



ХӨДӨЛМӨР, НИЙГМИЙН
ХАМГААЛЛЫН ЯАМ



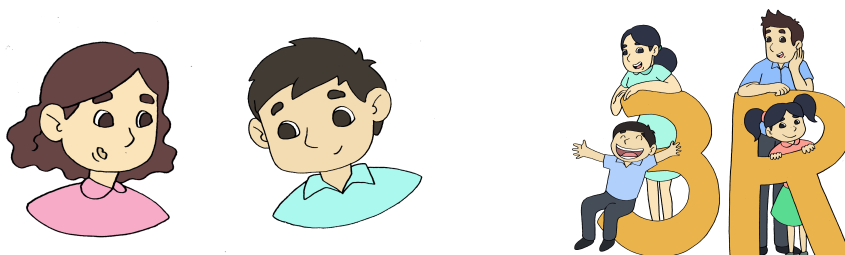
ЗАСГИЙН ГАЗРЫН ХЭРЭГЖҮҮЛЭГЧ АГЕНТЛАГ
ГЭР БҮЛ, ХҮҮХЭД, ЗАЛУУЧУУДЫН
ХӨГЖЛИЙН ГАЗАР



Олон Улсын
Хөдөлмөрийн
Байгууллага



Европын Холбоо
санхүүжүүлэв



АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ

Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн
эрх, үүрэг, оролцоо

Модуль 5. Асуудлыг шийдвэрлэх болон нийгмийн ур чадварууд



Бусакорн Суриясарн, Нелиэн Хаспелз, Розалинда Терхорст



ХӨДӨЛМӨР, НИЙГМИЙН
ХАМГААЛЛЫН ЯАМ



ЗАСГИЙН ГАЗРЫН ХЭРЭГЖҮҮЛЭГЧ АГЕНТЛАГ
ГЭР БҮЛ, ХҮҮХЭД, ЗАЛУУЧУУДЫН
ХӨГЖЛИЙН ГАЗАР



Олон Улсын
Хөдөлмөрийн
Байгууллага



Европын Холбоо
санхүүжүүлэв

АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ

Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн
эрх, үүрэг оролцоо

Модуль 5. Асуудлыг шийдвэрлэх болон нийгмийн ур чадварууд

Бусакорн Суриясарн, Нелиэн Хаспелз, Розалинда Терхорст

Зохиогчийн эрх © Олон Улсын Хөдөлмөрийн Байгууллага 2020
Анхны хэвлэл 2020

Олон улсын хөдөлмөрийн товчооны хэвлэл нийтлэл нь Зохиогчийн эрхийн тухай түгээмэл конвенцын 2 дугаар Протоколд заасны дагуу зохиогчийн эрх эдэлнэ. Гэвч эх сурвалжийг нь дурдсан тохиолдолд зөвшөөрөл авалгүйгээр тэдгээрээс иш татан ашиглаж болно. Дахин хэвлэх буюу орчуулах эрхийг авахын тулд ОУХТ-ны Хэвлэл нийтлэлийн албанд (Эрх, зөвшөөрөл) ILO Publications, International Labour Office, CH-1211 Geneva 22, Switzerland гэсэн хаягаар, эсвэл rights@ilo.org гэсэн цахим шуудангаар хандана уу. Олон улсын хөдөлмөрийн товчоо ийм хүсэлтийг таатай хүлээн авах болно.

Хуулбарлах эрхийн байгууллагуудад бүртгэлтэй номын сан, байгууллага болон бусад хэрэглэгчид тэдэнд олгогдсон зөвшөөрлийн дагуу номыг олшруулж болно. Танай улсад буй хуулбарлах эрхийн байгууллагын талаар www.ifrro.org хаягаар мэдээлэл авна уу.

Амьдрах ухааны сургалтын багц: Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо, Олон Улсын Хөдөлмөрийн Товчоо, БНХАУ, Монгол Улсыг хариуцсан товчоо — Бээжин: ОУХБ, 2020

ISBN:978-92-2-0325605 (хэвлэмэл) ISBN:978-92-2-0325612 (веб pdf)

Мөн Англи хэлээр: 3-R Trainers' Kit: Rights, Responsibilities and Representation for Children, Youth and Families. ISBN:978-92-2-0325599 (web pdf), Ulaanbaatar, 2020

МЭДЭГДЭЛ: 2020 ОНЫ ШИНЭЧИЛСЭН ХЭВЛЭЛ (МОНГОЛ, АНГЛИ ХУВИЛБАР)

Энэхүү сургалтын багцыг Европын Холбооны санхүүжилтээр хэрэгжүүлж буй "Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем(GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат(MNG/17/50/EUR)"-ны хүрээнд зөвлөх Бусакорн Суриясарн, Х.Өлзийтунгалаг нар Засгийн газрын хэрэгжүүлэгч агентлаг Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын хөгжлийн газартай хамтран боловсруулав.

Энэхүү сургалтын багцын үндсэн мэдээллийг дараах эх үүсвэрээс авч, Монгол Улсын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулав: Empowerment for Children, Youth and Families: 3-R Trainers' Kit on Rights, Responsibilities and Representation, ISBN: 92-2-117849-8 (print), 92-2-117850-1 (web pdf), 92-2-117851-X (CD-ROM), Bangkok (2006) болон the 2017 edition, ISBN 978-92-2-130249-0 (print); 978-92-2-130250-6 (web pdf).

Уг сургалтын багцыг Европын Холбооны санхүүгийн дэмжлэгтэйгээр гаргав. Сургалтын багцад тусгагдсан үзэл бодол нь Европын Холбооны албан ёсны байр суурийг илэрхийлэхгүй болно.

НҮБ-ын практикт нийцүүлэн гаргадаг ОУХБ-ын хэвлэл нийтлэлд ашиглагдсан тодорхойлолт, тусгагдсан материалууд нь Олон улсын хөдөлмөрийн товчооны зүгээс аливаа улс орон, бүс, газар нутаг, эрх барих байгууллагын эрх зүйн байдал, эсвэл тэдгээрийн хил хязгаар тогтоохтой холбоотой ямарваа үзэл бодол илэрхийлээгүй болно.

Зохиогчтой өгүүлэл, судалгаа, бусад нийтлэлд илэрхийлэгдсэн үзэл бодлын талаарх хариуцлагыг гагцхүү зохиогч хүлээх бөгөөд Олон улсын хөдөлмөрийн товчооноос хэвлэн нийтэлсэн нь тэдгээрт илэрхийлсэн үзэл бодлыг хүлээн зөвшөөрсөн хэрэг биш юм.

Байгууллагуудын болон арилжааны зориулалттай бүтээгдэхүүний нэр, үйл явцын талаар дурдсан нь Олон улсын хөдөлмөрийн товчооны зүгээс тэдгээрийг сайшааж байгааг илэрхийлэхгүй бөгөөд тодорхой байгууллагын нэр, арилжааны зориулалттай бүтээгдэхүүн, үйл явцыг дурдаагүй нь ч тэдгээрийг үгүйсгэсэн асуудал биш болно.

ОУХБ-ын хэвлэл, цахим бүтээгдэхүүний талаарх мэдээллийг www.ilo.org/publns хаягаар авах боломжтой.

Уг сургалтын багцын агуулга, түүнд илэрхийлэгдсэн үзэл бодлыг зохиогчид өөрсдөө хариуцах бөгөөд Олон улсын хөдөлмөрийн байгууллагын албан ёсны байр суурийг илэрхийлэхгүй болно.

Хавтасны болон дотор зургийг Ай Си Си Ди ХХК зурав.

Хэвлэлийн эх, график дизайныг Соёмбо принтинг ХХК-д бэлтгэж, Монгол Улсад хэвлэв.

ӨМНӨХ ҮГ

Сүүлийн 10 жилд Монгол Улсын Засгийн газраас Хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрийн тухай Олон улсын хөдөлмөрийн байгууллага(ОУХБ)-ын 1999 оны 182 дугаар конвенц болон Албадан хөдөлмөрийн тухай 1930 оны 29 дүгээр конвенцыг хэрэгжүүлэх чиглэлд олон тодорхой арга хэмжээг авч хэрэгжүүлсэн билээ. Энэхүү хүчин чармайлт нь “Тогтвортой хөгжлийг хангах хөтөлбөр 2030”-ын хүрээнд дэвшүүлсэн 2030 он гэхэд албадан хөдөлмөр, орчин үеийн боолчлол, хүн худалдаалах гэмт хэргийг, 2025 он гэхэд хүүхдийн хөдөлмөрийн бүх хэлбэрийг устгах зорилтуудтай бүрэн нийцэж байгаа юм.

Тогтвортой хөгжлийн эдгээр зорилтыг хэрэгжүүлэхийн тулд өнөөгийн нөхцөл дэх хүүхдийн болон албадан хөдөлмөрийн талаарх ойлголтыг дээшлүүлэх шаардлага зайлшгүй байгааг холбогдох талууд онцолж байна. Хүүхдийн хөдөлмөр, албадан хөдөлмөр болон бусад хэлбэрийн хүчирхийлэлд өртөж болзошгүй хүүхэд, залуучууд, гэр бүлтэй ажиллах чиг үүрэг бүхий төрийн болон иргэний нийгмийн байгууллагуудын хувьд ийм хэрэгцээ шаардлага бүр чухлаар тавигдаж байгаа юм.

“Амьдрах ухааны сургалт: Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо” сэдэвт сургагч багшид зориулсан сургалтын энэхүү багц нь энэ чиглэлээр үйл ажиллагаа явуулдаг төрийн болон төрийн бус байгууллагууд, оролцогч талуудын чадавхыг бэхжүүлэх зорилготой. ОУХБ-аас анх 2006 онд боловсруулан гаргасан уг сургалтын багц гарын авлага олон оронд амжилттай хэрэглэгдэж байгаагийн дотор Монгол Улсад ОУХБ-АЙПЕК хөтөлбөрийн хүрээнд 2007 оноос хэрэглэж эхэлсэн юм. Хөдөлмөр, нийгмийн хамгааллын яам, Засгийн газрын хэрэгжүүлэгч агентлаг Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын хөгжлийн газар (ГБХЗХГ) энэхүү сургалтын багц гарын авлагыг төрийн болон төрийн бус байгууллагуудын чадавхыг бэхжүүлэхэд хамгийн тохиромжтой, ач холбогдолтой хэмээн үзэж, Монголын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулахаар шийдвэрлэсэн билээ.

ОУХБ-аас Европын Холбооны дэмжлэгтэйгээр хэрэгжүүлж буй төслийн¹ хүрээнд уг багц гарын авлагыг ийнхүү шинэчлэн боловсруулж, агуулгыг үндэсний сургагч багш нараар хэлэлцүүлэн баталгаажууллаа. Энэхүү сургалтын багцыг олон хүн ашиглаж, хамгийн хэрэгцээтэй зорилтот бүлэгтээ хүрч үр өгөөжөө өгнө гэж найдаж байна. Энэ цаг үед нүүрлээд буй КОВИД-19 цар тахал эмзэг бүлгийн, ялангуяа хүүхдийн аж байдалд хар сүүдрээ тусгаж, шинэ эрсдэл үүсгэж байна. Үүнээс үүдээд ирэх жилүүдэд эдийн засагт гарч болзошгүй таагүй өөрчлөлтийн нөхцөлд дэлхий даяар засгийн газар, төрийн байгууллагууд, хувийн хэвшил, үйлдвэрчний эвлэлүүд болон иргэний нийгмийн байгууллагууд 2025 он гэхэд хүүхдийн хөдөлмөрийн бүх хэлбэрийг, 2030 он гэхэд албадан хөдөлмөр, орчин үеийн боолчлол, хүн худалдаалах гэмт хэргийг устгах зорилтуудыг хэрэгжүүлэх тун амаргүй сорилттой тулгарч байна. Энэхүү үйлсэд уг сургалтын багц бага ч болов хувь нэмрээ оруулна гэж найдаж байна.

Энэхүү багц гарын авлагыг шинэчлэн боловсруулж гаргах боломжийг бүрдүүлж, санхүүгийн харамгүй туслалцаа үзүүлсэн Европын Холбоонд ОУХБ, ГБХЗХГ гүн талархлаа илэрхийлье. Тогтвортой хөгжлийн хөтөлбөрийн хэнийг ч орхигдуулахгүй хамтдаа хөгжих зарчмыг хэрэгжүүлэхэд тус дөхөм болж, хүн амын эмзэг бүлгийг дэмжих чиглэлд бидний хамтын ажиллагаа үргэлжилнэ гэж найдаж байна.

Мижидсүрэнгийн Энх-Амар
Засгийн газрын хэрэгжүүлэгч агентлаг
Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын
хөгжлийн газрын дарга

Клэйр Куртье-Мюлдэр
ОУХБ-ын БНХАУ, Монгол Улсыг
хариуцсан товчооны захирал

¹ Төслийн бүтэн нэр: “Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем(GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат” (MNG/17/50/EUR)

АГУУЛГА

Өмнөх үг		iii
Талархал		vii
Модулийн агуулга		1
Сэдэв 5.1	Асуудлыг шийдвэрлэх	3
Дасгал 5.1.1	Нүх гаргах	4
	СХ 5.1.1 А: “Нүх гаргах” даалгаврын хариу	6
Дасгал 5.1.2	Цэг холбох	7
Дасгал 5.1.3	“Таавар таах”	11
	СХ 5.1.3 А: “Таавар таах”	14
	СХ 5.1.3 Б: “Тааврын хариу”	16
Сэдэв 5.2	Багаар ажиллах ур чадвар	18
Дасгал 5.2.1	Эрдэнэсийн эрэлд	19
Дасгал 5.2.2	Харь гаригийн хүний баримал урлах	22
	СХ 5.2.2 А: Баг бүрдүүлэх тоглоомууд	25
Сэдэв 5.3	Найз нөхөдтэй болох	26
Дасгал 5.3.1	Найзаа сонгох нь	27
	СХ 5.3.1 А: “Жимс” зурагт хуудас	30
	Нэмэлт мэдээлэл: Найз нөхөдтэй болох	34
Дасгал 5.3.2	Найз нөхөдтэй болох, хүмүүстэй танилцах	37
	СХ 5.3.2 А: “Найзтай болох” жүжигчилсэн тоглолтын зохиол	41
Сэдэв 5.4	Нийгмийн болон харилцааны ур чадварууд	42
Дасгал 5.4.1	Миний итгэл даах хүн	44
	СХ 5.4.1 А: Танихгүй дөрвөн хүн	47
Дасгал 5.4.2	Тайван байдлаа хэрхэн хадгалах вэ	48
	СХ 5.4.2 А: “Зөрчилт нөхцөл, харилцааны хэв маяг” жүжигчилсэн тоглолтын зохиол	51
	СХ 5.4.2 Б: Харилцааны ялгаатай хэв маяг	53
	СХ 5.4.2 В: “Зөрчилт нөхцөл” жүжигчилсэн тоглолтын нэмэлт зохиолууд	54
Дасгал 5.4.3	Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний зохистой хэрэглээ	55
	СХ 5.4.3 А: Шог гарааны өгүүлэмж, дүрүүд	60
	СХ 5.4.3 Б: Цахим орчинд хийж болох ба хийж болохгүй зүйлийн карт	62
	СХ 5.4.3 В: Цахим орчинд хийж болох ба хийж болохгүй зүйл- Хариулт	63
Унших материал		65

ТАЛАРХАЛ

Монгол Улсын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулсан энэхүү багц гарын авлага нь ГБХЗХГ, ОУХБ-ын хамтын ажиллагаа, тууштай хүчин чармайлтын үр дүн юм.

Энэхүү ажилд олон улсын зөвлөх Бусакорн Суриясарн мэргэжил, арга зүйн зөвлөгөө өгч үнэтэй хувь нэмэр оруулсныг талархан тэмдэглэж байна.

Мөн ГБХЗХГ-аас байгуулсан сургалтын багцыг шинэчлэн боловсруулах ажлын хэсгийн дараах гишүүдэд талархлаа илэрхийлье. Үүнд:

- Пүрэвсүрэнгийн Алгирмаа (Модуль 4, 9, 10)
- Гомбын Ариунчимэг (Модуль 11)
- Жанцандоржийн Азжаргал (Модуль 2, 4, 9)
- Батсүхийн Батсайхан (Модуль 1, 3)
- Цанлигийн Баттуяа (Модуль 4)
- Сосорбурамын Болорцэцэг (Модуль 10, 11)
- Шархүүгийн Галбадрах (Модуль 6, 7)
- ЛГБТ Төв (Модуль 6)
- Баянбаатарын Оюундарь (Модуль 5, 8)
- Борбандийн Санжид (Модуль 3)
- Хуажингийн Өлзийтунгалаг (Сургагч багшийн гарын авлага).

Түүнчлэн энэхүү ажлыг санаачлан эхлүүлж, дэмжсэн ГБХЗХГ-ын дарга асан Очирбатын Алтансүх, дэд дарга Болдбаатарын Халиун нарт талархаж байна. Сургалтын багцыг үндэсний нөхцөлд тохируулан боловсруулахад шаардагдах мэдээллээр хангаж, монгол орчуулгыг хянан дэлгэрэнгүй санал, зөвлөмж өгч хувь нэмрээ оруулахын зэрэгцээ уг ажлыг уялдуулан зохицуулах үүрэг гүйцэтгэсэн ГБХЗХГ-ын Гэр бүл, хүүхэд хамгааллын бодлогын хэрэгжилт хариуцсан ахлах мэргэжилтэн Жанцандоржийн Азжаргал, Монгол Улсын Боловсролын Их Сургуулийн Нийгмийн ажлын тэнхимийн ахлах багш Хуажингийн Өлзийтунгалаг нарт талархлаа илэрхийлье. Мөн орчуулагчаар ажилласан Ванжилын Бэрцэцэг, Баттулгын Нармандах, монгол хэлээрх хувилбарыг хянан тохиолдуулсан Балчиндоржийн Туяа нарт талархаж байна.

ОУХБ-ын зүгээс уг ажилд Амгалангийн Лхагвадэмбэрэл, Баярсайханы Баярцэцэг, Бээжин дэх товчооны Париссара Льюкийт, Бангкок дахь Зохистой хөдөлмөрийг дэмжих багийн Хөдөлмөрийн хүрээний суурь зарчим ба эрхийн асуудал хариуцсан ахлах мэргэжилтэн Барати Флюг нар хөтөлбөрийн, захиргааны болон мэргэжил, арга зүйн дэмжлэг үзүүлж ажилласан болно.

МОДУЛЬ 5. АСУУДЛЫГ ШИЙДВЭРЛЭХ БОЛОН НИЙГМИЙН УР ЧАДВАРУУД

Модулийн агуулга

Энэхүү модуль нь асуудлыг шийдвэрлэх, багаар ажиллах, бусад хүмүүстэй хамтрах, харилцах чадварын тухай юм. Оролцогчид логик болон бүтээлч сэтгэхүйгээ ашиглан аливаа асуудлыг шийдэж, багаар ажиллах тухай суралцах болно. Оролцогчид, ялангуяа хүүхэд, залуучууд харилцааны болон нийгмийн чадвараа хөгжүүлж, танихгүй хүнтэй харилцах үед болон ажлын байранд боломжит эрсдэлийг таних, зөрчил маргааныг шийдэх, цахим орчин, нийгмийн сүлжээг хариуцлагатай бөгөөд зохистой хэрэглэж сурах болно.

Энэхүү модуль 4 сэдвээс бүрдэнэ. Үүнд:

- Сэдэв 5.1 Асуудлыг шийдвэрлэх
- Сэдэв 5.2 Багаар ажиллах ур чадвар
- Сэдэв 5.3 Найз нөхөдтэй болох
- Сэдэв 5.4 Нийгмийн болон харилцааны ур чадварууд

Сэдэв 5.1 Асуудлыг шийдвэрлэх		Зорилго	Хугацаа
Дасгал 5.1.1 Нүх гаргах		• Хэвшмэл аргаас хальж, бүтээлчээр сэтгэж сурах	30-40 минут
Дасгал 5.1.2 Цэг холбох		• Асуудлыг шийдвэрлэх үндсэн санааг ойлгох	30-45 минут
Дасгал 5.1.3 Таавар таах		• Бүтээлч болон логик сэтгэхүйн тусламжтайгаар асуудлыг шийдвэрлэх дасгал ажиллах	45-60 минут
Сэдэв 5.2 Багаар ажиллах ур чадвар		Зорилго	Хугацаа
Дасгал 5.2.1 Эрдэнэсийн эрэлд		• Бусадтай хамтран ажиллаж, хамтын ажиллагаанд багийнхаа гишүүдийн үүрэг оролцоог үнэлж хүндэлж сурах	40 минут
Дасгал 5.2.2 Харь гаригийн хүний баримал урлах		• Багаар ажиллах чадварт суралцах, дадлагажих	60-80 минут
Сэдэв 5.3 Найз нөхөдтэй болох		Зорилго	Хугацаа
Дасгал 5.3.1 Найзаа сонгох нь		• Оролцогчид найз нөхдөөсөө ямар хүлээлттэй байдгийг тодорхойлох • Хүн бүрд өөр өөрийн онцлог ялгаа байдгийг ойлгох • Хэрхэн шинээр найз нөхөдтэй болох тухай суралцах	60 минут

Дасгал 5.3.2 Найз нөхөдтэй болох, хүмүүстэй танилцах	- Оролцогчид найз нөхдөөсөө юу хүсэн хүлээж байдгийг мэдэх - Хүмүүстэй холбоо тогтоож танилцаж сурах - Олон соёлд танихгүй хүмүүстэй харилцаа холбоо тогтооход дэмжиж болох эсвэл саад учруулж болох хувийн болон жендэрийн ялгаа байдгийг ойлгох	90 минут
Сэдэв 5.4 Нийгмийн болон харилцааны ур чадварууд		
Дасгал 5.4.1 Миний итгэл даах хүн	- Итгэл даах гэдгийг мэдрэх - Хэн нэгний төлөө хариуцлага хүлээх гэдгийг ойлгох - Хэнд итгэхээ шийдэх	90 минут
Дасгал 5.4.2 Тайван байдлаа хэрхэн хадгалах вэ	- Зөрчлийг шийдвэрлэх аргуудын тухай ойлголттой болох - Зөрчил, уур хилэнг тайван, ухаалаг аргаар даван туулахад суралцах	75-105 минут
Дасгал 5.4.3 Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний зохистой хэрэглээ	- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээ хүмүүсийн харилцаанд хэрхэн нөлөөлдгийг шүүмжлэлтэй үнэлэх - Цахим орчин, нийгмийн сүлжээг хэрэглэхдээ хариуцлагатай хандаж сурах - Цахим орчин, нийгмийн сүлжээнд өөрийгөө хамгаалж, бусдад хор нөлөө үзүүлэхгүй байж сурах	45-60 минут
Нийт хугацаа: 9 цаг 25 минут – 11 цаг 10 минут		

Сэдэв 5.1 Асуудлыг шийдвэрлэх



Агуулга

Энэ сэдэв нь оролцогчдод бүтээлч болон логик сэтгэлгээний аргаар асуудлыг шийдвэрлэж сурахад тусална. Санаа цуглуулах арга, бүтээлч сэтгэхүй болон логик эргэцүүллийн үзэл санааг танилцуулах зорилгоор оролцогчдод бодлого таавруудыг тараан өгнө.



Үндсэн мэдээлэл

- Ямар ч асуудлыг бүтээлч болон логик сэтгэхүйн тусламжтайгаар шийдэж болно.
- Хүнд хэцүү, шийдвэрлэх боломжгүй мэт асуудалтай тулгарвал бууж өгөхөө урьтал болгох хэрэггүй.
- Асуудлыг өөр өнцгөөс харах үед боломжит шийдлүүдийг олох боломжтой болдог.
- Жижиг асуудлыг шийдэж сурсан байхад том асуудлыг ч шийдэхэд дөхөм байдаг.
- Ганцаараа асуудлыг шийдсэнээс хамтарч шийдэх нь үр дүнтэй байдаг.



