိုးမျိုးနှင့် တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုအမျိုးမျိုး ရောနှောတည်ရှိနေသောနိုင်ငံဖြစ်ပြီး အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံငါးနိုင်ငံနှင့် ထိစပ်နေကာ သဘာဝသယံဇာတရင်းမြစ်များ ပေါကြွယ်ဝသောနိုင်ငံတစ်နိုင်ငံဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများအသင်း (အာဆီယံ) ဒေသတွင် စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အမြန်ဆန်ဆုံးနိုင်ငံများထဲတွင် ပါဝင်နေပြီး လွန်ခဲ့သောဆယ်စုနှစ်အတွင်း နိုင်ငံတကာကုန်သွယ်ရေးနှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများကို တဖြည်းဖြည်းလမ်းပွင့်လာပြီဖြစ်သည် (Oxford Business Group, 2020)။ စင်စစ်အားဖြင့် ၂၀၁၆ ခုနှစ်၌ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုကုန်သည်ကြီးများအသင်းမှ ကောက်ယူခဲ့သော "အာဆီယံစီးပွားရေး အလားအလာ စစ်တမ်း" အား ဖြေဆိုခဲ့သူများ၏ ဖြေဆိုချက်အရ မြန်မာနိုင်ငံသည် စီးပွားရေးချဲ့ထွင်ရန်နှင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရန် ရေပန်းအစားဆုံး နိုင်ငံသုံးနိုင်ငံထဲတွင်ပါဝင်ခဲ့သည် (Control Risks, 2016)။

မြန်မာနိုင်ငံသည် ၁၉၉၇ ခုနှစ်တွင် အာဆီယံအသိုက်အဝန်း၏ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံ ဖြစ်လာခဲ့သည်။ ဤသို့ပူးပေါင်းဝင်ရောက်ရသည့် အဓိကရည်မှန်းချက်များမှာ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်၊ လူမှုဘဝနှင့် စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်၊ အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများအကြား ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး တည်ဆောက်ရန်တို့ ဖြစ်ပါသည် (MacDonald, Jagger, & Simpson, 2015)။ ထို့ကြောင့်သမိုင်းကြောင်းတစ်လျှောက်တွင် နိုင်ငံတော်တည်ဆောက်ရေး၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ ပျိုးထောင်ရေးနှင့် နိုင်ငံသားများအားလုံးရပ်တည်ချက် တစ်သားတည်းဖြစ်ရေး (Koh, 2007) တို့ကိုအကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ပညာသင်ကြားနေစဉ်တွင် မူလတန်းအဆင့်မှစ၍ အတန်းကြီးသည်အထိ မြန်မာကျောင်းသားများတွင် အာဆီယံ ရပ်တည်ချက် ခိုင်မာအောင် ဖော်ဆောင်ပေးရန်လည်း အရေးကြီးပါသည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရန် အတွက် အာဆီယံက မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် အခြားအာဆီယံအသင်းဝင်နိုင်ငံများအား ၎င်းနိုင်ငံများတွင် နေထိုင်ကြသည့် ငယ်ရွယ်သောနိုင်ငံသားများအနေဖြင့် ယဉ်ကျေးမှုများ၊ ပြည်သူလူထု၊ စီးပွားရေး၊ အုပ်ချုပ်ရေးစနစ်များနှင့် ဂေဟစနစ်များအကြား အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်မှုများနှင့် အဆိုပါအချက်များသည် ၎င်းတို့၏နေ့စဉ်ဘဝတွင် ဆက်နွယ်နေပုံများကို သင်ယူကြရစေရန်အတွက် အတူတကွဆောင်ရွက်ကြရန် တောင်းဆိုထားပါသည် (ASEAN, 2012)။ စင်စစ်အားဖြင့် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးသည် သင်ယူသူများ အနေဖြင့် လူပီသအောင်နေထိုင်ခြင်းနှင့် အတူတကွယှဉ်တွဲနေထိုင်ရန် လိုအပ်မှုတို့ကြားရှိ အပြန်အလှန်ဆက်နွယ်မှုများကို တုံ့ပြန်စေနိုင်သောအရာဖြစ်ပါသည်။ နိုင်ငံများနှင့် နိုင်ငံသား များအနေဖြင့် ကူးစက်ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါများ၊ အစွန်းရောက်အကြမ်းဖက်မှုများ၊ လက်နက်ကိုင် ပဋိပက္ခများ၊ အကြမ်းဖက်မှုများ၊ ရာသီဥတုဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲမှုများ အစရှိသည့်နိုင်ငံတကာနှင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာရှိသည့် ပဋိပက္ခများနှင့် ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန်အတွက် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြရပါမည် (Pigozzi, 2006)။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဗင်ပုံဖြင့် သင်ကြားသင်ယူခြင်း

သင်နှင့် သင့်တွဲဖက်တို့ ကျင်လည်ရာ အသိုက်အဝန်းများကို ဗင်ပုံတွင် ဖြည့်ပါ။



သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ တွေး-တွဲ-မျှဝေသင်ယူခြင်းနှင့် တီပုံစံ ဇယားကွက်

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁) တွင် စဉ်းစားမိခဲ့သည့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ သင်၏ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ဝတ္တရားများကို ပြန်လည်စဉ်းစား၍ အောက်ပါဇယားများကို ဖြည့်ပါ။

အသိုက်အဝန်း - ___________________________

တန်ဖိုးထားမှု	ဝတ္တရား

အသိုက်အဝန်း - ___________________________

တန်ဖိုးထားမှု	ဝတ္တရား

အသိုက်အဝန်း - ___________________________

တန်ဖိုးထားမှု	ဝတ္တရား

အသိုက်အဝန်း - ____________________________

တန်ဖိုးထားမှု	ဝတ္တရား

အသိုက်အဝန်း - ____________________________

တန်ဖိုးထားမှု	ဝတ္တရား

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ လူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခု၏ အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအနေဖြင့် ထိုအသိုက်အဝန်းရှိ အခြားသူများနှင့် တူညီသော တန်ဖိုးထားမှုများ ရှိနိုင်ပါသလား။ မည်ကဲ့သို့ တူညီနိုင်ပါသနည်း။

၂။ ထိုတန်ဖိုးထားမှုများကို စွဲကိုင်ထားရန်နှင့် ကာကွယ်ရန်မှာ မည်သူ၏ တာဝန် ဖြစ်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

၃။ လူ့အသိုက်အဝန်း အမျိုးအပြားတွင် ကျင်လည်ရာတစ်လျှောက်တွင် သင့်တွင် အခြားသူများနှင့် တူညီသောအသိုက်အဝန်းအချို့ ရှိနေမည်ဖြစ်ရာ မည်သို့သော တန်ဖိုးထားမှုများသည် အရေးကြီးသည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

၄။ ကလေးများ၏ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံသားဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှု များကို ပျိုးထောင်ပေးနိုင်ရန် အလယ်တန်းပြ ဆရာတစ်ယောက်အနေဖြင့် သင်၏ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် စာသင်ခန်းတွင် မည်သည့်လုပ်ငန်းများကို ထည့်သွင်း လုပ်ဆောင်စေမည်နည်း။

၁.၃။ အလယ်တန်းဆင့်တွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားခြင်း

အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် သင်ယူမှုဆိုင်ရာတန်ဖိုးများဟု သတ်မှတ်ထားသည့် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော ကိုယ်ကျင့်တန်ဖိုး (ခေါင်းစဉ်များ) လေးရပ်နှင့် သင်ယူမှုနယ်ပယ်လေးရပ်ပေါ်တွင် ရေးဆွဲထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သင်ယူမှုဆိုင်ရာတန်ဖိုးများတွင် (၁) လူမှုကျင့်ဝတ်များ၊ (၂) အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ၊ (၃) စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ၊ (၄) ငြိမ်းချမ်း၍ သဟဇာတဖြစ်စွာ ယှဉ်တွဲနေထိုင်မှုတို့ပါဝင်ပြီး ၎င်းတို့ကို ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အဓိကအခန်းများအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ (၂၀၁၈ မှ ၂၀၃၀) နှင့်အညီဖြစ်သော သင်ယူမှုနယ်ပယ်လေးရပ်တွင် (၁) မိမိနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်၊ (၂) အခြားသူနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်၊ (၃) အသင်းအဖွဲ့၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းတို့နှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်၊ (၄) သဘာဝတရား၊ စကြဝဠာနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

၁.၃.၁ အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည်-

- အလယ်တန်းကျောင်းတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- အလယ်တန်းပြဆရာများ အနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။

- အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတို့ကို နှိုင်းယှဉ်တတ်မည်။

တစ်ဖက်စာမျက်နှာရှိ ဇယားတွင် (၁) သင်ယူမှုဆိုင်ရာတန်ဖိုးလေးရပ် (လူမှုကျင့်ဝတ်များ၊ လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့် ငြိမ်းချမ်းသောနေထိုင်မှု) နှင့် မူလတန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အတန်းအဆင့်အလိုက် အကြောင်းအရာများကြားရှိ ယေဘုယျအပြန်အလှန်ဆက်နွယ်မှုနှင့် (၂) ဤအတန်းအဆင့်အလိုက် အကြောင်းအရာများသည် မူလတန်း စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ သင်ယူမှု နယ်ပယ်လေးရပ်နှင့် ဆက်နွယ်နေပုံတို့ကို သရုပ်ဖော်ပြထားသည်။

ဇယား ၁.၁။ မူလတန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ သင်ယူမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများနှင့် အတန်းအဆင့်အလိုက် သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ

သင်ယူမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများ	သင်ယူမှုနယ်ပယ်များ/ အတန်းအဆင့်အလိုက် သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ			
	မိမိနှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်	အခြားသူနှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်	အသင်းအဖွဲ့၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် သက်ဆိုင်သောနယ်ပယ်	သဘာဝတရား၊ စကြဝဠာနှင့် သက်ဆိုင်သောနယ်ပယ်
လူမှုကျင့်ဝတ်	• ပိုင်ရှင်ထံသို့ ၎င်းပိုင်ဆိုင်သော ပစ္စည်းအား ပြန်ပေးခြင်း (ပထမတန်း) • မှန်ကန် ကောင်းမွန်သော စကားကို ပြောဆိုခြင်း (ပထမတန်း) • ကောင်းမွန်သော အမူအကျင့်များရှိခြင်း (ပထမတန်း) • အခြားသူများကို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ဆက်ဆံခြင်း (ပထမတန်း) • အမှားနှင့် အမှန်ကို ခွဲခြားဆုံးဖြတ် တတ်ခြင်း (ပထမတန်း) • လူကြီးမိဘ ဆရာသမားများကို ချစ်ခင်အလေးထား တတ်ခြင်း (ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း) • မိမိထက် ငယ်သူများအား ဂရုစိုက်ကြည့်ရှု စောင့်ရှောက်နိုင်ခြင်း (ဒုတိယတန်း၊ တတိယတန်း) • ယဉ်ကျေးပျူငှာမှုနှင့် ကျင့်ဝတ်သိက္ခာတို့ကို ဦးထိပ်ထား ဂရုစိုက်နိုင်ခြင်း (တတိယတန်း) • ယုံကြည်အားကိုးမှု ရှိခြင်း (တတိယတန်း)	• ဆရာသမားများနှင့် လူကြီးသူမများအား လေးလေးစားစား ပြုမူဆက်ဆံ တတ်ခြင်း (ပထမတန်း) • တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကိုယ်ချင်းစာ တတ်ခြင်း (ပထမတန်း) • တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး စာနာနားလည်မှု ရှိခြင်း (ပထမတန်းမှ တတိယတန်းထိ) • တရားမျှတမှုအား နားလည် သဘောပေါက်ပြီး ကိုယ်တိုင် ကျင့်သုံးခြင်း (ပထမတန်းမှ ပဉ္စမတန်းထိ) • ကောင်းမွန်သော အမူအကျင့်ရှိခြင်း (ဒုတိယတန်း) • အခြားသူများအား သိမ်မွေ့စွာ ပြောဆို ဆက်ဆံတတ်ခြင်း (ဒုတိယတန်း) • ရိုးသားမှုရှိခြင်း (ဒုတိယတန်း) • အမှားအမှန်အား ဆုံးဖြတ်တတ်ခြင်း (ဒုတိယတန်း) • အခြားသူများနှင့် ကောင်းမွန်သော ရင်းနှီးခင်မင်မှု ရှိခြင်း (တတိယတန်း)	• လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကောင်းမွန်သော အမူအကျင့်များရှိခြင်း (တတိယတန်းမှ ပဉ္စမတန်းထိ) • မသန်စွမ်းများအပေါ် ကြင်နာသော ဆက်ဆံရေးရှိခြင်း (စတုတ္ထတန်းမှ ပဉ္စမတန်းထိ) • ရိုးသားဖြူစင်သူ တစ်ယောက်၏ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှု (စတုတ္ထတန်း၊ ပဉ္စမတန်း) • လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ရိုးသားဖြူစင်စွာ နေထိုင်ခြင်း၏ အရေးပါပုံ (စတုတ္ထတန်း၊ ပဉ္စမတန်း) • မိမိပတ်ဝန်းကျင်မှ လူများကို ရိုင်းပင်းကူညီခြင်းဖြင့် ရင်းနှီးကောင်းမွန်စွာ ဆက်ဆံနေထိုင်ခြင်း (စတုတ္ထတန်း၊ ပဉ္စမတန်း)	

သင်ယူမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများ	**သင်ယူမှုနယ်ပယ်များ/ အတန်းအဆင့်အလိုက် သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ**			
	မိမိနှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်	**အခြားသူနှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်**	**အသင်းအဖွဲ့၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် သက်ဆိုင်သောနယ်ပယ်**	**သဘာဝတရား၊ စကြဝဠာနှင့် သက်ဆိုင်သောနယ်ပယ်**
အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်	• လူကြီးမိဘများအား ကူညီတတ်ခြင်း (ပထမတန်း) • တာဝန်ကို အလေးထား ဆောင်ရွက်တတ်ခြင်း (ပထမတန်း) • ကြိုးစားအားထုတ်ပြီး ဆုံးခန်းတိုင်အောင် ဆောင်ရွက်တတ်ခြင်း (ဒုတိယတန်း)	• အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် မိမိ၏အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ကို သိနားလည်ခြင်း (ဒုတိယတန်း) • ပိုမိုတိုးတက် ကောင်းမွန် လာစေရန် အတွက် ဇွဲ၊လုံ့လဝီရိယရှိရှိ အလုပ်ကြိုးစား အားထုတ်၍ ပိုမိုမြင့်မားသော ရည်မှန်းချက်များကို ချမှတ်နိုင်ခြင်း (တတိယတန်းမှ ပဉ္စမတန်း) • မိမိ၏လိုအပ်ချက်ကို သိရှိပြီး မြင့်မားသော ရည်မှန်းချက် ထားရှိကာ မိမိကိုယ်ကို တိုးတက်အောင် မလျှော့သောဇွဲဖြင့် ဆောင်ရွက် တတ်ခြင်း (တတိယတန်း မှ ပဉ္စမတန်း)	• အသင်းအဖွဲ့ (သို့မဟုတ်) လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် မိမိ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအား သိနားလည်ခြင်း (တတိယတန်း၊ စတုတ္ထတန်း) • တာဝန်သိ၍ တာဝန်ယူတတ်ခြင်း (စတုတ္ထတန်း၊ ပဉ္စမတန်း) • အမှီအခိုကင်းသော စိတ်ရှိခြင်း (စတုတ္ထတန်း၊ ပဉ္စမတန်း)	• အမှိုက်သရိုက်များအား စွန့်ပစ်ရမည့် နေရာများတွင် စနစ်တကျ စွန့်ပစ်တတ်ခြင်း (ပြည်သူတစ်ဦးတွင် ရှိရမည့် တာဝန်သိစိတ် ရှိခြင်း) (ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း) • သဘာဝတရား၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိတတ်ခြင်း (ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း) • အသုံးလျှော့ချခြင်း၊ ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်း နှင့် ပြန်လည်ဖန်တီးခြင်း စနစ်ကို လေ့ကျင့်နိုင်ခြင်း (တတိယတန်း) • သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်၊ ထိန်းသိမ်းခြင်း (တတိယတန်း မှ ပဉ္စမတန်းထိ) • သက်ရှိသတ္တဝါများနှင့် သဘာဝသယံဇာတ ရင်းမြစ်များကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နိုင်ခြင်း (တတိယတန်း မှ ပဉ္စမတန်း) • ပမာဏ အကန့်အသတ်သာ ရှိသော အရာများကို အလွန်အကျွံ အသုံးပြုခြင်းနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ် များကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်း (စတုတ္ထတန်း)

သင်ယူမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများ	**သင်ယူမှုနယ်ပယ်များ/ အတန်းအဆင့်အလိုက် သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ**			
	မိမိနှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်	**အခြားသူနှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်**	**အသင်းအဖွဲ့၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် သက်ဆိုင်သောနယ်ပယ်**	**သဘာဝတရား၊ စကြဝဠာနှင့် သက်ဆိုင်သောနယ်ပယ်**
စည်းမျဉ်း စည်းကမ်း	• စည်းကမ်း သတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာခြင်း (ပထမတန်း) • သတင်း အချက်အလက်နှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာ ဆိုင်ရာ စက်ကိရိယာများကို သင့်လျော်မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုနိုင်ခြင်း (တတိယတန်း)	• စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း များကို လိုက်နာ စောင့်ထိန်း တတ်ခြင်း (ဒုတိယတန်း) • အများပိုင်ပစ္စည်း များကို အလေးထား အသုံးပြုတတ်ခြင်း (ဒုတိယတန်း) • သတင်း အချက်အလက်နှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာ ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းများကို သင့်လျော် မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း (စတုတ္ထတန်း)	• အများပိုင် ပစ္စည်းများအား ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နိုင်ခြင်း (တတိယတန်း) • အသင်းအဖွဲ့နှင့် လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ ထိန်းသိမ်း လိုက်နာနိုင်ခြင်း (တတိယတန်း မှ ပဥ္စမတန်းထိ) • သတင်းအချက်အလက် နှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာ ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းများကို သင့်လျော်မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း (ပဥ္စမတန်း)	
ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်ခြင်း		• မိမိအကျိုး အတွက်ရော သူတစ်ပါးအကျိုး အတွက်ပါ ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း (တတိယတန်းမှ ပဥ္စမတန်းထိ)	• မိမိနေထိုင်ရာ အရပ် ဒေသ၊ မိမိတို့နိုင်ငံတွင် နေထိုင်ကြသော တိုင်းရင်းသားများနှင့် မိမိနိုင်ငံတော်ကို ချစ်မြတ်နိုးခြင်း (ပထမတန်းမှ - တတိယတန်းထိ) • ကွဲပြားသော လူမျိုးများ၏ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ရိုးရာဓလေ့ကို လေးစားခြင်း (ပထမတန်းမှ ပဥ္စမတန်းထိ) • တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံများ၏ ကွဲပြားသော ယဉ်ကျေးမှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို နားလည်ခြင်း (ပထမတန်း မှ ပဥ္စမတန်းထိ) • ငြိမ်းချမ်း၍ စည်းလုံးမှုရှိသော လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် နေထိုင်ခြင်း (စတုတ္ထတန်း၊ ပဥ္စမတန်း)	• တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံများ၏ ကွဲပြားသောယဉ်ကျေးမှု နှင့်အမွေအနှစ်များကို နားလည်ခြင်း (ပဥ္စမတန်း)

အလယ်တန်းအဆင့်တွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရခြင်း၏ အခြေခံဘာသာရပ်ပန်းတိုင်များမှာ -

- စာရိတ္တကောင်းမွန်၍ ယဉ်ကျေးပျူငှာသော နိုင်ငံသားများဖြစ်ရန်။
- စည်းကမ်းနှင့်ဥပဒေများကို လေးစားလိုက်နာသော နိုင်ငံသားကောင်းများဖြစ်ရန်။
- နိုင်ငံသားကောင်းတစ်ယောက်၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန်။
- မိမိနိုင်ငံအတွင်းသာမက အာဆီယံနှင့် အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများတွင် လူ့အခွင့်အရေး၊ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် သဟဇာတဖြစ်မှုတို့အား တန်ဖိုးထားတတ်ရန်။

ဇယား ၁.၂။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များ

အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များ	ဆဋ္ဌမတန်း	သတ္တမတန်း	အဋ္ဌမတန်း	နဝမတန်း
လူမှုကျင့်ဝတ်	• တန်ဖိုးထားလေးစားအပ်သော မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို နားလည်ပြီး မိသားစုအတွင်း အသုံးပြုတတ်ရန်။	• ကျောင်းတွင် ယဉ်ကျေးစွာ ပြုမူနေထိုင်ရမည့် အပြုအမူများကို နားလည် ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• မိမိတို့၏ ရပ်ရွာအတွင်း နိုင်ငံသားတိုင်း လိုက်နာသင့်သည့် ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့သော အပြုအမူများကို ဆန်းစစ်ရန်။	• မြန်မာ နိုင်ငံသားကောင်း တစ်ယောက် အနေဖြင့် မိမိနိုင်ငံတွင်း၌ ဖြစ်စေ တိုင်းတစ်ပါး နိုင်ငံများ (အာဆီယံ နှင့် အခြားသော အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံများ) တွင် ဖြစ်စေ မွေးမြူရမည့် ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့သော အပြုအမူများကို အကြံပြုရန်။
	• တန်ဖိုးထား လေးစားအပ်သော ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ရိုသေလေးစားမှုကို နားလည်ပြီး မိသားစု အတွင်း လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• ရိုသေလေးစား တတ်သည့် အပြုအမူများကို ကျောင်းတွင် ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• မိမိတို့၏ရပ်ရွာနှင့် တိုင်းပြည်အတွက် အရေးပါသော စာရိတ္တ ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြောင့်မတ်သော အပြုအမူများကို ဆန်းစစ်ရန်နှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံး တတ်ရန်။	• တိုင်းတစ်ပါး နိုင်ငံများ (အာဆီယံ နိုင်ငံများနှင့် အခြား အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံများ) ရှိ နိုင်ငံသားများ အပေါ်တွင် ၎င်းတို့၏ လူမျိုး၊ နိုင်ငံသား ဖြစ်တည်မှု၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး ဖြစ်တည်မှု၊ လိင်၊ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု နှင့် လူမှုရေး အဆင့်အတန်း များကို ပဓာနမထားဘဲ အပြန်အလှန် လေးစားမှုရှိကြောင်း ပြသနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို သရုပ်ဖော်ပြသရန်။

အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များ	ဆဋ္ဌမတန်း	သတ္တမတန်း	အဋ္ဌမတန်း	နဝမတန်း
	• တန်ဖိုးထား လေးစားအပ်သော ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုကို နားလည်ပြီး မိသားစု အတွင်း လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများကို ကျောင်းတွင် နားလည်လိုက်နာ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• မိမိတို့နိုင်ငံတွင်းရှိ နိုင်ငံသားတိုင်းအပေါ် လူမျိုးရေး၊ လိင်၊ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု နှင့် လူမှုရေးအဆင့် အတန်းတို့ကို ပဓာနမထားဘဲ အပြန်အလှန် လေးစားမှုရှိခြင်းကို ပြသနေသော ကျင့်ဝတ်နှင့် ညီညွတ်သည့် အလေ့အထများကို ဆန်းစစ်ရန်နှင့် လက်တွေ့ ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံ များ (အာဆီယံနှင့် အခြားအိမ်နီးချင်း နိုင်ငံများ) ရှိ နိုင်ငံသားများနှင့် မိမိတို့နိုင်ငံ တစ်ဝန်းရှိ နိုင်ငံသားများ ကျင့်သုံးသော စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှု များကြား တူညီမှုများနှင့် ကွဲပြားခြားနားမှု များကို စစ်ဆေး အကဲဖြတ်ရန်။
	• တန်ဖိုးထား လေးစားအပ်သော မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အလေ့အကျင့် ကောင်းများကို နားလည်ပြီး မိသားစုအတွင်း အသုံးပြုတတ်ရန်။	• ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုကို ဖော်ပြသော ကိုယ်ကျင့်တရား ဆိုင်ရာ အပြုအမူ ကောင်းများကို ကျောင်းတွင်း၌ တစ်ဦးကိုတစ်ဦး ပြသ အသုံးပြု တတ်ရန်။	• မိမိတို့ရပ်ရွာနှင့် နိုင်ငံတွင်းရှိ လူသားတိုင်းအပေါ် စာနာရိုင်းပင်းမှု ရှိခြင်း၏ တန်ဖိုးကို နားလည်ကြောင်း သရုပ်ဖော်ပြသရန်နှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံး တတ်ရန်။	• မြန်မာနိုင်ငံတွင် နေထိုင်သူများ သာမက အခြား တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံမှ လူများ (အာဆီယံ နှင့် အခြား အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ) အပေါ်တွင် စာနာရိုင်းပင်းမှု ရှိကြောင်း ပြသနိုင်သည့် နည်းလမ်းများအား သရုပ်ဖော်ပြသရန်။

အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များ	ဆဋ္ဌမတန်း	သတ္တမတန်း	အဋ္ဌမတန်း	နဝမတန်း
အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်	• အိမ်တွင် မိမိနှင့် သက်ဆိုင်သော တာဝန်များကို လုပ်ဆောင်တတ်ရန်။	• ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတရားများ အကြောင်းကို ရှင်းပြတတ်ပြီး ၎င်းအခွင့်အရေး များကို ကျောင်းတွင်းနှင့် မိသားစုတွင်း၌ မည်သို့ရရှိနိုင်မည်ကို ရှင်းပြတတ်ရန်။ • ကလေးများ တာဝန် နှင့် ဝတ္တရား၊ အခွင့်အရေးတို့ကို နေ့စဉ်ဘဝတွင် မည်သို့ အသုံးချမည်ကို ခွဲခြားဖော်ပြ တတ်ရန်။	• ဒီမိုကရေစီရေးရာ တာဝန်များနှင့် ဝတ္တရားများကို နားလည်ပြီး နေ့စဉ် ဘဝတွင် မည်သို့ အသုံးချရမည်ကို ရှင်းပြရန်။	• ဒီမိုကရေစီရေးရာ ကျင့်သုံးမှုများနှင့် တက်ကြွသော နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်တို့အား နားလည် သဘောပေါက် ကြောင်း သရုပ်ဖော် ပြသရန်နှင့် လက်တွေ့ ကျင့်သုံးရန်။
စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ	• စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ၏ အရေးပါပုံကို နားလည် ဖော်ပြတတ်ရန်နှင့် ဥပဒေကို လိုက်နာသော နိုင်ငံသားတစ်ဦး ဖြစ်လာရန် မည်သို့ နေထိုင်ရမည်ကို ရှင်းပြတတ်ရန်။	• အရေးကြီးသော စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း နှင့် ဥပဒေများကို ရှာဖွေလေ့လာ တတ်ရန်။ • ရပ်ရွာဒေသအတွင်း ကျင့်သုံးသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း ဥပဒေများကို နားလည် ကျင့်သုံးတတ်ရန်။	• ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေတွင် ပါဝင်သော နိုင်ငံတော်မှ ချမှတ်ပေးထားသည့် မူဝါဒများနှင့် တည်ဆဲဥပဒေများနှင့် တရားရုံးစနစ်များကို နားလည် သဘောပေါက် ကြောင်း သရုပ်ပြရန် နှင့် ယင်းတို့အား မည်သို့ လိုက်နာရမည်ကို ရှင်းပြရန်။	• နိုင်ငံသားများအား အကာအကွယ် ပေးသော စည်းမျဉ်း နှင့်ဥပဒေများကို နားလည် သဘောပေါက် ကြောင်း သရုပ်ပြရန် နှင့် ဥပဒေ လိုက်နာသည့် နိုင်ငံသားကောင်း များဖြစ်အောင် မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရမည်ကို ရှင်းပြရန်။

အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များ	ဆဋ္ဌမတန်း	သတ္တမတန်း	အဋ္ဌမတန်း	နဝမတန်း
ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်ခြင်း	• အိမ်၊ ကျောင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော အပြုအမူများကို လုပ်ဆောင် တတ်ရန်။။။	• မိမိရပ်ရွာဒေသ အတွင်း ငြိမ်းချမ်းညီညွတ်စွာ နေထိုင်ခြင်း တန်ဖိုးကို နားလည်ပြီး လိုက်နာကျင့်သုံး တတ်ရန်။	• မြန်မာနိုင်ငံသား အားလုံး ငြိမ်းချမ်းခြင်း နှင့် သဟဇာတ ဖြစ်ခြင်းကို မည်သို့ မြှင့်တင်နိုင်ကြောင်း ရှင်းပြရန်။	• တိုင်းတစ်ပါးနိုင်ငံ များနှင့် သဟဇာတ ဖြစ်အောင် နေထိုင်ခြင်းသည် ကမ္ဘာလောက ငြိမ်းချမ်းရေး အတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေပုံကို နားလည် သဘောပေါက် ကြောင်း သရုပ် ပြရန်။

ရင်းမြစ် - အခြေခံပညာသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ရိုးမာတိကာနှင့် ကျောင်းသုံးစာအုပ်ကော်မတီ၊ မြန်မာနိုင်ငံ (၂၀၁၇ ခုနှစ်)

အောက်ပါဇယားတွင် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အခန်းများ၊ အခန်းငယ်များ၊ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်နှင့် သင်ယူမှုရလဒ်များကို ဖော်ပြထား ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို အလယ်တန်းကျောင်း စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ရည်မှန်းချက်များနှင့် ဆက်စပ်နိုင်အောင် စီစဉ်ရေးဆွဲထားပါသည်။

ဇယား ၁.၃။ ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် သင်ကြားမည့် အခန်းများ၊ အခန်းငယ်များ၊ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ၊ သင်ယူမှုရလဒ်များ

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ
ပထမစာသင်နှစ်ဝက်			
၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ၏ အရေးပါပုံ	၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး	၁.၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ	• စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • အလယ်တန်းကျောင်းသားများ အနေဖြင့် ဘက်စုံ အရည်အချင်းပြည့်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် အဓိကကျသော တတ်ကျွမ်းမှုများအကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ
	၁.၂။ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့ နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်	၁.၂.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်းနှင့် အာဆီယံ ဒေသအတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိ နှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်၏ အရေးပါပုံ	• စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများအကြား ဆက်နွယ်မှုများကို စိစစ်သုံးသပ်တတ်မည်။ • မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသအတွင်း ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေး၏ အရေးပါပုံကို ဖော်ထုတ်လေ့လာတတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်မည်။
	၁.၃။ အလယ်တန်းဆင့် တွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားခြင်း	၁.၃.၁။ အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေး ဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း	• အလယ်တန်းကျောင်းတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။ • အလယ်တန်းပြဆရာများ အနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန်မှာ အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီ ကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း တို့ကို နှိုင်းယှဉ်တတ်မည်။
၂။ လူမှုကျင့်ဝတ်	၂.၁။ လူ့တန်ဖိုးနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ	၂.၁.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ	• အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများ၊ လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအကြား ဆက်နွယ်မှုများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတတ်မည်။ • လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှု သဘောသဘာဝ နှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
	၂.၂.။ အပြန်အလှန် လေးစားမှု	၂.၂.၁။ အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း	• အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့သည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံသည့်အခါတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို လက်တွေ့အသုံးချနိုင်မည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ
	၂.၃။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ တန်ဖိုးထားမှု	၂.၃.၁။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု	• မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများဖြစ်သည့် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းမှုတို့အား မည်သည့်အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားပြီး မည်သို့ကျင့်သုံးကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်ပြီး ထိုစံတန်ဖိုးများကို မည်ကဲ့သို့ မွေးမြူနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။
		၂.၃.၂။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု	• တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို ခွဲခြားတတ်မည်။ • တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို လက်တွေ့ဘဝ အခြေအနေများတွင် မည်သို့ အသုံးချနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။
	၂.၄။ ကောင်းမွန်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ တန်ဖိုးများ	၂.၄.၁။ ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အခြေအနေအရပ်ရပ်၌ ထိရောက်မှုရှိ၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးတတ်မည်။
		၂.၄.၂။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ဝိသေသလက္ခဏာများမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း၏ ပတ်သက်ဆက်နွယ်မှုများကို လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။
	၂.၅။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများ	၂.၅.၁။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း	• ဆက်စက်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူရေးကို ပိုမိုထိရောက်၍ ဆီလျော်မှုရှိအောင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်းပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲတတ်မည်။

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ
		၂.၅.၂။ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း	• အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုသီအိုရီသည် မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းထုတ်စဉ်းစားခြင်းနှင့် လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း အလေ့အကျင့်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများအား တည်ဆောက်ပေးနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအား ရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုနည်းလမ်းကို သုံး၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ပြင်ဆင်တတ်မည်။
ဒုတိယစာသင်နှစ်ဝက်			
၃။ အခွင့်အရေး နှင့် တာဝန်	၃.၁။ နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေး	၃.၁.၁။ နိုင်ငံသား အခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး	• အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းဖြင့် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများကို ဖော်ပြတတ်မည်။ • နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး တို့၏ ဆက်နွှယ်မှုနှင့် မိမိတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝအပေါ် ၎င်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
		၃.၁.၂။ ကလေး သူငယ်အခွင့်အရေး နှင့် အမျိုးသမီး အခွင့်အရေး	• ကုလသမဂ္ဂ၏ သဘောတူညီချက် အမျိုးမျိုးကို စူးစမ်းလေ့လာခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်များ နှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးများ အရေးပါပုံကို ဖော်ပြတတ်မည်။ • ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရသည့် အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍ သာဓကများ ပေးတတ်မည်။ • ဤအုပ်စုနှစ်စု၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ပေးသင့်သည့် အကြောင်းရင်းများကို ဆွေးနွေးပြီး အထောက်အပံ့ လိုအပ်နိုင်သည့် အခြားအုပ်စုများကိုလည်း ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။
	၃.၂။ တာဝန်ယူမှု နှင့် တာဝန်ခံမှု	၃.၂.၁။ နိုင်ငံသား များ၏ တာဝန်ယူမှု နှင့် တာဝန်ခံမှု	• နိုင်ငံသားများ၏အခွင့်အရေးနှင့် ၎င်းတို့၏ ဆက်နွှယ်မှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် အရပ်ဘက်လူမှုအဖွဲ့အစည်း တစ်ခုတွင် တာဝန်ယူမှုနှင့် တာဝန်ခံမှု၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအား အခိုင်အမာပြဋ္ဌာန်းထားပြီး ကောင်းမွန်စွာလိုက်နာကျင့်သုံးမှုပြသည့် စံပြလူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ်၏ ဝိသေသလက္ခဏာများကို တင်ပြတတ်မည်။

