ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

ម៉ូឌុលទី ១ ខ្ញុំ និងបរិស្ថានជុំវិញខ្ញុំ

កម្មវិធីសិក្សា Gap Inc. P.A.C.E.

សម្រាប់សិស្សវ័យជំទង់ (អាយុ១១ ដល់ ១៣ឆ្នាំ)

គាំទ្រដោយក្រុមហ៊ុន Gap Inc.

រៀបចំដោយ អង្គការសកម្មភាពសម្រាប់ការអប់រំនៅកម្ពុជា (ខេប)

កម្មវិធីសិក្សា Gap Inc. P.A.C.E.

ការដាក់ទុនលើជំនាញថ្មីដើម្បីអនាគត

Personal Advancement and Career Enhancement

កម្មវិធីសម្រាប់ក្មេងស្រីវ័យជំទង់
(អាយុ១១ ដល់ ១៣ឆ្នាំ)

សៀវភៅណែនាំសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

មាតិកា

សេចក្តីណែនាំស្តីពីការប្រើប្រាស់សៀវភៅ i

ម៉ូឌុលទី១ - ខ្ញុំ និងបរិស្ថានជុំវិញខ្ញុំ 1

ជំពូកទី១ ៖ អត្តសញ្ញាណ 2

មេរៀនទី១ ៖ ខ្ញុំ និងខ្លួនរបស់ខ្ញុំ 3

មេរៀនទី២ ៖ ខ្ញុំ និងអ្នកដទៃ 9

ជំពូកទី២ ៖ យេនឌ័រ 15

មេរៀនទី៣ ៖ ការយល់ដឹងពីយេនឌ័រ 17

មេរៀនទី៤ ៖ តើតួនាទីយេនឌ័រគឺជាអ្វី? 22

មេរៀនទី៥ ៖ តើអំណាចជាអ្វី? 28

មេរៀនទី ៦ ៖ អំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ 32

មេរៀនទី៧ ៖ ភាពជាក្មេងស្រី 36

មេរៀនទី៨ ៖ ការចរចាពីតួនាទីយេនឌ័រ 40

ជំពូកទី៣ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង 53

មេរៀនទី៩ ៖ តើការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្តីគឺជាអ្វី? 54

មេរៀនទី១០ ៖ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព 60

មេរៀនទី១១ ៖ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការ 64

មេរៀនទី១២ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង 68

ឧបសម្ព័ន្ធទី១៖ សន្លឹកកិច្ចការសិស្ស 75

ឧបសម្ព័ន្ធទី២៖ ទម្រង់វាយតម្លៃសិស្សមុន និងក្រោយពេលបង្រៀន 86

សេចក្តីណែនាំស្តីពីការប្រើប្រាស់សៀវភៅ

១. សេចក្តីផ្តើម

សៀវភៅម៉ូឌុលទី១សម្រាប់ក្មេងស្រីវ័យជំទង់ (អាយុពី១១-១៣ឆ្នាំ) មានគោលបំណងឱ្យសិស្សសិក្សាស្វែងយល់ពីខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃដែលនៅជុំវិញខ្លួនគេ។ ម៉ូឌុលនេះចែកចេញជា៣ជំពូកគឺៈ ១) អត្តសញ្ញាណ ២) យេនឌ័រ និង៣) យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង ដោយជំពូកនីមួយៗមានមេរៀនដាច់ៗដោយឡែកពីគ្នាចំនួន១២មេរៀន។ ជំពូកនីមួយៗមានកំណត់ពីលទ្ធផលសិក្សាដែលរំពឹងទុករៀងៗខ្លួន។

ជំពូកស្តីពីអត្តសញ្ញាណធ្វើឱ្យសិស្សមានសមត្ថភាពឆ្លុះបញ្ចាំងពី«ខ្លួនឯង» និងកត្តាផ្សេងៗដែលមានឥទ្ធិពលលើអត្តសញ្ញាណរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ ការគោរពចំពោះអត្តសញ្ញាណរបស់អ្នកដទៃ និងការយល់ដឹងពីអ្វីដែលអ្នកដទៃយល់ និងគិតពីយើង។ ជំពូកស្តីពីយេនឌ័រធ្វើឱ្យសិស្សយល់ពីយេនឌ័រ តួនាទី និងឥទ្ធិពលយេនឌ័រ ព្រមទាំងរបៀបដែលវាកើតឡើងនៅក្នុងសង្គម។ ចំណែកជំពូកស្តីពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងធ្វើឱ្យសិស្សយល់ពីដំណើរនៃការបញ្ជូន និងទទួលព័ត៌មាន មធ្យោបាយនៃការបញ្ជូន និងការទទួលព័ត៌មាន សារៈសំខាន់ និងឧបសគ្គនៃការបញ្ជូន និងការទទួលព័ត៌មាន ព្រមទាំងផលវិបាកដែលអាចកើតមាននៅពេលបញ្ជូន និងទទួលព័ត៌មានមិនបានល្អ ឬត្រឹមត្រូវ។

២. វត្ថុបំណងរបស់ម៉ូឌុល

នៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ូឌុលនេះ សិស្ស៖

- អាចកំណត់ និងនិយាយរៀបរាប់ពីខ្លួនឯង និងអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន។
- អាចកំណត់ឥទ្ធិពលនានាដែលកំណត់ពី«ខ្លួនឯង» និងអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន។
- យល់ដឹងថា យេនឌ័រគឺជាការកំណត់របស់សង្គម និងកំណត់តួនាទីរបស់បិតាធិបតេយ្យនៅក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។
- បង្កើនកម្រិតនៃភាពងាយស្រួល និងសមត្ថភាពរបស់សិស្សក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយមនុស្សពេញវ័យ។
- អភិវឌ្ឍជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសំដី និងកាយវិការប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

៣. សេចក្តីពន្យល់ពីការប្រើប្រាស់ម៉ូឌុល

សៀវភៅនេះគឺជាសៀវភៅសម្រាប់គ្រូដែលបានរៀបចំរួចជាស្រេចនូវផែនការ ឬលំនាំនៃការបង្រៀនសម្រាប់ជំនួយដល់គ្រូក្នុងការបង្រៀនសិស្ស។ វាចែកចេញជា៥ផ្នែកធំៗតាមលំដាប់លំដោយ

ពោលគឺ ១) ម៉ូឌុល ២) ជំពូក ៣) មេរៀន ៤) ឧបសម្ព័ន្ធទី១ សន្លឹកកិច្ចការសិស្ស និង ៥) ឧបសម្ព័ន្ធទី២ ទម្រង់វាយតម្លៃសិស្សមុន និងក្រោយពេលបង្រៀន។ នៅក្នុងម៉ូឌុលមានបែងចែកជាជំពូកធំៗចំនួន៣ ហើយនៅក្នុងជំពូកនីមួយៗមានចំនួនមេរៀនជាក់លាក់ទៅតាមភាពចាំបាច់របស់ជំពូក។

ផ្នែកនៃម៉ូឌុល ផ្តល់នូវការណែនាំទូទៅទាក់ទងនឹងខ្លឹមសារទាំងមូលនៃប្រធានបទ ជំពូក និង មេរៀន។ ដូច្នេះនៅក្នុងផ្នែកនេះ បានដាក់បញ្ចូលនូវ៖ ទិដ្ឋភាពទូទៅនៃម៉ូឌុល រយៈពេលឬចំនួនម៉ោងបង្រៀនសរុប ចំនួនលំនាំបង្រៀន និងវត្ថុបំណងរបស់ម៉ូឌុលដើម្បីឱ្យគ្រូបង្រៀនយល់ដឹងបានទូលំទូលាយពីខ្លឹមសារទូទៅរបស់ប្រធានបទទាំងមូល។

ផ្នែកនៃជំពូក ផ្តល់នូវការណែនាំជាក់លាក់សម្រាប់ប្រធានបទរួមរបស់មេរៀនទាំងមូលនៅក្នុងជំពូកនីមួយៗ។ ដូចគ្នានឹងផ្នែកម៉ូឌុលដែរ បានដាក់បញ្ចូលនូវ៖ ទិដ្ឋភាពទូទៅ រយៈពេលឬចំនួនម៉ោងបង្រៀនសរុប ចំនួនលំនាំបង្រៀន និងវត្ថុបំណងដាច់ដោយឡែកសម្រាប់ជំពូកនីមួយៗដើម្បីឱ្យគ្រូបង្រៀនយល់ដឹងពីខ្លឹមសារទូទៅរបស់ជំពូកនីមួយៗ។

ផ្នែកនៃមេរៀន ផ្តល់នូវព័ត៌មានលម្អិតសម្រាប់ការងាររៀបចំជាមុនរបស់គ្រូបង្រៀន។ នៅក្នុងមេរៀននីមួយៗមានកំណត់ និងរៀបចំតាមលំដាប់លំដោយនូវ ៖ រយៈពេល វត្ថុបំណង សម្ភារៈដែលត្រូវការ សេចក្តីណែនាំ និងចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា។ នៅខាងចុងនៃមេរៀន ក៏បានបញ្ចូល«គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន និងសារសំខាន់ៗ»ដើម្បីជាជំនួយដល់គ្រូបង្រៀនផងដែរ។

ផ្នែកឧបសម្ព័ន្ធទី១ សន្លឹកកិច្ចការសិស្សមានបញ្ជាក់ច្បាស់លាស់ពីកិច្ចការសម្រាប់សិស្សដែលត្រូវបំពេញនៅក្នុងថ្នាក់ និងកិច្ចការផ្ទះ។

ផ្នែកឧបសម្ព័ន្ធទី២ ទម្រង់វាយតម្លៃសិស្សមុន និងក្រោយពេលបង្រៀន គឺជាទម្រង់ស្ទង់ដារដែលសិស្សត្រូវបំពេញមុនពេលរៀន និងក្រោយពេលបញ្ចប់ដើម្បីឱ្យគ្រូងាយស្រួលក្នុងការពិនិត្យមើលលទ្ធផលសិក្សារបស់សិស្សក្រោយពេលបញ្ចប់ម៉ូឌុលនេះ។

- **ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀនសិស្ស**

មានព័ត៌មានទាក់ទងនឹងរបៀបចាប់ផ្តើមពីការបង្រៀនសិស្សឬផ្នែកដែលទាក់ទងនឹងសកម្មភាពនៃការបង្រៀន និងរៀន។ វាក៏ផ្តល់នូវការណែនាំពីការរៀបចំសម្ភារៈ និងឯកសារដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវការសម្រាប់ការបង្រៀន និងរៀន។

- **សម្ភារឧបទ្ទេស**

ផ្នែកនេះផ្ដល់នូវសេចក្ដីសង្ខេបពីសម្ភារឧបទ្ទេស ដែលភាគច្រើនជាសម្ភារៈមូលដ្ឋានដូចជា ក្ដារខៀន ដីស ឬហ្វឺត ស្កុត កន្ត្រៃ ប៊ិក សៀវភៅ ក្រដាសទំហំផ្សេងៗគ្នា ក្រដាសព័ត៌មាន ឬឯកសារផ្សេងៗជាដើម។ សម្ភារៈ ឯកសារផ្សេងៗទៀតនៅក្នុងសៀវភៅនេះក៏ត្រូវផ្ដល់ឱ្យសិស្សសម្រាប់អនុវត្ត ដែរតាមរយៈសន្លឹកកិច្ចការសម្រាប់សិស្សដែលមានភ្ជាប់នៅក្នុងសៀវភៅនេះ។

- **វត្ថុបំណង**

ផ្ដល់នូវឃ្លា ឬប្រយោគជាក់លាក់មួយចំនួនពីអ្វីដែលត្រូវសម្រេចឱ្យបាន។ សម្រាប់ចំណុចនេះ វត្ថុបំណងចែកចេញជា៣ផ្នែកធំៗដូចរៀបរាប់ខាងលើ ពោលគឺ ៖ ១) វត្ថុបំណងទូទៅដែលមានកំណត់នៅក្នុងផ្នែកនៃម៉ូឌុល ២)វត្ថុបំណងដែលមានលក្ខណៈជាក់លាក់ដែលមានកំណត់នៅក្នុងផ្នែកនៃជំពូក និង ៣) វត្ថុបំណងជាក់លាក់សម្រាប់មេរៀននីមួយៗ។

- **ជំហាន និងលំនាំនៃការបង្រៀន និងរៀន**

នេះជាផ្នែកមេរៀនពិតប្រាកដ។ នៅក្នុងផ្នែកនេះមានផ្ដល់ព័ត៌មានទាក់ទងនឹងរយៈពេលបង្រៀន និងរៀន វត្ថុបំណង សម្ភារៈដែលត្រូវការ និងសេចក្ដីណែនាំដែលជាផ្នែកដ៏សំខាន់សម្រាប់គ្រូបង្រៀនក្នុងការធ្វើសកម្មភាពក្នុងពេលបង្រៀន និងរៀន។ នៅក្នុងផ្នែកនៃ «សេចក្ដីណែនាំ» មានបញ្ជាក់នូវសកម្មភាពដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវធ្វើ សំណួរបំផុសគំនិត ឧទាហរណ៍ និងព័ត៌មានផ្សេងៗទៀត។ ដូចដែលបានបញ្ជាក់ពីខាងលើ «គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន និងសារសំខាន់ៗ»ដែលនៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀននីមួយៗ ក៏ផ្ដល់នូវការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ដំណើរការបង្រៀន និងរៀន និងខ្លឹមសារផ្សេងៗដែលគ្រូបង្រៀនអាចណែនាំ និងពន្យល់សិស្សបន្ថែមទៀតទៅលើខ្លឹមសារមេរៀន។

- **ការប្រើប្រាស់និមិត្តសញ្ញា**

និមិត្តសញ្ញាមួយចំនួនត្រូវបានគេដាក់បញ្ចូលនៅក្នុងសៀវភៅនេះដើម្បីឱ្យគ្រូបង្រៀនមានការចាប់អារម្មណ៍ និងងាយស្រួលយល់ និងប្រើប្រាស់។ និមិត្តសញ្ញាទាំងនោះរួមមាន ៖

🏆 វត្ថុបំណងម៉ូឌុល ឬជំពូក	៖	ចំណេះដឹងក្រោយរបស់សិស្សដែលទទួលបាននៅក្នុងម៉ូឌុលទាំងមូល និងជំពូកនីមួយៗ។
		☺ ចំណេះដឹងលម្អិតនីមួយៗដែលសិស្សទទួលបាន។
🕘 រយៈពេល	៖	ចំនួនម៉ោងសម្រាប់មេរៀននីមួយ។
➡ វត្ថុបំណងមេរៀន	៖	លទ្ធផលសិក្សាដែលសិស្សសម្រេចបានក្រោយពីបញ្ចប់មេរៀន

នីមួយៗ។

📖 សម្ភារៈដែលត្រូវការ	៖	មានសរសេរនៅក្នុងមេរៀននីមួយៗដែលតម្រូវឱ្យគ្រូបង្រៀនរៀបចំទុកជាមុន។
📢 សេចក្តីណែនាំ	៖	ចំណុចនានាដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវអនុវត្តជាទូទៅក្នុងពេលបង្រៀន និងរៀន។ ☞ ចំណុចនីមួយៗដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវធ្វើ។
🗣 ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា	៖	បញ្ជាក់ពីចំណុចនានាសម្រាប់ការពិភាក្សាក្រុមតូច ឬក្រុមធំ។ ◈ សំណួរបំផុសគំនិត ឬពិភាក្សាក្នុងពេលបង្រៀន និងរៀន។ ☝ ចម្លើយសម្រាប់សំណួរនីមួយៗ ឬការពន្យល់ទូទៅ។
⊶ គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន	៖	ចំណុចបន្ថែមដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវរៀបចំ អនុវត្ត ឬពន្យល់បន្ថែមក្នុងពេលបង្រៀន និងរៀន។ 🕯 ចំណុចនីមួយៗដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវរៀបចំ អនុវត្ត ឬពន្យល់បន្ថែម។
✉ សារសំខាន់ៗ	៖	ខ្លឹមសារសង្ខេបរបស់មេរៀននីមួយៗដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវបញ្ជាក់ប្រាប់សិស្ស។ 🗎 ខ្លឹមសារសង្ខេបនីមួយៗ។

៤. សៀវភៅកិច្ចការសិស្ស

នៅខាងក្រោយនៃសៀវភៅនេះមានដាក់បញ្ចូលនូវសន្លឹកកិច្ចការសិស្ស*(ឧបសម្ព័ន្ធទី១)*។ មេរៀនមួយចំនួនក្នុងចំណោមមេរៀនទាំងនេះមានឯកសារ និងលំហាត់សម្រាប់សិស្ស។ តាមការជាក់ស្តែងគ្រូអាចថតចម្លងលំហាត់ ឬអាចរៀបចំសន្លឹកកិច្ចការសិស្សនីមួយៗសម្រាប់ចែកជូនដល់សិស្ស។ តាមការអនុវត្តន៍ជាក់ស្តែង និងលក្ខណៈពិសេសរបស់ម៉ូឌុល សន្លឹកកិច្ចការសិស្សគប្បីដាក់បញ្ចូលគ្នាទាំង៤ម៉ូឌុលដើម្បីឱ្យសិស្សអាចមើលឡើងវិញបាននៅពេលដែលត្រូវការ ព្រោះថាម៉ូឌុលទាំង៤ពាក់ព័ន្ធនឹងការប្រតិបត្តិល្អច្រើនក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ។

៥. ខ្លឹមសារសង្ខេបរបស់ម៉ូឌុល

ខាងក្រោមនេះ គឺជាសេចក្តីសង្ខេបរបស់មេរៀនទាំង១២ដែលមាននៅក្នុងម៉ូឌុលនេះ ៖

ចំណងជើងមេរៀន	រយៈពេល	សេចក្តីសង្ខេប
ជំពូកទី១ ៖ អត្តសញ្ញាណ		

១. ខ្ញុំ និងខ្លួនរបស់ខ្ញុំ	៦០នាទី	- សិស្សមានការយល់ដឹងពីទស្សនៈទានស្ដីពី«ខ្លួនឯង» និង «អត្តសញ្ញាណ»។
២. ខ្ញុំ និងអ្នកដទៃ	៦០នាទី	- សិស្សយល់ដឹងពីរបៀបដែលបរិយាកាសជុំវិញ និងទំនាក់ទំនងខុសៗគ្នាមានឥទ្ធិពលទៅលើភាពនៃ«ខ្លួនឯង»របស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។
ជំពូកទី២ ៖ យេនឌ័រ		
៣. ការយល់ដឹងពីយេនឌ័រ	៦០នាទី	- សិស្សយល់ដឹងពីទស្សនៈទានផ្នែកយេនឌ័រ និងរបៀបដែលសង្គមកំណត់ពីទស្សនៈទាននេះ។
៤. តើតួនាទីយេនឌ័រគឺជាអ្វី?	៦០នាទី	- សិស្សយល់ដឹងពីអ្វីដែលជាតួនាទីយេនឌ័រ និងរបៀបដែលតួនាទីយេនឌ័រទាំងនេះជះឥទ្ធិពលលើតថភាពជាក់ស្ដែងដែលយើងកំពុងរស់នៅ។
៥. អំណាចជាអ្វី?	៤៥នាទី	- សិស្សយល់ដឹងអំពីអត្ថន័យនៃអំណាច។
៦. អំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ	៦០នាទី	- សិស្សយល់ដឹងអំពីទំនាក់ទំនងរវាងអំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ
៧. ភាពជាក្មេងស្រី	៦០នាទី	- សិស្សវិភាគពីទស្សនៈទានស្ដីពី«ក្មេងស្រីល្អ» និង«ក្មេងស្រីមិនល្អ» និងរបៀបដែលទស្សនៈទាននេះមានទំនាក់ទំនងទៅនឹងបុព្វសិទ្ធិ បិតាធិបតេយ្យ ព្រមទាំងការរើសអើង និងវិសមភាពយេនឌ័រ
៨. ការចរចាពីតួនាទីយេនឌ័រ	៤៥នាទី	- សិស្សសិក្សាស្វែងយល់ពីលទ្ធភាពនៃការចរចាចំពោះតួនាទី និងការរំពឹងទុកផ្នែកយេនឌ័រ។
ជំពូកទី៣ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង		
៩. តើការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីគឺជាអ្វី?	៣០នាទី	- សិស្សសិក្សាពីសារៈសំខាន់នៃការនិយាយឱ្យបានច្បាស់លាស់ ការដឹងនិងការស្ដាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់(ការស្ដាប់យ៉ាងសកម្ម) ដោយសារចំណុចមានភាពចាំបាច់ចំពោះការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។
១០. ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព	១៥នាទី	- សិស្សបង្ហាញពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។
១១. ការប្រាស្រ័យ	៣០នាទី	- សិស្សទទួលបានការយល់ដឹងពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយប្រើ

ទាក់ទងដោយកាយវិការ		កាយវិការ។
១២. យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង	៤៥នាទី	- សិស្សស្វែងយល់ពីរបៀបដែលថាមវន្តនៃយេនឌ័រ និងអំណាចមានផលជះដល់សមត្ថភាពប្រាស្រ័យទាក់ទង។

៦. ការវាយតម្លៃសិស្ស

នៅខាងចុងនៃសៀវភៅនេះមានដាក់បញ្ចូលនូវទម្រង់នៃការវាយតម្លៃសិស្ស*(ឧបសម្ព័ន្ធទី២)* ដែលទម្រង់នេះត្រូវបានរៀបចំឡើងសម្រាប់វាស់វែងចំណេះដឹងរបស់សិស្ស។ ការវាយតម្លៃនេះត្រូវធ្វើជាពីរដំណាក់កាល ពោលគឺ ការវាយតម្លៃមុនពេលបង្រៀន *(Pre-test)* និងក្រោយពេលបង្រៀន *(Post-test)* ដើម្បីពិនិត្យមើលលើការរីកចម្រើនផ្នែកចំណេះដឹងរបស់សិស្ស។

៧. ឯកសារយោង

នៅក្នុងមេរៀននីមួយៗមានបញ្ចូលនូវឯកសារយោង ឬបន្ថែមសម្រាប់ការអានរបស់សិស្ស និងការពន្យល់បន្ថែមរបស់គ្រូ។ ឯកសារទាំងនេះមានចំនួន២ប្រភេទគឺ «ឧបសម្ព័ន្ធ និងក្របខណ្ឌចំណេះដឹង»។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលគ្រូបង្រៀនត្រូវអានចំណុចទាំងនេះជាមុន ព្រោះវាផ្តល់នូវការពន្យល់ទូទៅនូវចំណេះដឹងមួយចំនួន។

ម៉ូឌុលទី១៖ ខ្ញុំ និងបរិស្ថានជុំវិញខ្ញុំ

ទិដ្ឋភាពទូទៅ

ម៉ូឌុលដំបូងនេះផ្តោតសំខាន់ទៅលើទស្សនៈទានចំនួនបីគឺ ៖ អត្តសញ្ញាណ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង។ ប្រធានបទទាំងនេះអាចអនុវត្តបាននៅគ្រប់វគ្គសិក្សាទាំងអស់ និងត្រូវបានបង្ហាញនៅក្នុងម៉ូឌុលទី១ ដើម្បីឱ្យគ្រូបង្រៀនដាក់បញ្ចូលគំនិតទាំងនេះនៅគ្រប់មេរៀន។

ទស្សនៈទាននីមួយៗមានមេរៀនពិសេសដាច់ដោយឡែកមួយនៅក្នុងម៉ូឌុលនេះ។ មេរៀននីមួយៗមានសកម្មភាពជាច្រើនដែលអាចឱ្យអ្នកចូលរួមបានរៀនសូត្រអំពីទស្សនៈទានទាំងអស់នេះបាន។

រយៈពេលរួម ៖ ៩ ម៉ោង ៥០ នាទី

ចំនួនលំនាំបង្រៀនសរុប ៖ ១២ មេរៀន

វត្ថុបំណង

- ☺ អាចកំណត់ និងនិយាយរៀបរាប់ពីខ្លួនឯង និងអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន។
- ☺ អាចកំណត់ឥទ្ធិពលនានាដែលកំណត់ពី «ខ្លួនឯង»និងអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន។
- ☺ យល់ដឹងថាយេនឌ័រគឺជាការកំណត់របស់សង្គម និងកំណត់តួនាទីរបស់បិតាធិបតេយ្យនៅក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។
- ☺ បង្កើនកម្រិតនៃភាពងាយស្រួល និងសមត្ថភាពរបស់សិស្សក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយមនុស្សពេញវ័យ។
- ☺ អភិវឌ្ឍជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្តី និងកាយវិការប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

ជំពូកទី១ ៖ អត្តសញ្ញាណ

ទិដ្ឋភាពទូទៅ

ជំពូកនេះមានគោលបំណងឱ្យសិស្សអាចឆ្លុះបញ្ចាំងពីគំនិតស្ដីពី«ខ្លួនឯង» អត្តសញ្ញាណបុគ្គល និងយល់ដឹងថាកត្តាផ្សេងៗដូចជាអាយុ កម្រិតវប្បធម៌ វណ្ណៈ វង្សត្រកូល សាសនា សមត្ថភាព ព្រមទាំងលក្ខណៈផ្សេងៗទៀតដែលបានកំណត់ និងជះឥទ្ធិពលលើអត្តសញ្ញាណ។ ជំពូកនេះផ្ដោតលើសារៈសំខាន់នៃការគោរព និងការស្ដាប់នូវអ្វីដែលអ្នកដទៃគិត និងនិយាយពីខ្លួនគេ ដោយសារបុគ្គលម្នាក់ៗមានលក្ខណៈពិសេសផ្ទាល់ខ្លួន ព្រមទាំងការជួយសិស្សឱ្យទទួលយកទស្សនៈទានទាំងនោះ។ សិស្សត្រូវមានលទ្ធភាពបង្កើតទំនាក់ទំនងរវាងកត្តាសង្គម និងការយល់ឃើញផ្ទាល់ខ្លួនពីខ្លួនឯង។

🕘 **រយៈពេលរួម ៖** ២ ម៉ោង

❐ **ចំនួនលំនាំបង្រៀនសរុប ៖** ២ មេរៀន

🏆 វត្ថុបំណង ៖

- ☺ យល់ដឹងស៊ីជម្រៅ ឬយល់ច្បាស់ពី «ខ្លួនឯង» និងយល់ថាវាជាលក្ខណៈពិសេសចំពោះបុគ្គលម្នាក់ៗ។
- ☺ យល់ដឹងថាទិដ្ឋភាពជាក់លាក់របស់អត្តសញ្ញាណគឺសហគមន៍ និងគុណតម្លៃសង្គមជាអ្នកកំណត់ ហើយថាទិដ្ឋភាពទាំងនេះអាចកំណត់ឡើងវិញ និងធ្វើការផ្លាស់ប្ដូរបាន។

មេរៀនទី១ ៖ ខ្ញុំ និងខ្លួនរបស់ខ្ញុំ[9]

🕘 **រយៈពេល** ៖ ១ ម៉ោង

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីឱ្យសិស្សមានការយល់ដឹងពីទស្សនៈទានស្តីពី «ខ្លួនឯង» និង «អត្តសញ្ញាណ»។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

- ☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ក្តារខៀន ហ្វឺតពណ៌ និងក្រដាសសកាត់ជារាងការេ។
- ☞ សម្រាប់សិស្ស៖ សន្លឹកកិច្ចការក្នុងថ្នាក់ទំព័រទី៧៦ និងកិច្ចការផ្ទះទំព័រ៧៧។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- ☞ អានទិដ្ឋភាពទូទៅនៃម៉ូឌុលទី១៖ ខ្ញុំ និងបរិស្ថានជុំវិញខ្ញុំ និងជំពូកទី១ ៖ អត្តសញ្ញាណ។
- ☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- ☞ អានបទបញ្ជាផ្ទៃក្នុងសម្រាប់ថ្នាក់រៀន។
- ☞ បង្កើតដ្យាក្រាមស្តីពីការបង្កើតអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន ដើម្បីបង្ហាញសិស្ស។
- ☞ សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។
- ☞ ប្រមូលធនធានចាំបាច់ទាំងអស់ផ្សេងៗទៀត។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ**

ផ្នែកទី១៖ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ☞ ប្រាប់ក្រុម(សិស្ស)ថា លំហាត់នេះនឹងជួយសិស្សទាំងអស់ឱ្យបានស្គាល់គ្នា និងយល់ពីលក្ខណៈផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ពួកគេម្នាក់ៗ។
- ☞ ឱ្យសិស្សចាប់ដៃគូជាមួយសិស្សផ្សេងទៀតនៅក្នុងក្រុមដែលពួកគេពុំស្គាល់គ្នាច្បាស់។ មិនត្រូវឱ្យសិស្សចាប់ដៃគូជាមួយមិត្តភក្តិជិតស្និទ្ធរបស់ខ្លួនឡើយ។
- ☞ ប្រសិនបើសិស្សណាម្នាក់គ្មានដៃគូ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចចាប់ដៃគូជាមួយសិស្សនោះ ឬស្នើឱ្យសិស្សនោះចូលរួមជាមួយក្រុមដទៃដែលមានស្រាប់ដែលបង្កើតជាក្រុមថ្មីមួយមានសមាជិកបីនាក់។

---

[9] ICRW,. (២០១៦). *កម្មវិធី តែកស ប្រនហ្ស៍សម្រាប់នារីពេញវ័យ។* Gap Inc.

សិស្សអាចអង្គុយធ្វើលំហាត់នេះ។

☞ ប្រាប់សិស្សឱ្យណែនាំខ្លួនឱ្យដៃគូរបស់ខ្លួនស្គាល់ក្នុងរយៈពេល៥នាទីហើយសិស្សម្នាក់ៗប្រើប្រាស់តែឃ្លាចំនួន៥ប៉ុណ្ណោះ។

☞ ប្រាប់សិស្សឱ្យស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់នូវអ្វីដែលដៃគូបាននិយាយពីព្រោះពួកគេត្រូវចែករំលែកនូវអ្វីដែលដៃគូរបស់ខ្លួនបាននិយាយនៅក្នុងក្រុមធំ។

☞ អាចផ្តល់ឧទាហរណ៍ដូចខាងក្រោមបាន ៖

ក. ខ្ញុំឈ្មោះ «គីរី»។

ខ. ខ្ញុំមានអាយុ ១៤ ឆ្នាំ។

គ. ខ្ញុំរស់នៅក្នុងភូមិ …… ឃុំ / សង្កាត់ …..ក្រុង / ស្រុក / ខណ្ឌ …… រាជធានី / ខេត្ត (ឈ្មោះអាសយដ្ឋានជាក់លាក់)។

ឃ. ខ្ញុំចូលចិត្តសត្វឆ្កែ។

ង. ខ្ញុំចូលចិត្តគូររូប។

☞ ឱ្យសិស្សរៀបរាប់ដោយសង្ខេបនូវឃ្លាទាំង ៥ ដែលគេបានឮពីដៃគូរបស់ខ្លួនឱ្យក្រុមធំស្តាប់។

☞ នៅពេលសិស្សទាំងអស់បាននិយាយគ្រប់គ្នាហើយ ត្រូវឱ្យសិស្សក្នុងក្រុមកំណត់ចំណុច ឬវិធីសាស្ត្ររួមដែលគេប្រើប្រាស់ដើម្បីរៀបរាប់ពីខ្លួនគេផ្ទាល់។ ចំណុចទាំងនេះត្រូវសរសេរនៅលើក្តារខៀន។ ឧទាហរណ៍ ៖ អាយុ ភេទ កម្រិតវប្បធម៌ ភាសា ការងារ ចំណង់ចំណូលចិត្ត ការចូលចិត្ត និងការមិនចូលចិត្ត ចំណុចខ្លាំង។ល។

☞ ត្រូវពន្យល់សិស្សថាមានចំណុចចំនួន ២ ក្នុងការកំណត់ពីអត្តសញ្ញាណ ហើយចំណុចទាំង ២ នេះមានឥទ្ធិពលលើគ្នាទៅវិញទៅមក ៖

- ចំណុចទី១ ៖ អ្វីដែលយើងគិតពីខ្លួនឯង។
- ចំណុចទី២ ៖ អ្វីដែលអ្នកដទៃគិតពីយើង។

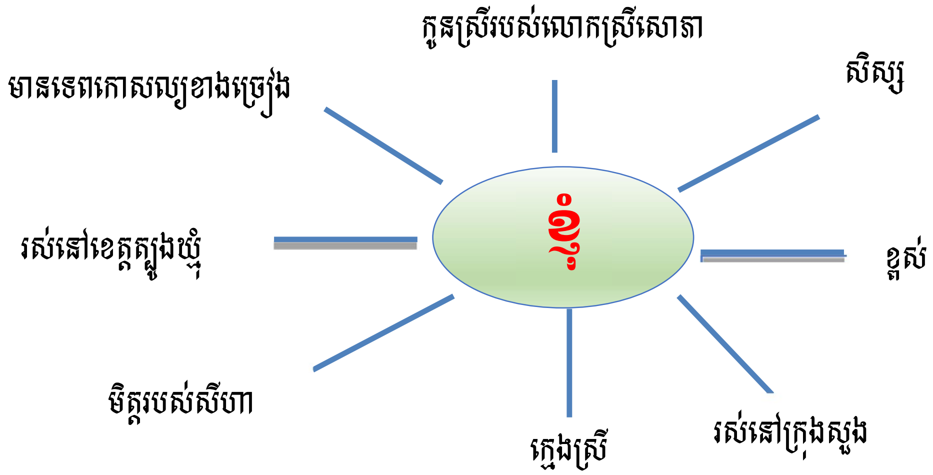
កិច្ចការក្នុងថ្នាក់ ៖

☞ ឱ្យសិស្សបើកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួននៅទំព័រ៧៦។

☞ ចែកក្រដាសសឱ្យសិស្សម្នាក់ៗ រួចឱ្យពួកគេគូសដ្យាក្រាមស្តីពីអត្តសញ្ញាណនៅលើក្រដាសរបស់ខ្លួន។ សិស្សអាចសរសេរពាក្យផ្សេងៗដែលពួកគេប្រើដើម្បីរៀបរាប់អំពីខ្លួនឯង ព្រមទាំងពាក្យដែលអ្នកដទៃប្រើដើម្បីរៀបរាប់អំពីខ្លួនរបស់គេ។

☞ គូសដ្យាក្រាមខាងក្រោមនៅលើក្តារខៀនដើម្បីធ្វើជាឧទាហរណ៍ ដោយសរសេរពាក្យដែលលោក

គ្រូ អ្នកគ្រូបង្កើតឡើងដោយខ្លួនឯងដើម្បីបង្ហាញពីអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់របស់ខ្លួន។



☞ សិស្សត្រូវបង្ហាញផ្សាក្រាមស្ដីពីអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួនឱ្យដៃគូរបស់ខ្លួនមើល។

កិច្ចការផ្ទះ៖

☞ នៅពេលបញ្ចប់សកម្មភាពនេះ ឱ្យសិស្សបើកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួននៅទំព័រទី៧៧។

☞ អានសេចក្ដីណែនាំនៅក្នុងសន្លឹកកិច្ចការ បន្ទាប់មកពន្យល់ពីអ្វីដែលពួកគេចាំបាច់ត្រូវធ្វើ។

