UNESCO
ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အဖွဲ့အစည်း
စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးရေး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်

ပြန်လည်တည်းဖြတ်မှု

‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်

အထောက်အထားများမှ အချက်အလက်ရယူထားသည့် ချဉ်းကပ်ပုံနည်းလမ်း

UNAIDS
UNFPA
unicef
UN WOMEN

ပညာရေး 2030

ပြန်လည်တည်းဖြတ်မှု

‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်

အထောက်အထားများမှ အချက်အလက်ရယူထားသည့် ချဉ်းကပ်ပုံနည်းလမ်း

UNESCO ၏ ပညာရေးကဏ္ဍ

ပညာရေးမှာ UNESCO ၏ ထိပ်တန်းဦးစားပေးဖြစ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပညာရေးမှာ အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေးဖြစ်ပြီး ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရာတွင် အခြေခံဖြစ်ကာ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုကို လမ်းညွှန်ပေးနိုင်ပါသည်။ UNESCO မှာ ကုလသမဂ္ဂ၏ ပညာရေးအတွက် အထူးပြုသည့် အေဂျင်စီဖြစ်ပြီး UNESCO ၏ ပညာရေးကဏ္ဍက ကမ္ဘာ့လုံးဆိုင်ရာနှင့် ဒေသဆိုင်ရာ ဦးဆောင်မှုများပေးပြီး နိုင်ငံများ၏ ပညာရေးစနစ်များကို အားဖြည့်ပေးကာ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် အာဖရိကနိုင်ငံများအပေါ် အထူး ဦးတည်စူးစိုက်ပြီး ကမ္ဘာ့မြေအတွက် ခေတ်ပြိုင်စိန်ခေါ်မှုများအား ပညာရေးမှတဆင့် တုံ့ပြန်ဖြေရှင်း ပေးပါသည်။

ကမ္ဘာ့လုံးဆိုင်ရာ ပညာရေး - ၂၀၃၀ အစီအစဉ်

UNESCO သည် ကုလသမဂ္ဂ၏ ပညာရေးအတွက် အထူးပြုသည့် အေဂျင်စီဖြစ်သည့် အားလျော်စွာ ပညာရေးဆိုင်ရာ ၂၀၃၀ အစီအစဉ်ကို ဦးဆောင်၍ ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန် ယုံကြည်အပ်နှင်းခံရပါသည်။ ပညာရေးဆိုင်ရာ ၂၀၃၀ အစီအစဉ်မှာ စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးရေးပန်းတိုင် ၁၇ ခုမှတဆင့် ၂၀၃၀ ခုနှစ်တွင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုများကို အဆုံးသတ်ရန် ကမ္ဘာ့လုံးဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှု၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ပညာရေးသည် ထိုပန်းတိုင်အားလုံး ပြည့်မြောက်နိုင်ရေးအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သောအရာ ဖြစ်ပြီး ပညာရေးအတွက် သီးခြားအနေနှင့် ပန်းတိုင် (၄) ကို ချမှတ်ထားပါသည်။ ပန်းတိုင် (၄) ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ "လူတိုင်းအတွက် အကျုံးဝင်၍ သာတူညီမျှမှုရှိသော ပညာရေး ရရှိသေချာစေရန်နှင့် တစ်သက်တာ လေ့လာသင်ယူမှု အခွင့်အရေးကို မြှင့်တင်ပေးရန်" ဖြစ်ပါသည်။

ဤ ကြီးမားကျယ်ပြန့်သော ပန်းတိုင် နှင့် ကတိကဝတ်များအတွက် ၂၀၃၀ ပညာရေး လုပ်ငန်းမူဘောင်က လမ်းညွှန်မှုများ ပေးပါသည်။

ပညာရေး
ကဏ္ဍ

ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊
သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှု
အဖွဲ့အစည်း

ပညာရေး
2030

ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့ (UNESCO), 7, place de Fontenoy, 75352 Paris 07 SP, France ၊
UNAIDS အတွင်းရေးမှူးအဖွဲ့၊ 20, Avenue Appia, CH-1211 Geneva 27, Switzerland ၊
ကုလသမဂ္ဂ လူဦးရေ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (UNFPA), 605 Third Avenue, New York, NY 10158, United States of America ၊
ကုလသမဂ္ဂ ကလေးများရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (UNICEF), UNICEF House, 3 United Nations Plaza, New York, NY 10017, United States of America ၊
UN Women, 220 East 42nd Street, New York, NY 10017, United States of America ၊
နှင့် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO), 20, Avenue Appia, CH-1211 Geneva 27, Switzerland တို့မှ ထုတ်ဝေသည်။

© UNESCO 2019
UNESCO's ISBN 978-92-3-000075-2

ဤ စာအုပ်ကို Open Access Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 IGO (CC-BY-NC-ND 3.0 IGO) license (http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/igo/) တွင် ရယူနိုင်သည်။ ဤစာအုပ်၏ ပါဝင်အကြောင်းအရာများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် အသုံးပြုသူများသည် UNESCO Open Access Repository (www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbyncnd-en) ၏ အသုံးပြုမှုဆိုင်ရာ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များကို လိုက်နာရန် လက်ခံပြီးဖြစ်မည်။

Original title: International technical guidance on sexuality education - An evidence-informed approach
UNESCO၊ UNICEF၊ UNFPA၊ UN Women၊ WHO နှင့် UNAIDS အတွင်းရေးမှူးချုပ်ရုံးက ၂၀၁၈ ခုနှစ်တွင် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့သည်။

ဒုတိယအကြိမ် ပြန်လည်တည်းဖြတ်မှု

ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေမှုကို ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့ (UNESCO) က ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

လက်ရှိ လိုင်စင်မှာ ဤထုတ်ဝေမှု၏ စာသားများကိုသာ ရည်ညွှန်းသည်။ UNESCO က ပိုင်ဆိုင်သည်ဟု ရှင်းလင်းစွာ မဖော်ပြထားသောအချက်များကို အသုံးပြုရန်အတွက် ကြိုတင်ခွင့်ပြုချက်ကို publication. copyright@unesco.org or UNESCO Publishing, 7, place de Fontenoy, 75352 Paris 07 SP France ထံမှ တောင်းခံနိုင်သည်။
ဤစာအုပ်ထဲတွင် ဖော်ပြထားသော ရာထူးအဆင့်များနှင့် တင်ပြချက်များမှာ နိုင်ငံတစ်ခုခု၏ တရားဝင်မှု၊ နယ်နိမိတ်၊ မြို့တော်၊ နယ်မြေ၊ အာဏာပိုင် အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် ရှေ့တန်း၊ နယ်စပ် သတ်မှတ်ချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ UNESCO ၏ ခံယူချက်အမြင်များ မဟုတ်ပါ။
ဤစာအုပ်ထဲတွင် ဖော်ပြထားသော တွေးမြင်ပုံများနှင့် ခံယူချက်အမြင်များမှာ စာရေးသူများ၏ အမြင်များ ဖြစ်ပါသည်။ UNESCO ၏ အမြင်များ မဟုတ်ဘဲ အဖွဲ့အစည်းမှ ကတိကဝတ်ပြုခြင်း မရှိပါ။

ဘာသာပြန်သူ - သွယ်သွယ်ဝင်း
တည်းဖြတ်သူ - နှင်းဝတ်ရည်ဝင်း (ယူနက်စကို - မြန်မာ)
မျက်နှာဖုံးဓါတ်ပုံ - Rawpixel.com/Shutterstock.com
ဒီဇိုင်း - Aurélia Mazoyer
ထုတ်ဝေသူ - UNESCO
မြန်မာနိုင်ငံတွင် ပုံနှိပ်သည်။
ပုံနှိပ်တိုက် - Lucky Win Printing

အမှာ

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်ကို ၂၀၀၉ ခုနှစ်က ပထမအကြိမ်ထုတ်ဝေခဲ့သည်မှာ ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုနီးမျှ ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုကာလအတွင်း ကမ္ဘာ့အသိုင်းအဝိုင်းသည် ထိခိုက်ခံစားရအလွယ်ဆုံးသူများ၏ လိုအပ်ချက်များကိုပြည့်မီစေပြီး မည်သူကိုမျှ နောက်ချန်မထားဘဲ တရားမျှတပြီး၊ သာတူညီမျှ၍ သည်းခံမှုရှိကာ၊ ပွင့်လင်းသော၊ လူမှုရေးအရ လက်ခံပါဝင်စေသော ကမ္ဘာ ဖြစ်လာစေရန် ခိုင်မာပြတ်သား၍ ပြုပြင်ပြောင်းလဲစေသော ဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်ကို လက်ခံကိုင်စွဲလာခဲ့ကြပါသည်။ ၂၀၃၀ စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်က အရည်အသွေးမီ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်မှုနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ၊ ကျားမတန်းတူညီမျှမှုနှင့် လူ့အခွင့်အရေးတို့မှာ အတွင်းကျကျ ချိတ်ဆက်နေကြောင်း ပြသထားပါသည်။

ထိုကာလအတွင်း လူငယ်များသည် မိမိတို့အတွက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို ရရှိပိုင်ခွင့်အား တောင်းဆိုရန် ခေါင်းဆောင်များမှ လက်ရှိနှင့် နောက် မျိုးဆက်များအတွက် နိုင်ငံရေးအရ ကတိကဝတ်ပြုရေးကို တိုက်တွန်းရန် ပို၍ ပို၍ လက်တွဲပူးပေါင်းလာကြပါသည်။ ၂၀၁၂ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာညီလာခံ (ICPD) ၏ ကမ္ဘာ့လုံးဆိုင်ရာ လူငယ်ဖိုရမ်တွင် လူငယ်များက အစိုးရများအား 'အတားအဆီးများကို ဖယ်ရှား၍ လုံလောက်သော ဘက်ဂျက်လျာထားသတ်မှတ်မှုများဖြင့် ကျောင်းအခြေပြုနှင့် ကျောင်းပြင်ပ အခြေအနေများအတွက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးခြင်းများကို လက်လှမ်းမီရရှိစေရန် ပံ့ပိုးမှုရှိသော ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် မူဝါဒများ ချမှတ်ဖန်တီးပေးရန်' အထူးပြုတောင်းဆိုခဲ့ကြပါသည်။

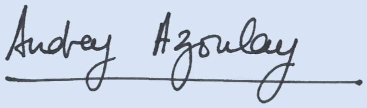
ဤကြိုးပမ်းမှုအတွက် လူငယ်များသာ ရပ်တည်ခဲ့ကြခြင်း မဟုတ်ဘဲ ပြည်သူလူထု၊ မိဘများ၊ ယုံကြည် ကိုးကွယ်မှုဆိုင်ရာ ခေါင်းဆောင်များနှင့် ပညာရေးကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပတ်သက်သူများနှင့်ပါ လက်တွဲခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ပညာရေးကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပတ်သက်သူများသည် လူငယ်များအတွက် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၊ လိင်မှုရေးရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားခြင်းတို့တွင် သိရှိနားလည်မှုဖြင့် ကျန်းမာ၍ လေးစားမှုရှိသော ရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်နိုင်ရန်အတွက် အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ခံယူချက်များ ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ပံ့ပိုးပေးသည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ် ကျွမ်းကျင်စရာ အချက်အလက်များ' ကို အခြေပြုသည့် အရည်အသွေး ပြည့်စုံကောင်းမွန်သည့် ပညာရေး၏ မပါမဖြစ် အစိတ်အပိုင်းအဖြစ် တဖြေးဖြေး လက်ခံကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် ချန်ပီယံများ ဖြစ်လာနေပါသည်။

ထိုသို့ တိုးတက်မှုများ ရရှိနေသော်လည်း များပြားလှသော လူငယ်များမှာ ကလေးဘဝမှ အရွယ်ရောက်သူ ဘဝသို့ ကူးပြောင်းရာတွင် မိမိတို့၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာတို့ကို ထိခိုက်စေသည့် တိကျမှန်ကန်မှုမရှိသော၊ မပြည့်စုံသော (သို့) ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်ထားသော အချက်အလက်များကို ရရှိနေကြဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ မလုံလောက်သော ပြင်ဆင်မှုမှာ ကလေးများနှင့် လူငယ်များအား အမြတ်ထုတ်ခံရမှုနှင့် အခြား အန္တရာယ်ရှိသောရလဒ်များ တိုးပွားစေရုံသာမကဘဲ လူမှုအဖွဲ့အစည်း၏ တာဝန်ရှိသူများအဖို့ မျိုးဆက်တစ်ခုလုံးအတွက် မိမိတို့၏ တာဝန်များကို ပျက်ကွက်ခြင်း ဖြစ်စေပါသည်။

အချိန်နှင့်တပြေးညီစေရန် ပြန်လည်တည်းဖြတ်ပြင်ဆင်ထားသော ဤ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန် မှာ လက်ရှိအထောက်အထားများကို အသစ်တဖန် ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း၊ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှု မူဘောင်များအတွင်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ၏ အနေအထားကို ထပ်မံအတည်ပြုခြင်းတို့မှ အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိခဲ့ပါသည်။ ၎င်းက လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့ကို အပြုသဘောဆောင်၍ ခိုင်မာပြီး လူငယ်တို့၏ ကောင်းကျိုးကို ဗဟိုပြုသည့်နည်းလမ်းဖြင့် ပုံစံတကျ သင်ယူလေ့လာမှုကို အားပေးမြှင့်တင်ပါသည်။ ထိရောက်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးလုပ်ငန်းအစီအစဉ်များအတွက် မပါမဖြစ် အစိတ်အပိုင်းများကို ဖော်ပြပေးခြင်းဖြင့် ဤလမ်းညွှန်သည် နိုင်ငံအာဏာပိုင်များအား လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခအပေါ် အပြုသဘောသက်ရောက်စေနိုင်သော ပြည့်စုံသည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများကို ဒီဇိုင်းရေးဆွဲနိုင်စေပါသည်။

မူလ လမ်းညွှန်စာအုပ်ကဲ့သို့ပင် ဤပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသည့်လမ်းညွှန်မှာ နောက်ဆုံးရ သိပ္ပံနည်းကျ အထောက်အထားများပေါ်တွင် အခြေပြုထားပြီး နိုင်ငံများအား ထိရောက်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေး အစီအစဉ်များကို မိမိတို့၏ သဘောဆန္ဒဖြင့် နောက်ခံအခြေအနေနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရန် စီစဉ်ပြီး အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့သည် အရည်အသွေးကောင်းမွန်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် လူငယ်များ၏ တောင်းဆိုမှုကို ပြည့်မီစေခြင်း မရှိပါက ၂၀၃၀ အတွက် ချမှတ်ထားသည့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှု ပန်းတိုင်များနှင့် မည်သူကိုမှ နောက်ချန်မထားခဲ့ရန် ကတိကဝတ်တို့အား ပြည့်မြောက်နိုင်လိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။ ဤအချက်ကို သိမှတ်လျှက် ကျွန်ုပ်တို့သည် နိုင်ငံများအား ဤလမ်းညွှန်ကို အသုံးပြုစေရန် ပံ့ပိုးပေးနိုင်ရေး အတွက် အဓိဌာန်ပြုထားပြီး လူငယ်များ၏ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ အမှန်တကယ် ရရှိနိုင်ရေးနှင့် အားလုံးပါဝင်၍ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုရှိသော လူ့အဖွဲ့အစည်းအဖြစ် ပြည့်မီရောက်ရှိနိုင်ရေး တို့အတွက် ဆရာဆရာမများ၊ ပညာပေးသူများ၊ လူငယ်ဖွံ့ဖြိုးရေး ပညာရှင်များ၊ လိင်မှုနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအတွက် အဆိုပြုတင်သွင်းသူများနှင့် လူငယ်ခေါင်းဆောင်များ စသူတို့က နိုင်ငံများအား ဤလမ်းညွှန်ကိုအသုံးပြုကာ ကူညီပေးနိုင်ကြမည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။



Audrey Azoulay
ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် UNESCO

ကျေးဇူးတင်လွှာ

ဤ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ပြင်ဆင်ထားသည့် *'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ'* အတွက် နိုင်ငံတကာနည်း ပညာလမ်းညွှန်ကို ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်း (UNESCO) ၏ တာဝန်ပေးချက်အရ *ပြုစုထုတ်ဝေခြင်း* ဖြစ်သည်။ လမ်းညွှန်ကို အချိန်နှင့်တပြေးညီဖြစ်စေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်းအား Soo-Hyang Choi (ညွှန်ကြားရေးမှူး - ပါဝင်စေရေး၊ ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနခွဲ) ၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် Chris Castle (UNESCO Global Coordinator for HIV and AIDS) က လမ်းညွှန်မှုပေးကာ Joanna Herat (Section of Health and Education) က ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပြီး Jenelle Babb, Cara Delmas, Rita Houkayem, Karin Nilsson, Anna Ewa Ruszkiewicz နှင့် Marina Todesco (former) တို့က ပံ့ပိုးကူညီခဲ့ကြပါသည်။

လမ်းညွှန်တစ်ခုလုံးအတွက် အချိန်နှင့်တပြေးညီစေရန် ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် အချက်အလက်အသစ်များ ရေးသားခြင်းတို့ကို Marcela Rueda Gomez နှင့် Doortje Braeken (အလွတ်တန်း ပညာရှင်များ) တို့က ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို တည်းဖြတ်မွမ်းမံခြင်းအား Nicole Cheetham, Debra Hauser နှင့် Nora Gelperin တို့ ပါဝင်သော လူငယ်များအတွက် တင်ပြအရေးဆိုသည့် (Advocates for Youth) အဖွဲ့က ဆောင်ရွက်ပါသည်။ Paul Montgomery နှင့် Wendy Knerr (University of Oxford Centre for Evidence-Based Intervention) တို့က ဤ ၂၀၁၈ လမ်းညွှန်ကို ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်ရာတွင် အချက်အလက်များပေးနိုင်ရန် အထောက်အထားများအား ပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်းကို ဆောင်ရွက်ပေး ပါသည်။ Jane Coombes (အလွတ်တန်းပညာရှင်) က ရေးသားထားသည့်စာမူများကို ဖတ်ရှုစစ်ဆေး၍ တည်းဖြတ်ပေးပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့က ဆွီဒင်နိုင်ငံနှင့် UNAIDS တို့အား ရန်ပုံငွေပံ့ပိုးပေးသည့်အတွက် အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ လမ်းညွှန်ပြုစုရေးသားသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် တန်ဖိုးရှိလှသော အချက်အလက်များ၊ ဆန်းစစ်မှုများ၊ တုံ့ပြန်အကြံပြုချက်များနှင့် အခြားနည်းပညာအကူအညီများ ပေးအပ်ခဲ့ကြသည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းအတွက် အကြံပေးအဖွဲ့မှ အောက်ဖော်ပြပါ အဖွဲ့ဝင်များကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည် - Qadeer Baig, Rutgers WPF (former) ၊ Doortje Braeken, International Planned Parenthood Federation (former) ၊ Shanti Conly, USAID (former) ၊ Esther Corona, World Association of Sexology ၊ Helen Cahill, University of Melbourne ၊ Pia Engstrand, Swedish International Development Cooperation Agency (Sida) ၊ Nyaradzayi Gumbonzvanda, Rozaria Memorial Trust and African Union Goodwill Ambassador on Ending Child Marriage ၊ Nicole Haberland, Population Council ၊ Wenli Liu, Beijing Normal University ၊ Anna-Kay Magnus-Watson (ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ဂျမေကာ) ၊ Peter Mladenhov, Y-Peer ၊ Sanet Steenkamp, (ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ နမီးဘီးယား)၊ Remmy Shawa, Sonke Gender Justice (former) ၊ Aminata Traoré Seck, (ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ဆီနီဂေါ) ၊ Alice Welbourn, Salamander Trust ၊ Christine Winkelmann, BZgA ။ ထို့ပြင် UNDP မှ အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ဖော်ပြလိုပါသည် - Diego Antoni ၊ Suki Beavers, Caitlin Boyce ၊ Mandeep Dhaliwal ၊ Natalia Linou ၊ Noella Richard နှင့် Tilly Sellers တို့အပြင် ထပ်ဆောင်း အကူအညီများပေးခဲ့သော Siri May (OutRight Action International, UNDP external reviewer) တို့ဖြစ်ပါသည်။ လမ်းညွှန်ထုတ်ဝေရာတွင် အတူပူးပေါင်းပါဝင်သည့် မိတ်ဖက် ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းများမှ အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များက လုပ်ငန်းစဉ် တစ်လျှောက် ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းကာ ဖတ်ရှုဆန်းစစ် ပေးခဲ့ကြသည့်အတွက်လည်း ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။ UNAIDS secretariat ၊ Maria Bakaroudis, Elizabeth Benomar, Ilya Zhukov (UNFPA) ၊ Ted Chaiban, Susan Kasedde, Catherine Langevin Falcon, Vivian Lopez, Chewe Luo (UNICEF) ၊ Nazneen Damji, Elena Kudravsteva (UN Women) ၊ Ian Askew, Venkatraman Chandra-Mouli (WHO)။ UNESCO ဌာနချုပ်၊ ဒေသဆိုင်ရာရုံးများနှင့် နိုင်ငံအလိုက်ရုံးများမှ ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ထမ်းများဖြစ်သည့် Christophe Cornu ၊ Mary Guinn Delaney (Xavier Hospital)၊ Hongyan Li ၊ Yong Feng Liu ၊ Patricia Machawira ၊ Alice Saili ၊ Justine Sass ၊ Ariana Stahmer နှင့် Tigran Yepoyan တို့ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

ပဲရစ်မြို့ UNESCO ဌာနချုပ်တွင် ၂၀၁၆ အောက်တိုဘာ ၂၅ မှ ၂၇ အထိ ကျင်းပခဲ့သော *'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်* အတွက် ပါဝင်ပတ်သက်သူများ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်းနှင့် အကြံပေးအဖွဲ့အစည်းအဝေးတွင် ပါဝင်တက်ရောက်၍ အချက်အလက်များ *ဖြည့်ဆည်း* ပါဝင်ပေးခဲ့ကြသော လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် အဖွဲ့အစည်းများကိုလည်း အထူးကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်ကို ထုတ်ဝေရာတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်သည့် မိတ်ဖက် ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းများသည် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး နယ်ပယ်တို့တွင် လူငယ်များ၏ ဘဝချမ်းသာသုခကို ခိုင်မာမြဲမြံစွာ ထည့်သွင်းမှတ်သားပေးခဲ့သော အောက်ပါ အသိအမှတ်ပြုသင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦး၏ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ စိတ်အားထက်သန်မှုနှင့် စွမ်းဆောင်ပေးမှုတို့အား အထူးသိမှတ်ဖော်ပြလိုပါသည်။ မူလ လမ်းညွှန်ပြုစုရေးသားမှုအတွက် ကျယ်ပြန့်သော သုတေသနများ ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည့် ကွယ်လွန်သူ Dr Douglas Kirby ၊ ယခင် ပညာရေး၊ သင်တန်းနှင့် သုတေသန (ETR) အကြီးတန်းပညာရှင်နှင့် ကွယ်လွန်သူ Dr Babatunde Osotimehin ၊ UNFPA အမှုဆောင်ညွှန်ကြားရေးမှူးတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

မာတိကာ

အတိုချုပ်စာလုံးများ ၉

၁ မိတ်ဆက် ၁၁

၁.၁ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာနည်းပညာလမ်းညွှန်၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ဦးတည်သည့်အုပ်စုများ ၁၂

၁.၂ ဤလမ်းညွှန်ကိုဖွဲ့စည်းထားပုံ ၁၃

၁.၃ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသော လမ်းညွှန်ကို အဘယ့်ကြောင့်လိုအပ်ပါသလဲ ၁၃

၁.၄ ဤလမ်းညွှန်ကိုပြုစုရေးသားသည့်လုပ်ငန်းစဉ် ၁၄

၂ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း ၁၅

၂.၁ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' (CSE) ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း ၁၆

၂.၂ ပြောင်းလဲတိုးတက်နေသော CSE နယ်ပယ်၏အခြားအဓိကထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်အချက်များ ၁၈

၃ လူငယ်များ၏ကျန်းမာရေးနှင့်ဘဝချမ်းသာသုခ ၂၁

၃.၁ ကလေးသူငယ်နှင့်လူငယ်များ၏လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး (SRH) ၂၂

၃.၂ CSE မှတစ်ဆင့် ဦးတည်ဖြေရှင်းနိုင်သော ကလေးသူငယ်နှင့်လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခကို ထိခိုက်စေသည့်အခြားအဓိကအရေးကိစ္စများ ၂၄

၃.၃ ကလေးနှင့် လူငယ်အုပ်စုခွဲများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သီးခြားလိုအပ်ချက်များနှင့် အခြားကိစ္စများ ၂၅

၄ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းအတွက် အခြေခံအထောက်အထား ၂၇

၄.၁ မိတ်ဆက် ၂၈

၄.၂ အထောက်အထား ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုများ၏ အဓိကကျသော အပြီးသတ်သုံးသပ်ချက်များ ၂၈

၄.၃ အထောက်အထားများ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုအတွက် ကန့်သတ်ချက်များ ၃၀

၄.၄ အနာဂတ်တွင် မည်သည့်အထောက်အထားများ ကျွန်ုပ်တို့လိုအပ်ပါသလဲ ၃၁

၅ အဓိက သဘောတရားများ၊အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့်သင်ယူလေ့လာမှုအတွက်ရည်ရွယ်ချက်များ ၃၃

၅.၁ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ၊ အသက်အရွယ်အုပ်စုများနှင့် ဖွဲ့စည်းပုံ ၃၄

အဓိက သဘောတရား (၁) ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ ၃၇

အဓိက သဘောတရား (၂) တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အခွင့်အရေးများ၊ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် လိင်မှုရေးရာ ၄၅

အဓိက သဘောတရား (၃) ကျားမရေးရာကို သိနားလည်ခြင်း ၄၉

အဓိက သဘောတရား (၄) အကြမ်းဖက်မှုများနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံအောင် နေထိုင်ခြင်း ၅၃

အဓိက သဘောတရား (၅) ကျန်းမာခြင်းနှင့် ချမ်းသာသုခရရှိစေရန် ကျွမ်းကျင်မှုများ ၅၈

အဓိက သဘောတရား (၆) လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် ဖွံ့ဖြိုးလာပုံ ၆၄

အဓိက သဘောတရား (၇) လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့် ၆၉

အဓိက သဘောတရား (၈) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ၇၃

၆ CSE လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ပံ့ပိုးမှုများ ရယူတည်ဆောက်ပြီး အစီအစဉ်များရေးဆွဲရန်...................... ၈၁

၆.၁ CSE အတွက် ကတိကဝတ်များကို ခိုင်မာစေခြင်း ၈၂

၆.၂ CSE လုပ်ငန်း စီစဉ်ရေးဆွဲဆောင်ရွက်မှုများအား ပံ့ပိုးပေးခြင်း.. ၈၇

၇ ထိရောက်သော CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ခြင်း.. ၉၁

၇. ၁. မိတ်ဆက် ၉၂

၇.၂ ထိရောက်သောသင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုရေးဆွဲခြင်း၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ ၉၂

၇.၃ CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ဒီဇိုင်းရေးဆွဲဆောင်ရွက်ခြင်း.. ၉၆

၇.၄ CSE လုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း ၁၀၀

၇.၅ CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်း.. ၁၀၁

၈ ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများ ၁၀၅

၉ ဝေါဟာရများ.. ၁၁၅

၁၀ နောက်ဆက်တွဲများ ၁၁၉

နောက်ဆက်တွဲ (၁) ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ (CSE) နှင့် ဆက်နွယ်နေသည့် နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များ၊ နည်းလမ်းများနှင့် စံသတ်မှတ်ချက်များ.. ၁၂၀

နောက်ဆက်တွဲ (၂) ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ နှင့် သက်ဆိုင်သော အကြံပေးအဖွဲ့တွင် ပါဝင်သူများ -၂၀၁၆-၂၀၁၇.. ၁၂၇

နောက်ဆက်တွဲ (၃) UNESCO ပါဝင်ပတ်သက်သူများ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် အကြံပေးအဖွဲ့ အစည်းအဝေးများတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ ...၁၂၈

နောက်ဆက်တွဲ (၄) အကဲဖြတ်သုံးသပ်လေ့လာမှုများနှင့် ပြန်လည်ဆန်းစစ်မှုနည်းလမ်းများကို ရွေးချယ်ရန်အတွက်သတ်မှတ်ချက်များ............... ၁၃၁

နောက်ဆက်တွဲ (၅) ၂၀၁၆ အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းတွင် ထည့်သွင်းရည်ညွှန်းပါဝင်ခဲ့သော လေ့လာမှုများ ၁၃၄

နောက်ဆက်တွဲ (၆) အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် လေ့လာသင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ပြင်ဆင်ရန်အတွက် ဆက်သွယ်ခဲ့သူများနှင့် အဓိကဖြေကြားသူများ၏ အသေးစိတ်အချက်အလက်များ၊ ၂၀၁၇................... ၁၃၈

နောက်ဆက်တွဲ (၇) အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို အချိန်နှင့်တပြေးညီစေရန် ပြင်ဆင်ရာတွင်အသုံးပြုခဲ့သော ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများနှင့် ရင်းမြစ်များစာရင်း ၁၃၉

နောက်ဆက်တွဲ (၈) ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်မှုအခြေပြု HIV နှင့် ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ’ ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ရန်အတွက် အဆိုပြုထားသောအညွှန်းကိန်းများ... ၁၄၃

ဇယားများနှင့် စာစုများ

ဇယားများ

ဇယား (၁) ၂၀၀၈ နှင့် ၂၀၁၆ အထောက်အထား ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်များ၏ အဓိက ဝိသေသလက္ခဏာများ....................................၃၀

ဇယား (၂) အထောက်အထား ပြန်လည်သုံးသပ်မှုများ၏ ကန့်သတ်ချက်များ..၃၀

ဇယား (၃) CSE နှင့် ပတ်သက်၍ ရှိတတ်သော စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ ၈၄

ဇယား (၄) ထိရောက်သော CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခု၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ ၉၆

ဇယား (၅) CSE ကို သီးခြားသင်ကြားခြင်း နှင့် ပေါင်းစည်းသင်ကြားခြင်း - အဓိက စဉ်းစားရန်အချက်များ...၉၇

ဇယား (၆) CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ဒီဇိုင်းရေးဆွဲဆောင်ရွက်ခြင်း...၁၀၀

ဇယား (၇) ဘ၀တွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို အခြေခံသည့် HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာ၀ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများ၏ အရည်အသွေး၊ ပြည့်စုံမှုနှင့် လွှမ်းခြုံမှုတို့ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန် စနစ်တကျ တိုင်းတာနိုင်စေရန် နိုင်ငံများ၏ ပညာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ် (EMIS) တွင် ထည့်သွင်း အသုံးပြုရန် ထောက်ခံအကြံပြုထားသော အညွှန်းကိန်းများ...၁၀၁

စာစုများ

စာစု (၁) CSE နောက်ခံအခြေအနေတွင် လိင်မှုရေးရာအတွက် သဘောတရားမူဘောင် ၁၈

စာစု (၂) အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများအကြား CSE နှင့် စပ်လျဉ်းသော ကုလသမဂ္ဂစံနှုန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီမှု ဥပမာများ ၈၂

စာစု (၃) CSE အတွက် ထောက်ခံအားပေးမှုရရှိစေရန် ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းတို့တွင် လူငယ်များပါဝင်မှု ၈၇

စာစု (၄) UNESCO ၏ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာ၀နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို တိုးချဲ့လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အဓိကကျသည့် သဘောတရား ၁၀ ချက်...၁၀၂

အတိုချုပ် စာလုံးများ

AIDS	Acquired immune deficiency syndrome	ခုခံအားကျဆင်းမှု ကူးစက်ရောဂါ
CEFM	Child Early and Forced Marriage	ကလေးများကို စောစီးစွာ အတင်းအကျပ် လက်ထပ်ပေးခြင်း
CSE	Comprehensive sexuality education	'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ'
FGM/C	Female Genital Mutilation/Cutting	အမျိုးသမီးများ၏ လိင်အင်္ဂါကို လှီးဖြတ်ခြင်း
EMIS	Education Management Information System	ပညာရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ်
GBV	Gender-based violence	ကျား၊မ အခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု
HIV	Human immunodeficiency virus	လူများတွင် ခုခံအားကျဆင်းစေသော ဗိုင်းရပ်ပိုး
HPV	Human Papillomavirus	လူများတွင် လိင်အင်္ဂါကြွက်နို့ ကူးစက်ဖြစ်ပွားစေသော ဗိုင်းရပ်ပိုး
ICTs	Information and communication technologies	သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာ
ICPD	International Conference on Population and Development	လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာ ညီလာခံ
ITGSE	International technical guidance on sexuality education	'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်
LAC	Latin America and the Caribbean	လက်တင်အမေရိကနှင့် ကာရစ်ဘီယံဒေသ
LGBTI	Lesbian, gay, bisexual, transgender, intersex	လိင်တူချစ်သူနှင့် လိင်နှစ်မျိုးလုံးနှစ်သက်သူ အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသား၊ လိင်ပြောင်းထားသူနှင့် ကြားလိင် (လိင်အင်္ဂါနှစ်မျိုး) ရှိသူများ
NGO	Non-governmental organization	အစိုးရ မဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်း
PoA	Programme of Action	လုပ်ငန်း အစီအစဉ်
PEP	Post-exposure prophylaxis	HIV ပိုးနှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် ကာကွယ်ခြင်း
PrEP	Pre-exposure prophylaxis	HIV ပိုးနှင့် မထိတွေ့မီ ကာကွယ်ခြင်း
RCT	Randomized controlled trials	ကျပန်းရွေးချယ်၍ နှိုင်းယှဉ်အုပ်စုဖြင့် စမ်းသပ်သုတေသနပြုခြင်း
SDGs	Sustainable Development Goals	စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှု ပန်းတိုင်များ
SERAT	Sexuality Education Review and Assessment Tool	'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ'ကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ရန် နည်းလမ်းအထောက်အကူ
SRH	Sexual and reproductive health	လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး
SRHR	Sexual and reproductive health and rights	လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများ
STIs	Sexually transmitted infections	လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများ
UNAIDS	Joint United Nations Programme on HIV and AIDS	ကုလသမဂ္ဂ HIV နှင့် AIDS ရောဂါဆိုင်ရာ ပူးပေါင်းအစီအစဉ်
UNDP	United Nations Development Programme	ကုလသမဂ္ဂ ဖွံ့ဖြိုးရေး အစီအစဉ်
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization	ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့
UNFPA	United Nations Population Fund	ကုလသမဂ္ဂ လူဦးရေ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့
UNICEF	United Nations Children's Fund	ကုလသမဂ္ဂ ကလေးများ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့
UN Women	United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women	ကုလသမဂ္ဂ ကျား၊မ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် အမျိုးသမီးများ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည်မြှင့်တင်ရေးအဖွဲ့
VMMC	Voluntary medical male circumcision	မိမိသဘောဆန္ဒအလျောက် ဆေးပညာဖြင့် အမျိုးသား လိင်အင်္ဂါထိပ်ဖုံးအရေပြားဖြတ်တောက်မှု
WHO	World Health Organization	ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့
YPLHIV	Young people living with HIV	HIV ပိုးရှိသူ လူငယ်များ

DiversityStudio/Shutterstock.com

၁

မိတ်ဆက်

၁ - မိတ်ဆက်

ဤကမ္ဘာတွင် HIV/AIDS၊ လိင်မှတဆင့်ကူးစက်သောရောဂါများ၊ မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်ရရှိမှု၊ ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုနှင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းတို့က လူငယ်များ ကျန်းမာသုခ ပြည့်စုံသည့်ဘဝ ရရှိနိုင်ရေးအပေါ် ကြီးမားစွာ ခြိမ်းခြောက်နေဆဲဖြစ်၍ လူငယ်များအတွက် ဘေးကင်းလုံခြုံ၍ အကျိုးပြုအသုံးဝင်သူအဖြစ် ကျေနပ်ပြည့်စုံသော ဘဝကို တည်ဆောက်ပြီးရေးအတွက် ပြင်ဆင်ရာ၌ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' (CSE) သည် အဓိကကျသောအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် အရည်အသွေးမြင့်မားပြီး သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အခြေပြုသည့် CSE ၏ အကျိုးကျေးဇူးများအကြောင်း ရှင်းလင်း၍ ယုံကြည်စိတ်ချရသော သက်သေအထောက်အထားများ ရှိနေသော်လည်း လူနည်းစုဖြစ်သော ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များသာလျှင် ၎င်းတို့၏ လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့တွင် သိရှိနားလည်ပြီး လွတ်လပ်၍ တာဝန်သိစွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်း ရှိစေသော ဘဝအတွက်ပြင်ဆင်ပေးမှုကို လက်ခံရရှိကြပါသည်။

လူငယ်အများစုသည် လူကြီးဘဝသို့ ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်လာသည့် အချိန်အခါတွင် လိင်မှုရေးရာနှင့်ပတ်သက်၍ ဝိဝါဒကွဲပြားပြီး အဆိုးမြင်၍ စိတ်ရှုပ်ထွေးစရာဖြစ်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ကြုံတွေ့သင်ယူ ကြရပါသည်။ လိင်မှုရေးရာနှင့်ပတ်သက်လျှင် မိဘ၊ ဆရာသမားများနှင့် လူကြီးများ၏ ကသိကအောက်ဖြစ်ခြင်း၊ပြောဆိုရှင်းပြမှု မရှိခြင်းတို့က အခြေအနေကို ပိုမိုဆိုးဝါးစေပါသည်။ လူ့အသိုက်အဝန်းများ၏ သဘောထား ခံယူချက်နှင့် ဥပဒေတို့မှာ လိင်မှုရေးရာနှင့် အမူအကျင့်များအကြောင်း လူအများရှေ့တွင် ဆွေးနွေးခြင်းအပေါ် အဟန့်အတားများ ရှိတတ်ပါသည်။ ထို့ပြင် လူမှုရေး ဓလေ့ထုံးတမ်းများကလည်း အန္တရာယ်ရှိစေသော အခြေအနေမျိုးကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ဥပမာ - ကျားမတန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းကြောင့် လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေး၊ မိသားစုစီမံကိန်းနှင့် ခေတ်မီ သားဆက်ခြားနည်းလမ်း အသုံးပြုမှုတို့တွင် အဟန့်အတားဖြစ်ပြီး ထိခိုက်စေနိုင်ပါသည်။

လေ့လာတွေ့ရှိထားသော အထောက်အထားများအရ CSE သည် ကလေးနှင့် လူငယ်များအတွက် တိကျမှန်ကန်၍ အသက်အရွယ်နှင့် လိုက်လျောညီထွေသည့် ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ ကျားမတန်းတူ ညီမျှမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုကို လေးစားခြင်းအပါအဝင် အပြုသဘောဆောင်သော တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံ၍ ကျန်းမာစေကာ အပြုသဘော ဆောင်သောဆက်ဆံရေးကို အားပေးသည့် သဘောထားနှင့်ကျွမ်းကျင်မှုများကို ရရှိစေနိုင်ကြောင်း ညွှန်ပြနေပါသည်။ (အပိုင်း ၄ - CSE အတွက် အထောက်အထားများကို ကြည့်ပါ။) ထို့ပြင် CSE သည် လူငယ်များအား မိမိတို့နှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၊ မိဘ၊ ဆရာသမား၊ အခြားအရွယ်ရောက်ပြီးသူများနှင့် ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝန်းအပေါ် ပိုမိုနားလည်၍ ဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်စေနိုင်ရန် လူမှုဓလေ့ထုံးတမ်းများ၊ ယဉ်ကျေးမှုတန်ဖိုးများနှင့် ရိုးရာယုံကြည်မှုများအား ထင်ဟပ်တွေးမြင်ရာတွင် ကူညီပေးနိုင်သည့်အတွက်လည်း အရေးကြီးပါသည်။

အင်တာနက်နှင့် အခြားမီဒီယာများမှတဆင့် သိသာထင်ရှားစွာဖော်ပြထားသော လိင်မှုကိစ္စများကို လူငယ်များ ပိုမိုမြင်တွေ့နိုင်သောအခြေအနေများကြောင့် ၎င်းတို့ဘဝတွင် ရွေးချယ်မှုများကိုနားလည်လက်ခံ တာဝန်ယူနိုင်ရန်အတွက် အသိပညာဗဟုသုတနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများရှိရန် အရေးကြီးပုံကို နိုင်ငံအများအပြားက ပိုမိုလက်ခံလာကြပါသည်။ ၂၀၃၀ ဦးစားပေးလုပ်ငန်းစဉ်များနှင့် ၎င်း၏ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးရေးရည်မှန်းချက်များ[၁] (SDGs) က မည်သူ့ကိုမျှ နောက်ချန်မထားခဲ့ရန်နှင့် လူတိုင်းအတွက် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုများ ရရှိစေရန် တောင်းဆိုထားပါသည်။ ပညာရေး၊ ကျားမတန်းတူညီမျှရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခရရှိရေးဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်များပြည့်မီရေးအတွက် နိုင်ငံရေး ကတိကဝတ်ရရှိအောင် စည်းရုံးလှုပ်ရှားခြင်းကလည်း နေရာတိုင်းရှိ ကလေးနှင့်လူငယ်များထံ CSE ရောက်ရှိစေရန် လုပ်ဆောင်နေသည့် လက်ရှိစီမံကိန်းများ (သို့) ကဏ္ဍမျိုးစုံပါဝင်ပါသည့် စီမံကိန်းအသစ်များကို အားပေးမြှင့်တင်နိုင်ရန် အရေးကြီးသောအခွင့်အလမ်းတစ်ခု ရရှိစေပါသည်။

CSE အစီအစဉ်များကို သေချာစွာ လေ့ကျင့်ပံ့ပိုးထားသော တတ်ကျွမ်းသည့် ဆရာများက ကျောင်းများတွင် ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ဆရာဆရာမများက လူငယ်အများအပြားကို လိင်မှုကိစ္စများ မစတင်သေးမီ အချိန်၌စနစ်တကျ ဖွဲ့စည်းထားသော ပတ်ဝန်းကျင်တွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးနိုင်ပြီး လေ့လာသင်ယူမှုကိုလည်း ပြုလုပ်နိုင်စေမည်ဖြစ်သည်။ CSE ကို မှားယွင်းသော သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိမှု၊ ခြိမ်းခြောက်ခံရမှုနှင့် အမြတ်ထုတ်ခံရမှုတို့ကို အများဆုံး ခံစားရနိုင်သည့် ကျောင်းပြင်ပရှိ လူငယ်နှင့် ကလေးများ အတွက်လည်း ပေးအပ်သင့်ပါသည်။

၁.၁ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာ လမ်းညွှန်၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ဦးတည်သည့် အုပ်စုများ

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်(လမ်းညွှန်) ကို ကျောင်းအခြေပြုနှင့် ကျောင်းပြင်ပတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးအစီအစဉ်နှင့် သင်ကြားရေးပစ္စည်းများကို ရေးဆွဲပြုစု၍ အကောင်အထည်ဖော်ရမည့် ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် အခြား သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများအား အထောက်အကူပေးရန် စုစည်းပြုစုပေးထားပါသည်။ ၎င်းသည် အစိုးရ ပညာရေးဝန်ကြီးများနှင့် သင်ရိုး ညွှန်းတမ်းပြုစုသူ၊ ကျောင်းအုပ်နှင့် ဆရာဆရာမများ အပါအဝင် ပညာရှင်ဝန်ထမ်းများအတွက် တိုက်ရိုက် အသုံးဝင်ပါသည်။ အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများ လူငယ်ရေးရာ လုပ်သားနှင့် လူငယ်များသည်လည်း ထောက်ခံမှုရရှိရန် ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း သို့မဟုတ် တာဝန်ခံမှုရှိစေရေးအတွက် လုပ်ငန်းအထောက်အကူအနေနှင့် ဤလမ်းညွှန်ကိုအသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ - အကောင်းဆုံး ဆောင်ရွက်ပုံ အလေ့အထများအတွက် လမ်းညွှန်အဖြစ် (သို့) စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးရေး ရည်မှန်းချက် (SDG) ကဲ့သို့သော ပိုမိုကျယ်ပြန့်သည့် ဦးစားပေးလုပ်ငန်းစဉ် များနှင့် ပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန်အတွက် ဤလမ်းညွှန်ကို ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်သူများထံ မျှဝေပေးခြင်း။ ဤလမ်းညွှန်သည် ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးအစီအစဉ်များကို အစီအစဉ်ရေးဆွဲဆောင်ရွက်သူ၊ အကဲဖြတ်သုံးသပ်သူ မည်သူ့အတွက်မဆို အသုံးဝင်ပါသည်။ ဥပမာ - အရည်အသွေးပြည့်မီသော ပညာရေး၊ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ ဆယ်ကျော်သက် ကျန်းမာရေးနှင့် (သို့) ကျားမ တန်းတူညီမျှရေးတို့အတွက် လုပ်ဆောင်နေသူများ။

အမျိုးသားမူဝါဒနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများတွင် CSE ကို ရည်ညွှန်းရန် ကွဲပြားသော အခေါ်အဝေါ်များကို သုံးစွဲနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ကာကွယ်မှုဆိုင်ရာ ပညာပေးခြင်း၊ ဆက်ဆံရေးနှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ'၊ မိသားစုဘဝ ပညာပေးခြင်း၊ HIV ပညာပေးခြင်း၊ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ ပညာပေးခြင်း၊ ကျန်းမာသော ဘဝနေထိုင်နည်းနှင့် အခြေခံ ဘဝလုံခြုံဘေးကင်းရေး တို့ပါဝင်ပါသည်။ မည်သည့်အခေါ်အဝေါ်ကို သုံးစွဲသည်ဖြစ်စေ "comprehensive (ဘဝတွက်တာ)" ဆိုသည်မှာ မှန်ကန်သော လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်ယူလေ့လာသူ၏ ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် သဘောထားအမြင်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ CSE အစီအစဉ်များ၏ အဓိက အစိတ်အပိုင်းများတွင် လူ့အခွင့်အရေးအပေါ် ခိုင်မြဲစွာအခြေခံထားခြင်းနှင့် လိင်မှုရေးရာကို လူသားတို့ ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်မှု၏ သဘာဝအစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ကျယ်ပြန့်စွာ ရှုမြင်လက်ခံထားခြင်းစသည့် တူညီချက်အချို့ ရှိပါသည်။

၁ https;//sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld

ဤလမ်းညွှန်သည် ပညာပေးအစီအစဉ်များအနေနှင့် အထောက်အထားအပေါ် အခြေခံစေရန်၊ ဒေသနောက်ခံအခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီစေရန်၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည့် လိင်မှုရေးရာနှင့် စပ်လျဉ်းသော ယုံကြည်ချက်၊ တန်ဖိုးထားမှု၊ သဘောထားနှင့် ကျွမ်းကျင်မှု စသည်တို့ကို ဦးတည်၍ကျိုးကြောင်းသင့်လျော်စွာ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပုံတို့ကို အလေးအနက် ထောက်ပြထားပါသည်။

ကျောင်းအခြေပြု CSE ၏ အရည်အသွေးနှင့် အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် ဆရာဆရာမများ၏ အရည် အသွေး၊ သင်ကြားနည်းစနစ်နှင့် သင်ထောက်ကူပစ္စည်း စသည့် သင်ကြားရေးဖြစ်စဉ်များတွင်သာ တည်မှီနေသည်မဟုတ်ဘဲ ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် တစ်ခုလုံးပေါ်တွင်လည်း မူတည်နေပါသည်။ ဤအချက်ကို ကျောင်း၏ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့် ကျောင်းတွင်းအပြုအမူအလေ့အထ စသည်တို့ကို ကြည့်ခြင်းဖြင့် သိမြင်နိုင်ပါသည်။ CSE သည် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော အရည်အသွေးမြင့် ပညာရေး၏ မရှိမဖြစ်အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပြီး လေ့လာသင်ယူသူအားလုံး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခပြည့်စုံရေးကို အသုံးအဖြတ်ပေးရာတွင်လည်း အလွန်အရေးပါသောကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်ချက်၏ ရည်ရွယ်ချက်များမှာ -

- CSE ကို ရှင်းလင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်စေ၍ CSE ၏ အပြုသဘော ဆောင်၍ လိုလားအပ်သော အကျိုးကျေးဇူးများအား ရှင်းလင်းစွာ သိရှိကြရန်
- ကလေးနှင့်လူငယ်များအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အရေးကိစ္စနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်ဖွယ်များ အကြောင်း အသိပညာပေးခြင်းဖြင့် CSE လုပ်ငန်းများ လိုအပ်ပုံကို ပိုမိုနားလည် သဘောပေါက်လာစေရန်
- အထောက်အထားနှင့် သုတေသနအခြေပြုလမ်းညွှန်ချက်ကို မျှဝေ၍ မူဝါဒရေးဆွဲသူများ၊ ပညာပေးသူများနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းရေးဆွဲသူများကို အထောက်အကူပြုရန်
- ဆရာဆရာမနှင့် ပညာပေးသူများ၏ အဆင်သင့်ဖြစ်မှုကို မြှင့်တင်ပေးရန်နှင့် အရည်အသွေးမြင့် CSE ပေးနိုင်စေရန်အတွက် အဖွဲ့အစည်းများ၏ စွမ်းရည်ကို မြှင့်တင်ရန်
- ပညာရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများမှ ရပ်ရွာနှင့် ကျောင်းအဆင့်တို့တွင် CSE ကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ရန်အတွက် လမ်းညွှန်မှုပေးရန်
- ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဆီလျော်၍ အထောက်အထားပြည့်စုံပြီး အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့နှင့် သင့်လျော်သည့် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ၊ သင်ထောက်ကူပစ္စည်းနှင့် အစီအစဉ်များ ဖန်တီးပြုစုရာတွင် လမ်းညွှန်မှုပေးရန်
- အချို့ ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံအခြေအနေများတွင် ထိခိုက်လွယ်၍ အကဲဆတ်နိုင်သည့် အရေးကိစ္စများအကြောင်း (ဥပမာ - ရာသီသွေးပေါ်ခြင်း၊ ကျားမတန်းတူညီမျှမှု) ကို CSE က မည်ကဲ့သို့ ပိုမို အသိပညာ မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည်ကို ပြသရန်၊ CSE သည် ကလေးများအား စောစီးစွာ အတင်းအကြပ်ထိမ်းမြားစေခြင်းနှင့် အမျိုးသမီးလိင်အင်္ဂါ ဖြတ်တောက်ခြင်း ကဲ့သို့သော အန္တရာယ်ရှိသည့်အလေ့အထများ အကြောင်းကိုလည်း ပိုမို အသိပညာပေးနိုင်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်သည် နောက်ဆုံးရ အထောက်အထားများအား မှီငြမ်းထားသည့် အပြင် လူတိုင်းအကျုံးဝင် ပညာရေးနှင့် အမြင့်ဆုံးရရှိနိုင်သည့် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ ရရှိပိုင်ဆိုင်ခွင့်တို့ကို အလေးအနက်ပြုသည့် များစွာသော နိုင်ငံတကာလူ့အခွင့်အရေး သဘောတူညီချက်များအပေါ် စွဲမြဲစွာအခြေခံထားပါသည်။ ထို လူ့အခွင့်အရေးသဘောတူညီချက်များတွင် လူ့အခွင့်အရေး ကြေငြာစာတမ်း၊ ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအခွင့်အရေးဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာ သဘောတူစာချုပ်၊ အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် အကြမ်းဖက်မှုပပျောက်ရေး သဘောတူညီချက်နှင့် မသန်စွမ်းသူများ၏ အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်များ ပါဝင်ပါသည်။ သက်ဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်များအကြောင်းကို နောက်ဆက်တွဲ (၁) CSE နှင့် သက်ဆိုင်မှုရှိသည့် နိုင်ငံတကာ သဘောတူစာချုပ်များ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ ကြေငြာချက်များနှင့် သဘောတူညီချက်များတွင် ထပ်မံလေ့လာနိုင်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်သည် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခု မဟုတ်သကဲ့သို့ CSE ကို နိုင်ငံအဆင့်တွင် အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အသေးစိတ် အကြံပြုချက်များလည်း မပေးထားပါ။ ၄င်းသည် နိုင်ငံတကာမှ အကောင်းဆုံး ဆောင်ရွက်မှုအလေ့အထများအပေါ် အခြေခံထားသော မူဘောင်တစ်ခုသာဖြစ်ပြီး သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုသူများအတွက် နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ဆီလျော်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ ဖန်တီးပြုစုရာတွင် အထောက်အကူပြုစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ လုပ်ငန်းအစီအစဉ် ရေးဆွဲပြုစုသူများကိုလည်း အရည်အသွေး ကောင်းမွန်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းများ ဖန်တီးဖော်ဆောင်၍ စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ရာတွင် လမ်းညွှန်မှုပေးရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်ကိုပြုစုရာတွင် ကမ္ဘာအရပ်ရပ်မှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၏ အကြံဉာဏ်ကိုရယူ၍ နိုင်ငံတကာ အဆင့်မီ အရည်အသွေးကောင်းမွန်စေရန်၊ လက်ခံနိုင်မှုရှိစေရန်နှင့် နိုင်ငံတကာအဆင့်မှ ပိုင်ဆိုင်သည့် လမ်းညွှန်အဖြစ် ယူဆသတ်မှတ်နိုင်စေရန် အလေးပေးထားပါသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ကြမည့် နိုင်ငံများအကြား မတူကွဲပြားမှုရှိခြင်း၊ နိုင်ငံအစိုးရများမှ မိမိတို့နိုင်ငံ၏ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် မည်သည့်အကြောင်းအရာများ ပါဝင်သင့်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်ရှိခြင်းတို့ကို သိမှတ်လျက် လမ်းညွှန်ကို လိုက်နာအသုံးပြုရန်မှာ ကိုယ်ပိုင်သဘောဆန္ဒများ အလျောက်သာ ဖြစ်သည်ကို သတိပြုသင့်ပါသည်။

၁.၂ ဤလမ်းညွှန်ကို ဖွဲ့စည်းထားပုံ

လမ်းညွှန်တွင် အပိုင်း (၇) ပိုင်း ပါဝင်ပါသည်။ ပထမ အပိုင်း (၄) ပိုင်းတွင် CSE ၏ အဓိပ္ပာယ်၊ ကျိုးကြောင်းသင့်မှုနှင့် နောက်ဆုံးရ အထောက်အထားများကို ဖော်ပြထားပါသည်။ အပိုင်း (၅) တွင် အဓိက သဘောတရားများနှင့် ပါဝင်အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များကို ရှင်းပြထားပြီး လေ့လာသင်ယူရန် ရည်ရွယ်ချက်များကို အသက်အပိုင်းအခြားအရ စီစဉ်ဖော်ပြထားပါသည်။ နောက်ဆုံး အပိုင်း ၂ ပိုင်းတွင် CSE အတွက် ပံ့ပိုးမှုများရရှိနိုင်ရန် လမ်းညွှန်ချက်နှင့် ထိရောက်သော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် အကြံပြုချက်များ ပါဝင်ပါသည်။

ဤ ပြည့်စုံသောလမ်းညွှန်တစ်ခုလုံးအနေနှင့် ပါဝင်သင့်သည်ဟု အကြံပြုထားသော အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် CSE ကို ထိရောက်စွာ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ရန် လမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည်။ ထို ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ စံအရည်အသွေးများကို ဒေသနှင့်ဆီလျော်စေရန်၊ သင်ကြားနေသော အကြောင်းအရာများကို မည်သို့စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်နိုင်မည်ကို အကြံဉာဏ်များပေးနိုင်ရန်နှင့် သင်ကြားသင်ယူမှုဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်များ မည်မျှပြည့်မီသည်ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန်တို့အတွက် ဒေသနောက်ခံအခြေအနေနှင့်အညီ ပြင်ဆင်မွမ်းမံသင့်ပါသည်။

၁.၃ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသော လမ်းညွှန်ကို အဘယ့်ကြောင့်လိုအပ်ပါသလဲ

ပထမအကြိမ် ပြုစုရေးသားသောလမ်းညွှန်ကို UNESCO သည် UNAIDS, UNFPA, UNICEF, WHO တို့နှင့် မိတ်ဖက်ဖွဲ့ကာ ၂၀၀၉ တွင် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ ထုတ်ဝေချိန်မှစတင်၍ လမ်းညွှန်သည် တကမ္ဘာလုံးမှ လက်ခံနိုင်၍ ဒေသအခြေအနေနှင့်အညီ လွယ်ကူစွာ ပြင်ဆင်မွမ်းမံအသုံးပြုနိုင်သော အထောက်အထားအခြေပြု ပညာရေးဆိုင်ရာ အရင်းအမြစ်တစ်ခု ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် ကိုက်ညီသော အရည်အသွေးမီ ပညာရေး၏ မပါမဖြစ်သော အစိတ်အပိုင်းအဖြစ် ကလေး၊ ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်အားလုံး အတွက် CSE ကို ပါဝင်ထည့်သွင်းရန် စည်းရုံးလှုံ့ဆော် ရာတွင်လည်း လမ်းညွှန်ကို အသုံးချခဲ့ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်ကို ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေပြီးသည့် နောက်ပိုင်းတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နယ်ပယ်သည် လျင်မြန်စွာ တိုးတက်ပြောင်းလဲ လာခဲ့ပါသည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော

အစီအစဉ်များကို မတူကွဲပြားသော သင်ကြားရေးအနေအထားများတွင် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခြင်းက ဤအကြောင်းအရာများ အကြောင်းကို ပိုမိုနားလည် သဘောပေါက်လာစေပြီး အတွေ့အကြုံ သင်ခန်းစာများလည်း ရရှိစေပါသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် CSE ၏ အကျိုးကျေးဇူးရှိမှုအတွက် အထောက်အထားများမှာလည်း ပိုမိုခိုင်မာ ကျယ်ပြန့်လာပါသည်။ ယခုအခါ SDG များကလည်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း၏ ပါဝင်လွှမ်းခြုံမှု၊ အနေအထားနှင့် ဆီလျော်မှုတို့ကို သိနားလည်ရန် လိုအပ်သည့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးရေးစနစ်ဘောင်တစ်ခုကို ပေးအပ်ထားပါသည်။ စဉ်းစားသုံးသပ်ချက်အသစ်များလည်း ထွက်ပေါ်လာရာ ၎င်းတို့တွင် ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်ရာ၌ ကျားမရေးရာ ရှုထောင့်အမြင်များနှင့် လူမှုရေးနောက်ခံအခြေအနေများကို ပိုမိုသိမှတ်ဂရုပြုလာခြင်း၊ HIV၊ လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများ၊ စောစီးစွာ မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်ရရှိခြင်းနှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုအပါအဝင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးပြဿနာများနှင့် ကျယ်ပြန့်စွာ လက်လှမ်းမီလာသော အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာများ၏ လွှမ်းမိုးမှုတို့ကို ကာကွယ်ရာတွင် ပညာရေးကဏ္ဍ၏ အရေးပါမှုတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင် CSE ကို ဆယ်ကျော်သက် ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများ၏ အရေးကြီးသောအစိတ်အပိုင်းအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုထားပါသည် (WHO 2017b)။

ထို ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်မှုများကြောင့် UNESCO သည် လက်ရှိ ကုလသမဂ္ဂ မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများအပြင် ကုလသမဂ္ဂ ကျားမတန်းတူညီမျှမှုနှင့် အမျိုးသမီးများအတွက် လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည်မြှင့်တင်မှုအဖွဲ့ (UN WOMEN) တို့နှင့်ပါ ပူးပေါင်းလက်တွဲ၍ ဤလမ်းညွှန်ပါ အကြောင်းအရာများကို နောက်ဆုံးရ အထောက်အထားများနှင့် ကိုက်ညီစေရန်၊ ငယ်ရွယ်သော လေ့လာသင်ယူသူများ၏ လက်ရှိကာလ လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန်နှင့် ထိုလိုအပ်ချက်များအတွက် ဦးတည်ဖြေရှင်းပေးနေသော ပညာရေးစနစ်နှင့် ပညာရှင်များကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်ရန်တို့အတွက် ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်၍ အသစ်တစ်ဖန် ပြုစုထားပါသည်။ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသော လမ်းညွှန်သည် မူလပါဝင်သော အဓိကသွင်ပြင်လက္ခဏာများနှင့် ဦးတည်ပရိသတ်အတွက် အကျိုးရှိကြောင်း သက်သေထူပြီးသည့် အကြောင်းအရာများကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်း ပါဝင်စေသည့်အပြင် အထောက်အထားအသစ်များနှင့်တကွ ခေတ်နှင့်အညီဖြစ်သည့် အဓိကသဘောတရားများ၊ ပါဝင်အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် လေ့လာသင်ယူရန် ရည်ရွယ်ချက်များကို ထပ်မံထည့်သွင်းထားပါသည်။

၁.၄ ဤလမ်းညွှန်ကို ပြုစုရေးသားသည့် လုပ်ငန်းစဉ်

ဤ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသော လမ်းညွှန်မှာ UNESCO ၏ တာဝန်ပေးချက်အရ ၂၀၁၆ တွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် အထောက်အထားများအား ထပ်မံသုံးသပ်မှု၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ မူဘောင်တို့ကို ပြန်လည်သုံးသပ်မှုတို့ အပေါ် အခြေပြုပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်အတွက် အထောက်အထားအသစ်များ သုံး သပ်ခြင်းကို University of Oxford Center for Evidence-Based Interval, UK မှ ပါမောက္ခ Paul Mongomery နှင့် Wendy Knerr တို့က ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည် (UNESCO 2016b ဟု ရည်ညွှန်းထားပါသည်)။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းမူဘောင်တို့ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းအား Advocates for Youth, USA (UNSECO 2017c ဟု ရည်ညွှန်းထားပါသည်) က ဆောင်ရွက်ပါသည်။ အစီရင်ခံစာ နှစ်ခုလုံးကို ရည်ညွှန်းမှီငြမ်းရန်လိုအပ်ပါက www.who.org တွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။

UNESCO သည် ဤလမ်းညွှန်ကို ပြန်လည်ပြုစုရေးသားခြင်းအား ကြီးကြပ်လမ်းညွှန်ပေးရန် အကြံပေးအဖွဲ့ တစ်ဖွဲ့ကိုလည်း ဖွဲ့စည်းခဲ့ပါသည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော အကြံပေးအဖွဲ့တွင် ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူငယ်ဖွံ့ဖြိုးရေး၊ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှရေး နယ်ပယ်များတွင် လုပ်ကိုင်နေသော ကမ္ဘာတစ်လွှားမှ ပညာရပ်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများ ပါဝင်ပါသည်။ ၎င်းတွင် သုတေသန ပညာရှင်များ၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန အရာရှိများ၊ လူငယ်များ၊ အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများမှ စီမံကိန်းဖော်ဆောင်သူများနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးမိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများလည်း ပါဝင်သည်။ ပါဝင်ပတ်သက်သူအမျိုးမျိုးထံမှ အကြံပြုချက်များ ရယူရန်နှင့် မူလလမ်းညွှန်ကို ဦးတည်ပရိသတ်များမှ အသုံးပြုမှုနှင့် အသုံးဝင်ပုံတို့ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန်အတွက် အင်တာနက်မှတစ်ဆင့် မူလလမ်းညွှန်အပေါ် အသုံးပြုသူများ၏ ရှုထောင့်အမြင်ကို စစ်တမ်းကောက်ခြင်း၊ နိုင်ငံအဆင့်တွင် ဦးတည်အုပ်စု ဆွေးနွေးခြင်းများနှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပါဝင်ပတ်သက်သူများ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုတို့ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပြုစုခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်တွင် ထည့်သွင်းပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသော လမ်းညွှန်သည် လူငယ်များ၏ အဆိုပြုချက်များ အပါအဝင် ကျယ်ပြန့်သောနယ်ပယ်မှ ကျွမ်းကျင်သူများ၏ အကြံပြုချက်များနှင့် လက်ရှိ အကောင်းဆုံး ဆောင်ရွက်မှု အလေ့အထများအပေါ် အခြေခံထားသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။ *(နောက်ဆက်တွဲ [၂] 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ'နှင့် သက်ဆိုင်သော အကြံပေးအဖွဲ့တွင် ပါဝင်သူများ ၂၀၁၆ - ၂၀၁၂ နှင့် နောက်ဆက်တွဲ [၃] UNESCO နှင့် ပါဝင်ပတ်သက်သူများ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပွဲနှင့် အကြံပေးအဖွဲ့ အစည်းအဝေးတွင် ပါဝင်သူစာရင်းတို့ကို ကြည့်ပါ။)*

Yap SDA School by Garrett W is licensed under CC BY NC 2.0 on Garrett W Flickr account (https://www.flickr.com/photos/wopto/)

၂

‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ ကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း

၂ - 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း

ဤအပိုင်းတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် ရှင်းလင်းချက် အသစ် ပါဝင်ပြီး CSE ၏ ပြောင်းလဲတိုးတက်လာသောနယ်ပယ်ကို နားလည်စေရန် အဓိက အရေးကြီးသော စဉ်းစားသုံးသပ်ချက်များကို ဖော်ပြထားပါသည်။

၂.၁ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' (CSE) ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း

CSE သည် လိင်မှုရေးရာအကြောင်း သိရှိနားလည်မှု၊ ခံစားမှု၊ ရုပ်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာတို့ကို သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု၍ သင်ကြားသင်ယူမှု လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များကို အောက်ပါအချက်များနှင့် ပြည့်စုံနိုင်စွမ်းရှိစေမည့် ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ ခံယူချက်နှင့် တန်ဖိုးထား မှုများကို ရရှိစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေး၊ ဘဝချမ်းသာသုခနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာတို့ကို အမှန်တကယ် ရရှိပိုင်ဆိုင်နိုင်ရန်၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှုရှိသော လူမှုရေးနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးများ တည်ဆောက်ရယူနိုင်ရန်၊ မိမိတို့၏ရွေးချယ်မှုက ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများ၏ ဘဝချမ်းသာသုခကို မည်သို့ထိခိုက်နိုင်သည်ကို စဉ်းစားသုံးသပ်နိုင်စေရန်၊ မိမိတို့၏အခွင့်အရေးများကို သိရှိနားလည်၍ ဘဝ တစ်လျှောက်လုံးတွင် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်နိုင်စေရန်

CSE မှာ ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပနှစ်ရပ်လုံးတွင် သင်ကြားရသည့် ပညာရေးဖြစ်ပြီး အောက်ပါအချက်များနှင့် ပြည့်စုံရပါသည်။

သိပ္ပံနည်းကျ၍ တိကျမှန်ကန်ခြင်း - CSE တွင် ပါဝင်သောအကြောင်းအရာများသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ လိင်မှုရေးရာနှင့် အမူအကျင့်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်နှင့် အထောက်အထားများ အပေါ် အခြေခံပါသည်။

တဖြည်းဖြည်း တိုးမြှင့်သော ပညာရေးဖြစ်ခြင်း - CSE သည် အသက်ငယ်ရွယ်ချိန်တွင် စတင်သော စဉ်ဆက်မပြတ် ပညာပေးလုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်သည်။ ခရုပတ်သဖွယ် တစ်ဆင့်ချင်း တိုးမြှင့်သွားသော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အသုံးပြု၍ ယခင် ရရှိထားပြီးသော လေ့လာသင်ယူမှုအပေါ်တွင် အခြေခံကာ အကြောင်းအရာ အသစ်များကို ထပ်မံ ဖြည့်စွက်သွားပါသည်။

အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့နှင့် သင့်လျော်ခြင်း - CSE ပါ အကြောင်းအရာများသည် ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များ ကြီးပြင်းလာသည်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲလာသော လိုအပ်ချက်၊ ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းတို့နှင့် သင့်လျော်ကိုက်ညီစေရန် စီစဉ်ထားပါသည်။ လေ့လာသင်ယူသူ၏ အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအပေါ် မူတည်၍ ၎င်းတို့၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခအတွက် အသင့်လျော်ဆုံးအချိန်တွင် သက်ဆိုင်ရာဘာသာရပ် အကြောင်းအရာများကို လေ့လာသင်ယူနိုင်စေရန် စီမံထားပါသည်။ ၎င်းသည် ဖွံ့ဖြိုးမှုများ မတူကွဲပြားနိုင်ခြေကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားထားပြီး သိရှိနားလည်မှုနှင့် ခံစားချက်ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှု နောက်ကျနေလျှင်လည်း အကြောင်းအရာများကို သင့်လျော်သလို ပြောင်းလဲ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့နှင့် ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များကို လက်ခံကျင့်သုံးမှု အဖြစ်နိုင်ဆုံးအချိန်တွင် CSE ကို စတင်မိတ်ဆက်ထားပါသည်။

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အခြေပြုခြင်း - ကျောင်းသားတို့၏ လေ့လာသင်ယူမှုကို ပံ့ပိုးပေးရန်၊ ပညာပေးသူတို့၏ ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုကို လမ်းညွှန်ပေးသည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲတွင် CSE ကို ပါဝင်ထည့်သွင်းထားပါသည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲတွင် သင်ကြားမှု၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်များ၊ လေ့လာသင်ယူခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ တည်ဆောက်ခြင်း၊ သဘောတရားများ တင်ပြချက်နှင့် ရှင်းလင်း၍ အဓိကကျသော သတင်းအချက်အလက် တို့ကို စနစ်တကျ ဖွဲ့စည်းဖော်ပြထားပါသည်။ ၎င်းကို ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ နှစ်ရပ်လုံးတွင် ပေးနိုင်ပါသည်။

comprehensive (ဘဝတွက်တာ) - CSE သည် ပြည့်စုံ၍ တိကျမှန်ကန်ပြီး အထောက်အထားအပေါ် အခြေခံကာ အသက်အရွယ်အလိုက် သင့်လျော်သော လိင်မှုဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကို သိရှိနားလည်နိုင်မည့် အခွင့်အလမ်း ကို ရရှိစေပါသည်။ ၎င်းတွင် လိင်ပိုင်းနှင့် မျိုးဆက်ပွားခြင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒ၊ အပျိုဖော် လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းနှင့် ဓမ္မတာလာခြင်း၊ မျိုးပွားခြင်း၊ ခေတ်မီ သားဆက်ခြားခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း မီးဖွား ခြင်းနှင့် HIV/AIDS အပါအဝင် လိင်မှတဆင့် ကူးစက်သောရောဂါများအကြောင်း ပါဝင်ပါသည်။ CSE သည် အချို့သော လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံအခြေအနေတွင် စိန်ခေါ်မှု ဖြစ်စေနိုင်မည့် အကြောင်းအရာများအပါအဝင် လေ့လာသင်ယူသူအားလုံး သိရှိနားလည်ရန် အရေးကြီးသည့် အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ် အားလုံးကို လွှမ်းခြုံထားပါသည်။

CSE သည် လိင်မှုရေးရာ၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ ကျန်းမာ၍ လေးစားမှုရှိသော မိသားစုဘဝ၊ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်ဆံရေး၊ လူတစ်ဦးချင်းနှင့် လူအများတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လူမှုရေးစံနှုန်းများ၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမပြုရေး၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်၊ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ကျားမ အခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု၊ သဘောတူလက်ခံခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ထိန်းသိမ်းမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုနှင့် ကလေးများအား အရွယ်မရောက်မီ အတင်းအကြပ်ထိမ်းမြားပေးခြင်း၊ အမျိုးသမီးလိင်အင်္ဂါ ဖြတ်တောက်ခြင်း အပါအဝင် အန္တရာယ်များသောအလေ့အထများ စသည်တို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ လေ့လာသင်ယူသူများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခအတွက် ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်စွမ်း၊ ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်စွမ်းနှင့် အခြားဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို တိုးတက်ကောင်းမွန်စေခြင်းဖြင့် စွမ်းဆောင်ရည် မြှင့်တင်ပေးပါသည်။

'comprehensive (ဘဝတွက်တာ)' ဟူသော ဝေါဟာရသည် ဘာသာရပ်များ၏ အကျယ်အဝန်းနှင့် အတိမ်အနက်ကိုလည်း ရည်ညွှန်းပါသည်။ ၎င်းသည် တစ်ကြိမ်တည်းသာ အပြီးအစီး ပြုလုပ်သည့် သင်ခန်းစာ (သို့) လုပ်ငန်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ ပါဝင်သည့် အကြောင်းအရာများကို လေ့လာသင်ယူသူ၏ ပညာရေးကာလတစ်လျှောက်လုံး အချိန်ယူ၍ သင်ကြားပို့ချရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လူ့အခွင့်အရေးရှုထောင့်မှ ချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်မှုနည်းလမ်းကို အခြေခံခြင်း - CSE သည် ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များ၏ အခွင့်အရေး အပါအဝင် အားလုံးအတွက် လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေး၊ သတင်းအချက်အလက်ရရှိရေး၊ တန်းတူညီမျှမှုရှိရေးနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း မခံရရေး စသည့် လူသားတိုင်း အတွက်ရပိုင်ခွင့်များကို အခြေခံ၍ မြှင့်တင်ပေးပါသည်။ CSE တွင် လူ့အခွင့်အရေးကို အခြေခံသည့် နည်းလမ်းကို ထည့်သွင်းအသုံးပြုရာတွင် လူငယ်များအကြား အသိပညာတိုးပွားစေခြင်း၊ မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများကို သိမှတ်နားလည်စေခြင်း၊ အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးကိုလည်း အသိအမှတ်ပြု လေးစားခြင်းနှင့် အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရသူများအတွက် အရေးဆိုတင်ပြပေးခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ လူငယ်များ အတွက် CSE လေ့လာသင်ကြားခွင့်ကို သာတူညီမျှ လက်လှမ်းမီ ရရှိစေခြင်းမှာ အန္တရာယ်ကင်း၍ တာဝန်သိပြီး လေးစားမှုရှိသော လိင်မှုဆိုင်ရာ ရွေးချယ်ခြင်းများကို ခြိမ်းခြောက်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုကင်းစွာ ပြုလုပ်နိုင်ခြင်း အပါအဝင် လူငယ်တို့အဖို့ အမြင့်မားဆုံး ကျန်းမာရေး အဆင့်အတန်းရပိုင်ခွင့်ကို လေးစားလိုက်နာခြင်း ဖြစ်သည်။ လူငယ်များ မိမိကိုယ်ကို ထိရောက်စွာ

စောင့်ရှောက်နိုင်စေရန်အတွက် သတင်းအချက်အလက်များ လက်လှမ်းမီ ရရှိပိုင်ခွင့်ကိုလည်း လေးစားရာ ရောက်ပါသည်။

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သည့် နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက် များအကြောင်း ပိုမို သိရှိရန် *နောက်ဆက်တွဲ (၁) ပါ CSE ဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များ၊ အထောက်အကူများနှင့် စံနှုန်းများ*ကို ကြည့်ပါ။

ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုအပေါ် အခြေခံခြင်း - CSE သည် တန်းတူညီမျှ မရှိခြင်းအပေါ် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများက ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် လွှမ်းမိုးသက်ရောက် နိုင်မှုနှင့် ထိုသို့ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းများက ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ အထွေထွေကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခရရှိမှုအပေါ် ထိခိုက်နိုင်မှုတို့ကို ဦးတည်ထားပြီး HIV၊ လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများ၊ စောစီးစွာ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု စသည့် ကိစ္စများကို တားဆီးကာကွယ်ရေးအတွက် ကြိုးပမ်းအားထုတ်မှုများအပေါ် တွင်လည်း သက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပါသည်။ CSE သည် လူတို့၏ ဘဝတွင် ကျားမရေးရာ၏ အဓိကကျမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုများ အကြောင်း အသိပညာ တိုးပွားစေခြင်း၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုရေးနှင့် ဇီဝဆိုင်ရာကွဲပြားချက်များ၊ တူညီချက်များက ပုံဖော်သည့် ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများကို ဆန်းစစ်ခြင်း၊ စာနာနားလည်မှုကို အခြေခံသည့် လေးစားမျှတမှုရှိသောဆက်ဆံရေး ဖြစ်ပေါ်စေရန် အားပေးခြင်းတို့ဖြင့် ကျားမတန်းတူညီမျှရေးကို အားပေးကူညီ ပါသည်။ CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခုလုံးတွင် ကျားမရေးရာ ရှုထောင့်အမြင်များ ထည့်သွင်းထားခြင်းသည် CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ၏ ထိရောက်မှုအတွက် အရေးကြီးသောအချက် ဖြစ်ပါသည်။ ကျားမရေးရာ အယူအဆ သဘောတရားများအပေါ် မည်ကဲ့သို့ နားလည်သိရှိနိုင်ပုံကို ပိုမိုသိရှိနိုင်ရန် *အပိုင်း (၉) ဝေါဟာရများ*ကို ကြည့်ပါ။

ယဉ်ကျေးမှုအရ ဆီလျော်၍ နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီခြင်း - CSE သည် ဆက်ဆံရေးများတွင် လေးစားမှုနှင့် တာဝန်သိမှုတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ထို့ပြင် သီးခြားအခြေအနေတစ်ခုတွင် ရွေးချယ်မှုနှင့် ဆက်ဆံရေးများအပေါ် ဓလေ့ထုံးတမ်း ဖွဲ့စည်းပုံများ၊ စံနှုန်းများနှင့် အမူအကျင့်များက သက်ရောက်နိုင်ပုံ တို့ကို လေ့လာသင်ယူသူများမှ ဆန်းစစ်လေ့လာ၍ နားလည်သဘောပေါက်ကာ စမ်းသပ်ရင်ဆိုင်ရာ တွင်လည်း ပံ့ပိုးထောက်ကူပေးပါသည်။

ပြောင်းလဲတိုးတက်မှု ဖြစ်ပေါ်စေခြင်း - CSE သည် လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် အသိုက်အဝန်းတို့ကို စွမ်းဆောင်ရည် မြှင့်တင်ပေးခြင်းနှင့် လူငယ်များ၏ တွေးတောဆင်ခြင်ဉာဏ် မြင့်မားစေကာ နိုင်ငံသားပီသစိတ် ခိုင်မာလာ စေခြင်းဖြင့် မျှတ၍ စာနာထောက်ထားတတ်သော လူ့အသိုက်အဝန်းတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် အားပေး ကူညီပါသည်။ ၎င်းသည် လေ့လာသင်ယူသူများကို လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ မှန်ကန် ကောင်းမွန်သော သဘောထားနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများကို လေ့လာပျိုးထောင် နိုင်စေရန်၊ မိမိကိုယ်ကို လေးစားတန်ဖိုးထား၍ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမတန်းတူ မှုကို လေးစားတတ်စေရန် အခွင့်အလမ်းများ ဖော်ဆောင်ပေးပါသည်။ ထို့ပြင် လူငယ်များအနေနှင့် မိမိ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် အပြုအမူများနှင့် မိမိကြောင့် အခြားသူများအပေါ် သက်ရောက်မှုကို တာဝန်ယူနိုင်ရန်လည်း စွမ်းဆောင်ရည် မြှင့်တင်ပေးပါ သည်။ ၎င်းသည် လူငယ်များက အခြားသူများကို လူမျိုး၊ မျိုးနွယ်စု၊ လူမှုစီးပွားရေးနှင့် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်မှု အခြေအနေ၊ ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာ၊ မသန်စွမ်းမှု၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု (သို့) ဖော်ပြချက်၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ စသည်တို့ကြောင့် ခွဲခြားမှုမပြုဘဲ လေးစားမှု၊ နားလည် လက်ခံမှု၊ သည်းခံစာနာမှုတို့ဖြင့် ဆက်ဆံနိုင်စေရန် ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ခံယူချက်သဘောထားများကို တည်ဆောက်ပေးပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သောရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်နိုင်မည့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို တည်ဆောက် ပေးနိုင်ခြင်း - ၎င်းတွင် ထင်ဟပ်စဉ်းစား နိုင်သည့် စွမ်းရည်နှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှုဖြင့် ဆုံးဖြတ်သည့် စွမ်းရည်၊ ထိရောက်စွာ ဆက်သွယ်ပြောဆိုဆွေးနွေးနိုင်စွမ်းနှင့် ခိုင်မာပြတ်သားမှုကို ဖော်ပြနိုင်စွမ်းတို့ ပါဝင်သည်။ ဤစွမ်းရည်များသည် ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များအား မိသားစုဝင်များ၊ သက်တူရွယ်တူများ၊ မိတ်ဆွေများ၊ ချစ်သူ၊ အဖော်များနှင့် ဆက်ဆံရာတွင် လေးစားမှုရှိ၍ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော ဆက်ဆံရေး ဖြစ်ပေါ်စေရန် အထောက်အကူပြုသည်။

စာစု (၁) - CSE နောက်ခံအခြေအနေတွင် လိင်မှုရေးရာအတွက် သဘောတရားမူဘောင်

လိင်မှုရေးရာအတွက် အယူအဆသဘောတရားကို ရိုးရှင်းစွာ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ရန် မလွယ်ကူပါ။ ပြည် သူ့ကျန်းမာရေးနှင့် လိင်မှုရေးရာဗေဒနယ်ပယ်ရှိ များစွာသောပညာရှင်များသည် လိင်မှုရေးရာနှင့် စပ်လျဉ်း ၍ အခြေခံသဘောတရားများကို ဆွေးနွေးပြီးနောက် အားလုံးသဘောတူညီစွာ အသုံးပြုနိုင်သည့် အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် အခြေခံသဘောတရားများကို လက်ခံခဲ့ကြပါသည်။ (အမေရိကတိုက်လုံးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ [PAHO] / ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ [WHO] ၂၀၀၀; WHO, 2006a)

'လိင်မှုရေးရာ' ကို လူ့ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း နားလည်မှုနှင့် ဆက်နွယ်နေမှု၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နီးကပ်စွဲလမ်းမှုနှင့် အချစ်၊ လိင်၊ ကျားမရေးရာ၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နီးစပ်မှု၊ ကျေနပ်နှစ်သိမ့်မှုနှင့် မျိုးဆက်ပွားခြင်းတို့ ပါဝင်သော လူသားဖြစ်တည်မှု၏ အခြေခံအစိတ်အပိုင်း တစ်ရပ်အဖြစ် ရှုမြင်နားလည်နိုင်ပါသည်။ လိင်မှုရေးရာသည် ရှုပ်ထွေးနက်နဲပြီး ဘဝတစ်လျှောက် ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်နေသော ဇီဝဖြစ်စဉ်၊ လူမှုရေး၊ စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ၊ စိတ်ခံစားသက်ဝင်ယုံကြည်မှု၊ ဘာသာရေး၊ နိုင်ငံရေး၊ တရားဥပဒေ၊ သမိုင်းစဉ်၊ ကျင့်ဝတ်နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အစိတ်အပိုင်းများပါဝင်ပါသည်။

'လိင်မှုရေးရာ' ဟူသော ဝေါဟာရသည် ကွဲပြားသော ဘာသာစကားနှင့် ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံအခြေအနေများအပေါ် မူတည်၍ အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုး သက်ရောက်နိုင်သည်။ ပြောင်းလဲနိုင်သောအချက်များနှင့် ဘာသာစကားအရ အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးသက်ရောက်နိုင်မှုကို အခြေခံလျှက် လိင်မှုရေးရာကို CSE နောက်ခံအခြေအနေတွင် အောက်ပါအချက်အလက်များဖြင့် ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပါမည်။

- လိင်မှုရေးရာသည် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာကိစ္စအပါအဝင် လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် လူမှုရေးအသိုက်အဝန်းက အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ထားသော လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား ဆက်ဆံရေးနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေး တို့ကို ရည်ညွှန်းပါသည်။ ၄င်းသည် ခံစားချက်အတွေ့အကြုံတစ်ခုဖြစ်ပြီး လူသားတို့၏ နီးကပ်စွာ နေထိုင်လိုမှုနှင့် ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်ဖြင့် နေထိုင်လိုမှု လိုအပ်ချက်၏ အစိတ်အပိုင်းလည်းဖြစ်သည်။
- တစ်ချိန်ထဲမှာပင် လိင်မှုရေးရာသည် လူမှုရေးအရ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ထားခြင်းဖြစ်ပြီး ယုံကြည်ချက်များ၊ အလေ့အထများ၊ အမူအကျင့်များနှင့် သတ်မှတ်ချက်များ၏ ပြောင်းလဲမှုကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားလျှင် သဘောပေါက်နားလည်ရန် အလွယ်ဆုံးဖြစ်ပေမည်။ လိင်မှုရေးရာကို လူတစ်ဦးချင်းစီတို့၏ အလေ့အထများ၊ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ဓလေ့ထုံးစံ စံနှုန်းများက ပုံဖော်ပေးသည်။ (Weeks, 2011)။
- လိင်မှုရေးရာသည် အင်အားနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသည်။ အင်အား၏ အဆုံးစွန်နယ်နိမိတ်သည် မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းပင်ဖြစ်သည်။ CSE သည် လိင်မှုရေးရာ၊ ကျားမရေးရာ၊ အင်အားနှင့် ၄င်းတို့၏ နိုင်ငံရေးနှင့် လူမှုရေးကဏ္ဍများအကြား ဆက်စပ်မှုကို ဦးတည်ဖြေရှင်းပါသည်။ ဤသည်မှာ အသက် အရွယ် ပိုကြီးသော လေ့လာသင်ယူသူများအတွက် အထူးသင့်လျော်ပါသည်။
- လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များအပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်သော မျှော်လင့်ထားမှုများသည် ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခု အတွင်းနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမျိုးမျိုးတို့အကြား ကျယ်ပြန့်စွာ ကွဲပြားပါသည်။ အချို့အပြုအမူများကို လျော်ကန်သင့်မြတ်၍ လက်ခံနိုင်စရာဟု ရှုမြင်သော်လည်း အချို့ကိုမူ လက်ခံနိုင်စရာမဟုတ်ဟု သုံးသပ်ကြပါသည်။ ထိုအမူအကျင့်များမှာ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းမရှိဟု မဆိုနိုင်သလို 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေး ဆွေးနွေးချက်များမှ ၄င်းတို့ကို ဖယ်ထုတ်ရမည်ဟုလည်း မဆိုလိုပါ။
- လိင်မှုရေးရာသည် ဘဝတစ်လျှောက်လုံးတွင် ရှိနေပြီး ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့် ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။ ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ခံစားမှုပိုင်းနှင့် အသိဉာဏ်ရှိမှုတို့နှင့်လည်း အပြန်အလှန် ဆက်စပ်နေပါသည်။ ပညာပေးခြင်းသည် ကလေးနှင့်လူငယ်များ ဘဝအဆင့်ဆင့်တွင် ကျန်းမာ၍ တာဝန်သိသောဆက်ဆံရေး ရရှိစေရန် ပြင်ဆင် ပေးခြင်းနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချမ်းသာသုခရရှိနိုင်စေရန် မြှင့်တင်ပေးခြင်းတို့အတွက် အသုံးပြုသော အဓိကနည်းလမ်း ဖြစ်ပါသည်။

လိင်မှုရေးရာနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်များနှင့် သဘောတရားများအကြောင်း အချက်အလက်များ ပိုမို နားလည် ရရှိနိုင်ရန် Pan American Health Organization (PAHO) နှင့် WHO. 2000. Promotion of Sexual Health. Recommendations for Action. Washington D.C., PAHO
http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2008/PromotionSexualHealth.pdf နှင့်
WHO. 2006a. *Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health, 28–31 January 2002.* Geneva, World Health Organization
http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/ ကိုကြည့်ပါ။

၂.၂ ပြောင်းလဲတိုးတက်နေသော CSE နယ်ပယ်၏ အခြားအဓိက ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်အချက်များ

CSE သည် မျိုးဆက်ပွားခြင်း၊ မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ အန္တရာယ်များနှင့် ရောဂါများအကြောင်း ပညာပေးခြင်းထက် ပိုမိုကျယ်ဝန်းသည်

လူငယ်တို့၏ဘဝတွင် သတင်းအချက်အလက် ရရှိနိုင်သည့်နေရာ အများအပြား အပြိုင်အဆိုင် ရှိနေခြင်းကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ လေ့လာသင်ယူမှုလုပ်ငန်းစဉ် တွင် လူငယ်များနှင့် ထိရောက်စွာ ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက် နိုင်ပြီး ၄င်းတို့၏ လိုအပ်ချက် အဝဝကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန်အတွက် ဟန်ချက်ညီ၍ ပြည့်စုံသော ချဉ်းကပ်ဆောင်ရွက်မှုနည်းလမ်းကို လိုအပ်ပါသည်။ CSE သည် မျိုးဆက်ပွားခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်၊ ကျန်းမာရေးချို့ယွင်းမှု အန္တရာယ်နှင့် ကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများနှင့်အတူ ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် အပြန်အလှန်လေးစားမှု၊ တန်းတူညီမျှမှုတို့ကို အခြေခံသည့် ဆက်ဆံရေးစသည့် အပြုသဘောဆောင်သော ကဏ္ဍများဖြင့် လိင်မှုရေးရာကို တင်ပြနိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းလည်း ရှိပါသည်။

ထို့ပြင် ဆက်ဆံရေးများနှင့် ကျားမရေးရာနှင့် အင်အားဩဇာမညီမျှမှု၊ လူမှုစီးပွားရေး အခြေအနေ၊ လူမျိုး၊ HIV ပိုးရှိမှု၊ မသန်စွမ်းမှု၊ လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု စသည့် ထိခိုက်ခံစားရစေနိုင်သော အကြောင်း များအတွက် ပိုမိုကျယ်ပြန့်စွာသက်ဆိုင်နေသည့် လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အကြောင်းအချက်များအပေါ် ဆွေးနွေးသုံးသပ်ချက်များကိုလည်း CSE တွင် ထည့်သွင်းပါဝင်စေရန် အရေးကြီးပါသည်။

CSE တွင် ကျယ်ပြန့်သော အကြောင်းအရာများစွာ ပါဝင်ပြီး အချို့မှာ နောက်ခံ အခြေအနေအရ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် မဆီလျော်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အခြေအနေ များစွာတွင် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများမှ အဓိက အကြောင်း အရာခေါင်းစဉ် များကို ဖယ်ထုတ် (သို့) ရှောင်ရှားကာ တာဝန်သိသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များနှင့် ကျန်းမာ၍ တန်းတူမျှတသော ဆက်ဆံရေး၏ အရေးကြီးပုံ များကို အလေးထားခြင်းမပြုဘဲ မျိုးဆက်ပွားပုံ၏ ဖြစ်စဉ်ကိုသာ အသားပေးထား တတ်ပါသည် (UNESCO 2015a)။ အဓိက အကြောင်းအရာများကို ဖယ်ထုတ်ခြင်းသည် CSE ၏ ထိရောက်မှုကို လျော့နည်းစေပါသည်။ ဥပမာ - ရာသီပေါ်ခြင်းအကြောင်း မဆွေးနွေးလျှင် ၄င်းနှင့်ပတ်သက်သည့် မှားယွင်းသော လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ သဘောထားအမြင်များကို ဆက်လက်တည်တံ့နေစေရန် အားပေးရာရောက်ပါသည်။ ဤအချက်က မိန်းကလေးများ၏ ဘဝကို ထိခိုက်စေပြီး ဘဝတစ်လျှောက်လုံး မိမိခန္ဓာကိုယ်အတွက် စိတ်မအီမသာဖြစ်ကာ ရာသီပေါ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပြဿနာ တစ်စုံတစ်ရာတွေ့ကြုံလျှင်လည်း ရေငုံနှုတ်ဆိတ်နေစေနိုင်ပါသည်။

အခြား ဥပမာ များမှာ လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊ သန္ဓေတားခြင်းအကြောင်း သိပ္ပံနည်းကျ အချက်အလက်များ၊ မသန်စွမ်းသော (သို့) HIV ပိုးရှိသော လူငယ်များ၏ လိင်ပိုင်းနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များ၊ အန္တရာယ်မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်း၊ အရွယ်မရောက်မီ အတင်းအကြပ် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းနှင့် အမျိုးသမီးလိင်အင်္ဂါဖြတ်တောက်ခြင်း ကဲ့သို့သော အန္တရာယ်များသည့် အလေ့အထများ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုများအပေါ် အခြေခံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤ အကြောင်းအရာများအကြောင်း နှုတ်ဆိတ်နေခြင်း (သို့) ဖယ်ရှားခြင်းတို့က နှိမ်ချဖယ်ကျဉ်ခြင်း၊ ရှက်ရွံ့စိတ်နှင့် မသိနားလည်မှုတို့ကိုအားပေးကာ ထိခိုက်ခံစားလွယ်သော (သို့) ဖယ်ကျဉ်ခံလူအုပ်စုများအဖို့ အန္တရာယ် အပြုအမူများ ပိုမို လုပ်ဆောင်စေနိုင်ပါသည်။ ထိုအုပ်စု၏ အကူအညီ ရှာဖွေရယူလိုမှုကိုလည်း အဟန့်အတား ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်သည် အချို့အသိုက်အဝန်းများအတွင်း ဆွေးနွေးပြောဆိုရန် အကဲဆတ်သော (သို့) ခက်ခဲ သော အကြောင်းအရာအချို့ အပါအဝင် လူငယ်များ၏ဘဝတွင် အမှန်တကယ်ဖြစ်ပေါ်နေသော လိင်မှုရေးရာ ကိစ္စများနှင့် သက်ရောက်မှုများကို ဦးတည်ဖြေရှင်းရန် အရေးကြီးပုံအား အထူးပြုတင်ပြထားပါသည်။ သိပ္ပံနည်းကျ အထောက်အထားများကို အသုံးပြုထားခြင်းနှင့် ပါဝင်သောအကြောင်းအရာများကို ကျားမ တန်းတူညီမျှရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေး စံနှုန်းနှင့် စနစ်ဘောင်များအပေါ် အခြေပြုထားခြင်းတို့က ဤ ခက်ခဲသောကိစ္စများအား ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။

အရည်အသွေးကောင်းမွန်သော CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ ရှိနေသည့်တိုင်အောင် ဆရာဆရာမများက သင်ကြားရာတွင် ကသိကအောက်ဖြစ်စေသည့် အကြောင်းအရာများကို ရှောင်ရှား (သို့) အကျဉ်းချုံးလေ့ ရှိကြပါသည်။ ဆရာဆရာမများစွာသည် ခက်ခဲ၍ ဝိဝါဒ ကွဲပြားနိုင်သည့်အကြောင်းအရာများကို သင်ကြားနိုင်ရန် ကျွမ်းကျင်မှုနှင့်အတွေ့အကြုံများ မရှိကြပါ။ CSE အတွက် သီးခြားဦးတည်ဆောင်ရွက်ပေးသည့် ကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာသင်တန်းများသို့ တက်ရောက်သင်ယူရန် အခွင့်အလမ်းများလည်း မရှိကြပါ။ ဆရာ ဆရာမများ၏ အရည်အချင်းနှင့် ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းဝင်မှုကို မြှင့်တင်ပေးသော အရည်အသွေးပြည့် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ လေ့လာသင်ယူမှုများ ရရှိပါက ထိုဆရာဆရာမများမှ မှန်ကန်ကောင်းမွန်သော ကျန်းမာရေးအမူအကျင့်များ ဖြစ်ပေါ်လာစေမည့် ယုံကြည်ကိုးစားနိုင်မှုနှင့် အရည်အသွေးမြင့်မားသော ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခဆိုင်ရာ ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို ပေးနိုင်ခြေ မြင့်မားစေပါသည် (Stead et al, 2007)။

အရည်အသွေးမြင့်မား၍ အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့နှင့် သင့်လျော်သော လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ပညာပေးမှုကို မရရှိခြင်းသည် ကလေးနှင့် လူငယ်များအဖို့ အန္တရာယ်များသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအပြုအမူများ ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခေါင်းပုံဖြတ်ခံရခြင်း အန္တရာယ်များကို ပိုမိုမြင့်မားစေပါသည်။ CSE သင်ကြားရာတွင် ခက်ခဲရှုပ်ထွေးသော အကြောင်းအရာများကို ဖယ်ထုတ်ခြင်းကလည်း လူငယ်များအတွက် အန္တရာယ်ပိုများစေပြီး ၎င်းတို့ တတ်သိသလောက် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြုအမူနှင့် ဆက်ဆံရေး တို့ကိုသာ ကျင့်သုံးနေစေလိမ့်မည်။

CSE သည် ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု၊ လိင်မှုတဆင့် ကူးစက်သောရောဂါများနှင့် HIV တို့ကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ရန် နည်းလမ်းအားလုံးကို ဖော်ပြထားပါသည်။

CSE သည် လူတစ်ဦး မည်သူနှင့် မည်သည့်အချိန်တွင် နီးစပ်သောဆက်ဆံမှု (သို့) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆက်ဆံမှု ပြုလုပ်မည်ဟု ရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်၊ ထိုသို့ ရွေးချယ်ရာတွင် တာဝန်သိမှုနှင့် အခြားသူများ၏ ရွေးချယ်မှုအပေါ် လေးစားခြင်း တို့ကို မြှင့်တင်ပေးပါသည်။ ထိုရွေးချယ်မှုတွင် လိင်ဆက်ဆံခြင်းမှ ရှောင်ကျဉ်ပိုင်ခွင့်၊ ဆိုင်းငံ့ပိုင်ခွင့် (သို့) လိင်ဆက်ဆံမှု ပြုလုပ်ပိုင်ခွင့်တို့ ပါဝင်ပါသည်။ ရှောင်ကျဉ်ခြင်းသည် ကိုယ်ဝန်၊ လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးစက်ရောဂါများနှင့် HIV တို့မှ ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသောနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သော်လည်း ၎င်းသည် လူငယ်များစွာ၏ဘဝတွင် အမြဲတစေ ကျင့်သုံးနိုင်မည့်ကိစ္စမဟုတ်ဟု CSE က သိမှတ်ထားပါသည်။ ထို့ပြင် လူငယ်များသည် အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုးတွင် ၎င်းတို့၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကိစ္စများကို စီမံ ဖြေရှင်းပုံများလည်း ကွဲပြားခြားနားပါသည်။ ရှောင်ကျဉ်ခြင်း တစ်ခုတည်းကိုသာ အားပေးသော အစီအစဉ်များသည် ထိရောက်မှုမရှိသည်ကို တွေ့ရှိရပြီး လူငယ်တို့၏ လိင်ပိုင်းနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများအတွက်လည်း အန္တရာယ်ရှိစေပါသည်။ (Kirby, 2007; Santelli et al., 2017; Underhill et al., 2007)

CSE သည် အန္တရာယ်ကင်းသော လိင်ဆက်ဆံရေးကို ဦးတည်ဆွေးနွေးထားပြီး လူငယ်များ သေချာစွာ စဉ်းစားဆုံးဖြတ်ပြီးမှသာ နီးစပ်သောဆက်ဆံရေး (လိင်ဆက်ဆံခြင်း (သို့) အခြားလိင်အပြုအမူ) ပြုလုပ်နိုင်ရန် ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။ ကျားမ မရွေး လေ့လာသင်ယူသူများသည် ဆက်ဆံရေးနှင့် ခံစားချက်များ အကြောင်းကို ပိုမို သိရှိလိုကြသည်ဟု လေ့လာချက်များစွာက တွေ့ရှိခဲ့ပါသည် (Pound et al., 2016; UNESCO, 2015a)။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နီးစပ်မှု ပါသည်ဖြစ်စေ မပါသည်ဖြစ်စေ လေးစားမှုနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုကို အခြေခံထားသော ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သည့် အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရေး မည်သို့ပြုလုပ်ရ မည်ကိုလည်း သိလိုကြပါသည်။ ဤအကြောင်းကြောင့် CSE သည် လူငယ်များအား ၎င်းတို့၏ တန်ဖိုးထားမှု များနှင့်အညီ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားချက်များကို မည်သို့ဖော်ပြရမည်ကို တွေးတောနိုင်ရန် အားပေးထားပါ သည်။ လိင်ဆက်ဆံခြင်း ပြုလုပ်ရန် ရည်ရွယ်ထားသော (သို့) ပြုလုပ်နေသော လူငယ်များသည် ကွန်ဒုံး အသုံးပြု၍ ကိုယ်ဝန်နှင့် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများမှ ကာကွယ်ခြင်း အပါအဝင် ခေတ်မီသားဆက်ခြား နည်းအားလုံးအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးသုံး ကွန်ဒုံးများကို မည်သို့ရယူ၍ မှန်ကန်စွာနှင့် အမြဲတမ်းအသုံးပြုပုံ၊ HIV ကူးစက်နိုင်ခြေ မြင့်မားစွာ ရှိသူများအတွက် မထိတွေ့မီ ကာကွယ်နည်း (PrEP) များ ရှိပုံကိုလည်း သိရှိထားရန် လိုအပ် ပါသည်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများအတွက် စိတ်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေးပိုင်း ဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှုများပေးခြင်း၊ ထိတွေ့ပြီးနောက် ကာကွယ်ခြင်းနှင့် ကိုယ်ဝန်၊ လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါနှင့် HIV ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ အပါအဝင် လူငယ်များအတွက် ရင်းနီးအဆင်ပြေသည့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း လူငယ်များအား အချက်အလက်များပေးအပ်၍ ၎င်းဝန်ဆောင်မှု များကို ရယူနိုင်စေရန် လွှဲပြောင်းညွှန်းပို့ပေးခြင်းများ ရှိသင့်ပါသည်။

CSE သည် လေ့လာသင်ယူသူအား ဗဟိုပြုသည့် နည်းလမ်းကို သုံးသည်

ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ ဆရာဆရာမများသည် လေ့လာသင်ယူခြင်းဖြစ်စဉ်၏ ညွှန်ကြားသူများဖြစ်ပြီး ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် ပညာရေးတွင် လက်ခံသင်ယူသူများ ဖြစ်ကြပါသည်။ လွန်ခဲ့သော ဆယ်စုနှစ်အနည်းငယ် အတွင်းတွင်မူ လေ့လာသင်ယူခြင်းမှာ ကျောင်းသားများ မူလသိရှိပြီးသား ဗဟုသုတ များအပေါ် အစဉ်အမြဲ ဖြည့်စွက်တည်ဆောက်သွားပြီး လေ့လာသင်ယူသူများသည် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အပြန်အလှန် ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းနှင့် လက်ခံရရှိသော ဖြည့်ဆည်းလမ်းညွှန်မှုများအပေါ်မူ တည်၍ မိမိတို့၏ အသိအမြင် ဗဟုသုတများကို တည်ဆောက်သွားသည်ကို ပြသနိုင်သော နည်းလမ်းသစ်များအား ဖန်တီးလာကြသည် (Giroux, 1994)။ ဤအမြင်အရ လေ့လာသင်ယူခြင်းဆိုသည်မှာ ဆရာဆရာမများ ပို့ချလိုက်သော အကြောင်းအရာ အချက်အလက်များကို လက်ခံမှတ်သားရုံသက်သက်ထက် ပိုပါသည်။ ကျောင်းသားများသည် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အတွေ့အကြုံ အကြားအမြင်များနှင့် အလေးအနက် ချိန်ဆ၍ အကြောင်း အရာများကို ကိုယ်တိုင် နားလည်သဘောပေါက်လာစေရန် ပြုလုပ်ခွင့်ရသောအခါ အကောင်းဆုံး သင်ယူ လေ့လာနိုင်လာကြသည်။

CSE သင်ကြားမှုတွင် လေ့လာသင်ယူသူအခြေပြု (သို့) ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်သောနည်းလမ်းများ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုအတွက် အထောက် အထား အနည်းငယ်သာရှိသော်လည်း ယေဘုယျအားဖြင့်ဆိုလျှင် ထိုနည်းဗျူဟာ များသည် ကျန်းမာရေးပညာပေးလုပ်ငန်းများ၏ ထိရောက်မှုအတွက် အရေးကြီး သည်ဟု သုတေသနများက ညွှန်ပြနေပါသည်။ ဖင်လန်နိုင်ငံတွင် ပြုလုပ်သော ကျောင်းသားကျောင်းသူများ၏ လိင်မှုရေးရာ ဗဟုသုတနှင့် ခံယူချက်များအပေါ် ကျောင်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ'

ပညာပေးလုပ်ငန်း၏ သက်ရောက်မှုကို လေ့လာချက်အရ အကျိုးရလဒ်များသည် အထူးသဖြင့် ဆရာဆရာမများ၏ စိတ်အားထက်သန်မှု၊ ခံယူချက်၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် အပြန်အလှန် ပါဝင်ဆွေးနွေးနိုင်သော သင်ကြားနည်းများ အသုံးပြုနိုင်မှုတို့ကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည် (Kontula, 2010)။ ဤလမ်းညွှန်သည် CSE အတွက် သင်ယူသူကို အခြေပြုသည့် သင်ကြားနည်းကို အားပေးမြှင့်တင်ပြီး ပညာပေး အစီအစဉ်များတွင် ပူးပေါင်း လေ့လာသင်ယူရေး နည်းဗျူဟာများကို သုံးရန် အားပေးပါသည်။ သင်ယူသူအခြေပြု နည်းလမ်းများက လေ့လာသင်ယူသူများကို သင်ကြားရေးတွင် တက်ကြွစွာပါဝင်ခွင့်ရစေပြီး ထူးခြားဆန်းသစ်သော လေ့လာသင်ယူပုံများကိုလည်း အားပေးပါသည်။ လေ့လာသင်ယူခြင်းကို ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအဖြစ် ရှုမြင်နိုင်သဖြင့် ကျောင်းသားများအား မိမိ၏ဘဝကို အလေးအနက် တွေးတောဆင်ခြင်တတ်သည့် အလေ့အထ ရရှိရန် အားပေးပါသည်။

CSE ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျောင်းများသည် အဓိကအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်

ကလေးသူငယ်များနှင့် လူငယ်များအား လူကြီးတစ်ယောက်၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအတွက် အသင့်ဖြစ်နိုင်ရန် ပြင်ဆင်ပေးရာတွင် အမျိုးမျိုးသော ပါဝင်ဆောင်ရွက်သူများနှင့် အဖွဲ့အစည်းများသည် အရေးကြီးသော်လည်း ပညာရေးကဏ္ဍမှာ CSE ပေးရန်အတွက် အဓိကကျသောအခန်းမှ ပါဝင်ပါသည်။ ကျောင်းများသည် သင်ကြားသင်ယူရန်နှင့် ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် နေရာဌာနများ ဖြစ်ပြီး ကျွမ်းကျင်မှုရှိ၍ ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် သတင်းအချက်အလက်များ ပေးနိုင်သော ဆရာဆရာမများနှင့် ပုံမှန် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများဖြင့် ရေရှည်အစီအစဉ်ရေးဆွဲနိုင်မည့် အခွင့်အလမ်းများ အပါအဝင် ရှိနှင့်ပြီးသော အခြေခံအဆောက်အအုံနှင့် စနစ်များကို ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။ ဆရာဆရာမများသည် ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များအတွက် အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအရ သင့်လျော်သော လေ့လာသင်ယူမှု အတွေ့အကြုံများ ပေးရာတွင် ကျွမ်းကျင်မှုရှိသဖြင့် လူငယ်များကလည်း ကျောင်းနှင့် ဆရာဆရာမများကို သတင်းအချက်အလက်များရရှိရာ ယုံကြည်ရသည့် အရင်းအမြစ်များအဖြစ် ရှုမြင်ကြပါသည်။

နိုင်ငံအများစုတွင် အသက် ၅ နှစ်နှင့် ၁၃ နှစ်ကြား ကလေးသူငယ်များမှာ ကျောင်းတွင် ရှိနေသောအချိန် များပြားသဖြင့် (UNESCO, 2008) ကျောင်းများအနေနှင့် ကွဲပြားသောနောက်ခံများမှလာကြသော လူငယ်များစွာဆီသို့ ထပ်မံဆင့်ပွားနိုင်၍ ရေရှည်တည်တံ့နိုင်သော နည်းလမ်းများဖြင့် လက်တွေ့ကျကျ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် ကျောင်းများမှာ CSE ကို အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအရ အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်အောင် နှစ်အတန်ကြာ အတွင်း အဆင့်ဆင့် ပေးနိုင်သော အကောင်းဆုံးနေရာများ ဖြစ်ကြပြီး သင်ကြားသော အကြောင်းအရာများကိုလည်း ရှိရင်းစွဲအပေါ် ထပ်မံဖြည့်စွက်သွားနိုင်ပါသည် (Gordon, 2008)။

လူငယ်များစွာသည် ကျောင်းနေစဉ်တွင် အပျိုဖော် လူပျိုဖော်ဝင်ကြပြီး သူတို့၏ ပထမဆုံး ဆက်ဆံရေးကို စတင်ကြလေ့ရှိရာ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးလည်း ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ ဤအချက်ကြောင့် ကလေးနှင့် လူငယ်များကို အခွင့်အရေးများ၊ ဆက်ဆံရေးများ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် ကျားမရေးရာ အမြင်များအကြောင်းကို ပညာရေးစနစ်အတွင်း အသက်အရွယ်နှင့်သင့်လျော်စွာ အဆင့်ဆင့် ပညာပေးသွားရန်မှာ ပို၍ပင် အရေးကြီးလာပါသည်။

ကျောင်းများတွင် CSE ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း၏ အားသာချက်များတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်ပါသည်။

- ကျောင်းအာဏာပိုင်များသည် လေ့လာသင်ယူမှု ဝန်းကျင်အနေအထားကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပံ့ပိုးထောက်ပံ့မှု ပေးနိုင်ရန် ထိန်းကွပ်နိုင်သော အခွင့်အာဏာရှိပါသည်။
- ကျောင်းအခြေပြု အစီအစဉ်များသည် HIV တားဆီးကာကွယ်ရေးနှင့် လူငယ်များ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ပညာပေး အချက်အလက်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ ရပိုင်ခွင့်ရှိစေရန်အတွက် အလွန် ကုန်ကျစရိတ် သက်သာစွာဖြင့် ထိရောက်သော နည်းလမ်းဖြစ်သည်ကို တွေ့ရှိခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- ကျောင်းများကို ကလေးများ၊ မိဘများ၊ မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာလူထုတို့အား အခြားဝန်ဆောင်မှုများ (ဥပမာ) ကျန်းမာရေးနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်သော လူမှုရေး ကူညီပံ့ပိုးမှုဌာနများအဖြစ် သုံးနိုင်ပါသည် (Kivela et al., 2013; UNESCO, 2011a; 2016c)။

ကျောင်းများအပြင် အဆင့်မြင့်ပညာသင် တက္ကသိုလ်များသည်လည်း အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။ လူအများအပြားသည် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော ပညာပေးအချက်အလက် မရရှိဖူးသေးဘဲ တက္ကသိုလ်များသို့ ရောက်ရှိလာကြပါသည်။ ကျောင်းသားအများအပြားသည် အိမ်မှ ပထမဆုံး အကြိမ်ခွဲခွာကာ ဆက်ဆံရေးများရှိလာကြပြီး လိင်မှုကိစ္စ စတင်တော့မည့် အသက်အရွယ်ပိုင်းတွင် တက္ကသိုလ်သို့ ရောက်ရှိလာကြသဖြင့် ဤအဆင့်တွင် CSE ပေးရန်မှာ အထူးအရေးကြီးပါသည်။

ကျောင်းပြင်ပနှင့် ရပ်ရွာအခြေပြု ဝန်းကျင်များသည်လည်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု CSE ဆောင်ရွက်ပေးရန် အရေးပါသော အခွင့်အလမ်းများရှိပါသည်။