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ
၄။ စည်းကမ်း နှင့် ဥပဒေ	၄.၁။ စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းများ	၄.၁.၁။ စည်းကမ်း လိုက်နာမှု၊ စည်းကမ်း သတ်မှတ်ချက်များ နှင့် 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။
	၄.၂။ စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ	၄.၂.၁။ ဥပဒေများ	• စည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေများ အကြား ကွဲပြားခြားနားချက်ကို စစ်ဆေးအကဲဖြတ်တတ်မည်။ • ရပ်ရွာ၊ နိုင်ငံနှင့် ကမ္ဘာ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း အဖြစ် နိုင်ငံသားများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ နှင့် တာဝန်ယူမှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ ဥပဒေ၏သက်ရောက်မှုကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
၅။ ငြိမ်းချမ်းစွာ အတူယှဉ်တွဲ နေထိုင်ခြင်း	၅.၁။ ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ခြင်း	၅.၁.၁။ ကွဲပြားစုံလင်မှု အတွင်းရှိ ငြိမ်းချမ်းရေး	• ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ အဓိပ္ပာယ်နှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု အကြောင်း ရှုထောင့်အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ သာဓကများ နှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု၏ သက်ရောက်မှုကို ဖော်ပြတတ်မည်။ • ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေးတည်ဆောက်ရာတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် အဟန့်အတားများနှင့် ယင်းအဟန့်အတားများကို အမြစ်ဖြတ်တိုက်ဖျက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။
	၅.၂။ သဟဇာတ ဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း	၅.၂.၁။ ယဉ်ကျေးမှု စုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်ခြင်း	• စာသင်ခန်းနှင့် ရပ်ရွာဒေသအတွင်း ကွဲပြားစုံလင်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် အမှတ်တရများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၊ မျှဝေတတ်မည်။ • မတူကွဲပြားပြီး ယဉ်ကျေးမှုစုံလင်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း သဟဇာတဖြစ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရန် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို အဆိုပြုတတ်မည်။
	၅.၃။ ငြိမ်းချမ်းမှုကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး	၅.၃.၁။ ကွဲပြား ခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး	• ကွဲပြားခြားနားသော အဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေး အကြောင်း ဖော်ထုတ်တတ်မည်။ • စာသင်ခန်း၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာအဆင့်များတွင် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် သာဓကအမျိုးမျိုးကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။

အခန်းများ	အခန်းငယ်များ	သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ
			• အလယ်တန်းကျောင်းသားများအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်သော ပညာရေးကို အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသော အတွေ့အကြုံကို မည်သို့တည်ဆောက်နိုင်ကြောင်း လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ခုကို ဖန်တီးတတ်မည်။
၆။ သင်ကြား၊ သင်ယူမှုကို ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း	၆.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ	၆.၁.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများ	• အလယ်တန်းကျောင်းများတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် သင်ကြား၊ သင်ယူသည့် နည်းလမ်းများကို ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်မည်။ • စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာ အတွက် သင်ပြမှုပုံစံ တစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။ • အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ခန်းစာ တစ်ခုကို အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားတတ်မည်။
	၆.၂။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဆိုင်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	၆.၂.၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ် ဆိုင်ရာ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများ	• အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ခန်းစာအကြောင်းအရာဆိုင်ရာ အသိပညာနှင့် စာရိတ္တဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာပုံကို လေ့လာကြီးကြပ် အကဲဖြတ်သုံးသပ်နိုင်မည့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ သင်ယူမှုကို တန်းတူညီမျှမှု၊ သာတူညီမျှမှု ရှိသော စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှု လုပ်ငန်းစဉ်များဖြင့် စစ်ဆေးနိုင်ရန် အကဲဖြတ်မှုဆိုင်ရာ နည်းကိရိယာ အမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်တတ်မည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးခြင်း

ဇယား (၁.၁) ‘မူလတန်းအဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာ၏ သင်ယူမှုဆိုင်ရာတန်ဖိုးများ နှင့် အတန်းအဆင့်အလိုက် သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ’ ကို ဇယား (၁.၂) ‘အလယ်တန်းအဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အတန်းအလိုက်ရည်ရွယ်ချက်များ’ နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါ။ ဇယား (၁.၂) ကို ဇယား (၁.၃) ‘ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် ဒုတိယနှစ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အခန်း၊ အခန်းငယ်၊ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူမှုရလဒ်များ’ နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါ။ မိမိတို့အုပ်စုထဲတွင် အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးပါ။

၁။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အခန်း၊ အခန်းငယ်၊ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူမှုရလဒ်များတွင် သင်ယူမှုနယ်ပယ်လေးရပ်ကို

မည်သည့် နေရာတွင် ဖော်ပြထားသနည်း။ လိုအပ်ပါက ဇယားများကို ရောင်စုံမင်သားပြီး အညွှန်းတပ်ပါ။

၂။ အလယ်တန်းဆင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ နောက်ပိုင်းသင်ခန်းစာများတွင် မူလတန်းဆင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ မည်သည့်အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များကို ပြန်လည် ဖော်ပြပြီး ပြောင်းလဲပြင်ဆင်ထားသနည်း။

၃။ ဇယား (၁.၂) အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များကို ကြည့်ပါ။ သင်ယူမှုနယ်ပယ်များဖြစ်သော (၁) မိမိနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်၊ (၂) အခြားသူနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်၊ (၃) အသင်းအဖွဲ့၊ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်နှင့် (၄) သဘာဝတရား၊ စကြဝဠာနှင့်သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်တို့ တစ်ခုချင်းစီအတွက် အဓိကဝေါဟာရ များကို ရောင်စုံမင်သားပါ။

၄။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များ (ဇယား ၁.၂) ကို ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် သင်ကြားမည့် အခန်းများ၊ အခန်းငယ်များ၊ သင်ခန်းစာခေါင်းစဉ်များ၊ သင်ယူမှုရလဒ်များ (ဇယား ၁.၃) နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါ။ သင်ခန်းစာ ခေါင်းစဉ်များမှ အတန်းအလိုက် ရည်ရွယ်ချက်များကို သက်ဆိုင်ရာခေါင်းစဉ်တပ်၍ ဖော်ပြပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ရပ်တန့်ပါ၊ မှတ်စုရေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါ မေးခွန်းများအပေါ် သင်၏ တုံ့ပြန်ချက်များကို ဇယားကွက်များတွင် ဖြည့်ပါ။

၁။ အလယ်တန်းဆင့် ကျောင်းသားများအနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ယူရန် အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်ပါသနည်း။

၂။ သင့်အနေဖြင့် အလယ်တန်းအဆင့်၌ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသည့်အခါ မည်သို့သော အခက်အခဲများကို ကြုံတွေ့နိုင်သနည်း။

၃။ ဤအခက်အခဲများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရန် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းရှိ မည်သည့်အခန်း/သင်ခန်းစာက မည်သို့ ကူညီပြင်ဆင်ပေးနိုင်မည်နည်း။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ အလယ်တန်းပြဆရာများအနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၏ အခြေခံ မျှော်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ ပြည့်မီစေရန်အတွက် သင်ယူမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများနှင့် သင်ယူမှုနယ်ပယ် နှစ်ခုစလုံးအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးပါသနည်း။

၂။ အလယ်တန်းပြ ဆရာများအနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ပညာရေး၏ တန်ဖိုးထားမှု တစ်ခုလုံးအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့်အရေးကြီးပါသနည်း။

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ်

အဓိကအချက်များ

- ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများသည် မိမိတို့၏ ရပ်ရွာ/ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် အောင်မြင်စွာ ပါဝင်လှုပ်ရှားနိုင်သည့် အတိုင်းအတာကို တိုင်းတာသတ်မှတ်သည်။ ဆရာများသည် အဓိကနယ်ပယ်သုံးရပ်ဖြစ်သည့် ပြည့်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာ ဗဟုသုတ၊ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများတွင် မိမိတို့၏တတ်ကျွမ်းမှုများကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေမည့် သင်ခန်းစာများအား ပြင်ဆင်နိုင်သည်။

- ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာဗဟုသုတမှာ ပြည်သူလူထုအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ရပ်ရွာရှိ အဖွဲ့အစည်းများ၊ အဖြစ်အပျက်များ၊ လုပ်ဆောင်မှုများ၊ ဖြစ်စဉ်များနှင့် လူမှုအရေးကိစ္စများဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းများနှင့် မည်သို့ဖြစ်ပျက်နေသည်တို့ကိုသိရှိရန် လိုအပ်သည့်အရာ ဖြစ်သည်။ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများသည် ပြည်သူများအနေဖြင့်၎င်းတို့၏ ပြည်သူ့နီတိ အသိပညာဗဟုသုတများကို အသုံးပြုပြီး ၎င်းတို့၏ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် မည်သို့ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းပေးမည်ဆိုသည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရန်အသုံးပြုသည့်နည်းလမ်းများဖြစ်သည်။ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများသည် ကျွန်ုပ်တို့မည်သို့ တွေးခေါ်ပြီးပြုမူသည်ကို ပုံဖော်သည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့သည် လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် ကျွန်ုပ်တို့မည်သည့်အချိန်၌ မည်ကဲ့သို့ တက်ကြွစွာ ပါဝင်လှုပ်ရှားသည်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသော အကြောင်းရင်းများ ဖြစ်ပါသည်။

- Kohlberg ၏ ကလေးများ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု နမူနာပုံစံသည် လူမှုဗေဒနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အရေးပါသည့်ယူဆချက် ဖြစ်လာပါသည်။ ၎င်း၏ သုတေသနပြုချက်သည် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ အမြင်များကို ကြီးကြီးမားမား ပြောင်းလဲသွားစေသည်။

- ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် ကလေးများ စာရိတ္တပိုင်းနှင့် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ ရင့်သန်လာစေရန်အတွက် (ဗဟုသုတနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို တာဝန်ဝတ္တရားနှင့်အညီ ကျင့်သုံးနိုင်ရန်အတွက်) ကလေးများ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအား "သမားရိုးကျ" နှင့် "သမားရိုးကျထက်သာလွန်သော" အဆင့်များထိရောက်အောင် ကူညီလမ်းညွှန်ပေးရန် လိုပါသည်။

- ဆရာသည် အတန်းတွင်း၌ မိမိ၏သင်ကြားရေးနည်းလမ်းများ အသုံးပြုကာ ကျောင်းသားအားလုံးအကျုံးဝင်မှုနှင့် ကျား၊ မ ရေးရာတန်းတူညီမျှမှုကို တက်ကြွစွာ အားပေးလှုံ့ဆော်ခြင်းဖြင့် ကျောင်းသားများစာသင်ခန်းတွင်း လက်တွေ့လုပ်ဆောင်နေစဉ်တွင် အခြားသူများအားသည်းခံခြင်းနှင့် လေးစားသမှုရှိခြင်းကဲ့သို့သော ဒီမိုကရေစီဆိုင်ရာ ဥပဒေသများကို နမူနာလုပ်ပြနိုင်သည်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းအားဖြင့် ဆရာက ၎င်းတို့၏ပါဝင်လှုပ်ရှားမှုများကို သာတူညီမျှတန်ဖိုးထားပြီး ၎င်းတို့၏လိုအပ်ချက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးသည်ဟု ကျောင်းသားအားလုံးခံစားရစေသည့် ရပ်ဝန်းတစ်ခုကို ဖန်တီးပေးပါသည်။
- ဆရာသည် အာရုံစိုက်နားထောင်မှုနှင့် ထိရောက်စွာပြောဆိုဆက်ဆံပုံတို့ကို နမူနာလုပ်ပြခြင်းဖြင့် လုံခြုံမှုရှိပြီး စာရိတ္တပိုင်းအရ အပြုသဘောဆောင်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကူညီလမ်းညွှန် ဖန်တီးပေးနိုင်သည်။ ဆရာသည် ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးခြင်းများတွင် ပါဝင်ပြောဆိုခြင်း ကဲ့သို့သော အခြားသောပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများအား သင်ယူသူများ ကျင့်သုံးနိုင်ရန်အတွက် အခွင့်အရေးများ ဖန်တီးပေးနိုင်သည်။
- ပြည်သူ့နီတိပညာတွင် ကလေးများ ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ်ထိတွေ့ဆက်ဆံမှုများကို ထိန်းသိမ်းနိုင်သည့်စွမ်းရည်နှင့် စိတ်ပါဝင်စားမှုနှစ်ခုလုံးကို ပျိုးထောင်ပေးခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏ရှေ့ဆက်ရမည့် ဘဝတစ်လျှောက်တွင် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေသည့် အခြေခံအုတ်မြစ်များ ပံ့ပိုးပေးထားသည်။ ကျောင်းသင်ခန်းစာများပါ အကြောင်းအရာများတွင် ကလေးများအရွယ်ရောက်လာပြီး ၎င်းတို့၏ လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင် နိုင်ငံသားများဖြစ်လာသည့်အချိန်ထိ ၎င်းတို့နှင့်အတူတကွတည်ရှိနေမည့် အတွေးအခေါ်များနှင့် အလေ့အကျင့်များ ပါဝင်ပါသည်။

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း

၁။ သင် လက်ရှိသင်ယူပြီးဖြစ်သည့် အရာများအပေါ် အခြေခံ၍ စာသင်ခန်းအတွင်း ကျောင်းသားအားလုံး အကျုံးဝင်ပါဝင်နိုင်မှုအား အားပေးလှုံ့ဆော်ရာတွင် ဆရာများ၏ အခန်းကဏ္ဍကို သင် မည်သို့ရှင်းပြမည်နည်း။

၂။ အခန်းတွင်း ကျောင်းသားအားလုံး အကျုံးဝင်ပါဝင်သော သင်ကြားရေး အလေ့အထများနှင့် မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ပိုမိုကြီးမားသောပန်းတိုင်များ ဥပမာ - မဏ္ဍိုင်သုံးရပ် - ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် တည်ငြိမ်ရေး၊ ကြွယ်ဝမှုနှင့် မိတ်ဖက်လုပ်ဆောင်မှုနှင့် လူသားများနှင့် ကမ္ဘာမြေကြီးတို့အကြား ဆက်စပ်မှုမှာ အဘယ်နည်း။

၃။ သင့်ကျောင်းသားများ စာရိတ္တဖွံ့ဖြိုးရန်နှင့် ၎င်းတို့၏ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများကို သရုပ်ဖော်ပြသနိုင်စွမ်းပျိုးထောင်ရန်အတွက် ကူညီပေးနိုင်ရန် ဆရာတစ်ယောက်အနေဖြင့် သင်သည် မည်သည့်အသိပညာ ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို ပျိုးထောင်ထားရန် လိုအပ်သနည်း။

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ

၁.၁။

Association of Southeast Asian Nations. (2012). *ASEAN curriculum sourcebook*. Retrieved from https://www.asean.org/wp-content/uploads/images/2012/publications/ASEAN%20Curriculum%20Sourcebook_FINAL.pdf

MacDonald, M., Jagger, S., & Simpson, M. (2015). *ASEAN: A social science course for ASEAN citizens*. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/products/asean-student-book-english-version

Rice, K.E. (2018, March 29). 3 stage theories of development. Retrieved from https://www. integratedsociopsychology.net/

Sanders, C. E. (2020, May 28). Lawrence Kohlberg's stages of moral development. Retrieved from https://www.britannica.com/

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 Delhi, India: Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development.

၁.၂။

Australian Institute of Family Studies. (2019). *LGBTQA+ communities: Glossary of common terms*. Retrieved from https://aifs.gov.au/cfca/sites/default/files/publication-documents/1911_lgbtiqa_communities_0.pdf

Schulz, W., Ainley, J., Fraillon, J., Losito, B., & Agrusti, G. (2016). *IEA International Civic and Citizenship Education Study 2016: Assessment framework*. Amsterdam, Netherlands: International Association for the Evaluation of Educational Achievement.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-Bangkok Office. (2015). *Embracing diversity: toolkit for creating inclusive, learning-friendly environments*. Paris, France: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

၁.၃။

International Bureau of Education- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2016). *Reaching out to all learners: A resource pack for supporting inclusive education*. Geneva, Switzerland: International Bureau of Education-United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-Bangkok Office. (2018). *Preparing teachers for Global Citizenship Education: A template*. Paris, France: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

အခန်း ၂

လူမှုကျင့်ဝတ်

ဤအခန်းတွင် လူ့တန်ဖိုးနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များကို အလေးပေးဆန်းစစ်ထားသည်။ ဤအခန်းသည် လူမှုကျင့်ဝတ်များကို မြှင့်တင်ရာတွင် တန်ဖိုးထားမှုများကို အဘယ်ကြောင့် ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည် ဆိုသည်နှင့် ထိုသို့ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းမှတစ်ဆင့် နိုင်ငံသားများအနေဖြင့် မိမိနေထိုင်ရာ လူ့အဖွဲ့အစည်းများထံသို့ ကောင်းမွန်သော လူမှုပေါင်းစပ်ပါဝင်မှုများနှင့် အပြုသဘောဆောင်သည့် ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုများ ပျိုးထောင်ပေးရာတွင် စာရိတ္တသင်ကြားခြင်းနှင့် ပြည်သူ့နီတိသင်ကြားခြင်းတို့မှာ တစ်ထပ်တည်းကျ အရေးပါနေပုံတို့ကို ထိုးထွင်းသိမြင်လာစေပါမည်။ အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများဖြစ်သည့် အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ သည်းခံနိုင်စွမ်း၊ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့အား လူ့အသိုက်အဝန်းအတွင်း ကျင့်သုံးသင့်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ပြောဆိုဆက်ဆံရေးတွင် ပြန်လည်သုံးသပ်သင့်သည်။ ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီပြုမူခြင်းသည် အားလုံးပါဝင်နိုင်မှု၊ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှရှိမှု နိယာမများနှင့်အညီပြုမူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျင့်ဝတ်နှင့်မညီသော အပြုအမူများသည် ကျား၊မ ရေးရာဖြစ်တည်မှု၊ မသန်စွမ်းဖြစ်မှု၊ လူမျိုးစု၊ ဘာသာစကား၊ လူမှု-စီးပွားရေး

အဆင့်အတန်းနှင့် ပထဝီဝင်အနေအထားအရ လက်လှမ်းမီမှု စသည်တို့ကို အကြောင်းပြု၍ ချန်လှပ်ထားခြင်းနှင့် ဖယ်ကြဉ်ထားခြင်း အသွင်တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ထိခိုက်နစ်နာမှုရှိစေနိုင်ပါသည်။ မတူကွဲပြားမှုများကြောင့် ချန်လှပ်ခြင်းသည် ပြည်တွင်းနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာအခက်အခဲများ၊ ပဋိပက္ခများနှင့် ဘဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ ကဲ့သိုသော လူသားများကိုထိခိုက်နိုင်သော အခြေအနေများသို့ ဦးတည်စေနိုင်ပါသည်။ လူမှုကျင့်ဝတ်များတွင် ပါဝင်သော တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဤအခန်းအဆုံးတွင် အသေးစိတ်ဖော်ပြသွားမည့် ဆက်စပ်ခြိုင့်တွေးတောခြင်းနှင့် အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းတို့ကိုအသုံးပြု၍ သင်ကြားနိုင်ပါသည်။

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤအခန်းကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝ နှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအကြား ဆက်နွှယ်မှုများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတတ်မည်။
- လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့သည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။
- အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံသည့်အခါတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို လက်တွေ့အသုံးချနိုင်မည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများဖြစ်သည့် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းမှုတို့အား မည်သည့်အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားပြီး မည်သို့ကျင့်သုံးကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။
- ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်ပြီး ထိုစံတန်ဖိုးများကို မည်ကဲ့သို့ မွေးမြူနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။
- တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို ခွဲခြားတတ်မည်။

- တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို လက်တွေ့ဘဝအခြေအနေများတွင် မည်သို့ကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။
- ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အခြေအနေအရပ်ရပ်၌ ထိရောက်မှုရှိ၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးတတ်မည်။
- ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ ဝိသေသလက္ခဏာများမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။
- ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ပတ်သက်ဆက်နွှယ်မှုများကို လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။
- ဆက်စက်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူရေးကို ပိုမိုထိရောက်၍ ဆီလျော်မှုရှိအောင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်းပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲတတ်မည်။
- အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုသီအိုရီ ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းထုတ်စဉ်းစားခြင်းနှင့် လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း အလေ့အကျင့်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများအား တည်ဆောက်ပေးနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြုသင်ယူမှု နည်းလမ်းကို သုံး၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ပြင်ဆင်တတ်မည်။

- အလယ်တန်းတွင် သင်ကြားသည့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- သင်ပြမှုပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။
- သင်ခန်းစာတစ်ခု ပို့ချတတ်မည်။

ရရှိသွားမည့်တတ်ကျွမ်းမှုများ

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

(ခ) (၁.၃) ကျောင်းသားများ၏ သင်ယူနိုင်မှုစွမ်းရည်၊ အတွေ့အကြုံများနှင့် ကိုက်ညီသော သင်ပြမှုပုံစံကို ကောင်းမွန်စွာ ရေးဆွဲပြင်ဆင်နိုင်ကြောင်း ပြသည်။

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

အဓိကအသုံးအနှုန်းများ

စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု၊ ကောင်းမွန်ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၊ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံရေး၊ သာတူညီမျှမှု၊ တန်းတူညီမျှမှု၊ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ ဆက်စပ်ချိုင့်တွေးတောခြင်း၊ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း၊ ယုံကြည်စိတ်ချရမှု။

၂.၁။ လူ့တန်ဖိုးနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ

ဤအခန်းငယ်တွင် လူ့တန်ဖိုးနှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များကို အလေးပေးဆန်းစစ်ထားသည်။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်သည် အဆိုပါတန်ဖိုးများနှင့် ပတ်သက်၍ မတူကွဲပြားမှုကို လက်ခံရာတွင် အားသာမှုရှိသော လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီနှင့် လူထုဗဟိုပြုအဖွဲ့အစည်းများ အားကောင်းလာစေရန် အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် အရေးပါသောအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်လျက်ရှိသည်။ လျင်မြန်စွာပြောင်းလဲနေသည့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုဖြစ်စဉ်နှင့် ဥတုရာသီဖောက်ပြန်မှု၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ၊ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကြီးများကဲ့သို့သော ကမ္ဘာအနှံ့ရင်ဆိုင်နေရသည့် ပြဿနာများအကြားတွင် ကျွန်ုပ်တို့လူသားများအကြား ဆက်ဆံရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် နှစ်မြှုပ်လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သည်။ လူမှုကျင့်ဝတ်များသည် ဤဆက်ဆံရေးများ၏ အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။ ယင်းကျင့်ဝတ်များသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ဖြစ်တည်မှုတစ်လျှောက် မိမိကိုယ်၌ရှိသော လူသားဆန်မှုသာမက အခြားသူများ၌ရှိသော လူသားဆန်မှုတို့ကိုပါ အကာအကွယ်ပေး၊ ပြုစုပျိုးထောင်ပေးသည့်အရာ ဖြစ်သည် (Ćurko et al., 2015)။ ကျွန်ုပ်တို့သည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အပြန်အလှန်ပေးကမ်းခြင်းနှင့် ရယူခြင်းရှိသည့် ဆက်ဆံရေးဆိုသည့် အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံရသော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဖြင့် အမြဲရှင်သန်နေကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် အခြားသူများအပေါ် အမှီသဟဲပြုရန်နှင့် အခြားသူများအား ဂရုပြုရန် လိုအပ်သည်ကို အသိအမှတ်ပြုခြင်းမှာ အရေးပါပါသည်။ ယနေ့ခေတ်ကမ္ဘာကြီးတွင် လူသားများအကြား အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှု တိုးပွားလာသည်နှင့်အမျှ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်ဆံရာတွင် ပြည်တွင်း၊ ဒေသတွင်းနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လူ့အသိုက်အဝန်း၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များကို အလေးထားသူများအနေဖြင့် အဆိုပါလူ့တန်ဖိုးများနှင့်အညီ ပြုမူနေထိုင်ရန်မှာ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ၏ တာဝန်ဖြစ်လာပါသည်။

၂.၁.၁ | မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝ နှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအကြား ဆက်နွှယ်မှုများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတတ်မည်။
- လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။

လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် အခန်းကဏ္ဍမှာ လူသားများအနေဖြင့် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဆန်ဆန်၊ လူ့ဂုဏ်သိက္ခာရှိရှိ၊ ကောင်းမွန်သောဘဝအခြေအနေတွင် ရှင်သန်နေထိုင်ခြင်း တို့ကို အစဉ်သဖြင့် ရေရှည်ထိန်းသိမ်းထားရှိရန်ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် တာဝန်ဝတ္တရား၊ ယုံကြည်မှုနှင့် အများယုံကြည်လက်ခံနိုင်မှု၏ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ခိုင်မာစွာဆက်စပ်နေသည်။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော အပြုအမူများတွင် အစဉ်သဖြင့် မှန်ကန်ခြင်း၊ ရိုးသားခြင်း၊ ပွင့်လင်းမြင်သာမှုရှိခြင်း၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းရှိ အခြားသောသူများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ကိုယ်ပိုင်အခွင့်အရေးများကို လေးစားမှုရှိခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ (Frank et al., 2011 as cited in Chowdury, 2016)။ အခြားသောလူ့တန်ဖိုးများကဲ့သို့ပင် မှန်တမှုနှင့် ရိုးသားမှု တို့သည် သဘောထားများ (သို့မဟုတ်) လုပ်ဆောင်မှုများအား လမ်းညွှန်ပေးသော (သို့မဟုတ်) စိတ်အားတက်ကြွစေသော အခြေခံကျသည့် ယုံကြည်မှုများဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများမှာ မိဘနှင့်ဆရာများ ကဲ့သို့သော မိမိအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသူများထံမှ ဆင့်ပွားသင်ယူလာခြင်းမျိုးဖြစ်နိုင်ပြီး ၎င်းတို့နှင့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံခြင်းသည် မည်သည်တို့ကို ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော အပြုအမူများအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး၊ မည်သည်တို့ကို ကျင့်ဝတ်နှင့် မလျော်ညီသော အပြုအမူအများအဖြစ် သတ်မှတ်သည် ဆိုသည်တို့အကြား ခွဲခြားသတ်မှတ်နိုင်ရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ ကလေးများသည် အသက်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ သိမှုဆိုင်ရာနှင့် လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို သိရှိပိုင်ဆိုင်လာကြပါသည်။ တစ်ချိန်တည်း၌ပင် ၎င်းတို့သည် စာရိတ္တနှင့်ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသိစိတ်ကို အနီးအနားရှိ ၎င်းတို့အပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသူများထံမှ လက်ခံရရှိကြပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ၎င်းတို့သည် ‘အမှား’ နှင့် ‘အမှန်’ အကြား ခွဲခြားသတ်မှတ်ရန်၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား အပြန်အလှန်ဆက်ဆံခဲ့ခြင်းမှ

၎င်းတို့တွေ့ကြုံခဲ့ကြသည့် အသိပညာများ (Ćurko et al., 2015) နှင့် အတွေ့အကြုံများအပေါ် မူတည်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်ရန်တို့ကို သင်ယူကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ လိုလားသောရလဒ်မှာ ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်မှုရှိသည့် နည်းလမ်းသည် ပိုမိုရှုပ်ထွေးမှုရှိစေကာမူ စာရိတ္တနှင့်အညီ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းနှင့် ကိုယ်ပိုင်ရပ်တည်နိုင်မှုတို့ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ယနေ့အထိ သင်ယူခဲ့ကြရသကဲ့သို့ပင် စာရိတ္တ ဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်မှုများကို ပုံဖော်ပေးသည့်အရာဖြစ်သောကြောင့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှုသည် ငြိမ်းချမ်းပြီး တရားမျှတသော လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ် တည်ဆောက်မြှင့်တင်ရာတွင် အရေးပါသည့် အခန်းကဏ္ဍတစ်ရပ်မှ ပါဝင်နေပါသည်။ “စာရိတ္တနှင့်ညီသော” (သို့မဟုတ်) “မှန်ကန်သော” နည်းလမ်းများအနက်မှ တစ်ခုအား ရွေးချယ်ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ရွေးချယ်မှုများကို ရှုပ်ထွေးစေသောအရာမှာ တန်ဖိုးထားမှုပိုင်း ဆိုင်ရာ ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားမှုကို ဦးတည်စေသည့် ပြည်တွင်း၊ ဒေသတွင်းနှင့် ကမ္ဘာ့လူ့အဖွဲ့အစည်း များအတွင်း ကျင်လည်နေထိုင်မှု အစွဲဖြစ်ပါသည်။ လူတစ်ဦး၏ တန်ဖိုးထားမှုတစ်ရပ်သည် ထိုသူအတွက် အလွန်အရေးပါနိုင်သော်လည်း အခြားသူအတွက်မူ အရေးမပါနိုင်ပေ။ စင်စစ်အားဖြင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများသည် ကွဲပြားမှုရှိသော်လည်း ၎င်းတို့ကို ဘုံတူညီသည့် အပိုင်းသုံးပိုင်းဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည် –

၁။ မိမိကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် လိုအပ်ချက်များရှိသော လူပုဂ္ဂိုလ်များ

၂။ လူ့အသိုက်အဝန်းငယ်များ - ဘုံတူညီသော အကျိုးစီးပွားများ၊ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု၊ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ပညာရေး၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေးအခြေအနေ၊ နိုင်ငံရေးအယူဝါဒများ နှင့် အခြားသောအကြောင်းအချက်များရှိသည့် လူပုဂ္ဂိုလ်အစုအဖွဲ့တစ်စု

၃။ ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော လူ့အသိုက်အဝန်း - ဤတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် လူ့အသိုက်အဝန်းငယ် များ၏ ကွဲပြားသည့် ကိုယ်ပိုင်လိုအပ်ချက်များနှင့် ဦးစားပေးမှုများ ရှိလေ့ရှိသည် (Wong & McLaughlin, 2012)။

ပဋိပက္ခများသည် လူ့အသိုက်အဝန်းတစ်ခု၏ တန်ဖိုးထားမှုနှင့် ဦးစားပေးမှုများ၏ ကွဲပြားသော အဆင့်သုံးဆင့်အနက်တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသည်။ ထိုအရာသည် အကြမ်းဖက်မှုအပါအဝင် လူအဖွဲ့အစည်းတွင်း ပြဿနာများစွာကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။ ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော လူ့အသိုက်အဝန်းအတွက် ယင်းအသိုင်းအဝိုင်းတွင်း နေထိုင်သူလူတိုင်း၏ အကောင်းဆုံး အကျိုးစီးပွား ဖြစ်ထွန်းစေရန်အတွက် လုပ်ဆောင်ရန်မှာ ယင်းအပိုင်းသုံးပိုင်းစလုံးသည်

၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကြားတွင် မျှခြေတစ်ခုကို ရှာဖွေမှုပြုခြင်း ဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံသည် ၎င်း၏လူ့အသိုက်အဝန်းတွင် အံ့သြဖွယ်ကောင်းလောက် ကွဲပြားစုံလင်သည့် လူမျိုးကွဲများ ပိုင်ဆိုင်ထားသည့်နိုင်ငံ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာ စာသင်ခန်း၏ တန်ဖိုးထားမှုများတွင်တက်ကြွပြီး ဗဟုသုတကြွယ်ဝသည့် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်းမျိုး အတွက် လူငယ်များကို ပြင်ဆင်ပေးခြင်းနှင့် စွမ်းဆောင်ရည်မြှင့်တင်ပေးခြင်းမျိုးသာ ပါဝင်ခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း အားလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်စေခြင်း (သို့မဟုတ်) လူမျိုးကွဲများ အား ပေါင်းစည်းစေခြင်းတို့ပေါ်တွင် အထူးတလည်အလေးပေးပြီး ထိုလူ့အဖွဲ့အစည်း၏ တန်ဖိုးထားမှုများ ညီမျှစွာရှိနေခြင်းကို သက်ရောက်နေသော မျက်မှောက်ခေတ် အယူအဆ များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းလည်း ပြုသင့်ပါသည်(Kerr, 2003 as cited in Dibaba, 2017)။ အခန်းတွင်းရှိ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ကိုယ်ကျင့်စံများသည် သင်ယူသူများအတွက် ဖန်တီးထားသော အားလုံးအကျုံးဝင် စာသင်ရပ်ဝန်းများနှင့် လူသားများအနေဖြင့် မည်သို့အတူတကွ အလုပ်လုပ် ကြသည်ဆိုသည့် အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ပံ့ပိုးပေးထားသည် (International Bureau of Education - UNESCO, 2016)။ ဤအခြေခံအချက်များတွင် ကျောင်းသားများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ပြောဆိုဆက်ဆံပုံ၊ ဆရာများ ကျောင်းသားများနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံပုံ၊ ဆရာများတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အထောက်အပံ့ပေးပုံနှင့် ကျောင်းသား တစ်ဦးချင်းစီသည် သင်ယူခြင်းနှင့် သင်ကြားခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်များတွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရခြင်းကို တန်ဖိုးထားပြီး ထဲထဲဝင်ဝင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပုံ စသည်တို့ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့နောက် ကျောင်းသားများသည် စာသင်ခန်းပြင်ပသို့ ရောက်ရှိသွားသောအခါ၌ လူ့ဂုဏ်သိက္ခာထိန်းသိမ်းမှုဆီသို့ ဦးတည်သည့် အားလုံးအကျုံးဝင်ခြင်း၊ သည်းခံနိုင်စွမ်းနှင့် စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ စာရိတ္တပိုင်းအရ ‘မှန်ကန်သော’ တန်ဖိုးများကို အသုံးပြု၍ ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော လူ့အသိုက်အဝန်းများနှင့် ထိတွေ့ပြောဆို ဆက်ဆံရမည် ဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသောဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုစီမံကိန်း (MSDP) သည် ငြိမ်းချမ်းသော၊ ဥစ္စာခနကြွယ်ဝသော၊ ဒီမိုကရေစီဝါဒ အခြေခံသောနိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ ဖြစ်လာရေး နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ရေရှည်မျှော်မှန်းချက်တစ်ရပ် ပံ့ပိုးပေးထားပြီး ပညာရေးအပါအဝင် ၎င်းမျှော်မှန်းချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်သည့် ကဏ္ဍအားလုံးတွင် ဆက်စပ်ပါဝင်နေသည့် အကြောင်းအရာများအဖြစ် သာတူညီမျှရှိမှုရှိခြင်းနှင့် အားလုံးပါဝင်ခြင်း တို့အား အလေးပေးလက်ခံ သတ်မှတ်သွားရန်ဖြစ်သည် (The Government of the Republic of the Union of Myanmar, 2018)။ MSDP တွင် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်သင် ဆရာများအတွက် ၎င်းတို့၏ စာသင်ခန်းများအတွင်း သင်ကြားနိုင်မည့် မျက်မှောက်ခေတ်နှင့်