☞ បញ្ជាក់ប្រាប់សិស្សពីសារៈសំខាន់នៃកិច្ចការនេះ សម្រាប់ការសិក្សានៅមេរៀនបន្ទាប់។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◇ សម្រាប់លំហាត់នេះ គេបានឱ្យរកតែ៥ចំណុចប៉ុណ្ណោះសម្រាប់រៀបរាប់ពីមនុស្សម្នាក់។ ក៏ប៉ុន្តែ ប្រសិនបើមានពេលវេលាបន្ថែមយើងអាចស្វែងរកចំណុចបន្ថែមទៀតដើម្បីកំណត់ពីខ្លួនរបស់យើង។ គ្រូបង្រៀនអាចឱ្យសិស្សបន្ថែមចំណុចមួយចំនួនទៀត។

◇ តើយើងយល់ដូចម្ដេចចំពោះពាក្យថា«ខ្លួនឯង»? គេអាចយល់ពាក្យ **ខ្លួនឯង** ខុសៗគ្នា។ ខ្លួនឯងគឺសំដៅលើ «តើបុគ្គលនោះជានរណា?» ហើយ «មានបុគ្គលិកលក្ខណៈដូចម្ដេច?» ឬរបៀបដែលបុគ្គលទាំងនោះមើលឃើញខ្លួនឯងថាមានលក្ខណៈខុសពីមនុស្សដទៃទៀត។ ទោះជាពាក្យ «ខ្លួនឯង» ហាក់ដូចជាមានន័យស្រដៀងទៅនឹងពាក្យ «អត្តសញ្ញាណ» ក៏ដោយ ក៏ពាក្យទាំង២នេះបង្កប់នូវគោលគំនិតខុសៗគ្នា[២]ដែរ។

---

[២] (016) ដកស្រង់ពី https://dornsife.usc.edu/assets/sites/782/docs/handbook_of_self_and_identity _

◈ តើយើងយល់ដូចម្ដេចចំពោះពាក្យ«អត្តសញ្ញាណ»? **អត្តសញ្ញាណ** គឺជាការពិពណ៌នាពីគំនិតរបស់បុគ្គលម្នាក់ចំពោះខ្លួនឯងផ្ទាល់ ឬជាទស្សនៈរបស់អ្នកដទៃចំពោះមនុស្សម្នាក់ដែលអាចមានមូលដ្ឋានលើកត្តាចិត្តសាស្ត្រសង្គម វប្បធម៌សង្គម នយោបាយ ប្រវត្តិសាស្ត្រ និងកត្តាផ្សេងៗទៀត។

- កត្តាចិត្តសាស្ត្រសង្គម ៖ គេយល់ឃើញយ៉ាងសាមញ្ញថាជាទំនាក់ទំនងរវាងចិត្ត បរិយាកាស និងកាលៈទេសៈផ្ទាល់ខ្លួនដែលជះឥទ្ធិពលលើទស្សនៈ និងសុខុមាលភាពរបស់យើង។ ឧទាហរណ៍ ក្មេងស្រីម្នាក់អាចមានអារម្មណ៍អាម៉ាស់ ខុសឆ្គង ឬកង្វល់ចំពោះការបៀតបៀននៅតាមដងផ្លូវ ប្រសិនបើសង្គម និងគ្រួសាររបស់នាងបន្ទោសនាងចំពោះការបៀតបៀននេះ។

- វប្បធម៌សង្គម ៖ អត្តសញ្ញាណអាចត្រូវបានកំណត់ ឬយល់ឃើញចំពោះទំនៀមទម្លាប់សង្គមដែលមានដូចជាការកាន់ត្រណម និងពិធីសាសនាដែលជាបញ្ញត្តិសម្រាប់ស្ត្រី ឬក្មេងស្រី។

- នយោបាយ ៖ ស្ថានភាពនយោបាយមានឥទ្ធិពលលើអត្តសញ្ញាណ មិនថាតែតាមរយៈការចូលរួមជាមួយស្ថាប័ន ឬមនោគមវិជ្ជានយោបាយដែលគ្របដណ្ដប់លើគេ ឬជាការបះបោរប្រឆាំងនឹងពួកគេឡើយ។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើរដ្ឋាភិបាលមិនដាក់ទណ្ឌកម្មចំពោះការបរិភោគសាច់គោ ឬសាច់ជ្រូកទេ ការបរិភោគនេះអាចក្លាយជាផ្នែកមួយនៃការពេញចិត្តរបស់បុគ្គលនានាទោះបីជាយើងមិនបានបង្កើតឱ្យមានការពេញចិត្តនេះក្ដី។

- កត្តាប្រវត្តិសាស្ត្រផ្សេងៗដែលមានឥទ្ធិពលលើអត្តសញ្ញាណអាចដក់ជាប់យ៉ាងជ្រៅនៅក្នុងចិត្តបុគ្គលម្នាក់។ កត្តានេះអាចបង្ហាញឱ្យឃើញតាមរយៈទំនៀមទម្លាប់ក្នុងគ្រួសារដែលគេរំពឹងទុកថាសមាជិកគ្រួសារម្នាក់ៗនឹងអនុវត្តតាម។ ដូច្នេះអត្តសញ្ញាណរបស់គ្រួសារ និងអត្តសញ្ញាណរបស់បុគ្គលគឺជាអត្តសញ្ញាណរួម។ ឧទាហរណ៍ គ្រួសារវេជ្ជបណ្ឌិតអាចមិនសប្បាយចិត្តប្រសិនបើកូនណាម្នាក់ក្នុងគ្រួសារមានគេស្គាល់ច្រើនតាមរយៈមុខរបរជាអ្នកសម្ដែង។

◈ តើយើងបង្កើតភាពនៃ «ខ្លួនឯង» និង «អត្តសញ្ញាណ» ដោយរបៀបណា? មនុស្សម្នាក់ៗទទួលបានភាពនៃខ្លួនឯងជានរណាតាមរយៈប្រភពជាច្រើនដូចជា ៖ អារម្មណ៍ស្រមើស្រមៃផ្ទាល់ខ្លួន គ្រួសារ សហគមន៍ តំបន់ សញ្ជាតិ ជាដើម។ របៀបដែលយើងយល់ឃើញពីខ្លួនឯងមានលក្ខណៈខុសគ្នាពីបុគ្គលម្នាក់ទៅបុគ្គលម្នាក់។ អ្នកដែលមានសាវតារខុសគ្នាយល់ និងកំណត់អត្តសញ្ញាណខ្លួនឯងតាមរបៀបផ្សេងៗគ្នា។ ហើយពេលខ្លះ អ្នកដែលនៅក្នុងគ្រួសារតែមួយ (ដូចជាបងប្អូនបង្កើត)ដែល

-_second_edition_-_ch._4_pp._69-104_38_pages.pdf និង ICRW,. (២០១៦). *កម្មវិធីសិក្សា កែស ប្រនហ្ស៍ សម្រាប់នារីពេញវ័យ។* Gap Inc.

មានលក្ខណៈដូចគ្នាច្រើន ក៏អាចមានភាពខុសគ្នាយ៉ាងខ្លាំងដែរចំពោះ«ខ្លួនឯង»។ តើចំណុចមួយចំនួនក្នុងចំណោមចំណុចនានាស្តីពីខ្លួនយើងដែលមានភាពជាក់លាក់ និងមិនអាចផ្លាស់ប្តូរបាន និងចំណុចមួយចំនួនក្នុងចំណោមចំណុចនានាដែលអាចផ្លាស់ប្តូរបានមានអ្វីខ្លះ?

- ប្រការមួយចំនួនដូចជា ថ្ងៃខែឆ្នាំកំណើត ឬទីកន្លែងកំណើតរបស់មនុស្សម្នាក់គឺមិនអាចផ្លាស់ប្តូរបានទេ ហើយមានប្រការផ្សេងទៀតដែលមិនមានលក្ខណៈដាច់ខាត និងជាក់លាក់ដែលមនុស្សម្នាក់អាចជ្រើសរើសដើម្បីធ្វើការផ្លាស់ប្តូរបាន។ ការចូលចិត្ត ការមិនចូលចិត្ត គុណភាព និងជំនាញអាចផ្លាស់ប្តូរបាន។ ឧទាហរណ៍ មនុស្សម្នាក់អាចចូលចិត្តគូរគំនូរនាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ តែបីឆ្នាំក្រោយមកគាត់អាចចូលចិត្តកីឡា ហើយលែងគូរគំនូរញឹកញាប់ដូចមុនទៀត។ ឬក៏មនុស្សម្នាក់ដែលជាមនុស្សស្ងៀមស្ងាត់ពេលនៅក្មេង ប៉ុន្តែក្រោយមកក៏ក្លាយជាមនុស្សនិយាយច្រើនទៅវិញ។ យើងទាំងអស់គ្នាមានសិទ្ធិសម្រេចចិត្តសម្រាប់ខ្លួនយើងផ្ទាល់នូវអ្វីដែលយើងចង់ធ្វើឱ្យបានសម្រេច និងអ្វីដែលយើងមិនចង់ធ្វើ។

ផ្នែកទី ២ - លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ប្រគល់ក្រដាសរាងការេដែលបានកាត់រួចឱ្យទៅសិស្សម្នាក់ៗដើម្បីធ្វើលំហាត់នេះ។
- ឱ្យសិស្សកំណត់គុណសម្បត្តិពិសេសផ្ទាល់ខ្លួនមួយដែលគេចង់ឱ្យអ្នកដទៃដឹង។ សិស្សអាចសរសេរ ឬគូររូបភាពស្តីពីអត្តសញ្ញាណនោះនៅលើក្រដាស ហើយកិប ឬបិទជាប់នឹងខ្លួនពេញមួយថ្ងៃ។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- លុបដ្យាក្រាមអត្តសញ្ញាណគំរូដែលគូរលើក្តារខៀនចេញមុនពេលសិស្សចាប់ផ្តើមគូរដ្យាក្រាមផ្ទាល់ខ្លួនរបស់គេដើម្បីកុំឱ្យគេទទួលឥទ្ធិពលពី(ចម្លង)ដ្យាក្រាមនោះពេលអនុវត្តសកម្មភាពនេះ។
- ត្រៀមទុកដ្យាក្រាមអត្តសញ្ញាណគំរូលើក្រដាសព័ត៌មាន(ក្រដាសផ្ទាំងធំ)ដើម្បីងាយស្រួលយកមកមើលឡើងវិញនៅពេលត្រូវការពេលអនុវត្តសកម្មភាពនេះ។
- អាចពិភាក្សាពីកត្តាផ្សេងៗដូចជាភាសា អាយុ ការចូលចិត្ត ការមិនចូលចិត្ត ឥទ្ធិពលគ្រួសារ និងវង្សត្រកូល ឬវណ្ណៈ យេនឌ័រ (ឧទាហរណ៍ ប្រុស ស្រី ។ល។) សាសនា និងពិការភាពថាជាលក្ខខណ្ឌពីកំណើតចំពោះរបៀបដែលបុគ្គលម្នាក់ឆ្លងកាត់ពិភពលោកនេះដែលមានឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងទៅលើភាពនៃ«ខ្លួនឯង»របស់បុគ្គលម្នាក់។ គ្រូបង្រៀនត្រូវជូនដំណឹងដល់សិស្សថា គេនឹងសិក្សាស្វែងយល់លម្អិតពាក្យទាំងនេះច្រើនថែមទៀតនៅក្នុងម៉ូឌុល

នេះ ហើយថា ការលើកឡើងនូវពាក្យទាំងនេះនៅពេលនេះគឺដើម្បីឱ្យមានការចងចាំថា នៅពេលដែលកត្តាទាំងអស់នេះរួមបញ្ចូលគ្នា វានឹងធ្វើឱ្យមានផលប៉ះពាល់ដល់ភាពនៃ«ខ្លួនឯង» របស់បុគ្គលម្នាក់។ ការពិភាក្សានេះត្រូវប្រើរយៈពេលខ្លី និងស្របតាមវត្ថុបំណងរបស់សកម្មភាពនេះ។

សារសំខាន់ៗ ៖

- គំនិតរបស់យើងស្តីពី«ខ្លួនឯង» និង«អត្តសញ្ញាណ»វិវឌ្ឍន៍ទៅតាមពេលវេលា និងពេញមួយជីវិត។
- វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការគោរព និងស្តាប់អំពីអ្វីដែលអ្នកដទៃគិត និងត្រូវនិយាយពីខ្លួនគេ។ នេះគឺជាជំហានទី១ក្នុងការទទួលស្គាល់ថា មនុស្សម្នាក់ៗមានអត្តសញ្ញាណពិសេសដាច់ដោយឡែកផ្ទាល់ខ្លួនរបស់គេ។

មេរៀនទី២ ៖ ខ្ញុំ និងអ្នកដទៃ

🕒 **រយៈពេល ៖** ១ ម៉ោង

➲ **វត្ថុបំណង ៖** ដើម្បីយល់ដឹងពីរបៀបដែលបរិយាកាសជុំវិញ និងទំនាក់ទំនងខុសៗគ្នាមានឥទ្ធិពលទៅលើភាពនៃ «ខ្លួនឯង» របស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ ៖**

- សម្រាប់គ្រូ៖ ក្រដាស A4 ខ្មៅដៃទៀនពណ៌(គូល័រទៀន) និងហ្វឺតពណ៌(គូល័រទឹក)។
- សម្រាប់សិស្ស៖ ក្រដាស A4 ៣សន្លឹក ខ្មៅដៃទៀនពណ៌(គូល័រទៀន) និងហ្វឺតពណ៌(គូល័រទឹក) និងសន្លឹកកិច្ចការក្នុងថ្នាក់របស់សិស្សទំព័រទី៧៨-៨០។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។
- ប្រមូលធនធានចាំបាច់ទាំងអស់ផ្សេងៗទៀត។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្ដីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។
- ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។
- អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្ដារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។
- ឱ្យសិស្សគិត ប៉ុន្តែមិនត្រូវពិភាក្សាគ្នាទេ ថាតើគេមានអារម្មណ៍ដូចម្ដេចចំពោះការដើរចុះដើរឡើងដោយមានបិទជាប់នឹងខ្លួននូវគុណសម្បត្តិពិសេសរបស់ខ្លួនបន្ទាប់ពីអនុវត្តសកម្មភាពចុងក្រោយរួចមក។

កិច្ចការក្នុងថ្នាក់ ៖

☞ ឱ្យសិស្សបើកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួនទំព័រទី ៧៨-៨០។

☞ បែងចែកសិស្សជា៣ក្រុម។ ក្រុមនីមួយៗអាចជ្រើសរើសទីកន្លែងផ្សេងៗគ្នាមួយក្នុងបន្ទប់សម្រាប់អនុវត្តសកម្មភាពបន្ទាប់នេះ។

☞ ផ្តល់ក្រដាសសម្រាប់គូររូបចំនួន៣សន្លឹកឱ្យសិស្សម្នាក់ៗ ហើយក្រុមនីមួយៗត្រូវមានខ្មៅដៃទៀន ពណ៌ និងហ្វឺតពណ៌សម្រាប់ប្រើរួមគ្នា។

☞ ផ្តល់ប្រធានបទចំនួន៣ឱ្យសិស្ស ហើយប្រាប់ពួកគេឱ្យគូររូបអ្វីមួយដែលតំណាងឱ្យប្រធានបទនីមួយៗ។ ត្រូវអានប្រធានបទទី១ឱ្យសិស្សស្តាប់ និងប្រាប់ពួកគេពីពេលវេលាដែលត្រូវចាប់ផ្តើមគូរ ហើយសិស្សត្រូវប្រើក្រដាសមួយសន្លឹកដើម្បីគូររូប។ បន្ទាប់មក ប្រាប់សិស្សថាអស់ពេលហើយ ក្រោយពេលគេចំណាយពេល៥នាទីដើម្បីគូររូប។ បន្ទាប់មកទៀត អានប្រធានបទទី២ និងប្រធានបទទី៣បន្តទៀតរហូតដល់សិស្សគូររូបតំណាងឱ្យប្រធានបទទាំង ៣ រួចរាល់។ ជារួម សកម្មភាពគូររូបភាពនេះត្រូវចំណាយពេល១៥នាទី។ ប្រធានបទទាំង៣រួមមាន ៖

- ខ្ញុំ និងសាលារៀនរបស់ខ្ញុំ
- ខ្ញុំ និងផ្ទះរបស់ខ្ញុំ
- ខ្ញុំ និងមិត្តភក្តិរបស់ខ្ញុំ

☞ បន្ទាប់ពីគូរគំនូររួចហើយ ឱ្យសិស្សពិភាក្សាគ្នាពីគំនូរទាំងនេះនៅក្នុងក្រុមរបស់ខ្លួន។ សិស្សមានពេល៧នាទីដើម្បីពិភាក្សាគ្នា ហើយសមាជិកក្រុមទាំងអស់ត្រូវមានឱកាសនិយាយពីគំនិតរបស់ខ្លួន។ ការពិភាក្សានេះត្រូវផ្តោតទៅលើ ៖

- ភាពខុសគ្នាចំពោះរបៀបដែលពួកគេពិពណ៌នាពីខ្លួនឯងនៅក្នុងបរិបទខុសៗគ្នាទាំងអស់នេះ ប្រសិនបើមាន។ តើភាពខុសគ្នាទាំងនេះមានអ្វីខ្លះ ហើយហេតុអ្វីបានជាមានភាពខុសគ្នាទាំងនោះ?
- តើប្រធានបទមួយណាដែលពួកគេចូលចិត្តបំផុត? ហេតុអ្វី?

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◈ តើសិស្សធ្លាប់អនុវត្តសកម្មភាពបែបនេះពីមុនមកដែរឬទេ? តើសកម្មភាពនេះធ្វើឱ្យពួកគេមានអារម្មណ៍បែបណា?

◈ តើបរិស្ថាន និងមនុស្សនៅជុំវិញខ្លួនមនុស្សម្នាក់ៗមានឥទ្ធិពលលើបុគ្គលនោះដែរ ឬទេ? ដោយ

របៀបណា?

- ☝ អ្វីដែលយើងគិតពីខ្លួនរបស់យើង និងអ្វីដែលអ្នកដទៃគិតចំពោះយើងមានឥទ្ធិពលលើភាពនៃជំនឿផ្ទាល់ខ្លួនរបស់យើង។ របៀបដែលយើងកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងភាពនៃតម្លៃផ្ទាល់ខ្លួនរបស់យើងមានឥទ្ធិពលលើយើង និងអាកប្បកិរិយា (នៅកន្លែងធ្វើការ សាលារៀន ឬនៅក្នុងទំនាក់ទំនងនានា) ឥរិយាបថ សមត្ថភាព និងជម្រើសក្នុងជីវិតរបស់យើង។ ឧទាហរណ៍ កញ្ញាគិតថា នាងជាអ្នកនិពន្ធដ៏ល្អម្នាក់។ ប៉ុន្តែមិត្តភក្តិរបស់នាងគិតថា នាងធ្វើជាវាគ្មិនល្អជាងធ្វើជាអ្នកនិពន្ធ។ ក្រោយមក នាងបានចាប់ផ្តើមចូលរួមក្នុងការជជែកដេញដោល និងការពិភាក្សាជាច្រើន ហើយបានចំណាយពេលវេលាតិចតួចលើការតែងនិពន្ធ។ នាងមានអារម្មណ៍ថា នាងទទួលបានការកោតសរសើរ និងការទទួលស្គាល់ជាវាគ្មិនច្រើនជាងជាអ្នកនិពន្ធ។ នៅក្នុងឧទាហរណ៍នេះ យើងឃើញថាមានស្ថានភាពជាច្រើននៅក្នុងជីវិតរបស់យើងដែលយើងអាចបណ្តុះនូវចំណុចពិសេសជាក់លាក់មួយចំនួនសម្រាប់អត្តសញ្ញាណរបស់យើងដោយសារតែឥទ្ធិពលរបស់អ្នកដទៃ។ យើងអាចព្យាយាមធ្វើឱ្យអ្នកដទៃចាប់អារម្មណ៍មកលើយើងនៅពេលយើងមានអារម្មណ៍ថា យើងទទួលបានការបញ្ជាក់អះអាង និងការទទួលស្គាល់ជាវិជ្ជមានពីអ្នកទាំងនោះចំពោះអត្តសញ្ញាណ និងខ្លួនរបស់យើង។

- ◈ ការរៀបឥរិយាបថ និងការពិពណ៌នាពីខ្លួនឯងតាមរបៀបផ្សេងៗក្នុងបរិយាកាសខុសៗគ្នា ដូចជានៅសាលារៀន ផ្ទះ ភូមិ ឬសហគមន៍។

- ☝ ការពិភាក្សានេះត្រូវផ្តែកលើរូបភាពដែលបានគូរពេលអនុវត្តសកម្មភាពនេះ។ បុគ្គលម្នាក់មានបទពិសោធន៍ចំពោះកម្រិតនៃភាពងាយស្រួលខុសៗគ្នាជាមួយមនុស្សផ្សេងៗគ្នា និងស្ថានភាពខុសៗគ្នា។ ឧទាហរណ៍ អាចមានប្រធានបទមួយចំនួនដែលគេអាចមានអារម្មណ៍ថាធម្មតាក្នុងការពិភាក្សាជាមួយម្តាយ ឬឪពុករបស់គេដោយងាយ ខណៈដែលមានបញ្ហាមួយចំនួនទៀតគេពេញចិត្តពិភាក្សាជាមួយមិត្តភក្តិជាងជាមួយឪពុកម្តាយ បើទោះបីជាមានសេចក្តីស្រឡាញ់ និងការជឿទុកចិត្តនៅក្នុងទំនាក់ទំនងទាំងអស់នេះក៏ដោយ។ ស្រដៀងគ្នានេះដែរ ស្ថានភាពផ្សេងគ្នាក៏ទាមទារឱ្យមានឥរិយាបថផ្សេងគ្នាដែរពីមនុស្សដទៃ។ សាលារៀនអាចមានលក្ខណៈផ្លូវការជាងផ្ទះរបស់មិត្តភក្តិ។ ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់ចូលចិត្តទៅលេងផ្ទះមិត្តភក្តិច្រើនជាងការទៅរៀននៅក្នុងថ្នាក់ ពួកគេអាចមើលឃើញខ្លួនឯងថាជាមនុស្សងាយចូលសង្គមច្រើនជាងជាមនុស្សម្នាក់ដែលចូលចិត្តរៀនសូត្រ។ ជារឿយៗ ក្មេងស្រីអាចមានអត្តសញ្ញាណខុសៗគ្នានៅកន្លែងផ្សេងៗដូចជានៅសាលារៀន ផ្ទះ ឬផ្ទះរបស់មិត្តភក្តិ។ ពួកគេអាចនឹងគោរពតាមឥរិយាបថដែលគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើមួយចំនួនដែលអាចរួមចំណែកដល់របៀបដែលពួកគេយល់ឃើញ និងមើលឃើញខ្លួនឯង។ ដូច្នេះ អត្តញ្ញាណអាចប្រែប្រួលទៅតាមទីកន្លែង ឬស្ថានភាព

ដែលយើងស្ថិតនៅ។

- គំនិតចុងក្រោយ វាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការចំណាយពេលវេលានៅចុងម៉ោងជារៀងរាល់ថ្ងៃ ដើម្បីគិតពីអន្តរកម្មរបស់យើងជាមួយមនុស្ស ឬក្នុងស្ថានភាពផ្សេងៗសម្រាប់បង្កើនការយល់ដឹងរបស់យើងពីខ្លួនឯង។

◇ ហេតុអ្វីបានជាវា នសារៈសំខាន់ក្នុងការនិយាយពីបញ្ហានេះ?

- ការយល់ដឹងដោយខ្លួនឯង ការដឹងពីការចូលចិត្ត ការមិនចូលចិត្ត គុណសម្បត្តិ កម្រិតនៃភាពងាយស្រួល និងការលើកទឹកចិត្ត (មូលហេតុដែលយើងធ្វើអ្វីមួយ) មានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការជួយយើងឱ្យស្គាល់ពីខ្លួនឯង។ នេះគឺជារបៀបដែលបុគ្គលម្នាក់អាចជ្រើសរើសថាតើចំណុចពិសេសអ្វីនៃអត្តសញ្ញាណរបស់គេដែលត្រូវរក្សាទុក និងអ្វីដែលត្រូវផ្លាស់ប្តូរ។
- ឧទាហរណ៍ មនុស្សមួយចំនួនអាចមិនមានភាពជឿជាក់ចំពោះស្ថានភាពសង្គមមួយចំនួន និងអាចជាចង់ធ្វើឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរចំពោះចំណុចនោះ ខណៈពេលដែលមនុស្សមួយចំនួនទៀតមានអារម្មណ៍ថាពួកគេមានយុត្តិធម៌ចំពោះអ្នកដទៃ ហើយចង់រក្សាគុណសម្បត្តិនេះជាផ្នែកមួយនៃអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួន។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ លក្ខណៈមួយចំនួននៃអត្តសញ្ញាណអាចទទួលរងឥទ្ធិពលពីសហគមន៍ ផ្នត់គំនិតផ្នែកវប្បធម៌ និងការរំពឹងទុក ហើយប្រហែលជាមិនងាយផ្លាស់ប្តូរទេ។ ឧទាហរណ៍ការកាន់គ្រណមបែបសាសនាយ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួនដោយសារប្រពៃណីគ្រួសារ ឬការដែលក្មេងស្រីមិនលេងកីឡាមួយចំនួនដូចជាបាល់ទាត់ក្តីព្រោះតែសង្គម និងសហគមន៍អាចទទួលយកបានការលេងបាល់ទាត់សម្រាប់តែក្មេងប្រុសប៉ុណ្ណោះ។

◇ តើមនុស្សម្នាក់ជ្រើសរើសយកចំណុចពិសេសនៃអត្តសញ្ញាណអ្វីខ្លះដើម្បីរក្សាទុក និងបណ្តុះបន្ថែម ហើយចំណុចអ្វីខ្លះដែលត្រូវផ្លាស់ប្តូរដោយរបៀបណា?

- ពេលខ្លះ មានចំណុចពិសេសផ្សេងៗនៃអត្តសញ្ញាណរបស់យើងដែលយើងចូលចិត្ត ប៉ុន្តែអ្នកផ្សេងមិនចូលចិត្ត ឬមនុស្សមួយចំនួនទៀតអាចចាត់ទុកចំណុចពិសេសទាំងនោះថាខុស ឬមិនសមស្រប។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើក្មេងស្រីម្នាក់ចូលចិត្តនិយាយ ឬសួរពីអ្វីដែលនាងបានឮមនុស្សមួយចំនួនអាចប្រាប់នាងថា វាមិនមែនជាការត្រឹមត្រូវ សម្រាប់ក្មេងស្រីក្នុងការនិយាយស្តី ឬសួរនាំច្រើន។ កត្តានេះអាចមានផលប៉ះពាល់ជាអវិជ្ជមានដល់ភាពនៃអត្តសញ្ញាណរបស់នាងពោលគឺ នាងអាចលែងហ៊ាននិយាយស្តី និងអាចលែងមានសមត្ថភាពបញ្ចេញមតិផ្ទាល់ខ្លួនដោយសេរី។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការចងចាំថា វាជារឿងត្រឹមត្រូវក្នុងការសម្រេចចិត្តខ្លួនឯងថាតើចំណុចពិសេសអ្វីនៃអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួនដែលត្រឹមត្រូវក្នុងការរក្សាទុក និងមួយណាដែលមិនត្រូវរក្សាទុក។ ការសម្រេចចិត្តនេះគឺមិនងាយស្រួលនោះទេ។ ការឆ្លុះបញ្ចាំងថាតើអត្តសញ្ញាណ ឬចំណុចពិសេសមួយនៃអត្តសញ្ញាណរបស់បុគ្គលម្នាក់កំពុងធ្វើឱ្យនរណា

ម្នាក់ឈឺចាប់ រួមទាំងខ្លួនឯងផង ឬកំពុងបង្កើត ឬកំពុងជម្រុញឱ្យមានវិសមភាព និងភាពអយុត្តិធម៌ចំពោះនរណាម្នាក់ រួមទាំងខ្លួនឯងផង គឺជាវិធីសាស្រ្តដ៏ល្អក្នុងការឈានទៅរកការសម្រេចចិត្តនេះ។ ប្រសិនបើចំណុចពិសេសមួយបង្កឱ្យមានការឈឺចាប់ ឬភាពអយុត្តិធម៌ នោះគេត្រូវធ្វើការពិចារណាឡើងវិញ និងតម្រូវឱ្យមានការខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីផ្លាស់ប្ដូរអ្វីមួយ។

- វិធីមួយទៀតដើម្បីឈានទៅរកការសម្រេចចិត្តទាំងនេះគឺត្រូវឆ្លុះបញ្ចាំងទៅលើចំណុចពិសេសនៃអត្តសញ្ញាណរបស់នរណាម្នាក់ដែលធ្វើឱ្យខ្លួនគេសប្បាយចិត្ត និងមានអារម្មណ៍ល្អ។ ដូចជា «គុណសម្បត្តិពិសេស» ដែលគ្រូបង្រៀនឱ្យសិស្សស្វែងរកពីខ្លួនគេកន្លងមក។ ចំណុចពិសេសទាំងនេះអាចមានតម្លៃក្នុងការផ្តោតការយកចិត្តទុកដាក់ និងបណ្តុះបន្ថែម។
- ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការយល់ថា មនុស្សម្នាក់ៗគឺជាបុគ្គលមួយរូបដែលមានលក្ខណៈខុសពីបុគ្គលផ្សេងទៀត។ មនុស្សផ្សេងគ្នាមានការចូលចិត្ត និងមិនចូលចិត្តផ្សេងៗគ្នាចំពោះខ្លួនគេផ្ទាល់ និងចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមក។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការគោរពចំពោះភាពខុសគ្នាទាំងនេះ និងយល់ពីចំណុចទាំងនោះដោយស្តាប់នូវអ្វីដែលអ្នកដទៃនិយាយពីខ្លួនគេ។ វាក៏មានសារៈសំខាន់ដូចគ្នាដែរក្នុងការគោរពចំពោះខ្លួនឯងផ្ទាល់ និងរំពឹងថា អ្នកដទៃក៏មានការគោរពដូចគ្នាដែរ។ នេះគឺជាគន្លឹះនៃទំនាក់ទំនងជាវិជ្ជមានជាមួយខ្លួនឯង និងជាមួយអ្នកដទៃទៀត។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន ៖

ទស្សនៈទានមួយចំនួនក្នុងចំណោមទស្សនៈទានទាំងនេះ ដូចជាការគោរពខ្លួនឯង និងការរំពឹងទុកថា គំនិត និងទស្សនៈរបស់ខ្លួនទទួលបានការគោរពពីអ្នកដទៃអាចតម្រូវឱ្យមានពេលវេលាសម្រាប់ពន្យល់ ឬពិភាក្សាបន្ថែមដោយធៀបទៅនឹងទស្សនៈទានផ្សេងទៀត។

សិស្សមួយចំនួនប្រហែលជាមានការស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការកំណត់ពីចំណុចល្អពីខ្លួនគេ ខណៈដែលសិស្សដទៃទៀតអាចធ្វើបានយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវមានការប្រុងប្រយ័ត្នថា ការប្រៀបធៀបបែបអវិជ្ជមាន ភាពអៀនខ្មាស ឬការនិយាយមិនបានល្អមិនបង្កជាឧបសគ្គដល់សិស្សទេ។

✉ **សារសំខាន់ៗ ៖**

- មនុស្សមានបទពិសោធន៍ដោយខ្លួនឯងចំពោះអន្តរកម្មជាមួយនឹងបរិស្ថានជុំវិញខ្លួន និងទំនាក់ទំនងផ្សេងៗ។
- អត្តសញ្ញាណវិវឌ្ឍន៍ និងផ្លាស់ប្តូរទៅតាមពេលវេលា ព្រមទាំងក្រោមឥទ្ធិពលរបស់អ្នកដទៃ និងស្ថានភាពផ្សេងៗ។
- មនុស្សម្នាក់អាចជ្រើសរើសការបណ្តុះ និងបន្តរក្សាទុកនូវចំណុចពិសេសនៃអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួនដែលខ្លួនយល់ឃើញថាមានភាពវិជ្ជមាន។

ក្របខណ្ឌចំណេះដឹង

«គេអាចយល់ពីអត្តសញ្ញាណយ៉ាងសាមញ្ញថាជាភាពមួយដែលថាយើងជានរណា»។ មនុស្សម្នាក់ទទួលបានភាពថាខ្លួនឯងជានរណាតាមរយៈប្រភពជាច្រើនដែលមានដូចជា ៖ អារម្មណ៍ស្រមើស្រមៃផ្ទាល់ខ្លួន គ្រួសារ សហគមន៍ ការរំពឹងទុកចំពោះយេនឌ័រដែលពាក់ព័ន្ធនឹងភេទរបស់ខ្លួន អាយុ សាសនា វង្សត្រកូល តំបន់ សញ្ជាតិជាដើម។ ហេតុនេះហើយ ក្នុងនាមជាបុគ្គលដ៏ស្មុគ្រស្មាញ យើងម្នាក់ៗទទួលរងនូវឥទ្ធិពលផ្នែកផ្លូវចិត្ត វប្បធម៌សង្គម និងនយោបាយនៅក្នុងជីវិតដែលធ្វើឱ្យយើងក្លាយជាបុគ្គលខុសប្លែកពីគេ។ របៀបដែលយើងកំណត់អត្តសញ្ញាណរបស់យើង និងភាពនៃតម្លៃផ្ទាល់ខ្លួនមានឥទ្ធិពលសំខាន់ៗ និងធំធេងជាច្រើនមកលើអាកប្បកិរិយា (នៅកន្លែងធ្វើការ សាលារៀន ឬនៅក្នុងទំនាក់ទំនងនានា) ឥរិយាបថ សមត្ថភាព និងជម្រើសក្នុងជីវិតរបស់យើង។ វាក៏មានផលប៉ះពាល់យ៉ាងខ្លាំងផងដែរចំពោះសក្តានុពលរបស់យើងក្នុងនាមជាមនុស្ស និងសមត្ថភាពរបស់យើងក្នុងការដឹងអំពីសក្តានុពលនោះ។ វ័យជំទង់គឺជារយៈពេលដែលមានការផ្លាស់ប្តូរជាច្រើនចំពោះរាងកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ ក្នុងនាមជាក្មេងជំទង់ កុមារីឆ្លងកាត់បទពិសោធន៍ទាក់ទងនឹងបំណងប្រាថ្នា និងបញ្ហាប្រឈមដែលមានលក្ខណៈពិសេសដាច់ដោយឡែកដែលអាចមានលក្ខណៈខុសពីបំណងប្រាថ្នា និងការប្រឈមដែល«យុវវ័យ» ឬ«ស្ត្រី»ជួបប្រទះ[៩]។ (Standard Chartered (២០០៩) គោលការណ៍ណែនាំពីសកម្មភាពគោលដៅ មូលនិធិ Naz ការធ្វើឱ្យក្មេងស្រីជំទង់មានលទ្ធភាពឱ្យតម្លៃខ្លួនឯង កសាងអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួនតាមលក្ខខណ្ឌរបស់ខ្លួនផ្ទាល់ និងពង្រឹងតម្លៃផ្ទាល់ខ្លួនគឺមានសារៈសំខាន់ណាស់ចំពោះដំណើរការនៃការពង្រឹងការគិតដោយឯករាជ្យ និងការកសាងទំនុកចិត្ត។

