

যুবক-যুবতীদের লিঙ্গভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধের একটি কার্যকারী
প্রশিক্ষণ কৌশল / নির্দেশনা

এডিশন : মে ২০১৮

লেখক:

অনিকা নিউপানে থাকলিয়া
ক্রিস্টিনা রুইস মার্টিন মোরা
এলেনী এথানাসোপাউলো
ফিটিয়াভানা রামামিউসা
কুলুইনা এন্ডেরিয়ামবলাসন
মহেন্দ্র পারাসাই
মিউরা রাকোটোভাও
নাজাইনা টাভোহাসিমবাভাকা
রানতো এন্ডিয়ানারিসন
সামজাহানা গিমিরি
সতিশ কুমার সিং
ভার গেলিস কসমাটোস

সম্পাদক:

চারলেস সিনিডার

চিত্র শিল্পী :

ব্রেকিং দ্যা সাইকেল

প্রজেক্ট নং-৫৯০০২৪-ই পি পি-১-২০১৭-১-ই সি-ই পি পি কে এ ২- সি বি উই-এ সি পি এ এল এ

ser.cerujovi@gmail.com

www.gbvamongyouth.org

সমন্বয়কারী-

Centro Rural joven Vida, Spain

অংশীদার সংগঠন:

Bangladesh Woman's Health Coalition, Bangladesh

Centre for Research and Action on peace, Greece

Centre for Health and Social Justice India

Youth First Madagascar

Legal Aid and Consultancy Center Nepal

সূচীপত্র

১. ভূমিকা
২. লিংঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতা
৩. পদ্ধতি মালা
৪. সেশনের সারমর্ম
৫. সেশন:
 - লিংঙ্গের / জেন্ডারের ধারণা
 - সামাজিক গঠন
 - জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা
 - পুরুষত্ববাদ
 - ব্যবস্থা গ্রহন
৬. মূল্যায়নের মাপকাঠি
 - সেশন মূল্যায়ন
 - চূড়ান্ত মূল্যায়ন
৭. রেফারেন্স

ভূমিকা

ব্রেকিং দ্যা সাইকেল, ২০১৭ সালে সূচনা হয় এবং এই প্রজেক্টের উদ্দেশ্য হল যুবক যুবতীদের সামর্থ্য বৃদ্ধি করা। যে সমস্ত সংগঠন জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিয়ে কাজ করে তাদের ও সামর্থ্য বৃদ্ধি করা এর উদ্দেশ্য। এই প্রজেক্টের উদ্দেশ্য পুরনে ইহা সুনির্দিষ্ট চাহিদা নিরূপন, নতুন পদ্ধতি ও নতুন কর্মপন্থা নিয়ে কাজ করে। এই প্রজেক্টেও গঠন, সূচনা, শক্তি বৃদ্ধি করেছে চলমান ও নতুন কর্মসূচীর যা বিশ্বেও বিভিন্ন জাগায় নারীর প্রতি সহিংসতা নিয়ে কাজ করে এবং যুবক যুবতীদের অংশগ্রহনে এই প্রজেক্ট সক্রিয়।

আন্তঃজাতিক সহযোগিতার জন্য এবং যারা নারীর প্রতি সহিংসতা নিয়ে কাজ করে তাদের মধ্যে বিনিময় বিনিময় করার জন্য এই প্রজেক্ট ৬টি গুরুত্বপূর্ণ দেশকে বেছে নিয়েছে যাতে তৎপরতা ভাল হয়। ৬টি দেশের ৬টি সংগঠন হল: CERUJOVI, KEDE, CHSJ, BWHC, LACC, Youth First| শিক্ষাসফর, আন্তঃজাতিক ও জাতীয় প্রশিক্ষণ, স্থানীয় কর্মশালা এই প্রজেক্টেও ম্যনুয়ালকে প্রমান করেছে যে জেন্ডার ভিত্তিক যে সহিংসতা তা রোধে ইহা সোচ্চার। প্রতিটি দেশের ৬টি গুরুত্বপূর্ণ ও বিশেষ দক্ষতা সম্পন্ন সংগঠন এর সমন্বয়ে এই প্রজেক্টের প্রশিক্ষণ ম্যনুয়াল উন্নয়ন করা হয়েছে। এই প্রজেক্টের উন্নয়ন সাধন হয়েছে সংগঠন গুলোর মধ্যে তাদের দেশেও সেরা ভাল কর্মসূচী নির্দেশনা আদান-প্রদানের মাধ্যমে। প্রত্যেকটি সংগঠন এর জ্ঞান অভিজ্ঞতা বিনিময়ের মাধ্যমে কার্যকারী পদক্ষেপ গঠনের উদ্দেশ্য কে সামনে রেখে এই প্রজেক্ট সূচনা হয়েছে। এই প্রশিক্ষণ ম্যনুয়ালের উদ্দেশ্য গুলো হল-

- নারীর প্রতি সহিংসতা রোধে ও যুদ্ধে যুবক যুবতীদের ও প্রতিষ্ঠানিক ও অপ্রতিষ্ঠানিক শিক্ষার্থীদেরও তথ্য ও কৌশল সম্পর্কে জ্ঞাত করা।
- যুবক যুবতীদের নারীর প্রতি সহিংসতা বিষয়ে প্রতিকূল ও প্রভাব বিষয়ে সতর্ক করা।
- ব্যক্তি কেন্দ্রিক কর্মকাণ্ডের মাধ্যমে ও সক্রিয় অংশ গ্রহনের মাধ্যমে ব্যক্তি যেন আত্মসম্মান ও আত্ম-মূল্য পায় সে বিষয়ে যুবক যুবতীদের ক্ষমতায়ন করা।
- এই প্রশিক্ষণ ম্যনুয়ালটি যুব-ক্লাব, সংগঠন, কেন্দ্র, স্কুল অথবা যে কোন যুব প্রতিষ্ঠানের জন্য তৈরি ও উন্নয়ন করা হয়েছে। প্রশিক্ষণ এর প্রয়োজনীয়তার উপর নির্ভর করে এই ম্যনুয়ালের সম্পূর্ণ বা কিছু অংশ নিয়ে প্রশিক্ষণ পরিচালনা করা সম্ভব।

এই ট্রেনিং ম্যনুয়ালের শেষে বুঝা যাবে কিভাবে বিভিন্ন উপাদান নারীর প্রতি সহিংসতা নিয়ে কাজ ও প্রভাবিত করে। একই সময় এটা কিভাবে এই সহিংসতা কমানো যায় তার একটি নির্দেশনা দিবে। প্রশিক্ষণ অংশগ্রহনকারী এই এর মাধ্যমে বুঝতে পারবে জেন্ডার কি সেক্স ও জেন্ডার এর বিষয়ে সহিংসতা কি এবং সমাজে কিভাবে ইহা গঠিত হয়। ইহা অংশগ্রহনকারী আর বুঝতে সহযোগীতা করবে যে পুরুষত্ববাদ কি কত প্রকার এবং ইহা কিভাবে নারীর প্রতি সহিংসতা মূল কারণ। চূড়ান্ত ভাবে এই প্রশিক্ষণ মাধ্যমে কিভাবে নারীর প্রতি সহিংসতার সাইকেলটি ভাঙা যায় তার উপর আলোকপাত করবে।

লংঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতা

নারীর প্রতি সহিংসতা হল নারীর সকল প্রকার মানবাধিকারে লঙ্ঘন এবং নারীর প্রতি প্রত্যেক ক্ষেত্রে বৈষম্য। ইহা শারীরিক যৌন, মনস্তাত্ত্বিক ও অর্থনৈতিক ক্ষতি সাধনের অথবা নারীর ভোগান্তীর আকাণ্ডে হতে পারে। হুমকি ভয়, জোরপূর্বক কিছু করা, স্বাধীনতার খর্ব করা ইত্যাদি নারীর প্রতি সহিংসতা বিষয়ে অন্তর্ভুক্ত যা পাবলিক অথবা ব্যক্তিগত পরিবেশে ঘটে থাকে।

এই ধরনের সহিংসতা হয় কারন নারীদের মানুষ না ভেবে শুধু নারী হিসেবে বিবেচনার কারনে। ইহা অসমতা ও বৈষম্য মূলক মূল্যবোধের থেকে সৃষ্ট যা সমাজে গঠিত এবং রীতিনীতির সাথে সংশিষ্ট।

ইহা নারী, পরিবার, সমষ্টি, সমাজকে ক্ষতি সাধন করে থাকে। ইহা মানব অধিকার খর্ব করার সামিল। নারীর প্রতি সহিংসতা দূরিকরনে দরকার হল - সমাজের অসম সামাজিক, রাজনৈতিক, অর্থনৈতিক ক্ষমতা কাঠামোকে নতুন করে যথাযথ ভাবে সংস্কার করা।

জেম্ভার ভিত্তিক সহিংসতা” ও নারীর প্রতি সহিংসতা বেশীরভাগ সময় একই অর্থে ব্যবহার করা হয় যাহা নারী ও পুরুষ দুই অন্তর্ভুক্ত করে। ইহা ক্ষমতা কাঠামোর অসমতাকে আলোকপাত করে। এই ম্যানুয়ালে এই দুই শব্দ একই অর্থে ব্যবহার করা হয়েছে।

নারী ও যুবতীদেও প্রতি সহিংসতা হলো বিশ্বের অন্যতম খারাপ মানবাধিকার লঙ্ঘন। ইহা সমাজ অর্থনীতি ও জাতীয় সীমানা ছাড়িয়ে গেছে। সারাবিশ্বে একটি সার্ভেতে তিনজনের মধ্যে একজন শারীরিক বা যৌন সহিংসতার অভিজ্ঞতা অর্জনকারী হচ্ছে নারী।

[নারীর প্রতি সহিংসতা ডাব্লিউএইচ ও]

নারীর প্রতি সহিংসতা বিষয়ে যুব সমাজ হলো কেন্দ্রীয় বিষয় এবং নিড়ব দর্শক। সারা বিশ্বেও পরিসংখ্যানে ৫০% যুবতী ১৬ বছরের নিচে যৌন সহিংসতার স্বীকার হয়।[জাতিসংঘ মহিলা ও UNEGEEW, Fast Facts Statistics on Violence Against Women and Girls]

বিশ্বেব্যাপী ১২০ মিলিয়ন মেয়ে দশ জনে একজন জোরপূর্বক যৌন কার্যকলাপের স্বীকার হয়।(UN Women Facts and Figure: Ending Violence Against Women 2013)এখানে মূল গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে হলো যুবক যুবতীদেও সচেতনতা বৃদ্ধি করা এবং তাতেও শিক্ষা দেওয়া যাতে তারা অসমতা খারাপ আচরন যা নারীর প্রতি সহিংসতা বৃদ্ধি করে তা রোধ হয়। ইহা মাধ্যমে যুব সমাজ জ্ঞান দক্ষতা সুযোগ ও কার্যকরী হবে যাহা অবিচার ও মানবাধিকার লঙ্ঘনের বিরুদ্ধে যুদ্ধ করার সাহস যোগাবে।

পদ্ধতিমালা

ইহা একটি অনানুষ্ঠানিক শিক্ষন পদ্ধতি। ইহা এমনই একটি পদ্ধতি যাতে প্রতিষ্ঠানিক পরিশেষের ও গতানুগতিক শিক্ষন পরিবেশের চেয়ে এই পদ্ধতি প্রশিক্ষক ও অংশ গ্রহকারীদের জন্য বেশী উপযুক্ত। এখানে প্রশিক্ষনে অংশ গ্রহকারীদের গুরুত্বপূর্ণ উপাদান হিসেবে মনে করা হয় এবং এখানে প্রক্রিয়া প্রশিক্ষকের তথ্য, উপাত্ত জ্ঞান প্রজ্ঞা ও গুরুত্ব সহকারে দেখা হয়। এখানে প্রশিক্ষক ও অংশ গ্রহনকারীদের মতামত যুক্তি ও শোনার উপর গুরুত্ব আরোপ করা হয়।

এই পদ্ধতিমালা সিলেবাসের অভিজ্ঞতা শিক্ষন যাহা জ্ঞান দক্ষতা ও সামর্থ্য বৃদ্ধি করে। জ্ঞান ও দক্ষতা এবং সামর্থ্য পর্যবেক্ষন, উদ্দীপনা অংশ গ্রহন এর মাধ্যমে অর্জন করতে হয় যাহা গভীর ও অর্থপূর্ণ সংযোগ টায় দেহ ও মনের এবং ইহা প্রতিফলন ও প্রয়োগ হয় (Craig,2006) ইহা ব্যক্তিগত প্রতিফলন বিনোদন ভূমিকা পালন,কেইস স্টাডি এবং মিডিয়ায় ব্যবহারে জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন ধাবিত হয়।

অনানুষ্ঠানিক শিক্ষন পদ্ধতি অংশ গ্রহনকারীদের ব্যক্তিগত ভাবে বেশি করে প্রশিক্ষনের অংশ গ্রহনের প্রতি আলোকপাত করে।

সেশনের সারমর্ম

এই ম্যানুয়াল ৫টি স্বাধীন ও অভিচ্ছেদ সেশন এবং বিভিন্ন কর্মকান্ডের সমন্বয়ে গঠিত।

জেশারের ধারণা

তিনটি কর্মকান্ড যাহা উদ্দেশ্য সেক্স ও জেশারের মধ্যে পার্থক্য বের করা এবং সেক্স ও জেশারের সম্পর্কে বুঝতে সক্ষম করা।

সামাজিক গঠন

নয়টি কর্মকান্ড যাহা বুঝাবে কি সামাজিক অংশগ্রহন লিঙ্গ অসমতা, অবিচার, ক্ষতিসাধন মূলক আচরন নারী ও পুরুষের মধ্যে রূপান্তরিত হয়।

নারীর প্রতি সহিংসতা

পাঁচটি কর্মকান্ড যাহা সচেতনতা বৃদ্ধি ও জ্ঞান সৃষ্টি করবে বিভিন্ন ধরনের কারন ও ফালাফল যাহা নারীর প্রতি সহিংসতা সৃষ্টি করে।

পুরুষত্ববাদ

পাঁচটি কর্মকান্ড পুরুষত্ববাদ বুঝতে সহায়তা করবে। ইতিবাচক পুরুষত্ববাদ নিয়ে ও এখানে আলোকপাত করা হয়েছে।

পদক্ষেপ গঠন

ছয়টি কর্মকান্ড নারীর প্রতি সহিংসতা রোধে নেতৃত্ব কিভাবে কাজ করে এবং এই ব্যপারে সচেতনতা বৃদ্ধি জন্য যুবক যুবতীদের সাহায্য করে। এই কার্যকারী পদক্ষেপ কিছু গুরুত্বপূর্ণ সুপারিশমালা ও অন্তর্ভুক্ত।

| সেশন | কর্মকাণ্ড | সময় | |
|---------------------|-----------|--|----------|
| জেন্ডার ধারণা | ১.১ | আমি সুখী? অই নয় কি? | ১৫ মিনিট |
| | ১.২ | ইহা সেক্স না জেন্ডার ? | ৩০ মিনিট |
| | ১.৩ | বাচ্চাহীন স্বামী-স্ত্রী | ৩০ মিনিট |
| সামাজিক গঠন | ২.১ | জেন্ডার সম্পর্কে প্রজন্মগত ধারণা ও উপলব্ধি | ৩০ মিনিট |
| | ২.২ | পারিবারিক ছবি | ৩০ মিনিট |
| | ২.৩ | জেন্ডার ছক ও জীবনের সিদ্ধান্ত | ৬০ মিনিট |
| | ২.৪ | পুরুষত্ববাদ এবং এর মহিলা ও পুরুষের জন্য সুবিধা সমূহ | ৬০ মিনিট |
| | ২.৫ | প্রতিষ্ঠান ও কাঠামো যাহা পুরুষত্ববাদে নারীদেও নিয়ন্ত্রণ করে। | ৬০ মিনিট |
| | ২.৬ | লেবেলিং | ৬০ মিনিট |
| | ২.৭ | বিশ্বাসকারী | ৬০ মিনিট |
| | ২.৮ | পুরুষত্ববাদ কি ভাবে পুরুষের উপর প্রভাব ফেলে। | ৬০ মিনিট |
| | ২.৯ | কিছু মজার জোকস নয় | ২০ মিনিট |
| নারীর প্রতি সহিংসতা | ৩.১ | নারীর প্রতি সহিংসতার সংজ্ঞা | ৫০ মিনিট |
| | ৩.২ | ফ্যক্ট এবং পুরা কথা | ৩০ মিনিট |
| | ৩.৩ | চলচিত্র পরবর্তী ডিবেট | ৯০ মিনিট |
| | ৩.৪ | ফোন ভাঙ্গা বাণী | ১৫ মিনিট |
| | ৩.৫ | স্কুলে এডভোক্যাসি | ৬০ মিনিট |
| পুরুষত্ববাদ | ৪.১ | পুরুষত্ববাদ বুঝা | ৪৫ মিনিট |
| | ৪.২ | হাতমুষ্টি বন্ধ করা | ৩০ মিনিট |
| | ৪.৩ | ক্ষমতার উৎস | ৬০ মিনিট |
| | ৪.৪ | সমন্বিত অংকন | ২০ মিনিট |
| | ৪.৫ | আধিপত্যবাদী পুরুষত্ববাদ এবং নারীর প্রতি সহিংসতায় এর সম্পর্ক | ৪৫ মিনিট |
| পদক্ষেপ | ৫.১ | নেতৃত্ব খোঁজা | ৪৫ মিনিট |
| | ৫.২ | গ্লাস সিলিং | ৪৫ মিনিট |
| | ৫.৩ | মহিলাদের সব শুনতে হয়। | ২০ মিনিট |
| | ৫.৪ | শক্তভাবে দাড়ানো | ৬০ মিনিট |
| | ৫.৫ | আমরা সমর্থনের বৃত্ত | ৩০ মিনিট |
| | ৫.৬ | সাইকেল ভাঙ্গার জন্য পদক্ষেপ | ৬০ মিনিট |

সেশন

জেভারের ধারণা

১.১ আমি হ্যাপি...

| | |
|------------------|---|
| শিরোনাম | আমি খুশি, আমি ... |
| মূল পদ্ধতি | প্রতিফলন কার্যকলাপ |
| সময় | সময় ১৫ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | আমাদের নিজেদের অভিজ্ঞতার মাধ্যমে আমরা নারী ও পুরুষের মধ্যে যে পার্থক্য দেখতে পাই তা আবিষ্কার করতে পারি। |
| উপাদান | কার্ড বোর্ড, চিহ্নিতকারী |
| কর্মকাণ্ড | <ul style="list-style-type: none">○ বিবৃতি দিয়ে প্রত্যেক মহিলার কাছে একটি কার্ড দিন, "আমি খুশি যে আমি একজন মহিলা," এবং প্রত্যেকের কাছে এক বিবৃতির সাথে এককে বলি, "আমি খুশি যে আমি একজন মানুষ।"○ অংশগ্রহণকারীদেরকে পৃথকভাবে জিজ্ঞাসা করুন কেন তারা পুরুষদের বা মহিলাদের হতে খুশি, এবং বিবৃতি দিয়ে পত্রিকায় কারণগুলি লিখতে বলুন। কার্যকলাপটি সম্পন্ন করতে তাদের পাঁচ মিনিট দিন।○ অংশীদারদের কাছে কাগজটি উল্টিয়ে জিজ্ঞাসা করুন যেখানে তারা এই বিবৃতিটি খুঁজে পাবে, "যদি আমি একজন পুরুষ / মহিলা হতাম, আমি" এবং তাদের বলতাম যে তারা একটি বিপরীত লিঙ্গের সংখ্যার তালিকায় থাকবে। কার্যকলাপটি সম্পন্ন করতে তাদের পাঁচ মিনিট দিন।○ অংশগ্রহণকারীদের তাদের ফলাফল ভাগ এবং সমতা খুঁজে পেতে জিজ্ঞাসা করুন। তারপর, মুরসাল এবং মেয়েলি পরিচয় বিষয়গুলি প্রবর্তন করার ফলাফলগুলি ব্যবহার করুন, কারণ প্রতিক্রিয়াগুলি সর্বদা এটি নির্দেশ করবে। |

