БАРНОМАИ ҶАВОНОНИ ПЕШСАФ

Дастурамали I
оид ба
маърифати шаҳрвандӣ

Моҳи декабри соли 2013 такмил дода шудааст

Пешниҳод гардидааст ба: USAID/Ҷумҳуриҳои Осиёи Миёна

Дафтари «Барномаи Ҷавонони Пешсаф»-и Counterpart International

Хиёбони Рӯдакӣ 66, Хонаи 04, Душанбе 734001, ҶТ

АРЗИ СИПОС

Барномаи ҷавонони пешсафи (YLP) Каунтерпарт ба ҳамаи онҳое, ки вақт ва меҳнати худро дар таҳияи Дастурамали I-и YLP оид ба маърифати шаҳрвандии ғайрирасмӣ дареғ надоштанд, миннатдории худро изҳор мекунад. Дастурамали мазкур аз ҷониби муаллифони ватанӣ ва хориҷӣ таҳия гардида, ба забонҳои тоҷикӣ, русӣ ва англисӣ тарҷума шудааст.

Дар таҳияи ва нашри дастурамали мазкур мутаххасисони бешумор саҳми назаррас гузоштаанд ва тавсия, маслиҳати онҳо дар таҳриру такмили мавод басо муҳиманд.

Мо ба Равшан Абдуллоев, Эдвард Лемон ва Мутриба Латипова барои таҳияи сохтори дастурамал ва мундариҷаи он; ба Нуриддин Қаршибоев, Нодира Раҳмонбердиева, Ҷенн Уиллиямсон барои таҳрир ва такмили минбаъдаи дастурамал; ва ба Тимур Юнусов, Шодибег Қодиров, Манзура Ҷураева, Рустем Тахиров, Наталя Кунтувдий, Азиз Шарифов, Ҳафиза Раҷабова, Малика Додоева, Назира Валиева, Фирдавс Нуров, Қурбонали Носиров, Назарзод Мамадгазанов ва дигар аъзоёни гурӯҳи мақсадноки барномаи маърифати шаҳрвандӣ барои кӯмак ва дастгириашон дар такмили дастурамали мазкур арзи сипос менамоем.

Бо эҳтиром,

Фаррух Тюряев
Директори Барномаи ҷавонони пешсафи
Каунтерпарт Интернэшнл
Ҷумҳурии Тоҷикистон

Мундарича

Маълумот барои омӯзгорони барнома 3
Асосҳои маърифати шаҳрвандӣ 11
Ифтитоҳ ва пазироӣ 13
Интизориҳо ва қоидаҳои асосӣ 13
Ҳуқуқи инсон. 4 Категорияи асосии ҳуқуқи инсон қонуният, ҳукуқ ва ӯҳдадориҳо 17
Муқаддима: Инсон будан чӣ маъно дорад? 18
Ҳуқуқи инсон дар Тоҷикистон 21
Категорияҳои ҳуқуқҳои инсон 22
Фаъолият оид ба ҳуқуқҳои инсон 29
Замимаҳо 31
Замимаи А. Воситаҳои фаъолгардонӣ ва ҳамкорӣ дар таълими инъикоскунандаи хусусиятҳои гендерӣ 31
Замимаи Б. Луғатнома оид ба ҳуқуқи инсон 41
Замимаи В. Машғулиятҳои иловагӣ барои таълими Ҳуқуқи инсон 47
Замимаи Г. Гузаронидани арзёбии масъалаҳои гендерӣ 53
Адабиёт 56

Маълумот барои омӯзгорони барнома

Курси маърифати шаҳрвандии ғайрирасмии мазкур барои амалӣ кардани як қатор мақсадҳои асосӣ ба амсоли андӯхтани дониш оид ба таҷрибаҳои демократӣ ва ниҳодҳо, омӯзиши ақидаҳо ва арзишҳои демократӣ, пешниҳоди малакаю маҳорати шаҳрвандӣ ва ҷалби ҷавонон барои иштироки комилу бошуурона дар корҳои ҷамъиятӣ таҳия шудааст. Он ҳамчунин ба ҷавонон барои фаъолона ширкат варзидан дар ҳалли масъалаҳои мавҷуда дар ҷамеаҳои худ метавонад ёрӣ диҳад.

Дар асоси баҳодиҳӣ ва санҷишҳои барномаҳои маърифати шаҳрвандии қаблӣ (USAID-2002. *Усулҳо барои Маърифати шаҳрвандӣ: Дарсҳои азхудкардашуда)* ва барои баланд бардоштани самараю таъсири ин иқдом тавсияҳои зерин пешниҳод шудаанд, ки барои кафолати самаранокии иқдомҳои минбаъда аз гурӯҳҳои мунтахаб муҳим ҳастанд:

1. **Дарсҳо бояд мунтазам баргузор шаванд,** зеро ҳар қадар чорабиниҳо бисёр доир гарданд, ҳамон қадар гурӯҳи мунтахаб майл ба азхуд кардан ва нигоҳ доштани ахборот пайдо мекунад;

2. **Методҳои таълимии гуногун ва муштарак истифода бурда шаванд, зеро** методҳои дарси интерактивӣ нисбат ба дарси ғайрифаъол (анъанавӣ) ба монанди маърӯза ё тақсими маводҳо, ки қаблан бисёртар истифода мешуд, пурсамартар буда ба дараҷаҳои баланди тағйироти мусбӣ оварда мерасонанд.

3. **Усулҳо аз лиҳози гендерӣ ҳассос мебошанд:** омӯзгор бояд ба ҷараёни баробарии гендерии дарс аҳамият диҳад – яъне таъсири нақш ва қоидаҳои маданиву иҷтимоӣ ба қобилияти писарону духтарон барои дарк ва аз худ кардани мазмуни таълим, ичунин рафтор ва муошири байни духтарону писарон дар ҷараёни муҳокимаи масъалаҳо ва иҷрои вазифаҳои таълим, ба эътибор гирад. Омӯзгор бояд шароити бехатар ва хайрхоҳро, ки иштироки мақсадноки духтаронро таъмин мекунад, муҳаё намояд. Ба реша давондани қоида, муносибат, эътимод ё рафторе, ки ба нобаробарии гендерӣ оварда мерасонанд роҳ надиҳад. Дар машғулиятҳои минбаъда маълумоти иловагӣ оид ба гузаронидани фаъолиятҳо ва дарсҳо бо назардошти ҳассосии гендерӣ пешниҳод карда мешавад. Агар шумо бо истилоҳоти гендерӣ шинос набошед ва оид ба масъалаи мазкур зиёд омӯхтан хоҳед, аз номгӯйи истилоҳоти гендерӣ, ки дар Замимаи Б оварда мешавад ва инчунин аз маводи иловагӣ истифода бурда метавонед.

4. **Омӯзгорон** бояд аз муҳити маҳал огоҳ бошанд ва мутобиқи он фаъолияти хешро пеш баранд, зеро дараҷаи малакаи касбии омӯзгор ба сифати курс таъсири бевосита мерасонад. Омӯзгори курси маърифати шаҳрвандӣ бо вуҷуди доштани таасуроти амиқу устувор дар бораи гурӯҳи мунтахаб, бояд ҳамеша дар ҷустуҷӯ ва пайдо кардани маълумоти ҷадид бошанд.

Ҳамзамон:

- Бо истифода аз роҳу усулҳои гуногун монеаҳое, ки бар зидди иштироки доимӣ равона шудаанд, пеш аз амалӣ намудани барнома бартараф намоед.
- Ҷиҳати дар барномаи маърифати шаҳрвандии сиёсӣ ва иҷтимоӣ тавассути ташкилотҳои ғайридавлатӣ ва ё шахсони расмии давлатӣ барои бевосита иштирок намудани гурӯҳ дар барнома шароит фароҳам биёред.
- Ба мавзӯҳое, ки бевосита ба ҳаёти ҳаррӯзаи одамон мувофиқат мекунанд эътибор диҳед. Роҳбарони барнома бояд аввал проблемаҳои аввалиндараҷаи мардумро муайян намуда, сипас барои ба таври демократӣ ва маъмурӣ ҳал шудани онҳо мусоидат кунанд.
- Ба такмили омӯзиши омӯзгорон бояд сармоягузорӣ кард, зеро таҳияи курси муҳим ва методҳои таълим, омӯзиши барандагон дар пешрафти курси маърифати шаҳрвандӣ муҳим аст.
- Ба масъалаҳои гендерӣ диққат диҳед, зеро духтарон назар ба писарон дар масъалаҳои иштирок дар ҳаёти чомеа, истифодабарии захираҳо ва арзишҳои фарҳангиву маданӣ бештар ба монеаҳо дучор мешаванд.

Банақшагирӣ

- Банақшагириро дар атрофи монеаҳое, ки барои иштироки доимӣ халал мерасонанд, ба роҳ монед – хуб мешуд, ки агар гурӯҳҳое, ки барномаи маърифати шаҳрвандиро татбиқ менамоянд пеш аз оғози барнома тамоми монеаҳо ва проблемаҳоро ҳал кунанд.

- Гузаронидани арзёбии гендерӣ пеш аз оғози барнома барои муайян намудани баъзе проблемаҳои мушаххасе, ки писарону духтарон рӯбарӯ мешаванд, ёрӣ мерасонад. Барои гузаронидани арзёбии гендерӣ аз намунаҳои воситаҳои арзёбии Замимаи Е истифода баред. Агар вақт ё нарасидани мавод ба гузаронидани арзёбии гендерӣ монеа шаванд, он гоҳ роҳбарони барнома низ масъалаҳои зеринро ҳал намуда, боварӣ ҳосил намоянд, ки бо аъзоёнӣ мард ва занони ҷомеа маслиҳат карда, ақидаҳои онҳоро ҳангоми банақшагирии машғулиятҳо ва фаъолиятҳои таълимӣ ба эътибор мегиранд.

- Дар асоси маслиҳат ва тавсияҳо ба нақаш гирифтани машғулият зарур аст. Аз ин лиҳоз гузаронидани барномаҳои фарогири ҷамъиятӣ ва иҷтимоӣ ба мақсади расонидани ёрӣ ба писарону духтрон дар ҳалли масъалаҳои иҷтимоӣ хеле муҳим аст.

  - Ба духтарону писарон кай дар вохӯриҳо ва машғулиятҳо иштирок кардан мувофиқтар аст?

    - Духтарону писарон вақташонро чӣ гуна мегузаронанд? Оё онҳо баъд аз дарсҳо ба ягон кор машғуланд – ба монанди кори хонагӣ, кор, корҳои хоҷагӣ, нигоҳубини аъзоёни оила, рафтан ба масҷид ва амсоли он, ки вақти холигии онҳоро маҳдуд менамояд?

    - Оё писарону духтрон метавонанд пас аз шом аз хона берун бошанд? Оё ин қоида барои писарону духтарон фарқ мекунад? Чӣ тавр ва барои чӣ?

  - Агар духтарон дар машғулият иштирок кардан хоҳанд, он гоҳ чӣ ба онҳо монеа шуда метавонад?

    - Аҳли оила иштироки духтаронро дар машғулиятҳо дастгирӣ мекунанд ё баръакс монеа мешаванд? Оё ин масъала барои писарону духтарон аз ҳамдигар фарқ мекунанд? Чӣ тавр ва чаро?
    - Оё ба духтарон бе ҳамроҳ аз хона дур рафтан иҷозат дода мешавад? Оё онҳо ба шахси ҳамроҳ ниёз доранд? Кӣ метавонад онҳоро ҳамроҳӣ кунад? Оё дар ин масъала фарқ байни писарон ва духтарон вуҷуд дорад? Чӣ тавр ва чаро?

  - Оё шумо боварӣ ҳосил кардед, ки мавзеи гузаронидани вохурӣ ё машғулият барои писарону духтарон мувофиқ ва бехавф аст?

  - Пеш аз вохӯрӣ ва ё машғулият боварӣ ҳосил кардед, ки дар ин мавзеъ ҳоҷатхонаи алоҳида барои писарон ва духтарон вуҷуд дорад?

  - Оё шумо боварӣ ҳосил кардаед, ки нақлиёти мувофиқ барои ба мавзеи машғулият омадан ва ба хона рафтани иштирокчиён вуҷуд дорад?

Дастурҳои таълими ба масъалаҳои гендерӣ ҳасос[1]

Баъзе масъалаҳои маданӣ на танҳо иштироки духтарону занонро дар машғулияти таълимӣ маҳдуд мекунанд, балки ба иштироки фаъоли онҳо дар чунин машғулият монеа мешаванд. Дар аксари ҳолатҳо занон бо овози баланд гап намезананд ва мардон ҳангоми муҳокимаронӣ аз ин истифода бурда, зиёд сухан мегӯянд. Одатҳои маданӣ, сохтори иҷтимоӣ ва муносибати гендерӣ ба сатҳи иштироки занону мардон таъсир мерасонанд.

Зиёда аз ин, агар ба масъалаҳои гендерӣ аҳамияти ҷиддӣ дода нашавад, он гоҳ имконияти алоқаманд кардани ақидаҳои демократия, ҳуқуқи инсон ва пешсафие, ки занонро ба истифодаи ин ҳуқуқҳо омодда мекунад, аз байн меравад.

Барои чӣ омӯзиши ба масъалаҳои гендерӣ ҳасос заруранд?

Занон, мардон, писарону духтарон нақшҳои гуногун, масъулияти мухталиф ва иқтидори гуногуни қабули қарорро доранд. Билохир, онҳо талабот ва бартариҳои гуногун доранд ва ин хусусиятҳо бояд ҳангоми банақшагирии машғулиятҳо ба эътибор гирифта шаванд.

Омӯзиши ба масъалаҳои гендерӣ ҳасос аслан ба омӯзиши гендер нигаронида нашуда, ҳатто масъалаҳои гендерӣ дар он бевосита матраҳ намешаванд ё нобаробарии гендерӣ баррасӣ намегардад. Омӯзиши ба масъалаҳои гендерӣ ҳасос ба мақсади таъмини иштироки баробари занону мардон дар ҷараёни таълиму омӯзиш тавассути фаъолиятҳои зерин ба роҳ монда мешавад:

- Таҳияи барномаи таълиму омӯзиш, машғулиятҳо ва фаъолиятҳое, ки хоҳиши мардону заноро ба эътибор мегирад;
- Шумораи муайяни занон/духтаронро дар байни иштирокчиён таъмин менамояд;
- Истифодаи усулҳои гуногун, ки иштироки фаъоли занон/духтарон ва мардон/писаронро таъмин намуда, малакаҳои гуногуни таълимро фаро мегиранд;
- Таъмини фазои мусоиди таълимӣ барои занон/духтарон ва мардон/писарон;
- Ба роҳ мондани муносибат ва рафторе, ки таҷриба ва ақидаҳои гуногунро қадр мекунад;
- Таъмини имконияти гӯш кардан ва эҳтироми таҷриба ва ақидаҳои якдигар;
- Ба роҳ мондани таҷрибаи хуби муошират, ки нофаҳмоӣ, рад кардан, таҳқир кардан муайян шуда, ҳал мегарданд ва иштирокчиён ба ҷараёни таҳқиқи омилҳо, ақидаҳо ва дастгирии арзишҳо ва талабот баргардонда мешаванд.

Мундариҷа ва воситаҳои таъмини масъалаҳои ҳасоси гендерӣ

Завқи занон/духтарон ва мардон/писарон вобаста ба нақш ва талабот аз ҳамдигар фарқ мекунад. Ақидаҳои гендерӣ бояд ҳам ба муҳтаво ва ҳам ба воситаҳои таълим ҳамгиро карда шаванд. Танҳо илова кардани «назари занон» кифоя нест. Баъзан муҳтавои таълим завқи занону мардонро таъмин наменамоянд, аз ин лиҳоз муҳокимаи васеи масъалаи мазкур муҳим аст. Муҳтавои омӯзиш низ метавонад масъалаҳои гендериро инъикос карда, намунаҳоро аз

таҷрибаи ҳам занон ва ҳам мардон фаро гирифта, фарқият ва монандии ин таҷрибаҳоро муайян намояд ва истифодаи ин таҷрибаҳоро дар ҷараёни татбиқи барномаҳои соҳавӣ таъмин кунад.

Тренерон оид ба масъалаҳои инъикоскунандаи масъалаҳои гендерӣ

Новобаста аз мавзӯи омӯзиш, хоҳ мавзӯи ҳуқуқи инсон, идоракунии маҳаллӣ, банақшагирӣ ва таҳияи буҷет ё ҳатто малакаи гуфтушунид кардан, тренерон бояд аз унсурҳои гуногуни инъикоси масъалаҳои гендерии ин мавзӯъҳо огоҳ бошад. Чӣ тавр занон ва мардон ба идоракунии маҳаллӣ шомиланд/дастрасӣ доранд ва аз хизматрасонии онҳо то кадом андоза истифода мебаранд; чӣ тавр ҳуқуқи занон тавассути хушунати оилавӣ поймол мешавад, усули гуногуни муошират ва гуфтушунид, барқарор карда мешавад. Ин омилҳо набояд ҳамчун масъалаи «беруна» ва ҳатто хамчун «масъалаи занон» шинохта шаванд; омилҳои мазкур бевосита ба проблема алоқаманд буда, бояд барои дарёфти роҳи дурусти ҳалли он равона гарданд.

Аз ин лиҳоз, тренерон бояд дар бораи масъалаҳои гендерии ба мавзӯи омӯзиш мувофиқ маълумоти кофӣ дошта бошанд. Донистани масъалаҳои гендерӣ барои ба нақша гирифтани мӯхтавои омӯзиш ва истифодаи усулҳои гуногуни таълим, ки ҷараёни омӯзиш ва азхудкунии маводи таълимро самаранок гардонда, ҳалли дурусти масъалаҳои гузошташударо ба миён меоранд, ёрӣ мерасонад.

Бори дигар қайд карданием, ки *омӯзиши инъикоскунандаи хусусиятҳои гендерӣ маънои баррасии баробарии гендерӣ ва хушунати гендериро надорад,* дар он ба эътибор гирифтани нақши занону мардон ва саҳми онҳо, инчунин махсусияту талаботи гуногуни онҳо дар маркази диққат аст.

Усулҳои омӯзиши инъикоскунандаи хусусиятҳои гендерӣ

Тренер бояд омилҳои зеринро ба мақсади инъикос кардани хусусиятҳои гендерӣ дар таҳия ва татбиқи омӯзишҳо ба эътибор гирад:

- Донистан ва таъкид кардани нозукиҳои гендерии ба мавзӯъ мувофиқ ва шинохтану ҳамгиро кардани унсурҳои гендерие, ки аз тарафи иштирокчиён пешниҳод карда мешаванд;

- Мушоҳида ва ҳалли нофаҳмиҳои гендерие, ки аз тарафи иштирокчиён ва тренерон пайдо мешаванд;

- Аз истифодаи мафҳум ва ақидаҳое, ки метавонанд ба мардони занон ба таври манфӣ таъсир расонанд, худдорӣ кардан;

- Агар маводи таълимӣ ба таври мушаххас мардон ва занонро фаро нагирад ё яке аз ҷинсҳоро мадди назар кунад, чунин мавод ақидаи муҳим набудани нақш ва саҳми мардону занонро дар ҳалли масъалаҳои фаннӣ тақвият медиҳад; агар маводи инъикоскунандаи хусусиятҳои гендерӣ оид ба мавзӯъ дастрас набошанд, боварӣ ҳосил

намоед, ки то кадом андоза ин мавод зарур аст, таъкид намоед, ки мавод фарогир аст ва кӯшиш намоед, ки ин норасоиро ҳангоми муаррифии мавзӯъ ба эътибор гиред.