[៩] (ស្តាបនាតាមបទដ្ឋាន ២០០៩), *គោលការណ៍ណែនាំពីសកម្មភាពគោលដៅ* ។ មូលនិធិ Naz

ជំពូកទី២ ៖ យេនឌ័រ

ទិដ្ឋភាពទូទៅ[៥]

គោលបំណងនៃជំពូកនេះគឺដើម្បីកសាងការយល់ដឹងរបស់សិស្សស្តីពីយេនឌ័រ និងរបៀបដែលយេនឌ័រកើតឡើងទៅតាមការកំណត់របស់សង្គម។ ភាពខុសគ្នាផ្នែកយេនឌ័រដែលគេយល់ឃើញទាំងនេះនាំទៅរកវិសមភាពដែលជារឿយៗដាក់កម្រិតលើការរីកចម្រើន និងការអភិវឌ្ឍន៍របស់មនុស្ស និងរំលោភបំពានលើសិទ្ធិមនុស្សរបស់គេ។

«យេនឌ័រសំដៅទៅលើសំណុំនៃលក្ខណៈសម្បត្តិ ការរំពឹងទុក និងតួនាទីដែលសង្គមឱ្យតម្លៃទៅលើមនុស្សម្នាក់ដែលកើតមកជាប្រុសឬជាស្រី។ អត្តសញ្ញាណផ្នែកយេនឌ័រ សំដៅទៅលើភាពផ្ទាល់ខ្លួន ថាតើបុគ្គលនោះជានរណា។ ដូច្នេះ ដើម្បីឱ្យងាយយល់ទី១ (យេនឌ័រ) គឺជាអ្វីដែលសង្គមរំពឹងទុកពីបុគ្គលម្នាក់ហើយទី២ (អត្តសញ្ញាណយេនឌ័រ) គឺរបៀបដែលបុគ្គលម្នាក់មាន អារម្មណ៍ចេញពីក្នុងខ្លួន។» (ប្រភព ៖ សៀវភៅពណ៌ខៀវ។ (២០១៣) TARSHI)

វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការដឹងថា តួនាទី និងការរំពឹងទុកផ្នែកយេនឌ័រគឺសង្គម ព្រមទាំងបទដ្ឋាន និងគុណតម្លៃនៃវប្បធម៌សង្គមជាអ្នកកំណត់។ រឿងទាំងនេះមិនមានក្នុងសិលាចារឹកទេ ហើយគេក៏ត្រូវលើកជាសំណួរដែរ។ សង្គមអាចកំណត់អាកប្បកិរិយា និងច្បាប់សម្រាប់ក្មេងប្រុស និងក្មេងស្រី ព្រមទាំងបុរស និងស្ត្រីខុសៗគ្នា និងតាមវិធីផ្សេងគ្នា ទីកន្លែងផ្សេងគ្នា និងនៅពេលវេលាជាប្រវត្តិសាស្ត្រខុសៗគ្នា។ ដូច្នេះ នៅកន្លែងជាច្រើន សហគមន៍បិតាធិបតេយ្យដែលតឹងរ៉ឹងអាចព្យាយាមរឹតបន្តឹងចំពោះការដើរហើររបស់ស្ត្រី និងក្មេងស្រី ឬសិទ្ធិប្រើប្រាស់បច្ចេកវិទ្យារបស់ពួកគេដោយសារតែតួនាទី និងទស្សនៈផ្នែកយេនឌ័រ។ នៅកន្លែងផ្សេងទៀត គេអាចរំពឹងទុកថាក្មេងប្រុស និងបុរសត្រូវមានភាពប្រកួតប្រជែង និងយកឈ្នះគេបើមិនដូច្នេះទេ ពួកគេចូលចំណោមគេមិនចុះទេ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ទាំងនេះគឺជាការរំពឹងទុករបស់សង្គមប៉ុណ្ណោះ ហើយគេអាចជម្នះ និងផ្លាស់ប្តូរបានដើម្បីសមភាពយេនឌ័រ និងសង្គមមួយដែលមានភាពយុត្តិធម៌ផ្នែកយេនឌ័រ។

---

[៥] ICRW,. (២០១៦) *កម្មវិធីសម្រាប់ក្មេងស្រីពេញវ័យរបស់គែស ប្រនហ្វ* Gap Inc., និង TARSHI,. (២០១៣). *សៀវភៅពណ៌ខៀវ (The Blue Book)* Young Zubaan

🕘 **រយៈពេលរួម ៖ ៥ ម៉ោង ៥០ នាទី**

🗗 **ចំនួនលំនាំបង្រៀនសរុប ៖ ៦ មេរៀន**

🏆 វត្ថុបំណង ៖

- ☺ យល់ដឹងពីភាពខុសគ្នារវាងភេទ និងយេនឌ័រ។
- ☺ យល់ដឹងថា យេនឌ័រគឺជាទម្រង់នៃការកំណត់របស់សង្គម និងក្លាយទៅជាមូលដ្ឋានសម្រាប់ការដាក់កម្រិតជាច្រើន។
- ☺ មានការយល់ដឹងស៊ីជម្រៅពីរបៀបដែលយេនឌ័រ តួនាទីយេនឌ័រ និងផ្នត់គំនិតផ្សេងៗជាប់ទាក់ទងយ៉ាងជិតស្និទ្ធជាមួយនឹងការរើសអើង ជាពិសេសដោយសារទំនាក់ទំនងរវាងអំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ។
- ☺ យល់ដឹងអំពីទស្សនៈទាននៃអំណាច និងផលជះរបស់វាមកលើជីវិត ជាពិសេសទៅលើការធ្វើសេចក្តីសម្រេចចិត្ត និងសមត្ថភាពនៃការចរចា។
- ☺ យល់ដឹងថា ការយល់ឃើញ និងទម្រង់នៃការរើសអើងផ្នែកយេនឌ័រទាំងនេះអាចជម្នះបាន ហើយការផ្លាស់ប្តូរគឺអាចធ្វើទៅបានដោយជោគជ័យ។

មេរៀនទី៣ ៖ ការយល់ដឹងពីយេនឌ័រ[៦]

រយៈពេល ៖ ១ ម៉ោង

វត្ថុបំណង ៖ ដើម្បីយល់ដឹងពីទស្សនៈទានផ្នែកយេនឌ័រ និងរបៀបដែលសង្គមកំណត់ពីទស្សនៈទាន នេះ។

១. ការរៀបចំ

សម្ភារៈដែលត្រូវការ ៖

- សម្រាប់គ្រូ៖ ក្រដាសផ្ទាំងធំ និងហ្វឺត ក្រដាសព័ត៌មាន ហ្វឺតពណ៌។
- សម្រាប់សិស្ស៖ ក្រដាសផ្ទាំងធំ១សន្លឹក ហ្វឺតពណ៌ និង សន្លឹកកិច្ចការផ្ទះរបស់សិស្សទំព័រទី៨១។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- អានទិដ្ឋភាពទូទៅស្តីពី ជំពូកទី២ ៖ យេនឌ័រ និងស្វែងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។
- ប្រមូលធនធានចាំបាច់ទាំងអស់ផ្សេងៗទៀត។

២. ដំណើរការបង្រៀន

សេចក្តីណែនាំ

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួន ដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។
- ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។
- អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។
- បន្ទាប់មកចែកសិស្សជា៤ក្រុម ហើយផ្តល់ក្រដាសព័ត៌មានមួយសន្លឹក និងហ្វឺតពណ៌មួយចំនួនដល់ក្រុមនីមួយៗ។ លំហាត់នេះគឺទាក់ទងនឹងការបង្កើតពាក្យដែលទាក់ទងនឹងពាក្យ «បុរស» និង «ស្ត្រី»។

---

[៦] TARSHI,. (២០០៦). *មូលដ្ឋាន និងលើសពីមូលដ្ឋាន សៀវភៅមគ្គុទេសក៍សម្រាប់គ្រូបង្វឹក 'ការរួមបញ្ចូលគ្នា ផ្លូវភេទ សិទ្ធិ និងសុខភាពផ្លូវភេទ និងសុខភាពបន្តពូជ'*។ ទីក្រុងញូដេលី។
ក្រុមការងារផ្លូវភេទអន្តរជាតិ និងកម្មវិធីមេរោគអេដស៍(២០០៩)។ *គ្រប់យ៉ាងតែមួយ*។ ក្រុមប្រឹក្សាចំនួនប្រជាជន។

បន្ទាប់មក ឱ្យក្រុមទាំងអស់បង្ហាញពីបណ្តុំពាក្យរបស់ខ្លួនទាំងនោះទៅកាន់ក្រុមធំ។ ក្រដាសព័ត៌មានត្រូវចែកជា២កូឡោនគឺ កូឡោនមួយដាក់ថា «បុរស» និងមួយទៀតដាក់ថា «ស្ត្រី»។

☞ អាចគូសក្រដាសព័ត៌មាននេះនៅលើក្តារខៀនជាគំរូដូចបានបង្ហាញខាងក្រោមនេះ ៖

បុរស	ស្ត្រី

☞ ឱ្យក្រុមទាំងអស់សរសេរបណ្តុំពាក្យរបស់ខ្លួននៅក្នុងកូឡោននីមួយៗ។ (លោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចផ្តល់ឧទាហរណ៍មួយពីបណ្តុំពាក្យដែលទាក់ទងនឹងសត្វ «ឆ្មា» ដែលអាចរួមបញ្ចូលទាំងពាក្យពណ៌ខ្មៅ គួរឱ្យស្រលាញ់ កន្ទុយ លឿន សត្វចិញ្ចឹម ត្រី ព្រៃ ។ល។)។

☞ ឱ្យសិស្សពិភាក្សាគ្នា និងសរសេរពី ៧ ទៅ ១០ ពាក្យនៅក្នុងកូឡោននីមួយៗ។ ពួកគេមានពេល ១០ នាទីដើម្បីធ្វើកិច្ចការនេះ។

☞ បន្ទាប់ពីការបញ្ចប់កិច្ចការនេះ ឱ្យក្រុមនីមួយៗចែករំលែកពាក្យចំនួន ២ ក្នុងបញ្ជីរបស់ខ្លួនជាមួយក្រុមធំ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវសរសេរពាក្យទាំងនោះនៅលើក្តារខៀននៅក្នុងកូឡោន «បុរស» និង «ស្ត្រី» រៀងៗគ្នា។ ក្រុមទាំងអស់មិនត្រូវយកពាក្យណាដែលក្រុមផ្សេងបានបង្ហាញ និងមានសរសេរលើក្តារខៀនរួចហើយមកចែករំលែកទេ។

☞ ឱ្យសិស្សចាត់ថ្នាក់ពាក្យនីមួយៗថា វាមានលក្ខណៈពិតប្រាកដបែបជីវសាស្ត្រ (តាងដោយអក្សរ «ជ») ឬជាទស្សនៈទាន ឬគំនិតមួយដែលសង្គមបានបង្កើតឡើង (តាងដោយអក្សរ «ស») តាមរយៈការលើកដៃបោះឆ្នោត។ ដូច្នេះ នៅចុងបញ្ចប់នៃលំហាត់ ពាក្យនីមួយៗនៅលើក្តារខៀននឹងត្រូវបានសម្គាល់ដោយអក្សរ «ជ» ឬ «ស» ។

☞ ពាក្យទាំងនេះដែលស្ថិតនៅក្នុងផ្នែកជីវសាស្ត្រ ឬសង្គមនឹងក្លាយជាមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃការពិភាក្សាលើយេនឌ័រ។ ពាក្យណាមួយដែលសិស្សចាត់ថ្នាក់ខុសគឺត្រូវពិភាក្សា និងចាត់ថ្នាក់ឡើងវិញ។

កិច្ចការផ្ទះ ៖

☞ ក្រោយចប់សកម្មភាពខាងលើ គ្រូណែនាំសិស្សអំពីកិច្ចការផ្ទះដែលពួកគេត្រូវធ្វើ។

☞ ឱ្យពួកគេបើកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួននៅទំព័រទី៨១។

☞ អានសេចក្តីណែនាំនៅក្នុងសន្លឹកកិច្ចការ បន្ទាប់មកពន្យល់ពីអ្វីដែលពួកគេចាំបាច់ត្រូវធ្វើ។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

- តើលំហាត់នេះមានគោលបំណងអ្វី?

- តើយេនឌ័រជាអ្វី? តើភេទជាអ្វី?

  - ភេទសំដៅទៅលើភាពខុសគ្នាផ្នែកជីវសាស្ត្ររវាងភេទប្រុស និងភេទស្រីដោយផ្អែកលើប្រដាប់បន្តពូជ និងហៃ្សន។ យេនឌ័រពណ៌នាអំពីលក្ខណៈដែលសង្គមចាត់ទុកថាសមស្របសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។ ដូច្នេះ យេនឌ័រគឺការកំណត់របស់សង្គម (ការកំណត់របស់សង្គមគឺជាទស្សនៈទាន ឬការអនុវត្តមួយដែលជាការកំណត់ ឬជាគំនិតរបស់ក្រុម ឬសង្គមជាក់លាក់មួយ ហើយវាមិនមែនជាលទ្ធផលនៃគុណសម្បត្តិដែលមានពិតប្រាកដទៅតាមទស្សនៈទានដែលនៅស្រពិចស្រពិលនោះទេ)។ ដូចគ្នានេះដែរ តួនាទី និងគំនិតដែលសង្គមបានកំណត់គឺមានលក្ខណៈខុសគ្នាពីវប្បធម៌មួយ ទៅវប្បធម៌មួយ និងសូម្បីតែនៅក្នុងសង្គម ឬវប្បធម៌ដូចគ្នា ក៏មានភាពខុសគ្នាពីជំនាន់មួយទៅជំនាន់មួយដែរ។

- តើយេនឌ័រមានតែ ២ សម្រាប់តែប្រុស និងស្រីប៉ុណ្ណោះឬ?[៧]

  - មិនមែនទេ។ យេនឌ័រមិនមែនមានតែ «ភេទប្រុស» និង«ភេទស្រី» ២ ប៉ុណ្ណោះទេ។ ខណៈដែលភេទសំដៅទៅលើលក្ខណៈពិសេសផ្នែកជីវសាស្ត្ររបស់មនុស្សម្នាក់ យេនឌ័រពណ៌នាពីលក្ខណៈដែលសង្គមចាត់ទុកថាសមស្របសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ មនុស្សមួយចំនួនប្រហែលជាមិនបានកំណត់ពីយេនឌ័រដែលគេផ្តល់ទៅឱ្យខ្លួនទេ ហើយអ្នកផ្សេងទៀតក៏ប្រហែលជាមិនបានកំណត់ថាខ្លួនឯងជា «ភេទប្រុស» ឬជា «ភេទស្រី» ដែរ។ យេនឌ័រមានមូលដ្ឋានលើការរំពឹងទុកដែលសង្គម ឬវប្បធម៌មួយមានចំពោះអាកប្បកិរិយា និងតួនាទីសមស្របសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។ **អត្តសញ្ញាណយេនឌ័រ** សំដៅទៅលើរបៀបដែលមនុស្សមានអារម្មណ៍ពោលគឺ មិនថាពួកគេគិតពីខ្លួនឯងថាជាប្រុស ជាស្រី ទាំងពីរភេទ ឬថាជាយេនឌ័រខុសគ្នាមួយទេ។ ឧទាហរណ៍ សម្រាប់មនុស្សមួយចំនួន ភេទដែលមានពីកំណើតស្របគ្នានឹងរបៀបដែលពួកគេយល់ឃើញចំពោះយេនឌ័ររបស់ខ្លួន ពោលគឺកើតមកជាស្រីធម្មតា និងមានអារម្មណ៍ពេញចិត្តចំពោះការកំណត់ថាខ្លួនជាស្ត្រី(ចំពោះយេនឌ័រ)។ ក៏ប៉ុន្តែ សម្រាប់អ្នកខ្លះទៀត វាប្រហែលជាមិនមានលក្ខណៈដូចគ្នាទេ ពោលគឺ មនុស្សមួយចំនួនប្រហែលជាមិនមានអារម្មណ៍ពេញចិត្តចំពោះភេទពីកំណើតរបស់ខ្លួនទេ ហើយអាចកំណត់ខ្លួនឯងថាស្ថិតនៅក្នុងក្រុមយេនឌ័រខុសគ្នាមួយ។ មនុស្សទាំងនេះគឺជាប្រភេទមនុស្ស «ប្តូរយេនឌ័រ»។

---

[៧] TARSHI,. (២០០៦). *មូលដ្ឋាន និងលើសពីមូលដ្ឋាន សៀវភៅមគ្គុទេសក៍សម្រាប់គ្រូបង្វឹក "ការរួមបញ្ចូលគ្នា ផ្លូវភេទ សិទ្ធិ និងសុខភាពផ្លូវភេទ និងសុខភាពបន្តពូជ។* ទីក្រុងញូដេលី។

◈ តើពាក្យថា «ប្តូរយេនឌ័រ»មានន័យដូចម្តេច?

☝ អ្នកប្តូរយេនឌ័រសំដៅទៅលើបុគ្គលម្នាក់ដែលមិនកំណត់យកយេនឌ័រដែលពួកគេមានពីកំណើត ទៅតាមលក្ខណៈជីវសាស្រ្ត(ភេទ)ដែលខ្លួនមាន។ ពួកគេអាច ឬមិនអាចសម្រេចចិត្តប្តូរយេនឌ័រ ដែលពួកគេមានតាំងពីកំណើតទៅជាយេនឌ័រដទៃទៀតបានតាមរយៈការវះកាត់ និងនីតិវិធីវេជ្ជសាស្រ្តផ្សេងទៀត។

◈ ហេតុអ្វីបានជាការយល់ថាយេនឌ័រគឺជាការកំណត់របស់សង្គមមានសារៈសំខាន់?

☝ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការបែងចែកភាពខុសគ្នារវាងអ្វីដែលសង្គមបានកំណត់សម្រាប់យេនឌ័រនីមួយៗ និងអ្វីដែលជាលក្ខណៈជីវសាស្រ្ត។ ឧទាហរណ៍ គំនិតដែលថា បុរសមិនយំគឺជាការកំណត់របស់សង្គម ចំណែកឯការពិតដែលថា សំឡេងរបស់ពួកគេកាន់តែគ្រលួ ឬទៅជាធ្ងន់នៅពេលដែលពួកគេធំឡើងគឺផ្អែកទៅលើលក្ខណៈជីវសាស្រ្ត។ ស្រដៀងគ្នានេះដែរ គំនិតដែលថា ស្រ្តីមានការខ្មាសអៀន និងខ្សោយជាងបុរសគឺជាការកំណត់របស់សង្គម ចំណែកឯសមត្ថភាពរបស់ពួកគេក្នុងការផ្តល់កំណើតដល់កូនគឺជាលក្ខណៈជីវសាស្រ្ត។ ការទទួលស្គាល់ថា យេនឌ័រគឺជាការកំណត់របស់សង្គម ហើយថាអាកប្បកិរិយាផ្អែកយេនឌ័រគឺជាការរៀនសូត្រជួយយើងឱ្យយល់ថាអាកប្បកិរិយាគឺអាចផ្លាស់ប្តូរបាន។ ឧទាហរណ៍ ការទទួលស្គាល់គំនិតដែលថាបុរសមិនយំគឺជាការរៀនសូត្រជាញឹកញាប់អាចជួយយើងឱ្យផ្លាស់ប្តូររបៀបដែលយើងបង្រៀន ឬបណ្តុះក្មេងប្រុសកុំឱ្យបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួនដោយគ្មានការភ័យខ្លាចចំពោះការវិនិច្ឆ័យថា «មិនមានលក្ខណៈគ្រប់គ្រាន់ជាមនុស្សប្រុស»។ ឧទាហរណ៍មួយទៀតគឺ យើងតែងតែឮថាស្រ្តីមិនអាចបើកបរបានល្អទេ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ការពិតគឺថា ស្រ្តីជាច្រើនបើកបរបានយ៉ាងល្អក្នុងការធ្វើចរាចរប្រចាំថ្ងៃតាមដងផ្លូវសាធារណៈ និងក្នុងការប្រណាំងយានយន្តផងដែរ។ នេះជាឧទាហរណ៍មួយស្តីពីរបៀបនៃការកំណត់របស់សង្គម និងតថភាពជាក់ស្តែងជារឿយៗមានភាពខុសគ្នាទាំងស្រុង។

⊶ គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ ៖

- វាអាចមានការពិបាកសម្រាប់សិស្សក្នុងការពន្យល់ឱ្យបានច្បាស់ពីបណ្តុំពាក្យរបស់ខ្លួន។ ដូច្នេះ ពួកគេអាចមានភាពស្ទាក់ស្ទើរនៅពេលធ្វើការជាក្រុម ឬនៅពេលឡើងនិយាយនៅក្នុងក្រុមធំ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវលើកទឹកចិត្ត និងប្រាប់ពួកគេថាមិនមានចម្លើយត្រឹមត្រូវ និង

ខុសទេសម្រាប់សកម្មភាពនេះទេ។

- សកម្មភាពនេះផ្តោតទៅលើការពន្យល់ពីភាពខុសគ្នារវាងភេទ និងយេនឌ័រ ព្រមទាំងរបៀបដែលសង្គមកំណត់ពីយេនឌ័រ។ ប្រសិនបើការពិភាក្សាមាននិន្នាការឆ្ពោះទៅរកការរើសអើងផ្នែកយេនឌ័រ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវបង្វែការផ្ចង់ផ្តោតមកលើយេនឌ័រ និងភេទវិញ។
- ផ្តល់ឧទាហរណ៍ឱ្យបានច្រើនដើម្បីជួយសិស្សឱ្យយល់ពីទស្សនៈទានផ្សេងៗ ដូចជាយេនឌ័រ តួនាទីយេនឌ័រ និងផ្នត់គំនិតផ្នែកយេនឌ័រ ដោយសារតែទស្សនៈទានទាំងនេះគឺជាគំនិតដែលមានលក្ខណៈស្មុគស្មាញ។
- ប្រសិនបើសិស្សចាត់ថ្នាក់តួនាទីយេនឌ័រណាមួយដែលសង្គមបានកំណត់ថាមានមូលដ្ឋានលើផ្នែក«ជីវសាស្ត្រ» សូមលោកគ្រូ អ្នកគ្រូពន្យល់ឱ្យបានល្អិតល្អន់ក្នុងពេលពិភាក្សាពីផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមាន អ្វីខ្លះដែលផ្នត់គំនិតទាំងនេះអាចមាននៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់មនុស្ស។ ឧទាហរណ៍ ការសន្មតតាមបែបយេនឌ័រដែលថា ស្ត្រីគឺស័ក្តិសមនឹងអាជីពជាអ្នកថែទាំ ដូចជាការបីបាច់ និងមើលថែកូនដោយសារតែពួកគាត់មានលក្ខណៈបែបនោះពី«ធម្មជាតិ»។ ចំណុចនេះមិនត្រឹមតែមានផលវិបាកអវិជ្ជមានមួយចំពោះស្ត្រីជាច្រើននាក់ទេ តែថែមទាំងមានផលប៉ះពាល់ចំពោះបុរសជាច្រើនដែលអាចស័ក្តិសមនឹងអាជីពជាអ្នកថែទាំនេះ ក៏ប៉ុន្តែមិនអាចស្វែងរកការងារប្រភេទនេះធ្វើបានដោយសារតែឥទ្ធិពល និងសម្ពាធពីសង្គម។

សារសំខាន់ៗ ៖

- ភេទសំដៅទៅលើភាពខុសគ្នាផ្នែកជីវសាស្ត្ររវាងភេទប្រុស និងភេទស្រី ដោយផ្អែកលើប្រដាប់បន្តពូជ និងហ៊ែរ្សន។ យេនឌ័រពិពណ៌នាពីលក្ខណៈ និងតួនាទីជាទូទៅដែលផ្អែកលើផ្នត់គំនិតដែលសង្គមចាត់ទុកថាសមស្របសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។
- ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ យេនឌ័រមិនមែនមានចំនួនតែ២ទេ ពោលគឺមានយេនឌ័រច្រើនជាង ២ ហើយមានលទ្ធភាពមួយដែលថា បុគ្គលម្នាក់អាចមិនយល់ស្របតាមការកំណត់ភេទរបស់ខ្លួនថាជាបុរស ឬស្ត្រីទៅតាមលក្ខណៈជីវសាស្ត្រដែលពួកគេមានតាំងពីកំណើតទេ។
- ការទទួលស្គាល់ថា យេនឌ័រគឺសង្គមជាអ្នកកំណត់ ហើយថាអាកប្បកិរិយាផ្នែកយេនឌ័រគឺជាការរៀនសូត្រជួយយើងឱ្យយល់ថាគេអាចផ្លាស់ប្តូរអាកប្បកិរិយានោះបាន ហើយការរំពឹងទុក និងសម្ពាធរបស់សង្គមគឺអាចជម្នះបានដោយជោគជ័យ។

មេរៀនទី៤ ៖ តើតួនាទីយេនឌ័រគឺជាអ្វី?[៨]

🕒 **រយៈពេល** ៖ ១ ម៉ោង

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីយល់ដឹងពីអ្វីដែលជាតួនាទីយេនឌ័រ និងរបៀបដែលតួនាទីយេនឌ័រទាំងនេះជះឥទ្ធិពលលើតថភាពជាក់ស្តែងដែលយើងកំពុងរស់នៅ។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ក្តារខៀន និងហ្វឺត។

☞ សម្រាប់សិស្ស៖ សន្លឹកកិច្ចការផ្ទះរបស់សិស្សទំព័រទី៨២។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។

☞ សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ** ៖

ផ្នែកទី ១[៩] ៖ លំហាត់ស្តីពីស្វ័យឆ្លុះបញ្ចាំង

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

☞ ឱ្យសិស្សធ្វើការជាគូ។ សិស្សម្នាក់ៗត្រូវបិទភ្នែក ហើយគិតពីអតីតកាលដ៏យូរអង្វែងដែលខ្លួនបានឆ្លងកាត់នៅក្នុងជីវិតរហូតដល់ពេលដំបូងដែលពួកគេដឹងថាខ្លួនឯងខុសពីសមាជិកផ្សេងដែលគេហៅថា «ភេទផ្ទុយគ្នា» ឬត្រូវគេរំពឹងទុកថាត្រូវមានអាកប្បកិរិយាខុសគ្នា និងត្រូវបានគេប្រព្រឹត្តដាក់ខុសគ្នាពីអ្នកដែលមានភេទផ្ទុយពីខ្លួន។ ឱ្យសិស្សគិតពីចំណុចនេះឱ្យបានស៊ីជម្រៅ ថាតើពួកគេមានអាយុប៉ុន្មាន នរណាខ្លះដែលពាក់ព័ន្ធ ហេតុការណ៍នេះបានកើតឡើងនៅឯណា ហេតុការណ៍

---

[៨] Nirantar,. (២០១៤), *យេនឌ័រ និងបិតាធិបតេយ្យ គោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់គ្រូបង្វឹក* ចំណុចសង្គមស៊ីវិលដែលខ្សោយបំផុត (PACS)។

៩ផ្នែកសុខភាពបន្តពូជ និងការស្រាវជ្រាវ។ (២០០១)។ *ការផ្លាស់ប្តូរប្រព័ន្ធសុខាភិបាល៖ យេនឌ័រ និងសិទ្ធិនៃសុខភាពបន្តពូជ សៀវភៅមគ្គុទេសក៍បង្ហាត់បង្រៀនសម្រាប់សុខភាពអ្នកគ្រប់គ្រង*។ ប្រទេសហ្សឺណែវ៖ អង្គការសុខភាពពិភពលោក។

នោះគឺជាអ្វី? ពួកគេមានអារម្មណ៍យ៉ាងណាចំពោះរឿងនេះ និងរបៀបដែលចំណុចពិសេសផ្សេងៗនៃអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួន(ពូជសាសន៍ សាសនា អត្តសញ្ញាណ សញ្ជាតិ ជាតិពន្ធ) បានរួមចំណែកក្នុងហេតុការណ៍នេះយ៉ាងដូចម្តេចខ្លះ ។ ល។

☞ បន្ទាប់មក លោកគ្រូ អ្នកគ្រូឱ្យសិស្សចែករំលែករឿងរ៉ាវរបស់ខ្លួនជាមួយដៃគូរបស់ខ្លួន។

ផ្នែកទី ២ - លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

☞ បែងចែកសិស្សជា២ក្រុម ដោយចាត់តាំងឱ្យក្រុមមួយធ្វើការលើប្រធានបទស្តីពី «ក្មេងប្រុស» ហើយក្រុមមួយទៀតត្រូវធ្វើការលើប្រធានបទស្តីពី«ក្មេងស្រី»។ ក្រុមនីមួយៗត្រូវធ្វើការសម្តែងតួមួយ។ សិស្សមានពេលចំនួន១០នាទីដើម្បីពិភាក្សា និងរៀបចំ និងមានពេល៥នាទីទៀតសម្រាប់សម្តែង។ ការសម្តែងតួត្រូវផ្តោតលើរបៀបដែលគេចិញ្ចឹមបីបាច់ក្មេងស្រី ឬក្មេងប្រុស (អាស្រ័យលើប្រធានបទរបស់ក្រុម)នៅក្នុងគ្រួសារ។ ចំណុចនេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងរបៀបរបបស្លៀកពាក់ របបអាហារ ប្រដាប់ ក្មេងលេង ការដាក់កម្រិត គុណសម្បត្តិ និងកត្តាផ្សេងៗជាច្រើនទៀត។

☞ បន្ទាប់ពីសម្តែងចប់ សូមពិភាក្សាពីតួនាទីយេនឌ័រដែលមានមុនពេលបន្តការសម្តែង និងការពិភាក្សារបស់ក្រុមទី២។

កិច្ចការផ្ទះ ៖

☞ បន្ទាប់ពីបញ្ចប់សកម្មភាពខាងលើ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវបង្ហាញនូវកិច្ចការផ្ទះដែលពួកគេត្រូវធ្វើ។

☞ ឱ្យពួកគេបើកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួននៅទំព័រទី៨២។

☞ អានសេចក្តីណែនាំនៅក្នុងសន្លឹកកិច្ចការ បន្ទាប់មកពន្យល់ពីអ្វីដែលពួកគេចាំបាច់ត្រូវធ្វើ។

☞ រំឭកពួកគេឱ្យដឹងពីសារៈសំខាន់នៃការយកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួនមកវិញនៅម៉ោងរៀនបន្ទាប់។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

🗣 ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◈ តើ "តួនាទីយេនឌ័រ" មានន័យដូចម្តេច?