Дасгалууд

Дасгал 5.1.1 Нүх гаргах

Дасгал 5.1.2 Цэг холбох

Дасгал 5.1.3 Таавар таах



Холбогдох сэдвүүд

2.3 Эвлэлдэн нэгдэх миний, бидний эрх

5.2 Багаар ажиллах ур чадвар

10.1 Ухаалаг шилжин суурьшигч

Дасгал 5.1.1 Нүх гаргах



Зорилго

Хэвшмэл аргаас хальж, бүтээлчээр сэтгэж сурах



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчид



Хугацаа

30-40 минут



Суудал зохион байгуулалт

Тойргоор эсвэл баг тус бүрээрээ нэг дор суух



Ашиглах материал

- Оролцогч бүрд А5 хэмжээтэй цаас, мөн ноорог цаас
- 10ш. хайч



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.1.1 А: Нүх гаргах даалгаврын хариу



Сургалт зохион байгуулах алхмууд ²

1. Нүх гаргах оролдлого хийх – 15-20 минут
2. Хэрхэн нүх гаргах вэ? – 10-15 минут
3. Авсан сургамж – 5 минут

² Эх сурвалж: *Health Care Together, Training Exercises for Health Workers in Community Based Programmes*, by Mary P. Johnston & Susan B. Rifkin (TALC: London, 1987), Exercise 36: Making a Hole, pp. 88-89.

Алхам 1. Нүх гаргах оролдлого хийх – 15-20 минут

Оролцогч бүрд А5 хэмжээтэй цаас өгнө. Тэгээд уг цаасаар толгойгоо оруулаад хөлөөрөө гаргаж болохуйц том нүх гаргах даалгавар өгнө. Гэхдээ дараах нөхцөлүүдийг харгалзах хэрэгтэй. Үүнд:

- Оролцогчид цаасыг зөвхөн хайчилж болох ч цавуу гэх мэт наалддаг зүйлс хэрэглэж болохгүй, цаасаа бусад оролцогчдын цаастай холбож наахгүй.
- Цаасаа уралгүйгээр хийсэн нүхээр биеэ гаргана.

Ихэнх оролцогч даалгаврыг гүйцэтгэх боломжгүй хэмээн эсэргүүцэх байх. Тийм тохиолдолд боломжтой гэдгийг тайлбарлаж, өөрсдийн ургуулан бодох чадварыг ашиглаж асуудлыг шийдвэрлэх аргыг олох хэрэгтэй гэдгийг хэлнэ. Бусадтайгаа хамтарч асуудлыг шийдвэрлэхийг дэмжээрэй.

Хэрэв 5-7 минутын дотор асуудлын шийдлийг хэн ч олж чадахгүй бол цаасаа урахаас эмээлгүйгээр янз бүрээр оролдлого хийхийг зөвлөнө. Шаардлагатай нэгэнд нь ахиад цаас өгч болно. Мөн цаасны хайч хэрэглэхийг зөвлөнө.

Алхам 2. Хэрхэн нүх гаргах вэ? – 10-15 минут

Оролцогчдоос даалгавраа биелүүлж чадсан эсэхийг асууна. Хэрэв хэн нэгэн чадсан бол асуудлыг хэрхэн шийдвэрлэсэн талаар яриулна. Хэрэв хэн ч асуудлыг шийдвэрлэж чадаагүй бол өөр өөрсдийнхөө оролдлогыг бусдадаа танилцуулахыг хүснэ. Төгсгөлд нь асуудлыг шийдвэрлэх аргыг танилцуулна (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.1.1 А).

Алхам 3. Авсан сургамж – 5 минут

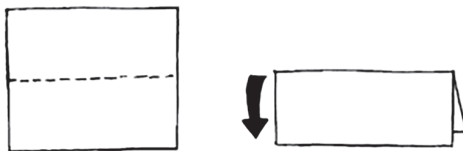
Энэ дасгалаас юу сурсан талаар оролцогчдоос асууна. Дараах байдлаар дүгнэлт гаргана:

- Асуудалтай тулгараад хүнд хэцүү, боломжгүй мэт санагдаж байсан ч бууж өгөхөө урьтал болгох хэрэггүй.
- Шийдвэрлэх ямар ч боломжгүй мэт санагдаж байсан асуудлыг өөр өнцгөөс харж, асуудлыг шийдвэрлэх олон янзын хувилбар хайж, оролдлого хийснээр боломжит шийдэл гарч ирдэг.
- Ямар ч асуудлыг тогтсон хэвшмэл аргаар биш, өөр өнцгөөс харж, бүтээлч сэтгэхүйн тусламжтайгаар шийдвэрлэх боломжтой.

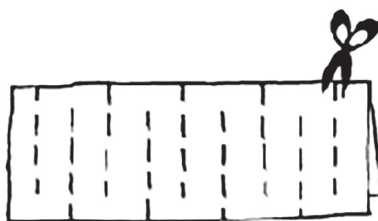


Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.1.1 А: Нүх гаргах даалгаврын хариу

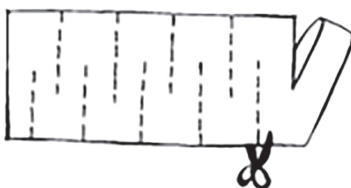
Алхам 1. Цаасаа уртааш нь 2 тэнцүү хэсэг болгон нугална.



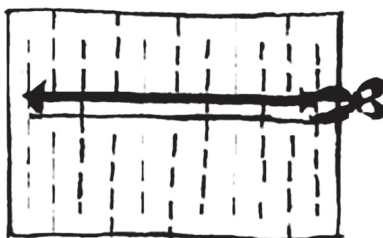
Алхам 2. Цаасны битүү талаас нь нөгөө талын задгай ирмэг хүртэл хайчлах ба хажуу ирмэгээсээ 1 см орчим зайтай байх хэрэгтэй. Задгай ирмэгт 1 см-ийн зай үлдээгээрэй.



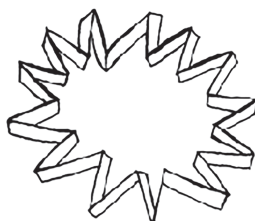
Алхам 3. Цаасаа нөгөө тийш эргүүлж, задгай ирмэгээсээ эхлэн битүү ирмэг хүртэл мөн хайчилна. Ингэхдээ эхний хайчилснаас 1 см зайтай байхаар тооцно. Битүү ирмэгт 1 см-ийн зай хайчлахгүй үлдээнэ. Энэ маягаар ээлжлэн цаасны хоёр талаас хайчилж дуусгана.



Алхам 4. Цаасаа дэлгэн, голын нугалсан хэсгийг мөн дагуу хайчилна. Ингэхдээ хоёр талын захыг хайчилж болохгүйг анхаар.



Алхам 5. Одоо цаас маань том дугуй болсон болохоор толгойноос хөл хүртэл чөлөөтэй явуулж болно.



Дасгал 5.1.2 Цэг холбох



Зорилго

Асуудлыг шийдвэрлэх үндсэн санааг ойлгох



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд залуучууд, мөн боловсрол багатай насанд хүрэгчид



Хугацаа

30-45 минут



Суудал зохион байгуулалт

Тойргоор эсвэл баг тус бүрээрээ нэг дор суух



Ашиглах материал

- 2-3 хуудас цагаан цаас, үзэг эсвэл харандаа оролцогч тус бүрд
- Хар эсвэл цагаан самбар эсвэл самбарын цаас, мөн самбарын үзэг



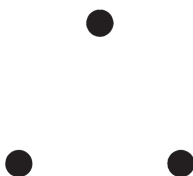
Сургалт зохион байгуулах алхмууд

1. “3 цэг” дасгалаар бие халаалт хийх – 5-10 минут
2. 9 цэг холбох – 5-10 минут
3. Санаа цуглуулж, бүтээлчээр сэтгэж, логигоор эргэцүүлэх – 15-20 минут
4. Асуудал шийдвэрлэх аргуудын тухай дүгнэлт – 5 минут

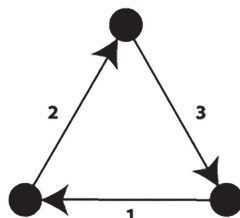
Алхам 1. “3 цэг” дасгалаар бие халаалт хийх – 5-10 минут

“Бие халаах” зорилгоор цэгүүдийг холбох дасгал хийнэ. Дасгалыг дараах алхмын дагуу хийгээрэй:

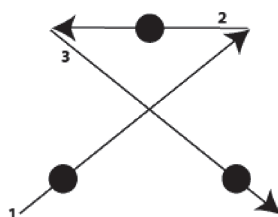
1. Самбар эсвэл самбарын цаасан дээр 3 цэгийг дараах байдлаар зурна.



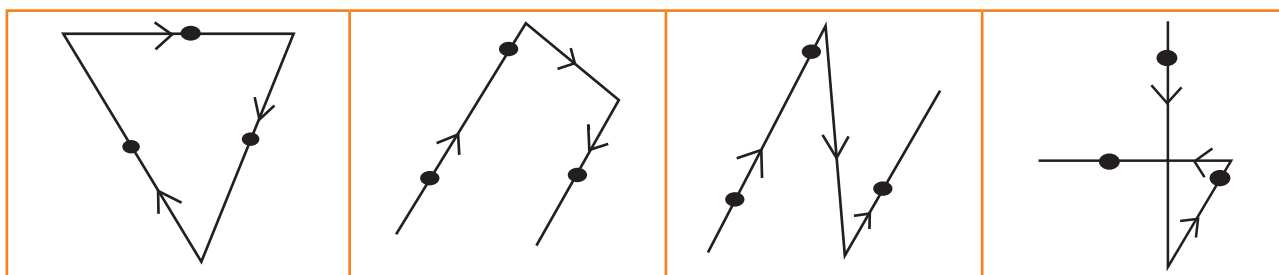
2. Цэгүүдийг цаасан дээрээ хуулж зурахыг оролцогчдоос хүснэ. Дараа нь үзгээ цааснаас салгалгүйгээр эдгээр цэгүүдийг шулуунаар холбох даалгавар өгнө. 1-2 минутын дараа оролцогчдоос сайн дураараа хэн нэгнийг цэгүүдийг холбож зурж үзүүлэхийг хүснэ. Ихэнх оролцогч цэгүүдийг дараах байдлаар холбосон байдаг.



3. Одоо харин оролцогчдоос өөр ямар аргаар цэгүүдийг холбож болох талаар асууна. 1-2 минут хүлээгээд өөр арга олсон эсэхийг асууна. Хамгийн түрүүн гар өргөсөн хүнээс самбар дээр өөрийн хувилбарыг зурж үзүүлэхийг хүснэ. Хэрэв 5 минутын дотор даалгаврыг хэн ч хийж чадаагүй бол дараах хувилбарыг үзүүлнэ:



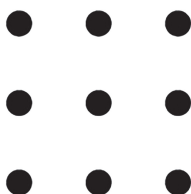
4. Хэн нэгэн оролцогч эсвэл сургагч багш хувилбарыг үзүүлсний дараа оролцогчдоос 3 цэгийг холбох өөр хувилбар олсон эсэхийг асууна. Зурснаа үзүүлэхийг хүснэ. Оролцогчид өөрөөр холбож чадаагүй тохиолдолд дараах зургаас 1-2-г үзүүлж, ахиад өөр боломж байгаа талаар бодож, цаасан дээрээ зурж үзэхийг хүснэ. Оролдлого хийхгүйгээр юу ч сурдаггүй тул алдаа гаргахаас айхгүй байхыг дэмжинэ. Оролцогчдоос өөр хэд хэдэн боломжит хувилбар гарч ирэхийг хүлээнэ. Асуудлыг шийдвэрлэх зарим хувилбар дор өгөгдсөн болно:



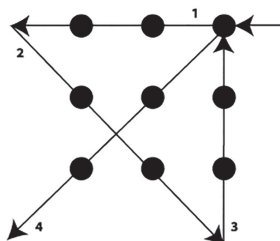
Алхам 2. Есөн цэг холбох – 5-10 минут

Оролцогчид өөр аргаар цэгүүдийг холбож болохыг нэгэнт мэдэж авсан учир дараах алхамд шилжинэ.

1. Самбарт эсвэл самбарын цаасан дээр дараах байдлаар 9 цэг зурна.



2. Оролцогчдоос 9 цэгийг цаасан дээрээ хуулж зураад, үзгээ цааснаас салгахгүй, зураас давхардуулахгүйгээр тэдгээрийг 4 шулуунаар холбохыг санал болгоно. Хэдэн минут хүлээгээд оролцогчдоос сайн дураараа өөрийн холбоосоо зурж үзүүлэхийг хүснэ.



3. Оролцогчид өөр өөрийн зурснаа үзүүлсний дараа энэхүү дасгалын талаар доорх асуултын дагуу товч хэлэлцүүлэг хийгээрэй:

- Цэгүүдийг холбох өөр арга олоход хэцүү байсан уу? Яагаад?
- Өнөөдрийн суралцсан аргуудын тухай мэдэж авахдаа гайхсан уу?
- 3 цэг холбох, 9 цэг холбох даалгаврын аль нь илүү хэцүү байсан бэ? 9 цэгийг холбоход яагаад илүү хэцүү байсан бэ?
- Холбох аргыг яаж олсон бэ?
- Бусад хүнээс санаа авсан уу?



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Оролцогчдоор аль болох өөрсдөөр нь олон арга бодож олуулахыг хичээгээрэй. Хэрэв оролцогчдын зарим нь энэ дасгалыг өмнө нь мэддэг байсан бол бусдадаа хэлэхгүй хүлцээрэй хэмээн хүснэ. Зарим оролцогч энэ дасгалыг хурдан биелүүлэх төрөлхийн чадвартай байдаг бол заримд нь илүү их хугацаа шаардагдаж байгааг анзаарах болно. Бүтээлч нэгнийг өөрсдийн аргаасаа бусадтай хуваалцахыг дэмжиж болох ч хэт тодрох сонирхлыг нь өөгшүүлэх хэрэггүй. Аль болох өөр өөр оролцогчоор өөр өөр аргыг танилцуулахыг хичээгээрэй. Хэрэв сайн дураараа гарч ирэх хүнгүй бол нэг хүнээрээ үргэлжлүүлэн тайлбарлуулж болно.

Алхам 3. Санаа цуглуулж, бүтээлчээр сэтгэж, логигоор эргэцүүлэх – 15-20 минут

Оролцогчдоос өдөр тутмын амьдралд нь энэхүү дасгалтай төстэй "адармаатай" асуудал тохиож байсан эсэхийг, тэдгээрийг яаж шийдэж байсан талаар асууна. Өөрсдийн санал бодлоо илэрхийлэх, хуваалцах боломж олгоорой. Хэрэв "Цэг холбох" дасгалыг бодит амьдралын төстэй асуудлын шийдэлтэй холбоход оролцогчдод төвөгтэй байвал тэдний өдөр тутмын амьдралтай холбоотой жишээ танилцуулж болно.

- 3 цэгийг холбох дасгалтай холбогдуулан: Цэгүүдийг гэр, сургууль, дэлгүүрээр орлуулж болно. Тэгээд гэрээсээ хүүхдээ сургуульд нь хүргэж өгөөд дэлгүүр явахад гэр сургуулийн хооронд, сургууль дэлгүүрийн хооронд, дэлгүүр гэрийн хооронд шууд зам байдаг бол асуудал хялбархан шийдэгдэх боломжтой. Гэвч аль алинд нь шууд хүрэх зам байхгүй тохиолдолд сургууль, дэлгүүр явахдаа тойрч явах хэрэг гарна.

Үүнтэй төстэй асуудал, оньсого, бодлого мэддэг эсэхийг оролцогчдоос асууж, мэддэг нэгнээ бусадтайгаа хуваалцахыг хүснэ. Үүний гол санаа нь оролцогчдыг алив нэгэн таавар, бодлого бодоход шаардагдах бүтээлч сэтгэлгээ, логик гаргалгааны тухай ойлголттой танилцуулахад оршино. Аль болох оролцогчдын гаргасан жишээг хэрэглэж, тухайн асуудлыг шийдэхэд санаа цуглуулах, бүтээлчээр сэтгэх, логигоор эргэцүүлэх аргыг хэрхэн ашиглаж болох тухай тайлбарлана.

- **Санаа цуглуулах арга** – Аль болох олон санаа дэвшүүлэх арга бөгөөд үүний гол зорилго нь зөв шийдвэрт хүрэхийн тулд боломжит олон хувилбарыг гаргаж ирэхэд оршино. Эхлээд хамгийн сайн хувилбар мэт санагдаж байсан санаанууд үнэндээ хэрэгцээгүй болж, хамгийн боломжгүй мэт байсан санаа хамгийн оновчтой сонголт болж хувирах нь ч бий. Санаа цуглуулах арга нь шинэ санаа олох, асуудлыг шийдэх өөр гарц хайхад үр дүнтэй байдаг.
- **Бүтээлч сэтгэхүй** – хэвшмэл аргаас өөрөөр сэтгэхийг хэлнэ. "Стандарт бус сэтгэхүй", "Хайрцгаас гадуур сэтгэх" ч гэж нэрлэдэг. Бүтээлч байна гэдэг нь ихэнх хүмүүсийн хийдгээс, сэтгэдгээс өөрөөр хийж сэтгэхийг хэлнэ. Бүтээлч чанар нь зөн совинтой холбоотой мэт санагдаж болно (аливаа асуудлыг өөр аргаар шийдвэрлэж, аливаа зүйлийг өөр аргаар хийдгийг зарим хүмүүс "зүгээр л мэддэг"). Мөн чанартаа хүмүүс өөрийн зохион бодох чадварыг ашиглан, асуудлыг шийдвэрлэх, нөхцөл байдалд хариу үйлдэл үзүүлэх шинэ аргыг эрэлхийлэх замаар бүтээлч чадварт суралцаж болно. Тухайлбал, бүтээлч загасчин загас барих шинэ арга ямагт олж чаддаг.
- **Логик эргэцүүлэл** – Үйлдэл болон түүний үр дагаврын хооронд холбоо тогтоох, энэхүү холбоо хамааралд тулгуурлаж үйлдлийн зөв явцыг урьдчилан таах чадвар юм. Жишээлбэл, сүүлийн хоёр жилийн турш өдөр бүр өглөөний 10 цагт гэрт чинь шуудан зөөгч сонин авчирч өгдөг байсан бол логик эргэцүүллийн замаар та 7 цагт шуудангийн хайрцгаа нээхгүй, харин 10 цаг хүртэл хүлээх болно.

Алхам 4. Асуудал шийдвэрлэх аргуудын тухай дүгнэлт – 5 минут

Дараах санааг онцолж дасгалаа дүгнэнэ:

- Аливаа асуудлыг шийдэхдээ олон төрлийн аргад нээлттэй байх хэрэгтэй.
- Нэг л асуудлыг олон аргаар шийдэх боломжтой.
- Зарим арга нь илэрхий ойлгомжтой байх ч зарим нь тиймгүй байх нь бий.
- Тухайн асуудлыг өөр өнцгөөс харах үед түүнийг шийдэх боломжит өөр хувилбар олддог.
- Жижиг асуудлуудыг шийдэж сурсан байхад том асуудлуудыг шийдэхэд тустай байдаг.

Дасгал 5.1.3 “Таавар таах”



Зорилго

Бүтээлч болон логик сэтгэхүйн тусламжтайгаар асуудлыг шийдвэрлэх дасгал ажиллах



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчид



Хугацаа

45-60 минут



Суудал зохион байгуулалт

Шалан дээр эсвэл ширээ тойрон багаар ажиллах боломжтой байдлаар сууна



Ашиглах материал

- Оролцогч бүрд 2-3 хуудас хоосон цаас, үзэг, харандаа
- Самбарын цаас, самбарын үзэг



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.1.3 А: Таавар

5.1.3 Б: Тааврын хариу



Сургалт зохион байгуулах алхмууд

1. Санаа цуглуулах арга, бүтээлч сэтгэхүй, логик эргэцүүллийн тухай танилцуулга – 5-15 минут
2. Таавар таах – 20-25 минут
3. “Таавар таах” даалгаврын талаар хэлэлцэх – 15 минут
4. Дүгнэлт – 5 минут

Бэлтгэл ажил

Оролцогчдын боловсролын түвшин, туршлагаас хамаарч ямар бодлого таавар, ашиглахаа шийднэ.

Алхам 1. Санаа цуглуулах арга, бүтээлч сэтгэхүй, логик эргэцүүллийн тухай танилцуулга 5-15 минут

Хэрэв оролцогчид "Цэг холбох" 5.1.2 дасгалыг хийгээгүй бол дасгалын Алхам 3-ын дагуу цэг холбох, санаа цуглуулах арга, бүтээлч сэтгэхүй, логик эргэцүүллийн тухай танилцуулна. Хэрэв энэхүү дасгалыг хийсэн бол дээрх ойлголтуудыг сэргээн ярилцана.

Алхам 2. Асуудал шийдвэрлэх – 20-25 минут

Оролцогчдыг 4-6 хүнтэй хэд хэдэн баг болгон хуваана. Баг бүрд Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.1.3 А-с тус бүр 4 бодлого, 2 ш. самбарын цаас, 2-3 самбарын үзэг хуваарилж өгнө. Баг бүрээс дор хаяж нэг бодлогыг 15-20 минутад шийдвэрлэхийг хүснэ. Хэрэв асуудлыг хурдан шийдвэрлэж чадвал дараагийн асуудлыг шийдвэрлэнэ. Хэрэв 20 минут өнгөрөхөд аль ч баг асуудлыг шийдвэрлэж дуусаагүй, мөн оролцогчид залхаагүй байвал хугацааг ахиад 5-10 минут сунгана.

Алхам 3. Асуудлыг хэрхэн шийдвэрлэсэн талаар хэлэлцэх – 15 минут

Багуудыг даалгавраа зогсоохыг хүсээд, аль баг ямар асуудал шийдвэрлэсэн тухай асууж, хариултыг самбарын цаасан дээр тэмдэглэнэ. Аль баг 1-р (2, 3, 4-р) бодлогын хариуг хэлэхийг хүсэж байгааг асууна. Баг бүр хариугаа самбарт бичиж, нэг нэг бодлогын хариуг хэлэх ёстой. Хариулт бүрийн дараа тухайн багаас асуудлыг шийдвэрлэхэд хэр хугацаа зарцуулсан, асуудал хэцүү байсан эсэх, асуудлын шийдэлд хэрхэн хүрсэн талаар асууна.

Хариултуудыг танилцуулсны дараа зөв хариултуудыг тарааж өгнө (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.1.3 Б). Чиглүүлэх дараах асуултын дагуу бодлогуудаа ярилцана:

- Аль бодлогыг шийдвэрлэхэд амархан байсан бэ? Яагаад?
- Аль бодлогууд адилхан байсан бэ? Юугаараа адилхан байсан бэ?
- Асуудал тус бүрийг шийдвэрлэхэд ямар ямар чадвар хэрэг болсон бэ?
- Асуудлыг шийдвэрлэхэд ганцаар ажилласнаас багаар ажиллах нь илүү хялбар байсан уу?
- Эдгээр асуудлыг шийдвэрлэхэд ашигласан чадварууд нь бодит амьдралд хэрэглэгдэх болов уу? Яаж?



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Дөрвөн бодлого дундаас, Бодлого #1-Сүүний хоёр ваар, #3-Дөрвөн айл тариалангийн талбайгаа хуваасан тухай бодлогууд арай хялбар байсан байх. Дөрвөн бодлого бүгд бүтээлч болон логик сэтгэхүй шаардана.

Оролцогч бүр өөр өөр бодлогыг хялбар, эсвэл хэцүү байсан гэж болох ба энэ нь хүн бүрийн чадвар адилгүй хөгжсөн байдагтай холбоотой. Жишээлбэл, зарим хүмүүс хялбархан, тэр байтугай математикийн хүнд бодлогыг ч цээжээр түргэн боддог. Харин зарим нь илүү бүтээлчээр задгай сэтгэдэг. Мөн зарим нь илүү логик, системчилсэн байдлаар ханддаг. Эдгээр бүх чанар сайн чанар бөгөөд амьдралд хэрэг болдог ба хэзээ хойно ч гэсэн өөртөө хөгжүүлж болдог гэдгийг онцлон тэмдэглээрэй. Мэдээж бага залуу насандаа логиктой сэтгэж, бүтээлчээр хандаж сурвал тэр хэрээрээ амьдралдаа амжилт гаргах боломж нэмэгдэнэ.