ကျောင်းပြင်ပနှင့် ရပ်ရွာအခြေပြု ဝန်းကျင်များတွင် ပြုလုပ်သော CSE အစီအစဉ်များသည် ကျောင်းပြင်ပ လူငယ်များ၊ ထိခိုက်ခံစားရလွယ်ပြီး ဖယ်ကျဉ်ခံရမှုအများဆုံးဖြစ်နိုင်သော လူငယ်အုပ်စုများထံသို့ ရောက်ရှိနိုင်ရန် အလားအလာရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် ကျောင်းနေသူနည်းပါးပြီး နိုင်ငံအဆင့် ကျောင်းသင်ရိုးညွှန်း တမ်းတွင် ပြည့်စုံလုံလောက်သော CSE မထည့်သွင်းထားသော နိုင်ငံများတွင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျောင်းမတက်နိုင်သော သို့မဟုတ် ကျောင်းထွက်သွားသော အသက် ၆ နှစ်နှင့် ၁၅ နှစ်အကြား ကလေးနှင့် လူငယ်များ ၂၆၃ သန်းမျှ အရေအတွက်ရှိနေသည့် ဤကမ္ဘာတွင် (UNESCO, 2016a) ရပ်ရွာလူထု စုဝေးရာ နေရာဌာနများ၊ အားကစားအသင်း၊ ကင်းထောက်အသင်း၊ ဘာသာရေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ အသက်မွေးဝမ်း ကြောင်းသင်တန်းဌာနများ၊ ကျန်းမာရေးအသင်းအဖွဲ့နှင့် အင်တာနက်အွန်လိုင်းစသည့် ကျောင်းပြင်ပ ဝန်းကျင်နေရာများသည် ပညာရေးအတွက် အရေးပါသောကဏ္ဍမှ ပါဝင်ကြပါသည်။

ကျောင်းတက်နေသော လူငယ်များသည်လည်း စနေ၊ တနင်္ဂနွေနေ့များ၊ ညနေပိုင်းများနှင့် ကျောင်းပိတ်ရက်များတွင် ရပ်ရွာအခြေပြု CSE အစီအစဉ်များသို့ သွားရောက်လေ့ရှိပါသည်။ ဤအစီအစဉ်များကို တက်ရောက်ခြင်းသည် စာသင်ခန်းအတွင်း ပို့ချသော CSE ပါ အကြောင်းအရာများကို ဖြည့်စွက်ပေးရာ ရောက်ပြီး အသိပညာကို ပိုမိုကျယ်ပြန့်စေပါသည်။ ဥပမာ ကမ္ဘာ့ဒေသအချို့တွင် ဆရာဆရာမများ စာသင်ခန်းအတွင်း ကွန်ဒုံးအသုံးပြုနည်း သရုပ်ပြခြင်းကို တားမြစ်ထားသော်လည်း ရပ်ရွာအခြေပြု အခြေအနေအများစုမှာမူ ထိုကဲ့သို့ တားမြစ်မထားပါ။ ရပ်ရွာအခြေပြုသင်ခန်းစာများသည် စာသင်ခန်းမှာကဲ့သို့ ပုံမှန် မိနစ် ၄၀ မသတ်မှတ်ထားပါ။ ကျောင်းပြင်ပနှင့် ရပ်ရွာတွင်ပြုလုပ်သော CSE လုပ်ငန်းများသည် မိဘနှင့် ရပ်ရွာ ခေါင်းဆောင်များကို CSE နှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်စေရန်နှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ပိုမိုခိုင်မာသော ဆက်သွယ်မှုများပြုလုပ်နိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းများရရှိစေပါသည်။

ကျောင်းပြင်ပနှင့် ရပ်ရွာအခြေပြုဝန်းကျင်တွင် ဆောင်ရွက်မည့် CSE လုပ်ငန်းအတွက် နည်းစနစ်များ ကွာခြားမှုရှိနိုင်သော်လည်း ပါဝင်အကြောင်းအရာများသည် အထောက်အထားအပေါ် အခြေခံ၍ အသက်အုပ်စုအလိုက် အကြံပြုထားသော ကျယ်ပြန့်သည့် အကြောင်းအရာအားလုံး ပါဝင်သင့်ပါသည်။ ထို့ပြင် ထိရောက်သောအစီအစဉ်များ၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကိုလည်း ထည့်သွင်းထားသင့်သည်။ (*အပိုင်း ၅ - အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် လေ့လာသင်ယူမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အပိုင်း ၇ - ထိရောက်သော CSE အစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း* တို့ကို ကြည့်ပါ)

Nolte Lourens/Shutterstock.com

၂

လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ

၃ - လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ

ဤအပိုင်းသည်ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး (SRH) လိုအပ်ချက်များအပေါ် ခြုံငုံသုံးသပ်ချက်နှင့် ၎င်းတို့၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော အရေးကိစ္စများကို ဖော်ပြထားပါသည်။

၃.၁ ကလေးသူငယ်နှင့်လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး (SRH)

SRH ဆိုသည်မှာ လိင်မှုရေးရာနှင့် ပတ်သက်၍ အနာရောဂါနှင့် အားနည်းချွတ်ယွင်းမှု ကင်းရုံမျှမကပဲ ရုပ်ပိုင်း၊ ခံစားချက်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာတို့၌ ကျန်းမာ၍ ချမ်းသာသုခပြည့်စုံခြင်းကို လွှမ်းခြုံဆိုလိုသည် (WHO, 2006a)။ ကျန်းမာစေသောအလေ့အထများနှင့် ကျန်းမာရေးကောင်းရန် မည်သို့ထိန်းသိမ်းနေထိုင်ရမည်ကို သိရှိနားလည်ခြင်းသည် ကလေးဘဝ အစောပိုင်းတွင်စတင်သည်။ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ခံစားချက်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာပြောင်းလဲမှုများ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေပြီး ဆယ်ကျော်သက်အများအပြားသည် ၎င်းတို့၏ လိင်မှုရေးရာကို စတင်စူးစမ်း၍ အခြားသူများနှင့်ဆက်ဆံရေး စတင်သောကာလဖြစ်သဖြင့် SRH အလေ့အထကောင်းများနှင့် နေထိုင်မှုပုံစံတို့ကို တည်ဆောက်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန် ဖြစ်ပါသည်။

လူငယ်များအပေါ်သက်ရောက်မှုရှိသော အဓိက SRH အရေးကိစ္စများတွင်အောက်ပါတို့ ပါဝင်သည်။

အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်း - ကလေးဘဝမှ အရွယ်ရောက်သူဘဝသို့ ကူးပြောင်းစဉ် စပ်ကူး မတ်ကူးကာလမှာ ယောက်ျားလေးနှင့် မိန်းကလေးနှစ်ဦးစလုံးအတွက် စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ရာဖြစ်ပြီး အဓိက အပြောင်းအလဲကြီးတစ်ခုအဖြစ် ရှုမြင်နိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ယောက်ျားလေးများအတွက် လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းသည် အပြုသဘောဆောင်သည့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားချက်များနှင့် သိသာထင်ရှားစွာ ဆက်စပ်နေပြီး မိန်းကလေးများအတွက်မူ ဤအချိန်ပိုင်းသည် လိင်မှုရေးရာ၊ အပျိုစင်ဖြစ်မှု၊ မျိုးပွားနိုင်ခြင်းနှင့် အမျိုးသမီးဘဝ စသည်တို့နှင့် ပတ်သက်၍ ဝိဝါဒကွဲပြားသော သတင်းအချက်အလက်များ စတင်ချိန် ဖြစ်ပါသည်။

မိန်းကလေးအများအပြားအတွက် ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းအား အပျိုဖော်စတင်ဝင်ရောက်ခြင်းဟု ရှုမြင်ပါသည်။ အချို့ ရပ်ရွာအခြေအနေများတွင် ဓလေ့ထုံးစံ အစွဲအလမ်းများနှင့် နိမ့်ချသတ်မှတ်မှုများကြောင့် မိန်းကလေးများ ရာသီသွေးပေါ်စဉ် မိသားစုနှင့်ခွဲ၍ အိပ်စက်စားသောက်ရန်နှင့် ကျောင်းမတက်ရန် အတင်းအကျပ် ခိုင်းစေခံရပါသည်။ နိုင်ငံအများအပြားရှိ ကျောင်းများတွင် သီးသန့်လုံခြုံလွတ်လပ်မှုရှိ၍ သန့်ရှင်းသော (သို့မဟုတ်) ရာသီသွေးအတွက်သုံးသည့် သန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများကို စွန့်ပစ်နိုင်ရန် စီမံထားသော အိမ်သာများမရှိကြပါ။ ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းသည် ယေဘုယျအားဖြင့် လစ်လျူရှုခံထားရသော ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ပြီး နိုင်ငံများစွာရှိ မိန်းကလေးအများအပြားသည် ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းအကြောင်း ဗဟုသုတမရှိကြဘဲ အယူအဆအမှားများလည်း ရှိကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့အတွက် ကြောက်ရွံ့မှု၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှု တို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းစတင်ချိန်တွင် အဆင်သင့်မဖြစ်ကြပါ။

ယောက်ျားလေးများ လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်ကို လိင်မှုကိစ္စအတွက် ဆန္ဒနှင့် စွမ်းအားတို့စတင်ကာ ခံစား ပိုင်ဆိုင်နိုင်သော အချိန်အဖြစ် မှတ်ယူကြပါသည်။ ယောက်ျားလေးများအတွက် လိင်အင်္ဂါ တောင့်တင်းခြင်းနှင့် အိပ်စက်စဉ်သုက်လွှတ်ခြင်းတို့သည် ကသိကအောက် ဖြစ်နိုင်သော်လည်း မိန်းကလေးများ ကြုံတွေ့ရသကဲ့သို့ ရှက်စရာအဖြစ်အပျက်တစ်ခုအဖြစ် မရှုမြင်ကြပါ။ ယောက်ျားလေးများအနေနှင့် ၎င်းတို့၏ လိင်မှုရေးရာနှင့် ပတ်သက်သည့် လိုအပ်ချက်နှင့် မေးခွန်းများကို ဖြေရှင်းပေးခြင်းမရှိဟု ထင်မြင်တတ်ကြသော်လည်း ကျားသဘာဝကို ပြဿနာတစ်ခုအဖြစ် ရှုမြင်လေ့မရှိသဖြင့် လိင်မှုရေးရာ ပညာပေးအစီအစဉ်များစွာတို့တွင် ဖိုသဘာဝ ဆွေးနွေးခြင်းများ မပါရှိကြပါ (UNESCO 2014b)။

ရုပ်ပိုင်းနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာပြောင်းလဲမှုများနှင့် တွဲဖက်နေသော အပျိုလူပျိုဖော်ဝင်ချိန်သည် လိင်အင်္ဂါနှစ်မျိုးစလုံးပါသော (သို့) မိမိတို့၏ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူချက် (သို့မဟုတ်) ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်မှုအပေါ် မဝေခွဲနိုင်သေးသော ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် အလွန်ခက်ခဲ၍ စိန်ခေါ်မှုများသော အချိန်ဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း - လွန်ခဲ့သောဆယ်စုနှစ်များအတွင်း တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာဖြင့် မွေးဖွားမှုနှုန်းများ သိသာစွာကျဆင်းလာနေသော်လည်း အသက် ၁၅ နှစ် နှင့် ၁၉ နှစ်ကြား ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများစွာမှာ ကလေးမွေးဖွားပြီး ဖြစ်နေကြပါသည်။ ယင်းအခြေအနေမှာ ဒေသအလိုက် ကွာခြားမှု ရှိနိုင်ပါသည်။ ၂၀၁၄ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး စာရင်းဇယားများအရ အသက် ၁၅ နှင့် ၁၉ နှစ် အကြား ရှိသူများ၏ ပျမ်းမျှမွေးဖွားနှုန်းသည် မိန်းကလေး ၁၀၀၀ လျှင် ၄၉ ဖြစ်ပြီး နိုင်ငံအလိုက်ကွာခြားမှုသည် မိန်းကလေး ၁၀၀၀ လျှင် ၁ မှ ၂၉၉ အထိ ဖြစ်ပါသည် (WHO 2014b)။ ငယ်ရွယ်စဉ် အိမ်ထောင်ကျခြင်းမှာ အဓိကအကြောင်းရင်း ဖြစ်သည်။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများရှိ ဆယ်ကျော်သက်မိခင် မွေးဖွားမှုများ၏ ၉၀ % ခန့်မှာ အိမ်ထောင်ပြုပြီးချိန်တွင် ဖြစ်သည် (PLAN 2017)။ ငယ်ရွယ်စဉ် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် မွေးဖွားခြင်းသည် ဆိုးရွားသော ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုရေးအကျိုးဆက်များကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး အသက် ၁၉ နှစ်အောက် မိန်းကလေးများ သေဆုံးမှု၏ ဒုတိယအကြောင်းရင်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်နှင့် မီးဖွားစဉ် ဖြစ်ပေါ်သော နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများသည် ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများသေဆုံးမှု၏ အဓိက အကြောင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည် (WHO 2011)။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားသော ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးများသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ခံယူရာတွင် အသက်အရွယ်ပိုကြီးသော အမျိုးသမီးများထက် နှောင့်နှေးရန် အလားအလာ ပိုများပါသည်။ အကြောင်းမှာ ၎င်းတို့သည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများအကြောင်း လုံလောက်စွာ နားလည်သိရှိမှုမရှိခြင်း (သို့) ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများ ရယူနိုင်ရန် လွတ်လပ်စွာ ဆုံးဖြတ်ရန် အဟန့်အတားများရှိနေခြင်း (ဥပမာ - တစ်ဖက် ဆွေမျိုးများ၊ လိင်ဆက်ဆံမှုကို သဘောတူခွင့်ပြုနိုင်ရန်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများရယူရန်တို့အတွက် အသက်အရွယ်ကို ကန့်သတ်မှုရှိသော ဥပဒေနှင့် မူဝါဒများ) တို့ကြောင့်ဖြစ်သည် (WHO 2008)။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးများသည် ကျောင်းထွက်၍ ပညာရေးကို ရပ်တန့်ရနိုင်ခြေများပြီး ဤအချက်ကြောင့် နောင်အခါ အလုပ်အကိုင်ရရှိရေးနှင့် အခြားဘဝအခွင့်အလမ်းများအတွက် အဟန့်အတားဖြစ်စေပါသည် (UNESCO 2017a)။

ခေတ်မီသားဆက်ခြားနည်းလမ်းများကို လက်လှမ်းမီမှု - သားဆက်ခြားနည်းလမ်းများသုံးစွဲရန် လူငယ်အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးနှစ်ဦးစလုံးတွင် တာဝန်ရှိသော်လည်း အမျိုးသမီးများ၏ သားဆက်ခြားရန် လိုအပ်ချက်မပြည့်မီမှုအကြောင်းကိုသာ ပိုမိုသိရှိကြပါသည်။ ရှေးရိုးဆန်သော လူ့အဖွဲ့အစည်းရှိ အိမ်ထောင်မရှိသော အမျိုးသမီးများအဖို့ လိင်ဆက်ဆံမှုရှိသည်ကို ဝန်ခံရန် တွန့်ဆုတ်မှုကြောင့် ထိုအုပ်စု၏ မပြည့်မီသော လိုအပ်ချက်အတိုင်းအတာကို အမှန်ထက် လျှော့နည်းခန့်မှန်းနိုင်သော်လည်း ယေဘုယျအားဖြင့် အမျိုးသမီးအားလုံး၏ သားဆက်ခြားရန်လိုအပ်ချက်မပြည့်မီမှု၏ ထက်ဝက်ထက်နည်းသောပမာဏမှာ ထိုအုပ်စုဝင်များကြောင့် ဖြစ်သည် (Sedgh et al., 2016)။ ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများကလည်း ဥပဒေရေးရာ အဟန့်အတားများ၊ အခြား လက်လှမ်းမီ ရရှိနိုင်မှုနှင့်ဆိုင်သည့် အကြောင်းပြချက်များ၊ ကျန်းမာရေးနှင့် သားဆက်ခြားနည်းလမ်းများ၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများအပေါ် စိုးရိမ်မှုတို့ကို ဖော်ပြကြပါသည် (IPPF နှင့် Coram Children’s Legal Centre, 2014; Guttmacher Institute, 2015b)။ ထို့ပြင် ကွန်ဒုံးနှင့် အရေးပေါ်သားဆက်ခြားဆေးအပါအဝင် ခေတ်မီသားဆက်ခြား

နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို မည်သည့်နေရာမှရယူ၍ မည်သို့အသုံးပြုရမည်၊ ကိုယ်ဝန်နှင့် HIV ပိုးရှိမရှိ မည်သည့်နေရာတွင် စစ်ဆေးရမည် စသည့် ဗဟုသုတများ အလွန်အားနည်းပါသည်။ အထူးသဖြင့် အာဖရိကနှင့် အာရှ တို့တွင် ဖြစ်ပါသည် (Guttmacher Institute, 2015b)။ ဤအချက်က ကွန်ဒုံး အသုံးပြုခြင်းသည် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်နှင့် HIV/STI နှစ်မျိုးစလုံးကို ကာကွယ်နိုင်ကြောင်း သတင်းအချက်အလက်အား ရရှိရန် အရေးကြီးကြောင်း မီးမောင်းထိုးပြနေပါသည်။

အန္တရာယ်မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်း - တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာအရ အသက် ၁၅ နှစ် ၁၉ နှစ်ကြားရှိ မိန်းကလေး ၃ သန်းခန့်သည် အန္တရာယ် မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းကို နှစ်စဉ် ပြုလုပ်ကြ ပါသည် (WHO 2014a)။ ကမ္ဘာ့ဒေသအများအပြားတွင် အန္တရာယ်ကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှုကို ဥပဒေ အရ ကန့်သတ်ထားသဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်များသည် မကျွမ်းကျင်သူများ ပြုလုပ်သော အန္တရာယ်များသည့် နည်းလမ်းများကို ရယူလေ့ရှိကြပါသည်။ ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများသည် အသက် ၂၀ ကျော် အမျိုးသမီးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက အန္တရာယ်မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်မှုကြောင့်ဖြစ်သော သေဆုံးမှုနှင့် နာမကျန်းဖြစ်မှုများကို ပိုမိုများပြားစွာ ခံစားကြရပါသည်။ ဆယ်ကျော်သက်များသည် ကိုယ်ဝန်ရှိနေသည်ကို အရွယ်ရောက်သူ အမျိုးသမီးများထက် ပို၍ နောက်ကျမှ သိရှိကြသဖြင့် ၎င်းတို့ကိုယ်ဝန်ကို အဆုံးသတ်လိုလျှင် လပိုရင့်သည့်အချိန်၌ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချလေ့ရှိပါသည်။ အချို့အခြေအနေများတွင် နိမ်ချပြစ်တင်မှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုနှင့် အခြား အကြောင်းများကြောင့် ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးများသည် ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းကို အသက်အရွယ်ပိုကြီးသူ အမျိုးသမီးများထက် ပိုလုပ်လေ့ရှိသည် (သို့) မကျွမ်းကျင်သူများနှင့် ဖျက်ချလေ့ရှိသည်။ ၎င်းတို့သည် အများအားဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းနှင့် ကိုယ်ဝန်ပျက်ပြီးနောက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုခံယူခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ၎င်းတို့၏ အခွင့်အရေးများအကြောင်းကိုလည်း ကောင်းစွာမသိရှိကြပါ။

ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုအပါအဝင် အကြမ်းဖက်မှုများ - ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ခန့်မှန်းချက်များအရ အမျိုးသမီး ၃ ဦးလျှင် တစ်ဦး (၃၅ ရာခိုင်နှုန်း) သည် ဘဝတစ်သက်တာတွင် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော် (သို့) အဖော် မဟုတ်သူက ပြုလုပ်သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် (သို့) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်း ဖက်မှုကို ခံစားရဖူးသည်။ အကြမ်းဖက်ခြင်းသည် လူတစ်ဦး၏ အခွင့်အရေးကို ကျူးလွန်ဖောက်ဖျက်ခြင်းဖြစ်ပြီး အမျိုးသမီးများ၊ မိန်းကလေးများနှင့် ထိခိုက်ခံစားလွယ်သည့် အုပ်စုများအား HIV ကူးစက်မှု၊ မလိုလားသော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုနှင့် အခြားကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုရေးပြဿနာ အန္တရာယ်များနှင့် ပိုမိုနီးကပ်စေပါသည် (UNAIDS, 2017)။ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်က ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှုမှာ အဖြစ်အများဆုံး ဖြစ်သည် (WHO 2016b)။ ကလေးသူငယ်များအား အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ၏ အတိုင်းအတာကို အောက်ပါအချက်အလက်များက ဖော်ပြနေပါသည်။

- ကမ္ဘာတစ်လွှားရှိ မိန်းကလေး သန်း ၁၂၀ ခန့် (မိန်းကလေး ၁၀ ဦးလျှင် ၁ ဦးထက် အနည်းငယ်ပိုသော) သည် ၎င်းတို့၏ ဘဝတစ်ချိန်ချိန်တွင် **အတင်းအကြပ်ခိုင်းစေသော လိင်ဆက်ဆံမှု (သို့) အခြား အတင်းအကြပ် ခိုင်းစေသော လိင်အပြုအမူများ** (သို့) ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သောလက်တွဲဖော်က ကျူးလွန်သော အခြားအကြမ်းဖက်မှုများကို ကြုံတွေ့ကြရသည် (UNICEF 2014)။
- **ကလေးသူငယ်များအား လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုခြင်းကို** ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများ နှစ်ဦးစလုံးခံစားရပါသည်။ နိုင်ငံတကာလေ့လာချက်များအရ အမျိုးသမီး ၂၀ % ခန့်နှင့် အမျိုးသား ၅-၁၀ % သည် ကလေးဘဝတွင် လိင်အကြမ်းဖက်မှု ခံရဖူးသည်ဟု တွေ့ရှိရပါသည်။
- **ချိန်းတွေ့ချိန်အကြမ်းဖက်မှု** အပါအဝင် လူငယ်များအကြား အကြမ်းဖက်မှု သည်လည်း အဓိကပြဿနာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ (WHO 2016b)
- နိုင်ငံပေါင်း ၃၀ ရှိ ယနေ့အထိ သက်ရှိထင်ရှားရှိနေသော အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေး အနည်းဆုံး သန်း ၂၀၀ သည် **အမျိုးသမီးလိင်အင်္ဂါ ဖြတ်တောက်ခြင်း (FGM/C)** ကို ခံခဲ့ရသည်။ ထို နိုင်ငံအများစုရှိ မိန်းကလေး အများစုမှာ အသက် ၅ နှစ်မတိုင်မီ ဖြတ်တောက်ခြင်း ခံခဲ့ရပါသည် (PLAN, 2016)။
- **ကလေးသူငယ်များအား စောစီးစွာ အတင်းအကြပ်ထိမ်းမြားပေးခြင်း (CEFM) လက်မထပ်ပဲ အတူပေါင်းသင်းနေထိုင်စေခြင်း**သည် အခြေခံ လူ့အခွင့်အရေးအား ချိုးဖောက်ခြင်းဖြစ်ပြီး သတို့သမီးငယ်နှင့် သူမ၏ ခင်ပွန်းအကြား အင်အားကွာဟမှုကြောင့် မိန်းကလေးများကို ထိခိုက်ခံစားရ လွယ်သော အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိစေပါသည်။ တကမ္ဘာလုံးတွင် CEFM ဖြစ်ပွားနှုန်းသည် အာဖရိကတိုက် ဆဟာရဒေသခွဲတွင် အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည်။ ထိုဒေသတွင် မိန်းကလေး ၁၀ ဦးတွင် ၄ ဦးသည် အသက် ၁၈ နှစ်မတိုင်မီ အိမ်ထောင်ပြုပြီး ၈ ယောက်တွင် ၁ ယောက်သည် အသက် ၁၅ နှစ်မတိုင်မီ အိမ်ထောင်ပြုခဲ့သည် (သို့) အတူတကွ ပေါင်းသင်းနေထိုင်ကြသည်။ လက်တင်အမေရိကနှင့် ကာရစ်ဘီယံဒေသတွင် အသက် ၂၀ နှင့် ၂၄ နှစ်ကြား အမျိုးသမီးများ၏ ၂၄ % သည် ကလေးဘဝတွင် အိမ်ထောင်ပြုကြသဖြင့် ဒုတိယ လိုက်ပါသည်။ ၎င်းတို့၏ နောက်တွင် အရှေ့အလယ်ပိုင်းဒေသနှင့် အာဖရိကတိုက် မြောက်ပိုင်း တို့ရှိပြီး ၁၈% မှာ ကလေးဘဝတွင် အိမ်ထောင်ပြုခဲ့ကြပါသည် (UNICEF, 2014a)။
- နှစ်စဉ်ခန့်မှန်းခြေ ကလေးသူငယ် ၂၄၆ သန်းသည် ကျောင်းတွင် (သို့) ကျောင်းသွားစဉ် **ဆိုးဝါးစွာဆက်ဆံခြင်း၊ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခြင်း၊ စိတ်ပိုင်းနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကားနှောင့်ယှက်ခြင်းအပါအဝင် ကျားမ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု** တစ်မျိုးမျိုးနှင့် ကြုံတွေ့ရပါသည်။ ၂၅% သော ကလေးသူငယ်များမှာ ကိုယ်ထိလက်ရောက် အကြမ်းဖက်ခံရပြီး ၃၆ % မှာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုခံရပါသည် (WHO, 2016c)။
- အမျိုးသမီးလိင်တူချစ်သူ၊ အမျိုးသားလိင်တူချစ်သူ၊ လိင်နှစ်မျိုးစလုံးနှင့် ဆက်ဆံသူ သို့မဟုတ် လိင်ပြောင်းလဲထားသူများ အပါအဝင် အများလက်ခံ ထားသော လိင်ပိုင်းနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် မကိုက်ညီဟု ယူဆခံရသော ကျောင်းသားကျောင်းသူများသည် ကျောင်းတွင် အကြမ်းဖက်ခံရမှု ပိုခံစားရနိုင်ပါသည်။ **လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု၊ ဖော်ပြမှုတို့အပေါ် အခြေခံသော အကြမ်းဖက်မှု**ကို လိင်တူချစ်သူများအား မုန်းတီးမှုနှင့် လိင်ပြောင်းသူများအား မုန်းတီးမှုကြောင့် ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှုဟုလည်း ခေါ်ဆိုပြီး ကျောင်းနှင့် ဆက်စပ် ဖြစ်ပေါ်သော ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုတစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည် (UNESCO, 2016b)။
- စောစီးစွာ မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်ရရှိမှုသည် ဆရာများနှင့် ကျောင်းနေ ဘက်များပြုလုပ်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှုကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကျောင်းတွင်ဖြစ်ပွားသော **ကိုယ်ဝန်နှင့်သက်ဆိုင်သည့် ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု**တွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိန်းကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်မိခင်များအပေါ် အခန်းဖော်နှင့် ဆရာဆရာမများက ကျူးလွန်သော အနိုင်အထက်ပြုမှုခြင်းနှင့် စနောက်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ (UNESCO, 2017)

HIV နှင့် AIDS - အသက် ၁၅ နှစ် နှင့် ၂၄ နှစ်ကြားလူငယ်များအကြား HIV ကူးစက်မှုအသစ်များကို တားဆီးကာကွယ်ရာတွင် တစ်ကမ္ဘာလုံး အတိုင်းအတာအရ တိုးတက်မှုအချို့ ရှိခဲ့သော်လည်း ကူးစက်မှု ကျဆင်းသည့်နှုန်းမှာ အလွန်နှေးကွေးပါသည်။ ၂၀၁၀ နှင့် ၂၀၁၆ ကြားတွင် အရှေ့ဥရောပနှင့် အာရှတိုက်အလယ်ပိုင်းမှအပ ဒေသတိုင်းတွင် အသက် ၁၅ နှစ် နှင့် ၂၄နှစ်အကြား အမျိုးသမီးငယ်နှင့် အမျိုးသားငယ်များတွင် (HIV ကူးစက်မှုအသစ်) ဖြစ်ပွားမှု ကျဆင်း ခဲ့ပါသည်။ အရှေ့ဥရောပနှင့် အာရှတိုက်အလယ်ပိုင်း ဒေသနှစ်ခုတွင်မူ ဤအသက်အုပ်စုတွင် HIV ကူးစက်မှုအသစ်သည် ထိုအချိန်ကာလအတွင်း ၁၂% မြင့်တက်လာခဲ့ပါသည် (UNAIDS, 2017)။ ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် တစ်ကမ္ဘာလုံး အတိုင်းအတာအရ HIV နှင့် AIDS သည် အသက် ၁၀ နှစ် နှင့် ၁၉ နှစ် ကြား ဆယ်ကျော်သက်များ သေဆုံးမှု၏ နဝမမြောက် အဓိကအကြောင်းအရင်းဖြစ်ပါသည် (WHO 2017b)။ အာဖရိကတိုက် ဆာဟာရဒေသခွဲတွင် HIV နှင့် AIDS သည် ဆက်လက်၍ သိသာစွာ သက်ရောက်မှု ရှိနေဆဲဖြစ်ပါသည်။ အာဖရိကတိုက်တွင် ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးနှင့် အသက် ၁၅ နှစ် နှင့် ၂၄နှစ်ကြား အမျိုးသမီးငယ်များသည် HIV ကူးစက်မှုအန္တရာယ်ကို မြင့်မားစွာကြုံတွေ့ နေကြရပါသည်။ အခြေအနေများစွာတွင် လိင်တူချစ်သူ အမျိုးသားငယ်များ၊ အခြားအမျိုးသားချင်း ဆက်ဆံသူများ၊ လိင်ပြောင်းလူငယ်များအပါအဝင် ငယ်ရွယ်သော အဓိကအန္တရာယ်နီးကပ်သူ အုပ်စုများသည် HIV ၏ ဆိုးကျိုးများကို အခြားသူများထက် ပိုမိုခံစားရဆဲ ဖြစ်ပါသည် (Bekker et al.,

2015)။ HIV အကြောင်း ပြည့်စုံသောဗဟုသုတများ တိုးမြင့်လာသော်လည်း ၂၀၁၁ မှ ၂၀၁၆ ကာလအတွက် အချက်အလက်များ ရရှိသော နိုင်ငံ ၃၇ နိုင်ငံမှ အမျိုးသားငယ် ၃၆ % နှင့် အမျိုးသမီးငယ် ၃၀ % (အသက် ၁၅ - ၂၄) သာလျှင် HIV ကာကွယ်နည်းကို ပြည့်စုံမှန်ကန်စွာ သိရှိကြပါသည် (UNAIDS, 2017)။ အခြား ထူးခြားစွာ အန္တရာယ်များစေသည့် အကြောင်းရင်းများ (ဥပမာ လိင်မှုကိစ္စ ကွန်ရက်များမှ ကူးစက်ခြင်း၊ အသက်အရွယ်ကွာဟသူများ လိင်ဆက်ဆံမှုနှင့် စအိုအသုံးပြု၍ လိင်ဆက်ဆံခြင်းတို့နှင့် ယှဉ်တွဲနေသည့် အန္တရာယ်များ)၊ ဇီဝဆေးပညာနည်းဖြင့် ကာကွယ်ခြင်းနည်းသစ်များ (ဥပမာ PrEP) နှင့် HIV နှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု ဆက်စပ်ပုံအကြောင်း ဗဟုသုတများမှာ ပို၍ နည်းပါးနိုင်ပါသည် (UNAIDS, 2016)။

လိင်မှတစ်ဆင့် ကူးစက်ရောဂါများ (STIs) - တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် နှစ်စဉ် ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့် ကုသ၍ရသော လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးစက်ရောဂါ လူနာအသစ် ၃၃၃ သန်း ဖြစ်ပွား၍ ဖြစ်ပွားနှုန်းအများဆုံးမှာ အသက် ၂၀ - ၂၄ နှစ် အုပ်စုဖြစ်ပြီး ဒုတိယမှာ အသက် ၁၅ - ၁၉ နှစ် အုပ်စု ဖြစ်ပါသည်။ လူငယ် ၂၀ ဦးလျှင် တစ်ဦးသည် နှစ်စဉ် လိင်မှကူးစက်ရောဂါတစ်မျိုး ကူးစက်ခံရသည်ဟု ယုံကြည်ရပါသည်။ (HIV နှင့် အခြားပိုင်းရပ်စ်ပိုး ကြောင့်ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါ များမပါဝင်ပါ)။ ဆယ်ကျော်သက်အနည်းစုကသာ ငွေကြေးသက်သာ၍ လက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိသော STI ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူအသုံးပြုနိုင်သည် (WHO, 2005)။ သို့ရာတွင် STI နှင့် ပတ်သက်သည့် ကိန်းဂဏန်းအချက်အလက်များမှာ လုံလောက်မှုမရှိဘဲ ဒေသများနှင့် နိုင်ငံများအကြား ကွဲလွဲချက်များ ရှိပါသည်။ အသက်အရွယ်နှင့် လိင် ခွဲခြားပြုစုထားသော ကိန်းဂဏန်းများမှာ အထူးသဖြင့် ပိုမိုနည်းပါး၍ ကွဲလွဲမှုရှိပြီး ပြဿနာဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးအတွက် အခြေအနေအစစ် အမှန်ကို ရှင်းလင်းစွာ မတွေ့ရှိနိုင်သဖြင့် တကမ္ဘာလုံး အတိုင်းအတာဖြင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်မှုများ ပြုလုပ်နိုင်ရေးကို အားနည်းစေပါသည်။

၃.၂ CSE မှတစ်ဆင့် ဦးတည်ဖြေရှင်းနိုင်သော ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခကို ထိခိုက်စေသည့် အခြားအဓိကအရေးကိစ္စများ

သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာများ၏ လိင်အပြုအမူ အပေါ်လွှမ်းမိုးမှု - လူငယ်များ၏ ဘဝတွင် သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာအသစ် (ICTs) များနှင့် လူမှုမီဒီယာများက ပိုမို အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်လာသောအနေအထားတွင် ၎င်းတို့အား တာဝန်သိစွာ ရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်နိုင်စေရန်အတွက် ဗဟုသုတနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများပေးရန် အရေးကြီးလာပုံကို နိုင်ငံများက ပို၍ သိမှတ်လာကြပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် -

- **လိင်မှုကိစ္စ အပြုအမူနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်နှင့်ရုပ်ပုံများ** ကို အင်တာနက်တွင် ကျယ်ပြန့်စွာ ရရှိနိုင်ပြီး ၎င်းတို့သည်ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်အများအပြားအတွက် လိင်မှုရေးရာနှင့် ပထမဦးဆုံးအကြိမ် ထိတွေ့မှု (သို့) 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သတင်းအချက်အလက် ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာ ((ICTs) နှင့် လူမှုမီဒီယာများမှာ လိင်မှုရေးရာနှင့် ကျားမဆက်ဆံရေးနှင့် ပတ်သက်၍ အပြုသဘောဆောင်ကာ မှန်ကန်တိကျ၍ ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်မှု ကင်းသော သတင်းအချက် အလက်များ လက်လှမ်းမီ ရရှိရေးအား မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည့် ကြီးမားသော အလားအလာကောင်း ရှိပါ သည်။ သို့ရာတွင် ၎င်းနည်းပညာများသည် လွန်ကဲသော လိင်အသားပေး ညစ်ညမ်းပုံလွှာများကို ပိုမို လက်လှမ်းမီစေခြင်းဖြင့် လွဲမှား၍ မသင့်လျော်သော သတင်းအချက်အလက်များရရှိစေကာ အန္တရာယ်များသော ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများကိုလည်း အားပေးရာ ရောက်စေနိုင်ပါသည်။
- **အင်တာနက်မှတစ်ဆင့် အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခြင်း(Cyberbullying)-** ဥရောပသမဂ္ဂ၏ အစီရင်ခံစာတစ်ခုအရ အသက် ၁၅ နှစ်ကျော်အမျိုးသမီး ၁၀ ဦးတွင် ၁ ဦးသည် အင်တာနက်မှတစ်ဆင့် နှောင့်ယှက်ခြင်း (မလိုလားသော၊ ရန်လိုသောနှင့်/(သို့) လိင်မှုကိစ္စများပါဝင်သော အီးမေးလ်များ (သို့) SMS စာတိုများလက်ခံရရှိခြင်းနှင့်/(သို့) လူမှုကွန်ယက်မှတစ်ဆင့် ခြိမ်းခြောက်ခြင်း နှင့် မဖွယ်မရာချဉ်းကပ်ခြင်း) ခံရဖူးပါသည်။ အင်တာနက်မှတစ်ဆင့် နှောက်ယှက်ခံရခြင်းသည် စိတ်ရောဂါရရှိသည်အထိ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ လေ့လာချက်များအရ အင်တာနက်မှတစ်ဆင့် အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခြင်းနှင့် သားကောင်ဖြစ်စေရန် ပြုမူနှုန်းများခြင်းသည် စိတ်ကျရောဂါအဖြစ်များမှုနှင့် ဆက်စပ်နေပြီး ခံစားရသူများက ဝမ်းနည်းကြေကွဲမှု၊ မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့မှုနှင့် အင်အားမဲ့မှု စသည့်ခံစားချက်များ ဖြစ်ပေါ်သည်ဟု ဖော်ပြကြပါသည် (Nixon, 2014)။
- **လိင်မှုကိစ္စနှင့်ဆိုင်သော ရုပ်ပုံများ ပြုလုပ်ပေးပို့ခြင်း (Sexting)** - ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ထားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာပုံများကို ဆဲလ်ဖုန်း (သို့) အင်တာနက် မှတဆင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး လျှို့ဝှက်စွာ အပြန်အလှန်ပေးပို့ခြင်းသည် လူငယ်များအတွင်း အန္တရာယ်များသော အပြုအမူအသစ်ဖြစ်ပြီး ဤအမူအကျင့်နှင့် ယှဉ်တွဲနေသည့် ဆိုးရွားသော အန္တရာယ်အမျိုးမျိုး အကြောင်းကို ပိုမိုကောင်းမွန်သော ပညာရေးစနစ်မှ တိုးမြှင့်ပညာပေးသင့်ကြောင်းကို လူထုနှင့် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးပွဲများတွင် ကျယ်ပြန့်စွာ ဆွေးနွေးခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

လူငယ်များသည် ၎င်းတို့လက်ခံရရှိသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ သတင်း အချက်အလက်များကို ဝေဖန်ပိုင်းခြား စစ်ဆေးနိုင်ရန် ပံ့ပိုးကူညီမှု လိုအပ်ပါသည်။ ဒီဂျစ်တယ်နည်းပညာအသုံးပြု၍ လက်တွေ့ကျပြီး စိတ်ခံစားမှုများနှင့် ကိုက်ညီစေကာ ဝေဖန်ပြစ်တင်မှုကင်းသော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော ပညာပေးသည့် ပုံစံအသစ် များကို လက်လှမ်းမီ ရရှိစေရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ICT ကို မည်သို့ အန္တရာယ်ကင်းစွာ အသုံးပြုသွားရမည်ကို လမ်းညွှန်ရာတွင် ဆယ်ကျော်သက်များ၏ ထိခိုက်ခံစားလွယ်မှုနှင့် လိင်မှုရေးရာများအကြား မျှတစွာဆောင်ရွက်ရန် အရေးကြီးပါသည် (Oosterhof el al., 2017)။

စိတ်ပိုင်း၊ စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ချို့တဲ့ခြင်း - စိတ်ကျန်းမာရေး ပြဿနာများသည် ကျောင်းထွက်နှုန်းများခြင်း၊ အတန်းကျခြင်းနှင့် ပညာသင်ယူနိုင်မှု အားနည်းခြင်းများနှင့် ဆက်စပ်နေပါသည်။ (Kennedy et al., 2006) စိတ်ခံစားချက်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ကျန်းမာရေး ပြဿနာများသည်လည်း အန္တရာယ်မကင်းသော လိင်ဆက်ဆံမှု၊ လိင်မှတဆင့် ကူးစက်သောရောဂါနှင့် အရွယ်မရောက်မီ လိင်မှုကိစ္စ ပြုလုပ်မှုနှုန်း များပြားခြင်းနှင့် ဆက်နွယ်နေပါသည်။ အန္တရာယ်မကင်းသော လိင်ဆက်ဆံမှု အပါအဝင် အန္တရာယ်အပြုအမူကို စွန့်စားပြုလုပ်ခြင်းသည် အမျက်ဒေါသကို သွယ်ဝိုက်ပြသခြင်း (သို့) တစ်ဦးတစ် ယောက်၏ဘဝကို ထိမ်းချုပ်ရန် ကြိုးပမ်းမှုတစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ စိတ်ကျန်းမာရေး ပြဿနာရှိသော လူငယ်များသည် ၎င်းတို့၏ အသိဉာဏ်ကို အသုံးပြုရသောကျွမ်းကျင်မှုနှင့် အသိဉာဏ်မလိုသော ကျွမ်းကျင် မှုတို့ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ကြိုးပမ်းရာတွင် အခက်အခဲများ ပိုမိုတွေ့ကြုံရပြီး မိမိကိုယ်ကို သေကြောင်း ကြံစည်ခြင်း ပြုလုပ်ရန် အလားအလာ ပိုရှိပါသည်။ (Cash and Bridge, 2009) စိတ်ကျန်းမာရေး ပြဿနာများနှင့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာကျန်းမာရေး ဆက်စပ်မှုကို အထူးပြုလေ့လာသော သုတေသန အနည်းငယ်သာရှိသော်လည်း ၎င်းတို့နှစ်ခုကြားတွင် အရေးကြီးသော ဆက်နွယ်မှုရှိနေပါသည်။ ဥပမာ လုံလောက်သော ပံ့ပိုးမှုများ မရရှိကြသည့် လိင်တူချစ်သူ၊ လိင်နှစ်မျိုးလုံးနှင့် ဆက်ဆံသူ မိန်းကလေး၊ ယောကျ်ားလေး၊ လိင်ပြောင်းထားသူနှင့် ကြားလိင်ရှိသူ (LGBTI[၂]) လူငယ်များတွင် အများနှင့်မတူ၍ အံဝင်ခွင်ကျမဖြစ်ဟူသော ခံစားချက်သည် အကြမ်းဖက်မှု၊ အနိုင်အထက်ပြုမှု၊ အနှောင့်အယှက်ပေးမှု စသည်တို့ကို ပိုမိုခံစားရခြင်းနှင့် ပေါင်းစပ်လိုက်သောအခါ အမျက်ဒေါသ၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း၊ စိတ်ဖိစီးခြင်းနှင့် စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုစသည့် စိတ်ကျန်းမာရေး ပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ (Baltag et al., 2017, Hillier et al., 2010)

အရက်၊ ဆေးရွက်ကြီးနှင့် မူးယစ်ဆေး - အရက်နှင့် အခြားစွဲလမ်းစေသော အရာများ အသုံးပြုခြင်းသည် လူငယ်များ၏ ယခုလက်ရှိနှင့် အနာဂတ် ကျန်းမာရေးနှင့် အခြားဘဝချမ်းသာသုခတို့ကို ထိခိုက်ဆုံးရှုံးစေပါသည်။ ထိုအရာများကို သုံးစွဲသူများသည် စွဲလမ်းမှု လျှင်မြန်စွာဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပြီး အသိဉာဏ်မှ ပညာရေးအခက်အခဲအထိ ပြဿနာမျိုးစုံ ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ပညာသင်ယူနိုင်မှု အားနည်းနိမ့်ကျခြင်း၊ စောစီးစွာ ကျောင်းထွက်

၂ LGBTI ဟူသော အခေါ်အဝေါ်ကို သုံးစွဲထားသော်လည်း အခြားဝေါဟာရများအသုံးပြု၍ မိမိကိုယ်ကို သတ်မှတ်သူများ အပါအဝင် ၎င်းတို့၏ အမှန်တကယ် (သို့) ယူဆထားသော လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုနှင့် ဖော်ပြမှု၊ လိင်ဝိသေသလက္ခဏာများအပေါ် အခြေခံ၍ အကြမ်းဖက်ခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း ခံရသူများကိုလည်း ထည့်သွင်းရန် အရေးကြီးသည်။ (LGBTI အရွယ်ရောက်သူ၊ ဆယ်ကျော်သက်နှင့် ကလေးများအား အကြမ်းဖက်ခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ အဆုံးသတ်ရေး - အဖွဲ့အစည်းပေါင်းစုံမှ ကြေညာချက် ၂၀၁၅)

ရခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကိုလေးစားမှုမရှိခြင်းနှင့် စိတ်ရောဂါများပါဝင်ပြီး ထိုမှတဆင့် သေကြောင်းကြံစည်ခြင်းအထိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ (Hall et al., 2016) သုတေသန ပညာရှင်များစွာကလည်း အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးသုံးစွဲခြင်းသည် ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်း ကျဆင်းခြင်း၊ စိတ်ကြွ၍ ထိန်းသိမ်းနိုင်မှုကျဆင်း ခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ထိုအရာများ အလွဲသုံးစွဲမှုနှင့် အန္တရာယ်များသော လိင်အပြုအမူတို့အကြား မြင့်မားစွာ ဆက်စပ်နေခြင်းကို အထောက်အထားများ ပြခဲ့ကြသည်။ (WHO, 2010) ကျောင်းသား အများစုသည် စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသောအရာများနှင့် စတင်ကြုံတွေ့ရသောအချိန်ကာလမှာ ကျောင်းအခြေပြု ပညာပေးအစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်ပေးရန် အထိရောက်ဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ (UNESCO, 2017b)

၃.၃ ကလေးနှင့်လူငယ်အုပ်စုခွဲများအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သီးခြားလိုအပ်ချက်များနှင့် အခြားကိစ္စများ

လူငယ်များသည် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တပြေးညီတူညီနေသူများ မဟုတ်ကြပါ။ ၎င်းတို့၏ မိသားစု အခြေအနေ၊ လူမှုစီးပွားရေးအနေအထား၊ လိင်၊ မျိုးနွယ်စု၊ လူမျိုး၊ HIV ပိုး ရှိမရှိ အခြေအနေ၊ ပထဝီအနေအထား၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ နှင့် ဓလေ့ထုံးစံ ယုံကြည်မှုများ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုနှင့် အခြားအကြောင်းအရာများစွာက ၎င်းတို့၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေးနှင့် ဘဝ အခွင့်အလမ်းများကို လက်လှမ်းမီမှုနှင့် အထွေထွေ ဘဝချမ်းသာသုခတို့အပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိစေပါသည်။ လူငယ်များစွာတို့သည် ဖယ်ကျဉ်ခံထားရပြီး ထိခိုက်ခံစားရလွယ်ကာ ဝေဖန် ပြစ်တင်ခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း ခံနေကြရပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် အကျဉ်းကျ ခံနေသော လူငယ်များ (သို့) လူငယ်ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရေးဌာနများတွင် နေထိုင်သူများ၊ တိုင်းရင်းမျိုးနွယ်စုဝင် လူငယ်များနှင့် အရေးပါသည့် CSE၊ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာကျန်းမာရေးနှင့် အခြား ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှု များကို လက်လှမ်းမီ မရရှိနိုင်သူများ ပါဝင်ပါသည်။ ဒုက္ခသည်များ၊ နိုင်ငံရေး ခိုလှုံခွင့်တောင်းသူများနှင့် ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်သူ ကလေးသူငယ်များသည် CEFM၊ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် လူကုန်ကူးမှု အပါအဝင် အန္တရာယ်များစွာနှင့် ကြုံတွေ့နိုင်ပါ သည်။ ထို အုပ်စုတစ်ခုစီတွင် ကွဲပြားသော CSE လိုအပ်ချက်များ ရှိကြပြီး ၎င်းတို့၏ လက်တွေ့ဘဝနှင့် ကိုက်ညီသည့် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်း များကို ပြုစုရေးဆွဲရန် ဤလမ်းညွှန်များကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ **ထိုအုပ်စုများထဲမှ သရုပ်ဖော်ပြရန် ဥပမာအချို့**ကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားပါသည်။

- **HIV ပိုး ရှိသော လူငယ်များ (YPLHIV)** - လက်ရှိ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော ပညာပေး အစီအစဉ် များသည် HIV ကာကွယ်ရေးကို အထူးအသားပေးထားပြီး YPLHIV များ၏ လိုအပ်ချက်များကို ထည့်သွင်းရန် ပျက်ကွက်လေ့ရှိပါသည်။ YPLHIV များ ကြားတွင် ဆေးကုသမှုကို စနစ်တကျ လိုက်နာခံယူခြင်း နည်းပါးပြီး (UNAIDS, 2017) ကျောင်းများသည် ဝန်ဆောင်မှုများ လက်လှမ်းမီရယူနိုင်ရန် အထောက်အပံ့ပေးခြင်းနှင့် ဆေးကုသမှုကို စနစ်တကျလိုက်နာခံယူနိုင်ကြစေ ရန်အတွက် အလွန်အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင် HIV ကူးစက်ခံရမှုနှင့် အခြားသူများသို့ ဆက်လက်ကူးစက်မှု ကာကွယ်ရေး၊ ဘဝကို ကျန်းမာစွာနှင့် အကျိုးရှိစွာနေထိုင်ရေး၊ ဝေဖန်ပြစ်တင်မှုမှ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု လျှော့ချရေးအကြောင်း ပညာပေးခြင်းများလည်း ပါဝင်ပါသည်။ (UNESCO နှင့် GNP+, 2012)

- **ဆင်းရဲနွမ်းပါးသည့် လူငယ်များ** - ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှုသည် လူငယ်များ၏ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်မှုနှင့် ဘဝချမ်းသာ သုခရရှိရေးအတွက် အဓိကအဟန့်အတားဖြစ်သည်။ ဆင်းရဲသော ကျေးလက်အိမ်ထောင်စုများရှိ လူငယ်များတွင် ရုပ်ဝတ္ထုပစ္စည်း ချို့ငဲ့ပြီး လူမှုရေးအရလည်း ဖယ်ကျဉ်ခံရပါသည်။ လက်ရှိနှင့် အနာဂါတ်တွင် ကျန်းမာရေးဆိုးကျိုးများဖြစ်စေမည့် အာဟာရချို့တဲ့မှုနှင့် မပြည့်စုံသော အိမ်အခြေအနေများလည်း ရှိနေပါသည်။ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော ကလေးနှင့် လူငယ်များသည် အခြားသူများနှင့် နှိုင်းစာလျှင် အကြမ်းဖက်မှုခံရရန်၊ အကြမ်း ဖက်မှုကျူးလွန်ရန်၊ ကျောင်းမတက်ဘဲနေရန်၊ ဆေးဝါး အလွဲသုံးစွဲရန်၊ ငယ်ရွယ်စဉ် လိင်ကိစ္စစတင်ရန်၊ အလဲအလှယ်ပြုရန် (သို့) ငွေကြေးအတွက် လိင်ကိစ္စပြုလုပ်ရန်၊ အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်း စသည့် အန္တရာယ် အပြုအမူများလုပ်ဆောင်ရန် အခွင့်အလမ်းပိုများပါသည်။ (Okonofua, 2007; UNAIDS, 2013) အဆင်းရဲဆုံး အိမ်ထောင်စုမှလာသော ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများနှင့် မိန်းမပျိုများသည် ပိုမိုချမ်းသာသော အိမ်ထောင်စုမှ သက်တူရွယ်တူများထက် အသက် ၁၈ နှစ်မတိုင်မီ ကိုယ်ဝန်ရှိလာရန် သို့မဟုတ် ကလေးမွေးဖွားရန် အလားအလာ ပိုများပါသည်။ (UNFPA, 2013)

- **မသန်စွမ်းမှုရှိနေသော လူငယ်များ** - မသန်စွမ်းမှု ရှိသူများမှာ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စိတ်ဝင်စားမှုမရှိ (သို့) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတွင် ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်းမရှိဟု ခံယူထား ကြပြီး 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် ယေဘုယျအားဖြင့် မလိုအပ် (သို့) အန္တရာယ်ပင် ဖြစ်စေနိုင်သည်ဟု အစဉ်အလာအရ ယူဆကြပါသည်။ နိုင်ငံအနည်းငယ် သာလျှင် မသန်စွမ်းသူများ၏ အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်တွင် ဖော်ပြထားသော မသန်စွမ်းလူငယ်များ၏ အခွင့်အရေးများကို အကောင် အထည် ဖော်ကြပါသည်။ သုတေသန လေ့လာချက်က မသန်စွမ်းသူများသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှု ပိုမိုခံစားကြရပြီး HIV ကူးစက်မှုအန္တရာယ် ပိုများနိုင်သည်ဟု ညွှန်ပြထားပါသည်။ (Hughes et al., 2012) မသန်စွမ်း လူငယ်များအတွက် ယခုလက်ရှိ ပညာရေးတွင် မသန်စွမ်းသူများ၏ လိင်မှုရေးရာသည် ပြဿနာများသည်ဟူသော ရှေးအယူအဆကို သံယောင်လိုက်ပြီး လိင်မှုကိစ္စသည် အန္တရာယ်များသည်ဟု ပုံဖော်ထားသည်။ (Rohleder နှင့် Swartz, 2012) စိတ်ပိုင်း၊ ရုပ်ပိုင်း (သို့) စိတ်ခံစားမှုပိုင်း ဆိုင်ရာ အားနည်း ချွတ်ယွင်းချက်ရှိသော လူငယ်များအားလုံးသည် လိင်စိတ်ခံစားမှုရှိသူများဖြစ်ပြီး အမြင့်မားဆုံး ရရှိနိုင်သည့် ကျန်းမာရေး အဆင့်အတန်းကို မထိခိုက်စေဘဲ လိင်မှုရေးရာကို ခံစားပိုင်ခွင့် တူညီစွာ ရှိကြပါသည်။ ထိုအခွင့်အရေးတွင် ခြိမ်းခြောက်မှု၊ အကြမ်းဖက်မှုတို့ ကင်းရှင်းပြီး စိတ်ကျေနပ်ဖွယ်ရာဖြစ်၍ ဘေးကင်းစိတ်ချရသည့် လိင်မှုရေးရာ အတွေ့အကြုံရရှိခြင်း၊ အရည်အသွေး ပြည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းနှင့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမီရရှိခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

- **လိင်တူချစ်သူ၊ လိင်နှစ်မျိုးလုံးနှင့် ဆက်ဆံသူ မိန်းကလေး၊ ယောက်ျားလေး၊ လိင်ပြောင်းထားသူနှင့် ကြားလိင်ရှိသူ လူငယ်များ (LGBTI)** - ကမ္ဘာတစ်လွှားရှိ နိုင်ငံများစွာတွင် LGBTI များအပေါ် ပြင်းထန်သော ကန့်သတ်ချက်နှင့် ပြစ်ဒဏ်များ သတ်မှတ်ထားပါသည်။ ၎င်းကန့်သတ်ချက်များသည် တိုက်ရိုက် ဖြစ်စေ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ မတရားဖိနှိပ်အနိုင်ကျင့်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပြီး ၎င်းတို့တွင် ဥပဒေအရ တင်းကျပ်စွာ အရေးယူခြင်း (IPPF and Coram Children's Legal Centre, 2014)၊ ၎င်းတို့၏ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ခံယူမှုနှင့် ဖော်ပြမှုတို့အပေါ် အခြေခံသော ထိပါးနှောင့်ယှက် ခြင်း၊ ပြစ်တင်ဝေဖန်ခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် အန္တရာယ်ပြုခြင်းတို့မှ ကာကွယ်ပေးရန် ပျက်ကွက်ခြင်း၊ လိင်နှစ်မျိုးစလုံး ပါဝင်သော ကလေးနှင့်လူငယ်များအား မြှုံခြင်း၊ နာကျင်မှု၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်မှု၊ လိင်ခံစားမှုပျောက်ဆုံးစေခြင်းနှင့် ဘဝတလျှောက်လုံး စိတ်ဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်စေသော မလိုအပ်သည့် ခွဲစိတ်မှုနှင့် အခြားလုပ်ဆောင်မှု များမှ ကာကွယ်ပေးရန် ပျက်ကွက်ခြင်း(UNOCR, 2016)၊ မတရားမှုများကို တိုင်တန်းဖြေရှင်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းမရှိမှုတို့ ပါဝင်ပါသည်။ LGBTI လူငယ်များ၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ ဘဝနှင့် လိုအပ်ချက်များကို လေ့လာထားသော သုတေသန လုံလောက်စွာ မရှိပါ။ CSE အစီအစဉ်များ သည် လိင်ဝိသေသ လက္ခဏာဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာ (သို့) လိင်နှစ်မျိုးစလုံး ပါသော ကလေးနှင့် လူငယ်များအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော ဇီဝဆိုင်ရာ ကွဲပြားခြားနားမှုများ အပါအဝင် LGBTI အုပ်စုနှင့်သက်ဆိုင်သည့် အကြောင်း အရာများကို ချန်လှပ်ထားလေ့ရှိသည်။ ကျောင်းတက်ရောက်နေသည့် LGBTI လူငယ်များသည် အန္တရာယ်ပြုခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို အထူးခံစား ရပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကျောင်းများတွင် လိင်တူချစ်သူနှင့် လိင်ပြောင်းသူ များအား မုန်းတီးကြောက်ရွံ့ခြင်းသည် သင်ကြားရေးကို အဟန့်အတား ဖြစ်စေပြီး မနှစ်မြို့ အမုန်းပွား၍ ပိုမိုပြင်းထန်သော အနိုင်အထက် ပြုကျင့်မှုများအတွက် အခြေခံဖြစ်စေသည်။ (UNESCO, 2015b)

- **လူသားချင်းစာနာမှုအရေးပေါ်အခြေအနေရှိ ကလေးနှင့်လူငယ်များ** - ပဋိပက္ခ ဖြစ်ပွားလျက်ရှိသော (သို့) လူသားချင်းစာနာမှု အခြေအနေရှိနေသော နိုင်ငံများရှိ ၂၈.၅ သန်းသော မူလတန်းအရွယ် ကလေးငယ်များသည် ပညာရေးကို လက်လှမ်းမမီကြပါ။ ဤပမာဏသည် တကမ္ဘာလုံးရှိ ကျောင်းပြင်ပကလေးများ၏ တစ်ဝက်ဖြစ်သည် (Save the Children, 2015)။ ထို့ပြင် လူသားချင်းစာနာမှု အခြေအနေတွင် ဆယ်ကျော်သက်များ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုကို လက်လှမ်းမီရန် လိုအပ်ကြောင်း ပိုမို သိရှိလာကြသော်လည်း စီမံကိန်းများ ဖော်ဆောင်ရာတွင် သိသာထင်ရှားသော အားနည်းချက်၊ လစ်ဟာချက်များ ရှိနေသေးသည်ကို တစ်ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လေ့လာမှုတရပ်က တွေ့ရှိပါသည်။ (Women's Refugee Commission et al., 2012)

Zvonimir Atletic/Shutterstock.com

၄

‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ ပညာပေးခြင်း အတွက် အခြေခံအထောက်အထား

၄ - 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းအတွက် အခြေခံ အထောက်အထား

ဤအပိုင်းတွင် ကလေးသူငယ်များနှင့် လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးလိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်းအတွက် CSE ၏ အခန်းကဏ္ဍအပေါ် အထောက်အထားများကို ဖော်ပြထားသည်။

၄.၁ မိတ်ဆက်

ဤအပိုင်းတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း၏ ပဓာနကျသော အကျိုးကျေးဇူးများ (လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်နှင့် ကျန်းမာရေး) နှင့် ဒုတိယဆင့် အကျိုးကျေးဇူးများ (ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်နှင့် အခြား ကျန်းမာရေးနှင့် မဆိုင်သော အမူအကျင့်ဆိုင်ရာ အကျိုးကျေးဇူးများ) အပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပုံ အထောက်အထား များကို ဖော်ပြထားသည်။ အကျိုးသက်ရောက်မှုရလဒ်များသည် UNESCO က ၂၀၀၈ နှင့် ၂၀၁၆ တွင် ပြုလုပ်သော အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ် သုံးသပ်မှု လုပ်ငန်းနှစ်ရပ်၏ အဓိကကျသည့် အပြီးသတ် သုံးသပ်ချက်များ ပေါ်တွင် အခြေခံထားပါသည်။ ၂၀၀၈ အထောက်အထား ပြန်လည်သုံးသပ်မှုကို ကမ္ဘာတစ်လွှားပြုလုပ်သော လေ့လာမှု ၈၇ ခု၏ ရလဒ်များကိုအခြေပြုကာ Douglas Kirby, Education, Training and Research Associate က ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ ရလဒ်များကို UNESCO ၏၂၀၀၉ မူရင်းလမ်းညွှန်တွင် ဖော်ပြထားသည်။ ၂၀၁၆ အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ် သုံးသပ်မှုသည် နိုင်ငံများစွာနှင့်အခြေအနေအမျိုးမျိုးတို့တွင် ပြုလုပ်သော စနစ်တကျ အသေးစိတ် ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ၂၂ ခုနှင့် ကျပန်းရွေးချယ်၍ နှိုင်းယှဉ်ပြုလုပ်သော စမ်းသပ်မှု ၇၇ ခု၏ အဖြေများကိုအခြေပြုထားသည်။ ဤကဲ့သို့ ဆောင်ရွက်ခဲ့သော နိုင်ငံများ၏ ထက်ဝက်ကျော်သည် ဝင်ငွေနိမ့်သော (သို့) အလယ်အလတ်ရှိသော နိုင်ငံများဖြစ်သည်။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုကို University of Oxford Centre for Evidence-Based Intervention, UK မှ Paul Montgomery နှင့် Wendy Knerr တို့က ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး ဤလမ်းညွှန်တွင် UNESCO 2016 အဖြစ် ရည်ညွှန်းထားပါသည်။

၄.၂ အထောက်အထား ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုများ၏ အဓိကကျသော အပြီးသတ် သုံးသပ်ချက်များ

ခြုံငုံကြည့်လျှင် ကျောင်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းမှာ ထိရောက်မှု ရှိကြောင်း အထောက်အထား အခြေခံသည့် ဆက်လက်များပြားလာကာ ခိုင်မာလျက်ရှိပြီး ပြန်လည်ဆန်းစစ် သုံးသပ်ချက် အများအပြားကလည်း အကျိုးကျေးဇူးမျိုးစုံအတွက် ရလဒ်ကောင်းများ ရရှိနေသည်ကို အစီရင်ခံလျက်ရှိပါသည်။

CSE ၏ အထောက်အထားအခြေခံများသည် ၂၀၀၈ မှ စတင်၍ ကျယ်ပြန့်လာ သော်လည်း UNESCO မူရင်းလမ်းညွှန်၏ အပြီးသတ်သုံးသပ်ချက်နှင့် အကြံပြုချက်များသည်လည်း ယခုတိုင် ကျိုးကြောင်းခိုင်လုံ၍ အသုံးဝင်နေသည် ကို ၂၀၁၆ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်က တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ ဤသုတေသနက သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေး အစီအစဉ်များသည် အောက်ပါအကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိရန် အားပေးထောက်ပံ့သည်ဟု ထပ်လောင်း အတည်ပြုပါသည်။

- ပထမဦးဆုံး လိင်ဆက်ဆံမှုကို နောက်ကျမှစတင်ခြင်း
- လိင်ဆက်ဆံသည့် အကြိမ်ရေလျော့နည်းခြင်း
- လိင်ဆက်ဆံဖော် နည်းပါးခြင်း
- အန္တရာယ်ရှိသော အပြုအမူလျော့နည်းခြင်း
- ကွန်ဒုံး ပိုမိုအသုံးပြုခြင်း
- သားဆက်ခြားနည်းလမ်း ပိုမိုသုံးစွဲခြင်း

၂၀၁၆ အထောက်အထား ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုက 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် လိင်မှုရေးရာ အကြောင်းအရာမျိုးစုံ၊ အမူအကျင့်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ HIV နှင့် အခြားလိင်မှတဆင့်ကူးစက် ရောဂါများအကြောင်း ပိုမိုသိရှိလာခြင်း အပါအဝင် ကောင်းမွန်သော အကျိုးကျေးဇူးများရှိကြောင်း သုံးသပ်ခဲ့ပါသည်။ ခိုင်မာသော အထောက်အထားကလည်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ခံယူချက်ကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေသည်ဟု သုံးသပ်ထားသည် (UNESCO, 2016b)။ ထပ်မံမွမ်းမံပြုစုထားသော လမ်းညွှန်က မူရင်းလမ်းညွှန်ရှိ သုတေသနနှင့် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော သိပ္ပံရေးရာနှင့် လက်တွေ့စာပေများကို ထပ်မံထင်ဟပ် အတည်ပြု၍ ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် လိင်မှုကိစ္စ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အန္တရာယ်အမူအကျင့်နှင့် STI/HIV ဖြစ်ပွားနှုန်းများကို မတိုးပွားစေပါဟု အလေးအနက် ဖော်ပြပါသည်။

အရည်အသွေးမြင့်မားသော စမ်းသပ်မှု၊ အထူးသဖြင့် အချိန်ယူနှိုင်းယှဉ် နည်းလမ်းဖြင့် ဆောင်ရွက်သည့် သုတေသနစမ်းသပ်မှုများ နည်းပါးသည့် အတွက် CSE ၏ STI (သို့) HIV ဖြစ်ပွားနှုန်းကဲ့သို့သော ဇီဝဆိုင်ရာ အကျိုးကျေးဇူးများအပေါ် သက်ရောက်မှုကို ခိုင်မာစွာ သုံးသပ်ထင်မြင်ချက် ပေးရန် ခက်ခဲပါသည်။ (Fonner et al., 2014; Lopez et al., 2016; Orinange et al., 2009)

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများသည် CSE ၏ ရည်ရွယ်ချက်ကို ပြည့်မီနိုင်စေမည့် ဝိသေသလက္ခဏာအချို့ပါရှိပါက *(ဇယား ၄ ကြည့်ပါ)*၊ အကြောင်းအရာများ ပြည့်စုံစွာ လွှမ်းခြုံပါဝင်ပြီး ရည်ရွယ်ထားသည့်အတိုင်း ဆောင်ရွက်နိုင်ပါက လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးအကျိုးရလဒ်များအပေါ် ကောင်းမွန်သော သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည်။ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုက ကျောင်းတွင်း၊ ရပ်ရွာတွင်း၊ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုနှင့် အိမ်ထောင်စု၊ မိသားစုစသည့် အခြေအနေမျိုးစုံတွင် လူငယ်များ၏ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ အနာဂတ်ကို ပုံဖော်နိုင်စေရန် ဆောင်ရွက်သည့် ဘက်စုံနည်းဗျူဟာတွင် ကျောင်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သင့်သည်ဟုလည်း သုံးသပ်ပါသည်။

အရည်အသွေးမြင့်မားသော အထောက်အထားများက ကဏ္ဍများစွာ ပါဝင်သော ဆောင်ရွက်မှု ပြုလုပ်ရန်၊ အထူးသဖြင့် ကျောင်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးအစီအစဉ်ကို ကွန်ဒုံးဖြန့်ဝေခြင်း အပါအဝင် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသည့် ကျောင်းပြင်ပ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ချိတ်ဆက် ဆောင်ရွက်ရန် ထောက်ခံအားပေးပါသည်။ ကျောင်းအခြေပြု CSE သည် HIV တားဆီးကာကွယ်ရန်နှင့် လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများ ရရှိနိုင်စေရန် ၄င်းတစ်ခုတည်းနှင့် မလုံလောက် သော်လည်း အလွန်အရေးကြီး၍ အကုန်အကျသက်သာထိရောက်သော မဟာဗျူဟာအဖြစ် ဆက်လက် ရှိနေပါသည် (UNESCO, 2011a)။

များစွာသောလေ့လာမှုများသည် ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများကို အလေးထား လေ့လာထားသော်လည်း CSE အကြောင်း ပိုမိုတိုးတက်နားလည်လာခြင်းကြောင့် ဤကဲ့သို့ ပညာပေးခြင်းသည် ဤလမ်းညွှန်ပါ ပြင်ဆင်ထားသော အဓိပ္ပာယ် ဖော်ပြချက်အရ ကျား‌မ သာတူညီမျှရေး ခံယူချက်များ၊ မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု (သို့) ကိုယ်ပိုင်သတ်မှတ်ခံယူချက်စသည့် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော အကျိုးကျေးဇူး များကို အားပေးထောက်ပံ့သည်ဟု သိမှတ်လာပါသည်။ စနစ်တကျ ဆန်းစစ် သုံးသပ်မှုများကို စိတ်ဖြာလေ့လာခြင်းမှ တွေ့ရှိချက်များအပြင် ၂၀၁၆ ပြန်လည် ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုက အထူးသဖြင့် ဝင်ငွေအနိမ့်နှင့် အလယ်အလတ်ရှိ နိုင်ငံများ တွင် ၂၀၀၈ မှ စတင်၍ CSE အစီအစဉ်များကို ဆန်းစစ်ရန် ပြုလုပ်ခဲ့သော လေ့လာမှုများစွာသည် ပါဝင်ရန်သတ်မှတ်ချက်များ (ဆိုလိုသည်မှာ

ကျပမ်းမဟုတ်ဘဲ ရွေးချယ်ပြီး နိုင်းယှဉ်မှုမပါဝင်သည့် လေ့လာမှု သို့မဟုတ် အရည်အသွေးဆိုင်ရာ လေ့လာမှုများ) ကို မပြည့်မီကြကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ထိုလေ့လာမှုများ၏ ရလဒ်အဖြေ ဖြစ်နေခြင်းနှင့်အတူ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းရေးဆွဲ ဆောင်ရွက် ဆန်းစစ်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများ၏ အကြံပြုချက်များက CSE အစီအစဉ်များ သည် ကျားမ အခြေပြုနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းကျင်သော လက်တွဲဖော်က အကြမ်းဖက်မှု နှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ ကာကွယ်လျှော့ချရေး၊ ကျားမ သာတူညီမျှမှု စံနှုန်းများ မြှင့်တင်ရေး၊ ကိုယ်တိုင် ထိရောက်ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု၊ ပိုမိုခိုင်မာ၍ ကျန်းမာသော ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ခြင်း အပါအဝင် ကျန်းမာရေးနှင့်မဆိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများကိုလည်း အားပေးထောက်ပံ့ပေးနိုင်သည့် အကျိုးကျေးဇူး ရှိသည်ကို ညွှန်ပြကြပါသည်။ ယင်းသို့ ကျန်းမာရေးမဟုတ်သော အကျိုးကျေးဇူးများကို လေ့လာသော အသေးစိတ်လေ့လာမှုများသည် ယနေ့အချိန်အထိ အနည်းငယ်သာရှိပါသည်။

ဤသို့ ကျန်းမာရေးမဟုတ်သော အကျိုးဆက်များအကြောင်း လေ့လာချက်များ ထွက်ပေါ်လာခြင်းနှင့် ဆက်စပ်၍ ပိုမိုသိရှိလာသည်မှာ CSE ၏လိုလားအပ်သော အကျိုးကျေးဇူးအမျိုးမျိုး၏ ထိရောက်မှုအပေါ် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် အကြမ်းဖက်မှုတို့၏ သက်ရောက်နိုင်မှုအား ပိုမို သိမှတ်လာကြခြင်း ဖြစ်သည်။ အချို့လေ့လာချက်များက လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအန္တရာယ်များအကြောင်း ဗဟုသုတ အသစ်များအရ ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်း (အထူးသဖြင့် မိန်းကလေးနှင့် အမျိုးသမီးငယ်များကြား) အပါအဝင် အစီအစဉ်များ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု အပေါ် ကျားမရေးရာနှင့် အင်အားသြဇာရှိမှု စံနှုန်းများက မည်သို့လွှမ်းမိုးနိုင် သည်ကို ဆန်းစစ်ရန် လိုအပ်ကြောင်း မီးမောင်းထိုးပြပါသည်။ တားမြစ်ချုပ်ချယ်မှု ရှိသော ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများ၊ ဗဟုသုတနှင့် ခံယူချက်များကို ဖော်ထုတ်၍ လိုအပ်သလို ဆောင်ရွက်ရန် အရေးကြီးပုံကိုလည်း အလေးအနက်ဖော်ပြ ပါသည်။ အလားတူပင် CSE ၏ ထိရောက်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သော အကြမ်းဖက်မှု၏ အခန်းကဏ္ဍကိုလည်း အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုများတွင် ထည့်သွင်း စဉ်းစားရန် အရေးကြီးပါသည်။ (Mathews et al., 2012; UNESCO, 2016b)

၂၀၁၆ အထောက်အထားများပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်တွင် ထည့်သွင်း ရည်ညွှန်းထားသည့်အကဲဖြတ် သုံးသပ်မှုများအားရွေးချယ်ခဲ့သည့် သတ်မှတ်ချက်များ၊ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်သည့် နည်းလမ်းများနှင့် လေ့လာမှုများ၏ စာရင်းအပြည့်အစုံကို ပိုမိုသိရှိလိုလျှင် *နောက်ဆက်တွဲ ၄ - အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုများအား ရွေးချယ်ခဲ့သည့် သတ်မှတ်ချက်များနှင့်နောက်ဆက်တွဲ ၅ - ၂၀၁၆ အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်တွင် ထည့်သွင်းရည်ညွှန်းထားသည့် လေ့လာမှုများတို့ကို ကြည့်ပါ။*

အဓိကတွေ့ရှိချက်များ၏ အကျဉ်းချုပ်

- ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် လိင်မှုကိစ္စ ပြုလုပ်မှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အန္တရာယ်ရှိသော အမူအကျင့် (သို့) STI/ HIV ဖြစ်ပွားနှုန်းတို့ကို မတိုးပွား စေပါ။ (UNESCO, 2009; Fonner et al., 2014; Shephard et al., 2010)

- 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် လူငယ်များ၏ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတတိုးပွား စေခြင်းနှင့် ခံယူချက်နှင့် အမူအကျင့်များကို ကောင်းမွန်စေခြင်း အပါအဝင် ကောင်းမွန်သော အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ရှိပါသည် (UNESCO, 2016b)။ လေ့လာထားပြီးဖြစ်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးအစီအစဉ် အားလုံးနီးပါးသည် လိင်မှုရေးရာနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ HIV နှင့် အခြား STI အန္တရာယ်များအကြောင်း ရှုထောင့်မျိုးစုံမှ ဗဟုသုတကို တိုးပွားစေပါသည်။

- လိင်ဆက်ဆံခြင်းကိုရှောင်ကျဉ်ရန် တစ်ခုတည်းကိုသာ အားပေးသော အစီအစဉ်များသည် လိင်မှုကိစ္စ စတင်ခြင်းကို နှောင့်နှေးစေရန်၊ လိင်ဆက်ဆံမှု အကြိမ် (သို့) လိင်ဆက်ဆံဖော် အရေအတွက် လျှော့ချစေရန်တို့အတွက် ထိရောက်မှု မရှိသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ လိင်မှုကိစ္စ စတင်ခြင်းကို နှောင့်နှေး စေရေးနှင့် ကွန်ဒုံး (သို့) သားဆက်ခြားနည်းလမ်းအသုံးပြုပုံ အကြောင်းအရာ များကို ပူးပေါင်း၍ ဦးတည်ဆောင်ရွက်သော အစီအစဉ်များမှာ ထိရောက်မှု ရှိသည်။ (Kirby, 2007; Underhill et al., 2007; UNESCO, 2009; Fonner et al., 2014)

- ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကာကွယ်ခြင်းနှင့် STI/ HIV ကာကွယ်ရေး နှစ်မျိုးစလုံးဆောင်ရွက်သော အစီအစဉ်များသည် ဦးတည်ချက်တစ်ခုတည်း ရှိသော အစီအစဉ်များထက် ထိရောက်သည်။ ဥပမာ သားဆက်ခြား နည်းလမ်းနှင့် ကွန်ဒုံးကို ထိရောက်စွာအသုံးပြုမှုများ တိုးတက်လာပြီး ကွန်ဒုံးမပါဘဲ လိင်ဆက်ဆံမှုများ လျော့နည်းလာကြောင်း အစီရင်ခံကြသည်။ (Lopez et al., 2016; UNESCO, 2016c)

- CSE အစီအစဉ်များတွင် အခွင့်အရေးကိုအခြေခံသောနည်းလမ်းအား ရှင်းလင်းမြင်သာစွာ အသုံးပြုခြင်းသည် ဗဟုသုတနှင့် ခံယူချက်များ အတွက် လတ်တလော (ရေတို) ကောင်းကျိုးများ ရရှိစေသည်။ ၎င်းတို့တွင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆက်ဆံမှုနှင့်သက်ဆိုင်သော မိမိ၏အခွင့်အရေးကို ပိုမိုသိရှိခြင်း၊ လိင်နှင့် ဆက်ဆံမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ မိဘများနှင့် ပိုမိုပြောဆို နိုင်ခြင်း၊ အန္တရာယ်ရှိသော အခြေအနေများတွင် ကိုယ်တိုင် ပိုမိုထိရောက်စွာ ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ စိတ်ပိုင်းနှင့် အမူအကျင့်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကျိုးဆက်အချို့ပေါ်တွင်လည်း သိသာထင်ရှားသည့် ရေရှည်ကောင်းကျိုး များရှိပါသည်။ (Constantine et al., 2015b; Rohrbach et al., 2015; UNESCO, 2016c)

- ကျားမရေးရာကို အထူးပြုဦးတည်မှုရှိသော အစီအစဉ်များသည် ကျားမရေးရာ အမြင်မရှိသော အစီအစဉ်များထက် မလိုလားသောကိုယ်ဝန် (သို့) STI ဖြစ်ပွားနှုန်းလျှော့ချရေးစသည့် ကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ရာတွင် ထိရောက်အောင်မြင်မှု ပိုမိုများပြားစွာ ရရှိသည်။ ဤရလဒ်သည် ကျောင်းသားများအား ကျားမရေးရာနှင့် ပတ်သက်သည့် လူမှုရေးနှင့် ဓလေ့ထုံးစံ စံနှုန်းများကို ဆန်းစစ်မေးခွန်းထုတ်နိုင်စေရန်နှင့် ကျားမ သာတူညီမျှရေး ခံယူချက်များ ဖြစ်ထွန်းလာစေရန် အားပေးသည့် ပြောင်းလဲမှုဖြစ်ပေါ်စေသော အကြောင်းအရာများနှင့် သင်ကြားနည်းများကို ထည့်သွင်းထားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ (Haberland နှင့် Rogow, 2015)

- မှန်ကန်တိကျစွာ အကောင်အထည်ဖော်သော အစီအစဉ်များ (ဆိုလိုသည်မှာ ထိရောက်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများကို ရည်ရွယ်ထားသည့်အတိုင်း သင်ကြားသည်) သည် မူလဒီဇိုင်းပုံစံပါဝင်အကြောင်းအရာများ သို့မဟုတ် သင်ကြားနည်းစနစ်များအတိုင်း မလိုက်နာသော အစီအစဉ်များနှင့်စာလျှင် လူငယ်တို့၏ ကျန်းမာရေးအကျိုးရလဒ်များပေါ်တွင် လိုလားသော အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ရရှိရန် အလားအလာများစွာရှိပါသည်။ (Michielsen et al., 2010; Shephard et al., 2010; Wight, 2011) အစီအစဉ်များကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုပြုခြင်း (ဥပမာ- အခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီရန် ပြင်ဆင်မွမ်းမံစဉ်) သည် ထိရောက်မှုကိုလျော့နည်းစေသည်ဟု အထောက်အထားကညွှန်ပြပါသည်။ ၎င်းကဲ့သို့ အန္တရာယ်များသည့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများတွင် သင်တန်းအကြိမ်ရေ (သို့) အချိန်ကိုလျှော့ချခြင်း၊ သင်တန်းသားများကိုယ်တိုင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုကို လျှော့ချခြင်း၊ လေ့လာ သင်ယူရန် အဓိကကျသော အချက်အလက် သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်မှုများ ကိုဖယ်ရှားခြင်း၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များကို လုံးဝထုတ်ပစ်ခြင်း၊ အယူအဆ သဘောတရားပိုင်းဆိုင်ရာ ချဉ်းကပ်ပုံနည်းလမ်းကို ပြောင်းလဲခြင်း၊ လုံလောက်စွာ လေ့ကျင့်မထားသော (သို့) အရည်အချင်းမပြည့်စုံသော ဝန်ထမ်း (သို့) စေတနာ့ဝန်ထမ်းများကို အသုံးပြုခြင်းနှင့်/သို့ အကြံပြု ထားသည်ထက်လျော့နည်းသော ဝန်ထမ်းများသာ အသုံးပြုခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ (O'Conner et al., 2007) သို့သော် ဘာသာစကား အသုံးအနှုန်း၊ ရုပ်ပုံ သို့မဟုတ်ယဉ်ကျေးမှုအကြောင်းအရာ ရည်ညွှန်းချက် စသည်တို့ကို ပြောင်းလဲခြင်းအချို့မှာမူ ထိရောက်မှုကို မထိခိုက်နိုင်ပါ။

- ထိရောက်သည့်ပညာရေးလုပ်ငန်းများသည် အခြေအနေတစ်ခုမှ နောက်တစ်ခုသို့ သယ်ဆောင်လာပြီး ကွဲပြားသည့်အခြေအနေတွင် အကောင်အထည်ဖော်သည့်တိုင် ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက် (သို့) အပြုအမူများ အပေါ် ကောင်းမွန်သော အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါသည် (Fonner et al., 2014; Kirby et al., 2006)။ ဤသည်မှာ အခြားသောနယ်ပယ်များတွင် လေ့လာမှုများမှ တွေ့ရှိချက်များဖြစ်သည့် ကောင်းစွာ ပုံစံရေးဆွဲထားပြီး နိုင်ငံတစ်ခု (သို့) ယဉ်ကျေးမှုပုံစံတစ်ခုတွင် ထိရောက်မှုရှိခဲ့သော စိတ်ပိုင်းနှင့် အမူအကျင့်ပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများသည် အရင်းအမြစ်ကြွယ်ဝသော အခြေအနေမှ ချို့တဲ့သောအခြေအနေသို့ ချိန်ညှိ၍ပြောင်းလဲ

ဆောင်ရွက်သည့်တိုင် မတူကွဲပြားသော အခြေအနေမျိုးတွင် အောင်မြင်စွာ ထပ်မံအကောင်အထည် ဖော်နိုင်သည်ဟူသော တွေ့ရှိချက်နှင့် ကိုက်ညီပါသည် (Garder et al., 2015; Leijten et al., 2016)

- 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော အစီအစဉ်များသည် ဗဟုသုတ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် (အကာအကွယ်မဲ့ လိင် ဆက် ဆံခြင်းကဲ့သို့) အန္တရာယ်များသော လိင်မှုကိစ္စကို ရှောင်ရှားလိုသောဆန္ဒတို့အား ပိုမိုတိုးတက်စေပြီး ဆေးကုသမှု ခံယူလိုသည့်ဆန္ဒကိုလည်း တိုးတက်ကောင်းမွန်စေကြောင်း တွေ့ရှိထားသော်လည်း လူမှုရေးနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများ၊ အကြမ်းဖက် ခံရသည့် အတွေ့အကြုံများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုရယူရာတွင် ကြုံတွေ့ရသည့် အခက်အခဲများ စသည်တို့ကြောင့် လူငယ်အများအပြားအဖို့ အန္တရာယ်ကင်းသော လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များကို ကျင့်သုံးနိုင်ရန်မှာ စိန်ခေါ်မှုများ များပြားလွန်ကဲစွာ ရှိနေနိုင်ပါသည်။ (UNESCO, 2009)

- ကျောင်းအခြေပြု အစီအစဉ်များတွင် ကွန်ဒုံးဖြန့်ဝေခြင်း၊ လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော ဝန်ဆောင်မှုများပေးနိုင်ရန် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း များအား သင်တန်းပေးခြင်းနှင့် မိဘ၊ ဆရာဆရာမများ အားပါဝင်ဆောင်ရွက် စေခြင်းတို့အပါအဝင် ရပ်ရွာလူထုပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုများနှင့် ဖြည့်ဆည်း ဆောင်ရွက်သောအခါ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် အကျိုးသက်ရောက်မှု အရှိဆုံး ဖြစ်သည်။ (Chandra-Mouli et al., 2015; Fonner et al., 2014; UNESCO, 2015b) အစိတ်အပိုင်းများစွာ ပါဝင်သော အစီအစဉ်များ၊ အထူးသဖြင့် ကျောင်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကို ကျောင်းအခြေပြုမဟုတ်သည့် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်သော အစီအစဉ်များသည် ကျောင်းပြင်ပ ရောက်ရှိနေသူများ အပါအဝင် ဖယ်ကျဉ်ခံလူငယ်များထံသို့ ရောက်ရှိအောင် ဆောင်ရွက်ရာတွင်လည်း အလွန်အရေးပါပါသည်။ (UNESCO, 2016c)

ဇယား ၁ - ၂၀၀၈ နှင့် ၂၀၁၆ အထောက်အထား ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်များ၏ အဓိက ဝိသေသလက္ခဏာများ

၂၀၀၈ - အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်	၂၀၁၆ - အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ် သုံးသပ်ချက်
▶ မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်နှင့် HIV အပါအဝင် STI ဖြစ်ပွားနှုန်း လျှော့ချရန် စီစဉ်ရေးဆွဲထားသော အစီအစဉ်များကို အဓိကဦးတည်သည်။ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုတွင် ပါဝင်သော အစီအစဉ်များသည် လူငယ်များ၏ လိုအပ်ချက်အမျိုးမျိုးနှင့် သတင်းအချက်အလက် ရပိုင်ခွင့်တို့အတွက် ဦးတည် ရေးဆွဲထားခြင်း မရှိပါ။ ▶ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အခြေပြု အစီအစဉ်များကို ဦးတည်၍ ပြန်လည်ဆန်းစစ် သုံးသပ်ခဲ့သည်။ အစီအစဉ်များ၏ ၇% သည် ကျောင်းများတွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ကျန်အစီအစဉ်များမှာ ရပ်ရွာ (သို့) ဆေးကုဌာနများတွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ▶ လေ့လာမှု၈၇ ခုအပေါ် ပြုလုပ်ထားသော ပြန်လည်သုံးသပ်မှုများအား အခြေခံ၍ ဆန်းစစ် သုံးသပ်ချက်ကို ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ လေ့လာမှု ၂၉ ခု သည် ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများမှ ဖြစ်သည်။ ၄၇ ခုသည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှဖြစ်ပြီး ၁၁ ခုသည် အခြားဖွံ့ဖြိုးပြီး နိုင်ငံများမှ ဖြစ်သည်။ ▶ အသက် ၅ နှစ်နှင့် ၂၄ နှစ်ကြား ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များအား ဦးတည်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။	▶ အသက် ၁၀-၂၄ နှစ်အရွယ် လူငယ်များ၏ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး တိုးတက်မှုကို ဦးတည်သော လေ့လာမှုများအပေါ် စနစ်တကျ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုများနှင့် အသက် ၅-၁၈ နှစ်ကြား လူငယ်များအားဦးတည်သည့် ကျောင်းနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေး အစီအစဉ်များကို ကျပန်းရွေးချယ်၍ နှိုင်းယှဉ်ပြုလုပ်သော စမ်းသပ်ချက် (RCTs) များမှ ရရှိသော အထောက်အထားများအား အခြေခံ၍ သုံးသပ်ချက်များ ပြုလုပ်သည်။ ▶ ဆီလျော်သက်ဆိုင်မှုရှိသည့် စနစ်တကျ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုပေါင်း ၂၂ ခု၊ ဆီလျော်သက်ဆိုင်နိုင်ခြေရှိသည့် RCTs ၇၀ ခု နှင့် စမ်းသပ်မှုမဟုတ်သည့် ထုတ်ဝေမှု ၆၅ ခု နှင့် အင်တာနက်အရင်းအမြစ်မှရသော အချက်အလက်များစွာ ပါဝင်သည်။ ▶ နေရာဒေသမျိုးစုံမှ လတ်တလောဆောင်ရွက် ထားသော လေ့လာချက်များ ပါဝင်သည်။ ဤပြန်လည်သုံးသပ်မှုတွင် ရွေးချယ်ထည့်သွင်းထားသော သက်ဆိုင်နိုင်ခြေရှိသည့် RCT ၇၀ ခုအနက်မှ ထက်ဝက်ကျော်သည် ဝင်ငွေနိမ့်သော (သို့) အလယ်အလတ်ရှိသော နိုင်ငံများမှ စမ်းသပ်ချက်များဖြစ်သည်။ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရာတွင် ပါဝင်သည့် စနစ်တကျ ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ၂၂ ခု၏ အများစုတွင် ဝင်ငွေနိမ့်သော (သို့) အလယ်အလတ်ရှိ နိုင်ငံများ အထူးသဖြင့် အာဖရိကတိုက် ဆာဟာရဒေသခွဲတွင် ပြုလုပ်ထားသော ဆီလျော်သက်ဆိုင်သည့် စမ်းသပ်ချက်များ ပါဝင်သည်။ ▶ ကျောင်းအခြေပြု ဆောင်ရွက်ချက်များအပြင် စနစ်တကျ ပြန်လည်ဆန်းစစ်ထားသည့် ကျောင်းပြင်ပ ဆောင်ရွက်ချက်များပါ ပါဝင်နိုင်စေရန် အသက် ၅ နှစ်နှင့် ၂၄ နှစ်ကြား ကလေးနှင့် လူငယ်များကို ဦးတည်ထားပြီး မူရင်းလမ်းညွှန်ထက် ပိုမိုတိုးချဲ့ ပါဝင်စေသည်။

၄.၃ အထောက်အထားများ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုအတွက် ကန့်သတ်ချက်များ

UNESCO မှ တာဝန်ပေးအပ်မှုဖြင့် ဆောင်ရွက်သော အထောက်အထား ပြန်လည်သုံးသပ်မှုများတွင် ကန့်သတ်ချက်အချို့ရှိနေသဖြင့် CSE အစီအစဉ်များ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု အတိုင်းအတာကို ယေဘုယျ သုံးသပ်ချက်ပေးနိုင်ရန် အခက်အခဲရှိပါသည်။ (UNESCO, 2009; UNESCO, 2016c)

ဇယား ၂ - ၂၀၀၈ နှင့် ၂၀၁၆ အထောက်အထား ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်ချက်များ၏ အဓိက ကန့်သတ်ချက်များ

၂၀၀၈ - အထောက်အထားများ ပြန်လည်သုံးသပ်မှု အတွက် ကန့်သတ်ချက်များ	၂၀၁၆ - အထောက်အထားများ ပြန်လည်သုံးသပ်မှု အတွက် ကန့်သတ်ချက်များ
▶ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများတွင် လုံလောက်သော လေ့လာမှုများ မပြုလုပ်ခဲ့ပါ။ ▶ အချို့လေ့လာမှုများတွင် သက်ဆိုင်ရာလုပ်ငန်း အစီအစဉ်များကို လုံလောက်စွာ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားခြင်း မရှိပါ။	▶ အထူးသဖြင့် ဝင်ငွေနိမ့်နှင့် အလယ်အလတ်ရှိသော နိုင်ငံများတွင် CSE အစီအစဉ်များ၏ ရှုထောင့်မျိုးစုံကိုဆန်းစစ်၍ ကျန်းမာရေး မဟုတ်သော အကျိုးကျေးဇူးများအပေါ် ၎င်းတို့၏ သက်ရောက်မှုကို အထောက်အထားပြနိုင်ရန် ကျပန်း မဟုတ်ဘဲရွေးချယ်ပြီး နှိုင်းယှဉ်မှုမပါဝင်သည့် လေ့လာမှုနှင့် အရည်အသွေးဆိုင်ရာ လေ့လာမှုများ မရှိခြင်း။

- လိင်တူချစ်သူ မိန်းကလေး၊ ယောကျ်ားလေးနှင့် လိင်တူဆက်ဆံမှုရှိသော အခြားလူငယ်များအတွက် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို မည်သည့်လေ့လာမှုကမှ ဆန်းစစ်မထားပါ။
- အချို့လေ့လာမှုများသည် အနိမ့်ဆုံး လက်ခံနိုင်သည့် ပြန်လည်ဆန်းစစ်မှု ဒီဇိုင်းသာရှိပြီး အများအပြားသည် စာရင်းအင်းဆိုင်ရာ အားနည်းချက် ရှိသည်။ လေ့လာမှုအများစုသည် multiple test of significance (ရလဒ်အရေးပါမှု ရှိမရှိ ကို နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် စစ်ဆေးခြင်း) ဖြင့်ကိုက်ညီထားခြင်း မရှိပါ။
- STI (သို့) ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှုန်းပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို အနည်းငယ်သော လေ့လာမှုများကသာ တိုင်းတာပြီး STI (သို့) ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှုန်းအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာအညွှန်းဖြင့် တိုင်းတာသော လေ့လာမှုမှာ ထို့ထက်ပင် နည်းပါးသည်။
- နောက်ဆုံးအနေနှင့် စွဲမြဲနေသော ဘက်လိုက်မှုများကလည်း လေ့လာချက်များကို ထုတ်ဝေခြင်းအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိခဲ့ပါသည်။ သုတေသနပြုသူများသည် သူတို့၏ အယူအဆသီအိုရီကို ထောက်ခံသောရလဒ်များ ရရှိမှသာလျှင် စာတမ်းများထုတ်ဝေခြင်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ပြင် အစီအစဉ်များနှင့် ဂျာနယ်များကလည်း ရလဒ်များ ကောင်းမွန်သောအခါတွင်သာ စာတမ်းများကို ထုတ်ဝေရန် လက်ခံနိုင်ခြေ များပါသည်။
- CSE မှတဆင့် ဘဝတစ်လျှောက်လုံးအတွက် အသုံးဝင်မည့် ဗဟုသုတနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများပေး နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ထားသော်လည်း သုံးသပ်ထားသော စမ်းသပ်မှုအများအပြားသည် ကာလတိုအတွက်သာ နောက်ဆက်တွဲ လေ့လာဆန်းစစ်မှုများ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ဥပမာ - အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်ပြီး တစ်နှစ်အကြာတွင် ပြုလုပ်သည်။ (Hindin et al., 2016; Shrphard et al., 2010) သို့ရာတွင် အစီအစဉ်တစ်ခုမှ ကာလတိုအတွင်း အကျိုးကျေးဇူးများ တွေ့ရှိနိုင်မည်ဟု မျှော်လင့်ရန် ကျိုးကြောင်း မဆီလျော်ပါ။ အလားတူပင် CSE ၏ ရေရှည်အကျိုးကျေးဇူးအတွက် အချိန်ယူ နှိုင်းယှဉ်သည့်နည်းဖြင့် လေ့လာထားသော အထောက်အထားမရှိပါ။
- စမ်းသပ်မှုများ ပြုလုပ်ရာတွင် အသုံးပြုသည့် နည်းလမ်း၏ အရည်အသွေးသည် ရလဒ်အဖြေများက အခြားအခြေအနေများနှင့် လူအုပ်စုများတွင်ပါ မှန်ကန်နိုင်ခြေ (generalizable) အပါအဝင် ထိုစမ်းသပ်မှုရလဒ်၏ ယုံကြည်စိတ်ချရမှုအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိစေပါသည်။
- အစိတ်အပိုင်းမျိုးစုံ၏ ထိရောက်မှုကို တိကျသေချာစွာ ဆန်းစစ်လေ့လာရာတွင် ထုတ်ဝေခဲ့သော အရည်အသွေးမြင့် စမ်းသပ်မှုများ၏ အစီရင်ခံစာတွင် ထိုအချက်အလက်များကို မဖော်ပြထားခြင်းကြောင့် ခက်ခဲရှုပ်ထွေးပေသည်။
- ၂၀၀၈ တွင် ပြုလုပ်သော အထောက်အထားများ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုတွင် တွေ့ရှိရသည့်နည်းတူ စွဲမြဲနေသော ဘက်လိုက်မှုများက လေ့လာချက်များအား ထုတ်ပြန်ခြင်းအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသည်။

၄.၄ အနာဂတ်တွင် မည်သည့်အထောက်အထားများ ကျွန်ုပ်တို့ လိုအပ်ပါသလဲ

လွန်ခဲ့သည့် ဆယ်စုနှစ်အတွင်း CSE အတွက် အထောက်အထားများစွာ သိသာစွာ တိုးပွားလာသော်လည်း ဆက်လက်၍ သတိပြုလေ့လာရမည့် နယ်ပယ်များ ရှိနေပါသေးသည် (UNESCO 2016c; UNESCO, 2009)။ ၎င်းတို့မှာ -

- 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကို ဆောင်ရွက်နေသူများနှင့် ကျွမ်းကျင်သူ များက CSE အစီအစဉ်များသည် လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များကို ပြောင်းလဲစေရုံသာမက များစွာ ပိုမိုအကျိုး ဖြစ်ထွန်းနိုင်သည့် အလားအလာများရှိသည်ဟု ခိုင်မြဲစွာယုံကြည်ကြပါသည်။ ဥပမာ CSE သည် ရေရှည် ကျန်းမာရေး တိုးတက်ကောင်းမွန်မှုအတွက် ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည်။ ကျားမအခြေပြုနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုတို့ကို လျော့နည်းစေသည်။ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကို လျှော့ချစေပြီး ကျားမ သာတူညီမျှမှုစံနှုန်းများကို မြှင့်တင်ပေးသည်။ ထို့ပြင် CSE အစီအစဉ်များက လူငယ်များအား ကမ္ဘာ့နိုင်ငံသား (Global Citizen) များအဖြစ် မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများအတွက် ကိုယ်တိုင်တင်ပြအရေး ဆိုနိုင်သူများ ဖြစ်လာနိုင် စေရန် လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်ပေးသည်။ တကမ္ဘာလုံး အထူးသဖြင့် ဝင်ငွေနိမ့်နှင့် အလယ်အလတ်ရှိသော နိုင်ငံများတွင် အစီအစဉ်များ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဆန်းစစ်ရန် တောင်းဆိုမှုများစွာရှိနေသော်လည်း ဤကဲ့သို့သော အကျိုးသက်ရောက်မှု များကို အသေးစိတ်လေ့လာမှု အနည်းငယ်သာလျှင် ပြုလုပ်ခဲ့သည်။
- အထောက်အထားပြန်လည်သုံးသပ်မှုများသည် ဝန်းကျင်အခြေအနေနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းအချက်များနှင့် အကျိုးဆက်များကို ရှင်းလင်းစွာ သိရှိနိုင်စေရန် ပုံစံတကျပူးပေါင်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်သည့် အရေးအတွက်နှင့် အရည်အချင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်များ အပါအဝင် ပြည့်စုံသော အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်းကို ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။
- အစိတ်အပိုင်းများစွာပါဝင်သော အစီအစဉ်များ (ကျောင်းနှင့်ရပ်ရွာတို့တွင် ဆောင်ရွက်သည့် အစိတ်အပိုင်းများ) ကို စစ်ဆေးနိုင်ရန် ဝင်ငွေနိမ့်နှင့် အလယ်အလတ်ရှိ နိုင်ငံများတွင် CSE အစီအစဉ်များအတွက် အရည်အသွေးမြင့်မားသော ကျပမ်းရွေးချယ်နှိုင်းယှဉ်ပြုလုပ်သည့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုများ ပိုမိုလိုအပ်ပါသည်။
- ခြုံငုံကြည့်လျှင် ဆရာဆရာမများ၏ အရည်အချင်းနှင့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ လေ့လာသင်ယူမှု ရလဒ်များ အပါအဝင် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ဒီဇိုင်းပုံစံနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မှုတို့၏ ထိရောက်မှုကိုသိရှိနိုင်ရန် လေ့လာမှုများပိုမိုလိုအပ်ပါသည်။
- ရုပ်ပိုင်းနှင့် (သို့) အသိဉာဏ်ဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းချက်ရှိသည့် လူငယ်များ၊ YPLHIV နှင့် LGBTI လူငယ်များအပါအဝင် ဖယ်ကျဉ်ခံထားရသော အုပ်စုများအပေါ် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုနှင့် ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ လုံလောက်စွာမရှိပါ။
- အကြမ်းဖက်မှုကာကွယ်ရေးကို အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု (သို့) အဓိက အခြင်းအရာအဖြစ် ထည့်သွင်းဆောင် ရွက်သောလေ့လာမှုများအား စနစ်တကျ ပြန်လည်ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုများ အလွန်နည်းပါးပါသည်။ ရင်းနှီးကျွမ်းကျင်သောလက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် HIV ဆက်စပ်မှုသည် ရောဂါရှာဖွေမတွေ့မီနှင့် တွေ့ပြီးအချိန်၌ပါ မြင့်မားနေခြင်းနှင့် ကလေးသူငယ်များအပေါ် အကြမ်းဖက်မှု၏ တစ်သက်တာ ဆိုးကျိုးများကြောင့် ဤလစ်ဟာမှုကို အရေးတကြီး ဦးတည်ဆောင်ရွက်ရန်လိုအပ်ပါသည်။
- CSE ၏လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးရလဒ်များအပေါ် ရေရှည်ထိရောက်မှုရှိပုံကို အချိန်ယူနှိုင်းယှဉ်နည်းဖြင့် လေ့လာထားသော အထောက်အထားများ ရရှိရန်အတွက် စောင့်ကြည့်ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- CSE ၏ ဝန်ဆောင်မှုများကို တောင်းဆိုမှုဖန်တီးနိုင်သည့် အလားအလာနှင့် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုနှင့် ပစ္စည်းများ ပေးအပ်ထောက်ပံ့ခြင်းတို့ ဆက်စပ်နေပုံကို သက်သေပြ ဖော်ပြနိုင်သည့် အထောက်အထားများအား ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

Rawpixel.com/Shutterstock.com

၅

အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှုအတွက် ရည်ရွယ်ချက်များ

၅ - အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှုအတွက် ရည်ရွယ်ချက်များ

ဤအပိုင်းတွင်အသက် ၅ နှစ် မှ ၁၈ နှစ်နှင့်အထက် သင်တန်းသားများအတွက် ဒေသနှင့်လိုက်လျောညီထွေဖြစ်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများကို ပြုစုရာတွင် လမ်းညွှန်ပေးနိုင်မည့် အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များ နှင့် သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက် နမူနာများကို ပြည့်စုံစွာ ဖော်ပြပေးထားပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ UNESCO ၏ ၂၀၀၉ ခုနှစ် မူလလမ်းညွှန်ချက်ကို အခြေပြုထားပြီး ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များထံမှ ထပ်မံပေါ်ထွက်လာသည့် အကြံပြုထောက်ခံချက်များ၊ နိုင်ငံအဆင့်နှင့် ဒေသအဆင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' မူဘောင်များအပြင် အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုကို ပြသနိုင်သည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများနှင့် လက်တွေ့ အတွေ့အကြုံများမှ အထောက်အထားများကို အခြေခံထားပါသည်။

၅.၁ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ၊ အသက်အရွယ်အုပ်စုများနှင့် ဖွဲ့စည်းပုံ

ဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်များ

မူလနှင့် မွမ်းမံပြုစုထားသော အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို ပြုစုရာတွင် အောက်ပါလုပ်ငန်းများမှ သတင်းအချက်အလက်များ ရယူထားပါသည်။ နိုင်ငံ ၁၂ နိုင်ငံ၏[၃] လက်ရှိသင်ရိုးညွှန်းတမ်းများကို အထူးတာဝန်ပေးအပ်ချက်အရ ပြန်လည်ဆန်းစစ်လေ့လာမှုများ (UNESCO, 2017c)၊ အထောက်အထားများကို ပြန်လည် ဆန်းစစ်လေ့လာချက်များ (UNESCO, 2009 နှင့် UNESCO, 2016)၊ ဒေသအဆင့်နှင့် နိုင်ငံအဆင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်း လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် စံနှုန်းများ *(နောက်ဆက်တွဲ - ၇ တွင် ကြည့်ပါ)*၊ သက်ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်စနစ်များ (Databases) နှင့် ဝက်ဘ်ဆိုက်များ (Websites) မှ ရှာဖွေတွေ့ရှိချက်များ၊ ပညာရှင်များ၊ ကျောင်းသားများ၊ ဆရာဆရာမများနှင့်အသေးစိတ် တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများ *(နောက်ဆက်တွဲ - ၆ တွင် ကြည့်ပါ)*၊ ၂၀၀၉ နှင့် ၂၀၁၆ ခုနှစ်တို့တွင် ကျင်းပသော ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းမှ နိုင်ငံတကာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များနှင့် နည်းပညာဆွေးနွေး တိုင်ပင်ပွဲများ *(နောက်ဆက်တွဲ - ၃ တွင် ကြည့်ပါ)*။ အောက်ပါအဖွဲ့အစည်းများမှ လုပ်ဖော်ကိုင်ဘက်များထံမှလည်း အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ကြားရေးရည်ရွယ်ချက်များအတွက် ပါဝင်ပံ့ပိုးမှုများ ရရှိပါသည်။ UNAIDS၊ UNDP (ကုလသမဂ္ဂ ဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်)၊ UNESCO (ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့) UNFPA (ကုလသမဂ္ဂ လူဦးရေရန်ပုံငွေအဖွဲ့)၊ UNICEF (ကုလသမဂ္ဂကလေးများရန်ပုံငွေအဖွဲ့)၊ UN WOMEN၊ WHO (ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့)။ အဆိုပါ အချက်အလက်များကို (Comprehensive Sexuality Education Advisory Group) 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် အကြံပေးအဖွဲ့ဝင်များမှ သေချာစွာ စီစစ်သုံးသပ်ခဲ့ပါသည်။ *(နောက်ဆက်တွဲ - ၂ တွင် ကြည့်ပါ)*

ဤအပိုင်းတွင်ပါဝင်သော လမ်းညွှန်ချက်များသည် လူသားအားလုံးအတွက် အခွင့်အရေးများနှင့် ခွဲခြားမရအောင် ဆက်နွယ်နေသည့် ပါဝင်နိုင်စေမှု၊ လေးစားမှု၊ တန်းတူညီမျှမှု၊ စာနာမှု၊ တာဝန်ယူမှု၊ အပြန်အလှန်အပေးအယူရှိမှု စသည့် တန်ဖိုးများကို အလေးထား၍ အခွင့်အရေးအခြေခံသည့် နည်းလမ်းကို အသုံးပြုထားပါသည်။ ထို့ပြင် လူငယ်တို့၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးနှင့် ချမ်းသာသုခ တို့အတွက် ကျားမတန်းတူညီမျှမှုရှိရန် အလွန်အရေးကြီးကြောင်း နားလည်သိရှိမှုအပေါ် အခြေပြုပါသည်။ နောက်ဆုံးအနေနှင့် ဤလမ်းညွှန်သည် ကျောင်းသူကျောင်းသားများကို အဓိကဦးတည်ညွှန်ကြားသည့် သင်တန်းသား ဗဟိုပြု သင်ကြားရေးစနစ်ကို အားပေးမြှင့်တင်ပါသည်။

အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက်များ၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်မှာ အောက်ပါအချက်များကို လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းအားဖြင့် ကလေးနှင့်လူငယ်များအား ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိစေပြီး ၎င်းတို့၏ကျန်းမာရေး၊ ချမ်းသာသုခနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာတို့အတွက် ကိုယ်တိုင်စွမ်းဆောင်နိုင်စွမ်း မြင့်မားလာစေရန် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် မိမိတို့၏ရွေးချယ်မှုကြောင့် အခြားသူများ၏ ပျော်ရွှင်ချမ်းသာမှုအပေါ် သက်ရောက်နိုင်ခြေကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားနိုင်ရန်၊ မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများ သိရှိနားလည်ပြီး ပြည့်မီရရှိအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်နှင့် အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးကိုလည်း လေးစားတတ်စေရန် ဖြစ်ပါသည်။

- လိင်မှုရေးရာအကြောင်း သိနားလည်မှု၊ စိတ်ခံစားမှု၊ ရုပ်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ရှုထောင့်အမြင်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိပ္ပံနည်းကျ တိကျမှန်ကန်သော၊ အသက်အရွယ်၊ ဖွံ့ဖြိုးမှုတို့နှင့် ကိုက်ညီသော၊ ကျားမရေးရာကို နားလည်ဂရုပြုသော၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဆီလျော်သော၊ ပြောင်းလဲမှုကို ဖော်ဆောင်နိုင်သော သတင်းအချက်အလက်များပေးခြင်း
- လူငယ်များအားလိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးရာ ဆက်ဆံမှုများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိစေနိုင်သည့် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံယူချက်များ၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံဆိုင်ရာစံနှုန်းများနှင့် အခွင့်အရေးများကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်မည့် အခွင့်အလမ်းရရှိစေခြင်း
- ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာများ တတ်မြောက်အောင် ပျိုးထောင်ပေးခြင်း

အသက်အပိုင်းအခြားအလိုက် အုပ်စုခွဲခြင်း

ဤအပိုင်းကို အောက်တွင် ဒုတိယအဆင့် (Secondary) ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း အဓိက သဘောတရား ၈ ခုဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ ၎င်းတို့ကို မူလတန်းအဆင့်နှင့် ဒုတိယဆင့် ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများအတွက် ရည်ရွယ်၍ (၅-၈ နှစ်၊ ၉-၁၂ နှစ်၊ ၁၂-၁၅ နှစ်၊ ၁၅-၁၈ နှစ်နှင့် အထက်) အသက်အုပ်စု ၄ ခု ထပ်မံ ခွဲထားပါသည်။ သင်ယူလေ့လာမှုအတွက် ရည်ရွယ်ချက်များကို ကျိုးကြောင်း သင့်လျော်စွာ အဆင့်ခွဲထားရာ ငယ်ရွယ်သောသင်တန်းသားများအတွက် အဓိက သဘောတရားများတွင် အခြေခံကျ၍ အသိဉာဏ်ပညာ မမြင့်မားလွန်းသော၊ ရှုပ်ထွေးမှုနည်းပါးသော အချက်အလက်များကိုသာ ထည့်သွင်းထားသည်။ ဒုတိယနှင့် တတိယ အသက်အုပ်စု (၉-၁၂ နှစ်နှင့် ၁၂-၁၅ နှစ်) များအတွက် ထပ်တူဖြစ်နေသော အကြောင်းအရာများကို ထည့်သွင်းပါဝင်စေပါသည်။ ယင်းမှာ စာသင်ခန်းတစ်ခုထဲတွင် ကျယ်ပြန့်သော အသက်အပိုင်းအခြားအတွင်းရှိသည့် သင်ယူသူများကို အတူတကွ သင်ကြားပေးနိုင်ရန် တမင်ရည်ရွယ်ပါသည်။ အချို့သော ဒုတိယအဆင့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် အသက် (၁၈) နှစ်အထက် ဖြစ်နေနိုင်သည်ကို သိမှတ်လျက် နောက်ဆုံးအသက်အုပ်စုကို ၁၅-၁၈+ နှစ်ဟု သတ်မှတ်ထားသည်။ အကြောင်းအရာနှင့် သင်ကြားမှုများသည် တတိယအဆင့်ပညာရေးမှ ပို၍အရွယ်ရောက်သည့် သင်တန်းသားများအတွက်ပါ အသုံးတည့်စေရန်အတွက် ရည်ရွယ်ထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ မူလတန်းအဆင့်နှင့် ဒုတိယအဆင့် စာသင်ကျောင်းများတွင် လူငယ်အများစုသည် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို သင်ယူခဲ့ရခြင်းမရှိကြပါ။ ထို့ကြောင့် တတိယဆင့် ပညာရေးကို သင်ယူနေကြသော ကျောင်းသားများမှာ