- Истифодаи расм, диаграмма ё мусаввараҳое, ки дар он занону мардон якҷоя ҳамчун иштирокчиёни фаъоли ҷараёни ҳалли масъала ё муҳокимаи он нишон дода шудаанд.
- Ибора, мафҳум ва намунаҳоеро истифода баред, ки баробарии гендериро инъикос карда, барои ҳама мувофиқ бошанд; на танҳо ба эътибор гирифтани саҳм ва арзишҳои занону мардон, балки на ҳамаи намунаҳо ба занону мардон, ки мундариҷаи мушаххаси гендериро фаро мегиранд, ба ҳама мувофиқанд (масалан, агар занон ба тарзи кори автомобил ошно набошанд, шумо наметавонед тарзи кори системаи сӯзишвории мошинро ҳамчун намунаи кори мембранаи ҳуҷайра истифода баред ва ин намуна воситаи хуби аёнӣ шуда наметавонад);
- Сохтори омӯзиш ё тренингро ба мақсади таъмини иштироки фаъолияти занон мутобиқ созед;
- Боварӣ ҳосил намоед, ки ҳам духтарон ва писарон ақидаҳои худро иброз дошта, суханони якдигарро гӯш мекунанд ва ҳамдигарро ҳурмат мекунанд;
- Фазои таълимие ташкил намоед, ки занону мардон худро ором, бехатар ва ҳавасманд ҳис карда, ақидаҳояшонро иброз доранд ва бо занону мардоне, ки ақидаҳои гуногун доранд ҳамкорӣ кунанд;
- Ҳамчун роҳбалад фаъолият намоед ва «муҳтавои таълимро тавассути фаъолият ба роҳ монед» - тренер набояд тараферо дар мубоҳиса афзалият диҳад (ё қисми иштирочиён шояд ҳис кунанд, ки тренер «бар зиддӣ» онҳост), вале ӯ бояд ба натиҷаҳои мубоҳиса тавассути саволҳо ва фароҳам овардани имконият барои ибрози ақидаҳои гуногун таъсир расонад.
- Барои фаъол гардонидани занон ва барои онҳо фароҳам овардани имконияти сухан гуфтан кӯшиш кунед.

Малакаи роҳбаладӣ (фасилитаторӣ): фактҳоро аз ақидаҳо фарқ кунед

Одатан ҳангоми муҳокимаи масъалаҳои мушаххаси гендерӣ аксари фикру ақидаҳо аз фактҳо/далелҳо авлотар гузошта мешаванд. Агар байни далелҳо ва ақидаҳо фарқ мушаххас бошад, он гоҳ эҳтимоли сар задани моҷаро дар мубоҳисаҳо аз байн меравад. Далелу ақидаҳо бояд қабул карда шаванд, вале ҳар яки онҳо нақш ва вазифаи худро дошта бошад. Дурустӣ ва пуррагии назаре, ки ҳамчун далел пешниҳод карда мешавад, бояд санҷида шавад. Назаре, ки ҳамчун ақида пешниҳод мешавад бо вуҷуди мухолифи ақидаҳои дигар буданаш, бояд эҳтиром карда шавад. Малакаи асосии тренер аз байн бурдани нофаҳмиҳо ва пас кардани сатҳи моҷаро (ҳиссиёт) тавассути муайян кардан ва аз байн бурдани нофаҳмиҳо байни далелу ақидаҳо, мебошад. Дар ин сурат ҳиссиёт ва хотири иштирокчиён бояд ранҷ набинад.

Ҳамкорӣ дар синф бо риояи масъалаҳои гендерӣ

Илова ба масъалаҳои гендерӣ омилҳои зиёди дигар ба ҷараёни таълим ва омӯзиши хонандагон ва иштирокчиён таъсир мерасонанд. Гуногунии анъанаҳо, инчунин фарқияти синнусолӣ, қобилияти ҷисмонӣ ба ҷараёни азхудкунии маводи таълим ва иҷрои фаъолиятҳои таълимӣ таъсири муҳим мерасонанд. Инчунин аксари ин омилҳо аз масъалаҳои гендерӣ сарчашма мегиранд. Ҳамеша бояд дар хотир дошт, ки фарқияти мазкур ба қобилияти иштирокчиён дар ҷодаи иштироки фаъолу самарабахш дар ҷараёни таълим таъсири назаррас мерасонад.

Муоширaт ва ҳамкорие, ки байни тренер ва иштирокчиён ё байни худи иштирокчиён ба роҳ монда мешавад ба таҷрибаи таълмии ҳар иштирокчӣ таъсири бузург мерасонад. Баъзе роҳу усулҳоро барои идораи ҷараёни машғулиятатон ба эътибор гиред: Шумо танҳо иштирокчиёне, ки даст боло мекунанд мепурсед? Бо кӣ/киҳо шумо аксари вақт муоширати нигоҳиро ба роҳ мемонед? Тавассути воситаҳои ғайринутқӣ кадом ахборро гуфтанӣ мешавед? Шумо одатан ҳангоми суханронии иштирочиён ба онҳо аҳамият медиҳед ё ба кори дигар машғул мешавед? Киро таъриф мекунед? Аз кӣ/киҳо зиёд талаб мекунед?

Барои дарёфти тавсияҳои иловагӣ оид ба воситаҳои таълими ба масъалаҳои гендерӣ нигаронидашуда, ки дар Замима А пешниҳод шудаанд, назар афканед. Тавассути роҳу усулҳои мазкур шумо метавонед тамоми гурӯҳро ба фаъолиятҳои таълим ҷалб карда, ба фарқияти байни иштирокчиён, ки ба сатҳи иштироки онҳо таъсир мерасонад аҳамият дода, барои онҳо шароити хуби таълимро фароҳам оред.

Ҳавасмандгардонии иштироки духтарон

Ҳатто дар гурӯҳҳои калонсолон, аз ҷумла мутахассисон ва олимон, иштироки занон на он қадар фаъол буда, ақидаҳо, онҳо саволҳои камтар пешниҳод мекунанд ва дар табодули таҷриба низ ками андар кам ҷалб мешаванд. Дар чунин гурӯҳҳо мардон нисбатан ба дониши худ эътимод дошта, ақидаҳояшонро пешниҳод намуда, онро ҳамчун ақидаи тамоми гурӯҳ талқин мекунанд. Ба мақсади ислоҳ кардан ва ба мувозинат даровардани чунин вазъият тренер бояд кӯшиш кунад, ки шахсони шармгинро ба сухан гуфтан ва ба ҷараёни муҳокимаву хулосабарорӣ водор намояд.

Барои таъмини иштироки фаъоли занон дар ҷараёни машғулият, тренер якчанд мавзӯъҳоеро интихоб мекунад, ки занон дар ин самт донишу таҷрибаи зиёдтар дошта бошанд. Инчунин тренер бевосита аз якчанд иштирокчии зан хоҳиш менамояд, ки доир ба масъала фикру ақида ва таҷрибаашро ба аҳли гурӯҳ пешниҳод кунад – ба ин васила таҷрибаи онҳо қадр карда мешавад.

Истифодаи усулҳои ҳамкорӣ ба монанди кортҳо барои қайд ва кор дар гурӯҳҳои хурд аксари иштирокчиёнро ба фаъолият ҷалб мекунад. Дар баъзе ҳолатҳо ташкили гурӯҳҳои алоҳидаи занону мардон муфид аст: ин ба занон имконият медиҳад, ки фаъолона масъаларо муҳокима карда, саҳм гузоранд, чунин тарзи ташкили кор ба муайян намудани ақидаҳои мухталифи мардону занон ёрӣ расонда, назари гуногунро тавъам месозад.

Роҳҳои дигари ҷалби занон ба ҷараёни машғулият:

- Воситаҳои навиштани махфиёна – ҳама гуна вазифаҳои навиштанро (аз ҷумла, кортҳо барои пешниҳоди ақидаҳо, эссеи хурд, баҳодиҳӣ, овоздиҳӣ, саволномаҳо ё дар флипчарт навиштан) метавон ба таври махфиёна ба роҳ монд. Ин дар навбати худ ба иштирокчиён имконияти пешниҳоди озоди ақидаҳои интиқодиро фароҳам меорад. Дар хотир дошта бошед, ки агар шумо тарзи махфиёнаи навиштанро истифода баред, он гоҳ аз гуфтани ҷумлаҳои «кӣ инро гуфтааст?» ё «ин чӣ маъно дорад» бояд худдорӣ намоед (Аммо шумо аз гурӯҳҳо пурсида метавонед, ки онҳо дар ин бора чӣ фикр доранд? Яъне шумо мехоҳед, ки доир ба ин масъала муҳокимаронии иловагӣ ташкил намоед).
- Иштирокчиёнро ба муаррифӣ даъват кардан ба баланд шудани сатҳи иштироки занон саҳм мегузорад; агар аз сабаби камии вақт танҳо баъзе иштирокчиён муаррифӣ карда тавонанд, он гоҳ боварӣ ҳосил намоед, ки шумораи баробари занону мардон ба муаррифӣ ҷалб мешаванд.
- Усули «Блитс-пурсиш» (яъне тренер савол медиҳад ва аз касе, ки дарҳол ба ҷавоб додан омодда аст, мепурсад) ин нисбат ба мардон номувофиқ аст, зеро онҳо баро дар назди ҷамъият сухан рондан одат кардаанд. Вақте ки оид ба ақида ва таҷрибаи иштирокчиён пурсон мешавед, шумо метавонед тартиби ҷавоб доданро байни занону мардон тақсим намоед. Дар хотир дошта бошед, ки одатан занон то тамом шудани суханони мардон интизор мешаванд ва дар аксари ҳолатҳо вақти барои муҳокимаронӣ ҷудошуда тамом мешавад ва онҳо имконияти сухан гуфтанро аз даст медиҳанд. Барои ҷалби тамоми иштирокчиён теренер метавонад бо навбат тамоми иштирокчиёнро пурсад. Усули дигар аз шахс ё гурӯҳи мушаххас пурсидани ҷавоб буда, онро бо гуфтани «Мехоҳам аз шахсоне, ки ҳоло сухан нагуфтаанд ҷавоби ин саволро шунавам» ба роҳ монда метавонед.

Асосҳои маърифати шаҳрвандӣ

БОБИ 1

НАҚШАИ ДАРС	
Мақсад: Баланд бардоштани сатҳи фаҳмиши ҷавонон оид ба мақсад, вазифаҳо ва муҳтавои барномаи маърифати шаҳрвандӣ ва ҳавасманд гардонидани онҳо барои иштирок дар барнома.	**Вазифаҳо:** • Барқарор намудани робита байни иштирокчиён тавассути муошрату муколама, ҳамкорӣ, ба миён овардани муносибатҳо ва фазои мусоид барои инкишофи минбаъда. • Таҳияи қоида ва талаботҳои зарурӣ, бо назардошти шаклҳои муошират барои иштирок дар курсҳои омӯзишӣ, ки дар дар давоми 10 ҳафта амалӣ мешаванд; • Гузоштани мақсад ва муҳокимаи натиҷаҳои ниҳоие, ки бо хатми барнома ба даст оварда мешаванд.

Вақт	Фаъолият	Мавод
20 дақиқа	***Ифтитоҳ ва пазироӣ*** • Омӯзгорони барномаи маърифати шаҳрвандӣ иштирочиёнро ҳайрамақдам мегӯянд. • Омӯзгорони барномаи маърифати шаҳрвандӣ худ ва дигар омӯзгоронро ба иштирокчиён шинос мекунанд. • Иштирочиён худро шинос мекунанд. • Бақайдгирии иштирокчиён.	Флипчарт бо навиштаҷоти «Хуш омадед» бояд пешакӣ омодда карда шавад. Флипчарт бо навиштаҷоти «Номи худ, синф ва рақами мактабатонро гуфта, сабаби дар машғулият иштирок карданатонро шарҳ диҳед» бояд пешакӣ омодда карда шавад. Варақаи бақайдгирӣ
30 дақиқа	Интизориҳо ва қоидаҳои асосӣ • Интизориҳои барномаи маърифати шаҳрвандӣ • Интизориҳои иштирокчиёни барнома	Флипчарт, маркерҳо Тақсими «Дастур барои иштирокчиён»
30 Дақиқа	Мундариҷа ва муҳтавои барнома • Таҳлили машғулиятҳо ва вазифаҳои барнома • Ангезиши зеҳн: Чӣ тавр барномаи мазкур ба шумо фоида мерасонад?	

10 Дақиқа	Хулоса ва ҷмаъбаст • Ҷамъбасти дарс • Саволу ҷавоб	
95 дақиқа	**Вақти умумӣ**	

Ифтитоҳ ва пазироӣ

Омӯзгорони барномаи маърифати шаҳрвандӣ машғулиятро бо хайрамақдам гуфтани иштирокчиён оғоз карда, худ ва омӯзгорони дигарро ба иштирокчиён шинос менамоянд. Мақсади барномаро ба иштирокчиён муаррифӣ карда, онро муҳокима мекунанд.

Маърифати шаҳрвандӣ – ҳамчун таҳсилоти ғайрирасмӣ, яке аз унсурҳои муҳимми омӯзиш ба шумор рафта, ба шаҳрвандон ёрӣ медиҳад, ки дар ҷараёни рушду инкишоф ва демократикунонии ҷомеа ширкат намуда, ҳуқуқҳояшонро истифода баранд ва бо донишу малакаю маҳорати лозима ӯҳдадориҳояшонро ба иҷро расонанд. Барномаи маърифати шаҳрвандӣ инчунин маълумотро оид ба таърих, маданият ва анъанаҳои мамлакатро фаро мегирад.

Аз иштирочиён хоҳиш намоед, ки бонавбат худро муаррифӣ карда, ном, синф, рақами мактаб ва мақсади иштирокашонро гӯянд.

Ёвари омӯзгори барнома бояд ҳамаи иштирокчиёнро дар варақаи бақайдгирӣ қайд кунад. Дафтари қайди иштирокчиён бояд ҳар машғулият истифода шавад.

Интизориҳо ва қоидаҳои асосӣ

Омӯзгори барномаи маърифати шаҳрвандӣ якҷоя бо иштирокчиён бояд қоидаҳои асосии иштирок дар барномаро таҳия намуда, зарурати онро шарҳ диҳанд ва риоя кардани онҳоро таъкид намоянд. Баъд аз тартиб додани қоидаҳои асосӣ омӯзгори барномаи маърифати шаҳрвандӣ ҷадвали машғулиятҳои барномаро ба иштирокчиён супорида, интизориҳои барномаро мушаххас баён мекунад.

Барои тартиб додани қоидаҳои асосӣ аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки рӯйихати қоидаҳоро таҳия кунанд. Ин ҷараён онҳоро фаъол гардонда, ба онҳо имконият медиҳад, ки қоидаҳоро аз худ кунанд. Ин онҳоро ба риояи қоидаҳои тасдиқшуда водор менамояд ва ӯҳдадор мегардонад.

Аҳли синфро ба гурӯҳҳои хурд муттаҳид карда, аз ҳар гурӯҳ хоҳиш намоед, ки дар бораи «Чӣ барои таъмини фаъолияти самараноки таълимии машғулият зарур буда, барои муҳокимаи проблемаҳо ва мавзӯъҳои ҳасос муҳим аст?» фикр кунанд. Аз ҳар гурӯҳ хоҳиш намоед, ки 3 қоидаи асосӣ тартиб диҳанд. Сипас муҳокимаи умумӣ гузаронда, аз гурӯҳҳо хоҳиш намоед, ки як рӯйихати умумӣ таҳия намоянд.

Агар иштирокчиён дар таҳияи қоидаҳои асосӣ мушкилӣ кашанд ё қоидаҳои мушаххасе, ки ба фикри омӯзгори барномаи маърифати шаҳрвандӣ муҳимманд таҳия карда натавонанд, он гоҳ омӯзгор метавонад намуна/тавсия пешниҳод карда, аз иштирокчиён хоҳиш намояд, ки ба қарори умумие оянд. Намунаҳои қоидаҳои асосӣ чунин буда метавонанд:

1. Ба савол бодиққат гӯш дода, дигаронро ҳангоми суҳбат кардан эҳтиром намоед;
2. Барои аниқ сохтани нофаҳмиҳо савол диҳед;

3. Суханони якдигарро набуред;
4. Дар асоси таҷрибаи худ сухан гӯед, аз номи омма сухан нагӯед (Ҷонишини «ман»-ро истифода баред, на «онҳо», «мо» ва «шумо»);
5. Саривақт ба машғулият ҳозир шавед;
6. Ба якдигар савол диҳед, аммо ақидаи якдигарро ҳурмат карда, ба шахсият ҳуҷум накунед – диққатро ба мавзӯъ равона созед;
7. Тамоми қобилиятатонро истифода баред – рушди ҷомеа тавассути фарогирии ақидаҳои ҳар як фард сурат мегирад;
8. Ба ҷойи нодуруст ҳисобидани нақли касе тавассути барассии таҷрибаи ӯ, нақл ва таҷрибаи худро ба дигарон пешкаш намоед;
9. Ҳадафи омӯзиш розӣ шудан нест – балки шунидан ва таҳқиқи ақидаҳои гуногун аст;
10. Ба иммову ишора ва воситаҳои ғайринутқи аҳамият диҳед – онҳо метавонанд ба монанди сухан таъсири сахт дошта бошанд;
11. Бе далел ақидаҳоро пешниҳод накунед.
12. Аз паст задани шахси дигар даст кашед;
13. Дар асоси шарҳу эзоҳи шахсони дигар ақида пешниҳод кунед; ба мақсади дарки тарафайн фаъолият кунед;
14. Инони муҳокимаро дароз ба даст нагиред; ба дигарон имконият сухан гуфтан ва ибрози ақидаро фароҳам оваред.

Тавсияҳо оид ба масъалаҳои гендерӣ

Дастгирии баробарӣ ва ҳасосияти гендериро дар ҷараёни таҳияи қоидаҳои асосӣ фаромӯш накарда, эҳтиром ва дасгирии ҳар як аъзои гурӯҳро таъкид намоед. Қоидаҳои асосиеро, ки ба баробарии гендерӣ мусоидат карда, рафтор ва муносибати пастзанандаро пешгирӣ мекунанд, қабул намоед. Таҳияи қоидаҳо ва тартибот дар оғози барнома имконият медиҳад, ки муносибати мусбат ва муҳокимаи солим ба роҳ монда шуда, иштирокчиёнро водор менамояд, ки баробарии гендериро амиқ дарк кунанд.

Баъд аз қабули қоидаҳои асосӣ омӯзгори барномаи маърифати шаҳрвандӣ бояд ба ҳар яъзои барнома як нусхаи онро пешкаш намояд (онро чоп карда, дар давоми машғулияти оянда супоридан мумкин аст).

Омӯзгори маърифати шаҳрвандӣ қоидаҳои асосиро, ки дар флипчарт навишта шудаанд дар ҷойи намоёни синф меовезад. Он бояд дар ҷараёни ҳамаи машғулиятҳо намоён бошад. Дар ҳолати риоя накардани қоидаҳо омӯзгор ва иштирокчиён метавонанд ба он муроҷиат намоянд.

Боварӣ ҳосил кунед, ки аз иштирокчиён қоидаҳои асосиро дар аввали машғулият ва тез-тез дар ҷараёни барнома мепурсед. Агар аз марҳалаи оғози машғулиятҳо ба риояи қоидаҳои диққати махсус надиҳед, он гоҳ ин кор дар ҷараёни таълим мушкилтар мегардад. Муҳим он аст, ки худи омӯзгори барномаи маърифати шаҳрванди ин қоидаҳоро ба пуррагӣ риоя кунад.

Мундариҷа ва муҳтавои барнома

Омӯзгорони барномаи маърифати шаҳрвандӣ бояд мундарича ва муҳтавои барномаро барои 10 ҳафта ба иштирокчиён муаррифӣ намоянд.

Барномаи маърифати шаҳрвандии мазкур 10 машғулият ва 8 мавзӯъро фаро мегирад. Мундарича ва мақсадҳои ҳар як машғулият чунинанд:

Дарси 1. Муқаддимаи курс. Ба ҷавонон имконият фароҳам оварда мешавад, ки бо якдигар шинос шуда, қоидаҳо, мақсаду интизорихо, ҷадвал ва нақшаи курсро фаҳманд. Мавзӯи нахустини курс - «Пешсаф ва фаъолияти пешсафӣ»-ро баррасӣ намуда, иштирокчиён бо мафҳуми пешсафӣ ва аҳамияти нақши он дар рушди ҷомеа шинос мешаванд.

Дарси 2. Ҳуқуқи инсон. Иштирокчиён мафҳумҳои «Ҳуқуқи инсон», «Қонуният» ва «Ҳуқуқ ва ӯҳдадориҳо»-ро меомӯзанд.