☝ តួនាទីយេនឌ័រគឺជាការរំពឹងទុកដែលផ្អែកលើការប្រតិបត្តិតាមវប្បធម៌សង្គមដែលជាញឹកញាប់មានភាពមិនស្មើភាពគ្នា និងអយុត្តិធម៌។ គេបង្រៀនក្មេងប្រុស និងក្មេងស្រីជាប្រព័ន្ធឱ្យមានភាពខុសគ្នា។ ការបង្រៀនពីតួនាទីយេនឌ័រចាប់ផ្តើមតាំងតែពីដើមដំបូងនៃជីវិត។ ចំណុចនេះរួមបញ្ចូលទាំងការរៀនសូត្រដើម្បីឱ្យមានលក្ខណៈខុសគ្នាចំពោះ ៖

- **ការបែងចែកពលកម្ម** ៖ ប្រភេទនៃកិច្ចការផ្ទះដែលគេរំពឹងទុកថាក្មេងស្រីត្រូវធ្វើដោយប្រៀបធៀប

ទៅនឹងក្មេងប្រុស។ ក្មេងស្រីត្រូវធ្វើការនៅក្នុងផ្ទះ ហើយក្មេងប្រុសត្រូវធ្វើនៅក្រៅផ្ទះ។ ក្មេងស្រីធ្វើការងារឱ្យអ្នកផ្សេងទៀតនៅក្នុងផ្ទះ ដូចជាការចម្អិនអាហារ លាងចាន សម្អាតផ្ទះ និងបោកគក់ជាដើម។ ក្មេងប្រុសត្រូវគេបញ្ជូនឱ្យទៅធ្វើការងារនៅខាងក្រៅ។ ក្មេងស្រីធ្វើកិច្ចការ ផ្សេងៗសម្រាប់ក្មេងប្រុស ដូចជាការរៀបចំម្ហូបអាហារ លាងសម្អាតបន្ទាប់ពីបរិភោគរួច និងការបោកសម្លៀកបំពាក់ឱ្យក្មេងប្រុស។

- **ការដើរហើរ** ៖ ក្មេងស្រីប្រឈមមុខនឹងការរឹតបន្តឹងជាច្រើនដែលធ្វើឱ្យពួកគេមិនអាចចេញក្រៅបាន ហើយចំណុចនេះក្លាយទៅជាករណីពិសេសនៅពេលពួកគេកាន់តែមានវ័យច្រើនឡើង ។ នៅក្នុងវប្បធម៌មួយចំនួន ក្មេងស្រីមិនមានសេរីភាពក្នុងការដើរហើរទេ ហើយពួកគេអាចទៅណាមកណាបានលុះត្រាតែមានមនុស្សប្រុសម្នាក់ ដូចជាបងប្អូនប្រុស ឬសមាជិកប្រុសក្នុងគ្រួសារអមដំណើរពួកគេ។ ក្មេងស្រីខ្លះទៀតត្រូវគេបង្ខំឱ្យបោះបង់ចោលការសិក្សាទៀតផង។

- **របៀបរបបនៃការស្លៀកពាក់** ៖ គ្រប់វប្បធម៌ទាំងអស់ គេរំពឹងទុកថាក្មេងស្រី និងក្មេងប្រុសត្រូវស្លៀកពាក់ខុសគ្នា ជាពិសេសគឺម៉ូតសម្លៀកបំពាក់ និងពណ៌តាំងតែពីពេលពួកគេកើតមកម្ល៉េះ។ ភាពខុសគ្នាទាំងនេះមានលក្ខណៈខុសគ្នាទៅតាមវប្បធម៌ និងសង្គម។ នរណាម្នាក់ដែលបំពានរបៀបរបបនៃការស្លៀកពាក់នេះត្រូវគេសង្ស័យ ឬមើលឃើញថាជាមនុស្សចម្លែក។

- **ការហាមប៉ះពាល់រាងកាយគ្នារវាងក្មេងប្រុស និងក្មេងស្រី** ៖ នៅក្នុងវប្បធម៌ជាច្រើន ជាពិសេសនៅទ្វីបអាស៊ី ការហាមប៉ះពាល់រាងកាយគ្នាចាប់ផ្តើមតាំងពីវ័យក្មេងម្ល៉េះ។ បទពិសោធន៍រួមជាទូទៅមានការហាមឃាត់មិនឱ្យលេងជាមួយអ្នកដែលមានភេទផ្ទុយគ្នា ឬមិនឱ្យចូលរួមសកម្មភាពណាមួយដែលធ្វើឱ្យក្មេងម្នាក់មានការប៉ះពាល់រាងកាយគ្នាជាមួយមនុស្សដែល មានភេទផ្ទុយគ្នា។ ជាញឹកញាប់ ក្មេងស្រីគឺជាចំណុចផ្តោតចំពោះប្រភេទនៃការព្រមាន ឬការរឹតត្បិតរបៀបនេះ ហើយគេធ្វើឱ្យក្មេងស្រីមានអារម្មណ៍ក្នុងការទទួលខុសត្រូវចំពោះការគាំទ្រការហាមឃាត់នេះ។

- **ប្រភេទល្បែងដែលក្មេងស្រី និងក្មេងប្រុសលេង** ៖ ក្មេងស្រីមិនទទួលបានការលើកទឹកចិត្តឱ្យលេងល្បែងដូចជាបាល់ទាត់ដែលមានសកម្មភាពផ្នែករាងកាយខ្លាំង និងមានការប៉ះពាល់រាងកាយគ្នាទៅវិញទៅមកទេ។ ជារឿយៗ គេមិនឱ្យក្មេងប្រុសលេងតុក្កតាកូនក្រមុំ ឬដើរតួជាមេផ្ទះ

ឡើយ។ ក្មេងប្រុសដែលមិនចូលរួមលេងកីឡាពិបាកៗ និងការហាក់លោតនឹងត្រូវគេសើចចំអក។

- **ការឆ្លើយតបផ្នែកអារម្មណ៍** ៖ គេរំពឹងទុកថាក្មេងស្រី និងក្មេងប្រុសឆ្លើយតបក្នុងលក្ខណៈខុសគ្នាចំពោះកត្តាជុំវិញដូចគ្នា។ ខណៈដែលក្មេងស្រីយំគឺអាចទទួលយកបាន ការយំរបស់ក្មេងប្រុសគឺជាការទទួលបានសារថាពួកគេទន់ខ្សោយ ហើយត្រូវមាន«ភាពក្លាហាន និងរឹងមាំ»។ ការណ៍នេះមានឥទ្ធិពលលើគ្រប់ទិដ្ឋភាពទាំងអស់នៃជីវិត តួនាទី និងការទទួលខុសត្រូវ។ ក្មេងប្រុសត្រូវតែជាអ្នកថែរក្សា និងទទួលខុសត្រូវលើតម្រូវការផ្នែកសម្ភារៈក្នុងគ្រួសាររបស់ពួកគេ និងត្រូវតែជាអ្នកផ្គត់ផ្គង់ ចំណែកឯក្មេងស្រីត្រូវមើលថែទាំក្មេងប្រុសដោយមិនគិតពីខ្លួនឯង ព្រោះថាឪពុក បងប្អូនប្រុស ឬស្វាមីរបស់ពួកគេនឹងមើលថែរក្សា ព្រមទាំងផ្តល់អ្វីគ្រប់យ៉ាងឱ្យពួកគេហើយ។ តួនាទីយេនឌ័រដែលមានភាពរឹតត្បិតទាំងនេះធ្វើឱ្យភាពអយុត្តិធម៌នៃប្រព័ន្ធនេះបន្តមានជារៀងរហូត។ ក្មេងប្រុស និងបុរសជារឿយៗពុំមានឱកាសចែករំលែកនូវអារម្មណ៍របស់ខ្លួនជាមួយមិត្តភក្តិ ឬជ្រើសរើសយកការងារដែលមានប្រាក់ចំណូលតិចដែលអាចជាចំណាប់អារម្មណ៍យ៉ាងខ្លាំងចំពោះពួកគេទេ។ ជារឿយៗ ក្មេងស្រីពុំមានលទ្ធភាពធ្វើតាមការចាប់អារម្មណ៍របស់ខ្លួនក្រៅពីកិច្ចការងារក្នុងផ្ទះទេ។ សូម្បីតែពេលដែលក្មេងស្រីទៅធ្វើការងារនៅខាងក្រៅផ្ទះក៏ដោយ ក៏វាអាចមានរយៈពេលខ្លីដែរ ហើយគេក៏មិនយល់ស្របដែរ ប្រសិនបើវាមានផលប៉ះពាល់ទៅលើការទទួលខុសត្រូវនៅក្នុងផ្ទះដែលគេមើលឃើញថាទទួលរងផលប៉ះពាល់ដោយសារតែអវត្តមានរបស់នាង។

- **អាកប្បកិរិយា និងឥរិយាបថ** ៖ មានការរំពឹងទុកមួយថា ក្មេងស្រីមិនត្រូវនិយាយតមាត់ ឬបញ្ចេញមតិរបស់ខ្លួនឡើយ។ ជារឿយៗ គេតែងលើកពីចំណុចនេះនៅតាមសាលារៀន និងរបៀបដែលគ្រូបង្រៀនយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះក្មេងប្រុសច្រើនជាងព្រោះពួកគាត់មានក្តីរំពឹងចំពោះក្មេងប្រុសច្រើនជាង។ គេរំពឹងទុកថា ក្មេងប្រុសធំធាត់ឡើងក្លាយជាមេគ្រួសារ ចំណែកឯក្មេងស្រីត្រូវបានគេចាត់ទុកថាជាទ្រព្យសម្បត្តិ និងកម្មសិទ្ធិរបស់អ្នកផ្សេងទៀត (នៅក្នុងបរិបទឥណ្ឌាហៅថា «paraya dhan») ដែលមានន័យថាក្មេងស្រីម្នាក់នឹងរៀបការ ហើយក្លាយជា «កម្មសិទ្ធិ» របស់ក្រុមគ្រួសារផ្សេងទៀត។ ក្មេងស្រីមិនត្រូវបង្ហាញចំណុចខ្លាំង ឬការជំទាស់ទេ។ ភាពអយុត្តិធម៌នៃការពេញចិត្តតែទៅលើកូនប្រុសក៏នៅតែកើតមាន និងបន្ទាបតម្លៃក្មេងស្រីយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ តាំងពីមុនពេលពួកគេកើតមកទៅទៀត។

☝ ស្ថាប័នសង្គមជាច្រើនដូចជា ៖ គ្រួសារ សាលារៀន ស្ថាប័នវប្បធម៌ និងសាសនា កន្លែងធ្វើការ

និងសង្គមដែលតំណាងដោយមិត្តភក្តិ និងអ្នកជិតខាង ។ល។ គឺជាអ្នកបង្រៀន និងពង្រឹងតួនាទីយេនឌ័រ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ តួនាទីយេនឌ័រគឺជាការរៀនសូត្រ ហេតុដូច្នេះហើយគេអាចមិនរៀន និងពិនិត្យមើលវាឡើងវិញបាន។ តួនាទីយេនឌ័រមានលក្ខណៈបើកចំហសម្រាប់ការជជែកវែកញែក ពិភាក្សា និងចរចា ហើយអាចផ្លាស់ប្តូរបានទៅតាមភាពរឹងមាំនៃអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួនផង។

- តើភាពអយុត្តិធម៌ផ្នែកយេនឌ័រមានឥទ្ធិពលអ្វីខ្លះចំពោះបុរស និងស្ត្រី?

  - ជារឿយៗ គេរឹតត្បិតទៅលើជម្រើសមួយដោយសារតួនាទីយេនឌ័រ ហើយទាំងបុរស និងស្ត្រីត្រូវតែទ្រាំទទួលយកនូវជម្រើសនេះ។ ទោះជាបុរសទទួលរងសម្ពាធដោយសារជម្រើសនេះក្តី ពួកគេមានសេរីភាព និងបុព្វសិទ្ធិច្រើនជាងស្ត្រី ដែលចំណុចនេះគេហៅថា ការ**រើសអើងយេនឌ័រ**ដែលគេនឹងពិភាក្សាលម្អិតបន្ថែមទៀត។

  - ដូចដែលបានឆ្លុះបញ្ចាំងនៅក្នុងការសម្តែងតួ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវណែនាំពីទស្សនៈទាន**បិតាធិបតេយ្យ**នៅពេលធ្វើការពិភាក្សាពីការសម្តែងនោះ។ បិតាធិបតេយ្យគឺជាប្រព័ន្ធសង្គមមួយដែលគេផ្តល់អាទិភាពឱ្យបុរស។ ហេតុនេះហើយ បុរសមានលទ្ធភាពត្រួតត្រាដោយស្របច្បាប់លើចំណុចពិសេសជាច្រើននៃជីវិតរបស់ស្ត្រី ដូចជាការងារ ទ្រព្យសម្បត្តិ សេរីភាព និងការដើរហើរព្រមទាំងទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទ និងការបន្តពូជ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ការពិភាក្សានៅដំណាក់កាលនេះត្រូវគូសបញ្ជាក់ពី «តួនាទីរបស់យេនឌ័រ» ដោយសារតែបិតាធិបតេយ្យនឹងត្រូវពិភាក្សាស៊ីជម្រៅនៅក្នុងលំហាត់ខាងក្រោម។

  - នៅពេលដែលមានបុគ្គលនានាជំទាស់ទៅនឹងវិសមភាពយេនឌ័រទាំងនេះ ពេលដែលយើងគិតពីប្រជាជនទូទៅ យើងមើលឃើញថាវិសមភាព និងការរើសអើងយេនឌ័រមានទំហំធំធេងណាស់។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ ៖

- ដោយសារលំហាត់នេះពាក់ព័ន្ធនឹងការពន្យល់ពីទស្សនៈទានថ្មីៗ ពោលគឺតួនាទីយេនឌ័រ ការរើសអើងយេនឌ័រ និងបិតាធិបតេយ្យ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការពិនិត្យមើលម្តងទៀតជាមួយក្រុម ថាតើពួកគេយល់ពីវាក្យសព្ទ និងទស្សនៈទានទាំងនេះដែរឬទេ។

✉ **សារសំខាន់ៗ ៖**

- ដំណើរការផ្ទេរកេរ្តិ៍យេនឌ័របង្កើតឱ្យមានប្រព័ន្ធមួយនៃការផ្តល់សិទ្ធិ បុព្វសិទ្ធិ និងការរឹតត្បិតសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។
- ទោះបីជាបុរស និងស្ត្រីប្រឈមនឹងការរឹតត្បិតផ្សេងៗដោយសារតួនាទីយេនឌ័ររបស់ខ្លួនក៏ដោយ ក៏បុរសមានសិទ្ធិ និងបុព្វសិទ្ធិច្រើនជាងស្ត្រីដែរដែលប្រឈមមុខនឹងការរឹតត្បិតសំខាន់ៗ និងការដកហូតសិទ្ធិអំណាចច្រើនជាងបុរស។

មេរៀនទី៥ ៖ តើអំណាចជាអ្វី?[៩]

🕒 **រយៈពេល** ៖ ៤៥ នាទី

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីយល់អំពីអត្ថន័យនៃអំណាច។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

- សម្រាប់គ្រូ៖ ក្រដាសផ្ទាំងធំ និងហ្វឺត ឬក្តារខៀន និងដីស។
- សម្រាប់សិស្ស៖ គ្មាន។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។
- ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។
- អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។
- បន្ទាប់មកគូរតារាងមួយដែលមានកូឡោនចំនួន ២ នៅលើក្តារខៀន។ កូឡោនទី១ ត្រូវដាក់ឈ្មោះថា «អំណាច ឬបុព្វសិទ្ធិច្រើនជាង» ហើយកូឡោនទី២ «អំណាច ឬបុព្វសិទ្ធិតិចជាង»។ បន្ទាប់មកឱ្យសិស្សពិភាក្សាគ្នាពីទស្សនៈទាននៃអំណាច បុព្វសិទ្ធិ និងសមភាពនៅក្នុងជីវិតផ្ទាល់របស់ខ្លួន និងនៅក្នុងសង្គម។ ការពិភាក្សាត្រូវផ្អែកលើបញ្ជីដូចខាងក្រោម ៖

---

[៩] ក្រុមការងារផ្នែកកម្មវិធីផ្លូវភេទ និងមេរោគអេដស៍។ (២០០៩)។ *គ្រប់យ៉ាងតែមួយ*។ ក្រុមប្រឹក្សាចំនួនប្រជាជន។

បញ្ជីនៃក្រុមមនុស្សដែលទំនងជាមានវិសមតាពអំណាចក្នុងសង្គម ៖

- អ្នកមាន / អ្នកក្រ
- បុរស / ស្ត្រី
- គ្រូបង្រៀន / សិស្ស
- ម្តាយ / កូន
- ថៅកែ / អ្នកធ្វើការ(កម្មករ)
- អ្នកនយោបាយ (ឬ ប្រធានភូមិ) / សមាជិកសហគមន៍
- បុគ្គលមានវណ្ណៈខ្ពស់ / បុគ្គលមានវណ្ណៈទាប
- មនុស្សធម្មតា / ជនពិការ
- អ្នកដែលមានភាពទាក់ទាញ / អ្នកដែលមិនមានភាពទាក់ទាញ

☞ ឱ្យសិស្សពិភាក្សាជាក្រុមនូវពាក្យគូនីមួយៗនៅក្នុងតារាង ហើយបន្ទាប់មកពាក្យគូនេះត្រូវបែងចែកតាមប្រភេទនៃ«អំណាចច្រើនជាង» និង«អំណាចតិចជាង»។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវរម្លឹកសិស្សថា ការចំណាត់ថ្នាក់ទាំងនេះមិនមានលក្ខណៈពិតប្រាកដដូចគ្នាទាំងអស់ ឬមានលក្ខណៈដាច់ខាតឡើយ។

☞ សរសេរចម្លើយទាំងអស់នៅក្នុងកូឡោនដែលបានគូររួចហើយ។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◈ សូមពិនិត្យមើលបញ្ជីក្រុមមនុស្សដែលទំនងជាមានបុព្វសិទ្ធិច្រើននៅក្នុងសង្គម។ តើសិស្សអាចរកក្រុមមួយនៅក្នុងបញ្ជីនេះដែលពួកគេយល់ថាមានលក្ខណៈដូចខ្លួនដែរឬទេ? តើសិស្សយល់ស្របថាក្រុមនេះជាទូទៅទទួលបានអំណាចច្រើននៅក្នុងសង្គមដែរឬទេ? ហេតុអ្វី?

◈ សូមពិនិត្យមើលបញ្ជីក្រុមមនុស្សដែលជាទូទៅមានបុព្វសិទ្ធិតិច។ តើសិស្សអាចយល់ថាក្រុមណាមួយក្នុងចំណោមក្រុមទាំងនេះមានលក្ខណៈដូចខ្លួនដែរឬទេ? តើពួកគេយល់ស្របថាក្រុមដែលបានជ្រើសរើសនេះមានបុព្វសិទ្ធិតិចដែរឬទេ? ហេតុអ្វី?

◈ តើមានសិស្សណាយល់ថាខ្លួនមានលក្ខណៈដូចគ្នានឹងក្រុមយ៉ាងហោចណាស់ក៏មួយដែរនៅក្នុងចំណោមក្រុមដែលមានក្នុងបញ្ជីនីមួយៗដែរឬទេ? តើមនុស្សភាគច្រើនដឹងឬទេថាវាមានលក្ខណៈដូចម្តេចចំពោះការមានបុព្វសិទ្ធិច្រើន ក៏ដូចជាការមានបុព្វសិទ្ធិតិច?

◈ មនុស្សមួយចំនួនមានឋានៈ ឬអំណាចនៅក្នុងជីវិត ពោលគឺមានបុព្វសិទ្ធិច្រើន។ ការណ៍នេះធ្វើឱ្យ

ពួកគេអាចត្រួតត្រា មានផាសុកភាព និងភាពងាយស្រួល ទំនុកចិត្ត ក៏ដូចជាសុវត្ថិភាពដែរ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ការមានបុព្វសិទ្ធិតិចតួចតែងតែមានការប្រឈមមួយ ដោយបុគ្គលម្នាក់មានអារម្មណ៍មិនប្រាកដថា តើពួកគេត្រូវអ្នកដទៃទទួលយកដែរឬទេ។ មនុស្សបែបនេះអាចមានអារម្មណ៍ស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការនិយាយ ឬមិនមានគេស្ដាប់ទេ ប្រសិនបើពួកគេសម្រេចចិត្តនិយាយ។ បុគ្គលដែលមានបុព្វសិទ្ធិ ឬអំណាចតិចអាចទទួលរងការបង្ខិតបង្ខំឱ្យគោរពតាមអ្វីដែលបុគ្គលដែលមានបុព្វសិទ្ធិ ឬអំណាចច្រើនចង់បាន ឬគិតថាត្រឹមត្រូវ។

- អំណាចកើតចេញពីប្រភពផ្សេងៗគ្នា ៖
  - នៅក្នុងទម្រង់នៃការប្រព្រឹត្តចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមករវាងម្ដាយ និងកូន ចៅហ្វាយ និងបុគ្គលិក គ្រូបង្រៀន និង សិស្ស អ្នកដែលមានអំណាចច្រើនជាងនឹងកាន់កាប់អំណាចនោះដោយសារតែខ្លួនមានតួនាទីជាអាជ្ញាធរ។ តួនាទីនេះអាចកើតមានមកពីកត្តាផ្សេងៗដូចជា អាយុ ទំនាក់ទំនងផ្ទាល់ ឬការកំណត់ផ្នែកវិជ្ជាជីវៈ។
  - អំណាចក៏កើតមកពីតួនាទីផ្សេងៗដែរនៅពេលដែលមនុស្សមួយចំនួនមានអ្វីមួយ ដែលគេចាត់ទុកថាគួរឲ្យចង់បាន ហើយដែលអ្នកផ្សេងទៀតពុំមាន ដូចជាលុយកាក់ កិត្តិយស ទ្រព្យសម្បត្តិ ឬរបស់របរផ្សេងៗដែលថ្លៃ ឬមានគុណតម្លៃខ្ពស់។
  - កត្តាផ្សេងៗទៀត អាចមានឋានានុក្រមសង្គមដូចជា វណ្ណៈ ឬសហគមន៍ យេនឌ័រ អាយុ សមត្ថភាព ។ល។ ដែលអំណាចនេះមានចំពោះមនុស្សដែល «សង្គមចង់បាន ឬទទួលស្គាល់»។ ហេតុដូច្នេះហើយ អំណាចនេះគឺជាការកំណត់របស់សង្គម។
  - គេអាចប្រើប្រាស់អំណាចក្នុងផ្លូវវិជ្ជមាន ក៏ដូចជាអវិជ្ជមានបានដែរ។ អំណាចក៏មានសក្ដានុពលភាពដែលគេអាចប្រើក្នុងមធ្យោបាយមួយសម្រាប់ការកេងប្រវ័ញ្ច និងការរំលោភបំពានដែរ។ ឧទាហរណ៍ មនុស្សពេញវ័យដែលអាចជាឪពុកម្ដាយ ឬគ្រូបង្រៀនមានសមត្ថភាពផ្ដល់ចំណេះដឹងដល់ក្មេងៗ។ កត្តានេះធ្វើឱ្យមនុស្សពេញវ័យមានអំណាចលើក្មេង។ គេអាចប្រើអំណាចនេះដើម្បីចែករំលែក ឬមិនចែករំលែកចំណេះដឹង ឬគេអាចប្រើដើម្បីបំភ័យ ឬធ្វើបាបក្មេងៗបាន។
- តើលោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចរកឧទាហរណ៍មួយចំនួនស្តីពីការប្រើអំណាចក្នុងការកេងប្រវ័ញ្ចបានដែរឬទេ?

សិស្សត្រូវរកឧទាហរណ៍តាមរយៈការសង្កេត និងបទពិសោធន៍ផ្ទាល់របស់ខ្លួន។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចប្រើប្រាស់ឧទាហរណ៍មួយចំនួនក្នុងចំណោមឧទាហរណ៍ខាងក្រោមមកប្រើប្រាស់ដើម្បីជំរុញ

ការពិភាក្សានេះ ៖

- ការមិនអាចប៉ះពាល់បានដោយសារការប្រកាន់វណ្ណៈ
- គ្រូបង្រៀនដាក់ទណ្ឌកម្មលើរាងកាយសិស្ស
- ទំនាក់ទំនងប្តី និងប្រពន្ធដែលមានជំនឿថា ប្តីមានសិទ្ធិ «អនុញ្ញាត» ឬ «បដិសេធ» ក្នុងការឱ្យប្រពន្ធទៅធ្វើការ។
- បណ្ណាការ
- ការរៀបការនៅវ័យក្មេង
- ការចង់បានកូនប្រុស

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ភ្ជាប់ចម្លើយភាគច្រើនទៅនឹងការតស៊ូអំណាចផ្អែកយេនឌ័រ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូចាំបាច់ត្រូវទាញការពិភាក្សាទៅរកប្រធានបទយេនឌ័រវិញ ប្រសិនបើសិស្សបែកអារម្មណ៍ដោយសារគំនិត និងការសង្កេតផ្សេងៗ។ ប្រសិនបើសិស្សខ្លួនឯងពុំបានផ្តល់ឧទាហរណ៍ណាមួយដែលទាក់ទងនឹងយេនឌ័រទេ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវផ្តល់ឧទាហរណ៍នោះដល់ពួកគេ។

សារសំខាន់ៗ ៖

- មានទំនាក់ទំនងជាច្រើនដែលភាគីម្ខាងអាចមានអំណាចលប់លើភាគីម្ខាងទៀត ឧទាហរណ៍ គ្រូបង្រៀន និងសិស្ស ឬកុមារ និងឪពុកម្តាយ។
- អំណាចត្រូវកើតឡើង និងរងឥទ្ធិពលដោយសារកត្តាផ្សេងៗ ដូចជាអាយុ យេនឌ័រ វណ្ណៈ ការអប់រំ មុខរបរ ស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ច ស្ថានភាពអាពាហ៍ពិពាហ៍ ។ល។ និង ។ល។

មេរៀនទី៦ ៖ អំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ[១០]

🕒 **រយៈពេល** ៖ ១ ម៉ោង

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីយល់ដឹងពីទំនាក់ទំនងរវាងអំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ព្រីនចេញឧបសម្ព័ន្ធទី១ សម្រាប់សិស្ស ក្រដាសផ្ទាំងធំ ប៊ិក និងហ្វឺត (ឯកសារចែកជូនមាននៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនទី៦)។

☞ សម្រាប់សិស្ស៖ គ្មាន។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

☞ ថតចម្លងឧបសម្ព័ន្ធទី១ សម្រាប់សិស្ស។

☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។

☞ សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

☞ ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។

☞ ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។

☞ អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។

☞ ចែកឯកសារឧបសម្ព័ន្ធទី១ ឱ្យសិស្សទាំងអស់។

---

[១០] ICRW (២០១៦) *កម្មវិធី ភែស ប្រនបាប្ឋ* សម្រាប់ក្មេងស្រីពេញវ័យ។ Gap Inc។

☞ ឱ្យសិស្សគិតពីមេរៀនមុនៗ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូគួររម្លឹកឡើងវិញពីឧទាហរណ៍មួយចំនួនដែលទាក់ទងទៅនឹងការកេងប្រវ័ញ្ចអំណាចផ្អែកយេនឌ័រ។

☞ ឱ្យសិស្សធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងបន្តិច ហើយបន្ទាប់មកបំពេញចម្លើយរបស់ខ្លួននៅក្នុងឯកសារឧបសម្ព័ន្ធដែលបានចែកជូនរៀងៗខ្លួន។ សិស្សមានពេល ១០ នាទីសម្រាប់សកម្មភាពនេះ។ ការធ្វើបែបនេះនឹងជំរុញឱ្យក្មេងស្រីគិតពីបរិយាកាស និងសហគមន៍របស់ខ្លួន និងធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងទៅលើអ្នកដែលមានអំណាច ប្រសិនបើគំនិតនេះត្រូវគេអនុវត្តចំពោះបរិយាកាសរបស់ខ្លួន។ សិស្សត្រូវគូសសញ្ញាសម្គាល់ មួយដើម្បីសម្គាល់នៅពីក្រោមចំណាត់ថ្នាក់មួយក្នុងចំណោមចំណាត់ថ្នាក់ទាំង៣ នៅក្នុងកូឡោន «បុរស» «ស្ត្រី» ឬ «មិនដឹង»។

☞ ក្នុងពេលជាមួយគ្នានេះដែរ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវរៀបចំក្រដាសផ្ទាំងធំ និងគូរឧបសម្ព័ន្ធទី១ ដែលត្រូវប្រើសម្រាប់ធ្វើជាមូលដ្ឋានក្នុងការពិភាក្សាគ្នា។

☞ បន្ទាប់ពីសិស្សបានបំពេញកិច្ចការរបស់ខ្លួនហើយ ត្រូវឱ្យសិស្សចាប់ផ្តើមពិភាក្សាពីចម្លើយរបស់គេ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវអានប្រយោគ(គំនិត)នីមួយៗនៅក្នុងឯកសារចែកជូនម្តងមួយៗ ហើយសិស្សត្រូវចែករំលែកចម្លើយរបស់ខ្លួនចំពោះប្រយោគ(គំនិត)នីមួយៗ។ ប្រសិនបើចម្លើយមានលក្ខណៈដូចគ្នា លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវកត់ចម្លើយនោះនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ បើចម្លើយមិនដូចគ្នាទេ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវដឹកនាំសិស្សឱ្យពិភាក្សាគ្នារហូតទាល់តែ មានការសន្និដ្ឋាន(ឯកភាព)ជាឯកច្ឆន្ទមួយ។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◇ តាមការយល់ឃើញរបស់ប្អូន តើគំនិតទាំងនេះបង្ហាញពីតថភាពជាក់ស្តែងនៃការរើសអើងដែរឬទេ?

◇ តើអាកប្បកិរិយា ឬការរើសអើងបែបនេះកើតឡើងញឹកញាប់ដែរឬទេ?

◇ ផ្អែកលើប្រយោគ(គំនិត)នៅក្នុងតារាង និងចំណុចនានាដែលបានមកពីការពិភាក្សា តើមានប្រធានបទអ្វីខ្លះកើតឡើង? តើមានប្រភេទនៃការរឹតត្បិត ឬការរំពឹងទុកអ្វីខ្លះសម្រាប់ក្មេងស្រី? (គ្រូអាចរៀបចំបញ្ជីមួយស្តីពីប្រភេទនៃការរឹតត្បិត ឬការរំពឹងទុកនេះនៅលើក្តារខៀន ឬក្រដាសផ្ទាំងធំ)។

◇ តើអំណាចមានទំនាក់ទំនងដូចម្តេចទៅនឹង**ការរើសអើងផ្អែកយេនឌ័រ**?

☞ ចំពោះប្រយោគ(គំនិត)ភាគច្រើន បុគ្គលម្នាក់អាចមើលឃើញថា បុរសមានអំណាចច្រើន ហើយស្ត្រីមានអំណាចតិច។ ដូច្នេះ ស្ត្រីស្ថិតក្នុងស្ថានភាពមួយដែលមិនទទួលផលប្រយោជន៍។

នេះគឺជារបៀបដែលបិតាធិបតេយ្យមានផលប៉ះពាល់យ៉ាងជ្រាលជ្រៅទៅលើ ជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់ស្ត្រី និងក្មេងស្រី។ អំណាចនៅតែបន្តកើតមានតាមរយៈបិតាធិបតេយ្យ ដោយសារតែបិតាធិប្បតេយ្យនេះពង្រឹងការរើសអើង និងភាពអយុត្តិធម៌ផ្នែកយេនឌ័រ។

- តើប្រភពផ្សេងៗគ្នានៃអំណាចមានអ្វីខ្លះ?
  - ការពិភាក្សាពីទំនាក់ទំនងរវាងយេនឌ័រ និងអំណាចគឺមិនមែនគ្រាន់តែជាការពិភាក្សាអំពីភាពខុសគ្នារវាងបុរស និងស្ត្រីដែលសង្គមបានកំណត់ប៉ុណ្ណោះទេ។ អំណាចដើរតួរនាទីមួយតាមរយៈមធ្យោបាយខុសៗគ្នាជាច្រើន និងមានប្រភពផ្សេងៗគ្នា។ ប្រភពទាំងនេះរួមមានការអប់រំ មុខរបរ ការប្រព្រឹត្តចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមកដែលស្តែងឱ្យឃើញតាមរយៈទំនាក់ទំនង ភាពរឹងមាំផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ វណ្ណៈ ឋានៈ លទ្ធភាពទទួលបានធនធាន កាលៈទេសៈផ្ទាល់ខ្លួន សមត្ថភាព ក៏ដូចជាយេនឌ័រដែរ។ ឧទាហរណ៍ ស្ត្រីអ្នកទីក្រុងដែលសម្បូរទ្រព្យធនម្នាក់ ទំនងជាមានអំណាចផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ និងលទ្ធភាពទទួលបានធនធានច្រើនជាងកសិករដែលជាបុរសនៅតាមជនបទដែលមកពីក្រុមដែលមានប្រាក់ចំណូលទាប។ ស្ត្រីដែលផ្តល់កំណើតបានកូនប្រុសអាចមានអំណាចច្រើនជាងចំពោះស្ថានភាពសង្គម និងការគាំទ្រពីគ្រួសារច្រើនជាងស្ត្រីដែលបានផ្តល់កំណើតបានកូនស្រី។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- រៀបចំតារាងឧបសម្ព័ន្ធទី១ជាមុននៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំសម្រាប់ប្រើប្រាស់។
- នេះគឺជាលំហាត់សម្រាប់ឆ្លុះបញ្ចាំងពីខ្លួនឯង ហើយលោកគ្រូ អ្នកគ្រូចាំបាច់ត្រូវប្រាប់សិស្សថា ពុំមានចម្លើយណាដែលត្រូវ ឬខុសទេ។
- សិស្សអាចឆ្លើយតបខុសៗគ្នាទៅតាមបទពិសោធន៍ និងការសង្កេតនៅក្នុងជីវិតរបស់គេ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវដឹកនាំការពិភាក្សាដើម្បីឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីអ្វីដែលសិស្សអាចសង្កេតមើលឃើញជាទូទៅនៅក្នុងសង្គម។

សារសំខាន់ៗ ៖

- សមភាពអំណាចរវាងមនុស្សផ្អែកលើកត្តាជាច្រើន។
- បិតាធិបតេយ្យពង្រឹងការរើសអើង និងភាពអយុត្តិធម៌ផ្នែកយេនឌ័រ។

ឧបសម្ព័ន្ធទី១ - តើនរណាជាអ្នកមានអំណាច?

សេចក្តីណែនាំ ៖ គូសសញ្ញាធិក (✓) ក្នុងប្រអប់មួយសម្រាប់ប្រយោគ(គំនិត)មួយ

ប្រយោគ	ប្រុស	ស្រ្តី	មិនដឹង
ខ្ញុំអាចចំណាយប្រាក់ដែលខ្ញុំរកបានតាមចិត្តខ្ញុំចង់។			
ខ្ញុំអាចសម្រេចចិត្តបានថាពេលណាខ្ញុំត្រូវមានកូន និងចំនួនប៉ុន្មាន។			
ខ្ញុំមានសិទ្ធិគ្រប់គ្រងលើទ្រព្យសម្បត្តិ។			
ខ្ញុំមិនមានកាតព្វកិច្ចធ្វើកិច្ចការផ្ទះទេ។			
ខ្ញុំអាចទៅណាមកណាបានតាមចិត្ត ឬខ្ញុំអាចទៅកន្លែងណាក៏បានតាមចិត្តខ្ញុំ			
ខ្ញុំមានសិទ្ធិសម្រេចពីពេលវេលាដែលខ្ញុំចង់រៀបការ។			
ខ្ញុំអាចគេងនៅផ្ទះរបស់មិត្តខ្ញុំបានប្រសិនបើខ្ញុំចង់។			
ខ្ញុំអាចជ្រើសរើសទៅធ្វើការងារបានជាជាងការរៀបចំផ្ទះ។			

មេរៀនទី៧ ៖ ភាពជាក្មេងស្រី[១១]

🕒 **រយៈពេល** ៖ ១ ម៉ោង

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីវិភាគពីទស្សនៈទានស្ដីពី«ក្មេងស្រីល្អ» និង«ក្មេងស្រីមិនល្អ» និងរបៀបដែលទស្សនៈទាននេះមានទំនាក់ទំនងទៅនឹងបុព្វសិទ្ធិ បិតាធិបតេយ្យ ព្រមទាំងការរើសអើង និងវិសមភាពយេនឌ័រ។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ខ្សែបូពណ៌សទំហំធំសម្រាប់ឱ្យសិស្សម្នាក់ៗសរសេរ ហ្វឺត ឬដីស និងក្ដារខៀន។

☞ សម្រាប់សិស្ស៖ គ្មាន។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។

☞ សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្ដីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

☞ ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។

☞ ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។

☞ អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្ដារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។

☞ ចាប់ផ្ដើមការពិភាក្សាដោយសរសេរពាក្យថា«ក្មេងស្រីល្អ»នៅលើក្ដារខៀន និងពិភាក្សាពីពាក្យនេះ។

☞ សិស្សម្នាក់ៗត្រូវរកគុណនាមមួយ ឬលក្ខណៈពិសេសដែលពិពណ៌នាពីគុណសម្បត្តិទូទៅដែលទាក់ទងនឹងភាពជា «ក្មេងស្រីល្អ»។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវសរសេរគុណសម្បត្តិនីមួយៗដាច់ដោយ

---

[១១] Nirantar,. (២០១១), Khulti Partein, Yaunikta Aur Hum ទីក្រុងញូដេលី

ឡែកពីគ្នាលើខ្សែបូ (គុណសម្បត្តិមួយនៅលើខ្សែបូមួយ)។ ឧទាហរណ៍ និយាយទន់ភ្លន់ មិនខឹង មិនដើរលេងក្នុងភូមិ ត្រលប់មកផ្ទះវិញមុនពេលថ្ងៃលិច មិនសើចឮៗ មិននិយាយជាមួយមនុស្សចម្លែក មិនធ្វើជាមិត្តជាមួយក្មេងប្រុស ត្រូវធ្វើការងារផ្ទះ។ល។

- ☞ រើសអ្នកស្ម័គ្រចិត្តម្នាក់ឱ្យឈរនៅមុខក្រុម។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវអានគុណសម្បត្តិនៅលើខ្សែបូម្តងមួយៗឱ្យសិស្សស្តាប់ ហើយសិស្សត្រូវកំណត់ផ្នែកណាមួយនៃរាងកាយដែលគេគិតថាគុណសម្បត្តិនេះអាចដាក់នៅត្រង់ផ្នែកនៃរាងកាយនោះ។ ឧទាហរណ៍ «និយាយទន់ភ្លន់» អាចដាក់នៅត្រង់មាត់ «មិនដើរលេង» អាចដាក់នៅត្រង់ជើង ។ល។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវចងខ្សែបូនៅតាមផ្នែកនានានៃរាងកាយរបស់អ្នកស្ម័គ្រចិត្តដែលឆ្លើយតបទៅនឹងចម្លើយរបស់សិស្សផ្សេងៗទៀតដោយរឹតខ្សែនោះកុំឱ្យអ្នកស្ម័គ្រចិត្តធ្វើចលនាបាន។
- ☞ នៅពេលដែលលោកគ្រូ អ្នកគ្រូចងខ្សែបូ និងគំនិតទាំងអស់រួចហើយ នោះមានន័យថាអ្នកស្ម័គ្រចិត្តត្រូវបានគេរឹតត្បិតយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាពចំពោះការនិយាយស្តី និងការធ្វើចលនាដែលជាការបង្ហាញពីរបៀបដែលគុណសម្បត្តិនីមួយៗក្លាយជានិមិត្តរូបនៃ «ការរឹតត្បិត» លើក្មេងស្រី និងស្ត្រី។ សិស្សត្រូវរៀបរាប់អំពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួនដោយផ្អែកលើលំហាត់នេះ ហើយលោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចសរសេរចម្លើយទាំងនេះនៅលើក្តារខៀនបាន។

- ☞ បន្ទាប់មក ឱ្យសិស្សគិត និងរម្លឹកឡើងវិញពីឧប្បត្តិហេតុដែលរូបគេ ឬក្មេងស្រីផ្សេងទៀតដែលគេស្គាល់បានជំទាស់ ឬតវ៉ានឹងការរឹតត្បិតណាមួយក្នុងចំណោមការរឹតត្បិតទាំងនេះ។ ហេតុនេះ ខ្សែបូដែលត្រូវគ្នានឹងការរឹតត្បិតនោះអាចស្រាយចេញពីអ្នកស្ម័គ្រចិត្តបាន។ ចំណុចនីមួយៗត្រូវតែមានការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុម។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើសិស្សម្នាក់ចែករំលែកថា នាងខឹងនឹងប្អូនៗ ឬម្តាយ ឬមិត្តភក្តិរបស់នាង ។ល។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចស្រាយខ្សែបូដែលទាក់ទងនឹងគុណសម្បត្តិនោះចេញបាន។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវសួរសំណួរបញ្ជាក់បន្ថែមឱ្យកាន់តែស៊ីជម្រៅសម្រាប់ឧទាហរណ៍នីមួយៗដើម្បីធ្វើបរិបទនីកម្មចំពោះចំណុចដែលមានលក្ខណៈប្រហាក់ប្រហែលគ្នា។ ឧទាហរណ៍ តើមានរឿងអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើពួកគេទប់កំហឹងមិនបាន? តើមានអ្វីកើតឡើងបន្ទាប់ពីពួកគេបញ្ចេញកំហឹងហើយ? ។ល។ ការសួរបញ្ជាក់បន្ថែមនេះនឹងធ្វើឱ្យមានការយល់ដឹងកាន់តែស៊ីជម្រៅទៅលើដែនកំណត់ និងការរំពឹងទុកសម្រាប់ច្បាប់ទាំងនេះ។
- ☞ អ្នកស្ម័គ្រចិត្តគួរមានអារម្មណ៍ធម្មតានៅចុងបញ្ចប់នៃលំហាត់នេះ ដោយសារខ្សែបូភាគច្រើន ទោះបីមិនទាំងអស់ក៏ដោយ ត្រូវបានគេស្រាយចេញ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវឱ្យអ្នកស្ម័គ្រចិត្តនិយាយរៀបរាប់អំពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួន ហើយលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវកត់ត្រាចម្លើយរបស់គាត់ទុកដែរ។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

🗣 **ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖**

◇ ហេតុអ្វីបានជាគុណសម្បត្តិរបស់ «ក្មេងស្រីល្អ» ទាំងនេះនាំឱ្យមានការរើសអើងយេនឌ័រ?