၃ ဘော့ဆွာနာ၊ အီသီယိုပီးယား၊ အင်ဒိုနီးရှား၊ ဂျမေကာ၊ ကင်ညာ၊ နမီးဘီးယား၊ နိုင်ဂျီးရီးယား၊ တောင်အာဖရိက၊ တန်ဇန်နီးယား၊ ထိုင်း၊ အမေရိကနှင့် ဇမ်ဘီယာနိုင်ငံ

အသက်ကြီးနေပြီ ဖြစ်သော်လည်း ဤသင်ခန်းစာများမှ အကျိုးကျေးဇူး ရရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသင်ခန်းစာတွင် ပါဝင်သော လမ်းညွှန်ချက်များသည် ကျောင်းမနေရသော ကလေးများ၊ ကျောင်းနေရသော်လည်း ကျောင်းတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကို မရရှိခဲ့ရသော ကလေးများအတွက်လည်း လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရန် ရေးသားပြုစုထားပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ အသက်အုပ်စုများတွင်ပါဝင်သော လူငယ်များ၏ ဉာဏ်ရည်နှင့် လိုက်လျောညီထွေရှိမည့် သတင်းအချက်အလက်များကိုသာ သင်ကြားပေးသင့်ပြီး ဉာဏ်ရည်နှင့် သင်ယူနိုင်မှုစွမ်းရည် နည်းပါးသော ကလေးများကိုလည်း ထည့်သွင်းပါဝင် သင်ကြားပေးသင့်ပါသည်။ အချို့သော လူ့အဖွဲ့အစည်းများတွင် ဆရာတစ်ယောက်အနေဖြင့် အသက်အရွယ်ပေါင်းစုံ ပါဝင်သော သင်တန်းသားများကို စာသင်ခန်းတစ်ခုတည်းတွင် အတူသင်ကြားပေးရခြင်းမျိုး ရှိတတ်ပါသည်။ အချို့သည် အသက်ကြီးမှ ကျောင်းစနေကြရသည်ဖြစ်ရာ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့် မတူညီကြဘဲ၊ ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်၊ ကျွမ်းကျင်မှုတို့တွင် အဆင့်ကွဲပြားကြသည်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြရပါမည်။

ထို့ပြင် ကလေးနှင့်လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များ၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ၊ လိင်မှုကိစ္စ စတင်သည့်အသက်အရွယ်တို့မှာ ကမ္ဘာ့ဒေသကြီးများ အလိုက်သော်လည်းကောင်း၊ နိုင်ငံနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုနှင့်တစ်ခုအကြား သို့မဟုတ် နိုင်ငံနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုစီအတွင်း သော်လည်းကောင်း သိသာစွာ ကွဲပြားခြားနားကြပါသည်။ ထိုအချက်က သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ထောက်ကူပစ္စည်း၊ သင်ကြားမှု အစီအစဉ်တို့ကို စီစဉ်ပြုစုသည့်အခါ လေ့လာသင်ယူမှုဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုစီ၏ အသက်အရွယ်အလိုက် သင့်လျော်မှုအတွက် ယူဆချက်အပေါ် သက်ရောက်နိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် ဆရာဖြစ်သူက သင်တန်းသားများထဲတွင် အမျိုးမျိုးသော လိင်မှုကိစ္စအတွေ့အကြုံများ ရှိနေကြသည်ဆိုသော အသိအမှတ်ပြုမှုအပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင်တန်းသားများ၏ လက်တွေ့အခြေအနေမှန်နှင့် ရရှိနိုင်သော သတင်းအချက်အလက်၊ အထောက်အထားများကို အခြေပြုကာ လေ့လာသင်ယူမှုဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်များကို ချိန်ဆရပါမည်။ ကလေးများ သို့မဟုတ် လူငယ်များနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာများကို ဆွေးနွေးရာတွင် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ စိတ်ကသိကအောက်ဖြစ်မှုများ သို့မဟုတ် သဘောထားကွဲလွဲမှုများ တွေ့ကြုံနိုင်ခြေအပေါ် အခြေခံ၍ ချိန်ဆပြင်ဆင်ခြင်း မပြုရပါ။ စိန်ခေါ်မှုများ ရှိနေသော်လည်း အကဲဆတ်သော၊ ထိလွယ်ရှလွယ်သော ကိစ္စရပ်များကို ဦးတည်ဖြေရှင်းရန် လိုအပ်ကြောင်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် ဆိုင်သည့် စာအုပ်စာပေများနှင့် သုတေသနများက ထောက်ပြနေပါသည်။ လိင်မှုရေးရာသည် အခြားသော ကျောင်းသင်ဘာသာရပ်များနှင့် မတူညီဘဲ ပြင်းထန်သောစိတ်ခံစားမှုများ ထွက်ပေါ်လာစေနိုင်သည့်အတွက် (UNESCO, 2016b) ကလေးများအနေဖြင့် ငယ်ရွယ်စဉ်ကတည်းကပင် သူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံ၊ ခံစားချက်များနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ပြောဆို ဆွေးနွေးနားလည်နိုင်သော ဘာသာစကားနှင့် စွမ်းရည်တို့ရှိနေရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဖွဲ့စည်းပုံ

အဓိကကျသော သဘောတရား ရှစ်ခုရှိပြီး ၎င်းတို့မှာ ညီတူညီမျှ အရေးကြီးကာ အချင်းချင်း အပြန်အလှန်အားပြုနေကြပြီး တစ်ခုနှင့်တစ်ခု နှိုင်းယှဉ်ဆက်စပ် သင်ကြားပေးရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

ခေါင်းစဉ်များသည် အကြိမ်ကြိမ် ထပ်ခါထပ်ခါပါဝင်နေမည်ဖြစ်ရာ ရှုပ်ထွေးမှုများ အဆင့်ဆင့်မြင့်တက်လာပြီး ခရုပတ်သဖွယ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အသုံးပြု၍ ယခင် သင်ယူလေ့လာခဲ့မှုများအပေါ် ထပ်ဆင့် တည်ဆောက်သွားရမည်ဖြစ်သည်။

၁။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ

၂။ တန်ဖိုးထားမှု၊ အခွင့်အရေး (ရပိုင်ခွင့်)၊ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၃။ ကျားမရေးရာကိုသိနားလည်ခြင်း

၄။ အကြမ်းဖက်မှုများနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံအောင်နေထိုင်ခြင်း

၅။ ကျန်းမာခြင်းနှင့် ချမ်းသာသုခရရှိစေရန် ကျွမ်းကျင်မှုများ

၆။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် ဖွံ့ဖြိုးလာပုံ

၇။ လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်

၈။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး

အဓိက သဘောတရားများကို ခေါင်းစဉ်နှစ်ခုမှ ငါးခုအထိ ထပ်မံခွဲခြားထားပါသည်။ တစ်ခုစီတွင် အသက်အုပ်စုတစ်ခုစီအတွက် **အဓိကတွေးမြင်မှု နှင့်ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်နှင့်ကျွမ်းကျင်မှုတို့ကို အခြေခံသည့် ရည်ရွယ်ချက်များ** ပါဝင်သည်။ **ဗဟုသုတ (Knowledge)** က သင်တန်းသားအား အရေးကြီးသော အခြေခံအုတ်မြစ်ကို ချပေးသည်။ **ခံယူချက်(Attitude)** က လူငယ်များအနေဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်အကြောင်း၊ လိင်မှုရေးရာအကြောင်းနှင့် ကမ္ဘာကြီးအကြောင်း နားလည်မှုကို ပုံဖော်နိုင်အောင် ကူညီပေးပါသည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၊ နားထောင်ပေးခြင်း၊ ငြင်းဆန်ခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း၊ ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းခြင်း၊ လူအချင်းချင်း ဆက်သွယ်မှု၊ အလေးအနက်စဉ်းစားတွေးခေါ်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို ဆန်းစစ်သိမြင်ခြင်း၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားထားခြင်း၊ ယုံကြည်အားကိုးထိုက်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ၊ သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူခြင်း၊ ခွဲခြားနှိမ်ချမှုများကို စိန်ခေါ်ခြင်းနှင့် ရပိုင်ခွင့်များအတွက် တင်ပြအရေးဆိုခြင်း၊ အစရှိသည့် **ကျွမ်းကျင်မှု (Skills)** များက သင်တန်းသားများကို လက်တွေ့ဘဝတွင် အသုံးချ လုပ်ဆောင်နိုင်စေမည် ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ သင်ကြားရေးရည်ရွယ်ချက်များတွင် ဖော်ပြထားသည့် **ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုတည်ဆောက်ရေး**ဟူသော သင်ယူလေ့လာမှု နယ်ပယ် (၃) ခုတို့မှာ အမြဲတမ်း အစဉ်လိုက်ဖြစ်ရန် မလိုအပ်ပါ။ သို့သော် ယင်းတို့အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ထပ်ခါထပ်ခါ အားဖြည့်ပေးနေသော လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်၍ သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အရေးကြီးသော တွေးမြင်မှုများအပေါ် အကြိမ်ကြိမ်လေ့လာကာ၊ ပြန်လည်ဆန်းစစ်၍ ပိုမိုအားကောင်းလာစေမည့် အခွင့်အလမ်းမျိုးရရှိစေပါသည်။ ဤအပိုင်းတွင် ဖော်ပြထားသော သင်ကြားရေးရည်ရွယ်ချက်များမှာ အတိအကျ ညွှန်းပြခြင်း မဟုတ်ဘဲ ဥပမာသဘော သရုပ်ဖော်ပြရန် တမင်ရည်ရွယ်ထားပါသည်။ ခေါင်းစဉ်တစ်ခုအတွက် ဖြစ်စေ၊ နယ်ပယ်များအတွက်ဖြစ်စေ အားလုံး ပြည့်စုံပါဝင်ပြီး ဖြစ်သည်ဟုလည်း မဆိုလိုပါ။ နယ်ပယ်သုံးခုကို ပေါင်းစပ်သင်ကြားပေးခြင်းမှာ **လူငယ်များအား စွမ်းရည်မြှင့်တင်ပေးနိုင်**ရန်နှင့် ထိရောက်သော CSE လုပ်ငန်းတို့အတွက် အရေးပါပေသည်။ ထို့ကြောင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပြုစုသူများသည် နယ်ပယ်သုံးခုအကြား သင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက်ကို ဟန်ချက်ညီအောင်ထိန်းညှိဆောင်ရွက်ရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်သည် အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်အားလုံးအတွက် သင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက် ပုံစံတစ်မျိုးစီကို စနစ်တကျအနေနှင့် သရုပ်ဖော်ပြထားခြင်း မရှိပါ။

သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုသူများသည် ဤသရုပ်ပြသင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို ဒေသအဆင့်တွင် အဓိပ္ပာယ် ဖော်ထုတ်နိုင်သည်။ နောက်ခံအခြေအနေများနှင့် ရှိရင်းစွဲနိုင်ငံ သို့မဟုတ် ဒေသအလိုက် စံနှုန်းများနှင့် မူဘောင်များပေါ်တွင် အခြေခံ၍ တိုင်းတာနိုင်စေရန် ပြုလုပ်နိုင်သည်။ **ဤသင်ခန်းစာများသည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာအထောက်အထားများနှင့် ဆောင်ရွက်ပုံ အလေ့အထများပေါ်တွင် အခြေခံထားပြီး သဘောဆန္ဒအလျောက် ဆောင်ရွက်ရန်သာဖြစ်၍ မဖြစ်မနေလိုက်နာလုပ်ဆောင်ရန် မဟုတ်ပါ။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း ဆောင်ရွက်နေကြသည့် နောက်ခံအခြေအနေများတွင် နိုင်ငံအလိုက် မတူကွဲပြားမှုများ ရှိနေကြသည်ကိုလည်း အသိအမှတ်ပြုထားပါသည်။** ရလဒ်အနေနှင့် အချို့သောကိစ္စရပ်များကို နိုင်ငံတစ်ခုက လက်ခံသော်လည်း အခြားတစ်နိုင်ငံက လက်မခံသော အခြေအနေမျိုး ရှိနေနိုင်ပါသည်။ နိုင်ငံတိုင်းသည် နိုင်ငံသားတိုင်း၏ လူ့အခွင့်အရေးကို လေးစားခြင်း၊ အားလုံးပါဝင်နိုင်မှုရှိစေခြင်း နှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု မရှိခြင်းတို့ကို လေးစားလိုက်နာ၍ သင့်လျော်စွာ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့် ရှိနေကြပါသည်။

သင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို အခြေပြုသည့် သင်ခန်းစာများကို လိုအပ်ချက်များ၊ ဒေသ (သို့) နိုင်ငံအလိုက် သီးခြားသွင်ပြင်လက္ခဏာဖြစ်သည့်

လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု စံနှုန်းများ၊ ကူးစက်ရောဂါ ဖြစ်ပွားနှုန်းများအပေါ် အခြေခံ၍ သက်ငယ်အုပ်စုနှင့် သက်ကြီးအုပ်စုများအတွက် ချိန်ဆထည့်သွင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျွမ်းကျင်သူ အများစုက ကလေးနှင့်လူငယ်များသည် လိင်မှုရေးရာ နှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အချက်အလက်များကို တတ်နိုင်သမျှ စောစီးစွာ၊ ပြည့်စုံစွာ ရယူလိုကြပြီး ရရှိရန်လည်း လိုအပ်ကြောင်း ယုံကြည်ကြသည်။ ဤအချက်ကို ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ စိတ်ပညာတွင် သိမှတ်ဖော်ပြထားပြီး ဥရောပတိုက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် စံသတ်မှတ်ချက်များ တွင်လည်း ထင်ဟပ်ဖော်ပြထားပါသည် (WHO ဥရောပ ဒေသရုံးနှင့် BZgA, 2010)။

ထို့ပြင် ဤသင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို သင်တန်းသားတို့၏ အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးစွမ်းဆောင်နိုင်မှု အဆင့်အရ တဖြေးဖြေး အသိဉာဏ်ပညာအရ ပိုမိုမြင့်မား ဖွံ့ဖြိုးမှုဆီသို့ အစီအစဉ်တကျ စီစဉ်ထားပါသည်။ အကယ်၍ ပညာပေးအစီအစဉ်ကို သက်ကြီး သင်တန်းသား များအတွက် စတင်လုပ်ဆောင်ရပါက ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ခံယူချက်များ တည်ဆောက်နိုင်လောက်သည့် လုံလောက်သော အခြေခံဗဟုသုတ ရရှိသေချာစေရန်အတွက် သက်ငယ်သင်တန်းသားများအတွက် အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှု ရည်ရွယ်ချက်များကို ပြန်လည်ထည့်သွင်း သင်ပြပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

၅.၂ အဓိက သဘောတရား၊ အကြောင်းအရာနှင့်သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များအပေါ် ခြုံငုံသုံးသပ်ချက်အကျဉ်းချုပ်

အဓိက သဘောတရား (၁) ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ

ခေါင်းစဉ်များ

၁.၁ မိသားစုများ

၁.၂ မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်း၊ အချစ်နှင့် ချစ်သူအဖြစ် ဆက်ဆံရေး

၁.၃ သည်းခံနိုင်မှု၊ ပါဝင်စေမှု၊ လေးစားမှု

၁.၄ ကာလရှည်ကြာကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝ

အဓိက သဘောတရား (၂) တန်ဖိုးထားမှု၊ အခွင့်အရေးများ၊ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် လိင်မှုရေးရာ

ခေါင်းစဉ်များ

၂.၁ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၂.၂ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့်လိင်မှုရေးရာ

၂.၃ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် လိင်မှုရေးရာ

အဓိက သဘောတရား (၃) ကျားမရေးရာကို သိနားလည်ခြင်း

ခေါင်းစဉ်များ

၃.၁ ကျားမရေးရာနှင့် ကျားမ ရေးရာစံနှုန်းကို လူမှုရေးအရဖွဲ့စည်းပုံ

၃.၂ ကျားမတန်းတူညီမျှမှု၊ တရားသေ သတ်မှတ်ချက်များ၊ ဘက်လိုက်ခြင်း

၃.၃ ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများ

အဓိက သဘောတရား (၄) အကြမ်းဖက်မှုများနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံအောင်နေထိုင်ခြင်း

ခေါင်းစဉ်များ

၄.၁ အကြမ်းဖက်မှု

၄.၂ သဘောတူလက်ခံခြင်း၊ ကိုယ်ရေး လွတ်လပ်ခွင့်၊ ခန္ဓာကိုယ်လုံခြုံခိုင်မြဲမှု

၄.၃ သတင်းနှင့် ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာ (ICT) ကို ဘေးကင်းလုံခြုံစွာအသုံးပြုခြင်း

အဓိက သဘောတရား (၅) ကျန်းမာခြင်းနှင့် ချမ်းသာသုခ ရရှိစေရန် ကျွမ်းကျင်မှုများ

ခေါင်းစဉ်များ

၅.၁ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များပေါ်တွင် ဩဇာလွှမ်းမိုးသည့်စံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ

၅.၂ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း

၅.၃ ဆက်သွယ်ခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းနှင့် ညှိနှိုင်းခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ

၅.၄ မီဒီယာဆိုင်ရာ သိနားလည်မှုနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၅.၅ အကူအညီနှင့် အထောက်အပံ့ရှာဖွေခြင်း

အဓိက သဘောတရား (၆) လူ့ခန္ဓာကိုယ် ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် ဖွံ့ဖြိုးလာပုံ

ခေါင်းစဉ်များ

၆.၁ လိင်နှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါများ၏ ခန္ဓာဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒ

၆.၂ မျိုးပွားခြင်း

၆.၃ လူပျိုဖော် အပျိုဖော်ဝင်ခြင်း

၆.၄ ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဌာန်

အဓိက သဘောတရား (၇) လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်

ခေါင်းစဉ်များ

၇.၁ လိင်၊လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘဝစက်ဝန်း

၇.၂ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်နှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတုံ့ပြန်မှု

အဓိက သဘောတရား (၈) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး

ခေါင်းစဉ်များ

၈.၁ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း နှင့်သန္ဓေတားခြင်း

၈.၂ HIV နှင့် AIDS ခွဲခြားနှိမ်ချမှု၊ စောင့်ရှောက်မှုကုသမှုနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှု

၈.၃ HIV အပါအဝင် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါ များကိုနားလည်ခြင်း၊ သိမှတ်ခြင်းနှင့် အန္တရာယ်လျော့နည်းစေခြင်း

အဓိက သဘောတရား (၁)

ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ

ခေါင်းစဉ်များ

၁.၁ မိသားစုများ

၁.၂ မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်း၊ အချစ်နှင့် ချစ်သူအဖြစ် ဆက်ဆံရေး

၁.၃ သည်းခံနိုင်မှု၊ ပါဝင်စေမှု၊ လေးစားမှု

၁.၄ ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝ

အဓိက သဘောတရား (၁) ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများ

၁.၁ မိသားစုများ

၁

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကမ္ဘာပေါ်တွင် မိသားစုပုံစံ အမျိုးမျိုးရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိသားစုပုံစံအမျိုးမျိုးကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဥပမာ - မိဘနှစ်ပါးရှိခြင်း၊ မိဘတစ်ဦးတည်းသာရှိခြင်း၊ ကလေးက ဦးဆောင်ခြင်း၊ အုပ်ထိန်းသူက ဦးဆောင်ခြင်း၊ ဆွေမျိုးသားချင်းများ ပါဝင်သော မိသားစု၊ မိဘနှစ်ပါးနှင့် သားသမီးများသာရှိသော မိသားစု၊ အစဉ်အလာမှခွဲထွက်သော မိသားစု) (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုပုံစံ အမျိုးမျိုးရှိနေခြင်းအပေါ် လေးစားလက်ခံမှုရှိခြင်း (ခံယူချက်)
- ပုံစံအမျိုးမျိုးသော မိသားစုများရှိနေခြင်းအပေါ် လေးစားမှုကို ဖော်ပြနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို တင်ပြနိုင်ခြင်း (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိသားစုဝင်တိုင်းတွင် ခြားနားသော လိုအပ်ချက်များနှင့် အခန်းကဏ္ဍများ ရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိသားစုဝင်များ၏ ခြားနားသောလိုအပ်ချက်များနှင့် အရေးပါမှု အခန်းကဏ္ဍများကို ဖော်ထုတ်ခြင်း (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုဝင်များသည် တခါတရံ တစ်ဦးအပေါ် တစ်ဦး ဂရုမစိုက်နိုင်ခြင်း၊ ဂရုမစိုက်လိုခြင်းများ ရှိနိုင်သော်လည်း၊ အချင်းချင်း အပြန်အလှန် မည်သို့မည်ပုံ ရိုင်းပင်းကူညီကြသည်ကို သိမှတ်လက်ခံနိုင်ခြင်း (ခံယူချက်)
- မိသားစုအတွင်း မိမိ၏လိုအပ်ချက်နှင့် အခန်းကဏ္ဍများကို ဆက်သွယ်ဖော်ပြခြင်း (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမတန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းသည် မိသားစုဝင်များအကြား အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ်တွင် ထင်ဟပ်မှုရှိတတ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိသားစုအတွင်း ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမတို့၏ ခြားနားသော အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အဆိုပါ ခြားနားချက်များကြောင့် ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမတို့ လုပ်နိုင်သည့်၊ မလုပ်နိုင်သည့် ကိစ္စများအပေါ် သက်ရောက်ပုံကို သရုပ်ဖော် ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမတန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းသည် မိသားစုအတွင်း အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှု ရှိနေသည်ကို သတိပြုမိလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိသားစုအတွင်း ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမတို့၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် ပတ်သက်၍ မိမိ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် စိတ်ခံစားမှုများကို ထင်ဟပ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးများအား တန်ဖိုးထားမှုများကို သင်ကြားပေးရန်မှာ မိသားစုဝင်အားလုံးအတွက် အရေးပါသော ကိစ္စရပ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- တန်ဖိုးထားမှုများ (Values) ကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- သူတို့နှင့် သူတို့၏မိသားစုအတွင်း တန်ဖိုးထားမှုများကို စာရင်းပြုစုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစု၏ တန်ဖိုးထားမှုများက ကလေးများ၏ တန်ဖိုးထားမှုများ အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ တန်ဖိုးထားမှုများကို ဖော်ပြတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့် အခြား မိသားစုဝင်များသည် ကလေးများအပေါ်တွင် တန်ဖိုးထားမှုများ ရှိလာအောင် ကူညီပေးပြီး ၎င်းတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ပံ့ပိုးလမ်းညွှန်ပေးကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့် အခြား မိသားစုဝင်များက ကလေးများ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ပံ့ပိုးကူညီပေးသည့် နည်းလမ်းများအား ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့် မိသားစုဝင်များသည် မိမိတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များအပေါ် ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိသားစု၏ တန်ဖိုးထားမှုက ကလေးများ ချမှတ်သော ဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ် မည်သို့ လမ်းညွှန်ပေးသည်ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိသားစုဝင်များ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများမှတဆင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုကို အားပေးမြှင့်တင်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိသားစုဝင်များအကြား ခြားနားသော အခန်းကဏ္ဍများ၊ အခွင့်အရေးများ၊ တာဝန်ဝတ္တရားများ ရှိနေကြောင်း ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုဝင်များ၏ အခန်းကဏ္ဍများ၊ တာဝန်ဝတ္တရားများမှတဆင့် ကျားမတန်းတူညီမျှမှုကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို စာရင်းပြုစုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုအတွင်းမှာပင် မိသားစုဝင်များအားလုံးက ကျားမတန်းတူ ညီမျှမှုကို ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိသားစုအတွင်း သာတူညီမျှဖြစ်သော အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ထောက်ကူပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျန်းမာခြင်းနှင့် မကျန်းမာခြင်းတို့က မိသားစု၏ ဖွဲ့စည်းမှု၊ စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျန်းမာခြင်းနှင့် မကျန်းမာခြင်းတို့က မိသားစုဝင်များ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ် မည်သို့သက်ရောက်မှု ရှိစေကြောင်း ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျန်းမာခြင်းနှင့် မကျန်းမာခြင်းက မိသားစု၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မကျန်းမာသော မိသားစုများအပေါ် မိမိ၏ ကိုယ်ချင်းစာတရားကို ဖော်ထုတ်ပြသတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၁.၁ မိသားစုများ (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အရွယ်ရောက်ခြင်းဆိုသည်မှာ မိမိအတွက် သော်လည်းကောင်း၊ သူတပါးအတွက်သော်လည်းကောင်း တာဝန်ယူမှုကို ဆိုလိုသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အရွယ်ရောက်လာသည်နှင့်အမျှ မိမိအတွက်သော်လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးအတွက်သော်လည်းကောင်း အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာသည့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ဆန်းစစ်ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အရွယ်ရောက်လာသောအခါ မိမိတို့၏ကမ္ဘာနှင့် ချစ်ခင်နှစ်သက်မှုသည် မိသားစု၏ အပြင်ဘက်သို့ ချဲ့ထွင်လာပြီး သူငယ်ချင်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများသည် အထူးသဖြင့် အရေးပါလာကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- အသစ်ဖြစ်ပေါ်လာသော တာဝန်ဝတ္တရားများနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးကို ဆန်းစစ်ခြင်း၊ ထမ်းဆောင်ခြင်း ရှိလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့် ကလေးများကြားတွင် ပဋိပက္ခများ၊ နားလည်မှုလွဲမှားခြင်းများ ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ အထူးသဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် ဖြစ်ပွားတတ်ပြီး၊ ယင်းတို့မှာ ပြေလည်အောင် ဖြေရှင်းနိုင်သောကိစ္စများ ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့် သားသမီးများကြားတွင် ဖြစ်ပွားလေ့ရှိသော ပဋိပက္ခများ၊ သဘောထားကွဲလွဲမှုများကို စာရင်းပြုစုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့်ဖြစ်ပွားသော ပဋိပက္ခ သို့မဟုတ် သဘောထားကွဲလွဲမှုများကို ဖြေရှင်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအား ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့် ပဋိပက္ခများ၊ နားလည်မှုလွဲမှားခြင်းများ ဖြစ်ပွားတတ်ပြီး၊ ယင်းတို့သည် ဖြေရှင်းနိုင်သောကိစ္စများဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများနှင့်ဖြစ်ပွားသော ပဋိပက္ခ၊ နားလည်မှု လွဲခြင်းများကို ဖြေရှင်းနိုင်သည့် မဟာဗျူဟာများကို အသုံးချနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ချစ်ခြင်းမေတ္တာ၊ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှခြင်း၊ အပြန်အလှန်လေးစားခြင်း၊ ဂရုစိုက်ခြင်းတို့သည် အောင်မြင်ကျန်းမာသော မိသားစုဘဝနှင့် ဆက်ဆံရေးအတွက် အလွန်အရေးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အောင်မြင်ကျန်းမာသော မိသားစုဘဝ၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထို သွင်ပြင်လက္ခဏာများက မည်သည့်အတွက်ကြောင့် အောင်မြင်ကျန်းမာသော မိသားစုဘဝအတွက် အရေးကြီးကြောင်း ချင့်ချိန်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- အောင်မြင်ကျန်းမာသော မိသားစုဘဝအတွက် မိမိတို့၏ ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းမှုကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးများနှင့် ကျန်းမာရေး ကိစ္စရပ်များသည် မိသားစုဘဝ ဆက်ဆံရေးအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုများ ရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိသားစုဝင်တစ်ဦးက ထိခိုက်ခံစားရလွယ်သော အကြောင်းအရာ (ဥပမာ - HIV ပိုးရှိနေခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ရှိနေခြင်း၊ လက်ထပ်ထားခြင်း၊ လက်ထပ်ရန်စီစဉ်ပေးမှုကို ငြင်းပယ်ခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်ကျင့်ခံခဲ့ရခြင်း၊ သို့မဟုတ် ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာ လိင်မှုဆက်ဆံရေးရှိခြင်း) ကို ဖွင့်ဟပြောဆိုသောအခါ မိသားစုဝင်များ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် ဆက်ဆံရေးအပေါ် မည်သို့ ပြောင်းလဲစေနိုင်မည်ကို ဆန်းစစ်တတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ လိင်မှုကိစ္စဆက်ဆံရေး သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးတို့နှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို ဖွင့်ဟ (သို့) မျှဝေ ပြောဆိုသောအခါ မိမိတို့၏ အခန်းကဏ္ဍများနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့တွင် မည်သို့ ပြောင်းလဲနိုင်သည်ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူငယ်များနှင့် မိသားစုဝင်များသည် လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေး၊ ကျန်းမာရေးတို့နှင့်ပတ်သက်၍ ဖွင့်ဟပြောဆိုရသည့်အခါ တွေ့ကြုံနိုင်သည့် စိန်ခေါ်မှုများအတွက် အထောက်အကူပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းများရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေး သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးတို့နှင့် ပတ်သက်၍ ဖွင့်ဟပြောဆိုသော ငယ်ရွယ်သူတစ်ဦးအပေါ်တွင် မွေးချင်းများ၊ မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူနှင့် ဆွေမျိုးသားချင်းများက မည်သို့မည်ပုံ အားပေးကူညီနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုအတွင်း တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး အပြန်အလှန်လေးစားမှုဖြင့် ဖေးမကူညီကြခြင်းဖြင့် စိန်ခေါ်မှုများကို ကျော်လွှားနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိအတွက်သော်လည်းကောင်း၊ မိသားစုဝင်များ အတွက် သော်လည်းကောင်း အကူအညီလိုအပ်ပါက ပံ့ပိုးမှုရရှိရန် ခိုင်မာပြီး ယုံကြည်အားကိုးထိုက်သော ရပ်ရွာတွင်းမှ ရင်းမြစ်များကို ရှာဖွေရယူတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၁

၁.၂ မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်း၊ အချစ်နှင့် ချစ်သူအဖြစ်ဆက်ဆံရေး

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိတ်ဆွေဖွဲ့ ခင်မင်ရင်းနှီးမှု အမျိုးမျိုးရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိတ်ဆွေဆိုသည်ကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ခင်မင်ရင်းနှီးမှုကို တန်ဖိုးထားတတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း ဖြစ်ရန်အတွက် ကျားမကွဲပြားမှု၊ မသန်စွမ်းမှု (သို့မဟုတ်) လူတစ်ယောက်၏ ကျန်းမာရေးတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် မလိုအပ်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မတူကွဲပြားသော ခင်မင်ရင်းနှီးမှုအမျိုးမျိုး ဖော်ဆောင်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ခင်မင်ရင်းနှီးသော မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းဖြစ်ရန် အတွက် ယုံကြည်မှု၊ မျှဝေခံစားမှု၊ လေးစားမှု၊ ကိုယ်ချင်းစာတရားနှင့် စည်းလုံးညီညွတ်မှုတို့ အပေါ်တွင် အခြေခံရသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိတ်ဆွေဖြစ်မှုတွင် ပါဝင်သောအချက်များကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဥပမာ- ယုံကြည်မှု၊ မျှဝေခံစားမှု၊ လေးစားမှု၊ ကူညီပေးမှု၊ ကိုယ်ချင်းစာတရား၊ စည်းလုံးညီညွတ်မှု) (ဗဟုသုတ)
- မိတ်ဆွေဖြစ်မှုတွင် ပါဝင်သောအချက်များဖြင့် ခင်မင်ရင်းနှီးမှုကို တည်ဆောက်ရန် အဆိုပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိတ်ဆွေများအားယုံကြည်မှု၊ လေးစားမှု၊ မျှဝေခံစားမှု၊ နားလည်မှုတို့ကို ပြသနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် မေတ္တာတရား အမျိုးမျိုးရှိသည်။ (ဥပမာ - သူငယ်ချင်းအပေါ်ထားသော မေတ္တာ၊ မိဘမေတ္တာ၊ ချစ်သူအပေါ်ထားသောမေတ္တာ) မေတ္တာတရားကို နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖော်ပြနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မေတ္တာတရားအမျိုးမျိုးနှင့် မေတ္တာတရားကိုဖော်ပြနိုင်သော နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဖော်ထုတ်ပြောပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မေတ္တာတရားကို နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖော်ပြနိုင်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိတ်ဖွဲ့ခင်မင်ရင်းနှီးမှုတွင် မေတ္တာတရားကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကောင်းမွန်သော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးနှင့် မကောင်းမွန်သော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတို့ ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကောင်းမွန်သော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးနှင့် မကောင်းမွန်သော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတို့၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို စာရင်းပြုစုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကောင်းမွန်သောထိတွေ့မှုနှင့် မကောင်းမွန်သောထိတွေ့မှုတို့ကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကောင်းမွန်သော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးနှင့် မကောင်းမွန်သော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး တို့ရှိကြောင်း လက်ခံသဘောပေါက်သည်။ (ခံယူချက်)
- ကောင်းမွန်သော မိတ်ဖွဲ့ခင်မင်မှုကိုတည်ဆောက်ပြီး ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ခင်မင်ရင်းနှီးမှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာတို့က လူတို့အား မိမိကိုယ်ကို အကောင်းမြင်စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ကူညီပေးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ခင်မင်ရင်းနှီးမှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာတို့၏ အကျိုးကျေးဇူးကို သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ခင်မင်ရင်းနှီးမှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာတို့က သူတို့အား စိတ်ကျေနပ်မှု ပေးစွမ်းနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- တစ်ဖက်သား စိတ်ပျော်ရွှင်မှုရစေရန် ခင်မင်မှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ထုတ်ဖော်ပြသနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးများ ဆယ်ကျော်သက် အရွယ်ရောက်လာချိန်တွင် ခင်မင်ရင်းနှီးမှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖော်ပြလာနိုင်ကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အရွယ်ရောက်လာချိန်တွင် အခြားသူများအပေါ် ခင်မင်ရင်းနှီးမှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာတို့ကို ပြသနိုင်သော နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- သူတပါးအပေါ် ခင်မင်မှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ပြသနိုင်သော နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးရှိကြောင်း အသိအမှတ် ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- အသက်အရွယ်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ သူတပါးအပေါ်တွင်ရှိသော ခင်မင်မှုနှင့်ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ဖော်ပြပုံအပြောင်းအလဲများကို သုံးသပ်တတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းသည် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် ဆိုးရွားသော အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဖြစ်စေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူမှုဆက်ဆံရေးကို ထိခိုက်နိုင်သော မညီမျှသည့် ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ အချက်များကို ဖော်ထုတ်တင်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - ကျားမရေးရာ၊ အသက်၊ စီးပွားရေးအခြေအနေ သို့မဟုတ် အင်အားသြဇာမညီမျှမှု) (ဗဟုသုတ)
- လူများကြားတွင် တန်းတူညီမျှမှုက ကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေးကို မည်သို့ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေးတွင် တန်းတူညီမျှမှုသည် တစိတ်တပိုင်းအဖြစ် ပါဝင်နေကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် တန်းတူညီမျှရှိခြင်းကို လက်ခံကျင့်သုံးမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၁.၂ မိတ်ဆွေဖွဲ့ခြင်း၊ အချစ်နှင့် ချစ်သူအဖြစ်ဆက်ဆံရေး (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သူငယ်ချင်းအပေါင်းအသင်းတို့သည် တစ်ဦးအပေါ် တစ်ဦး အကောင်းဘက်တွင်ရော၊ အဆိုးဘက်တွင်ပါ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- သူငယ်ချင်း အပေါင်းအသင်းများကြား လွှမ်းမိုးမှုအပေါ် အကောင်းနှင့် အဆိုး နှိုင်းယှဉ်စဉ်းစားလာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများသည် လူငယ်တို့၏ အပြုအမူအပေါ် အကောင်းဘက်တွင်ရော အဆိုးဘက်တွင်ပါ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- အဆိုးဘက်သို့ ဦးတည်သော သူငယ်ချင်း၏ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုကို ရှောင်ကြဉ်ရန်နည်းလမ်းများအား ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးပုံစံ အမျိုးမျိုးကို သိရှိနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ချစ်မေတ္တာ၊ သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေဆက်ဆံရေး၊ အရူးအမူးစွဲလမ်းခြင်း၊ လိင်ဆွဲဆောင်မှုတို့ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်ခံစားမှုများကို ခွဲခြားသိမြင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- နီးနီးကပ်ကပ်နေထိုင်ခြင်းသည် တခါတရံ လိင်မှုကိစ္စလွန်ကျူးမှု ဖြစ်တတ်ကြောင်းကို ဆွေးနွေးနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- အမျိုးမျိုးသော ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်ခံစားမှုများအား မည်သို့ ထိန်းချုပ်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်း၊ အင်အားဩဇာ မညီမျှခြင်းတို့က ချစ်သူချင်းဆက်ဆံရေးအပေါ်တွင် ပြင်းထန်သောသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်သည်။ (ဥပမာ - ကျားမရေးရာ၊ အသက်၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေများကြောင့်)

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်း၊ အင်အားဩဇာ မညီမျှခြင်းတို့က ချစ်သူချင်း ဆက်ဆံရေးအပေါ်တွင် မည်ကဲ့သို့သော ဆိုးကျိုးများ သက်ရောက်စေနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာစံနှုန်းများ၊ ဓလေ့ထုံးစံများက ချစ်သူချင်းဆက်ဆံရေးကို မည်သို့ သက်ရောက်နိုင်ကြောင်း ပြန်လည်စဉ်းစား တွေးခေါ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်း၊ စွမ်းအားမတူညီခြင်းတို့က ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် အန္တရာယ် အခြေအနေကို ဖန်တီးပေးတတ်ကြောင်း အသိအမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် တန်းတူညီမျှမှုနှင့် အင်အားဩဇာ ညီမျှမှုအကြောင်း ဆန်းစစ် မေးမြန်းတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော လိင်မှုရေးရာ ဆက်ဆံရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော လိင်မှုရေးရာ ဆက်ဆံရေးဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျန်းမာရေးညီညွတ်သော (သို့မဟုတ်) မညီညွတ်သော လိင်မှုရေးရာ ဆက်ဆံရေးတို့၏ အင်္ဂါရပ်များကို နှိုင်းယှဉ်သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုရေးရာ ဆက်ဆံရေးသည် ကျန်းမာခြင်းနှင့် မကျန်းမာခြင်း တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း သဘောပေါက်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော လိင်မှုရေးရာ ဆက်ဆံရေးများအား မည်သို့ ရှောင်ကြည်ရမည်ကို သိရှိ ဖော်ပြတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ယုံကြည်ထိုက်သော အရွယ်ရောက်သူများကို သတ်မှတ်ရွေးချယ်နိုင်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် မညီညွတ်သော လိင်မှုရေးရာ ဆက်ဆံရေးများနှင့် ကြုံတွေ့ပါက မည်သို့ အကူအညီတောင်းရမည်ကို ဖော်ပြတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အရွယ်ရောက်သူတစ်ဦး အနေဖြင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာနှင့် နှစ်သက်မှုများကို ဖော်ပြရန် နည်းလမ်းများစွာ ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျန်းမာသော လိင်မှုရေးရာဆက်ဆံမှုအတွင်း နှစ်သက်မှုကို ဖော်ပြနိုင်သော နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ဖော်ပြရာတွင် လိင်မှုကိစ္စအပြုအမူများသည် လိုအပ်ချက်တစ်ခု မဟုတ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- နှစ်သက်မှုနှင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို သင့်လျော်သည့်နည်းလမ်းဖြင့် ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၁

၁

၁.၃ သည်းခံနိုင်မှု၊ ပါဝင်စေမှုနှင့် လေးစားမှု

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူသားတိုင်းသည် သီးခြား အရည်အသွေးများ ရှိကြ၍ လူ့အဖွဲ့အစည်းကို ကူညီဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ကြပြီး လေးစားမှု ရရှိရန် အခွင့်အရေးရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အခြားသူများအပေါ်တွင် မျှတမှု၊ တန်းတူညီမျှမှု၊ ဂုဏ်သိက္ခာကို တန်ဖိုးထားမှုနှင့် လေးစားမှုတို့ဖြင့် ဆက်ဆံခြင်းအဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကွဲပြားခြားနားမှုများ ရှိနေသော်လည်း လူသားတိုင်းသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက် ကူညီ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို ဥပမာများပေး၍ ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- သူတစ်ပါးကို သရော်လှောင်ပြောင်ခြင်းကြောင့် ထိခိုက်မှုအန္တရာယ် ဖြစ်စေနိုင်ပုံကို စာရင်းပြုစုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူသားအားလုံးသည် သူ့တန်ဖိုးနှင့်သူရှိကြကြောင်း၊ လူအချင်းချင်း ဆက်ဆံရာတွင် ဂုဏ်သိက္ခာကိုတန်ဖိုးထားပြီး လေးစားမှုရရှိရန် အခွင့်အရေးရှိကြကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- အခြားသူများအပေါ် သည်းခံနိုင်မှု၊ ပါဝင်စေမှု၊ လေးစားမှုတို့အား မည်သို့ပြသရမည်ကို သရုပ်ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့မှာ ထိခိုက်နစ်နာစေသော လုပ်ရပ်များဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့ကို အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ ထိုလုပ်ရပ်များကြောင့် ထိခိုက်နစ်နာနိုင်ပုံတို့ကို ဖော်ထုတ်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိကိုယ်မိမိ နှိမ်ချအပြစ်တင်ခြင်းနှင့် ယင်း၏ နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်နေခြင်း၊ ငြင်းဆိုခြင်း၊ လျှို့ဝှက်ထားတတ်ခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း ခံခဲ့ရသော လူများကိုထောက်ပံ့ကူညီ ပေးမည့် လုပ်ငန်းများ ရှိနေသည်ကို သတိပြုမိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အခြားသူများအပေါ် သည်းခံနိုင်မှု၊ ပါဝင်စေမှုနှင့် လေးစားမှုများ ထားရှိရန်အရေးကြီးကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း သို့မဟုတ် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း ခံရသူများအပေါ် ကူညီပံ့ပိုးပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြသလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးအခြေအနေ၊ မျိုးနွယ်စု၊ လူမျိုး၊ ရင်းမြစ်ဇာတိ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု (သို့) အခြားခြားနားချက်များကို အခြေခံ၍ တစ်စုံတစ်ဦး အပေါ် ထိပါးနှောင့်ယှက်ခြင်း၊ အနိုင်ကျင့်ခြင်းသည် လေးစားမှုမရှိသော၊ ထိခိုက်နာကျင်စေသော လုပ်ရပ်ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ထိပါးနှောင့်ယှက်ခြင်း၊ အနိုင်ကျင့်ခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အခြားသူများအား ထိပါးနှောင့်ယှက်ခြင်း သို့မဟုတ် အနိုင်ကျင့်ခြင်းသည် အဘယ်ကြောင့် ထိခိုက်နာကျင်စေပြီး လေးစားမှု မရှိသော လုပ်ရပ်မျိုးဖြစ်သည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထိပါးနှောင့်ယှက်ခြင်းနှင့် အနိုင်ကျင့်ခြင်းတို့ကို ဆန့်ကျင်ကန့်ကွက်ရန် လူတိုင်းတွင် တာဝန်ရှိသည်ဟု အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ထိပါးနှောင့်ယှက်ခြင်း သို့မဟုတ် အနိုင်ကျင့်ခြင်းများကို ဆန့်ကျင်တုံ့ပြန်ရန် နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မတူကွဲပြားမှုများ (ဥပမာ - HIV၊ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေးအခြေအနေများ၊ မျိုးနွယ်စု၊ လူမျိုး၊ ရင်းမြစ်ဇာတိ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု (သို့) အခြားခြားနားချက်များကို) ကို အခြေခံ၍ ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့မှာ လေးစားမှုမရှိသော၊ ထိခိုက်နစ်နာစေသော လုပ်ရပ်များဖြစ်ပြီး၊ လူ့အခွင့်အရေးကို ချိုးဖောက်ရာကျသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ ဘက်လိုက်ခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ဝေဖန်ခြင်း၊ သည်းမခံခြင်းနှင့် ချန်လှပ်ဖယ်ကျဉ်ထားခြင်း စသော သဘောထား အယူအဆများကို ပြန်လည်သတိရလာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့က လူတို့၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးတို့အပေါ်တွင် နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပုံကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း ခံစားရသူများကို ကာကွယ်ပေးရန် လူတိုင်းတွင်တာဝန်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ပါဝင်စေမှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမပြုမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုများ၏ အရေးကြီးပုံကို သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ ကြုံတွေ့ရလျှင် အကူအညီရယူနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ပါဝင်စေမှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း မပြုမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုအပေါ် လေးစားမှုများအကြောင်း ပြောဆိုတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းပြီး၊ ပါဝင်စေမှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း မပြုမှု၊ မတူကွဲပြားမှု မြှင့်တင်ပေးရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံရေးတို့သည် တစ်ဦးချင်း၊ ရပ်ရွာလူထုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း တစ်ရပ်လုံးတို့အပေါ် မည်ကဲ့သို့ ဆိုးကျိုးများ သက်ရောက်နိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်လေ့လာ သိရှိလာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့အပေါ် ဆန့်ကျင်သော တည်ဆဲဥပဒေများကို အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မတူကွဲပြားသည်ဟု ယူဆထားသူများအား ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို ရင်ဆိုင်ဆန့်ကျင်ရန် အရေးကြီးကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူ့အသိုင်းအဝိုင်းမှ ဖယ်ကျဉ်ခံထားရသူများကို ကူညီပံ့ပိုးနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများကို ဆန့်ကျင်ရာတွင် ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုပြီး၊ ပါဝင်စေမှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမပြုမှု၊ မတူကွဲပြားမှု အပေါ် လေးစားမှုများအတွက် ရှင်းလင်းတင်ပြ အရေးဆိုတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၁.၄ ကာလရှည်ကြာ ကတိပြုအတူနေထိုင်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိသားစုဖွဲ့စည်းမှုပုံစံများနှင့် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆများမှာ ကွဲပြားခြားနားမှုများ ရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိသားစုနှင့် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းဆိုင်ရာ အယူအဆများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထိမ်းမြားလက်ထပ်ခြင်းတွင် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး ရှိကြသည်။ (ဥပမာ - အိမ်ထောင်ဖက်ကို ကိုယ်တိုင်ရွေးချယ်ခြင်း (သို့မဟုတ်) လူကြီးမိဘများက စီစဉ်ပေးခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- အချို့အိမ်ထောင်ရေးများမှာ ခွဲခွာနေထိုင်ခြင်း၊ ကွာရှင်းပြတ်စဲခြင်း၊ သေဆုံးခြင်းများကြောင့် အဆုံးသတ်ကြသည်ကို ပြန်လည် သတိရနိုင်သည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုပုံစံများ၊ လက်ထပ်ထိမ်းမြားပုံများ ကွဲပြားမှုရှိသော်လည်း အားလုံးကို တန်ဖိုးထားသင့်သည်ဟု အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးငယ်များကို စောစီးစွာ အတင်းအကြပ် လက်ထပ်စေခြင်း (CEFM) သည် ထိခိုက်နစ်နာစေသော လုပ်ရပ်ဖြစ်ပြီး၊ နိုင်ငံအများစုက တရားမဝင်ကြောင်း သတ်မှတ်ထားသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကလေးများအား စောစီးစွာ အတင်းအကြပ် လက်ထပ်စေခြင်းကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- CEFM ကြောင့် ကလေး၊ မိသားစုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းပေါ်တွင် သက်ရောက်လာမည့် ဆိုးကျိုးများကို သိရှိဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- CEFM သည် ထိခိုက်နစ်နာစေသော လုပ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- CEFM ဘေးအန္တရာယ် ကြုံတွေ့ခဲ့လျှင် မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်ထိုက်သူများထဲမှ မည်သူအား ပြောပြသင့်သည်ကို ထုတ်ဖော်သိမြင်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကာလရှည်ကြာ ကတိပြုအတူနေထိုင်ခြင်း၊ လက်ထပ်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝကို ရယူခြင်းတို့သည် ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိနိုင်ပြီး၊ ထိုကိစ္စများကို လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ ကိုးကွယ်သောဘာသာ၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဥပဒေတို့က ပုံဖော်ပေးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်း၊ လက်ထပ်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝကို ရယူခြင်းတို့၏ အဓိက သရုပ်သဏ္ဌာန်များကို စာရင်းပြုစု ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာရေး၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် ဥပဒေတို့က ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်း၊ လက်ထပ်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝကို ရယူခြင်းတို့အပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှု ရှိနေသည်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းသည် မိမိ လက်ထပ်မည့်သူနှင့် လက်ထပ်မည့်အချိန် ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်သင့်ကြောင်း အသိအမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်း၊ လက်ထပ်ခြင်းနှင့် မိဘ ဘဝကို ရယူခြင်းတို့အပေါ် ထားရှိသောမိမိတို့၏ သဘောထားအမြင်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကျားမရေးရာတို့က မိဘ ဘဝအပေါ် သက်ရောက်မှုများ ရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ နှင့် ကျားမရေးရာ တို့က မိဘ ဘဝအပေါ် မည်ကဲ့သို့ သက်ရောက်မှု ရှိနေသည်ကို ဆွေးနွေးနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကောင်းမွန်သော မိဘ ဘဝမှာ မည်သို့ အဓိပ္ပာယ်ရှိသည်ကို ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ယုံကြည်ချက်များဖြင့် ထင်ဟပ်ဖော်ပြလာနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၁.၄ ကာလရှည်ကြာ ကတိပြုအတူနေထိုင်ခြင်းနှင့် မိဘဘဝ (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လက်ထပ်ခြင်း၊ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းများတွင် တာဝန်ဝတ္တရားများစွာ ရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လက်ထပ်ခြင်း၊ ကာလရှည်ကြာ ကတိပြုအတူနေထိုင်ခြင်းများအတွက် အဓိကလိုအပ်သော တာဝန်ဝတ္တရားများကို အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အောင်မြင်သော အိမ်ထောင်ရေးနှင့် ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းတို့၏ အဓိက သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ချစ်မေတ္တာ၊ သည်းခံခြင်း၊ တန်းတူညီမျှခြင်း၊ လေးစားခြင်းတို့သည် အိမ်ထောင်ပြုခြင်းနှင့် ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းတို့တွင် အရေးကြီးသောကိစ္စရပ်များအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတို့သည် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးဖြင့် မိဘများ ဖြစ်လာကြသည်။ မိဘ ဘဝတွင် အမျိုးမျိုးသော တာဝန်ဝတ္တရားများ ရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိဘတို့၏ တာဝန်ဝတ္တရားကို သိရှိဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အရွယ်ရောက်သူတစ်ဦး မိဘအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို နှိုင်းယှဉ်သိရှိလာမည်။ (ဥပမာ- ရည်ရွယ်ပြီး (သို့မဟုတ်) မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မွေးစားခြင်း၊ စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း၊ ဆေးပညာအကူအညီဖြင့် ပဋိသန္ဓေတည်ခြင်း၊ အငှားကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- (မသန်စွမ်းသူများ၊ HIV ပိုးရှိသူများ အပါအဝင်) လူတိုင်းသည် သားသမီး ယူမယူနှင့် မည်သည့်အချိန်တွင် ယူမည်ကို ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်သင့်ကြောင်း အခိုင်အမာပြောဆိုတတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးငယ်များအား စောစီးစွာ အတင်းအကြပ် လက်ထပ်ပေးခြင်း၊ (CEFM) နှင့် မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ရရှိခြင်းတို့သည် လူမှုရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဆိုးကျိုးများ ဖြစ်ပေါ်လာစေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- CEFM နှင့် မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်းတို့၏ လူမှုရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ရပ်များကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- CEFM နှင့်မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်းတို့သည် ထိခိုက်နစ်နာစေကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- CEFM (သို့) မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း ကြုံတွေ့လာလျှင် ကူညီထောက်ပံ့မှုကို ရယူမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လက်ထပ်ခြင်း၊ ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းတို့သည် ဆုလာဘ်တစ်ခု ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ စိန်ခေါ်မှုများကိုလည်း ကြုံတွေ့နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လက်ထပ်ခြင်းနှင့် ကာလရှည်ကြာ ကတိပြု အတူနေထိုင်ခြင်းတို့၏ ကောင်းကျိုးများနှင့် စိန်ခေါ်မှုများကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်လာနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- မိဘ ဘဝ ရောက်ရှိနေသူများသည်လည်း ပညာဆက်လက် သင်ကြားခွင့်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သားသမီး ယူမယူနှင့် အဘယ်ကြောင့်၊ မည်သည့်အချိန်တွင် ယူသင့်သည်ဟူသော ဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးသော အကြောင်းအရာများစွာ ရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကလေးယူရန်၊ မယူရန်ဆုံးဖြတ်ခြင်းအတွက် ကွဲပြားသော အကြောင်းရင်းခံများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျား သို့ မ ဖြစ်ခြင်း၊ HIV ပိုးရှိခြင်း၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု သို့မဟုတ် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု မည်သို့ပင် ရှိသည်ဖြစ်စေ လူတိုင်းသည် မိဘဘဝကို ရယူခွင့်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။(ခံယူချက်)
- အချို့သူများက မိဘဖြစ်လိုကြသည်။ အချို့သူများက မဖြစ်လိုကြပါ။ လူတိုင်းသည်လည်း မိဘ ဖြစ်မလာနိုင်ပါ။ အချို့မှာမူ ဆန္ဒမရှိဘဲ မိဘအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာနိုင်သေးသည်။ ထိုအချက်များကို သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- သားသမီး ယူမယူနှင့် အဘယ်ကြောင့်၊ မည်သည့် အချိန်တွင် ယူသင့်သည်ဟူသော အချက်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကိုယ်ပိုင်အယူအဆ အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သော အကြောင်းအချက်များကို ဆန်းစစ်နိုင်ခြင်း။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများက ဖြည့်ဆည်းပေးရန် တာဝန်ရှိသည့် ကလေးများ၏ လိုအပ်ချက်အမျိုးမျိုးရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကလေးငယ်များ၏ ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်း၊ စီးပွားရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များနှင့် ၎င်းတို့နှင့်ပတ်သက်၍ မိဘများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများကို အမျိုးအမည် ခွဲခြားဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး အခက်အခဲများကြောင့် ကလေးများ၏ ပျော်ရွှင်သုခကို ထိခိုက်စေနိုင်ပုံများအား ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိဘ ဘဝတွင် ကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေးမှာ အရေးကြီးကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်း၊ စီးပွားရေးနှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူထံ ရှင်းလင်းပြောပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိက သဘောတရား (၂)

တန်ဖိုးထားမှု၊ အခွင့်အရေးများ၊ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် လိင်မှုရေးရာ

ခေါင်းစဉ်များ

၂.၁ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၂.၂ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၂.၃ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၂.၁ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် လိင်မှုရေးရာ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - တန်ဖိုးထားမှုများသည် အရေးကြီးသော ကိစ္စရပ်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီ၊ မိသားစုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတို့က ခိုင်မြဲစွာခံယူထားသော ယုံကြည်ချက်များ ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- တန်ဖိုးထားမှုများ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ထုတ်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- တန်းတူညီမျှမှု၊ လေးစားမှု၊ လက်ခံမှုနှင့်သည်းခံမှုကဲ့သို့သော အရေးကြီးသော ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး တန်ဖိုးများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူ့ဘဝနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတို့တွင် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ယုံကြည်မှုများက ဆုံးဖြတ်ချက်များအပေါ် မည်သို့ လမ်းညွှန်မှုပေးသည်ကို ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၊ မိသားစုများနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများတွင် မတူညီသောတန်ဖိုးထားမှုများ ရှိသည်ကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့ တန်ဖိုးထားသောအရာတစ်ခုကို မျှဝေဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိသားစုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းထံမှ ကျွန်ုပ်တို့ ဆက်ခံရရှိလာသည့် တန်ဖိုးထားမှုနှင့် ခံယူချက်များသည် လိင်နှင့် လိင်မှုရေးရာကို လေ့လာရာတွင် အခြေခံများဖြစ်နေပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ ကိုယ်ပိုင်အမူအကျင့်များ၊ ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်ခြင်းများပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးမှုရှိနေပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်နှင့် လိင်မှုရေးရာတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ မည်သည်တို့ကို မည်သို့ လေ့လာသင်ယူရမည်ကို အသိပေးနိုင်မည့် တန်ဖိုးထားရသည့်အရာများနှင့် ခံယူချက်ဆိုင်ရာရင်းမြစ်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ဥပမာ - မိဘများ၊ အုပ်ထိန်းသူများ၊ မိသားစုများ၊ ရပ်ရွာလူထု) (ဗဟုသုတ)
- အချို့သော မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူများသည် ကလေးများအား မိမိတို့ တန်ဖိုးထားသည့် အရာများကို မည်သို့ သာဓကဆောင်၍ သင်ကြားပေးကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများနှင့် ပတ်သက်၍ ကွဲပြားသည့် မျှော်လင့်ထားချက်များနှင့် တန်းတူညီမျှမှုတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသည့် တန်ဖိုးထားမှုများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုနှင့် လူ့အသိုင်းအဝန်းအတွင်း တန်ဖိုးထားသောအရာများ၊ ခံယူချက်များသည် အမူအကျင့်နှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းတို့ အပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိသားစုထံမှ လေ့လာသင်ယူရရှိခဲ့သော တန်ဖိုးထားသည့်အရာတစ်ခုကို ထင်ဟပ် စဉ်းစားနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိမိ၏ကိုယ်ပိုင် တန်ဖိုးထားမှု၊ ယုံကြည်မှုနှင့် ခံယူချက်များကိုသိထားရန်နှင့် ထိုအချက်များက အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးအပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိနေပြီး သူတို့အတွက် မည်သို့ ရပ်တည်ပေးနိုင်မည်ကို သိရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးကိစ္စ အမျိုးမျိုးနှင့် စပ်လျဉ်းသော မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများကို သိရှိဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများက ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်ခြင်းနှင့် အမူအကျင့်များပေါ်တွင် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိနေသည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများက သူတစ်ပါး၏ အခွင့်အရေးအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပုံများကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မတူကွဲပြားသော တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ယုံကြည်မှုများနှင့် ခံယူချက်များအပေါ်တွင် လေးစားရန်နှင့်သည်းခံပေးရန် အရေးကြီးကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများကို ကာကွယ်တတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - တစ်ဦးတစ်ယောက်နှင့် ကိုက်ညီသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြုအမူများ ကျင့်သုံးနိုင်ရန်မှာ ထိုသူ၏ တန်ဖိုးထားမှု၊ ယုံကြည်ချက်၊ ခံယူချက်များကို သိရှိထားရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကိုယ်ပိုင် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ကိုက်ညီသောအမူအကျင့်များနှင့် မကိုက်ညီသော အမူအကျင့်များကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများက လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များကို လမ်းညွှန်ပေးပုံကို နားလည်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- သူတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများက လမ်းညွှန်ပေးသည့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များကို လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးများသည် အရွယ်ရောက်လာသောအခါ မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူတို့နှင့် ကွဲပြားခြားနားသော ကိုယ်ပိုင် တန်ဖိုးထားသောအရာများ ရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာနှင့်ပတ်သက်၍ မိမိတို့ ကိုင်စွဲထားသော တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများကြားတွင် ကွဲပြားမှုများကို ခွဲခြားသိမြင်လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ အချို့သောတန်ဖိုးထားမှုများမှာ မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူများ၏ တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ကွဲပြား ခြားနားနေနိုင်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- တန်ဖိုးထားမှုများ ကွဲပြားခြားနားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် မိသားစုအတွင်း သဘောထားကွဲလွဲမှုများအား မည်သို့ ဖြေရှင်းရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၂.၂ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် လိင်မှုရေးရာ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ဦးစီတိုင်းတွင် လူ့အခွင့်အရေးရှိသည်။

- "လူ့အခွင့်အရေး" ၏အဓိပ္ပာယ်ကိုသိရှိဖော်ပြ လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတစ်ဦးချင်းစီတိုင်းတွင် လူ့အခွင့်အရေးများ ရှိပြီး၊ ထိုလူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားမှုရှိရမည်ကို အသိအမှတ်ပြု လာမည်။(ခံယူချက်)
- လူ့အခွင့်အရေးများကို ပံ့ပိုးပေးပုံများအား ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သင့်တွင် အခွင့်အရေးများ ရှိနေကြောင်း သိရှိရန်နှင့် ထိုလူ့အခွင့်အရေးများသည် နိုင်ငံ၏ဥပဒေများ၊ နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များတွင် ထည့်သွင်းရေးဆွဲထားကြောင်း သိထားရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူ့အခွင့်အရေး၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် လူတစ်ဦးချင်းစီအတွက် မည်ကဲ့သို့ အသုံးချရမည်ကို ပြန်လည်သတိရနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူသားအားလုံးအတွက် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကလေးများ၏ အခွင့်အရေးတို့ကို ဖော်ညွှန်းသော နိုင်ငံတကာဥပဒေများ၊ သဘောတူညီချက်များကို သိရှိဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ပြည်တွင်းဥပဒေများ၊ နိုင်ငံတကာသဘောတူညီချက်များတွင် ကလေးသူငယ်များ၏ အခွင့်အရေးများကို ထည့်သွင်းရေးဆွဲပြဌာန်းထားကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ဥပမာ - နိုင်ငံတကာ လူ့အခွင့်အရေးကြေညာစာတမ်း၊ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်) (ဗဟုသုတ)
- လူ့အခွင့်အရေးများကို နားလည်လက်ခံတန်ဖိုးထားပြီး ထိုလူ့အခွင့်အရေးများသည် လူအားလုံးနှင့် သက်ဆိုင်ကြောင်း နားလည်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့ ရရှိခံစားနေရသော အခွင့်အရေးကို ထင်ဟပ် စဉ်းစားတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူသားတိုင်း၏ လူ့အခွင့်အရေးတွင် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသည့် အခွင့်အရေးများလည်း ပါဝင်နေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လူ့အခွင့်အရေးများကို သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထိုအခွင့်အရေးများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော ရပ်ရွာဒေသနှင့် ပြည်တွင်းဥပဒေများအကြောင်း ဆွေးနွေးလာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထို လူ့အခွင့်အရေးများကို ချိုးဖောက်မှုများ အကြောင်း သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခံရနိုင်သည့် ထိခိုက်လွယ်သူအချို့ လူ့အဖွဲ့အစည်း အတွင်း ရှိနေကြကြောင်း အသိအမှတ်ပြုနိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူသားအားလုံးအတွက် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး အခွင့်အရေးများ အပါအဝင် လူ့အခွင့်အရေးများကို လေးစားထိုက်ကြောင်း သရုပ်ဖော်ပြ နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအပေါ် သက်ရောက်သော လူ့အခွင့်အရေးကို ဦးတည်သည့် ရပ်ရွာဒေသနှင့် ပြည်တွင်းဥပဒေများ၊ နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များ ရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အောက်ပါကိစ္စရပ်များနှင့် ပတ်သက်သော ရပ်ရွာဒေသနှင့် ပြည်တွင်းဥပဒေများ၊ မူဝါဒများကို ဆန်းစစ်လေ့လာ သိရှိလာနိုင်မည်။ အရွယ်မရောက်မီ အတင်းအကြပ်လက်ထပ်ပေးခြင်း၊ မိန်းမလိင်အင်္ဂါဖြတ်တောက်ခြင်း၊ အလိုမတူဘဲ ကြားလိင်ရှိသူ ကလေးများ၏လိင်အင်္ဂါကို ခွဲစိတ်ခြင်းများ၊ အတင်းအကြပ် သားကြောဖြတ်ခြင်း၊ သဘောတူညီမှုပေးနိုင်သည့် အသက်အရွယ်သတ်မှတ်ချက်၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ခံယူမှု၊ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်း၊ မုဒိမ်းမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုခြင်း၊ လိင်ကုန်ကူးမှု၊ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အခွင့်အရေးများကို လက်လှမ်းမီ ရရှိနိုင်မှု (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လူ့အခွင့်အရေးများကို ချိုးဖောက်မှုများအား သရုပ်ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လူ့အခွင့်အရေးများကို နားလည်လက်ခံ တန်ဖိုးထားလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လူ့အခွင့်အရေးများကို အထောက်အကူပြုသည့် ရပ်ရွာဒေသနှင့်ပြည်တွင်း ဥပဒေများအတွက် တင်ပြအရေးဆိုနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးများကို သိရှိထားရန်နှင့် အားပေးမြှင့်တင်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- သူငယ်ချင်းများ၊ မိသားစု၊ စာသင်ကျောင်းများနှင့် လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း လူ့အခွင့်အရေးကို အားပေးမြှင့်တင်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် မျိုးဆက်ပွားခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခံရမှု၊ အတင်းအကျပ် တိုက်တွန်းမှု နှင့် အကြမ်းဖက်မှုတို့ မခံစားရဘဲ လွတ်လပ်စွာဆုံးဖြတ်ခွင့် ရရှိရေးတို့ကို အားပေး မြှင့်တင်ရန် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသည်ကို သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော လူ့အခွင့်အရေးများကို အားပေးမြှင့်တင်ရန် လုပ်ဆောင်လာနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၂.၃ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် လိင်မှုရေးရာ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိမိ၏အကြောင်း၊ မိမိ၏ခံစားချက်များနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း၊ လေ့လာသိရှိနိုင်ရန် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိနိုင်သည့် အရင်းအမြစ်များစွာ ရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိ၏အကြောင်း၊ မိမိ၏ ခံစားချက်များနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း နားလည်သိရှိနိုင်ရန် ကူညီပေးသည့် သတင်းအချက်အလက် အရင်းအမြစ်များကို သိရှိဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဥပမာ - မိသားစု၊ လူတစ်ဦးချင်း၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၊ ရပ်ရွာလူထု၊ လူမှုမီဒီယာအပါအဝင် မီဒီယာများ) (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာလူထုထံမှ လေ့လာသင်ယူရရှိလာသည့် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ယုံကြည်မှုများသည် မိမိ၏အကြောင်း၊ မိမိ၏ ခံစားချက်များနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း၊ နားလည်သိရှိနိုင်ရန် လမ်းညွှန်ပေးသည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ ခံစားချက်များနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း မေးမြန်းလိုပါက ယုံကြည်ထိုက်သည့် လူကြီးကို ရွေးချယ်နိုင်ပြီး မည်သို့ မေးမြန်းမည်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတို့က လိင်မှုရေးရာအပေါ် နားလည်သဘောပေါက်မှုအား ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိနေပေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိတို့ လိင်မှုရေးရာအပေါ် နားလည်သဘောပေါက်မှုအား ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတို့က မည်သို့သက်ရောက်မှုရှိနေသည်ကို ဥပမာများ ထုတ်ဖော်ပြသနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့ ရပ်ရွာဒေသတွင်းနှင့် မတူကွဲပြားသော ယဉ်ကျေးမှုများအတွင်း အရွယ်ရောက်လာသည်ကို အသိအမှတ်ပြုသော ဓလေ့ထုံးတမ်းများကို ဖော်ထုတ်သိရှိလာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အချိန်ကာလအလျောက် ပြောင်းလဲနေနိုင်သော လိင်မှုရေးရာနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံ၊ ဘာသာရေးနှင့် လူမှုရေး ယုံကြည်မှုများ၊ အလေ့အထများ ဖော်ထုတ်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုရေးရာနှင့်ပတ်သက်၍ မတူကွဲပြားသော ယုံကြည်မှုများ ရှိနေကြောင်း အသိအမှတ်ပြုနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အလေ့အထများ မတူကွဲပြားမှုနှင့် လူသားအားလုံး၏ လူ့အခွင့်အရေးတို့အပေါ် လေးစားမှုကို သရုပ်ဖော်ပြသနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူမှုအသိုက်အဝန်းအတွင်း လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များကို လက်ခံနိုင်ဖွယ်ရှိခြင်း၊ မရှိခြင်းတို့အတွက် လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဘာသာရေးတို့က ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိနေပြီး ထိုအချက်များသည် အချိန်ကာလအလျောက် အပြောင်းအလဲရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ စံနှုန်းများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များအပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးမှုရှိနေသော လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာစံနှုန်းများနှင့် အချိန်ကာလ တလျှောက် ထိုစံနှုန်းများ မည်သို့ပြောင်းလဲနေပုံကို ဆန်းစစ် လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုစံနှုန်းများသည် အချိန်ကာလအလျောက် ပြောင်းလဲတတ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်းလိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိသည့် လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာစံနှုန်းများကို မေးခွန်းထုတ် လာနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ပိုင် သဘောထားအမြင်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာနေစဉ် လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုစံသတ်မှတ်ချက်များက လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်အပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်စေသည်ကို သိရှိနားလည်ထားရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုစံနှုန်းများက လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်နှင့် ကျန်းမာရေးအပေါ် ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးများ မည်သို့ လွှမ်းမိုးသက်ရောက်စေသည်ကို နှိုင်းယှဉ်နားလည်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကိုယ်ပိုင် အတွေးအမြင်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန် အရေးကြီးကြောင်း နားလည်လက်ခံ နိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့ တန်ဖိုးထားသောလူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုစံနှုန်းများနှင့် ၎င်းတို့က မိမိတို့၏ လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ယုံကြည်ချက်၊ ခံစားချက်များအပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိနေသည်တို့ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစား နားလည်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိက သဘောတရား (၃)

ကျားမရေးရာကို သိနားလည်ခြင်း

ခေါင်းစဉ်များ

၃.၁ ကျားမရေးရာနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းကို လူမှုရေးအရ ဖွဲ့စည်းပုံ

၃.၂ ကျားမတန်းတူညီမျှမှု၊ တရားသေ သတ်မှတ်ချက်များ၊ ဘက်လိုက်ခြင်း

၃.၃ ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများ

၃.၁ ကျားမရေးရာနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းကို လူမှုရေးအရဖွဲ့စည်းပုံ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - ဇီဝဗေဒအရ သတ်မှတ်သော လိင်နှင့် ကျားမရေးရာတို့အကြား ခြားနားမှုကိုနားလည်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ဇီဝဗေဒအရ သတ်မှတ်သော လိင်နှင့် ကျားမရေးရာတို့၏ အဓိပ္ပာယ်ကို သတ်မှတ်ဖွင့်ဆိုပြီး မည်သို့ ကွာခြားသည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ ဇီဝဗေဒအရ သတ်မှတ်သော လိင်နှင့် ကျားမရေးရာတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ မည်သို့ခံစားရပုံကို ထင်ဟပ်စဉ်းစား တတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - မိသားစု၊ လူတစ်ဦးချင်း၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူနှင့် ရပ်ရွာလူထုတို့သည် လိင်နှင့်ကျားမရေးရာတို့အကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များ စတင်ရရှိနိုင်သော နေရာများဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်နှင့်ကျားမရေးရာတို့အကြောင်း သတင်းအချက်အလက်ရရှိနိုင်သော နေရာများကို သိရှိဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်နှင့်ကျားမရေးရာအကြောင်း နားလည်ခံယူမှုများကို များစွာသော ရင်းမြစ်များမှ လွှမ်းမိုးနေကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍနှင့် ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများသည် လူတို့၏ဘဝများအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများသည် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ဖော်ပြမှု၊ စိတ်ဆန္ဒ၊ အလေ့အထနှင့် အမူအကျင့်တို့အပေါ် မည်သို့ ပုံဖော်စေသည်ကို ဖော်ထုတ်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာစံနှုန်းများသည် မည်သို့ ထိခိုက်နစ်နာစေနိုင်ကြောင်းနှင့် လူအများ၏ ရွေးချယ်မှုနှင့် အမူအကျင့်များကို အဆိုးဘက်သို့ လွှမ်းမိုးစေနိုင်သည်ကို ဆန်းစစ်တတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် ပတ်သက်သည့် ယုံကြည်မှုများမှာ လူ့အဖွဲ့အစည်းက ဖန်တီးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍနှင့် မျှော်မှန်းချက်များမှာ ပြောင်းလဲနိုင်သည်ကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ အိမ်များ၊ ကျောင်းများ၊ ရပ်ရွာလူထုအတွင်း လူမှုအဖွဲ့အစည်းများအတွင်း ပိုမို၍ အပြုသဘောဆောင်သော ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍကို လွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အပြုအမူများကို နေ့စဉ်ကျင့်သုံးခြင်း။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - ချစ်သူအဖြစ် ဆက်ဆံရေးများအပေါ် ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေသတ်မှတ်ချက်များက အနုတ်လက္ခဏာဆောင်သော သက်ရောက်မှု ရှိစေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများ (မိန်းမပီသခြင်းနှင့် ယောကျ်ားပီသခြင်း နှစ်ခုလုံးနှင့်ဆိုင်သော စံနှုန်းများ) နှင့်ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များသည် ချစ်သူအဖြစ် ဆက်ဆံရေးများအပေါ် သက်ရောက်ပုံကို ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများနှင့်ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များက ဆက်ဆံရေးတွင် အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ အကြမ်းဖက်မှုများနှင့် မည်သို့ ခိုင်မာစွာဆက်နွယ်နေကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထိခိုက်နစ်နာစေနိုင်သော ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များက ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများအပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိသည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများတွင် ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဆန်းစစ်မေးမြန်း တတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုစံနှုန်းများနှင့် ဘာသာရေးယုံကြည်ချက်တို့မှာ ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများအပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အကြောင်းအချက်အချို့ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများကို အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများအပေါ် လူမှုရေးစံနှုန်းများ၊ ယဉ်ကျေးမှု စံနှုန်းများနှင့် ဘာသာရေးယုံကြည်ချက်များသည် မည်သို့ လွှမ်းမိုးနိုင်သည်ကို ဥပမာများကို ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများအပေါ် အကြောင်းအချက်များစွာက သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာရေးယုံကြည်ချက်များသည် ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများကို မိမိတို့၏ ရှုမြင်ပုံအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - လူတစ်ဦးကမိမိ၏ ကျားမရေးရာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ တွေးတောယူဆပုံ၊ အခြားသူများကို မိမိ၏ကျားမရေးရာအား သတ်မှတ်ဖော်ပြပုံတို့သည် ထိုသူတို့အတွက် သီးသန့်သာဖြစ်ပြီး ယင်းကိုလေးစားရမည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ဖော်ပြခြင်းကိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- တစ်စုံတစ်ဦးက သူ၏ကျားမရေးရာကို သတ်မှတ်ဖော်ပြချက်မှာ သူ၏ဇီဝဗေဒအရ သတ်မှတ်သော လိင်အမျိုးအစားနှင့် မည်သို့ မတူနိုင်ပုံကို ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတစ်ဦးစီတိုင်းတွင် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ဖော်ပြချက် ရှိသည်ကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ဖော်ပြချက်ကို လက်ခံ တန်ဖိုးထားသည့်အပြင် အခြားသူများ၏ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ဖော်ပြချက်ကိုကိုလည်း လေးစားကြောင်း ပြသနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများ၏ ကျားမရေးရာ ဘက်လိုက်မှုများကို ဆန်းစစ်စိန်ခေါ်နိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ယောကျ်ားနှင့် မိန်းမများအပေါ် ကျားမရေးရာ ဘက်လိုက်မှုများနှင့် လူများ၏အမျိုးမျိုး ထွေပြားသောလိင်စိတ်ခံယူမှုများနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုများနှင့် ဆိုင်သည့် သာဓကများကို ပြန်လည် ထင်ဟပ်စဉ်းစား နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်နှင့် အခြားသူများ၏ ကျားမရေးရာ ဘက်လိုက်ခြင်းများသည် အခြားသူများကို ထိခိုက်နစ်နာ စေနိုင်သည်ကို သိမှုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ကျားမရေးရာ ဘက်လိုက်မှုအဆင့်ကို အလေးအနက် ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ပြီး မိမိတို့၏ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ကျားမရေးရာ ဘက်လိုက်မှုကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- မိမိတို့ကိုယ်ပိုင်နှင့် အခြားသူများ၏ ကျားမ ရေးရာ ဘက်လိုက်မှုများကို ဆန့်ကျင်တုန့်ပြန်ရန် နည်းဗျူဟာများကို အစမ်းလေ့ကျင့်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေ့မြင်မှု - လိင်တူချစ်သူများနှင့် လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်းသည် အမျိုးမျိုး လိင်စိတ် ခံယူမှုကွဲပြားသူများ နှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု ရှိသူများအတွက် ထိခိုက်ခံစားရစေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်တူချစ်သူများနှင့် လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်းအား အဓိပ္ပာယ် ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်တူချစ်သူများနှင့် လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်းအား ဖြစ်ပေါ်စေသည့် လူမှုရေးစံနှုန်းများနှင့် နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများအား ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းသည် အကြမ်းဖက်မှု အတင်းအကျပ် တွန်းအားပေးမှု သို့မဟုတ် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု များကို မခံစားရဘဲ မိမိတို့ ချစ်ခင်လိုသူအား လွတ်လပ်စွာ ချစ်ခင်နိုင်ခွင့် ရှိသင့်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်တူချစ်သူများနှင့် လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးခြင်းကို တွေ့ကြုံခံစားရသူများအပေါ် ပံ့ပိုးကူညီနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၃.၂ ကျားမတန်းတူညီမျှမှု၊ တရားသေသတ်မှတ်ချက်များ၊ ဘက်လိုက်ခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူအားလုံးသည် ၎င်းတို့၏ ကျားမရေးရာ မည်သို့ပင်ရှိသည်ဖြစ်စေ ညီမျှစွာ တန်ဖိုးရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူတို့အပေါ်တွင် သူတို့၏ ကျားမရေးရာကြောင့် တရားမျှတမှု၊ တန်းတူညီမျှမှုတို့ မရှိဘဲ မည်သို့ ဆက်ဆံခံရနိုင်သည်ကို သိရှိဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ အိမ်၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာလူထုအကြား ကျားမရေးရာတွင် ပို၍တရားမျှတသော၊ တန်းတူညီမျှသော ဆက်ဆံမှုရှိလာစေရန် ပြုလုပ်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင် လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကွဲပြားခြားနားသော ကျားမရေးရာရှိသူများအပေါ် တရားမျှတမှု၊ တန်းတူညီမျှမှု မရှိသော လုပ်ရပ်များသည် မှားယွင်းပြီး လူ့အခွင့်အရေးနှင့်လည်း ဆန့်ကျင်သည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမရေးရာ မည်သို့ပင် ကွဲပြားသည်ဖြစ်စေ အခြားသူများ၏ လူ့အခွင့်အရေးကို လေးစားရန် အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိသားစု၊ လူတစ်ဦးချင်း၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူနှင့် ရပ်ရွာလူထုတို့သည် လိင်နှင့်ကျားမရေးရာတို့အကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များ စတင်ရရှိနိုင်သော နေရာများဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်နှင့် ကျားမရေးရာတို့အကြောင်း သတင်းအချက်အလက် ရရှိနိုင်သောနေရာများကို သိရှိဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်နှင့်ကျားမရေးရာအကြောင်း နားလည်ခံယူမှုများကို များစွာသောရင်းမြစ်များမှ လွှမ်းမိုးနေကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းနှင့် အင်အားသြဇာ ခြားနားခြင်းတို့သည် မိသားစုများ၊ သူငယ်ချင်းများ၊ ချစ်သူများ၊ ရပ်ရွာလူထုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများအတွင်း ရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစုများ၊ သူငယ်ချင်းများ၊ ရပ်ရွာလူထုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းများအတွင်း အင်အားသြဇာ ခြားနားခြင်းနှင့် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းတို့ မည်သို့ ချိတ်ဆက်နေသည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုများအကြား ကျားမတန်းတူ ညီမျှမှုမရှိခြင်းနှင့် အင်အားသြဇာမတူညီခြင်း၏ နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ (ဥပမာ - ကျားမ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု) ကို ပြန်လည်တွေးတော သတိရနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းတွင် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းကို ဆန့်ကျင်ကျော်လွှားရန် တာဝန်ရှိကြောင်းကို ယုံကြည်ချက်ရှိလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ အိမ်၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာလူထုအတွင်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများတွင် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုရှိလာစေရန် ပိုမိုမြှင့်တင်ပေးရမည့် နည်းလမ်းများဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များက ဘက်လိုက်မှုနှင့် တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာနှင့်ပတ်သက်၍ တရားသေ ယူဆ သတ်မှတ်ချက်များနှင့် ဘက်လိုက်မှုများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုနှင့် မျှော်မှန်းချက်များသည် လူများ မိမိတို့ဘဝအတွက် နေထိုင်ပုံအပေါ်တွင် အကောင်းဘက်တွင်ရော၊ အဆိုးဘက်တွင်ပါ လွှမ်းမိုးမှုများစွာ ရှိသည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အထူးသဖြင့် မျှော်မှန်းထားသည့်စံနှုန်းများမှ ကွဲပြားခြားနားစွာ ပြုမူခဲ့လျှင် ကျားမရေးရာ ကွဲပြားခြားနားမှုများကြောင့် အမြတ်ထုတ်ခံရမှုများ၊ (သို့မဟုတ်) အန္တရာယ်များ ဖြစ်စေနိုင်သည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများမှာ တရားမျှတမှု ရှိမရှိကိုမေးခွန်းထုတ်လာနိုင်ပြီး တရားမျှတမှုမရှိသော၊ ထိခိုက်နစ်နာစေသော အလေ့အထများကို စိန်ခေါ်နိုင်မည့်နည်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များနှင့် ဘက်လိုက်မှုများသည် ယောက်ျားများ၊ မိန်းမများနှင့် လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု အမျိုးမျိုး ကွဲပြားသူများအပေါ် ဆက်ဆံပုံနှင့် ၎င်းတို့၏ ရွေးချယ်နိုင်မှုများအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိစေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ယောက်ျားများ၊ မိန်းမများနှင့် လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု အမျိုးမျိုး ကွဲပြားသူများအပေါ် လူ့အဖွဲ့အစည်းက သတ်မှတ်ပုံကို ပုံဖော်သည့် လူမှုရေးစံနှုန်းများကို ပြန်လည် စဉ်းစားသတိရနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာဘက်လိုက်မှု၏ ပုံစံအားလုံးကို ဥပမာများဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူအားလုံးကို တန်းတူညီမျှစွာဆက်ဆံရန် အရေးကြီးပုံကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် မကိုက်ညီသူများကို ဆန့်ကျင်ဘက်လိုက်မှုများကြောင့် ကျန်းမာရေးအတွက်အပါအဝင် သူတို့၏ ရွေးချယ်မှုများပြုလုပ်နိုင်စွမ်းအပေါ် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ ဘက်လိုက်မှုမရှိဘဲ မည်သို့ ဆက်ဆံရမည်ကို သရုပ်ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- မိမိတို့၏ တန်ဖိုးထားမှုများက မိမိတို့၏ယုံကြည်မှုများနှင့် ကျားမရေးရာဘက်လိုက်မှုတို့အပေါ် မည်သို့သက်ရောက်သည်ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမတန်းတူညီမျှမှုသည် လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များနှင့် ဘဝစီမံကိန်းများအပေါ် တန်းတူညီမျှသော ဆုံးဖြတ်ချက်ပြုလုပ်ခြင်းကို အားပေးနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးများတွင် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်း၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများသည် လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်၊ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ အသုံးပြုခြင်းနှင့် ဘဝစီမံကိန်းများချမှတ်ခြင်းတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိပုံများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာအခန်းကဏ္ဍများ သာတူညီမျှရှိခြင်းသည် ပို၍ကျန်းမာသော လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးကို မည်သို့ ဖြစ်ပေါ်စေသည်ကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုသည် ပို၍ကျန်းမာသော လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေး၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသည်ကို ရှင်းပြတတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုပေါ်တွင် အခြေပြုသောဆက်ဆံမှုကို တည်ဆောက်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်း၊ လူမှုရေးစံနှုန်းများနှင့် အင်အားသြဇာ ခြားနားမှုများသည် လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များအပေါ် လွှမ်းမိုး၍ လိင်မှုရေးရာတွင် အတင်းအကျပ်ပြုမူမှုများ၊ အနိုင်အထက် ပြုမှုများ၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများကို တိုးပွားလာစေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းနှင့် အင်အားသြဇာမညီမျှမှုများသည် လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များနှင့် လိင်မှုရေးရာတွင် အတင်းအကျပ် ပြုမူမှုများ၊ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ အပေါ် သက်ရောက်စေသည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းနှင့် အင်အားသြဇာ မညီမျှမှုတို့ကြောင့် လိင်မှုရေးရာ အမူအကျင့်များနှင့် ဘေးကင်းစိတ်ချရစေနည်းလမ်းများ ရွေးချယ်လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း (ဥပမာ- ကွန်ဒုံးသုံးစွဲခြင်း၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများရယူခြင်း) တို့အပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိစေသည်ကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။(ခံယူချက်)
- အကယ်၍ လိင်မှုရေးရာတွင် အတင်းအကျပ်ပြုမူမှုများ၊ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများနှင့် တွေ့ကြုံရလျှင် အကူအညီများ ရယူတတ်လာမည်။ သို့မဟုတ် အကူအညီ ရယူနိုင်ရန် အခြားသူများကို ကူညီတတ်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၃

အဓိက သဘောတရား (၃) ကျားမရေးရာကို သိနားလည်ခြင်း

၃.၃ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုဆိုသည်မှာ မည်သည်ကို ဆိုလိုကြောင်းနှင့် အကူအညီရနိုင်ရန် မည်သည့်နေရာသို့သွားရမည်ကို သိရှိရန်အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု GBV ကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်နိုင်လာပြီး ၎င်းမှာ ကွဲပြားခြားနားသောနေရာအမျိုးမျိုးတွင် ဖြစ်ပွားနိုင်သည်ကို သိလာမည်။ (ဥပမာ- ကျောင်း၊ အိမ် (သို့မဟုတ်) အပြင်လောက) (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေယူဆသတ်မှတ်ခြင်းတို့အပေါ် ကျွန်ုပ်တို့၏ အတွေးအမြင်များသည် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများ အပါအဝင် ကျွန်ုပ်တို့က အခြားသူများအား ဆက်ဆံပုံအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း သိရှိနားလည်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု ပုံစံအားလုံးသည် မှားယွင်းသော ပြုမူမှုဖြစ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ ကျောင်းတွင်း (သို့မဟုတ်) ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်တွင် အကြမ်းဖက်မှုအပါအဝင် ကျားမ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများကို မိမိ ကိုယ်တိုင် (သို့မဟုတ်) မိမိ သိရှိသူတစ်ဦးဦးတွင် တွေ့ကြုံရလျှင် ဖွင့်ပြောရန် ယုံကြည်ထိုက်သူကို မည်သို့ချဉ်းကပ်မည်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အရွယ်ရောက်သူ လူကြီးဖြစ်စေ၊ လူငယ်ဖြစ်စေ၊ ဩဇာအာဏာ ရှိသူဖြစ်စေ မည်သူမဆိုမှ ကျူးလွန်သည့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုပုံစံအားလုံးသည် လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် မုဒိမ်းမှုများအပါအဝင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများသည် အင်အားဩဇာနှင့် လွှမ်းမိုးနိုင်မှုများကြောင့် ဖြစ်ရသည့်ရာဇဝတ်မှုများဖြစ်ပြီး တစ်စုံတစ်ဦး၏ လိင်စိတ်ဆန္ဒထိန်းချုပ်ရန် မတတ်နိုင်မှုကြောင့်မဟုတ်သည်ကို ပြန်လည် စဉ်းစားနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများကို သိမှတ်နိုင်ပြီး လျှော့ချနိုင်ရန်အတွက် တိကျသေချာသော နည်းဗျူဟာများ ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အကြမ်းဖက်မှုများတွင် ဘေးလူအဖြစ် ကြုံတွေ့သူများ၊ မျက်မြင်သက်သေ များသည် ဘေးကင်းစေရန် အဆင့်အချို့ကို ပြုလုပ်နိုင်ကြောင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုကြောင့် မိမိတို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိလာနိုင်သည်ဟု ခံစားရနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများကို အရွယ်ရောက်ပြီးသူ လူကြီးများ၊ အင်အားဩဇာရှိသူများနှင့် လူငယ်များ မည်သူမဆို ကျူးလွန်နိုင်ပြီး ယင်းမှာ အစဉ်အမြဲ မှားယွင်းမှုသာဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု တားဆီးကာကွယ်ရေးနှင့် ခံစားခဲ့ရသူများ အတွက် ကူညီပံ့ပိုးပေးသည့် လူကြီးများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများထံ မည်သို့ ချဉ်းကပ်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု ပုံစံအားလုံးသည် မှားယွင်းပြီး လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများ၏ ဥပမာပုံစံများ (ဥပမာ- အနိုင်ကျင့် နှောင့်ယှက်ခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကားနှောင့်ယှက်ခြင်း၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှုများ၊ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုများ၊ မုဒိန်းမှုများ၊ အမျိုးသမီးလိင်အင်္ဂါ ဖြတ်တောက်ခြင်း၊ စောစီးစွာ အတင်းအကြပ် လက်ထပ်ပေးခြင်း၊ လိင်တူဆက်ဆံသူများကို မုန်းတီး၍ အကြမ်းဖက်မှုများ) နှင့် ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများ ဖြစ်ပွားတတ်သည့် နေရာများကို စာရင်းပြုလုပ် ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ ဥပမာ - ကျောင်းတွင်း၊ နေအိမ်၊ ရပ်ရွာအတွင်း၊ (သို့မဟုတ်) အင်တာနက်ပေါ်တွင် (ဗဟုသုတ)
- ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု ပုံစံအားလုံးသည် လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်မှုဖြစ်သည်ကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။(ခံယူချက်)
- အကယ်၍ ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများကို မိမိကိုယ်တိုင် (သို့မဟုတ်) မိမိ သိရှိသူတစ်ဦးဦးတွင် တွေ့ကြုံရလျှင် (သို့မဟုတ်) အကြမ်းဖက်မှု ခံရနိုင်ကြောင်း ပူပန်မှုရှိခဲ့လျှင် ဖွင့်ပြောရန် ယုံကြည်ထိုက်သူ လူကြီးတစ်ဦးကိုမည်သို့ ပြောဆိုမည်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုများသည် အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာတွင် တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုများကြောင့် အနိုင်ကျင့်ခံရခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်း၊ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခံရခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်ခံရခြင်းများကို မည်သို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်ကို ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်မှုများနှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု များသည် အင်အားဩဇာနှင့် လွှမ်းမိုးနိုင်မှုတို့နှင့်ဆိုင်သည့် ရာဇဝတ်မှုများ ဖြစ်ကြောင်း၊ လူတစ်ဦး၏ လိင်စိတ်ဆန္ဒကို မထိန်းသိမ်းနိုင်မှုကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်း မဟုတ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းနှင့် ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများအပေါ် တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ခြင်းများသည် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ ဖြစ်ပွားရန် အားပေးနိုင်သည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမတန်းတူညီမျှမှုအတွက် အခြေအတင်ပြောဆိုရန်နှင့် ကျားမရေးရာ ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်း (သို့မဟုတ်) ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုအတွက် ဆန့်ကျင်ရပ်တည်ရန် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် ကျားမတန်းတူညီမျှမှုအတွက် တင်ပြအရေးဆိုရန် တာဝန်ရှိသည်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်မှု၊ အန္တရာယ်ရှိသော အလေ့အထများနှင့် အခြား ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုကဲ့သို့သော လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်မှုများကို ဆန့်ကျင် ထုတ်ဖော်ပြောဆိုရန် တာဝန်ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်နှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများကို လျှော့ချရန် ရှင်းလင်းတင်ပြအရေးဆိုခြင်း အားထုတ်မှု များ၏ အောင်မြင်သောနမူနာများကို ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းနှင့် လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်ခြင်းများကို အင်တာနက်အပါအဝင် အများပြည်သူနှင့် ကိုယ်ပိုင်နေရာများတွင် ဆန့်ကျင် ဖော်ထုတ်ပြောဆိုခြင်း၏ အရေးကြီးပုံကို သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများ ပပျောက်ရေး အတွက် တင်ပြ အရေးဆိုလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၃

အဓိက သဘောတရား (၄)

အကြမ်းဖက်မှုများနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံအောင်နေထိုင်ခြင်း

ခေါင်းစဉ်များ

၄.၁ အကြမ်းဖက်မှု

၄.၂ သဘောတူလက်ခံခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်၊ ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံနိုင်မြဲမှု

၄.၃ သတင်းနှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာများ (ICT) ကို ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ အသုံးပြုခြင်း

၄.၁ အကြမ်းဖက်မှု

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အနိုင်ကျင့်ခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုတို့ကို သိရှိနိုင်ရန်နှင့် ယင်းတို့သည် မှားယွင်းကြောင်းကို သိမှတ်နိုင်ရန်အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- နောက်ပြောင်ခြင်း၊ အနိုင်ကျင့်ခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ် နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အနိုင်ကျင့်ခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်ခြင်းတို့သည် မှားယွင်းသော လုပ်ရပ်များဖြစ်ပြီး မိသားစုဝင် (သို့မဟုတ်) အခြား အရွယ်ရောက်ပြီးသူ တစ်ဦးဦးက ပြုလုပ်မှုအပါအဝင် အကြမ်းဖက်မှုမှန်သမျှသည် မည်သည့်အခါမှ ကျူးလွန်ခံရသူ၏ အပြစ်မဟုတ်သည်ကို သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများအကြား အနိုင်ကျင့်မှု (သို့မဟုတ်) အကြမ်းဖက်မှုကို ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ တုံ့ပြန်နိုင်သည့် ဆောင်ရွက်မှုများကို သရုပ်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးသူငယ်များကို အနိုင်အထက် အလွဲပြုကျင့်မှုများကို သိရှိနိုင်ရန်နှင့် ယင်းသည် မှားယွင်းနေကြောင်း နားလည်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ အလွဲပြုကျင့်မှုနှင့် အင်တာနက်မှကလေးသူငယ်များကို လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမြတ်ထုတ်မှုများအပါအဝင် ကလေးသူငယ်များ အပေါ် အနိုင်အထက် အလွဲပြုကျင့်မှုများကို အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ် ဖွင့်ဆိုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အခြား အရွယ်ရောက်ပြီးသူတစ်ဦးဦး၊ သိကျွမ်းယုံကြည်သူတစ်ဦးဦး (သို့) မိသားစုဝင်က ပြုလုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလွဲပြုကျင့်မှု အပါအဝင် ကလေးသူငယ်အား အနိုင်အထက် ပြုကျင့်မှု မှန်သမျှသည် ကလေးသူငယ်များ၏ လူ့အခွင့်အရေးများကို ချိုးဖောက်နေခြင်းဖြစ်ပြီး မည်သည့်အခါမှ ကျူးလွန်ခံရသူ၏ အပြစ်မဟုတ်သည်ကို သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ အရွယ်ရောက်ပြီးသူတစ်ဦးက မိမိအား လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလွဲပြုကျင့်ရန် ကြိုးစားခဲ့သော် မိမိအနေနှင့် ပြုလုပ်နိုင်သည့် အပြုအမူများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဥပမာ-မလုပ်နဲ့ (သို့မဟုတ်) ထွက်သွားပါ ဟုပြောခြင်းနှင့် အခြား ယုံကြည်သူ၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူ တစ်ဦးအား ပြောပြခြင်း) (ကျွမ်းကျင်မှု)
- အကယ်၍ အနိုင်အထက်ပြုခြင်း ခံနေရပါကမိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့)ယုံကြည်ရသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူများကို ဖော်ထုတ်၍ ထိုအကြောင်းကို မည်သို့ ဆက်သွယ်ပြောပြမည်ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အကြမ်းဖက်ခြင်းမှာ မိဘများ (သို့) ချစ်သူများအကြား ဖြစ်ပွားသည်ဖြစ်စေ မှားယွင်းသော လုပ်ရပ်ဖြစ်သည်ကို နားလည်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိဘများ (သို့) ချစ်သူများအကြား ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အကြမ်းဖက်မှုပုံစံများကို သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ဥပမာခန္ဓာကိုယ် နာကျင်ဒဏ်ရာရစေခြင်း၊ ဆိုးဝါးရက်စက်စွာ ပြောဆိုခြင်း (သို့မဟုတ်) အဖော်ဖြစ်သူကို တစ်စုံတစ်ခုပြုလုပ်ရန် အတင်းအကျပ် တိုက်တွန်းခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- မိဘများ (သို့) ချစ်သူများအကြား ဖြစ်ပွားသည့် အကြမ်းဖက်မှုသည် မှားယွင်းသော လုပ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ မိမိတို့၏မိသားစုတွင် ထိုသို့သော အကြမ်းဖက်မှု ပုံစံများကို တွေ့ကြုံခဲ့ပါက ကူညီပံ့ပိုးနိုင်မည့် ယုံကြည်ရသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူကို ဖော်ထုတ်ပြပြီး မည်သို့ ချဉ်းကပ်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - (အင်တာနက်မှ နှောင့်ယှက်မှု အပါအဝင်) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်မှု၊ စော်ကားနှောင့်ယှက်မှုများသည် ထိခိုက်နစ်နာစေနိုင်ပြီး အကယ်၍ ထိုကိစ္စများနှင့် တွေ့ကြုံရင်ဆိုင် နေရပါက ကူညီမည့်သူများကို ရှာဖွေရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- (မုဒိမ်းမှု၊ သွေးသားတော်စပ်သူချင်းစပ်ယှက်မှု၊ အင်တာနက်ပေါ်မှ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမြတ်ထုတ်မှုများအပါအဝင်) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ (အင်တာနက်ပေါ်မှ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်ကျင့်မှုများ အပါအဝင်) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကား နှောင့်ယှက်မှုများ၊ အနိုင်ကျင့်မှုများကို ဥပမာများဖြင့် ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကလေးသူငယ်များအား လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အလွဲပြုကျင့်မှုများသည် ဥပဒေကို ဖောက်ဖျက်ကျူးလွန်မှုဖြစ်ပြီး ထိုသို့ ကျူးလွန်ခံရသူများကို ကူညီပံ့ပိုးရန် အာဏာပိုင်များနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ ရှိနေကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အကယ်၍ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ သွေးသားတော်စပ်သူချင်း စပ်ယှက်မှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကား နှောင့်ယှက်မှုများ၊ အနိုင်ကျင့်မှုများ ကြုံတွေ့ရပါက အကူအညီ ရှာဖွေရန် အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- တစ်စုံတစ်ယောက်သည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကားနှောင့်ယှက်မှုများ သို့မဟုတ် အနိုင်ကျင့် မှုများ ခံစားနေရသည်ကို သိရှိရပါက မည်သို့ ထိရောက်စွာ တုံ့ပြန်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိကိုယ်တိုင် (သို့မဟုတ်) မိမိသိရှိသူ တစ်စုံတစ်ဦးသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကား နှောင့်ယှက်မှုများ၊ သွေးသားတော်စပ်သူချင်း စပ်ယှက်မှု၊ အနိုင်ကျင့်မှုများ ကြုံတွေ့ရပါက မည်သို့ အကူအညီများ ရှာဖွေရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုသည် မှားယွင်းသောလုပ်ရပ်ဖြစ်ပြီး တွေ့မြင်ပါက အကူအညီ အထောက်အပံ့ ရှာဖွေရန်အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ် ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှု နမူနာပုံစံများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုသည် မှားယွင်းသော လုပ်ရပ်ဖြစ်ပြီး ထိုအကြောင်းအရာကို သိမြင်သော ကလေးများသည် အကူအညီများရရှိခြင်းမှ အကျိုးရှိနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ မိမိ၏မိသားစုတွင် အဆိုပါ အကြမ်းဖက်မှုပုံစံမျိုးနှင့် ကြုံတွေ့နေရပါက အကူအညီ အထောက်အပံ့ရရန်အတွက် ယုံကြည်ထိုက်သော အရွယ်ရောက်ပြီးသူထံ မည်သို့ ချဉ်းကပ်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၄

၄.၁ အကြမ်းဖက်မှု (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်မှု၊ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အနိုင်ကျင့်မှုများသည် လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုများ ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အနိုင်ကျင့်မှု၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှု၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်မှု၊ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှု တို့ကို နှိုင်းယှဉ်သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အရွယ်ရောက်ပြီးသူဖြစ်စေ၊ ငယ်ရွယ်သူဖြစ်စေ၊ အင်အားသြဇာ ရှိသူဖြစ်စေ မည်သူမဆိုက ကျူးလွန်သည့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်မှု၊ ရင်းနှီးကျွမ်း ဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အနိုင်ကျင့်မှုများသည် မည်သည့်အခါမျှ ကျူးလွန်ခံရသူ၏ အပြစ်မဟုတ်ဘဲ လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်မှုသာ အစဉ်အမြဲဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်မှု၊ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အနိုင်ကျင့်မှုများကို မည်သို့ သတင်းပို့တိုင်ကြားရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတိုက်ခိုက်မှု၊ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော လက်တွဲဖော်မှ အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အနိုင်ကျင့်မှု ခံစားခဲ့ရသူများကို ကူညီပံ့ပိုးမှုနှင့် တားဆီးကာကွယ်မှုများ လုပ်ဆောင်သည့် ယုံကြည်ရသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ချဉ်းကပ်ရန်နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် ပြည်သူတို့၏ ကျန်းမာရေးနှင့် အကြမ်းဖက်မှုကင်းစင်သော ဘဝချမ်းသာသုခ ရရှိရေးတို့အတွက် တင်ပြအရေးဆိုရန် တာဝန်ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအပါအဝင် အကြမ်းဖက်မှုပုံစံအမျိုးမျိုးကို လျှော့ချရန် ကြိုးစားအားထုတ်မှု၏ အောင်မြင်သောနမူနာများကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျောင်း၊ အိမ်၊ အင်တာနက်နှင့် လူထုအကြား အားလုံးသော နေရာများတွင် အကြမ်းဖက်မှုနှင့် လူ့အခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုများကို ဆန့်ကျင်ဖော်ထုတ်ပြောဆိုခြင်း၏ အရေးကြီးပုံကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူတိုင်းအပေါ် လေးစားစွာ၊ ဂုဏ်သိက္ခာရှိစွာဆက်ဆံခြင်းကို အားပေးမြှင့်တင်သည့် ဘေးကင်းလုံခြုံသော ပတ်ဝန်းကျင်ရရှိရေး အတွက် တင်ပြအရေးဆိုလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၄

၄.၂ သဘောတူလက်ခံခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်၊ ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံခိုင်မြဲမှု

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို မည်သူက မည်သည့်နေရာကို မည်သို့သောနည်းဖြင့် ထိတွေ့နိုင်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ‘ခန္ဓာကိုယ်နှင့်ဆိုင်သော အခွင့်အရေး’ ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မည်သည့် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများသည် တစ်ကိုယ်ရေ လွတ်လပ်မှု ရှိရမည်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းတွင် ‘ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဆိုင်သော အခွင့်အရေး’ ရှိသည်ကို သိမှတ်ရန် (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်က မိမိကို စိတ်မသက်မသာ ဖြစ်စေရန် ထိကိုင်ခဲ့ပါက မည်သို့တုံ့ပြန်မည်ကို ဖော်ပြနိုင် လာမည်။ (ဥပမာ-မလုပ်နဲ့ (သို့မဟုတ်) ထွက်သွားပါဟု ပြောခြင်းနှင့် အခြား ယုံကြည်သူ၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူ တစ်ဦးအား ပြောပြခြင်း) (ကျွမ်းကျင်မှု)
- အကယ်၍ မိမိကို စိတ်မသက်မသာ ဖြစ်စေရန် ထိကိုင်ခံရပါက မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်ရသော အရွယ်ရောက်သူလူကြီးကို မည်သို့ ပြောပြနိုင်မည်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မလိုလားအပ်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံစိုက်ခံရမှု ဆိုသည်မှာ မည်သို့ဖြစ်ကြောင်းနှင့် အရွယ်ရောက်လာသည့်အခါ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်မှုလိုအပ်ပုံတို့ကို နားလည်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အပျိုဖော်လူပျိုဖော် ဝင်ချိန်တွင် မိန်းကလေးများအတွက် ရေနှင့်အိမ်သာခန်း သီးသန့်ရရှိမှု အပါအဝင် လူတစ်ဦး၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် သီးခြားလွတ်လပ်မှုနှင့် သီးခြားလွတ်လပ်သည့် နေရာတို့သည် ယောကျ်ားလေးရော မိန်းကလေးများအတွက်ပါ ပိုမို၍ အရေးတကြီး လိုအပ်လာကြောင်း ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မလိုလားအပ်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအာရုံစိုက်ခံရမှုကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ယောကျ်ားလေးနှင့် မိန်းကလေးနှစ်မျိုးလုံးအတွက် မလိုလားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံစူးစိုက်ခံရမှုမှာ ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် မိမိခန္ဓာကိုယ်အတွက် ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်တို့ကို ချိုးဖောက်ခံရခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်မှုကို ထိန်းသိမ်းရန်နှင့် မလိုလားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံစိုက်ခံရမှုကို တုံ့ပြန်ရန်နှင့် ပြတ်သားစွာ ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၄.၂ သဘောတူလက်ခံခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်၊ ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံခိုင်မြဲမှု (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံခိုင်မြဲမှု ရပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံခိုင်မြဲမှုတို့မှာ မည်သည်ကို ဆိုလိုကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းတွင် ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံခိုင်မြဲမှု အခွင့်အရေးရှိသည်ကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် လုံခြုံခိုင်မြဲမှု အခွင့်အရေးအတွက် မည်သို့ ခံစားရသည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် လိင်နှင့် ပတ်သက်၍ ဘာလုပ်မည်၊ ဘာမလုပ်ဘူး ထိန်းချုပ်နိုင်ခွင့်ရှိပြီး မိမိ၏ လိင်ဆက်ဆံဖော်၏ သဘောတူခွင့်ပြုချက် ရရှိရန် သေချာစွာ မေးမြန်းဆက်သွယ်၍ အသိအမှတ်ပြုသင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- သဘောတူခွင့်ပြုချက်ကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်နိုင်ပြီး လိင်မှုကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် ယင်း၏ ဆက်နွယ်သက်ရောက်မှုများကို ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပေးခြင်းနှင့် နားလည်လက်ခံခြင်း၏ အရေးကြီးပုံကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများအပါအဝင် မိမိတို့၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ စည်းဘောင်နှင့်ပတ်သက်၍ သဘောတူခွင့်ပြုချက် ပေးခြင်းနှင့် မပေးခြင်းတို့ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ဆက်ဆံဖော် တစ်ဦးနှင့် ကျန်းမာ၍၊ စိတ်ပျော်ရွှင်ဖွယ်ဖြစ်ပြီး ကျေနပ်လက်ခံသည့် လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူ ဖြစ်စေရန် သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပေးခြင်းက အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပေးခြင်းနှင့် ငြင်းဆိုခြင်းတို့၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို လေ့လာသုံးသပ်နိုင်ပြီး အခြားသူတစ်ဦးမှ သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပေးခြင်း (သို့) မပေးခြင်းတို့ကို သိမှတ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်များကို မည်သို့ကွဲပြားစွာ ထိတွေ့ရကြောင်းနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူစံနှုန်းနှစ်မျိုး သတ်မှတ်ပြုမူခြင်းက ကျေနပ်လက်ခံသည့် လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူအပေါ် သက်ရောက်နိုင်ပုံတို့ကို နှိုင်းယှဉ်သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျေနပ်လက်ခံသည့် လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူသည် ကျန်းမာသော လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေး၏ အရေးကြီးသော အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပေးခြင်းနှင့် ငြင်းဆိုခြင်းကို ဆက်သွယ်ဖော်ပြရန် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်ပြီး သဘောတူခွင့်ပြုချက် ရရှိခြင်း (သို့) မရရှိခြင်းကို သိမှတ်နားလည်လာမည်။(ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သဘောတူခွင့်ပြုချက်ကို အသိအမှတ်ပြုနိုင်မှု (သို့မဟုတ်) ပေးနိုင်မှုအပေါ် သက်ရောက်နိုင်သည့် အချက်များကို သိရှိသတိပြုနိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ သဘောတူခွင့်ပြုမှုအတွက် နားထောင်ခြင်း၊ သိမှတ်လက်ခံခြင်းနှင့် ပြုမူခြင်း (သို့) မပြုမူခြင်း တို့မှာ မည်သည်ကို ဆိုလိုကြောင်း ဆွေးနွေးနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- သဘောတူလက်ခံမှုပေး၊ မပေး၊ သိမှတ် လက်ခံခြင်း ပြု မပြု အခြေအနေများအတွက် ဥပမာများကို နှိုင်းယှဉ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- သဘောတူခွင့်ပြုချက်ကို သိမှတ်နိုင်စွမ်း (သို့) ပေးနိုင်စွမ်းအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော အရာများ (ဥပမာ - အရက်နှင့် အခြားသော ဆေးဝါးပစ္စည်းများ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ၊ အင်အားဩဇာ မညီမျှမှုများ) ကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာသဘောတူခွင့်ပြုချက်ကို ထိခိုက်စေသောအချက်များကို ရှောင်ကြဉ်ရန်အရေးကြီးကြောင်း သိမြင်လာမည်။(ခံယူချက်)
- သဘောတူခွင့်ပြုချက် ပေးနိုင်စွမ်းရှိခြင်း၊ မရှိခြင်းတို့ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- အခြားသူတစ်ဦးမှ သဘောတူခွင့်ပြုချက် ပေးခြင်း (သို့) မပေးခြင်းအပေါ် သိမှတ်နားလည်နိုင်စွမ်းကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၄.၃ သတင်းနှင့် ဆက်သွယ်ရေး နည်းပညာများ (ICT) ကိုဘေးကင်းလုံခြုံစွာ အသုံးပြုခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာများသည် သတင်းအချက်အလက် ရှာဖွေခြင်းနှင့် အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်ခြင်းတို့အတွက် နည်းလမ်းများဖြစ်ပြီး၊ ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ အသုံးပြုနိုင်သည်။ သို့သော် ကလေးများအပါအဝင် လူတို့ကို အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေလည်း ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာဆိုသည်မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာ၏ ကောင်းကျိုးများနှင့် အန္တရာယ် အလားအလာများကို စာရင်းပြုစု ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာများသည် ဘေးကင်းလုံခြုံမှုမရှိခြင်း ဖြစ်နိုင်သော်လည်း အကျိုးကျေးဇူးကို သိရှိနားလည်နိုင်သည်။ (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ အင်တာနက် သို့မဟုတ် လူမှုမီဒီယာပေါ်တွင် တစ်စုံတစ်ခုသည် မိမိအား မသက်မသာခံစားရစေလျှင် ယုံကြည်ထိုက်သော လူကြီးအားပြောပြရန် နည်းလမ်းများကို ထုတ်ဖော် ပြောပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အင်တာနက်၊ လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့် လူမှုမီဒီယာများသည် မလိုလားအပ်သော လိင်မှုဆိုင်ရာအာရုံမှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သော အရင်းအမြစ်များဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အင်တာနက်၊ လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့် လူမှုမီဒီယာများသည် မလိုလားအပ်သော လိင်မှုဆိုင်ရာအာရုံများ၏ ရင်းမြစ်များ မည်သို့ ဖြစ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အင်တာနက်၊ လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့် လူမှုမီဒီယာများမှ ရလာနိုင်သည့် မလိုလားအပ်သော လိင်မှုဆိုင်ရာအာရုံများကို ဆန့်ကျင်တန်ပြန်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- အင်တာနက်၊ လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့် လူမှုမီဒီယာများကိုအသုံးပြုရာတွင် ဘေးကင်းလုံခြုံစေမည့် နည်းလမ်းများကို စီစဉ်ဖော်ထုတ်၍ လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စ ညစ်ညမ်းမီဒီယာနှင့် ရုပ်ပုံများသည် လိင်စိတ်ကိုထကြွစေပြီး ဆိုးကျိုးများကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာ (အပြာရုပ်ရှင်) များသည် ဘာကြောင့် လူသုံးများနေကြောင်း ဆန်းစစ်သိမြင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများသည် မည်သည့်နည်းဖြင့် ဆိုးကျိုးများပေးနေကြောင်းနှင့် ထိုဆိုးကျိုးများအတွက် မည်သည့်နေရာသို့ သတင်းပို့၍ အကူအညီတောင်းခံနိုင်ကြောင်း အကျဉ်းချုပ် ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အသက်မပြည့်သေးသူ လူငယ်များအတွက် လိင်မှုကိစ္စ ညစ်ညမ်းရုပ်ပုံများကို ပေးပို့ခြင်း၊ လက်ခံခြင်း၊ ဝယ်ယူခြင်း သို့မဟုတ် လက်ဝယ်ထားရှိခြင်းတို့မှာ မည်သည့်အခါတွင် တရားမဝင်သည်ကို ခွဲခြားသိရှိနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းရုပ်ပုံများ ဖြန့်ဝေခြင်း၊ သိမ်းဆည်းထားခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သောဥပဒေများကို သိရှိထားရန် အရေးကြီးသည်ဟု သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများကို အသုံးပြုခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သော ခံစားချက်များကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အင်တာနက်နှင့်လူမှု မီဒီယာတို့ကို အသုံးပြုသည့်အခါ အထူးဂရုစိုက်ရန်နှင့် သေချာစဉ်းစားရန် လိုအပ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အင်တာနက်နှင့်လူမှုမီဒီယာတို့၏ ကောင်းကျိုးများနှင့် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသောအန္တရာယ်များ၏ ဥပမာများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အင်တာနက်နှင့်လူမှုမီဒီယာ အသုံးပြုရာတွင် ဂရုတစိုက်သုံးစွဲရန် အရေးကြီးမှုကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူမှုမီဒီယာပေါ်တွင် မည်သူတို့အား မည်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ ဖြန့်ဝေပေးမည်ကို မည်သို့ ဆုံးဖြတ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ညစ်ညမ်းဓါတ်ပုံများ၊ သတင်းများကို လူမှုမီဒီယာများမှတဆင့် အလွယ်တကူရရှိနိုင်ပြီး ယင်းတို့သည် ထိခိုက်နစ်နာစေသော ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုများကို မြှင့်တင်အားပေးနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများ (အပြာရုပ်ရှင်) နှင့်အင်တာနက် မှ လိင်အပြုအမူ ရုပ်ပုံများ ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ် ပေးပို့ခြင်းများအကြောင်းကို သိရှိဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများသည် ယောကျ်ား၊ မိန်းမနှင့် လိင်ဆက်ဆံရေးများကို အစစ်အမှန် မဟုတ်ဘဲ မကြာခဏ ပုံဖော်ပြသတတ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများသည် ယောကျ်ား၊ မိန်းမနှင့် လိင်ဆက်ဆံရေးများကို အစစ်အမှန် မဟုတ်ဘဲ လမ်းမှားစေရန် ပုံဖော်ပြသတတ်ကြောင်း နားလည်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများနှင့် အင်တာနက်မှ လိင်အပြုအမူရုပ်ပုံများ ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ် ပေးပို့ခြင်းများအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ယုံကြည်ထိုက်သူလူကြီးအား ပြောပြနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူမှုမီဒီယာကို အသုံးပြုခြင်းသည် အကျိုးကျေးဇူးများစွာ ရှိစေနိုင်သော်လည်း ဂရုတစိုက်လမ်းညွှန်မှု လိုအပ်သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ကျင့်ဝတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ဥပဒေရေးရာ အခြေအနေများ ရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူမှုမီဒီယာများကို လုံခြုံစိတ်ချစွာ၊ ဥပဒေနှင့်လျော်ညီစွာ၊ လေးစားမှုဖြင့် အသုံးပြုခြင်းအတွက် နည်းဗျူဟာများကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူမှုမီဒီယာများအသုံးပြုခြင်းမှာ အကျိုးကျေးဇူးများစွာရှိသည်။ သို့သော် ဘေးကင်းလုံခြုံမှု မရှိသော အနေအထားများ (သို့မဟုတ်) ဥပဒေကို ချိုးဖောက်ခြင်းများ ဖြစ်လာနိုင်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လူမှုမီဒီယာကို တာဝန်ခံမှု၊ တာဝန်ယူမှုရှိစွာ အသုံးပြုခြင်းအတွက် အစီအစဉ်တစ်ခုကို ရေးဆွဲပြီး လက်တွေ့ကျင့်သုံးလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စ ညစ်ညမ်းမီဒီယာသည် လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူ၊ တုံ့ပြန်မှုနှင့် ခန္ဓာကိုယ် ပုံစံများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အမှန်တရားနှင့်မကိုက်ညီသော မျှော်လင့်ချက်များကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများသည် ယောကျ်ား၊ မိန်းမ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူ၊ တုံ့ပြန်မှုနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ပုံစံများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အမှန်တရားနှင့်မကိုက်ညီသော မျှော်လင့်ချက်များ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပုံများကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စညစ်ညမ်းမီဒီယာများသည် အန္တရာယ်ရှိသော ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုများကို ပိုအားကောင်းစေပြီး အကြမ်းဖက်သော သို့မဟုတ် သဘောတူလက်ခံခြင်းမရှိဘဲ ပြုမူမှုများကို ပုံမှန်ကဲ့သို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်။(ခံယူချက်)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာညစ်ညမ်းမီဒီယာများသည် ယောကျ်ား၊ မိန်းမနှင့် လိင်မှုကိစ္စများ၏ မဟုတ်မမှန်သော ပုံရိပ်များကို ဖော်ပြထားသည့်အတွက် မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်ပုံရိပ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု၊ တန်ဖိုးထားမှုနှင့် အခြားသူများအပေါ် ယူဆချက်များပေါ်တွင် မည်သို့ သက်ရောက်နိုင်စေကြောင်း ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၄

