Module 1.1: Introduction and Rule of Law Principles
အစီအစဉ် (၁.၁) - မိတ်ဆက်ခြင်း နှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးအခြေခံမှုများ

Purpose of Session: To introduce participants to the interactive, participatory training method and the rule of law principles.

အစီအစဉ်၏ရည်ရွယ်ချက် - သင်တန်းသူ၊ သားများအား အချင်းချင်းဆက်သွယ်ပြီး အပြန်အလှန်သင်ကြားသည့် အားလုံး ပါဝင်နိုင်သော သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ နှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး အခြေခံမှုများအား မိတ်ဆက်ပေးရန်။

Outcomes, Skills and Methodologies
ရလဒ်များ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများ နှင့် သင်ကြားရေး နည်းစနစ်များ

Outcomes:	**ရလဒ်များ**
As a result of this session participants will be able to: • Interact with greater ease with fellow participants. • List the group rules of the training. • Define rule of law. • List the 13 rule of law principles.	ဤအစီအစဉ်မှ ရလဒ်အနေဖြင့် သင်တန်းသူ၊ သားတို့သည် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်မည်။ • သင်တန်းသူ၊ သား အချင်းချင်းတို့သည် အခက်အခဲမရှိ ပေါ့ပေါ့ပါးပါးဖြင့် အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်မည်။ • သင်တန်း၏ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများအား စာရင်းပြုစုနိုင်မည်။ • တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးဆိုသည်ကို အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုနိုင်လိမ့်မည်။ • တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး အခြေခံမှု (၁၃) ချက်အား စာရင်းပြုစု နိုင်လိမ့်မည်။

Skills:	**ကျွမ်းကျင်မှုများ**
In this session participants will practice the following skills: • Communication • Group collaboration • Sharing knowledge • Analyzing	ဤအစီအစဉ်တွင် သင်တန်းသူ၊ သားများသည် အောက်ဖော်ပြပါ ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိစေရန် လေ့ကျင့်ကြမည်။ • ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း • အုပ်စုလိုက် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း • အသိပညာဗဟုသုတများ ဝေမျှခြင်း • ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာသုံးသပ်ခြင်း

Methodologies:	**သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ။**
In this session participants will practice the following training methodologies: • Each one-teach one • Brainstorming • Small group discussion	ဤအစီအစဉ်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများသည် အောက်ဖော်ပြပါ သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များကို လေ့ကျင့်ကြမည်။ • တစ်ဦးမှအခြားတစ်ဦးကို သင်ကြားပေးခြင်း • ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း • အုပ်စုငယ်ဖွဲ့၍ ဆွေးနွေးခြင်း

Rule of Law Principles
တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး မှုများ

Rule of Law Principles:	တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး မှုများ
• Supremacy of the Law	• ဥပဒေသည် အထွဋ်အထိပ်ဖြစ်ခြင်း
• Equality	• တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်း
• Accountability	• တာဝန်ခံမှုရှိခြင်း
• Procedural and legal transparency	• လုပ်ထုံးလုပ်နည်းဆိုင်ရာနှင့် ဥပဒေဆိုင်ရာ ပွင့်လင်းမြင်သာမှုရှိခြင်း
• Fairness	• တရားမျှတမှု
• Separation of Powers	• အာဏာခွဲဝေခြင်း
• Judicial Independence	• တရားစီရင်ရေးတွင် လွတ်လပ်မှုရှိခြင်း
• Legal certainty	• ဥပဒေရေးရာသေချာမှုရှိခြင်း
• Non-arbitrariness	• ဘက်လိုက်မှု ကင်းမဲ့ခြင်း
• Human Rights	• လူ့အခွင့်အရေးများ
• Non-discrimination	• ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း
• Participation in decision-making	• ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် အများပါဝင်နိုင်ခြင်း
• Access to Justice	• တရားမျှတမှု လက်လှမ်းမီခြင်း

Preparation
ပြင်ဆင်ပုံ

Materials:	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ၊
For this session you will need: • Whiteboard/flip chart and markers • Pencils/paper for groups • Name Tags • Camera for photos • Tape • 13 Rule of Law Principles pre-written on flipchart paper	ဤအစီအစဉ်အတွက် သင်သည် အောက်ပါ အရာများကို လိုအပ်ပါလိမ့်မည်။ • သင်ပုန်း၊စာရွက်ဖြူကြီး နှင့် မာကာ • ခဲတံများ၊ စာရွက်များ (အဖွဲ့လိုက်လှုပ်ရှားမှုအတွက်) • နာမည်ဆွဲကဒ်များ • ကင်မရာ • တိတ် • စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ရေးထားသော တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး အခြေခံမှု ၁၃ ချက်
Handouts:	**ဝေငှစာရွက်များ**
In this session, participants will use: • 1.1.1: Written permission slip for use of photos	ဤအစီအစဉ်တွင်သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများသည် အောက်ပါတို့ကို အသုံးပြု ရပါလိမ့်မည်။ • ၁.၁.၁ - ဓာတ်ပုံများ အသုံးပြုနိုင်ခြင်းအတွက် စာဖြင့်ရေးသားထားသော ခွင့်ပြုချက်စာရွက်

FILLING THE TRAINING FORMS	(5 mins)
သင်တန်းဖောင်များကိုဖြည့်ခြင်း	**(၅ မိနစ်)**

Put the Camera Permission Handout 1.1.1 into clear bags distributed to the participants. Inform the participants about using the camera in the training. (Show participants Handout 1.1.1). Ask participants to read Handout 1.1.1 and sign if they agree to use of their photo during the training. Tell participants that photos are used to help trainers learn the participants' names.

ကင်မရာအသုံးပြုခွင့် ဝေငှစာရွက် ၁.၁.၁ အား ဖိုင်များအတွင်းသို့ ထည့်ထားပါ။ သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ဝေငှပေးရန် ဖြစ်သည်။ သင်တန်းချိန်အတွင်း ဓာတ်ပုံ ရိုက်ယူမည့် အကြောင်း သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ပြောပြပါ။ (သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ဝေငှစာရွက် ၁.၁.၁ ကို ပြပါ။) ၎င်းတို့အား ဝေငှစာရွက် ၁.၁.၁ ဖတ်စေပြီး သင်တန်းချိန်အတွင်း ၎င်းတို့အား ဓာတ်ပုံရိုက်ယူသည်ကို သဘောတူညီမှုရှိလျှင် လက်မှတ်ထိုးစေပါ။ ဓာတ်ပုံများသည် သင်တန်းဆရာများအား သင်တန်းသူ၊သားများ၏ နာမည်အား မှတ်မိစေရာတွင် အထောက်အပံ့ ပေးနိုင်ရန်အတွက် အသုံးပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြပါ။

WELCOME AND OPEN SESSION	(15 mins)
ကြိုဆိုခြင်းနှင့် အဖွင့်အစီအစဉ်	**(၁၅ မိနစ်)**

Introduce the facilitators. Emphasize the interactive nature of the methodology used in this Training. Give all necessary announcements and review the agenda for the entire workshop. Discuss other announcements and concerns.
သင်တန်းနည်းပြများအား မိတ်ဆက်စေပါ။ ဤသင်တန်းတွင် အသုံးပြုမည့် သင်ကြားနည်း နည်းပညာများ၏ အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်သော သဘောသဘာဝများအား အလေးထားပြောပြပါ။ ပြောဆိုရန် လိုအပ်သည့် ကြေငြာချက်များ အားလုံးကို ပြောပြပြီး အလုပ်ရုံဆွေးနွေးမှုတစ်ခုလုံး၏ အစီအစဉ်အား ပြန်လည်ပြောကြားပါ။ အခြားကြေငြာချက်များ၊ ပြောကြားစရာများ အားလည်း ဆွေးနွေးပြောဆိုပါ။
Review the purpose and outcomes for this module. (Outcomes should be pre-written on flipchart paper before the start of training.)
အစီအစဉ်နှင့် သင်ခန်းစာရလဒ်များကို ပြောပြပေးပါ။ (ရလဒ်များကို သင်တန်းမစတင်မီ စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ကြိုတင်ရေးထားပါ။

ACTIVITY 1: FOCUSER – INTRODUCTIONS	(25 mins)
လှုပ်ရှားမှု ၁ - Focuser - မိတ်ဆက်ခြင်းများ	**(၂၅ မိနစ်)**
Purpose of Activity: This activity will introduce participants to a different style of teaching using interactive methodology. **လှုပ်ရှားမှု၏ ရည်ရွယ်ချက် -** ဤလှုပ်ရှားမှုသည် သင်တန်းသူ၊သားများအား မတူညီသော သင်ကြားနည်းတစ်မျိုး ဖြစ်သည့် အပြန်အလှန်သင်ကြားနည်းစနစ်ဖြင့် မိတ်ဆက်ပေးပါမည်။ **Methodology:** Each one-teach one **သင်ကြားရေးနည်းစနစ် -** တစ်ဦးမှ တခြားတစ်ဦးကို သင်ကြားပေးခြင်း **Materials:** None **သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ** - မရှိပါ။ **Handout(s):** None **ဝေငှစာရွက်(များ)** - မရှိပါ။	

Instructions
လမ်းညွှန်ချက်များ

- Tell participants that they will be using a different style of teaching using interactive activities.
- မတူညီသော သင်ကြားနည်းစနစ်ဖြစ်သည့် အပြန်လှန်သင်ကြားနည်းစနစ်ကို အသုံးပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသူ၊ သားများအား ပြောပြပေးပါ။
- Tell participants that they are going to get to know each other. Ask them to put their full names on their nametags and if they use a shorter name to add it or underline it. (2 mins)

- သင်တန်းသူ၊သားများအား တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး သိရှိအောင် ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပေးပါ။ ၄င်းတို့ နာမည်အပြည့်အစုံကို ၄င်းတို့၏ နာမည်ကပ်ပြားပေါ်တွင် ရေးပေးခိုင်းပါ။ နာမည်တိုရှိလျှင်လည်း ရေးခိုင်းပြီး ထိုနာမည်တိုအောက်တွင် လိုင်းတားခိုင်းပါ။ (၂ မိနစ်)
- Ask participants to stand up and walk around the room and introduce themselves to at least 4 people, one at a time. They **should not take notes** but try to remember what they are told. They should ask the following questions of each other and be prepared to introduce one person after the activity: (8 mins)
- ထို့နောက် သင်တန်းသူ၊သားများအား အခန်းတွင်း လှည့်လည်ပြီး တခြားသူများနှင့် တစ်ဦးချင်းစီမိတ်ဆက် ခိုင်းပါ။ အနည်းဆုံး ၄ ဦးနှင့် မိတ်ဆက်ပြီးရပါမည်။ ထိုသို့ မိတ်ဆက်စဉ်အတွင်း ပြောသည့် အကြောင်းအရာများကို **မှတ်စုချရေးခြင်း မပြုရဘဲ** စိတ်တွင်မှတ်သားထားရပါမည်။ ထိုသို့ မိတ်ဆက်ရာတွင် အောက်ပါမေးခွန်းများကို အသုံးပြုပေးပါ။ (၈ မိနစ်)
    - What is your name?
    - နာမည် ဘယ်လိုခေါ်ပါသလဲ။
    - What is your job?
    - ဘာအလုပ်လုပ်ပါသလဲ။
    - What do you like to do in your free time?
    - အားလပ်ချိန်မှ ဘာလုပ်ရတာ ကြိုက်ပါသလဲ။
- Ask participants to sit down and begin introductions.
- သင်တန်းသူ၊သားများအား ထိုင်ခိုင်းပြီး မိတ်ဆက်အစီအစဉ် စတင်ခိုင်းပါ။
- Ask one person to stand and tell the group about one participant they met and share the 3 things they learned. This participant then introduces someone different. They cannot repeat and introduce someone already introduced.
- သင်တန်းသူ၊သားများထဲမှ တစ်ဦးအားရပ်ခိုင်းပြီ၊ ၄င်းမိတ်ဆက်ခဲ့သူများအနက်မှ တစ်ဦးအကြောင်းကို ကျန်သင်တန်းသူ၊ သားများအားလုံးအား ပြန်ပြောပြခိုင်းပါ။ ထိုသို့ ပြောပြရာတွင် ၄င်းတို့ အချင်းချင်း မေးမြန်းခဲ့သည့်အရာ (၃) မျိုးကို ပြန်ပြောခိုင်းပါ။ ထိုမိတ်ဆက်ခံရသည့် သင်တန်းသူ၊ သားကလည်း ၄င်းမိတ်ဆက်ခဲ့ များထဲမှ တစ်ယောက်ကြောင်းကို ပြန်မိတ်ဆက်ခိုင်းပါ။ တစ်စုံတစ်ဦးမှ မိတ်ဆက်ပြီးသည့်သူများကို ပြန်မိတ်ဆက်ခြင်း မပြုရပါ။
- Continue until all participants have been introduced. (10 mins)
- သင်တန်းသူ၊သားများအားလုံး မိတ်ဆက်ပြီးသည်အထိ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါ။ (၁၀ မိနစ်)

Notes to facilitators

It is very important that the participants do not take notes during this activity. Taking notes may prevent participants from listening and engaging with each other. Facilitators must make sure that ALL participants are introduced.

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

သင်တန်းသူ၊ သားများသည် ဤလှုပ်ရှားမှုတွင် အချင်းချင်းမိတ်ဆက်နေစဉ် မှတ်စုလိုက်မရေးမိရန်မှာ အလွန်အရေးကြီးသည်။ မှတ်စုလိုက်ရေးခြင်းဖြင့် သင်တန်းသူ၊ သားတို့၏ နားထောင်မှုနှင့် အချင်းချင်း စိတ်ဝင်စားမှုတို့ကို လျော့ကျစေမည်။ သင်တန်းနည်းပြများသည် သင်တန်းသူ၊ သားများ တစ်ယောက်မကျန် အားလုံး အချင်းချင်းမိတ်ဆက်မိအောင် ပြုလုပ်ပေးရမည်။

ACTIVITY 2: EXPECTATION SPECTRUM	(5 mins)
လှုပ်ရှားမှု ၂ - မျှော်မှန်းချက် ရောင်စဉ်	(၅ မိနစ်)
Purpose of Activity: For participants to consider and share their expectations for the training with each other. **လှုပ်ရှားမှု၏ ရည်ရွယ်ချက် -** သင်တန်းသူ၊သားများက သင်တန်းမှရရှိရန် မျှော်မှန်းထားသော မျှော်မှန်းချက်များကို စဉ်းစားရန်နှင့် မိမိတို့၏ မျှော်မှန်းချက်များကို မျှဝေရန်။	

Methodology: Brainstorming
သင်ကြားရေးနည်းစနစ် - ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း။

Materials: Flipchart paper/markers/post-it notes/The spectrum
သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ - စာရွက်ဖြူကြီးများ၊ မာကာဘောပင်များ၊ တိတ်

Handout(s): None
ဝေငှစာရွက်(များ) - မရှိပါ။

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Ask participants to individually think about their expectations for the next 4 days of training we are about to begin. Ask what they expect to learn or gain from the training.
- သင်တန်းသူ၊ သားများအား ယခုကျင်းပမည့် (၄) ရက်တာသင်တန်းမှ မိမိတို့ မည်သည့်အရာများကို မျှော်မှန်းထားသည်ကို စဉ်းစားစေပါ။ သင်တန်းမှ မည်သည့်အရာများကို သင်ယူရန် သို့မဟုတ် ရရှိရန် မျှော်လင့်သနည်း ဟုမေးပါ။
- Provide participants with 2-3 post-it notes and ask them to write down one expectation per post-it. Invite them to write their initials on the back of the post-it.
- သင်တန်းသူ၊ သားများကို post-it notes (၂-၃) ခုပေးပါ။ ထိုနောက် မိမိတို့ စဉ်းစားတွေးတောထားသည့် မျှော်မှန်းချက်တစ်ခုလျှင် post-it notes တစ်ခုပေါ်တွင် ရေးစေပါ။ Post-it note နောက်ကျောတွင် မိမိတို့၏အမှတ်အသား/လက်မှတ်တိုထိုးထားရန် ပြောပါ။
- The facilitator will introduce the expectation spectrum, which they will have developed before the session. The spectrum will be on large flipchart paper and there will be one line running horizontally across the paper. The line will have 5 points labelled- 0%, 25%, 50%, 75% and 100%- equally spaced out.
- သင်ခန်းစာများမစတင်မီ ပြုလုပ်ရမည့် မျှော်မှန်းချက်ရောင်စဉ် အကြောင်းကို သင်တန်းနည်းပြမှ သင်တန်းသူ၊ သားများအား မိတ်ဆက်ပေးပါ။ မျှော်မှန်းချက်ရောင်စဉ်သည်စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင်ရှိမည်ဖြစ်သည်။ ထိုစာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ရေပြင်ညီလိုင်းတစ်ခုရှိမည်ဖြစ်ပြီး လိုင်းပေါ်တွင် ၀% ၊ ၂၅% ၊ ၅၀% ၊ ၇၅% ၊ ၁၀၀% ဟူ၍ အကွာအဝေးညီမျှသော အမှတ် (၅) ခုရှိမည်။
- The facilitator will invite the participants to stick their own expectation onto the spectrum in the place that reflects how they feel their expectation has been met.
- သင်တန်းနည်းပြက သင်တန်းသူ၊ သားများကိုမိမိတို့၏မျှော်မှန်းချက် ထိမိသည့်အတိုင်းအတာကို ထင်ဟပ်စေသော နေရာတွင် မိမိတို့၏ မျှော်မှန်းချက်ရေးထားသည့် post-it notes ကပ်ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါ။

Notes to facilitators
သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

Most participants will place their expectation between 0-25% during this activity. Encourage participants during the training to revisit the spectrum and more their expectations along the spectrum. Encourage participants to read others expectations too.
ဤလှုပ်ရှားမှုတွင် သင်တန်းသူ၊သားအများစုက ၎င်းတို့၏ မျှော်မှန်းချက်ရေးထားသည့် post-it note များကို ၀ နှင့် ၂၅ ကြားတွင်ကပ်ကြပါလိမ့်မည်။ (၄)ရက်တာသင်တန်းကာလတလျှောက် ဤမျှော်မှန်းချက်ရောင်စဉ်ကို ပြန်လာကြည့်ကြရန်နှင့် မိမိတို့၏ မျှော်မှန်းချက်များကိုတိုးမြှင့်ရန်နှင့် အခြားသူများ၏ မျှော်မှန်းချက်များကိုလည်း ဖတ်ကြည့်ရန် တိုက်တွန်းပါ။

The facilitator should also review the spectrum throughout the training to ensure that participants' expectations are being met. If an expectation is unrealistic or not an objective of the training the facilitator can address this with the whole group to ensure objectives and expectations are aligned.
သင်တန်းနည်းပြများကလည်း သင်တန်းကာလတလျှောက် မျှော်မှန်းချက်ရောင်စဉ်များကို ပြန်လည်သုံးသပ်နေရန် လိုအပ်ပြီး သင်တန်းသူ၊ သားများ၏ မျှော်မှန်းချက်များထိမိရန် သေချာလုပ်ဆောင်ရပါမည်။ အကယ်၍မျှော်မှန်းချက်များက လက်တွေ့မကျပါက သို့မဟုတ် သင်တန်းရည်မှန်းချက်နှင့်ကိုက်ညီမှု မရှိပါက သင်တန်း နည်းပြများက ထိုမျှော်မှန်းချက်ကို တစ်ဖွဲ့လုံးအား ပြောပြပြီး ရည်မှန်းချက်နှင့် မျှော်မှန်းချက် ကိုက်ညီမှုရှိရန် သေချာစွာ ညှိရန်လိုပါသည်။

At the end of the training the facilitator must revisit the spectrum with the whole group and discuss if expectations were met.
သင်တန်းနည်းပြများက သင်တန်းပြီးဆုံးသွားသည့်အခါ မျှော်မှန်းချက်ရောင်စဉ်ကို သင်တန်းသူ၊ သားများနှင့်အတူ ပြန်လည်သုံးသပ်ရန် လိုအပ်ပြီး မျှော်မှန်းများ ထိမိမှုရှိမရှိ ဆွေးနွေးသုံးသပ်ကြရမည်။

ACTIVITY 3: GROUP RULES လှုပ်ရှားမှု ၃ - အုပ်စုစည်းမျဉ်းများ	(10 mins) (၁၀ မိနစ်)
Purpose of Activity: To create a set of rules that will allow for mutual respect and learning during the training. **လှုပ်ရှားမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်** - သင်တန်းချိန်အတွင်း အပြန်လှန် လေ့လာသင်ယူနိုင်ရန်နှင့် အပြန်လှန် လေးစားမှုရစေရန် စည်းမျဉ်းများ သတ်မှတ်ခြင်း။ **Methodology:** Brainstorming **သင်ကြားရေးနည်းစနစ်** - ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း။ **Materials:** Flipchart paper/markers/tape **သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ** - စာရွက်ဖြူကြီးများ၊ မာကာဖောပင်များ၊ တိတ် **Handouts:** None **ဝေငှစာရွက်များ** - မရှိပါ။	

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Tell participants that to have a successful training there needs to be a set of rules that everyone agrees to follow.
- အောင်မြင်သော သင်တန်းတစ်တန်းဖြစ်မြောက်ရန်အတွက် သင်တန်းစည်းမျဉ်းများ ထားရှိထားရန် လိုအပ်ကြောင်း သင်တန်းသူ၊သားများအား ပြောပြပေးပါ။
- Ask participants what rules are necessary to ensure everyone's participation and enjoyment of the session.
- သင်ခန်းချိန်အတွင်း သင်တန်းသူ၊သားများအားလုံး ပျော်ရွှင်စွာ ပါဝင်ဆွေးနွေးနိုင်ရန် မည်သည့်စည်းမျဉ်း စည်းကမ်းများ လိုအပ်ပါသနည်း။
- Brainstorm with participants possible rules by first encouraging multiple responses and then writing them on a flip chart.
- ထိုလိုအပ်နိုင်မည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို သင်တန်းသူ၊သားများအား စဉ်းစားခိုင်းပါ။ သင်တန်းသူ၊ သားများမှ ပြောဆိုလာသည့် သင်တန်းစည်းမျဉ်းများကို စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ချရေးထားပါ။
- Then discuss the options suggested, reach a broad consensus of what rules seem most appropriate, and write them on flip-chart paper.