Дарси 3. Дин ва ҳуқуқҳо. Ҷавонон мафҳумҳои ба монанди «давлати дунявӣ» «динҳои ҷаҳонӣ» ва «гуногунандешии фарҳангӣ»-ро азхуд менамоянд.

Дарси 4. Ҷомеа ва ҳокимияти маҳаллӣ. Ҷавонон роҳҳои чӣ тавр дар рушди ҷомеаҳои хеш иштирок карданро аз худ менамоянд.

Дарси 5 - 6. Фаъолияти ихтиёрӣ, масъулияти шаҳрвандӣ ва фаъолият ба манфиати ҷомеа. Ҷавонон мафҳуми марбут ба фаъолияти ихтиёрӣ, масъулият ба тақдири чомеа ва аҳамияти кор ба манфиати ҷомеаро тавассути ширкати фаъолона дар рушди он аз худ менамоянд.

Дарси 7. Малакаю маҳорати гузаронидани гуфтушунидҳо: Иштирокчиён усулҳо, воситаҳо ва малакаю маҳорати махсус, ки низоъро бартараф мекунанд ва инчунин барои ҳалли проблемаҳои ҳаррӯза мусоидат мекунанд, меомӯзанд.

Дарси 8. Маърӯза, суханронӣ дар назди халқ ва малакаю маҳорати муҳокимаронӣ: Ҷавонон малакаи суханронӣ ва маҳорати муоширати худро такмил дода, чӣ тавр дар назди халқ баён намудани ақидаҳои худро меомӯзанд.

Дарси 9. Рушди имкониятҳои ҷавонон. Иштирокчиён роҳҳои баланд бардоштани қобилияти пешсафиро дар ҷомеа, инчунин аҳамияти таҳияи иқдомҳо, лоиҳаҳо, фаъолият ва дигар чорабиниҳоро аз худ менамоянд.

Дарси 10. Пешниҳоди нақшаи амалии иштирокчиён.

Ангезиши зеҳн

Мақсади фаъолияти мазкур муайян кардани фоидаи шахсии иштирок дар барнома барои ҷавонон аст. Ҳадаф оғоз намудани муколама ва муҳокимаи таъсири эҳтимолии машғулияти мазкур ба ҳар иштирокчӣ ва баррасии таъсири ин барнома ба ҳаёти онҳо мебошад.

Аҳли синфро ба гурӯҳҳои хурд муттаҳид намоед. Аз ҳар гурӯҳ хоҳиш намоед, ки саволҳои зеринро муҳокима карда, ба онҳо ҷавоб гардонанд:

1. Дар ҷомеаи шумо бароятон чӣ бештар маъқул аст? Дар мамлакататон чӣ?
2. Чӣ шуморо дар ҷомеаатон бештар халал мерасонад? Дар мамлакататон чӣ?
3. Кадом хусусиятҳо/сифатҳо шахсро пешсафи хуб мегардонад?
4. Оё барои тағйир додани ҷомеаатон ё ба дунёи худ таъсир расондан ба шумо калонсол будан шарт аст? Чаро ҳа? Чаро не?

Баъди муҳокимаи саволҳо дар гурӯҳҳои хурд ба муҳокимаи умумӣ гузаред. Иштирокчиёнро водор намоед, ки оид ба хусусиятҳои мусбат ва манфии ҷомеа ва мамлакати худ фикр кунанд. Кадом амали хубро онҳо мехоҳанд дастгирӣ кунанд ва маҳфуз нигоҳ дорад? Кадом амал бояд ислоҳ ва тағйир дода шавад? Кадом хусусиятҳои пешсафӣ бояд дар ниҳоди онҳо ва дигарон такмил дода шаванд? Ҳамчун аҳолии ҷавон онҳо чиро тағйир дода метавонанд? Онҳо чӣ тавсия дода метавонанд?

Муҳокимаи мазкурро бо натиҷаҳои барнома алоқаманд кунед – яъне иштирокчиён дар ҷараёни азхудкунии барнома чиро меомӯзанд, то пешсаф шуда, ба ҷомеа таъсири мусбат расонанд?

Хулоса

Қадамҳои асосии машғулиятро таҳлил карда, ба саволҳои иштирокчиён ҷавоб гардонед.

Ҳуқуқи инсон. 4 Категорияи асосии ҳуқуқи инсон қонуният, ҳукуқ ва ӯҳдадориҳо	**БОБИ 2**

НАҚШАИ ДАРС	
Мақсад: Баланд бардоштани дониши иштирокчиён оид ба ҳуқуқи инсон ва имкониятҳо барои риояи он.	**Вазифаҳо:** - Огоҳ намудани иштирокчиён дар бораи ҳуқуқ ва ӯҳдадориашон. - Фаҳмонидани мафҳуми "Ҳуқуқи инсон", "Қонуният" ва "Қонун" барои ҷавонон - Шинос намудани ҷавонон бо шароитҳои риоя ва ҳимояи ҳуқуқи худ ва ҳуқуқи дигарон.

Вақт	**Машғулият**	**Манбаъҳо**
5 дақиқа	Бақадгирии иштирокчиён	Рӯзнома
20 дақиқа	Инсон будан чӣ маъно дорад?	Флипчарт ва маркер
20 дақиқа	Ҳуқуқ чист?	Флипчарт ва маркер
10 дақиқа	Ҳуқуқи инсон дар Ҷумҳурии Тоҷикистон	Флипчарт ва маркер
30 дақиқа	Категорияҳои ҳуқуқи инсон	Варақаи категорияҳо
20 дақиқа	Баробарӣ, гуногунӣ, таҳаммулпазирӣ	Варақа бо моддаи 17-уми Конститутсия (Сарқонун)
15 дақиқа	Фаъолият оид ба ҳуқуқи инсон	Флипчарт ва маркер
5 дақиқа	Хулоса	
125 дақиқа	**Вақти умумӣ**	

Бақайдгирӣ

Иштирокчиёнро дар дафтари бақайдигӣ қайд кунед.

Муқаддима: Инсон будан чӣ маъно дорад?[2]

1. Калимаҳои «ИНСОН» ва «ҲУҚУҚ»-ро дар сатри болои флипчарт ё лавҳи синф нависед. Дар поёни калима «инсон» як давра ё суроби инсонро кашед.

2. Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки нишонаҳои инсонро муайян кунанд ва калима ё нишонаҳоро дар дохили расми одам (ё давра) нависанд. Масалан, «доно», «ҳасос» ва ғайра.

3. Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки гӯянд «Барои ҳифз, баланд бардоштан ва рушди ин сифатҳои инсон чӣ зарур аст?» Ҷавобҳои онҳородар беруни давра нависед ва аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки ин ақидаҳоро шарҳ диҳанд. Масалан, «таҳсилот», «дӯстӣ», «дӯст доштани оила» (Эзоҳ: Рӯйихати мазкурро барои дар машғулияти оянда истифода бурдан маҳфуз нигоҳ доред).

4. Муҳокима:

- Инсони комил будан чӣ маъно дорад? Он аз «зинда будан» ё «эмин будан» чӣ фарқ дорад?
- Дар асоси рӯйихати мазкур гӯед, ки барои дар муросо зиндагӣ кардани инсон чӣ лозим аст?
- Оё ҳамаи одамон дар асл баробаранд? Арзиши гуногунии одамон дар чист?
- Оё ягон сифатҳои «аслии» моро аз мо маҷбуран гирифтан мумкин аст? Масалан, танҳо одамон метавонанд бо забони мураккаб муошират кунанд; оё бо гум кардани қобилияти сухан гуфтан шумо инсон шуморида мешавед?
- Агар шахси алоҳида ё ҳукумат аз нафаре чизи заруриашро гирад (ё маҳдуд созад) чӣ ҳодиса рух медиҳад?
- Агар аз ягон чизи ба инсон зарур шумо даст кашида бошед, чӣ ҳодиса рух медиҳад?

Тавсияҳ оид ба масъалаҳои гендерӣ

Кӯшиш кунед, ки ҳам аз мардон ва ҳам аз занон ба саволҳо ҷавоб гиред. Боварӣ ҳосил кунед, ки ҳама дар муҳокима ширкат меварзанд ва «инсон» ба мафҳуми «мард» ё ба ақидаҳои доминантӣ баробар карда нашавад. Ба ҳамкорӣ ҳидоят кардани иштирокчиён басо муҳим буда, назари умумиро оид ба маънои мафҳуми «инсон» ба миён оварда, ба онҳо имконият медиҳад, ки инсонро ҳамчун марду зани дорои дини мухталиф, намояндаи халқияти гуногун ва амсоли он шиносанд.

5. Ба иштирокчиён фаҳмонед, ки ҳама хусусиятҳои дар дохили давра навиштаашон ба сифатҳои инсон нисбат додашуда, инсон буданро мефаҳмонанд. Ҳар чизе, ки дар атрофи давра навишта шудааст барои ҳастии инсон заруранд. Ҳуқуқҳои инсон дар асоси ҳамин зарурият пайдо мешаванд.

6. Ҷумлаҳои поёнро, ки аз Эъломияи байналхалқии ҳуқуқи инсон оварда шудаанд бо овози баланд хонед ва фаҳмонед, ки ин ҳуҷҷат стандарти рафтори одамонро нисбат ба ҳамдигар муайян карда, эҳтироми шахсияти ҳар инсонро таъмин менамояд:

… шинохтани хусусиятҳои хос ва ҳуқуқҳои баробарӣ ҳамаи аъзоёнӣ оила инсонӣ асоси пойдории озодӣ, адолат ва сулҳ дар ҷаҳон мебошад …

Сарсухан
Эъломияи байналхалқии ҳуқуқи инсон

Ҳамаи одамон озод ва бо ҳуқуқҳои баробар таваллуд мешаванд. Онҳо ақл ва виҷдон дошта, бо ҳамдигар бояд ҳамчун бародарон муносибат кунанд.

Моддаи 1
Эъломияи байналхалқии ҳуқуқи инсон

Ҳуқуқ чист?[2]

1. Маънохои гуногуни калима «ҳуқуқ»-ро аз хонандагон пурсед. Иборахои маъмулро истифода баред, ба монанди «Мо дар доираи ҳуқуқҳои худ амал мекунем» ё «Шумо ҳуқуқ надоред, ки чунин гӯед». Маънохои гуногуни калимаи «ҳуқуқ»-ро дар тахтаи синф нависед. Маънои калимаи «ҳуқуқ» дар ибораи «ҳуқуқи инсон» чист?

2. Дар гурӯҳҳои хурд ё бо аҳли синф барои мафҳуми «ҳуқуқи инсон» шарҳ/таъриф таҳия намоед ва ин намунаҳоро дар тахтаи синф нависед. Кӯшиш кунед, ки таърифе таҳия намоед, ки аҳли синф ба он розӣ шаванд ва онро дар флипчарт нависед.

3. Таърифи «ҳуқуқи инсон»-ро дар тахтаи синф нависед:

Ҳуқуқҳои инсон ба ҳамаи одамон новобаста ба ҷинс, нажод, ранг, забон, миллат, синну сол, табақаи иҷтимоӣ, дин ё ақидаи сиёсӣ таалуқ доранд. Онҳо универсалӣ, ҷудонопазир, тақсимнашаванда ва баҳампайванд мебошанд.

4. Таърифи мазкурро бо таърифи гурӯҳҳо муқоиса намоед. Кадом қисмҳо монанданд? Кадом қисмҳо аз ҳамдигар фарқ доранд?

5. Аз иштирокчиён пурсед, ки зери мафҳуми универсалӣ чӣ мефаҳманд? Ҷудонопазирӣ чӣ? Тақсимнашаванда? Баҳампайвандро чӣ гуна мефаҳманд?

6. Ба рӯйихати хусусиятҳо инсон, ки дар фаъолияти пештара муайян карда будед, бори дигар назар афканед.

7. Дар флипчарт ё тахтаи синф калима ва ибораҳои «Зинда мондан», «қадри инсон» ва «рӯзмарра ва боигарӣ»-ро нависед. Маънои ибораҳоро муҳокима кунед.

8. Нақшаи дар фаъолияти якум кашидаатонро истифода баред. Ҳама чизе, ки ҳамчун маводи зарурӣ барои рушди ҳаматарафаи инсон муайян кардаро дар поёни яке аз ин ибораҳо ҷо диҳед. Масалан, оё таҳсилот барои зинда мондани инсон зарур аст? Барои қадри инсон чӣ? Оё таҳсилот эътимод аст ё боигарӣ/дастнорас?

6. Муҳокима:

- Оё ҳуқуқи инсон танҳо бояд зарурати инсонро барои зинда мондан муайян кунад? Чаро ҳа? Чаро не?
- Оё ҳуқуқҳои инсон он чизе, ки шумо дар зери мафҳуми «рӯзмарра ва боигарӣ» навишта будед ҳифз намояду халос? Чаро ҳа? Чаро не?
- Баъзеи одамон дар ҷаҳон танҳо чизе, ки барои зиндагӣ кардани онҳо зарур аст доранд ва баъзеи дигар боигарӣ ва эътимоди комил доранд. Оё ин адолат аст? Ин поймол кардани ҳуқуқҳои инсон аст?
- Оё барои баробар намудани қадри инсон ягон амалро иҷро кардан мумкин аст? Чӣ бояд кард? Чӣ тавр? Аз тарафи кӣ?
- Ҳуқуқҳои инсон кадомҳоянд, барои чӣ онҳо заруранд ва чӣ гуна онҳо ба шахс вобастаанд?

Тавсияҳо оид ба масъалаҳои гендерӣ

Боварӣ ҳосил кунед, ки ҷавобҳои иштирокчиёни мард ва занро қабул мекунед. Фарқи ҷавобҳои занону мардонро ба қайд гиред – оё чизҳое, ки занону мардон ҳамчун «зинда мондан» ва «рӯзмарра ва боигарӣ» муайян кардаанд яккелаанд ё аз ҳамдигар фарқ мекунанд?

Чаро чунин аст? Оё гурӯҳ ҳангоми муҳокимаронӣ ҳуқуқҳои як гурӯҳро назар ба гурӯҳи дигар авлотар медонанд? Агар ин ҳодиса рух диҳад, он гоҳ ин нуктаро қайд кунед ва аз онҳо хоҳиш намоед, ки гӯянд барои чӣ баъзе гурӯҳҳо назар ба гурӯҳҳои дигар ҳуқуқҳои бештар доранд? Онҳоро ба дарки маънии ҳуқуқҳои баробар водор намоед.

Ҳуқуқи инсон дар Тоҷикистон

Ба иштирокчиён фаҳмонед, ки ҳуқуқҳои инсон маҷмӯи стандартҳое/талаботе мебошанд, ки бе онҳо инсон бошарафона зиндагӣ карда наметавонад. Поймол кардани ҳуқуқҳои шахс маънои ӯро ҳамчун инсон нашинохтан аст. Пешбарии ҳуқуқҳои инсон маънои талаб кардани эҳтироми ҳуқуқҳои ӯ мебошад. Рушди ҳама гуна миллат, мамлакат ё ҷомеа аз шахсиятҳои алоҳида вобастагӣ дорад, зеро кул аз ҷузъ таркиб ёфтааст. Ақидаи ҳуқуқи инсон барои баланд бардоштани мавқеи фард, худшиносии ӯ, фаъолии иҷтимоӣ ва шаҳрванди огоҳ буданашро фаҳмонда, ғулом набудани онҳоро тасдиқ карда, ҳуқуқҳои онҳоро дастгирӣ намудан аст. Дар натиҷа ба одамон имконияти инкишофи шахси фароҳам оварда мешавад. Эҳтироми ҳуқуқи инсон назар ба омилҳои иқтисодӣ дар рушди мамлакат муҳимтар аст. Он ба ҷомеа имконияти рушду нумуъро фароҳам меорад. Масалан, ришвагирӣ аз байн меравад.

Эҳтироми ҳуқуқҳои инсон ва шахс принсипҳои асосие мебошанд, ки аз тарафи одамони гуногуни рӯйи олам шинохта шудаанд. Чуноне ки қайд шуда буд қонунҳои байналхалқӣ ба монанди Эъломияи байналхалқии ҳуқуқи инсон принсипҳои умумибашарии ҳуқуқҳои инсонро матраҳ сохта, аз ҳамаи мамлакатҳоро водор месозад, ки онҳоро риоя кунанд. Эҳтироми ҳуқуқҳои инсон махсусан дар Конститутсия (Сарқонуни) Ҷумҳурии Тоҷикистон ва қонунҳои мамлакат қайд шудааст.

- Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки ягон моддаи Конститутсия (Сарқонуни) Ҷумҳурии Тоҷикистон, ки ба ҳуқуқҳои инсон бахшида шудаанд гӯянд. Ҷавобҳои онҳоро дар флипчарт нависед.

Шояд шумо моддаҳои поёнро ҳамчун мисол ба иштирокчиён пешниҳод кардан хоҳед. Ин моддаҳои Конститутсия (Сарқонуни) Ҷумҳурии Тоҷикистон барои рушди ҷомеаи тоҷик махсусан мувофиқанд:

> *«Ҳаёт, қадр, номус ва дигар ҳуқуқҳои фитрии инсон дахлнопазиранд. Ҳуқуқу озодиҳои инсон ва шаҳрвандро давлат эътироф, риоя ва ҳифз менамояд.» (Моддаи 5, Конститутсияи Ҷумҳурии Тоҷикистон).*

> *«Ҳама дар назди қонун ва суд баробаранд. Давлат ба ҳар кас, қатъи назар аз миллат, нажод, ҷинс, забон, эътиқоди динӣ, мавқеи сиёсӣ, вазъи иҷтимоӣ, таҳсил ва молу мулк, ҳуқуқу озодиҳоро кафолат медиҳад. Мардон ва занон баробарҳуқуқанд.» (Моддаи17, Конститутсияи Ҷумҳурии Тоҷикистон).*

- Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки гӯянд дар асл ин моддаҳо дуруст татбиқ мешаванд.
  - Намунаҳои мушаххас кадомҳоянд? Чӣ ҳодиса ба вуқуъ пайваст?

- Ҳуқуқҳои кӣ поймол шуданд? Ҳуқуқҳои кӣ ҳифз шуданд? Оё фарқ байни ягон гурӯҳ дида мешуд (мардон, занон, гурӯҳҳои динӣ, халқиятҳо, муҳоҷирон, гурӯҳҳои сиёсӣ ва ғайра)?

- Кӣ ба ин масъала диққат дода, онҳоро тағйир дода метавонист?

Ҳарчанд ҳифзи ҳуқуқҳои инсон дар ҳуҷҷатҳои гуногун дарҷ шуда бошанд ҳам, аксари одамон то ҳол аз ҳуқуқҳои худ огаҳ нестанд ё он ҳуқуқҳо таъкид карда намешаванд.

- Аз гурӯҳҳо пурсед, ки агар ҳама аз ҳуқуқҳояшон огаҳ бошанд чӣ мешавад?

Ҳар як шаҳрванд бояд ҳуқуқҳои худро донад, то ҳифз ва ё поймолкунии онҳоро назорат кунанд. Агар шумо ҳуқуқҳои худро надонед шахси дигар метавонад аз шумо истифода бурда, шуморо ба надоштани ҳуқуқ бовар кунонад. Бо донистани ҳуқуқҳоятон шумо метавонед поймолшавии онҳоро пеш гирифта, барои пурра риоя шудани онҳо кӯшиш кунед. Шумо бояд на танҳо ҳуқуқҳоятонро номбар карда тавонед, балки аз ин зиёдтар амал кунед. Шумо бояд мушаххас донед, ки кай ва чӣ тавр бояд онҳо дар вазъиятҳои гуногун истифода шаванд.

- Аз гурӯҳ пурсед: «Оё эҳтироми ҳуқуқҳои инсон маънои «ҳар шахс амали мехостаашро иҷро мекунад»-ро дорад? Барои чӣ?

Ҳуқуқҳои инсон на танҳо худшиносӣ ва қадри шахси алоҳида, балки эҳтироми дигаронро низ фаро мегирад. Он бояд байни ду принсип баробар тақсим шавад:

Озодӣ - ин қобилияти бошууронаи интихоб кардани чӣ тавр рафтор кардан дар асоси хоҳиши озоди шахс мебошад. Он мустақилияти муайяни шахсро аз шароит ва вазъияти беруна дарбар мегирад.