☞ ដោយសារតែគេអនុវត្តគុណសម្បត្តិទាំងនេះចំពោះក្មេងស្រីគ្រប់រូប ទើបគុណសម្បត្តិទាំងនេះក្លាយជា«ច្បាប់» ឬបទដ្ឋានដែលមានលក្ខណៈពិសេសសម្រាប់យេនឌ័រ។ ច្បាប់ទាំងនេះត្រូវបានក្មេងស្រីចាត់ទុកថាជាផ្នែកមួយដែលមានលក្ខណៈស៊ីជម្រៅនៃការប្រតិបត្តិរបស់ខ្លួន។ វត្ថុបំណងនៃច្បាប់ទាំងនេះគឺដើម្បីរឹតត្បិតការដើរហើរ ការអប់រំ សមិទ្ធិផល អាកប្បកិរិយា បំណងប្រាថ្នា និងទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទរបស់គេ។ រាប់ចាប់តាំងពីតើនរណាដែលក្មេងស្រីអាច ឬត្រូវនិយាយជាមួយ តើនាងជាក្មេងស្រីត្រូវមានអាកប្បកិរិយារបៀបណា តើពេលណាជាពេលវេលាសមស្របក្នុងមួយថ្ងៃៗដែលក្មេងស្រីចេញទៅក្រៅ និងត្រលប់មកផ្ទះវិញ តើក្មេងស្រីត្រូវស្លៀកពាក់ដូចម្តេច តើក្មេងស្រីត្រូវដើររបៀបណា ។ល។ គឺជាការកំណត់ថាតើគេអាចហៅក្មេងស្រីម្នាក់ថាជាក្មេង «ស្រីល្អ» បានដែរ ឬទេ។ ការកំណត់នេះគឺជាការធ្វើឱ្យមនុស្សម្នាក់មានអារម្មណ៍ថាត្រូវគេទទួលយក ប្រសិនបើពួកគេធ្វើតាមច្បាប់ទាំងនេះ ឬត្រូវគេបដិសេធប្រសិនបើគេមិនធ្វើតាម។ ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់ប្រឆាំងនឹងច្បាប់ទាំងនេះ នាងនឹងប្រឈមនឹងការដាក់ងារថាជា«ក្មេងស្រីមិនល្អ»។ ការគំរាមកំហែងចំពោះការដែលគេគិតថាជា «ក្មេងស្រីមិនល្អ» គឺការមិនទទួលបានការគាំទ្រពីគ្រួសារ ឬសហគមន៍ ពីអ្នកជិតខាង និងសង្គម។ នេះគឺជារបៀបដែលគេពង្រឹងការរើសអើងផ្នែកយេនឌ័រ។

◇ តើគេកំណត់ក្មេងស្រីម្នាក់ថាជា «ក្មេងស្រីល្អ» បានយ៉ាងដូចម្តេច? និងហេតុអ្វី? តើការទាមទារសិទ្ធិរបស់ខ្លួនគឺជារឿង «មិនល្អ» មែនឬទេ?

☞ ផលវិបាកផ្សេងៗនៃការក្លាយជា «ក្មេងស្រីមិនល្អ» ហាក់ដូចជាធ្ងន់ធ្ងរខ្លាំងណាស់ដែលធ្វើឱ្យមនុស្សភាគច្រើនព្យាយាមចៀសវាងពីបញ្ហានេះ ដូច្នេះហើយទើបធ្វើឱ្យបិតាធិបតេយ្យនៅតែបន្តកើតមាន។ ការដែលត្រូវបានគេហៅថា«ក្មេងស្រីមិនល្អ» ក៏ហាក់ដូចជាធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ឋានៈគ្រួសារនៅក្នុងសង្គមផងដែរ។ សង្គមបានសម្រេចថា «កិត្តិយស» របស់គ្រួសារមួយគឺពឹងផ្អែកទៅលើថាតើកូនស្រីក្នុងគ្រួសារនោះប្រតិបត្តិត្រឹមត្រូវតាមក្បួនច្បាប់ល្អដែលមានលក្ខណៈរឹតត្បិតនេះដែរឬទេ។ នេះគឺជាភាពអយុត្តិធម៌មួយដោយសារតែច្បាប់ដូចគ្នានេះមិនបានអនុវត្តចំពោះក្មេងប្រុសទេ។ មានពេលវេលាមួយដែលស្ត្រីទៅធ្វើការនៅខាងក្រៅផ្ទះត្រូវបានគេហៅថា «មិនល្អ» ហើយស្ត្រីដែលបានជ្រើសរើសជាអ្នកសម្តែង ភាពយន្តក៏ត្រូវបានគេហៅថា«មិនល្អ» ដែរដែលចំណុចនេះមិនមែនជាបញ្ហាទៀតទេនៅតាមទីកន្លែងជាច្រើនលើសកលលោក។ ការផ្លាស់ប្តូរទាំងនេះ

ត្រូវការពេលវេលា និងភាពក្លាហាន ព្រមទាំងការចោទសួរពីតួនាទី និងច្បាប់ទាំងនេះ មិនត្រឹមតែពីសំណាក់ស្ត្រី និងក្មេងស្រីជាច្រើនប៉ុណ្ណោះទេ តែថែមទាំងពីសំណាក់បុរស និងក្មេងប្រុសមួយចំនួនទៀតដែលជឿថា ការរើសអើង និងភាពអយុត្តិធម៌ផ្អែកយេនឌ័រគឺជារឿងមិនត្រឹមត្រូវ។ សិទ្ធិរបស់ស្ត្រីនិងក្មេងស្រីគឺជាសិទ្ធិមនុស្ស និងត្រូវតែទទួលបានការការពារ។

- ហេតុដូច្នេះហើយការយល់ដឹង និងការទទួលស្គាល់ពីរបៀបដែលសង្គមបិតាធិបតេយ្យដំណើរការគឺជាជំហានដំបូងឆ្ពោះទៅរកការផ្លាស់ប្តូរ។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន ៖

- លំហាត់នេះអាចធ្វើឱ្យអ្នកចូលរួមឈឺចាប់ និងមិនសប្បាយចិត្ត។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវតែដឹងឱ្យបានច្បាស់ពីបញ្ហានេះក្នុងពេលអនុវត្តសកម្មភាព និងដឹកនាំការធ្វើលំហាត់នេះ ព្រមទាំងត្រូវចែករំលែកនូវចំណុចរសើប និងការយល់ពីអារម្មណ៍នេះឱ្យបានច្រើន។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវរក្សាឱ្យបាននូវការផ្តោត និងល្បឿននៃសកម្មភាពនេះ។ បទពិសោធន៍ផ្ទាល់ខ្លួនណាមួយដែលមិនអាចដោះស្រាយបាននៅក្នុងការបណ្តុះបណ្តាលជាក្រុមនេះចាំបាច់ត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ដោយការគោរព ប៉ុន្តែដកចេញពីការពិភាក្សា។ ចំណុចនេះតម្រូវឱ្យលោកគ្រូ អ្នកគ្រូបង្ហាញទាំងសេចក្តីមេត្តា និងជំនាញក្នុងការគ្រប់គ្រងការបណ្តុះបណ្តាលជាក្រុមដែលមានលក្ខណៈដូចនេះ។
- គោលដៅរបស់លំហាត់នេះគឺដើម្បីបង្កើនការយល់ដឹងឱ្យកាន់តែស៊ីជម្រៅពីយេនឌ័រ តួនាទីយេនឌ័រ និងបិតាធិបតេយ្យ។ លំហាត់នេះគឺជាលំហាត់តពីលំហាត់មុនៗដើម្បីធានាបានថាសិស្សមានលទ្ធភាពបន្តមានគំនិតទាំងនេះ និងទទួលយកវាបានយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាព។
- នៅពេលដែលការពិភាក្សាឈានដល់ទស្សនៈទានស្តីពីសិទ្ធិ សិទ្ធិមនុស្ស និងសិទ្ធិស្ត្រី ឬសិទ្ធិកុមារ ការពិភាក្សានោះតម្រូវឱ្យមានការផ្តោតការយកចិត្តទុកដាក់ជាក់លាក់។ ដោយមិនចាំបាច់ពិភាក្សាលម្អិត វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលលោកគ្រូ អ្នកគ្រូពន្យល់ពីទស្សនៈទានរបស់សិទ្ធិមួយចំនួនដែលអាចអនុវត្តបានចំពោះមនុស្សគ្រប់រូប ហើយថាទស្សនៈទាននេះនឹងត្រូវសិក្សាស្វែងយល់ស៊ីជម្រៅនៅក្នុងម៉ូឌុលក្រោយ។

សារសំខាន់ៗ ៖

- គំនិតនានាដែលទាក់ទងនឹង «ក្មេងស្រីល្អ និង មិនល្អ» គឺជាការកំណត់របស់សង្គមដើម្បីរក្សា និងពង្រឹងបិតាធិបតេយ្យ និងការរើសអើងយេនឌ័រ។ ការកំណត់នេះរឹតត្បិតជីវិត និងជម្រើសរបស់ក្មេងស្រី និងស្ត្រី។

មេរៀនទី៨ ៖ ការចរចាពីតួនាទីយេនឌ័រ

🕒 **រយៈពេល** ៖ ៤៥ នាទី

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីសិក្សាស្វែងយល់ពីលទ្ធភាពនៃការចរចាចំពោះតួនាទី និងការរំពឹងទុកផ្នែកយេនឌ័រ។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ប័ណ្ណករណីសិក្សា (ឧបសម្ព័ន្ធទី២ មានចែកនៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀននេះ) ។

☞ សម្រាប់សិស្ស៖ សន្លឹកកិច្ចការផ្ទះរបស់សិស្សទំព័រទី៨៣។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។

☞ ថតចម្លងករណីសិក្សានៅក្នុងឧបសម្ព័ន្ធទី២។

☞ អានន្ទូវក្របខណ្ឌចំណេះដឹងពីទំព័រ៤២-៤៩។

☞ សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

☞ ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។

☞ ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។

☞ អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។

☞ បែងចែកសិស្សជា២ក្រុម។

☞ ក្រុមនីមួយៗ ត្រូវបង្ហាញការសម្តែងតួខ្លីមួយដោយផ្អែកលើករណីសិក្សាដែលគ្រូបានផ្តល់ឱ្យពួកគេ។ សិស្សមានពេល ១០ នាទីដើម្បីពិភាក្សាករណីសិក្សានោះ និងមានពេល៣នាទីដើម្បីសម្តែង។ ក្រុម

ទាំង២ត្រូវធ្វើការដោយឯករាជ្យ ហើយពុំមានក្រុមណាមួយដឹងថា ក្រុមផ្សេងទៀតកំពុងពិភាក្សា ឬរៀបចំផែនការអ្វីឡើយ។ សមាជិកទាំងអស់របស់ក្រុមនីមួយៗមិនចាំបាច់ចូលរួមក្នុងការសម្តែងទាំងអស់គ្នានោះទេ ប៉ុន្តែគ្រប់គ្នាត្រូវតែចូលរួមពិភាក្សា និងសរសេរសាច់រឿងសម្រាប់ការសម្តែង។

☞ បន្ទាប់ពីការសម្តែង សិស្សត្រូវចែករំលែក និងពិភាក្សាពីគំនិត អារម្មណ៍ និងការសង្កេតរបស់គេ។

កិច្ចការផ្ទះ ៖

☞ ពេលចប់សកម្មភាពនេះហើយ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវបង្ហាញសិស្សនូវកិច្ចការដែលត្រូវធ្វើនៅផ្ទះ។

☞ ឱ្យពួកគេបើកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួននៅទំព័រទី៨៣។

☞ អានសេចក្តីណែនាំនៅក្នុងសន្លឹកកិច្ចការ បន្ទាប់មកពន្យល់ពីអ្វីដែលពួកគេចាំបាច់ត្រូវធ្វើ។

☞ រំឭកពួកគេឱ្យដឹងពីសារៈសំខាន់នៃការយកសន្លឹកកិច្ចការរបស់ខ្លួនមកវិញនៅម៉ោងរៀនបន្ទាប់។

៣. ដំណើរការបង្រៀន

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◇ កំណត់ពីតួនាទី និងបទដ្ឋានយេនឌ័រដែល «សោភា» និង «សុផា» កំពុងប្រឈម។

☞ ក្មេងស្រីកំពុងចរចាគ្នា ៖

- ការអប់រំ (សិទ្ធិរបស់គេក្នុងការជ្រើសរើសការសិក្សានៅថ្នាក់ឧត្តមសិក្សា ការអះអាងពីជម្រើសរបស់គេ ។ ល។)
- មុខរបរ (ជាទូទៅគេចាត់ទុកថាមុខរបរផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ និងវិទ្យាសាស្ត្រ ជាមុខរបរសម្រាប់បុរស ហើយគេឱ្យស្ត្រីជ្រើសរើសមុខរបរផ្នែកសិល្បៈ ឬពាណិជ្ជកម្ម)។
- ការដើរហើរ (ក្មេងស្រីដែលធ្វើដំណើរ និងរស់នៅឆ្ងាយពីផ្ទះគឺត្រូវបានហាមឃាត់ពីក្រុមគ្រួសារជាច្រើន ហើយបញ្ហា និងកង្វល់ផ្សេងៗត្រូវបានគេភ្ជាប់ជាមួយបញ្ហានេះ)។

◇ តើមានអ្វីកើតឡើងនៅពេលក្មេងស្រីព្យាយាមជម្នះ ឬចរចាពីតួនាទី និងការរំពឹងទុកផ្នែកយេនឌ័រ?

☝ បិតាធិបតេយ្យធ្វើឱ្យមានការលំបាកសម្រាប់បុរស និងស្ត្រីក្នុងអនុវត្តអ្វីមួយឱ្យលើសពីតួនាទីយេនឌ័រដែលគេបានកំណត់។ ប្រសិនបើក្មេងប្រុស និងបុរសមិនអនុវត្តតាមតួនាទីយេនឌ័រ គេនឹងចាត់ទុកក្មេងប្រុស និងបុរសនោះថា «ទន់ខ្សោយ» និងមិនត្រូវបានគេយកចិត្តទុកដាក់ឡើយ។ ការអនុវត្តលើសពីតួនាទីយេនឌ័រសម្រាប់បុរសបង្កឱ្យមានហានិភ័យចំពោះភាពអាម៉ាស់មុខ។ ស្ត្រី ឬក្មេងស្រីដែលប្រឆាំងនឹងបទដ្ឋានផ្សេងៗផ្នែកយេនឌ័រពាក់ព័ន្ធនឹងការដើរហើរ ការស្លៀក

ពាក់ ឬការរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍មានហានិភ័យចំពោះការមិនចូលក្នុងសង្គម ការបាត់បង់ការគាំទ្រពីក្រុមគ្រួសារ និងត្រូវបានគេយល់ថា«មិនល្អ» «គ្មានចរិយាមារយាទ» ព្រមទាំងទទួលបាននូវមតិរិះគន់ និងឥរិយាបថអវិជ្ជមានផ្សេងៗទៀត។ ឥរិយាបថ បែបនេះគំរាមកំហែងដល់នាង និងគ្រួសាររបស់នាងដោយបង្កឱ្យមានផលវិបាកអវិជ្ជមានយូរអង្វែង ឬអ្វីៗផ្សេងទៀតដែលគេអាចយល់ឃើញថាជាផលវិបាកអវិជ្ជមាន ដូចជាកាត់បន្ថយឱកាសរៀបការជាដើម។

- ☝ បិតាធិបតេយ្យគឺជាប្រព័ន្ធមួយរបស់សង្គមដែលគេផ្តល់គុណតម្លៃ បុព្វសិទ្ធិ និងឋានៈឱ្យបុរសខ្ពស់ជាងស្ត្រី។ គេយល់ឃើញថាបុរសត្រួតត្រាដោយស្របច្បាប់លើចំណុចពិសេសជាច្រើននៃជីវិតរបស់ស្ត្រីដូចជាការងារ ទ្រព្យសម្បត្តិ សេរីភាព និងការដើរហើរ ព្រមទាំងទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទ និងការបន្តពូជផងដែរ។ ជាទូទៅ គេយល់ឃើញថាស្ត្រី ឬក្មេងស្រីគឺជាទ្រព្យសម្បត្តិ ឬជាទំនួលខុសត្រូវរបស់បុរស។ ប្រសិនបើបុរសម្នាក់មិន«ត្រួតត្រា»លើស្ត្រី ឬក្មេងស្រីទេ នោះអំណាច និងសិទ្ធិអំណាចរបស់គេក្នុងនាមជាបុរសនឹងបង្កឱ្យមានការសង្ស័យ។ គេអាចចាត់ទុកបុរសនោះថាមិនមានភាពជាបុរសគ្រប់គ្រាន់ ប្រសិនបើគេមិនបង្ហាញអំពីអំណាចនេះ។

❓ តើក្មេងស្រីអាចចរចា ឬមិនប្រតិបត្តិតាមបទដ្ឋានយេនឌ័របានដែរឬទេ បើសិនពួកគេយល់ឃើញថាបទដ្ឋានទាំងនោះមានលក្ខណៈរឹតបន្តឹង?

- ☝ ដោយអាស្រ័យលើបរិបទគ្រួសារ និងវប្បធម៌ ក្មេងស្រី និងស្ត្រីមួយចំនួនអាចមានភាពងាយស្រួលក្នុងការចរចាពីច្បាប់ និងការរឹតត្បិតផ្សេងៗដូចជា សេរីភាព និងការដើរហើរ ការស្លៀកពាក់ សិទ្ធិទទួលបានធនធាន រួមបញ្ចូលទាំងឧបករណ៍នានា (ដូចជាទូរសព្ទដៃ) ចំណង់ចំណូលចិត្ត ការជ្រើសរើសការសិក្សា ឬមុខរបរនាពេលអនាគតរបស់ខ្លួន។ សម្រាប់ក្មេងស្រី និងស្ត្រីមួយចំនួន ការចរចាទាំងនេះអាចជាបញ្ហាប្រឈមខ្លាំង ហើយជួនកាលមិនអាចធ្វើទៅបានទៀតផង។ ការគាំទ្រពីមិត្តភក្តិ គ្រូបង្រៀន និងមនុស្សពេញវ័យដែលមានឥទ្ធិពលក្នុងសង្គមនៅក្នុងគ្រួសារ ឬអ្នកជិតខាងអាចជាជំនួយដ៏ធំក្នុងករណីបែបនេះ។

🔑 គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ ៖

- 🕯 បញ្ចប់សកម្មភាពនេះដោយមានកំណត់ត្រាជាវិជ្ជមាន និងត្រូវសម្រេចឱ្យបាននូវលទ្ធភាពនៃការចរចាទោះបីជាសិស្សអាចមានការប្រឈមមុខពិតប្រាកដជាច្រើននៅពេលគេអនុវត្តការចរចានេះនៅក្នុងជីវិតជាក់ស្តែងក៏ដោយ ។

🕯 នៅពេលដែលក្រុមទាំងអស់ដឹងថា ករណីសិក្សារបស់ខ្លួនមានលក្ខណៈដូចគ្នាទាំងស្រុងដោយគ្រាន់តែមានចំណុចខុសគ្នាមួយនៅចុងបញ្ចប់នៃសាច់រឿង សិស្សអាចឆ្លើយតបដោយភាពភ្ញាក់ផ្អើល និងបែបកំប្លែង។ នេះគឺជាការដឹកនាំដ៏ល្អមួយសម្រាប់លោកគ្រូ អ្នកគ្រូក្នុងការធ្វើឱ្យការពិភាក្សាមានភាពវិជ្ជមានដោយផ្តោតលើអ្វីដែលអាចធ្វើទៅបាន។

✉ **សារសំខាន់ៗ ៖**

- ការយល់ដឹងថា យេនឌ័រគឺជាការកំណត់ និងជាការរៀនសូត្ររបស់សង្គម ធ្វើឱ្យការមិនព្រមសិក្សា ការសិក្សាថ្មីៗ ការចរចា និងការផ្លាស់ប្តូរអាចធ្វើទៅបាន។
- ខណៈដែលការរើសអើងផ្នែកយេនឌ័រមានផលជះទៅលើបុរស និងស្ត្រីគ្រប់រូប វាធ្វើឱ្យមានផលប៉ះពាល់ដល់បុគ្គលនានាក្នុងកម្រិតខុសៗគ្នា ដោយអាស្រ័យលើកត្តាផ្សេងៗជាច្រើននៅក្នុងជីវិតរបស់គេ ដូចជាឥរិយាបថគ្រួសារ ស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ច បទដ្ឋានវប្បធម៌សង្គម អាយុ និងការគាំទ្រពីអ្នកដទៃ។
- ករណីនេះធ្លាប់កើតមានរួចហើយ និងនៅតែអាចធ្វើទៅបានទៀតសម្រាប់មនុស្សក្នុងការជម្នះលើបទដ្ឋានយេនឌ័រដែលគេអាចមើលឃើញថា មានភាពរឹតត្បិត និងពង្រីកជម្រើសរបស់ខ្លួន។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ សមត្ថភាពក្នុងការធ្វើដូច្នេះបានគឺមានលក្ខណៈខុសគ្នាចំពោះបុគ្គលម្នាក់ៗ និងអាស្រ័យលើអាយុ បទពិសោធន៍ និងជំនាញក្នុងការចរចា ក៏ដូចជាកាលៈទេសៈផ្ទាល់ខ្លួន និងសង្គមរបស់គេដែរ។

ឧបសម្ព័ន្ធទី ២

ករណីសិក្សារបស់ «សោភា»

សោភាមានអាយុ ១៧ឆ្នាំ ហើយនាងជិតបញ្ចប់ការសិក្សារបស់នាងនៅសាលាហើយ។ នាងរៀនពូកែណាស់ ហើយតែងតែជាប់ចំណាត់ថ្នាក់លេខមួយនៅក្នុងថ្នាក់រៀនរបស់នាងទៀតផង។ នាងតែងតែមានចំណាប់អារម្មណ៍មួយក្នុងការសិក្សាផ្នែកវិទ្យាសាស្ត្រ និងចង់ដាក់ពាក្យសុំចូលរៀនមុខវិជ្ជាទន្តពេទ្យនៅមហាវិទ្យាល័យជាន់ខ្ពស់មួយនៅ ក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ។

នាងមិនបានដឹងច្បាស់ទេថា តើឪពុកម្តាយរបស់នាងនឹងអនុញ្ញាតឱ្យនាងទៅរស់នៅក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញតែឯងដើម្បីបន្តការសិក្សាសម្រាប់រយៈពេល ២ ឆ្នាំដែរ ឬទេ?

ចូលរៀបចំការសម្តែងតួមួយពីការសន្ទនារបស់នាងជាមួយឪពុកម្តាយរបស់នាង ដែលចុង**បញ្ចប់ឪពុកម្តាយរបស់នាងយល់ព្រមតាមបំណងរបស់នាង។**

ករណីសិក្សារបស់ «សុផា»

សុផាមានអាយុ១៧ឆ្នាំ ហើយនាងជិតបញ្ចប់ការសិក្សារបស់នាងនៅសាលាហើយ។ នាងរៀនពូកែណាស់ ហើយតែងតែជាប់ចំណាត់ថ្នាក់លេខមួយនៅក្នុងថ្នាក់រៀនរបស់នាងទៀតផង។ នាងតែងតែមានចំណាប់អារម្មណ៍មួយក្នុងការសិក្សាផ្នែកវិទ្យាសាស្ត្រ និងចង់ដាក់ពាក្យសុំចូលរៀនមុខវិជ្ជាទន្តពេទ្យនៅមហាវិទ្យាល័យជាន់ខ្ពស់មួយនៅ ក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ។

នាងមិនបានដឹងច្បាស់ទេថា តើឪពុកម្តាយរបស់នាងនឹងអនុញ្ញាតឱ្យនាងទៅរស់នៅក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញតែម្នាក់ឯងដើម្បីបន្តការសិក្សាសម្រាប់រយៈពេល ២ ឆ្នាំដែរ ឬទេ។

ចូររៀបចំការសម្តែងតួមួយពីការសន្ទនារបស់នាងជាមួយឪពុកម្តាយរបស់នាង ដែលចុង**បញ្ចប់ឪពុកម្តាយរបស់នាងមិនយល់ព្រមតាមបំណងរបស់នាងទេ។**

ក្របខណ្ឌចំណេះដឹង

ភេទ យេនឌ័រ និងទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទ[១២]

ភេទ គឺជាភាពខុសគ្នាផ្នែកជីវសាស្រ្តរវាងប្រុស និងស្រីដែលមានតាំងពីកំណើត។ នៅពេលទើបនឹងកើត គេកំណត់ភេទរបស់ទារកដោយផ្អែកលើការរួមបញ្ចូលគ្នារវាងលក្ខណៈរូបរាងកាយ រួមមាន ក្រូម៉ូសូម អ័រម៉ូន សរីរាង្គបន្តពូជខាងក្នុង និងប្រដាប់បន្តពូជ (ដូចជាលិង្គ ឬយោនី) ឧទាហរណ៍ ឪពុកម្តាយ គ្រួសារ និងមិត្តភក្តិ ជាទូទៅរមែងចង់ដឹងអំពីភេទរបស់ទារក។

យេនឌ័រ គឺជាបណ្តុំតួនាទី ទំនួលខុសត្រូវ សិទ្ធិ ការផ្តល់សិទ្ធិ និងកាតព្វកិច្ចផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច សង្គម និងនយោបាយដែលវប្បធម៌បានកំណត់ទាក់ទងនឹងភាពជាស្រី និងប្រុស ក៏ដូចជាទំនាក់ទំនងនៃអំណាចរវាង និងក្នុងចំណោមស្រ្តី និងបុរស ព្រមទាំងក្មេងស្រី និងក្មេងប្រុស។ បុគ្គលគ្រប់រូបកើតមកជាមួយនឹងភេទផ្នែកជីវសាស្រ្តតែម្តង ប៉ុន្តែគេរៀនពីរបៀបធ្វើជា «ប្រុស» ឬ «ស្រ្តី» តាមរយៈដំណើរការនៃ «កំណត់ពីយេនឌ័រ»។

និយមន័យ និងការរំពឹងទុកនូវអ្វីដែលមានន័យថា ជាមនុស្សស្រី ឬក្មេងស្រី និងជាមនុស្សប្រុស ឬក្មេងប្រុស និងការដាក់ទណ្ឌកម្មចំពោះការមិនបានប្រកាន់ខ្ជាប់នូវការរំពឹងទុកទាំងនោះមានលក្ខណៈខុសគ្នាទៅតាមវប្បធម៌ និងពេលវេលា។ គេអាចកំណត់ចំណុចទាំងនេះថាជាបទដ្ឋានយេនឌ័រ។ ការយល់ឃើញទាំងនេះ ជារឿយៗ ជាប់ទាក់ទងគ្នាជាមួយកត្តាផ្សេងៗដូចជា ពូជសាសន៍ វណ្ណៈ អាយុ និងនិន្នាការភេទ។ ឧទាហរណ៍ ឪពុកម្តាយតែងតែស្លៀកពាក់ឱ្យកូនៗរបស់ខ្លួនដើម្បីឆ្លុះបញ្ចាំងឱ្យឃើញនូវប្រពៃណីវប្បធម៌ដែលថាសម្លៀកបំពាក់អ្វីដែលសមស្របសម្រាប់កូនប្រុស ឬកូនស្រី។

ទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទ

WHO (អង្គការសុខភាពពិភពលោក) បានពន្យល់ពីនិយមន័យដែលអាចប្រើការបានចំពោះពាក្យ «ទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទ» ថាជា «ចំណុចពិសេសដ៏សំខាន់មួយនៅក្នុងជីវិតរបស់មនុស្សដែលមានដូចជា៖ ភេទ អត្តសញ្ញាណ និងតួនាទីយេនឌ័រ និន្នាការភេទ ចំណង់ផ្លូវភេទ ការសប្បាយ ភាពស្និទ្ធស្នាល និងការបន្តពូជ។ ទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទត្រូវឆ្លងកាត់ និងបង្ហាញតាមរយៈគំនិត ការស្រមើស្រមៃ ចំណង់ ជំនឿ អាកប្បកិរិយា តម្លៃ ឥរិយាបថ ការអនុវត្តតួនាទី និងទំនាក់ទំនង។ ទោះបីជាទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទអាចរួមបញ្ចូលនូវគ្រប់ចំណុចទាំងនេះក៏ដោយ ក៏វាមិនមែនមានន័យថាគេតែងតែឆ្លងកាត់ និងបង្ហាញចំណុចទាំងអស់នេះជានិច្ចដែរ។ ទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទទទួលរងឥទ្ធិពលអន្តរកម្មពីកត្តាផ្នែកជីវសាស្រ្ត ចិត្តសាស្រ្ត សង្គម សេដ្ឋកិច្ច នយោបាយ វប្បធម៌ ច្បាប់ ប្រវត្តិសាស្រ្ត សាសនា និងស្មារតី» (WHO,

[១២] ប្រែសម្រួលពី (២០១៦)។ ដកស្រង់ពី
http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/

២០០៦a)

ជាញឹកញាប់ គេតែងគិតថាពាក្យ «ទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទ» ជាប់ពាក់ព័ន្ធនឹងភេទ និងការរួមភេទ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្តី ពាក្យនេះមានអត្ថន័យច្រើនលើសពីនេះទៅទៀត។ ពាក្យនេះរួមបញ្ចូលរាល់ ការគិត អារម្មណ៍ និងអាកប្បកិរិយាផ្នែកយេនឌ័រជាក់លាក់ (ស្រី ឬប្រុស) ភាពទាក់ទាញ និងសេចក្តីស្រឡាញ់ ក៏ដូចជាទំនាក់ទំនងនានាដែលរួមមានភាពស្និទ្ធស្នាលផ្នែកផ្លូវភេទ។ រាប់ចាប់តាំងពីរបៀបស្លៀកពាក់រហូតដល់ដំណើរមានរដូវ ការធ្វើអនាម័យរាងកាយ ការមានអារម្មណ៍ទោរទន់ទៅរកនរណាម្នាក់ ការរៀបការ ។ល។ គឺជាផ្នែកមួយនៃទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទរបស់មនុស្ស។ ដូច្នេះ ទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទគឺជាទស្សនៈទានដ៏ទូលំទូលាយមួយដែលយេនឌ័រគ្រាន់តែជាផ្នែកមួយនៃទស្សនៈទាននេះប៉ុណ្ណោះ។

និន្នាការភេទ

«យើងប្រើអក្សរកាត់ LGBT ដើម្បីពណ៌នាអំពីសហគមន៍ស្រីស្រលាញ់ស្រី ប្រុសស្រលាញ់ប្រុស អ្នកស្រឡាញ់ទាំងពីរភេទ និងអ្នកប្តូរភេទ។ អក្សរចំនួន៣ដំបូង (LGB) សំដៅទៅលើនិន្នាការភេទ។ «T» សំដៅលើអត្តសញ្ញាណយេនឌ័រ។

និន្នាការភេទពិពណ៌នាពីការមានអារម្មណ៍ទោរទន់ផ្លូវកាយ មនោសញ្ចេតនា និង ផ្លូវចិត្តដ៏យូររបស់មនុស្សម្នាក់ចំពោះមនុស្សម្នាក់ទៀត (ឧទាហរណ៍ អ្នកស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នា ប្រុសស្រឡាញ់ប្រុស ស្រីស្រឡាញ់ស្រី អ្នកស្រឡាញ់ទាំងពីរភេទ) ចំណែកឯអត្តសញ្ញាណយេនឌ័រពិពណ៌នាពីអារម្មណ៍ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់បុគ្គលម្នាក់ដែលកើតមកជាប្រុស ឬជាស្រី (ឬនរណាម្នាក់ដែលមិនស្ថិតនៅក្នុងប្រព័ន្ធយេនឌ័រនោះ)។ និយាយសាមញ្ញទៅ៖ និន្នាការភេទសំដៅដល់នរណាម្នាក់ដែលអ្នកទោរទន់ ឬមានទំនោរទៅរក និងស្រឡាញ់ ចំណែកឯអត្តសញ្ញាណយេនឌ័រគឺសំដៅទៅលើអារម្មណ៍នៃលក្ខណៈផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក។

«អ្នកប្តូរភេទមាននិន្នាកាភេទមួយដូចមនុស្សគ្រប់គ្នាដែរ។ អ្នកប្តូរភេទអាចជាអ្នកស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នា ជាស្រីដែលស្រឡាញ់ស្រីដូចគ្នា ជាប្រុសដែលស្រឡាញ់ប្រុសដូចគ្នា ឬជាអ្នកដែលស្រឡាញ់ភេទទាំងពីរ។ ឧទាហរណ៍ មនុស្សម្នាក់ប្តូរភេទពីប្រុសទៅស្រី ហើយទោរទន់ទៅរកតែប្រុសប៉ុណ្ណោះ អាចកំណត់បានជាទូទៅថា ជាស្ត្រីស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នា។ មនុស្សម្នាក់ដែលប្តូរភេទពីស្រីទៅប្រុស ហើយទោរទន់ទៅរកតែប្រុសប៉ុណ្ណោះ អាចកំណត់បានទូទៅថាជាប្រុសស្រឡាញ់ប្រុស។ដូចគ្នា(ស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នា)»

(ប្រភព៖ ការប្តូរយេនឌ័រ FAQ” s. GLAAD.)[១៣]

[១៣] (២០១៦)។ ដកស្រង់ពី https://www.glaad.org/transgender/transfaq

ក្របខណ្ឌចំណេះដឹង

ដូចដែលបានពិភាក្សារួចមកហើយ ភេទគឺជាភាពខុសគ្នាផ្នែករាងកាយ និងជីវសាស្ត្ររវាងបុរស និងស្ត្រី។ យេនឌ័រ គឺជានិយមន័យផ្នែកសង្គម និងវប្បធម៌សម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។ ភាពខុសគ្នាផ្នែកយេនឌ័រមានលក្ខណៈខុសប្លែកគ្នាតាមវប្បធម៌ និងមានការផ្លាស់ប្តូរទៅតាមពេលវេលា។

កត្តាដែលនាំឱ្យមានវិសមភាពរវាងស្ត្រី និងបុរស គឺយេនឌ័រ មិនមែនភេទទេ។ «**ការបង្រៀនពីសង្គម** គឺជាដំណើរដែលតាមរយៈដំណើរការនោះសង្គមមួយបានបង្កើតបទដ្ឋាន និងវប្បធម៌ ព្រមទាំងកំណត់ពីតួនាទី និងទំនួលខុសត្រូវរបស់មនុស្ស។ ការបង្រៀនពីសង្គមកើតមានឡើងនៅគ្រប់ទីកន្លែង។ គ្រួសារ និងផ្ទះបង្កើតឱ្យមានគ្រឹះនៃការបង្រៀនពីសង្គមដែលបន្តរហូតអស់មួយជីវិត។ ការបង្រៀនពីសង្គមធ្វើឱ្យអាកប្បកិរិយា និងរបៀបនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់បុរស និងស្ត្រីមានលក្ខណៈខុសគ្នា។ នៅក្នុងសង្គមអភិរក្សនិយម គេមិនអនុញ្ញាតឱ្យស្ត្រីចែករំលែកពីទស្សនៈរបស់គេទេ។ គេពេញចិត្តឱ្យស្ត្រីរក្សាភាពស្ងប់ស្ងាត់ និងភាពឱនលំទោន ហើយអាកប្បកិរិយាស្លូតបូតត្រូវបានពង្រឹងដោយការរើសអើងយេនឌ័រ។ ស្ថានភាពនេះរីករាលដាលតាំងពីក្នុងគ្រួសាររហូតដល់កន្លែងធ្វើការ និងរហូតដល់ស្ថាប័ននានាក្នុងសហគមន៍»។ (ICRW, (២០១៦) កម្មវិធី ភែស ប្រនហ្ស៍ (Gap Inc.)