- အများသဘောတူသည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းဖြစ်စေရန် ဆွေးနွေးမှုများပြုလုပ်ခိုင်းပါ။
- Post the flip-chart paper in the room to be displayed for the remainder of the training.
- ထိုရေးသားထားသည့် သင်တန်းစည်းမျဉ်းစာရွက်ကို အခန်းထောင့်တစ်နေရာတွင် ကပ်ထားခိုင်းပါ။ ထိုမှသာ ၄င်းတို့ ချမှတ်ထားသည့် သင်တန်းစည်းကမ်းများကို ကျန်သင်တန်းချိန်များတွင် ပြန်လည်အမှတ်ရနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ACTIVITY 4: WHAT IS THE RULE OF LAW?	(30 mins)
လှုပ်ရှားမှု ၄ - တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။	**(၃၀ မိနစ်)**

Purpose of Activity: To reach a common definition of rule of law.
လှုပ်ရှားမှု၏ ရည်ရွယ်ချက် - တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး ဟူသော စကားရပ်၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို ရရှိရန် ဖြစ်ပါသည်။

Methodology: Small group discussion and gallery walk
သင်ကြားရေးနည်းစနစ် - အုပ်စုငယ်ဖြင့်ဆွေးနွေးခြင်း နှင့် လှည့်လည်ကြည့်ရှုခြင်း

Materials: Flipchart paper/markers/tape, the 13 rule of law principles pre-written on flipchart paper
သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ - စာရွက်ဖြူကြီးများ၊ မာကာဘောပင်များ၊ တိတ်၊ စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ရေးသား ထားသည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်း ၁၃ ချက်

Handouts: None
ဝေငှစာရွက်များ - မရှိပါ။

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Ask participants to brainstorm what is different between rules and laws?
- စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့် ဥပဒေ၏ ကွာခြားချက်ကို သင်တန်းသူ၊ သားများကိုမေးပါ။
- Divide participants into five (5) small groups.
- သင်တန်းသူ၊ သားများအား အဖွဲ့သေး ၅ ခု ဖွဲ့ပေးပါ။
- Give each group a piece of flip chart paper and markers.
- တစ်ဖွဲ့စီအား စာရွက်ဖြူကြီးတစ်ရွက်စီနှင့် မာကာဘောပင်များ ပေးပါ။
- Ask each group to discuss and create a definition of rule of law.
- အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီအား တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး ဟူသော စကားရပ်၏ အဓိပ္ပာယ်ကို ဆွေးနွေးခိုင်းပါ။
- Tell groups to write their definition on the flipchart paper and post it on the wall. (10 mins)
- ၄င်းတို့ဆွေးနွေးထားသည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ချရေးခိုင်းပြီး နံရံပေါ်တွင် ကပ်ထားခိုင်းပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- Once groups have finished, ask participants to walk around the room and read all the definitions. (5 mins)
- အဖွဲ့များအားလုံး လုပ်ဆောင်ပြီးသည့်အခါ၊ တခြားသူများ ရေးသားထားသည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့် ဆိုချက်များကို အခန်းတွင်း လှည့်လည်ကြည့်ရှုခိုင်းပါ။ (၅ မိနစ်)

Closing Activity (15 mins)
အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၁၅ မိနစ်)
Ask participants the following questions:
သင်တန်းသူ၊သားများအား အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။

- What words or principles did all the definitions share? (Co-facilitator should write them on the whiteboard)

- အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များအားလုံးတွင် မည်သို့သော တူညီသည့်စကားလုံးများ (သို့) စည်းမျဉ်းများကို အသုံးပြုထားသနည်း။ (သင်တန်းသူ၊သားများ ပြောပြလာသည့် အရာများကို သင်တန်းနည်းပြအကူမှ သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကူရေးပေးပါ။)
- Are there some words or principles not included in all the definitions that you think are important and would like to include on our list? (Co-facilitator should add these words to the whiteboard)
- သင်တန်းသူ၊သားများ ပြောပြသွားသည့် အရာများထဲတွင် ကျန်နေခဲ့သည့် အရေးပါသော တချို့စကားလုံးများ ရှိသေးပါသလား။ (ထပ်ဖြည့်လိုသော စကားလုံးများ ရှိခဲ့ပါက သင်တန်းနည်းပြအကူမှ ကူညီပြီး သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးပေးပါ။)
- Looking at the list, are all these words part of rule or law or are some of them a result of having rule of law? (For example, you want to delete from the list words such as "no corruption" or "less crime" because they are a result of rule of law.)
- သင်ပုန်းပေါ်ရှိ စာရင်းများကိုကြည့်ပြီး ထိုစကားလုံးများသည် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများထဲမှ တချို့သော အစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ်သလော၊သို့မဟုတ် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး ရှိခြင်းကြောင့် ရရှိလာသည့် စကားလုံးများ ဖြစ်သလော ဆိုသည်ကို ဆန်းစစ်ပါ။ (ဥပမာ - သင်ပုန်းပေါ်တွင် ရေးထားသည့် စကားလုံးများ ဖြစ်သည့် "အကျင့်ပျက်ခြစားမှုမရှိခြင်း" သို့မဟုတ် "ရာဇဝတ်မှုလျော့ပါးသွားခြင်း" စသည်တို့ကို စာရင်း အတွင်းမှဖျက်ပေးရပါမည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအရာများသည် တရားဥပဒေ စိုးမိုးရေးရှိခြင်းမှ ရရှိလာသည့် အကျိုးဆက်များဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။)

SUMMARY AND EVALUATION	(10 mins)
အကျဉ်းချုပ်နှင့် သုံးသပ်ခြင်း	(၁၀ မိနစ်)

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Tape the 13 Rule of Law Principles on the wall.
- တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး စည်းမျဉ်း ၁၃ ချက်ကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကပ်ပေးပါ။
- Tell participants that the Rule of Law Centre Project in Myanmar uses 13 principles to define rule of law and that many of the same principles participants included in their definition are also on this list.
- မြန်မာနိုင်ငံရှိ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစီမံကိန်းသည် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာတွင် ထိုအချက် ၁၃ ချက်ကို အသုံးပြုပြီး ဖွင့်ဆိုလေ့ရှိကြောင်းနှင့် သင်တန်းသူ၊သားများ ဖွင့်ဆိုခဲ့သည့် စည်းမျဉ်းများ သည်လည်း ထို ၁၃ ချက်ထဲတွင် ပါဝင်နေကြောင်း ပြောပြပေးပါ။
- They will refer to the rule of law principles in the rest of this training on SGBV; therefore, it is important that they understand the meaning of the principles.
- ကျန်ရှိနေသည့် သင်ခန်းစာဖြစ်သည့် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာအကြမ်းဖက်မှု သင်ခန်းစာတွင်လည်း ယခုဆွေးနွေးခဲ့သည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများကို အသုံးပြုသွားမည် ဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသူ၊ သားများအား ပြောပြပေးပါ။ ထို့ကြောင့် ထိုစည်းမျဉ်းများ၏ အဓိပ္ပာယ်များကို နားလည်ရန် အရေးကြီးကြောင်း ပြောပြပေးပါ။
- Ask participants to review the list and write on a piece of paper any of the principles that they do not understand or would like to understand better.
- ထို့ကြောင့် သင်တန်းသူ၊သားများအား ထိုစာရင်းပြုစုထားသည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများကို ပြန်လေ့လာခိုင်းပါ။ မရှင်းလင်းသည်များ (သို့) ပိုနားလည်လိုသည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများ ရှိပါက ထိုအရာများကို စာရွက်လွတ်ပေါ်တွင် ရေးခိုင်းပါ။
- Tell participants not to write their name on the paper.
- ထိုစာရွက်လွတ်ပေါ်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများ၏ အမည်များကို မရေးခိုင်းပါနှင့်။
- Collect participant responses for review in the beginning of the next session.
- နောက်အစီအစဉ်၏ အစတွင် သင်တန်းသူ၊သားများ၏ သုံးသပ်ချက်များကို ကောက်ခံပါ။

Rule of Law Principles

1. Supremacy of the Law
2. Equality
3. Accountability
4. Procedural and legal transparency
5. Fairness
6. Separation of Powers
7. Judicial Independence and impartiality
8. Legal certainty
9. Non-arbitrariness
10. Human Rights
11. Non-discrimination
12. Participation in decision-making
13. Access to Justice

တရားဥပဒေ စိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများ

(၁) ဥပဒေသည် အထွဋ်အထိပ်ဖြစ်ခြင်း
(၂) တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်း
(၃) တာဝန်ခံမှုရှိခြင်း
(၄) လုပ်ထုံးလုပ်နည်းဆိုင်ရာနှင့် ဥပဒေဆိုင်ရာ ပွင့်လင်းမြင်သာမှုရှိခြင်း
(၅) တရားမျှတမှု
(၆) အာဏာခွဲဝေခြင်း
(၇) တရားစီရင်ရေးတွင် လွတ်လပ်မှုရှိခြင်း
(၈) ဥပဒေရေးရာသေချာမှုရှိခြင်း
(၉) ဘက်လိုက်မှု ကင်းမဲ့ခြင်း
(၁၀) လူ့အခွင့်အရေးများ
(၁၁) ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း
(၁၂) ဆုံးဖြတ်ချက်ချရာတွင် အများပါဝင်နိုင်ခြင်း
(၁၃) တရားမျှတမှု လက်လှမ်းမှီခြင်း

Handout 1.1.1: Written Permission for Use of Camera
ဝေငှစာရွက် (၁.၁.၁) - ကင်မရာအသုံးပြုခွင့် တောင်းခံခြင်း

I consent/do not consent to being filmed during the course of the Women's Access to Justice Training Series. I understand that each session will be filmed over the full period of the workshop and that my image may appear in some or all of these films.
ကျွန်တော်သည် ဤအလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအစီအစဉ်သင်တန်းအတွင်း ဗွီဒီရိုရိုက်ကူးခြင်းကို

သဘောတူပါသည်	သဘောမတူပါ

အစီအစဉ်တခုချင်းစီတွင် အချိန်ပြည့် ဗွီဒီရိုရိုက်ကူးထားမည်နှင့် ထိုဗွီဒီရိုများတွင်/ အချို့သော ဗွီဒီရိုများတွင် ကျွန်ုပ်၏ရုပ်ပုံ ပါလာမည်ကိုလည်း နားလည်သိရှိထားပါသည်။

I also understand and consent/do not consent to the use of these films, including my image, in public materials created following the conclusion of the Workshop.
အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲအစီအစဉ်အပြီးတွင် ပြုလုပ်မည့် အများပြည်သူဆိုင်ရာအရာများတွင် ဤဗွီဒီရိုများကို အသုံးပြုခြင်း (ကျွန်ုပ်၏ရုပ်ပုံ) ကိုလည်း နားလည်သိရှိ၍

သဘောတူပါသည်	သဘောမတူပါ

Name: ______________________

နာမည် -

Signature: ______________________

လက်မှတ် -

Date: ______________________

ရက်စွဲ -

Module 1.2: Introduction to Concepts of Sex and Gender
အစီအစဉ် (၁.၂) - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာ အခြေခံယူဆချက်များအကြောင်း မိတ်ဆက်

Purpose of Session: To build participant understanding of the basic concepts of sex, gender, gender stereotype, and gender socialization.
အစီအစဉ်၏ ရည်ရွယ်ချက် - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ကျား-မရေးရာ၊ကျား-မရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်း၊နှင့်ကျား-မရေးရာ လူမှုပုံစံသွင်းခြင်းဆိုင်ရာ အခြေခံယူဆချက်များကို သင်တန်းသူ၊ သားများနားလည်လာစေရန်။

Outcomes, Skills and Methodologies
ရလဒ်များ၊ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ

Outcomes:	ရလဒ်များ
As a result of this session participants will be able to: • Explain the difference between sex and gender. • Identify the impact of gender stereotyping and socialization. • Explain how gender is influenced by cultural and social norms. • Identify how Myanmar cultural and social norms impact gender roles.	ဤအစီအစဉ်မှသင်တန်းသူ၊သားတို့သည်အောက်ပါတို့ကိုလုပ်ဆောင်လာနိုင်မည်။ • လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ကျား-မရေးရာအကြားရှိကွဲပြားခြားနားမှုကိုရှင်းပြနိုင်မည်။ • ကျားမရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းနှင့်ကျားမရေးရာလူမှုပုံစံသွင်းခြင်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကိုဖော်ထုတ်နိုင်မည်။ • ကျားမရေးရာကိုယဉ်ကျေးမှုနှင့်လူမှုစံသတ်မှတ်ချက်များကမည်သို့လွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်းကိုရှင်းပြလာနိုင်မည်။ မြန်မာယဉ်ကျေးမှုနှင့်လူမှုစံသတ်မှတ်ချက်များသည်ကျားမရေးရာအခန်းကဏ္ဍကိုမည်ကဲ့သို့အကျိုးသက်ရောက်နိုင်သည်ကိုဖော်ထုတ်လာနိုင်မည်။

Skills:	ကျွမ်းကျင်မှုများ
In this session participants will practice the following skills: • Critical Thinking • Discussion • Cooperation	ဤအစီအစဉ်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများသည် အောက်ဖော်ပြပါ ကျွမ်းကျင်မှုများ ရရှိစေရန် လေ့ကျင့်ကြမည်။ • အတွင်းကျကျခွဲခြမ်းလေ့လာခြင်း • ဆွေးနွေးခြင်း • ပူးပေါင်းပါဝင်မှု

Methodologies:	သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ
In this session participants will practice the following training methodologies: • Each one teach one • Brainstorm • Participatory discussion • Drawing • Pin the post	ဤအစီအစဉ်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများသည် အောက်ဖော်ပြပါ သင်ကြားနည်း နည်းပညာများကို လေ့ကျင့်ကြမည်။ • တစ်ဦးမှအခြားတစ်ဦးကိုသင်ကြားပေးခြင်း • ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း • ပူးပေါင်းပါဝင်သောဆွေးနွေးမှု၊ • ပုံဆွဲခြင်း • စာများကပ်ခြင်း

Rule of Law Principles
တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးမှုများ

The following rule of law principles are relevant to this session: • Equality • Non-discrimination • Fairness • Human rights • Access to Justice	ဤအခန်းသည် အောက်ပါ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး စည်းမျဉ်းများ နှင့်စပ်ဆိုင်ပါသည်။ • တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်း • ခွဲခြားဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း • မျှတမှုရှိခြင်း • လူ့အခွင့်အရေးများ • တရားမျှတမှုလက်လှမ်းမီခြင်း

Preparation
ပြင်ဆင်ပုံ

Materials:	သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ
For this session you will need: • Whiteboard/flip chart and markers • Definition of Sex and Gender Colour cards • Post-it (blue tag) paper tape • Flipchart with three colums and two colors of sticky note	ဤအစီအစဉ်အတွက် သင်သည်အောက်ပါအရာများကိုလိုအပ်ပါလိမ့်မည်။ • သင်ပုန်း/ စာရွက်ဖြူကြီးနှင့်မာကာပင်များ • လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့်ကျား-မရေးရာအဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်ရောင်စုံကဒ်များ • တွဲဖက်ကပ်(အပြာရောင်ချိတ်ဆွဲရန်စာတန်း)စက္ကူတိပ် • အပိုင်း(၃) ပိုင်းခွဲရေးထားသောစာရွက်ဖြူကြီး၊ စတစ်ကီနတ်အရောင်၂ခု။ တွဲဖက်ကပ် (အပြာရောင် ချိတ်ဆွဲရန်စာတန်း) စက္ကူတိပ်အပိုင်း(၃) ပိုင်းခွဲရေးထားသော စာရွက်ဖြူကြီး၊စတစ်ကီနတ်အရောင်၂ခု။

Handouts:	ဝေငှစာရွက်များ
In this session, participants will use: • Handout 1.2.1: Sex and Gender Color Cards • Handout 1.2.2: Further Resource Sheet – Sex role, Gender role	ဤအစီအစဉ်တွင်သင်တန်းသူ၊သင်တန်းသားများသည်အောက်ပါ တို့ကို အသုံးပြုရပါလိမ့်မည်။ • ဝေငှစာရွက် ၁.၂.၁ - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာ ရောင်စုံကဒ်များ • နောက်ဆက်တွဲစာရွက် - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအခန်းကဏ္ဍနှင့်ကျားမရေးရာအခန်းကဏ္ဍ

REVIEW SESSON	(10 mins)
ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း	(၁၀ မိနစ်)

Welcome participants back to the training. Remind participants that they finished the last session discussing the Rule of Law principles. Identify the principles that participants did not understand and explain them. Ask if there are any questions.

သင်တန်းမှသင်တန်းသူ၊သားများအား ကြိုဆိုကြောင်း ပြောပေးပါ။ ပြီးခဲ့သည့်အစီအစဉ်တွင် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး စည်းမျဉ်းများအကြောင်း ဆွေးနွေးခဲ့ကြသည်ကို သင်တန်းသူ၊သားများအား အမှတ်ရစေအောင်ပြောပြပေးပါ။ ထို တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး စည်းမျဉ်းများထဲမှ သင်တန်းသူ၊သားများ နားမလည်သည့်စည်းမျဉ်းများကို ပြောပြနိုင်ပြီး နားလည်အောင်ပြပေးပါ။ အခြား မေးစရာမေးခွန်းများ ရှိပါကလည်း မေးခိုင်းပါ။

OPEN SESSION	(5 mins)
အဖွင့်အစီအစဉ်	(၅ မိနစ်)

Review purpose and outcomes for this session.
ယခုသင်ခန်းစာ လေ့လာရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ရလဒ်များကို ပြောပြပေးပါ။

ACTIVITY 1: SEX, GENDER, GENDER STEREOTYPING, GENDER SOCIALIZATION	(30 mins)
လုပ်ရှားမှု ၁ - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ကျား-မရေးရာနှင့်ကျား-မရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်း၊ ကျား-မရေးရာလူမှုပုံစံသွင်းခြင်း	(၃၀ မိနစ်)
Purpose of Activity: To introduce the concepts of sex, gender, gender stereotype and gender socialization. **လုပ်ရှားမှု၏ရည်ရွယ်ချက်** - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ကျား-မရေးရာ၊ကျား-မရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းနှင့် ကျား-မရေးရာ လူမှုပုံစံ သွင်းခြင်းအခြေခံယူဆချက်များကို မိတ်ဆက်ပေးရန်။ **Methodology:** Brainstorming, participatory discussion. **သင်ကြားရေးနည်းစနစ် -** ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း၊ ပူးပေါင်းပါဝင်သောဆွေးနွေးမှု၊ **Handouts:** Handout 1.2.1: Sex and Gender Color Cards **ဝေငှစာရွက်များ -** ဝေငှစာရွက် ၁.၂.၁ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကျားမရေးရာ ရောင်စုံကဒ်များ **Material:** Whiteboard/flip chart and markers, Sex and Gender Color cards, paper tape **သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ -** သင်ပုန်း/စာရွက်ဖြူကြီး နှင့် မာကာပင်များ၊ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ကျား-မရေးရာ ရောင်စုံကဒ်၊ စက္ကူတိပ်	

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Tell participants that we are born as human beings in the world and place the card "human beings" on the white board.
- မိမိတို့အားလုံးတို့သည် လူသားများအဖြစ် ဤမြေပေါ်တွင် မွေးဖွားလာသူများဖြစ်ကြောင်း သင်တန်းသူ၊သားများအား ပြောပြပေးပြီး "လူသား" ဟူသည့် စကားရပ်ကို ရေးသားထားသည့် ကဒ်အား သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကပ်လိုက်ပါ။
- Ask participants what kinds of questions we usually ask the mother of a newborn baby. Place the card with "male" and "female" on the white-board explaining that a person is born as either male or female.)
- ကလေးမွေးပြီးသည့် မိခင်တစ်ဦးအား မည်သို့သော မေးခွန်းများကို မိမိတို့ မေးလေ့ရှိသနည်းဟု သင်တန်းသူ၊သားများအား မေးပေးပါ။ ပြီးနောက် "ကောင်လေး" "ကောင်မလေး" ဟုရေးသားထားသည့် ကဒ်များကို သင်ပုန်းပေါ်တွင် ကဒ်ပြီး၊ မိမိတို့အားလုံးတို့သည် "ကောင်လေး" အဖြစ်သော်လည်းကောင်း (သို့) "ကောင်မလေး" အဖြစ်သော်လည်းကောင်း ဖွားမြင်ခဲ့ကြရကြောင်း ပြောပြပေးပါ။
- Ask participants the following questions:
- သင်တန်းသူ၊သားများအား အောက်ပါ မေးခွန်းများ မေးပေးပါ။
    - What biological characteristics can be seen in the person born as male?
    - ကောင်ကလေးအဖြစ် မွေးဖွားလာသူများတွင် မည်သို့သော ဇီဝ လက္ခဏာများကို တွေ့ရှိနိုင် သနည်း။
    - What biological characteristics can be seen in the person born as female?
    - ကောင်မလေးအဖြစ် မွေးဖွားလာသူများတွင် မည်သို့သော ဇီဝ လက္ခဏာများကို တွေ့ရှိနိုင် သနည်း။
- After asking the questions, read each "biological characteristic" card to the participants and ask if the trait should be placed under "male" or "female".

