အခွင့်အရေးများ
တာဝန်ယူမှုများ
ကိုယ်စားပြုခြင်း

သင်တန်းဆရာများ
လက်စွဲ

International Labour Organization

ကလေးသူငယ်များ၊ လူငယ်များနှင့် မိသားစုများကို လုပ်ပိုင်ခွင့် ပေးအပ်ခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ဘဝသက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အထောက်ကူပေးခြင်း

သင်ရိုး ၂– ဘဝတွင်ရှိသော အခွင့်အရေးများ

3-R သင်တန်းဆရာများလက်စွဲ

ကလေးသူငယ်များ၊ လူငယ်များနှင့် မိသားစုများကိုလုပ်ပိုင်ခွင့် ပေးအပ်ခြင်း

အခွင့်အရေးများ ၊ တာဝန်ယူမှုများ နှင့် ကိုယ်စားပြုခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ဘဝသက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အထောက်ကူပေးခြင်း

သင်ရိုး ၂ ဘဝတွင်ရှိသော အခွင့်အရေးများ

Fundamental Principles and Rights at Work Branch
International Labour Organization

မူပိုင်ခွင့် © အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့ ၂၀၁၇
ပထမအကြိမ်ထုတ်ဝေသည်။ ၂၀၁၇

ကမ္ဘာ့တစ်လွှားမူပိုင်ခွင့်သဘောတူညီချက်ကျင့်ဝတ် ၂ အရ အိုင်အယ်လ်အို၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရုံးမှမူပိုင်ခွင့်အနေဖြင့် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်သည်။ မည်သည့်မူလရင်းမြစ်မှကူးယူကြောင်းဖော်ပြပါက ခွင့်ပြုချက်ရယူမှုမရှိသော်လည်း အစိတ်အပိုင်းတိုလေးများကိုထုတ်နုတ်ကိုးကားဖော်ပြခွင့်ရှိပါသည်။ ပြန်လည်ဆင့်ပွားခြင်း (သို့) ဘာသာပြန်မှုများအတွက် အိုင်အယ်လ်အို ပုံနှိပ်ထုတ် ဝေခြင်း (လုပ်ပိုင်ခွင့်နှင့်ခွင့်ပြုချက်)၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအပြည်ပြည်ဆိုင်အလုပ်သမားရုံး၊ CH-1211 ဂျီနီဗာ ၂၂၊ ဆွီဇလန် (သို့) အီးမေးလ် - rights@ilo.org သို့လျှောက်ထားတောင်းခံရပါမည်။အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအလုပ်သမားရုံးမှ ထိုကဲ့သို့ လျှောက်ထားမှုများကို လက်ကမ်းကြိုဆိုပါသည်။
စာကြည့်တိုက်များ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အခြားမှတ်ပုံတင်ထားသည့် ပြန်လည်ဆင့်ပွားအဖွဲ့အသည်းများကသူတို့ အားချမှတ်ပေးထားသည့်လိုင်စင်နှင့်အညီပြန်လည်ကူးယူနိုင်ပါသည်။သင့်နိုင်ငံအတွင်းတွင်ရှိသော ပြန်လည်ဆင့်ပွားခွင့်www.ifrro.org သို့ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်သည်။

FUNDAMENTALS

အခွင့်အရေး၊ တာဝန်ယူမှု၊ ကိုယ်စားပြုခြင်း၊ ကလေးများ၊ လူငယ်များနှင့် မိသားစုများကို လုပ်ပိုင်ခွင့်ပေးအပ်ခြင်း၊ မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ဘဝသက်တာကျွမ်းကျင်မှုများကို အထောက်ကူပေးခြင်း/International Labour Office, Fundamental Principles and Rights at Work Branch (FUNDAMENTALS) - Yangon: ILO, 2017.

ISBN: 978-92-2-830850-1(Print); 978-92-2-830851-8(Web PDF)

International Labour Office; Fundamental Principles and Rights at Work Branch

အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်လည်းဖတ်ရှုနိုင်သည်။Empowerment for children, youth and families: 3-R trainers' kit on rights, responsibilities and representation - Supporting Life Skills in Myanmar(ISBN 978-92-2-130249-0 (print); 978-92-2-130250-6(Web PDF)),Yangon, 2017

အိုင်အယ်လ်အို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းအချက်အလက်စာရင်းပြုစုခြင်း

အသိအမှတ်ပြုမှု

ဤပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းအားILO အတွက် Busakorn Suriyasarn, Nelien Haspels and Rosalinda Terhorst မှ အသေးစိတ်စီစဥ်ပြင်ဆင်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံကလေးသူငယ်အလုပ်သမားပပျောက်ရေးအစီအစဥ် (My-PEC)၊ILO ရန်ကုန်ရုံးမှ Selim Benaissa မှညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သည်။
ဤ ILO ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းအတွက် ရန်ပုံငွေအား အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု အလုပ်သမားဌာနမှ ထောက်ပံ့ပေးသည်။ (Project MMR/13/10/USA).
ဤပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းသည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု အလုပ်သမားဌာန၏ အမြင်(သို့) မူဝါဒများနှင့် သက်ဆိုင်မှုမရှိပါ။ (သို့) လုပ်ငန်းအမည်၊ စီးပွားရေးထုတ်ကုန်များ (သို့) အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုအစိုးရမှ အတည်ပြုထောက်ခံထားသောအဖွဲ့အစည်း များ အဖြစ်ဖော်ပြထားခြင်းမရှိပါ။

ILO ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းသည် ကုလသမဂ္ဂ၏လုပ်ထုံးလုပ်နည်းနှင့်အညီ ထုတ်ဝေပြီး တင်ပြမှုများတွင် ပါဝင်သောအကြောင်းအရာများသည်လည်း ILO က မည်သည့်နိုင်ငံ၊ ဒေသ (သို့) နယ်မြေများ၏အခြေအနေပေါ်မှ မူတည်ခြင်းမရှိပဲ တင်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။
အမည်နှင့်တကွ ရေးသားဖော်ပြထားသည့် ဆောင်းပါးများ၏တွေးခေါ်ထင်မြင်ချက်၊ လေ့လာချက်နှင့် အခြားသတင်းဆောင်းပါးများ သည် စာရေးသူနှင့်သာ သက်ဆိုင်ပြီးပုံနှိပ်ထုတ်ဝေရာတွင်လည်း ILO၏ရေးသွင်းချက် ထင်မြင်ယူဆချက်များလုံးဝမရှိပါ။
ILO အနေဖြင့်လုပ်ငန်းများ၊ စီးပွားဖြစ်ထုတ်ကုန်များနှင့် ဖြစ်စဉ်များ၏ အမည်နာမများအားထုတ်ဝေသည့် စာအုပ်တွင်ဖော်ပြရည်ညွှန်းခဲ့သော်သွယ်ဝိုက်၍ ထောက်ခံခြင်းမဟုတ်သလို မဖော်ပြပါကလည်း သဘောမကျမနှစ်သက်၍ မဖော်ပြခြင်းမဟုတ်ပါ။
ILO ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းနှင့် လျှပ်စစ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထုတ်ကုန်များကို အဓိကစာအုပ်ရောင်းသူထံမှတစ်ဆင့်နှင့် လျှပ်စစ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖြန့်ဝေသူများထံမှရရှိနိုင်မည်။ (သို့) ilo@turpin-distribution.com မှတစ်ဆင့်မှာယူနိုင်သည်။ ပိုမိုသိရှိလိုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ဖြစ်တဲ့ www.ilo.org/publns or contact ilopubs@ilo.org သို့ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်: www.ilo.org/ipec

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ထုတ်ဝေသည်။
K Creative House မှ စာအုပ်ဒီဇိုင်းဆွဲသည်။

မာတိကာ

သင်ရိုးအကျဉ်းချုပ်			၁
အခန်း ၂.၁	**လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။**		**၅**
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၁.၁	**လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။**		၆
	သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ က	: "ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးတွေက ဘာတွေလဲ" အတွက် လုပ်ဆောင်ချက်များ	၁၃
	သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ ခ	: "လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ" အတွက် အဖြေလွှာ	၁၅
	အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု	: လူ့အခွင့်အရေးများ	၁၈
အခန်း ၂.၂	**ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ**		**၂၅**
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁	**ကျွန်ုပ်တွင်လည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ကုလားထိုင်အက**		၂၆
	သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က	: ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ ရုပ်ပုံကတ်ပြားများ	၂၉
	အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု	: ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ	၃၀
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၂	**ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးများကို ကျွန်ုပ်သိသည်။**		၃၂
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၃	**ကလေးများတွင်လည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ပိုစတာလှုံ့ဆော်ပွဲ**		၃၆
အခန်း ၂.၃	**ကျွန်ုပ်တွင်ရှိသောအခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ**		**၄၁**
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃.၁	**ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်သင့်သလဲ။**		၄၂
	သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၁ က	: အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းများ အတွက်မေးခွန်းများ - အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ	၄၆
	အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု	: အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ	၄၉
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃.၂	**ကျွန်ုပ်ဖြေရှင်းနိုင်သည်။**		၅၀

	သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၂ က	: ကာတွန်းများ	၅၃
အခန်း ၂.၄	**ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေး၊ ကျွန်ုပ်တို့၏အခွင့်အရေးများ စည်းရုံးစို့။**		**၅၇**
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄.၁	**ဦးခေါင်းအများကြီးသည် ဦးခေါင်းတစ်လုံးထက်သာသည်။ - ကားဆက်ပဟေဠိ**		၅၈
	သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁	: ကားဆက်ကစားရန် အပိုင်းအစများ	၆၂
	သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ ခ	: လေ့လာသူများအတွက် စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်းများ	၆၃
	အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု	: စည်းရုံးခွင့်နှင့် ကားဆက်ကစားနည်း	၆၄
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄.၂	**စည်းရုံးစို့။**		၆၆
	သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၂ က	: ခြေရာများ	၆၉

■ သင်ရိုး ၂ ဘဝတွင်ရှိသောအခွင့်အရေးများ

သင်ရိုးအကျဉ်းချုပ်

ဤအပိုင်းတွင် ကလေး၊ လူငယ်နှင့် လူကြီးများနှင့်ပတ်သက်သော အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများ၊ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို မိတ်ဆက်ပေးထားခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသို့မိတ်ဆက်ရာတွင် လူ့အခွင့်အရေးများ၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို လွယ်ကူစွာနားလည်ရန် ရှင်းပြထားပြီး ၄င်းအခွင့်အရေးများကို မည်သို့လေးစားမှုပေးရမည်နှင့် သင်တန်းသားများ၏ နေ့စဉ်ဘဝတွင် မည်သို့အသုံးချရမည်ကို ရည်ရွယ်ရှင်းပြထားသည်။ သင်တန်းသားများသည် ထိုအခွင့်အရေးများနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် မိမိတို့၏ တာဝန်ဝတ္တရားများကို စဉ်းစားဖော်ထုတ်ရမည်။ ၄င်းအခွင့်အရေးများရရှိရန်နှင့် လူ့အခွင့်အရေးဖောက်ဖျက်မှုများကို တွန်းလှန်ရန် စည်းရုံးဆောင်ရွက်နိုင်မှု၏ အရေးကြီးပုံကိုလည်း အလေးပေးထားပါသည်။

ဤသင်ရိုးတွင် အခန်း ၄ ခန်းပါဝင်သည်။

အခန်း ၂.၁ လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။
အခန်း ၂.၂ ကလေးသူငယ်များ၏ အခွင့်အရေးများ
အခန်း ၂.၃ ကျွန်ုပ်၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ
အခန်း ၂.၄ ကွန်ုပ်၏အခွင့်အရေး၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ အခွင့်အရေးများ စည်းရုံးရန်။

အခန်း ၂.၁ လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။	ရည်မှန်းချက်များ	ကြာချိန်
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၁.၁ လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာတွေလဲ။	• လူ့အခွင့်အရေး၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်ရန်။	၇၅ မိနစ်
အခန်း ၂.၂ ကလေးသူငယ်များ၏ အခွင့်အရေးများ	**ရည်မှန်းချက်များ**	**ကြာချိန်**
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂ ၁ ကျွန်ုပ်မှာလည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ကုလားထိုင်အက။	• ကလေးတစ်ယောက်၏ အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေးများကို သိမြင် နားလည်စေရန်။	မိနစ် ၆၀

လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၂ ကိုယ့်အခွင့်အရေး ကိုယ်သိသည်။	• ကလေးတစ်ယောက်၏ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများကို သိမြင်နားလည်စေရန်။	မိနစ် ၆၀
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၃ ကလေးသူငယ်များတွင်လည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ပိုစတာလှုံ့ဆော်ပွဲ	• ကလေးတစ်ယောက်၏ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများကို သိမြင်နားလည်စေရန်။ • ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာကုလသမဂ္ဂသဘောတူစာချုပ်၏ အရေးကြီးမှုကို သိရှိစေရန်။	မိနစ် ၆၀
အခန်း ၂.၃ ကျွန်ုပ်၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ	**ရည်မှန်းချက်များ**	**ကြာချိန်**
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃.၁ ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်သင့်သလဲ။	• အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာတာဝန်နှင့်တွဲလျက်ရှိကြောင်း သိရှိနားလည်စေရန်။ • နိုင်ငံသားနှင့် ရပ်ရွာသူရပ်ရွာသားကောင်းတစ်ယောက်၏တာဝန်များကို သိရှိနားလည်စေရန်။	မိနစ် ၉၀
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃.၂ ကျွန်ုပ်ဖြေရှင်းနိုင်သည်။	• အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ တာဝန်နှင့်တွဲလျက်ရှိကြောင်း သိရှိနားလည်စေရန်။ • မတူညီသောလူသားများ၏ အခွင့်အရေးများသည် ကွဲလွဲဆန့်ကျင်မှုများ ရှိနိုင်သည်ကို သိရှိနားလည်စေရန်။ • ကွဲလွဲဆန့်ကျင်မှုများအတွက် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အဖြေများကို စဉ်းစားတတ်စေရန်။	မိနစ် ၆၀

အခန်း ၂.၄ ကွန်ပ်ဓာ်အခွင့်အရေး၊ ကျွန်ပ်တို့၏ အခွင့်အရေးများ စည်းရုံးရန်	ရည်မှန်းချက်များ	ကြာချိန်
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄.၁ ဦးခေါင်းတစ်လုံးထက် ဦးခေါင်းအများကြီးက ပိုသာတယ်။	• အတူတကွလုပ်ဆောင်ရန် အားထုတ်မှု၏ အရေးကြီးမှုကို သိမြင်နားလည်စေရန်။ • ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်မှု၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို တွေ့ကြုံခံစားတတ်လာ စေရန်။	မိနစ် ၆၀
လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄.၂ စည်းရုံးကြစို့	• အတူတကွလုပ်ဆောင်ရန် အားထုတ်မှု၏ အရေးကြီးမှုကို သိမြင်နားလည်စေရန်။ • ဘုံတူညီသောပန်းတိုင်တစ်ခုသို့ အတူတကွ ရောက်ရှိစေရန်။	မိနစ် ၆၀
		သင်ရိုး (၂) အတွက်စုစုပေါင်းကြာချိန် - ၈ နာရီ ၄၅ မိနစ်

■ အခန်း ၂.၁ လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။

အကြောင်းအရာ

ဤအခန်းတွင် လူအားလုံးအတွက် အခြေခံကျသော လူ့အခွင့်အရေးများကို မိတ်ဆက်ပေးထားသည်။ သင်တန်းသားများသည် လူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားမှုရှိရန်လိုအပ်ကြောင်း သိရှိနားလည်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် ခနဉ္စာမည်သည့်မှုများကို မည်သို့အသိအမှတ်ပြုလက်ခံရမည်နှင့် အခွင့်အရေးများကို မည်သို့ခံစားရမည်ကို သိနားလည်စေရန်လည်း ရည်ရွယ်ပါသည်။

အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာ

- လူတိုင်းတွင် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများ ရှိသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုသူတို့သည် လူသားများဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။
- နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံစီတိုင်း၏ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ နှင့်/(သို့) နိုင်ငံတော်ဥပဒေနှင့် စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းများတွင် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများကို ပြဋ္ဌာန်းထားကြသည်။
- မည်သည့်နိုင်ငံမှလာသည်ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲသည်ဖြစ်စေ ချမ်းသာသည်ဖြစ်စေ၊ ကျားဖြစ်စေ မဖြစ်စေ၊ မည်သည့်လူမျိုးပင်ဖြစ်ပါစေ၊ မည်သည့်ဘာသာကို ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ၊ မည် သည့်နေရာတွင်မွေးဖွားသည်ဖြစ်စေ၊ မည်သူပင်ဖြစ်ပါစေ ယောက်ျားလေးများနှင့် မိန်းကလေး များအားလုံးတွင် တူညီသော အခွင့်အရေးများရှိကြသည်။
- အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားမှုနှင့် လက်တွေ့ကျင့်ကြံလိုက်နာမှု အတိုင်းအတာ သည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ၊ ရပ်ရွာတစ်ခုနှင့်တစ်ခု၊ မိသားစုတစ်စုနှင့်တစ်စုအကြား တွင်များစွာကွဲပြားမှုရှိသည်။
- အစိုးရသည် မိမိနိုင်ငံသားများအားလုံး၏ လူ့အခွင့်အရေးများကို အကာအကွယ်ပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။

လေ့ကျင့်ခန်းများ

၂.၁.၁ လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာတွေလဲ။

သက်ဆိုင်ရာအခန်းများ

၂.၂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ
၂.၃ ကျွန်ုပ်၏ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ
၁၁.၂ အလုပ်တွင်ရှိသော အခွင့်အရေးများ

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၁.၁ ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးတွေက ဘာတွေလဲ။

ရည်ရွယ်ချက်

လူ့အခွင့်အရေး၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို နားလည်သဘောပေါက်စေရန်။

ဦးတည်အုပ်စု

ကလေးများ၊ လူငယ်များနှင့် လူကြီးများ

ကြာမြင့်ချိန်

၇၅ မိနစ်

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ

ကုလားထိုင်များကို စက်ဝိုင်းကြီးပုံစံချထားပြီး စက်ဝိုင်းအတွင်းပိုင်းတွင် နေရာကျယ်ကျယ်ထားရှိခြင်း။

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ

- အတန်းအရှေ့တွင် စာရေးရန်အတွက် သင်ပုန်း (သို့) နံရံ
- နံပါတ် ၁ မှ ၁၀ တပ်ထားသော Flipchart စာရွက် ၁၀ ရွက်
- အိတ် (သို့) ခရား
- မာကာ ၆ ချောင်းနှင့် အထက်

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း

၂.၁.၁ က - "လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာတွေလဲ" အတွက် လုပ်ဆောင်ချက်များ
၂.၁.၁ ခ - "လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာတွေလဲ" အတွက် အဖြေလွှာစာရွက်
အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - လူ့အခွင့်အရေးများ

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ[၁]

၁။ ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း - လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်ခြင်းဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ။ - ၁၅ မိနစ်
၂။ လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ။ - ၁၅ မိနစ်
၃။ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများ - ၃၅ မိနစ်
၄။ အနှစ်ချုပ် - ၁၀ မိနစ်

၁ Adapted from: Human Rights Here and Now: Celebrating the Universal Declaration of Human Rights by Nancy Flowers, ed. (Human Rights Resource Center, University of Minnesota), Activity 1: Human Beings/Human Rights, http://hrlibrary.umn.edu/edumat/hreduseries/hereandnow/Part-3/Activity1.htm.

ပြင်ဆင်ခြင်း

အဆင့် ၃ အတွက် သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ က တွင် ရှင်းပြထားသကဲ့သို့ စာရွက် ၁၀ ရွက် နှင့် ခရား (သို့) အိတ် တစ်ခုကို ပြင်ဆင်ထားပါ။

အဆင့် ၁ ဉာဏ်ဖွင့်ဆွေးနွေးခြင်း - လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်ခြင်းဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ။ - ၁၅ မိနစ်

"လူသား" ဟူသော စာလုံးကို သင်ပုန်းအပေါ်တွင် (သို့) နံရံ (သို့) ထောက်စင်အပေါ်တွင်ရှိသော Flipchart အပေါ်တွင် ရေးပါ။ စာလုံး၏အောက်တွင် လူပုံသဏ္ဍာန်တစ်ခု ဆွဲပါ။ ပြီးနောက် သင်တန်းသားများကို အောက်ပါတို့ကို မေးမြန်းပါ။

- လူသားတစ်ယောက်ဆိုတာကို ဖွင့်ဆိုသတ်မှတ်တဲ့ အရည်အသွေးတွေက ဘာတွေလဲ။
- လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန် ကွဲပြားစေတဲ့အရာကဘာလဲ။

သင်တန်းသားများမှ လူသားတို့သည် ခြေနှစ်ချောင်းဖြင့် မတ်တတ်ရပ်လမ်းလျှောက်နိုင်သည် (သို့) စကားပြောနိုင်သည်၊ အိမ်များ၊ အဆောက်အဦများ၊ အနုပညာ၊ ဗိသုကာလက်ရာများ၊ နည်းပညာများ စသည်ကို ဖန်တီးနိုင်သည် စသည်ဖြင့် ဖြေကြားကြလိမ့်မည်။ သင်တန်းသားများ ဖြေကြားကြသည်များကို လူသားပုံသဏ္ဍာန်၏ ဘယ်ဘက်တွင် စာဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပုံဖြင့်သော်လည်းကောင်း ရေးထားပါ။ (သို့မဟုတ် သင်တန်းသားများကို ရေးသားခိုင်းပါ။) အချို့သင်တန်းသားများမှ အသိဉာဏ်ရှိခြင်း၊ ကရုဏာတရားနှင့် ကြင်နာမှုရှိခြင်း စသည့် ဒြပ်မဲ့နာမ်များကို ပြောလိမ့်မည်။ သင်တန်းသားများ၏ တွေးမြင်မှုများကို များများရယူပါ။ ပြီးလျှင် သင်တန်းသားများကို အောက်ပါတို့ကိုမေးပါ။

- ဘယ်အရာက လူသားတွေကို ပျော်ရွှင်စေသလဲ။ သင့်ကို ပျော်ရွှင်စေတာ ဘာလဲ။ ကိုယ့်မိသားစုအတွင်းမှာရှိတဲ့ အဖေ၊ အမေ၊ အဘိုး၊ အဖွား၊ ကလေး၊ မောင်နှမများ၊ သူငယ်ချင်းများ အတွက်ပါ စဉ်းစားပေးပါ။ ၄င်းတို့ကို ပျော်ရွှင်စေတာ ဘာလဲ။
- အကာအကွယ်ပေးခြင်း ခံထားရသည်ဟု ခံစားမိစေရန် ၊ ပျော်ရွှင်သောဘဝရှိစေရန် ၊ အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်များ ပြည့်မီအောင် အပြည့်အဝဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် လူသားတို့အတွက် ဘာလိုအပ်သနည်း။

သင်တန်းသားအများစုမှာ အခြေခံလိုအပ်ချက်များဖြစ်သော အိမ် ၊ ငွေကြေး ၊ ကောင်းမွန်သော၊ ချစ်ခင်သောမိသားစု၊ ပညာရေး၊ အလုပ် စသည်တို့ကို ပြောကြားလိမ့်မည်။ အချို့မှ အချစ်၊ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာခြင်း၊ သူငယ်ချင်းကောင်းများ၊ ရပ်ရွာ စသည်ဖြင့် ပြောလိမ့်မည်။ ထိုအဖြေများကို လူပုံသဏ္ဍာန်၏ ညာဘက်အခြမ်းတွင် သီးခြားရေးမှတ်ပြုစုထားပါ။

အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် သင်တန်းသားများ၏ ဦးနှောက်ကို ထပ်မံအလုပ်ပေးပြီး ဆွေးနွေးခိုင်းပါ။

- လူသားတစ်ယောက်ရဲ့ဖြစ်တည်မှုဆိုတာ "အသက်ရှင်ခြင်း" "ရှင်သန်နေခြင်း" ကိုပဲ ဆိုလိုတာလား။ (မဟုတ်ပါ။ လူသားဆိုတာ ကိုယ့်ရည်မှန်းချက်တွေ ပြည့်မီဖို့ ကိုယ့်ကိုကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် လုပ်ဖို့လိုတယ်။)
- လူသားတိုင်းက ဂုဏ်သိက္ခာရှိချင်ကြသလား။ (ရှိချင်ပါတယ်။ လူတိုင်းက

လေးစားစွာ ဆက်ဆံခံချင်ကြပါတယ်။)

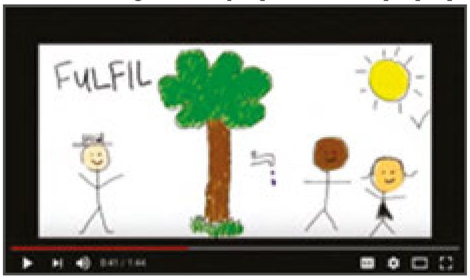
- လူသားတိုင်းက ကိုယ့်မိသားစု၊ ရပ်ရွာနဲ့ နိုင်ငံအတွင်းမှာ မျှတစွာဆက်ဆံခံရခွင့်ရှိသလား။ (ရှိပါတယ်။ လူတိုင်းမှာမျှမျှတတ ဆက်ဆံခံရခွင့်ရှိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလိုဆက်ဆံမခံရတာတွေလည်းရှိနေတယ်။)
- လူသားတွေက ဘာသာစကားကို အသုံးပြုပြီး ကိုယ်ဘယ်လိုထင်တယ်၊ ဘယ်လိုခံစားရတယ်၊ ဘာလိုချင်တယ်ဆိုတာတွေကို တပါးသူကို ပြောခွင့်ရှိတယ်။ တခါတရံမှာ တစ်စုံတစ်ယောက်ဟာ အဲဒီလွတ်လပ်စွာ စကားပြောခွင့်၊ မိမိကိုယ်ကိုဖော်ပြခွင့်တွေကို ကိုယ့်ဆီက ယူသွားတတ်သလား။ အဲဒီလို ယူသွားတာမျိုးကို သဘောကျသလား။ (မကျပါ။)
- အခြေခံလိုအပ်ချက်တွေအပြင် ကိုယ်လိုချင်တဲ့ အရေးကြီးသောအရာတွေကဘာတွေလဲ။ (ကျန်းမာရေး၊ ဘေးကင်းလုံခြုံမှု၊ ဆင်းရဲမှု/အကြမ်းဖက်မှုများမှ ကာကွယ်ခံထားရမှု၊ ချမ်းသာပြီး တန်ခိုးသြဇာကြီးမှု စသည်)

လူသားပုံသဏ္ဍာန်၏ ညာဘက်အခြမ်းတွင် တခြားအဖြေများလည်း ထပ်မံဖြည့်စွက်ပါ။ "ဂုဏ်သိက္ခာ"၊ "လုံခြုံမှု"၊ "သာတူညီမျှမှု"၊ "လေးစားမှု"၊ "လွတ်လပ်မှု"၊ "တိုးတက်ရန်အခွင့်အလမ်း" စသည်။

အဆင့် ၂ လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ ဘာကိုဆိုလိုတာလဲ။ - ၁၅ မိနစ်

လူပုံသဏ္ဍာန်၏ ဘေးဘက်တွင်ရေးမှတ်ထားသော အဖြေများ၏ထိပ်တွင် "အခွင့်အရေးများ" ဆိုသည့် စာလုံးကိုရေးပြီး မေးပါ။

- အခွင့်အရေးဆိုတာဘာကိုဆိုလိုတာလဲ။ အခွင့်အရေးဆိုတာဘာတွေလဲ။



အဖြေအနည်းငယ်ရယူပြီးနောက် လူ့အခွင့်အရေး၏သဘောတရားကို လွယ်ကူစွာမိတ်ဆက်ရန် "လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ"ဟူသောဗွီဒီယိုပြကွက်အတိုတစ်ခုကို ပြသပါ။ ထိုဗွီဒီယိုကို ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှုဆိုင်ရာညှိနှိုင်းရေးမှူးရုံး (UNOCHER) မှ ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ပြီး ၁.၄၄ မိနစ် ရှည်သည်။
https://www.youtube.com/watch?v=JpY9s1Agbsw.