အဓိက သဘောတရား (၅)

ကျန်းမာခြင်းနှင့် ချမ်းသာသုခ ရရှိစေရန် ကျွမ်းကျင်မှုများ

ခေါင်းစဉ်များ

၅.၁ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်များပေါ်တွင် ဩဇာလွှမ်းမိုးသည့် စံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ

၅.၂ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း

၅.၃ ဆက်သွယ်ခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းနှင့် ညှိနှိုင်းခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ

၅.၄ မီဒီယာဆိုင်ရာ သိနားလည်မှုနှင့် လိင်မှုရေးရာ

၅.၅ အကူအညီ အထောက်အပံ့ ရှာဖွေခြင်း

၅.၁ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်များပေါ်တွင် ဩဇာလွှမ်းမိုးသည့် စံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သက်ရွယ်ဆင့်တူချင်း လွှမ်းမိုးမှုများသည် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးရှိပြီး အကောင်းဘက် (သို့) အဆိုးဘက် ဖြစ်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ ဖိအားပေးမှုကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုများထဲမှ အကောင်းနှင့်အဆိုး ဥပမာများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုကြောင့် အကောင်းအဆိုး နှစ်မျိုးလုံး ဖြစ်နိုင်ကြောင်း သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ ဖိအားပေးမှုအား မည်သို့ တွန်းလှန်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများအပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်သည့် အပြုသဘောဆောင်သော အမူအကျင့်များကို စံနမူနာပြသနိုင်မည်။(ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူမှုရေးနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုတို့က လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် အမူအကျင့်များပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိနေပေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူမှုရေးနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများကို အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူမှုရေးနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုတို့က လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် အမူအကျင့်များပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိသည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် အမူအကျင့်များပေါ်တွင် လူမှုရေးနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများက လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- တစ်ဦးအပေါ်တစ်ဦး ပါဝင်စေမှု၊ ပံ့ပိုးကူညီမှု၊ လေးစားမှုများရှိကြရန် စုစည်း ညီညွတ်စွာ တင်ပြပြောဆိုနိုင်မည့် နည်းလမ်းများအား ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သက်ရွယ်ဆင့်တူများက လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် အမူအကျင့်များအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် အမူအကျင့်များအပေါ် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုများတွင် အကောင်း၊ အဆိုးကို နှိုင်းယှဉ်၍ ခွဲခြားသိမြင်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် အမူအကျင့်အပေါ်တွင် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ ဆိုးကျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေသော လွှမ်းမိုးမှုကို ဆန့်ကျင်နိုင်သည့် နည်းဗျူဟာများရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် အမူအကျင့်များကို ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသော သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ ဖိအားပေးမှုများနှင့်ကြုံတွေ့ပါက ရဲဝံ့ပြတ်သားစွာ ပြောဆိုခြင်းမှာ မည်သို့ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် အမူအကျင့်များပေါ်တွင် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ မကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုများနှင့် ကြုံတွေ့ပါက ဆန့်ကျင်စိန်ခေါ်ရန် ရည်ရွယ်ထားမည်။ (ခံယူချက်)
- တစ်စုံတစ်ယောက်က မိမိ မပြုလုပ်လိုသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်အတွက် အတင်းအကြပ် ဖိအားပေးလာခဲ့လျှင် သို့မဟုတ် အနိုင်ကျင့်ခဲ့လျှင် ရဲဝံ့ပြတ်သားစွာ တုံ့ပြန်ပြောဆိုနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သက်ရွယ်ဆင့်တူများသည် ဆယ်ကျော်သက်များ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာများနှင့် ဆိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် အမူအကျင့်များအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် ဆိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် အမူအကျင့်များအပေါ်သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ အကောင်းဘက်နှင့် အဆိုးဘက်မှ လွှမ်းမိုးမှုများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများသည် အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာများနှင့် ဆိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် အမူအကျင့်များ အပေါ်လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ သက်ရွယ်ဆင့်တူများမှ လွှမ်းမိုးမှုအပေါ် မေးခွန်းထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်နှင့် လိင်မှုရေးရာတို့နှင့် ပတ်သက်၍ သက်ရွယ်ဆင့်တူချင်း မကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုများကို ဆန့်ကျင်စိန်ခေါ်ရန်နှင့် ကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုများကို လက်ခံအားပေးရန် နည်းလမ်းများရှိနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်နှင့် လိင်မှုရေးရာတို့နှင့်ပတ်သက်၍ သက်ရွယ်ဆင့်တူချင်း မကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုများကို ဆန့်ကျင်စိန်ခေါ်ရန်နှင့် ကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုများကို လက်ခံအားပေးရန် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်နှင့် လိင်မှုရေးရာတို့နှင့်ပတ်သက်၍ သက်ရွယ်ဆင့်တူချင်း မကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုများကို ဆန့်ကျင်နိုင်စွမ်းရှိရန် အရေးကြီးသည်ဟု သိမှတ်လက်ခံနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ မလုပ်ချင်သောအရာကို ငြင်းဆန်နိုင်သည့် စွမ်းရည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ ကောင်းသောလွှမ်းမိုးမှုကို လက်ခံအားပေးသည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (တတ်ကျွမ်းမှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ကျိုးကြောင်း သင့်လျော်စွာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာနှင့် လူမှုရေးစံနှုန်းများ သို့မဟုတ် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ မကောင်းသော ဖိအားပေးမှုများ မပါရှိဘဲ လူငယ်များ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ဖော်ပြသည့် ဖြစ်ရပ်များကို နှိုင်းယှဉ်သိမြင်နိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ကျိုးကြောင်း သင့်လျော်စွာ ချမှတ်ရာတွင် လွယ်ကူစေသောအကြောင်းများ၊ ပိုမို ခက်ခဲစေသောအကြောင်းများကို ဝေဖန်ဆန်းစစ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ကျိုးကြောင်း သင့်လျော်စွာချမှတ်ရန် ရည်ရွယ်ချက်ထားရှိလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် မကောင်းသော ကျားမရေးရာနှင့် လူမှုရေးစံနှုန်းများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လွှမ်းမိုးမှုများအား မည်သို့ ဆန့်ကျင်မည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၅

၅.၂ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ခွင့်ရှိသည်။ ဆုံးဖြတ်ချက်အားလုံးတွင် နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်များ ရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်တိုင်ချမှတ်ခဲ့သော ဂုဏ်ယူလောက်ဖွယ် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်တိုင် (သို့) အခြားသူများက ချမှတ်ခဲ့သော ဆုံးဖြတ်ချက်များနှင့် ယင်းတို့၏ နောက်ဆက်တွဲကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးများကို ဥပမာပြကာ ဖော်ထုတ်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- တစ်ခါတစ်ရံ ငယ်ရွယ်သောကလေးများနှင့် လူငယ်များအနေဖြင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန်အတွက် မိဘ/အုပ်ထိန်းသူ (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်ထိုက်သူ လူကြီးများ၏ အကူအညီလိုအပ်နိုင်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။(ခံယူချက်)
- အခြေအနေကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းက ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်ရေးအတွက် အကူအညီဖြစ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ကောင်းမွန်မှန်ကန်သော ဆုံးဖြတ်ချက်အတွက် ကူညီပေးနိုင်မည့် မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့) ယုံကြည်ထိုက်သူကို ရွေးချယ်ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ သင်ယူနိုင်သော၊ လေ့ကျင့်နိုင်သော ကျွမ်းကျင်မှုတစ်ခုဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် အဓိကကျသောအဆင့်များကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းသည် သင်ယူလျှင်တတ်မြောက်နိုင်သော ကျွမ်းကျင်မှု တစ်ခုအဖြစ် သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ပြဿနာများကိုဖြေရှင်းရန် ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်သော လုပ်ငန်းစဉ်များအတိုင်း လက်တွေ့ကျင့်သုံးလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်ထိုက်သော သူများအနက်မှ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် အကူအညီရနိုင်မည့်သူကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းအပေါ် ဩဇာလွှမ်းမိုးနေသော အကြောင်းအချက်များစွာ ရှိနေသည်။ ယင်းတို့တွင် သူငယ်ချင်းများ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများအပေါ် တရားသေယူဆသတ်မှတ်မှု၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူများနှင့် မီဒီယာတို့ ပါဝင်ကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိတို့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် လွှမ်းမိုးမှုရှိသော အချက်များကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များပေါ်တွင် အကြောင်းအချက်များစွာက သက်ရောက်မှု ရှိနေကြောင်း သိမြင်လာမည်။(ခံယူချက်)
- မိမိ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ် လွှမ်းမိုးနေသည့် ကွဲပြားသောအကြောင်းချင်းရာများအပေါ် မည်သို့ခံစားရသည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသည့် နောက်ဆက်တွဲ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးအားလုံးကိုပါ ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြရမည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်အမျိုးမျိုး၏ နောက်ဆက်တွဲ ကောင်းကျိုး၊ ဆိုးကျိုးများကို ဝေဖန်ပိုင်းခြားနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် ကျန်းမာရေး၊ အနာဂတ်နှင့် ဘဝအတွက် မည်သို့ သက်ရောက်မှုများ ရှိနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များကို လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် /သို့မဟုတ် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအတွက် ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ရာတွင် လက်တွေ့အသုံးချနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ကျိုးကြောင်းသင့်စွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်ရေးကို ခက်ခဲစေသော အချက်များရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် လွှမ်းမိုးနိုင်သော စိတ်ခံစားမှုအမျိုးမျိုးကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ကျိုးကြောင်းသင့်စွာ ဆုံးဖြတ်ရာတွင် အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးတို့ကြောင့် သက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပုံကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆင်းရဲနွမ်းပါးမှု၊ ကျားမခွဲခြားဆက်ဆံမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများက လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ရာတွင် မည်သို့ လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ရာတွင် လွှမ်းမိုးနေသော အချက်များစွာရှိပြီး၊ အချို့မှာ မိမိ၏ ထိန်းချုပ်မှုအောက်တွင် မရှိကြောင်း နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ရာတွင် လွှမ်းမိုးနိုင်သော စိတ်ခံစားမှုများကို ဆန်းစစ်၍ ထိန်းချုပ်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စအဆုံးအဖြတ်များသည် ကာယကံရှင်ပေါ်တွင်လည်းကောင်း၊ အခြားသူများပေါ်တွင်လည်းကောင်း လူမှုရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးဆက်များ အပါအဝင် အကျိုးဆက်များရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများအတွက် ဆုံးဖြတ်မှုများကြောင့် မိမိကိုယ်တိုင်၊ မိသားစုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းပေါ်တွင် ရှိလာနိုင်သော လူမှုရေးနှင့် ကျန်းမာရေး အကျိုးဆက်များကို ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စအဆုံးအဖြတ်များသည် ကာယကံရှင်၊ မိသားစုနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းအပေါ် သက်ရောက်မှုများ ရှိနေကြောင်း သိမှတ်လာမည်။(ခံယူချက်)
- မိမိ၏ လိင်မှုကိစ္စအဆုံးအဖြတ်များကြောင့် ခံစားနေရသူများအပေါ်တွင် စာနာမှုကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများအတွက် တာဝန်ခံယူမှုရှိသော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စဆုံးဖြတ်ချက်များမှ ရလဒ်အနေဖြင့် ဥပဒေဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲကိစ္စများ ပေါ်ထွက်လာနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အသက်ငယ်ရွယ်သူများအနေဖြင့် လုပ်ဆောင်နိုင်သော (သို့မဟုတ်) မလုပ်ဆောင်နိုင်သော ကိစ္စများအတွက် နိုင်ငံ၏ ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းချက်များကို ဖော်ထုတ်သိရှိနိုင်မည်။ (ဥပမာ - လိင်မှုကိစ္စအတွက် သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပေးနိုင်သော အသက်အရွယ်ကန့်သတ်ချက်၊ သန္ဓေတားရန် အပါအဝင် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများရယူနိုင်မှု၊ STI/HIV ရောဂါရှိမှု အခြေအနေ၊ လိင်တူဆက်ဆံခြင်း၏ လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူ) (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ကို သုံးသပ်နိုင်သော မိမိ၏ ရပိုင်ခွင့်များကို သိရှိထားရန်အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် အချို့ဆုံးဖြတ်ချက်အတိုင်း လုပ်ဆောင်မှုကြောင့် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ဥပဒေပိုင်းဆိုင်ရာ အကျိုးဆက်များကို ဆန်းစစ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၅.၃ ဆက်သွယ်ခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းနှင့် ညှိနှိုင်းခြင်းဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုများ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်းသည် အရေးကြီးသော ကိစ္စတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ ဆက်ဆံရေးဆိုသည်မှာ မိဘများ/ အုပ်ထိန်းသူများ (သို့) ယုံကြည်ထိုက်သူ လူကြီးများနှင့် ကလေးများအကြား၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် အခြားသူများအကြား အားလုံးအကျုံးဝင်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ဆက်ဆံရေးအမျိုးမျိုးတို့ကို အမည်ခွဲပြဖော်ပြနိုင်မည် (နှုတ်ဖြင့်ပြောသော ဆက်ဆံရေးနှင့် နှုတ်ဖြင့်မပြောသော ဆက်ဆံရေးတို့ အပါအဝင်ဖြစ်သည်။) (ဗဟုသုတ)
- ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေးနှင့် မကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေးတို့ကြားတွင် မည်သို့ ခြားနားကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့) ယုံကြည်ထိုက်သူ လူကြီးများနှင့် ကလေးများအကြား၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် အခြားသူများအကြား ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေး၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင် ဟုတ်တယ်၊ မဟုတ်ဘူးဟု ပြတ်ပြတ်သားသား ပြောခြင်းသည် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ လုံခြုံလွတ်လပ်မှုနှင့် ခန္ဓာကိုယ်လုံခြုံခိုင်မြဲမှုတို့ကို အကာအကွယ်ပေးနိုင်ပြီး စိတ်ချမ်းသာဖွယ်ရာ ဆက်ဆံရေးမျိုးကို တည်ဆောက်နိုင်ကြောင်း နားလည်သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းတွင် ကိုယ်တိုင်ပြောရေးဆိုခွင့်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- စကားဖြင့်ပြောသောဆက်ဆံရေးနှင့် စကားဖြင့်မပြောသောဆက်ဆံရေးများ၊ (Yes and No) ဟုတ်တယ်၊ မဟုတ်ဘူး ပြတ်သားစွာပြောဆိုရမည့် နည်းလမ်းများကို သရုပ်ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများမှာ လူအချင်းချင်း ပြောဆိုဆက်သွယ်ရေးအပေါ် သက်ရောက်မှုများရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများကို ဥပမာပေး၍ ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများမှာ လူအချင်းချင်းပြောဆိုဆက်ဆံရေးများတွင် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကောင်းမွန်သော ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုမှာ ကိုယ်တိုင်၊ မိသားစု၊ ကျောင်း၊ အလုပ်ခွင်နှင့် ချစ်သူတို့နှင့် ဆက်သွယ်မှုများတွင် မဖြစ်မနေလိုအပ်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိကိုယ်တိုင်၊ မိသားစု၊ ကျောင်း၊ အလုပ်ခွင်နှင့် ချစ်သူတို့နှင့် ဆက်သွယ်မှုများတွင် ထိရောက်သောပြောဆိုဆက်ဆံမှု၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို စာရင်းပြုလုပ် ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- နှုတ်ဖြင့်ပြောသောဆက်ဆံရေးနှင့် နှုတ်ဖြင့်မပြောသောဆက်ဆံရေးတို့ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်နေပါက ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော သက်ရောက်မှုများကို ဆန်းစစ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ချစ်သူနှင့် ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းကြရာတွင် ကြုံတွေ့နိုင်သော အတားအဆီးများကို ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဥပမာ-ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍနှင့် မျှော်မှန်းချက်များ) (ဗဟုသုတ)
- ချစ်သူနှင့် ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းတို့အတွက် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ယုံကြည်မှုရှိစွာ အသုံးချနိုင်ကြောင်း ပြသနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံရေးအတွက် နည်းလမ်းနှင့် ဟန်ပန်အမျိုးမျိုးကို အသုံးချကြရပါသည်။ ဆန္ဒများ၊ လိုအပ်ချက်များ၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကန့်သတ်ချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုရန်နှင့် နားလည်ပေးရန်မှာလည်း အရေးကြီးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ထိရောက်မှုရှိသောနှင့် ထိရောက်မှုမရှိသောဆက်ဆံရေး၊ နှုတ်ဖြင့် ပြောသောနှင့် နှုတ်ဖြင့်မပြောသော ဆက်ဆံရေးတို့၏ အင်္ဂါရပ်များကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဥပမာ-စိတ်ပါလက်ပါ နားထောင်ပေးခြင်း၊ ခံစားချက်များကို ဖော်ပြခြင်း၊ နားလည်ကြောင်း အမူအယာပြခြင်း၊ မျက်လုံးချင်းဆုံ၍ကြည့်ခြင်း စသည်တို့နှင့် ခံစားချက်ကို ထုတ်ဖော်မပြခြင်း၊ နားလည်သော အမူအယာမပြခြင်း၊ အဝေးသို့ကြည့်နေခြင်း စသည်တို့၏ ခြားနားချက်များ) (ဗဟုသုတ)
- မိမိ၏ဆန္ဒများ၊ လိုအပ်ချက်များ၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကန့်သတ်ချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုနိုင်ရန် အရေးကြီးသကဲ့သို့ သူတစ်ပါး အခြားသူများပေါ်တွင်လည်း ထိုအချက်များကို နားလည်ပေးရန် အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်လက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ညှိနှိုင်းပြောဆိုရာတွင် အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုတို့ လိုအပ်ပါသည်။ အပေးအယူပြုလုပ်၍ ညှိနှိုင်းကြရန်လည်း မကြာခဏ လိုအပ်တတ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ဆန္ဒများ၊ လိုအပ်ချက်များ၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကန့်သတ်ချက်များကို ထိရောက်စွာ ဆက်သွယ်အသိပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကိုလည်းကောင်း၊ အခြားသူများ၏ အလားတူ အချက်များကိုလည်း နားထောင်ပေးရန်နှင့် လေးစားမှုပြသရန် လိုအပ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မိမိ၏ လိုအပ်ချက်များနှင့်လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကန့်သတ်ချက်များကို ဖော်ပြရာတွင် ထိရောက်သောဆက်ဆံရေးမှာ အဓိကကျသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိ၏လိုအပ်ချက်များ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကန့်သတ်ချက်များကို ဖော်ပြနိုင်ရန်အတွက် ထိရောက်သောနည်းလမ်းများကို ဥပမာများဖြင့် ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စအတွက် သဘောတူခွင့်ပြုခြင်း၊ မပြုခြင်းနှင့် ခွင့်ပြုမပြု နားထောင်ခြင်းတို့၏ ဥပမာများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စတွင် သဘောတူခွင့်ပြုမှုနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံသော လိင်မှုကိစ္စမှုတို့အတွက် ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်ဆံရေးကို အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိ မနှစ်သက်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာပျော်ပါးမှုကို ဆန့်ကျင်ငြင်းဆန်ရန် (သို့) ဘေးကင်းစိတ်ချရသည့် လိင်မှုရေးရာအမူအကျင့်ကို ကျင့်သုံးရန် အတွက် ရဲဝံ့ပြတ်သားစွာ ပြောဆိုခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းခြင်းတို့က ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကန့်သတ်ချက်များကို ဖော်ပြနိုင်သော ထိရောက်သည့် ဆက်သွယ်ရေးနည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၅

၅.၄ မီဒီယာဆိုင်ရာ သိနားလည်မှုနှင့် လိင်မှုရေးရာ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မီဒီယာအမျိုးမျိုးရှိနေပြီး ၎င်းတို့က တင်ပြသော သတင်းအချက်အလက်များမှာ အမှန်ရော၊ အမှားပါ ပါရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မီဒီယာအမျိုးအစား အမျိုးမျိုးကို စာရင်းပြုလုပ်တင်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - ရေဒီယို၊ ရုပ်မြင်သံကြား၊ စာအုပ်၊ သတင်းစာ၊ အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာ) (ဗဟုသုတ)
- မီဒီယာမှပေးသော သတင်းအချက်အလက်များတွင် အမှန်၊ အမှားများကို ဥပမာပေးကာ ဆွေးနွေးနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မီဒီယာမှရရှိသော သတင်းအချက်အလက်အားလုံးကို အမှန်များဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူရန်မသင့်ကြောင်း သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မီဒီယာပုံစံအမျိုးမျိုး ပေးလာသောသတင်းအချက်အလက်များကို မည်သို့ ဝေဖန်ဆန်းစစ်ရမည်ကို သိနားလည်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုရေးရာနှင့် ကျားမရေးရာတို့အတွက် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံယူချက်များ၊ စံနှုန်းများအပေါ်တွင် မီဒီယာများက အကောင်း၊ အဆိုး နှစ်မျိုးလုံး လွှမ်းမိုးသက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ခြားနားသော မီဒီယာအမျိုးအစားများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဥပမာ- လူမှုမီဒီယာ၊ အစဉ်အလာမီဒီယာ) (ဗဟုသုတ)
- ယောက်ျားနှင့်မိန်းမ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများကို မီဒီယာများတွင် မည်သို့ပုံဖော်ပြသည်ကို ဥပမာနှင့်တကွ မျှဝေပေးနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာတို့နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ကိုယ်ပိုင် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံယူချက်များနှင့် အမူအကျင့်တို့အပေါ် မီဒီယာ၏သက်ရောက်မှုကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာတို့နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ကိုယ်ပိုင် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံယူချက်များနှင့် အမူအကျင့်တို့အပေါ် မီဒီယာမှ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မီဒီယာများတွင် ယောက်ျားနှင့်မိန်းမကို ပုံဖော်ပြသပုံအပေါ် မေးခွန်းထုတ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အချို့မီဒီယာများက လိင်မှုကိစ္စ၊ လိင်ဆက်ဆံမှုများနှင့် ပတ်သက်၍ အစစ်အမှန်မဟုတ်သော ပုံရိပ်များကို ဖော်ပြကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ ကျားမရေးရာနှင့် မိမိကိုယ်ကိုတန်ဖိုးထားမှု အမြင်များပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးသက်ရောက်မှုများ ရှိနိုင်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုကိစ္စ၊ လိင်ဆက်ဆံမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ မီဒီယာများပေါ်မှ အစစ်အမှန်မဟုတ်သော ပုံရိပ်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ဝေဖန်သုံးသပ်လာနိုင်ပါမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထိုပုံရိပ်များက ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များ အပေါ် သက်ရောက်နိုင်မှုကို ဆန်းစစ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မီဒီယာများသည် အလုတရားနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်ချက်များအပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ဆက်ဆံရေးများနှင့် ပတ်သက်သော အစစ်အမှန်မဟုတ်သည့် ပုံရိပ်များသည် ကျားမရေးရာနှင့် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုတန်ဖိုးထားမှု ခံယူချက်များပေါ်တွင် မည်သို့ သက်ရောက်နိုင်ကြောင်း ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အမူအကျင့်များကို အပြုသဘောဆောင် လွှမ်းမိုးစေရန်နှင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုကို အားပေးမြှင့်တင်နိုင်ရန် အတွက် မီဒီယာများမှ ယောက်ျား၊ မိန်းမတို့နှင့် ပတ်သက်၍ မှန်ကန်မှုမရှိဘဲ အဖျက်သဘောဆောင်သည့် ပုံဖော်မှုများအား ဆန့်ကျင်စိန်ခေါ်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာများ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးများနှင့် ပတ်သက်၍ မီဒီယာတွင် ဖော်ပြချက်များ၏ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အကောင်းအဆိုး လွှမ်းမိုးမှုများကို ဝေဖန်သုံးသပ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်များနှင့် ကျားမတန်းတူညီမှုတို့ကို အားပေးမြှင့်တင်ရာတွင် မီဒီယာများမှ အကောင်းဘက်မှ အထောက်အပံ့ပြုနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို အဆိုပြုနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုရေးရာများ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးများနှင့် ကျားမရေးရာတို့နှင့် ပတ်သက်၍ ခံယူချက်များပေါ်တွင် အပြုသဘော သက်ရောက်မှု ဆောင်ကျဉ်းပေးနိုင်သော မီဒီယာ၏ အစွမ်းသတ္တိကို နားလည်သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မီဒီယာတွင် ကျားမရေးရာ တရာသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုများ၊ လိင်မှုရေးရာများ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးများနှင့် ပတ်သက်၍ မမှန်မကန် ပုံဖော်ခြင်းအား ဆန့်ကျင်စိန်ခေါ် နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၅

၅.၅ အကူအညီ အထောက်အပံ့ ရှာဖွေခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သူငယ်ချင်းများ၊ မိသားစုဝင်များ၊ ဆရာဆရာမများ၊ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၊ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ပါဝင်သူများသည် အချင်းချင်းအပြန်အလှန် အကူအညီပေးနိုင်သည်။ အကူအညီလည်း ပေးသင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ယုံကြည်ထိုက်သူ လူကြီးတစ်ဦးဆိုသည်မှာ မည်သို့သော သူဖြစ်ကြောင်း အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူအချင်းချင်း တဦးအပေါ် တစ်ဦး အကူအညီပေးနိုင်သော နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူသားတိုင်းသည် အကာအကွယ်နှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှုများ ရရှိခွင့်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ယုံကြည်ထိုက်သူ လူကြီးတစ်ဦးအား ရှာဖွေ၍ အကူအညီတောင်းခံရန် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - စာသင်ကျောင်းများနှင့် ကျယ်ပြန့်သော လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း ကူညီပံ့ပိုးမှု တောင်းခံနိုင်သော ရင်းမြစ်များစွာရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကလေးများအနေနှင့် အကူအညီရှာဖွေတောင်းခံရန် လိုအပ်နိုင်သော ပြဿနာအခြေအနေများ (ဥပမာ- အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခြင်း၊ စော်ကားနှောင့်ယှက်ခြင်း၊ အနိုင်ကျင့်ခြင်း၊ နာမကျန်းဖြစ်ခြင်း) နှင့် အကူအညီပေးနိုင်သည့် သက်ဆိုင်ရာနေရာဌာနများကို သိရှိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခြင်း၊ စော်ကားနှောင့်ယှက်ခြင်း၊ အနိုင်ကျင့်ခြင်း တို့အတွက် အကူအညီပေးနိုင်သောနေရာဌာနများသို့ သတင်းပို့ အသိပေးရန် လိုအပ်ကြောင်းသိရှိသတိရလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အချို့သော ပြဿနာများအတွက် ကျောင်းများ၊ ရပ်ရွာအသိုက်အဝန်း များ၏ ပြင်ပတွင် အကူအညီတောင်းခံရန် လိုအပ်ကြောင်းနားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော လူမှုအသိုက်အဝန်းကို ရှာဖွေ၍ အကူအညီ တောင်းခံနိုင်မည့်နည်း လမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အရည်အသွေးပြည့် သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ ရယူနိုင်ရန်အတွက် ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ၊ သတင်းဌာနများ အပါအဝင် ကူညီပံ့ပိုးမှုများ ရရှိနိုင်မည့် ရင်းမြစ်များကို လက်လှမ်းမီရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများအတွက် ကူညီပံ့ပိုးမှု ရရှိနိုင်သော ရင်းမြစ်များကို စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အကူအညီတောင်းခံရန် သင့်လျော်သောနေရာဌာနများသည် မည်သို့သောအင်္ဂါရပ်များ ပြည့်စုံရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးခြင်း၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများကို ကာကွယ်ပေးခြင်းအပါအဝင်) (ဗဟုသုတ)
- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအတွက် အကူအညီများကို မည်သည့်နေရာမှာ တောင်းခံသင့်ကြောင်း သိရှိနားလည်မည်။ (ဥပမာ- နစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ STI နှင့် HIV ရှိ/မရှိစမ်းသပ်ခြင်း၊ ကုသပေးခြင်း၊ ခေတ်မီ သန္တေတားနည်းလမ်းများ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်မှု၊ မုဒိမ်းမှု၊ အိမ်တွင်းနှင့် ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ၊ သားပျက်သားလျှောခြင်း၊ သားပျက်သားလျှောပြီးနောက် ဆေးကုသမှုများ၊ ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချမှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ခံစားရခြင်းတို့အတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ) (ဗဟုသုတ)
- ယုံကြည်ကိုးစားထိုက်သော မီဒီယာရင်းမြစ်များ၏ အင်္ဂါရပ်များကို ရှင်းပြနိုင်မည် (ဥပမာ- ဝက်ဘ်ဆိုက်) (ဗဟုသုတ)
- အကူအညီတောင်းခံရန် နေရာဌာနများကို သေချာစွာ သုံးသပ်ရွေးချယ်တတ်ရန် အရေးကြီးကြောင်း သိရှိလက်ခံမည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်းတွင် တိကျသေချာ၍ လေးစားဖွယ်ဖြစ်သည့် အကူအညီများကို မိမိတို့ တတ်နိုင်သောကုန်ကျစရိတ်ဖြင့် ရယူပိုင်ခွင့်ရှိသည်။ ထိုအကူအညီများမှာ လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးပြီး ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများကို ကာကွယ်ပေးထားရမည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအတွက် ဝန်ဆောင်မှုနှင့် အကူအညီများရယူရန် သင့်လျော်သော နေရာဌာနများအား သိရှိဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူငယ်များသည် တိကျသေချာ၍ ဆုံးဖြတ် ဝေဖန်မှုမရှိသော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အကူအညီများကို မိမိတို့ တတ်နိုင်သော ကုန်ကျစရိတ်ဖြင့် ရယူပိုင်ခွင့်ရှိသင့်ပြီး ထို ဝန်ဆောင်မှုနှင့် အကူအညီများမှာ လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးပြီး ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စများကို ကာကွယ်ပေးထားရမည် ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- သင့်လျော်သော အကူအညီတောင်းခံမှု အမူအကျင့်များကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- အပြစ်ရှိသကဲ့သို့ ခံစားရခြင်း၊ ရှက်ကြောက်ခြင်းများကို ဘေးဖယ်ထားပြီး အကူအညီနှင့် ပံ့ပိုးမှုများ တောင်းခံသည့် အလေ့အကျင့်ကို ဖော်ဆောင်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၅

၄ "ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းကို မည်သည့်အခါမှ မိသားစုစီမံကိန်းအတွက် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် အားပေးမြှင့်တင်ခြင်း မပြုသင့်ပါ။ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းသည် ဥပဒေနှင့်မဆန့်ကျင်သည့် အခြေအနေများ၌ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ရာတွင် ဘေးကင်းစိတ်ချစေသင့်သည်။ ကိစ္စရပ်တိုင်းတွင် အမျိုးသမီးများသည် ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများအား ကုသပေးရန် အရည်အသွေးမီ စောင့်ရှောက်မှုများ ရရှိသင့်သည်။ ကိုယ်ဝန်ပျက်ပြီးနောက် နစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ ပညာပေးခြင်းနှင့် မိသားစုစီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများကို ချက်ချင်းရရှိသင့်သည်။ ၎င်းက နောက်ထပ် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှုများ မဖြစ်ပေါ်စေရန် အတွက်လည်း ကူညီပေးနိုင် သည်။" ICPD POA, အပိုဒ် ၈.၂၅. "ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းသည် ဥပဒေနှင့် မဆန့်ကျင်သည့် အခြေအနေများ၌ ကျန်းမာရေးစနစ်များသည် စောင့်ရှောက်မှုပေးသူများအား သင်တန်းများပေး၍ ပစ္စည်းကိရိယာများ ဖြည့်ဆည်းပေးထားသင့်သည်။ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းမှာ ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး လက်လှမ်းမီ ရယူဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် အခြား အစီအမံများကိုလည်း ပြုလုပ်ပေးထားသင့်သည်။" ICPD+5 အဓိက လုပ်ငန်းများ, အပိုဒ် ၆၃.၃

အဓိက သဘောတရား (၆)

လူ့ခန္ဓာကိုယ် ဖွံ့စည်းပုံနှင့် ဖွံ့ဖြိုးလာပုံ

ခေါင်းစဉ်များ

၆.၁ လိင်နှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါများ၏ ခန္ဓာဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒ

၆.၂ မျိုးပွားခြင်း

၆.၃ လူပျိုဖော် အပျိုဖော်ဝင်ခြင်း

၆.၄ ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်

၆.၁ လိင်နှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါများ၏ ခန္ဓာဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒ

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ဦးသည် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါများအပါအဝင် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ၏ အမည်နှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များကို သိရှိရန်အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အတွင်းအပြင် လိင်အင်္ဂါများ၏ အရေးကြီးသောအပိုင်းများကို သိရှိပြီး ယင်းတို့၏ အခြေခံလုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတစ်ဦး၏ လိင်အင်္ဂါအပါအဝင် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း စူးစမ်းသိရှိလိုခြင်းမှာ ပုံမှန်ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့ သိရှိစူးစမ်းလိုသော ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများအကြောင်း မေးခွန်းမေးခြင်းနှင့် မေးခွန်းများကို တုံ့ပြန်ဖြေကြားခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မသန်စွမ်းသူများအပါအဝင် လူတစ်ဦးစီတိုင်းတွင် လေးစားရန်လိုသည့် သီးခြားကွဲပြားသော ခန္ဓာကိုယ်များ ရှိကြပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ယောကျ်ား၊ မိန်းမ၊ ယောကျ်ားလေး၊ မိန်းကလေးတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံများတွင် တူညီသည့်အချက်များ၊ ကွဲပြားသည့်အချက်များ၊ အချိန်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲနေသော အချက်များကို သိရှိဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံအမျိုးမျိုးတွင် လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံပေါ်၌ ကွဲပြားသော အမြင်များရှိသည်ကို ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မသန်စွမ်းသူများအပါအဝင် လူတစ်ဦးစီတိုင်းတွင် လေးစားရန်လိုသည့် သီးခြားကွဲပြားသော ခန္ဓာကိုယ်များရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။(ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံတွင် နှစ်သက်သဘောကျသော အချက်များကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်နှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်တို့တွင် ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုး အရွယ်ရောက်လာခြင်းနှင့် မျိုးပွားခြင်း၏ များစွာသော လုပ်ငန်းအဆင့်များကို ဟော်မုန်းများက အဓိကနေရာမှ သက်ရောက်မှုရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- သန္ဓေသားလောင်း၏လိင်ကို မျိုးရိုးဗီဇခရိုမိုဇုန်းများက ဆုံးဖြတ်ပေးပြီး ကိုယ်ဝန်ဆောင်စ အစောဆုံးအချိန်ကပင် ခွဲခြားသတ်မှတ်လိုက်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားလာမှုနှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါများနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းဆောင်တာများအပေါ် ဟော်မုန်းများ၏ ထိန်းချုပ်ဆောင်ရွက်သည့် အခန်းကဏ္ဍကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းတို့အတွက် ထိုဟော်မုန်းများ၏ အရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍများကို သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ အားလုံးတွင် လိင်၊ ကျားမရေးရာ၊ မျိုးပွားခြင်း၊ လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူများ စတင်သင့်သည့်အချိန် စသည့် အချက်များအပေါ် ကွဲပြားစွာ နားလည်လက်ခံထားကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်၊ ကျားမရေးရာနှင့် မျိုးပွားခြင်းတို့ကို ဇီဝဗေဒနှင့် လူမှုရေးရှုထောင့်တို့မှ ခွဲခြားသိမြင်လာမည်။
- လိင်၊ ကျားမရေးရာနှင့် မျိုးပွားခြင်းတို့အပေါ် လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ ရှုမြင်ပုံအား ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် ဘာသာရေးတို့က လွှမ်းမိုးပုံများကို နှိုင်းယှဉ်ဆန်းစစ် သိမြင်လာမည်။
- လိင်၊ ကျားမရေးရာနှင့် မျိုးပွားခြင်းတို့အပေါ် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ၊ ဘာသာရေး၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ အမြင်များမှာ ခြားနားနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။
- လိင်၊ ကျားမရေးရာနှင့် မျိုးပွားခြင်းတို့အပေါ် မိမိ၏အမြင်ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားလာနိုင်မည်။

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ဦး၏ခန္ဓာကိုယ်တွင် လိင်မှုဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးနှင့် မျိုးပွားမှုတို့နှင့်သက်ဆိုင်သည့် အပိုင်းများရှိသည်။ ထိုအစိတ်အပိုင်းများအကြောင်း ကလေးများက မေးမြန်းလိုသည်များ ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာကျန်းမာရေးနှင့် မျိုးပွားခြင်းတို့နှင့်သက်ဆိုင်သော ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်များနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ချက်များအကြောင်း သိလိုခြင်း၊ မေးမြန်းခြင်းများမှာ ပုံမှန်ပင်ဖြစ်သည်။ (ခံယူချက်)
- လူတစ်ဦးစီတိုင်း၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် သီးခြားကွဲပြားမှုများရှိပြီး အရွယ်ပမာဏ ပုံပမ်းသဏ္ဍာန်၊ လုပ်ငန်းဆောင်တာများနှင့် သွင်ပြင်လက္ခဏာများတွင် ကွာခြားမှုများရှိကြသည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးပွားခြင်းတို့နှင့်သက်ဆိုင်သော ခန္ဓာဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒဆိုင်ရာ မေးခွန်းများ မေးရန် ယုံကြည်ထိုက်သော အရွယ်ရောက်ပြီးသူကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်လာမည်။ မေးခွန်းများ မည်သို့ မေးနိုင်မည်ကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အမျိုးသမီးများခန္ဓာကိုယ်သည် ရာသီသွေး ပေါ်သည့် စက်ဝန်းကာလအတွင်း သားဥများကိုထုတ်လွှတ်ပေးနိုင်ပြီး အမျိုးသားတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်မှလည်း သုက်ရည်များကို ထုတ်လွှတ်ပေး နိုင်သည်။ ထိုအချက်နှစ်ချက်လုံးသည် မျိုးပွားခြင်းအတွက် လိုအပ်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မျိုးဆက်ပွားခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေသော ခန္ဓာကိုယ်၏ အဓိက လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ဥပမာ- ရာသီသွေး ပေါ်သည့် စက်ဝန်း၊ သုက်ပိုးထုတ်လုပ်ခြင်း၊ သုက်ရည် ထုတ်လွှတ်ခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- မျိုးဆက်ပွားခြင်းအတွက် အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီး နှစ်ဦးလုံး၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်နေကြောင်း ရှင်းပြနိုင်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိန်းမတို့ ရာသီသွေးစက်ဝန်းနှင့် ယောကျ်ားတို့သုက်ပိုး ထုတ်လွှတ်မှုတို့သည် မည်သို့ ဖြစ်ပေါ်လာသည်ကို သေချာသိရှိ နားလည်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများ၏ မျိုးပွားခြင်းနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ စွမ်းဆောင်ရည်များ၊ လုပ်ငန်းများ အပါအဝင် ခန္ဓာကိုယ်သည် အချိန်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲနေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများ၏ ဘဝစက်ဝန်းတစ်လျှောက် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးပွားမှုစွမ်းဆောင်ရည်များကို အကျဉ်းချုံးဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတို့သည် ဘဝစက်ဝန်းတစ်လျှောက် လိင်မှုဆိုင်ရာကိစ္စများ ရှိနေနိုင်သည်ကို သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- ဘဝစက်ဝန်းတစ်လျှောက် မျိုးဆက်ပွားနိုင်စွမ်း ပြောင်းလဲမှုများအပေါ် မည်သို့ ခံစားရကြောင်း ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၆

၆.၂ မျိုးပွားခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သန္ဓေတည်ခြင်းဆိုသည်မှာ အမမျိုးဥနှင့် အဖိုသုက်ပိုးတို့ပေါင်းစပ်ပြီး အမျိုးသမီး၏ သားအိမ်နံရံတွင် တွယ်ကပ်ကြီးထွားလာရာမှ စတင်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မျိုးဆက်ပွားခြင်းဆိုင်ရာ ဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်ကို သိရှိနိုင်မည်။ အထူးသဖြင့် ပဋိသန္ဓေစတည်ရန် အဖိုသုက်ပိုးနှင့် အမမျိုးဥတို့ပေါင်းစပ်ပြီး သားအိမ်အတွင်း တွယ်ကပ်ကြီးထွားလာရန် လိုအပ်ကြောင်း တိကျစွာသိရှိလာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလသည် ယေဘုယျအားဖြင့် ရက်သတ္တပတ်ပေါင်း (၄၀) ရှိပြီး ထိုကာလအတွင်း ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွင် ပြောင်းလဲမှုများစွာ ဖြစ်ပေါ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလအတွင်း အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင် ဖြစ်ပေါ်သည့် ဖြစ်စဉ်များ အပြောင်းအလဲများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလအတွင်း အမျိုးသမီးများ၏ ခန္ဓာကိုယ် အပြောင်းအလဲဖြစ်စဉ်များအတွက် မိမိ၏ခံစားချက်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မျိုးဆက်ပွားခြင်း လုပ်ငန်းဆောင်တာများနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားမှုများအကြားတွင် ကွဲပြားခြားနားမှုများရှိသည်။ ယင်းတို့သည် အချိန်အခါအလျောက် ပြောင်းလဲနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းကို စီစဉ်ထားပြီး ရယူနိုင်သကဲ့သို့ ကြိုတင်ကာကွယ်၍ ရသည်ကို သိရှိမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မျိုးဆက်ပွားခြင်း လုပ်ငန်းဆောင်တာများနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားမှုများအကြားတွင် ကွဲပြားခြားနားမှုများ ရှိသည်ကို နားလည် သဘောပေါက်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အမျိုးသားများရော အမျိုးသမီးများပါ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး မျိုးဆက်ပွားခြင်း လုပ်ငန်း ဆောင်တာများနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားမှုများတွင် အပြောင်းအလဲများကို တွေ့ကြုံခံစားရမည်ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- အနာဂါတ်ကာလတွင် ရည်ရွယ်မထားဘဲ ကိုယ်ဝန် မရရှိအောင် မည်သို့ကာကွယ်မည်ကို စီစဉ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကိုယ်ဝန်စတည်ရန် အဖိုသုက်ပိုးသည် အမမျိုးဥတခုနှင့် ဆက်သွယ်ပေါင်းစည်းပြီး အမျိုးသမီး၏ သားအိမ်အတွင်းနံရံတွင် တွယ်ကပ်အခြေချ တည်ရှိနေရမည် ဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မျိုးဆက်ပွားနိုင်ရန် လိုအပ်သောအဆင့်များကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရခြင်းမှာ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကြောင့် အမျိုးသမီး၏ လိင်အင်္ဂါအတွင်းသို့ အမျိုးသား၏ ယောက်ျားတန်ဆာက သုက်ရည် ထည့်သွင်းခြင်း၏ ရလဒ်အဖြစ် ပေါ်ပေါက်လာရသည်ကို သိမှတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ဆက်ဆံတိုင်း ကိုယ်ဝန်ရစေသည်မဟုတ်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အမျိုးသမီးများ လစဉ် ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းဖြစ်စဉ်တွင် ကွဲပြားသောအဆင့်များ ရှိသည်။ ယင်းတို့အနက် သားဥကြွေသောအချိန်အတွင်း သုက်ပိုးရောက်ရှိနေပါက ကိုယ်ဝန်ရနိုင်ခြေ ပိုရှိသည့်အဆင့် ပါဝင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ရနိုင်ခြေ အများဆုံးအဆင့်အပါအဝင် အမျိုးသမီးများ လစဉ် ရာသီသွေးပေါ်သည့်စက်ဝန်းကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဟိုမုန်းများက လစဉ်ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းကို ထိန်းချုပ်ကြောင်းနှင့် ကိုယ်ဝန်ရနိုင်ခြေ အများဆုံးအချိန်တို့ကို မှတ်သားနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လစဉ် ရာသီလာသည့်စက်ဝန်း မည်သို့ လည်ပတ်ပုံကို နားလည်သဘောပေါက်မည်။ (ခံယူချက်)
- ရာသီလာသည့်အပေါ် မိမိ၏ စိတ်ခံစားချက်ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ် တွေ့ရှိရတတ်သည့် လက္ခဏာများရှိပါသည်။ ပုံမှန်ရာသီလာချိန် နောက်ကျနေခြင်း (သို့မဟုတ်) မလာဘဲနေခြင်း ဖြစ်ပါက ကိုယ်ဝန် ရှိ မရှိ စစ်ဆေးပြီး အမြန်ဆုံး အတည်ပြုသင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်းလက္ခဏာများနှင့် သန္ဓေသားလောင်း၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်များကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်နှင့် ကလေးမွေးဖွားစဉ် ကျန်းမာစေရန် ဆောင်ရွက်နိုင်သော အဆင့်များကို သိရှိနားလည်မည်။ (ခံယူချက်)
- ကိုယ်ဝန် ရှိ မရှိ သေချာစေရန် စစ်ဆေးနိုင်သည့် စမ်းသပ်မှုများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတိုင်း သားသမီးရနိုင်သည် မဟုတ်ပေ။ ကိုယ်ဝန် ရလိုသော်လည်း မရသူများအတွက် ကြိုးစားရန် နည်းလမ်းများရှိနေပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ရလိုသော်လည်း မရရှိသေးသူများ လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန်ရလိုသော်လည်း မရရှိသေးခြင်းအတွက် ရွေးချယ်စရာနည်းလမ်းများစွာ ရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကိုယ်ဝန်ရလိုသော်လည်း မရရှိသေးသူများအား စာနာမှုကို ဖော်ပြနိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၆.၃ လူပျိုဖော် အပျိုဖော်ဝင်ခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းဆိုသည်မှာ ကလေးများ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုး အရွယ်ရောက်လာပြီး ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အချိန်ကာလကို ခေါ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ခန္ဓာကိုယ်ရော စိတ်ခံစားမှုပိုင်းမှာပါ ပြောင်းလဲဖွံ့ဖြိုးလာခြင်းကို နားလည်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းမှာ သဘာဝအတိုင်း ပုံမှန်ဖြစ်ရပ်သာဖြစ်ပြီး ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် ကျန်းမာသော အရွယ်ရောက်မှု အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အပျိုဖော် လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရွယ်ရောက်လာခြင်းဖြစ်၍ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေးရာနှင့် အသိဉာဏ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများ သိသာစွာ ဖြစ်ပေါ်ပြီး ဆယ်ကျော်သက်ကာလ တစ်လျှောက် စိတ်လှုပ်ရှားစရာ (သို့) စိတ်ဖိစီးမှု ဖြစ်စေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းနှင့် ဆယ်ကျော်သက်ဘဝကို ခွဲခြားသိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းသည် မတူကွဲပြားသောလူများတွင် မတူကွဲပြားသော အချိန်များ၌ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများပေါ်တွင်လည်း မတူညီသော သက်ရောက်မှုရှိသည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်တွင် ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသည့် ပြောင်းလဲမှုအမျိုးမျိုး (ဥပမာ -ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ၊ လူမှုရေးရာနှင့် အသိဉာဏ်ပိုင်းဆိုင်ရာ) တို့ကို ဆန်းစစ်ခွဲခြားဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိန်းကလေးနှင့် ယောကျ်ားလေးများကြားတွင် ထို ပြောင်းလဲမှုများ၏ တူညီသောအချက်၊ ကွဲလွဲသောအချက်များကို နှိုင်းယှဉ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူပျိုဖော်၊ အပျိုဖော်ဝင်ခြင်းသည် အချို့ကလေးများ အထူးသဖြင့် ကျားမရေးရာ စံကိုက်မဖြစ်ခြင်း၊ လိင်ပြောင်းထားသူနှင့် လိင်အင်္ဂါနှစ်မျိုး ပါရှိသူများအတွက် စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ဖြစ်နိုင်ကြောင်း သိမှတ်နားလည်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆက်ကျော်သက်အရွယ်တွင် ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်း၊ လူမှုရေးပိုင်း၊ အသိဉာဏ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြောင်းအလဲများ ဖြစ်ပွားခြင်းသည် ပုံမှန်ကိစ္စ တစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်မည်။ (ခံယူချက်)
- အခြားသူများအား အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ချိန် ပြောင်းလဲမှုများရှိခြင်းကို အခြေခံ၍ နောက်ပြောင်ခြင်း၊ အရှက်ရစေခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်းများသည် ထိခိုက်ခံစားရစေပြီး ရေရှည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သက်ရောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် ပြောင်းလဲမှုများအား စီမံထိန်းသိမ်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူ့ဘဝတစ်လျှောက်တွင် ရုပ်ပိုင်းနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြောင်းအလဲများကို ဖြစ်ပေါ်စေရန် ဟော်မုန်းဓာတ်သည် အဓိက အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်နေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူ့ဘဝတစ်လျှောက်တွင် ရုပ်ပိုင်းနှင့်စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြောင်းအလဲများကို ဖြစ်ပွားစေသော ဟော်မုန်းဓာတ်၏အခန်းကဏ္ဍကို ဆန်းစစ်လေ့လာ သိရှိမည်။ (ဗဟုသုတ)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းက လူတစ်ယောက်၏ မျိုးဆက်ပွားမှုစွမ်းရည် ပြောင်းလဲလာကြောင်း အချက်ပြခြင်းဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်း ဖြစ်စဉ်အဆင့်ဆင့်နှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးပွားမှုဆိုင်ရာ စနစ်များ ဖွံ့ဖြိုးအရွယ်ရောက်လာပုံကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်ကာလအတွင်း ဖြစ်ပွားတတ်သော ကိုယ်ခန္ဓာနှင့် စိတ်ခံစားမှု အပြောင်းအလဲများကို စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ယုံကြည်စိတ်ချရသော သတင်းအချက်အလက်များကို ရှာဖွေရန်နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - အပျိုဖော်၊ လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်တွင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မျိုးပွားအင်္ဂါများ သန့်ရှင်းကျန်းမာရေးအတွက် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုရှိရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်ကောင်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး၏ အရေးကြီးပုံကို သုံးသပ်လက်ခံနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- အသက်အရွယ်ကြီးပြင်းလာချိန်တွင် ကျန်းမာစွာနေထိုင်နိုင်ရေး အစီအစဉ်အတွက် တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု အသိပညာများကို လက်တွေ့လိုက်နာ ဆောင်ရွက်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ဓမ္မတာလာခြင်းသည် မိန်းကလေးတစ်ယောက်၏ ပုံမှန်သဘာဝ အတိုင်း ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှု ဖြစ်သည်။ လျှို့ဝှက်ထားစရာ၊ ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချစရာအဖြစ် မမှတ်ယူသင့်ပေ။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရာသီသွေးပေါ်ခြင်း စက်ဝန်း၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်၊ ထိုကာလအတွင်း မိန်းကလေးများတွင် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာလက္ခဏာများနှင့် စိတ်ခံစားချက်များကို သိရှိဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အမျိုးသမီးရာသီလာခြင်းအတွက် သန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများ၊ အသုံးအဆောင် များကိုရယူခြင်း၊ အသုံးပြုခြင်း၊ စွန့်ပစ်ခြင်းများအား မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမတန်းတူညီမျှမရှိခြင်းကြောင့် မိန်းကလေးများ ရာသီလာသောကာလတွင် အရှက်ရခြင်း၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းများကို မည်သို့ ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း သိရှိနားလည်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရာသီလာသောကာလအတွင်း မိန်းကလေးများအနေဖြင့် သန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများနှင့် အသုံးအဆောင်များ၊ သန့်ရှင်းသောရေ၊ လုံခြုံသောရေအိမ်များရှိရန် လိုအပ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ဓမ္မတာလာသောကာလအတွင်း မိန်းကလေးများအတွက် စိတ်သက်တောင့်သက်သာဖြစ်စေရန် အပြုသဘော အထောက်အကူပေးနိုင်မည့် အစီအမံများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်သည် ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်များသည် ခန္ဓာကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုအတွေ့အကြုံအမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။ (ဥပမာ- ယောကျ်ားလိင်အင်္ဂါ တောင့်တင်းခြင်းနှင့် အိပ်ပျော်နေစဉ် သုက်လွှတ်ခြင်း)

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူငယ်ယောကျ်ားလေးများတွင် လိင်စိတ်နိုးကြွသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာ မရှိဘဲသော်လည်းကောင်း၊ လိင်အင်္ဂါတောင့်တင်းခြင်း ဖြစ်တတ်ပြီး ယင်းမှာ ပုံမှန်ဖြစ်ကြောင်း နားလည်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အချို့ ဆယ်ကျော်သက်များသည် ညပိုင်းတွင် လိင်စိတ်နိုးကြွခြင်း၊ သုက်လွှတ်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်တတ်ပြီး ယင်းမှာ ပုံမှန်ကိစ္စတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း သိရှိမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ယောကျ်ားလိင်အင်္ဂါတောင့်တင်းခြင်း၊ သုက်လွှတ်ခြင်းနှင့် အခြားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုများသည် လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်တွင် ဖြစ်လေ့ရှိသော ပုံမှန်ကိစ္စဖြစ်ကြောင်း သိရှိနားလည်မည်။ (ခံယူချက်)

၆

၆.၄ ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ခန္ဓာကိုယ်အားလုံးသည် ကိုယ်ပိုင်အထူးသီးသန့် ဖြစ်ကြပြီး လူတို့သည် မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်အတွက် ကောင်းမွန်သော စိတ်ခံစားမှု ရှိသင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ခန္ဓာကိုယ်အားလုံးသည် ကိုယ်ပိုင်အထူးသီးသန့် ဖြစ်သည်ကို သိရှိနားလည်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်အတွက် ဂုဏ်ယူခြင်းဆိုသည်မှာ မည်သို့ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ နှစ်သက်လက်ခံ တန်ဖိုးထားလာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်အတွက် မည်သို့ခံစားရသည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ယောက်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင်က လူသားတစ်ဦးဖြစ်သည့် ထိုသူ၏တန်ဖိုးကို ဆုံးဖြတ်ပေးနိုင်ခြင်း မရှိပါ။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင်ကို မျိုးရိုးဗီဇ၊ ပတ်ဝန်းကျင်၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များက ဆုံးဖြတ်ပေးကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင်သည် လူသားတစ်ဦးအနေဖြင့် လူတစ်ယောက်၏တန်ဖိုးကို ဆုံးဖြတ်၍မရသည်ကို သိမှတ်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ သက်ရွယ်ဆင့်တူများအတွက် အပါအဝင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင်များ အမျိုးမျိုး ရှိကြသည်ကို နားလည်လက်ခံနိုင်ကြောင်း ပြသနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ယောက်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင် ဆွဲဆောင်မှု ရှိမရှိ အပေါ် ထင်မြင်ချက်များမှာ သိသာစွာ အမျိုးမျိုးကွဲပြား နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင်နှင့် ပတ်သက်၍ ဆွဲဆောင်မှု ရှိမရှိ ထင်မြင်ချက်များမှာ ကွဲပြားခြားနားကြကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင် ဆွဲဆောင်မှုရှိသည်ဟု လူတို့ထင်မြင်ပုံမှာ အချိန်ကာလအလိုက်၊ ပြောင်းလဲနိုင်ပြီး ယဉ်ကျေးမှုများအလိုက် ကွဲပြားနိုင်ကြောင်း သိမှတ်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိက ဆွဲဆောင်မှုရှိသည်ဟု ထင်မြင်ခြင်းကို ပြန်လည်ထင်ဟပ် စဉ်းစားပြီး အခြားသူများက ဆွဲဆောင်မှုရှိသည်ဟု ထင်မြင်ခြင်းနှင့် မည်သို့ ကွာခြားနိုင်သည်ကို စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတို့က မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်အပေါ် ခံစားချက်များသည် မိမိ၏ ကျန်းမာရေး၊ မိမိကိုယ်ကို ရှုမြင်သည့်ပုံရိပ်နှင့်၊ အမူအကျင့်များအပေါ် သက်ရောက်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်အပေါ် အကောင်းမြင်သည့် ခံစားချက်၏ ကောင်းကျိုးများကို ဆွေးနွေးနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတစ်ယောက်၏ ကိုယ်ခန္ဓာပုံပန်းသဏ္ဍာန်သည် အခြားသူတစ်ယောက်က သူ့အပေါ် မည်သို့ခံစား၍ မည်သို့ပြုမူသည့်အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပြီး မိန်းကလေးနှင့် ယောကျ်ားလေးများအတွက် မည်သို့ကွာခြားသည်ကို နှိုင်းယှဉ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတို့သည် သူတို့၏သွင်ပြင်သဏ္ဍာန်ကို ကြိုးစားပြီး ပြောင်းလဲရန် ဆောင်ရွက်ပုံများကို ဆန်းစစ်လေ့လာပြီး ထိုအမူအကျင့်များ၏ အန္တရာယ်ကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်နိုင်မည်။ (ဥပမာ- ကိုယ်အလေးချိန် ထိန်းသိမ်းရန် ဆေးတောင့်များ ၊စတီးရွိုက်ဟော်မုန်းဆေးများ၊ အသားဖြူခရမ်များ) (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာအလိုက် အလှအပပေါ်တွင် စံနှုန်းသတ်မှတ်ချက်များက လူတို့အား ပုံပန်းသဏ္ဍာန် ပြောင်းလဲလိုသောဆန္ဒများ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်ဝေဖန်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်နှင့် ပတ်သက်၍ အချို့သူများ ကြိုးပမ်းနေသော မှားယွင်းသည့် လုပ်ရပ်အမျိုးမျိုးကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ- အစာမစားခြင်းနှင့် အစားလွန်ကဲခြင်း ကဲ့သို့ စိတ်ပူပန်လွန်းခြင်းနှင့် အစာစားသောက်ပုံ မမှန်သည့် ရောဂါများ) (ဗဟုသုတ)
- ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်ကို ပြောင်းလဲစေရန် ဆေးဝါးများသုံးစွဲခြင်းသည် အန္တရာယ်ရှိနိုင်ကြောင်း ယုံကြည်လက်ခံလာမည် (ခံယူချက်)
- ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန် ကောင်းမွန်စေရေး ကြိုးပမ်းနေသူများအား အထောက်အကူ ပေးနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို မည်သို့ ရရှိနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ခန္ဓာကိုယ် ပုံပန်းသဏ္ဍာန်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ လက်တွေ့မကျသော စံနှုန်းများကို ဆန့်ကျင်စိန်ခေါ်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေ ယူဆသတ်မှတ်မှုများနှင့် ၎င်းတို့က လူတို့၏ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်အပေါ် ရှုမြင်ပုံနှင့် အချင်းချင်းဆက်ဆံရေးတို့တွင် မည်သို့သက်ရောက်မှုများ ရှိစေနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ လက်တွေ့မကျသော စံနှုန်းများသည် ဆိုးကျိုးကိုပေးနိုင်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိ၏ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်နှင့် မိမိကိုယ်ကိုတန်ဖိုးထားမှု၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲ လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူများအပေါ် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ကြောင်း ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ခန္ဓာကိုယ်ပုံပန်းသဏ္ဍာန်နှင့် စပ်လျဉ်း၍ လက်တွေ့မကျသော စံနှုန်းများကို တုံ့ပြန်စိန်ခေါ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ အားဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိက သဘောတရား (၇)

လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်

ခေါင်းစဉ်များ

၇.၁ လိင်၊ လိင်မှုရေးရာ နှင့်လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဘဝစက်ဝန်း

၇.၂ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်နှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတုံ့ပြန်မှု

၇.၁ လိင်၊ လိင်မှုရေးရာနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဘဝစက်ဝန်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူသားများအတွက် ဘဝတလျှောက်လုံး မိမိတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်များကို နှစ်သက်သာယာခြင်းနှင့် အခြားသူများနှင့် နီးကပ်ရင်းနှီးစွာ နေထိုင်ခြင်းသည် သဘာဝတရားတစ်ခုဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သာယာပျော်ရွှင်မှုနှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုများသည် လူသားတို့၏ သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ခံစားရမှုများဖြစ်ပြီး ယင်းသည် အခြားသူများနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နီးစပ်ရင်းနှီးမှုလည်း ပါဝင်ပတ်သက်နိုင်သည်ကို နားလည်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားချက်များကို ဖော်ပြရန်စကားလုံးများစွာ ရှိကြောင်းနှင့် အချို့စကားလုံးများမှာ ခံစားချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြခြင်းနှင့် အခြားသူများနှင့်နီးစပ်အောင် ချဉ်းကပ်ခြင်း တို့နှင့် ပတ်သက်နေသည်ကို နားလည်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- ခံစားချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြခြင်းနှင့် အခြားသူများနှင့် နီးစပ်အောင် ချဉ်းကပ်ခြင်းတို့နှင့် ပတ်သက်သည့် သင့်လျော်သော စကားအသုံးအနှုန်းနှင့် အပြုအမူများရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူသားတို့သည်မွေးဖွား လာပြီးနောက် ဘဝတလျှောက်လုံး လိင်မှုရေးရာ ခံစားပျော်ရွှင်နိုင်စွမ်း ရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာဆိုသည်မှာ တခြားသူများအား စိတ်ခံစားမှုပိုင်းနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆွဲဆောင်ခြင်းများ ပါဝင်ပတ်သက်နေကြောင်း နားလည်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူသားတို့ ဘဝတလျှောက်လုံး ခံစားကြသည့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိတွေ့သာယာမှု နည်းလမ်းများ (ဥပမာ -နမ်းရှုံ့ခြင်း၊ ထိတွေ့ခြင်း၊ ထွေးပိုက်ပွတ်သပ်ခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာထိတွေ့ခြင်း) ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စများသည် လူသားဘဝ၏ ကျန်းမာသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်တူနှစ်သက်သူများ၊ လိင်တူနှစ်သက်သည်ဟု အထင်ခံရသူများအား ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းသည် မှားယွင်းပြီး ထိုသူများအတွက် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေနိုင်သည်။ (ခံယူချက်)
- မတူညီသော လိင်မှုဆိုင်ရာစိတ်ခံစားမှုများနှင့် လိင်မှုရေးရာ အကြောင်းများကို သင့်လျော်သောနည်းလမ်းဖြင့် ဆက်သွယ်ပြောဆို၊ နားလည်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စအကြောင်း သိရှိလေ့လာလိုခြင်းမှာ သဘာဝကျပြီး ယုံကြည်ထိုက်သော အရွယ်ရောက်ပြီးသူ လူကြီးတစ်ဦးအား မေးမြန်းရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာအကြောင်းများကို သိရှိလိုခြင်းနှင့် မေးမြန်းခြင်းတို့မှာ သဘာဝအတိုင်းပင် ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့စိတ်တွင် သက်တောင့်သက်သာ ခံစားရသည့် ယုံကြည်ရသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူ လူကြီးတစ်ယောက်ကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး လိင်မှုရေးရာအကြောင်း မေးခွန်းမေးခြင်းကို သရုပ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူများသည် ခံစားချက်များအတိုင်း အမြဲတမ်းပြုမူရန် မရွေးချယ်ကြသော်လည်း လိင်မှုဆိုင်ရာခံစားချက်များ၊ စိတ်ကူးအိပ်မက်များ၊ ဆန္ဒများသည် သဘာဝအတိုင်းဖြစ်ပြီး ဘဝတလျှောက်လုံး ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူများ လိင်မှုရေးရာကို ဖော်ပြသည့်နည်းလမ်းများကို စာရင်းပြု ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုဆိုင်ရာခံစားချက်များ၊ စိတ်ကူးအိပ်မက်များ၊ ဆန္ဒများသည် သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်ပေါ်သောကြောင့် ရှက်ရွံ့စရာမလိုပဲ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ပေါ်ပေါက်တတ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူများသည် လိင်မှုဆိုင်ရာခံစားချက်များ၊ စိတ်ကူးအိပ်မက်များနှင့် ဆန္ဒများအတိုင်း အဘယ်ကြောင့် ပြုမူရန် မရွေးချယ်ကြသည်ကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စတွင် စိတ်ပါဝင်စားခြင်းသည် အသက်အရွယ်ကိုလိုက်၍ ပြောင်းလဲနိုင်ပြီး ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ဖော်ထုတ်ပြသနိုင်ကြောင်း ပြောပြနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံများနှင့် အခြေအနေအမျိုးမျိုးတွင် လူများ လိင်မှုရေးရာကို ဖော်ပြသည့် မတူကွဲပြားသော နည်းလမ်းများကို လေးစားရန်အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာခံစားချက်များ၊ စိတ်ကူးအိပ်မက်များ၊ ဆန္ဒများနှင့် ပတ်သက်သော စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို ထိန်းချုပ်စီမံသည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုရေးရာသည် ရှုပ်ထွေးပြီး ဘဝသက်တမ်း တလျှောက်လုံး ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်နေသည့် ဇီဝဗေဒ၊ လူမှုရေး၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ဝိညာဉ်၊ ကျင့်ဝတ်နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ ရှုထောင့်အားလုံး ပေါင်းစုပါဝင်နေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာတွင်ဇီဝဗေဒ၊ လူမှုရေး၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ဝိညာဉ်၊ ကျင့်ဝတ်နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ အစိတ်အပိုင်းများစွာ ပေါင်းစုပါဝင် ချိတ်ဆက်နေပုံများကို ဆန်းစစ်လေ့လာ ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုရေးရာသည် လူသားဘဝ၏ သဘာဝ အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ် သာဖြစ်ပြီး ဘဝချမ်းသာသုခကို တိုးတက်စေနိုင်သည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့ကိုယ်တိုင်၏ လိင်မှုရေးရာနှင့် ယင်းအပေါ် လွှမ်းမိုးသော အချက်များကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၇.၂ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်နှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတုံ့ပြန်မှု

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတို့သည် အခြားသူများအပေါ် ထိတွေ့ခြင်း၊ ရင်းနှီးစွာ အနီးကပ်နေခြင်းတို့ဖြင့် ချစ်ခြင်းမေတ္တာကို ပြသကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူတို့သည် အခြားသူများအပေါ် ချစ်ခင်မှုနှင့် ဂရုစိုက်ခြင်းတို့ကို နမ်းခြင်း၊ ပွေ့ဖက်ခြင်း၊ ထိတွေ့ခြင်းနှင့် တစ်ခါတစ်ရံလိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအယာများအပါအဝင် အမျိုးမျိုးသောနည်းလမ်းများဖြင့် ပြသကြသည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလေးများသည် မည်သို့ ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ခြင်းက သင့်လျော်ပြီး၊ မည်သို့ ထိတွေ့ပါက မသင့်လျော်သည်ကို နားလည် သဘောပေါက်သင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကောင်းသော ထိတွေ့ပုံနှင့် မကောင်းသော ထိတွေ့ပုံကို အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကလေးများကို မကောင်းသောနည်းဖြင့် ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ပုံများ ရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်က မိမိကိုမကောင်းသောနည်းဖြင့် ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ပါက မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူများတွင် (ရုပ်ပိုင်း သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ) လိင်လှုံ့ဆော်မှုက ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် လိင်မှုဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှု စက်ဝိုင်းတစ်ခုရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ လှုံ့ဆော်မှုကြောင့် ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမတို့တွင် ဖြစ်ပေါ်သည့် တုံ့ပြန်မှုများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အပျိုဖော်လူပျိုဖော်ဝင်ချိန်တွင် ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများသည် လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆွဲဆောင်မှုနှင့် လှုံ့ဆော်မှု များကြောင့် မိမိတို့တွင်ဖြစ်ပေါ်လာသော တုံ့ပြန်မှုများကို သတိပြုမိလာကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- များစွာသော ယောကျ်ားလေးများနှင့် မိန်းကလေးများသည် တစ်ကိုယ်ရေ လိင်စိတ်ဖြေဖျောက်သာယာမှုကို အပျိုဖော်လူပျိုဖော် ဝင်ချိန် သို့မဟုတ် တခါတရံ ထို့ထက်ပိုစောစွာ စတင်ပြုလုပ်ကြသည်ကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- တကိုယ်ရေ လိင်စိတ်ဖြေဖျောက်သာယာမှုသည် ရုပ်ပိုင်း (သို့) စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အန္တရာယ်များမဖြစ်စေသော်လည်း သီးသန့် လုံခြုံသောနေရာ၌သာ ပြုလုပ်သင့်သည်ကို သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စကို မစတင်သေး ရန် (သို့) စတင်ရန် အပါအဝင် လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များအတွက် သိရှိနားလည်မှုဖြင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုကိစ္စကို မစတင်သေးရန် (သို့) စတင်ရန်တို့ကို ရွေးချယ်ခြင်း၏ ကောင်းကျိုးနှင့်ဆိုးကျိုးများကို နှိုင်းယှဉ်ချိန်ထိုး ချင့်ချိန်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မဆက်ဆံသေးခြင်း (Abstinence) ဆိုသည်မှာ HIV အပါအဝင် STI များနှင့် ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကာကွယ်ရန် စိတ်အချရဆုံး နည်းများဖြစ်သည့် လိင်မှုကိစ္စမပြုလုပ်သေးရန် ရွေးချယ်ခြင်း (သို့) မည်သည့်အချိန်တွင် မည်သူနှင့် လိင်မှုကိစ္စစတင်မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ကြောင်း သိရှိနားလည်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်နှင့် ဆက်ဆံရေးတို့နှင့် ပတ်သက်၍ မိမိတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များသည် မိမိတို့၏ အနာဂါတ်အစီအစဉ်များအပေါ် မည်သို့ အကျိုးသက်ရောက်စေသည်ကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာတုံ့ပြန်မှု သံသရာစက်ဝိုင်းဆိုသည်မှာ လိင်မှုဆိုင်ရာ လှုံ့ဆော်မှုကို ခန္ဓာကိုယ်က ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအနေဖြင့် မည်သို့ တုံ့ပြန်ပုံဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်စိတ်နိုးဆွခြင်းမှာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများ ပါဝင်နေပြီး လူတို့သည် မတူညီသော အချိန်များတွင်၊ မတူညီသောနည်းလမ်းများဖြင့် တုံ့ပြန်ကြကြောင်း နားလည်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- နာမကျန်းမှု၊ စိတ်ဖိစီးမှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်ခံရမှု၊ ဆေးဝါးများသုံးစွဲနေရမှု၊ မူးယစ်ဆေးသုံးစွဲမှုနှင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု စသည့် အကြောင်းများက လိင်မှုဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူမှုအဖွဲ့အစည်း၊ ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် မျိုးဆက်များ အားလုံးတွင် လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များအကြောင်း သီးခြား အယူအဆအမှားများ ရှိကြသည်။ ယင်းတို့ကို သိရှိထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအပြုအမူအကြောင်း သတင်းအချက်အလက် များတွင် အယူအဆမှားနှင့် အချက်အလက်မှန်တို့ကို ခွဲခြားတတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုရေးရာများတွင် အချက်အလက်မှန်ကို သိရန်အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်လာမည် (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူအကြောင်း အယူအဆမှားများအပေါ် မေးခွန်းထုတ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၇

၇.၂ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအမူအကျင့်နှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတုံ့ပြန်မှု (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူ များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိရှိနားလည်ပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ချက်များပြုလုပ်နိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ အပြုအမူများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိရှိနားလည်ပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ပြုလုပ်ခြင်းသည် မိမိ၏ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝ ချမ်းသာသုခအတွက် အရေးကြီးပါသည်။ (ဆိုလိုသည်မှာ - အကယ်၍ လိင်ဆက်ဆံမှု စတင်မည်ဟုဆုံးဖြတ်ပါက ဗဟုသုတ သိနားလည်မှုများရှိပြီး မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိစွာဖြင့် မည်သည့်အချိန်တွင် မည်သူနှင့် လိင်ဆက်ဆံမည်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။) (ခံယူချက်)
- လူတစ်ဦး၏ လိင်ဆက်ဆံမှုပြုရန် ဆုံးဖြတ်ခြင်းသည် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဖြစ်ပြီး ယင်းမှာ အချိန်ကာလအလိုက် ပြောင်းလဲနိုင်သည်။ ယင်းကို အမြဲလေးစားရမည် ဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူများနှင့် ပတ်သက်၍ တာဝန်ယူမှုရှိသော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ပြုလုပ်နိုင်လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူတစ်ဦး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခတို့ အပေါ် ဆိုးကျိုးဖြစ်စေသည့် လိင်မှုဆိုင်ရာအပြုအမူများ၏ အန္တရာယ်ကို လျှော့ချရန် သို့မဟုတ် ရှောင်ကြဉ်ရန် နည်းလမ်းများရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်နှင့်ပတ်သက်သော အန္တရာယ်များကို လျှော့နည်းစေပြီး သူတို့၏ ဘဝစီမံချက်များကို ထောက်ကူပေး နိုင်မည့် ရွေးချယ်စရာများရှိကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- (ဥပမာ - HIV, STI သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်ရရှိခြင်းကဲ့သို့သော) လိင်မှုကိစ္စကြောင့် မမျှော်လင့်ဘဲ ရရှိနိုင်သည့် ဆိုးကျိုးများ၏ အန္တရာယ်ကို ကွန်ဒုံးနှင့် အခြားသန္ဓေတားနည်းလမ်းများက လျှော့နည်းစေနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ထိုးသွင်းဆက်ဆံခြင်းမဟုတ်သော အခြားလိင်အပြုအမူများသည် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ကို မရရှိစေသည့်အပြင် HIV အပါအဝင် STI အန္တရာယ်ကို လျှော့ကျစေကြောင်းနှင့် ကျေနပ် ပျော်ရွှင်မှုကိုလည်း ရရှိစေနိုင်ကြောင်း အမှတ်ရနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်အပြုအမူနှင့် ပတ်သက်သော အန္တရာယ်များကို လျှော့နည်းစေ နိုင်ပြီး ဘဝစီမံကိန်းများကို အမှန်တကယ် ဖော်ဆောင်နိုင်စေမည့် နည်းလမ်းများရှိသည်ကို သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- မိမိတို့၏ လိင်အပြုအမူများကို ကောင်းစွာ သိရှိနားလည်မှုဖြင့် ရွေးချယ်ပြုလုပ်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ဆက်ဆံမှုကို ငွေကြေး၊ ပစ္စည်းတို့နှင့် အလဲအလှယ်ပြုခြင်းသည် လူတစ်ဦး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခ အပေါ် အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်နှင့် ငွေကြေးလဲလှယ်ခြင်း အကြောင်းကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်နှင့် ငွေကြေးလဲလှယ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်သော အန္တရာယ်များကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်နှင့် ငွေကြေး သို့မဟုတ် ပစ္စည်းလဲလှယ်ခြင်း ပါဝင်သည့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော ပတ်သက်မှုသည် အင်အားသြဇာမညီမျှသော ဆက်ဆံမှုကိုဖြစ်စေပြီး ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှု အတွက် ညှိနှိုင်းနိုင်ခွင့် နည်းစေသောကြောင့် အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ခြေများကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်နှင့် ငွေကြေးလဲလှယ်ခြင်းကို ရဲဝံ့ပြတ်သားစွာ ပြောဆိုငြင်းဆန်ခြင်း အတွက် ကျွမ်းကျင်မှုကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုရေးရာ အပြုအမူများသည် ကျေနပ်ပျော်ရွှင်ဖွယ် ဖြစ်သင့်ပြီး လူတစ်ဦး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝ ချမ်းသာသုခတို့အတွက် တာဝန်ယူမှု ပါရှိသင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လိင်မှုရေးရာ ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မှုနှင့် တာဝန်ယူမှုတို့၏ အဓိကအချက်များကို အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူများစွာ၏ဘဝတွင် အခြားသူများနှင့် လိင်မှုကိစ္စ ထိတွေ့ဆက်ဆံမှု မရှိသည့် အချိန်ကာလများရှိသည်ကို အမှတ်ရနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကောင်းမွန်သည့် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှုက အဘယ်ကြောင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးအား တိုးတက်စေနိုင်သည်ကို ကြောင်းကျိုးဆင်ခြင် ကြည့်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျားမရေးရာ စံနှုန်းများနှင့် တရားသေ ယူဆ သတ်မှတ်မှုများသည် လူတို့၏ လိင်မှုရေးရာ ကျေနပ်ပျော်ရွှင်မှုနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် မျှော်လင့်ချက်များနှင့် အတွေ့အကြုံများအပေါ် လွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့ ခန္ဓာကိုယ်၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာတုံ့ပြန်မှုကို သိနားလည်ခြင်း သည် ခန္ဓာကိုယ်၏ တုံ့ပြန်မှုကို သိနားလည်စေရန် ကူညီပေးပြီး ပုံမှန်လုပ်ဆောင်မှုမရှိပါက သိရှိနိုင်ရန်ကူညီပေးပြီး အကူအညီ ရှာဖွေရယူနိုင်စေကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ဆက်ဆံဖော်နှစ်ဦးလုံးသည် HIV အပါအဝင် STI များနှင့် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုတို့ကို ကာကွယ်ရန် တာဝန်ရှိကြောင်း သိမှတ်လက်ခံမည်။ (ခံယူချက်)
- လိင်မှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များနှင့် ကန့်သတ်ချက်များအကြောင်း ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုရေးရာအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု၊ HIV အပါအဝင် STI များကို ကာကွယ်ပေးသည့် အန္တရာယ်လျှော့ချရေး နည်းဗျူဟာများကို ကြိုတင်၍ စဉ်းစားချင့်ချိန်ရန် လိုအပ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိခင်မှတဆင့် (သို့) လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုကျင့်မှု (သို့) အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံမှုတို့မှတဆင့် HIV အပါအဝင် STI ပိုး ကူးစက်ခံရပြီး ဖြစ်ပါက HIV အပါအဝင် STI ကူးစက်မှုကို လျှော့ချပေးသည့် နည်းဗျူဟာများအပါအဝင် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုနှင့် STI တို့ကို ကာကွယ်ပေးသည့် အရေးကြီးသော အန္တရာယ်လျှော့ချရေး နည်းဗျူဟာများကို ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်နှင့် ငွေကြေး သို့မဟုတ် ပစ္စည်းအလဲအလှယ်ပြုလုပ်မှု ပါဝင်သည့် ဆက်ဆံရေးသည် ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှုအတွက် ညှိနှိုင်းနိုင်ခွင့်ကို နည်းပါးစေကြောင်း အမှတ်ရနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုနှင့် HIV အပါအဝင် STI ကူးစက်ခံရမည့် အန္တရာယ်များကို လျှော့ချနိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှိသည်ကို သိမှတ် လက်ခံလာမည်။(ခံယူချက်)
- ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုနှင့် HIV အပါအဝင် STI တို့ကို ကာကွယ်ရန် အန္တရာယ်လျှော့ချနည်းနှင့် အခြားသူများသို့ ကူးစက်ခြင်းကို ကာကွယ်ရန်နည်းဗျူဟာများကို စဉ်းစား၍ အသုံးချနိုင် လာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၇

အဓိက သဘောတရား (၈)

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး

ခေါင်းစဉ်များ

၈.၁ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ သန္ဓေတားခြင်း

၈.၂ HIV/AIDS နှင့်ပတ်သက်သော ခွဲခြားနှိမ်ချမှု၊ စောင့်ရှောက်မှု၊ ကုသမှု၊ ကူညီပံ့ပိုးမှု

၈.၃ HIV အပါအဝင် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများကို နားလည်ခြင်း၊ သိမှတ်ခြင်း၊ အန္တရာယ် လျော့နည်းစေခြင်း

၈.၁ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ သန္ဓေတားခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းသည် သဘာဝဖြစ်စဉ် တစ်ရပ်ဖြစ်ပြီး စီမံကိန်းချ၍လည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်းမှာ သားဥနှင့်သုက်ပိုးတို့ ပေါင်းစပ်၍ သားအိမ်အတွင်း တွယ်ကပ်ရာမှ အစပြုကြောင်း အမှတ်ရနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ မျိုးဆက်ပွားခြင်း ကိစ္စရပ်များသည် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ သဘာဝဖြစ်စဉ်ဖြစ်ပြီး မိမိရလိုသောအချိန်တွင် ကိုယ်ဝန်ရှိအောင် စီမံနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကလေးများအားလုံးသည် အလိုရှိခြင်း၊ ဂရုစိုက်ခြင်းနှင့် မေတ္တာတရားခံယူရရှိခြင်းတို့ကို ရရှိသင့်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- ဇနီးမောင်နှံတိုင်းလည်း သားသမီးမရနိုင်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၏ အဓိကလက္ခဏာများကို သိရှိနားလည်ထားရန် အရေးကြီးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ရှိသည့် လက္ခဏာများကို စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန် ရှိမရှိ အတည်ပြုရန် ပြုလုပ်နိုင်သည့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- (ဆန္ဒအလျောက်ဖြစ်စေ၊ အတင်းအကျပ် လက်ထပ်ပေးခြင်းကြောင့် ဖြစ်စေ) စောစီးစွာ လက်ထပ်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ကလေးမွေးခြင်းတို့နှင့် ပတ်သက်သည့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အန္တရာယ်များကို စာရင်းပြုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အသက်ငယ်စဉ် မမျှော်လင့်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရပါက ကျန်းမာရေး ဆိုင်ရာ ဆိုးကျိုးများနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကိုယ်ဝန်ရှိသောလက္ခဏာများကို ကြုံတွေ့ရပါက ဖွင့်ဟတိုင်ပင်နိုင်မည့် မိဘ၊ အုပ်ထိန်းသူ (သို့မဟုတ်) ယုံကြည်ထိုက်သူ တစ်ဦးဦးကို ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ခေတ်မီ သန္ဓေတားဆေးများသည် ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းနှင့် မိမိရလိုသောအချိန်တွင် ကိုယ်ဝန်ရရှိအောင် စီမံခြင်းတို့ကို အထောက်အကူပေးနိုင်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မရည်ရွယ်သည့် ကိုယ်ဝန်မရရှိအောင်ကာကွယ်ရန် ခေတ်မီ သန္ဓေတားဆေးများ၊ ကွန်ဒုံးနှင့် အခြားနည်းလမ်းများနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် အယူအဆမှားများကို မှန်ကန်စွာသိရှိမည်။ (ဗဟုသုတ)
- မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန် မရရှိလိုပါက လိင်ဆက်ဆံမှုမပြုခြင်းသည် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရှိလာနိုင်သည့်အန္တရာယ်ကို ရှောင်နိုင်ရန် အမျိုးသားသုံးနှင့် အမျိုးသမီးသုံးကွန်ဒုံးများ အသုံးပြုနည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ စံနှုန်းများက သန္ဓေတားဆေးသုံးစွဲရန် ဆုံးဖြတ်ချက်များပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ စံနှုန်းများက သန္ဓေတားဆေးသုံးစွဲရန် ဆုံးဖြတ်ချက်များပေါ်တွင် လွှမ်းမိုးမှုရှိနိုင်ပုံကို ဆွေးနွေးနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကွန်ဒုံး (သို့မဟုတ်) အခြား သန္ဓေတားဆေးများ အသုံးပြုရန် ဆုံးဖြတ်ခြင်းမှာ လိင်ဆက်ဆံသူနှစ်ဦးလုံးတွင် တာဝန်ရှိကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းသည် ယောက်ျားနှင့် မိန်းမ နှစ်ဦးလုံးတွင် တာဝန်ရှိကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- သန္ဓေတားခြင်းအပေါ် မိမိ မည်သို့ခံစားရပုံနှင့် ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ စံနှုန်းများက ထိုခံစားချက်များအပေါ် မည်သို့သက်ရောက်မှုရှိသည်ကို ထင်ဟပ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၈

၈.၁ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ သန္ဓေတားခြင်း (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သန္ဓေတားနည်းလမ်းအမျိုးမျိုးတွင် ကွဲပြားသော ထိရောက်မှု၊ သက်ရောက်မှု၊ အကျိုးကျေးဇူးနှင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ရှိကြသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကာကွယ်နိုင်သည့် ထိရောက်သော နည်းလမ်းများနှင့် ယင်းတို့၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို ဆန်းစစ်သိရှိနိုင်မည်။ (ဥပမာ- အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးသုံး ကွန်ဒုံးများ၊ သန္ဓေတားစားဆေး၊ ထိုးဆေးများ၊ လက်မောင်းအရေပြားအောက် သန္ဓေတားပစ္စည်း ထည့်သွင်းခြင်း၊ အရေးပေါ်သန္ဓေတားဆေး) (ဗဟုသုတ)
- မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိနိုင်စေသည့် ထိခိုက်လွယ်မှုဆိုင်ရာ သဘောတရားကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မှန်ကန်စွာ အမြဲကျင့်သုံးနိုင်ပါက လိင်ဆက်ဆံမှုမပြုခြင်းသည် ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်ဆက်ဆံမှုရှိနေသူများသည် ကွန်ဒုံးနှင့် ခေတ်မီ သန္ဓေတားဆေးများကို မှန်ကန်စွာ အမြဲကျင့်သုံးနိုင်ပါက ကိုယ်ဝန်မရအောင် ကာကွယ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကွန်ဒုံးကို မှန်ကန်စွာအသုံးပြုနည်းအား သရုပ်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေးသည် (ဥပဒေက ခွင့်ပြုထားပြီး ဆေးရရှိနိုင်သော ဒေသများတွင်) သန္ဓေတားနည်းလမ်း မသုံးစွဲခြင်း၊ သုံးစွဲပုံမမှန်ခြင်း သို့မဟုတ် မအောင်မြင်ခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်ခံရခြင်းတို့ကြောင့် အပါအဝင် မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ရရှိခြင်းကို ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ (ဗဟုသုတ)
- သဘာဝ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများသည် ခေတ်မီနည်းလမ်း များလောက် စိတ်မချရသော်လည်း ခေတ်မီနည်းလမ်းများကို လက်လှမ်းမမီခဲ့လျှင် မည်သည့်နည်းလမ်းမှ မသုံးစွဲဘဲ နေခြင်းထက် သဘာဝနည်းလမ်းများ အသုံးပြုခြင်းက ပိုကောင်းသဖြင့် ကျန်းမာရေးပညာရှင်ထံမှ အကြံဉာဏ်ရယူရန် စဉ်းစားသင့်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- သားကြောဖြတ်ခြင်းသည် အစဉ်အမြဲ သန္ဓေမရအောင် တားဆီးသည့်နည်းလမ်းဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စ စတင်နေပြီး သန္ဓေတားနည်းလမ်း များကြောင့် အကျိုးကျေးဇူး ရရှိနိုင်သည့် လူငယ်များအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ အရည်အချင်း၊ အိမ်ထောင်ရှိမရှိ၊ ကျားမရေးရာ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု သို့မဟုတ် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုတို့အပေါ် အခြေခံသည့် အတားအဆီးများမရှိဘဲ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများကို လက်လှမ်းမီ ရယူနိုင်သင့်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- လူငယ်များအဖို့ အတားအဆီးများ၊ ကန့်သတ်မှုများ ရှိနိုင်သော်လည်း ကွန်ဒုံးများ၊ သန္ဓေတား နည်းလမ်းများကို ပုံမှန်အားဖြင့် ရပ်ရွာဒေသအတွင်း မည်သည့်နေရာများတွင် ရရှိနိုင်ကြောင်း ဆန်းစစ်သိရှိမည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စ စတင်နေပြီးဖြစ်သော မည်သည့်လူငယ်ကိုမှ သူတို့၏ အိမ်ထောင်ရှိ/မရှိ၊ လိင်နှင့် ကျားမရေးရာတို့အပေါ် အခြေခံ၍ သန္ဓေတားဆေးများ၊ ကွန်ဒုံးများ ရယူခွင့်ကို မငြင်းပယ်သင့်ကြောင်း၊ သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- သန္ဓေတားနည်းလမ်းများအား မည်သို့ ရယူနိုင်မည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ အသုံးပြုခြင်းသည် လိင်မှုကိစ္စ ရှိနေသူများအတွက် ကိုယ်ဝန်မရရှိအောင် ကာကွယ်ပေးနိုင်ပြီး သားသမီး ရယူလိုသောအချိန်တွင်မှ ကိုယ်ဝန်ရှိအောင် အစီအစဉ်ပြုလုပ်စေနိုင်ခြင်းဖြင့် တစ်ဦးချင်းအတွက်ရော၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွက်ပါ အရေးပါသော အကျိုးကျေးဇူးများ ရှိစေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ခေတ်မီ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သည့် အကျိုးအမြတ်ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး၊ (သို့) အန္တရာယ်များကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်နိုင်မည်။ (ဥပမာ- အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးသုံး ကွန်ဒုံးများ၊ သန္ဓေတားသောက်ဆေး၊ ထိုးဆေးများ၊ လက်မောင်းအရေးပြားအောက်သို့ သန္ဓေတားပစ္စည်းထည့်သွင်းခြင်း၊ အရေးပေါ်သန္ဓေတားဆေး) (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စ ရှိနေသူများအတွက် အသင့်လျော်ဆုံး သန္ဓေတားနည်းလမ်း များကို ရွေးချယ်ဆုံးဖြတ်ရာတွင် ကူညီပေးနိုင်သည့်အချက်များကို ဆန်းစစ် ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - သတိထားရမည့်အန္တရာယ်များ၊ ကုန်ကျစရိတ်များ၊ လက်လှမ်းမီရရှိနိုင်မှု) (ဗဟုသုတ)
- ကွန်ဒုံးနှင့် အရေးပေါ်သန္ဓေတားဆေးများ အပါအဝင် သန္ဓေတား နည်းလမ်းများကို နည်းလမ်းတကျ မှန်ကန်စွာအသုံးပြုတတ်ရန် အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်နားလည်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- သန္ဓေတားနည်းလမ်း အမျိုးမျိုးကိုဆွေးနွေးရန်၊ အသုံးပြုရန် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- မိမိအတွက် လိုအပ်လာသောအခါတွင် နှစ်သက်သည့် ခေတ်မီ သန္ဓေတားနည်းလမ်းအား ရယူနိုင်မည့် အစီအစဉ်ကို ရေးဆွဲနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - မရည်ရွယ်ဘဲ ကိုယ်ဝန်ရရှိလာခြင်းများ ရှိပါသည်။ လူငယ်များအနေဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝ ချမ်းသာသုခအတွက် ဝန်ဆောင်မှုနှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုများ ရရှိသင့်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ပညာရေးဆုံးခန်းတိုင်အောင် သင်ကြားခွင့်ရရှိရေး၊ မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုရရှိရေးတို့အတွက် ဆယ်ကျော်သက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၏ အခွင့်အရေးကို ကာကွယ်ပေးသည့် သက်ဆိုင်ရာဥပဒေနှင့် မူဝါဒများကို စူးစမ်းလေ့လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဆယ်ကျော်သက်ရွယ် မိန်းကလေးတစ်ဦး ကျောင်းနေစဉ် ကိုယ်ဝန် ရှိလာခဲ့လျှင် ဖယ်ကျဉ်ထားခြင်း၊ ဖယ်ထုတ်ခြင်းတို့မှာ လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- ရည်ရွယ်လျက်ဖြစ်စေ၊ မရည်ရွယ်ဘဲဖြစ်စေ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားသော အမျိုးသမီးများ၊ မိန်းကလေးများအတွက် မည်သည့် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ၊ ထောက်ပံ့မှုများ၊ ရရှိနိုင်ကြောင်း ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အမျိုးသမီးများ၊ မိန်းကလေးများအတွက် ဘေးကင်းစိတ်ချရခြင်း မရှိသော နည်းလမ်းဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချလျှင် ဆိုးဝါးစွာ ကျန်းမာရေး ထိခိုက်နိုင်ကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မရည်ရွယ်ဘဲဖြစ်စေ၊ စောစီးစွာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရသည်ဖြစ်စေ ထိုအမျိုးသမီးများနှင့် မိန်းကလေးများအား အရည်အသွေးပြည့်မီ၍ ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး၊ ပြည့်စုံလုံလောက်သည့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများ ပေးသင့်ကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- သူငယ်ချင်း (သို့မဟုတ်) ချစ်ခင်သူတစ်ဦးသည် ရည်ရွယ်လျက်ဖြစ်စေ၊ မရည်ရွယ်ဘဲဖြစ်စေ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ပါက (သို့) သားသမီးရှိနေပါက ထိုသူ၏ ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခအတွက် မည်သို့ ကူညီပေးရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၈.၁ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ သန္ဓေတားခြင်း (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - စောစီးလွန်းစွာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရခြင်းနှင့် သားဆက်နီးခြင်းတို့သည် ကျန်းမာရေးအတွက် အန္တရာယ်ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- စောစီးလွန်းစွာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရခြင်းကို အဓိပ္ပာယ်ဖော်ပြနိုင်ပြီး ထိုကိစ္စ၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာအန္တရာယ်များကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- သားဆက်ခြားခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အချိန်စောင့်ဆိုင်းပြီးမှ ကိုယ်ဝန်ယူခြင်း၊ သားဆက်ခြားခြင်းတို့၏ အရေးကြီးပုံကို သိမှတ်နိုင်မည်။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်လိုခြင်း ရှိမရှိ၊ မည်သည့်အချိန်တွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်လိုကြောင်း တို့ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - သားသမီး မရနိုင်ခြင်း (သို့) သားသမီးယူရန် အဆင့်သင့်မဖြစ်သေးသော အခြေအနေမျိုးတွင် မွေးစားခြင်းသည် ရွေးချယ်စရာ နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မွေးစားခြင်း၏ အကျိုးအပြစ်များကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- သားသမီး မရနိုင်ခြင်း (သို့) သားသမီးယူရန် အဆင့်သင့် မဖြစ်သေးသူများအတွက် မွေးစားခြင်း အရေးပါသော ရွေးချယ်စရာ နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် သိမှတ်လက်ခံနိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကျန်းမာရေးကို အထောက်အကူ ပေးသော အလေ့အထများရှိသလို အန္တရာယ်ရှိစေနိုင်သော အလေ့အထများလည်း ရှိသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်၏ ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူ ပေးနိုင်သည့် (သို့) အန္တရာယ် ဖြစ်စေနိုင်သည့် အနေအထိုင် အလေ့အထများကို ဆန်းစစ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကိုယ်ဝန်၏ ကျန်းမာရေးအတွက် မိခင်တစ်ဦးတည်းတွင်သာ တာဝန်ရှိသည်မဟုတ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင် ကျန်းမာရေးအတွက် ပံ့ပိုးပေးရန် အစီအစဉ် ချမှတ်နိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်အတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ မည်သို့ ရယူနိုင်မည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၈

၈.၂ HIV / AIDS နှင့် ပတ်သက်သောခွဲခြားနိမ်ချမှု၊ စောင့်ရှောက်မှု၊ ကုသမှု၊ ကူညီပံ့ပိုးမှု

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ရောဂါပိုး ရှိနေသူများတွင်လည်း အခွင့်အရေးများ ညီတူညီမျှ ရှိပြီး အကျိုးပြုနိုင်သည့် ဘဝဖြင့် နေထိုင်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိသူများအတွက် မှန်ကန်သော စောင့်ရှောက်မှု၊ ကုသမှုနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှုများ ရရှိပါက ၎င်းတို့သည် အပြည့်အဝအကျိုးပြုနိုင်သော ဘဝဖြင့် နေထိုင်နိုင်ကြောင်းနှင့် ဆန္ဒရှိပါက သားသမီးရယူခွင့် ရှိကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူများသည် မေတ္တာတရား၊ လေးစားမှု၊ စောင့်ရှောက်မှု၊ ကူညီပံ့ပိုးမှု (အချိန်မီဆေးကုသခွင့်) တို့ကို ရရှိရန် တန်းတူညီမျှ အခွင့်အရေးရှိကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူများကို ကူညီပေးနိုင်သည့် ထိရောက်သော ဆေးကုသနည်းများ ရှိနေပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိသူများအတွက် ထိရောက်သော ဆေးကုသမှုများ ရရှိနိုင်ပြီး စောင့်ရှောက်မှု၊ လေးစားမှုနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှုတို့ဖြင့် ၎င်းတို့၏ အခြေအနေကို ထိန်းချုပ်နိုင်ပါသည်။ (ဗဟုသုတ)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူများအတွက် ဘေးကင်းလုံခြုံပြီး အထောက်အကူ ပေးနိုင်သော ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေတွင် သူတို့၏ HIV အခြေအနေအကြောင်းကို ဆွေးနွေးပြောဆိုနိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိသူများအနေဖြင့် သူတို့၏ HIV အခြေအနေကို ပြောဆိုသောအခါတွင် တွေ့ကြုံနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် စိန်ခေါ်မှုအချို့ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူအချို့မှာ မွေးဖွားစဉ်ကပင် ပါရှိလာကြောင်း၊ အခြားသူများမှာ ဘဝတာ အတွင်း HIV ပိုး ဝင်ရောက်လာခဲ့ကြောင်း အမှတ်ရနိုင်မည်။
- HIV ပိုးရှိသူများအတွက် ဘေးကင်းလုံခြုံပြီး အထောက်အကူ ပေးနိုင်သော ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေမျိုးကို ဖန်တီးပေးရန် လူတိုင်းတွင် တာဝန်ရှိသည်ဟု အသိအမှတ်ပြုမည်။ (ခံယူချက်)
- ဘေးကင်းလုံခြုံပြီး အထောက်အကူပေးနိုင်သော ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေမျိုးကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူတစ်ဦး အနေနှင့် သီးခြား စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဆေးကုသမှုများ လိုအပ်သည်။ ယင်းတို့အနက် အချို့မှာ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ခံစားနေရခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိသူများသည် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးကို ခံစားရမှုအပါအဝင် သီးခြားစောင့်ရှောက်မှု၊ ဆေးကုသမှုများ အဘယ်ကြောင့် လိုအပ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV အတွက် ဆေးကုသခြင်းမှာ ဘဝတစ်လျှောက်လုံး ကုသပေးရသော လုပ်ငန်းမျိုးဖြစ်ပြီး တစ်ခါတစ်ရံတွင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ၊ အခြားသောစိန်ခေါ်မှုများကိုလည်း ကြုံတွေ့ရနိုင်ပြီး အစာအာဟာရကို ဂရုစိုက်ရန်လိုအပ်ကြောင်း သိရှိနားလည်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုး ရှိနေသောကလေးများ၊ လူငယ်များအား ဆေးကုသလျှင် အကျိုးကျေးဇူးရှိနိုင်ပါသည်။ သို့သော်အပျိုဖော် လူပျိုဖော် ဝင်ချိန်တွင် တိကျသောဆေးပမာဏကို အသုံးပြုရန်၊ ကုသမှုကို တိကျစွာလိုက်နာရန်နှင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို စီမံခန့်ခွဲရန် အတွက် ဂရုစိုက်ကုသမှုကို လိုအပ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ- အရိုး သိပ်သည်းဆ၊ ARV ဆေးမတိုးသည့် အခြေအနေ) (ဗဟုသုတ)
- HIV အတွက်စောင့်ရှောက်မှု၊ ကုသမှုများကို မည်သို့ ရယူနိုင်ကြောင်း စာရင်းပြုစုဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၈.၂ HIV / AIDS နှင့် ပတ်သက်သောခွဲခြားနှိမ်ချမှု၊ စောင့်ရှောက်မှု၊ ကုသမှု၊ ကူညီပံ့ပိုးမှု (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူများကို မှန်ကန်သောဆေးကုသမှု၊ လေးစားမှု၊ ကူညီထောက်ပံ့မှုများ ပေးပါက ခွဲခြားဆက်ဆံ မခံရဘဲ အပြည့်အဝ အကျိုးရှိစေသော ဘဝများ ဖြစ်လာစေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိမှုကို အကြောင်းပြု၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမှာ ဥပဒေနှင့် မညီကြောင်း သုံးသပ်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- အချို့သူများသည် HIV ပိုးကို မွေးရာပါရရှိခဲ့ပြီး ထိုသူများကို ဆေးကုသမှု၊ ကူညီထောက်ပံ့မှုများပေးခြင်းဖြင့် ကျန်းမာသော၊ အကျိုးရှိစေသော ဘဝတစ်ခုဖြင့် သက်တမ်းစေ့နေထိုင်ရန် မျှော်လင့်နိုင်ကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူများ အပါအဝင် လူတိုင်းသည် အခြားသူများနှင့် တန်းတူ အခွင့်အရေးရှိကြသည်။ သူတို့သည် လက်ထပ်ခြင်း၊ ရေရှည်အတူနေထိုင်ခြင်းတို့ဖြင့် သူတို့၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားချက်များနှင့် ချစ်မေတ္တာတို့ကို ထုတ်ဖော်ခွင့်ရှိကြပြီး ထိုကဲ့သို့လည်း ရွေးချယ်ဆောင်ရွက် သင့်ကြပေသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိသူများအပါအဝင် လူတိုင်းသည် အခြားသူများအပေါ်တွင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာခံစားချက်များနှင့် ချစ်မေတ္တာကို အဘယ်ကြောင့် ထုတ်ဖော်ပြသခွင့်ရှိကြောင်း ကျိုးကြောင်းဆင်ခြင်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူများအပါအဝင် လူတိုင်း၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ခံစားချက်များနှင့် ချစ်မေတ္တာကို သူတစ်ပါးအား ထုတ်ဖော်ပြသခွင့်အား ပံ့ပိုးအားပေးမည်။ (ခံယူချက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူများမှ အခြားသူများနှင့်အတူ လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်နေသော အုပ်စုများနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှု အစီအစဉ်များသည် အကူအညီ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိသူများမှ အခြားသူများနှင့်အတူ လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်နေသော အုပ်စုများနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှု အစီအစဉ်များသည် မည်သို့ အကူအညီ ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်းနှင့် မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ ဆောင်ရွက်ပေးနေကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူများနှင့် အတူတကွလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေသော အုပ်စုများ၊ အစီအစဉ်များ၏ အကူအညီအထောက်အပံ့များကို နားလည်ထောက်ခံလာမည်။ (ခံယူချက်)
- ဒေသဆိုင်ရာ အုပ်စုများ၊ အစီအစဉ်များထံမှ အကူအညီရယူနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV နှင့်AIDS တို့ သည် မိသားစုဖွဲ့စည်းပုံ၊ မိသားစု၏ အခန်းကဏ္ဍများနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးရှိခြင်းသည် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၊ မိသားစုအတွင်းနှင့် လိင်မှုဘဝတို့တွင် အတားအဆီးတစ်ခု မဟုတ်ကြောင်း၊ HIV ပိုး အဆင့်အမျိုးမျိုးဖြင့် ရှိနေသူများသည် အတူတကွနေထိုင်နိုင်ခြင်း၊ ပိုးကူးစက်မှုမရှိအောင် လိင်ဆက်ဆံနိုင်ခြင်း၊ HIV ပိုး ကင်းစင်သော ကလေးမွေးဖွားနိုင်ခြင်း တို့ကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV နှင့် AIDS တို့သည်မိသားစုများ၊ မိသားစု၏ဖွဲ့စည်းမှုများ၊ အခန်းကဏ္ဍများ၊ တာဝန်ဝတ္တရားများအပေါ်တွင်မည်သို့ သက်ရောက်နိုင်သည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိသားစု၏ ပံ့ပိုးမှု၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်း၊ ဝန်ဆောင်မှုများ၊ ဆေးကုသမှု များကြောင့် HIV ပိုးရှိသူ အမျိုးသမီးများသည် ကျန်းမာစွာ နေထိုင်နိုင်ကြပြီး ကလေးမွေးဖွားပေးနိုင်ကာ ရောဂါကူးစက်မှုမရှိသည့် ကလေးများကို နို့တိုက်ကျွေးနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူများကို ကူညီပေးရန် လူတိုင်းတွင်တာဝန်ရှိကြောင်း အသိအမှတ်ပြုမည်။ (ခံယူချက်)
- HIV ပိုးရှိသူများကို ကူညီပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြသနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ပိုးရှိသူများအား မှန်ကန်စွာ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ လေးစားမှုရှိခြင်း၊ ပံ့ပိုးကူညီခြင်းတို့သည် အပြည့်အဝအကျိုးရှိစေသော လူ့ဘဝကို ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်ပါသည်။