- မေးခွန်းများ မေးပြီးသည့်အခါ "ဇီဝ လက္ခဏာများ" ရေးသားထားသည့် ကဒ်များကို သင်တန်းသူ၊သားများသို့ ပေးပြီး "Trait ဟုခေါ်သည့် ဉာဉ် သို့မဟုတ် ဗီဇ" ကို မည်သည့်ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် ကပ်သင့်သနည်းဟု မေးပေးပါ။
- Ask participants if these characteristics are changeable? (not implying after surgery)
- ဤလက္ခဏာများသည် ပြောင်းလဲနိုင်သလားဟု သင်တန်းသူ၊သားများအား မေးပေးပါ။ (ခွဲစိတ်မှုပြုလုပ်ပြီး ပြောင်းလဲမှုကို မဆိုလိုပါ။)
- And then, ask the participants the following questions:
- ထို့နောက် သင်တန်းသူ၊သားများအား အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပေးပါ။
    - What types of behaviors are masculine?
    - မည်သည့်အမျိုးအစားများသည် ယောကျ်ားပီသသော အပြုအမူများ ဖြစ်သနည်း။
    - What types of behaviors are feminine?
    - မည်သည့်အမျိုးအစားများသည် မိန်းမပီသသော အပြုအမူများ ဖြစ်သနည်း။
- Next distribute the cards describing masculine traits and feminine traits among participants and ask them to place them where appropriate under the two headings (male or female).
- ယောကျ်ားပီသသော ဗီဇဉာဉ်များနှင့် မိန်းမပီသသော ဗီဇဉာဉ်များဟု ရေးသားထားသည့် ကဒ်များကို သင်တန်းသူ၊သားများသို့ ပေးပြီး သင့်တော်ရာ ကော်လံ (ကောင်လေး၊ သို့မဟုတ် ကောင်မလေး) အောက်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများအား ကပ်ခိုင်းပါ။
- Ask the following questions:
- အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပေးပါ။
    - Are these traits changeable? (Make sure that the participants understand that these traits are changeable. Check back with the biological traits to make sure they are understanding the difference between sex and gender.)
    - ထိုဗီဇဉာဉ်များသည် ပြောင်းလဲနိုင်ပါသလား။ (ထိုဗီဇဉာဉ်များသည် ပြောင်းလဲနိုင်သည်ကို သင်တန်းသူ၊သားများ နားလည်အောင် ပြုလုပ်ပေးပါ။ ထို့နောက် ရှေ့ကဆွေးနွေးခဲ့သည့် မွေးရာပါ ဇီဝလက္ခဏာများကိုလည်း သေချာနားလည်အောင် ပြုလုပ်ပေးပြီး၊ လိင်နှင့် ကျားမဖြစ်တည်မှုတို့၏ ခြားနားချက်ကိုလည်း သိရှိအောင် လုပ်ပေးပါ။)
    - Are they only inherent in women and not in men?
    - ထိုအရာများသည် အမျိုးသမီးများတွင်သာ ရှိသောအရာများဖြစ်ကြပြီး အမျိုးသားများတွင် မရှိသောအရာများ ဖြစ်ကြပါသလား။

Notes to facilitators

While our gender may begin with the assignment of our sex, it doesn't end there. A person's gender is the complex interrelationship between three dimensions:

> – Body: our body, our experience of our own body, how society genders bodies, and how others interact with us based on our body.
> – Identity: our deeply held, internal sense of self as male, female, a blend of both, or neither; who we internally know ourselves to be.
> – Expression: how we present our gender in the world and how society, culture, community, and family perceive, interact with, and try to shape our gender. Gender expression is also related to gender roles and how society uses those roles to try to enforce conformity to current gender norms.

Source: https://www.genderspectrum.org/quick-links/understanding-gender/

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

ကျား-မရေးရာသည်ကျွန်ုပ်တို့၏လိင်အင်္ဂါမွေးရာပါတွဲကပ်ပါရှိမှုနှင့်အစပြုနိုင်သော်လည်းထိုနေရာ၌သာအဆုံးမသတ်ချေ။ လူတစ်ယောက်၏ကျား-မရေးရာသည် ဖြစ်တည်ခြင်းရှုထောင့် (၃)ခုအကြား အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ်နေသော ရှုပ်ထွေးလှသည့် ပတ်သက်ဆက်နွှယ်မှုပင် ဖြစ်သည်။

- ရုပ်ခန္ဓာ။ ကျွန်ုပ်တို့၏ရုပ်ခန္ဓာ၊ ကျွန်ုပ်တို့ရုပ်ခန္ဓာ၏ ဖြစ်ပျက်တွေ့ကြုံမှု၊ လူ့အဖွဲ့အစည်းက လူကိုယ်ခန္ဓာတွေကိုကျား- မပိုင်းခြားမှတ်ယူပုံ၊ နှင့်အခြားသူများက ကျွန်ုပ်တို့၏ရုပ်ခန္ဓာအပေါ် အခြေပြုပြီးကျွန်ုပ်တို့နှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုပုံ။
- မိမိမည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်း ကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာ။ အဖို၊အမ၊ အဖို-အမနှစ်မျိုးစလုံးရောယှက်သောသူ၊ သို့မဟုတ် တစ်မျိုးပင်မဟုတ်သောသူအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့စွဲမြဲစွာယုံကြည်ကိုင်စွဲထားသော၊ အတွင်းမှလာသော မိမိကိုယ်ကိုခံစားသိမြင်ချက်။
- ထုတ်ဖော်သုံးနှုန်းခြင်း။ ကျွန်ုပ်တို့သည်ကျွန်ုပ်တို့၏ကျား-မဖြစ်ခြင်းကိုကမ္ဘာပေါ်၌ အသွင်ဆောင်တင်ပြပုံ။ ထို့ပြင်လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနှင့် မိသားစုများကကျွန်ုပ်တို့၏ကျားဖြစ်ခြင်း-မဖြစ်ခြင်းကိုရှုမြင်ပုံ၊ တုံ့ပြန်ဆက်သွယ်ပုံ၊ ကြိုးစားပုံသွင်းပုံ။ ကျား-မရေးရာထုတ်ဖော်သုံးနှုန်းခြင်းသည် ကျား-မရေးရာအခန်းကဏ္ဍများနှင့် ဆက်စပ်နေပြီးလူ့အဖွဲ့အစည်းကမျက်မှောက်ကာလရှိ ကျား-မရေးရာ စံသတ်မှတ်ချက်များနှင့် အတင်းအကျပ်လိုက်လျောညီထွေမှုရှိအောင် ကြိုးပမ်းရာတွင် ယင်းအခန်းကဏ္ဍများအား အသုံးပြုပုံ။

ရင်းမြစ်ကိုးကား - https://www.genderspectrum.org/quick-links/understanding-gender/

Instructions

- Next read the gender stereotyping cards to the participants and ask them which heading the cards should be put under.

ညွှန်ကြားချက်များ

- ကျား-မရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းနှင့်ဆိုင်သည့်ကဒ်များကို သင်တန်းသူ၊သားများသို့ ဖတ်ပြပေးပြီး မည်သည့်ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် ထားသင့်ကြောင်း မေးပါ။

Notes to facilitators
သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

Men

- Brave, Practical = Household Leader
- Decisive, Practical, Influential = the one who can lead
- Rough = Fighter
- Practical, Practical = the one who can manage
- Short-tempered, Tough = the one who use physical strength

Women

- Polite, Shy = Can control in sex
- Gentle, Mild = Know to take care

- Faltering, Fear = Wavering
- Shy, Dependent = Can manage household chores

ကျား

- ရဲရင့်သည်၊ လက်တွေ့ကျသည် = အိမ်ထောင်ဦးစီး

-	ပြတ်သားးလက်တွေ့ကျ ၊ လွှမ်းမိုးချင်စိတ်ချစ်သူ	= ဦးဆောင်နိုင်သူ
-	ကြမ်းတမ်း	= တိုက်ခိုက်သူ
-	ပြတ်သား၊ လက်တွေ့ကျ	= စီမံခန့်ခွဲနိုင်သူ
-	ဒေါသကြီး၊ ကြမ်းတမ်း	= ခွန်အားသုံး
မ		
-	ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့၊ ရှက်တတ်	= လိင်စိတ်ထိန်းချုပ်နိုင်
-	နူးညံ့၊ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့	= ပြုစုစောင့်ရှောက်တတ်
-	တွေဝေ၊ ကြောက်တတ်	= ယိမ်းယိုင်လွယ်
-	ရှက်တတ်၊ မှီခိုအားထားချင် ၊	= အိမ်တွင်းမှုလုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်

Instructions

ညွှန်ကြားချက်များ

- Direct participant attention to the "masculine" and "feminine" traits and the gender stereotyping cards.
- "ယောကျ်ားပီသသော" စိဇညာဉ်နှင့် "မိန်းမပီသသော" စိဇညာဉ်၊ ကျားမရေးရာတရား သေမှတ်ယူခြင်း ဆိုင်ရာကဒ်များ အပေါ် သင်တန်းသူ၊သားများ အာရုံစိုက်မိအောင် ပြုလုပ်ပေးပါ။
- Using a sample, ask participants if this characteristic is "true" of all men or "true" of all women.
- သင်တန်းနည်းပြမှ နမူနာကဒ်တစ်ခုကိုယူပြီး ထိုကဒ်တွင် ရေးသားထားသည့် အင်္ဂါရပ်များသည် အမျိုးသားများအားလုံး အတွက် မှန်သလား၊ သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးများအားလုံးအတွက် မှန်သလားဆိုပြီး မေးပေးပါ။
- Repeat this line of questioning for both sets of cards.
- ကဒ်များအားလုံးအတွက် အဆိုပါ မေးခွန်းမေးပေးပါ။
- Tell participants that these ideas or beliefs are known as stereotypes.
- ယခုဆွေးနွေးခဲ့သည့် အတွေးအခေါ် ယုံကြည်မှုအားလုံးတို့သည် တရားသေမှတ်ယူထားသော အရာများဖြစ်ကြကြောင်း သင်တန်းသူ၊သားများအား ပြောပြပေးပါ။
- Ask participants to define "stereotype".
- "လူမှုပုံစံ သွင်းခြင်းဟုခေါ်သည့် တရားသေမှတ်ယူခြင်း" ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို သင်တန်းသူ၊သားများအား မေးပါ။
- Ask participants "what is the danger of using stereotypes"?
- "တရားသေမှတ်ယူခြင်းကို အသုံးပြုခြင်းကြောင့်ကြုံတွေ့နိုင်သည့် အန္တရာယ်" ကို သင်တန်းသူ၊သားများအားမေးပါ။

Notes to facilitators

Stereotypes are oversimplified and often inaccurate assumptions about other people and how we expect them to act and behave. Stereotypes often lead to unfair and discriminatory treatment.

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

တရားသေမှတ်ယူခြင်းများသည် ပေါ့ပျက်ပျက်နိုင်သည့်အရာများဖြစ်ကြပြီး မိမိတို့မှ တခြားသူများအပေါ် တွေ့မြင်ချင်သည့်ပုံစံအတိုင်း မရေရာမတိကျသော ယူဆချက်များ ထားရှိခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုသို့ တရားသေမှတ်ယူခြင်း များသည် တရားမျှတမှုမရှိသော၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

Instructions

ညွှန်ကြားချက်များ

- Next take the activities/tasks cards and ask participants:
- ထို့နောက် လုပ်ရှားမှုများအကြောင်းရေးသားထားသည့် ကဒ်များကို ယူပြီး သင်တန်းသူ၊သားများအား မေးပေးပါ။
    - What kind of games did they play in their childhood?
    - ကလေးဘဝတုန်းက မည်သို့သော ကစားနည်းများကို ကစားခဲ့ပါသလဲ။

- Did they receive birthday gifts in childhood?
- သင့်ကလေးဘဝတုန်းက မွေးနေ့လက်ဆောင် ရခဲ့ဖူးပါသလား။
- What chores did they do in their family whey they were young?
- သင်တို့ ငယ်စဉ်တုန်းက … မိသားစုအတွင်းမှာ … ဘယ်လိုအလုပ်တွေ ကူလုပ်ပေးခဲ့ရသလဲ။

- Place the cards under the category given by participants.
- ကဒ်များကို သင်တန်းသူ၊သားများ ထားခိုင်းသည့်နေရာတွင်ထားပါ။
- Ask participants the following questions to begin introducing LGBT concepts related to sex and gender:
- လိင်၊ ကျား၊မရေးရာတို့နှင့် စပ်ဆိုင်နေသည့် LGBT ၏ အခြေခံအယူအဆများအကြောင်း မိတ်ဆက်ပေးရန် အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။
  - How do parents react if their son shows a preference for games or toys that are supposed to be for girls?
  - ယောက်ျားကလေးများသည် မိန်းကလေးများ ကစားသည့် ကစားနည်းများ၊ အရုပ်များကို နှစ်သက်သည့်အခါ ၎င်းတို့၏ မိဘများက မည်သို့ တုံ့ပြန်သနည်း။
  - How do parents react if their daughter shows a preference for games or toys that are supposed to be for boys?
  - မိန်းကလေးများသည် ယောက်ျားလေးများ ကစားသည့် ကစားနည်းများ၊ အရုပ်များကို နှစ်သက်သည့်အခါ ၎င်တို့၏ မိဘများက မည်သို့ တုံ့ပြန်သနည်း။
  - What do you think is the reason for this strong reaction by parents to their children's choice of games and toys?
  - ထိုကလေးများ ကစားသည့် ကစားနည်းများနှင့် ပတ်သက်ပြီး မိဘများက အဘယ့်ကြောင့် ထိုသို့ တုံ့ပြန်ချက်များ ရှိနေသည်ဟု သင်ထင်သနည်း။
  - What influence does stereotyping have on parents?
  - တရားသေမှတ်ယူခြင်းက မိဘများအပေါ်တွင် မည်သည့်လွှမ်းမိုးမှုများ ရှိနေပါသနည်း။

Notes to facilitators

LGBT stands for lesbian, gay, bi-sexual, and transgender. A Transgender person has a gender identity that does not match the sex they were assigned at birth.

The concept of LGBT should be introduced here so that participants begin to make the link between gender stereotypes and discrimination introduced in later modules.

Prejudice and discrimination against members of the LGBT community are reflected in the everyday stereotypes of members of these groups. These stereotypes persist even though they are not supported by evidence, and they are often used to excuse unequal treatment of lesbian, gay and bisexual people.

It is important to make sure that any discussions around LGBT issues are conducted in a respectful manner.

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

LGBTဟူသောအတိုကောက်သည်လိင်တူချစ်သူအမျိုးသမီး၊ လိင်တူချစ်သူအမျိုးသား၊ လိင်နှစ်မျိုးစလုံးကို ချစ်သောသူ၊ နှင့်လိင်ပြောင်းထားသောသူများကိုဆိုသည်။လိင်ပြောင်းထားသောသူ၌ မွေးရာပါတွဲကပ်လျက်ပါရှိသော လိင်နှင့်မတူသော ကျား-မရေးရာ မည်သူမည်ဝါဖြစ်ကြောင်းကိုယ်ပိုင်လက္ခဏာရှိသည်။
သင်တန်းသူ၊ သားများအနေနဲ့နောက်ပိုင်းမော်ဂျူးများထဲ၌မိတ်ဆက်ခဲ့သည့် ကျား-မရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းများနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းတို့ အကြားစတင်ဆက်စပ်ချိတ်ဆက်မှုပြုနိုင်ရန် LGBT ယူဆချက်ကိုဤနေရာ၌ မိတ်ဆက်ပေးသင့်သည်။

LGBTအသိုင်းအဝိုင်းဝင်များအပေါ်မလိုမုန်းထား၍ဘက်လိုက်ဆန့်ကျင်ခြင်းနှင့်ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို႑ာအုပ်စုဝင်များအားနေ့စဉ်ရှုဝတရားသေ မှတ်ယူခြင်းများ၌ထင်ဟပ်တွေ့ရှိရသည်။ ယင်းသို့သောတရားသေ မှတ်ယူခြင်းများ ဆက်လက်တည်ရှိနေကြောင်းသက်သေအထောက်အထားအခိုင်အမာမရှိသော်ငြားလည်းယင်းတရားသေမှတ်ယူခြင်းများကအစဉ်တစိုက်ဖြစ်ပေါ်တည်ရှိနေသည်။ထို့ပြင်လိင်တူချစ်သူအမျိုးသမီး၊ လိင်တူချစ်သူအမျိုးသား၊ လိင်နှစ်မျိုးစလုံးကို ချစ်သောသူများအားမမျှမတပြုမူဆက်ဆံရန်ဆင်ခြေဆင်လက်သဘောဖြင့်ယင်းတရားသေမှတ်ယူခြင်းများကိုမကြာခဏအသုံးချကြသည်။

LGBTအကြောင်းကိစ္စရပ်များနှင့်ပတ်သက်၍ဆွေးနွေးကြရာတွင်အချင်းချင်းအပြန်အလှန်လေးစားလိုက်နာကာဆွေးနွေးတိုင်ပင်ကြရန်အရေးကြီးပါသည်။

Instructions

ညွှန်ကြားချက်များ

- Using the "common Myanmar phrases" cards, ask participants the following questions:
- ထို့နောက် သင်တန်းသူသင်တန်းသားများအား အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆက်မေးပါ။
    - What proverbs have you ever heard about man and woman? (You can say one or two proverbs from the green cards to help the participants come up with them. Then stick the proverbs to the whiteboard/flipchart. It is enough to stick around three proverbs.)
    - ယောက်ျား၊မိန်းမနှင့်ပတ်သက်၍မည်သည့်စကားပုံများကြားဖူးပါသလဲ။ (သင်တန်းသူ၊သားများမှစဉ်းစားရလွယ်ကူစေရန်အစိမ်းရောင်ဖြင့်ရေးထားသောစကားပုံတစ်ခုနှစ်လောက်ပြောနိုင်သည်။ထို့နောက်စကားပုံများကိုကပ်ပေးပါ။စကားပုံ (၃) ခုခန့်သာကပ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။)
    - What do the proverbs reflect? (They reflect cultural and social systems.)
    - စကားပုံတွေကဘာကိုထင်ဟပ်စေသလဲ။ (အဲဒီကာလအတွင်းမှာဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ခေတ်စနစ်နဲ့ယဉ်ကျေးမှုတွေကိုရောင်ပြန်ဟပ်စေတယ်။)

Notes to facilitators

Read the lesson plan and handouts carefully before the session so that you are thoroughly familiar with the subject matter and proposed methodology. Participants MUST understand these concepts in order to successfully complete the course. Prepare all necessary documents and flip charts for each activity.