ဤဗွီဒီယိုသည် အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးနှင့် စာတတ်မြောက်မှုအဆင့်အမျိုးမျိုးအတွက် သင့်လျော်သည်။

ဗွီဒီယိုပြပြီးနောက် အောက်ပါတို့ကို ရှင်းပြပါ။

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

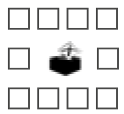
အွန်လိုင်းပေါ်တွင် လူ့အခွင့်အရေး၏ သဘောတရားအကြောင်းရှင်းပြထားသော ဗွီဒီယိုများစွာကို အခမဲ့ရနိုင်ပါသည်။ (အချို့မှာ ကလေးများအတွက်ရည်ရွယ်ပြီး အချို့မှာ လူငယ်နှင့် လူကြီးများအတွက် ပိုမိုသင့်တော်သည်။) သင်တန်းနည်းပြအနေဖြင့် ယခုဗွီဒီယိုကိုသော်လည်းကောင်း၊ မိမိနိုင်ငံဘာသာစကားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော အခြားဗွီဒီယိုများ (ဥပမာ - မြန်မာနိုင်ငံ လူ့အခွင့်အရေးကော်မရှင်မှ ထုတ်လုပ်ထားသော UDHR ဗွီဒီယို - ၂.၅၄ မိနစ် https://www.youtube.com/watch?v=sHeEUd-H6k8)_ ကိုသော်လည်းကောင်း အသုံးပြုနိုင်သည်။

- တစ်စုံတစ်ခုကို "အခွင့်အရေး" တစ်ခုအဖြစ်ခေါ်ဆိုပြီဆိုလျှင် တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ထိုအတွက် တောင်းဆိုခွင့် (သို့) ဥပဒေအရခံစားပိုင်ခွင့်တစ်ခုရှိမည်ဖြစ်ပြီး တစ်ဘက်လူသည်လည်း ထိုအရာကိုကာကွယ်ရန် တာဝန်ဝတ္တရား (သို့) ဥပဒေအရ တာဝန်တစ်ခု ရှိမည်ဖြစ်သည်။ ယောကျ်ား၊ မိန်းမနှင့် ကလေးစသည့် လူသားတိုင်းသည် "လူ့အခွင့်အရေးများ" ရှိပြီး ၎င်းတို့၏ အစိုးရသည် ထိုအခွင့်အရေးများကို ထိန်းသိမ်းရန်နှင့် ကာကွယ်ရန်တာဝန်ရှိသည်။
- ၎င်းလူ့အခွင့်အရေးများကို အခြေခံစံနှုန်းများအဖြစ် နိုင်ငံတကာ အသိုင်းအဝိုင်း အတွင်းတွင်ရှိသော အစိုးရအသီးသီးမှ မှတ်တမ်းတင်၊ ဆွေးနွေး၊ သဘောတူညီချက်များယူခဲ့ကြသည်။ ၎င်းတို့သည် နိုင်ငံတကာဥပဒေများဖြစ်လာပြီးတိုးတက်သော အစိုးရများအားလုံးနီးနီးမှ လက်ခံထားကြသည်။
- လူ့အခွင့်အရေးသည်လူသားအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ လူ့အခွင့်အရေးသည် ယောကျ်ားလေး၊ မိန်းကလေး၊ အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသား မရွေး၊ နိုင်ငံမရွေး၊ဘာသာစကားမရွေး၊ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး၊ ကိုးကွယ်မှုမရွေးလက်ခံကျင့်သုံးရမည့် အရာဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းတို့အားလုံးသည် လူသားများဖြစ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။
- နိုင်ငံအားလုံးတွင်ရှိသော အစိုးရများသို့ လူ့အခွင့်အရေးပန်ကြားချက်မှာ
    - o လေးစားမှုရှိပါ (လူတစ်ယောက်လုပ်နိုင်သည်များကို ကန့်သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။)
    - o ကာကွယ်ပါ (လူတစ်ယောက်ကို မတရားလုပ်ခြင်းမခံရအောင် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပါ။)
    - o ဖြည့်ဆည်းပါ (လူတစ်ယောက်၏ဘဝအတွက် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ ရရှိအောင်မြင်စေမည့် အခြေအနေများကို ထောက်ပံ့ပါ။)
- နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံချင်းတွင် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေး၏ အနိမ့်ဆုံးစံနှုန်းများကို ပြဋ္ဌာန်းထားသော ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေရှိသည်။ ဥပမာ - မြန်မာနိုင်ငံတွင် နိုင်ငံသားတို့၏ လူ့အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်ပြီး ပြစ်မှုကျူးလွန်သူများကို အပြစ်ပေးထားသည့် ဥပဒေများဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေတွင်ပါရှိသည်။ အချို့နိုင်ငံတကာနှင့်ပြည်တွင်းဥပဒေများတွင်ကလေးသူငယ်များ၊လူငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများကို အထူးကာကွယ်ထားသော ဥပဒေများ ပါရှိကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထိုသူတို့သည် မတရားအနိုင်ထက်စီးနင်းပြုကျင့်ခြင်းခံရချိန်များတွင် ထိခိုက်လွယ်သူများဖြစ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ (အသေးစိတ်ကို အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု နံပါတ် ၁ တွင် ကြည့်ပါ။)

အဆင့် ၃ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများ - ၃၅ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို အခြေခံလူ့အခွင့်အရေး ၁၀ ချက်ကို သင်ယူရမည်ဟု ပြောပါ။ ကစားနည်းကို နှစ်ကြိမ်ကစားရမည်။

ပထမဦးစွာ Flipchart စာရွက် ၁၀ ရွက်ကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားသောပုံတွင်ကဲ့သို့ စက်ဝိုင်း၏ အလည်တွင် ထောင့်မှန်စတုဂံပုံသဏ္ဍာန် နေရာချပါ။ အလျားတွင် Flipchart စာရွက် ၄ ရွက်စီနှင့် အနံတွက် Flipchart စာရွက် ၃ ရွက်စီထားပါ။ စာရွက်များကို ၁ မှ ၁၀ အထိ နံပါတ်တပ်ပါ။ စာရွက်တစ်ရွက်နှင့် တစ်ရွက်အကြားတွင် သင်တန်းသားများ လမ်းလျှောက်သွားနိုင်စေရန် နေရာချန်ထားပါ။



သင်တန်းသားများကို အဖွဲ့ ၅ ဖွဲ့ခွဲပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့မှ သင်တန်းသားတစ်ဦးစီကို အသင့်ပြင်ထားသော အိတ် (သို့) ကရားအတွင်းမှ စာရွက်တစ်ရွက်စီကို ဆွဲယူရန်ပြောပါ။ ထိုစာရွက်တစ်ရွက်စီအပေါ်တွင် သင်တန်းသားများ လုပ်ဆောင်ရမည့်လုပ်ငန်းစဉ်များနှင့် နံပါတ်တစ်ခုစီကို တွေ့မည်။ ထိုအဆင့်ကို ၅ မိနစ်အတွင်း အမြန်ပြီးအောင်လုပ်ရန်ပြောပါ။

အဖွဲ့အားလုံးမှ ထိုအလုပ်ကို ပထမအကြိမ်ပြီးဆုံးအောင် လုပ်ပြီးချိန်တွင် ကျန်ရှိနေသေးသော စာရွက် ၅ ရွက်အတွက် ဒုတိယအချီ ထပ်မံပြုလုပ်ပါ။

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

သင်တန်းသားကလေးများအတွက် အချို့သော လူ့အခွင့်အရေးများသည် နားလည်ရန်ခက်ခဲမည်။ ၄င်းတို့သည် လူ့အခွင့်အရေးအားလုံးကို ပြုလုပ်ရန်မလိုပါ။ သင်တန်းနည်းပြမှ ကလေးများအတွက် လွယ်ကူသော လူ့အခွင့်အရေးများကို ရွေးချယ်ပေးရမည်။ ဥပမာ - သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ က တွင်ပါရှိသော လူ့အခွင့်အရေး နံပါတ် ၂၊ ၃၊ ၄၊ ၅၊ ၆၊ ၈ နှင့် ၁၀။

Flipchart စာရွက်များအားလုံးဖြင့် အလုပ်လုပ်ပြီးသော် သင်တန်းသားအားလုံးကို အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ချင်းစီ၏ရလဒ်များကို မျက်နှာစုံညီလေ့လာခိုင်းပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ချင်းစီမှ Flipchart စာရွက်တစ်ရွက်စီကို ရှင်းပြစေလျက် အောက်ပါမေးခွန်းများကိုမေးပါ။

- လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ။
- ဒီလူ့အခွင့်အရေးမှာ သင့်ကိုဘာလုပ်ခိုင်းသလဲ။
- ဒီလူ့အခွင့်အရေးအတွက် အဖြေ (အတွေးအခေါ်) ထုတ်ရတာ ခက်ခဲသလား။

အခြားအဖွဲ့များကို လူ့အခွင့်အရေးတစ်ခုစီအတွက် အဖြေ/ဥပမာများ/အတွေးအခေါ်များ/ပုံများ အပေါ် သဘောတူညီပါသလားဟု မေးမြန်းပါ။ လိုအပ်လျှင် လူ့အခွင့်အရေးတစ်ခုစီအတွက် လိုနေသေးသော အဖြေများကို ထပ်မံဖြည့်စွက်ပါ။ (သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ ခ အဖြေလမ်းညွှန်တွင်ကြည့်ပါ။)

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

ပညာတတ်ပြီး အင်္ဂလိပ်လိုနားလည်သော လူငယ်များနှင့် လူကြီးများအတွက် လူ့အခွင့်အရေး လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုစင်တာ Human Rights Action Center (၂၀၀၈)[၂] မှ ထုတ်လုပ်ထားသော ပိုပြီးစိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာကောင်းသည့် ဗွီဒီယို (၄.၃၀ မိနစ်) ကို ပြသနိုင်သည်။
အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးမှု (သို့) ဗွီဒီယို ပြီးဆုံးသွားသောအခါ လူ့အခွင့်အရေးဥပဒေများနှင့် သဘောတူညီချက်များ (အကျဉ်းချုပ်မှတ်စုနံပါတ် ၂ တွင် ကြည့်ပါ) အကြောင်း အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြပါ။ အုပ်စုလိုက်လေ့ကျင့်ခန်းမှ လူ့အခွင့်အရေး များကို အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြပြီး အခြားလူ့အခွင့်အရေးများ ဖြစ်သော လူတန်းစေ့နေနိုင်ခွင့်၊ လက်ထပ်ခွင့်နှင့် မိသားစုဘဝထူထောင်ခွင့်၊ ယဉ်ကျေးမှုရှိသော ဘဝနှင့် လူ့ပတ်ဝန်းကျင်များတွင် ပါဝင်ခွင့်၊ ဥပဒေအောက်တွင် သာတူညီမျှ အကာအကွယ်ရပိုင်ခွင့် စသည်တို့ကိုလည်း ထပ်မံဖြည့်စွက်ပါ။ အချိန်ရပါက မြန်မာနိုင်ငံမှ သဘောတူစာချုပ်ချုပ်ဆိုထားသော အခြားလူ့အခွင့်အရေးများ (အသေးစိတ်ကို အကျဉ်းချုပ်မှတ်စုနံပါတ် ၃ တွင်ကြည့်ပါ) ကိုလည်း ပြောပြပါ။

အဆင့် ၄ အနှစ်ချုပ် - ၁၀ မိနစ်

လူ့အခွင့်အရေးများတွင် အသက်ရှင်ရပ်တည်ရန် အခြေခံလိုအပ်ချက်သာမကဘဲ ပျော်ရွှင်သော၊ ပြည့်စုံသော ဘဝတစ်ခု ရရှိပိုင်ဆိုင်ရန် လိုအပ်ချက်များလည်း ပါဝင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ဘဝတွင် အောက်ပါအရာ ၃ ခုကို လိုအပ်ချက်အဖြစ်နှင့်အတူ လိုအင်ဆန္ဒအဖြစ်ပါ လိုအပ်သည်။

၁) လူသားတိုင်းသည်အသက်ရှင်ရပ်တည်ရန်လိုအပ်ချက်အဖြစ် အစားအစာ၊ အဝတ်အထည်၊ ဦးခေါင်းအပေါ်ရှိခေါင်မိုး၊ ကျန်းမာရေးအတွက် ဆေးဝါး၊ ဘေးအန္တရာယ်များမှ လုံခြုံမှုနှင့် အကာအကွယ်ခံထားရမှု စသည်တို့ကို လိုအပ်သည်။

၂) အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်များပြည့်မီစေရန်အတွက် လူသားအားလုံးသည် မိမိခြေထောက်ပေါ်မိမိရပ်တည်နိုင်ရန်ပညာရေးနှင့်အလုပ်အကိုင်ကဲ့သို့သော အရာများလိုအပ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် လူမှုရပ်ရွာတစ်ခုအတွင်း တည်ရှိနေရန်လိုအပ်ပြီး လေးစားခံရမှု၊ သာတူညီမျှဆက်ဆံခံရမှုနှင့် လွတ်လပ်ခွင့်တို့ကိုရရှိရန်လည်းလိုအပ်သည်။ ထိုအရာများအားလုံးသည် ကျွန်ုပ် တို့ကို လူ့ဂုဏ်သိက္ခာဟူသောအနက်ကို ပေးစွမ်းသည်။

၃) တတ်နိုင်သည်ဆိုပါက ကျွန်ုပ်တို့သည် မိသားစုအတွက် အိမ်အကြီးကြီး (သို့) ကားတစ်စီး၊ ကလေးအတွက်ကစားစရာအရုပ်လှလှ၊ ခေတ်မီအဝတ်အစားများ၊ ဖုန်း၊ ပွဲများသွားခြင်း၊ ဗွီဒီယိုဂိမ်းများကစားခြင်းစသောဖျော်ဖြေရေးဆိုင်ရာအသုံးအဆောင်များဖြစ်သည့် ကျွန်ုပ်တို့ကို ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာခြင်းကို ရရှိစေရန်လုပ်ဆောင်ပေးသည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအရာများသည် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သောအရာများ မဟုတ်ဘဲ စည်းစိမ်ခံစားမှုများဖြစ်သော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့ကိုပျော်ရွှင်စေသည်မှာ အမှန်ပင်။

[၂] The video titled The Universal Declaration of Human Rightscreated by Seth Brau (producer: Amy Poncher) is available on YouTube https://www.youtube.com/watch?v=hTlrSYbCbHE (Human Rights Action Center, 2008), and on Vimeo: https://vimeo.com/1823335.

အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများတွင် ဤအရာများအားလုံးပါဝင်ပါသလားဟု မေးပါ။ လူ့အခွင့်အရေးတွင်ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာခြင်းနှင့်စည်းစိမ်ခံစားမှုများပါဝင်ပါသလား။ (မဟုတ်ပါ။ လူ့အခွင့်အရေးများသည် လူသားတို့အသက်ရှင်ရပ်တည်ရန် အခြေခံလိုအပ်ချက်များနှင့် လူ့ဂုဏ်သိက္ခာကိုသာ အကာအကွယ်ပေးထားသည်။)

သင်တန်းသားတွေကို ထိုလူ့အခွင့်အရေးတွေထဲမှဘယ်အရာများကို မိမိတို့ရပ်ရွာ/နိုင်ငံမှာ မရှိဘူးလဲ/မတွေ့ရဘူးလဲလို့ မေးပြီး ဖော်ထုတ်ခိုင်းပါ။ အကျဉ်းချုပ်ဆွေးနွေးပြီး အောက်ပါအချက်များနှင့် အနှစ်ချုပ်ပါ။

- လူတိုင်းတွင် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများ ရှိပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အသက်အရွယ်၊ လူမျိုး (သို့) တိုင်းရင်းသား၊ ကျား (သို့) မ၊ လူမှုစီးပွားအခြေအနေ၊ နိုင်ငံသား၊ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်မှုအနေအထား၊ ကိုးကွယ်မှု (သို့) နိုင်ငံရေးအယူအဆ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေစေကာမူ ထိုသူတို့သည် လူသားများဖြစ်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။
- နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံတိုင်း၏ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ နှင့်/(သို့) နိုင်ငံတော်ဥပဒေနှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများတွင် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများကို ပြဋ္ဌာန်းထားကြသည်။
- အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားမှုနှင့် လက်တွေ့ကျင့်ကြံလိုက်နာမှု အတိုင်းအတာ သည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ၊ ရပ်ရွာတစ်ခုနှင့်တစ်ခု၊ မိသားစုတစ်စုနှင့်တစ်စုအကြား များစွာကွဲပြားမှုရှိသည်။
- အစိုးရသည် မိမိနိုင်ငံသားများအားလုံး၏ လူ့အခွင့်အရေးများကို အကာအကွယ်ပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။ သို့သော် လူ့အခွင့်အရေးများကို အစိုးရများမှ အချိန်ပြည့်ကာကွယ်ထားခြင်း မရှိပေ။ ထို့အတွက်ကြောင့် လူသားတို့သည် မိမိတို့၏ လူ့အခွင့်အရေးများကို သိရှိထားသင့်ပါသည်။

သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ က "ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးတွေက ဘာတွေလဲ" အတွက်လုပ်ဆောင်ချက်များ

လမ်းညွှန်မှုများ - ဤစာရွက်ကို အစက်အစက်ပြထားသော လိုင်းများတလျှောက် ပိုင်းဖြတ်ပါ။ ထို့နောက်လုပ်ဆောင်ချက်ပါသော စာရွက်ပိုင်း ၁၀ ရွက်ရမည်။ စာရွက်ပိုင်းတစ်ရွက်စီကို နှစ်ခေါက်ခေါက်ပြီး ခရား (သို့) အိတ် တစ်လုံးအတွင်းသို့ထည့်ပါ။ လုပ်ဆောင်ချက်များကို ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ သို့သော် လူ့အခွင့်အရေး ၁၀ ခုကို မပြောင်းလဲရ။

၁။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။ လူတိုင်းတွင်မူလရှိရင်းစွဲဖြစ်သော အသက်ရှင်ခွင့် ရှိပြီးကိုင်ပိုင်လွတ်လပ်မှုနှင့် လုံခြုံမှုရခွင့်ရှိသည်။ ဒီလူ့အခွင့်အရေးကို ချိုးဖောက်တဲ့ အခြေအနေတွေအတွက် ဥပမာတွေပေးပါ။	**၂။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။** လူတိုင်းသည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံသားအဖြစ်ခံယူခွင့်ရှိသည်။ နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်က ဘာကြောင့် အရေးကြီးတာလဲ။
၃။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။ လူတိုင်းသည် ပြည့်သူ့ဝန်ဆောင်မှုတွေကို သာတူညီမျှ ရယူသုံးစွဲခွင့်ရှိသည်။ ပြည်သူ့ဝန်ဆောင်မှုတွေကဘာတွေလဲ။ စာရင်းပြုစုပါ။	**၄။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။** လူတိုင်းသည် ပညာသင်ယူခွင့်ရှိသည်။ ဒီလူ့အခွင့်အရေးနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆန္ဒတစ်ခုကို ထုတ်ဖော်ပါ။ ဒီဆန္ဒကကိုယ့်အတွက်ဖြစ်ဖြစ်၊ အခြားလူတွေအတွက်ဖြစ်ဖြစ်၊ ယေဘုယျ သဘောဖြစ်ဖြစ်ရတယ်။ အဲဒီဆန္ဒကို Flipchart အပေါ်မှာရေးပါ။
၅။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။ လူတိုင်းသည် အလုပ်လုပ်ခွင့်ရှိပြီး တရားမျှတ၍ ကောင်းမွန်အဆင်ပြေမှုရှိသော လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေများကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ ဒီလူ့အခွင့်အရေး (သို့) ဒီလူ့အခွင့်အရေးကို ချိုးဖောက်တာကိုပြတဲ့ ပုံတစ်ပုံ (သို့) ပုံတွေ ဆွဲပါ။	**၆။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။** လူတိုင်းသည် အစေအပါး (သို့) ကျေးကျွန်အဖြစ်ခိုင်းစေခံရခြင်းမှ လွတ်လပ်ခွင့်ရှိရမည်။ လူတိုင်းလွတ်မြောက်သင့်တဲ့ ကျေးကျွန် (သို့) အစေအပါး အမျိုးအစားတွေကို ဥပမာပေးပါ။

၇။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။

လူသားတိုင်းသည် သာတူညီမျှဆက်ဆံခံရခွင့်နှင့် ကျောသားရင်သား မခွဲခြားဘဲ ဆက်ဆံခံရခွင့်ရှိရမည်။

ဒီလူ့အခွင့်အရေးကို လေးစားမှုမရှိတဲ့ အခြေအနေတွေကို ဥပမာပေးပါ။

၈။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။

လူတိုင်းသည်နိုင်ငံ၏နယ်နိမိတ်အတွင်း၌လွတ်လပ်စွာသွားလာရွေ့ပြောင်းခွင့်နှင့် နေထိုင်ခွင့်ရှိသည်။

ဒီအခွင့်အရေးကို ပိတ်ပင်ထားတဲ့ (သို့) ချိုးဖောက်ထားတဲ့ အခြေအနေတွေကို ဥပမာပေးပါ။

၉။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။

လူတိုင်းသည်လွတ်လပ်စွာထင်မြင်ယူဆခွင့်နှင့် လွတ်လပ်စွာထုတ်ဖော်ခွင့်ရှိသည်။

ဒီအခွင့်အရေးကို ပိတ်ပင်ထားတဲ့ ဥပမာတွေကိုရေးပါ။ နိုင်ငံရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနဲ့ ဘာသာရေးကိစ္စတွေကိုထည့်စဉ်းစားပါ။ တချို့တကိုယ်ရေ ခံစားချက်တွေကိုလည်း ထည့်စဉ်းစားနိုင်ပါတယ်။

၁၀။ Flipchart အပေါ်တွင်ရေးပါ။

လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာ အဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့် (သို့) အဖွဲ့အစည်းသို့ဝင်ရောက်ခွင့် ရှိသည်။

ဖွဲ့စည်းခွင့်ပြုသင့်တဲ့ (သို့) အဖွဲ့ဝင်ခွင့်ပြုသင့်တဲ့ အဖွဲ့အစည်းအမျိုးအစားတွေကို Flipchart အပေါ်မှာ ရေးပါ။

သင်ထောက်ကူ ၂.၁.၁ ခ "လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ"အတွက် အဖြေလွှာ

၁။ လူတိုင်းတွင် မူလရှိရင်းစွဲဖြစ်သော အသက်ရှင်ခွင့်ရှိပြီး ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်မှုနှင့် လုံခြုံမှု ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

မူလရှိရင်းစွဲဖြစ်သော အသက်ရှင်ခွင့်ရရှိရေးသည် အခြေခံအကျဆုံးသော လူ့အခွင့်အရေး တစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လူတိုင်းသည် အသက်ရှင်ခွင့်ရှိရမည်။ အထူးသဖြင့် တခြားသူများမှ အန္တရာယ်ပြုခြင်း (သို့) သတ်ဖြတ်ခြင်း (ဥပမာ - စစ်ဖြစ်ခြင်း (သို့) လက်နက်ကိုင်ပဋိပက္ခများ၊ ရာဇဝတ်မှုများ (သို့) ဥပဒေစိုးမိုးမှုမရှိခြင်း) မှ ကင်းဝေးစေရမည်။ အစိုးရသည် နိုင်ငံသားတိုင်း၏ အသက်ရှင်သန်ခွင့်ကို သတ်ဖြတ်ခံရခြင်းများဖြင့်သာမက လူမှုစီးပွားချို့တဲ့ခြင်း (သို့) ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်းများအားဖြင့် လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက် ခံရခြင်းမှ အပြည့်အဝကာကွယ်ပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။ လူမှုစီးပွားချို့ငဲ့ခြင်း (သို့) ခွဲခြား ဆက်ဆံခံရခြင်းများမှာ အိမ်ယာမဲ့များ၊ အသက်ရှင်ခွင့်ကို ခြိမ်းခြောက်နေသည့် လက်လှမ်း မမီနိုင်သည့် အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများကို စသည်တို့ကို ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။

၂။ လူတိုင်းသည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံသားအဖြစ် ခံယူခွင့်ရှိသည်။