Қонун – ҳамеша маҳдудияти қисман дар озодиҳои инсон, ки ба ҳамзистии шаҳрвандони озод зарур аст.

Категорияҳои ҳуқуқҳои инсон

1. Дар ин фасл омӯзгори барномаи маърифати шаҳрвандӣ диққатро ба навъҳои мушаххаси ҳуқуқи инсон равона мекунад. Ҳар омӯзгор бояд чор варақи калон, ки дар онҳо категорияҳои гуногун навишта шудаанд, пеш аз машғулият омода намуда, ба аҳли синф намоиш диҳад.

2. Номи чор категорияро хонда, аҳли синфро ба чор гурӯҳи хурд муттаҳид намоед. Ба ҳар гурӯҳ як категорияро таъин намоед ва аз онҳо хоҳиш намоед, ки ҳуқуқи ҳар категрияро муайян карда, рӯйихати ҳуқуқҳои мушаххасро мувофиқи категорияҳо тартиб диҳанд:

Ҳуқуқҳои шахсӣ | Ҳуқуқҳои сиёсӣ
Ҳуқуқҳои иҷтимоӣ-сиёсӣ
Ҳуқуқҳои маданӣ

3. Аз ҳар гурӯҳ хоҳиш намоед, ки ақидаҳояшонро муаррифӣ намоянд. Аз онҳо хоҳиш намоед, ки фарқи байни ҳуқуқҳои як категорияро аз дигар шарҳ диҳанд. Вақте ки ҳамаи гурӯҳҳо ақидаҳояшонро пешниҳод мекунанд аз хонандагон хоҳиш намоед, ки ахбори поёнро аниқ сохта онро муҳокима намоянд, ҳуқуқҳои ҳар як категорияро муҳокима намоед.

Ҳуқуқҳои шахсӣ. Ҳуқуқҳои шахсӣ барои ҳар як инсон новобаста аз миллат, ҷинс, синну сол, қавм, мансубияти этникӣ ва динӣ муҳим ва зарур ба шумор мераванд.
Ҳуқуқҳои шахсӣ ҳуқуқҳои зеринро дарбар мегиранд:

- **Ҳуқуқ ба ҳаёт** яке аз муҳимтарин ва дахлнопазиртарин ҳуқуқ барои ҳар як инсон мебошад. Воқеан, ҳаёти инсон арзиши воло дорад. Дигар ҳуқуқҳо дар ҳолати фавтидани инсон мазмун ва моҳияташонро гум мекунанд. Ин ҳуқуқи асосӣ ду ҷабҳаи муҳим дорад. Аввалан, ҳуқуқи инсон бояд аз ҳамагуна зӯроварии ғайриқонунӣ озод бошад.

- **Ҳуқуқ ба дастовард** хосияти асосии ҷамъиятҳои рушдкарда мебошад**.** Он асосан дар сатҳи байналхалқӣ пазируфта шудааст**.** Ба ягон инсон набояд зӯроварӣ ё бадӣ ва ё муносибати ғайриинсонӣ карда шавад, зеро он ҳисси шаъну шарафи ӯро маҳдуд мекунад. Одамон ба таҷрибаҳои илмӣ ва тиббӣ бидуни розигиашон ҷалб карда намешаванд.

- **Ҳуқук ба озоди ва амният.** Ҳар як инсон ҳуқуқ ба озодӣ ва амният дорад, ин чунин маънӣ дорад, ки ҳеҷ кас ҳабс карда намешад ва таҳти назорат қарор дода намешавад, ба истиснои натиҷаи қарори суд ва тибқи меъёр, ки қонуни миллӣ муқаррар кардааст.

- **Вайрон кардани хона** онро мефаҳмонад, ки ба вайрон кардани моликияти шахсии инсон иҷозат дода нашудааст. Зарбулмасали англисии «Хонаи ман қасри ман аст» моҳияти қонуни конститутсиониро ифода мекунад. Инсон дар доираи қонун метавонад дар хонаи худ, ҳар он коре, ки хоҳад кунад. Дар ҳолатҳои муайян, нигоҳ доштани ҳаёти инсон ва моликият ё бевосита таъқиби инсонҳо, ки бо содир кардани ҷиноят гумонбар шудаанд, хонаҳо метавонанд, аз ҷониби кормандони мақомотҳои ҳифзи ҳуқуқ мусодира карда шаванд.

- Ба ҳар як инсон махфигии **нома навиштан, бо телефон муошират кардан ва дигар маълумоти шахсӣ** кафолат дода шудааст. Вале ин ҳуқуқ ҳангоми тафтишоти ҷиноятӣ поймол карда мешавад.

- **Ҳуқуқ ба махфигӣ ва маълумот.** Ягон кас ба ҳаёти шахсӣ ва оилавии дигар инсон дахолат карда наметавонад. Ҷамъ, нигоҳ доштан, истифода ва паҳн кардани маълумот дар бораи инсон бе розигии ӯ, ба истиснои ҳолатҳо, ки қонун барои манфиати

амнияти миллӣ муайян намудааст, манъ карда шудааст. Далели кафолат додани Конститутсия дар бораи рад кардани ин ё он маълумоти нодуруст, ки аз ҷониби давлат дар барои онҳо ва оилаашон нигоҳ дода мешавад, вуҷуд дорад. Шаҳрвандон ҳуқуқ ба ҷуброни ин ё он зарари моддӣ ва ахлоқӣ, ки тавассути ҷамъ кардан, нигоҳ доштан, истифода бурдани чунин маълумоти нодуруст доранд.

- **Озодӣ ба амалиёт**. Ҳар шахсе, ки дар ҳудуди Тоҷикистон қонунан вуҷуд дорад, ба ӯ озодии амалиёт, озодона интихоб кардани манзил, ҳуқуқи озодона мамлакатро тарк намудан бо назардошти маҳдудиятҳои муқаррарнамудаи қонун кафолат дода мешавад.

- Конститутсия ба ҳар як инсон **озодии фикр ва сухан кардан барои озодона баён намудани ақидаҳо ва бовариҳоро** кафолат медиҳад. Ҳар як шахс озодона тавассути интихобҳои васеи худ ҳуқуқи баён намудани ақидаҳояшро дорад. Истифодаи ин навъи ҳуқуқҳо аз тарафи қонун бо назардошти масъалаҳои зерин маҳдуд карда шудааст: а) манфиатҳои амнияти миллӣ, дахлнопазирии территориявӣ б) риояи қарори давлатӣ в) пешгирии ҷиноят г) пешгирии ошкор кардани ахбороти махфии қабулшуда д) ҳимояи адолат.

  - **Ҳуқуқ ба озодии фикр ва дин** озодона эътироф кардан ё накардани ин ё он динро дарбар мегирад. Ин ҳуқуқи ҳар як инсон таҳти созишномаи байналхалқӣ оид ба ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ (Моддаи 18) мебошад. Истифодаи ин ҳуқуқ танҳо дар он сурат маҳдуд карда намешавад, ки ба манфиати низоми халқ ва ё барои ҳимояи ҳуқуқҳо ва озодии дигарон бошад.

Ҳуқуқҳои сиёсӣ: Ҳуқуқҳои сиёсӣ ва озодиҳо дар муқоиса бо ҳуқуқҳои шахсӣ, иҷтимоӣ, иқтисодӣ ва дигар ҳуқуқҳо, ки ба шаҳрванди давлат будан зич адоқаманданд, дар тафовут мебошанд.

- **Озодии матбуот ва иттилоот.** Принсипи асосии озодии матбуот ба ҳар як шахс ҳуқуқи пайдо кардан ва қабул кардани маълумотро медиҳад. Ин он маъниро дорад, ки аз ҳама гуна мақомотҳои давлати, намояндагии он ва инчунин, ташкилотҳои ҷамъиятӣ талаб карда мешавад, ки ба ҳамаи тарафҳои манфиатманд, дар бораи фаъолияташон маълумот пешниҳод намоянд, ки чунин маълумот сири давлати нестанд.

- **ВАО** махсусан муҳим ба хисоб меравад. Конститутсия озодии ахборотро кафолат медиҳад. Он инчунин **лоиқи интишор буданро манъ мекунад.**

- **Ҳуқуқи чамъият.** Ҳуқуқи чамъият бунёди ташкилотҳои ҷамъиятӣ ё ғайрихукуматиро, махсусан ҳизбҳои сиёсӣ, иттиҳодияҳо ҷамъиятҳои тиҷоратӣ ва дигар ташкилотҳои шаҳрвандиро дарбар мегирад. Ҳар як шахс на танҳо барои ташкили чунин чамъиятҳо дар якҷояги бо хамфикрон, балки ба ташкилотҳои созмондодашуда ҳамроҳ шуда, дар фаъолияти онҳо иштирок карданро дорад.

  - **Ҳар як шахс ба бунёди чамъият ҳуқуқ дорад.** Нисбати касбҳои муайян аз ҷумлаи, судяҳо, прокурор ва мутахассисони ҳарбӣ маҳдудиятҳои қонунӣ вуҷуд доранд.

    - **Давлат озодии ассосиатсияҳои ҷамъиятиро кафолат медиҳад.** Ба ғайр аз истисноҳо, ки аз ҷониби қонунҳо ва Конститутсияи Тоҷикистон муайян шудаанд, давлат ба фаъолиятҳо ва мақсадҳои ташкилотҳои ҷамъиятӣ дахолат карда наметавонад.

    - **Ягон шахс** барои ҳамроҳ шудан ба ташкилоти ҷамъиятӣ маҷбур карда намешавад.

- **Ҳуқуқ ба ассамблеяи сулҳ ва намоишҳои эътирозии халқӣ**: Ҳар як шахс ҳуқуқ ба ассамблеяи сулҳ бидуни ароқҳо ва гузаронидани митинг, намоишҳои эътирозӣ, маршҳо ва пикетҳо дорад. Мақсади ин амалиётҳо овоз додан ба проблемаҳои шаҳрвандон, баён намудани манфиатҳои умумии онҳо, изҳори дастгирӣ ва мухолифат нишон додан ба сиёсати давлатӣ ва ё баланд бардоштани огоҳии халқ дар бораи ин он масъала мебошад.

- **Ҳуқуқ ба ширкат намудан дар корҳои давлатӣ.** Ин ҳуқуқ дар доираи моддаҳои гуногуни Конститутсия, ки ба демократия тааллуқ доранд, мустаҳкам карда шудааст. Он махсусан ҳуқуқи шаҳрвандон дар иштирок намудан дар райпурсиҳо ва интихоботҳои озод, ки барои мақомотҳои давлатӣ гузаронида мешаванд, мебошад.

Ҳуқуқ ба интихоб ва интихоб шудан. Ин ҳуқуқ дар инкишофи давлатҳо асосӣ мебошад. Интихоботи шахсони расмии давлатӣ ва ҳукуматҳои маҳаллӣ имконияти бевосита барои назорат бурдани мардум аз болои шахсоне, ки онҳоро идора мекунанд, фароҳам меорад. Ҳуқуқ ба интихоб ва интихоб шудан (ҳуқуқҳои овоздиҳӣ) ба шаҳрвандон ҳиссиёти мансубият ба давлатро баланд бардошта, онҳоро водор месозад, ки давлатро барои амалиётҳояшон масъул шуморанд.

- **Дастрас будан ба хизматрасониҳои давлатӣ.** Ин ҳуқуқи демократӣ барои пешгирӣ кардани бюрократикунонии дастгоҳи давлатӣ, табдил ёфтани он ба ташкилоти мустақил ва ҷудо намудани он аз мардум хело муҳим мебошад. Он баробарии шароитҳоро ба ҳар як шаҳрванд барои истифода аз хизматрасониҳои халқӣ ба монанди тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоиро дарбар мегирад. Илова бар ин баробарии шароитҳоро барои дастрас будан ба кор таъмин мекунад. Ҳуқуқи ягон шахсро аз рӯи қавм, ҷинс, миллат, забон, синф, манзил, эътиқодҳои динӣ ва аъзогиаш ба ҷамъиятҳои халқӣ поймол кардан ғайриқонунӣ мебошад.

- **Ҳуқуқи муроҷиат кардан ба суд.** Шаҳрвандон ҳуқуқи шахсан ва инчунин аз номи фард ва коллектив пешниҳоди муроҷиатномаро ба мақоматҳои давлатӣ доранд. Қонунҳои Тоҷикистон ба фардҳо имконият фароҳам меорад, ки ахборро талаб кунанд, номаи шикоятӣ ё пешниҳод ба ягон мақомот ва ё ба президент фиристонанд. Ҷавоб додан ба ҳамаи ин муроҷиатҳо масъулияти давлат ба шумор меравад. Он ҳам масъалаҳои шахсӣ ва ҳам халқиро дарбар мегирад.

    - Ин ҳуқуқ аз қобилияти пешниҳод кардани муроҷиатномаи (дархостномаи) коллективӣ аз ҷониби шаҳрвандонро иборат мебошад.

- Ҳуқуқи мурочиат намудан нишон медиҳад, ки таъсири шаҳрвандон ба қарорҳои давлатӣ ва ҳуқуқи онҳо ба интихоби мансабдорони давлатӣ маҳдуд карда нашудааст. Тавассути пешниҳодҳо ва даъвоҳо метавонанд ба давлат фишор оваранд ва масулияти онҳоро дар ичрои амалиётҳои худ талаб кунанд. Мурочиат ба мақомотҳои давлатӣ ва хадамоти ҷавобдиҳии давлатӣ метавонад ихтилофоти иҷтимоии зиёдро ба монанди норозигии массавӣ ҳал намояд. Агар ин ба брюрократияи калон табдил наёбад, ба ҳимояи ҳуқуқҳои инсон хело самаранок хоҳад буд.

Ҳуқуқҳои ичтимои-иқтисодӣ: Ин ҳуқуқҳо ба инсон барои истеҳсол ва тақсими боигарӣ имконпазир аст ва таъмин мекунад, ки эҳтиёҷот ва манфиатҳои иқтисодию маънавиашро ба даст орад. Ҳуқуқҳои иҷтимоӣ-иқтисодӣ чунинанд:

- Соҳибкории озод (тиҷорат кардан аз ҷониби қонун манъ карда нашудааст)
- Ҳуқуқ ба моликияти шахсӣ
- Ҳуқуқҳои коргарон (Ҳуқуқ ба кор кардан ва озодии меҳнат)
- Ҳуқуқ ба барпо кардани оила, моддарӣ, падарӣ ва ба фарзандхони кабул кардан
- Ҳуқуқ ба амнияти иҷтимоӣ
- Ҳуқуқ ба манзили зист
- Ҳуқуқ ба саломатӣ ва тандурустӣ
- Ҳуқуқ ба ҷамъи дурусти андозҳо
- Ҳуқуқ ба 8 соати корӣ, шароити кории хуб ва маоши баробар

Ҳуқуқҳои маданӣ. Ҳуқуқҳои фарҳангӣ барои рушди маънавиёти фард пешниҳод карда мешаванд

- Ҳуқуқ ба маълумот
- Ҳуқуқ ба эҷодиёт (озодии қалам, илм ва дигар намудҳои эҷодиёт)
- Ҳуқуқи иштирок намудан дар ҳаёти фарҳангӣ
- Озодии академикӣ
- Ҳуқуқ ба муҳити солим

Тавсияҳо оид ба масъалаҳои гендерӣ

Боварӣ ҳосил намоед, ки мардону занон ба ин ҳуқуқҳои дастрасии баробар доранд. Иштирокчиёни мард ва зане, ки категорияҳои мушаххасро медонанд ё ба самти муайяни ҳуқуқҳо шавқи бештар доранд ба қайд гиред. Ин масъаларо муҳокима кунед ва иштирокчиёнро водор намоед, ки ақидаҳояшонро пешниҳод карда, нофаҳмӣ ва ғаразҳои худро ба қайд гиранд. Оё занон ва мардон боварӣ доранд, ки категорияҳои мушаххас танҳо ба онҳо мувофиқ аст? Ба фикри онҳо категорияҳои дигар кам дастрасанд? Чӣ тавр онҳо худ ва дигаронро барои доштани дастрасии баробар ба ин ҳуқуқҳо тасаввур мекунанд?

Баробарӣ, гуногунӣ ва таҳаммулпазирӣ

Флипчарте, ки дар он нусхаи Моддаи 17-уми Конститутсияи (Сарқонуни) Ҷумҳурии Тоҷикистон навишта шудааст, намоиш диҳед:

> *«Ҳама дар назди қонун ва суд баробаранд. Давлат ба ҳар кас, қатъи назар аз миллат, нажод, ҷинс, забон, эътиқоди динӣ, мавқеи сиёсӣ, вазъи иҷтимоӣ, таҳсил ва молу мулк, ҳуқуқу озодиҳоро кафолат медиҳад. Мардон ва занон баробарҳуқуқанд.» (Моддаи17, Конститутсияи Ҷумҳурии Тоҷикистон).*

- Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки маънои ҷумлаи охиронро «*Мардон ва занон баробарҳуқуқанд*» шарҳ диҳанд.

Ҳангоми гузаронидани ин муҳокимаронӣ омӯзгор метавонад ба рӯйихат ва муаррифии фаъолиятҳои пешина мурочиат карда, диққати иштирокчиёнро ба мавзӯъҳои зерин равона кунад:

Зинда мондан	Ҳуқуқҳои сиёсӣ
Шаъни инсон	Ҳуқуқҳои иҷтимоӣ-сиёсӣ
Ҳуқуқҳои шахсӣ	Ҳуқуқҳои маданӣ

Иштирокчиёнро ба дарки он ки ҳам мардон ва ҳам занон дар Тоҷикистон мувофиқи қонунгузорӣ баробаранд ва бояд баробар муносибат карда шаванд, равона намоед. Ягон шахс ҳуқуқ надорад, ки ҳуқуқ ва озодиҳои занонро вобаста ба ҷинси онҳо маҳдуд намояд.

Эзоҳи таърихӣ

Масъалаи баробарии ҳуқуқи марду зан баъд аз Инқилоби Фаронса ба миён оварда шуд. Соли 1791 қонуни Фаронса оид ба таҳсилоти занон нашр шуд, ки ба занон баъзе ҳуқуқҳои иҷтимоиро фароҳам овард. Соли 1847 занони Британия Кабир ҳуқуқи аввалин маротиба ҳамчун омӯзгор кор карданро ба даст оварданд. Соли 1848 занон аввалин маротиба ҳуқуқи соҳибмулкиро ба қабули қонуни ИМА ба даст оварданд. Соли 1893 дар Зеландияи Нав аввалин маротиба ба занҳо иҷозат дода шуд, ки дар интихобот иштирок кунанд. Ҳоло дар аксари мамлакатҳо занону мардон баробарҳуқуқанд. Дар солҳои охир қариб 10 мамлакат, аз ҷумла мамлакатҳои Исломӣ (Покистон) сарвари зан доштанд ё доранд.

Диққати иштирокчиёнро ба категорияҳои дигари модда равона созед: халқият, нажод, ҷинс, забон, дин, мавқеи сиёсӣ, таҳсилот ё вазъи иҷтимоӣ ва молу мулк.

- Аз иштирокчиён пурсед, ки чаро барои ҷамъият ҳифзи ин ҳуқуқҳо зарур аст?
- Ҷомеа аз дастгирӣ ё таҳаммулпазирӣ нисбат ба ин гуногунӣ чӣ фоида мегирад?
- Барои чӣ дар заминаи ин гуногунӣ проблемаҳо пайдо мешаванд? Роҳу воситаи пешгирӣ ва ҳалли чунин проблемаҳо, ки ҳуқуқҳои инсонро эҳтиром ва ҳифз мекунанд кадомҳоянд?

Қисми таркибии муҳокима ақидаҳои поёнро муаррифӣ намоед. Ҳангоми муаррифии ақидаҳо аз иштирочиён хоҳиш намоед, ки пеш аз шарҳи пурраи ақидаҳо онҳоро муайян кунанд. Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки маънои мафҳумҳоро гӯянд, ба онҳо имконият диҳед, ки аввал таърифҳои худро таҳия карда, сипас маънои онҳоро аниқ созанд.