১.২ এটা কী লিঙ্গ বা লিঙ্গ কি?

| | |
|------------------|--|
| শিরোনাম | এটা কী লিঙ্গ বা লিঙ্গ কি? |
| ব্যবস্থা | গ্রুপ কাজ পূর্ণঙ্গ আলোচনা |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | জৈবিক যৌন এবং সামাজিক নির্মাণের মধ্যে পার্থক্য বোঝার জন্য। একটি সমাজের ছেলে বা মেয়ে হওয়ার মানে কী তা নিয়ে আমরা একের বিশ্বাসের সন্ধান করতে পারি। |
| উপাদান | কার্ডবোর্ড, আঠালো কাগজ |
| কার্যকলাপ | <p>৩ লিঙ্গ এবং লিঙ্গ একটি সংক্ষিপ্ত সংজ্ঞা দিয়ে শুরু করুন:</p> <p>সেক্স (জৈবিক): এটি জৈবগত বৈশিষ্ট্যের উল্লেখ করে যে পুরুষ ও নারীর জন্ম হয়। তারা সার্বজনীন এবং সাধারণত স্থায়ী হয়, যেমন পুরুষ বৃকের দুধ খাওয়াতে পারে না; নারী মেনস্ট্রিক</p> <p>লিঙ্গ (সামাজিক): এটি সামাজিকভাবে পুরুষ ও নারী সমাজের দ্বারা প্রদত্ত ভূমিকা ও দায়িত্বসমূহকে বোঝায়। লিঙ্গ সংক্রান্ত নিয়ম জৈবিক তথ্য নয়; মেয়েরা এবং ছেলেদের জন্ম হয় না তারা কিভাবে চেহারা, পোশাক, কথা বলা, আচরণ করা, চিন্তা বা প্রতিক্রিয়া জানত। লিঙ্গ পার্থক্য আমাদের সংস্কৃতি-প্রকৃতির দ্বারা তৈরি হয় না এবং পরিবর্তিত হতে পারে।</p> <p>৩ অংশগ্রহণকারীরা তিন থেকে চার জন লোকের গ্রুপে বিভক্ত করুন।</p> <p>৩ লিঙ্গ, লিঙ্গ এবং বিভিন্ন বিবৃতিগুলির জন্য কার্ডবোর্ডগুলির সাথে প্রতিটি গ্রুপ প্রদান করুন।</p> <p>৩ প্রতিটি বক্তব্য লিঙ্গ বা লিঙ্গকে বোঝায় কিনা তা তাদের চিহ্নিত করুন, এবং যথাযথ কার্ডবোর্ডে তাদের (লিঙ্গ / লিঙ্গ) আটকে দিন। এই কার্যকলাপটি সম্পূর্ণ করতে ১০ মিনিটের অনুমতি দিন।</p> <p>৩ পূর্ণঙ্গভাবে প্রতিটি বিবৃতি আলোচনা করুন</p> <p>৩ অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন কেন তারা "লিঙ্গ" বা "লিঙ্গ" এর অধীনে প্রতিটি বিবৃতি শ্রেণীভুক্ত করে।</p> |

টিপস

আপনি নিজের বিবৃতি পরিবর্তন এবং প্রস্তুত করতে পারেন।
নিশ্চিত হোন যে এই কার্যকলাপের পরে অংশগ্রহণকারীরা নিম্নলিখিত সমস্ত বিবৃতিগুলি শ্রেণীভুক্ত করতে সক্ষম:
নারী জন্ম দিতে পারে কিন্তু পুরুষ করতে পারে না(সেক্স)।
মেয়েদের গণিত মধ্যে ছেলেরা হিসাবে ভাল নয়(লিঙ্গ)।
নারী স্তন খাওয়াতে পারে কিন্তু পুরুষ করতে পারে না(সেক্স)।
মেয়েদের বিনয়ী, ভীরা এবং চতুর, ছেলেদের কঠিন এবং কঠিন (লিঙ্গ)।
মেয়েদের তুলনায় ছেলেদের জন্য খেলাধুলা বেশি গুরুত্বপূর্ণ (লিঙ্গ)।
মেয়েদের একটি ভাল স্বামী খুঁজে প্রয়োজন; ছেলেদের একটি ভাল কাজ খুঁজে বের করতে হবে (লিঙ্গ)।
নারী গর্ভবতী পেতে পারে কিন্তু পুরুষ হতে পারে না(লিঙ্গ)।
নারী ট্রেন চালাবেন না (লিঙ্গ)।
নারী পুরুষদের চেয়ে বেশি ধৈর্যশীল (লিঙ্গ)।
পুরুষের জন্য যৌনতা আরও গুরুত্বপূর্ণ যে মহিলাদের জন্য (লিঙ্গ)।
নারীরা ঋতুস্রাব করতে পারে, পুরুষ করতে পারে না(সেক্স)।

১.৩ কার্যপত্র

নারী জন্ম দিতে পারে কিন্তু পুরুষ করতে পারে না।

মেয়েদের গণিতমধ্যে ছেলেরা হিসাবে ভাল নয়।

নারী স্থান খাওয়াতে পারে কিন্তু পুরুষ করতে পারে না।

মেয়েদের বিনয়ী, ভীকু এবং চতুর, ছেলেদের কঠিন এবং কঠিন ।

মেয়েদের তুলনায় ছেলেদের জন্য খেলাধুলা বেশি গুরুত্বপূর্ণ ।

মেয়েদের একটি ভাল স্বামী খুঁজে প্রয়োজন; ছেলেদের একটি ভাল কাজ খুঁজে বের করতে হবে।

নারী গর্ভবতী পেতে পারে কিন্তু পুরুষ হতে পারে না।

নারী ট্রেন চালাবেন না।

নারী পুরুষদের চেয়ে বেশি ধৈর্যশীল।

পুরুষের জন্য যৌনতা আরও গুরুত্বপূর্ণ যে মহিলাদের জন্য ।

নারীরা ঋতুস্রাব করতে পারে, পুরুষ করতে পারে না।

সামাজিক নির্মাণ

২.১ জেনারেশনের মাধ্যমে জেন্ডারের ধারণা

| | |
|------------------|---|
| শিরোনাম | জেনারেশনের মাধ্যমে জেন্ডারের ধারণা |
| ব্যবস্থা | পূর্ণঙ্গ আলোচনা |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | প্রজন্মের / ঐতিহ্যের মাধ্যমে কতটুকু পার্থক্য করা যায় তা বোঝার জন্য; কিভাবে আমরা প্রক্রিয়া অংশ হয়ে; কিভাবে পরিবর্তন গভীর নিদর্শন উপর নির্ভর করে। |
| উপাদান | কার্যপত্রক |
| কার্যকলাপ | <ul style="list-style-type: none">• প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে কার্যপত্রক দিন• অংশগ্রহণকারীদের ১৫ মিনিট সময় দিতে এবং তাদের নিজস্ব কার্যপত্রক উত্তর দিতে।• তাদের পূর্ণঙ্গ উত্তরগুলির কিছু ভাগ করতে বলুন (এমন কিছু যা আকর্ষণীয়, অদ্ভুত, এমন কিছু যা কেউ কেউ উত্তর দিতে পারে না)।• ভূমিকা এবং পিতামাতা অনুভূতি বা অনুশীলন মধ্যে মিলের প্রতিফলন। প্রভাব ইঙ্গিত এবং উপদেশ থেকে এটি পার্থক্য। |
| টিপস | <p>আরেকটি বিকল্প হল অংশগ্রহণকারীদেরকে দুটি গ্রুপ (পুরুষ ও মহিলা) মধ্যে বিভক্ত করা এবং গ্রুপের মধ্যে প্রশ্নগুলি পূরণ করা।</p> <p>প্রয়োজন কি জোরদার করা নিশ্চিত করুন: অংশগ্রহণকারী এর ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা প্রতিফলন।</p> <p>নোট: কোন অধিকার বা ভুল উত্তর নেই। কোন দলের কোন সাধারণ ফলাফল হবে।</p> |

কার্যপত্র ২.১

পরিবারে জেভারের ধারণা

১. অংশীদার এর অর্থ কি?

.....
.....
.....

২. আপনি একজন অংশীদার হিসাবে আপনার ভূমিকার কি মনে করেন?

.....
.....
.....

৩. আপনার মা / পিতা / আইনি অভিভাবকদের উপরে আপনার কি মনে হয়?

.....
.....
.....

৪. যদি সম্ভব হয় তাহলে, আপনার শৈশব থেকে আপনার নিকটতম পুরুষ, মহিলা, পিতা বা মাতা বা তত্ত্বাবধায়ক বা অভিভাবককে বেছে নিন, এবং নিম্নলিখিত (মডার্ন) অথবা ✖ (মহিলা) সাথে নিম্নলিখিত চিহ্নগুলি চিহ্নিত করুন যা আপনি ভাল মনে করেন।

| |
|--|
| একটি মানসিক সমস্যা সঙ্গে চালু করতে এক। এক অসুস্থ যখন চালু করার জন্য |
| একটি ঋণ / আর্থিক সহায়তা চাইতে একটি এক যারা লাঞ্চ সিদ্ধান্ত। |
| যিনি প্রতিদিনের কেনাকাটা করছেন যিনি সঠিক বা ভুল কি তা নির্ধারণ করে |
| যে কেউ পরিবার ড্রাইভিং করে। কর্তৃপক্ষের সাথে যোগাযোগ করে এমন একজন |
| এক সঙ্গে একটি গোপন শেয়ার করতে। হুমকি যখন চালু করতে এক |
| এক পরিবারের মধ্যে বিরোধ নিষ্পত্তি করতে। যারা অন্য আত্মীয়দের সাথে পরিবারের বিরোধিতা সংশোধন করে। |
| রোগীর অভিভাবক একটি পেশাদারী সমস্যা সঙ্গে চালু করার জন্য এক। |
| স্থায়ী পিতা বা মাতা (সহজেই মতামত বা সিদ্ধান্ত পরিবর্তন করবেন না) এক সঙ্গে একটি কর্মক্ষমতা যেতে (থিয়েটার, কনসার্ট ইত্যাদি)। |

সামাজিক নির্মাণ

২.২ পারিবারিক ছবি

| | |
|------------------|--|
| শিরোনাম | পারিবারিক ফটো |
| ব্যবস্থা | ভূমিকা পালন |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | ব্যক্তিগত উপস্থাপনা এবং বিশ্বাস আনতে; সামাজিক প্রত্যাশা এবং লিঙ্গ ভিত্তিক ছদ্মবেশিতা বুঝতে, এবং কিভাবে তারা দৈনন্দিন জীবনে প্রতীকায়িত হয়। |
| উপাদান | কার্যপত্রক |
| কার্যকলাপ | <ul style="list-style-type: none">• প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে কার্যপত্রক দিন• অংশগ্রহণকারীদের ১৫ মিনিট সময় দিতে এবং তাদের নিজস্ব কার্যপত্রক উত্তর দিতে।• তাদের পূর্ণাঙ্গ উত্তরগুলির কিছু ভাগ করতে বলুন (এমন কিছু যা আকর্ষণীয়, অদ্ভুত, এমন কিছু যা কেউ কেউ উত্তর দিতে পারে না)।• ভূমিকা এবং পিতামাতা অনুভূতি বা অনুশীলন মধ্যে মিলের প্রতিফলন। প্রভাব ইঙ্গিত এবং উপদেশ থেকে এটি পার্থক্য। |
| টিপস | <p>বয়সের দ্বারা অংশগ্রহণকারীদের ভাগ করে নেওয়ার জন্য সহায়ক হতে পারে যেগুলি পেশাগত জীবনে শিক্ষার উপর এবং অন্যের উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করা হয়।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদের উতসাহিত করার জন্য লিঙ্গ ভিত্তিক বিধিনিষেধগুলি বজায় রাখতে চেষ্টা করুন এবং জোর দেওয়া উচিত যে তারা কোনও সঠিক বা ভুল উত্তরের সঙ্গে ব্যক্তিগত প্রতিচ্ছবি নয়।</p> |

সামাজিক নির্মাণ

২.৩ জেভারের স্টেরিওটাইপস এবং জীবন সিদ্ধান্ত

| | |
|------------------|--|
| শিরোনাম | জেভারের স্টেরিওটাইপস এবং জীবন সিদ্ধান্ত |
| মূল পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা, দলবদ্ধ কাজ |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | লিঙ্গ ভিত্তিক ধূর্ততাগুলি শিক্ষা বা পেশার মত জীবন সিদ্ধান্তকে প্রভাবিত করে এবং আমরা যে কৌশলগুলি ব্যবহার করি সেগুলি মোকাবেলা করার কথা ভাবতে পারি। |
| উপাদান | কার্যপত্রক, চিহ্নিতকারী |
| কার্যকলাপ | <p>চার-পাঁচ অংশগ্রহণকারীদের গ্রুপ বিভক্ত করুন বয়সের দ্বারা অংশগ্রহণকারীদের ভাগাভাগি করে এমন দল তৈরি করতে সহায়ক হতে পারে যা পেশাগত জীবনে শিক্ষার উপর এবং অন্যদের উপর নিবন্ধ।</p> <p>ঃ প্রতিটি অংশগ্রহণকারী ওয়ার্কশীটকে ২.৩ পার্ট অ দিন এবং নির্দেশাবলী অনুসরণ করার জন্য তাদের বলুন। তাদের ১৫ মিনিট দাও</p> <p>ঃ পূর্ণাঙ্গভাবে, অংশগ্রহণকারীদের তাদের প্রতিচ্ছবি এবং চিন্তাধারা ভাগ করা যাক।</p> <p>ঃ প্রতিটি অংশগ্রহণকারী ওয়ার্কশীট ২.৩ দিন। পার্টটি ১৫ মিনিটের মধ্যে গ্রুপে ভর্তি করার জন্য।</p> <p>ঃ একটি পূর্ণাঙ্গ আলোচনা গাইড: কারণ লিঙ্গ ভিত্তিক ছদ্মবেশে সব সীমাবদ্ধতা আছে? লিঙ্গ ভিত্তিক ভূমিকা এবং স্টেরিওটাইপস দ্বারা প্রভাবিত কৌশল উপনীত হয়?</p> |
| টিপস | <p>বয়সের দ্বারা অংশগ্রহণকারীদের ভাগ করে নেওয়ার জন্য সহায়ক হতে পারে যেগুলি পেশাগত জীবনে শিক্ষার উপর এবং অন্যের উপর দৃষ্টি নিবন্ধ করা হয়।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদের উত্সাহিত করার জন্য লিঙ্গ ভিত্তিক বিধিনিষেধগুলি বজায় রাখতে চেষ্টা করুন এবং জোর দেওয়া উচিত যে তারা কোনও সঠিক বা ভুল উত্তরের সঙ্গে ব্যক্তিগত প্রতিচ্ছবি নয়।</p> |

ওয়ার্কসীট ২.৩ অংশ-ক

বৃত্তিমূলক শিক্ষায় লিঙ্গ ভিত্তিক ছক।

যেখানে নারী অথবা পুরুষ কাজ করে কী ?

আপনি মনে করেন, কোন ধরনের কাজ নারী ও পুরুষ অথবা উভয়েই করতে পারে ?

ডানপাশের সাড়িতে একটি চিহ্ন দিয়ে চিহ্নিত করুন। যদি কোনো কারণে আপনি মনে করেন কাজটি কেবল পুরুষ অথবা মহিলাদের জন্য, আপনাকে কমপক্ষে একটি কারণ দেখাতে হবে।

| কাজ | পুরুষ | মহিলা | আপনি মনে করেন, পুরুষ অথবা মহিলা কাজটি করতে পারে না ? |
|-------------------------------------|-------|-------|--|
| রাধুনী / পাচক | | | |
| রাজনীতিবিদ | | | |
| বিমানমানিক | | | |
| বাস চালক | | | |
| পুলিশ | | | |
| সামরিক সেবা | | | |
| নাচক | | | |
| সেবক/সেবিকা | | | |
| ডাক্তার | | | |
| অগ্নিকান্ড নির্বাপনকারী দমকলকারী | | | |
| পামপিং | | | |
| শিশু সেবক | | | |
| পরিষ্কারক | | | |
| চুলকাটিং মাস্টার | | | |
| শিক্ষক | | | |
| ফ্যাশন ডিজাইনার | | | |

প্রশ্নমালাটি পূরন করার পর আপনাকে আপনার গ্রুপ সদস্যদের সাথে আপনার উত্তর নিয়ে আলোচনা করতে হবে। যাই হোক আপনাকে শুরু করার আগে বিবেচনায় রাখতে হবে।

- লিংঙ্গ ভিত্তি করে প্রত্যেকের উত্তর ভিন্ন ভিন্ন হয় কিনা।
- নিজস্ব উত্তরের আত্মপক্ষ সমর্থন কঠিন মনে হয় কিনা (যদিও এমনটা সবসময় যৌক্তিক না) কি জন্য এমনটা ঘটে আপনি কি মনে করেন ?
- কিছু ক্ষন আলোচনার পর আপনি কি আপনার উত্তরটি / আপনার নিজস্ব উত্তরটি পরিবর্তন করেছিলেন, কখনো এমনটা দ্বিধায় ভোগবেননা এবং পুনরায় এটি নিয়ে ভাববেন না।
- আপনি কি মনে করেন লিংঙ্গ ভিত্তিক ছক শিক্ষা এবং পেশার ক্ষেত্রে কারো পছন্দকে প্রভাবিত করতে পাও ?

উত্তর যদি হ্যাঁ হয় , তাহলে কেন ?

.....

.....

.....

.....

.....

যদি না হয় কেন না ?

.....

.....

.....

.....

.....