- HIV နှင့် AIDS ရောဂါရှိသူများအပေါ် နှိမ်ချကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ၏ အကြောင်းရင်းများနှင့် သက်ရောက်မှုများကို ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့နိုင်ငံအတွင်း၌ ဦးဆောင်လှုပ်ရှားနေသည့် HIV ပိုးရှိသူများ (အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး၊ လိင်ပြောင်းထားသူ) တို့ကို ဖော်ထုတ်၍ HIV အပေါ် လူတို့၏ခံယူချက်များ ပြောင်းလဲလာစေရန်နှင့် HIV ပိုးရှိသူများကို ကူညီကာကွယ်ပေးမှုများ တိုးတက်လာရန် လုပ်ဆောင်သည့် သူတို့၏ အောင်မြင်မှုများအကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူများ၏ အောင်မြင်မှုများကို အသိအမှတ်ပြုလာမည်။ (ခံယူချက်)
- HIV ပိုးရှိနေသူများအား ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ မရှိစေရန် အပါအဝင် လူတိုင်း၏ လူ့အခွင့်အရေးများအတွက် တင်ပြအရေးဆိုလာမည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

၈.၃ HIV အပါအဝင်လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများကို နားလည်ခြင်း၊ သိမှတ်ခြင်း၊ အန္တရာယ်လျော့နည်းစေခြင်း

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၅ နှစ်မှ ၈ နှစ်အထိ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူ၏ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ ခုခံအားစနစ်သည် ရောဂါဘယများမှ ကာကွယ်ပေးပြီး ကျန်းမာရေးကို ထောက်ကူပေးသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျန်းမာခြင်းနှင့် မကျန်းမာခြင်း၏ သဘောတရားများကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူများတွင် ခုခံအားစနစ်ရှိပြီး ထိုစနစ်သည် ရောဂါဘယများမှ ကာကွယ်ပေးကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကျန်းမာအောင် စောင့်ရှောက်ကာကွယ် နေထိုင်ရန် နည်းလမ်းများကို စာရင်းပြုစု ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူများတွင် အမြင်အားဖြင့် ကျန်းမာပုံရသော်လည်း ရောဂါဘယများ ရှိနေနိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- အချို့လူများသည် ရောဂါဘယရှိနေသည့်တိုင် သူတို့၏ပုံသဏ္ဍာန်နှင့် ခံစားမှုများမှာ ကျန်းမာသည့်လူတစ်ယောက်အသွင် တွေ့မြင်နိုင်ကြောင်း နားလည်သတိပြုမိလာမည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကျန်းမာသည်ဖြစ်စေ၊ မကျန်းမာသည်ဖြစ်စေ လူတိုင်းအတွက် မေတ္တာတရား၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကူညီပံ့ပိုးမှုများလိုအပ်ပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- ကျန်းမာရေးအခြေအနေနှင့် သက်ဆိုင်ခြင်းမရှိဘဲ လူများအတွက် မေတ္တာတရား၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် အကူအညီများ မည်သို့လိုအပ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - ကလာမိုက်ဒီးယား၊ ဂနိုရောဂါ၊ ဆစ်ဖလစ်ရောဂါ၊ HIV နှင့် HPV အစရှိသော STI များကို ကာကွယ်နိုင်သည်။ ကုသနိုင်သည်။ ထိန်းချုပ်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV အပါအဝင် STI များ ရရှိနိုင်သည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်၊ မွေးဖွားချိန်၊ မိခင်နို့တိုက်ချိန်တွင် ကူးစက်ခြင်း၊ ရောဂါပိုးပါသောသွေးကို သွင်းမိခြင်း၊ ဆေးထိုးပြွန်၊ ဆေးထိုးအပ် သို့မဟုတ် အခြား ချွန်ထက်သော အရာများကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ခြင်းဖြင့် HIV နှင့်အခြား STI များ ရရှိခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်အတွက် လိင်ဆက်ဆံမှု မပြုခြင်းမှာ အထိရောက်ဆုံး နည်းလမ်းဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လိင်မှုကိစ္စ ရှိနေသူတစ်ဦးအတွက် HIV နှင့် အခြား STI များမကူးစက်စေရန် တိကျသောနည်းလမ်းများ ရှိကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ ယင်းတို့တွင် ကွန်ဒုံးကို စွဲမြဲမှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း၊ ထိုးသွင်းမှု ပါဝင်သည့် လိင်ဆက်ဆံမှုကို ရှောင်ကျဉ်ခြင်း၊ အပြန်အလှန် လိင်ဆက်ဆံဖော် တစ်ဦးသာ ထားသည့် အလေ့အထကို ကျင့်သုံးခြင်း၊ လိင်ဆက်ဆံဖော် အရေအတွက် လျှော့ချခြင်း၊ လိင်ဆက်ဆံဖော်များ ပြိုင်တူမထားရှိခြင်း၊ STI ရှိမရှိစစ်ဆေး၍ ရောဂါရှိလျှင်ကုသခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV နှင့်အခြား STI အဖြစ်များသော အခြေအနေများတွင် အသက်အရွယ် ခြားနားသော၊ မျိုးဆက်ကွာခြားသော သူများအကြား ဆက်ဆံရေးများက HIV ကူးစက်မှုအန္တရာယ် ပိုရှိနိုင်ကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှုအတွက် ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးခြင်းနှင့် အန္တရာယ်ရှိသော လိင်ဆက်ဆံမှုအလေ့အထများကို ငြင်းပယ်ခြင်းအတွက် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ကွန်ဒုံးကို မှန်ကန်စွာအသုံးပြုနည်း အဆင့်ဆင့်ကို သရုပ်ဖော်ပြသနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV အပါအဝင် လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများသည် ရောဂါရှိသူနှင့် လိင်ဆက်ဆံရာမှ ရရှိနိုင်သည်။ ရောဂါကူးစက်ခြင်းအန္တရာယ်ကို လျော့နည်းစေနိုင်သော နည်းလမ်းများရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိတိုနိုင်ငံရှိ ရပ်ရွာထဲမှ လူငယ်များတွင် အဖြစ်များသော လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများ (ဥပမာ- HIV၊ HPV၊ ရေယုန်၊ ကလာမိုက်ဒီးယား၊ ဂနိုရောဂါ) များနှင့် အများဆုံး ကူးစက်စေနိုင်သော နည်းလမ်းများကို စာရင်းပြုစု ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးသည်ပုံမှန် ထိတွေ့မှုများမှ ရောဂါပိုး မကူးစက်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း၊ ပွေ့ဖက်ခြင်း၊ ခွက်တစ်ခုတည်းကိုအသုံးပြု၍ ရေသောက်ခြင်း) (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV (Human Immunodeficiency Virus) သည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး တစ်မျိုးဖြစ်ပြီး HIV ပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မပါဘဲ လိင်ဆက်ဆံမှုမှ ကူးစက်ခြင်း အပါအဝင် နည်းလမ်းမျိုးစုံဖြင့် ကူးစက်နိုင်သည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ကူးစက်နိုင်သော နည်းလမ်းများကို စာရင်းပြုစု ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဥပမာ - ပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မပါဘဲ လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊ ရောဂါပိုး ပါသော သွေးသွင်းမိခြင်း၊ ဆေးထိုးပြွန်၊ ဆေးထိုးအပ်(သို့မဟုတ်) အခြား ချွန်ထက်သောပစ္စည်းများကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်၊ မွေးဖွားစဉ်၊ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးစဉ် ကလေးသို့ ကူးစက်ခြင်း) (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မပါဘဲ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကြောင့် ကူးစက်မှုအများဆုံး ဖြစ်ပွားကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV အပါအဝင် လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါ ကူးစက်ရရှိနိုင်ခြေကို လျှော့ပါးအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများစွာရှိပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုးနှင့် မထိတွေ့မီ ကူးစက်နိုင်သော အန္တရာယ်ကို လျှော့ချရန် ဆောင်ရွက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ (ဥပမာ - ရနိုင်ပါက ကွန်ဒုံးကို အသုံးပြုခြင်း၊ မိမိသဘောဆန္ဒအလျောက် ခွဲစိတ်ကုဆေးပညာဖြင့် ယောကျ်ားလေးလိင်အင်္ဂါထိပ် အရေပြားဖြတ်တောက်ခြင်း (VMMC)၊ HIV ပိုးနှင့် မထိတွေ့မီ ကွန်ဒုံးသုံးခြင်းနှင့် အတူ ကာကွယ်ဆေး သောက်ခြင်း (Pre-Exposure Prophylaxis – PrEP) နှင့် HIV ပိုးနှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် ဆောင်ရွက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ (ဥပမာ - ရနိုင်ပါက Post-Exposure Prophylaxis – PEP သောက်ခြင်း) ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ကွန်ဒုံးကို မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုနည်း အဆင့်ဆင့်အား ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရရှိနိုင်ပါက မည်သည့်အသက်အရွယ်တွင် လိင်အင်္ဂါကြွက်နို့ ပေါက်စေသော ဗိုင်းရပ် (Genital Human papillomavirus - HPV) ကာကွယ်ဆေးကို မည်သည့်နေရာတွင် ရရှိနိုင်ကြောင်း သိရှိခြင်း (ဗဟုသုတ)
- မလိုလားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဖိအားပေးမှုများကို ဆန့်ကျင်ရန်အတွက် ပြောဆိုဆက်သွယ်ခြင်း၊ ညှိနှိုင်းခြင်း၊ ငြင်းပယ်ခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ (သို့မဟုတ်) ကွန်ဒုံးနှင့် သန္ဓေတားနည်းလမ်းများကို စွဲမြဲမှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်းအပါအဝင် ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှုဖြစ်စေရန် ရည်ရွယ်ကြောင်း ရဲဝံ့ပြတ်သားစွာပြောဆိုခြင်း တို့ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV အပါအဝင် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါ (STI) ရှိမရှိ သိနိုင်ရန် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းသည် အသေချာဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်ပြီး HIV နှင့် STI အများစုအတွက် ကုသရန်ဆေးများရှိနေပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- မိမိတို့၏ ရပ်ရွာဒေသတွင် HIV အပါအဝင်အဖြစ်အများဆုံး STI များအား စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း၊ ဆေးကုသခြင်းများအား သိရှိနားလည်ထားကြောင်း ဖော်ပြနိုင်သည်။ (ဗဟုသုတ)
- ရောဂါရှိမရှိ စစ်ဆေးလိုသူတစ်ဦးအား ကူညီပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

၈.၃ HIV အပါအဝင်လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများကို နားလည်ခြင်း၊ သိမှတ်ခြင်း၊ အန္တရာယ်လျော့နည်းစေခြင်း (အဆက်)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၂ နှစ်မှ ၁၅ နှစ်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုဌာနများသည် HIV ပိုး ရှိမရှိ စစ်ဆေးခြင်း၊ ကုသခြင်း၊ ကွန်ဒုံးများ ဖြန့်ဝေပေးခြင်း တို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။ ထို့ပြင် အချို့ဌာနများသည် အထက်ပါ ဝန်ဆောင်မှုများအပြင် HIV ပိုးနှင့် မထိတွေ့မီ ကာကွယ်ခြင်း (PrEP)၊ HIV ပိုးနှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် ကာကွယ်ခြင်း (PEP) သို့မဟုတ် ဆန္ဒအလျောက် ယောကျ်ားလိင်အင်္ဂါထိပ်ဖုံး အရေပြားဖြတ်ခြင်း (VMMC) စသော ဝန်ဆောင်မှုများလည်း ပေးအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့က HIV ကူးစက်မှု အန္တရာယ်ကို ဆန်းစစ်နိုင်စေရန်နှင့် လိုအပ်သလို ဆေးစစ်ခြင်း၊ ကုသခြင်းများ ရယူနိုင်စေရန် ကူညီပေးနေပါသည်။

သင်တန်းသားများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်လာမည်။

- HIV ပိုး ရှိမရှိ စစ်ဆေးပေးသည့် ကျန်းမာရေးဌာနများနှင့် HIV ပိုးရှိသူများကို အကူအညီပေးသည့် အစီအစဉ်များသို့ လက်လှမ်းမီရယူနိုင်ရန် နည်းလမ်းများကို ဆန်းစစ်ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုး ရှိမရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးသည့် နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးနှင့် ယင်းတို့ကို မည်သို့ ဆောင်ရွက်ပေးကြောင်း ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ယောကျ်ားလေးများ ဆန္ဒအလျောက် လိင်အင်္ဂါ ထိပ်ဖုံး အရေပြားဖြတ်ခြင်း (VMMC) သည် HIV ရောဂါကူးစက်ရရှိမှုကို မည်သို့ လျော့ချပေးနိုင်ကြောင်းဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မိမိတို့ဒေသတွင် ရရှိနိုင်ပါက HIV ကူးစက်ခံရမှု လျော့နည်းစေရန် HIV ပိုးနှင့် မထိတွေ့မီ ကာကွယ်ခြင်း (PrEP) နှင့် ထိတွေ့ ပြီးနောက် ကာကွယ်ခြင်း (PEP) သိရှိဖော်ပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူတိုင်းတွင် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိ ပြီးနောက် မိမိသဘောဆန္ဒအလျောက် လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းမှုဖြင့် HIV ပိုး ရှိမရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းများကို ရရှိရန် အခွင့်အရေးရှိကြောင်း၊ နှင့်HIV ပိုး ရှိမရှိ အခြေအနေကို ဖော်ထုတ်ပြောပြရန် မလိုကြောင်း ရှင်းပြနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- HIV ပိုး ကူးစက်ခံရနိုင်သည့် အန္တရာယ်ကို ဆန်းစစ်ရန် HIV ပိုး ရှိမရှိ စစ်ဆေးခြင်းနှင့် လိုအပ်ပါက ဆေးကုသမှုခံယူရန် အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်လာမည်။ (ခံယူချက်)
- HIV ပိုး ရှိမရှိ စစ်ဆေးလိုသော သူငယ်ချင်း တစ်ဦးအား မည်သို့ ပံ့ပိုးကူညီပေးရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၉ နှစ်မှ ၁၂ နှစ်)

- ရောဂါရှိမရှိ စစ်ဆေးလိုသူများအတွက် ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး ပံ့ပိုးကူညီမှုရှိသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိရန် အရေးကြီးကြောင်း သိမှတ်မည်။ (ခံယူချက်)
- ရောဂါရှိမရှိ စစ်ဆေးရန် မည်သည့်နေရာသို့သွားရမည်ကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ (အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အထက်)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လူငယ်များအဖို့ မလိုလားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဖိအားပေးမှုများကို ဆန့်ကျင်နိုင်ရေး သို့မဟုတ် ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံရေးအလေ့အထကို ခိုင်မာစေရေးအတွက် ပြောဆိုဆက်သွယ်မှု၊ ညှိနှိုင်းမှုနှင့် ငြင်းပယ်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများက ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ (ဥပမာ ကွန်ဒုံးနှင့်သန္ဓေတားဆေးများကို စွဲမြဲစွာအသုံးပြုခြင်း)

- လူမှုရေးစံနှုန်းများ၊ အင်အားသြဇာခြားနားမှု၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးယုံကြည်ချက်နှင့် မိမိ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်သည့် စွမ်းအားအပေါ် ယုံကြည်မှုရှိခြင်းများက လူတစ်ယောက်၏ ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိကြောင်း အမှတ်ရနိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- မလိုလားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပျော်ရွှင်မှုများကို ဆန့်ကျင်နိုင်ရေးနှင့် ဘေးကင်း စိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှု အလေ့အထကို ကျင့်သုံးနိုင်ရေးအတွက် ထိရောက်သော ပြောဆိုဆက်သွယ်မှု၊ ညှိနှိုင်းမှုနှင့် ငြင်းပယ်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများကို အသုံးပြုနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - လိင်မှုကိစ္စရှိနေသူများအကြား ထိခိုက်နိုင်မှုကိုလျော့ချရန် မည်သည့် နည်းဗျူဟာ အသုံးပြုမည်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်းအား လွှမ်းမိုးနေသည့်အချက်များမှာ ထိုသူ၏ စွမ်းရည်ရှိမှု၊ ထိခိုက်ခံစားရလွယ်မှုအပေါ် ထင်မြင်ယူဆမှု၊ ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍ၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ စံနှုန်းများ ဖြစ်ကြသည်။

- လိင်မှုကိစ္စဆောင်ရွက်စဉ် ထိခိုက်လွယ်မှုကို လျော့နည်းစေရန်အတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို လွှမ်းမိုးနိုင်သော အချက်အားလုံးကို ကြောင်းကျိုးဆင်ခြင်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း၌ အချို့အုပ်စုများကို ဖယ်ကျဉ်ထားခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း များက ၎င်းတို့၏ HIV STI ကူးစက်ခံရနိုင်ခြေကို ပိုမိုဆိုးရွားသွားစေကြောင်း သိမှတ်နိုင်မည်။ (ခံယူချက်)
- ကျန်းမာရေးနှင့် ဘဝချမ်းသာသုခအတွက် ကိုယ်ပိုင်စီမံချက်ရေးဆွဲ၍ လက်တွေ့ ကျင့်သုံးနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)
- ကွန်ဒုံး ရရှိနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ဖော်ပြနိုင်မည်။ (ကျွမ်းကျင်မှု)

အဓိကတွေးမြင်မှု - HIV ကူးစက်မှုအန္တရာယ်ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန်နှင့် လိုအပ်သလို ဆေးစစ်ခြင်း၊ ကုသခြင်းများ ရယူနိုင်စေရန်အတွက် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်ဌာနများသည် HIV ပိုး ရှိမရှိစစ်ဆေးခြင်း၊ ကုသခြင်း၊ ကွန်ဒုံးများ ဖြန့်ဝေပေးခြင်း၊ အချို့ဌာနများသည် HIV ပိုးနှင့် မထိတွေ့မီ ကာကွယ်ခြင်း (PeEP)၊ HIV ပိုးနှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက်ကာကွယ်ခြင်း (PEP)၊ ဆန္ဒအလျောက်ယောကျ်ား လိင်အင်္ဂါထိပ်ဖုံး အရေပြားဖြတ်ခြင်း (VMMC) စသော ဝန်ဆောင်မှုများလည်း ပေးအပ်ပါသည်။ အခြားပါဝင်သော ဝန်ဆောင်မှုများမှာ STI များအား စစ်ဆေးခြင်း၊ ကုသခြင်း၊ သန္ဓေတားပေးခြင်း၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်ခံရသူများအား ကုသစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း တို့ဖြစ်သည်။

- HIV ကာကွယ်ရန်နှင့် ရောဂါရလွယ်မှုကို လျော့ချရန်အတွက် အကူအညီရယူနိုင်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်အဖွဲ့များကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)
- ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးသော HIV စစ်ဆေးမှုနှင့် PrEP and PEP အပါအဝင် အခြားဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်သော နေရာဌာနများကို မည်သည့်နေရာတွင် ရယူနိုင်ကြောင်း ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ (ဗဟုသုတ)

၈

Nolte Lourens/Shutterstock.com

၄

CSE လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ပံ့ပိုးမှုများရယူတည်ဆောက်ပြီး အစီအစဉ်များ ရေးဆွဲရန်

၆ – CSE လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ပံ့ပိုးမှုများ ရယူတည်ဆောက်ပြီး အစီအစဉ်များ ရေးဆွဲရန်

ဤအပိုင်းတွင် မတူညီသော ပါဝင်ပတ်သက်သူများက CSE လုပ်ငန်းများအား မည်သို့ ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်နိုင်မည်ကို ဖော်ပြထားသည်။ ထို့ပြင် ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ နှစ်ရပ်လုံးအတွက် CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ဆွဲခြင်းနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းအတွက် မတူညီသော ဆောင်ရွက်သူများက မည်သို့ ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည်ကို ဖော်ပြထားပြီး ပါဝင်သင့်သော နီးနွယ်ပတ်သက်သူများ၊ ၎င်းတို့၏အခန်းကဏ္ဍနှင့် ပါဝင်ကူညီနိုင်မည့် အချက်များကို ခြုံငုံတင်ပြထားသည်။

၆.၁. CSE အတွက် ကတိကဝတ်များကို ခိုင်မာစေခြင်း

ထိရောက်သော CSE လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရန် အထူးလိုအပ်ကြောင်း ရှင်းလင်းစွာ သိထားပြီးသော်လည်း ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ နိုင်ငံအများအပြားတွင် မဆောင်ရွက်နိုင်သေးဘဲ ရှိနေပါသည်။ အကြောင်းပြချက်များတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း၏ သဘာဝ၊ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် သက်ရောက်မှုတို့ကို နားလည်မှုလွဲမှားခြင်း၊ ထိုလုပ်ငန်းများအပေါ် ဆန့်ကျင်မှုများရှိလာလိမ့်မည်ဟု ကြိုတင်ခံယူထားခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များတွင် CSE ပါဝင်လာစေနိုင်ရန်အတွက် အတားအဆီးများ အမှန်တကယ်ရှိသည်ဖြစ်စေ၊ ကြိုတင်မှန်းဆချက်ပင်ဖြစ်စေ ထိုအတားအဆီးများအား ဦးတည်ဖြေရှင်းနိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ နိုင်ငံအဆင့် CSE လုပ်ငန်းများ မိတ်ဆက်စတင်နိုင်ရန် အတွက် ရှင်းလင်းသောအကြောင်းရင်းခံများ တည်ဆောက်ရှင်းပြနိုင်ရန် အောက်ပါအချက်များက ကူညီပေးနိုင်ပေလိမ့်မည်။

နိုင်ငံ (သို့) ဒေသနောက်ခံအခြေအနေအလိုက် လူငယ်များ၏ လက်ရှိ လိုအပ်ချက်များကို ဖော်ပြနိုင်သည့် အထောက်အထားများအား အသုံးပြုရန်

အထောက်အထားများတွင် HIVနှင့် အခြားလိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများ၊ ဆယ်ကျော်သက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှုများနှင့်တကွ ထိခိုက်လွယ်မှုအမြင့်မားဆုံး လူငယ်များအပါအဝင် လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ဒေသအလိုက် အချက်အလက်များ ပါဝင်သင့်သည်။ ထို့ပြင် HIV နှင့် အခြားလိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများ၏အန္တရာယ်နှင့် ထိခိုက်လွယ်မှုတို့နှင့် သီးခြားသက်ဆိုင်သော အချက်အလက်များကို လေ့လာချက်များလည်း ပါဝင်သင့်သည်။ အကောင်းဆုံးမှာ လိင်မှုကိစ္စစတင်သည့် အသက်အရွယ်နှင့် အတွေ့အကြုံ အဖော်ရှာဖွေမှု ပြောင်းလဲပုံများ၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှု၊ အတင်းအကျပ်စေခိုင်းမှုနှင့် အမြတ်ထုတ်မှုများ၏ အချက်အလက်၊ လက်တွဲဖော်များအကြား လက်တွဲချိန်ကာလနှင့် ခိုင်မြဲမှု၊ ကွန်ဒုံးနှင့် ခေတ်မီသန္ဓေတားနည်းလမ်း အသုံးပြုမှုနှင့် ရရှိနိုင်သည့် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအား အသုံးပြုမှုတို့နှင့် စပ်လျဉ်း၍ အရေအတွက်နှင့် အရည်အသွေးဆိုင်ရာ ပုံစံတကျဆောင်ရွက်ထားသည့် စစ်တမ်းများ၊ ပူးပေါင်း ပါဝင်မှုဖြင့် ဆောင်ရွက်ထားသည့် စစ်တမ်းများ ပါဝင်သင့်သည်။ ရရှိနိုင်သရွေ့ အချက်အလက်များအား အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ကျောင်းသူ ကျောင်းသားများ၏ဘဝ တိုးတက်ကောင်းမွန်စေရေးအတွက် CSE သင်ခန်းစာများကို မရှိမဖြစ် လိုအပ်ကြောင်း သက်သေပြနိုင်ရန် အကူအညီ ဖြစ်စေလိမ့်မည်။

CSE ကို အထောက်အကူပေးနိုင်မည့် လက်ရှိ နိုင်ငံတကာ၊ ဒေသဆိုင်ရာနှင့် ပြည်တွင်း မူဘောင်များ၊ နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များကို အသုံးပြုရန်

CSE လုပ်ငန်းများကို ပြုစုဆောင်ရွက်ရာ၌ မတူညီသောဒေသများမှ ဦးဆောင်မှု အမျိုးမျိုးကို ပြသနိုင်ခဲ့ကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ ဆောင်ရွက်ရန် နိုင်ငံရေးအရ ဆန္ဒရှိခြင်းမှ CSE လုပ်ငန်းများကို ရေးဆွဲပြုစုပြီး ရင်းနှီးမြှုပ်နှံဆောင်ရွက်ခြင်းအထိ အဆင့်အမျိုးမျိုးတွင် ရှိနေကြသည်။

စာစု ၂ - အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများအကြား CSE နှင့် စပ်လျဉ်းသော ကုလသမဂ္ဂစံနှုန်းများနှင့် နိုင်ငံတကာသဘောတူညီမှု ဥပမာများ

လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာညီလာခံ (ICPD) လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၊ ဘီဂျင်း လုပ်ငန်းအစီအစဉ်နှင့် ထိုညီလာခံများအား ပြန်လည် ဆန်းစစ်မှုမှ ထွက်ပေါ်လာသော စာတမ်းများက နိုင်ငံအစိုးရများအား အောက်ပါအတိုင်း တိုက်တွန်းထားပါသည်။ 'လူငယ်များ၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လျို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးမှုတို့ကို အပြည့်အဝလေးစားပြီး ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိဘဲ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု၊ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်း လိုအပ်ချက်များကို ပြည့်မီစေရေးကို အပြည့်အဝ အာရုံစိုက်ဆောင်ရွက်ပေးရန်နှင့် လူငယ်များအနေနှင့် မိမိတို့၏လိင်မှုရေးရာတွင် အပြုသဘောဆောင်ပြီး တာဝန်ယူမှု ရှိစေရန်အတွက် လူသားတို့၏ လိင်မှုရေးရာအကြောင်း၊ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမတန်းတူညီမျှမှုတို့ အကြောင်းကို အထောက်အထားအခြေခံသည့် ပြည့်စုံသော ပညာပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေးရန်

စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် (SDGs) များ ပါဝင်သည့် ၂၀၃၀ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အစီအစဉ်များက အောက်ပါတို့ကို ချမှတ်ခဲ့သည်။ (SDG3) အားလုံးအတွက် အဆင့်တိုင်းတွင် ကျန်းမာသောဘဝနှင့် ချမ်းသာသုခကို မြှင့်တင်ပေးခြင်းအား သေချာစေရန်၊ (SDG4)အားလုံးအတွက် ပါဝင်နိုင်မှုနှင့် တန်းတူညီမျှမှုတို့ရှိသော ပညာရေးနှင့် တစ်သက်တာ သင်ယူမှုအခွင့်အလမ်းများကို မြှင့်တင်ပေးခြင်းအား သေချာစေရန်၊ (SDG5) ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု ပြည့်မြောက်ရရှိစေရန်နှင့် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများ အားလုံးကို လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်ပေးရန်။

လူ့အခွင့်အရေးကောင်စီက နိုင်ငံအစိုးရများအား အောက်ပါတို့အတွက် တိုက်တွန်းထားသည်။ 'ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် လူငယ်များအတွက် ၎င်းတို့၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲနေသော စွမ်းဆောင်ရည်များနှင့် လိုက်လျောညီထွေရှိပြီး တိကျပြည့်စုံသော အချက်အလက်များပါဝင်သည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အပါအဝင် ပညာပေးလုပ်ငန်းများနှင့် သင်ကြားမှုအထောက်အကူများကို စီစဉ်ပြုစုပြီး အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်ရွက်ရန်

ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးကော်မတီက နိုင်ငံအစိုးရများအား အောက်ပါတို့အတွက် တိုက်တွန်းထားသည်။ 'သိပ္ပံနည်းကျ အထောက်အထားများနှင့် လူ့အခွင့်အရေးစံနှုန်းများကို အခြေခံ၍ ဆယ်ကျော်သက်များကိုယ်တိုင် ပါဝင်ပြုစုထားသည့် အသက်အရွယ်အလိုက် သင့်လျော်ပြီး ပြည့်စုံစွာပါဝင်သော လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ပညာပေးခြင်းများကို ကျောင်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် မပါမဖြစ်ပါဝင်စေပြီး ကျောင်းပြင်ပ ဆယ်ကျော်သက်များ ထံသို့လည်း ရောက်ရှိစေရန်

စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးကော်မတီက ထောက်ခံအကြံပြုထားသည်မှာ –'လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး အခွင့်အရေးများကို အမှန်တကယ်ရရှိနိုင်ရန်အတွက် နိုင်ငံအစိုးရများက ၎င်းတို့၏ တာဝန်များကို ပြည့်မီအောင် ဆောင်ရွက်ပေးရန်လိုပါသည်။ ဥပမာ – ပြီးပြည့်စုံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမရှိဘဲ သိပ္ပံနည်းကျ တိကျသေချာသော အထောက်အထားများကို အခြေခံကာ အသက်အရွယ်အလိုက် သင့်လျော်သော လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ပညာပေးခြင်းများကို ရရှိနိုင်သည့်အခွင့်အရေး

နောက်ဆက်တွဲ ၁ ကို ကြည့်ပါ။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' (CSE) နှင့် သက်ဆိုင်သော နိုင်ငံတကာသဘောတူညီချက်များ၊ လမ်းညွှန်များနှင့် စံနှုန်းများ

- **အနောက်ဥရောပနိုင်ငံများက** လွန်ခဲ့သည့် နှစ် ၅၀ ကပင် ကျောင်းအခြေပြု CSE လုပ်ငန်းများကို ဦးဆောင်စတင်ခဲ့သည်။ ဆွီဒင်၊ နော်ဝေနှင့် နယ်သာလန်နိုင်ငံတို့တွင် ကျောင်းတွင်း CSE လုပ်ငန်းများ ကာလရှည်ကြာ ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်ကာ ဆယ်ကျော်သက်ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှုန်းကို အရှေ့ဥရောပနိုင်ငံများနှင့် အလယ်ပိုင်းအာရှနိုင်ငံများထက် သိသာစွာ လျော့ကျစေခဲ့သည်။ ထိုဒေသများတွင်မူ ကျောင်းများ၌ လိင်မှုကိစ္စနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးတို့အကြောင်း ပွင့်လင်းစွာပြောဆိုခြင်းမှာ အကဲဆတ်သည့် အကြောင်းအရာ ဖြစ်နေဆဲဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အက်စတိုးနီးယားနိုင်ငံတွင် သုတေသနအချို့က CSE လုပ်ငန်းများ အချိန်နှင့်အမျှ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာခြင်းနှင့် လူငယ်များ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအညွှန်းကိန်းများ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာခြင်းတို့အကြား ခိုင်မာစွာ ဆက်နွယ်နေကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည်။ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု၊ သားပျက်သားလျောမှုနှင့် HIV ကူးစက်မှုနှုန်းများ လျော့ကျလာခြင်းတို့ ပါဝင်သော ထို လတ်တလောကာလ တိုးတက်မှုများမှာ ကျောင်းများတွင် CSE လုပ်ငန်းများကို ပုံမှန်ပါဝင်လာစေခြင်းနှင့် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများအဖြစ်သို့ တဖြေးဖြေးပြောင်းလဲလာခြင်းတို့ ပေါင်းစပ်မှု၏ ရလဒ်ဖြစ်ပေသည်။ (UNESCO, 2011a).

- **လက်တင်အမေရိကနှင့် ကာရစ်ဘီယံ ဒေသ (LAC)** တွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေးဝန်ကြီးများက ၂၀၀၈ ခုနှစ်၌ လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည့် ပညာရေးဖြင့် တားဆီးကာကွယ်ရန် ဝန်ကြီးများ၏ကြေညာချက်မှတဆင့် CSE အတွက် မိမိတို့၏ ကတိကဝတ်ကို ဖော်ပြခဲ့ကြသည်။ အစိုးရများက ဌာနများအကြား ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုကို သေချာစေရန် ကတိပြုခဲ့ပြီး HIV/STI တားဆီးကာကွယ်ရေး အပါအဝင် ပြည့်စုံသော CSE နှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး မြှင့်တင်မှုအတွက် ကဏ္ဍပေါင်းစုံမဟာဗျူဟာကို ဆောင်ရွက်ရန် သဘောတူညီခဲ့သည် (UNESCO, 2015a)။ ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေး ကဏ္ဍတို့ ပူးပေါင်းလက်တွဲဆောင်ရွက်ရန် မဖြစ်မနေ လိုအပ်မှုအပေါ် ကြေညာချက်၏ ဦးတည်စူးစိုက်မှုက နိုင်ငံအဆင့် CSE မူဝါဒနှင့် လူငယ်များအတွက် SRH ဝန်ဆောင်မှုများအား ပိုမိုလက်လှမ်းမီစေရန်နှင့် ချိတ်ဆက်မှုများ ရှိစေရန်ဟူသော အလုည့်အပြောင်းတစ်ခုကို အမှတ်အသားဖြစ်စေသည်။

- ထိုနည်းတူစွာ ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် လူငယ်များအတွက် CSE နှင့် SRH ဝန်ဆောင်မှုများရရှိရန် **အရှေ့ပိုင်းနှင့် တောင်ပိုင်းအာဖရိကနိုင်ငံ** ဝန်ကြီးများ၏ ကတိကဝတ်အရ အရှေ့ပိုင်းနှင့် တောင်ပိုင်း အာဖရိကနိုင်ငံများတွင် ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်သူများက CSE ကို လက်လှမ်းမီစေရန် နိုင်ငံရေးအရ ဆန္ဒရှိမှုကို အတည်ပြုခဲ့သည်။ အဓိကကျသော ဤကတိကဝတ်သည် ယဉ်ကျေးမှုအရ ဆီလျော်သောနည်းလမ်းကို လက်ခံပြီး အရည်အသွေး မြင့်မား၍ ပြည့်စုံပြီး ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို စူးစိုက်ဦးတည်သည့် CSE နှင့် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော HIV နှင့် SRH ဝန်ဆောင်မှုများကို ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် လူငယ်များအားလုံး လက်လှမ်းမီစေရန် ရှင်းလင်းစွာ ဦးစားပေးဖော်ပြထားသည် (UNESCO, 2013b)။

- **အာရှနှင့် ပစိဖိတ်ဒေသတွင်** အစဉ်အလာအားဖြင့် HIV ပညာပေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန် နိုင်ငံရေးအရ များစွာအားပေးသော အခြေအနေရှိပြီး ဒေသတွင်းရှိ နိုင်ငံအများစုမှာ နိုင်ငံအဆင့် HIV မဟာဗျူဟာများ၌ CSE ကို ဦးတည်ကာ ပေါင်းစည်းထည့်သွင်းကြသည် (UNESCO, 2012)။ အာရှနှင့် ပစိဖိတ်ဒေသ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ ညီလာခံက အားလုံးအတွက် အထူးသဖြင့် အဆင်းရဲဆုံးနှင့် ဖယ်ကျဉ်အခံရဆုံး လူထုများအတွက် SRHR ကို သေချာစေရန် ဦးတည်သည့် ကတိကဝတ်အား ၂၀၁၃ ခုနှစ်တွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည် (ESCAP, 2013)။

ကလေးသူငယ်များနှင့် လူငယ်များ လူမှုရေးနှင့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အဆင်ပြေကောင်းမွန်ရေး၏ အရေးကြီးမှုအပေါ် အခြေအတင် မျှဝေဆွေးနွေးတင်ပြမှုများ

လူမှုရေးနှင့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုများမှာ ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ ဘဝအဆင်ပြေကောင်းမွန်မှုနှင့် သင်ယူမှုဆိုင်ရာ ရလဒ်များအပေါ် ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းပေးသည့် မရှိမဖြစ် အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်ကြသည်။ ထို့ပြင် ၎င်းက ကြင်နာမှု၊ မျှဝေမှုနှင့် စာနာမှု စသည့် လူမှုရေးအမူအကျင့်များကို တိုးတက်စေပြီး ကျောင်းအပေါ် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ ခံယူချက်ကို ကောင်းမွန်စေကာ စိတ်ဓါတ်ကျဆင်းမှုနှင့် စိတ်ဖိစီးမှုများကို လျော့နည်းစေ သည် (Durlak et al., 2011; OECD, 2017)။ CSE လုပ်ငန်းများက မိမိကိုယ်ကို သိနားလည်ခြင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင် စီမံခန့်ခွဲနိုင်ခြင်း၊ လူမှုရေးအရ သတိပြုနားလည်ခြင်း၊ ဆက်သွယ်ရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် တာဝန်ယူမှုရှိသော ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း စသည်တို့ အပါအဝင် ထိရောက်သော လူမှုရေးနှင့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ သင်ယူမှုများနှင့် နီးကပ်စွာဆက်နွယ်နေသည့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ကူညီပေးသည်။

CSE နှင့် ပတ်သက်၍ မေးခွန်းများနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို တုံ့ပြန်ဖြေကြားခြင်း

ဇယား ၃ တွင် CSE လုပ်ငန်းများ စတင်အဆိုပြုချိန်၌ မကြာခဏ တင်ပြလေ့ရှိကြသော အယူအဆမှားများနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများနှင့် ထိုအယူအဆမှားများအပေါ် တုံ့ပြန်ဖြေကြားရန် အကြံပြုသည့် အချက်အလက်များကို ပေးထားပါသည်။ ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန ဝန်ထမ်းများ၊ ကျောင်းအုပ်များ၊ ဆရာဆရာမများအနေနှင့် CSE လုပ်ငန်းများကို ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးကဏ္ဍတို့မှ ဆောင်ရွက်ပေးရန် လိုအပ်သည့်အကြောင်း သေချာစွာ မသိရှိခြင်း (သို့) မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ မရှိခြင်းကြောင့် CSE လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးရန် တွန့်ဆုတ်ခြင်း ရှိတတ်သဖြင့် ထိုမေးခွန်းများအပေါ် ရှင်းလင်းစွာ နားလည်ပြီး ဖြေကြားနိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဆရာဆရာမများ၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးနှင့် ပညာရှင်ဆိုင်ရာ တန်ဖိုးထားမှုများကလည်း ၎င်းတို့အား ဆောင်ရွက်စေသည့် ကိစ္စများနှင့် ပဋိပက္ခဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သင်ကြားရေးပညာရှင်များအား မည်သည်တို့ကို မည်သို့ သင်ကြားရမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းလင်းသော လမ်းညွှန်ချက်ပေးရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

ဇယား ၃ - CSE နှင့် ပတ်သက်၍ ရှိတတ်သော စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ

စိုးရိမ်ပူပန်မှုများ	တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းရန်
▶ CSE ကြောင့် လိင်မှုကိစ္စများကို စောစီးစွာစတင်ခြင်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။	▶ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း သုတေသနများမှ ရှင်းလင်းစွာတွေ့ရှိရသည်မှာ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကြောင့် လိင်မှုကိစ္စများ စောစီးစွာစတင်မှုကို ဖြစ်စေခြင်းမှာ အလွန်နည်းပါးသည်။ သုတေသနများမှ တွေ့ရှိရသည်မှာ CSE မှာ လိင်မှုကိစ္စစတင်သည့် အသက်အပေါ် တိုက်ရိုက်သက်ရောက်မှုမရှိပါ။ (သို့မဟုတ်) အမှန်တကယ်အားဖြင့် နောက်ကျမှ စတင်စေတတ်ပြီး တာဝန်ယူမှုရှိသော လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များ ကျင့်သုံးစေသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် *အပိုင်း ၄ တွင် ကြည့်ပါ။*
▶ CSE ကြောင့် ကလေးများ၏ မသိနားမလည် အပြစ်ကင်းစင်မှုကို ကွယ်ပျောက်စေသည်။	▶ အထောက်အထားများအရ ကလေးများနှင့်လူငယ်များသည် ကျောင်းပညာသင်ကြားမှု အစဦးကပင် သေချာစွာ ပြင်ဆင်ထားသော လုပ်ငန်းစဉ်များဖြင့် သိပ္ပံနည်းကျဖြစ်၍ တိကျမှန်ကန်ပြီး၊ ကြိုတင်ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်မှု ကင်းရှင်းကာ အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအရ သင့်လျော်သော အချက်အလက်များကို သိရှိရခြင်းဖြင့် အကျိုးကျေးဇူး ရရှိစေပါသည်။ CSE မရရှိပါက ကလေးများနှင့်လူငယ်များသည် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၊ မီဒီယာများနှင့် အခြားရင်းမြစ်များထံမှ မတူညီသော၊ တစ်ခါတစ်ရံ အလွန်ဖျက်စီးတတ်သော သတင်းစကားများ ရရှိနိုင်သည့် အန္တရာယ် ရှိနေပါသည်။ အရည်အသွေးကောင်းမွန်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' သည် အပြုသဘော တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ဆက်ဆံမှုများအား အလေးထားဦးတည်၍ ပြည့်စုံမှန်ကန်သော အချက်အလက်များကို ပေးအပ်နိုင်သည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' သည် လိင်မှုကိစ္စအကြောင်းထက် ပိုလွန်ပါသည်။ ၎င်းတွင် ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း၊ ပျိုဖော်ဝင်ခြင်းအကြောင်း၊ ဆက်ဆံရေးအကြောင်း၊ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများအကြောင်း စသည်တို့လည်း ပါဝင်ပါသည်။
▶ CSE သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ ယဉ်ကျေးမှု၊ ဘာသာရေးတို့နှင့် ဆန့်ကျင်နေသည်။	▶ ဤလမ်းညွှန်က အလေးထားဖော်ပြသည်မှာ ပါဝင်သည့်အကြောင်းအရာများကို ဒေသ နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီစေရန်အတွက် ရပ်ရွာဒေသတစ်ခုအတွင်းရှိ ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံကို ထိန်းသိမ်းဆောင်ရွက်သူများနှင့် ဆက်သွယ်ကာ ရင်းနှီးယုံကြည်မှု၊ ပံ့ပိုးမှုများ တည်ဆောက်ရမည်။ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ အပါအဝင် အဓိကကျသည့် နီးနွယ်ပတ်သက်သူများက လုပ်ငန်းစဉ် ပြုစုရေးဆွဲသူများနှင့် ဆောင်ရွက်သူများအား သက်ဆိုင်ရာ ဘာသာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုတို့တွင် ဗဟိုချက်ဖြစ်သည့် အဓိကတန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သိရှိရင်းနှီးစေရန် ကူညီပေးနိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် လူထု၏ ဘာသာရေးဆိုင်ရာယုံကြည်မှုများဖြင့် ရရှိပိုင်ဆိုင်ထားသော အသိဉာဏ်က လုပ်ဆောင်ချက်များအပေါ် ဖြည့်ဆည်းပေးသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ လမ်းညွှန်က ထပ်မံ၍ အထူးပြု ဖော်ပြထားသည်မှာ အထူးသဖြင့် မိန်းကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးငယ်များ၊ အခြား နိမ့်ပါးဖယ်ကျဉ်ခံရသူများအပေါ် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် မကိုက်ညီသည့် (သို့) ထိခိုက်လွယ်မှု ဖြစ်စေသည့် အနုတ်သဘောဆောင်သော လူမှုရေးစံနှုန်းများနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သော အလေ့အထများကိုလည်း ထင်ဟပ် သိမြင်၍ ဦးတည်ဖြေရှင်းကြရန် လိုပါသည်။
▶ လိင်မှုရေးရာ အကြောင်းကို လူငယ်များအား သင်ကြားပေးရန်မှာ မိဘများနှင့် မိသားစု၏ အခန်းကဏ္ဍသာ ဖြစ်သည်။	▶ လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့တွင် ကျန်းမာမှုရှိစေသော နည်းလမ်းမှန်ကို ပုံဖော်နိုင်ရန် မိဘများနှင့် မိသားစုတို့သည် သတင်းအချက်အလက်များ၊ ပံ့ပိုးမှုများနှင့် စောင့်ရှောက်မှုများ၏ မူလရင်းမြစ် ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ အဓိကကျသည့် အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ကြပါသည်။ သို့ရာတွင် ပညာရေးဝန်ကြီးများ၊ ကျောင်းများနှင့် ဆရာ ဆရာမများမှတဆင့် အစိုးရသည် မိဘနှင့် မိသားစုများ၏ အခန်းကဏ္ဍကို ဖြည့်စွက်ကာ ကလေးနှင့် လူငယ်အားလုံးအတွက် ဘေးကင်းလုံခြုံသော သင်ယူမှု အခြေအနေတွင် ခြုံငုံပြည့်စုံသော ပညာရေးကို ပံ့ပိုးပေးအပ်ရန် လိုပါသည်။ ထို့ပြင် အရည်အသွေးမြင့်မားသော CSE လုပ်ငန်းကိုဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သောနည်းလမ်း၊ ပစ္စည်းကိရိယာများကိုလည်း ပံ့ပိုးပေးရပါမည်။
▶ မိဘများက ကျောင်းများတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကို ကန့်ကွက်နိုင်သည်။	▶ မိဘများသည် မိမိတို့သားသမီးများ လိင်သတ်မှတ်ခံယူမှုနှင့် လိင်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေး ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆက်ဆံမှုများ၏ အဓိကအချက်များကို ပုံဖော်ရာတွင် အခြေခံကျသည့် အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ မိဘများမှ ကျောင်းတွင်း CSE လုပ်ငန်းများအား ဆန့်ကျင်ကန့်ကွက်မှုမှာ စိုးရိမ်ကြောက်ရွံ့မှုများနှင့် CSE အကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ သက်ရောက်မှုများနှင့်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ မရရှိခြင်းကို အခြေခံခြင်း ဖြစ်တတ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းတို့အနေနှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် SRH အချက်အလက်များမှာ မိသားစု၏ တန်ဖိုးထားမှုစနစ်အပေါ် မြစ်ဖျားခံကြောင်း သေချာစေရန် လိုလားကြသည်။ CSE လုပ်ငန်းများမှာ မိဘများ၏ အခန်းကဏ္ဍကို ဖယ်ရှားနေရာယူရန် မဟုတ်ဘဲ မိဘများနှင့် မိတ်ဖက်ဖွဲ့ကာ ၎င်းတို့ကို ပါဝင်ဆောင်ရွက်စေပြီး ပံ့ပိုးပေးရန်သာ ဖြစ်သည်။ ▶ မိဘအများစုမှာ ကျောင်းတွင်း အရည်အသွေးပြည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများအတွက် အားအကောင်းဆုံး ပံ့ပိုးသူများထဲတွင် ပါဝင်သည်။ မိဘအများစုက မိမိတို့၏ကလေးများနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာကိစ္စများကို ချဉ်းကပ် ဆွေးနွေးနိုင်ရန်၊ (ဥပမာ ကလေးတစ်ဦးက အင်တာနက်တွင် လိင်လှုံ့ဆော်ရုပ်ပုံများ ကြည့်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် လူမှုမီဒီယာတွင် အနိုင်အထက်ပြုခံခြင်း စသည့်) ခက်ခဲသောအခြေအနေများတွင် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်နှင့် တိကျမှန်ကန်သော အချက်အလက်များ ရယူပေးအပ်နိုင်ရန်တို့အတွက် ၎င်းတို့အားကူညီမည့် ပြင်ပမှပံ့ပိုးမှုများကို တန်ဖိုးထားကြသည်။

▶ CSE မှာ ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် သင့်လျော်နိုင်သော်လည်း ကလေးငယ်များအတွက် မသင့်လျော်ပါ။	▶ ကလေးငယ်များသည်လည်း ၄င်းတို့၏ အသက်အရွယ်နှင့် သင့်လျော်သည့် အချက်အလက်များကို သိရှိရန်လိုပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်မှာ အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်အရ သင့်လျော်မှုရှိစေရန် ဟူသော သဘောတရားကိုအခြေခံပါသည်။ ၄င်းကို အပိုင်း ၅၊ သင်ယူမှုဆိုင်ရာရည်ရွယ်ချက်များကို အသက်အုပ်စုလိုက် ရေးဆွဲထားခြင်းတွင် ထင်ဟပ်ဖော်ပြထားပါသည်။ ထို့ပြင် လမ်းညွှန်က ရပ်ရွာဒေသနှင့် လူထု၏ နောက်ခံအခြေအနေများအလိုက် ပြင်ဆင်ပြောင်းလဲနိုင်ကြောင်း တင်ပြထားပါသည်။ လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးသာမက အခြား ဆက်ဆံရေး အမျိုးမျိုးကိုလည်း ပါဝင်ထည့်သွင်းထားပါသည်။ ကလေးများသည် လိင်မှုရေးရာများမစတင်မီ အစောပိုင်းကာလ များကပင် ထိုဆက်ဆံရေးများကို သိမှတ်သတိပြုမိကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်အကြောင်း၊ ဆက်ဆံရေး အကြောင်းနှင့် ခံစားမှုများအကြောင်းကို နားလည်စေရန် ငယ်ရွယ်စဉ်ကပင် အသိပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ လိုအပ်ပါသည်။ ▶ ကလေးများအဖို့ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ၏ အမည်ကို မှန်ကန်စွာသိရှိနိုင်ရန်၊ လူသားတို့၏ မျိုးပွားခြင်းဆိုင်ရာ သဘောတရားနှင့် အချက်အလက်များကို နားလည်စေရန်၊ မိသားစုနှင့် လူအချင်းချင်း ဆက်ဆံရေးတို့ကို ဖော်ထုတ်သိရှိစေရန်၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှုများမှ ဘေးကင်းလုံခြုံစေခြင်း၊ ကာကွယ်ခြင်းနှင့် တိုင်ကြားခြင်းစသည့် အကြောင်းအရာများကို ဘေးကင်းလုံခြုံသော ဝန်းကျင်အခြေအနေတွင် သင်ယူလေ့လာနိုင်စေခြင်းဖြင့် ကျန်းမာသောကလေးများ ဖြစ်လာစေရန် စသည့်အခြေခံများကို လမ်းညွှန်က ချမှတ်ပေးသည်။ CSE သည် မိမိတို့၏ စိတ်ခံစားမှုကို ကိုယ်တိုင်ထိန်းချုပ်နိုင်မှု (ဥပမာ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး၊ စိတ်ခံစားမှု၊ အမူအကျင့်)၊ လူမှုရေးရာအသိရှိမှု (ဥပမာ စာနာစိတ်)၊ ဆက်ဆံရေးကျွမ်းကျင်မှု (ဥပမာ အပြုသဘောဆောင်သည့် ဆက်ဆံရေး၊ ပဋိပက္ခများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းခြင်း) နှင့် တာဝန်ယူမှုရှိသော ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း (ဥပမာ အပြုသဘောနှင့် ကျင့်ဝတ်အရ ရွေးချယ်မှု) တို့ကို လေ့လာသင်ယူခြင်းဖြင့် ကလေးများအား မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိစေရန် အခွင့်အလမ်းကိုလည်း ရရှိစေသည်။ ထိုအကြောင်းအရာများကို ကလေး၏အသက်အရွယ်နှင့် ပြောင်းလဲလာနေသော စွမ်းဆောင်ရည်များအလိုက် တဖြေးဖြေး မိတ်ဆက်ပေးရန်ဖြစ်သည်။
▶ ဆရာဆရာမများမှာ စိတ်မသက်မသာ ဖြစ်နိုင်သည်။ (သို့) CSE သင်ကြားရန် ကျွမ်းကျင်မှုမရှိခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။	▶ သင်တန်းနှင့် ပံ့ပိုးမှုများ ကောင်းစွာရရှိထားပြီး တက်ကြွနိုးကြားသော ဆရာဆရာမများမှာ အရည်အသွေးမြင့် CSE ကို ဖြန့်ဝေရာတွင် အဓိကအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ ကျောင်းတွင် ဆရာဆရာမများသည် အရွယ်ရောက်ခြင်း၊ ဆက်ဆံရေး (သို့) လိင်အကြောင်း မေးခွန်းများကို ကျောင်းသူကျောင်းသားများထံမှ မကြာခဏ အမေးခံရတတ်သည်။ ထိုမေးခွန်းများကို သင့်လျော်စွာ၊ အန္တရာယ်ကင်းစွာ ဖြေကြားနိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။ ▶ ကဏ္ဍအလိုက်နှင့် ကျောင်းအလိုက် ရှင်းလင်းသော မူဝါဒများက ဆရာဆရာမများကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်။ ထို့အတူ လုပ်ငန်းခွင်အကြိုနှင့် လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း စခန်းသွင်း ဆရာဖြစ်သင်တန်းများနှင့် ကျောင်းစီမံခန့်ခွဲရေးအဖွဲ့၏ ပံ့ပိုးမှုတို့ကလည်း အကူအညီ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဆရာဆရာမများအား သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲတွင် CSE ကို ပုံမှန်အဖြစ် ဦးစားပေးထည့်သွင်းစေခြင်းဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှုတို့ကို တည်ဆောက်ရန်နှင့် ပိုမိုနိုင်မာသောပညာရှင်အဖြစ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေပြီး အထောက်အပံ့များ ရယူနိုင်ကြရန် တိုက်တွန်းအားပေးသင့်သည်။
▶ CSE သင်ကြားခြင်းမှာ ဆရာဆရာမများအတွက် အလွန်ခက်ခဲနိုင်သည်။	▶ လိင်၊ ကျားမရေးရာနှင့် လိင်မှုရေးရာတို့နှင့်စပ်လျဉ်း၍ အဆိုးမြင်သဘောနှင့် အမျိုးမျိုး ကွဲပြားသော အချက်အလက်များ ရှိနေသည့် လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုနောက်ခံအခြေအနေများတွင် လိင်မှုဆိုင်ရာများကို သင်ကြားခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်းမှာ စိန်ခေါ်မှုဖြစ်နိုင်သည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ဆရာဆရာမနှင့် ပညာပေးသူအများစုမှာ သင်ယူသူများနှင့် အပြန်အလှန် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်နိုင်သော၊ တက်ကြွစွာ နားထောင်ပေးနိုင်သော၊ လိုအပ်ချက်နှင့် ပူပန်မှုများကို ဖော်ထုတ်ပေးနိုင်သော၊ သတင်းအချက်အလက် များပေးနိုင်သော ကျွမ်းကျင်မှု ရှိနေကြပါသည်။ ဆရာဆရာမများအတွက် CSE အကြောင်းအရာများကို ပါဝင်လေ့လာမှုနည်းလမ်းများဖြင့် သင်တန်းများပေးနိုင်သည်။ ၄င်းတို့ကို လိင်မှုရေးရာတွင် ကျွမ်းကျင်သူများ ဖြစ်ရမည်ဟု မျှော်လင့်ထားခြင်း မရှိပါ။ သင်တန်းများကို လုပ်ငန်းခွင်အကြို ဆရာဖြစ်သင်တန်းကျောင်းများ (သို့) လုပ်ငန်းခွင် သင်တန်းများတွင် အစိတ်အပိုင်းအဖြစ် ထည့်သွင်းနိုင်သည်။
▶ CSE မှာ အခြားဘာသာရပ်များ (ဥပမာ- ဇီဝဗေဒ၊ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ သို့မဟုတ် နိုင်ငံသားကျင့်ဝတ်) တို့တွင် ပါဝင်ပြီးဖြစ်သည်။	▶ ဤလမ်းညွှန်ကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် CSE နယ်ပယ်တွင် လျှင်မြန်စွာပြောင်းလဲနေသော အချက်များကို အခြေခံ၍ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၊ သင်ကြားမှုအလေ့အထနှင့် အထောက်အထားများကို ဆန်းစစ်အားဖြည့်နိုင်ရန်အတွက် အခွင့်အလမ်း ရရှိစေသည်။ ထို့ပြင် ကျောင်းများတွင် ကျောင်းသင်ဘာသာရပ်အများအပြား၌ ဖြန့်ဝေပါဝင်နေခြင်း ဖြစ်ပါက အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များ ပြည့်စုံစွာပါရှိပြီး သင်ယူမှုဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်များအား အပြည့်အဝခြုံငုံနိုင်မှု ရှိမရှိ ဆန်းစစ်သေချာစေနိုင်သည်။ ထို့ပြင် ထိရောက်သော CSE တွင် အခြားဘာသာရပ်များ၌ မပါရှိသည့် ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုကို အခြေခံသော သင်ယူမှုရလဒ်များ ပါဝင်နိုင်သည်။
▶ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' သည် အပြုသဘောဆောင်သော တန်ဖိုးများနှင့် တာဝန်ယူမှုတို့ကို မြှင့်တင်ပေးသင့်သည်။	▶ ဤလမ်းညွှန်က အားလုံးအတွက် လူ့အခွင့်အရေးများတွင် ခွဲခြားမရအောင် ချိတ်ဆက်ပါဝင်နေသော လေးစားမှု၊ လက်ခံမှု၊ တန်းတူညီမျှမှု၊ စာနာမှု၊ တာဝန်ယူမှုနှင့် အပြန်အလှန်အကျိုးရှိမှု စသည်တို့ကို အထူးပြုသည့် လူ့အခွင့်အရေး အခြေခံသောနည်းလမ်းကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော ပညာပေးနည်းလမ်းတွင် တန်ဖိုးထားမှုနှင့် တာဝန်ယူမှုတို့ကို ဦးတည်ပါဝင်စေရန် မဖြစ်မနေလိုအပ်သည်။ CSE က သင်ယူသူများအား အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်အမျိုးမျိုးအတွက် မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင်တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ခံယူမှုများအား ပြန်လည်ဆန်းစစ်၍ ရှင်းလင်းစွာ သိရှိနိုင်စေရန် အခွင့်အလမ်းကို ပေးသည်။

▶ လူငယ်များသည် လိင်နှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာများ အကြောင်း အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာများမှ တဆင့် အလုံးစုံသိနှင့်ပြီး ဖြစ်သည်။	▶ အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာများမှာ လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာမေးခွန်းများအတွက် အချက်အလက်နှင့် အဖြေများ ရယူနိုင်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း ဖြစ်နိုင်သည်။ လူငယ်များသည် (လူမှုမီဒီယာ အပါအဝင်) အင်တာနက်မီဒီယာကို အသုံးပြုလေ့ရှိကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အချက်အလက်များကို အခြားနေရာများမှ လျှင်မြန်အဆင်ပြေစွာ မရရှိနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် အင်တာနက်မီဒီယာမှာ အသက်အရွယ်အလိုက် သင့်လျော်ပြီး အထောက်အထား အခြေခံသည့် အချက်အလက်များကို အစဉ်မပေးစွမ်းနိုင်ပါ။ စင်စစ်အားဖြင့် ဘက်လိုက်၍ ပုံဖျက်ထားသော အချက်အလက်များကိုလည်း ပေးနိုင်သည်။ လူငယ်များအနေနှင့် တိကျမှန်ကန်သော အချက်အလက်နှင့် မမှန်ကန်သော အချက်အလက်များကို ခွဲခြားသိမြင်ရန် ခက်ခဲပေသည်။ အင်တာနက်မီဒီယာက အချက်အလက် အမြောက်အများကို ပေးနိုင်သော်လည်း လူငယ်များအတွက် ကိစ္စရပ်များအပေါ် ဆွေးနွေးရန်၊ ထင်ဟပ်တွေးတောရန်၊ အခြေအတင်ပြောဆိုရန် (သို့) သက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုများ တည်ဆောက်နိုင်ရန် မဖြစ်နိုင်ချေ။ CSE က လူငယ်များအတွက် လူမှုမီဒီယာနှင့် လိင်လှုံ့ဆော်ပုံများမှ ၄င်းတို့တွေ့မြင်ရသည့် ပုံများ၊ အလေ့အထများ၊ စံနှုန်းများ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ ဇာတ်ညွှန်းများကို အဓိပ္ပာယ်ဖော်နိုင်ကာ နားလည်သဘောပေါက်စေမည့် စုဝေးရာ နေရာတစ်ခု ရရှိစေနိုင်သည်။ စိတ်ခံစားမှုအရ နီးကပ်ခြင်း၊ သဘောတူလက်ခံမှုရရှိရန် ညှိနှိုင်းခြင်း၊ ခေတ်မီသန္ဓေတားနည်းလမ်းများအကြောင်း ဆွေးနွေးခြင်း စသည့် လိင်လှုံ့ဆော်ပုံများမှ မရရှိနိုင်သည့် အကြောင်းအရာ ရှုထောင့်များကို လေ့လာရန် အခွင့်အလမ်း ရရှိစေသည်။ CSE သည် လူငယ်များအား အင်တာနက်နှင့် လူမှုမီဒီယာများကို ဘေးကင်းစွာ အသုံးပြုနိုင်ရန်နှင့် မှန်ကန်ပြီး အထောက်အထား အခြေခံသည့် အချက်အလက်များကို ဖော်ထုတ်သိရှိနိုင်စေရန် အတွက်လည်း ပံ့ပိုးကူညီပေးသည်။
▶ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များက ပံ့ပိုးအားပေးမှု မရှိခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။	▶ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များသည် ကျောင်းများ၌ CSE သင်ကြားခြင်းကို ပံပိုးပေးရန်အတွက် ထူးခြားအရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု အခြေခံသည့် အဖွဲ့အစည်းများသည် လုပ်ငန်းစဉ်ရေးဆွဲသူများ၊ ဆောင်ရွက်သူများအား လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးနှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' တို့အကြောင်း ဆွေးနွေးရန်အတွက် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များထံ ချဉ်းကပ်နိုင်ရန် လမ်းညွှန်မှုပေးနိုင်သည်။ စံပြပုဂ္ဂိုလ်များ၊ လမ်းညွှန်သူများ၊ ရှင်းလင်းတင်ပြပေးသူများဖြစ်သည့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များမှာ လူငယ်များ၏ဘဝ ကောင်းမွန်သာယာရေးကို တန်ဖိုးထားသည့် ယုံကြည်ကိုးကွယ်သူလူထုအတွက် သံတမန်များဖြစ်ကြသည်။ လူငယ်များသည် မိမိတို့ဘဝနှင့် ဆီလျော်သည့် ကျင့်ဝတ်သိက္ခာဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်မှုများကို ရှာဖွေကြသည်။ လူငယ်အားလုံးသည် လိင်မှုရေးရာနှင့် ပတ်သက်၍ ယုံကြည်စိတ်ချရသော သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ဂရုစိုက်စောင့်ရှောက်မှုရှိသော လမ်းညွှန်မှုများကို ရရှိရန် ထိုက်တန်ပေသည်။ ထိုအရာများက စိတ်ခံစားမှုပိုင်းနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရ ကျန်းမာစေသောဆက်ဆံရေးကို တည်ဆောက်နိုင်စေလိမ့်မည်။ အချက်အလက် တိကျမှန်ကန်မှုမရှိသော၊ ထိန်ချန်ထားသော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' မှာ ဆယ်ကျော်သက်လူငယ်များ၏ ဘဝအစစ်အမှန်ကို သိမှတ်နားလည်ခြင်း မရှိဘဲ လူငယ်များအား ရောဂါဘယများ၊ မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်များ ရရှိစေရန် အန္တရာယ်ကျရောက်စေနိုင်သည်။ အထူးသဖြင့် ၄င်းတို့၏ အသက်နှင့် ဂုဏ်သိက္ခာတို့ကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှု အခြေခံအဖွဲ့အစည်း အများအပြား၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် သုတေသနများစွာ၏ တွေ့ရှိချက်များအရ လူငယ်များသည် တာဝန်ယူမှုရှိသော ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းနှင့် အပြန်အလှန်လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေးတို့ကို စူးစိုက်ဦးတည်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို ရရှိပါက လိင်မှုကိစ္စကို ပိုမိုနောက်ကျစွာ စတင်လေ့ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရသည် (UNESCO, 2009)။
▶ CSE သည် လူငယ်များအား ခြားနားသောဘဝ နေထိုင်မှုပုံစံတစ်ခုသို့ စည်းရုံးသည့်နည်းလမ်း တစ်ခုဖြစ်သည်။	▶ ဤလမ်းညွှန်၏ အဓိက သဘောတရားမှာ လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု (သို့) ကျန်းမာရေးအခြေအနေ တို့အပေါ် မူတည်၍ ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်ခြင်းကို မခံရဘဲ အဆင့်အမြင့်ဆုံး ကျန်းမာရေးနှင့် သုခချမ်းသာကို ရရှိခံစားနိုင်ရန်အတွက် လူတိုင်းတွင် တိကျသေချာသော အချက်အလက်များနှင့်ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိခွင့်ရှိကြောင်းပင် ဖြစ်သည်။ လမ်းညွှန်က လူ့အခွင့်အရေးကိုအခြေခံသည့် နည်းလမ်းကိုကျင့်သုံးပြီး ကျားမရေးရာကိုလည်း ဦးတည်စူးစိုက်သည်။ လူ့အသိုက်အဝန်းတွင် လူများသည် တစ်ခါတစ်ရံ လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ခံယူမှု တို့အပါအဝင် ကျားမရေးရာ (သို့) လူမှုရေးရာစံနှုန်းများနှင့် စံကိုက်မဖြစ်ဘဲ မိမိကိုယ်ကို ခြားနားစွာ ဖော်ထုတ်နိုင်ကြောင်းကိုလည်း လမ်းညွှန်က သိမှတ်ထားသည်။ လမ်းညွှန်သည် အားလုံးအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် ကောင်းမွန်သာယာသည့်ဘဝမှလွဲ၍ အခြား မည်သည့်သီးခြား ဘဝနေထိုင်မှုပုံစံကိုမှ သတ်မှတ်လက်ခံခြင်း၊ အားပေးမြှင့်တင်ခြင်း မရှိပါ။

CSE အတွက် ဦးဆောင်မှုနှင့် ကတိကဝတ်ကို ဖော်ပြရန် အဓိက ပါဝင်ပတ်သက်သူများ၏ အခန်းကဏ္ဍ

နိုင်ငံအဆင့်တွင် CSE ကို အားဖြည့်ပေး၍ ပံ့ပိုးကူညီမှုရှိသော ဝန်းကျင် အခြေအနေ ဖြစ်လာစေရေးအတွက် မူဝါဒနှင့် ကျင့်ဝတ်မှန်ကန်မှုအား ဦးဆောင်မှုပေးရန် ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ကျားမရေးရာဝန်ကြီးများမှာ အရေးပါသောကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ ထို့အတူ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို ရေးဆွဲဆောင်ရွက်ရာတွင် ပါဝင်ရမည့် အစိုးရနှင့် အရပ်ဘက်အဖွဲ့အစည်းများ၏ ကွဲပြားသော အစိတ်အပိုင်းအမျိုးမျိုးအကြား သဘောတူညီမှုများ ရရှိလာစေရန် အတွက် ထိုသူများမှာ ဗဟိုချက်နေရာတွင် ရှိနေသည်။

ဦးဆောင်မှုနှင့် ကတိကဝတ်ပေးနိုင်သည့် အခြား အဓိက ပါဝင်ပတ်သက်သူများမှာ မိဘများနှင့် မိဘဆရာအသင်းများ၊ ဆရာဆရာမ၊ ကျောင်းအုပ်၊ ကျောင်းစစ်ဆေးရေးနှင့် ဆရာဖြစ်သင်ကြားရေးဌာနများ အပါအဝင် ပညာရေးဆိုင်ရာ ပညာရှင်များနှင့် အဖွဲ့အစည်းများ၊ ဘာသာရေး ခေါင်းဆောင်များနှင့် ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုကို အခြေခံသည့် အဖွဲ့အစည်းများ၊ ပညာရေးဝန်ထမ်းအဖွဲ့အစည်းများ၊ သုတေသနပညာရှင်များ၊ လူထုနှင့် အစဉ်အလာခေါင်းဆောင်များ၊ LGBTI အုပ်စုများ၊ NGO များ အထူးသဖြင့် လူငယ်များနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်နေသည့်အဖွဲ့များ၊ HIV ပိုးရှိပြီး ရှင်သန်နေထိုင်သူများ၊ (နိုင်ငံအဆင့်နှင့် ရပ်ရွာဒေသအဆင့်) မီဒီယာများနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အလှူရှင်များ၊ ပြင်ပမှ ရန်ပုံငွေပံ့ပိုးသူများ ဖြစ်ကြသည်။

ချန်ပီယံများ၏ အခန်းကဏ္ဍ

ချန်ပီယံများကို ပါဝင်လှုပ်ရှားစေခြင်းမှာ သိရှိသတိပြုကြစေရေးအတွက် ထောက်ကူပေးနိုင်ပြီး 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် အပြုသဘော ဆောင်သည့် ချဉ်းကပ်ပုံနည်းလမ်းကို ရရှိစေသည်။ ချန်ပီယံများတွင် CSE ၏ အရေးကြီးပုံကို ယုံကြည်သည့် နိုင်ငံရေးသမားများ၊ ထင်ပေါ်ကျော်ကြားသူများ၊ လူငယ်များ၊ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၊ ပညာရေးနယ်ပယ် အတွင်းအပြင်မှ အခြားသူများ ပါဝင်နိုင်ပြီး အတွေးအခေါ်ပိုင်းကို လွှမ်းမိုးနိုင်သူများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့က ဒေသနောက်ခံအခြေအနေကို သိနားလည်ပြီး ရပ်ရွာလူထုမှ တန်ဖိုးထားသူများလည်းဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့၏ ကွန်ရက်များမှတဆင့် နိုင်ငံအဆင့် (သို့) ရပ်ရွာဒေသအဆင့်၌ လွှတ်တော်၊ ကျောင်းများနှင့် ရပ်ရွာဒေသတွင်းတို့တွင် အားပေးပံ့ပိုးမှုရရှိစေရန် ဆွေးနွေးတင်ပြနိုင်ကြသည်။ သတင်းမီဒီယာများနှင့် တွေ့ဆုံနိုင်သည်။ လူမှုမီဒီယာများ အသုံးပြု၍ လူငယ်များ၏ကျန်းမာရေးနှင့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အဆင်ပြေ ကောင်းမွန်မှုအပေါ် CSE ၏ အပြုသဘောဆောင်သော သက်ရောက်မှုကို သိရှိသတိပြုမိကြစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်။

စာစု (၃) CSE အတွက် ထောက်ခံအားပေးမှုရရှိစေရန် ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းတို့တွင် လူငယ်များပါဝင်မှု

ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အခွင့်အရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂသဘောတူစာချုပ်၌ အောက်ပါအတိုင်း သိမှတ်ဖော်ပြထားသည်။ '၎င်းတို့တို့အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိနိုင်သည့် အရေးကိစ္စအားလုံးတွင် မိမိတို့၏အမြင်ကို လွတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုနိုင်ခွင့် ရှိရမည်။ ကလေး၏ အသက်အရွယ်နှင့် အရွယ်ရောက် ရင့်ကျက်မှုအလိုက် အလေးပေးရမည် (အပိုဒ် ၁၂)။ ထို့ပြင် ၁၉၉၄ ICPD ၏ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တွင် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းများ၌ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် လူငယ်များ၏အခွင့်အရေးကို သီးခြား သိမှတ်ဖော်ပြထားသည်။ ၎င်းမှာ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ကော်မရှင်၏ ရလဒ်လေ့လာမှုစာတမ်း ၂၀၁၂ နှင့် (၂၀၀၇ တွင် ကုလသမဂ္ဂမှ သဘောတူလက်ခံခဲ့သော) လူငယ်များအတွက် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တို့ကလည်း အလားတူစွာ သိမှတ်ဖော်ပြကြသည်။ လူငယ်များသည် CSE လုပ်ငန်းများအတွက် ပံ့ပိုးမှုရရှိနိုင်ရန် ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း၊ CSE လုပ်ငန်းများ ပြုစုရေးဆွဲခြင်း၊ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကဏ္ဍမျိုးစုံမှ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည် (Kirby, 2009)။ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှု သုတေသနတစ်ခုမှ တွေ့ရှိချက်အရ လူငယ်များ၏ အကြံဉာဏ်၊ အဆက်အသွယ်နှင့် သီးခြားကျွမ်းကျင်မှုတို့ကို အသုံးချခြင်းမှာ လုပ်ငန်း၏ ရောက်ရှိနိုင်မှု၊ ဆွဲဆောင်နိုင်မှုနှင့် ထိရောက်မှုတို့ကို တိုးတက်စေနိုင်သည် (Jennings, et al., 2006; SRHR Alliance, 2016; Villa-Torres and Svanemyr, 2015; IPPF, 2016).

၆.၂. CSE လုပ်ငန်း စီစဉ်ရေးဆွဲဆောင်ရွက်မှုများအား ပံ့ပိုးပေးခြင်း

ကျောင်းအခြေပြုနှင့် ကျောင်းပြင်ပ CSE လုပ်ငန်းများ စီစဉ်ရေးဆွဲ ဆောင်ရွက်ရာတွင် အဆင့်အမျိုးမျိုးရှိ ကွဲပြားသော ပါဝင်ပတ်သက်သူများ ပါဝင်သင့်ပါသည်။ နိုင်ငံအဆင့် မူဝါဒရေးဆွဲခြင်း၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ မွမ်းမံပြင်ဆင်ခြင်း၊ သင်ရိုးသစ်အတွက် အစီအမံများဖန်တီး၍ စတင်ရန် စီစဉ်ခြင်း စသည့် အဆင့်အမျိုးမျိုးတွင် နိုင်ငံအဆင့်နှင့် ဒေသအဆင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ ကျောင်းများနှင့် ရပ်ရွာလူထုတို့က အတိုင်းအတာအမျိုးမျိုးဖြင့် ပါဝင်သင့်သည်။ ဆက်လက် ဖော်ပြထားသောအပိုင်းတွင် ကျောင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပနစ်ရပ်လုံးအတွက် CSE လုပ်ငန်းများ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရာ၌ မတူညီသော ဆောင်ရွက်သူများက ကွဲပြားသောအဆင့်များတွင် မည်သို့ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည်ကို အချက်အလက်များ တင်ပြပေးထားပါသည်။

နိုင်ငံအဆင့်နှင့် ဒေသအဆင့်

အချို့နိုင်ငံများတွင် ဒေသအဆင့် ပညာရေးဝန်ကြီးများက သင့်လျော်သော မူဝါဒများရေးဆွဲရန်၊ နိုင်ငံအဆင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအား မွမ်းမံပြင်ဆင်ရန်နှင့် CSE လုပ်ငန်းများ စီစဉ်ရေးဆွဲဆောင်ရွက်ရန်အတွက် နိုင်ငံအဆင့် အကြံပေးကောင်စီ (သို့) လုပ်ငန်းအင်အားစုကော်မတီများ ဖွဲ့စည်းထားပြီး ဖြစ်သည်။

ကောင်စီနှင့် ကော်မတီအဖွဲ့ဝင်များသည် အများအားဖြင့် CSE ကို သိရှိကျွမ်းဝင်ကြစေရန်နှင့် ထောက်ခံပံ့ပိုးမှု ရရှိစေရန် ရှင်းလင်းတင်ပြမှုများ၊ သင်ခန်းစာမူကြမ်းနှင့် နိုင်ငံအဆင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် မူဝါဒများအား လေ့လာဆန်းစစ်မှုများ၊ စာသင်ခန်းအတွင်း ဆောင်ရွက်ရန် ပြည့်စုံသော လုပ်ငန်းစဉ်ရေးဆွဲမှုများနှင့် စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်မှုနှင့် ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်မှု အစီအစဉ်များတွင် ပါဝင်နိုင်ကြသည်။ မူဝါဒအဆင့်တွင် ကောင်းစွာပြုစု ရေးဆွဲထားသော နိုင်ငံအဆင့် CSE မူဝါဒကို ပညာရေးကဏ္ဍ လုပ်ငန်း အစီအစဉ်များနှင့် ရှင်းလင်းစွာ ချိတ်ဆက်ထားနိုင်သည်။ ထို့ပြင် HIV နှင့် SRH ဆိုင်ရာ နိုင်ငံအဆင့် မဟာဗျူဟာအစီအစဉ်နှင့် မူဝါဒရေးရာ မူဘောင်များနှင့်လည်း ချိတ်ဆက်ထားနိုင်သည်။

ကျောင်းအဆင့်

ကျောင်းတာဝန်ခံများ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှု - မြိုင့်သုံးသပ်ရပါက အပြုသဘောဆောင်သော ကျောင်း၏ ဝန်းကျင်အခြေအနေမှာ လုပ်ငန်းများကို အပြည့်အဝလုပ်ဆောင်နိုင်ရန် ပံ့ပိုးအားပေးကြောင်း ပြသနိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ထိုမှတဆင့် ထိရောက်မှုအတွက်လည်း ကူညီပံ့ပိုးပေးပါသည် (Picot et al., 2012 in UNESCO, 2016c)။ ကျောင်းတာဝန်ခံအာဏာပိုင်များ၊ စီမံခန့်ခွဲသူများမှ ထူးခြားတိုးတက်စေရန် ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် နည်းလမ်းအချို့မှာ –

- **ဦးဆောင်မှုနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုများ ပေးခြင်း -** CSE ကို အားပေးတိုက်တွန်းရန်၊ ပံ့ပိုးကူညီရန်၊ CSE ဆောင်ရွက်နိုင်စေမည့် သင့်လျော်သောအခြေအနေမျိုး ဖန်တီးပေးရန်နှင့် လူငယ်တို့အတွက် လိုအပ်ချက်များကို ဦးတည်ဖြေရှင်းပေးရန်တို့အတွက် ကျောင်းစီမံခန့်ခွဲမှုအဖွဲ့က ဦးဆောင်ပေးရန် မျှော်လင့်သည်။ စာသင်ခန်းရှုထောင့်မှ ဖော်ထုတ်မှု၊ လေ့လာမှုနှင့် တိုးတက်မှုတို့မှတဆင့် ကလေးများနှင့် လူငယ်များအနေနှင့် လိင်မှုရေးရာကို ပိုမို သိနားလည်လာကြစေရန်အတွက် ဆရာဆရာမများမှ ဦးဆောင်သင်ပြပေးရန် ညွှန်ကြားချက်ပေး၍ ဦးဆောင်ခြင်း ဖြစ်သည်။ မသေချာမှုများ (သို့) ပဋိပက္ခများ ရှိနေသည့် အခြေအနေတွင် စီမံခန့်ခွဲသူများနှင့် ဆရာဆရာမများ အကြားရှိ ဦးဆောင်နိုင်မှုစွမ်းရည်မှာ အောင်မြင်သော လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် မအောင်မြင်သော ဆောင်ရွက်မှုတို့အကြား ခြားနားမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

- **CSE ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ရန် ပံ့ပိုးပေးသည့် မူဝါဒများကို ဖန်တီးပေးခြင်း (သို့) အားဖြည့်ပေးခြင်း -** CSE ၏ အကဲဆတ်ထိခိုက်လွယ်သော၊ တစ်ခါတစ်ရံ အငြင်းပွားဖွယ်ဖြစ်သော သဘာဝကြောင့် ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည့်၊ ပါဝင်မှုရှိစေမည့် ဥပဒေနှင့် မူဝါဒများ ရှိနေစေရန် အရေးကြီးသည်။ CSE လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရန်မှာ တစ်ဦးတစ်ယောက်က ရွေးချယ်သောကိစ္စမဟုတ်ဘဲ အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ မူဝါဒဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြရပေမည်။ နိုင်ငံအဆင့်နှင့် ကျောင်းအားလုံးအတွက် ရှင်းလင်းသောမူဝါဒများ (သို့) လမ်းညွှန်ချက်များဖြင့် CSE လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ခြင်းမှာ အားသာချက်များစွာ ရှိစေပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ - CSE လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရန် အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ အခြေခံကို ရရှိစေခြင်း၊ CSE လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် အကဲဆတ်မှုများကို ကြိုတင်သိရှိ၍ ဦးတည်ဖြေရှင်းနိုင်ခြင်း၊ လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးရေးအတွက် စံနှုန်းများ သတ်မှတ်နိုင်ခြင်း၊ သင့်လျော်သော အမူအကျင့်များအတွက် စံနှုန်းများ သတ်မှတ်နိုင်ခြင်း၊ CSE လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရန် တာဝန်ယူရသည့် ဆရာဆရာမများအား ကာကွယ်ပံ့ပိုးပေးနိုင်ခြင်းနှင့် သင့်လျော်ပါက ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာလူထုအတွင်း ၎င်းတို့ကို ကာကွယ်ပေးခြင်း (သို့) ၎င်းတို့၏ အနေအထားကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

  အထက်ဖော်ပြပါ ကိစ္စရပ်အချို့မှာ ရှိနှင့်ပြီးဖြစ်သော ကျောင်းမူဝါဒများမှ တဆင့် သတ်မှတ်နိုင်သော်လည်း ယခင် လမ်းညွှန်ချက်များ မရှိခဲ့ပါက CSE မူဝါဒက အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် ကျောင်း၏ တာဝန်ခံယူမှုများကို ရှင်းလင်းစေပြီး အားဖြည့်ပေးနိုင်လိမ့်မည်။

  - သင်တန်းရရှိပြီးသော ဆရာဆရာမများက သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပြုစုရန်
  - မိဘများ ပါဝင်ဆောင်ရွက်စေရန်
  - ကျားမတန်းတူညီမျှမှုနှင့် လိင်၊ ကျားမရေးရာ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ခံယူမှုတို့ကို အခြေခံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု မပြုရေးတို့ကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်၊ သင်ယူသူအားလုံး၏ အခွင့်အရေးများကို လေးစားရန်
  - CSE လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ငွေကြေးနှင့် လူသားရင်းမြစ်များ လျာထားပေးအပ်ရန်
  - မိဘများ၏ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများအတွက် တုံ့ပြန်ဖြေကြားနိုင်မည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ ချမှတ်ထားရန်
  - ကိုယ်ဝန်ရှိနေသူများ ပညာဆက်လက်သင်ယူနိုင်စေရန်အတွက် ပံ့ပိုးပေးရန်
  - ကျောင်းကို CSE ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ဘေးကင်းလုံခြုံသော ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်စေရန်၊ ဥပမာ – လိင် စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုတို့ကို အခြေခံ၍ အမည်ဆိုးတပ်နှိမ်ချခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ အပါအဝင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှောင့်ယှက်မှုများ၊ အနိုင်အထက်ပြုမှုများအား လုံးဝ သည်းခံလက်ခံခြင်း မပြုသည့် မူဝါဒထားရှိခြင်း၊
  - ကျောင်းကို ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်အားပေးသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်စေရန် ပြုလုပ်ခြင်း၊ ဥပမာ မိန်းကလေးနှင့် ယောကျာ်းလေးများအတွက် သန့်ရှင်းပြီး၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်မှုရှိသည့် သီးခြားအိမ်သာများ ထားရှိပေးခြင်း
  - မူဝါဒ ချိုးဖောက်မှုများရှိပါက အရေးယူခြင်း၊ ဥပမာ – လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းမှုကို ချိုးဖောက်ခြင်း၊ အမည်ဆိုးတပ်ခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှောင့်ယှက်မှုများ၊ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ
  - ရပ်ရွာဒေသ၏ ဥပဒေများနှင့်အညီ ရပ်ရွာတွင်းရှိ SRH နှင့် အခြားဝန်ဆောင်မှုများသို့ လက်လှမ်းမီစေခြင်းနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးခြင်း
  - ဆရာဆရာမနှင့် သင်ယူသူများအကြား လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးများကို တားမြစ်သည့် ပညာရှင်ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်စည်းမျဉ်းများကို ထိန်းသိမ်းလိုက်နာစေခြင်း (နှင့် တင်းကျပ်စွာ အားပေးတိုက်တွန်းခြင်း)၊ ကျင့်ဝတ်စည်းမျဉ်းများကို ဖောက်ဖျက်သည့် ဆရာဆရာမများအား တစ်ပြေးညီအရေးယူခြင်း

ဆရာဆရာမများ၏ အခန်းကဏ္ဍ - CSE လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရာတွင် ဆရာဆရာမများမှာ ဗဟိုချက်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့တွင် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှု၊ ကတိကဝတ်ထားရှိမှုနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် SRH တို့၏ ပိုမို ရှုပ်ထွေးသော ကိစ္စရပ်များကို ရှင်းလင်းသင်ကြားနိုင်ရန် ရင်းမြစ်များရှိရန် လိုအပ်သည်။ ဆရာဆရာမများအနေနှင့် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ထိရောက်စွာ သင်ကြားနိုင်ရန်အတွက် ဥပဒေရေးရာမူဘောင်၊ ကျောင်းစီမံခန့်ခွဲမှုအဖွဲ့နှင့် ဒေသဆိုင်ရာအာဏာပိုင်တို့က ပံ့ပိုးပေးထားကြောင်းနှင့် သင်တန်းများ ရင်းမြစ်များ ရရှိနိုင်ကြောင်းကို ခံစားသိရှိကြရန် လိုအပ်သည်။ CSE မှာ ဆရာဆရာမ တစ်ဦးချင်းမှ အားထုတ်လုပ်ဆောင်ရန် (သို့) တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ရန်မဟုတ်ဘဲ ပညာပေးသူတိုင်း အပြန်အလှန်ပံ့ပိုးကူညီကာ CSE လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှု အတွေ့အကြုံများကို ဖလှယ်ပြီး ပူးပေါင်းအားထုတ် လုပ်ဆောင်သင့်သည်။ CSE သင်ကြားပေးရန်တာဝန်ရှိသည့် ဆရာဆရာမများသည် လိင်မှုဆိုင်ရာအတွက် တိကျရှင်းလင်းစွာ ဖြေကြားနိုင်ရန်နှင့် တက်ကြွ၍ အားလုံးပါဝင်မှုရှိသည့် သင်ယူမှုနည်းလမ်းများကို အသုံးပြုနိုင်ရန်တို့အတွက် သီးခြားကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာ သင်တန်းများ ရရှိရန်လည်း လိုအပ်သည်။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူများနှင့် အခြား သင်ကြားရေးမဟုတ်သည့် ကျောင်းတွင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်သူ ဝန်ထမ်းများ၏ အခန်းကဏ္ဍ - CSE နှင့် အခြားဆက်နွယ်နေသောဝန်ဆောင်မှုများ ပေါင်းစပ်ခြင်းမှာ လူငယ်များ၏ SRH အတွက် ထိရောက်သောနည်းလမ်းဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်သည် (UNESCO, 2015a; Hadley etal., 2016)။ ဥပမာ – ကျောင်းသူနာပြုများက ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များနှင့် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှုများ ပေးနိုင်သည်။ စာသင်ခန်းတွင်း လုပ်ငန်းများကို ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သည်။ ကလေးနှင့် လူငယ်များအား ကျောင်းပြင်ပရှိ SRH (သို့) နှင့် အခြားဝန်ဆောင်မှုများဆီသို့ ညွှန်းပို့ပေးနိုင်သည်။ အခြားသင်ကြားရေးမဟုတ်သော ဝန်ထမ်းအားလုံး ဥပမာ-ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးသူများနှင့် သန့်ရှင်းရေးဝန်ထမ်းများသည်လည်း CSE နှင့် ကလေးသူငယ် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဆိုင်ရာ မူဝါဒများနှင့် သဘောတရားများကို သိရှိနားလည်ထားရန် လိုအပ်သည်။ ထို့ပြင် HIV ပိုးရှိသောလူငယ်များ၊ LGBTI များနှင့် အခြားလူငယ်များနှင့် သက်ဆိုင်သော လမ်းညွှန်ချက်များကိုလည်း သိရှိထားရန် လိုအပ်သည်။

ကျောင်းရှိ ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ အခန်းကဏ္ဍ - CSE အတွက် ပံ့ပိုးမှုများ တည်ဆောက်နိုင်ရန် ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည်လည်း တက်ကြွသောကဏ္ဍမှ ပါဝင်ရန်လိုသည်။ ကျောင်းသားကောင်စီများ၊ အခြား ကျောင်းသားအုပ်စုများနှင့် လူငယ်ခေါင်းဆောင် တစ်ဦးချင်းစီတို့သည် အောက်ပါတို့အတွက် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်သင့်သည်။ CSE လုပ်ငန်းများ၏ ဒီဇိုင်း၊ စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်မှုနှင့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုတို့အတွက် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ခြင်း၊ CSE အတွက် ကျိုးကြောင်းသင့်မှုကို

တည်ဆောက်နိုင်ရန် မိမိတို့နှင့် သက်ရှယ်ဆင့်တူများ၏ လိုအပ်ချက်ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များကို ကောက်ယူပေးခြင်း၊ မိမိတို့၏ ဘဝအတွက် CSE ၏ အရေးကြီးပုံကို မိဘများ၊ အခြားရပ်ရွာလူထုများနှင့် စတင်၍ ပြောဆိုရှင်းပြခြင်း၊

ရပ်ရွာလူထုအဆင့်

ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုကို အခြေခံသည့် အဖွဲ့အစည်းများ၊ အစိုးရမဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများ အပါအဝင် ရပ်ရွာလူထုထဲရှိ မတူကွဲပြားသော နီးနွယ်ပတ်သက်သူ အုပ်စုများ

- ရပ်ရွာလူထုခေါင်းဆောင်များသည် ပုံစံကျနှင့် အလွတ်သဘော ဆောင်ရွက်သည့် အခြေအနေများတွင် CSE လုပ်ငန်းများကို လက်ခံမှုရှိစေရန်နှင့် ပံ့ပိုးမှုရရှိစေရန်အတွက် လမ်းများဖွင့်ပေးနိုင်သည်။ CSE နှင့် ပတ်သက်၍ မတိကျသော အချက်အလက်များကို ပြန်ရှင်းပြရန်နှင့် ရပ်ရွာအတွင်း ရှိနေနိုင်သော အယူအဆမှားများကို ဖယ်ရှားနိုင်ရန်အတွက် ထိုနီးနွယ်ပတ်သက်သူများနှင့် အတူလက်တွဲလုပ်ဆောင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ရပ်ရွာ လူထုခေါင်းဆောင်များသည် လုပ်ငန်းတွင် ပါဝင်သည့်အချက်အလက်များအား နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ကိုက်ညီစေရန် အားထုတ်မှုများအတွက်လည်း ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါသည်။

- ဘာသာရေးနှင့် ယုံကြည်ကိုးကွယ်မှုကို အခြေခံသည့် အဖွဲ့အစည်းများသည် ရပ်ရွာလူထု အများအပြား၏ ဘဝတွင် အရေးပါသောအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်နေကြသည်။ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များ၏ ရပ်ရွာအတွင်း လွှမ်းမိုးနိုင်မှုနှင့် သြဇာအာဏာရှိမှုက လူသားများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ဖြစ်တည်မှုကို လေးစားကြရန် တွေးခေါ်မှုဆိုင်ရာ အခြေခံဖြင့် ပြောဆိုနိုင်စေသည် (Religious Institute, 2002)။ ထိုအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဆက်လက်ဆက်သွယ် ပြောဆိုမှုများကို ထိန်းသိမ်းထားရန် အရေးကြီးသည်။ ထို့ပြင် ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုအမျိုးမျိုးမှ လူငယ်များနှင့်လည်း ဆက်လက်ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှု ရှိနေစေရမည်။ CSE လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများ၏ ရှုပ်ထွေးသောကိစ္စရပ်များကို ဆွေးနွေးမှုများဖြင့်သာ ဦးတည်ဖြေရှင်းနိုင်ပေမည်။ ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာအများစုက အကြမ်းဖက်မှု၊ အနိုင်ကျင့်မှုမရှိဘဲ ကျန်းမာ၍ ချစ်ခင်မှုရှိသော ဆက်ဆံမှုမျိုးကို တည်ဆောက်ရန် အားပေးသည်။ ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာအားလုံးက လူငယ်များကို ကျန်းမာ၍ စိတ်ချမ်းသာစေရန် လိုလားကြသည်။

- ဘာသာရေးဆိုင်ရာ သင်ကြားမှုများ၊ သိပ္ပံနည်းကျဖော်ထုတ်ခဲ့သည့် အထောက်အထားများနှင့် ရပ်ရွာလူငယ်များ၏ နေထိုင်မှုဘဝ အစစ်အမှန်တို့အကြား ချိန်ညှိမှုကို ဆွေးနွေးပြောဆိုမှုများမှ ကူညီပေးနိုင်သည်။

- ရပ်ရွာဒေသရှိ NGO များက ကျောင်းများနှင့် ဆရာဆရာမများအဖို့ သတင်းအချက်အလက်များ ပိုမို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် တန်ဖိုးရှိသော ရင်းမြစ်ဖြစ်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအတွက် ဖြည့်စွက်အားဖြည့် ပေးနိုင်မည့် အကြောင်းအရာများကို ဆွေးနွေးတင်ပြပေးရန် ဧည့်သည်ပညာရှင်အဖြစ် ဖိတ်ခေါ်နိုင်မည်။ အချို့ NGO များတွင် ရပ်ရွာအခြေပြု CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ရှိနေနိုင်သည်။

မိဘများ - လူငယ်များ၏ ခံယူချက်နှင့် အမူအကျင့်များအပေါ် မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာလူထု၏ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ လူမှုရေးစံနှုန်းများနှင့် အခြေအနေများက များစွာလွှမ်းမိုးမှုရှိသည်။ ထို့ကြောင့် မိဘများ၊ မိသားစုများနှင့် အခြား ရပ်ရွာတွင်းမှ လူပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် ပံ့ပိုးအားပေးမှုကို အစဦးကပင် ရယူထားသင့်ပြီး ပံ့မှန်အားဖြည့်ပေးသင့်သည်။ ကျောင်းများနှင့် မိဘများ၊ စောင့်ရှောက်သူများက အဓိကအနေနှင့် တူညီစွာ စိုးရိမ်ပူပန်ကြသည့် ကလေးသူငယ်များနှင့် လူငယ်များ၏ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုနှင့် ပျော်ရွှင်ကျန်းမာမှုကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ရေးအား အထူးပြုပြီးစားပေးနိုင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ရေရှည်တွင် ရလဒ်ကောင်းများ ရရှိ သေချာစေရန်အတွက် CSE လုပ်ငန်းများတွင် မိဘများနှင့် စောင့်ရှောက်သူများက နားလည်သဘောပေါက်၍ ပံ့ပိုး ပါဝင်လာခြင်းကို မဖြစ်မနေ လိုအပ်ပါသည်။

သုတေသနများက ဖော်ပြသည်မှာ မိဘမှ ကလေးသို့ လိင်မှုရေးရာ အကြောင်းရပ်များကို တိုးမြှင့်ဆက်သွယ်ပြော ဆိုနိုင်ရေးအတွက် အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်းတစ်ခုမှာ ရွေးချယ်ထားသော အကြောင်းအရာအပေါ် မိဘများ၊ ယုံကြည်ရသောလူကြီးများနှင့် ဆွေးနွေးပြောဆိုရန် ကျောင်းသူကျောင်းသားများအတွက် အိမ်စာများပေးခြင်းဖြစ်သည် (UNESCO, 2009)။ ကလေးများနှင့် လူငယ်များ၏ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး တိုးတက်မှုအခွင့်အလမ်းမှာ ပုံစံတကျ လမ်းညွှန်မှုရှိသော သင်ကြားသင်ယူမှုကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် ဆရာဆရာမများနှင့် မိဘများအကြား အပြန်အလှန် ပံ့ပိုးကူညီကြပါက များစွာ ပို၍ ကောင်းမွန်နိုင်ခြေ ရှိပါသည်။

မီဒီယာများနှင့် အခြား ခွင့်ပြုလမ်းဖွင့်ပေးနိုင်သူများ - ရုပ်မြင်သံကြား၊ သတင်းစာ၊ မဂ္ဂဇင်းနှင့် အင်တာနက် စသော လူထုထံ ရောက်ရှိနိုင်သည့် မီဒီယာများမှာ CSE နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် လူထု၏ စိတ်ကူးစိတ်သန်းနှင့် အယူအဆမှားများအပေါ် အရေးပါသောသက်ရောက်မှု ရှိနိုင်ပါသည်။ ထိုသတင်းလမ်းကြောင်းများသည် မိမိတို့ သတင်းစကားများ၏ ရလဒ်အပေါ် အမြဲတမ်း ပူပန်ဂရုပြုမှုရှိမည်မဟုတ်ဘဲ တစ်ခါတစ်ရံ လိင်မှုဆိုင်ရာကျန်းမာရေး တိုးမြှင့်ရန်ထက် ပရိသတ်အား ဆွဲဆောင်နိုင်ရေးကိုသာ ပိုမို ဦးတည်စူးစိုက်ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပေသည်။ မီဒီယာများအနေနှင့် အချက်အလက်မှန်များဖြင့် ဆက်သွယ်တင်ပြနိုင်ရန်အတွက် အထောက်အထား အခြေခံသော သတင်းအချက်အလက်များကို လက်လှမ်းမီ ရရှိနိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူများ - ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူများမှာ လူငယ်များတွင် ရှိတတ်သော SRH ဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များအတွက် သတင်းအချက်အလက်များပေးခြင်း၊ သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ပညာပေး နည်းဗျူဟာများ၏ ရလဒ်မှ ရရှိခဲ့သောသင်ခန်းစာများကို မျှဝေခြင်း၊ CSE နှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအကြား ချိတ်ဆက်မှုကို အားဖြည့်ပေးရာတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်း စသည်တို့အားဖြင့် CSE ကို ပံ့ပိုးကူညီပေးရန် သင့်လျော်ကောင်းမွန်သော အနေအထားတွင် ရှိနေကြသည်။

© UNESCO/Richred Productions

၇

ထိရောက်သော CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ခြင်း

၇ - ထိရောက်သော CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ခြင်း

ဤအပိုင်းတွင် အသိပညာမြှင့်တင်ခြင်း၊ တန်ဖိုးထားမှုနှင့် ခံယူချက်များကို ရှင်းလင်းစေခြင်း၊ ကျွမ်းကျင်မှု တိုးမြှင့်ခြင်းနှင့် အမူအကျင့်များပေါ်တွင် သက်ရောက်မှုရှိစေခြင်း စသည်တို့အတွက် ထိရောက်မှုရှိကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခဲ့ပြီးသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ၏ တူညီသော သွင်ပြင်လက္ခဏာများကို ဖော်ပြထားသည်။ ထို့ပြင် CSE လုပ်ငန်းများကို ဒီဇိုင်းပုံစံရေးဆွဲခြင်း၊ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်း၊ စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်း၊ အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ အပါအဝင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရမည့် အဆင့်အားလုံးအတွက် ထောက်ခံအကြံပြုချက်များလည်း ပါဝင်သည်။

၇. ၁. မိတ်ဆက်

အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော ထိရောက်သည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ပြုစုရေးဆွဲခြင်း၊ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်း၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများမှာ CSE လုပ်ငန်းများစွာကို ကျယ်ပြန့်စွာ လေ့လာဆန်းစစ်မှုများမှ တွေ့ရှိချက်များအား အခြေခံထားခြင်း ဖြစ်သည် (UNESCO, 2009; WHO Europe and BZgA, 2010; UNFPA, 2014; UNESCO, 2016c; Pound et al., 2017)။ CSE ကို ရေးဆွဲဆောင်ရွက်ရာတွင် လက်ရှိစံနှုန်းများနှင့် လမ်းညွှန်များအပေါ် အခြေခံ၍ တည်ဆောက်ရန် အရေးကြီးသည်။ ထို့ပြင် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုအတွက် ရှင်းလင်းသောအဆင့်များကို ရေးဆွဲထားရန်လည်း လိုသည်။

CSE ကို အကောင်အထည်ဖော်သည့် နည်းလမ်းမှာ CSE တွင် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများနည်းတူ အရေးကြီးကြောင်း အထောက်အထားများက တိုးတက်ဖော်ပြ နေကြပါသည်။ ထိရောက်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် လူငယ်များအနေနှင့် ပါဝင်ဆွေးနွေးရန် သက်တောင့်သက်သာ ခံစားရပြီး ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်ကို လေးစားသည့် လုံခြုံစိတ်ချရသော ဝန်းကျင်အခြေအနေတွင်သာ ဆောင်ရွက်ရမည်။ ၎င်းတို့အား စော်ကားနှောင့်ယှက်မှုများမှ ကာကွယ်ပေးထားပြီး ကျောင်း၏ အသိုက်အဝန်းမှာလည်း CSE အကြောင်းအရာများ၏ သဘောတရားကို ထင်ဟပ်မှု ရှိစေရမည် (Pound et al., 2017)။

ဤထောက်ခံချက်များကို ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း ဒေသပေါင်းစုံမှ CSE ကျွမ်းကျင်သူများ၊ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်နေသူများက ပြုစုထားသော ရှိနှင့်ပြီးသည့် လက်တွေ့ အသုံးချ လက်စွဲစာအုပ်များ၊ လမ်းညွှန်များ၊ လုပ်ငန်းအထောက်အကူများနှင့် လုပ်ငန်းမူဘောင်များဖြင့် ဖြည့်စွက်နိုင်ပါသည်။

၇.၂. ထိရောက်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုရေးဆွဲခြင်း၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ

ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်တွင် -

၁ **လူသားတို့၏ လိင်မှုရေးရာ၊ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုနှင့် သက်ဆိုင်ရာ သင်ကြားနည်းပညာ သီအိုရီများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျွမ်းကျင်သည့် ပညာရှင်များအား ပါဝင်စေခြင်း** - သချာ၊ သိပ္ပံနှင့် အခြားဘာသာရပ် နယ်ပယ်များကဲ့သို့ပင် လူသားတို့၏ လိင်မှုရေးရာမှာလည်း ကျယ်ပြန့်သော သုတေသနများ၊ အသိပညာများအပေါ် အခြေခံ၍ ခိုင်မာသည့် နယ်ပယ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ရေးဆွဲပြုစုခြင်း၊ ရွေးချယ်ခြင်းနှင့် ပြင်ဆင်မွမ်းမံခြင်းတို့အတွက် ဤအကြောင်းအရာနှင့်ဆိုင်သည့် သုတေသနများ၊ အသိပညာများနှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သော ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များအား ပါဝင်စေသင့်သည်။ ထို့ပြင် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲပြုစုသူများသည် ကျားမရေးရာ၊ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျန်းမာရေး စသော ကိစ္စရပ်များကိုလည်း သိရှိနားလည်သူ ဖြစ်ရမည်။ တဖန် လူငယ်များ၏ အသက်အရွယ်အမျိုးမျိုး အလိုက် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော အမူအကျင့်များ၊ ထိုအမူအကျင့်များအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသည့် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အသိအမြင်ဆိုင်ရာ အကြောင်းအချက်များ၊ သင်ယူမှု၏ နယ်ပယ် ၃ မျိုးကို ဦးတည်သော ကိုယ်တိုင်ပါဝင်သည့် နည်းလမ်းများဖြင့် ထိုအကြောင်းအချက်များကို မည်သို့အကောင်းဆုံး ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်မည် စသည်တို့ကိုလည်း သိနားလည်ရပါမည်။ CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ရေးဆွဲပြုစုသူများသည် အပြုသဘောရလဒ်များ ရရှိခဲ့သည့် အခြား CSE လုပ်ငန်းများ အထူးသဖြင့် နီးစပ်တူညီမှုရှိသော လူထုနှင့် လူငယ်များအတွက် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် လုပ်ငန်းများ အကြောင်းကိုလည်း သိထားရန်လိုသည်။ ဤသို့သော အတွေ့အကြုံများ မရှိပါက သင့်လျော်သော အကြောင်းအရာနှင့် အခြေအနေများ ပါဝင်ကြောင်း သေချာစေရန်အတွက် ကလေးနှင့် ဆယ်ကျော်သက် လူငယ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် လိင်မှုရေးရာတွင် ကျွမ်းကျင်သော ပညာရှင်များအား ပါဝင်စေသင့်သည်။

၂ **လူငယ်များ၊ မိဘများ၊ မိသားစုဝင်များနှင့် အခြား ရပ်ရွာထဲမှ နီးနွယ်ပတ်သက်သူများကို ပါဝင်စေခြင်း** - လူငယ်များအား စနစ်တကျ ပါဝင်စေခြင်းဖြင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ၏ အရည်အသွေးကို တိုးတက်ကောင်းမွန်စေနိုင်သည်။ သင်ယူသူများမှာ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို သင်ယူရာတွင် ပါဝင်လှုပ်ရှားခြင်းမရှိဘဲ လက်ခံယူခြင်းသက်သက် မဖြစ်စေဘဲ စုစည်းခြင်း၊ အစပြုခြင်း၊ ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် အကြောင်းအရာများကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန် မွမ်းမံခြင်း စသည်တို့တွင် တက်ကြွသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်စေသင့်သည်။ သို့မှသာ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းသည် ပညာပေးသူများက ကြိုတင်ဆုံးဖြတ်ထားသည့် အစီအစဉ်အတိုင်း ရိုးရှင်းစွာ လိုက်နာဆောင်ရွက်ရခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ လိုအပ်ချက်ကို အခြေခံပြီး လူငယ်များ မိမိတို့၏ လိင်မှုရေးရာတွင် ထိန်းသိမ်းလုပ်ဆောင်ရမည့် လက်ရှိအခြေအနေ အစစ်အမှန်ကို ထင်ဟပ်အခြေပြုနိုင်လိမ့်မည် (WHO Europe and BZgA, 2010)။

လူငယ်များ၏ ပါဝင်ပေးအပ်မှုများက သက်ရွယ်ဆင့်တူပညာပေးသူများ အပါအဝင် ပညာပေးသူ အမျိုးမျိုးအနေနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအား မည်သို့ အသုံးပြုနိုင်မည်ကို ဆုံးဖြတ်ရာ၌ ကူညီပေးနိုင်သည်။ ထို့ပြင် ပုံမှန်နှင့် အလွတ်သဘော နောက်ခံအခြေအနေအမျိုးမျိုးတွင် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများအား မည်သို့ ညှိနှိုင်းပြင်ဆင်နိုင်မည်ကို ဆုံးဖြတ်နိုင်စေမည်။ မိဘများနှင့် ရပ်ရွာလူထု ခေါင်းဆောင်များမှာလည်း အရေးပါသောကဏ္ဍ ရှိပါသည်။ မိဘများ၏ပါဝင်မှုနှင့် ရပ်ရွာလူထုကို အသိပေးမှု မြင့်မားသော လုပ်ငန်းများတွင် ကလေးများ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး တိုးတက်ကောင်းမွန်စေသည့် ရလဒ်များ အမြင့်မားဆုံးဖြစ်သည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ ဥပမာများမှာ အိမ်စာများပေးခြင်း၊ မိဘနှင့် ကလေးများအတွက် ကျောင်းချိန်ပြင်ပလုပ်ငန်းများ၊ မိဘများအား လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ကို လေ့လာရန် တိုက်တွန်းခြင်း စသည် (Wight and Fullerton, 2013 in UNESCO, 2016c)

၃ **လုပ်ငန်းအစီအစဉ်မှ ဦးတည်ထားသော ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာနေသော စွမ်းဆောင်ရည်အပေါ် အခြေခံ၍ လူမှုရေးနှင့် SRH လိုအပ်ချက်များ၊ အမူအကျင့်များကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း** - သင်ရိုးညွှန်းတမ်း စီစဉ်ရေးဆွဲသော လုပ်ငန်းစဉ်သည် လူငယ်များ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များ၊ အမူအကျင့်များနှင့်ဆိုင်သည့် အထောက်အထားအခြေပြု အချက်အလက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည်။ မလိုလားသော၊ မရည်ရွယ်သော၊ အကာအကွယ်ကင်းမဲ့သော လိင်မှုကိစ္စများသို့ ဦးတည်စေသည့် လက်ရှိ အတားအဆီးများအကြောင်းလည်း ပါဝင်စေသင့်သည်။ ထို့ပြင် CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ပြုစုရေးဆွဲသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင် ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာနေသော စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် ၎င်းတို့၏ သီးခြားအခြေအနေ၊ အနေအထား၊ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ တန်ဖိုးများ စသည်တို့ကို အခြေခံကာ မတူညီသည့် လိုအပ်ချက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည်။ လုပ်ငန်းစဉ်သည် ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ လက်ရှိ အသိပညာ၊ အပြုသဘောဆောင်သော ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများအပေါ် အမှီပြု တည်ဆောက်ရန်မှာလည်း အရေးကြီးသည်။ လူငယ်များ၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် ပေးအပ်နိုင်မှုများအား ဆန်းစစ်လေ့လာနိုင်ရန် ဦးတည်အုပ်စုဆွေးနွေးပွဲများ၊ အင်တာဗျူးများကို လူငယ်များ၊ ၎င်းတို့နှင့်အတူ ဆောင်ရွက်နေသော ပညာရှင်များနှင့် ပြုလုပ်နိုင်သည်။ မိမိတို့ ဦးတည်သောအုပ်စုများ သို့မဟုတ် နီးစပ်တူညီသောအုပ်စုများအကြောင်း သုတေသနလုပ်ထားသည့် အချက်အလက်များအား ဆန်းစစ်၍ ထိုဆွေးနွေးမှုများကို ဖြည့်စွက်နိုင်သည်။

၄ **သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းတို့အတွက် ရရှိနိုင်သောရင်းမြစ်များ (လူ၊ အချိန်၊ ငွေကြေး) တို့ကို ဆန်းစစ်ခြင်း** - ဤသည်မှာ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်အားလုံးအတွက် အရေးကြီးသော အဆင့်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤအဆင့်မှာ ထင်ရှားမြင်သာသည်ဟု ထင်မြင်ရသော်လည်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအများအပြားသည် ဝန်ထမ်းများ၏ ကျွမ်းကျင်မှု၊ အချိန်၊ နေရာနှင့် ပစ္စည်း စသည့် ရင်းမြစ်များ ရရှိနိုင်မှုနှင့် မကိုက်ညီသောကြောင့် အပြည့်အဝ မလုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အချိန်မတိုင်မီ ရပ်ဆိုင်းရခြင်း စသည့် သာဓကများရှိနေပါသည်။

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် ပါဝင်ရမည့် အကြောင်းအရာများကို ပြုစုရေးဆွဲသည့်အခါ -

၅ **ပါဝင်မည့် အကြောင်းအရာ၊ နည်းလမ်းနှင့် လုပ်ငန်းများကို ဆုံးဖြတ်နိုင်ရန်အတွက် ရှင်းလင်းသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်များ၊ မျှော်မှန်းရလဒ်များနှင့် အဓိကသင်ယူရမည့် အချက်များအပေါ် စူးစိုက်ဦးတည်မှုရှိခြင်း** - ထိရောက်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခုမှာ ကျန်းမာရေးနှင့် နီးနွယ်သော ရှင်းလင်းသည့် ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်နှင့် ထိုပန်းတိုင်နှင့် တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်သော အမူအကျင့်ဆိုင်ရာ မျှော်မှန်းရလဒ်များ ရှိရမည်။ အမူအကျင့်ဆိုင်ရာ မျှော်မှန်းရလဒ်များအပြင် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် ဘေးကင်းလုံခြုံ၍ ကျန်းမာစေသော၊ အပြုသဘောဆောင်သော ဆက်ဆံရေးများ၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ ကျားမတန်းတူညီမျှမှုနှင့် မတူကွဲပြားမှုများအပေါ် လေးစားမှုများ ပါဝင်သည့် အပြုသဘောဆောင်သော တန်ဖိုးထားမှုများ ရရှိနိုင်စေသည့် ခံယူချက်များနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ တည်ဆောက်ခြင်းသို့ စူးစိုက်ဦးတည်သင့်သည်။ အသက်အရွယ်၊ လိင်နှင့် သွင်ပြင်လက္ခဏာများ ခြားနားသည့် ကလေးများနှင့် လူငယ်များအပေါ် သက်ရောက်စေသည့် အဓိကအရေးကိစ္စများ (ဥပမာ - HIV၊ ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုနှင့် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု) ကိုလည်း အထူးပြုသင့်သည်။

နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် အပိုင်း ၅၊ အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို ကြည့်ပါ။