Эрчүүд эсвэл эмэгтэйчүүд, хөвгүүд эсвэл охид илүү бүтээлч эсвэл логик сэтгэлгээтэй байдаг талаар жендэрийн хэвшмэл ойлголт нийгэмд их түгсэн байдаг. Зарим нийгэмд эрчүүдийг бодох, шийдвэр

гаргах тал дээр илүү чадварлаг хэмээн үзэж, өргөн хүрээг хамарсан шийдвэр гаргахад эрчүүдийг илүү сонсдог бол охид эмэгтэйчүүдэд бодож тунгаах чадвараа хөгжүүлэх боломж олгодоггүй. Логик сэтгэлгээг эрчүүдийн “УР ЧАДВАР” мэт өмчлөн үзэж, эмэгтэйчүүдийг зөн совин, мэдрэмжээ илүүтэй сонсдог хэмээн итгэх нь бий. Энэ мэтээр маргаан төгсгөлгүй үргэлжилнэ. Гэхдээ дараах зүйлсийг санаж явах нь чухал:

- Логик сэтгэлгээ сайтай охид эмэгтэйчүүд олон байдаг бөгөөд зөн мэдрэмжээ ашиглан, бүтээлч байж чаддаг эрчүүд, хөвгүүд ч мөн цөөнгүй байдаг. Иймд хүн бүр өөрсдийн давуу талаа хөгжүүлж, сул талаа даван туулах хэрэгтэй болохыг ойлгуулах нь зүйтэй.
- Алив асуудлыг үр дүнтэй шийдэхийн тулд бүтээлч болон логик сэтгэхүйн аль аль нь чухал, мөн нас, хүйсээс үл хамааран хүн бүрийн санаа оноо чухал байдаг.

Алхам 4. Дүгнэлт – 5 минут

Дараах санааг онцолж дасгалаа дүгнэнэ:

- Асуудлыг шийдэхийн тулд олон төрлийн санаа оноог хүлээцтэй, нээлттэй сонсдог байх хэрэгтэй.
- Зарим асуудлыг шийдвэрлэхэд илүү төвөгтэй байдаг.
- Нэг асуудлыг шийдэх хэд хэдэн гарц байж болдог.
- Зарим шийдэл илэрхий ойлгомжтой байдаг бол зарим нь тиймгүй байх нь элбэг.
- Асуудлыг өөр өнцгөөс авч үзэх замаар түүнийг шийдвэрлэх боломжит хувилбаруудыг олж болдог.
- Бүтээлчээр логиктой сэтгэж асуудлыг шийдэж болно.
- Зарим асуудлыг шийдэхэд боломжгүй хувилбаруудыг хасах замаар ажиллаж болдог.
- Жижиг асуудлыг шийдэж сурсан байхад том асуудлыг шийдэхэд хялбар болдог.
- Асуудлыг ганцаараа шийдэхээс хамтарч шийдэх нь илүү үр дүнтэй.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.1.3 А: Таавар таах ³

Бодлого № 1: Сүүний хоёр ваар

Нэг аяга сүү хэмжиж авах хэрэгтэй байтал гал тогоонд хоёрхон ваар байв. Нэгт нь 3 аяга сүү ордог бол томд нь 5 аяга сүү ордог. Энэ хоёр савыг ашиглаад нэг аяга сүү хэрхэн хэмжиж авах вэ?



Бодлого № 2: Түрээслүүлэх талбайг хэдэн янзаар хувааж болох вэ?

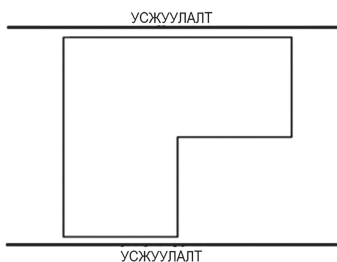
Таны эмээд лангуу болгон түрээслүүлэх боломжтой томхон талбай байна. Талбайн зохион байгуулалт доорх байдалтай:

1	2
3	4

Эмээ тань талбайг түрээсэлж орлого олохыг хүснэ. Тэрээр ихэд овсгоотой ажил хэрэгч эмэгтэй. Талбайгаа жижиг лангуу болгон түрээслүүлбэл илүү ашигтай гэдгийг тэр мэднэ. Талбай түрээслүүлэх зар тавихаас өмнө талбайг хамгийн ашигтайгаар хэдэн хэсэг болгон хуваахаа эмээ тань шийдэх хэрэгтэй.

Бодлого № 3: Тариалангийн талбайг дөрвөн айл хуваасан нь

Дөрвөн айл нийлж тариалангийн талбай авахаар газрын албанд хандав. Айл бүрд ижил тэнцүү хэмжээтэй газар олгоно. Тэдэнд олгох газар нь дараах байдалтай. Бүх хүний санаанд нийцүүлж, шударга хандахын тулд газрын алба талбайг яаж хуваавал зохистой вэ?



Бодлого № 4: Ургацын баяр

Танай дүүрэгт жил бүр тэмдэглэдэг ургацын баяр болж байна. Аймаг бүр л өөр өөрийн онцлог бүхий ургацаараа уралдаанд оролцдог. Танай аймаг жил бүр амжилттай оролцдог бөгөөд энэ жил 5 төрлийн ногоо сонгосон аж. Тэдгээр ногоог 5 залуу бүсгүй танилцуулах ёстой болов. Гэвч азаар ч гэх үү, азгүйгээр ч гэх үү, тэдгээр 5 бүсгүй сонгосон ногоонуудтай адил нэртэй байв.

³ Эх сурвалж: “Two Kitchen Jugs” and “How Many Ways Can Grandmother Sell the Land” puzzles from *Critical Thinking Puzzles* by Michael DiSpezio, cited in The Math Forum, Critical Thinking Puzzles, “Fractured Farmland” and “Kitchen Cups”, mathforum.org/k12/k12puzzles/critical.Thinking/index.html; “Dividing Grandfather’s Rice Field” from *International Manual for Trainers* by GTZ, 1998.

 Байцаа	 Манжин	 Лууван
 Хулуу	 Төмс	

Тэд өөрсдийн азад итгэж чадахгүй л байлаа. Гэвч тус уралдаан “Өөртэйгээ адилхан нэртэй ногоог танилцуулж болохгүй” гэсэн нэгэн хачин дүрэмтэй, тэр нь хүчин төгөлдөр үйлчилсээр байгаа аж. Алимаа хэмээх настан олон жилийн өмнө алим танилцуулснаасаа болж түрүүлэх боломжоо алдсан байв. Тиймээс ийм харамсалтай явдал бүү давтагдаасай гэж настан хүссэн байж.

Ингээд уралдааны комисс нэрийг нь давхардуулахгүйгээр ногоог оноож хуваарилах хэрэгтэй болов. Хэдийгээр энэ даалгавар хүнд ч гэсэн боломжгүй зүйл биш байлаа. Харамсалтай нь байдлыг дордуулах гэсэн мэт таван залуу бүсгүй уралдааны комисст зарим нэгэн ногоонд дургүй тул ямар ч нөхцөлд тэдгээр ногоог танилцуулах боломжгүй хэмээн мэдэгджээ:

- Хулуу төмсөнд дургүй, төмс хулуунд дургүй.
- Манжин зөвхөн лууван эсвэл төмсийг л танилцуулна.
- Хулуу, байцаа хоёул манжинд дургүй.
- Лууван зөвхөн хулууг л танилцуулна.
- Байцааны хувьд төмсийг танилцуулсанд орвол тэмцээнд ороогүй байсан нь дээр.

Уралдааны комисст хамгийн боломжит хувилбарыг санал болгоорой.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.1.3 Б: Тааврын хариу

Бодлого № 1: Сүүний 2 ваар

Гурван аяга сүү ордог саванд сүү дүүргээд, сүүгээ таван аяга сүүний багтаамжтай вааранд хийнэ. Ахиад гурван аяга сүү ордог савыг дүүргээд таван аяга сүүний багтаамжтай ваараа дүүргэнэ. Ингээд гурван аяга сүү ордог саванд нэг аяга сүү үлдэнэ.

Бодлого № 2: Түрээслүүлэх талбайг хэдэн янзаар хувааж болох вэ?

1	2
3	4

Талбайг хувааж болох 9 боломж байна:

1 боломж – 4-лэнг нь хамтад нь буюу бүхлээр нь $(1+2+3+4)$

4 боломж – нэг нэгээр нь $(1), (2), (3), (4)$

2 боломж – хэвтээ байрлалд байх хос хосоор нь $(1+2), (3+4)$

2 боломж – босоо байрлалд байх хос хосоор нь $(1+3), (2+4)$

Бодлого № 3: Тариалангийн талбайг дөрвөн айл хуваасан нь

Талбайг 12 тэнцүү хэсэгт хуваагаад нэг дор байрлах 3 талбайг нэг айлд хуваарилна. Тэдгээр 3 талбайн дор хаяж нэг нь усалгаатай ойр байх ёстойг мартаж болохгүй.

УСЖУУЛАЛТ			
3	2	1	1
3	2	2	1
3	4		
4	4		
УСЖУУЛАЛТ			

Бодлого № 4: Ургацын баяр

Лууван хулууг танилцуулна

Хулуу байцааг танилцуулна

Төмс манжинг танилцуулна

Манжин төмсийг танилцуулна

Байцаа лууванг танилцуулна

Юуны өмнө хүмүүс болоод ногооны нэрсийг жагсаана. Дараа нь нөхцөлүүдийг тулган боломжгүй хувилбаруудыг хасна. Энэ мэтээр хассаар хамгийн боломжит хувилбар дээр үлдэнэ.

1. Өөртэйгээ адилхан нэртэй ногоог танилцуулж болохгүй.

Лууван (Л)	Я	Х	Т	М	Б
Хулуу (Х)	Л	Ж	Т	М	Б
Төмс (Т)	Л	Х	Ү	М	Б
Манжин (М)	Л	Х	Т	М	Б
Байцаа (Б)	Л	Х	Т	М	Б

2. Хулуу төмсөнд дургүй, төмс хулуунд дургүй.

Лууван (Л)	Я	Х	Т	М	Б
Хулуу (Х)	Л	Ж	Ү	М	Б
Төмс (Т)	Л	Ж	Ү	М	Б
Манжин (М)	Л	Х	Т	М	Б
Байцаа (Б)	Л	Х	Т	М	Б

3. Манжин зөвхөн лууван эсвэл төмсийг л танилцуулна

Лууван (Л)	Я	Х	Т	М	Б
Хулуу (Х)	Л	Ж	Ү	М	Б
Төмс (Т)	Л	Ж	Ү	М	Б
Манжин (М)	Л	Ж	Т	М	Б
Байцаа (Б)	Л	Х	Т	М	Б

4 Хулуу, байцаа хоёул манжинд дургүй.

Лууван (Л)	Я	Х	Т	М	Б
Хулуу (Х)	Л	Ж	Ү	М	Б
Төмс (Т)	Л	Ж	Ү	М	Б
Манжин (М)	Л	Ж	Т	М	Б
Байцаа (Б)	Л	Х	Т	М	Б

5. Лууван зөвхөн хулууг л танилцуулна.

Лууван (Л)	Я	Х	Ү	М	Б	1 дэх тохирол олдсон!
Хулуу (Х)	Л	Ж	Ү	М	Б	
Төмс (Т)	Л	Ж	Ү	М	Б	
Манжин (М)	Л	Ж	Т	М	Б	
Байцаа (Б)	Л	Х	Т	М	Б	

6. Байцааны хувьд төмсийг танилцуулсанд орвол тэмцээнд ороогүй байсан нь дээр.

Лууван (Л)	Я	Х	Ү	М	Б	1 дэх тохирол олдсон!
Хулуу (Х)	Л	Ж	Ү	М	Б	5 дахь тохирол олдсон!
Төмс (Т)	Л	Ж	Ү	М	Б	4 дэх тохирол олдсон!
Манжин (М)	Л	Ж	Т	М	Б	3 дахь тохирол олдсон!
Байцаа (Б)	Л	Ж	Ү	М	Б	2 дахь тохирол олдсон!

Сэдэв 5.2 Багаар ажиллах ур чадвар



Агуулга

Энэхүү сэдэв оролцогчдод багаар ажиллахын ач холбогдлыг таниулна. Дасгалуудаар дамжуулан бусадтай хамтарч, баг болж ажиллах дадлага хийж, мөн багийн ажлын янз бүрийн хэлбэртэй танилцана.



Үндсэн мэдээлэл

- Ганцаар ажиллаад хийж барахгүй зүйлийг багаар ажиллаж, хамтын хүчээр хийж болдог.
- Баг амжилттай байх эсэх нь нэгэн зорилгын төлөө, гишүүдийнхээ чадварыг дээд зэргээр дайчлах байдлаар ажил үүргээ зохистой хуваарилж чадахаас шалтгаалдаг.
- Багийн гишүүд нь бусад гишүүдийнхээ үүрэг, ур чадвар, санал бодлыг хүндэлдэг, багийнхаа зорилгыг хэрэгжүүлэхэд идэвхтэй оролцдог бол амжилттай баг хэмээн тооцогддог.



Дасгалууд

Дасгал 5.2.1 Эрдэнэсийн эрэлд

Дасгал 5.2.2 Харь гаригийн хүний баримал урлах



Холбогдох сэдвүүд

- 2.3 Эвлэлдэн нэгдэх миний, бидний эрх
- 5.1 Асуудлыг шийдвэрлэх
- 11.2 Хөдөлмөрлөх эрх

Дасгал 5.2.1 Эрдэнэсийн эрэлд



Зорилго

Бусадтай хамтран ажиллаж, хамтын ажиллагаанд багийнхаа гишүүдийн үүрэг оролцоог үнэлж хүндэлж сурах



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд



Хугацаа

40 минут, түүнээс дээш



Суудал зохион байгуулалт

Зай талбай ихтэй том өрөө эсвэл гадаа сүүдэртэй газар



Ашиглах материал

- А-4 хэмжээтэй 10 ш. зурагт хуудас (Эдгээрээс 5 нь хоёр хүн биеэрээ дүрслэхэд хялбар байх О, Л, С, В, Т, Х үсгүүд эсвэл дүрс байна. Нөгөө 5 нь арай хэцүү боловч дүрсэлж болохоор Б, Ү, З үсэг эсвэл могой, морь зэрэг дүрс байна).
- 3-5 м урттай хэд хэдэн даавуун олс
- Дасгалын төгсгөлд оролцогчдод шагнал болгон өгөх бяцхан бэлэг эсвэл чихэр



Сургалт зохион байгуулах алхмууд⁴

- “Дүрс” тоглоомд оролцох хосуудыг хуваарилах – 10-15 минут
- “Дүрс” тоглоомын талаар хэлэлцүүлэг өрнүүлэх – 5 минут
- “Эрдэнэсийн эрэлд” тоглоом тоглох – 15-20 минут
- Багийн ажлын талаар дүгнэх – 10-15 минут

Алхам 1. “Дүрс” тоглоомд оролцох хосуудыг хуваарилах – 10-15 минут

5 минут хэртэй хөгжилтэй тоглоомын аргаар оролцогчдыг хос хосоор нь хуваарилна. Жишээ нь хамтдаа дуулах хооронд ижил өнгийн цамцтай эсвэл өмдтэй эсвэл нүдний шилтэй, адил үс засалттай зэргээр нь хос болгоно.

⁴ Эх сурвалж: Science.org, Unit 1 Introducing Awareness of Self, Lesson 1 Team Games: Shapes; and *Manual for Organizing Participatory Activities for Leaders of Child Workers* by Children Development Foundation (CWA: Bangkok, June 2003), Treasure Hunt, pp. 63-64.

Бүгд хосоо олсны дараа “Дүрс” тоглоомоор хэрхэн тоглох тухай танилцуулна.

- Хамгийн эхний хялбархан үсэг болох ‘О’ үсгийг харуулна.
- Оролцогч бүрийг эхлээд хуруугаараа, дараа нь алгаараа, дараа нь гараараа энэхүү дүрсийг хийж үзэхийг хүснэ.
- Мөн өөр нэг хялбар дүрс болох ‘Л’ мөн ‘Х’ үсгийг харуулж, өмнөхийн адил хийж үзэхийг хүснэ.
- Үсгийг дүрслэхэд амархан байгаа эсэхийг асууна (Ихэнх нь “тийм” гэж хариулна).
- Одоо арай хэцүү ‘М’ эсвэл ‘Б’ үсэг эсвэл дүрсийг харуулна.
- Хэцүү дүрсийг дүрслэн илэрхийлэх бүрд хялбар байсан эсэхийг нь асууна. Зарим нь хэцүү болоод байна хэмээвэл хамтрагчаасаа тусламж авах хэрэгтэй байгаа эсэхийг асууна.
- Хэцүү дүрсүүдийг хостойгоо хамтран дүрслэн илэрхийлэхийг хүснэ. Хялбар дүрснээс эхлээд хэцүү дүрс хүртэл үзүүлнэ.
- Тоглоомоо улам сонирхолтой болгохын тулд “бүжиглэж байгаа морь”, “явж байгаа сүйх тэрэг”, “эргэлдэх могой” болж болно.
- Хосоороо дүрс хийж тоглох нь хэр санагдаж байгааг асууж, цаашид үргэлжлүүлэхийг хүсэж байгаа эсэхийг тодруулна. Өөр ямар ямар дүрсийг хоёулаа, гурвуулаа эсвэл дөрвүүлээ хийж болох талаар санал солилцож, туршиж үзнэ. Хэрэв санал болгосон дүрсийг хийхэд хоёроос олон хүн шаардлагатай бол хажуугийнхаа хостой хамтрахыг санал болгоорой.
- Оролцогчид бусадтайгаа хамтран янз бүрийн дүрс бүтээж үзсэний дараа тоглоомоо зогсооно.

Алхам 2. “Дүрс” тоглоомын талаар хэлэлцүүлэг өрнүүлэх – 5 минут

Өөрийн мэдрэмж, тоглоомд өгөх үнэлгээ, хамтрагчтайгаа хэр гар нийлж ажилласан талаар санал бодлоо солилцохыг оролцогчдод санал болгоно. Дараах асуултаар хэлэлцүүлгийг чиглүүлж болно:

- “Дүрс” тоглоом сонирхолтой санагдсан уу?
- Ганцаараа дүрс бүтээх, хамтарч дүрс бүтээх хоёрын аль нь илүү хөгжилтэй байсан бэ?
- Хостойгоо дүрс бүтээх үед бие биедээ хэрхэн тусалсан бэ?
- Хостойгоо хамтарч дүрс бүтээхэд дэмтэй эсвэл төвөгтэй санагдсан зүйл байна уу?

Хамтын ажиллагаа болон харилцааны ач холбогдлыг тодруулан хэлж өгөөрэй.



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Хэрэв хангалттай цаг байвал сургагч багш “Би дугарч чадахгүй болчихлоо” хэмээх тоглоом тоглуулж, харилцааны ач холбогдлыг тодруулж өгөх хэрэгтэй. Энэхүү тоглоомыг тоглохдоо оролцогчид ярьж, бичиж болохгүй хэмээн анхааруулна. Тэгээд өндрөөсөө нам руугаа жагсахыг хүснэ. Дараа нь хамгийн ахмадаасаа залуу руугаа эгнэж зогсохыг хүснэ.

Алхам 3. “Эрдэнэсийн эрэлд” тоглоом тоглох – 15-20 минут

Дараагийн тоглоом тоглох бэлтгэл хийнэ. Оролцогч бүр өөртөө байгаа, нууж болохуйц том биш ямар нэгэн зүйлийг сонгон авна. Бас алдаж гэсэн ч харамсахааргүй, их үнэтэй биш зүйл байх хэрэгтэй (харандаа, үсний боолт, цаасны өөдөс г.м.). Өөрсдийн эд зүйлээ маш үнэтэй эрдэнэ

хэмээн нандигнаж, дараа ирж авахаар нууж орхино.

Эрдэнэсээ нуухад зориулж 5 минут өгнө. Гэхдээ зөвхөн зөвшөөрөгдсөн талбайд л нуух ба зөрчиж болохгүй хилийн зурвас тогтооно. Бусдынхаа эрдэнэс нуух газрыг харах боломжтой ч энэ нь байж болох зүйл.

5 минутын дараа бүгд цуглаад багаараа тоглоом тоглоно. 5-6 эрэгтэй, эмэгтэй хүнтэй багууд бүрдүүлнэ. Багийн гишүүдийн тоо тэнцүү байх ёстой.

Баг бүрд олс өгөөд тоглох дүрмийг дараах байдлаар тайлбарлана:

- Баг бүр гишүүдийнхээ нуусан эрдэнэсийг хамтдаа хайж олно. Хамгийн түрүүнд бүх эрдэнэсийг олсон баг хожно.
- Тоглох явцад дараах дүрмийг баримтална:
 1. Багийн гишүүд тойрог болж зогсоод, нэг гараа тойргийн гол руу сунгаж, бие биеийнхээ гарыг уяагаар холбож уяна (хэт чанга биш).
 2. Гараа холбож уясан баг хамтдаа эрдэнэсээ нэг нэгээр нь хайж олно.
 3. Эрдэнэсийг хайх явцдаа хоорондоо ярьж, хашхирч, чанга дуу авиа гаргаж болохгүй.
 4. Бүх эрдэнэсийг олоход баг тус бүрд 5 минут (нөхцөлөөсөө хамаараад хугацааг өөрчилж болно) өгнө.
 5. Бүх эрдэнэсээ олсон баг “Оллоо” гэж чанга хашхираад сууна. Тэр баг ялагч болно.
- Хугацаа дуусахад эсвэл аль нэг баг ялагч болсон ч бусад баг эрлээ цаашид үргэлжлүүлж болно. Гэхдээ тоглоомыг хэт сунжруулах хэрэггүй.

Алхам 4. Багийн ажлын талаар дүгнэх – 10-15 минут

Бүх багуудыг цуглуулаад, ялсан багаас эхлэн өөрсдийн олсон эрдэнэсээ үзүүлэхийг хүснэ. Ялсан багийн гишүүд эхлээд шагналаа сонгож авах эрхтэй ба бусад багуудад ч гэсэн багаар ажилласанд нь урамшуулж шагнал өгнө.

Оролцогчдоос эрдэнэс хайж олохдоо ямар арга хэрэглэсэн, ямар сэтгэгдэл төрсөн, багийн гишүүн бүрийн үүрэг оролцоо ямар байсан талаар хэлэлцэхийг хүснэ. Ялсан багаас тэдний амжилтад нөлөөлсөн зүйлс юу байсан тухай мөн асууна.

Дараах санааг онцолж дасгалаа дүгнэнэ:

- Ганцаар ажиллаад хийж амжихгүй эсвэл чанартай сайн хийж чадахгүй зүйлийг багаар ажиллаж, хамтын хүчээр хийж болдог.
- Багаараа амжилтад хүрэхийн тулд багийн гишүүд хамтарч, бусад гишүүдийнхээ санал бодлыг сонсож, өөр өөрийн үүргээ гүйцэтгэх боломжийг олгож, бие биеэ хүндэлж, бие биедээ итгэж сурах хэрэгтэй.

Дасгал 5.2.2 Харь гаригийн хүний баримал урлах



Зорилго

Багаар ажиллах чадварт суралцах, дадлагажих



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчид



Хугацаа

60-80 минут



Суудал зохион байгуулалт

Зай талбай ихтэй том өрөө эсвэл гадаа сүүдэртэй газар



Ашиглах материал

- 6х6 хэмжээтэй 1-2 ш. нэхмэл эсвэл пластик дэвсгэр эсвэл орны даавуу эсвэл гулгадаггүй, хялбар урагдахааргүй эвхэж болох нимгэн материал (Алхам 1 дэх “Нисдэг хивсээр зугаалъя” тоглоомд хэрэглэнэ)
- Хямд үнэтэй дор дурдсан материалаас бүрдсэн 4 багц:
 - 8х10 хэмжээтэй 5 ш. бор картон цаас
 - 6 цаасан аяга
 - 100 ш. ундааны гуурс
 - 20 ш. боодлын резин
 - 1 үлээгээгүй бөмбөлөг
 - ижил хэмжээтэй, ижил өнгийн 2 товч
 - 1 жижиг скоч
 - цаасны хутга эсвэл хайч
 - 1 самбарын үзэг
 - 1 хиймэл эсвэл жинхэнэ цэцэг
 - 1 хуудас хоосон цаас



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.2.2 А: Баг бүрдүүлэх тоглоомууд



Сургалт зохион байгуулах алхмууд ⁵

1. Нисдэг хивсээр зугаалъя – 10-15 минут
2. Харь гаригийн хүний баримал урлая – 25-30 минут
3. Баримал урлах явцыг хэлэлцэх – 15-20 минут
4. Багаар ажиллах тухай дүгнэх – 10 минут

Алхам 1. Нисдэг хивсээр зугаалъя – 10-15 минут

Энэхүү дасгал нь багаар ажиллах чадварт суралцахад зориулагдсан болохыг тайлбарлана. Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.2.2 А-д байгаа 2 дасгалын аль нэгээр бие халаалт хийнэ.