সামাজিক অবস্থা

২.৪ পিতৃতান্ত্রিক সমাজ এবং পুরুষ ও মহিলার সুযোগ-সুবিধা

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | পিতৃতান্ত্রিক সমাজ এবং পুরুষ ও মহিলার সুযোগ-সুবিধা |
| প্রধান পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা প্রতিফলিত কাজকর্ম |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | পিতৃতান্ত্রিক সমাজ সম্পর্কে জানা এবং এর সুবিধা এবং সীমাবদ্ধতাকে জানা এবং কি ভাবে পিতৃতান্ত্রিক সমাজ মানব প্রতিভা এবং সৃজনশীলতাকে বোধ করে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <ul style="list-style-type: none"> ● পিতৃতান্ত্রিক সমাজ সম্পর্কে উপস্থিত দশ অংশ গ্রহনকারীদের প্রশ্নকরুন যে তারা পিতৃতান্ত্রিক সমাজ বলতে কি বোঝে ● অংশ গ্রহন মূলক লেকচার অথবা ভিডিও এর মাধ্যমে পিতৃতান্ত্রিক সমাজের সংজ্ঞা তুলে ধরুন। ● অংশ গ্রহনকারীদের ৪টি গ্রুপে ভাগ করুন। দুইটি গ্রুপ ছেলে_দুইটি গ্রুপ মেয়ে এবং ছকটি গ্রুপগুলোর মধ্যে ভাগ করে দিন যদি মনে করেন তাদের বলুন অন্য লিঙ্গের ভূমিকা নিতে। ● পুরুষ ও মহিলার হওয়ার সুযোগ-সুবিধা গুলো ১টি ছকে লিখতে বলুন। তাদের রেসপন্স পেতে তাদের উৎসাহ দিন। তাদের ১৫ মিনিট সময় দিন। ● তারপর ছকের অপর পাশে নারী পুরুষ হিসেবে তাদের সীমাবদ্ধতা গুলো লিখতে বলুন। অনেক রেসপন্স জন্য তাদের ১৫ মিনিট সময় দিন। ● আলাদা আলাদা ভাবে বইগুলো দেয়ালে আটকে রাখুন। ● প্রত্যেক গ্রুপের একজন করে সুবিদা ভোগীদের নিজ গ্রুপের হয়ে সারমর্ম বলার অনুমতি দিন এবং সম্পর্ন উপস্থাপনা নিয়ে আলোচনা করতে বলুন। ● প্রত্যেক গ্রুপের আলাদা আলাদা ওয়াকসীট উচ্চস্বরে পড়ুন। নিম্নোক্ত প্রশ্ন উত্তরগুলো উপর ভিত্তি করে ১টি আলোচনা শুরু করুন <ul style="list-style-type: none"> ○ কারা বাধা সৃষ্টি করে। ○ এটা ব্যক্তির উপর কোন ধরনের প্রভাব ফেলে ? ○ মানুষ বিশেষ লিঙ্গেও হওয়ার সীমাবদ্ধতা কি আমরা উদযাপন করবো। ○ একজন নারী এবং পুরুষের সম্মুখীন হওয়ার অসুবিধা গুলোর মধ্যে পার্থক্য কি ? |
| পরামর্শ | আপনি পর্বটি যা বলে শেষ করবেন। মানুষের উপরও লিঙ্গ ভিত্তিক সীমাবদ্ধতা রয়েছে। যাই হোক, সমস্যা বা সীমাবদ্ধতা পুরুষদের মহিলাদের তুলনায় অনেক কম। |

পুরুষদের একটি সুবিধা হচ্ছে সে উপর্জনকারী। আবার কোন কোন ক্ষেত্রে বোঝা ও মনে হতে পারে। সীমাবদ্ধতা গুলো সম্পর্ন সুপ্তা প্রতিভা এবং সৃজনশীলতাকে খামিয়ে দেয়। লক্ষনীয় বিষয় পুরুষের ক্ষেত্রে অসুবিধার চেয়ে

সুবিধাই বেশি। মহিলাদের ক্ষেত্রে সুবিধার চেয়ে অসুবিধাই বেশি।লেখার ধারাবাহিকতা এবং নিয়মিত নোট প্রকাশ করা।

কার্যপত্রক ২.৪

১. কামালবাস্তুর স্বামী মারা গেলে কামালাবায় পাঁচ সন্তানের জন্ম হয়েছিল। শেষকৃত্য সম্পন্ন হওয়ার পর অবিলম্বে বাড়ি থেকে বের করে দেওয়া হয়। কামালবাস্তু ও তার স্বামীর জমি এবং বাড়িটি নিয়ন্ত্রণ করতেন। তার ছেলেমেয়েদের বাড়ির ভিতরে ঢুকতে দেওয়া হয়নি এবং খোলা মাঠের মধ্যে শীতল শীতকালীন রাতে ঘুমাতে হতো। তার সকালে তার শ্বশুরবাড়ি থেকে অপমানের সাথে শুরু হবে অবশেষে, তার ভাইয়ের সাথে তার সন্তানদের ছেড়ে চলে গিয়েছিল এবং সবজি বিক্রি করে তার জীবিকা নির্বাহের জন্য অন্য গ্রামে চলে যেতে হয়েছিল। তিনি এখনও তার জমি ফিরে না হয়েছে।

২. লামী একটি কোম্পানির মধ্যে কাজ করে এবং তার স্বামী চেয়ে ভাল বেতন অর্জন। যখন তিনি গর্ভবতী হয়েছিলেন, তখন তিনি তার চাকরি হারানোর কোনও কারণ খুঁজে পেলেন না কারণ তিনি একটি ভালো অবস্থান অর্জনের জন্য কঠোর পরিশ্রম করেছিলেন। তবে অবশেষে, তিনি তার পরিবারের এবং তার স্বামী থেকে প্রাপ্ত সমস্ত চাপের কারণে, তিনি তাদের সন্তানদের যত্ন নেওয়ার জন্য চাকরি ছেড়ে দিয়েছিলেন।

৩. অম্বুবা একটি পশ্চাদপর্ণ সম্প্রদায়ের; তিনি একটি ছোট গ্রামে কাজ করে। তিনি একটি নারী সংগঠনের সাথে জড়িত এবং পঞ্চায়েতগুলির মধ্যে তাদের রাজনৈতিক অংশগ্রহণকে তুলে ধরেন। তিনি দালিত নারী অধিকারগুলির সক্রিয় সমর্থক। এই সমাজের উচ্চ বর্ণের বিভাগগুলির মধ্যে একটি আলোচনার সৃষ্টি করেছে। জাতিগত নেতারা অম্বুবাস্তুকে বহিষ্কার করার সিদ্ধান্ত নিয়েছে। তার সন্তানরা শিক্ষিত, বিয়ে, ইত্যাদি পাওয়ার পর থেকেই তিনি সমস্যার সম্মুখীন হয়েছেন।

৪. সুসান কম্পিউটার বিজ্ঞান একটি স্নাতক ডিগ্রী অর্জন করেন এবং তিনি এখন বিশ্ববিদ্যালয় এ অধ্যাপনা করা হয়। তার ছাত্র ৮০% পুরুষদের এবং প্রথম দিন তিনি ক্লাসে এসেছিলেন, কেউ ভাল পেশাদারী এবং শিক্ষক হিসাবে তাকে বিশ্বাস করেনি। ৫ বছর পর নতুন ছাত্রদের সাথে এই পরিস্থিতিটি প্রতিবছরই চলছে।

৫. মালা ১৪ বছর বয়সে বিয়ে করে। তিনি যখন আরও বলেন যে তিনি আরো অধ্যয়ন করতে চেয়েছিলেন তখন তার বাবা-মা তার শুভেচ্ছা জানায়নি। তার বৈবাহিক পরিবারও তাকে তার শিক্ষা চালিয়ে যেতে দেয়নি। তার ভাই আরো অধ্যয়ন করতে পারে এবং এখন একজন ডাক্তার। ২৩ তারিখে মালা তিন সন্তানের মা। তিনি পরিবারের পরিচর্যা করে এবং শিশুদের যত্ন নেয়। তিনি মনে করেন যে এই বয়সে যদি সে বিয়ে করে না, তবে তার ভাইয়ের মতই সে জীবনে সফল হতে পারত।

৬. মারিয়া ১৯ বছর বয়সী এবং তিনি তার পিতা-মাতা এবং তার ছোট ভাই মারিও, যিনি ১৩ বছর বয়সী মারিয়া সর্বদা গৃহকর্মের সঙ্গে তার মাকে সাহায্য করেছেন, যদিও মারিওকে এটি করতে বলা হয়নি। তার বিছানা তৈরি করা, পরিবারের জন্য রান্না করা বা ঘর পরিষ্কার করা। এখন তিনি একটি অংশ সময় কাজ আছে যে, তিনি বাড়ির কাজ সঙ্গে তাদের মা সাহায্য করার জন্য তার ভাই জিজ্ঞাসা। মারিও বলেন যে এই তার দায়িত্ব ছিল।

সামাজিক নির্মাণ

২.৫ প্রতিষ্ঠান এবং কাঠামো যা মহিলাদের পরিপ্রেক্ষিতে নিয়ন্ত্রণ

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | প্রতিষ্ঠান এবং কাঠামো যা মহিলাদের পরিপ্রেক্ষিতে নিয়ন্ত্রণ |
| প্রধান পদ্ধতি | আলোচনা |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | কীভাবে প্রতিষ্ঠান ও কাঠামো বৈষম্যের সৃষ্টি ও বজায় রাখে এবং একে অপরের সঙ্গে তাদের সম্পর্কের সাথে তাদের সম্পদের বিশ্লেষণ করে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট, উপাদান পিচবোর্ড এবং চিহ্নিতকারী |
| কার্যকলাপ | <p>সেশন পরিচয় করিয়ে দিন</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ পুরোপুরি জিজ্ঞাসা করুন যে কোন প্রতিষ্ঠানগুলি পুরুষদের এবং মহিলাদের সমলিঙ্গে প্রভাব বিস্তার করে। বোর্ডে তাদের লিখুন। ☞ অংশগ্রহণকারীরা ছোট গোষ্ঠীর মধ্যে বিভক্ত করুন, এবং তাদের একটি কার্ডবোর্ড এবং মার্কার দিন। ☞ নারীর বিরুদ্ধে বৈষম্য সৃষ্টি ও বজায় রাখার বিষয়ে আলোচনা করতে প্রতিটি সমাজকে একটি সামাজিক প্রতিষ্ঠান প্রদান করুন। তাদের ২০ মিনিট দাও ☞ গ্রুপটি পূর্ণাঙ্গভাবে তাদের সিদ্ধান্তগুলি উপস্থাপন করতে বলুন, এবং উপস্থাপনাগুলি দ্বারা উত্পাদিত ডেটা বিশ্লেষণ করুন। নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি ব্যবহার করুন: <p>সব গ্রুপে মিল রয়েছে কি?</p> <p>কিভাবে সব প্রতিষ্ঠান, এজেন্ট এবং প্রক্রিয়া নারীদের নিয়ন্ত্রণ করে?</p> <p>কিভাবে এই প্রতিষ্ঠান, এজেন্ট এবং প্রসেস পুরুষদের নিয়ন্ত্রণ করে?</p> <p>এই প্রাতিষ্ঠানিক নিয়ন্ত্রণ থেকে মহিলাদের উপর প্রভাব কি?</p> <p>এই নিয়ন্ত্রণ থেকে পুরুষদের প্রভাব কি?</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ কীভাবে কোনও পর্যায়ে নারী ও পুরুষের মধ্যে সবধরনের নিয়ন্ত্রণকারী প্রতিষ্ঠান এবং পুরুষ ও মহিলাদের মধ্যে বৈষম্য বৃদ্ধি করে, কখনও কখনও খুব স্বাভাবিকভাবেই আবির্ভূত হয় তা ব্যাখ্যা করার সংক্ষিপ্তসার ব্যাখ্যা করুন। |
| পরামর্শ | বেশীরভাগ সময়ই নারী পুরুষের গতিবিধি, সুযোগ, সিদ্ধান্ত গ্রহণ প্রক্রিয়া এবং শরীর নিয়ন্ত্রণ করে, তাই যৌন ন্যায়বিচারের জন্য ক্ষতিকর চর্চা দূর করার জন্য প্রতিষ্ঠানের পর্যায়ে কাজ করার প্রয়োজন হয়। পারিবারিক, স্কুল, ধর্ম, উত্তরাধিকার বিচ্ছেদ, বৈবাহিক অভ্যাস, কর্মস্থল, গণমাধ্যম, ভাষা এবং লোককাহিনী: সকল প্রতিষ্ঠান, এজেন্ট এবং সামাজিক নির্মাণের প্রক্রিয়াগুলি বিবেচনা করুন। |

সামাজিক নির্মাণ

২.৫ লেবেল

| শিরোনাম | লেবেল |
|------------------------|--|
| প্রধান পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা প্রতিফলিত কাজকর্ম |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | কীভাবে সামাজিক নির্মাণ প্রক্রিয়া লিঙ্গ ভিত্তিক ছদ্মপরিবর্তন করে তা বুঝতে এবং যে কেউ শিকার এবং অপরাধী উভয় হতে পারে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট, নোট পেন / পেন্সিল ভূমিকা লেবেল নিরাপত্তা পিন গান শোনার যন্ত্র |
| কার্যকলাপ | <p>একটি স্বেচ্ছাসেবী জন্য জিজ্ঞাসা করুন এবং তাকে / তার / তারা মাটিতে বসতে চুপি চুপি একটি শিশু হতে ভান</p> <p>‡ অন্যান্য অংশগ্রহণকারীর প্রত্যেকের পিঁনে মানুষ বা প্রতিষ্ঠানের ভূমিকা লেবেল: মা, বাবা, স্বামী, বস, গির্জা, বিজ্ঞানী, রাজনীতিবিদ, শিক্ষক, ছেলে / মেয়ে ইত্যাদি।</p> <p>‡ কেন্দ্রস্থলে "শিশু" থাকা সত্বেও, স্থিরভাবে একটি বৃত্ত তৈরি করতে "ভূমিকাগুলি" আমন্ত্রণ করে।</p> <p>‡ প্রতিটি নোট এবং প্রতিটি "ভূমিকা" একটি কলম / পেন্সিল পোস্ট প্রচুর দেয়।</p> <p>‡ "সমাজের বৃত্ত" হিসাবে উল্লেখ করা হয় যে কেন্দ্রে শিশু একটি মেয়ে এবং তার বয়স সম্পর্কে তাদের জানায়।</p> <p>‡ তাদের পোস্টে লিখতে শুরু করার জন্য "সমাজের বৃত্ত" নির্দেশ করে, তাদের ইচ্ছা, আদেশ, উপদেশ, দাবিগুলি তাদের ভূমিকা হিসাবে উল্লেখ করে, এবং তাদের ভূমিকাটি "ছোটো মেয়ে"তে সরাসরি আটকে রাখে।</p> <p>‡ নোট লেখা এবং পোস্টিং এর তাল রাখে।</p> <p>‡ তাদের ভূমিকা উপর ফোকাস "ভূমিকা" উত্সাহিত করা এবং তা দ্রুততর</p> <p>‡ অতিরিক্ত পোস্ট এটি এটি যে কোনো ভূমিকা প্রয়োজন আরও নোট দেয়।</p> <p>‡ "সামান্য মেয়ে" সব আবৃত যখন প্রক্রিয়া স্টপ। কাউকে স্থান / অবস্থান পরিবর্তন করতে দিবেন না</p> <p>অংশ বি</p> <p>‡ প্রারম্ভিক সময়ে "তার" অনুভূতি প্রকাশের মুহুর্তে মেয়েটি সেই পদ্ধতিটি তুলে ধরুন, প্রক্রিয়াটি চলাকালীন এবং শেষে।</p> <p>‡ অংশগ্রহণকারীরা "সমাজের বৃত্ত" এও ঠিকানা প্রদান করে:</p> <p>কিভাবে তাদের জন্য এটি ছিল?</p> <p>তারা কি নিজেদের মতামত বা অন্যেরা পোস্ট করে?</p> <p>তারা একটি অনুরূপ ভাবে লেবেল করা হয়েছে?</p> <p>কিভাবে যে প্রক্রিয়া সবাই মনে করেন?</p> <p>‡ প্রত্যেকেরই তাদের অবস্থানে থাকার জন্য উত্সাহিত করুন এবং "ছোটো মেয়ে" কে দাঁড়ান এবং তার প্রতিটি লেবেলগুলি সবার উপরে রাখুন যাতে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>কিছু থাকে।</p> <p>• কম ভলিউম মধ্যে সঙ্গীত চলমান শুরু।</p> <p>• অংশগ্রহণকারীদেরকে দাঁড়ানো এবং বৃত্তে হাঁটা শুরু করতে বলুন। তাদের নোটগুলি নিজেদের কাছে পড়তে বলুন এবং তাদেরকে দূরে / নিষ্ক্ষেপ করুন, যতক্ষণ না তাদের আর নেই। ভলিউম চালু করে এবং কোনও নির্দেশনা ছাড়াই পদ্ধতিটি সম্পূর্ণ করতে দেয়।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদেরকে দাঁড়ানো এবং বৃত্তে হাঁটা শুরু করতে বলুন। তাদের নোটগুলি নিজেদের কাছে পড়তে বলুন এবং তাদেরকে দূরে / নিষ্ক্ষেপ করুন, যতক্ষণ না তাদের আর নেই। ভলিউম চালু করে এবং কোনও নির্দেশনা ছাড়াই পদ্ধতিটি সম্পূর্ণ করতে দেয়।</p> <p>• একবার যখন তারা লেবেলগুলি মুক্ত থাকে, তখন তাদের দ্বারা পরিচালিত চেনাশোনা চারপাশে অবাধে সরতে, অভ্যস্ত করা বা নাচতে উত্সাহিত করুন।</p> <p>টিপস লেবেল করার জন্য একজনের বয়স প্রদর্শন করতে কিছু প্রতীকী বস্তুটি দরকারী হতে পারে (শিশু এর খেলনা, স্কুল ব্যাগ ইত্যাদি)।</p> <p>লেবেল করা স্বেচ্ছাসেবক কোনও মেয়ে বা মেয়ে হতে পারে। এখানে আমরা একটি শিশু / সামান্য মেয়ে হিসাবে এটি উল্লেখ</p> <p>একাধিক লেবেল চেনাশোনা একই সময়ে অনুষ্ঠিত হতে পারে, অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা এটি অনুমোদিত হলে।</p> <p>নিশ্চিত করুন যে সমস্ত প্রধান প্রতিষ্ঠান এবং জীবন পরিসংখ্যান প্রতিনিধিস্ব করা হয়।</p> <p>লেবেল করা স্বেচ্ছাসেবক হতে পারে পুরুষ, মহিলা বা অ-বাইনারি লিঙ্গ।</p> |
|--|---|