၆ **အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များကို ကျိုးကြောင်းညီညွတ်သော အစီအစဉ်ဖြင့် လွှမ်းခြုံပါဝင်စေခြင်း** - ထိရောက်သော သင်ရိုးညွှန်းတမ်း အများအပြားသည် သင်ယူသူများအား ဘေးကင်းလုံခြုံ၍ ကျန်းမာစေကာ အပြုသဘောဆောင်သည့် ဘဝနေထိုင်မှုပုံစံ၊ HIV, STI နှင့် မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်များကို တားဆီးရန်နှင့် ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများ၏ အခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်ပေးရန် စသည်တို့အတွက် လိုအပ်သည့် သီးခြားအသိပညာ၊ ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဦးတည်ဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုမီ လိင်မှုရေးရာနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံယူချက်များနှင့် စံနှုန်းများကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် အားဖြည့်တိုက်တွန်းခြင်းအား ပထမဦးစွာ ဦးတည်ဆောင်ရွက်သည်။

၇ **နောက်ခံအခြေအနေကို အခြေပြု၍ နက်နဲစွာတွေးခေါ်စဉ်းစားမှုကို မြှင့်တင်အားပေးသည့် လုပ်ငန်းများအား ဒီဇိုင်းရေးဆွဲခြင်း** - သင်ယူသူများသည် လူမှုစီးပွားရေး နောက်ခံအခြေအနေအမျိုးမျိုးမှ လာရောက်ကြသူများ ဖြစ်နိုင်ပြီး အသက်အရွယ်၊ ကျားမရေးရာ၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု၊ မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာလူထု၏ တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာနှင့် အခြား သွင်ပြင်လက္ခဏာများမှာလည်း ခြားနားနိုင်သည်။ သင်ယူသူများ၏ ဝန်းကျင်အခြေအနေပေါ်တွင် သင့်လျော်စွာ အာရုံစူးစိုက်မှုရှိသည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းဖြင့် ဆောင်ရွက်ရန်မှာ အရေးကြီးသည်။ ထို့ပြင် မိသားစု၊ ရပ်ရွာလူထုနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့အပေါ် မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် ရပ်ရွာတို့မှ တန်ဖိုးထားပုံမှုများ၊ ခံယူချက်များအား နားလည်သိရှိမှုနှင့် လေးနက်စွာ စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုတို့ကို မြှင့်တင်ပေးသော သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ဖြစ်သင့်သည်။

၈ **သဘောတူခွင့်ပြုမှုနှင့် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို ဦးတည်ခြင်း** - ကျန်းမာ၍ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ရန်နှင့် ထိခိုက်လွယ်သူများအား အန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ပေးနိုင်ရန်အတွက် သဘောတူခွင့်ပြုမှုနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ပညာပေးခြင်းမှာ မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်။ လူငယ်များအား အခြားသူများ၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ နယ်နိမိတ်ကို သိနားလည်လေးစားရန် သင်ကြားပေးခြင်းသည် လိင်မှုရေးရာတွင် မိမိဆန္ဒအရပါဝင်ခြင်း သို့မဟုတ် ငြင်းဆိုခြင်း သို့မဟုတ် သဘောတူညီမှုကို ပယ်ဖျက်ခြင်းတို့အတွက် မည်သူမျှ ရှက်ရွံ့ခံစားမနေရသော အသိုက်အဝန်းကို ဖန်တီးတည်ဆောက်နိုင်ရန် အကူအညီ ဖြစ်စေသည် (IPPF, 2015b)။ အန္တရာယ်ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန်နှင့် မလိုလားသော လိင်မှုရေးရာအလေ့အထများမှ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် လူငယ်များအား သဘောတူခွင့်ပြုချက်နှင့် ပတ်သက်၍ အရည်အသွေးမြင့် ပညာပေးခြင်းကို ပံ့ပိုးပေးသင့်သည်။ ထို့ပြင် အခြားသူများနှင့် အပြုသဘောဆောင်သည့် ဆက်ဆံရေး ရရှိနိုင်စေမည့် အသိပညာနှင့် မိမိကိုယ်ကိုယုံကြည်မှုတို့ကို တည်ဆောက်နိုင်ရန် ကူညီပေးသင့်သည်။

ကလေးနှင့် လူငယ်များအတွက် အန္တရာယ်ကိုဆန်းစစ်ခြင်းနှင့် ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးနိုင်ခြင်း စသည့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာများ လိုအပ်ပါသည်။ အန္တရာယ်ကိုဆန်းစစ်ခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုက သင်ယူသူများအား မိမိတို့အပေါ် ဆိုးကျိုးသက်ရောက်နိုင်သည့်၊ မလိုလားသည့် SRH ရလဒ်များ ရရှိနိုင်ခြေကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရန်နှင့် HIV, STI နှင့် မလိုလားသောကိုယ်ဝန်တို့၏ သက်ရောက်နိုင်မှုများကို နားလည်စေရန် ကူညီပေးနိုင်သည်။ အန္တရာယ်ရှိနိုင်ခြေနှင့် နီးကပ်မှု၊ ပြင်းထန်မှုတို့၏ သဘောတရားတို့ကို ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် သင်ယူသူများအား ကူညီပေးသည့် ဖြစ်ရပ်မှန် ဇာတ်လမ်းများ၊ သဏ္ဍာန်တူ သရုပ်ဆောင်မှုများ၊ ကိုယ်စားသရုပ်ဆောင်မှုများအားလုံးမှာ ကိန်းဂဏန်းနှင့် အချက်အလက်များကို ဖြည့်စွက်ပေးရန် အသုံးဝင်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

လိင်မှုကိစ္စ စတင်သည့်အသက်ကို နောက်ဆုတ်ရန်၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ ဖိအားပေးခြင်းကို တွန်းလှန်နိုင်ရန်၊ လိင်မှုကိစ္စစတင်ရန် ဆုံးဖြတ်ပါက ကွန်ဒုံးနှင့် ခေတ်မီသန္ဓေတားနည်းလမ်းများ ပိုမို အသုံးပြုနိုင်ရန် စသည့် အပြုသဘောဆောင်သော အမူအကျင့်များ

ကျင့်သုံးနိုင်စေရန် ညှိနှိုင်းခြင်းဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်မှုမှာ ကလေးများနှင့် လူငယ်များအတွက် မဖြစ်မနေ လိုအပ်သည်။ ညှိနှိုင်းခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုမှာ ကလေးများနှင့် လူငယ်များအဖို့ လိင်မှုရေးရာကို ပြောဆိုခြင်း၊ သဘောတူညီမှု ရယူခြင်း၊ အခြားသူများနှင့် မတူညီသည့်အချက်များကို ဖြေရှင်းခြင်း စသည်တို့အတွက် လမ်းညွှန်အထောက်အကူလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဖြစ်လေ့ရှိသော အခြေအနေအမျိုးမျိုးကို ကိုယ်စားပြုသည့် သရုပ်ဆောင်လှုပ်ရှားမှုများအား ထိုကျွမ်းကျင်မှုများကို သင်ကြားရန်အတွက် အသုံးပြုလေ့ရှိသည်။ အဆင့်ဆင့် ရှုပ်ထွေးသော အခြေအနေများမှတဆင့် ကျွမ်းကျင်မှုတစ်ခုစီ၏ ပါဝင်အကြောင်းအရာများကို ဖော်ထုတ်နိုင်သည်။ ကွန်ဒုံးသရုပ်ပြခြင်းနှင့် ကွန်ဒုံးရရှိနိုင်သော နေရာများသို့ သွားရောက်လေ့လာခြင်း တို့ကိုလည်း ညှိနှိုင်းခြင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုကို သင်ကြားရန်အတွက် အသုံးပြုနိုင်သည်။

၉ **HIV, AIDS နှင့် အခြား STIs များအကြောင်း၊ သန္ဓေတားခြင်း၊ အချိန်မတိုင်မီ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်များအကြောင်းနှင့် ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းအမျိုးမျိုး၏ ထိရောက်မှုနှင့် ရရှိနိုင်မှုတို့အကြောင်း သိပ္ပံနည်းကျ တိကျသော အချက်အလက်များပေးခြင်း**
သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲမှ အချက်အလက်များမှာ အထောက်အထားများကို အခြေခံ၍ သိပ္ပံနည်းကျ တိကျပြီး ချိန်ဆမျှတမှု ရှိသင့်သည်။ အန္တရာယ်များ သို့မဟုတ် ကွန်ဒုံးနှင့် (ရိုးရာနှင့် ခေတ်မီ) သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ၏ ထိရောက်မှုတို့ကို ချဲ့ထွင်ခြင်း သို့မဟုတ် လျှော့နည်းပြောဆိုခြင်းများ မပြုသင့်ပါ။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအများအပြားသည် အထူးသဖြင့် အရေးပေါ်သန္ဓေတားဆေးနှင့် အမျိုးသမီးသုံး ကွန်ဒုံးအပါအဝင် ခေတ်မီ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများအကြောင်း သို့မဟုတ် PrEP နှင့် PEP တို့အကြောင်း လုံလောက်သည့် အချက်အလက်များ မပေးနိုင်ပါ။ ထိရောက်မှုမရှိကြောင်း အထောက်အထားများစွာ ရှိနေသော်လည်း နိုင်ငံအများအပြားတွင် လိင်ကိစ္စရှောင်ရှားရန် အချက်အလက်တစ်မျိုးတည်းသာ ပါဝင်သည့် အစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်နေကြဆဲ ဖြစ်သည်။ ထိုအစီအစဉ်များမှာ လိင်ဆက်ဆံမှု၊ လိင်တူနှစ်သက်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေလိင်စိတ်ဖြေခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်း၊ ကျားမရေးရာအခန်းကဏ္ဍနှင့် မျှော်လင့်ထားချက်များ၊ ကွန်ဒုံး၊ HIV တို့နှင့် ပတ်သက်၍ မပြည့်စုံသော၊ မတိကျသော အချက်အလက်များသာ ပါဝင်လေ့ရှိသည် (UNFPA, 2014)။

၁၀ **ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး တို့အပေါ် သက်ရောက်နိုင်သည့် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများ၊ ကျားမရေးရာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာစံနှုန်းများကို ဦးတည်ခြင်း -** ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများ၊ ကျားမရေးရာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ စံနှုန်းများသည် ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအပေါ် ယေဘုယျအားဖြင့် သက်ရောက်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာ ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းမှာ မိန်းကလေးများ တွေ့ကြုံရသည့် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ရင်းမြစ်ရှားပါးသောဒေသများတွင် မိန်းကလေးများသည် ရာသီသွေးပေါ်ရခြင်းကြောင့် ကျားမတန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းကို အားဖြည့်ပေးသည့် သီးခြားစိန်ခေါ်မှုများကို ရင်ဆိုင်ကြရသည် (Secor-Turner et al., 2016)။ ကျားမအခြေပြု ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများစွာ ရှိနေတတ်ပြီး အမျိုးသမီးငယ်များမှာ အင်အားနည်းပါး၍ ဆက်ဆံရေးတွင် လွှမ်းမိုးထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း မရှိသဖြင့် ယောကျ်ားလေးများ၊ အမျိုးသားများ၊ အထူးသဖြင့် အသက်ကြီးသော အမျိုးသားများမှ အတင်းအကျပ် သွေးဆောင် တိုက်တွန်းမှု၊ အနိုင်အထက်ပြုမှုနှင့် အမြတ်ထုတ်မှုတို့ကို ခံရတတ်သည်။ ယောကျ်ားလေးများနှင့် အမျိုးသားများသည်လည်း ယောကျ်ားများ၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပုံသေသတ်မှတ်ချက်များ (ဥပမာ - ခန္ဓာကိုယ်သန်စွမ်းမှု၊ စိတ်မြန်လက်မြန် အမူအကျင့်နှင့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံ) ကို ကျင့်သုံးရန် သက်ရွယ်ဆင့်တူများထံမှ ဖိအားပေးခြင်းကိုခံရနိုင်ပြီး အန္တရာယ်ရှိသော အမူအကျင့်များ ပြုလုပ်လာနိုင်စေသည်။

တန်းတူညီမျှမှုရှိသည့် ဆက်ဆံရေးကို ထိရောက်စွာမြှင့်တင်ပြီး အန္တရာယ်ရှိသော လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များကို လျှော့ချနိုင်ရန်အတွက် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများသည် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများ၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းနှင့် တရားသေသတ်မှတ်မှုများကို အလေးအနက် ဆန်းစစ်ဦးတည်ရန် လိုသည်။ လုပ်ငန်းများသည် လူငယ် အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသားများ တွေ့ကြုံနေရသည့် သီးခြားအခြေအနေများကို ဆွေးနွေးပေးကာ မလိုလားသော သို့မဟုတ် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်မှုကိစ္စများကို ရှောင်ရှားနိုင်ရန် ထိရောက်သောကျွမ်းကျင်မှုနှင့် နည်းလမ်းများ ပေးအပ်နိုင်သင့်သည်။ ထိုလုပ်ငန်းများမှာ ကျားမရေးရာ မျှတမှုမရှိခြင်း၊ လူမှုရေးစံနှုန်းများနှင့် ပုံစံခွက်သွတ်သွင်းသော တရားသေ သတ်မှတ်မှုများကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲနိုင်ရန် ဦးတည်သင့်သည်။ အန္တရာယ်ရှိစေသော ကျားမရေးရာ တရားသေသတ်မှတ်မှုများကို မည်သည့်အခါမှ အားပေးမြှင့်တင်ခြင်း မပြုရပါ။

၁၁ **လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်အချို့အပေါ် သက်ရောက်စေသည့် သီးခြားအန္တရာယ်များနှင့် ကာကွယ်ပေးနိုင်သည့် အချက်များကို ဦးတည်ခြင်း -** အန္တရာယ်ပေးနိုင်သည့် အမူအကျင့်နှင့် ကာကွယ်ပေး နိုင်သည့် အမူအကျင့်များအကြောင်း ရှင်းလင်းစွာ အချက်အလက် ပေးခြင်းမှာ ထိရောက်မှုရှိသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ၏ အရေးကြီးသော သွင်ပြင်လက္ခဏာတစ်ခုဖြစ်သည်။ အထိရောက်ဆုံး CSE လုပ်ငန်းများသည် ကာကွယ်မှုဖြစ်စေသည့် အမူအကျင့် များအတွက် ရှင်းလင်း၍ တပြေးညီဖြစ်သည့် အချက်အလက်များကို နည်းလမ်းပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ထပ်ခါထပ်ခါ အားဖြည့်တင်ပြပေးသည်။

- **HIV နှင့် အခြား STIs များကို ကာကွယ်ခြင်း -** လူငယ်များသည် လိင်ဆက်ဆံမှုကို ရှောင်ကျဉ်သင့်သည် သို့မဟုတ် ကွန်ဒုံးကို မည်သည့်အဖော်နှင့်မဆို လိင်ဆက်ဆံသည့်အခါတိုင်း မှန်မှန်ကန်ကန် အသုံးပြုသင့်သည်။ ထိရောက်သော လုပ်ငန်းအချို့က လိင်ဆက်ဆံဖော်တစ်ဦးတည်းသာ ထားရန်နှင့် တစ်ပြိုင်တည်း လိင်ဆက်ဆံဖော်များစွာထားခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ရန် စူးစိုက်တင်ပြသည်။ အချို့နိုင်ငံများတွင် ယဉ်ကျေးမှုအရ သင့်လျော်သော အချက်အလက် အနေနှင့် အသက်ကြီးသော အမျိုးသားများက လက်ဆောင်၊ ငွေကြေးပေးပြီး လိင်နှင့်ပတ်သက်သော ကိစ္စများအတွက် မျက်နှာသာပေး ခွင့်ပြုမှုရယူခြင်း (sugar daddy) ၏ အန္တရာယ်များ ကိုလည်း အထူးပြုတင်ပြသည်။ ထို့ပြင် တစ်ပြိုင်တည်း အဖော်များစွာထားပြီး ကွန်ဒုံးကို စွဲမြဲစွာမသုံးခြင်း၏ အန္တရာယ်များကိုလည်း အထူးပြုဆွေးနွေးသည်။

  အချို့ အစီအစဉ်များတွင် HIV အပါအဝင် STI များအတွက် စစ်ဆေးကုသရန် တိုက်တွန်းသည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ပါဝင်အကြောင်းအရာများနှင့် ဆရာဆရာမများ၏ စွမ်းရည်တို့မှာ HIV ကာကွယ်ရေးအတွက် နောက်ဆုံးရ သိပ္ပံပညာ အထောက်အထားများကို လိုက်မီနေရမည်။ ၎င်းတို့တွင် PrEP စသည့် ပိုမိုသစ်လွင်သော ဇီဝဆေးပညာ ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများနှင့် လူငယ်များလိုအပ်ပါက ကွန်ဒုံး၊ HIV သွေးစစ်ဆေးခြင်း၊ PrEP နှင့် PEP အပါအဝင် ပေါင်းစည်း ထားသည့် HIV ကာကွယ်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို မည်သို့လက်လှမ်းမီ ရရှိနိုင်မည့်အကြောင်းများ ပါဝင်သင့်သည် (UNAIDS, 2016)။

- **ကိုယ်ဝန်မရအောင် တားဆီးခြင်း -** လူငယ်များသည် လိင်ဆက်ဆံမှုကို ရှောင်ကျဉ်သင့်သည် သို့မဟုတ် ခေတ်မီ သန္ဓေတားနည်းလမ်းကို လိင်ဆက်ဆံသည့်အခါတိုင်း အသုံးပြုသင့်သည်။ ထို့ပြင် လူငယ်များသည် SRH ဝန်ဆောင်မှုများကို မည်သည့်နေရာမှ ရယူနိုင်မည်ကို သိထားသင့်သည်။

- **ကျားမ အခြေပြုအကြမ်းဖက်မှုများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို တားဆီးကာကွယ်ခြင်း -** CSE လုပ်ငန်းများတွင် (နေအိမ်၊ ကျောင်းနှင့် ရပ်ရွာထဲ၌) တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းကို အားပေးသည့် အမူအကျင့် များအား ပြောင်းလဲစေရန် ရှင်းလင်းသည့် သတင်းစကားများ ပါဝင်သင့်သည်။ ထို့ပြင် အမျိုးသမီးများအပေါ် အန္တရာယ်ဖြစ်စေသည့် အလေ့အထများကို ပြောင်းလဲရန်လည်း လိုအပ်သည်။

လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ လူငယ်များ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ရာတွင် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော အချက်များနှင့် ကာကွယ်မှုပေးနိုင်သော အချက်များက အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှ

ပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့တွင် အသိဉာဏ်ပညာနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြောင်းအချက်များအပြင် ပြင်ပအကြောင်းအချက်များလည်း ပါဝင်သည်။ ဥပမာ - ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေနိုင်သည့် ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုကူညီရေးဝန်ဆောင်မှုများ လက်လှမ်းမီ ရရှိနိုင်မှု။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု လုပ်ငန်းများ အထူးသဖြင့် ကျောင်းအခြေပြုလုပ်ငန်းများသည် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ မည်သို့ရယူနိုင်မည်ကို ထည့်သွင်းထားသော်လည်း အသိဉာဏ်ဆိုင်ရာ အကြောင်း အချက်များကိုသာ ထုံးစံအတိုင်း စူးစိုက်ဦးတည်လေ့ရှိသည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' တွင် အထူးပြုထားသည့် အသိပညာ၊ တန်ဖိုးထားမှု၊ စံနှုန်းများ စသည်တို့ကို လူမှုရေးစံနှုန်းများက ပံ့ပိုးပေးရန်လိုပြီး ယုံကြည်ရသော လူကြီးများက စံပြပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် သော်လည်းကောင်း၊ အားဖြည့်ခိုင်မာစေခြင်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း မြှင့်တင်ပေးရန် လိုအပ်သည်။

၁၂ **HIV၊ အခြား STI များ၊ မလိုလားသော သို့မဟုတ် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံမှု သို့မဟုတ် အကြမ်းဖက်မှုများ ဖြစ်စေနိုင်သည့် အခြေအနေတွင် မည်သို့ စီမံဆောင်ရွက်နိုင်မည်ကို ဦးတည်ဆွေးနွေးခြင်း** - မလိုလားသော လိင်မှုကိစ္စများအတွက် ဖိအားပေးခံရသည့် အန္တရာယ်ရှိလာနိုင်သော အခြေအနေများကို ဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် ရှောင်ရှားနိုင်ရန်နှင့် ညှိနှိုင်းနိုင်ရန်နည်းဗျူဟာများကို အစမ်းလေ့ကျင့်ခြင်းတို့မှာ အရေးကြီးပါသည်။ အကောင်းဆုံးမှာ လူငယ်များကိုယ်တိုင် ပါဝင်ရန်ဖြစ်သည်။ သဘောတူခွင့်ပြုချက် အကြောင်းနှင့် မလိုလားသောလုပ်ဆောင်မှု ပြုလုပ်စေရန် အခြားသူများကို ဖိအားပေးခြင်းအား ရှောင်ကျဉ်ရမည် ဖြစ်ကြောင်း လူငယ်တိုင်းမှ သိနားလည်ရန်မှာလည်း တူညီစွာအရေးကြီးပါသည်။ မူးယစ်စိတ်ကြွဆေးဝါး၊ အရက်သေစာတို့နှင့် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်းတို့ ဆက်စပ်နေတတ်သော ရပ်ရွာများတွင် လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များအပေါ် ဆေးဝါးနှင့်အရက်တို့၏ သက်ရောက်မှုကို ဦးတည်ဆွေးနွေးပေးရန် အရေးကြီးသည်။

၁၃ **ကွန်ဒုံးနှင့် သန္ဓေတားနည်းလမ်းများအားလုံးနှင့် စပ်လျဉ်းသော လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ ခံယူချက်နှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူ များ၏ စံနှုန်းများကို ဦးတည်ခြင်း** - လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ ခံယူချက်နှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ စံနှုန်းများက ကွန်ဒုံးနှင့် သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ အသုံးပြုမှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိစေသည်။ ထိရောက်သော CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများက ကွန်ဒုံးနှင့် အခြား ခေတ်မီသန္ဓေတားနည်းလမ်းများအကြောင်း ၎င်းတို့၏ ထိရောက်မှုနှင့်စပ်လျဉ်း၍ တိကျသော အချက်အလက်များအပါအဝင် ရှင်းလင်းသောအချက်အလက်များကို ပေးအပ်သည်။ ထိုပညာပေးလုပ်ငန်းများက ကွန်ဒုံး၊ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ ခံယူချက်များနှင့် အသုံးပြုရန် အဟန့်အတားဖြစ်နိုင်သည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသည့်အချက်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်စေရန်လည်း ကူညီပေးသည်။ ထိုအဟန့်အတားများအား မည်သို့ ကျော်လွှားနိုင်မည်ကို ဆွေးနွေးနိုင်မည့် အခွင့်အလမ်းများကိုလည်း ပေးအပ်သည်။ ဥပမာ - ကွန်ဒုံးကို ရရှိရန်နှင့် ဆောင်ယူရန်အခက်အခဲများ၊ မိမိ၏အဖော်ကို ကွန်ဒုံးသုံးရန်အတွက် ပြောဆိုရာတွင် စိတ်ကသိကအောင့် ဖြစ်နိုင်ခြေ၊ သို့မဟုတ် ကွန်ဒုံးကို အမှန်တကယ် အသုံးပြုသည့်အခါ တွေ့နိုင်သော အခက်အခဲများ

၁၄ **ကလေးများနှင့် လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များ အထူးသဖြင့် SRH လိုအပ်ချက်များအတွက် မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်သည်ကို သတင်းအချက်အလက်များ ပေးခြင်း -**
ထိရောက်သော CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများသည် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုကို မည်သို့ ရယူနိုင်မည့် အချက်အလက်များ ပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့တွင် လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးအကြောင်း နစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှုများ၊ ရာသီသွေးပေါ်ခြင်းနှင့် ဆိုင်သော ကျန်းမာရေးနှင့် စီမံဆောင်ရွက်မှု၊ ခေတ်မီသန္ဓေတားနည်းလမ်းများနှင့် ကိုယ်ဝန်ရှိမရှိ စစ်ဆေးခြင်း၊ (ဥပဒေက ခွင့်ပြုပါက) ကိုယ်ဝန် ဆက်မတည်အောင် ပြုလုပ်ခြင်း၊ STI နှင့် HIV တားဆီးကာကွယ်ရေး၊ နစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ သွေးစစ်ဆေးခြင်းနှင့် ကုသမှု၊ လိင်အင်္ဂါကြွက်နို့ ဖြစ်စေသော ဗိုင်းရပ်ပိုး (HPV) အတွက် ကာကွယ်ဆေး၊ ဆန္ဒအလျောက် အမျိုးသားလိင်အင်္ဂါထိပ်ဖုံးအရေပြား ဖြတ်တောက်ခြင်း (VMMC)၊ မိန်းမလိင်အင်္ဂါဖြတ်တောက်မှု တားဆီးရေးနှင့် နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာများကို စီမံကုသမှု စသည်တို့ ပါဝင်နိုင်သည်။

သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် အစိတ်အပိုင်းအနေနှင့်ပါဝင်သည့် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများသည် လူငယ်များအား မိမိတို့ကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်မှုအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရာတွင် မည်သို့တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ကို နားလည်သိရှိစေရန် တိုက်တွန်းပေးသင့်သည်။ ဥပမာ - အသိပေးပြီး သဘောတူခွင့်ပြုချက် ရယူခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်မှုနှင့် လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးခြင်းတို့၏ အရေးကြီးပုံကို ထင်ဟပ်စဉ်းစားခြင်း၊ လက်ရှိ ဥပဒေရေးရာ မူဘောင်များက မိမိတို့၏ ကျန်းမာရေးအတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်များချရာတွင် မည်သို့ ပံ့ပိုးပေးပုံ သို့မဟုတ် တားဆီးပုံတို့ကို လေ့လာခြင်း။ နောက်ဆုံးအနေနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းက သင်ယူသူများအား မိမိတို့၏ သက်ရွယ်ဆင့်တူများ သို့မဟုတ် မိမိတို့၏ အဖော်များအား SRH ဝန်ဆောင်မှုများ ရယူနိုင်စေရန် မည်သို့တက်ကြွစွာ ပံ့ပိုးပေးနိုင်မည်ကို နားလည်သိရှိ စေသင့်သည်။ ဥပမာ - ၎င်းတို့၏ လိင်၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု၊ ပထဝီဒေသအခြေအနေ၊ အိမ်ထောင်ရေးအခြေအနေ၊ မသန်စွမ်းမှု စသည်တို့ကြောင့် ဝန်ဆောင်မှုများရယူရာတွင် တွေ့ကြုံနိုင်သည့် အတားအဆီးများကို ထင်ဟပ်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများပေးရန် လက်ရှိ ဥပဒေရေးရာ လိုအပ်ချက်များကို လေ့လာခြင်း (IPPF, 2017)။

ဇယား ၄ ၊ ထိရောက်သော CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခု၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ

ပြင်ဆင်သည့်အဆင့်

၁. လူသားတို့၏ လိင်မှုရေးရာ၊ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲမှုနှင့် သက်ဆိုင်ရာ သင်ကြားနည်းပညာ သီအိုရီများနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျွမ်းကျင်သည့် ပညာရှင်များအား ပါဝင်စေခြင်း

၂. လူငယ်များ၊ မိဘများ၊ မိသားစုဝင်များနှင့် အခြား ရပ်ရွာထဲမှ နီးနွယ်ပတ်သက်သူများကို ပါဝင်စေခြင်း

၃. လုပ်ငန်းအစီအစဉ်မှ ဦးတည်ထားသော ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာနေသော စွမ်းဆောင်ရည်အပေါ် အခြေခံ၍ လူမှုရေးနှင့် SRH လိုအပ်ချက်များ၊ အမူအကျင့်များကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း

၄. သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ပြုစုခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ခြင်းတို့အတွက် ရရှိနိုင်သောရင်းမြစ်များ (လူ၊ အချိန်၊ ငွေကြေး) တို့ကို ဆန်းစစ်ခြင်း

သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ ပါဝင်အကြောင်းအရာများကို ပြုစုရေးဆွဲသည့်အခါ -

၅. ပါဝင်မည့် အကြောင်းအရာ၊ နည်းလမ်းနှင့် လုပ်ငန်းများကို ဆုံးဖြတ်နိုင်ရန်အတွက် ရှင်းလင်းသော ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်များ၊ မျှော်မှန်းရလဒ်များနှင့် သင်ယူရမည့် အဓိကအချက်များကို စူးစိုက်ဦးတည်မှုရှိစေခြင်း

၆. အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များကို ကျိုးကြောင်းညီညွတ်သော အစီအစဉ်ဖြင့် လွှမ်းခြုံပါဝင်စေခြင်း

၇. နောက်ခံအခြေအနေကို အခြေပြု၍ နက်နဲစွာတွေးခေါ်စဉ်းစားမှုကို မြှင့်တင်အားပေးသည့် လုပ်ငန်းများအား ဒီဇိုင်းရေးဆွဲခြင်း

၈. သဘောတူခွင့်ပြုမှုနှင့် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို ထည့်သွင်းပါဝင်စေခြင်း

၉. HIV, AIDS နှင့် အခြား STIs များအကြောင်း၊ သန္ဓေတားခြင်း၊ အချိန်မတိုင်မီ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်များ အကြောင်းနှင့် ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်း အမျိုးမျိုး၏ ထိရောက်မှုနှင့် ရရှိနိုင်မှုတို့အကြောင်း သိပ္ပံနည်းကျ တိကျသော အချက်အလက်များပေးခြင်း

၁၀. ကလေးနှင့် လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအပေါ် သက်ရောက်နိုင်သည့် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများ၊ ကျားမရေးရာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ စံနှုန်းများကို ထည့်သွင်းသင်ကြားခြင်း

၁၁. လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်အချို့အပေါ် သက်ရောက်စေသည့် သီးခြားအန္တရာယ်များနှင့် ကာကွယ်ပေးနိုင်သည့် အချက်များကို ပါဝင်စေခြင်း

၁၂. HIV ၊ အခြား STI များ၊ မလိုလားသော သို့မဟုတ် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံမှု သို့မဟုတ် အကြမ်းဖက်မှု ဖြစ်စေနိုင်သည့် အခြေအနေတွင် မည်သို့ စီမံဆောင်ရွက်နိုင်မည် စသည်တို့ကို ပါဝင်စေခြင်း

၁၃. ကွန်ဒုံးနှင့် သန္ဓေတားနည်းလမ်းများအားလုံးနှင့် စပ်လျဉ်းသော လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ ခံယူချက်နှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၏ စံနှုန်းများကို ထည့်သွင်းဆွေးနွေးခြင်း

၁၄. ကလေးများနှင့် လူငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များ အထူးသဖြင့် SRH လိုအပ်ချက်များအတွက် မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်သည်ကို သတင်းအချက်အလက်များပေးခြင်း

၇.၃ CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ဒီဇိုင်းရေးဆွဲဆောင်ရွက်ခြင်း

၁ **တစ်ခုတည်း သီးခြားအစီအစဉ်အဖြစ် သို့မဟုတ် ပေါင်းစည်းအစီအစဉ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ရန်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်း -** 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ကို သူတစ်ခုတည်း သီးခြားဘာသာရပ်အနေနှင့် သင်ကြားရန် (သို့မဟုတ်) ကျန်းမာရေး၊ ဇီဝဗေဒ စသော သက်ဆိုင်မှုရှိသော လက်ရှိဘာသာရပ်များတွင် ပေါင်းစည်းထည့်သွင်းရန် (သို့မဟုတ်) သီးခြား ဘာသာရပ်အနေနှင့်၄င်း၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲတွင် ပေါင်းစည်းထည့်သွင်း၍သော်၄င်း နှစ်မျိုးလုံးဆောင်ရွက်ရန် (သို့မဟုတ်) ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ အစီအစဉ်ထဲတွင် ပါဝင်စေရန်တို့ကို ဆုံးဖြတ်ရန် လိုပါသည် (UNESCO, 2015a)။ ပညာရေးဆိုင်ရာ ခြုံငုံမူဝါဒများ၊ ရင်းမြစ်များရရှိနိုင်မှု၊ ကျောင်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်းတွင် အပြိုင်အဆိုင် ဖြစ်နေသော ဦးစားပေးဘာသာရပ်များ၊ သင်ယူသူများ၏ လိုအပ်ချက်၊ CSE အစီအစဉ်အား ရပ်ရွာလူထုမှ ပံ့ပိုးလက်ခံမှုနှင့် အချိန်ဇယားရေးဆွဲခြင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များက ဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်သည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေး လုပ်ငန်းကို သီးခြား ဘာသာရပ်အနေနှင့် မိတ်ဆက်သင်ကြားခြင်းမှာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်နိုင်သော်လည်း (သို့မဟုတ်) ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာကဲ့သို့ လက်ရှိဘာသာရပ်တစ်ခုထဲတွင် CSE အကြောင်းအရာများ ထည့်သွင်းသင့်သော်လည်း ယခင်သင်ကြားပေးနေခဲ့သောအရာများ ပေါ်တွင် အခြေပြုတည်ဆောက်ကာ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေခြင်းနှင့် လူမှုရေးသိပ္ပံ၊ ဇီဝဗေဒ သို့မဟုတ် လမ်းညွှန်ဆွေးနွေးခြင်း စသည်ဖြင့် လက်ရှိ ဘာသာရပ်များထဲတွင် CSE ကို ပေါင်းစည်းထည့်သွင်းခြင်းတို့က ပို၍ လက်တွေ့ကျသည်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်ကို အသိအမှတ် ပြုရပေမည်။ ထိုသို့သော အခြေအနေများတွင် CSE ၏ ပါဝင်အကြောင်းအရာများ လျော့ပါးသွားခြင်း မရှိစေရန်အတွက် ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသည်။ ဆရာဆရာမများ၏ သင်တန်းလိုအပ်မှုအတွက် တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းနှင့် အခြားဘာသာရပ် အမျိုးမျိုးထဲတွင် CSE ကို ပါဝင် ထည့်သွင်းရန် သင်ကြားသင်ယူမှု အထောက်အကူများ လိုအပ်ချက်ကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားရပေမည်။

အခြားအရေးကြီးသော ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်အချက်များမှာ CSE အကြောင်းအရာများအား သင်ကြားပုံ (သီးခြား သို့မဟုတ် ပေါင်းစည်း) ကိုလိုက်၍ (Mandatory) မပါမဖြစ်သင်ကြားမှုအဖြစ် သဘောထားရန် ဟုတ်မဟုတ်နှင့် ထိုအကြောင်းအရာများကို ပုံမှန်စာမေးပွဲတွင် ထည့်သွင်းစစ်မေးရန် ဟုတ်မဟုတ် တို့ဖြစ်သည်။ စာမေးပွဲ သို့မဟုတ် အခြား ဆန်းစစ်မှုများရှိပါက ဆရာဆရာမများနှင့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ နှစ်ဘက်လုံးမှ ပို၍အလေးအနက် ထားနိုင်သည်။ ထို့ပြင် စာမေးပွဲများက ဆရာမဆရာမများ၏ ထိရောက်သောသင်ကြားမှုနှင့် သင်ယူသူများ၏ ရလဒ်တို့ကို တိုင်းတာနိုင်ရန် အခွင့်အရေး ပိုမိုရရှိစေသည်။

ဇယား ၅ - CSE ကို သီးခြားသင်ကြားခြင်းနှင့် ပေါင်းစည်းသင်ကြားခြင်း - အဓိက စဉ်းစားရန်အချက်များ

သီးခြား သင်ကြားခြင်း	ပေါင်းစည်းသင်ကြားခြင်း
သီးခြားရပ်တည်သည့် အနေအထားကြောင့် ဘာသာရပ်၏ အရေးပါပုံကို ထင်ဟပ်ဖော်ပြသည်။	လက်ရှိ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းမှ ဘာသာရပ်များကို ဖြည့်စွက်ပေးပြီး သီးခြားကျွမ်းကျင်မှု သို့မဟုတ် အသိပညာများမှာ အခြား ဦးတည်အကြောင်းအရာ (Theme) များနှင့် ချိတ်ဆက်စေနိုင်သည်။ (ဥပမာ - လူမှုရေး လေ့လာမှုများ၊ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ)
သီးခြားဘာသာရပ်တစ်ခုလုံးကို သင်ကြားနိုင်ရန် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲတွင် လုံလောက်သောအချိန် သို့မဟုတ် နေရာမရှိခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။	ဆရာဆရာမများက ပါဝင်ထည့်သွင်းနိုင်ရန် ကြိုးစားရင်း စာမေးပွဲအတွက် ပိုအရေးကြီးနိုင်သည့် အခြားဘာသာရပ် အကြောင်းအရာများကြောင့် သင်ယူမှု၏ နက်နဲသော ရှုထောင့်များ၊ သို့မဟုတ် စိန်ခေါ်မှုရှိစေသော အကြောင်းအရာများကို အတိုချုံ့လိုက်နိုင်သည်။
ဆရာဆရာမတစ်ဦးတည်းကိုသာ လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရန် လိုသည်။ သို့သော် ဘာသာရပ်မှာ လူတစ်ဦးတည်း၏ တာဝန်ခံယူမှုနှင့် စွမ်းဆောင်ရည်ပေါ်တွင် မူတည်နေလိမ့်မည်။	ဆရာဆရာမ အများအပြားကို လေ့ကျင့်သင်ကြားပေး ရန်လိုသည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခုလုံးမှာ ဘာသာရပ် အားလုံးထဲတွင် လွှမ်းခြုံပါဝင်ကြောင်း သေချာစေရန် ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှု အစီအမံတစ်ခုကို လိုအပ်သည်။
ဆန်းစစ်မှု၊ စာမေးပွဲစစ်ခြင်းတို့မှာ ပို၍ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း ရှိနိုင်သည်။	သင်ရိုးညွှန်းတမ်းမှုဘောင်အရ စာမေးပွဲကို ဘာသာရပ် အများအပြားတွင် ဖြန့်ဝေပါဝင်စေခြင်းဖြင့် တိုးတက်မှုကို ခြေရာခံသိရှိနိုင်ရန်နှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း တစ်ခုလုံးကို ဆန်းစစ်ရန်တို့မှာ ပိုမို ရှုပ်ထွေးနိုင်သည်။
လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးရမည့် ဆရာဆရာမ အရေအတွက်၊ သင်ကြားသင်ယူမှုဆိုင်ရာ အထောက်အကူများ ပြုစုခြင်းတို့အနေနှင့် ကြည့်လျှင် တွက်ခြေကိုက်နိုင်သည်။	သီးခြားဆီလျော်သော CSE အကြောင်းအရာများကို ထပ်ပေါင်းခြင်းဖြင့် သင်တန်းများ၊ ပစ္စည်းများနှင့် ဆန်းစစ်မှုများ၏ ကုန်ကျစရိတ်မှာ မတူညီသော လက်ရှိ နယ်ပယ်များသို့ ပြန့်သွားနိုင်သည်။
ဆရာဆရာမများမှာ သီးခြားခွဲထားခံရသကဲ့သို့ (သို့မဟုတ်) ဤ အကဲဆတ်သော ဘာသာရပ်အတွက် ပံ့ပိုးမှုကင်းမဲ့သကဲ့သို့ ခံစားရနိုင်သည်။	ပို၍များပြားသော ဝန်ထမ်းများ ပါဝင်လာမည်။ CSE ကို နားလည်သိရှိကြခြင်းကြောင့် ပို၍ ခြုံငုံမိစေသော 'တစ်ကျောင်းလုံးနှင့်ဆိုင်သော' နည်းလမ်းသို့ ဦးတည်စေနိုင်သည်။

၂ **နှစ်အတန်ကြာအတွင်း အဆင့်ဆင့် အခန်းများခွဲ၍ ပါဝင်စေခြင်း -** သင်ယူမှုကို အမြင့်မားဆုံးဖြစ်စေရန် လိင်မှုဆိုင်ရာကို ဦးတည်သည့် ခေါင်းစဉ်အမျိုးမျိုးအား အသက်အရွယ်အရ သင့်လျော်သောပုံစံဖြင့် နှစ်အတန်ကြာအတွင်း ခရုပတ်သဖွယ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနည်းလမ်း အသုံးပြု၍ လွှမ်းခြုံပါဝင်စေရန် ဖြစ်သည်။ လူငယ်များအား အမှုအကျင့်များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ရှင်းလင်းသော သတင်းအချက်အလက်များပေးရန် အရေးကြီးသည်။ ထို့ပြင် အရေးကြီးသော သဘောတရားများကို နှစ်အတန်ကြာ အားဖြည့်ပေးရန် လိုသည်။ လူငယ်များအကြား လိင်မှုရေးရာ အန္တရာယ်အပြုအမူများ လျော့နည်းစေရန်အတွက် ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းအပေါ် သက်ရောက်စေသည့် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော အချက်များနှင့် ကာကွယ်ပေးနိုင်သောအချက်များ နှစ်မျိုးလုံးကို ဦးတည်ဆွေးနွေးရမည်။ ထိုနည်းလမ်းများမှာ အချိန်ယူရန် လိုအပ်သည်။ အာဖရိကတိုက် ဆာဟာရဒေသခွဲမှ လေ့လာချက်များ (Michielsen et al., 2010 in UNESCO, 2016c) အပေါ် ဆန်းစစ်ချက်အရ လုပ်ငန်းများကို ပိုမိုလက်ခံရရှိသည့် လူငယ်များတွင် သက်ရောက်မှု ပိုမိုရှိစေကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ CSE လုပ်ငန်း၏ အချိန်ကာလနှင့် အားထုတ်လုပ်ဆောင်မှုတို့မှာ ထိရောက်မှုအတွက် အရေးပါသော အချက်ဖြစ်သည်။ ပါဝင်အကြောင်းအရာများကို သင်ကြားပေးရန် အချိန်ဇယားဆွဲထားပြီး စာသင်ခန်းတွင်း လုပ်ငန်းများအနေနှင့် ဆောင်ရွက်ရန်လိုသည်။ ၎င်းကို အထူးလှုပ်ရှားမှုများ၊ စီမံချက်များ၊ အခန်းအနားများ စသည်တို့ဖြင့် ဖြည့်စွက်နိုင်သည် (Pound et al., 2017)။ အပြုသဘောဆောင်သော ရလဒ်များကို တစ်ကြိမ်လျှင် မိနစ် ၅၀ ခန့်ကြာပြီး ၁၂ ကြိမ်နှင့်အထက် တစ်ခါတစ်ရံ အကြိမ် ၃၀ နှင့်အထက် ဆောင်ရွက်သော လုပ်ငန်းများတွင် တွေ့ရှိခဲ့သည်။ ဤလမ်းညွှန်အရ ထိရောက်မှုကို မြှင့်တင်နိုင်ရန်အတွက် စာသင်ခန်းတွင်း သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများနှင့် သင်ခန်းစာပြင်ဆင်မှုများမှာ CSE အတွက် စာသင်နှစ်အတွင်းနှင့် စာသင်နှစ်များတစ်လျှောက် လုံလောက်သောအချိန် ရရှိရန် ဂရုတစိုက် လျာထားသတ်မှတ်ပေးရမည် (UNESCO, 2009)။

၃ **CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအား စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ခြင်း** - CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအား စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ခြင်းက ပါဝင်သည့်အရာများကို ညှိနှိုင်းပြင်ဆင်မှု ပြုလုပ်နိုင်စေသည်။ ၎င်းက လုပ်ငန်းစီစဉ်ရေးဆွဲသူများအား ပါဝင် အကြောင်းအရာများကို အသေးစိတ် အချောသပ်နိုင်ရန် အခွင့်အလမ်းပေးပြီး အရေးတကြီးပြောင်းလဲရန် လိုအပ်သည့် အချက်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်စေသည်။ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခုလုံးကို စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ကြည့်သင့်သည်။ ပါဝင်သူများထံမှ လက်တွေ့ကျသော တုံ့ပြန်မှုများကို ရယူသင့်သည်။ အထူးသဖြင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ မည်သည့် အပိုင်းများက ကောင်းစွာသင်ယူစေနိုင်ပြီး မည်သည့်အပိုင်းများက ကောင်းစွာ မလုပ်ဆောင်နိုင်ကြောင်း ပါဝင်သူများ၏ လက်တွေ့ထင်မြင်ချက်ကို ရယူသင့်သည်။ ထို့ပြင် အားနည်းသောအပိုင်းများကို ပိုမိုအားကောင်းအောင်၊ ဆီလျော်အောင်၊ ပိုမို ထိရောက်အောင် လုပ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကိုလည်း ရယူရမည်။

၄ **ကလေးများနှင့် လူငယ်များကို တက်ကြွစွာ ပါဝင်နိုင်စေသည့်၊ ၎င်းတို့အား အချက်အလက်များကို ကိုယ်ပိုင်ဘဝသို့ ထည့်သွင်း၍ ပေါင်းစည်းစေနိုင်ရန် ကူညီပေးသည့် ပူးပေါင်းပါဝင်သည့်သင်ကြားနည်းစနစ် (Participatory teaching methods) များ အသုံးပြုခြင်း -** ပညာပေးသူများသည် (အသိပညာ၊ ခံယူချက်နှင့် ကျွမ်းကျင်မှု ဟူသော) သင်ယူမှု၏ အဓိကအပိုင်းများအားလုံးကို သင်ယူနိုင်စေရန် အပြန်အလှန်ဆွေးနွေး၍ ပူးပေါင်းပါဝင်သည့် နည်းစနစ်များနှင့် သင်ယူသူကို ဗဟိုပြုသည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးတို့ကို အသုံးပြုသင့်သည်။ အရည်အသွေးမြင့် စမ်းသပ်လေ့လာမှုများမှ တွေ့ရှိရသည်မှာ အထိရောက်ဆုံး ကျောင်းအခြေပြု လုပ်ငန်းများသည် အပြန်အလှန်ဆွေးနွေးမှုရှိ၍ အသိပညာအခြေပြု သင်ယူမှုကို ဖြည့်စွက်သည့် လှုပ်ရှားမှုအမျိုးမျိုး (Lopez et al., 2016 in UNESCO 2016c) ဖြင့် လက်တွေ့ ကျွမ်းကျင်မှုများကို လုပ်ဆောင်သည်။ ထို့ပြင် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် ခံယူချက်များကိုလည်း ထင်ဟပ်စဉ်းစားနိုင်ရန် အခွင့်အလမ်း ရရှိစေသည်။ နည်းလမ်းများမှာ သီးခြားသင်ယူမှုဆိုင်ရာ

ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီရမည်။ ဥပမာ - ကိုယ်စား သရုပ်ဆောင်ခြင်း၊ အိမ်စာများတွင် ICT အသုံးပြုမှုများ ပါဝင်စေခြင်း၊ အမည်ဖော်ပြရန်မလိုသော မေးခွန်းထည့်ရန် သေတ္တာထားပေးခြင်း၊ ပို့ချမှုနှင့် အချက်အလက်ပေးသည့် အချိန်များ၊ အုပ်စုလိုက် ထင်ဟပ်စဉ်းစားမှု စသည် (Amaugo et al., 2014; Fonner et al., 2014; Tolli, 2012)။

၅ **ကျောင်းများနှင့် အလွတ်သဘော သင်ကြားမှုအခြေအနေများတွင် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် စွမ်းဆောင်ရည်ရှိပြီး စိတ်ဝင်စားတက်ကြွသော ပညာပေးသူများကို ရွေးချယ်ခြင်း -** ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ’ ပညာပေးခြင်း အစီအစဉ်များကို အများအားဖြင့် ဆရာဆရာမများ၊ သက်ရွယ်ဆင့်တူများ၊ ကျန်းမာရေးပညာရှင်များ သို့မဟုတ် သုံးမျိုးလုံး ပေါင်း၍ ဆောင်ရွက်လေ့ရှိသည် (Fonner et al., 2014)။ Pound et al. (2016) ၏ လေ့လာချက်အရ ကောင်းမွန်သော ဆရာ၏ အရည်အသွေးအတွက် လူငယ်များ၏အမြင်တွင် ပါဝင်သောအချက်များမှာ - (က) အသိပညာ ဗဟုသုတရှိရမည်။ (ခ) လိင်မှုဆိုင်ရာကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းတွင် ကျွမ်းကျင်မှု ရှိရမည်။ (ဂ) ပညာရှင် ပီသရမည်။ (ဃ) [လိင်မှုရေးရာနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးပညာရပ်အတွက်] သီးခြားသင်တန်းရရှိထားရမည်။ (င) မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုရှိရမည်။ စိတ်မသက်မသာ မဖြစ်ရပါ။ တိုက်ရိုက်ဖြောင့်ဖြောင့် ဖြစ်ရမည်။ ချဉ်းကပ်ရန် လွယ်ကူရမည်။ စိုးရိမ်တုန်လှုပ်မှုမရှိဘဲ လိင်မှုရေးရာကို နေ့စဉ်သုံးစကားဖြင့် ပြောဆိုနိုင်သည့်အတွေ့အကြုံရှိရမည်။ (စ) ယုံကြည်နိုင်ရမည်။ လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးနိုင်ရမည်။ (ဆ) မိမိကိုယ်တိုင်၏ လိင်မှုရေးရာနှင့် စပ်လျဉ်း၍ အတွေ့အကြုံကို အခြေခံသည့် ဗဟုသုတရှိပြီး စိတ်သက်တောင့်သက်သာ ရှိရမည်။ (ဇ) လူငယ်များနှင့်အတူ ကောင်းစွာ အလုပ်လုပ်နိုင်ရမည်။ (ဈ) လူငယ်များ၏ လိင်မှုကိစ္စကို ဆက်စပ်စဉ်းစား၍ လက်ခံနိုင်ရမည်။ (ည) လူငယ်များနှင့် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့် တို့ကို လေးစားရမည်။ တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံရမည်။ (ဋ) လူငယ်များနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ တူညီရမည်။ မျှတသောအမြင်များ ရှိပြီး ဝေဖန်ဆုံးဖြတ်ခြင်း ကင်းရမည်။

ထို့ပြင် ပညာပေးသူများသည် ကိုယ်တိုင်တန်ဖိုးထားမှု၊ ခံယူချက်များနှင့် ပညာရှင်အဖြစ် အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို ရှင်းလင်းခွဲခြားထားနိုင်ရမည်။ လူငယ်များကို အမြင်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားခြင်းမှာ CSE လုပ်ငန်းများမှ အပြုသဘောသဘောဆောင်သည့် ရလဒ်များ ထွက်ပေါ်စေရန် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည်။

ပညာပေးသူများသည် လက်ရှိစာသင်ခန်းတွင် ဘာသာရပ်သင်သူများ ဖြစ်နိုင်သည် (အထူးသဖြင့် ကျန်းမာရေးပညာ သို့မဟုတ် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာ သင်ကြားသူ ဆရာဆရာမများ) သို့မဟုတ် ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ’ ပညာပေးခြင်းကိုသာ စာသင်ခန်းတခုပြီးတစ်ခု သွားလာကာ ကျောင်းရှိ အတန်းစုံကို သင်ကြားဆောင်ရွက်သည့် သီးခြားသင်တန်း ရရှိထားသူ ဆရာဆရာမ ဖြစ်နိုင်သည်။ လေ့လာမှုများက ဖော်ပြသည်မှာ ဆရာ နှစ်မျိုးလုံးက လုပ်ငန်းများကို ထိရောက်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည် (Kirby et al., 2006)။ လုပ်ငန်း၏ ထိရောက်မှုအပေါ် အကြောင်းအချက်များစွာက သက်ရောက်စေနိုင်သည်။ ၎င်းတို့တွင် သင်ကြားပေးမည့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ ရရှိခဲ့သည့် သင်တန်းအဆင့်နှင့် အရည်အသွေး၊ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၏ အရည်အသွေး၊ ရည်ရွယ်ထားသည့်အတိုင်း ဆောင်ရွက်မှု၊ ကျောင်းနှင့် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော လူမှုဝန်းကျင်တို့ ပါဝင်နိုင်သည် (UNESCO, 2016c)။

၆ **ပညာပေးသူများအား ရင်းနှီးနားလည်ကျွမ်းဝင်စေခြင်း၊ တန်ဖိုးထားမှုများကို ရှင်းလင်းစေခြင်း၊ အရည်အသွေးပြည့် လုပ်ငန်းခွင်အကြိုသင်တန်း၊ လုပ်ငန်းခွင်သင်တန်းများနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးရေး အခွင့်အလမ်းများ ပေးအပ်ခြင်း -** ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ’ ပညာပေးခြင်းများတွင် သဘောတရားနှင့် သင်ကြားနည်းအသစ်များ ပါဝင်တတ်သည်။ ရင်းနှီးနားလည်ကျွမ်းဝင်စေခြင်း၊ တန်ဖိုးထားမှုများကို ရှင်းလင်းစေခြင်းနှင့် သင်တန်းတက်ရောက်ရန် အခွင့်အလမ်းများမှာ ဆရာဆရာမများအတွက် အရေးကြီးပါသည်။ ထိုလုပ်ငန်းစဉ်များက ပူးပေါင်းပါဝင်သင်ယူမှု နည်းလမ်းများကို သင်ကြားလေ့ကျင့်ခြင်း၊ လေ့လာသင်ယူစေရမည့် အကြောင်းအရာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများအား ကောင်းစွာ ချိန်ညှိခြင်း၊ ဆောင်ရွက်ရမည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပေါ်တွင် အခြေခံခြင်း၊ အဓိကသင်ခန်းစာများကို အစမ်းလေ့ကျင့်ထားနိုင်ရန် အခွင့်အရေးပေးခြင်း၊ ရှင်းလင်းသော ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်နှင့် ရည်ရွယ်ချက်များရှိခြင်း၊ စမ်းသပ်သင်ကြားရာတွင် ထိရောက်မှုရှိမရှိ ဆရာတစ်ဦးချင်းစီအား အပြုသဘော တုံ့ပြန်မှတ်ချက်ပေးခြင်း စသည်တို့ကို ပေးအပ်သင့်သည်။

ထို့ပြင် သင်တန်းများက ပညာပေးသူများအား မိမိတို့၏ ကိုယ်ပိုင် တန်ဖိုးထားမှုများနှင့် သင်ယူမည့်သူများ၏ ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်စေရန်၊ ပညာပေးသူများအနေနှင့် မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုနှင့် စွမ်းဆောင်ရည်များ တိုးတက်စေရန်၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအား ရွေးချယ်ခြင်းမပြုဘဲ အပြည့်အဝသင်ကြားရန် တိုက်တွန်းခြင်း၊ အချို့ နေရာများတွင် ကြုံတွေ့ရနိုင်သည့် စိန်ခေါ်မှုများကို ဖြေရှင်းနိုင်စေခြင်း (ဥပမာ - ကျောင်းသားအလွန်များသော စာသင်ခန်း)၊ အရေးအကြီးဆုံး အကြောင်းအရာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို လွှမ်းခြုံနိုင်အောင် လုံလောက်စွာ အချိန်ပေးနိုင်ခြင်း၊ ဆရာများအား သင်တန်းနှင့် လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်စေနိုင်ရန် အချိန်ပေးခြင်း၊ မေးခွန်းများ၊ ကိစ္စရပ်များကို မေးမြန်းခွင့် ပေးခြင်း စသည်တို့အားဖြင့် ကူညီပေးသင့်သည်။ ဖြစ်နိုင်ပါက သင်တန်းများသည် ဆရာဆရာမများ ကိုယ်တိုင်၏ SRH နှင့် လိင်မှုရေးရာ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကိုလည်း ဦးတည်ဖြေရှင်းပေးသင့်သည်။ နောက်ဆုံးအနေနှင့် အတွေ့အကြုံရှိပြီး ဗဟုသုတအသိပညာပြည့်စုံသော သင်တန်းဆရာများက ဆရာဖြစ်သင်တန်းကို ပို့ချပေးသင့်သည်။ သင်တန်းအဆုံးတွင် တက်ရောက်သူများ၏ တုံ့ပြန်မှတ်ချက်များကို အလေးအနက်သုံးသပ်ရမည်။

ကျောင်း၏ စီမံခန့်ခွဲသူများက ပါဝင်ဆောင်ရွက်သည့် ဆရာ ဆရာမများအား အားပေးတိုက်တွန်းမှု၊ လမ်းညွှန်မှုနှင့် ပံ့ပိုးမှုများ ပေးသင့်သည်။ စီစဉ်ထားသည့်အတိုင်း (စာမေးပွဲတွင် ပါနိုင်သည့် ဇီဝဗေဒ အကြောင်းသာ မဟုတ်ဘဲ) သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏အပိုင်းအားလုံး ကို အပြည့်အဝ အကောင်အထည်ဖော်လျက်ရှိကြောင်း ကြီးကြပ်သူများက သေချာစေရမည်။ ထို့ပြင် ဆရာ ဆရာမများအနေနှင့် ဆောင်ရွက်နေစဉ် ပေါ်ထွက်လာနိုင်သည့် အခြေအနေသစ်များ၊ စိန်ခေါ်မှုများကို တုံ့ပြန်နိုင်ရန် အကူအညီများ ရရှိနိုင်ကြောင်း သေချာစေရမည်။ ကြီးကြပ်သူများအနေနှင့် ကျောင်း၏ အစီအစဉ်များအား လိုအပ်သလို ညှိနှိုင်းပြင်ဆင်နိုင်စေရန်အတွက် ‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ’ နှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်တွင် ထူးခြားပြောင်းလဲသော အချက်များရှိလာပါက သိရှိနိုင်ရန်လိုသည်။ ထိုအတွက် ကြီးကြပ်သူများနှင့် ကျောင်းစစ်ဆေးရေး လုပ်ဆောင်သူများအဖို့ ဆရာဆရာမများရရှိခဲ့သည့် ဆရာဖြစ်သင်တန်းမော်ဂျူးနှင့် တူညီသော (သို့မဟုတ်) မွမ်းမံထားသော သင်တန်းမော်ဂျူးအချို့တွင် ပါဝင်နိုင်သည့်အခွင့်အလမ်းများနှင့် (စာသင်ခန်းတွင်း) CSE ဆောင်ရွက်မှုကို စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ကာ သုံးသပ်အကဲဖြတ်နိုင်ရန် စနစ်တကျလမ်းညွှန်ပေးသည့် နိုင်ငံအဆင့်မှ လက်ခံထားသော စောင့်ကြည့်လေ့လာမှု အထောက်အကူများကို ရရှိနိုင်ရန် လိုသည်။

၇ **ကလေးများနှင့် လူငယ်များအားလုံးအတွက် လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လုံခြုံစိတ်ချရသော ပတ်ဝန်းကျင်တို့ ရရှိရန် သေချာစေခြင်း -** လိင်မှုရေးရာမှာ ပြင်းထန်သော စိတ်ခံစားမှုများ၊ တုံ့ပြန်မှုများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားပူပန်မှုများ၊ စိတ်မသက်မသာဖြစ်မှုများ၊ ထိခိုက်လွယ်မှုများ စသည်တို့ ထွက်ပေါ်လာနိုင်သည့် ဘာသာရပ်ဖြစ်ကြောင်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားလျက် (Pound et al., 2016, p. 4) ကလေးနှင့် လူငယ်များအားလုံးအဖို့ မေးမြန်းနိုင်ရန်၊ လေ့လာသင်ယူနိုင်ရန်၊ ဖယ်ကျဉ်ထားခံရသည်ဟု မခံစားရဘဲ ပါဝင်နိုင်စေရန်အတွက် လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လုံခြုံစိတ်ချရသော ပတ်ဝန်းကျင်တို့ရှိရန် သေချာစေရမည်။ ဤသို့ လုံခြုံစိတ်ချရကြောင်း သိရှိခံစားရစေရန်အတွက် ဆရာဆရာမများသည် ကောင်းစွာသင်တန်းရရှိထား၍ ခက်ခဲသော မေးခွန်းများနှင့် ဖွင့်ဟပြောဆိုချက်များကို ကိုင်တွယ်ထိန်းသိမ်းနိုင်သူများ ဖြစ်စေပြီး ကျောင်းသားအရေအတွက်နည်းသော စာသင်ခန်းများ သို့မဟုတ်

အုပ်စုငယ်ဆွေးနွေးမှုများ စီစဉ်ပေးခြင်းဖြင့် ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်ခံရမှု တွေ့ကြုံရဖူးသည့် သင်ယူသူများက မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများကို သိရှိလာပြီးသည့်နောက် ဖွင့်ဟပြောဆိုရန် ဆုံးဖြတ်လာနိုင်ကြောင်း ပညာပေးသူများအနေနှင့် သတိပြုရန်လိုသည်။ ကျောင်းများသည် ဖွင့်ဟပြောဆိုသူ သို့မဟုတ် အကူအညီတောင်းခံသူ သို့မဟုတ် နောက်ထပ် ဝန်ဆောင်မှုလိုအပ်သူများအတွက် ပံ့ပိုး ညွှန်းပို့ပေးနိုင်ရန် ဒေသဆိုင်ရာ ဥပဒေများ၊ မူဝါဒများနှင့် ကိုက်ညီသည့်လုပ်ငန်းစဉ်များ အသင့်ရှိထားသင့်သည်။

၈ **အစိတ်အပိုင်းမျိုးစုံ ပါဝင်သည့် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ခြင်း -** လူငယ်များ၏ လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး တိုးတက်ကောင်းမွန်စေရန် သေချာစေသောနည်းလမ်းတစ်ခုမှာ ကျောင်းတွင်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးလုပ်ငန်းနှင့် တစ်ပြိုင်တည်းမှာပင် ရပ်ရွာအခြေပြု သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးဌာနအခြေပြု ဝန်ဆောင်မှုများမှပါ ပညာပေးသည့် စုံလင်သော အစီအစဉ်ဖြစ်သည်။ အချို့သော အစီရင်ခံစာများက လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော ဝန်ဆောင်မှုများပေးရန် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအား သင်တန်းပေးခြင်း၊ ကွန်ဒုံးများဖြန့်ဝေခြင်းနှင့် မိဘများနှင့် ဆရာများကို ပါဝင်စေခြင်းစသည့် ရပ်ရွာအခြေပြုလုပ်ငန်းများဖြင့် ကျောင်းအခြေပြုလုပ်ငန်းများကို ဖြည့်စွက်ပေးပါက အကောင်းဆုံး အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို တွေ့ရှိရကြောင်း အကြံပြုသည် (Chandra-Mouli et al., 2015; Fonner et al., 2014; UNESCO, 2015a; 2016c)။

၉ **အချက်အလက်ဖြန့်ဝေပေးရန် ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာများမှာ သင့်လျော်မှု ရှိမရှိ ဆန်းစစ်ခြင်း -** ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာကို အသုံးပြု၍ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို ပညာပေးခြင်းမှာ အခွင့်အလမ်းများစွာ ရှိနိုင်ပေသည်။ အထူးသဖြင့် ကျောင်းစာသင်ခန်းများတွင် ဆောင်ရွက်သည့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု လုပ်ငန်းများက လုံလောက်စွာ ဦးတည် စူးစိုက်နိုင်ခြင်းမရှိသည့် လူငယ်အုပ်စုငယ်များအပါအဝင် အသုံးပြုသူတို့၏ သီးခြားလိုအပ်ချက်ကိုလိုက်၍ ပြင်ဆင်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည် (UNESCO, 2016c)။ ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာကို အသုံးပြုသည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော ပညာပေးလုပ်ငန်း အစီအစဉ်များအား လတ်တလော လေ့လာမှုများအရ လိင်မှုကိစ္စ စတင်ချိန်နောက်ဆုတ်သွားခြင်း အပါအဝင် ဦးတည်အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲလာသည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ ထို့ပြင် ကွန်ဒုံးကို ကျွမ်းကျင်သိရှိမှု၊ လိင်ဆက်ဆံမှုရှောင်ကျဉ်ခြင်းဆိုင်ရာ ခံယူချက်နှင့် HIV, STI နှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းအကြောင်း စသည်တို့တွင် အသိပညာနှင့် ခံယူချက် ပြောင်းလဲမှုများလည်း ရှိလာသည် (Guse et al., 2012 in UNESCO 2016c)။

ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာကို အသုံးပြု၍ CSE ကို ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် အကြောင်းအချက်များစွာကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည်။ ဥပမာ - လုပ်ငန်းကို လုံလောက်ပြည့်စုံစွာ ဆောင်ရွက်ရန် နည်းပညာပံ့ပိုးမှုနှင့် ပစ္စည်းကိရိယာများ လိုအပ်ချက်။ အများအားဖြင့် လက်ကိုင်ဖုန်းများမှာ ကျယ်ပြန့်စွာ ရရှိနိုင်သောကြောင့် (သို့မဟုတ်) ပံ့ပိုးပေးရန် ဈေးနှုန်းချိုသာသောကြောင့် လူငယ်များအတွက် အချက်အလက်များဆက်သွယ်ပေးအပ်ရန် ထိရောက်သောနည်းလမ်း တစ်ခု ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ပြင် ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာကို အသုံးပြု၍ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းမှာ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာကိစ္စများလည်း ရှိပေသည်။ ၎င်းတို့မှာ လူငယ်များ၏ အင်တာနက်ပေါ်မှအမူအကျင့်များ သို့မဟုတ် ကိုယ်ရေးအချက်အလက်များကို စီမံချက်ဝန်ထမ်းများ၊ ဆရာဆရာမများ၊ သုတေသီများက သိရှိနိုင်ခြင်း ရှိမရှိ အပါအဝင် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သော ကျောင်းအခြေပြု အစီအစဉ်၏ တစိတ်တပိုင်း (သို့မဟုတ်) သီးခြားလုပ်ငန်း ဟုတ်မဟုတ် စသည်တို့ဖြစ်သည် (Guse et al., 2012 in UNESCO, 2016c)။ ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာဖြင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးအချက်အလက်များ ဖြန့်ဝေခြင်း၏ အခွင့်အလမ်းများနှင့် အန္တရာယ်များကို သိရှိနားလည်နိုင်ရန် အစီအစဉ်ဆွဲသည့် အဆင့်ကပင် လူငယ်များကို ပါဝင်စေသင့်သည်။

လူငယ်များမှာ ထိုနည်းပညာများကို အသုံးပြုရာတွင် ဆရာဆရာမများ၊ မိဘများ၊ အခြား အသက်ကြီး သူများထက် ပို၍ ကျွမ်းကျင်သူများ ဖြစ်တတ်သည်။

၁၀ **CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ကို ပုံစံတူပွား၍ ဆောင်ရွက်ရာတွင် အရည်အသွေးကို ထိန်းသိမ်းခြင်း -** နိုင်ငံတစ်ခု သို့မဟုတ် ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခုမှ ထိရောက်သော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ခုကို မတူညီသော နောက်ခံအခြေအနေတွင် ရင်းမြစ်ကြွယ်ဝသော အခြေအနေမှ ရင်းမြစ်ရှားပါးသောအခြေအနေသို့ ပြောင်းရွှေ့ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်သည့်တိုင် အောင်မြင်စွာ ပုံတူကူး၍ ဆောင်ရွက်နိုင်သည် (Gardner et al., 2015; Leijten et al., 2016)။ သို့ရာတွင် လူမှုရေး၊ ရပ်ရွာလူထု၊ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၊ ဆောင်ရွက်သူများနှင့် အဖွဲ့အစည်းတို့၏ လွှမ်းမိုးမှုနှင့် ဆောင်ရွက်မှုလုပ်ငန်းစဉ် ကိုယ်တိုင်ကြောင့်ပင် ဆောင်ရွက်မှုအရည်အသွေးပေါ်၌ သက်ရောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည် (Durlak, 2013 in UNESCO 2016c)။ ၎င်းတို့တွင် ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေ၊ ကျောင်း၊ ကျောင်းသူကျောင်းသား၊ သင်ကြားရေးဌာန သို့မဟုတ် ရပ်ရွာလူထု၏ သီးခြားလိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းရန် ပြင်ဆင်ပြောင်းလဲခြင်းများ ပါဝင်သည်။ ညှိနှိုင်းပြင်ဆင်မှုများ ပြုလုပ်ရာတွင် လုပ်ငန်း သို့မဟုတ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတို့၏ အဓိကအစိတ်အပိုင်းများကို သေချာစွာ နားလည်သိရှိ၍ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် လိုသည်။ အချို့သောပြင်ဆင်မှုများမှာ ယုံကြည်စိတ်ချရမှုအပေါ်တွင် သက်ရောက်မှု အနည်းငယ်သာ ရှိကောင်းရှိနိုင်သည်။ ၎င်းတို့တွင် ဥပမာအားဖြင့် ဘာသာစကား အပြောင်းအလဲ (ဘာသာပြန်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝေါဟာရကို မွမ်းမံခြင်း)၊ လူငယ်များ၊ မိသားစုများ၊ အခြေအနေများ စသည်တို့၏ ပုံရိပ်များအတွက် ဦးတည်အုပ်စုနှင့် သို့မဟုတ် နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ဆင်တူသော ပုံရိပ်များကို အစားထိုးခြင်းနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ရည်ညွှန်းချက်များကို အစားထိုးခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

သတိထားရမည့် ပြောင်းလဲအစားထိုးမှုများမှာ သင်ကြားမှုအကြိမ်ရေနှင့် သင်ယူသူများနှင့် ထိတွေ့ရမည့်အချိန်များကို လျှော့ချခြင်း၊ သင်ယူရမည့် အဓိကအချက်အလက်များနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဖြုတ်ထားခဲ့ခြင်း သို့မဟုတ် ခေါင်းစဉ်တစ်ခုခုကို လုံးဝ ဖယ်ရှားခဲ့ခြင်း၊ ချဉ်းကပ်တွေးမြင်ပုံ သီအိုရီကို ပြောင်းလဲခြင်း၊ လုံလောက်စွာ သင်တန်းမရရှိထားသည့်၊ အရည်အသွေး မပြည့်သည့် ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် စေတနာ့ဝန်ထမ်းများကို အသုံးပြုခြင်း၊ အကြံပြုထားသည့် ဝန်ထမ်းအရေအတွက်ထက် လျှော့နည်းအသုံးပြုခြင်း တို့ဖြစ်သည် (O'Connor et al., 2007 in UNESCO 2016c)။ ဘာသာစကား သို့မဟုတ် ပုံရိပ်အချို့ သို့မဟုတ် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံ ရည်ညွှန်းချက်တို့ကို ပိုမို ဆီလျော်စေရန် ပြောင်းလဲခြင်းတို့မှာ ထိရောက်မှုအပေါ် မထိခိုက်စေပါ။

ဇယား ၆ - CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ဒီဇိုင်းရေးဆွဲဆောင်ရွက်ခြင်း

၁ တစ်ခုတည်း သီးခြားအစီအစဉ်အဖြစ် သို့မဟုတ် ပေါင်းစည်းအစီအစဉ်အဖြစ် ဆောင်ရွက်ရန်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်း

၂ နှစ်အတန်ကြာအတွင်း အဆင့်ဆင့် အခန်းများခွဲ၍ ပါဝင်စေခြင်း

၃ CSE သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအား စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ခြင်း -

၄ ကလေးများနှင့် လူငယ်များကို တက်ကြွစွာ ပါဝင်နိုင်စေသည့်၊ ၎င်းတို့အား အချက်အလက်များကို ကိုယ်ပိုင်ဘဝသို့ ထည့်သွင်း၍ ပေါင်းစည်းစေနိုင်ရန် ကူညီပေးသည့် ပူးပေါင်းပါဝင်သည့်သင်ကြားနည်းစနစ် (Participatory teaching methods) များ အသုံးပြုခြင်း

၅ ကျောင်းများနှင့် အလွတ်သဘော သင်ကြားမှု အခြေအနေများတွင် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် စွမ်းဆောင်ရည်ရှိပြီး စိတ်ဝင်စားတက်ကြွသော ပညာပေးသူများကို ရွေးချယ်ခြင်း

၆ ပညာပေးသူများအား ရင်းနှီးနားလည်ကျွမ်းဝင်စေခြင်း၊ တန်ဖိုးထားမှုများကို ရှင်းလင်းစေခြင်း၊ အရည်အသွေးပြည့် လုပ်ငန်းခွင်အကြိုသင်တန်း၊ လုပ်ငန်းခွင်သင်တန်းများနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးရေး အခွင့်အလမ်းများ ပေးအပ်ခြင်း

၇ ကလေးများနှင့် လူငယ်များအားလုံးအတွက် လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးခြင်း၊ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လုံခြုံစိတ်ချရသောပတ်ဝန်းကျင်တို့ ရရှိရန် သေချာစေခြင်း

၈ အစိတ်အပိုင်းမျိုးစုံ ပါဝင်သည့် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို ဆောင်ရွက်ခြင်း

၉ အချက်အလက်ဖြန့်ဝေပေးရန် ဒီဂျစ်တယ်မီဒီယာများ အသုံးပြုခြင်းမှာ သင့်လျော်မှု ရှိမရှိ ဆန်းစစ်ခြင်း

၁၀ CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ကို ပုံစံတူပွား၍ ဆောင်ရွက်ရာတွင် အရည်အသွေးကို ထိန်းသိမ်းခြင်း

၇.၄. CSE လုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း

၁ **လုပ်ငန်းကိုဆန်းစစ်၍ ကျောင်းများ၊ ရပ်ရွာလူထုများ၊ ပညာပေးသူများနှင့် သင်ယူသူများထံမှ လုပ်ငန်းရလဒ်များ မည်သို့ရရှိသည်ကို စဉ်ဆက်မပြတ် တုံ့ပြန်မှတ်ချက်များ ရယူခြင်း** - ပုံမှန် စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် လုပ်ငန်း ဆန်းစစ်ခြင်းတို့တွင် ဥပမာ - ပါဝင်သူအရေအတွက်၊ သင်ယူသူများ၏ အသက်အရွယ်၊ ကျား၊မ စသည့် ကိန်းဂဏန်းများကို မကြာခဏ ဆန်းစစ်ခြင်း၊ ဆရာဖြစ်သင်တန်းများမှ စာရွက်စာတမ်းများ၊ သတင်းစကားများနှင့် ဆောင်ရွက်မှုများကို ဆန်းစစ်ခြင်းတို့ ပါဝင်သင့်သည်။ စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်းနှင့် ဆန်းစစ်ခြင်းတို့တွင် စာသင်ခန်းလုပ်ငန်းများကို နမူနာအဖြစ် ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းနှင့် အသုံးပြုသည့် သင်ကြားရေးနည်းလမ်းများ၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အားထားနိုင်မှု၊ သင်ယူမှုအတွေ့အကြုံအပေါ် ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၏ ခံယူချက်နှင့် သင်ယူရသည့် ဝန်းကျင်အခြေအနေ၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှုတို့ကို သိရှိရန် တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများ ပါဝင်သင့်သည် (UNFPA, 2014)။

ဥပမာ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းဆန်းစစ်မှု အထောက်အကူ (Sexuality Education Review and Assessment Tool) (UNESCO, 2011b) နှင့် IPPF ၏ Inside and Out (IPPF, 2015a) ကဲ့သို့ နောက်ခံအခြေအနေ အမျိုးမျိုးတွင် မွမ်းမံပြုစုအသုံးပြုနိုင်သည့် စောင့်ကြည်ကြီးကြပ်မှုနှင့် အကဲဖြတ်သုံးသပ်မှုအတွက် လုပ်ငန်း အထောက်အကူများစွာကို လတ်တလောနှစ်များအတွင်း ပြုစုထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့က ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးခြင်းများ၏ လွှမ်းခြုံမှု၊ ပါဝင်အကြောင်းအရာနှင့် ဆောင်ရွက်ပုံတို့ကို ဆန်းစစ်ရန် မူဘောင်ကိုဖော်ပြပေးသည်။

၂ **'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုများကို စနစ်တကျ တိုင်းတာနိုင်စေရန် နိုင်ငံ၏ ပညာရေးကဏ္ဍ စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်မှုစနစ်တွင် အဓိက အညွှန်းကိန်း တစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပို၍ ထည့်သွင်း ပါဝင်စေခြင်း** - 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုကို စနစ်တကျ စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်ခြင်းအား နိုင်ငံအဆင့်စနစ်မှ တဆင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတွင် ပညာရေးဆိုင်ရာမေးခွန်း အမျိုးမျိုးအတွက် ပုံမှန် အချက်အလက် ကောက်ယူမှုများတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော လုပ်ငန်းအတွက် အဓိကမေးခွန်း တစ်ခုနှစ်ခုအား ပါဝင်ထည့်သွင်း၍ ကောက်ယူနိုင်ပါသည်။ နိုင်ငံများအနေနှင့် ၎င်းတို့၏ ပညာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ် (EMIS) တွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုရန် အောက်ပါ အညွှန်းကိန်းများကို ထောက်ခံအကြံပြုထားပါသည်။ HIV/AIDS အတွက် ပညာရေးကဏ္ဍမှ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာ ပိုမိုကျယ်ပြန့်သည့် စောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်မှု မူဘောင်၏ တစိတ်တဒေသအဖြစ် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာများကို အခြေခံသည့် HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများ၏ အရည်အသွေး၊ ပြည့်စုံမှုနှင့် လွှမ်းခြုံမှုတို့ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန် အညွှန်းကိန်းကို UNESCO နှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းပေါင်းစုံ လုပ်ငန်းအဖွဲ့တို့က ပြုစုထားပါသည် (UNESCO, 2013a)။

အညွှန်းကိန်းများကို ကျောင်းများမှ EMIS နှစ်ပတ်လည် စာရင်းအင်းများ သို့မဟုတ် ကျောင်းအခြေပြုစစ်တမ်းများ ကောက်ယူခြင်းတို့မှ ရရှိနိုင်သည်။ စစ်တမ်းက သင်ကြားခဲ့သော အကြောင်းအရာများ၏ ကျယ်ပြန့်မှုကို အသေးစိတ် ဆန်းစစ်စေနိုင်သည်။ ၎င်းကို နိုင်ငံအား ကိုယ်စားပြုနိုင်မည့် နမူနာကျောင်းများကို ရွေးချယ်၍ ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်လျှင် ကျောင်းအခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းတွင် မပါမဖြစ် လိုအပ်သော သို့မဟုတ် ပါဝင်သင့်သော သတ်မှတ်ချက်အချို့ မည်မျှပါဝင်သည်ကို အညွှန်းကိန်းများက ဖော်ပြပေးနိုင်လိမ့်မည်။ ထို မပါမဖြစ် အကြောင်းအရာများမှာ HIV ကာကွယ်တားဆီးရေးအတွက် တိုက်ရိုက်သက်ရောက်နိုင်သော အရာများဖြစ်ပြီး ပါဝင်သင့်သော အချက်များမှာ သွယ်ဝိုက်၍ သက်ရောက်နိုင်သော အရာများဖြစ်သည်။ သို့သော် ၎င်းတို့မှာ လုပ်ငန်းတစ်ခုလုံး၏ အစိတ်အပိုင်းများဖြစ်၍ အရေးကြီးပါသည်။ *နောက်ဆက်တွဲ ၈* တွင် မပါမဖြစ် လိုအပ်သော သတ်မှတ်အကြောင်းအရာများနှင့် ပါဝင်သင့်သော သတ်မှတ်အကြောင်းအရာများ အပြည့်အစုံကို ကြည့်ပါ။

ဇယား ၇ - ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို အခြေခံသည့် HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေး လုပ်ငန်းများ၏ အရည်အသွေး၊ ပြည့်စုံမှုနှင့် လွှမ်းခြုံမှုတို့ကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန်နှင့်စနစ်တကျ တိုင်းတာနိုင်စေရန်အတွက် နိုင်ငံများ၏ ပညာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် စီမံခန့်ခွဲမှုစနစ် (EMIS) တွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုရန် ထောက်ခံအကြံပြုထားသော အညွှန်းကိန်းများ

သင်တို့ကျောင်းမှ ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် ပြီးခဲ့သည့် ပညာသင်နှစ်အတွင်းက ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို အခြေခံသည့် HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးခြင်းများကို သင်ယူခဲ့ရပါသလား။

သင် မသင်

သင်ယူခဲ့ရပါက ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာများကို အခြေခံသည့် HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများတွင် အောက်ပါတို့အနက် မည်သည့်ခေါင်းစဉ်များ လွှမ်းခြုံပါဝင်ခဲ့ပါသလဲ။ ဖော်ပြပါ။

ပုံမှန် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ ဘာသာရပ်သင်ကြားမှု (ဥပမာ - ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်း၊ ဆက်သွယ်ခြင်း၊ ငြင်းဆိုရန်ကျွမ်းကျင်မှု)	သင်	မသင်
လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း (ဥပမာ - လူသားများ ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားလာပုံ၊ မိသားစုဘဝ၊ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုမှု၊ STI ကူးစက်ပြန့်ပွားပုံ)	သင်	မသင်
HIV ကူးစက်ပုံနှင့် ကာကွယ်နည်းလမ်းများကို သင်ကြားခြင်း	သင်	မသင်

ရင်းမြစ် - *UNESCO. 2013a. Measuring the education sector response to HIV and AIDS: Guidelines for the construction and use of core indicators. Paris, UNESCO.*

၃ **လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၏ ရလဒ်များနှင့် သက်ရောက်မှုများကို အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း -**

ရလဒ်များကို အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း မှာခံယူချက်များ၊ အမူအကျင့်များ သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်မှုများတွင် ပြောင်းလဲမှု အစရှိသည့် အနီးရလဒ် သို့မဟုတ် ကာကွယ်မှုဆိုင်ရာ အကြောင်းအချက်များ၊ သတ်မှတ်ထားသော ဦးတည်အုပ်စုထဲမှ ပါဝင်ခဲ့သည့် လူငယ်ရာခိုင်နှုန်းနှင့် အခြား ကာလတိုအညွှန်းကိန်းများကို ဆန်းစစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အချို့ အညွှန်းကိန်းများအတွက် အထောက်အထားများကို သီးခြား သုတေသနများမှတဆင့် ကောက်ယူနိုင်သည်။ ဥပမာ - CSE တွင် လူငယ်များ၏ပါဝင်မှုကို သိရှိနိုင်ရန် ဦးတည်အုပ်စုများနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း၊ လုပ်ငန်းစောင့်ကြည့်ကြီးကြပ်မှုမှ ကိန်းဂဏန်း အချက်အလက်များကို စိတ်ဖြာဆန်းစစ်ခြင်းတို့အား အသုံးပြုနိုင်သည်။ အကျိုးကျေးဇူး ရရှိသူအုပ်စုများနှင့် အခြားအစီအစဉ်များမှ အကျိုးကျေးဇူးရရှိသူများ စကားပြောဆို တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများ ပါဝင်သည့် သက်ရှုယ်ဆင့်တူချင်း ဆန်းစစ်ခြင်းနည်းလမ်းက အကျိုးကျေးဇူးရရှိသူများ၏ ဇာတ်ကြောင်းများနှင့် အမြင်များကို ထိထိဝင်ဝင် သိမြင်စေနိုင်သည် (IPPF, 2013)။ လူငယ်များ၏ အရေးကြီးသော ကျွမ်းကျင်မှုများကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန် တိုက်ရိုက် ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်းတို့ကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ အသိပညာ၊ ခံယူချက်နှင့် အလေ့အထ ပြောင်းလဲမှုများကို သိရှိနိုင်ရန် အဆင့်များသတ်မှတ်ခြင်းနှင့် စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ဥပမာ - မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှုအဆင့်၊ ကွန်ဒုံးကို မှန်ကန်စွာအသုံးပြုရန် နားလည်ကျွမ်းကျင်မှုအဆင့်၊ ဆယ်ကျော်သက်များ၏ ဆက်နွယ်မှုဆိုင်ရာ Hemingway အတိုင်းအတာ၊ မိဘနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ ဆက်သွယ်ရေးအဆင့်၊ လိင်မှုဆိုင်ရာဆက်ဆံရေး စွမ်းရည်ရှိမှုအဆင့် စသည် (UNFPA, 2014)။

သက်ရောက်မှုများကို အကဲဖြတ်သုံးသပ်ခြင်း မှာ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ခုမှ လေ့လာတွေ့ရှိရသည့် ရလဒ်ပြောင်းလဲမှုများနှင့် ချိတ်ဆက်နေသည်။ အညွှန်းကိန်းများတွင် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်၏ နောက်ဆုံးရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်၊ ဥပမာ - HIV/AIDS ၊ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရမှုနှင့် STI ဖြစ်ပွားနှုန်းများ လျော့ချရန်၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု ရရှိစေရန်၊ သို့မဟုတ် သီးခြားအနေအထားများအရ ရည်မှန်းချက်တွင် ထည့်သွင်းထားသည့် အခြားရလဒ်များ ပါဝင်နိုင်သည်။ သက်ရောက်မှုကို ဆန်းစစ်ရန်အတွက် အကြောင်းရင်းခံကို ပါဝင်ထည့်သွင်းပေးနိုင်သည့် randomized controlled trial စသည့် သုတေသနနည်းလမ်းများ အသုံးပြုနိုင်သည်။ သို့ရာတွင် CSE ၏ သက်ရောက်မှုကို ဆယ်ကျော်သက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှု၊ HIV ကူးစက်နှုန်း စသည့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အညွှန်းကိန်းများဖြင့် စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်းမှာ စိန်ခေါ်မှုဖြစ်နိုင်သည်။ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ လက်လှမ်းမီရရှိနိုင်ခြင်း စသည့် အခြား အကြောင်းအချက်များကလည်း ပြောင်းလဲမှုများအပေါ် အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သက်ရောက်နိုင်ကြကြောင်း သတိပြုရန် အရေးကြီးသည် (UNESCO, 2014a)။

၇.၅ CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များကို တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်း

သိသာထင်ရှားသော သက်ရောက်မှုများ ရရှိနိုင်စေရန် အရည်အသွေး မြင့်မားသော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို ရေရှည်တည်တံ့စေပြီး ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် တိုးချဲ့လုပ်ဆောင်ရမည်။ နိုင်ငံ၏ ပညာရေးစနစ်အတွင်း ပါဝင်ထည့်သွင်းရမည်။ အထူးသဖြင့် CSE သင်တန်းများကို ဆရာဖြစ်သင် ကောလိပ်များတွင် ထည့်သွင်းပါက CSE အကြောင်းအရာများကို ပြည့်စုံစွာ လွှမ်းခြုံစေနိုင်ပြီး ထိရောက်စွာ ဖြန့်ဝေပေးနိုင်ရန်အတွက် နိုင်ငံ၏ ပုံမှန်လုပ်သား အရင်းအမြစ်ကို တိုးချဲ့ပေးနိုင်လိမ့်မည်။ အနာဂါတ်တွင် CSE သင်ကြားမှုကို တိုးမြှင့်ရန်အတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရန် ဤ ကတိကဝတ်က ရေရှည်တည်တံ့နိုင်မှုနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ခြင်း၏ ယုံကြည်ကိုးစားနိုင်မှုအပေါ် ဖြည့်ဆည်းပေးသည်။ ဤသို့ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခြင်းက CSE ကို ဆရာဖြစ်သင်တန်းများတွင် စနစ်တကျ မထည့်သွင်းခဲ့လျှင် လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း လိုအပ်သလို သင်တန်းများ ပေးရသည့်အတွက် အနာဂါတ်တွင် ကုန်ကျနိုင်သည့်စရိတ်ကိုလည်း လျော့ချပေးသည်။ CSE ကို စနစ်အတွင်း ထည့်သွင်းခြင်းက လူမှုရေးနှင့် ကျားမရေးရာစံနှုန်းများကို လွှမ်းမိုးနိုင်သည့် လူမှုရေးပြောင်းလဲမှုအတွက် အဓိကဖြည့်ဆည်းမှု ဖြစ်သည်။ ထိုစံနှုန်းများက နောက်ဆုံး လူထုတစ်ရပ်လုံးတွင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး အညွှန်းကိန်းများ တိုးတက်လာစေပြီး ဆယ်ကျော်သက်များ၏ ချမ်းသာသုခနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် အကျိုးကျေးဇူးများ ဖြစ်ထွန်းလာစေနိုင်သည်။ CSE ကို တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ကျောင်းအဆင့် ညွှန်းပို့စနစ်များနှင့် နိုင်ငံအဆင့် ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှု နည်းလမ်းများမှတဆင့် ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအကြား ဖွဲ့စည်းချိတ်ဆက်မှုများလည်း ပါဝင်နိုင်သည်။

UNESCO က 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို တိုးချဲ့လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အဓိကကျသည့် သဘောတရား ၁၀ ချက်ကို ဖော်ထုတ်ခဲ့သည် (UNESCO, 2014)။

စာစု ၄ - UNESCO ၏ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို တိုးချဲ့လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အဓိကကျသည့် သဘောတရား ၁၀ ချက်

၁ လက်ရှိစနစ်အတွင်း တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် လုပ်ငန်း၊ နည်းလမ်းတစ်ခုကို ရွေးချယ်ရန်

၂ တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်မှု၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ဆောင်ရွက်မည့်သူ အမျိုးမျိုး၏ အခန်းကဏ္ဍများကို ရှင်းလင်းစေရန်၊ ဒေသ သို့မဟုတ် နိုင်ငံ၏ ကိုယ်ပိုင်အဖြစ် ခံယူမှု၊ ဦးဆောင်မှုကို သေချာစေရန်

၃ လိုအပ်ချက်အဖြစ် ခံယူလက်ခံထားသည့် အချက်များကို နားလည်သဘောပေါက်၍ အစိုးရ၏ လက်ရှိစနစ်၊ မူဝါဒများနှင့် အံဝင်ဂွင်ကျ ဖြစ်စေရန်

၄ တိုးချဲ့ခြင်းမစတင်မီ စမ်းသပ်လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ၏ ထိရောက်မှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို ရယူပြီး ဖြန့်ဝေပေးရန်

၅ လုပ်ငန်းထိရောက်မှုကို ဖော်ပြရန်အတွက် ဆောင်ရွက်ချက်များမှတဆင့် ပြောင်းလဲလာမှုများ၏ သက်ရောက်မှုကို မှတ်တမ်းတင်ပြီး အကဲဖြတ်သုံးသပ်ရန်

၆ ဦးဆောင်မှု၏ အခန်းကဏ္ဍကို အသိအမှတ်ပြုရန်

၇ ရေရှည်တည်တံ့မှုအတွက် အစီအစဉ်ဆွဲရန်၊ တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ရင်းမြစ်များရရှိနိုင်ကြောင်း သေချာစေရန် သို့မဟုတ် ရန်ပုံငွေရှာဖွေရေး အစီအစဉ်ဆွဲရန်

၈ ရေရှည်အတွက် (အလှူရှင်ထံမှ ရန်ပုံငွေရရှိနေချိန်သာ မဟုတ်ဘဲ) အစီအစဉ်ရေးဆွဲရန်၊ အပြောင်းအလဲများနှင့် နောက်ဆုတ်ရနိုင်သည့် ကိစ္စများကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားရန်

၉ တိုးချဲ့လုပ်ငန်းစဉ်များကို ဦးဆောင်နိုင်မည့် 'ရင်းမြစ်အဖွဲ့' တွင် တဖြေးဖြေးပြောင်းလဲရန် လိုအပ်ချက်များကို ကြိုတင်စဉ်းစားရန်

၁၀ နိုင်ငံရေးဝန်းကျင်အခြေအနေတွင် ပြောင်းလဲမှုများရှိလာပါက တိုးချဲ့ရန် မဟာဗျူဟာကို ညှိနှိုင်းပြင်ဆင်ရန်၊ 'မူဝါဒအခွင့်အလမ်း' များ ပေါ်ပေါက်လာပါက အကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုရန်

တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ရန်မှာ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို မိတ်ဆက် ဆောင်ရွက်နိုင်စေမည့် အားပေးပံ့ပိုးမှုရှိသည့် အခြေအနေကောင်းများနှင့် လှုပ်ရှားလုပ်ဆောင်မှုများကို လိုအပ်သည်။ UNESCO (2010) ၏ ဖော်ပြချက်အရ အောင်မြင်မှုအတွက် တွန်းအားပေးသည့် အချက်များတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။

- အားပေးပံ့ပိုးသည့် မူဝါဒ နောက်ခံအခြေအနေတွင် HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းနစ်ခုလုံးကို ဦးတည်ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ကတိကဝတ်ရှိကြောင်းကို ထင်ဟပ်ဖော်ပြရှိခြင်း
- မိတ်ဖက်ဖွဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်း (ထိုအတွက် ပုံစံတကျအစီအမံများရှိစေရန်)၊ ဥပမာ - ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီးဌာနများအကြား၊ အစိုးရနှင့် အရပ်ဘက် လူမှုအဖွဲ့အစည်းများအကြား
- လူငယ်များ၏ ရှုထောင့်အမြင်ကို ကိုယ်စားပြု၍ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည့် အဖွဲ့အစည်းများနှင့် အုပ်စုများရှိခြင်း
- သင်ရိုးညွှန်းတမ်း ဆန်းစစ်မှုကို ပူးပေါင်းပါဝင်ညှိနှိုင်းသည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ ဖြစ်စေခြင်း
- သိသာသည့် ဆန့်ကျင်ဘက်အချို့ ရှိနေသည့်တိုင်၊ CSE အတွက် အကြောင်းရင်းခံကို မြှင့်တင်ပေးရန် ဆန္ဒရှိသည့် အရပ်ဘက် လူမှုအဖွဲ့အစည်းများရှိခြင်း
- ဆုံးဖြတ်ချက်ချသူများ အကြားတွင် 'မဟာမိတ်များ' ဖော်ထုတ်၍ တက်ကြွစွာ ပါဝင်ကူညီစေခြင်း
- (ကုလသမဂ္ဂနှင့် နိုင်ငံတကာ အစိုးရမဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်း မိတ်ဖက်များထံမှ) သင့်လျော်သော နည်းပညာအထောက်အကူများ ရရှိနိုင်စေရန် ၊ ဥပမာ - ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်သူများအား CSE ကို ရင်းနှီးသိရှိနားလည်စေရန်၊ ဆရာဆရာမများမှ ပူးပေါင်းပါဝင်သင်ယူသည့် နည်းလမ်းအသုံးပြုခြင်းကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်၊ နိုင်ငံတကာ ကွန်ရက်များနှင့် အစည်းအဝေးများတွင် ပါဝင်ခြင်း
- CSE အတွက် သီးခြား အတားအဆီးများကို ဖယ်ရှားရန်၊ ဥပမာ - လိင်တူ ဆက်ဆံသည့်ကိစ္စကို ကြောက်ရွံ့မုန်းတီးစေသည့် သင်ကြားချက်များကို ဖယ်ရှားခြင်း

နိုင်ငံအများအပြားတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် ပြည်တွင်း မူဝါဒများနှင့် မဟာဗျူဟာများ ရှိနေကြသည်။ သို့ရာတွင် ထိုလုပ်ငန်းများကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းမှာ နည်းပါးပြီး ပြန့်ကျဲနေသည်။ မည်သို့ဖြစ်စေ ဝင်ငွေနည်းသောနိုင်ငံနှင့် ဝင်ငွေအလယ်အလတ်ရှိသော နိုင်ငံအနည်းငယ်တွင် ကျယ်ပြန့်ပြီး (ဆိုလိုသည်မှာ နိုင်ငံ၏ နယ်မြေအားလုံး သို့မဟုတ် အားလုံးနီးပါးကို လွှမ်းခြုံခြင်း) ရေရှည်တည်တံ့သော (ဆိုလိုသည်မှာ ရန်ပုံငွေသည် အချိန်ကာလ တစ်ရပ်အတွက်သာ ကန့်သတ်မထားခြင်း) လုပ်ငန်းများကို ညှိနှိုင်းချိတ်ဆက်မှု၊ အစိုးရမှဦးဆောင်သည့် အားထုတ်မှုတို့ဖြင့် တိုးတက်လုပ်ဆောင်နေကြပါသည်။

ထိုနိုင်ငံများတွင် အောင်မြင်မှုများအတွက် အရေးပါသောအချက်များမှာ အစိုးရထံမှ ခိုင်မာအားကောင်းသော ခေါင်းဆောင်မှု၊ အစိုးရနှင့် အတွေ့အကြုံရှိသော အစိုးရမဟုတ်သည့်အဖွဲ့အစည်းများနှင့် တက္ကသိုလ်များ အကြား မိတ်ဖက်ဖွဲ့ ဆောင်ရွက်မှု၊ လုံလောက်သော အရင်းအမြစ်များရှိခြင်း၊ လူငယ်များ၏ဘဝတွင် သက်ရောက်မှုများ ရရှိလာစေရေးအတွက် မူဝါဒများကို အမှန်တကယ် အကောင်အထည်ဖော်နိုင်လာစေပြီး အစီအစဉ်များမှ လုပ်ဆောင်မှုများ ဖြစ်လာစေရန် ရှည်လျားသောလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပါဝင်ပတ်သက်သူများအကြား တူညီသော ကတိကဝတ်ပြုမှုရှိခြင်း စသည်တို့ပါဝင်သည်။

တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်နေကြသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ် အများအပြားမှာ အောင်မြင်မှုများကို ရေရှည်ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန် မလုံလောက်မှုနှင့် စိန်ခေါ်မှုများ တွေ့ကြုံနေရသော်လည်း ကတိကဝတ်ပြုမှု၊ ကျွမ်းကျင်မှု၊ အားထုတ်မှုနှင့် အရင်းအမြစ်များကို မှန်ကန်စွာပေါင်းစပ်ခြင်းတို့ဖြင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' နှင့် သက်ဆိုင်သောလုပ်ငန်းများအား ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း ဒေသတိုင်းတွင် ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်နိုင်ကြောင်း ခိုင်မာသော ညွှန်းဆိုဖော်ပြချက်များ ရှိနေပါသည်။

Rawpixel.com/Shutterstock.com

၈

ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများ

၈ - ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာတမ်းများ

Adeyemi, B. A. 2008. Effects of cooperative learning and problem-solving strategies on junior secondary school students' achievement in social studies. *Journal of Research in Educational Psychology*, Vol. 6, No. 3, pp. 691-708.

Advocates for Youth, Answer, GLSEN, the Human Rights Campaign, Planned Parenthood Federation of America and the Sexuality Information and Education Council of the U.S. 2015. *A Call to Action: LGBTQ youth need inclusive sex education*. http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/a%20call%20to%20action%20lgbtq%20youth%20need%20inclusive%20sex%20education%20final.pdf (Accessed 30 April 2017).

Ahmad, F. and Aziz, J. 2009. Students' perceptions of the teachers' teaching of literature communicating and understanding through the eyes of the audience. *European Journal of Social Sciences*, Vol. 7, No. 3, pp. 17-39.

Amaugo, L.G., Papadopoulos, C., Ochieng, B. and Ali, N. 2014. The effectiveness of HIV/AIDS school-based sexual health education programmes in Nigeria: A systematic review. *Health Education Research*, Vol. 29, No. 4, pp. 633-648. https://pdfs.semanticscholar.org/a82e/36dbd9ab9171656d6fa6d9cce134726c124a.pdf (Accessed 5 May 2017).

Arends, R. I. 1997. *Classroom Instruction and Management*. Boston, U.S., McGraw Hill.

Ayot, H. O. and Patel, M. M. 1992. *Instructional Methods*. Nairobi, Educational Research and Publications Ltd.

Baltag, V., and Sawyer, S.M. 2017. Quality healthcare for adolescents. In: Cherry A., Baltag V., Dillon M. (eds). *International Handbook on Adolescent Health and Development: The public health response*. New York, Springer International Publishing.

Barth, J., Bermetz, L., Heim, E., Trelle, S. and Tonia, T. 2012. The current prevalence of child sexual abuse worldwide: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Public Health*. Vol 58, No 3, pp 469-83. DOI: 10.1007/s00038-012-0426-1.

Bekker, LG., Johnson, L., Wallace, M. and Hosek, S. 2015. Building our youth for the future. *Journal of the International AIDS Society,* 18 (2 Suppl 1): 20076. DOI: 10.7448/IAS.18.2.20027. http://www.jiasociety.org/index.php/jias/article/view/20027/html (Accessed 24 August 2017).

Birungi, H., Mugisha, J. F. and Nyombi, J. K. 2007. Sexuality of young people perinatally infected with HIV: A neglected element in HIV/AIDS programming in Uganda. *Exchange on HIV/AIDS, Sexuality and Gender*, No. 3, pp. 7-9.

Blum, R.W., Mmari, Kristin Nelson. 2005. *Risk and Protective Factors Affecting Adolescent Reproductive Health in Developing Countries*. Geneva, WHO/ Baltimore, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health.

Bridges, A. J., Wosnitzer, R., Scharrer, E., Sun, C. and Libermann, R. 2010. Aggression and sexual behavior in best-selling pornography videos: A content analysis update. *Violence Against Women*, Vol. 16, No. 10, pp. 1065-1085.

Brown, J. and L'Engle, L. 2009. X-rated: Sexual attitudes and behaviours associated with US early adolescents exposure to sexually explicit media. *Sage Journals*. http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0093650208326465 (Accessed 30 May 2017).

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzGA), UNFPA and WHO. 2015. Sexuality Education Policy Brief No. 1. Cologne, Germany, BzGA. http://eeca.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/GAKC_Policy_Brief_No_1_rz.pdf (Accessed 30 April 2017).

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzGA), UNFPA and WHO. 2016. *Sexuality Education Policy Brief No. 2*. Cologne, Germany, BzGA. http://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/Sexuality_education_Policy_brief_No_2.pdf (Accessed 30 April 2017).

Cash, S.J. and A. Bridge, J.A. Epidemiology of Youth Suicide and Suicidal Behavior. *Current Opinion in Pediatrics*. 21(5):613–619, October 2009 - Volume 21 - Issue 5 - p 613–619. DOI: 10.1097/MOP.0b013e32833063e1 (Accessed 5 May 2017).

Cathy, J. 2011. *Theory of Change Review*: A report commissioned by Comic Relief.

Chandra-Mouli, V., Lane, C. and Wong, S. 2015. What does work in adolescent sexual and reproductive health: A review of evidence on interventions commonly accepted as best practices. *Global Health: Science and Practice*, Vol. 3, pp. 333-340.

Chandra-Mouli, V. and Vipul Patel, S. 2017. Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low and middle-income countries. *Reproductive Health*, Vol. 1, No. 14, pp. 14-30.

Child Rights International Network. 2016. *Rights, Remedies and Representation: Global report on access to justice for children*. London, Child Rights International Network. https://www.crin.org/sites/default/files/crin_a2j_global_report_final_1.pdf (Accessed 30 April 2017).

Constantine, N. A., Jerman, P., Berglas, N. F., Angulo-Olaiz, F., Chou, C. P. and Rohrbach, L. A. 2015b. Short-term effects of a

rights-based sexuality education curriculum for high-school students: a cluster-randomized trial. *BioMed Central Public Health*, 15,p. 293. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley.com/o/cochrane/clcentral/articles/662/CN-01109662/frame.html doi:10.1186/s12889-015-1625-5

Council of Europe. 2014. *Sexual Orientation and Gender Identity: Questions and answers*. Brussels, Council of Europe. https://edoc.coe.int/en/lgbt/7031-sexual-orientation-and-gender-identity-sogi-questions-and-answers.html (Accessed 4 May 2017).

Dicenso, A., Guyatt, G., Willan, A. and Griffith, L. 2002. Interventions to reduce unintended pregnancies among adolescents: Systematic review of randomised controlled trials. *British Medical Journal*, Vol. 324, No. 7351, pp. 1426-1426.

Döring, N. 2014. Consensual sexting among adolescents: Risk prevention through abstinence education or safer sexting? *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, Vol. 8, No. 1. https://cyberpsychology.eu/article/view/4303/3352 (Accessed 30 May 2017).

Döring, N., Daneback, K., Shaughnessy, K., Grov, C. and Byers, E. S. 2015. Online sexual activity experiences among college students: A four-country comparison. *Archives of Sexual Behavior*. https://www.researchgate.net/publication/286638680_Online_Sexual_Activity_Experiences_Among_College_Students_A_Four-Country_Comparison

Duflo, E., Dupas, P., Kremer, M. and Sinei, S. 2006. *Education and HIV/AIDS Prevention: Evidence from a randomized evaluation in Western Kenya*. Boston, Department of Economics and Poverty Action Lab.

Dupas, P. 2006. *Relative Risks and the Market for Sex: Teenagers, sugar daddies and HIV in Kenya*. Hanover, Dartmouth College.

Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Dymnicki, A.B., Taylor, R.D., and Schellinger, K. B. 2011. The Impact of Enhancing students' Social and Emotional Learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*. Volume 82, Issue 1, pp. 405–432. DOI: 10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x . http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x/abstract

Economic and Social Commission for Asia and the Pacific (ESCAP). 2013. *Report of the Sixth Asian and Pacific Population Conference*. Bangkok, ESCAP. http://www.unescapsdd.org/files/documents/Report of the Sixth APPC.pdf

Elder, S. K. 2014. *Labour Market Transition of Young Women and Men in Sub-Saharan Africa. Work 4 Youth Publication Series* No. 9. Geneva, Youth Employment Programme, Employment Policy Department.

European Union Agency for Fundamental Rights. 2014. *Violence against Women, an EU-wide Survey: Main results report*. http://fra.europa.eu/en/publication/2014/violence-against-women-eu-wide-survey-main-results-report (Accessed 4 May 2017).

Fisher, J. and McTaggart J. 2008. *Review of Sex and Relationships Education in Schools*. Geneva, UNAIDS. http://www.cornwallhealthyschools.org/documents/SRE final jim knoght review recommedations.pdf (Accessed 30 May 2017).

Fonner, V. A., Armstrong, K. S., Kennedy, C. E., O'Reilly, K. R. and Sweat, M. D. 2014. School based sex education and HIV prevention in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *PLoS One*, 9(3), e89692. http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0089692. doi:10.1371/journal.pone.0089692

Gardner, F., Montgomery, P. and Knerr, W. 2015. Transporting evidence-based parenting programs for child problem behavior (Age 3-10) between countries: Systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 1-14. http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15374416.2015.1015134

Garofalo, R., Wolf, R., Wissow, L., Woods, E. and Goodman, E. 1999. Sexual orientation and risk of suicide attempts among a representative sample of youth. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, Vol. 153, No. 5.

Giroux, H. A. 1994. Toward a pedagogy of critical thinking. In *Re-Thinking Reason: New Perspectives in Critical Thinking*. Kerry S. Walters (ed.). Albany, SUNY Press.

Gordon, P. 2008. *Review of Sex, Relationships and HIV education in Schools*. Paris, UNESCO.

Gordon, P. 2010. *Sexuality Education and the Prevention of Violence*. Council of Europe. www.coe.int/t/dg3/children/1in5/source/publicationsexualviolence/ (Accessed 4 May 2017).

Goulds, S. 2015. *Because I Am a Girl*. Toronto, Plan. (Accessed 4 May 2017).

The Guttmacher Institute. 2014. Intended and unintended pregnancies worldwide in 2012 and recent trends. *Studies in Family Planning*, Vol. 45, No. 3. https://www.guttmacher.org/sites/default/files/article_files/j.1728-4465.2014.00393.x.pdf (Accessed 4 May 2017).

The Guttmacher Institute. 2015a. *Adolescent Pregnancy and Its Outcomes Across Countries Factsheet*. New York, The Guttmacher Institute. https://www.guttmacher.org/fact-sheet/adolescent-pregnancy-and-its-outcomes-across-countries (Accessed 4 May 2017).

Guttmacher Institute. 2015b. *Adolescent Women's Need for and Use of Sexual and Reproductive Health Services in Developing Countries*. New York, The Guttmacher Institute. https://www.guttmacher.org/fact-sheet/adolescent-womens-need-and-use-sexual-and-reproductive-health (Accessed 4 May 2017).

Haberland, N. 2015. The case for addressing gender and power in sexuality and HIV education: A comprehensive review of evaluation studies. *International Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, Vol. 41, No. 1, pp. 31-42. https://www.guttmacher.org/journals/ipsrh/2015/03/case-

addressing-gender-and-power-sexuality-and-hiv-education-comprehensive (Accessed 30 April 2017).

Haberland, N., Rogow, D. 2015. Sexuality education: Emerging trends in evidence and practice. *Journal of Adolescent Health*, Vol. 56, No. 1, pp. 15-21.

Hadley, A., Ingham, R. and Chandra-Mouli, V. 2016. Teenage pregnancy strategy for England. *The Lancet*, Volume 388, No. 10044. DOI: http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30619-5. http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(16)30619-5/fulltext?rss%3Dyes. (Accessed 4 May 2017).

Hall, W., Patton, G., Stockings, E., Weier, M., Lynskey, M., Morley, K. and Degenhardt, L. 2016. Why young people's substance use matters for global health. *The Lancet Psychiatry*, Vol. 3, No. 3, pp. 265-279.

Hillier, L., Jones, T., Monagle, M., Overton, N., Gahan, L., Blackman, J. and Mitchell, A. 2010. *Writing Themselves in 3 (WTi3). The third national study on the sexual health and wellbeing of same sex attracted and gender questioning young people*. Melbourne, Australian Research Centre in Sex, Health and Society and La Trobe University.

Hughes, K., Bellis, M., Jones, L., Wood, S., Bates, G., Eckley, L., McCoy, E., Mikton, C., Shakespeare, T. and Officer, A. 2012. Prevalence and risk of violence against adults with disabilities: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *The Lancet*, Vol. 379, No. 9826, pp. 1621-1629.

International Planned Parenthood (IPPF). 2013. *Explore; Toolkit for involving young people as researchers in sexual and reproductive health programmes. Rapid PEER review handbook*. London, IPPF. https://www.rutgers.international/sites/rutgersorg/files/pdf/AW_Explore-PEER%20Handbook.pdf (Accessed 25 April 2017).

International Planned Parenthood Federation (IPPF). 2015. *Teaching about Consent and Healthy Boundaries: A guide for educators*. London, IPPF. https://www.ifpa.ie/sites/default/files/documents/Reports/teaching_about_consent_healthy_boundaries_a_guide_for_educators.pdf (Accessed 4 May 2017).

International Planned Parenthood Federation (IPPF). 2016. *Everyone's Right to Know: Delivering comprehensive sexuality education for all young people*. London, IPPF. http://www.ippf.org/sites/default/files/2016-05/ippf_cse_report_eng_web.pdf (Accessed 25 April 2017).

International Planned Parenthood Federation (IPPF). 2017 (unpublished). *Toolkit Deliver+Enable: Scaling-up comprehensive sexuality education (CSE)*. London, IPPF.

International Planned Parenthood Federation (IPPF) and Coram Children's Legal Centre. 2014. *Inception Report: Qualitative research on legal barriers to young people's access to sexual and reproductive health services*. London, IPPF. http://www.ippf.org/resource/inception-report-qualitative-research-legal-barriers-young-peoples-access-sexual-and (Accessed 4 May 2017).

ILO, OHCHR, UNAIDS Secretariat, UNDP, UNESCO, UNFPA, UNHCR, UNICEF, UNODC, UN Women, WFP and WHO. 2015. *Joint UN statement on Ending violence and discrimination against lesbian, gay, bisexual, transgender and intersex people*. New York, United Nations. http://www.ohchr.org/Documents/Issues/Discrimination/Joint_LGBTI_Statement_ENG.PDF (Accessed 24 August 2017).