Prepare the cards in different colour cards (for e.g. 'biological characteristic' in blue and 'behavioural characteristic' in yellow for easy reference)

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

သင်ခန်းစာမစတင်မီ သင်ကြားမည့်အကြောင်းအရာများနှင့် ဝေငှစာရွက်များကို သေချာစွာလေ့လာပါ။ ထိုမှသာ သင်ကြားပေးရမည့်အကြောင်းအရာများနှင့် သင်ကြားနည်းစနစ်များကို သိကျွမ်းနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ သင်တန်း တစ်ခုကို အောင်မြင်စွာ ပြီးစီးဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ထိုအယူအဆများကို နားလည်သိရှိထားရန်မှာ အရေးကြီးကြောင်း သင် တန်းသူ၊သားများအား ပြောပြပေးပါ။

မတူညီသောအရောင်များပါဝင်သည့် ကဒ်များ ပြင်ဆင်ပေးပါ။ (ဥပမာ - ဇီဝလက္ခဏာများကို အပြာရောင်တွင် ရေးပြီး ပြုမူဆောင်ရွက်မှုနှင့်ဆိုင်သည့် လက္ခဏာများကို အဝါရောင်တွင် ရေးပါ။)

Differences between Sex and Gender

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှင့် ကျား-မရေးရာ ကြား ခြားနားချက်များ

Sex လိင်	Gender ကျား-မ
Physical, biologically defined ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုချက်	Socially constructed roles and responsibilities (e.g. division of labour) လူမှုဝန်းကျင်အရတည်ဆောက်ထားသောအခန်းကဏ္ဍများ(ဇာတ်ကောင်များ) နှင့်တာဝန်ဝတ္တရားများ (ဥပမာ - လုပ်အားခွဲဝေပိုင်းခြားခြင်း)
Determined by birth – we are born with it မွေးရာပါ - ဒီတိုင်းမွေးဖွားလာကြသည်။	Gender rules/regulations are learned/imposed – we build them in our own minds ကျား-မရေးရာစည်းမျဉ်း စည်းကမ်းအားသင်ယူသည်၊ လိုက်နာကျင့်ဆောင်ရသည်။ ကျွန်ုပ်တို့စိတ်နှလုံးထဲမှာရိုက်သွင်းယူကြသည်။
Determines our bodily functions ကိုယ်ခန္ဓာ၌ကိုဖြစ်တည်နေသည်။	Difference in dress and behavior ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံနှင့်ပြုမူနေထိုင်ပုံတွင်ခြားနားခြင်း
Same throughout the world – universal ကမ္ဘာအနှံ့အပြား၌လည်းယခုကဲ့သို့ပင်ယူဆကြပါသည်။	Differs between and within cultures – includes variables identifying differences in roles, responsibilities, attitudes, opportunities, expectations, needs and constraints ယဉ်ကျေးမှုများကြားခြားနားကြသည်။ - အခန်းကဏ္ဍ(ဇာတ်ကောင်များ)၊ တာဝန်ဝတ္တရားများ၊ စိတ်နေစိတ်ထားများ၊ အခွင့်အလမ်းများ၊ မျှော်လင့်ချက်များ၊ လိုအပ်ချက်များ၊ နှင့် တာဆီးပိတ်ပင်မှုများအား ဖော်ထုတ်ရာတွင်မတူညီ၊ ပြောင်းလဲတတ် သောအရာများပါဝင်သည်။
Generally unchangeable ယေဘုယျအားဖြင့်မပြောင်းလဲတတ်သော	Changeable over time အချိန်ကာလကြာမြင့်သော်ပြောင်းလဲတတ်သော
No difference observed in place – time – person နေရာဒေသ- အချိန်ကာလ- လူပုဂ္ဂိုလ်စောင့်ကြည့်၊လေ့လာတွေ့ရှိရာ၌မပြောင်းလဲ	Difference observed in place – time – person နေရာဒေသ- အချိန်ကာလ- လူပုဂ္ဂိုလ်စောင့်ကြည့်၊ လေ့လာတွေ့ ရှိရာ၌ ပြောင်းလဲ

Closing Activity (5 mins)
အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၅ မိနစ်)
Ask participants the following questions:
သင်တန်းသူ၊သားများအား အောက်ပါမေးခွန်းများ မေးပါ။

- What is the difference between "Sex" and "Gender"?
- "လိင်" နှင့် "ကျား၊မ" တို့အကြားရှိ ခြားနားချက်များကို ဖော်ပြပါ။
- How do gender stereotypes impact individuals?
- ကျားမရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းများသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အား မည်သို့ သက်ရောက်မှု ရှိသနည်း။
- Gender socialization is the process by which a person acquires his/her identity as a man or a woman. How do gender stereotypes and gender socialization impact individuals?
- ကျားမရေးရာဝင်ဆံ့မှုတွင် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် အမျိုးသားဖြစ်သည် သို့မဟုတ် အမျိုးသမီး ဖြစ်သည်ကို ပြသရန်လိုအပ်သော ဖြစ်စဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ထိုကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူ ခြင်းနှင့် ကျားမရေးရာ ဝင်ဆံ့မှုတို့သည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အ ပေါ်တွင် မည်သို့ သက်ရောက်မှုရှိ သနည်း။

ACTIVITY 2: GENDER STEROTYPING AND GENDER SOCIALIZATION	(15 mins)
လုပ်ရှားမှု ၂ - ကျား၊မ ရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း နှင့် ကျားမရေးရာ လူမှုပုံစံသွင်းခြင်း	**(၁၅ မိနစ်)**
Purpose of Activity: To understand the impact of gender stereotypes and socialization based on the culture and social norms. **လုပ်ရှားမှု၏ရည်ရွယ်ချက်** - ယဉ်ကျေးမှုနှင့်လူမှုရေးစံချိန်စံညွှန်းများအခြေခံ၍လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ကျား-မရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းနှင့်လူမှုပုံစံသွင်းခြင်း၏အကျိုးသက်ရောက်မှု ဖြစ်စဉ်ကိုရှုမြင်နားလည်လာနိုင်စေရန် **Methodology:** Drawing **သင်ကြားရေးနည်းစနစ်** - ပုံဆွဲခြင်း **Handouts:** None **စေ၀ှစာရွက်များ** - မရှိ **Material:** Flipchart, Marker **သင်ထောက်ကူ ပစ္စည်း** - စာရွက်ဖြူကြီး၊ မာကာပင်။	

Instructions

ညွှန်ကြားချက်များ

- Divide the participants into seven groups. Assign the groups as follows:
  Group (1) Draw the picture of a successful engineer
  Group (2) Draw the picture of a successful business person
  Group (3) Draw the picture of an educational officer
  Group (4) Draw the picture of a judge
  Group (5) Draw the picture of a parliament member
  Group (6) Draw the picture of a military officer
  Group (7) Draw the picture of a ward or village tract administrator
- သင်တန်းနည်းပြကအဖွဲ့ (၇) ဖွဲ့ခွဲပါ။ တစ်ဖွဲ့စီကိုအောက်ပါအတိုင်းညွှန်ကြားချက်ပေးပါ။
  အဖွဲ့ (၁) ထူးချွန်သောအင်ဂျင်နီယာတစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။
  အဖွဲ့ (၂) အောင်မြင်နေသောစီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်တစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။
  အဖွဲ့ (၃) ပညာရေးမှူးတစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။
  အဖွဲ့ (၄) တရားသူကြီးတစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။
  အဖွဲ့ (၅) လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်တစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။
  အဖွဲ့ (၆) စစ်ဘက်ဆိုင်ရာအရာရှိကြီးတစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။
  အဖွဲ့ (၇) ရပ်ကွက်နှင့်ကျေးရွာအုပ်ချုပ်ရေးမှူးတစ်ဦး၏ပုံကိုဆွဲပါ။ ဆွေးနွေးပုံဆွဲ - (၁၀မိနစ်)

- The facilitator should encourage participants to think about the culture and social norms in drawing the picture.
- သင်တန်းနည်းပြကသင်တန်းသူသင်တန်းသားများအားအဆိုပါပုံများကိုရေးဆွဲရာတွင်သင်တန်းသူသင်တန်းသားများအနေဖြင့်မိမိတို့၏လက်တွေ့ဘဝလူမှုပတ်ဝန်းကျင်ရှိယဉ်ကျေးမှုနှင့်လူမှုရေးစံချိန်စံညွှန်းများအဓိကထားထည့်သွင်းစဉ်းစားပြီးသရုပ်ပေါ်လွင်အောင်ရေးဆွဲရန်တိုက်တွန်းပါ။
- Ask groups to tape their drawing on the wall when complete.
- ထို့နောက်တစ်ဖွဲ့စီကဆွဲထားသောပုံများကိုသင်တန်းသူသင်တန်းသားများအားလုံးမြင်သာသည့်နံရံတွင်ပုံများကိုကပ်ပါ။

Closing Activity (5 mins)
အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၅ မိနစ်)
Ask participants the following questions:
အောက်ပါမေးခွန်းများကို သင်တန်းသူ၊သားများအား မေးပါ။

- ➢ Which picture shows a man? Which picture shows a woman? Why?
- ➢ How do these pictures show gender-stereotyping, and gender-socialization?
- ➢ How do these pictures show the culture of society as it relates to gender?
- ➢ မည်သည့်ပုံက အမျိုးသားပုံဖြစ်ပြီး မည်သည့်ပုံက အမျိုးသမီးပုံ ဖြစ်သနည်း။ အဘယ့်ကြောင့်နည်း။
- ➢ ထိုပုံများသည် ကျားမရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းနှင့် ကျားမရေးရာ ဝင်ဆံ့နိုင်မှုတို့ကို မည်သို့ ပြသနေသနည်း။
- ➢ ကျားမရေးရာနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် လူမှုဓလေ့ထုံးစံကို ထိုပုံများက မည်သို့ ဖော်ပြနေသနည်း။

ACTIVITY 3: GENDER ROLES	**(20 mins)**
လှုပ်ရှားမှု ၃ - ကျား-မ ရေးရာအခန်းကဏ္ဍများ	**(၂၀ မိနစ်)**
Purpose of Activity: To understand how gender roles lead to gender division of labour. **လှုပ်ရှားမှု၏ရည်ရွယ်ချက်** - ကျားမရေးရာအခန်းကဏ္ဍသည် ကျားမရေးရာအလုပ်ခွဲဝေ၊ လုပ်ဆောင်ခြင်းသို့ မည်သို့ဦးတည်သွားသည်ကို နားလည်သဘောပေါက်စေရန် **Methodology:** Brainstorming and group work **သင်ကြားရေးနည်းစနစ် -** ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း၊ အုပ်စုဖွဲ့ဆောင်ရွက်ခြင်း **Handout(s):** None **ဝေငှစာရွက်များ - မရှိ** **Materials:** Flipchart with 3 columns and two sticky note colors **သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ -** အပိုင်း (၃) ပိုင်းခွဲရေးထားသော စာရွက်ဖြူကြီး၊ စတစ်ကီနုတ်အရောင် ၂ ခု။	

Instructions

- Explain to participants that roles in a community can be divided into three major categories: productive, reproductive, and community roles.
- Write each of these roles at the top of a large white paper and draw a column. For each category, give participants a definition and help them to come up with examples for each. When coming up with such examples, ask the participants to give examples based upon their actual experiences in the community.
- Ask participants to think about the activities that women/girls perform and the activities that men/boys perform in daily life in Myanmar.

ညွှန်ကြားချက်များ

- သင်တန်းသားများအား လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်းတွင် အခန်းကဏ္ဍများကို အုပ်စုသုံးစုခွဲနိုင်ကြောင်းကိုရှင်းပြပါ။ (ထုတ်လုပ်မှု (ဝင်ငွေရသည့်အလုပ်)၊ မျိုးဆက်ပြန့်ပွားမှု (ဝင်ငွေမရသောအလုပ် (သို့) ပံ့ပိုးပေးရသည့်အလုပ်) နှင့် ရပ်ရွာအရေးအခန်းကဏ္ဍများ)။
- ထိုအခန်းကဏ္ဍ တစ်ခုချင်းစီအား စက္ကူဖြူစာရွက်ကြီးပေါ်တွင်ဇယားခွဲ၍ ရေးချပါ။ ထိုအုပ်စုတစ်ခုချင်းစီအတွက် သင်တန်းသားများအား အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်တစ်ခုစီပေး၍ ဥပမာများရရှိလာစေရန်ကူညီပေးပါ။ထိုကဲ့သို့စဉ်းစားရာတွင်လူမှုပတ်ဝန်းကျင်တွင်တကယ်တွေ့ရှိရသောအရာများပေါ်တွင်အခြေခံ၍ဥပမာများကိုပေးစေပါ။

Notes to facilitators

Productive **ဝင်ငွေရသော အလုပ် (သို့) ကုန်ထုတ်လုပ်ရသည့် အလုပ်**	**Reproductive** **ဝင်ငွေမရသော အလုပ် (သို့) ပံ့ပိုးပေးရသည့် အလုပ်**	**Community** **လူမှု အသိုင်းအဝန်း (ရပ်ရွာ အရေး)**	
Planting crops ကောက်ပဲသီးနှံ စိုက်ပျိုးခြင်း	Child bearing ကလေး မွေးဖွားခြင်း	**Supporting Roles** **ပံ့ပိုးရသော အခန်းကဏ္ဍများ** **(ဇာတ်ကောင်များ)**	**Leading Roles** **ဦးဆောင်ရသော အခန်းကဏ္ဍများ** **(ဇာတ်ကောင်များ)**
Animal husbandry သားငါးမွေးမြူခြင်း	Child rearing ကလေးအားကြီးပြင်းအောင်ကျွေးမွေးစောင့် ရှောက်ခြင်း	Go to social activities and help in cooking and help to accommodate. သာရေးနာရေးများတွင်ချက်ပြုကူညီခြင်း၊ သွား ရောက်ခြင်း ၊ နေရာထိုင်ခင်းများစီစဉ်ပေးခြင်း	Community leader လူ့အဖွဲ့အစည်း ခေါင်းဆောင်
Gardening ဥယျာဉ်ခြံ လုပ်ငန်း	Caring for the sick နာမကျန်းဖြစ်သူများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း		Oratory ဟောပြောခြင်း
Produce goods andservices ကုန်စည်နှင့်ဝန်ဆောင်မှုများ ထုတ်လုပ်ခြင်း	Food preparation အစားအသောက်ပြင်ဆင်ခြင်း		

Instructions

ညွှန်ကြားချက်များ

- Distribute blue and pink post-its. Blue to represent men and pink to represent women.
- အပြာရောင်နှင့်ပန်းရောင်တွဲဖက်ကပ် (post-its) များကိုဝေပေးပါ။အပြာရောင်သည် အမျိုးသားများအား ကိုယ်စားပြုပြီး ပန်းရောင်သည်အမျိုးသမီးများအား ကိုယ်စားပြုသည်။
- Make sure each participant receives at least 5 of each colour.

- သင်တန်းသူ၊သားတစ်ယောက်ချင်းစီအနည်းဆုံးအရောင်တစ်ရောင်၏၅ခုစီ (သို့မဟုတ်) ၃ ခုစီ လက်ခံရရှိ ကြောင်း သေချာစေပါ။
- Invite participants to put blue post-its under the column performed by men and the pink post-its under the column for women. (15 minutes)
- သင်တန်းသူ၊သားများအား အပြာရောင်တွဲဖက်ကပ်များကို အမျိုးသားများလုပ်ဆောင်သည့် ခေါင်းလိုက်စာတန်းကွက်အောက်တွင်ကပ်ပေးဖို့ဖိတ်ခေါ်ပါ။ ထို့အပြင်ပန်းရောင်တွဲဖက်ကပ်များကို အမျိုးသမီးများလုပ်ဆောင်သည့် ခေါင်းလိုက်စာတန်းကွက်အောက်တွင်ကပ်ပေးဖို့ဖိတ်ခေါ်ပေးပါ။ (၁၅ မိနစ်)

Closing Activity (5 mins)

အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၅ မိနစ်)

Ask participants the following questions:

သင်တန်းသူ၊သားများအားအောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ။

- Where do you see most of the post-it's for men?
- အမျိုးသားများအတွက်တွဲဖက်ကပ်(post-it's) များကိုဘယ်နေရာမှာအများဆုံးများမြင်ရသလဲ။
- Where do you see most of the post-it's for women?
- အမျိုးသမီးများအတွက်တွဲဖက်ကပ်(post-it's)များကိုဘယ်နေရာမှာအများဆုံးများမြင်ရသလဲ။
- What does this tell us about the factors that influence a person's role in their community?
- ဤအရာသည်လူ့မှုအသိုင်းအဝန်းထဲမှာလူတစ်ယောက်၏အခန်းကဏ္ဍကိုလွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင်ထားသည့်အခြေခံအကြောင်းရင်းနှင့်ပက်သက်၍ဘာကိုပြောပြနေပါသလဲ။
- How would you characterize the amount of labour done by men? Done by women?
- အမျိုးသားများ/အမျိုးသမီးများလုပ်ဆောင်ပြီးမြောက်သောလုပ်အားပမာဏကိုဘယ်လိုသွင်ပြင်လက္ခဏာဖော်ဆောင်မလဲ။

Notes to facilitators

Summarise the session by explaining that this exercise illustrates the gender division of labour between male and female. Be sure to note how this exercise highlights women's triple role in a community.

To help participants to understand the triple role more clearly, draw on a participant that is a mother to describe a normal day in her life and ask for the other participants to identify if the activities in her day are productive, reproductive or community work. For comparison, ask a father in the group to describe his normal day and identify the differences between his days and the mother's day and the work they do.

သင်တန်းနည်းပြများ အတွက် မှတ်စုများ

ဤလေ့ကျင့်ခန်းသည် ယောကျ်ားနှင့်မိန်းမကြား ကျား-မရေးရာ အလုပ် ခွဲဝေမှုကို ပုံဆောင်ပြသကြောင်း ရှင်းပြကာ အစီအစဉ်အား အကျဉ်းချုပ်ပါ။ ဤ လေ့ကျင့်ခန်းသည်လူမှုအသိုင်းအဝန်းတွင် အမျိုးသမီးများ၏ သုံးဆသော အခန်းကဏ္ဍ (ဇာတ်ကောင်) ကို ဘယ်လိုအသားပေးထားကြောင်း သေချာမှတ်သားပါ။

သင်တန်းသူ၊သားများ triple role (**အမျိုးသမီးများ၏အခန်းကဏ္ဍ သုံးမျိုး**) အကြောင်းပိုမိုရှင်းလင်းစွာ နားလည်စေရန် သင်တန်းသူများထဲမှ မိခင်တစ်ဦးကို ဖိတ်ခေါ်ကာ သူမ၏ တစ်နေ့တာပုံမှန်လုပ်ဆောင်ချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုစေပါ။ ထို့နောက် သင်တန်းသူ၊သားများကို သူမကလုပ်ဆောင်ချက်များအား ဝင်ငွေရသောအလုပ်၊ ဝင်ငွေမရသောအလုပ် သို့မဟုတ် ပရဟိတအလုပ် စသဖြင့် ခွဲခြားစေပါ။ နှိုင်းယှဉ် သုံးသပ်ကြည့်ရန်အတွက် သင်တန်းသားထဲမှ ဖခင်တစ်ဦးကို ဖိတ်ခေါ်ပြီး သူ၏တစ်နေ့တာပုံမှန်လုပ်ဆောင်ချက်များကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုစေပြီး သူ၏တစ်နေ့တာနှင့် မိခင်များ၏ တစ်နေ့တာတို့၏ ကွဲပြားချက်များကို ဖော်ထုတ်စေပါ။

Women's Triple Role

A triple role refers to the multiple burdens that occur when women work longer and more fragmented days than men, as they are usually involved in three different gender roles: productive work (production of goods and services for consumption by the household or for income), reproductive work (bearing and rearing children, domestic work and maintenance of the household) and community work (provision and maintenance of resources and services used by everyone: water supply, health care, education, leadership). Men tend to be more involved in community and productive work.

အမျိုးသမီးများ၏ အခန်းကဏ္ဍသုံးမျိုး

အခန်းကဏ္ဍ သုံးမျိုးဆိုသည်မှာ အမျိုးသမီးများသည်မတူညီသည့် ကျား-မရေးရာ အခန်းကဏ္ဍသုံးခုတွင် ပါဝင်ပတ်သက်နေရသည့်အတွက်ကြောင့် အမျိုးသားများထက် ကာလရှည်ကြာ၊နေ့ရက်ပိုင်းများစွာ အလုပ် လုပ်ဆောင်လာသောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာသည် တာဝန်ဝတ္တရားဝန်ထုတ်ဝန်ပိုးများကိုရည်ညွှန်းသည်။ ဝင်ငွေရသောအလုပ် (သို့) ကုန်ထုတ်လုပ်သောအလုပ် (အိမ်သူအိမ်သားများ စားသောက်ရန်အတွက် သို့မဟုတ်ဝင်ငွေရရှိရန်အတွက် ကုန်စည်နှင့်ဝန်ဆောင်မှုများ ထုတ်လုပ်ခြင်း)၊ ဝင်ငွေမရသောအလုပ် (သို့) ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရသောအလုပ် (ကလေး မွေးဖွားခြင်းနှင့်ကြီးပြင်းစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ အိမ်မှုကိစ္စ နှင့် အိမ်ထောင်အားထိန်းသိမ်းခြင်း) နှင့် အဖွဲ့အစည်းအလုပ် (လူတိုင်းအသုံးပြုသည့် အရင်းအမြစ်များနှင့်ဝန်ဆောင်မှုများအား စီစဉ်ပေးခြင်းနှင့်ထိန်းသိမ်းခြင်း။ ရေပေးဝေခြင်း၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ ပညာရေး၊ ခေါင်းဆောင်မှု)။ အမျိုးသားများသည် လူမှုအဖွဲ့အစည်းနှင့် ဝင်ငွေရရှိသော လုပ်ငန်းတွင် ပို၍ပါဝင်လေ့ရှိသည်။

Facilitators should add the following points if they have not been identified during the discussion

The women's roles are interior and private while men's roles are external and visible/public. The women's roles are not very remunerative in terms of money, respect, power whereas those of men are highly appreciated as they fall within the productive category. Men's responsibilities are associated with economic and social capacity and with protected rights making it possible for them to exert power over women. Women's responsibilities are associated with minor rights, which leads to social and economic dependence and subordination compared to men.