সামাজিক নির্মাণ

২.৭ বিশ্বাসী

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | বিশ্বাসী |
| প্রধান পদ্ধতি | গ্রুপ কাজ |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | বিভিন্ন বিশ্বাস সিস্টেম এবং ধর্মের মধ্যে নারী ও পুরুষের বিভিন্ন ভূমিকার প্রতিনিধিত্ব করে এমন চিত্রগুলি প্রতিকলিত করা এবং ধর্ম এবং বিশ্বাসের দ্বারা লিঙ্গ সৃষ্টি কিভাবে প্রভাবিত হতে পারে তা বোঝার জন্য। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>অংশগ্রহণকারীরা চার-ছয় ব্যক্তির মধ্যে ছোট ছোট গোষ্ঠীর মধ্যে বিভক্ত করুন এবং তাদের ব্যক্তিগত বিশ্বাসের উপর তিন বা চার মিনিটের জন্য পৃথকভাবে প্রতিকলিত করতে বলুন। যদি তারা কোন ধর্ম বিশ্বাস করে না, তাহলে তাদেরকে তাদের নিজস্ব বিশ্বাস সিস্টেম, নৈতিক কম্পাস, ইত্যাদি সম্পর্কে ভাবতে হবে। তাদের বিশ্বাসে নারীরা কিভাবে প্রতিনিধিত্ব করে থাকে সে বিষয়ে তাদের ভাবুন।</p> <p>গ্রুপের মাঝখানে কার্ডগুলি মুখোমুখি রাখুন। অংশীদারদের বলুন তাদের ৪০ মিনিট আছে এবং তাদের আলোচনা সংক্ষিপ্ত রাখতে হবে যাতে তারা যতটা সম্ভব কার্ডের মাধ্যমে পেতে পারেন। এই ভাবে, তারা সমস্যার একটি বিস্তৃত পরিপ্রেক্ষিত পাবেন; তারা বিশেষ আগ্রহের বিষয়গুলি পরে অনুসরণ করতে পারেন।</p> <p>প্রতিটি রাউন্ডে অংশগ্রহণকারী একটি কার্ড গ্রহণ করে ব্যাখ্যা করুন, এটি জোরে জোরে পড়েন এবং বিবৃতিতে মন্তব্য করেন। তারপর অন্যদের তাদের নিজস্ব ধর্ম বা অভিজ্ঞতা থেকে একটি উদাহরণ সঙ্গে অবদান করার সুযোগ আছে। অন্য একটি রাউন্ডে যান, একটি কার্ড গ্রহণ অন্য প্লেয়ার সঙ্গে।</p> <p>যখন সব কার্ডের আলোচনা করা হয় বা সময় শেষ হয়, তখন একটি খোলা আলোচনা করুন:</p> <p>অংশগ্রহণকারীরা কি কোনও বিবৃতি দিয়ে বোঝা কঠিন ছিল? কেন? তারা জিজ্ঞাসা ছিল অংশগ্রহণকারীদের যারা প্রতিচ্ছবি আছে? চিন্তা করার স্বাধীনতা, চেতনা ও ধর্মের স্বাধীনতা কতটুকু বিশ্বাসী সম্প্রদায়ের মধ্যে স্বতন্ত্র চর্চা করার অনুমতি দেয়, যা নারীর ভূমিকার প্রতিনিধিত্বকারী বৃহত্তর সমাজ থেকে বিচ্ছিন্ন হতে পারে?</p> <p>অংশগ্রহণকারীরা চার-ছয় ব্যক্তির মধ্যে ছোট ছোট গোষ্ঠীর মধ্যে বিভক্ত করুন এবং তাদের ব্যক্তিগত বিশ্বাসের উপর তিন বা চার মিনিটের জন্য পৃথকভাবে প্রতিকলিত করতে বলুন। যদি তারা কোন ধর্ম বিশ্বাস করে না, তাহলে তাদেরকে তাদের নিজস্ব বিশ্বাস সিস্টেম, নৈতিক কম্পাস, ইত্যাদি সম্পর্কে ভাবতে হবে। তাদের বিশ্বাসে নারীরা কিভাবে প্রতিনিধিত্ব করে থাকে সে বিষয়ে তাদের ভাবুন।</p> <p>গ্রুপের মাঝখানে কার্ডগুলি মুখোমুখি রাখুন। অংশীদারদের বলুন তাদের ৪০ মিনিট আছে এবং তাদের আলোচনা সংক্ষিপ্ত রাখতে হবে যাতে তারা যতটা সম্ভব কার্ডের মাধ্যমে</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>পেতে পারেন। এই ভাবে, তারা সমস্যার একটি বিস্তৃত পরিপ্রেক্ষিত পাবেন; তারা বিশেষ আগ্রহের বিষয়গুলি পরে অনুসরণ করতে পারেন।</p> <p>প্রতিটি রাউন্ডে অংশগ্রহণকারী একটি কার্ড গ্রহণ করে ব্যাখ্যা করুন, এটি জোরে জোরে পড়েন এবং বিবৃতিতে মন্তব্য করেন। তারপর অন্যদের তাদের নিজস্ব ধর্ম বা অভিজ্ঞতা থেকে একটি উদাহরণ সঙ্গে অবদান করার সুযোগ আছে। অন্য একটি রাউন্ডে যান, একটি কার্ড গ্রহণ অন্য প্লেয়ার সঙ্গে।</p> <p>যখন সব কার্ডের আলোচনা করা হয় বা সময় শেষ হয়, তখন একটি খোলা আলোচনা করুন:</p> <p>অংশগ্রহণকারীরা কি কোনও বিবৃতি দিয়ে বোঝা কঠিন ছিল? কেন?</p> <p>তারা জিজ্ঞাসা ছিল অংশগ্রহণকারীদের যারা প্রতিচ্ছবি আছে?</p> <p>চিন্তা করার স্বাধীনতা, চেতনা ও ধর্মের স্বাধীনতা কতটুকু বিশ্বাসী সম্প্রদায়ের মধ্যে স্বতন্ত্র চর্চা করার অনুমতি দেয়, যা নারীর ভূমিকার প্রতিনিধিত্বকারী বৃহত্তর সমাজ থেকে বিচ্ছিন্ন হতে পারে?</p> |
|--|--|

ওয়ার্কসীট ২.৭

| | |
|--|--|
| আমরা স্কুল এবং ক্লাস সংগঠিত করি যেখানে শিশুদের বিশ্বাস সম্পর্কে শেখানো হয়। | আমাদের সম্পর্কে কোনও দৃষ্টিভঙ্গি রয়েছে যে আমরা কারা বা বিয়ে করা উচিত নয়। |
| আমাদের বিশ্বাস সমাজ সম্পর্কে কীভাবে ফাংশন করা উচিত সে সম্পর্কে আধ্যাত্মিক বিষয়গুলি সম্পর্কে নয়। | আমরা প্রায়ই ভুল বোঝাবুঝি এবং কখনও কখনও বিরুদ্ধে বৈষম্য করা হয়। |
| মৃত্যুর পর এবং চূড়ান্ত রায়তে আমরা বিশ্বাস করি। | প্রেম আমাদের জীবনে একটি অপরিহার্য শিক্ষা। |
| আমাদের গুরুত্বপূর্ণ উত্সবগুলির সময় নারী ও পুরুষের মত বিভিন্ন রীতিনীতি আছে। জীবনের প্রতি আমাদের দৃষ্টিভঙ্গি বিয়ের এবং যৌনতা সম্পর্কিত নির্দিষ্ট নৈতিক নিয়ম ও আদেশের মধ্যে আছে। | আমাদের সমকামীতা সম্পর্কে একটি নির্দিষ্ট দৃষ্টিভঙ্গি আছে। |
| আছে। আমরা মহিলাদের এবং পুরুষদের জন্য নির্দিষ্ট উপবাস নিয়ম আছে। আমরা মহিলাদের এবং পুরুষদের জন্য বিভিন্ন অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া অনুষ্ঠান আছে | আছে। আমাদের বিশ্বাস একটি নৈতিক কাঠামো প্রদান করে, এবং নৈতিক মূল্যবোধগুলি স্পষ্টভাবে নির্ণয় করা হয়। |

সামাজিক নির্মাণ

২.৮ পুরুষত্ববাদ কি ভাবে পুরুষের উপর প্রভাব ফেলে।

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | পুরুষত্ববাদ কি ভাবে পুরুষের উপর প্রভাব ফেলে। |
| প্রধান পদ্ধতি | প্রতিফলন কার্যকলাপ |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | কীভাবে পিতৃত্ববাদী পুরুষকে প্রভাবিত করে এবং পিতৃত্বতন্ত্রের মধ্যে নিজেদের অবস্থান সম্পর্কে মানুষের অনুভব করে তা প্রতিফলিত করে ভাগ করে নেয়। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>অংশগ্রহণকারীদের দুই দলের মধ্যে বিভক্ত করুন এবং দুটি চেনাশোনা তৈরি করুন- এক অভ্যন্তরীণ চেনাশোনা (পুরুষদের সাথে) এবং একটি বাইরের চেনাশোনা (মহিলা)। মাছের বাটি অনুশীলন থেকে কৌশল ব্যবহার করে, ভেতরের বৃত্তের অংশগ্রহণকারীদের সক্রিয়ভাবে বলবেন এবং বাহ্যিক বৃত্ত থেকে অংশগ্রহণকারীদের পর্যবেক্ষণ করা হবে।</p> <p>‡ অভ্যন্তরীণ চক্র অংশগ্রহণকারীদের একটি প্রতিক্রিয়া শেয়ার করতে হবে, এক এক, প্রশ্নটি:</p> <p>যখন আমি অপমান বোধ করি? কেউ যদি ভাগ করার জন্য কিছু না থাকে, তাহলে সেই ব্যক্তিটি "পাস" বলে দেবে। যদি সব অংশগ্রহণকারীদের "পাস" বলে, তাহলে কার্যকলাপ বন্ধ করতে হবে।</p> <p>‡ যখন সমস্ত অংশগ্রহণকারীরা "পাস" বলে, তখন কার্যকলাপ বন্ধ থাকে। তারপর, ভেতরের বৃত্ত অংশগ্রহণকারীদের অনুভূতি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>‡ তারপরে, অংশগ্রহণকারীরা বাইরের চেনাশোনা থেকে জিজ্ঞাসা করে যে তারা কী দেখেছিল এবং তারা কি অনুভব করেছিল।</p> <p>‡ একটি উপসংহার হিসাবে, অংশগ্রহণকারী ব্যাখ্যা যে পিতৃত্ব মধ্যে অনেক সময় পুরুষদের এছাড়াও অপমানিত বোধ। পিতৃত্বতন্ত্রিকতা পুরুষদের জন্য কিছু বিশেষাধিকার দেয়, কিন্তু এটি বৈষম্যের উপর ভিত্তি করে যা তার নিয়ম অনুসরণ পুরুষদের উপর চাপ তৈরি করে তোলে।</p> |
| পরামর্শ | আপনি একটি ভিডিও সহ অধিবেশন উপভোগ করতে পারেন যেখানে এটি ব্যাখ্যা করেছে যে পিতৃপুরুষ পুরুষের বিরুদ্ধে কীভাবে হয়। এছাড়াও, লিঙ্গ ভিত্তিক বৈষম্যমূলক সামাজিক নিয়মকে চ্যালেঞ্জ করার জন্য, পুরুষদেরকে নতুন লিঙ্গ ন্যায়সঙ্গত আদর্শ তৈরি করা উচিত। |

সামাজিক নির্মাণ

২.৯ মজার "জোকস"

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | মজার "জোকস" |
| প্রধান পদ্ধতি | প্রতিফলন কার্যকলাপ |
| সময় | ২০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | উদ্দেশ্যসমূহ দৈনন্দিন জীবনে "অদৃশ্য" লিঙ্গ ভিত্তিক ছদ্মবেশ ধারণ করে এবং সেই কৌতুক ছড়াতে আমাদের নিজস্ব ভূমিকা ও প্রভাবকে প্রতিফলিত করার জন্য। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | জোকস এবং ছোট গল্প বা কাহিনী লিঙ্গ ভিত্তিক প্রবন্ধের উপর ভিত্তি করে, ইন্টারনেট, সোশাল মিডিয়ার বা বিজ্ঞাপনগুলিতে পাওয়া জনপ্রিয় সেক্সবাদী জোকগুলির সামগ্রীগুলি কপি। |
| কার্যকলাপ | <p>কৌতুক বা বৈষম্যমূলক চিত্রগুলির একটি অনুলিপি দিন যা সাধারণত অন্যদের মধ্যে ছড়িয়ে পড়ে, প্রতি অংশগ্রহণকারীর কাছে।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদের পাঁচ মিনিটের জন্য এটি পালন করা যাক। এটা তাদের অনুভব করে কিভাবে এটি প্রতিফলিত করার জন্য তাদের সময় দিন এবং তারা আগে এটি জুড়ে আসা হয়েছে যদি।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে কিছু ছবি এবং কৌতুক উদাহরণ হিসাবে ব্যবহার করুন, এবং বাকি অংশে অংশগ্রহণকারীরা তাদের দেখান। অংশগ্রহণকারীদের তাদের সম্পর্কে কথা বলুন এবং নিজেদেরকে নিজের জোকস বা ছবি উপস্থাপন করে অন্যদেরকে উৎসাহ দিন।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদেরকে যদি তারা এই কৌতুক বা অনুরূপ বিষয়ে শুনেছেন বা শুনেছেন, এবং তারা কোথা থেকে এসেছে? অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন যদি তারা অন্যদের সাথে এই জোকস ভাগ করেছেন। তাদের মতামত এবং অভিজ্ঞতা ভাগ করে দিন।</p> <p>তাদের কাছে পরিচিত অন্যান্য লিঙ্গ ভিত্তিক বৈষম্যমূলক কৌতুক খুঁজে বের করার জন্য তাদের উত্সাহিত করুন। এটি বিভিন্ন পরিস্থিতিতে তারা অভিজ্ঞতা আছে মন্তব্য হতে পারে।</p> <p>ছবি, রসিকতা এবং বিজ্ঞাপনগুলির প্রভাবের পূর্ণাঙ্গতা নিয়ে আলোচনা করুন।</p> <p>টিপস নিশ্চিত করুন উপাদান উপাদান বিভিন্ন ধরনের ঙ্গবংবড়ুচবং (মহিলাদের এবং পুরুষদের) প্রমাণ করে</p> |
| পরামর্শ | আপনি একটি ভিডিও সহ অধিবেশন উপভোগ করতে পারেন যেখানে এটি ব্যাখ্যা করেছে যে পিতৃপুরুষ পুরুষের বিরুদ্ধে কীভাবে হয়। এছাড়াও, লিঙ্গ ভিত্তিক বৈষম্যমূলক সামাজিক নিয়মকে চ্যালেঞ্জ করার জন্য, পুরুষদেরকে নতুন লিঙ্গ ন্যায়সঙ্গত আদর্শ তৈরি করা উচিত। |

লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা

৩.১ লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতার সংজ্ঞাসমূহ

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | মজার "জোকস" |
| প্রধান পদ্ধতি | প্রতিফলন কার্যকলাপ |
| সময় | ৫০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | আমাদের সমাজে গনভিত্তিক বিভিন্ন ধরনের গুরুত্বের প্রতিফলন এবং স্পষ্টতা। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>☞ গ্রুপটি লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতার ধারণা উপস্থাপন করে। তাদের ব্যাখ্যা করুন যে এই শারীরিক, যৌন এবং মনস্তাত্ত্বিক আকারে নিজেকে প্রকাশ করতে পারে। প্রয়োজনীয় হিসাবে একটি সংক্ষিপ্ত আলোচনা করুন</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীরা চারজনের ছোটো গোষ্ঠীর মধ্যে বিভক্ত করুন এবং তাদের মাধ্যমে ফর্মগুলি কীভাবে প্রকাশিত হয় তা ব্যাখ্যা করতে বলুন:</p> <p>অন্তরঙ্গ সঙ্গী সংঘাত যৌন সহিংসতা এবং হয়রানি মানব পাচার মহিলা যৌনাস্ত্র অঙ্গহানি শিশু বিয়ে</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীদের ৩০ মিনিট আলোচনায় গ্রুপটি দিন।</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীদের তাদের নিজস্ব কিছু চিন্তা শেয়ার করতে অনুমতি দেয়।</p> <p>☞ সমস্ত অংশগ্রহণকারী বিভিন্ন ফর্ম বুঝতে, এবং সমাজ এবং তাদের নিজস্ব জীবন মধ্যে এই সনাক্ত নিশ্চিত করতে, এই এর প্রতিটি প্রকারের উদাহরণ দিন।</p> |
| পরামর্শ | আপনি ইতিমধ্যে লিখিত নীচের পদগুলির সাথে প্রতিটি গ্রুপের কার্ডবোর্ড দিতে পারেন। একটি উদাহরণ হিসাবে, বিভিন্ন পদ্ধতি ব্যবহার করার চেষ্টা করুন, কারণ তারা ভিডিও, ছবি, বক্তৃতা ইত্যাদি হতে পারে। |

লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা

৩.২ ফ্যাক্ট এবং মিথ

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | ফ্যাক্ট এবং মিথ |
| প্রধান পদ্ধতি | গ্রুপ কাজ |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতার অনুভূত এবং মূল কারণগুলি বিশ্লেষণ এবং উপাখ্যান বাতিল এবং ঘটনাগুলি তুলে ধরার উপায়গুলি সনাক্ত করা। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়ার্কশীট |
| কার্যকলাপ | <ul style="list-style-type: none"> ☞ একটি সত্য এবং একটি কাল্পনিক কি সম্পূর্ণরূপে ব্যাখ্যা করুন তাদের এটা ব্যাখ্যা করার কিছু উদাহরণ দিন। ☞ নিম্নলিখিত বিবৃতিগুলি ঘটনা বা কাহিনীগুলি আছে কিনা তা পূর্ণাঙ্গভাবে জিজ্ঞাসা করুন ☞ অংশগ্রহণকারীদেরকে (আপনি তাদের ডায়াদে বিভক্ত করতে পারেন) বিবৃতির তালিকার সাথে একটি ওয়ার্কশীট দিন, এবং তাদেরকে বলুন যে কোন বাক্যটি একটি কাল্পনিক বা সত্য। তাদের দশ মিনিট দিন। ☞ একটি বিবৃতির তাদের সিদ্ধান্ত পড়তে এবং ভাগ করার জন্য একটি দ্যাদকে বলুন। বিবৃতিতে মন্তব্য করার জন্য বাকিদের ডায়াদের পরামর্শ দিন যাতে তারা সম্মত হন বা অসম্মত হন। |
| পরামর্শ | <p>নিশ্চিত করুন যে প্রতিটি বিবৃতির পরে, গোষ্ঠীগুলি বুঝতে পারে যেগুলি কীভাবে সত্য এবং উপসংহারগুলি এই এর সাথে সম্পর্কযুক্ত এবং তারা নিম্নলিখিত সমস্ত বিবৃতিগুলি শ্রেণীভুক্ত করতে সক্ষম:</p> <p>সহিংসতা একটি অপরাধ যা সাংস্কৃতিকভাবে দমন করা হয় কিন্তু আইন দ্বারা শাস্তিযোগ্য হয়। (ফ্যাক্ট)</p> <p>কিছু নারী তাদের নিজস্ব আচরণের মাধ্যমে ধর্ষণ, ব্যাথা বা অপব্যবহারের জন্য পুরুষকে জিজ্ঞাসা করে বা উত্তেজিত করে। (মিথ)</p> <p>কেউ লক্ষন করতে চায় না। (ফ্যাক্ট)</p> <p>যে মহিলারা জামাকাপড় পরিধান করে জামাকাপড় পরেন তারা কষ্টের জন্য জিজ্ঞাসা করছেন এবং যদি তাদের লক্ষন করা হয় তবে তাদের অভিযোগ করা উচিত নয়। (মিথ)</p> <p>পুরুষদের তাদের সহিংস কর্মের জন্য দায়িত্ব নিতে হবে। (ফ্যাক্ট)</p> <p>দালালরা মানসিক রোগ বা অশোধিত, অশিক্ষিত এবং অশিক্ষিত পুরুষ। (মিথ)</p> <p>হিংস্র আচরণ মৃত্যু একটি চিহ্ন। (মিথ)</p> <p>কিছু সংস্কৃতিতে সহিংসতা একটি মানুষের প্রেম একটি অভিব্যক্তি হয়। (মিথ)</p> <p>বাণিজ্যিক যৌনকর্মীদের ধর্ষণ করা যাবে না। (মিথ)</p> <p>বৈবাহিক ধর্ষণ সম্ভব নয়। (মিথ)</p> <p>তারা বলতে চাচ্ছে না কখন নারী বলে না। (মিথ)</p> <p>নারীদের অধিকার এবং স্বাধীনতা তারা যেভাবে চান তা পোষন করে এবং লক্ষন না</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>করা। (ফ্যাক্ট)</p> <p>অনেক নারী ও মেয়েশিশু তাদের কাছে ঘনিষ্ঠ, তাদের তারিখ, অংশীদার, স্বামী, পিতা, পুরোহিত, বন্ধু এবং সহকর্মীদের দ্বারা ধর্ষিত হয়। (ফ্যাক্ট)</p> <p>সহিংসতা একটি অপরাধ যা ন্যায়সঙ্গত হবে না। (ফ্যাক্ট)</p> <p>ধর্ষণ সম্মতি ছাড়া যৌন বোঝায়, এটি একটি স্বামী বা অন্য কোন ব্যক্তি দ্বারা সংঘটিত হয় কিনা। (ফ্যাক্ট)</p> |
|--|---|