Тоглоом тоглосны дараа тоглоом ямар санагдсан тухай оролцогчдоос асууна (зарим нь хивсэн дээр суухын тулд өрсөлдөх хэрэгтэй болсон, хивсээр нисэхийн тулд бие биеэсээ сайтар зуурах хэрэгтэй байсан эсвэл “хүн зангилаа” тоглоомоор тоглох үед зангилааг тайлахын тулд бие биедээ заавал туслах шаардлагатай байсан гэх мэтээр хариулах байх). Эдгээр тоглоом нь зорилгодоо хүрэхийн тулд хэрхэн хамтрахыг харуулсан болохыг онцлон тэмдэглээрэй.



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Уламжлал соёлоос шалтгаалсан зарим нэгэн тохиромжгүй нөхцөл байдал үүсэж болох тул мэдрэмжтэй байх хэрэгтэй. Хивсээр аялах тоглоомыг хүүхэд залуучууд тоглоход сонирхолтой. Гэхдээ эсрэг хүйсийн хүнийхээ биед хамаагүй хүрч болохгүй гэсэн хатуу цээр байдаг бол эрэгтэйчүүд нэг баг, эмэгтэйчүүд нэг баг болж тоглож болно. Хүн зангилааг аль ч насны, ямар ч хүйсийн хүмүүс нэг дор тоглох боломжтой.

Алхам 2. Харь гаригийн хүний баримал урлан бүтээе – 25-30 минут

Оролцогчдоо 5-6 хүнтэй 4 холимог багт хуваана. Баг бүр харь гаригийн хүний баримал урлана гэдгийг хэлнэ. 20 минутын дотор дараах 3 зүйлийг хийх ёстой:

- 1) Эхлээд харь гаригийн хүн ямархуу харагдахыг төсөөлөн ярилцана
- 2) Хэрэглэгдэхүүн ашиглан баримлын загварыг гаргана
- 3) Баримлаа урлана

Баг бүрд ижил хэрэглэгдэхүүн тарааж өгнө. Урласан баримлыг дараах 3 үзүүлэлтээр үнэлнэ гэдгийг тайлбарлана:

- Үзэмж
- Бүтээлч байдал
- Бат бөх байдал

Багуудад ажиллаж эхлэх зааварчилгаа өгнө. (хүүхэд, эсвэл бичиг үсэгт тайлагдаагүй зорилтот бүлгийнхэн байвал баг тус бүрд дахин тайлбарлана).

⁵ Эх сурвалж: *GET Ahead for Women in Enterprise Training Package and Resource Kit* by Susanne Bauer, Gerry Finnegan & Nelien Haspels (ILO: Bangkok, 2004), Module 4.1 Management of Self and Others, Exercise 24 Management of Self and Team Work.

Алхам 3. Баримал урлах явцыг хэлэлцэх – 15-20 минут

Өгөгдсөн хугацаа дуусахад бүх багуудыг ажлаа зогсоохыг хүснэ. Баг бүр урласан баримлаа бүх оролцогчдын өмнө байрлуулахыг хүснэ. Дараах асуултын дагуу хэлэлцүүлэг өрнүүлнэ. Бусад багуудын саналуудыг анхааран сонсохыг сануулаарай.

- Та нар урласан баримлаа хараад сэтгэл хангалуун байна уу?
- Танай баг даалгавраа хэрхэн гүйцэтгэсэн бэ?
- Багийн гишүүддээ үүргийг хэрхэн хуваарилсан талаар, гишүүдийн оролцооны талаар ямар сэтгэгдэлтэй байна вэ?
- Өөрийн чадлаа бүрэн дайчилж оролцож чадсан уу? Тийм бол яаж? Үгүй бол яагаад?
- Чиний чадварыг даалгавар гүйцэтгэхэд ашиглаж чадсан уу? Тийм бол яаж? Үгүй бол яагаад?

Дээрх хариултаас багуудын хамтын ажиллагааны хэв шинжийн ялгааг тодруулахыг оролцогчдоос хүснэ. Дараах асуултын дагуу баг бүрийн хамтын ажиллагааны хэв шинжийг шүүмжилж, дүн шинжилгээ хийхийг оролцогчдод санал болгоно:

- Багаараа баримал урлах явцад юу саад болж, юу хэрэг болсон бэ?
- Танай багийн ажлын давуу болон сул тал юу юу байсан бэ?
- Энэхүү дасгалыг багаараа ахиж хийхээр бол юуг өөрөөр хийх байсан бэ?

Тэгээд оролцогчдыг үзэмж, бүтээлч байдал, бат бөх байдал гэх үзүүлэлтүүдээр 4 баримлыг үнэлж, ялагчийг тодруулахыг хүснэ. Үзүүлэлт тус бүр болон нийт үзүүлэлтээр ялагчийг тодруулж болно.

Алхам 4. Багийн ажлыг дүгнэх – 10 минут

Багийн сайн ажиллагааг ямар шалгуураар үнэлэх вэ? гэсэн асуултаар дасгалаа дүгнэнэ: Шалгууруудаа самбар эсвэл самбарын цаасан дээр жагсааж бичээд дасгалаа дуусгана. Гэхдээ дараах гол санааг багтаасан эсэхийг анхаарах хэрэгтэй:

- Багийн ажиллагаа амжилттай болохын тулд гишүүн бүрийн идэвхтэй оролцоо чухал.
- Багийн гишүүн бүр хоорондоо ойлголцож байх шаардлагатай.
- Нэг зорилгын төлөө гишүүн бүрийн ур чадварыг бүрэн ашиглаж, даалгавраа оновчтой хуваарилж чадсан бол сайн баг гэж хүлээн зөвшөөрнө.
- Хүчтэй багийн гишүүд бие биеийнхээ үзэл бодол, үүрэг хариуцлага, ур чадварыг хүндэлж үнэлдэг.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.2.2 А: Баг бүрдүүлэх тоглоомууд

1. “Нисдэг хивсээр аялцгаая” тоглоом⁶

Энэхүү тоглоом нь хүүхэд, залуучууд тоглоход илүү тохиромжтой. Залуучууд болон насанд хүрэгчид тоглоомд оролцох тохиолдолд тэдний ёс заншил, уламжлал зэргийг харгалзах хэрэгтэй. Зарим соёлд эсрэг хүйсийн хүмүүсийг бие биедээ ойрхон байхыг цээрлэдэг. Ийм тохиолдолд нэг багт ижил хүйсийн хүмүүс тоглохоор зохион байгуулж болно

Хэрхэн тоглох вэ:

- Даавуу эсвэл гудсаа шалан дээр шидэт хивс болгон дэлгэнэ. “Нисдэг хивсээр аялцгаая” гэж хэлмэгц оролцогчид бүгд хоёр хөлөөрөө хивсэн дээр гишгэх ёстойг тайлбарлана.
- Оролцогчдыг хивснээс дор хаяж 3 метрийн зайтай тойрог болон зогсохыг хүснэ.
- “Нисдэг хивсээр аялцгаая” хэмээн хэлнэ (хүн бүр ямар нэгэн байдлаар, эвтэй, эвгүй хивсэн дээр зогсох боломжтой байна). Бүгд хивсэн дээр гишгэсний дараа хаашаа явах хүсэлтэй байгааг нь асууна. Нэг газрыг сонгоод тэндээ хүрчихлээ хэмээн төсөөлж бүгд буухыг хүснэ.
- Хивсээ голоор нь нугалж дэвсээд “Нисдэг хивсээр аялцгаая” хэмээн дахин хэлж, өмнөх үйлдлийг давтана.
- Хивсийг дахин нэг нугалж улам жижиг болгоно. Өмнөх үйлдлүүдийг давтана (Хивсний хэмжээ багасах тусам оролцогчид хивсэн дээр багтахын тулд нэг бол уралдах хэрэгтэй болно эсвэл хэн нэгэнтэй хамтрах хэрэгтэйгээ ойлгох болно).
- Энэ мэтээр хивсээ жижгэрүүлэн тоглосоор хивсэн дээр багтаж зогсоход хэтэрхий аюултай, эсвэл боломжгүй болох хүртэл үргэлжлүүлнэ (яваандаа оролцогчдын зөвхөн нэг хөл л хивсэн дээр багтах хэмжээнд хүрнэ).



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Бага насны хүүхдийн тухайд хөгжилтэй үлгэр нэмж ярин, “нислэг” бүрийг сонирхолтой газар хүргэж байгаа мэтээр баяжуулж, хүүхдүүдээр дуу чимээ гаргуулан, доогуур юу харагдаж байгааг асуух зэргээр тоглож болно. Ургуулан бодох, зохион бодох чадвараа ашиглаарай.

2. “Хүн зангилаа” тоглоом⁷

Энэ тоглоомыг аль ч насны, ямар ч боловсролтой хүн тоглох боломжтой.

Хэрхэн тоглох вэ:

- Оролцогчдыг тойрог болон зогсоод хоёр гараа тойргийн төв рүү сунгахыг хүснэ.
- Нүдээ аниад хэн гэдгийг нь харалгүйгээр хэний ч хамаагүй гарыг бариарай хэмээн хэлнэ.
- Одоо бүгд “зангилагдсан” хойно гараа тавилгүйгээр зангилаанаас гарахыг хүснэ. Гараа мушгиж хөдөлгөж болох ч барьсан гарыг тавьж болохгүй.

Энэхүү тоглоомыг дээд тал нь 12 хүн тоглоход тохиромжтой. Хэрэв нийт оролцогчдын тоо 15-аас их байвал хоёр хэсгээр тоглоно.

⁶ Эх сурвалж: *The Scouting Web Portal*, by U.S. Scouting Service Project, “All Abroad,” www.ussscout.org/training/teambuildinggames.html.

⁷ Эх сурвалж: *Games for Girl Scouts*, Cooperative Game & Crafts, http://members.tripod.com/~bri_rose/coopgames.html [accessed 15 February 2017].

Сэдэв 5.3 Найз нөхөдтэй болох



Агуулга

Энэ сэдэв нь нөхөрлөлийн тухай, найз нөхдөөсөө ямар хүлээлттэй байдаг талаар өгүүлнэ. Оролцогчид шинэ найз нөхөдтэй болох тухай тунгаан бодохдоо хүмүүс хоорондоо ялгаатай байдаг, тэрхүү ялгаа нь нөхөрлөлд саад болох бус, харин ч улам сонирхолтой болгодог талаар ойлголт авах болно.



Үндсэн мэдээлэл

- Найз нөхөдтэй болно гэдэг нь хүн бүрийн хувьд чухал.
- Найзуудтайгаа өөрт байгаагаа хуваалцах нь хэчнээн сайхан байдаг тухай, мөн хамтдаа илүү хүчирхэг болдог тухай мэдэж авна.
- Зарим хүн олон найзтай байхыг хүсдэг бол заримд нь ганц сайн найз байхад хангалттай байдаг.
- Шинээр найз нөхөдтэй болохын тулд дараах алхмуудыг хийгээрэй:
 - Мэндлэхдээ нүд рүү нь харж инээмсэглэх
 - Эхний алхмыг өөрөө хийх
 - Сайн сонсогч байж, сонирхож байгаагаа илтгэхийн тулд асуулт тавих
 - Зарим соёлд залуу охид бүсгүйчүүдийг танихгүй хүнтэй, тэр тусмаа эрэгтэй хүнтэй уулзаж ярихыг дэмждэггүй. Иймд ихэнх эмэгтэйчүүд хүнтэй танилцахдаа бүрэг байдаг. Улмаар шинэ хамт олны дунд эсвэл танихгүй хүмүүсийн дунд бусадтай харилцах эвээ олохгүй, шаардлагатай мэдээ мэдээлэл олж авч, туршлагаа хуваалцаж, асуудлаа шийдэж чадахгүйд хүрдэг.
 - Хүйсийн ялгаанаас гадна хувь хүний онцлогууд мөн нөлөөлдөг. Бүрэг эрчүүд байхад өөртөө итгэлтэй эмэгтэйчүүд ч байдаг.
 - Өөртэйгээ адил байхыг бусдаас бүү хүлээ.
 - Сөрөг хандлага гаргахаас зайлсхий.
 - Хуурамч найзаас болгоомжил.



Дасгалууд

5.3.1 Найзаа сонгох нь

5.3.2 Найз нөхөдтэй болох, хүмүүстэй танилцах



Холбогдох сэдвүүд

1.2 Миний гэр бүл ба миний орон нутаг

5.2 Багаар ажиллах ур чадвар

5.4 Нийгмийн болон харилцааны ур чадварууд

6.2 Хайр сэтгэл ба гэрлэлт

Дасгал 5.3.1 Найзаа сонгох нь



Зорилго

- Оролцогчид найз нөхдөөсөө ямар хүлээлттэй байдгийг тодорхойлох
- Хүн бүрд өөр өөрийн онцлог ялгаа байдгийг ойлгох
- Хэрхэн шинээр найз нөхөдтэй болох тухай суралцах



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд



Хугацаа

60 минут



Суудал зохион байгуулалт

Сандлуудаа тойрог хэлбэрээр засаж, хангалттай зай үлдээнэ



Ашиглах материал

- “Жимс” зурагт хуудсыг хувиран оролцогч бүрд нэг нэгийг өгнө (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.3.1 А)
- Уут эсвэл сав



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.3.1 А: “Жимс” зурагт хуудас

Нэмэлт мэдээлэл: Найз нөхөдтэй болох



Сургалт зохион байгуулах алхмууд ⁸

1. Танилцуулга – 5 минут
2. Найз хайх – 15 минут
3. Шинэ найзтайгаа хууч хөөрөх – 15 минут
4. Хэрхэн найзтай болох талаар хэлэлцэх – 20 минут
5. Дүгнэлт, зөвлөмж – 5 минут

⁸ Эх сурвалж: GET Ahead for Women in Enterprise Training Package and Resource Kit by Susanne Bauer, Gerry Finnegan & Nelien Haspels (ILO: Bangkok, 2004), Module 4.1 Management of Self and Others, Exercise 24 Management of Self and Team Work.

Бэлтгэл

Нэмэлт мэдээлэл “Найз нөхөдтэй болох”-г уншиж, Алхам 2-т байгаа картуудыг бэлтгэнэ.

Алхам 1. Танилцуулга – 5 минут

Найз нөхөдтэй болох тухай энэхүү дасгалын зорилгыг дараах байдлаар товч танилцуулна: Хүн бүр найзтай байхыг хүсдэг. Зарим нь олон найзтай байхыг хүсдэг бол зарим нь цөөн найзыг эрхэмлэнэ. Заримд нь ганц сайн найз байхад хангалттай. Ихэнх хүний хувьд найз нөхөдтэй байх нь чухал зүйлд тооцогддог.

Алхам 2. Найз хайх – 15 минут

10 минутын турш оролцогчид найзаа хайна гэдгийг тайлбарлана. Оролцогч бүрд нэг нэг жимс эсвэл жимсний тал дүрс бүхий зураг (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.3.1 А) өгнө. Оролцогчид анги дотор явж, өөрийн картыг бусад оролцогчдын карттай харьцуулж, ямар нэг шинжээрээ тохирч байгаа эсэхийг харна. Хэнтэй хамтарч хос эсвэл баг болохоо шийдэхийн өмнө эхлээд өрөөн дотор явж, бусад оролцогчдын картыг сайтар харж ажиглах нь зүйтэй гэдгийг хэлээрэй. Картууд ямар шинжээрээ хоорондоо тохирч байгааг оролцогчид өөрсдөө шийднэ. Тухайлбал, жимсний өнгө, хэлбэр ижил байж болно. Оролцогчид хос хосоороо болж болно эсвэл 2-оос илүү хүнтэй баг ч бүрдүүлж болно.

Зааварчилгааг бүгд ойлгосон эсэхийг асууна. Ойлгосон бол савнаас эсвэл уутнаас зургаа сугалж аваад, “найз”-аа хайж эхэлнэ.



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Жимсний зургаас гадна оролцогчид өөрт байгаа эд зүйлс болох үзэг харандаа, цүнх, ээмэг, цамц зэргээрээ ижилсэх боломжтой.

Алхам 3. Шинэ найзтайгаа хууч хөөрөх – 15 минут

Хосууд болон найзуудыг хамтдаа суухыг хүсээд, яагаад хамтрах болсон талаар баг тус бүрээс асууна. Хариултуудыг хооронд нь харьцуулна. Адил жимс байсан учраас уу, эсвэл өөр төрлийн жимс сонгосон байна уу? Найзтай болоход хэр хэцүү байсан талаар мөн асууна.

Алхам 4. Хэрхэн найзтай болох талаар хэлэлцэх – 20 минут

Бүгд сууж, дараах асуултын дагуу дүгнэн ярилцана:

- Шинэ хүнтэй хос болох, найз болоход амархан байсан уу, хэцүү байсан уу?
- Хүмүүст хандаж, зургаа харьцуулах үедээ ичиж байсан уу? Тийм бол яагаад?
- Найзууд юу хийх ёстой гэж бодож байна вэ?
- Найзууд юу хийж болохгүй гэж бодож байна вэ?
- Найзлах хүнээ та хэрхэн сонгох вэ?
- Найзалмаар санагдсан хүндээ та яаж хандах вэ?
- Найз нөхөдтэй болоход хэцүү санагдаж байна уу? Яагаад?



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Хэлэлцүүлгийн үед буруу хариулт гэж байхгүйг санаарай. Хэлэлцүүлгийн гол зорилго нь хэрхэн найз нөхөдтэй болох талаар санаа бодлоо солилцоход оршино. Хүмүүс ихэнхдээ сайн найзын тухай нийтлэг ойлголттой байдаг ч хүн бүрийн хувьд тийм байх ёстой гэсэн үг биш. Хүн бүр сайн найзын тухай өөрийн төсөөллийн дагуу найзалж нөхөрлөх хүнээ сонгодог. Хүмүүс өөр өөрөөр найзалж нөхөрлөдөг, хүмүүстэй өөр өөрийн онцлогоор харьцдаг. Ихэнх хүний хувьд хүнтэй шинээр танилцахдаа бүрэг даруу ханддаг тул энэ нь ч шинээр найз нөхөдтэй болоход нь саад болдог. Илүү дэлгэрэнгүй мэдээллийг энэхүү дасгалын дараа байгаа Нэмэлт мэдээлэл хэсгээс уншаарай.

Алхам 5. Дүгнэлт, зөвлөмж – 5 минут

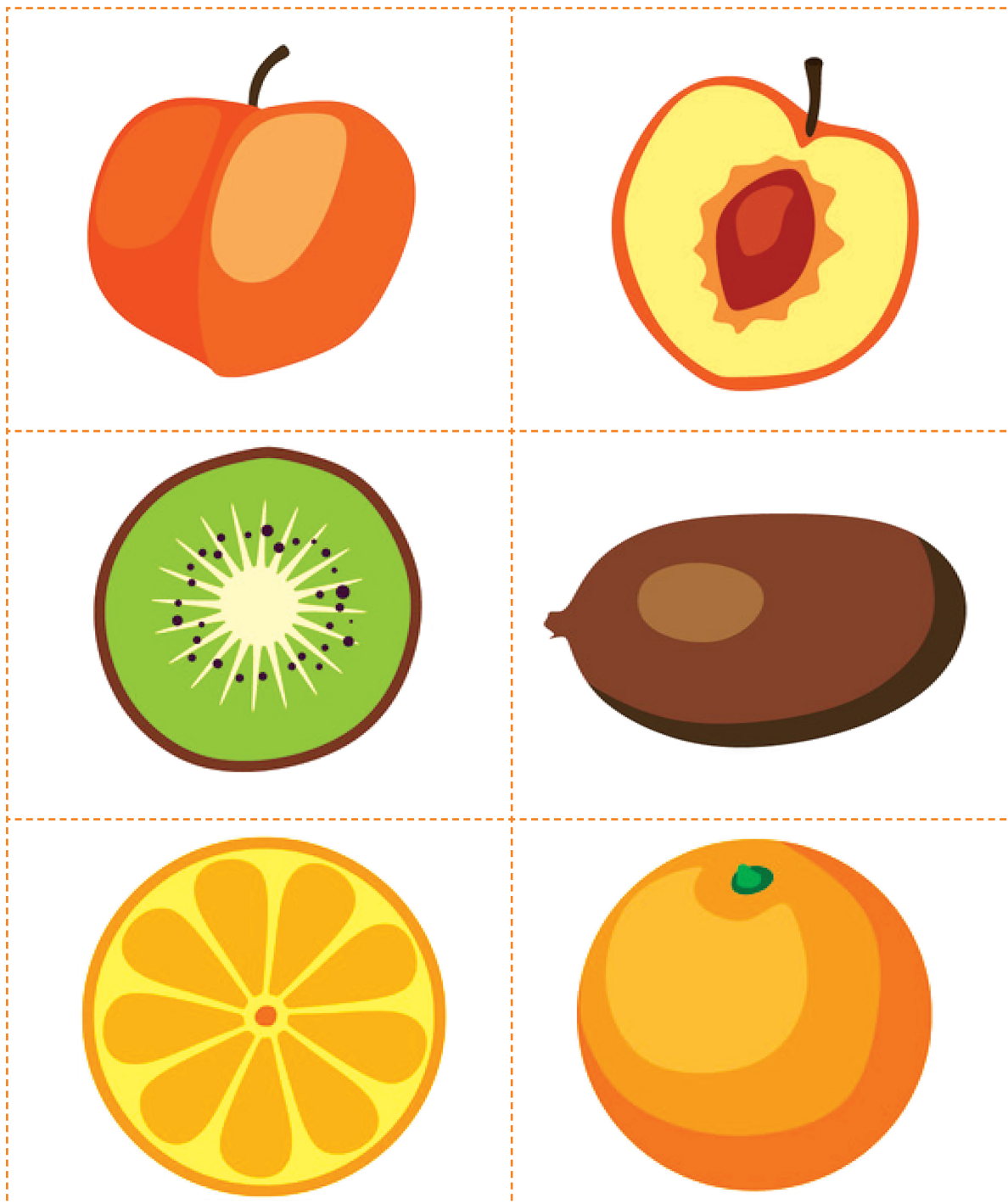
Хэлэлцүүлгийн дүнг нэгтгэж, үерхэл нөхөрлөлийн холбоо тогтооход туслах зарим зөвлөмжийг өгөөрэй:

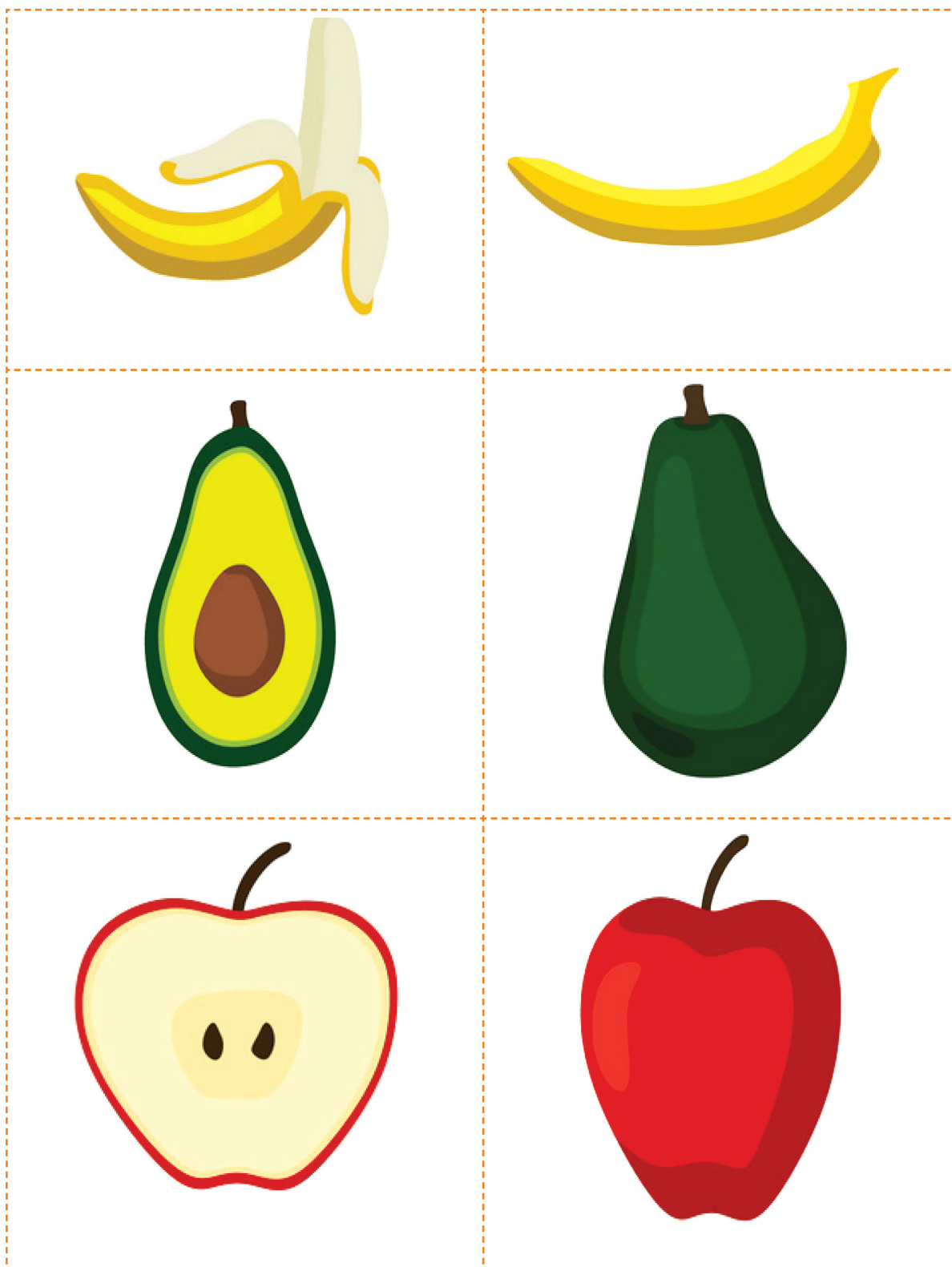
- Харилцагч хүнд хандаж инээмсэглээд, нүд рүү нь харж, мэндэлнэ.
- Асуулт асуух зэргээр эхний алхмыг түрүүлж хий.
- Сайн сонсогч байхыг хичээж, сонирхлоо илэрхийлж асуулт асуу.
- Бусдыг өөртэйгээ адил байна гэж бүү хүлээ.