សង្គមធ្វើឱ្យបុគ្គលម្នាក់ៗប្រកាន់ខ្ជាប់នូវបទដ្ឋាន និងការរំពឹងទុកយេនឌ័រយ៉ាងរឹងមាំ។ ការដាក់ពិន័យចំពោះការប្រព្រឹត្តល្មើសបទដ្ឋានទាំងនេះមានភាពខុសប្លែកគ្នាទៅតាមឋានៈ ឬអំណាចរបស់មនុស្សម្នាក់ដែលមាននៅក្នុងសង្គម។ ប៉ុន្តែ ដោយសារតែយើងរស់នៅក្នុងពិភពលោកមួយដែលមានអំណោយផលចំពោះបុរស ទើបធ្វើឱ្យស្ត្រីភាគច្រើនរមែងប្រឈមនឹងផលវិបាកធ្ងន់ធ្ងរចំពោះការមិនអនុវត្តតាមបទដ្ឋានយេនឌ័រ។ វិសមភាពទាំងនេះអាចផ្លាស់ប្តូរបានដើម្បីឱ្យស្ត្រីទទួលបានឱកាសកាន់តែច្រើន។ នេះហើយជាមូលហេតុដែលវាមានសារៈសំខាន់សម្រាប់យើងក្នុងការយល់ដឹងពីយេនឌ័រ។

ក្របខណ្ឌចំណេះដឹង

ការយល់ដឹងកាន់តែប្រសើរពីបិតាធិបតេយ្យ[១៤]

បិតាធិបតេយ្យបង្កើតឱ្យមានមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃការកំណត់ពីយេនឌ័រ និងទំនាក់ទំនងអំណាចមិនស្មើភាពគ្នារវាងបុរស និងស្ត្រី។ បិតាធិបតេយ្យមិនមែនជាបុគ្គលិកលក្ខណៈបុគ្គលទេ ប៉ុន្តែវាជា*ប្រព័ន្ធ*សង្គមដែលមានឥទ្ធិពលយ៉ាងសំខាន់ និងមានគ្រប់ទីកន្លែង។ វាជាប្រព័ន្ធមួយរបស់ច្បាប់ និងបទដ្ឋានដែលផ្តល់ឱ្យបុរសនូវអំណាច និងបុព្វសិទ្ធិជាក់លាក់មួយចំនួន។ គេបានរៀបចំចំណុចទាំង២ឡើងយ៉ាងច្បាស់លាស់ ប៉ុន្តែក៏មានការកំណត់ព្រំដែនស្តីពីតួនាទី និងទំនួលខុសត្រូវផ្នែកយេនឌ័រដែលមានលក្ខណៈមិនច្បាស់លាស់ច្រើនដែរ។ បិតាធិបតេយ្យមាននៅគ្រប់ស្ថាប័ន និងវប្បធម៌ទាំងអស់ ៖

គ្រួសារ គឺជាគ្រឹះនៃការត្រួតត្រា និងការធានាចំពោះបញ្ញត្តិនៃបទដ្ឋានសង្គម។

សាសនា កំណត់សំណុំនៃកាតព្វកិច្ច និងសិទ្ធិ ព្រមទាំងកំណត់ពីចរិយាធម៌ សីលធម៌ អាកប្បកិរិយា និងច្បាប់ និងជាច្បាប់សម្រាប់អ្វីដែលគេហៅថាអំពើល្អសម្រាប់សាធារណៈជន។ សាសនាហាក់ដូចជាមិនអាចដកខ្លួនចេញពីការគ្រប់គ្រងរបស់បិតាធិបតេយ្យបានឡើយ។

ប្រព័ន្ធច្បាប់ នៅតែមានភាពអំណោយផលចំពោះបុរសនៅក្នុងគំនិតដូចគ្នានៃរបបបិតាធិបតេយ្យ។ ភាពអំណោយផលនេះគឺមានវត្តមាន និងមានលក្ខណៈទូទៅនៅពេលដែលគេបកស្រាយច្បាប់ និងឆ្លុះបញ្ចាំងជាច្រើនដងនៅក្នុងការប្រកាសរបស់តុលាការ។

ប្រព័ន្ធសេដ្ឋកិច្ច នៅតែមិនទទួលស្គាល់តម្លៃនៃការងារក្នុងផ្ទះ។ យើងនៅតែត្រូវការច្បាប់ដើម្បីធានានូវប្រាក់ឈ្នួលស្មើគ្នាសម្រាប់ស្ត្រី ដែលឆ្លុះបញ្ចាំងពីការបន្តនៃប្រព័ន្ធបិតាធិបតេយ្យ។

ប្រព័ន្ធនយោបាយ កម្រនឹងអនុញ្ញាតឱ្យស្ត្រីរីកចម្រើនណាស់ លុះត្រាតែពួកគេមានជាប់ទាក់ទង ឬត្រូវបានតម្លើងឋានៈដោយបុរសខ្លាំងមួយចំនួន។

ប្រព័ន្ធអប់រំ ក៏ពង្រឹងនិមិត្តរូប ការរំពឹងទុក និងតួនាទីយេនឌ័រដែរ។ នៅក្នុងសៀវភៅនានា យើងតែងតែឃើញថាគេបង្ហាញស្ត្រីកំពុងធ្វើការងារផ្ទះ។ល។ ហើយបុរសជាអ្នកមានចំណេះដឹង។ ចំពោះសកម្មភាពក្រៅកម្មវិធីសិក្សា គេឱ្យក្មេងស្រីធ្វើសកម្មភាពពាក់ព័ន្ធនឹងការច្រៀងរាំ ចំណែកឯក្មេង

[១៤] បណ្តាញច្បាប់សិទ្ធិមនុស្ស (បំណែងចែកមជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មានសង្គម-ច្បាប់)។ (២០១១) *ម៉ូឌុលបណ្តុះបណ្តាលអំពីសិទ្ធិស្ត្រីប្រឆាំងនឹងអំពើហិង្សា* មជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មានសង្គម-ច្បាប់ ទីក្រុងញូដេលី

ប្រុសធ្វើសកម្មភាពទាក់ទងនឹងការរៀបចំចាត់ចែង កីឡា ។ល។

ប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ និងការកម្សាន្ត និងកីឡា សុទ្ធតែឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីផ្នត់គំនិតអវិជ្ជមានដូចគ្នា។ តាមពិតទៅ ប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ និងរបៀបដែលវាបង្ហាញពីស្ត្រី ដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់មួយក្នុងការបន្តនិងពង្រឹងប្រព័ន្ធបិតាធិបតេយ្យ។ ឧទាហរណ៍ ការប្រកួតកីឡាវាយកូនបាល់សំខាន់ៗនៅតែបន្តផ្តល់រង្វាន់ជាទឹកប្រាក់ខុសគ្នាសម្រាប់ព្រឹត្តិការណ៍ប្រកួតរវាងបុរស និងស្ត្រី។ (បណ្តាញច្បាប់សិទ្ធិមនុស្ស (Human Rights Law Network) (ការបែងចែកមជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មានស្តីពីច្បាប់សង្គម (A division of Socio Legal Information Centre))។ (២០១១). ម៉ូឌុលសម្រាប់ការបណ្តុះបណ្តាលពីសិទ្ធិស្ត្រីប្រឆាំងនឹងអំពើហិង្សា(Training Module on the Rights of Women Against Violence) មជ្ឈមណ្ឌលព័តិស្តីពីច្បាប់សង្គម(Socio Legal Information Centre) ទីក្រុងញូដេលី)

បុរសតែឯងមិនមែនជាអ្នកដឹកនាំបិតាធិបតេយ្យទេ។ ស្ត្រីខ្លួនឯងក៏ជាអ្នកដឹកនាំ និងជាអ្នកប្រព្រឹត្តនូវការឱ្យតម្លៃបិតាធិបតេយ្យដែរ ហេតុនេះហើយទើបយើងជារឿយៗ តែងឮពាក្យថា «ស្ត្រីគឺជាសត្រូវដ៏អាក្រក់បំផុតរបស់ស្ត្រីគ្នាឯង»។

គេក៏សម្តែងឱ្យឃើញ និងមើលឃើញតម្លៃបិតាធិបតេយ្យតាមរយៈការគិត និងអាកប្បកិរិយារបស់មនុស្សដែរ។ តម្លៃបិតាធិបតេយ្យគឺជាការកំណត់ ដូច្នេះហើយ គេអាចជម្នះ និងផ្លាស់ប្តូរបានតាមរយៈការផ្តល់ឱកាសស្មើភាពគ្នាដល់ស្ត្រីដើម្បីឱ្យគាត់សម្រេចបាននូវសមភាពយេនឌ័រ។

ក្របខណ្ឌចំណេះដឹង

ការបង្ហាញអំណាចក្នុងលក្ខណៈខុសៗគ្នា[១៥]

"ជាញឹកញាប់ គេយល់ពីអំណាចតាមរយៈបរិបទនៃការបង្ខិតបង្ខំ ការត្រួតត្រា និងសិទ្ធិអំណាច(អាជ្ញា) ហើយគេមើលឃើញវាថាជាការបង្កើនភាពងាយរងគ្រោះដល់អ្នកដែលមានអំណាចតិច។ អំណាចអាចមានទាំង**ការមិនផ្តល់លទ្ធភាពផង និងការផ្តល់លទ្ធភាពផង**។ អំណាចដែលយើងនឹងសិក្សានៅពេលក្រោយគឺមានទាំងលក្ខណៈថាមវន្តផង និងប្រែប្រួលផងហើយអាចផ្លាស់ប្តូរគោលជំហរអវិជ្ជមានទៅជាវិជ្ជមាន និងទៅជាមានលទ្ធភាពវិញបានដោយអាស្រ័យលើការបង្ហាញពីអំណាច ពោលគឺ ***នៅពេលគេប្រើអំណាចដើម្បីផ្តល់លទ្ធភាព វាក្លាយជាដំណើរនៃការផ្តល់សិទ្ធិអំណាច*** ដែលនេះមានន័យថាគេប្រើអំណាចក្នុងលក្ខណៈស្ថាបនាដើម្បីភាពរីកចម្រើន និងសុខុមាលភាពផ្ទាល់ខ្លួន និងអ្នកដទៃ។ ខាងក្រោមនេះគឺជាការបង្ហាញពីអំណាចក្នុងលក្ខណៈខុសៗគ្នាដែលគេប្រើប្រាស់ជាទូទៅបំផុត៖

អំណាចត្រួតត្រា - អំណាចនេះពាក់ព័ន្ធនឹងការអនុវត្តអំណាច ឬសិទ្ធិអំណាច(អាជ្ញា)លើបុគ្គលណាម្នាក់ ឬស្ថានភាពណាមួយ។ គេបង្ហាញអំណាចប្រភេទនេះជាទូទៅនៅក្នុងទម្រង់នៃអំពើពុករលួយ ការគាបសង្កត់ ឬការធ្វើបាប(ធ្វើទុក្ខបុកម្នេញ)ជាដើម។ ការបង្ហាញពីសិទ្ធិអំណាច(អាជ្ញា)នេះគឺជាការរំលោភអំណាចដោយផ្ទាល់ ដោយសារតែគេអនុវត្តវាក្នុងគោលបំណងធ្វើឱ្យមាន ឥទ្ធិពល ឬបង្កឧបសគ្គដល់អ្នកដទៃ។

អំណាចជាមួយ - ទម្រង់នៃការអនុវត្តអំណាចប្រភេទនេះពាក់ព័ន្ធនឹងការបង្កើនការប្រើសិទ្ធអំណាច(អាជ្ញា) ដែលបុគ្គលម្នាក់ ឬក្រុមមួយមានក្នុងការធ្វើការងារជាមួយក្រុមបុគ្គលផ្សេងទៀត ឆ្ពោះទៅរកការសម្រេចបាននូវវត្ថុបំណងរួមមួយ។ ប្រភេទនៃថាមវន្តអំណាចនេះជួយប្រមូលផ្តុំអ្នកដែលមានកម្រិតចំណេះដឹង និងសមត្ថភាពផ្សេងៗគ្នា។

អំណាចចំពោះ - ទម្រង់នៃអំណាចនេះមានឫសគល់នៅក្នុងវិញ្ញាណស្តីពីខ្លួនឯងរបស់បុគ្គលនានា ហើយវាជួយរៀបចំ និងមានឥទ្ធិពលលើជីវិតផ្ទាល់របស់បុគ្គល។ វាមាននៅក្នុងការបង្ហាញចំពោះការគិត ការវាស់ស្ទង់ ចំណេះដឹង ទ្រព្យសម្បត្តិ និងបច្ចេកទេសទាំងឡាយដែលមនុស្សម្នាក់ប្រើប្រាស់ដើម្បីយល់ពីខ្លួនឯង និងប្រាស័យទាក់ទងយ៉ាងច្បាស់លាស់ជាមួយពិភពលោក។ ប្រសិនបើគេអនុវត្តអំណាចនេះនៅក្នុងបរិបទរបស់ក្រុមបុគ្គលមួយ ពេលនោះទម្រង់នៃការអនុវត្តន៍អំណាចប្រភេទនេះ

[១៥] ICRW (២០១១), *ចលនាសមភាពយេនឌ័រនៅសាលារៀន សៀវភៅមគ្គុទេសក៍បណ្តុះបណ្តាលសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល។* ICRW ទីក្រុងញូដេលី

អាចក្លាយជាមូលដ្ឋាននៃការបង្កើត «អំណាចជាមួយ»។

អំណាចនៅក្នុង - ទម្រង់នៃអំណាចនេះ គេអនុវត្តនៅក្នុងបរិបទស្វ័យប៉ាន់ប្រមាណ និងវាយតម្លៃ។ ទម្រង់នេះរាប់បញ្ចូលទាំងសមត្ថភាពនានាដែលផ្តល់ឱ្យមនុស្សនូវអំណាចក្នុងការប្រមើមើល ឬកសាងអនាគតដែលល្អប្រសើរជាងមុន និងមានបំណងប្រាថ្នាធ្វើឱ្យពិភពលោកមានការផ្លាស់ប្តូរ។ ទម្រង់នៃអំណាចនេះធ្វើឱ្យបុគ្គលម្នាក់ដឹងពីសិទ្ធិ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់ខ្លួនដែលធ្វើឱ្យគេយល់ពីមុខតំណែង និងតួនាទីរបស់ខ្លួនតាមរយៈគុណសម្បត្តិនៃសមត្ថភាពដែលគេមាន។

គ្រាប់ខណ្ឌចំណេះដឹង

តួនាទីនៃអំណាចមិនមានលក្ខណៈដាច់ខាតទេ។ សិទ្ធិទទួលបាន និងការត្រួតត្រាលើធនធាន និងដើមទុន (សង្គម វប្បធម៌ នយោបាយ និងសេដ្ឋកិច្ច) កំណត់តួនាទីនៃអំណាច ដូច្នេះហើយតួនាទីទាំងនេះអាចមានការផ្លាស់ប្តូរ។ ការផ្តល់ឱកាសស្មើភាពគឺជាចំណុចចាប់ផ្តើមឆ្ពោះទៅរកការផ្លាស់ប្តូរតួនាទីទាំងនេះ និងបង្កើតឱ្យមានសមភាព។

អ្នកដែលចាប់ផ្តើមពីចំណុចដែលបាត់បង់ឱកាស(អំណាចតិច)អាចត្រូវការឱ្យគេផ្តល់ឱកាសជាក់លាក់នានាដើម្បីឱ្យខ្លួនអាចមានលទ្ធភាពដូចគ្នាក្នុងការចាប់យកប្រយោជន៍ពីការមានឱកាសស្មើភាពគ្នា។

នៅពេលដែលអ្នកមានវិសមភាពទទួលបានឱកាសដូចគ្នា ពេលនោះអ្នកដែលមានសមត្ថភាព ឬមានអំណាចជាងនឹងទទួលបានប្រយោជន៍កាន់តែច្រើន។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ នៅពេលដែលអ្នកដែលមានសមត្ថភាពស្មើគ្នាទទួលបានឱកាសឱ្យស្មើៗគ្នា ពេលនោះពួកគេអាចមានផលប្រយោជន៍ដូចគ្នា ឬផលប្រយោជន៍ស្មើភាព ឬមានសមធម៌។

ជំពូកទី៣ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង

ទិដ្ឋភាពទូទៅ

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគឺជាដំណើរការនៃការផ្ញើ និងទទួលព័ត៌មាន ឬគំនិតតាមរយៈពាក្យសម្ដី សកម្មភាព ឬសញ្ញា។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងនេះបង្កើតមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃទំនាក់ទំនងទាំងអស់ ហេតុដូច្នេះហើយ វាកំណត់នូវចំណុចសំខាន់ៗមួយចំនួននៅក្នុងជីវិតរបស់យើង។ គុណភាពនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងជារឿយៗកំណត់ពីគុណភាពនៃទំនាក់ទំនង។ ជំពូកស្ដីអំពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងនឹងបង្កើតឱកាសមួយឱ្យសិស្សឆ្លុះបញ្ចាំង និងយល់ដឹងពីអ្វីដែលរួមចំណែកបង្កើតការប្រាស្រ័យទាក់ទង ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដី និងកាយវិការ របៀបដែលឧបសគ្គក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង ដំណោះស្រាយ និងមធ្យោបាយកែលម្អការប្រាស្រ័យទាក់ទងឱ្យមានប្រសិទ្ធភាព។ ដោយសារកុមារ និងយុវវ័យមានសក្ដានុពលធ្វើជាភ្នាក់ងារសកម្មនៃការផ្លាស់ប្ដូរ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់មួយមិនត្រឹមតែនៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែថែមទាំងចំពោះអ្នកដែលនៅជុំវិញពួកគេដែរ។ ជាញឹកញាប់ ជំនាញទំនាក់ទំនងរបស់ពួកគេកំណត់ពីរបៀបដែលពួកគេត្រូវឆ្លងកាត់វ័យជំទង់ ដំណាក់កាលដំបូងនៃយុវភាព និងពេញមួយជីវិតជាមនុស្សពេញវ័យ។

ជំពូកមុនផ្ដោតលើយេនឌ័រ និងរបៀបដែលបទដ្ឋានយេនឌ័ររឹតត្បិតលើស្ត្រី ព្រមទាំងកាត់បន្ថយជម្រើសដែលពួកគេអាចធ្វើបាន។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលក្មេងស្រី និងស្ត្រីក្នុងការទទួលស្គាល់ និងចោទជាសំណួរចំពោះបទដ្ឋានបែបនេះ។ ការដែលមានលទ្ធភាពចរចាប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពគឺជាជំនាញនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងដ៏សំខាន់មួយ។ មេរៀននេះមានគោលបំណង កសាងសមត្ថភាពក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់ស្ត្រីដែលជាឧបករណ៍ដ៏សំខាន់មួយសម្រាប់ការចរចាពីសិទ្ធិក្នុងការជ្រើសរើស ការសម្រេចចិត្ត និងជម្រើសថាតើត្រូវ ឬមិនផ្លាស់ប្ដូរ។

🕘 **រយៈពេល ៖** ២ ម៉ោង

❐ **ចំនួនលំនាំបង្រៀនសរុប ៖** ៤

🏆 **វត្ថុបំណង ៖**

- ☺ ដើម្បីឱ្យសិស្សយល់ពីតួនាទី និងគុណតម្លៃនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងនៅក្នុងជីវិតរបស់គេ។
- ☺ ដើម្បីលើកទឹកចិត្តសិស្សឱ្យប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយមនុស្សពេញវ័យនៅជុំវិញខ្លួនប្រកបដោយទំនុកចិត្ត។
- ☺ ដើម្បីបង្រៀនសិស្សពីសារៈសំខាន់នៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដី និងកាយវិការ។

មេរៀនទី៩ ៖ តើការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីគឺជាអ្វី?[១៦]

🕒 **រយៈពេល ៖** ៣០ នាទី

➲ **វត្ថុបំណង ៖** ដើម្បីសិក្សាពីសារៈសំខាន់នៃការនិយាយឱ្យបានច្បាស់លាស់ ការដឹង និងការស្ដាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់(ការស្ដាប់យ៉ាងសកម្ម)ដោយសារចំណុចមានភាពចាំបាច់ចំពោះការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ ៖**

- សម្រាប់គ្រូ៖ ក្ដារខៀន និងដីស ឬក្រដាសព័ត៌មាន និងហ្វឺតលុបមិនជ្រះ ស្កុត កន្ត្រៃ ក្រដាស A4 និងហ្វឺត / ហ្វឺតពណ៌។
- សម្រាប់សិស្ស៖ គ្មាន។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- អានទិដ្ឋភាពទូទៅស្ដីពី ជំពូកទី៣ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង
- អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- អានឧបសម្ព័ន្ធទី៣ដើម្បីជាជំនួយ។
- ប្រមូលសម្ភារៈចាំបាច់ទាំងអស់ផ្សេងទៀត។
- សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្ដីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។
- ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។

---

[១៦] ICRW,. (២០១៦). *កម្មវិធី តែស ប្រនហ្វ៍ សម្រាប់ក្មេងស្រីពេញវ័យ*។ Gap Inc.

☞ អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្ដារខៀន។ ឱ្យសិស្សទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។

☞ រួចហើយបែងចែកសិស្សជា២ក្រុម ពោលគឺក្រុមទី១ និងក្រុមទី២។

☞ ឱ្យសមាជិកមកពីក្រុមមួយចាប់គូជាមួយសមាជិកមកពីក្រុមមួយទៀត។ ដូច្នេះគូនីមួយៗមានមាជិកម្នាក់មកពីក្រុមទី១ និងម្នាក់ទៀតមកពីក្រុមទី២។

☞ ផ្ដល់ក្រដាស(ទំហំA4)១សន្លឹកឱ្យគូនីមួយៗ។

☞ ឱ្យសិស្សមកពីក្រុមទី១ នៅតាមគូនីមួយៗជ្រើសយកក្រដាសតូចៗដែលមានសរសេរពាក្យមួយនៅលើនោះមួយសន្លឹក ហើយដោយមិនបង្ហាញពាក្យនោះឱ្យគេដឹង សិស្សត្រូវពណ៌នាពីពាក្យនោះទៅឱ្យដៃគូរបស់ខ្លួនស្ដាប់។ ដោយផ្អែកលើការពិពណ៌នានេះ ដៃគូដែលកំពុងស្ដាប់ត្រូវគូររូបតាមអ្វីដែលខ្លួនគិតថាមាននៅលើក្រដាសនោះ។ នៅពេលដែលគូររូបរួចរាល់ហើយ សិស្សដែលមានក្រដាសត្រូវបង្ហាញពាក្យនោះឱ្យដៃគូខ្លួនមើល។ (លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវរៀបចំក្រដាសដែលមានសរសេរពាក្យទាំងនេះជាមុន)។

☞ ប្រាប់សិស្សថាគេមានពេលមិនលើសពី ៥-៧ នាទីទេក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាពនេះ បន្ទាប់ពីទទួលបានការណែនាំរួចហើយ។

☞ បញ្ជីរាយពាក្យដែលគេស្នើដើម្បីសរសេរនៅលើក្រដាសតូចៗ ៖

- ផ្លែប៉ោម
- ផ្ទះ
- ដើមឈើ
- បក្សី
- ព្រះអាទិត្យ
- ផ្កា

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◇ តើវត្ថុដែលបានគូរនេះដូចគ្នានឹងវត្ថុដែលគេបានផ្ដល់ឱ្យនៅលើប័ណ្ណដែរ ឬទេ? ប្រសិនបើដូច តើមានចំណុចអ្វីខ្លះដែលជួយសិស្សឱ្យធ្វើបានត្រឹមត្រូវ? ប្រសិនបើមិនដូច តើមកពីហេតុអ្វី?

◇ តើសិស្សនៅតាមគូនីមួយៗបានប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាពីអ្វីដែលត្រូវគូរដោយរបៀបណា?

- តើសិស្សដែលត្រូវគូររូបភាពបានស្តាប់ការណែនាំរបស់ដៃគូខ្លួនដោយយកចិត្តទុកដាក់ដែរ ឬទេ?
- តើគេអាចកែលម្អការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបៀបនេះបានដោយរបៀបណា?

- **ការប្រាស្រ័យទាក់ទង**គឺជាការផ្លាស់ប្តូរនូវការគិត គំនិត ឬអារម្មណ៍គ្នាទៅវិញទៅមក។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងមិនមានដែនកំណត់ត្រឹមការនិយាយគ្នា ឬប្រើប្រាស់ពាក្យពេចន៍នោះទេ។ វាអាចជាការទាក់ទងជា**ពាក្យសម្ដី ឬកាយវិការ**។

- ដើម្បីទំនាក់ទំនងគ្នា យើងប្រើពាក្យពេចន៍និយាយ ឬសរសេរ កាយវិការ ភាសាកាយវិការ និងការសម្តែងទឹកមុខ។ ដូចដែលបានបង្ហាញនៅក្នុងដ្យាក្រាមខាងលើ អ្នកផ្ញើបានផ្ញើសារមួយ ហើយអ្នកទទួលបានទទួលបានសារ ឆ្លើយតប ឬព័ត៌មានត្រលប់។ ការឆ្លើយតប ឬព័ត៌មានត្រលប់មិនចាំបាច់តែជាពាក្យនិយាយទេ។ វាអាចជាកាយវិការ ឬជាការសម្តែងកាយវិការ។ ប្រសិនបើការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានប្រសិទ្ធិភាព អ្នកទទួលយល់ច្បាស់ពីសារទៅតាមអ្វីដែលអ្នកផ្ញើចង់បញ្ជូនទៅឱ្យ។

- ជំនាញទំនាក់ទំនងមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ចំពោះការអភិវឌ្ឍន៍ការបញ្ចេញមតិ បុគ្គលិកលក្ខណៈ និងសក្តានុពលរបស់មនុស្ស។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អនាំឱ្យមានការយល់ដឹងល្អរវាងសមាជិករបស់ក្រុមសង្គមណាមួយ។

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានប្រសិទ្ធិភាព និងទទួលជោគជ័យគឺនៅពេលអ្នកទទួលបានទទួល និងយល់អំពីសារដែលអ្នកផ្ញើបានផ្ញើនៅក្នុងលក្ខណៈមួយដែលអ្នកផ្ញើមានបំណងឱ្យគេយល់។

- សមត្ថភាពរបស់មនុស្សម្នាក់ក្នុងការជ្រើសរើស និងធ្វើតាមជម្រើសផ្ទាល់របស់ខ្លួននៅក្នុងជីវិតពឹងផ្អែកយ៉ាងខ្លាំងទៅលើថាតើគេអាចប្រាស្រ័យទាក់ទង និងបញ្ចុះបញ្ចូលក្រុមគ្រួសារ មិត្តភក្តិ សហគមន៍ គ្រូបង្រៀន និងនិយោជករបស់ខ្លួនបានដោយជោគជ័យដែរឬអត់។ ដូច្នេះ ការមានជំនាញទំនាក់ទំនងល្អគឺមានសារៈសំខាន់។

តើទំនាក់ទំនងជាពាក្យសម្ដីជាអ្វី?