လူသားတိုင်းသည် ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းချက်နှင့်အညီ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံသားအဖြစ်ခံယူခွင့် ရှိသည်။ မိမိ၏ နိုင်ငံသားဖြစ်မှုကို မည်သူမျှ မတရားရုတ်သိမ်းခြင်းမခံရ။ မိမိ၏ ထိုနိုင်ငံ သားဖြစ်မှုကို ပြောင်းလဲနိုင်သည့် အခွင့်အရေးကိုလည်း ငြင်းပယ်ခြင်းမခံရစေရ။ နိုင်ငံသား ဖြစ်မှုမရှိလျှင် ထိုသူသည် မည်သည့်နိုင်ငံနှင့်မျှ သက်ဆိုင်နေခြင်းမရှိဘဲ နိုင်ငံတစ်ခုက တရားဝင်သတ်မှတ်ထားသော နိုင်ငံသားများသာခံစားခွင့်ရှိသည့် အခွင့်အရေးများကို ခံစားခွင့်ရမည်မဟုတ်ပေ။ ထိုသူများသည် လူသားတစ်ဦးအဖြစ်အောင်မြင်တိုးတက် ရန် အခွင့်အလမ်းများဖြစ်သည့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းပါဝင်ခွင့်၊ ကျောင်းတက်ခွင့်၊ အလုပ်ကောင်းတစ်ခုကိုရရှိခွင့်၊ မဲပေးခွင့်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာပိုင်ဆိုင်ခွင့်နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ပြည့်သူ့ဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမှီခွင့် အစရှိသည်တို့ကို ရရှိခံစားခွင့်မှ ငြင်းပယ်ခံရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသူတို့သည် တရားမဝင်ဝင်ရောက်မှုအတွက် ဖမ်းဆီးခြင်းနှင့် အာဏာပိုင်များနှင့် တခြားသူများ၏ မတရားနှောင့်ယှက်မှုကိုလည်း အလွယ်တကူ ခံရမည်ဖြစ်သည်။

၃။ လူတိုင်းသည် ပြည့်သူ့ဝန်ဆောင်မှုများကို သာတူညီမျှ ရယူသုံးစွဲခွင့်ရှိသည်။

ပညာရေးနှင့်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများသည် အများဆုံးတွေ့မြင်နိုင်သည့် ဥပမာများ ဖြစ်သည်။ အခြားဥပမာများတွင် လမ်းများ၊ လျှပ်စစ်နှင့်ရေ ကဲ့သို့သော ပြည်သူ့ အခြေခံ အဆောက်အအုံများ သုံးစွဲမှုများပါဝင်သည်။ အချို့အဖွဲ့များမှ သာတူညီမျှ သုံးစွဲခွင့်မရှိဟု ဆိုလာလျှင် ထိုအရာအတွက် အကြောင်းအရင်းကို အကျဉ်းချုပ် ဆွေးနွေးပါ။

၄။ လူတိုင်းသည် ပညာသင်ယူခွင့်ရှိသည်။

မည်သည့်ဆန္ဒပြုချက်ကိုမဆိုရပါသည်။ ယောက်ျားလေးနှင့် မိန်းကလေးများ ပညာရေးကို သာတူညီမျှ လက်လှမ်းမီရေးဟူသောအချက် မပါရှိပါက ထိုအချက်ကို မည်သို့ထင်မြင် ကြောင်း တင်ပြမေးမြန်းပါ။

၅။ လူတိုင်းသည် အလုပ်လုပ်ခွင့်ရှိပြီး တရားမျှတ၍ ကောင်းမွန်အဆင်ပြေမှုရှိသော လုပ်ငန်းခွင် အခြေအနေများကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

တရားမျှတမှုရှိသောလုပ်ခ/လစာနှင့်အလုပ်ချိန်၊အလုပ်တစ်ခုရရန်သာတူညီမျှအခွင့်အရေး၊ အလုပ်တွင် တိုးတက်ခွင့်၊ လုပ်ငန်းတစ်ခုကို စတင်ခြင်း၊ ကလေးလုပ်သား မရှိခြင်း၊ သာတူညီမျှမှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း၊ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုရှိသော အလုပ်ခွင်အခြေအနေ စသည်တို့ကိုဖော်ပြသည့် မည်သည့်ပုံမဆို အဖြေမှန်သည်။

၆။ လူတိုင်းသည် အစေအပါး (သို့) ကျေးကျွန်အဖြစ် ခိုင်းစေခံရခြင်းမှ ကင်းလွတ်ခွင့်ရှိရမည်။

အစေအပါး (သို့) ကျေးကျွန်အဖြစ် ခိုင်းစေခြင်း (သို့) ထိုကဲ့သို့ အခြေအနေများအတွက် ပေးစရာဥပမာ အများအပြားရှိသည်။ အဓမ္မခိုင်းစေခြင်း (သို့) အကြွေးဖြင့်ဖိနှိမ်ကာ ခိုင်းစေခြင်း၊ လူတစ်ယောက်၏ ဆန္ဒမပါဘဲ အဓမ္မအလုပ်လုပ်စေခြင်း၊ အကျဉ်းချထားခြင်း (ဥပမာ - သူဌေးအိမ်၏ အိမ်အပြင်ကို ထွက်ခွင့်မရှိသော အိမ်အကူများ)၊ လိင်မှုကျေးကျွန်အဖြစ် သွတ်သွင်းခြင်း၊ အဓမ္မအလုပ်စေခိုင်းခံရသော ကလေးများ (ဥပမာ - ကလေးစစ်သားများ (သို့) ပေါ်တာများ) စသည်တို့ပါဝင်သည်။ ဤအကြောင်းအရာများကို မည်သည့်နေရာ (ကိုယ်တွေ့၊ ကျောင်းမှ၊ မီဒီယာများမှ) မှ သိရှိသနည်းဟု မေးပါ။

၇။ လူသားတိုင်းသည် သာတူညီမျှဆက်ဆံခံရခွင့်နှင့် ကျားသားရင်သား မခွဲခြားဘဲ ဆက်ဆံ ခံရခွင့်ရှိရမည်။

အဖြေများမှာ အမျိုးမျိုးကွဲပြားနိုင်သည်။ ဥပမာ - ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေး များ၏ သာတူညီမျှ ပညာသင်ယူခွင့်၊ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ အလုပ်တွင် တန်းတူအခွင့်အရေးရရှိခွင့်၊ လူတိုင်းကို ဥပဒေရှေ့မှောက်တွင် သာတူညီမျှ အခွင့်အရေးပေးခြင်းနှင့် ဆက်ဆံခြင်းစသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ အဓိကအချက်မှာ လူတိုင်းကို လူမျိုး (သို့) တိုင်းရင်းသား၊ အသားအရောင်၊ ကျား/မ၊ အသက်အရွယ်၊ ကိုးကွယ်မှု၊ နိုင်ငံရေးယူဆချက်၊ လူမှုစီးပွားအခြေအနေ (သို့) လူမှုအဆင့်အတန်းနှင့်ဆိုင်သော ဇစ်မြစ် စသည်တို့အပေါ်တွင်မူတည်လျက် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်၊ရှောင်ဖယ်ခြင်း(သို့) မျက်နှာ သာပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ရ။

၈။ လူတိုင်းသည် နိုင်ငံ၏နယ်နိမိတ်အတွင်း၌ လွတ်လပ်စွာသွားလာရွှေ့ပြောင်းခွင့်နှင့် နေထိုင် ခွင့်ရှိသည်။

ဤအကြောင်းအရာအတွက် အဖြေများကို မည်သည့်နေရာ (ကိုယ်တွေ့၊ ကောလဟာလ၊ မီဒီယာများမှ) မှ သိရှိနိုင်သနည်းဟု မေးပါ။ လူတိုင်းတွင် လွတ်လပ်စွာခရီးသွားလာခွ င့်ရှိသည်။ သို့သော် ထိုအခွင့်အရေးကို အချို့နိုင်ငံအတွင်းရှိ အချို့သောလူများအပေါ် အချို့အချိန်များ၌ ပိတ်ပင်ထားခြင်းများရှိသည်။ ဥပမာ - ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်သည် သူမဘဝအချိန်အတော်များများတွင် ခရီးသွားလာခွင့်ကို ပိတ်ပင်ခံထားခဲ့ရသည်။ အခြား နိုင်ငံများတွင်ရှိသော ရွှေ့ပြောင်းလုပ်သားများတွင်လည်း လွတ်လပ်စွာသွားလာခွင့်ကို တခါ တရံ ပိတ်ပင်ခံထားရသည်များရှိသည်။

၉။ လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာထင်မြင်ယူဆခွင့်နှင့် လွတ်လပ်စွာထုတ်ဖော်ခွင့်ရှိသည်။

အချို့သောနိုင်ငံများတွင် အစိုးရ (သို့) အလုပ်ရှင်များအပေါ် ဝေဖန်မှုကို ပိတ်ပင်ထားခြင်းများရှိသည်။ ယဉ်ကျေးမှုအတော်များများတွင် ကလေးများသည် အိမ်ထောင်ဖက်ကိုရွေးချယ်ခြင်း၊ AIDS ရှိခြင်း (သို့) လိင်တူချင်းနှစ်သက်ခြင်း ကဲ့သို့သော ကိစ္စရပ်များကို ၎င်းတို့မိဘများနှင့် လွတ်လပ်စွာဆွေးနွေးခွင့်နှင့် သဘောထားကွဲလွဲမှုကို ထုတ်ဖော်ခွင့်များ မရှိကြပါ။ လွတ်လပ်စွာကိုးကွယ်ယုံကြည်ခွင့်သည်လည်း ဤလူ့အခွင့်အရေး၏ အောက်တွင်ပင်ရှိသည်။

၁၀။ လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာ အဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့် (သို့) အဖွဲ့အစည်းသို့ ဝင်ရောက်ခွင့်ရှိသည်။

မည်သည့် လူမှုရေး (သို့) နိုင်ငံရေး လှုပ်ရှားမှုများ/အဖွဲ့အစည်းများကိုမဆို ဖော်ပြနိုင်သည်။ ဥပမာ - အလုပ်သမားအသင်းအဖွဲ့များ၊ NGOs၊ လူငယ်အဖွဲ့များ၊ ရပ်ရွာအဖွဲ့များ၊ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးအဖွဲ့များ၊ (ကျောင်းများအတွက်) မိဘအဖွဲ့များ၊ နိုင်ငံရေးပါတီများ၊ ငွေစုငွေချေးအဖွဲ့များ၊ သမဝါယမအဖွဲ့များ။

အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု လူ့အခွင့်အရေးများ [၇]

၁။ လူ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ။

လူ့အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ လူသားတစ်ယောက်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် လူသားတိုင်းအခြေခံအားဖြင့် အလုံးစုံရပိုင်ခွင့်ရှိသော အခွင့်အရေးများကိုဆိုလိုသည်။ လူ့အခွင့်အရေးသည် လောကသားအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ လူ့အခွင့်အရေးသည် အသက်အရွယ်၊ ကျား/မ၊ လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ နိုင်ငံသား၊ တိုင်းရင်းသား၊ အဆင့်အတန်း၊ ကိုးကွယ်မှု (သို့) နိုင်ငံရေးယူဆမှု စသည်ဖြင့် ခွဲခြားမှုမရှိစေဘဲ တပြေးညီ တသားတည်း ခံစားခွင့်ရှိသည့်အရာဖြစ်သည်။ လူ့အခွင့်အရေးများသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီ နှင့် အုပ်စုများကို ၄င်းတို့၏အခြေခံလွတ်လပ်ခွင့်များနှင့် လူသား ဂုဏ်သိက္ခာအား နှောင့်ယှက်သည့် အပြုအမူများကို ဥပဒေအားဖြင့် အကာအကွယ်ပေးထားသည့် အရာများဖြစ်သည်။

တစ်စုံတစ်ခုကို "အခွင့်အရေး" တစ်ခုအဖြစ်ခေါ်ဆိုပြီဆိုလျှင် တစ်စုံတစ်ယောက်သည် ထိုအရာအတွက်တောင်းဆိုခွင့် (သို့) ဥပဒေအရခံစားပိုင်ခွင့်တစ်ခုရှိမည်ဖြစ်ပြီးတဘက်လူသည် ထိုအရာကို ကာကွယ်ရန် တာဝန်ဝတ္တရား (သို့) ဥပဒေအရ တာဝန်တစ်ခု ရှိမည်ဖြစ်သည်။ လူ့အခွင့်အရေးဥပဒေများတွင် အစိုးရသည် နိုင်ငံသားများ၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ရန်နှင့် နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံအတွင်းအခြေစိုက်နေထိုင်သူများကို လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခံရခြင်းမှ တားဆီးကာကွယ်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ လူ့အခွင့်အရေးများသည် ပြည်သူ့ရေးရာ၊ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဖြစ်စဉ် အသီးသီးတွင်ရှိသော လူသားတို့၏ ထိခိုက်လွယ်မှုကို အသိအမှတ်ပြုထားပြီး ကာကွယ်မှုများပေးထားသည်။ လူသားတိုင်းတွင် ထိုအခွင့်အရေးများရှိသည်။ သို့သော် ထိုအခွင့်အရေးများကို မည်မျှအထိရပိုင်ခွင့်ရှိသည်ဆိုသည့် အတိုင်းအတာမှာ တစ်နိုင်ငံနှင့်တစ်နိုင်ငံ ကွဲပြားမှုရှိသည်။

အောက်ပါတို့သည် လူ့အခွင့်အရေး၏ အရေးပါသော ဝိသေသလက္ခဏာရပ်အချို့ဖြစ်သည်။

- ၄င်းတို့ကို နိုင်ငံတကာမှ ကတိကဝတ်ပြုထားသည်။
- ၄င်းတို့ကို ဥပဒေအားဖြင့် ကာကွယ်ပေးထားသည်။
- ၄င်းတို့သည် လူသား၏ ဂုဏ်သိက္ခာကို အလေးထားဦးတည်ထားသည်။
- ၄င်းတို့သည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းနှင့် အုပ်စုများကို ကာကွယ်ပေးထားသည်။
- ၄င်းတို့သည် နိုင်ငံတော်နှင့် နိုင်ငံ့တာဝန်ထမ်းနေသူများကို တာဝန်ပေးအပ်ထားသည်။
- ၄င်းတို့ကို သက်ညှာခွင့်၊ ဖယ်ရှားခွင့် မရှိပါ။
- ၄င်းတို့သည် သာတူညီမျှဖြစ်ပြီး သီးခြားလွတ်လပ်သည်။
- ၄င်းတို့သည် လောကသားအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သည်။

၂။ ဘယ်အရာတွေက လူ့အခွင့်အရေးတွေလဲ။

၁၉၃၀ နှင့် ၁၉၄၀ ပြည့်နှစ်များ၏ နှောင်းပိုင်းကာလများတွင် ကမ္ဘာကြီးကို ဆိုးရွားသော အဖြစ်အပျက်များစွာမှ ကိုင်လှုပ်ခဲ့သည်။ ထိုဆိုးရွားသော အဖြစ်အပျက်များတွင်

[၇] Adapted from: WWRGE Manual – Cambodia by Rosalinda Terhorst et al. (ILO: Bangkok, 2004), Briefing Note 6: Rights, Laws and Rules; Inspiring Practice: Resources, Tools and Activities for Human Rights Education by Northern Ireland Human Rights Commission (NIHRC, 2008), http://www.nihrc.org/uploads/publications/Inspiring_Practices.pdf.

ဖက်ဆစ်ဝါဒပေါ်ထွန်းလာခြင်း၊ စစ်အကျဉ်းစခန်းများရှိ ကြမ်းကြုတ်ရက်စက်မှုများ၊ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အတွင်း လူသန်းပေါင်းများစွာ တွယ်ရာမဲ့ဖြစ်ခြင်းနှင့် ဟီရိုရှီးမား နှင့်နာဂါစာကီမြို့များအပေါ်သို့ အဏုမြူဗုံးထိမှန်ခြင်း တို့ပါဝင်သည်။ ကုလသမဂ္ဂပေါ်ထွန်းလာခြင်းသည် ထိုအဖြစ်အပျက်များ နောင်ဘယ်တော့မှ ပေါ်ထွန်းမလာစေရန်ဖြစ်သည်။ ၁၉၄၈ ခုနှစ်တွင်ကျင်းပသော ကုလသမဂ္ဂစည်းဝေးပွဲတွင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလူ့အခွင့်အရေးကြေငြာစာတမ်း (Universal Declaration of Human Right – UDHR) ကို ချမှတ်ခဲ့သည်။

UDHR သည် “လူသားတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာပြောဆိုခွင့်၊ ယုံကြည်ခွင့်နှင့် အကြောက်တရားနှင့် အလိုအန္တများမှ ကင်းလွတ်ခွင့်ရှိရမည်” ဟူသော အခြေခံစံနှုန်းတစ်ခုကို ချမှတ်ခဲ့သည်။ လူသားတို့၏ အခြေခံအခွင့်အရေးများကို ဥပဒေအားဖြင့် ကာကွယ်ပေးထားရမည်။ အောက်ပါတို့သည် လူ့အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ သို့သော် UDHR ထဲတွင် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးများအားလုံးကို အာမခံထားခြင်းမရှိပေ။

- လူတိုင်းတွင် မူလရှိရင်းစွဲဖြစ်သော အသက်ရှင်ခွင့်ရှိပြီး ကိုင်ပိုင်လွတ်လပ်မှုနှင့် လုံခြုံမှုရခွင့်ရှိသည်။
- လူသားတိုင်းသည် သာတူညီမျှဆက်ဆံခံရခွင့်နှင့် ကျောသားရင်သား မခွဲခြားဘဲ ဆက်ဆံခံရခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နိုင်ငံသားအဖြစ် ခံယူခွင့်ရှိသည်။ မိမိ၏ထိုနိုင်ငံသားဖြစ်မှုကို ပြောင်းလဲနိုင်သည့်အခွင့်အရေးလည်းရှိသည်။
- လူတိုင်းသည် ဥစ္စာပစ္စည်းပိုင်ဆိုင်ခွင့်ရှိသည်။
- လူတိုင်းသည် လူတန်းစေ့နေထိုင်ခွင့်ကို ရရှိခွင့်ရှိသည်။
- လူတိုင်းသည် ပညာသင်ယူခွင့်ရှိသည်။
- လူတိုင်းသည် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခွင့်နှင့် မိသားစုထူထောင်ခွင့်ရှိသည်။
- လူတိုင်းသည် ယဉ်ကျေးမှုဘဝနှင့် ရပ်ရွာတို့တွင် ပါဝင်ခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် နိုင်ငံအတွင်းရှိ ပြည်သူ့ဝန်ဆောင်မှုများကို သာတူညီမျှ လက်လှမ်းမီခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် အလုပ်လုပ်ခွင့်ရှိပြီး တရားမျှတ၍ ကောင်းမွန်အဆင်ပြေမှုရှိသော လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေများကို ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။
- လူတိုင်းသည် အစေအပါး (သို့) ကျေးကျွန်နှင့် အဓမ္မလုပ်သားအဖြစ် ခိုင်းစေခံရခြင်းမှ ကင်းလွတ်ခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် မတရားဖမ်းဆီးခြင်းနှင့် နှိပ်စက်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်ခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာ လှုပ်ရှားသွားလာခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာတွေးခေါ်ခွင့်၊ ထင်မြင်ယူဆခွင့်နှင့် ထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့် ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာစုဝေးခွင့်နှင့် အဖွဲ့ဖွဲ့စည်းခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် လွတ်လပ်စွာယုံကြည်ခွင့်နှင့် ကိုးကွယ်ခွင့်ရှိရမည်။
- လူတိုင်းသည် ဥပဒေအောက်တွင် သာတူညီမျှ ကာကွယ်ခံထားရမည်။

လူ့အခွင့်အရေးဥပဒေတွင် လူတစ်ဦးချင်းစီတိုင်းနှင့် အုပ်စုများကို ကာကွယ်ထားပြီး နိုင်ငံတော်များနှင့် နိုင်ငံ့အမှုထမ်းများ၏ ကျင့်ထုံးများကို ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။ နိုင်ငံတကာ၊ ဒေသတွင်း၊ အမျိုးသားအဆင့်နှင့် ပြည်တွင်းအဆင့်များတွင် လူ့အခွင့်အရေးများကို စောင့်ကြည့်နေသော အဖွဲ့အစည်းများရှိသည်။ ၎င်းအဖွဲ့အစည်းများတွင် သီးခြားလွတ်လပ်သော လူ့အခွင့်အရေးကော်မရှင်များ၊ တရားရုံးများ၊ လွှတ်တော်များ၊ မီဒီယာ၊ အလုပ်သမား

အသင်းအဖွဲ့များ၊ အစိုးရမဟုတ်သော ရပ်ရွာအခြေပြု (သို့) အရပ်ဘက် အဖွဲ့အစည်းများ၊ ဘာသာရေးအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပညာရေးနယ်ပယ်အတွင်းရှိ အဖွဲ့အစည်းများ စသည်တို့ ပါဝင်သည်။

၃။ မြန်မာနိုင်ငံရှိ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်များ

လူ့အခွင့်အရေးစံနှုန်းများကို နိုင်ငံတကာ၏ သဘောတူညီချက်များစွာဖြင့် ချမှတ်ထားသည်။ ၎င်းသဘောတူညီချက်များကို ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ၏ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံ များစွာမှ ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ပြီး အတည်ပြုလက်မှတ်ရေးထိုးထားကြခြင်း ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံသည် နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်တစ်ခုကို အတည်ပြုလက်မှတ်ရေးထိုးလျှင် ထိုသဘောတူညီချက်အတွက် "အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံတစ်ခု" ဖြစ်သွားပြီး ၎င်းအတွက် ချမှတ်ထားသော စည်းမျဉ်းများကို လိုက်နာရသည်။ ကုလသမဂ္ဂ၏ အဖွဲ့ဝင် နိုင်ငံတစ်ခုအနေဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံသည် အောက်ပါတို့အပါအဝင် သဘောတူညီချက်များစွာကို အတည်ပြုလက်မှတ်ရေးထိုးထားသည်။

- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (CRC)
- ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲစာချုပ်ဖြစ်သော လက်နက်ကိုင် ပဋိပက္ခများအတွင်း ကလေးသူငယ်များ ပါဝင်မှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (CRC-OP-AC)
- ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲစာချုပ်ဖြစ်သော ကလေးရောင်းစားခြင်း၊ ကလေးပြည့်တန်ဆာပြုခြင်းနှင့် ကာမရာဂစိတ်ဖြစ်စေရန် ဖျော်ဖြေမှုများတွင်ကလေးများအားအသုံးပြုမှုတို့အတွက် သဘောတူစာချုပ် (CRC-OP-SC)
- အမျိုးသမီးများအပေါ်ခွဲခြားဆက်ဆံသည့် ပုံစံအားလုံးကို ရှင်းလင်းရပ်စဲရေး သဘောတူညီချက် (CEDAW)
- လူမျိုးရေး ခွဲခြားဖိနှိပ်ဆက်ဆံမှုပုံစံအားလုံး ဖျက်သိမ်းခြင်းဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာ သဘောတူစာချုပ် (CERD)
- ညှင်းပန်းနှိပ်စက်မှုနှင့် အခြားသောရက်စက်မှုပုံစံများဖြစ်သည့် လူမဆန်သော သို့မဟုတ် နိမ့်ကျသောပြုမူမှု သို့မဟုတ် အပြစ်ပေးမှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (CAT)
- ညှင်းပန်းနှိပ်စက်မှုများဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲသဘောတူစာချုပ် (CAT-OP)
- နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ပဋိညာဉ်စာချုပ် (CCPR)
- သေဒဏ်ပယ်ဖျက်ခြင်းကိုရည်ရွယ်သော နိုင်ငံသားနှင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ပဋိညာဉ်၏ ဒုတိယနောက်ဆက်တွဲစာချုပ် (CCPR-OP2-DP)
- အတင်းအကြပ် ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်းခံရသူများအား ကာကွယ်မှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (CED)
- ရွှေ့ပြောင်းလုပ်သားများနှင့်၎င်းတို့၏မိသားစုဝင်များ၏အခွင့်အရေးများကိုကာကွယ်မှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (MW)
- မသန်စွမ်းသူများ၏အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်မှုဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (CRPD)[၄]

[၄] As of 1 February 2017. Source: UN Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR), http://tbinternet.ohchr.org/_layouts/TreatyBodyExternal/Treaty.aspx?CountryID=119&Lang=EN.