Jemmott, J. B., Jemmott, L. S., Fong, G. T. and Morales, K. H. 2010. Effectiveness of an HIV/STD risk-reduction intervention for adolescents when implemented by community-based organizations: A cluster-randomized controlled trial. *American Journal of Public Health*, 100(4), 720–726. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2836337/ http://doi.org/10.2105/AJPH.2008.140657

Jennings, L., Parra-Medina, D., Hilfinger-Messias, D. and McLoughlin, K. 2006. Toward a critical social theory of youth empowerment. *Journal of Community Practice*, Vol. 14, No. 1-2, pp. 31-55.

Kennedy, A.C. and Bennett, L. 2006. Urban adolescent mothers exposed to community, family and partner violence: Is cumulative violence exposure a barrier to school performance and participation? *Journal of Interpersonal Violence*. 6, pp. 750–773.

Killermann, S. 2015. The Genderbread Person v3. [Blog] *It's Pronounced Metrosexual*. http://itspronouncedmetrosexual.com/2015/03/the-genderbread-person-v3/#sthash.F0QooIEk.dpbs (Accessed 5 February 2017).

Kirby, D. 2007. *Emerging Answers 2007: Research findings on programs to reduce teen pregnancy and sexually transmitted diseases*. Washington, DC, The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy. https://thenationalcampaign.org/sites/default/files/resource-primary-download/EA2007_full_0.pdf

Kirby, D. 2009. *Recommendations for Effective Sexuality Education Programmes*. Unpublished review prepared for UNESCO. Paris, UNESCO.

Kirby, D. 2011. *Sex Education: Access and impact on sexual behaviour of young people*. United Nations Expert Group Meeting on Adolescents, Youth and Development. New York, Population Division, Department of Economic and Social Affairs, United Nations Secretariat.

Kirby, D., Korpi, M., Barth, R. P. and Cagampang, H. H. 1997. The impact of the postponing sexual involvement curriculum among youths in California. *Family Planning Perspectives*, Vol. 29, No. 3, pp. 100-108.

Kirby, D., Laris, B. and Rolleri, L. 2005. *Impact of Sex and Sex Education Programs on Sexual Behaviors of Youth in Developing and Developed Countries*. Washington DC, Family Health International (FHI).

Kirby, D., and Lepore, G. 2007. *Sexual Risk and Protective Factors: Factors affecting teen sexual behavior, pregnancy, childbearing and sexually transmitted disease: Which are important? Which can you change?* Washington DC, National

Campaign to Prevent Teen Pregnancy.

Kirby, D., Obasi, A. and Laris, B. 2006. The effectiveness of sex education and hiv education interventions in schools in developing countries. *Preventing HIV/AIDS in Young People: A systematic review of the evidence from developing countries* in D. Ross, B. Dick and J. Ferguson (eds.) Geneva, WHO, pp. 103-150.

Kirby, D., Rolleri, L. and Wilson, M. M. 2007. *Tool to Assess the Characteristics of Effective Sex and STD/HIV Education Programmes*. Washington, DC, Healthy Teen Network.

Kivela, J., Ketting, E. and Baltussen, R. 2013. Cost analysis of school-based sexuality education programs in six countries. *Cost Effectiveness and Resource Allocation*, 11(1), 1-7. doi:10.1186/1478-7547-11-17

Kontula, O. 2010. The evolution of sex education and students' sexual knowledge in Finland in the 2000s. *Sex Education*, Vol. 10, No. 4, pp. 373-386.

Krug, E. G., Dahlberg, L. L., Mercy, J. A., Zwi, A. B. and Lozano, R. 2002. *World Report on Violence and Health*. Geneva, WHO. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/introduction.pdf

Lansdown, G. 2001. *Promoting Children's Participation in Democratic Decision Making*. Florence, UNICEF. https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/insight6.pdf (Accessed 5 February 2017).

Leijten, P., Melendez-Torres, G. J., Knerr, W., and Gardner, F. 2016. Transported versus homegrown parenting interventions for reducing disruptive child behavior: A multilevel metaregression study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 55(7), 610-617. doi: http://dx.doi.org/10.1016/j.jaac.2016.05.003.

Loaiza, E. and Liang, M. 2013. *Adolescent Pregnancy: A review of the evidence*. New York, UNFPA. https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ADOLESCENT%20PREGNANCY_UNFPA.pdf (Accessed 25 April 2017).

Lopez, L. M., Bernholc, A., Chen, M. and Tolley, E. 2016. School-based interventions for improving contraceptive use in adolescents. *The Cochrane Library*. doi:10.1002/14651858.CD012249

Madise, N., Zulu, E. and Ciera, J. 2007. Is poverty a driver for risky sexual behaviour? Evidence from national surveys of adolescents in four African countries. *African Journal of Reproductive Health*, Vol. 11, No. 3, p. 83. https://www.guttmacher.org/sites/default/files/pdfs/pubs/journals/reprints/AJRH.11.3.83.pdf (Accessed 5 February 2017).

McKee, A. 2014. Methodological issues in defining aggression for content analyses of sexually explicit material. *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 44, No. 1, pp. 81-87.

Meyer, E. 2010. *Gender and Sexual Diversity in Schools*. Dordrecht, Netherlands, Springer Science+Business Media.

Michielsen, K., Chersich, M. F., Luchters, S., De Koker, P., Van Rossem, R. and Temmerman, M. 2010. Effectiveness of HIV prevention for youth in sub-Saharan Africa: Systematic review and meta-analysis of randomized and nonrandomized trials. *AIDS*, 24(8), pp. 1193-1202.

Nixon, C. 2014. Current perspectives: The impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, Vol. 5, pp. 143–158.

O'Connor, C., Small, S. A. and Cooney, S. M., 4. 2007. *Program fidelity and adaptation: Meeting local needs without compromising program effectiveness*. Madison, WI, University of Wisconsin-Madison/Extension. Retrieved from http://fyi.uwex.edu/whatworkswisconsin/files/2014/04/whatworks_04.pdf

Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR). 2003. *CRC General Comment 4: Adolescent health and development in the context of the Convention on the Rights of the Child* (CRC). New York, UN. http://www.ohchr.org/Documents/Issues/Women/WRGS/Health/GC4.pdf (Accessed 30 April 2017).

Office of the Special Advisor on Gender Issues and Advancement of Women. 2001. *Gender Mainstreaming: Strategy for promoting gender equality*. New York, Office of the Special Advisor on Gender Issues and Advancement of Women. http://www.un.org/womenwatch/osagi/pdf/factsheet1.pdf (Accessed 30 April 2017).

Ofsted 2013. *Ofsted Annual Report 2012/13: Schools report*. London, Ofsted.

Okonofua, F. 2007. New research findings on adolescent reproductive health in Africa [Nouveaux résultats de recherche sur la santé de reproduction en Afrique]. *African Journal of Reproductive Health*, Vol. 11, No. 3, p. 7.

Oosterhof, P., Muller, C. and Shephard, K. 2017. Sex education in the digital era. *IDS Bulletin,* Vol. 48, No. 1. http://bulletin.ids.ac.uk/idsbo/issue/view/223 (Accessed 30 May 2017).

Oringanje, C., Meremikwu, M. M., Eko, H., Esu, E., Meremikwu, A. and Ehiri, J. E. 2009. Interventions for preventing unintended pregnancies among adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, N.PAG-N.PAG. doi:10.1002/14651858.CD005215.pub2

Otieno, A. 2006. *Gender and Sexuality in the Kenyan Education System: Is history repeating itself? An exploratory study of information on sexuality within Nakuru town*. MA. Southern and Eastern African Regional Centre for Women's Law at the University of Zimbabwe.

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). 2017. *Early Learning Matters*. Paris, OECD. https://www.oecd.org/edu/school/Early-Learning-Matters-Project-Brochure.pdf. (Accessed 30 April 2017).

Office of the United Nations High Commissioner for Human Rights (OHCHR) . 2016. *Living Free and Equal. What States are doing to tackle violence and discrimination against lesbian, gay, bisexual, transgender and intersex people.* New York and Geneva, United Nations.

Pan American Health Organization (PAHO) and WHO. 2000. *Promotion of Sexual Health. Recommendations for Action*. Washington D.C., PAHO.

Peter and Valkenburg. 2007. Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-mediated communication*. Vol. 12, 4, pp. 1169-1182.

Plan International. 2016. *Counting the Invisible: Using data to transform the lives of girls and women by 2030*. Woking, Plan International. http://www.ungei.org/resources/files/2140_biaag_2016_english_finalv2_low_res.pdf (Accessed 30 April 2017).

Plan International. 2017. *Teenage Pregnancy.* Woking, Plan International. https://plan-international.org/sexual-health/teenage-pregnancy (Accessed May 2017).

Pound P., Denford S., Shucksmith J., Tanton C., Johnson A.M., Owen J., Hutten R., Mohan L., Bonell C., Abraham C. and Campbell R. 2017. What is best practice in sex and relationship education? A synthesis of evidence, including stakeholders' views. *British Medical Journal Open*. 2017 Jul 2; 7(5): e014791. doi: 10.1136/bmjopen-2016-014791. http://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/7/5/e014791.full.pdf (Accessed 21 July 2017).

Pound, P., Langford, R., and Campbell, R. 2016. What do young people think about their school-based sex and relationship education? A qualitative synthesis of young people's views and experiences. *British Medical Journal Open*, 6(9). doi:10.1136/bmjopen-2016-011329

Religious Institute. 2002. *Open letter to religious leaders about sex education*. http://religiousinstitute.org/wp-content/uploads/2009/06/Open-Letter-Sex-Education.pdf (Accessed 30 April 2017).

Rohleder, P. and Swartz, L. 2012. Disability, sexuality and sexual health. *Understanding Global Sexualities: New Frontiers* (Sexuality, culture and health series). 138-152. DOI: 10.4324/9780203111291

Rohrbach, L. A., Berglas, N. F., Jerman, P., Angulo-Olaiz, F., Chou, C. P. and Constantine, N. A. 2015. A Rights-Based Sexuality Education Curriculum for Adolescents: 1-Year Outcomes From a Cluster-Randomized Trial. *Journal of Adolescent Health*, 57(4), 399-406. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley.com/o/cochrane/clcentral/articles/910/CN-01131910/frame.htmldoi:10.1016/j.jadohealth.2015.07.004

Ross, D., Dick, B. and Ferguson, J. 2006. *Preventing HIV/AIDS in Young People: A systematic review of the evidence from developing countries*. Geneva, WHO.

Save the Children. 2015. *What do children want in times of emergency and crisis? They want an education*. London, Save the Children. https://www.savethechildren.org.uk/sites/default/files/images/What_Do_Children_Want1.pdf (Accessed 30 April 2017)

Secor-Turner, M., Schmitz, K. and Benson, K. 2016. Adolescent experience of menstruation in rural Kenya. *Nursing Research*, Vol. 65, No. 4, pp. 301-305.

Sedgh, G., Ashford, L. S. and Hussain, R. 2016. *Unmet Need for Contraception in Developing Countries: Examining women's reasons for not using a method*. New York, Guttmacher Institute. https://www.guttmacher.org/report/unmet-need-for-contraception-in-developing-countries (Accessed 30 April 2017).

Shepherd, J., Kavanagh, J., Picot, J., Cooper, K., Harden, A., Barnett-Page, E., . . . Price, A. 2010. The effectiveness and cost effectiveness of behavioural interventions for the prevention of sexually transmitted infections in young people aged 13-19: A systematic review and economic evaluation. *Health Technology Assessment*, 14(7), 1-230.

Stead, M., Stradling, R., MacNeil, M., MacKintosh, A. and Minty, S. 2007. Implementation evaluation of the Blueprint multi-component drug prevention programme: Fidelity of school component delivery. *Drug and Alcohol Review*, Vol. 26, No. 6, pp. 653-664.

Stephenson, J., Strange, V., Forrest, S., Oakley, A., Copas, A., Allen, E., Babiker, A., Black, S., Ali, M., Monteiro, H. and Johnson, A. 2004. Pupil-led sex education in England (RIPPLE study): cluster-randomised intervention trial. *The Lancet*, Vol. 364, No. 9431, pp. 338-346.

Stirling, M., Rees, H., Kasedde, S. and Hankins, C. 2008. *Addressing the vulnerability of young women and girls to stop the HIV epidemic in Southern Africa.* Geneva, UNAIDS.

Straight Talk Foundation. 2008. *Annual Report. Kampala, Straight Talk Foundation*. https://www.scribd.com/document/17357627/Straight-Talk-Foundation-Annual-Report-2008 (Accessed 30 May 2017).

Thomas, F. and Aggleton, P. 2016. School-based sex and relationships education: Current knowledge and emerging themes. In: Sundaram, V. and Sauntson, H. (eds) *Global Perspectives and Key Debates in Sex and Relationships Education: Addressing Issues of Gender, Sexuality, Plurality and Power*. Basingstoke, Palgrave Macmillan.

Tolli, M. V. 2012. Effectiveness of peer education interventions for HIV prevention, adolescent pregnancy prevention and sexual health promotion for young people: A systematic review of European studies. *Health Education Research.* 27(5), 904-913. doi:10.1093/her/cys055

Trenholm, C., Devaney, B., Fortson, K., Quay, L., Wheeler, J. and Clark, M. 2007. *Impacts of Four Title V, Section 510 Abstinence Education Programs: Final Report*. Trenton, NJ, Mathematica Policy Research Inc.

Uganda Bureau of Statistics (UBOS) and Macro International Inc. 2007. *Uganda Demographic and Health Survey 2006*. Calverton, Md., UBOS and Macro International Inc. http://www.dhsprogram.com/pubs/pdf/FR194/FR194.pdf (Accessed 30 May 2017).

Underhill, K., Montgomery, P. and Operario, D. 2007. Sexual abstinence only programmes to prevent HIV infection in high income countries: Systematic review. *British Medical Journal*, Vol. 335, No. 7613, pp. 248-248. http://bmj.com/cgi/content/full/335/7613/248 (Accessed 13 August 2017).

United Nations. 1989. *Convention on the Rights of the Child*. New York, UN. http://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/crc.aspx (Accessed 30 May 2017).

United Nations. 1995. *Platform for Action of the United Nations Fourth World Conference on Women*. New York, UN. http://www.un.org/esa/gopher-data/conf/fwcw/off/a--20.en (Accessed 30 May 2017).

United Nations. 1999. *Overall Review and Appraisal of the Implementation of the Programme of Action of the International Conference on Population and Development*. New York, UN. http://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/A_S-21_AC.1_L.pdf (Accessed 30 May 2017).

United Nations. 2001. *Declaration of Commitment on HIV/AIDS*. New York, UN. http://www.unaids.org/sites/default/files/sub_landing/files/aidsdeclaration_en_0.pdf (Accessed 30 May 2017).

United Nations. 2007. *Convention of the Rights of Persons with Disabilities*. New York, UN. https://www.un.org/development/desa/disabilities/resources/general-assembly/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities-ares61106.html (Accessed 30 May 2017).

United Nations. 2010. *Report of the United Nations Special Rapporteur on the Right to Education*. http://www.right-to-education.org/sites/right-to-education.org/files/resource-attachments/UNSR_Sexual_Education_2010.pdf (Accessed 30 May 2017).

United Nations. 2014. *Programme of Action adopted at the International Conference on Population and Development Cairo, 5-13 September 1994*. New York, UNFPA. http://www.unfpa.org/publications/international-conference-population-and-development-programme-action (Accessed 30 May 2017).

UNAIDS. 2006. *Scaling up Access to HIV Prevention, Treatment, Care and Support: The next steps*. Geneva, UNAIDS. http://data.unaids.org/publications/irc-pub07/jc1267-univaccess-thenextsteps_en.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNAIDS. 2008. *2008 Report on the Global AIDS Epidemic*. Geneva, UNAIDS. http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/jc1510_2008globalreport_en_0.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNAIDS. 2012 *Factsheet on Young people, Adolescents and HIV*. Geneva, UNAIDS. http://files.unaids.org/en/media/unaids/contentassets/documents/factsheet/2012/20120417_FS_adolescentsyoungpeoplehiv_en.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNAIDS 2014. *The Gap Report*. Geneva, UNAIDS. http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/UNAIDS_Gap_report_en.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNAIDS. 2016. *HIV Prevention among Adolescent Girls and Young Women: Putting HIV prevention among adolescent girls and young and including boys & men women on the Fast-Track and engaging men and boys*. Geneva, UNAIDS. http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/UNAIDS_HIV_prevention_among_adolescent_girls_and_young_women.pdf

UNAIDS. 2017. *Ending AIDS. Progress towards the 90-90-90 Targets*. Global AIDS Update. Geneva, UNAIDS. http://www.unaids.org/en/resources/documents/2017/20170720_Global_AIDS_update_2017

UNAIDS and WHO. 2007. *2007 AIDS Epidemic Update*. Geneva, UNAIDS. http://data.unaids.org/pub/epislides/2007/2007_epiupdate_en.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNDP. 2015. *Report of the Regional Dialogue on LGBTI Human Rights and Health in Asia-Pacific*. Bangkok, UNDP. http://www.asiapacific.undp.org/content/dam/rbap/docs/Research%20and%20Publications/hiv_aids/rbap-hhd-2015-report-regional-dialogue-lgbti-rights-health.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNDP (in press). *Leave no one Behind: Advancing social, economic, cultural and political inclusion of LGBTI people in Asia and the Pacific*.

UNESCO. 1996. *Learning: The treasure within. Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0010/001095/109590eo.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2000a. *Dakar Framework for Action, Education for All. Meeting our collective commitments*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001211/121147e.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2000b. *General Comment No. 14. Substantive issues arising in the implementation of the international covenant on economic, social and cultural rights*. Geneva, UNESCO. http://data.unaids.org/publications/external-documents/ecosoc_cescr-gc14_en.pdf (Accessed 30 May 2017) .

UNESCO. 2008. *School-centred HIV and AIDS Care and Support in Southern Africa: Technical consultation report, 22-24 May 2008, Gaborone, Botswana*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001578/157860e.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2009. *International Technical Guidance on Sexuality Education: An Evidence-informed approach for schools, teachers and health educators*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281e.pdf (Accessed 3 May 2017).

UNESCO. 2010. *Levers of Success: Case studies of national sexuality education programmes*. Paris, UNESCO. http://

unesdoc.unesco.org/images/0018/001884/188495e.pdf (Accessed 30 April 2017).

UNESCO. 2011a. *Cost and Cost-effectiveness Analysis of School-based Sexuality Education Programmes in Six Countries*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002116/211604e.pdf

UNESCO. 2011b. *Sexuality Education Review and Assessment Tool*. Paris, UNESCO. http://hivhealthclearinghouse.unesco.org/library/ documents/sexuality-education-review-and-assessment-tool-serat-0 (Accessed 4 May 2015).

UNESCO. 2012. *Review of Policies and Strategies to Implement and Scale Up Sexuality Education in Asia and the Pacific*. Bangkok, UNESCO Bangkok. http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002150/215091e.pdf

UNESCO. 2013a. *Measuring the Education Sector Response to HIV and AIDS: Guidelines for the construction and use of core indicators.* Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002230/223028e.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2013b. *Ministerial Commitment on Comprehensive Sexuality Education and Sexual and Reproductive Health Services for Adolescents and Young People in Eastern and Southern African (ESA)*. Paris, UNESCO. http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/HIV-AIDS/pdf/ESACommitmentFINALAffirmedon7thDecember.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2014a. *Comprehensive Sexuality Education: The challenges and opportunities of scaling-up*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002277/227781e.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNESCO. 2014b. *Good Policy and Practice in Health Education: Puberty education and menstrual hygiene management*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002267/226792e.pdf (Accessed 3 May 2017.)

UNESCO. 2015a. *Emerging Evidence, Lessons and Practice in Global Comprehensive Sexuality Education: A global review*. Paris, UNESCO. http://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/CSE_Global_Review_2015.pdf (Accessed 4 May 2017).

UNESCO. 2015b. *From Insult to Inclusion: Asia-Pacific report on school bullying, violence and discrimination on the basis of sexual orientation and gender identity*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0023/002354/235414e.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNESCO. 2016a. *2016 Global Education Monitoring Report. Education for people and planet: Creating sustainable futures for all*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002457/245745e.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNESCO. 2016b. *Out in the Open: Education Sector Responses to Violence based on Sexual Orientation and Gender Identity/Expression*. Paris. UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002447/244756e.pdf

UNESCO. 2016c. *Review of the Evidence on Sexuality Education. Report to inform the update of the UNESCO International Technical Guidance on Sexuality Education*; prepared by Paul Montgomery and Wendy Knerr, University of Oxford Centre for Evidence-Based Intervention. Paris, UNESCO.

UNESCO. 2017a. *Early and Unintended Pregnancy: Recommendations for the education sector*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002484/248418e.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2017b. *Good Policy and Practice in Health Education. Booklet 10. Education sector responses to the use of alcohol, tobacco and drugs*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002475/247509E.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNESCO. 2017c. *Review of Curricula and Curricular Frameworks. Report to inform the update of the UNESCO International Technical Guidance on Sexuality Education: prepared by Advocates for Youth*. Paris, UNESCO.

UNESCO. 2017d. *School Violence and Bullying: Global status report*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002469/246970e.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNESCO and The Global Network of People Living with HIV (GNP+). 2012. *Positive Learning: Meeting the needs of young people living with HIV (YPLHIV) in the education sector*. Paris/Netherlands, UNESCO/GNP+ http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002164/216485E.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNESCO and UNAIDS. 2008. *EDUCAIDS Framework for Action*. Paris/Geneva, UNESCO/UNAIDS. http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001473/147360e.pdf (Accessed 30 April 2017).

UNFPA. 2010. *Comprehensive Sexuality Education: Advancing human rights, gender, equality and improved sexual and reproductive health*. Bogota, UNFPA. https://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/Comprehensive%20Sexuality%20Education%20Advancing%20Human%20Rights%20Gender%20Equality%20and%20Improved%20SRH-1.pdf (Accessed 3 May 2017).

UNFPA. 2013. *Adolescent Pregnancy: A review of the evidence.* New York, UNFPA. https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ADOLESCENT%20PREGNANCY_UNFPA.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNFPA. 2014. *Operational Guidance for Comprehensive Sexuality Education: A focus on human rights and gender*. New York, UNFPA. http://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPA%20Operational%20Guidance%20for%20CSE%20-Final%20WEB%20Version.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNFPA. 2015. *The Evaluation of Comprehensive Sexuality Programmes: A Focus on the gender and empowerment outcomes*. New York, UNFPA. https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPAEvaluationWEB4.pdf (Accessed 5 May 2017).

UNFPA, UNESCO and WHO. 2015. *Sexual and Reproductive Health of Young People in Asia and the Pacific: A review of issues, policies and programmes*. Bangkok, UNFPA. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002435/243566E.pdf (Accessed 30 April 2017).

UNICEF. 2002. *The State of the World's Children 2003*. New York, UNICEF. https://www.unicef.org/sowc03/contents/pdf/SOWC03-eng.pdf (Accessed 30 May 2017).

UNICEF. 2014a. *Ending Child Marriage: Progress and prospects*. New York, UNICEF. https://www.unicef.org/media/files/Child_Marriage_Report_7_17_LR..pdf (Accessed 5 May 2017).

UNICEF. 2014b.*Hidden in Plain Sight: A statistical analysis of violence against children*. New York, UNICEF. http://files.unicef.org/publications/files/Hidden_in_plain_sight_statistical_analysis_EN_3_Sept_2014.pdf (Accessed 5 May 2017).

USAID. 2009. *Factsheet on Youth Reproductive Health Policy: Poverty and youth reproductive health*. Washington, DC, USAID. http://pdf.usaid.gov/pdf_docs/Pnadr402.pdf (Accessed 5 May 2017).

USAID. 2013 *Getting to Zero. A discussion paper on ending extreme poverty.* Washington, USAID. https://www.usaid.gov/sites/default/files/documents/1870/USAID-Extreme-Poverty-Discussion-Paper.pdf (Accessed 3 May 2017).

Villa-Torres, L., and Svanemyr, J. 2015. Ensuring Youth's Right to Participation and Promotion of Youth Leadership in the Development of Sexual and Reproductive Health Policies and Programs. *Journal of Adolescent Health*, 56(1), S51-S57. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.07.022

Weeks, J. 2011. *The Languages of Sexuality*. Oxon, Routledge.

WHO. 2001. *Regional Strategy on Sexual and Reproductive Health*. Copenhagen, WHO, Regional Office for Europe. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/69529/e74558.pdf (Accessed 31 May 2017).

WHO. 2002. *Defining Sexual Health: Report of a technical consultation on sexual health.* Geneva, WHO. http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf (Accessed 31 May 2017).

WHO. 2003. *Skills for Health. Skills-based health education including life skills: An important component of a child-friendly/health-promoting school*. Geneva, WHO. http://www.who.int/school_youth_health/media/en/sch_skills4health_03.pdf (Accessed 31 May 2017).

WHO. 2004. *Adolescent Pregnancy: Issues in adolescent health and development*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42903/1/9241591455_eng.pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2005. *Sexually Transmitted Infections among Adolescents. The need for adequate health services*. Geneva, WHO. http://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/9241562889/en/ (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2006a. *Defining Sexual Health: Report of a technical consultation on sexual health, 28–31 January 2002*. Geneva, WHO. http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/ (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2006b. *Pregnant Adolescents: Delivering on global promises of hope*. Geneva, WHO. http://www.youthnet.org.hk/adh/2_AD_sexual_reproductiveH/Adolescent_Pregnancy/WHO%20-%20Pregnant%20Adolescents.pdf (Accessed 30 May 2017).

WHO. 2007a. *Unsafe Abortion: Global and regional estimates of the incidence of unsafe abortion and associated mortality in 2003*, 5th edn. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43798/1/9789241596121_eng.pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO 2007b. *Adolescent Pregnancy - Unmet needs and undone deeds: A review of the literature and programmes*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43702/1/9789241595650_eng.pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2008. *Pregnant Adolescents: Delivering on Global Promises*. Geneva, WHO. http://www.youthnet.org.hk/adh/2_AD_sexual_reproductiveH/Adolescent_Pregnancy/WHO%20-%20Pregnant%20Adolescents.pdf (Accessed 30 May 2017).

WHO. 2010. *The ASSIST-linked Brief Intervention for Hazardous and Harmful Substance Use: Manual for use in primary care*. Manual 1. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44320/1/9789241599382_eng.pdf (Accessed 30 May 2017).

WHO. 2011. *WHO Guidelines on Preventing Early Pregnancy and Poor Reproductive Outcomes Among Adolescents in Developing Countries*. Geneva, WHO. http://www.who.int/immunization/hpv/target/preventing_early_pregnancy_and_poor_reproductive_outcomes_who_2006.pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2014a. *Adolescent Pregnancy Factsheet*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112320/1/WHO_RHR_14.08_eng.pdf (Accessed 30 May 2017).

WHO. 2014b. *World Health Statistics 2014*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112738/1/9789240692671_eng.pdf?ua=1 (Accessed 30 May 2017).

WHO. 2015. *Every Woman, Every Child, Every Adolescent: Achievements and prospects*. The final report of the independent Expert Review Group on Information and Accountability for Women's and Children's health. Geneva, WHO.

WHO. 2016a. *Global Health Estimates 2015: Deaths by cause, age, sex, by country and by region, 2000-2015*. Geneva, WHO. http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/en/

WHO. 2016b. *Violence against Women: Intimate Partner and Sexual Violence Against Women Factsheet*. Geneva, WHO. http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs239/en/ (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2016c. *Youth Violence factsheet*. Geneva, WHO. http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs356/en/ (Accessed 5 May 2017).

WHO. 2017a. *Female Genital Mutilation Factsheet*. Geneva, WHO. http://who.int/mediacentre/factsheets/fs241/en/ (Accessed 30 May 2017).

WHO. 2017b. *Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!): Guidance to support country implementation - summary*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/255418/1/WHO-FWC-MCA-17.05-eng.pdf?ua=1 (Accessed 30 May 2017).

WHO and UNAIDS. 2009. *Operational Guidance for Scaling Up Male Circumcision Services for HIV Prevention*. Geneva: WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44021/1/9789241597463_eng.pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO and UNICEF. 2008. *More Positive Living: Strengthening the health sector response to young people living with HIV*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43957/1/9789241597098_eng.pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO and UNFPA. 2006. *Married Adolescents: No place of safety*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43369/1/9241593776_eng.pdf (Accessed 30 April 2017).

WHO, UNFPA and UNICEF. 1999. *Programming for Adolescent Health and Development*. Geneva, WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42149/1/WHO_TRS_886_(p1-p144).pdf (Accessed 5 May 2017).

WHO Regional Office for Europe and Die Bundeszentrale fur gesundheitliche Aufklarung (BZgA). 2010. *Standards for Sexuality Education in Europe: A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists*. Cologne, BZgA. http://www.oif.ac.at/fileadmin/OEIF/andere_Publikationen/WHO_BZgA_Standards.pdf (Accessed 5 May 2017).

Wight, D. 2011. The effectiveness of school-based sex education: What do rigorous evaluations in Britain tell us? *Education and Health*, 29(4), 72-78.

Women's Refugee Commission, Save the Children, UNHCR, UNFPA. 2012. *Adolescent Sexual and Reproductive Health Programs in Humanitarian Settings: An In-depth Look at Family Planning Services.* New York, UNFPA. https://www.unfpa.org/sites/default/files/resourcepdf/AAASRH_good_practice_documentation_English_FINAL.pdf (Accessed 30 April 2017).

Woog V., Singh, S.S, Browne, A. and Philbin, J. 2015. *Adolescent Women's Need for and Use of Sexual and Reproductive Health Services in Developing Countries*. New York, Guttmacher Institute. http://www.guttmacher.org/pubs/Adolescent-SRHS-Need-Developing-Countries.pdf.
(Accessed 30 May 2017).

Children love being in pictures by Tushar Dayal is licensed under CC BY-NC 2.0 on Tushar Dayal Flickr account (https://www.flickr.com/photos/tdayal/)

၉

ဝေါဟာရများ

၉ - ဝေါဟာရများ

ဤစာအုပ်တွင် အသုံးပြုထားသော အသုံးအနှုန်းနှင့်သဘောတရားများမှာ ကျယ်ပြန့်စွာ လက်ခံသုံးစွဲနေကြသော အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်များ၊ ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့ အစည်း (UNESCO) နှင့် အခြား ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့ အစည်းများမှ ပြုစုရေးသားသည့် စာအုပ်စာတမ်းများမှ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်များကို ထင်ဟပ်ရယူထားသည်။

ဤစာအုပ်တွင် အသုံးများသည့်အသုံးအနှုန်း (Terms) နှင့်သဘောတရား (Concept) များ၏ အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်များမှာ -

ဆယ်ကျော်သက် (Adolescent): ကုလသမဂ္ဂ၏ သတ်မှတ်ချက်အရ အသက် ၁၀ နှစ်မှ ၁၉ နှစ်အတွင်း ရှိသူများ

လိင်တူ၊ လိင်ကွဲနှစ်မျိုးလုံး နှစ်သက်သူ (Bisexual): တစ်မျိုးထက်ပိုသည့် ကျား၊ မ အမျိုးအစားများကို နှစ်သက်သူ (တိမ်းညွတ်စွဲလမ်းသူ)

ရေရှည်အနိုင်ကျင့်ခြင်း (Bullying): ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာထိပါးမှု၊ နှုတ်စကားဖြင့် တိုက်ခိုက်မှု သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိန်းချုပ်အနိုင်ယူမှုတို့မှတဆင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရစေခြင်း သို့မဟုတ် မသက်မသာဖြစ်စေခြင်းကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ထပ်တလဲလဲပြုလုပ်သည့် အမူအကျင့်။ ရေရှည်အနိုင်ကျင့်ခြင်းမှာ အင်အားသြဇာမညီမျှမှုကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။

ကလေး (Child): ကုလသမဂ္ဂ၏ သတ်မှတ်ချက်အရ အသက် ၁၈ နှစ်ထက် ငယ်သူများ

အတင်းအကျပ်တွန်းအားပေးခိုင်းစေခြင်း (Coercion): တစ်စုံတစ်ယောက်အား တစ်ခုခုပြုလုပ်စေရန် အင်အားသုံး၍ သို့မဟုတ် ခြိမ်းခြောက်၍ တိုက်တွန်း သွေးဆောင်သည့်အပြုအမူ သို့မဟုတ် အလေ့အထ

သင်ရိုးညွှန်းတမ်း (Curriculum): သင်ရိုးညွှန်းတမ်းတစ်ခုသည် အသက်အရွယ် အမျိုးမျိုးရှိသော ကျောင်းသူကျောင်းသားများအနေနှင့် မည်သည်တို့ကိုသင်ယူ၍ မည်သည်တို့ကို အဘယ်ကြောင့်၊ မည်မျှကောင်းမွန်စွာ မည်သို့လုပ်ဆောင်နိုင်သင့်သည် စသည့်မေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးသည်။

ဆိုင်ဘာအသုံးပြု အနိုင်ကျင့်ခြင်း (Cyberbullying): တစ်စုံတစ်ယောက်အား နှိမ်ချစော်ကားသည့် သို့မဟုတ် ခြိမ်းခြောက်သည့် သတင်းစကားများ ပေးပို့ခြင်းဖြင့် အနိုင်ကျင့်နိုင်ရန် အီလက်ထရောနစ်စနစ်သုံး ဆက်သွယ်ရေးကို အသုံးပြုခြင်း

ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း (Discrimination): လူတစ်ဦး၏လူမျိုး၊ လိင်၊ ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာ၊ နိုင်ငံသားဖြစ်မှု၊ မျိုးနွယ်စုဇာစ်မြစ်၊ လိင်စိတ်ခံယူမှု၊ မသန်စွမ်းမှု၊ အသက်အရွယ်၊ ဘာသာစကား၊ လူမှုရေးမူလအခြေခံ သို့မဟုတ် အခြားအခြေအနေများအပေါ် မူတည်၍ မျှတမှုမရှိဘဲ ဆက်ဆံခြင်း သို့မဟုတ် မိမိထင်မြင်သလို ခွဲခြားပြုမူခြင်း

သာတူညီမျှမှု (Equity): တန်းတူညီမျှစွာဆက်ဆံခြင်း သို့မဟုတ် အခွင့်အရေး၊ အကျိုးအမြတ်၊ တာဝန်ရှိမှု၊ အခွင့်အလမ်းများအတွက် မမျှတမှုများကို ပြန်လည်ထိန်းညှိနိုင်ရန်အတွက် သီးခြားဆောင်ရွက်ပေးခြင်း အပါအဝင် သာတူညီမျှဖြစ်စေ၍ မခွဲခြားသောဆက်ဆံမှု၊

လိင်တူနှစ်သက်သူ - ဂေး (Gay): အဓိကအားဖြင့် လိင်တူသူကို နှစ်သက် (တိမ်းညွတ်စွဲလမ်း) သူ သို့မဟုတ် လိင်တူသူနှင့် ဆက်ဆံရေးရှိသူ၊ ယေဘုယျအားဖြင့် အမျိုးသားများအတွက် သုံးလေ့ရှိသည်။ အချို့အမျိုးသမီးများလည်း ဤအသုံးအနှုန်းကို သုံးသည်။

ကျားမရေးရာ (Gender): ယောက်ျား သို့မဟုတ် မိန်းမဖြစ်ခြင်းနှင့် ဆက်စပ်၍ မိန်းမနှင့်ယောက်ျား၊ မိန်းကလေးနှင့် ယောက်ျားလေးအကြား ဆက်နွယ်မှုများ အပြင် မိန်းမများအကြားနှင့် ယောက်ျားများအကြား ဆက်နွယ်မှုများအတွက် လူမှုရေးအရ သတ်မှတ်ယူဆချက်များနှင့် အခွင့်အလမ်းများကို ရည်ညွှန်းသည်။ ထိုသတ်မှတ်ချက်များ၊ အခွင့်အလမ်းများနှင့် ဆက်နွယ်မှုများမှာ လူမှုရေးအရ တည်ဆောက်ဖွဲ့စည်းထားခြင်းဖြစ်၍ လူမှုရေးအရ ပုံသွင်းခံရသည့် ဖြစ်စဉ်များမှတဆင့် လေ့လာသင်ယူခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ကျားမရေးရာစံနှုန်းများ သို့မဟုတ် အခန်းကဏ္ဍများ (Gender norms or roles): မိန်းမနှင့်ယောက်ျား၊ မိန်းကလေးနှင့် ယောက်ျားလေး သို့မဟုတ် ကျားမဆိုင်ရာ သတ်မှတ်ချက်အမျိုးမျိုးအကြား ကျားမရေးရာအသွင်အပြင်များ၊ အခွင့်အလမ်းများနှင့် ဆက်နွယ်မှုများမှာ လူမှုအသိုက်အဝန်းတစ်ခုနှင့် တစ်ခုတွင် ကွဲပြားခြားနားကြပါသည်။ အချိန်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲနိုင်ပြီး လူမှုရေးအရ အမူအကျင့်များကို ပုံသွင်းခံရသည့် ဖြစ်စဉ်များမှတဆင့် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်၊ ကျားမရေးရာအရ မည်သို့ ဆက်ဆံရမည်တို့ကို လေ့လာသင်ယူခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ တင်းကျပ်၍ ခွဲခြားဆက်ဆံသော ကျားမရေးရာခံယူမှု သဘောတရားများက တန်းတူညီမျှမှုမရှိခြင်းနှင့် အန္တရာယ်ရှိသောအလေ့အထများဆီသို့ ဦးတည်နိုင်စေသည်။ ဓလေ့ထုံးစံ၊ ယဉ်ကျေးမှု သို့မဟုတ် အယူသည်းမှုများကို အခြေခံ၍ ထိုသဘောတရားများအား ကာကွယ်ထားကြသည်။

ကျားမရေးရာ ထုတ်ဖော်ပြသချက် (Gender expression): လူတစ်ဦးက မိမိ၏ ကိုယ်ပိုင်ကျားမရေးရာခံယူမှုကို ကမ္ဘာလောကဆီသို့ ထုတ်ဖော်ပြသခြင်း ဖြစ်သည်။ ဥပမာ - အမည်နာမ၊ အဝတ်အစား၊ လမ်းလျှောက်ပုံ၊ စကားပြောပုံ၊ ဆက်ဆံပုံ၊ လူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် နေရာယူသည့် အခန်းကဏ္ဍနှင့် ယေဘုယျအမူအယာများဖြင့် ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။

ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု (Gender identity): လူတစ်ဦး၏ အတွင်းစိတ်မှ နက်ရှိုင်းစွာခံစားရပြီး လူတစ်ဦးချင်းအနေနှင့် တွေ့ကြုံခံစားရသည့် ကျားမရေးရာကို ဆိုလိုသည်။ ၎င်းမှာ မွေးစအချိန်ကသတ်မှတ်ပေးလိုက်သည့် လိင်နှင့် ကိုက်ညီခြင်း သို့မဟုတ် မကိုက်ညီခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ၎င်းတွင် တစ်ဦးချင်းစီမှ မိမိခန္ဓာကိုယ်အပေါ် ခံစားရမှုလည်း ပါဝင်သည်။ လွတ်လပ်စွာ ရွေးချယ်နိုင်ပါက ခန္ဓာကိုယ်၏အသွင်အပြင် သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းဆောင်တာကို (ဆေးဝါး၊ ခွဲစိတ်မှု သို့မဟုတ် အခြားနည်းလမ်းဖြင့်) ပြောင်းလဲထားခြင်းလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။

ကျားမရေးရာ စံကိုက်မဖြစ်ခြင်း (Gender non-conformity/non-conforming): ကျားနှင့်မဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားသော ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ချက်များနှင့် မကိုက်ညီသူ၊ ကျားမရေးရာစံနှုန်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့် ခြားနားစွာ ကျားမရေးရာ ဖော်ပြမှုရှိသူများ ဖြစ်သည်။ အချို့ကိစ္စများတွင် ၎င်းတို့၏ ကျားမရေးရာ ဖော်ထုတ်ပြသပုံကြောင့် ကျားမရေးရာ စံကိုက်မဖြစ်သူဟု လူမှုအသိုက်အဝန်းမှ ယူဆကြသည်။ သို့ရာတွင် ထိုသူများက မိမိတို့ကိုယ်ကို ကျားမရေးရာစံကိုက် မဖြစ်သူဟု မယူဆသည်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ကျားမရေးရာ ထုတ်ဖော်ပြသမှုနှင့် ကျားမရေးရာစံကိုက်မဖြစ်မှုတို့မှာ လူတစ်ဦးချင်းနှင့် လူမှုအသိုက်အဝန်း၏ ယောက်ျားပီသမှု၊ မိန်းမပီသမှုတို့အပေါ် ယူဆခံယူချက်များနှင့် ရှင်းလင်းစွာ ဆက်နွယ်နေသည်။

ကျားမရေးရာ ကွဲပြားမှု (Gender variance): ကျားမရေးရာ ဖော်ထုတ်ပြသပုံမှာ မွေးစက သတ်မှတ်ခဲ့သော လိင်နှင့် မကိုက်ညီခြင်းဖြစ်သည်။

ကျားမအခြေပြုအကြမ်းဖက်မှု (Gender-based violence): ကျားမ ခွဲခြား ဆက်ဆံမှု၊ ကျားမကဏ္ဍအရ မျှော်လင့်ထားမှုများ သို့မဟုတ် ကျားမရေးရာ တရားသေ သတ်မှတ်ချက်များကိုအခြေခံ၍ တစ်စုံတစ်ဦးအပေါ် ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှုများ ဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် ကျားမရေးရာနှင့် ဆက်စပ်နေသော အင်အားသြဇာမညီမျှမှုကို အခြေခံခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ထိုမှတဆင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်ခံစားရမှုများ ဖြစ်စေနိုင်သည်။

စော်ကားနှောင့်ယှက်မှု (Harassment): အခြားလူတစ်ယောက်ကို ထိခိုက်စော်ကားရန် သို့မဟုတ် နှိမ်ချနိုင်ရန် မျှော်လင့်၍ သို့မဟုတ် ယုံကြည်ယူဆ၍ မသင့်လျော်သော သို့မဟုတ် မလိုလားသော အပြုအမူကို ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ စော်ကားနှောင့်ယှက်မှုမှာ စကားလုံးများဖြင့်ဖြစ်စေ၊ အမူအယာဖြင့်ဖြစ်စေ၊ လုပ်ဆောင်မှုဖြင့်ဖြစ်စေ အခြားသူတစ်ဦးအား စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေရန်၊ သတိပေးခြောက်လှန့်ရန်၊ အနိုင်ကျင့်ရန်၊ လှည့်ဖျားရန်၊ ခြိမ်းခြောက်ရန်၊ သေးသိမ်စေရန်၊ နှိမ်ချရန်၊ စိတ်ကသိကအောင့် ဖြစ်စေရန် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် ခြိမ်းခြောက်ရန်လိုသော၊ စော်ကားသော ဝန်းကျင်အခြေအနေကို ဖန်တီးခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။

လိင်ကွဲဆက်ဆံသူကိုသာ ပုံမှန်သတ်မှတ်ခြင်း (Heteronormativity): လိင်ကွဲ ဆက်ဆံခြင်းကိုသာ ပုံမှန်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ် ပုံမှန်သတ်မှတ်ထားသော လိင်စိတ်ခံယူမှုဖြစ်သည်ဟု ယုံကြည်ထားခြင်း

လိင်တူဆက်ဆံသူများကိုကြောက်ရွံ့ခြင်း (Homophobia): လိင်တူဆက်ဆံခြင်း

နှင့် လူတို့၏ အစစ်အမှန်ဖြစ်သည့် သို့မဟုတ် ထင်မြင်ယူဆသည့် လိင်စိတ်ခံယူမှု အပေါ် အခြေပြု၍ ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ မသက်မသာခံစားရခြင်း၊ သည်းမခံနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် မုန်းတီးခြင်း

လိင်တူချစ်သူများကို ကြောက်ရွံ့မှုကြောင့် အကြမ်းဖက်ခြင်း (Homophobic violence): အစစ်အမှန်ဖြစ်သည့် သို့မဟုတ် ထင်မြင်ယူဆသည့် ထိုသူတို့၏ လိင်စိတ်ခံယူမှုအပေါ် အခြေပြု၍ ကျူးလွန်သော ကျားမရေးရာနှင့်ဆိုင်သည့် အနိုင်ကျင့်မှု

လိင်တူနှစ်သက်သူ (Homosexual): မိမိနှင့် လိင်တူသူကို ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် /သို့မဟုတ် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာအရ နှစ်သက်သူ (တိမ်းညွှတ်စွဲလမ်းသူ)

လူတိုင်းအကျုံးဝင် ပညာရေး (Inclusive education): သင်ယူသူအားလုံးထံ ရောက်ရှိနိုင်စေရန် ပညာရေးစနစ်၏ စွမ်းဆောင်ရည်ကို အားဖြည့် မြှင့်တင်ပေးသည့် လုပ်ငန်းစဉ်

အသိပေး၍သဘောတူခွင့်ပြုချက်ရယူခြင်း (Informed consent): သုတေသန တစ်ခု သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းတစ်ခုတွင်ပါဝင်ရန်အတွက် မိမိသဘောဆန္ဒ အလျောက် သဘောတူညီချက်ပေးခြင်းကို ရယူသည့်လုပ်ငန်းစဉ်

ကြားလိင် (Intersex): ကျား သို့မဟုတ် မ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် စံကိုက်ပုံစံများနှင့် မကိုက်ညီသော (ပြင်ပလိင်အင်္ဂါများ၊ မျိုးပွားအင်္ဂါများ၊ ဗီဇ ခရိုမိုဇုမ်းပုံစံများ အပါအဝင်) လိင်သွင်ပြင်လက္ခဏာများဖြင့် မွေးဖွားလာသူ။ 'ကြားလိင်' ဆိုသည်မှာ ခြုံငုံဖော်ပြသည့် အသုံးအနှုန်းဖြစ်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်တွင် များစွာသော သဘာဝအလျောက် ကွဲပြားခြားနားမှုမျိုးစုံကို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ အချို့သူများတွင် ကြားလိင်ဖြစ်ခြင်းကို မွေးစကပင် တွေ့နိုင်သည်။ အချို့မှာမူ အပျိုဖော်ဝင်ချိန်အထိ မသိသာဘဲရှိနိုင်သည်။ အချို့ ခရိုမိုဇုန်းကြောင့်ဖြစ်သည့် ကြားလိင်များမှာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရ လုံးဝမသိသာခြင်းလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ကြားလိင်ဖြစ်ရခြင်းမှာ ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ လိင်သွင်ပြင်လက္ခဏာများနှင့် သက်ဆိုင်ပြီး တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ လိင်စိတ်ခံယူမှု သို့မဟုတ် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုများနှင့် ခြားနားပါသည်။ ကြားလိင်ရှိသူတစ်ဦးသည် ပုံမှန် ကျား သို့မဟုတ် မ ဖြစ်ခြင်း၊ လိင်တူနှစ်သက်သည့် ကျား သို့မဟုတ် မ ဖြစ်ခြင်း၊ လိင်နှစ်မျိုးလုံး နှစ်သက်သူဖြစ်ခြင်း စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်သည်။ ၎င်းတို့ကို ယောကျ်ားအဖြစ် သို့မဟုတ် မိန်းမအဖြစ် သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးလုံးအဖြစ် သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးလုံးမဟုတ်သူဟု သတ်မှတ်ထားခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။

ယောကျ်ားလျာ (Lesbian): အခြားမိန်းမများကို ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် /သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအရ နှစ်သက်ပြီး (တိမ်းညွှတ်စွဲလမ်းပြီး) အဓိကအနေဖြင့် နီးစပ်သောဆက်ဆံရေး ထားရှိနိုင်သည့် အမျိုးသမီး

သင်ကြားနည်းပညာ (Pedagogy): ပညာသင်ကြားရာတွင် အကြောင်းအရာ အချက်အလက်များအား ပေးအပ်သည့်နည်းလမ်း။ လူတစ်ဦးချင်းစီသည် ခြားနားစွာ လေ့လာသင်ယူကြကြောင်း သိမှတ်၍ ကလေးအမျိုးမျိုးအား ပိုမိုထိရောက်စွာ သင်ယူနိုင်ကြစေရန် နည်းပညာအမျိုးမျိုးကို အသုံးပြု၍ ကူညီပေးခြင်းလည်း ပါဝင်သည်။

မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး (Reproductive health): မျိုးဆက်ပွားစနစ်နှင့် သက်ဆိုင်သော ကိစ္စရပ်များအားလုံးတွင် ရောဂါဘယနှင့် မသန်စွမ်းမှုများ ကင်းရှင်းရုံသာမကဘဲ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ တို့တွင် ချမ်းသာသုခနှင့် ပြည့်စုံခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးမှာ ဘဝတစ်လျောက် အဆင့်အားလုံးတွင် မျိုးဆက်ပွားခြင်း ဖြစ်စဉ်များ၊ လုပ်ငန်းများ၊ စနစ်များနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လူများသည် စိတ်ကျေနပ်ဖွယ် ဖြစ်ပြီး ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဘဝကို ရရှိနိုင်ကာ သားသမီး ယူ မယူ၊ မည်သည့် အချိန်တွင် မည်သို့ယူမည် စသည်တို့ကို လွတ်လပ်စွာ ဆုံးဖြတ်ကာ မျိုးဆက်ပွားနိုင်စွမ်း ရှိခြင်းတို့ကို ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။

မျိုးဆက်ပွားခြင်းနှင့်သက်ဆိုင်သည့် လူ့အခွင့်အရေးများ (Reproductive rights): နိုင်ငံ၏ဥပဒေများ၊ နိုင်ငံတကာလူ့အခွင့်အရေး ကြေညာစာတမ်းများနှင့် အခြား အများသဘောတူညီထားသည့် စာတမ်းများတွင် အသိအမှတ်ပြုထားသည့် လူ့အခွင့်အရေးများ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့မှာ သားသမီးယူရန် အရေအတွက်၊ အချိန်ခြားခြင်း၊ မွေးမည့်အချိန်တို့ကို လွတ်လပ်၍ တာဝန်ယူမှုရှိစွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်း၊ ထိုသို့ ဆုံးဖြတ်လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန် သတင်းအချက်အလက် နှင့် ပညာပေးမှုများရရှိနိုင်ခြင်း၊ ဖြစ်နိုင်သရွေ့ အမြင့်ဆုံး လိင်မှုဆိုင်ရာနှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး စံနှုန်းများကို ရရှိခွင့်တို့အတွက် လူတစ်ဦးချင်းနှင့် မောင်နှံစုံတွဲများ အားလုံးတို့၏ အခြေခံအခွင့်အရေးများဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လူ့အခွင့်အရေးစာတမ်းများတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း ခွဲခြားဆက်ဆံခံရမှု၊ အတင်းအကျပ် တိုက်တွန်းမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုတို့ မခံစားရဘဲ မျိုးဆက်ပွားခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ခွင့်လည်း ပါဝင်သည်။ *(နောက်ဆက်တွဲ ၁ တွင် ကြည့်ပါ။)*

ကျောင်းများနှင့်သက်ဆိုင်သော ကျားမအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှု (School-related gender-based violence): ကျားမရေးရာစံနှုန်းများနှင့် တရားသေ သတ်မှတ်ချက်များမှ ဆိုးကျိုးရလဒ်အဖြစ် ကျူးလွန်သည့် ကျောင်းတွင်း သို့မဟုတ် ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဖြစ်ပွားသော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှု သို့မဟုတ် ခြိမ်းခြောက်မှု။ ၎င်းကို မညီမျှသော အင်အားသြဇာတို့က အားဖြည့်ပေးသည်။

လိင် (Sex): လူတို့အား ယောကျ်ား သို့မဟုတ် မိန်းမလူဦးရေထဲတွင် ပါဝင်နိုင်စေရန် ခွဲခြားသတ်မှတ်ပေးရန်အတွက် အသုံးပြုသည့် ဇီဝဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒဆိုင်ရာ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ (မျိုးရိုးဗီဇ၊ အင်ဒိုခရိုင်းဟော်မုန်းများ နှင့် ခန္ဓာဗေဒ) (ကြားလိင် အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ချက်ကိုလည်း ကြည့်ပါ။)

လိင်မှုဆိုင်ရာကျန်းမာရေး (Sexual health): လိင်မှုရေးရာနှင့် သက်ဆိုင်သော ကိစ္စရပ်များအားလုံးတွင် ရောဂါဘယ၊ မစွမ်းဆောင်နိုင်မှုနှင့် မသန်စွမ်းမှုများ ကင်းရှင်းရုံသာမကဘဲ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာတို့တွင် ချမ်းသာသုခနှင့် ပြည့်စုံခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ လိင်မှုဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအတွက် လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့တွင် အပြုသဘောဆောင်ပြီး လေးစားမှုရှိသော နည်းလမ်းလိုအပ်သည်။ ထို့ပြင် အတင်းအကျပ် တိုက်တွန်းခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုတို့မှ ကင်းဝေးကာ စိတ်ပျော်ရွှင်စေပြီး ဘေးကင်းစိတ်ချရမှုကိုလည်း ရရှိစေသင့်သည်။ လိင်မှုဆိုင်ရာကျန်းမာရေးကို ရယူထိန်းသိမ်းနိုင်ရေးအတွက် လူသားအားလုံး၏ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများကို လေးစားလျက် ကာကွယ်ဖြည့်ဆည်းပေးရမည်။

လိင်စိတ်ခံယူမှု (Sexual orientation): လိင်ကွဲ (heterosexual) ဖြစ်သူ (သို့မဟုတ်) လိင်တူချင်း (homosexual) ဖြစ်သူ (သို့မဟုတ်) လိင်တစ်မျိုးထက်မကသော (bisexual or pansexual) လူများနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးအတွက် လူတစ်ဦးစီ၏ ပြင်းပြသောစိတ်ခံစားမှု၊ ချစ်ခင်စွဲငြိမှု၊ လိင်စိတ်ဆွဲဆောင်မှုနှင့် နီးကပ်မှုတို့နှင့်ဆိုင်သော စွမ်းဆောင်ရည်

ဝေဖန်နှိမ့်ချခြင်း၊ အမည်ဆိုးတပ်ခြင်း (Stigma): လူတစ်ဦးချင်း သို့မဟုတ် လူမှုအသိုက်အဝန်းမှ တစ်ဦးတစ်ယောက် သို့မဟုတ် အုပ်စုတစ်စုအပေါ် အဆိုးမြင်သဘောဖြင့် ထင်ဟပ်၍ စွဲကိုင်ထားသောအတွေးအမြင် သို့မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ဝေဖန်မှု။ ထိုသို့ဝေဖန်နှိမ်ချခြင်း၊ အမည်ဆိုးတပ်ခြင်းအပေါ် အခြေခံသော ပြုမူမှုများက ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကို ဖြစ်စေသည်။

ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ချက် ပြောင်းထားသူ (Transgender): လူတစ်ဦး၏ ကျားမရေးရာ (Gender) နှင့် သက်ဆိုင်သည့် ပြင်းပြသောအတွင်းစိတ်မှာ မွေးစကသတ်မှတ်ခဲ့သော လိင်နှင့် ခြားနားနေခြင်းဖြစ်သည်။ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ချက်ပြောင်းထားသူများမှာ လိင်ကွဲဆက်ဆံသူ၊ လိင်တူဆက်ဆံသူ သို့မဟုတ်လိင် နှစ်မျိုးလုံးဆက်ဆံသူ ဖြစ်နိုင်သည်။ ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ချက်ပြောင်းထားသူများမှာ ယောကျ်ား သို့မဟုတ် မိန်းမ သို့မဟုတ် ကျားမရေးရာ အခြားတစ်မျိုး သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးပေါင်း သို့မဟုတ် သတ်မှတ်ချက်မရှိသူအဖြစ် စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးသတ်မှတ်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။

လိင်ပြောင်းထားသူ (Transsexual): 'လိင်ပြောင်းထားသူ' ဟူသော အသုံးအနှုန်းကို တစ်ခါတစ်ရံ ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ခံယူမှုကို ပိုမိုပီပြင်စေရန် အတွက် ခန္ဓာကိုယ်အား ဆေးပညာလုပ်ငန်းစဉ်များ (ခွဲစိတ်ခြင်း၊ ဟော်မုန်းဆေး သုံးခြင်းအပါအဝင်) ဖြင့်ပြုပြင်ထားသူများ၊ သို့မဟုတ် ပြုပြင်လိုသူများ စသည့် ကျားမရေးရာသတ်မှတ်ချက် ပြောင်းထားသူများကို ဖော်ပြရာတွင်လည်း အသုံးပြုသည်။

လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း (Transphobia): လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ မသက်မသာခံစားရခြင်း၊ သည်းမခံနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် မုန်းတီးခြင်း

လိင်ပြောင်းထားသူများကို ကြောက်ရွံ့မှုကြောင့် အကြမ်းဖက်ခြင်း (Transphobic violence): လူတို့၏ အစစ်အမှန်ဖြစ်သည့် သို့မဟုတ် ထင်မြင်ယူဆသည့် ကျားမသတ်မှတ်ခံယူမှုအပေါ် အခြေပြု၍ ကျူးလွန်သော ကျားမရေးရာနှင့် ဆိုင်သည့် အနိုင်ကျင့်မှု

အကြမ်းဖက်ခြင်း (Violence): သိသာထင်ရှားစွာ လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်စေ၊ သင်္ကေတပြု လုပ်ဆောင်သည်ဖြစ်စေ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်ခံစားရမှုများဖြစ်စေသော သို့မဟုတ် ဖြစ်စေနိုင်သော လုပ်ဆောင်မှု

လူငယ် (Young person): ကုလသမဂ္ဂ၏ သတ်မှတ်ချက်အရ အသက် ၁၀ နှစ်မှ ၂၄ နှစ် အတွင်းရှိသူများ

ပျိုရွယ်သူ (Youth): ကုလသမဂ္ဂ၏ သတ်မှတ်ချက်အရ အသက် ၁၅ နှစ်မှ ၂၄ နှစ် အတွင်းရှိသူများ။ ကုလသမဂ္ဂက ဤအသက်အပိုင်းအခြားကို စာရင်းအင်းဆိုင်ရာ ရည်ရွယ်ချက်များအတွက် အသုံးပြုသည်။ သို့သော် နိုင်ငံအလိုက်နှင့် ဒေသအလိုက်သတ်မှတ်ချက်များကို လေးစားမှုရှိသည်။

Monkey Business Images /Shutterstock.com

၁၀

နောက်ဆက်တွဲများ

နောက်ဆက်တွဲများ

နောက်ဆက်တွဲ (၁)
'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' (CSE) နှင့် ဆက်နွယ်နေသည့် နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များ၊ နည်းလမ်းများနှင့် စံသတ်မှတ်ချက်များ

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် ပတ်သက်ဆက်နွယ်နေသော နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်များ၊ နည်းလမ်းအထောက်အကူများနှင့် စံသတ်မှတ်ချက်များမှ သက်ဆိုင်သောအပိုဒ်များကို အောက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ကမ္ဘာကြီးအား တိုးတက်ပြောင်းလဲစေခြင်း - ၂၀၃၀ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အတွက် ဦးစားပေးလုပ်ငန်းစဉ်များ (A/ RES/ 7011) စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ရည်မှန်းချက်များ (SDGs) အပါအဝင် နိုင်ငံရေးကြေငြာချက် ၂၀၁၅

၁၉။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေးကြေငြာစာတမ်းနှင့် လူ့အခွင့်အရေးနှင့် နိုင်ငံတကာဥပဒေတို့နှင့် သက်ဆိုင်သော အခြား နိုင်ငံတကာ နည်းလမ်းအထောက်အကူများ အရေးကြီးကြောင်းကို ထပ်မံ အတည်ပြုသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကုလသမဂ္ဂ ကြေငြာစာတမ်းနှင့်အညီ လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ လိင်၊ ဘာသာစကား၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ၊ နိုင်ငံရေးနှင့် အခြားအယူအဆရေးရာ၊ နိုင်ငံသားဖြစ်မှု သို့မဟုတ် လူမှုရေးဇစ်မြစ်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပိုင်ဆိုင်မှု၊ မွေးဖွားပုံ၊ မသန်စွမ်းမှုနှင့် အခြားအခြေအနေများကို အခြေခံ၍ ခွဲခြားခြင်းမရှိဘဲ လူတိုင်း၏ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် အခြေခံလွတ်လပ်မှုတို့ကို လေးစားကာကွယ် မြှင့်တင်ပေးရန် နိုင်ငံတိုင်းတွင် တာဝန်ရှိမှုကို အလေးအနက် ဖော်ပြသည်။

၂၀။ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် အမျိုးသမီးများနှင့် မိန်းကလေးများ၏ လုပ်ပိုင်ခွင့် စွမ်းရည်မြင့်မားရေးကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် ရည်မှန်းချက်နှင့် ပန်းတိုင်အားလုံး တိုးတက်ပြည့်မီရန်အတွက် အလွန် အရေးကြီးသော အထောက်အပံ့ဖြစ်စေသည်။ လူသားအားလုံး၏ ထက်ဝက်သည် သူတို့၏ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် အခွင့်အလမ်းများ အပြည့်အဝ ရရှိခြင်းမှ ဆက်လက်၍ ငြင်းပယ်ခံရထားလျှင် လူသားတို့၏ အစွမ်းအစကို ပြည့်ဝစွာ ဖြစ်ထွန်းနိုင်ရန်နှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ရရှိရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။ အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများသည် အရည်အသွေးပြည့်ဝသော ပညာရေး၊ စီးပွားရေး အရင်းအမြစ်နှင့် နိုင်ငံရေးတွင် ပါဝင်မှုတို့ကို တန်းတူလက်လှမ်းမီရမည်ဖြစ်ပြီး အဆင့်အားလုံးတွင် အလုပ်အကိုင်၊ ခေါင်းဆောင်မှုနှင့် ဆုံးဖြတ်နိုင်မှုတို့ တွင်လည်း အမျိုးသားနှင့် ယောကျ်ားလေးများနှင့် တန်းတူအခွင့်အရေး ရရှိစေရမည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျားမရေးရာကွာဟမှုကို ပပျောက်စေရန် အတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများကို သိသာစွာ တိုးတက်စေရန်နှင့် ကျားမတန်းတူအခွင့်အရေးနှင့် အမျိုးသမီးများအတွက် လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြင့်မားရေးနှင့်ပတ်သက်၍ အဖွဲ့အစည်းများကို ပိုမိုထောက်ပံ့အားပေးရန် ကမ္ဘာအဆင့်၊ ဒေသအဆင့်နှင့် နိုင်ငံအဆင့်များတွင် လုပ်ဆောင်မည်။ အမျိုးသားနှင့် ယောကျ်ားလေးများအား ပူးပေါင်းပါဝင်စေသည့် နည်းလမ်း အသုံးပြုခြင်း အပါအဝင် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများအား ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုမျိုးစုံကို ပပျောက်အောင် တိုက်ဖျက်မည်။ ဦးစားပေးလုပ်ငန်းစဉ်များကို အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် ကျားမ ရေးရာအမြင်ကို စနစ်တကျ ထည့်သွင်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသည်။

၂၅။ ကျွန်ုပ်တို့သည် လူတိုင်း အကျုံးဝင်၍ သာတူညီမျှမှုရှိသော အရည်အသွေးပြည့် ပညာရေးကို အဆင့်အားလုံး (ကလေးဘဝ အစပိုင်း၊ မူလတန်း၊ ဒုတိယဆင့် (အလယ်တန်း၊ အထက်တန်း)၊ တတိယဆင့် (အဆင့်မြင့်ပညာ)၊ နည်းပညာနှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းသင်တန်း) တွင် ပေးရန် ကတိကဝတ်ပြုသည်။ လိင်၊ အသက်အရွယ်၊ လူမျိုး သို့မဟုတ် မျိုးနွယ်စုမရွေး၊ မသန်စွမ်းမှုရှိသူများ၊ ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်သူများ၊ တိုင်းရင်းမျိုးနွယ်စုဝင်များ၊ ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များ အထူးသဖြင့် ထိခိုက်ခံစားရလွယ်သူများ အပါအဝင် လူသားအားလုံးသည် အခွင့်အလမ်းများကို အသုံးချနိုင်ရန်နှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် အပြည့်အဝ ပါဝင်နိုင်စေရန် လိုအပ်သော အသိပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ရယူရာတွင် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေမည့် ဘဝတစ်သက်တာ လေ့လာသင်ယူမှု အခွင့်အလမ်းများကို လက်လှမ်းမီသင့်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကလေးသူငယ်နှင့် လူငယ်များအတွက် ၎င်းတို့၏ အခွင့်အရေးနှင့် စွမ်းဆောင်ရည်များ အပြည့်အဝရရှိပြီး ရှင်သန်ဖွံ့ဖြိုးနိုင်မည့် ပတ်ဝန်းကျင် ပေးအပ်ရန် လုံခြုံဘေးကင်းသည့် ကျောင်းများ၊ စုပေါင်းညီညာသော လူ့အဖွဲ့အစည်းနှင့် မိသားစုများမှတဆင့် အစွမ်းကုန်ကြိုးစားမည်။ ဤ ကြိုးပမ်းမှုက မိမိတို့၏ နိုင်ငံများ၏ လူဦးရေ အကျိုးအမြတ် (Demographic Dividend) ကို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချရာတွင်လည်း အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါမည်။

၂၆။ လူတိုင်းအတွက် ကာယ၊ စိတ္တ ကျန်းမာမှုနှင့် ဘဝ ချမ်းသာသုခကို မြှင့်တင်ရန်နှင့် အသက်ရှည်စေရန် ကျွန်ုပ်တို့သည် လူတိုင်းအတွက် ကျန်းမာရေး လွှမ်းခြုံမှုနှင့် အရည်အသွေးပြည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လက်လှမ်းမီရေး တို့ကို ပြည့်မီရမည် ဖြစ်သည်။ မည်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမှ မကျန်ရှိစေရပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မွေးကင်းစကလေးနှင့် မိခင်သေနှုန်း လျှော့ချရေးတွင် ကာကွယ်တားဆီး၍ ရနိုင်သော သေဆုံးမှုအားလုံးကို ၂၀၃၀ မတိုင်မီ အဆုံးသတ်ခြင်းဖြင့် လက်ရှိ ရရှိနေသော တိုးတက်မှုအား ပိုမိုမြန်ဆန်စေမည်ဟု ကတိကဝတ်ပြုသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် မိသားစုစီမံကိန်း သတင်းအချက်အလက် နှင့် ပညာပေးမှုများ အပါအဝင် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှု များကို လူတိုင်းလက်လှမ်းမီစေရေးအတွက် ကတိကဝတ်ပြုသည်။

စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ရည်မှန်းချက်များ (SDGs)

SDG 3 - လူတိုင်း အသက်အရွယ်မရွေး ကျန်းမာ၍ ချမ်းသာသုခ ရှိသောဘဝကို ရရှိသေချာစေမည်။

၃.၃ - ၂၀၃၀ ခုနှစ်တွင် AIDS၊ တီဘီ၊ ငှက်ဖျားနှင့် လျစ်လျူရှုထားသော အပူပိုင်းဒေသ ကပ်ရောဂါများ အဆုံးသတ်စေမည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ၊ ရေမှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါများနှင့် အခြားကူးစက်ရောဂါများကို တိုက်ဖျက်မည်။

၃.၇ - ၂၀၃၀ တွင် မိသားစုစီမံကိန်း သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာပေးအပါအဝင် လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမီရရှိစေပြီး နိုင်ငံအဆင့် မဟာဗျူဟာနှင့် စီမံကိန်းများတွင် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးကို ပေါင်းစပ်ထည့်သွင်းမည်။

SDG4: အားလုံးအတွက် လူတိုင်းအကျုံးဝင်၍ သာတူညီမျှမှုရှိသော အရည်အသွေးမီ ပညာရေးကို ရရှိသေချာစေရန်နှင့် တစ်သက်တာ သင်ယူလေ့လာမှု အခွင့်အလမ်းများကို မြှင့်တင်ပေးရန်

၄.၁ -၂၀၃၀ တွင် မိန်းကလေးနှင့် ယောကျ်ားလေးအားလုံးသည် ဆီလျော် ထိရောက်သည့် သင်ယူမှုရလဒ်များ ရရှိစေရန် အခမဲ့၊ သာတူညီမျှမှုရှိသည့် အရည်အသွေးမီ မူလတန်းနှင့် ဒုတိယအဆင့် ပညာရေးကို ပြီးမြောက်ကြောင်း သေချာစေမည်။

၄.၇ -၂၀၃၀ တွင် သင်ယူသူအားလုံးသည် စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို မြှင့်တင်ရန် လိုအပ်သည့် အသိပညာနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိရန် သေချာစေမည်။ ၎င်းတွင် အခြားအကြောင်းအရာများအပြင် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် ရေရှည် ဘဝနေထိုင်ပုံတို့အတွက် ပညာရေး၊ လူ့အခွင့်အရေးများ၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု၊ ငြိမ်းချမ်း၍ အကြမ်းမဖက်သည့် ယဉ်ကျေးမှုကို မြှင့်တင်ခြင်း၊ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံသားပီသမှုနှင့် မတူကွဲပြားသော ယဉ်ကျေးမှုများကို နားလည်လက်ခံနိုင်ခြင်းနှင့် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ယဉ်ကျေးမှုများက ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းပေးပုံ စသည်တို့ ပါဝင်မည်။

SDG 5 – ကျားမတန်းတူညီမျှမှု ရရှိစေ၍ အမျိုးသမီးနှင့် မိန်ကလေးအားလုံး၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည်ကို မြှင့်တင်မည်။

၅.၁ - နေရာဒေသတိုင်းတွင် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို အဆုံးသတ်မည်။

၅.၂ - လူကုန်ကူးခြင်း၊ လိင်နှင့် အခြားနည်းဖြင့် အမြတ်ထုတ်ခြင်း အပါအဝင် အများပြည်သူရှေ့နှင့် သီးသန့်နေရာများတွင် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးအားလုံးအပေါ် ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှုမျိုးစုံကို ပပျောက်အောင် ပြုလုပ်မည်။

၅.၃ - ကလေးသူငယ်များအား စောစီးစွာနှင့် အတင်းအကြပ် လက်ထပ်ထိမ်းမြားခြင်းနှင့် အမျိုးသမီးလိင်အင်္ဂါဖြတ်တောက်ခြင်းကဲ့သို့သော အန္တရာယ်များသည့် အလေ့အထများကို ပပျောက်အောင် ပြုလုပ်မည်။

၅.၆ - လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာညီလာခံ၏ လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ ပီကင်း လုပ်ငန်းစဉ်၊ ၎င်းတို့ကို ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ညီလာခံမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် အကျိုးရလဒ် မှတ်တမ်းများနှင့်အညီ သဘောတူထားသည့်အတိုင်း လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ ရပိုင်ခွင့်များကို လူတိုင်းလက်လှမ်းမီစေမည်။

SDG 10 - နိုင်ငံများအတွင်းနှင့် နိုင်ငံများအကြား မညီမျှမှုကို လျှော့ချမည်။

၁၀.၃ - ခွဲခြားဖိနှိပ်သောဥပဒေများ၊ မူဝါဒနှင့် အလေ့အထများကို ဖယ်ရှားခြင်းနှင့် သင့်လျော်သော ဥပဒေပြဌာန်းချက် မူဝါဒနှင့် အရေးယူဆောင်ရွက်မှုတို့ကို မြှင့်တင်ခြင်းဖြင့် ညီမျှသောအခွင့်အလမ်းများ ရရှိစေပြီး အကျိုးရလဒ် မညီမျှမှုများကို လျှော့ချမည်။

SDG 16 - စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ငြိမ်းချမ်း၍ အားလုံးပါဝင်သော လူ့အသိုင်းအဝန်းများကို မြှင့်တင်မည်။ လူတိုင်းအတွက် တရားမျှတမှု ရရှိစေ၍ အဆင့်အားလုံးတွင် ထိရောက်၍ တာဝန်ယူမှုရှိပြီး အားလုံးပါဝင်သည့် အဖွဲ့အစည်းများ တည်ဆောက်မည်။

၁၆.၁ - အကြမ်းဖက်မှု ပုံစံမျိုးစုံနှင့် ဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်လာသော သေဆုံးမှုနှုန်းများကို နေရာတိုင်းတွင် သိသာထင်ရှားစွာ လျှော့ချမည်။

၁၆.၂ - ကလေးသူငယ်များအား အနိုင်အထက်ပြုမှု၊ အမြတ်ထုတ်မှု၊ လူကုန်ကူးခြင်းနှင့် ကလေးများအား အကြမ်းဖက်မှု၊ နှိပ်စက်ညှင်းပမ်းမှု ပုံစံမျိုးစုံကို အဆုံးသတ်မည်။

၁၆.ခ - စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိသော ဥပဒေနှင့် မူဝါဒများကို အားပေးမြှင့်တင်၍ လိုက်နာစေမည်။

စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှု ရည်မှန်းချက် (၄) ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် အတွက် ပညာရေး ၂၀၃၀ - အင်ချွန်း ကြေငြာချက်နှင့် လုပ်ငန်း မူဘောင် အားလုံးအတွက် လူတိုင်းအကျုံးဝင်၍ သာတူညီမျှမှုရှိသော အရည်အသွေးမီ ပညာရေးဆီသို့၊ ၂၀၁၅ - ကမ္ဘာ့ပညာရေးဖိုရမ်

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ကို စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးရေး အတွက် ပညာရေး (ESD) နှင့် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ နိုင်ငံသားပညာရေး (GCED) တို့နှင့် ဆက်စပ်လျှက် စာရင်းသွင်းထားသည်။ ပညာရေး ၂၀၃၀ ကို စောင့်ကြည့်လေ့လာရန် ဦးတည်အကြောင်းအရာအလိုက် အညွှန်းကိန်းများ၊ SDG ပန်းတိုင် ၄.၇၊ ၂၈ အတွက် အညွှန်းကိန်း (စာမျက်နှာ ၇၉)၊ "ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှု အခြေပြု HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေး" သင်ကြားသောကျောင်းများ၏ ရာခိုင်နှုန်း"။

၆၃ - ဆောင်ရွက်နိုင်သော မဟာဗျူဟာများ - ESD နှင့် GCED ကို အားပေးမြှင့်တင်ရန်အတွက် မူဝါဒနှင့်အစီအစဉ်များရေးဆွဲပြီး ဆရာ ဆရာမများအား လေ့ကျင့်သင်တန်းပေးခြင်း၊ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းကို ပြန်လည် ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် သင်ကြားနည်းစနစ်၏ အထောက်အပံ့ကို ရယူခြင်းများမှတဆင့် ပုံမှန် (ကျောင်းတွင်း)၊ အလွတ်သဘောနှင့် ပုံစံစနစ်မရှိသော (ကျောင်းပြင်ပ) ပညာရေးများအားလုံးအတွက် စနစ်တစ်ခုလုံးတွင် ကျယ်ပြန့်စွာ ထည့်သွင်း အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ၎င်းတွင် ESD[၅]* အတွက် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်ကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းနှင့် နိုင်ငံ၏ အတွေ့အကြုံနှင့် စွမ်းဆောင်ရည်အပေါ် မူတည်၍ လူ့အခွင့်အရေး၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ'၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု၊ ရေရှည် ဘဝရှင်သန်ရပ်တည်ရေးနှင့် တာဝန်သိ၍ ပါဝင်ဆောင်ရွက်သော နိုင်ငံသားဖြစ်မှု စသည့် အကြောင်းအရာများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

HIV နှင့် AIDS ဆိုင်ရာ နိုင်ငံရေး ကြေငြာချက်၊ HIV တိုက်ဖျက်ရေးကို လျှင်မြန်တိုးတက်သည့် လမ်းကြောင်းတွင် ရှိစေရေးနှင့် ၂၀၃၀ တွင် AIDS ဖြစ်ပွားမှု အဆုံးသတ်ရေး၊ ၂၀၁၆ (A/RES/70/266)

၄၁ - တစ်ကမ္ဘာလုံးအနေနှင့် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများမှာ ဤကပ်ရောဂါကြောင့် ထိခိုက်အခံရဆုံး ဖြစ်နေဆဲဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့သည် လူနာပြုစုစောင့်ရှောက်ရသည့် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို မမျှတစွာ ပိုမို ထမ်းဆောင်နေ ရသောကြောင့် အထူးအလေးထားဖွယ် ဖြစ်သည်။ ကျားမ တန်းတူညီမျှရေးနှင့် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးအားလုံး လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်ရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် တိုးတက်မှုသည် လက်မခံနိုင်လောက်အောင် နှေးကွေးနေပြီး အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများ HIV မှ မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်နိုင်စွမ်းသည်လည်း ဇီဝကမ္မဗေဒဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ကျားနှင့်မ၊ ယောက်ျားလေးနှင့် မိန်းကလေးများကြား အင်အားသြဇာ မညီမျှမှု အပါအဝင် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှ မရှိမှုများ၊ ဥပဒေ၊ စီးပွားရေးနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ အဆင့်အတန်း မညီမျှမှုများ၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး အပါအဝင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများကို လုံလောက်စွာ မရရှိမှု၊ လူကုန်ကူးခြင်း၊ လိင်အကြမ်းဖက်မှု၊ အမြတ်ထုတ်မှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိစေသော အလေ့အထများ အပါအဝင် အများပြည်သူနှင့် သီးသန့် ကိုယ်ပိုင်နေရာတွင် ဖြစ်ပွားသော ခွဲခြားဆက်ဆံမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုမျိုးစုံတို့ကြောင့် ထိရောက်သင့်သလောက် မထိရောက်သည်ကို သိမှတ်ထားသည်။

၆၁.(ဂ) - ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှ မရှိမှု၊ ကျားမအခြေပြု အနိုင်အထက် ပြုမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများကို ပပျောက်စေရန်၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ ပြည့်စုံသော သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာရေးကို လက်လှမ်းမီရေး အပါအဝင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများပေးခြင်းမှတဆင့် အမျိုးသမီးနှင့် ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများ HIV ကူးစက်မှုအန္တရာယ်မှ မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်နိုင်စွမ်းကို တိုးမြှင့်ရန်၊ ထိုသို့ တိုးမြှင့်နိုင်ရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးအပါအဝင် လိင်မှုရေးရာကိစ္စများတွင် စီမံဆောင်ရွက်နိုင်ပြီး ခြိမ်းခြောက်မှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၊ အကြမ်းဖက်မှုများ ကင်းရှင်းလျက် လွတ်လပ်၍ တာဝန်သိစွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်စေမည့် အခွင့်အရေးကို ကျင့်သုံးနိုင်စေရန်၊ အမျိုးသမီးများ၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်ပေးနိုင်မည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးရန်နှင့် ၎င်းတို့၏ စီးပွားရေးအရ အမှီအခိုကင်းမှုကို အားပေးရန် နည်းလမ်းမျိုးစုံ အသုံးပြုမည်ဟု ကတိပြုသည်။ ဤ အခြေအနေနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုရရှိရေးအတွက် အမျိုးသားနှင့် ယောက်ျားလေးများ၏ အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍကို ထပ်လောင်းအဆိုပြုမည်။

၆၂.(င) - ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးနှင့် ယောက်ျားလေးများ၊ အမျိုးသမီး နှင့် အမျိုးသားငယ်များတွင် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ HIV တားဆီးကာကွယ်ရေး၊ ကျားမတန်းတူညီမျှမှု၊ အမျိုးသမီးများ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်မှု၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ ရုပ်ပိုင်း စိတ်ပိုင်းနှင့် ပျိုဖော်ဝင်ချိန် ဖွံ့ဖြိုးမှုများ၊ အမျိုးသမီးနှင့် အမျိုးသားများအကြား အင်အားသြဇာဆက်နွယ်မှုဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များပေးခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို လေးစားမှု၊ သိရှိနားလည်ပြီး ဆုံးဖြတ်နိုင်မှု၊ ဆက်သွယ်ပြောဆို ခြင်းနှင့် အန္တရာယ်လျှော့ချရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံမှုများကို တည်ဆောက်နိုင်စေရန်နှင့် HIV ကူးစက်ခြင်းမှ မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်နိုင်စေရန် ၎င်းတို့၏ ပြောင်းလဲဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်နှင့်အညီ သိပ္ပံနည်းကျ တိကျမှန်ကန်၍ အသက်၊ ယဉ်ကျေးမှုတို့နှင့် ဆီလျော်သည့် ပြည့်စုံသော ပညာရေးကို တိုးတက်ကျယ်ပြန့်စေမည့် အားထုတ်မှုများကို ပိုမိုလျှင်မြန်စွာ

၅ * UNESCO အထွေထွေညီလာခံ (37C/Resolution 12) က အတည်ပြုထားပြီး UNDecode of ESD ၏ နောက်ဆက်တွဲ အနေနှင့် ကုလသမဂ္ဂအထွေထွေအစည်းအဝေး (A/RES/69/211) က အသိအမှတ်ပြုထားသည်။

ပြုလုပ်မည်ဟု ကတိကဝတ်ပြုသည်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ရာတွင် လူငယ်များ၊ မိဘများ၊ တရားဝင် အုပ်ထိန်းသူများ၊ စောင့်ရှောက်သူများ၊ ပညာပေးသူများနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများနှင့် အပြည့်အဝ လက်တွဲဆောင်ရွက်မည်။

လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ နည်းလမ်းအထောက်အကူများ၊ သဘောတူ စာချုပ်များနှင့် စံသတ်မှတ်ချက်များ

၁။ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေငြာစာတမ်း (၁၉၄၈)

၂။ အမျိုးသမီးများအပေါ် နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများ ပပျောက်ရေး သဘောတူစာချုပ် (CEDAW ၁၉၇၉)

၃။ ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (၁၉၈၉/၉၀)

၄။ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာ သဘောတူစာချုပ် (၁၉၆၆/၇၆)

၅။ မသန်စွမ်းသူများ၏ အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (၂၀၀၆)

လူ့အခွင့်အရေး ကောင်စီ - အမျိုးသမီးများအား အကြမ်းဖက်မှု ပပျောက်ရေး ကြိုးပမ်းမှုများ တိုးတက်လျှင်မြန်စေခြင်း၊ အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးအားလုံးအပေါ် အကြမ်းဖက်မှုကို ကာကွယ်ရေးနှင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ရေးတွင် အမျိုးသားနှင့် ယောကျာ်းလေးများကို ပါဝင်စေခြင်း A/HRC/35/L 1522017

(ဆ) ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်အားလုံးအတွက် ပြည့်စုံ၍ တိကျမှန်ကန်သော သတင်းအချက်အလက်များအပေါ် အခြေခံသည့် CSE အပါအဝင် ပညာရေးအစီအစဉ်များနှင့် သင်ကြားရေးပစ္စည်းများ ပြုစုဆောင်ရွက်ရန်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ရာတွင် မိဘနှင့် တရားဝင်အုပ်ထိန်းသူများ၏ သင့်လျော်သော လမ်းညွှန်မှု၊ သက်ဆိုင်ရာ ပါဝင်ပတ်သက်သူ အားလုံး၏ တက်ကြွစွာ ပါဝင်မှုတို့ဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များ၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲနေသော စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် အညီဖြစ်စေရန်။ အစီအစဉ်များမှာ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး အသက်အရွယ်အားလုံး၏ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အလေ့အထပုံစံများကို မြှင့်တင်ပေးပြီး ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် လူ့အခွင့်အရေးပေါ် အခြေခံကာ လေးစားမှုရှိသည့် ဆက်ဆံရေး ဖန်တီးရန်၊ တဖက်သတ် ဆုံးဖြတ်ဝေဖန်မှုများကို ပပျောက်စေပြီး ဆုံးဖြတ်မှု၊ ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၊ အန္တရာယ်လျှော့ချမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ တည်ဆောက်နိုင်ရန်အတွက် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ တစ်သက်တာပညာရေးအတွက် ဆရာဆရာမများကို ပညာပေး၊ လေ့ကျင့်သင်တန်းပေးမှု အစီအစဉ်များကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းလည်း ပါဝင်ပါသည်။

လူ့အခွင့်အရေးကောင်စီ - အမျိုးသမီးများအား အကြမ်းဖက်မှု ပပျောက်ရေး ကြိုးပမ်းမှုများ တိုးတက်လျှင်မြန်စေခြင်း၊ တိုင်းရင်းမျိုးနွယ်စုဝင် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများ အပါအဝင် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများအား အကြမ်းဖက်မှုကို ကာကွယ်ခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်း (A/HRC/32/L 28/Rev/2016)

၇ (ဂ) အမျိုးသမီးများ၏ စီးပွားရေးအရ အမှီအခိုကင်းစွာ ရပ်တည်နိုင်မှု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းအတွင်း ဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့်လုပ်ငန်းစဉ်တွင် အပြည့်အဝ တန်းတူရည်တူ ပါဝင်နိုင်မှုတို့ဖြင့် အမျိုးသမီးများ၏ စွမ်းဆောင်ရည်ကို မြှင့်တင်မည့် လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရန်။ ထိုအတွက် CSE အပါအဝင် အရည်အသွေးပြည့် ပညာရေး၊ သင်တန်းများနှင့် ကုန်ကျစရိတ်တတ်နိုင်၍ လုံလောက်သော အများပြည်သူနှင့် လူမှုရေး ဝန်ဆောင်မှုများအား အမျိုးသမီးများ အပြည့်အဝ တန်းတူညီမျှ လက်လှမ်းမီစေမည့် လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေး မူဝါဒများကို ကျင့်သုံး ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ငွေကြေးအရင်းအမြစ်နှင့် သိက္ခာရှိသော အလုပ်အကိုင်များကို အပြည့်အဝ တန်းတူညီမျှ လက်လှမ်းမီစေခြင်း၊ မြေနှင့် အခြားပစ္စည်းဉစ္စာများ ပိုင်ဆိုင်ခွင့်နှင့် ရယူထိန်းသိမ်းပိုင်ခွင့်နှင့် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများ၏ အမွေဆက်ခံပိုင်ခွင့်တို့ကို အာမခံပေးခြင်းများကို လုပ်ဆောင်ရန်။

စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အခွင့်အရေးကော်မတီ - လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး အခွင့်အရေးအပေါ် အထွေထွေမှတ်ချက် ၂၂ (စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက် အပိုဒ် ၁၂) ၂၀၁၆

၁၀.၅. လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အခွင့်အရေးများတွင် လွတ်လပ်ခွင့်နှင့် ခံစားပိုင်ခွင့်များ ပါဝင်သည်။ လွတ်လပ်ခွင့်တွင် မိမိ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် ကိစ္စများတွင် အကြမ်းဖက်ခြိမ်းခြောက်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကင်းစွာဖြင့် လွတ်လပ်၍ တာဝန်သိသော ဆုံးဖြတ်ချက်နှင့် ရွေးချယ်မှုများ ပြုလုပ်ပိုင်ခွင့်များ ပါဝင်သည်။ ခံစားပိုင်ခွင့်များတွင် သဘောတူစာချုပ်၏ အပိုဒ် ၁၂ အရ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးကို လူတိုင်း အပြည့်အဝ ခံစားပိုင်ခွင့် ရရှိစေရန် ကျန်းမာရေးဌာန၊ ပစ္စည်း၊ ဝန်ဆောင်မှုနှင့် သတင်းအချက်အလက် အားလုံးကို ဟန့်တားမှုမရှိဘဲ လက်လှမ်းမီ ရယူနိုင်မှု ပါဝင်သည်။

၁၀.၆. လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးနှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးသည် ကွဲပြားသော်လည်း တစ်ခုနှင့်တစ်ခု နီးစပ်စွာ ဆက်စပ်လျက်ရှိသည်။ လိင်ကျန်းမာရေးသည် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့၏ သတ်မှတ်ချက်အရ လိင်မှုရေးရာနှင့် ပတ်သက်၍ ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ခံစားချက်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်းနှင့် လူမှုရေး ချမ်းသာသုခဆိုင်ရာ ကျန်းမာခြင်းဖြစ်သည်။ မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးသည် နိုင်ငံတကာ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှု ညီလာခံ၏ ဖော်ပြချက်အရ မျိုးဆက်ပွားနိုင်စွမ်းရှိပြီး နားလည်သိရှိမှုဖြင့် လွတ်လပ်၍ တာဝန်သိစွာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ ၎င်းတွင် လူများ ၎င်းတို့၏ မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ အပြုအမူအတွက် သိရှိနားလည်၍ လွတ်လပ်စွာ တာဝန်သိသော ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်စေရန် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး သတင်းအချက်အလက်၊ ပစ္စည်း၊ ဌာနနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမီရေး ပါဝင်သည်။

၉. လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများ အမှန်တကယ် ရရှိနိုင်ရန်မှာ နိုင်ငံများက ဤသဘောတူညီချက်၏ အခြားဖွင့်ဆိုချက်များ အောက်တွင် ပါဝင်သော ကတိကဝတ်များကို လိုက်နာရန်လည်း လိုအပ်သည်။ ဥပမာ - လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေး၊ ပညာသင်ကြားမှု အခွင့်အရေး (အပိုဒ် ၁၃ နှင့် ၁၄) နှင့် ကျားမ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိရေးနှင့် တန်းတူညီမျှရေး အခွင့်အရေးများ (အပိုဒ် ၂ [၂] နှင့် ၃) တွင် ပြည့်စုံသော၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု မရှိသော၊ အထောက်အထား အခြေခံသော၊ သိပ္ပံနည်းကျ တိကျမှန်ကန်၍ အသက်အရွယ်နှင့် ဆီလျော်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ဆိုင်ရာ ပညာရေးကို ရပိုင်ခွင့်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

၂၈. ဥပဒေအရနှင့် လက်တွေ့အခြေအနေတို့တွင် အမျိုးသမီးများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုကို အမှန်တကယ်ရရှိရန် လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးနယ်ပယ်ရှိ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုရှိသော ဥပဒေများ၊ မူဝါဒနှင့် အလေ့အထများကို ရပ်ဆိုင်းရန် (သို့) ပြုပြင်ရန် လိုအပ်သည်။ အမျိုးသမီးများမှ ပြည့်စုံသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ၊ ပစ္စည်းများ၊ ပညာရေးနှင့် သတင်းအချက်အလက် လက်လှမ်းမီနိုင်ရေးကို ဟန့်တားနေသော အတားအဆီးအားလုံးအား ဖယ်ရှားရန် လိုအပ်သည်။ မိခင်သေနှုန်းနှင့် နာမကျန်းဖြစ်နှုန်းကို လျှော့ချရန် ကျေးလက်နှင့် ဝေးလံဒေသများတွင် အပါအဝင် အရေးပေါ် သားဖွားစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ကျွမ်းကျင်သူနှင့် မွေးဖွားခြင်းတို့ကို လိုအပ်ပြီး အန္တရာယ်မကင်းသော သားဖျက်မှုများမှ ကာကွယ်ရန်လည်း လိုအပ်သည်။ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်နှင့် အန္တရာယ်မကင်းသော သားဖျက်ခြင်းကို ကာကွယ်ရန် နိုင်ငံများက ဈေးသက်သာ၊ ထိရောက်၍ ဘေးကင်းစိတ်ချရသော သားဆက်ခြားနည်းလမ်းများနှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းကို ဆယ်ကျော်သက်များ အပါအဝင် လူတိုင်းလက်လှမ်းမီစေရမည်။ သားဖျက်ခြင်းကို ကန့်သတ်ချုပ်ချယ်သော ဥပဒေများကို ဖြေလျော့ရန်၊ အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများအတွက် ကိုယ်ဝန်ဆက်မတည်လိုပါက အန္တရာယ်ကင်းသော ဝန်ဆောင်မှုနှင့် သားပျက်သားလျောခြင်းအတွက် အရည်အသွေးပြည့် စောင့်ရှောက်မှု တို့ကို လက်လှမ်းမီရရှိစေရေးအား သေချာစေရန်၊ အမျိုးသမီးများ မိမိ၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ လွတ်လပ်စွာ ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်ကို လေးစားရန်တို့ကို လိုအပ်ပါသည်။

ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ကော်မတီ CRC/C/GC/20, ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် ကလေးသူငယ် အခွင့်အရေးများ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းအတွက် အထွေထွေမှတ်ချက် အမှတ် ၂၀) ၂၀၁၆

၃၃. လိင်တူနှစ်သက်သူ လိင်နှစ်မျိုးလုံး နှစ်သက်သူ၊ လိင်ပြောင်းထားသူ၊ ကြားလိင်ရှိသူ ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေး၊ ယောကျာ်းလေးများသည် အများအားဖြင့် အနိုင်အထက်ပြုကျင့်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှု၊ နှိမ်ချကဲ့ရဲ့မှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၊ အနိုင်ကျင့်မှု၊ ပညာရေးနှင့် သင်တန်းများမှ ဖယ်ကျဉ်မှု စသည့် နှိပ်စက်မှုများကို ကြုံတွေ့ရတတ်သည်။ ထို့ပြင် မိသားစုနှင့် လူမှုရေး ပံ့ပိုးမှုများ မရရှိခြင်း (သို့) လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ၊ သတင်းအချက်အလက်များကို မရယူနိုင်ခြင်း ဖြစ်တတ်သည်။ အစွန်းရောက်သည့် အခြေအနေများတွင် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်ခံရမှုများ၊ မုဒိမ်းမှုနှင့် အသက်သေဆုံးရခြင်း များကိုပင် ကြုံတွေ့ရသည်။ ထိုအတွေ့အကြုံများမှာ မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှု နည်းပါးခြင်း၊ စိတ်ဓါတ်ကျဆင်းမှုနှုန်းမြင့်မားခြင်း၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သတ်သေခြင်းနှင့် အိုးမဲ့အိမ်မဲ့ဖြစ်ခြင်း စသည်တို့နှင့် ချိတ်ဆက်နေသည်။

၅၉. သတင်းအချက်အလက်၊ ဆေးဝါးပစ္စည်းနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို တန်းတူရည်တူ မရရှိခြင်းသည် ခွဲခြားဆက်ဆံရာရောက်ကြောင်း အလေးအနက် ခံယူလျက် ကော်မတီက နိုင်ငံများအား ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် ပြည့်စုံ၍ ကျားမရေးရာနှင့် လိင်မှုဆိုင်ရာတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားထားသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးမူဝါဒများ လက်ခံကျင့်သုံးရန် တိုက်တွန်းသည်။ အထက်ပါဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမမီခြင်းက ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများအား ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်နှင့် မွေးဖွားချိန်တွင် သေဆုံးခြင်း (သို့) ဆိုးရွားသော (သို့) တစ်သက်တာ နာမကျန်းမှု ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ အများဆုံးအုပ်စု ဖြစ်လာစေရန် အားပေးသည်။ ဆယ်ကျော်သက်အားလုံးသည် မိသားစု စီမံကိန်း၊ အရေးပေါ်သန္ဓေတားခြင်း အပါအဝင် သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ၊ လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ကုသခြင်း၊ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်မဆောင်မီ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ မိခင်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများနှင့် ရာသီသွေးပေါ်စဉ် တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးတို့ အပါအဝင် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ၊ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာရေးတို့ကို လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေး၍ ဆယ်ကျော်သက်များအပေါ် နားလည်ပြီး ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကင်းစွာဖြင့် အင်တာနက်နှင့် လူကိုယ်တိုင်တို့မှတဆင့် အခမဲ့ ရရှိသင့်သည်။

၆၀. လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ ဆေးဝါးပစ္စည်း၊ သတင်းအချက်အလက်နှင့် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်းများ ရယူနိုင်ရန်အတွက် မိဘ၊အုပ်ထိန်းသူထံမှ သဘောတူညီချက် (သို့) ခွင့်ပြုချက်လိုအပ်ခြင်း ကဲ့သို့သော အတားအဆီးများ မရှိသင့်ပါ။ ထို့ပြင် ဆယ်ကျော်သက်မိန်းကလေးများ၊ မသန်စွမ်းသူ မိန်းကလေးများ၊ လိင်တူချစ်သူ၊ လိင်နှစ်မျိုးစလုံးနှင့် ဆက်ဆံသူ၊ လိင်ပြောင်းလဲသူ၊ လိင်နှစ်မျိုးပါသူ ဆယ်ကျော်သက်များအနေနှင့် ထိုဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူရာတွင် ကြုံတွေ့ရတတ်သော ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချမှုနှင့် ကြောက်ရွံ့မှု အတားအဆီးများကို ကျော်လွှားနိုင်ရန် အထူးကြိုးပမ်းမှုများ လိုအပ်ပါသည်။ ကော်မတီသည် နိုင်ငံများအား မိန်းကလေးများအဖို့ အန္တရာယ်ကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းနှင့် သားပျက်သားလျှောပြီး စောင့်ရှောက်မှုများကို လက်လှမ်းမီနိုင်စေရန် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းကို ရာဇဝတ်မှုအဖြစ် သတ်မှတ်ထားခြင်းမှ ရုပ်သိမ်းရန်၊ ဆယ်ကျော်သက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ၏ အကျိုးကို အကောင်းဆုံးရှေ့ရှု၍ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များတွင် ၎င်းတို့၏အမြင်ကို အစဉ်ကြားသိ အလေးထားနိုင်ရန်အတွက် ဥပဒေပြုမှုအပေါ် ပြန်လည် သုံးသပ်ရန် တိုက်တွန်းသည်။

၆၁. သိပ္ပံနည်းကျ အထောက်အထားနှင့် လူ့အခွင့်အရေးစံနှုန်းများအပေါ် အခြေခံ၍ ဆယ်ကျော်သက်များနှင့်အတူ ပြုစုထားသော အသက်အရွယ်နှင့် သင့်လျော်ကာ ပြည့်စုံ၍ အားလုံးပါဝင်သော လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးပညာသည် မသင်မနေရ ကျောင်းသင်ရိုးညွှန်းတမ်း၏ အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သင့်ပြီး ကျောင်းပြင်ပ ဆယ်ကျော်သက်များထံသို့လည်း ရောက်ရှိသင့်သည်။ ကျားမတန်းတူညီမျှရေး၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကွဲပြားခြားနားမှု၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး အခွင့်အရေး၊ တာဝန်သိ မိဘဖြစ်မှုနှင့် လိင်အပြုအမူ၊ အကြမ်းဖက်မှု တားဆီးကာကွယ်ရေး၊ စောစီးစွာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါ ကာကွယ်ရေးများကို အလေးထားသင့်သည်။ ဆယ်ကျော်သက်အားလုံး အထူးသဖြင့် မသန်စွမ်းမှုရှိသော ဆယ်ကျော်သက်များ လက်လှမ်းမီနိုင်စေရန် သတင်းအချက်အလက်များအား နည်းလမ်းပုံစံ အမျိုးမျိုးဖြင့် ရရှိနိုင်သင့်သည်။

လူ့အခွင့်အရေးကောင်စီ - လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုကို အခြေခံသော အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမှ ကာကွယ်ခြင်း A/HRC/32/L.2/Rev.1 (2016)

၁. လူသားအားလုံးသည် လွတ်လပ်စွာ မွေးဖွားလာပြီး ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် အခွင့်အရေးများတွင် တန်းတူညီကြသည်။ လူတိုင်းသည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လူ့အခွင့်အရေး ကြေငြာစာတမ်းတွင် ဖွင့်ဆိုထားသည့်အတိုင်း လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ လိင်၊ ဘာသာစကား၊ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ၊ နိုင်ငံရေးနှင့် အခြားအယူအဆ၊ နိုင်ငံသားဖြစ်မှုနှင့် လူမှုရေး ဇစ်မြစ်၊ ပိုင်ဆိုင်မှု၊ မွေးဖွားမှုနှင့် အခြားအခြေအနေများပေါ် မူမတည်ပဲ အခွင့်အရေး အားလုံးနှင့် လွတ်လပ်မှုကို ခံစားပိုင်ခွင့်ရှိသည်ဟု ထပ်လောင်း အတည်ပြုသည်။

၂. ကမ္ဘာ၏ နေရာဒေသအားလုံးတွင် လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုတို့ကြောင့် လူများအပေါ် ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို ပြင်းထန်စွာ ကန့်ကွက်သည်။

လူ့အခွင့်အရေးကောင်စီ - လူ့အခွင့်အရေး၊ လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှု (ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူပြီးနောက်) A/HRC/27/L.27/Rev 1 (2014)

ကမ္ဘာ့နေရာဒေသအားလုံးတွင် လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုကြောင့် လူများအပေါ် ကျူးလွန်သော အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများအပေါ် လွန်စွာ စိုးရိမ်ပူပန်ကြောင်း ဖော်ပြသည်။

လိင်စိတ်ခံယူမှုနှင့် ကျားမရေးရာ သတ်မှတ်ခံယူမှုအပေါ် အခြေပြုသော အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကို တိုက်ဖျက်ရာတွင် နိုင်ငံတကာ အဆင့်၊ ဒေသအဆင့်နှင့် နိုင်ငံအဆင့်များတွင် ရရှိလာသော အပြုသဘော ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်မှုများကို ကြိုဆိုသည်။

CEDAW အထွေထွေအကြံပြုချက်အမှတ် ၂၄ - ၁၉၉၉ ခုနှစ်တွင် အမျိုးသမီးများအား ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေး ကော်မတီ ၂၀ ကြိမ်မြောက် အစည်းအဝေး၌ လက်ခံအတည်ပြုသည့် သဘောတူစာချုပ်၏ အပိုဒ် ၁၂ (အမျိုးသမီးများနှင့် ကျန်းမာရေး) (မှတ်တမ်း A/54/38/Rev.1 Chapter 1 တွင် ပါဝင်သည်)

၁၈. အထူးသဖြင့် နိုင်ငံအဖွဲ့အစည်းများသည် ဆယ်ကျော်သက် အမျိုးသမီးနှင့် အမျိုးသားများ၏ ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းပေးမှုကို လေးစားသော အထူးအစီအစဉ်များအောက်တွင် ကောင်းမွန်စွာ သင်တန်းရရှိထားသူများက ပေးသော လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး ပညာပေးများ ရရှိပိုင်ခွင့် ရှိစေရန် ဆောင်ရွက်သင့်သည်။

၂၃. မိသားစုစီမံကိန်းနည်းလမ်းအားလုံး*၏ သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ဆွေးနွေးအကြံပြုမှုများ အပါအဝင် ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် ကျန်းမာရေး ပညာပေးခြင်းကို အထူး အလေးထားသင့်သည်။ (*ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် ကျန်းမာရေးပညာပေးခြင်းတွင် အခြားအကြောင်းအရာများအပြင် ကျားမတန်းတူညီမျှရေး၊ အကြမ်းဖက်မှု၊ လိင်မှတဆင့် ကူးစက်ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများကို ဦးတည်သင့်သည်။)

၃၁ (ခ). လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနယ်ပယ် အပါအဝင် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ၊ ပညာပေးမှုများနှင့် သတင်းအချက်အလက် များကို အမျိုးသမီးများမှ လက်လှမ်းမီရရှိနိုင်ရေးအတွက် အဟန့်အတား အားလုံးကို ဖယ်ရှားရမည်။ အထူးသဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် HIV/AIDS အပါအဝင် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများ ကာကွယ်ရေးကို ဦးတည်သည့် စီမံကိန်းများအတွက် အရင်းအမြစ်များ ခွဲဝေသတ်မှတ်ပေးရမည်။

မသန်စွမ်းသူများ၏ အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ် (၂၀၀၆)

အပိုဒ် ၅၊ တန်းတူညီမျှရေးနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း - ၁။ ဥပဒေ ရှေ့မှောက်နှင့် တရားဥပဒေအောက်တွင် လူတိုင်း တန်းတူညီမျှ၍ ခွဲခြားမှု တစုံတရာမရှိဘဲ ဥပဒေ၏ ကာကွယ်မှုနှင့် အကျိုးကျေးဇူးကို ညီမျှစွာ ခံစားခွင့်ရှိကြောင်း နိုင်ငံအဖွဲ့အစည်းများက အသိအမှတ်ပြုသည်။ ၂။ နိုင်ငံအဖွဲ့အစည်းများသည် မသန်စွမ်းမှုကို အခြေခံသော ခွဲခြားဆက်ဆံမှု အားလုံးကို တားမြစ်ရမည်ဖြစ်ပြီး မသန်စွမ်းသူများအား မည်သည့် အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်စေ ခွဲခြားဆက်ဆံခံရခြင်းမှ ဥပဒေဖြင့် ထိရောက်စွာ အကာအကွယ်ပေးခြင်းကို တန်းတူညီမျှ ရရှိရန် အာမခံရမည်။

အပိုဒ် ၂၄၊ ပညာရေး - ၁။ နိုင်ငံအစိုးရများသည် မသန်စွမ်းသူများ၏ ပညာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများကို အသိအမှတ်ပြုသည်။ ထိုအခွင့်အရေးကို ခွဲခြားမှုမပြုဘဲ အမှန်တကယ် ပေးအပ်နိုင်ရန်နှင့် တန်းတူရည်တူ အခွင့်အလမ်း ရရှိစေရန်တို့အပေါ် အခြေခံလျှက် နိုင်ငံအစိုးရများသည် အဆင့်တိုင်းတွင် အားလုံး အကျုံးဝင်သည့် ပညာရေးစနစ်နှင့် တစ်သက်တာ သင်ယူလေ့လာခွင့်တို့ကို သေချာစေရမည်။ ၎င်းတို့က လူသားများ၏ အလားအလာ၊ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးထားမှုတို့ကို အပြည့်အဝ ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်စေပြီး လူ့အခွင့်အရေးများ၊ အခြေခံ လွတ်လပ်မှုများနှင့် လူသားများအကြား မတူကွဲပြားမှုများ အပေါ် လေးစားမှုတို့ကို အားဖြည့်ပေးရန် လမ်းညွှန်ပေးသည်။

ပီကင်း ကြေငြာချက်နှင့် ဆောင်ရွက်ရန်လမ်းကြောင်း၊ ၄ ကြိမ်မြောက် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ အမျိုးသမီးရေးရာ ညီလာခံ၊ ၁၉၉၅ နှင့် ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ညီလာခံများ၏ ရလဒ်မှတ်တမ်းများ

ဆုံးဖြတ်ချက် ၆၀/၂ အမျိုးသမီးများ၊ မိန်းကလေးငယ်နှင့် HIV/AIDS -အမျိုးသမီးများ၏ အခြေအနေဆိုင်ရာ ကော်မရှင် E/CNG/2016/22 2016

၉ - ကျားမ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းများနှင့် ကျားမအခြေပြု အနိုင်အထက်ပြုမှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများ ပပျောက်စေရန်၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများအပြင် ပြည့်စုံသော သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာပေးမှုကို အပြည့်အဝရရှိရေး အပါအဝင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက် ဝန်ဆောင်မှုများပေးခြင်းမှတဆင့် အမျိုးသမီးနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ HIV ကူးစက်မှုအန္တရာယ်မှ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်နိုင်စွမ်း မြှင့်တင် ပေးရန်၊ အမျိုးသမီးများ HIV ကူးစက်ခံရခြင်းမှ မိမိကိုယ်ကို ပိုမိုကာကွယ် နိုင်ကြရန်အတွက် ခြိမ်းခြောက်၊ ခွဲခြား၊ အကြမ်းဖက်ခံရမှုများ မရှိပဲ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးအပါအဝင် မိမိတို့၏ လိင်မှုရေးရာကိစ္စများတွင် ကိုယ်တိုင်ထိန်းချုပ်စီမံနိုင်ပြီး လွတ်လပ်၍ တာဝန်သိစွာ ဆုံးဖြတ်နိုင်မည့် အခွင့်အရေး ရရှိကျင့်သုံးနိုင်ကြစေရေးကို သေချာစေရန် အစိုးရများအား တိုက်တွန်းသည်။ အမျိုးသမီးများ၏ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်ရေးအတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေသော ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဖန်တီးနိုင်ရန် လိုအပ်သော ဆောင်ရွက်မှုအားလုံးကို လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့၏ စီးပွားရေးအရ အမှီအခိုကင်းမှုကို အားပေးခိုင်မာစေရမည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျားမတန်းတူညီမျှရေးအတွက် အမျိုးသားနှင့် ယောက်ျားလေးများ၏ အခန်းကဏ္ဍ အရေးပါမှုကို ထပ်လောင်း အဆိုပြုသည်။

၁၁ - ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးနှင့် ယောက်ျားလေးများ၊ အမျိုးသမီးနှင့် အမျိုးသားငယ်များ မိမိကိုယ်ကို လေးစားမှု၊ သိရှိနားလည်ပြီး ဆုံးဖြတ်နိုင်မှု၊ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းနှင့် အန္တရာယ်လျှော့ချရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ၊ လေးစားမှုရှိသော ဆက်ဆံမှုများ တည်ဆောက်နိုင်စေရန်နှင့် HIV ကူးစက်ခြင်းမှ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်နိုင်စေရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ ပြောင်းလဲဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့် အညီ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် HIV ကာကွယ်ရေး၊ ကျားမ တန်းတူညီမျှရေးနှင့် အမျိုးသမီးများ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်မားရေး၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်းနှင့် လူပျို၊ အပျိုဖော်ဝင်ချိန် ဖွံ့ဖြိုးပြောင်းလဲမှုများ၊ ကျားနှင့် မ အကြား အင်အားသြဇာ မညီမျှသည့် ဆက်ဆံရေး စသည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ပေးနိုင်သော သိပ္ပံနည်းကျ တိကျမှန်ကန်၍ အသက်၊ ယဉ်ကျေးမှုတို့နှင့် ဆီလျော်သည့် ပြည့်စုံသော ပညာရေးကို တိုးတက်ကျယ်ပြန့်စေရေး အားထုတ်မှုများကို ပိုမိုလျှင်မြန်စွာ လုပ်ဆောင်ရန် အစိုးရများအား တိုက်တွန်းသည်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ရာတွင် လူငယ်များ၊ မိဘများ၊ တရားဝင် အုပ်ထိန်းသူများ၊ စောင့်ရှောက်သူများ၊ ပညာပေးသူများနှင့် ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများ အပြည့်အဝ လက်တွဲဆောင်ရွက်ရမည်။

အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများအတွက် ထောင်စုနှစ် ရည်မှန်းချက်များ အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် တွေ့ကြုံရသော စိန်ခေါ်မှုများနှင့် အောင်မြင်မှုများ - အမျိုးသမီးများ၏ အခြေအနေဆိုင်ရာ ကော်မရှင်နှင့် သဘောတူလက်ခံသည့် အပြီးသတ် သုံးသပ်ချက်များ ၂၀၁၄