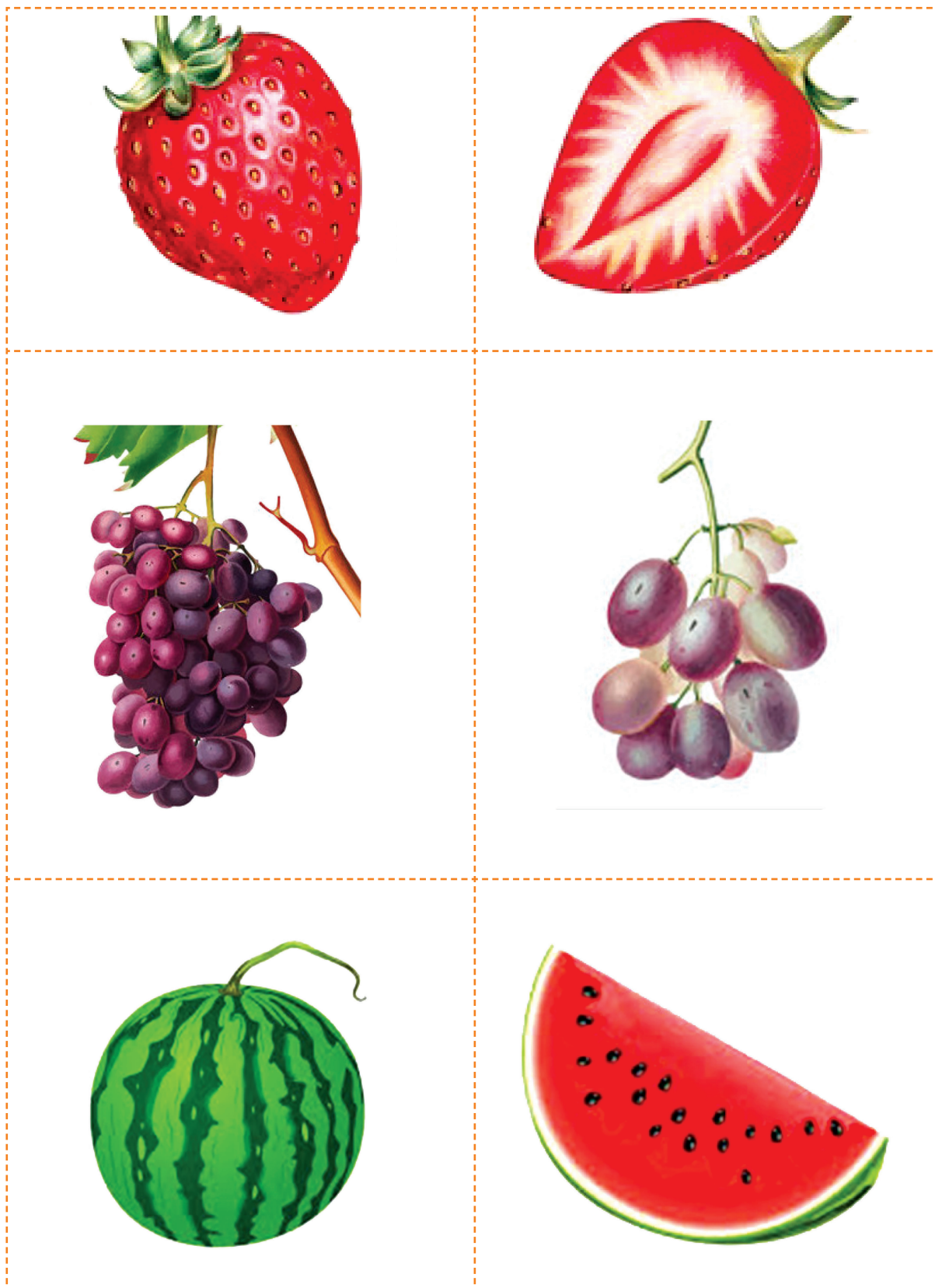


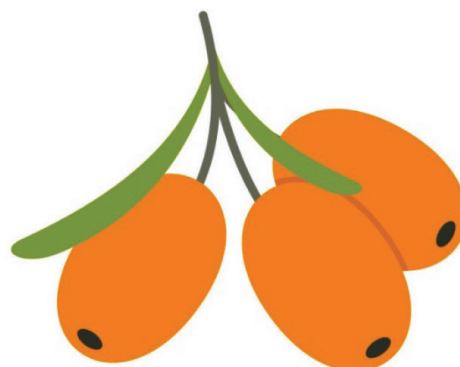
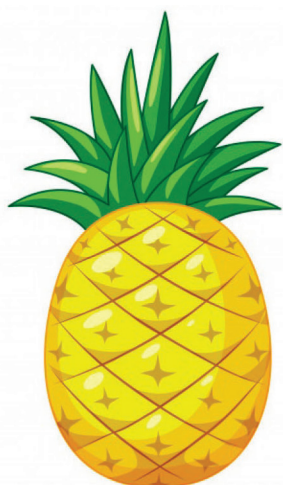
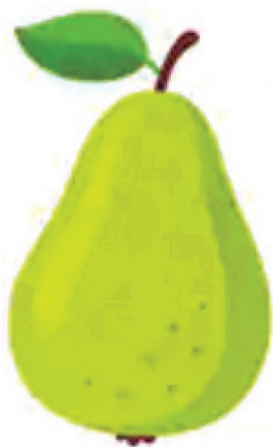
Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.3.1 А: "Жимс" зурагт хуудас

Зааварчилгаа: Хуудас бүрийг хувилаад, тасархай зураасны дагуу хайчилж, 24 карт болгоно. Оролцогч бүрд нэг нэг карт өгөхөөр тооцно. Хэрэв оролцогчдын тоо 24-өөс их байвал картыг давхардуулан өгч болно. Бүх картаа уут эсвэл саванд хийнэ.











Нэмэлт мэдээлэл: Найз нөхөдтэй болох⁹

Найз нөхөдтэй байна гэдэг нь хүн бүрийн хувьд чухал байдаг. Хамтдаа байхдаа илүү хүчирхэг болж, өөрт байгаагаа найзтайгаа хуваалцах нь үнэхээр сайхан байдаг. Зарим хүмүүс олон найзтай байхыг хүсдэг байхад зарим нь цөөн найзтай байдаг. Зарим нь ганц сайн найзтай байх нь ч бий.

Шинээр найз нөхөдтэй болно гэдэг нь зарим хүний хувьд тийм ч амаргүй. Гэхдээ найз нөхөдтэй болохоосоо өмнө найз нөхөд гэж яг хэнийг хэлээд байгааг тодорхойлох нь зүйтэй. Жишээ нь дараах зүйлсийг хийдэг хүмүүсийг сайн найз гэх нь бий:

- Бусдын хийж байгаа зүйлийг сонирхдог
- Магтаал талархлыг хэтрүүлэггүй өгч чаддаг
- Нүүр царайндаа баясал тодруулж явдаг
- Бусдын ярьсан онигоог сонсоод инээдэг
- Өгөөмөр сэтгэлтэй
- Хамтрах хүсэлтээ зөв илэрхийлж чаддаг
- Бусдын ажилд тусалж, хариуцлагыг нь хамт үүрэлцэж, асуудлаа шийдэхэд нь тусалдаг
- Бусдыг уриалж чаддаг
- Шинэ хүмүүсийг найрсаг хүлээж авдаг
- Хамтдаа хийж болох сонирхолтой зүйлсийг сэтгэдэг
- Бусадтай хуваалцахад хэзээд бэлэн
- Хөгжилтэй, инээд баясалтай
- Шударга
- Тоглоом наадам, үйл ажиллагаа зохион байгуулах чадвартай

Харин нөгөө талаас, ихэнх хүмүүс дараах хандлагыг найзуудаасаа хүсдэггүй байна. Өөрөөр хэлбэл доор дурдсан хандлага бүхий хүмүүст бусад нь дургүй байдаг. Үүнд:

- Даргархуу
- Бусдад байнга "тэг, ингэ" гэж зааварлаж байдаг
- Бусдыг үргэлж буруутгаж явдаг
- Үргэлж өөрийнхөө тухай ярьж байдаг
- Хорон
- Бусдыг дандаа араар нь муулдаг
- Аливаад ямагт сөрөг, доромж байдлаар ханддаг
- Аливааг ямагт хүндрүүлж хардаг
- Байнга гомдоллодог
- Дээрэлхүү
- Хийгээгүй зүйлээ өөрөө хийсэн мэтээр ярьдаг
- Худалч, хуурамч

⁹ Эх сурвалж: Kidscape, <http://www.kidscape.org.uk> (accessed 15 February 2017).

Мэдээж дээрх бол зөвхөн жишээ. Хүн бүрийн хувьд сайн найзын тухай ойлголт өөр өөр байдаг. Зарим хүн бага зэрэг даргархуу зантай хүнийг тэвчиж чаддаг байхад зарим нь бүр таагүй ханддаг. Зарим нь зохион байгуулалт, эмх цэгц сайтай хүнд атаархаж, эсвэл хэт цэгцтэй байдалд нь бухимддаг учир хамтрах дургүй байдаг. Зарим хүн өөртэйгээ ижил сонирхолтой хүнтэй нөхөрлөхийг илүүд үздэг. Харин нөгөө хэсэг нь өөрийнх нь чаддаггүй зүйлийг чаддаг хүнтэй нөхөрлөхийг хүсдэг.

Хэрхэн шинэ найзтай болох вэ

Шинэ найз нөхөдтэй болохын тулд юуны өмнө өөрийн харилцааны чадварууд дээрээ ажиллах хэрэгтэй. Тодруулбал:

- Харцаа удирдаж сурах. Өөрөөр хэлбэл бусдыг сонирхож байгаагаа харцаараа зөв илэрхийлж сурах хэрэгтэй.
- Бусдын хэлж байгааг анхааралтай сонсож сур. Сонсох чадвар бол харилцааны хамгийн чухал чадварын нэг бөгөөд өөрсдийнх нь яриаг анхааран сонсож байгаа хүнд бүгд дуртай байдаг. Энэ нь тэдэнд таатай мэдрэмж төрүүлдэг.
- Бусадтай яриа эхлүүлэхдээ асуултаа зөв тавьж сурах. Жишээ нь, “Та ... талаар юу гэж бодож байна вэ?” гэх нь “Би ... гэж бодож байна. Тийм биз дээ?” гэснээс зөв хэлбэр юм. Өөрөөр хэлбэл, хаалттай бус нээлттэй асуулт тавьж сурах хэрэгтэй.
- Нөхөрсөг харагдаж, найрсаг харилцах. Нөхөрсөг бус, сөрөг хүнтэй хэн ч ойр байхыг хүсдэггүй. Зарим үед та хүсэхгүй байсан ч найрсаг харилцах хэрэгтэй болдог. Эхэндээ жүжиглэж байгаа мэт санагддаг ч эерэг харилцааны бий болж байгаа таатай уур амьсгал, үр дүнг мэдэрсний дараа тэгж санагдахаа болино. Гэхдээ энэ нь таныг үргэлж инээмсэглэж яв гэсэн үг биш билээ. Хэрэв ямар нэгэн асуудал үүсвэл нээлттэй хэлэлцэх нь чухал. Хүмүүс ч ийм байр суурийг үнэлдэг.

Гэхдээ нөхөрлөл гэдэг нь үргэлж таны санаснаар өрнөхгүй. Танаас өөрөөс чинь шалтгаалахгүй өөр олон нөхцөл байдлын улмаас та хүссэн хүнтэйгээ найз нөхөр хэвээр үлдэх боломжгүй болох нь бий. Зарим тохиолдолд та хоёрыг нэгтгэх зүйл байхгүй эсвэл нөгөө хүн тань өөр олон найзтай учир тантай нөхөрлөх боломжгүй байх тохиолдол бий.

Найз нөхөд ч цагийн аясаар өөрчлөгддөг. Өмнө нь хамтдаа хийх дуртай байсан зүйл тань одоо өөр зүйлээр солигдож, хамт байх боломжгүй болно. Эсвэл найз тань тухайн нөхцөл байдлаас хамаараад хэсэг зуур ганцаараа байхыг хүсэж болно. Зарим нөхөрлөл удаан үргэлжилдэггүй, ганц өдрийн нөхөрлөл ч бий. Насан туршийн сайхан үерхэл ч байдаг.

Зарим нэг найз чинь хар тамхи татах, хулгай хийх, бусдыг дээрэмдэх г.м. чиний хийхийг хүсдэггүй зүйлийг хийхийг оролддог. Гэхдээ үнэхээр сайн найз бол өөртөө болон хэн нэгэнд гэм хор болохоор буруу, муу зүйл хийхийг хүчилдэггүй гэдгийг сайн санаж явах хэрэгтэй. Иймд хэрэв найз чинь “Дэлгүүрээс үүнийг хулгайлчихъя. Хэн ч мэдэхгүй. Үгүй гэвэл найзлахаа болилоо” эсвэл “Хэрэв тэр хүүхдийг сургаад өгөхөд чи оролцохгүй бол найз гэдгээ мартаарай” гэх мэт үгс хэлээд эхэлбэл түүнтэй найз хэвээр үлдэх хэрэг байхгүй гэдэгт итгэлтэй байж болно.

Санаж явах зүйлс:

- Хүмүүстэй инээмсэглэн мэндэлж, найрсаг хандаарай. Бид бүгд л найрсаг хүмүүст дуртай.
- Өөрөө эхний алхмыг түрүүлж хийгээрэй. Бусдыг өөртэй чинь түрүүлж харьцах ёстой гэж хүлээх хэрэггүй.
- Сайн сонсогч байхад суралц. Өөрийг нь анхааран сонсож байгаа хүнд бүгд дуртай, ийм л хандлагыг хүмүүс найзаасаа хүлээж байдаг.

- Бусдыг өөртэйгээ адил байна гэж бүү хүлээ. Найз чинь өөрийн гэсэн үзэл бодолтой байх нь өөртэй чинь яг адилхан найзтай байхаас хамаагүй дээр.
- Аль болох олон асуулт асуу. Бусдыг сонирхож байгаагаа илэрхийлэх нэг арга бол тэдний бодол санаа, дуртай дургүй зүйлсийн талаар асуух байдаг. Гэхдээ бусдын сэтгэл мэдрэмжид соргог хандаж, хэт их асуулт тавих нь заримдаа таагүй байдал үүсгэдгийг санаж, юу асуух асуухгүйгээ мэддэг байх хэрэгтэй.
- Байнга гомдоллож байдгаа боль. Найздаа зөвхөн зовлонгоо тоочих гэж уулздаг бол тэд чамаас төдөлгүй залхах болно. Тиймээс сайн сайхан зүйлсийн тухай ч мөн хуваалцаж байх хэрэгтэй.
- Хуурамч найз нөхдөөс болгоомжил. Өөр хэн ч байхгүй учир хэн нэгэнтэй хамт байхын тулд найзлах хэрэг гардаг. Бусад хүмүүс бүгд буруу гэдгийг нь хүлээн зөвшөөрсөн үйлдлийг чамаар хийлгэх гэдэг найзаас болгоомжлох хэрэгтэй.
- Өөртэй чинь найзлах хүсэлгүй байгаа хүнийг бүү хүчил. Өөртөө тохирох сайн найзыг хай. Нөхөрлөл болгон амжилттай байх албагүй.

Дасгал 5.3.2 Найз нөхөдтэй болох, хүмүүстэй танилцах



Зорилго

- Оролцогчид найз нөхдөөсөө юу хүсэн хүлээж байдгийг мэдэх
- Хүмүүстэй холбоо тогтоож танилцаж сурах
- Олон соёлд танихгүй хүмүүстэй харилцаа холбоо тогтооход дэмжиж болох эсвэл саад учруулж болох хувийн болон жендэрийн ялгаа байдгийг ойлгох



Зорилтот бүлэг

Өсвөр насныхан, залуучууд, насанд хүрэгчид



Хугацаа

90 минут



Суудал зохион байгуулалт

Хагас эсвэл бүтэн тойрог болон сууна. Ширээ шаардлагагүй.



Ашиглах материал

- Самбарын цаас
- Оролцогч бүрд 10 ш. хоосон цаас (5 x 15 см), үзэг харандаа
- Жүжигчилсэн тоглолтын зохиолыг хувилж бэлдэх (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.3.2 А)



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.3.2 А: "Найзтай болох" жүжигчилсэн тоглолтын зохиол

Нэмэлт мэдээлэл: Найз нөхөдтэй болох (Дасгал 5.3.1)



Сургалт зохион байгуулах алхмууд

1. Үерхэл нөхөрлөлийн тухай танилцуулах – 25 минут
2. Найзууд юу хийж болох, юу хийж болохгүй тухай – 15 минут
3. Жүжигчилсэн тоглолт – 20 минут
4. Жүжигчилсэн тоглолтоо хэлэлцэх – 25 минут
5. Дүгнэлт, зөвлөмж – 5 минут

Бэлтгэл ажил

Охид болон эмэгтэйчүүдийг хамгаалалт өндөртэй орчинд өсгөх нь түгээмэл байдаг учраас 3-р алхмын жүжигчилсэн 2 тоглолт нь хүмүүстэй танилцаж холбоо тогтооход нөлөөлөх хувийн болон жендэрийн ялгааг илрүүлэх зорилготой. Тэднийг ичимхий даруу байх хэрэгтэй хэмээн шаардаж, аль болох гадуур явах, өөрийгөө хөгжүүлэхэд нь “эмэгтэй юм байж” хэмээн хорьж цагддаг. Гэвч энэ нь тэдний хувьд ажил амьдралаас шалтгаалан өөр газар нүүж дасан зохицох, шинэ орчин, олон танихгүй хүмүүсийн дунд орох үед нь сул тал болон хувирдаг. Энэхүү жүжигчилсэн тоглолтууд нь холимог бүлгээр, дүрээ сольж тоглож үзэхэд зориулагдсан бөгөөд эхний жүжигт шинээр ирж байгаа хүн нь ичимхий эрэгтэй бол дараагийн жүжигт өөртөө итгэлтэй эмэгтэй байна. Харин шинэ хүнийг угтаж байгаа хүмүүс нь эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс байна.

Сургагч багш оролцогчдын хэрэгцээг харгалзан дээрх жүжигчилсэн тоглолтод зарим нэг өөрчлөлт оруулах эсэхээ шийдэж болно. Жишээлбэл, хэрэв оролцогчид бүгд эмэгтэйчүүд байвал шинээр ирж байгаа хүн нь эрэгтэй бөгөөд хоёр эмэгтэй найзтайгаа хамт яваа байдлаар өөрчилж болно. Хэрэв тухайн орон нутагт эсрэг хүйсийн хүмүүсийн хооронд зааг тогтоож, эмэгтэй хүн танихгүй эрэгтэйтэй, эрэгтэй нь ч танихгүй эмэгтэйтэй ярилцахыг таашаадаггүй бол эхний жүжигчилсэн тоглолтод дан эрчүүд, дараагийн тоглолтод дан эмэгтэйчүүд оролцож болно. Ингэснээр ямар ч хүн, эрэгтэй ч бай, эмэгтэй ч бай, багаасаа заалгаж сурснаасаа бусадтай харилцаж болохыг эндээс харж болно. Эсвэл, эхний жүжгийг дан эмэгтэйчүүд гэж, дараагийн жүжгийг дан эрэгтэйчүүд байгаа тохиолдолд хэмээн өөрчилж бас болно. Ингэснээр нутаг нутгийн онцлог, зан заншлаас шалтгаалан танихгүй хүмүүстэй харилцахад хүйсийн ялгаа хэрхэн нөлөөлдгийг харж болно.

Жүжигчилсэн тоглолтыг яаж өөрчилснөөс үл хамаараад дараах зүйлийг онцлон ярилцаарай:

- Оролцогчдын амьдарч байгаа орчинд хүмүүстэй танилцахад нөлөөлдөг жендэрийн ямар ялгаа байдаг вэ? Жишээ нь, эмэгтэйчүүдийг ичимхий даруу байх хэрэгтэй гэдэг хэрнээ эрчүүдийг гадагш гарч хүнтэй танилц гэдэг. Ингэж сургах нь эмэгтэйчүүдийг шинэ орчинд дасан зохицох чадвар муутай болгодог.
- Хүмүүсийн хувийн ялгаа нь харилцаанд чухал үүрэг гүйцэтгэдэг. Жишээ нь, шинэ орчинд орохоороо бүрэг ичимхий зан гаргадаг эрэгтэйчүүд байдаг бол хүмүүстэй танилцахдаа чөлөөтэй байж чаддаг эмэгтэйчүүд ч мөн олон байдаг.

Алхам 1. Үерхэл нөхөрлөлийн тухай танилцуулах – 15 минут

Үерхэл нөхөрлөлийн тухай товч танилцуулна. Хүн бүр найзтай байхыг хүсдэг. Зарим нь олон найзтай байхыг хүсдэг бол зарим нь цөөнийг эрхэмлэдэг. Нэг сайн найзтай байх нь ч бий. Найзтай байх нь маш чухал. Өөртөө тохиолдсон сайн муу бүхнийг хуваалцах найзтай байна гэдэг сайхан байдаг.

Оролцогч бүрд 10 хуудас цаас, үзэг харандаа өгнө. Тэгээд найзаасаа хүсэн хүлээдэг 4-5 зүйлийг (чамайг сайн сонсдог байх эсвэл чамтай хамтардаг зэрэг эерэг үйлдлүүд), мөн битгий хийгээсэй гэж хүсдэг 4-5 зүйлийг (хувиа хичээдэг, бусдыг залилан мэхэлдэг г.м. сөрөг үйлдлүүд) бичихийг хүснэ. Ингэхдээ нэг цаасан дээр зөвхөн нэгийг л бичнэ. Бүгд бичиж дууссаны дараа бичсэн цааснуудаа нийлүүлж холино гэдгийг хэлээрэй.



Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

Хэрэв оролцогчид бичиг үсэгт тайлагдаагүй, цаасан дээр 4-5 зүйл бичих чадваргүй бол (Алхам 2-н үед тэмдэглэгээгээ хараад тайлбарлах боломжтой болохын тулд) өөрийн санаагаа илэрхийлэх зураг зурж, ямар нэгэн тэмдэглэгээ хийж болно.

Алхам 2. Найзууд юу хийж болох, юу хийж болохгүй тухай – 25 минут

Оролцогчдыг хос хосоор нь суулгаад бичсэн цааснуудаа хоорондоо солилцохыг хүснэ. Ингээд авсан цаасаа “найзаасаа хүсдэг зүйл”, “найзаасаа хүсдэггүй зүйл” гэж хоёр ангилна. Тэгээд ангилал тус бүрээр өөр өөрсдийнхөө цаасыг танилцуулж, ижил болон ялгаатай талуудыг жишиж ярилцана (нэг ангилал дээр 5 минутаас илүү хугацаа зарцуулахгүй).