၄။ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံရှိ တရားဝင်အခွင့်အရေးများ (အမျိုးသားတရားဝင်အခွင့်အရေးများ)

နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံရှိ တရားဝင်အခွင့်အရေးများဆိုသည်မှာ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံချင်းစီတွင် ဥပဒေအားဖြင့် ပြဋ္ဌာန်းထားသော အခွင့်အရေးများကိုဆိုလိုသည်။ ၎င်းတို့တွင် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ၊ ပြစ်မှုဆိုင်ရာဥပဒေ၊ အလုပ်သမားဥပဒေနှင့် တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေများနှင့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများစသည့် နိုင်ငံ၏ဥပဒေနှင့်အညီချမှတ်ထားသော အက်ဥပဒေများနှင့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ ပါဝင်သည်။

၄.၁ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ

နိုင်ငံတိုင်းတွင် နိုင်ငံသားတိုင်း၏ အခွင့်အရေးများကို အာမခံထားသော နိုင်ငံ့စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ၏ လမ်းညွှန်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်သည့် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေတစ်ရပ်စီ ရှိကြသည်။ ထိုအခွင့်အရေးများကို လိင်၊ လူမျိုး၊ တိုင်းရင်းသား၊ ဇာတ်အနိမ့်အမြင့်၊ ကိုးကွယ်မှု၊ ဆင်းရဲချမ်းသာနှင့် အခြားအခြေခံများဟူ၍ ခွဲခြားမှုမရှိစေဘဲ အာမခံပေးထားသည်။
အောက်ဖော်ပြပါအခွင့်အရေးများကို ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေတွင် အများအားဖြင့် ဖော်ပြထားကြသည်။

- လွတ်လပ်စွာဆက်ဆံခံရခွင့်
- မူလရှိရင်းစွဲဖြစ်သော အသက်ရှင်ခွင့်၊ ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်မှုနှင့် လုံခြုံမှုရခွင့်
- ဆန္ဒမဲပေးခွင့်
- အဖွဲ့အစည်းများဖွဲ့စည်းခွင့် (သို့) အဖွဲ့ဝင်အဖြစ်ဝင်ရောက်ခွင့်
- လွတ်လပ်စွာထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့်
- ဆူပူအကြမ်းဖက်မှုများနှင့် တရားမျှတမှုမရှိ ဆက်ဆံခံရမှုများမှ ကာကွယ်ခံထားခွင့်
- လွတ်လပ်စွာသွားလာခွင့်
- လွတ်လပ်စွာကိုးကွယ်ခွင့်
- ဥစ္စာပစ္စည်းပိုင်ဆိုင်ခွင့်
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ထားခြင်း

၄.၂ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ နည်းဥပဒေများ (အမျိုးသားနည်းဥပဒေများ)

ပြည်သူ့အခွင့်အရေးများသည် အစိုးရ (သို့) လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ တရားလက်လွတ်စွက်ဖက်မှုများကို ကာကွယ်ပေးထားသော တကိုယ်ရေလွတ်လပ်မှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ အများစုသော ပြည်သူ့အခွင့်အရေးများမှာ မိသားစုဘဝရှိခွင့်၊ ဘာသာစကားရွေးချယ်ခွင့်၊ လွတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့်နှင့် လွတ်လပ်စွာအဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့်တို့ ဖြစ်ကြသည်။ ပြည်သူ့အခွင့်အရေးများကို နိုင်ငံ၏ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေတွင် ဖော်ပြထားပြီး တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေများတွင် ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။ တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေဆိုသည်မှာ နိုင်ငံသားအချင်းချင်းထားရှိရမည့် အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်များကို စည်းထားခြင်းဖြစ်သည်။ တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေများသည် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်း၊ အမွေဆက်ခံခွင့်ဥပဒေ (သို့) သားစဉ်မြေးဆက် စသည်တို့အပေါ် စည်းမျဉ်းများ ချမှတ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေသည် လူ့အခွင့်အရေးများကို တိုက်ရိုက်ကာကွယ်ထားခြင်းမရှိပေ။ ဥပမာ - တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေအများအပြားတွင် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းကို ဥပဒေအရ တရားဝင်ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်းနှင့် အတူတကွနေထိုင်ခြင်းဟု ပြဋ္ဌာန်းထားသည်။ ၎င်းသည် လူ့အခွင့်အရေးတစ်ရပ်မဟုတ်ပါ။ နိုင်ငံသား (လက်ထပ်သူမောင်နှံ) အချင်းချင်းအကြား ပြုမူဆောင်ရွက်မှုကိုသာ ဆိုလိုသည်။

၄.၃ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ

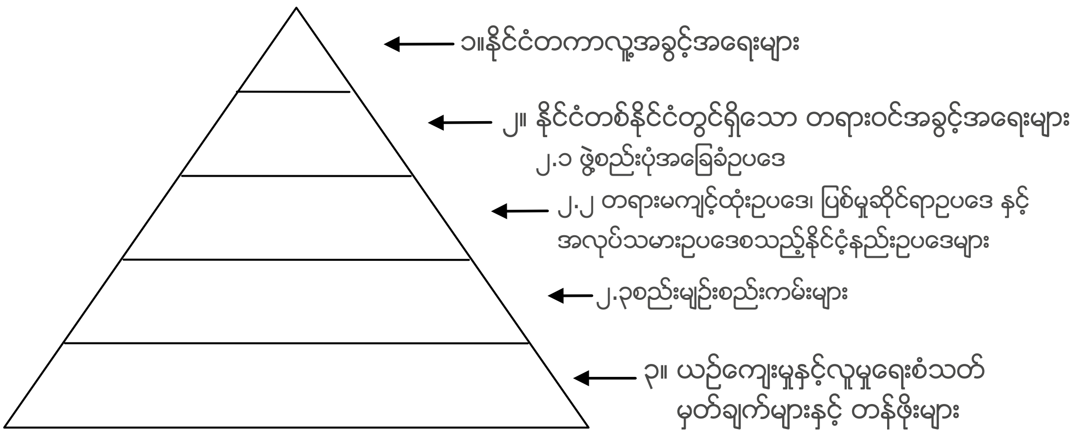
ပြစ်မှုဆိုင်ရာဥပဒေ၊ တရားမကျင့်ထုံးဥပဒေနှင့် အလုပ်သမားဥပဒေများအပြင် အစိုးရစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများရှိသေးသည်။ ၄င်းတို့သည် နိုင်ငံ၏နည်းဥပဒေများတွင်ရှိသော အချို့အခွင့်အရေးများကို အသေးစိတ်ဖော်ပြထားသည်။ ဥပမာ - လုပ်ငန်းခွင်တွင် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုနှင့် ကျန်းမာရေးကိစ္စရပ်များအတွက် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများသည်လုပ်ငန်းခွင်များတွင်အနိမ့်ဆုံးထားရှိရမည့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုစည်းမျဉ်းများကို ဖော်ပြထားသည်။

၅။ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုရေးစံသတ်မှတ်ချက်များနှင့် တန်ဖိုးများ

ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လူမှုရေးစံသတ်မှတ်ချက်များသည် လူ့အခွင့်အရေးအဆင့်ဆင့်ကို အဓိကအခြေခံထားပြီး ၄င်းနောက်မှ တရားဥပဒေအရ ထိန်းချုပ်သင့်သည် မထိန်းချုပ်သင့်သည်ကို ဆုံးဖြတ်သည်။
အခွင့်အရေးများကို အလေးပေးရာ၌ တစ်ခါတစ်ရံတွင် အကျိုးစီးပွားကိုဖီလာဆန့်ကျင်မှုများရှိနေတတ်သည်။ ဥပမာ - အားလုံးသောနိုင်ငံသားများ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ခွင့် "အခွင့်အရေး" ကို အစိုးရအတော်များများမှ ဖြည့်ဆည်းမပေးနိုင်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အစိုးရအတွင်းတွင်ရှိနေသော နိုင်ငံရေးအရနီးနွယ်ပတ်သက်နေသူအမျိုးမျိုးနှင့် ထိုသူများ၏ ပြည်နယ်တိုင်းနှင့် တိုင်းရင်းသားအသီးသီးအကြား ဖွံ့ဖြိုးမှုအကျိုးအမြတ်များကို မျှမျှတတဝေမျှလိုသော စိတ်ဆန္ဒများ ကြောင့်ဖြစ်သည်။
တိုင်းရင်းသား (သို့) လူမျိုးတစ်မျိုးစီတွင် မတူညီသော အတွေးအမြင်များရှိကြသည်။ ဥပမာ - လူသားတစ်ဦး၏ ဘဝရှင်သန်ခွင့်သည် တိရစ္ဆာန်ထက်သာသည်ဟု လူအများစုမှ ရှုမြင်ကြသည်။ သို့သော် ထိုအရာသည် လောကသားအားလုံးလက်ခံထားသော အတွေးအမြင်တစ်ခုတော့မဟုတ်ပေ။

၆။ အခွင့်အရေးအဆင့်ဆင့်

"အခွင့်အရေး"အဆင့်ဆင့်ပြ ပိရမစ်တစ်ခုကို အောက်ပါအတိုင်း တည်ဆောက်နိုင်သည်။



ဤအခွင့်အရေးအဆင့်ဆင့်ပြပိရမစ်သည် ဥရောပအက်ဥပဒေစနစ်များကို အခြေခံထားခြင်းဖြစ်ပြီး နိုင်ငံအများစု (နိုင်ငံအားလုံးမဟုတ်) လက်ခံကျင့်သုံးကြသည်။ ဥပမာ - အချို့အစ္စလာမ်နိုင်ငံများတွင် ဘာသာရေးဥပဒေများဖြင့် ပိရမစ်၏ ထိပ်ဆုံးအပိုင်းကို ဖွဲ့စည်းထားသည်။ အချို့နိုင်ငံများတွင် မိရိုးဖလာအစဉ်အလာများအပေါ် အခြေတည်လျက်ဖြတ်ထုံး (ရှေးထုံးတမ်းဥပဒေ) များ တည်ရှိကြသည်။

သင်ရိုး ၂

■ အခန်း ၂.၂ ကလေးသူငယ်များ၏ အခွင့်အရေးများ

အကြောင်းအရာ

ဤအခန်းတွင် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ သဘောတူစာချုပ်နှင့် သက်ဆိုင်သည့် အခြေခံကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ရှင်းပြထားသည်။ ရပ်ရွာများအတွင်းတွင် အလေးပေးသင့်သော အခွင့်အရေးများကို ဖော်ထုတ်စေပြီး အသေးစိတ်ဆွေးနွေးမည်ဖြစ်သည်။

အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာ

- အခြေခံကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများသည် လူသားများအားလုံး လက်ခံထားသောအရာ တစ်ခုဖြစ်သည်။
- မိန်းကလေးများနှင့် ယောကျ်ားလေးများအားလုံးသည် အောက်ပါတို့ကိုရရှိရန် အခွင့်အရေး များရှိရမည်။
  - အမည်ရှိခွင့်နှင့် နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်
  - မိသားစု၊ အချစ်နှင့် ကြင်နာဂရုစိုက်မှုခံရခွင့်
  - ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပြီး ဖူလုံသော စားနပ်ရိက္ခာ
  - ပညာရေး
  - ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
  - မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းရွေးချယ်ခွင့်
  - အနားယူခွင့်နှင့် ကစားခွင့်
  - အနိုင်ကျင့်မှုများ၊ အမြတ်ထုတ်မှုများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများမှ ကာကွယ်ခံထားရခွင့်
  - ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့်
  - (နိုင်ငံရေးခိုလှုံသည့် ကလေးများ၊ မသန်စွမ်းသော ကလေးများအတွက်) လိုအပ်ပါက အထူးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် အကူအညီများကို ရရှိခွင့်

လေ့ကျင့်ခန်းများ

၂.၂.၁ ကျွန်ုပ်တွင် အခွင့်အရေးများရှိသည် - ကုလားထိုင်အက
၂.၂.၂ ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးများကို ကျွန်ုပ်သိသည်။
၂.၂.၃ ကလေးများတွင်လည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ပိုစတာလှုံ့ဆော်ပွဲ

သက်ဆိုင်ရာအခန်းများ

၂.၁ လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။
၂.၃ ကျွန်ုပ်၏ အခွင့်အရေးနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ
၄.၂ ကလေးလုပ်သားဆိုတာ ဘာလဲ။

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁ ကျွန်ုပ်တွင်လည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ကုလားထိုင်အက

ရည်ရွယ်ချက်
အခြေခံကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို သိမြင်ရင်းနှီးမှုရှိစေရန်။

ဦးတည်အုပ်စု
ကလေးများ

ကြာမြင့်ချိန်
မိနစ် ၆၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ
ဂီတဖြင့် ကုလားထိုင်အကကမည့် အနေအထားတစ်ရပ်ကို ပြင်ဆင်ပါ။ သင်တန်းသားတစ်ဦးလျှင် ကုလားထိုင်တစ်လုံးစီဖြင့် ကုလားထိုင်များကို စက်ဝိုင်းပုံဝိုင်းထားပါ။ ကုလားထိုင်များကို အပြင်ဘက်လှည့်ထားပါ။ သင်တန်းသားများ ကုလားထိုင်များတလျှောက် လွတ်လပ်စွာ ရွေ့လျားသွားလာနိုင်ရ န်နှင့် အတွင်းစက်ဝိုင်းဆီသို့ သွားလာနိုင်ရန် နေရာအလုံအလောက်ထားပါ။

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ
- ပျော်စရာကောင်းသော သီချင်းတချို့နှင့် အသံချဲ့စက်ပါသော သီချင်းဖွင့်စက် (ကလေးများအကြား ခေတ်စားသော သီးချင်းများကိုရွေးပါ။)
- ရုပ်ပုံကတ် ၁၀ ခု (သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က)
- အမှတ်အသားပေးတိပ်ခွေ
- ဖြစ်နိုင်ပါက မြန်မာပြည်ရှိကလေးများအတွက် (သို့) ဒေသဘာသာစကားဖြင့်ပြုလုပ်ထား သော ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးကိုပြသသည့် (၅ (သို့) ၁၀ မိနစ်ထက်မပိုသော) ဗွီဒီယို ပြကွက်အတို

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း
၂.၂.၁ က - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ ရုပ်ပုံကတ်ပြားများ
အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ
၁။ ဂီတကုလားထိုင်လမ်းလျှောက်အကကို စတင်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၂။ ဂီတကုလားထိုင်လမ်းလျှောက်အကကို ဆက်လုပ်ပြုလုပ်ခြင်း - ၂၅ မိနစ်
၃။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးခြင်း - ၂၅ မိနစ်
၄။ အနှစ်ချုပ်ခြင်း - ၅ မိနစ်

အဆင့် ၁ ဂီတကုလားထိုင်လမ်းလျှောက်အကကို စတင်ခြင်း- ၁၀ မိနစ်

ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများကို ဂီတကုလားထိုင်လမ်းလျှောက်အကဖြင့် စတင်ပြီးရှင်းပြရမည်ဟုပြောပါ။ ကုလားထိုင်များကိုနေရာချပြီးအားလုံးကိုထိုင်ခိုင်းလျက် ဂီတကုလားထိုင်လမ်းလျှောက်အကကို စတင်ပါ။ ပြီးလျှင် ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးရုပ်ပုံကတ်ပြား (သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က) ၁၀ ခုကို စက်ဝိုင်း၏ အလယ်ကြမ်းပြင်အပေါ်တွင်မှောက်ထားပါ။ ကစားနည်းစည်းမျဉ်းများကို အောက်ပါ အတိုင်းရှင်းပြပါ။

- သင်တန်းသားများအားလုံးကို မတ်တတ်ရပ်ခိုင်းပြီး စက်ဝိုင်းမှ ကုလားထိုင်နှစ်လုံးကို ဖယ်ခိုင်းလိုက်ပါ။
- သီချင်းဖွင့်လိုက်ချိန်တွင် သင်တန်းသားများသည် စက်ဝိုင်းကိုလှည့်ပတ်လျှောက်နေရမည်။
- သီချင်းပိတ်လိုက်ချိန်တွင် နေရာတွင်ပြန်ထိုင်ရမည်။
- လူနှစ်ယောက်အတွက်ထိုင်ခုံရှိမည်မဟုတ်ပေ။ လူတိုင်းအတွက် ထိုင်ခုံ မလုံလောက်ပါ။
- ထိုသူနှစ်ယောက်သည် ကြမ်းပြင်အပေါ်ရှိ ရုပ်ပုံကတ်တစ်ကတ်ကို ဆွဲယူရမည်။ ကတ်ပြားကိုလှန်ကြည့်ပြီးလျှင် ထိုကတ်ပြားအပေါ်ရှိအကြောင်းအရာကို ရှင်းပြရမည်ဖြစ်သည်။ ယောကျာ်းလေးများနှင့် မိန်းကလေးများအတွက် မိမိတို့မိသားစု (သို့) ရပ်ရွာအတွင်းတွင် ထိုအခွင့်အရေးကို ကျင့်သုံးရန် ပြဿနာရှိ/မရှိ ဖြေကြားရမည်။
- ထိုသူများမှ အဖြေကိုမသိလျှင် အဖွဲ့မှကူညီရမည်။ ရုပ်ပုံကတ်ကို အကျဉ်းချုပ် ရှင်းပြပြီးလျှင် နံရံအပေါ်တွင် ပြန်ထားရမည်။

ကစားနည်းကို ပြန်စပြီး နောက်တစ်ပတ်ပတ်ခိုင်းပါ။ လိုအပ်လျှင် စည်းမျဉ်းများ ကိုပြန်ပြောပါ။

အဆင့် ၂ ဂီတကုလားထိုင်လမ်းလျှောက်အကကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ခြင်း - ၂၅ မိနစ်

ကုလားထိုင်နှစ်လုံးကိုဖယ်ပါ။ သီချင်းကိုပြန်ဖွင့်ပါ။ စက်ဝိုင်းကိုပတ်လျှောက်ခိုင်းပါ။ ရုပ်ပုံကတ်ပြားအားလုံး ဆွေးနွေး၍ကုန်သည်အထိ ကစားနည်းကို ထပ်ကျော့ ပြုလုပ်ပါ။

အဆင့် ၃ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးပါ။ - မိနစ် ၂၀

နံရံအပေါ်တွင်ရှိသော ရုပ်ပုံကတ် ၁၀ ကတ်ကို အားလုံးမြင်ရအောင် အားလုံးကို ထိုင်ခိုင်းပါ (သို့) မတ်တတ်ရပ်ခိုင်းပါ။ အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ဒီရုပ်ပုံတွေက ဘာအကြောင်းပြောတာလဲ။
- ရုပ်ပုံကတ်ပြားတွေအကြားမှာ ဆက်စပ်မှုရှိတယ်လို့ ထင်သလား။ ရှိတယ် ဆိုရင် ဘယ်လိုဆက်စပ်မှုမျိုးလဲ။

- ဒီထဲက အချို့အခြေအနေတွေကို သင်ကြုံဖူးသလား။ ကြုံဖူးတယ်ဆို ဘယ်အခြေအနေတွေလဲ။
- ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးတွေကို သင်မကြုံရဘူးလဲ။ ဘာကြောင့်မကြုံရတာလဲ။
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘာတွေကိုသိလဲ။

ကုလသမဂ္ဂ၏ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်ပါ အခွင့်အရေးများအကြောင်း ရှင်းပြပါ။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးအသေးစိတ်ကို အကျဉ်းချုပ်မှတ်စုတွင်ကြည့်ပါ။ အောက်ပါမေးခွန်းကို သင်တန်းသားများကိုမေးပါ။

- အခုအချိန်မှာ ဘယ်အခွင့်အရေးကို လိုချင်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

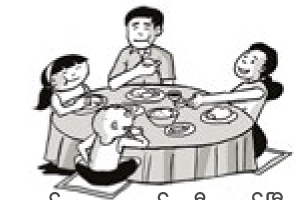
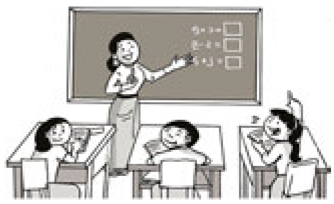
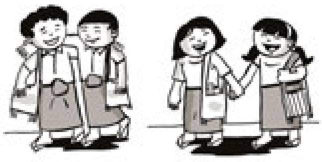
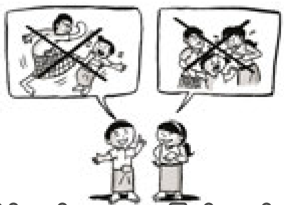
ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးအကြောင်းရိုက်ထားသောမြန်မာ (သို့) ဒေသဘာသာစကားဖြင့် ဗွီဒီယိုကို သင်ကြားရေးအတွက် အထောက်အကူပြုစေရန်ပြသပါ။ ဥပမာ - UNICEF ၏ မြန်မာစာတန်းထိုးထားသော "ကလေးများ၏အသံ (Voices of Children)" ဗွီဒီယိုကို ပြနိုင်သည်။ ၄င်းဗွီဒီယိုတွင် ယနေ့မြန်မာနိုင်ငံရှိကလေးများကို သက်ရောက်နေသော အခွင့်အရေးများကို မီးမောင်းထိုးပြထားသည်။ https://www.youtube.com/watch?v=D7jRdZRF3nc (UNICEF တွင် ကလေးများအတွက် ရည်ရွယ်ဖန်တီးထားသော စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသည့် ဗွီဒီယိုပြကွက်အတိုများစွာရှိသည်။ YouTube တွင်ရှာဖွေတွေ့နိုင်သည်။)

အဆင့် ၄ အနှစ်ချုပ်ခြင်း - ၅ မိနစ်

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ၁၀ ခုကို အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြပါ။ အဆင့် ၃ တွင် ပါရှိသော ယခုအချိန်တွင် ကလေးများအလိုရှိနေသည့် အခွင့်အရေးများကို ဖော်ထုတ်ပြောကြားပါ။ ရပ်ရွာများအတွင်းတွင်ရှိသော ကျား/မ၊ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်မှုအနေအထား၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုး၊ ကိုးကွယ်မှု၊ လူမှုစီးပွား အနေအထားများအလိုက် အထူးအလေးပေးရန်လိုအပ်သော ကလေးအုပ်စုများကိုလည်း အလေးပေးပြောကြားပါ။

သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ ရုပ်ပုံကတ်ပြားများ

လမ်းညွှန်မှုများ - လေ့ကျင့်ခန်းတွင်အသုံးပြုရန်အတွက် အောက်ပါရုပ်ပုံကတ်ပြား ၁၀ ကတ်ကို A-4 သို့ A-3 ဖြင့် မိတ္တူကူးပါ။ ဤစာအုပ်နောက်ဆုံးနှင့် ILO ရန်ကုန် Website တွင် ဤရုပ်ပုံကတ်ပြားများကို A-4 စာရွက်ဖြင့် သီးခြားဖော်ပြထားသည်။

၁။ အမည်ရှိခွင့်နှင့် နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်	၂။ မိသားစုချစ်ခြင်းမေတ္တာရခွင့်နှင့် ဂရုစိုက်ခံခွင့်
 ၃။ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်ပြီး ဖူလုံသောစားနပ်ရိက္ခာရခွင့်	 ၄။ ပညာသင်ကြားခွင့်
၅။ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုရရှိခွင့်	 ၆။ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်
၇။ အနားယူခွင့်နှင့်ကစားခွင့်	 ၈။ အနိုင်ကျင့်မှုများ၊ အမြတ်ထုတ်မှုများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများမှ ကာကွယ်ခံထားရခွင့်
၉။ ထင်မြင်ယူဆချက်များကိုထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့်	၁၀။ လိုအပ်ပါက အထူးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် အကူအညီများကို ရရှိခွင့်

အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ[၅]

ကလေး၊ လူကြီးအပါအဝင် လူသားအားလုံးသည် လူ့အခွင့်အရေးကို ခံစားခွင့်ရှိသည်။ သို့သော် ကလေးများမှာ အထူးဂရုစိုက်ရန်လိုခြင်းနှင့် ထိခိုက်လွယ်ခြင်းများကြောင့် ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများကို အထူးဂရုပြုသင့်သည်။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ရန် နိုင်ငံတကာစာချုပ်အမျိုးမျိုးကို ပြဋ္ဌာန်းခဲ့ကြသည်။ အဓိကတစ်ခုအနေဖြင့် ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (CRC) ကို ၁၉၈၉ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလတွင် ပြဋ္ဌာန်းခဲ့ပြီး ၄င်းသည် နေရာအားလုံးတွင်ရှိသော ကလေးသူငယ်များနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အခွင့်အရေးများကို ထည့်သွင်းထားသည်။ CRC သည် သမိုင်းတွင် အတည်ပြုလက်မှတ်ထိုးမှုအများ ဆုံးသော လူ့အခွင့်အရေးသဘောတူစာချုပ်ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ CRC တွင်ပါဝင်သောမူများမှာ နိုင်ငံတကာအသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုလုံးမှ လက်ခံနိုင်သောမူများဖြစ်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံသည်လည်း ၁၉၉၁ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည်။ ထိုသဘောတူစာချုပ်ကို နိုင်ငံပေါင်း ၁၉၆ နိုင်ငံမှ လက်မှတ်ရေးထိုးထားသည်။[၆]

သဘောတူစာချုပ်အရ ကလေးဆိုသည်မှာ "…..အသက် ၁၈ နှစ်အောက် (အကယ်၍ နိုင်ငံဥပဒေအရ အရွယ်ရောက်သည့်အသက်ကို ၁၈ နှစ်ထက်စောပြီး သတ်မှတ်မထားလျှင်)" အဖြစ် သတ်မှတ်သည်။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်တွင် ကလေးများအားလုံးသည် အောက်ပါတို့ ကိုရရှိရမည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။

- သာတူညီမျှ
- မိသားစု၊ အချစ်နှင့် ကြင်နာဂရုစိုက်မှုခံရခွင့်
- ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပြီး ဖူလုံသော စားနပ်ရိက္ခာ
- ကျောင်းတက်ခွင့်
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
- ကစားခွင့်
- မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းရွေးချယ်ခွင့်
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမြတ်ထုတ် မခံရသင့်
- အလုပ်မလုပ်သင့်

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂသဘောတူစာချုပ်တွင် အပုဒ်ခွဲ ၅၄ ခုပါဝင်သည်။ အပုဒ်တစ်ခုစီတွင် အခွင့်အရေးတစ်ခုစီကို ဖော်ပြထားသည်။ ၄င်းတို့အားလုံးကို အဓိကအုပ်စု ၄ စုအဖြစ် ပိုင်းခြားနိုင်သည်။

- **အခြေခံအသက်ရှင်ရပ်တည်မှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ** - ၄င်းတွင် ကလေးများ၏ မူလရှိရင်း စွဲဖြစ်သော အသက်ရှင်ရပ်တည်ခွင့်နှင့် အခြေခံအကျဆုံးသော ဖြစ်တည်မှုဆိုင်ရာအခွင့် အရေးများကို ကာမိအောင် ဖော်ပြထားသည်။ ၄င်းတို့တွင် လူတန်းစေ့နေနိုင်မှု၊ အိမ်၊ အာဟာ ရနှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများကို လက်လှမ်းမှီမှု စသည်တို့ပါဝင်သည်။
- **ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများ**-၄င်းတွင်ကလေးများ၏အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်များ ပြည့်မီစေရန်အတွက် လိုအပ်သောအရာများကို ထည့်သွင်းထားသည်။ ဥပမာ - ပညာသင် ကြားခွင့်၊ ကစားခွင့်နှင့် အနားယူခွင့်၊ ယဉ်ကျေးမှုလုပ်ဆောင်ချက်များ၊ သတင်းအချက်အ လက်များကို လက်လှမ်းမီခွင့်၊ လွတ်လပ်စွာတွေးခေါ်ခွင့်နှင့် ကိုးကွယ်ခွင့်များ။

---

[၅] UNICEF. See more at: https://www.unicef.org/crc/index_30177.html.

[၆] https://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=IND&mtdsg_no=IV-11&chapter=4&clang=_en (accessed 3 Feb. 2017).