ဆီလျော်သော အကြောင်းအရာများကို ပံ့ပိုးပေးထားသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် သဘာဝရင်းမြစ်ကြွယ်ဝသော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံဖြစ်ရာ ယင်းသည်နိုင်ငံ့အတွက် အကျိုးစီးပွားများကို ဖြစ်ထွန်းစေနိုင်သကဲ့သို့ ထိခိုက်နိုင်ခြေအချို့လည်း ရှိနိုင်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်သည်လည်း မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုရေး၊ယဉ်ကျေးမှုနှင့် စီးပွားရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်သည့် အခြေခံအုတ်မြစ် တစ်ခုအဖြစ် အစိုးရ၏အသိအမှတ်ပြုခြင်းကို ခံထားရသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ တိုးပွားလာသည့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များအပါအဝင် ဥတုရာသီဖောက်ပြန်ခြင်း၏ ဘေးဒဏ်ထိခိုက်နိုင်ခြေကို ခံနိုင်ရည်နည်းပါးပါသည်။ ထို့ပြင် မြန်မာနိုင်ငံသည် အမျိုးသားရေးဆိုင်ရာ ပြန်လည်ပေါင်းစည်းခြင်းနှင့် ပြည်ထောင်စုတစ်ဝန်း ငြိမ်းချမ်းရေးဆီသို့ ခရီးနှင်နေပြီဖြစ်သည်။ မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်း၏ အဆင့်အားလုံးတွင် ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းတစ်ခုကို ပြဋ္ဌာန်းလိုက်ခြင်းသည် သဘာဝအရင်းအမြစ်များကို မျှတစွာ ဖြန့်ဝေပေးခြင်းနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်းစသည်တို့အား သေချာအောင် လုပ်ဆောင်ပေးရာတွင် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်လိမ့်မည်။ ၎င်းသည် MSDP မှ ချမှတ်ပေးထားသော ရေရှည်မျှော်မှန်းချက်အား မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းတွင် အစုအဖွဲ့လိုက် အကောင်အထည်ဖော်ရာ၌ လူ့အသိုက်အဝန်းများအား စည်းရုံးရန်အခြေခံအုတ်မြစ် ဖြစ်ပါသည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် တန်ဖိုးထားမှု အဆင့်ဆင့်ပြပိရမစ်

၁။ မြန်မာနိုင်ငံ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ၎င်း၏ မျှော်မှန်းချက်ဖြစ်သည့် ငြိမ်းချမ်း၍ ကြီးပွားဖြစ်ထွန်းပြီး ဒီမိုကရေစီဝါဒ အခြေခံသော နိုင်ငံဖြစ်ရေးအတွက် လုပ်ဆောင်ရာတွင် လိုအပ်သည့် တန်ဖိုးထားမှုများကို ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးပါ။

၂။ သင်တွေးထင်ယူဆထားခဲ့သည့် တန်ဖိုးထားမှုများအနက် မည်သည်တို့မှာ အရေးကြီးဆုံး တန်ဖိုးထားမှုများ ဖြစ်ပါသနည်း။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ တန်ဖိုးထားမှုအဆင့်ဆင့်ပြ သစ်ပင်

သင်သည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များကို မည်ကဲ့သို့ တည်ဆောက်ပေးနိုင်ခဲ့ကြောင်း စဉ်းစားပါ။ သင်၏တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ထိုတန်ဖိုးထားမှုများကြောင့် လူမှုရေးအရ သင်တွေးခေါ်ပြုမူပုံများကို မည်သူ (သို့မဟုတ်) မည်သည်က လွှမ်းမိုးခဲ့သနည်း။ သင့်အပေါ် လွှမ်းမိုးခဲ့နိုင်သည့် အရာများနှင့် ပတ်သက်ပြီး စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များကို အောက်ပါဇယားတွင် ထပ်မံဖြည့်စွက်ပါ။

အဘိုးအဘွားများ	မိဘများ	အခြားသော မိသားစုဝင်များ
သူငယ်ချင်းများ	ကျောင်း	ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု
စာအုပ်များ	လူမှုမီဒီယာ	ရုပ်မြင်သံကြား

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ မည်သည့်တန်ဖိုးထားမှုများသည် ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီ ဆောင်ရွက်မှုအတွက် အရေးပါဆုံးဖြစ်သည် ဆိုသည့်အပေါ် သင်တို့ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းခဲ့စဉ် သင်သည် မည်သည့်တန်ဖိုးထားမှုများကို ကျင့်သုံးခဲ့ပါသနည်း။

၂။ စာသင်ခန်းအတွင်း လုပ်ဆောင်ခဲ့သော လုပ်ငန်းတွင် ထိုတန်ဖိုးထားမှုများအတိုင်း လိုက်လံဆောင်ရွက်ရခြင်းသည် လွယ်ကူပါသလား (သို့မဟုတ်) ခက်ခဲမှုများ ရင်ဆိုင်ရပါသလား။

၃။ လုပ်ငန်းမလုပ်ဆောင်မီတွင် သင်၏ထံတွင် အဆိုပါတန်ဖိုးထားမှုများ ရှိနှင့်ပြီးသား ဖြစ်ပါသလား။

၄။ အကယ်၍ ရှိနှင့်ပြီးသားဖြစ်ပါက ဤတန်ဖိုးထားမှုများအား သင် မည်ကဲ့သို့ တည်ဆောက်ခဲ့ကြောင်း ဖော်ပြပါ။ သင်၏တန်ဖိုးထားမှုများကို မည်သည့်အရာများက လွှမ်းမိုးခဲ့သနည်း။

၅။ အဆိုပါ တန်ဖိုးထားမှုများသည် သင်၏ အပြုအမူများကို မည်ကဲ့သို့ လမ်းညွှန်မှုပြုခဲ့သနည်း။

၆။ ဤလုပ်ငန်းများလုပ်ဆောင်နေစဉ် သင်ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည်များထဲမှ လူမှုရေးအရ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော လုပ်ဆောင်ချက်များကို တည်ဆောက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြပါ (စာဖတ်ဝိုင်းဆွေးနွေးခြင်း လုပ်ဆောင်ပါ)။

၂.၂။ အပြန်အလှန်လေးစားမှု

ဤသင်ရိုးတွင် လေ့လာသင်ယူခဲ့သကဲ့သို့ပင် ကျွန်ုပ်တို့သည် (ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံ အမျိုးမျိုးမှ လူများအတူတကွ ယှဉ်တွဲနေထိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်လုပ်ကိုင်နေသည့်) ယဉ်ကျေးမှုအမျိုးမျိုး ပေါင်းစပ်ယှဉ်တွဲနေထိုင်သော၊ အချင်းချင်းအပြန်အလှန် ဆက်ဆံမှုရှိသော ကမ္ဘာကြီး၌ နေထိုင်ရခြင်းဖြစ်၍ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခြင်း မှတစ်ဆင့် ဖြေရှင်းသွားနိုင်မည့် ခက်ခဲသောကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရေးကိစ္စများပါရှိနေပုံကို တွေ့မြင်ခဲ့ရပြီးဖြစ်သည်။ ထို့နောက် ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျင့်ဝတ်များကို တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ နှင့် လူအုပ်စုများ၏ အပြုအမူများအားကူညီ ထိန်းကျောင်းပေးသော ပြုမူနေထိုင်ခြင်း မူဝါဒများကို လေ့လာသည့် ဘာသာအဖြစ် မည်သို့ ယူဆနိုင်ကြောင်းကိုလည်း လေ့လာခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ များသောအားဖြင့် ဤမူဝါဒများသည် ရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်း၏ အကောင်းနှင့်အဆိုး ရှုမြင်ပုံအပေါ် မူတည်၍ ပေါ်ပေါက်လာခြင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အပြန်အလှန်ပေးကမ်းခြင်းနှင့် ရယူခြင်းရှိသည့် ဆက်ဆံရေးဆိုသည့် အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံရသော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဖြင့် အမြဲရှင်သန်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် အခြားသူများအပေါ် အမှီသဟဲပြုရန်နှင့် အခြားသူများအား ဂရုပြုရန် လိုအပ်သည်ကို အသိအမှတ်ပြုခြင်းမှာ အရေးပါပါသည်။ ကျင့်ဝတ်ဆိုသည်မှာ လူ့အသိုက်အဝန်းကို ဗဟိုပြုသော သဘောသဘာဝ ရှိသောကြောင့် အထူးပင်အရေးကြီးသည့်အပြင် ယင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ အနေဖြင့် တရားမျှတမှု၊ စည်းလုံးညီညွတ်မှု၊ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများကို လေးစားကြောင်း ဖော်ပြပေးသည့် အရာလည်းဖြစ်သည်။ ထိုအားထုတ်မှုများနှင့် တွေ့ရှိမှုများသည် ပွင့်လင်းမှု၊ အပြန်အလှန်အပေးအယူရှိမှုနှင့် အပြန်အလှန်လေးစားမှုတို့အပေါ် အခြေခံပြီး တည်ဆောက်ထားသော အပြန်အလှန်နှီးနှော ဆွေးနွေးမှုများနှင့် နီးစပ်စွာဆက်စပ်နေသည့် အရာများဖြစ်သည် (Ćurko et al., 2015)။

၂.၂.၁ | အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့သည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။
- အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံသည့်အခါတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို လက်တွေ့အသုံးချနိုင်မည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။

လေးစားမှုသည် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် လူ့ဂုဏ်သိက္ခာ၏ အချက်အချာဖြစ်သည်၊ အပြန်အလှန် လေးစားမှုသည် ငြိမ်းချမ်းမှုကို တည်ဆောက်ရာတွင် အခြေခံကျသော တတ်ကျွမ်းမှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့အနီးအနားတွင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်ရာ၌ ချန်လှပ်ထားခဲ့၍ မရသော တန်ဖိုးဖြစ်ပါသည်။ အခြားသူများအားလေးစားခြင်းသည် သည်းခံနိုင်စွမ်းနှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှုအား အသိအမှတ်ပြုခြင်းဖြစ်ပြီး ထို့မှတစ်ဆင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ မတူညီမှုများကို လျစ်လျူရှု၍ ခင်မင်ရင်းနှီးမှုများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများကို တည်ဆောက်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည် (UNESCO, 2017)။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် လေးစားမှုအား ရိုကျိုးခြင်းနှင့် ရောထွေးတတ်သော်လည်း လေးစားမှု ဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများအား ၎င်းတို့၏ယဉ်ကျေးမှု၊ ယုံကြည်မှုနှင့် တွေးခေါ်ပုံများအပေါ် အလေးထား၍ အသိအမှတ်ပြုခြင်းအား ပြသခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ငြိမ်းချမ်းမှုအား တည်ဆောက်ရန်မှာ မိမိတို့၏ လူ့အသိုက်အဝန်းမှ လူပုဂ္ဂိုလ်များသည် ပြဿနာများအား အစုလိုက်ဖြေရှင်းရန်အတွက် အချင်းချင်းထိတွေ့ပြောဆိုပြီး အတူတကွ လက်တွဲ လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်ပြီး ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းအား မြန်မာနိုင်ငံနှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာတွင်ပါ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသောဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ပန်းတိုင်များအတွင်းသို့ ထည့်သွင်း အသိအမှတ်ပြုကြပါသည်။ ၂၀၁၈ ခုနှစ်တွင် Wright သည် လူအများ အောင်မြင်စွာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် လိုအပ်ချက်များကို ဖော်ထုတ်တင်ပြခဲ့သည် -

- ၎င်းတို့၏ စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များသည် မှန်ကန်ကြောင်း အခြားသူများအား လက်ခံအောင် ရှင်းပြနိုင်ရမည်။
- ၎င်းတို့၏ စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များကို အခြားသူများနှင့် စစ်ဆေးခြင်းပြုနိုင်ရမည်။
- ၎င်းတို့၏ဖြေရှင်းနည်းများကို အခြားသူများနှင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးနိုင်ရမည်။
- ဝေဖန်အကြံပြုချက်များကို လက်ခံနိုင်ရမည်။
- အခြားသူများအား နားလည်မှုဖြင့် နားထောင်ပေးနိုင်ရမည်။
- အားလုံးထံမှ သဘောတူလက်ခံမှုကို ရယူတောင်းခံနိုင်ရမည်။
- ဦးဆောင်ခြင်းပြုနိုင်သကဲ့သို့ပင် အခြားသူ၏ ခေါင်းဆောင်မှုနောက်လည်း လိုက်နိုင်ရမည်။
- မိမိအဖွဲ့၏အားထုတ်မှုများကို ကူညီပံ့ပိုးနိုင်ရမည်။
- မိမိအဖွဲ့အတွက် အကျိုးဖြစ်စေမည့်အရာကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရမည်။
- အခြားသူနှင့် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရာတွင် တစ်ခါတစ်ရံ မိမိ၏ စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်ကို လက်လျှော့ပေးနိုင်ရမည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံရေးမပျက်ပြားအောင် ထိန်းသိမ်းထားမှသာ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းနိုင်မည်ဆိုသည့် ရှေးယခင်တည်းမှ နားလည်လက်ခံမှုကြောင့် အထက်ဖော်ပြပါ လုပ်ဆောင်ချက်များ အားလုံးအတွက် မရှိမဖြစ်ရှိထားရမည့် လိုအပ်ချက် တစ်ခုမှာ အပြန်အလှန်နားလည်မှုပင် ဖြစ်သည်။

အခန်းကဏ္ဍ အများအပြားသည် လူအများ၏ ရှုထောင့်များကို သက်ရောက်မှုရှိပြီး ထိုအခန်းကဏ္ဍများထဲမှ တစ်ခုသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအခန်းကဏ္ဍများတွင် ကျား၊မ ဖြစ်တည်မှု၊ အသက်အရွယ်၊ လူမျိုးစု၊ လူမှုအလွှာ၊ နိုင်ငံသား၊ နေထိုင်သည့်ဒေသ၊ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု၊ နိုင်ငံရေးအယူဝါဒ၊ ပညာရေးအဆင့်နှင့် အလုပ်အကိုင်တို့ပါဝင်သည်(Metro, 2013)။ လူအများတွင် အကြောင်းအရာများနှင့် အခြားသော ကိစ္စများအပေါ်၌ ကွဲပြားသော အမြင်များရှိနိုင်သကဲ့သို့ လူတိုင်းလိုလိုတွင် ဘက်လိုက်မှုများ (သို့မဟုတ်) ဦးစားပေးမှုများရှိပါသည်။ ပုံသေကားကျယူဆမှုများသည် ဘက်လိုက်မှုတစ်မျိုးပင်ဖြစ်သည်။ ပုံသေကားကျယူဆမှု ဆိုသည်မှာ အုပ်စုတစ်စုမှ လူအချို့ဖြင့်ကြုံဖူးသော မိမိ၏အတွေ့အကြုံဖြင့် ထိုအုပ်စုတွင်းမှ လူများအားလုံးသည် ထိုနည်းလည်းကောင်းပင်ဖြစ်မည်ဟု ယုံကြည်လိုက်ခြင်းမျိုး

ဖြစ်သည်။ ပုံသေကားကျယူဆမှုများသည် လူအများကို တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကြား မှားယွင်းသော ထင်မြင်ချက်များကို ပေးလေ့ရှိပြီး ကမ္ဘာကြီးအား "ငါတို့" နှင့် "သူတို့" ဟူ၍ ခွဲခြားလိုက်သောကြောင့် အမုန်းတရားနှင့် သည်းညည်းမခံနိုင်စွမ်းကို ပေါက်ဖွားစေနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျား၊မ ဖြစ်တည်မှု၊ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု၊ ဒုက္ခသည်အဖြစ် ခံယူရမှု၊ ယဉ်ကျေးမှုကွာခြားမှုတို့အပေါ် အလေးပေးတုံ့ပြန်နိုင်စွမ်း၊ လူမျိုးကွဲပြားမှု၊ လူမျိုးစုဝင်ဖြစ်မှု၊ စွမ်းဆောင်ရည်များ၊ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သည့် အခြေအနေတို့အပေါ် ခံစားပေးနိုင်စွမ်းတို့သည် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို လျှော့ချခြင်းနှင့် လူနှစ်ယောက် (သို့မဟုတ်) ထိုထက်များပြားသော လူ့အသိုင်းအဝိုင်းများအကြား လေးစားမှုတည်ဆောက်ခြင်းအတွက် အဓိကသော့ချက် ဖြစ်ပါသည်။ တုံ့ပြန်နိုင်စွမ်းအား ပျိုးထောင်တည်ဆောက်ခြင်းသည် ပုံသေကားကျယူဆမှုများ၊ မျက်စိမှိတ်ဘက်လိုက်မှုများ လျှော့ချရန်နှင့် သီးခြားဖြစ်အောင်ပြုမူခြင်း၊ ချန်လှပ်ထားခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ ဖိနှိပ်မှုပြုခြင်း သံသရာတို့ကို ချိုးဖျက်ရန်တို့နှင့် ဆက်နွှယ်နေပါသည် (UNESCO, 2017)။

တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီအနေဖြင့် အပြန်အလှန်လေးစားမှုအား တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို အားပေးလှုံ့ဆော်ရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် -

- သေချာရေရာသည့် အချက်အလက်များကို မသိရသေးဘဲ လူတစ်ယောက် (သို့မဟုတ်) အခြေအနေတစ်ရပ်အပေါ် ထင်မြင်ယူဆချက်ပေးခြင်းမလုပ်ရန် တာဝန်ရှိသည်။
- လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီအပေါ် အလေးပေးပြီး ၎င်းတို့၏ အားသာချက်များနှင့် စိတ်ပါဝင်စားမှုများကို အလေးပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။
- အခြားသူများအကြောင်းသိနိုင်ရန် အားထုတ်ကြိုးပမ်းပြီး မိမိတို့အကြောင်းကိုလည်း အခြားသူများအားသိခွင့်ပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။
- သူ (သို့မဟုတ်) သူ(မ)သည် ယေဘုယျအတန်းအစားတစ်ခု (သို့မဟုတ်) ဖော်ပြချက်တစ်ခုဖြင့် ကိုက်ညီရုံနှင့် ၎င်းတို့အားသိသည်ဟု ထင်လိုက်ပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုသူအား ပုံသေကားကျယူဆလိုက်ပြီဖြစ်ကြောင်း သတိရရန်တာဝန်ရှိသည်။
- လူများ (သို့မဟုတ်) အခြေအနေအရပ်ရပ်တို့အပေါ် ထင်မြင်ယူဆချက်ပေးရန် ဘယ်သောအခါမှ ပုံသေကားကျယူဆမှုများအပေါ် မှီခိုအားထားမှုမပြုရန် တာဝန်ရှိသည်။
- အခြားသူများအပေါ် ပုံသေကားကျယူဆခြင်းအားရှောင်ရှားပြီး အချက်အလက်များအား အချိန်ယူစုဆောင်းရန် တာဝန်ရှိသည်။

- ပုံသေကားကျယူဆနေခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ဘဲ မိမိကိုယ်ကိုသာ လူတစ်ဦးအနေဖြင့် အာရုံစိုက်ရန် တာဝန်ရှိသည် (Overcoming Obstacles, 2018)။

ကျောင်းသားများတွင် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းအား မွေးမြူရာ၌ ဆရာများသည် အဓိကကျသည့် အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ ပထမနှစ် ပညာရေးဘာသာရပ်တွင် သင်ကြားခဲ့ရသည့်အတိုင်း ဆရာတစ်ဦးသည် စူးစမ်းလေ့လာမှု အမြဲပြုသင့်သည်။ ထိုမှသာ မိမိ၏အတန်းအတွင်း၌ ကျောင်းသားများသည် သီးခြားဖယ်ကြဉ်ခံနေရခြင်း၊ ချန်လှပ်ခံရခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် ဖိနှိပ်ခံရခြင်းစသည်တို့ကို ခံစားနေရသည့် လက္ခဏာများကို သတိပြုမိမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းသားများ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ခံစားချက်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် တွေးခေါ်ဆင်ခြင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာတို့တွင် လုံခြုံမှုရှိသည်ဟု ခံစားရသော ဘေးကင်းပြီးလုံခြုံစိတ်ချရသည့် စာသင်ရပ်ဝန်းများ ဖန်တီးပေးရန်မှာလည်း ဆရာများ၏ အခန်းကဏ္ဍပင် ဖြစ်သည်။ စာသင်ခန်းဆိုသည်မှာ ကျောင်းသားများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ပါဝင်လှုပ်ရှားမှုများမှာ တန်ဖိုးထားခြင်းခံရသည်ကို သိရှိပြီး ၎င်းတို့အား ပြက်ရယ်ပြုခြင်းမရှိကြောင်း စိတ်ချယုံသာမက ၎င်းတို့အနေဖြင့် အမှားတစ်ခုခု ပြုမိလျှင်ပင် ဖြစ်စေ၊ အသစ်ဖြစ်သော (သို့မဟုတ်) ကြားနေကျမဟုတ်သော အကြံပြုချက်များပေးရာတွင် ဖြစ်စေ၊ ယင်းတို့အတွက် ကြောက်ရွံ့မှု (သို့မဟုတ်) ရှက်ရွံ့မှု မခံစားရသောနေရာကို ဆိုလိုပါသည်။ စာသင်ခန်းဆိုသည်မှာ ကျောင်းသားများသည် လေးစားခြင်းခံရပြီး အားပေးကူညီခြင်းခံရသည်ဟုခံစားရမည့် ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်သည် (Ministry of Education, 2019)။

စာသင်ခန်းအတွင်းမှ လူ့အသိုက်အဝန်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏လူ့အဖွဲ့အစည်းရှိ ယဉ်ကျေးမှုကွဲပြားစုံလင်ခြင်းအပေါ် ပြန်လည်သုံးသပ်ချက် တစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။ ကျောင်းသားများသည် ကွဲပြားစုံလင်သော နောက်ခံအသိုင်းအဝိုင်းမျိုးစုံမှ လာရောက်ကြခြင်းဖြစ်သည်။ ဆရာများအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤကွဲပြားခြားနားချက်များကို လျစ်လျူရှုထား၍ မရပေ။ သိလျက်နှင့်ဖြစ်စေ မသိလျက်နှင့်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့၏ မသိစိတ်၌ တိမ်မြုပ်နေသော ယူဆချက်များနှင့် ထင်မြင်ချက်များသည် မိမိတို့၏ ကျောင်းသားများ တန်းတူညီမျှစွာ သင်ယူနိုင်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိပါလိမ့်မည်။ ကျောင်းသားအားလုံးကို တစ်ဦးတစ်ယောက်စီအနေဖြင့် ထည့်သွင်းစဉ်းစားပြီး ၎င်းတို့၏ နောက်ခံအသိုင်းအဝိုင်းအပေါ်မူတည်၍ ယူဆချက်များ မပြုလုပ်ခြင်းအပြင် ဆရာများသည် အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော တန်းတူညီမျှမှုမရှိသော ဆက်ဆံခြင်းမျိုးအား ကာကွယ်ရန် အားလုံးအကျုံးဝင်မှုရှိသည့် သင်ကြားမှုနည်းလမ်းများကို အသုံးပြုနိုင်သည် -

- အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများကို ထင်ဟပ်သော ကောင်းမွန်သည့်အပြုအမူအား နမူနာလုပ်ပြခြင်း
- လေးစားမှုရှိပြီး သည်းခံသည့်ပြုမူပုံနှင့် အမြဲတစေပြောဆိုဆက်ဆံရန် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ဖို့လိုအပ်ကြောင်း ကျောင်းသားများသဘောပေါက်စေရန်အလို့ငှာ ၎င်းတို့အပေါ် မျှော်လင့်ချက်ကြီးမားစွာထားရှိခြင်း
- မိမိအသုံးပြုသော ဘာသာစကားအပေါ် သတိပြုမှုရှိခြင်း - မည်သည့်ဘာသာစကားသည် ခွဲခြားဆက်ဆံသည့်ပုံစံ သက်ရောက်နိုင်ကြောင်းသတိပြုမိခြင်း၊ အကျိုးဖြစ်ထွန်းသော၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုရှိသော သင်ယူမှုပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးရာတွင်မည်သည်တို့ကို လိုအပ်ကြောင်း ကျောင်းသားများအားသတိပေးရန်အတွက် အပြုသဘောဆောင်ပြီး သေချာမှန်ကန်မှုရှိသည့် ဘာသာစကားဖြင့် ကျောင်းသားအားလုံးနှင့် ပြောဆိုခြင်း
- ကျောင်းသားများတွင် ကိန်းအောင်းနေပြီးသားဖြစ်သည့် ပုံသေကားကျယူဆမှုများနှင့် ဘက်လိုက်မှုများကို ပြောင်းလဲတည့်မတ်ပေးခြင်း - ဓလေ့ထုံးတမ်းအလိုက် အသွင်အပြင်များ (သို့မဟုတ်) လူများ၊ လူ့အသိုက်အဝန်းများနှင့် နိုင်ငံများ၏ ပုံသေကားကျ ယူဆမှုများကို ပြောင်းလဲမှုပြုပေးနိုင်သော အရင်းအမြစ်များအား ရှာဖွေအသုံးပြုပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ သရုပ်ဆောင် သင်ကြားသင်ယူခြင်း (က)

၁။ မိသားစု၊ အတန်း (သို့မဟုတ်) လူ့အသိုက်အဝန်းတွင်းမှ လူတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အကြား အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကိုပြသသော အခြေအနေ တစ်ရပ်/ စကားပြောခန်းတစ်ခုကို စဉ်းစားပြီး ထိုအတိုင်းတုပလုပ်ဆောင် ပြောဆိုပါ။ သရုပ်ဆောင်ရာတွင် တုပပြောဆိုနိုင်ရန် မှတ်စုများ ပြင်ဆင်ရေးသားပါ။

၂။ အခြေအနေ/စကားပြောခန်းမှ မည်သည့်အင်္ဂါရပ်များသည် အပြန်အလှန်လေးစားခြင်းနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို ပြသသည်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ အကြောင်းရင်းကို စဉ်းစားဆင်ခြင်ပါ။ အောက်တွင်ပေးထားသော ဇယားကွက်တွင် မှတ်စုများရေးသားပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သရုပ်ဆောင် သင်ကြားသင်ယူခြင်း (ခ)

၁။ အပြန်အလှန်လေးစားမှုအား ထင်ဟပ်ပြသခြင်း မရှိသော အခြေအနေတစ်ရပ်/စကားပြောခန်း တစ်ခုကို စဉ်းစားပြီး ထိုအတိုင်းတုပသရုပ်ဆောင် ပြောဆိုပါ။ သရုပ်ဆောင်ရာတွင် တုပပြောဆိုနိုင်ရန် မှတ်စုများ ပြင်ဆင်ရေးသားပါ။

၂။ ထိုအခြေအနေ/ စကားပြောခန်းမှ မည်သည့်အင်္ဂါရပ်များသည် အပြန်အလှန်လေးစားမှုမရှိကြောင်း ပြသနေပြီး၊ ထိုသို့ဖြစ်ရသည့် အကြောင်းရင်းများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ ဇာတ်ကောင်များသည် လေးစားမှုဖြင့် ဆက်ဆံခြင်း မခံရသည့် အချိန်တွင် မည်ကဲ့သို့ခံစားရနိုင်ကြောင်း ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ မှတ်စုများကို အောက်ပါဇယားကွက်တွင် ရေးသားပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ အပြန်အလှန်လေးစားမှု၏ လက္ခဏာရပ်များမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း။

၂။ အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့နှင့် ဆက်နွှယ်သည့် မြန်မာစကားပုံများကို ဉာဏ်ဖွင့်စဉ်းစားပြီး ထိုစကားများ၏ အဓိပ္ပာယ်များကို ဆွေးနွေးကာ လက္ခဏာရပ်များကို စာရင်းပြုစုပါ။

၃။ အချို့သောသူများသည် လူအများနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် လေးစားမှုမရှိသည့် အကြောင်းရင်းအချို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း။

၄။ သည်းခံနိုင်စွမ်းနှင့် အပြန်အလှန်လေးစားမှုတို့အကြားရှိ ဆက်နွှယ်မှုမှာ အဘယ်နည်း။

၅။ အပြန်အလှန်နားလည်မှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းသည် လူမှုကျင့်ဝတ်များနှင့် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် အရေးကြီးသည့် အခန်းကဏ္ဍမှ အဘယ်ကြောင့် ပါဝင်နေသနည်း။

၂.၃။ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ တန်ဖိုးထားမှု

ကျွန်ုပ်တို့သည် မိမိတစ်ဦးတည်း သီးခြားနေထိုင်ခြင်း မဟုတ်သည့်အတွက် မိမိတို့၏ လုပ်ဆောင်မှုများ (သို့မဟုတ် လုပ်ဆောင်ရန်ပျက်ကွက်မှုများ) သည် အခြားသူများနှင့် မိမိတို့၏ ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ်တွင် အကျိုးဆက်များသက်ရောက်စေပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့သည်မိမိတို့၏ လုပ်ဆောင်မှုများကြောင့် အခြားသူများအပေါ် သက်ရောက်နိုင်ခြေရှိသော သက်ရောက်မှုများနှင့် အကျိုးဆက်များကို စဉ်းစားရန် တာဝန်ရှိသည်။ ထိုသို့စဉ်းစားခြင်းအားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီ ပြုမူနေကြောင်း သေချာစေပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် မိမိတို့၏မိသားစုဝင်များကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသကဲ့သို့ အခြားသော လူ့အသိုက်အဝန်းများသာမက တစ်နိုင်ငံလုံးကိုလည်း စုပေါင်းကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ မြန်မာ့လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်း၏ ငြိမ်းချမ်းရေးဆိုင်ရာ၊ ဥစ္စာစနေကြွယ်ဝမှုဆိုင်ရာနှင့် ဒီမိုကရေစီဆိုင်ရာရည်မှန်းချက်များ ရရှိအောင်မြင်ရန်အတွက် လိုအပ်သော ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ သည်းခံစိတ်ရှိမှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့ ပါဝင်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံရှိ လူ့အသိုက်အဝန်းများ၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် ရပ်တည်ချက်များ ကွဲပြားစုံလင်မှုကြောင့် ဤရည်မှန်းချက်များ ရရှိအောင်မြင်ရန်အတွက် သာတူညီမျှပြီး အားလုံးပါဝင်နိုင်သော ချဉ်းကပ်မှုမျိုး လိုအပ်သည်။ မြန်မာလူငယ်များ အနေဖြင့်ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု စံနှုန်းများအကြောင်း နိုးကြားသိရှိလာစေရန် အတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့်သာယာဝပြောရေး တည်ဆောက်ရာတွင် ထိုကျင့်ဝတ်များ ပျက်ပြားခြင်းမရှိစေရန် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီတိုင်း ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု ရှိအောင်လည်း ပျိုးထောင်ပေးရန် လိုအပ်သည်။ ဤအခန်းငယ်တွင် ထိုအဓိကတန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ချဉ်းကပ်မှုများကို မည်သို့ပြုစုပျိုးထောင်၍ မြှင့်တင်နိုင်သည်ကို အသေးစိတ် လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

၂.၃.၁ | ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

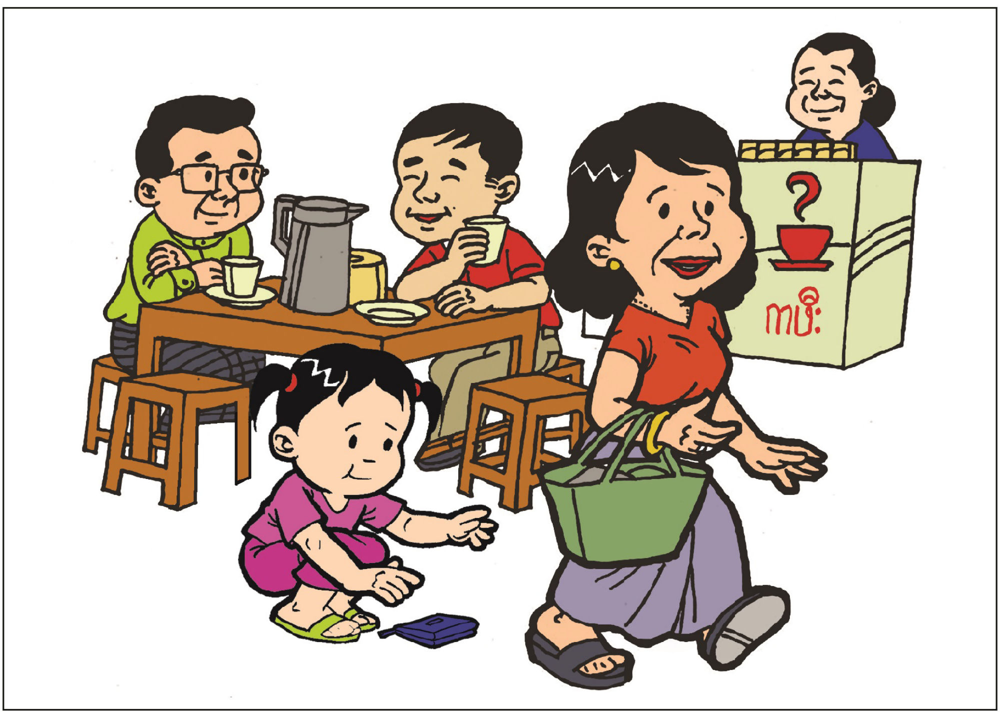
ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများဖြစ်သည့် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းမှုတို့အား မည်သည့်အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားပြီး မည်သို့ကျင့်သုံးကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။
- ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်ပြီး ထိုစံတန်ဖိုးများကို မည်ကဲ့သို့ မွေးမြူနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။

ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု

ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုရှိသူသည် အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ်နေသော ကမ္ဘာ့လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူတစ်ဦး၏ လုပ်ဆောင်ချက်သည် အခြားသူများအပေါ် အကျိုးဆက်များ သက်ရောက်စေကြောင်းကို သိရှိလက်ခံပါသည်။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးတွင်ရှိသင့်သော ကမ္ဘာအနှံ့ကျင့်သုံးသည့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာအခြေခံမူများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုတို့ကို စွဲကိုင်ရဲသည့်သတ္တိနှင့်ပြည့်စုံခြင်း တစ်နည်းအားဖြင့် သစ္စာစောင့်သိမှု တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၁၆ ခုနှစ်တွင် Wisesa သည် Kohlberg ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအဆင့်များတွင် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုကို စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှု တစ်ရပ်အဖြစ် ထည့်သွင်းရန် ကြိုးပမ်းခဲ့သည်။ လူတစ်ဦးသည် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဆဋ္ဌမမြောက်အဆင့်ဖြစ်သည့် သမားရိုးကျထက်သာလွန်သောအဆင့်အား သိနားလည်မှုအပေါ်အခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်ကာ ပြုမူလုပ်ဆောင်မှသာ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုရှိသည်ဟု ၎င်းကကောက်ချက်ချသည်။ ဤအဆင့်အတွက် ဥပမာတစ်ခုအားဖြင့် ကျောင်းသားတစ်ယောက်သည် စာမခိုးချရန် ရွေးချယ်ခဲ့သည် ဆိုပါစို့။ ဤသို့ရွေးချယ်ရခြင်းမှာ ကျောင်းသားတစ်ဦးအနေဖြင့် ၎င်း၏ ဝတ္တရားနှင့် ဆန့်ကျင်နေသောကြောင့် မဟုတ်ဘဲ ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှု တန်ဖိုးအပေါ်ထားရှိသော

၎င်း၏သစ္စာထားရှိမှုကြောင့်သာ ဖြစ်သည်။ ဤနေရာတွင် အခြေခံမှု (သို့မဟုတ်) တန်ဖိုးထားမှုအပေါ် ၎င်း၏ သစ္စာထားရှိမှုကို စာမခိုးချရန်ရွေးချယ်သည့် လုပ်ရပ်မှ တွေ့မြင်နိုင်သည်။ ဤဥပမာသည် ကျောင်းသားများ၏ သံဓိဋ္ဌာန်ခိုင်မာမှုသာမက ထိုသို့သံဓိဋ္ဌာန်ခိုင်မာမှုကြောင့် ၎င်းတို့စွဲကိုင်ထားသော (ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်း၏) အခြေခံမှုများ (သို့မဟုတ်) တန်ဖိုးထားမှုများအတိုင်း လုပ်ဆောင်သည့် ၎င်းတို့၏ ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှုကို ပြသနေပါသည်။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှု ဟူသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် လူ့အသိုက်အဝန်း(များ)တွင် ထားရှိသည့် လူမှုပဋိညာဉ်စည်းမျဉ်းများကို တစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာခြင်း မဟုတ်ကြောင်း ထိုကျောင်းသားက ပြသခဲ့သည်။ ဤဥပမာနှင့် ဆက်စပ်ကြည့်မည်ဆိုလျှင် အဆိုပါကျောင်းသားသည် စာမခိုးချရဟူသည့် ကျောင်းတွင်း လူမှုပဋိညာဉ်ကို လိုက်နာခြင်းမျိုး မဟုတ်ပါ။ တစ်နည်းအားဖြင့် သူသည် စာခိုးချခြင်းမပြုဘဲ မိမိဘာသာအားထုတ်မှုပြု၍ စာမေးပွဲဖြေဆိုသော အခြားကျောင်းသားများကို လေးစားမှုပြသည့် ရိုးဖြောင့်မှုနှင့် ဆက်စပ်ပြသခြင်းဖြစ်သည်။ စင်စစ်အားဖြင့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်မှု ဟူသည်မှာ လူသားဆန်မှုနှင့် လူ့ဂုဏ်သိက္ခာတို့ကို အလေးဂရုပြုခြင်းမှ အခြေတည်ကာ ပေါက်ဖွားလာခြင်း ဖြစ်သည်။



ပုံ ၂.၁။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု - လက်ဖက်ရည်ဆိုင်တစ်ဆိုင်တွင် အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ကျသွားသည့်ငွေကို ဖွေးဖွေးကကောက်ယူနေပုံ

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ပြုမူလုပ်ဆောင်သည့်အခါ ထိုကဲ့သို့ပြုမူလုပ်ဆောင်စေသည့် စေ့ဆော်မှုကို နားလည်ရန် အရေးကြီးသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏လုပ်ရပ်များကြောင့် အကျိုးဆက်များ မည်သို့ပင် သက်ရောက်စေကာမူ မိမိတို့မှန်ကန်သည်ဟု ထင်သောအရာကို လုပ်ဆောင်ရန် စေ့ဆော်မှုသည် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ မူလဘူတခံယူချက်အပေါ် အခြေခံ၍ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ Kohlberg ၏ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အဆင့်များ၏ အနိမ့်ပိုင်းအဆင့်ငယ်များတွင် ရှိနေသောကျောင်းသားသည် ပြစ်ဒဏ်ပေးခံရမည်ကို ကြောက်ရွံ့သောကြောင့် စာမခိုးချရန် ရွေးချယ်ခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ မိမိ “မှန်ကန်” သည်ဟု ယူဆသည့်အရာကို ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်ဟူသည့် မိမိယုံကြည်ရာသို့ လိုက်လံလုပ်ဆောင်ခြင်း နှင့် ပတ်သက်သည့် ပြဿနာတစ်ရပ်မှာ သင့်အနေဖြင့် မှားယွင်းသောစာရိတ္တပိုင်းဖြင့် ကျင့်ကြံမိခြင်းမျိုး ဖြစ်နိုင်သည် (Mintz, 2018)။ ဤအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ဥပမာ တစ်ရပ်ကို လူတစ်ဦးက ၎င်းနှင့်အသွင်တူသူများကို နှစ်သက်ခြင်းကြောင့် သော်လည်းကောင်း၊ အခွင့်အာဏာနှင့် လေးစားခံရသူများရှိသည့် လူမှုအဖွဲ့တစ်ခုအား နှစ်သက်ခြင်းတို့ကြောင့် မျက်နှာသာပေးခြင်း ပြုသည်ဆိုသည့် လူတစ်ဦး၏မျက်နှာသာပေးမှုအပေါ်တွင် တွေ့ရှိနိုင်သည်။ ထိုသူများထံတွင် လူ့အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်ရန် လိုအပ်သည် ဟူသော ခံယူချက် ရှိနိုင်သော်လည်း လက်တွေ့အခြေအနေ၌ ၎င်းတို့သည်ကွဲပြားသူများ (သို့မဟုတ်) ဖယ်ကြဉ်ချန်လှပ်ခံအုပ်စုများ၏ အခွင့်အရေးများကို အလုံးစုံ ထည့်သွင်းစဉ်းစားမှုမရှိဘဲ မိမိနှင့် အသွင်တူသူများ (သို့မဟုတ်) ငွေကြေးချမ်းသာပြီး အင်အားကြီးသူများ၏ အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်ရန်သာ ကြိုးပမ်းတတ်ကြသည်။ သင့်လုပ်ဆောင်မှုများကို သင်စွဲကိုင်ထားသော အခြေခံမူများနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သင်၏ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုကို ပြသနိုင်သော်လည်း သင်၏အခြေခံမူများသည် လူသားချင်းစာနာမှုနှင့် လူသားအားလုံး၏ ဂုဏ်သိက္ခာတို့အပေါ် လေးစားမှုရှိခြင်းကို အခြေခံသော မူများဖြစ်သင့်ပါသည်။

စိတ်ချယုံကြည်ရမှု

မျက်မှောက်ခေတ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့သည်အပြန်အလှန်မှီခိုဆက်နွယ်လျက်ရှိသည့် ကွဲပြားစုံလင်သော လူမျိုးစုများယှဉ်တွဲနေထိုင်ရာ ဗဟုလူ့အဖွဲ့အစည်းများတွင် နေထိုင်နေကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် အခြေခံယုံကြည်မှု တစ်ရပ်ရှိရန် လိုအပ်သည် (UNESCO, 2017)။ လူသားတိုင်းသည် အခြားသူ (သို့မဟုတ်) အခြားအဖွဲ့က ယုံကြည်ထိုက်ကြောင်း သိမြင်သည့်အခါမှသာ သူတစ်ပါးကို ယုံကြည်တတ်ကြသည် (Caldwell & Anderson, 2018)။ ထိုသို့ယုံကြည်ရန် ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်းသည် ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက်ဖြစ်ပြီး ယုံကြည်သူ၏ ထူးခြားသော တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များနှင့် အမြင်များအပေါ် မူတည်ပါသည်။ ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ရန် အချိန်ကြာမြင့်ပြီး ထပ်ဖန်တလဲလဲအားထုတ်ရန် လိုအပ်သော်လည်း

ချက်ချင်းဆိုသလို ပျက်စီးသွားနိုင်သည်။ လူတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးအကြား၊ လူ့အသိုက်အဝန်းများကြား၊ မီဒီယာနှင့်အစိုးရကဲ့သို့သော အဖွဲ့အစည်းများအကြားတွင် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ရန်နှင့် ထိန်းသိမ်းရန်လိုအပ်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် လူတစ်ဦးသည် စာရိတ္တပျက်ပြားစွာ ပြုမူဆောင်ရွက်သောအခါ (သို့မဟုတ်) လူတစ်ဦးသည် အကျင့်ပျက်ခြစားမှုကဲ့သို့ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အမြတ်အစွန်းအတွက် မိမိ၏လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို အသုံးချသောအခါ မည်မျှပင်အချိန်ယူကာ ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ခဲ့ပြီးသော်လည်း ထိုယုံကြည်မှုနှင့် မထိုက်တန်သူများအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားကြသည်။ လူမှုအဖွဲ့အစည်းများအကြားတွင် တည်ဆောက်ထားသော ယုံကြည်မှုသည်လည်း အလျင်အမြန်ပျက်စီးသွားတတ်သည်။ ပြီးခဲ့သည့်သင်ခန်းစာတွင် လေ့လာခဲ့သည့်အတိုင်း သဘောထားသေးသိမ်ခြင်းနှင့် ပုံသေကားကျ သဘောထားများ ဆက်လက်ထားရှိနေခြင်းသည် စာသင်ခန်းပြင်ပ၌ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် ဖယ်ကျဉ်ခြင်းတို့ ဆက်လက်ဖြစ်ပွားစေရန် အားပေးလျက်ရှိပြီး အချို့အခြေအနေများတွင် လူ့အသိုက်အဝန်း အတွင်း အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ယုံကြည်မှုပျက်ပြားခြင်းတို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ပုံ ၂.၂။ စိတ်ချယုံကြည်ရမှု - ဖွေးဖွေး၏ မိဘများက လက်ဖက်ရည်ဆိုင်စားပွဲထိုးအား အမ်းငွေအပိုကို ပြန်ပေးနေခြင်း

ယုံကြည်မှုကဲ့သို့သော ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာသဘောထားများသည် သမာသမတ်ကျသော၊ မျှတသော၊ အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှုရှိသော အဖွဲ့အစည်းများနှင့်ဆက်စပ်နေပြီး ထိုအဖွဲ့အစည်းများတွင်

နှစ်မြှုပ်စွဲခိုင်နေသည့် အရာလည်းဖြစ်သည် (Rothstein & Stolle, 2008)။ ဥပမာအားဖြင့် အရပ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများတွင် အကျင့်ပျက်ခြစားမှုများ ဖြစ်ပွားလေ့ရှိပါက ထိုအဖွဲ့အစည်းများသည် မယုံကြည်ထိုက်ပါ။ လူထုတစ်ရပ်အဖြစ် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရာတွင် ယုံကြည်ထိုက်သော သတင်းအချက်အလက်များသည်လည်း အဓိကသော့ချက် ဖြစ်သည်။ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် သာယာဝပြောမှုကို တည်ဆောက်ရာတွင် ထိရောက်စွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်နှင့် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် လူ့အသိုက်အဝန်းအပေါ် သက်ရောက်နေသည့် လက်ရှိပြဿနာများကိုသိရှိပြီး မျက်စိဖွင့်၊ နားဖွင့်နေထိုင်ရန် အလွန်အရေးကြီးသည်။ သို့သော် ယင်းသည် ရိုးရှင်းသော တာဝန်တစ်ရပ်တော့ မဟုတ်ပေ။ အခြားသူများနှင့် အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုများ၊ သမားရိုးကျ မီဒီယာနှင့် လူမှုကွန်ရက်များမှတစ်ဆင့် အရည်အသွေးအမျိုးမျိုးရှိသည့် သတင်းအချက်အလက် အမြောက်အမြားရရှိနိုင်သောကြောင့် မည်သည့်ရင်းမြစ်များကို ယုံကြည်နိုင်ကြောင်းသိရှိရန် အလွန်ခက်ခဲနိုင်ပါသည် (Rothstein & Stolle, 2008)။ မည်သည့်အခြေအနေတွင်မဆို ကိုးကားရန်သင့်တော်သော၊ တိကျမှန်ကန်မှုရှိသော၊ အလွယ်တကူ အတည်ပြုနိုင်သော သတင်းအချက်အလက်ဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များကို ယုံကြည်စိတ်ချရသည်များဟု သတ်မှတ်နိုင်သည်။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုကဲ့သို့ပင် စိတ်ချယုံကြည်ရမှု ဆိုသည်မှာ မိမိစွဲကိုင်ထားသော အခြေခံမူများနှင့်အညီ အစဉ်သဖြင့် ပြုမူဆောင်ရွက်ခြင်းကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပြီး ထိုအခြေခံမူများသည်လည်း လူ့ဂုဏ်သိက္ခာကို ထိန်းသိမ်းရန် အခြေတည်ထားသောမူများ ဖြစ်ရပါမည်။ ပထမဦးစွာ တန်းတူမညီမျှမှု မြင့်မားသည့်နေရာတွင် ချို့တဲ့သူများသည် အင်အားမဲ့သည်ဟု ခံစားရနိုင်သည်။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် ၎င်းတို့၏အမြင်များသည် နိုင်ငံရေးစနစ်တွင် ကိုယ်စားမပြုဟုထင်မြင်နိုင်ပြီး လူထုနှင့်ထိတွေ့ဆက်ဆံမှုမှ မပြုလုပ်တော့ရန် ဆုံးဖြတ်သွားနိုင်သည်။ ဒုတိယအနေဖြင့် အခြားသူများအပေါ် ယုံကြည်မှုသည် စီးပွားရေးဆိုင်ရာတန်းတူညီမျှမှု၏ အခြေခံအုတ်မြစ်အပေါ်တွင် မှီတည်သည်။ အရင်းအမြစ်များကို မမျှတစွာဖြန့်ဝေသောအခါ ထိပ်ပိုင်းနှင့် အောက်ခြေရှိလူများသည် တူညီသောအခြေအနေကို မျှဝေရင်ဆိုင်နေရသည်ဟု တစ်ယောက်ပေါ်တစ်ယောက် စဉ်းစားပေးလိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့သည် လူမှုရေးနောက်ခံအမျိုးမျိုးရှိလူများကို ယုံကြည်ရန်အကြောင်းပြချက် နည်းလိမ့်မည်။ ယုံကြည်မှုသည် အကောင်းမြင်ဝါဒ စိတ်ထားအခြေခံ/ အကောင်းမြင်ဝါဒ၏ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ အခြေခံနှင့် တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိန်းချုပ်မှုရှိခြင်းပေါ်တွင်လည်း မှီတည်သည်။ တန်းတူမညီမျှမှု မြင့်မားသည့်နေရာတွင် လူများအနေဖြင့် တောက်ပသော အနာဂတ်ရှိသည်ကို ယုံကြည်နိုင်စွမ်းနည်းလာပြီး ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကံကြမ္မာကို ကြိုးကိုင်နိုင်သူများဖြစ်သည့်အချက်ကိုပါ ယုံကြည်ရန် အကြောင်းပြချက် နည်းပေလိမ့်မည်။ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းသည် ယုံကြည်မှုစံနှုန်းများနိမ့်လာစေပြီး ၎င်းသည် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းဆိုင်ရာ ပါဝင်လှုပ်ရှားမှုတွင်ပါ သွယ်ဝိုက်၍သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည်။

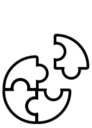
စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု

စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုဟုဆိုသည်မှာ သူတစ်ပါးကို သည်းခံနိုင်ရုံသာမက ၎င်းတို့ကို အလုံးစုံ နားလည်နိုင်သော၊ နက်ရှိုင်းစွာ လက်ခံနိုင်သော၊ မပြောင်းမလဲ မေတ္တာထားနိုင်သော စွမ်းရည်ကို ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု ဆိုသည်မှာ ခံစားချက် (သို့မဟုတ်) စိတ်ခံစားမှု မဟုတ်ပါ။ Paul Gilbert (၂၀၁၁) ၏ ရှင်းပြချက်အရ စာနာရိုင်းပင်းမှုသည် စိတ်ခွန်အားနိုးကြွစေသော ရပ်တည်ချက်ဖြစ်သည့်အပြင် ကမ္ဘာကြီးတွင် ကျင့်ဝတ်နှင့်အညီ နေထိုင်ရန်နှင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်တတ်ရန်နည်းလမ်း ဖြစ်သည်။ မူလထက် ပိုမိုဂရုစိုက်တတ်၊ စာနာရိုင်းပင်းတတ်လာခြင်း အတတ်တွင် အာရုံစူးစိုက်စွမ်း၊ သတိကြီးစွာထားနိုင်စွမ်း၊ ကိုယ်ချင်းစာနိုင်စွမ်း တို့ကို မွေးမြူခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ စာနာမှုဆိုသည်မှာ အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်နိုင်ခြင်းဖြစ်ပြီး အခြားသူများ၏ခံစားချက်ကို နားလည်ရန်ကြိုးပမ်းခြင်းဖြစ်သည် (UNESCO, 2018)။ ၎င်းသည် "အခြားသူများနေရာမှ ဝင်ခံစားတတ်သော" စွမ်းရည်ဖြစ်ပြီး အခြားသူကြုံတွေ့ရမည့်အခြေအနေကို မိမိတွေ့ကြုံရမည်ဆိုပါက မိမိမည်သို့ပြုမူမည်၊ မည်သို့ တုံ့ပြန်မည်နှင့် မည်သို့ခံစားရမည်ကို ပြန်လည်သုံးသပ်နိုင်သည့် စွမ်းရည်လည်းဖြစ်သည်။ ကိုယ်ချင်းစာတရားသည် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုသို့ ဦးတည်ပြီး အခြားသူတစ်ယောက်က ကျွန်ုပ်တို့အပေါ် အပြစ်ပြုမိလျှင်ပင် ထိုသူ့အပေါ် လူသားချင်းစာနာစိတ် ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ဆက်ဆံရေးတစ်ခု ပြိုကွဲသွားသည့်အခါ စာနာရိုင်းပင်းစိတ်ရှိပါက ထိုစိတ်ဖြင့်ခွင့်လွှတ်ပေး၍ စေ့စပ်ညှိနှိုင်းမှုများ လုပ်ဆောင်စေပါသည်။

စာနာရိုင်းပင်းစိတ်မှတစ်ဆင့် စေ့စပ်ညှိနှိုင်းရန် လုပ်ဆောင်သည့်အခါ အပြန်အလှန်ပြောဆို ဆွေးနွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆွေးနွေးခြင်းသည် ကွဲပြားခြားနားသော အတွေးအမြင်များနှင့် ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များအား တန်ဖိုးထားသည့် ချဉ်းကပ်နည်း ဖြစ်သည်(UNESCO, 2018)။ အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးခြင်းသည် ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း ဆိုင်ရာ အခြေခံသဘောတရားများအပေါ် အခြေခံထားပြီး အပြန်အလှန်ပြောဆို ဆွေးနွေးရာတွင် ပါဝင်သူအစုအဖွဲ့အားလုံး ပိုမိုပါဝင်ခြင်းသည် သင်ယူလေ့လာနိုင်စေရုံ သာမက အပြန်အလှန်နားလည်မှုနှင့် ပိုမိုအားကောင်းသော လူ့အသိုက်အဝန်းများကိုလည်း တည်ဆောက်စေနိုင်ကြောင်း လက်ခံယုံကြည်ထားသည့် ယုံကြည်မှုအပေါ် အခြေခံထားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အခြားသူများပြောဆိုသည်များကို အချိန်ယူနားထောင်ပေးပြီး ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် လိုအင်ဆန္ဒများကိုနားလည်နိုင်ဖို့ အချိန်ပေးပါက ၎င်းတို့၏လုပ်ရပ်များနှင့် စကားလုံးများသာမက ၎င်းတို့နောက်ကွယ်ရှိ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များနှင့် စေ့ဆော်မှုများကိုပါ မြင်တွေ့ကြရသည်။ အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးနေစဉ်အတွင်း တွေ့ရှိလာရမည်မှာ စိတ်ဝင်စားမှုများ တူညီကြခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသို့စိတ်ဝင်စားမှုများတူညီခြင်းမှသည် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တတ်မှုစွမ်းရည်တို့ကို တိုးမြှင့်စေပြီး တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ပြိုင်ဘက်ဟု

မမြင်တော့ဘဲ မဟာမိတ်များအဖြစ် ရှုမြင်စေပါသည် (Slachmuijlder, 2018)။ ထို့ကြောင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုသည် လူမှုဝတ္တရားနှင့် လူထုပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုများနှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်နွှယ်မှုရှိပါသည်။

ပုံ ၂.၃။ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု - ဖွေးဖွေးနှင့်သူ၏မိဘများက လမ်းပေါ်တွင်တောင်းရမ်းနေသောကောင်လေးအား ကျန်ရှိသော အစားအစာများပေးနေပုံ



သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ သင် မည်သူ့အား သိရှိသနည်း။

၁။ မိမိဘဝတွင် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု တို့ကို ဖော်ဆောင်ပြသခဲ့သည့် လူတစ်ယောက်အကြောင်းစဉ်းစားပါ။

၂။ ထိုသူများပြုမူသော အပြုအမူများ၏ ဝိသေသလက္ခဏာများကို စာရင်းပြုစုပါ။

၃။ လူတစ်ဦးက ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့ကို ပြသနိုင်သည့် အခြေအနေများကို စာရင်းပြုစု၍ အကဲဖြတ်သုံးသပ်ပါ။ ပြန်လည်တင်ပြနိုင်ရန်အတွက် ဤနေရာတွင် မှတ်စုများရေးသားပါ။

၄။ မြန်မာ့စကားပုံများကို ထပ်မံစဉ်းစားပါ။ မည်သည့်စကားပုံက လုပ်ငန်းအစတွင် သင်စဉ်းစားခဲ့သူ (များ) အား ကိုယ်စားပြုနေသည်ကို ဖော်ထုတ်ပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ လက်တွေ့မဆန်သော/ အဆိုးမြင်သော အမြင်များ

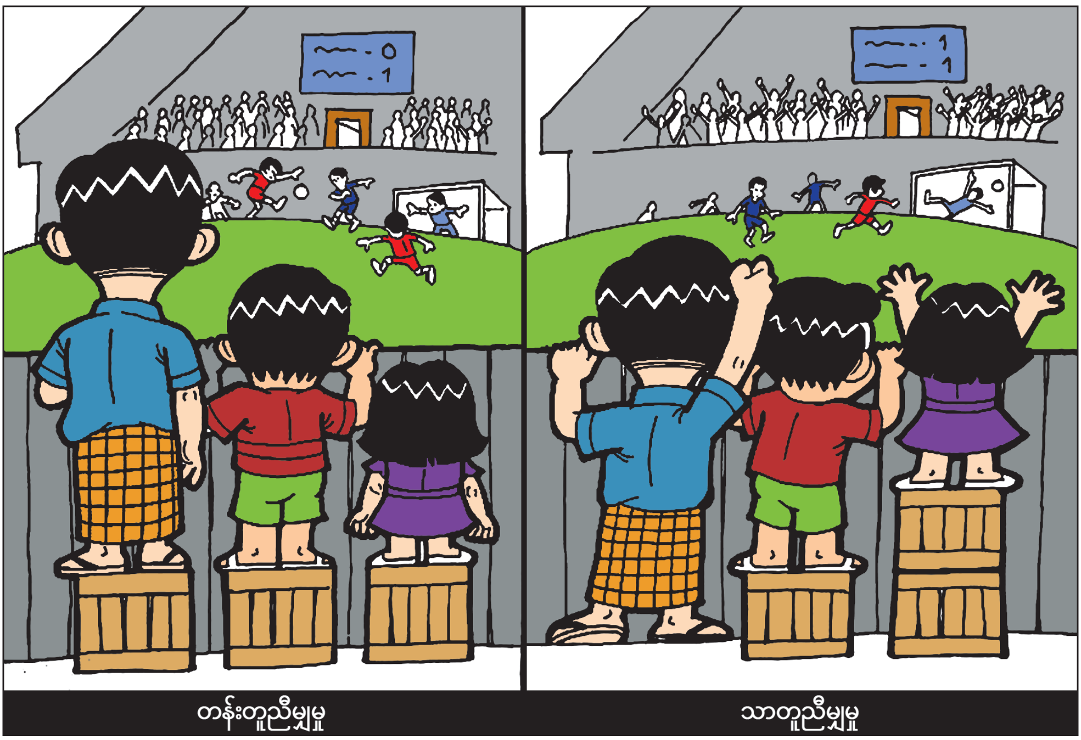
ဖြောင့်မတ်မှုတည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့ မရှိသည့် မြန်မာနိုင်ငံသည် မည်သို့ဖြစ်မည်နည်း။ သင်၏ တင်ပြမှုအတွက် ပြင်ဆင်ရန် မှတ်စုများ ရေးသားပါ။

၂.၃.၂ | တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို ခွဲခြားတတ်မည်။
- တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို လက်တွေ့ဘဝအခြေအနေများတွင် မည်သို့ကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်တတ်မည်။



ပုံ ၂.၄။ မြန်မာနိုင်ငံအခြေအနေနောက်ခံပြု တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုပြရုပ်ပုံ

လက်ရှိမြန်မာနိုင်ငံနှင့် အခြားသောနေရာများတွင် စီးပွားရေးနှင့် လူမှုရေးအပြောင်းအလဲများ လျင်မြန်စွာ ပြောင်းလဲနေသောကြောင့် အလုပ်အကိုင်ခန့်ထားမှု၊ ကျန်းမာရေး၊ အိုးအိမ်၊ ဝင်ငွေ၊ လူမှုဖူလုံရေး၊ ပညာရေးတို့နှင့် စပ်လျဉ်းသော လူ့အခွင့်အရေးများကို အကာအကွယ်ပေးရန်မှာ

ပဓာန လိုအပ်ချက်ဖြစ်သည်။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုကို ဘက်မလိုက်ခြင်းနှင့် အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းဆိုင်ရာ ဥပဒေရေးရာအခြေခံမူများတွင် ပြဋ္ဌာန်းထားသည် (Battaini-Dragoni, 2006)။ သို့သော် တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု အသိသညာများသည် လူမှုရေးတရားမျှတမှုနှင့် ရင်းမြစ်များကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် အခရာဖြစ်သော်လည်း ၎င်းတို့သည် သိသိသာသာကွဲပြားခြားနားသည်ကို သတိပြုရန် အရေးကြီးသည် (The National Association for Multicultural Education, 2020)။ သာတူညီမျှမှုသည် လူသားအားလုံး တရားမျှတမှုရှိစွာ ဆက်ဆံခံရခွင့်ရှိသည်ဟူသော အခြေခံမူနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး၊ သဟဇာတဖြစ်မှုနှင့် အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမှုတို့ တည်ဆောက်ရန် အတွက် သာတူညီမျှမှုကို ကာကွယ်မြှင့်တင်ရန် အရေးကြီးသည်ဟူသော အချက်ကို အခြေခံထားသော မူများပေါ်တွင် အလေးပေးထားပါသည်။ သာတူညီမျှမှု၏ အခြေခံမူသည် တန်းတူညီမျှမှုဆိုင်ရာ အယူအဆမှ ဆင်းသက်လာသည်။ ၎င်းအယူအဆအရ လူသားအားလုံးသည် မွေးဖွားစဉ်ကတည်းပင် တန်းတူညီမျှသော ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းနှင့် အခွင့်အရေးပိုင်းတို့တွင် တူညီစွာမွေးဖွာလာခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ (Schulz et al., 2016)။

တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုဟူသည့် ဝေါဟာရနှစ်ခုကြားတွင် မကြာခဏရှုပ်ထွေးမှုများ ရှိတတ်သည်။ ရိုးရိုးရှင်းရှင်းပြောရလျှင် ကြီးထွားရှင်သန်ရန်လိုအပ်သည့် အပင်သာဓကကို အသုံးပြုနိုင်သည် (The National Association for Multicultural Education, 2020)။ သင်သည် အပင်အားလုံး၏ လိုအပ်ချက်များကို တန်းတူညီမျှမှု အခြေခံမူများအတိုင်း လိုက်နာ၍ ဖြည့်ဆည်းရန်စဉ်းစားပါက ထိုအပင်အားလုံးသည် ရှင်သန်ကြီးထွားရန်အတွက် ရေ၊ မြေဆီလွှာ နှင့် အလင်းတို့လိုအပ်သည်ကို နားလည်ရမည် ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် အပင်နှစ်မျိုးကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်လျှင် ထိုအပင်နှစ်မျိုးသည် ရှင်သန်ကြီးထွားရန်အတွက် လိုအပ်ချက်များ ကွဲပြားခြားနားလိမ့်မည်။ ဆိုလိုသည်မှာ နေကြာပင်တစ်ပင် ရှင်သန်ကြီးထွားနိုင်သော မြေပေါ်တွင် ရှားစောင်းပင်တစ်ပင်သည် ရှင်သန်နိုင်မည် မဟုတ်ပေ။ သို့မဟုတ် နေကြာပင် တစ်ပင် ရှင်သန်ကြီးထွားနိုင်သော ရေပမာဏဖြင့် ရှားစောင်းပင်သည် ရှင်သန်နိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

ထို့ကြောင့် သာတူညီမျှမှုရရှိရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် အပင်တစ်ပင်စီ၏ အမြင့်ဆုံး အလားအလာကိုရောက်ရှိရန် လိုအပ်သည့်ရင်းမြစ် အမျိုးအစားသာမက ပမာဏကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုအပ်သည်။ ထိုအသိသညာများသည် အပေါ်တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့် ရုပ်ပုံနှင့် အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ လူသုံးယောက်စလုံးကို မတ်တတ်ရပ်နိုင်မည့် သေတ္တာများပေးခဲ့သည့်အခါမျိုးတွင် တစ်ဦးချင်းစီသည် တူညီသောသေတ္တာအလုံးရေ ရရှိပါက ယင်းကို တန်းတူညီမျှမှုဟု ခေါ်သည်။ သို့ရာတွင် အရပ်အပုဆုံးကလေးသည် သေတ္တာတစ်လုံးဖြင့်ပင် ကစားပွဲကို မမြင်နိုင်ပါ။ လက်ရှိအရင်းအမြစ်များ (သေတ္တာများ)

ဖြန့်ဝေပေးမှုပုံစံသည် ၎င်းအတွက်မမျှတပါ။ သင်သည် ဤအခြေအနေကို သာတူညီမျှမှု ရှုထောင့်မှ ချဉ်းကပ်ပါက သေတ္တာကိုအလိုအပ်ဆုံးသော ကလေးအားသေတ္တာများ ပိုပေးကာ ကလေးအားလုံးကစားပွဲကို ပျော်ရွှင်စွာကြည့်ရှုနိုင်သည့်နည်းကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်လိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် ဤဥပမာတွင် လူမှုတရားမျှတမှုသည် အားအနည်းဆုံးဘက်တွင် ရှိနေသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။

တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှရှိမှုအကြားရှိ ကွဲပြားခြားနားမှုများ၏ အခြားဥပမာများကို အားလုံးပါဝင်နိုင်မှု၏ အတားအဆီးများကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် ရှင်းပြနိုင်သည်။ အာလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်နိုင်မှုသည် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ၊ စိတ်နေစိတ်ထားဆိုင်ရာနှင့် အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ အတားအဆီးများကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်းနှင့် ဖော်ထုတ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ် ဖြစ်သည် (Chapman, 2012)။ အားလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်မှုအတွက် အဟန့်အတားများကို အောက်ပါနယ်ပယ်သုံးခုအဖြစ် ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနိုင်သည်။

