

ASSIGNMENT SOLUTION
CLASS 6
SUB: জীবন ও কর্মমুখী শিক্ষা
STUDY EXPRESS

উত্তর:

আমরা নিজের সম্পর্কে যে বিচার, মতামত, মূল্যায়ন করি, সেটাই হলো আত্মমর্যাদা। অন্যভাবে বুললে, আমাদের সম্পর্কে নিজের যে আবেগীয় মূল্যায়ন এবং নিজের প্রতি নিজের যে দৃষ্টিভঙ্গি, নিজের প্রতি নিজের অনুভূতি, সেটাই হলো আত্মসম্মান বা আত্মমর্যাদা। অতীত অভিজ্ঞতাগুলো যদি ইতিবাচক হয়, তাহলে আমাদের মধ্যে উচ্চ আত্মসম্মানবোধ তৈরি হবে। আর যদি নেতিবাচক হয়, তাহলে নিম্ন আত্মসম্মানবোধ তৈরি হবে। অতীত এবং বর্তমান জীবনের সব আন্তঃব্যক্তিক সম্পর্কগুলোও আত্মসম্মান তৈরিতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে। প্রতিটি সম্পর্ক সঠিকভাবে ব্যবস্থাপনা করতে পারা, দায়িত্বগুলো সঠিকভাবে পালন করতে পারা প্রভৃতি আত্মসম্মানবোধ বৃদ্ধি করে।

একজন আত্মমর্যাদাবান মানুষ হিসেবে আমার মধ্যে যে সব বৈশিষ্ট্য আছে

- আমি সদা সত্য কথা বলি। কারো সাথে মিথ্যা কথা বলি না।
- সর্বদা সবাইকে সম্মান করি, শ্রদ্ধা করি।
- আমি এমন কোন কাজ করি না যাতে করে আমার মর্যাদা বিলুপ্ত হয় সাথে সাথে সমাজের ক্ষতি হয়।
- আমি পরীক্ষার সময় নকল করি না।
- আমি কখনো অন্যের জিনিস উক্ত ব্যক্তির অনুমতি ব্যতিরিক্ত স্পর্শ করি না।
- আমি আমার সহপাঠীদের সাথে কখনো ঝগড়া বা মারামরি করি না।
- সমাজে কোন অন্যায় হতে দেখলে আমি ভদ্রভাবে বাধা দেই।
- আমি আমার মর্যাদা সম্পর্কে সচেতন।
- আমি এমন কেন কাজ করি না যাতে আমার মর্যাদা কমে যায়।

যে সব বৈশিষ্ট্য আমার মধ্যে দেখতে চাই:

- দুর্নীতি থেকে মুক্ত থাকা।
- কর্মক্ষেত্রে ঘুষ গ্রহণ না করা।
- সমাজের অসহায়দের সাহায্য করা।
- দেশের নাগরিক হিসেবে আমার দেশের নিয়ম শৃঙ্খলা মান্য করা।
- আত্মনির্ভর হওয়া।