- **ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ** - ကလေးများကို မည်သည့်ပုံစံမျိုးနှင့်မဆို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်း၊ လျစ်လျူရှုခြင်းနှင့် အမြတ်ထုတ်ခြင်းမှ အကာအကွယ်ပေးထားသော အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့တွင် နိုင်ငံရေးခိုလှုံထားသော ကလေးများအတွက် အထူးစောင့်ရှောက်မှုများ၊ ညှင်းပန်းနှိပ်စက်မှုနှင့် အနိုင်ကျင့်မှုများ (သို့) လက်နက်ကိုင် ပဋိပက္ခများအတွင်းကလေးများပါဝင်နေမှု၊ကလေးလုပ်သား၊မူးယစ်ဆေးနှင့်လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမြတ်ထုတ်မှုများမှ ကင်းဝေးခွင့် စသည်တို့ပါဝင်သည်။
- **ပါဝင်ခွင့်ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ** - ကလေးများကို ၎င်းတို့၏ရပ်ရွာနှင့် နိုင်ငံများအတွင်းတွင် တတ်ကြွသည့်အခန်းကဏ္ဍတွင် ထားရှိပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းအခွင့်အရေးများတွင် ကလေးများ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့်၊ ၎င်းတို့ဘဝကို သက်ရောက်နေသော အရာများအပေါ်တွင် ပြောရေးဆိုခွင့်၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာစုဝေးခွင့်များတွင်ပါဝင်ခွင့်တို့ပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့၏ အရည်အသွေးများ တိုးတက်လာသည်နှင့်အမျှ ကလေးများသည် ၎င်းတို့ရပ်ရွာများအတွင်းတွင်ရှိသော လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများတွင်ပါဝင်ရန်အခွင့်အရေးပိုများလာမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့အခွင့်အရေး များလာခြင်းသည် တာဝန်သိတတ်သော လူကြီးတစ်ယောက်ဖြစ်ရေးကို ပြင်ဆင်သည့်သဘောလည်းဖြစ်သည်။

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၂ ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးများကို ကျွန်ုပ်သိသည်။

ရည်ရွယ်ချက်
အခြေခံကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို သိမြင်ရင်းနှီးမှုရှိစေရန်။

ဦးတည်အုပ်စု
ကလေးများနှင့် လူကြီးများ (လိုအပ်လျှင် သီးခြားစီခွဲထားပါ)

ကြာမြင့်ချိန်
မိနစ် ၆၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ
မျက်နှာစုံညီဆွေးနွေးရန် U ပုံသဏ္ဍာန် (သို့) စက်ဝိုင်းပုံသဏ္ဍာန် နေရာထိုင်ခင်းနှင့် လမ်းလျှောက်သွားလာနိုင်ရန် နေရာကျယ်ကျယ်

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ
- သင်တန်းသားတစ်ဦးစီအတွက် အဖြူရောင်စာရွက်အလွတ် အနည်းဆုံး ၂ ရွက်
- ရောင်စုံခဲတံများ၊ မာကာများ၊ အမှတ်အသားပေးတိပ်ခွေများ
- Flipchart စာရွက် ၁၀ ရွက်
- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ ရုပ်ပုံကတ်ပြား ၁၀ ခု (သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က)

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း
၂.၂.၁ က - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ ရုပ်ပုံကတ်ပြား ၁၀ ခု (လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁)
အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ (လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁)

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ
၁။ ကိုယ်ကြိုက်သော၊ ကိုယ်မကြိုက်သော ရုပ်ပုံများကိုဆွဲခြင်း - ၁၅ မိနစ်
၂။ ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ။ - ၁၀ မိနစ်
၃။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးရုပ်ပုံများနှင့် ကိုက်ညီသောပုံများကို တွဲစပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၄။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးခြင်း - မိနစ် ၂၀
၅။ မှတ်ဉာဏ်စစ်ဆေးခြင်း - ၅ မိနစ်

ပြင်ဆင်ခြင်း

သင်တန်းသားအားလုံးအလွယ်တကူမြင်နိုင်ပြီး လုပ်ငန်းရှိမီသောနံရံတစ်ခုအပေါ်တွင် Flipchart စာရွက် ၁၀ ရွက်ကို ကပ်ထားပါ။

အဆင့် ၁ ကိုယ်ကြိုက်သော၊ ကိုယ်မကြိုက်သော ရုပ်ပုံများကိုဆွဲခြင်း - ၁၅ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို ၎င်းတို့အလွန်နှစ်ခြိုက်သော၊ အမြဲစိတ်ကူးယဉ်သော နှင့် ၎င်းတို့အလွန်မုန်းသော၊ ဘယ်တော့မှမလုပ်ချင်သောအရာများအကြောင်း ပြောမည်ဟု ပြောပါ။

တစ်ယောက်စီကို A-4 စာရွက်လွတ် ၂ ရွက်စီပေးပြီး ပုံ ၂ ပုံစီဆွဲခိုင်းပါ။

- တစ်ပုံသည် ၎င်းတို့နှစ်ခြိုက်သောအရာဖြစ်သည်။ ထိုအရာသည် ၎င်းတို့ အမှန်တကယ်လုပ်ခွင့်ရသည့် အရာဖြစ်စရာမလိုပါ။ ဆန္ဒရှိသော၊ စိတ်ကူး ယဉ်ထားသော အရာဆိုလျှင်လည်း ရသည်။
- နောက်တစ်ပုံသည် ၎င်းတို့မလုပ်ချင်သောအရာဖြစ်သည်။

ဆွဲထားသောပုံများသည် အလွန်လှပနေရန်မလိုပါ။ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ဖြစ်လျှင် ရသည်။ ပုံတစ်ပုံစီအတွက် ၅ မိနစ်အချိန်ရသည်။ အချိန်ကိုစောင့်ကြည့် ပါ။ ပုံတစ်ပုံတည်းမှာပင် အချိန်ကုန်သွားခြင်းမျိုး မဖြစ်စေရန် နောက်တစ်ပုံ စရမည့် အချိန်ကို သတိပေးပါ။

အဆင့် ၂ ကလေးတစ်ယောက်ရဲ့အခွင့်အရေးဆိုတာဘာလဲ။ - ၁၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများအကြောင်း (အသေးစိတ် ကို အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ (လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁) တွင်ကြည့်ပါ။) ကြားဖူးသလားဟု မေးပါ။ ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်ပါ ကလေးသူငယ် အခြေခံအခွင့်အရေးများကို အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြပါ။ အခွင့်အရေးတစ်ခုစီကို အသေးစိတ်မရှင်းပြသေးပါနှင့်။ သဘောတူညီချက်တွင်ပါရှိသော မည်သည့် အခွင့်အရေးကို သိရှိသနည်းဟုမေးပါ။ (အကယ်၍ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁ ကို လုပ်ပြီးပြီဆိုလျှင် ထိုလေ့ကျင့်ခန်းပါ မည်သည့်အခွင့်အရေးများကို မှတ်မိသနည်းဟု မေးပါ။)

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ရုပ်ပုံကတ်ပြား ၁၀ ချပ် (သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က) တွင်ပါရှိသော အခွင့်အရေးတစ်ခုခုကို တင်ပြလာပါက ၎င်းရုပ်ပုံကတ်ကို နံရံအပေါ်တွင်ရှိသော Flipchart စာရွက် တစ်ရွက်ရွက်တွင် ကပ်လိုက်ပါ။ Flip-chart စာရွက်တစ်ရွက်လျှင် ပုံတစ်ပုံသာကပ်ပါ။ နောက်ထပ်အခွင့်အရေးများကို မသိတော့ဘဲ လက်ထဲတွင် ကတ်ပြားများကျန်နေသေးလျှင် ထိုကတ်ပြားများကို တစ်ကတ်ချင်းပြပြီး ရှင်းပြပါ။ ထို့နောက် ကျန်နေသေးသော Flipchart စာရွက်များအပေါ်တွင် ကပ်လိုက်ပါ။

3-R
သင်ရိုး (၂)
အခန်း ၂.၂

အဆင့် ၃ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးရုပ်ပုံများနှင့် ကိုက်ညီသောပုံများကို တွဲစပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်

အကိုက်ညီဆုံးဖြစ်မည့် Flipchart စာရွက်တွင် သွားကပ်ရန်ပြောပါ။ ဥပမာ - ကြိုက်နှစ်သက်၍သော်လည်းကောင်း၊ ကျောင်းမသွားချင်၍သော်လည်းကောင်း ကျောင်းပုံတစ်ပုံကို ဆွဲထားလျှင် ထိုပုံကို ပညာသင်ယူခွင့်ရုပ်ပုံကတ်ပြား ကပ်ထားသော Flipchart စာရွက်အပေါ်တွင် သွားကပ်ရမည်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ တချို့ပုံများကို မည်သည့်နေရာတွင်ထားရမည်မှန်းမသိလျှင် ခဏ သိမ်းထားခိုင်းပါ။ ဆွဲထားသော ပန်းချီပုံများကပ်ရန်အတွက် ၅ မိနစ်အချိန်ပေးပါ။

အဆင့် ၄ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးခြင်း - မိနစ် ၂၀

သင်တန်းသားများကို လေ့ကျင့်ခန်းရလဒ်အဖြေများကို လေ့လာခိုင်းပြီး လေ့ကျင့်ခန်းတွင် မပါရှိသော အခွင့်အရေးများကို သိရှိသေးသလားဟု မေးပါ။ သိရှိသေးသည်ဆိုပါက ထိုအခွင့်အရေးများ အကြောင်းကို ရှင်းပြခိုင်းပါ။
နံရံအပေါ်တွင် မကပ်ရသေးသော ရုပ်ပုံများ ကျန်သေးသလားဟု မေးပါ။ တခြားသင်တန်းသားများကို ကူညီစဉ်းစားခိုင်းပြီး ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး တစ်ခုခုအောက်တွင် သွားကပ်ခိုင်းပါ။ သင်တန်းသားများမှ မစဉ်းစားနိုင်လျှင် သင်တန်းနည်းပြမှ လမ်းညွှန်ပေးပါ။ ဥပမာ - တစ်ယောက်ယောက်က လေယာဉ်မောင်းသူ (သို့) ရုပ်ရှင်မင်းသား (သို့) အခြားအလုပ်တစ်ခုခုကို ဆွဲထားသည်ဆိုပါက ထိုပုံကို ပညာသင်ယူခွင့်အောက်တွင် သွားကပ်ရမည် ဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအလုပ်များကိုလုပ်ကိုင်နိုင်ရန်အတွက် ပညာရေး (သို့) သင်တန်းများ လိုအပ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ တချို့ပုံများသည် အခွင့်အရေးဟု ခေါ်ဆို၍ မရသောကြောင့် မည်သည့်အခွင့်အရေးအောက်တွင်မှ ကပ်မရသည်လည်း ရှိနိုင်သည်။ ဥပမာ - တစ်နေကုန်တီဗွီကြည့်ခြင်း၊ မိသားစုအလုပ်များကိုကူခြင်း (သို့) ချမ်းသာချင်ခြင်းနှင့် ဈေးကြီးသည့်အရာများကို ဝယ်ယူခြင်း။
ကပ်ထားသောပန်းချီပုံများကို အောက်ပါမေးခွန်းများကိုအသုံးပြုပြီး ဆွေးနွေးပါ။

- ဘယ်ပန်းချီမှမကပ်ရသေးတဲ့ အခွင့်အရေးရှိသေးလား။ ရှိတယ်ဆို အဲဒီ အခွင့်အရေးတွေအကြောင်း သိသလား။
- အခုပြထားတဲ့အခွင့်အရေး၁၀ခုကိုသဘောကျလား။သဘောမကျဘူးဆို ဘယ်တစ်ခုကို သဘောမကျတာလဲ။ ဘာကြောင့်သဘောမကျတာလဲ။
- ယောကျာ်းလေးနဲ့ မိန်းကလေး (ဒါမှမဟုတ်) တိုင်းရင်းသားလူမျိုးကွဲက လေးတွေအကြား (ဒါမှမဟုတ်) ဘာသာကွဲကလေးတွေအကြားအခွင့်အရေးတွေကို ခံစားရတာ ကွာခြားသလား။ ချမ်းသာတဲ့၊ ဆင်းရဲတဲ့ ကလေးတွေအကြားရော အခွင့်အရေးခံစားရတာ ကွာခြားသလား။ ကွာခြားတယ်ဆို ဘယ်လိုထင်သလဲ။ ဒါတရားမျှတတယ်လို့ထင်သလား။ မဟုတ်ရင်ဒါကိုဘယ်လိုလုပ်လို့ရသလဲ။

အောက်ပါအဓိကအသိပေးချင်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေနဲ့ အနှစ်ချုပ်ပါ။

- မည်သည့်နိုင်ငံမှလာသည်ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲသည်ဖြစ်စေ ချမ်းသာသည်ဖြစ်စေ၊ ကျားဖြစ်စေ မ ဖြစ်စေ၊ မည်သည့်လူမျိုးပင်ဖြစ်ပါစေ၊ မည်သည့် ဘာသာကို ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ၊ မည်သည့်နေရာတွင် မွေးဖွားသည်

ဖြစ်စေ၊ မည်သူပင်ဖြစ်ပါစေ ယောက်ျားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများ အားလုံးတွင် တူညီသော အခွင့်အရေးများရှိကြသည်။

- ဆင်းရဲသောနိုင်ငံများ(သို့)မိသားစုများသည် ချမ်းသာသောနိုင်ငံများ(သို့) မိသားစုများနှင့်ယှဉ်လျှင်အချို့သောအခွင့်အရေးများကို လက်လှမ်း မှီမှု ပိုနည်းပါးသည်။ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ ဆင်းရဲသောနိုင်ငံ (သို့) မိသားစုများ တွင် အခွင့်အရေးနည်းနည်းသာရှိပြီး ချမ်းသာသောနိုင်ငံ (သို့) မိသားစု များတွင် အခွင့်အရေးများများရှိသည်ဟု ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။
- ကလေးသူငယ်များအားလုံး အဆိုပါအခြေခံအခွင့်အရေးများကို ရရှိခံစား ခွင့်ရှိစေရန် အစိုးရတွင်တာဝန်ရှိသည်။ မိသားစုနှင့်ရပ်ရွာများသည်လည်း ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများနှင့် ကလေးများ၏ဘဝ သာယာဝပြောမှု ကို ပံ့ပိုးပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။

အဆင့် ၅ မှတ်ဉာဏ်စစ်ဆေးခြင်း - ၅ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို Flipchart စာရွက်များကပ်ထားသော နံရံဘက်သို့ ကျောခိုင်းလှည့်ရန်ပြောပါ။ ၎င်းတို့ကို မှတ်ဉာဏ်စစ်ဆေးမည်ဟု အသိ ပေးပါ။ ကလေးအခွင့်အရေးတစ်ခုကိုအော်ပြီး အတန်းရှေ့ရှိ Flipchart စာရွက်အလွတ်အပေါ်တွင် အမြန်လာချရေးရန်ပြောပါ။ အခွင့်အရေး ၁၀ခု စလုံးရေးပြီးသည်အထိစောင့်ပါ။ ရေးနေစဉ်တွင် ကူညီဖြည့်စွက်ပေးပါ။ အရေး ကြီးသော အခွင့်အရေး ၁၀ ခုစလုံးကို အားလုံးမှတ်မိစေရန် ပြုလုပ်ပါ။

လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၃ ကလေးများတွင်လည်း အခွင့်အရေးများရှိသည် - ပိုစတာလှုံ့ဆော်ပွဲ

ရည်ရွယ်ချက်

- အခြေခံကလေးသူငယ်အခွင့်ရေးများကို သိမြင်ရင်းနှီးမှုရှိစေရန်
- ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်၏ အရေးကြီးမှုကို သိရှိနားလည်စေရန်

ဦးတည်အုပ်စု

အကြီးပိုင်းလူငယ်များနှင့် လူကြီးများ

ကြာမြင့်ချိန်

မိနစ် ၆၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ

မျက်နှာစုံညီဆွေးနွေးရန် U ပုံသဏ္ဍာန် (သို့) စက်ဝိုင်းပုံသဏ္ဍာန် နေရာထိုင်ခင်းနှင့် လမ်းလျှောက်သွားလာနိုင်ရန် နေရာကျယ်ကျယ်

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ

- Flipchart စာရွက် ၁၀ ရွက်
- ကော်တောင့် ၁၀ တောင့်
- မဂ္ဂဇင်းအဟောင်း နှင့် သတင်းစာအဟောင်းများ (သို့) လှုပ်ရှားမှုအမျိုးမျိုးကိုပြုလုပ်နေသော နာမည်ကြီးကာတွန်းဇာတ်ကောင်ပုံများ
- မာကာများနှင့် အမှတ်အသားပေးတိပ်ခွေ
- မျှသုံးရန် ကတ်ကြေး ၆ လက်
- (ရနိုင်လျှင်) လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၂ မှ ပန်းချီပုံများ၊ အခွင့်အရေးတစ်ခုကို တစ်ပုံစီ

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း

အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ (လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁)

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ

၁။ ကိုယ့်ကလေးကို ရရှိပိုင်ဆိုင်စေချင်တဲ့အရာ - ၁၀ မိနစ်
၂။ ပိုစတာများပြုလုပ်ခြင်း - မိနစ် ၂၀
၃။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးခြင်း - မိနစ် ၂၀
၄။ အနှစ်ချုပ် - ၁၀ မိနစ်

ပြင်ဆင်ခြင်း

Flipchart စာရွက်တစ်ရွက်စီအပေါ်တွင် အောက်ပါအခွင့်အရေး တစ်ခုစီကိုရေးပါ။ Flipchart စာရွက်များကို နံရံများအားလုံးအပေါ်တွင် ကပ်ထားပါ။

- အမည်ရှိခွင့်နှင့် နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်
- မိသားစု၊ အချစ်နှင့် ကြင်နာဂရုစိုက်မှုခံရခွင့်
- ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပြီး ဖူလုံသော စားနပ်ရိက္ခာရရှိခွင့်
- ပညာသင်ကြားခွင့်
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုခံယူခွင့်
- မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းရွေးချယ်ခွင့်
- အနားယူခွင့်နှင့် ကစားခွင့်
- အနိုင်ကျင့်မှုများ၊ အမြတ်ထုတ်မှုများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများမှ ကာကွယ်မှုခံရခွင့်
- ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့်
- (နိုင်ငံရေးခိုလှုံသည့် ကလေးများ၊ မသန်းစွမ်းသော ကလေးများအတွက်) လိုအပ်ပါက အထူးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် အကူအညီများကို ရရှိခွင့်

အဆင့် ၁ မှတ်ဉာဏ်စစ်ဆေးခြင်း - ၅ မိနစ်

လေ့ကျင့်ခန်း၏ ရည်ရွယ်ချက်ကို အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြပါ။ မိဘ၊ အစ်ကို (သို့) အစ်မ၊ ဦးလေး (သို့) အဒေါ် တစ်ယောက်အနေဖြင့် ကလေးတွေကို သူတို့ဘဝမှာ မည်သည့်အရာတွေ ရရှိပိုင်ဆိုင်စေချင်သလဲဟု မေးပါ။
ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု (လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁) တွင်ဖော်ပြထားသော ကုလသမဂ္ဂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်ကို ပြောပြပြီး Flipchart များအပေါ်တွင် ရေးထားသော အဓိကအခွင့်အရေး ၁၀ ခုကို မိတ်ဆက်ပြောပြပါ။

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

အကယ်၍လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၂ -"ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေးများကို ကျွန်ုပ်သိသည်။" ကိုပြုလုပ်ပြီးပါက ဤလေ့ကျင့်ခန်းအတွင်း လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၂ မှ ပန်းချီပုံများကို ပြန်သုံးနိုင်လျှင်ပိုကောင်းသည်။ ပန်းချီပုံများကို တစ်ပုံချင်းစီပြပြီး မည်သည့်အခွင့်အရေးများနှင့်သက်ဆိုင်သည်ကို မေးမြန်းပါ။ ထို့နောက် ပန်းချီပုံများကို သက်ဆိုင်ရာ Flipchart နံဘေးတွင်ထားရှိပါ။ ထိုနည်းသည် အခွင့်အရေး ၁၀ ခုကို စိတ်ဝင်စားဖွယ် မိတ်ဆက်သောနည်းဖြစ်သည်။

အဆင့် ၂ ပိုစတာများပြုလုပ်ခြင်း - မိနစ် ၂၀

ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးနှင့်သက်ဆိုင်သည့် ပိုစတာ ၁၀ ခုကို ပြုလုပ်မည်ဟု ရှင်းပြပါ။ သင်တန်းသားများကို နှစ်ယောက်တစ်တွဲ အဖွဲ့ဖွဲ့ပါ။ တစ်တွဲလျှင် ပိုစတာတစ်ခုစီပြုလုပ်ရမည်ဟု ပြောပါ။ ဆောင်ပုဒ်တစ်ခု၊ ပုံတစ်ပုံ (သို့) ရုပ်ပုံများ၊ မဂ္ဂဇင်းနှင့် သတင်းစာများမှ စာသားများကို ဖြတ်ညှပ်ကပ်လုပ်ခြင်း (သို့) နာမည်ကြီးကာတွန်းသရုပ်ဆောင်များ၏ နေ့စဉ်လုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှု

ပုံများ စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးပြုလုပ်နိုင်သည်။ Flipchart တစ်ခုစီအပေါ်တွင် အခြားအတွဲများပြုလုပ်ထားသော အရာများနှင့် ကြိုးစားချိတ်ဆက်ခိုင်းပါ။

အဆင့် ၃ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ဆွေးနွေးခြင်း - မိနစ် ၂၀

ပိုစတာများကိုကြည့်ရှုပြီး ရလဒ်အဖြေများကို အောက်ပါမေးခွန်းများကိုအသုံးပြု ပြီး ဆွေးနွေးပါ။

- ဘယ်အခွင့်အရေးတွေက ကိုယ့်အတွက် ဖန်တီးပေးဖို့/တွေ့ရှိဖို့ ခဲယဉ်းသလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။
- ကိုယ့်ရပ်ရွာမှာရှိတဲ့ကလေးတွေက ဒီမှာပါတဲ့အခွင့်အရေးတွေကို ခံစားရတယ်လို့ထင်သလား။ မထင်ရင် ဘယ်အခွင့်အရေးတွေကိုမခံစားရတာလဲ။
- ဒီအခွင့်အရေးတွေကို ခံစားရာမှာ ယောကျ်ားလေးနဲ့ မိန်းကလေးအကြား မတူညီမှုတွေ ရှိသလား။ ရှိတယ်ဆိုရင် ဘာကြောင့်မတူညီတာလဲ (သို့) တန်းတူညီမျှမဖြစ်တာလဲ။ အဲဒီမတူညီမှု (သို့) မညီမျှမှုတွေကို သင့်အနေနဲ့ သဘောတူသလား (သို့) မတူဘူးလား။
- ကလေးအခွင့်အရေးတွေကို ခံစားရာတွင် (ဥပမာ) တိုင်းရင်းသားလူမျိုး (သို့) ကိုးကွယ်မှု မတူတဲ့ ကလေးအချင်းချင်းအကြား မတူညီမှုတွေရှိသလား။ အဲဒီ မတူညီမှု (သို့) မညီမျှမှုတွေကို သဘောတူပါသလား (သို့) သဘောမတူဘူးလား။
- "ကလေးများအားလုံး တန်းတူပင်ဖြစ်သည်" ဆိုတဲ့အဆိုကို ဘယ်လိုမြင်သလဲ။ သင့်ရပ်ရွာမှာရှိတဲ့ကလေးတွေက အခွင့်အရေးတွေကို ညီညီမျှမျှ ရနေတယ်လို့ထင်သလား။ ထင်ရင်ဘာကြောင့်လဲ။ မထင်ရင်ဘာကြောင့်လဲ။ ဒီအတွက်ဘာလုပ်လို့ရမလဲ။
- ဘယ်အခွင့်အရေးကိုအမြင့်ဆုံးဦးစားပေးသင့်တဲ့အခွင့်အရေးအဖြစ်ထားချင်သလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

အောက်ပါ အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာများဖြင့် အနှစ်ချုပ်ပါ။

- မည်သည့်နိုင်ငံမှလာသည်ဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲသည်ဖြစ်စေ ချမ်းသာသည်ဖြစ်စေ၊ ကျားဖြစ်စေ မဖြစ်စေ၊ မည်သည့်လူမျိုးပင်ဖြစ်ပါစေ၊ မည်သည့်ဘာသာကို ကိုးကွယ်သည်ဖြစ်စေ၊ မည်သည့်နေရာတွင် မွေးဖွားသည်ဖြစ်စေ၊ မည်သူပင်ဖြစ်ပါစေ ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများအားလုံးတွင် တူညီသော အခွင့်အရေးများရှိကြသည်။
- ဆင်းရဲသောနိုင်ငံများ(သို့)မိသားစုများသည်ချမ်းသာသောနိုင်ငံများ(သို့) မိသားစုများနှင့်ယှဉ်လျှင် အချို့သောအခွင့်အရေးများကို လက်လှမ်းမီမှု ပိုမိုနည်းပါးသည်။ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ ဆင်းရဲသောနိုင်ငံ (သို့) မိသားစု

များတွင်အခွင့်အရေးနည်းနည်းသာရနိုင်ပြီး ချမ်းသာသောနိုင်ငံ (သို့) မိသားစု များတွင် အခွင့်အရေးများများရှိသည်ဟု ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။

- ကလေးသူငယ်များအားလုံးအဆိုပါအခြေခံအခွင့်အရေးများကို ရရှိခံစားခွင့်ရှိစေရန် အစိုးရတွင် တာဝန်ရှိသည်။ မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာများသည်လည်း ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများနှင့် ကလေးများ၏ဘဝ သာယာဝပြောမှုကို ပံ့ပိုးပေးရန် တာဝန်ရှိသည်။

အဆင့် ၄ **အနှစ်ချုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်**

- ကလေးများ၏ အထူးစောင့်ရှောက်မှုများလိုအပ်မှုနှင့် ထိခိုက်လွယ်မှုများကြောင့် ၎င်းတို့ကျန်းမာသန်စွမ်းစွာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန် အထူးအလေးပေး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုများ လိုအပ်သည်။
- အခြေခံကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများအားလုံးသည် လူသားများအားလုံးလက်ခံသော အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။
- ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာသဘောတူစာချုပ်သည် ထိုအခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ရန်နှင့် စည်းကြပ်ရန် ချုပ်ဆိုထားသော စာချုပ်ဖြစ်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် နိုင်ငံပေါင်း ၁၉၆ နိုင်ငံမှ လက်မှတ်ရေးထိုးထားသည်။ ထိုသို့လက်မှတ်ရေးထိုးခြင်းသည် ကလေးများကိုထိုအခွင့်အရေးများခံစားရစေရန်နှင့်အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ရန် ကတိကဝတ်ပြုထားခြင်းဖြစ်သည်။