- လူတစ်ဦးချင်းစီအလိုက် / စိတ်နေစိတ်ထားဆိုင်ရာ - ဥပမာအားဖြင့် ပုံသေကားကျ ယူဆသတ်မှတ်ခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကဲ့သို့သော တစ်ဦးချင်းစွမ်းဆောင်နိုင်မှု (သို့မဟုတ်) ဖယ်ကြဉ်ခံထားရသော (သို့မဟုတ်) ထိခိုက်လွယ်သော အုပ်စုများအပေါ် ထားရှိသည့် စိတ်နေစိတ်ထားများနှင့် ပတ်သက်သည့် အတားအဆီးများ။
- ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ - ဖန်တီးယူထားသောပတ်ဝန်းကျင် (သို့မဟုတ်) သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအတားအဆီးများ။ ဥပမာ - အထက်တွင် ဖော်ပြထားသော ပုံ (၂.၄) ပါ ခြံစည်းရိုး။
- ဖွဲ့စည်းပုံဆိုင်ရာ (သို့မဟုတ်) အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ - ဥပမာအမျိုးသားဥပဒေများ၊ မူဝါဒများ၊ နည်းဗျူဟာများနှင့် လူမှုအဖွဲ့တစ်ခုကို ဖယ်ကြဉ်ထားသော (သို့မဟုတ်) ခွဲခြားဆက်ဆံသော အဖွဲ့အစည်းတစ်ခု၏ ကျင့်ထုံးများ။

ဥပမာအားဖြင့် သန့်ရှင်းသောရေ ရရှိမှုအကြောင်းပြောသောအခါ နယ်ပယ်သုံးခုလုံးတွင် အဟန့်အတားများ ရှိနိုင်သည်။ လူတစ်ဦးသည် ဆင်းရဲသောကြောင့် (သို့မဟုတ်) ဝေးလံခေါင်ဖျားသောဒေသတွင် နေထိုင်သောကြောင့် သန့်ရှင်းသောရေရရှိရန် ခက်ခဲနိုင်သည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် လူတစ်ဦးသည် သန့်ရှင်းသောရေကိုရရှိသည်အပြင် ရေသန့်ရှင်းရေး ဝန်ဆောင်မှုများရရှိရန် ပိုမိုလွယ်ကူသောမြို့တွင် နေထိုင်နိုင်သည်။ ဆင်းရဲသူများအတွက် အဟန့်အတားများမှာ ရေသန့်ရှင်းရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံ တည်ဆောက်ရန် ခက်ခဲစေနိုင်သည့် နေထိုင်ရာဒေသ၊ ရာသီဥတုနှင့် မြေအနေအထားစသည့်

ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အခြေအနေများ ဖြစ်နိုင်သည်။ ဆင်းရဲသောသူများနှင့် ဝေးလံသောဒေသများထံသို့ သန့်ရှင်းသောရေကို သယ်ဆောင်ရန်အတွက် နည်းဗျူဟာများရှာဖွေပေးရန် ဥပဒေပြုသူများက မလိုလားသည့်အခြေအနေသည် အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ အတားအဆီး ဖြစ်နိုင်ပြီး စီးပွားရေးအရင်းအမြစ်များနှင့်ဆိုင်သော အခြေအနေသည် တစ်ဦးချင်းဆိုင်ရာ အတားအဆီးဖြစ်နိုင်သည်။ အခြားတစ်ဖက်တွင်မူ သန့်ရှင်းသောရေကို လက်လှမ်းမီသည့် မြို့နေလူထုသည် ၎င်းတို့၏အခွင့်အရေးများကို အပြည့်အဝရရှိကြသည်။

အခြေခံမူအားဖြင့်ဆိုရလျှင် တန်းတူညီမျှမှုဆိုသည်မှာ ဆင်းရဲသူနှင့် စီးပွားရေးအခြေအနေ တောင့်တင်းသူနှစ်ဦးစလုံးသည် သန့်ရှင်းသောရေ ရရှိပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ အခြားတစ်ဘက်၌တွင်မူ သာတူညီမျှမှုဆိုသည်မှာ လူများသည် မတူကွဲပြားကြောင်း၊ ထိုသူများ၏ အခွင့်အရေးကို နားလည်သဘောပေါက်ကြောင်း သေချာစေပြီး မတူညီသောအထောက်အပံ့နှင့် ရင်းမြစ်များ ဖြန့်ဝေပေးရန်လိုအပ်သည်ကို လက်ခံအသိအမှတ်ပြုခြင်းဖြစ်သည်။ တရားမျှတမှုရရှိကြောင်း သေချာစေရန်အတွက် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုပုံစံများနှင့် အားနည်းချက်များအတွက် ပြန်လည် နှစ်သိမ့်ပေးရန် တိုင်းတာမှုများကို မကြာခဏလုပ်ဆောင်ရမည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင့်လျော်ပြီး သာတူညီမျှသောကျင့်ထုံးတစ်ခုမှာ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းရှိ အဆင်းရဲဆုံးသူများနှင့် ဝေးလံခေါင်သီသောဒေသများ၌ နေထိုင်သူများကို တတ်နိုင်သောနည်းလမ်းများဖြင့် ရေကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ရန် ဖြစ်သည် (WaterAid, 2016)။

တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုကြား မည်သို့ခွဲခြားရမည်ဆိုသည်နှင့် ပတ်သက်၍လည်း ကျား၊မ ဖြစ်တည်မှု အပေါ်မူတည်၍ ကွဲပြားသည့်ရှုထောင့်တစ်ခု ပံ့ပိုးပေးထားပါသည်။ ကျား၊မ ရေးရာ သာတူညီမျှမှုသည် အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများသာမက အခြားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာခံယူချက်ရှိသူများ အတွက်ပါ မျှတစေပြီး ထိုလူမှုအုပ်စုအဖွဲ့များအားလုံး အကျုံးဝင်ပါဝင်မှုရှိစေသော ဖြစ်စဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤဖြစ်စဉ်သည် အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာနှင့် သဘောထားခံယူချက်ဆိုင်ရာ အဟန့်အတားများကို ဖြိုဖျက်ချသည့် လုပ်ငန်းစဉ်များပါဝင်ပြီး ကျား၊မ ရေးရာ သာတူညီမျှရှိမှုကို ဦးတည်ခြင်းဖြင့် လိင်ဖြစ်တည်မှု အမျိုးမျိုးရှိသူများ အနေဖြင့် တူညီသော အခွင့်အလမ်း၊ ရင်းမြစ်များနှင့် ဆုလာဘ်များကို ခံစားနိုင်မည်ဖြစ်သည်(Facio & Morgan, 2015 as cited in Afkhami & Eisenberg, 2015)။ ကျား၊မ ရေးရာ တရားမျှတမှု မရှိသော နေရာများတွင်မူ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ပိုင်ခွင့်ရှိခြင်း၊ စီးပွားရေးနှင့် လူမှုရေး ရင်းမြစ်များကို ရယူပိုင်ခွင့်ရှိခြင်းတို့နှင့် စပ်လျဉ်းလျှင်ချန်လှပ်ခံရခြင်း (သို့မဟုတ်) အခွင့်အရေး မပေးခံရခြင်းတို့ကို ယေဘုယျအားဖြင့် အမျိုးသမီးများ (သို့မဟုတ်) LGBTIQ+ အုပ်စုများက ခံရလေ့ရှိကြသည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဗီဒီယို ကြည့်ရှုခြင်း

၁။ ဖော်ပြပါလင့်မှ ဗီဒီယိုကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ - https://www.youtube.com/watch?v=nCS7Rus4_-Y။ ဗီဒီယိုအရ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှရှိမှုတို့၏ ကွဲပြားခြားနားချက်ကို ဖော်ပြပါ။ ဤနေရာတွင် မှတ်စုများရေးသားပါ။

၂။ ဗီဒီယိုမှ Naheed Dosan ပြောခဲ့သည့် ကိုးကားချက်ကို စဉ်းစားပါ။ “တန်းတူညီမျှမှုသည် လူတိုင်းအား ဖိနပ်တစ်ရံပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ သာတူညီမျှမှုသည် လူတိုင်းအား ၎င်းတို့နှင့်တော်သည့် ဖိနပ်တစ်ရံပေးခြင်း ဖြစ်သည်။” အဆိုပါ ကိုးကားချက်ကို အသုံးပြု၍ သာတူညီမျှရှိမှုသည် မျှတမှုနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်မှုတို့နှင့် မည်သို့ဆက်စပ်နေသည်ကို ရှင်းပြပါ။

၃။ အကြောင်းအရာကိုဖတ်ရှုပြီးချိန်တွင် တန်းတူညီမျှမှု (သို့မဟုတ်) သာတူညီမျှမှုကို ပြသသင့်သော အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေးအမြင်များကို တီပုံစံ ဇယားကွက်ထဲသို့ ထည့်ပါ။

တန်းတူညီမျှမှု	သာတူညီမျှမှု
လူအားလုံးသည် သန့်ရှင်းသောရေကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။	လူမှုအဖွဲ့အစည်းရှိ အဆင်းရဲဆုံးသူများနှင့် ဝေးလံခေါင်သီသောဒေသများတွင် နေထိုင်သူများကို သန့်ရှင်းသောရေကို တတ်နိုင်သော နည်းလမ်းများဖြင့် ထောက်ပံ့ပေးသည်။
အမျိုးသားများရော အမျိုးသမီးများပါ တူညီသော အခွင့်အရေးများ၊ အရင်းအမြစ်များနှင့် အကျိုးခံစားခွင့်များ ရရှိနိုင်သည်။	အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများအပါအဝင် မည်သည့် လိင်ဖြစ်တည်မှုခံယူချက်ရှိသူမဆို တရားမျှတစွာ ဆက်ဆံခြင်းနှင့် အားလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်ခြင်း

တန်းတူညီမျှမှု	သာတူညီမျှမှု

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးခြင်း

၁။ ဆရာ ဆောင်ရွက်နိုင်သည့်အရာကို ဖော်ပြပါ။

၂။ ကျောင်းက ဆောင်ရွက်နိုင်သည့်အရာကို ဖော်ပြပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့၏ ကွဲပြားခြားနားချက်ကို ဖော်ပြပါ။

၂။ လက်တွေ့ဘဝတွင် တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုကို မည်သို့ကျင့်သုံးနိုင်သနည်း။

၃။ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုကို ယှဉ်တွဲ၍ ကျင့်သုံးရန် အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်သနည်း။

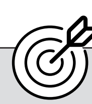
၄။ စာသင်ခန်းအတွင်းနှင့် ကျောင်းတွင် တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုကို မည်သို့ ကျင့်သုံးနိုင်သနည်း။

၂.၄။ ကောင်းမွန်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ တန်ဖိုးများ

ဤသင်ရိုးတစ်လျှောက်တွင် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံနှင့် အခြားသူများကို အလေးဂရုပြုခြင်း၏ အရေးပါပုံကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွက် ရပ်ရွာတွင်း၊ နိုင်ငံတွင်း၊ ဒေသတွင်းနှင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ အဆင့်တို့တွင် လိုအပ်လျက်ရှိကြောင်းကို လေ့လာခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သင်ယူခဲ့သည့် အကြောင်းအရာမှာ တရားမျှတမှု၊ တန်းတူညီမျှမှု၊ ဂုဏ်သိက္ခာ၊ လေးစားမှုနှင့် သည်းခံမှု တို့ကဲ့သို့သော ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်မှုပြု၍ လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာဖြစ်စေ၊ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုဆိုင်ရာဖြစ်စေ၊ လူမျိုးစုဆိုင်ရာ ကွဲပြားမှုများဖြစ်စေ၊ အခြားသောကွဲပြားမှုများကိုဖြစ်စေ လျစ်လျူရှု ကျော်လွှားနိုင်သည့် 'စုပေါင်းအမှတ်အသားသရုပ်' တစ်ခုအတွက် အလားအလာဖြစ်သည်။ အောက်ပါသင်ခန်းစာများသည် ကျောင်းသားများအနေဖြင့် ဆန်းစစ်ဝေဖန်တတ်၍ နည်းစနစ်ကျနစွာနှင့် ဆန်းသစ်စွာ တွေးတောနိုင်ရန်အတွက် လိုအပ်သည့် ဉာဏဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများအပြင် ထိရောက်၍ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ ပါဝင်သည့် ဉာဏစွမ်းရည်နှင့် မသက်ဆိုင်သော ကျွမ်းကျင်မှုများကိုပါ အလေးပေးမည်ဖြစ်သည်။

၂.၄.၁ | ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ



ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။
- အခြေအနေအရပ်ရပ်၌ ထိရောက်မှုရှိ၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးတတ်မည်။

ကမ္ဘာ့ရွာအသွင်ပိုမိုဆန်လာကာ လူသားများအကြား အချင်းချင်းဆက်သွယ်မှု ပိုမိုကောင်းမွန်လာသော ကမ္ဘာကြီးတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများအတွက် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် သဘောထားများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန်အတွက် ပညာပေးရန် လိုအပ်မှုရှိလာသည် (UNESCO, 2014a)။ အဆိုပါ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများအနက် အရေးကြီးဆုံးမှာ လူမှုဆက်ဆံရေးပင် ဖြစ်သည်။ ပညာရေးဘာသာရပ်၏ ပထမနှစ်၊ ပထမစာသင်နှစ်ဝက်တွင် သင်ယူခဲ့ရသည့်အတိုင်းပင် ကလေးတစ်ဦး၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာမှု၊ သင်ယူမှု၊ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှု၊ လူမှုစိတ်ခံစားလှုပ်ရှားချက်ဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ တီထွင်ဖန်တီးမှုဆိုင်ရာနှင့် ဉာဏဆိုင်ရာ စွမ်းဆောင်ရည်များအားလုံးသည် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ရောယှက်နေပြီး အရေးပါကြသည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်ပိုင်အတွေးအခေါ် များ၊ လိုအပ်ချက်များနှင့် အခွင့်အရေးများသည် အရေးပါကြောင်း ယခုအချိန်တွင် အသိအမှတ်ပြုပါသည်။ ကလေးများသည် သင်ယူရန်နှင့် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ရန် စိတ်အားထက်သန်ကြပြီး ၎င်းတို့ကိုမွေးဖွားခဲ့သည့်အချိန်မှစ၍ နိုင်ငံသားများအဖြစ် ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည်။ ကျောင်းတက်နေသည့်ကာလ တစ်လျှောက် ကလေးဘဝအစောပိုင်းတွင် ကလေးများ၏ အဆော့သန်မှု၊ သိချင်လိုစိတ်ပြင်းပြမှုနှင့် စမ်းသပ်လေ့လာမှုဆိုင်ရာ ဝိသေသလက္ခဏာများကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းပျိုးထောင်ပေးခြင်းသည် ကလေးများ၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းနှင့် ပန်းတိုင်ချမှတ်ခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများအား ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန်အတွက် အလွန်အရေးပါသည်။ အဆိုပါ ကျွမ်းကျင်မှုများကို ရရှိအောင်မြင်စေရန်အတွက် အဓိကကျသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုမှာ အခြေခံပညာသင်ရိုးမူဘောင်တွင်ပါရှိသည့် ဗလငါးတန်တွင် ဖော်ပြထားသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုစွမ်းရည်ပင်ဖြစ်သည် -

၂၁ ရာစု သင်ယူမှုအတွက် ရည်မှန်းထားသော ဗလငါးတန်
(ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်သော နိုင်ငံသားကောင်းနှင့် ကမ္ဘာ့သားကောင်းများ ပေါ်ထွန်းလာရန်

ဉာဏဗလ	ကာယဗလ	စာရိတ္တဗလ	မိတ္တဗလ	ဘောဂဗလ
အသိပညာ အခြေခံသော စာပေတတ်မြောက်မှု • အဓိကဘာသာရပ်များတွင် ပါဝင်သော - ဘာသာစကား - သင်္ချာ - သိပ္ပံ • ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု **ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တတ်ကျွမ်းမှုများ** • ဘာသာစကား/စာပေ • သင်္ချာ • သိပ္ပံ • သတင်းအချက်အလက်နှင့် နည်းပညာဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ • ဖန်တီးနိုင်စွမ်းနှင့် တီထွင်ဆန်းသစ်နိုင်မှု	**အသိပညာ အခြေခံသော စာပေတတ်မြောက်မှု** • ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု **ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တတ်ကျွမ်းမှုများ** • ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများ • ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်ပြီး ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသည့် ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ	**တန်ဖိုးထားမှုများကို အခြေခံသော စာပေတတ်မြောက်မှု** • ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာအရေး သတိပြုခြင်းနှင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု • စာရိတ္တ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားနှင့် ရသ ပညာဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု	**အသိပညာ အခြေခံသော စာပေတတ်မြောက်မှု** • ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၊ ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်မှု၊ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း တို့ ပါဝင်သော လူအချင်းချင်း ဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ • ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ (ဥပမာ - မိမိကိုယ်တိုင် စေ့ဆော် သင်ယူခြင်း၊ ဘဝတစ်သက်တာ သင်ယူခြင်း စသည့်)	**အသိပညာ အခြေခံသော စာပေတတ်မြောက်မှု** • ဘဏ္ဍာရေးဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု • စီးပွားရေးဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု • စီးပွားရေး လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု • စွန့်ဦးတီထွင် လုပ်ငန်းများဆိုင်ရာ အသိပညာရှိမှု **ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တတ်ကျွမ်းမှုများ** • အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်းမှုနှင့် ဆက်နွယ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ • အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ

ချိတ်ဆက်ထားသော ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တတ်ကျွမ်းမှုများ
• အဆင့်မြင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်နိုင်မှု၊
• သိမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှု (တတ်သိလွယ်မှု)၊ တီထွင်ဖန်တီးနိုင်မှု၊ ပြဿနာဖြေရှင်းနိုင်မှု၊
• ခေါင်းဆောင်နိုင်မှု၊

ပုံ ၂.၅။ အခြေခံပညာရေး သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအညွှန်းဘောင်ပါ 'ဗလငါးတန်'

ကျောင်းသားများ၏ တစ်ကိုယ်ရေအောင်မြင်မှုနှင့် ပျော်ရွှင်မှုတို့သည် ၎င်းတို့၏ လူမှုဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှု အပေါ်တွင် များစွာမူတည်နေမည် ဖြစ်သည်။

ရင်းနှီးသောဆက်ဆံရေးများကို လူမှုဆက်ဆံရေးများမှတစ်ဆင့် တည်ဆောက်ခြင်း၊ ရေရှည်တည်တံ့အောင် ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားခြင်း လုပ်ဆောင်နိုင်သကဲ့သို့ တစ်ခါတစ်ရံတွင်မူ အဆိုပါဆက်ဆံမှုများမှတစ်ဆင့် ဆိုးရွားစွာထိခိုက်ပျက်စီးစေနိုင်သည် (UNESCO, 2016)။ ထိုနည်းတူစွာပင် အိမ်နီးချင်းများ၊ အသိအကျွမ်းများ၊ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း တွေ့ဆုံသည့်လူများနှင့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရာ၌ ကျောင်းသားများ၏ လူမှုရေးအရ မျက်နှာပန်းပွင့်မှုသည် ၎င်းတို့၏ အပြန်အလှန်ဆက်ဆံနိုင်စွမ်းနှင့် လူသဘောတရားများကို နားလည်စွာချဉ်းကပ်နိုင်စွမ်းတို့အပေါ်တွင် မူတည်နေမည်ဖြစ်ပါသည်။ ယဉ်ကျေး၍ ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို ပျိုးထောင်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့အား အခြားသူများထံမှ သင်ယူနိုင်ရန်၊ အခြားသူများကို နားလည်ပေးနိုင်ရန်၊ သြဇာလွှမ်းမိုးနိုင်ရန်၊ အခြားသူများနှင့်တကွ ပျော်ရွှင်စေနိုင်ရန်နှင့် အခြားသူများကို ကူညီပေးနိုင်ရန်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။

သို့ရာတွင် နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းဆိုင်ရာ ကွဲပြားသော ကျွမ်းကျင်မှုအမျိုးမျိုး ရှိပါသည်။ ၎င်းတို့သည် သိသာထင်ရှားမှု (ဥပမာအားဖြင့် ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ စကားပြောတတ်ခြင်း သို့မဟုတ် နားထောင်ခြင်း) မှသည် (စကားမပြောမီ စဉ်းစားခြင်းနှင့် စာနာမှုရှိခြင်းကဲ့သို့သော) ပိုမိုသိမ်မွေ့နက်နဲမှုအထိ ကွဲပြားသည်။ အခြားသော နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများတွင် အောက်ပါတို့လည်းပါဝင်သည် -

- အခြားသူများ စကားပြောလျှင်အာရုံစိုက်ပြီး စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်ခြင်း။
- အခြားသူများစကားပြောနေချိန်တွင် ကြားဖြတ်မပြောခြင်း။
- အထင်လွဲမှု (သို့မဟုတ်) မရေရာမှုကို ရှင်းလင်းစေရန် မေးခွန်းများမေးခြင်း။
- ပြောမည့်အမှာစကားကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ လက်ခံရရှိစေရန် ရှင်းလင်းပြတ်သားသော အသံ၊ သင့်လျော်သော အသံနေအသံထားနှင့် ထိုက်သင့်သော အမြန်နှုန်းတို့ဖြင့် စကားပြောခြင်း။
- အခြားသူများ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ နားလည်နိုင်သည့် စကားလုံးများ၊ ဝေါဟာရများ နှင့် သာဓကများကို အသုံးပြုခြင်း။
- အခြားသူများကို ကိုယ်ချင်းစာခြင်း - အခြားသူများ၏ ခံစားချက်များနှင့် စိတ်ပါဝင်စားမှုများကို လက်ခံနားလည်ခြင်း။

ပထမနှစ်၊ ပထမပညာသင်နှစ်ဝက်၏ ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းအလေ့အကျင့်နှင့် မရှိမဖြစ်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်တွင် နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုဆက်ဆံမှုသည် ကျွန်ုပ်တို့ အနေဖြင့် ပြောဆိုဆက်ဆံနိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းဖြစ်ကြောင်း သင်ယူခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ ကိုယ်အမူအရာဖြင့် ပြောဆိုဆက်ဆံမှုသည် အမှာစကားကို သိရှိစေရန်အတွက် အရေးပါသော နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ နားထောင်သူများသည် လူတစ်ဦး၏စကားပြောပုံ (သို့မဟုတ်) ပြုမူပုံကို အာရုံစိုက်အဓိပ္ပာယ်ဖော်ပြီး နှုတ်ဖြင့်ပြောလိုက်သည့်စကားကို အကဲဖြတ်သည် (Ministry of Education, 2019)။

ကိုယ်အမူအရာဖြင့် ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းသည် လူအများက အောက်ပါတို့မှတစ်ဆင့် ပေးပို့သည့် စကားလုံးမပါသော အမှာစကားများဖြစ်ကြသည် -

- ၎င်းတို့၏ လက်ဟန်ခြေဟန်များနှင့် မျက်နှာအမူအရာများ၊
- ကိုယ်အမူအရာနှင့် ကိုယ်နေဟန်ထား၊
- မျက်လုံးလှုပ်ရှားမှုများနှင့် အကြည့်ချင်းဆုံမှု၊
- ပုံပန်းသဏ္ဌာန်နှင့်
- ၎င်းတို့၏ အသံနေအသံထား၊ စကားပြောနှုန်းနှင့် အသံအတိုးအကျယ်။

စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်မှုနှင့် ရိုးဖြောင့်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံမှုတို့သည် အခြားသူ စကားပြောနေသည့် စကားအပေါ်စိတ်ပါဝင်စားမှု၊ ဂရုစိုက်မှုနှင့် အာရုံစိုက်မှုတို့ကို ဖော်ပြရန် အတွက် ကိုယ်အမူအရာဖြင့် ပြောဆိုဆက်ဆံမှုအပေါ်တွင် များစွာမူတည်သည်။ ထိုသို့ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို ပြုံးပြခြင်း၊ အကြည့်ချင်းဆုံခြင်းနှင့် ခေါင်းညိတ်ပြခြင်းတို့ဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်သည်။ အောက်ပါတို့သည် ခက်ခဲသောစကားဝိုင်းများ၌ ယဉ်ကျေးစွာနှင့် ထိရောက်စွာ မည်သို့ ပြောဆိုဆက်ဆံရမည့်အကြောင်း အကြံပြုချက်အချို့ ဖြစ်သည် (Overcoming Obstacles, 2018) -

- စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်သူဖြစ်ခြင်းသည် ကောင်းမွန်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ အဓိကသော့ချက်ဖြစ်သည်။
- စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်ရန်အတွက် စကားပြောသူအပေါ်တွင် အာရုံစိုက်ပါ။ ကြားရသည့်စကားကို အတည်ပြုပြီး ပြောလိုက်သည့်စကားကို တုံ့ပြန်ပါ။

- ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ၊ တည်ငြိမ်စွာ၊ ယုံကြည်မှုရှိစွာနှင့် လေးစားစွာပြောဆိုခြင်းဖြင့် ရိုးဖြောင့်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံပါ။
- တူညီသောအမှာစကားကို နှုတ်ဖြင့်ရောကိုယ်အမူအရာဖြင့်ပါ ပြောခြင်းဖြင့် ရိုးဖြောင့်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံပါ။
- ကောင်းမွန်သော အနာအကြား ကျွမ်းကျင်မှုများအသုံးပြု၍ ရိုးဖြောင့်စွာပြောဆို ဆက်ဆံပါ။
- ရိုးဖြောင့်စွာပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းသည် အထူးသဖြင့် အငြင်းပွားမှုများအကြား ပိုမိုထိရောက်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံစေနိုင်သည်။
- တည်ငြိမ်စွာပြောဆိုခြင်းနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားခံစားမှုများကို ထိန်းချုပ်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိကြောင်းဖော်ပြပြီး အငြင်းပွားမှုများကို ဖြေရှင်းရာတွင် ကူညီပေးသည်။

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

၁။ ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ သင်၏အကြံဉာဏ်များကို အောက်တွင်ရေးပါ။

၂။ ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုသည် သင်၏နေ့စဉ်ဘဝအတွက် အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်ပါသနည်း။ သင်၏အကြံဉာဏ်များကို အောက်တွင်ရေးပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်း

၁။ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုဆိုင်ရာ သတ်မှတ်ချက်ဇယား (လက်ကမ်းစာစောင် ၁)ကို ဖတ်ရှုပြီး စံသတ်မှတ်ချက်များ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ပိုမိုရှင်းလင်းစွာ သိရှိလိုပါက ဆရာ့အား မေးခွန်းများမေးပါ။

၂။ အဆိုပြုချက်တစ်ခုကို ရွေးချယ်ပြီး ထိုအဆိုပြုချက်ကို တစ်မိနစ်မှ နှစ်မိနစ်အထိ ဆွေးနွေးပါ -

- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် ကွမ်းစားခြင်းကို တားမြစ်သင့်သည်။
- လူတိုင်းသည် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ဘဝများကို အပြည့်အဝထိန်းချုပ်ပိုင်ခွင့် ရှိသင့်သည်။
- အလုပ်အကိုင်ဖြစ်စေ၊ ငွေကြေးဥစ္စာဖြစ်စေ၊ ပညာရေးဖြစ်စေ မရှိပါက လူတစ်ဦးသည် လွတ်လပ်မှု မရှိပါ။
- ဆိုရှယ်မီဒီယာသည် ကောင်းကျိုးထက် ဆိုးကျိုး ပိုဖြစ်စေသည်။
- ပတ်ဝန်းကျင်ညစ်ညမ်းမှုနှင့် ဂေဟစနစ်များ ပျက်စီးမှုတို့ကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ရန် အတွက် ပလတ်စတစ်အသုံးပြုမှုကို ကမ္ဘာအနှံ့တွင် တားမြစ်သင့်သည်။
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုသည် လူတိုင်းအတွက် အခမဲ့ဖြစ်သင့်သည်။
- ရာသီဥတု ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲမှုသည် လူ့သမိုင်းတွင် အကြီးမားဆုံး ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်သည်။
- နည်းပညာအသုံးပြုမှုသည် လူသားများ၏ ဘဝကို ပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေသည်။
- လူအားလုံးသည် သက်သတ်လွတ်စားသုံးသူများ ဖြစ်သင့်သည်။
- ကျောင်းများတွင် အိမ်စာပေးခြင်းကို တားမြစ်သင့်သည်။

၃။ ဆွေးနွေးပြီးသောအခါ ဆွေးနွေးနေစဉ်အတွင်း သင်၏ပြောဆိုဆက်ဆံခဲ့ပုံအတွက် အကဲဖြတ်ရန် သတ်မှတ်ချက်ဇယားကို ကြည့်ရှု၍ သင် ရသင့်သည်ထင်သည့် အမှတ်အရေအတွက်ကို မှတ်တမ်းတင်ပါ။

၂.၄.၂ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ ဝိသေသလက္ခဏာများမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။
- ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ပတ်သက်ဆက်နွှယ်မှုများကို လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။

ကလေးများကို ၎င်းတို့၏ အသိုက်အဝန်းအတွင်းပါဝင်ရန်နှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရန် အတွက် ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် လမ်းညွှန်ပေးပုံနှင့် ပျိုးထောင်ပုံတို့သည် အဆိုပါပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း၏ အောင်မြင်မှုကို ပြောင်းလဲစေလိမ့်မည် (Kolucki & Lemish, 2011)။ တန်းတူညီမျှမှု၊ တရားမျှတမှုနှင့် အခြားသူများကို လေးစားမှုတို့၏ တန်ဖိုးများ၊ ကျင့်ဝတ်များနှင့် စည်းမျဉ်းများ ဖွံ့ဖြိုးစေရန် ကလေးများကို ပျိုးထောင်ပေးနိုင်သည်။ အလယ်တန်းကျောင်းသားများကို သမားရိုးကျမဟုတ်သော နည်းလမ်းများဖြင့် တွေးတောပြမူရန် တိုက်တွန်းသောအခါ ၎င်းတို့ထက် ငယ်ရွယ်သော ကျောင်းနေဖက်များအတွက် စံနမူနာများနှင့် စံပြကိုယ်စားလှယ်များဖြစ်နိုင်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ ဆရာများဖြစ်ရုံသာမက ပြုစုပျိုးထောင်သူများဖြစ်သော ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုကို စံနမူနာထားပြုမူရန် လိုအပ်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။ ကလေးများသည် ဆူပူကြိမ်းမောင်းသော (သို့မဟုတ်) ရိုက်နှက်သော (သို့မဟုတ်) ရန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသော ပြုစုပျိုးထောင်သူများ၏ အပြုသဘောမဆောင်သော ပုံရိပ်များနှင့် ထိတွေ့မိပါက အဆိုသူများ၏ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု အောက်တွင်ရှိသော ကလေးများသည် ဤပြောဆိုဆက်ဆံမှုပုံစံများကို စံနှုန်းများအဖြစ် ယုံကြည်သွားလိမ့်မည်ဖြစ်သည်။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုကို နမူနာ လုပ်ပြခြင်းသည် ကလေးများအား ၎င်းတို့နေစဉ်ကြုံတွေ့နေရသည့် အခက်အခဲများဖြစ်သည့် အနိုင်ကျင့်ခံရခြင်း (သို့မဟုတ်) အသုံးချခံရခြင်းတို့ကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရာတွင်လည်း ကူညီပေးနိုင်သည်။

ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းများ

ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် ပင်မစည်းမျဉ်းများသည် ရိုးဖြောင့်မှု၏ ပင်မတန်ဖိုးမှ စတင်သည် (Mandelbaum, 2019)။ သို့သော် (ကျင့်ဝတ်နှင့် ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုနှင့် စပ်လျဉ်း၍) ရိုးဖြောင့်မှု၏ နောက်ကွယ်တွင် တန်ဖိုးတစ်ခုရှိပြီး ယင်းမှာစိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ဉာဏ်ရည်/ စာနာမှုပင်ဖြစ်သည်ဟုဆိုကြသည်။ ယင်းသည် လူအားလုံးကိုနားလည်မှုရှိစေပြီး အခြားသူများနှင့်ထိရောက်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံစေသည်။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု မူဘောင်အတွင်း၌ရှိသည့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ဉာဏ်ရည်သည် လူတစ်ဦးအား အခြားလူတစ်ဦး၏ လိုအပ်ချက်များကို နားလည်ကာ ကိုယ်ချင်းစာကြည့်မည်ဆိုပါက ဖြစ်နိုင်သမျှ ထိရောက်မြန်ဆန်မှုအရှိဆုံးဖြင့် အဆိုပါ လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးစေသည်။ Mandelbaum သည် ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံရန်အတွက် အောက်ပါအခြေခံအချက်များကို အကြံပြုထားသည်။

၁။ မှန်ကန်၍ ရိုးသားမှုရှိပါစေ။

၂။ စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်ပါ။

၃။ ဝေဖန်ခြင်းမပြုဘဲ စကားပြောဆိုပါ။

၄။ နားလည်ရန် ကြိုးပမ်းပါ။

၅။ အပြုသဘောမဆောင်သော အသံနေအသံထားကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။

၆။ အခြားသူများစကားပြောနေစဉ် ကြားဖြတ်မပြောပါနှင့်။

၇။ အခြားသူများ၏ ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်ကို လေးစားပါ။

၈။ သင်၏ စကားလုံးများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော သက်ရောက်မှုများသည် ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဆိုးသည်ဖြစ်စေ တာဝန်ခံယူမှုပြုရမည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ စာသင်ခန်းပတ်လည်ရှိ စာသားများကို ဖတ်ရှုလေ့လာခြင်း

စာသင်ခန်းပတ်လည်မှ စာသားများကိုဖတ်ပြီး ဇယားကွက်တွင် ဖြည့်ပါ။

	ဖြစ်ရပ်အခြေအနေတွင် မည်သည်တို့ ဖြစ်ပွားနေသနည်း။	ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဖြစ်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
၁။		
၂။		
၃။		
၄။		
၅။		

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ နှီးနှောဖလှယ်ခြင်း

၁။ ယဉ်ကျေး၍ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုအတွက် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များပါဝင်သည့် အတန်းတွင်း လူမှုပဋိညာဉ်တစ်ခု ဖန်တီးပါ။

၂။ အောက်ပါဇယားကွက်ကို ကားချပ်ကြီးများတွင်ကူးထည့်၍ ကားချပ်ကြီးများကို ဖြည့်ပါ။ ထို့နောက် ၎င်းတို့ကို တင်ပြချက်များအဖြစ် အတန်းနံရံပေါ်တွင် ကပ်ပါ။ အုပ်စုတစ်စုဆီမှ ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦး/ မိမိဆန္ဒအလျောက် တင်ပြမည့်သူတစ်ဦးသည် ပိုစတာအကြောင်း အခြားကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုရန်အတွက် သူ/သူမ၏ ပိုစတာနှင့်အတူ မတ်တတ်ရပ်ပါ။