- មនុស្សជាច្រើនប្រើប្រាស់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីជាចម្បងក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់គេ និងទាក់ទងគ្នាជាមួយគ្រួសារ មិត្តភក្តិ គ្រូបង្រៀន អ្នកលក់ដូរ មនុស្សប្លែកមុខ និងអ្នកដទៃទៀត។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីមាននៅជុំវិញខ្លួនយើង។ យើងទទួលបានធាតុចូលដូចជាព័ត៌មាន តន្ត្រី ការជូនដំណឹង និងការកម្សាន្តជាច្រើនតាមរយៈទូរទស្សន៍ វិទ្យុ និងសូម្បីទូរសព្ទដៃ។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីពាក់ព័ន្ធនឹងការប្រើពាក្យសម្ដី ភាសា និងរបៀបបង្ហាញការសន្ទនា ព្រមទាំងការលើកដាក់សំឡេង ហើយតម្រូវឱ្យអ្នកស្ដាប់យល់ពីអ្វីដែលគេកំពុងនិយាយប្រាប់។

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវចែកឧបសម្ព័ន្ធទី៣បន្ទាប់ពីអនុវត្តសកម្មភាពនេះរួច។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- រៀបចំក្រដាសព័ត៌មានដែលមានសរសេរនៅលើក្រដាសនោះជាមុន សម្រាប់សកម្មភាពនេះ។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវជ្រើសរើសវត្ថុដែលមានលក្ខណៈសាមញ្ញ និងងាយស្រួលគូរ។
- ពន្យល់លម្អិតពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការ។ វាជាការសំខាន់ក្នុងការបញ្ជាក់ថា ជាញឹកញាប់ យើងមិនសូវដឹងពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការរបស់យើងទៅកាន់អ្នកដទៃទេប៉ុន្តែខួរក្បាលរបស់យើងទំនងជាយល់ពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការដែលអ្នកដទៃគិតសំដៅមកយើង។ ឧទាហរណ៍ យើងមិនចាំបាច់ឱ្យគេ ប្រាប់យើងជានិច្ចកាលថា នរណាម្នាក់ខឹង ឬរីករាយ ឬគិតថារឿងអ្វីមួយដែលគួរឱ្យអស់សំណើចនោះដោយសារតែយើងដឹងតាម រយៈការបញ្ចេញទឹកមុខដែលបង្ហាញពីរឿងទាំងនោះ។

សារសំខាន់ៗ ៖

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគឺការផ្លាស់ប្ដូរនូវការគិត គំនិត ឬអារម្មណ៍គ្នាទៅវិញទៅមក។
- វាអាចជាពាក្យសម្ដី និងជាកាយវិការ។
- ដើម្បីទាក់ទងគ្នាយើងប្រើពាក្យនិយាយ ឬសរសេរ(សំណេរ) កាយវិការ ភាសាកាយវិការ និង ការសម្ដែងទឹកមុខ។

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានប្រសិទ្ធភាពនៅពេលដែលអ្នកទទួលបានទទួលសារដែលអ្នកផ្ញើ បានផ្ញើទៅឱ្យទៅតាមការចង់បានរបស់អ្នកផ្ញើ។
- សមត្ថភាពរបស់មនុស្សម្នាក់ក្នុងការជ្រើសរើស និងធ្វើតាមជម្រើសរបស់ខ្លួននៅក្នុងជីវិតពឹងផ្អែកយ៉ាងខ្លាំងទៅលើសមត្ថភាពរបស់គេក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

ឧបសម្ព័ន្ធទី៣

ជំនាញក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្តីប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ៖

- ការនិយាយពន្យល់ និងសំឡេងច្បាស់លាស់ ៖ និយាយយ៉ាងសាមញ្ញ និងយឺតៗ ដូច្នេះអ្នកស្តាប់អាចយល់បាន។ ជ្រើសរើសពាក្យរបស់ប្អូនដោយយកចិត្តទុកដាក់(ប្រុងប្រយ័ត្ន) និងបញ្ជាក់ឡើងវិញពីព័ត៌មានសំខាន់ៗ។

- សំឡេងល្មម និងអាចស្តាប់បាន៖ សំឡេងរបស់អ្នកត្រូវឮល្មមដើម្បីឱ្យគេអាចស្តាប់បាន។ ដំឡើង ឬបន្ថយសំឡេងរបស់អ្នកដើម្បីឱ្យសមនឹងបរិយាកាសជុំវិញ និងអ្នកស្តាប់។ អ្នកប្រហែលជាត្រូវនិយាយកាន់តែខ្លាំងនៅពេលដែលមានសំឡេងរំខានពីខាងក្រៅ ដូចជាចរាចរណ៍។ មនុស្សចាស់ប្រហែលជាត្រូវការឱ្យអ្នកនិយាយខ្លាំងៗដើម្បីឱ្យពួកគាត់ងាយស្រួលស្តាប់បាន។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ សំឡេងនិយាយរបស់អ្នកមិនត្រូវឮខ្លាំងពេកទេដែលវាហាក់ដូចជាអ្នកកំពុងតែស្រែក។

- ការលើកដាក់សំឡេង និងការគួសបញ្ជាក់សមស្រប ៖ ចូរមានសុជីវធម៌ និងមានកិរិយាល្អនៅពេលនិយាយ។ វាបង្កើតទំនាក់ទំនងល្អ និងបង្ហាញពីការគោរពចំពោះមនុស្សដែលអ្នកកំពុងមានអន្តរកម្ម(ទាក់ទង)ជាមួយ។

- ការស្តាប់យ៉ាងសកម្ម(ដោយយកចិត្តទុកដាក់) ៖ ការស្តាប់គឺជាជំនាញ(បំណិន)ដ៏សំខាន់មួយក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយអ្នកដទៃព្រោះអ្នកអាចដឹងពីអ្វីដែលអ្នកដទៃចង់បាន និងមានន័យ។ ដើម្បីយល់ដឹងពេញលេញពីសារដែលគេកំពុងបញ្ជូន វាមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ក្នុងការសួរសំណួរដើម្បីបញ្ជាក់ពីអត្ថន័យ។ វាក៏មានសារៈសំខាន់ដែរក្នុងការបញ្ជាក់ថាមនុស្សម្នាក់ទៀតយល់អំពីសាររបស់អ្នកឬទេ។ អ្នកអាចធ្វើដូច្នេះបានតាមរយៈការសួរសំណួរ។

- ការសួរសំណួរ ឬរៀបឃ្លាឡើងវិញ ៖ ការសួរសំណួរគឺជាឧបករណ៍(វិធី)ដ៏សំខាន់មួយដែលគេប្រើដើម្បីទទួលបានព័ត៌មាន និងការបញ្ជាក់ពីសារមួយ ព្រមទាំងដើម្បីធានាថា អ្នកទទួលយល់នូវអ្វីដែលអ្នកផ្ញើកំពុងនិយាយ។

- ការបរប្រយោគ(និយាយឡើងវិញនូវអ្វីដែលអ្នកដទៃបាននិយាយដោយប្រើពាក្យពេចន៍ផ្ទាល់ខ្លួនដើម្បីបញ្ជាក់ថាយើងយល់ត្រូវ ឬខុស) គឺធ្វើឡើងនៅពេលដែលយើងរៀបឃ្លាឡើងវិញនូវការសន្ទនាមួយទៅជាសេចក្តីសង្ខេបពីអ្វីដែលយើងគិតថាយើងបានស្តាប់ឮ និងយល់។ ការបរប្រយោគអនុញ្ញាតឱ្យអ្នកនិយាយកែតម្រូវការយល់ច្រឡំណាមួយ។

មេរៀនទី១០ ៖ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព

🕒 **រយៈពេល** ៖ ១៥ នាទី

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីបង្ហាញអំពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ** ៖

- សម្រាប់គ្រូ៖ ក្ដារខៀន និងហ្វឺត។
- សម្រាប់សិស្ស៖ សន្លឹកកិច្ចការក្នុងថ្នាក់របស់សិស្សទំព័រទី៨៤-៨៥។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- ប្រមូលសម្ភារៈចាំបាច់ទាំងអស់ផ្សេងទៀត។
- សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្ដីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។
- ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។
- អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្ដារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។
- ជ្រើសរើសសិស្សស្ម័គ្រចិត្តចំនួន ៦ នាក់សម្រាប់ធ្វើសកម្មភាពនេះ។ បន្ទាប់មក លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវបែងចែកសិស្សស្ម័គ្រចិត្តជា ២ ក្រុមដែលក្រុមនីមួយៗមានគ្នា៣នាក់។
- ឱ្យក្រុមនីមួយៗរៀបចំការសម្ដែងមួយសម្រាប់រយៈពេល ២នាទី (មួយរឿងក្នុងមួយក្រុម)។ ក្រុមមួយត្រូវសម្ដែងរឿងមួយស្ដីពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ហើយក្រុមផ្សេងទៀតត្រូវ

សម្តែងរឿងស្តីពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងដែលគ្មានប្រសិទ្ធភាព។

☞ បន្ទាប់ពីការសម្តែងរឿងទាំង២ចប់ ឱ្យសិស្សទាំងអស់ពិភាក្សាគ្នានៅក្នុងក្រុមដោយផ្អែកលើការសង្កេត និងការរៀនសូត្ររបស់គេ។

កិច្ចការក្នុងថ្នាក់៖

☞ បន្ទាប់ពីពិភាក្សាពីការសម្តែងតួរួច ឱ្យសិស្សបើកសន្លឹកកិច្ចការនៅទំព័រទី ៨៤-៨៥។

☞ អាននូវសេចក្តីណែនាំ ដែលពួកគេត្រូវបំពេញតារាងរៀងៗខ្លួន ដោយផ្អែកលើរបៀបដែលពួកគេត្រូវដាក់ពិន្ទុឱ្យខ្លួនឯងចំពោះប្រយោគនីមួយៗ។

☞ បន្ទាប់មកត្រូវប្រាប់សិស្សថា មិនចាំបាច់ចែករំលែកចម្លើយរបស់ពួកគេទៅអ្នកផ្សេងទេ ព្រោះចម្លើយនេះគ្រាន់តែសម្រាប់ឱ្យពួកគេដឹងពីចំណុចល្អរបស់ខ្លួននៅពេលធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងពីអ្វីដែលពួកគេអាចកែប្រែបាន។

☞ ប្រាប់សិស្សថា ពួកគេមានពេល៥ ទៅ ៧នាទីក្នុងការបំពេញតារាងនេះ។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◇ ដើម្បីក្លាយជាអ្នកដែលមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ៖

- គិត(ឱ្យបានល្អិតល្អន់)មុននឹងនិយាយ ធ្វើសកម្មភាព បង្ហាញអាកប្បកិរិយា ឬធ្វើកាយវិការ។ តើយើងកំពុងព្យាយាមធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទងពីរឿងអ្វី? តើត្រូវប្រើជាភាសាអ្វីសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទង? តើយើងកំពុងប្រាស្រ័យទាក់ទងពីអ្វី? តើវិធីសាស្ត្រអ្វីដែលល្អបំផុតសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទង ឬធ្វើអន្តរកម្មនៅក្នុងស្ថានភាពដែលគេផ្តល់ឱ្យនោះ?

- ភាពច្បាស់លាស់នៃការប្រាស្រ័យទាក់ទង ព្រមទាំងការជ្រើសរើសពាក្យមានសារៈសំខាន់ណាស់។

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងពេញលេញ(ចប់សព្វគ្រប់) ពោលគឺមិនមានអ្វីដែលមិនពេញលេញ ឬនៅសេសសល់ ឬទុកចោលផ្នែកណាមួយ ក៏មានសារៈសំខាន់ដែរ។

◇ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគឺជាជំនាញមួយដែលគេអាចរៀនសូត្រ និងធ្វើឱ្យប្រសើរឡើង (កែលម្អ) បានហើយវាតម្រូវឱ្យមានការអនុវត្តដើម្បីអភិវឌ្ឍជំនាញនេះដើម្បីក្លាយជាអ្នកដែលមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អម្នាក់ៗ

- ត្រូវដឹងពីទីកន្លែង ពេលវេលា និងស្ថានភាព (ឧទាហរណ៍ ៖ សាលាឃុំ ពេលព្រឹក ជិតដល់រដូវចូលឆ្នាំ)។

- ត្រូវកំណត់វត្ថុបំណង និងមូលហេតុសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទង។
- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងទាមទារភាពច្បាស់លាស់ និងទំនុកចិត្តដើម្បីឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុត។
- ការអត់ធ្មត់ ភាពនឹងនរ និងការយល់ដឹងថា មនុស្សខុសគ្នាមានទស្សនៈខុសគ្នា ក៏ដូចជាមានសមត្ថភាពខុសគ្នាក្នុងការនិយាយ និងការស្តាប់ មានសារៈសំខាន់ណាស់។
- ត្រូវដឹងពីស្ថានភាពទឹកចិត្តរបស់អ្នកដទៃដែលពាក់ព័ន្ធនឹងការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងអន្តរកម្ម។ ឧទាហរណ៍ បុគ្គលម្នាក់ដែលកំពុងមិនសប្បាយចិត្ត ឬខ្វាយខ្វល់ប្រហែលជាស្តាប់មិនបាននូវចំណុចជាច្រើនដែលគេកំពុងប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយគាត់។

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពក៏រួមបញ្ចូលនូវជំនាញស្តាប់ដ៏ល្អដែរ ៖

- ការស្តាប់យ៉ាងសកម្ម និងដោយយកចិត្តទុកដាក់មានសារៈសំខាន់ដូចជាការនិយាយឱ្យបានច្បាស់លាស់ និងដោយមានទំនុកចិត្តដែរ។
- ជារឿយៗ អ្នកស្តាប់តែងតែរវល់គិតពីអ្វីដែលគេនឹងនិយាយ ហើយប្រហែលជាមិនយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះអ្វីដែលគេកំពុងប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយខ្លួនទេ។ ចំណុចនេះមានន័យថា សារដែលគេកំពុងបញ្ជូនត្រូវបាត់បង់ និងមិនបានទទួលតាមការដែលគេចង់បានឡើយ។ ការណ៍នេះអាចបង្កឱ្យមានការយល់ខុស និងការយល់ច្រឡំ។
- ការឆ្លើយតបទៅនឹងការប្រាស្រ័យទាក់ទងមួយមិនត្រូវធ្វើឡើងតាមរយៈការនិយាយកាត់ អ្នកដទៃឡើយ។ គេចាំបាច់ត្រូវគិតពីការឆ្លើយតប និងបង្ហាញនៅពេលដែលអ្នកដទៃបានត្រៀមខ្លួនស្តាប់រួចហើយ ពោលគឺនៅពេលដែលពួកគេបានបញ្ចប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់ខ្លួនហើយ។

ទោះបីជាមានផ្នត់គំនិតជាច្រើនពីរបៀបដែលក្មេងស្រី និងស្ត្រីត្រូវប្រព្រឹត្ត និងប្រាស្រ័យទាក់ទងក៏ដោយ ក៏វាមានសារៈសំខាន់ដែរក្នុងការបង្កើតភាពក្លាហាន ការបង្ហាញគំនិតយោបល់នានា និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយមានទំនុកចិត្ត និងច្បាស់លាស់។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ៖

- ក្នុងពេលពិភាក្សា បន្ទាប់ពីសម្តែងរួចត្រូវលើកទឹកចិត្តសិស្សឱ្យអនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំ

ស្ដីពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពនៅពេលពួកគេពិភាក្សាពីចំណុចផ្សេងៗ។ ដូច្នេះ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវលើកឧទាហរណ៍មួយចំនួនដើម្បីបញ្ជាក់ពីការនិយាយកាត់ ឬការប្រាស្រ័យទាក់ទងមិនពេញលេញ ឬភាពច្បាស់លាស់ល្អ និងការស្ដាប់យ៉ាងសកម្ម(ដោយយកចិត្តទុកដាក់)។ តាមរយៈការធ្វើបែបនេះ សិស្សអាចអនុវត្តបាននូវអ្វីដែលពួកគេកំពុងសិក្សា ទោះបីជាពួកគេកំពុងសិក្សាក៏ដោយ។

✉ **សារសំខាន់ៗ ៖**

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទង គឺជាដំណើរការនៃការផ្ញើ(បញ្ជូន) និងទទួលព័ត៌មាន ឬគំនិតតាមរយៈពាក្យសម្ដី និងកាយវិការ។
- មនុស្សប្រាស្រ័យទាក់គ្នាដើម្បីចែករំលែកចំណេះដឹង និងបទពិសោធន៍ ផ្ដល់ព័ត៌មាន បង្ហាញអារម្មណ៍ ដោះស្រាយបញ្ហា ជជែកវែកញែក ឬជជែកតវ៉ា ហើយជារឿយៗគ្រាន់តែសម្រាប់ការកម្សាន្តប៉ុណ្ណោះ។
- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគឺជាផ្នែកដ៏សំខាន់នៃជីវិតរបស់យើង ហើយគុណភាពនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងដែលយើងអាចមានជាមួយមនុស្សជុំវិញខ្លួន ជាញឹកញាប់ កំណត់ពីគុណភាពនៃទំនាក់ទំនងដែលយើងមានជាមួយអ្នកទាំងនោះ។

មេរៀនទី១១ ៖ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការ[១៧]

🕒 រយៈពេល ៖ ៣០ នាទី

➲ **វត្ថុបំណង ៖** ដើម្បីទទួលបានការយល់ដឹងពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយប្រើកាយវិការ។

១.ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ ៖**

☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ក្រដាសព័ត៌មាន (ក្រដាសតូចៗដែលមានសរសេរអក្សរ) ក្រដាសតារាង ក្តារខៀន និងហ្វឺត ឬក្តារខៀន និងដីស និងឯកសារថតចម្លងឧបសម្ព័ន្ធទី៨។

☞ សម្រាប់សិស្ស៖ គ្មាន។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។

☞ អាន និងថតចម្លងឧបសម្ព័ន្ធទី៨ សម្រាប់ចែកជូនសិស្ស។

☞ ប្រមូលសម្ភារៈចាំបាច់ទាំងអស់ផ្សេងទៀត។

☞ សរសេរសារសំខាន់ៗនៃមេរៀនដើម្បីបង្ហាញសិស្សនៅចុងម៉ោងមុនពេលបំបែកគ្នា។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

☞ ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។

☞ ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។

☞ អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។

☞ បន្ទាប់មកបែងចែកសិស្សជាគូៗ។

---

[១៧] Standard Chartered,. (២០០៩). *គោលការណ៍ណែនាំសកម្មភាពគោលដៅ*។ មូលនិធិ Naz។

☞ ឱ្យសិស្សម្នាក់នៅក្នុងក្រុមនីមួយៗចែករំលែកពីរឿងរ៉ាវជាក់ស្តែងខ្លីៗមួយ (ជារឿងកំប្លែង ឬគួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍) ក្នុងជីវិតផ្ទាល់របស់គេ។ ឱ្យពេលសិស្សចំនួន៣នាទីដើម្បីគិតមុនពេលចាប់ផ្តើមអនុវត្តចែករំលែករឿងនោះ។

☞ រៀងរាល់១នាទីម្តង ឱ្យសិស្សផ្លាស់ប្តូរទីតាំងខុសៗគ្នា និងទៅតាមលំដាប់ដូចខាងក្រោម ៖ ឈរទល់មុខគ្នា ឈរទល់ខ្នងគ្នា អ្នកនិយាយឈរនិយាយ ហើយអ្នកស្តាប់អង្គុយស្តាប់ និងស្ថិតនៅក្នុងមុំ៩០ដឺក្រេពីគ្នា។

☞ ចែកឧបសម្ព័ន្ធទី៤ ឱ្យសិស្សនៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀននេះ។

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

- តើទីតាំងណាដែលមានភាពងាយស្រួលបំផុតសម្រាប់អ្នកនិយាយ? ហេតុអ្វី?
- តើទីតាំងណាដែលមានភាពងាយស្រួលបំផុតសម្រាប់អ្នកស្តាប់? ហេតុអ្វី?
- គន្លឹះក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្តី ឬជាកាយវិការ (ឧបសម្ព័ន្ធទី៤ នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀននេះ) ហើយត្រូវចងចាំក្នុងចិត្តនូវបរិបទផ្នែកវប្បធម៌របស់សិស្ស។
- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងអាចជាពាក្យសម្តី ឬជាកាយវិការ។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាប់ពាក់ព័ន្ធលើសពីពាក្យសម្តីទៅទៀត។ វាក៏រួមបញ្ចូលដែរនូវភាសាកាយវិការ ការលើកដាក់សំឡេង កាយវិការ និងការបង្ហាញទឹកមុខ។ ការប្រើភាសាសញ្ញា និងកាយវិញ្ញាណដើម្បីបង្ហាញ និងប៉ះ(ស្ទាប)ក៏ជារបៀបនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងដ៏សំខាន់ដែរ។

តើការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការជាអ្វី?

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការរួមបញ្ចូលនូវលទ្ធភាពជាច្រើនលើសពីការនិយាយពន្យល់ជាពាក្យសម្តី និងប្រយោគទៅទៀត ហើយវារាប់បញ្ចូលទាំងឥរិយាបថ ការបង្ហាញទឹកមុខ សកម្មភាព សំឡេង ការធ្វើត្រាប់តាម ចលនារាងកាយ កាយវិការ និងសកម្មភាពផ្សេងៗជាច្រើនទៀត។ គ្រាន់តែការបង្ហាញទឹកមុខតែម៉្យាងប៉ុណ្ណោះអាចប្រាស្រ័យទាក់ទងនូវរឿងរ៉ាវផ្សេងៗជាច្រើនជាមួយអ្នកដទៃបានដែរមានដូចជាអារម្មណ៍ កម្រិតនៃទំនុកចិត្ត ឥរិយាបថរបស់យើង និងថាតើយើងធុញទ្រាន់ ឬចាប់អារម្មណ៍។ ត្រង់ចំណុចនេះ ភាសាសញ្ញាគឺជាប្រធានបទដែលគួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍មួយព្រោះវាមាននៅក្នុងប្រភេទនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងទាំង២ ពោល

គឺ ៖ នៅពេលដែលពាក្យដែលគេត្រូវប្រើដើម្បីប្រាស្រ័យទាក់ទងត្រូវបានគេបង្ហាញតាមរយៈភាសាសញ្ញា និងជាកាយវិការ នៅពេលដែលគេកំពុងប្រាស្រ័យទាក់ទងពីអារម្មណ៍ ឬសកម្មភាព ដូចជាការចង្អុលប្រាប់ទិសដៅជាក់លាក់ណាមួយ។ តន្ត្រី ការរាំ ការគូសវាស និងការគូរគំនូរក៏ជាមធ្យោបាយនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការដែរ។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន ៖

- សារសំខាន់ដែលលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវលើកឡើងតាមរយៈការពិភាក្សាគឺ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងកើតមានឡើងតាមមធ្យោបាយជាច្រើន ហើយយើងត្រូវតែដឹងឱ្យបានច្រើនជាងពាក្យសម្ដីដែលយើងផ្លាស់ប្ដូរគ្នានៅក្នុងអន្តរកម្មរបស់យើងជាមួយមនុស្សដទៃទៀត។

សារសំខាន់ៗ ៖

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយកាយវិការមានអត្ថន័យដ៏ធំធេងណាស់ ហើយវារាប់បញ្ចូលនូវរឿងរ៉ាវផ្សេងៗជាច្រើនក្នុងចំណោមការលើកដាក់សំឡេង សំឡេងដែលមនុស្សម្នាក់កំពុងនិយាយ (ស្រែក ខ្សឹប សំឡេងធម្មតា) ការបង្ហាញទឹកមុខ (ញញឹម ការចងចិញ្ចើម ។ល។) ក្រសែភ្នែក ឥរិយាបថរបស់រាងកាយ និងការធ្វើចលនា (អង្គុយ ឈរ ដើរចុះឡើង ឱនទៅមុខ ឬផ្អែកខ្នងមកក្រោយ) ការប៉ះ កាយវិការ និងសកម្មភាព។

ឧបសម្ព័ន្ធទី ៨

ការណែនាំ ឬគន្លឹះសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ៖

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងច្បាស់លាស់កើតមានឡើងនៅពេលដែលអ្នកទទួលយល់ច្បាស់ពីសារដែលអ្នកផ្ញើចង់ផ្ញើមកឱ្យ។

- មនុស្សប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាដោយប្រើទាំងពាក្យសម្ដី និងកាយវិការ។

- វាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការពិនិត្យមើលថា តើគេយល់ច្បាស់ពីសារ ជាពិសេសនៅពេលដែលសារនោះទាក់ទងនឹងប្រធានបទដែលពិបាក ឬផ្អែកមនោសញ្ចេតនា។

- គ្រប់ស្ថានភាពទាំងអស់ បច្ចេកទេសមួយក្នុងចំណោមបច្ចេកទេសសំខាន់ៗបំផុតសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អគឺការស្ដាប់បានល្អ(ច្បាស់លាស់) និងដោយការគោរព។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ បទដ្ឋានផ្អែកវប្បធម៌មានឥទ្ធិពលទៅលើអ្វីដែលជាប្រភេទនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងដែលគេចាត់ទុកថាសមស្រប។

- ការស្ដាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់(សកម្ម) និងមិនវិនិច្ឆ័យអាចធ្វើឱ្យការប្រាស្រ័យទាក់ទងកាន់តែមានភាពប្រសើរឡើង។ នៅពេលអ្នកកំពុងស្ដាប់ ៖

  ១. ចូរព្យាយាមយល់ពីមនុស្ស(ផ្សេងៗទៀត)។
  ២.ចូរនិយាយពីរឿងផ្សេងៗដែលបញ្ជាក់ពីការយល់របស់អ្នកចំពោះអ្វីមួយដែលអ្នកផ្សេងទៀតនិយាយដូចជា «ខ្ញុំអាចយល់ពីអារម្មណ៍របស់អ្នក» ឬ «ចំណុចល្អ» ។
  ៣. ចូរប្រើក្រសែភ្នែក។
  ៤. ចូរផ្ដល់នូវសញ្ញាវិជ្ជមានដូចជាញញឹម ងក់ក្បាល និងសួរបញ្ជាក់ ឬបំភ្លឺ។

- អាកប្បកិរិយាជាក់លាក់មួយចំនួនអាចធ្វើឱ្យការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីមានភាពល្អប្រសើរឡើង។ អាកប្បកិរិយាដែលមានលក្ខណៈស្ថាបនាទូទៅរួមមាន ៖ ការទទួលស្គាល់ថាមនុស្សទាំងអស់គ្នាមានសិទ្ធិបង្ហាញអារម្មណ៍ និងបញ្ចេញមតិរបស់ខ្លួន ការបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាននូវអ្វីដែលអ្នកចង់បាន ឬធ្វើ ឬអ្វីដែលអ្នកមិនចង់បាន / ធ្វើ និងការជួយរកដំណោះស្រាយដែលអាចធ្វើទៅបានសម្រាប់បញ្ហានានា។

- ចៀសវាងការបង្គាប់បញ្ជា ការវិនិច្ឆ័យ ឬការត្រួតត្រាខ្លាំងពេក។

មេរៀនទី១២ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង[១៨]

🕒 រយៈពេល ៖ ៤៥ នាទី

➲ **វត្ថុបំណង** ៖ ដើម្បីស្វែងយល់ពីរបៀបដែលថាមវន្តនៃយេនឌ័រ និងអំណាចមានផលជះដល់សមត្ថភាពប្រាស្រ័យទាក់ទង។

១. ការរៀបចំ

📖 **សម្ភារៈដែលត្រូវការ ៖**

- ☞ សម្រាប់គ្រូ៖ ក្តារខៀន និងដីស ឬក្រដាសផ្ទាំងធំ និងហ្វឺតលុបមិនជ្រះ ស្កុត និងកន្ត្រៃ។
- ☞ សម្រាប់សិស្ស៖ គ្មាន។

ការរៀបចំទុកជាមុន ៖

- ☞ អាន និងយល់លំនាំបង្រៀនឱ្យបានច្បាស់។
- ☞ រៀបចំតារាងសម្រាប់ការពិភាក្សារបស់សិស្ស។
- ☞ អានន្ធរក្របខណ្ឌចំណេះដឹងនៃមេរៀន។
- ☞ ប្រមូលសម្ភារៈចាំបាច់ទាំងអស់។
- ☞ សរសេរចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។

២. ដំណើរការបង្រៀន

📢 **សេចក្តីណែនាំ**

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- ☞ ស្វាគមន៍សិស្ស បន្ទាប់មកពិនិត្យមើល «ទឹកចិត្ត» របស់គេដោយឱ្យពួកគេប្រើប្រាស់ដៃរបស់ខ្លួនដើម្បីបង្ហាញពីកម្រិតនៃថាមពលរបស់ពួកគេ។
- ☞ ឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២-៣នាក់ចែករំលែកមេរៀនដែលពួកគេបានរៀនក្នុងជំពូកមុន។
- ☞ អានចំណងជើងមេរៀន ដោយចង្អុលទៅរកចំណងជើងមេរៀននៅលើក្តារខៀន។ ឱ្យសិស្ស ទាយពីមេរៀនដែលត្រូវរៀននៅថ្ងៃនេះ។ ហៅសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត ២-៣ នាក់ ឱ្យចែករំលែកគំនិតយោបល់របស់ពួកគេជាមួយក្រុម។
- ☞ បន្ទាប់មកឱ្យសិស្សស្ម័គ្រចិត្ត២នាក់សម្តែងរឿងខ្លីមួយស្តីពីការសន្ទនារវាងបងប្រុស និងប្អូនស្រី។

---

[១៨] CRW,. (២០១៦). *កម្មវិធី តែស ប្រនហ្ស៍ សម្រាប់ក្មេងស្រីពេញវ័យ* Gap Inc

ក្នុងពេលសម្តែង តួអង្គទាំង២ត្រូវនិយាយគ្នាពីប្រធានបទមួយនៃជម្រើសរបស់ពួកគេរយៈពេលប្រហែល២នាទី។ ប្រធានបទស្នើ៖

- ការបែងចែកកិច្ចការផ្ទះ
- ការចរចាអំពីកម្មវិធីទូរទស្សន៍ដែលត្រូវមើល

☞ ឱ្យពេល ៥ នាទីដល់សិស្សស្ម័គ្រចិត្តដើម្បីរៀបចំការសម្តែងរបស់ខ្លួន។ ពួកគេត្រូវរៀបចំការសម្តែងនេះនៅកន្លែងឆ្ងាយពីក្រុមធំ។ ទន្ទឹមនឹងនេះ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូអាចសុំឱ្យសិស្សរំឭកពីការរៀនសូត្ររបស់ខ្លួនពីមេរៀនមុនៗ។

☞ ណែនាំសិស្សឱ្យកំណត់ថាតើនរណាដែលពួកគេគិតថា ត្រូវសម្តែងតួជាក្មេងប្រុស និងនរណាជាក្មេងស្រីក្នុងចំណោមអ្នកស្ម័គ្រចិត្តទាំង២ដែលត្រូវសម្តែងតួ។

☞ ដឹកនាំការពិភាក្សាបន្ទាប់ពីការសម្តែងតួចប់ ដោយផ្អែកលើតារាងសង្កេត(ដែលលោកគ្រូ អ្នកគ្រូបានចែកឱ្យសិស្សជាមុន)។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវឱ្យសិស្សធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងពីរបៀបដែលការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់«ក្មេងប្រុស»នៅក្នុងការសម្តែងមានភាពខុសគ្នាពីប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់«ក្មេងស្រី»។ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវសរសេរពាក្យគន្លឹះ ឬពាក្យសំខាន់ៗដែលបានពីចម្លើយរបស់សិស្សនៅក្នុងផ្នែកនៃតារាងដែលសមស្រប។

<u>តារាងសង្កេត ៖</u>

ចំណុចសង្កេត	ក្មេងប្រុស	ក្មេងស្រី
ភាពខុសគ្នាចំពោះសំឡេងក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង		
ភាសាកាយវិការ		
ការសួរសំណួរ		
ឥរិយាបថ		
ជម្រើសប្រធានបទ		

៣. ការពង្រឹងចំណេះដឹង

ចំណុចសម្រាប់ការពិភាក្សា ៖

◈ ការសម្តែងបែបនេះមានមូលដ្ឋានគ្រឹះក្នុងការសង្កេតទូទៅ និងអនុវត្តតាមដានតួនាទីយេនឌ័រ ដែលសង្គមអាចទទួលយកបាន។ អាចមានអ្នកដែលបំពានផ្ទត់គំនិតយេនឌ័រ ដោយមានស្ត្រីខ្លះដែលមាន

ភាពក្លាហាន និងកាច និងបុរសខ្លះដែលនិយាយទន់ភ្លន់ និងអៀនខ្មាស។ ការរៀនសូត្រពីដំបូងរបស់មនុស្សម្នាក់ពីការរំពឹងទុកផ្នែកយេនឌ័ររបស់សង្គមមានផលជះដល់ទំនុកចិត្ត និងរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់គេ ។

- តើអ្នកគិតថា វាមិនមានបញ្ហាអ្វីទេឬដែលធ្វើខុសប្លែកពីបទដ្ឋាន? តើអ្នកគិតថាវាអាចធ្វើទៅបានទេក្នុងការទទួលយកបុរសដែលខ្មាសអៀន និងស្ត្រីដែលកោងកាច?

- ហេតុអ្វីបានជាមានភាពខុសគ្នាមួយចំពោះរបៀបនិយាយរបស់បុរស និងស្ត្រី ឬរបស់ក្មេងប្រុស និងក្មេងស្រី? ហេតុអ្វីបានជាមានភាពខុសគ្នាមួយចំពោះប្រភេទនៃប្រធានបទដែលពួកគេជជែកគ្នា?

- មានរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងជាផ្នត់គំនិតផ្នែកយេនឌ័រ ក៏ដូចជាមានអ្វីដែលត្រូវធ្វើ និងអ្វីដែលមិនត្រូវធ្វើ។
  - ដំណើរនៃការបង្រៀនពីសង្គមរំពឹងទុកថា បុរសនឹងមានអាកប្បកិរិយាជាក់លាក់ ហើយជារឿយៗ កំណត់ពីរបៀបដែលពួកគេធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទង។ ឧទាហរណ៍ គេបង្រៀនបុរសឱ្យបើកចំហរ(ស្មោះត្រង់) និងអង់អាច ហើយតែងតែរំពឹងទុកថាស្ត្រីមានភាពស្ងៀមស្ងាត់ និងស្តាប់បង្គាប់។

- តើមានភាពខុសគ្នាចំពោះភាសាកាយវិការរបស់បុរស និងស្ត្រីដែរឬទេ? ហើយតើភាពខុសគ្នានេះមានផលជះទៅលើប្រសិទ្ធភាពនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងដែរឬទេ?