သင်တန်းသားများဆွေးနွေးရာတွင် ထိုအခန်းကဏ္ဍများကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းမပြုလုပ်နိုင်ပါက သင်တန်းနည်းပြများမှ အောက်ပါအချက်များကို ပေါင်းထည့်ရမည်ဖြစ်သည်။

အမျိုးသမီးများ၏ အခန်းကဏ္ဍများသည် သီးသန့်ဖြစ်၍ အတွင်းပိုင်းကျသည်။ တစ်ဖက်တွင်မူ အမျိုးသားများ၏ အခန်းကဏ္ဍမှာ အပြင်ပိုင်းကျ၍ မြင်သာထင်သာရှိသည်/လူသိရှင်ကြားဖြစ်စေသည်။ အမျိုးသမီးများ၏ အခန်းကဏ္ဍ မှာငွေကြေးအရ၊ ရိုသေသမှုလေးစားမှုအရ၊ အာဏာအရ ခံစားခွင့်များမြင့်မားခြင်းမရှိပေ။ အခြားတစ်ဖက်တွင်မူ အမျိုးသားများသည် ထုတ်လုပ်မှု အုပ်စုတွင် ပါဝင်ပါက မြင့်မြင့်မားမား အသိအမှတ်ပြုခြင်းခံရသည်။ အမျိုးသားများ၏ တာဝန်များမှာ စီးပွား ရေးနှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ စွမ်းရည်နှင့် စပ်ဆိုင်မှုရှိပြီး အမျိုးသမီးများအပေါ်တွင် အာဏာအသုံးပြုနိုင်စေရန် ဖြစ်နိုင်ခြေ အလားအလာပေးစွမ်းသည့် ကာကွယ်ထားသောအခွင့်အရေးများနှင့် သက်ဆိုင်သည်။ အမျိုးသမီးများ၏ တာဝန်များမှာ လူမှုရေးနှင့် စီးပွားရေးဆိုင်ရာ မှီခိုမှုနှင့် အမျိုးသားများနှင့် ယှဉ်ကြည့်လျှင် ၄င်းတို့ အောက် နိမ့်ပါးမှု လက်အောက်ခံဖြစ်မှုကို ဦးတည်သည့် အရေးပါမှုနည်းပါးသော အခွင့်အရေးများနှင့် သာလျှင် စပ်ဆိုင်သည်။

SUMMARY AND EVALUATION	**(10 mins)**
အကျဉ်းချုပ်နှင့်သုံးသပ်ခြင်း	**(၁၀ မိနစ်)**

Ask participants the following questions:

သင်တန်းသူ၊သားများအားအောက်ပါမေးခွန်းများကိုမေးပါ။

- Why is it important to understand the basic concepts of sex and gender?
- လိင်နှင့် ကျားမ တို့၏ အခြေခံသဘောတရားများကို နားလည်သိရှိရန် အဘယ့်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။
- How do Myanmar cultural and social norms impact gender?
- မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံနှင့် လူမှုရေးရာသတ်မှတ်ချက်များသည် ကျားမရေးရာအကြောင်းအရာများအပေါ်မည်သို့သက်ရောက်မှု ရှိနေသနည်း။
- At the beginning of this session, we reviewed the rule of law principles.
- ယခုအစီအစဉ်၏ အစတွင် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများကို ပြန်နွှေးပေးပါ။
    - How would you describe the link between rule of law and the concepts we have discussed in this session?
    - ယခုအစီအစဉ်တွင် လေ့လာခဲ့သည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးနှင့် အခြေခံသဘောတရားများအကြားရှိ ဆက်စပ်မှု များကိုဖော်ပြပါ။
    - What rule of law principles do you think are related to sex, gender, and gender stereotyping?
    - မည်သည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများသည် လိင်၊ ကျားမနှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းများတွင် ချိတ်ဆက်မှုရှိနေသနည်း။

Handout 1.2.1: Sex and gender role color cards

ဝေငှစာရွက် (၁.၂.၁) - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှင့် ကျား-မ အခန်းကဏ္ဍ

Sex (လိင်) **(Blue - အပြာရောင်)**	
(ကျား) လည်စေ့ မုတ်ဆိတ်မွေး (Male) Adam's apple Beard	**(မ)** သားအိမ် ရင်သားဖွံ့ဖြိုးခြင်း (Female) Ovary Breast Enlargement
Gender (ကျား-မရေးရာအမြင်) **(Yellow-အဝါရောင်)**	
(ကျား) **ရဲရင့်သည်** **ပြတ်သားသည်** **လက်တွေ့ကျ** **ကြမ်းတမ်း** **ယုံကြည်အားထားရ** **လွှမ်းမိုးချင်စိတ်ရှိ** **ဒေါသကြီး** **မကြောက်တတ်** (Male) Brave Concise Practical Not Gentle Reliable Influential Big Frustration Not easy to get frightened	**(မ)** **နာခံတတ်** **နူးညံ့** **စိတ်ခံစားလွယ်** **ကြောက်တတ်** **ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့** **စကားများလျှာရှည်** **တွေဝေ** **ရှက်တတ်** **နှိမ့်ချ** **မှီခိုအားကိုးချင်** (Female) Obedience Gentle Sensitive Easy to get frightened Polite Talkative & Curious Indecisive Shy Degrade oneself/ lower oneself Dependent
Gender Stereotyping **(ကျား-မရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း) (Pink - ပန်းရောင်)**	
(ကျား) ခွန်အားသုံးနိုင်သူ တိုက်ခိုက်လိုသူ	**(မ)** လိင်စိတ်ချုပ်တီးနိုင်သူ အပျိုရည်ထိန်း

ဦးဆောင်နိုင်သူ လိင်စိတ်ပြင်းထန်သူ စီမံခန့်ခွဲနိုင်သူ အိမ်ထောင်ဦးစီး (Male) One who can use the body strength One who is prone to attack others Leadable person One with strong sexual desire Manageable person Head of the family	ပြုစုစောင့်ရှောက်တတ်သူ ယိမ်းယိုင်လွယ်သူ အိမ်တွင်းမှုနိုင်နင်းသူ နောက်လိုက် အားနွဲ့သူ (Female) One who can control the sexual desire Virgin One who knows how to take care of others Changeable and emotional person One who is mastered at doing household job Follower Weak person
Gender Socialization **(ကျား-မ ရေးရာ လူမှုဘဝပုံသွင်းခြင်း)** **(Red - အနီရောင်)**	

ကစားနည်းများ

(ကျား)

ဘောလုံးကန်

သေနတ်ပစ်

(မ)

ထမင်းဟင်းချက်

ဈေးရောင်း

ထုတ်စည်းထိုး

Games

(Male)

Football

Shoot the gun

(Female)

Cooking

Selling

Toke-si-Hote (Myanmar traditional game)

မွေးနေ့လက်ဆောင်ပေးခြင်း

(ကျား)

ဘောလုံး

သေနတ်

ကား၊ လေယာဉ်

(မ)

ဘိုမရုပ်

မီးဖိုချောင်ပစ္စည်း

အဝတ်အစား

Giving the Birthday Present

(Male)

Football

Gun
Car, Airplane
(Female)
Doll
Cooking utensil
Dresses/ clothes

(ကျား)
အလေးအပင်မ
ဖခင်ကူ
သစ်ပင်တတ်
ထင်းခွဲ
(မ)
လျှော်ဖွတ်
ထမင်း၊ ဟင်းချက်
ထမင်းစူးကျွေး
အိပ်ယာခင်း
အိမ်အလုပ်

(Male)
Carry Heavy products
Help Father
Climb the tree
Cutting the Firewood
(Female)
Wash the clothes
Cook the rice and curries
Prepare meals
Make the bed
Household jobs

ယောက်ျား၊ မိန်းမတို့နှင့်ပတ်သက်သော စကားပုံများ
(Green - အစိမ်းရောင်)

မျှားထိုးထားသော စကားပုံ ၄ ခုကိုသာ ကပ်ပေးပါ။
မိန်းမနဲ့ နွား မသနားနှင့်
- **သားကိုသခင်လင်ကိုဘုရား**

ယောက်ျား ဖောင်စီး မိန်းမ မီးနေ
- **စီးတဲ့ရေ ဆည်တဲ့ကန်သင်း**
- **ယောက်ျားကောင်း မောင်းမတစ်ထောင်**
- **မိန်းမကောင်း ပန်းပန် တစ်ပွင့်ပန်**

သောက်သောက်စားစား လူမင်းသား
မသောက်မစား လူ့နွား
သုံးကျောင်းပြောင်းသောအရှင် သုံးလင်ကွာသော မယား
မယားထိ ဓားကြည့်
အရိုးကွဲအောင်ရိုက်မှ အသဲစွဲအောင်ချစ်မည်

Handout 1.2.2: Further Resources Sheet Sex role, Gender role
ဝေငှစာရွက် (၁.၂.၂) - လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍ၊ ကျား-မ အခန်းကဏ္ဍ

Role

A role is a pattern of personal behavior. It is shaped by the status and position of that person in a community and is influenced by one's own opinion and other people's expectations of the role. It is hence culturally, economically and socially determined. Gender roles for men and women fall under the general categories of ‘masculinity’ and ‘femininity’.

အခန်းကဏ္ဍ

အခန်းကဏ္ဍဆိုသည်မှာ တစ်ကိုယ်ရေ ပြုမူကျင့်ကြံနေထိုင်မှု ပုံစံဖြစ်သည်။ ယင်းအား လူမှု့အဖွဲ့အစည်းမှာရှိတဲ့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ အဆင့်အတန်းနှင့် ရပ်တည်ရာနေရာများက ပုံဖော်ပေးသည်။ ထို့ပြင် ယင်းအား မိမိ ထင်မြင်ချက် နှင့် အခြားလူများ၏ အခန်းကဏ္ဍပေါ်မျှော်လင့်ချက်များက လွှမ်းမိုးထိန်းချုပ်ထားသည်။ ထို့ကြောင့် ယင်းအား ယဉ်ကျေးမှု အရသော်လည်းကောင်း၊ စီးပွားရေးအရသော်လည်းကောင်း၊ လူမှုရေးအရသော်လည်းကောင်း အဆုံးအဖြတ်ပေး သည်။ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများအတွက် ကျား-မရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများသည် “ယောကျ်ားဆန်ခြင်း” နှင့် “မိန်းမဆန်ခြင်း” ဆိုသည့် ယေဘုယျ အမျိုးအစား (အတန်းအစား) ထဲတွင်ကျရောက်သည်။

Sex Roles refer to an occupation or biological function for which a necessary qualification is to belong to one particular sex category. For example, pregnancy is a female sex role because only members of the female sex may bear children.

လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများ သည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အတန်းအစား(အမျိုးအစား) တစ်ခုက ပိုင်ဆိုင်သော လိုအပ်သည့် အရည်အချင်းအရ လုပ်ဆောင်သော အလုပ်အကိုင် (သို့) ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာ ဖြစ်ပျက်လုပ်ဆောင်မှုကို ရည်ညွှန်းသည်။ ဥပမာ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း သည် မိန်းမများနှင့်ဆိုင်သော လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍဖြစ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မ-လိင် အုပ်စုဝင်များသာလျှင် ကလေး မွေးဖွားနိုင်သည်။

Gender Roles

Gender roles are what men and women are expected to do and how they are expected to behave towards each other. Gender roles are not biologically determined but are learned behaviors in a given society/community or other special group, that condition which activities, tasks and responsibilities are perceived as for women and for men.

They are different across communities and across the world. They change over time in response to changing circumstances (e.g. during wars, when women take on more leadership roles) and changing ideas about what are acceptable or unacceptable roles and behaviors. They are affected by age, class, race, ethnicity, religion and by the geographical, economic and political environment and circumstances, including development efforts.

Both men and women play multiple roles in society. The gender roles of women in most societies can be identified as reproductive, productive and community management roles, while men are often categorized as either productive or community political roles. Most men are able to focus on a particular productive role and play their multiple roles sequentially. Most women, in contrast to most men, must play their roles simultaneously and balance competing claims on time from each of them.

ကျား-မရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများ

ကျား-မရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများဆိုသည်မှာ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများအား သူတို့ပြုလုပ်ရမည်ဟု မျှော်လင့်၊ ထင်မှတ်ထားသည့် အရာများ နှင့် သူတို့အချင်းချင်း ဘယ်လိုပြုမူဆက်ဆံနေထိုင်ရမည်ဟု မျှော်လင့်၊ထင်မှတ်ထားပုံ များကို ဆိုလို

သည်။ ကျား-မရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများကို ဇီဝဗေဒအရ အဆုံးအဖြတ်ပေးသည် မဟုတ်။ လူ့အဖွဲ့ အစည်း/ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း (သို့) အခြားသော သီးသန့် အုပ်စု တစ်နေရာ ရာ၌ သင်ယူရရှိသည့် ပြုမူကျင့်ကြံနေ ထိုင်မှုပင် ဖြစ်သည်။ မည်သည့် လုပ်ရှားမှုများ၊ တာဝန်ယူလုပ်ဆောင်မှုများ နှင့် တာဝန်ဝတ္တရားများသည် အမျိုးသမီး များ နှင့် အမျိုးသားများအတွက် ဆိုပြီး ထင်မြင်ယူဆကာ ထိုနေရာသည် ထိန်းကြောင်း ကျပ်မတ်ပေးသည်။ ယင်းတို့ သည် လူ့အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုလုံး နှင့် တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ကွဲပြားခြားနားကြသည်။ ယင်းတို့သည် အချိန်ကာလ ကြာမြင့်လာသည်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲလာသော အခြေအနေများ(ဥပမာ.. စစ်မက်ဖြစ်ပွားချိန်၊ အမျိုးသမီးများ ခေါင်းဆောင်မှုအခန်းကဏ္ဍများကို တာဝန်ယူထမ်းဆောင်ချိန်) နှင့် လက်ခံလို့ရသော (သို့) လက်ခံလို့မရသော အခန်းကဏ္ဍများပြုမူကျင့်ကြံပုံများနှင့်ပက်သက်၍ ပြောင်းလဲနေသော တွေးခေါ်ယူဆမှုများအား တုံ့ပြန်ရင်း ပြောင်းလဲကြသည်။ ယင်းတို့အား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင်ကြိုးစား လုပ်ဆောင်မှုများ အပါအဝင် အသက်အရွယ်၊ လူတန်းစား၊ မျိုးနွယ်စု၊ တိုင်းရင်းသားဖြစ်တည်မှု၊ နှင့် ပထဝီမြေအနေအထား၊ စီးပွားရေးနှင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ အသိုက်အဝန်းနှင့်အခြေအနေများက အကျိုးတက်ရောက်စေသည်။
အမျိုးသားများနှင့်အမျိုးသမီးများ နှစ်ရပ်စလုံးသည် လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် အခန်းကဏ္ဍတော်တော်များများကို ရယူထားကြသည်။ လူ့အဖွဲ့အစည်းတော်တော်များများတွင် အမျိုးသမီးများ၏ ကျား-မရေးရာ အခန်းကဏ္ဍများကို ထောက်ပံ့မှုပေးရသော၊ ဝင်ငွေရရှိသော(သို့) ကုန်ထုတ်လုပ်သော နှင့် ရပ်ရွာတွင်စီမံခန့်ခွဲရသော အခန်း ကဏ္ဍများအဖြစ် ခွဲခြားဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး အမျိုးသားများ၏ အခန်းကဏ္ဍများကိုမူ အထူးသဖြင့် ဝင်ငွေရရှိသော (သို့)ကုန်ထုတ်လုပ်သော သို့မဟုတ် ရပ်ရာတွင်း နိုင်ငံရေးအခန်းကဏ္ဍများဖြစ် အတန်းစားသတ်မှတ် ခွဲခြားလေ့ရှိပြီး နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက် အခန်းကဏ္ဍ တော်တော်များများကို ရယူစေသည်။ အမျိုးသားများနှင့်တစ်ခြားစီဖြစ်လျက် အမျိုးသမီးအများစုသည် သူတို့၏ များပြားလှသော အခန်းကဏ္ဍများကို ချက်ခြင်းလက်ငင်း ရယူရသည့် အပြင် တစ်ဦးမှတစ်ဦး၏ လိုသည့်အရည်အချင်းများအား အမြဲတစေ မှန်မှန်ကန်ကန် ဖြည့်စွမ်းပေးရသည်။

Division of Labour

The division of labour relates to the different tasks and responsibilities undertaken by either women or men. The allocation of activities based on sex is learned and clearly understood by all members of a given community/society. The analysis of the division of labour between men and women is crucial because it defines their economic opportunities, constraints and incentives. It determines how they allocate labour time for economically productive activities and their different capacity, flexibility and mobility to respond to economic incentives. There is division of labour in productive, reproductive and community roles.

အလုပ်တာဝန်ခွဲဝေခြင်း

အလုပ်ခွဲဝေခြင်းသည် အမျိုးသမီး သို့မဟုတ် အမျိုးသားမှ ဆောင်ရွက်သော မတူညီသည့် လုပ်ငန်းများ တာဝန်များနှင့် ဆက်စပ်သည်။ လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအခြေခံများပေါ်တွင် မူတည်၍ လှုပ်ရှားမှုများခွဲဝေချထားသတ်မှတ်ပေးခြင်းအား လက်ရှိမျက်မှောက်ခေတ် လူမှုအဖွဲ့အစည်းအသိုင်းအဝိုင်းမှ ရှင်းလင်းစွာ နားလည်သဘောပေါက်ထားပါသည်။ အမျိုးသမီး နှင့် အမျိုးသားကြား အလုပ်ခွဲဝေခြင်းဆိုင်ရာ စိစစ်စိတ်ဖြာမှုသည် အရေးပါ ပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုအရာသည် ၎င်းတို့၏ စီးပွားရေးအခွင့်အလမ်းများ၊ ကန့်သတ်ချက်များနှင့် ဆွဲဆောင်မှုမက်လုံးများကို အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ် ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် စီးပွားရေးအရ ထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုများအတွက် အလုပ်ချိန်ကို မည်သို့ သတ်မှတ်သည်နှင့် စီးပွားရေး မက်လုံးများကို တုံ့ပြန်ရန် မတူညီသော ရွေ့လျားနိုင်စွမ်း၊ ပြောင်းလဲနိုင်မှုနှင့် စွမ်းရည်တို့ကို အဆုံးအဖြတ်ပေးသော ကြောင့်ဖြစ်သည်။

Productive Roles

Productive activities are carried out by both women and men in order to produce goods and services, either for sale for income, for exchange, or to meet the subsistence needs of the family or household. For example, in agriculture, productive activities include planting, animal husbandry and gardening. They refer to farmers themselves or to other people as employees. The income from productive work is usually counted in the national statistics and the roles are visible.

ထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာ(ဝင်ငွေရသော) အခန်းကဏ္ဍများ

ကုန်စည်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ထုတ်လုပ်ရန်အလို့ငှာ သို့မဟုတ် ဝင်ငွေအတွက် ရောင်းချရန်အတွက် လဲလှယ်ရန်အတွက် သို့မဟုတ် မိသားစု သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်စု တစ်ခု၏ စားဝတ်နေရေးလိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းဖို့ရန်အတွက် ထုတ်လုပ်မှု ဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများအား အမျိုးသားရော အမျိုးသမီးများပါ လုပ်ဆောင်ကြသည်။ ဥပမာ စိုက်ပျိုးရေး ကဏ္ဍရှိ ထုတ်လုပ်မှု ဆောင်ရွက်ချက်များ၌ အပင်စိုက်ခြင်း တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေးနှင့် ဥယျာဉ်ခြံ လုပ်ငန်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် မိမိကိုယ်ကိုယ်မိမိ လယ်သမားများအဖြစ် ရည်ညွှန်းအမည်နာမပြုပြီး အခြားသူ များအတွက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးလျှင် လုပ်သားများဟု ရည်ညွှန်းသည်။ ထုတ်လုပ်မှု လုပ်ငန်းမှ ဝင်ငွေကို နိုင်ငံတွင်း အချက် အလက်အဖြစ် ထည့်သွင်းသတ်မှတ်ပြီး အခန်းကဏ္ဍများမှာ မြင်သာထင်သာရှိသည်။

Reproductive Roles

Reproductive roles are the activities needed to ensure the reproduction and maintenance of society's labour force. They include child bearing, child rearing and care for family members such as children, older people, the sick and workers; e.g. food preparation, water and fuel collection, housekeeping and family health roles. These roles are usually unpaid and are very often excluded from national employment and income statistics because they are viewed as non-economic activities. They are usually carried out by women.