ဆောင်ရန်များ	ရှောင်ရန်များ

၃။ အခြားသူများ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို လေ့လာရန်အတွက် အတန်းအတွင်း လှည့်လည်ကြည့်ရှုပါ။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုကို ကျင့်သုံးခြင်း၏ သက်ရောက်မှုမှာ အဘယ်နည်း။ ကျင့်ဝတ်နှင့်မညီစွာ ပြောဆိုဆက်ဆံပါက မည်သို့ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။

၂။ ကလေးများတွင် ကျင့်ဝတ်နှင့်မညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြောင်းရင်းများမှာ အဘယ်နည်း။

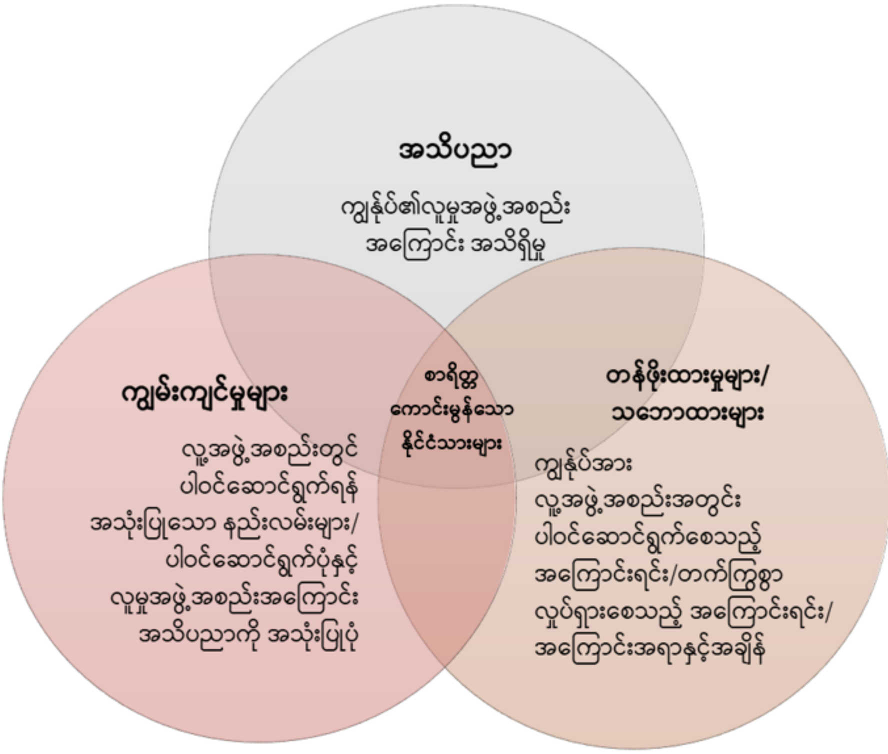
၃။ မည်သည့် အခြေအနေများတွင် ကလေး၏ ပြောဆိုဆက်ဆံမှုသည် ကျင့်ဝတ်နှင့်မညီခြင်းမျိုး ဖြစ်နိုင်သနည်း။

၄။ ကလေးများသည် ကျင့်ဝတ်နှင့်မညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုကို ပြင်ဆင်ခြင်း မပြုဘဲ ကြီးပြင်းပါက ၎င်းတို့အရွယ်ရောက်သောအခါတွင် ၎င်းတို့နှင့် ၎င်းတို့အနီးနားရှိ လူများအပေါ် မည်သို့သက်ရောက်မှု ရှိနိုင်သနည်း။

၅။ ကလေးများတွင် ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ဆရာများအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် မည်သည်တို့ကို လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်သနည်း။

၂.၅။ အလယ်တန်းဆင့် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများ

ယခင် အခန်းငယ်ပါ အကြောင်းအရာများတွင် သင်ယူခဲ့ရသည့်အတိုင်း အပြန်အလှန် လေးစားမှုရှိခြင်း၊ သည်းခံနိုင်စွမ်း၊ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်ခြင်း၊ ယုံကြည်စိတ်ချရခြင်း အစရှိသည့် တန်ဖိုးထားမှုများသည် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် အခြားသူများ၏ ဆက်ဆံရေး ခိုင်မြဲတည်တံ့စေရန် အရေးပါသည့် နည်းလမ်းများ ဖြစ်ရုံသာမက ထိုတန်ဖိုးထားမှုများသည် ကျွန်ုပ်တို့ အခြားသူများနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင်လည်း ရောင်ပြန်ဟပ်စေပါသည်။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့ အသုံးပြုသော သင်ကြားသင်ယူမှုနည်းလမ်းများနှင့် နည်းဗျူဟာများကို အလယ်တန်းကျောင်းသားများတွင် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ ဖွံ့ဖြိုးလာအောင် ပျိုးထောင်ပေးသင့်ပါသည်။ ဤဘာသာရပ်၏ မျှော်မှန်းရလဒ်မှာ ၂၁ ရာစု၏ စိန်ခေါ်မှုများကို ရင်ဆိုင်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်ရန် လူ့အဖွဲ့အစည်းအကြောင်း ဗဟုသုတကြွယ်ဝသူ၊ ယဉ်ကျေးမှုကွဲပြားခြင်းတို့အပေါ် သိနားလည်မှုရှိသူ၊ ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချတတ်သူ၊ လူသားချင်းစာနာမှုအပေါ် တန်ဖိုးထားမှုများရှိသူ၊ လူမှုရေးတာဝန်ဝတ္တရားများသိသူနှင့် ပြည်သူ့နီတိပိုင်းတွင် ပါဝင်ပတ်သက်ခြင်းရှိသည့် လူပုဂ္ဂိုလ်များအား ပြင်ဆင်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ သင်ခန်းစာ (၁.၁.၁) မှ ပုံ (၁.၁) ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ကြည့်ပါက ရပ်ရွာတွင်း၊ ပြည်တွင်း၊ ဒေသတွင်းနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲရေးအတွက် ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ် သင်ကြားရာတွင် အထက်ဖော်ပြပါ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ကျောင်းသားများ တည်ဆောက်နိုင်ရန် အတွက် ၎င်းတို့၏ လူ့အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ ဗဟုသုတများ တိုးပွားစေရုံသာမက ကျွမ်းကျင်မှုများကိုပါ ဖွံ့ဖြိုးအောင် လုပ်ဆောင်ပေးသင့်သည်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် အခြားသူများနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အပြန်အလှန်ဆက်နွယ်မှုကို လူမှုတာဝန်ဝတ္တရား၏ အရေးပါပုံနှင့် ကူညီချိတ်ဆက်ပေးသည်။



ပုံ ၂.၆။ သင်ခန်းစာ (၁.၁.၁) - ပြည်သူ့နီတိအသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားသော Venn diagram

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

ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာတတ်ကျွမ်းမှု နယ်ပယ်သုံးရပ်လုံးကို သင်ကြားနိုင်ရန်အတွက် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်းများကို ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း၏ အခြေခံသဘောတရားများနှင့်အညီ ရေးဆွဲနိုင်ပါသည်။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းသည် လူပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ၎င်းတို့၏ အသိုက်အဝန်းများနှင့် ထိုအသိုက်အဝန်းများရှိ စနစ်များကြားရှိ အပြန်အလှန်ဆက်နွယ်မှုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ရန်သာမက သင်ယူသူများသည် ၎င်းတို့ ကြုံတွေ့ရသည့် ပြဿနာများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရန်အတွက် လက်တွေ့ဆောင်ရွက်မှု အစီအစဉ်များရေးဆွဲရာတွင် ကူညီပေးရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု တွေးတောခြင်းသည် ကျောင်းသားများက ၎င်းတို့၏ဆရာများမှပို့ချသော အသိပညာ ဗဟုသုတများအပေါ် မှီခိုပြီး လက်သင့်ခံနေခြင်းမှနေ၍ စိတ်ပါလက်ပါ ပါဝင်ပြောဆိုပြီး

ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်သည့် မိမိကိုယ်ပိုင်တွေးခေါ်မှုရှိသော သင်ယူသူများအဖြစ် ပြောင်းလဲရာ၌ ကူညီပံ့ပိုးပေးသည်။ ဤစွမ်းရည်များကို မြှင့်တင်ပေးသည့် လုပ်ငန်းများထဲ၌ လက်တွေ့အခြေအနေများတွင် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရသော စီမံကိန်းများဖြစ်သည့် ဝန်ဆောင်မှုပိုင်း သင်ယူခြင်း၊ မျှော်မှန်းချက်များ တည်ဆောက်သော လေ့ကျင့်ခန်းများဖြစ်သည့် လက်တွေ့မဆန်သော/ အဆိုးမြင်သော စီကာပတ်ကုံးပြောခြင်းနှင့် ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း နေ့စဉ်မှတ်တမ်း (ဂျာနယ်များ) ကို အသုံးပြုပြီး ပြန်လည်သုံးသပ်ဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင် သာတူညီမျှရှိမှု၊ အားလုံးပါဝင်နိုင်မှုနှင့် ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော အပြုအမူများ၏ ဖြစ်စဉ်များနှင့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများအား နမူနာပြသနိုင်ရန်အတွက် သင်ကြား၊ သင်ယူမှုနည်းလမ်း အားလုံးသည် ကျောင်းသားများ အားလုံး သင်ယူလေ့လာနိုင်ရန် လုပ်ဆောင်ပေးရမည်ဖြစ်ပြီး ကျောင်းသားအားလုံးကို ကြိုဆိုလက်ခံပြီး တန်ဖိုးထားသည်ဟု ခံစားချက်ပေးသော စာသင်ရပ်ဝန်းတစ်ခုကို ဖန်တီးပြီး ထိန်းသိမ်းပေးရမည်။

၂.၅.၁ | ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- ဆက်စက်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူရေးကို ပိုမိုထိရောက်၍ ဆီလျော်မှုရှိအောင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်းပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲတတ်မည်။

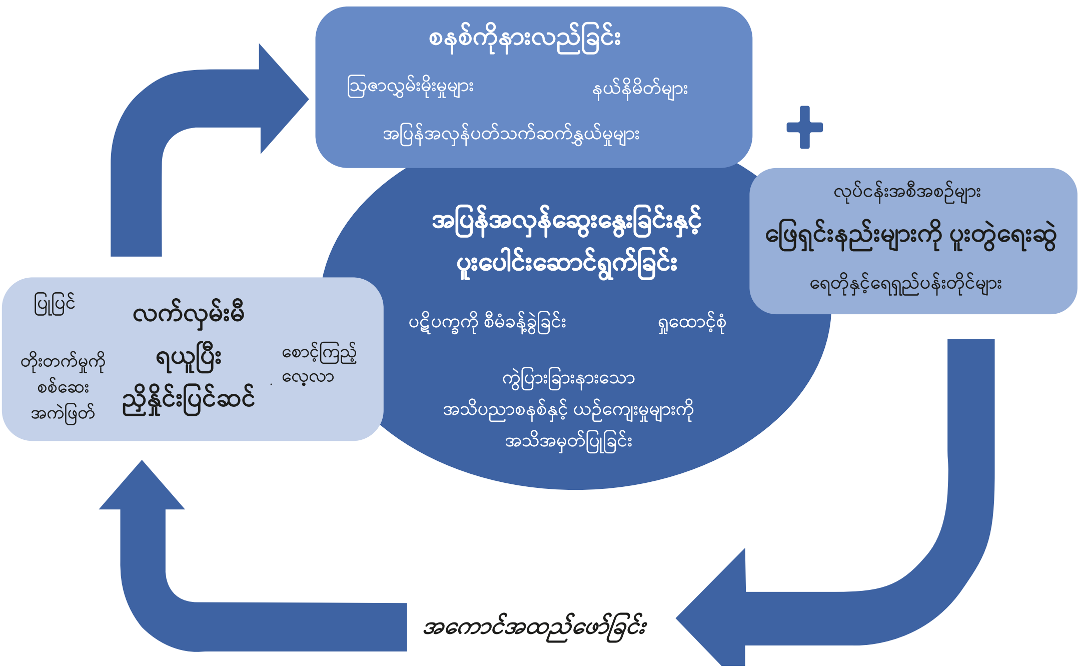
တက်ကြွပြီး လူမှုတာဝန်သိတတ်သောကျောင်းသားများ ပျိုးထောင်ခြင်းတွင် လူ့အဖွဲ့အစည်း၌ အရေးကိစ္စရပ်များဖြစ်ပွားစေသည့် ဖွဲ့စည်းပုံစနစ်နှင့် သမိုင်းကြောင်းတို့အား ကျောင်းသားများ စူးစမ်းလေ့လာရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့၏အသက်ရှင်နေထိုင်မှုများသည် စနစ်အပြောင်းအလဲများ၏ သက်ရောက်မှုကိုခံရခြင်းအား ၎င်းတို့အသိအမှတ်ပြုလက်ခံသည်ဟု ဆိုလိုသည် (Morgan, 2005)။ စနစ်များတွင် ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိကြသည် -

- သဘာဝဆိုင်ရာစနစ်များ - မိုးသစ်တောများ၊ ဥတုရာသီများ၊ ဇီဝမျိုးစုံမျိုးကွဲများ၊ ဂေဟစနစ်များ
- နည်းပညာဆိုင်ရာစနစ်များ - ပြောဆိုဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာကွန်ရက်များ၊ ကုန်သွယ်လုပ်ငန်း၊ ဥပဒေရေးရာစနစ်များ
- လူသားဆိုင်ရာစနစ်များ - မိသားစုများ၊ အုပ်စုအဖွဲ့များ၊ အဖွဲ့အစည်းများ၊ ကွန်ရက်များ၊ မိတ်ဖက်များ

အချို့သောစနစ်များမှာ သမားရိုးကျဆန်နိုင်ပြီး အတည်တကျဖြစ်အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ အခြားသော ယဉ်ကျေးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်မှုပိုင်းဆိုင်ရာစနစ်များသည် ပို၍သမားရိုးကျဆန်သည်။ ဤစနစ်များထဲမှ အများစုမှာ ၎င်းတို့ကိုယ်၌ပင်လျှင် အခြားသော စနစ်တစ်ခု၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်နေပြီး ယင်းစနစ်သည်လည်း ဒေသဆိုင်ရာနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာစနစ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်သည့် အမျိုးသားလုံးဆိုင်ရာစနစ်တွင် ပါဝင်သော အစိတ်အပိုင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများသည် ဤစနစ်များကြားရှိဖြစ်စဉ်များ၊ ပုံစံများနှင့် ဆက်နွှယ်မှုများကို နားလည်ရန်လိုပါသည်။ ဤအရာအား ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းဟုခေါ်သည်။

ဤစနစ်အားလုံးကြား၌ရှိသည့် အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ်မှုများနှင့် လူ့အသိုက်အဝန်းတစ်စု (သို့မဟုတ်) လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ရပ်အနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့ရင်ဆိုင်နေရသည့် ပြဿနာများ၏ ဇာစ်မြစ်များကို နားလည်သဘောပေါက်သည်နှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း၊ အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဆိုသည့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အသုံးပြုနိုင်ပြီး ထိုသို့ပင် ဤပြဿနာများအတွက်ဖြေရှင်းနည်းများကို ပူးတွဲဖော်ထုတ်ရေးဆွဲရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ အခြားသူများမှ တီထွင်ဖန်တီးခဲ့သော စနစ်များအား မည်သို့ "ကြည့်ရှု" ပြီး ဖော်ထုတ်ရမည်ကို သိခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ပတ်လည်မှ ကမ္ဘာကြီးအပြင် ကျွန်ုပ်တို့လုပ်ဆောင်သည့်အရာများကို အဘယ်ကြောင့်လုပ်ဆောင်ရသည်တို့နှင့် ပတ်သက်၍ ထူးထူးခြားခြားမေးခွန်းများ မေးရန်

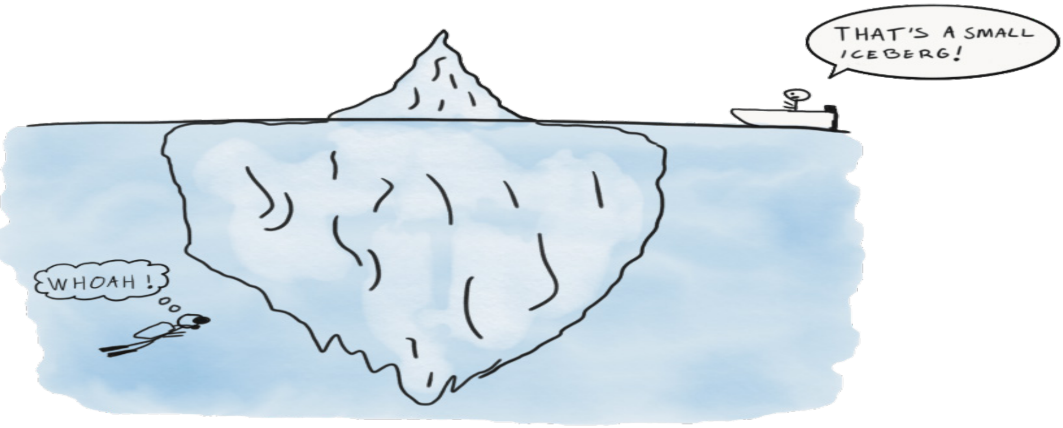
တွန်းအားပေးကာ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်ကို အောက်ပါမေးခွန်းများမေးရန် လှုံ့ဆော်သည်။ "ကျွန်ုပ်တို့သည် အဘယ်ကြောင့် ဤကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်ပါသနည်း။" "ပို၍ကောင်းမွန်သော နည်းလမ်း ရှိမည်ဆိုပါက မည်သို့ဖြစ်မည်နည်း။" ပြဿနာများဖြေရှင်းဖို့အတွက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော နည်းလမ်းများကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် ကျွန်ုပ်တို့ လိုက်နာနိုင်သော အဆင့်များကို တွေးနိုင်ဖို့ စနစ်များအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ သိနားလည်ခြင်းအား အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



ပုံ ၂.၇။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း စက်ဝန်းပုံ

ရင်းမြစ် - Allen (2019) မှ ကောက်နုတ်ထားပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ပြည်သူ့နီတိသင်ကြားရေးအတန်းများအတွက် ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းအား မူဘောင်အဖြစ် အသုံးပြုခြင်းသည် ကျောင်းသားများအားရှုပ်ထွေးသည့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဝေဖန်ပိုင်းခြားမှုရှိစွာ ဆန်းစစ်နိုင်အောင် ကူညီအားဖြည့်ပေးသော စဉ်းစားတွေးခေါ်သည့် အလေ့အထကို ကူညီဖော်ထုတ်ပေးသည် (Institute of Play, 2014)။ ဥပမာ - ဖြစ်ရပ်တစ်ခုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် နောက်ခံအကြောင်းအရာကို ကျောင်းသားများ စူးစမ်းလေ့လာရာတွင် ထောက်ပံ့ပေးရန် ရေခဲစိုင်ပုံစံနမူနာတစ်ခုအား သင် အသုံးပြုနိုင်သည် (UNESCO, 2017)။



ပုံ ၂.၈။ ရေခဲစိုင်ပုံစံ နမူနာ

ပြည်တွင်းစစ်ကဲ့သို့သော ဖြစ်ရပ်တစ်ခုအား (ရေခဲ၏ မြင်လွယ်သည့်အပိုင်းဖြစ်သော) ရေခဲစိုင်ထိပ်ဖျားတွင် ထားခြင်းဖြင့် ပြည်တွင်းစစ်ကိုဖြစ်စေသည့် အပြုအမူများ၏ ပုံစံများအား ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် (အားစိုက်ထုတ်ခြင်းမပြုသ၍ မမြင်နိုင်သော) ရေမျက်နှာပြင်အောက်ပိုင်းရှိ ရေခဲစိုင်အောက်ဖက်ခြမ်းကို ကြည့်ရှုဆန်းစစ်သွားနိုင်သည်။ ထိုကဲ့သို့ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် သင်သည် စစ်ဖြစ်စေသော အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ပုံစံများ၊ ဥပမာ - တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းကို ပုံစံတကျ ဖြစ်ပေါ်စေသည့် ဖွဲ့စည်းမှုပုံစံများကို နားလည်ရန် နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ရှာဖွေတူးဆွနိုင်သည်။ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု၏ ဇာစ်မြစ်များကို ဖော်ထုတ်ပြီးပါက ထိုဖြစ်ရပ်ကို ပုံစံတကျဖြစ်ပေါ်စေသည့် ဖွဲ့စည်းမှုပုံစံများကို သိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည့်အတွက် ဖြေရှင်းရန်နည်းလမ်းကို ရှာဖွေဖို့ ပိုမိုလွယ်ကူသွားမည် ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများတွင် ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းအား တည်ဆောက်ပေးသည့် ဖြစ်စဉ်ကို ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းမရှိသူတစ်ဦးမှ ပြဿနာတစ်ရပ်အား ဖြေရှင်းရန် ချဉ်းကပ်ပုံနှင့် ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောသူတစ်ဦးမှ ပြဿနာတစ်ရပ်အား ဖြေရှင်းရန်ချဉ်းကပ်ပုံ တို့အား အခြေခံနှိုင်းယှဉ်ချက်တစ်ခုတွင်တွေ့နိုင်သည် (Institute of Play, 2014)။

နေ့စဉ်ဘဝတွင် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုကို လျှော့ချနိုင်ရန် မည်သို့လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ကို စဉ်းစားကြည့်မည်ဆိုပါစို့ -

ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း မရှိသူ	ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောသူ
• အားအင်ပိုမိုထုတ်လုပ်နိုင်ရန်အတွက် ကော်ဖီ ပိုသောက်ရန် ဆုံးဖြတ်သည်။	• မိမိ၏ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်များအားလုံးကို စာရင်းပြုစုသည်။ • ကော်ဖီသောက်ခြင်းသည် မိမိ၏အားအင်သာမက အိပ်စက်ခြင်းကိုပါ ဆိုးကျိုးသက်ရောက်ပုံကို ပုံကြမ်းရေးဆွဲသည်။ • ကော်ဖီသည် မိမိ၏အိပ်စက်ခြင်းအား အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေပြီး ပို၍ပင်ပန်းနွမ်းလျစေကြောင်း လေ့လာဖော်ထုတ်သည်။ • ကဖိန်းဓာတ်ပါသော ကော်ဖီကို သောက်သုံးခြင်းအား ရပ်တန့်ရန် ဆုံးဖြတ်သည်။

သင်သည် ကျောင်းမပိတ်ရလေအောင် မည်သို့လုပ်ဆောင်နိုင်မည်ကို စဉ်းစားကြည့်မည် ဆိုပါစို့ -

ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း မရှိသူ	ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောသူ
• ကျောင်းပိတ်နေရခြင်း၏ အကြောင်းရင်း နှစ်ခု၊ သုံးခုကို စဉ်းစားသည်။ • ကျောင်းအုပ်ကြီးအား ထိုအကြောင်းရင်းများကို တင်ပြပြီး ကျောင်းမပိတ်အောင် ကျောင်းအုပ်ကြီးမှ လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း ရှိ/ မရှိ သိအောင်ကြိုးစားသည်။	• ကျောင်းပိတ်ရန် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် ပါဝင်သည့်အချက် အားလုံးကို စာရင်းပြုစုသည်။ • ထိုအချက်များကို အမျိုးအစားခွဲခြား၍ စာရင်းပြုစုသည် • အချက်အများဆုံးပါသော အုပ်စုအားဖော်ထုတ်ပြီး ထိုအချက်များတစ်ခုနှင့်တစ်ခု မည်သို့ဆက်နွယ်နေသည်ကို ပြသသည့် စိတ်ကူးပုံဖော်မှုတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲသည် • ထိုစိတ်ကူးပုံဖော်မှုတွင် ပါဝင်သောအရာများအနက် ကျောင်းအား တိုးတက်စေနိုင်သည့် တိကျသောပြောင်းလဲမှု တစ်ခုကိုရှာသည်။ • ဤပြောင်းလဲမှုများကို ကျောင်း၏ ဘုတ်အဖွဲ့ အစည်းအဝေးတွင် မျှဝေတင်ပြသည်။

ရေခဲစိုင်ပုံစံနမူနာကဲ့သို့ပင် ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောသူသည် ပြဿနာဖြစ်ပေါ်စေသောစနစ်ဆိုင်ရာဖွဲ့စည်းပုံများကို ဖော်ထုတ်ရန်နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ရှာဖွေတူးဆွပြီး ဖော်ထုတ်ရရှိသည့် အချက်အလက်များအား ပြဿနာရပ်ကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန်သုံးသည်။ ဤချဉ်းကပ်နည်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ကျောင်းသားများအား အိမ်တွင်သာမက ကျောင်း၌ပါ ပိုမိုအောင်မြင်စေနိုင်သည့်

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်များကို ပျိုးထောင်ရန် ကူညီပေးပါသည်။ ဤစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များတွင် -

- အရေးကြီးဆုံးအချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်အောင် ကြိုးပမ်းခြင်း
- စနစ်များရှိ ပုံစံများ/ ဦးတည်ရာများကို ရှုမြင်ခြင်း
- အကြောင်းအရာအလိုက်ဖွဲ့စည်းပုံက ၎င်း၏ ပြုမူလုပ်ဆောင်ပုံအား မည်သို့ ဖြစ်ပေါ်စေသည်ကို ခွဲခြားသိရှိခြင်း
- အကြောင်းနှင့် အကျိုးဆက်နွှယ်မှုများကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ခြင်း
- မရည်ရွယ်ထားသော အကျိုးဆက်များ ပေါ်ပေါက်နိုင်သည့် နေရာများကို ရှာဖွေ ဖော်ထုတ်ခြင်း
- စနစ်အပြောင်းအလဲဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့် နယ်ပယ်များကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
- ဂရုတစိုက်ဖြင့် နည်းစနစ်တကျ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဥပမာ (၁) - တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ယုံကြည်ထင်မြင်မှုများနှင့် ခံယူချက်များ

၁။ သင်၏ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များသည် မည်သည်မှ အရင်းခံပါသနည်း။

၂။ ထိုယုံကြည်ထင်မြင်ချက်များသည် မည်ကဲ့သို့ ခိုင်မာလာပါသနည်း။

၃။ သင့်မိဘဘိုးဘွားများ၏ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များသည် ကျိုးကြောင်းဆီလျော် ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်/ မဆီလျော်ပါသနည်း။

၄။ ထိုထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များသည် မည်သည်တို့အပေါ်တွင် (သိပ္ပံနည်းကျနားလည်ခြင်း၊ ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု၊ မိဘများ၏ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များ စသည်ဖြင့်) အခြေခံထားပါသနည်း။

၅။ အချိန်ကာလကြာလာသည်နှင့်အမျှ မိမိ၏ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များနှင့် မိဘဘိုးဘွား တို့၏ ထင်မြင်ယုံကြည်ချက်များအကြား များစွာကွာဟချက်မှု ရှိပါက အဘယ်ကြောင့် ထိုသို့ကွာဟမှုရှိလာရသည်ကို ကျိုးကြောင်းသင့် ရှင်းပြပါ။

မှတ်စုများ

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဥပမာ (၂) - ပြဿနာဖြစ်ပွားမှု အဆင့်ဆင့်ပြသစ်ပင်

ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာခြင်းကိုဖြစ်ပေါ်စေသော အကြောင်းရင်းများနှင့် ၎င်း၏အကျိုးဆက်များမှာ အဘယ်နည်း။ သင်၏ပြဿနာဖြစ်ပွားမှု အဆင့်ဆင့်ပြသစ်ပင်ကို ဖြည့်စွက်၍ မှတ်စုများကို အောက်တွင် ရေးသားပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း ရေးဆွဲခြင်း

လူမှုကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်းပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲတတ်မည်။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းသည် မိနစ် (၂၀) မှ (၂၅) မိနစ် ကြာမြင့်ရမည်။

ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ (လက်ကမ်းစာစောင် ၂) ကိုဖတ်ပြီး သင်၏အုပ်စုထဲတွင် ဆွေးနွေးပါ၊ လိုအပ်ပါက သင်၏ဆရာကို မေးမြန်းပါ။ လူသားဆိုင်ရာစနစ်များကိုသာ အဓိကထားပါ။

၂.၅.၂ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုသီအိုရီ ဆိုသည်မှာ မည်သည့်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းထုတ်စဉ်းစားခြင်းနှင့် လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း အလေ့အကျင့်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများအား တည်ဆောက်ပေးနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။
- လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှု နည်းလမ်းကိုသုံး၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ပြင်ဆင်တတ်မည်။

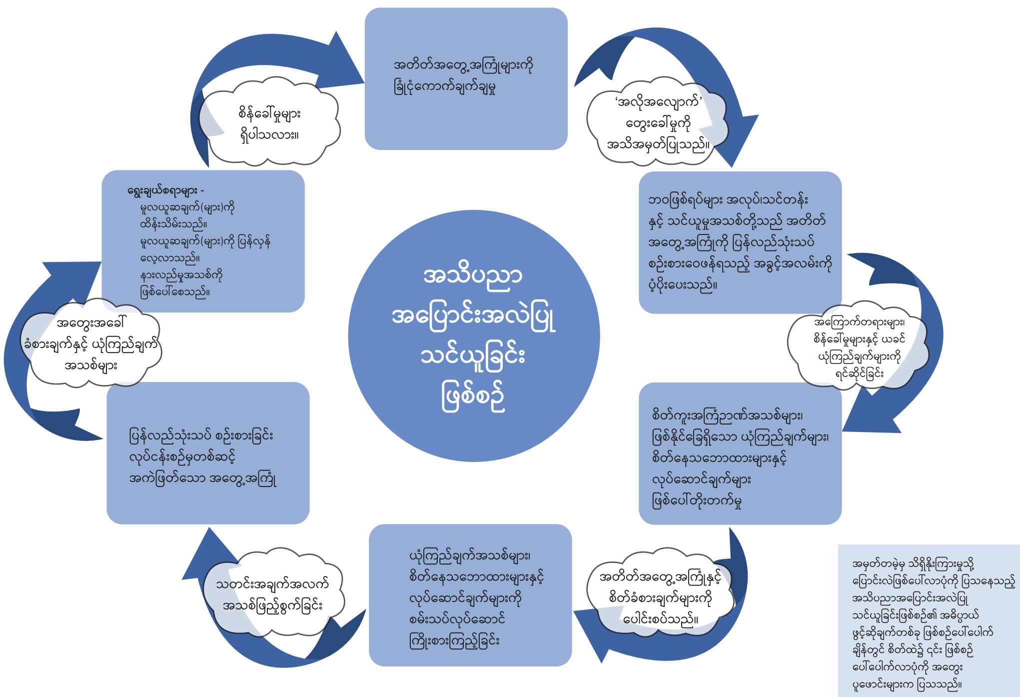
အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းကို လက်ဆုပ်လက်ကိုင်ပြနိုင်သော အရာဝတ္ထုများ အသုံးပြု၍ သင်ကြားခြင်း (သို့မဟုတ်) သင်ယူမှုနည်းလမ်းတို့ဖြင့်မဟုတ်ဘဲ အဓိကအားဖြင့် ၎င်း၏ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အခြေခံမူများဖြင့် အနက်ဖွင့်နိုင်သည်။ ၎င်းသည် သင်ယူသူများကို လူ့လောကအကြောင်းအား နားလည်သဘောပေါက်မှု ပိုမိုတိုးတက်လာစေရန်အလို့ငှာ ထိုအကြောင်းကို ရှုမြင်တွေးတောပုံများကို မေးခွန်းထုတ်ပြီး ပြောင်းလဲမှုပြုစေရန်အတွက် စွမ်းရည်မြှင့်တင်ပေးရန် ရည်ရွယ်သည် (Mezirow, 2000; Slavich & Zimbardo, 2012 as cited in Rieckmann, 2018)။ သင်ကြားသူသည် သင်ယူသူများ၏ လောကအမြင်များကို ပြောင်းလဲပြီး ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်အတွက် ၎င်းတို့အား စွမ်းရည်မြှင့်တင်ပေးပြီး စိန်ခေါ်မှုပြုသည့် ကူညီလမ်းညွှန်သူများအဖြစ် လုပ်ဆောင်သည်။ ၎င်းသည် ကျောင်းသားဗဟိုပြု၊ စူးစမ်းလေ့လာမှုအခြေပြုသည့် သင်ယူခြင်းဖြစ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်းအား ထည့်သွင်းပေါင်းစပ်ထားသည်။

Sterling (2010, p. 33 as cited in UNESCO-Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development, 2017) သည် သင်ယူမှုအတွေ့အကြုံကို ပြောင်းလဲရန် လုပ်ဆောင်ရာတွင် အောက်ပါ တွေးတောခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အလေးထားရန်လိုအပ်ကြောင်း ထောက်ပြထားသည်။

- အဘက်ဘက်မှခြုံငုံစဉ်းစားခြင်း - 'X နှင့် Y သည် မည်သို့ဆက်စပ်နေသနည်း။' 'ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော ဆက်စပ်အကြောင်းအရာမှာ အဘယ်နည်း။'
- လေးနက်စွာ ဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း - 'ဤအရာများသည် မည်သူ့အကျိုးအတွက် အဘယ်ကြောင့် ဤသို့ဖြစ်နေရသနည်း။'
- အသိအမှတ်ပြုလက်ခံခြင်း - 'မည်သည်က ကောင်းမွန်သနည်းနှင့် ဤနေရာတွင် မည်သည်က ကောင်းမွန်စွာလုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သနည်း။'
- အားလုံးအကျုံးဝင်ပါဝင်မှု - 'မည်သူ့ကို/ မည်သည်ကို ကြားရသနည်း။ မည်သူ့ကို/ မည်သည်ကို နားထောင်နေသနည်း၊ မည်သူ/ မည်သည်တို့ပါဝင်နေသနည်း။'
- စနစ်တကျဖြစ်ခြင်း - 'ဤအရာ၏ အကျိုးဆက်များမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း (သို့မဟုတ်) မည်သည်တို့ ဖြစ်လာနိုင်သနည်း။'
- ဆန်းသစ်တီထွင်ခြင်း - 'မည်သည့်တီထွင်မှုကို လိုအပ်နိုင်သနည်း။'
- ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီခြင်း - 'X နှင့် Y သည် မည်သို့ဆက်စပ်နေသနည်း။' 'မှန်ကန်သော လုပ်ရပ်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။' 'မိတ္တ၊ ဘောဂနှင့် ဂေဟ စသည့် စနစ်တစ်ခုလုံး အလုံးစုံဖွံ့ဖြိုးအောင် မည်သို့ဆောင်ရွက်နိုင်သနည်း။'
- လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခြင်း - 'ကျွန်ုပ်တို့သည် ဤအသိပညာနှင့် မည်သည်တို့ကို လုပ်ဆောင်ကြသနည်း။'