ওয়ার্কশীট ৩.২ ফ্যাক্ট / মিথ

| | ফ্যাক্ট / মিথ |
|---|---------------|
| সহিংসতা একটি অপরাধ যা সাংস্কৃতিকভাবে, অনুপযুক্ত, কিন্তু আইন দ্বারা শাস্তিযোগ্য। | |
| কিছু নারী তাদের নিজস্ব আচরণের মাধ্যমে ধর্ষণ, ব্যাথা বা অপব্যবহারের জন্য পুরুষকে জিজ্ঞাসা করে বা উত্তেজিত করে। | |
| কেউ সহিংসতা করতে চায় না। | |
| যে মহিলারা জামাকাপড় পরিধান করে জামাকাপড় পরেন তারা কষ্টের জন্য জিজ্ঞাসা করছেন এবং যদি তাদের লঙ্ঘন করা হয় তবে তাদের অভিযোগ করা উচিত নয়। | |
| পুরুষদের তাদের সহিংস কর্মের জন্য দায়িত্ব নিতে হবে। | |
| দালালরা মানসিক রোগ বা অশোধিত, অশিক্ষিত এবং অশিক্ষিত পুরুষ। | |
| হিংস্র আচরণ মৃত্তিকা একটি চিহ্ন। | |
| কিছু সংস্কৃতিতে সহিংসতা একটি মানুষের প্রেম একটি অভিব্যক্তি হয়। | |
| বাগিজ্যিক যৌনকর্মীদের ধর্ষণ করা যাবে না। | |
| বৈবাহিক ধর্ষণ সম্ভব নয়। | |
| নারী "হ্যাঁ" বলে মানে "না" বলে। | |
| নারীদের অধিকার এবং স্বাধীনতা তারা যেভাবে চান তা পোষন করে এবং লঙ্ঘন না করা। | |
| অনেক নারী ও মেয়েশিশু তাদের কাছে ঘনিষ্ঠ, তাদের তারিখ, অংশীদার, স্বামী, পিতা, পুরোহিত, বন্ধু এবং সহকর্মীদের দ্বারা ধর্ষিত হয়। | |
| সহিংসতা একটি অপরাধ যা ন্যায়সঙ্গত হবে না। | |
| ধর্ষণ সম্মতি ছাড়া যৌন বোঝায়, এটি একটি স্বামী বা অন্য কোন ব্যক্তি দ্বারা সংঘটিত হয় কিনা। | |
| যখন নারীরা "না" বলে মানে তাদের অর্থ এবং পুরুষদের এই অনুভূতিগুলোকে সম্মান করে। | |

লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা

৩.৩ ভিডিও বিতর্ক

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | পিতৃতান্ত্রিক সমাজ এবং পুরুষ ও মহিলার সুযোগ-সুবিধা |
| প্রধান পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা প্রতিফলিত কাজকর্ম |
| সময় | ৯০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | পরিস্থিতিতে সনাক্ত এবং প্রতিফলিত করে এবং একটি সম্পর্কের মধ্যে রোমান্টিক প্রেম সহিংসতা কাটিয়ে উঠতে শেখায়। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | চলচ্চিত্র, ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>৳ প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে দুটি কার্ড বিভিন্ন রং দিয়ে দিন।</p> <p>৳ অংশগ্রহণকারীদেরকে সেই কার্ডগুলি রাখতে বলুন যখন তারা ছোট সিনেমা দেখছে।</p> <p>৳ জিবিভি সংক্রান্ত কয়েকটি ছোট চলচ্চিত্রগুলি খেলুন</p> <p>৳ "হ্যাঁ" উত্তরটি এক রঙের সাথে এবং "ন" এর উত্তর দিয়ে অন্য একটি রঙ জমা দিন।</p> <p>অংশগ্রহণকারীদের কাছে ব্যাখ্যা করুন যে তাদের নিম্নলিখিত প্রশ্নের উত্তরগুলির উপর নির্ভর করে তাদের ঐগুলির মধ্যে একটি কার্ড উত্তোলন করতে হবে:</p> <p>আপনি কি মনে করেন ছোট চলচ্চিত্র "...।" লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিনিধিস্ব করছে?</p> <p>আপনি কি মনে করেন তারা সাধারণ পরিস্থিতিতে?</p> <p>৳ প্রতিটি প্রশ্নের পরে একটি সংক্ষিপ্ত আলোচনা সহজতর করুন, এবং উভয় মতামত থেকে মানুষ তাদের কারণ শেয়ার করুন।</p> <p>৳ অংশগ্রহণকারীদের একটি উপসংহার প্রতিষ্ঠা করার জন্য কি রোমান্টিক প্রেম মানে একটি সংক্ষিপ্ত পর্যালোচনা। স্বল্পদৈর্ঘ্য চলচ্চিত্রগুলির সাথে তাদের চিন্তাধারা সংযুক্ত করুন, এবং ব্যাখ্যা করুন কিভাবে একটি রোমান্টিক ভালবাসালিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা কে একটি সম্পর্কের মধ্যে রাখে।</p> |
| পরামর্শ | বিভিন্ন ধরনের লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতার সাথে সম্পর্কিত কিছু ছোট সিনেমা নির্বাচন করুন, একটি দৈনিক জীবনে ঘটতে পারে এমন পরিস্থিতিতে দেখানো। দুই বা ততোধিক ভিডিও ব্যবহার করা যেতে পারে যেখানে সহিংসতা আরও স্পষ্ট বা কম স্পষ্ট (একটি ঘনিষ্ঠ অংশীদারিত্বের মধ্যে যৌন সহিংসতা এবং শারীরিক সহিংসতা দেখিয়েছে)। |

লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা

৩.৪ ভাঙ্গন ফোন বার্তা

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | ভাঙ্গন ফোন বার্তা |
| প্রধান পদ্ধতি | ভূমিকা পালন |
| সময় | ১৫ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | কীভাবে কার্যকরী যোগাযোগের পক্ষে প্রচারণা গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | বার্তা সহ উপাদান কার্ড, মার্কার |
| কার্যকলাপ | <ul style="list-style-type: none">☞ অংশীদারদের একটি বৃত্ত গঠন করতে এবং একটি স্বেচ্ছাসেবক নির্বাচন করুন।☞ একটি বার্তা লিখুন এবং সেই ব্যক্তির কাছে এটি প্রদান করুন। তাকে জিজ্ঞাসা করুন বার্তাটি মনে রাখবেন।☞ অন্যদের দ্বারা শোনা ছাড়া তাকে নিচের অংশে অংশগ্রহণকারীকে বার্তা পাঠান। অংশগ্রহণকারীদের বাকি অংশ একই হবে যখন তারা বার্তাটি পাবেন, যতক্ষণ না এটি শুরু করা ব্যক্তির কাছে আসে☞ তিনি / তিনি পেয়েছেন যে শব্দ জোরে জোরে বলতে অংশগ্রহণকারী জিজ্ঞাসা করুন।☞ লিখিত বার্তাটি দেখান এবং লিখিত বার্তা হিসাবে প্রাপ্ত বার্তাটি যদি একই হয় তবে তাদের বিশ্লেষণ করতে দিন।☞ ব্যাখ্যা কিভাবে যোগাযোগ অনেক উপাদান দ্বারা প্রভাবিত হয়, এবং তাদের সব একই বার্তা তার মূল নির্গমন থেকে পর্যন্ত তার অভ্যর্থনা পর্যন্ত রাখা গুরুত্বপূর্ণ। এটি যোগাযোগ করার সময় বিবেচনা করা সমস্ত উপাদান নিতে গুরুত্বপূর্ণ যে হাইলাইট: কার্যকরী প্রচারণা করতে সক্ষম হতে। |
| পরামর্শ | জোর দেয় যে অংশীদারের কাছে বার্তা দেওয়ার একমাত্র সুযোগ রয়েছে এবং বার্তাটি পুনরাবৃত্তি করা যাবে না। শারীরিক যোগাযোগ এড়াতে বৃত্তে অংশগ্রহণকারীদের তাদের মধ্যে যথেষ্ট দূরত্ব রাখুন। |

লিঙ্গ - ভিত্তিক সহিংসতা

৩.৫ স্কুল পরিবেশে এডভোকেসী

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | স্কুল পরিবেশে এডভোকেসী |
| প্রধান পদ্ধতি | গ্রুপ কাজ চরিত্রে অভিনয় করা |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | স্কুলের পরিবেশের মধ্যে সংশ্লিষ্ট প্রতিষ্ঠান এবং জনগণের ভূমিকা বোঝা। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | মার্কার ছবি দড়ি |
| কার্যকলাপ | <p>☞ অংশগ্রহণকারীদেরকে একটি সরল রেখা তৈরি করতে বলুন এবং তাদের বলুন: "আমরা সবাই সমান এবং জন্মলাভ।"</p> <p>☞ তাদের পরিচয় একপাশে এবং অন্য দিকে, অন্যদিকে লেখা হয় এমন অংশগ্রহণকারীদের জন্য এলোমেলোভাবে কার্ড বিতরণ করুন:</p> <p>সংখ্যাগুলি তাদের পরিচয় অনুযায়ী + ১ + ২ + ৩ + ৪ এবং -১-২-৩-৪ হিসাবে দেওয়া হয়।</p> <p>স্বীকৃতি হিসাবে: বিশেষাধিকারকৃত ছাত্রদের (সর্বনিম্ন ২ জন), অযাচিত ছাত্র (১), শিক্ষক, স্কুল পরিচালন, পুলিশ, সরকার, এনজিওগুলির প্রতিনিধিত্ব (২), ইনজিও। অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা সমান হিসাবে অনেক বিবৃতি প্রস্তুত; প্রতিটি প্রতিনিধিত্বের একটি সমান সংখ্যা এবং ১ জন অযাচিত মেয়ে থাকা গুরুত্বপূর্ণ।</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীদের তাদের পরিচয় গোপনীয়তা বজায় রাখার জন্য জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>☞ তাদের কাছে এগিয়ে যাওয়ার জন্য বলুন যদি তাদের + সংখ্যা থাকে এবং তাদের পিছনে পিছনে যান - সংখ্যা। (যদি কার্ডে +১ থাকে, তাহলে শিক্ষার্থীকে এক ধাপ এগিয়ে যেতে হবে, যদি +২, দুই ধাপ, +৩, তিন এবং +৪, চারটি ধাপ এগিয়ে যায়। একইভাবে -১ থাকলেও এক ধাপ পিছনে এবং তাই ইত্যাদি)।</p> <p>☞ কার্ডে নির্দেশিত হিসাবে শিক্ষক বা বাবা-মা, স্কুল পরিচালন এবং এনজিও / ইনোজিও বাম বা ডান দিকে সরানোর জন্য জিজ্ঞাসা করুন। তারপরে, সকল অংশগ্রহণকারী তাদের পরিচয় প্রকাশ করবে।</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন কিভাবে তারা অনুভব করেছিল, যখন তারা লাইনের সামনে এবং পিছনে দাঁড়িয়ে ছিল।</p> <p>☞ চূড়ান্ত অংশে অংশগ্রহণকারীদের তাদের পরিচয় অনুযায়ী তাদের আসন নিতে জিজ্ঞাসা করুন। তাদের অবস্থান থেকে স্কুলে অপ্রদর্শিত মেয়েকে সাহায্য করার জন্য তারা কী করতে পারে তা নিয়ে আলোচনা করার জন্য তাদের ১৫ মিনিট দিন।</p> <p>☞ এগিয়ে যাওয়ার জন্য অপ্রদর্শিত মধ্যে মহিলা অংশগ্রহণকারীদের এক জিজ্ঞাসা। সবাইকে সামনে বসতে বলুন এবং তার মুখ ও হাত বাঁধুন যাতে সে কথা বলতে না পারে এবং তার হাত সরতে না পারে।</p> |
| পরামর্শ | এডভোকেসিটি বোঝার জন্য, পরিবেশ এবং আশেপাশে এডভোকেসীর জন্য উপাদানগুলি সন্ধান করা, যেমন, দুনিয়াতে গিয়ে এবং তাদের সনাক্ত করার জন্য, তারপর তাদের অর্থ প্রতিফলিত করার জন্য এটি উপযোগী হতে পারে। |

পুরুষোচিত তেজ

৪.১ পুরুষোচিত তেজ বোঝা

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | পুরুষোচিত তেজ বোঝা |
| প্রধান পদ্ধতি | গ্রুপ কাজ |
| সময় | ৪৫ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | পিতৃতান্ত্রিক সমাজ সম্পর্কে জানা এবং পুরুষোচিত তেজ বোঝা |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>☞ অংশগ্রহণকারীরা দুটি গ্রুপে বিভক্ত করুন।</p> <p>☞ একটি মানুষ এর ছবি আঁকা গ্রুপ বলুন। কাগজের একটি বড় টুকরা চয়ন করুন এবং অন্যদের তার আকৃতি ট্রেস হিসাবে কাগজের উপর থাকা প্রতিটি গ্রুপ থেকে এক জিজ্ঞাসা।</p> <p>☞ যখন মানুষটির চিত্রটি সম্পন্ন হয়, তখন মানুষদের শরীরের বিভিন্ন অংশকে চিহ্নিত করার জন্য গোষ্ঠীকে জিজ্ঞাসা করুন যে তারা মাতৃগর্ভের লক্ষণ। তাদের ১৫ মিনিট দাও</p> <p>☞ যখন তারা প্রস্তুত হয় তখন তাদের ফলাফলগুলি ব্যাখ্যা করার জন্য গ্রুপগুলিকে জিজ্ঞাসা করুন (এক সময়ে এক) এবং মাতৃগর্ভের চিহ্নগুলির উপর ভিত্তি করে বিভিন্ন উপাদানের রেকর্ড করুন। নিম্নোক্ত গোষ্ঠীর সাথে প্রক্রিয়া পুনরাবৃত্তি করুন।</p> <p>☞ দেওয়ালের ছবিগুলি থামা এবং অংশগ্রহণকারীদের তুলনামূলক পয়েন্ট নিয়ে আলোচনা করতে বলুন:</p> <p>আপনি এই ছবি প্রতিটি মধ্যে উপযুক্ত জানি না? না থাকলে কেন?</p> <p>☞ উত্তরগুলির একটি তালিকা তৈরি করুন ইতিবাচক এবং নেতিবাচক অক্ষর জন্য দুটি ভিন্ন রং ব্যবহার করুন, এবং অংশগ্রহণকারীদের এটি পড়া।</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীরা আবার জিজ্ঞাসা করুন যদি পুরুষদের সব সময় তাদের মধ্যে এই সব বৈশিষ্ট্য আছে, অথবা এটি একটি পরিবর্তন ঘটনাটি।</p> <p>☞ এই ধারণাসমূহ আলোচনা করুন, এবং ব্যাখ্যা করুন যে সমাজে মাতৃগর্ভ বহুবিধ ধারণা রয়েছে, তাই মানুষ বা ছেলে হওয়ার জন্য কোন কংক্রিট বা পূর্বনির্ধারিত পথ নেই। পারিবারিক ও সমাজের যত্নশীল, সাহায্য, প্রেমময় ইত্যাদি হিসাবে ইতিবাচক চরিত্র এবং চিন্তাগুলি উদ্দীপিত করুন এবং উত্সাহিত করুন।</p> |