သင်ရိုး ၂

■အခန်း ၂.၃ ကျွန်ုပ်တွင်ရှိသော အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ

အကြောင်းအရာ

အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ တာဝန်ဝတ္တရားနှင့် တွဲနေသည်။ ဤအခန်းတွင်ပါရှိသောလေ့ကျင့်ခန်းတွင် သင်တန်းသားများကို နိုင်ငံသားကောင်းနှင့် ရပ်ရွာသူရပ်ရွာသားကောင်းတစ်ယောက်၏ တာဝန်ဝတ္တရားများကို သိရှိစေရန် အလေးပေးထားသည်။ လူတစ်ဦး၏အခွင့်အရေးနှင့် အခြားလူတစ်ဦး၏ အခွင့်အရေးများသည် ပဋိပက္ခဖြစ်တတ်ပြီး ၄င်းကိုဖြေရှင်းရန် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အဖြေကို ရှာဖွေရမည်။

အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာ

- အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ တာဝန်ဝတ္တရားနှင့်တွဲနေကြောင်း သိမြင်စေရန်
- တခြားသူများကို ထိခိုက်မည်ဆိုပါက မိမိတွင်အခွင့်အရေးရှိသည်ဆိုပြီး မည်သည့်အရာကို မဆို ပြောဆိုခြင်း (သို့) လုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရပါ။
- သင့်တွင် သင့်ကိုယ်ပိုင်အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်နိုင်သည့် တာဝန်ရှိသကဲ့သို့ တစ်ပါးသူများ၏ အခွင့်အရေးများကိုလည်း ကာကွယ်ရမည့် တာဝန်ရှိသည်။

လေ့ကျင့်ခန်းများ

၂.၃.၁ ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်သင့်သလဲ။
၂.၃.၂ ကျွန်ုပ်ဖြေရှင်းနိုင်သည်။

သက်ဆိုင်ရာအခန်းများ

၂.၁ လူတိုင်းတွင် အခွင့်အရေးများရှိသည်။
၂.၂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ
၂.၄ ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေး၊ ကျွန်ုပ်တို့၏အခွင့်အရေး စည်းရုံးရန်
၁၁.၂ အလုပ်တွင်ရှိသော အခွင့်အရေးများ

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃.၁ ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်သင့်သလဲ။

ရည်ရွယ်ချက်

- အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ တာဝန်နှင့်တွဲနေကြောင်း သိရှိနားလည်စေရန်
- နိုင်ငံသားကောင်းနှင့်ရုပ်ရှာသူရုပ်ရှာသားကောင်းတစ်ယောက်၏တာဝန်ဝတ္တရားများကို သိရှိနားလည်စေရန်

ဦးတည်အုပ်စု

ကလေးများနှင့် လူငယ်များ (နည်းလမ်း က)၊ လူကြီးများ (နည်းလမ်း ခ)

ကြာမြင့်ချိန်

မိနစ် ၉၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ

စားပွဲ ၅ လုံးဖြင့်အုပ်စုဖွဲ့ထိုင်သည့်ပုံစံ (သို့) ထိုင်ရန်နေရာ ၅ နေရာ

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ

- ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ရုပ်ပုံကတ်ပြား ၁၀ ချပ်
  (လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၂.၁ တွင်ရှိသော သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က)
- အနည်းဆုံး မာကာ ၁၀ ချောင်းနှင့် Flipchart စာရွက် ၁၀ ရွက်
- အမှတ်အသားပေးတိပ်ခွေ ၁ -၂ လိပ်

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း

၂.၂.၁ က - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ရုပ်ပုံကတ်ပြား ၁၀ ချပ် (နည်းလမ်း က)
၂.၃.၁ က - အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းများအတွက် မေးခွန်းများ - အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ (နည်းလမ်း ခ)
အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ

၁။ သင့်အိမ်ဓားပြတိုက်ခံရလျှင် - ၁၀ မိနစ်
နည်းလမ်း က - ကလေးများနှင့် လူငယ်များ
၂။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ရုပ်ပုံကတ်ပြားများကို ဖြန့်ဝေခြင်း - ၁၀ မိနစ်

၃။ အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်း - ကလေးအခွင့်အရေး တစ်ခုစီအတွက် တာဝန်ဝတ္တရား ၂ ရပ်စီ - မိနစ် ၄၀
၄။ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ဆွေးနွေးခြင်း - ၂၅ မိနစ်
၅။ အနှစ်ချုပ်ခြင်း - ၅ မိနစ်

အဆင့် ၁ သင့်အိမ်ဓားပြတိုက်ခံရလျှင် - ၁၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။ သင့်အိမ်နီးနားချင်းအိမ်ကို ဓားပြတိုက်နေတာမြင်လျှင် သင်ဘာလုပ်မလဲ။ အဖြေအချို့ကိုနားထောင်ပြီးနောက် မိမိရပ်ရွာအတွင်း ငြိမ်းချမ်းမှုနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုကိုလိုချင်ပါက လူတိုင်းသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကူညီရမည်ဟုရှင်းပြပါ။ ရပ်ရွာသူရပ်ရွာသားတိုင်းသည် တကိုယ်ရေဘေးကင်းလုံခြုံခွင့်ရှိရမည်ဖြစ်သည်။ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုသည် လူတစ်ဦးစီ ထိန်းသိမ်းထားရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားလည်းဖြစ်သည်။ သင့်ကြောင့် တပါးသူများ မထိခိုက်ပါစေနှင့်။ သင်သည် အများကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ပါ။

နည်းလမ်း က - ကလေးများနှင့် လူငယ်များ

အဆင့် ၂ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ရုပ်ပုံကတ်ပြားများကို ဖြန့်ဝေခြင်း - ၁၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများအားလုံးကို အဖွဲ့ ၁၀ ဖွဲ့ခွဲပါ။ အဖွဲ့ ၂ ဖွဲ့ကို စားပွဲတစ်လုံးစီတွင် (သို့) ထိုင်စရာနေရာ တစ်ခုစီတွင် နေရာချပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီကို ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ရုပ်ပုံကတ်ပြား (သင်ထောက်ကူ ၂.၂.၁ က) ၁ ကတ်စီ၊ မာကာ ၁ ချောင်းနှင့် Flipchart စာရွက် ၁ ရွက်စီပေးပါ။ ယခင်သင်ခန်းစာများတွင် ရုပ်ပုံကတ်ပြားများကို အသုံးပြုပြီးပြီဆိုပါက ရုပ်ပုံများကို မှတ်မိသလားဟု မေးမြန်းပါ။ အကယ်၍ မမှတ်မိပါက (သို့) ရင်းနှီးမှုမရှိသေးပါက ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေး ကတ်ပြား ၁၀ ကတ်စလုံးကို တစ်ကတ်ချင်းရှင်းပြပါ။ အားလုံးသေချာစွာနားလည်ပြီးနောက် ၎င်းတို့၏ကတ်ပြားများကို Flipchart စာရွက်များအပေါ်တွင် ကပ်ခိုင်းပါ။

အဆင့် ၃ အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်း - ကလေးအခွင့်အရေး တစ်ခုစီအတွက် တာဝန်ဝတ္တရား ၂ ရပ်စီ - မိနစ် ၄၀

ရုပ်ပုံအောက်တွင်
၁) ထိုရုပ်ပုံပါအခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် ၎င်းတို့ထားရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားများ နှင့်
၂) ထိုရုပ်ပုံပါအခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်သည့်အခြားသူများထားရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားများ စာရင်း ၂ ခုကိုပြုစုခိုင်းပါ။

ထိုစာရင်းသည် အရမ်းအရှည်ကြီးဖြစ်ရန်မလိုပါ။ အနည်းဆုံး မိမိထားရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရား ၂ ခုနှင့် တခြားသူများထားရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရား ၂ခု ရရှိလျှင် အဆင်ပြေသည်။ သင်တန်းနည်းပြမှ အတန်းတွင်းလှည့်လည်ကြည့်ရှုလျက် အကြံဉာဏ်များပေးပါ။ ၁၅ မိနစ်ကြာပြီးနောက် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီကို ၎င်းတို့၏

စာရင်းများကိုတင်ပြခိုင်းပြီး စာရွက်များကို နံရံအပေါ်တွင် ကပ်ထားကြရန်ပြောပါ။ (အကယ်၍ ကလေးများ (သို့) လူငယ်များသည် စာသိပ်မတတ်ပါက စာဖြင့်ရေးသားခြင်းအစား ပုံဖြင့်ဆွဲပြခြင်းမျိုးကိုလည်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။)

နည်းလမ်း ခ - လူငယ်များနှင့် လူကြီးများ

အဆင့် ၂ အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်း - မိနစ် ၂၀

သင်တန်းသားများအားလုံးကို ၅ ဖွဲ့ခွဲပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီကို မေးခွန်းများပါသော စာရွက် (သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၁ က) တစ်ရွက်၊ မာကာများနှင့် Flipchart စာရွက် ၁ ရွက်စီ ပေးပါ။ အဖြေများကို Flipchart စာရွက်အပေါ်တွင် စဉ်းစားရေးသားရန်အတွက် ၁၅ မိနစ်အချိန်ပေးပါ။ အဖွဲ့ထဲတွင်ရှိသော လူငယ်နှင့် လူကြီးတိုင်းသည် မေးခွန်းများကို သေချာစွာနားလည်ပါစေ။ အကယ်၍ သင်တန်းသားများသည် စာကောင်းကောင်းမတတ်ပါက သင်တန်းနည်းပြမှ မေးခွန်းများကို ဖတ်ပြရှင်းပြရမည်။

အဆင့် ၃ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအား အုပ်စုလိုက်တင်ပြမှု - မိနစ် ၃၀

အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီသည် ၎င်းတို့အဖြေများကို မျက်နှာစုံညီတင်ပြရန် ၅ မိနစ်အချိန်ရသည်။

နည်းလမ်း ၂ ခုစလုံးအတွက် ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

အဆင့် ၃ တွင် ပြုလုပ်သော တင်ပြမှုများသည် အဖြေမှန်ပေးရန်အတွက်မဟုတ်ပါ။ အကြောင်းအရာကို ဆွေးနွေးရန်သာ တိုက်တွန်းလိုခြင်းဖြစ်သည်။ အမှန်တကယ်တွင် အဖြေများအားလုံးသည် အနည်းနှင့် အများ အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ လူတိုင်းတွင် အခြားသူများကို နားထောင်ပေးရန်၊ အခြားသူများ၏ ယုံကြည်မှုများကို လေးစားပေးရန်နှင့် မျှမျှတတပြုမူရန် တာဝန်များရှိသည်။ အကယ်၍ ၎င်းတို့၏အခွင့်အရေးများ (သို့) အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးများအား ချိုးဖောက်ခံရပါက ထိုချိုးဖောက်မှုများကို တွန်းလှန်ရန် တာဝန်ရှိသည်။ အသေးစိတ်ကို အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများတွင် ကြည့်ပါ။

အဆင့် ၄ အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ဆွေးနွေးခြင်း - ၂၅ မိနစ်

တင်ပြချက်များပြီးဆုံးပါကမျက်နှာစုံညီဆွေးနွေးမှုကိုအောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့်ပြုလုပ်ပါ။

- ဘယ်အခွင့်အရေးတွေမှာ သူတို့နဲ့အတူရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားက ရှင်းလင်းနေသလဲ။
- ဘယ်အခွင့်အရေးတွေမှာ သူနဲ့အတူရှိရမည့် တာဝန်ဝတ္တရားတွေက ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မရှိဘူးလဲ။
- အချို့တာဝန်ဝတ္တရားတွေသည် ထားရှိခြင်းမှာ လွယ်ကူသလား (သို့) ခဲယဉ်းသလား။ ဘာကြောင့်လဲ။

အဆင့် ၅ အနှစ်ချုပ် - ၅ မိနစ်

အောက်ပါတို့ကိုရှင်းပြပြီး အနှစ်ချုပ်ပါ။

- အခွင့်အရေးများနှင့်အတူ တာဝန်ဝတ္တရားများ တွဲပါနေသည်။
- ကျွန်ုပ်တို့တွင် သတင်းအချက်အလက်များကို ရှာဖွေရန်နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အခွင့်အရေးများကို ရှာဖွေရန် တာဝန်ရှိသည်။
- တခြားသူများကို ထိခိုက်မည်ဆိုပါက ကိုယ့်မှာအခွင့်အရေးရှိသည်ဆိုပြီး မည်သည့်အရာကိုမဆို ပြောဆိုခြင်း (သို့) လုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရပါ။
- ကျွန်ုပ်တို့တွင် မိမိတို့၏အခွင့်အရေးများကိုသာမက တစ်ပါးသူများ၏ အခွင့်အရေးများကိုပါ ကာကွယ်ရန် တာဝန်ရှိသည်။

သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၁ က အဖွဲ့လိုက်လေ့ကျင့်ခန်းများအတွက်မေးခွန်းများ - အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ[၇]

လမ်းညွှန်မှုများ - အုပ်စုလိုက်လေ့ကျင့်ခန်းအတွင်း အခွင့်အရေးများနှင့် သက်ဆိုင်သော တာဝန်ဝတ္တရားများကို အသုံးပြုနိုင်ရန် အောက်ပါစာမျက်နှာများတွင် ပေးထားသော အခွင့်အရေး ၅ ခုကို ရွေးချယ်ပါ။ သင်တန်းသားများ၏ ဘဝကိုထင်ဟပ်သော အခြေအနေများကို ပြောင်းလဲအသုံးပြုနိုင်သည်။

---✂---

လွတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့်
ရွာတွင်ရှိသော ကျေးရွာပိုင်ပစ္စည်းများကို ဘဏ္ဍာငွေနည်းနည်းဖြင့် မည်သို့ကောင်းမွန်အောင် ပြုလုပ်ကြမည်ကို ဆွေးနွေးရန် ကျေးရွာအစည်းအဝေးပွဲတစ်ခုပြုလုပ်သည်ဆိုပါစို့။ သင့်တွင် စကားပြောဆိုခွင့်နှင့် အကြံဉာဏ်ပေးခွင့် ရှိသည်။

- သင်စကားပြောဆိုတဲ့အခါမှာနဲ့ သင်ပြောတဲ့စကားတွေမှာ ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။
- သင့်ရဲ့စကားပြောဆိုခွင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီး အခြားသူတွေမှာ ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။
- အခြားလူတွေရဲ့စကားပြောဆိုခွင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာ ဘာတာဝန်ရှိပါသလဲ။

---✂---

နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်
အကယ်၍ သင်သည် လောလောလတ်လတ် ဖခင် (သို့) မိခင်တစ်ဦး ဖြစ်သွားသည်ဆိုပါစို့

- နိုင်ငံသားဖြစ်ခွင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်ရဲ့မွေးကာစကလေးအပေါ်မှာ မိဘတစ်ယောက်အနေနဲ့ ဘာတာဝန်ရှိတယ် ထင်ပါသလဲ။
- မွေးကာစကလေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာ အခြားဘာတာဝန်တွေရှိသေးတယ်လို့ ထင်သလဲ။

---✂---

အစေအပါး (သို့) ကျွန်ပြုခံရခြင်းနှင့် အဓမ္မခိုင်းစေမှုမှ ကင်းဝေးခွင့်
ရွာတွင်ရှိသော ကောင်မလေးတစ်ယောက်ကို လူစိမ်းတစ်ယောက်မှ မသင်္ကာဖွယ်ရာ စကားပြောနေသည်ကို မြင်သည်ဆိုပါစို့။ မိန်းကလေးသည် ပထမတော့ သံသယရှိပုံရပြီး နောက်တော့ စကားလာပြောသည့် သူစိမ်းနှင့် လိုက်သွားသည်။

- ဒီမိန်းကလေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။ သင်ဘာလုပ်မလဲ။ သင်၏ အိမ်အနားတွင်နေသော လူတစ်ယောက်တွင်အိမ်အကူကောင်မလေးတစ်ယောက်ရှိသည်။ ထိုမိန်းကလေးအိမ်အပြင်ထွက်သည်ကိုမြင်ရခဲသည်။တစ်ကြိမ်တွင် ထိုမိန်းကလေးကို အလွန်မပျော်ရွှင်သော မျက်နှာဖြင့် တွေ့လိုက်ရသည်။ သူမလက်တွင်လည်း ပွန်းပဲ့ဒဏ်ရာများကို တွေ့လိုက်သည်။
- ထိုမိန်းကလေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာ ဘာတာဝန်ရှိသလဲ။

---✂---

၇ Adapted from We the people by Centre of Civic Education, Exercise: What responsibilities accompany our rights?, http://www.civiced.org.

ဆန္ဒမဲပေးပိုင်ခွင့်

ရွေးကောက်ပွဲတစ်ခုကို မဲပေးမည်ဆိုပါစို့။ သင့်တွင် မဲပေးရန်လူ ၅ ယောက်ရှိသည်။

- လွတ်လပ်စွာဆန္ဒမဲပေးခွင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်တွင် ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။
  သင်၏ သူငယ်ချင်းတချို့မှ သင်မဲပေးမည့်ပုံစံအပေါ် သဘောထားမတူညီပါက သင်၏မဲပေးခွင့်နှင့်ပတ်သက်ပြီး ထိုသူငယ်ချင်းများတွင် ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။
- သင်၏ သူငယ်ချင်းများ၊ အိမ်နီးချင်းများ (သို့) ရပ်ရွာအတွင်းမှ အခြားသူများ၏ မဲဆန္ဒပေးခြင်းအပေါ် သဘောထားမတူညီပါက ၄င်းတို့၏ ဆန္ဒမဲပေးခွင့်နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်တွင် ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။

တရားမျှတစွာဆက်ဆံခံရခွင့်

တစ်စုံတစ်ယောက်မှ သင်၏လွဲမှားသော အပြုအမူတစ်စုံတရာ (သူများပစ္စည်းခိုးယူခြင်း (သို့) လက်မခံနိုင်ဖွယ်ရာတစ်ခုခုကို ပြုလုပ်ခြင်း (သို့) ဥပဒေနှင့် မညီညွတ်သည့်အရာတစ်ခုခုကို ပြုလုပ်ခြင်း) အပေါ် စွဲချက်တင်သည်ဆိုပါစို့။

- သင်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ထိုသူတွင် ဘာတာဝန်ရှိသလဲ။

သင်က တစ်စုံတစ်ယောက်ရဲ့လွဲမှားသော အပြုအမူတစ်စုံတရာအတွက် စွဲချက်တင်သည်ဆိုပါစို့။

- ထိုသူများနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်တွင် ဘာတာဝန်ရှိသလဲ။

လွတ်လပ်စွာကိုးကွယ်ခွင့်

အကယ်၍ သင်သည် ဘာသာတရားတစ်ခုခုကို ယုံကြည်သည်ဆိုပါစို့။ သင်သည် သင့်ရပ်ရွာအတွင်းတွင်ရှိသော ဘုန်းကြီးကျောင်း၊ ဗလီ (သို့) ဘုရားကျောင်း တစ်ခုခုကို တက်သည်။

- သင့်ရဲ့ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သင့်တွင် ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။

သင်၏ရပ်ရွာအတွင်းတွင် သင်နှင့်ကိုးကွယ်မှုမတူညီသော (သို့) ဘာမှမကိုးကွယ်သော သူများရှိသည်ဆိုပါစို့။

- မိမိယုံကြည်ရာကို ကိုးကွယ်ခွင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီး တခြားသူတွေမှာ ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။
- အခြားသူတွေရဲ့ယုံကြည်ရာ ကိုးကွယ်မှု (သို့) မည်သည့်ကိုမှမကိုးကွယ်မှုစတဲ့ တစ်ပါးသူများ၏အခွင့်အရေးတွေကို ကာကွယ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာ ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။

ခွဲခြားဆက်ဆံခံရမှုများမှ ကင်းဝေးခွင့်

သင်တို့ရပ်ရွာတွင်ရှိသော လူတစ်ချို့သည် ရပ်ရွာသူရပ်ရွာသားများအတွက် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှု တစ်ခု ပြုလုပ်ရန် စီစဉ်နေကြသည်။

- သင့်ကို အသက်၊ လိင်၊ လူမျိုး စသည်ဖြင့် ခွဲခြားမှုမရှိစေဘဲ သင့်အပေါ်တွင် မျှတမှုရှိစေဖို့ ထိုသူတွေမှာ ဘာတာဝန်တွေရှိသလဲ။

သင်သည် ထိုလှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုကို ကူညီနေသည်ဆိုပါစို့။

- ရပ်ရွာအတွင်းမှာရှိတဲ့ တခြားလူတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာဘာတာဝန်တွေရှိသလဲ။

လက်ထပ်ရန် အသက်ပြည့်ချိန်တွင် မိမိကြင်ယာကို လွတ်လပ်စွာရွေးချယ်ခွင့်

သင်၏ မိဘများမှ သင့်ကို လူတစ်ယောက်နှင့် အိမ်ထောင်ချပေးရန် စီစဉ်နေကြသည်။ ထိုသူကို သင်မလိုချင်ပါ။

- သင့်ရဲ့မိဘတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာဘာတာဝန်တွေရှိသလဲ။
- သင်နဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်ရဲ့မိဘတွေမှာ ဘာတာဝန်တွေရှိသလဲ။

ဥပဒေအောက်တွင် သာတူညီမျှ အကာအကွယ်ခံထားရခွင့်

အစိုးရသည် အခြေခံအဆောက်အဦစီမံကိန်းတစ်ခုကို ဆောက်လုပ်မည်ဖြစ်သောကြောင့် သင်တို့ တစ်ရွာလုံး ရွှေ့ပြောင်းပေးရမည်ဖြစ်သည်။

- သင်တို့နဲ့ပတ်သက်ပြီး အစိုးရမှာ ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။

သင်၏ အိမ်နီးချင်းသည် ဩဇာအာဏာရှိသူဖြစ်ပြီး ထိုသူသည် အခြားရွာသားများထက်ပိုပြီး လျော်ကြေးပိုရသည်ကို သိရသည်။

- အခြားရွာသားတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး သင့်မှာ ဘာတာဝန်တွေရှိပါသလဲ။

အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - အခွင့်အရေးများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် အခြေခံအခွင့်အရေးများကို ရရှိခံစားခွင့်ရှိသင့်သည်ဟု အားလုံး သဘောတူထားကြသည်။ ဥပမာ - လူသားတိုင်းသည် လူတန်းစေ့နေနိုင်ခွင့်၊ ပညာသင်ခွင့်နှင့် လွတ်လပ်စွာပြောဆိုခွင့်ဟူသော အခွင့်အရေးများကို လိုချင်ကြသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် လွတ်လပ်စွာ ယုံကြည်ခွင့်ရှိပြီး ထိုယုံကြည်မှုအတွက် တရားစွဲမခံလိုကြပေ။ ထို့အပြင် ညှင်းပန်းနှိပ်စက်ခံရခြင်းမှ ကင်းဝေးခွင့်၊ ဥစ္စာပစ္စည်းပိုင်ဆိုင်ခွင့်နှင့် မိမိသွားလိုရာကို သွားလာနိုင်ခွင့်များကိုလည်း လိုချင်ကြသည်။ မဲဆန္ဒပေးနိုင်သည့် အသက်အရွယ်တွင်ရှိသော နိုင်ငံသားများသည်လည်း ဆန္ဒမဲ ပေးလိုကြသည်။

လူသားတိုင်းသည် အဆိုပါအခွင့်အရေးများကို သာတူညီမျှ ခံစားခွင့်ရှိသည်ဟုဆိုလိုခြင်းမှာ တစ်စုံ တရာသည် မိမိအတွက် အခွင့်အရေးတစ်ခုဖြစ်ပါက တခြားသူများအတွက်လည်း အခွင့်အရေး တစ်ခုဖြစ်မည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။ လူသားတိုင်း၏ အကျိုးစီးပွားအလို့ငှာ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုအခွင့်အရေးများသည် တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် ပူးတွဲလာခြင်းကြောင့် အခွင့်အရေးများကို လိုချင်သည်ဆိုပါက ၄င်းနှင့် ပူးတွဲပါလာသော တာဝန်ဝတ္တရားများကိုပါ တွဲယူရမည်ဖြစ်သည်။ အယူချည်းပဲလုပ်၍ မရပါ။ လူတို့သည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တာဝန်ရှိသင့်ပြီး တစ်ဦး၏အခွင့်အရေးကို တစ်ဦးမှ လေးစားသင့်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အခွင့်အရေးများသည် အားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။
နိုင်ငံသားတစ်ဦးအနေဖြင့် တာဝန်ဝတ္တရားများရှိသည်။ ဥပမာ -

- သတင်းအချက်အလက်များရှာဖွေရန်နှင့် မိမိ၏အခွင့်အရေးများကို သိအောင်ကြိုးစားရန်
- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး နားထောင်ရန်
- တစ်ဦး၏ အယူအဆကို တစ်ဦးမှ လေးစားရန်
- တစ်ဦး၏ ယုံကြည်မှု နှင့်/သို့ အပြုအမူကို တစ်ဦးမှ လေးစားရန်
- ဆန္ဒမဲပေးခွင့်ကို ကျင့်သုံးရန်
- ဝေဖန်မှုမပြုလုပ်မီတွင် အမှန်တရားကိုရှာဖွေရန်
- မိမိ (သို့) အခြားသူများမှ အခွင့်အရေးဖောက်ဖျက်မှုတစ်ခုကျူးလွန်ပါက အရေးယူ ဆောင်ရွက်ရန်
- အခွင့်အရေးဖောက်ဖျက်မှုများကို တွန်းလှန်ရန် အခြားသူများအား စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရန်

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၃.၂ ကျွန်ုပ်ဖြေရှင်းနိုင်သည်။

ရည်ရွယ်ချက်

- အခွင့်အရေးဆိုသည်မှာ တာဝန်နှင့်တွဲနေကြောင်း သိရှိနားလည်စေရန်
- မတူညီသောလူအသီးသီး၏ အခွင့်အရေးများသည် ပဋိပက္ခဖြစ်နိုင်သည်ကို သိရှိထားရန်
- ထိုပဋိပက္ခများကိုဖြေရှင်းရန် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသည့် အဖြေများကို စဉ်းစားရန်

ဦးတည်အုပ်စု

ကလေးများနှင့် လူငယ်များ

ကြာမြင့်ချိန်

မိနစ် ၆၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ

စားပွဲများဖြင့် အုပ်စုလိုက်ထိုင်သည့်ပုံစံ

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ

- ကာတွန်းစာမျက်နှာများ (သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၂ က) မိတ္တူ၊ တစ်ဖွဲ့လျှင် ကာတွန်းတစ်ခုစီ
- ရောင်စုံခဲတံများ
- အမှတ်အသားပေးတိပ်ခွေ

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း

၂.၃.၂ က - ကာတွန်းများ

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ[၆]

၁။ အခွင့်အရေးများကို ကျင့်သုံးရာတွင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ပဋိပက္ခများ၏ သဘောတရားကို မိတ်ဆက်ပေးခြင်း - ၅ မိနစ်
၂။ အုပ်စုလိုက်လေ့ကျင့်ခန်း - ၁၅ မိနစ်
၃။ တစ်ဖွဲ့စီမှ ပြန်လည်တင်ပြမှုများနှင့် ဆွေးနွေးမှု - မိနစ် ၃၀
၄။ အကျဉ်းချုပ် - ၅ မိနစ်

[၆] Adapted from: It's Only Right! A Practical Guide to Learn More about the Convention on the Rights of the Child by Susan Fountain (UNICEF: New York, 1993), Activity 6: Rights in Conflict Cartoons, p.39 - 42.