Таҳаммулпазирӣ – ин қабули ақидаҳо, эътиқодҳо, рафтор, расму оин, фарҳанг, урфу-одат, нигоҳ, идеяҳои шахсони гуногун буда, яке аз принсипҳои асосии демократия ба шумор меравад. Таҳаммулпазири бо мафҳумҳои гуногунандешӣ (плюрализм), озодӣ ва ҳуқуқҳои инсон алоқаи зич дорад.

Таҳаммулпазирии этникӣ – қобилияти таҳаммул кардани инсон дар роҳи номуайяни ҳаёти дигар ҷамъиятҳои этникӣ аз ҷумлаи рафтори онҳо, анъанаҳои миллӣ, расму оинҳо, нуқтаи назар, идеяҳо, эътиқодҳо ва ғ. мебошад. Зоҳиран, ин бо иштирок ва худидоракунӣ ифода карда мешавад.

Гуногунӣ (плюрализми фарҳангӣ) – мавҷуд будани фарҳанг ва гурӯҳҳои мухталиф дар ҷомеа. Ҷомеа маҷмӯъест, ки аз қисмҳои алоҳида- гурӯҳҳои динӣ ва миллӣ, ҷамъиятҳои ҷавонон, ҳизбҳои сиёсӣ, ташкилотҳои ҷамъиятӣ ва дигар гурӯҳҳои иҷтимоӣ иборат мебошад. Одамон ба ин гурӯҳҳо шомил буда, эътиқод, идеяҳо ва ақидаҳои онҳоро доранд.

Созиш – роҳи тезтар, дар муддати нисбатан кӯтоҳ ба даст овардани розигӣ ё бартараф намудани ихтилофот, тавассути андаке гузашт кардани тарафҳо аз қисми манфиатҳои худ, инчунин ба даст овардани қаноатмандии қисмани онҳо мебошад.
Гузашта аз ин, ҳар як тараф маҳдудиятҳо ва розигиҳоро ҳамчун қисми розигии созишнома муайян мекунанд.

Ба ҷавонон фаҳмонед, ки ҳуқуқҳои инсон вобаста ба ранг, миллат, нажод, дин, забон ва ғайра маҳдуд карда намешаванд.

Фаъолият оид ба ҳуқуқҳои инсон

Эзоҳ: Омӯзгорони барномаи маърифати шаҳрвандӣ бо иштирокчиён фаъолияти зеринро мегузаронанд ё онро бо яке аз фаъолиятҳои дар Замимаи Г омада иваз менамоянд.

Мамлакати нав

1. Ба иштирокчиён фаҳмонед, ки чор мамлакати нав бунёд карда шудааст. Дар ин мамлакатҳо барои ба вуҷуд овардани ҳаёт ҳамаи манбаъҳои зарурӣ ҳастанд, аммо то ҳол ҳеҷ кас дар он ҷо зиндагӣ накардааст. Дар ин мамлакатҳо қонунҳо ва таърих вуҷуд надоранд. Иштирокчиён шаҳрвандони ин давлатҳои нав мебошанд.

2. Аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки дар гурӯҳҳои хурд машғул шуда, вазифаҳои зеринро иҷро намоянд:

А) Ба мамлакати нав ном гузоред.

Б) Бо аҳли гурӯҳ муҳокима карда 10 ҳуқуқи инсонро интихоб намоед ва онҳоро дар флипчарт нависед.

3. Ҳар гурӯҳ рӯйихаташро ба аҳли синф муаррифӣ мекунад. Пас аз ин як рӯйихати умумӣ таҳия карда, ҳуқуқҳои номбаркардаи гурӯҳҳоро дар он нависед.

4. Вақте ки ҳамаи гурӯҳҳо рӯйихаташонро муаррифӣ мекунанд, рӯйихати умумиро таҳлил кунед:

- Оё ягон ҳуқуқҳо якдигарро пурра мекунанд? Оё онҳоро якҷоя кардан мумкин аст?
- Оё ягон ҳуқуқ танҳо дар як рӯйихат омадааст? Оё онро ба рӯйихати умумӣ илова мекунем ё аз рӯйихат хориҷ менамоем?

5. Саволҳо барои муҳокима:

- Оё ақидаи шумо нисбат ба ҳуқуқҳои зарурӣ дар ҷараёни фаъолият тағйир ёфт?
- Агар баъзеи ин ҳуқуқҳо дар ин мамлакат маҳдуд карда шаванд, ҳаёти шумо чӣ гуна хоҳад буд?
- Боз кадом ҳуқуқҳоро шумо мехостед, ки ба рӯйихати умумӣ илова намоед?
- Тоҷикистонро бо ин рӯйхат чӣ тавр муқоиса карда мумкин аст – оё ин ҳуқуқҳои эҳтиром ва ҳифз мешаванд? Барои ин Тоҷикистон чӣ корҳоро бояд ба анҷом расонад?

Тавсияҳо оид ба масъалаҳои гендерӣ

Оё ягон гурӯҳ ҳифзи баробарии гендериро илова кард? Барои чӣ ҳа? Барои чӣ не? Оё ягон гурӯҳ оид ба ҳифзи ҳуқуқҳои иҷтимоӣ, маданӣ ё ақаллиятҳо ақидаҳо пешниҳод карданд? Барои чӣ ҳа? Барои чӣ не? Ин масъалаҳоро ҳамчун қисми муҳокима пешкаш намоед.

Хулоса

Қадамҳои асосии машғулиятро таҳлил карда, ба саволҳои иштирокчиён ҷавоб гардонед.

Замимаҳо

Замимаи А. Воситаҳои фаъолгардонӣ ва ҳамкорӣ дар таълими инъикоскунандаи хусусиятҳои гендерӣ[3]

Таҳқиқот тасдиқ кардааст, ки таҷрибаи таълимӣ ё фаъолияти занону мардон дар ҷараёни омӯзиш аз ҳамдигар фарқи калон дорад; ҳатто хонандагоне, ки дар як синф бари ҳам нишаста таълим мегиранд, ба масъалаи таълимӣ назару таҷрибаи мухталиф доранд. Омилҳои беруна, аз ҷумла муошират бо тренер ё хонандагони дигар метавонанд ба азхудкунии маводи таълим ва иштироки хонандагон дар ҷараёни таълим ёрӣ расонанд. Дастурҳои мазкур ба мақсади расонидани ёрии методӣ ба тренерон барои дуруст ба роҳ мондани муошırати тарафайн, ки ба фаъолгардонии хонандагон ва самаранок гардонидаи ҷараёни таълим, пешниҳод мешаванд. Усулу воситаҳои мазкур ба омӯзгорон барои баланд бардоштани самаранокии таълим пешниҳод шуда, ҳамчун адабиёти/сарчашмаи таълимию методӣ тавсия мешаванд.

Ақидаҳо оид ба хусусиятҳои гендерӣ
Дар хотир дошта бошед: дастурҳои мазкур ба ҳамаи омӯзгорон мувофиқанд; ҳам занон ва ҳам мардон аз таъсири воситаҳои таълими ба масъалаҳои гендерӣ ҳасос рӯ ба рӯ мешаванд.

Муошırати нигоҳӣ

Оё шумо бо нигоҳ бо ҳамаи иштирокчиёни машғулият муошират мекунед (нигоҳ мекунед)? Ҳарчанд муошırати нигоҳӣ хусусиятҳои маданӣ дошта бошад ҳам, он яке аз воситаҳои хуби водорнамоӣ ва ҳавасмандгардонии иштирокчиён ба ҷараёни таълим мебошад, зеро ба ин васила шумо ба онҳо мефаҳмонед, ки онҳоро гӯш карда истодаед, иштирок ва ақидаҳои онҳоро қадр мекунед. Ҳамеша мушоҳида кунед, ки оё шумо бо як қисми иштирокчиёни машғулият муошırати нигоҳӣ доред ё танҳо бо гурӯҳи хурд, кӯшиш намоед, то дар давоми машғулият ба аксари иштирокчиён аҳамият диҳед. Махсусан ба иштирокчиён ҳангоми баромад нигоҳ кунед ва ба суханони онҳо аҳамият диҳед.

Забони имову ишора

Кадом имову ишораро истифода мебаред? Ҳангоми суханронии иштирокчиён ба имову ишораи ғайринутқии худ аҳамият диҳед. Эҳтиёт кунед, то ҳангоми суханронии иштирокчиён варақҳоро ҷобаҷо кунед ё нигоҳатонро ба тарафи дигар равона кунед, ин маънои онро дорад, ки шумо ба суханон аҳамият намедиҳед. Таввасути имову ишора ба иштирокчиён фаҳмонда метавонед, ки ба онҳо диққат дода истодаед ва ақидаҳои онҳоро дасгирӣ мекунед ва саҳми онҳоро дар муҳокимаронӣ қадр менамоед. Ба тамоми ҷавобҳои иштирокчиён якхел диққат диҳед, танҳо дар ҳолати паст кардани дараҷаи иштироки аз ҳад зиёди иштирокчиёни алоҳидаи гурӯҳ, тренер метавонад диққаташро ба самти дигар равона кунед. Дар хотир дошта бошед, ки дар ҷараёни машғулият шумо аз воситҳои ғайринутқии эҳтиромона истифода бурда, ба ҳар як аъзои гурӯҳ новобаста аз ҷинс, синну сол ва дигар махсусиятҳо баробар диққат медиҳед.

Қоидаҳои синф

Қоидаҳои ҳамкорӣ/муоширaт дар гурӯҳ кадомҳоянд? Ҳамкорӣ дур гурӯҳ тавассути қоидаҳои самаранок ва ғайрисамаранок идора карда мешаванд. Масалан, агар дар оғози машғулиятҳо қоидаи «дасти боло» ҳангоми ҷавоб додан ба саволҳо қабул карда нашавад, он гоҳ аксари иштирокчиён мағал карда якҷоя ба саволҳо ҷавоб мегардонанд. Дар ин ҳолат қоидаҳои ғайрисамаранок ба миён меоянд, ки ҷараёни муоширатро дағал ва ҳасос мегардонанд. Чунин вазъият ба мардони боэътимод мақбул аст. Шумо барои таъсиси қоидаҳои самаранок ва мураттаби ҷараёни омӯзиш масъулед. Бо таъсиси қоидаҳои мусбат ва фарогир, шумо воситаҳои гуногуни идоракунии ҷараёни таълимро ба роҳ монда метавонед.

Ба роҳ мондани тартиби ба саволҳо ҷавоб додан

Агар гурӯҳе фаъол ва барои ба савол ҷавоб додан ихтиёран хоҳиш дошта бошад, боз қисми гурӯҳи дигаре, ки одатан хомӯш буда, аз мадди назар дур мемонанд. Барои чунин гурӯҳ роҳу воситаҳои дигари ба муҳокимаронӣ ва ҷавоб додан даъват карданро бояд истифода бурд. Масалан, писарон аслан ихтиёрона ва зуд ба саволҳо ҷавоб мегардонанд ё сухан меронанд, духтарон бошанд одатан дасташонро боло карда, интизор мешаванд, ки онҳоро ба ҷавоб додан даъват кунанд. Ин фарқият метавонад ба паст кардани саҳми занон дар муколама оварда, имконияти онҳоро барои савол додан маҳдуд намояд. Тартиби муоширатро дар машғулиятҳо мушоҳида карда, батадриҷ шахсоне, ки хомӯшанд ва ихтиёрона дар муҳокимарониҳо иштирок намекунанд, ҷалб намоед. Шумо метавонед духтаронро ба ҷавоб додан даъват намоед, на танҳо шахсоне, ки аввал даст боло мекунанд ё ғалоғула мекунанд. Инчунин шумо воситаҳои гуногуни ба саволҳо ҷавоб доданро истифода бурда метавонед, масалан, тартиби ба саволҳо ҷавоб доданро таҳия намоед ва ба ҳар иштирокчӣ навбати ҷавоб доданро муайян намоед, ҳамзамон аз иштирокчиён хоҳиш карда метавонед, ки ҷавобро дар варақаҳои алоҳида нависанд, эссеи кӯтоҳ нависанд ё дар гурӯҳҳо саволро баррасӣ карда ҷавоб пешниҳод намоянд.

Ба ҷавоб додан даъват кардани иштирочиён

Диққат диҳед, ки киро ба ҷавоб додан даъват кардаед. Боварӣ ҳосил намоед, ки занону мардонро баробар ба ҷавоб додан даъват мекунед, ин ҷараёнро тарзе ба роҳ мондан лозим аст, то иштирокчиёнро нороҳат ё онҳоро ба ҷавоб додан маҷбур насозед.

Пешниҳоди вақт барои ҷавоб додан

Вақт барои ҷавоб додан фосилаест, ки шумо ба иштирокчиён барои фикр кардану сипас ҷавоб додан, пешниҳод менамоед. Ба иштирокчиёни зан одатан барои ҷавоб додан вақти бештар лозим аст. Вақти кӯтоҳ барои фикр кардани ҷавоб метавонад дараҷаи имкониятҳои занонро маҳдуд сохта, ақидаеро, ки занон дар аз худ кардани маводи таълим назар ба мардон қобилияти камтар дорандро тақвият дода метавонад. Барои ҷавоб додан ба иштирокчиён ҷудо кардани вақти муайянро фаромӯш накунед; ба онҳо вақти кофӣ таъин намоед (4-5 сония); агар интизор шудан бароятон мушкил бошад, он гоҳ пеш аз пурсидани касе то шумораи панҷ ҳисоб кунед.

Ташкил намудани корҳои гурӯҳӣ

Кор дар гурӯҳҳо воситаи хуби ба фаъолияти якҷоя ва ҳамкорӣ даъват кардани иштирокчиён аст. Ҳангоми ба кори гурӯҳӣ даъват кардани иштирокчиён мувозинати аъзоёни

гурӯҳҳоро ба эътибор гиред. Баъзан занонро дар гурӯҳ ба таври «ихтиёрӣ» ҳамчун бақайдгиранда ё вазифаи ёвариро таъин менамоянд (хоҳ инро хоҳиш дошта бошанд, хоҳ не), ки ин дар навбати имконияти пешсафӣ ва иштироки фаъолонаи онҳоро дар баррасии масъалаи гузошташуда маҳдуд месозад. Дар гурӯҳ инчунин ташкил ёфтани йерархия мумкин аст. Барои шикастани йерархия ва ба ҳамаи аъзоёни гурӯҳ додани имкониятҳои баробари иштирок дар иҷрои вазифаҳои таълим, шумо метавонед ба аъзоёни гурӯҳҳо нақш ё вазифаҳои гуногун таъин намоед ва мунтазам ин нақш ва вазифаҳоро байни аъзоёни гурӯҳ иваз намоед. Таркиби гендерии кори гурӯҳиро арзёбӣ кунед ва дараҷаи иштирок ва фаъолияти аъзоёни гурӯҳро мушоҳида намуда, боварӣ ҳосил намоед, ки рафтори йерархӣ ва аз фаъолият берун мондани баъзе аъзоёни гурӯҳ аз байн рафтаанд.

<u>Ҳавасмандкунӣ</u>

Киро таъриф мекунед ва барои чӣ таъриф ё танқид менамоед? Дар муқоиса бо мардон фаъолияти занон камтар таърифу тавсиф ё қадр карда мешавад. Одатан ба занон танҳо «уҳ-ҳу»-ҳои кӯтоҳ ё сарҷунбонӣ раво диниста шуда, ба мардон таърифи шифоҳӣ ва ба кори бештар ҳидояткунанда гуфта мешавад; муносибати гуногун ба камфаъол шудан оварда мерасонад. Ба ин монанд дар баъзе ҳолатҳо ба духтарон талаботи баландтар пешниҳод шуда, барои ғалатҳои ночиз танбеҳ дода мешаванд, баръакс ба писарон имконияти зиёди ғалат кардан дода мешавад. Таърифи мунтазами писарон барои дониш ва духтарон барои зебоӣ аз он шаҳодат медиҳад, ки онҳо барои нишонаҳои гуногун арзёбӣ карда мешаванд. Ба шарҳу эзоҳи худро нисбат ба саволҳо, ҷавобҳо, кори иштирокчиён ва ғайра диққат диҳед. Ба ҳама якхел муносибат ва ёрӣ расонед.

<u>Назорати ҳолатҳои халалрасонӣ</u>

Таҳқиқотҳо нишон медиҳанд, ки ба занон назар ба мардон ҳангоми суханронӣ бештар халал расонида мешавад. Вақте ки суханони иштирочиён бурида мешавад, одатан ин маънои нодуруст будани ақида ё муҳим набудани онро дорад. Агар буридани суханони якдигар ва халал расонидан иҷозат дода шавад, аксари иштирокчиён хомӯш нишастанро аз сухан гуфтан авлотар медонанд ва аз пурсидани савол худдорӣ менамоянд. Ҷараёни муҳокимарониро назорат карда, аз буридани суханон ва халалрасонӣ огаҳ бошед. Дар оғози машғулият тарзи ҷавоб доданро ба иштирокчиён фаҳмонед, то онҳо дар ҳолати буридани сухан ва халал расонидани дигарон чӣ кор карданашонро донанд.

<u>Баланд бардоштани эътимоднокӣ</u>

Ҳатто дар ҳолати бо мардон баробар будани салоҳиятнокии занон (дар баъзе ҳолатҳо баландтар) онҳо ба қобилияти худ ва муаррифии дастовардҳояшон эътимоди кофӣ надоранд. Одатан занон дар муқоиса бо мардон фаъолияти худро интиқодона арзёбӣ мекунанд. Аммо дараҷаи эътимоднокӣ ва салоҳиятнокии занонро тавассути дастурҳои ҳидояткунандаи омӯзгор баланд кардан мумкин аст. Аз вазифаи худ истифода бурда, ба иштирокчиён робитаи мутақобилаи мусбат ва танқиди ҳидояткунанда пешниҳод намоед. Иштирокчиёнро таъриф ва танқид кунед ин ба онҳо имконият медиҳад, ки дастовард ва камбудиҳояшонро дарк кунанд.

<u>Даст кашидан аз ақидаҳои шахшуда (стереотипҳо)</u>

Баъзан ба занон ҳамчун яке аз намояндаи гурӯҳи гендерии худ муносибат мекунанд, на ҳамчун шахсият. Масалан, «Духтарон метавонанд ҳидоятгари хуби сулҳ бошанд, зеро онҳо ҳалиму меҳрубонанд» ё «Духтарон пешсафи хуб шуда наметавонанд, зеро онҳо хеле

эҳсосотианд». Баъзан занон ҳис мекунанд, ки фаъолияти онҳо ҳамчун меъёр барои ҳамаи занон истифода мешавад ва ин вазъият метавонад ба фишори зиёд, нобоварӣ ва маъюсӣ мусоидат намояд. Инчунин хатари чунин умумикунонии мардон ва гурӯҳҳои дигар мавҷуд аст. Боварӣ ҳосил намоед, ки дастоварди ҳар иштирокчиро дар алоҳидагӣ арзёбӣ мекунед, новобаста аз ҷинс, нажод, синну сол ва ғайра. Аз иштирокчиён хоҳиш накунед, ки доир ба ақидаи дигарон, ки ба ақидаашон мувофиқ аст, сухан гӯянд ё ҷавоб гардонанд. Эзоҳҳо ва ақидаҳои шахшударо (стереотипҳо) истифода набаред, танҳо агар шумо ин умумикунонии номувофиқро ҳамчун намунаи ғалат баррасӣ кардан хоҳед метавонед ҳамчун мисол истифода баред.

Мушоҳидаи ҳамкории иштирокчиён

Ҳамкорӣ байни иштирочиён дар такмили маҳорати якҷоя кор кардан ва омӯхтани иштирокчиён нақши калон дорад. Вақте ки иштирокчиён рафтори ноҷо мекунанд, аз ҷумла аз ақидаҳои шахшуда истифода мебаранд, шухиҳои ноҷо ва масхара мекунанд фазои таълим вайрон мегардад. Шумо имконияти назорати ҳамаи иштирокчиёнро надоред, аз ин лиҳоз қоидаҳои эҳтироми ҳамдигарро қабул карда, намоишкорона таъкид кардани рафтори ноҷо, эзоҳи бемаврид ва шухии таҳқиромезро ба роҳ монед. Дар хотир дошта бошед, ки «Ман танҳо шӯхӣ кардам» сабаб ё бахшиш буда наметавонад; шӯхиҳо одатан усули баёни ақидаҳое, ки кушоду равшан гуфта намешаванд буда, таъсири сахт дошта, фазои нобовариро ба миён меоранд. Шумо метавонед фазои таълимиеро ба миён оваред, ки дар он шухиҳои таҳқиромези хусусияти гендеридошта дастгирӣ наёбанд ва тамоман роҳ дода нашаванд.