পুরুষোচিত তেজ

৪.২ আপনার হাত দৃঢ়ভাবে চেপে ধরুন

| | |
|------------------|---|
| শিরোনাম | আপনার হাত দৃঢ়ভাবে চেপে ধরুন |
| প্রধান পদ্ধতি | প্রতিফলন কার্যকলাপ |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | কীভাবে শক্তি উপস্থিত এবং বিভিন্ন সম্পর্ক এবং তার লিঙ্গ মাত্রা কাজ করছে তা চিহ্নিত করতে। |
| কার্যকলাপ | <p>অংশগ্রহণকারীদের জোড়ায় বসতে বলুন।</p> <p>একটি মুষ্টি মধ্যে তার হাত বন্ধ করার জন্য প্রতিটি জুড়ি এক অংশগ্রহণকারী জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>☞ এখন চেষ্টা করুন এবং মুষ্টি খোলার জন্য প্রতিটি জোড়াতে অন্য অংশীদারকে জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>☞ অংশগ্রহণকারীরা চেষ্টা করুন এবং মুষ্টি খুলুন।</p> <p>☞ এক বা দুই মিনিট পর, অংশগ্রহণকারীরা তাদের ভূমিকা পাল্টাতে বলুন যাতে অন্য অংশীদারকে মুষ্টিটি খুলতে সুযোগ থাকে।</p> <p>☞ গেমটি শেষ হলে অংশগ্রহণকারীদের তাদের অনুভূতি শেয়ার করতে বলুন।</p> <p>☞ কেন অংশগ্রহণকারীদের ব্যাখ্যা করা হয়েছে যে, শুধুমাত্র শারীরিক শক্তি মুষ্টি খুলতে নিয়োগ করা যেতে পারে কেন তা ব্যাখ্যা করে কি ঘটেছে। অংশগ্রহণকারীদের এই ব্যায়াম যারা ক্ষমতা ছিল প্রতিক্রিয়া জিজ্ঞাসা করুন, এবং কিভাবে তারা যে ক্ষমতা অভিজ্ঞতা এবং অভিব্যক্তি বর্ণনা করবে। তারপরে, জিজ্ঞাসা করুন কে মুষ্টিটি খোলার কী বা সমাধান?</p> <p>☞ একটি ক্লিপকার্টে এই অভিজ্ঞতা এবং ক্ষমতার এক্সপ্লেসন লিখুন। এই নিম্নলিখিত লাইনগুলি হতে পারে - হ্যাপি / আস্থা / আক্রমণাত্মক / নেতৃত্বান্বিত / নিয়ন্ত্রণ / শক্তিশালী, ইত্যাদি।</p> <p>☞ খেলা চলাকালীন ব্যবহৃত শক্তি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন। আলোচনার একটি ঐক্যমতে পৌঁছাবে যে শারীরিক শক্তির সাহায্যে অংশীদারকে জোরদার করার জন্য শক্তি মূলত ব্যবহৃত হয়েছিল।</p> <p>☞ ক্ষমতার ব্যবহারের উপর আলোচনা করে একটি আলোচনার সূত্রপাত করে যে, কার্যকলাপের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করে অন্যের উপর কর্তৃত্ব করার ক্ষমতা ব্যবহার করে। ক্ষমতার অন্যান্য উপায়েও ব্যবহার করা যেতে পারে যদি অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>☞ নিম্নলিখিত পদ্ধতিগুলিতে ক্ষমতা ব্যবহার করা যেতে পারে তা ব্যাখ্যা করে আলোচনাটি শেষ করে - একটি গ্রুপ একযোগে একটি সমস্যা মোকাবেলা / শক্তি (মধ্যে) একটি সাধারণ সমস্যা সংগঠিত এবং একসঙ্গে সংগঠিত একযোগে ব্যবহৃত (অধীন) ক্ষমতা বা অধস্তন / পাওয়ার (উপর) ক্ষমতা (উপর) স্ব-ক্ষমতায়ন এবং স্ব-শ্রদ্ধার ভিত্তি যা অন্যদের সমতা / শক্তি (থেকে) হিসাবে গ্রহণ করে যা ক্ষমতায়নের স্বতন্ত্র দৃষ্টিভঙ্গির একটি ধারণা তৈরি করে এবং সক্ষম করে।</p> |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • কতজন লোক মুষ্টি খুলতে সক্ষম হয়েছিল? • কতজন লোক মুষ্টি খুলতে অক্ষম হয়েছিল? • লোকজন মুষ্টি খুলতে কোন ধরনের পদ্ধতি ব্যবহার করেছিল? • লোকজন মুষ্টি খুলতে কি রকম অনুভব করেছিল? • লোকজন যারা মুষ্টি খুলতে পারে নাই তারা কি রকম অনুভব করেছিল? <ol style="list-style-type: none"> ১. বিশ্লেষণ কর অংশ গ্রহনকারীরা যা ব্যাখ্যা করে যে শুধু মাত্র শারীরিক শক্তিই কি মুষ্টি খুলতে ব্যবহার কাজে লাগিয়েছিল। ২. নোট করে রাখো এই সকল অভিজ্ঞতা ও মতামত এগুলো হতে পারে , আনন্দিত আত্মবিশ্বাসী আক্রমণাত্মক / কতৃৎ / নিয়ন্ত্রণ / শক্তিশালী ইত্যাদি । ৩. জিজ্ঞাসা কর , কি ধরনের শক্তি ব্যবহার করা হয়েছিল খেলার সময়। ৪. উপস্থাপন কর আলোচনার মাধ্যমে কি ধরনের শক্তি ব্যবহার করা হয়েছিল খেলা উপভোগ করার সময়। জিজ্ঞাসা কর অংশ গ্রহনকারীদের যদি অন্য কোন ধরনের শক্তি ব্যবহার করা হয়। <p>উপসংহার কর আলোচনার বিশ্লেষণের মাধ্যমে যে শক্তি ব্যবহার করা হয়েছিল।</p> |
|--|--|

পুরুষোচিত তেজ

৪.৩ ক্ষমতার উৎস

| | |
|--|--|
| শিরোনাম : | ক্ষমতার উৎস |
| মূল পদ্ধতি | প্রতিফলন কর্মকান্ড |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষণীয় বিষয়বস্তু: | উপলব্ধির উন্নতি করা ,কিভাবে আমাদের কার্যকম ক্ষমতায়ন, অসুবিধা অক্ষমতায়ন অন্যান্য এবং বিশেষত নারী এবং পায় কিছু সমর্থন ক্ষমতায়ন কে হুমকির সম্মুখীননা করে। |
| উপাদান | বোর্ড এবং মার্কারি |
| কর্মকান্ড | |
| <p>দলকে বলা চিহ্নিত করতে শক্তির উৎস কে এবং সে গুলোকে ছকে নোট করা।</p> <p>-আলোচনা করা এগুলো বুঝতে যা সকল অংশ গ্রহনকারীদের ক্ষমতা আছে কারন তাদের মধ্যেই এক বা একাধিক উৎস ক্ষমতা উৎস আছে।- অংশ গ্রহনকারীদের জিজ্ঞাসা করা যদি তারা চিন্তা করে যে তারা এই ক্ষমতার অধিকারী এবং যদি এই সকল ক্ষমতা উৎস হয়- পাওয়ার ওভার, পাওয়ার উইথ, পাওয়ার উইথেন, পাওয়ার টু, ব্যাখ্যা কর যে ধরনের নিজয় শক্তি আমরা দৈনন্দিন জীবনে ব্যবহার করি এবং গুরুত্বপূর্ণ বিষয় গুলো চিহ্নিত কর।</p> <p>ভাগ কর ৫-৬ টা ছোট ছোট ভাগে অংশ গ্রহনকারীদের এবং নিয়োগ কর সুবিধাভোগী ৯০% রিপোর্টারদেও প্রত্যেক দলের।</p> <p>-অনুরোধ কর প্রত্যেক অংশ গ্রহনকারীদের তাদের নিজস্ব গল্প তাদের জীবন হতে যা তারা অনুভব করে ছোট দলের মধ্যে।</p> <p>-জোর দাও ঐ সকল গল্পের উপর যা আলোচনা করা হয়েছে।</p> <p>- অংশ গ্রহনকারীদের আত্মবিশ্বাসী হতে তা তাদের প্রত্যেকের সম্মানবোধ টিকিয়ে রাখতে।</p> | |

পুরুষোচিত তেজ

৪.৪একই ভাবে আঁকা

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | একই ভাবে আঁকা |
| প্রধান পদ্ধতি | প্রতিফলিত কাজকর্ম |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | বিভিন্ন সম্পর্কের ক্ষমতার উপস্থিতি এবং অপারেশন চিহ্নিতকরণ। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | পত্র , কলম |
| কার্যকলাপ | <p>অংশগ্রহণকারীদের একটি অংশীদার চয়ন এবং একে অপরের সম্মুখীন জোড়া বসতে জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>‡ প্রতিটি জোড়া দিয়ে একটি কলম এবং এক অঃ সাইজ কাগজ দিন।</p> <p>‡ জোড়াগুলি নির্দেশ করে যে তারা কথা বলতে বা সাইন বা তাদের অংশীদারকে ইঙ্গিত করতে পারে না।</p> <p>‡ কোনও মৌখিক বা অ-মৌখিক যোগাযোগ ছাড়াই একটি ছবি আঁকতে জোড়কে জিজ্ঞাসা করুন, একই সময়ে ছবিটি একইভাবে সংযুক্ত করুন, যৌথভাবে একই অংশটি ব্যবহার করে প্রতিটি অংশীদার থেকে হাতে।</p> <p>‡ সমস্ত জোড়ার কাজ সম্পন্ন হলে, তাদের ছবি দেখানোর জন্য একসাথে একসাথে সব জোড় যোগ করুন।</p> <p>ছবি আঁকা যারা জোড়া সব জিজ্ঞাসা। বেশিরভাগ জোড়া "উভয়" বলবে</p> <p>‡ এক বা দুই জোড়া বেছে নিন এবং তাদের জিজ্ঞাসা করুন ছবিটি কে আঁকড়েছে। প্রশ্নটি পুনরাবৃত্তি করুন, প্রয়োজন হলে, যতক্ষণ না এটি প্রকাশ করে যে এটি কে করেছে বা আরো নিয়ন্ত্রণ করেছে</p> <p>অ্যাক্টিভিটি অংশগ্রহণকারীদের একটি অংশীদার চয়ন এবং একে অপরের সম্মুখীন জোড়া বসতে জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>‡ প্রতিটি জোড়া দিয়ে একটি কলম এবং এক অঃ সাইজ কাগজ দিন।</p> <p>‡ জোড়াগুলি নির্দেশ করে যে তারা কথা বলতে বা সাইন বা তাদের অংশীদারকে ইঙ্গিত করতে পারে না।</p> <p>‡ কোনও মৌখিক বা অ-মৌখিক যোগাযোগ ছাড়াই একটি ছবি আঁকতে জোড়কে জিজ্ঞাসা করুন, একই সময়ে ছবিটি একইভাবে সংযুক্ত করুন, যৌথভাবে একই অংশটি ব্যবহার করে প্রতিটি অংশীদার থেকে হাতে।</p> <p>‡ সমস্ত জোড়ার কাজ সম্পন্ন হলে, তাদের ছবি দেখানোর জন্য একসাথে একসাথে সব জোড় যোগ করুন।</p> <p>ছবি আঁকা যারা জোড়া সব জিজ্ঞাসা। বেশিরভাগ জোড়া "উভয়" বলবে</p> <p>‡ এক বা দুই জোড়া বেছে নিন এবং তাদের জিজ্ঞাসা করুন ছবিটি কে আঁকড়েছে। প্রশ্নটি পুনরাবৃত্তি করুন, প্রয়োজন হলে, যতক্ষণ না এটি প্রকাশ করে যে এটি কে করেছে বা আরো নিয়ন্ত্রণ করেছে।</p> <p>‡ একসাথে ছবি অঙ্কন প্রক্রিয়া কিভাবে ছিল অংশগ্রহণকারীদের সঙ্গে আলোচনা। কিভাবে জোড়া এক অর্ধেক কলম নিয়ন্ত্রণ গ্রহণ; হয়তো নিয়ন্ত্রণ বা ক্ষমতা এক ব্যক্তির থেকে অন্য স্থানান্তরিত; এমনকি মৌখিক যোগাযোগ বা সূচক ছাড়াও, বা বিবেচনা ছাড়াই; এই</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>বিষয়ে তাদের অভিজ্ঞতা বা দক্ষতা উপর নির্ভর করে, কিভাবে তারা এই কার্যকলাপ সম্বে চিহ্নিত করা?</p> <p>• অংশগ্রহণকারীরা কল্পনা করুন যে পরিবারে বিশেষ করে মহিলাদের সাথে সম্পর্কিত সিদ্ধান্তগুলি কীভাবে নিয়ন্ত্রণ করা যায়, তা নিয়ন্ত্রণ করে।</p> |
|--|--|

ওয়ার্কসীট ৪.৫

| |
|---|
| পরিস্থিতি এ |
| একটি ধাৰা রাস্তার পাশের রেস্টুরেণ্টে মুখোমুখি দাঁড়িয়ে ছেলেদের দুটি গ্রুপ / দল আছে। এক গ্রুপ থেকে এক ব্যক্তির চোখ দ্বিতীয় দলের ব্যক্তির সাথে যোগাযোগের মধ্যে রয়েছে, তারা কিছু শব্দ উঁকি দেয় |
| পরিস্থিতি বি |
| রামপুরে ক্রিকেট টুর্নামেন্ট অনুষ্ঠিত হচ্ছে চূড়ান্ত ম্যাচে, রামপুর দলের দলটি যে দলটি খেলছিল, সেটি জয়ী হয়। রামপুরের দলকে অন্য দলকে জয় করার জন্য চাপ ছিল |
| পরিস্থিতি সি |
| এক গ্রামে, গ্রাম পঞ্চায়েত নির্বাচনের প্রচারের সময়, একই সময়ে দুই প্রার্থী একই স্থানে পৌঁছান |
| পরিস্থিতি ডি |
| রাতে রাম প্রসাদ তার খামারে পানি ঢালেন। সকালে তিনি দেখেছিলেন যে লালু প্রসাদ ভেঙেছেন এবং চাষের জন্য তার জমিতে তার পানি নিয়েছেন। এখন খালের পানি নেই |
| পরিস্থিতি ই |
| মুলায়ম একটি বাসের জানালা দিয়ে একটি সিঁড়ি দিয়ে রুমাল রাখলেন। যখন তিনি বাসে ঢুকেছিলেন তখন তিনি রাজনাথকে সেই আসনে বসে দেখেছিলেন ... |

পদক্ষেপ গ্রহণ

৫.১ নেতা অনুসন্ধান

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | নেতা অনুসন্ধান |
| প্রধান পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা , ভিডিও |
| সময় | ৪৫ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | নেতৃত্বের অর্থ বুঝতে, ভাল এবং খারাপ নেতৃত্বের সাথে যুক্ত গুণগুলি লিঙ্গ সম্পর্কিত এবং লিঙ্গ ও নেতৃত্বের সাথে সম্পর্কযুক্ত ধূর্ততা ভেঙ্গে যায়। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>৳ অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন যে পদ "নেতৃত্ব" এবং "নেতা" তাদের অর্থ কী। বিষয় একটি সাধারণ বোঝার নিশ্চিত করার জন্য নেতৃত্বের একটি সংজ্ঞা উপর আলোচনা এবং সম্মত হন।</p> <p>৳ ওয়াকসীট শেয়ার করুন একজন ভাল নেতা হিসাবে বিবেচনার জন্য কাউকে চিন্তা করতে অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন। কর্মীদের মধ্যে প্রথম প্রশ্নটির প্রতিফলন এবং প্রতিক্রিয়া জানাতে ১৫ মিনিট অংশগ্রহণকারীদেরকে দিন।</p> <p>৳ কিছু অংশীদারদের তাদের ভাগ নেতাদের এবং তাদের সম্পর্কে কিছু তথ্য শেয়ার করতে জিজ্ঞাসা করুন।</p> <p>৳ স্টিকি নোট ভাগ করুন এবং অংশগ্রহণকারীদের তাদের ভাল নেতাদের গুণাবলী লিখতে জিজ্ঞাসা করুন (এক পোস্ট এটি জন্য এক মানের)।</p> <p>৳ বোর্ড / ক্লিপ-চার্টকে ৩ ভাগে বিভক্ত করুন: পুরুষ, উভয়, মহিলা। অংশীদারদের তারা যে গুণাবলীগুলি প্রকাশ করেছে তার প্রতিফলন করার জন্য জিজ্ঞাসা করুন, এটি সাধারণত একটি লিঙ্গ বা অন্য কোনও কারণেই হয়। অংশগ্রহণকারীদের তাদের পোস্ট প্রতিটি স্টিক অনুযায়ী জিজ্ঞাসা করুন তার বোর্ড অনুযায়ী অনুযায়ী।</p> <p>৳ ওয়াকসীটে দ্বিতীয় প্রশ্নে যান এবং একই প্রক্রিয়া পুনরাবৃত্তি করুন।</p> <p>৳ নিম্নলিখিত পয়েন্টগুলি আলোচনা করুন:</p> <p>পুরুষ বা মহিলা নেতাদের আরো কিছু বৈশিষ্ট্য এবং ক্রটিগুলি কেন সাধারণভাবে দায়ী? এই ধূর্ততা বা ঘটনা কি? কিসের ভিত্তিতে?</p> <p>পুরুষ নেতাদের মধ্যে আমরা কোন গুণগুলো খুঁজছি? মহিলা নেতাদের মধ্যে? তারা কি একই? না হলে কেন?</p> <p>মহিলা নেতাদের আমাদের উপলব্ধি এই চরিত্রের চূড়ান্ত প্রভাব এবং পরিণতি কী? সাধারণভাবে নারী নেতৃত্বের এই ধূর্ততা এবং প্রত্যাশাগুলির পরিণতি কী হতে পারে?</p> <p>টিপস যখন আপনি অংশগ্রহণকারীদের একজন নেতার চিন্তা করতে বলছেন, তখন জোর দিয়ে বলুন যে নেতাকে একজন বিখ্যাত হতে হবে না, এটা এমন কেউ হতে পারে যে তারা তাদের পরিবার, সম্প্রদায় বা সমাজের সাধারণ নেতা হিসেবে বিবেচনা করে। এই নেতৃত্ব দমন করা এবং প্রদর্শন করা যে কেউ (অংশগ্রহণকারীদের সহ) নেতা হতে পারে।</p> <p>যদি সম্ভব হয়, এমন একটি ভিডিও বাজান যেখানে বিভিন্ন বৈশিষ্ট্যগুলি একজন মনিব এবং পুরুষের মতো নারীর সাথে সম্পর্কিত, উদাহরণস্বরূপ। এছাড়াও, আমাদের উপলব্ধিগুলির উপর নির্ভর করে ব্যাখ্যা করুন, পুরুষ নেতাদের গুণাবলি হিসেবে বিবেচিত কিছু বৈশিষ্ট্য নারী নেতাদের ক্রটি হিসাবে দেখা হয়।</p> |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

ওয়ার্কসীট ৫.১

ভাল নেতা / খারাপ নেতা

এ)

এক ব্যক্তি সম্পর্কে চিন্তা করুন, যেটা আপনি একজন ভাল নেতা হিসাবে বিবেচনা করেন। এটা কেউ বিখ্যাত বা কেউ হতে পারে যে আপনি জানেন। আপনার মতে, কি বৈশিষ্ট্য, ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য বা আচরণ তাকে / তাকে একটি ভাল নেতা করতে?

১

২

৩

৪

৫

বি)

আপনি কি খারাপ নেতৃত্বের কথা ভাববেন? কি বৈশিষ্ট্য, ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য বা আচরণ একটি খারাপ নেতার হবে?