Одоо бүгд цуглан суугаад, хариултуудыг самбар дээр жагсаан бичээд ярилцана. Ингэхдээ дараах асуултыг чиглүүлэг болгоно:

- Найз нөхдийн гаргаж болох, болохгүй эерэг, сөрөг үйлдлүүдийн нийтлэг тал нь юу байна вэ?
- Найз нөхдийн гаргаж болох, болохгүй эерэг сөрөг үйлдлүүдийн талаар санал зөрөлдөх зүйл байна уу? Хэрэв тийм бол яг юун дээр, яагаад санал зөрөлдөж байна вэ?

Алхам 3. Жүжигчилсэн тоглолт – 20 минут

Оролцогчдоос сайн дураараа жүжигчилсэн тоглолтод оролцох 10 хүнийг гарч ирэхийг хүснэ. Тэднийг 2 багт хуваана. Баг бүрд Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.3.2 А-гаас жүжигчилсэн тоглолтын зохиолыг өгөөд 5 минут тусдаа өрөөнд бэлдүүлнэ.

Энэ хооронд бусад оролцогчдод 2 жүжиг үзэж дүн шинжилгээ хийнэ гэдгийг тайлбарлана. 4 найз дээр нэгэн хүн нэмэгдэн ирж байгаа тухай хоёр жүжигт өгүүлэх бөгөөд шинэ хүний зан үйл болон түүнийг тосон авч байгаа 4 найзын хариу үйлдлийн эерэг болон сөрөг талуудыг жагсаан бичих даалгавар өгнө.

Жүжиг тоглох 2 баг ээлж ээлжээр жүжгээ үзүүлэх ба үзүүлэх тоглолтод сайн дураараа оролцсонд нь талархах хэрэгтэй. Мөн энэ бол жүжигчилсэн тоглолт тул шинээр ирж байгаа хүний дүрд тоглосон хүн бодит амьдрал дээр ийм байхгүй гэдгийг онцолж хэлнэ.

Алхам 4. Жүжигчилсэн тоглолтоо хэлэлцэх – 25 минут

Дараах асуултын дагуу жүжигчилсэн тоглолтын тухай хэлэлцүүлэг өрнүүлнэ:

- Дүрд тоглосон оролцогчдод ямар мэдрэмж төрсөн бэ?
- Юу нь амархан, юу нь хэцүү байсан бэ?
- Хоёр жүжигт шинээр ирж байгаа хүний зан үйл үзэгчдэд ямар сэтгэгдэл төрүүлсэн бэ?
- Шинээр ирж байгаа хүнд гаргаж байгаа 4 найзын хариу үйлдэл үзэгчдэд ямар сэтгэгдэл төрүүлсэн бэ?
- Хэрэв та шинэ хүний оронд байсан бол яах байсан бэ?
- Шинэ найзтай болмоор байгаа үедээ та юу хийдэг вэ?

- Огт танихгүй хүнтэй холбоо харилцаа тогтооход танд хэцүү байдаг уу? Яагаад?
- Хүнтэй танилцах эсвэл шинэ хүнийг угтан авахад эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс, охид/хөвгүүдийн хооронд ямар нэгэн ялгаа байдаг уу? Тийм бол ямар ялгаа байдаг вэ? Тэрхүү ялгаа нь харилцаанд саад болдог уу эсвэл дэм болдог уу?
- Өөрийгөө хүмүүст танилцуулах хамгийн шилдэг арга юу гэж бодож байна вэ?

Алхам 5. Дүгнэлт, зөвлөмж – 5 минут

Дээрх хэлэлцүүлгээ дүгнээд, шинэ найзтай болоход анхаарах дараах зөвлөмжийг өгнө:

- Харилцагч хүнд хандан инээмсэглэж, нүд рүү нь харна.
- Эхний алхмыг түрүүлж хийнэ.
- Сайн сонсогч байхыг хичээж, сонирхож байгаагаа илэрхийлэх асуулт асууна.
- Зарим нутагт залуу охид эмэгтэйчүүдийг танихгүй эрэгтэй хүнтэй уулзах, ярихыг таашаадаггүй. Үүнээс шалтгаалж эмэгтэйчүүд хүнтэй танилцах тал дээр бүрэг ичимхий байдаг. Энэ нь цаашлаад эмэгтэй хүн ямар нэгэн шалтгаанаар нүүн суурьших, шинэ орчинд орох үед нь асуудлаа шийдэх, мэдээлэл авах, туршлагаа хуваалцах зэрэгт нь саад бэрхшээл үүсгэдэг.
- Хүйсийн ялгаанаас гадна хувийн ялгаа ч байдаг. Бүрэг ичимхий эрчүүд байдгийн адил өөртөө итгэлтэй эмэгтэйчүүд ч олон байдаг.
- Бусдыг өөртэйгээ адил байгаасай хэмээн бүү хүлээ.
- Байнга гомдоллох, өөртэйгээ адилгүй хүнд дээрэлхэх зэрэг сөрөг хандлага бүү гарга.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.3.2 А: “Найзтай болох” жүжигчилсэн тоглолтын зохиол

Зааварчилгаа: Энэ хуудсыг хувиран Алхам 3-ын үед багуудад тарааж өгнө. Баг бүрд нэг тоглолтын нөхцөлийг өгнө.



1-р багийн зохиол (доод тал нь 2 эрэгтэй байна)

Нөхцөл:

4 найзыг хамт сууж байх үед өөр хотоос нэгэн эрэгтэй хүн тэдэн дээр ирэв. Тэрээр гадна харагдах байдал нь нэг л өвөрмөц, бас дуудлага нь содон байлаа. Тэрээр их ичимхий, бас дуугүй нэгэн байсан ч сууж байсан найзуудтай яриа үүсгэхийг оролдов. 4 найзын 2 нь түүнд эелдэг хандсан ч нөгөө хоёр нь тийм ч таатай харьцсангүй.

Дүрүүд:

Хэн нь шинэ хүний дүрд, хэн нь 4 найзын дүрд тоглохоо сонгоно.



2-р багийн зохиол (доод тал нь 2 эмэгтэй байна)

Нөхцөл:

4 найзыг хамт сууж байх үед өөр хотоос нэгэн эмэгтэй тэдэн дээр ирэв. Тэрээр уг нь ухаалаг харагдаж байвч найзуудтай яриа үүсгэхдээ хэт их ярьж, зөвхөн өөрийнхөө тухай ярьсаар байв. 4 найзын 2 нь түүнд эелдэг хандсан ч нөгөө хоёр нь тийм ч таатай харьцсангүй.

Дүрүүд:

Хэн нь шинэ хүний дүрд, хэн нь 4 найзын дүрд тоглохоо сонгоно.



Сэдэв 5.4 Нийгмийн болон харилцааны ур чадварууд



Агуулга

Энэ сэдэвт орсон дасгалууд нь оролцогчдод найз нөхдийнхөө өмнө хариуцлага хүлээх, итгэлийг нь даах тухай ойлгуулахад чиглэсэн юм. Түрэмгий, өөртөө итгэлтэй, идэвхгүй г.м. хүмүүсийн хоорондын харилцааны төрөл бүрийн хариу үйлдлүүд, эдгээр нь бусад хүмүүстэй харилцах харилцаанд хэрхэн нөлөөлдөг тухай мэдэх болно. Мөн хүсээгүй зүйлдээ “Үгүй” гэж хэлж сурахаас гадна цахим орчинд хийж болох, болохгүй үйлдлүүдийн талаар, түүнийг хэрхэн аюулгүй, хариуцлагатай хэрэглэх талаар суралцана.



Үндсэн мэдээлэл

- Зарим нөхцөлд, ялангуяа тодорхойгүй эсвэл хүнд хэцүү үед итгэж болох, чиний төлөө хүлээх хариуцлагаа мэдэрдэг хүн хэрэгтэй байдаг.
- Хэнийг ч гадна төрх, хүйс, нийгмийн байдлаар нь дүгнэж болохгүй.
- Танихгүй хүний ярьж байгаа зүйлс хэчнээн сайхан сонсогдож байсан ч худлаа байж болох тул шууд итгэж болохгүй. Иймд танихгүй хүний үгэнд шууд итгэхээс өмнө мэдээллийг өөрөө нягталж, үнэнийг олж мэдэх хэрэгтэй. Тэдний яриа үнэн эсэхийг нягтлах аргуудыг олоорой.
- Хэтэрхий сайхан зүйлс амладаг хүмүүсийн ярианд итгэхээсээ өмнө худал байж болохыг мартаж болохгүй.
- Ямар нэгэн зүйл амласан танихгүй хүнд хувийн мэдээлэл, иргэний үнэмлэх, мөнгө төгрөгөө өгч огт болохгүй.
- Аливаа зөрчлийг амжилттай шийдэх нэг арга бол өөртөө итгэлтэй, идэвхгүй болон түрэмгий байх гэсэн харилцааны гурван хэв маягийг ухаалгаар хослуулан хэрэглэх явдал юм.
- Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн харилцааны хэв маяг өөр өөр байдаг нь тэд аливаа зөрчлийг өөр өөр аргаар шийдвэрлэж сурсан байдагтай холбоотой.
- Цахим орчин бол аюулгүй, хариуцлагатай хэрэглэж чаддаг хүнд маш том боломж. Гэхдээ интернэтэд байршуулсан мэдээлэл хэзээ ч арилдаггүй, өөр хүн хуулаад бусдад дамжуулж ч болох тул цахим орчин дахь харилцааны үр дагавар төсөөлшгүй байх боломжтой.
- Өөрийн хувийн нууцыг хадгалж, бусад хүний нууцаа хамгаалах эрхийг хүндэл.



Дасгалууд

Дасгал 5.4.1 Миний итгэл даах хүн

Дасгал 5.4.2 Тайван байдлаа хэрхэн хадгалах вэ

Дасгал 5.4.3 Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний зохистой хэрэглээ



Холбогдох сэдвүүд

- 1.2 Миний гэр бүл ба миний орон нутаг
- 5.2 Багаар ажиллах ур чадвар
- 5.3 Найз нөхөдтэй болох
- 6.2 Хайр сэтгэл ба гэрлэлт
- 8.1 Хүчирхийлэлд хэрхэн "Үгүй" гэж хэлэх вэ?
- 8.2 Архи, мансууруулах бодисод хэрхэн "Үгүй" гэж хэлэх вэ?
- 10.1 Ухаалаг шилжин суурьшигч

Дасгал 5.4.1 Миний итгэл даах хүн



Зорилго

- Итгэл даах гэдгийг мэдрэх
- Хэн нэгний төлөө хариуцлага хүлээх гэдгийг ойлгох
- Хэнд итгэхээ шийдэх



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчид



Хугацаа

90 минут



Суудал зохион байгуулалт

Чөлөөтэй нааш цааш явах, саад болгон хэрэглэх эд зүйлсэд (ширээ, сандал, самбар зэрэг) зориулсан орон зай



Ашиглах материал

- Нүдний боолт (хос бүрд нэг байхаар)
- 2 метрийн урттай 3 олс/уяа
- Танихгүй дөрвөн хүний зурагт хуудас (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.1 А)
- Цаасан скоч



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.4.1 А: Танихгүй дөрвөн хүн



Сургалт зохион байгуулах алхмууд

1. Нүдээ боох тоглоомыг танилцуулж, тоглоомд бэлдэх – 15 минут
2. Нүдээ боож тоглох – 20 минут
3. Нүдээ боож тоглосон талаар ярилцах – 20 минут
4. “Танихгүй дөрвөн хүн” тоглоомыг тоглох – 10 минут
5. “Танихгүй дөрвөн хүн” тоглоомыг ярилцах – 15 минут
6. Хүнд итгэх тухай дүгнэн ярилцах – 10 минут

Алхам 1. Нүдээ боох тоглоомыг танилцуулж, тоглоомд бэлдэх – 15 минут

Энэхүү дасгал нь хүнд хэрхэн итгэх тухай гэдгийг оролцогчдод тайлбарлана. Энэ дасгал нь тоглоомоос эхэлнэ. Хэрэв оролцогчдын тоо тэгш бол 4, сондгой бол 5 оролцогчийг тантай хамт ангид үлдэхийг, бусдыг нь ангиас гарахыг хүснэ (та нарыг харж, сонсож чадахгүй байхын тулд). Нэг сургагч багш хамтарч болно. Эсвэл 2 минутын дараа та тэдэнтэй нэгдэнэ гэж хэлнэ.

Ангид үлдсэн 4-5 оролцогчдод 3 олс өгөөд “саадтай тойрог” бүтээхийг хүснэ. Энэхүү тойрог нь “Гараа”, “Бариа” гэсэн цэгүүдтэй байх ба энэ хоёрын хооронд авирч гарах, тойрч гарах, мөн мөлхөж гарах саадууд бэлдэнэ. Ширээ, сандал, олс зэргээ ашиглан саадыг хийж болох бөгөөд тойрог хэт урт, хэт төвөгтэй саадтай байж болохгүй. Учир нь оролцогчид нүдээ боогоод бусад хүний заавраар уг саадыг давж гарах ёстой. Саадыг бэлдсэн хүмүүс ажиглагчаар оролцох болно гэдгийг хэлнэ.

Эдгээр 4-5 хүнээ саад бэлдэж байх хооронд бусад оролцогчид дээр очиж сайн танихгүй хүнтэй хамтарч хос болохыг хүснэ. Тэгээд хосуудын нэгийг нь нүдийг боож, нөгөө нь зам заах ёстойг тайлбарлана. Хэн нь ямар үүрэг гүйцэтгэхээ оролцогчид өөрсдөө сонгож болно. Зааварчилгаа өгөх хүн нь хамтрагчийнхаа нүдийг боож, хөтлөн, ангид орно. Тэгээд замд нь байгаа саадыг тайлбарлан, юу хийх ёстойг нь хэлж өгөх үүрэгтэй. Зөвхөн гарааны хэсэг хүртэл гараас нь хөтлөх ба тоглоомын гол дүрэм нь зааварлагчийн зөвхөн үгэн заавраар, бие биедээ хүрэлгүйгээр саадыг давж, барианд хүрэх явдал юм. Хосуудыг ээлж ээлжээр нь ангид оруулж, саадыг давуулна.

Алхам 2. Нүдээ боож тоглох – 20 минут

Эхлэхээс өмнө саадтай тойргоо шалгана. Хосууд нөгөө хосуудаасаа 1 минутын зайтайгаар ангид орох ба ангид орохоос өмнө саадыг харуулахгүйн тулд нүдийг нь сайтар боосон эсэхийг шалгаж байж ангид оруулна.

Алхам 3. Нүдээ боож тоглосон талаар ярилцах – 20 минут

Бүх хосууд барианд хүрсний дараа нүднийхээ боолтыг авахыг зөвшөөрнө. Тойрч суугаад дараах асуултын дагуу тоглоомын тухай ярилцана:

- Тоглоом хөгжилтэй байсан уу? Аймаар байсан уу? Амархан байв уу, хэцүү байв уу?
- Нүдээ боолгосон хүнд ямар санагдаж байв (айсан, сандарсан, аюулгүй, тайван г.м.)?
- Зааварлагчид ямар санагдаж байв (сандарсан, тайван, хариуцлагатай, итгэл даасан г.м.)?
- Юу буруугаар эргэв? Юу нь зөв байсан бэ?
- Нүдээ боосон хүний хувьд зааварлагч нь сайн танихгүй хүн байсан нь нөлөөлсөн үү?
- Хэрвээ сайн найз нь зааварлагчийн үүрэг гүйцэтгэсэн бол илүү хялбар байх байсан болов уу? Тийм бол яагаад? Үгүй бол яагаад?

Алхам 4. “Танихгүй дөрвөн хүн” тоглоомыг тоглох – 10 минут

Дараагийн тоглоомыг танилцуулж, Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.1 А-д байгаа “Танихгүй дөрвөн хүн”-ий зургийг харуулна. Дэлгэрэнгүй мэдээлэл өгөлгүйгээр зөвхөн зургийг харуулна. Хоёр нь аятайхан хувцасласан, найрсаг царайтай байгааг, нөгөө хоёр нь жаахан навсгар байгааг тайлбарлана. Зургийг өрөөний 4 буланд, хананд нааж тогтооно.

Оролцогчдыг суудлаасаа босохыг хүсэж, сургагч багшийн асуусан асуултад хариулахын тулд дөрвөн буланд байрлуулсан зургуудын аль нэгийг сонгож очих ёстойг тайлбарлана. Асуулт бүрийн дараа зарим оролцогчдоос яагаад тухайн зургийг сонгосныг асууна. Асуултууд нь:

- Асуултад даруй хариулах хэрэгтэй болбол хэнд нь хандах вэ?
- Хэрэв чамд ямар нэгэн зүйл амлавал хэнд нь итгэх вэ?
- Ямар нэгэн зүйл чинь алга болбол хэнийг сэжиглэх вэ?
- Ямар нэгэн тусламж хэрэгтэй болбол хэнд нь хандах вэ?
- Өөр хотод ажилд орохыг санал болговол хэнтэй нь хамт явах вэ?
- Чамаас мөнгө зээлэхийг хүсвэл хэнд нь зээлүүлэх вэ?

Алхам 5. “Танихгүй дөрвөн хүн” тоглоомыг ярилцах – 15 минут

Оролцогчдыг суудалдаа суухыг уриад, дараах асуултын дагуу ярилцана:

- Хэнд нь хамгийн их итгэсэн бэ? Яагаад?
- Эмэгтэйчүүд эмэгтэй хүндээ, эрчүүд эрэгтэй хүндээ илүү амархан итгэж байна уу? Хэрэв тийм бол яагаад?
- Хүмүүс ядуу хүнээс илүү баячуудад итгэдэг үү? Тийм бол яагаад, үгүй бол яагаад?
- Энэ нь ухаалаг зан мөн үү?
- Хүнийг чи хэрхэн дүгнэдэг вэ?
- Хүнд итгэж болох эсэхийг мэдэхийн тулд чи юу хийж болох вэ?

Алхам 6. Хүнд итгэх тухай дүгнэн ярилцах – 10 минут

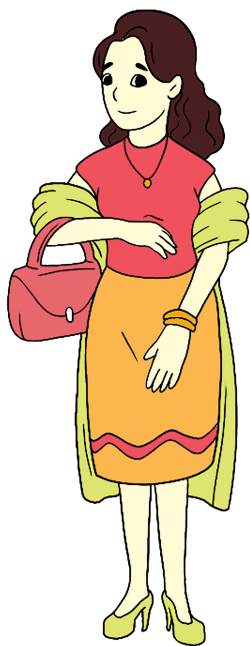
Хэлэлцүүлгээ дүгнэхдээ дараах санааг онцлоорой:

- Зарим тохиолдолд, ялангуяа тодорхойгүй, эсвэл хүнд нөхцөлд итгэлийг чинь даах, чиний төлөө хариуцлага хүлээх хэн нэгэн байх нь сайхан байдаг.
- Хэн нэгнийг гадна төрх эсвэл хүйсээр нь дүгнэх боломжгүй. Дэлхий дээр сайн, муу эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс байдаг ба гадна төрхөөрөө янз бүр байдаг.
- Танихгүй хүнд шууд итгэх хэцүү. Учир нь тэдний ярьж байгаа зүйл, амлалт зэрэг нь сайхан сонсогдож болох ч худлаа байж болно. Танихгүй хүний үгэнд шууд итгэхийн оронд өөрийнхөө боломжоор үнэн худлыг нь нягталж байх хэрэгтэй. Хүмүүсийн ярьсан зүйлийн үнэн эсэхийг шалгах аргуудыг олоорой.
- Үнэнээс хэтэрхий хол сайхан зүйлс ярьдаг хүмүүс байдгийг мэдэж ав. Тийм зүйлс ихэнх нь худлаа байдаг.
- Сайхан зүйл амласан танихгүй хүнд эд мөнгө, хувийн бичиг баримтаа хэзээ ч бүү өг.
- Хэнд итгэж байгаагаа байнга нягталж байгаарай.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.1 А: Танихгүй дөрвөн хүн

Зааварчилгаа: Дараах 4 зургийг А4 хэмжээгээр хувилж алхам 4-д ашиглана.



Танихгүй хүн 1

Гоё хувцасласан найрсаг эмэгтэй



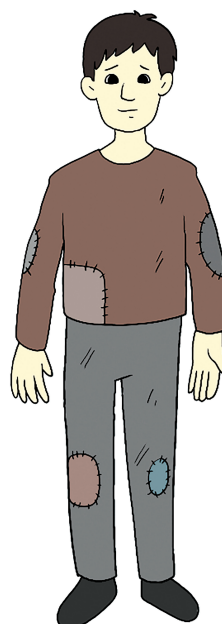
Танихгүй хүн 2

Ноорхой хувцастай ядуувтар эмэгтэй



Танихгүй хүн 3

Гоё хувцасласан, нөхөрсөг эрэгтэй



Танихгүй хүн 4

Ноорхой хувцастай ядуувтар эрэгтэй

Дасгал 5.4.2 Тайван байдлаа хэрхэн хадгалах вэ



Зорилго

- Зөрчлийг шийдвэрлэх аргуудын тухай ойлголттой болох
- Зөрчил, уур хилэнг тайван, ухаалаг аргаар даван туулахад суралцах



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчид



Хугацаа

Алхам 1 – 4: 75 минут

Алхам 5 - 30 минут (сонголтоор)



Суудал зохион байгуулалт

Тайз хэлбэрээр задгай талбайг тоглолтод зориулж үлдээгээд, үзэгчдийн суудлыг хагас тойрог хэлбэрээр засна.



Ашиглах материал

- Самбарын цаас, самбарын үзэг, цаасны скоч
- Нөхцөл байдлын карт 1, харилцааны хэв маягийн карт 3 ш. (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 А)



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.4.2 А: “Зөрчилт нөхцөл, харилцааны хэв маяг” жүжигчилсэн тоглолтын зохиол

5.4.2 Б: Харилцааны ялгаатай хэв маяг

5.4.2 В: “Зөрчилт нөхцөл” жүжигчилсэн тоглолтын нэмэлт зохиолууд



Сургалт зохион байгуулах алхмууд ¹⁰

1. Танилцуулга, жүжигчилсэн тоглолт – 20 минут
2. Жүжигчилсэн тоглолтыг ярилцах – 20 минут
3. Хүмүүс хоорондын зөрчилд хариу үйлдэл үзүүлэх гурван арга – 25 минут
4. Харилцааны гурван хэв маяг – 10 минут
5. Жүжигчилсэн тоглолт – 30 минут (сонголтоор)

¹⁰ Эх сурвалж: *Friends Tell Friends on the Street* by Greg Carl & Nonthathorn Chaiphech (Thai Red Cross Aids Research Centre: Bangkok, 2000), Exercise: Reactions, p. L-20.

Бэлтгэл ажил

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 А-с нөхцөл байдлын карт 1, харилцааны хэв маягийн карт 3-ыг сонгоно. Алхам 3-т зориулж Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 Б-т тусгагдсан харилцааны хэв маяг тус бүрд самбарын цаас бэлдэнэ.

Алхам 1. Танилцуулга, жүжигчилсэн тоглолт – 20 минут

Энэхүү дасгал нь аливаа зөрчлийг ухаалаг, тайван аргаар шийдэхэд суралцахад туслах зорилготой болохыг тайлбарлана. Эхлээд хүмүүсийн харилцааны өөр өөр хэв маягийг харуулсан жүжигчилсэн тоглолт хийнэ. Сургагч багш сайн дураараа жүжиглэх 4 хүнд Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 А-т байх өгөгдлийг танилцуулж тайлбарлаад, бэлтгэх 10 минут өгнө.

Тэднийг бэлтгэлээ хийж байх хооронд бусад оролцогчдод үйл ажиллагааг товч тайлбарлана. Зөрчлийг харуулсан жүжигчилсэн 3 тоглолт үзүүлнэ. Нэг тоглогч нэг л ижил асуудалтай тулгарах ч гурван өөр хүнтэй харилцах болно. Нөхцөл ижил ч харилцааны хэв маяг ялгаатай байна. Оролцогчдыг харилцааны эдгээр ялгаатай хэв маягт анхаарлаа хандуулахыг хүснэ. Дараа нь жүжигчдийг ангид урьж, тоглолтоо үзүүлэхийг хүснэ.