(ဏ) နိုင်ငံတကာ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ ညီလာခံ၏ လုပ်ငန်းစဉ်၊ ပီကင်း ဆောင်ရွက်ရန်လမ်းကြောင်းနှင့် ၎င်းတို့အား ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ညီလာခံ ရလဒ်မှတ်တမ်းများနှင့်အညီ အမျိုးသမီးအားလုံး၏ လူ့အခွင့်အရေးနှင့် လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများအတွက် မူဝါဒနှင့် ဥပဒေများ ရေးဆွဲပြုစု လိုက်နာစေခြင်း၊ အရည်အသွေးမီ ပြည့်စုံသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများ၊ ဆေးဝါးပစ္စည်း၊ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာပေးခြင်းတို့ကို လူတိုင်း လက်လှမ်းမီ ရရှိစေမည့် ကျန်းမာရေးစနစ်များကို အားဖြည့်ပေးခြင်းတို့မှတဆင့် မြှင့်တင်ကာကွယ်ပေးရမည်။ ၎င်းတွင် ဘေးကင်းစိတ်ချရ၍ ထိရောက်သော ခေတ်မီ သန္ဓေတားနည်းလမ်းများ၊ အရေးပေါ် သန္ဓေတားခြင်း၊ ဆယ်ကျော်သက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှု တားဆီးကာကွယ်ရေး အစီအစဉ်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် မွေးဖွားစဉ် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော မွေးလမ်းကြောင်း ထိခိုက်ပေါက်ပြဲခြင်းနှင့် အခြား နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာများကို လျော့နည်းစေမည့် ကျွမ်းကျင်သူနှင့် မွေးဖွားခြင်း ကဲ့သို့သော မိခင်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် အရေးပေါ် သားဖွားစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ နိုင်ငံဥပဒေအရ ခွင့်ပြုလျှင် အန္တရာယ်ကင်းစွာ ကိုယ်ဝန်ဆက်မတည်စေခြင်း၊ မျိုးပွားလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်ခြင်း၊ လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါ၊ HIV နှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါ ကင်ဆာရောဂါများ ကာကွယ်ရေးနှင့် ကုသရေး တို့ ပါဝင်သည်။ ဤသို့ ဆောင်ရွက်ရာ၌ လူ့အခွင့်အရေးများတွင် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးအတွက် အပါအဝင် ၎င်းတို့၏ လိင်မှုရေးရာကိစ္စများအား ခြိမ်းခြောက်မှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၊ အကြမ်းဖက်မှုကင်းစွာဖြင့် ထိန်းချုပ်ဆောင်ရွက်နိုင်ခွင့်နှင့် လွတ်လပ်၍ တာဝန်သိစွာ ဆုံးဖြတ်ပိုင်ခွင့်တို့ ပါဝင်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုသည်။

(ဘ) ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်အားလုံးအတွက် အထောက်အထား အခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း အပါအဝင် ပြည့်စုံ၍ တိကျ မှန်ကန်သော သတင်းအချက်အလက်များအပေါ် အခြေခံသည့် ပညာရေးအစီအစဉ်များနှင့် သင်ကြားရေးပစ္စည်းများ ပြုစုဆောင်ရွက်ရန်။ ဤသို့လုပ်ဆောင်ရာတွင် မိဘနှင့် တရားဝင်အုပ်ထိန်းသူများ၏ သင့်လျော်သော လမ်းညွှန်မှု၊ ကလေး၊ ဆယ်ကျော်သက်၊ လူငယ်နှင့် ရပ်ရွာလူထုတို့၏ တက်ကြွစွာ ပါဝင်မှုတို့ဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များ၏ တိုးတက်ပြောင်းလဲနေသော စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် အညီဖြစ်စေရန်။ အစီအစဉ်များမှာ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး အသက်အရွယ်အားလုံး၏ လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အလေ့အထပုံစံများကို မြှင့်တင်ပေးပြီး ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုနှင့် လူ့အခွင့်အရေးပေါ် အခြေခံကာ လေးစားမှုရှိသည့် ဆက်ဆံရေး ဖန်တီးရန်၊ တဖက်သတ်ဆုံးဖြတ်ဝေဖန်မှုများကို ပပျောက်စေပြီး ဆုံးဖြတ်မှု၊ ပြောဆိုဆက်ဆံမှု၊ အန္တရာယ်လျှော့ချမှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများ တည်ဆောက်နိုင်ရန်အတွက် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ တစ်သက်တာပညာရေးအတွက် ဆရာဆရာမများကို ပညာပေး၊ လေ့ကျင့်သင်တန်းပေးမှုအစီအစဉ်များကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းလည်း ပါဝင်ပါသည်။

နိုင်ငံတကာ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ ညီလာခံ၏ လုပ်ငန်းစဉ် (PoA)၊ ဆက်လက်အကောင်အထည်ဖော်ရန်အတွက် အဓိကလုပ်ငန်းများနှင့် ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ညီလာခံများ၏ ရလဒ်မှတ်တမ်းများ

ဆုံးဖြတ်ချက် ၂၀၁၄/၁ - နိုင်ငံတကာ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ ညီလာခံ၏ လုပ်ငန်းစဉ်များ အကောင်အထည်ဖော်မှု အခြေအနေကို လေ့လာဆန်းစစ်မှု၊ လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှု ကော်မရှင် ၂၀၁၄

၁၁. လုပ်ငန်းစဉ် (PoA) အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် အားနည်းကွာဟချက်များကို အထူးဂရုပြုရန် အစိုးရများ၊ နိုင်ငံတကာ အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် အခြားသက်ဆိုင်ရာ ပါဝင်ပတ်သက်သူ အားလုံးကို တိုက်တွန်းသည်။ ၎င်းတွင် ကာကွယ်တားဆီး၍ရသော မိခင်သေဆုံးခြင်းနှင့် နာမကျန်းဖြစ်ခြင်းများကို ပပျောက်စေရေးအတွက် ကျန်းမာရေးစနစ် ကို အားဖြည့်နိုင်မှာစေခြင်း၊ အရည်အသွေးပြည့်မီကာ ပေါင်းစည်းထားသည့် ပြည့်စုံသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို လူအားလုံး မျှတစွာ လက်လှမ်းမီစေခြင်း၊ ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များအတွက် တိကျမှန်ကန်သော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာပေးမှုများကို လက်လှမ်းမီစေရန် အထောက်အထား အခြေပြုပြီး ပြည့်စုံသော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း၊ အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးနှင့် မိန်းကလေးများ၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးနှင့် အခွင့်အရေးများ အပါအဝင် လူ့အခွင့်အရေးအားလုံးကို လေးစားမြှင့်တင်၍ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် ပြည့်မီစေခြင်း၊ ခိုင်မာနေပြီးသော ခွဲခြားဆက်ဆံသည့် ဥပဒေများနှင့် မျှတမှုမရှိဘဲ ခွဲခြားအသုံးချနေသည့် ဥပဒေများကို ဦးတည်ဖြေရှင်းခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

ဆုံးဖြတ်ချက် ၂၀၁၂/၁ - ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များ - လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှု ကော်မရှင် (၂၀၁၂)

၂၆. ကိုယ်ရေးလွတ်လပ်ခွင့်နှင့် လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းခြင်းတို့ကို အပြည့်အဝ လေးစားလျက် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကင်းစွာဖြင့် လူငယ်များ၏ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု၊ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ပညာရေး လိုအပ်ချက်များ ပြည့်မီစေရန်အတွက် လူငယ်များ၏ အပြည့်အဝပါဝင်မှု၊ နိုင်ငံတကာ အသိုင်းအဝိုင်း၏ ပံ့ပိုးမှုတို့နှင့်အတူ အလေးထားဆောင်ရွက်ရန်နှင့် လူငယ်များ၏ လိင်မှုရေးရာတွင် အပြုသဘောဖြင့် တာဝန်သိစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်အတွက် လူသားတို့၏ လိင်မှုရေးရာ၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊ လူ့ အခွင့်အရေးနှင့် ကျား-မ တန်းတူညီမျှရေးတို့ ပါဝင်သည့် အထောက်အထားအခြေပြုပြီး ပြည့်စုံသော ပညာပေးခြင်းကို ဆောင်ရွက်ကြရန် အစိုးရများအား တောင်းဆိုသည်။

ICPD + 5 (1999)

၆၃. (၁) ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းကို မိသားစုစီမံကိန်း နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် အသုံးချခြင်းကို မည်သည့် အခြေအနေတွင်မှ အားမပေးသင့်ပါ။ အစိုးရများနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အစိုးရပေါင်းစုံနှင့် အစိုးရမဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းအားလုံးအား အမျိုးသမီးကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် ၎င်းတို့၏ ကတိကဝတ်ကို အားဖြည့်ခိုင်မာစေရန်၊ အန္တရာယ်မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်မှု၏ အကျိုးဆက်ကို အဓိက ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ပြဿနာ အဖြစ် ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန်၊ ပိုမို ကျယ်ပြန့်ကောင်းမွန်သော မိသားစုစီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများမှတဆင့် ကိုယ်ဝန်ဖျက်သည့် နည်းလမ်းဖြင့် ဖြေရှင်းရမှုများကို လျှော့ချရန် တိုက်တွန်းသည်။ မလိုလားသော ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုမှ ကာကွယ်ရေးကို အစဉ်အမြဲ အမြင့်ဆုံး ဦးစားပေးရမည်ဖြစ်၍ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချရန် လိုအပ်ချက်ကို ပပျောက်အောင် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် အားထုတ်သင့်သည်။ မလိုလားသော ကိုယ်ဝန်ရရှိသူ အမျိုးသမီးများသည် မှန်ကန်သော သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဂရုဏာပြည့်ဝသော နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှုကို လွယ်ကူစွာ ရသင့်သည်။ ကျန်းမာရေးစနစ် အတွင်းရှိ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သော မည်သည့်ဆောင်ရွက်ချက် (သို့) အပြောင်းအလဲမဆို အမျိုးသား ဥပဒေပြုမှု လုပ်ငန်းစဉ်အရ နိုင်ငံအဆင့် (သို့) ဒေသအဆင့်တွင်သာ ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းသည် ဥပဒေနှင့် မဆန့်ကျင်သော အခြေအနေမျိုးတွင်မူ ထိုဖျက်ချမှုသည် အန္တရာယ်ကင်းသင့်သည်။ အခြေအနေအားလုံးတွင် အမျိုးသမီးများသည် ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်း၏ နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများ ရှိခဲ့ပါက အရည်အသွေးမီ စောင့်ရှောက်မှုကို လက်လှမ်းမီ ရရှိသင့်သည်။ ထပ်မံ ဖျက်ချရခြင်းများကို ရှောင်လွှဲနိုင်စေရန် အတွက် သားပျက်သားလျှောပြီး နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှု၊ ပညာပေးခြင်းနှင့် မိသားစုစီမံကိန်း ဝန်ဆောင်မှုများကို လျင်မြန်စွာ ပေးသင့်သည်။ (၂) အစိုးရများသည် မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မိသားစုစီမံကိန်း နည်းလမ်းတစ်ခု အနေနှင့် အားမပေးသင့်သော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှုကို အမျိုးသမီးများ ရှောင်ရှားနိုင်ရန် ကူညီပေးနိုင်မည့် သင့်လျော်သော ဆောင်ရွက်ချက်များ ပြုလုပ်သင့်သည်။ ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်းဖြင့် ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ရသော အမျိုးသမီးတိုင်းအတွက်လည်း လူသားချင်း စာနာထောက်ထားသော ကုသမှုနှင့် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးမှုများ ပေးရမည်။ (၃) အထက်ပါအချက်များ ကို အသိအမှတ်ပြု၍ အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်း သည် ဥပဒေနှင့် မဆန့်ကျင်သော အခြေအနေမျိုးဖြစ်ပါက ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှုများကို အန္တရာယ်ကင်းစေရန်နှင့် လက်လှမ်းမီစေရန် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှု ပေးသူများအား လေ့ကျင့်သင်တန်းပေးခြင်းနှင့် အခြားလိုအပ်သည်များကို ကျန်းမာရေးစနစ်မှ ဆောင်ရွက်ရမည်။ အမျိုးသမီးများ၏ ကျန်းမာရေးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် အခြားလုပ်ဆောင်မှု များကိုလည်း ဆောင်ရွက်သင့်သည်။

ဒေသဆိုင်ရာ မိုဘြမ်းချက်များ

အရှေ့နှင့် တောင်အာဖရိက နိုင်ငံများရှိ ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များအတွက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ ဝန်ကြီးအဆင့် ကတိကဝတ်များ။ (ESA), (2013)

၃.၀. အထက်ပါ စဉ်းစားသုံးသပ်ချက်များကို အခြေခံလျက် ကျွန်ုပ်တို့ ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးများသည် ESA ဒေသတွင် အရည်အသွေးပြည့်ပြီး 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် လူငယ်များအတွက် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိစေရန် ရဲရင့်ပြတ်သားသော ဆောင်ရွက်ချက်များ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ဦးဆောင်မည်။ တိကျစွာဆိုရလျှင် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်ရန် ကတိကဝတ်ပြုသည်။

၃.၁. ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်အားလုံးအတွက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးမှုနှင့် လူငယ်များနှင့် ရင်းနှီးအဆင်ပြေသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများကို ပေးရန် တူညီသော အစီအစဉ်ဖြင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြမည်။ ၎င်းက HIV ကပ်ရောဂါအပေါ် အမျိုးသားရေးအရ ကျွန်ုပ်တို့၏ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်မှုများကို အားဖြည့်ခိုင်မာစေမည့်အပြင် HIV/STI ကူးစက်မှုအသစ်များနှင့် စောစီးစွာ၊ မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှုများကို လျှော့ချပေးပြီး အထူးသဖြင့် HIV ပိုးရှိသူများအတွက် စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ပံ့ပိုးကူညီမှုများကို အားဖြည့်ပေးမည်။ လက်ရှိ ဒေသဆိုင်ရာ စီးပွားရေး အသိုင်းအဝိုင်းများ၊ EAC ၊ SADC နှင့် ECSA တို့၏ ဦးဆောင်မှုမှတဆင့် ကဏ္ဍများအကြား ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှု ယန္တရားတစ်ခု ဖော်ဆောင်မည်။ အဆိုပါ ယန္တရားများ ရှိနှင့်ပြီး ဖြစ်ပါက ၎င်းတို့ကို အားဖြည့်ပံ့ပိုးမည်။

၃.၅. ဆယ်ကျော်သက်များ လူပျိုအပျိုဖော် မဝင်သေးမီ၊ အများစု လိင်ကိစ္စ မစတင်သေးမီနှင့် HIV ကူးစက်မှုနှင့် မရည်ရွယ်သော ကိုယ်ဝန်ရရှိသည့် အန္တရာယ်များ မမြင့်မားသေးမီ မူလတန်းပညာရေး ကာလအတွင်း အသက်အရွယ်နှင့် ဆီလျော်သော CSE ကို ဆယ်ကျော်သက်အများစုသို့ ရောက်ရှိနိုင်စေရန် စတင်၍ တိုးတက်ကျယ်ပြန့်အောင် လုပ်ဆောင်မည်။ သဘောတူလက်ခံထားသည့် နိုင်ငံတကာ စံညွှန်းများကို အသုံးပြု၍ CSE ကို အသက်အရွယ် ၊ ကျား-မ ရေးရာနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအရ ဆီလျော်စေပြီး လူ့အခွင့်အရေးကို အခြေခံ စေမည်။ ၎င်းတွင် လူကြီးဘဝအတွက် အဆင်သင့်ဖြစ်စေမည့် အခြေခံ အသိပညာ၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ၊ ဆက်ဆံရေး၊ ကျား-မ တန်းတူညီမျှရေး၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးနှင့် နိုင်ငံသား ပီသမှုများအတွက် ဆုံးဖြတ်မှုများ ပါဝင်စေမည်။ ဖြစ်နိုင်သည့်အခါတိုင်း ကျောင်းတွင်း CSE အစီအစဉ်ကို သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအတွင်း ထည့်သွင်း၍ စာမေးပွဲ စစ်စေမည်။

၃.၆. CSE နှင့် SRH အစီအစဉ်များကို ဒီဇိုင်းရေးဆွဲခြင်းနှင့် ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့တွင် ရပ်ရွာလူထုနှင့် မိသားစုများ၊ အထူးသဖြင့်

ဆယ်ကျော်သက်၊ လူငယ်၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဘာသာရေး အဖွဲ့အစည်းများ အပါအဝင် အခြားရပ်ရွာအဖွဲ့များ လုံလောက်စွာ ပါဝင်မှု ရှိရမည်။ တစ်ချိန်ထဲမှာပင် ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များအတွက် လုံခြုံစိတ်ချရသော နေရာ ရရှိစေရန်၊ ရပ်ရွာအသိုင်းအဝိုင်းထဲတွင် တင်ပြအရေးဆိုသူများ၊ ပြောင်းလဲမှုဖော်ဆောင်သူများ ဖြစ်ခွင့်ရှိစေရန်နှင့် သူတို့၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီသည့် ကောင်းသော အလေ့အထနှင့် ဆန်းသစ်တီထွင်မှုများအတွက် အကြံပြုနိုင်ကြစေရန် အာမခံသင့်ပါသည်။

၃.၇. ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပ လူငယ်များအတွက် ကွန်ဒုံး၊ သားဆက်ခြားခြင်း၊ HPV ကာကွယ်ဆေး၊ HIV နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် သွေးစစ်ခြင်း (HCT)၊ HIV/ STI ကုသမှုနှင့် စောင့်ရှောက်မှု၊ မိသားစုစီမံကိန်း၊ အန္တရာယ်ကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်မှု (တရားဝင်ပါက)၊ သားပျက်သားလျှောပြီး စောင့်ရှောက်မှု၊ အန္တရာယ်ကင်းသော မီးဖွားခြင်း၊ မိခင်မှကလေးသို့ HIV ကူးစက်မှု ကာကွယ်ခြင်းနှင့် အခြား ဆက်စပ်နေသော ဝန်ဆောင်မှုများကို အသက်အရွယ်နှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ ရယူအသုံးပြုနိုင်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန် လူမှုရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအခြေအနေကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားထားသော လူငယ်များအတွက် အဆင်ပြေမည့် HIV နှင့် SRH ဝန်ဆောင်မှုများကို ပေါင်းစပ်၍ တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်မည်။

၃.၉. ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းဝန်းကျင်တွင် လိင်နှင့် အခြား အကြမ်းဖက်မှုများ၊ အနိုင်အထက်ပြုမှုများ၊ အမြတ်ထုတ်မှုများကို ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ချက်များအပါအဝင် ပညာရေးနှင့် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအတွင်း ကျားမ တန်းတူညီမျှရေးနှင့် လူ့အခွင့်အရေးများ ကို အားကောင်းခိုင်မာစေပြီး ယောက်ျားလေး၊ မိန်းကလေး၊ အမျိုးသား အမျိုးသမီးငယ်များအတွက် ဥပဒေရေးရာနှင့် အခြားဝန်ဆောင်မှုများကို အပြည့်အဝနှင့် မျှတစွာ လက်လှမ်းမီစေမည်။

လက်တင်အမေရိကနှင့် ကာရစ်ဘီယံဒေသတွင် လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှု အတွက် ဒေသဆိုင်ရာ ညီလာခံ၏ ပထမပိုင်း - တန်းတူညီမျှမှုရှိသော အခွင့်အရေး အခြေပြု စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွင်းသို့ လူဦးရေ ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်မှုကို အပြည့်အဝ ပေါင်းစပ်ခြင်း - ၂၀၁၄ အလွန် ကိုင်ရို လုပ်ငန်းစဉ်၏ သော့ချက် (လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ မွန်တီဗီဒီယို သဘောတူညီချက်) UNECLAC (2013)

၁၁. လူအချင်းချင်း ဆက်ဆံရေး၏ စိတ်ခံစားချက်အပိုင်းကို အသိအမှတ်ပြု လက်ခံလျက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေး အစီအစဉ်များကို ကလေးဘဝ အစပိုင်းမှ စတင်ကာ ထိရောက်စွာ အကောင်အထည် ဖော်မည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ယောက်ျားလေး မိန်းကလေးများ၏ ပြောင်းလဲတိုးတက်နေသော စွမ်းရည်နှင့် လိင်မှုရေးရာနှင့် ပတ်သက်၍ ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များမှ သိရှိနားလည်ပြီး ပြုလုပ်သည့်ဆုံးဖြတ်ချက်များကို လေးစားကာ အားလုံး ပူးပေါင်းပါဝင်မှု၊ ယဉ်ကျေးမှုပေါင်းစုံနှင့် ကျားမရေးရာကို သိနားလည်မှုနှင့် လူ့အခွင့်အရေး အမြင်များဖြင့် ဆောင်ရွက်မည်။

၁၂. ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များ မိမိတို့၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွား ဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးများကို အသုံးချနိုင်စေရန်၊ တာဝန်သိ၍ ပျော်ရွှင်ကျန်းမာသော လိင်မှုဘဝကို ရရှိစေရန်၊ မလိုလားသော ကိုယ်ဝန်၊ HIV နှင့် အခြား လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါများမှ ရှောင်ရှားနိုင်ရန်နှင့် မိမိတို့၏ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားဘဝနှင့် လိင်စိတ်ခံယူမှုအတိုင်း ကျင့်သုံးခြင်းတို့နှင့် ပတ်သက်၍ သိရှိနားလည်ပြီး တာဝန်သိစွာ၊ လွတ်လပ်စွာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ရန် တို့အတွက် လူငယ်များနှင့် ရင်းနှီးအဆင်ပြေပြီး လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးမှုနှင့် ကိုယ်ရေး လွတ်လပ်မှု သဘောတရားများကို လေးစားလိုက်နာကာ ဘေးကင်းစိတ်ချရ၍ ထိရောက်သော ခေတ်မီသားဆက်ခြားဆေးများကို လက်လှမ်းမီစေမည့် လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုများ အပါအဝင် ပြည့်စုံပြီး အချိန်မီဖြစ်၍ အရည်အသွေးမီသော လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ကျားမရေးရာ၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ မျိုးဆက်များနှင့် ယဉ်ကျေးမှုများအကြား ရှုထောင့် အမြင်များဖြင့် ဆောင်ရွက်ပေးမည်။

၁၄. စိတ်ခံစားချက်ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှင့် လိင်မှုရေးရာအကြောင်း ပြည့်စုံစွာပညာပေးခြင်းနှင့် ဆေးညွှန်းမလိုသည့် အရေးပေါ် သန္ဓေတားဆေးနှင့် အမျိုးသား၊အမျိုးသမီးသုံး ကွန်ဒုံးများ အပါအဝင် အရည်အသွေးမီ သတင်းအချက်အလက်များ၊ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ နည်းပညာနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများအား လျှို့ဝှက်ချက်ထိန်းသိမ်းမှုဖြင့် အချိန်မီ လက်လှမ်းမီ ရရှိနိုင်စေခြင်းတို့အားဖြင့် ဆယ်ကျော်သက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှု ကာကွယ်ရေးနှင့် အန္တရာယ်မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှု ပပျောက်ရေးကို ဦးစားပေးမည်။

အာဖရိကတွင် ၂၀၁၄ နှစ်လွန် လူဦးရေနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ အဒစ်စ်အဘာဘာ ကြေငြာချက် (၂၀၁၃)

၄၀. လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ချိတ်ဆက်ထားသော ဆီလျော်ပြည့်စုံသည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးအစီအစဉ်များကို မိဘများ၊ ရပ်ရွာလူထု၊ အစဉ်အလာခေါင်းဆောင်များ၊ ဘာသာရေးနှင့် အတွေးအခေါ်ခေါင်းဆောင်များနှင့် လူငယ်များကိုယ်တိုင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ပြီး ကျောင်းတွင်းနှင့် ကျောင်းပြင်ပတွင် လက်ခံကျင့်သုံး အကောင်အထည်ဖော်မည်။

၆ ကြိမ်မြောက် အာရှနှင့် ပစိဖိတ်ဒေသ လူဦးရေ ညီလာခံ (APPC) ICPD ပြန်လည်သုံးသပ်မှု (၂၀၁၃)

၅၉. ဆယ်ကျော်သက်နှင့် လူငယ်များအဖို့ ၄င်းတို့၏ လိင်မှုရေးရာတွင် အဘက်ဘက်မှ ထိန်းသိမ်းနိုင်ပြီး မရည်ရွယ်သောကိုယ်ဝန်၊ အန္တရာယ် မကင်းသော ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချမှု၊ HIV နှင့် လိင်မှတဆင့်ကူးစက်ရောဂါ များမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်မည့် ဆုံးဖြတ်ချက်များကို သိရှိနားလည်စွာ၊ တာဝန်သိစွာ ချမှတ်နိုင်ရန်နှင့် မိမိတို့၏ အခွင့်အရေးများကို အသုံးချနိုင်ရန်၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုတွင် သည်းခံမှု၊ တန်ဖိုးထားမှု၊ အပြန်အလှန်လေးစားမှုနှင့် အကြမ်းမဖက်မှုများကို မြှင့်တင်ရန်နှင့် ၄င်းတို့၏ ဘဝအတွက် ပြင်ဆင်ရန် တို့အတွက် ပြောင်းလဲတိုးတက် နေသည့် စွမ်းရည်နှင့် ကိုက်ညီပြီး အသက်အရွယ်နှင့် သင့်လျော်သည့် အထောက်အထား အခြေပြု 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာများကို မဖြစ်မနေ လိုအပ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုသည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် မိဘ၊ ဆရာဆရာမနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူ ပညာပေးသူများ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများ ကိုလည်း အသိအမှတ်ပြုပြီး အားပေးထောက်ပံ့မည်။

၁၁၃. မိန်းကလေးများအား အဆင့်တိုင်းတွင် အခမဲ့ ပညာရေး ရရှိစေရန်၊ လိင်နှင့် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများအား လက်လှမ်းမီစေရန်နှင့် စောစီးစွာနှင့် အတင်းအကြပ် လက်ထပ်ခြင်းများ ပပျောက်စေရန် ကြိုးပမ်းမှုများကို ဦးစားပေးမည်။

၁၄၆. ပြောင်းလဲတိုးတက်လျက်ရှိသော စွမ်းရည်နှင့် ကိုက်ညီပြီး အသက်အရွယ်နှင့် သင့်လျော်သည့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးအစီအစဉ်များအတွက် ပုံစံရေးဆွဲကာ၊ လုံလောက်သော အရင်းအနှီးများ ရရှိစေပြီး အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်မည်။ ဆောင်ရွက်ရာတွင် မိဘများ၏အခန်းကဏ္ဍနှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများကို အသိအမှတ်ပြုလျက် လူသားတို့၏ လိင်မှုရေးရာ၊ ကျားမတန်းတူညီမျှရေး၊ လူ့အခွင့်အရေး၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှုများ၊ လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွား ကျန်းမာရေးအကြောင်းများကို တိကျမှန်ကန်သော သတင်းအချက် အလက်များ ပေးအပ်မည်။

နောက်ဆက်တွဲ (၂)
‘မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝ နှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ’ နှင့် သက်ဆိုင်သော အကြံပေးအဖွဲ့တွင် ပါဝင်သူများ -၂၀၁၆-၂၀၁၇

အမည်	အဖွဲ့အစည်း
Qadeer BAIG	Rutgers WPF (former)
Doortje BRAEKEN	International Planned Parenthood Federation (IPPF) (former)
Shanti CONLY	United States Agency for International Development (USAID) (former)
Esther CORONA	World Association of Sexology
Helen CAHILL	University of Melbourne
Pia ENGSTRAND	Swedish International Development Cooperation Agency (Sida)
Nyaradzayi GUMBONZVANDA	Rozaria Memorial Trust; African Union Goodwill Ambassador on Ending Child Marriage
Nicole HABERLAND	Population Council
Wenli LIU	Beijing Normal University
Anna-Kay MAGNUS-WATSON	Ministry of Education, Jamaica
Peter MLADENHOV	Y-Peer
Sanet STEENKAMP	Ministry of Education, Namibia
Remmy SHAWA	Sonke Gender Justice (former)
Aminata TRAORÉ SECK	Ministry of Education, Senegal
Alice WELBOURN	Salamander Trust
Christine WINKELMANN	Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
ကုလသမဂ္ဂ မိတ်ဖက်များ	
UNAIDS	Aurelie ANDRIAMIALISON, Kreena GOVENDER, Hege WAGAN
UNDP	Caitlin BOYCE, Natalia LINOU, Suki BEAVERS
UNFPA	Ilya ZHUKOV, Maria BAKAROUDIS, Elizabeth BENOMAR
UNICEF	Susan KASEDDE, Abdelkader BACHA, Vivian LOPEZ, Myungsoo CHO, Sudha Balakrishnan
UN Women	Nazneen DAMJI, Elena KUDRAVTSEVA
WHO	Venkatraman CHANDRA-MOULI
UNESCO	Chris CASTLE, Joanna HERAT, Jenelle BABB, Karin NILSSON, Christophe CORNU, Yong Feng LIU, Xavier HOSPITAL, Patricia MACHAWIRA, Mary Guinn DELANEY, Tigran YEPOYAN, Hongyan LI, Alice SAILI

နောက်ဆက်တွဲ (၃)
UNESCO ပါဝင်ပတ်သက်သူများ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် အကြံပေးအဖွဲ့ အစည်းအဝေးများတွင် ပါဝင်တက်ရောက်သူများ

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန် (ITGSE) ကို အချိန်နှင့် တပြေးညီစေရန် ပြင်ဆင်ခြင်းအတွက် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်း

၂၅-၂၇ အောက်တိုဘာ ၂၀၁၆

UNESCO ပညာရေး အစီအစဉ်ရေးဆွဲမှု နိုင်ငံတကာ ဌာန၊ ပဲရစ်မြို့ ပြင်သစ်နိုင်ငံ

Maria-Antonieta Alcalde
International Planned Parenthood Federation/Western Hemisphere Region (IPPF/ WHR)
United States of America

Aurelie Andriamialison
Joint United Nations Programme on HIV and AIDS (UNAIDS)
Switzerland

Ben Aliwa
Save the Children
Republic of South Africa

Jenelle Babb
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
France

Qadeer Baig
Rutgers WPF
Pakistan

Maria Bakaroudis
United Nations Population Fund (UNFPA)
East and Southern Africa

Diane Bernard
University of Oxford
United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

Margaret Bolaji
Population and Reproductive Health Initiative
Nigeria

Elisa Bonilla-Ruis
Secretaria de Education
Mexico

Doortje Braeken
International Planned Parenthood Federation (IPPF)
United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

Helen Cahill
University of Melbourne
Australia

Chris Castle
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
France

Nicole Cheetham
Advocates for Youth
United States of America

Christophe Cornu
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
France

Esther Corona
World Association for Sexual Health (WAS)
Mexico

Nazneen Damji
The United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women (UN Women)
United States of America

Mary Guinn Delaney
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
Chile

Stephanie Dolata
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
International Institute for Educational Planning
France

Pia Engstrand
Swedish International Development Cooperation (SIDA)
Sweden

Eleonor Faur
Universidad National, San Martin
Argentina

Iehente Foote
Global Youth Coalition
Canada

Hayley Gleeson
International Planned Parenthood Federation (IPPF)
United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

Nyaradzayi Gumbonzvanda
Rozaria Memorial Trust (former World YWCA)
Zimbabwe

Nicole Haberland
Population Council
United States of America

Joanna Herat
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
France

Xavier Hospital
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
Senegal

Alan Jarandilla Nuñez
The PACT, Youth Coalition
Bolivia (Plurinational State of)

Temir Kalbaev
Kyrgz Indigo
Kyrgyzstan

Jane Kato-Wallace
Promundo
Cabo Verde

Jean Kemitare
Raising Voices
Uganda

Sarah Keogh
Guttmacher Institute
United States of America

Evert Kettering
Independent Consultant
The Netherlands

Thanomklang Kornkaew
Minitry of Education
Thailand

Hongyan Li
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
China

Wenli Liu
Beijing Normal University
China

Patricia Machawira
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
Eastern Southern Africa

Anna-Kay Magnus Watson
Ministry of Education
Jamaica

Vincent Maher
Irish Aid
Ireland

Manak Matiyani
YP Foundation
India

Kristien Michielsen
International Centre for Reproductive Health (ICRH), University of Ghent
Belgium

Beth Miller-Pittman
Education Development Center (EDC)
United States of America

Peter Mladenhov
Y-Peer
Bulgaria

Paul Montgomery
University of Oxford
United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

Venkatraman Mouli-Chandra
World Health Organization (WHO)
Switzerland

Rita Muyambo
World Young Women's Christian Association (World YWCA)
Switzerland

Alan Jarandilla Nuñez
The PACT, Youth Coalition
Bolivia (Plurinational State of)

Hans Olsson
Swedish Association for Sexuality Education (RFSU)
Sweden

Alice Saili
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
Zimbabwe

Josephine Sauvarin
United Nations Population Fund (UNFPA)
Asia Pacific

Remmy Shawa
Sonke Gender Justice
Zambia

Saipan Sripongpankul
Ministry of Education
Thailand

Marina Todesco
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
France

Aminata Traoré Seck
Ministry of National Education
Senegal

Alice Welbourn
Salamander Trust
United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland

Christine Winkelmann
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)
Germany

Susan Wood
International Women's Health Coalition (IWHC)
United States of America

Tigran Yepoyan
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
Russian Federation

Justine Sass
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)
France

Jihad Zahir
Y-Peer
Morocco

Ilya Zhukov
United Nations Population Fund (UNFPA)
United States of America

နောက်ဆက်တွဲ (၄)
အကဲဖြတ်သုံးသပ်လေ့လာမှုများနှင့် ပြန်လည်ဆန်းစစ်မှုနည်းလမ်းများကို ရွေးချယ်ရန်အတွက် သတ်မှတ်ချက်များ

အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ်မှု ၂၀၁၆ (University of Oxford Centre for Evidence based Intervention မှ Paul Montgomery နှင့် Wendy Knerr တို့က ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။)

ဆန်းစစ်သည့် အပိုင်း	လေ့လာမှု၏ နောက်ခံအခြေအနေ
လူဦးရေ	အသက် ၅ - ၁၈ နှစ်အတွင်း ကလေးနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ (စနစ်တကျ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုများအား လေ့လာဆန်းစစ်ချက်များတွင် အသက် ၂၄ နှစ်အထိ လူငယ်များပါဝင်သည်ကို သတိပြုရန်)
ဆောင်ရွက်ချက်	ကျောင်း၊ အုပ်စုနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းအခြေပြု STI, HIV, လိင်မှုရေးရာ၊ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး (သို့) ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ပညာရေးဆောင်ရွက်ချက်များ (အမည်နာမအမျိုးမျိုး သုံးထားနိုင်သည်။ ဥပမာ - ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာများ သို့မဟုတ် မိသားစုဘဝ အစီအစဉ် သို့မဟုတ် အလားတူအမည်များ)၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်၊ ဗဟုသုတနှင့် ခံယူချက်များကို လွှမ်းမိုးရန် အဓိကဦးတည်သည်။ (မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် အရက်သုံးစွဲမှုကဲ့သို့သော အန္တရာယ်အပြုအမူများကို လျော့ချရန် အဓိကဦးတည်သည့် ဆောင်ရွက်ချက်များနှင့် ကွဲပြားသည်။)
နှိုင်းယှဉ် ဆောင်ရွက်ချက်	ကျွန်ုပ်တို့သည် အောက်ဖော်ပြပါ နှိုင်းယှဉ်အုပ်စုများကို အသုံးပြုထားသည့် လေ့လာမှုများကို ထည့်သွင်းမည်။ • ဆောင်ရွက်ချက် မပါရှိ • အာရုံစူးစိုက်မှု - ထိန်းချုပ်ထားခြင်း။ ပုံစံနှင့်အချိန်တူညီသော်လည်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်းနှင့် မပတ်သက်သည့် အမူအကျင့်များကို ဦးတည်သော ဆောင်ရွက်ချက်များ • အစီအစဉ်တစ်ခုတည်း၏ ပိုမိုကောင်းမွန်အောင် ပြုလုပ်ထားသောနှင့် မပြုလုပ်ထားသော ဆောင်ရွက်ပုံများကို နှိုင်းယှဉ်ခြင်း • ပေးနေကျပြုစုစောင့်ရှောက်မှု (သို့) ပေးနေကျဝန်ဆောင်မှုများ
ရလဒ်များ	အခြေခံ ရလဒ် - အမူအကျင့်ဆိုင်ရာ၊ ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးရလဒ်များ (ဥပမာ - STI, HIV ကူးစက်ရရှိမှု၊ ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု၊ လိင်မှုကိစ္စ စတင်သည့် အသက်အရွယ်၊ ကွန်ဒုံးအသုံးပြုမှု၊ သန္ဓေတားနည်းလမ်း အသုံးပြုမှု၊ လိင်ဆက်ဆံမှုမှ ရှောင်ကျဉ်ခြင်း၊ လိင်ဆက်ဆံဖော်အရေအတွက်) ဒုတိယအဆင့် ရလဒ် - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ အန္တရာယ်များသော လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်နှင့် ကျားမရေးရာတို့နှင့် ပတ်သက်သည့် အသိပညာနှင့် ခံယူချက်များ၊ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု၊ မိမိကိုယ်ကို သိရှိနားလည်မှု၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် အခြားဆက်စပ်နေသည့် ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာမဟုတ်သည့် ရလဒ်များ
လေ့လာမှု၏ ဒီဇိုင်းပုံစံ	ကျွန်ုပ်တို့သည် အမူအကျင့် ပြောင်းလဲမှု (သို့) ဗဟုသုတ၊ ခံယူချက်၊ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်ချက်ရှိမှုတို့ကို လွှမ်းမိုးပြောင်းလဲနိုင်ရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက်သည့် စီမံကိန်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရန် နှိုင်းယှဉ်မှုဖြင့်ဆောင်ရွက်သော လုပ်ငန်းများကိုသာ ထည့်သွင်းမည်။ ၎င်းတို့တွင် ကျပမ်း (Randomized) နှင့် တပိုင်းတစ ကျပမ်း (Quasi -Randomized) ရွေးချယ်၍ နှိုင်းယှဉ်ပြုလုပ်သော စမ်းသပ်မှု (Controlled Trials) များပါဝင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ခေါင်းပန်းလှန်ခြင်း (သို့) ပါဝင်သူများကို တစ်ယောက်ခြား ရွေးချယ်ခြင်းကဲ့သို့ ဘက်လိုက်မှုနည်းစေမည့် သတ်မှတ် ရွေးချယ်နည်းကိုသုံးခြင်းဖြင့် ကျပမ်း ရွေးချယ်နည်းနှင့် နီးစပ်တူညီသည့် စမ်းသပ်မှုများကို တပိုင်းတစ ကျပမ်းရွေးချယ်၍ နှိုင်းယှဉ်ပြုလုပ်သော စမ်းသပ်မှုများဟု သတ်မှတ်သည်။ ထို့ပြင် စမ်းသပ်မှုအားလုံးတွင် တစ်ပြိုင်နက်တည်း ဆောင်ရွက်သည့် နှိုင်းယှဉ်အုပ်စု တစ်ခုပါဝင်ရမည်။

အထောက်အထားများ ပြန်လည်သုံးသပ်မှု ၂၀၀၈ ('မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာ လမ်းညွှန် - ကျောင်းများ၊ ဆရာဆရာမများ၊ ကျန်းမာရေးပညာပေးသူများအတွက် အထောက် အထား အခြေပြု ချဉ်းကပ်ပုံနည်းလမ်း၊ အတွဲ (၁)၊ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ၏ ကြောင်းကျိုးသင့်မှု၊ UNESCO, 2009 မှ)

ဤ လိင်မှုရေးရာ၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးနှင့် HIV, STI ဆိုင်ရာ ပညာပေးအစီအစဉ်များအား ပြန်လည်သုံးသပ်မှုတွင် ပါဝင်ထည့်သွင်းမည့်လေ့လာမှုများသည်အောက်ပါအချက်များနှင့် ကိုက်ညီရပါမည်။

၁. ဆန်းစစ်သုံးသပ်ထားသော လုပ်ငန်းအစီအစဉ်မှာ အောက်ပါအချက်များနှင့် အကျုံးဝင်ရမည်။ (က) (သဘောဆန္ဒအလျောက် ဆွေးနွေးခြင်း၊ တစ်ဦးချင်းပြောဆိုဆွေးနွေးခြင်း သို့မဟုတ် ကျောင်း၊ ရပ်ရွာ အတွင်း သို့မဟုတ် မီဒီယာသုံး၍ ကျယ်ပြန့်သော အသိပညာပေး ဆောင်ရွက်ချက်များသာ မဟုတ်ဘဲ) သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့် အုပ်စုများကို အခြေပြု၍ STI, HIV, လိင်မှုဆိုင်ရာ (သို့) ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ပညာပေးအစီအစဉ် ဖြစ်ရမည်ဖြစ်ပြီး သင်ရိုးညွှန်းတမ်းသည် ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုနှင့် STI တို့ကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် လိင်ဆက်ဆံမှုရှောင်ကျဉ်သည့် နည်းလမ်းထက်ပိုများသော နည်းလမ်းများကို ပေးရမည်။ (ခ) (မူးယစ်ဆေးဝါး၊ အရက်သေစာနှင့် အကြမ်းဖက်မှု စသည့် အန္တရာယ်အပြုအမူ အများအပြား လွှမ်းခြုံပါဝင်ခြင်းမဟုတ်ပဲ) လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်ကိုသာ အဓိကဦးတည်ရမည်။ (ဂ) အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုပြင်ပတွင် အသက် ၂၄ နှစ်အထိ ဆယ်ကျော်သက်များကို ဦးတည်ပြီး အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု အတွင်းတွင် အသက် ၁၈ နှစ်အထိ ဦးတည်ရမည်။ (ဃ) ကမ္ဘာပေါ်ရှိ မည်သည့်နေရာဒေသတွင်မဆို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်း ဖြစ်ရမည်။

၂. သုတေသနနည်းလမ်းမှာ အောက်ပါတို့ ပါဝင်ရမည်။ (က) ကောင်းစွာ နှိုင်းယှဉ်နိုင်သည့် ဆောင်ရွက်မှု ပြုသည့်အုပ်စုနှင့် နှိုင်းယှဉ်အုပ်စုများ၊ စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်မှု မစတင်မီနှင့် ဆောင်ရွက်ပြီးနောက် အချက်အလက် ကောက်ယူခြင်းများပါဝင်ကာ လုံလောက်စွာ ခိုင်မာအားကောင်းသော

စမ်းသပ်မှု (သို့) တပိုင်း တစ စမ်းသပ်မှု ပါဝင်သည့် ဒီဇိုင်းပုံစံ ဖြစ်ရမည်။ (ခ) နမူနာ အရေအတွက် အနည်းဆုံး ၁၀၀ ရှိရမည်။ (ဂ) အောက်ပါ လိင်မှုဆိုင်ရာအမူအကျင့်များအနက်မှ တစ်ခု (သို့) တစ်ခုထက်ပိုသော အမူအကျင့်များအပေါ် အစီအစဉ်၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို တိုင်းတာရမည်။ လိင်ဆက်ဆံမှုစတင်ခြင်း၊ လိင်ဆက်ဆံမှုအကြိမ်၊ လိင်ဆက်ဆံဖော်အရေအတွက်၊ ကွန်ဒုံးအသုံးပြုမှု၊ သန္ဓေတားနည်းလမ်း အသုံးပြုမှု၊ လိင်မှုဆိုင်ရာ အန္တရာယ်ရှိနိုင်ခြေကို စုပေါင်းတိုင်းတာချက် (ဥပမာ - အကာအကွယ်မပါသော လိင်ဆက်ဆံမှုအကြိမ်)၊ STI ဖြစ်ပွားနှုန်း၊ ကိုယ်ဝန်ရရှိမှုနှုန်းနှင့် မွေးဖွားမှုနှုန်း (ဃ) လျှင်မြန်စွာပြောင်းလဲနိုင်သော အမူအကျင့်များအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို အနည်းဆုံး ၃ လကြာအောင် တိုင်းတာရမည် (ဥပမာ - လိင်ဆက်ဆံမှုအကြိမ်၊ လိင်ဆက်ဆံဖော် အရေအတွက်၊ ကွန်ဒုံးသုံးစွဲခြင်း၊ သန္ဓေတားနည်းလမ်း သုံးစွဲခြင်း (သို့မဟုတ်) အန္တရာယ်များသော လိင်အပြုအမူပြုလုပ်ခြင်း) သို့မဟုတ် ထိုမျှလောက်လျှင်မြန်စွာ မပြောင်းလဲနိုင်သောအမူအကျင့် သို့မဟုတ် အကျိုးရလဒ်များ (လိင်ဆက်ဆံမှုစတင်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ရရှိမှု နှုန်း သို့မဟုတ် STI ဖြစ်ပွားနှုန်း) ကိုအနည်းဆုံး ၆ လတိုင်းတာရမည်။

၃. လေ့လာချက်သည် ၁၉၉၀ ခုနှစ်တွင် (သို့) ထိုနှစ် နောက်ပိုင်းတွင် ပြီးဆုံးခဲ့ခြင်း (သို့) ထုတ်ဝေခဲ့ခြင်း ဖြစ်ရမည်။ ပါဝင်နိုင်သမျှ ပါဝင်စေရန် ကြိုးပမ်းသည့်အနေဖြင့် လေ့လာချက်သည် အဆင့်တူပညာရှင်များမှ ပြန်လည်သုံးသပ်သည့် ဂျာနယ် (Peer Review Journal) များတွင် ပါဝင်ထုတ်ဝေပြီးဖြစ်ရမည်ဟူသော သတ်မှတ်ချက်မလိုအပ်ပါ။

ပြန်လည်သုံးသပ်သည့် နည်းလမ်းများ

ကမ္ဘာ့တစ်ဝှမ်းရှိလေ့လာချက်များကိုဖြစ်နိုင်သရွေ့ များပြားစွာ ရှာဖွေသတ်မှတ်ရယူနိုင်ရန်အတွက် လုပ်ငန်းအချို့မှာပြီးမြောက်ခဲ့ပြီးဖြစ်၍ အချို့မှာ ၂နှစ်မှ ၃ နှစ်အထိ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နေဆဲ ဖြစ်သည်။

၁. သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသော လေ့လာချက်များအတွက် ကွန်ပျူတာတွင် သိုလှောင်ထားသော သတင်းအချက်အလက်မျိုးစုံကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခဲ့သည်။ (၄င်းတို့မှာ PubMed, PsychInfo, Popline, Sociological Abstracts, Psychological Abstracts, Bireme,Dissertation Abstracts, ERIC, CHID, နှင့် Biologic Abstracts တို့ဖြစ်သည်။)

၂. ပညာရေး၊ သင်တန်းနှင့် သုတေသနပညာရှင်များ ယခင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီးသော ရှာဖွေမှုများ၏ ရလဒ်ကိုပြန်လည်သုံးသပ်ပြီး အထက်ဖော်ပြပါ သတ်မှတ်ချက်နှင့် ကိုက်ညီသည့်လေ့လာချက်များကို ဖော်ထုတ်ခဲ့သည်။

၃. ယခင်က အခြားသူများ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်များတွင် အကျဉ်းချုံးဖော်ပြထားသည့် လေ့လာချက်များကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခဲ့သည်။

၄. ဤနယ်ပယ်တွင် သုတေသနပြုလုပ်ခဲ့သော သုတေသနပညာရှင် ၃၂ ယောက်ကို ဆက်သွယ်၍ ယခင်တွေ့ရှိခဲ့သော လေ့လာချက်အားလုံးကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပေးရန်နှင့် လေ့လာချက်အသစ်များ အကြံပြုရန် ပေးအပ်ရန်ပန်ကြားခဲ့သည်။

၅. ဖြစ်နိုင်သည့်အခါတိုင်း ပညာရပ်ဆိုင်ရာအစည်းအဝေးများ တက်ရောက်ခြင်း၊ ထုတ်ဝေမှုအကျဉ်းချုပ်များကို ကူးယူခြင်း၊ စာရေးသူများနှင့် စကားပြောဆိုခြင်းများ ပြုလုပ်၍ လေ့လာချက်များကို ရယူသည်။

၆. သက်ဆိုင်ရာလေ့လာချက်များပါဝင်နိုင်သည့် ဂျာနယ် ၁၂ ခု၏ ထုတ်ဝေမှုတိုင်းကို ကူးယူခဲ့သည်။ ဤသို့ စုံလင်သောနည်းလမ်းမျိုးစုံ ပေါင်းစပ်၍ ရှာဖွေရာ အထက်ပါသတ်မှတ်ချက်များအား ပြည့်မီသည့် လေ့လာချက် ၁၀၆ ခုကိုဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့သည်။ ထိုလေ့လာချက်များကလုပ်ငန်းအစီအစဉ်ပေါင်း ၈၅ ခုကို လေ့လာဆန်းစစ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ (အချို့ လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များက ဆောင်းပါးများစွာပါရှိသည်။)

ပြန်လည်သုံးသပ်သောအဖွဲ့က လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့်အပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသော အောက်ဖော်ပြပါ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးအစီအစဉ်များကို ဖော်ထုတ်ခဲ့သည်။

	ဖွံ့ဖြိုးဆဲ နိုင်ငံများ (N = ၂၉)	အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု (N = ၄၇)	အခြားဖွံ့ဖြိုးပြီး နိုင်ငံများ (N = ၁၁)	နိုင်ငံအားလုံး (N = ၈၇)	
လိင်ဆက်ဆံမှု စတင်ခြင်း					
နောက်ကျမှ စတင်ခြင်း	၆	၁၅	၂	၂၃	၃၇%
သိသာသော သက်ရောက်မှုမရှိ	၁၆	၁၇	၇	၄၀	၆၃%
လျှင်မြန်စွာစတင်ခြင်း	၀	၀	၀	၀	၀%
လိင်ဆက်ဆံမှု အကြိမ်					
အကြိမ်ရေ လျော့နည်းခြင်း	၄	၆	၀	၁၀	၃၁%
သိသာသော သက်ရောက်မှုမရှိ	၅	၁၅	၁	၂၁	၆၆%
အကြိမ်ရေ ပိုများခြင်း	၀	၀	၁	၁	၃%
လိင်ဆက်ဆံဖော် အရေအတွက်					
အရေအတွက် လျော့နည်းခြင်း	၅	၁၁	၀	၁၆	၄၄%
သိသာသော သက်ရောက်မှုမရှိ	၈	၁၂	၀	၂၀	၅၆%
အရေအတွက် ပိုများခြင်း	၀	၀	၀	၀	၀%
ကွန်ဒုံးအသုံးပြုမှု					
အသုံးပြုမှု ပိုများခြင်း	၇	၁၄	၂	၂၃	၄၀%
သိသာသော သက်ရောက်မှုမရှိ	၁၄	၁၇	၄	၃၅	၆၀%
အသုံးပြုမှု လျော့နည်းခြင်း	၀	၀	၀	၀	၀%
သန္ဓေတားနည်းလမ်း အသုံးပြုမှု					
အသုံးပြုမှု ပိုများခြင်း	၁	၄	၁	၆	၄၀%
သိသာသော သက်ရောက်မှုမရှိ	၃	၄	၁	၈	၅၃%
အသုံးပြုမှု ပိုနည်းခြင်း	၀	၁	၀	၁	၇%
လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအန္တရာယ် အပြုအမူ					
လျော့နည်းပြုလုပ်သည်	၁	၁၅	၀	၁၆	၅၃%
သိသာသော ထိရောက်မှုမရှိ	၃	၉	၁	၁၃	၄၃%
ပိုမိုပြုလုပ်သည်	၁	၀	၀	၁	၃%

နောက်ဆက်တွဲ (၅) ၂၀၁၆ အထောက်အထားများ ပြန်လည်ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းတွင် ထည့်သွင်းရည်ညွှန်းပါဝင်ခဲ့သော လေ့လာမှုများ

*ကြယ်ပွင့်ပြထားသော လေ့လာမှုများမှာ စနစ်တကျ ပြန်လည်သုံးသပ်ချက်များကို ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်းနှင့် အဆင့်မြင့် အကဲဖြတ် သုံးသပ်ခြင်းတို့တွင် ပါဝင်ခဲ့သည်။

*Agbemenu, K. and Schlenk, E. A. 2011. An Integrative Review of Comprehensive Sex Education for Adolescent Girls in Kenya. *Journal of Nursing Scholarship*, 43(1), pp. 54-63. doi:10.1111/j. 15475069.2010.01382.x

Akpabio, I. I., Asuzu, M. C., Fajemilehin, B. R. and Ofi, A. B. 2009. Effects of School Health Nursing Education Interventions on HIV/AIDS-Related Attitudes of Students in Akwa Ibom State, Nigeria. *Journal of Adolescent Health*, 44(2), pp. 118-123.

*Amaugo, L. G., Papadopoulos, C., Ochieng, B. M. N. and Ali, N. 2014. The effectiveness of HIV/AIDS school-based sexual health education programmes in Nigeria: a systematic review. *Health Education Research*, 29(4), 633-648. doi:10.1093/her/cyu002

Borawski, E. A., Tufts, K. A., Trapl, E. S., Hayman, L. L., Yoder, L. D. and Lovegreen, L. D. 2015. Effectiveness of health education teachers and school nurses teaching sexually transmitted infections/human immunodeficiency virus prevention knowledge and skills in high school. *The Journal of School Health*, 85(3), pp. 189-196.

Browne, E. 2015. *Comprehensive Sexuality Education (GSDRC Helpdesk Research Report 1226)* Birmingham, UK: GSDRC, University of Birmingham.

Carroll, C., Patterson, M., Wood, S., Booth, A., Rick, J. and Balain, S. 2007. A conceptual framework for implementation fidelity. *Implementation Science*, 2(1), 40. doi:10.1186/1748-5908-pp. 2-40

Castro, F. G., Barrera, M., Jr. and Martinez, C. R., Jr. 2004. The cultural adaptation of prevention interventions: resolving tensions between fidelity and fit. *Prevention Science*, 5(1), pp. 41-45.

Chandra-Mouli, V., Svanemyr, J., Amin, A., Fogstad, H., Say, L., Girard, F., and Temmerman, M. 2015. Twenty Years After International Conference on Population and Development: Where Are We With Adolescent Sexual and Reproductive Health and Rights? *Journal of Adolescent Health*, 56(1), S1-6. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.09.015

Chau, K., Traoré Seck, A., Chandra-Mouli, V., and Svanemyr, J. 2016. Scaling up sexuality education in Senegal: integrating family life education into the national curriculum. *Sex Education*, 16(5), pp. 503-519. doi:10.1080/14681811.2015. 1123148

Constantine, N. A., Jerman, P., Berglas, N. F., Angulo-Olaiz, F., Chou, C. P. and Rohrbach, L. A. 2015b. Short-term effects of a rights-based sexuality education curriculum for high-school students: a cluster-randomized trial. *BioMed Central Public Health*, 15,p. 293. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley. com/o/cochrane/clcentral/articles/662/CN-01109662/frame. html doi:10.1186/s12889-015-1625-5

Denno, D. M., Chandra-Mouli, V. and Osman, M. (2012). Reaching Youth With Out-of-Facility HIV and Reproductive Health Services: A Systematic Review. *Journal of Adolescent Health*, 51(2), 106121. doi:10.1016/j.jadohealth.2012.01.004

Denno, D. M., Hoopes, A. J. and Chandra-Mouli, V. 2015. Effective strategies to provide adolescent sexual and reproductive health services and to increase demand and community support. *Journal of Adolescent Health*, 56(1 Suppl), S22-41. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.09.012

Durlak, J. 2013. *The importance of quality implementation for research, practice and policy.* Washington, D.C. Office of the Assistant Secretary for Planning and Evaluation (ASPE). Retrieved from https://aspe.hhs.gov/basic-report/ importance-quality-implementationresearch-practice-and-policy.

Edwards, S. 2015. *10 things you didn't know about the world's population.* New York, UNFPA. Retrieved from http://www. unfpa.org/news/10-things-you-didn%E2%80%99t-know-aboutworld%E2%80%99s-population

*Farb, A. 2013. The federal evaluation of the enhanced healthteacher teenage pregnancy prevention program. *Journal of Adolescent Health*, 52(2 suppl. 1), S59-s60. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley.com/o/cochrane/clcentral/ articles/680/CN-01028680/frame.html doi:10.1016/j. jadohealth.2012.10.139

*Fonner, V. A., Armstrong, K. S., Kennedy, C. E., O'Reilly, K. R., and Sweat, M. D. 2014. School based sex education and HIV prevention in low- and middle-income countries: a systematic review and meta-analysis. *PLoS One*, 9(3), e89692. doi:10.1371/ journal.pone.0089692

Fraser, M. 2009. *Intervention Research: Developing Social Programs*. New York, Oxford University Press.

Gardner, F., Montgomery, P. and Knerr, W. 2015. Transporting Evidence-Based Parenting Programs for Child Problem Behavior (Age 3-10) Between Countries: Systematic Review and MetaAnalysis. *Journal of Clinical Child Adolescent Psychology*, 1-14. doi:10.1080/15374416.2015.1015134

Goesling, B., Colman, S., Scott, M., and Cook, E. 2014. Impacts of an Enhanced Family Health and Sexuality Module of the HealthTeacher Middle School Curriculum. Princeton, NJ: *Mathematica Policy Research*. Retrieved from http://www.hhs. gov/ash/oah/oahinitiatives/assets/healthteacher-impact.pdf.

*Goesling, B., Colman, S., Trenholm, C., Terzian, M., and Moore, K. 2014. Programs to reduce teen pregnancy, sexually transmitted infections, and associated sexual risk behaviors: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 54(5), 499-507.

Goldacre, B. 2013. *Building evidence into education: UK Department for Education.* Retrieved from http://media. education.gov.uk/assets/files/pdf/b/ben%20goldacre%20 paper.pdf

*Guse, K., Levine, D., Martins, S., Lira, A., Gaarde, J., Westmorland, W., and Gilliam, M. (2012). Interventions Using New Digital Media to Improve Adolescent Sexual Health: A Systematic Review. *Journal of Adolescent Health*, 51(6), pp. 535-543. doi: http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.03.014

*Haberland, N. A. 2015. The case for addressing gender and power in sexuality and HIV education: a comprehensive review of evaluation studies. *International Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 41(1), pp. 31-42. doi:10.1363/4103115

Haberland, N. and Rogow, D. 2015. Sexuality Education: Emerging Trends in Evidence and Practice. *Journal of Adolescent Health*, 56(1), S15-21. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.08.013

Harden, A., Brunton, G., Fletcher, A., Oakley, A., Burchett, H. and Backhans, M. 2006. *Young people, pregnancy and social exclusion: A systematic synthesis of research evidence to identify effective, appropriate and promising approaches for prevention and support*. London, EPPI-Centre, Social Science Research Unit, Institute of Education, University of London. Retrieved from http://eprints.ioe.ac.uk/5927/1/Harden2006Youngpeople.pdf

Herat, J., Hospital, X., Kalha, U., Alama, A., and Nicollin, L. 2014. *Missing the Target: Using Standardised Assessment Tools to Identify Gaps and Strengths in Sexuality Education Programmes in West and Central Africa*. Paper presented at the 20th International AIDS Conference, Melbourne.

*Hindin, M. J., Kalamar, A. M., Thompson, T.-A. and Upadhyay, U. D. 2016. Interventions to Prevent Unintended and Repeat Pregnancy Among Young People in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review of the Published and Gray Literature. *Journal of Adolescent Health*, 59, S8-S15. doi:10.1016/j.jadohealth.2016.04.021

Hopewell, S., McDonald, S., Clarke, M. and Egger, M. 2007. Grey literature in meta-analyses of randomized trials of health care interventions. *Cochrane Database Systematic Review*, 2(2).

Howard, M. N., Davis, J. A. and Mitchell, M. E. 2011. Improving Low-Income Teen Health Behaviors with Internet-Linked Clinic Interventions. *Sexuality Research and Social Policy*, 8(1), pp. 50-57. doi:10.1007/s13178-011-0037-2

Hunt, F., Castagnaro, K. and Castrejón, E. 2014. *Evaluation of the Implementation of the Ministerial Declaration: From Commitment to Action – Advances in Latin America and the Caribbean*. New York, International Planned Parenthood Federation (IPPF)/Western Hemisphere Region Inc. Retrieved from https://www.ippfwhr.org/sites/default/files/Ministerial-DeclarationEvaluation-2012.PDF.

Igras, S. M., Macieira, M., Murphy, E. and Lundgren, R. 2014. Investing in very young adolescents' sexual and reproductive health. *Global Public Health*, 9(5), pp. 555-569. doi:10.1080/17441692.2014.908230

International Planned Parenthood Federation (IPPF). 2016. *Sustainable Development Goals and human rights: An introduction for SRHR advocates*. London, IPPF. Retrieved from http://www.ippfen.org/resources/sustainable-development-goals-and-human-rights.

*Kennedy, C. E., Fonner, V. A., O'Reilly, K. R. and Sweat, M. D. 2014. A systematic review of income generation interventions, including microfinance and vocational skills training, for HIV prevention. *AIDS – Psychological and Socio-Medical Aspects of AIDS/HIV*, 26(6), 659673.

Kesterton, A. J. and Cabral de Mello, M. 2010. Generating demand and community support for sexual and reproductive health services for young people: A review of the Literature and Programs. *Reproductive Health*, 7, p. 25. doi:10.1186/1742-4755-7-25

Kirby, D., Laris, B. and Rolleri, L. 2006. *The impact of Sex and HIV Education Programs in Schools and Communities on Sexual Behaviors Among Young Adults*. Research Triangle Park, NC, Family Health International. Retrieved from http://www.sidastudi.org/resources/inmagicimg/dd1054.pdf.

Kivela, J., Haldre, K., Part. K., Ketting. E., Baltussen. R. 2014. Impact and cost-effectiveness analysis of the national school-based sexuality education programme in Estonia. *Sex Education, ol. 14, Iss.1, 2014 http://www.tandfonline.com/action/showCitFormats?doi=10.1080%2F14681811.2013.813386*

Lau, A. S. 2006. Making the Case for Selective and Directed Cultural Adaptations of Evidence-Based Treatments: Examples From Parent Training. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 13(4), pp. 295-310. doi:10.1111/j.1468-2850.2006.00042.x

Leijten, P., Melendez-Torres, G. J., Knerr, W. and Gardner, F. 2016. Transported Versus Homegrown Parenting Interventions for Reducing Disruptive Child Behavior: A Multilevel MetaRegression Study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 55(7), pp. 610-617. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jaac.2016.05.003

Liberati, A., Altman, D. G., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gøtzsche, P. C., Ioannidis, J. P. A. Clarke C., Devereaux P.J., Kleijnen J. and Moher, D. 2009. The PRISMA Statement for Reporting Systematic Reviews and Meta-Analyses of Studies That Evaluate Health Care Interventions: Explanation and Elaboration. *PLoS Med*, 6(7), e1000100. doi:10.1371/journal.pmed.1000100

*Lopez, L. M., Bernholc, A., Chen, M. and Tolley, E. 2016. School-based interventions for improving contraceptive use in adolescents. *The Cochrane Library*. doi:10.1002/14651858.CD012249

Lutz, B., and Small, R. 2014. *Cash Transfers and HIV Prevention*. New York, UNDP. Retrieved from http://www.undp.org/content/undp/en/home/librarypage/hiv-aids/discussion-paper--cashtransfers-and-hiv-prevention/.

*Maness, S. B. and Buhi, E. R. 2013. A Systematic Review of Pregnancy Prevention Programs for Minority Youth in the U.S.: A Critical Analysis and Recommendations for Improvement.

Journal of Health Disparities Research and Practice, 6(2), pp. 91-106.

*Manlove, J., Fish, H. and Moore, K. A. 2015. Programs to improve adolescent sexual and reproductive health in the US: A review of the evidence. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 6,pp. 47-79.

*Mason-Jones, A. J., Crisp, C., Momberg, M., Koech, J., De Koker, P. and Mathews, C. 2012. A systematic review of the role of school-based healthcare in adolescent sexual, reproductive, and mental health. *Systematic Reviews*, 1 (1) (no pagination)(49).

*Mathews, C., Aaro, L. E., Grimsrud, A., Flisher, A. J., Kaaya, S., Onya, H., Klepp, K. I. 2012. Effects of the SATZ teacher-led school HIV prevention programmes on adolescent sexual behavior: Cluster randomised controlled trials in three sub-Saharan African sites. *International Health*, 4(2), 111-122. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley.com/o/cochrane/clcentral/articles/532/CN-00895532/frame.html doi:10.1016/j.inhe.2012.02.001

*Michielsen, K., Chersich, M. F., Luchters, S., De Koker, P., Van Rossem, R. and Temmerman, M. 2010. Effectiveness of HIV prevention for youth in sub-Saharan Africa: Systematic review and meta-analysis of randomized and nonrandomized trials. *AIDS*, 24(8), pp. 1193-1202.

Mkumbo, K. A. K. and Ingham, R. 2010. What Tanzanian parents want (and do not want) covered in school-based sex and relationships education. *Sex Education*, 10(1), pp. 67-78. doi:10.1080/14681810903491396

*Napierala Mavedzenge, S. M., Doyle, A. M., and Ross, D. A. 2011. HIV Prevention in Young People in Sub-Saharan Africa: A Systematic Review. *Journal of Adolescent Health*, 49(6), pp. 568-586. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.02.007

O'Connor, C., Small, S. A. and Cooney, S. M., 4. 2007. *Program fidelity and adaptation: Meeting local needs without compromising program effectiveness*. Madison, WI, University of Wisconsin-Madison/Extension. Retrieved from http://fyi.uwex.edu/whatworkswisconsin/files/2014/04/whatworks_04.pdf

*Oringanje, C., Meremikwu, M. M., Eko, H., Esu, E., Meremikwu, A. and Ehiri, J. E. 2009. Interventions for preventing unintended pregnancies among adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, N.PAG-N.PAG. doi:10.1002/14651858.CD005215.pub2

*Picot, J., Shepherd, J., Kavanagh, J., Cooper, K., Harden, A., Barnett-Page, E., . . . Frampton, G. K. 2012. Behavioural interventions for the prevention of sexually transmitted infections in young people aged 13-19 years: a systematic review. *Health Education Research*, 27(3), 495512.

Pound, P., Langford, R. and Campbell, R. 2016. What do young people think about their school-based sex and relationship education? A qualitative synthesis of young people's views and experiences. *British Medical Journal Open*, 6(9). doi:10.1136/bmjopen-2016-011329

Pulerwitz, J., Gortmaker, S. L. and DeJong, W. 2000. Measuring Sexual Relationship Power in HIV/STD Research. *Sex Roles*, 42(7), pp. 637-660. doi:10.1023/a:1007051506972

Rogow, D., Haberland, N., Del Valle, A., Lee, N., Osakue, G., Sa, Z. and Skaer, M. 2013. Integrating gender and rights into sexuality education: field reports on using It's All One. *Reproductive Health Matters*, 21(41), pp. 154-166. doi:10.1016/s0968-8080(13)41699-3

Rohrbach, L. A., Berglas, N. F., Jerman, P., Angulo-Olaiz, F., Chou, C. P. and Constantine, N. A. 2015. A Rights-Based Sexuality Education Curriculum for Adolescents: 1-Year Outcomes From a Cluster-Randomized Trial. *Journal of Adolescent Health*, 57(4), 399-406. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley.com/o/cochrane/clcentral/articles/910/CN-01131910/frame.html doi:10.1016/j.jadohealth.2015.07.004

Scott, S. and McNeish, D. 2013. *School leadership evidence review: using research evidence to support school improvement*. Bristol, UK, National Centre for Social Research for CUBeC and Dept for Education. Retrieved from http://www.bristol.ac.uk/medialibrary/sites/cubec/migrated/documents/evidencereview3.pdf.

*Shepherd, J., Kavanagh, J., Picot, J., Cooper, K., Harden, A., Barnett-Page, E., . . . Price, A. 2010. The effectiveness and cost-effectiveness of behavioural interventions for the prevention of sexually transmitted infections in young people aged 13-19: A systematic review and economic evaluation. *Health Technology Assessment*, 14(7), 1-230.

Stanton, B., Wang, B., Deveaux, L., Lunn, S., Rolle, G., Li, X., ... Gomez, P. 2015. Assessing the effects of a complementary parent intervention and prior exposure to a preadolescent program of HIV risk reduction for mid-adolescents. *American journal of public health*, 105(3), 575-583. Retrieved from http://onlinelibrary.wiley.com/o/cochrane/clcentral/articles/998/CN-01110998/frame.html doi:10.2105/AJPH.2014.302345

Stephenson, J. M., Strange, V., Forrest, S., Oakley, A., Copas, A., Allen, E., ... Johnson, A. M. 2004. Pupil-led sex education in England (RIPPLE study): cluster-randomised intervention trial. *The Lancet*, 364(9431), pp. 338-346. doi:10.1016/S0140-6736(04)16722-6

*Sutton, M. Y., Lasswell, S. M., Lanier, Y. and Miller, K. S. 2014. Impact of Parent-Child Communication Interventions on Sex Behaviors and Cognitive Outcomes for Black/AfricanAmerican and Hispanic/Latino Youth: A Systematic Review, 1988–2012. *Journal of Adolescent Health*, 54(4), 369-384. doi:10.1016/j.jadohealth.2013.11.004

Svanemyr, J., Amin, A., Robles, O. J., and Greene, M. E. 2015. Creating an enabling environment for adolescent sexual and reproductive health: a framework and promising approaches. *Journal of Adolescent Health*, 56(1 Suppl), S7-14. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.09.011

*Tolli, M. V. 2012. Effectiveness of peer education interventions for HIV prevention, adolescent pregnancy prevention and sexual health promotion for young people: a systematic

review of European studies. *Health Education Research*, 27(5), 904-913. doi:10.1093/her/cys055

UNESCO. 2009. *International Technical Guidance on Sexuality Education: An evidence-informed approach for schools, teachers and health educators.* Paris, UNESCO. Retrieved from http://data.unaids.org/pub/ExternalDocument/2009/20091210_international_guidance_sex uality_education_vol_1_en.pdf.

UNESCO. 2010. *Levers of Success: Case Studies of National Sexuality Education Programmes*. Paris, UNESCO. Retrieved from http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001884/188495e.pdf.

UNESCO. 2011. *School-based sexuality education programmes: A Cost and Cost-Effectiveness Analysis in Six Countries.* Paris, UNESCO. Retrieved from http://www.unesco.org/new/en/hiv-and-aids/our-priorities-in-hiv/sexualityeducation/costing-study/.

UNESCO. 2015. *Emerging Evidence, Lessons and Practice in Comprehensive Sexuality Education 2015. A Global Review.* Paris: UNESCO.

UNESCO. 2016. *Education for people and planet: Creating sustainable futures for all (Global Education Monitoring Report 2016*). Paris: UNESCO. Retrieved from http://gem-report2016.unesco.org/en/home/.

UNESCO and UNFPA. 2012. *Sexuality Education: A ten-country review of school curricula in East and Southern Africa.* Paris, UNESCO and UNFPA. Retrieved from http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002211/221121E.pdf.

UNESCO and UN Women. 2016. *Global guidance on addressing school-related gender-based violence.* Paris: UNESCO.

UNFPA-ESA. *How effective is comprehensive sexuality education in preventing HIV? Sunninghill.* South Africa, UNFPA Eastern and Southern Africa Regional Office.

UNFPA. 2014. UNFPA *Operational Guidance for Comprehensive Sexuality Education: A Focus on Human Rights and Gender*. New York, UNFPA. Retrieved from http://www.unfpa.org/publications/unfpa-operational-guidance-comprehensive-sexualityeducation

UNFPA. 2016. *Upsurge in sexuality education seen in countries with high HIV rates* [Press release]. Retrieved from http://www.unfpa.org/news/upsurge-sexuality-education-seen-countrieshigh-hiv-rates

UNICEF. 2012. *Global Evaluation of Life Skills Education Programmes. Final Report*. New York, UNICEF.

UNICEF. 2014. *Hidden in Plain Sight: A statistical analysis of violence against children*. New York, UNICEF. Retrieved from https://www.unicef.org/publications/index_74865.html.

USAID. 2012. *Making comprehensive sexuality educaiton available at national scale: A case study about tailoring international guidance for Kenya.* Washington, DC, USAID. Retrieved from https://www.iywg.org/sites/iywg/files/lessons_learned_sexuality_education_kenya.pdf.

Underhill, K., Montgomery, P. and Operario, D. 2007. Sexual abstinence only programmes to prevent HIV infection in high income countries: Systematic review. *British Medical Journal*, Vol. 335, No. 7613, pp. 248-248. http://bmj.com/cgi/content/full/335/7613/248 (Accessed 13 August 2017).

Villa-Torres, L., and Svanemyr, J. 2015. Ensuring Youth's Right to Participation and Promotion of Youth Leadership in the Development of Sexual and Reproductive Health Policies and Programs. *Journal of Adolescent Health*, 56(1), S51-S57. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.07.022

Visser, M. J. 2005. Life skills training as HIV/AIDS preventive strategy in secondary schools: evaluation of a large-scale implementation process. *SAHARA J: Journal of Social Aspects of HIV/AIDS,* 2(1), 203-216. doi:10.1080/17290376.2005.9724843

Wang, B., Stanton, B., Deveaux, L., Li, X., Koci, V., and Lunn, S. 2014. The impact of parent involvement in an effective adolescent risk reduction intervention on sexual risk communication and adolescent outcomes. *AIDS Education and Prevention*, 26(6), 500-520.

WHO. *Pakistan Country Synthesis Report: Successful Large-Scale Sustained Adolescent Sexual and Reproductive Health Programmes.* Geneva, WHO. (unpublished)

WHO Regional Office for Europe and BZgA. 2010. *Standards for Sexuality Education in Europe. A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists.* Cologne, BZgA.

Wight, D. 2011. The effectiveness of school-based sex education: What do rigorous evaluations in Britain tell us? *Education and Health*, 29(4), 72-78.

Wight, D., and Fullerton, D. 2013. A review of interventions with parents to promote the sexual health of their children. *Journal of Adolescent Health*, 52(1), 4-27. doi:10.1016/j.jadohealth.2012.04.014

နောက်ဆက်တွဲ (၆)
အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် လေ့လာသင်ယူမှုရည်ရွယ်ချက်များကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ပြင်ဆင်ရန်အတွက် ဆက်သွယ်ခဲ့သူများနှင့် အဓိကဖြေကြားသူများ၏ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ၊ ၂၀၁၇

ITGSE အချိန်နှင့်တပြေးညီဖြစ်စေရန် ပြင်ဆင်မှုလုပ်ငန်းစဉ်မှ တွေ့ရှိချက်နှင့် အကြံပြုချက်များအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန် တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှု စုစုပေါင်း ၁၆ ခုပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ၎င်းတို့ကို အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် လေ့လာသင်ယူမှု ရည်ရွယ်ချက်များ အပိုင်းအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိစေရန် CSE တွင် ပါဝင်မည့် အကြောင်းအရာများကို အဓိကဦးတည်၍ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ လေ့လာသင်ယူသူများနှင့် ဆရာဆရာမများကို အဓိကအရေးကြီးသော ပါဝင်ပတ်သက်သူများအဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့ပြီး အခြား ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များကိုလည်း ပါဝင်ပတ်သက်သူများအဖြစ် ထည့်သွင်းခဲ့ပါသည်။

ဘူကီနာဖာဆို၊ ကင်ညာ၊ ဂါနာ၊ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် ဂွာတီမာလာနိုင်ငံတို့မှ အသက် ၁၀ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်ကြား မူလတန်းနှင့် ဒုတိယအဆင့် ကျောင်းသူကျောင်းသား ၈ ဦးကို တွေ့ဆုံမေးမြန်းခဲ့သည်။ အယ်လ်ဂျီးရီးယား၊ ဘာကီနာဖာဆို၊ ဂါနာနှင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံတို့မှ မူလတန်းပြဆရာ ၄ ဦး နှင့် ဒုတိယအဆင့်ပြ ဆရာတစ်ဦး အပါအဝင် စုစုပေါင်းဆရာ ၅ ဦးကို တွေ့ဆုံမေးမြန်းခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်၊ အယ်လ်ဂျီးရီးယားနှင့် မာလာဝီနိုင်ငံတို့မှ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပြုစုမှု၊ ကျားမရေးရာနှင့် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ပညာရေးတို့တွင် ကျွမ်းကျင်သော ပညာရှင် ၃ ဦးလည်း ပါဝင်သည်။

အဓိကဖြေဆိုသူများကို အီးမေးလ် (သို့) တယ်လီဖုန်းမှတဆင့် တိုက်ရိုက်သော်လည်းကောင်း၊ ဒေသခံ အဖွဲ့အစည်းနှင့် အဆက်အသွယ်များမှ တဆင့်သော်လည်းကောင်း ဆက်သွယ်ခဲ့သည်။ ဖြေဆိုသူများက ပါဝင်ရန် သဘောတူပါက သိရှိနားလည်ပြီး သဘောတူခွင့်ပြုမှု (Informed Consent) ရယူရန် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ အရွယ်မရောက်သေးသူများ (အသက်မပြည့် သေးသူများ) အတွက်မှ ၁၈ နှစ်အောက် လေ့လာသင်ယူသူများ၏ မိဘများအတွက် 'မိဘ၏ သဘောတူခွင့်ပြုချက်' ပုံစံများပြုစု၍ ဘာသာပြန်ခဲ့သည်။ အကြောင်းကြားပြီး၍ မိဘထံမှ သဘောတူခွင့်ပြုချက်ရရှိပြီးသည်နှင့် ဖုန်းခေါ် ဆိုမေးမြန်းရန် အစီအစဉ်များ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ဖြေဆိုသူအမျိုးအစားတခုစီအတွက် မေးမြန်းရန် လမ်းညွှန်များပြုစုခဲ့ပြီး ၎င်းတို့တွင် အင်္ဂလိပ်၊ ပြင်သစ်၊ စပိန်ဘာသာတို့ဖြင့် မေးမြန်းနိုင်ရန် ကြိုတင်ဆုံးဖြတ်ပြင်ဆင်ထားသော လမ်းညွှန်မေးခွန်းအစုများ ပါဝင်သည်။ ဖြေဆိုသူ ၂ ဦးက လက်ရေးဖြင့်ဖြည့်စွက်ထားသော မေးခွန်းလွှာကို Scan ပုံရိုပ်ဖတ်ပြီး အီးမေးဖြင့် ပို့ပေးခဲ့ခြင်းမှလွဲ၍ ကျန်မေးမြန်းမှုအားလုံးကို Skype သို့မဟုတ် တယ်လီဖုန်းမှတဆင့် ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ Skype နှင့် တယ်လီဖုန်းတို့ဖြင့်ပြုလုပ်သော မေးမြန်းမှုများသည် အချိန် ၁ နာရီမှ ၁ နာရီခွဲခန့် ကြာမြင့်ခဲ့သည်။ ဖြေဆိုမှုများကို မှတ်တမ်းတင်ပြီးတွေ့ရှိချက်များကိုအကျဉ်းချုပ် ကာ လမ်းညွှန်စာအုပ်အား အချိန်ကာလနှင့် တပြေးညီ ဖြစ်စေရန် ပြင်ဆင်ရာတွင် သတင်းအချက်အလက်ပေးသည့် စာပေမှတ်တမ်းပြန်လည်သုံးသပ်မှု (Desk review) တွင် ပေါင်းစပ်ထည့်သွင်းခဲ့ပါသည်။

ကျောင်းသားကျောင်းသူများ၊ မူလတန်းနှင့် ဒုတိယအဆင့်

ပထမအမည် (1st name)	အသက်	နိုင်ငံ
Soubeiga	၁၀	ဘာကီနိဖာဆို
Nacro	၁၀	ဘာကီနိဖာဆို
Emmanuel	၁၂	ကင်ညာ
Vacaecelia	၁၂	ကင်ညာ
Sandra	၁၄	ဂါနာ
Celeb	၁၆	အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု
Madelyn	၁၈	အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု
Ana	၁၈	ဂွာတီမာလာ

ဆရာ/ဆရာမများ

အမည်	ကျောင်းအဆင့်	နိုင်ငံ
AngelaBessahSagoe	မူလတန်းပြ	ဂါနာ
Sam Talato Sandine Nacro	မူလတန်းပြ	ဘာကီနိဖာဆို
Sylvie Kansono	မူလတန်းပြ	ဘာကီနိဖာဆို
Sakshi Rajeshirke	မူလတန်းပြ	အိန္ဒိယ
Mohamed Beldjenna	ကျောင်းအုပ်နှင့် ဒုတိယ အဆင့်သင် ဆရာ	အယ်လ်ဂျီးရီးယား

Other stakeholders

အမည်	ကျောင်းအဆင့်	နိုင်ငံ
Joyce Carol Kasambara	သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပြုစုမှု အကြီးတန်း ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်	မာလာဝီ
Dr. Kamel Bereksi	de l'association Santé Sidi El Houari SDH အသင်းဥက္ကဌ	အယ်လ်ဂျီးရီးယား
Dr. Rob Ubaidur	ဝါရင့်ပညာရှင်နှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် Population Council ဒါရိုက်တာ (ဆယ်ကျော်သက်များအတွက် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်စရာ၊ ဝင်ငွေနှင့် အသိပညာစီမံချက် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် အဖွဲ့အစည်း ကြီးကြပ်ရေးအပါအဝင်)	Bangladesh

နောက်ဆက်တွဲ (၇)
အဓိက သဘောတရားများ၊ အကြောင်းအရာ ခေါင်းစဉ်များနှင့် သင်ယူလေ့လာမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို အချိန်နှင့်တပြေးညီစေရန် ပြင်ဆင်ရာတွင် အသုံးပြုခဲ့သော ရည်ညွှန်း စာအုပ်စာတမ်းများနှင့် ရင်းမြစ်များ စာရင်း

စာအုပ်စာပေများ ဆန်းစစ်လေ့လာမှုတွင် ပါဝင်သည့် ရည်ညွှန်းစာအုပ်စာပေများ

Avni, A. and Chandra-Mouli, V. 2014. Empowering adolescent girls: developing egalitarian gender norms and relations to end violence. *Reproductive Health*, 11: 75. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4216358/

Bonilla, E. 2016. *National Experience of Developing and Delivering Sexuality Education, Mexico*. Presentation at the Consultation on updating International Technical Guidance on Sexuality Education (ITGSE), Paris, October 2016. (Unpublished).

Das M., et al. 2012. *Engaging Coaches and Athletes in Fostering Gender Equity: Findings from the Parivartan Program in Mumbai, India*. New Delhi, ICRW and Futures Without Violence. https://www.icrw.org/wp-content/uploads/2016/10/Parivartan-Engaging-Coaches-and-Athletes-in-Fostering-Gender-Equity.pdf

Dupas, P. 2011. Do teenagers respond to HIV risk information? Evidence from a field experiment in Kenya. *American Economic Journal: Applied Economics*, 3(1), 1-34. http://web.stanford.edu/~pdupas/HIV_teenagers.pdf

Future of Sex Education Initiative. 2012. *National Sexuality Education Standards: Core Content and Skills, K-12*. http://www.futureofsexed.org/nationalstandards.html

Future of Sex Education Initiative. 2012. *National Teacher Preparation Standards for Sexuality Education Standards*. http://www.futureofsexed.org/documents/teacher-standards.pdf

Haberland, N. 2010. *What happens when programs emphasize gender? A review of the evaluation research*. Presentation at Global Technical Consultation on Comprehensive Sexuality Education, 30 November to 2 December, Bogota, Colombia.

Haberland, N. 2015. The case for addressing gender and power in sexuality and HIV education: a comprehensive review of evaluation studies. *International Perspectives Sexual and Reproductive Health*, 41(1), 31-42.

Herat, J., Hospital, X., Kalha, U., Alama, A. and Nicollin, L. 2014. *Missing the Target: Using Standardised Assessment Tools to Identify Gaps and Strengths in Sexuality Education Programmes in West and Central Africa*. Paper for 20th International AIDS Conference, Melbourne, Australia, 20–25 July, 2014.

International Planned Parenthood Federation. 2010. *Framework for Comprehensive Sexuality Education*. London, IPPF. http://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_framework_for_comprehensive_sexuality_education.pdf

Kirby, D., Laris, B., and Rolleri, L. 2006. *The impact of Sex and HIV Education Programs in Schools and Communities on Sexual Behaviors Among Young Adults*. New York, Family Health International (FHI). https://www.iywg.org/sites/iywg/files/youth_research_wp_2.pdf

Ministerio de Educación Nacional Republica de Colombia 2016. *Modulo 2, El Proyecto Pedagógico y sus hilos conductores*. http://www.colombiaaprende.edu.co/html/productos/1685/articles-172208_recurso_1.pdf

Ministerio de Educación Nacional, Republica de Colombia, et al. 2016. *Ambientes Escolares Libres de Discriminación*. Bogota, Ministerio de Educación Nacional. https://unicef.org.co/sites/default/files/informes/Ambientes%20escolares%20Libres%20de%20Discriminacion%20May%202016_0.pdf

Ministry of Drinking Water and Sanitation of the Government of India. 2015. *Menstrual Hygiene Management National Guidelines*. http://www.mdws.gov.in/sites/default/files/Menstrual%20Hygiene%20Management%20-%20Guidelines_0.pdf

Montgomery, P. and Knerr, W. 2016. *Updating the United Nations International Technical Guidance on Sexuality Education: Vol. 2. Evidence and recommendations*. Presentation at the Consultation on updating International Technical Guidance on Sexuality Education (ITGSE), Paris, October 2016. (Unpublished).

UNESCO. 2009. *International Technical Guidance on Sexuality Education: An Evidence-informed approach for schools, teachers and health educators*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281e.pdf

UNESCO. 2012. *Good policy and practice in HIV and Health Education. Booklet 7: Gender equality, HIV, and education*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002187/218793e.pdf

UNESCO. 2014a. *Good policy and practice in health education. Booklet 9: Puberty education and menstrual hygiene management*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002267/226792e.pdf

UNESCO. 2014b. *Comprehensive Sexuality Education: The Challenges and Opportunities of Scaling–Up*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002277/227781E.pdf

UNESCO. 2015. *Emerging Evidence, Lessons and Practice in Comprehensive Sexuality Education: A Global Review*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002431/243106e.pdf

UNESCO. 2016. *Out in the Open: Education Sector Responses to Violence based on Sexual Orientation and Gender Identity/Expression*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002447/244756e.pdf

UNESCO. 2016. *Review of the evidence on sexuality education. Report to inform the update of the UNESCO International Technical Guidance on Sexuality Education*. Prepared by Paul Montgomery and Wendy Knerr, University of Oxford Centre for Evidence-Based Intervention. Paris, UNESCO.

UNESCO. 2016. *Meeting Notes of the consultation on updating International Technical Guidance on Sexuality Education (ITGSE).* Paris, October 2016. (Unpublished).

UNESCO. 2016. *Survey Findings: Updating the International Technical Guidance on Sexuality Education. Presentation at the Consultation on updating International Technical Guidance on Sexuality Education (ITGSE)*. Paris, October 2016. (Unpublished).

UNESCO-IBE and UNESCO Office Yaoundé. 2014. *Guide pédagogique pour le développement des compétences en éducation à la santé reproductive, au VIH et au SIDA à l'usage des formateurs-trices et des enseignants-es 2014.* Switzerland, UNESCO-IBE. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002294/229421f.pdf

UNESCO and UN Women. 2016. *Global Guidance on Addressing School-Related Gender-Based Violence.* Paris/UNESCO, UNESCO/UN Women. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002466/246651E.pdf

United Nations. 2016. *Ending the torment: tackling bullying from the schoolyard to cyberspace.* New York, Office of the Special Representative of the Secretary-General on Violence against Children. http://srsg.violenceagainstchildren.org/sites/default/files/2016/End%20bullying/bullyingreport.pdf

WHO Regional Office for Europe and BZgA.2010. *Standards for Sexuality Education in Europe. A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists*. Cologne, WHO. http://www.oif.ac.at/fileadmin/OEIF/andere_Publikationen/WHO_BZgA_Standards.pdf

ဒေသအလိုက်နှင့် နိုင်ငံအလိုက် မူဘောင်များ၊ လမ်းညွှန်များနှင့် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းများ

Beaumont and Maguire. 2013. *Policies for Sexuality Education in the European Union. Brussels: Policy Department C - Citizens' Rights and Constitutional Affairs European Parliament.* http://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/note/join/2013/462515/IPOL-FEMM_NT(2013)462515_EN.pdf

The Caribbean Community Secretariat (CARICOM) and UNICEF. 2010. *The Health and Family Life Education Regional Curriculum Framework Ages 5 Years to 12 Years Version 2.1*. Bridgetown, UNICEF. http://www.open.uwi.edu/hflecaribbean/curricula

Colectivo de Autores 2011. *Orientaciones Metodológicas Educación Preescolar, Primaria y Especial.* Ministerio de Educación. http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Havana/pdf/Libro%20Educacion%20de%20la%20sexualidad%201.pdf

Colectivo de Autores 2011. *Orientaciones Metodológicas Educación Secundaria Básica, Preuniversitaria Técnico y Profesional y de Adultos.* http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Havana/pdf/Libro%20Educacion%20de%20la%20sexualidad%202.pdf

Ministerio de Educación Presidencia de la Nación y Consejo Federal de Educación. 2010. *Lineamientos Curriculares para la Educación Sexual Integral.* http://www.me.gov.ar/me_prog/esi/doc/lineamientos.pdf

Ministerio de Educación, El Salvador. 2014. *Actualización Curricular de la Educación Integral de la Sexualidad en el Sistema Educativo de El Salvador, con Enfoques de Genero y Derechos Humanos (Educación parvularia, primer ciclo, segundo ciclo, tercer ciclo, y educación media)*. San Salvador, Ministerio de Educación. https://www.mined.gob.sv/index.php/noticias/item/7212-educacion-integral-de-la-sexualidad

Ministerio de Educación, Perú. 2016. *Currículo Nacional de la Educación Básica*. http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-2016-2.pdf

Ministerio de Educación Nacional, Republica de Colombia 2016. *El Proyecto Pedagógico y sus Hilos Conductores.* Bogotá: Ministerio de Educación Nacional. http://www.colombiaaprende.edu.co/html/productos/1685/articles-172208_recurso_1.pdf

Ministerio de Educación Nacional, Republica de Colombia, et al. 2016. *Ambientes Escolares Libres de Discriminación*. Bogota: Ministerio de Educación Nacional. https://unicef.org.co/sites/default/files/informes/Ambientes%20escolares%20Libres%20de%20Discriminacion%20May%202016_0.pdf

Ministerio de Educación, Republica de Panamá 2016. *Guía de Educación de la Sexualidad para Docentes de Educación Primaria (1ºa 6º grado)*. http://www.prensa.com/sociedad/Conozca-guias-sexualidad-Meduca_0_4525047519.html

Ministerio de Educación, Republica de Panamá 2016. *Guía de Educación Integral de la Sexualidad para Docentes de Educación Premedia y personal técnico de los Gabinetes Psicopedagógicos*. http://www.prensa.com/sociedad/EIS-PREMEDIA_LPRFIL20160709_0004.pdf

Ministerio de Educación, Republica de Panamá 2016. *Guía de Educación Integral de la Sexualidad para Docentes de Educación Media y Personal Técnico de los Gabinetes Psicopedagógicos (10mo a 12mo grado).* http://www.prensa.com/sociedad/guia-EIS-MEDIA-_meduca-panama_LPRFIL20160709_0003.pdf

Ministry of Drinking Water and Sanitation of the Government of India. 2015. *Menstrual Hygiene Management National Guidelines.* http://www.mdws.gov.in/sites/default/files/Menstrual%20Hygiene%20Management%20-%20Guidelines_0.pdf

Ministry of Education, Republic of Trinidad and Tobago. 2009. *Secondary School Curriculum. Forms 1–3 Health and Family Life Education*. http://www.ibe.unesco.org/curricula/trinidadtobago/tr_ls_lf_2009_eng.pdf

Ministry of Education and Vocational Training of the United Republic of Tanzania. 2010. *National life skills education framework in Tanzania.* http://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/resources/Tanzania_National_Life_Skills_Education_Framework_Final_Draft.pdf

Pacific Islands Forum Secretariat. 2009. *Pacific Education Development Framework.* http://www.forumsec.org/resources/uploads/attachments/documents/Pacific%20Education%20Development%20Framework%202009-2015.pdf

UNESCO-IBE and UNESCO Office Yaoundé. 2014. *Guide pédagogique pour le développement des compétences en éducation à la santé reproductive, au VIH et au SIDA à l'usage des formateurs-trices et des enseignants-es 2014.* Switzerland, UNESCO-IBE. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002294/229421f.pdf

WHO Regional Office for Europe and BZgA.2010. *Standards for Sexuality Education in Europe. A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists.* Cologne, WHO. http://www.oif.ac.at/fileadmin/OEIF/andere_Publikationen/WHO_BZgA_Standards.pdf

ပြန်လည်ဆန်းစစ်လေ့လာမှုများ၊ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုများ၊ လေ့လာမှုများ

Agbemenu, K. and Schlenk, E. 2011. An Integrative Review of Comprehensive Sex Education for Adolescent Girls in Kenya. *Journal of Nursing Scholarship*, 43 (1), pp. 54-63. http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1547-5069.2010.01382.x/abstract

Acharya, D.R., Van Teijlingen, E.R., and Simkhada, P. 2009. Opportunities and challenges in school-based sex and sexual health education in Nepal. *Kathmandu University Medical Journal*, 7(28), pp. 445-453. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20502093

Alcántara, E. (2012). Alcántara, E. 2012. *Educación sexual en la escuela como base para la equidad social y de género*. UNFPA. http://countryoffice.unfpa.org/dominicanrepublic/drive/EstadodelaeducsexualyVBGenlasescuelas310812.pdf

Amaugo, L.G., Papadopoulos, C., Ochieng, B. and Ali, N. 2014. The effectiveness of HIV/AIDS school-based sexual health education programmes in Nigeria: a systematic review. *Health Education Research*, 29, 4: pp. 633-648. http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/14681811.2015.1123148?needAccess=true

Andrade, H., Brito de Mello, M., Sousa, M., Makuch, M., Bertoni, and N., Faúndes . 2009. Changes in sexual behavior following a sex education program in Brazilian public schools. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 25(5), pp:1168-1176. http://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/resources/santiago_andrade_2009_changes_in_sexual_behavior_in_brazil_public_schools.pdf

Chau, K., Traoré Seck, A., Chandra-Mouli, V. and Svanemyr, J. 2016. Scaling up sexuality education in Senegal: integrating family life education into the national curriculum. *Sex Education: Sexuality, Society and Learning*, 15 (2), pp. 204-216. http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14681811.2015.1123148

Cheney, K. et al. Oosterhoff, P., et al. 2017. Feeling 'Blue': Pornography and Sex Education in Eastern Africa. *IDS Bulletin,* Volume 48, Number 1.UK: Institute of Development Studies.

Chhabra, R., Springer, C., Rapkin, B., and Merchant. (2008). Differences among male/female adolescents participating in a school-based teenage education program (step) focusing on HIV prevention in India. *Ethnicity and Disease*, 18 (Spring 2008), pp. 123-127. http://www.ishib.org/ED/journal/18-2s2/ethn-18-02s2-123.pdf

Clarke, D. 2010. *Sexuality education in Asia: Are we delivering?* An assessment from a rights-based perspective. Bangkok, Plan. http://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/resources/bangkok_sexualityeducationasia.pdf

DeMaria, L., Galárraga, O., Campero, L. and Walker, D. 2009. Educación sobre sexualidad y prevención del VIH: Un diagnóstico para América Latina y el Caribe. *Revista Rev Panam Salud Publica*, 26(6), pp. 485–493.

Government of Southern Australia. 2011. *Cyber Safety: Keeping Children Safe in a Connected World.* http://old.decd.sa.gov.au/docs/documents/1/CyberSafetyKeepingChildre.pdf

Haberland, N. and Rogow, D. 2015. Emerging trends in evidence and practice. *Journal of Adolescent Health*, 56, pp. S15eS21. http://www.jahonline.org/article/S1054-139X%2814%2900345-0/pdf

Huaynoca, S., Chandra-Mouli, V., Yaqub Jr, N., and Denno, D. 2014. Scaling up comprehensive sexuality education in Nigeria: from national policy to nationwide application. *Sex Education, Sexuality, Society and Learning,* 14(2), pp. 191-209. http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14681811.2013.856292

Ismail, S., Shajahan A., Sathyanarayana Rao, T.S., and Wylie, K. 2015. Adolescent sex education in India: Current perspectives. *Indian Journal of Psychiatry*, 57(4), pp. 333-337. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4711229/

Ministerio de Educación Nacional, Republica de Colombia et al. 2014. *Evaluación del Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía – PESCC.* https://fys.uniandes.edu.co/site/index.php/component/docman/doc_download/7-informe-evaluacion-programa-de-educacion.../

Munsi, K. and Guha, D. 2014. Status of Life Skill Education in Teacher Education Curriculum of SAARC Countries. A Comparative Evaluation. *Journal of Educaiton and Social Policy*, 1(1), pp. 93-99. http://jespnet.com/journals/Vol_1_No_1_June_2014/13.pdf

Rocha, A.C., Leal, C., and Duarte, C. 2016. School-based sexuality education in Portugal: strengths and weaknesses. *Sex Education: Sexuality, Society and Learning*, 16(2), pp. 172-183. http://dx.doi.org/10.1080/14681811.2015.1087839

Schutte, L. et al. 2014. Long Live Love. The implementation of a school-based sex-education program in the Netherlands. *Health Education Research*. 29 (4), pp. 583-597. https://doi.org/10.1093/her/cyu021

UNAIDS. 2016. *HIV Prevention among adolescent girls and young women*. Geneva: UNAIDS. http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/UNAIDS_HIV_prevention_among_adolescent_girls_and_young_women.pdf

UNESCO. 2012. *Good policy and practice in HIV and Health Education. Booklet 7: Gender equality, HIV, and education.* Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002187/218793e.pdf

UNESCO. 2012. *Review of Policies and Strategies to Implement and Scale Up/Sexuality Education in Asia and the Pacific*. Bangkok, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002150/215091e.pdf

UNESCO. 2014. *Developing an education sector response to early and unintended pregnancy*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0023/002305/230510e.pdf

UNESCO. 2015.*Emerging evidence and lessons and practice in comprehensive sexuality education review*. http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002431/243106e.pdf

UNESCO and UN Women. 2016. *Global guidance on addressing School-related gender-based violence*. Paris, UNESCO http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002466/246651E.pdf

UNESCO and Radboud University Nijmegen Medical Center. 2011. *Cost and Cost effectiveness analysis. School-based sexuality education programs in six countries*. Paris, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002116/211604e.pdf

UNESCO and UNFPA. 2012. *A ten-country review of school curricula in East and Southern Africa.* Johannesburg, UNESCO. http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002211/221121E.pdf

UNESCO, UNFPA, PEPFAR, USAID, Health Communication Capacity Collaborative. 2015. *Comprehensive Sexuality Education in Teacher Training in Eastern and Southern Africa.* Johannesburg, UNESCO. http://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/resources/cse_in_teacher_training_in_esa.pdf

UNFPA. 2010. *Comprehensive Sexuality Education: Advancing Human Rights, Gender Equality and Improved Sexual and Reproductive Health. A Report on an International Consultation to Review Current Evidence and Experience.* Bogotá, Columbia. http://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/Comprehensive%20Sexuality%20Education%20Advancing%20Human%20Rights%20Gender%20Equality%20and%20Improved%20SRH-1.pdf

UNICEF. 2009. *Strengthening Health and Family Life Education in the Region. The Implementation, Monitoring, and Evaluation of HFLE in Four CARICOM Countries*. Bridgetown, UNICEF. https://www.unicef.org/easterncaribbean/Final_HFLE.pdf

UNICEF. 2012. *Global Evaluation of Life Skills Education Programmes*. New York, UNICEF. https://www.unicef.org/evaluation/files/USA-2012-011-1_GLSEE.pdf

UNICEF. 2013. *Menstrual Hygiene Management in Schools in Two Countries of Francophone West Africa: Burkina Faso and Niger Case Studies.* https://www.unicef.org/wash/schools/files/MHM_study_report_Burkina_Faso_and_Niger_English_Final.pdf

UNICEF. 2013. *The Status of HIV Prevention, Sexuality and Reproductive Health: Fiji, Kiribati, Solomon Islands and Vanuatu.* Suva, UNICEF. https://www.unicef.org/pacificislands/SRH_education_review_report_-_final.pdf

UNICEF and the Ministry of Education. 2011. *An Assessment of the Life-Skills Based Curriculum Project in Lao PDR.* Bangkok, UNICEF and Ministry of Education. https://www.unicef.org/eapro/Assessment_of_the_lifeskills.pdf

UNICEF and Ministry of Education. 2016. *Review of Comprehensive Sexuality Education in Thailand.* Bangkok, UNICEF. http://hivhealthclearinghouse.unesco.org/sites/default/files/resources/comprehensivesexualityeducationthailand_en.pdf

Wood, S. and Rogow, D. 2015. *Can Sexuality Education Advance Gender Equality and Strengthen Education Overall? Learning from Nigeria's Family Life and HIV Education Program*. New York, International Women's Health Coalition. https://iwhc.org/wp-content/uploads/2015/12/Nigeria_FLHE_FINAL-nospreads.pdf

Wood, L. and Rolleri, L. 2014. Designing an effective sexuality education curriculum for schools: lessons gleaned from the Southern African literature. *Sex Education:* Sexuality, Society and Learning, 14 (5), pp. 525-542. http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14681811.2014.918540

နောက်ဆက်တွဲ (၈)
ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုအခြေပြု HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြည့် ကြီးကြပ်ရန်အတွက် အဆိုပြုထားသော အညွှန်းကိန်းများ

ကျောင်းအားလုံးတွင် ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုအခြေပြု HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာ' ပညာပေးလုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်း၏ တိုးတက်မှုကို ဆန်းစစ်နိုင်ရန် UNESCO နှင့် UNAIDS ၏ HIVနှင့် ကျန်းမာရေးပညာပေး အေဂျင်စီပေါင်းစုံ လုပ်ငန်းအဖွဲ့ (IATT) တို့က ပညာရေးကဏ္ဍအား **'ပြီးခဲ့သည့် စာသင်နှစ်တွင် ဘဝတွက်တာကျွမ်းကျင်မှု အခြေပြု HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း ဆောင်ရွက် ခဲ့သော ကျောင်းများ ရာခိုင်နှုန်း'** ဟူသော အညွှန်းကိန်းကို အသုံးပြုတိုင်းတာရန် အကြံပြုသည်။

ဤအညွှန်းကိန်းက (သီးခြားစာမေးပွဲစစ်နိုင်သော ဘာသာရပ်တစ်ခုအနေနှင့် သို့မဟုတ် အခြား သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပါ ဘာသာရပ်များတွင် ပေါင်းစည်းလျက်) ပုံမှန်သင်ရိုးညွှန်းတမ်းထဲတွင် နှင့်/သို့ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းပြင်ပ လှုပ်ရှားမှုများ၏ အစိတ်အပိုင်းတခုအနေနှင့် ထည့်သွင်းထားသော ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုအခြေပြု HIV နှင့် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးရေးအတွက် 'မပါမဖြစ်' ပါဝင်ရမည့် အကြောင်းအရာများနှင့် 'ပါဝင်သင့်သော' အကြောင်းအရာများ စုစည်းမှုတစ်ခုကို အဆိုပြုထားပါသည်။ ထိုအကြောင်းအရာများကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားသည်။

ခေါင်းစဉ်များ/ ပါဝင်အကြောင်းအရာ

အထွေထွေ ဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်စရာများ	
မပါမဖြစ် ပါရမည့် ခေါင်းစဉ်များ	ဆုံးဖြတ်ချက်ချခြင်း၊ ခိုင်မာပြတ်သားမှုရှိခြင်း၊ ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်း၊ ဆွေးနွေးခြင်း၊ ငြင်းဆိုခြင်း၊ လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ လုပ်ပိုင်ခွင့်စွမ်းရည် မြှင့်တင်ခြင်း
ပါသင့်သည့် ခေါင်းစဉ်များ	လက်ခံခြင်း၊ သည်းခံခြင်း၊ စာနာခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု မပြုခြင်း အခြားဘဝတွက်တာ ကျွမ်းကျင်မှုများ
လိင်နှင့်မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး (SRH)၊ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' (SE)	
မပါမဖြစ် ပါရမည့် ခေါင်းစဉ်များ	လူသားတို့၏ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးပုံ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာခန္ဓာဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒ မိသားစုဘဝ၊ အိမ်ထောင်ပြုခြင်း၊ ရေရှည်ကတိကဝတ်နှင့် အပြန်အလှန် ဆက်ဆံရေးများ လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ ယဉ်ကျေးမှုနှင့် လိင်မှုရေးရာ၊ လိင်မှုရေးရာနှင့် ပတ်သက်သည့် တန်ဖိုးထားမှုများ၊ ခံယူချက်များ၊ လူမှုရေး စံနှုန်းများနှင့် မီဒီယာ၊ မျိုးဆက်ပွားခြင်း ကျားမတန်းတူညီမျှရေးနှင့် ကျားမရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အနိုင်အထက်ပြုခြင်း၊ မလိုလားသော (သို့) အတင်းအကြပ် လိင်အပြုအမူကို ဆန့်ကျင်ခုခံခြင်း ကွန်ဒုံးများ လိင်မှုဆိုင်ရာ အမူအကျင့် (လိင်မှုဆိုင်ရာ အလေ့အထများ၊ သာယာမှုနှင့် ခံစားချက်များ) STI ကူးစက်ပုံနှင့် ကာကွယ်ရေး
ပါသင့်သည့် ခေါင်းစဉ်များ	ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် မွေးဖွားခြင်း ကွန်ဒုံးအပြင် အခြားသန္ဓေတားနည်းလမ်းများ ကျားမ အခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော အလေ့အထများ၊ အကြမ်းဖက်မှုကို ငြင်းပယ်ဖယ်ရှားခြင်း လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ မတူကွဲပြားမှုများ SRH ဝန်ဆောင်မှု အရင်းအမြစ်များ၊ ဝန်ဆောင်မှုရယူခြင်း SRH, SE နှင့် ပတ်သက်သည့် အခြားအကြောင်းအရာများ

HIV နှင့် AIDS ဆိုင်ရာ သီးသန့်အကြောင်းအရာများ	
မပါမဖြစ် ပါရမည့် ခေါင်းစဉ်များ	HIV ကူးစက်ပုံ HIV ကာကွယ်ရေး၊ ကွန်ဒုံးအသုံးပြုမှုအပါအဝင် ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှု အလေ့အထ HIV ကုသမှု
ပါသင့်သည့် ခေါင်းစဉ်များ	HIV နှင့်ဆက်စပ်၍ ကဲ့ရဲ့နှိမ်ချမှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု၊ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ သွေးစစ်ခြင်းနှင့် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်းအတွက် ဝန်ဆောင်ဌာနများ၊ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးခြင်း၊ ကုသခြင်း၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် ပံ့ပိုးမှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများရယူခြင်း HIV နှင့် AIDS နှင့်ဆိုင်သော အခြားသီးသန့်အကြောင်းအရာများ ၆

ရင်းမြစ် - *UNESCO, 2013a. HIV နှင့် AIDS အတွက် ပညာရေးကဏ္ဍ၏ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်မှု၊ အဓိက အညွှန်းကိန်းများကို တည်ဆောက်အသုံးပြုခြင်းအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များ၊ ပဲရစ်၊ UNESCO.*

UNESCO

ကုလသမဂ္ဂ ပညာရေး၊ သိပ္ပံနှင့် ယဉ်ကျေးမှု အဖွဲ့အစည်း

ပညာရေး ကဏ္ဍ

ပြန်လည်တည်းဖြတ်မှု

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်

အထောက်အထားများမှ အချက်အလက်ရယူထားသည့် ချဉ်းကပ်ပုံနည်းလမ်း

ကုလသမဂ္ဂ၏ *'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန်*ကို ကျောင်းများ၊ ဆရာ ဆရာမများနှင့် ကျန်းမာရေးပညာပေးသူများအတွက် အထောက်အထားအခြေပြု နည်းလမ်းအနေနှင့် ၂၀၀၉ ခုနှစ်တွင် ပထမအကြိမ် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ ထုတ်ဝေပြီးသည့်နောက်ပိုင်းတွင် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' နှင့် သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ်၌ မြန်ဆန်သော ပြောင်းလဲမှုများ ရှိလာခဲ့သည်ကို သိမှတ်လျက် ပိုမိုကျယ်ပြန့်သည့် ကုလသမဂ္ဂ ပူးပေါင်းထုတ်ဝေသူများအုပ်စုသည် လေ့လာသင်ယူသူ လူငယ်များ၏ လက်ရှိကာလ လိုအပ်ချက်များကို သင့်လျော်စွာ တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းပေးနိုင်ရန်နှင့် ထိုလိုအပ်ချက်များကို ဦးတည်ဖြေရှင်းရန် ကြိုးပမ်းနေသည့် ပညာရေးစနစ်များနှင့် ဆောင်ရွက်သူများအား ပံ့ပိုးပေးနိုင်ရန်အတွက် ပါဝင်အကြောင်းအရာများကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်၍ အချိန်ကာလနှင့် တပြေးညီဖြစ်စေရန် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။

'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာများ' အတွက် နိုင်ငံတကာ နည်းပညာလမ်းညွှန် (ပြန်လည်တည်းဖြတ်မှု) သည် ထိရောက်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာ' (CSE) လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ၏ သွင်ပြင်လက္ခဏာများအတွက် ခိုင်မာသည့် နည်းပညာအကြံပြုချက်များကို ပေးအပ်ပါသည်။ 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ကို ပညာပေးရာတွင် ပါဝင်သင့်ကြောင်း ထောက်ခံအကြံပြုထားသည့် အကြောင်းအရာခေါင်းစဉ်များနှင့် လေ့လာသင်ယူမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်များ စုစည်းမှုတစ်ခုကိုလည်း ဖော်ပြထားသည့်အပြင် ထိရောက်သော 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ ဘဝတွက်တာ သိမှတ်စရာ' (CSE) လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များအား အစီအစဉ်ရေးဆွဲရန်၊ ဆောင်ရွက်ရန်နှင့် စောင့်ကြည့် ကြီးကြပ်နိုင်ရန် ထောက်ခံအကြံပြုချက်များကိုလည်း တင်ပြထားပါသည်။

ဤ ပြန်လည်တည်းဖြတ်ထားသည့် လမ်းညွှန်က လူ့အခွင့်အရေးနှင့် ကျားမတန်းတူညီမျှမှု မူဘောင်အတွင်း 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း၏ အနေအထားကို ထပ်မံအတည်ပြုပေးပါသည်။ ၎င်းက လိင်မှုရေးရာနှင့် ဆက်ဆံရေးတို့အကြောင်းကို အပြုသဘောဆောင်၍ ခိုင်မာစေပြီး လူငယ်တို့အတွက် အကောင်းဆုံး အကျိုးအမြတ်ကို ဗဟိုပြုသည့် သဘောထားဖြင့် စနစ်တကျဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်မှုဖြင့် လေ့လာသင်ယူနိုင်စေရန် အားပေးမြှင့်တင်ပါသည်။ ၎င်းကို နောက်ဆုံးရ အထောက်အထားများနှင့် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးတွင် CSE လုပ်ငန်းအစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်ရာမှ ရရှိခဲ့သော သင်ခန်းစာများကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်မှုများအား အခြေခံကာ ပြုစုထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤ ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်ထားသည့်လမ်းညွှန်သည် အဓိကအားဖြင့် ပန်းတိုင် ၃ - အားလုံးအတွက် ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်မှု နှင့် ဘဝ ချမ်းသာသုခ၊ ပန်းတိုင် ၄ - အားလုံးအတွက် အရည်အသွေးမီ ပညာရေးနှင့် ပန်းတိုင် ၅ - ကျားမ တန်းတူညီမျှမှုတို့ အပါအဝင် စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးရေး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် အများအပြားကို အမှန်တကယ် ပြည့်မြောက်နိုင်စေရေးအတွက် 'မျိုးပွားခြင်း၊ သဘာဝနှင့် လူမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ' ပညာပေးခြင်း၏ ပါဝင်ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်မှုကို ထင်ဟပ်နေပါသည်။

9 789230 000752

4 အရည်အသွေးမီ ပညာရေး

စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးရေး ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်