১

২

৩

৪

৫

পদক্ষেপ গ্রহণ

৫.২ গ্লাস সিলিং

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | গ্লাস সিলিং |
| প্রধান পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা , দলবদ্ধ কাজ ভিডিও |
| সময় | ৪৫ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | নেতৃত্বের অবস্থান অর্জন থেকে নারীকে বাধা দেয় এমন বাধাগুলি, এবং নেতৃত্বের লিঙ্গ বৈষম্য কিভাবে এই সাথে সম্পর্কিত তা বোঝার জন্য। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | "গ্লাস সিলিং" ধারণার বিষয়ে আলোচনা করুন এবং অংশগ্রহণকারীদের তাদের ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতার কথা বলুন। * অংশীদারদের ৪ টি গোষ্ঠীর মধ্যে বিভক্ত করুন: পুরুষদের দুটি গ্রুপ এবং দুই গ্রুপের দুই গ্রুপ। * মহিলা নেতৃত্বের অভ্যন্তরীণ ও বহিরাগত বাধা এবং বাধাগুলির তালিকা তৈরির জন্য পুরুষদের একদল এবং নারীর একটি গ্রুপকে জিজ্ঞাসা করুন। * নারীদের মেঝে দেওয়ার ক্ষেত্রে পুরুষের বাধা ও বাধাগুলির তালিকা তৈরি করতে দুই গ্রুপকে জিজ্ঞাসা করুন। এই কার্যকলাপটি সম্পন্ন করার জন্য ২০ মিনিট গ্রুপগুলি দিন * প্রতিটি গ্রুপ পূর্ণ আলোচনা তাদের আলোচনা ভাগ জিজ্ঞাসা * গ্লাস সিলিং নেভিগেশন পুরুষদের এবং মহিলাদের দৃষ্টিকোণ মধ্যে পার্থক্য আলোচনা। আমরা গ্লাস সিলিং বিরতি পাবেন উপায় আলোচনা। * লিঙ্গ বৈষম্য, রীতিনীতি এবং এই মধ্যে সম্পর্ক সঙ্গে নিখুঁত। |
| পরামর্শ | মহিলা নেতৃত্বের বাধা ও পুরুষের ধৈর্যের কারণগুলি সম্পর্কে পুরুষ ও মহিলা অংশগ্রহণকারীর দৃষ্টিভঙ্গির মধ্যে পার্থক্য উজ্জ্বল করার জন্য অংশগ্রহণকারীরা দুই দলের পুরুষ এবং দুই দলের নারীকে বিভক্ত করা গুরুত্বপূর্ণ। সম্ভব হলে, কার্যকলাপের শুরুতে একটি ভিডিও যা গ্লাস সিলিং ধারণা ব্যাখ্যা করে। |

পদক্ষেপ গ্রহণ

৫.৩ নারী, সবাই এটি শুনেছেন

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | পিতৃতান্ত্রিক সমাজ এনারী, সবাই এটি শুনেছেন |
| প্রধান পদ্ধতি | সম্পূর্ণ আলোচনা |
| সময় | ২০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | এমন নারীদের বিরুদ্ধে জঘন্য শব্দ ও আচরণ সম্পর্কে সচেতনতা জাগিয়ে তুলুন যা অপ্রত্যাশিত, এবং স্ব-সচেতনতা ও আত্ম-সচেতনতা গড়ে তুলতে পারে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়াকসীট |
| কার্যকলাপ | <p>৳ এক একটি করে বিবৃতি পড়ুন এবং অংশগ্রহণকারীদের দাঁড়ানো দাঁড়ানো যদি তারা কখনও অনুরূপ বলা হয় বা তারা কখনও একটি মহিলার অনুরূপ বলে মনে করা হলে প্রতিটি বিবৃতির পরে বন্ধ করুন:</p> <p>আমরা আগে এই অবস্থান জন্য একটি মহিলার ভাড়া করে নি আমরা বুঝতে পারিনি ফুটবল ভালো লেগেছে আপনি তাই সুন্দর, মানুষ আপনি গুরুতরভাবে গ্রহণ কঠিন সময় আছে এটি ব্যক্তিগত গ্রহণ করবেন না আপনার বাচ্চা আপনার কাজের পথে পেতে হবে? আমি আপনাকে অফিসে জন্মদিন পার্টি পরিকল্পনা পরিকল্পনা প্রয়োজন আপনার অনেক অভিজ্ঞতা আছে কিন্তু আমরা এমন কোনও ব্যক্তির খোঁজ করছি যা আরো কর্তৃপক্ষ আছে কেন এই সম্পর্কে আপনি আবেগপ্রবণ হচ্ছে? আপনি কফি পেতে পারেন? আমি কখনও একটি মহিলার আগ্রহী হবে চিন্তা। আমি কখনো একজন নারী নির্বাহীর সাথে দেখা করে নি। আমরা এমন একজনের প্রয়োজন, যিনি কঠিন হতে যাচ্ছেন কিন্তু আপনি নোট গ্রহণ করার জন্য এত ভাল। আমি মনে করি না যে আপনি যে অনেক দায়িত্ব চাই চাই নারী প্রাকৃতিক নেতাদের নয়</p> <p>৳ অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতা এবং তাদের প্রতিক্রিয়া / অনুভূতি সম্পর্কে আলোচনা। ৳ নারীর আস্থা এবং তারা যে নেতিবাচক বার্তাগুলি পেশ করে সেসব বিবৃতির প্রভাব নিয়ে আলোচনা করা।</p> |
| পরামর্শ | এটিকে গুরুত্বের উপর গুরুত্ব প্রদান করে যে এই ধরনের উভয় পুরুষই নারী ও পুরুষ উভয়ের দ্বারা অন্যান্য মহিলাদের কাছে বলতে পারে। |

পদক্ষেপ গ্রহণ

৫.৪ আপনার স্ট্যান্ড নিন

| | |
|---------------|---------------------|
| শিরোনাম | আপনার স্ট্যান্ড নিন |
| প্রধান পদ্ধতি | বিতর্ক |

| | |
|------------------------|--|
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | মতামত প্রকাশ করতে এবং একটি কারণের জন্য সমর্থন করার জন্য সক্ষম হতে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | টাইমার |
| কার্যকলাপ | <p>☞ অংশগ্রহণকারীদের এক লাইনে দাঁড়ানোর জন্য জিজ্ঞাসা করুন। তাদের বলুন আপনি একটি বিবৃতি পড়তে যাচ্ছেন এবং যদি আপনি সম্মত হন তবে বামে বা বামে ডানদিকে সরে যান: মানুষ আমাকে কীভাবে বুঝতে পারে?</p> <p>☞ এখন পর্যন্ত, আপনার দুটি গ্রুপ আছে: যারা সম্মত (ডান দিকে) এবং যারা মতানৈক্য (বাম দিকে)। প্রতিটি দলের ৩০ মিনিটের জন্য বাধ্যতামূলক আর্গুমেন্টগুলি প্রস্তুত করতে অন্য গ্রুপে তাদের অবস্থান রক্ষার জন্য দিন। গ্রুপের জন্য কথা বলার জন্য একজনকে বেছে নেওয়ার জন্য তাদের বলুন।</p> <p>☞ গ্রুপগুলি একসাথে নিয়ে আসুন এবং রুমের মাঝখানে দুটি চেয়ার রাখুন। দুই প্রতিনিধি আসন থেকে জিজ্ঞাসা করুন। তাদের প্রত্যেকটি তিন মিনিট যথাক্রমে তাদের আর্গুমেন্ট উপস্থাপন দিন। বাকি অংশীদারদের বলুন যে তারা যখন শুনছেন তখন অন্য দলের কাছে জিজ্ঞাসা করার সম্ভাব্য প্রশ্নগুলি সম্পর্কে ভাবতে হবে।</p> <p>☞ দুইজন প্রতিনিধি যখন তাদের আর্গুমেন্টগুলি প্রকাশ করে, তখন তারা তাদের নিজ নিজ দলের কাছে ফিরে যায় এবং অন্য গ্রুপের কাছে জিজ্ঞাসা করতে তিনটি প্রশ্নে সিদ্ধান্ত নেয়। জিজ্ঞাসা করতে প্রশ্নে একমত করতে তাদের পাঁচ মিনিট দিন।</p> <p>☞ প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করতে এবং অন্য দলের প্রশ্নগুলির প্রতি সাড়া দেওয়ার জন্য দলকে পুনরায় একটি প্রতিনিধি পাঠাতে বলুন। প্রথম রাউন্ড বা ভিন্ন ধরনের হিসাবে এটি একই প্রতিনিধি হতে পারে।</p> <p>☞ প্রতিটি প্রশ্নে আলোচনা করার জন্য দুটি বিতর্ককারীকে তিন মিনিট দিন।</p> <p>☞ একটি ভোট দিয়ে বিতর্ক বন্ধ করুন। অন্য অংশগ্রহণকারীদের ভোট দেওয়ার জন্য বলুন, যতটা সম্ভব নিখুঁতভাবে, দলের জন্য যারা তাদের যুক্তি অনুযায়ী তাদের যুক্তি উপস্থাপন করেছেন।</p> <p>☞ একজনের মতামত প্রকাশের গুরুত্ব তুলে ধরে এবং দুটো আর্গুমেন্টগুলির সাথে পরামর্শ করা</p> |
| পরামর্শ | <p>শ্রোতা কোন বিতর্ক হতে হবে।</p> <p>এটা ন্যায্যতা নিশ্চিত করে এবং একটি চিরস্থায়ী বিতর্ক এড়ানো হিসাবে সময়জ্ঞান সঙ্গে কর্তার করা।</p> <p>ভোটটি সঠিক বা ভুল কোন দলের সিদ্ধান্ত নেবে না, তবে কোন দল তাদের আর্গুমেন্টগুলি সেবা উপস্থাপন করেছে।</p> |

পদক্ষেপ গ্রহণ

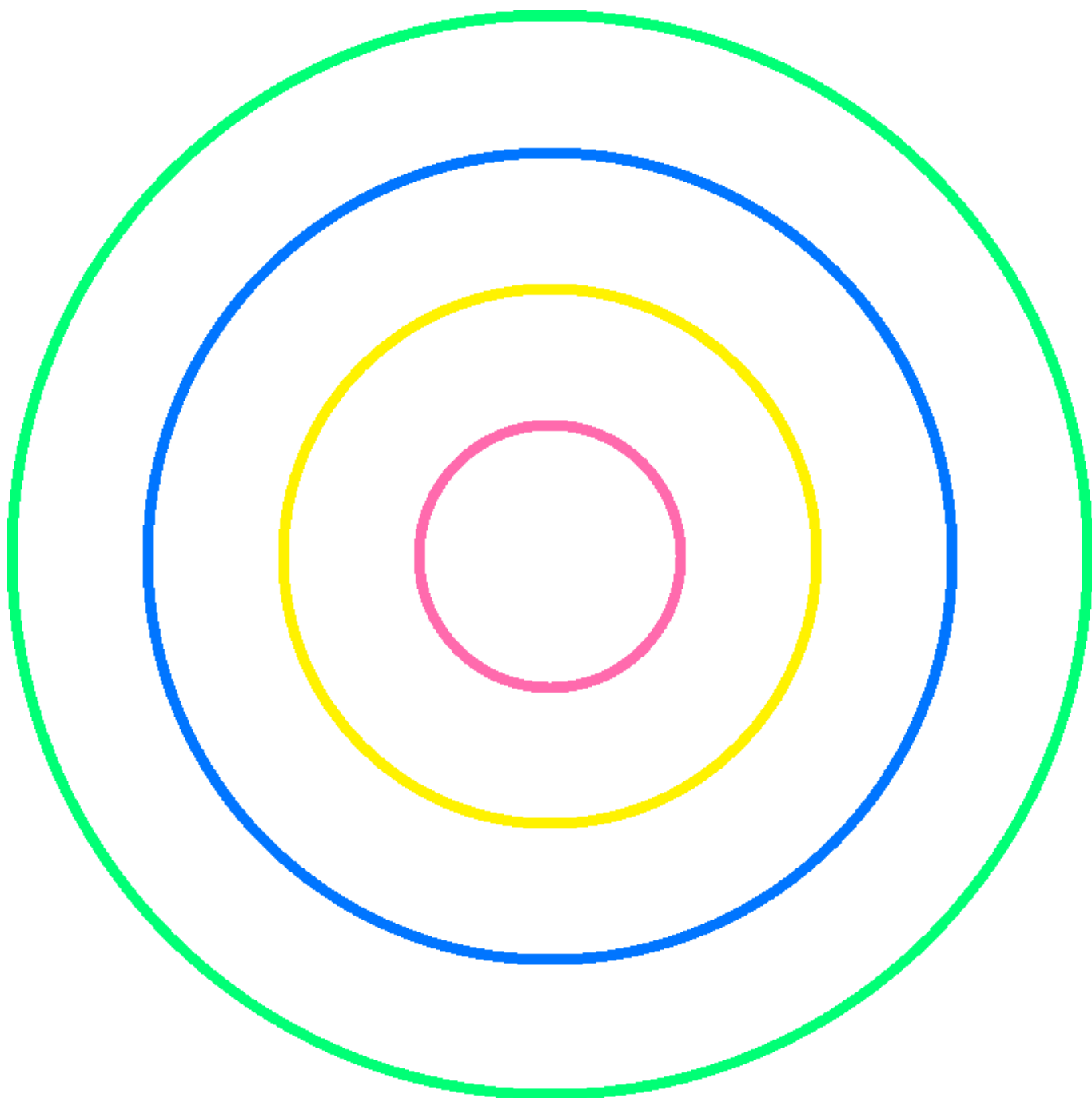
৫.৫ আমার সমর্থন সার্কেল

| | |
|------------------------|---|
| শিরোনাম | আমার সমর্থন সার্কেল |
| প্রধান পদ্ধতি | প্রতিফলিত কাজকর্ম |
| সময় | ৩০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | সহিংসতা শিকার বা সাক্ষী হওয়ার ক্ষেত্রে এবং সহযোগী ব্যক্তিদের চিহ্নিত করা এবং পেশাগত সহায়তা কোথায় পেতে হয় তা শিখতে। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়ার্কশীট |
| কার্যকলাপ | <p>অংশীদারদের মধ্যে কর্মপত্র শেয়ার করুন</p> <p>☞ প্রতিটি অংশগ্রহণকারীকে নীচের নির্দেশাবলীর সাথে ওয়ার্কশীট পূরণ করতে বলুন: সবচেয়ে ভেতরের চেনাশোনাতে, আপনার নাম লিখুন। পরবর্তীতে, প্রথম ব্যক্তিদের নাম লিখুন যাতে তারা সাক্ষী বা গনভিরের শিকার হয়, তাদের কাছে পৌঁছাবে।</p> <p>পরের বৃত্তের স্থানে কর্তৃপক্ষের নামগুলি বা পেশাগত সহায়তা তারা অ্যাক্সেস করতে পারেন (যেমন পুলিশ স্টেশনে, আইনজীবী, সমাজকর্মী, মনোবৈজ্ঞানিকরা, সমর্থন কেন্দ্র ইত্যাদি)।</p> <p>শেষ চেনাশোনাতে, তারা জিভিভি (মিডিয়া, সোশাল মিডিয়ার ইত্যাদি) সম্পর্কে সচেতনতা বাড়াতে চায় এমন ব্যক্তিদের কাছে পৌঁছান।</p> <p>☞ কার্যকলাপটি সম্পন্ন করার জন্য প্রায় ২০ মিনিট অনুমতি দিন এবং তারপর জিজ্ঞাসা করুন যে কেউ তার / তার সমর্থনের বৃত্তটি ভাগ করতে চায়।</p> <p>☞ যথাযথভাবে কাজ করতে সক্ষম হওয়ার আগে সমর্থন সন্ধানের জন্য কতটা গুরুত্বপূর্ণ তা বলার দ্বারা সমাপ্ত অন্যদেরকে কিভাবে সমর্থন করতে পারে তা তুলে ধরার উপর আলোকপাত করুন, অন্য পক্ষের পক্ষে, অন্যকে সমর্থন দেওয়ার জন্যও আমাদেরকে পদক্ষেপের ক্ষমতা দান করুন।</p> |
| পরামর্শ | টিপস অংশগ্রহণকারীরা আপনার অধিবেশনের পূর্বে কিছু গবেষণা করার মাধ্যমে তাদের কাছে পৌঁছাতে পারে এমন পেশাদার বা কর্তৃপক্ষের বিষয়ে চিন্তা করতে সহায়তা করুন। |

ওয়ার্কসীট ৫.৫

আমার সার্কেল সাপোর্ট

আমি যেটা শুরু করতে পারি এবং কে আমাকে সাহায্য করতে পারে ?



পদক্ষেপ গ্রহণ

৫.৬ সাইকেল ভাঙ্গার জন্য পদক্ষেপ গ্রহণ করুন

| | |
|------------------------|--|
| শিরোনাম | সাইকেল ভাঙ্গার জন্য পদক্ষেপ গ্রহণ করুন |
| প্রধান পদ্ধতি | বক্তৃতা |
| সময় | ৬০ মিনিট |
| শিক্ষার উদ্দেশ্য | সহিংসতা বিরুদ্ধে যুদ্ধ করার জন্য একটি ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনা বিকাশ। |
| প্রয়োজনীয় জিনিস পত্র | ওয়ার্কশীট, কলম |
| কার্যকলাপ | <p>১. কার্যক্রম শুরু করার আগে, অংশগ্রহণকারীদের একটি নির্দিষ্ট ধ্যানের সেশনে নির্দেশ প্রদান করুন যাতে তারা গভীর চক্রগুলি ভেঙ্গে বাধা দেয় এমন কর্ম বা ধারণাগুলির পিছনে অবস্থান করতে পারে। (ওয়ার্কশীট ৫.৬ এ)</p> <p>২. তারপরে, তাদের বলুন যে তারা কীভাবে জিবিভিতে যুদ্ধ করতে পারে এবং তাদের সম্পর্কে আলোচনা করতে পারে। অংশগ্রহণকারীদের ইতিমধ্যে তাদের কিছু সম্পন্ন হয়েছে কিনা তা আলোচনা।</p> <p>৩. ওয়ার্কশীটগুলি ৫.৬-বি শেষার করুন এবং অংশগ্রহণকারীদের নিজেদেরকে পূরণ করার জন্য কিছু সময় নিতে বলুন।</p> <p>৪. অংশগ্রহণকারীরা তাদের কর্ম পরিকল্পনা অন্যদের সাথে ভাগ করে আমন্ত্রণ জানান এবং তাদের সাথে যোগাযোগ করুন।</p> <p>৫. লিঙ্গ সহিংসতার বিরুদ্ধে ব্যবস্থা নিতে কিছু উদাহরণ প্রদান করে সংক্ষিপ্ত করুন। প্রতিটি ব্যক্তি তাদের বাস্তবায়ন কিভাবে সম্পর্কে কথা বলতে তাদের পরিকল্পনা বলে কিছু সময় পরে অনুমতি দিন:</p> <p>সামাজিক মিডিয়া ব্যবহার করুন</p> <p>প্রতিবেদন</p> <p>মিডিয়া লিটারেট এবং সমালোচনামূলক হতে হবে</p> <p>সেক্সস্টম / হোমোফোবিক এবং ট্রান্সফোবিক ভাষা বিভাজন</p> <p>হস্তক্ষেপ অপব্যবহার</p> <p>স্ট্রীট হানাহানি থামান</p> <p>একটি কর্ম পরিকল্পনা সঙ্গে আসা</p> <ol style="list-style-type: none"> ১. সহিংসতা মধ্যে লিঙ্গ ভূমিকা স্বীকৃতি ২. শিকার দোষারোপ বন্ধ করুন ৩. ধর্ষণের সংস্কৃতি বন্ধ করুন ৪. কলিং সহিংসতাগুলি কল করুন এবং তা কি হয় না ৫. সহিংসতা শিকড় নিজেকে নিজেকে শিক্ষিত ৬. লিঙ্গ সহিংসতা নিয়ে আলোচনা করার জন্য নিরাপদ স্থান তৈরি করুন ৭. নিজেকে / আপনার ধারণা আলোচনা করুন ৮. মনোমুগ্ধকারী পুরুষদের এবং মহিলাদের ভূমিকা বন্ধ করুন <p>মনে রাখবেন সহিংসতা একটি পছন্দ</p> <p>সহায়ক হতে হবে</p> <p>মেয়েরা এবং মহিলাদের জন্য সম্পদ সচেতন থাকুন</p> <p>সহিংসতা শেষ করার বিষয়ে অন্যদের সাথে কথা বলুন এবং একজন পরামর্শদাতা হন</p> |

| | |
|---------|--|
| | <p>সম্মতিতে বোঝা</p> <p>☞ তাদের কাজ করার জন্য কমপক্ষে একটি কর্ম লিখতে বলুন এবং এটি সাইন ইন করুন।</p> <p>তাদের কাজ করতে অন্যদের ক্ষমতায়ন করতে তাদের প্রকাশ করতে দিন</p> <p>☞ তাদেরকে তাদের সাথে রাখতে বলুন।</p> |
| পরামর্শ | <p>এই সব জ্ঞান এবং তথ্য অর্জিত এবং এক ব্যক্তির ব্যক্তিগত অবদান প্রতিফলিত করার মধ্যে সংগ্রাম সময়। প্রত্যেকের জন্য এটির গভীরভাবে প্রতিফলিত করার জন্য যথেষ্ট সময় দিন।</p> <p>এই কার্যকলাপটি গ্রুপের কাজের দ্বারা অনুসরণ করা যেতে পারে যার মধ্যে অংশগ্রহণকারীরা একটি কমিউনিটি কর্ম পরিকল্পনা গড়ে তুলবে।</p> |