Алхам 2. Жүжигчилсэн тоглолтыг ярилцах – 20 минут

Жүжигчилсэн тоглолт үзүүлсэн оролцогчдод талархаад суухыг урина. Дараах асуултын дагуу хэлэлцүүлэг өрнүүлнэ:

- Жүжиг бүрд үзүүлсэн хариу үйлдлүүд ямар байсан бэ?
- Ноцтой асуудал үүссэн үед та хэрхэн хариу үзүүлдэг вэ?
- Заримдаа иймэрхүү нөхцөл үүсэх үед юу хийхээ мэдэхгүй, тэндээс зугтаад, ганцаараа уйлахыг, нуугдахыг хүсдэг үү?
- Заримдаа уурласандаа болоод тархи задрах гэж байгаа юм шиг мэдрэмж төрдөг үү?
- Бусадтай харилцах үедээ ямар хариу үйлдэл үзүүлэхээ та өөрөө сонгож чаддаг уу?
- Таны үзүүлэх хариу үйлдэл нөгөө хүнд тань нөлөөлдөг үү? Тийм бол яаж?
- Хариу үйлдэл үзүүлэх хамгийн зөв арга нь юу вэ? Яагаад?

Алхам 3. Хувь хүмүүс хоорондын зөрчилд хариу үйлдэл үзүүлэх 3 арга – 25 минут

Хэн нэгэнтэй зөрчилдөх үед хүмүүс түүнд 3 арга замаар хариу үзүүлдэг байна:

- Түрэмгий хариу үйлдэл: уур хилэн
- Идэвхгүй хариу үйлдэл: нуугдах, хойшлуулах, сөргөлдөөнөөс зайлсхийх
- Өөртөө итгэлтэй, шаргуу хариу үйлдэл: өөрийнхөө эрхийг хамгаалахын хамтаар харилцагч хүнээ хүндлэх.

Оролцогчдоос зөрчлийг шийдвэрлэх аргын нэмэлт жишээ гаргаж, самбарт дээрх 3 хэв маяг тус бүрийн дор жагсааж бичихийг хүснэ. Өөр ямар нэгэн жишээ гаргаж ирж чадахгүй байвал жишээ болгож, үргэлж эелдэг байх, бүдүүлэг байх, сонсохыг хичээх г.м. аргуудыг дурдаад хэрвээ өөрөө зөрчилт байдалд орвол яаж хандах талаар ярихыг санал болгоно. Ахин цааш ярих хүнгүй бол Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 Б-т байгаа хэв маягуудыг дурдаж болно. Мөн самбарт жагсаасан харилцааны хэв маяг тус бүрийн онцлогийг тайлбарлан хэлж өгнө.

Асуулт: Эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүд болон хөвгүүд, охидын харилцааны хэв маяг ялгаатай юу? Хэрэв тийм бол юугаараа ялгаатай байна вэ? Ихэнх соёлд охид, эмэгтэйчүүдийг өөрийнхөө эрхийг хамгаалж дугарахыг зөвшөөрдөггүй, аливаа зөрчилт байдлаас зайлсхийж байхыг сургадаг бол хөвгүүд/эрэгтэйчүүдийн түрэмгий зан үйлийг хүлээн зөвшөөрч тэр ч байтугай сайшаадаг.

Өөртөө итгэлтэй шаргуу хэв маяг нь хамгийн оновчтой боловч заримдаа хүлээцтэй байж, хэзээ ярьж эхлэх ёстойгоо мэдэрч (идэвхгүй хэв маяг) эсвэл өөрийн эрх ашгаа хамгаалж, уур хилэнгээ илэрхийлж байх нь (түрэмгий хэв маяг) зөв байдаг. Зөрчлийг амжилттай шийдэх нь харилцааны дээрх гурван хэв маягийг хэр ухаалаг хослуулахаас хамаардаг.

Алхам 4. Харилцааны гурван хэв маяг – 10 минут

Дараах үндсэн мэдээллийг тоймлон, дүгнэлтээ гаргаарай:

- Харилцааны үндсэн гурван хэв маяг байдаг:
 1. **Түрэмгий:** эелдэг бус, бусдыг бодолцохгүй
 2. **Идэвхгүй:** дундыг барьсан, асуудлыг сонирхохгүй, өөрийн санаачилгагүй
 3. **Өөртөө итгэлтэй, шаргуу:** Асуудлыг сонирхож, өөрийн үзэл бодлоо шууд боловч эелдэг, хүндэтгэлтэйгээр илэрхийлэх
- Аливаа зөрчлийг амжилттай шийдэх арга нь өөртөө итгэлтэй байж, өөрийн байр суурийг хамгаалахын хамтаар бусдын байр суурийг сонсож, ойлгохыг хичээж, өөрийгөө нөгөө хүний оронд тавьж үзэх явдал юм.
- Эрчүүд, эмэгтэйчүүд болон хөвгүүд, охидын харилцааны хэв маяг ялгаатай байдаг нь тэд багаасаа зөрчлийг өөр өөр аргаар шийдэж сурсан байдагтай холбоотой.
- Нас, хүйсээс үл хамаараад хүмүүс дээрх гурван хэв маягийг ухаалгаар зохицуулан хэрэглэж сурвал ямар ч зөрчлийг тайвнаар шийдэх боломжтой.

Алхам 5. Жүжигчилсэн тоглолтууд – (сонголтоор) 30 минут

Энэхүү сургалтын үр дүнд оролцогчдод янз бүрийн нөхцөл байдалд үүсэж болох зөрчлийг шийдэх арга барилаа сайжруулах хүсэл төрдөг. Хэрэв ийм хүсэлт гаргавал 4 гишүүнтэй шинэ баг бүрдүүлж Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 А-гаас нэг, 5.4.2 В-с нэг эсвэл хэд хэдэн нөхцөл байдлын карт өгнө. Оролцогчид өөр өөр мэдрэмж илэрхийлж, өөр өөр шийдвэр санал болгох тул хэд хэдэн баг ижил нөхцөл байдлын карт дээр ажиллаж болно.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 А: “Зөрчилт нөхцөл, харилцааны хэв маяг” жүжигчилсэн тоглолтын зохиол

Зааварчилгаа: Жүжигчилсэн тоглолтод зориулж дараах жишээнээс аль нэг нөхцөлийг сонгон тоглоно. Эсвэл зорилтот бүлэгт тохируулан нөхцөлийг өөрчилж болно. Сургалтын хэрэглэгдэхүүний 2 хуудсыг хувилж, тасархай зураасны дагуу Нөхцөл байдлын карт (Нөхцөл 1–4) болон харилцааны 3 хэв маягийн картыг (Тоглогч 2 – 4) хайчилна.

Жүжигчдэд зориулсан заавар:

- Алхам 1-н үеэр сайн дурын 4 оролцогчдод нэг нөхцөл байдлын картыг тус бүрд нь тарааж өгнө.
- Бүгд өөр өөрийн картыг унших ба бусадтайгаа энэ талаар ярилцаж болохгүй.
- Нөхцөл байдлын карт авсан хүн өөрийн дүрийг 3 өөр оролцогчтой 3 удаа давтах болно.
- Нөгөө 3 оролцогчид Харилцааны хэв маягийн карт өгнө.
- Харилцааны хэв маягийн карт авсан оролцогчид карт дээрх зааврын дагуу нөхцөл байдалд хариу үйлдэл үзүүлнэ.
- Жүжиг эхлэхэд 3, 4 дэх оролцогчид өрөөндөө үлдэнэ.

Нөхцөлүүд

Нөхцөл 1:

Хоёр найз ямар кино үзэх талаар шийдэж чадахгүй байна. Охин өөрийн дуртай жүжигчний тоглосон романтик кино үзмээр байсан ч найз залуу нь өөрийн дуртай жүжигчний тоглосон тулааны кино үзэхийг хүсжээ. Чи романтик кино үзэхийг хүссэн дүрд тоглох ба өөрийн асуудлаа тайлбарлаж жүжгийг эхэлнэ.

Нөхцөл 2:

Ах дүү хоёр маргаж байна. Хэн таваг хагалсан болохыг ээж нь мэдэхийг хүссэн боловч ах дүү хоёр бие биеэ буруутган муудалцана. Ах хагалсан гэж ээждээ хэлж байгаа дүүгийн дүрд чи тоглоно. Өөрийнхөө асуудлыг тайлбарлаж жүжгийг эхэлнэ.

Нөхцөл 3:

Найз хөвгүүн чинь өөр ангийн охинтой хамт явж байхыг харснаа ангийн чинь хүүхэд чамд хэлэв. Юу сонссоноо найз хөвгүүндээ хэлж байгаа охины дүрд чи тоглох ба өөрийн асуудлаа тайлбарлаж жүжгийг эхэлнэ.

Нөхцөл 4:

Үйлдвэрт ажилладаг хэдэн хүнийг өсөн дэвжих боломжийг нь нээх сургалтад хамруулна гэжээ. Гэтэл сургалтад хамрагдах хүсэлтэй хүмүүс маш олон байв. Энэхүү сургалтад гэрээт ажилчид

явах эрхгүй хэмээн үндсэн ажилчид үзэж байв. Чи үндсэн ажилчны дүрд тоглох ба үндсэн ажилчин биш болохоор сургалтад суух ёсгүй гэж гэрээт ажилчинд хэлнэ. Өөрийн асуудлаа тайлбарлаж жүжгийг эхэлнэ.



Харилцааны хэв маяг



Жүжигчин 2 – Хариу үйлдэл 1:

Хэдийгээр та зөрчлийг шийдэхийг хүссэн ч уур чинь их хүрч байгаа учир хэнийг ч сонсох чадваргүй болж, чангаар хашхирна. Чанга хашхирч, уураа барьж чадахгүй байсаар нөхцөл байдал төгсөнө.



Жүжигчин 3 – Хариу үйлдэл 2:

Нөхцөл байдал зөрчлөөс зайлсхийх байдлаар төгсөнө. Хэдийгээр зөрчлийг шийдмээр байсан ч ичимхий зангаасаа болж юу ч хийж чадахгүй. Энэ тухай өөрийнхөө байр суурийг илэрхийлж эхэлсэн ч зөрчлөөс зайлсхийж өөр зүйлийн тухай ярьж, эсвэл тэндээс холдон явна.



Жүжигчин 4 – Хариу үйлдэл 3:

Нөхцөл байдал бүтээлч хэлэлцүүлэг өрнүүлснээр өндөрлөнө. Чи асуудлын гол нь юу болохыг тайлбарлаж, нөгөө хүнээ сонсож, мэдээллийг нягталж, хоёр тал ямар нэгэн шийдэлд хүрэх болно.





Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 Б: Харилцааны ялгаатай хэв маяг

Харилцааны үндсэн 3 хэв маяг байдаг:

- Түрэмгий
- Идэвхгүй
- Шаргуу, өөртөө итгэлтэй

Эдгээр гурван хэв маяг тус бүрд самбарын цаас бэлдэж, дараах мэдээллийг тараана. Дасгалын Алхам 3-н үед үүнийг ашиглах ба энэхүү цаасаа хүн бүр харах боломжтой байдлаар самбарт/хананд наана.

Түрэмгий харилцаа нь чиний санал бодол, эрх ашиг хамгаас чухал, бусдынх хамаагүй гэх харилцаа юм. Түрэмгий хариу үйлдлийн онцлог:

- Сэтгэл хөдлөлдөө хэт автаж, царай нь улайсан, дэлбэрэх гэж байгаа мэт
- Харилцаанд давамгайлсан байр суурьтай
- Эелдэг бус, бүдүүлэг байдалтай
- Ямар ч сонирхол илэрхийлэхгүй
- Зөвхөн өөрийн эрх ашгийг эн тэргүүнд тавьсан

Идэвхгүй харилцаа нь бусдын санаа бодол, эрх ашиг чинийхээс дээгүүр гэх харилцаа юм. Идэвхгүй хариу үйлдлийн онцлог:

- Дундыг барьсан эсвэл хүлцэнгүй байж, тухайн нөхцөлөөс зугтах, нуугдах хүсэлтэй
- Мэдрэмжээ илэрхийлэхгүй байх, нуух
- Өөрт хамаагүй мэт хандах
- Өөрийн гэсэн санаачилга огт гаргахгүй
- Зөрчлөөс зайлсхийхийн тулд шууд хариу үйлдэл үзүүлэхгүй

Шаргуу, өөртөө итгэлтэй харилцаа нь өөрийгөө болон бусдыг адилхан хүндэлж, өөрийн үзэл бодлоо бодитой илэрхийлэх харилцаа юм. Өөртөө итгэлтэй хариу үйлдлийн онцлог:

- Сонирхлоо илэрхийлэх
- Анхааралтай сонсох
- Өөрийн бодлоо эелдэг, шударга байдлаар илэрхийлэх
- Бусдыг хүндлэх
- Өөрийн эрх ашгаа хамгаалж, бүгдэд шударга хандах



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.2 В: “Зөрчилт нөхцөл” жүжигчилсэн тоглолтын нэмэлт зохиолууд

Зааварчилгаа: Алхам 5-н үед дараах нөхцөлүүдээс сонгон аваарай. Юуны өмнө хуудсыг хувилж, хайчлан бэлдэнэ.



Нөхцөл 5:

7 настай хүүгээ сургуульд сургах тухай эцэг эх хоёр маргалдаж байна. Аав нь хүүгээ сургахгүй, харин орлого олохын тулд хурдны морь унуулна гэв. Харин ээж нь хүүгээ гэртээ үлдэж, сургуульдаа явах хэрэгтэй гэж үзэж байв. Энэ асуудлыг шийдээрэй.



Нөхцөл 6:

“Караоке хамт явах уу?” хэмээн ахмад эрэгтэй ажилтан чамаас хэд хэдэн удаа асуув. Чи түүнд дургүй учир шалтаг хэлэн тухай бүрд нь бултаж чадсан юм. Гэвч тэр дахиад л “үгэнд орохгүй бол ажилгүй болно шүү” хэмээн сүрдүүлэв. Энэ нөхцөлийг шийдэхийг оролдоорой.



Нөхцөл 7:

Чи 11-р ангид сурдаг. Дээд ангийн хүүхэд мөнгө өгөхийг чамаас шаардсан. Гэвч чамд мөнгө байхгүй байсан тул маргааш олж ирэхийг шаардав. Энэ нөхцөлийг шийдэхийг оролдоорой.



Нөхцөл 8:

Оюутан залуу багштайгаа маргалджээ. Багш нь түүнийг хичээлдээ хангалттай анхаарахгүй байна гэж. Харин оюутан хэдий хичээсэн ч дүү нараа харах хэрэгтэй учир зав гардаггүй хэмээн учирлав. Оюутнаа илүү сайн хичээх хэрэгтэй хэмээн үзэх багшийн дүрд тоглоорой.



Дасгал 5.4.3 Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний зохистой хэрэглээ



Зорилго

- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээ хүмүүсийн харилцаанд хэрхэн нөлөөлдгийг шүүмжлэлтэй үнэлэх
- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээг хэрэглэхдээ хариуцлагатай хандаж сурах
- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээнд өөрийгөө хамгаалж, бусдад хор нөлөө үзүүлэхгүй байж сурах



Зорилтот бүлэг

Хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчид (насны бүлгээр ангилбал илүү өгөөжтэй)



Хугацаа

45-60 минут



Суудал зохион байгуулалт

Хангалттай зай гаргаж хагас тойргоор суух ба том самбар эсвэл хананы хажууд байрлана.



Ашиглах материал

- Оролцогч бүрд “Хийж болох ба болохгүй зүйл” картыг тараана (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3 Б).
- Том самбар, 4-5 ш. самбарын үзэг эсвэл 2 ш. самбарын цаас болон цаасны скоч



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

5.4.3 А: Шог гарааны өгүүлэмж, дүрүүд

5.4.3 Б: Цахим орчинд хийж болох ба болохгүй зүйлийн карт

5.4.3 В: Цахим орчинд хийж болох ба болохгүй зүйл - Хариулт



Сургалт зохион байгуулах алхмууд

1. Цахимаар холбогдох – 10-15 минут
2. Цахим дүрүүдийн тухай тоглоом тоглох – 20-25 минут
3. Цахим орчинд хийж болох ба болохгүй зүйл – 15-20 минут

Бэлтгэл ажил

Сургалт эхлэхийн өмнө шог гараанд тоглох 6 оролцогчийг сайн дурын үндсэн дээр сонгоно. Тэдэнд үйл явдлыг танилцуулж, дүрийг оноогоод Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3 А-г өгч, бэлдүүлнэ. Тэд Алхам 2 дээр шог гараа үзүүлнэ (Алхам 1-ийн үеэр бусад оролцогчидтой хамтарна).

Алхам 1. Цахимаар холбогдох – 10-15 минут

Дараах зүйлийг хэрэглэдэг хүмүүс гараа өргөхийг хүснэ:

- Гар утас, ухаалаг утас
- Компьютер, таблет
- Интернет, цахим сүлжээ
- YouTube
- Facebook
- Twitter
- Instagram
- WhatsApp зэрэг чатны аппликэйшнүүд



Сургагч багшид өгөх зөвлөгөө

Дээрх асуулт нь оролцогчдын цахим орчин, нийгмийн сүлжээний хэрэглээний тухай тандах асуулга юм. Оролцогчдын цахим орчин, нийгмийн сүлжээний хэрэглээний түвшин, сонирхлыг харгалзан хэлэлцүүлгээ зохион байгуулаарай. Оролцогчдын ихэнх нь гар утас болон Facebook, YouTube зэрэг цахим орчныг мэддэг, хэрэглэдэг байвал энэ нь хэлэлцүүлэг өрнүүлэхэд хангалттай.

Монгол орны хувьд бараг хүн бүр гар утастай. 2018 оны Нийгмийн үзүүлэлтийн түүвэр судалгаагаар¹¹ 15-49 насны эрэгтэйчүүдийн 94.5%, эмэгтэйчүүдийн 97.2% нь сүүлийн 3 сарын дотор гар утас хэрэглэсэн байна. 3 эрэгтэй тутмын 2 нь (63.9%), 4 эмэгтэй тутмын 3 нь (73.6%) интернет ашигласан бол багцаагаар 3 эрэгтэй тутмын 1 нь (35.3%) болон 3 эмэгтэй тутмын 1 нь (36.2%) компьютер ашигласан байна. 15-19 насныхан буюу өсвөр насныхны тал хувь нь (эрэгтэй - 52.1%, эмэгтэй - 53.7%) компьютер ашигласан байна. Хөвгүүдтэй харьцуулахад охид гар утсыг илүү хэрэглэсэн (97.2% - 88.9%), интернетийг мөн түлхүү хэрэглэсэн (93.0% - 84.4%) үзүүлэлт байна.

Оролцогчдоос асуух асуултууд:

- Та гар утсаа юунд ашигладаг вэ?
- Facebook, Instagram, Youtube зэргийг хэн хэн ашигладаг вэ?
- Facebook, Instagram зэрэг аппликэйшнүүдийг юунд зориулж ашигладаг вэ?
- Facebook дээр ямар хүмүүстэй найз вэ? Бодит амьдрал дээр тэднийг таних уу?
- YouTube-с та юу үздэг вэ?
- Найз болон гэрийнхэнтэйгээ нийгмийн сүлжээгээр ямар мэдээ, мэдээлэл хуваалцдаг вэ?
- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээ гэж яг юу вэ? Үүнийг та хэрхэн тодорхойлох вэ?
- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний юу нь танд таалагддаг вэ?

¹¹ Монгол Улсын Үндэсний Статистикийн Хороо

- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний юу нь танд таалагддаггүй вэ?

Цахим орчин, нийгмийн сүлжээ гэдгийг та доорх байдлаар тайлбарлаж өгөөрэй:

- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээ гэдэг нь цахим харилцааны нэгэн хэлбэр бөгөөд цахим хуудас, компьютер, ухаалаг утасны аппликэшн ашиглан цахимаар бусад хүмүүстэй холбогдож, цахим орчноо өргөжүүлэх арга юм. Хүмүүс үүнийг гол төлөв танилын хүрээгээ өргөжүүлж, хувийн зурвас, зураг, бичлэг, мэдээ мэдээлэл зэргийг ойр дотнынхонтойгоо эсвэл нийт олонтой хуваалцах зорилгоор ашигладаг.
- Цахим орчин, нийгмийн сүлжээ нь өөр хоорондоо нягт холбоотой хязгааргүй харилцаа холбооны сүлжээс бөгөөд олон зуун хэлээр дамжуулан дэлхийн хаана ч хүрч очих боломжтой хэдий ч ихэнх хүмүүс өөрийн бодит амьдралыг тусгасан гэсэн хүрээнээс гардаггүй. Жишээлбэл, Facebook бол нийтийг хамарсан дэлхий дээрх хамгийн том сүлжээ юм (2019 онд гэхэд л дэлхийн нийт 7,6 тэрбум хүний 2.4 тэрбум нь Facebook-т бүртгэлтэй байна. Өөрөөр хэлбэл дэлхийн нийт хүн амын 1/3 нь гэсэн үг бөгөөд энэ дундаа залуучууд хамгийн өндөр хувийг эзэлж байгаа юм).
- Хэсэгхэн хүмүүсийн дунд цахим орчноор хуваалцсан мэдээлэл тун удалгүй маш олон хүнд хүрэх боломжтой.
- Өнөө үед ихэнх хүмүүс, ялангуяа залуучууд цахим орчин, нийгмийн сүлжээг өргөнөөр ашиглах болсон байна.

Алхам 2. Цахим дүрүүдийн тухай тоглоом тоглох – 20-25 минут

Оролцогчдод шог гараа үзүүлнэ гэдгийг хэлнэ. Оролцогчид тоглолтыг үзэнгээ дүрүүдийн үйлдлийг шүүн тунгааж, зөв буруу эсэхийг нь дотроо дэнсэлнэ. Өөрийн бодлоо цаасан дээр тэмдэглэж болно.

- Сайн дурын жүжигчдээ оролцогчдын өмнө урина.

Шог гараа дууссаны дараа дараах асуултын дагуу хэлэлцүүлэг өрнүүлээрэй:

- Энэ шог гарааны тухай юу бодож байна вэ?
- Аль дүрийг ухаалаг гэж бодож байна вэ? Яагаад?
- Аль дүрийг ухаалаг биш гэж бодож байна вэ? Яагаад?
- Баатар сэрээд ямар байдалд орох бол? (эхлээд Баатарын дүрд тоглосон оролцогчоос асуух ба дараа нь бусад оролцогчдоос асууна).
- Баатарын тасарчихсан байгаа зургийг хэн хамгийн түрүүнд харна гэж бодож байна вэ?
- Баатар сэрэнгүүтээ юуны тухай бодох бол?
- Хэрэв чи Баатарын оронд байсан бол яах байсан бол?
- Баатарын найзууд түүнд хандсан шиг чи найздаа хандах байсан уу?
- Ийм зүйл болоход Баатарын өмнө нь хийж байсан үйлдлүүд нөлөөлсөн байж болох уу? Хэрэв тийм бол юу байсан байж болох вэ?
- Чамд эсвэл чиний таньдаг хэн нэгэнд иймэрхүү зүйл тохиолдож байсан уу? Хэрэв тийм бол бусадтайгаа хуваалцана уу.
- Энэхүү шог гараанаас юу ойлгож авсан бэ?

Дараах гол санааг дурдаад дүгнэлтээ гаргаарай:

- Хүн бүр халдашгүй дархан байх, хувийн нууцаа хамгаалах эрхтэй бөгөөд энэхүү эрхийг нь хүндлэх хэрэгтэй.
- Найзууд дундаа нэгнийгээ шоглох нь хэмжээнээсээ хэтрээгүй, хэн нэгний хувьд гэм хор учруулаагүй бол байж болох л зүйл. Гэвч цахим ертөнцөөр энэ тухай зарлаж, олон нийтийн өмнө эвгүй харагдахаар үйлдэл хийхийг нь хүлээн зөвшөөрч боломгүй билээ. Энэ бүхэн ямар ч үр дагавар авчирч болно. Жишээлбэл, Баатарын ирээдүйн ажил олгогч түүний согтуу байгаа зургийг харвал ажилд авахаас татгалзаж ч магадгүй.
- Цахим ертөнцөд ямар нэгэн мэдээ, мэдээлэл тавих нь олон хүн рүү ус цацахтай адил. Хэн нэг нь заавал норно, бас чи тэр усаа буцааж авах боломжгүй. Баатар дараа нь тэр зургаа устгасан ч аль хэдийн олон хүн харчихсан байх учир түүний нэр хүнд аль хэдийн сэвтсэн гэсэн үг.
- Согтсон үедээ залуу хүмүүс өөрсдийн үйл үйлдлийн үр дагаврыг тооцоолохгүй байх нь элбэг. Баатарын хувьд найздаа итгэн нууц үгээ өгч, цаашлаад найз нь ч мөн түүний нууц үгийг согтуудаа задалсан зэрэг нь алдаа байсан. Энэ бүхэн Баатарыг тун ч эвгүй байдалд ороход нь нөлөөлсөн байна.
- Сайн найзууд хэзээ ч бие биеэ шоолж доромжилдоггүй, эвгүй байдалд байгаа нөхрийгөө ашигладаггүй. Найз нөхөр нь эвгүй байдалд орсон бол бусадтай нийлж шоолж доромжлохын оронд туслах хэрэгтэй байдаг.