အဆင့် ၁

အခွင့်အရေးများကို ကျင့်သုံးရာတွင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ပဋိပက္ခများ၏ သဘောတရားကို မိတ်ဆက်ပေးခြင်း - ၅ မိနစ်

တခါတရံတွင် တစ်စုံတစ်ယောက်၏ အခွင့်အရေးသည် တခြားတစ်ယောက်၏အခွင့်အရေးနှင့် ကွဲလွဲဆန့်ကျင့်မှုဖြစ်တတ်သည်။ ဥပမာ - လူတစ်ယောက်သည် လွတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောကြားခွင့်ကို အသုံးချလျက် တစ်ခြားသူတစ်ယောက်၏ ကျား/မရေးရာကိစ္စ၊ လူမျိုး၊ မျိုးနွယ်၊ ကိုးကွယ်မှု၊ လူမှုအနေအထား စသည်တို့အပေါ်တွင် ခွဲခြားဆက်ဆံကာ စော်ကားပြောဆိုခြင်းများ ပြုသည်ဆိုပါစို့။ အပြောခံရသောသူမှာ စိတ်ဆိုး ဒေါသထွက် မည်ဖြစ်သည်။ သူသည်လည်း ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်းမှ ကင်းဝေးခွင့် ရှိရမည်ဖြစ်သည်။ ရလဒ်အားဖြင့် ပဋိပက္ခဖြစ်လာသည်။

တခါတရံတွင် အခွင့်အရေးတစ်ခုကိုပင် ယူဆချက်များ ကွဲလွဲနေသည်လည်း ရှိသည်။ ဥပမာ - ကလေးသူငယ်များသည် အနိုင်ကျင့်နှိပ်စက်ခံရခြင်းမှ ကာကွယ်ခံထားရမည်ဟုသိသော်လည်း တခါတရံတွင် သားသမီးကို ဆုံးမသည့်အနေဖြင့် ရိုက်ကောင်းရိုက်နိုင်သည်ဟု မိဘများမှ တွေးတတ်သည်။ ကလေးဘက်မှစဉ်းစားလျှင် မည်သည့်ရိုက်နက်မှုမျိုးမဆိုသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်ကျင့်နှိပ်စက်မှုဟု ယူဆသည်။ ဤသင်ခန်းစာတွင် သင်တန်းသားများသည် အလားတူပဋိပက္ခဖြစ်တတ်သည့် အခြေအနေအချို့ကို တွေးတောရမည်ဖြစ်သည်။

အဆင့် ၂

အုပ်စုလိုက်လေ့ကျင့်ခန်း - ၁၅ မိနစ်

သင်တန်းသားများအားလုံးကို အဖွဲ့ဝင် ၄ - ၅ ယောက်ပါဝင်သော အဖွဲ့ငယ်များခွဲပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီကို ကာတွန်းစာရွက် (သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၂ က) မိတ္တူတစ်ရွက်စီပေးပါ။ အဖွဲ့များကို ကာတွန်းတွင်ပါသော ရုပ်ပုံနှစ်ပုံကိုကြည့်စေပြီး ပဋိပက္ခကို ဖြေရှင်းရန် နည်းလမ်းများကို စဉ်းစားခိုင်းပါ။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီသည် ကျန်ရှိနေသော ကာတွန်းအကွက် ၄ ကွက်ကို ဖြည့်စွက်ခြင်းဖြင့် ကာတွန်းကို ပြီးပြည့်စုံအောင် ဖြည့်ဆွဲရမည်။ (ကာတွန်းပုံများသည် လှရန်မလိုပါ။ ဇာတ်ကြောင်းနှင့် ပဋိပက္ခအတွက် အဖြေများပေါ်လျှင် ရသည်။)

အဆင့် ၃

တစ်ဖွဲ့စီမှ ပြန်လည်တင်ပြမှုများနှင့် ဆွေးနွေးမှု - မိနစ် ၃၀

အဖွဲ့များအားလုံးသည် ၎င်းတို့ဆွဲထားသော ပုံပြင်ဇာတ်ကြောင်းများကို တင်ပြကြရမည်ဖြစ်ပြီး အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် မျက်နှာစုံညီဆွေးနွေးမှုကို ပြုလုပ်ပါ။

- ပဋိပက္ခအတွက် အဖြေရှာရတာ ခက်သလား။ ဘာကြောင့်ခက်သလဲ။ ဘာကြောင့်မခက်ဘူးလဲ။
- အဖြေအတူတူရကြတဲ့ အဖွဲ့တွေရှိသလား။
- ဘယ်လိုအဖြေမျိုးက ဖြစ်ဖို့အများဆုံးဖြစ်မလဲ။ ဘာကြောင့်လဲ။

- ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးမှာ နှစ်ဦးနှစ်ဖက်စလုံး လိုတာရသွားကြသလဲ။
- ဒီလိုပဋိပက္ခဖြစ်တဲ့ အခြေအနေမျိုး သင့်မှာရှိဖူးလား။ ရှိတယ်ဆို သင်ဘယ်လိုလုပ်သလဲ။

အဆင့် ၄ အကျဉ်းချုပ် - ၅ မိနစ်

အောက်ပါအချက်များဖြင့် သင်ခန်းစာကို အနှစ်ချုပ်ပါ။

- အခွင့်အရေးများနှင့်အတူ တာဝန်ဝတ္တရားများ တွဲပါနေသည်။
- တခြားသူများကို ထိခိုက်မည်ဆိုပါက ကိုယ့်မှာအခွင့်အရေးရှိသည်ဆိုပြီး မည်သည့်အရာကိုမဆို ပြောဆိုခြင်း (သို့) လုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရပါ။
- ကျွန်ုပ်တို့တွင် မိမိတို့၏အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်လျက် အခွင့်အရေး ခံစားနေချိန်တွင် အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးများကိုလည်း မဖောက်ဖျက်မိအောင် ကြိုးစားရမည်ဖြစ်သည်။
- အခြားသူများ၏အခွင့်အရေးများကို လေးစားနားလည်ခြင်းဖြင့် ပဋိပက္ခများကို ကာကွယ်နိုင်သည်။

သင်ထောက်ကူ ၂.၃.၂ က ကာတွန်းများ

လမ်းညွှန်မှုများ - လေ့ကျင့်ခန်းအတွင်း ကာတွန်းမိတ္တူများကို အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လျှင် တစ်ရွက်စီပေးပါ။ အချို့အဖွဲ့များသည် တူညီသောကာတွန်းများကို ရရှိမည်။

ကာတွန်း ၁ ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်းမှ ကင်းဝေးခွင့်နှင့် လွတ်လပ်စွာထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့်တို့ အကြားရှိ ပဋိပက္ခ

ကျောင်းမှာ ကောင်မလေးတစ်ယောက်က သူ့သူငယ်ချင်း ကောင်မလေးကိုပြောတယ်။ "မျက်မှန်ထူထူဝတ်တဲ့သူတွေကိုမကြိုက်ဘူး။ သူတို့ပုံက ငတုံးနဲ့တူပြီး ဒိတ်အောက်တယ် ထင်တယ်။"	မျက်မှန်နဲ့ကောင်မလေးက သူ့ကိုဒါမျိုးဝေဖန်တာတော့ မတရားဘူးလို့ ပြောတယ်။

ကာတွန်း ၂ ပညာသင်ကြားခွင့်နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပြီး လုံလောက်သော စားနပ်ရိက္ခာရရှိခွင့်တို့အကြားရှိ ပဋိပက္ခ

ကောင်လေးတစ်ယောက်က နောက်နေ့ကျောင်းမှာ စာမေးပွဲဖြေဖို့အတွက် စာကျက်နေတယ်။ ဒါပေမယ့် သူဗိုက်ဆာနေတယ်။ သူမှာ ညစာအတွက် စားစရာ ထမင်းနည်းနည်းနဲ့ ငါးပိရည်ပဲရှိတယ်။	ကောင်လေးရဲ့မိဘတွေက သူတို့အလုပ်မရှာနိုင်လို့ မိသားစုထဲက လူကုန်အတွက် စားစရာမဝယ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောတယ်။ အလုပ်ရှင်အများစုက ကလေးတွေကိုပဲ ငှားတယ်။ လူကြီးတွေကို မငှားကြဘူး။

ကာတွန်း ၃ မိသားစု၏ ချစ်ချင်းမေတ္တာရရှိခွင့်နှင့် အနိုင်ကျင့်နှိပ်စက်ခံရမှုများ၊ အမြတ်ထုတ်ခံရမှုများနှင့် လစ်လျူရှုခံရမှုများမှ ကင်းဝေးခွင့်တို့အကြားရှိ ပဋိပက္ခ

အဖေက အရက်မူးပြီး ပြန်လာပြန်တယ်။ အမေနဲ့ရန်ဖြစ်တယ်။ ဒါမျိုးက မကြာခဏ ဖြစ်နေတာပဲ။	သူတို့အမေကို သူတို့အဖေကရိုက်တဲ့အခါမှာ ကလေးတွေက ဝမ်းနည်းတယ်၊ ကြောက်တယ်၊ စိတ်ဆိုးတယ်။ သူတို့ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်မှန်းလည်း မသိဘူး။

သင်ရိုး ၂

■ အခန်း ၂.၄ ကျွန်ုပ်၏အခွင့်အရေး၊ ကျွန်ုပ်တို့၏အခွင့်အရေးများ စည်းရုံးစို့။

အကြောင်းအရာ

ဤသင်ခန်းစာတွင် အတူပေါင်းစည်းလုပ်ဆောင်ခြင်း၏ အရေးကြီးမှုကို အဓိကရှင်းပြထားသည်။ သင်တန်းသားများသည် ဘုံတူညီသည့်ပန်းတိုင်တစ်ခုသို့ ရောက်ရှိရန် မည်သို့ပူးပေါင်း လုပ်ဆောင်ရမည်နှင့် အစီအစဉ်ဆွဲရမည်ကို သင်ယူရမည်ဖြစ်သည်။

အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာ

- လူတိုင်းတွင် ပေါင်းစည်းလုပ်ဆောင်ရန် အခွင့်အရေးရှိသည်။
- သင်သည် အဖွဲ့နှင့်လုပ်ဆောင်လျှင် ပိုအစွမ်းထက်သည်။
- ဘုံတူညီသော ပန်းတိုင်တစ်ခုသို့ရောက်ရှိရန် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းသည် မိသားစု၊ ရပ်ရွာ၊ ပြည်နယ်/တိုင်း၊ နိုင်ငံတော်နှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဆင့်အသီးသီးအတွက် လိုအပ်သည်။
- အုပ်စုအတွင်းတွင်ရှိသော မတူကွဲပြားမှုများကို လေးစားပါ။ လူတိုင်းလူတိုင်းတွင် အရည်အသွေးတစ်မျိုးစီရှိပြီး ဘုံတူညီသော ပန်းတိုင်တစ်ခုသို့ရောက်ရှိရန် လူတိုင်းလူတိုင်းသည် သူ့နည်းသူ့ဟန်ဖြင့် ကူညီဆောင်ရွက်နိုင်သည်။
- လွတ်လပ်စွာ စည်းရုံးခွင့်သည် လူသားအားလုံး၏ အခြေခံအခွင့်အရေးတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်သည်။
  - ✓ လွတ်လပ်စွာစုဝေးခွင့်
  - ✓ လွတ်လပ်စွာအဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့်
  - ✓ အဖွဲ့အစည်းအတွင်းသို့ လွတ်လပ်စွာဝင်ရောက်ခွင့် (သို့) မဝင်ရောက်ခွင့်
  - ✓ အလုပ်သမားအစည်းအရုံးများနှင့် သက်ဆိုင်ခွင့်

လေ့ကျင့်ခန်းများ

၂.၄.၁ ဦးခေါင်းအများကြီးသည် ဦးခေါင်းတစ်လုံးထက်သာသည်။ - ကားဆက်ပဟေဠိ
၂.၄.၂ စည်းရုံးကြစို့

သက်ဆိုင်ရာအခန်းများ

၅.၂ သင်သည် အဖွဲ့နှင့်လုပ်ဆောင်လျှင် ပိုအစွမ်းထက်သည်။
၁၁.၂ အလုပ်တွင်ရှိသော အခွင့်အရေးများ

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄.၁ ဦးခေါင်းအများကြီးသည် ဦးခေါင်းတစ်လုံးထက်သာသည်။ ကားဆက်ပဟေဠိ

ရည်ရွယ်ချက်

- အတူတကွစုပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်း၏ အရေးကြီးမှုကို သိရှိနားလည်စေရန်
- ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိရှိစေရန်

ဦးတည်အုပ်စု

ကလေးများ၊ လူငယ်များနှင့် လူကြီးများ

ကြာမြင့်ချိန်

မိနစ် ၆၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ

စားပွဲများဖြင့် အုပ်စုလိုက်ထိုင်သည့်ပုံစံ

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ

- အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီအတွက် ကားဆက်ပဟေဠိ အပိုင်းအစများ (သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ က) တစ်စုံစီ
- လေ့လာသူများအတွက် စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်းများ (သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ ခ) မိတ္တူများ

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း

၂.၄.၁ က ကားဆက်ပဟေဠိစာအပိုင်းအစများ
၂.၄.၁ ခ လေ့လာသူများအတွက် စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်းများ
အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - စည်းရုံးခွင့်နှင့် ကားဆက်ကစားနည်း

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ[၉]

၁။ အုပ်စုလိုက်လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုစီစဉ်ပြီး ကစားနည်း၏ စည်းမျဉ်းများကို ရှင်းပြခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၂။ စုတုရန်းများ တိတ်တဆိတ်ပြုလုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၃။ ဆွေးနွေးမှု - ၃၀ မိနစ်
၄။ အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာများဖြင့် အနှစ်ချုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်

[၉] Adapted from: Health Care Together: Training Exercises for Health Workers in Community Based Programmes by Mary P. Johnston & Susan B. Rifkin (Macmillan Publishers Ltd.: London, 1987), Exercise: Broken Squares, p. 57-60.

ပြင်ဆင်ခြင်း

သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ က တွင်ဖော်ပြထားသကဲ့သို့ ကားဆက်ပဟေဠိစာအပိုင်းအစ တစ်စုံကို ပြင်ဆင်ထားပါ။

အဆင့် ၁ အုပ်စုလိုက်လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုစီစဉ်ပြီး ကစားနည်း၏ စည်းမျဉ်းများကို ရှင်းပြခြင်း - ၁၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို အများဆုံး ၆ ဦးပါဝင်သော အဖွဲ့ငယ်များဖွဲ့ပါ။ တစ်ဖွဲ့တွင် ၅ ယောက်သည် နေရာတွင်ထိုင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ကျန်တစ်ယောက် (ကျန်သူများ) သည် လေ့လာသူ (များ) ဖြစ်မည်။ လေ့လာသူ (များ) သည် စားပွဲပတ်လည်တွင် လှည့်လည်နိုင်သည်။

အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ချင်းစီကို ကစားနည်း၏ စည်းမျဉ်းများကို ရှင်းပြပါ။

- လူတစ်ဦးချင်းစီသည် ကားဆက်အပိုင်းအစ ၃ ခုစီရရှိမည်။
- အပိုင်းအစ ၃ ခုလျှင် စတုရန်းတစ်ခုနှုန်းဖြင့် တစ်ဖွဲ့လျှင် စတုရန်း ၅ ခု ပြုလုပ်ရမည်။
- မည်သူမှ စကားပြောခွင့် (သို့) အချက်ပြခွင့်မရှိ။
- အပိုင်းအစများကို ပေးပစ်နိုင်သည်။ သို့သော် အဖွဲ့အတွင်းတွင်ရှိသော အခြားသော ကစားသမားများ၏ အပိုင်းအစများကို မည်သည့်နည်းနှင့်မှ တောင်းခံခွင့်မရှိ။

ကစားနည်းစည်းမျဉ်းများကို ရှင်းလင်းစွာသိသလားဟု မေးမြန်းပါ။

လေ့လာသူများအားလုံးကို စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်း (သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ ခ) ကိုပေးပါ။ ထိုစာရင်းဖြင့် ကစားသမားများ၏ အပြုအမူကို စောင့်ကြည့်ရမည်ဖြစ်သည်။ (အကယ်၍ လေ့လာသူများသည် စာသိပ်မတတ်သူများဖြစ်ပါက စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်းကို နှုတ်ဖြင့်ရှင်းပြပါ။) အဖွဲ့အတွင်းရှိ ကစားသမားများကို စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်းကို မပြရပါ။ စောင့်ကြည့်ရမည့်သူများသည် ကစားသမားများ၏ အပြုအမူကို ညွှန်ကြားချက်များအတိုင်း စောင့်ကြည့်မှတ်သားထားရုံသာဖြစ်သည်။

အဆင့် ၂ စတုရန်းများ တိတ်တဆိတ်ပြုလုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်

စတုရန်း ၅ ခု ပြုလုပ်ရန်အတွက် အများဆုံး အချိန် ၁၀ မိနစ်သာပေးပါ။ စကားမပြောရ။

အဆင့် ၃

ဆွေးနွေးမှု - ၃၀ မိနစ်

အဖွဲ့အတွင်းရှိကိစ္စရပ်များကို လေ့လာသူများကို အတိုချုပ်ပြောခိုင်းပါ။ မျက်နှာစုံညီဆွေးနွေးမှုကို အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် စတင်ပါ။

- စတုရန်း ၅ ခုစလုံးရအောင်လုပ်နိုင်တဲ့ အဖွဲ့ရှိသလား။
- စည်းမျဉ်းချိုးဖောက်တဲ့သူရှိသလား။
- စည်းမျဉ်းတွေချိုးဖောက်ပြီးတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ပိုအစွမ်းထက်လာတယ်လို့ ထင်သလား။ ထင်တယ်ဆို ဘာကြောင့်လဲ။
- အဖွဲ့အတွင်းမှာ ကစားသမားအားလုံး ပုံစံအတူတူပဲ ပြုမူကြသလား။ မပြုမူဘူးဆိုရင် ဘာတွေကွာခြားသလဲ။ အမျိုးသားတွေနဲ့ အမျိုးသမီးတွေ (မိန်းကလေးတွေနဲ့ ယောကျ်ားလေးတွေ) အကြား ကွာခြားမှုရှိသလား။
- အဲဒါကောင်းတဲ့ (သို့) မကောင်းတဲ့ ရလဒ်လား။
- စကားမပြောဘဲ (သို့) သူများဆီက မတောင်းယူရဘဲ စတုရန်းတွေလုပ်ရတာ ခက်သလား။
- ဘယ်သူက ကိုယ့်အပိုင်းအစတွေကို ပေးပစ်သလဲ။ ဘာကြောင့်ပေးပစ်တာလဲ။
- ပေးဖို့လိုသလား။ ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ဖို့ စည်းရုံးဖို့လိုသလား။
- စည်းရုံးတယ်ဆိုတာ အမြဲတစေကောင်းသလား။ ဘာကြောင့်ကောင်းသလဲ။ ဘာကြောင့် မကောင်းဘူးလဲ။
- ကိုယ့်ကိုကိုယ် ဘယ်လိုစည်းရုံးလို့ရတယ်လို့ထင်သလဲ။
- သင်ကိုယ်တိုင်ကြုံဖူးတဲ့ ဥပမာတွေကို ပေးနိုင်မလား။
- လွယ်သလား။ ဘာတွေက မှားနိုင်ပြီး ဘာတွေက မှန်နိုင်လဲ။
- စည်းရုံးခွင့်ဆိုတဲ့ အခွင့်အရေးအကြောင်း သိပါသလား။

အဆင့် ၄

အဓိကအသိပေးလိုသည့် အကြောင်းအရာများဖြင့် အနှစ်ချုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်

လွတ်လပ်စွာစည်းရုံးခွင့်ဟူသော အခွင့်အရေးအကြောင်းကိုရှင်းပြပါ။ လူအများ၏ စွမ်းဆောင်မှုသည် လူတစ်ဦးတည်း၏ စွမ်းဆောင်မှုထက် ပိုမိုကြီးမားသည်။ အဖွဲ့အတွင်းတွင် လူတစ်ယောက်သည် ပိုမိုလုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တည်း၏ စွမ်းပကားဖြင့် မအောင်မြင်နိုင်သည့် ရည်မှန်းချက်တစ်ခုသည် အစုအဖွဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် အောင်မြင်နိုင်သည်။ အစုအဖွဲ့ဖြင့်အလုပ်လုပ်ခြင်းတွင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် အဖွဲ့၏ စံထားသတ်မှတ်မှုများကို လေးစားမှုများ လိုအပ်သည်။ အပေးအယူ၊ သည်းခံမှုနှင့်ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်မှုများလည်း လိုအပ်သည်။ သို့ရာတွင် အစုအဖွဲ့ဖွဲ့၍ လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် တစ်ဦးတည်းလုပ်ဆောင်ခြင်းထက် ပိုအစွမ်း ထက်သောကြောင့် အစုအဖွဲ့ဖြင့်လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သည်။ (အသေး စိတ်ရှင်းလင်းမှုများကို လေ့ကျင့်ခန်းအဆုံးတွင်ရှိသော အကျဉ်းချုပ် မှတ်စုတွင် ကြည့်ပါ။)

သင်တန်းပို့ချသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ

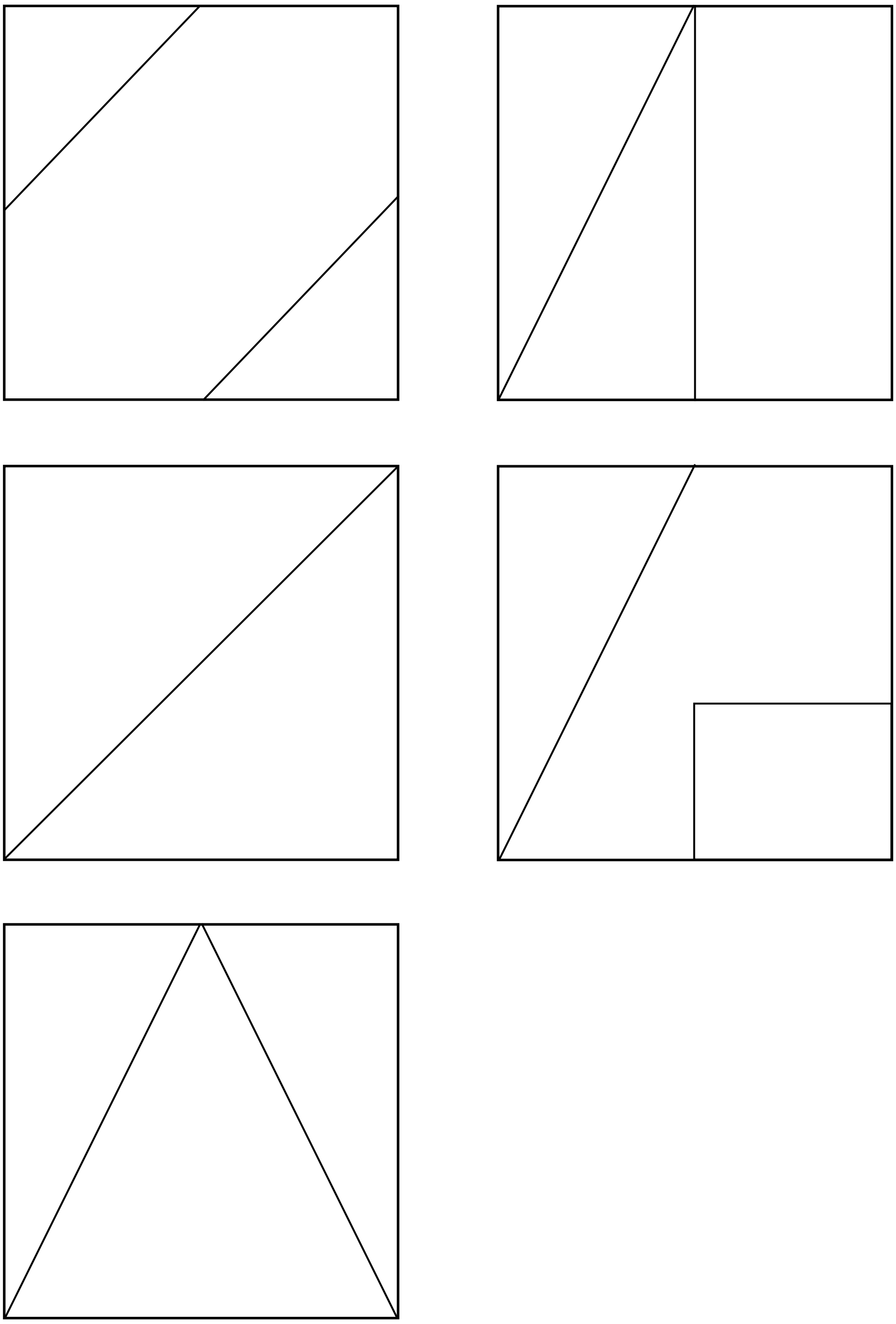
တစ်ဦးတည်း၏စွမ်းဆောင်မှုကိုအုပ်စု၏စွမ်းဆောင်မှုနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပြသပါ။ဥပမာ-အသံမြည်အောင်လက်တစ်ချောင်းတည်း၊ ၂ ချောင်း၊ ၃ ချောင်း၊ လေး ချောင်း၊ လက်တစ်ခုလုံးဖြင့် ခေါက်ပြခြင်း (သို့) လူတစ်ဦးတည်းမှ လက်ခုပ်တီးခြင်း၊ ၂ ဦး၊ ၃ ဦး၊ ၄ ဦးမှ လက်ခုပ်တီးခြင်း စသည်။ (သို့မဟုတ်) ထင်းတစ်ချောင်း (သို့) နှစ်ချောင်းကို ချိုးရလွယ်ပြီးထင်းစည်းတစ်စည်းလုံးဆိုလျှင် ချိုးရခက်ခြင်း။