သရုပ်ဆောင်သင်ကြားသင်ယူခြင်းနှင့် ဖြစ်ရပ်လေ့လာချက်များ ကဲ့သို့သော အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးမှုများအပေါ် အခြေခံသည့်လုပ်ငန်းများသည် ကျောင်းသားများ၏ တန်ဖိုးထားမှုများအား ဖော်ထုတ်ရှင်းလင်းပေးသောကြောင့် ၎င်းတို့ကိုလည်း ပြောင်းလဲလုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ တန်ဖိုးထားမှုများကို ဖော်ထုတ်လေ့လာရန်အတွက် ကျောင်းသားများသည် အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးမှုများအား ဆန်းစစ်ရနိုင်သည် (သို့မဟုတ်) ဖန်တီးရနိုင်သည်။ (ဆရာက သင့်လျော်သော လမ်းညွှန်ချက်များ ပေးပြီးသည့်နောက်) ကျောင်းသားများသည် ကွဲပြားသော ထင်မြင်ချက်ရှိသူများနှင့် အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးမှုတွင် ပါဝင်ရနိုင်သည်။ ထို့နောက် ၎င်းတို့သည် အဆိုပါဆွေးနွေးမှုအတွင်း ၎င်းတို့၏အတွေ့အကြုံများကို ဆန်းစစ်လေ့လာရန်အတွက် ပြန်လည်သုံးသပ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်သည်။ ဤလုပ်ငန်းမျိုးကို လုပ်ဆောင်နေစဉ်အတွင်း ၎င်းတို့ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိသည့်အရာသည် အံ့ဩဖွယ်ကောင်းနိုင်ပြီး သင်ယူသူကို ၎င်းတို့၏တန်ဖိုးထားမှုများအား မေးခွန်းထုတ်စေသည်။ သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲစေသည်။ ဤနည်းအားဖြင့် ၎င်းတို့သည် စာသင်ခန်းအတွင်းရှိ ပြောင်းလဲလုပ်ဆောင်သည့်

အတွေ့အကြုံတစ်ရပ်တွင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်နေကြသည်။ အောက်ပါရုပ်ပုံကားချပ်သည် ဤပြောင်းလဲလုပ်ဆောင်သည့်အတွေ့အကြုံက သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်တစ်ရပ်အဖြစ် မည်သို့ ဖြစ်လာသည်ကို ပြသသည် -



ပုံ ၂.၉။ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ်

Middleton (2018) သည် စာသင်ခန်းအတွင်းရှိ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်ဆင့်ကို ဖော်ထုတ်ထားသည်။

၁။ စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း - ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့စိတ်ချယုံကြည်ထားခဲ့သည့် ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်က မဖြစ်နိုင်တော့ကြောင်း သတိပြုမိလာသည်။

၂။ မိမိကိုယ်ကိုသုံးသပ်စစ်ဆေးခြင်း - ကျောင်းသားများသည် မိမိကိုယ်ကို မေးခွန်း ထုတ်ကြသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် အသားမကျဖြစ်စေနိုင်ပြီး စိတ်ပူပန်မှုများ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ခြေရှိသည်။

၃။ ဆန်းစစ်ဝေဖန်၍ စစ်ဆေးအကဲဖြတ်ခြင်း: - ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့၏

ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်များကို ဆန်းစစ်ဝေဖန်၍ ပြန်လည်စစ်ဆေးရာတွင် ကူညီပေးသည့်နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေအသုံးချရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ ဆရာနှင့် အတန်းဖော်များထံမှ ပံ့ပိုးမှုများ လိုအပ်နိုင်သည်။

၄။ ပြောင်းလဲခြင်းဆိုင်ရာ မရေရာမှုများကိုမျှဝေခြင်း - ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရသော အုပ်စုလုပ်ငန်းပုံစံဖြင့် ဤပံ့ပိုးမှုသည် ကျောင်းသားများအား ၎င်းတို့သိသည့် အရာများကို မေးမြန်းရာတွင် ၎င်းတို့ချည်းသာမဟုတ်ကြောင်း သဘောပေါက်ရန် ကူညီပေးနိုင်ပြီး ထိုသို့ကူညီခြင်းသည် စိတ်သက်သာရာရစေနိုင်သည်။

၅။ ရွေးချယ်စရာများကို လေ့လာဖော်ထုတ်ခြင်း - ကျောင်းသားများသည် မိမိတို့၏ ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်များကို ဆန်းစစ်ဝေဖန်၍ လေ့လာဖော်ထုတ်ပြီးသောအခါ ယင်းတို့တစ်ဦးချင်းစီ၏ ကိုယ်ပိုင်ရပ်တည်ချက်၊ အခြားသူများနှင့် မည်သို့ အလုပ်လုပ်ကြသည်နှင့် မည်သည်တို့အားလုပ်ကြသည် တို့အပါအဝင် ဖြစ်တည်မှု ပုံစံအသစ်များကို ပုံဖော်ကြနိုင်သည်။

၆။ ဆောင်ရွက်ပုံနည်းလမ်းတစ်ခုကို တစ်စိုက်မတ်မတ်လုပ်ဆောင်ခြင်း - ကျောင်းသား များအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ သဘောသဘာဝသည် လက်ရှိအချိန်တွင် ၎င်းတို့ယုံကြည်နေသည်များနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိပြီး လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင် ၎င်းတို့သင်ယူခဲ့သည့် အရာများကို လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန် အစီအစဉ် ချမှတ်ထားရမည်။

၇။ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် ယာယီအသိပညာ စစ်ဆေးခြင်း - ဆရာသည် ကျောင်းသားကိုပြဿနာများ (သို့မဟုတ်) စိတ်မှန်းအခြေအနေများအား သာဓကအနေနှင့် ကြည့်ရှု၊ ဖန်တီး၊ ဆန်းစစ်လေ့လာရန် ကူညီပေးသည်။ ကျောင်းသား ဗဟိုပြုသင်ယူခြင်းသည် ကျောင်းသားများကို ၎င်းတို့၏ အသိပညာနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှုအကြားရှိ ဟာကွက်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်စေရန်နှင့် ဤနယ်ပယ်များကို အန္တရာယ်ကင်းစွာ ဖွံ့ဖြိုးစေရန် လမ်းဖွင့်ပေးသည်။

၈။ မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှုနှင့် တတ်မြောက်ကျွမ်းကျင်မှု - ဆရာသည် ကျောင်းသားများကို ကွဲပြား၍ ကြိုတင်မခန့်မှန်းနိုင်သော အခြေအနေများတွင် အသိပညာများကို အသုံးချ၍ ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်များကို လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရန် အခွင့်အလမ်းများစွာ ပေးမည် ဖြစ်သည်။

၉။ အသိပညာများကို ပြန်လည်ပေါင်းစည်းခြင်း - ကျောင်းသားများသည် ၎င်းတို့၏ ပြောင်းလဲမှုကို သတိပြုမိပြီး စိန်ခေါ်မှုအသစ်များတွင် အသိပညာအသစ်များနှင့် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်စွာ တွေးတောနည်းများကို မဆိုင်းမတွ အသုံးချကြသည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် လက်ရှိအချိန်အထိ လေ့လာဖော်ထုတ်ခဲ့ပြီးသည့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများကို အမှန်ခြစ်ပါ။

ဇယား ၂.၁။ တက်ကြွပြီး တာဝန်သိတတ်သော ကမ္ဘာ့နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ်ကို ပျိုးထောင်ရန်အတွက် အဓိကအချက်များ

အသိပညာနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှု	ကျွမ်းကျင်မှုများ	တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သဘောထားများ
လူမှုရေးဆိုင်ရာ တရားမျှတမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု	လေးနက်စွာ ဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်းနှင့် ဆန်းသစ်စွာ တွေးတောမှု	ကိုယ်ပိုင်စိတ်သဘောထားခံယူချက်နှင့် မိမိကိုယ်ကိုတန်ဖိုးထားမှု
ရပ်တည်ချက်နှင့် ကွဲပြားစုံလင်မှု	စာနာမှု	လူမှုရေးဆိုင်ရာ တရားမျှတမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုအပေါ် စိတ်အာရုံနှစ်မြှုပ်ထားမှု
ဂလိုဘယ်လိုက်ဇေးရှင်းနှင့် အပြန်အလှန် အမှီသဟဲပြုမှု	မိမိကိုယ်ကိုသိရှိမှုနှင့် ပြန်လည်သုံးသပ်မှု	လူများအပေါ် လေးစားမှုရှိခြင်းနှင့် လူ့အခွင့်အရေး
စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး	ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	တန်ဖိုးထားမှုဆိုင်ရာ ကွဲပြားစုံလင်မှု
ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ပဋိပက္ခ	ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် ပဋိပက္ခများကို ပြေလည်စေမှု	သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အတွက် ပူပန်မှုနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအပေါ် တာဝန်ခံဆောင်ရွက်မှု
လူ့အခွင့်အရေး	ရှုပ်ထွေးမှုနှင့် မရေရာမှုတို့အား စီမံခန့်ခွဲနိုင်စွမ်း	ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုနှင့် ကျောင်းသားအားလုံး ပါဝင်မှုတို့အပေါ် စိတ်အာရုံနှစ်မြှုပ်ထားမှု
အာဏာနှင့်အုပ်ချုပ်ရေး	အမြော်အမြင်ရှိ၍ ပြန်လည်သုံးသပ်တတ်သည့် လုပ်ဆောင်ချက်	လူများသည် ပြောင်းလဲမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်ဟူသည့် ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်

ရင်းမြစ် - UNESCO-Bangkok Office, 2018

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ ဉာဏ်ရည်၊ နှလုံးရည်၊ လက်ရုံးရည်တို့ကို ဖော်ထုတ်ခြင်း

၁။ ရောင်စုံစက္ကူတစ်ရွက် (ဥပမာ - အစိမ်းရောင်စက္ကူ) ပေါ်တွင် ဦးခေါင်းပုံကြမ်းတစ်ခုကို ရေးဆွဲပါ။ အခြားစက္ကူတစ်ရွက် (ဥပမာ - အနီရောင်စက္ကူ) တွင် နှလုံးပုံကြမ်းတစ်ခုကို ရေးဆွဲပါ။ နောက်ဆုံး၌ စက္ကူနှစ်ရွက် (ကျောင်းသားများ စိတ်ကြိုက်အရောင် ရွေးချယ်ခြင်း) ပေါ်တွင် ဘယ်လက်နှင့်ညာလက်တို့ကို ရေးဆွဲပါ။ ပုံများကို ခေါင်းတစ်လုံး၊ နှလုံးတစ်ခုနှင့် လက်နှစ်ဖက်တို့ပါရှိအောင် ဖြတ်ညှပ်ပါ။

၂။ ဇယားကွက်နှင့် ကျောင်းသားကိုင်စာအုပ်များတွင် ပါရှိသည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ တန်ဖိုးထားမှုများ ဟူသည့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ၏ နယ်ပယ်သုံးခုကိုပြန်လည်ကြည့်ရှုပါ။ အခန်း (၁) နှင့် (၂)၏ သင်ရိုးတွင် သင်ယူတတ်မြောက်ခဲ့သည့် အသိပညာများကို (၎င်းတို့ကို ခေါင်းပိုင်းတွင်ရေး၍) မှတ်တမ်းတင်ပါ။ အခန်း (၁) နှင့် (၂)၏ သင်ရိုးတွင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခဲ့သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို (ကိုယ်လက်အင်္ဂါအခွဲများ အပိုင်းတွင် ရေး၍) မှတ်တမ်းတင်ပါ။ ထို့နောက် အခန်း (၁) နှင့် (၂) ၏ သင်ရိုးတွင် လေ့လာဖော်ထုတ်ခဲ့သည့် တန်ဖိုးထားမှုများကို (နှလုံးသားအပိုင်းတွင် ရေး၍) မှတ်တမ်းတင်ပါ။ သင် သင်ယူခဲ့ပြီးသည့် အရာများကို ဆွေးနွေးပြီး သင်၏ ဦးခေါင်းပုံ၊ နှလုံးပုံနှင့် လက်နှစ်ဖက်ပုံတို့တွင် ဖြည့်စွက်ရန် အတူတကွလုပ်ဆောင်ပါ။

၃။ အုပ်စုအားလုံးသည် ပုံများကို ဖြည့်စွက်ပြီးပါက ၎င်းတို့ကို စာသင်ခန်းနံရံများတွင် ကပ်ပြီး ထိုပုံများတွင် သင့်အုပ်စု၏အမည်ကို အညွှန်းတပ်ပါ။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၃)။ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း ရေးဆွဲခြင်း

လူမှုကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအား ရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခုကို ဖန်တီးပါ။ ထိုသင်ယူမှုလုပ်ငန်းသည် မိနစ် (၂၀) မှ (၂၅) မိနစ် အထိ ကြာမြင့်ရမည်။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်တွင် လက်ရှိအချိန်အထိ အသုံးပြုခဲ့သော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းအားလုံးသည် သင့်အားအကြံဉာဏ်များ ပေးနိုင်စေရန်အတွက် အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ၏ သရုပ်ဖော်ပြချက်များ ဖြစ်ကြသည်။ လက်ကမ်းစာစောင် (၃) မှ ‘အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ် ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ’ ကို ဖတ်ရှု၍ သင့်အုပ်စုနှင့် ဆွေးနွေးပါ/ လိုအပ်ပါက သင်၏ဆရာကို မေးမြန်းပါ။

၂.၅.၃ | သင်ပြမှုပုံစံနှင့် အုပ်စုငယ်ဖြင့်စမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း

မျှော်မှန်းထားသော သင်ယူမှုရလဒ်များ

ဤသင်ခန်းစာကို သင်ယူပြီးချိန်တွင် သင်သည် -

- အလယ်တန်းတွင် သင်ကြားသည့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သင်ကြား၊ သင်ယူမှု နည်းဗျူဟာများနှင့် ချဉ်းကပ်နည်းများကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။
- သင်ပြမှုပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲတတ်မည်။
- သင်ခန်းစာတစ်ခု ပို့ချတတ်မည်။

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၁)။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း

ပထမစာသင်နှစ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိသင်ရိုးမာတိကာကို ပြန်လည်ကြည့်ရှုပါ။ ဆရာက အသုံးပြုခဲ့သည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများ၊ သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများဖြင့် နောက်ဆုံးဇယားတိုင် နှစ်ခုကို ဖြည့်စွက်ပါ။ ပထမဇယားတိုင်အား သင့်အတွက် ဥပမာအနေဖြင့် ဖြည့်စွက်ပေးထား ပါသည်။

ဇယား ၂.၂။ ပထမစာသင်နှစ်ဝက် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးမာတိကာတွင်ပါရှိသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် သင်ထောက်ကူများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
၁.၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ	• စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ အနေဖြင့် ဘက်စုံ အရည်အချင်း ပြည့်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် အဓိကကျသော တတ်ကျွမ်းမှုများ အကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။	• ရှိထားပြီးဖြစ်သော ဗဟုသုတများနှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်း • ဂရပ်ဖစ်ပုံများ အသုံးပြု သင်ယူခြင်းနှင့် ပြခန်းလှည့်လည် ကြည့်ရှုသင်ယူခြင်း	• 'အသိပညာ'၊ 'ကျွမ်းကျင်မှုများ'၊ 'တန်ဖိုးထားမှုများ' ပါရှိသည့် သင်္ကေတများ • ကားချပ်ကြီးနှင့် မာကာများ
၁.၂.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်းနှင့် အာဆီယံ ဒေသအတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်၏ အရေးပါပုံ	• စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးတို့၏ တန်ဖိုးများအကြား ဆက်နွယ်မှုများကို စိစစ်သုံးသပ်တတ်မည်။ • မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသ အတွင်း၌ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေး၏ အရေးပါပုံကို လေ့လာဖော်ထုတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်မည်။		
၁.၃.၁။ အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း	• အလယ်တန်းကျောင်းတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။ • အလယ်တန်းပြဆရာများ အနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတို့ကို နှိုင်းယှဉ်တတ်မည်။		

သင်ခန်းစာများ	**သင်ယူမှုရလဒ်များ**	**မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။**	**သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ**
၂.၁.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ	• အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝ နှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအကြား ဆက်နွယ်မှု များကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတတ်မည်။		
	• လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။		
၂.၂.၁။ အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း	• အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့သည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံသည့် အခါတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို လက်တွေ့အသုံးချ နိုင်မည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။		
၂.၃.၁။ ဖြောင့်မတ် တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု	• မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများ ဖြစ်သည့် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့အား မည်သည့်အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားပြီး မည်သို့ကျင့်သုံးကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်ပြီး ထိုစံတန်ဖိုးများကို မည်ကဲ့သို့ မွေးမြူနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။		
၂.၃.၂။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု	• တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို ခွဲခြားတတ်မည်။ • တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို လက်တွေ့ဘဝအခြေအနေများတွင် မည်သို့ကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်တတ်မည်။		

သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
၂.၄.၁။ ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။		
	• အခြေအနေအရပ်ရပ်၌ ထိရောက်မှုရှိ၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးတတ်မည်။		
၂.၄.၂။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ ဝိသေသလက္ခဏာများမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ပတ်သက်ဆက်နွှယ်မှုများကို လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။		
၂.၅.၁။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း	• ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသားများ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူရေးကို ပိုမိုထိရောက်၍ ဆီလျော်မှုရှိအောင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်း ပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲတတ်မည်။		

သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
၂.၅.၂။ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း	• အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှု သီအိုရီ ဆိုသည်မှာ မည်သည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းထုတ်စဉ်းစားခြင်းနှင့် လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း အလေ့အကျင့်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများအား တည်ဆောက်ပေးနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှု နည်းလမ်းကို သုံး၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ပြင်ဆင်တတ်မည်။		

သင်ယူမှုလုပ်ငန်း (၂)။ သင်ခန်းစာ အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း

သင် အစီအစဉ်ရေးဆွဲရာတွင် အကူအညီဖြစ်စေရန် သင်၏ဆရာက သင်ပြမှုပုံစံ - ပုံစံလွှာ (လက်ကမ်းစာစောင် ၅) နှင့် သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းကို လေ့လာဆန်းစစ်သည့် ပုံစံလွှာ (လက်ကမ်းစာစောင် ၆) တို့ကို ပံ့ပိုးပေးမည်ဖြစ်သည်။

ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများ

၁။ ပထမလုပ်ငန်းတွင် ဆက်စပ်ခြင်္ငုံ တွေးတောခြင်းကို မည်သို့ထည့်သွင်း အသုံးပြုခဲ့သနည်း။ ဤလုပ်ငန်း၏ ရည်မှန်းချက်မှာ အဘယ်နည်း။ ဤကဲသို့ သိရှိနားလည်ခြင်းသည် သင်ယူသူတစ်ဦးအား မည်သို့ အထောက်အကူပြု ပေးနိုင်သနည်း။

၂။ ဒုတိယလုပ်ငန်းတွင် ဆက်စပ်ခြင်္ငုံ တွေးတောခြင်းကို မည်သို့ထည့်သွင်း အသုံးပြုခဲ့သနည်း။ ဤလုပ်ငန်း၏ ရည်မှန်းချက်မှာ အဘယ်နည်း။ ဤကဲ့သို့ သိရှိနားလည်ခြင်းသည် သင်ယူသူတစ်ဦးအား မည်သို့ အထောက်အကူပြု ပေးနိုင်သနည်း။

၃။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၏ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများအနက်မှ မည်သည့် လုပ်ငန်းတွင် ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောမှုဆိုင်ရာ ချဉ်းကပ်နည်း ပါရှိသနည်း။ သင် မည်ကဲ့သို့သိရှိသနည်း။

၄။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားခြင်းအား အလယ်တန်းကျောင်းသားများ အတွက် ပိုမိုထိရောက်၊ ဆီလျော်မှုရှိစေရန် ဤချဉ်းကပ်နည်းလမ်းက မည်သို့ အထောက်အကူပြုနိုင်သနည်း။

၅။ သင့်တွင် မည်သို့အားဖြင့် ပြောင်းလဲမှုရှိလာခဲ့ပါသနည်း။

၆။ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အရေးကိစ္စများနှင့်ပတ်သက်၍ သင်၏ကိုယ်ပိုင် ထင်မြင်ယူဆချက် (သို့မဟုတ်) အခြားသူများ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များအပေါ် သင့်ကိုယ်ပိုင် သိရှိနားလည်မှုများတွင် ပြောင်းလဲမှုများ တစ်ခုခုဖြစ်ပွားခဲ့သည်ကို သတိပြုမိခြင်း ရှိပါသလား။

၇။ အကြောင်းအရာတစ်ခုခုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်၏ထင်မြင်ယူဆချက်ကို ပြောင်းလဲလိုသည့်ဟု ခံစားရသည့် အချက်တစ်ချက် ရှိပါသလား။

၈။ ဤကဲ့သို့သော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများသည် သင်၏ ကျောင်းသားများအပေါ် မည်ကဲ့သို့သော သက်ရောက်မှုများ ရှိနိုင်ပါသနည်း။

၉။ အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှုသည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသနည်း။

အခန်းဆုံးအနှစ်ချုပ်

အဓိကအချက်များ

- စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိဘာသာရပ်သည် အဆိုပါတန်ဖိုးများ မတူကွဲပြားသည့် စွမ်းရည်ရှိသော တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီနှင့် ယှဉ်တွဲနေထိုင်နိုင်မှုကို လက်ခံသော လူ့အဖွဲ့အစည်းများအားမြှင့်တင်ရာတွင် အရေးပါသောအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။
- လျင်မြန်သည့် ကမ္ဘာအနှံ့ဖြစ်စဉ်နှင့် ဥတုရာသီဖောက်ပြန်မှု၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များနှင့် ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကြီးများကဲ့သို့သော ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာပြောင်းလဲစေသည့် အရေးကိစ္စများအကြားတွင် ကျွန်ုပ်တို့လူသားများ၏ ဆက်ဆံရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် နှစ်မြှုပ်လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သည်။
- ကျွန်ုပ်တို့သည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက်အပြန်အလှန်ပေးကမ်းခြင်းနှင့် ရယူခြင်းရှိသည့် ဆက်ဆံရေးဆိုသည့် အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့နေရသော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဖြင့် အမြဲရှင်သန်ကြပါသည်၊ ထို့ကြောင့်အခြားသူများအား ကျွန်ုပ်တို့မှီခိုခြင်းနှင့် အခြားသူများအား ဂရုစိုက်ခြင်းကို အသိအမှတ်ပြုခြင်းမှာ အရေးပါပါသည်။
- မြန်မာ့လူ့အဖွဲ့အစည်း အဆင့်ဆင့်၌ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းချမှတ်ခြင်းသည် ယင်းလူ့အဖွဲ့အစည်း၏ လူမှုရေးဆိုင်ရာ၊ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ၊ စီးပွားရေးဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် ဒဏ်ခံနိုင်စွမ်းတို့ တိုးတက်မြင့်မားလာစေမည့် ပဓာနကျသည့် အခန်းကဏ္ဍတစ်ရပ်မှ ပါဝင်မည်ဖြစ်သည်။ ထိုစည်းမျဉ်းသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုစီမံကိန်းမှ ချမှတ်ပေးခဲ့သည့် ကာလရှည် မျှော်မှန်းချက်ကို မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းရှိ လူမှုအသိုက်အဝန်းများအားလုံး တစ်စုတစ်စည်းတည်းအနေဖြင့် ပြည့်မီလာစေအောင် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရာတွင် အခြေခံအုတ်မြစ် ဖြစ်လာပါမည်။
- ကျင့်ဝတ် ဆိုသည်မှာ လူ့အသိုက်အဝန်းကို ဗဟိုပြုသော သဘောသဘာဝ ရှိသောကြောင့် အထူးပင်အရေးကြီးသည့်အပြင် ယင်းသည် တရားမျှတမှု၊ စည်းလုံးညီညွတ်မှု၊ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများကို လေးစားကြောင်းဖော်ပြပေးပါသည်။ ထိုကဲ့သို့သော အားထုတ်မှုများနှင့် တွေ့ရှိမှုများသည် ပွင့်လင်းမှု၊ အပြန်အလှန်အပေးအယူရှိမှုနှင့် အပြန်အလှန်လေးစားမှုတို့အပေါ် အခြေခံထားသော အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် အထူးတလည် ဆက်နွယ်မှုရှိပါသည်။ (Ćurko et al, 2015)။

- အပြန်အလှန်လေးစားမှုသည် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် လူ့ဂုဏ်သိက္ခာ၏ ဗဟိုဖြစ်သည်၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှုသည် ငြိမ်းချမ်းမှုကို တည်ဆောက်ရာတွင် အခြေခံတတ်ကျွမ်းမှု ဖြစ်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့အနီးအနားတွင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်ရာ၌ မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် တန်ဖိုးဖြစ်ပါသည်။

- ငြိမ်းချမ်းမှုအားတည်ဆောက်ရန်မှာ မိမိတို့၏လူ့အသိုက်အဝန်းမှ လူပုဂ္ဂိုလ်များသည် ပြဿနာများအား အစုလိုက်ဖြေရှင်းရန်အတွက် အချင်းချင်းထိတွေ့ပြောဆိုပြီး အတူတကွ လက်တွဲလုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သည်။ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ခြင်းအား နိုင်ငံတကာ၌သာမက မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း၌ပါ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲပြီး ဟန်ချက်ညီသော ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ပန်းတိုင်များတွင် ထည့်သွင်းအသိအမှတ်ပြုကြပါသည်။

- ပုံသေကားကျယူဆချက်များသည် လူအများကို တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကြား မှားယွင်းသော ထင်မြင်ယူဆချက်များကိုပေးလေ့ရှိပြီး ကမ္ဘာကြီးအား “ငါတို့” နှင့် “သူတို့” ဆို၍ ခွဲခြားသောကြောင့် အမုန်းတရားနှင့် သဘောထားသေးသိမ်ခြင်းတို့ကို ပေါက်ဖွားစေနိုင်သည်။

- ကျောင်းသားများတွင် လေးစားမှုနှင့်သည်းခံနိုင်စွမ်းအား ပျိုးထောင်ပေးရာတွင် ဆရာများသည် အဓိကကျသည့် အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ ဆရာများအနေဖြင့်လည်း အဆိုပါတန်ဖိုးများကို ကိုယ်တိုင်ကျင့်သုံး စံနမူနာပြရန်လိုအပ်ပြီး ကျောင်းသားများ၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ခံစားချက်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် တွေးခေါ်ဆင်ခြင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာတို့တွင် လုံခြုံမှုရှိသည်ဟုခံစားရသည့် ဘေးကင်းပြီး လုံခြုံစိတ်ချရသည့် စာသင်ရပ်ဝန်းများ ဖန်တီးပေးရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။

- ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှုရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်နေသော ကမ္ဘာ့လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း၌ မိမိ၏လုပ်ရပ်များသည် အခြားသူများအပေါ် အကျိုးဆက်များ သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုပါသည်။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု ဆိုသည်မှာ လူအများလက်ခံထားသည့် စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံမှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကိုမမှိတ်မသုန် စွဲကိုင်ကျင့်သုံးရဲသော စွမ်းရည်တစ်ရပ် ဖြစ်သည်။

- ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်ခြင်းနှင့် အလားတူပင် စိတ်ချယုံကြည်ရမှုဆိုသည်မှာ သင့်ကိုယ်ပိုင် ကိုယ်ကျင့်တရားများနှင့်အညီ အချိန်တိုင်းမပြောင်းမလဲဘဲ ပြုမူရုံသာမက လူ့ဂုဏ်သိက္ခာကို အဆိုပါကိုယ်ကျင့်တရားများ၏ အခြေခံအဖြစ် စွဲစွဲမြဲမြဲစောင့်ထိန်းရန် လိုပါသည်။

- စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုကို အခြားသူများအား သည်းခံနိုင်ရုံသာမက ယင်းတို့အား စိတ်နှလုံးအတွင်းမှမပြောင်းမလဲ မေတ္တာထားလက်ခံနိုင်ခြင်းဟုလည်း အခြေခံအားဖြင့် ရှုမြင်ကြလေ့ရှိသည်ဟု အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုကြသည်။ စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု ဆိုသည်မှာ ခံစားချက် (သို့မဟုတ်) စိတ်ခံစားမှုမဟုတ်ပါ။ ယင်းမှာ စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ ခံယူချက် (သို့မဟုတ်) စိတ်နေသဘောထားဖြစ်ပါသည်။

- သာတူညီမျှမှုသည် လူသားအားလုံးတွင် တရားမျှတစွာ ဆက်ဆံခံရပိုင်ခွင့်ရှိသည် ဆိုသည့် အခြေခံမှုနှင့် လူ့အသိုက်အဝန်းများအတွင်း ငြိမ်းချမ်းရေး၊ သဟဇာတဖြစ်မှု၊ အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမှုတို့ကိုရရှိစေရန် သာတူညီမျှမှုကို အကာအကွယ်ပေးပြီး အားပေးမြှင့်တင်ခြင်းမှာ မုချလိုအပ်သည်ဆိုသည့် အခြေခံမှုတို့အပေါ် အလေးပေး ထားပါသည်။ သာတူညီမျှမှု၏ အခြေခံမှုကို လူသားအားလုံးသည် မွေးကတည်းကပင် ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းနှင့် အခွင့်အရေးပိုင်းတွင် တန်းတူဖြစ်သည်ဟုဆိုသည့် တန်းတူညီမျှမှု ဆိုင်ရာ အယူအဆမှ ဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်သည်။

- ကျွန်ုပ်တို့ကျောင်းသားများ၏ တစ်ကိုယ်ရေအောင်မြင်မှုနှင့် ပျော်ရွှင်မှုတို့သည် လူအချင်းချင်း နှုတ်ဖြင့်ရော စာဖြင့်ပါ ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် ၎င်းတို့၏ ကျွမ်းကျင်စွာ ပြောဆိုတတ်မှုအပေါ် မူတည်နေမည်ဖြစ်သည်။

- ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် ပင်မစည်းမျဉ်းများသည် ရိုးဖြောင့်မှု၏ ပင်မတန်ဖိုးနှင့် စတင်သည်။ စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ရင့်ကျက်မှု/ မျှဝေခံစားမှုသည် ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုတွင် ရိုးဖြောင့်မှု၏ အခြေခံအဖြစ် ထောက်ပံ့ပေးပါသည်။

- တက်ကြွပြီး လူမှုရေးအရတာဝန်သိတတ်သော ကျောင်းသားများပျိုးထောင်ခြင်းတွင် လူ့အဖွဲ့အစည်း၌ အရေးကိစ္စရပ်များ ဖြစ်ပွားစေသည့် ဖွဲ့စည်းပုံစနစ်နှင့် သမိုင်းကြောင်း တို့အား ကျောင်းသားများ စူးစမ်းလေ့လာရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကျောင်းသားများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ လူမှုဘဝများအပေါ်တွင် စနစ်များစွာတို့မှ သက်ရောက်မှုများစွာရှိနေသည်ကို သိရှိပြီး အဆိုပါစနစ်များကို ဆက်စပ်ခြုံငုံရှုမြင်သူ တစ်ဦးအဖြစ် လေ့လာဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ရန် ဆန္ဒရှိကြသည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

- ပြဿနာများဖြေရှင်းဖို့အတွက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော နည်းလမ်းများကို အကောင် အထည်ဖော်ရန် ကျွန်ုပ်တို့လိုက်နာနိုင်သော အဆင့်များကို တွေးနိုင်ဖို့ အကြောင်းအရာများအပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ သိနားလည်ခြင်းအား အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

- အသိပညာအပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်းကို လက်ဆုပ်လက်ကိုင်ပြနိုင်သော အရာဝတ္ထုများအသုံးပြု၍ သင်ကြားမှု (သို့မဟုတ်) သင်ယူမှုနည်းလမ်းဖြင့် သင်ကြားခြင်း

မဟုတ်ဘဲ အဓိကအားဖြင့် ၎င်း၏ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အခြေခံမှုများတို့ဖြင့် သတ်မှတ်နိုင်သည်။ ၎င်းသည် သင်ယူသူများကို လူ့လောကအကြောင်းအား နားလည်သဘောပေါက်မှု ပိုမိုတိုးတက်လာစေရန် အလို့ငှာ ထိုအကြောင်းကို ရှုမြင်တွေးတောပုံများကို မေးခွန်းထုတ်ပြီး ပြောင်းလဲမှုပြုစေရန် အတွက် စွမ်းရည်မြှင့်တင်ပေးရန် ရည်ရွယ်သည်။

အခန်းဆုံးပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်း

၁။ ဤအခန်း (၂) တွင် သင် သင်ယူခဲ့သည့် အချက်တစ်ချက်ကို ဖော်ပြပါ။ ထို့နောက် ယင်းအချက်သည် သင့်အတွက် အဘယ်ကြောင့် သိသာထင်ရှားမှုရှိခဲ့သည်ကို ဖော်ပြပါ။

၂။ သင်၏ သင်ကြားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်တွေးထင်ထားပုံတစ်ခုကို ဤခေါင်းစဉ် လေ့လာသင်ယူခြင်းက မည်သို့ပြောင်းလဲပေးခဲ့ပါသနည်း။