ပံ့ပိုးထိန်းသိမ်း၊ထောက်ပံ့ပေးသော (ဝင်ငွေမရသော)အခန်းကဏ္ဍများ

မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေးဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း၏ အလုပ်သမားအင်အားစု ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက် ခြင်းနှင့် မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေးကို သေချာစေရန်အတွက် ဆောင်ရွက်ရသော လှုပ်ရှားမှုများဖြစ်သည်။ ထိုကဏ္ဍများတွင် ကလေး မွေးဖွားခြင်း၊ ရင်သွေးအား ဂရုစိုက်ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် ကလေးငယ်များ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ နာမကျန်းဖြစ် နေသူများနှင့် အလုပ်သမားများအတွက် စောင့်ရှောက်မှုတို့ပါဝင်သည်။ ဥပမာ အစားအသောက် ပြင်ဆင်ပေးခြင်း၊ ရေနှင့် လောင်စာစုဆောင်းခြင်း၊ အိမ်မှုကိစ္စအလုပ်များနှင့် မိသားစုကျန်းမာရေးကဏ္ဍတို့ဖြစ်သည်။ ထို အခန်းကဏ္ဍများသည် ပုံမှန်အားဖြင့် လုပ်ခလစာဖြင့် လုပ်ဆောင်ရသော အလုပ်များမဟုတ်ပေ။ တိုင်းပြည်မှ သတ်မှတ်ထားသော အလုပ်ခန့်ထား မှုများနှင့် ဝင်ငွေပြကိန်းဂဏန်းဇယားတွင်လည်း မပါဝင်ပေ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆို သော် ထိုအခန်းကဏ္ဍများအား စီးပွားရေးနှင့် မစပ်လျဉ်းသော လှုပ်ရှားမှုများအဖြစ် ရှုမြင်သုံးသပ်ကြသောကြောင့် ဖြစ် သည်။ ထိုလုပ်ငန်းများကို အမျိုးသမီးများမှ အမြဲတစေဆိုသလိုပင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရသည်။

Community Roles

Community roles are activities undertaken at the community level as an extension of reproductive roles to ensure the provision and maintenance of scarce resources of collective consumption, such as water, health care and education. Both men and women engage in community activities.

လူမှုအဖွဲ့အစည်း(ရပ်ရွာ) အခန်းကဏ္ဍများ

လူမှုအဖွဲ့အစည်း အခန်းကဏ္ဍများဆိုသည်မှာ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ရေ စသည့် စုပေါင်း သုံးစွဲကြသည့် ရှားပါးရင်းမြစ်များကို ထိန်းသိမ်းပြုပြင်ခြင်းနှင့် အထောက်အပံ့ပေးခြင်းကို သေချာစေရန် မျိုးဆက်ပြန့်ပွားရေး၏ ထပ်တိုး ဆောင်ရွက်ချက်အဖြစ် လူမှုအဖွဲ့အစည်း အဆင့်တွင် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်သော လှုပ်ရှားဆောင် ရွက်မှုများဖြစ်သည်။ အမျိုးသမီးရော အမျိုးသားပါ လူမှုအဖွဲ့အစည်းလှုပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်ကူညီဆောင်ရွက်ကြသည်။

Community Management Roles

Community management roles are the collective organization of social events and services, e.g. ceremonies and celebrations, road and dam construction and maintenance. These roles are seldom considered in economic analysis of communities. They involve considerable volunteer and unpaid work in 'free' time and are important for the cultural development of communities. Both men and women engage in community management roles.

လူမှုအဖွဲ့အစည်း စီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများ

လူမှုအဖွဲ့အစည်း စီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများသည် လူမှုရေးလှုပ်ရှားမှုများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများဆိုင်ရာ စုပေါင်း ပြုလုပ်သည့် စီမံဆောင်ရွက်မှုများဖြစ်သည်။ ဥပမာ ပွဲလမ်းသဘင်အခန်းအနားများ၊ ဆည်နှင့် လမ်းပြုပြင်မွမ်းမံ ခြင်းနှင့် တည်

ဆောင်ခြင်း တို့ဖြစ်သည်။ ထိုအခန်းကဏ္ဍများအား လူမှုအဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ စရိတ်စကသက်သာရေး စိစစ်စိတ်ဖြာမှုအတွက် ထည့်သွင်းစဉ်းစားခဲသည်။ ထိုအခန်းကဏ္ဍများတွင် စေတနာ့ဝန်ထမ်းနှင့် အားလပ်ချိန်များတွင် လုပ်ခလစာမဲ့ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းတို့ပါဝင်သည်။ ထိုအခန်းကဏ္ဍများသည် လူမှုအဖွဲ့ အစည်း၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် အရေးကြီးပါသည်။ အမျိုးသမီးရော အမျိုးသားပါ လူမှုအဖွဲ့ အစည်း စီမံခန့်ခွဲမှု အခန်းကဏ္ဍ တွင် ပါဝင်ကူညီဆောင်ရွက်ကြသည်။

Community Politics Roles

Community politics roles are activities undertaken at the community level and organised at the formal political level, often within the framework of national politics. These roles are usually undertaken by men and may be paid directly or result in increased power and status.

လူမှုအဖွဲ့ အစည်းနှင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများ

လူမှုအဖွဲ့ အစည်းနှင့် နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ အခန်းကဏ္ဍများသည် လူမှုအဖွဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းအဆင့်တွင် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်သော လုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများဖြစ်ပြီး နည်းလမ်းတကျဖြစ်သော နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ အဆင့်တွင် စုစည်းစီမံသည်။ ထို ဆောင်ရွက်မှုအား များသောအားဖြင့် အမျိုးသားအဆင့် နိုင်ငံရေးမူဘောင်အတွင်းတွင် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ အမြဲ တစေဆိုသလိုပင် ထိုအခန်း ကဏ္ဍများအား အမျိုးသားများမှ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပြီး လစာတိုက်ရိုက်ရရှိကောင်း ရရှိနိုင်သည် သို့မဟုတ် အာဏာနှင့် အဆင့်အတန်းမြင့်မားခြင်းအကျိုးကို ခံစားရသည်။

Women's Triple Role

A triple role refers to the multiple burdens that occur when women work longer and more fragmented days than men, as they are usually involved in three different gender roles: productive work (production of goods and services for consumption by the household or for income), reproductive work (bearing and rearing children, domestic work and maintenance of the household) and community work (provision and maintenance of resources and services used by everyone: water supply, health care, education, leadership). Men tend to be more involved in community and productive work.

အမျိုးသမီးများ၏ အခန်းကဏ္ဍသုံးမျိုး

အခန်းကဏ္ဍသုံးမျိုးဆိုသည်မှာ အမျိုးသမီးများ အလုပ်ကို အမျိုးသားများထက် ပိုမိုအချိန်ကြာမြင့်စွာလုပ်ဆောင်ရပြီး နေ့ရက်အစိတ်အပိုင်း တော်တော်များများတွင်လည်း အမျိုးသားများထက် ပိုမိုလုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရချိန်တွင် ဖြစ်ရသည့် မြောက်များစွာသောဝန်ကို ရည်ညွှန်းသည်။ ဤသို့ဖြစ်ရခြင်းမှာ အမျိုးသမီးများသည် မတူညီသော ကျားမ ရေးရာ ကဏ္ဍသုံးခုတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့မှာ ထုတ်လုပ်မှုဆိုင်ရာ အလုပ် (အိမ်ထောင်စု စားသုံးမှုအတွက် သို့ ဝင်ငွေရရှိရန်အတွက် ကုန်ထုတ်လုပ်ခြင်း နှင့် ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်း)၊ မျိုးဆက်ပြန့် ပွားရေးလုပ်ငန်း (အိမ်ထောင်သားမွေးခြင်း နှင့် ရင်သွေးအား ပြုစုကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ အိမ်ထောင့်တာဝန်များ နှင့် အိမ်မှုအလုပ်ကိစ္စများ) နှင့် လူမှုအဖွဲ့ အစည်းဆိုင်ရာအလုပ်များ (လူတိုင်းအသုံးပြုသည့် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ရင်းမြစ်များအား ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် အထောက်အပံ့ပေးခြင်း ဥပမာ ရေအထောက်အပံ့၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု၊ ပညာရေးနှင့် ဦးစီးဦးဆောင်မှုပြုခြင်း) တို့ဖြစ်သည်။ အမျိုးသားများသည် လူမှုအဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာနှင့် ထုတ်လုပ်မှု ဆိုင်ရာ အလုပ်များတွင်သာ ပါဝင်ဆောင်ရွက် လေ့ရှိကြသည်။

Module 1.3: Inequality and Discrimination
အစီအစဉ် (၁.၃) - တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု

Purpose of Session: To understand the link between gender stereotypes, inequality, and discrimination.
အစီအစဉ်၏ ရည်ရွယ်ချက် - ကျားမ ဆိုင်ရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း၊ တန်းတူညီမျှမှု မရှိခြင်းနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကြားတွင်ရှိသော ချိတ်ဆက်မှုကို နားလည်သဘောပေါက်ရန်။

Outcomes, Skills and Methodologies
ရလဒ်များ၊ ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့်သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ

Outcomes:	ရလဒ်များ။
As a result of this session, participants will be able to: • Explain how gender stereotypes affect laws and policies. • Explain how equality may be experienced differently for men and women. • Define equality as it is described in CEDAW.	ဤအစီအစဉ်တက်ရောက်ရခြင်း၏ရလဒ်အဖြစ်သင်တန်းသူ၊ သားများသည် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်လာနိုင်မည် - • ကျားမဆိုင်ရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းသည် ဥပဒေများနှင့် မူဝါဒများကို မည်ကဲ့သို့ သက်ရောက်မှုရှိသည်ကို ရှင်းပြနိုင်မည်။ • တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်းသည် အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများ တွေ့ကြုံရခြင်း မတူညီမှုများကို ရှင်းပြလာနိုင်မည်။ • CEDAW တွင် ဖော်ပြထားသော တန်းတူညီမျှမှု၏ အဓိပ္ပါယ်ကို သတ်မှတ်လာနိုင်မည်။

Skills:	ကျွမ်းကျင်မှုများ
In this session participants will practice the following skills: • Brainstorming • Making persuasive statements • Analysis • Critical Thinking	ဤအစီအစဉ်တွင်သင်တန်းသူ၊သားများသည်အောက်ပါကျွမ်းကျင်မှုများကိုလေ့ကျင့်ကြရမည်။ • ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း • ဆွဲဆောင်မှုရှိသော ထွက်ဆိုချက်များ ပြုလုပ်ခြင်း • ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း • အချက်ကျကျ တွေးတောခြင်း

Methodologies:	သင်ကြားရေးနည်းစနစ်များ
In this session participants will practice the following training methodologies: • Take a Stand • Brainstorming • Group Work • Comparative Analysis	ဤအစီအစဉ်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများသည် အောက်ဖော်ပြပါ သင်ကြားနည်း နည်းပညာများကို လေ့ကျင့်ကြရမည်။ • မိမိရပ်တည်ချက်ကို တင်ပြခြင်း • ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း • အဖွဲ့လိုက်လုပ်ဆောင်ခြင်း • ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှုများကို နှိုင်းယှဉ်လေ့လာမှုပြုခြင်း

Rule of Law Principles
တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး မူများ

The following rule of law principles are relevant to this session: • Non-discrimination • Human Rights • Equality	အောက်ဖော်ပြပါ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး မူများသည် ဤအစီအစဉ်နှင့် စပ်ဆိုင်မှု ရှိသည်။ • ခွဲခြားဆက်ဆံမှု မရှိခြင်း • လူ့အခွင့်အရေး • တန်းတူညီမျှရှိခြင်း

Preparation
ပြင်ဆင်ပုံ

Materials:	သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ၊
For this session you will need: • Pre-written position statement for Activity 1 • Agree/Disagree Signs	ဤအစီအစဉ်အတွက် သင်သည် အောက်ဖော်ပြပါများကိုလို အပ်ပါလိမ့်မည်။ • လှုပ်ရှားမှု ၁ အတွက် ကြိုတင်ရေးသားထားသော ရပ်တည်မှု ထွက်ဆိုချက်များ • သဘောတူမှု၊ သဘောမတူမှု ဆိုသည့် သင်္ကေတများ

Handouts:	ဝေငှစာရွက်များ
In this session participants will use: • 1.3.1 Woman Photos • 1.3.2 Man Photos • 1.3.3 Myanmar Laws • 1.3.4 Equality • 1.3.5 Excerpt from CEDAW	ဤအစီအစဉ်တွင် သင်တန်းသူ၊သားများသည် အောက်ဖော်ပြပါ ဝေငှစာရွက်များကို အသုံးပြုပါလိမ့်မည်။ • ၁.၃.၁ အမျိုးသမီး ဓာတ်ပုံများ • ၁.၃.၂ အမျိုးသား ဓာတ်ပုံများ • ၁.၃.၃ မြန်မာနိုင်ငံ ဥပဒေများ • ၁.၃.၄ တန်းတူညီမျှ ရှိမှု • ၁.၃.၅ အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂစာချုပ်မှ ကောက်နုတ်ချက်

OPEN SESSION	(5 mins)
အဖွင့်အစီအစဉ်	**(၅ မိနစ်)**

Introduce session – background and purpose.
Review lesson outcomes with the participants. Write outcomes on flipchart paper or whiteboard and explain them. Discuss other announcements and concerns.
အစီအစဉ်အားမိတ်ဆက်ပါ - နောက်ခံအကြောင်းအရာနှင့် ရည်ရွယ်ချက်။
သင်တန်းသူ၊သားများနှင့်ရလဒ်များအား ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ မျှော်မှန်းရလဒ်များအား စာရွက်ဖြူကြီးပေါ်တွင် ချရေး၍ ရှင်းပြပါ။ ကြေငြာချက်များနှင့် အခြားအကြောင်းကိစ္စများရှိပါက ဆွေးနွေးပါ။

REVIEW	(5 mins)
ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်း	**(၅ မိနစ်)**

Check participant understanding of the concepts of "sex", "gender", "gender stereotyping" and "gender socialization" by asking participants to define these concepts. Refer to Notes to Facilitator in Session 1.2 to refresh participant memory. **It is very important that participants understand these concepts before beginning this session.**
သင်တန်းသူ၊သားများကို လိင်၊ ကျားမရေးရာ၊ နှင့် ကျားမရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်း သဘောယူဆချက်များ၏ သဘောပေါက်နားလည်မှုကို စစ်ဆေးရန် ထိုသဘောယူဆချက်များကို အဓိပ္ပါယ် သတ်မှတ်ခိုင်းပါ။ သင်တန်းသူ၊သားများ ပြန်လည်အမှတ်ရစေရန်အတွက် သင်တန်းနည်းပြ၏ မှတ်စုများ ဖြစ်သည့် အစီအစဉ် ၁.၂ ကို ပြန်လည်ညွှန်း ဆိုပါ။ **ဤအစီအစဉ်မစတင်ခင် သင်တန်းသူ၊သားများ အနေဖြင့် ထိုသဘောယူဆချက်များကို နားလည်ရန် အရေးကြီးပါသည်။**

ACTIVITY 1: IMPACT OF GENDER STEREOTYPES	(30 mins)
လုပ်ရှားမှု ၁ - ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု	**(၃၀ မိနစ်)**
Purpose of Activity: To examine how gender stereotypes impact laws and policies in Myanmar. **အစီအစဉ်၏ ရည်ရွယ်ချက်** - ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းသည် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဥပဒေနှင့် မူဝါဒများအပေါ် မည်ကဲ့သို့ သက်ရောက်မှုရှိသည်ကို ဆန်းစစ်ရန်။ **Methodology:** Take a stand **သင်ကြားရေးနည်းစနစ်** - မိမိရပ်တည်ချက်ကို တင်ပြခြင်း **Materials:** Agree/Disagree Signs/Pre-written Statement **သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ** - သဘောတူညီမှု၊ သဘောမတူညီမှု သင်္ကေတများ၊ **Handouts:** Handout 1.3.1 Traditional v. Modern Woman Handout 1.3.2 Traditional v. Modern Man Handout 1.3.3 Myanmar Laws **ဝေငှစာရွက်များ** - ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၁ ရှေးရိုးဆန်သော နှင့် ခေတ်ဆန်သော အမျိုးသမီး ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၂ ရှေးရိုးဆန်သော နှင့် ခေတ်ဆန်သော အမျိုးသား ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၃ မြန်မာနိုင်ငံ ဥပဒေများ	

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Tell participants that they are going to build on the ideas from the previous session on gender and gender stereotypes.
- ပြီးခဲ့သည့် အစီအစဉ်တွင် လေ့လာခဲ့သော ကျားမရေးရာ နှင့် ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း အကြောင်း အရာပေါ်တွင် ဆက်လက် ဆွေးနွေးသွားမည်ဟု သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ပြောပါ။
- Show participants Handout 1.3.1 Traditional v. Modern Woman. (Or you can make copies and give to each participant.)
- သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၁ ရှေးရိုးဆန်သော နှင့် ခေတ်ဆန်သော အမျိုးသမီး အား သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ပြပါ။ (သို့မဟုတ် ထိုဝေငှစာရွက်အား မိတ္တူကူး၍ သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသား တယောက်ချင်းစီအား ပေးပါ။)
- Engage participants in a discussion by asking the following questions (5 mins):
- သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား အောက်ပါမေးခွန်းများ မေး၍ ချိတ်ဆက်ပေးပါ။ (၅ မိနစ်):
    - How would you describe the character of each woman?
    - အမျိုးသမီးတဦးစီ၏ သွင်ပြင်စရိုက်လက္ခဏာအား သင်မည်သို့ ဖော်ပြမလဲ။
    - What stereotypes or phrases would you use to describe each?
    - တဦးချင်းစီရဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာကို ဖော်ပြဖို့အတွက် မည်သည့် တရားသေမှတ်ယူခြင်းကို သင် အသုံးပြုမလဲ
    - Which woman would make a better wife?
    - ဘယ် အမျိုးသမီးက ပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့ ဇနီးသည်ဖြစ်မလဲ။
    - Which woman appears to be more sexually experienced?
    - ဘယ်အမျိုးသမီးက လိင်ပိုင်းရာ အတွေ့အကြုံ ပိုရှိမယ်လို့ ထင်ရသလဲ။
- Show participants Handout 1.3.2 and ask the same questions (5 mins):
- သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၂ ကိုပြပြီး အထက်ပါ မေးခွန်းများကိုပဲ ပြန်မေးပါ။ (၅ မိနစ်)
    - How would you describe the character of each man?