Тартиби ягонаи муроҷиат

Баъзан тренерон роҳҳои гуногуни ба иштирокчиён аз ҷиҳати гурӯҳи гендер муроҷиат карданро истифода мебаранд, масалан, мардонро бо насаб ва занонро бо номашон даъват мекунанд. Қолаби ягонаи муроҷиатро бо ҳамаи иштирочиён истифода баред, то сатҳи якхела доштани онҳо таъкид шавад.

Луқмапартоӣ оид ба симо ва сару либос

Ба занон назар ба мардон оид ба симо ва сару либосашон зиёдтар луқма мепартоянд. Ин луқмаҳо аслан хушгӯӣ буда, баъзан чунин ба назар мерасад, ки ин гуфтаҳо симо ва сару либоси занонро нисбат ба дастовардҳояшон авлотар мегузоранд. Ба ҳамаи иштирокчиён баробар хушгӯӣ кунед ва ба дастовардҳояшон диққат диҳед на ба сару либосашон. Агар шумо ягон навгониро дар симо ва сару либоси иштирокчиён мушоҳида карда бошед, шумо метавонед ҳам занон ва ҳам мардонро қайд намоед ва ба хушгӯиатонро ба мавзӯъ алоқаманд кунед. Масалан, «Шумо имрӯз либоси расмӣ пушидаед. Шумо мусоҳиба доред?» ва сипас ба масъалаи мусоҳиба гузаред, на ба сару либос.

Истифодаи муайянкунандаҳо

Занон мунтазам ҳангоми пешниҳоди ақида ё ба саволҳо ҷавоб додан «муайянкунандаро» истифода мебаранд ё ақидаро ба шакли савол пешниҳод мекунанд. Бо истифодаи чунин услуби баён ба назар чунин менамояд, ки занон шарм медоранд ё боварӣ надоранд, вале ин чунин нест. Масалан, ҳангоми баёни фикр занон чунин илова карданашон мумкин аст «Чӣ мешавад, ки агар ...» ё «Шояд мо метавонем ...», ҳатто «Ин ақида на он қадар оқилона аст, аммо ...» Инчунин баъзан занон охири калима ё ибораро нобоварона талаффуз мекунанд. Ин хусусият метавонад ақидаи устуворро нобоварона ё саволомез гардонад ва шояд шунаванда ин ақидаро ночиз шуморида, ба он диққати махсус надиҳад.

Сараввал боварӣ ҳосил намоед, ки шумо ақидаи боэътимодро, ки бо забони нобоварона пешниҳод шудааст, дарк кунед. Диққат диҳед, то ягон иштирокчӣ бо сабаби услуби баён шарм доронда нашавад ё дилхунук нагардад. Иштирокчиёнеро, ки нобоварона сухан мегӯянд водор намоед, то ақидаашонро шарҳ диҳад. Фикр накунед, ки ӯ ақидаи равшан пешниҳод карда наметавонад (зеро ӯ ақидаашро ба таври савол ё «муайянкунанда» пешниҳод кардааст. Иштирокчиёнро водор намоед, ки ақидаашонро боваринок пешниҳод кунанд ва ба онҳо фаҳмонед, ки ақидаи онҳо оид ба масъала зарур аст; ҳарчанд ҳама навъҳои услуби муошират мувофиқанд, баъзеи воситаҳои муошират дар вазъияти мушаххас самараноктар мебошанд.

Замимаи Б. Луғатномаи гендерӣ

Истилоҳ	Шарҳ
Аҳдномаи аз байн бурдани ҳама шаклҳои ҷудоиандозӣ нисбат ба занон (CEDAW)	Аҳдномаи аз байн бурдани ҳама шаклҳои хушунат нисбат ба занон аз тарафи Ассамблеяи генералии Созмони миллали муттаҳид соли 1979 қабул шудааст. Мақсади аҳдномаи мазкур таъмини баробарӣ байни занону мардон тавассути ба роҳ мондани дастрасӣ ва имкониятҳои баробар дар ҳаёти иҷтимоӣ, таҳсилот, тандурустӣ ва меҳнат.
Ҷудоиандозӣ	Ҳама гуна ҷудоиандозӣ дар асоси ҷинс, гендер ё узвият дар гурӯҳҳои иҷтимоӣ (ба монанди гурӯҳҳои этникӣ ё динӣ), ки ба паст задан, маҳдуд кардан ё манъ кардани имкониятҳои шахсияти алоҳидаи гурӯҳ барои истифодаи пурраи ҳуқуқҳо.
Хушунати хонаводагӣ	Хушунати хонаводагӣ – озори ҷисмонӣ, шаҳвонӣ, ҳиссиётӣ иқтисодӣ ё фаъолияти равониест, ки ба шахси дигар таъсири манфӣ мерасонад.
Қувватбахшӣ	Қувватбахшӣ маънои ба одамон пешниҳод кардани мавод/маълумот дорад, то онҳо қобилияту имконияти хешро барои иштирок дар муҳокима ва ҳалли масъалаҳои иҷтимоӣ такмил диҳанд.
Феминизм	Ҳаракати иҷтимоие, ки масъалаҳои нобаробарии гендериро баррасӣ карда, онҳоро дар сатҳҳои ифиродӣ, муносибатӣ ва иҷтимоӣ матраҳ месозад.
Гендер	Гендер маҷмӯи нақш, ҳуқуқ, масъулият ва уҳдадориҳои иҷтимоии занону мардони ҷомеа аст. Гендер нишонаи азхудшудаест, ки вобаста ба мансубияти иҷтимоӣ, мавқеи оилавӣ, этникӣ ва динӣ омӯхта ва таҳқиқ карда мешавад. Гендер хусусияти муносибатӣ дошта, на ба масъалаҳои алоҳидаи мардон ва занон рабт дорад, балки муносибати иҷтимоии байни онҳоро баррасӣ мекунад.
Таҳлили/Арзёбии гендерӣ	Усули ҷамъоварӣ ва коркарди маълумот оид ба гендер. Таҳлил маълумоти аз ҷиҳати ҷинс ва фаҳмидани сохтори иҷтимоии нақш ва уҳдадориҳои гендерӣ гурӯҳбандишударо пешниҳод мекунад. Таҳлили гендерӣ ё арзёбии гендерӣ ҷораёни муайян кардани талабот, бартариҳо, проблемаҳо ва имкониятҳои гуногуни мардон, занон, писарон ва духтарон аст.
Огаҳии гендерӣ	Дарки фарқияти иҷтимоӣ байни занон ва мардон дар асоси рафтори таҳқиқшуда.
Хушунати гендерӣ	Ҳама гуна амалиёте, ки ба шахс вобаста ба мансубияти гендерӣ азияти ҷисмонӣ, шаҳвонӣ, равонӣ ё иқтисодӣ мерасонад. Одатан чунин азият на танҳо нисбат ба занон ва духтарон, балки нисбат ба ҳамҷинсгароён ва амсоли он раво дида мешавад.

Нодидабинии масъалаҳои гендерӣ	Напазируфтани гендер ҳамчун нишондиҳандаи муҳимми иҷтимоӣ, ки ба лоиҳаҳо ва қоидаҳо таъсир мерасонад. Муносибати нодидабинии масъалаҳои гендерӣ маънои нашинохтани чунин масъалаҳо ҳамчун омилҳои таъсиррасони ҷараёни татбиқи барномаҳо, лоиҳаҳо ё тартибу қоидаҳоро дорад.
Гендер ва инкишоф	Муносибате, ки масъалаҳои гендериро дар ҳамаи марҳалаҳои банақшагирӣ, таҳияи қонунҳо ва татбиқи лоиҳаҳо ба эътибор гирифта, онро ҳангоми муайян кардани нақши мардону занон дар ҳалли масъалаҳои иҷтимоӣ, муносибати гуногуни онҳо нисбат ба дастрасӣ ва назорати захираҳо ва таъсири гуногуни занону мардон ба ҷараёни рушд ҳамчун маҳаки асосӣ мешиносанд.
Баробарии гендерӣ	Ин маънои онро дорад, ки занон ва мардон бояд ҳуқуқ ва имкониятҳои баробар дар ҳама соҳаҳои иқтисодиву иҷтимоӣ, захираҳо ва хизматрасониҳо дошта бошанд.
Баробаршавии гендерӣ	Ҷараёни ноил гаштан ба баробарии гендерӣ. Баробаршавии гендерӣ муносибати боадолатона ва баробарро дар тақсимоти фоида ва уҳдадориҳо байни занону мардон, талаб мекунад.
Норасоии гендерӣ	Номувофиқатии назаррас байни занон ва мардон аз лиҳози арзишҳо, муносибат ва масъалаҳои гуногун, аз ҷумла тартиби овоздиҳӣ, дастрасӣ ба ҳокимият ва гирифтани вазифаҳо.
Нишонаи гендерӣ	Нишонаи гендерӣ ин ҳиссиёти дохилишахсии фардиест, ки ба шахс имконияти муайян кардани зан ва ё мард буданашро фароҳам меорад.
Арзёбии таъсири гендерӣ	Арзёбии сатҳи таъсири гуногуни фаъолиятҳо ва қоидаву қонунҳо ба мардон ва занон.
Татбиқи муносибатҳои гендерӣ (ё ҳамгироии гендерӣ)	Аз байн бурдани нобаробарии гендерӣ тавассути фарогирии пурраи барнома ё муассиса. Инчунин ҳамгироии масъалаҳои гендерӣ дар ҷараёни тарҳрезии стратегия ва лоиҳаҳо, татбиқ, назорат ва арзёбии онҳо.
Муносибати бетарафӣ ба масъалаҳои гендерӣ	Яъне барнома ё маҷмӯи қоидаҳое, ки ба муносибатҳои гендерӣ ё баробарӣ байни занону мардон ягон таъсир намерасонад (хоҳ таъсири манфӣ бошад хоҳ таъсири мусбат).
Банақшагирии гендерӣ	Истифодаи маълумоти вобаста ба ҷинс гурӯҳбандишуда ё таҳлили гендерӣ барои инъикоси масъалаҳои гендерӣ дар

	фаъолиятҳо ва стратегияҳо тавассути банақшагирии самараноки усулҳо ва мавод.
Нақшҳои гендерӣ	Усуле, ки тавассути он ба мардон ва занон мувофиқи стандартҳо ва арзишҳои иҷтимоӣ дар ҷомеа саҳм, нақш ва уҳдадориҳои гуногун дода мешавад. Ин нақшҳо баёнгари қудрати муносибатҳое, ки ба синф, қабати иҷтимоӣ, ҳалқият ва нажод вобастаанд, мебошанд.
Инъикоскунандаи масъалаҳои гендерӣ	Қобилияти шинохтан ва баёни фарқият, масъала ва нобаробарии гендерӣ.
Нишондиҳандаҳои инъикоскунии гендерӣ	Ҳадаф, мақсад ва натиҷаҳое, ки барои санҷидани тағйирот дар мардон ва занон дар алоҳидагӣ таҳия шудаанд. (Миқдорӣ: ҳисоб кардани миқдор ё фоиз. Сифатӣ: чен кардани тағйирот дар муносибат ва ақидаҳо).
"Нодидабинии» занон	Ба таври кофӣ қадр накардани натиҷаи кори занон. Дар баъзе ҷомеаҳо, чун ин кор ҳамчун уҳдадории табиӣ шинохта мешавад. Он «мушоҳиданашаванда» аст, зеро онро мисли «корҳои ҳақиқӣ», ки ба сатҳи иқтисодии оила саҳм мегузорад, дида ё қадр карда намешавад. Инчунин барои ин корҳо занон ҷуброни молиявӣ намегиранд, зеро корҳои онҳо ҳамчун қисми таркибии нақши аслии занон шинохта мешавад. Масалан, ақидаи корҳои хона (тоза кардану, пухту паз), нигоҳубини фарзандон, аъзои калонсоли оила ва ҳайвоноти хонагӣ ҳамчун нақши аслии занон шинохта мешавад.
Мардонагӣ / Маданияти бартарии мардон	Боварӣ ба ҳукумаронии мардон нисбат ба занон ва мард бояд ҳамчун сарвар рафтор карда, ҳукумронии худро намоиш диҳад ва таъмин намояд.
Ҷудоиандозии мусбат	Бартари додан ба аъзоёни гурӯҳҳои ақалият нисбат ба аксарият ба мақсади фароҳам овардани имконияти баробар.
Худбаҳо / Худшиносӣ	Яъне арзёбии умумии ҳиссиётии шахс ба қадри хеш. Ин ба худ баҳо додан ва муноситаб ба худро инъикос мекунад. Худшиносӣ яке аз нишондиҳандаи ба қобилиятҳои худ эътимод дошта аст.
Ҷинс	Ҷинс гурӯҳбандии одамон ба мардон ва занон аст. Ҳангоми таваллуд ба кӯдак мувофиқи вуҷуд доштани хусусиятҳои ҷисмонӣ, аз ҷумла хромосомаҳо, ҳормонҳо, узвҳои дохилӣ ва берунии таносул ҷинси мушаххас аниқ карда мешавад.
Маълумоти мувофиқи ҷинс гурӯҳбандишуда	Маълумоти миқдорӣ ва сифатие, ки мувофиқи ҷинс (на мувофиқи гендер) ҷудо шудааст. Яъне, мардон, занон писарон ё духтарон.

Хушунати шаҳвонӣ	Амали маҷбурии хусусияти шахвонидоштае, ки ғайрихоҳиш ё диққати номуносиби шаҳвонӣ, ё ваъдаи номувофиқи бар ивази қонеъ кардани хоҳиши шаҳвонии касе. Хушунати шаҳвонӣ метавонад аз луқмапартоии номувофиқ ё падидаи ҷисмонии хусусияти шаҳвонидошта, талаби алоқаи шаҳвони кардан ва дигар навъи хушунати шифоҳӣ ва ҷисмонии марбут, бошад. Ҳам айбдоршаванда (хушунаткор) ва ҷабрдида метавонад мард ё зан ё ҳамҷинс бошад. Хушунаткор роҳбари ҷабрдида, корманди соҳаи дигар, ҳамкор ё касе, ки корфармо ё коргари ӯ набошад ба монанди муштарӣ ё харидор буда метавонад.
Завқи шаҳвонӣ	Яъне ҷалб шудани диққати шахс ба намояндаи ҷинсе, ки шавқу рағбати шаҳвонии ӯро бедор мекунад.
Радди ҷомеа	Ҷараёне, ки гурӯҳи муайян бо сабаби дигар будани дин, синф, табақаи иҷтимоӣ, нажод ва ғайра аз доираи ҷамъият берун карда шуда, дар ҳалли масъалаҳои гуногуни иҷтимоӣ пурра роҳ дода намешавад
Стереотип (ақидаи шахшуда)	Ақидаи шахшудаи умумие, ки ба гурӯҳ ё синфи алоҳидаи одамон нисбат дода мешавад. Тавассути умумикунонӣ мо ба шахс хусусият ва имкониятҳое, ки ба фикрамон тамоми аъзоёни он гурӯҳ доранд, нисбат медиҳем. *Умумикунонии гендерӣ* яъне мо боварӣ дорем, ки шахс ба монанди намояндагони гурӯҳи ҷинсии худ рафтор мекунад (масалан, «Ҳамаи занон ҳалиму меҳрубонанд ва аз онҳо ҳамшираҳои хуби шафқат мебароянд» ҳамзамон «ҳамаи мардон малакаи пешбарӣ доранд ва аз онҳо пешсафони хуб мебароянд»). Чунин ақидаҳо инкишофи қобилиятҳои табиӣ ва имкониятҳои писарону духтарон, занону мардонро маҳдуд сохта, ба гирифтани таҳсилот ва имкониятҳои ҳаётӣ монеа мешаванд.
Чорабиниҳои намоишӣ	Тадбирҳо ё амалҳо барои иҷрои ӯҳдадориҳо ё татбиқи ҳадафҳо бо истифодаи кӯшиш ва хоҳиши маҳдуд, махсусан нисбат ба гурӯҳҳои ақалият ва занон, бо усуле, ки роҳбарӣ ва фаъолии мардонро дар тақсимоти ҳокимият ва вазифаҳои ташкилот тағйир намедиҳад.
Фаъолгардонии занон	Фаъолгардонии иҷтимоӣ, иқтисодӣ, сиёсӣ ва ҳуқуқии занон тавассути додан ва устувор гардонидани ҳуқуқҳо, имкониятҳо ва дастрасӣ ба таҷҳизот ва захираҳо, иштироки баробар дар ҷараёнҳое, ки пештар манъ ё маҳдуд буданд. Мардону занон ба қудрат/ҳокимият ва захираҳо дастрасии мухталиф ва нобаробар доранд ва ин хусусияти асосиест, ки тақсимоти гендерии фаъолияти меҳнатиро муайян мекунад.

Нақши сесамтаи занон	Нақши сесамтаи занон яъне нақши репродуктивӣ, истеҳсолӣ ва идоракунии ҷамъиятии занон мебошад.

Замимаи Б. Луғатнома оид ба ҳуқуқи инсон[4]

Истилоҳ	Шарҳ
Амали мушаххас	Амалиёти мушаххас аз тарафи муассисаҳои давлатӣ ё хусусӣ ба мақсади аз байн бурдани маҳдудкунӣ дар таҳсилот, кор ё пешравӣ дар асоси хусусиятҳои гендерӣ, нажодӣ, миллӣ, динӣ ё маъюбӣ ба сомон расонида мешавад.
Ҳуқуқи шаҳрвандӣ ва сиёсӣ	Ҳуқуқи шаҳрвандон ба озодӣ ва баробарӣ; одатан ба гурӯҳи насли якуми ҳуқуқҳо мансубанд. Ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ озодии виҷдон, фикр ва баёни ақида, овоздиҳӣ, иштирок дар ҳаёти сиёсӣ ва дастрасӣ ба иттилоотро фаро мегиранд.
Эътироф, эътирофкунӣ	Ҷараёни эътирофи хаттии қонунҳои байналмилалӣ.
Ҳуқуқҳои коллективона/дастаҷамъона	Ҳуқуқҳои гурӯҳ барои муҳофизати талабот ва нишонаҳо.
Комиссия оид ба ҳуқуқи инсон	Ташкилоте, ки аз тарафи Шӯрои иқтисодӣ ва иҷтимоии Созмони Миллали Муттаҳид (СММ) ба мақсади назорати ҳуқуқи инсон таъсис дода шудааст; яке аз аввалин ва муҳимтарин созмони байналхалқии ҳуқуқи инсон.
Аҳднома (Конвенсия)	Созишнома байни давлатҳо: Аҳднома назар ба Эъломия қавитар аст, зеро он давлатҳои имзокунандаро ба таври ҳуқуқӣ ӯҳдадор мегардонад. Вақте ки Созмони миллали муттаҳид аҳдномаеро тасдиқ мекунад, он стандартҳо ва қоидаҳои байналхалқиро эҷод мекунад. Вақте ки аҳднома аз тарафи Ассамблеяи генералии Созмони миллали муттаҳид тасдиқ карда мешавад, давлатҳои аъзо онро эътироф карда, ваъда медиҳанд, ки талаботи онро риоя кунанд. Давлатҳое, ки талаботи Аҳдномаро риоя намекунанд аз тарафи СММ огоҳонида мешаванд.
Аҳднома оид ба аз байн бурдани ҳама навъи хушунат нисбат ба занон	Аҳднома оид ба аз байн бурдани ҳама навъи хушунат нисбат ба занон соли 1979 аз тарафи Ассамблеяи генералии СММ қабул шудааст. Мақсади Аҳдномаи мазкур таъмини баробарӣ байни занону мардон тавассути фароҳам овардани дастрасии баробар ва имкониятҳои баробар дар ҳаёти иҷтимоӣ, таҳсилот, тандурустӣ ва меҳнат.
Аҳдномаи ҳуқуқи кӯдак	Аҳднома ҳуқуқҳои кӯдакро дар тамоми соҳаҳои иҷтимоӣ, маданӣ, иқтисодӣ, шаҳрвандӣ ва сиёсӣ муайян мекунад. Аҳдномаи мазкур соли 1989 қабул шуда, соли 1990 ба амал бароварда шудааст.