အောက်ပါအချက်များဖြင့် သင်ခန်းစာကို အနှစ်ချုပ်ပါ။

- လူတိုင်းတွင် လွတ်လပ်စွာစည်းရုံးခွင့်ဟူသော အခွင့်အရေးရှိသည်။
- သင်သည် အဖွဲ့နှင့်လုပ်ဆောင်ပါက ပိုအစွမ်းထက်သည်။
- ဘုံတူညီသော ရည်မှန်းချက်တစ်ခုအတွက် အတူပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းကို မိသားစု၊ ရပ်ရွာ၊ ပြည်နယ်/တိုင်း၊ နိုင်ငံတော်နှင့် နိုင်ငံတကာအဆင့် အသီးသီးတွင် လိုအပ်သည်။
- အဖွဲ့အတွင်းတွင်ရှိသော မတူကွဲပြားမှုများကို လေးစားပါ။ လူတိုင်းတွင် စွမ်းရည်ကိုယ်စီရှိပြီး ရည်မှန်းချက်အောင်မြင်ရန် သူ့နည်းသူ့ဟန်ဖြင့်စွမ်းဆောင်နိုင်သည်။ အချို့လူများတွင်သြဇာတိက္ကမနှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ အသိဉာဏ်မြင့်မားခြင်း၊ ဗျူဟာကျခြင်း (သို့) စည်းရုံးလုပ်ဆောင်မှုကောင်းခြင်းစသည့် ပင်ကိုယ်ခေါင်းဆောင်အရည်အသွေးများရှိကြသည်။ အချို့လူများတွင် ဘုံတူညီသော ပန်းတိုင်တစ်ခုသို့ ရောက်ရှိအောင်မြင်စေရန် အထောက်အကူပြုသည့်ထူးခြားသော အရည်အသွေးများ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ (သို့) အခြားပိုင်ဆိုင်မှုများ ရှိကြသည်။

သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ က ကားဆက်ကစားရန် အပိုင်းအစများ

လမ်းညွှန်မှုများ - အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီကို ဤစာရွက် တစ်ရွက်စီကို မိတ္တူကူးပေးပါ။ အကွက် ၅ ကွက်ကို အပိုင်းပိုင်းဖြတ်လျက် ဖြတ်စများကို ရောပစ်လိုက်ပါ။ ထိုအပိုင်းအစများအားလုံးကို အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီတွင်ရှိသော အိတ် ၁ လုံးစီထဲတွင် ထည့်ပါ။ ကစားသမားတစ်ယောက်စီကို အစ ၃ စစီပေးပါ။ (စတုရန်းလုပ်၍ မရသည့် အစ ၃ စဖြစ်ပါစေ။)



သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၁ ခ လေ့လာသူများအတွက် စောင့်ကြည့်ရန်စာရင်းများ

လမ်းညွှန်မှုများ- ဤစာရွက် မိတ္တူ ၁ စုံစီကို လေ့လာသူ ၁ ဦးစီကိုပေးပါ။ အဖွဲ့အတွင်းတွင်ရှိသော ကစားသမားများ၏ အပြုအမူများကို လေ့လာပါ။ အောက်ပါအချက်များဖြင့် ကြည့်ပါ။

- ဘယ်သူက စည်းမျဉ်းတွေကို ချိုးဖောက်သလဲ။
- ဘယ်လိုပုံစံနဲ့ ချိုးဖောက်ခံရတာလဲ။
- အခြားသူတွေဘာလိုလဲဆိုတာကို ဘယ်သူကလိုက်ကြည့်လဲ။
- ဘယ်သူက ပြဿနာကိုဖြေရှင်းဖို့ စလုပ်သလဲ။
- ဘယ်သူကခေါင်းဆောင်နေရာယူထားသလဲ။
- ဘယ်သူက အဖျက်အမှောင့်လုပ်သလဲ။

မှတ်ချက်များကို အောက်တွင်ရေးသားပါ။

အကျဉ်းချုပ်မှတ်စု - စည်းရုံးခွင့်နှင့် ကားဆက်ကစားနည်း

လွတ်လပ်စွာစည်းရုံးခွင့်

အများနှင့်သက်ဆိုင်သော ကိစ္စရပ်တစ်ခုအတွက် အဖွဲ့များဖွဲ့စည်းခွင့်၊ စည်းရုံးခွင့်၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခွင့်နှင့် ငြိမ်းချမ်းစွာစုရုံးခွင့်တို့သည် လူ့အခွင့်အရေးတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ စည်းရုံးနိုင်မှုအရည်အသွေးသည် နိုင်ငံသားများမှ ၎င်းတို့၏ အစိုးရများနှင့် ခေါင်းဆောင်များသို့ လွှမ်းမိုးနိုင်သော နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ သာမာန်ပြည်သူတစ်ဦး၏ စွမ်းရည်သည် ပြည်သူပေါင်း ၅၊ ၁၀၊ ၂၀၊ ၅၀ (သို့) ၁၀၀ ၏ စွမ်းရည်လောက် အားကောင်းမည်မဟုတ်ပါ။ အလုပ်သမားများမှ ၎င်းတို့အလုပ်ရှင်များကို လွှမ်းမိုးရန်လိုအပ်သော လုပ်ငန်းခွင်များတွင်လည်း စည်းရုံးမှုစွမ်းရည်ကို လိုအပ်သည်။ ဥပမာ - လုပ်ငန်းခွင်ဘေးကင်းမှု၊ လုပ်ခလစာနှင့် အလုပ်ချိန်များ တရားမျှတမှု စသည်တို့ရရှိစေရန်အတွက် လုပ်ဆောင်ရာတွင် အလုပ်သမားများ၏ စည်းရုံးမှုလိုအပ်သည်။ လွတ်လပ်စွာ အဖွဲ့အစည်းများဖွဲ့စည်းခွင့်နှင့် စုဝေးခွင့်များသည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာနှင့် ဒေသဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး သဘောတူညီချက်များနှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားစံချိန်စံညွှန်းများအားဖြင့် အကာအကွယ်ပေးထားသော လူ့အခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ ထိုအခွင့်အရေးများကို မည်သည့်နေရာတွင်မဆို အသုံးချ၍ ရနိုင်သည်။ လူထုလှုံ့ဆော်မှုများသည် ဤအခွင့်အရေးကို ကျင့်သုံးမှု၏ သင်္ကေတများဖြစ်သည်။
အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာနှင့် ဒေသဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး သဘောတူညီချက်များနှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အလုပ်သမားစံချိန်စံညွှန်းများအားဖြင့် ကာကွယ်ထားသော လွတ်လပ်စွာအဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့်နှင့် စုဝေးခွင့်များနှင့် ပတ်သက်သည့် အဓိကအခွင့်အရေးများမှာ

- ငြိမ်းချမ်းစွာစုဝေးခွင့်
- လွတ်လပ်စွာအဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့်
- အဖွဲ့အစည်းအတွင်းသို့ လွတ်လပ်စွာဝင်ရောက်ခွင့် (သို့) မဝင်ရောက်ခွင့်
- အလုပ်သမားအစည်းအရုံးများနှင့် သက်ဆိုင်ခွင့်

ကားဆက်ကစားနည်း

အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ဖွဲ့စည်းပြီး ဘုံတူညီသည့် ပန်းတိုင်တစ်ခုသို့ ရောက်ရှိအောင် အတူတကွလုပ်ဆောင်ခြင်းသည် အမြဲတစေလွယ်ကူသော ကိစ္စရပ်တစ်ခုမဟုတ်ပေ။ ကားဆက်ပဟေဠိကစားနည်းဖြင့် မည်မျှရှုပ်ထွေးသည်ကို ပြသသည်။ ကြည့်လိုက်လျှင် စတုရန်းပုံ ၅ ခုရအောင် ကားဆက်ခြင်းသည် လွယ်ကူသည်ဟု ထင်ရသည်။ သို့သော် သင်တန်းသားများသည် အများအားဖြင့် စတုရန်း ၃ ခု (သို့) ၄ ခု သာရအောင်ပြုလုပ်နိုင်သည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီမှ စတုရန်း ၁ ခုစီရဖို့ထက် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လုံးအားဖြင့် စတုရန်း ၅ ခု ထွက်ပို့က ပိုအရေးကြီးကြောင်း သိမြင်လာစေသည်။ တစ်ကိုယ်ရေအောင်မြင်မှုသည် အဖွဲ့၏ အောင်မြင်မှုမဖြစ်နိုင်ပါ။ တခါတရံတွင် အဖွဲ့၏ ရည်မှန်းချက်ကိုပင် အနှောင့်အယှက်ပေးနိုင်ပါသေးသည်။ လူတစ်ယောက်အတွက် ကောင်းမွန် သော အခြေအနေတစ်ရပ်သည် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့လုံး၏ ကောင်းမွန်မှုကို ဖျက်ဆီးသည့် အခြေအနေ တစ်ရပ်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
ကစားနည်းစည်းမျဉ်းအတွင်းတွင် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီသည် ကိုယ်ပိုင်စည်းမျဉ်းများကို ပြုလုပ်နိုင်သည်။ မျက်နှာစုံညီဆွေးနွေးမှုတွင် အကြောင်းအရာများစွာ တက်လာပါလိမ့်မည်။ ဖြစ်နိုင်ချေရှိသည်များမှာ -

ဖြစ်စဉ် သင်တန်းသားတစ်ယောက်က သူ့အပိုင်းအစအားလုံးကို တခြားတစ်ယောက်ကို ပေးလိုက်တယ်။

သုံးသပ်ချက် တစ်စုံတစ်ယောက်က သူ့တာဝန်တွေကို တခြားသူတစ်ဦးအပေါ် ပုံချလိုက်တယ်ဆိုရင် အဖွဲ့နဲ့လုပ်ဆောင်မှု ပျက်ဆီးတယ်။

ဖြစ်စဉ် တစ်ယောက်က သူ့စုတုရန်းသူလုပ်ပြီးပြီဆိုပြီး တခြားသူများကို စိတ်မဝင်စားတော့။

သုံးသပ်ချက် တစ်စုံတစ်ယောက်က သူ့အလုပ်သူပြီးတာနဲ့ တခြားသူတွေရဲ့အလုပ်ကို စိတ်မဝင်စားတော့ခြင်းဟာ အဖွဲ့နဲ့လုပ်ဆောင်မှုကို အဟန့်အတားဖြစ်စေတယ်။

ဖြစ်စဉ် သူလိုချင်တဲ့အပိုင်းကို တခြားသူတစ်ဦးက ကိုင်ထားတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒီလူက သူလိုချင်တဲ့အပိုင်းကို မပေးဘူး။ အဲဒီတော့ စိတ်ပျက်ရတယ်။

သုံးသပ်ချက် တစ်စုံတစ်ယောက်က တခြားသူတွေရဲ့လိုအပ်ချက်အပေါ်မှာ စာနာစိတ်မရှိဘူးဆိုရင်အဖွဲ့နဲ့လုပ်ဆောင်မှုကို အဟန့်အတားဖြစ်စေတယ်။

ဖြစ်စဉ် သူလိုချင်တဲ့အပိုင်းကို သူ့မိတ်ဆွေဆီကရလို့ ပျော်သွားတယ်။

သုံးသပ်ချက် တခြားသူရဲ့လိုအပ်ချက်တွေအပေါ်မှာ စာနာစိတ်ရှိတာကြောင့် အဖွဲ့နဲ့လုပ်ဆောင်မှုကို တိုးမြင့်စေတယ်။

ဖြစ်စဉ် သင်တန်းသားတစ်ယောက်က သူ့မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ကို ကူညီချင်တာနဲ့ ကစားနည်းစည်းမျဉ်းကို (စကားနဲ့ (သို့) အရိပ်အခြေနဲ့) ချိုးဖောက်တယ်။

သုံးသပ်ချက် အဖွဲ့နဲ့လုပ်ဆောင်မှုမှာ အဖွဲ့ဝင်များအားလုံးအကြား အပြန်အလှန်ပြန်ကြား ဆက်သွယ်မှု ရှိရမယ်။

■ လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၄.၂ စည်းရုံးစို့။

ရည်ရွယ်ချက်

- အတူတကွပေါင်းစည်းလုပ်ဆောင်ခြင်း၏ အရေးကြီးမှုကို သိရှိနားလည်စေရန်။
- ဘုံတူညီသော ရည်မှန်းချက်တစ်ခုသို့ ရောက်ရှိစေရန်

ဦးတည်အုပ်စု

ကလေးများ၊ လူငယ်များနှင့် လူကြီးများ

ကြာမြင့်ချိန်

မိနစ် ၆၀

ထိုင်ခုံနေရာချထားမှုများ

လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်ရန် နေရာကျယ်ကျယ်

သင်တန်းသုံးပစ္စည်းများ

- ရတနာသေတ္တာ၊ သေတ္တာအစစ်တစ်လုံး (သို့) Filpchart စာရွက်တစ်ရွက်အပေါ်တွင် ဆွဲထားသော သေတ္တာတစ်လုံးပုံ
- ခြေရာ (သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၂ က) မိတ္တူများ၊ သင်တန်းသားနှစ်ဦးလျှင် ခြေရာတစ်စုံစီ (သင်တန်းသားတစ်ဦးက ဘယ်ဘက်ခြေရာကိုရရှိမည်၊ ကျန်တစ်ယောက်မှ ညာဘက်ခြေရာကို ရရှိမည်။)

သင်တန်းအထောက်အကူပြုပစ္စည်း

၂.၄.၂ က ခြေရာများ

သင်တန်းအစီအစဉ်အဆင့်များ

၁။ ခြေရာတစ်ခုစီဖြင့် ကစားနည်းကိုစတင်ခြင်း - ၅ မိနစ်
၂။ ခြေရာတစ်ခုဖြင့် ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ရောက်အောင်သွားခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၃။ အဖွဲ့ငယ်များအတွင်း ပြန်လည်ပြုလုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၄။ ရတနာသေတ္တာဆီသို့ရောက်ရှိအောင် စည်းရုံးလုပ်ဆောင်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်
၅။ ဆွေးနွေးမှု - ၂၀ မိနစ်
၆။ အနှစ်ချုပ် - ၅ မိနစ်

ပြင်ဆင်ခြင်း

ခြေရာများ (သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၂ က) ကို မိတ္တူကူးထားပါ။ (သို့မဟုတ်) တကယ့်ခြေရာအရွယ် ခြေရာပုံများကို A-4 (သို့) Flipchart စာရွက်များအပေါ်တွင် ဆွဲထားပါ။ သင်တန်းသားတစ်ဦးကို ခြေရာတစ်ခုစီရရှိစေရန် မိတ္တူအလုံအလောက်ကူးပါ။ ရတနာသေတ္တာကို အခန်းတစ်ဘက်စွန်းတွင် ထားပါ။ အခန်း၏ အခြားဘက်တွင် မျဉ်းတစ်ကြောင်းဆွဲထားပါ။ ထိုမျဉ်းကို ရတနာသေတ္တာနှင့် လူကြီးခြေလှမ်း ၆ လှမ်းအကွာတွင်ဆွဲပါ။ မျဉ်းအနောက်တွင် သင်တန်းသားများအားလုံးရပ်ရန် နေရာအလုံအလောက်ရှိပါစေ။

အဆင့် ၁ ခြေရာတစ်ခုစီဖြင့် ကစားနည်းကိုစတင်ခြင်း - ၅ မိနစ်

သင်တန်းသားတစ်ဦးစီကို ခြေရာတစ်ခုစီပေးပါ။ သင်တန်းသားများအားလုံးကို မျဉ်း၏အနောက်တွင် ရပ်ရန်ပြောပါ။ ရတနာသေတ္တာဆီသို့ရောက်ရန် ကြမ်းပြင်ကို ခြေထောက်နှင့်မထိစေဘဲ သွားရမည်ဟု ရှင်းပြပါ။ ကြမ်းပြင်အပေါ်ခြေချနိုင်သည့်နေရာသည် မျဉ်းအနောက်တွင်သာရှိသည်။ မျဉ်းကိုကျော်သည်နှင့် ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ခြေရာများဖြင့်သာ သွားရမည်။ သင်တန်းသားတစ်ဦးစီကို ခြေရာတစ်ခုတည်းဖြင့် ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ရောက်အောင်သွားနိုင်သလားဟု မေးပါ။ (မရပါ။)

အဆင့် ၂ ခြေရာတစ်ခုဖြင့် ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ရောက်အောင်သွားခြင်း - ၁၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို ရတနာသေတ္တာဆီသို့ရောက်ရန် ဘာလိုသလဲဟုမေးပါ။ သင်တန်းသားများမှ ၄င်းတို့ ခြေရာများ ပိုလိုအပ်သည်ဟုပြောလာလျှင် ကျွန်ုပ်တွင် ပေးစရာခြေရာအပိုများမရှိပါဟု ဖြေပါ။ သင်တန်းသားများမှ အဖွဲ့ဖွဲ့မည်ဟုဆိုလာလျှင် နှစ်ယောက်တစ်တွဲ အဖွဲ့ဖွဲ့ခွင့်ပြုပါ။ အကယ်၍ အဖွဲ့ဖွဲ့ရန်ပြောမလာလျှင် သင်တန်းနည်းပြမှ နှစ်ယောက်တစ်တွဲအဖွဲ့ဖွဲ့ပါဟု ညွှန်ကြားချက်ပေးပါ။ ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ပြန်သွားခိုင်းပါ။ သို့ရာတွင် ရတနာသေတ္တာဆီသို့ နှစ်ယောက်စလုံးရောက်ရမည်ဟု ပြောပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။ မဖြစ်နိုင်ပါ။

အဆင့် ၃ အဖွဲ့ငယ်များအတွင်း ပြန်လည်ပြုလုပ်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်

ရတနာသေတ္တာဆီသို့ရောက်ရန် ဘာလိုသလဲဟု ထပ်မေးပါ။ ၃ ယောက်တစ်ဖွဲ့ ဖွဲ့ခိုင်းပြီး သွားခိုင်းပါ။ ဒါလည်း မဖြစ်နိုင်သေးပါ။

အဆင့် ၄ ရတနာသေတ္တာဆီသို့ရောက်ရှိအောင် စည်းရုံးလုပ်ဆောင်ခြင်း - ၁၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများကို ၄င်းတို့ဆန္ဒရှိသည့်အတိုင်း အဖွဲ့ဖွဲ့ခိုင်းပါ။ ယေဘုယျအားဖြင့် အသက်အရွယ်နှင့် သင်တန်းသားအရေအတွက်အပေါ်တွင် မူတည်လျက် အနည်းဆုံး ၆ - ၈ ယောက်ပါသော အဖွဲ့ဖွဲ့မှသာ လူကြီးခြေလှမ်း ၆

လုပ်ငန်းအကွာအဝေးတွင်ရှိသော ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ရောက်ရှိမည်ဖြစ်သည်။ အဖွဲ့၏ခြေရာများအားအသုံးပြုလျက် အဖွဲ့သားတစ်ဦးချင်းစီသည် ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ရောက်ရှိသင့်သည်။

အဆင့် ၅ ဆွေးနွေးမှု - ၂၀ မိနစ်

သင်တန်းသားများအားလုံး ရတနာသေတ္တာဆီသို့ ရောက်ရှိပြီးချိန်တွင် ထိုင်ရန် ပြောပါ။ လုပ်ဆောင်ချက်ကို အောက်ပါမေးခွန်းများဖြင့် မျက်နှာစုံညီ ဆွေးနွေးပါ။

- အဖြေရှာဖို့ ခက်သလား။
- အဖွဲ့ငယ်တွေမှာ အဓိကဘာပြဿနာရှိသလဲ။
- တစ်ယောက် (ဒါမှမဟုတ်) တစ်ယောက်တစ်ပိုမယ် ဆိုတဲ့ အဖြေကို ဘယ်သူသိခဲ့သလဲ။
- အဖြေတစ်ခုထက်ပိုတာရောရှိသလား။
- စေ့စပ်ညှိနှိုင်းရေးမှူးတစ်ယောက်ရော လိုခဲ့သေးလား။
- တစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး အပြန်အလှန်လိုအပ်မှုရှိခဲ့သလား။
- ဘာသင်ယူခဲ့ရလဲ။
- သင်တို့ရပ်ရွာ (သို့) လုပ်ငန်းခွင်မှာရှိတဲ့ အုပ်စုလိုက်စွမ်းအားတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သာဓကတွေ ပေးနိုင်လား။
- သင်တို့ရပ်ရွာ (သို့) လုပ်ငန်းခွင်မှာရှိတဲ့အုပ်စုတစ်စုမှာ သင်က အဖွဲ့ဝင်လား။ ဟုတ်တယ်ဆို ဘာကြောင့်လဲ။ မဟုတ်ဘူးဆို ဘာကြောင့်လဲ။

အဆင့် ၆ အနှစ်ချုပ် - ၅ မိနစ်

သင်ခန်းစာအတွင်း ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်များကို အနှစ်ချုပ်ဆွေးနွေးပြီး ပန်းတိုင်တစ်ခုကိုရောက်ရှိရန် အဖွဲ့ဖြင့်လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် အရေးကြီးကြောင်းပြောပါ။ စည်းရုံးမှုသည် သင့်ကို ဩဇာအာဏာနှင့် စွမ်းအားကို ပေးနိုင်သည်။ အောက်ပါ အခွင့်အရေးများသည် လူတိုင်းအတွက်ဖြစ်သည်။

- ငြိမ်းချမ်းစွာစုဝေးခွင့်
- လွတ်လပ်စွာအဖွဲ့အစည်းဖွဲ့စည်းခွင့်
- အဖွဲ့အစည်းအတွင်းသို့ လွတ်လပ်စွာဝင်ရောက်ခွင့် (သို့) မဝင်ရောက်ခွင့်
- အလုပ်သမားအစည်းအရုံးများနှင့် သက်ဆိုင်ခွင့်

သင်ထောက်ကူ ၂.၄.၂ က ခြေရာများ

လမ်းညွှန်မှုများ - ဤစာရွက်ကို မိတ္တူကူးပြီး သင်တန်းသား ၂ ဦးလျှင် တစ်ရွက်စီပေးပါ။ သို့မဟုတ် ခြေရာများကို A-4 သို့ Flipchart စာရွက်များအပေါ်တွင်ဆွဲပြီး ခြေရာတစ်ခုချင်းစီရအောင် ဖြတ်ထုတ်ပါ။ ခြေရာတစ်ခုကို သင်တန်းသားတစ်ဦးစီကို ပေးပါ။

အခြားဖတ်ရှုလေ့လာစရာ စာအုပ်အရင်းအမြစ်များ

Carl, Greg & Chaiphech, Nonthathorn, Friends Tell Friends on the Street, Thai Red Cross Aids Research Centre: Bangkok, 2000.

Fountain, Susan, It's Only Right! A Practical Guide to Learn More about the Convention on the Rights of the Child, UNICEF: New York, 1993.

Haspels, Nelien & Suriyasarn, Busakorn, Promotion of Gender Equality in Action against Child Labour and Trafficking: A Practical Guide for Organizations (GECL-Guide), ILO: Bangkok, 2003.

ILO, Child Labour – An Information Kit for Teachers, Educators and Their Organizations, IPEC: Geneva, 1998.

ILO, Supporting Children's Rights through Education, Arts and the Media (SCREAM) – Stop Child Labour Education Pack, IPEC: Geneva, 2002.

Johnston M.P. & Rifkin, S.B., Health Care Together: Training Exercises for Health Workers in Community Based Programmes, London, 1987.

Northern Ireland Human Rights Commission (NIHRC), Inspiring Practice: Resources, Tools and Activities for Human Rights Education by Northern Ireland Human Rights Commission (2008), URL: http://www.nihrc.org/uploads/publications/Inspiring_Practices.pdf.

Pretty, Jules N., Guijt, Irene, Scoones, Ian & Thompson, John, A Trainer's Guide for Participatory Learning and Action, IIED Participatory Methodology Series: London, 1995.

Terhorst, Rosalinda, Haspels, Nelien, Gender and Development for Cambodia (GAD/C) & Expansion of Employment Opportunities for Women (EEOW), Women Workers' Rights and Gender Equality: Easy Steps for Workers in Cambodia (WWRGE Manual – Cambodia), ILO: Bangkok, 2004.

Useful Websites

BBC, In Depth, Child Rights,
URL: http://www.bbc.co.uk/worldservice/people/features/childrensrights

Centre for Civic Education, Teachers Resources, URL: http://www.civiced.org

Human Rights Education Associates, Electronic Resource Centre for Human Rights Education,
URL: http://www.hrea.org

Human Rights Resource Center, University of Minnesota, Human Rights Here and Now,
URL: http://hrlibrary.umn.edu/edumat/hreduseries/hereandnow/Part-3/Activity1.htm

International Programme on the Elimination of Child Labour (IPEC),
URL: http://www.ilo.org/ipec/lang--en/index.htm

UNICEF, Resource Guide for Students and Teachers,
URL: https://www.unicef.org/siteguide/resources.html and
URL: https://www.unicef.org/magic/

Fundamental Principles and Rights at
Work Branch (FUNDAMENTALS)

International Labour Organization
4 route des Morillons
CH-1211 Geneva 22 – Switzerland
Tel.: +41 (0) 22 799 61 11
Fax: +41 (0) 22 798 86 95

fundamentals@ilo.org - www.ilo.org/childlabour

@ILO_Childlabour

ILO Yangon Office

No. 1 Kanbae (Thitsar) Road
Yankin Township
Yangon – Myanmar
Tel: +(951) 233 65 39
Fax: +(951) 233 65 82

yangon@ilo.org - www.ilo.org/yangon