- အမျိုးသားတဦးစီ၏ သွင်ပြင်စရိုက်လက္ခဏာအား သင်မည်သို့ ဖော်ပြမလဲ။
- In Myanmar, what stereotypes or phrases would be used to describe each?
- တဦးချင်းစီရဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာကို ဖော်ပြဖို့အတွက် မည်သည့် တရားသေမှတ်ယူခြင်းကို သင် အသုံးပြုမလဲ
- Which man would make a better husband?
- ဘယ် အမျိုးသားက ပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့ ခင်ပွန်းသည်ဖြစ်မလဲ။
- Which man appears to be more sexually experienced?
- ဘယ်အမျိုးသားက လိင်ပိုင်းရာ အတွေ့အကြုံ ပိုရှိမယ်လို့ ထင်ရသလဲ။

- Now tell participants that they are going to be asked to "Take a Stand".
- သင်တန်းသူ၊ သင်တန်းသားများအား "မိမိ ရပ်တည်ထင်မြင်ချက်ကို ပေးရန်" ပြောပါ။
- Post the "agree/disagree" signs on either side of the room. Then put up the "take a stand" statement:
- သဘောတူညီမှု၊ သဘောမတူညီမှု သင်္ကေတများကို စာသင်ခန်း၏ တဖက်စီတွင် ကပ်ထားပါ။ ထို့နောက် "မိမိရပ်တည်ထင်မြင်ချက်" စာကြောင်းကို ထောင်ပြပါ။

Men and women with no sexual experience have higher value than men and women with sexual experience. **လိင်မှုကိစ္စ အတွေ့အကြုံ မရှိသော အမျိုးသားများ နှင့် အမျိုးသမီးများသည် လိင်မှုကိစ္စ အတွေ့အကြုံရှိသော အမျိုးသားများ နှင့် အမျိုးသမီးများထက် ပိုမို၍ တန်ဖိုးမြင့်သည်။**

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Ask participants whether or not they agree or disagree with this statement. Have participants stand by the appropriate sign or somewhere in between, based on how they feel about the statement. Maybe they only partially agree or disagree, so they would not stand directly by the sign, but closer to the view they partially have. If they are undecided, they should stand in the middle.
- သင်တန်းခန်းမ ၏ တဖက်စီတွင် သဘောတူညီမှု၊ သဘောမတူညီမှု သင်္ကေတများကို ကပ်ထားပါ။ ထို့နောက် မိမိ၏ ရပ်တည်ချက်ကို တင်ပြရန်အတွက် ကြေငြာချက်ကို ဖော်ပြပါ။သင်တန်းသူ၊သားများကို ကြေငြာချက်အပေါ် သဘောတူ၊ သဘောမတူ မေးပါ။ သင်တန်းသူ၊သားများ ကြေငြာချက်နှင့် ပတ်သက်၍ သူတို့ခံစားရသည့် အပေါ်မူတည်ကာ စပ်ဆိုင်ရာ သင်္ကေတတွင် သို့မဟုတ် နှစ်ဖက်ကြားရှိ တစ်နေရာရာတွင် ရပ်ခိုင်းပါ။ သူတို့အနေဖြင့် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းသာ သဘောတူ (သို့မဟုတ်) သဘောမတူခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထိုသို့ဆိုလျှင် သူတို့သည် သင်္ကေတ တည့်တည့်တွင် တိုက်ရိုက်ရပ်မည် မဟုတ်ပဲ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းရှိသော အမြင်နှင့် ပိုမိုနီးကပ်သည့် နေရာတွင် ရပ်မည်ဖြစ်သည်။ အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့တွင်စီတွင်ရှိသော သင်တန်းသူ၊သားများကို (သဘောတူ၊မတူ၊ တစိတ်တဒေသ သဘောတူ၊မတူ) ဟူ သော သူတို့၏ ကြေငြာချက်အပေါ်ထားရှိသည့် သဘောထားများကို မိမိရပ်တည်ချက်နှင့် အနီးအနားတွင် ရပ်နေ သော သူတို့နှင့် ဆွေးနွေးခိုင်းပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- Now ask at least one person from each group to share their opinion. After each person, tell participants that if they are convinced by the statement and it changes their mind, to change where they are standing. (10 mins)
- အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့စီမှ အနည်းဆုံးတစ်ဦးကို သူတို့၏ ရပ်တည်ချက်ကို ဖော်ပြရန် မေးပါ။ ရပ်တည်ချက် အားလုံးကို မေးပြီးနောက်တွင် သူတို့အနေဖြင့် ကြေငြာချက်နှင့် ပတ်သက်ကာ သူတို့၏ ရပ်တည်ချက်အပေါ် သဘောထား ပြောင်းလဲသွားပါက ယခု ရပ်နေသော နေရာမှ ပြန်လည် ပြောင်းလဲနိုင်ကြောင်း ပြောပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- Ask participants if anyone else wants to share. (5 mins)
- သင်တန်းသူ၊သားများထဲမှ မျှဝေချင်သူများကို မျှဝေခိုင်းပါ။ (၅ မိနစ်)
- Ask participants to return to their seats.
- သင်တန်းသူ၊သားများကို သူတို့၏ ထိုင်ခုံနေရာသို့ ပြန်လည် သွားခိုင်းပါ။

- Ask participants if they know of any laws in Myanmar that reflect this idea. (Women with no sexual experience are worth more, but a man's sexual experience does not affect his value.)
- သင်တန်းသူ၊သားများအား ဤအကြောင်းအရာနှင့် သက်ဆိုင်သော မြန်မာနိုင်ငံရှိ ဥပဒေများကို သိပါသလားဟု မေးပါ။ (လိင်မှုကိစ္စ အတွေ့အကြုံ မရှိသော အမျိုးသမီးများသည် ပိုမို၍ တန်ဖိုးရှိကြပြီး လိင်မှုကိစ္စ အတွေ့အကြုံ ရှိသော အမျိုးသားများကျတော့ ၎င်းတို့၏ တန်ဖိုးကို မထိခိုက်ပါ။
- Tell participants that they are now going to look at two Myanmar Laws-one from the Penal Code and one from the Buddhist Customary Law.
- သင်တန်းသူ၊သားများအား ၎င်းတို့သည် မြန်မာနိုင်ငံရှိဥပဒေ ၂ ခုအား လေ့လာကြမည် ဖြစ်ကြောင်းပြောပါ။ တစ်ခုက ပြစ်မှုဆိုင်ရာ ရာဇသတ်ကြီးမှ ဥပဒေတစ်ခု ဖြစ်ပြီး အခြားတစ်ခုမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဓလေ့ထုံးတမ်းဥပဒေမှ ဖြစ်သည်။
- Give participants Handout 1.3.3 and ask them to read it.
- သင်တန်းသူ၊သားများအား ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၃ အား ပေးဝေပြီး ဖတ်စေပါ။
- Ask participants the following questions:
- သင်တန်းသူ၊သားများအား အောက်ပါမေးခွန်းများကို မေးပါ။
    - Do these laws discriminate about man and woman's value based on sexual experience? If yes, please explain. (5 mins)
    - ဤဥပဒေများသည် လိင်မှုကိစ္စ အတွေ့အကြုံအပေါ် အခြေခံ၍ အမျိုးသား နှင့် အမျိုးသမီးတို့၏ တန်ဖိုးကို ခွဲခြားစီရင်ထားပါသလား။ အကယ်၍ ခွဲခြားစီရင်ထားသည်ဆိုလျှင် ၎င်းအကြောင်းကို ရှင်းပြပါ။ (၅ မိနစ်)
    - Do you think the laws were written to treat men and women differently or do you think they have just been interpreted in a discriminatory way?
    - ထိုဥပဒေများသည် အမျိုးသားများ နှင့် အမျိုးသမီးများအား ကွဲပြားစွာ ဆက်ဆံရန်အတွက် ပြဋ္ဌာန်းထားတယ်လို့ ထင်ပါသလား။ (သို့) ၎င်းဥပဒေများသည် ခွဲခြားဆက်ဆံလိုသည့်အတွက် ပြဋ္ဌာန်းထားတယ်လို့ ထင်ပါသလား။

Notes to facilitators
သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ
An example of the formula is:

*P	I support education for women.
*R	Educating women benefits not only women, but also their families.
*E	Research shows that educated mothers pass on the importance of education to their children.
*S	Therefore, educating women increases the education of future generations.

PRES နည်းလမ်းအတွက် ဥပမာတစ်ခုမှာ -
P - ကျွန်တော်/မ သည် အမျိုးသမီးပညာရေးကို ထောက်ခံအားပေးပါသည်။
R - အမျိုးသမီးပညာရေးသည် အမျိုးသမီးများကိုသာမက သူတို့မိသားစုကိုပါ အကျိုးအမြတ်ရှိစေနိုင်သည်။
E - သုတေသနပြုချက်အရ ပညာတတ်မိခင်များသည် ကလေးများအတွက် အရေးကြီးသောပညာရေးကို လက်ဆင့်ကမ်းပေးနိုင်သည်။
S - ထို့ကြောင့် အမျိုးသမီးပညာရေးသည် အနာဂတ် မျိုးဆက်ပညာရေးကိုပါ တိုးမြင့်နိုင်သည်။

Closing Activity (5 mins)
အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၅ မိနစ်)
Ask participants the following questions:
သင်တန်းသူ၊သားများအား အောက်ပါ မေးခွန်းများကို မေးပါ။

- ➢ What rule of law principles are related to this discussion? (Have participants identify as many as possible-push them to go beyond equality and discrimination. What about arbitrariness of decision-making? Access to justice?)
- ➢ ဤဆွေးနွေးချက်သည် မည်သည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး မူဝါဒများနှင့် ဆက်စပ်မှု ရှိပါသနည်း။ (သင်တန်းသူ၊ သားများအား ရနိုင်သမျှ စဉ်းစား၍ ဖော်ထုတ်ရန် တွန်းအားပေးပါ။ တန်းတူညီမျှ ရှိမှု နှင့် ခွဲခြားဆက်ခြင်း ဟူသော မူဝါဒ ၂ ခုထက် ပို၍ ဖော်ထုတ်နိုင်စေရန် တွန်းအားပေးပါ။
- ➢ Do these sections of the law agree with the Rule of Law Principles?
- ➢ ဤအစီအစဉ်များမှ ဆွေးနွေးထားသော ဥပဒေများသည် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး မူဝါဒများနှင့် ကိုက်ညီမှု ရှိပါသလား။
- ➢ Do these laws also reflect cultural ideas of how people in Myanmar view men and women's choices differently?
- ➢ အမျိုးသားများ နှင့် အမျိုးသမီးများ၏ ရွေးချယ်မှုများကို မြန်မာနိုင်ငံရှိ လူများ၏ ယဉ်ကျေးမှု သဘော သဘာဝများက မည်ကဲ့သို့ ကွဲပြားစွာ ရှုမြင်ကြသည်ကို ဤဥပဒေများက ထင်ဟပ်စေပါသလား။

Notes to facilitators

The Religious Conversion Bill, the Buddhist Women's Special Marriage Bill, the Population Control Healthcare Bill and the Monogamy Bill discriminate against women and do not comply with Myanmar's legal obligations as a state party to the UN Convention on the Elimination of all Forms of Discrimination Against Women (CEDAW) and the UN Convention on the Rights of the Child (CRC). (See *Myanmar: Parliament must reject discriminatory 'race and religion' laws*, Joint Statement by Amnesty International and the International Commission of Jurists, 3 March 2015 available at: https://www.amnesty.org/en/documents/asa16/1107/2015/en/).

Use of Penal Code Article 417 to prosecute men who "cheat" is another example of gender discrimination in the implementation of law. Application of 417 equates women's chastity with honor (in other words, a woman is valued by her physical parts not by her intelligence or industry) and presumes that a woman is incapable of agency or making informed decisions in her best interest.

Other examples of Myanmar law or policy that may be influenced by gender stereotypes and impact women's ability to access opportunities include education (such as requiring higher exam scores for women than men to study for certain degrees), eligibility criteria to be a ward/village tract administrator, military service, requirements for political office, and appointment to the Supreme Court. This affects the ability of women to pursue certain career or educational opportunities that may limit their ability to earn money and limit their access to positions of power both in the public and private sector.

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

ဘာသာရေးကူးပြောင်းမှုဥပဒေမူကြမ်း၊ ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာအမျိုးသမီးများ အထူးထိမ်းမြားခြင်းအက်ဥပဒေ၊ လူဦးရေထိန်းချုပ်မှု ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ ဥပဒေမူကြမ်း၊ တစ်လင်တစ်မယားဥပဒေ စသည်တို့သည် အမျိုးသမီးများအား ခွဲခြားဆက်ဆံထားသည့်ဥပဒေများဖြစ်ကြပြီး ထိုအရာများသည် မြန်မာနိုင်ငံမှ လက်မှတ်ရေးထိုးထားသော ကုလသမဂ္ဂ သဘောတူစာချုပ်များဖြစ်သည့် (CEDAW - အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်) နှင့် (CRC - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ ညီလာခံ သဘောတူစာချုပ်) များနှင့် ကိုက်ညီမှု မရှိပါ။ (See *Myanmar: Parliament must reject discriminatory 'race and religion' laws*, Joint Statement by Amnesty International and the International Commission of Jurists, 3 March 2015 available at: https://www.amnesty.org/en/documents/asa16/1107/2015/en/)

ရာဇသတ်ကြီးဥပဒေပုဒ်မ ၄၁၇ ကို အသုံးပြုပြီး လိမ်ညာသည့် အမျိုးသားများကို တရားစွဲဆိုခြင်းသည် လိင်ပိုင်း ဆိုင်ရာ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကို ပြသည့် ဥပမာတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။ ပုဒ်မ ၄၁၇ ကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းသည် အမျိုးသမီးများ၏ အပျိုစင်ဂုဏ်သိက္ခာကို တန်းတူဖြစ်စေပြီး (တနည်းအားဖြင့်ဆိုသော် အမျိုးသမီးများ၏ တန်ဖိုးကို ၎င်းတို့၏ ကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများအပေါ် တန်ဖိုးသတ်မှတ်ပြီး ၎င်းတို့၏ အသိဉာဏ်ပညာနှင့် စွမ်းဆောင်ရည်အပေါ် တန်ဖိုးမသတ်မှတ် ခြင်း) ဖြစ်သည်ဟု မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။
အခြားဥပမာများဖြစ်သည့် အမျိုးသမီးများအခွင့်အရေး ရယူနိုင်စွမ်းများကို အကျိုးသက်ရောက်စေသည့် ကျားမရေးရာ တရားသေ မှတ်ယူမှုများလွှမ်းမိုးခံထားရသောမြန်မာနိုင်ငံဥပဒေနှင့်မူဝါဒများတွင်ပညာရေး၊ရပ်ကွက် (သို့မဟုတ်) ကျေးရွာ အုပ်စုအုပ်ချုပ်ရေးမှူး အရည်အချင်းပြည့်မှီမှု သတ်မှတ်ချက်များ၊ စစ်မှုထမ်းခြင်း၊ နိုင်ငံရေးအရပ်အရာများ အတွက်လို အပ်ချက်များ၊ နှင့် တရားလွှတ်တော်ချုပ်တွင်ခန့်အပ်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။ ထိုသက်ရောက် မှုများသည်အမျိုးသမီးများအား သေချာသောအလုပ်အကိုင်သို့မဟုတ်ပညာရေးနှင့်ဆိုင်သောအခွင့်အရေးများကိုရယူရာတွင်သူတို့၏ဝင်ငွေရနိုင်စွမ်းနှင့် တသီးပုဂ္ဂလကဏ္ဍနှင့်အများပြည်သူရှေ့တွင်အလုပ်လုပ်ရာတွင်ရာထူးနေရာလုပ်ပိုင်ခွင့်အာဏာများကိုလက်လှန်းရယူရာ တို့တွင်ကန့်သတ်လိုက်သည်။

ACTIVITY 2: WHAT IS EQUALITY?	(20 mins)
လှုပ်ရှားမှု ၂ - တန်းတူညီမျှမှု ရှိခြင်းမှာ အဘယ်နည်း။	**(၂၀ မိနစ်)**

Purpose of Activity: To develop greater understanding of gender equality.
လှုပ်ရှားမှု၏ ရည်ရွယ်ချက် - ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်း အကြောင်းကို ပိုမိုနားလည်လာစေရန်။

Methodology: Comparative Analysis
သင်ကြားရေးနည်းစနစ် - ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှုများကို နှိုင်းယှဉ်လေ့လာခြင်း

Materials: Handout.
သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ - ဝေငှစာရွက်

Handouts: 1.3.4: Equality
ဝေငှစာရွက်များ - ၁.၃.၄ တန်းတူညီမျှမှု

Instructions
ညွှန်ကြားချက်များ

- Divide participants into small groups (no more than 5 participants in each group).
- သင်တန်းသူ၊သားများကို အဖွဲ့ငယ်လေးများ ခွဲလိုက်ပါ။ (တဖွဲ့တွင် ငါးယောက်ထက် မပိုပါစေနဲ့)
- Tell participants that they are now going to focus on gender equality and distribute to each group a copy of Handout 1.3.4 Equality.
- သင်တန်းသူ၊သားများကို ယခုအချိန်တွင် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှု ရှိခြင်းအပေါ် ဦးတည်မည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကာ ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၄ တန်းတူညီမျှမှု မိတ္တူကို အဖွဲ့တဖွဲ့ချင်းစီကို ဝေပေးပါ။
- Ask each group to study the Handout and discuss the following questions:
    - ➢ Do the people on the left side have an equal opportunity to get the fruit?
    - ➢ Do the people on the right side have an equal opportunity to get the fruit?
    - ➢ How are the people on the left being treated?
    - ➢ How are the people on the right being treated?
    - ➢ Who is receiving better treatment?
- အဖွဲ့တဖွဲ့ချင်းစီကို ဝေငှစာရွက်ကို လေ့လာကာ အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဆွေးနွေးခိုင်းပါ။
    - ➢ ဘယ်ဘက်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် အသီးကိုရယူရန် တူညီသော အခွင့်အရေး ရှိပါသလား။
    - ➢ ညာဘက်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် အသီးကိုရယူရန် တူညီသော အခွင့်အရေး ရှိပါသလား။
    - ➢ ဘယ်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် မည်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံခံရပါသနည်း။

  - ➢ ညာဘက်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် မည်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံခံရပါသနည်း။
  - ➢ ပိုမိုကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံမှုကို မည်သူမှ ရရှိပါသနည်း။
- Tell participants that they have 10 minutes to discuss their answers to these questions. (10 mins)
- သင်တန်းသူ၊သားများကို ထိုမေးခွန်းများဖြေရန် ဆွေးနွေးချိန် (၁၀) မိနစ်ရှိကြောင်း ပြောပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- Ask each group to give their answer to these questions. (5 mins)
- အဖွဲ့တဖွဲ့ချင်းစီကို ထိုမေးခွန်းများကို ဖြေကြားခိုင်းပါ။ (၅ မိနစ်)

Closing Activity (5 mins)
အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၅ မိနစ်)

Ask participants to think about the first activity where they looked at the impact of gender stereotypes on equal job opportunities and equal access to other resources such as education.

သင်တန်းသူ၊သားများကိုပထမလှုပ်ရှားမှုတွင် ပြုလုပ်ခဲ့သော အလုပ်အကိုင်အခွင့်အရေးနှင့် တန်းတူညီမျှစွာ ရယူနိုင်ခြင်း (ပညာရေးကဲ့သို့သော အရင်းအမြစ်) အပေါ် ထားရှိသည့် ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ပြန်လည်စဉ်းစားခိုင်းပါ။

- ➢ If the fruit in this picture represents job opportunities, what is the cause for women not being able to access these opportunities?
- ➢ အကယ်၍ ပုံထဲတွင် ဖော်ပြထားသည့် သစ်သီးများသည် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အရေးများကို ကိုယ်စားပြုခဲ့လျှင် အမျိုးသမီးများအတွက် ထိုအခွင့်အရေးများကို လက်လှမ်းမမှီနိုင်သည့် အကြောင်းရင်းများမှာ မည်သည်တို့ ဖြစ်သနည်း။
- ➢ What measures can be taken so that men and women have equal access to job opportunities and education opportunities?
- ➢ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများအကြား အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများနှင့် ပညာသင်ကြားခွင့် တန်းတူရ စေရန် မည်သို့ လုပ်ဆောင်သင့်သနည်း။
- ➢ Are there any laws or policies which are prohibiting women from accessing equal opportunities to education and jobs?
- ➢ အမျိုးသမီးများ အလုပ်အကိုင်နှင့် ပညာသင်ကြားခွင့်တန်းတူရနိုင်ရန် တားမြစ်ထားသည့် ဥပဒေများနှင့် မူဝါဒများ ရှိပါသလား။

Notes to facilitators

The picture on the left shows equal treatment. Everyone is given the same size step to stand on to reach the fruit; however, because the people are of different heights giving them the same size step does not allow all of them to reach the fruit. We can relate this to the experience of men and women and job opportunities. Law or policy can say that men and women are equal, but because of gender stereotyping giving women the same size box still leaves them at a disadvantage. The picture on the right also shows equality, but here each person is given a step according to his size that allows him or her to reach the fruit. The picture on the right gives us a way to think about how we can overcome gender stereotyping and cultural norms that negatively affect women.