Созишнома	Қарордод байни давлатҳо. Созишномаҳои асосии байналхалқӣ оид ба ҳуқуқи инсон соли 1966 қабул шудаанд. Онҳо Созишномаи байналхалқии Ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ ва Созишнома оид ба ҳуқуқҳои иқтисодӣ, иҷтимоӣ ва маданӣ.
Ҳуқуқҳои асосии байналхалқӣ	Ҳуқуқҳое, ки новобаста аз интишорашон барои давлат ҳатми мешаванд ва он аз тартиби маълуми қабули қонунҳо берун аст; вақте ки аксари давлатҳо ягон масъаларо ҳамчун қонун қабул карда, аз рӯйи он фаъолият мекунанд он «қонуни амалишаванда» мегардад; ин яке аз сарчашмаҳои асосии қонунҳои байналхалқӣ ба шумор меравад.
Эъломия	Ҳуҷҷате, ки дар асоси стандартҳо қабул шуда, уҳдадориҳои ҳуқуқӣ надорад. Конфронсҳое, ки аз тарафи СММ гузаронида мешаванд ба монанди Конфронс оид ба ҳуқуқи инсон, ки соли 1993 дар Вена гузаронида шуда буд ва Конфронси умумихалқӣ барои занон, ки соли 1995 дар Пекин гузаронида щуда буд ду маҷмӯи эъломияҳоро қабул карданд: яке аз тарафи намояндагони давлатҳо ва яке аз тарафи намояндагони ташкилотҳои ғайридавлатӣ таҳия шуда буданд. Ассамблеяи генералии СММ одатан эъломияҳои таъсиррасон ва бе уҳдадориҳои ҳуқуқӣ таҳия мекунад.
Шӯрои иқтисодӣ ва иҷтимоӣ	Шӯрои СММ, ки аз 54 аъзо иборат буда, асосан ба масъалаҳои аҳолӣ, рушди иқтисодӣ, ҳуқуқи инсон ва адолати ҷиноӣ сару кор дорад. Ин ташкилоти бонуфуз асосан ҳисоботҳои оид ба масъалаҳои гуногун қабул карда, нашр менамояд.
Ҳуқуқҳои иқтисодӣ, иҷтимоӣ ва маданӣ	Ҳуқуқҳое, ки масъалаҳои истеҳсолот, рушд ва идоракунии маводи ба ҳаёт зарурро баррасӣ мекунанд. Ҳуқуқ ба муҳофизат ва рушди нишонаҳои маданӣ. Ҳуқуқе, ки ба одамон бехатарии иҷтимоӣ ва иқтисодиро таъмин намуда, баъзан онҳоро ҳамчун ҳуқуқҳои ба бехатарӣ нигаронидашуда ё ҳуқуқҳои насли дуюм ном мегиранд. Намунаҳо чунинанд: ҳуқуқ ба ғизо, ҳуқуқ ба манзил/паноҳгоҳ ва ҳуқуқ ба нигоҳубини тиббӣ/табобат.
Ҳуқуқҳо оид ба муҳити зист, фарҳанг ва инкишоф	Баъзан ҳамчун ҳуқуқҳои насли сеюм шинохта шуда, барои танзими ҳуқуқҳои инсон оид ба зиндагӣ дар муҳити бехатар ва солим ва ҳуқуқи гурӯҳи одамон ба инкишофи фарҳанг, сиёсат ва иқтисодиёт равона шудаанд.
Геносид	Ба таври системавӣ ба ҳалокат расонидани одамон

	вобаста ба нажод ё миллат/халқият.
Ҳуқуқҳои инсон	Ҳуқуқҳое, ки ба одамон танҳо барои он ки инсонанд новобаста аз ҳолати шаҳрвандӣ, миллат, нажод, халқият, забон, гендер, завқи шаҳвонӣ ё имкониятҳо дода мешаванд. Ҳуқуқҳои инсон дар ҳолате қурби ҳуқуқӣ пайдо мекунанд, ки агар эътироф шуда бошанд, ҳамчун созишнома ё аҳднома қабул шуда бошанд ё ҳамчун ҳуқуқҳои асосии байналхалқӣ шинохта шуда бошанд.
Ҷомеаи ҳуқуқи инсон	Ҷомеае, ки дар асоси ҳуқуқҳои инсон таъсис дода шуда, дар он ҳуқуқҳои заминавии ҳар як шахсият ҳамчун асос барои фаъолият ва рушди ҷамъият шинохта мешаванд. Ҷомеае, ки ҳар як моддаи Эъломияи ҳуқуқи инсонро риоя мекунад.
Ҷудонашванда/Таркибӣ	Ҳуқуқҳое, ки ба ҳар як шахс таалуқ дошта, дар ягон сурат ин ҳуқуқҳоро аз ӯ маҳрум карда наметавонанд.
Мардуми муқимӣ	Мардуме, ки аслан ё табиӣ муқими мамлакате мебошанд. Масалан, Амрикоиҳои маҳаллӣ мардуми муқимии ИМА мебошанд.
Ҷудонопазир	Маънои баробарии зарурати ҳар як қонун оид ба ҳуқуқи инсонро дорад. Дар асоси ақидае шахсе, ки ҳуқуқро «нолозим» ё «камаҳмият» мешуморад, ҳуқуқи шахс маҳдуд карда намешавад,
Баҳампайванд	Қолаби умумии қонунҳои ҳуқуқи инсонро мефаҳмонад. Масалан, қобилияти шумо барои иштирок дар идораи ҳукумат бевосита ба ҳуқуқҳои шумо оид ба баёни ақида, таҳсил гирифтан ва ҳатто дастрасӣ ба маводи ба ҳаёт зарур алоқаманд мебошад.
Ташкилотҳои байниҳукуматӣ	Ташкилотҳое, ки аз тарафи якчанд мамлакат/ҳукумат маблағгузорӣ шуда, ба мақсади ҳамоҳангсозии фаъолиятҳои якҷояи онҳо таъсис дода мешаванд; баъзеи чунин ташкилотҳо минтақавӣ мебошанд (масалан, Шӯрои Аврупо, Ташкилоти ваҳдати Африқо), баъзеашон аллианс мебошанд (масалан, Ташкилоти аҳдномаи Атлантикаи Шимолӣ, НАТО); баъзеашон барои татбиқи мақсади муайян таъсис дода мешаванд (масалан, Маркази СММ оид ба ҳуқуқи инсон ва Ташкилоти СММ оид ба маориф, илм ва фарҳанг, ЮНЕСКО).
Қарордоди байналхалқӣ	Маҷмӯи Эъломияи байналхалқии ҳуқуқи инсон,

оид ба ҳуқуқи инсон	Созишномаи байналхалқӣ оид ба ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ ва Протоколи алтернативии он ва Аҳдномаи байналхалқии иқтисодӣ, иҷтимоӣ ва фарҳангӣ.
Созишномаи байналхалқӣ оид ба ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ	Соли 1966 қабул шуда, аз соли 1976 амалӣ гардонида мешавад. Созишномаи байналхалқӣ оид ба ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ эълон менамояд, ки ҳамаи одамон силсилаи васеи ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ доранд. Яке аз унсури Қарордоди байналхалқӣ оид ба ҳуқуқи инсон ба ҳисоб меравад.
Аҳдномаи байналхалқии иқтисодӣ, иҷтимоӣ ва фарҳангӣ	Соли 1966 қабул шуда, аз соли 1976 амалӣ гардонида мешавад. Аҳдномаи байналхалқии иқтисодӣ, иҷтимоӣ ва фарҳангӣ эълон медорад, ки ҳамаи одамон силсилаи васеи ҳуқуқҳои иқтисодӣ, иҷтимоӣ ва маданӣ доранд. Яке аз унсури Қарордоди байналхалқӣ оид ба ҳуқуқи инсон ба ҳисоб меравад.
Ташкилоти байналхалқии меҳнат	Ҳамчун қисми таркибии Аҳдномаи сулҳи Версал соли 1919 ба мақсади баланд бардоштани шароити меҳнат ва рушди адолати иҷтимоӣ таъсис дода шудааст; Ташкилоти байналхалқии меҳнат аз соли 1946 инҷониб ҳамчун Хадамоти махсуси СММ фаъолият мекунад.
Ҳуқуқҳои қонунӣ	Ҳуқуқҳое, ки дар қонунҳо дарҷ шуда, хифз шуда, дар додгоҳ баррасӣ карда мешаванд.
Давлатҳои аъзо	Давлатҳое, ки узви СММ мебошанд.
Ҳуқуқҳои маънавӣ	Ҳуқуқҳое, ки аз принсипҳои асосии адолат бармеоянд; онҳо аслан, вале на ҳамеша дар асоси эътиқоди динӣ ба миён меоянд. Одамон ҳарчанд ҳуқуқи қонунӣ надошта бошанд ҳам, ҳуқуқҳои маънавии худро мешиносанд. Масалан, дар ҷараёни ҳаракати ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ дар ИМА эътирозгарон бар зидди қонуне, ки таҳсилоти сиёҳпӯстон ва сафедпӯстонро дар як мактаб манъ мекард баромад карда, тасдиқ намуданд, ки ин қонун ҳуқуқҳои маънавии онҳоро поймол менамоянд.
Ҳуқуқҳои табиӣ	Ҳуқуқҳое, ки ба мардум барои инсон буданашон дода мешаванд.
Ғайриҳатмӣ	Ҳуҷҷате, ки уҳдадории расмии ҳуқуқиро фаро намегирад, ба монанди Эъломия. Вале он метавонад уҳдадориҳои маънавиро фаро гирад ё дар қонун ҳамчун ҳуқуқҳои асосии байналхалқӣ шинохта шавад.
Ташкилотҳои ғайриҳукуматӣ	Ташкилотҳое, ки аз тарафи одамон берун аз ҳукумат ташкил дода мешаванд. Ташкилотҳои ғайриҳукуматӣ ҷараёни риояи ҳуқуқҳои инсонро назорат мекунанд, ба монанди Коммиссия оид ба ҳуқуқи инсон ва «назоратчиёне», ки масъалаи ҳуқуқи инсон ба вазифаномаи онҳо дохил мешавад. Баъзе ташкилотҳо

	калон ва байналхалқианд (масалан, Ҳилоли аҳмар, Амнести Интернешнл ва ғайра); баъзеи онҳо хурд ва маҳаллӣ буда метавонанд (масалан, ташкилоте, ки хоҳиши одамони маъюбро дар шаҳр пешбарӣ мекунад; созмоне, ки ҳуқуқҳои занонро дар бошишгоҳи гурезаҳо дастгирӣ мекунад ва ғайра). Ташкилотҳои ғайриҳукуматӣ дар татбиқи сиёсати СММ нақши муҳим дошта, аксари онҳо мавқеи хоси машваратиро дар СММ соҳиб гаштаанд.
Ҳуқуқҳои сиёсӣ	Ҳуқуқи одамон ба иштирок дар ҳаёти сиёсии маҳалла ва ҷамоати хеш. Масалан, ҳуқуқ ба интихоби ҳукумат ва роҳбари корхона. Нигаред ба қисми Ҳуқуқҳои шаҳрвандӣ ва сиёсӣ.
Ҷудоиандозии мусбат	Муносибати алоҳида ва махсус ба намояндагони гурӯҳи аққалият нисбат ба гурӯҳи аксарият ба мақсади таъмини баробарии иҷтимоӣ.
Протокол	Қароре, ки қарори дигарро шарҳ медиҳад (масалан, илова кардани ҷараёнҳои иловагӣ ё маводи ёрирасон)
Эътироф кардан	Ҷараёне, ки дар он сохтори ҳуқуқии давлат амалиёти ҳукуматиро бо имзо кардани қарор тасдиқ мекунад. Тартиботи расмие, ки дар натиҷа давлат бо қабули қарор талаботи созишномаеро ба ухда мегирад.
Эътироф накардан	Яъне эътироф нашудани созишнома аз тарафи давлатҳо (яъне риоя накардан ва розӣ нашудан ба талаботи созишнома). Эътироф накардан ба маъно ва вазифаи асосии созишнома/қарорро маҳдуд намекунад.
Худмуайянкунӣ	Худмуайянкунии ҷараёни сиёсати ояндаи мамлакат аз тарафи мардум бе таъсири берунаи мамлакатҳои минтақа.
Ба имзо расондан, имзо кардан	Дар соҳаи ҳуқуқи инсон қадами аввали эътироф кардани созишнома аст; ба имзо расонидани Эъломия, Созишнома ё тарафҳо принсипҳои ҳуҷҷатро қабул карда, дар маҷмӯъ онро қабул доранд.
Давлат	Одатан бо калимаи «мамлакат» ҳаммаъно истифода мешавад; гурӯҳи одамоне, ки ҳудуди муайянро ишғол карда, қонунҳо ва ҳукумати ягона дошта, имконияти ба роҳ мондани корҳои байналхалқиро доранд, мебошад.
Давлатҳои шомил	Мамлакатҳое, ки Созишнома ё Аҳдномаеро эътироф карда, минбаъд талаботи онро риоя ва таъмин менамоянд.
Қарордод	Созишномаи расмии байни мамлакатҳое, ки ӯҳдадориҳо ва вазифаҳои худро муайян ё мутобиқ месозанд; ҳамчун калимаи ҳаммаъно бо Аҳднома ва Созишнома истифода

	мешавад. Вақте ки қарордодҳо аз тарафи Ассамблеяи генералии СММ қабул мешаванд, ҳамзамон уҳдадориҳои он барои мамлакатҳои аъзое, ки қарордодро имзо кардаанд, ҳатми мешаванд. Вақте ки ҳукумат ин қарордоро эътироф мекунад, талабот он ҳамчун қисми уҳдадориҳои ҳуқуқии маҳаллӣ шинохта мешавад.
Низомномаи СММ	Ҳуҷҷати асосие, ки ҳадаф, вазифа ва уҳдадориҳои СММ муайян мекунад. Он соли 1945 дар Сан Франсиско қабул шудааст.
Ассамблеяи генералии СММ	Яке аз дастгоҳи асосии/роҳбарикунандаи СММ, ки аз намояндагони ҳамаи мамлакатҳои аъзо ташкил дода шудааст. Ассамблеяи генералии СММ Эъломияҳо таҳия карда, оид ба ҳуқуқи инсон аҳдномаҳо қабул мекунад, масъалаҳои марбутро баррасӣ мекунад, мамлакатҳое, ки ҳуқуқи инсон дар он поймол карда мешавад, пайгирӣ мекунад. Фаъолияти Ассамблеяи генералӣ аз тарафи Низомномаи СММ муайян карда мешавад.
Эъломияи умумибашарии ҳуқуқи инсон	Аз тарафи ассамблеяи генералии СММ 10 декабри соли 1948 қабул шудааст. Ҳуҷҷати асосии СММ, ки стандарт ва қоидаҳои ҳуқуқи инсонромуайян мекунад. Ҳамаи мамлакатҳои аъзо ба риояи талабот Эъломияро розигӣ додаанд. Ҳарчанд Эъломия ҳамчун ҳуҷҷати ғайриҳатмӣ таҳия шуда бошад ҳам, аксари талабот он аз тарафи давлатҳои мухталиф қабул шудаанд, айни замон мо гуфта метавонем, ки он ҳамчун Ҳуқуқҳои асосии байналхалқӣ шинохта шудааст.

Замимаи В. Машғулиятҳои иловагӣ барои таълими Ҳуқуқи инсон

Машғулияти 1 – Харитакашии ҳуқуқи инсон дар маҳаллаи мо[2]

Шарҳ: иштирокчиён якҷоя кор карда, харитаи маҳаллашонро тартиб дода, хуқуқҳоро мувофиқи муассисаҳои асосии маҳал муайян мекунанд.

Вақт: 1 соат (аммо ин машғулиятро дар давоми чанд рӯз гузаронидан мумкин аст)

Мавод: маводи рассомӣ, варақи калон, нусхаҳои эъломияи ҳуқуқи башар (шакли пурра ва ё содакардашуда)

Машғулият

1. Иштирокчиёнро ба гурӯҳҳои хурд муттаҳид намоед. Аз онҳо хоҳиш намоед, ки харитаи шаҳрашонро (ё деҳа, маҳаллашон) кашанд. Онҳо бояд дар харита хонаҳояшон, муассисаҳои асосии ҷамъиятӣ (боғҳо, почта, бинои ҳукумати шарҳ, мактабҳо, ибодатхона) ва муассисаҳои хизматрасонии ҷамъиятӣ (беморхонаҳо, шӯъбаи оташнишонӣ, шӯъбаи милиса) ва дигар мавзеъҳое, ки барои ҷомеа муҳимманд (мағозаи хӯрокворӣ, қабристон, кинотеатр, нуқтаи фурӯши сӯзишворӣ), ҷо диҳанд.

2. Вақте ки иштирокчиён кашидани харитаро ба охир мерасонанд, аз онҳо хоҳиш намоед, ки харитаи омоддакардаашонро аз ҷиҳати ҳуқуқи инсон таҳлил намоянд. Кадом ҳуқуқи инсонро онҳо бо мавзеъҳои гуногуни харита мувофиқ гузошта метавонанд? Масалан, ибодатхонаро онҳо метавонанд бо озодии баён, виҷдон ва дин мувофиқ гузоранд; мактабро бо ҳуқуқ ба таҳсил; почтаро ҳуқуқ ба муошират, хуқуқ ба маҳрамият ва худмуаррифӣ. Вақте ки иштирокчиён ин ҳуқуқҳоро муайян мекунанд аз онҳо хоҳиш намоед, ки аз Эъломияи ҳуқуқи башар моддаи мувофиқро ёфта, рақами онро дар бари мавзеъи дар харита омада нависанд.

3. Аз ҳар гурӯҳ хоҳиш намоед, ки харитаи омоддакардаашонро ба аҳли синф муаррифӣ карда, таҷрибаи риояи ҳуқуқҳои инсонро дар маҳаллаашон таҳлилу ҷамъбаст кунанд.

- Оё дар ягон қисми харитаи шумо маҷмӯи бештари ҳуқуқҳо пайдо шуд? Шумо инро чӣ гуна шарҳ медиҳед?
- Оё дар ягон мавзеи харитаи шумо шумораи ками ҳуқуқҳо ё тамоман мувофиқ наомадани онҳо вуҷуд дорад? Шумо инро чӣ гуна шарҳ медиҳед?
- Кадом моддаи Эъломияи ҳуқуқи башар махсусан дар маҳаллаи шумо дастгирӣ мешавад? Шумо инро чӣ гуна шарҳ медиҳед?
- Ягон боби Эъломияи ҳуқуқи башар, ки ягон гурӯҳ онро илова накарда бошад ҳаст? Шумо инро чӣ гуна шарҳ медиҳед?

- Кадом ҳуқуқҳо ҳамчун ҳуқуқи иҷтимоӣ ва сиёсӣ муайян шудаанд? Ҳуқуқҳои иҷтимоӣ, иқтисодӣ ва маданӣ кадомҳоянд?

- Ба луғатномаи ҳуқуқи инсон, ки дар Замимаи B оварда шудааст, назар кунед. Оё як навъи ҳуқуқ дар харита зиёд ба қайд гирифта шудааст? Оё як навъи ҳуқуқ дар мавзеи мушаххас бартарӣ дорад (Масалан, ҳуқуқҳои зиёди иҷтимоӣ ва сиёсӣ атрофи бинои додгоҳ, бинои ҳукумати шаҳр ё шӯъбаи милиса ба қайд гирифта шудаанд)?

- Бори дигар ба харитаатон назар карда, гӯед, ки оё ягон ҳуқуқро ба он илова карданиед, махсусан ҳамон ҳуқуқҳое, ки дар гунаи аввали харитаатон дарҷ нашуда буд?

4. Муҳокима:

- Оё дар маҳалла ягон мавзее вуҷуд дорад, ки дар он ҷо ҳуқуқи инсон поймол гардад?

- Оё дар маҳалла ягон нафаре ҳаст, ки ҳуқуқаш поймол шуда бошад?