Алхам 3. Цахим орчин, нийгмийн сүлжээнд хийж болох ба хийж болохгүй зүйлс – 15-20 минут

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3 Б-г оролцогч бүрд тарааж өгнө.

- Оролцогчдоос картыг уншаад, тэрхүү зүйлийг хийж болох эсэх талаар эргэцүүлэхийг хүснэ. Хажуугийн хүнтэйгээ ярилцаж санал бодлоо хуваалцахыг дэмжинэ.
- Самбарыг 2 хэсэгт хуваагаад тус бүрийн дээд талд “Болно”, “Болохгүй” гэж бичнэ (хэрэв самбар байхгүй бол хананд самбарын цаас нааж тогтооно).
- Оролцогчдоос өөрийн картаа аль нэг баганын дор скочоор тогтоох/том үсгээр бичихийг хүснэ.
- Бүгд өөрсдийн хариултаа самбарт байрлуулсны дараа бүгдийг гүйлгэж харна. Зарим хариулыг сонгож, яагаад тус баганад байрлуулсан тухай асууна.
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3 В-г ашиглан, карт бүр аль баганад харьяалагдахыг тайлбарлаж өгнө.



Санамж

Оролцогчдын бичиг үсэгт тайлагдсан байдал, мөн цахим орчин, нийгмийн сүлжээг хэр ашигладгаас нь шалтгаалж карт бүрийг тайлбарлах шаардлагагүй ч байж болно. Оролцогчдыг өөрсдийн бодол, туршлагаа хуваалцаж, асуулт асуухыг нь дэмжээрэй. Энэхүү дасгалын зорилго нь цахим орчны тухай бүгдийг мэдүүлэхэд зориулсан бус, харин түүний эерэг болон сөрөг талуудын тухай, түүнийг хэрхэн зохистой хэрэглэх талаар тодорхой ойлголт өгөхөд оршино.

Төгсгөлд нь дараах санааг тодруулж өгнө:

- Хариуцлагатай, бас аюулгүй байдлаа ханган хэрэглэж чадвал цахим орчин, нийгмийн сүлжээ нь маш хэрэгтэй байж болдог. Жишээ нь: найз нөхөд, гэр бүлтэйгээ холбоотой байх, шинэ мэдээллээс хоцрохгүй байх, ажил хайх г.м. Гэхдээ нөгөө талаар маш аюултай ч байж болно.

- Бодит амьдрал дээрх харилцаа болон цахим орчин дахь харилцааны ялгааг ойлгох хэрэгтэй. Жишээ нь, бодит амьдрал дахь харилцаанаас ялгарах цахим орчны харилцааны онцлог нь өөрийгөө илэрхийлж бичсэн бүх зүйл чинь олон нийтэд нээлттэй байдагт оршино. Нэгэнт бичсэн зүйл тэндээ байж л байх тул бусад хүмүүс хуулбарлаж, таних танихгүй хүмүүс харж, хэлснийг чинь ойлгохгүй эсвэл буруу ойлгож, бүр мушгин гуйвуулж, чамайг хорлоход ч ашиглах боломжтой.
- Нэгэнт цахим сүлжээнд тавьсан зүйлс, зурвас, өөрийн болон бусдын зураг, ер юу ч байсан чиний хяналтаас гарсан байдаг. Түүнийг буцаах аргагүй. Иймд ямар нэгэн зүйл тавихаасаа өмнө, ялангуяа өөрийн болон бусдын хувийн мэдээллийг тавихаасаа өмнө дараах зүйлсийг заавал тунгаах хэрэгтэй. Үүнд:
 - Ирээдүйн ажил олгогчид маань ямар санагдах бол?
 - Одоогоос нэг, хоёр, арван жилийн дараа үүнийгээ хараад ичихгүй байж чадах уу?
- Хүн бүр хувийн амьдралын нууцаа хамгаалах, халдашгүй дархан байх эрхтэй. Хэдийгээр хамгийн сайн найз, гэр бүлийн гишүүн хэн ч байлаа гэсэн бусдын эрхийг бүү хөнд. Бусдын тухай муу муухай үг бүү унага.
- Өөрийнхөө хувийн нууцыг чанд хадгал. Хувийн мэдээллээ хүнтэй хуваалцахаас зайлсхий.
- Нууц үгээ хэнд ч хэзээ ч бүү өг.



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3.А: Шог гарааны өгүүлэмж, дүрүүд

Зааварчилгаа: Шог гарааны өгүүлэмжийг дор хаяж хоёр хувилна. Эхлээд оролцогчдоос сайн дураараа шог гарааны дүрүүдэд тоглох 6 хүнийг урина. Өгүүлэмжийн нэг хувийг өгүүлэгчид өгч, бусад нь өөр өөрийн дүрийн үгийг хувааж/хайчилж авна. Оролцогчид дүрээ ойлгож, үгээ цээжлэх хугацаа өгнө. Алхам 2-т тоглолт хийнэ.

Шог гараа: Үдэшлэгийн үеэрх шоглоом

Дүрүүд: < Дорж, Болд, Цэцэг, Урнаа зэргээр дүрүүдэд түгээмэл нэрийг онооно >

- 1 өгүүлэгч (эмэгтэй) танилцуулга болон үйл явдлыг уншина.
- 5 жүжигчин (эрэгтэй эмэгтэй холимог): Баатар, Дорж, Болд, Цэцэг, Урнаа (тодруулсан өгүүлбэрүүдийг хэлнэ).

Өгүүлэгч: Дорж, Баатар хоёр сайн найзууд. Мэргэжлийн сургуульд хамт суралцаж, удахгүй төгсөх гэж байгаа. Төгсөлтийн шалгалтын дараа Дорж, Баатар хоёр найзуудтайгаа үдэшлэгт явах болов. Харин согтууруулах ундаа ууж үзээгүй Баатар тун удалгүй согтон ухаангүй болжээ.



Үзэгдэл 1: Баатарын согтоод ухаангүй байгаа нь Доржид зугаатай санагдаж, зургийг нь авчээ. Инээдтэй санагдсан учир тэрхүү зургаа хамт зугаацаж байсан найзууддаа үзүүлж инээлдэв.

Дорж: “Залуусаа, энийг хар даа! Тасарчихсан байна. Ха ха ха”.



Үзэгдэл 2: Бусад залуус зургийг гар дамжуулан үзэнгээ, шоолон инээлдэж байв. Тэдэнд ч бас зураг инээдтэй санагдаж байв.

Болд: “Ха ха ха, нээрнээсээ тасарчихсан байна. Нялх амьтан юмаа. Хөөш, чи надад наад зургуудаа явуулчих. Би наадхыг чинь хадгалмаар байна”.



Үзэгдэл 3: Дорж: “Тэгэлгүй яах вэ! Өөр хэн авмаар байна?”

Тэнд байсан бүгд зургийг авахыг хүсэв. Тэгээд Дорж Баатарын зургийг бүгдэд явуулав.



Үзэгдэл 4: Цэцэг гэдэг найз нь хүнээр шоглоом хийх дуртай нэгэн байв.

Цэцэг: “Ингэхэд надад нэг санаа төрлөө. Баатарын энэ зургийг ФБ дээр тавьчихъя. Сэрээд өөрийгөө ФБ-ын од болсныг хараад яахыг харах инээдтэй байх болно доо. Ха ха ха”.



Үзэгдэл 5: Гэвч өөр нэг найз Урнаад нь энэ санаа таалагдсангүй.

Урнаа: “Үгүй ээ! Нэгийгээ арай ч ингэж болохгүй. Ичгэвтэр байдалд орно шүү дээ. Намайг ингээсэй гэж би лав хүсэхгүй. Дэмий ”



Үзэгдэл 6: Харин согтууруулах ундаа хэрэглэж дарвисан, согтсон найзуудад бүх л зүйл инээдтэй санагдах учир Баатарын зургийг ФБ дээр тавих саналыг ихэнх нь дэмжлээ.

Цэцэг: “Надад бүүр илүү санаа байна. Өөрийнх нь ФБ хуудсан дээр зургийг нь тавьчихъя. Гайхалтай биш гэж үү? ФБ-х нь нууц үгийг мэдэх хүн байна уу?”



Үзэгдэл 7: Дорж бол Баатарын хамгийн сайн найз.

Дорж: “Би мэднэ, би мэднэ! Түүрү долоо хоногт намайг юм хараад өгөөч гээд ФБ хаягаа өгсөн юм. Би нууц үгийг нь санаж байна. Амархан юм билээ”



Үзэгдэл 8: Урнаа л ганцаараа энэ бүхнийг эсэргүүцэж байв.

Урнаа: “Залуусаа, дэмий юм биш үү дээ. Баатар ажилд орох гэж байгаа. Тэр газрынх нь захирал харчихвал юу ч болоо билээ. Битгий л дээ.”



Үзэгдэл 9: Харамсалтай нь хэн ч Урнааг сонссонгүй. Болд Баатарын ФБ рүү нь Доржийн өгсөн нууц үгээр нэвтэрч, Цэцэг зургийг нь оруулав. Энэ зураг одоо Баатарын нүүр хуудсан дээр бүгдэд харагдахаар тавигдав. Бүгд л Баатарын ФБ хуудсыг харж, үүндээ баясан инээлдэцгээж байлаа. Ганцхан Урнаа л энэ бүхэн муугаар төгсөх болно хэмээн санаа зовж суулаа.





Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3 Б: Цахим орчин, нийгмийн сүлжээнд хийж болох ба хийж болохгүй зүйлийн карт

Зааварчилгаа: Энэхүү хуудсыг хувилаад жижиг хэсгүүд болгон хайчилж Алхам 3-н үед тараахад бэлдэнэ.

Ангийн хүүхдээс ирсэн ФБ найзын хүсэлтийг зөвшөөрөх	Хоцрох тухайгаа найздаа утаснаасаа богино зурвас байдлаар мэдэгдэх	Сургуулийн компьютер дээрээс орохдоо нэвтрэх нууц үгээ дахин дахин оруулахаас залхуурч, ФБ-ээс гаралгүй орхих
Хөгжилтэй байна хэмээн бодож найзууддаа мэдэгдэлгүй ухаангүй байгаа зургийг нь оруулах	Сургууль болон ангийнхаа ФБ группт нэгдэж, мэдээллийг цаг тухайд нь авч байх	Бусад хүмүүс чамайг хөөрхөн гэж бахдаасай гэсэндээ гоё гарсан, секс зургаа оруулах
Найздаа өглөө бүр цэцгийн баглааны зургийг өглөөний мэндчилгээ болгон илгээх	Эзгүй хойгуур гэрийг минь харж байгаарай хэмээн найз нартаа зориулж гэр орныхоо зургийг ФБ-т тавих	Олон нууц үгийг хольж солино хэмээн цахим орчны бүхий л хаягийнхаа нууц үгийг ижил байлгах
Өөрийнхөө өмнөөс мэдээлэл оруулаад өг хэмээн найздаа нууц үгээ хэлж өгөх	Мэдээллийн найдвартай хуудсыг дагаж, дэлхийн мэдээллээс хоцрохгүй байх	Согтуу үедээ пост оруулах
Нүцгэн зургаа найз залуу/ бүсгүйдээ илгээх	Найзтайгаа хооллож байгаа зургаа ээждээ илгээж, ээжийгээ санаж байгаагаа илэрхийлэх	Өөрөө санахад амархан, харин бусад хүн таах боломжгүй нууц үг хэрэглэх
Дургүй хүнийхээ тухай ФБ дээр бичсэн ховыг бусадтай хуваалцах	Цахим сүлжээгээр тарсан мэдээллүүдэд эргэлзэж, нягтлах	Жолоо барьж явах үедээ гар утасны зурвасаа шалгах
Секс зурган дээр чинь лайк дарсан танихгүй хүний хүсэлтийг хүлээн авах	Хэнд ч, хамгийн сайн найздаа ч өөрийн ФБ, нийгмийн бусад сүлжээний нууц үгээ хэзээ ч өгөхгүй байх	ФБ-н шинэ найздаа утасны дугаар, гэрийн хаягаа өгөх
Хөөрхөн амьтдын тухай зураг, бичлэгийг найздаа илгээх	Найз бүсгүйгээ хэчнээн секс болохыг гайхуулах гэж зургийг нь тавих	Хөөрхөн санагдсан учир цэцэрлэгийн хүүхдүүдийн зургийг ФБ дээрээ тавих
Таних танихгүй хэний ч байсан хэт задгай/секс зураг бичлэгийг хуваалцахгүй байх	Ямар нэгэн хариу ирдэггүй ч өөрт таалагдсан хүн рүүгээ өдөр бүр тоглоом хийсэн зурвас илгээх	Сугалаанд хожсон болохоор шагналаа авахын тулд тодорхой мөнгө тушаах хэрэгтэй гэсэн зурвасын дагуу хэн нэгэнд мөнгө илгээх
Гэртээ ирсэн хойноо аялсан газрынхаа зургийг нийтлэх	Бусад хүмүүс миний талд ороосой хэмээсэндээ найзтайгаа яагаад муудалцсан тухайгаа ФБ дээрээ дэлгэрэнгүй бичих	Цахим сүлжээнд хэн нэгний тухай муу муухай зүйл бичихгүй байх



Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5.4.3 В: Цахим орчин, нийгмийн сүлжээнд хийж болох ба хийж болохгүй зүйл- Хариулт

Зааварчилгаа: Алхам 3-н хэлэлцүүлэгт ашиглана.

Болно	Шалтгаан
Ангийн хүүхдээс ирсэн ФБ найзын хүсэлтийг зөвшөөрөх	Бодит амьдрал дээр таньдаг хүнтэйгээ цахим ертөнцөд найзлах нь аюулгүй
Хоцрох тухайгаа найздаа утаснаасаа богино зурвас байдлаар мэдэгдэх	Энэ бол технологийн ухаалаг, үр дүнтэй хэрэглээ мөн.
Сургууль болон ангийнхаа ФБ группт нэгдэж, мэдээллийг цаг тухайд нь авч байх	Сургууль дээрээ юу болж байгааг мэдэж байхад тустай.
Найздаа өглөө бүр цэцгийн баглааны зургийг өглөөний мэндчилгээ болгон илгээх	Энэ бол найзыгаа аз жаргалтай байлгах эерэг алхам мөн.
Мэдээллийн найдвартай хуудсыг дагаж, дэлхийн мэдээллээс хоцрохгүй байх	Нийгмийн сүлжээнд өрнөж байгаа зүйлсийг, тэр дундаа олон мэдээнээс аль нь үнэн, аль нь худал болохыг шүүхэд бэрх. Иймд мэдээллийн томоохон агентлагуудад итгэх нь дээр.
Найзтайгаа хооллож байгаа зургаа ээждээ илгээж, ээжийгээ санаж байгаагаа илэрхийлэх	Ээжийгээ баярлуулж, өөрөөр чинь бахархах боломж олгоно.
Өөрөө санахад амархан, харин бусад хүн таах боломжгүй нууц үг хэрэглэх	Өөрийнхөө хувьд онцгой үйл явдлыг санагдуулдаг, мартагдахгүй нууц үг зохиох нь чухал.
Цахим сүлжээгээр тарсан мэдээллүүдэд эргэлзэж, нягтлах	Хүмүүс нийгмийн сүлжээнд бүх л зүйлийн тухай янз бүрийн зүйл бичдэг ба тэр бүгд үнэн байдаггүй.
Хэнд ч, хамгийн сайн найздаа ч өөрийн ФБ, нийгмийн бусад сүлжээний нууц үгээ хэзээ ч өгөхгүй байх	Энэ бол маш ухаалаг алхам. Аюулгүй байдал, хувь хүний нууцтай хамаатай чухал зүйл.
Хөөрхөн амьтдын тухай зураг, бичлэгийг найздаа илгээх	Хүн бүр өхөөрдөм зүйлст дуртай. Гэхдээ хэтрүүлэх хэрэггүй. Хэмжээ нь хэтэрсэн бүхэн сайхан биш болдог.
Таних танихгүй хэний ч байсан хэт задгай/секс зураг бичлэгийг хуваалцахгүй байх	Энэ ч мөн ухаалаг алхам. Ирээдүйд үүсэж болох таагүй бүхнээс сэргийлнэ.
Гэртээ ирсэн хойноо аялсан газрынхаа зургийг нийтлэх	Өөрийн амьдралаа бусадтай хуваалцах нь байж болох л зүйл. Гэхдээ зарим хүмүүс чамайг гайхуулах гэж ядаж байна гэж бодох болно.
Цахим сүлжээнд хэн нэгний тухай муу муухай зүйл бичихгүй байх	Бусдыг муулдаг хүнд хэн ч дуртай байдаггүй. Бусадтай харилцах харилцаанд чинь ямар ч нөхцөл үүсэж болно. Хэн нэгний тухайд хэлэх сайхан үг олдохгүй бол дуугүй өнгөрч сур.

Болохгүй	Шалтгаан
Сургуулийн компьютер дээрээс орохдоо нэвтрэх нууц үгээ дахин дахин оруулахаас залхуурч, ФБ-ээс гаралгүй орхих	Ухаалаг биш алхам. Хэн нэгэн хувийн нууцад чинь нэвтэрч, чамд аюул учирч болзошгүй.
Хөгжилтэй байна хэмээн бодож найзууддаа мэдэгдэлгүй согтуу байгаа зургийг нь оруулах	Найзууд чинь эвгүй байдалтай гарсан зургаа бусдад харуулахыг хүсэхгүй л болов уу. Ингэх нь тэдний хувийн нууцыг хүндлэхгүй байгаа хэрэг юм.
Бусад хүмүүс чамайг хөөрхөн гэж бахдаасай гэсэндээ гоё гарсан, секс зургаа оруулах	Зарим найзад чинь чиний зургууд таалагдаж болох ч зарим нь дургүй байх болно. Ингэснээрээ хүмүүсийн амны зугаа, шүүмжлэлийн бай болж болох юм.
Эзгүй хойгуур гэрийг минь харж байгаарай хэмээн найз нартаа зориулж гэр орныхоо зургийг ФБ-т тавих	Найзуудаас чинь гадна хулгайч нар ч үүнийг олж харж магад гэдгийг мартаж болохгүй.
Олон нууц үгийг хольж солино хэмээн цахим орчны бүхий л хаягийнхаа нууц үгийг ижил байлгах	Нэг л нууц үгийг чинь олоод мэдчихсэн хүн бүхий л хаягаар чинь орж яаж ч магад гэдгийг сана.
Өөрийнхөө өмнөөс мэдээлэл оруулаад өг хэмээн найздаа нууц үгээ хэлж өгөх	Найз чинь итгэл даахаар нэгэн байж болох ч чиний нууцыг 100% хадгалж чадна гэдэгт итгэлтэй байна уу?
Согтуу үедээ пост оруулах	Согтууруулах ундаа хүний эргэцүүлэх, дүгнэх чадварыг бууруулдаг. Иймд уусан үедээ юу ч битгий бич. Ирээдүйн ажил олгогч эсвэл багш, эцэг эх чинь олж харна гээд төсөөл дөө. Хожим нь харамсахаар зүйл бүү хий.
Нүцгэн зургаа найз залуу/бүсгүйдээ илгээх	Одоогоор чи түүнд итгэж болох ч ирээдүйд өөр хэн нэгэнтэй гэрлэх тохиолдолд нөгөө хүн чинь ямар ч үйлдэл гаргаж болохыг бодоорой. Харамсаж байснаас хийгээгүй нь дээр.
Дургүй хүнийхээ тухай ФБ дээр бичсэн ховыг бусадтай хуваалцах	Өөдөө шидсэн чулуу өөрийн толгой дээр гэдэг үгийг мэдэх үү?
Жолоо барьж явах үедээ гар утасны зурвасаа шалгах	Жолоо барих үедээ утсаа хэрэглэх нь аюултай. Зурвас бичих нь түүнээс илүү аюултай.
Секс зурган дээр чинь лайк дарсан танихгүй хүний хүсэлтийг хүлээн авах	Чамайг хүн гэсэн үүднээс танилцахыг үнэхээр хүсэж байна уу, эсвэл өөр санаа агуулсан уу гэдгийг яаж мэдэх вэ?
ФБ-н шинэ найздаа утасны дугаар, гэрийн хаягаа өгөх	Амьдрал дээр уулзаж байгаагүй ФБ найзад шууд итгэж хэзээ ч болохгүй.
Найз бүсгүйгээ хэчнээн секс болохыг гайхуулах гэж зургийг нь тавих	Чи гайхуулмаар байсан ч найз чинь үүнийг хүсэхгүй байж болно. Бусдын нүдэнд сайнаар тусахгүй. Зургийг нь тавьснаараа түүний хувийн орон зайг хүндлээгүй хэрэг болно.
Хөөрхөн санагдсан учир цэцэрлэгийн хүүхдүүдийн зургийг ФБ дээрээ тавих	Жаахан хүүхдийн зургийг олон нийтэд дэлгэх нь тусгүй. Хүүхэд ангуучилдаг муу хүмүүс олон байдаг.
Ямар нэгэн хариу ирдэггүй ч өөрт таалагдсан хүн рүүгээ өдөр бүр тоглоом хийсэн зурвас илгээх	Чиний зурвас гэм хоргүй мэт чамд санагдаж болох ч нөгөө хүнд чинь таалагдахгүй байж болно. Хариу өгөхгүй байгаа нь дургүй байгаагийн илрэл тул болих хэрэгтэй.
Сугалаанд хожсон болохоор шагналаа авахын тулд тодорхой мөнгө тушаах хэрэгтэй гэсэн зурвасын дагуу хэн нэгэнд мөнгө илгээх	Хэнд ч мөнгө шилжүүлэхгүй, хувийн мэдээллийг чинь ашиглан мөнгө луйвардах боломж хэнд ч олгохгүй байхад анхаар. Шунал чамайг ихийг алдахад хүргэнэ. Иймэрхүү хуурамч мэдээлэл нийгмийн сүлжээнд маш их байдаг.
Бусад хүмүүс миний талд ороосой хэмээн хүссэндээ найзтайгаа яагаад муудалцсан тухайгаа ФБ дээрээ дэлгэрэнгүй бичих	Ихэнх хүмүүс бусдын гуниг зовлонгийн шалтгааныг сонсох хүсэлгүй байдаг. Иймд хувийн чанартай зүйлсээ хувийнхаар нь үлдээ. Ирээдүйгээ бод. Одоогоос 2 жилийн дараа өнөөдөр бичсэн зүйлдээ харамсахгүй байна гэдэгтээ итгэлтэй байна уу?

УНШИХ МАТЕРИАЛ

Children Development Foundation, *Manual for Organizing Participatory Activities for Leaders of Child Workers*, Child Workers in Asia: Bangkok, June 2003.

Johnston, Mary P. & Rifkin, Susan B., *Health Care Together, Training Exercises for Health Workers in Community Based Programmes*, Training Aids at Low Costs (TALC): London, 1987.

Games for Girl Scouts, Cooperative Game & Crafts, Line Up,

http://members.tripod.com/~bri_rose/coopgames.html.

Kidscape.... helping to prevent bullying and child abuse 1985-2005,

<https://www.kidscape.org.uk>.

SBA, Online Women's Business Centre, Understanding Your Communication Style,

http://www.au.af.mil/au/awc/awcgate/sba/comm_style.htm.

The Math Forum, Critical Thinking Puzzles, <http://mathforum.org>.



Амьдрах ухааны сургалт

Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо

Модуль 5. Асуудлыг шийдвэрлэх болон нийгмийн ур чадварууд

Энэхүү сургалтын багцыг Европын Холбооны санхүүгийн дэмжлэгтэй хэрэгжиж буй “Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем(GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат”-ны хүрээнд гаргав. Сургалтын багцад тусгагдсан үзэл бодол нь Европын Холбооны албан ёсны байр суурийг илэрхийлэхгүй болно.

Дэлгэрэнгүй мэдээллийг www.ilo.org/mongolia хаягаар авах боломжтой.