- ការបង្រៀនពីសង្គមមានន័យថា បុរស និងស្ត្រី ជាញឹកញាប់មានលក្ខណៈខុសគ្នាចំពោះរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយការយវិការ។ ជារឿយៗ បុរសត្រូវមានមោទនភាព និងទំនុកចិត្តដោយពើងទ្រូងហើយត្រូវរក្សាក្រសែភ្នែកឱ្យបានល្អនៅពេលដែលស្ត្រីអាចចៀសវាងការប្រើក្រសែភ្នែក ហើយក៏អាចខ្វះទំនុកចិត្តដែរ។ ប្រសិនបើស្ត្រីម្នាក់និយាយច្រើនពេក នាងនឹងមានភាពលេចធ្លោដោយសារមិនចុះសម្រុងក្នុងសង្គម។ ប្រសិនបើនាងមានភាពខ្មាសអៀន ហើយធ្វើតាមអ្វីដែលគេប្រាប់ឱ្យនាងធ្វើ នោះគេនឹងទទួលស្គាល់នាងថាជាអ្នកគោរពតាមបទដ្ឋានយេនឌ័រ។ ជារឿយៗ ការណ៍នេះជារឿងពិតនៅក្នុងគ្រួសារ ក៏ដូចជានៅខាងក្រៅដែរ ពោលគឺនៅក្នុងសង្គម និងទីសាធារណៈ ព្រមទាំងកន្លែងធ្វើការ។ រឿងរ៉ាវទាំងអស់នេះប៉ះពាល់ដល់ទំនុកចិត្តទូទៅរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។ នៅពេលធំឡើង បុគ្គលនានាអាចទទួលយកបន្តិចម្តងៗនូវឥរិយាបថជាក់លាក់មួយទាក់ទងនឹងការអង្គុយការដើរ និងការនិយាយស្តីដើម្បីឱ្យមានភាពអាចទទួលយកបានច្រើនថែមទៀត។ ឧទាហរណ៍ ក្មេងស្រីជាច្រើនដើរនៅតាមដងផ្លូវដោយសម្លឹងមើលចុះក្រោម ហើយនិយាយសំឡេងខ្សាវៗដើម្បីចៀស

វាងការចាប់អារម្មណ៍ពីអ្វីដែលគេមិនត្រូវការ។ ក្មេងស្រីទាំងនោះនឹងចៀសវាងការប្រើក្រសែភ្នែកក្នុងករណីដែលមានការសួរនាំបែបបៀតបៀន។

- តួនាទីយេនឌ័រមានផលជះទៅលើសេរីភាពដែលតាមរយៈនោះមនុស្សម្នាក់មានលទ្ធភាពប្រាស្រ័យទាក់ទង(បង្ហាញ)ពីគំនិត និងអារម្មណ៍។

- ការរំពឹងទុកផ្នែកយេនឌ័រមានផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមានដល់ស្ត្រី និងក្មេងស្រីដែលជារឿយៗ ស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការនិយាយស្តី និងបញ្ចេញគំនិត បំណងប្រាថ្នា ជម្រើស ឬការសម្រេចចិត្តសម្រាប់ខ្លួនឯង។ ការអប់រំ ការស្វែងរកអាជីព ការជ្រើសរើសជីវិតអាពាហ៍ពិពាហ៍ គ្រួសារ និងជីវិតក្លាយជាប្រធានបទដែលមនុស្សផ្សេងទៀតធ្វើការសម្រេចចិត្តជំនួសក្មេងស្រី ឬស្ត្រីដោយសារតែការរើសអើងយេនឌ័រ និងអសមត្ថភាពរបស់ក្មេងស្រី និងស្ត្រីជាច្រើនក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងចរចាប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។

- ជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងដ៏រឹងមាំ និងមានប្រសិទ្ធភាពអាចជួយបុគ្គលម្នាក់ៗឱ្យបង្ហាញពីគំនិតតម្រូវការ និងយោបល់របស់ខ្លួនដោយសេរី និងមានទំនុកចិត្ត។

សេចក្តីសង្ខេប ៖

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទង គឺជាដំណើរការនៃការបញ្ជូន និងទទួលព័ត៌មានដោយប្រើពាក្យសម្តី និងកាយវិការ។

- មនុស្សប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាដើម្បីចែករំលែកចំណេះដឹង និងបទពិសោធន៍។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគឺជាជំនាញមួយ ហើយបង្កើតមូលដ្ឋានសម្រាប់ការទំនាក់ទំនងទាំងអស់។ គុណភាពនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទង ជាទូទៅកំណត់ពីគុណភាពនៃទំនាក់ទំនង។

- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្តីគឺនៅពេលដែលមនុស្សម្នាក់និយាយ ហើយអ្នកដទៃស្តាប់ និងឆ្លើយតប។ ការយល់ច្រឡំ និងបញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងអាចកើតមានឡើង ប្រសិនបើគេមិនដឹង ឬមិនគោរពតាមគោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អ ដូចជាការស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់ ការផ្តល់ព័ត៌មានពេញលេញ ឬប្រតិកម្ម និងការឆ្លើយតបដោយពុំបានគិត។

- កត្តាសំខាន់ៗមួយចំនួនក្នុងចំណោមកត្តាសំខាន់ៗផ្សេងៗទៀតដែលប៉ះពាល់លើការប្រាស្រ័យទាក់ទងមាន ៖ ពេលវេលា ស្ថានភាព កាលៈទេសៈ កត្តាខាងក្នុង ដូចជាភាពតានតឹង ការចប់អារម្មណ៍ និងកត្តាខាងក្រៅ ដូចជាសំឡេង ទីកន្លែង វត្តមានរបស់អ្នកដទៃ ការឆ្លើយតបរបស់អ្នកទទួល។ល។

ដំណើរការនៃការបង្រៀនពីសង្គម បទដ្ឋានយេនឌ័រ និងផ្នត់គំនិត ជារឿយៗក៏បង្រៀនពីរបៀប និងសមត្ថភាពនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗដែរ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពអាចជួយបង្កើនសមត្ថភាព ពោលគឺពង្រឹងអារម្មណ៍នៃការឱ្យតម្លៃខ្លួនឯង និងភាពជឿទុកចិត្តលើខ្លួនឯងរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។

គន្លឹះសម្រាប់គ្រូបង្រៀន

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ ៖

- មានតារាងសង្កេតនៅក្នុងដៃ និងបិទវានៅលើក្ដារខៀន។ គំរូចម្លើយមាននៅក្នុងតារាងជាឧទាហរណ៍ខាងក្រោម។ ចំណុចទាំងនេះបង្ហាញពីប្រភេទនៃការឆ្លើយតបរបស់សិស្សដែលគេរំពឹងទុក ឬចាំបាច់ត្រូវតែឲ្យពួកគេឆ្លើយ។

ចំណុចនៃការសង្កេត	ក្មេងប្រុស	ក្មេងស្រី
ភាពខុសគ្នាចំពោះសំឡេងក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង	មានទំនុកចិត្ត ឮខ្លាំងធ្ងន់ៗ	ទន់ភ្លន់ មានសុជីវធម៌ មិនសូវច្បាស់
ភាសាកាយវិការ	ក្លាហាន កោងកាច	ខ្មាសអៀន ភិតភ័យ មិនតបត
ការសួរសំណួរ	សួរសំណួរច្រើន	ផ្តល់តែចម្លើយប៉ុណ្ណោះ មិនសួរសំណួរទេ
ឥរិយាបថ	គ្របដណ្តប់លើគេ មិនយកចិត្តទុកដាក់	យកចិត្តទុកដាក់ ស្តាប់បង្គាប់
ជម្រើសប្រធានបទ	គិតតែពីខ្លួនឯង លុយ នយោបាយ មិត្តភក្តិ	គិតពីគ្រួសារ ឪពុកម្តាយ ការអប់រំរបស់កូន សុខភាព ការងារផ្ទះ

លោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវលើកទឹកចិត្តសិស្សឱ្យចាប់ផ្តើមធ្វើលំហាត់នេះដោយសួរពួកគេនូវសំណួរនានាដូចខាងក្រោម ៖

- តើភាពខុសគ្នាអ្វីខ្លះរវាងភាសាកាយវិការរបស់បុរស និងស្ត្រី?
- តើភាសាកាយវិការរបស់ក្មេងប្រុសមានលក្ខណៈខុសគ្នាពីក្មេងស្រីយ៉ាងដូចម្តេច? ហេតុអ្វីបានជាអ្នកគិតដូច្នេះ?
- តើនរណាជាអ្នកមានយោបល់ច្រើនជាងគេក្នុងការសន្ទនា? ហេតុអ្វីបានជានិយាយច្រើន ឬ

ហេតុអ្វីបានជានិយាយតិច?

- តើបុរស និងស្ត្រីមានចំនួន និងប្រភេទសំណួរដូចគ្នាដែរឬទេ? ហេតុអ្វីដូចគ្នា? ហេតុអ្វីមិនដូចគ្នា?
- តើមានចំណុចអ្វីខ្លះដែលអ្នកធ្លាប់ស្តាប់ឮ ឬត្រូវបានគេប្រាប់ពីរបៀបដែលក្មេងស្រីត្រូវនិយាយ?

សារសំខាន់ៗ ៖

- ផ្នត់គំនិតផ្នែកយេនឌ័រប៉ះពាល់ដល់លក្ខណៈដែលគេអនុញ្ញាតឱ្យបុរស និងស្ត្រីជ្រើសរើសការបង្ហាញពីខ្លួនឯង។ វិធីមួយក្នុងការឆ្លងកាត់ឧបសគ្គនេះ គឺត្រូវធ្វើខ្លួនជាអ្នកប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធិភាពនិងមានជំនាញ ព្រមទាំងជាអ្នកដែលច្បាស់លាស់ និងមានទំនុកចិត្ត។
- ឧបសគ្គបែបនេះកើតឡើងដោយសារសង្គមយេនឌ័រ ពោលគឺ វាធ្វើឱ្យវិសមភាពយេនឌ័របន្តកើតមានហើយដែលគេចាំបាច់ត្រូវតែបំបាត់ចោល។
- វាមានប្រយោជន៍ក្នុងការរៀនជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពដើម្បីផ្លាស់ប្តូរផ្នត់គំនិតផ្ទាល់ខ្លួនចំពោះសមត្ថភាពរបស់មនុស្សម្នាក់ និងដើម្បីមានលទ្ធភាពចរចាជាមួយអ្នកដទៃបាន។

ក្របខណ្ឌចំណេះដឹង ៖

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគឺជាផ្នែកដ៏សំខាន់មួយនៃជីវិត។ ការបង្កើតក្រុមសង្គម និងនយោបាយ ដូចជាគ្រួសារ កន្លែងធ្វើការ សង្កាត់ និងរដ្ឋ អាស្រ័យលើសមត្ថភាពរបស់មនុស្សក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងការគិត គំនិត ព័ត៌មាន ការសង្កេត បទពិសោធន៍ និងអារម្មណ៍។

ឱកាស និងលទ្ធភាពក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធិភាពពឹងផ្អែកលើកត្តាមួយចំនួនដែលក្នុងនោះផ្តត់គំនិតផ្នែកយេនឌ័រប្រហែលជាកត្តាមួយដែលធ្ងន់ធ្ងរជាងគេបំផុត។ ការរើសអើងដោយផ្អែកលើយេនឌ័រមានផលជះលើបរិបទរបស់បុគ្គល ឋានៈរបស់គេនៅក្នុងសង្គម ឥទ្ធិពលដែលមនុស្សមាន ឬមិនមាន និងចំណុចសំខាន់ៗផ្សេងៗជាច្រើនទៀត ដូចជាការអប់រំ ឋានានុក្រមក្នុងគ្រួសារ កន្លែងការងារ សហគមន៍ និងទីកន្លែងផ្សេងៗទៀតដែលបង្កើតបានជាបរិស្ថានសង្គមរបស់មនុស្សម្នាក់។ ដូច្នេះ ពេលដែលបុគ្គលម្នាក់ចាប់ផ្តើមកសាងជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបប្រសិទ្ធភាព វាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការយល់ដឹងពីបរិស្ថាន និងដើម្បីអភិវឌ្ឍសមត្ថភាពប្រាស្រ័យទាក់ទងឱ្យបានច្បាស់លាស់ មានទំនុកចិត្ត និងមានយុទ្ធសាស្ត្រនៅក្នុងបរិយាកាសនេះដែរ។

ឧបសម្ព័ន្ធទី១

សន្លឹកកិច្ចការសិស្ស

ជំពូកទី១

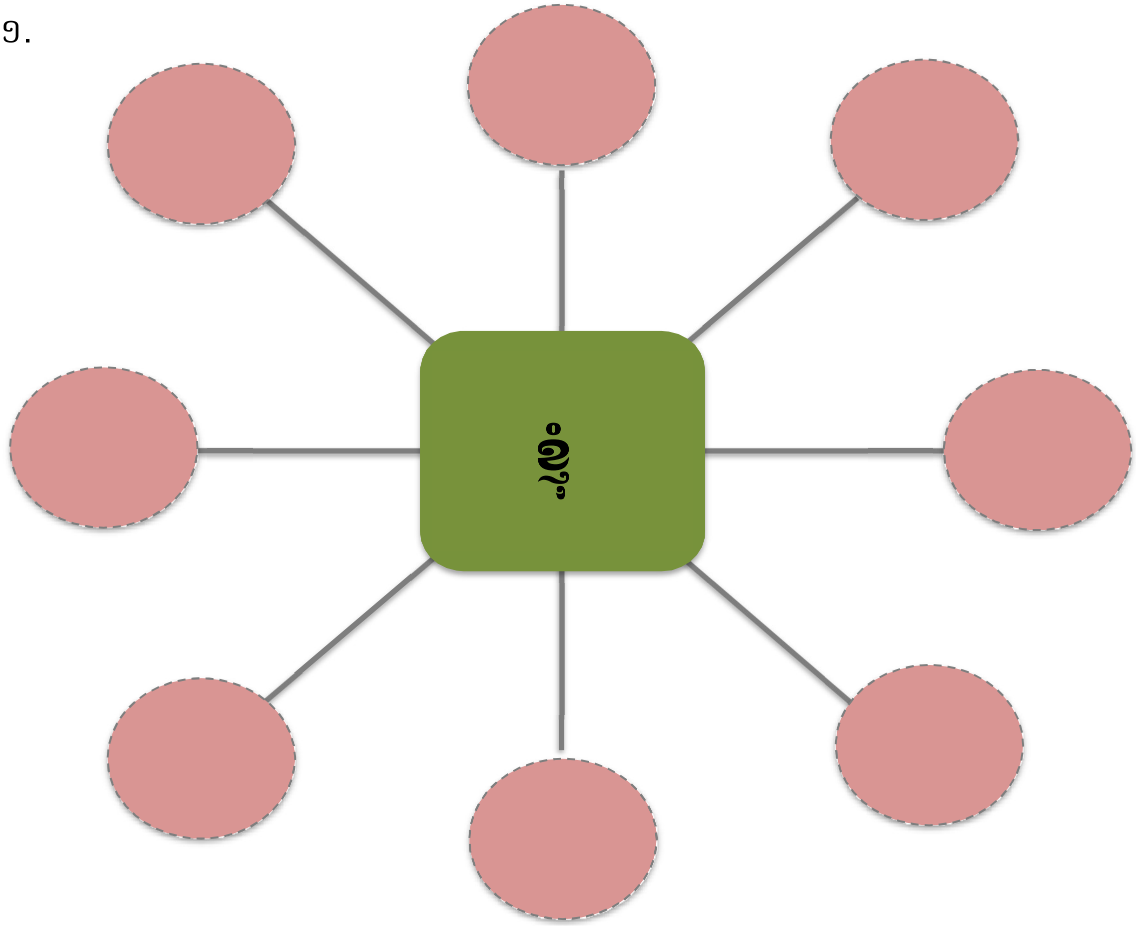
មេរៀនទី១ ៖ ខ្ញុំ និងខ្លួនខ្ញុំ

កិច្ចការក្នុងថ្នាក់

សេចក្តីណែនាំ៖

- ចូរបង្កើតដ្យាក្រាមអត្តសញ្ញាណរបស់ប្អូន។
- ប្អូនអាចពិចារណាពីតម្រុយមួយចំនួនដើម្បីជាការណែនាំប្អូន ៖ អាយុ ភេទ ការអប់រំ ភាសានិយាយ ការងារ ចំណង់ចំណូលចិត្ត(សកម្មភាពកម្សាន្ត) ការចូលចិត្ត និងការមិនចូលចិត្ត ចំណុចខ្លាំង។
- ប្អូនអាចបន្ថែមរង្វង់ក្នុងដ្យាក្រាមទៀតបាន ប្រសិនបើចាំបាច់។

១.



បន្ទាប់ពីបំពេញរួច សូមចែករំលែកដ្យាក្រាមអត្តសញ្ញាណរបស់អ្នកជាមួយដៃគូអ្នក។

កិច្ចការផ្ទះ

២ (ក) សេចក្តីណែនាំ

- យកក្រដាសតូចៗដែលសរសេរពីគុណសម្បត្តិ(ចំណុចល្អៗ)របស់ប្អូនមកបិទក្នុងប្រអប់ខាងក្រោម។

(ខ) សេចក្តីណែនាំ

- ចូរសរសេររៀបរាប់ពីអារម្មណ៍របស់ប្អូន(តើប្អូនមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច?)ចំនួន២បន្ទាត់នៅពេលដែលនរណាម្នាក់បានកត់សម្គាល់ពីគុណសម្បត្តិរបស់ប្អូនដូចទៅនឹងអ្វីដែលប្អូនបានលើកឡើងខាងលើ។ ចូរបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់ប្អូនដែលប្អូនមានគុណសម្បត្តិខាងលើ។
- ចូរសរសេរគុណសម្បត្តិចំនួន២ផ្សេងទៀតដែលប្អូនមានដែរ។

១...

២...

មេរៀនទី២ ៖ ខ្ញុំ និងអ្នកជទៃ

កិច្ចការក្នុងថ្នាក់

សេចក្តីណែនាំ ៖

- គូរអ្វីមួយដែលទាក់ទងនឹងប្រធានបទ ៣ ខាងក្រោម ៖

ប្រធានបទទី១ ៖ ខ្ញុំ និងសាលារៀនរបស់ខ្ញុំ

ប្រធានបទទី២ ៖ ខ្ញុំ និងផ្ទះរបស់ខ្ញុំ

ប្រធានបទទី៣ ៖ ខ្ញុំ និងមិត្តភក្តិរបស់ខ្ញុំ

ជំពូកទី២ ៖ យេនឌ័រ

មេរៀនទី៣ ៖ ការយល់ដឹងពីយេនឌ័រ

កិច្ចការផ្ទះ

សេចក្តីណែនាំ ៖

ដោយផ្អែកលើសកម្មភាពដែលបានអនុវត្តទាក់ទងនឹងយេនឌ័រ ចូលកំណត់ថា តើគំនិតទាំង ៦ ខាងក្រោមនេះ ត្រូវ ឬខុស ព្រមទាំងបញ្ជាក់ហេតុផលផង។

ប្រយោគ	ពិត / មិនពិត	ហេតុអ្វី?
យេនឌ័រមានតែពីរប៉ុណ្ណោះគឺប្រុស និងស្រី។		
យេនឌ័រសំដៅទៅលើភាពខុសគ្នាផ្នែកជីវសាស្ត្ររវាងបុរស និងស្ត្រីដោយផ្អែកលើប្រដាប់បន្តពូជ និងហៀន។		
អ្នកប្តូរយេនឌ័រទាំងអស់ឆ្លងកាត់ការវះកាត់ ឬនីតិវិធីវេជ្ជសាស្ត្រដើម្បីផ្លាស់ប្តូរយេនឌ័ររបស់ខ្លួន។		
ស្ត្រីមានភាពអៀនខ្មាស និងទន់ខ្សោយជាងបុរស		
បុរសពូកែគណិតវិទ្យាជាងស្ត្រី។		
យេនឌ័រគឺជាការកំណត់សង្គម។		

មេរៀនទី៤ ៖ តួនាទីយេនឌ័រ

សេចក្ដីណែនាំ[9]

ចូរប្អូនគិតឡើងវិញពីតួនាទីយេនឌ័រ និងការរើសអើងយេនឌ័រដែលបានពិភាក្សាគ្នានៅក្នុងថ្នាក់ថ្ងៃនេះ រួចឆ្លើយ និងបំពេញសំណួរខាងក្រោម។ ចូរសួរសំណួរចំនួន២ដំបូងទៅកាន់នរណាដែលប្អូនស្គាល់។

១. សុំឱ្យមនុស្សស្រីពេញវ័យម្នាក់ (ម្ដាយ អ្នកគ្រូ សាច់ញាតិ) រៀបរាប់ប្រាប់ប្អូនពីពេលវេលាដែលគាត់ត្រូវបានគេប្រព្រឹត្តិដាក់យ៉ាងអយុត្តិធម៌នៅសាលារៀន ឬនៅកន្លែងធ្វើការដោយសារតែគាត់ជាមនុស្សស្រី។ ចូររៀបរាប់ពីស្ថានភាពនោះ។

………

………

……

២. សុំឱ្យមនុស្សប្រុសពេញវ័យម្នាក់ (ឪពុក លោកគ្រូ សាច់ញាតិ) រៀបរាប់ប្រាប់ប្អូនពីពេលវេលាដែលគាត់ត្រូវបានគេប្រព្រឹត្តិដាក់យ៉ាងអយុត្តិធម៌នៅសាលារៀន ឬនៅកន្លែងធ្វើការ ដោយសារតែគាត់ជាមនុស្សប្រុស។ ចូររៀបរាប់អំពីស្ថានភាពនោះ។

………

………

……

៣. ចូររកឧទាហរណ៍ (រឿង កម្មវិធីទូរទស្សន៍ ការផ្សព្វផ្សាយតាមទស្សនាវដ្ដី) ដែលបង្ហាញពីបុរសដែលកំពុងធ្វើកិច្ចការផ្សេងៗដែលជាតួនាទីជាប្រពៃណីរបស់ស្ត្រី និងធ្វើការរៀបរាប់នៅខាងក្រោមនេះ។

………

………

……

៤. ចូររៀបរាប់ពីការផ្សព្វផ្សាយពាណិជ្ជកម្មតាមទូរទស្សន៍ ឬទស្សនាវដ្ដីដែលសន្មតថាស្ត្រីជាអ្នកធ្វើការងារក្នុងផ្ទះ ចំណែកឯបុរសធ្វើការងារនៅក្រៅផ្ទះ។ តើការសន្មតទាំងនេះបង្ហាញពីភាពលម្អៀងផ្នែកយេនឌ័រចំពោះស្ត្រី និងបុរសយ៉ាងដូចម្ដេច?

………

………

[9] ការបំពេញគម្លាត ការលំបាកក្នុងការបង្រៀនពីប្រធានបទអប់រំផ្លូវភេទ SIECUS ទីក្រុងញូវយ៉ក ឆ្នាំ1998។

មេរៀនទី៨ ៖ ការចរចារពីតួនាទីយេនឌ័រ

សេចក្ដីណែនាំ[២]

និយាយជាមួយនរណាម្នាក់ដែលប្អូនស្គាល់ និងស្វែងយល់ពីរឿងរ៉ាវរបស់ក្មេងស្រីម្នាក់នៅក្នុងសហគមន៍របស់ប្អូន ឬនរណាម្នាក់ដែលប្អូន ឬអ្នកនៅក្នុងសហគមន៍របស់ប្អូនស្គាល់ដែលបានធ្វើការចរចារបានដោយជោគជ័យចំពោះការរឹតត្បិតដែលក្មេងស្រីនោះប្រឈមមុខដោយសារខ្លួនជាក្មេងស្រី។ ចូររៀបរាប់រឿងរ៉ាវឱ្យបានលម្អិតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

កំណត់សម្គាល់សម្រាប់គ្រូបង្រៀន ៖ នៅកន្លែងដែលគ្មាន ឬមានការប្រាស្រ័យទាក់ទង(អន្តរកម្ម)ក្នុងសហគមន៍តិចតួចសម្រាប់ក្មេងស្រី ការផ្ដោតទៅលើរបៀបដែលក្មេងស្រីសួរសំណួរនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់។ យើងអាចប្រមើលទុកជាមុនថា ពួកគេប្រហែលជាមិនដឹងថា តើនាងមកពីណាទេ? ដូច្នេះលោកគ្រូអ្នកគ្រូអាចប្រែក្លាយលំហាត់នេះទៅជា "ស្វែងរករឿងរ៉ាវរបស់ក្មេងស្រីនៅក្នុងសាលារៀនរបស់លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ" វិញ (ឬកន្លែងណាដែលសិស្សមានភាពងាយស្រួលយល់ជាង)។

តើប្អូនមានអារម្មណ៍យ៉ាងណានៅពេលដែលប្អូនដឹងពីរឿងនេះ?

………

………

………

………

………

………

តើប្អូនមានអារម្មណ៍ថាការរឹតត្បិតនោះមានភាពអយុត្តិធម៌ដែរ ឬទេ? ហេតុអ្វី?

………

………

………

………

………

………

………

[២] ការបំពេញគម្លាត ការលំបាកក្នុងការបង្រៀនប្រធានបទអប់រំផ្លូវភេទ SIECUS ទីក្រុងញូវយ៉ក ឆ្នាំ១៩៩៨។

ជំពូកទី៣ ៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង

មេរៀនទី១០ ៖ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព

កិច្ចការក្នុងថ្នាក់

ចូរបំពេញតារាងខាងក្រោមដោយផ្អែកលើរបៀបដែលប្អូនដាក់ពិន្ទុឱ្យខ្លួនឯងចំពោះប្រយោគខាងក្រោម។ ចូរគូសសញ្ញាធិក(√)ក្នុងប្រអប់សមស្របណាមួយ (ក ខ គ ឬ ឃ) ដោយផ្អែកលើភាពញឹកញាប់នៃអ្វីដែលគេបាន ឬមិនបានលើកឡើងក្នុងប្រយោគទាំងនេះ។

ប្រយោគ	ក មិនពិត ១	ខ ពិតខ្លះ ២	គ ជាញឹកញាប់គឺពិត ៣	ឃ ពិតជានិច្ច ៤
ខ្ញុំមិននិយាយកាត់អ្នកដទៃពេលពួកគេកំពុងនិយាយទេ				
ខ្ញុំនិយាយឮល្មម (មិនឮពេក មិនខ្សោយពេក)				
ខ្ញុំមិនគ្របដណ្ដប់(និយាយច្រើនតែឯង)ក្នុងពេលសន្ទនាគ្នាទេ (ផ្ដល់ឱកាសឱ្យអ្នកផ្សេងនិយាយ)				
ខ្ញុំនិយាយស្មើគ្នានឹងអ្នកផ្សេងទៀតដែលនិយាយដែរ				
ខ្ញុំមើលមុខអ្នកដទៃ				
នៅពេលស្ដាប់គេនិយាយ ខ្ញុំបង្ហាញពីប្រតិកម្មរបស់ខ្ញុំចំពោះអ្នកនិយាយ ឧទាហរណ៍ ងក់ក្បាល				
ខ្ញុំបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់ខ្ញុំ(តើខ្ញុំមានអារម្មណ៍ដូចម្ដេច?) មិនគ្រាន់តែពីអ្វីដែលខ្ញុំគិតនោះទេ				
ខ្ញុំមើលមុខអ្នកនិយាយ ហើយចៀសវាងឱបដៃ ឬបែរមុខចេញពីគាត់				
ខ្ញុំស្នើ ឬលើកទឹកចិត្តឱ្យអ្នកផ្សេងនិយាយ				
ខ្ញុំឆ្លើយតប និងបង្ហាញចំណាប់អារម្មណ៍ចំពោះអ្នកនិយាយ				

ខ្ញុំមិននិយាយកាត់អ្នកដទៃដើម្បីលើកឡើងពីគំនិតខ្លួនឯងទេ				
ខ្ញុំយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះអ្នកនិយាយគ្រប់ពេលទាំងអស់(តាំងពីពេលចាប់ផ្តើមរហូតដល់ចប់)				
ខ្ញុំសួរសំណួរដើម្បីបង្ហាញចំណាប់អារម្មណ៍ចំពោះអ្វីដែលអ្នកនិយាយកំពុងនិយាយ				
ខ្ញុំវាយតម្លៃលើអ្វីដែលអ្នកនិយាយកំពុងនិយាយ និងរបៀបដែលគេនិយាយ ជាជាងការវិនិច្ឆ័យទៅលើអ្នកនិយាយផ្ទាល់				

ឥឡូវនេះ ចូរវាយតម្លៃពិន្ទុខ្លួនឯងដោយផ្អែកលើចម្លើយខាងលើរបស់ប្អូន ៖

១៥-២៧ ពិន្ទុ – ខ្សោយ

២៨-៣៩ ពិន្ទុ – មធ្យម

៤០-៤៧ ពិន្ទុ – ល្អបង្គួរ

៤៨-៦0 ពិន្ទុ – ល្អណាស់

ប្អូនមិនចាំបាច់ចែករំលែកចម្លើយរបស់ប្អូនជាមួយអ្នកផ្សេងទេ។ ចម្លើយនេះគ្រាន់តែសម្រាប់ឱ្យប្អូនដឹងពីចំណុចល្អរបស់ប្អូននៅពេលធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងពីអ្វីដែលប្អូនអាចកែលម្អបាន។ យើងនឹងមិនសិក្សាពីអ្វីដែលជាការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ឬពីគន្លឹះសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពទេ។

ឧបសម្ព័ន្ធទី២

ទម្រង់វាយតម្លៃសិស្ស

ពិន្ទុសរុប
........../៥៥

កម្រងសំណួរការធ្វើតេស្តចំណេះដឹងសិស្ស
សម្រាប់ក្មេងស្រី វ័យជំទង់ (ម៉ូឌុល ១)

វិទ្យាល័យ/អនុវិទ្យាល័យ..ខេត្ត/ក្រុង....................ស្រុក/ខណ្ឌ....................ឃុំ/សង្កាត់..................

ឈ្មោះគ្រូបង្រៀន...ភេទ..............ឈ្មោះសិស្ស..................................ភេទ............ថ្នាក់ទី.........

កាលបរិច្ឆេទការធ្វើតេស្ត: ថ្ងៃទី................ខែ.........................ឆ្នាំ..................

ខ្លឹមសារ	ពិពណ៌នាសកម្មភាព	ផ្សេងៗ
ម៉ូឌុលទី១: *ខ្ញុំ និងបរិស្ថានជុំវិញខ្ញុំ*		
ជំពូកទី១ ៖ អត្តសញ្ញាណ		
១.១. ខ្ញុំ និងខ្លួនឯង មានន័យថា...?	☐ក. គឺជាការស្គាល់អំពីលក្ខណៈ និងអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន។	
	☐ខ. គឺជាការស្គាល់ពីគោលដៅរបស់ខ្លួនឯង។	
លទ្ធផល	☐គ. គឺជាការស្គាល់តួនាទី និងការទទួលខុសត្រូវរបស់ខ្លួន។	
☐	☐ឃ. គឺជាការស្គាល់មិត្តភក្តិ គ្រួសារ បងប្អូន និងកន្លែងរស់នៅ។	
	☐ង. មិនដឹង។	
១.២. ខ្ញុំ និងអ្នកដទៃ មានន័យថា...?	☐ក. ជាទំនាក់ទំនងរវាងខ្ញុំនិងបរិស្ថាននៅជុំវិញខ្លួនខ្ញុំ។	
	☐ខ. ជាទំនាក់ទំនងរវាងខ្ញុំនិងក្រុមគ្រួសារខ្ញុំ។	
លទ្ធផល	☐គ. ជាទំនាក់ទំនងរវាងខ្ញុំនិងមិត្តភក្តិ។	
☐	☐ឃ. ជាទំនាក់ទំនងរវាងខ្ញុំនិងសាលារៀន។	
	☐ង. មិនដឹង។	
ជំពូកទី២៖ យេនឌ័រ		
២.១. ការយល់ដឹងអំពីយេនឌ័រមានន័យថា...?	☐ក. គឺជាការយល់ដឹងអំពីទស្សនៈទាន របស់យេនឌ័រ។	
	☐ខ. គឺជាការយល់ដឹងពីទំនួលខុសត្រូវ តួនាទី និងការងារដែលត្រូវធ្វើជាមួយគ្នារវាងភេទប្រុស និងភេទស្រី។	
លទ្ធផល	☐គ. គឺជាការយល់ដឹងអំពីសារៈសំខាន់របស់ភេទនីមួយៗ។	
☐	☐ឃ. គឺជាការយល់ដឹងពីតួនាទីរបស់ភេទនីមួយៗ។	
	☐ង. មិនដឹង។	
២.២. តើអ្វីជាតួនាទីយេនឌ័រ? លទ្ធផល ☐	☐ក. គឺជាការរំពឹងទុកដែលផ្អែកលើការអនុវត្តតាមបែបសង្គមវប្បធម៌ ដែលអាចមានភាពមិនស្មើគ្នា និងអយុត្តិធម៌។	
	☐ខ. គឺជាទំនួលខុសត្រូវ តួនាទី និងការងារដែលត្រូវធ្វើជាមួយគ្នារវាងភេទប្រុស និងភេទស្រី។	

	☐គ. គឺជាសិទ្ធនិងអំណាចរបស់ភេទទាំងពីរ។ ☐ឃ. គឺជាលទ្ធភាពដែលអាចធ្វើអ្វីមួយបានរបស់ក្មេងប្រុស និងក្មេងស្រី។ ☐ង. មិនដឹង។	
២.៣. តើអំណាចជាអ្វី? លទ្ធផល ☐	☐ក. គឺជាសិទ្ធសេរីភាពរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗក្នុងការសម្រេចចិត្តធ្វើអ្វីមួយ តែស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់ច្បាប់។	
	☐ខ. គឺជាសិទ្ធិឬអំណាចដែលបុគ្គលម្នាក់ៗអាចធ្វើអ្វីមួយបាន ។	
	☐គ. គឺជាតួនាទីនិងទំនួលខុសត្រូវរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។	
	☐ឃ. គឺជាការបែងចែកឋានៈរវាងអ្នកមាននិងអ្នកក្រ។	
	☐ង. មិនដឹង។	
២.៤. អំណាច និងបិតាធិបតេយ្យ មានទំនាក់ទំនងគ្នាយ៉ាងដូចម្តេច? លទ្ធផល ☐	☐ក. មានការរើសអើង និងភាពអយុត្តិធម៌លើយេនឌ័រ។	
	☐ខ. មានភាពមិនស្មើគ្នារវាងបុរស និងស្ត្រីលើតួនាទី។	
	☐គ. ការដឹកនាំផ្តោតលើបុរសជាសំខាន់។	
	☐ឃ. បុរសមានសិទ្ធិអំណាចជាងស្ត្រី។	
	☐ង. មិនដឹង។	
២.៥. ភាពជាក្មេងស្រីមានន័យថា...? លទ្ធផល ☐	☐ក. ក្មេងស្រីដែលអាចចូលរួមក្នុងការសម្រេចចិត្ត និងជ្រើសរើសធ្វើអ្វីដែលពួកគេចូលចិត្ត។	
	☐ខ. ក្មេងស្រីដែលមានសមត្ថភាព និងចំណេះដឹងខ្ពស់ដូចក្មេងប្រុស។	
	☐គ. ជាក្មេងស្រីដែលពូកែធ្វើកិច្ចការងារផ្ទះ។	
	☐ឃ. ជាក្មេងស្រីដែលទន់ភ្លន់ សុភាពរាបសា។	
	☐ង. មិនដឹង។	
២.៦. ការចរចាអំពីតួនាទីយេនឌ័រគឺ...? លទ្ធផល ☐	☐ក. ជាការស្វែងយល់ពីលទ្ធភាពនៃការចរចាពាក់ព័ន្ធនឹងតួនាទី និងការរំពឹងទុករបស់យេនឌ័រ។	
	☐ខ. ជាការស្វែងយល់ពីផលប៉ះពាល់នៃការរើសអើងតួនាទីយេនឌ័រ។	
	☐គ. ជាការស្វែងយល់ពីបញ្ហាដែលកើតមានចំពោះការអនុវត្តន៍តួនាទីយេនឌ័រ។ ☐ឃ. ជាការស្វែងយល់ពីទំនាក់ទំនងតួនាទីក្មេងប្រុសនិងក្មេងស្រី ☐ង. មិនដឹង។	

ជំពូកទី៣៖ យេនឌ័រ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទង		
៣.១. ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាពាក្យសម្ដីគឺជាអ្វី? លទ្ធផល ☐	☐ក. ជាការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយប្រើពាក្យនិយាយ ភាសា និងការបញ្ចេញសម្លេង និង ឥរិយាបថ ឬកាយវិការដែលតម្រូវ ឱ្យអ្នកស្ដាប់យល់ពីអ្វីដែលកំពុងនិយាយ។	
	☐ខ. ជាការផ្លាស់ប្ដូរការគិត គំនិត ឬអារម្មណ៍ទៅវិញទៅមក។	
	☐គ. ជាវិធីដែលមនុស្សផ្ដល់ និងទទួលព័ត៌មានពីគ្នាទៅវិញទៅមកនៅក្នុងជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។	
	☐ឃ. ជាជំនាញមួយដែលមនុស្សម្នាក់ៗត្រូវតែមាន។	
	☐ង. មិនដឹង។	
៣.២. ការប្រាស្រ័យទាក់ទង ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពមានន័យថា...? លទ្ធផល ☐	☐ក. ជាដំណើរនៃការផ្ញើ និងទទួលព័ត៌មាន ឬគំនិតតាមរយៈមធ្យោបាយជាពាក្យសម្ដី និងមិនមែនពាក្យសម្ដីដែលអាចសម្រេចការងារអ្វីមួយបានល្អ។	
	☐ខ. ជាផ្នែកមួយដ៏សំខាន់នៅក្នុងការអនុវត្តការងារមួយប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព។	
	☐គ. ជារបៀបនៃការអនុវត្តន៍ការងាររបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។	
	☐ឃ. ជាការបញ្ជាឱ្យនរណាម្នាក់ធ្វើអ្វីមួយ។	
	☐ង. មិនដឹង។	
៣.៣. ការប្រាស្រ័យទាក់ទងមិនមែនពាក្យសម្ដីមានន័យថា...? លទ្ធផល ☐	☐ក. ជាសកម្មភាពមួយដែលរួមបញ្ចូលនូវលទ្ធភាពជាច្រើនហួសពីការបញ្ចូលគ្នានៃពាក្យរួមនិងឥរិយាបថ ការបញ្ចេញទឹកមុខ សកម្មភាព សម្លេង ការបន្លំ ចលនារាងកាយ កាយវិការ និងសកម្មភាពជាច្រើនទៀត។	
	☐ខ. ជាការបញ្ចេញអារម្មណ៍របស់មនុស្សក្នុងការបង្ហាញដល់នរណាម្នាក់ដោយប្រើកាយវិការ។	
	☐គ. ជាការទំនាក់ទំនងដោយប្រើកាយវិការជំនួសពាក្យសម្ដី។	
	☐ឃ. ជាការទាក់ទងតាមរយៈការផ្ញើសំបុត្រ។	
	☐ង. មិនដឹង។	