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

ပုံ၏ ဘယ်ဘက်ခြမ်းသည် တန်းတူညီမျှမှုရှိသော ဆက်ဆံမှုကိုပြသည်။ လူတိုင်းသည် အသီးကိုရယူရန် တူညီသော အရွယ်အစားရှိသည့် အရာတွင်ရပ်ရန် ရရှိထားသည်။ သို့သော်လည်း လူများသည် မတူညီသော အရပ်အနိမ့်အမြင့်ရှိသောကြောင့် တူညီသော အရွယ်အစားရှိသည့် အရာတွင် ရပ်ခိုင်းခြင်းသည် အသီးကို ရယူရန် မစွမ်းသာနိုင်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ထိုအတွေ့အကြုံကို အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဆက်စပ်နိုင်သည်။ ဥပဒေ သို့မဟုတ် မူဝါဒသည် အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးများသည် တန်းတူညီမျှမှုရှိသည် ဟုဖော်ပြနိုင်သည်။ သို့သော် ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းသည် အမျိုးသမီးများကို တူညီသော အရွယ်အစားရှိသည့် သေတ္တာသည် ဆိုးကျိုးများနှင့်သာ ကျန်ရစ်စေနေသေးသည်။ ညာဖက်တွင်ရှိသော ပုံသည် တန်းတူညီမျှမှုကို ဖော်ညွှန်း သည်။ သို့သော်

တဦးတယောက်ချင်းစီသည် သူတို့၏ အရွယ်အစားအလိုက် အသီးကို ရယူရန် လက်လှမ်းမီအောင် ပြုလုပ်ထားသည်။ ညာဘက်တွင်ရှိသော ပုံသည် ကျွန်ုပ်တို့ကို ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်း နှင့် အမျိုးသမီးများကို ဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသည့် ယဉ်ကျေးမှု စံသတ်မှတ်ချက်များကို ကျော်လွှားနိုင်သည့် နည်းလမ်းများပင် ဖြစ်သည်။

ACTIVITY 3: DEFINING DISCRIMINATION	**(25 mins)**
လှုပ်ရှားမှု ၃ - ခွဲခြားဆက်ဆံမှုကို အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ခြင်း	**(၂၅ မိနစ်)**
Purpose of Activity: To understand how CEDAW defines gender discrimination. **လှုပ်ရှားမှု၏ ရည်ရွယ်ချက်** - CEDAW တွင် ကျားမရေးရာ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို မည်ကဲ့သို့ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုထားသည်ကို သဘောပေါက်နားလည်ရန်။ **Methodology:** Brainstorming, comparison **သင်ကြားရေးနည်းစနစ် -** ကြိုတင်ကြံဆတွေးတောခြင်း နှင့် နှိုင်းယှဉ်ခြင်း။ **Materials:** A4 paper/markers **သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ -** A4 စာရွက်၊ မာကာ။ **Handouts:** 1.3.5 Excerpt from the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women (CEDAW) **ဝေငှစာရွက်များ** - ၁.၃.၅ အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂစာချုပ်မှ ကောက်နုတ်ချက် (CEDAW)	

Instructions

ညွှန်ကြားချက်များ

- Ask participants to remain in the same groups.
- သင်တန်းသူ၊သားများကို ယခင်အဖွဲ့အတိုင်းထားပါ။
- Ask each group to discuss the meaning of "gender discrimination" and write their definition on a piece of paper. (10 mins)
- သင်တန်းသူ၊သားများကို ကျားမရေးရာ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၏အဓိပ္ပါယ်ကို ဆွေးနွေးခိုင်းပါ။ သင်တန်းသူ၊သား များ၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များကို စာရွက်တွင် ချရေးခိုင်းပါ။ (၁၀ မိနစ်)
- Tell participants that they are now going to look at how gender discrimination is defined in the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women, an international human rights treaty signed by Myanmar.
- သင်တန်းသူ၊သားများကို မြန်မာနိုင်ငံမှ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သဘောတူစာချုပ်တွင် ရေးထိုးထားသည့် အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားမှုပပျောက်ရေးဆိုင်ရာကုလသမဂ္ဂသဘောတူစာချုပ်၏ ကျားမရေးရာ ခွဲခြားဆက်ဆံမှု အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ချက်ကို ကြည့်ခိုင်းပါ။
- Distribute Handout 1.3.5 Equality.
- ဝေငှစာရွက် ၁.၃.၅ တန်းတူညီမျှမှုကို ဝေပေးပါ။
- Ask participants to compare their definition with the definition in CEDAW. (10 mins)
- သင်တန်းသူ၊သားများ၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များနှင့် CEDAW ၏ အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ချက်များကို နှိုင်းယှဉ် လေ့လာ ခိုင်းပါ။ (၁၀ မိနစ်)

Closing Activity (5 mins)

အပိတ်လှုပ်ရှားမှု (၅ မိနစ်)

Ask various groups to answer the following questions;
မတူညီသော အဖွဲ့များကို အောက်ပါ မေးခွန်းများကို ဖြေကြားခိုင်းပါ။

- What differences did you find between your definition of gender discrimination and the CEDAW definition?
- သင်ဖွင့်ဆိုထားသော ကျားမရေးရာ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များနှင့် CEDAW တွင် ဖွင့်ဆိုထားသော အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ၏ ခြားနားချက်မှာ အဘယ်နည်း။
- How does CEDAW describe or define equality?
- CEDAW တွင် တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်းကို မည်ကဲ့သို့ ဖော်ပြ (သို့မဟုတ်) အဓိပ္ပါယ် သတ်မှတ်ထားသနည်း။
- What do you think is meant by equality of results in CEDAW? (Remind participants to think of the pictures in Activity 2.)
- CEDAW တွင် ဖော်ပြထားသည့် "ရလဒ်များတွင် တန်းတူညီမျှမှုရှိခြင်း" ဟူသော စကားရပ်သည် မည်သည်ကို ဆိုလိုသည်ဟု သင်ထင်သနည်း။ (လှုပ်ရှားမှု ၂ တွင် ပါရှိသည့် ရုပ်ပုံများအကြောင်း ပြန်လည် စဉ်းစားခိုင်းပါ။)
- What rule of law principles are related to this section of CEDAW?
- CEDAW တွင် ပါဝင်သည့် ယခုပုဒ်မသည် မည်သည့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများနှင့် စပ်ဆိုင်နေ သနည်း။

Notes to facilitators
CEDAW defines equality in terms of opportunity, access to opportunity, and results. Refer participants back to Activity 2 where they looked at how giving each person the same size step treated them equally but did not give them equal results. **သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ** CEDAW သည် တန်းတူညီမျှမှုကို အခွင့်အရေး၊ အခွင့်အရေးကို လက်လှမ်းမီခြင်း နှင့် ရလဒ် တန်းတူညီမျှမှု ဟူ၍ အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ထားသည်။ သင်တန်းသူ၊သားများကို လှုပ်ရှားမှု ၂ တွင် ပြုလုပ်ခဲ့သော တဦးတယောက်ချင်းစီသည် တန်းတူညီမျှမှုစွာ ဆက်ဆံမှုအတွက် တူညီသော အရွယ်အစားရှိသည့်အရာများကို ပေးထားခြင်း၊ သို့သော် တန်းတူညီမျှရှိခြင်း ဟူသည့် ရလဒ်များကို မပေးထားသည့် အရာကို ပြန်လည်ကြည့်ရန် ရည်ညွှန်းပါ။

SUMMARY AND EVALUATION	(5 mins)
အကျဉ်းချုပ်နှင့် သုံးသပ်ခြင်း	**(၅ မိနစ်)**

Ask participants the following questions:
သင်တန်းသူ၊သားများကိုအောက်ပါမေးခွန်းများမေးပါ။

- What is gender discrimination?
- ကျားမရေးရာခွဲခြားဆက်ဆံမှုဟူသည်မှာ အဘယ်နည်း။
- How do gender stereotypes lead to gender discrimination?
- ကျားမရေးရာတရားသေမှတ်ယူခြင်းသည်ကျားမရေးရာခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကိုမည်ကဲ့သို့ဖြစ်စေသနည်း။
- Does a person's gender affect their access to the rule of law principles? In other words, would men be more likely to experience or take advantage of the rule of law principles than women? If yes, please give an example.
- လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကျားမရေးရာ ဖြစ်တည်မှုသည် ၎င်းတို့၏ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများ အပေါ် လက်လှမ်းမီမှု ရှိရေးမရှိရေးနှင့် သက်ဆိုင်နေပါသလား။ဆိုလိုသည်မှာ - အမျိုးသားများသည် အမျိုးသမီးများထက် ပိုပြီး တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးစည်းမျဉ်းများကို ပိုမိုအသုံးပြုနေကြပါသလား။ အသုံးပြုနေကြလျှင် ဥပမာတခုပေးပေးပါ။

Notes to facilitators
Gender discrimination is treating people unfairly or differently based on their gender. Gender stereotypes lead to gender discrimination because they can influence laws, policies, and institutions that treat people unfairly based on their gender. Equality of results is a way to think about achieving equality between men and women in a way that overcomes gender stereotypes. In other words, even if a law or policy says

men and women are equal, the influence of gender stereotyping may still unfairly favor men. Therefore, achieving gender equality should focus on the results or outcomes.

သင်တန်းနည်းပြများအတွက် မှတ်စုများ

ကျားမရေးရာ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုသည် ကျား၊မ ဖြစ်ခြင်းအပေါ် အခြေခံ၍ လူတွေကို တရားမျှတမှု မရှိစွာ(သို့မဟုတ်) မတူကွဲပြားစွာ ဆက်ဆံခြင်းဖြစ်သည်။ ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းသည် ကျားမရေးရာ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းကို ဦးတည်နိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုတရားသေမှတ်ယူခြင်းများသည် ဥပဒေများ၊ မူဝါဒများနှင့် ပြဋ္ဌာန်းချက်များကို လွှမ်းမိုးနိုင်ပြီး ထိုအရာများသည် လူတွေကို ကျား၊မအပေါ် အခြေခံ၍ မမျှတစွာ ဆက်ဆံနိုင်သည်။ တန်းတူညီမျှရှိသောရလဒ်များသည် အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများကြားတွင်ရှိသော ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းကို ကျော်လွှားနိုင်သည့် စဉ်းစားရမည့် နည်းလမ်းတမျိုး ဖြစ်သည်။ အခြားနည်းဖြင့်ပြောရလျှင် ဥပဒေ (သို့မဟုတ်) မူဝါဒများသည် အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများသည် တန်းတူညီမျှရှိသည်ဟု ပြောသော်ငြားလည်း ကျားမရေးရာ တရားသေမှတ်ယူခြင်းသည် အမျိုးသားများကို ဦးစားပေးသည့် မမျှတခြင်းဟူသော လွှမ်းမိုးမှု ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ကျားမရေးရာ တန်းတူညီမျှမှုရရှိခြင်းသည် ရလဒ်များကိုသာလျှင် ဦးတည်သင့်သည်။

Handout 1.3.1: Traditional v. Modern Wowan
ဝေငှစာရွက် (၁.၃.၁) - ရှေးရိုးဆန်သော နှင့် ခေတ်ဆန်သောအမျိုးသမီး

Handout 1.3.2: Traditional v. Modern Man
ဝေငှစာရွက် (၁.၃.၂) - ရှေးရိုးဆန်သော နှင့် ခေတ်ဆန်သောအမျိုးသား

Handout 1.3.3: Myanmar Laws
ဝေငှစာရွက် (၁.၃.၃) - မြန်မာနိုင်ငံဥပဒေများ

Myanmar Penal Code Section 493 (1861): Every man who by deceit causes any woman who is not lawfully married to him to believe that she is lawfully married to him, and to cohabit or have sexual intercourse with him in that belief, shall be punished with imprisonment of either description for a term which may extend to ten years, and shall also be liable to fine.

Translated from Myanmar Customary Law by U Mya Sein, Advocate, December 2014 at 143, 165, 167.
There are three kinds of dissolution of marriage under Myanmar Customary Law. They are

(1) divorce by mutual consent
(2) divorce when the husband enters into priesthood or rahan
(3) divorce by matrimonial faults

There are two kinds of matrimonial fault: five kinds of ordinary matrimonial faults and two kinds of grievous matrimonial faults.

Five kinds of matrimonial faults are

(a) cruelty
(b) adultery on the part of the husband
(c) taking another wife by the husband
(d) desertion
(e) defraud

Two kinds of grievous matrimonial faults are

(a) adultery on the part of wife
(b) grievous cruelty

Grievous Cruelty
The above-mentioned ordinary cruelty and the grievous cruelty are not the same.
If husband commits grievous cruelty or the wife commits adultery, the aggrieved spouse can get the decree of divorce and the person who commits the act loses his/her right to the joint property of the couple.
မြန်မာနိုင်ငံ ရာဇသတ်ကြီး ပုဒ်မ ၄၉၃ (၁၈၆၁): မည်သည့် ယောကျ်ားမဆို၊ မိမိနှင့် တရားဝင် ထိမ်းမြားခြင်းမပြုသော မိန်းမကို မိမိနှင့် တရားသဖြင့် ထိမ်းမြားကြောင်း လှည့်ဖြားယုံကြည်စေ၍ ထိုသို့ ယုံကြည်စေသဖြင့် မိမိနှင့် ကာမယှက်စေလျှင် ထိုသူကို ဆယ်နှစ်ထိ ထောင်ဒဏ်အမျိုးမျိုး ချမှတ်ရမည့်ပြင် ငွေဒဏ်လည်း ချမှတ်နိုင်သည်။

ဆရာကြီး ဦးမြစိန်၏ မြန်မာ့ဓလေ့ထုံးတမ်းအရ ကွာရှင်းခြင်း၊ ၂၀၁၄၊ ဒီဇင်ဘာ နာ - ၁၄၃၊ ၁၆၅၊ ၁၆၇ ၌ ဖော်ပြထားသည်မှာ-

မြန်မာ့ဓလေ့ထုံးတမ်းဥပဒေအရ လင်ခန်းမယားခန်းပြတ်စဲရန် အကြောင်းအရင်း ၃ ခု ရှိပါသည်။ ၄င်းတို့မှာ -

(၁) နှစ်ဦးသဘောတူ ကွာရှင်းခြင်း

(၂) လင်ဖြစ်သူ ရဟန်းပြုခြင်းကြောင့် ကွာရှင်းခြင်း

(၃) အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှုကြောင့် ကွာရှင်းခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှုတွင် သာမန်အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှုကြောင့် ကွာရှင်းခြင်းနှင့် ကြီးလေးသော အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှု ကြောင့် ကွာရှင်းခြင်း ဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲခြားထားပါသည်။ ထို့အနက် သာမန်အိမ်ထောင်ရေး ပြစ်မှု ၅ မျိုးရှိပြီး ကြီးလေး သော အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှု ၂ မျိုး ရှိပါသည်။

သာမန်အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှု ၅ မျိုးမှာ -

(က) ရက်စက်မှု

(ခ) လင်၏ဖောက်ပြန်မှု

(ဂ) ဒုတိယမယားယူမှု

(ဃ) စွန့်ပစ်မှု

(င) လီဆယ်မှု တို့ဖြစ်ပြီး ကြီးလေးသော အိမ်ထောင်ရေးပြစ်မှု ၂ မျိုးတို့မှာ -

ကြီးလေးသော အိမ်ထောင်ရေးဖောက်ပြန်မှု ၂ မျိုးမှာ -

(က) မယား၏ ဖောက်ပြန်မှု

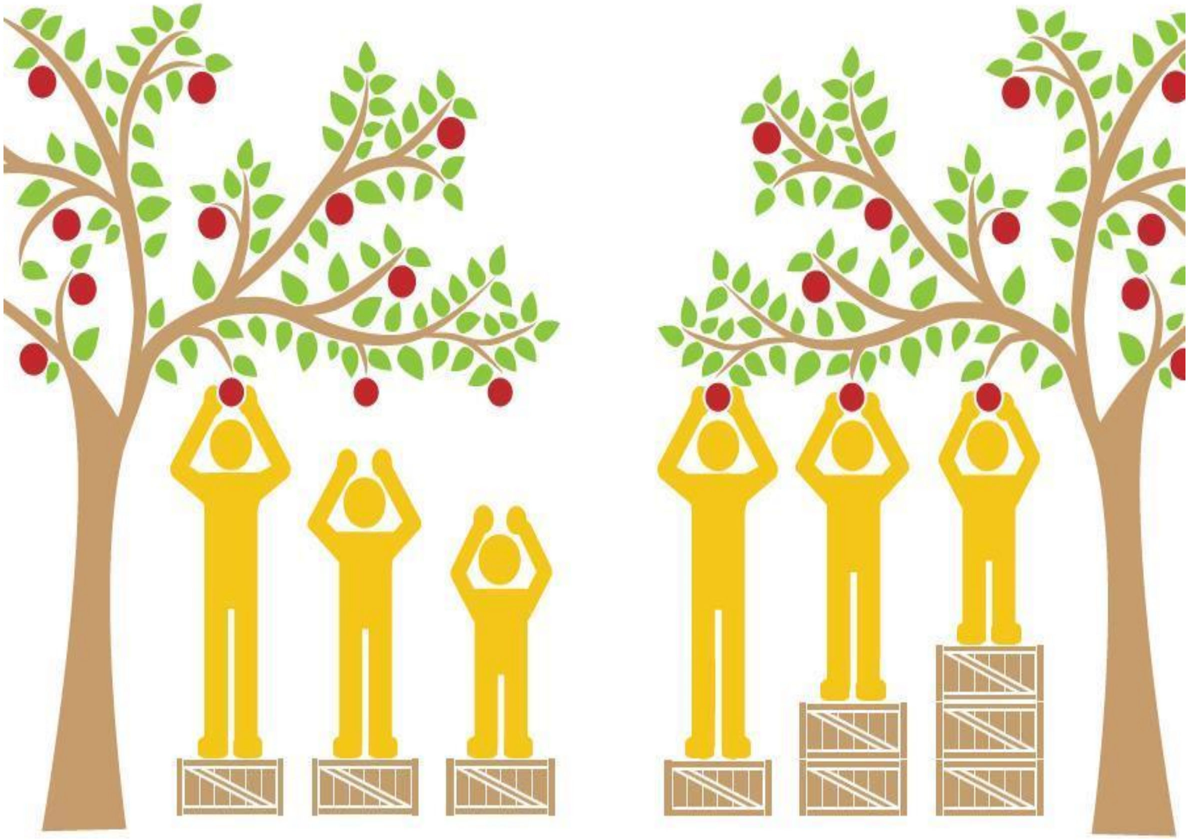
(ခ) ကြီးလေးသော ရက်စက်မှုများတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ကြီးလေးသော ရက်စက်မှု
အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် သာမန်ရက်စက်မှုနှင့် ကြီးလေးသောရက်စက်မှုတို့သည် မတူညီကြပါ။

အကယ်၍ လင်ယောကျ်ားမှ ကြီးလေးသောရက်စက်မှုမျိုးကို ကျူးလွန်ခဲ့လျှင် သို့မဟုတ် မယားဖြစ်သူက ဖောက်ပြန်ခဲ့လျှင် ကျူးလွန်ခံရသူသည် ကျူးလွန်သူနှင့် ကွာရှင်းရန် တရားရုံး၏ ဒီကရီကို ရယူနိုင်သည်။ ထို့အပြင် ပြစ်မှုကျူးလွန်သူသည် ပါရင်းပစ္စည်းအပါအဝင် နှစ်ဦးပိုင် ပစ္စည်းရှိ ၄င်း၏ အစု ဆုံးရှုံးခြင်းကိုပါ ခံရမည် ဖြစ်ပါသည်။

Handout 1.3.4: Equality

ဝေငှစာရွက် (၁.၃.၄) - တန်းတူညီမျှမှု



1. Do the people on the left side have an equal opportunity to get the fruit?
2. Do the people on the right side have an equal opportunity to get the fruit?
3. How are the people on the left being treated?
4. How are the people on the right being treated?
5. Who is receiving better treatment?

၁။ ဘယ်ဘက်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် အသီးကိုရယူရန် တူညီသော အခွင့်အရေး ရှိပါသလား။
၂။ ညာဘက်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် အသီးကိုရယူရန် တူညီသော အခွင့်အရေး ရှိပါသလား။
၃။ ဘယ်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် မည်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံခံရပါသနည်း။
၄။ ညာဘက်ခြမ်းတွင် ရှိသောသူများသည် မည်ကဲ့သို့ ဆက်ဆံခံရပါသနည်း။
၅။ ပိုမိုကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံမှုကို မည်သူမှ ရရှိပါသနည်း။

Handout 1.3.5: Excerpt from the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women (CEDAW)

ဝေငှစာရွက် (၁.၃.၅) - အမျိုးသမီးများအား နည်းမျိုးစုံဖြင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှု ပပျောက်ရေးဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂစာချုပ် မှကောက်နုတ်ချက်

Article 1

For the purposes of the present Convention, the term "discrimination against women" shall mean any distinction, exclusion or restriction made on the basis of sex which has the effect or purpose of impairing or nullifying the recognition, enjoyment or exercise by women, irrespective of their marital status, on a basis of equality of men and women, of human rights and fundamental freedoms in the political, economic, social, cultural, civil or any other field.

The principle of equality is central to CEDAW. CEDAW requires that states (countries who sign the treaty) ensure

- Equality of opportunity
- Equality of access to the opportunity
- Equality of results.

အပိုဒ် ၁

ဤစာချုပ်၏ ရည်ရွယ်ချက်များအလို့ငှာ "အမျိုးသမီးများအား ခွဲခြားမှု" ဟူသည့် စကားရပ်သည် ယင်းတို့၏ အိမ်ထောင်ရေး အခြေအနေ မည်သို့ပင်ရှိစေကာမူ အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီး တန်းတူညီမျှရှိမှု အပေါ် အခြေခံ၍ လူ့အခွင့်အရေးများနှင့် နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ပြည်သူ့ရေးရာ သို့မဟုတ် အခြားနယ်ပယ်တို့တွင် အမျိုးသမီးများအား အသိအမှတ်ပြုခြင်း၊ အမျိုးသမီးများ ခံစားခွင့် (သို့မဟုတ်) ကျင့်သုံးပိုင်ခွင့် ရှိခြင်းတို့ကို လိင်အပေါ်အခြေခံ၍ ယိုယွင်းစေရန် သို့မဟုတ် ပျက်သုဉ်းစေရန် ရည်ရွယ်ချက်ရှိသည့် မည်သည့်ခွဲခြားခြင်း၊ တားဆီးပိတ်ပင်ခြင်း သို့မဟုတ် ကန့်သတ်ခြင်းကို မဆိုဆိုလိုသည်။

CEDAW တွင် တန်းတူညီမျှမှု ရှိခြင်းဟူသော မူဝါဒသည် အဓိကကျသည်။ CEDAW သည် တိုင်းနိုင်ငံများတွင် (သဘောတူညီမှုတွင် လက်မှတ်ထိုးသော နိုင်ငံများ) ကို သေချာစေရန် လိုအပ်သည်။

- အခွင့်အရေး တန်းတူညီမျှမှု
- အခွင့်အရေး ရရှိနိုင်ခြင်း တန်းတူညီမျှမှု
- ရလဒ်များ တန်းတူညီမျှမှု