- Агар ҳуқуқи нафаре поймол шавад, он гоҳ дар ин маҳалла чӣ ҳодиса рух медиҳад?

- Оё дар ин маҳалла ягон ҷойе ҳаст, ки одамон барои ҳифзи ҳуқуқи инсон тадбире андешанд ё поймолшавии ҳуқуқҳоро пешгирӣ намоянд?

5. Дароз кардани машғулият – ҳар як қадами машғулиятро дар рӯзҳои гуногун гузаронидан мумкин аст. Ин ба иштирокчиён имконият медиҳад, ки барои кашидани харита ва муайян кардани ҳуқуқҳо вобаста ба мавзеъҳои гуногун вақти кофӣ дошта бошанд.

6. Меҳмон – қадами чорум имконияти медиҳад, ки ҳуқуқшинос ё ҳомии ҳуқуқи инсонро барои бо гурӯҳ суҳбат кардан даъват шавад.

7. Ба ҳуқуқи кӯдакон диққат додан – Дар мактаб ба ҷойи Эъломияи ҳуқуқи инсон Аҳдномаи ҳуқуқҳои кӯдак истифода бурда метавонед. Дар ин ҳолат намояндаи маркази ҳифзи кӯдак ё гурӯҳҳои ташабускори ҳифзи кӯдакон барои бо иштирокчиён суҳбат кардан даъват мешавад.

Машғулияти 2 – Ҳуқуқи инсон дар барномаи ахбор[2]

Шарҳ: дар ҷараёни машғулияти мазкур ахбори тозатарини рӯзномаву барномаҳои телевизионӣ ба мақсади баланд бардоштани сатҳи огаҳӣ оид ба ҳуқуқҳои инсон дар ҳаёти ҳамарӯза ва на танҳо нишон додани ҳодисаҳои поймолшавии ҳуқуқҳо, балки воситаҳои муҳофизат ва татбиқи ин ҳуқуқҳо истифода мешавад.

Вақт: 30-45 дақиқа

Мавод: саҳифаи рӯзнома, вараќи калон, ширеш ё скотч, ќайчӣ, нусхаҳои эъломияи ҳуқуқи башар (шакли пурра ва ё содакардашуда)

Эзоҳ: Роҳбаладони маърифати шаҳрвандӣ метавонанд аз иштирокчиён хоҳиш намоянд, ки ба машғулият бо худ рӯзнома ё мақола оранд.

Машғулият

1. Иштирокчиёнро ба гурӯҳҳои хурд муттаҳид намоед. Ба ҳар гурӯҳ як рӯзнома ё саҳифаи рӯзнома, қайчӣ, скотч ё ширеш ва вараќи калон диҳед.

2. Ҳар гурӯҳ аз маводи рӯзнома истифода бурда, овезае (плакате)-ро мувофиқи категорияҳои зерин таҳия мекунанд:

a. Ҳуқуқҳое, ки самаранок истифода мешаванд

b. Ҳуқуқҳое, ки рад (поймол) мешаванд

c. Ҳуқуқҳое, ки ҳифз мешаванд

d. Ҳуқуқҳое, ки муҳокима мешаванд (дар низоъ қарор доранд)

Иштирочиёнро водор намоед, ки на танҳо ба мақолаҳо ва ахбор диққат диҳанд, балки ба дигар қисмҳои рӯзнома, ба монанди эълону рекламаҳо (забони рӯзнома низ ҳуқуқ ба забон ва маданиятро инъикос мекунад, реклама шояд ҳуқуқро ба моликияти шахсӣ, ҳисоботи чорабиниҳои иҷтимоӣ ҳуқуқи маданиро ва саҳифаи ба шахсӣ метавонад аксари ҳуқуқҳоро инъикос кунанд).

3. Вақте ки иштирокчиён барои ҳар категория маълумотро дарёфт мекунанд онҳо бояд барои ҳар категория як матнро интихоб карда, онро таҳлил намоянд:

- Кадом ҳуқуқи мушаххас дар ин ҳикоя/матн дарҷ шудааст? Онро дар бари мақола нависед.
- Аз Эъломияи ҳуқуқи инсон моддаи мувофиқе, ки ҳар ҳуқукро фаро мегирад муайян кунед ва рақами онро дар рӯйихат ҷо диҳед.

Намунаи алтернативӣ – ҳамаи гурӯҳҳо дар якҷоягӣ чор овезаро омода мекунанд, онҳо мақолаҳои муайянкардаашонро ба ҳам оварда овезаҳои синфиро таҳия мекунанд.

4. Аз муаррификунандагони ҳар гурӯҳ хоҳиш намоед, ки интихоби гурӯҳро ҷамъбаст намоянд.

5. Аз овезаҳои ҳар гурӯҳ як ё ду мақоларо интихоб карда, аз гурӯҳ хоҳиш намоед, ки онро дар асоси Эъломияи ҳуқуқи инсон таҳлил кунанд:

- Кадом ҳуқуқи мушаххас дар мақолаҳои гуногун тасвир ёфтаанд?

- Кадом моддаи Эъломияи мувофиқ омад?

- Оид ба кадом соҳаи ҳуқуқ мақолаҳои зиёд оварда шудаанд: ҳуқуқҳои сиёсӣ, иҷтимоӣ, иқтисодӣ ва маданӣ? Барои шарҳи истилоҳҳо ба луғатномаи ҳуқуқи инсон, ки дар Замимаи В оварда шудааст, муроҷиат намоед. Ба фикри шумо чаро як навъи ҳуқуқ зиёд ба назар мерасад?

6. Муҳокима:

- Барои кадом навъи ҳуқуқ ёфтани мақола/матн осонтар ё мушкилтар буд? Чаро?

- Оё баъзе моддаҳои Эъломия назар ба дигар моддаҳо зиёдтар истифода шуданд? Оё баъзеи моддаҳои Эъломия тамоман истифода нашуданд? Инро чӣ гуна шарҳ медиҳед?

- Чанд мақола пурра ба ҳуқуқҳои инсон бахшида шудааст? Дар чанд мақола бо вуҷуди истифода нашудани мафҳумҳои мушаххас масъалаи ҳуқуқи инсон баррасӣ мешаванд? Ба фикри шумо чаро ҳуқуқи инсон дарҷ нашудааст?

- Ба фикри шумо (пас аз таҳлили мақолаҳои мазкур) ҳолати ҳуқуқи инсон дар ҷаҳон чӣ гуна аст? Дар Тоҷикистон чӣ? Дар маҳаллаи шумо чӣ?

- Кадом тадбирҳо ва фаъолиятҳои мусбат барои ҳифз ва иҷрои ҳуқуқҳои инсон дар мақолаҳо тасвир шудаанд?

Мустаҳкамкунӣ

1. Ҷустуҷӯро идома диҳед – овезаҳоро дар деворҳои синфхона ба муддати зиёдтар овезед. Дар ин ҷараён иштирокчиён ба овезаҳо мақолаҳои нав илова мекунанд. Бори дигар овезаҳоро арзёбӣ кунед ва муҳокимаи ҷамъбастӣ гузаронед.

2. Муқоисаи фарогирииии масъалаи ҳуқуқи инсонро тавассути воситаҳои ахбори омма – аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки фарогирии як масъалаи ҳуқуқи инсонро дар рӯзномаҳои гуногун ва/ё воситаҳои ахбори оммаи гуногун (аз ҷумла, радио, маҷалла, телефизор) муқоиса намоянд. Кадом фарқиятро дар баррасии масъалаи мазкур онҳо мушоҳида карданд? Тавассути услуби баёни мақола? Оё тафсироти гуногуни ҳамон як масъала дида мешавад? Оё ягон гунаи мақолаҳо пурра ба масъалаи ҳуқуқи инсон бахшида шудаанд?

3. Таҳқиқи фарогирии масъалаи ҳуқуқи инсон тавассути телевизион – аз иштирокчиён хоҳиш намоед, ки барномаҳои ахборотии телефизиониро тамошо карда, мавзӯъҳои ба ҳуқуқи инсон бахшидашударо нависанд. Инчунин вақти ба ҳар мавзӯи ҳуқуқи инсон ҷудошударо муайян намоянд.

Машғулияти 3 – Ба ҳуқуқи инсон додани симои инсонӣ[2]

Шарҳ: иштирокчиён тавассути фаъолияти шавқовар яке аз моддаҳои Эъломияи умумиҷаҳонии ҳуқуқи инсон баррассӣ мекунанд. Машғулияти мазкурро тағйир дода, бозии мувофиқгузорӣ, муаррифии иҷтимоӣ ё ҷашнгирии 10-уми декабр Рӯзи ҳуқуқҳои инсон гузарондан мумкин аст. Иштирокчиён инчунин метавонанд оид ба ҳуқуқи инсон овезаҳо таҳия карда, ҳамчун нишонаи ташкил намудани фазои ҳуқуқи инсон истифода баранд.

Вақт: вобаста ба фаълияти интихобкардаатон вақтро муайян карда метавонед.

Мавод: воситаҳои рассомӣ, нусхаи Эъломияи ҳуқуқи инсон (пуррс ё шакли кӯтоҳшуда)

Машғулият

1. Иштирокчиён дар алоҳидагӣ ё гурӯҳҳои хурд машғул шуда, як боби Эъломияро, ки барояшон хеле муҳим аст, интихоб мекунанд. Онҳо метавонанд оид ба масъалаи истифода ҳуқуқ, маҳдуд шудани ҳуқуқҳо, ҳифзи ҳуқуқҳо ё ҳар се масъаларо баррасӣ кунанд.

2. Яке аз фаъолиятҳоро интихоб мекунанд.
Таҳияи:

- Саҳнача ё имову ишора
- Тасвири графикӣ ё нақша
- Суруд, рақс, зарбулмасал ё бозӣ (дар ин ҷо масъалаи мувофиқат ба анъанаҳои маҳал ба миён меояд)
- Шеър ё ҳикоя
- Эълону реклама
- Парчам

Эзоҳ: Лоиҳа набояд миқдори моддаҳоро маҳдуд созад.

3. Вақте ки иштирокчиён корҳои лоиҳавиашонро омодда мекунанд, аз ҳар гурӯҳ ё хонандаи алоҳида хоҳиш намоед, ки натиҷаи корашонро ба маърази намоиш гузоранд. Иштирокчиёни боқимонда бояд муайян кунанд, ки кадом моддаи Эъломия тасвир ёфтааст. Вақте ки моддаи Эъломия дуруст муайян карда мешавад, гурӯҳ ё иштирокчие, ки ҷавоби дурустро муайян кардааст, моддаро пурра бо овози баланд мехонад. Муаррифии мазкурро ба таври гурӯҳи пешкаш кардан мумкин аст.

Мустаҳкамкунӣ

1. Намоиш – мусавварахои графикиро дар китобхона, осорхонаи кӯдакона ё идораи ҷамоат овезед ё аз онҳо тақвим таҳия намоед.

2. Муаррифӣ – саҳнача, имову ишора, суруд, рақс ё иншоҳоро иштирокчиён метавонанд ба ҳамгурӯҳон, волидайн ё гурӯҳҳои дигари маҳалла намоиш диҳанд.

3. Ҷашнгирӣ – шумо метавонед Рӯзи ҳуқуқи инсонро тавассути банақшагирии намоиши маводи мазкур рӯзи 10-уми декабр гузаронед. Ба ҷашни мазкур шумо метавонед намояндагони рӯзномаҳои маҳаллӣ, студияи телевизион ва намояндагони ҳукумати маҳаллиро даъват намоед.

Мутобиқсозӣ

1. Овезаҳо барои ҷойҳои ҷамъиятӣ – барои хотиррасон намудани қисми таркибии ҳаёти ҳар шахс будани ҳуқуқи инсон шумо мусаввара ё овезаҳо омодда карда метавонед. Масалан, шумо овезаро оид ба ҳушдор сохтани он ки ҷой кор ва мактаб «ҷомеаи ҳуқуқи инсон» аст, таҳия карда метавонед. Дар мавзее, ки проблемаҳои махсус ҷо доранд, овезаҳои мазкурро ҳамчун асос/мавод барои андешидани чорабиниҳо истифода бурда метавонед. Ба мақсади қадр кардан ва ба ҷо овардани ҳуқуқҳои инсон дар маҳаллаатон нақшаи стратегӣ таҳия намоед.

Замимаи Г. Гузаронидани арзёбии масъалаҳои гендерӣ

Барои гузаронидани арзёбии масъалаҳои гендерӣ восита ва қолабҳои гуногуни самаранок истифода мешаванд. Баъзеи онҳо фарогир буда, масъалаҳои гендериро дар соҳаҳои мушаххас таҳлил мекунанд (кишоварзӣ, тандурустӣ, иштироки сиёсӣ ва ғайра) ё тамоми мамлакатро фаро мегиранд. Воситаҳои арзёбии масъалаҳои гендерӣ чунинанд:

- Қолаби арзёбии таҳлилии масъалаҳои гендерии Ҳавард (Havard)
- Матритсаи таҳлили гендерӣ
- Қолаби Мозер (Moser)
- Қолаби фаъолгардонии занон

Арзёбии масъалаҳои гендерӣ тавассути коркарди маълумот оид ба ҷомеаи мушаххас ба роҳ монда мешавад. Банақшагирандагони барномаҳо ва роҳбарон бояд шумораи мувофиқи занон, мардон, писарону духтаронро дар ҷараёни мусоҳиба, муҳокимаи гурӯҳӣ ва мушоҳидаҳо фаро гиранд, то ақидаҳои гуногун мавриди баррасӣ қарор ёфта, ҷавобҳо дуруст ба қайд гирифта шаванд (агар ҷамъоварии маълумот дар сатҳи хонавода сурат гирад, он гоҳ бояд дар хотир дошт, ки на танҳо мард - сарвари хонавода пурсида шавад, балки аъзоёни зани хонавода ба таҳқиқот шомил шуда, оид ба талабот, таҷриба ва бартариҳои онҳо маълумоти дақиқ ҷамъ оварда шавад).

Ба мақсади татбиқи барномаи маърифати шаҳрвандӣ дар сатҳи маҳалла арзёбии хурди масъалаҳои гендерӣ мувофиқтар аст. Таҳиягарон ва роҳбарони барнома метавонанд аз воситаи **Маълумотнома оид ба фаъолияти ҳаррӯза** истифода баранд. Воситаи мазкур фаъолияти ҳаррӯзаи занон, мардон, писарону духтаронро дар давоми 24 соат тасвир мекунад. Мақсади воситаи мазкур таҳлили нақши занон, мардон, писарону духтарон буда, ҳангоми банақшагирӣ ва татбиқи барномаву лоиҳаҳо ҳамчун асос истифода мешавад.

Маълумотнома оид ба фаъолияти ҳаррӯза

Духтарон		Писарон	
Вақт	Фаъолият	Вақт	Фаъолият

Эзоҳ: ҳангоми зарурат фарқи байни фаъолияти занону духтаронро муайян намоед, зеро шояд онҳо дар давоми вақт ва бо андозаи муайян нақш ва уҳдадориҳои гуногунро иҷро намоянд. Ҳамин фаъолиятро нисбат ба мардону писарон истифода баред.

Воситаи самараноки дигар **Ҷадвали фаъолиятҳо** аст. Воситаи мазкур барои ҷамъоварии маълумоти пурра ва дарки тақсимоти меҳнат аз рӯйи хусусиятҳои гендерӣ ёрӣ мерасонад. Воситаи мазкур барои гурӯҳбандии фаъолиятҳо ба истеҳсолӣ, репродуктивӣ ё ҷамъиятӣ истифода мешавад. Он маълумотро оид ба кӣ, кай ва дар куҷо ин фаъолиятҳоро иҷро мекунад, фароҳам меорад.

Фаъолиятҳои истеҳсолӣ – фаъолиятҳое, ки ба даромад/фоида ва беҳдошти иқтисодии хонавода ё ҷомеа саҳм мегузоранд, фаҳмида мешаванд. Ҳам занону ҳам мардон як қатор фаъолиятҳои истеҳсолиро ба сомон меравонанд. Нақши истеҳсолии занон метавонад дарёфт кардани пули нақд ва фаъолияти хоҷагидорӣ (хоҳ аз ин фаъолият маблағ ба даст оранд хоҳ не), нигоҳубини ҳайвоноти хонагӣ, коркарди маводи хӯрока барои фурӯш, истеҳсолоти хоҷагидорӣ ё кори хонагӣ ва кор дар муассисаҳои расмиро фаро гирад.

Фаъолиятҳои репродуктивӣ – фаъолиятҳои репродуктивӣ ва нигоҳубинӣ хонавода мебошад. Уҳдадории пешгирии ҳамл ва қабули қарор оид ба таваллуд вобаста ба тартиботи анъанавӣ метавонад ба души мард ё зан бошад. Таваллуди кӯдак нақши репродуктивӣ буда, аслан ба уҳдаи зан вогузор карда мешавад, аммо дар ин ҷараён нақши мардон дар аксари фарҳангҳо муҳим шинохта мешавад. Нақши дигари репродуктивии занон ҳомиладорӣ, таваллуди кӯдак ва синамаконӣ мебошад. Фаъолиятҳои репродуктивӣ инчунин хизматрасонии асосие, ки бояд барои қонеъ грдонидани оила ва ҷомеа ҳамарӯза ба сомон расонида шавад ба монанди дастрас кардани сӯзишворӣ ва об, фароҳам овардани хобгоҳ ва либосворӣ, тоза кардан, таҳсилот, тандурустӣ, нигоҳубини одамони калонсол ва коркард ва омода намудани хӯрок.

Идоракунии корҳои ҷамъиятӣ - фаъолиятҳое, ки идоракунӣ ва ҷамъоварии захираҳо барои истифодаи коллективонаи ҷамъиятӣ (ба монанди сӯзишворӣ, ҷангал ва об), инчунин иштирок дар чорабиниҳои маданӣ ва динӣ, чорабиниҳои расмӣ ва ғайрирасмии сиёсӣ ва иштирок дар рушди ташкилотро фаро мегиранд.

Ҷадвали фаъолиятҳо

Навъи фаъолият	Кӣ (гендер/ҷинс) Сину сол	Дар куҷо	Чӣ кадар	Кай	Чӣ тарз	Барои чӣ
Истеҳсолӣ						
Репродуктивӣ						
Идоракунии корҳои ҷамъиятӣ						

Барои ҷамъ овардан ва дарки фарқияти гендерӣ дар муносибати қуввваҳо ва завқ роҳбарони лоиҳаҳо аз воситаи **Маълумотнома оид ба дастрасӣ ва назорат** истифода бурда метавонанд. Воситаи мазкур ба мақсади ҷамъ овардан ва таҳлили дастрасии захираҳо ва фоидаҳое, ки одамон соҳиб мегарданд, истифода мешавад.

Инчунин дар асоси воситаи мазкур сатҳи дастрасӣ ба захираҳо ва қабули қарори ниҳоиро аз тарафи ҷинси мухталиф таҳлил карда метавонед.

Вобаста хусусияти ё соҳаи барнома номгӯйи захираҳо/маводро тағйир дода метавонед.

Маълумотнома оид ба дастрасӣ ва назорат

Захираҳо	Дастрасӣ				Назорат			
	Духтар	Зан	Писар	Мард	Духтар	Зан	Писар	Мард
Мавод Мол								
Иттилоот								
Қарз								
Тандурустӣ								
Таҳсилот								
Замин								
Таҷҳизот								
Ҳайвоноти хонагӣ								
Саҳм дар хоҷагӣ								

Адабиёт

1. Some guidelines were adapted from *Guidelines for Gender Sensitive Training* (ICIMOD, 2009).
2. Human rights activities were adapted from Flowers, N., ed., *Human Rights Here and Now: Celebrating the Universal Declaration of Human Rights* (Human Rights Educators' Network, 1998). http://www1.umn.edu/humanrts/edumat/hreduseries/hereandnow/Default.htm
3. Techniques were adapted from Henes, R. *Creating Gender Equity in Your Teaching* (Center for Women in Engineering, 1994).
4. Human rights glossary was adapted from Flowers, N., ed., *Human Rights Here and Now: Celebrating the Universal Declaration of Human Rights* (Human Rights Educators' Network, 1998). http://www1.umn.edu/humanrts/edumat/hreduseries/hereandnow/Default.htm