ওয়ার্কসীট ৫.৬ এ

১. সমস্ত অংশগ্রহণকারীদের একটি আসন নিতে জিজ্ঞাসা। তাদের চেয়ারে যথোপযুক্তভাবে বসতে নির্দেশ দিন: সোজা পেছনের, পায়ে ও অঙ্গিগুলি, কিছু না রাখা, নীরবতা মোবাইল ফোনে, তাদের পেট বা ল্যাপে কিছু (হাত, ব্যাগ ইত্যাদি) রাখা না, যাতে শ্বাসের কোন বাধা নেই।

২. তাদের চোখ বন্ধ তাদের জিজ্ঞাসা

৩. তাদের শ্বাস উপর মনোযোগ নিবদ্ধ অংশগ্রহণকারীদের নির্দেশ। এটা পরিবর্তন না এটি পরিবর্তন করতে বাধ্য নয়। এটি হিসাবে এটি মান্য করা। দেহে কতটা তাজা বাতাস ঢুকবে তা মনোযোগ দিন। এটি আমাদের শরীরের ভিতরে পরিষ্কার করে এবং প্রস্থান করে যখন এটি আর প্রয়োজন হয় না

৪. একটি দৃঢ় ভয়েস ভলিউম এবং ছন্দ সঙ্গে তাদের কল্পনা গাইড; প্রতিটি অংশ ("///") অনুসরণ করে প্রতিফলন জন্য অংশগ্রহণকারীদের কিছু সময় নীরবতা দিন:

আপনি ট্রেনে আছেন, একা ভ্রমণ করছেন। ট্রেনটি এমন একটি ছোট শহর পর্যন্ত পৌঁছায় যা আপনি কখনও পরিদর্শন করেন নি। আপনি ট্রেন বন্ধ এবং শহরের চারপাশের হাঁটার নিতে সিদ্ধান্ত নিতে। আপনি তার রাস্তা নেভিগেশন পায়চারি করা। আপনি বাড়ী, স্কয়ার, বাড়ীগুলি দেখেন। আপনি এটি আলো, বায়ুমণ্ডল, পার্ক, গাছ এবং শহর শহরের চারপাশে প্রকৃতি দেখুন। // আপনার চারপাশে হাঁটা একটি অদ্ভুত দোকান উইন্ডো বন্ধ। এটি একটি প্রাচীন জিনিসপত্রের দোকান বলে মনে হচ্ছে, কিন্তু যখন আপনি কাছাকাছি তাকান, আপনি দেখতে পাবেন যে এটিতে সবকিছু খুঁজে পেতে পারেন। মালিক দরজার কাছে আসে এবং আপনাকে আমন্ত্রণ করে। আপনি বুঝতে পারেন যে আপনি যতটা পদক্ষেপ নিয়েছেন তা বড় হয়ে যায়। // আপনি পুরো দোকান কাছাকাছি যান, আপনি আপনার মনোযোগ পেতে যে জিনিস পালন এবং প্রশংসা করা। // শেষ পর্যন্ত, আপনি কি আপনার সাথে নিতে চান চয়ন। // আপনি দোকান মালিক যান এবং আপনি কি নির্বাচিত হয়েছে কি কিনতে মূল্য জিজ্ঞাসা। দোকান মালিক দয়ালি বলছেন যে আপনি অর্থের সাথে যা পছন্দ করেছেন তার জন্য আপনি টাকা দিতে পারবেন না। আপনি শুধুমাত্র এটি আপনার অন্য কিছু সঙ্গে এটি বিনিময় দ্বারা এটি পেতে পারেন, অনুরূপ মান। // পরে, আপনি ট্রেন স্টেশন ফিরে। আপনার যাত্রা এখনও আপনার যাত্রা চালিয়ে যেতে আপনার জন্য অপেক্ষা করছে। আপনি ট্রেনটিতে যান এবং চলতে থাকুন, যখন ছোট শহরের দিকে ফিরে তাকান, যেহেতু দূরত্বটি অদৃশ্য হয়ে যায়।

৫. ধীরে ধীরে আপনার চোখ খুলুন। আপনার শরীরের অংশ প্রসারিত করুন।

ওয়ার্কশীট ৫.৬ বি

ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনা

| | ব্যক্তিগত | কমিউনিটি | সমাজ |
|--|----------------|----------|------|
| আমি কি করতে পারি? | ১। ২। ৩। | | |
| আমি কখন শুরু করতে পারি? | | | |
| কে আমাকে সাহায্য করতে পারেন? আমার কী দরকার? (সমর্থন, সম্পদ, মিডিয়া, ...) | | | |

মূল্যায়ন সরঞ্জাম

একটি মূল্যায়ন চালানোর উদ্দেশ্যটি কতটুকু সেশন এবং প্রশিক্ষণ সফল এবং কার্যকরী হয়েছে সেটি পরিমাপ করতে হয়। এটি অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে সন্তুষ্টি মাত্রা বিবেচনা করে।

আপনি দুটি ঐচ্ছিক মূল্যায়ন শীট পাবেন। এক প্রতিটি সেশনের পরে ব্যবহার করা যেতে পারে, এবং অন্য একটি প্রশিক্ষণের শেষে ব্যবহার করা যেতে পারে। তারা মূল্যায়ন গাইড ব্যবহার করা উচিত, তবে প্রতিটি প্রশিক্ষক তাদের প্রশিক্ষণের প্রবাহ তাদের অভিযোজিত করার নিজস্ব উপায় পাবেন। বিকল্পভাবে, আপনি অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে প্রতিক্রিয়া পেতে বিভিন্ন কৌশল সঙ্গে একটি সামগ্রিক ছবি প্রদান কার্যক্রম ফলাফল মূল্যায়ন করতে পারেন:

সংক্ষিপ্তবৃত্তি

আগের দিন এবং কী লার্নিং পয়েন্টগুলির বিষয়বস্তু দ্রুত সংক্ষিপ্তসার প্রদানের জন্য অংশগ্রহণকারীদের একটি গ্রুপ বরাদ্দ করুন। অথবা কেবলমাত্র পূর্ণাঙ্গভাবে এটি ভাসা এবং অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে প্রতিক্রিয়াগুলি পান।

মূল্যায়ন কমিটি

মূল্যায়ন কমিটির স্বেচ্ছাসেবককে প্রতিদিন দুই বা তিনজন অংশগ্রহণকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।

তাদের কাজ হল কিভাবে অন্যান্য কাজকর্ম সম্পর্কে প্রতিক্রিয়া পেতে দিন দিন অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদের সাথে বেস স্পর্শ করা হয়। তারা আবৃত বিষয়বস্তু পর্যালোচনা প্রতিক্রিয়া, ব্যবহার পদ্ধতির যথাযথতা, বরাদ্দ সময়কাল পর্যালোচনা, হ্যান্ডআউট এবং অন্যান্য সংস্কার ব্যবহার এবং অন্য কোনও সমস্যা গুরুত্বপূর্ণ মনে করা উচিত। এই কমিটি একটি প্রতিবেদন তৈরি করে এবং পরের দিন সকালে এটি প্রথম জিনিসটি উপস্থাপন করে।

মেমো বোর্ড

কোন বোর্ডে অংশগ্রহণকারীরা সম্পূর্ণ কোর্সের সময় প্রশিক্ষণের যেকোনো দিক থেকে তাদের অনুভূতি পোস্ট করতে পারবেন। এটি অবিলম্বে বা পরে প্রতিক্রিয়া জানাতে হবে তা দেখতে বোর্ডে নজরদারি রাখার জন্য সহায়তার ভূমিকা। মেমো বোর্ডের সমস্যা প্রতিদিন সকালে দেখা যায় এবং প্রতিক্রিয়া জানায়।

প্রশ্নাবলী

দিনের কার্যসম্পাদনের প্রতিক্রিয়ায় কিছু প্রশ্ন তৈরি করে যা সংগ্রহ ও বিশ্লেষণ করা হবে।

সেশনের নাম:

তারিখ:

মূল্যায়ন

প্রশিক্ষণের সময় নিম্নলিখিত অনুভূতিগুলির মধ্যে আপনার অনুভূতিটি অনুগ্রহ করে বৃত্তচাপ করুন।

| খুশি | চ্যালেঞ্জড | সন্তুষ্ট | বিষয়বস্তু |
|-------------|------------|----------------|------------|
| বিস্মিত | হতাশ | নিজে উপভোগ করা | আনন্দিত |
| ক্ষমতামাহীন | কম শক্তি | নিরুদ্বিগ্ন | জড়িত |
| আগ্রহী | চাপ | অনুপ্রাণিত | আবেগ |

আপনি সন্তুষ্ট কিভাবে অধিবেশন? নিম্নোক্ত বিবৃতিগুলির সাথে আপনার স্বরীয় চুক্তি চয়ন করুন

| | সম্পূর্ণ রাজী না হওয়া | | | | সম্পূর্ণ রাজী না হওয়া |
|--|------------------------------|---|---|---|------------------------------|
| এই অধিবেশনে/সেশন আমার প্রত্যাশা পূরণ | ১ | ২ | ৩ | ৪ | ৫ |
| আলোচনা বিষয় আকর্ষণীয় ছিল | | | | | |
| বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা করা হয়েছে যেগুলি আমার দৈনন্দিন জীবনের সম্পর্কে উদ্বেগের বিষয় | | | | | |
| ব্যবহার পদ্ধতি আমার প্রবৃত্তি প্রচারিত | | | | | |
| কার্যক্রমগুলি আমার লার্নিংকে অনুপ্রাণিত করেছে | | | | | |
| যথেষ্ট সময় প্রতিটি কার্যকলাপে অনুগ্রহ ছিল | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| আলোচনা করার জন্য যথেষ্ট সময় বরাদ্দ ছিল | | | | | |
| ক্রিয়াকলাপ প্রতিলিপি করা সহজ | | | | | |
| প্রশিক্ষকরা ভাল প্রস্তুত ছিল এই অধিবেশনে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণের এবং সক্রিয়ভাবে ধারণাগুলির অভিব্যক্তিকে উত্সাহিত করা | | | | | |
| | | | | | |

অন্তত তিনটি জ্ঞান / দক্ষতা তালিকা / আপনি কি শিখেছেন যে আপনি?

অতিরিক্ত মন্তব্যগুলি

Thanks for sharing!



শেষ মূল্যায়ন

সেশনের নাম:

তারিখ:

মূল্যায়ন

প্রশিক্ষণের সময় নিম্নলিখিত অনুভূতিগুলির মধ্যে আপনার অনুভূতিটি অনুগ্রহ করে বৃত্তচাপ করুন।

| খুশি | চ্যালেঞ্জড | সন্তুষ্ট | বিষয়বস্তু |
|------------|------------|----------------|------------|
| বিস্মিত | হতাশ | নিজে উপভোগ করা | আনন্দিত |
| ক্ষমতামাহী | কম শক্তি | নিরুদ্বেগ | জড়িত |
| আগ্রহী | চাপ | অনুপ্রাণিত | আশে |

আপনি সন্তুষ্ট কিভাবে অধিবেশন? নিম্নোক্ত বিবৃতিগুলির সাথে আপনার স্তরীয় চুক্তি চয়ন করুন

| | সম্পূর্ণ রাজী না হওয়া | | | | সম্পূর্ণ রাজী না হওয়া |
|--|------------------------------|---|---|---|------------------------------|
| প্রশিক্ষণ আমার জন্য দরকারী ছিল | ১ | ২ | ৩ | ৪ | ৫ |
| প্রশিক্ষণ এর ফলে, আমি লিঙ্গ বিষয়গুলি সনাক্ত করতে সক্ষম | | | | | |
| প্রশিক্ষণ এর ফলে, আমি এই এর প্রসঙ্গে লিঙ্গ সংক্রান্ত বিষয়গুলির বিশ্লেষণ করতে পারি | | | | | |
| প্রশিক্ষণের ফলে, আমি এই ফর্মগুলি সনাক্ত করতে সক্ষম; তাদের কারণ এবং ফলাফল | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| কার্যক্রমগুলি আমার লার্নিংকে অনুপ্রাণিত করেছে | | | | | |
| প্রশিক্ষণের ফলস্বরূপ, আমি একটি সমাজকে এই থেকে মুক্ত করার জন্য অন্যদের সাথে কাজ করতে সক্ষম | | | | | |
| বিষয়বস্তু যথেষ্ট এবং দরকারী ছিল | | | | | |
| প্রশিক্ষণ পদ্ধতিটি যথাযথ ছিল | | | | | |
| প্রশিক্ষণ দল ভাল প্রস্তুত এবং তাদের সেশন ভাল পরিকল্পিত সময় জন্য বরাদ্দ সময় উপযুক্ত ছিল | | | | | |
| প্রশিক্ষণ সময় উপাদান উপযুক্ত ছিল | | | | | |
| অন্য অংশগ্রহণকারীদের সঙ্গে অভিজ্ঞতা এবং মিথস্ক্রিয় বিনিময় করার সুযোগ সহায়ক ছিল | | | | | |

অন্তত তিনটি জ্ঞান / দক্ষতা তালিকা / আপনি কি শিখেছেন যে আপনি?

অতিরিক্ত মন্তব্যগুলি



তথ্যসূত্র

জন্ডিস স্টাডিজেসর ভূমধ্যসাগরীয় ইনস্টিটিউট, যুবা ৪ ইয়ুথ- পিয়ারের শিক্ষার মাধ্যমে লিঙ্গ ভিত্তিক প্রতিরোধে তরুণদের ক্ষমতায়নের জন্য একটি ম্যানুয়াল। ২০১২

ফেমনেট, লিঙ্গ ভিত্তিক সহিংসতার উপর ফেমনেট প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল। ২০১২

ইউরোপ কাউন্সিল, কম্পাস: তরুণদের সাথে মানবাধিকারের শিক্ষার জন্য ম্যানুয়াল। ২০১২

ডেইউই, শিক্ষা-প্রাতিষ্ঠানিক ইনস্টিটিউটের মন্ত্রণালয়, উচ্চ বিদ্যালয়ের তৃতীয় শ্রেণির জন্য স্কুল পেশাগত দিক নির্দেশনা: জীবনের জন্য প্রস্তুতি ১৯৯৯

গল্ডার্ড আইডেন্টিটিস তৈরিতে মাসিকেন্টিটিস: প্রশিক্ষকদের জন্য একটি গেটনেট গাইডবুক। ২০০১

ডিয়াজ-আগুয়াডো এম। জে।, ইজুয়ালড্যাড ই প্রতিশন দ্য ভোলেনসিয়া ডি জেনো অ্যানডোলসেনসিয়া। মাদ্রিদ: মন্ত্রিপরিষদ সানডেড, পোলিটিক সোসাইটি ই ইগালড্যাড সেন্দ্রো ডে পাবলিকসিয়ন্স। ২০১১

ইউরোপের কাউন্সিল অফ জেন্ডার মেটার্স - তরুণদের প্রভাবিত গ্র্যাজুয়েজকে একটি ম্যানুয়াল অ্যাড্রেসিং। ২০০৭

ক্যারোল, জে। এল।, সেক্সুয়ালিটি এখন: আলিসন ডাইভারসিটি। ২০১০

ইউনিসেফ ওয়ার্ল্ড রিপোর্ট শিশুদের বিরুদ্ধে সহিংসতা অধ্যয়ন ৪: স্কুল এবং শিক্ষাগত সেটিংস আবার শিশুদের সহিংসতা। ২০০৬

জেসি রিসার্চ অ্যান্ড ট্রেনিং ইন্সটিটিউট / আরএইচআরসি কনসোর্টিয়াম, ট্রেনিং ম্যানুয়াল সহায়তাকারী গাইড: সশস্ত্র সংঘাত, ২০০৪ দ্বারা প্রভাবিত জনসংখ্যার মধ্যে লিঙ্গ-ভিত্তিক সহিংসতা সংক্রান্ত বহুভাষিক এবং ইন্টার্যাগেন্সি প্রতিরোধ ও প্রতিক্রিয়া

সাইকোলজিয়া ই ইগুয়াদাদ ডি গ্যনারও কনজেগো জেনারেল দ্য সাইকোলজিয়া অফ এসপা, ম্যানুয়াল অফ রিসেনডিসিওনেস বেনাস প্র্যাক্টিস, ২০১৬

বিশ্ব্বাল উন্নয়ন যুব-নেতৃত্বাধীন উন্নয়ন সংস্থা, লিঙ্গ-ভিত্তিক সহিংসতা প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল, ২০১৩

জাতিসংঘ উন্নয়ন কর্মসূচি

ব্যাকগ্রাউন্ড পত্রিকা: মানব উন্নয়ন রিপোর্ট, ১৯৯৫।

লিঙ্গ তথ্য প্যাক

মানব উন্নয়ন রিপোর্ট (নামিবিয়া), ২০০০/১

অন্যান্য উৎস:

এইউউউউউউ, মহিলা সব শুনেছে। নেতৃত্বের দিকে নারীর পথের দিকে বাধা থাকো না: বিভিন্ন, ২০ টি উপায় যুবক মেয়েদের এবং মহিলাদের বিরুদ্ধে সহিংসতা প্রতিরোধ করতে পারে: [www.un.org/News/Press/docs/2000/200011/20001119.unwom.01.doc.html](#) লিঙ্গ সাম্যতার জন্য ইউরোপীয় ইনস্টিটিউট:

References

Mediterranean Institute of Gender Studies, Youth4Youth- A manual for empowering young people in preventing gender-based through peer education. 2012

Femnet, Femnet Training Manual on Gender Based Violence. 2012

Council of Europe, Compass: Manual for human rights education with young people. 2012

OEDB, Ministry of Education-Pedagogical Institute, School Vocational Guidance for the Third Class of High-school: Preparing for Life. 1999

Getnet. Masculinities in the Making of Gendered Identities: A Getnet Guidebook For Trainers. 2001

Díaz-Aguado M. J. , Igualdad y Prevención de la Violencia de Género en la Adolescencia. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad Centro de Publicaciones. 2011

Council of Europe Gender Matters – A Manual on Addressing GBV Affecting Young People. 2007

Carroll, J. L., Sexuality Now: Embracing Diversity. 2010

UNICEF World Report on Violence Against Children Chapter 4: Violence Against Children in Schools and Educational Settings. 2006

JSI Research & Training Institute/RHRC Consortium, Training Manual Facilitator's Guide: Multisectoral and Interagency Prevention and Response to Gender-based Violence in Populations Affected by Armed Conflict, 2004

Psicología e Igualdad de Género Consejo General de la Psicología de España, Manual de Recomendaciones de Buenas Prácticas, 2016

Restless Development The Youth-Led Development Agency, Gender-Based Violence Training Manual, 2013

United Nations Development Programme

- Background Papers: Human Development Report, 1995.
- Gender Information Pack.
- Human Development Report (Namibia), 2000/1

Other resources:

AAUW, Women have heard it all. Don't be a barrier on a woman's path toward leadership: https://www.aauw.org/files/2016/03/bias-phrases_600x320.png

Bwss, 20 ways youth can prevent violence against girls and women: <https://www.bwss.org/wp-content/uploads/2013/04/20WAYStoprevent2.png>

European Institute for Gender Equality: <http://eige.europa.eu/gender-based-violence>