၃။ သင်၏ သင်ကြားပုံနည်းလမ်းပြောင်းလဲရန် ဤအခန်းက ပြုလုပ်နိုင်ပါသလား။ သင်၏ သင်ကြားမှုပုံစံကို မည်သည့်ပုံစံဖြင့် ပြောင်းလဲမည်နည်း။

၄။ သင့်အနေနှင့် အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားနေစဉ်အတွင်းတွင် အခန်း(၁) ပြန်လည်သုံးသပ်စဉ်းစားခြင်းတွင် ဖော်ထုတ်လေ့လာခဲ့ရသည့် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ တန်းဖိုးထားမှုများကို မိမိကိုယ်တိုင်အတွက် မည်သို့ အသုံးချနိုင်မည်နည်း။

၅။ အုပ်စုငယ်ဖြင့် စမ်းသပ်သင်ကြားနေစဉ်အတွင်း မည်သည့်အရာသည် သင့်အတွက် အခက်ခဲဆုံးဖြစ်သနည်း။

၆။ စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားခြင်း၏ မည်သည့်နယ်ပယ်များကို ပိုမိုကောင်းမွန် စေလိုပါသနည်း။

ဆက်လက်ဖတ်မှတ်စရာများ

၂.၁။

International Bureau of Education-United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2016). *Reaching out to all learners: A resource pack for supporting inclusive education*. Geneva, Switzerland: International Bureau of Education-United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

The Government of the Republic of the Union of Myanmar. (2018). *Myanmar Sustainable Development Plan* (2018-2030). Retrieved from https://themimu.info/sites/themimu.info/files/documents/Core_Doc_Myanmar_Sustainable_Development_Plan_2018_-_2030_Aug2018.pdf

Wong, K., & McLaughlin, R. (2012). *Active citizenship: A civic education course for Myanmar*. Retrieved from https://www.moteoo.org/sites/moteoo.org/files/product_docs/active-citizenship-eng-sb-for-web-dl_1.pdf

၂.၂။

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

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization -International Institute for Capacity *Building in Africa. (2017). Transformative pedagogy for peace-building: A guide for teachers*. Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/home

၂.၃။

Gardner, S. K. (2019, August 19). *Equity vs. equality* [Video file]. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=nCS7Rus4_-Y

The National Association for Multicultural Education. (2020). *What is equity?* Retrieved from https://www.nameorg.org/learn/what_is_equity.php

၂.၄။

Kolucki, B., & Lemish, D. (2011). *Communicating with children: Principles and practices to nurture, inspire, excite, educate and heal.* Retrieved from https://www.unicef.org/cwc/files/CwC_Final_Nov-2011(1).pdf

Mandelbaum, A. (2019, August 22). *Ethical communication: The basic principles.* Retrieved from https://www.smbadvisors.com/capabilities/knowledge-management/insights/ethical-communication-the-basic-principles

၂.၅။

Institute of Play. (2014). *Q design pack: Systems thinking.* Retrieved from http://educators.brainpop.com/wp-content/uploads/2014/07/IOP_QDesignPack_SystemsThinking_1.0.pdf

Middleton, A. (2018). Briefing: What is transformative learning? Retrieved from https://blogs.shu.ac.uk/engagement/

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 Delhi, India: Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-Bangkok Office. (2018). *Preparing teachers for Global Citizenship Education: A template.* Paris, France: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

ခက်ဆစ်အဘိဓာန်

အသုံးအနှုန်းများ	အသေးစိတ်ရှင်းလင်းချက်
ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး	လူ့အသိုက်အဝန်းအတွင်း နေထိုင်ကြသူများ (သို့မဟုတ်) နောက်အနာဂတ်တွင် နေထိုင်မည့်သူများ ဖြစ်ကြသည့် ပြည်သူလူထု၏ ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်များ၊ ကတိကဝတ်ပြုခြင်းများ၊ စွမ်းဆောင်ရည်များနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသော ဖြစ်စဉ်များကို ဆိုလိုသည်။
စာနာရိုင်းပင်း တတ်မှု	အခြားသူများကို သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိရုံသာမက ယင်းတို့ကို လေးနက်စွာလက်ခံ၍ ပြောင်းလဲခြင်း မရှိသော မေတ္တာထားနိုင်သည်ဟု အခြေခံအားဖြင့် ရှုမြင်နိုင်သည့်စွမ်းရည် ဖြစ်သည်။
ကောင်းမွန် ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	ကောင်းမွန်ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ ခံယူချက်များ၊ အတွေးအမြင်များ၊ အသိပညာများနှင့် သတင်းအချက်အလက်များကို ဖလှယ်ရာတွင် အကောင်းမွန်ဆုံး အပြောအဆို အမူအယာဖြင့် ဆက်ဆံပြောဆိုလိုသည့် ရည်ရွယ်ချက် (သို့မဟုတ်) ဆန္ဒပါရှိသည့်ဖြစ်စဉ်ကို ဆိုလိုသည်။
ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံရေး	လူအများအား လှည့်စားလိုသောဆန္ဒမရှိဘဲ မှန်ကန်တိကျသော သတင်းအချက်အလက်များကို ရိုးသားမှုရှိစွာ ဖော်ထုတ်တင်ပြသည့် အလေ့အထကို ရည်ညွှန်းပါသည်။
သာတူညီမျှမှု	လူသားအားလုံးအား မျှတသော (သို့မဟုတ်) တရားသောနည်းလမ်းဖြင့် ဆက်ဆံခြင်းဖြစ်သည်။
တန်းတူညီမျှမှု	လူသားအားလုံးသည် ဂုဏ်သိက္ခာပိုင်းနှင့် အခွင့်အရေးပိုင်းတွင် တန်းတူညီမျှဖြင့် မွေးဖွားလာသည် ဆိုသည့် အခြေခံမှုဖြစ်သည်။
လူ့တန်ဖိုးများ	လူသားများ၏ သဘောထားများကို သော်လည်းကောင်း လုပ်ဆောင်မှုများကို သော်လည်းကောင်း လမ်းညွှန်ပေးသော (သို့မဟုတ်) အားပေးလှုံ့ဆော်မှုပြုပေးသော အခြေခံမူလဖြစ်သည့် ယုံကြည်ထင်မြင်ချက်များ ဖြစ်သည်။
ဖြောင့်မတ် တည်ကြည်မှု	လူအများလက်ခံထားသည့် စာရိတ္တကျင့်ဝတ်များနှင့် တန်ဖိုးများကို ကိုင်စွဲ၍ အမြဲတစေ ကျင့်သုံးရဲသည့် သတ္တိဖြစ်သည်။
စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု	မည်သည်က မှန်ကန်သောအပြုအမူဖြစ်ပြီး မည်သည်က မှားယွင်းသောအပြုအမူဖြစ်သည် ဆိုသည့် ကျင့်ဝတ်များနှင့် ဆက်နွှယ်ကာ စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်လာခြင်းကို ဆိုလိုသည်။
ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း	ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ကမ္ဘာကြီးသည် စက်ဝန်းသဏ္ဌာန် သံသရာလည်နေပြီး လူအချင်းချင်း အပြန်အလှန် ဆက်နွှယ်နေကြသည်ကို သိရှိခြင်းဖြစ်သည်။ ယင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ကြုံနေရသည့် အခြေအနေများကို ဖန်တီးခြင်း၌ ဆက်စပ်ဖွဲ့စည်း ပါဝင်နေသည့် အခန်းကဏ္ဍနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိနားလည်မှုဖြစ်သည်။
လူမှုကျင့်ဝတ်များ	လူ့အဖွဲ့အစည်းက လိုက်နာစောင့်ထိန်းရန် သတ်မှတ်ထားသည့် ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ရွေးချယ်မှုများနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို အခြေခံဖွဲ့တည်ထားသော စည်းကမ်း (သို့မဟုတ်) လမ်းညွှန်ချက် စုစည်းမှု ဖြစ်သည်။
အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း	နောင်လုပ်ဆောင်မည့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို လမ်းညွှန်ပေးရန်အလို့ငှာ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အတွေ့အကြုံပိုင်းဆိုင်ရာ ခံယူချက်ကို ကြိုတင်ရှင်းလင်းပေးခြင်းဖြင့် အသစ်တည်ဆောက်ပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) ပြန်လည်မွမ်းမံထားသော ရှင်းလင်းချက်တို့ကို အသုံးပြုသည့် လုပ်ငန်းစဉ်။
ယုံကြည်စိတ်ချရမှု	ရိုးသားမှုရှိသူ (သို့မဟုတ်) ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်သောသူဟု မှတ်ယူအားကိုးနိုင်သည့် စွမ်းရည်။

ကျမ်းကိုးစာရင်း

Afkhami, M., & Eisenberg, A. (2015). *Beyond equality: A manual for human rights defenders*. Bethesda, MD: Women's Learning Partnership for Rights, Development, and Peace.

Allen, W. (2019, January 22). *An introduction to systems thinking and tools for systems thinking* [PowerPoint slides]. Retrieved from https://learningforsustainability.net/post/intro-systems-thinking/

Association of Southeast Asian Nations. (2012). *ASEAN curriculum sourcebook*. Retrieved from https://www.asean.org/wp-content/uploads/images/2012/publications/ASEAN%20Curriculum%20Sourcebook_FINAL.pdf

Battaini-Dragoni, G. (2006). Promoting equity through social cohesion: The Council of Europe Strategy. In G. Kochendörfer-Lucius & B. Pleskovic (Eds.), Equity and Development (pp. 39–52). Washington, DC: The International Bank for Reconstruction and Development/The World Bank.

Caldwell, C., & Anderson, V. (2018). Introduction and overview: Trust, trustworthiness, and stewardship. Retrieved from https://www.researchgate.net/

Chapman, L. M. (2012). A different perspective on disability. Retrieved from https://www.slideshare.net/

Chowdury, M. (2016). Emphasizing morals, values, ethics, and character education in science education and science teaching. *The Malaysian Online Journal of Educational Science*, *4*, 1–16.

Commonwealth of Massachusetts. (2012). *Renewing the social compact: A report of the Special Commission on Civic Engagement and Learning*. Retrieved from https://www.civxnow.org/sites/default/files/basic_page/Civic-Ed-Commission-Report-complete_0.pdf

Control Risks. (2016). ASEAN business outlook survey: The ASEAN economic community and beyond. Retrieved from https://www.uschamber.com/

Courey, S. J., & Tappe, P., & Siker, J., & LePage, P. (2013). Improved lesson planning with universal design for learning (UDL). *Teacher Education and Special Education: The Journal of the Teacher Education Division of the Council for Exceptional Children*, *36*, 7–27.

Ćurko, B., Feiner, F., Gerjolj, S., Juhant, J., Kreß, K., Mazzoni, V., Mortari, L., Pokorny, S., Schlenk, E., & Strahovnik, V. (2015). *Ethics and values education: Manual for teachers and educators*. Ljubljana, Slovenia: ETHIKA – Ethics and values education in schools and kindergartens.

Dibaba, F. B. (2017). The role of civics and ethical education in shaping attitudes of students: The case of Jimma College Teachers Education. *Global Journal of Human Social Science*, *17*, 27–57.

Gardner, S. K. (2019, August 19). *Equity vs. equality* [Video file]. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=nCS7Rus4_-Y

Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British Journal of Clinical Psychology*, *53*, 6–41.

Institute of Play. (2014). *Q design pack: Systems thinking*. Retrieved from http://educators.brainpop.com/wp-content/uploads/2014/07/IOP_QDesignPack_SystemsThinking_1.0.pdf

International Bureau of Education- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2016). *Reaching out to all learners: A resource pack for supporting inclusive education*. Geneva, Switzerland: International Bureau of Education-United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

Kahne, J. & Middaugh, E. (2008) *Democracy for some: The civic opportunity gap in high school*. Berkley, CA: Centre for Information & Research on Civic Learning & Engagement.

Koh, A. (2007). Deparochializing education: Globalization, regionalization, and the formation of an ASEAN education space. *Discourse Studies in the Cultural Politics of Education, 28*, 179–195.

Kohlberg, L. (1958) *Development of moral character and moral ideology*. Chicago: University of Chicago.

Kohlberg, L. (1981). *The philosophy of moral development: Moral stages and the idea of justice* (Essays on moral development, Volume 1). San Francisco, CA: Harper & Row.

Kolucki, B., & Lemish, D. (2011). *Communicating with children: Principles and practices to nurture, inspire, excite, educate and heal*. Retrieved from https://www.unicef.org/cwc/files/CwC_Final_Nov-2011(1).pdf

MacDonald, M., Jagger, S., & Simpson, M. (2015). *ASEAN: A social science course for ASEAN citizens*. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/products/asean-student-book-english-version

Mandelbaum, A. (2019, August 22). *Ethical communication: The basic principles*. Retrieved from https://www.smbadvisors.com/capabilities/knowledge-management/insights/ethical-communication-the-basic-principles

Metro, R. (2013). *Histories of Burma: A source-based approach to Myanmar's history*. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/products/histories-burma-student-book-myanmar-version

Middleton, A. (2018). *Briefing: What is transformative learning?* Retrieved from https://blogs.shu.ac.uk/engagement/

Ministry of Education. (2019). *Educational Studies: Year 1 Semester 2*. Yangon, Myanmar: Ministry of Education.

Mintz, S. (2018, July 18). *Is integrity a moral value?* Retrieved from https://www.ethicssage.com/2018/07/is-integrity-a-moral-value.html

Morgan, P. (2005). The idea and practice of systems thinking and their relevance for capacity development. Retrieved from https://ecdpm.org/

Munro, C. (2018, May 2). Education for integrity: Our youth, our future. Retrieved from https://etico.iiep.unesco.org/en

Overcoming Obstacles. (2018). Life skills education: Middle school level. Retrieved from https://www.overcomingobstacles.org

Oxford Business Group. (2017). Myanmar 2017: Country profile. Retrieved from https://oxfordbusinessgroup.com/node/915391/reader

Oxford Business Group. (2020). Myanmar 2020: Country profile. Retrieved from https://oxfordbusinessgroup.com/node/953670/reader

Pigozzi, M. (2006) A UNESCO view of global citizenship education. *Education Review*, *58* (1), 1-4.

Rieckmann, M. (2018). Learning to transform the world: Key competencies in ESD. In A. Leicht, J. Heiss & W. J. Byun (Eds.), *Issues and trends in Education for Sustainable Development* (pp. 39-59). Paris, France: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

Rothstein, B., & Stolle, D. (2008). The state and social capital: An institutional theory of generalized trust. Retrieved from https://www.academia.edu/

Sanders, C. E. (2020, May 28). Lawrence Kohlberg's stages of moral development. Retrieved from https://www.britannica.com/

Schulz, W., Ainley, J., Fraillon, J., Losito, B., & Agrusti, G. (2016). *IEA International Civic and Citizenship Education Study 2016: Assessment framework*. Amsterdam, Netherlands: International Association for the Evaluation of Educational Achievement.

Schwartz, S.H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*, *2* (1). https://doi.org/10.9707/2307-0919.1116

Sincero, S.M. (n.d.). Theory of moral development. Retrieved from https://explorable.com/

Slachmuijlder, L. (2018). The Common Ground Approach - Three day training resources Guide for Facilitators. Retrieved from https://www.sfcg.org/our-resources/trainings/

Tate, L. (2017). *Assessing integrity: Utilising Kohlberg's theory of moral development*. Retrieved from https://www.psykologforeningen.no/content/download/48856/796908/version/1/file/Presentasjon+Louisa+Tate+-+Intergrity+testing.pdf

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

The Government of the Republic of the Union of Myanmar. (2018). *Myanmar Sustainable Development Plan* (2018-2030). Retrieved from https://themimu.info/sites/themimu.info/files/documents/Core_Doc_Myanmar_Sustainable_Development_Plan_2018_-_2030_Aug2018.pdf

The National Association for Multicultural Education. (2020). What is equity? Retrieved from https://www.nameorg.org/learn/what_is_equity.php

The Organisation for Economic Co-operation and Development. (2018). Education for integrity: Teaching on anti-corruption, values and the rule of law. Retrieved from https://www.oecd.org/

The Union Parliament. (2014). *National Education Law (2014, Parliamentary Law No. 41)*. Retrieved from https://www.burmalibrary.org/docs20/2014-09-30-National_Education_Law-41-en.pdf

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-Bangkok Office. (2015). *Embracing diversity: toolkit for creating inclusive, learning-friendly environments*. Paris, France: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization - International Bureau of Education. (2016). *Reaching out to all learners: A resource pack for supporting inclusive education*. Geneva, Switzerland: International Bureau of Education-United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-Bangkok Office. (2018). *Preparing teachers for Global Citizenship Education: A template*. Paris, France: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-International Institute for Capacity Building in Africa. (2017). *Transformative pedagogy for peace-building: A guide for teachers*. Retrieved from https://unesdoc.unesco.org/home

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 Delhi, India: Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development.

Wisesa, A. (2016). Cognitive moral development and its relevance in establishing moral integrity in organization. *Sains Humanika*, *8* (1-2), 53–57.

Wong, K., & McLaughlin, R. (2012). *Active citizenship: A civic education course for Myanmar*. Retrieved from https://www.moteoo.org/sites/moteoo.org/files/product_docs/active-citizenship-eng-sb-for-web-dl_1.pdf

Wright, C. L. (2018). *Young adult success: Skills for lifelong and continuous learning*. Retrieved from https://www.moteoo.org/en/products/young-adult-success-english-version

Wringe, C. (2006). Three approaches to moral education. In R. Gardner, J. Cairns & D. Lawton (Eds.), *Education for Values: Morals, Ethics and Citizenship in Contemporary Teaching* (pp. 38–49). London, England: Kogan Page Limited.

နောက်ဆက်တွဲများ

လက်ကမ်းစာစောင် (၁)။
ယဉ်ကျေး၍ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံမှုအတွက် မိမိကိုယ်ကိုစစ်ဆေးအကဲဖြတ်မှုဆိုင်ရာ သတ်မှတ်ချက်ဇယား

စံနှုန်းများ	တစ်မှတ်	နှစ်မှတ်	သုံးမှတ်	လေးမှတ်
စိတ်ပါဝင်စားစွာနားထောင်မှု	အခြားသူများ စကားပြောနေချိန်တွင် အမြဲတမ်း အာရုံမစိုက်ပါ။	အခြားသူများ စကားပြောနေချိန်တွင် တစ်ခါတစ်ရံ အာရုံစိုက်သည်။	အခြားသူများ စကားပြောနေချိန်တွင် အာရုံစိုက်သော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံတွင် အာရုံထွေပြားသည်။	အခြားသူများ စကားပြောနေချိန်တွင် အမြဲတမ်း အာရုံစိုက်သည်။
ကြားဖြတ်ပြောခြင်းများ	အခြားသူများ စကားပြောနေချိန်တွင် အမြဲတမ်း အနှောင့်အယှက်ပြု၍ စကားပြောသူကို အခက်အခဲ ဖြစ်စေသည်။	အခြားသူများကို ၎င်းတို့၏ ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ ကြားဖြတ်ပြော၍ စကားပြောသူကို ပြဿနာဖြစ်စေ နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် မဖြစ်စေနိုင်ပါ။	အခြားသူများကို ၎င်းတို့၏ခွင့်ပြုချက်ဖြင့် ကြားဖြတ်ပြောသည်။ ကြားဖြတ်ပြောခြင်း များသည် အမှာစကားကို သိရှိစေရာတွင် ကူညီပေးသည်။	အခြားသူများ စကားပြောနေစဉ်တွင် မည်သည့်အခါမျှ ကြားဖြတ်မပြောပါ။
အချက်အလက်ရှာမေးခွန်းများ	အခြားသူများ မျှဝေသော အချက်အလက်များ အပေါ် စိတ်ဝင်စားမှု အနည်းငယ်ပြသသည်။ သို့မဟုတ် ယင်းအပေါ် စိတ်ဝင်စားမှုမရှိခြင်းကို ပြသသည်။	မရေရာပါက မေးခွန်းများ မေးသော်လည်း ဤမေးခွန်းများထဲမှ အများစုသည် စကားဝိုင်းနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။	ရှင်းလင်းမှု လိုအပ်သောအခါ မေးခွန်းများ မေးသော်လည်း ဤမေးခွန်းအချို့သည် သက်ဆိုင်မှုမရှိခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။	ရှင်းလင်းမှု လိုအပ်သောအခါ သက်ဆိုင်ရာ မေးခွန်းများမေးသည်။
နားလည်နိုင်စွမ်း	နားလည်ရန်ခက်သော စကားလုံးများ၊ ဝေါဟာရများ နှင့်/သို့မဟုတ် နားထောင်သူ(များ) နားမလည်သည့် သာဓကများ အသုံးပြုသည်။	နားလည်ရန်ခက်သော စကားလုံးများ၊ ဝေါဟာရများ နှင့်/သို့မဟုတ် နားထောင်သူ(များ)ကို အနည်းငယ်သာ နားလည်စေသော သာဓကများ အသုံးပြုသည်။	နားလည်ရလွယ်သော စကားလုံးများ၊ ဝေါဟာရများ နှင့်/သို့မဟုတ် သာဓကများ အသုံးပြုသော်လည်း အဓိက အကြံဉာဏ်များကို ရှင်းလင်းစေသည့် သာဓကများကို အသုံးပြုရန် လိုအပ်သည်။	အခြားသူများ ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ နားလည်သည့် စကားလုံးများ၊ ဝေါဟာရများ နှင့်/သို့မဟုတ် သာဓကများကို အသုံးပြုသည်။

စံနှုန်းများ	တစ်မှတ်	နှစ်မှတ်	သုံးမှတ်	လေးမှတ်
စာနာမှု	အခြားသူများ၏ ခံစားချက်ကို လက်ခံရန် ခက်ခဲသည်။ သို့မဟုတ် အနည်းငယ်သာ ဂရုစိုက်ကြောင်း ပြသသည်။ သို့မဟုတ် ဂရုစိုက်ခြင်း လုံးဝမရှိကြောင်း ပြသသည်။	အခြားသူများ၏ ခံစားချက်များကို လက်ခံသော်လည်း ၎င်းတို့၏ စိတ်ပါဝင်စားမှုများကို နားလည်ခြင်း မရှိသည့်အပြင် အခြားသူများကို နားလည်ပေးလိုသည့် စိတ်လည်း နည်းပါးသည်။	အခြားသူများ၏ ခံစားချက်များကို လက်ခံပြီး ၎င်းတို့၏ စိတ်ပါဝင်စားမှုများကို ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ နားလည်ပေးရန် ကြိုးပမ်းသည်။	အခြားသူများ၏ ခံစားချက်များနှင့် စိတ်ပါဝင်စားမှုများကို လက်ခံပြီး အခြားသူများအပေါ် မိမိ၏ နားလည်မှုကို ပိုမိုနက်ရှိုင်းစေရန် ပြုလုပ်သည်။
အကြည့်ချင်းဆုံမှု	စကားပြောသူ(များ)နှင့် မျက်နှာချင်းမဆိုင်ပါ။ သို့မဟုတ် အကြည့်ချင်းမဆုံပါ။	စကားပြောသူ(များ)နှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင် အကြည့်ချင်း ဆုံသော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံ အကြည့်လွှဲ၍ စကားပြောသူကို အာရုံထွေပြားစေသည်။	စကားပြောနေသူများ နှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြီး အကြည့်ချင်းဆုံကာ ပြောဆိုသည်။	စကားပြောနေသူများ နှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်၊ အကြည့်ချင်းဆုံကာ လေးစားပွင့်လင်းစွာ ပြောဆိုသည်။
အသံ	မကောင်းမွန်သော အသံနေအသံထား၊ ရှင်းလင်းပြတ်သားမှုနှင့် စကားပြောနှုန်း တို့ကြောင့် နားလည်ရန် ခက်ခဲလေ့ရှိသော အသံဖြင့် စကားပြောသည်။	ယေဘုယျအားဖြင့် နားလည်နိုင်သော အသံဖြင့် စကားပြောသော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံတွင် အသံနေအသံထား (သို့မဟုတ်) ရှင်းလင်းပြတ်သားမှု (သို့မဟုတ်) စကားပြောနှုန်းသည် အမှာစကားကို နားမလည်နိုင်အောင် နှောင့်ယှက်သည်။	ယေဘုယျအားဖြင့် နားလည်နိုင်သော အသံဖြင့် စကားပြောသော်လည်း နားထောင်သူက နားမလည်သောအခါ အသံနေ အသံထား (သို့မဟုတ်) ရှင်းလင်းပြတ်သားမှု (သို့မဟုတ်) စကားပြောနှုန်းကို ချိန်ညှိပေးသည်။	အမှာစကားကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ လက်ခံရရှိစေရန် ရှင်းလင်း ပြတ်သားသော အသံနေအသံထား၊ ရှင်းလင်းပြတ်သားမှုနှင့် သင့်လျော်သော စကားပြောနှုန်းကို အသုံးပြု၍ နားလည် နိုင်သော အသံဖြင့် အမြဲပြောသည်။

လက်ကမ်းစာစောင် (၂)။
ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ

<table>
<tr><th colspan="2">ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုလုပ်ငန်း - အစီအစဉ်ရေးဆွဲနည်း ကိရိယာ</th></tr>
<tr><th>စံနှုန်း</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 အကျိုးဆက်နွှယ်မှုများကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ခြင်း
• မရည်ရွယ်ထားသော အကျိုးဆက်များ ပေါ်ပေါက်နိုင်သည့် နေရာများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
• စနစ်ကိုပြောင်းလဲနိုင်သည့် နယ်ပယ်များကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း
• ဂရုတစိုက်ဖြင့် နည်းစနစ်တကျ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">ဤလုပ်ငန်းအတွက် သင်ယူမှုရည်မှန်းချက် (များ) မှာ အဘယ်နည်း။ (တစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုသာ ရွေးချယ်ရမည်ဖြစ်ပြီး သင်ယူမှုရည်မှန်းချက် (များ) ကို SMART ဖြစ်စေရန် သတိပြုပါ)</td></tr>
<tr><td colspan="2">လိုအပ်သော သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ -</td></tr>
<tr><td colspan="2">ဤလုပ်ငန်းအဆုံး၌ မည်သည့် ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန်မေးခွန်းများကို မေးမြန်းမည်နည်း။</td></tr>
</table>

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

လက်ကမ်းစာစောင် (၃)။
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 အကျိုးဆက်နွှယ်မှုများကို 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 (၄)။
ပထမစာသင်နှစ်ဝက် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးမာတိကာတွင်ပါရှိသော သင်ယူမှုလုပ်ငန်းများနှင့် သင်ထောက်ကူများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း

သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
၁.၁.၁။ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိဆိုင်ရာ တတ်ကျွမ်းမှုများ	• စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ ဘာသာရပ်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ အနေဖြင့် ဘက်စုံ အရည်အချင်း ပြည့်ဝသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့် အဓိကကျသော တတ်ကျွမ်းမှုများ အကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။	• ရှိထားပြီးဖြစ်သော ဗဟုသုတများနှင့် ချိတ်ဆက်ခြင်း • ဂရပ်ဖစ်ပုံများ အသုံးပြု သင်ယူခြင်းနှင့် ပြခန်းလှည့်လည် ကြည့်ရှုသင်ယူခြင်း	• 'အသိပညာ'၊ 'ကျွမ်းကျင်မှုများ'၊ 'တန်ဖိုးထားမှုများ' ပါရှိသည့် သင်္ကေတများ • ကားချပ်ကြီးနှင့် မာကာများ
၁.၂.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်းနှင့် အာဆီယံ ဒေသအတွင်း၌ စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်း စိတ်ဓာတ်၏ အရေးပါပုံ	• စာရိတ္တ၊ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေးတို့၏ တန်ဖိုးများအကြား ဆက်နွယ်မှုများကို စိစစ်သုံးသပ်တတ်မည်။ • မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းနှင့် အာဆီယံဒေသ အတွင်း၌ ပြည်သူ့နီတိနှင့် နိုင်ငံသားကောင်းစိတ်ဓာတ် သင်ကြားရေး၏ အရေးပါပုံကို လေ့လာဖော်ထုတ်၊ ဆွေးနွေးတတ်မည်။		

သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
၁.၃.၁။ အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း	• အလယ်တန်းကျောင်းတွင် စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ဆန်းစစ်တတ်မည်။ • အလယ်တန်းပြဆရာများ အနေဖြင့် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားရေး၏ တန်ဖိုးထားမှုများအပေါ် ကျယ်ပြန့်နက်ရှိုင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်မှုရှိရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးကြောင်း ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အလယ်တန်းဆင့် နှင့် ဒုတိယနှစ် ပညာရေးဒီဂရီကောလိပ် စာရိတ္တနှင့်ပြည်သူ့နီတိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတို့ကို နှိုင်းယှဉ်တတ်မည်။		
၂.၁.၁။ မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံ	• အခြေခံကျသော လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝ နှင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအကြား ဆက်နွယ်မှု များကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာတတ်မည်။ • လူ့တန်ဖိုးများနှင့် လူသားဆန်မှုတို့၏ သဘောသဘာဝနှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူမှုကျင့်ဝတ်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာပုံကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။		
၂.၂.၁။ အပြန်အလှန် လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်း	• အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းတို့သည် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လူမှုကျင့်ဝတ်များ၏ အရေးကြီးအင်္ဂါရပ်များဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • အခြားသူများနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံသည့် အခါတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် သည်းခံနိုင်စွမ်းကို လက်တွေ့အသုံးချ နိုင်မည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။		

သင်ခန်းစာများ	သင်ယူမှုရလဒ်များ	မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
၂.၃.၁။ ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှု	• မြန်မာလူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများဖြစ်သည့် ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့အား မည်သည့်အတွက်ကြောင့် တန်ဖိုးထားပြီး မည်သို့ကျင့်သုံးကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ဖြောင့်မတ်တည်ကြည်မှု၊ စိတ်ချယုံကြည်ရမှုနှင့် စာနာရိုင်းပင်းတတ်မှုတို့မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်ပြီး ထိုစံတန်ဖိုးများကို မည်ကဲ့သို့ မွေးမြူနိုင်ကြောင်း လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။		
၂.၃.၂။ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှု	• တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို ခွဲခြားတတ်မည်။ • တန်းတူညီမျှမှုနှင့် သာတူညီမျှမှုတို့ကို လက်တွေ့ဘဝအခြေအနေများတွင် မည်သို့ကျင့်သုံးနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်တတ်မည်။		
၂.၄.၁။ ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ထိရောက်၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့် ၎င်းတို့သည် အဘယ်ကြောင့် အရေးပါသော ကျွမ်းကျင်မှုများ ဖြစ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးတတ်မည်။ • အခြေအနေအရပ်ရပ်၌ ထိရောက်မှုရှိ၍ ယဉ်ကျေးသော ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးတတ်မည်။		
၂.၄.၂။ ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု	• ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ ဝိသေသလက္ခဏာများမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြတတ်မည်။ • ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီသော ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ ပတ်သက်ဆက်နွယ်မှုများကို လေ့လာဆန်းစစ်တတ်မည်။		

သင်ခန်းစာများ	**သင်ယူမှုရလဒ်များ**	**မည်သည့် သင်ယူမှု လုပ်ငန်းများကို အသုံးပြုခဲ့သနည်း။**	**သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ**
၂.၅.၁။ ဆက်စပ်ခြုံငုံ တွေးတောခြင်း	• ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း ဆိုသည်မှာ မည်သည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်းကျောင်းသား များ၏ စာရိတ္တနှင့် ပြည်သူ့နီတိ သင်ကြားသင်ယူရေးကို ပိုမိုထိရောက်၍ ဆီလျော်မှုရှိအောင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး ဆက်စပ်ခြုံငုံတွေးတောခြင်း နည်းလမ်း ပါရှိသည့် သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ဖန်တီးရေးဆွဲတတ်မည်။		
၂.၅.၂။ အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူခြင်း	• အသိပညာ အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှု သီအိုရီ ဆိုသည်မှာ မည်သည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အလယ်တန်း ကျောင်းသားများ၏ မေးခွန်းထုတ်စဉ်းစားခြင်းနှင့် လေးနက်စွာဆန်းစစ်ဝေဖန်ခြင်း အလေ့အကျင့်များကို ဖွံ့ဖြိုးစေပြီး စာရိတ္တပိုင်းဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများအား တည်ဆောက်ပေးနိုင်ပုံကို ရှင်းပြတတ်မည်။ • လူမှုကျင့်ဝတ် တန်ဖိုးထားမှုများထဲမှ တစ်ခုအားရွေးချယ်ပြီး အပြောင်းအလဲပြု သင်ယူမှု နည်းလမ်းကို သုံး၍ သင်ယူမှုလုပ်ငန်းတစ်ခု ပြင်ဆင်တတ်မည်။		

လက်ကမ်းစာစောင် (၅)။
ဒုတိယနှစ်သင်ပြမှုပုံစံ - 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၏ ဆက်စပ်ချိန်ထွေးတောခြင်းကို 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	အချိန် သတ်မှတ်ချက် (၄၅ မိနစ်)	ဆရာလုပ်ငန်း (သင် မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)	ကျောင်းသားလုပ်ငန်း (ကျောင်းသားများ မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)	လိုအပ်ချက်အလိုက် ပြောင်းလဲ သင်ကြားခြင်း (ကျောင်းသား တစ်ဦးချင်းစီ၏ 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 မည်သည့်ကို လုပ်ဆောင်မည်နည်း။)	ကျောင်းသားလုပ်ငန်း (ကျောင်းသားများ မည်သည့်ကို 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 (၆)။
သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းကို လေ့လာဆန်းစစ်သည့် ပုံစံလွှာ

ညွှန်ကြားချက်များ - သရုပ်ပြသင်ကြားခြင်းသင်ခန်းစာ သင်ယူစဉ်တွင် သင် လေ့လာတွေ့ရှိသည့် အချက်များကို အမှန် (✓) ခြစ်ပါ။ ဖော်ပြထားသော အပြုအမူများကို မတွေ့ရှိရပါက ဗလာကွက် အတွင်း 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 သင်ခန်းစာအကြောင်းအရာ နှင့်ဆက်စပ်သော 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 ခြင်္ငံလျက် ၎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။

မှတ်စုများ

မှတ်စုများ

မှတ်စုများ

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန