# လံ့နှံ့ကျဲ (၁)

## တံဒုးကဲထိုဉ်တံမဇလိအလိၤလၢအဒုးပဉ်ဃဉ်
## ပှဲကိၵဇဒဲးလၢအပှဲဇီးတံရ့လိာ်မှာ်လိာ်

# Becoming an Inclusive, Learning-Friendly Environment (ILFE)



Inclusive Learning-Friendly Environments

UNESCO

## တၢ်နဲၵ်ကျဲလၢလံာ်ဒံးၤအဂီၤ်

လံာ်အဘ့ၵ် (၁) ဒံးၤတဲဖျါထိၵ်နှၤ်ပှၤဘၵ်ဃးဒီးတၢ်မၤလိအလီၤ်လၢအဒုးပၵ်ဃုာ်ပှၤကိးဂၤဒဲးလၢအပဲၤဒီးတၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ် (Inclusive, Learning-Friendly Environment) နှၵ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၵ်ဒီးကဲဘျုးလၢကွဲသရၵ်, ဖိသၵ်, ကွဲဖိမိၤ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤတဖၵ်အဂီၤ်ဒ်လဲၵ်နှၵ်လီၤ. လံာ်ဒံးၤကမၤစၢၤစ့ၢ်ကိးနၤလၢနကဃုထံၵ်ကှၤကျဲတဖၵ်လၢနကွဲဒံးၤမ့ၢ်တ့ၢ်လံကွဲလၢအပၵ်ဃုာ်ပှၤကိးဂၤဒဲးလၢအပဲၤဒီးတၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်နှၵ်လီၤ. ဒီးကမ့ၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်တမံၤလၢအဃုထံၵ်ကှၤတၢ်လီၤ်လၢနကွဲအပူၤတဖၵ်လၢတၢ်ကဘၵ်မၤဂ့ၤထိၵ်ကှၤအီၤနှၵ်လီၤ. လံာ်ဒံးၤကဟ့ၵ်နၤတၢ်ဆိကမိၵ်ဒီးတၢ်ထံၵ်တဖၵ်လၢအဘၵ်ဃးဒီးနတၢ်မၤဂ့ၤထိၵ်ကှၤနကွဲသ့ၵ်တဖၵ်ဒံးၤနကရဲၵ်ကျဲၤအီၤဒ်လဲၵ်ဒီးနကသမံသမိးဒီးဃိထံကှၤနကွဲအတၢ်လဲၤထိၵ်လဲၤထိဒ်လဲၵ်နှၵ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်ခိၵ်တီတဖၵ်


| | | |
|---|---|---|
| ၁.၁ | **ILFE စံးတၢ်နှၵ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၵ်ဒီးဘၵ်မနုၤဒုဃိမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၵ်လဲၵ်.** | ၃ |
| | Inclusive ဒီး Learning-Friendly အခိပညိစံးတၢ်နှၵ်မ့ၢ်မနုၤလဲၵ်. | ၃ |
| | တၢ်အခိၵ်သ့ၵ်မိၢ်ပှၢ်မနုၤလၢအကါဒိၵ်လၢ ILFE ဒံးၤအဂီၤ်နှၵ်လဲၵ်. | ၈ |
| | ILFE ဒံးၤအဘျုးအဖိၵ်မ့ၢ်မနုၤတဖၵ်လဲၵ်. | ၁၃ |
| ၁.၂ | **ခဲဒံးၤပအိၵ်အလီၤ်ဖဲလဲၵ်** | ၂၁ |
| | ပကွိဒံးၤမ့ၢ်အကဲတ့ၢ်လံ ILFE ၏. | ၂၁ |
| | ပကွိကဲထိၵ် ILFE ကသ့လၢကျဲဒ်လဲၵ်. | ၂၉ |
| | ပကဒုးအိၵ်ထိၵ်ဒီးကၤဃာ်တၢ်လဲလိာ်တဖၵ်ဒံးၤဒ်လဲၵ်. | ၃၁ |
| ၁.၃ | **တၢ်အပတီၤ်တဖၵ်လၢတၢ်ကဲထိၵ် ILFEအဂီၤ်** | ၃၅ |
| | ဒ်သိး ILFE ဒံးၤကကဲထိၵ်အဂီၤ်ပကရဲၵ်ကျဲၤအီၤဒ်လဲၵ်. | ၃၅ |
| | ပကပၢဆဲၤပတၢ်လဲၤထိၵ်လဲၤထိတဆိဘၵ်တဆိဒံးၤဒ်လဲၵ်. | ၄၁ |
| ၁.၄ | **ပမၤလိန့ၢ်တ့ၢ်လံတၢ်မနုၤတဖၵ်လဲၵ်.** | ၄၄ |



## အဆ၊ဒိဉ် ၁.၁
## ILFE စံးတ၊နှဉ်မှ၊တ၊မနု၊လဲဉ်ဒီး ဘဉ်မနု၊အဃိမှ၊တ၊အကါဒိဉ်လဲဉ်.

ILFE အခိပညိမှ၊တ၊လိ၊ဖဲဖိသဉ်ကိး၈၊ဒဲးမ၊လိန့၊တ၊လ၊ဖိသဉ်တ၈၊ဒီးတ၈၊အအိဉ်, သရဉ်အအိဉ်, ဒီးမှ၊တ၊လိ၊ဖဲကွိသရဉ်တဖဉ်စူးကါတ၊သိဉ်လိအကျိ၊အကဲအသီ, ဟ့ဉ်တ၊ခွဲးတ၊ယာ်လ၊ဖိသဉ်တဖဉ်ကမ၊သကိးတ၊လ၊တ၊မ၊လိအကျိ၊အကဲအပူ၊, ဒီးမှ၊တ၊လိ၊ဖဲမိ၊ပ၊သူဉ်ကွ့သးပှ၊ဒီးပှ၊တဝ၊ဖိတဖဉ်မ၊သကိးတ၊လ၊ဖိသဉ်ကမ၊လိန့၊တ၊အဂိ၊နှဉ်လီ၊. Inclusion အခိပညိဖဲအံ၊မှ၊တ၊ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အသနူတခါလ၊အဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊လိ၊လ၊ဖိသဉ်ကိး၈၊ဒဲးဒ်ပစံးတ၊အသိးဖိသဉ်အမဲာ်တထံဉ်တ၊တစံး, အန၊်တအ၊တစံး, အခိဉ်နူာ်ဃ၊တစံးချ့တစံးမ၊လိန့၊်သကိးတ၊ဒီးမ၊နာ၊သကိးတ၊သ့အလိ၊်နှဉ်လီ၊. တ၊်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အကဲသနူတခါအံ၊ကဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖှဉ်ပှ၊ဖိသဉ်, မိ၊်ပ၊်, သရဉ်သမါ, ဒီးပှ၊ပ၊ဆ္ဍာကွိဧ၊ကိဉ်ဧ၊ဒီးပှ၊လ၊အအိဉ်လ၊ပှ၊တဝ၊အပူ၊ကိး၈၊ဒဲး, ကိးကလှာ်ဒဲး နှဉ်လီ၊.

### Inclusive ဒီး Learning-Friendly အခိပညိစံးတ၊နှဉ်မှ၊မနု၊လဲဉ်.

### Inclusive အခိပညိစံးတ၊နှဉ်မှ၊တ၊မနု၊လဲဉ်.

ဒ်နံဉ်တဖဉ်လဲ၊ပူ၊ကွံာ်တနံဉ်ဘဉ်တနံဉ်အသိးတ၊်ကတိ၊ inclusive အခိပညိကဲထိဉ်လ၊တ၊်ဟ်ဖှဉ်ဖိသဉ်ကိး၈၊ဒဲးအမဲာ်တထံဉ်တစံး, နှ၊်တအ၊်တစံး, ခိဉ်နူာ်ဃ၊်တစံး, ချ့တစံးမ၊လိသကိးတ၊်လ၊တီ၊ဇးးတဖျ၊ဉ်ဃိ မ့တမ့၊် ကွိတဖျ၊ဉ်ဃိအပူ၊နှဉ်လီ၊. မ့မ့၊်လ၊လံာ်အံ၊အပူ၊နှဉ် inclusive အခိပညိဒိဉ်နှ၊်ယိာ်နှ၊်လ၊ထးတကွ၊်နှဉ်လီ၊.

Inclusive အခိပညိမှ၊တ၊်ဟ်ဖှဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လ၊အကှ၊်အဂိ၊ဟးဂိ၊ဒ်ပစံးတ၊်အသိးစုတဂ့၊, ခိဉ်တဂ့၊, မဲာ်တထံဉ်နါတန၊, နှ၊်တအ၊်တစံး, အခိဉ်နူာ်ဃ၊်တစံး, ချ့တစံးကိး၈၊မ၊လိသကိးတ၊်လ၊တီ၊ကွိအပူ၊နှဉ်လီ၊. **ဒ်လဲဉ်ဂ့၊** inclusive အခိပညိ **မ့၊်စ့၊်ကီး** တ၊်ဂံ၊်ဃုာ်ဖိသဉ်ကိး၈၊ဒဲးလ၊တအိဉ်ကွိမ့တမ့၊်လ၊ကွိတသ့မ့၊်လ၊တ၊်ဂ့၊်အ၊်မံ၊ဒ်အမ့၊်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်အကျိာ်လီ၊ဆိ, ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကလီ၊တဲာ်တ၊်ဒိးစဲး, ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်အတ၊်ဘူဉ်တ၊်ဘါလီ၊ဆိ, ဒီးဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်အကလှာ်ကလီ၊ဆိဒီးပှ၊ဖိသဉ်လ၊အအိဉ်လ၊တီ၊ကွိတဖဉ်အပူ၊နှဉ်လီ၊.ဖိသဉ်တဖဉ်အံ၊ပဉ်ဃုာ်စ့၊်ကီးဒီးပှ၊မုဉ်ကနီ၊ထိဉ်သိဖိလ၊အအိဉ်ထိဉ်ဒီးအဟူးအသး,,အိဉ်ဒီးတ၊်ဆါသံသတြာ်ဒ်အမ့၊် HIV/AIDS ဒီးဖိသဉ်လ၊အဘဉ်မ၊တ၊်လ၊ဟံဉ်ဒီးပျိပူ၊အကလှာ်ကလှာ်ဒီးဖိသဉ်လ၊အနှာ်လီ၊အိဉ်ဆူပှ၊ဂ၊အကိ၊်ပူ၊တဖဉ်နှဉ်လီ၊. သရဉ်

အိဉ်ဒီးအမူအဖၢလၢကဘဉ်လူၤဃုသ့ဉ်ညါဖိသဉ်တဖဉ်အံၤခဲလၢာ်ဒီးသိဉ်လိနဉ်ယုၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကိးဂၤဒဲးန့ဉ်လီၤ.

လၢန့ဉ်အမဲာ်ညါလၢတၢ်လိၢ်တနိၤနိၤအပူၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအမံၤကအိဉ်လၢတၢ်နှာ်လီၤကျိအစရီအပူၤဘဉ်ဆဉ်တမၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤ, တနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲအပူၤကအိဉ်ဒံးဝဲန့ဉ်လီၤ. အဒိ,

- ♦ ဖိသဉ်လၢအမၤလိတၢ်မၤလိလၢအအိဉ်ကွဲးအသးလၢလံာ်ပူၤလၢတမ့ၢ်အကျိာ်ဒဉ်ဝဲ
- ♦ ဖိသဉ်လၢသရဉ်တမၢအနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤနီတဘျိ
- ♦ ဖိသဉ်လၢတသ့ဉ်ညါကဘဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤဒ်လဲဉ်တဖဉ်
- ♦ ဖိသဉ်လၢတထံဉ် မ့တမ့ၢ် တန်ၢ်ဟူတၢ်တဖဉ်
- ♦ ဖိသဉ်လၢအန်ၢ်ကီဒီးပှၤတအိဉ်လၢကမၤစၢၤအီၤလၢကဘဉ်လူၤထိဉ်တၢ်သိဉ်လိအခံနိတဂၤတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်ဒ်လၢထးအသိးတဖဉ်အံၤကဆ့ဉ်နိၤလၢတီၤအလိၢ်ခံမ့တမ့ၢ်တနိၤနိၤကလီၤတဲာ်တၢ်ဒိးစဲးအဘျိအါဒိးဟးထိဉ်ကွံာ်ကျိန့ဉ်လီၤ. ဒ်သရဉ်တဖဉ်အသိးပအိဉ်ဒိးမူဖၢလၢပကဘဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်လိၢ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးမၤလိန့ၢ်တၢ်သ့, သူဉ်အိဉ်သးအိဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒိးတူၢ်ဘဉ်လၢအမၤလိတၢ်မုာ်ဒိးပှၤဂံၢ်ဃုာ်အဝဲသ့ဉ်လၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ.

**Learning-Friendly စံးတၢ်နှ့ဉ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲဉ်.**

ကျိအါဖျၢဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျိအတၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢလၢအကိးဝဲ child-friendly နှ့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤအခီပညီမ့ၢ်ဝဲဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအိဉ်ဒိးအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်သိးကမၤလိသကိးတၢ်လၢတၢ်သူဉ်ဖှံသးညီအပူၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢအံၤအတၢ်ပညိဉ်မ့ၢ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်လၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်ထဲလၢလံာ်တဘူဉ်ဒိးတဘူဉ်စုာ်စုာ်ဒိးကဖျိတၢ်ဒိးစဲးဓိၤန့ဉ်ဘဉ်. မ့မ့ၢ်တခီမၤစၢၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်တမံၤဂ့ၤဂ့ၤလၢအသးသမူအဂီၢ်စ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအဂ့ၤဒိဉ်မးသနာ်ကွ့တမ့ၢ်တၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢတမံၤလၢအလၢပဲၤဒ်ဘဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်ဟဲဆူကျိဒ်သိးကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဒိးသရဉ်စ့ၢ်ကီးမၤလိန့ၢ်တၢ်ထိဘိန့ဉ်လီၤ. ပမၤလိတၢ်အသီဘဉ်ဃးဟိဉ်ခိဉ်အဂ့ၢ်ဒ်သိးပကသိဉ်လိမၤယုၤပပှၤကျိဖိအဂီၢ်လီၤ. ပမၤလိဒ်သိးပကသိဉ်လိတၢ်ဂ့ၤထိဉ်ဒိးထုးန့ၢ်ဖိသဉ်အသူဉ်အသးဂ့ၤထိဉ်ဒိးကျိဖိကိးဂၤကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဖးတၢ်ကွဲးဒိးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒိးပမၤလိန့ၢ်တၢ်အသီလၢဖိသဉ်မၤလိတၢ်တဖဉ်အအိဉ်သ့စ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ. လံာ်တဘူဉ်အံၤမ့ၢ်ခိဉ်ခါတခါလၢပကတုၤဆူတၢ်ပညိဉ်အဝဲအံၤအဂီၢ်လီၤ.

learning-friendly အခိပညိမ့ၢ် child-friendly ဒိး teacher-friendly ခံခါလၢာ်ဟ်ဖိုဉ်ဃုာ်အသး နှဉ်လီၤ. အဃိဒိးဖိသဉ်ဒိးသရဉ်သမါမၤလိသကိးတၢ်ဒ်သိးသိးနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤဟ့ဉ်ဂ်ၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိ သဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကဃုသ့ဉ်ညါဒိးမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအကစၢ်စ့ၢ်ကိးနှဉ်လီၤ. Learning-friendly အံၤမၤ စၢၤပဲဝ်ကွဲသရဉ်တဖဉ်လၢကအဲဉ်ဒိးဟ့ဉ်လီၤအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အဂ့ၤကတၢ်တသ့ဖဲအသ့ဆူဖိ သဉ်အအိဉ်ဒိးပကသးမှာ်သးမံလၢတၢ်သိဉ်လိအပူၤစ့ၢ်ကိးနှဉ်လီၤ.



တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်နၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ဃး **Inclusive, Learning-Friendly** တီၤပူၤအဂ့ၢ်

**တီၤပူၤလၢလာ်ခံခါအံၤနဆိကမိဉ်လၢအမ့ၢ် ILFE ဖဲလဲဉ်တတီၤလဲဉ်.**

**တီၤဖၢး (က)**

ဖိသဉ်အဂၤလွံၢ်ဆံဆ့ဉ်နီၤလၢလိၢ်ဆ့ဉ်နီၤသ့ဉ်ဖးထိတကျိၤဘဉ်တကျိၤအဖိခိဉ်ဃုာ်ဒိးအလံာ်ကွဲးနိဉ် တၢ်တဘ့ဉ်ဘဉ်တဘ့ဉ်အိဉ်လၢအခဲာ်ညါဒိးဖိဉ်ဒိးအထိဉ်ဒံးဘိတဖဉ်လၢအစုလိၤန္ဉဉ်လီၤ. သရဉ်ကွဲး ကူလိၤတၢ်တဲာတယုၢ်လၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤဒိးမၤလိၤတံၢ်ဝဲလၢတၢ်လၢအကွဲးလိၤဝဲလၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအ လိၤအံၤဒ်သိးဒိးတၢ်လၢအအိဉ်ကွဲးအသးလၢအလံာ်တၢ်သိဉ်လိအပူၤန္ဉဉ်လီၤ. ပိာ်ခွါဖိသဉ်လၢအအိဉ် လၢစုထွဲတဂၤကွဲးကူလိၤတၢ်တဲာလၢအသရဉ်မုဉ်ကွဲးလိၤအံၤဆူအလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်အပူၤဒိးဖိသဉ်ပိာ် မုဉ်လၢအအိဉ်လၢစုစ့ဉ်တဂၤတခီအသရဉ်မုဉ်အမိၢ်ပှၤ်အိဉ်တဇၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူအဃိအိဉ်ခိးဝဲလၢ အသရဉ်မုဉ်ကသုးသးဒိးကထံဉ်ဝဲတၢ်လၢအအိဉ်ကွဲးအသးလၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤဒိးကကွဲးကူ လိၤဝဲဆူအလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်အပူၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖဲသရဉ်မုဉ်အံၤကွဲးလိၤလံာ်အခါသံကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဒ် အံၤ, “သုကွဲးကူလိၤတၢ်တဲာတယုၢ်လၢယကွဲးလိၤန့ၢ်သုလၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤအံၤစ့ၢ်ကိးဧါ.” ပှၤဖိ သဉ်ကိးဂၤဒဲးစံးဆၢ, “ကွဲး, သရဉ်မုဉ်.”

**တီၤဖၢး (ခ)**

ပှၤဖိသဉ်ခံကရူၢ်ဆ့ဉ်နီၤလၢအကဝိၤခံကဝိၤလၢတၢ်အဒၢခိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခံကရူၢ်လၢာ်အံၤပိာ်မုဉ်ဒိး ပိာ်ခွါအိဉ်ယါယုာ်အသးလီၤ. သရဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်တဖဉ်လၢတၢ်အကှ့ၢ်အဂိၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တ ကရူၢ်နှဉ်တဲသကိးဘဉ်ဃးတၢ်အကှ့ၢ်အဂိၤလၢအကဝိၤကျိၤတဖဉ်အဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်မုဉ်ဒုးနဲဉ်အဝဲ သ့ဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအကှ့ၢ်အဂိၤညီနှၢ်ကဝိၤတဖဉ်ဒိးမၢစ့ၢ်ကိးဖိသဉ်ဟဲစိာ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအကှ့ၢ် အဂိၤကဝိၤတဖဉ်လၢအဟံဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဟံးန့ၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤကွဲးလိၤသကိးဝဲတၢ်ဖိတၢ် လံၤလၢအကဝိၤတဖဉ်အမံၤလၢအလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်အပူၤန္ဉဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အဂၤတကရူၢ်တခီဟံးန့ၢ်ထိဉ် နိဉ်ကှဲးထိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်ကိးထိဉ်နိဉ်ဂ်ၢ်တခါဒိးဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိးနိဉ်ဂ်ၢ်အဝဲန္ဉဉ်ဟဲထိဉ်ဒိး ဟ်လိၤအနိဉ်ကှဲတဘိလၢတၢ်ဖၢိခိဉ်အခၢဉ်သးလိၤလိၤဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်အကှ့ၢ်အဂိၤတမံၤန္ဉဉ်

လီၤ. ဖိသၣ်လၢအန၊်တအၢတဂၤတခီဟဲထိၣ်ဒီးဟ်လီၤအနိၣ်က့ဒီးဒုးအိၣ်ထိၣ်ဝဲနၢၣ်ဘၣ်သၢကနူၤ ဃူအက့၊်အဂီၤတခါဒီးကွၢ်ထိၣ်အသရၣ်မုၣ်ဒီးနံၤကမံ့ထိၣ်ဒီးအသရၣ်မုၣ်နံၤကမံ့ဆၢက့ၤအီၤစံးဝဲ, “ဂ့ၤဒိၣ်မး” ဒီးသရၣ်မုၣ်အံၤမၤလီၤတံ၊်လၢဖိသၣ်အံၤကထံၣ်အထးခိၣ်ဖဲအကတိၤတ၊်ဒီးဖိသၣ်အံၤအခါန့ၣ်လီၤ. မိ၊်တဂၤတခီဟဲနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်လၢတီၤပူၤဒ်ပှၤမၤစၢၤသရၣ်တဂၤအသိးတန်ံန့ၣ် လီၤ. မိ၊်တဂၤအံၤဖူးလဲးဖိသၣ်အံၤအစုကပုာ်လုးဖိဒီးမၤစၢၤဖိသၣ်အဂၤတဂၤလၢတန၊်ပၢ၊်ကဘၣ်ဟ် လီၤအနိၣ်က့ဖဲလဲၣ်ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထိၣ်တ၊်အက့၊်အဂီၤအံၤအဂိ၊်နၣ့ၣ်လီၤ.

**ခဲအံၤစံးဆၢတ၊်သံကွ၊်လၢလာ်တဖၣ်တက့၊်.**

- ♦ တီၤပူၤအတ၊်အိၣ်သးခံခါအံၤနဆိကမိၣ်လၢအမ့၊် inclusive ဒီး learning-friendly ဖဲလဲၣ် တတီၤလဲၣ်.
- ♦ ကျဲဖဲလဲၣ်တဘိမ့၊် inclusive ဒီး learning-friendly အကျဲလဲၣ်. ဟ့ၣ်ထိၣ်နတ၊်ထံၣ်တ၊် ဆိကမိၣ်တက့၊်.

၁. _____
၂. _____
၃. _____
၄. _____
၅. _____

ထိၣ်သတြၤိနတ၊်ထံၣ်တ၊်ဆိကမိၣ်လၢနကွဲးလီၤအံၤဒီးနသကိးတက့၊်. တ၊်မနုၤလၢနကွဲးလီၤတဖၣ် အံၤဒ်သိး မ့တမ့၊် လီၤဆီဒီးနသကိးန့ၣ်လဲၣ်. နကအိၣ်ဒီးတ၊်စံးဆၢလၢအလီၤဆီလာ်အသးအါမံၤ နၣ့ၣ်လီၤ. နတ၊်စံးဆၢတနီၤကမ့၊်ဝဲဖိသၣ်တဖၣ်ဆ့ၣ်နီၤလၢတီၤပူၤဒ်လဲၣ်, တ၊်သိၣ်လိအပီးအလီလၢ အဘၣ်တ၊်စူးကါအီၤလၢတီၤပူၤတဖၣ်, မတၤအိၣ်လၢတီၤပူၤတဖၣ်, မ့တမ့၊် တ၊်ရှလိာ်မုာ်လိာ်လၢ တီၤပူၤဒ်လဲၣ်တဖၣ်နၣ့ၣ်လီၤ.

တီၤပူၤခံခါအံၤလီၤဆီလာ်အသးဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ. လံာ်တီၤဖျါလၢလာ်အံၤဒုးနဲၣ်တီၤပူၤလၢအညီနု၊်တ၊် စူးကါအီၤဒီး ILFE အတီၤပူၤအတ၊်လီၤဆီလာ်အသးဒ်လဲၣ်တဖၣ်နၣ့ၣ်လီၤ. တ၊်လၢအကါဒိၣ်ကတ၊၊် မ့၊်တ၊်ရှလိာ်မုာ်လိာ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအဘၢၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. ပမ့၊်အိၣ်ဒီး inclusive အတီၤန့ၣ်သရၣ် အတ၊်ရှလိာ်မုာ်လိာ်ဒီးဖိသၣ်မၤလိတ၊်တဖၣ်ကဘူးလိာ်အသးဒိၣ်ဒ်သိးဖိသၣ်တဖၣ်ကမၤလိန့၊်တ၊် သ့ဂ့ၤအဂိ၊်နၣ့ၣ်လီၤ.

**Inclusive ဒီး Learning-Friendly တီၤပူၤအသကဵာ်ပဝဲးလၢပထံဉ်သ့တဖဉ်**

| | **မိၢ်လုပ်ၢ်လ်ၢ်တီၤပူၤ** | inclusive **ဒီး** learning-friendly **တီၤပူၤ** |
|---|---|---|
| တၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ် | ကွဲသရဉ်ဒီးကွဲဖိအတၢ်ရ့လိာ်တဘူးတတံၢ်လိာ်သးဘဉ် (သရဉ်ဒီဖိသဉ် လၢအချဲၤဖဲအသိဉ်လိတၢ်အခါ) | ကွဲသရဉ်ဒီးကွဲဖိအတၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်အသးဘူးတံၢ်ဒီးမုာ်.သရဉ်ဆ့ဉ်နီၤဘူးဒီးကွဲဖိဒီးနံၤကမုံဒီးဖိသဉ်လၢအန္ၢ်တအၢ. မိၢ်ပၢ်မ့ၢ်ပှၤမၤစၢၤတၢ်, စံးပတြၢၤဖိသဉ်အံၤဒီးမၤစၢၤဖိသဉ်အဂၤ |
| မတၤအိဉ်လၢတီၤပူၤလဲဉ် | သရဉ်အိဉ်ဒီးကွဲဖိတဖူဉ်လၢအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တလီၤဆိလိာ်အသးလၢတီၤပူၤ | ကွဲသရဉ်အိဉ်ဒီးကွဲဖိလၢတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်, ဒီးပှၤအဂၤလၢအမၤစၢၤတၢ်ဒ်မိၢ်ပၢ်အသိးအိဉ်လၢတီၤပူၤ |
| တၢ်အိဉ်ဆ့ဉ်နီၤအရဲဉ်အကျဲၤ | တၢ်ဆ့ဉ်နီၤအရဲဉ်အကျဲၤလၢတီၤကိးတီၤဒဲးဒ်လဲဉ်နှဉ်နကွၢ်ဖျါတဘျိဃိ(ဖိသဉ်ခဲလၢာ်ဆ့ဉ်နီၤလၢလီၢ်ဆ့ဉ်နီၤဖးထိတဖျၢဉ်တဂ့ၢ်ဘဉ်တဂ့ၢ်, ပိာ်မုဉ်ဆ့ဉ်နီၤတကပၤဒီးပိာ်ခွါဆ့ဉ်နီၤတကပၤ) | တၢ်ဆ့ဉ်နီၤအရဲဉ်အကျဲၤတဖဉ်လီၤဆိလိာ်အသးတတီၤဒီးတတီၤဒ်အမ့ၢ်ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါဆ့ဉ်နီၤဃါဃုာ်လိာ်အသးလၢတၢ်ဒၤါခိဉ်လၢအကဝီၤမ့တမ့ၢ်ဆ့ဉ်နီၤဒ်သိးသိးလၢစီၤနီၤခိဉ်တဖျၢဉ်ဝးဝး |
| တၢ်မၤလိအပီးအလိတဖဉ် | လံာ်တဖဉ်, လံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်ဒီးသ့ဉ်ဘဉ်သူလၢသရဉ်အဂိၢ် | တၢ်ပီးတၢ်လိအကလုာ်ကလုာ်လၢလံာ်ကိးဘ့ဉ်ဒဲးအဂိၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဇွးဘဉ်တၢ်မၤအိဉ်ထိဉ်အီၤလၢလံာ်တၢ်ရၤလီၤတၢ်ကစိဉ်, မ့တမ့ၢ် လံာ်တယၢ်ဒီးတၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ် (puppets) လၢတၢ်မၤလိကျိာ်အဂိၢ် |
| တၢ်ပီးတၢ်လိအဂုၤအဂၤလၢတၢ်စူးကါအီၤလၢတီၤပူၤ | လၢသရဉ်အတၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်အပူၤတစူးကါတၢ်အဂုၤအဂၤလၢကဟ်ဖှိဉ်အါထိဉ်တၢ်သိဉ်လိအပီးအလိတဖဉ်ဘဉ် | သရဉ်ကျဲၤလီၤဟ်လီၤဟ်စၢၤအတၢ်သိဉ်လိတချူးအစးထိဉ်သိဉ်လိတၢ်တနံၤ. သရဉ်မၤဃုာ်အပျံၢ်တဖဉ်ဟဲစိာ်တၢ်မၤလိအပီးအလိဆူတီၤပူၤ, ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်လၢတလိဉ်အပ္ၢၤလၢာ်နိတဘ့ဉ် |
| တၢ်သမံသမိးကွၢ်က့ၤတၢ် | တၢ်ဒိးစဲးတဖဉ် | တၢ်မၤကွၢ်ဒိးကွၢ်ထံကွၢ်စီၤ (ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအအိဉ်ဖျါထိဉ်တနံၤဘဉ်တနံၤလၢအလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤဒီးတၢ်ဂဲၤလိအဂုၤအဂၤတဖဉ်အဖိခိဉ်မ့ၢ်ဂ့ၤ (ကွၢ်လၢလံာ်အဘ့ဉ် ၅ အပူၤတက့ၢ်) |



## တၢ်ကွၢ်ကဖါက့ၤအတၢ်ဂဲၤလိ : ပတၢ်အိၣ်အသးမ့ၢ်ဒ်လဲၣ်.

ဆိကမိၣ်ထိၣ် inclusive ဒီး learning-friendly တီၤပူၤအသကဲာ်ကဝးလၢအဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ထိၣ် အီၤလၢလံာ်တီၤဖျါအပူၤလၢထးအံၤဒီးသံကွၢ်လိၤနသးတၢ်သံကွၢ်ဒ်လၢလာ်တဖၣ်အသိးတက့ၢ်.

- တီၤဒ်လဲၣ်တကလုာ်လၢယသိၣ်လိတၢ်လၢအပူၤအံၤန့ၣ်လဲၣ်.
- တၢ်လဲလိာ်မနုၤလၢယမၤအီၤသ့ဒ်သိးယကဒုးအိၣ်ထိၣ်အါထိၣ် inclusive ဒီး learning-friendly တီၤပူၤအဂီၢ်နှၣ်လဲၣ်.
- တၢ်သိၣ်လိအခိၣ်တီလၢယသိၣ်လိအီၤအံၤယကမၤအီၤဒ်သိးကထုးန့ၢ်ဖိသၣ်အသးအါထိၣ်ဒီး ကဏဲၣ်ဒီးမၤလိဝဲအဂီၢ်သ့ဒ်လဲၣ်.
- ယကရဲၣ်ကျဲၤယတီၤပူၤဒ်သိးဖိသၣ်ခဲလၢာ်ကမၤလိသကိးတၢ်အဂီၢ်ကသ့ဒ်လဲၣ်.
- မတၤမၤစၢၤယၤကသ့ဒ်သိးယကဒုးအိၣ်ထိၣ် ILFE အံၤအဂီၢ်သ့လဲၣ်. (အဒိ, ကွိခိၣ်, ကွိသရၣ်အဂၤ, ယပှၤကွိဖိ, မိၢ်ပၢ်ဒီးယပှၤတဝၤခိၣ်နၢ်တဖၣ်)

## တၢ်အခိၣ်သ့ၣ်မိၢ်ပှၢ်မနုၤလၢအကါဒိၣ်လၢ ILFE အံၤအဂီၢ်နှၣ်လဲၣ်.

ဖိသၣ်ခဲလၢာ်နှၣ်အိၣ်ဒီးအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်တၢ်ဘျၢလၢအဘၣ်တၢ်ဟာ်လီၤအီၤလၢ Convention on the Rights of the Child အသိးန့ၣ်လီၤ. တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢအံၤပဒိၣ်ကိးဖု ခဲးဃၣ်ဃၣ်လၢဟိၣ်ခိၣ်ဒိဘ့ၣ်အၢၣ်လီၤတူၢ်လိာ်ဒီးဆဲးလီၤအမံၤလၢကလူၤပိာ်မၤထွဲအီၤန့ၣ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်မ့ၢ်အိၣ်သနာ်က့ဒီးအက့ၢ်အဂီၤ, အခိၣ်နူာ်, တၢ်ရ့လိာ်မှာ်လိာ်, သူၣ်သး, ကျိာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်အသးအဂၤတဖၣ်အတၢ်ကိတၢ်ခဲန့ၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်ခဲလၢာ်အံၤမၤလိန့ၢ်တၢ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤပၣ်ဃုာ်ဒီးဖိသၣ်လၢအက့ၢ်အဂီၤဟးဂီၤဒီးဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၤလၣ်လီၤဆီဆီတဖၣ်, ဖိသၣ်လၢအဘၣ်မၤတၢ်လၢဟံၣ်ဒီးတၢ်ချၢအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်, ဖိသၣ်လၢအအိၣ်လၢခိခိၣ်ပှၢ်လၢ်ကျါ, ဖိသၣ်လၢအဟးဝ့ၤဝီၤတဖၣ်, ဖိသၣ်လၢကျိာ်, ကလုာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆဲးတၢ်လၢလီၤဆီတဖၣ်, ဖိသၣ်လၢအဘၣ်တၢ်ဆါဒ်အမ့ၢ် HIV/AIDS ဒီးဖိသၣ်လၢအတဘၣ်ဘျုးဘၣ်ဖှိၣ်အဂၤတဖၣ်မ့တမ့ၢ်

ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်လၢထးတဖဉ်အချၢမ့တမ့ၢ်ကရူၢ်လၢထးတဖဉ်အချၢစ့ၢ်ကီးနၤ့ဉ်လီၤ.[1] အါနၤ့်အနၤ့ဉ်ဖဲဖိသဉ်မၤလိတၢ်အခါအဝဲသ့ဉ်တဂၤဒီးတဂၤတမၤလိန့်တၢ်တမံၤဃိလၢတၢ်ဆၢကတိၢ်တကတိၢ်ဃိအပူၤဘဉ်. ဒီးအဝဲသ့ဉ်အတၢ်မၤလိန့်တၢ်အစၢစ့ၢ်ကီးတဒ်သိးလိာ်အသးဘဉ်. နာ်သကဲ့တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအမၤညိန့ၢ်အသးဒီးပတူၢ်လိာ်အီၤသ့ဝဲဒဉ်နၤ့ဉ်လီၤ.

ခီဖျိလၢဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်လီၤဆိလိာ်အသးအါမံၤဒ်အံၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်လိဉ်ဘဉ်လၢကဘဉ်မၤလိန့်တၢ်လၢကျဲအါဘိစ့ၢ်ကီးတမ့ၢ်ထဲအကဘဉ်ကွဲးဆဲလီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘဉ်တၢ်ကွဲးလီၤအီၤလၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤဧၤဆူအလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်နၤ့ဉ်ဘဉ်. တၢ်ကွဲးဆဲလီၤတၢ်လၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤအံၤဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကမ့ၢ်ကျဲတဘိလၢအမၤစၢၤဖိသဉ်မၤလိန့်တၢ်သ့အစ့ၢကတၢ်တဘိန့ဉ်လီၤ. ပကမၤလိန့်တၢ်အံၤအဂ့ၢ်အါထိဉ်လၢလံာ်နိဉ်ဂံၢ် (၄) အပူၤန့ဉ်လီၤ.

တၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်, တၢ်လဲၤခီဖျိအတၢ်အိဉ်သးဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလၢကျဲအါဘိအံၤတမ့ၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအညိတမံၤဘဉ်နၤ့ဉ်လီၤ. လၢတၢ်နၤ့ဉ်အဃိပဘဉ်သ့ဉ်ညါန့ၢ်ပၢ်လၢပကဘဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်နၤ့ဉ်လီၤ. ပတအိဉ်ဖျဉ်ထိဉ်ဃုာ်ဒီးပတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢပကမၤတၢ်ဒ်အံၤဘဉ်ဒီးပတမၤလိန့်တၢ်ကိးမံၤဒဲးလၢပလိဉ်ဘဉ်အီၤလၢကွိသရဉ်တၢ်မၤလိအပူၤဘဉ်. ပဘဉ်မၤလိတၢ်ခီဖျိတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဒီးကတိၤသကိးတၢ်ဒီးသရဉ်လၢအတၢ်လဲၤခီဖျိအိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအပူၤဖးယံာ်တဖဉ်ဒီးခီဖျိလဲၤထိဉ်တၢ်မၤလိဖုဉ်ဖိတဖဉ်, ခီဖျိတၢ်ဖးလံာ်ဖးလဲၢ်ဒီးဃုသ့ဉ်ညါလံာ်လဲၢ်အဂုၤအဂၤဒ်အမ့ၢ်လံာ်တဖဉ်အံၤအသိးနၤ့ဉ်လီၤ. ထဲနၤ့ဉ်ဒီးအလီၢ်အိဉ်လၢပကကျဲးစၢးမၤကွၢ်စူးကါကွၢ်တၢ်လၢပမၤလိအီၤတဖဉ်အံၤလၢပတီၤပူၤနၤ့ဉ်လီၤ. လၢတၢ်နၤ့ဉ်အဃိ ILFE အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်တမ့ၢ်ထဲလၢတၢ်ဒုးဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်ဖိသဉ်ခဲလာ်ဓိၤဘဉ်. မ့မ့ၢ်တခီမ့ၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်အကါဒိဉ်လၢကွိသရဉ်တဖဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်အဂိၢ်နၤ့ဉ်လီၤ.

လၢ ILFE အံၤအပူၤပှၤကိးဂၤဒဲးနီၤလီၤသကိးအတၢ်ထံဉ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်ကြားမၤသကိးတၢ်ဒိးဂဲၤသကိးဒ်လဲဉ်နၤ့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်စူၢ်နာ်ဝဲလၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လိဉ်ဘဉ်လၢတၢ်ကဘဉ်ဟ်ဖှိဉ်ဃုာ်ပှၤကိးဂၤဒဲး, ပိာ်မှဉ်ပိာ်ခွါဒိးကြားလၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂိၢ် (ပိာ်မှဉ်အိဉ်ဒိးအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်သိးဒိးပိာ်ခွါအသိး) ဒိးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်တအိဉ်, ဒိးတၢ်ကဘဉ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးပှၤကိးကလုာ်ဒဲးအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒိးကဘဉ်ဖိးမံလိာ်အသးဒိးဖိသဉ်ဒိးအဟံဉ်ဖိဃိဖိအတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒိးတနံၤအဂိၢ်တဖဉ်နၤ့ဉ်လီၤ. သရဉ်, ပှၤပၢဆ့ၢတၢ်ဒိးပှၤကွိဖိတဖဉ်ကဘဉ်ဟ်ကဲဟ်ဒိဉ်ဒိးမၤလၢကပိၤဖိသဉ်အတၢ်လီၤဆိဒ်အမ့ၢ်ကျိာ်, ကလုာ်တၢ်ဆဲးတၢ်လၢ, တၢ်လဲၤခီဖျိအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆိတဖဉ်အံၤနၤ့ဉ်လီၤ.

[1] UNESCO (1994) The Framework for Action on Special Needs Education, p. 6.

ILFE အံၤသိၣ်လိဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်အိၣ်မူအကျိၤအကျဲတဖၣ်ဒ်သိးဖိသၣ်တဖၣ်အံၤကမၤအတၢ်စံၣ်ညီၣ်ဆၢတဲာ်ဒၣ်ဝဲဒီးကသ့ဒိသဒၢလီၤအသးလၢတၢ် ဆူးတၢ်ဆါဒီးတၢ်မၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်နှၣ်လီၤ. အါနှၢ်အနှၣ် ILFE အတီၤပူၤနှၣ်တၢ် ဒိတၢ်တီၢ်တၢ်မၤဘၣ်ဒိဖိသၣ်တသ့ဘၣ်နှၣ်လီၤ.

ILFE အံၤဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါသရၣ်ဒီးပှၤပၢဆ့ၢတၢ်, ဖိသၣ်, ဟံၣ်ဖိဃိဖိဒီးပှၤတဝၢဖိတဖၣ်ကမၤသကိး တၢ်လၢဖိသၣ်ကမၤလိနှၢ်တၢ်လၢတီၤပူၤဒီးတီၤချၢအဂီၢ်စ့ၢ်ကိးနှၣ်လီၤ. သရၣ်ဒီးဖိသၣ်ခံခိလိာ်အိၣ်ဒီး မူဒၢလၢဖိသၣ်ကမၤလိနှၢ်တၢ်ဒီးဟူးဂဲၤနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အဂီၢ်နှၣ်လီၤ. တၢ်မၤလိကဘၣ်ဘၣ်ထွဲ ဘၣ်ဃးလိာ်အသးဒီးဖိသၣ်အတၢ်အဲၣ်ဒိးလၢအတၢ်အိၣ်မူအတၢ်ဒိၣ်ထိၣ် (အတၢ်မိၢ်နှၢ်သးလိလၢအ အဲၣ်ဒိးကဲထိၣ်တၢ်တမံၤမံၤ) အဂီၢ်ဒီးအခိပညိကဘၣ်အိၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်စ့ၢ်ကိး နှၣ်လီၤ.

ILFE အံၤကွၢ်ဆိကမိၣ်စ့ၢ်ကီးသရၣ်အတၢ်လိၣ်ဘၣ်, အတၢ်သူၣ်စဲသးစဲဒီးအတၢ်မိၢ်နှၢ်သးလိတဖၣ် နှၣ်လီၤ. ILFE အံၤဟ့ၣ်ပှၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢပကမၤလိနှၢ်တၢ်လၢပကမၤဂ့ၤထိၣ်ပတၢ်သိၣ်လိဒ်လဲၣ် ဒီးဟ့ၣ်စ့ၢ်ကီးပှၤလံာ်လဲၢ်အဂုၤအဂၤတဖၣ်လၢပကစူးကါအီၤလၢပတၢ်သိၣ်လိအပူၤကသ့အဂီၢ်ဒီး ဟ့ၣ်စ့ၢ်ကီးပှၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢပကမၤလၤကပီၤပတၢ်မၤနၢၤတၢ်တဖၣ်ခီဖြိတၢ်ဟ့ၣ်ခိၣ်ဖးဒီးတၢ်အၢၣ် လီၤတူၢ်လိာ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤနှၣ်လီၤ.



**တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : ILFE မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.**

ဟ့ၣ်ထိၣ်သကိးသုတၢ်ဆိကမိၣ်ဃုာ်ဒီးပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိတဖၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်မိၢ်ပှၢ်ဒ်နဆိကမိၣ်လၢအမ့ၢ် တၢ်အကါဒိၣ်လၢ inclusive ဒီး learning-friendly environment ကမ့ၢ်တၢ်မနုၤလၢတီၤတတီၤ, ကွိတဖျၢၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လိၢ်အဂၤတတီၤဖဲဖိသၣ်တဖၣ်မၤလိနှၢ်တၢ်အလိၢ်တက့ၢ်.

- တ့လီၤကွီၤကဝီၤဖးဒိၣ်တဖျၢၣ်လၢလံာ်သ့ၣ်ဘၣ်သူအလိၤဒီးကွဲးလီၤ ILFE လၢအပူၤတက့ၢ်.
- လၢကွီၤကဝီၤဖးဒိၣ်တဖျၢၣ်အံၤအချၢမၢနပှၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ်ကွဲးလီၤတၢ်သကဲာ်ပဝဲးခံမံၤ လၢအဝဲသ့ၣ်တူၢ်ဘၣ်ဝဲလၢအမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢ ILFE အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.
- ထိၣ်သတြိၤနတၢ်ဂီၤအံၤဒီးတၢ်ဂီၤလၢအအိၣ်လၢလံာ်ကဘျဲးအသိတကဘျဲးလၢလံာ်အံၤအပူၤ တက့ၢ်. သကဲာ်ပဝဲးလၢအအိၣ်လီၤတဲာ်အိၣ်တမံၤမံၤဒံးဧါ.

- သံကွၢ်လီၤနသးလၢတၢ်သကဲာ်ပဝဲးမနုၤတဖဉ်အံၤအိဉ်လၢပတီၤပူၤမ့တမ့ၢ်ပကျိပူၤဒီးပလိဉ် ဘဉ်ဒံးလၢပကမၤအါထိဉ်ဒ်သိးပတီၤမ့တမ့ၢ်ပကျိကအိဉ်ဒီးသကဲာ်ပဝဲးတဖဉ်အံၤအါထိဉ် နူဉ်လဲဉ်. ဒ်သိး ILFE ကအါထိဉ်အဂီၢ်ပကမၤဂ့ၤထိဉ်ပကျိ မ့တမ့ၢ် ပတီၤပူၤသ့ဒ်လဲဉ်. ကွဲးရဲဉ် လီၤတၢ်ဂ့ၢ်တဘီဘဉ်တဘီလၢလာ်အံၤတက့ၢ်.

**ILFE အသကဲာ်ပဝဲးလၢအအိဉ်ဒီးပှၤတဖဉ်**

_____

_____

_____

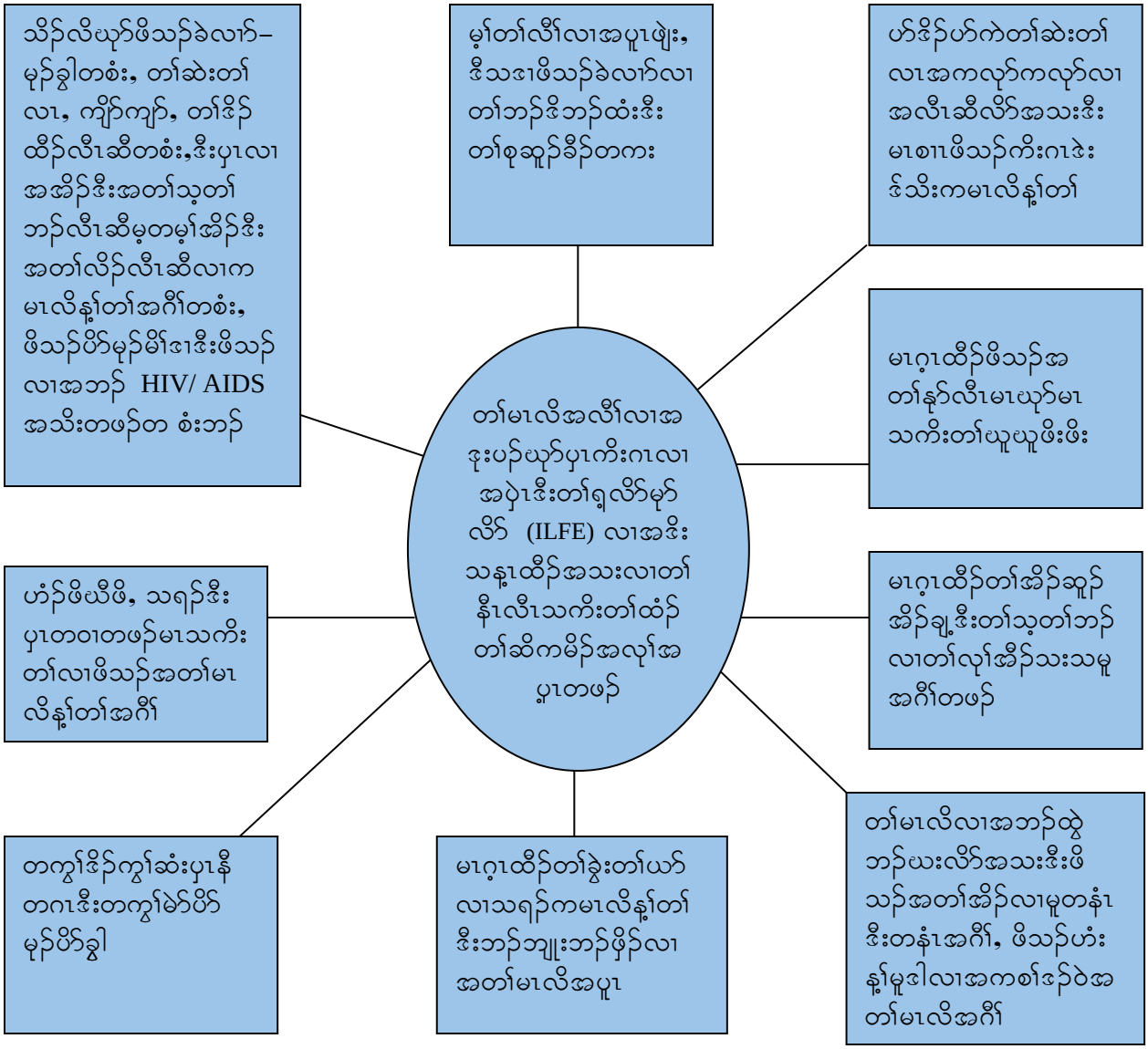
**ILFE လၢပလိဉ်ဘဉ်ဒံးအီၤလၢပဘဉ်မၤအါထိဉ်တဖဉ်ဒီးပကမၤအီၤဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်တဖဉ်**

_____

_____

_____

**Inclusive, Learning-Friendly Environment အသကဲ်ပဝးတဖဉ်.**




**သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်** – တ၊်လဲလိာ်မိ၊်လုပ၊်လ၊်အကျိမ့တမ့၊်တီၤပူၤဆူ inclusive ဒီး learning-friendly အံၤမ့၊်တ၊်ဖံးတ၊်မၤတခါလၢအလဲၤအသးတပယူ၊်ဃိထိဘိန့ဉ်လီၤ. တ၊်လဲလိာ်အံၤတကဲထိဉ်အသးတဘျိဃိဘဉ်. တ၊်လဲလိာ်အံၤလၢာ်ဆၢလၢာ်ကတိ၊်ဒီးလိဉ်ဘဉ်တ၊်ဖံးယုာ်မၤသကိးတ၊်နှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်အဘျုးအိဉ်ဝဲလၢသရဉ်ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်, ဟံဉ်ဖိဃိဖိဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်အဂီ၊်အါမံၤန့ဉ်လီၤ.

## ILFE အံၤအဘျုးအဖိုဉ်မ့ၢ်မနုၤတဖဉ်လဲဉ်.



တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤအတၢ်ဂဲၤလိ

ဝံသးစူၤဖးဘဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလာ်အံၤတက့ၢ်.

**ဖးပူဉ်အဉ်နယူကံဉ်နံဉ် (Papua New Guinea ) သဝီကွဲတဖျၢဉ်.**

လၢ (၁၉၉၀) နံဉ်နူဉ်မိၢ်ပၢ်လၢအအိဉ်လၢဖးပူဉ်အဉ်နယူကံဉ်နံဉ်အကလံၤစိးတၢ်လီၢ်တကပၤမၢပဒိဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢအလီၤပလာ်လၢဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်ဒီးသိဉ်လိဖိသဉ်တဖဉ်လၢနူသဝီအလုၢ်အပှၤဒီးမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကသ့ဉ်ညါဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤအတၢ်အိဉ်မူ, အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢ, ကျိာ်ကျာ်, တၢ်မၤဖျါထိဉ်အပှၤတဝၢအတၢ်လီၤဆီတဖဉ်နူဉ်လီၤ. လီၢ်ကဝီၤပဒိဉ်, ဖွဉ်စိမိၤဒီးကမျၢ်သဘူ့ကရၢ (NGO) သိဉ်လိဒုးအိဉ်ထိဉ်သကိးကတိၤဆိကွဲလၢအကိးဝဲ Viles Tok Ples Priskul ဒီးကွဲအံၤတူၢ်လာ်ဖိသဉ်အသးနံဉ် (၆–၈) နံဉ်ဒီးမၤလိတၢ်လၢအကျိာ်ဒဉ်ဝဲလၢပှၤစူးကါအီၤလၢသဝီပူၤနူဉ်လီၤ.

သဝီကတိၤဆိကွဲအံၤစူးကါတၢ်ပီးတၢ်လိတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိဉ်လၢလီၢ်ကဝီၤပူၤတဖဉ်ဒီးတၢ်လၢအပှၤကလံၤဒိဉ်တဒိဉ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ထီဘဉ်လာ်အတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးကတိၤဆိကွဲအံၤသ့ညီဝဲဒီးအပှၤကလံၤတဒိဉ်စ့ၢ်ကီးဘဉ်နူဉ်လီၤ. ပှၤလၢအအိဉ်လၢလီၢ်ကဝီၤတဖဉ်အံၤကွဲးတၢ်ဃဲၤတဖဉ်လၢအကျိာ်ဒဉ်ဝဲနူဉ်လီၤ. တၢ်ဃဲၤတဖဉ်အံၤပဉ်ဃုာ်ဒီးမိၢ်လုပၢ်လ်အတၢ်ဃဲၤ, တၢ်ဃဲၤလၢပျၢဒီးတၢ်သးဝံဉ်ဒီးထါတဖဉ်နူဉ်လီၤ. ပှၤကွဲဖိတဖဉ်ကွဲးတၢ်ဃဲၤလၢအသူဉ်ထိဉ်အသးလၢအဝဲသ့ဉ်အတၢ်လဲၤခီဖျိဒဉ်ဝဲနီၢ်နီၢ်အပူၤဒီးမၤအိဉ်ထိဉ်လံာ်တဘ့ဉ်ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လီလၢအအိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဟိဉ်ကဝီၤအပူၤဃုာ်ဒီးတၢ်ဂီၤတၢ်ဖိဉ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ. လံာ်အံၤဘဉ်တၢ်ဟ်အီၤလၢလံာ်ရိဒၢးတၢ်ဖးလံာ်အဒၢးပူၤဒီးဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤဖဲတၢ်ဖးလံာ်လၢအကရူၢ်အခါနူဉ်လီၤ. ပှၤကွဲဖိဒုးနဲဉ်တၢ်ဃဲၤတဖဉ်အံၤလၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲ, စူးကါတၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဒဉ်ဝဲတဖဉ်ဒီးအိဉ်ဒီးတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဃဲၤအံၤအဂ့ၢ်အကျိၤလၢတီၤပူၤနူဉ်လီၤ.

ပှၤဖိသဉ်တဖဉ်လၢအဖျိထိဉ်လၢသဝီကတိၤဆိကွဲအံၤအပူၤနူဉ်သ့ဉ်ညါဟ်ဒိဉ်ဟ်ကဲအလုၢ်အလ်အထူသနူတၢ်ဆဲးတၢ်လၢတဖဉ်ဒီးသ့ထိဉ်အကျိာ်အါထိဉ်နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအိဉ်ဒီးတၢ်သူဉ်ဟူးသးဂဲၤ, အတၢ်နာ်နူၢ်လီၤအသး, ဒီးအတၢ်အဲဉ်ဒိးသ့ဉ်ညါတၢ်ဘဉ်ဃးအတၢ်မၤလိမၤဒိးတဖဉ်အါထိဉ်ဒိဉ်ထိဉ်နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤသံကွၢ်တၢ်အါထိဉ်ဒီးဖဲအနုာ်လီၤဆူကွဲလၢအတီၤထိထိဉ်အခါမၤလိတၢ်နူၢ်ဂ့ၤဒိဉ်ထိဉ်နူဉ်လီၤ.

သရၣ်တဖၣ်ညီနုၢ်ယၢၤထိၣ်ကွၤ်အတၢ်သ့ၣ်နိၣ်ထိၣ်ဒီးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢအပျံၤတၢ်ဖဲအထိၣ်သိကွဲအ ခါမ့ၢ်လၢတန်ၢ်ပၢၢ်အသရၣ်လၢအသိၣ်တၢ်တဖၣ်ဂ့ၤဂ့ၤအဃိနူၣ်လီၤ. သရၣ်အါတက့ၢ်နူၣ်အသးမ့ာ် ထိၣ်ကွၤ်လၢအပၢၤကွဲဖိတဖၣ်တဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲာ်တၢ်ကီတၢ်ခဲတမံၤဃီဒ်အဝဲသ့ၣ်အသိးအဃိနူၣ်လီၤ. သနာ်ကွသရၣ်တနီၤတူၢ်ဘၣ်လၢအပၢဆုၢအပျဲၢ်နူၢ်ဂ့ၤဖဲအပျဲၢ်တဖၣ်အိၣ်ဘူၣ်ဒီးတစံးတကတိၤတၢ်အ ခါနူၣ်လီၤ. ပမ့ၢ်ကွၢ်လၢအဂၤတကပၤအဝဲသ့ၣ်သူၣ်ပိၢ်သးဝးလၢပၢၤဖိသၣ်တဖၣ်မၤလိတၢ်ချ့ဒိၣ်ထိၣ် စးထိၣ်လၢတၢ်စူးကါတၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲအသီအံၤနူၣ်လီၤ.

ခီဖျိတၢ်စူးကါလိၢ်ကဝိၤအကျိာ်ဒၣ်ဝဲလၢကွဲပူၤလၢသဝိကတိၤဆိကွဲတဖၣ်အံၤမၤစၢၤပၢၤဖးပူၣ်အၣ် နယူကံၣ်နံၣ်လၢကပၢၤဃာ်အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒီးကျိာ်လၢအလိၤဆိလိာ်အသးလၢထံကိၢ်အါဘ့ၣ် အပူၤနူၣ်လီၤ.

Dutcher N (2001) Expanding Educational Opportunity in Linguistically Diverse Societies. Center for Applied Linguistics: Washington, DC. and http:// www.literacyonline.org/explorer/index.html
*Summer Institute for Linguistics

ခဲအံၤဆိကမိၣ်ထံကတိၤဆိကွဲလၢဖးပူၣ်အၣ်နယူကံၣ်နံၣ်အံၤအဂ့ၢ်တက့ၢ်. နဆိကမိၣ်လၢဖိသၣ်, သရၣ်, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤဖိတဖၣ်ဘၣ်ဘျူးဘၣ်ဖှိၣ်လၢ inclusive ဒီး learning-friendly အံၤဒ်လဲၣ်. ကွဲးလီၤနတၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်ဒ်လာ်အသိးတက့ၢ်.

**တၢ်ဘျူးတၢ်ဖှိၣ်အိၣ်လၢပှၤဖိသၣ်တဖၣ်အဂီၢ်**

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

**တၢ်ဘျူးတၢ်ဖှိၣ်အိၣ်လၢသရၣ်တဖၣ်အဂီၢ်**

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

**တၢ်ဘျုးတၢ်ဖိုဉ်အိဉ်လၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်အဂီၤ**

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

**တၢ်ဘျုးတၢ်ဖိုဉ်အိဉ်လၢပှၤတဝၢတဖဉ်အဂီၤ**

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

ထိဉ်သတြိၤနတၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်ဒီးသရဉ်အဂၤတဖဉ်တက့ၢ်. ဝံၤဖးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအကူဉ်လၢအဖိလာ်အံၤဒ်သိးသိးတက့ၢ်. နတၢ်ဆိကမိဉ်ဟဲထိဉ်ပဲၤမံၤလဲဉ်. နမၤလိန့ၢ်တၢ်အသိတမံၤမံၤဒီးအဘျုးအိဉ်လၢနဂီၤတမံၤမံၤဧါ.

## တၢ်အဘျုးအဖိုဉ်အိဉ်လၢဖိသဉ်အဂီၤတဖဉ်

ခီဖျိလၢ ILFE အဃိဖိသဉ်အတၢ်နာ်နှ့ၢ်လီၤအသးကအါထိဉ်ဒီးအသးသဟိဉ်ကဆူဉ်ထိဉ်နှ့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ဟ်ဒိဉ်အတၢ်မၤနၤဒီးဟ်ကဖၢလီၤအသးအါထိဉ်နှ့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကမၤလိန့ၢ်ဝဲလၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲဒ်လဲဉ်လၢတိၤပူၤဒီးတိၤချၢခံကပၤလၢာ်နှ့ဉ်လီၤ. အဒိ, ဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအဂ့ၤတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်သိးကနၢ်ပၢၢ်ဒီးစူးကါတၢ်လၢအမၤလိန့ၢ်ဝဲတဖဉ်လၢအတၢ်အိဉ်မူကိးနံၤဒဲးဒ်အမ့ၢ်လၢအတၢ်လိာ်ကွဲအပူၤဒီးလၢအဟံဉ်အဃိစ့ၢ်ကီးနှ့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်စ့ၢ်ကီးလၢကဘဉ်ဟူးဂဲၤဒီးရ့ဒီးအတိၤဖိသဉ်အဂၤလၢတၢ်သူဉ်ဖှံသးညီအပူၤနှ့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတၢ်အိဉ်သကိးရ့သကိးဒီးပှၤအဂၤလၢအလိၤဆိဒီးအဝဲသ့ဉ်ကမုာ်ထိဉ်နှ့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှ့ဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်တပူၤဃိဒီးဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤအဝဲသ့ဉ်အတၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်တဖဉ်ဒီးတက့ၢ်မဲာ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်မ့တမ့ၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိဒ်လဲဉ်နှ့ဉ်ဘဉ်.

ဖိသဉ်တဖဉ်ကသ့ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်အါထိဉ်စ့ၢ်ကီးဒီးတၢ်အံၤမၤဂ့ၤထိဉ်အဝဲသ့ဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်လဲဉ်နှ့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤအကျိဉ်, အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒီးဆိကမိဉ်လီၤစ့ၢ်ကီးအသးလၢအလိၤဆိဒီးပှၤအဂၤနှ့ဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှ့ဉ်အဃိအဝဲသ့ဉ်မ့ၢ်, “ပှၤအလိၤဆိ”

နှဉ်လီၤ. ခီဖျိ ILFE အံၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်အတ၊်ဆဲးကျိးကတိၤလိာ်အသးအကျိၤအကျဲဂ့ၤထိဉ်ဒီး အိဉ်ကတာ်ကတိၤအသးလၢအတ၊်အိဉ်မူအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်မၤန့၊် မ့တမ့၊် မၤန့၊်က့ၤအနိ၊် ကစ၊်အလု၊်အပှၤဖဲအမၤလိဟ်ကဲပှၤအဂၤအလု၊်အပှၤအခါနှဉ်လီၤ.

## တ၊်အဘျုးအဖိုဉ်အိဉ်လၢသရဉ်တဖဉ်အဂီ၊်

သရဉ်တဖဉ်စ့၊်ကီးဒိးန့၊်တ၊်ဘျုးတ၊်ဖိုဉ်အကါဒိဉ်တဖဉ်လၢတ၊်သိဉ်လိ ILFE အံၤအဃိန့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်အိဉ်ဒီးတ၊်ခွဲးတ၊်ယာ်အါထိဉ်လၢကမၤလိန့၊်ကျဲအသီတဖဉ်လၢအတ၊်သိဉ်လိဘဉ်ပှၤကို ဖိအကလုာ်ကလုာ်ဒ်အံၤအဃိန့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်မၤန့၊်အါထိဉ်တ၊်သ့ဉ်ညါန၊်ပၢ၊်အသီဒ်အမ့၊်ဖိသဉ် မၤလိန့၊်တ၊်လၢကျဲလီၤဆီတဖဉ်တ၊်သိဉ်လိအီၤသ့စ့၊်ကီးလၢကျဲလၢအလီၤဆီန့ဉ်လီၤ. ဖဲအဝဲသ့ဉ်ဃု ကျဲဒ်သိးကမၤန၊ၤကွံာ်တ၊်ဂ့၊်ကီတဖဉ်အခါအဝဲသ့ဉ်မၤဂ့ၤထိဉ်အတ၊်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢတ၊်မၤဃုာ် တ၊်ဒီးပှၤအဂၤ, ဖိသဉ်ဒီးတ၊်အိဉ်သးအဂၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. လၢတ၊်နှဉ်အဃိတ၊်သိဉ်လိကဲထိဉ်က့ၤဒ်တ၊်မၤမုာ်အသးတမံၤဒီးတမ့၊်ဒ်တ၊်မၤတမံၤအသိးလၢၤဘဉ်နှဉ်လီၤ.

သရဉ်တဖဉ်အိဉ်ဒီးတ၊်ခွဲးတ၊်ယာ်လၢကဃုဂုာ်သ့ဉ်ညါတ၊်ဆိကမိဉ်ဆိကမးအသိဂ့ၤထိဉ်ဒိဉ်ထိဉ်ခီ ဖျိဝဲသ့ဉ်အကတိၤသကိးတ၊်မ့တမ့၊်ကွဲးလံာ်ဆူပှၤအဂၤလၢအအိဉ်လၢကျိပူၤမ့တမ့၊်ကျိအချၢခဲအံၤခဲ အံၤ, အဒိ, ကျိဖိကျိသရဉ်ကရၢတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ခီဖျိတ၊်စူးကါတ၊်ထံဉ်တ၊်ဆိကမိဉ်အသီတဖဉ်အံၤ အဃိဟ့ဉ်ဂံ၊်ဟ့ဉ်ဘါပှၤကျိဖိတဖဉ်လၢကသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်, သူဉ်စဲသးစဲဒိးသ့ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊်အသီ ဒိးမၤတ၊်လၢတ၊်သူဉ်တုၤလီၤသးတုၤလီၤအါထိဉ်နှဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤအဃိဖိသဉ်ဒိးမိ၊်ပ၊်တဖဉ်ဒဉ် လံာ်နှဉ်ကဟ့ဉ်ထိဉ်အတ၊်ထံဉ်လၢအဂ့ၤတဖဉ်ဆူကျိသရဉ်အအိဉ်အါထိဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်ကမၤန့၊် အါထိဉ်စ့၊်ကီးတ၊်ဆိဉ်ထွဲလၢပှၤတဝၤအပူၤဒိးတ၊်ဟ့ဉ်လၢကပီၤအီၤလၢတ၊်ဂ့ၤလၢအမၤဝဲတဖဉ်နှဉ် လီၤ.

သရဉ်တဖဉ်ကမၤန့၊်တ၊်သူဉ်မံသးမုာ်လၢအတ၊်သိဉ်လိမၤယုၤအပူၤအါထိဉ်ဒိးအိဉ်ဒိးအတ၊်ဖံးတ၊် မၤလၢအဝံၤအတာ်တဖဉ်အါထိဉ်ဖဲဖိသဉ်ခဲလၢာ်မၤနၤၤတ၊်ဒ်အတ၊်သ့တ၊်ဘဉ်ဒဉ်ဝဲအသိးတသ့ဖဲအ သ့လၢအကျိပူၤအခါနှဉ်လီၤ. သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢဒ်လဲဉ်ဂ့ၤဂ့ၤန္ဉဖိသဉ်ခဲလၢာ်မၤနၤၤတ၊်သ့ဒိးတ၊်မၤနၤၤ တ၊်သ့အံၤအခီပညီတမ့၊်လၢဖိသဉ်ခဲလၢာ်အံၤကဖျိတ၊်ဒိးစဲးလၢအဘဉ်တ၊်ကွဲးလီၤအီၤထဲလၢလံာ်အ က့လီၤဘဉ်နှဉ်တက့၊်. တ၊်မၤနၤၤတ၊်သ့အံၤအခီပညီပကဘဉ်တူ၊်လိာ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိန့၊်တ၊် လၢကျဲလၢအလီၤတိ၊်လီၤဆိလိာ်အသးအါဘိဒိးဖိသဉ်အတ၊်မၤနၤၤလၢတ၊်မၤလိန့၊်တ၊်အပူၤ, အဒိ, ဒ်အမ့၊်ဖိသဉ်တဖဉ်ကစံးဆၢတ၊်သံကွ၊်လၢတ၊်ဒိးစဲးအလံာ်က့လီၤအလီ၊်နှဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်တဲန၊်ပၢ၊်တ၊် ဂ့၊်ခိဉ်တိတမံၤမံၤဆူကျိသရဉ်အအိဉ် မ့တမ့၊် ဆူတီၤပူၤသ့ဝဲဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဘဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.

ကွဲတဖဉ်လၢအအိဉ်ဒီး inclusive ဒီး learning-friendly နဲ့ဉ်သရဉ်ကအဲဉ်ဒိးဟ့ဉ်လီၤအသးလၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢတီၤအပူၤအါထိဉ်ဒိးကမၤစ့ၤလီၤတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်နဲ့ဉ်လီၤ. ပှၤဟ့ဉ်လီၤအသးတဖဉ်ကအဲဉ်ဒိးမၤစၢၤတၢ်အါထိဉ်ဖဲအဝဲသ့ဉ်ထံဉ်လၢတၢ်လၢဖိသဉ်မၤလိလၢတီၤပူၤတဖဉ်ကဲဘျူးလၢအဟံဉ်ဖိယိဖိအတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်အခါနဲ့ဉ်လီၤ.

## တၢ်အဘျူးအဖိုဉ်အိဉ်လၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်အဂိၢ်

ခီဖျိလၢ ILFE အံၤအယိမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဘဉ်ဃးအဖိတဖဉ်ဘဉ်တၢ်ဒုးကူဉ်သ့အါထိဉ်အီၤဒ်လဲဉ်နဲ့ဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ကမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်အါထိဉ်ဒီးတူၢ်ဘဉ်လၢအတၢ်မၤစၢၤအဖိအလံၤလၢအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အပူၤအံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်တမံၤနဲ့ဉ်လီၤ. ဖဲသရဉ်တဖဉ်သံကွၢ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်အတၢ်ထံဉ်လၢအဖိအလံၤတဖဉ်အဖီခိဉ်အခါနဲ့ဉ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်တူၢ်ဘဉ်လၢအလုၢ်အပှၤအိဉ်ဒီးဆိကမိဉ်လီၤအသးလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်ထဲသိးတုၤသိးဒီးသရဉ်တဖဉ်နဲ့ဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ထံဉ်သရဉ်စူးကါတၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲတဖဉ်လၢတီၤပူၤအယိမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်လၢကဘဉ်သိဉ်သိမၤသကိးဒီးဖိတဖဉ်လၢဟံဉ်ဒ်လဲဉ်ဂ့ၤထိဉ်အဂိၢ်နဲ့ဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖဉ်မၤလိန့ၢ်စ့ၢ်ကီးလၢကဘဉ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤအဂၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤဒ်လဲဉ်ဒီးနၢ်ပၢၢ်ဒီးမၤဘဉ်လိာ်စၢၤတဂၤဒီးဂၤအတၢ်ကိတၢ်ခဲနဲ့ဉ်လီၤ. တၢ်လၢအကါဒိဉ်ကတၢၢ်တမံၤနဲ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်ထံဉ်လၢအဖိတဖဉ်ဒီးဖိသဉ်ခဲလၢာ်နဲ့ဉ်ဒိးနၢ်ဘဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢအဂ့ၤနဲ့ဉ်လီၤ.

## တၢ်အဘျူးအဖိုဉ်အိဉ်လၢပှၤတဝၢတဖဉ်အဂိၢ်

ILFE အံၤဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ဘျူးတၢ်ဖိုဉ်ဆူပှၤတဝၢတဖဉ်အပူၤသ့လၢကျဲအါမံၤစ့ၢ်ကီးနဲ့ဉ်လီၤ. ပှၤတဝၢတဖဉ်ဟ်ကဖၢအသးလၢဖိသဉ်တဖဉ်လဲၤဆူကွဲဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်အါထိဉ်နဲ့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကထံဉ်နၢ်လၢပှၤတဝၢအခိဉ်အန်လၢဆၢကတိၢ်လၢကဟဲတဖဉ်ကအိဉ်အါထိဉ်မ့ၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအိဉ်ကတဲာ်ကတီၤအသးလၢတၢ်ဟူးဂဲၤနာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢအပှၤကမျၢ်တဖဉ်အကျါအယိနဲ့ဉ်လီၤ. ပှၤတဝၢတဖဉ်ထံဉ်လၢတၢ်ရ့ၢတံၤရ့ၢသကိးအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်, တၢ်ကမဉ်တဒိဉ်တဆံးတဖဉ် မ့တမ့ၢ် မုဉ်လိဉ်ဘိခွါလိဉ်ဘိအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်ကစ့ၤလီၤနဲ့ဉ်လီၤ. ပှၤတဝၢဖိတဖဉ်ကမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢကွဲအပူၤအါထိဉ်ဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရ့ၢလိာ်မှာ်လိာ်လၢကွဲဒီးပှၤတဝၢအပူၤတဖဉ်ဂ့ၤထိဉ်နဲ့ဉ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်ကကဲထိၣ် ILFE အဂီၤ

တၢ်ဘျုးတၢ်ဖိၣ်လၢ ILFE တဖၣ်အအိၣ်မ့ၢ်အါထဲအံၤဒီးဘၣ်မနုၤအဃိကျိခဲလၢာ်တကဲထိၣ် inclusive, learning-friendly environments နှၣ်လဲၣ်. တၢ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢကမၤတံာ်တာ်ကျိတနီၤဒ်သိးကကဲထိၣ် ILFE အဂီၤနှၣ်လီၤ. တၢ်မၤတံာ်တာ်တၢ်တမံၤဘၣ်တမံၤစုာ်စုာ်အံၤဃုကျဲဒ်သိးပကမၤနၤကွံာ်အီၤလၢပကျိအပူၤဒ်လဲၣ်တက့ၢ်.

၁. တၢ်လဲလိာ်တဖၣ်နှၣ်လၢာ်ဂံၤ်လၢာ်ဘါ, လၢာ်တၢ်စိၣ်ထိၣ်မဲာ်စိၣ်ထိၣ်နါဒီးတၢ်သူၣ်အိၣ်သးအိၣ်တဖၣ်နှၣ်လီၤ. သရၣ်တဖၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးဟံၣ်ဃီအတၢ်မၤအါမံၤ မ့တမ့ၢ် အမူအဒါမ့ၢ်အိၣ်အါမံၤလၢကျိအတၢ်ပၢတၢ်ဆုၢအဂီၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ထိၣ်တၢ်အိၣ်ဖိၣ်ခဲအံၤခဲအံၤနှၣ်အဝဲသ့ၣ်ကတူၢ်ဘၣ်လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတိၢ်မ့တမ့ၢ်အဂံၤ်အဘါလၢကလဲာ်လိာ်စၢၤတၢ်အဂီၤဘၣ်နှၣ်လီၤ.

**ကျဲလၢကမၤနၤကွံာ်တၢ်မၤတံာ်တာ်တၢ်တမံၤအံၤအဂီၤ**

(က) _____

(ခ) _____

(ဂ) _____

၂. သရၣ်တဖၣ်တနၤ်ပၢၤ် ILFE မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ် မ့တမ့ၢ် ဆိကမိၣ်လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်လၢအလိၣ်ဘၣ်ဝဲတဖၣ်ဒ်သိး ILFE ကကဲထိၣ်အဂီၤဘၣ်.

**ကျဲလၢကမၤနၤကွံာ်တၢ်မၤတံာ်တာ်တၢ်တမံၤအံၤအဂီၤ**

(က) _____

(ခ) _____

(ဂ) _____

၃. မိၢ်ပၢ်ဒီးသရဉ်တဖဉ်ဇဉ်လဲာ်တန်ၢ်ပၢၢ် ILFE အဘျုးအဖိုဉ်ဒီးဆိကမိဉ်ဝဲလၢမ့ၢ်ဟ်ဖိုဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢကမၤလိသကိးတၢ်နှဉ်ကဘဉ်ဒိအဖိတဖဉ်အတၢ်မၤလိလၢအတဂ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ.

**ကျဲလၢကမၤနၢၤကွံာ်တၢ်မၤတံာ်တာ်တမံၤအံၤအဂီၤ**

(က) _____

(ခ) _____

(ဂ) _____

**တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတၢ်လဲၤခီဖျိအပူၤ : တၢ်မၤလိဘဉ်ဃးဒီးတၢ်ဟ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢအကွၢ်အဂီၤတလၢတပဲၤတဖဉ်လၢတီၤပူၤ**

ပထံဉ်နှ့ၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်အိဉ်ဒီးပှၤဟိဉ်ခိဉ်ဖိအသးဒီးတိလိၤန့ၢ်ပှၤနီၢ်ဒိဉ်, ဒိဉ်တုာ်ခိဉ်ပဲၤတကွၢ်နှဉ်လီၤ. လၢလွံၢ်နံဉ်အတိၢ်ပူၤအဝဲသ့ဉ်တသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒ်အမ့ၢ်, "တၢ်မနုၤကဲထိဉ်အသးဒီးယသကိးလဲဉ်" ဘဉ်. မ့တမ့ၢ် "ဘဉ်မနုၤအဃိဘဉ်အိဉ်ဒီးသကဲာ်ပဝဲးဒ်အံၤနှဉ်လဲဉ်". တၢ်ဂ့ၢ်တအိဉ်ထိဉ်နိတဘျိလၢဖိသဉ်တဖဉ်တအဲဉ်ဒိးဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးအသကိးဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲအတုၤဃီၤလၢအသကိးလၢအကွၢ်အဂီၤတလၢတပဲၤတၢ်ကဟ့ဉ်ထိဉ်အမးနှဉ်တၢ်ဘ့ဉ်ယုၢ်ကလာ်လၢတီၤပူၤနှဉ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်စံးဆၢဝံၤဖိသဉ်တဖဉ်စံးပတြၢၤလိာ်အသးနှဉ်လီၤ. ပှၤကိးဂၤဇဲးနီၤဟ့ဉ်လီၤအတၢ်မၤနၢၤအတၢ်သူဉ်ဖှဲသးညီနှဉ်လီၤ. တံၤသကိးတဖဉ်တလီၤဆီလိာ်အသးနီတမံၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်လဲၤသကိးဆူတၢ်ပိၢ်ထံအလိၢ်, တၢ်လိာ်ကွဲပြၤအလိၢ်, မူးသးဖှံတဖဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဖျဲဉ်ဆၢက့ၤအလိၢ်အမူးသးဖှံတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်ယတဲသ့ဂ့ၤဂ့ၤလၢတီၤပူၤတဖဉ်လၢတအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအကွၢ်အဂီၤတလၢတ ပဲၤတဖဉ်နံၤဘဉ်, ဆီဉ်လိာ်အသးဒီးကွၢ်လံကွၢ်ကျိဉ်ဖိသဉ်လၢအကွၢ်အဂီၤတလၢတပဲၤဖဲအထံဉ်ဝဲတဂၤဂၤအခါနှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်သနာ်ကွတၢ်အိဉ်ဝဲတမံၤလၢတီၤပူၤလၢအအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢကွၢ်ဂီၤတလၢပဲၤတဖဉ်ဒိသဒၢအတံၤသကိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ၢ်အကါဒိဉ်လၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်တူၢ်လိာ်ကွၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤနှဉ်လီၤ. ဖဲတၢ်မၤလိစးထိဉ်အခိဉ်ထံးတတီၤနှဉ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်တမၤဘူးမၤတံၢ်ဖိသဉ်ဒ်အံၤအသိးတဖဉ်အါအါဘဉ်ဒီးစံးကတိၤထိဉ်တၢ်ဒ်အမ့ၢ်, "ဘဉ်မနုၤအဃိဃဖိဘဉ်ဆုဉ်နီၤလၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အကပၤလဲဉ်." မ့တမ့ၢ် "ဖိသဉ်အံၤကမၤတံာ်တာ်ယဖိဖဲတၢ်သိဉ်လိအကတိၢ်" နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်ဝံဂ့ၤကလၤဂ့ၤအဃိနှဉ်တၢ်ဟ်သးဒ်အံၤတဖဉ်အိဉ်ကၢဒဉ်ထဲတလါ မ့တမ့ၢ် ခံလါဧၤနှဉ်လီၤ. ဖဲမိၢ်ပၢ်တဖဉ်စးထိဉ်သ့ဉ်ညါလၢအဖိတဖဉ်တူၢ်လိာ်အသကိးဒ်အံၤတဖဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်စးထိဉ်မၤစၢၤ

ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤစ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်မၤစ၊ၤအိၤလၢကကူကကၤထိၣ်, ဘံၣ်ထိၣ်ဘိၣ်ထိၣ်အထၢၣ်, ဒီးဆ့ၢကၤ့ၤအဝဲသ့ၣ်ဆူအဟံၣ်နၣ်လီၤ. ဖိသၣ်အဂၤအမိၢ်အပၢ်တဖၣ်အဲၣ်ဒီးလၢယကကီးတၢ်အိၣ်ဖှၣ်ဒ်သီးကတဲန၊်ပၢၢ်ပှၤအဂၤလၢဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤတဖၣ်အဂ့ၢ်နၣ်လီၤ. ယကွဲးကျၢ်တံၢ်က့ၤသ့စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖုၣ်ကိာ်အပူၤဖိသၣ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖၣ်ဘၣ်လိာ်ဖိးမံလိာ်က့ၤအသးဒီးတိၤပူၤတၢ်လဲၤအသးဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်ဘၣ်နၣ်လီၤ. ဖိသၣ်လၢတအိၣ်ဒီးက့ၢ်ဂီၤလၢပဲၤတဖၣ်ဘၣ်တၢ်အဲၣ်အိၤအဒိၣ်ကတၢၢ်လၢတီၤပူၤနၣ်လီၤ.

“တၢ်ထံၣ်လိာ်သံကွၢ် **Katica Dukovska Muratovska.** ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဟ်ဃုာ်ဖိသၣ်လၢအက့ၢ်အဂီၤတလၢပဲၤတဖၣ်လၢတၢ်မၤလိအပူၤ”
**http://www.unicef.org/teachers/forum/0100.htm**



## အဆၢဖိဉ် ၁.၂
## ခဲအံၤပအိဉ်အလိၢ်ဖဲလဲဉ်.

### ပကွီအံၤမ့ၢ်အကဲတ့ၢ်လံ ILFE ဓါ.

ကွီအါဖျၢဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ် ကျဲးစၢးဒုးကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly အဖၢမ့ၢ်ဒီးထံဉ်ဝဲ ILFE အဘျူးအဖိုဉ်လၢအသရဉ်, ဖိသဉ်, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤအဝၢတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်ကဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအဂိၢ်အခိဉ်ထံးတပတိၢ်နှဉ်တၢ်ဆၢတဲာ်လၢတၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်မၤဖိဉ်ထိဉ်နကွီလၢအမ့ၢ်တ့ၢ်လံ inclusive ဒီး learning-friendly အံၤထဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ထဲနှဉ်မးနကသ့ဉ်ညါနကွီလိဉ်ဘဉ်ဒံးအပတိၢ်ဆူညါလၢကကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly နိၢ်နိၢ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တထံဉ်ဘဉ်တထံဉ်လၢလာ်အံၤကမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကသမံသမိးကွၢ်နကွီအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. မၤပဲၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်တဖဉ်တိတိလိၤလိၤတသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်. ကွဲးလီၤနမးလၢတၢ်ဂ့ၢ်တထံဉ်ဘဉ်တထံဉ်အကပၤလၢနကွီမၤတ့ၢ်လံတဖဉ်တက့ၢ်. နကွီမ့ၢ်တမၤပိာ်ဒံးတၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်အံၤအါထံဉ်သနာ်က့တဘဉ်ကိၢ်တဂ့ၤ. ခီဖျိလၢလံာ်အံၤအဃိပကမၤသကိးအီၤဒ်သိးသိးနှဉ်လီၤ. နမၤတၢ်သမံသမိးကွၢ်နကွီမ့ၢ်ဝံၤနကအိဉ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်လၢနစးထိဉ်ဟ်လိၤတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤဒီးဖံးမၤအီၤဒုးအိဉ်ထိဉ်ILFE လၢနကွီပူၤကသ့နှဉ်လီၤ. နကမၤလိဘဉ်ဘဉ်ဃးဒီးတၢ်ကဘဉ်စးထိဉ်မၤအီၤဒ်လဲဉ်လၢ အဆၢဖိဉ် (၁.၃) အပူၤနှဉ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : ILFE နိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်သမံသမိးလီၤသး

နကွီမၤတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly environment အံၤနှဉ်လဲဉ်.

### ကွီအတၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢဒီးတၢ်ပၢတၢ်ဆၢတဖဉ်

**နကွီ –**

___ အိဉ်ဒီး inclusive ဒီး learning-friendly အတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တၢ်ဘျၢဘဉ်ဃးတၢ်ထိဒါတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်

— အိၣ်ဒီးတၢ်ကွဲးနိၣ်ဖိသၣ်အစရီလၢကယဲၢ်ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ကွိဒီးတအိၣ်ကွိလၢနဟိၣ်ကဝိၤအပူၤ

— အိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန၊်ပၢၢ်ဒ်သိးကဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖၣ်လၢကဆ့ၢအဖိဆူကွိထိ ဘိဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန၊်ပၢၢ်ဆူမိၢ်ပၢ်အအိၣ်မ့၊်အိၣ်တခီဖိသၣ်ခဲလၢာ်ကြၢးဘၣ်တၢ်ပၢနှာ် လီၤအမံၤဒီးတူၢ်လိာ်အီၤ

— အိၣ်ဒီးလံာ်လဲၢ်တၢ်ကွဲးနိၣ်ကွဲးဃါလၢထံကိၢ်ဒိဘ့ၣ်မ့တမ့၊်ဟီၣ်ကဝိၤအပတိၢ်လၢအကွဲးဘၣ် ဃးတၢ်ကမၤ inclusive တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢဖိသၣ်ကိးကလုာ်ဒဲးဒ်အမ့၊်အတၢ်ဒိၣ်ထိၣ် လီၤဆိတစံးဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လီၤဆိတစံး

— သ့ၣ်ညါတၢ်ကရၢကရိလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢလၢပှဲၤပှဲၤ, ကရၢတဖုဖုဒီးပှၤတဝၢအ တၢ်ကရၢကရိတဖုဖုလၢအမၤစၢၤတၢ်လၢ inclusive တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အဂီၢ်အိၣ်

— အိၣ်ဒီးတၢ်နဲၣ်ကျဲလီၤတံၢ်လီၤဆဲးလၢပှၤပၢဆ့ၢကွိဒီးသရၣ်တဖၣ်နၢ်ပၢၢ် inclusive တၢ်ကူၣ် ဘၣ်ကူၣ်သ့အတၢ်ကါဒိၣ်ဒီးအက့ၢ်အဂီၤတဖၣ်

— ကတဘ်ကတီၤတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢကတြိဆၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ် ILFE တမံၤဘၣ်တမံၤအစရီဒီးကွဲး လီၤကျဲလၢတၢ်ကဘၣ်မၤနၢၤတၢ်ကီတၢ်ခဲတဖၣ်ဆံၤဒ်လဲၣ်အိၣ်

— ဟ်သူၣ်ဟ်သးကွိတၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအတြိမၤတံာ်တာ်ဖိသၣ်တနီၤလၢ ကဒိးနှ၊်ဘၣ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ထဲသိးတုၤသိး အဒိ, ဒ်အမ့၊်တၢ်နှာ်လီၤကွိအဘူးအလဲ မ့တမ့၊် တၢ်ထိၣ်ကွိအဆၢကတိၢ်

— ဟ့ၣ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢသရၣ်တဖၣ်ကစူးကါတၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲအသိလၢကမၤစၢၤဖိ သၣ်ကိးဂၤဒ်သိးကမၤလိန့၊်တၢ်အဂီၢ်

— အိၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးကျိးဒီးပှၤတဝၢ, မၤလၢပှဲၤပှၤတဝၢအတၢ်လိၣ်တဖၣ်ဒီးဟ့ၣ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ ကနီၤဟ့ၣ်လိာ်သကိးတဂၤဒီးတဂၤအတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်ဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိၣ် inclusive တၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်အဂီၢ်

— မၤပှဲၤတၢ်လိဉ်လၢပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်အဂီၤ်ဒီးတစူးကါကလီပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်အဘျုးအဖိုဉ်ဘဉ်

— အိဉ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢအဂ့ၤ, တၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးဒီးတၢ်ပၢဆုၢအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢပှၤကိးဂၤဒဲးကနှဉ်လီၤဟူးဂဲၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်မၤလိန့်တၢ်ဘဉ်ဃးတၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါတၢ်လဲလိာ်မၤအသးတဖဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive အံၤဒီးမၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဆၢတဲာ်လၢဆၢကတိၤ်ကဟဲအဂီၤ်

## ကွိအခိဉ်ဃၢၤဝးတရံး

**နကွိ –**

— အိဉ်ဒီးတၢ်ပိးတၢ်လီတဖဉ်လၢအမၤလၢပှဲၤပှၤကွိဖိကိးဂၤဒဲးအတၢ်လိဉ်ဘဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟးလိၤ်လီၤဆိလၢပိာ်မုဉ်ဒီးတိၤလၢပှၤကွိဖိလၢက့ၢ်ဂီၤတလၢပှဲၤ မ့တမ့ၢ် ဟးဂီၤတဖဉ်အဂီၤ်

— အိဉ်ဒီးတၢ်ဖဲဉ်တူၢ်လိာ်တၢ်, တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဒီးကွိအခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအကဆဲကဆိဒီးမုာ်

— အိဉ်ဒီးထံအီလၢအကဆိဒီးဂ့ၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဂီၤ်ဒီးဒုးအိဉ်မ့တမ့ၢ်ဆါတၢ်အိဉ်တၢ်အီလၢအဂ့ၤဒီးလၢပှဲၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဂီၤ်

— အိဉ်ဒီးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ် (ပိာ်မုဉ်, ပိာ်ခွါလၢအအိဉ်ဒီးကလုာ်ဒူဉ်လီၤဆိ, က့ၢ်ဂီၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိ, တၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါ, ကျိာ်, ဒီးအတီၤပတီၤ်လၢပှၤတဝၢအပူၤလီၤဆိဒီးအဂၤတဖဉ်)

— အိဉ်ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအသ့မၤဖျါထိဉ်ကွိဖိလၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤလီၤဆိဒီးမၤစၢၤအီၤလၢအတၢ်မၤလိအပူၤတနီၤ

— အိဉ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအရဲဉ်အကျဲၤအကျိၤအကျဲလၢအမၤစၢၤသရဉ်ကိးဂၤဒဲးဒီးပှၤသိဉ်လိတၢ်ဖိ, မိၤ်ပၢ်ဒီးဖိသဉ်လၢကဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်ဒ်သိးကမၤဖျါထိဉ်ဒီးမၤစၢၤဖိသဉ်လၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤလီၤဆိလၢအတၢ်မၤလိအပူၤတဖဉ်

___ အိၣ်ဒီးတၢ်ပညိၣ်လၢသရၣ်ဒီးပှၤကွံဖိတဖၣ်လၢကဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်ဒ်ပှၤတဖုတနူၣ်အသိး

___ အိၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးကျိးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပှၤမၤတၢ်ဖိလၢကမၤကွၢ်ဖိသၣ်တဖၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၤ

သရၣ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်, တၢ်သ့ၣ်ညါန္ၢ်ပၢၢ်ဒီးအတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သးတဖၣ်

**သရၣ် –**

___ တဲန္ၢ်ပၢၢ် inclusive ဒီး learning-friendly တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အခိပညီသ့ဒီးဟ့ၣ်ဒုးနဲၣ်ဝဲ ILFE အဒိအတဲာ်တဖၣ်သ့

___ စူၢ်နာ်လၢဖိသၣ်ခဲလၢာ်မုၣ်တစံး, ဖြိၣ်မ့တမ့ၢ်ကဲဒိၣ်တစံး, ကျိာ်ဒီးကလုာ်နူၣ်လီၤဆီတစံးဒီးဖိသၣ်လၢအကၠ်အဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတစံးမၤလိန္ၢ်တၢ်သ့

___ မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဃုထံၣ်နၢ်ဖိသၣ်လၢတအိၣ်ကွံတဖၣ်ကထံၣ်ထိၣ်က့ၤလၢအမၤန္ၢ် စ့ၢ်ကီးတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့

___ သ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအမၤဘၣ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်က့ၢ်ဂီၤ, သူၣ်သးဒီးတၢ်မၤလိန္ၢ် တၢ်တလၢတပဲၤဒီးမၤစၢၤဖိသၣ်လၢတအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒ်သိးကမၤန္ၢ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလီၤတံၢ်လီၤဆဲး

___ သရၣ်ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိလၢကွံပူၤခဲလၢာ်ကြၢးဒိးန္ၢ်ကသံၣ်သရၣ်အတၢ်မၤကွၢ်တနံၣ်တဘျိ

___ အိၣ်ဒီးအတၢ်မ့ၢ်လ်ၢ်ကွၢ်စိအထိလၢပှၤဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအအိၣ်ဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကမၤဖျိထိၣ်ကွံ

___ ဟ်သူၣ်ဟ်သးလံာ်လဲၢ်တၢ်သိၣ်လိအပီးအလိလၢအအိၣ်တဖၣ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤလီၤဆိလၢအတၢ်မၤလိအပူၤတဖၣ်

___ ကဘဉ်သ့ထံဉ်တ်လၢအတဘဉ်သံပှိၤဂီၤလၢအတ်သိဉ်လိအပီးအလိဒီးကွိအခိဉ်အဃၢၤဝး တရံးအပူၤ, အဒိ, လၢတ်သိဉ်လိပီးလိအပူၤအိဉ်ဒီးတ်ဂ့်တ်ကျိၤလၢတခီတၢၤတဖဉ်, သရဉ်ကဘဉ်သ့ထံဉ်ဒီးဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တ်တဖဉ်အံၤဒီးမၤဘဉ်လိာ်က့ၤအီၤ

___ မၤစၢၤပှၤကွိဖိဒ်သိးကသ့ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဒီးမၤဘဉ်က့ၤပိာ်မှဉ်ပိာ်ခွါတ်ဆဲးတ်လၢလၢတဘဉ် သံပှိၤဂီၤတဖဉ်လၢတ်သိဉ်လိအပီးအလိအပူၤ

___ မၤဘဉ်လိာ်က့ၤတ်သိဉ်လိမိၢ်ပှ်, တ်မၤလိဒီးကွိအတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်ဒီးပှၤဖိသဉ်တဖဉ် လၢအအိဉ်ဒီးအတ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတ်သ့တ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသးအတ်လိဉ်တဖဉ်

___ သရဉ်အတ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲ, တ်ကတိၤလၢအစူးကါဝဲ, ဒီးတ်လၢအသိဉ်လိဝဲတဖဉ်ခဲ လၢာ်ကဘဉ်ကြားဒီးဂ့ၤလၢဖိသဉ်ကိးဂၤမၤလိန့်တ်အဂိၢ်

___ သရဉ်ကဘဉ်မၤကွ်ၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိန့်တ်လၢကျဲလၢအကြားဒီးဖိသဉ်အတ်သ့တ်ဘဉ်

___ ဆိကမိဉ်ထံဒီးစိဉ်ထိဉ်မဲာ်စိဉ်ထိဉ်နၢိလၢတ်မၤလိန့်တ်ဒီးမၤဘဉ်လိာ်, မၤကွ်ၢ်ဒီးလဲလိာ်တ်

___ မၤသကိးတ်ဒ်ပှၤတဖုတကရၢအသိးသ့

သရဉ်အတ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်

**သရဉ်တဖဉ် –**

___ ထိဉ်တ်ဟ့ဉ်တ်မၤလိဖုဉ်ကိာ်တဖဉ်မ့တမ့်တ်ဟ့ဉ်တ်မၤလိတ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE တီၤပူၤ ဒီးကွိတဖဉ်အဂ့်ၢ်ဒီးဒိးန့်တ်မၤလိလၢအပတီၢ်ထိဒီးအိဉ်ဒီးတ်သ့ဉ်ညါန်ပၢၢ်အလၢအခဲၤတ ဖဉ်ထိဘိ

___ ကတိၤတဲဖျါထိဉ်တ်ဂ့်တ်ကျိၤတဖဉ်ဆူကွိသရဉ်, မိၢ်ပ်, ဒီးပှၤတဝၢဖိတဖဉ်ဘဉ်ဃးတ်ဒုး အိဉ်ထိဉ် ILFE လၢတီၤပူၤအဂ့်ၢ်

___ ဒိးန့်တ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢတ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဒိဉ်ထိဉ်တ်သ့ဉ်ညါန်ပၢၢ်လၢလံာ်လၢအသိဉ်လိဝဲတ ဘ့ဉ်ဘဉ်တဘ့ဉ်အဖိခိဉ်တပယူဉ်ဃီ (ဒ်အမ့်တ်ဂံၢ်တ်ဒွး)

___ ဒိးနၢ်တၢ်မၤစၢၤဆိၣ်ထွဲလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်သိၣ်လိဒိးတၢ်မၤလိအတၢ်ပိးတၢ်လီလၢအဘၣ်ထွဲလိာ်အသးဒိး ILFE အံၤတပယူာ်ဃီ

___ ဒိးနၢ်တၢ်မၤစၢၤဆိၣ်ထွဲလၢပှၤပၢဆှၢကွဲတဖၣ်အအိၣ်ခီဖျိတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဒိးတၢ်ကွဲးတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ

___ အိၣ်ဒိးတၢ်လီၢ်လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂီၢ်မ့တမ့ၢ်ဒၢးဖဲသရၣ်တဖၣ်ကကတဲာ်ကတီၤအတၢ်မၤလိအပိးအလီအလီၢ်ဒိးနိၤဟ့ၣ်လီၤအသကိးအတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်

___ လဲၤဟးထံၣ် ILFE ကွိအဒိအတဲာ်တဖၣ်

## ပှၤကွိဖိတဖၣ်

___ ပှၤဖိသၣ်လၢအအိၣ်ကွိသ့ခဲလၢာ်လၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၤအပူၤအံၤကြၢးထိၣ်ကွိကိးဂၤ

___ ပှၤကွိဖိခဲလၢာ်အိၣ်ဒိးလံာ်မိၢ်ပှၢ်လၢမၤလိဝဲတဖၣ်ဒိးတၢ်မၤလိအပိးအလီလၢအဘၣ်လိာ်အသးဒိးတၢ်မၤလိအတၢ်လိၣ်တဖၣ်

___ ပှၤကွိဖိခဲလၢာ်ဒိးနၢ်တၢ်သမံသမိးကွၢ်အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်ထီဘိလၢကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကပၢဆှၢအတၢ်လဲၤထိၣ်လဲၤထီဒၣ်ဝဲအဂီၢ်

___ ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒိးတၢ်ဒိၣ်ထိၣ်ဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအလီၤဆီတဖၣ်ကအိၣ်ဒိးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်သိးဒိးပှၤကွိဖိအဂၤလၢအတၢ်မၤလိန္ၢ်တၢ်ဒိးဟ်ဖျါထိၣ်အသးလၢတီၤပူၤ မ့တမ့ၢ် ကွိအပူၤအဂီၢ်

___ ပှၤဖိသၣ်ခဲလၢာ်လၢတထိၣ်ကွိထီဘိတဖၣ်တၢ်ကဘၣ်လူၤဃုသ့ၣ်ညါအိၤ

___ ပှၤဖိသၣ်ခဲလၢာ်နၣ်ၣ်အိၣ်ဒိးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ထဲသိးတုၤသိးလၢကနာ်လီၤဟူးဂဲၤမၤသကိးတၢ်လၢကွိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အပူၤ

— ပှၤကွိဖိခဲလၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်စၢၤတၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢတဖဉ်လၢအတီၤပူၤဒီးကွိပူၤဘဉ်ဃး inclusive ဒီးတၢ်တက္ၢ်မဲာ်က္ၢ်ဒိဉ်က္ၢ်ဆံးတၢ်, တၢ်တၢထိဉ်တၢလီၤဒီးတၢ်ကတိၤဆူဉ်ကတိၤဆါတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်လၢအအိဉ်လၢလံ့်အပူၤတဖဉ်ဒီးတၢ်သမံသကိးက္ၢ်က့ၤတၢ်

— တၢ်သိဉ်လိအလံ့်မိၢ်ပှၤ်ဟ့ဉ်အခွဲးလၢတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲဒီးတၢ်မၤလိန့်တၢ်အကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆီလိ်အသးတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒိတၢ်တဲာ်တဖဉ်

— တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအအိဉ်လၢလံ့်တၢ်သိဉ်လိအမိၢ်ပှၤ်အပူၤအံၤဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိ်အသးဒီးပှၤဖိသဉ်ခဲလၢ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ် မ့တမ့ၢ် အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်, ဒီးအတၢ်လဲၤခီဖျိလီၤဆီတဖဉ်

— လံ့်တၢ်သိဉ်လိအမိၢ်ပှၤ်ကဘဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်သ့ကွဲးသ့ဖး, နီဉ်ဂံၢ်နီဉ်ဒွးဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကလုၢ်အိဉ်အသးသမူအဂိၢ်ဆူလံ့်တဘ့ဉ်ဘဉ်တဘ့ဉ်လၢပှၤဖိသဉ်မၤလိဝဲအပူၤ

— သရဉ်ကစူးကါလံ့်လဲၢ်တၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်ထံဉ်နှၢ်အီၤလၢအဟိဉ်ကဝိၤဒဉ်ဝဲအပူၤဒီးမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကမၤလိန့်တၢ်

— တၢ်ဂီၤတၢ်ဖိဉ်, တၢ်အဒိအတဲာ်တဖဉ်လၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်သိဉ်လိအမိၢ်ပှၤ်အပူၤအံၤကဘဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးပှၤအကလုာ်ကလုာ်, ကဘဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးပိာ်မုဉ်ဖိ, ပိာ်မုဉ်သးပှၤ်, ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်, ပှၤလၢအကလုာ်လီၤဆိဒီးအတီၤပတိၢ်လၢပှၤတဝၢအပူၤလၢအလီၤဆီတဖဉ်, အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လၢအလီၤဆီလိ်အသးတဖဉ်ပှၤလၢအက့ၢ်အဂိၤတ လၢတပဲၤဒီးဟးဂိၤတဖဉ်

— ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢအတၢ်မၤလိန့်တၢ်အပူၤတဖဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢတၢ်ကဘဉ်ကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်မၤလိဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်အီၤလၢအဝဲသ့ဉ်အဂိၢ်မ့တမ့ၢ်ဟ့ဉ်အါထိဉ်တၢ်သိဉ်လိအဆၢကတိၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

— တၢ်သိဉ်လိအဂ့ၢ်မိၢ်ပှၤ်တဖဉ်ဒီးတၢ်မၤလိအတၢ်ပီးတၢ်လီတဖဉ်ကဘဉ်မ့ၢ်ဖိသဉ်မၤလိန့်တၢ်လၢကွိအပူၤဒီးအချၢတဖဉ်နှဉ်အကျိဉ်ဒဉ်ဝဲ,

___ တၢ်မၤလိမ်ၢ်ပှၢ်ကဘၣ်မၤဖျါထိၣ်မၤဂ့ၤထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒီးပှၤအဂုၤအဂၤအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢတဖၣ်

___ သရၣ်ကဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်သမံသမိးကွၢ်အကှ့ၢ်အဂီၤလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးကထိၣ်ထံတဲာ်ထံဖိသၣ်အတၢ်သ့ၣ်ညါ, တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးအတၢ်ဟာ်သူၣ်ဟာ်သးအါန္ဒၢ် တၢ်ဒိးစဲးလၢလံာ်ကှ့လိၤ

## လံာ်လီၤဆိ (Special Subjects) ဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂၤတဖၣ်.

___ ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးကှ့ၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကလိာ်ကွဲဒီးအတၢ်ဒိၣ်ထိၣ်ထိထိၣ်အဂီၢ်

___ ပိာ်မုၣ်တဖၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကနှာ်လီၤဂဲၤဘၣ်ကှ့ၢ်ဂီၤအတၢ်လိၣ်ကွဲတဖၣ် (ဒ်အမ့ၢ် တၢ်ဆၢကတိၢ်လၢတၢ်လိာ်ကွဲဖျၣ်ထူပျိပဲၤသိးဒီးပိာ်ခွါဖိတဖၣ်) ဒီးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်ဒ်ပှၤပိာ်ခွါဖိတဖၣ်အသိး

___ ဖိသၣ်ခဲလၢာ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဖး, ကကွဲးဒီးမၤလိတၢ်လၢအကျိာ်ဒၣ်ဝဲ

___ ကွိဟ်ကဲပှၤဖိသၣ်ကိးကလုာ်ဒဲးအတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, ဒီးဖိသၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤလိဘၣ်ဃးတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါအကလုာ်ကလုာ်အဂ့ၢ်

## ပှၤတဝၤ

___ မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤလၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၤပူၤတဖၣ်သ့ၣ်ညါဘၣ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်ဒီးမၤစၢၤကွိဒ်သိးကကဲထိၣ် ILFE ကသ့အဂီၢ်

___ ပှၤတဝၤဖိတဖၣ်မၤစၢၤကွိတဖၣ်လၢကဃုထံၣ်ဖိသၣ်လၢတထိၣ်ကွိတဖၣ်

___ မိၢ်ပၢ်ဒီးကရၢလၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖၣ်ကဟ့ၣ်ထိၣ်အတၢ်ဆိကမိၣ်ဆိကမးဒီးတၢ်မၤစၢၤလၢကဒုးကဲထိၣ် ILFE အဂီၢ်

— မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဒိးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်ထိဉ်ကွိဒိးအတၢ်မၤနၢၤတဖဉ်လၢကွိ အဂ့ၢ်

နီၢ်ကစၢ်အတၢ်သမံသမိးအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတထံဉ်ဘဉ်တထံဉ်အံၤကမၤစၢၤနၤဒိးနပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိ တဖဉ်ဒ်သိးကစးထိဉ်ရဲဉ်ကျဲၤဒိးဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE လၢကွိအဂီၤန့ဉ်လီၤ. လံ်အဆၢဒိဉ်လၢခံတဆၢ လၢလံ်အအံၤအပူၤကနဲဉ်နၤဒ်သိးနကစးထိဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိ တဘဉ်သးပ့ၤနီဉ်နီၢ်ကစၢ်အတၢ်သမံသမိးအဂ့ၢ်အကျိၤတထံဉ်ဘဉ်တထံဉ်အံၤဘဉ်. သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢ တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤမ့ၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤတခါလၢအယံာ်ဒိးထိတက့ၢ်. နၤဒိးနပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိ, မိၢ်ပၢ်, ပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖဉ်ကအဲဉ်ဒိးကွၢ်ကဒါက့ၤနီၢ်ကစၢ်အတၢ်သမံသမိးအဂ့ၢ်အ ကျိၤတထံဉ်ဘဉ်တထံဉ်ဒ်သိးနတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကဒုးအိဉ် ILFE အံၤတုၤဖဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ.

## ပကွိကဲထိဉ် ILFE ကသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်.

သရဉ်တဂၤမ့ၢ်သံကွၢ်နၤ, "ဒ်သိးပကွိကကဲထိဉ် ILFE ကသ့အဂီၤပလိဉ်ဘဉ်တၢ်မနုၤတဖဉ်လဲဉ်." နှဉ်နကစံးဆၢအီၤဒ်လဲဉ်. ဖးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလာ်အံၤဒိးကဟ့ဉ်နၤတၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးတနီၤဒ်သိး နကစံးဆၢသရဉ်မုဉ်တဂၤအံၤအတၢ်သံကွၢ်ကသ့အဂီၤန့ဉ်လီၤ. ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ တဖဉ်အံၤတက့ၢ်.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်ဒုးကဲထိဉ် ILFE လၢပှၤကွီဉ်တဲဉ်ဖိအကွိတဖျၢဉ်အပူၤ

လၢ (၁၉၅၀) နံဉ်နှဉ် Meanprasatwittaya ("M") အကွိဘဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤလၢဝ့ၢ်ဘီကီးအချၢ တစဲးန့ဉ်လီၤ. ကွိအံၤအတၢ်ပညိဉ်မ့ၢ်တၢ်ကသိဉ်လိပှၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဒ်ပစံးတၢ်အသိးအဟံဉ်ဖိဃိဖိ ဖြိဉ်ထဲလဲဉ်တစံး, ကဲဒိဉ်ထဲလဲဉ်တစံးဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲ (၁၉၈၆) နံဉ်နှဉ်ကွိခိဉ်စးထိဉ်ဒုးသ့ဉ်ညါလီၤ ဒိးစူးကါဝဲတၢ်သိဉ်လိ child-centred လၢအကွိန့ဉ်လီၤ. ကွိခိဉ်အံၤကွဲမုာ်ကယဲၢ်သရဉ်လၢ M ကွိအံၤကဟဲထိဉ်တၢ်မၤလိဖုဉ်လွံၢ်သိဒိးတၢ်မၤလိဖုဉ်အံၤဘဉ်တၢ်သိဉ်လိအီၤလၢပှၤကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ လၢအအိဉ်ဒိးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်လဲၤခီဖျိလၢတဘျုးနံဉ်တဘျုးလါတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလိဖုဉ်အတၢ် သိဉ်လိအံၤသူဉ်ထိဉ်အသးလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတီၤပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ပညိဉ် လၢတၢ်မၤလိဖုဉ်အံၤအပူၤမ့ၢ်တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်သရဉ်အတၢ်သိဉ်လိဒိးကွိဖိအတၢ်မၤလိမၤဒိးလၢတီၤပူၤ တဖဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်အါဂၤန့ဉ်အသူဉ်ပိၢ်သးဝးဘဉ်ဃးတၢ်မၤလိလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤ နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်စးထိဉ်မၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပိးတၢ်လိတဖဉ်ဒိးကျဲးစၢးစူး

ကါကွ၊်ကျဲအသိအံၤလၢအဝဲသ့ဉ်အတ၊်သိဉ်လိအတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ. သရဉ်ကွိခိဉ်ထံဉ်လၢတ၊်ဟ့ဉ်ကူဉ် ဟ့ဉ်ဖးနဲဉ်ကျဲအတ၊်ဖံးတ၊်မၤလၢတ၊်သိဉ်လိကျဲအသိအပူၤအံၤမ့၊်တ၊်အကါဒိဉ်ကတ၊၊်တမံၤဒီးအဝဲ ဟ့ဉ်ဂံ၊်ဟ့ဉ်ဘါအသရဉ်တဖဉ်လၢကကွ၊်ထံကွ၊်ဆးဒီးနီၤလီၤဟ့ဉ်သကိးအတ၊်ဆိကမိဉ်ဆိကမးဆူ တဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်နှ့ဉ်လီၤ. တ၊်နီၤဟ့ဉ်လီၤသကိးတ၊်ဆိကမိဉ်ဆိကမးအံၤဟ့ဉ်ထိဉ်တ၊်သ့ဒုးအိဉ် ထိဉ်တ၊်အသိဒီးမၤအါထိဉ်သရဉ်တဖဉ်အတ၊်နာ်နှ၊်လီၤအသးလၢအတ၊်ဖံးတ၊်မၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်စးထိဉ်ဟ့ဉ်တ၊်မၤလိဖုဉ်တဖဉ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအဂိ၊်နှ့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်လဲၤအိဉ် သကိးလိာ်အသးလၢတဂၤဒီးတဂၤအကွိလၢကိ၊်ကွိဉ်တဲဉ်ဒိတဘ့ဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.

M ကွိအံၤကျဲးစၢးစူးကါတ၊်လၢအအိဉ်လၢအဟိဉ်ကဝီၤဒဉ်ဝဲအပူၤတဖဉ်ဆူဉ်ဆူဉ်ဃုအါထိဉ်တ၊်ပီး တ၊်လိအသိတဖဉ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဆိဉ်ထွဲကွိအတ၊်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအဂိ၊်နှ့ဉ်လီၤ. ကွိအံၤဒုးအိဉ်ထိဉ် အတ၊်ပညိဉ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE လၢအကွိဒီးမၤလၢကပိၤဘူးဒးတ၊်ဘါဒီးမိ၊်ပ၊်ဖံဖုအလုအလ၊် တ၊်ဆဲးတ၊်လၢတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. အဒိ, သရဉ်ဒီးကွိဖိတဖဉ်ဟံးန့၊်တ၊်ဆၢကတီ၊်ကိးနံၤဒဲးလၢအမၤ meditation ဒီးဆိကမိဉ်ဒုးဘဉ်ထွဲက့ၤဝဲလၢအတ၊်အိဉ်မူနှ့ဉ်လီၤ.

တ၊်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ပှၤကွိဉ်တဲဉ်ဖိတဖဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးန့ဉ်မၤလိန့၊်သကိးတ၊်သ့ဂ့ၤဂ့ၤအံၤမ့၊်ကွိအံၤ အတ၊်ပညိဉ်နှ့ဉ်လီၤ. ဖဲ (၁၉၉၀) နံဉ်နှ့ဉ်ကွိခိဉ်ဒီးကွိဖိမိ၊်ပ၊်ကမံးတံာ်တဖဉ်ဒီးသရဉ်တဖဉ်ဟ်ဖွိဉ် တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤတဖဉ်လၢကသိဉ်လိဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢပှၤတဝၤအပူၤဒ်လဲဉ်နှ့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်စးထိဉ် တူ၊်လိာ်ဖိသဉ်လၢက့၊်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်, ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတ၊်ကိတ၊်ခဲလၢအတ၊်မၤလိ နှ့၊်တ၊်အပူၤတဖဉ်, ဖိသဉ်လၢအစံဉ်ထိစံဉ်လီၤဒီးသူဉ်ပိ၊်သးဝးဒိဉ်ဒိဉ်မု၊်မု၊်တဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. တချုးဖိ သဉ်တဖဉ်စးထိဉ်ပၤနှာ်လီၤအမံၤဆူကွိပူၤဒ်ဘဉ်နှ့ဉ်သရဉ်တဖဉ်မၤန့၊်တ၊်မၤလိလီၤဆီဆီဘဉ်ဃး ကျိၤကျဲတဖဉ်လၢကစူးကါဝဲလၢအတီၤပူၤအဂိ၊်နှ့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ထံဉ်ဒီးစူ၊်နာ်ဝဲလၢ inclusive, learning-friendly environment အံၤဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖွိဉ်နီ၊်ကိ၊်ပှၤဖိသဉ်ဒီးပှၤခဲလၢာ်နှ့ဉ်လီၤ. ဖဲကျဲ မု၊်ဖးဒိဉ်ဘဉ်တ၊်ဘိထိဉ်အိၤလၢကွိအံၤအမဲာ်ညါအခါန့ဉ် M အကွိကွဲမှာ်ပှၤသူဉ်ထိဉ်ဘိထိဉ်ကျဲအ ဖိတဖဉ်လၢတထိဉ်ကွိကဟဲဒီးမၤလိသကိးတ၊်ဒီးပှၤကွိဖိအဂၤတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. မိ၊်ပ၊်တဖဉ်ဟ့ဉ်မၤစၢၤ လီၤပှၤကွိဖိအတ၊်ကူတ၊်ကၤဒီးကွိလဲလၢပှၤမၤတ၊်ဖိတဖဉ်အံၤအဖိအလံၤအဂိ၊်နှ့ဉ်လီၤ.

တ၊်လဲလိာ်လၢအမ့၊်တ၊်မၤလိလၢအအိဉ်ဒီး active learning ဒီးတ၊်ဟ်ဖွိဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်အံၤ ဘဉ်တ၊်ဒုးသ့ဉ်ညါလီၤအိၤတပတိ၊်ဘဉ်တပတိ၊်လၢတဘျုးနံဉ်တဘျုးလါအပူၤန့ဉ်လီၤ. ကွိခိဉ်အံၤ သ့ဉ်ညါလၢပှၤကိးဂၤဒဲးလိဉ်ဘဉ်တ၊်ဆၢကတီ၊်ဒ်သိးကတူ၊်လိာ်တ၊်ဆိတလဲတ၊်အလိ၊်လံၤဆူတ၊်အ သိအဂိ၊်နှ့ဉ်လီၤ. ခဲအံၤလၢသၢနံဉ်တုၤယဲ၊်နံဉ်အဘၢဉ်စၢၤကွိအံၤကွ၊်ကဒါက့ၤအတ၊်သိဉ်တ၊်သိတ၊် ဘျၢတဖဉ်ဒီးကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါဝဲနှ့ဉ်လီၤ. ပှၤကိးဂၤဒဲးလၢကွိအံၤအပူၤမၤသကိးတ၊်လၢတ၊်ကွဲးနိဉ်ကွဲး ဃါတခါအံၤကဲထိဉ်အဂိ၊်နှ့ဉ်လီၤ. ကွိအံၤဟံးန့၊်တ၊်ဖံးဃုာ်မၤသကိးတ၊်ဒ်ပှၤတဖုတကရၢအသိး အကျိၤအကျဲအံၤဒ်သိး ..“ပှၤကိးဂၤဒဲး မၤသကိးတ၊် – ပှၤကိးဂၤဒဲးမ့၊်ပှၤမၤလိတ၊်ဖိန့ဉ်လီၤ.”

နဖးတၢ်မၤလိအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢထးအံၤမ့ၢ်ဝံၤဒီးကို M မၤတၢ်အပတီၢ်မနုၤတဖဉ်လၢအလဲလိာ်ကို အံၤဒ်သိးကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly အါထိဉ်အဂီၤန့ဉ်လဲဉ်. ကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ် အပတီၢ်အမိၢ်ပှၤ်တဖဉ်လၢလာ်အံၤဒီးနီၤဟ့ဉ်လီၤနတၢ်စံးဆၢဒီးနပှၤမၤသကိုးတၢ်ဖိတဖဉ်တက့ၢ်.

(၁) ----------

(၂)----------

(၃) ----------



**တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤအတၢ်ဂဲၤလိ : ပတၢ်အိဉ်သးမ့ၢ်ဒ်လဲဉ်.**

ခဲအံၤဆိကမိဉ်ဒုးဘဉ်ထွဲက့ၤတၢ်လဲလိာ်လၢအမၤအသးလၢနကွဲအံၤလၢကဲထိဉ် ILFE အံၤအဂီၤ် တက့ၢ်. ကျဲးစၢးသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်တၢ်လဲလိာ်လၢအဂ့ၤတမံၤလၢနတီၤ, နကွဲမ့တမ့ၢ်နပှၤတဝၤအပူၤတက့ၢ်. ကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်အပတီၢ်လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်လၢနၤဒီးပှၤလၢအမၤသကိုးတၢ်ဒီးနၤမၤတၢ်လၢတၢ်လဲ လိာ်အံၤအဂီၤ်တက့ၢ်.

(၁) ----------

(၂) ----------

(၃) ----------

## ပကဒုးအိဉ်ထိဉ်ဒီးကၤၤဃာ်တၢ်လဲလိာ်တဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အလီၤ်အိဉ်လၢတၢ်ကဘဉ်ဟဲစိာ်နှာ်လီၤအီၤဒ်သိးတၢ်လဲလိာ် လၢကွဲတဖဉ်ကအိဉ်ကၤအိဉ်ခိးအဂီၤ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အပတီၢ်မနုၤတဖဉ်လၢအဘဉ်လိာ်အသးဒီးတၢ်အပ တီၢ်လၢနကွဲးရဲဉ်လီၤအီၤလၢထးအံၤန့ဉ်လဲဉ်. ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိုးတၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤလီၤဆိ ဒီးနၤဒီးနသကိုးအတၢ်ကွဲးရဲဉ်လီၤအီၤဒ်လဲဉ်ဒီးတၢ်ကမၤဂ့ၤထိဉ်အီၤလၢနကွဲကသ့ဒ်လဲဉ်.

၁. **တၢ်တီခိၣ်ရိၣ်မဲ :** လၢတၢ်လဲလိာ်ကကဲထိၣ်အဂီၢ်တၢ်တီခိၣ်ရိၣ်မဲမ့ၢ်တၢ်မၤတခါလၢအကါဒိၣ်ကတၢ်ၢ်နၣ်လီၤ. တၢ်တီခိၣ်ရိၣ်မဲမ့ၢ်တအိၣ်နၣ်တၢ်လဲလိာ်တကဲထိၣ်နီတမံၤဘၣ်နၣ်လီၤ. ပှၤတဂၤဂၤ, ကွိခိၣ်, သရၣ်သိၣ်လိတၢ်လၢအဒိၣ်မ့တမ့ၢ်သရၣ်လၢအသူၣ်အိၣ်သးအိၣ်တၢ်လဲလိာ်အသးဒီးတူၢ်လိာ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်လဲလိာ်လၢအကွိကဟံးနူၢ်မူဒၢလၢတၢ်ကရၢကရိ, တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဒီးတၢ်နဲၣ်ကျဲအဂီၢ်နၣ်လီၤ.

၂. **တၢ်မၤလိဖုၣ်ဒီးတၢ်မၤလိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အဂုၤအဂၤတဖၣ် :** တၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤလိဖုၣ်ဒီးတၢ်မၤလိအခွဲးအယာ်အဂုၤအဂၤလၢသရၣ်အဂီၢ်ဒ်သိးတၢ်လဲလိာ်အိၣ်ကၢအိၣ်ခိးကသ့အဂီၢ်နၣ်လီၤ. အဒိ, စးထိၣ်အီၤဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်ဒိၣ်ထိၣ်ထိထိၣ်အနံၤဒ်သိးကဟ့ၣ်အခွဲးလၢသရၣ်တဖၣ်ကလဲၤခီဖျိဘၣ်ဖိသၣ်အတၢ်မၤလိအကျဲ child-centred တၢ်သိၣ်လိအကျဲအံၤအဂီၢ်တကွၢ်. ဟ့ၣ်သရၣ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကကတိၤသကိးဒီးသံကွၢ်ဘၣ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်လၢလၢပွဲၤပွဲၤတကွၢ်. ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါသရၣ်တဖၣ်ဒ်သိးကကွၢ်ထံကွၢ်ဆးလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးဟ့ၣ်ထိၣ်အတၢ်ဆိကမိၣ်လၢကမၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်တဖၣ်တကွၢ်. ဒ်ဖိသၣ်အိၣ်ဒီးအတၢ်လိၣ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးအါမံၤလၢကွိအသိးနူၣ်ဟ့ၣ်တၢ်မၤလိဖုၣ်အါထိၣ်ဒ်သိးကမၤစၢၤသရၣ်တဖၣ်လၢ (က) ကနၢ်ပၢၢ်ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤမၤလိန္ၢ်တၢ်ဒ်လဲၣ်, (ခ) ကမၤလိန္ၢ်တၢ်သိၣ်လိအကျဲအသီတဖၣ်ဒီး (ဂ) ကဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်လဲလိာ်မၤအသးလၢအကွိပူၤလၢအမၤစၢၤဖိသၣ်တဖၣ်ဒ်သိးကမၤလိန္ၢ်တၢ်အဂီၢ်တကွၢ်. မၤလီၤတံၢ်လၢတၢ်မၤလိဖုၣ်တဖၣ်အံၤတၢ်မၤပိာ်ထွဲအီၤဒ်သိးပကသ့ၣ်ညါဘၣ်လၢတၢ်မၤလိဖုၣ်အံၤမၤစၢၤသရၣ်တဖၣ်ဒ်လဲၣ်အဂီၢ်ဒီးတၢ်အလိၣ်အိၣ်ဒုးဝဲမနုၤဒ်သိးကဘၣ်မၤစၢၤကွိသရၣ်တဖၣ်လၢကမၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်သိၣ်လိဒီးတၢ်မၤလိအတၢ်လဲလိာ်အံၤအဂီၢ်ဒီးတၢ်မၤလိဖုၣ်လၢကဟဲလၢခံတဖၣ်ကဘၣ်တၢ်ကြားမၤအီၤဒ်လဲၣ်အဂီၢ်တကွၢ်.

၃. **တၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်သိၣ်လိဒီးတၢ်မၤလိလၢတီၤပူၤ :** တၢ်အံၤပညိၣ်ဝဲဒ်သိးတၢ်လဲလိာ်ကမၤအသးလၢတီၤပူၤကကဲထိၣ် ILFE အဂီၢ်နၣ်လီၤ. သ့ၣ်နီၣ်ထိၣ်လၢကွိမ့ၢ်ခိၣ်ဃၢၤဝးတရံးတခါလၢဖိသၣ်အဂီၢ်ဒီးနၤဒီးနတီၤအံၤမ့ၢ်ပှၤလၢအဘူးကတၢ်ၢ်ဒီးပှၤကွိဖိဒီးနတၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲမ့ၢ်တၢ်အဒိၣ်ကတၢ်ၢ်တမံၤလၢဖိသၣ်တဖၣ်ကမၤလိန္ၢ်တၢ်အဂီၢ်တကွၢ်.

၄. **တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ :** တၢ်ထၢဖိၣ်ဟ်ဖိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်လၢနကွိဒီးပှၤတဝၢပူၤတဖၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃး ILFE အံၤတၢ်ဘၣ်စူးကါအီၤလၢကပၢဆုၢဒီးမၤတၢ်စံၣ်ညီၣ်တဲာ်လၢအဂ့ၤတဖၣ်ကသ့အဂီၢ်နၣ်လီၤ. ပကကွၢ်တၢ်ထၢဖိၣ်အကျဲဒီးဆိကမိၣ်ပဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်လၢခံနၣ်လီၤ.

၅. **လံ့လဲ့ဒီးတ်ပီးတ်လီတဖ့်** : လိဉ်ဘဉ်လၢတ်ကသုးအလိ်ၤတတိၤတတိၤဒ်သိးတ်ကစူး ကါအိၤသ့ဂ့ၤလၢပှၤအါဂၤအဂိ်ၤန့ဉ်လီၤ. ဟံဉ်ဖိယိဖိဒီးပှၤတဝၢတဖ့်မ့်ပှၤအကါဒိဉ်လီၤဆိ ဒဉ်တ်ဖဲအံၤဒီးပကမၤလိသကိးတ်ဂ့်အံၤလၢလံ်ခံဘ့ဉ်တဘ့ဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ. လံ်ခံဘ့ဉ်တ ဘ့ဉ်အံၤဘဉ်ဃးဒီးဟံဉ်ဖိယိဖိဒီးပှၤတဝၢတဖ့်အတ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အဂ့်ၢန့ဉ်လီၤ.

၆. **တ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤမ့်တ်ကါဒိဉ်ကတၢ်နှဉ်လီၤ.** တ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤကြၢးမ့်တ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤလၢတ် ဆၢကတိၢ်ဖးယံ်ဖးထိ (၃–၅) နံဉ်အဂိ်ၤဒီးလဲလိ်အသးသ့နှဉ်လီၤ. တ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤအံၤတ် ကြၢးမၤအိၤဒ်တ်နဲဉ်ကျဲတပတိၢ်ဘဉ်တပတိၢ်အသိးသ့နှဉ်လီၤ. တ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤအံၤကြၢးဟ့ဉ် သရဉ်, ပှၤမၤတ်လၢကွိဒီးပှၤတဝၢတဖ့်တ်ဆၢကတိၢ်လၢကလဲလိ်အတ်စူ်တ်နာ်အလိၢ် လံၤဆူအသိအဂိ်ၤန့ဉ်လီၤ. သရဉ်ဒီးမိၢ်ပ်ါတဖ့ဉ်ကြၢးမၤသကိးတ်လၢတ်သူဉ်ထိဉ်တ်ပညိဉ် အံၤအဂိ်ၤန့ဉ်လီၤ. ဖဲတ်စးထိဉ်သိတ်ဖံးတ်မၤအံၤအခါတ်မ့်ဒုးဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးတ်မၤအံၤ ဒီးပှၤဒ်အါဒ်ဂ့ၤဒိဉ်တက့်ၢန့ဉ်လီၤ.

၇. **တ်ဖံးဃုာ်မၤသကိးတ်ဒီးပှၤတဖုတကရၢအတ်မၤအကျဲ** နှဉ်လိဉ်ဘဉ်ဝဲလၢကလဲၤအသး တဘိယူ်ဃိကွ့်ကွ့်နှဉ်လီၤ. "ပှၤကိးဂၤဖံးဃုာ်မၤသကိးတ် – ပှၤကိးဂၤန့ဉ်မ့်ပှၤမၤလိတ် ဖိ – ပှၤကိးဂၤန့ဉ်မ့်ပှၤမၤနၢၤတ်ဖိ" တ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးအံၤဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်မၤအိဉ်ထိဉ်တ် အသိဒီးတ်နာ်လီၤသးတဖ့ဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးအံၤမၤဂ့ၤထိဉ်စ့်ကိးတ်နီၤလီၤသ ကိးမူဒါတ်ဖံးတ်မၤတဖ့ဉ်နှဉ်လီၤ.

၈. **ကွိတ်သိဉ်တ်သိတ်ဘျၢ, တ်ထံဉ်ဒီးလု်လ်တ်ဆဲးတ်လၤတဖ့်** တ်လိဉ်ဘဉ်အိၤလၢ တ်ကမၤဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်အိၤလၢ ILFE အသကဲာ်ပဝဲးခိဉ်သ့ဉ်တဖဉ်ဒ်တ်တၢဉ်ပိဉ်သကိး အိၤလၢလံာ်အဘ့ဉ်တၢအံၤအပူၤအသိးန့ဉ်လီၤ. ပှၤကိးဂၤဒဲး, သရဉ်, ပှၤပၢဆ့ၢတ်, ဖိသဉ်, မိၢ်ပ်ါဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်တဖဉ်ကြၢးနှာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢကွိအတ်သိဉ်တ်သိဒီးအတ်ထံဉ် အံၤအဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ.

၉. **တ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိး** ဒီးမိၢ်ပ်ါ, ပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်တပယူာ်ဃိအံၤတ်လိဉ်ဘဉ်အိၤဒ်သိးအဝဲ သ့ဉ်ကမၤန့ၢ်အတ်နာ်နှ့ၢ်လီၤအသးဒီးမၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်ခဲလၢာ်ကအိဉ်ကွိဒီးမၤလိန့ၢ် တ်အဂ့ၤကတၢ်ၢ်ဒ်အဝဲသ့ဉ်အတ်သ့တ်ဘဉ်အိဉ်အသိးဒီးမၤအါထိဉ်ပှၤတဝၢအတ်တူ်ဘဉ် လၢကွိအံၤမ့်အတ်, ကွိအံၤဘဉ်ဃးဒီးအဝဲသ့ဉ်အဂိ်ၤန့ဉ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်မၤဘၣ်လိာ်တၢ်လၢအတြီဆၢတၢ်တဖၣ်

တမ့ၢ်လၢပှၤကိးဂၤဒဲးကအဲၣ်ဒိးလဲလိာ်အသးဘၣ်နူၣ်လီၤ. ပှၤတနီၤနီၤကတြီဆၢတၢ်လဲလိာ်အတၢ်စူၢ် တၢ်နာ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအအိၣ်ဆၢထၢဉ်တ့ၢ်လံဖးယံာ်ဖးထၢသ့ၣ်သ့ၣ်နူၣ်လီၤ. ဘၣ်မနုၤအယိကွဲ တဖၣ်ဒိးနကွဲဒၣ်လဲာ်နူၣ်ကအိၣ်ဒိးတၢ်တြီဆၢ အဂ့ၢ်ခိၣ်သ့ၣ်ဒ်သိး ILFE အသုတကဲထိၣ်အဂီၢ်အံၤ ကတိၤတၢဉ်ပိၣ်သကိးအီၤတက့ၢ်. ကွဲးရဲၣ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤလၢလာ်တက့ၢ်. ကွဲးလီၤဃုာ် ဒိးကျဲတနီၤလၢကမၤနၢၤကွံာ်တၢ်တြီဆၢတဖၣ်အံၤတက့ၢ်.

၁. တၢ်တြီဆၢတၢ်အခိၣ်ထံးတထံၣ် ----------

ကျဲလၢကမၤနၢၤတၢ်တြီဆၢတၢ်အံၤအဂီၢ် ----------

၂. တၢ်တြီဆၢတၢ်ခံထံၣ်တထံၣ် ----------

ကျဲလၢကမၤနၢၤ တၢ်တြီဆၢတၢ်အံၤအဂီၢ် ----------

၃. တၢ်တြီဆၢတၢ်သၢထံၣ်တထံၣ် ----------

ကျဲလၢကမၤနၢၤ တၢ်တြီဆၢတၢ်အံၤအဂီၢ် ----------

၄. တၢ်တြီဆၢတၢ်လွံၢ်ထံၣ်တထံၣ် ----------

ကျဲလၢကမၤနၢၤ တၢ်တြီဆၢတၢ်အံၤအဂီၢ် ----------

၅. တၢ်တြီဆၢတၢ်ယဲၢ်ထံၣ်တထံၣ် ----------

ကျဲလၢကမၤနၢၤ တၢ်တြီဆၢတၢ်အံၤအဂီၢ် ----------



## အဆၢဖိဉ် ၁.၃
## တၢ်အပတီၤ်တဖဉ်လၢတၢ်ကဲထိဉ် ILFE အဂီၤ

### ဒ်သိး ILFE အံၤကကဲထိဉ်အဂီၤ်ပကရဲဉ်ကျၢ်အီၤဒ်လဲဉ်.

သမံသမိးကွၢ်နကွိကဲထိဉ် ILFE အပတီၤ်တုၤဖဲလဲဉ်လံလဲဉ်မ့ၢ်ဝံၤဒီးနန္ၢ်ပၢၢ်တၢ်လဲလိာ်စးထိဉ်မၤအသးလၢနကွိမ့ၢ်ဝံၤနဘဉ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်လၢနကမၤတၢ်မနုၤဆူညါတပတီၤ်ဒ်သိးနကွိမ့တမ့ၢ်နတီၤအံၤကကဲထိဉ်inclusive ဒီး learning-friendly environment အါထိဉ်အဂီၤ်နူဉ်လဲဉ်လီၤ. တၢ်အပတီၤ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်တနီၤဒ်သိးတၢ်ကရဲဉ်ကျၢ်ဒီးမၤဒ်သိး ILFE ကကဲထိဉ်အဂီၤ်နူဉ်လီၤ.[၂] တၢ်အပတီၤ်တဖဉ်တလိဉ်အလဲၤအသးတပတီၤ်တပတီၤ်ဒ်အအိဉ်ကွဲးလီၤအသးအသိးဘဉ်. တၢ်ကဘဉ်ထံဉ်အီၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအမၤစၢၤနတီၤမ့တမ့ၢ်နကွိဒ်သိးကကဲထိဉ် ILFE အဂီၤ်နူဉ်လီၤ. နကမၤပိာ်တၢ်အပတီၤ်တဖဉ်အံၤဒ်နထံဉ်လၢအကြၢးဒီးနတၢ်အိဉ်သးဒီးနတၢ်ဆၢကတီၤဇဉ်နဲအသိးနူဉ်လီၤ. ဒ်သိးကမၤလၢပဲၤတၢ်အပတီၤ်တဖဉ်တပတီၤ်ဘဉ်တပတီၤ်အဂီၤ်ကျဲအိဉ်အါဘိဒီးနကထံဉ်နူ၊ ကျဲတနီၤစ့ၢ်ကီးဖဲနကျဲးစားမၤတၢ်အံၤအခါနူဉ်လီၤ. တၢ်အကါဒိဉ်ကတၢ်၊်တမံၤမ့ၢ်တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢအဂ့ၢ်လၢတၢ်လဲလိာ်အဖိခိဉ်ဒီးအိဉ်ဒီးသးလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအဂီၤ်နူဉ်လီၤ.

#### အပတီၤ် (၁) ILFE အပှၤမၤသကိးတၢ်အကရူၤ်တဖု

**ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ပှၤလၢကရဲဉ်ကျၢ်ဒီးဖံးမၤတၢ်လၢ ILFE အဂီၤ်ဝံၤဒီးသူဉ်ထိဉ်ပှၤလၢကတီခိဉ်ရိဉ်မဲတၢ်အကရူၤ်**

ပှၤတဖဉ်အံၤကဘဉ်မ့ၢ် ILFE အကရူၤ်နူဉ်လီၤ. ကရူၤ်အံၤကအိဉ်ဃုာ်ဒီးသရဉ်တဖဉ်, ကွိခိဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ခံဂၤမ့တမ့ၢ်သၢဂၤမ့တမ့ၢ်အါန့ၢ်အအံၤသ့နူဉ်လီၤ. ပှၤလၢကတီခိဉ်ရိဉ်မဲတၢ်အကရူၤ်ကအိဉ်ဃုာ်ဒီးသရဉ်, ပှၤပၢဆုၢတၢ်ဒီးကွိအပှၤမၤတၢ်ဖိအဂၤတဖဉ်, ပှၤကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တဖဉ်ဒီးပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချူတဖဉ်, ပှၤလၢအဘဉ်တၢ်ဟ်အီၤလၢတၢ်အချၢတဖဉ်, ပှၤလၢအက့ၢ်အဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်, ပှၤကွိဖိလၢအသးပှၤ်ထိဉ်တစဲး, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤဖိတဖဉ်ဒီးတၢ်ကရၢကရိလၢအအိဉ်လၢလိၢ်ကဝီၤပူၤအံၤတဖဉ်နူဉ်လီၤ.

---

[2] တၢ်အပတီၤ်လၢလံာ်အဆၢဒိဉ်အံၤအပူၤဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢလံာ် "The All Children Belong Project" အပူၤလီၤ. www.uni.edu/coe/inclusion/decision_making/planning_steps.html, and from Booth T, Ainscow M, et al. (2000) Index for Inclusion: Developing learning and participation in schools (Bristol, CSIE).

အပတိၢ် (၂) တၢ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်အလိၣ်တဖၣ်

**ဃုသ့ၣ်ညါတၢ်မနုၤလၢပှၤတီခိၣ်ရိၣ်မဲတၢ်အကရူၢ်သ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံဝဲဒီးတၢ်မနုၤလၢအလိၣ်ဘၣ်ဒံးဝဲလၢကဘၣ်မၤလိအါထိၣ်ဝဲန့ၣ်လဲၣ်တကၢ်.**

၁. ဃုသ့ၣ်ညါကွၢ်ပှၤလၢကတီခိၣ်ရိၣ်မဲတၢ်တဖၣ်အကရူၢ်အတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အပတိၢ်တဖၣ်တကၢ်. ILFE အကရူၢ်တဖၣ်သ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံ ILFE အသကဲာ်ပဝဲးဒီးအဘျုးအဖိၣ်ထဲလဲၣ်. နၤဒီးအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်လိၣ်ဘၣ်ဒံးမနုၤလၢကဘၣ်မၤလိဒီးပှၤကိးဂၤဒဲးကမၤလိတၢ်အံၤဒၣ်လဲၣ်. (အဒိ, ကွဲမ့ာ်ပှၤတမှံၤတဖၣ်လၢကဟဲကတိၤလီၤတၢ်, လဲၤဟးအိၣ်သကိးပှၤလၢအသ့အဘၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် လဲၤဆူတၢ်လိၢ်လၢနမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤသ့အလိၢ်)

၂. ဃုသ့ၣ်ညါပှၤကွိဖိ, ပှၤမၤတၢ်ဖိ, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤလၢအကွၢ်ဖိသၣ်ဒီးပှၤတဝၤတဖၣ်အတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်တကၢ်. တုၤမ့ၢ်ပှၤတီခိၣ်ရိၣ်မဲတၢ်အကရူၢ်တဖၣ်နၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်လံန့ၣ်ဆၢတဲာ်လၢတၢ်ကြၢးသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်မနုၤဆူပှၤကွိဖိ, ပှၤမၤတၢ်ဖိ, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤတဖၣ်အအိၣ်တကၢ်. နမၤတၢ်အံၤသ့ခီဖျိသံကွၢ်ပှၤတဂၤဘၣ်တဂၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်သံကွၢ်စံးဆၢညီညီတဖၣ်လၢအကရူၢ် မ့တမ့ၢ် နကွဲးလီၤတၢ်သံကွၢ်ဖုၣ်ဖုၣ်တဖၣ်နၢ့ၣ်လီၤ.

**တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဃးကွိဒီးပှၤဖိသၣ်လၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖၣ်**

၁. ကွၢ်ကဒါကှၤ (မ့တမ့ၢ် မၤဝံၤမၤတဲာ်ကှၤ) ILFE အတၢ်သမံသမိးအဂ့ၢ်အကျိၤလၢအအိၣ်ကွဲးအသးလၢလံာ်အံၤအပူၤတကၢ်. ခဲအံၤပအိၣ်ဖဲလဲၣ်. ကွဲးလီၤတၢ်လၢနကွိမၤတ့ၢ်လံတဖၣ်ဒီးတၢ်လၢအလိၣ်ဘၣ်ဒံးလၢကဘၣ်မၤတဖၣ်ဒၣ်သိးကွိအံၤကကဲထိၣ် ILFE အဂိၢ်တကၢ်.

၂. ဃုသ့ၣ်ညါဖိသၣ်မတၤလၢတအိၣ်ကွိတကၢ်. တၢ်ကဘၣ်ဃုသ့ၣ်ညါတၢ်အံၤဒၣ်လဲၣ်အဂိၢ်နၢ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အိၣ်ကွဲးအသးလၢလံာ်အဘ့ၣ်သၢလၢအမ့ၢ်, “ထုးနာ်ဖိသၣ်ခဲလၢာ်ဆူကွိဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်” အပူၤန့ၣ်လီၤ.

၃. ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်နပှၤကွိဖိတဖၣ်အတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အတၢ်လိၣ်တဖၣ်ဒီးညီန့ၢ်ပှၤလၢတဘၣ်တၢ်ဂံၢ်ဃုာ်အီၤလၢပှၤတဝၤအပူၤတဖၣ်အတၢ်လိၣ်တကၢ်. ပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိတဖၣ်လိၣ်ဘၣ်လၢကဘၣ်နၢ်ပၢၢ်ပှၤတဖၣ်အံၤအတၢ်လိၣ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးတသ့ဖဲအသ့ၣ်သိးကဒုးအိၣ်ထိၣ်တီၤဒီးကွိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢကထုးနာ်ဖိသၣ်အံၤအဂိၢ်နၢ့ၣ်လီၤ. တၢ်သမံသမိးဖိသၣ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အလံာ်ကှအံၤတၢ်မ့ၢ်တမၤပဲၤအီၤဒံးဘၣ်နၢ့ၣ်ပှၤမၤသကိးတၢ်အကရူၢ်တဖၣ်ကဘၣ်လၢပဲၤတၢ်သမံသမိးဖိသၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အတၢ်လိၣ်အလံာ်ကှအံၤန့ၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်မၤစၢၤ

ပှၤမၤတၢ်ဖိအကရူၢ်ခီဖျိဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအသ့ဉ်ညါဝဲဘဉ်ဃးဖိသဉ်တဖဲ့အံၤအဂ့ၢ်လၢအဘျုးအဖိုဉ်အိဉ်တဖဲ့သ့နှ့ဉ်လီၤ.

၄. ဒုးနဲ့ဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်မနုၤလၢအအိဉ်တ့ၢ်လံလၢနကိုဒီးနပှၤတဝၤအပူၤတဖဲ့တက့ၢ်. ကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအလိဉ်ဘဉ်လၢဖိသဉ်လၢအဒိဉ်ထိဉ်အလိၢ်ခံဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အကလုာ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဲ့အံၤအဂိၢ်တက့ၢ်. တၢ်တဖဲ့အံၤကပဉ်ယုာ်ပဒိဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ, ကမျၢ်သဘျ့အရၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤ, တၢ်ကွၢ်ပှၤဆူးပှၤဆါအလိၢ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဘဉ်ဃးဒီးပှၤတဂၤဘဉ်တဂၤဒဉ်ဝဲတဖဲ့နှ့ဉ်လီၤ.

၅. တဲဖျါထိဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးကွိအခိဉ်အဃၤၤအတၢ်အိဉ်သးလၢဆၢကတိၢ်ခဲအံၤအဂ့ၢ်တဖဲ့တက့ၢ်. တၢ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်အံၤကဘဉ်မၤဖျါထိဉ်တၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အဂိၢ်, လိၢ်ဆ့ဉ်နီၤပီးလိ, ဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢဆၢကတိၢ်ခဲအံၤတဖဲ့နှ့ဉ်လီၤ. တၢ်တဖဲ့အံၤမ့ၢ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးစူးကါဘဉ်အီၤကစီဒိဓါ. ဖိသဉ်ကိးဂၤမ့ၢ်တစူးကါဘဉ်ဒံးအီၤတခီဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကစူးကါဘဉ်အီၤအဂိၢ်တၢ်ကဘဉ်မၤကွၤဒ်လဲဉ်.

၆. ဒုးနဲ့ဉ်ဖျါထိဉ်ဒီးတဲဖျါထိဉ်တၢ်သိဉ်လိဒီးတၢ်မၤလိအကျိၤအကျဲလၢတီၤပူၤအဂ့ၢ်တက့ၢ်. လဲၤဟးအိဉ်သကိးတီၤသရဉ်ဒီးတီၤလၢနထံဉ်အမၤတၢ်လၢနတဲဖျါထိဉ်အဂ့ၢ်အံၤတက့ၢ်. တီၤတဖဲ့အံၤမ့ၢ် inclusive ဒီး learning-friendly ကစီဒိဓါ.

ဆိကမိဉ်ပဉ်ထံနီၤဖးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဲ့အံၤတက့ၢ်. တဲဖျါထိဉ်တၢ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်လဲလိာ်မနုၤဒ်သိးတီၤပူၤကကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning friendly အဂိၢ်နှ့ဉ်လဲဉ်တက့ၢ်. တၢ်လၢနကဘဉ်ဆိကမိဉ်တဖဲ့မ့ၢ်တီၤပူၤပှၤကွိဖိအိဉ်ပှဲၤဂၤ, တၢ်နဲ့ဉ်လီၤတၢ်အကျိၤအကျဲတဖဲ့, တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲတဖဲ့, သရဉ်ဒီးကွိဖိဒီးပှၤမၤစၢၤသရဉ်တဖဲ့အတၢ်ရ့လိာ်မ့ာ်လိာ်ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်စူးကါအီၤလၢတီၤပူၤတဖဲ့နှ့ဉ်လီၤ.

ထၢဖိုဉ်ဟ်ဖိုဉ်အါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဲ့တက့ၢ်. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢနထၢဖိုဉ်ဟ်ဖိုဉ်တဖဲ့ကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သံကွၢ်အသိတဖဲ့နှ့ဉ်လီၤ. ဟ်ဖိုဉ်အါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဲ့ဒ်သိးနမၤတၢ်ဆၢတဲာ်လၢအဘဉ်လိာ်အသးဒီးတၢ်အိဉ်သးဒီးသုတမ့ၢ်ထဲတၢ်ဆိကမိဉ်အသိးတဂ့ၤ.

## အပတီၢ် (၃) တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ထံၣ်စိ

တဲဖျါထိၣ်တီၤပူၤအတၢ်အိၣ်သးတခါလၢနဘၣ်သးအီၤ မ့တမ့ၢ် တီၤပူၤတခါလၢအမ့ၢ်ဒ်နတၢ်မံမိၢ်အသိးဒၣ်လဲာ်တက့ၢ်. ဖဲနၤဒီးနပှၤဖိသၣ်တဖၣ်ဟးသကိးလၢတီၤပူၤအခါတီၤအံၤကလီၤဂ်ာ်ဒ်လဲၣ်. လီၢ် ဆ့ၣ်နီၤပီးလီမနုၤတဖၣ်အိၣ်လဲၣ်. သရၣ်ကမၤတၢ်မနုၤလဲၣ်. တၢ်မနုၤအိၣ်လၢတၢ်ဒူၣ်အလိၤလဲၣ်. ဆိကမိၣ်ဃုာ်စ့ၢ်ကီးပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါ, ပှၤလၢတကတိၤကျိာ်လၢအဘၣ်တၢ်စူးကါအီၤအါအါလၢတီၤပူၤတဖၣ်, ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ထံၣ်, တၢ်နၢ်ဟူမ့တမ့ၢ်မၤလိနှ့ၢ်တၢ်အတၢ်ကီတၢ်ခဲတဖၣ်, ဖိသၣ်လၢအတၢ် ဘူၣ်တၢ်ဘါ, ကျိာ်, ကလုာ်ဒူၣ်လီၤဆီတဖၣ်ဒီးပှၤဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်တက့ၢ်. ဖိသၣ်ခဲလၢာ်တဖၣ် လၢအအိၣ်ကွိသ့ဒီးမ့ၢ်အိၣ်တ့ၢ်လံကွိဒီးအဝဲသ့ၣ်အတၢ်လိၣ်ဘၣ်လီၤဆီမနုၤတဖၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကမၤ လၢပှဲၤနှ့ၢ်အီၤဒ်လဲၣ်. ကွဲးလီၤနတၢ်ထံၣ်စိမ့တမ့ၢ်နတၢ်မံမိၢ်ဘၣ်ဃးတီၤလၢနအဲၣ်ဒီးအီၤတဖျၣ်လၢ လၢပှဲၤပှဲၤတသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်. တၢ်အံၤကမ့ၢ်နတၢ်ပညိၣ်လၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ် ILFE အဂိၢ်နှ့ၣ်လီၤ.

အလိၢ်ခံတပတီၢ်တဲဖျါထိၣ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အရဲၣ်အကျဲၤဒီးကွိအခိၣ်အဃၢၤလၢနအဲၣ်ဒီးအီၤအံၤ တက့ၢ်. ဆိကမိၣ်ထံဃုာ်စ့ၢ်ကီးဒီးလံာ်လဲၢ်, တၢ်ပီးတၢ်လီလၢအဘၣ်တၢ်တဲဖျါထိၣ်အီၤလၢထးတဖၣ် တက့ၢ်. တၢ်မၤစၢၤဆိၣ်ထွဲမနုၤလၢနလိၣ်ဘၣ်အီၤလၢပှၤတဝၢအပူၤ, ပဒိၣ်ဒီးကူၣ်သ့ဆဲးလၢဝဲၤကျိၤ အအိၣ်နှ့ၣ်လဲၣ်. နမၤနှ့ၢ်တၢ်မၤစၢၤဆိၣ်ထွဲတဖၣ်အံၤသ့ဒ်လဲၣ်. မတၤမၤစၢၤနၤသ့လဲၣ်. ပှၤဖိသၣ်တ ဖၣ်ကနှာ်လီၤမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်အါထိၣ်သ့ဒ်လဲၣ်. ကွဲးလီၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အံၤတက့ၢ်. တၢ်လၢ နကွဲးလီၤတဖၣ်အံၤကမၤစၢၤနၤဒ်သိးကမၤလၢပှဲၤတီၤဒၤးလၢနထံၣ်စိအီၤတဖျၣ်နှ့ၣ်လီၤ.

## အပတီၢ် (၄) ဒုးအိၣ်ထိၣ် ILFE ကွိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျၤတခါ

ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်လၢကမၤအိၣ်ထိၣ်ဒီးမၤတၢ်ဒ်သိး ILFE အံၤကကဲထိၣ်အဂိၢ်ဒီးကွဲး တၢ်ရဲၣ်လီၤကျၤလီၤတဖၣ်တမံၤဘၣ်တမံၤတက့ၢ်. နကဘၣ်တဲဖျါထိၣ်တၢ်လဲလာ်လၢအလိၣ်တဖၣ် အံၤလၢလၢပှဲၤပှဲၤဒီးတၢ်ကစးထိၣ်မၤအီၤအဆၢကတိၢ်ဖဲလဲၣ်ဒီးဒ်လဲၣ်နှ့ၣ်လီၤ. နကြၢးကွဲးရဲၣ်လီၤစ့ၢ် ကီးတၢ်ပီးတၢ်လီဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်ဒီးပှၤလၢအဟံးနှ့ၢ်မူဒၢလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်အံၤအပူၤဒီးတၢ် အဂုၤအဂၤတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤဒ်အမ့ၢ်လံာ်လဲၢ်တၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်အီၤတဖၣ်နှ့ၣ်လီၤ. တၢ်ရဲၣ် တၢ်ကျၤအံၤကဘၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကဲထိၣ်အသးသ့ဒီးကဘၣ်ဖျါဆုံဒီးကဘၣ်ဆိတလဲအသးသ့ဒ်အ လိၢ်အိၣ်အသိးဒီးကဘၣ်မၤလၢပှဲၤတၢ်လဲလာ်အတၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်အသးတဖၣ်နှ့ၣ်လီၤ.

တၢ်လိၣ်အဂုၤအဂၤလၢတအိၣ်လၢနတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျၤအစရီအပူၤကအိၣ်ထိၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နှ့ၣ်လီၤ. ကတဲာ် ကတီၤဆိဟ်စၢၤလၢကဟ်ဖှိၣ်အါထိၣ်တၢ်ဒ်အမ့ၢ် (ဘူၣ်စ့ၤလၢပှၤမၤစၢၤတၢ်သိၣ်လိတဖၣ်အဂိၢ် မ့တမ့ၢ် ဘူၣ်စ့ၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိသကိးတၢ်လၢဖိသၣ်တဂၤဒီးတဂၤအအိၣ်အကျၤအကျ peer tutoring system, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိလီၤမိၢ်ပၢ်, သရၣ်သမါကမံးတဲာ်တဖၣ်) အသိးတက့ၢ်.

ဆိကမိဉ်ထံဃုာ်စ့ၢ်ကီးသူဉ်သးလၢအအဲဉ်ဒိးမၤတၢ်တဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢအဟ့ဉ်ဂံၢ် ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်ခဲလၢာ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒိးနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အဂိၢ်နှဉ်ကဟံးန့ၢ်အလိၢ်လၢကျဲခံဘိန့ဉ်လီၤ. ကျဲတၢတဘိမ့ၢ်တၢ်ပဲာ်ထံနိၤဖးဒိးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလီၤတၢ်နှဉ်လီၤ. ကျဲခံဘိတဘိမ့ၢ်တၢ်လဲလိာ်ပှၤဟီဉ် ခိဉ်ဖိအသူဉ်အသးလၢအအဲဉ်ဒိးမၤတၢ်နှဉ်လီၤ. နစူးကါ ILFE နိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်သမံသမိးလီၤအ သးအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်လၢတၢ်ပဲာ်ထံနိၤဖးဒိးတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤလီၤတၢ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်ဒ်သိးပှၤ ဟီဉ်ခိဉ်ဖိတဖဉ်အသူဉ်အသးကလဲလိာ်အဂိၢ်တခိနကမၤဒ်လဲဉ်. နစးထိဉ်အီၤသ့ခီဖျိတၢ်မၤအါထိဉ် မိၢ်ပၢ်ပှၤတဝၤဖိတဖဉ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤအဃိန့ဉ်အဝဲ သ့ဉ်ကမၤလိန့ၢ် ILFE အဘျုးအဖိုဉ်လၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲဒိးမၤစၢၤနၤကသ့အါထိဉ်လၢနတၢ်သိဉ်လိဒိး ဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အပူၤန့ဉ်လီၤ. လံ့ခံဘ့ဉ်တဘ့ဉ်နှဉ်ဘဉ်ဃးဒိး “တၢ်မၤသကိးဃုာ် တၢ်ဒိးဟံဉ်ဖိဃိဖိဒိးပှၤတဝၤတဖဉ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အဂိၢ်” အံၤကဟ့ဉ်အါထိဉ်နၤတၢ်ထံဉ် တၢ်ဆိကမိဉ်လၢနကကျဲးစၢးမၤကွၢ်တၢ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

## အပတိၢ် (၅) စးထိဉ်မၤလၢပဲၤနတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ်

ဟ့ဉ်ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်လၢတၢ်မၤလိဒ်အလိၢ်အိဉ်ဒိးလိဉ်ဘဉ်ဝဲအသိးတက့ၢ်. နလိဉ်ဘဉ်တၢ်သိဉ်လိ လီၤဆိတမံၤမံၤဧါ. အဒိတၢ်သိဉ်လိဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိတဖဉ်ဟဲဟ့ဉ်တၢ်မၤလိလၢ တၢ်ဂ့ၢ်လီၤဆိတဖဉ်အဖီခိဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. နမ့ၢ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤလိလီၤဆိတဖဉ်အံၤဒိးတၢ်မၤလိမနုၤ တကလုာ်လၢအလိဉ်ဘဉ်ဒိးမတၤကဟဲဟ့ဉ်အီၤန့ဉ်လဲဉ်. တၢ်မၤလိလၢအလိဉ်တဖဉ်အံၤတၢ်ကဟ့ဉ် အီၤဒ်လဲဉ်ဒိးကဘဉ်ဟ့ဉ်အီၤတနံဉ်ပဲၤဘျိလဲဉ်.

ဟ့ဉ်ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်လၢတၢ်မၤလိလိၢ်တံၢ်လီၤဆဲး (ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအမ့ၢ်သရဉ်ဒိးတမ့ၢ်သရဉ်) ဒိး ဟ့ဉ်စ့ၢ်ကီးပှၤကွိဖိတဖဉ်အတၢ်မၤလိဒ်အလိဉ်ဘဉ်ဝဲအသိးတက့ၢ်. တၢ်သိဉ်လိအခိဉ်တီကဘဉ်မ့ၢ်ဖိ သဉ်ခွဲးယာ်ဂ့ၢ်ဝိတဖဉ်ဒိးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပူၤတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအတၢ်ထဲ သိးတူၤသိး, တၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒိးကျိာ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်, တၢ်မၤလိဘဉ်ဃးဖိသဉ်လၢအ အိဉ်ဒိးတၢ်ကိတၢ်ခဲအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်, တၢ်မၤဖျါမၤဆ့ံထိဉ်ပှၤတဂၤဘဉ်တဂၤအမူအဒါဒိးတၢ် ဖံးဃုာ်မၤသကိးတၢ်အတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲတဖဉ်ဒိးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

မၤဂ့ၤထိဉ်မိၢ်ပၢ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢကွိတက့ၢ်. ပှၤတိခိဉ်ရိဉ်မဲတၢ်အကရူၢ်ကြၢးဒုးအိဉ်ထိဉ် ကျဲသနူလၢမိၢ်ပၢ်, သရဉ်တဖဉ်ကဘဉ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢလိာ်အသးဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢ ဒိးမိၢ်ပၢ်ထိဘိအံၤမ့ၢ်မတၤအမူအဒါလဲဉ်. မိၢ်ပၢ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ် တၢ်အဂိၢ်အံၤတၢ်ကြၢးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအီၤလၢတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤဒိးတၢ်မၤလၢပဲၤတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ အံၤအပူၤစ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ.

ပှၤတနိၤတအဲဉ်ဒိးတၢ်လဲလိာ်မၤအသးဘဉ်နှဉ်လီၤ. နဘဉ်အိဉ်ဒိးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢနကမၤနၢၤတၢ် တြီဆၢတၢ်လဲလိာ်တဖဉ်အံၤဒ်းလဲဉ်နှဉ်လီၤ. လၢ (M) ကွိနှဉ်ကွိခိဉ်ဟ့ဉ်ကွိသရဉ်တဖဉ်အခွဲးလၢက ဆီတလဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအချ့အယ်ာ်ဒ်အကြၢးဒီးအဝဲသ့ဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. သရဉ်အါတက့ၢ်နှဉ်မၤဘဉ် လိာ် learner-centred လၢအတၢ်သိဉ်လိအပူၤသ့ချ့သဒံးဘဉ်ဆဉ်သရဉ်တနိၤမၤဝဲတသ့ချ့ချ့ဘဉ် နှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်အါတက့ၢ်နှဉ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤကွိအတၢ်စံဉ်ညိဉ်ဆၢတဲာ်လၢကကဲထိဉ် inclusive အါ ထိဉ်ဘဉ်ဆဉ်ပှၤတနိၤကိၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိးက့ၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်တၢ်ကတူ့ၢ် လိာ်အီၤပဲၤဂၤနှဉ်လဲဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်တအဲဉ်ဒိးလၢကွိအံၤအမံၤအိဉ်ဖျါထိဉ်ဒ်အမ့ၢ်ကွိလၢပှၤက့ၢ်ဂီၤ တလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိးတၢ်လိဉ်ဘဉ်လီၤဆိလၢအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂိၢ် ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ကွိဘှိဘဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိအံၤခီဖျိအဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဘျၤလၢကတူ့ၢ်လိာ်ပှၤကွိဖိလၢက့ၢ်ဂီၤဟး ဂီၤဒိးအိဉ်ဒိးတၢ်လိဉ်ဘဉ်လီၤဆိလၢအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂိၢ်အမျးကယၤထဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ. စူးကါတၢ် ဂ့ၢ်တၢ်ကျဲၤလၢအအိဉ်လၢတၢ်ဂဲၤလိဖလံာ်အံၤအဆၢဒိဉ် (၁.၁) အကတၢၢ်နှဉ်တက့ၢ်. စူးကါတၢ်ဂဲၤ လိအခိဉ်တိလၢအမ့ၢ် (တၢ်ကိတၢ်ခဲဒ်သိးကကဲထိဉ် ILFE အဂိၢ်) အံၤဒ်သိးတၢ်ကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ် တြီဆၢမနုၤတဖဉ်လၢအအိဉ်ထိဉ်သ့ဒိးကျဲလၢတၢ်ကမၤနၢၤအီၤဒ်လဲဉ်အဂိၢ်တက့ၢ်.

## အပတိၢ် (၆) သမံသမိးက့ၢနတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤဒိးမၤလၤကပီၤက့ၢနတၢ်မၤနၢၤတဖဉ်

ပၢဆၢတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်လဲၤအသးတပတိၢ်ဘဉ်တပတိၢ်ဒိးမၤဂ့ၤထိဉ်နတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ်ဒ်အ လိဉ်အသိးတက့ၢ်. ILFE အကရူၢ်အံၤကမ့ၢ်ပှၤတဂၤဉ်လၢအကဲဘျုးလၢနဂိၢ်ဒိးနကလိဉ်ဘဉ်ကရူၢ် အံၤလၢကွိအနံဉ်ဒိတနံဉ်အပူၤန္ဉဉ်လီၤ. ကတဲာ်ကတိၤဟ်မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိလၢ ILFE အကရူၢ်ကထံဉ်လိာ် အိဉ်ဖြဉ်သကိးလၢတနံဉ်အတိၢ်ပူၤတက့ၢ်. ဆၢတဲာ်လၢတၢ်ကပၢဆၢတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအံၤဒ်လဲဉ်ဒိးမတၤ ကမၤအီၤန္ဉဉ်လဲဉ်တက့ၢ်. ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအံၤလဲၤအသးဒ်လဲဉ်ဒိးဆၢတဲာ်လၢမ့ၢ်နလိဉ် ဘဉ်အါထိဉ်တၢ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲဧါမ့တမ့ၢ်တလိဉ်လၢၤဘဉ်နှဉ်လဲဉ်တက့ၢ်.

မၤလၤကပီၤက့ၤနတၢ်မၤနၢၤတဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်မၤနၢၤတၢ်လဲလိာ်ဒိဉ်ဒိဉ်မ့ၢ်မ့ၢ်လၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအံၤန္ဉဉ်လိဉ်ဘဉ်နီၢ်နီၢ်လၢတၢ်ဘဉ်မၤလၤကပီၤက့ၤအီၤန္ဉဉ်လီၤ. မ့ၢ်လၢနမၤသကိး တၢ်ဒိးပှၤတဝၢတဖဉ်ကိးပတိၢ်ဒဲးအဃိန္ဉဉ်ကွဲမုာ်ပှၤတဝၢတဖဉ်လၢကဟဲမၤလၤကပီၤတၢ်လဲလိာ်လၢ အမၤအသးလၢနကွိအံၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်သူဉ်ဖှံသးညီအမူးသးဖှံ မ့တမ့ၢ် တၢ်အိးထိဉ်ကွိအမူးသးဖှံအသိး တဖဉ်တက့ၢ်. လၢတၢ်အိးထိဉ်ကွိအမူးသးဖှံအပူၤအံၤမိၢ်ပၢ်သရဉ်သမါ, ပှၤတဝၢဖိတဖဉ်ဒိးပဒိဉ်ပပှၢ် တၢ်ကွဲမုာ်အဝဲသ့ဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဘဉ်တၢ်မၤအီၤလၢပှၤကွိဖိကိးဂၤဒဲးအံၤတၢ်ကဘျး လီၤအီၤလၢကွိအပူၤဒိးတၢ်သိဉ်လိပီးလီလၢအသိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်အတၢ် သမံသမိးဖိသဉ်အကျိၤအကျဲဒိးတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲအသိဒိးဟ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအတၢ်သ့ တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိးထိဉ်ကွိအမူးအပူၤအံၤသ့နှဉ်လီၤ.

## ပကပၢဆုၢပတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထီတဆီဘဉ်တဆီအံၤဒ်လဲဉ်.

ပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးတၢ်ကဆီတလဲအသးအဂီၤ်နှဉ်လဲဉ်. ပတီၤဒၢးဒီးကွဲ်တဖဉ်ကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly အါထိဉ်စ့ၢ်ကီးဧါ. ဒ်သိးကဃုထံဉ်နှ့ၢ်မ့ၢ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly အံၤကဲထိဉ်တကဲထိဉ်အဂီၤ်နှဉ်နကဘဉ်သံကွၢ်လီၤနသးလၢတၢ်သံကွၢ်မိၢ်ပှၤ်ခံထံဉ်ဒ်လာ်အံၤအသိးနှဉ်လီၤ.

၁. ပမ့ၢ် inclusive ဒီး learning-friendly ဒ်ကျဲလၢပစးထိဉ်အီၤအသိးစ့ၢ်ကီးဧါ. (ပကမၤဂ့ၤထိဉ် တၢ် လၢပမၤတ့ၢ်လံအီၤတဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်.)

၂. ပလဲလိာ်ဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်မၤလိနှ့ၢ်တၢ်အကျဲအကပူၤသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်.

နသမံသမိးနတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထီအကျိၤအကျဲသ့ခီဖျိသံကွၢ်လီၤနသးလၢတၢ်သံကွၢ်နိဉ်ဂံၢ်တၢလၢထးအံၤနှဉ်လီၤ. ဒ်သိးနကသမံသမိးလၢနတၢ်ဖံးတၢ်မၤအသူအသဉ်အိဉ်ဖျိထိဉ်ဒ်လဲဉ်အဂီၤ်တခီနသံကွၢ်လီၤနသးလၢတၢ်သံကွၢ်ခံထံဉ်တထံဉ်လၢအအိဉ်ကွဲးအသးလၢထးအံၤသ့နှဉ်လီၤ. နၤဒီးနပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိလၢကွဲ်တဖဉ်မၤတၢ်သမံသမိးကွၢ်က့ၤနကွဲ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒဉ်နဲသ့နှဉ်လီၤ. နမၤတၢ်သမံသမိးကွၢ်အံၤမ့ၢ်ဝံၤနစူးကါတၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤဒ်သိးနကမၤတၢ်လဲလိာ်ဒီးမၤဖျါထိဉ် ILFE အက့ၢ်အဂီၤသ့နှဉ်လီၤ. အမဲာ်ညါမၤပှၤတဂၤဂၤလၢအအိဉ်လၢတၢ်ချၤဟဲသမံသမိးကွၢ်နတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်အံၤဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဘဉ်စ့ၢ်ကီးတက့ၢ်. ခီဖျိနမၤပှၤလၢတၢ်ချၤတဂၤဂၤဟဲသမံသမိးကွၢ်နကွဲ်အံၤအဃိကမၤစၢၤနၤလၢတၢ်လၢနတထံဉ်တဖဉ်အဝဲသ့ဉ်ကထံဉ်ဝဲဒီးဟ်ဖျါထိဉ်က့ၤဝဲဆူနအိဉ်နှဉ်လီၤ. လၢ (M) ကွဲနှဉ်ဖဲကွဲအံၤမၤတၢ်အိးထိဉ်ကွဲအမူးအခါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်မၤပှဲၤတၢ်သမံသမိးက့ၤအတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်လၢကွဲအတၢ်ပီးတၢ်လီ, ကွဲအတၢ်အိဉ်ဖျိထိဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိနှ့ၢ်တၢ်တဖဉ်အဖိခိဉ်ဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ကူဉ်တၢ်ဖးလၢတၢ်ကဂ့ၤထိဉ်အဂီၤ်သ့ဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်မၤန့ၢ်တၢ်ကူဉ်တၢ်ဖးဒီးတၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးအါမးလၢကျဲဒ်အံၤနှဉ်လီၤ. သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢအဘျုးအိဉ်စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်သံကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးကွဲအဂ့ၢ်အကျိၤတက့ၢ်.

ILFE နီၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်သမံသမိးလီၤက့ၤသးအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတထံဉ်ဘဉ်တထံဉ်တဖဉ်လၢအအိဉ်လၢလံာ်အံၤနှဉ်တၢ်စူးကါအီၤဒ်တၢ်ပၢဆုၢထိဉ်ထံတဲာ်ထံနကွဲအတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိလၢကဲထိဉ် ILFE လၢတနံဉ်အတီၢ်ပူၤ, ခံနံဉ်အတီၢ်ပူၤ, တဘျုးနံဉ်တဘျုးလါအတီၢ်ပူၤမ့တမ့ၢ်လၢစိၤတစိၤဒဉ်လဲာ် မ့တမ့ၢ် အါစိၤတစိၤဒဉ်လဲာ်သ့နှဉ်လီၤ.

လၢတၢ်သမံသမိးလီၤကၤ့ၤသးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အမဲာ်ညါကျဲအဂၤအိၣ်စ့ၢ်ကီးယဲၢ်ဘိလၢတၢ်ကထၢ ဖြၣ်ဟ်ဖြၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်ဒ်သိးကဃုထံၣ်နှ့ၢ်မ့ၢ်ကွိအံၤမ့ၢ်အဆိတလဲအသးဒ်သိးကကဲထိၣ် ILFE စ့ၢ်ကီးဧါနှ့ၣ်လီၤ.

၁. **ကွဲးနီၣ် (diary) ကိးနံၤ** နၤဒိးနသရၣ်လၢအမၤသကိးတၢ်တဖၣ်ကဟ်တၢ်ကွဲးနီၣ်လၢနမၤနၢၤတၢ်မနုၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ် inclusive ဒိး learning-friendly environment အံၤအဖိ ခိၣ်ဖုၣ်ကိာ်တလါဘၣ်တလါစုာ်စုာ်နှ့ၣ်လီၤ. တၢ်ကွဲးနီၣ်အံၤကပၣ်ဃုာ်ဒိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒိးတၢ် အိၣ်ဖြၣ်လၢကွိပူၤဒိးပှၤတဝၤပူၤတဖၣ်နှ့ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်ကွဲးတၢ်ကွဲးနီၣ်ဘၣ်ဃးကွိအဂ့ၢ် လၢတလါဘၣ်တလါအတိၢ်ပူၤသ့စ့ၢ်ကီးနှ့ၣ်လီၤ. ပှၤတဝၤ မ့တမ့ၢ် မိၢ်ပၢ်တဖၣ်လဲၤဟးအိၣ်သကိးကွိထိဘိဒိးကွဲးနီၣ်ကွဲးဃါတၢ်သ့စ့ၢ်ကီးနှ့ၣ်လီၤ.

၂. **ကတိၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤအဂၤ** တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပှၤဂၤအအိၣ်အံၤအါတကွၢ်နမၤန့ၢ် အီၤခီဖျိနကတိၤတၢ်လၢပှၤအဂၤဒ်မ့ၢ်ဆ့ၣ်မ့ၢ်ဂီၤအတၢ်ကတိၤအသိးဘၣ်ဆၣ်တဘျိတခီၣ်နကဘၣ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလီၤဆိဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဖြၣ်ဒ်သိးနကမၤန့ၢ်တၢ်စံးဆၢတမံၤမံၤအဂိၢ် နှ့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်အိၣ်ဖြၣ်ဒ်သိးနကမၤန့ၢ်တၢ်စံးဆၢတမံၤမံၤန့ၣ်နမ့ၢ်ကွဲးလီၤဟ်စၢၤတၢ်လၢနကသံကွၢ်တဖၣ်ဒိးဖဲနသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်အံၤအခါမၤနီၣ်မၤဃါတၢ်စံးဆၢလၢနမၤန့ၢ် တဖၣ်တကွၢ်. ကတိၤတၢ်ဒိးပှၤကွိဖိ, မိၢ်ပၢ်ဒိးသရၣ်အဂၤတဖၣ်လၢတဂၤဘၣ်တဂၤစုာ်စုာ်အဖိခိၣ် မ့တမ့ၢ် လၢအကရူၢ်အဖိခိၣ်သ့စ့ၢ်ကီးနှ့ၣ်လီၤ. တၢ်အကါဒိၣ်တမံၤန့ၣ်မ့ၢ်နကသံကွၢ် တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်ဒ်သိးနကမၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂိၢ်ဒိးတၢ်သံကွၢ်လၢကမၤဖျါထိၣ်ပှၤဂၤအ တၢ်ဆိကမိၣ်ဆိကမးအါန့ၢ်တၢ်စံးဆၢလၢပှၤဆိကမိၣ်လၢနအဲၣ်ဒိးတဖၣ်တကွၢ်နှ့ၣ်လီၤ.

၃. **မၤကွၢ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ်ဒိးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်ခီဖျိတၢ်ကွဲးလံာ်ဆီရဲၣ်** ဃုထံၣ်ပှၤဂၤလၢတန့ၢ်ပၢ်ဘၣ်ဃး ILFE ခီဖျိတၢ်ကွဲးလံာ်ဆီရဲၣ်တကွၢ်. မၢသရၣ်ကွဲးလံာ်ဆီရဲၣ်ဘၣ်ဃးကွိဖိကိးဂၤဒဲးလၢအအိၣ်ကွိဖဲအံၤအဂ့ၢ်တကွၢ်. မၢသရၣ်တဖၣ်ကွဲးလီၤတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်လၢအဆိကမိၣ်ဝဲလၢအတသ့ၣ်ညါဝဲတဖၣ်အဂ့ၢ်တကွၢ်. နမၢကွိအဂၤကွဲးလံာ်ဆီရဲၣ်ဘၣ်ဃးပှၤကွိဖိခဲလၢာ်လၢအအိၣ်လၢကွိပူၤတဖၣ်အဂ့ၢ်သ့စ့ၢ်ကီးနှ့ၣ်လီၤ.

၄. **တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်း** မ့ၢ်ပကကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်မနုၤဒိးမတၤတဖၣ်လဲၣ်. အလိၢ်အိၣ်လၢကွိခိၣ်ကဘၣ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအသရၣ်တဖၣ်အတၢ်သိၣ်လိလၢတိၤပူၤနှ့ၣ်လီၤ. (မၢတၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးဃိလၢကွိခိၣ်ကလဲၤဟးအိၣ်သကိးတိၤတနံၣ်ပှဲၤဘျိဒိးသရၣ်ကွိခိၣ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒိးတိၤသရၣ်လၢမနုၤအဂ့ၢ်တဖၣ်အသိးတကွၢ်.) အဘျုးအိၣ်စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်ကဟ့ၣ်အခွဲးလၢသရၣ်တဖၣ်ကလဲၤကွၢ်ထံကွၢ်ဆးသရၣ်အဂၤအတၢ်သိၣ်လိတဖၣ်လၢတိၤပူၤနှ့ၣ်လီၤ. ကွဲးနီၣ်ကွဲးဃါတၢ်လၢနထံၣ်လၢပှၤဂၤအတိၤပူၤတဖၣ်တကွၢ်. ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒိး

ကွိခိဉ်ဒီးကွိသရဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်လၢနထံဉ်ဒီးနကွဲးနိဉ်တဖဉ်လၢအကရူၢ်တဘျိတဘျိတကှၢ်.

ကွၢ်တၢ်သူဉ်ထိဉ်ဒီးတၢ်လၢအအိဉ်ဝးတရံးကွိတဖဉ်အံၤတက့ၢ်. ILFE အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမၤဂ့ၤထိဉ်ကွိအတၢ်အိဉ်ဖျါထိဉ်တမံၤမံၤဧၢ်. ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအိဉ်ဒီးအတၢ်ဟးလိၢ်လီၤဆိစ့ၢ်ဧၢ်. မ့ၢ်ပှၤကွိဖိခဲလၢဉ်နှာ်လီၤဂဲၤလၢတၢ်လိဉ်ကွဲအပျိပူၤသ့စ့ၢ်ကိးဧၢ်.

ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးပှၤဖိသဉ်တဖဉ်အသကဲာ်ပဝးဒီးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်တက့ၢ်. မ့ၢ်အဝဲသ့ဉ်မၤစၢၤလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးလၢအပူၤကွံာ်တမၤဝဲနီတဘျီဘဉ်နှ့ဉ်အိဉ်ဧၢ်.

၅. **တၢ်မၤနီဉ်မၤဃါတၢ်တဖဉ် :** သမံသမိးကွၢ်က့ၤကွိအတၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကစီဉ်အတၢ်ပရၢပစၢၢ်, လံာ်ပရၢဆူမိၢ်ပၢ်အအိဉ်, တၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအတၢ်ကွဲးဖျါ, တၢ်သိဉ်လိအရဲဉ်အကျဲၤဒီးတၢ်သိဉ်လိလံာ်အမိၢ်ပှၤ်တဖဉ်အသိးတက့ၢ်. တၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါတဖဉ်အံၤဒုးနဲဉ်တၢ်လၢနကျဲးစၢးမၤဘဉ်ဃး inclusive, learning-friendly environment အိဉ်တမံၤမံၤစ့ၢ်ကိးဧၢ်. သရဉ်အတၢ်သိဉ်လိအရဲဉ်အကျဲၤဒီးတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်အံၤဒုးနဲဉ်လၢနကွိအံၤကဲထိဉ် inclusive, learning-friendly environment စ့ၢ်ကိးဧၢ်.



## အဆၢဖိဉ် ၁.၄
## ပမၤလိန့်၊်တ့၊်လံတ၊်မနုၤတဖဉ်လဲဉ်.

ပတုၤဃီၤလံဆူလံာ်အံၤအကတၢ်၊်လံ. ဘဉ်ဆဉ်ပအိဉ်ဒံးဒိးတ၊်ဂဲၤလိတခါလၢပကမၤအိၤအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. ပကစးထိဉ်ဃုသ့ဉ်ညါနမၤလိန့်၊်တ၊်မနုၤတဖဉ်လၢလံာ် Inclusive, learning-friendly environment အပူၤလဲဉ်ဒိးနစံးဆၢမၤလၢပဲၤတ၊်လၢလာ်တဖဉ်သ့၈၊်.

၁. ILFE စံးတ၊်နှဉ်မ့၊်တ၊်မနုၤလဲဉ်. တဲဖျါထိဉ် ILFE အခိပညီဒိးမ့၊်တီၤတတီၤလၢအလိၤက်ဒ်လဲဉ်. (အဒိ, ဒ်တ၊်ဆိလိၤကျဲၤလိၤလိ၊်ဆ့ဉ်နိၤအရဲဉ်အကျဲၤတဖဉ်, တ၊်မၤလိအပိးအလိတဖဉ်ဒိးတ၊်ရှလိာ်မုာ်လိာ်တဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.)

၂. ကွဲးရဲဉ်လီၤ ILFE အသကဲာ်ပဝဲးယဲ၊်ထံဉ်တကွ၊်.

၃. ကွဲးရဲဉ်လီၤ ILFE အဘျုးအဖိုဉ်ခံမံၤလၢကရူ၊်တကရူ၊်လၢ ဖိသဉ်, သရဉ်, မိ၊်ပ၊်ဒိးပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်စုာ်စုာ်တကွ၊်.

၄. ဘဉ်မနုၤအဃိကရူ၊်တနီၤကတြိဆၢတ၊်လဲလိာ်အံၤနှဉ်လဲဉ်.

၅. ကွဲးရဲဉ်လီၤတ၊်အကါဒိဉ်ကတၢ်၊်အပတိ၊်တဖဉ်လၢတ၊်ကစးထိဉ် ILFE အဂီ၊်ဒိးတ၊်ကဖိဉ်ဂ၊်၊်တ၊်လဲလိာ်အံၤဒ်လဲဉ်တကွ၊်. တဲဖျါထိဉ်နထံဉ်တ၊်လဲလိာ်မနုၤမၤအသးလၢနကျိအံၤလဲဉ်တကွ၊်.

၆. ဘဉ်မနုၤအဃိတ၊်အပတိ၊်ယဲ၊်ပတိ၊်အံၤမ့၊်တ၊်အကါဒိဉ်လၢတ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအတ၊်ရဲဉ်တ၊်ကျဲၤအဂီ၊်နှဉ်လဲဉ်. နကျိအတ၊်လဲလိာ်အိဉ်တူၤအတပတိ၊်ဖဲလဲဉ်တပတိ၊်လဲဉ်. တ၊်မနုၤလၢနမၤတ့၊်လံဒ်သိး ILFE ကကဲထိဉ်အဂီ၊်နှဉ်လဲဉ်. ဒ် ILFE အံၤမ့၊်တ၊်ဖံးတ၊်မၤတခါလၢအကဘဉ်လဲၤအသးတပယူ၊်ဃီအသိးတ၊်မနုၤလၢအလိဉ်ဒံးမ့တမ့၊်နအဲဉ်ဒိးမၤဒ်သိးနကျိကကဲထိဉ် ILFE အံၤအဂီ၊်နှဉ်လဲဉ်.

တ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive, learning-friendly environment အံၤမ့၊်တ၊်ဖံးတ၊်မၤလၢအဂ့ၤတမံၤနှဉ်လီၤ. ဒ်သိးပှၤကိးဂၤဒဲးကမၤန့၊်တ၊်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အဂီ၊်တ၊်အဆိကတၢ်၊်တပတိ၊်နှဉ်ပဘဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE နှဉ်လီၤ. တ၊်ဖံးတ၊်မၤအံၤလိဉ်ဘဉ်တ၊်ဟ့ဉ်လီၤသး, တ၊်မၤတ၊်သပှ၊်ပှ၊်ဆူဉ်ဆူဉ်ဒိးတ၊်

စိဉ်ထိဉ်မဲာ်စိဉ်ထိဉ်နါလၢတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကျဲအါဘိအပူၤန့ဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်ပကမၤန့ၢ်တၢ်သူဉ်မှာ်သးမှာ်ဖဲပထံဉ်လၢပှၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးပၢနှာ်အမံၤလၢကွဲဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်အခါဖိသဉ်လၢအအိဉ်တ့ၢ်လံလၢကွဲတဖဉ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဒီးဖိသဉ်အပူၤကွံာ်တအိဉ်ကွဲတဖဉ်ဟဲနှာ်လီၤကှၤကွဲတဖဉ်အခါန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအပူၤကွံာ်တပဉ်ဃုာ်လၢပှၤကျါဒီးတအိဉ်ကွဲတဖဉ်ခဲအံၤအဝဲသ့ဉ်ကမၤန့ၢ်တၢ်သးမံလၢအမၤလိဘဉ်တၢ်စ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ.

လံာ်တဘ့ဉ်အံၤမၢနကဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးနကွဲမ့ၢ်တ့ၢ်လံ inclusive, learning-friendly environment လၢကျဲဒ်လဲဉ်ဒီးမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကဃုသ့ဉ်ညါအါထိဉ်ကျဲတဖဉ်လၢနကွဲကကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ခဲအံၤသံကွၢ်လီၤနသး, **“ခဲမ့ၢ်ဆ့ဉ်ယမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးတၢ်လဲလိာ်ကအိဉ်ထိဉ်လၢယတီၤပူၤ မ့တမ့ၢ် ယကွိပူၤန့ဉ်လဲဉ်.”** **ဟ့ဉ်ထိဉ်နတၢ်တိာ်ဟ်သၢမံၤလၢနကစ့ၢ်ဒဉ်နဲဒီးထိဉ်သတြိၤအီၤဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအီၤဒီးနပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်တက့ၢ်. တန်ဲ မ့တမ့ၢ် ခံန်ဲဝံၤအလိၢ်ခံထိဉ်သတြိၤကွၢ်လၢနမၤလၢပဲၤနတၢ်တိာ်ဟ်အံၤလၢကျဲဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.**

## နမၤလိန့ၢ်တၢ်အါထိဉ်သ့ဖဲလဲဉ်.

လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲးကျုံးအီၤဒီး Web sites လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်လံာ်တဖဉ်လၢအလုၢ်အပ့ၤဒိဉ်မးလၢနကဟံးန့ၢ်တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

## လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲကျုံးအီၤတဖဉ်.

Booth T, Ainscow M, Black-Hawkins K, Vaughan M and Shaw L. (2000) Index for Inclusion: Developing Learning and Participation in Schools. Bristol: Centre for Studies on Inclusive Education.

Dutcher N. (2001) Expanding Educational Opportunity in Linguistically Diverse Societies. Center for Applied Linguistics: Washington, DC.

Pijl SJ, Meijer CJW, and Hegarty S. (Eds.) (1997) Inclusive Education: A Global Agenda. London: Routledge.

Slavin RE, Madden NA, Dolan LJ and Wasik BA. (1996) Every Child, Every School: Success for All. Newbury Park, California: Corwin.

UNESCO (2001) Open File on Inclusive Education: Support Materials for Managers and Administrators. Paris.

UNESCO (1993) Teacher Education Resource Pack: Special Needs in the Classroom. Paris.

UNESCO (2000) One School for All Children. EFA 2000 Bulletin. Paris.

United Nations (1989) Convention on the Rights of the Child. Adopted and opened for signature, ratification and accession by General Assembly resolution 44/25 of 20 November 1989, entry into force 2 September 1990, in accordance with article 49.

Web Sites

Centre for Studies on Inclusive Education (CSIE).
http://www.inclusion.uwe.ac.uk

Enabling Education Network (EENET).
http://www.eenet.org.uk

International Labour Organization.
http://www.ilo.org

လမ်းညွှန်ချက် (၂)

# တော်မဆသကဲ့ ယဉ်တော်ဒီး ဟံခုံဖိယိဖိဒီး ပုဇတာ၊ တဖုဉ်

# Working with Families and Communities to Create an ILFE



Inclusive Learning-Friendly Environments

UNESCO

## တ၀်နဲၵ်ကျဲလၢလံာ်အံၤအဂီ၀်

လံာ်အဘ့ၵ် (၂) အဝဲအံၤဟ်ဖျါထိၵ်တ၀်ဂ့၀်ဘၵ်ဃးနကမၤစၢၤမိ၀်ပ၀်, ပှၤလၢအအိၵ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖၵ်ဒီးတ၀်ကရၢကရိတဖၵ်ဒ်သိးအဝဲသ့ၵ်တဖၵ်ကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၀်လၢတ၀်ဒုးအိၵ်ထိၵ်ဒီးမၤဂ့ၤထိၵ် ILFE နှၵ်လီၤ. ကဟ့ၵ်စ့၀်ကီးနၤတ၀်ဆိကမိၵ်လၢနကဒုးပၵ်ဃုာ်ပှၤတဝၤလၢကွိအပူၤဒ်လဲၵ်ဒီးပှၤကွိဖိတဖၵ်လၢပှၤတဝၤအပူၤဒ်လဲၵ်နှၵ်လီၤ. တ၀်အံၤကမၤစၢၤစ့၀်ကီးနၤလၢနကမၤနီၵ်ကျဲသနူအဝဲအံၤလဲၤအသးဒ်လဲၵ်ဒီးကဟ့ၵ်စ့၀်ကီးနၤတ၀်ထံၵ်သ့ၵ်တဖၵ်လၢနကမၤဃုာ်မၤသကိးတ၀်ဒီးဟံၵ်ဖိဃီဖိတဖၵ်, ပှၤတဝၤတဖၵ်အါထိၵ်လၢနကဒုးအိၵ်ထိၵ် ILFE အပူၤနှၵ်လီၤ.

## တ၀်ဂ့၀်ခိၵ်တီတဖၵ်


| | | |
|---|---|---|
| ၂.၁ | **သရၣ်, မိ၀်ပ၀်, ပှၤတဝၤအတ၀်ရၣလိာ်မှာ်လိာ်လၢ ILFE အပူၤ** | ၃ |
| | မတၤမ့၀်ပှၤတဝၤတဖၵ်လဲၵ်. | ၃ |
| | ဘၵ်မနုၤအဃိပကြၢးမၤဃုာ်မၤသကိးတ၀်ဒီးပှၤတဝၤတဖၵ်လဲၵ်. | ၄ |
| | ပမူဒါဒီးတ၀်ဖံးတ၀်မၤမ့၀်မနုၤတဖၵ်လဲၵ်. | ၈ |
| ၂.၂ | **တ၀်ဂ့၀်တ၀်ကျိၤဘၵ်ဃး ILFE လၢဟံၵ်ဖိဃီဖိဒီးပှၤတဝၤတဖၵ်အပူၤ** | ၁၁ |
| | တ၀်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဟံၵ်ဖိဃီဖိဒီးပှၤတဝၤတဖၵ် | ၁၁ |
| | တ၀်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢထီဘိ | ၁၃ |
| | တ၀်ဒုးအိၵ်ထိၵ်တ၀်သူၵ်ဆူၵ်သးဂဲၤလၢတ၀်ဆိၵ်ထွဲ ILFE အဂိ၀် | ၂၀ |
| ၂.၃ | **ပှၤတဝၤဒီးတ၀်မၤလိမိ၀်ပှ၀်** | ၂၃ |
| | ပှၤတဝၤလၢတီၤပူၤ | ၂၃ |
| | တီၤပူၤဒီးပှၤတဝၤ | ၂၆ |
| ၂.၄ | **ပမၤလိတ့၀်လံတ၀်မနုၤတဖၵ်လဲၵ်.** | ၂၉ |



## အဆ၊ဇိဉ် ၂.၁
## သရုဉ် – မိ၊ပ၊် – ပှ၊တဝ၊
## အတ၊်ရှလိာ်မှာ်လိာ်လ၊ ILFE အပူ၊

### မတ၊မှ၊်ပှ၊တဝ၊်တဖဉ်လဲဉ်.

ပှ၊တဝ၊်စံး်တ၊်နှဉ်မှ၊်ပပှ၊ကျိဖအမိ၊်အပ၊်, ပကျိဖအဟံဉ်ဖဳိဖ, ဒီးပှ၊လ၊အအံး်ထွဲကွ၊်ထွဲဖိသဉ် တဖဉ်ဃုာ်ဒီးပှ၊လ၊အအိဉ်ဘူးဒီးကျိတဖဉ်နှဉ်လီ၊. မှ၊်စ့၊်ကီးကျိခိဉ်သးပှ၊်လ၊အအိဉ်ဘုံးတ့၊်လံတ ဖဉ်, ဖံဖုဒီးပှ၊ကိး်ဂ၊ဒဲး်လ၊အအိဉ်လ၊ကျိကပိာ်ကပ၊ဝး်ဝး်နှဉ်လီ၊. ကျိမှ၊်အိဉ်လ၊စ့၊်ပူ၊တခီပှ၊တ ဝ၊ကပဉ်ဃုာ်ပှ၊ဆါကျူးဖိတဖဉ်, ပှ၊မ၊အိဉ်တ၊်ဆါတ၊်ပ့၊တဖဉ်ဒီးပှ၊မ၊တ၊်လ၊ပဒိဉ်အတ၊်ဖံး်တ၊် မ၊တဖဉ်နှဉ်လီ၊. ပှ၊ခဲလ၊ာ်အံ၊မ၊စ၊ဖိသဉ်အတ၊်မ၊လိန့၊်တ၊်လ၊ ILFE အပူ၊သ့နှဉ်လီ၊.

လ၊ ILFE အပူ၊နှဉ်ပအိဉ်ဒီးမူဒါလ၊ပကမ၊အိဉ်ထိဉ်တ၊်လိ၊်လ၊ဖိသဉ်ခဲလ၊ာ်ကမ၊လိန့၊်တ၊်လ၊ တ၊်သူဉ်ဖှံသးညီဒီးတ၊်လိ၊်လ၊ပှ၊ကိး်ဂ၊ဒဲး်မှာ်လိာ်သးဒီးရှလိာ်သးအလိ၊်နှဉ်လီ၊. လ၊တ၊်ကဘဉ် ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE လ၊ပကျိအပူ၊အဂိ၊်ပလိဉ်ဘဉ်မိ၊်ပ၊်ဒီးပှ၊တဝ၊ဖိတဖဉ်နှဉ်လီ၊. အဒိ, အဝဲ သ့ဉ်မ၊စ၊ပှ၊ဒ်သိး်ကဃုထံဉ်နှ၊်ဖိသဉ်လ၊တအိဉ်ကျိတဖဉ်ဒ်သိး်အဝဲသ့ဉ်ကဟဲဆူကျိအဂိ၊်နှဉ်လီ၊

ပှ၊တဝ၊အတ၊်နှာ်လီ၊မ၊သကိးဃုာ်တ၊်နှဉ်မှ၊်တ၊်အကါဒိဉ်တမံ၊လ၊တ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံ၊ အဂိ၊်သနာ်ကွ့လ၊တ၊်အိဉ်သးနီ၊်နီ၊်အပူ၊တခီကျိဒီးပှ၊တဝ၊တဖဉ်တဘူးလိာ်အသးဘဉ်နှဉ်လီ၊. တ၊်တဘူးလိာ်အသးတဖဉ်အံ၊ကမှ၊်လ၊တ၊်ဂ့၊်တဘျူးမံ၊အဖိခိဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နှဉ်လီ၊. တ၊်ဂ့၊်တဖဉ် ကမှ၊်ကျိတ၊်ထိဉ်ကျိအဆ၊ကတီ၊်ဒီးဟံဉ်တ၊်ဖံး်တ၊်မ၊အဆ၊ကတီ၊်တဖဉ်တဖိးလိာ်အသးဘဉ်လီ၊ ဆီဇဉ်တ၊်ဖိသဉ်လ၊မိ၊်အိဉ်ထဲတဂ၊မ့တမ့၊်ပ၊်အိဉ်ထဲတဂ၊ဧိ၊တဖဉ်နှဉ်လီ၊. ပှ၊ဒ်အံ၊အသိး်တဖဉ် ဟဲထိဉ်ကျိအတ၊်ဟူး်တ၊်ဂဲ၊တချူးဘဉ်မှ၊်လ၊အဘဉ်မ၊တ၊်အဃိနှဉ်လီ၊. တဘျိတခီဉ်ပဝဲလ၊အမှ၊် သရုဉ်တဖဉ်တခီပဖံးမ၊တ၊်လ၊ကျိလ၊ပတသ့ဉ်ညါအဂ့၊်အကျိ၊တဖဉ်အပူ၊နှဉ်လီ၊. ပတအိဉ်လ၊ ပှ၊တဝ၊လ၊ပသိဉ်လိတ၊်လ၊အပူ၊ဇဉ်လဉ်ဘဉ်မ့တမ့၊်ပအိဉ်ဘူးလ၊ကျိအံ၊ထဲဇဉ်ကျိအဆ၊ကတီ၊် အခါဒိး်နှံ့ကတ၊၊်အခါပက့၊အိဉ်သကိးပဟံဉ်ဖိဳိဖလ၊အအိဉ်လ၊ပှ၊တဝ၊လ၊အယံ၊ဒီးကျိလ၊ပ တ၊်မ၊အပူ၊နှဉ်လီ၊. လ၊တ၊်ဂ့၊်အံ၊ဒီးအဂု၊အဂ၊တဖဉ်အဳယိနှဉ် တ၊်ဆဲးကျိုးလိာ်သးတဖဉ်ညီနှ၊် ကဲထိဉ်ဇဉ်ထဲတခီတ၊၊ဒ်အမှ၊်ကျိဒီးမိ၊်ပ၊်မ့တမ့၊်ကျိဒီးပှ၊တဝ၊ဧိ၊နှဉ်လီ၊. တ၊်ဆဲးကျိုးလ၊အအိဉ် လ၊မိ၊်ပ၊်ဒီးကျိမ့တမ့၊်ပှ၊တဝ၊ဒီးကျိနှဉ်အိဉ်ဇဉ်ပူ၊ဘျိပူ၊ဘျိဧိ၊နှဉ်လီ၊. တ၊်ကီတ၊်ခဲတဖဉ်အံ၊တ၊် ကဘဉ်မ၊နာ၊ကွံာ်အီ၊ဖဲကျိပျဟံဉ်ဖိဳိဖဒီးပှ၊တဝ၊နှာ်လီ၊မ၊သကိးတ၊်လ၊ကဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အခါနှဉ်လီ၊.

**ပှၤတဝၤနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢကွိအပူၤစ့ၢ်ဓါ.**

ပှၤကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢအအိဉ်လၢဝ့ၢ်ခွံးနံဉ်, ကိၢ်အ့ဒယဉ်အပူၤတဖဉ်တၢ်ကိတၢ်ခဲဘဉ်အဝဲသ့ဉ်မ့ၢ် လၢအကွိအိဉ်ဒီးတၢ်သိဉ်တၢ်သီလၢဟိဉ်ကဝီၤပှၤတဝၤတဖဉ်ကဘဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢကွိ ပူၤအံၤအဃိနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်မ့ၢ်ထံဉ်လီၤအသးလၢအအိဉ်ဒီးပှၤတဝၤလၢအဒိဉ်ထဲအံၤသနာ်က့, တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိုးလိာ်အသးလၢတဂၤဒီးတဂၤ မ့တမ့ၢ် ဆူတၢ်ကရၢကရိအဂၤလၢအပှၤတဝၤအ ပူၤအိဉ်ထဲတဆံးတက့ၢ်ဧၤနှဉ်လီၤ. တၢ်ဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးဒီးတၢ်မၤဘူးမၤတံၢ်အိဉ်ဒဉ်ထဲလၢတၢ်ကူဉ် ဘဉ်ကူဉ်သ့ဝဲၤကျိၤဝဲၤကွာ်အဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ကွိဒီးသရဉ်တဖဉ်တူၢ်ဘဉ်ဝဲလၢပှၤအိဉ်လၢအခိဉ် အဃၢၤတဖဉ်တကနှာ်ဃုာ်အီၤဘဉ်. အဝဲသ့ဉ်တသ့ဉ်ညါပှၤအဂုၤအဂၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၤ ပူၤဒီးပှၤအဂုၤအဂၤလၢပှၤတဝၤပူၤတဖဉ်စ့ၢ်ကီးတသ့ဉ်ညါအဝဲသ့ဉ်ဒီးတၢ်လၢအမၤဝဲတဖဉ်ဘဉ် နှဉ်လီၤ. နိၢ်နိၢ်နှဉ်ပှၤကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တဖဉ်ဏဉ်ဒိးပှၤမၤလိတၢ်ဖိဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဟ့ဉ်ထိဉ်အတၢ် ထံဉ်ဆူကွိအါထိဉ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိအဝဲသ့ဉ်စးထိဉ်မၤကီးတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကရူၢ်ဆံး ဆံးဖိဒ်သိးကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါတၢ်ကတိၤသကိးတၢ်ဒီးသရဉ်အါထိဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကွဲမှာ် စ့ၢ်ကီးပှၤတဝၤဖိတဖဉ်လၢကဟဲမၤဘူးမၤတံၢ်လိာ်အသးဒီးပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- Booth T and Black-Hawkins K. (2001) Developing Learning and Participation in Countries of the South: The Role of an Index for Inclusion. UNESCO: Paris.

## ဘဉ်မနုၤအဃိပကြၢးမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်လဲဉ်.

ပှၤတဝၤစံးတၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်လိၢ်ဖဲဖိသဉ်အိဉ်ဆိးဒီးမၤလိတၢ်အလိၢ်, ဒီးတၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ်စူးကါ က့ၤဝဲအလိၢ်နှဉ်လီၤ. ဟံဉ်ဖိယိဖိ, ပှၤတဝၤခိဉ်နၢ်ဒီးပှၤတဝၤဖိအဂုၤအဂၤတဖဉ်အတၢ်နှာ်လီၤဖံးမၤ သကိးတၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်လုၢ်ပှၤဒိဉ်ဒီးတၢ်အကါဒိဉ်ဖးဒိဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤကအိဉ်ကွိဒီးမၤစၢၤအဝဲ သ့ဉ်ဒ်သိးကမၤန့ၢ်တၢ်သ့ဂ့ၤဂ့ၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ဟံဉ်ဖိယိဖိဒီးပှၤတဝၤမ့ၢ်ဟ်ဒိဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ် ကူဉ်သ့လၢပဟ့ဉ်လီၤအဖိအလံၤတဖဉ်ဒီးဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤပှၤဒ်ပမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်စ့ၢ်ကီးအသိးနှဉ်ဖိ သဉ်စ့ၢ်ကီးကဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤအတၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်လၢတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂိၢ်အံၤနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကမၤ စၢၤစ့ၢ်ကီးအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကဟ်ကဲပှၤဒိးအပှၤမၤလိသကိးတၢ်ဖိတဖဉ်, လီၤဆိဒဉ်တၢ်ပှၤလၢအ အိဉ်ဒိးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလိၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒိးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါ အဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကစူးကါအတၢ်မၤလိလၢအတၢ်အိမူကိးနံၤဒဲးအပူၤနှဉ်လီၤ.

ပှၤတဝၢတဖဲ့ဟ့ဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်သ့ဉ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်လၢပကစူးကါ အီၤဒ်သိးကဒုးဒိဉ်ထိဉ်ဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၤသ့နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပစူးကါဃုာ်တၢ်တဲလၢပျၢၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢတဖဲ့ဆူပတၢ်သိဉ်လိကျိာ်အတၢ်မၤလိအပူၤ မ့တမ့ၢ် စူးကါဟီဉ်ကဝီၤအတၢ်မ့ၢ်တၢ်ဘိမ့တမ့ၢ်တၢ်ဘုဉ်ဆဉ်ဖိကီၢ်ဖိအကျိၤအကျဲလၢစဲအ့ဉ်အတၢ်မၤလိအပူၤတဖဲ့အသိးန့ဉ်လီၤ.

အါန့ၢ်အန့ၢ်ပမ့ၢ်အဲဉ်ဒိးမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်မၤလိလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤ, မၤဂ့ၤထိဉ်ပကွိအသူးအသ့ဉ် ဒိးမၤန့ၢ်တၢ်လဲလိာ်လၢအအိဉ်ကၢအိဉ်ခိးအဂီၤန့ဉ်ပကဘဉ်မၤသကိးတၢ်နှဉ်လီၤ. ကွိလၢကီၤဖံးလံး ဖံ(စ်) လၢအကျဲးစၢးလဲလိာ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အကျဲသနူအံၤထံဉ်ဝဲလၢဒ်သိးပကမၤနၢၤတၢ်အ ဂီၤပဘဉ်မၤသကိးတၢ်ဒ်အဖိလာ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

တၢ်လဲလိာ်တၢ်တမံၤဆူတၢ်အဒိဉ်တဘျိဃိ မ့တမ့ၢ် လဲလိာ်အီၤချ့သဒံးန့ဉ်တကဲထိဉ်ကဲထိနီတဘျိဘဉ်. ကျဲလၢကလဲလိာ်ကွိအတၢ်အိဉ်သးလၢကအိဉ်ကၢအိဉ်ခိးအဂီၤန့ဉ်မ့ၢ်တၢ်ဟ့ဉ်ကွိဖိ, ကွိဖိမိၢ်ပၢ်, သရဉ်, ပှၤပၢဆ့ၢ်တၢ်ဒီးပှၤတဝၢတဖဲ့တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်လဲလိာ်အံၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ.

Feny de los Angeles-Bautista with Marissa J. Pascual, Mar jorie S. Javier, Lillian Mercado-Carreon and Cristina H.Abad. (2001). Reinventing Philippine Education: Building Schools Filipino Children Deserve. The Ford Foundation, Philippines.

ကွိလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တ့ၢ်လံ ILFE တဖဲ့ထံဉ်လၢတၢ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၢမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်အဒိလၢတၢ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၢအံၤမ့ၢ်ဝဲ BRAC အကွိ လၢအအိဉ်လၢဘ့ကလါဒ့ဉ်း(ရှ်)အပူၤတဖဲ့နှဉ်လီၤ.

## ပှၤတဝၢအတၢ်မၤစၢၤဆီဉ်ထွဲ ILFE အဒိအတံာ်တခါ

ဖဲ ၁၉၇၉ နံဉ်နှဉ် BRAC အကွိအိးထိဉ်အကဆိကတၢ်တဖျၢဉ်လၢကီၢ်ဘ့ကလါဒ့ဉ်း(ရှ်) ဒ်ပိာ်မုဉ်တဂၤလၢအထိဉ်တ်သ့ကွဲးသ့ဖးအတၢ်မၤလိအတၢ်ဃ့ထိဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်တဂၤအံၤအဲဉ်ဒိးတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အခိဉ်ထံးလၢအဖိအဂီၤန့ဉ်လီၤ. (တၢ်ကတိၤ BRAC အံၤမ့ၢ် Bangladesh Rural Advancement Commitee ) နှဉ်လီၤ. BRAC အံၤမ့ၢ်ကမျၢ်သဘျ့ကရၢတဖုလၢအဟူးဂဲၤလၢပှၤတဝၢလၢအအိဉ်လၢကီၢ်ဘ့ကလါဒ့ဉ်း(ရှ်) ခိခိဉ်, တၢ်လီၢ်လၢတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိတတူၤဃီၤအလီၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. BRAC အံၤမၤစၢၤဆီဉ်ထွဲမိၢ်တဖဉ်ဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအကမံးတံာ်, ဃုတၢ်လီၢ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကို, ဃုသရဉ်ဒီးရဲဉ်ကျဲးကွိအဂီၤန့ဉ်လီၤ.

BRAC ယုထံာ်ဖိသာ်လ၊အဖှိာ်သံယာ်ဂီ၊တဖာ်, လီ၊ဆိဒးာ်တ၊်ပိာ်မုာ်တဖာ်ခီဖျိတ၊်ဟး်ဆှာ်ကွ၊် ဟံာ်ဃိတဖာ်နှာ်လီ၊. အါတက့၊်ကွိကဘာ်တူ၊်လိာ်ပိာ်မုာ်ဖိတဖာ်လ၊အအိာ်ဒီးအတ၊်သိာ်လိမိ၊်ပှ၊် လီ၊ဆီလ၊ပဒိာ်ဒီးအိာ်ဒီး child-centered တ၊်သိာ်လိအကျိ၊အကျဲနှာ်လီ၊. ကွိအံ၊တတူ၊်လိာ်တ၊် စံာ်ညီာ်မ၊ဆါဖိသာ်တဖာ်နှာ်ဘာ်. ဖဲဖိသာ်တဖာ်ဖျိထိဉ် BRAC အကွိဝံ၊နှာ်အဝဲသ့ာ်နုာ်လီ၊ဆူ ပဒိာ်အကွိသ့နှာ်လီ၊. ပှ၊ဖိသာ်အါဂ၊ဖျိထိာ်ဒီးဆဲးထိာ်က့၊ပဒိာ်အကွိနှာ်လီ၊.

ကွိအပှ၊မ၊တ၊်ဖိတဖာ်ညီန့၊်အိာ်လ၊ပှ၊အတဝ၊အပူ၊ဒီးအိာ်ဒီးတ၊်ဆဲးကျိးဒီးမိ၊်ပ၊်ဘူးဘူးတံ၊်တံ၊် နှာ်လီ၊. မိ၊်ပ၊်တဖာ်ဆ၊တဲာ်တ၊်ဆ၊ကတီ၊်လ၊ဖိတဖာ်အတ၊်ထိာ်ကွိအဆ၊ကတီ၊်ဒီးကွိအနံ၊သ ဘျုတဖာ်လဲလိာ်ဝဲသ့လ၊ဒီတနံာ်အတီ၊်ပူ၊ဒ်အတ၊်သူာ်တ၊်ဖျးအဆ၊ကတီ၊်အသိးနှာ်လီ၊. သရာ် တဖာ်မ့၊်လီ၊ဟိနှာ်မိ၊်ပ၊်တဖာ်နုာ်လီ၊မ၊ပဲ့၊သရာ်အလီ၊်ဘာ်ဆာ်သရာ်လီ၊ဟိအဆ၊ကတီ၊်စု၊ဒိာ် မးနှာ်လီ၊. ကွိတဖျ၊ာ်ဘာ်တဖျ၊ာ်အိာ်ဒီးကွိအပှ၊ပ၊ဆု၊တ၊်ကမံးတံာ်လ၊အဘာ်တ၊်မ၊အိာ်ထိာ် အီ၊လ၊မိ၊်ပ၊်သ၊ဂ၊, ပှ၊တဝ၊အခိာ်တဂ၊, ဒီးသရာ်တဖာ်နှာ်လီ၊. ပှ၊တဖာ်အံ၊ဟံး်နှ၊်သကိုးမူ ဒၢလ၊တ၊်ပ၊ဆု၊ရဲာ်ကျဲ၊ကွိအဂိ၊်နှာ်လီ၊.

BRAC အပှ၊မ၊တ၊်ဖိတဖာ်အိာ်ဒီးတလါတဘျိအတ၊်အိာ်ဖှိာ်လ၊မိ၊်ပ၊်, သရာ်သမါတဖာ်အဂိ၊် ဒ်တ၊်ဆ၊ကတီ၊်လ၊အကြား်အဘာ်ဒီးအဝဲသ့ာ်အသိးနှာ်လီ၊. တ၊်အိာ်ဖှိာ်အံ၊တ၊်မ၊အီ၊အါတက့၊် လ၊မု၊်ဆါခီအဆ၊ကတီ၊်အဃိပှ၊ထိာ်တ၊်အိာ်ဖှိာ်တဖာ်အါတက့၊်မ့၊်မိ၊်ဒီးပိာ်မုာ်တဖာ်နှာ်လီ၊. BRAC အတ၊်ဘျ၊တခါလ၊တ၊်အိာ်ဖှိာ်အပူ၊နှာ် မ့၊်မိ၊်ပ၊်ကဘာ်ထိာ်တ၊်အိာ်ဖှိာ်အစု၊ကတ၊်၊ 70% ဒီးဖိသာ်တဖာ်ကြား်ထိာ်မိ၊်ပ၊်အတ၊်အိာ်ဖှိာ်စ့၊်ကီးနှာ်လီ၊. ပမ့၊်ဒွးလ၊မျးကယ၊အဖီခိာ်နှာ် ဖိသာ်အမိ၊်ပ၊် 80% နှာ်ထိာ်တ၊်အိာ်ဖှိာ်နှာ်လီ၊. မိ၊်ပ၊်တဖာ်တဲဖျါထိာ်တ၊်ဂ့၊်လ၊အကိ၊်ဒီးဘာ် ယိာ်ဝဲဘာ်ဃးကွိအဂ့၊်ဘာ်ဆာ် BRAC တူ၊်တ၊်လ၊ာ်ဘူာ်လ၊ာ်စု၊ဒ်အမ့၊်ကွိအလဲ, ဘူာ်စု၊အဂ၊ တဖာ်, မ၊စ၊၊တ၊်ဒ့ာ်စ၊၊, တ၊်သိာ်က့၊သိက့၊ဒီးတ၊်ရဲာ်တ၊်ကျဲ၊လ၊တနံ၊ဒီးတနံ၊အဂိ၊်အဃိတ၊် တသူာ်မံသးမံတဖာ်အိာ်ဒၢာ်ထဲတဆံးတက့၊်ဓိ၊နှာ်လီ၊.

- ဘာ်တ၊်ဟံး်နှ၊်အီ၊လ၊ A and Bossert H. (1998) Involving Communities: Participation in the Delivery of Education Programs. Washington, DC: Creative Associates International, Inc.



**တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤအတၢ်ဂဲၤလိ – ပှၤတဝၢတဖဉ်မၤစၢၤဆီဉ်ထွဲ ILFE ဒ်လဲဉ်.**

ပှၤတဝၢတဖဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE လၢ BRAC အကျိတဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်.

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

နပှၤတဝၢနှာ်လီၤမၤသကိးတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤလၢတၢ်ကမၤအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအဂီၤလဲဉ်

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

ပှၤလၢအအိဉ်လၢနပှၤတဝၢအပူၤတဖဉ်မၤစၢၤတၢ်မနုၤအဂၤဒ်သိးနကျိကအိဉ်ဒီးတၢ်မၤဒိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအဂီၤဒ်လဲဉ်.

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

လၢနပှၤတဝၤအပူၤမတၤလၢအမၤတ်ဒ်ခိာ်နှ်အသနၢာ်ဒ်သိးကပၢၤဃာ် ILFE သ့နှာ်လဲာ်.

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

နမၤတ်မနုၤသ့ဒ်သိးနကဟ့ာ်ဂ်ံ်ဟ့ာ်ဘါနပှၤတဝၤလၢကမၤစၢၤတ်လၢတ်ပၢၤဃာ် ILFE လၢန ကွိအံၤအဂီ်လဲာ်.

၁. ----------

၂. ----------

၃. ----------

## ပမူဒၢဒီးတ်ဖံးတ်မၤမ့်မနုၤတဖာ်လဲာ်.

လၢတ်မၤသကိးတ်ဒီးမိ်ပ်ဒီးပှၤတဝၤတဖာ်အကျါဒ်သိးအဝဲသ့ာ်ကဆီာ်ထွဲ ILFE အဂီ်ဒ်ပမ့်ကွိ သရၣ်တဖာ်အသိးပမူဒၢဒီးတ်ဖံးတ်မၤတဖာ်မ့်တ်မနုၤလဲာ်.

**သရၣ်ခဲလၫ်နှ်အိာ်ဒီးအမူအဒၢ...**

၁. ပဘာ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိုးဒီးဟံာ်ဃီဒ်အမ့်မိ်ပ်, မ့တမ့်ပှၤကွ်ထွဲဖိသာ်တဖာ်ဘာ်ဃးဖိသာ် တဖာ်အတ်လဲၤထိာ်လဲၤထိဒီးအတ်မၤနၢၤလၢအတ်မၤလိန့်တ်အပူၤထိဘိန့ာ်လီၤ.

၂. ကမၤသကိးတ်လၢပှၤတဝၤခိာ်နှ်တဖာ်ဒ်သိးကဃုထံာ်ဖိသာ်လၢတအိာ်လၢကွိတဖာ် ဒီးဃုသ့ာ်ညါဘာ်နုၤအဃိတအိာ်ကွိအဂ့်ၤအကျိုၤဒီးကဘာ်ဟ့ာ်ကူာ်ဟ့ာ်ဖးကျဲလၢက ဘာ်ထုးနုာ်ဖိသာ်တဖာ်အံၤဆူကွိဒ်လဲာ်

၃. တဲနှ်ပၢၢ် ILFE အလုာ်အပ့ၤဒီးအဘျုးအဖိုာ်ဆူကွိဖိလၢအအိာ်လၢတီၤပူၤ မ့တမ့် ကွိပူၤ တဖာ်ဒီးဆူကွိဖိအမိ်အပ်အအိာ်

၄. ကတဲာ်ကတီၤအပှၤကွိဖိတဖဉ်ဒ်သိးတၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်အံၤကဘဉ် အိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်အပူၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်လဲၤတၢ်က့ၤ, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလီၤ ဆိတဘျိတဘျိ

၅. ကွဲမုာ်ဘဉ်မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤလၢကနုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤ

**သရဉ်တနီၤကဟံးန့ၢ်စ့ၢ်ကီးမူဒါလၢ...**

၆. ကမၤသကိးတၢ်လၢသရဉ်အဂၤတဖဉ်ဒီးကွိခိဉ်အဂၤတဖဉ်လၢတၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိုးဘဉ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်အကျိၤဆူမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၢအတၢ်ကရၢကရိတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ် (ပှၤပၢဆှၤကွိကမံးတံာ်, သဝီတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ကမံးတံာ်, မိၢ်ပၢ်ဒီးသရဉ်သမါကရၢတဖဉ်)

၇. ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကတဲစၢၤတၢ်လၢ ILFE အဂ့ၢ်ဆူမိၢ်ပၢ်အဂၤတဖဉ်အအိဉ်ဒီးပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်



**တၢ်ဂဲၤလိ : ပကမၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်ဒ်လဲဉ်**

စးထိဉ်အီၤခီဖျိကွဲးရဲဉ်လီၤကွိကိးဖျၢဉ်ဒဲးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်လၢအပဉ်ဃုာ်ဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်လဲၤဟးအိဉ်သကိးအတၢ်လဲၤတၢ်က့ၤ, မိၢ်ပၢ်သရဉ်သမါတဖဉ်အတၢ်အိဉ်ဖှဉ်, နံၤသဘျုတဖဉ်ဒီးတၢ်ဟာ်ဖှဉ်ထိဉ်သရဉ်ဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်တပူၤဃီအဂ့ၢ်တက့ၢ်.[၁] ကွဲးလီၤဆူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤအကပၤဒ်လာ်အသိး

- နမၤစၢၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤမ့တမ့ၢ်တမၤစၢၤဘဉ်လဲဉ်. နမ့ၢ်မၤစၢၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤတခိနမၤအီၤလၢကျဲဒ်လဲဉ်ဒ်အမ့ၢ် (ပှၤရဲဉ်ကျဲၤစၢၤတၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤကွဲမုာ်တၢ်)

- တၢ်အစၢအဂ့ၤလၢအဟဲပိာ်ထွဲထိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခံ

[၁] တၢ်ဂဲၤဒိတခါအံၤတၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢတၢ်ကွဲးတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ် The Multigrade Teacher's Handbook (1994) Bureau of Elementary Education, Department of Education, Culture and Sports in Cooperation with UNICEF Philippines, and UNICEF at Http//www.unicef.org/teachers/environmetn/families.htm.

- တ်မနုၤပိာ်ထိဉ်အခံလၢတဂ့ၤဒီးလၢခံတ်ကဘဉ်ဟးဆဲးတ်ကဲထိဉ်အသးအံၤန့ဉ်လဲဉ်, အဒိ, မိ်ပ်ဟဲထိဉ်ဒဉ်ထဲစ့ၤဂၤတ်ဟးဆဲးတ်ကဲထိဉ်အသးအံၤသ့ဒ်အမ့်တဲလိၤတ်ဟူးတ်ဂဲၤအံၤဆူကမျာ်အကျါတဘျူးဘျိတချူးတ်ဖံးတ်မၤအံၤတ်မၤအီၤဒ်ဘဉ်အခါန့ဉ်လိၤ.

တိၤလိၤပနိဘျၤလၢတ်ဟူးတ်ဂဲၤအဂီၤ်ဒ်နဆိကမိဉ်လၢအကါဒိဉ်တဖာ်အဖိလာ်, ကွိၤကဝိၤတ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢအဟဲလိၤလိၤလၢနတိၤပူၤတဖာ် မ့တမ့်၊ တ်သိဉ်လိအတ်ဖံးတ်မၤအပူၤတဖာ်တက့်၊. တ်ဟူးတ်ဂဲၤဖဲလဲဉ်တမံၤလၢနတိၤတဲာ်အဖိလာ်ဒီးတ်ဟူးတ်ဂဲၤဖဲလဲဉ်တမံၤလၢနကွိၤကဝိၤအီၤလဲဉ်. တ်လၢနတိၤတဲာ်အီၤတဖာ်ဆိကမိဉ်မ့်ယပၢနှာ်လိၤတ်တဖာ်အံၤဆူယတ်သိဉ်လိအပူၤသ့ဒ်လဲဉ်အဂ့်တက့်၊.

သံကွ်လိၤစ့်ကီးနသးလၢတ်ဟူးတ်ဂဲၤဖဲလဲဉ်တဖာ်အကါဒိဉ်လၢကမၤစၢၤနကွိမ့တမ့်နတိၤဒ်သိးကကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly နှဉ်လဲဉ်. တ်ဟူးတ်ဂဲၤဖဲလဲဉ်တမံၤအဂ့ၤလၢတ်မၤဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်, တ်မၤန်ပၢ်အါထိဉ် ILFE အဂီၤ်လၢဟံာ်ဖိယိဖိဒီးပှၤတဝၤအတဖာ်အကျါလဲဉ်.

ကွဲးကျၢ်တံၢ်က့ၤတ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်လၢအမၤအသးလၢနၤဒီးနကွိဒီးနပှၤတဝၤအဘၢဉ်စၢၤခီဖျိတ်ဟူးတ်ဂဲၤတမံၤဘဉ်တမံၤစုာ်စုာ်တက့်၊. အဒိ, "တ်မၤမိ်ပ်သရဉ်သမါအတ်အိဉ်ဖှဉ်တချူးကွိစးထိဉ်အဆၢကတီၤ်အံၤဒုးန်ပၢ်ယၤလၢကွိဖိမိ်ပ်တဖာ်အဂ့်အကျိၤအါထိဉ်ဒီးမိ်ပ်တဖာ်သးအိဉ်မၤစၢၤတ်လၢတီၤပူၤအတ်ဟူးတ်ဂဲၤအါထိဉ်နှဉ်လိၤ."

အလီ်ခံကတၢ်က့်ကဒါက့ၤတ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်လၢအဂ့ၤတဖာ်လၢအမၤအသးလၢနၤဒီးနကွိအဘၢဉ်စၢၤအံၤဒီးယုကျဲလၢတ်ကမၤဒိဉ်ထိဉ်လဲ်ထိဉ်တ်ဟူးတ်ဂဲၤအံၤဒ်လဲဉ်. အဒိ, လၢတ်မၤတ်အိးထိဉ်ကွိအမူး မ့တမ့်၊ တ်ပျ်ကွိအမူးတနံဉ်တဘျိအလီ်နှဉ်မၤအီၤအါန့်တဘျိအသိးန့ဉ်လိၤ. တ်အိးထိဉ်ကွိအမူးအံၤဖဲကွိအိးထိဉ်သိသိအခါတ်ကကွ်ထံဖိသဉ်အတ်ကမၤလိန့်တ်ဒီးဟံာ်ဖိယိဖိတဖာ်မၤစၢၤအီၤကသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်. ဖဲတ်ပျ်ကွိအမူးအခါကွ်ထံဒီးမၤဖျိထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ဖံးတ်မၤဒိးမၤလၤကပိၤဖိသဉ်အတ်မၤနၢၤသကိးတ်လၢတ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အဂီ်တက့်၊.



## အဆၢဒိဉ် ၂.၂
## တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃး ILFE လၢဟံဉ်ဖဲယိဖိဒီး ပှၤတဝၢတဖဉ်အပူၤ

လၢတၢ်ကလဲလိာ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အကျဲသနူအဂိၢ်ပှၤတဝၢကဘဉ်ဆိဉ်ထွဲဒီးနှဉ်လီၤမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်လဲလိာ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဘျိအံၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. ဒ်သိးပှၤတဝၢကနှာ်လီၤမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်အဂိၢ်တခီကွံကဘဉ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိး, ဒုးသ့ဉ်ညါအီၤဒီးမၤသူဉ်ဟူးသးဂဲၤအီၤလီၤ.

### တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဟံဉ်ဖဲယိဖိဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်

ဒ်ပမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်အသိးပမူဒါအကါဒိဉ်ကတၢ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးဟံဉ်ဖဲယိဖိဒီးပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ထိဉ်ဖဲမိၢ်ပၢ်ဟံဉ်ဖဲယိဖိတဖဉ်အသးအိဉ်ဝဲလၢအဝဲသ့ဉ်အတၢ်မၤလိဒီးမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဒီးကွံဒီးဟံဉ်ဖဲယိဖိအခါန့ဉ်လီၤ. ပမ့ၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဃုာ်ဒီးဟံဉ်ဖဲယိဖိတဖဉ်နှဉ် မ့ၢ်ပမၤအါထိဉ်တီၤပူၤအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒီးတၢ်အံၤဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤစၢၤလၢပတၢ်သိဉ်လိအပူၤလၢကျဲအါဘိန့ဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိ တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးဖိသဉ်အဟံဉ်ဖဲယိဖိဒီးပှၤတဝၢအံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်တမံၤလၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly environment နှဉ်လီၤ.[၂]

ကျဲအဂ့ၤလၢတၢ်ဆဲးကျၢဒီးဟံဉ်ဖဲယိဖိတဖဉ်အဂိၢ်အိဉ်အါဘိန့ဉ်လီၤ. ကျဲလၢတၢ်ယၢၤထိဉ်အီၤလၢလာ်အံၤအိဉ်တနီၤဒီးကျဲးစၢးစူးကါကွၢ်ကျဲလၢနဘဉ်သးအီၤအဒိဉ်ကတၢ်တဘိဒီးနမၤအီၤကမှာ်ကတၢ်တဘိဝံၤစူးကါကွၢ်ကျဲအဂၤတဖဉ်တက့ၢ်.

- ကိးအိဉ်ဖှဉ်ဟံဉ်ဖဲယိဖိဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်တက့ၢ်. လၢတၢ်အိဉ်ဖှဉ်အံၤအပူၤတဲဖျါထိဉ်နဂ့ၢ်, နတၢ်ပညိဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်, ဒီး inclusive ဒီး learning-friendly environment တီၤပူၤအဂ့ၢ်ဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးကျဲလၢဟံဉ်ဖဲယိဖိဒီးပှၤတဝၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢနတီၤပူၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်ဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

---

[၂] တၢ်ဂဲၤဒိတခါဒီးလံာ်အဆၢတတီၤအံၤတၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢတၢ်ကွဲးတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ် The Multigrade Teacher's Handbook (1994) Bureau of Elementary Education., Department of Education, Culture and Sports in Cooperation with UNICEF Philippines and UNICEF လၢအအိဉ်လၢ http://www.unicef.org/teachers/environment/families.htm အံၤအပူၤလီၤ.

- အိာ်ဒီးတ်ကတိၤတၢာ်ပိာ်သကိးလိာ်သးဒီးမိ်ပ်ဘာ်ဃးဒီးအဖိတဖာ်အတ်မၤလိန့်တ်တ နံာ်တဘျိ မ့တမ့် ခံဘျိတက့်. ဒုးနဲာ်အဖိလၢတ်ဖံးတ်မၤအဒိအတဲာ်တဖာ်တက့်. မၤဖျါ ထိဉ်ဒီးမၤလဲ်ထိဉ်ဖိသဉ်အတၤလဉ်ဒီးတ်မၤနၢၤတ်လၢအဂ့ၤတဖာ်တက့်. ကတိၤသကိး လၢဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤမၤလိတ်သ့ဂ့ၤန့်,အလိ်ဖဲတ်မၤနၢၤကွံာ်တ်ကိတ်ခဲတ်နိးတ်ဘျး တဖာ်တက့်.

- ဆၣၢဖိသဉ်တဖာ်အတ်ဖံးတ်မၤဆူဟံာ်ဒ်သိးမိ်ပ်တဖာ်ကထံဉ်ဘာ်အဖိမၤတ်ဂ့ၤထဲလဲာ်တ က့်. မၤမိ်ပ်တဖာ်ဟ့ဉ်ထိဉ်အတ်ထံဉ်တ်ဆိကမိဉ်လၢဖိလံၤတဖာ်အတ်ဖံးတ်မၤအံၤအ ဖိခိဉ်တက့်. သံကွာ်အဝဲသ့ဉ်လၢအဖိကြၢးမၤလိတ်မနုၤလဲာ်အဂ့်တက့်.

- ဟ့ဉ်ဂံ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်တဖာ်လၢကတဲသကိးဘဉ်ဃးတ်လၢအမၤလိဝဲလၢဟံာ်မ့်မနုၤလဲာ်ဒီး စူးကါတ်ဂ့်တ်ကျိၤတဖာ်အံၤလၢနတ်သိဉ်လိအပူၤတက့်. ကတိၤတ်ဒီးမိ်ပ်တဖာ်ဘဉ် ဃးတ်လၢအဖိမၤလိလၢကွိတဖာ်လၢအဘဉ်ထွဲလိာ်အသးဒီးအတ်အိာ်မူလၢဟံာ်ဒ်လဲာ်တ က့်. ပမ့်တဲလၢကျဲအဂၤတဘိန္ဉာ်ဒုးနဲာ်မိ်ပ်တဖာ်လၢအဖိမၤလိန့်တ်သ့ဉ်ညါန်ပၢ်လၢကွိ အံၤတ်စူးကါအီၤသ့လၢဟံာ်အဂ့်တက့်.

- မၤဖိသဉ်တဖာ်လဲၤဟးအိာ်သကိးပှၤတဝၤဖိတဖာ်ဒီးသံကွာ်အမိ်အပ်မ့တမ့်ဖံဖုတဖာ်ဘဉ် ဃးလၢအမ့်ဒံးဖိသဉ်အခါအပှၤတဝၤအဂ့်တဖာ်ဒီးမၤဖိသဉ်ကွဲးတ်တဲမ့တမ့်လံာ်ဆီရဲဉ် ဘဉ်ဃး “ပှၤတဝၤအတ်အိာ်မူလၢအပူၤကွံာ်အဂ့်” တက့်.

- ဟ့ဉ်ဂံ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤတဝၤဖိတဖာ်လၢကနုာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢတီၤပူၤအတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖာ် ဒီးကွဲမုာ်ဘဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢအစဉ်နီၤတဖာ်ကဟဲဒီးနီၤလီၤအတ်သ့ဉ်ညါန်ပၢ်ဆူတီၤပူၤတ က့်.



## တ်ဂဲၤလိ : တ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဟံာ်ဖိဃီဖိဒီးပှၤတဝၤတဖာ်

စးထိဉ်အီၤလၢတ်ကျၢ်တံ်ကွ်ကှၤကျဲလၢနမၤဃုာ်မၤသကိးတ်ဒီးဟံာ်ဖိဃီဖိဒီးပှၤတဝၤခဲအံၤဒ်လဲာ်. နစးထိဉ်ဆဲးကျၢအဝဲသ့ဉ်ဒ်လဲာ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်နုာ်လီၤမၤသကိးတ့်လံတ်လၢအဖိအလံၤတ ဖာ်အတ်မၤလိအဂီၤအံၤအိာ်ထဲလဲာ်နှဉ်လီၤ.

ကွၢ်ကဖါကွၢကဒီးတၢ်ဆဲးကျၢဒီးမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၢအကျဲလီၤဆိအဂၤလၢတၢ်ယၢၤထိဉ်အီၤလၢထးအံၤတက့ၢ်. ဃုထၢကျဲလၢအလီၤဆိခံဘိမ့တမ့ၢ်သၢဘိမ့တမ့ၢ်အါန့ၢ်သၢဘိဒီးကွဲးလီၤအီၤလၢနလံာ်ပူၤတက့ၢ်. လၢကျဲတဘိဘဉ်တဘိစုာ်စုာ်အဖိလာ်အံၤကွဲးလီၤတၢ်လၢလာ်တဖဉ်တက့ၢ်.

- တၢ်ပီးတၢ်လီလၢနကဘဉ်ကတဲာ်ကတီၤအီၤ (တၢ်မ့ၢ်အိဉ်တမံၤမံၤလၢနကဘဉ်ကတဲာ်ကတီၤအီၤ) အိဉ်ဧါ.
- ကျဲလၢနဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိမ့တမ့ၢ်ပှၤတဝၢတဖဉ်အိဉ်ဒ်လဲဉ်.
- ကွဲးလီၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဆၢကတိၢ်အနံၤအသိဒီးမုၢ်နံၤမုၢ်သိအဂုၤအဂၤဒ်အမ့ၢ်နံၤဒိဉ်နံၤထိလီၤဆိတဖဉ်တက့ၢ်.

ဝံၤဆၢတဲာ်ကျဲအလီၤဆိတဖဉ်အံၤတၢ်ဒုးစဲဘူးအီၤလၢကျဲအလိၢ်လံၤသ့တသ့, အဒိ, နအဲဉ်ဒိးကိးကရူၢ်တၢ်အိဉ်ဖှိဉ်ဖဲနံဉ်စးထိဉ်မ့တမ့ၢ်ကွိစးထိဉ်တကတိၢ်ဘဉ်တကတိၢ်အဆၢကတိၢ်အသိးန္ဉ်လီၤ. လၢတၢ်အိဉ်ဖှိဉ်အံၤဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်လၢကဟဲမၢစၢၤတၢ်ဒ်ပှၤမၢစၢၤတၢ်လၢတီၤပူၤအသိးဒီးမၢပှၤတဝၢဖိစဲဉ်နီၤလၢကဟဲကတိၤလီၤတၢ်ဆူပှၤကွိဖိတဖဉ်အအိဉ်တက့ၢ်.

ကွဲးလီၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အမုၢ်နံၤမုၢ်သိဒီးတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢလံာ်နံဉ်လံာ်လါအပူၤတက့ၢ်. နမ့ၢ်မၤဒ်အံၤနဒုးအိဉ်ထိဉ်မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၢအတၢ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤသ့ညီဝဲန္ဉ်လီၤ

## တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢထီဘိ

### ထီဘိဒုးသ့ဉ်ညါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးအဖိတဖဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိ

ဒ်သရဉ်လၢအအိဉ်လၢ ILFE အသိးတဂၤန္ဉ်အလိၢ်အိဉ်လၢပကဘဉ်ဆဲးကျၢဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ထိဘိဘဉ်ဃးအဖိအလံၤတဖဉ်အဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. ပကလဲၤအိဉ်သကိးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢဟံဉ်, မ့တမ့ၢ် ကွဲးန့ၢ်အလံာ်ဘဉ်ဃးအဖိအလံၤတဖဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအဂ့ၢ်မ့တမ့ၢ်ကွဲမုာ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဆူကွိဒ်သိးကထံဉ်လာ်အသးဒီးသရဉ်တဖဉ်တက့ၢ်. အကါဒိဉ်ဝဲလၢတၢ်ကတူၢ်လာ်မုာ်မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၢဖိတဖဉ်ခဲလၢဂ်လၢကွိအပူၤန္ဉ်လီၤ.

တၢ်ထံဉ်လာ်အိဉ်သကိးမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤကွၢ်ထွဲဖိသဉ်လၢနံဉ်စးထိဉ်သိအံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်မ့ၢ်လၢသရဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရှလာ်မုာ်လာ်လၢအဖိတဖဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဃိန္ဉ်လီၤ. သနဉ်ကွမိၢ်ပၢ်တဖဉ်မ့ၢ်ဆိကမိဉ်ထဲဒဉ်လၢတၢ်ဟဲအိဉ်သကိးကွိမ့တမ့ၢ်တၢ်လဲၤဟးအိဉ်သကိးအဝဲ

သ့ာ်လၢဟံာ်အံၤမ့်ဒးာ်ထဲလၢအဖိတဖာ်ဘာ်တ်စံာ်ညီာ်အယိဓိၤန့ာ်နကဘာ်မၤဖျါဆုံအီၤလၢတ်ထံာ်လိာ်အိာ်သကိးအံၤလီၤဆိလိာ်အသးဒီးတ်လၢမိ်ပ်ါဆိကမိာ်ဟ်စၢၤဝဲအဂ့်ါန့ာ်လီၤ. တဲဘာ်အဝဲသ့ာ်လၢနအဲာ်ဒီးမၤလိသ့ာ်ညါအါထိာ်အဖိတဖာ်အဂ့်ါဒ်သိးနကသိာ်လိအီၤသ့ဒိာ်ထိာ်အဂ့်ါန့ာ်လီၤ. တဲဘာ်စ့်ါကီးအဝဲသ့ာ်လၢနအဲာ်ဒီးဒုးသ့ာ်ညါအဖိတဖာ်အတ်သ့တ်ဘာ်ဒ်သိးအဝဲသ့ာ်မၤစၢၤအဖိတဖာ်ကသ့လၢဟံာ်အဂိါ်ဒီးမၤဆူာ်ထိာ်ဖိသာ်မၤလိတ်လၢကွိကသ့အဂိါ်တက့်ါ.

**သရာ် : ဟံာ်ဖိယိဖိအတ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိး**

ကိါ်ကွိာ်တဲာ် child-friendly အကွိတဖာ်နှာ်မိ်ပ်ါဒီးပှၤတဝၤတဖာ်စံးဆၢတ်သံကွ်ါအံၤ... “တ်မနုၤမ့်တ်အကါဒိာ်လၢပကွိအပူၤဒီးဘာ်မနုၤအယိလဲာ်” တ်စံးဆၢလၢအဘာ်တ်ယၢၤထိာ်အီၤလၢအမ့်တ်အကါဒိာ်တမံၤလၢပှၤအါတက့်တ်စံးဆၢမ့်ဟံာ်ဒီးကွိအတ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးန့ာ်လီၤ. အဝဲသ့ာ်စံးလၢ, “သရာ်ဒီးကွိဖိမိ်ပ်ါတဖာ်ခဲလၢာ်မၤတ်ထံာ်လိာ်အိာ်သကိးအမုာ်နံၤမုာ်သိဖဲကွိစးထိာ်သိအဆၢကတိါ်ကိးကတိါ်ဒဲးဒ်သိးကတဲဘာ်ဃးဖိသာ်တဖာ်အသကဲာ်ပဝးဒီးအတ်မၤလိန့ါတ်အဂ့်ါန့ာ်လီၤ. တ်အံၤမ့်တ်အကါဒိာ်မ့်လၢဒုးနဲာ်ကျဲလၢကဃ့ာ်လီၤတ်ဂ့်ါကိတဖာ်လၢပှၤတဝၤကွိကမံးတံာ်တဖာ်အကျါဒီးပှၤတဝၤခိာ်နာ်လၢအကါဒိာ်တဖာ်အကျါဒီးကွိန့ာ်လီၤ. ခိဖျိတ်ထံာ်လိာ်အိာ်သကိးဒ်အံၤအဃိ တ်ကစိာ်ဘာ်ဃးကွိအဂ့်ါန့ာ်ရၤလီၤအသးဆူပှၤတဝၤအအိာ်ဒီးဒုးအိာ်ထိာ်တ်နာ်ပ်ါလိာ်အသးလၢမိ်ပ်ါဒီးသရာ်သမါတဖာ်အဘၢာ်စၢၤန့ာ်လီၤ.”

- Hopkins Jand Chaimuangdee K. (2000) School Self- Assessment: Participatory Learning and Action for Child-Friendly Schools. Chiang Mai, Thailand: The Life Skills Development Foundation, in collaboration with the UNICEF Office for Thailand, Bangkok.

တ်ဒုးသ့ာ်ညါမိ်ပ်ါလၢအဖိတဖာ်အတ်မၤလိအတ်လဲၤထိာ်လဲၤထိအဂ့်ါန့ာ်မ့်တ်အကါဒိာ်မးတမံၤန့ာ်လီၤ. တ်အံၤအခိပညီမ့်ါဝဲနစူးကါတ်မၤကွ်ါအကျဲတမံၤလၢအမၤစၢၤသရာ်ဒီးကွိဖိဒီးမိ်ပ်ါတဖာ်လၢကသ့ာ်ညါအဖိအတ်သ့တ်ဘာ်ဖဲလဲာ်တမံၤလၢအဒိာ်ထိာ်လဲ်ထိာ်လၢတ်ဖးလံာ်ကွဲးလံာ်, နိာ်ဂံ်နိာ်ဒွး, တ်လု်အိာ်သးသမူအကျဲ, ဒီးလံာ်လဲ်အဂၤတဖာ်နှာ်လီၤ. မိ်ပ်ါတဖာ်လိာ်ဘာ်ဝဲလၢကသ့ာ်ညါအဖိမၤလိန့်တ်မနုၤဂ့ၤလဲာ်ဒီးအဖိတဖာ်လိာ်ဘာ်ဒံးမနုၤလၢကမၤလိန့်တ်အဂိါ်လဲာ်နှာ်လီၤ. လၢကျဲအါဘိအကျါကျဲအိာ်ဝဲတဘိလၢတ်ဒုးအိာ်ထိာ်လံာ်တိၤဖျါဒ်လာ်အံၤကဲဘျုးလီၤဆီဒာ်တ်လၢမိ်ပ်ါလၢဖးကွဲးလံာ်တသ့တဖာ်အဂိါ်နှာ်လီၤ. အဒိ, လံာ်တိၤဖျါ (၁) အလွဲါတကလုာ်ဘာ်တကလုာ်လၢလာ်စုာ်စုာ်အံၤမ့်ါဖိသာ်အတ်သ့တ်ဘာ်လၢအလိာ်ဘာ်ဝဲလၢကဘာ်သ့ာ်ညါဝဲသၢတီၤအတ်ဂံ်တ်ဒွးအဂိါ်နှာ်လီၤ.

## လံ့တိၤဖျါ (၁) : သၢတီၤအဂိၢ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၢ်အိဉ်လၢဖိသဉ်ကဘဉ်သ့ဉ်ညါ

| | |
|---|---|
| **အပတိၢ်** | (၁၀) အကျါမ့ၢ်ဘဉ် (၈) ခါန့ဉ်လဲၤဆူအပတိၢ်အသိတပတိၢ်သ့လီၤ |
| **အဂီၤ** | • ကျိဉ်စ့အလုၢ်အပှၤ (တုၤလၢ ၁ . ၀၀)<br>• ကွဲးနီဉ်ဂံၢ်အဖျၢဉ်တဖဉ်<br>• တၢ်ထုးကွံဉ်လၢနီဉ်ဂံၢ်တဖျၢဉ်တဖျၢဉ်စုာ်စုာ် (အဒိ, ၉–၁၂ )<br>တၢ်ဟ်ဖိုဉ်လၢနီဉ်ဂံၢ်တဖျၢဉ်စုာ်စုာ်ဒီးနီၢ်ဂံၢ်ခံဖျၢဉ် (အဒိ, ၂ + ၁) |
| **ဘိဂီၤ** | • တၢ်ဂံၢ်ဒွးတၢ်လၢသးပူၤ (တၢ်ဟ်ဖိုဉ်, တၢ်ထုးကွံဉ်)<br>• တၢ်နီၤဖးလၢနီဉ်ဂံၢ်ထဲတဖျၢဉ် (အဒိ, ၉–၃)<br>• ဖးနီဉ်ဂံၢ်အဖျၢဉ်ဒီးတၢ်ပနီဉ်တဖဉ်သ့ (အဒိ, ဖိသဉ်ဖး ၂+၁–၃ သ့) |
| **အဘီ** | • တၢ်ဂံၢ်အါ<br>• တၢ်ထုးကွံဉ်ဒီးတၢ်ဟ်ဖိုဉ်လၢနီဉ်ဂံၢ်အိဉ်ခံဖျၢဉ်အဂီၢ် (အဒိ, ၂၂–၁၁)<br>• တၢ်ထိဉ်တၢ်ဒွး (တၢ်ဒ့ဉ်စၢၤ, တၢ်တၢဉ်ပဲၤ) |
| **အလါဟ့** | • ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်နီဉ်ဂံၢ်တုၤ (၇၀၀)<br>• တၢ်ထုးကွံဉ်ဒီးတၢ်ဟ်ဖိုဉ်ခီဖျိတၢ်လိဉ်နှၢ်တၢ်လၢနီဉ်ဂံၢ်အဂၤတဖျၢဉ်အအိဉ်ဒီးတၢ်ခီတၢ်ဆူနီဉ်ဂံၢ်အဂၤတဖျၢဉ်အအိဉ်<br>• တၢ်ထုးကွံဉ်လၢနီဉ်ဂံၢ်သၢဖျၢဉ်ဒီးခံဖျၢဉ် (အဒိ, ၃၀၀ – ၄၅)<br>• ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်နီဉ်ဂံၢ်သၢဖျၢဉ် |
| **အလါအဲး** | • တၢ်ဂံၢ်အါလၢနီဉ်ဂံၢ်ခံဖျၢဉ်မ့တမ့ၢ်တဖျၢဉ် (အဒိ, ၂၂ ×၁၀)<br>• တၢ်နီၤဖးလၢနီဉ်ဂံၢ်ခံဖျၢဉ်မ့တမ့ၢ်တဖျၢဉ် (အဒိ, ၃၆ ÷ ၈)<br>• ဖးတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢလံာ်ပဲၤကျိၤအပူၤသ့ (အဒိ, စီၤဝါအိဉ်ဒီးဆိမိၢ်ခံဘ့ဉ်ဒီးစီၤသူအိဉ်ဒီးအဆိမိၢ်သၢဘ့ဉ်နှဉ်လီၤ. ပှၤခံဂၤလၢာ်အံၤအိဉ်ဒီးအဆိမိၢ်ပဲၤဘ့ဉ်လဲဉ်.) |
| **ဂီၤလုး** | • တၢ်ဂံၢ်အါနီဉ်ဂံၢ်သၢဖျၢဉ်ဒီးတဖျၢဉ် (၃၃၃ × ၉)<br>• တၢ်ထိဉ်ဒွး(တၢ်ဒ့ဉ်စၢၤ, တၢ်အထံအနိ)<br>• ဖးတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢလံာ်ပဲၤကျိၤအပူၤသ့ (အဒိ, စီၤဝါအိဉ်ဒီးတကွံသဉ်အဖျၢဉ်တဆံဒီးစီၤသူအိဉ်ဒီးတကွံသဉ်အဖျၢဉ်ခံဆံနှဉ်လီၤ. ပှၤခံဂၤလၢာ်အံၤအိဉ်ဒီးတကွံသဉ်ပဲၤဖျၢဉ်လဲဉ်.) |

ဘဉ်တၢ်ဟံးနှၢ်အိၤလၢ duPlessis J. (2003) Rainbow Charts and C-O-C-O-N-U-T-S: Teacher Development for Continuous Assessment in Malawi Classrooms. Washington, DC: American Institutes for Research.

ဖဲတၢ်မၤပှဲၤလံာ်တိၤဖျါ (၁) လၢထးဝံၤနှဉ်ကွဲသရဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်လံာ်တိၤဖျါ (၂) ဒ်လာ်အသိးအံၤသ့နှဉ်လီၤ. လံာ်တိၤဖျါ (၂) ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတီၤပူၤမၤလိန့်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. လံာ်တိၤဖျါ (၂) တၢ်ကွဲၤအလံာ်တိၤဖျါအံၤဖိသဉ်တဂၤစုာ်စုာ်မၤန့်တၢ်ပနီဉ်လၢအအိဉ်ကွဲးလီၤအသးဒီးအမံၤလၢအလိၤနှဉ်လီၤ. ဖဲဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အတၢ်မၤလိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးလဲၤထိဉ်လဲၤထိအခါသရဉ်ကသုးတၢ်ပနီဉ်လၢအအိဉ်ဒီးဖိသဉ်အမံၤအံၤဆူတၢ်အလွဲၢ်အဂၤလၢအဘဉ်လာ်အသးဒီးဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အပတီၢ်အသိးနှဉ်လီၤ. သရဉ်မ့ၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဒီးထံဉ်လၢဖိသဉ်တနီၤအိဉ်လၢအပတီၢ်ဒ်အလီၢ်လီၢ်ယံာ်တလၢကွံာ်နှဉ်သရဉ်ကဘဉ်ယုကျဲလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်အံၤဒ်သိးကတုၤထိဉ်ဆူတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အသိတပတီၢ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

## လံာ်တိၤဖျါ (၂) : တၢ်ကွဲၤအလံာ်တိၤဖျါလၢဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအဂိၢ်

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺ | ☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺ | ☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺ | ☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺<br>☺☺☺ | ☺☺<br>☺☺☺ | ☺☺ |
| အဂိၤ | ဘီပှၢ် | အဘီ | အလါဟ့ | အလါအဲး | ဂီၤလုး |

သရဉ်ကစူးကါတၢ်ကွဲၤအလံာ်တိၤဖျါမ့ၢ်ဂ့ၤဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အလံာ်ကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤ မ့တမ့ၢ် report card မ့ၢ်ဂ့ၤလၢတၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးအဖိတဖဉ်မၤလိတၢ်အဂ့ၢ်အံၤန့ဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မးတမံၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမၤစၢၤဝဲတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိုးလၢကွိဒီးဟံာ်အဘၢဉ်စၢၤန့ဉ်လီၤ.

## တၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဘဉ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်

လၢတၢ်ကတိၤတၢ်ဒီးကွိဖိမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤကွၢ်ထွဲဖိသဉ်တဖဉ်အပူၤတၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ဃးနတိၤပူၤဒီးကွိ ကဲထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly အဂ့ၢ်အံၤဒ်လဲဉ်နူဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မးတမံၤနူဉ်လီၤ. နကအိဉ်ဒီးတၢ်ကွဲးဒုးသ့ဉ်ညါလီၤလၢနကွိကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အံၤအဂ့ၢ်လၢလံာ်ပရၢ မ့တမ့ၢ် လၢလံာ်တၢ်ကစိဉ်အပူၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆဲးလီၤအမံၤလၢကွိခိဉ်နူဉ်လီၤ. နကြၢးတဲနၢ်ပၢၢ်စ့ၢ်ကီးလၢ learning-friendly အံၤအခိပညီဆူပှၤကီးဂၤဒဲး, သရဉ်, မိၢ်ပၢ်, ဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်အအိဉ်ဒ်သိး ကမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်လၢအတၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်အဂီၤဒီးအဝဲသ့ဉ်ကမၤလိဃုာ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဒီးဖိလံၤသ့ဉ် တဖဉ်နူဉ်လီၤ. နဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢအဖိအလံၤတဖဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂ့ၢ်ဒီးတဲဘဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢ ဖိသဉ်မၤတၢ်အံၤလၢ child-centred တၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်အနူဆၢဉ်အဂီၤလီၤဆိဒီးအပုၢ်အဝဲၢ် မ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်လၢအဒိဉ်နူၢ်အီၤတဖဉ်ထိဉ်ဘဉ်ဝဲနူဉ်လီၤ. နကဘဉ်တဲနၢ်ပၢၢ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲး ဘဉ်ဃးနအဲဉ်ဒီးဟ် inclusive အခိပညီဒ်လဲဉ်ဒီးဖဲအဝဲသ့ဉ်မၤလိဘဉ်ဃး ILFE လၢလံာ်အဘ့ဉ် တၢအပူၤနူဉ်လီၤ. နစူးကါတၢ်မၤလိအဒိတဖဉ်လၢ inclusive အတၢ်မၤလိအံၤဘဉ်ဘျုးပှၤဖိသဉ် ကီးဂၤဒဲးဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်သ့နူဉ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်လိာ်ကွဲလၢအမံၤမ့ၢ် “ပှၤလၢယအဲဉ်ဒိဉ်ကတၢ်”

ဖဲနထံဉ်လိာ်နသးဒီးမိၢ်ပၢ်အခါနဘဉ်မၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်ဟ်ဖြဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢအတ အိဉ်ကွိတဖဉ်အခိပညီနူဉ်လီၤ. လၢတၢ်မၤန်ၢ်ပၢၢ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢတၢ်အံၤအဂီၤကျဲအဂ့ၤတဘိမ့ၢ်ဝဲ တၢ်လိာ်ကွဲလၢအမံၤမ့ၢ် “ပှၤလၢယအဲဉ်ဒိဉ်ကတၢ်” နူဉ်လီၤ.

လၢတၢ်ဂဲၤလိအံၤအပူၤကတဲာ်ကတိၤတၢ်ပနိဉ်လၢအလွဲၢ်အိဉ်ခံကလုာ်ဒ်အမ့ၢ်အဂီၤဒီးအဟ့တက့ၢ်. မၢပှၤထိထိဉ်တၢ်ပနိဉ်အံၤလၢအဆ့ကၤအလိၤဒီးလံာ်ကးစဲ မ့တမ့ၢ် ထးဆဲးနူဉ်လီၤ. ပှၤတဂၤဘဉ် တၤကြၢးအိဉ်ဒီးတၢ်ပနိဉ်အံၤတခါစုာ်စုာ်နူဉ်လီၤ. ဟ့ဉ်လိၤတၢ်ပနိဉ်အလွဲၢ်အဂီၤဆူပိာ်မုဉ်တနီၤဒီး ပိာ်ခွါတနီၤအအိဉ်တက့ၢ်. တဲနၢ်ပၢၢ်လၢတၢ်ဂဲၤလိအံၤပှၤတနီၤကတူၢ်ဘဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ် ယာ်လိၤဆိဒီးပှၤတနီၤကတူၢ်ဘဉ်လၢအအိဉ်လၢတၢ်ချၢနူဉ်လီၤ.

မၢပှၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ပနိဉ်အလွဲၢ်လၢအဂီၤအံၤဆ့ဉ်နီၤလၢတိၤအလိၢ်ခံ မ့တမ့ၢ် ဆ့ဉ်နီၤတခိပၤ လၢတိၤအပူၤတက့ၢ်. ဝံၤကတိၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ပနိဉ်အလွဲၢ်လၢအဟ့အံၤမုာ်မုာ် တက့ၢ်. ဟ်မၤနသးလၢနတကနဉ်ဃုာ်ပှၤအဂီၤတဖူဉ်ဘဉ်တက့ၢ်. ကွၢ်ဆူပှၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ပ နိဉ်အဂီၤတဖူဉ်အံၤဆၢလ့ၢ်တဘျိဝံၤတဘျိမၢအဝဲသ့ဉ်ဆ့ဉ်နီၤအိဉ်ကစုဒုမ့တမ့ၢ်တဘဉ်မၤသိဉ်မၤ

သဲတ် မ့တမ့် တဘာ်နံၤကမုံဘာ်တက့်. ဆဲးကတိၤတ်ဒီးပှၤလၢအအိာ်ဒီးတ်ပနီာ်လၢအဟ့ တဖူာ်အံၤတူၤ (၅) မံးနံး မ့တမ့် (၁၀) မံးနံးတက့်. မၢပှၤလၢအအိာ်ဒီးတ်ပနီာ်အဟ့တဖူာ်အံၤ စံးဘာ်ပှၤအလၢအအိာ်ဒီး တ်ပနီာ်အလွဲ်ဂီၤတဖာ်လၢအိာ်ဘူာ်တက့်. ဖဲအမံးနံး (၁၀) ဝံၤလီ် ခံမၢပှၤကိးဂၤဒဲးဘ့ာ်လီၤအတ်ပနီာ်တဖာ်အံၤဒီးဆ့ာ်နီၤသကိးတပူၤဃိဒီးသံကွ်အဝဲသ့ာ်လၢတ် သံကွ်တဖာ်အံၤတက့်.

- ပှၤလၢအအိာ်ဒီးတ်ပနီာ်အလွဲ်အဟ့တဖူာ်အံၤတူၤ်ဘာ်ဒ်လဲာ်. ပှၤလၢအအိာ်ဒီးတ်ပနီာ် လၢအလွဲ်အဂီၤတဖူာ်အံၤတူၤ်ဘာ်ဒ်လဲာ်. ပှၤလၢအထိထိာ်တ်ပနီာ်အလွဲ်အဂီၤအံၤမ့်အ အဲာ်ဒီးထိထိာ်တ်ပနီာ်လၢအလွဲ်အဟ့၈ါ. ဒ်သိးနကမၤန့်တ်ပနီာ်အလွဲ်အဟ့အဂိ်နမၤ တ်ကသ့တမံၤမံၤ၈ါ. နတပာ်ဃုာ်လၢပှၤအကျါန့ာ်နတူၤ်ဘာ်ဒ်လဲာ်. မတၤတြိနၤလၢနက နှာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢပှၤကျါန့ာ်လဲာ်. ပှၤလၢအဘာ်ဒိဆါကတၢ်မ့်မတၤလဲာ်.

သ့ာ်နီာ်ထိာ်လၢပှၤလၢတပာ်ဃုာ်လၢပှၤဂၤအကျါတဖာ်အါတက့်မ့်ဝဲ (ဖိသာ်လၢအက့်ဂီၤတ လၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖာ်) ဒီးပှၤတဖာ်အံၤကတူၤ်ဘာ်တ်မဲာ်ဆုးအါန့်ပှၤဂၤခီဖျိလၢအအိာ်ဒီးက့် ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးတဂ့ၤတဘာ်လၢအတီၤပူၤအဃိန့ာ်လီၤ. ဖိသာ်လၢက့်ဂီၤတလၢတပဲၤတဂၤအံၤ ကတူၤ်ဘာ်လၢတပာ်ဃုာ်လၢပှၤအကျါခံစးန့ာ်လီၤ. အါန့်အန့်ပှၤလၢအဘာ်ဒိဆါကတၢ်တဖာ် မ့်ဖိသာ်လၢအဖိုာ်အယာ်လၢက့်ဂီၤတလၢပဲၤမ့တမ့်ဟးဂီၤဒီးမ့်ကလုာ်ဖူာ်ဆံးဖိဒီးတကတိၤကျိာ် လၢအဘာ်တ်ကတိၤအီၤလၢတ်လိ်အံၤအပူၤလီၤဆီဒၣာ်တ်ပိာ်မုာ်ဖိတဖာ်နှာ်လီၤ. ဖိသာ်တဖာ် အံၤတပာ်ဃုာ်လၢပှၤဂၤအကျါလၢတ်ဂ့်အါမံၤ (အဒိ, မ့်စ့်ကိးပှၤအဖိုာ်အယာ်, ပိာ်မုာ်လၢအ အိာ်ဒီးက့်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးတန်ပၢါတ်မနုၤလၢအဘာ်တ်ကတိၤအီၤလၢတိၤပူၤဘာ်နှာ်လီၤ. အ ယိဖိသာ်တဖာ်အံၤပဃုထံာ်အီၤဒ်သိးပကပာ်ဖြိာ်ဃုာ်အီၤလၢ ILFE အပူၤ) နှာ်လီၤ.

ခဲအံၤစူးကါတ်မၤလိလၢထးအံၤဒီးတဲနၤ်ပၢါဘာ်ဃးတ်လၢပအဲာ်ဒိးစံး inclusive ဒီး learning-friendly အခိပညိတက့်. ကတိၤတၢာ်ပိာ်သကိး inclusive learning အဘျုးအဖိုာ်ဒီး inclusive, learning-friendly environment ဘာ်တ်ဒုးအိာ်ထိာ်အီၤကသ့လၢသရာ်ဒီးမိ်ပ်တ ဖာ်အဘၢာ်စၢၤတက့်.

**တ်ဟ့ာ်ကူာ် :** တ်ဂဲၤလိအံၤတ်စူးကါအီၤသ့လၢကဒုးန်ပၢါဖိသာ်တဖာ်လၢ “အတပာ်ဃုာ်လၢ ပှၤကျါ (excluded)” အခိပညိဒီးဘာ်မနုၤအဃိအကါဒိာ်လၢပဘာ်ဟ်လှ်ဟ်ပ့ၤဖိသာ်အတ် ဒိာ်ထိာ်ဒီးအတ်သ့တ်ဘာ်လၢအလိၤဆီလိာ်အသးအံၤလဲာ်နှာ်လီၤ.

## တၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါပှၤတဝၢတဖဉ်ဘဉ်ဃး ILFE အဂ့ၢ်

လၢတၢ်ကတိၤသကိးတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်အမဲာ်ညါသရဉ်တနီၤကမၤသကိးတၢ်ဒီးကွိခိဉ်ဒီးကွိအ ILFE အကရူၢ် မ့တမ့ၢ် ကမံးတံာ်ဒ်သိးကတဲနၢ်ပၢၢ် ILFE အဂ့ၢ်ဆူတၢ်ကရၢကရိအဂၤလၢအ အိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်အအိဉ်နူဉ်လီၤ. နမ့မ့ၢ်ပှၤလၢထးအကျါတဂၤန့ဉ်နစူးကါကျဲလၢလာ်တ ဖဉ်အံၤလၢ တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ် ILFE အဂ့ၢ်သ့နူဉ်လီၤ.

၁. **တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်စဲကျဲးရၤလီၤအီၤတဖဉ်** : ကတဲာ်ကတိၤကွိအလံာ်ပရၢ မ့တမ့ၢ် လံာ် တၢ်ကစိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးတၢ်ကရၤလီၤအီၤအဂိၢ်တက့ၢ်. ကွဲမှာ်ပှၤကွဲးတၢ်ကစိဉ်တဖဉ်လၢနဟိဉ် ကဝီၤအပူၤဒ်သိးကဟဲဟးအိဉ်သကိးနကွိဒီးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤရၤလီၤတၢ်ကစိဉ်တဖဉ်လၢ ကကွဲး ILFE အဂ့ၢ်တက့ၢ်. ဒုးနဲဉ်ပှၤကွဲးတၢ်ကစိဉ်တဖဉ် ILFE ကွိအဘျုးအဖိုဉ်တဖဉ်ဒီး တဲနၢ်ပၢၢ်ကွိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျၤတဖဉ်လၢအဟ့ဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဆူပှၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအ အိဉ်တူၤသိးထဲသိးတက့ၢ်.

၂. **တၢ်ရၤလီၤတၢ်ကစိဉ်လၢကွဲၤလ့လိၤ မ့တမ့ၢ် ကွဲၤဟူဖျိ (television)** : နစူးကါကျဲအံၤဒ်သိး ကစံးဘဉ်တဲဘဉ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်လိဉ်ဘဉ်လၢအဖိတဖဉ်ကအိဉ်က့ၤကွိအဂိၢ်သ့နူဉ် လီၤ.

၃. **တၢ်အိဉ်ဖှိဉ်လၢကရူၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤတဝၢဒီတဖုညါ :** ရဲဉ်ကျၤတၢ်မၤလိဖုဉ်လၢအယံာ်တသိတူၤ သၢသိတခါတက့ၢ်. တၢ်မၤလိဖုဉ်တဖဉ်အံၤမၤစၢၤပှၤအသိမ့တမ့ၢ်လီၤဆိဒဉ်တၢ်မိၢ်ပၢ်လၢအ ဖိတအိဉ်ကွိတဖဉ်နူဉ်လီၤ. လၢတၢ်မၤလိဖုဉ်အံၤအပူၤတဲနၢ်ပၢၢ်အဝဲသ့ဉ်လၢကွိအတၢ်သိဉ် တၢ်သိတၢ်ပညိဉ်တဖဉ်လၢကဒုးကူဉ်သ့ထိဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂ့ၢ်တက့ၢ်. လၢတၢ်အိဉ်ဖှိဉ် မ့ တမ့ၢ် တၢ်မၤလိဖုဉ်အံၤအပူၤနဒိကနဉ်မိၢ်ပၢ်အတၢ်ဘဉ်ယိဉ်လၢအဖိတဖဉ်အဂိၢ်နူဉ်မ့ၢ်တၢ် အကါဒိဉ်မးတမံၤနူဉ်လီၤ. နကမၤန့ၢ်စ့ၢ်ကီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ် ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတီၤပတိၢ်လၢနကွိအဂိၢ်နူဉ်လီၤ.

၄. **တၢ်မၤဃုာ်တၢ်ဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝီဝဲၤကျိၤ (social services) :** တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝီဝဲၤကျိၤ အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မ့ၢ်လၢအမၤစၢၤနတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢအကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive ဒီး learning-friendly, ဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝီဝဲၤကျိၤမၤစၢၤစ့ၢ်ကီးနၤသ့လၢတၢ်ဒီသဒၢဖိသဉ်အတၢ်ခွဲး တၢ်ယာ်အဂိၢ်နူဉ်လီၤ.

၅. **ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဘျးစဲဒီးကွိအဂၤတဖဉ် :** လၢထံကိၢ်တနီၤနီၤအပူၤကွိအစ့ၤကတၢ်သၢဖျၢဉ် မၤယုာ်မၤသကိးတၢ်ဒ်သိးကဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤလိာ်အသးလၢကကဲထိဉ် inclusive အါထိဉ်အ ဂိၢ်နူဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်နီၤလီၤအတၢ်ဆိကမိဉ်တၢ်ထံဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲအသိလၢ

အစူးကါဝဲ မ့တမ့ၢ် ကျဲလၢတၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၤလၢအအိဉ်လၢအတီၤပူၤတဖၣ်နၣ်လီၤ. ကွိတဖျၢဉ်ကမၤတၢ်မၤလိဖုဉ်ဒ်သိးကမၤဒိဉ်ထိဉ်သရဉ်တဖၣ်အတၢ်သ့ဉ်ညါန၊်ပၢၢ်အဂီၢ်ဒီးကကွဲမုာ်သရဉ်လၢကွိအဂၤတဖၣ်လၢကဟဲထိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤလိဖုဉ်အံၤနၣ်လီၤ. ကွိသၢဖျၢဉ်အံၤရဲဉ်ကျဲၤသကိးပှၤတဝၤအမူးအပွဲတဘျိတဘျိဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤကဟဲဆူကွိအဂီၢ် မ့တမ့ၢ် ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်လဲၤဟးဆူပှၤတဝၤပူၤဒ်သိးဖိသဉ်တဖၣ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢပှၤတဝၤအဂၤတဖၣ်အသိးအကျါနၣ်လီၤ.

## တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သူဉ်ဆူဉ်သးဂဲၤလၢတၢ်ဆိဉ်ထွဲ ILFE အဂီၢ်

### မိၢ်ပၢ်မ့ၢ်ပှၤလၢအကတိၤစၢၤတၢ်

**တၢ်စူးကါမိၢ်ပၢ်တဖၣ်လၢတၢ်တဲစၢၤတၢ်လၢတၢ်လဲလိာ်အဂီၢ် :** လၢပှၤတဝၤတနီၤနီၤအပူၤမိၢ်ပၢ်အနီၢ် ကစၢ်မ့ၢ်ပှၤကတိၤစၢၤတၢ်လၢ ILFE လၢအကွိအဂီၢ်တချုးဒံးဒဉ်လဲာ်လၢသရဉ်ဒီးကွိခိဉ်ကတိၤဒံးတၢ်အခါနၣ်လီၤ. အဒိ, လၢဖဉ်ပူဉ်နယူကံဉ်နံဉ်အကလံၤစိးနၣ်မိၢ်ပၢ်ဃ့ထိဉ်တၢ်ဆူပဒိဉ်လၢအဖိတဖၣ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအကျိဉ်ဒဉ်ဝဲနၣ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်အဟိဉ်ကဝီၤပဒိဉ်တဖၣ်မၤသကိးတၢ်လၢဖွဉ်စိမိၤဒီးကမျၢ်သဘျ့အတၢ်ကရၢကရိတဖၣ်လၢကဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢအပှၤဘဉ်လၢအကျိဉ်အကျဉ်ဒဉ်ဝဲနၣ်လီၤ. BRAC အကွိလၢကီၢ်ဘ့ကလါဒ့ဒုး(ရှ်) အံၤမိၢ်ပၢ်တဖၣ်ဃ့ထိဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အခိဉ်ထံးလၢအဖိမုဉ်ဒီးဖိခွါလၢတအိဉ်ဘဉ်ကွိတဖၣ်အဂီၢ်မ့ၢ်လၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပှၤဒိဉ်ဒီးတၢ်ဒုဉ်စၢၤယံၤအယိနၣ်လီၤ.

**မိၢ်ပၢ်မ့ၢ်ပှၤလၢအတြီဆၢတၢ်လဲလိာ်တဖၣ် :** ပှၤတဝၤအဂၤတနီၤမိၢ်ပၢ်ကမ့ၢ်ပှၤလၢအတြီဆၢတၢ်လဲလိာ်အံၤအိဉ်ဝဲနၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တနီၤကကွၢ်ဒီးဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤပှၤတဝၤဒ်အဝဲသ့ဉ်အစိၤအသိးဒီးတအဲဉ်ဒီးလၢအဖိတဖၣ်ကလီၤဆီဒီးအဝဲသ့ဉ်ဖဲအအိဉ်ကွိအခါဘဉ်နၣ်လီၤ. ပှၤဒ်အံၤတဖၣ်ကြၢးဘဉ်တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်အီၤဒ်တၢ်ဂဲၤလိတဖၣ်လၢတၢ်ကတိၤတၢၤဉ်ပိဉ်သကိးဒ်လၢလာ်အံၤနၣ်လီၤ.

**မိၢ်ပၢ်လၢအသးအိဉ်နှာ်လီၤမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်လဲလိာ်အဂီၢ် :** ပှၤတဝၤတနီၤတခီမိၢ်ပၢ်အဲဉ်ဒိးနှာ်လီၤမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢကွိဒိဉ်မးဖဲနမၢမ့တမ့ၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်အဝဲသ့ဉ်လၢ ILFE အဂ့ၢ်အကျိၤအခါနၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်မ့ၢ်တညီနု၊်နှာ်လီၤမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢအဖိတဖၣ်အတၢ်မၤလိမၤဒိးဘဉ်နၣ်တၢ်ကြၢးကွဲမုာ်အီၤဒ်သိးကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒီးတူၢ်လိာ်မုာ်ကွၤအဝဲသ့ဉ်နၣ်လီၤ.

## တိုက်တိုးစားတိုးအကျိုးအကျေးဇူး

တိုက်တိုးစားတိုးနှုန်းဘဉ်းတိုးကျဉ်းဘဉ်ကျဉ်းသွဲ့, တိုးဒုးသွဲ့ညီလီးတိုးဆူပှးကမျာ်တဖဉ်အအိဉ်, တိုးမးနှုတိုးမးစား, ဒီးမးပှးအဂးရးလီးတိုးကစီဉ်လးနကီ်တဖဉ်နှုဉ်လီး. မိ်ပါ်ဒီးပှးလးအအိဉ်လးပှးတဝးပူးတဖဉ်ကဲထိဉ်ပှးမးစားတိုးလး ILFE အကြံ်သွဲ့ဒ်လဲဉ်.

၁. **ဟ့ဉ်ဂံ်ဟ့ဉ်ဘါမိ်ပါ်တဖဉ်လးကတဲဘဉ်ပှးအဂးတဖဉ်လးနကွိအ ILFE အဂ့ဲ်း** လးမိ်ပါ်တဖဉ်ကမးစားနးလး ILFE အံးအကြံ်နှုဉ်အဝဲသွဲ့ဉ်ကလိဉ်ဘဉ်တိုဂ့ဲ်တိုကျိုးတမံးဃီဒ်နးအသိးဒ်အမ့ဲ်တိုပရှး,တိုကစီဉ်, မ့ဲတမ့ဲ် ဖိသဉ်အတိုဖံးတိုမးတဖဉ်အဂ့ဲ်အကျိုးနှုဉ်လီး. မိ်ပါ်တဖဉ်မးတိုကသွဲ့ဂ့ဲးဒိဉ်ဖဲအကတိုးတိုဒီးမိ်ပါ်လးအတြိုဆးတိုလဲလိ်ဉ်ကမးအသးတဖဉ်နှုဉ်လီး. အဝဲသွဲ့ဉ်ကတဲနှ်ပါ်ကွိဒီးတီးပူးအတိုအိဉ်သးအလုာ်ကလုာ်လးအတိုလဲးခီဖျိ မ့ဲတမ့ဲ် တိုအဂးတဖဉ်ဒီးဒုးနာ်အီးလး ILFE ဟ့ဉ်ထိဉ်တိုကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သွဲ့အဂ့ဲးကတိုးနှုဉ်လီး.

၂. **ပျဲမိ်ပါ်တဖဉ်နှာ်လီးမးစားဖိသဉ်လးအပူးကွံာ်လးတိုတဂံ်ဃုာ်အီးလးတီးပူးတဖဉ် :** တူးမ့ဲ်မိ်ပါ်တဖဉ်ထံဉ်လးကွိတူ်လိ်ာမုာ်အဝဲသွဲ့ဉ်လးတီးပူးဒီးဘဉ်သွဲ့ဉ်သွဲ့ဉ်ကဟဲဟ့ဉ်လီးအသးဒီးမးစားတိုလးကွိအါထိဉ်နှုဉ်လီး. အဝဲသွဲ့ဉ်မ့ဲ်တဟဲမးစားတိုတခီရဲဉ်ကျဲးတိုဖံးတိုမးလးမိ်ပါ် မ့ဲတမ့ဲ် ပှးတဝးတဖဉ်အဂိ်ခီဖျိကွဲမုာ်အဝဲသွဲ့ဉ်လးကဟဲမးစားနးလးတီးပူးတကွ်. အဒိ, မိ်ပါ်ဒီးပှးတဝးဖိတဖဉ်မးစားနးလးတိုမးလိကျိဉ်ဒ်အမ့ဲ်တိုဟ့ဉ်လီးတိုနဲဉ်ကျဲဆူဖိသဉ်တဖဉ်အအိဉ် မ့ဲတမ့ဲ် မးစားဖိသဉ်လးတအိဉ်ဒီးကွ်ဂိးလးပွဲး မ့ဲတမ့ဲ် ကွ်ဂိးဟးဂိးသွဲ့ဉ်တဖဉ်သွဲ့နှုဉ်လီး. အဝဲသွဲ့ဉ်ဖးနှ်ဖိသဉ်တဖဉ်အံးအလံာ် မ့ဲတမ့ဲ် ဒိကနဉ်ဖိသဉ်ဖးနှ်အလံာ်သွဲ့နှုဉ်လီး. အဝဲသွဲ့ဉ်ဟ့ဉ်ကူဉ်စ့်ကီးကရူ်အ တိုဟူးတိုဂဲးသွဲ့ဉ်တဖဉ်သွဲ့ဒီးကဟ့ဉ်သရဉ်တဖဉ်အတိုဆးကတိ်လးကမးတိုဒီးဖိသဉ်တဂးဘဉ်တဂးစုာ်စုာ် မ့ဲတမ့ဲ် ကရူ်ဆံးတဖဉ်လးအလိဉ်ဘဉ်တိုဒိကနဉ်အါထိဉ်အဂိ်တဖဉ်နှုဉ်လီး. ပကဃုအါထိဉ်ကျဲအဂးတဖဉ်လးကမးဃုာ်မိ်ပါ်ဒီးပှးတဝးတဖဉ်လးလံာ်ဆူညါတဘ့ဉ်အပူးနှုဉ်လီး.

၃. **ပျဲမိ်ပါ်တဖဉ်နှာ်လီးမးသကိးတိုလးတိုဃုထံဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လး တအအိဉ်ကွိအတိုဟူးတိုဂဲး** : အဒိ, တချုးကွိစးထိဉ်အဆးကတိ်မးပွါလးပှးတဝးတဖဉ်အဂိ်ဒီးဖဲပှးတဝးဖိဇံဖိသဉ်တဖဉ်ဟဲဆူပွါအခါကွဲးနှာ်လီးအမံးဆူကွိအစရီအပူးအသိးနှုဉ်လီး. ပှးကူဉ်လဲးမးကးလးဟီဉ်ကဝီးပူးကအဲဉ်ဒီးဟ့ဉ်လီးတိုဟ့ဉ်ဆံးဖိတဖဉ်လးအဘဉ်တိုဟ့ဉ်လီးအီးလးတိုထိထံဉ်အတိုကရးကရိတဖဉ်ဒီးမိ်ပါ်ဟ့ဉ်လီးတိုအိဉ်လီးဆိဆူဖိသဉ်တဖဉ်ဒီးတိုရဲဉ်ကျဲးစားတိုလိ်ာကွဲတဖဉ်နှုဉ်လီး. တိုသူဉ်ဝံဉ်သးဆးဒီးတိုဂဲးကလံဉ်တဖဉ်တိုပး

နှာ်ယုာ်အီၤသ့စ့၊်ကိးနှာ်လီၤ. တ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤခဲလၢာ်နှာ်တ၊်ကဘာ်ပညိာ်လၢဖိသာ်ကိးဂၤဒဲးမၤလိန့၊်တ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့လၢအတီၤပတိ၊်အိာ်ဒီးကျဲလၢကွိဒီးပှၤတဝၤတဖာ်မၤသကိးတ၊်သ့လၢတ၊်ဒုးကူာ်သ့ထိာ်ဖိသာ်ခဲလၢာ်အဂီ၊်နှာ်လီၤ. ကွိတဖျၢာ်လၢအအိာ်လၢကွာ်ထံာ်မာ်လာ်အကိ၊်နှာ်ကွိအံၤမၤဖျါဒီးဆါတ၊်အိာ်တ၊်အီဒီးတ၊်လိာ်ကွဲပြၢဒီးတ၊်ဟှာ်ခိာ်ဖးတဖာ်အဃိဖိသာ်အါဂၤဟဲဒီးဇဲာ်ဒီးနှာ်လီၤကွိနှာ်လီၤ. ဖိသာ်အနိ၊်ဂံ၊်အါတလၢကွံာ်လၢကွိအံၤအဂိ၊်ဒီးကွိအံၤဘာ်သူာ်ထိာ်တ၊်သူာ်ထိာ်အသိဒ်သိးဖိသာ်ကိးဂၤကနှာ်လီၤဘာ်ကွိအဂိ၊်နှာ်လီၤ. နကမၤန့၊်တ၊်ဆိကမိာ်ဆိကမးအါထိာ်လၢကထုးန့၊်ဖိသာ်တဖာ်ဒ်သိးကဟဲနှာ်လီၤကွိအဂိ၊်လၢလံာ်အံၤအပူၤနှာ်လီၤ.

၄. **ဒုးစဲဘူးပှၤပၢဆှၢကွိအကမံးတံာ်ဒီး ILFE** : ကွိကမံးတံာ် မ့တမ့၊် ပှၤပၢဆှၢကွိကမံးတံာ်တဖာ်အံၤမ့၊်ကျဲလၢတ၊်ဒုးအိာ်ထိာ်ကွိဒီးမိ၊်ပ၊်အတ၊်ရ့လိာ်မှာ်လိာ်လၢဆၢကတိ၊်ဖးယံာ်ဖးထိအဂိ၊်နှာ်လီၤ. တ၊်အံၤကမၤစၢၤကွိလၢတ၊်ဟှာ်ကူာ်ဟှာ်ဖးဒီးတ၊်မၤဂ့ၤထိာ်ကွိအသူးအသ့ာ်ဒီးတ၊်နှ၊်ပ၊်၊်အါထိာ်တ၊်ဖံးတ၊်မၤအဂ့၊်တဖာ်အဂိ၊်နှာ်လီၤ.

## သဝီတ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်

လၢဘီးလိးခွံစတါ(နိ) Balochistan လၢအအိာ်လၢကိ၊်ဖးကွးစတာ်အပူၤပှၤတဝၤဒုးအိာ်ထိာ် ဒူသဝီပိာ်မုာ်တ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်နှာ်လီၤ. ဒူသဝီပိာ်မုာ်တ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်အံၤခဲအံၤအိာ်အဖု ၁၀၀၀ လံနှာ်လီၤ. ဒူသဝီပိာ်မုာ်တ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်ကရၢတဖုနှာ်ပှၤအနိာ်ဂံ၊်အိာ် ၅ ဂၤဒီးကရၢအံၤတ၊်ဟံးန့၊်အဒိအတံာ်လၢပိာ်ခွါတ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်ကရၢအအိာ်နှာ်လီၤ. ကိ၊်ဖးကွးစတာ်အလု၊်လ၊်တ၊်ဆဲးတ၊်လၤနှာ်ကိဒိာ်မးလၢပိာ်မုာ်ဒီးပိာ်ခွါကမၤယုာ်မၤသကိးတ၊်လၢကရၢတဖျၢာ်ဃိအပူၤနှာ်လီၤ. သနာ်ကွ့ပိာ်မုာ်တ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်တဖာ်မၤနၤတ၊်နှ၊်ဂ့ၤန့၊်ဒံးပိာ်ခွါတ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အကမံးတံာ်ကရၢတဖာ်လီၤ.

လၢတ၊်ကသ့ာ်ညါအါထိာ်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤအဂိ၊်ကွ၊်ဆူ
http://www.worldbank.org and search for "Balochistan."

၅. **တ၊်လဲၤဟးအိာ်သကိးဟံာ်ဃိတဖာ် :** တ၊်ဆဲးကျၢဒီးဟံာ်ဖိယိဖိလၢအဖိအလံၤတအိာ်ကွိဘာ်တဖာ်နှာ်တမ့၊်တ၊်ဖံးတ၊်မၤလၢအညိတခါဘာ်နှာ်လီၤ. ကျဲလၢပကဟ့ာ်လီၤတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤဘာ်ဃး ILFE ဆူအဝဲသ့ာ်အအိာ်နှာ်မ့၊်ကွိကဘာ်မၢပှၤတဂၤဂၤလၢအတပာ်ဃုာ်လၢပှၤဂၤအကျါလၢအပူၤကွံာ်ဒ်အမ့၊်ပှၤလၢကွ၊်ဂီၤတဂ့ၤဒီးတလၢတပှဲၤမ့တမ့၊်ကလုာ်ဒုာ်ဆံးဖိတဂၤဂၤကလဲၤဆူအဝဲသ့ာ်အသိးအကျါနှာ်လီၤ. တ၊်ထံာ်လိာ်အိာ်သကိးဒီးပှၤဒ်နှာ်တဖာ်လၢအကရူ၊်မ့တမ့၊်တဂၤဘာ်တဂၤအဖိခိာ်နှာ်တ၊်ကဘာ်တဲန၊်ပ၊်၊်အဝဲသ့ာ်လၢကွိအကျိၤအကျဲလၢအစူးကါ ILFE အဂ့၊်နှာ်လီၤ.



## အဆၢဖိဉ် ၂.၃
## ပှၤတဝၢဒီးတၢ်မၤလိမိၤပှၤ်

### ပှၤတဝၢလၢတီၤပူၤ

မိၤပၢ်ဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်အတၢ်ဟ့ဉ်လီၤအသးတဖဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဖိဉ်လၢ ILFE အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအဂီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤလၢဘူဉ်စ့ၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ဟ့ဉ်လီၤမၤစၢၤကလိတၢ်တဖဉ်မ့ၢ်ကျဲအဂၢၤ်အကျၢၤတဘိလၢတၢ်ဆိဉ်ထွဲဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဒိ, ကရၢလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်, မိၤပၢ်ဒီးသရဉ်အတၢ်ကရၢကရိဒီးပှၤပၢဆှၢကွိအကမံးတံာ်တဖဉ်ညီနုၤ်နုာ်လီၤမၤစၢၤကွိလၢတၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ကွိအတၢ်သူဉ်ထိဉ်တၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဖိဉ်လီၤဆိဒဉ်တၢ်တၢ်လိၢ်ဒီးကွိလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢကဒိသဒၢဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးကှၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်ကနုာ်လီၤဘဉ်ကွိအဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဒိ, ကွိအဝဲတြိမ့ၢ်အိဉ်ဒီးဃိအသွါနှဉ်တၢ်ကဘဉ်ဘျိထိဉ်တိၤတဖဉ်ဒ်သိးပှၤလၢအအိဉ်ဒီးကှၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်လဲၤနုာ်လီၤဆူကွိကသ့အဂီၤန့ဉ်လီၤ. လၢထံကိၢ်အါဘ့ဉ်အပူၤတၢ်ကရၢကရိလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒီးကွိလၢတၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ထံအီဒီးတၢ်ကဆဲကဆျိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဘျိလီၤဆိတၢ်ဟးလိၢ်လၢပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအဂီၤမ့ၢ်တအိဉ်အဝဲသ့ဉ်ကဘျိထိဉ်နှၢ်တၢ်ဟးလိၢ်လၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအဂီၤလိၤလိၤဆိဆိန့ဉ်လီၤ.

လၢကိၢ်မလဉ်ဝံဉ်နှဉ်မိၤပၢ်တဖဉ်သ့ဉ်ညါဝဲလၢသရဉ်တဖဉ်ကဟ်တၢ်သိဉ်လိပီးလီလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဝဲတဖဉ်အလိၢ်လၢတၢ်ပူၤဖျဲးတအိဉ်အဃိအဝဲသ့ဉ်ပှၤန့ၢ်သရဉ်ဝဲတြိဖးဒိဉ်တဖဉ်လၢအတီၤဒၢးတဖဉ်အဂီၤဒီးသရဉ်ကွိခိဉ်အရူအဂီၤန့ဉ်လီၤ. မိၤပၢ်လၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤဒီးပှၤတဝၢအဂၤအဒူဉ်ခံဆံလၢကိၢ်ရှဉ်တဘ့ဉ်ဃိအပူၤန့ဉ်စးထိဉ်ဟ့ဉ်လီၤတလါဖးဒိဉ်တဖဉ်, ခိဉ်ဖံးရၢးဘၢးတဖဉ်, ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိအဂုၤအဂၤဒ်သိးကမၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်လိအပီးအလိတဖဉ်လၢကစူးကါဝဲလၢဖိသဉ်အတၢ်ဖးလံာ်ကွဲးလံာ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးတဖဉ်အဂီၤလၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဂၤအတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးမ့ၢ်အိဉ်လၢတၢ်လဲၤခီဖျိအပူၤဘဉ်ဃးမိၤပၢ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢကွိအံၤန့ဉ်မ့ၢ်တၢ်လၢအမၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤနၤၤလၢကွိပူၤန့ဉ်လီၤ.

Miske SJ. (2003) Proud Pioneers: Improving Teaching and Learning in Malawi through Continuous Assessment. Washington, DC: American Institutes for Research.

လၢကိ၊်ဖံးလံးဖံ(စ်)အပူၤပှၤကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့တဂၤကတိၤဖျါထိာ်ဝဲလၢအဝဲသ့ာ်ကျဲးစၢးမၤတ၊်ဆူာ် ဆူာ်ဒ်သိးမိ၊်ပ၊်တဖာ်ကတူ၊်ဘာ်ဝဲလၢအဘာ်ဃးဒီးကိုဒီးဖိသာ်တဖာ်ကတူ၊်ဘာ်လၢအဘာ်ဃးဒီး အပှၤတဝၤတဖာ်နူာ်လီၤ. မိ၊်ပ၊်တဖာ်မၤစၢၤကွိလၢတ၊်ဘှိထိာ်လံာ်ရိဇၢးဒီး UNICEF မၤစၢၤလီၤ လံာ်လၢအကယၤနူာ်လီၤ. သရာ်ဒီးကွိဖိတဖာ်ဒုးအိာ်ထိာ်တ၊်သိာ်လိပီးလီလၢအကစ၊်ဒၣာ်ဝဲဒီးက မျာ်၊သဘျ့ကရၢတဖာ်ဟ့ာ်လီၤစ့၊်ကီးတ၊်သိာ်လိပီးလီတဖာ်ဆူတ၊်လိ၊်အံၤအါမးနူာ်လီၤ. ကွိဖိစ့၊် ကီးမၤစၢၤကွိလၢတ၊်ဘှိလိ၊်ဆ့ာ်နိၤဒီးတ၊်လိ၊်လၢတ၊်ကဟ်ထိာ်လံာ်လဲ၊်အလိ၊်လၢလံာ်ရိဇၢးတ ဖျာ်အံၤအပူၤနူာ်လီၤ.

Feny de los Angeles-Bautista with Marissa J. Pascual, Marjorie S. Javier, Lillian Mercado-Carreon and Cristin H. Abad. (2001). Reinventing Philippine Education: Building Schools Filipino Children Deserve. The Ford Foundation, Manila .

ဒ်ပစံးတ့၊်လံလၢလံာ်လၢအပူၤကွံာ်တဆၢအပူၤအသိးကျဲတဘိလၢမိ၊်ပ၊်ကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်အ ဂိ၊်မ့၊်တ၊်ကွဲမှာ်ကွိဖိအမိ၊်ဒီးအပ၊်တဖာ်လၢတီၤဇၢးအပူၤနူာ်လီၤ. ကျဲအိာ်အါဘိလၢမိ၊်ပ၊်, ပှၤတ ဝၤဖံဖုဒီးပှၤကွ၊်ဖိသာ်တဖာ်ကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်လၢဖိသာ်အတ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့အဂိ၊်ဒ် ILFE အန့ဆၢာ်အသိးလၢတီၤပူၤနူာ်လီၤ. အအံၤမ့၊်တ၊်ထံာ်တ၊်ဆိကမိာ်တနီၤနူာ်လီၤ.

- မိ၊်ပ၊်မ့တမ့၊်ဟံာ်ဖိယိဖိအဂၤလၢကဟဲဟ့ာ်လီၤအသးလၢကမၤစၢၤသရာ်လၢတီၤပူၤအတ၊် ဟူးတ၊်ဂဲၤတဖာ်ဒ်အမ့၊်တ၊်ဖးစၢၤဖိသာ်အလံာ် မ့တမ့၊် ကတဲာ်ကတီၤတ၊်မၤလိအပီးအလိ တဖာ်ဒီးမၤစၢၤတ၊်မၤအါထိာ်တ၊်မၤလိမိ၊်ပှ၊်အတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤဒ်အမ့၊်တ၊်လိာ်ခိာ်လိာ်ကွဲ, တ၊်လဲၤတ၊်က့ၤ မ့တမ့၊် ကရၢကရိတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤလီၤဆီလၢဘူာ်ဓိၤပွဲဓိၤအဂိ၊်တဖာ်နူာ်လီၤ.

- မိ၊်ပ၊်ကဲပှၤတမှံၤလၢအဟဲကတိၤလီၤတ၊်ဘာ်ဃးအတ၊်ဖံးတ၊်မၤဒီးဟီာ်ခိာ်အတ၊်ဖံးတ၊်မၤ လၢတီၤပူၤသ့နူာ်လီၤ. အဝဲသ့ာ်စံးကတိၤဘာ်ဃးတ၊်ကူာ်ဘာ်ကူာ်သ့ဟ့ာ်မၤစၢၤပှၤလၢတ၊် ဖံးတ၊်မၤအပူၤဒ်လဲာ်အဂ့၊်သ့နူာ်လီၤ. မိ၊်ပ၊်လၢတသ့ကွဲးသ့ဖးတဖာ်ကတိၤဘာ်ဃးပှၤတဝၤ အတ၊်စံာ်စိၤတဲစိၤ, တဲတ၊်ဃဲၤလၢပျၤတဖာ် မ့တမ့၊် ဒုးနဲာ်တ၊်ထ့တ၊်ထါတ၊်လၢပျၤတဖာ် ဒ်လဲာ်သ့နူာ်လီၤ.

- အဝဲသ့ာ်နှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်လၢတ၊်ထိာ်မိ၊်ပ၊်သရာ်သမါတဖာ်အတ၊်အိာ်ဖှိာ်အပူၤဒီးကွိအ တ၊်အိာ်ဖှိာ်အဂၤဒ်သိးကသ့ာ်ညါအါထိာ်တ၊်ဒီးထိာ်စ့၊်ကီးတီၤပူၤအတ၊်ရဲာ်တ၊်ကျဲၤလီၤဆိ တဘျိတဘျိတဖာ်သ့နူာ်လီၤ. လၢတ၊်ရဲာ်တ၊်ကျဲၤတဘျိတဘျိဒ်အံၤတဖာ်အပူၤအဝဲသ့ာ်က ထံာ်အဖိအလံၤ, အသရာ်သမါတဖာ်ဒီးမၤလိဘာ်ဃးကွိတ၊်မၤလိမိ၊်ပှ၊်ဒီးကနှာ်လီၤမၤ သကိးတ၊်လၢတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤတဖာ်အပူၤဒ်လဲာ်နူာ်လီၤ.

- မိၢ်ပၢ်မၤစၢၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢအလိဉ်တဖဉ်ဆူကွဲမ့တမ့ၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ဃုစၢၤဘူဉ်စ့ၤလၢအလိဉ်လၢကွဲဒီးတီၤပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- ကွဲဖိမိၢ်ပၢ်ကလဲၤထံဉ်စ့ၢ်ကီးမိၢ်ပၢ်လၢအဖိအလံၤတအိဉ်ဒံးကွဲတဖဉ် မ့တမ့ၢ် အဖိအလံၤတဖဉ်လၢအဆိကမိဉ်လၢကဟးထိဉ်ကွဲဒီးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအီၤလၢကမၤကတၢ်ကွၤအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

- မိၢ်ပၢ်ကနှာ်လီၤတိစၢၤမၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်ဟ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကွဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကွၢ်ဖိသဉ်အလိၢ်လၢအပူၤဖျဲးဒီးကဆဲ့ကဆိအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

- မိၢ်ပၢ်မၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်အိးထိဉ်ကွဲအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤသ့စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. လၢတၢ်အိးထိဉ်ကွဲအနံၤနှဉ်မိၢ်ပၢ်, ပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၤပူၤဒီးပဒိဉ်ပပှၢ်တဖဉ်ဘဉ်တၢ်ကွဲမှာ်အီၤဆူကွဲနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလၢအဟ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးတၢ်သိဉ်လိပီးလိအသီတဖဉ်, တၢ်ဟ်ဖျါထိဉ်သရဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အသီလၢတၢ်သမံသမိးဒီးတၢ်သိဉ်လိဒီးဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အပတီၢ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသးခဲလၢာ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်ကဘဉ်တၢ်ကျးလီၤအီၤလၢကွဲပူၤဒ်သိးပှၤကိးဂၤကထံဉ်ဘဉ်အီၤအဂီၢ်သ့နှဉ်လီၤ.

- မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်ကမၤစၢၤသရဉ်လၢကသမံသမိးကွၢ်အဖိတဖဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အပူၤအဂီၢ်သ့စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. အဖိ, အဝဲသ့ဉ်ဟ့ဉ်အဖိတဖဉ်အဟံဉ်တၢ်မၤအမးသ့ဝဲနှဉ်လီၤ.

- ပှၤလၢအဖျိထိဉ်ကွဲဒီးမိၢ်ပၢ်လၢအဟ့ဉ်လီၤအသးလ့ၤတူၢ်လ့ၤတီၤဒီးပှၤလၢအဖျိဖွဉ်စိမိၤတဖဉ်တၢ်ကဟ်အီၤဒ်တၢ်အဒိလၢအဂ့ၤတမံၤအသိးလၢကွဲအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ကွဲမှာ်ပှၤလၢအဖျိဖွဉ်စိမိၤဒီးမိၢ်ပၢ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤဂ့ၤတဖဉ်ဟဲကတိၤတၢ်တနံဉ်တဘျိဘဉ်ဃးအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂ့ၢ်ကိးနံဉ်ဒဲးတကွၢ်. ကွဲမှာ်ပိာ်မှဉ်ပိာ်ခွါကဟဲကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်လၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်အဂ့ၢ်အကျိၤဒီးပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်ကကတဲာ်ကတီၤအသးဒ်သိးကမၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်နှဉ်ဒ်လဲဉ်အဂီၢ်အသိးနှဉ်လီၤ.

## ပိာ်မုာ်မူဒါအဒိအတဲာ်တဖာ်

ကွဲလၢသရာ်အပိာ်မုာ်တအိာ်သနာ်ကှဲပိာ်မုာ်လၢအအိာ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖာ်နုာ်လီၤမၤသကိး တ၊်ဒ်တ၊်အဒိအသိးသ့နှာ်လီၤ. မိ၊်ပ၊် မ့တမ့၊် ကွဲဖိဘူးတံ၊်ဒ်အမ့၊်တ၊်ဘူာ်တ၊်ဘါ, ပှၤလၢအတ့ တ၊်ဂီၤသ့, ပှၤလိာ်ကွဲဖိ မ့တမ့၊် ပှၤလၢအမၤတ၊်လၢထံဂ့၊်ကိ၊်ဂ့၊်တဖာ်ညီနု၊်နုာ်လီၤမၤသကိးတ၊် လၢကွဲ မ့တမ့၊် တိၤပူၤလၢကျဲးစၢးဟ့ာ်တ၊်အဒိလၢအဂ့ၤလၢပိာ်မုာ်တဖာ်အဂိ၊်နှာ်လီၤ.

ပိာ်မုာ်လၢအအိာ်လၢဟီာ်ကဝိၤပူၤတဖာ်နုာ်လီၤမၤသကိးတ၊်အံၤမ့၊်အိာ်နှာ်ပျဲအဝဲသ့ာ်ဟဲတဘျူး ဘျိဖဲတ၊်မၤလိနံာ်အကတိ၊်တက့၊်. မၤအဝဲသ့ာ်တဲဖျါထိာ်ပိာ်မုာ်ပိာ်ခွါအတ၊်ဖံးတ၊်မၤဒီးပိာ်မုာ်ပိာ် ခွါအတ၊်ဖံးတ၊်မၤအဒူဉ်အဆၢအံၤမၤဘာ်ဒိဒီးမၤနၤၤတ၊်လၢအသးသမူအဂိ၊်ဒ်လဲာ်အဂ့၊်တက့၊်. ပိာ်မုာ်အဒိတဖာ်လၢနကွဲမုာ်အိၤဆူကွိတဖာ်အံၤစံးကတိၤလီၤတ၊်လၢတ၊်မဲာ်ညါဒုးနဲာ်လီၤတ၊်လၢ အမၤဝဲတဖာ်ဆူပှၤကွိဖိအအိာ်ဒီးကတိၤတ၊်လၢပှၤကွိဖိတဂၤဘာ်တဂၤသ့စ့၊်ကီးနှာ်လီၤ.

ဃုထၢဖိသာ်မုာ်လၢအဖျိထိာ်ဃုတိၤမ့တမ့၊်တဆံတိၤတဖာ်ဒီးသရာ်မုာ်ဖိတဖာ်လၢကလဲၤဟးဆူ ကွိလၢအအိာ်လၢခိခိာ်ပှ၊်လ၊်ကျါတဖာ်ဖဲတ၊်လီ၊်လၢပိာ်မုာ်တဖာ်ညီနု၊်ဟးထိာ်ကွိဆိအလီ၊်တက့၊် ပိာ်မုာ်ဖိသာ်ခဲလၢာ်ကြၢးထံာ်လိာ်သကိးအသးဒီးကတိၤသကိးတ၊်အဝဲသ့ာ်ဘာ်မၤတ၊်မနုၤဒ်သိး အိာ်ကွိကဖျိဂ့ၤဂ့ၤအဂိ၊်နှာ်လဲာ်. ပျဲသရာ်မုာ်ဒီးပိာ်မုာ်ဖိလၢအဒိာ်ထိာ်တ့၊်လံတဖာ်ထံာ်လိာ်အိာ် သကိးလိာ်အသးဒီးပိာ်မုာ်ဖိတဖာ်လၢအအိာ်လၢခိခိာ်ပှ၊်လ၊်ကျါအကွိအံၤဒီးအမိ၊်အပ၊်ဒီးကတိၤ တၢာ်ပိာ်သကိးကျဲလၢကမၤစၢၤပိာ်မုာ်တဖာ်ဒ်သိးကအိာ်ကွိတူၤအကတ၊်၊်အဂိ၊်တက့၊်.

The Gender-Fair Teacher (2003) UNICEF/Eritrea

## တီၤပူၤဒီးပှၤတဝၤ

ကွဲမုာ်ဘာ်မိ၊်ပ၊်ဒီးပှၤလၢအအိာ်လၢပှၤတဝၤပူၤတဖာ်ဟဲဟးအိာ်သကိး ILFE အကွိတက့၊်. တ၊် မၤလိမိ၊်ပှ၊်လၢအဂ့ၤန့ာ်ကဟ့ာ်အခွဲးလၢဖိသာ်မၤလိန့၊်တ၊်လၢအဘာ်ထွဲဘာ်ဃးဒီးပှၤတဝၤအဂ့၊် နှာ်လီၤ. အဒိ,

- ဖိသာ်ကဃုထံာ်တ၊်ကွဲးတဆၢ မ့တမ့၊် ဟံးန့၊်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤလၢအဟံာ် မ့တမ့၊် အပှၤတဝၤ ပူၤလၢအဘာ်ထွဲဘာ်ဃးလိာ်အသးလၢအတ၊်မၤလိဒ်လၢကွိအသိးနှာ်လီၤ.

- ဖိသာ်ကသံကွ၊်အမိ၊်အပ၊် မ့တမ့၊် ဖံဖုတဖာ်ဘာ်ဃးဒီးဖဲအဝဲသ့ာ်မ့၊်ဒ်ဖိသာ်အဆၢကတိ၊် နှာ်လီၤ.

- အဝဲသွဲ့ဉကယုထံဉ်တ၊်မှ၊်တ၊်ဘိဒီးတ၊်ပီးတ၊်လီအဂၤတဖဉ်လၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသး ဒီးအတ၊်မၤလိအဂ့၊်နှဉ်လီၤ.

- အဝဲသွဲ့ဉကဟဲစိာ်တ၊်ပီးတ၊်လီဒ်အမ့၊်စးခိတိဉ်လၢသရဉ်တဖဉ်စူးကါဝဲလၢကမၤတ၊်သိဉ်လိ ဒီးတ၊်မၤလိအပီးအလိတဖဉ်သွဲ့ဝဲနှဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်ဟဲနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်လၢတ၊်ဆိလီၤကျဲၤလီၤကဒါက့ၤတိၤပူၤမ့တမ့၊်တ၊်မၤဂ့ၤထိဉ် တ၊်လိာ်ကွဲပျိဒ်သိးအဝဲသွဲ့ဉကရ့လိာ်ဘဉ်အသးတဂၤဒီးတဂၤလီၤဆီဒဉ်တ၊်ရ့လိာ်ဒီးဖိသဉ် လၢက့၊်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တ၊်လိာ်ကွဲပျိကမ့၊်တ၊်ပူၤဖျဲးအလီ၊်လၢဖိသဉ် တဖဉ်အဂီ၊်ဒီးပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါကနှာ်လီၤဂဲၤသကိးဘဉ်လၢတ၊်လိာ်ကွဲပျိအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. တ၊်မၤဂ့ၤ ထိဉ်ကွိအပျိအံၤကဟ့ဉ်အါထိဉ်တိၤပူၤအတ၊်လီ၊်တ၊်ကျဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ.[၃]

- ဖိသဉ်ကတ့အပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒီးမၤစၢၤက့ၤတ၊်ဃုထံဉ်ဖိသဉ်လၢတထိဉ်ကွိဒီးကြား အိဉ်ကွိတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်လၢပှၤတဝၤတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤတဖဉ်အပူၤသွဲ့နှဉ်လီၤ. လၢ CHILD တ၊်တိာ်ကျဲၤလၢကီ၊်ကွိဉ်တဲဉ်အပူၤဖိသဉ်တဖဉ်လဲၤမၤကဆဲကဆိစၢၤပှၤသးပှ၊်လၢအအိဉ်ထဲ တဂၤအဟံဉ်အဃိခဲအံၤခဲအံၤနှဉ်လီၤ. ဖဲအဝဲသွဲ့ဉမၤကဆိစၢၤတ၊်ဝံၤနှဉ်အိဉ်သကိးအိသ ကိးတ၊်လၢပှၤသးပှ၊်တဖဉ်အံၤဒီးပှၤသးပှ၊်တဖဉ်တဲဘဉ်အဝဲသွဲ့ဉလၢပှၤတဝၤအတ၊်စံဉ်စိၤတဲ စိၤဒီးတ၊်ဆဲးတ၊်လၢတဖဉ်နှဉ်လီၤ. သးနံဉ်မ့၊်လီၤဆီလိာ်အသးထဲလဲဉ်သနာ်က့ပှၤကိးဂၤ ခဲးဒုးဘူးထိဉ်တ၊်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်တဂၤဘဉ်တဂၤဒီးတ၊်အံၤထွဲမၤစၢၤလိာ်သးဂ့ၤထိဉ်စ့၊်ကိးနှဉ် လီၤ. အါန့၊်အန့၊်ဖိသဉ်တဖဉ်မၤကဆဲကဆိကျဲလၢပှၤတဝၤအပူၤတဖဉ်ဒ်သိးတ၊်ဘဉ်ဒိဘဉ် ထံးသတူ၊်ကလာ်သုတကဲထိဉ်တဂ့ၤအဂီ၊်နှဉ်လီၤ.[၄]

[3] UNICEF. Children as Community Researchers. http://www.unicef.org/teachers
[4] လၢနကဒိးန့၊်အါထိဉ်တ၊်ထံဉ်တ၊်ဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတ၊်နှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်နှဉ်ကွ၊်ဆူ http://www.inmu.mahidol.ac.th/CHILD

**တီၤပူၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဘာ်ဃးပှၤတဝၤတဖာ် :** ကျဲအဂၤအိာ်ဒံးလၢဖိသာ်တဖာ်မၤလိန္ၢ်တၢ်ဒီးနီၤလီၤဟ့ာ်သကိးတၢ်လၢအပှၤတဝၤပူၤန္ဉာ်လီၤ. အဒိ, လၢကိၢ်ကွိာ်တဲာ်ကလံၤစိးအပူၤပှၤဖိသာ်ယဲၢ်တီၤကွိဖိအိာ်တကရူၢ်လၢအမၤလိဘာ်ဃးခိာ်ဃၢၤဝးတရံးအဂ့ၢ်အကျိၤတဖာ်လၢအပှၤတဝၤအပူၤလၢလံာ်စဲအ့ာ်အပူၤန္ဉာ်လီၤ. အဝဲသ့ာ်မၤနီာ်မၤဃါတၢ်ပနီာ်လၢသ့ာ်ပှၢ်ဟးဂီၤအဂ့ၢ်အကျိၤဝံၤဟးသံကွၢ်ပှၤလၢအအိာ်လၢပှၤတဝၤပူၤတဖာ်ဘာ်ဃးသ့ာ်ပှၢ်အတၢ်စံာ်စိၤတဲစိၤန္ဉာ်လီၤ. အဝဲသ့ာ်ကျဲးစၢးဃုကျဲဒီးကတိၤတၢဉ်ပိာ်သကိးစ့ၢ်ကီးတၢ်ဒီးပှၤတဝၤတဖာ်လၢတၢ်သူဉ်လီၤဖျးလီၤသ့ာ်အသိတဖာ်လၢအပှၤတဝၤအပူၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဖဲနံာ်ကတၢ်ၢ်နှဉ်ပှၤကွိဖိတဖာ်အံၤဒုးနဲာ်တၢ်မၤလိလၢအမၤလိန္ၢ်ဝဲလၢအပှၤတဝၤအအိာ်အံၤဆူအမိၢ်အပၢ်ခဲလၢာ်အအိာ်နှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖာ်အံၤမၤလိန္ၢ်ပှၤတဝၤအဂ့ၢ်အကျိၤတဖာ်လၢအဖိတဖာ်အအိာ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ာ်အသူဉ်မုာ်သးခုလၢအဖိတဖာ်အတၢ်မၤလိန္ၢ်တၢ်ဒီးတၢ်ဒုးနဲာ်ဖျါထိဉ်အတၢ်မၤလိအကျဲအကပူၤတဖာ်နှဉ်လီၤ. ထဲနှဉ်တဘျိမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤကွိဖိတဖာ်နုာ်လီၤမၤသကိးဃုကျဲလၢတၢ်ကမၤဘာ်လိာ်ကှၤခိာ်ဃၢၤဝးတရံးအတၢ်ဂ့ၢ်ကိအံၤဒ်လဲာ်လၢအပှၤတဝၤအပူၤန္ဉာ်လီၤ.

**ကွိဖိအတၢ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်အိာ်ဖှိာ်အပူၤ** : ပှၤကွိဖိတဖာ်ဒ်သိးကပလၢၢ်ဘာ်ဟီာ်ခိာ်လဲၢ်ထိဉ်အဂီၢ်ဟဲထိဉ်ကွိဒီးထိဉ်စ့ၢ်ကီးမိၢ်ပၢ်, ပှၤတဝၤဒီးထံဖိကီၢ်ဖိအတၢ်အိာ်ဖှိာ်တဖာ်နှဉ်လီၤ. နကတဲာ်ကတီၤဟ်ပှၤကွိဖိတဖာ်လၢကထိဉ်တၢ်အိာ်ဖှိာ်တဖာ်အံၤအဆၢကတီၢ်ဖဲလဲာ်ဒီးဒ်လဲာ်တချူးတၢ်အိာ်ဖှိာ်အဆၢကတီၢ်အခါသ့နှဉ်လီၤ. ပှၤကွိဖိကတဲာ်ကတီၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ, တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအမၤဝဲလၢတီၤပူၤဒီးဒုးနဲာ်ဝဲလၢကွိမၤမူးမၤပွဲတဘျိတဘျိ, မ့တမ့ၢ်ဖိသာ်တဖာ်ဒုးနဲာ်တၢ်ဒိတၢ်တဲာ်, တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢဒီးတၢ်ရူးထါမ့တမ့ၢ်ဒုးနဲာ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢတီၤပူၤတဖာ်လၢမူးအံၤအပူၤသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကမၤဂ့ၤထိဉ်ကွိဒီးမိၢ်ပၢ်အတၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးလိာ်အသးဒီးမၤစၢၤဖိတဖာ်လၢကထံဉ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖာ်နှဉ်လီၤ.

လၢတၢ်ကတဲာ်ကတီၤတၢ်အိာ်ဖှိာ်လၢတၢ်ကဒုးနဲာ်ဖိသာ်အတဖာ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဆူမိၢ်ပၢ်အအိာ်နှဉ်နကဘာ်ဆိကမိဉ်ထံတၢ်ကမၤအီၤလၢကျိာ်မနုၤမ့တမ့ၢ်ကျိာ်လၢတၢ်ကစူးအီၤလၢတၢ်အိာ်ဖှိာ်အံၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပှၤကွိဖိဒီးကွိသရဉ်တဖာ်ကဘာ်ဆၢတဲာ်လၢကကတီၤတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ပှၤလၢတကကတီၤကျိာ်တကျိာ်ဃိတဖာ်ဒ်လဲာ်မ့တမ့ၢ်ပှၤလၢအန္ၢ်တအၢတဖာ်ဒ်လဲာ်အသိးနှဉ်လီၤ.



## အဆၢဖိဉ် ၂.၄
## ပမၤလိတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤတဖဉ်လဲဉ်

လံာ်တဘ့ဉ်အံၤဟ့ဉ်နၤတၢ်ကူဉ်တၢ်ဖးအကလုာ်ကလုာ်လၢနကမၤသကိးတၢ်လၢဟံဉ်ဖိဃီဖိဒိးပှၤတဝၢတဖဉ်အဂိၢ်လၢ ILFE တီၤပူၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. နမၤလၢပှဲၤတၢ်ဂဲၤလိလၢလာ်တဖဉ်အံၤသ့၈၊.

၁. ကွဲးရဲဉ်လီၤ ILFE အသရဉ်တဖဉ်အမူအဒါလၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒိးပှၤတဝၢတဖဉ်တက့ၢ်.

၂. နကစံးဘဉ်တဲဘဉ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢအဖိအလံၤမၤလိန့ၢ်တၢ်အဂ့ၢ်လၢကျဲဒ်လဲဉ်.

၃. ကွဲးရဲဉ်လီၤကျဲခံဘိလၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်မၤစၢၤနၤလၢကဃုထံဉ်စၢၤဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကွိတဖဉ်ဒ်သိးကအိဉ်က့ၤကွိအဂိၢ်သ့လၢကျဲဒ်လဲဉ် း (က) လၢကွိပူၤ, ဒိး (ခ) လၢကွိအ ချ.

၄. ယၢၤထိဉ်ကျဲတဘျုးဘိလၢပှၤတဝၢတဖဉ်နုဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤသ့အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

၅. ယၢၤထိဉ်ကျဲတဘျုးဘိလၢပှၤကွိဖိတဖဉ်ကနုဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်သ့လၢပှၤတဝၢအပူၤမ့တမ့ၢ်တၢ်စူးကါတၢ်ပီးတၢ်လီလၢဟံဉ်ဒိးပှၤတဝၢအပူၤတဖဉ်သ့ဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.

ပှၤတဝၢအတၢ်နုဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဖိဉ်မးလၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ကျဲအိဉ်အါဘိဒ်သိးနကတဲာ်ကတီၤပှၤကွိဖိတဖဉ်လၢကမၤလိတၢ်လၢအပှၤတဝၢအပူၤဒိးအဟိဉ်ကဝီၤခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးအပူၤနှဉ်လီၤ. ကျဲအိဉ်စ့ၢ်ကီးတဘျုးဘိလၢသရဉ်တဖဉ်ကမၤတၢ်ဒိးမိၢ်ပၢ်မ့တမ့ၢ် ပှၤကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါအဝဲသ့ဉ်လၢ ILFE အဂ့ၢ်ဒိးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကတဲစၢၤတၢ်လၢကွိအဂိၢ်ဆူပှၤတဝၢအပူၤနှဉ်လီၤ. လံာ်အံၤဟ်ဖျါန့ၢ်နၤတၢ်ဆိကမိဉ်အါမံၤလၢနဂိၢ်နှဉ်လီၤ. **ခဲအံၤသံကွၢ်လီၤနသးလၢ, "ဒ်သိးယကစးထိဉ်မၤသကိးတၢ်ဘူးဖိဉ်ထိဉ်ဒိးယပှၤကွိဖိအဟံဉ်ဖိဃီဖိဒိးယပှၤတဝၢတဖဉ်အဂိၢ်ယမၤတၢ်မနုၤသ့လဲဉ်."** ဟ့ဉ်ထိဉ်နတၢ်ပညိဉ်သၢထံဉ်ဒိးထိဉ်သတြိၤကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအီၤလၢနပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိ, **နပှၤကွိဖိဒိးအဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်တက့ၢ်. တန်ခဲ မ့တမ့ၢ် ခံန်ခံဝံၤအလိၢ်ခံထိဉ်သတြိၤနတၢ်ပညိဉ်မ့ၢ်အလဲၤထိဉ်တုၤဖဲလဲဉ်ဒိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမနုၤလၢနမၤသ့ဒ်သိးနကတုၤဆူနတၢ်ပညိဉ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်လဲဉ်တက့ၢ်.**

## နမၤလိန့ၢ်တၢ်သ့အါထီဉ်အလိၢ်ဖဲလဲဉ်

လံာ်လဲၢ်ဒီးဝဲၤလီၢ်ထံဉ်စိ ( Web sites ) လၢအအိဉ်ကွဲးအသးလၢလံာ်အံၤအကတၢ်၊်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ပီး တၢ်လီအလုၢ်ဒိဉ်ပ့ၤဒိဉ်တဖဉ်လၢအဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါနၤဒ်သိးနတၢ်ရ့လိာ်မှာ်လိာ်ကဘူးလၢကျိ, ဟံာ် ဖိယိဖိဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်အဘၢဉ်စၢၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

## လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲကျုံးအီၤတဖဉ်


Bureau of Elementary Education, Department of Education, Culture and Sports in cooperation with UNICEF Philippines (1994) The Multigrade Teacher's Handbook, Manila .

duPlessis J. (2003) Rainbow Charts and C-O-C-O-N-U-T-S: Teacher Development for Continuous Assessment in Malawi Classrooms. Washington, DC: American Institutes for Research.

Miske SJ. (2003) Proud Pioneers: Improving Teaching and Learning in Malawi through Continuous Assessment. Washington, DC: American Institutes for Research.

Rugh A and Bossert H. (1998) Involving communities: Participation in the delivery of education programs. Washington, DC: Creative Associates International, Inc.

The Gender-Fair Teacher (2003) UNICEF/Eritre .


Web Sites.


Children as Community Researchers. This is an excellent publication for promoting children's learning through the community. It can be downloaded at: http://www.unicef.org/teachers/researchers/index.html or http://www.unicef.org/teachers/researchers/childresearch.pdf

Children's Integrated Learning and Development Project.
http://www.inmu.mahidol.ac.th/CHILD

Community School lliances.
http://www.edc.org/CS

Supporting Home-School Collaboration by Sandra L. Christenson.
http://www.cyfc.umn.edu/schoolage/resources/supporting.html

UNICEF Teachers Talking bout Learning. This excellent Web site offers information on: learning and the community; teachers and communities; involvingfamilies in learning; communities helping schools; community life; and tips for improving schools.
http://www.unicef.org/teachers/environment/commun.htm

# လံဉ်နဲဉ်ကျဲ (၃)

## တၢ်ထုးနှာ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်ဆူကိုဒီးဖၣလိနှၤ်တၢ်

## Getting All Children In School and Learning



Inclusive Learning-Friendly Environments

UNESCO

## တၢ်နဲၵ်ကျဲလၢလံာ်အံၤအဂီၤ်

လံာ်အဘ့ၣ် (၃) အံၤကမၤစၢၤနၤဒီးနပှၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ်ဒ်သိးနကန်ၤပၢၤ်ဘၣ်ဃးတၢ်လၢအတြိမၤတံာ်တာ်ဖိသၣ်အတၢ်ဟဲဆူကျိဒီးနကမၤဘၣ်လိာ်ကၠၤတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလံာ်တဘ့ၣ်အံၤအပူၤအိၣ်ကွဲးအသးလၢအဂ့ၢ်အကျိၤတဆီဘၣ်တဆီ, ပၣ်ဃုာ်စ့ၢ်ကိးဒီးကျဲလၢတၢ်ကထုးနှာ်ကၠၤဖိသၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်တၢ်ထုးထိၣ်ကွံာ်အိၤလၢကျိခီဖျိမိၢ်လုၢ်ပၢ်လ်ၢ်အထူသနူဒီးကျဲသနူအံၤတၢ်စူးကါအိၤလၢဟီၣ်ခိၣ်ဒိဘ့ၣ်နှၣ်လီၤ. ဖဲနမၤလိတၢ်ဂ့ၢ်လၢအအိၣ်လၢလံာ်အံၤအပူၤဝံၤအခါနဒုးသ့ၣ်ညါကၠၤသရၣ်သမါသ့ၣ်တဖၣ်, ဟံၣ်ဖိဃိဖိတဖၣ်, ပှၤလၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၢအပူၤဒီးကျိဖိတဖၣ်သ့ဝဲဘၣ်ဃးဒီးတၢ်မနုၤလၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသၣ်အတၢ်ထိၣ်ကျိတဖၣ်နှၣ်လီၤ. နကသ့ၣ်ညါစ့ၢ်ကီးဖိသၣ်လၢအတထိၣ်ကျိသ့ၣ်တဖၣ်အံၤအိၣ်ဖဲလဲၣ်, ဘၣ်မနုၤအဃိအဝဲသ့ၣ်တဟဲထိၣ်ကျိလဲၣ်ဒီးဒ်သိးအဝဲသ့ၣ်ကဟဲထိၣ်ကျိအဂီၤ်တၢ်ကဘၣ်စူးကါကျဲဒ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီတဖၣ်


**၃.၁ မတၤလၢအတမၤလိတၢ်နှၣ်လဲၣ်. ၃**
တၢ်ဃုထံၣ်နှၢ်တၢ်တံာ်တာ်တဖၣ်လၢ Inclusive Learning အဂီၤ် ၃
တၢ်မၤကွၢ်လီၤကွၤနီၢ်ကစၢ်အသးလၢ Inclusive Learning အဂီၤ် ၁၃

**၃.၂ တၢ်ဃုထံၣ်နှၢ်ဖိသၣ်လၢတအိၣ်ကျိဒီးဘၣ်မနုၤအဃိတအိၣ်ကျိလဲၣ်အဂ့ၢ် ၁၆**
ကျိ – ပှၤတဝၢအဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤ ၁၆
ဖိသၣ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်တ့ဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤအပူၤ ၁၉
တၢ်ဃုထံၣ်နှၢ်လၢဘၣ်မနုၤအဃိဖိသၣ်တဖၣ်တဟဲဆူကျိအဂ့ၢ် ၂၃

**၃.၃ တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအထုးနှာ်ဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးဆူကျိ ၃၄**
တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ၃၄
တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂီၤ် ၃၇

**၃.၄ ပမၤလိတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤလဲၣ်. ၄၉**



## အဆ၊ဖိုင် ၃.၁

## မတ၊လ၊အတမ၊လိတ်၊နှုန်လဲန်.

လ၊တ်၊မ၊ဃုတ်မ၊သကိုးတ်၊လ၊ဟံန်ဖိုဃီဖိုဒိုးပှ၊တဝ၊တဖန်လ၊တ်၊ဒုးအိန်ထိန် ILFE အဂိ၊် အံ၊နှုန်တ်၊အကါဒိုန်တမံ၊မှ်၊တ်၊ဃုထံန်နှ်၊ဖိသန်တဖန်လ၊တထိန်ကွိလ၊အအိန်လ၊ပှ၊တဝ၊ အပူ၊တဖန်နှုန်လီ၊. သ့ုန်နိုန်ထိန်လ၊နပှ၊ကွိဖိအဒိပု်၊ဝ်၊မှုန်, ခွါ မ့ုတမ့်၊ အတံ၊သကိုးအဂ၊ လ၊အိန်ကွိတသ့ မ့ုတမ့်၊ တဟဲကွိဘန်ကအိန်ဝဲတက့်၊. ပမ့်၊အိန်ဒိုးတ်၊ဟ့ုန်လီ၊သးနိ်၊နိ်၊ဒိုး အဲန်ဒိုးသပှ်၊တ၊်၊လ၊ဖိသန်တဖန်အံ၊ကဟဲဆူ inclusive အကွို မ့ုတမ့်၊ အတီ၊ပူ၊ဒိုးဟ်အ ဝဲသ့ုန်လ၊ကွိဒိုးမ၊စ၊၊အဝဲသ့ုန်ဒ်သိုးကမ၊လိန္နှ်တ်၊သ့ုန်ညါန်၊ပ၊၊်ဒိုးတ်၊သ့ုတ်၊ဘန်တဖန်လ၊ အလိန်လ၊အသးသမူအဂိ၊်တက့်၊. အလိ၊်အိန်လ၊ပကန်၊ပ၊၊်ဘန်ဃးဒိုးဘန်မနု၊အဃိဖိ သန်တဖန်အံ၊တဟဲဆူကွိဘန်လဲန်နှုန်လီ၊.

### တ်၊ဃုထံန်နှ်၊တ်၊တံ်ာတ်ာတဖန်လ၊ inclusive learning အဂိ၊်

ဖးတ်၊ဂ့်၊တ်၊ကျိ၊လ၊လာ်အံ၊ကသွံဒံမ့ုတမ့်၊ဖးသိန်ထိန်အီ၊ဆူနသကိုးတဖန်အအိန်တက့်၊.

စီ၊တံးန္နှ်အသးအိန်တဆံခံန်နှုန်လီ၊. တ်၊ကိ်၊ခါတစံးတ်၊ဂိ်၊ခါတစံးစီ၊တံးအံ၊ဟး၀့၊ဝီ၊ လ၊ပှ၊တဝ၊အပူ၊ဒ်သိုးကမ၊နှ်၊ကျိုဖိစ့ုဖိတဆံးတက့်၊လ၊အတ်၊အိန်မူအဂိ၊်ကိုးနံ၊ဇဲးန္နှ် လီ၊. တဘျိတခိန်စီ၊တံးမ၊စ၊၊ပှ၊တဝ၊တဖန်လ၊တ်၊မ၊ကဆဲကဆိတ်၊ မ့ုတမ့်၊ သ့ုကဆိသ ဘံန်လီခိလ၊ကျးဆါခိနိတဖျုန်အပူ၊နှုန်လီ၊. တ်၊ဖံးတ်၊မ၊လ၊အဂိ၊်မ့်၊တအိန်နိတမံ၊တခိအ ဝဲထ၊ဖှိန်ပလိကအိလ၊တ်၊စူးကွံ်အီ၊လ၊ကျဲကပိ်ကပ၊တဖန်ဒိုးဆါက့၊ဝဲတဆိန္နှ်လီ၊.တ်၊ ဆ၊ကတီ်၊ဖဲအဝဲတထံန်တ်၊ဖံးတ်၊မ၊နိတမံ၊လ၊၊အခါစီ၊တံးအံ၊ကဃ့အိန်တ်၊လ၊ပှ၊လ၊အ ဟဲဆူသီခါဖွန်တဖန်အအိန်နှုန်လီ၊. စီ၊တံးအဘူဉ်အတီ်၊မ့်၊ဂ့၊တနံ၊နံ၊နှုန်ကမ၊နှ်၊ဝဲတဒိ လန်တူ၊တဒိလန်ဘျဉ်သ့ုန်သ့ုန်ဘန်ဆန်မ့်၊ဘန်လ၊စီ၊တံးအဘူဉ်အတီ်၊တဂ့၊တနံ၊နံ၊နှုန်မ၊ နှ်၊ဝဲစ့၊နှ်၊တဒိလန်နှုန်လီ၊. စီ၊တံးစံး, “ပှ၊မ့်၊ဟ့ုန်ယ၊ကျိုန်စ့ုန္နှုန်ယကမ၊တ်၊တမံ၊ဂ့၊တမံ၊ လ၊ပှ၊မ၊ယ၊နှုန်လီ၊.” လ၊အပူ၊ကွံ်စီ၊တံးလဲ၊ကွိဘန်ဆန်ခဲအံ၊အဝဲအဲန်ဒိုးမ၊နှ်၊ကျိုန်စ့ု အါန်နှ်၊မ၊လိတ်၊တက့်၊နှုန်လီ၊.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်တံာ်တၢ်တဖဉ်လၢအအိဉ်ထိဉ်လၢ inclusion အဂီၤ

နမ့်မၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤဒီးနသကိးတဖဉ်နှဉ်နီၤဖးလိၤနသးခံကရူၤတုၤလွံၤ်ကရူၤ်တက့ၤ်.နမ့်အိဉ်ထဲတဂၤဧိၤတခိနမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤထဲတဂၤသ့နှဉ်လီၤ.

- အဆိကတၢၤ်ပှၤကိးဂၤဒဲးကဆိကမိဉ်သကိးကစုဒုလၢဘဉ်မနုၤအဃိစီၤတံးအံၤတဟဲလၢၤကျိအဂ့ၤ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါဖုဉ်ကိာ်မ့ၤ်ကဲထိဉ်တၢ်မၤစၢၤတခီပှၤကိးဂၤဒဲးကွဲးလီၤလၢအလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်အပူၤဘဉ်ဃးစီၤတံးတဟဲလၢၤကျိအဂ့ၤ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကြၢးယံာ်ဒဉ်ထဲ (၅) မံးနံးဧိၤနှဉ်လီၤ.

- ကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိနှ်တၢ်အခိဉ်အဃုၤဝးတရံးခဲလၢ်ာ်ဒ်အမ့ၤ်ကျိ, အဟံဉ်ဖိဃိဖိဒီးအပှၤတဝၤအပူၤတဖဉ်တက့ၤ်. ခိဉ်ဃုၤဝးတရံးအံၤကပဉ်ဃုာ်စ့ၤ်ကီးဖိသဉ်အနိၤ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲအခိပညီမ့ၤ်ဖိသဉ်အံၤအဲဉ်ဒီးလဲၤကျိလၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲဧါနှဉ်လီၤ. ဝံၤဟ့ဉ်လီၤကရူၤ်တဖုဘဉ်တဖုအတၢ်မၤလၢကကွၢ်ခိဉ်ဃုၤအတၢ်အိဉ်သးဝးတရံးလၢဖိသဉ်တဂၤအံၤအကိၤ်တက့ၤ်. ကရူၤ်တဖုကကွၢ်ထံကျိအတၢ်အိဉ်သး, ကရူၤ်အဂၤတဖုကကွၢ်ထံဟံဉ်ဖိဃိဖိအတၢ်အိဉ်သးဒီးကရူၤ်အဂၤတဖုကကွၢ်ထံပှၤတဝၤအတၢ်အိဉ်သးနှဉ်လီၤ. ကရူၤ်လွံၤ်ဖုတဖုတခီကကွၢ်ထံဖိသဉ်စီၤတံးအတၢ်အိဉ်သးနှဉ်လီၤ. နမ့ၤ်အိဉ်ဒီးကရူၤ်ထဲခံကရူၤ်ဧါတခီကရူၤ်တကရူၤ်စုဉ်စုဉ်ကဘဉ်ဟံးနှၤ်တၢ်မၤလိနှ်တၢ်အခိဉ်ဃုၤဝးတရံးခံမံၤနှဉ်လီၤ. နမ့ၤ်မၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤထဲတဂၤတခီကျဲးစၢးကွၢ်တၢ်မၤလိနှ်တၢ်အခိဉ်ဃုၤဝးတရံးလွံၤ်မံၤလၢာ်အံၤလၢနကစၢ်ဒဉ်နဲတက့ၤ်.

- ဟ့ဉ်လီၤကရူၤ်တကရူၤ်ဘဉ်တကရူၤ်လၢစးခိတယၢ်ဖးလဲၤ်တဘ့ဉ်စုဉ်စုဉ်တက့ၤ်. မၢအဝဲသ့ဉ်ကိးကရူၤ်ဒဲးကွဲးလီၤတၢ်မၤလိနှ်တၢ်အခိဉ်ဃုၤဝးတရံးဖဲလဲဉ်တမံၤလၢအဝဲသ့ဉ်ကကွၢ်ထံဝဲလၢအလံာ်တယၢ်ဖးလဲၤ်အခိဉ်တီအဂီၤ်တက့ၤ်.

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးလၢနကရူၤ်အပူၤတၢ်တံာ်တာ်မနုၤအိဉ်လၢစီၤတံးအတၢ်မၤလိနှ်တၢ်အခိဉ်ဃုၤဝးတရံးလၢအဒုးပတုာ်စီၤတံးလၢအတၢ်ဟဲထိဉ်ကျိအဂ့ၤ်တက့ၤ်.ကွဲးရဲဉ်လီၤအခိဉ်ဃုၤဝးတရံးအံၤကိးမံၤဒဲးလၢကကဲထိဉ်တၢ်တံာ်တာ်လၢစီၤတံးအတၢ်မၤလိနှ်တၢ်အပူၤလၢလံာ်တယၢ်ဖးလဲၤ်အပူၤအံၤတက့ၤ်. နမၤတၢ်အံၤမ့ၤ်ဝံၤဖးကဒီးတၢ်ဂ့ၤ်တၢ်ကျိၤ လၢအဖိလာ်တကူာ်အံၤတက့ၤ်.

## တၢ်ဂ့ၢ်တနီၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တအိဉ်ကွဲဘဉ်အဂ့ၢ်

## စီၤတံး (ဖိသဉ်)

ဖိသဉ်ထိဉ်ကွဲမ့တမ့ၢ်ကအဲဉ်ဒီးထိဉ်ကွဲအံၤဒီးသနုၤထိဉ်အသးလၢဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝး မ့တမ့ၢ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်သးလၢအအိဉ်ဝဲလၢအပူၤခဲအံၤနှဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်မှၢ်လ်ၢလၢအအဲဉ်ဒီးမၤနှ၊်ကျိဉ်စ့အံၤကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကလဲၤဃုဖံးဃုမၤတၢ်လၢဝ့ၢ်ပူၤဒီးဟးထိဉ်ကွံဉ်လၢအဟံဉ်အါန့ၢ်ဆဲးအိဉ်ကွဲတက့ၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်သ့ဉ်လၢလာ်အံၤကဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒီးဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ကွဲမ့တမ့ၢ်တအိဉ်ကွဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ. လၢနပှၤတဝၤအပူၤ, လၢနထံနကျိၢ်အပူၤ, မ့တမ့ၢ် လၢနတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအပူၤတၢ်အိဉ်တမံၤမံၤလၢကမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်လၢကအိဉ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် တအိဉ်ကွဲအိဉ်တမံၤမံၤဧါ.

ဟံဉ်တအိဉ်ဃိတအိဉ်ဒီးတၢ်လိဉ်လၢကဘဉ်မၤတၢ် – ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ပထံဉ်ဘဉ်အီၤကိးနံၤဒဲးလီၤဆိဒဉ်တၢ်ပမ့ၢ်အိဉ်လၢခူပူၤဝ့ၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်ပတဟ်သူဉ်ဟ်သးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတုၤလၢပထံဉ်လၢအဃ့အိဉ်တၢ်တစုဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ကျဲမ့ၢ်အဟံဉ်အဃိဒီးတၢ်လိၢ်လၢအကအိဉ်မူဝဲအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢကျဲမှၢ်ပူၤဒ်အံၤတဖဉ်အိဉ်လၢအကကွဲၢ်လၢအကယၤလၢဟိဉ်ခိဉ်အံၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢကျဲမှၢ်ကျဲဘိပူၤတဖဉ်အါတက့ၢ်မ့ၢ်ဖိသဉ်လၢအဘဉ်မၤတၢ်, ဟးထိဉ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် ဟံဉ်တအိဉ်ဃိတအိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢကျဲမှၢ်ကျဲဘိပူၤတဖဉ်အံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ဘဉ်ယိဉ်အလိၢ်လၢတၢ်ကစူးကါကလိအိဉ်အီၤမ့ၢ်လၢအဟံဉ်ဖိဃိဖိတအိဉ်, အပှၤတဝၤတအိဉ်ဒီးအကွဲအကိဉ်တအိဉ်လၢၤအဃိနှဉ်လီၤ. သနာ်ကွ့တမ့ၢ်လၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢကျဲမှၢ်ကျဲဘိအပူၤကိးဂၤဒဲးတအိဉ်ဒီးအဟံဉ်ဖိဃိဖိဧၤဘဉ်. စီၤတံးကဟးမၤတၢ်လၢကျဲမှၢ်ကျဲဘိအဖိခိဉ်ဘဉ်ဆဉ်ဟဲကွ့ၤဆူအဟံဉ်ဖဲတၢ်ခံးအဆၤကတိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ကမ့ၢ်ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အလု၊်အပှၤ, အသးပှ၊်တလၢလၢအနုာ်လီၤအိဉ်က့ၤကွဲ, မ့တမ့ၢ်ခီဖျိလၢထံရူ၊်ကိၢ်သဲးအတၢ်ဘဉ်ဂံာ်ဂူာ်အဃိတၢ်အကါဒိဉ်လၢကဘဉ်ဂုာ်အိဉ်မူလၢအတၢ်အိဉ်မူအဂီၢ်အါန့ၢ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်တက့ၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢကျဲမှၢ်ကျဲဘိအပူၤအါဂၤမ့ၢ်လၢတအိဉ်ဘူးလၢဟံဉ်ဃိမ့တမ့ၢ်အိဉ်ဘူးထဲတဆံးတက့ၢ်အဃိနှဉ်တမၤန့ၢ်တၢ်သိဉ်ဂ့ၤသီဘဉ်လၢပှၤဒိဉ်တုာ်ခိဉ်ပှဲၤအအိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အနှဉ်အဝဲသ့ဉ်ကဘဉ်တၢ်မၤဆူးမၤဆါအီၤလၢနီၢ်ခိ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆါလီၤအိဉ်အနီၢ်ခိနီၢ်ကစၢ်လၢဟံဉ်အဃိနှဉ်အဝဲသ့ဉ်ကဃ္ၢ်ဟးထိဉ်ကွံဉ်လၢဟံဉ်လၢဃိဒီးတုၤဆူတၢ်ဘဉ်ဟးအိဉ်လၢကျဲမှၢ်ကျဲခိဉ်ဒီးဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးလၢအလီၤပလိာ်လိာ်အသးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

**တ်ဆူးတ်ဆါဒိးတ်သဉ်ဝံၤလီၤဖိ** – ဖိသဉ်တဖဉ်မ့်ဆူးမ့်ဆါ, မ့်သဉ်ဝံၤလီၤဒိန္ဉ်မၤလိန့် တ်တန့်တသ့ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ညီနှ်ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်တထိဉ်ကွိခဲအံၤခဲအံၤဒိးဘဉ်တ် ဟ်ပနီဉ်အီၤဒ်အမ့်ဖိသဉ်လၢအခိဉ်နှဉ်ကဘျၢအန်ၢ်ကီသ့ဉ်သ့ဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်မ့် တူၢ်ဘဉ်လၢပှၤတကနဉ်ဃုာ်အဝဲသ့ဉ်အတ်လိဉ်ဘဉ်နှဉ်အဝဲသ့ဉ်ကတူၢ်ဘဉ်လၢအတဘဉ်ထွဲ ဘဉ်ဃးစ့်ၢ်ကီးလၢတီၤပူၤဒိးလၢတ်ဂ့ၢ်အံၤအဃိဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ကဟးထိဉ်ကွံဉ်ကွိနှဉ်လီၤ. တ်ဆူးတ်ဆါဒိးတ်အိဉ်တ်အိတကူတလၢလၢနီၢ်ခိအဂိၢ်အံၤမၤဘဉ်ဒိစ့်ၢ်ကီးအီၤလၢနီၢ်ခိဒိး ခိဉ်နူဉ်အတ်ဒိဉ်ထိဉ်လၢတ်ဆၢကတိၢ်ဖးယံဉ်ဖးထိအပူၤနှဉ်လီၤ.

**တ်အိဉ်ဖျဉ်အတ်မၤနီဉ်မၤဃါ** – ထံကိၢ်တနီၤနီၤဖိသဉ်ဒ်စီၤတံးအသိးတဖဉ်တ်အုဉ်သးမ့် တအိဉ်လၢအအိဉ်ဒိးအတ်အိဉ်ဖျဉ်အတ်မၤနီဉ်မၤဃါနိတတီၤဘဉ်နှဉ်ထိဉ်ကွိတသ့ မ့တမ့် ထိဉ်ကွိကသ့ဒဉ်ထဲစ့ၢ်နံဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နှဉ်လီၤ. တ်အိဉ်ဖျဉ်အတ်ကွဲးနီဉ်ကွဲးဃါတအိဉ်အံၤကဲ ထိဉ်တ်ကိတ်ခဲလီၤဆိဒဉ်တ်လၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အဂိၢ်, ဒိးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတအိဉ်ဒိးတ်ခွဲး တ်ယာ်လၢကထိဉ်ကွိ မ့တမ့် ကနုာ်လီၤတ်ဒိးစဲးဘဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ဂ့ၢ်ကိအံၤမၤဘဉ်ဒိစ့ၢ်ကီး ပှၤလၢအနုာ်လီၤအိဉ်လၢပှၤဂၤအထံအကိၢ်, ပှၤလၢအဘဉ်ဃးဒိးကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်ဒိးပှၤ ဘဉ်ကိဘဉ်ခဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

**တ်ပျံၤဘဉ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ်** –တ်ပျံၤဘဉ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးဖဲအဟဲဆူကွိ မ့တမ့် ကှၤ လၢအဟံဉ်အံၤမ့်တ်တမံၤလၢအမၤပျံၤမၤဖုးဖိသဉ်အတ်ထိဉ်ကွိနှဉ်လီၤ. ပိာ်ခွါဖိသဉ်တဖဉ် ညီနှ်ဘဉ်တိၢ်, မ့တမ့် တ်မၤနၤၢအီၤနှဉ်လီၤ. မ့မ့်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်တခီညီနှ်အိဉ်ဒိးတ်ကိ တ်ခဲလၢတ်မူၤဆူဉ်မူၤစိး မ့တမ့် တ်မၤဆူဉ်မၤစိးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပှၤလၢအဘဉ်ကွ် ဆၢဉ်မဲာ်ဒိးတ်ဂ့ၢ်လၢထးတဖဉ်အံၤအတ်ဟ်လုာ်ဟ်ပှၤလီၤအသးကစှၤလီၤဒိးတ်ဟ်လုာ်ဟ် ပှၤလီၤအသးကအိဉ်ထိဉ်ကှၤအဂိၢ်ကယံာ်တ်ဆၢကတိၢ်ဖးယံာ်နှဉ်လီၤ. စီၤတံးကမ့်ဖိသဉ် လၢအဘဉ်ကွ်ဆၢဉ်မဲာ်တ်ဒ်အံၤတကလုာ်ဒိးအသးတအိဉ်လၢၤလၢကလဲၤကွိလၢၤဘဉ်နှဉ် လီၤ.

**ဖိသဉ်လၢကွ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒိးဟးဂီၤဒိးအိဉ်ဒိးအတ်လိဉ်ဘဉ်လီၤဆီတဖဉ်** – ဖိသဉ်လၢ ကွ်ဂီၤဟးဂီၤဒိးတလၢတပဲၤဒိးအိဉ်ဒိးအတ်လိဉ်လီၤဆီတဖဉ်တအိဉ်ကွိဘဉ်လီၤဆိဒဉ်တ် ကွိဒိးတ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အကျဲသနူတအိဉ်လၢကဟ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိးကွ်ဂီၤ, သူဉ် သး မ့တမ့် တ်မၤလိအတ်လိဉ်ဘဉ်လီၤဆီတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ပညီနှ် ဆိကမိဉ်အဝဲသ့ဉ်ဖဲပစံးကတိၤ inclusive education အဂ့ၢ်အခါနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတ ဖဉ်တဟဲကွိနီတဘျိမ့်လၢတ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒိးတ်စူၢ်တ်နာ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဖိခိဉ်လၢအမၤလိ တ်တသ့တန့်အိဉ်အဃိနှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ် မ့တမ့် ပှၤတဝၤတဖဉ်တဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢဖိသဉ် ဒ်အံၤတဖဉ်အိဉ်ဒိးအတ်ခွဲးတ်ယာ်လၢကဒိးန့်တ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဒိးကြားလၢအထိဉ်ဘဉ်

ကွဲနှဉ်လီၤ. ကွိအတၢ်သူဉ်ထိဉ်ဒ်အမ့ၢ်ဃိသွါတဖဉ်ကတြိဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်လၢကထိဉ်ကွိအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်မ့ၢ်စ့ၢ်ကီးပှၤလၢကဟးထိဉ်ကွိလၢတၢ်တီၤလိၤမ့ၢ်လၢတီၤပူၤပှၤကွိဖိအနိဉ်ဂံၢ်အါတလၢဒီးသရဉ်တအိဉ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကမၤပဲၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အတၢ်လိဉ်ဘဉ်အဃိနှဉ်လီၤ. အါနှၢ်အန့ၢ်တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒီးပတၢ်သိဉ်လိအပီးအလိအကျဲကပူၤမ့တမ့ၢ် ကျိာ်တၢ်လၢစူးကါအီၤလၢတီၤပူၤဒၣဉ်လဲာ်တကြၢးတဘဉ်ဒီးဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ပှၤအိဉ်ဒီးအဟုးအသးတဖဉ် – လၢထံကိၢ်တနီၤနိၤအပူၤဒီးပှၤတဝၢတနီၤနိၤအပူၤပိာ်မုဉ်ဖိသဉ်လၢအဟုးအသးအိဉ်ထိဉ်တဖဉ်တၢ်ထုးထိဉ်ကွံာ်အီၤလၢကွိမ့ၢ်လၢကွိပျံၤလၢကကဲထိဉ်တၢ်ဒိတၢ်တဲာ်လၢတဂ့ၤဒီးကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤကွိဖိအဂၤလၢကပိာ်ထိဉ်တၢ်အဒိအတဲာ်တဂ့ၤအံၤအခံနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးအီၤဒၣဉ်လဉ်နှဉ်အဟုးအသးမ့ၢ်အိဉ်ထိဉ်မၤမဲာ်ဆှးအဟံဉ်ဖိဃိဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ညီနုၢ်တၢ်လၢအပိာ်ထိဉ်အခံနှဉ်ဟံဉ်ဖိဃိဖိတအဲဉ်ဒိးမၤဃုာ်အီၤလၢၤဘဉ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်တူၢ်ဘဉ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတအိဉ်လၢကအိဉ်ကွိဧၤကိဉ်ဧၤလၢၤဘဉ်နှဉ်လီၤ.

ဟံဉ်ဖိဃိဖိအတၢ်အိဉ်သးဝးတရံး

ဖိသဉ်ဒိးနှၢ်တၢ်ဒိသဒၣဒိးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအါတက့ၢ်လၢဟံဉ်ဖိဃိဖိဒိးပှၤတဝၢအအိဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်နၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကီဒိးတဲသကိးတၢ်လၢမဲာ်သကိးမဲာ်, တၢ်ဟံးနှၢ်မူဒၣလၢတၢ်မၤဘဉ်က့ၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢအအိဉ်ကၢအိဉ်ခိးအကျဲအံၤမ့ၢ်ဟံဉ်ဖိဃိဖိဒိးပှၤတဝၢတဖဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤနှဉ်လီၤ. ဒ်ပှၤလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအမၤသကိးတၢ်ဒိးဖိသဉ်လၢအဟးထိဉ်ကွိလၢထံကိၢ်အါဘ့ဉ်စံးဝဲအသိးကျဲအဂ့ၤကတၢၢ်လၢကဒိသဒၣဖိသဉ်လၢတၢ်ဟးထိဉ်ကွိအံၤမ့ၢ်ဟံဉ်ဖိဃိဖိ, ပှၤတဝၢအတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဒိးအတၢ်အဲဉ်ဘဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်အခိဉ်သ့ဉ်လၢအကါဒိဉ်တနီၤလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်တအိဉ်ကွိလၢအဘဉ်ဃးဒိးဟံဉ်ဖိဃိဖိဒိးပှၤတဝၢတဖဉ်မ့ၢ်ဒ်လာ်အသိးနှဉ်လီၤ. လၢနဟံဉ်ပူၤဃိပူၤ မ့တမ့ၢ် နပှၤတဝၢအပူၤ, နထံနကိၢ်မ့တမ့ၢ်နတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအပူၤတၢ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်တထိဉ်ကွိဘဉ်အဂ့ၢ်အိဉ်တမံၤမံၤဧါ.

တၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်ဒီးတၢ်ဟာ်လု့ၢ်ဟာ်ပ့ၤတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့နီၢ်နီၢ် – တၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်နှဉ်ညီနုၢ်မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တမံၤလၢဖိသဉ်အိဉ်ကွိ မ့တမ့ၢ် တအိဉ်ကွိဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မ့ၢ်တအိဉ်ကွိမ့ၢ်လၢအဘဉ်မၤတၢ်ဒ်သိးကမၤန့ၢ်ကျိဉ်စ့တဆံးတက့ၢ်လၢအတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်အဂံၢ်လၢအစဲၤလိၤအသးယိာ်မးတဘိနှဉ်လီၤ. မ့ၢ်လၢကျိဉ်စ့အတၢ်ဝံဃၤ, မိၢ်ပၢ်ဖြိဉ်ဒီးညီနုၢ်ဆိဉ်ထွဲအဖိအတၢ်လိဉ်ခိဉ်သ့ဉ်ဒၣဉ်လဲာ်တန့ၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဃိဖိသဉ်ဒ်စီၤတံးအသိးနှဉ်ကဘဉ်မၤစၢၤအမိၢ်အပၢ်လၢဟံဉ်ဖိဃိဖိအတၢ်ဟဲနှာ်အါနှၢ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢအတၢ်အိဉ်မူဆူညါအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အိဉ်သးဒ်အံၤဟဲပၢၢ်ထိဉ်လီၤဆီဒၣဉ်တၢ်ဖဲဟံဉ်ဖိဃိဖိတူၢ်ဘဉ်လၢတၢ်

ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အခိပညိတအိၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်နၢ့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်နၢ့ၣ်အ
ဃိအဝဲသ့ၣ်တန်ပၢၢ်လၢဘၣ်မနုၤအဃိဖိသၣ်တဖၣ်အံၤကဘၣ်လဲၤကွိလဲၣ်နၢ့ၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်က
တူၢ်ဘၣ်လၢအဖိတဖၣ်ကမၤန့ၢ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢတတုၤထိၣ်ထိၣ်ဘးဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်
လၢအမၤလိဝဲလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤတနီၤနီၤအပူၤအဘျုးအိၣ်အါန့ၢ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢတီၤပူၤ
တဖၣ်နၢ့ၣ်လီၤ.

**တၢ်ဘၣ်ဂံၣ်ဂူၣ်** – မိၢ်ပၢ်တနီၤကနၣ်လီၤကတိၤအါတၢ်လၢကျိၣ်စ့မ့တမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်အဂၤတဖၣ်လၢ
အမၤဘၣ်ဒိဖိသၣ်ဒီးကတုၤဆူတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးမၤကိၢ်မၤဂီၤဖိသၣ်အပတိၢ်သ့နၢ့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်
တဖၣ်အံၤအဃိကဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢဖိသၣ်တထိၣ်ကွိကိးဆၢကိးကတိၢ်ဒဲးဒီးကဟ့ၣ်
ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဒၣ်လဲၣ်ဖိသၣ်ဒ်စိၤတံးအသိးလၢကဃ့ၢ်ဟးထိၣ်ကွံၣ်လၢအဟံၣ်ဒီးကွိသ့ဝဲနၢ့ၣ်လီၤ.

**တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသၣ်တလၢတပှဲၤ** – ခီဖျိလၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢကဘၣ်ဃုကျိၣ်ဃုစ့လၢတၢ်
အိၣ်မူအဂီၢ်အဃိသတးနၢ့ၣ်မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကဘၣ်တၢ်သုးဆူၣ်အီၤဆူတၢ်လိၢ်အဂၤလၢအယံၤဒီး
ဟံၣ်ဃိလၢတၢ်ဆၢကတိၢ်ဖုၣ်ကိဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆၢကတိၢ်ဖးယံဉ်ဖးထိဒၣ်လဲၣ်သ့နၢ့ၣ်လီၤ.
ခီဖျိလၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဃိဖိသၣ်ဒ်စိၤတံးအသိးတဖၣ်ကဘၣ်တၢ်ကွၢ်ဒိၣ်ထိၣ်က့ၤအီၤလၢဖံဖု မ့
တမ့ၢ်ပှၤအဂၤသ့စ့ၢ်ကီးနၢ့ၣ်လီၤ. ပှၤလၢအကွၢ်ဒိၣ်ထိၣ်က့ၤဖိသၣ်တဖၣ်အံၤတအိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်
ညါနၢ်ပၢၢ်, တၢ်လဲၤခီဖျိ မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢကအံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသၣ်အဂီၢ်ဒၣ်လဲၣ်ဘၣ်နၢ့ၣ်လီၤ. ပှၤ
တဖၣ်အံၤတဟ်ဒိၣ်ဟ်လု၊်ဟ်ပှၤတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဖဲတၢ်လိၣ်ဘၣ်ကျိၣ်စ့ဒိၣ်ဒိၣ်လၢသးသမူ
အဂီၢ်အခါနၢ့ၣ်လီၤ.

**တၢ်ထံၣ်ဆံးဒီးကွၢ်တလီၤခီဖျိလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါသံသတြိၣ်ဒ်အမ့ၢ် HIV/AIDS အဃိ** –
ဖိသၣ်လၢမိၢ်ပၢ်စူးကွံၣ်အသးခီဖျိတၢ်ဆါသံသတြိၣ်ဒ်အံၤတဖၣ်တၢ်မ့ၢ်လ၊်လၢကထိၣ်ကွိအဂီၢ်
ဆံးစ့ၢဒိၣ်နၢ့ၢ်ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖၣ်နၢ့ၣ်လီၤ. လၢထံကိၢ်တနီၤနီၤအပူၤဖိသၣ်တဖၣ်ဘၣ်
တၢ်ထုးထိၣ်အီၤလၢကွိဒ်သိးကကွၢ်ထွဲစၢၤက့ၤဒီပု၊်ဝဲၢ်တဖၣ်လၢဟံၣ်လီၤဆီဒၣ်တၢ်ပိာ်မုၣ်ဖိတ
ဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်လၢအဆူးအဆါ မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်လၢကဘၣ်ဆိၣ်ထွဲဟံၣ်ဃိလၢတၢ်ဃုစၢၤ
ကျိၣ်စ့တၢ်ဟဲနၣ်တဖၣ်နၢ့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်သးတနီၤနီၤတခီဖိသၣ်လၢပှၤဆိကမိၣ်လၢကရၤလီၤ
တၢ်ဆါသံတြိၣ်ဒ် AIDS တဖၣ်ဆူအသကိးအအိၣ်အဃိပှၤတဝၤဒိးသရၣ်ဒၣ်လဲၣ်နၢ့ၣ်ကထူး
ဖးအဝဲသ့ၣ်လၢကွိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤနၢ့ၣ်လီၤ. ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်စိၤတံး မ့တမ့ၢ် စိၤတံးအဟံၣ်ဖိ
ဃိ ဖိကအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါသံသတြိၣ် AIDS အတၢ်ပနီၣ်သ့စ့ၢ်ကီးနၢ့ၣ်လီၤ.

## ပှၤတဝၢအတၢ်အိဉ်သးဝးတရံးတဖဉ်

**ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအတၢ်ကွၢ်ဒိဉ်ကွၢ်ဆံးလိာ်သး** – မိၢ်လုပၢ်လၢ်အတၢ်စူၢ်တၢ်နာ်လၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအမူအဒါလၢအမၤဃံးပိာ်မုဉ်တဖဉ်အတၢ်အိဉ်ကွိအိဉ်ဝဲန့ဉ်လီၤ. ပှၤတဝၢလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်စူၢ်တၢ်နာ်လၢပိာ်မုဉ်တဖဉ်အပတိၢ်တအိဉ်ထဲသိးဒီးပိာ်ခွါအံၤန့ဉ်ညီနုၢ်ပိာ်မုဉ်တဖဉ်တထိဉ်ကွိဒီးတၢ်ဟာ်အီၤလၢဟံဉ်လၢကဖံးကမၤဟံဉ်ပူၤဃီပူၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်စူၢ်တၢ်နာ်အံၤဟ့ဉ်သခူထိဉ်ပိာ်မုဉ်တဖဉ်အခံလၢကထိဉ်ပှၢ်ဖဲအသးစၢ်ဒိဉ်မးဒီးဟးထိဉ်ကွံာ်လၢအဟံဉ်အဃိပိာ်မုဉ်အတၢ်မၤစၢၤဆူအဟံဉ်အဃိအံၤတအိဉ်လၢၤဘဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ထံဉ်လၢတၢ်အဘျုးတအိဉ်လၢကဆှၢဖိပိာ်မုဉ်တဖဉ်ဆူကွိဘဉ်နှဉ်လီၤ. စီၤတံးကဃ့ၢ်ထွးထိဉ်ကွံာ်လၢတၢ်အိဉ်သးဒ်နှဉ်အသိးတမံၤမံၤနှဉ်လီၤ.

**လုၢ်လ်တၢ်ဆဲးတၢ်လၢလီၤဆီဒီးဟီဉ်ကဝီၤလၢအဝဲသ့ဉ်အိဉ်ဆိးအထူသနူ** – ဖိသဉ်လၢအဟဲလၢဟံဉ်ဃီလၢအလီၤဆီဒီးကွိလၢအအိဉ်ဝဲဒ်အမ့ၢ်ကျိာ်, တၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါ, ကလုာ်ဒူဉ်လီၤ ဆိ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆဲးတၢ်လၢအဂၤတဖဉ်အံၤကမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ကွိသ့စ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ. တဘျိတခိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတၢ်ဟ့ဉ်အီၤအခွဲးလၢကအိဉ်ကွိလၢအတီၤပတိၢ်ဖုဉ်, ဖြိဉ်ဒီးတၢ်သိဉ်လိအပီးအလီဆံးစ့ၢအလိၢ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကအိဉ်ကွိအတီၤပတိၢ်ထိထိဉ်ဆံးစ့ၢန့ၢ်ပှၤအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. လၢပှၤတဝၢတနီၤအပူၤအိဉ်ဒီးဟိဉ်ကဝီၤအလုၢ်အလ်လၢကဘဉ်စးထိဉ်ဖံးတၢ်မၤတၢ်လၢအဖိသဉ်အခါဒီးတၢ်အိဉ်ကွိအံၤတမ့ၢ်တၢ်ဘျုးတၢ်ဖြိဉ်လၢအဂိၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. လုၢ်လ်တခါအံၤဘဉ်တၢ်စိာ်ဆှၢအီၤဆူစီၤတစီၤဝံၤတစီၤဒီးတၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်ဒီးတၢ်တသ့လံာ်သ့လဲၢ်အံၤလဲၤတရံးအသးတဘျိဝံၤတဘျိန့ဉ်လီၤ. စီၤတံးကဟဲလၢပှၤတဝၢဒ်အံၤအသိးတဂၤသ့နှဉ်လီၤ.

**တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢအတဂ့ၤတကပၤ** – တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢအတဂ့ၤခီဖျိတၢ်ဟ်ဖြိဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆီတဖဉ်အံၤဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကမ့ၢ်တၢ်တံာ်တာ်တၢ်နီးတၢ်ဘျုးအဒိဉ်ကတၢ်ၢ်တမံၤလၢကွိအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးတဂ့ၤတဖဉ်အံၤဘဉ်တၢ်ထံဉ်အီၤလၢအပတိၢ်ကီးပတိၢ်ဒဲးဒ်အမ့ၢ်မိၢ်ပၢ်, ပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်, ကွိဒီးသရဉ်, ပဒိဉ်ပှၤပၢဆှၢတၢ်ဒီးဖိသဉ်အကျါဒဉ်လဲာ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ပျံၤတၢ်ဖုး, တၢ်ဒုဉ်တၢ်ထု, တၢ်မဲာ်ဆုး, တၢ်တနူၤပၢၢ်နၢ်ဘျါဒီးတၢ်နၢ်ပၢၢ်ကမဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတဂၤဒီးတဂၤအသိးအကျါတဖဉ်အံၤဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢအတဂ့ၤဆူဖိသဉ်ဒီးအတၢ်အိဉ်သးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကအိဉ်ဒီးတၢ်သူဉ်ဆံးသးဆံး, တၢ်ထံဉ်ဆံးလီၤသးဒီးအိဉ်ခူသူဉ်ဒီးဟးဆဲးတၢ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်ဒီးပှၤအဂၤဒီးတၢ်တထံဉ်အီၤလၢပှၤတဝၢအပူၤလၢၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်မ့ၢ်အိဉ်သနာ်ကွဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ထဲသိးတုၤသိးဒီးပှၤအဂၤန့ဉ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢထးတဖဉ်

အံၤကထုးဖးအဝဲသ့ဉ်လၫ်ကျိန့ဉ်လီၤ. စီၤတံၤကမ့်ပှၤလၫအတူၢ်ဘဉ်တ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၫတဂ့ၤဒ်အံၤအသိးတဂၤသ့ဝဲန့ဉ်လီၤ.

## ကျိအခိဉ်ဃၫၤဝးတရံး

ပကျိအတ်သိဉ်တ်သိတ်ဘျၫကဘဉ်မ့်တ်ဒုးကူဉ်သ့ကူဉ်ဘဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၫကဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တ်သ့တ်ဘဉ်လၫအလိဉ်ဘဉ်ဝဲလၫအသးသမူဒီးတ်မၤလိန့်တ်လၫတ်ဆၫကတီၢ်ဖးယဲာ်ဖးထိအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဒ်တ်စံဉ်စီၤတဲစီၤအိဉ်အသိးပကျိတဒုးကူဉ်သ့ကူဉ်ဘဉ်ထိဉ်ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါလၫအအိဉ်ဒီးတ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးတ်သ့တ်ဘဉ်လၫအလီၤဆိတဖဉ်ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲဟံဉ်ဖိယိဖိဒီးပှၤတဝၤအတ်အိဉ်သးလၫအအိဉ်ဒီးတ်ထုးဖးဖိသဉ်လၫကျိဒ်အံၤအခါန့ဉ်တ်မၤဂ့ၤထိဉ်တ်အိဉ်သးတမံၤဓိၤန့ဉ်တမ့်အမၤပကျိလၫကကဲထိဉ် inclusive ဘဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ဂ့်ကအိဉ်ဒံးတဘျူးမံၤလၫအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၫတအိဉ်ကျိဒီးတထိဉ်ကျိဘဉ်ဆၫဘဉ်ကတီၢ်, ဒီးဟးထိဉ်ကွံဉ်ကျိလၫတ်ဘၫဉ်တီၤတဖဉ်ဒ်စီၤတံၤအသိးန့ဉ်လီၤ. နၤဒီးနပှၤမၤသကိးတ်ဖိအိဉ်ဒီးမူဒၢလၫအကါဒိဉ်တမံၤလၫကဘဉ်လဲလိာ်ကျိဒ်အမ့်တ်လိၢ်တတီၤဖဲဖိသဉ်ဟဲဆူကျိလၫကမၤလိန့်တ်သ့အလိၢ်နှဉ်လီၤ. တ်ဂ့်လၫလာ်တဖဉ်အံၤကမ့်တ်ဂ့်တနီၤလၫဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တနီၤတအိဉ်ကျိဘဉ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. လၫနကျိန့ဉ်တ်ဂ့်အခိဉ်သ့ဉ်လၫအမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတ်ထိဉ်ကျိအိဉ်ဒံးအဂၤတမံၤမံၤဧါ.

ဘူဉ်စ့ၤ (လိၤလိၤဒီးအိဉ်ခူသူဉ်) – ဟံဉ်ဖိယိဖိလၫအဖိုဉ်အယာ်တဖဉ်အဂီၢ်ကျိလဲ, တ်ဒိးစဲးလဲ, တ်မၤစၫၤလိၤကျိ မ့တမ့် မိၢ်ပ်ါသရဉ်သမါအတ်ကရၫကရိ, လံာ်ပှၤ, စၫ်ဘိဒီးကျိဖိအကူအသိး မ့တမ့် တ်လဲၤထိဉ်က့ၤလိၤအဘူးအလဲတဖဉ်ထုးဖးဖိသဉ်ဒ်စီၤတံၤတဖဉ်လၫကျိန့ဉ်လီၤ.

တ်အိဉ်သူဉ်လီၤအသး – တ်လိၢ်လိၤဆိဒဉ်တ်လၫခိခိဉ်ပှၤ်လ်ကျါကျိအိဉ်သူဉ်လီၤအသးမ့်ယံၤဒီးပှၤတဝၤအိဉ်အလိၢ်နှဉ်ဖိသဉ်ဒ်စီၤတံၤအသိးအံၤကဘဉ်တ်ဟ်အီၤလၫဟံဉ်ဖဲအပူၤဖျဲးအလိၢ်နှဉ်လီၤ. ဟံဉ်ဒီးကျိတ်ဒ့ဉ်စၫၤအယံၤအံၤကမၤစ့ၤလီၤ မိၢ်ပ်ါတဖဉ်သးသဟီဉ်လၫကဆ့ၤအဖိလီၤဆိဒဉ်တ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်မ့်လၫမိၢ်ပ်ါတဖဉ်ဘဉ်ယိဉ်ဒီးပျံၤတ်လၫပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အတ်ပူၤဖျဲးအဂီၢ်အယိန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၫအိဉ်ဒီးက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၫတပဲၤတဖဉ်တထိဉ်ကျိမ့်လၫတ်လဲၤထိဉ်က့ၤ လီၤလၫအကြၢးအဘဉ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်အတ်လိဉ်လၫကလဲၤဆူကျိအံၤတအိဉ်အယိန့ဉ်လီၤ.

ကျိအတ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤလၫတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ် – ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်စီၤတံၤကအဲဉ်ဒီးမၤလိတ်ဘဉ်ဆဉ်မၤလိဝဲတသ့တန့ၢ်ဒ်တ်ထိဉ်ကျိအဆၫကတီၢ်အသိးဘဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ထိဉ်ကျိအဆၫက

တီၤဒိးလံ့နံဉ်လံ့လါတဖဉ်အံၤကဘဉ်ဂံ့ဂူဉ်လိာ်အသးလၢစီၤတံးအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဆၢက တီၤအဃိအဝဲထိဉ်ကွဲတသ့ဘဉ်နူဉ်လီၤ.အါနှ့်အနူဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ကဟးထိဉ်ကွဲမ့်လၢဘဉ် ဟံးထိဉ်ဟံဉ်ဃိအမူအဒါဒ်အမ့်ဟံဉ်ပူၤဃိပူၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒိးတၢ်ကွၢ်ထွဲစၢၤပုၢ်ဆံးဖိတဖဉ် အသိးနူဉ်လီၤ.

**တၢ်ပီးတၢ်လီ** – ပကွဲမ့်တအိဉ်လၢပှဲၤဒိးတၢ်ပီးတၢ်လီတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢဖိသဉ်တဖဉ်ကထိဉ် ကွဲအဂီၤဘဉ်နူဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်တၢ်အံၤကမ့်တၢ်ဂ့ၢ်တမံၤလၢဖိသဉ်တထိဉ်ကွဲဘဉ်နူဉ်လီၤ. အဒိ, ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါတၢ်ဟးလီၤလီၤဆီတအိဉ်အံၤကမၤစ့ၤလီၤတၢ်သူဉ်ဆူဉ်သးဆူဉ်လၢဖိသဉ် အတၢ်ထိဉ်ကွဲအဂီၤစ့ၢ်ကီးနူဉ်လီၤ. တၢ်ပီးတၢ်လီတလၢတပှဲၤအံၤကမၤဘဉ်ဒိလီၤဆိဒဉ်တၢ်ဖိ သဉ်လၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒိးတလၢတပှဲၤတဖဉ်ကထိဉ်ကွဲအဂီၤန္ဉ်လီၤ.ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်စီၤတံးက အိဉ်ဒိးက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤတလၢတပှဲၤတမံၤမံၤဒိးအဝဲတထိဉ်ကွဲဘဉ်နူဉ်မတၢသ့ဉ်ညါတဂၤလဲဉ်.

**တၢ်အိဉ်ကတဲာ်ကတီၤဟ်သး** – တၢ်ဂ့ၢ်လၢအညီနှ်မၤအသးတမံၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ် လၢအိဉ်ဒိးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်တထိဉ်ကွဲလဲဉ်နူဉ်မ့်သရဉ်သမါ တဖဉ်တအိဉ်ကတဲာ်ကတီၤအသးလၢကသိဉ်လိနဲဉ်ယုၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ဘဉ်နူဉ်လီၤ. အဝဲ သ့ဉ်တသ့ဉ်ညါန်၊ပၢ်လၢကဘဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်ဘဉ်မ့်လၢသရဉ်တဖဉ်တဒိး နှ်ဘဉ်တၢ်မၤလိမၤဒိး, တၢ်ဆိကမိဉ်မ့တမ့်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအလိၢ်အိဉ်လၢကဘဉ်သ့ဉ်ညါ ဝဲလၢကဘဉ်မၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဒ်သိးကမၤလိန္ဉ်တၢ်အဃိနူဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လၢအပိာ်ထိဉ် အခံတခီဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်မ့်ဟဲထိဉ်သနာ်ကွဲကွဲနူဉ်တဒိးန္ဉ်တၢ်ကနဉ်ဃုာ်အီၤလၢသရဉ်လၢ လၢပှဲၤပှဲၤဒိးအတၢ်မၤန္ဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပတီၢ်နူဉ်ဖုဉ်ဒိဉ်မးဖဲပထိဉ်သတြိၤအီၤဒိးဖိ သဉ်အဂၤတဖဉ်အခါနူဉ်လီၤ.

**တီၤအဒိဉ်အဆံး, လံာ်လါဒိးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအါတလၢကွံာ်အခၢး** – တီၤလၢအအိဉ်ဒိးပှၤကွဲ ဖိအနီဉ်ဂံၢ်အါအံၤမ့်တၢ်တံာ်တာ်ဒ်အမ့်တၢ်သ့ဟ်ဖြဉ်ယုာ်ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒိးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒိး အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်နူဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့်တၢ်လၢအညီနှ်ကဲ ထိဉ်အသးတမံၤလၢထံကိၢ်ကိးဘ့ဉ်ဒဲးအပူၤန္ဉ်လီၤ. ထံကိၢ်လၢအကဲဒိဉ်တဖဉ်တီၤတတီၤ လၢဖိသဉ်အိဉ်အဂၤ (၃၀) နူဉ်တၢ်ဟ်အီၤဒ်အမ့်တီၤဖးဒိဉ်တဖျၢဉ်နူဉ်လီၤ. မ့မ့်ထံကိၢ်လၢ တအိဉ်ဒိးတၢ်ပီးတၢ်လီလၢပှဲၤတဖဉ်ညီနှ်တီၤတတီၤကွဲဖိအိဉ် (၆၀) တူၤ (၁၀၀) နူဉ်လီၤ. လၢတၢ်နူဉ်အဃိသရဉ်အိဉ်ဒိးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဃၢဒိးညီနှ်တသးဖှံသးမ့ာ်လၢအတၢ်ဖံးတၢ် မၤအပူၤဘဉ်နူဉ်လီၤ. တီၤလၢအဆံးဒိးတၢ်ပၢဆ့ၢ်ရဲဉ်ကျဲၤအီၤန္ဉ်ဂ့ၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်မ့်တၢ်လၢပှၤကိး ဂၤအဲဉ်ဒိးအီၤဒိဉ်နှ်တီၤလၢတၢ်တလၢတပှဲၤတဖဉ်နူဉ်လီၤ. သနာ်ကွတီၤအဒိဉ်အဆံးအံၤတ မ့်ဒံးတၢ်ဂ့ၢ်အဒိဉ်ကတၢ်တမံၤလၢတၢ်ဟ်ဃုာ်တၢ် inclusion ကကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်အဂီၤဘဉ်. တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးမ့ၢ်ဂ့ၢဒိးတူၢ်လိာ်တၢ်လဲလိာ်မၤအသးသ့နူဉ် inclusion ကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်သ့

နှဉ်လီၤ. တၢ်အဒိအတဲာ်အိဉ်အါမံၤလၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လီၤဆိဒီးတၢ်သ့တၢ် ဘဉ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်မၤလိသကိးဃုာ်တၢ်လၢတီၤဖးဒိဉ်အပူၤဒီးကဲ ထိဉ်လိဉ်ထိဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သးလၢ inclusion အဖိခိဉ်အံၤညိနှၤ်မ့ၢ်တၢ်တံာ်တာ် ဒိဉ်နှၤ်တၢ်ပီးတၢ်လိတလၢတပဲၤအဂ့ၢ်နှဉ်တၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအါထိဉ်အီၤဒ်လာ်အသိး နှဉ်လီၤ.

**Inclusion တီၤလၢအအိဉ်ဒီးကွိဖိအါနှၤ် (၁၁၅) ဂၤ**

ဖဲ (၁၉၉၄) နံဉ်နှဉ်တၢ်မၤလိဘဉ်ဃးကွိခံဖျၢဉ်လၢအအိဉ်လၢကီၢ်လဲးစိသိဉ်ဒ်အမ့ၢ်ပဒိဉ်အ ကွိလၢအကျဲးစၢးသူဉ်ထိဉ် inclusion တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အရဲဉ်အကျဲၤအဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. ကွိတ ကွိနှဉ်အိဉ်သူဉ်လီၤအသးဘူးလၢဝ့ၢ်ခိဉ် Maseru နှဉ်လီၤ. ကွိအံၤတီၤတတီၤနှဉ်ကွိဖိ (၅၀) ဂၤဒီးအိဉ်ဒီးတၢ်စံဉ်စိၤတဲစိၤလၢအကျဲးစၢးတူၢ်လိာ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးကွ့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢ တပဲၤတမံၤဧၤနှဉ်လီၤ. ကွိအဂၤတဖျၢဉ်တခီအိဉ်သူဉ်လီၤအသးလၢကစၢ်ခိဉ်ဒီးယံၤဒီးဝ့ၢ်ခိဉ် (၈) နဉ်ရံဉ်ဒီးတီၤတတီၤနှဉ်ကွိဖိအိဉ်အါနှၤ် (၁၁၅) ဂၤနှဉ်လီၤ.

ကွိအခိဉ်ထံးတဖျၢဉ်ကွိသရဉ်တဖဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သးလၢ inclusion တၢ်ကူဉ်ဘဉ် ကူဉ်သ့အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအဖိခိဉ်လၢအတဂ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ကွိအံၤအိဉ်ဒီးမံၤလၢအဂ့ၤလၢဖိ သဉ်အတၢ်ဖျိထိဉ်ကွိအဂ့ၢ်အဃိကွိအံၤပျံၤလၢမ့ၢ်တူၢ်လိာ်ဖိသဉ်လၢအမၤလိတၢ်ကဘျၢတဖဉ် နှဉ်အမံၤကဟးဂီၤနှဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ဆိကမိဉ်လၢတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးကွ့ၢ် ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်မ့ၢ်ခရံာ်ဖိတၢ်အိဉ်ဖှဉ်အမူအဒၢဒီးအဝဲသ့ဉ်တူၢ်ဘဉ်လၢပဒိဉ် ဟ့ဉ်လီၤက့ၤမူဒၢအံၤဆူကွိသရဉ်တဖဉ်အအိဉ်နှဉ်လီၤ.

သရဉ်လၢအအိဉ်လၢကစၢ်ခိဉ်အကွိတဖျၢဉ်တခီအိဉ်ဒီးတၢ်သူဉ်ဟူးသးဂဲၤဒီးဟ့ဉ်လီၤအတၢ် ဆၢကတိၢ်လၢဖိသဉ်လၢအလိဉ်ဘဉ်အတၢ်မၤစၢၤအါတဖဉ်ဖဲကွိပျၢ်ကသုဉ်လၢမ့ၢ်ဆါခီအဆၢ ကတိၢ်ဒီးနှံကတၢ်အဆၢကတိၢ်အခါနှဉ်လီၤ. သရဉ်လၢအအိဉ်လၢကစၢ်ခိဉ်အကွိတဖဉ်အံၤ လဲၤဟးအိဉ်သကိးအပှၤကွိဖိလၢအဟံဉ်ဒီးဆှၢအီၤဆူတၢ်ဆါဟံဉ်ဖဲအလိဉ်ဘဉ်ဝဲအခါနှဉ် လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လၢတီၤအိဉ်ဒီးကွိဖိအါအံၤတမ့ၢ်တၢ်တံာ်တာ်တမံၤလၢကဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusion တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အရဲဉ်အကျဲၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ပၢဆှၢအတီၤနှၤ်သနာ်ကှဲဖဲတၢ်သံ ကွၢ်အတၢ်ဘဉ်သးလၢအအဲဉ်ဒီးပှၤကွိဖိအိဉ်လၢအတီၤပျဲၤဂၤအခါအဝဲသ့ဉ်ဘဉ်သးအပှၤကွိ ဖိအိဉ် (၅၀–၅၅) ဂၤလၢအတီၤပူၤနှဉ်လီၤ.

Schools For All. Save the Children.
www.eenet.org.uk/bibliog/scuk/schools_for_ all.shtml

## တၢ်မၤကွၢ်လီၤကၢ့ၤနီၤ်ကစၢ်အသးလၢ Inclusive Learning အဂီၤ

**တၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် Inclusive Learning အဂီၤ**

- **ဖိသဉ်** – ဖိသဉ်လၢဟံဉ်ဃိတအိဉ်ဒီးတၢ်လိဉ်ဘဉ်အီၤလၢကဖံးတၢ်မၤတၢ်, တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒီးတၢ်သဉ်ဝံၤလီၤဒိ, တၢ်အိဉ်ဖျဲဉ်အတၢ်မၤနီဉ်မၤဃါ, တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးဒီးဟူးသးအိဉ်ထိဉ်

- **ဟံဉ်ဖိၣိဖ** – တၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်, တၢ်ဘဉ်ဂံာ်ဂူာ်, တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲတလၢတပဲၤဒီး HIV/AIDS

- **ပှၤတဝၤ** – ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်တဖဉ်, လုၢ်လၢ်တၢ်ဆဲးတၢ်လၢလီၤဆီဒီးဟီဉ်ကဝီၤအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒီးတၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သးလၢအတဂ့ၤတဖဉ်

- **ကို** – ကိုဘူဉ်စ့ၤ, အိဉ်သူဉ်လီၤအသး, ကိုအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤ, တၢ်ပီးတၢ်လီတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်, တီၤအဒိဉ်အဆံးဒီးသရဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအါတလၢကွံာ်အခၢးတဖဉ်

တၢ်တံာ်တာ်အဂၤမနုၤအိဉ်ဒံးလၢနယၢၤထိဉ်အီၤလၢနလံာ်တယၢ်လၢတၢ်ဂဲၤလိအပူၤကွံာ်တခါအပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤအကျါန့ဉ်လဲဉ်.

ကွဲးရဲဉ်လီၤကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်တံာ်တာ်လၢတၢ်ဆိကမိဉ်ထိဉ်အီၤသ့တဖဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤလိဘဉ်ဃးအီၤတဖဉ်လၢတၢ်ဖးလံာ်အပူၤဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢထးတဖဉ်အံၤတကွ့ၢ်.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်တံာ်တာ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်

- ပှၤကိးဂၤဒဲးကြၢးဘံဉ်အမဲာ်ဒီးဆိကမိဉ်လီၤအသးဒ်အမ့ၢ်စီၤတံးအသိးမ့တမ့ၢ်ဖိသဉ်အဂၤတဂၤဂၤလၢအတအိဉ်ကွိအသိးန့ဉ်လီၤ. ဟ့ဉ်လီၤနမံၤဇဉ်နဲ, နသးနံဉ်, ပိာ်မုဉ်

မ့တမ့၊ ပိာ်ခွါ, နအိၣ်ဆိးအလိၢ်ဒီးအိၣ်ဒီးမတၤလဲၣ်. တၢ်အိၣ်မူအတၢ်အိၣ်သးမၤသးဒ်လဲၣ် (ဒ်စိၤတံးတၢ်အိၣ်မူအသိး).

- ဆိကမိၣ်ထိၣ်လၢတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်မနုၤအိၣ်ဒ်သိးနကဟဲပၢနှာ်လီၤနမံၤလၢကွိလဲၣ်. (အဒိ, ကွိကအိၣ်ဘူးလၢနဟံၣ်), ဒီးတၢ်တံာ်တာ်တဖၣ်လၢကအိၣ်ထိၣ်တက့ၢ်. နဘၣ်ဒုးဘၣ်ထွဲအီၤဒီးတၢ်လၢနကွဲးလီၤအီၤလၢထးအသိးဒီးတၢ်တံာ်တာ်လၢနမၤဖျါထိၣ်တ့ၢ်လံအီၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ် inclusion အဂီၢ်လၢတၢ်မၤလိအဆၢဒိၣ်တၢလၢလံာ်အံၤအပူၤအသိးန့ၣ်လီၤ.

- တ့လီၤတိၤကွီၤကဝီၤဖးဒိၣ်လွံၢ်ဖျၣ်လၢအဒီဒီးလိာ်အသးလၢနလံာ်ဖးလဲၢ်မ့တမ့ၢ်လံာ်သ့ၣ်ဘၣ်သူအလိၤတက့ၢ်. တိၤကွီၤအဆံးကတၢ်တကွီၤကဘၣ်အိၣ်လၢတၢ်ခၢၣ်သးတီတီဒီးတိၤကွီၤအဆံးကတၢ်အပူၤကွဲးလီၤ “ဖိသၣ်” လၢအခၢၣ်သးတက့ၢ်. တိၤကွီၤခံဖျၣ်တဖျၣ်ကမ့ၢ် “ဟံၣ်ဖိဃီဖိ” ဒီးသၢဖျၣ်တဖျၣ်ကမ့ၢ် “ပှၤတဝၤ” ဒီးလွံၢ်ဖျၣ်တဖျၣ်ကမ့ၢ် “ကွိ” နှၣ်လီၤ. ကွဲးလီၤတိၤကွီၤတဖျၣ်ဘၣ်တဖျၣ်အမံၤလၢတိၤကွီၤအပူၤတက့ၢ်.

- စူးကါစၢ်ဘိလၢအိၣ်ဒီးအလွဲၢ်တဖၣ်ဒ်သိးကဒုးနဲၣ်တၢ်တံာ်တာ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ်တက့ၢ်. ပှၤကိးဂၤဒဲးကြၢးကွဲးလီၤအတၢ်ဆိကမိၣ်လၢတိၤကွီၤတဖျၣ်ဘၣ်တဖျၣ်လၢအကဲ (ဖိသၣ်, ဟံၣ်ဖိဃီဖိ, ပှၤတဝၤဒီးကွိ)အခၢၣ်စးအံၤန့ၣ်လီၤ. မၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤလၢအကရူၢ်တက့ၢ်. တဘၣ်မၤအီၤထဲတဂၤဓိၤဘၣ်. ပှၤတဂၤစုာ်စုာ်မ့ၢ်ကွဲးလီၤတ့ၢ်လံတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒီးတၢ်တံာ်တာ်လၢတိၤကွီၤတဖျၣ်ဘၣ်တဖျၣ်အပူၤသနာ်က့ကွဲးလီၤကဒီးအီၤတဘျိဒ်ကရူၢ်အသိးတက့ၢ်.

- ပှၤကိးဂၤဒဲးမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤမ့ၢ်ဝံၤကွၢ်က့ၤလံာ်က့လၢနတ့အီၤအံၤတက့ၢ်. နထံၣ်တၢ်တံာ်တာ်အိၣ်အၢန့ၢ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဓါ. တၢ်တံာ်တာ်အိၣ်အၢန့ၢ်နဆိကမိၣ်ဟာ်အသိးဓါ. တၢ်တံာ်တာ်တဖၣ်အံၤဒုးနဲၣ်တၢ်ကိတၢ်ခဲတဖၣ်လၢပကဘၣ်မၤနၤၤအီၤအဃိသတးဒီးဖိသၣ်ဒ်စိၤတံးအသိးကထိၣ်ဘၣ်ကွိဒီးပမၤနၤၤတၢ်အံၤကသ့ဒၣ်ထဲလၢနတၢ်မၤစၢၤအဃိန့ၣ်လီၤ.

- တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်မနုၤလၢအညီနှၢ်အိၣ်လၢတၢ်အပတီၢ်တပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်ဒီးတၢ်အပတီၢ်တဖၣ်အဘၢၣ်စၢၤ (တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်မနုၤလၢတၢ်ယၢၤထိၣ်အီၤခဲအံၤခဲအံၤအါကတၢၢ်) နှၣ်လဲၣ်. တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်သပှၢ်တၢၢ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အနိၢ်ကိၢ်စ့ၢ်ဓါ. တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ်အံၤအိၣ်လၢဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးအတၢ်ဒိၣ်ထိၣ်လီၤဆိဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လီၤဆိ

လိာ်သးအဂီၤဧါ. မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်လၢပဆိကမိဉ်လၢအကြၢးအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤဧါ. တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်မ့မ့ၢ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢအကြၢးအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤဒီးပပညိဉ်ဒ်သိးပကမၢဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်အံၤကဘဉ်မ့ၢ်နတၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်သုးကွံာ်တၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်ဒီးမၤလဲၢ်ထိဉ်ဒိဉ်ထိဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်အံၤလၢ inclusion အဂီၤန့ဉ်လီၤ.

- တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒီးတၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်အံၤပဲၤသိးလိာ်အသးဒီးတၢ်အပတီၢ်ကိးပတီၢ်ဒဲး မ့တမ့ၢ် အိဉ်ထဲတၢ်အပတီၢ်ထဲတပတီၢ်မ့တမ့ၢ်အါန့ၢ်တပတီၢ်လဲဉ်. တၢ်အံၤကမၤစၢၤနၤလၢတၢ်အပတီၢ်ဖဲလဲဉ်တပတီၢ်လၢနကဘဉ်ပညိဉ်ဒီးမၤဆိအီၤလၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးမၤနၤၤကွံာ်တၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်အံၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ.

- တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒီးတၢ်တံာ်တာ်လၢအဘဉ်တၢ်ကွဲးလီၤအီၤအါန့ၢ်တဘျိအိဉ်ဧါ. တၢ်တဖဉ်လၢအဘဉ်တၢ်ကွဲးအီၤအါန့ၢ်တဘျိတဖဉ်မ့ၢ်တၢ်တမံၤလၢကဘဉ်တၢ်စးထိဉ်မၤအီၤအဆိကတၢၢ်လၢတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤန့ဉ်လီၤ.

- တၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်လၢအဘဉ်တၢ်ကွဲးလီၤအီၤအါန့ၢ်တဘျိလၢတၢ်အပတီၢ်ကိးပတီၢ်ဒဲးအပူၤအိဉ်ဧါ. အဒိ, ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးတဂ့ၤလၢသရဉ်ဒီးပှၤတဝၢဖိတဖဉ်အအိဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. တၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်အံၤတၢ်ကမၤနၤၤကွံာ်အီၤအဂီၤကကီဒိဉ်တက့ၢ်မ့ၢ်လၢအအိဉ်လၢတၢ်ပတီၢ်အါန့ၢ်တပတီၢ်အဃိန့ဉ်လီၤ.



## အဆၢဒိဉ် ၃.၂
## တ၊်ဃုထံဉ်နှ၊်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိဒီး ဘဉ်မနုၤအဃိတအိဉ်ကွံလဲဉ်အဂ့၊်

လံာ်အဆၢဒိဉ်လၢအပူၤကွံာ်တဆၢမၤစၢၤပှၤလၢပကဃုသ့ဉ်ညါဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တနီၤတအိဉ်ကျိဘဉ်အဂ့၊်အကျိၤန့ဉ်လီၤ. တ၊်သံကွ၊်လၢပကဘဉ်စံးဆၢအီၤခဲအံၤမ့၊်, “တ၊်တံာ်တာ်မနုၤတဖဉ်အံၤဒီးအဂၤတဖဉ်အိဉ်ဒံးလၢဃကျိမ့တမ့၊်ယပှၤတဝၢအပူၤန့ဉ်လဲဉ်.” လၢပကစံးဆၢတ၊်သံကွ၊်အံၤကသ့အဂီ၊်တခီတ၊်လၢပကဘဉ်မၤအဆိကတၢ၊်မ့၊်တ၊်ဃုသ့ဉ်ညါဖိသဉ်မတၤတဖဉ်လၢယပှၤတဝၢပူၤလၢတအိဉ်ကျိဘဉ်လဲဉ်ဒီးသမံသမိးကွ၊်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်တအိဉ်ကျိဘဉ်လဲဉ်အဂ့၊်နှ့ဉ်လီၤ. ပမၤန့၊်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤအံၤမ့၊်ဝံၤန့ဉ်ပစးထိဉ်ရဲဉ်ကဲၤတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤဒ်သိးကထုးနှ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဆူကျိပူၤန့ဉ်လီၤ.

### ကျိ – ပှၤတဝၢ အဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ

ကဲၤတဘိလၢတ၊်ဃုထံဉ်ဖိသဉ်တအိဉ်ကျိလၢပှၤတဝၢပူၤအံၤမ့၊်တ၊်တ့လီၤပှၤတဝၢအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤန့ဉ်လီၤ. ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဒုးနဲဉ်ဟိဉ်ကဝီၤအမဲာ်ဖံးခိဉ်မိ၊်ပှ၊်တဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. တ၊်လၢအကါဒိဉ်နှ၊်အအံၤတခီန့ဉ်မ့၊်တ၊်ဒုးနဲဉ်ဟံဉ်တဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်အိဉ်သူဉ်လီၤအသးအလိ၊်လၢပှၤတဝၢအပူၤ, ဖိသဉ်အိဉ်ပှဲၤဂၤဒီးအသးနံဉ်လၢဟံဉ်တဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်စုာ်စုာ်ဒီးဖိသဉ်လၢဟံဉ်တဖဉ်အပူၤလၢတအိဉ်ကျိအိဉ်ပှဲၤဂၤန့ဉ်လီၤ. နဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤတဖဉ်အံၤသ့ဒ်တ၊်အပတိ၊်လၢလာ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

၁. ကွဲးရဲဉ်လီၤပှၤတဝၢအကမံးတံာ်ဖိလၢကမၤစၢၤတ၊်, မ့တမ့၊်ပှၤအဂုၤအဂၤလၢကဟ့ဉ်လီၤအသး, ဒီးသရဉ်အဂုၤအဂၤလၢနကျိအံၤအမံၤတက့၊်. တ၊်ဂဲၤလိအံၤမ့၊်ကျိၤကျဲအဂ့၊်တခါလၢအမၤဂ့၊်ထိဉ်ကျိဒိတဖျၢဉ်အတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤဒ်အမ့၊်ကျိအပှၤမၤတ၊်ဖိခဲလၫ်သရဉ်သမါ, ပှၤမၤစၢၤတ၊်, ပှၤကွ၊်ထွဲကျိဒီးပှၤအဂုၤအဂၤတဖဉ်အတ၊်နှ့ဉ်လီၤမၤသကိးတ၊်အဂီ၊်နှ့ဉ်လီၤ. တဘဉ်သးပ့ၤနီဉ်လၢပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢပူၤတဖဉ်မၤစၢၤဟ့ဉ်ထိဉ်စ့၊်ကိးတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤလၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤတဖဉ်ဒီးတ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤတဖဉ်အံၤအဂီ၊်သ့အဒိဒ်အမ့၊်ပှၤတဝၢခိဉ်နှ၊်, တ၊်ဘူဉ်တ၊်ဘါခိဉ်နှ၊်, ဒီးဖိသဉ်အနီ၊်ကစ၊်ဒဉ်ဝဲ (ပကတဲဘဉ်ဃးတ၊်ပျဲဖိသဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်အဂ့၊်လၢခံ) နှ့ဉ်လီၤ. တ၊်အပတိ၊်အံၤကမၤစၢၤပှၤဒ်သိးပကသူဉ်ထိဉ်တ၊်ဘျးစဲလိာ်သးလၢကျိဒီးပှၤတဝၢအဘၢဉ်စၢၤကဆူဉ်ထိဉ်အဂီ၊်နှ့ဉ်လီၤ. မၤစၢၤစ့၊်ကိးနၤလၢတ၊်မၤန့၊်ပှၤတဝၢအတ၊်မၤစၢၤ

လၢတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျၢ်အံၤအဂီၤ (လီၤဆီဒဉ်တၢ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢကွဲလၢအိဉ်ဒီးတၢ်ဖိတၢ် လံၤထဲတဆံးတက့ၢ်ဓိၤတဖဉ်) နူဉ်လီၤ. မၤစၢၤစ့ၢ်ကီးပှၤလၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤဂ့ၤ ထိဉ်ပှၤတဝၢအတၢ်ပၢဘဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဒီးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအပၢၢ်ထိဉ်လၢတၢ်တ့ ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤအကျိၤအကျဲနူဉ်လီၤ.

၂. မၤတၢ်ထံဉ်လိာ်သကိးဆိအတၢ်အိဉ်ဖိုဉ်တချုးနစးထိဉ်တ့လီၤဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤဒ်သိးနကတဲ နၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ပှၤလၢအမၤစၢၤတၢ်တဖဉ်လၢကဘဉ်ဃုသ့ဉ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမနုၤတဖဉ်ဒီး တၢ်ကဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်နူဉ်လီၤ. တဲသကိးတၢ်ဒီးပှၤလၢကမၤစၢၤ နၤတဖဉ်ဘဉ်ဃးဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်ကြားအိဉ်ကွိအဂ့ၢ်ဒီးတၢ်ဘျုးတၢ်ဖိုဉ်အိဉ် လၢဖဲပအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ် အကလုာ်အံၤတက့ၢ်. တဲဘဉ်စ့ၢ်ကီးအဝဲသ့ဉ်လၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်တမံၤ လၢတၢ်ဃုထံဉ်နှ့ၢ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကွိတဖဉ်ဒီးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကဟဲဆူ ကွိဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်ကမုာ်အဂီၤတက့ၢ်.

၃. ကိးတၢ်ထံဉ်လိာ်အိဉ်သကိးတချုးတၢ်ဖံးတၢ်မၤစးထိဉ်ဒ်ဘဉ်အခါအံၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကိးတၢ် ထံဉ်လိာ်လၢတၢ်ပိာ်ထိဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤအခံ မ့တမ့ၢ် ဖဲတၢ်ကတဲာ်ကတီၤဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤပတြိာ် အခါနူဉ်လီၤ. ပှၤတဝၢတနီၤကအိဉ်တ့ၢ်လံဒီးအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဖဲပှၤတဝၢအဂၤတအိဉ်ဒံး ဘဉ်အခါနူဉ်လီၤ. လၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤပၢနုာ်ဟိဉ်ခိဉ်အမဲာ်ဖံးခိဉ်အမိၢ်ပှၤ, ကျဲ, တၢ် လိၢ်ဖဲပှၤလဲၤဒၢဉ်ထံအလိၢ်တဖဉ်, တၢ်လိၢ်လၢအကါဒိဉ်လၢပှၤတဝၢအဂီၤဒ်အမ့ၢ်တၢ် အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဝဲလိၢ်, တၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါအလိၢ်ဒီးအဂုၤအဂၤတဖဉ်, ဒီးဟံဉ်ခဲလၢာ် လၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအဝဲနှဉ်အပူၤတက့ၢ်.

၄. နတ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤမ့ၢ်ဝံၤဟးဃုသ့ဉ်ညါဟံဉ်တဖျၢဉ်အပူၤဟံဉ်ဖိဃိဖိအိဉ်ပဲၤဂၤ, အသးနံဉ် ဒီးအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပတိၢ်တဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ် ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပတိၢ်အံၤကမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကပညိဉ်မတၤလၢတအိဉ်ကွိဒံးဘဉ်တ ဖဉ်အဂီၤဖဲတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးပှၤနိၢ်ဒိဉ်တဖဉ်ကဒုးနဲဉ်မိၢ်ပၢ်ဖဲလဲဉ်တဒူဉ်လၢအဘဉ် ဘျုးဘဉ်ဖိုဉ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်သ့လံာ်သ့လဲၢ်အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ်အသိး နူဉ်လီၤ. လၢကိၢ်အ့ဒယဉ်ဒီးကိၢ်ဘဲနံ(နှ်) (အဖြဲကၤမုၢ်နှဉ်) နူဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ် အံၤလုၢ်ပ့ၤဒိဉ်မးမ့ၢ်လၢအမၤစၢၤမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကဟ်သူဉ်ဟ်သးတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ အလုၢ်အပ့ၤလၢအကစၢ်ဒီးအဖိတဖဉ် (လီၤဆီဒဉ်တၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်) အဂီၤနူဉ်လီၤ. တၢ်ဃုထံဉ်နှ့ၢ်ဟံဉ်ဖိဃိဖိအဂ့ၢ်အကျိၤအံၤတၢ်မၤအီၤသ့လၢကျဲတဘျုးဘိဒ်အမ့ၢ်တၢ် လဲၤဟးအိဉ်သကိးဟံဉ်ဃိ (တၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကဆှၢ အဖိဆူကွိ) အဂီၤသ့နူဉ်လီၤ. သံကွၢ်ပှၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့ဉ်ညါန့ၢ်ပၢၢ် (ဖိသဉ်ဒဉ်

လဲာ်) မ့တမ့၊ တၢ်စူးကါတၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါလၢအအိဉ်ဟ်စၢၤတ့၊်လံတဖဉ်အသိးသ့နှဉ် လီၤ. အဒိ, လၢကိၢ်ကွိဉ်တဲဉ်အပူၤန့ဉ်ဒူသဝီစူးကါတၢ်ဂ့၊်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ဃုထံဉ်သ့ဉ် ညါဟံဉ်ဖိဃီဖိဒီးအသးနံဉ်ခီဖျိစူးကါတၢ်ထၢပှၤနိဉ်ဂံၢ်စရီအတၢ်ဂ့၊်တၢ်ကျိၤတဖဉ်နှဉ် လီၤ. ဝံၤအဝဲသ့ဉ်ထိဉ်သတြိၤက့ၤတၢ်ဂ့၊်တၢ်ကျိၤအံၤဒီးတၢ်နာ်လိၤကွိအနိဉ်ဂံၢ်စရီလၢ တၢ်ဃုထံဉ်ဖိသဉ်တအိဉ်ကွိတဖဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၅. တုၤမ့၊်တၢ်ဂ့၊်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤတၢ်ထၢဖြိဉ်အီၤဝံၤလံတစုန့ဉ် ကတဲာ်ကတီၤဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ လၢအလီၢ်ခံကတၢၢ်လၢအဒုးနဲဉ်ဟံဉ်ဖိဃီဖိဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိအနိဉ်ဂံၢ်, အသးနံဉ်ဒီးအတၢ် ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတီၤပတီၢ်တဖဉ်တက့ၢ်. ဝံၤဒုးနဲဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဆူပှၤတဝၤအခိဉ် အန၊်တဖဉ်အအိဉ်လၢအဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကွိတဖဉ်အဂ့၊်ဒီးကတီၤတၢဉ် ပိဉ်သကိးတ၊်ဂ့၊်လၢဘဉ်မနုၤအဃိဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်အံၤတဆ့ၢအဖိဆူကွိလဲဉ်တက့ၢ်. လၢတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤတဖဉ်အံၤအဖိခိဉ်တ၊်စးထိဉ်ရဲဉ်လီၤကျၤလီၤတ၊်ရဲဉ်တ၊်ကျၤတ၊်ဖံး တ၊်မၤသ့နှဉ်လီၤ.

## ကွိအဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢလီးကွၢမံး (ရ္) Lok Jumbish (LJ) အတ၊်တိၵ်ကျၤလၢရးကွးစတၢ် (Rajasthan) ကီၢ်အ့ဒယဉ်အပူၤ

တ၊်ကဒုးအိဉ်ထိဉ် LJ အတ၊်တိၵ်ကျၤအံၤအဂီၢ်ပှၤတဝၤဒုးအိဉ်ထိဉ်ကရူ၊်တဖုလၢအအိဉ်ဒီး ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲတ၊်ဟ့ဉ်တ၊်သိဉ်လိဝံၤအဝဲသ့ဉ်မၤဝဲတ၊်ဃုသ့ဉ်ညါအတ၊်ကွဲး နိဉ်ကွဲးဃါဘဉ်ဃးဟံဉ်ဖိဃီဖိကိးဖျၢဉ်ဒဲးအတ၊်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတီၤပတီၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဝံၤအဝဲသ့ဉ်တ့သဝီအဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢဒုးနဲဉ်ပှၤကိးဂၤဒဲးတ၊်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတီၤပတီၢ်လၢ ဟံဉ်ဖိဃီဖိကိးနူဉ်ဒဲးလၢအအိဉ်လၢသဝီအံၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. သဝီဒိတဖျၢဉ်ပဉ်ထံနီၤဖးတ၊်ဂ့၊် တ၊်ကျိၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတအိဉ်ကွိလဲဉ်အဂ့၊်နှဉ်လီၤ. လၢတ၊်လီၢ်အါတီၤ တုၤဇဉ်လဉ်တ၊်လီၢ်လၢအအိဉ်ဒီးကွိဘဉ်ဆဉ်ကွိတလဲၤအသးဂ့ၤဂ့ၤမ့၊်လၢကွိသရဉ် မ့တမ့၊် တ၊်ပီးတ၊်လိတအိဉ်လၢအိဉ်ပှဲၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်တအိဉ်ကွိဘဉ်မ့၊်လၢကွိအိဉ်သူဉ် လီၤအသးတ၊်ဇ့ဉ်စၢၤယံၤလၢအဟံဉ်ဒီးမိ၊်ပ၊်တဖဉ်တပျဲအဖိမုဉ်လဲၤဆူကွိအဃိန့ဉ်လီၤ. ကွိ သရဉ်သမါတဖဉ်စ့၊်ကီးအါတက့၊်မ့၊်အပိာ်ခွါအဃိန့ဉ်လီၤ. လၢတ၊်မၤဘဉ်က့ၤတ၊်ဂ့၊်ကိအံၤ အဂီၢ်ကွိပိာ်မုဉ်အကရူ၊်တဖဉ်ဒီးသရဉ်လၢအအိဉ်လၢဟီဉ်ကဝိၤအံၤအပူၤတဖဉ်မၤအိဉ်ထိဉ် တ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤအကလုာ်ကလုာ်ဒ်အမ့၊်တ၊်ကွ၊်ထံတ၊်နာ်လီၤကွိအစရီဒီးမတၤလၢအဟးထိဉ် လၢတ၊်ဘၢဉ်စၢၤလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ဝံၤအဝဲသ့ဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊်မၤလိလၢကွိချၢအတ၊်လီၢ် (Non-Formal Centers) တဖဉ်, သူဉ်ထိဉ်က့ၤ မ့တမ့၊် မၤဂ့ၤထိဉ်က့ၤကွိအတ၊်သူဉ်ထိဉ်, ဒုးအိဉ် ထိဉ်ကွိအတ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတ၊်ရဲဉ်တ၊်ကျၤဒီးမၤထိဉ်စ့၊်ကီးတ၊်အိဉ်ဖှိဉ်အတ၊်လီၢ်လၢ

ပှၤပိာ်မုဉ်သးစၢ်တဖဉ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်အဂၤမ့ၢ်တၢ်ဟ့ဉ်အါထိဉ်ကွဲသရဉ်အတၢ်မၤလိ, တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ကွဲအလံာ်အလဲၢ်လၢအကြၢးအဘဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်သး, ဒီးတၢ်ဟ့ဉ်လီၤကွဲတၢ်ပီးတၢ်လိဒီးတၢ်သိဉ်လိပီးလိဆူကွဲကိးဖျၢဉ်ဒဲးလၢအအိဉ်လၢ LJ အတၢ်တိာ်ကျဲၤအကဝီၤအပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. LJ အတၢ်တိာ်ကျဲၤအံၤဒုးအိဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢကွဲချၤ non-formal လၢဟိဉ်ကဝီၤအံၤအပူၤဒီးစူးကါပှၤသးစၢ်တဖဉ်ဒ်ပှၤနဲဉ်တၢ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

- Mathur R. (2000) Taking Flight. Education for All Innovation Series No. 14. UNESCO Principal Regional Office for Asia and the Pacific, Bangkok

## ဖိသဉ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်တ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤ

တၢ်တ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအကျိၤအကျဲအံၤမ့ၢ်ဝဲ "ပှၤတဝၤဒီးဖိသဉ်" အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်ဖံးဃုာ်မၤဃုာ်နှဉ်လီၤ. အခိပညီမ့ၢ်ဝဲပကစူးကါပှၤတဝၤတဖဉ်လၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကွဲတဖဉ်ဒီးထုးနှာ်က့ၤအီၤဆူကွဲသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်. နီၤနီၤန့ဉ်တၢ်တ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤမ့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတခါလၢ, "ဖိသဉ်ဆူဖိသဉ်" ဒီးနစူးကါအီၤသ့လၢနတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအသးနံဉ်အိဉ်အကလုာ်ကလုာ်တ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤသ့ဒီးမ့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအဘျုးအိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ.[၁]

ဖိသဉ်ဆူဖိသဉ်ကဲၤကဲၤအတၢ်ဂဲၤလိအံၤမ့ၢ်ကျဲလၢအဂ့ၤတဘိလၢဖိသဉ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးဃုာ်တၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဟးဃုသ့ဉ်ညါဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကွဲတဖဉ်ဒီးမၤစၢၤမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဒ်သိးကဆ့ၢအဖိအလံၤတဖဉ်ဆူကွဲအဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဒိ, လၢကီၤကွဲဉ်တဲဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ်အပူၤပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိလၢအမၤလိ (၄–၆) တီၤတဖဉ်တ့ဲသကိးပှၤတဝၤဒီးတၢ်လၢအအိဉ်ဝးတရံးဟံဉ်ဒီးကွဲတဖဉ်အဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဝဲဒုးဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢဟံဉ်တဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်အပူၤဒီးမၤနီဉ်လီၤဝဲလၢဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအိဉ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် တအိဉ်ကွဲလၢအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. ပှၤမၤတၢ်လၢတၢ်ကရၢကရိအံၤစံးဝဲ, "ဖိသဉ်သၢဂၤမ့ၢ်အၢဉ်လီၤလၢအအိဉ်လၢဟံဉ်အံၤအပူၤန့ဉ်ကဘဉ်မ့ၢ်တၢ်လၢအတိဒီးဘဉ်ဝဲ

[၁] လံာ်တဆၢအံၤဒီးတၢ်တ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအဂ့ၢ်အံၤတၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ "Children as Community Researchers," UNICEF Web site: Teachers Talking about Learning: www.unicef.org/teachers/researchers/basemap.htm. ပဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤဖးတၢ်ဖိတဖဉ်လၢကနှာ်လီၤဃု တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢဝဲလိၢ်ထံဉ်စိ web site အံၤအပူၤဒီးဃုထံဉ်နှၢ်ဖိသဉ်အဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအဒိဒီးမၤလိန့ၢ်အါထိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်အံၤန့ဉ်လီၤ.

နှဉ်လီၤ.” လၢတၢ်နှဉ်အဃိဖိသဉ်ကဲထိဉ်တၢ်အခိဉ်သ့ဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျိဒီးပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကတ့လီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအလုၢ်ပှၤဒိဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးအပှၤတဝၤ လၢပှၤအဂၤတဆိကမိဉ်ထိဉ်ဒဉ်လဲာ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.

ကျဲလၢအဘျုးအိဉ်တဘိလၢတၢ်ကစးထိဉ်တ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်ကပျဲဖိသဉ်တဖဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အကစၢ်ဒဉ်ဝဲအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒိသိးကဆၢတဲာ်ဝဲလၢကဘဉ်ဒုးနဲဉ်တၢ်မနုၤလၢအအိဉ်လၢကျိ – ပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤအိဉ်အပတိၢ်အကလုာ်ကလုာ်ဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢဖိသဉ်အသးနံဉ်အဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးအကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအံၤတၢ်မ့ၢ်တူၢ်လိာ်အီၤသၢပျၢၤန့ဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်ကမၤအိဉ်ထိဉ်သကိးကျိဒီးပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢအဘျုးအဖှိဉ်အိဉ်ဒီးမၤဝဲမုာ်နှဉ်လီၤ.

ပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤမ့ၢ်တအိဉ်ဒံးဘဉ်တခိတၢ်စးထိဉ်မၤအီၤလၢအခိဉ်ထံးသ့နှဉ်လီၤ. ကျိဒီးပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤကဘဉ်ဒိဉ်တုၤလၢဖိသဉ်ကဘဉ်ဒုးနဲဉ်အဟံဉ်အဂီၤမ့တမ့ၢ်အသကိးအဟံဉ်တဖဉ်တြီၢ်နှဉ်လီၤ. ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒ်အံၤတဖဉ်မ့ၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဟ့ဉ်ထိဉ်လၢအလုၢ်ပှၤဒိဉ်တဖဉ်လၢပှၤတဝၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤလဲၤအသးဒ်အံၤ ...

၁. စးထိဉ်ဟ်ဖြိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်တပူၤဃီဒီးမၤအကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်လိၢ်လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်လၢအပှၤတဝၤအပူၤ (ဒ်အမ့ၢ်ကို, တၢ်လုၢ်လိၢ်, ဟံဉ်, တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဝဲၤလိၢ်, ကျးဒီးအဂၤတဖဉ်တက့ၢ်.) ဟိဉ်ခိဉ်မဲာ်ဖံးခိဉ်အတၢ်အိဉ်ဖျါလၢအလီၤဆီတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤဒ်အမ့ၢ်ကျဲ, ထံကျိထံကွာ်, ကစၢ်ၢ်ကလိဒီးအဂၤတဖဉ်စ့ၢ်ကီးတက့ၢ်. ကွဲးရဲဉ်လီၤစ့ၢ်ကီးတၢ်လိၢ်အကါဒိဉ်လၢပှၤတဝၤတဖဉ်ထံဉ်လိာ်အိဉ်သကိးအလိၢ် (ဒ်အမ့ၢ်ပျိ မ့တမ့ၢ်ထံပူၤဖဲအဝဲသ့ဉ်လဲၤဒၢဉ်ထံအလိၢ်တက့ၢ်.)

၂. တံာ်တာ်စးခိတိဉ်တဖဉ်တဘျုးက့ဒီးတ့လီၤတၢ်လိၢ်လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်အံၤအဂီၤဒ်အမ့ၢ်ဟိဉ်ခိဉ်မဲာ်ဖံးခိဉ်, တၢ်သူဉ်ထိဉ်အိဉ်သူဉ်လီၤအသးအလိၢ်အကျဲတဖဉ်တက့ၢ်. စးခိအတိဉ်ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိအဂၤမ့ၢ်တအိဉ်တခီစူးကါလၢၢ်, သ့ဉ်အကူဉ်, ပျံၤ မ့တမ့ၢ် နီဉ်က့တဖဉ်တက့ၢ်. နကအဲဉ်ဒီးစူးကါတၢ်တဘျုးမံၤဒ်အမ့ၢ်စးခိတိဉ်အက့နၤဉ်ဘဉ်လွံၢ်ကနူၤဃူတဖဉ် မ့တမ့ၢ် လၢၢ်တဖဉ်လၢအဒုးနဲဉ်ဟံဉ်ဒီးနီဉ်က့တဖဉ်လၢကဒုးနဲဉ်ထံကျိထံကွာ်အဂီၤသ့နှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်မၤလီၤတံၢ်ဒီးဒုးသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢနီဉ်က့ဒီးလၢၢ်တဖဉ်ကဲမနုၤအခၢဉ်စးလဲဉ်တက့ၢ်.

၃. မၢဖိသဉ်ဆၢတဲာ်လၢတၢ်မနုၤအကါဒိဉ်ကတၢၢ်လၢအဟိဉ်ကဝီၤအပူၤ ဒ်အမ့ၢ်ကွိအသိး တဖဉ်တက့ၢ်. မၢအဝဲသ့ဉ်မၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်ပနီဉ်လီၤဆိလၢတၢ်အကါဒိဉ်တဖဉ်အဂီၤလၢ စးခိတိဉ်တဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်အကါဒိဉ်လီၤဆိအံၤအက့ၢ်အဂီၤကဘဉ်လီၤဆိလၢတၢ်အ ဂၤလၢအဆၢထၢဉ်ထိဉ်လၢတၢ်အဂၤတဖဉ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်လီၤဆိအံၤကဲဟိဉ်ခိဉ် ဂီၤအလိၢ်ခိဉ်သ့ဉ် (တၢ်လိၢ်လၢပှၤကိးဂၤသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်ဒီးဒုးဘဉ်ထွဲအီၤလၢတၢ်လိၢ်အကါ ဒိဉ်အဂၤဒီးတၢ်အက့ၢ်အဂီၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤအံၤန့ဉ်လီၤ.)

၄. ဟ်လီၤတၢ်ကံးညာ်ဖးဒိဉ်တက့, စးခိဖးတိဉ်အဃၢတဘ့ဉ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢတၢ်ကွဲးလီၤ လံာ်လၢအလီၤသ့လၢဟိဉ်ခိဉ်အံၤတက့ၢ်. ဟ်ဖှိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကဟဲအိဉ်ဝးတရံးတၢ် အံၤတက့ၢ်. မၢအဝဲသ့ဉ်ဆၢတဲာ်လၢကဘဉ်ဟ်တၢ်လိၢ်အခိဉ်သ့ဉ်တတိၤ (ဒ်အမ့ၢ်ကွိအ သိး) ဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်အဟံဉ်ကဘဉ်တၢ်ဟ်အီၤဝးတရံးလၢကွိကသ့အဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဒိ, ကွိအိဉ်ဘူးလၢအဟံဉ်ခဲလၢာ်သ့အသိး, မ့တမ့ၢ် ပှၤတဝၢအဝဲလိၢ်ခိဉ်သ့ဉ်အသိးတဖဉ် ဟ်အီၤလၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအသးကံၢ်ပူၤတက့ၢ်. တၢ်လိၢ်အံၤမ့ၢ်အိဉ်ယံၤလၢအဟံဉ်ဒီးတၢ်လိၢ် အဂၤတဖဉ်တခီအဝဲသ့ဉ်ကလဲၤဟးလၢအပှၤတဝၢအပူၤခဲအံၤခဲအံၤဒီးဟ်အီၤလၢဟိဉ် ခိဉ်ဂီၤအနူၤထံးဝးဝးဖးယံၤန့ဉ်လီၤ.

၅. သံကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢမ့ၢ်အသ့ဉ်ညါတၢ်လိၢ်အကါဒိဉ်အဂၤတဖဉ် လၢအအိဉ်သူဉ်လီၤ အသးလၢအပှၤတဝၢအကနူၤတဖဉ်ဝးဝးအိဉ်ဓါတက့ၢ်. ဟ်လီၤတၢ်ပနီဉ်လၢတၢ်လိၢ်အ ကါဒိဉ်တဖဉ်အံၤအဂီၤလၢတၢ်ကမၤဖျါထိဉ်တၢ်လိၢ်တဖဉ်အံၤအဂီၤတက့ၢ်.

၆. မၢဖိသဉ်တဖဉ်ဆၢတဲာ်ပှၤတဝၢအမဲာ်ဖံးခိဉ်အက့ၢ်အဂီၤလၢအကါဒိဉ်တဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်(ကျဲ, ပျိ, ကစၢ်ကလိဒီးထံကျိတဖဉ်) လၢအကရူၢ်တက့ၢ်. ဟ်ဖှိဉ်လီၤတၢ်ပနီဉ်တဖဉ်အံၤ ဆူဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤတက့ၢ်. မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်အၢဉ်လီၤတူၢ်လိာ်သကိးလၢအ ပှၤတဝၢအမဲာ်ဖံးခိဉ်က့ၢ်ဂီၤလီၤဆိတဖဉ်အံၤကြၢးဘဉ်တၢ်ဆိလီၤအီၤဖဲလဲဉ်တက့ၢ်. နကဏဲဉ်ဒိးလၢဖိသဉ်တဖဉ်ကဟးစ့ၤဝိၤမ့တမ့ၢ်ဟးတရံးဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤလၢကကွၢ်ထံ ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤအဂီၤတက့ၢ်. အဝဲသ့ဉ်မ့ၢ်မၤအိဉ်ထိဉ်အနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤသၢ ပျၢၤလံနူဉ်မၢဖိသဉ်တဖဉ်ကွၢ်က့ၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤကဒိးတဘျိဒိးမၤလီၤတံၢ်လၢက့ၢ်ဂီၤ တဖဉ်အံၤအိဉ်လၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဖးလဲၢ်အပူၤတက့ၢ်.

၇. ဖဲပှၤကိးဂၤအၢဉ်လီၤဘဉ်ဃးတၢ်လိၢ်အကါဒိဉ်, က့ၢ်ဂီၤလီၤဆိတဖဉ်, ဒိးတၢ်လိၢ်အဂၤ တဖဉ်အံၤကဘဉ်အိဉ်ဖဲလဲဉ်လၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤဝံၤဖိသဉ်တ့လီၤဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤလၢစၢ် ဘိ မ့တမ့ၢ် ကသံဉ်ထံမ့တမ့ၢ်ထိဉ်ဒံးဘိဒ်သိးကအိဉ်ဖျါထိဉ်ထိဘိအဂီၤလၢစးခိတိဉ်အ လီၤတက့ၢ်.

၈. ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဘဉ်ထွဲဒီးတီၤဒိတတီၤညါအဃိ ပလိဉ်ဘဉ်လၢဖိသဉ်ကပၢနှာ်လီၤတ်ၢ် အကါဒိဉ်အသိတဖဉ်လၢဖိသဉ်ဆိကမိဉ်ထိဉ်နှ်၊ဝဲန့ဉ်လီၤ. လၢကစးထိဉ်မၤပဲၤလီၤ ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဒီးဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိတဖဉ်အဂီၢ်ဖိသဉ်ဘဉ်စးထိဉ်ဆၢ တဲာ်တ်အခိဉ်သ့ဉ်လီၤဆိဆိတဖဉ်ဒီးထိထိဉ်စးခိဆံးဖိတဖဉ်လၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤလၢ ကဲတ်လၢလာ်တဖဉ်အခၢဉ်စးအဂီၢ်တက့ၢ်.

- ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဟံဉ်, ဖိသဉ်အသးနံဉ်, ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအိဉ်ကျိ မ့တမ့ၢ် တ အိဉ်ကျိ
- ပှၤလၢအကါဒိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အတ်အိဉ်မူအဂီၢ်အဟံဉ်တဖဉ်
- တ်လီၢ်လၢဖိသဉ်ဂဲၤလိာ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် မၤတ်အလီၢ်
- တ်လီၢ်လၢဖိသဉ်ဟးဆဲးအီၤဒ်အမ့ၢ်တ်လီၤပျံၤလီၤဖုးအလီၢ် (တ်မၤဆူဉ်မၤစိးအ လီၢ်)
- တ်လီၢ်လၢဖိသဉ်အဲဉ်ဒီးတအဲဉ်တဖဉ်
- တ်လီၢ်လၢဖိသဉ်လဲၤထဲတဂၤ, တ်လီၢ်လၢဖိသဉ်လဲၤဒီးအမိၢ်အပ်ၢ်ဒီးအဘူးအတံၢ် တဖဉ်, အတံၤသကိးတဖဉ်ဒီးပှၤနီၢ်ဒိဉ်အဂၤတဖဉ်သ့
- တ်လဲၤတ်က့ၤအကျဲ (လီၤဆိဒဉ်တ်လၢပှၤကျိဖိလဲၤထိဉ်က့ၤလီၤလၢဟံဉ်ဒီးဆူကျိ တဖဉ်စူးကါဝဲ) ဒီးတ်လၢအဝဲသ့ဉ်စူးကါဒ်အမ့ၢ်ဟးလၢခီဉ်, လ့ဉ်ယီၢ်, သိလ့ဉ်ယီၢ်, သိလ့ဉ်ဒီးလ့ဉ်ဒီးအဂၤတဖဉ်

၉. ဟးဒီးနပှၤကျိဖိတဖဉ်လၢနပှၤတဝၤအပူၤဒ်သိးကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်လၢတ်မၤပဲၤလီၤဟိဉ် ခိဉ်ဂီၤအံၤအဂီၢ်လၢတ်ဂ့ၢ်တ်ကျိၤလၢအဘဉ်တသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်. ဖဲနဟးဒီးနပှၤကျိဖိ တဖဉ်အခါ မ့တမ့ၢ် ဖဲတ်အိဉ်ဖြဉ်လီၤဆိဆိအခါဒဉ်လဲာ်, ကွဲမ့ာ်ပှၤဒိဉ်တ့ာ်ခိဉ်ပဲၤတ ဖဉ်လၢကဟဲကတိၤလီၤတ်ဆူဖိသဉ်အအိဉ်ဒီးဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးစၢၤလၢပဘဉ်ဟ်ဖြိဉ်အါ ထိဉ်တ်မနုၤလၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤအဂီၢ်တက့ၢ်. တ်အံၤကစးထိဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်မၤဃုာ် မၤသကိးတ်ဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်လၢတ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ် တ်ဆိဉ်ထွဲလၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤလၢနတ်ဟူးတ်ဂဲၤတ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်တ့ဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤတဖဉ်အံၤမ့ၢ်ဝံၤနပှၤကျိဖကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိလၢနပှၤတဝၢ အပူၤသ့ဒီးဒုးနဲဉ်ဝဲလၢဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤသ့နှဉ်လီၤ. နပှၤကျိဖိတဖဉ်ကမၤသကိးတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်, သရဉ်သမါဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်တဖဉ်မၤသူဉ်ဟူးသးဂဲၤထိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအမိၢ်အပၢ်ဒ်သိးက ဆှၤအဖိတဖဉ်ဆူကျိအဂီၢ်သ့နှဉ်လီၤ. လၢကိၢ်နံဉ်ဖိ(လ်) C-EMIS အတၢ်တိာ်ကျဲၤလၢအ ဘဉ်တၢ်သူဉ်ထိဉ်အီၤလၢ Save the Children (UK) နှဉ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ကျိတဖဉ်လဲၤဟး အိဉ်သကိးဖိသဉ်လၢတထိဉ်ကျိအမိၢ်အပၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်ကတိၤသကိးတၢ်ဒီးမိၢ် ပၢ်ဘဉ်ဃးဘဉ်မနုၤအဃိတဆှၤအဖိဆူကျိအဂ့ၢ်ဒီးတၢ်မနုၤလၢကဘဉ်တၢ်မၤအီၤဒ်သိးကထုး နှၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဆူကျိအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

ကျိဒီးပှၤတဝၢအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤဘဉ်တၢ်မၤဘဉ်ဂိၢ်က့ၤအီၤဒီးတၢ်အိဉ်သးတဘိယူၢ်ဃီဒီးစူး ကါအီၤလၢတၢ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိသ့ဉ်တဖဉ်အဂီၢ်သ့နှဉ်လီၤ. ဒ်နှဉ်အသိးတၢ် ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤကဲထိဉ်တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်တမံၤလၢဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂိၢ်နှဉ် လီၤ. အါန့ၢ်အန့ဉ်ပှၤတဝၢကြၢးက့ၢ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤသ့ညီညီနှဉ်လီၤ. ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကြၢးဘဉ် တၢ်ဆှၤလီၤအီၤဆူပှၤတဝၢအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဝဲၤလိၢ်ခိဉ်သ့ဉ်မ့တမ့ၢ်တၢ်လိၢ်လၢပှၤထံဉ်လိာ် အိဉ်သကိးလိာ်သးအလိၢ်ဒ်သိးပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤတဖဉ်ကဟ့ဉ်ထိဉ်အတၢ်ထံဉ် တၢ်ဆိကမိဉ်လၢဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤမ့ၢ်ကျိၤကျဲလၢတၢ်စးထိဉ်ထုး နှာ်က့ၤဖိသဉ်တဖဉ်လၢကဟဲဆူကျိအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပှၤဖျိဉ်ဖိယာ်ဖိလၢအအိဉ်လၢယိၤကိၢ် ကလံၤစိးမုၢ်ထိဉ်တကပၤအဒူသဝိခိဉ်နၢ်တဖဉ်စူးကါတၢ်ဃုထၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ လၢတၢ်ဃုထံဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိမ့ၢ်လၢအတၢ်အိဉ်ဖျဉ်တၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါစရီတအိဉ်အဃိ နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်လဲၤဟးအိဉ်သကိးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအမိၢ်အပၢ်ဒီးဟ့ဉ်အီၤစးခိလၢအလိဉ် တဖဉ်ဒ်သိးအဖိတဖဉ်အိဉ်ကျိကသ့အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ခဲအံၤပှၤဖြိဉ်ဖိတဖဉ်ခဲလၢာ်အိဉ်ဘဉ်ကျိနှဉ် လီၤ.

## တၢ်ဃုထံဉ်နှၢ်လၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်တဟဲဆူကျိအဂ့ၢ်

မၤသကိးတၢ်ဒီးနပှၤမၤတၢ်ဖိ, မ့တမ့ၢ် နပှၤကျိဖိ, ဒီးဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအ အိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤလၢတဟဲကျိဘဉ်လဲဉ်ဒီးဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နကထံဉ်နှၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ ဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်တဟဲကျိအဂ့ၢ်သ့စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်သ့ဉ်တမံၤလၢတၢ်က ဘဉ်စံးဆၢအီၤအံၤမ့ၢ်ဝဲ, "တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်သ့ဉ်မနုၤလၢဖိသဉ်တအိဉ်ကျိလဲဉ်ဒီးထိဉ်သတြိၤအီၤဒီး ဖိသဉ်လၢအဟဲကျိတဖဉ်တက့ၢ်."

ဒ်ပမၤလိတ့ၢ်လံလၢအပူၤကွံာ်အသိးတၢ်ဂ့ၢ်ကိတနီၤဒ်အမ့ၢ် (ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးကှၢ်ဂိၤတလၢတ ပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖၣ်) တၢ်ထံၣ်အီၤကသ့ မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢအကံၢ်အလဲ ပူၤတဖၣ်တၢ်ထံၣ်အီၤတသ့ဘဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲတလၢတပဲၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်အိၣ်လီၤထြုးမ့ၢ်ဂ့ၤ, လၢအဘဉ်တူၢ်တ့ၢ်လံတၢ်ဒ်အမ့ၢ်ဖိာ်မုဉ်အဃိ မ့တမ့ၢ် ဒ်အမ့ၢ်ဖိာ်ခွါအဃိဒီးဖိသၣ်လၢအဘဉ်ဟံးမူဒၢိလၢဟံဉ်ပူၤဃိပူၤတဖၣ်နှဉ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်ဒုးအိၣ်ထိဉ်တၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါဘဉ်ဃးဖိသၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤ

တၢ်ဃုဟ်ဖှိဉ်ဖိသၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤအံၤမၤစၢၤပှၤဒ်သိးပကမၤဂ့ၤထိဉ် inclusive တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဒီးတီၤပူၤအတၢ်ထဲသိးတုၤသိးအတၢ်ပိးတၢ်လိတမံၤနှဉ်လီၤ. တၢ်စူးကါအီၤလၢထံကိၢ်တဘျုးကိၢ်လၢအၤဖြံၤကၤအပူၤ, အဓဲရကၤခၢဉ်သး, လၢကိၢ်အ့ရှၢဉ်ကလံၤစိးဒီးအခၢဉ်သးဒီးမ့ၢ်ထိဉ်ကလံၤစိးနှဉ်လီၤ. တၢ်ဟ်ဖှိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤက ...

- မၤစၢၤပှၤလၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၤအပူၤဒီးသရဉ်တဖၣ်လၢကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသၣ်လၢတထိဉ်ကွိဒီးဘဉ်မနုၤအဃိတထိဉ်ကွိအဂ့ၢ်ဒီးဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသၣ်လၢတၢ်ဘဉ်ယိဉ်အိၣ်လၢကဟးထိဉ်ကွိတဖၣ်

- ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်စ့ၢ်ကီးဖိသၣ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အကလုာ်ကလုာ်လၢပှၤတဝၤအပူၤလၢဖိသၣ်တဂၤဘဉ်တဂၤအသကဲာ်ပဝဲးဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖၣ်အဂ့ၢ်

- မၤစၢၤတၢ်ရဲဉ်လီၤကျဲၤလီၤတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်လၢတၢ်ကမၤဟးဂီၤ, မၤလီၤမ်ၢ်ကွံာ်တၢ်တံာ်တာ်လၢဖိသၣ်တအိၣ်ကွိတဖၣ်အဂီၢ်

တၢ်ဃုထံဉ်နှ့ၢ်ဖိသၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤဒ်အံၤဘဉ်တၢ်စူးကါစ့ၢ်ကီးအီၤလၢတၢ်ပၢဆှၢကွိအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤကျဲသနူ (School Management Information System SMIS) လၢကိၢ်ကွိဉ်တဲဉ်အပူၤနှဉ်လီၤ. ဘဉ်တၢ်စူးကါစ့ၢ်ကီးအီၤလၢတၢ်ပၢဆှၢကွိဖိအကျဲသနူ (Student Tracking System STS) လၢကိၢ်ဖံးလံးဖံ(စ်)နှဉ်လီၤ. ကိၢ်ဘ့ကလါဒ့း(ရှ်), ဒီးကလံၤစိးဒီးကိၢ်အ့ရှၢဉ်ခၢဉ်သးတနီၤစူးကါတၢ်ထၢဖှိဉ်ဖိသၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤအကျဲအံၤစ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. ပှၤတဝၤအခိဉ်နှ့ၢ်တဖၣ်ထၢဖှိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢဖိသၣ်အဟံဉ်ခိဉ်ဃီခိဉ်ကီးဖျၢဉ်ဒဲးလၢအအိၣ်လၢပှၤတဝၤအပူၤနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသၣ်လၢအကြၢးအိၣ်ကွိတဖၣ်ဝံၤထုးနှာ်အဝဲသ့ဉ်ဆူကွိနှဉ်လီၤ. ခီဖျိတၢ်ထၢဖှိဉ်ဖိသၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤဒ်အံၤအဃိနှဉ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသၣ်လၢတအိၣ်ကွိ

တဖဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအအိဉ်ကွဲဘဉ်ဆဉ်မၤလိန့်ၢ်တၢ်စုၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. မၤပိာ်ထွဲတၢ်အပတိၢ်လၢလာ်အံၤလၢတၢ်မၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

၁. ဘဉ်ထွဲဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လၢကွဲဒီးပှၤတဝၢအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤတဝၢအနိဉ်ဂံၢ်စရီအပူၤကွဲးရဲဉ်လီၤဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢတအိဉ်ကွဲတဖဉ်တက့ၢ်.

၂. ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒီးသရဉ်အဂၤဒီးပှၤလၢအမၤစၢၤဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤတဖဉ်လၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတအိဉ်ကွဲလဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. နကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်လၢနကွဲးရဲဉ်လီၤအီၤလၢလံာ်အခိဉ်ထံးတဘ့ဉ်အပူၤဒီးဆိကမိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးကွဲ, ပှၤတဝၢ, ဟံဉ်ဖိဃိဖိဒီးဖိသဉ်တဖဉ်အအိဉ်တက့ၢ်. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်တမ့ၢ်တၢ်လၢအဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်စံးဆၢဆူတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢပလူၤကွၢ်ဃုအီၤတဖဉ်ဘဉ်. ဘဉ်ဆဉ်မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ကြားသမံသမိးကွၢ်အီၤလၢဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၃. စူးကါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤဝံၤ ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သံကွၢ်တဖဉ်လၢကဃုထံဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တနီၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တအိဉ်ကွဲလဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. တၢ်သံကွၢ်လၢလာ်တဖဉ်မ့ၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢ child-friendly အကွဲလၢကီၢ်ဖုံးလံးဖံ(စ်) ဒီးကီၢ်ကွဲဉ်တဲဉ်ဒ်သိးကန်ၢ်ပၢၢ်အါထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လၢအလီၤဆီဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢတမၤလိန့်ၢ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.[၂] တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သံကွၢ်တဖဉ်အံၤဒ်သိးကမၤဖျါထိဉ်တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ်ဖဲလဲဉ်တမံၤလၢအမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့်ၢ်တၢ်ဒီးဟးထိဉ်ကွံာ်ကွဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ. နဒုးအိဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးနတၢ်သံကွၢ်ဒဉ်နဲလၢအသူဉ်ထိဉ်အသးလၢတၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ်လၢနတူၢ်ဘဉ်ဒိးအိဉ်ထိဉ်ညီနှၢ်လၢနပှၤတဝၢအပူၤသ့နှဉ်လီၤ. မၤသကိးတၢ်ဒိးပှၤတဝၢအခိဉ်အန္ၢ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သံကွၢ်အံၤတကွၢ်. အဝဲသ့ဉ်မၤစၢၤနၤသ့လၢတၢ်ဃုဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢတအိဉ်ကွဲတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

---

[၂] ဖိသဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ (profile) အဒိတဖဉ်လၢထံကီၢ်အါဘ့ဉ်အပူၤဒ်အမ့ၢ်အဲ(လ်)ဓဲးလ်ဖဒၢ် (EL Salvador) ဒီးယူၢ်ကၢ်ဒၢ် (Uganda) နှဉ်တၢ်ဒိးန့ၢ်အီၤသ့လၢ Toolkit for Assessing and Promoting Equity in the Classroom, produced by Wendy Rimer et al. Edited by Marta S. Maldonado and Angela Aldave. Creative Associates International Inc., USAID/EGAT/WID, Washington DC. 2003.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – တၢ်လီၤဆီလိာ်သးဒီးဟီဉ်ကဝီၤအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢ

- ဖိသဉ်မ့ၢ်ထံကိၢ်ကလုာ်မနုၤလဲဉ် မ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်မ့ၢ်ကလုာ်ဖူဉ်မတၤတဖူဉ်လဲဉ်.
- ဖိသဉ်အတၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါမ့ၢ်မနုၤလဲဉ်.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်

- ဖိသဉ်မ့ၢ်ပိာ်မုဉ် မ့တမ့ၢ် ပိာ်ခွါလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အသးနံဉ်အိဉ်ပှဲၤနံဉ်လဲဉ်.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် : တၢ်အိဉ်ဖျဉ်အတၢ်မၤနီဉ်မၤဃါ

- ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဖျဉ်အံၤဘဉ်တၢ်ကွဲးနီဉ်အီၤစ့ၢ်ကီးဧါ.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – တၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးကွိအတၢ်မၤလၢတနံၤဒီးတနံၤအရဲဉ်အကျၤ – တၢ်လိဉ်လၢကဘဉ်မၤတၢ်

- ဖိသဉ်မၤတၢ်လၢကမၤန့ၢ်ကျိဉ်စ့လၢဟံဉ်ဃိအတၢ်ဟဲနှာ်အဂိၢ်ဧါ.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် : တၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သးလၢအတဂ့ၤ : တၢ်ပျံၤဘဉ်တၢ်မၤဆူးမၤဆါမၤဆူဉ်မၤစိး

- ဖိသဉ်အံၤအိဉ်ကွိတဘျိဘျိဧါ. အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်မၤအသးဒ်လဲဉ်.
- ဖိသဉ်အံၤအိဉ်ကွိတဘျိဘျိဧါ. အတၢ်ထီဉ်ကွိအယူာ်မၤသးဒ်လဲဉ်.
- ဖိသဉ်အံၤအိဉ်ကွိတဘျိဘျိဧါ. ဖိသဉ်အံၤဟးထီဉ်ကွိခဲအံၤခဲအံၤဧါ. (အဒိ, ဖဲဘဉ်သူဉ်ဘဉ်ဖျးတၢ် မ့တမ့ၢ် ဘဉ်ကူးဘုကူးဟုအခါ)

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒီးတၢ်သဉ်ဝံၤလီၤဖိ – **HIV/AIDS** – အဟုးအသး

- ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးအတၢ်အိဉ်တၢ်အီအတၢ်အိဉ်သးအိဉ်ဒ်လဲဉ်.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – ကွိတၢ်သူဉ်ထီဉ်အဝီးအလိဒီးအိဉ်သူဉ်လီၤအသးအလီၢ်အကျဲ

- ဖိသဉ်အံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲတမံၤမံၤလၢကလဲၤဆူကွိအဂိၢ်ဧါ.
- ဖိသဉ်အဟံဉ်အိဉ်သူဉ်လီၤအသးဘူး မ့တမ့ၢ် ယံၤလၢကွိလဲဉ်(တၢ်ဒ့ဉ်စၢၤ, တၢ်လဲၤတၢ်က့ၤအဆၢကတိၢ်)

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ – တၢ်ဘဉ်ဂံာ်ဂူာ်

- ဖိသဉ်အမိၤ်အပၢ်အသးနံဉ်အိဉ်ပှဲၤနံဉ်လဲဉ်.
- ဖိသဉ်အမိၤ်အပၢ်ခံခီလၢာ်အိဉ်မူဒံးဓါ. မ့ၢ်တအိဉ်မူတခီမိၤ် မ့တမ့ၢ် ပၢ်စူးကွံာ် အသးလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အမိၤ်အပၢ်အတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတီၤပတီၤ်အိဉ်ဆံးအါလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိယိဖိဟးထိဉ်ကွိတဂၤဂၤဓါ. ဘဉ်မနုၤအဃိဟးထိဉ်ကွိလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အမိၤ်ဒီးအပၢ်အံၤအိဉ်ဃုာ်ဒံးကစီဒိဓါ.
- ဖိသဉ်အံၤအိဉ်ဒီးမတၤလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အဟံဉ်ပူၤဃိပူၤအံၤအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအိဉ်ကွိတသ့ဒ်ပှဲၤဂၤလဲဉ်.
- မတၤကွၢ်ထွဲဖိသဉ်လၢအိဉ်ကွိတသ့ဒ်တဖဉ်လဲဉ်.
- ဖိသဉ်အမိၤ်အပၢ်တဖဉ်နုာ်လီၤအိဉ်လၢပှၤဂၤအထံအကိၤ်လၢတၢ်ဃုဖံးဃုမၤအ ဂီၤ်တဘျိဘျိဓါ.

တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ် – တၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်ဒီးတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အလုၢ်အပ္ၢ – ကွိအဘူးအလဲ

- ဖိသဉ်အမိၤ်အပၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤမိၤ်ပှၤ်မ့ၢ်မနုၤလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အမိၤ်ပၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤခံကလုာ်တကလုာ်မ့ၢ်မနုၤလဲဉ်.(မ့ၢ်အိဉ်တမံၤမံၤ)
- ဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိယိဖိအိဉ်ဒီးအဟိဉ်ခိဉ်ကပံာ်လၢတၢ်ဟဲနုာ်အဂီၤ်ဓါ. မ့ၢ်အိဉ်တခီ ဟိဉ်ခိဉ်ကပံာ်အလၢ်ထဲလဲဉ်.
- ဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိယိဖိဒိးလဲလီၤအဟိဉ်ခိဉ်ကပံာ်လၢအတၢ်ဟဲနုာ်အဂီၤ်ဓါ. မ့ၢ်အိဉ် တခီဟိဉ်ခိဉ်ကပံာ်အလၢ်ထဲလဲဉ်.
- ဟံဉ်ယိဒိတဖျၢဉ်အတၢ်ဟဲနုာ်တလါအဂီၤ်အိဉ်ဆံးအါလဲဉ်.
- ဟံဉ်ဖိယိဖိတဖဉ်လိၢ်စ့လၢတၢ်ဟဲနုာ်အဂီၤ်ဓါ. မ့ၢ်လိၢ်စ့တခီလိၢ်ဝဲဆံးအါ, ညီနု၊် လိၢ်စ့တနံဉ်ပှဲၤဘျိလဲဉ်.
- ပှၤအိဉ်လၢဟံဉ်အပူၤပှဲၤဂၤလဲဉ်.
- ဟံဉ်ဖိယိဖိအံၤဘဉ်ဃးဒိးပှၤတဝၢအခိဉ်အန္၊်တဂၤဂၤဓါ.

၄. ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်တဖဉ်လၢကထၢဖြိဉ်တၢ်စံးဆၢတဖဉ်အဂီၤ်တက့ၢ်. တၢ်သံကွၢ် ဖုဉ်တဖဉ်မ့ၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒ်လၢထးတဖဉ်အသိးသ့ဒီးတၢ်စံးဆၢတဖဉ်တၢ်ကြားကွဲးနီဉ်ကွဲး ဃါအီၤမ့တမ့ၢ်တၢ်မၤအီၤလၢဖိသဉ်အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤခိဉ်သ့ဉ်အလံာ်က့ဒိ child profile form အပူၤဒ်အဒိလၢအဘဉ်တၢ်ဟ့ဉ်အီၤ လၢလံာ်အံၤအကတၢ်အသိးသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သံကွၢ်တဖဉ်မ့ၢ်ဝံၤ, (က) ဆၢတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်အံၤဆူဖိသဉ်အဟံဉ်

ပူၤဃီပူၤလၢတၢ်ကမၤပွဲၤလီၤအိၤအဂီၢ်ဒီးဆၢ ကဒါက့ၤအိၤဆူကွိ မ့တမ့ၢ် ပှၤတဝၤခိဉ်နၢ်အအိဉ်, (ခ) သရဉ်မၤပွဲၤတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်ဖဲအလဲၤဟးအိဉ်သကိးဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်အခါ, (ဂ) သံကွၢ်ဖိသဉ်အကစၢ် မ့တမ့ၢ် မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဖဲအဟဲအိဉ်က့ၤအဖိလၢကွိအခါတက့ၢ်.

၅. တၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်တဖဉ်အံၤတၢ်မၤပွဲၤအိၤမ့ၢ်ဝံၤလၢာ်ဒီးမ့ၢ်ဟဲက့ၤတုၤက့ၤဆူကွိဝံၤန့ဉ်ကွဲးဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤအဂ့ၢ်ဖုဉ်ကိာ်ဒ်အဒိလၢလာ်အသိးတက့ၢ်. တၢ်အဒိလၢလာ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤလိအဒိလၢဖိသဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အဒိလၢလာ်အံၤကမၤစၢၤနၤဒ်သိးကဒုးနဲဉ်တၢ်ဘျးစဲဒီးတၢ်ဝဉ်ထံနီၤဖးတၢ်ဂ့ၢ်လၢအမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်မၤလိလၢကွိအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

နိၢ်အ့မ့ၢ်ပှၤတဂၤလၢအဟဲလီၤစၢၤလၢမိဉ်ကလုာ်ဒူဉ်လၢအအိဉ်လၢကိၢ်ကွိဉ်တဲဉ်ကလံၤစိးတကပၤန့ဉ်လီၤ. နိၢ်အ့ဆိကမိဉ်ဒီးနာ်ဝဲလၢအသးအိဉ် (၉) နံဉ်ဘဉ်ဆဉ်အအိဉ်ဖျဉ်အလံာ်ကွဲးနိဉ်တအိဉ်ဘဉ်. အပၢ်စူးကွံာ်အသးလံန့ဉ်လီၤ. အမိၢ်တခီအသးနံဉ်အိဉ် (၃၀) ဒီးတဖျိကဒါက့ၤအသးအသိတဘျိလၢၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. နိၢ်အ့အမိၢ်မ့ၢ်ပှၤတသ့လံာ်တသ့လဲၢ်ဒီးအတၢ်မၤမိၢ်ပှၢ်မ့ၢ်တၢ်မၤအိဉ်စံာ်လၢစံာ်ဆံးဆံးဖိတဘ့ဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ. နိၢ်အ့အဖံကွၢ်လှၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အိၤဒီးအ ဒိပုၢ်ဝဲခွါလၢအသးနံဉ်အိဉ်ယဲၢ်နံဉ်တဂၤလၢတအိဉ်ကတိၤဆိကွိဘဉ်နှဉ်လီၤ. နိၢ်အ့အဟံဉ်ဖိဃီဖိမ့ၢ်ဟံဉ်ဖိဃီဖိလၢအဖှိဉ်ဒီးတလါအတၢ်ဟဲနာ်အိဉ်ဒဉ်ထဲ (၅၀၀) ဘးဧိၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဆၢကတိၢ်ဖဲစံာ်ဧိၤပွဲၤဧိၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတအိဉ်အခါနှဉ်နိၢ်အ့အမိၢ်နာ်လီၤမၤတၢ်လၢဝ့ၢ်ဘိကီးဒ်ပှၤမၤတၢ်ကိၢ်ကိၢ်ဂီၤဂီၤတနံၤဂိၢ်တနံၤအဂိၢ်အသိးန့ဉ်လီၤ. နိၢ်အ့အဟံဉ်ဖိဃီဖိအံၤတဘဉ်ဃးဒီးဒူသဝီနီတဖျၢဉ်ဘဉ်အဃိတဒိးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢပှၤတဝၤနီတဖုအအိဉ်ဘဉ်. နိၢ်အ့မၤလိတီၤဖုဉ်ကွိတူၤဒဉ်တတီၤဒီးခံတီၤဘဉ်ဆဉ်အဝဲဟးထိဉ်ကွံာ်ကွိဖဲအထိဉ်တူၤသၢတီၤအခါမ့ၢ်လၢအမိၢ်ပှၤန့ၢ်အိၤကွိဖိတၢ်ကူတၢ်သိးဒီးဟ့ဉ်နှ့ၢ်အိၤတၢ်လဲၤထိဉ်က့ၤလီၤဆူကွိအဘူးအလဲတန့ၢ်အဃိန့ဉ်လီၤ. ကွိအံၤအိဉ်ယံၤဒီးအဟံဉ် (၂၅) ကံလိမံထၢဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲနိၢ်အ့ထိဉ်ကွိဒ်းအခါအတၢ်ထိဉ်ကွိအဆၢကတိၢ်လီၤဟိတတ်နှဉ်မ့ၢ်လၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအဃိန့ဉ်လီၤ. အဝဲညီန့ၢ်အိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်သါထိဉ်သါလီၤဒီးတၢ်ကိာ်ဒိဉ်တၢ်ဆါနှဉ်လီၤ.

၆. နထၢဖိုဉ်ဖိသဉ်အဂ့ၢ်အကျိၤဝံၤအလိၢ်ခံန့ဉ်ကွၢ်ထံတၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်ဒီးဃုထံဉ်တၢ်ဂ့ၢ်မနုၤလၢအမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်ထိဉ်ကွိဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်နှဉ်လဲဉ်တက့ၢ်. တိၤတဲာ်တၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်လၢနဆိကမိဉ်လၢအမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်ထိဉ်ကွိဒ်သိးနကထံဉ်အိၤဂ့ၤဂ့ၤအဂိၢ်တက့ၢ်. အဒိလၢထးအံၤနိၢ်အ့အတၢ်ဆဲးတၢ်လၤလိၤဆိ, တၢ်အိဉ်ဖျဉ်အလံာ်ကွဲးနိဉ်တ

အိဉ်, တၢ်ဖိုဉ်တၢ်ယာ်, တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲတလၢတပဲၤ, လၢဟံဉ်ဖဲယိဖိအမဲာ်ညါတၢ်မၤစၢၤတအိဉ်လၢပုၤတဝၢနီတမံၤ, တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဆံးစုၤစ့ၢ်ကီးဒီးတၢ်အိဉ်တၢ်အီတလၢတပဲၤစ့ၢ်ကီးဘဉ်နှဉ်လီၤ.

၇. ထိဉ်သတြိၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘဉ်တၢ်ကွဲးရဲဉ်လီၤအသးတဖဉ် လၢဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤအဘၢဉ်စၢၤဒီးဆိကမိဉ်ထံတၢ်ဂ့ၢ်မနုၤလၢအညီနုၢ်ကဲထိဉ်အသးဖိသဉ်တဖဉ်နှဉ်လဲဉ်. စူးကါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤလၢတၢ်ကစးထိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒ်သိးကမၤဘဉ်က့ၤဖိသဉ်အတၢ်တဟဲကွိအဂီၤ်အံၤတက့ၢ်. လံာ်လၢကဟဲလၢခံတဘ့ဉ်မ့ၢ်တၢ်ဒုးနဲဉ်ကျဲတဖဉ်လၢတၢ်ကရဲဉ်ကျဲၤဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ်ဒ်လဲဉ်အဂီၤ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်လၢကဃုထံဉ်ဖိသဉ်အဂ့ၢ် **(child profile form)**

၁. ဖိသဉ်အမံၤ ---------- မုဉ်မ့တမ့ၢ်ခွါ------အသးနံဉ်------
အိဉ်ဆိးအလိၢ် ----------
ထံကိၢ်ပုၤကလုာ် ---------- ကလုာ်ဒူဉ်----------တၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါ--------
အိဉ်ဖျဉ်မ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိ ------တၢ်လိၢ်------- အိဉ်ဖျဉ်တၢ်ကွဲးနိဉ် : အိဉ် -- တအိဉ်-- [✔]

၂. ပၢ်အမံၤ------အသးနံဉ်-------အိဉ်မူ------စူးကွံာ်အသး------

၃. မိၢ်အမံၤ------အသးနံဉ်-------အိဉ်မူ------စူးကွံာ်အသး------

၄. မိၢ်ပၢ်အတၢ်အိဉ်ဃုာ်တၢ်အိဉ်သး (ကဝီၤဃာ်အီၤ) အိဉ်တပူၤဃိ မုဉ်ကမဲ, ခွါကမဲ
လီၤဖး အိဉ်စီၤစုၤယံၤလိာ်သး

၅. ဖိသဉ်အိဉ်ဒီးမတၤလဲဉ် (ကဝီၤဃာ်အီၤ) မိၢ်ပၢ်ခံခီလၢာ် မိၢ်ထဲတကပၤ
ပၢ်ထဲတကပၤ အဂုၤအဂၤ (--)

၆. ကွဲးရဲဉ်လီၤဟံဉ်ဖဲယိဖိကိးဂၤအမံၤလၢအအိဉ်လၢဟံဉ်တဖျၢဉ်ဃိဒီးဖိသဉ်အံၤ (မၤပဲၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ အလိဉ်ဘဉ်အီၤလၢလံာ်တိၤဖျါလၢလာ်အံၤ) တက့ၢ်.

| ဟံၣ်ဖိဃိဖိ | မုၣ်ခွါ | | သးနံၣ် | တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အပတိၢ် (ကွဲးလီၤတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢအထီလီၤဆီလၢဘၣ်လိာ်အသးလၢလံာ်တိၤဖျါလၢလာ်အသိး) | | | | | | တၢ်ရှလိာ်အိၣ်ဒီးဖိသၣ်အံၤ | တၢ်ဖံးတၢ်မၤ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| မံၤ | မုၣ် | ခွါ | | တအိၣ်ကွို နီတဘျိ | NFE | ကတိၤဆိကွို | တိၤဖုၣ် | တိၤထိ | ခီလ့ၣ် | | (၁) | (၂) |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

NFE = non-formal education

၇. ဖိသၣ်အမိၢ်အပၢ်မ့တမ့ၢ်ဟံၣ်ဖိဃိဖိနှာ်လီၤမၤတၢ်လၢပှၤဂၤအထံအကိၢ်တဘျိဘျိဧါ. (ဝံသးစူၤကဝိၤဃာ်တၢ်နှာ်လီၤမၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်နှာ်လီၤမၤတၢ်ဒ်အကြၢးအဘၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဟ့ၣ်ဟ်အသးအသိးတက့ၢ်).

ပၢ်. ဆၤကတိၢ်ဖဲလဲၣ်. ------ (ကွဲးလီၤနံၣ်လါလီၤတံၢ်လီၤဆဲး)
မ့ၢ်, နှာ်လီၤမၤတၢ် : လၢဝ့ၢ် ----, ကိၢ်ဆၣ်-----, ထံကိၢ်---------
နှာ်လီၤမၤတၢ်ဆံးယံာ်လဲၣ် ------ (ကွဲးလီၤအနံၣ်အလါလီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်.)

တနှာ်လီၤမၤတၢ်ဘၣ်

မိၢ်. ဆၤကတိၢ်ဖဲလဲၣ်. ------(ကွဲးလီၤနံၣ်လါလီၤတံၢ်လီၤဆဲး)
မ့ၢ်, နှာ်လီၤမၤတၢ် : လၢဝ့ၢ် ----, ကိၢ်ဆၣ်-----, ထံကိၢ်---------
နှာ်လီၤမၤတၢ်ဆံးယံာ်လဲၣ် ----- (ကွဲးလီၤအနံၣ်အလါလီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်.)

တနှာ်လီၤမၤတၢ်ဘၣ်

ဟံဉ်ဖိယိဖိဒိဖျၢဉ်. ဆၢကတိၤဖဲလဲဉ် ------ (ကွဲးလီၤနံဉ်လါလီၤတံၤ်လီၤဆဲး)
မ့ၢ်နှာ်လီၤမၤတၢ် : လၢဝ့ၢ်----, ကိၤ်ဆဉ်-----, ထံကိၤ်------
နှာ်လီၤမၤတၢ်ဆံးယံာ်လဲဉ်---(ကွဲးလီၤအနံဉ်အလါလီၤတံၤ်လီၤဆဲးတက့ၢ်.)

တနှာ်လီၤမၤတၢ်ဘဉ်.

၈. တၢ်ဟဲနှာ်လၢတလါအဂီၤ (ကဝီၤဃာ်အိၤ)
၁၀၀၀ ဘး ဆူအဖိလာ ၅၀၀၁ – ၈၀၀၀ ဘး
၁၀၀၀ –၂၅၀၀ ဘး ၈၀၀၁ – ၁၀၀၀၀ ဘး
၂၅၀၁ – ၅၀၀၀ ဘး ၁၀၀၀၀ ဘး ဆူအဖိခိဉ်

၉. မတၤအံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်လၢအိဉ်ကွိတသ့ဒံးတဖဉ်လဲဉ်.

ဖိသဉ်လၢအိဉ်ကတီၤဆိကွိသ့ဒီးတအိဉ်ကတီၤဆိကွိလၢဟံဉ်ဖိယိဖိအံၤအပူၤန့ဉ်အိဉ်ပှၤဂၤလဲဉ်.
--------
မတၤအံးထွဲကွၢ်ထွဲအဝဲသ့ဉ်လၢဟံဉ်ပူၤဖဲမုၢ်ဆါခီအဆၢကတိၤန့ဉ်လဲဉ်.

မိၢ်ပၢ်----------ဘူးတံၤ်အဂုၤအဂၤ (ကွဲးလီၤတံၤ်လီၤဆဲး)

ပှၤတဝၤအတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်အလိၢ် ----. ဟ့ဉ်ပှၤကွၢ်ဖိသဉ်အဘူးအလဲ ----

အဂုၤအဂၤမ့ၢ်အိဉ် ( ကွဲးလီၤတံၤ်လီၤဆဲး) ----

၁၀. ဟံဉ်ကစၢ်မ့တမ့ၢ်ဟိဉ်ခိဉ်ကစၢ်

ဟံဉ်ဖိယိဖိအိဉ်ဒီးဟိဉ်ခိဉ်ကဟ်လၢအတၢ်ဟဲနှာ်အဂီၤ၈ါ.
(တပဉ်ဃုာ်ဒီးဟိဉ်ခိဉ်လၢဟံဉ်သူဉ်လီၤအသးလၢအဖိခိဉ်နှဉ်ဘဉ်)

မ့ၢ်အိဉ် : ကစၢ် ---------- ဟဲး(က)ထၢဉ် (ဟိဉ်ခိဉ်အလိၢ်)
ဒီးလဲလီၤ ---------- ဟဲး(က)ထၢဉ်
ဟံဉ်ဖိယိဖိပၢဘဉ် ------- ဟဲး(က)ထၢဉ်

မ့ၢ်တအိဉ် : --------
အဂုၤအဂၤ ----------

ဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိယိဖိအံၤအိဉ်ဒီးအကစၢ်အဟံဉ်ဒဉ်ဝဲ၈ါ.
အိဉ် ------ တအိဉ် -------

မ့ၢ်အိဉ် : အဟံဉ်ဒဉ်ဝဲဧါ------ ငါအိဉ်ဝဲ ------
ဟံဉ်အကလုာ် (ကွဲးလီၤတံၢ်လီၤဆဲး) ----------

၁၁. အိဉ်ဆိးလီၢ်ဒီးကွဲအတၢ်ဒ့ဉ်စၢၤဒီးတၢ်လဲၤထိဉ်က့ၤလီၤဆူကွဲအဘူးအလဲ
ကွဲဒီးဖိသဉ်အဟံဉ်နှဉ်အိဉ်စီၤစုၤဆံးယံၤလဲဉ်. ------(ကွဲးတၢ်ဒ့ဉ်စၢၤ)
ဖိသဉ်အဟံဉ်ဒီးကွဲတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤလီၤယံာ်တၢ်ဆၢကတီၢ်ဆံးအါလဲဉ်. --------
ဖိသဉ်လဲၤဆူကွဲဒ်လဲဉ်. (ကဝီၤဃာ်အီၤ)
ဟးလၢအခိဉ် သိလ့ဉ် သိလ့ဉ်ယီၢ်
လ့ဉ်ယီၢ် ချံ ဘား(စ်)
အဂုၤအဂၤ (ကွဲးဖျါထိဉ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲး) ----------

၁၂. ဟံဉ်ဖိယီဖိဟးထိဉ်ကွဲလၢတၢ်ဘၢဉ်တီၤတဂၤဂၤဧါ. ----ဟးထိဉ် -----တဟးထိဉ်
မ့ၢ်ဟးထိဉ် : လၢတၢ်ဂ့ၢ်မနုၤအဃိလဲဉ်. ----------

၁၃. ဖိသဉ်အံၤထိဉ်ဘဉ်ကွဲတဘျိဘျိလံဧါ. ----- ထိဉ် ----- တထိဉ်ဘဉ်
မ့ၢ်ထိဉ်ဘဉ်ကွဲ : ထိဉ်ဘဉ်ဝဲဆံးယံာ်လဲဉ်. ----------

၁၄. ဖိသဉ်အံၤဟးထိဉ်ကွဲလၢတၢ်ဘၢဉ်တီၤတဘျိဘျိဧါ. ----ဟးထိဉ် ----တဟးထိဉ်
မ့ၢ်ဟးထိဉ်ကွဲ : ဟးထိဉ်ဘဉ်ဝဲဆံးယံာ်လဲဉ်. ----------
မ့ၢ်ဟးထိဉ်ကွဲ : ဟးထိဉ်ကွဲလၢတၢ်ဂ့ၢ်မနုၤအဃိလဲဉ်. ----------

၁၅. ဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိယီဖိအံၤမ့ၢ်ပှၤတဝၤအတၢ်ကရၢကရိဖိတဂၤဂၤဧါ. ----မ့ၢ်, အိဉ်. ----တအိဉ်
မ့ၢ်အိဉ် : တၢ်ကရၢကရိမနုၤလဲဉ်. ----------

၁၆. ဖိသဉ်အံၤဒိးနှၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢဘူဉ်စ့ၤတမံၤမံၤလၢအတၢ်ထိဉ်ဘဉ်ကွဲအဂီၢ်အံၤဧါ.
----- ဒိးနှၢ် ---- တဒိးနှၢ်
မ့ၢ်ဒိးနှၢ် : ဘဉ်မနုၤအဃိဒိးနှၢ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤလၢဘူဉ်စ့ၤအံၤလဲဉ်. ----------

၁၇. ဖိသဉ်အံၤထိဉ်ဘဉ်ကွဲတဘျိဘျိဧါ. ဖိသဉ်အံၤလီၤဟိလၢအတၢ်ထိဉ်ကွဲအပူၤခဲအံၤခဲအံၤဧါ.
မ့ၢ်လီၤဟိ ---- မ့ၢ်တလီၤဟိ ----
မ့ၢ်လီၤဟိလၢတၢ်ထိဉ်ကွဲ : လၢတၢ်ဂ့ၢ်မနုၤအဃိလဲဉ်. ----------

၁၈. ဖိသဉ်အံၤလီၤတဲာ်တၢ်ဒိးစဲးတဘျိဘျိ၏.
တလီၤတဲာ်နီတဘျိ ----------
လီၤတဲာ်တုၤ ၂၅% ----------
လီၤတဲာ် ၂၆%-၅၀% ----------
လီၤတဲာ်အါန့ၢ် ၅၀% ----------

၁၉. ဖိသဉ်အံၤဃဲၤန့ၢ်အသးနံဉ်မ့တမ့ၢ်ဖုဉ်န့ၢ်အသးနံဉ်လဲဉ်. -------ဃဲၤန့ၢ် မ့တမ့ၢ် ဖုဉ်န့ၢ်
----တဃဲၤန့ၢ် မ့တမ့ၢ် တဖုဉ်န့ၢ်ဘဉ်

၂၀. ဖိသဉ်ဒိးန့ၢ်ဘဉ်မ့ၢ်ဆါခီတၢ်အိဉ်လၢတဘဉ်ဟ့ဉ်ဝဲအပှၤအိဉ်၏. အိဉ် ---- တအိဉ် -----
ဖိသဉ်အံၤအီဉ်မ့ၢ်ဆါခီအတၢ်အိဉ်ထိဘိ၏. အိဉ် ---- တအိဉ် -----

၂၁. ဖိသဉ်အိဉ်ဒိးကွၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒိးဟးဂီၤတမံၤမံၤ၏.
မ့ၢ်အိဉ် : ကွဲးလီၤတံၢ်လီၤဆဲး ----------
----------

၂၂. ဖိသဉ်အံၤဘဉ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒိဉ်ဒိဉ်မ့ၢ်မ့ၢ်တဘျိဘျိ၏.
မ့ၢ်အိဉ် : ကွဲးတၢ်ဆါအမံၤ ---------- မ့တမ့ၢ်...
တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤဘဉ်တၢ်ဟ်အီၤဒ်တၢ်ခူသူဉ်၏. မ့ၢ် ----------



## အဆၢဒိဉ် ၃.၃
## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအထုးနှာ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဆူကျိ

ခဲအံၤပမၤဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိတဖဉ်အနိဉ်ဂံၤ်နိဉ်ဒွးဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတနီၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိတအိဉ်ကျိအဂ့ၢ်ဝံၤပစးထိဉ်ရဲဉ်ကျဲၤတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢကဘဉ်ထုးနှာ်အဝဲသ့ဉ်ဆူကျိဒ်လဲဉ်သ့နှဉ်လီၤ. လံာ်အဆၢဒိဉ်တခါအံၤစးထိဉ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်ဟူးဂဲၤအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအကျိၤအကျဲနှဉ်လီၤ. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးလၢလာ်တဖဉ်အံၤကမ့ၢ်တၢ်တဖဉ်လၢနကအဲဉ်ဒိးမၤကွၢ်မ့တမ့ၢ်မၤဘဉ်ဂီၢ်က့ၤအီၤဒိးနတၢ်အိဉ်သးလၢနကျိဒိးနပှၤတဝၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

### တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ

လံာ်အဆၢဒိဉ်လၢအပူၤကွံာ်တဆၢပစူးကါကျိဒီးပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒ်သိးပကထံဉ်နှၢ်ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိတဖဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပဒုးအိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢအဘဉ်တၢ်မၤစၢၤအီၤလၢပှၤတဝၤမ့တမ့ၢ်ပှၤကျိဖိဒီးနီၤလီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်ဒီးပှၤအဂၤနှဉ်လီၤ. ပထၢဖြိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်တအိဉ်ကျိလဲဉ်အဂ့ၢ်ခီဖျိမၤပဲၤတၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်ဒီးမၤဖျါထိဉ်တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်နိးတၢ်ဘျုးလၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ကျိအဂီၢ်သ့နှဉ်လီၤ. ခဲအံၤပဘဉ်စးထိဉ်ဟူးဂဲၤမၤလီၤမၢ်ကွံာ်တၢ်ကီတၢ်ခဲဒိးတၢ်နိးတၢ်ဘျုးတဖဉ်အံၤလၢဖိသဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. လၢပကမၤတၢ်အံၤအဂီၢ်မၤပိာ်တၢ်အပတီၢ်လၢလာ်တဖဉ်တက့ၢ်.[၃] တၢ်အကျိၤအကျဲအံၤလီၤဂ်လိာ်အသးဒီးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢ inclusive, learning-friendly environment ကဂဲထိဉ်အဂီၢ်တၢ်အပတီၢ်တဖဉ်လၢလံာ်အဘ့ဉ်တၢအပူၤနှဉ်လီၤ. တၢ်အပတီၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအမၤဘဉ်ထွဲန့ၢ်နၤဒ်သိးနကစးထိဉ်မၤလီၤမၢ်ကွံာ်တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်နိးတၢ်ဘျုးတၢ်တံာ်တာ်တဖဉ်လၢ inclusion အဂီၢ်ဒိးထုးနှာ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဆူကျိပူၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၁. ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကရူၢ်တဖုလၢကဝဲာ်ထံနီၤဖးန့ၢ်နၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘဉ်တၢ်ထၢဖြိဉ်အီၤလၢကျိဒီးပှၤတဝၤအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအံၤအအိဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်တဖဉ်အပူၤတက့ၢ်.

[၃] ဘဉ်တၢ်ဟံးနှၢ်အီၤလၢ : လံာ်နဲဉ်ကျဲတၢ်သမံသမိးဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်တုၤသိးထဲသိးလၢတီၤပူၤ, လၢအဘဉ်တၢ်ထုးထိဉ်အီၤလၢဝဲဒံၢ်ရှမၢ်ၢ် (Wendy Rimer) ဒီးအပှၤမၤသကိးတၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဘဉ်တၢ်သမံသမိးဒီးဘှိဘဉ်အီၤလၢ Marta S. Maldonado 'D; Angela Aldave နှဉ်လီၤ. Creative Associates International Inc., USAID/EGAT/WID, Washington DC. 2003.

ဒုးအိဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢအကြၢးအဘဉ်လိာ်အသးတက့ၢ်. ပှၤတဖဉ်အံၤကမ့ၢ်ပှၤတဖုဃီလၢအမၤတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤသ့ဉ်သ့ဉ်ဒ်လံာ်အဘ့ဉ်ခံအပူၤအသိးမ့တမ့ၢ်ပှၤလၢအဟူးဂဲၤလီၤဆိဒၣဉ်တၢ်လၢဟိဉ်ခိဉ်ဂိၤအံၤသ့နှဉ်လီၤ. လၢကျဲအဂၤတဘိဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နကအဲဉ်ဒိးမၤလဲၤထိဉ်အီၤဒိးပှၤအဂၤလၢအဘျုးအဖှိဉ်အိဉ်လၢတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤဒိးလီၤဆိဒၣဉ်တၢ်လၢတၢ်ဟံးနှ့ၢ်မူဒၣ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၂. နီၤဖးလီၤကရူၢ်တဖဉ်အံၤဆူကရူၢ်ဖိတဖဉ်ဒ်အမူအဒၣ်မ့တမ့ၢ်နီၤဖးလီၤအီၤဆူအတၢ်သးစဲအိဉ်တဖဉ်အသိးတက့ၢ်. အဒိ, ကွိသရဉ်, မိာ်မုဉ်ကရူၢ်ဖိ, ပှၤတဝၤခိဉ်နၢ်, ဒိးကွိဖိ, ကျးကစၢ်ဒိးပှၤမၤအိဉ်ကူဉ်လဲၤမၤကၤအတၢ်မၤတဖဉ်ဒိးအဂၤတဖဉ်အသိးတက့ၢ်.

၃. ကရူၢ်တကရူၢ်ဘဉ်တကရူၢ် ကြၢးဟ့ဉ်ထိဉ်အတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်ဒိးကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤအီၤသ့ဒ်ကရူၢ်တဖုအသိးလၢတၢ်ထုးနှာ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဆူကွိဒိးအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ကရူၢ်တကရူၢ်ဘဉ်တကရူၢ်ကြၢးဆိကမိဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢကပၢၢ်ထိဉ်လၢအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤနှဉ်လီၤ. တၢ်မနုၤလီၤက်လၢကကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်နှဉ်လဲဉ်. လၢကမၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤအဂီၢ်တၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်နိးတၢ်ဘျးမနုၤအိဉ်လဲဉ်. တၢ်နိးတၢ်ဘျးတဖဉ်အံၤတၢ်ပဒုဉ်ဟးဆဲးအီၤကသ့ဒ်လဲဉ်. တၢ်အကါဒိဉ်လၢကဘဉ်ဆိကမိဉ်ဆိတၢ်နိးတၢ်ဘျးတဖဉ်အံၤဒ်သိးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤကကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်သ့အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၄. ကရူၢ်တဖုဘဉ်တဖုဆၢတဲာ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတၢ်ကထုးနှာ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဆူကွိလၢတၢ်မၤအီၤသ့တခါမ့ၢ်ဝံၤဟ်ဖှိဉ်ထိဉ်က့ၤကရူၢ်တဖဉ်အံၤကိးဖုဒဲးလၢတၢ်ကနီၤဟ့ဉ်လီၤသကိးအတၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်တက့ၢ်. မၤဖျါထိဉ်သကိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်လၢတၢ်မၤအီၤသ့ခီဖျိဆိကမိဉ်ထံတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလာ်တဖဉ်အံၤဒိးတၢ်လၢနဆိကမိဉ်လၢအကြၢးအဘဉ်ဒိးတၢ်အိဉ်သးအဂၤတဖဉ်တက့ၢ်.

က. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမနုၤတခါလၢကထုးနှာ်ဖိသဉ်အအါကတၢၢ်ဆူကွိနှဉ်လဲဉ်. မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမနုၤတခါလၢတၢ်ကြၢးမၤအီၤအဆိကတၢၢ်လၢတၢ်အိဉ်သးလီၤဆိဆိအံၤအဖိခိဉ်နှဉ်လဲဉ်. နကအဲဉ်ဒိးစးထိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢနဆိကမိဉ်လၢတၢ်ကြၢးမၤဆိအီၤတဖဉ်သ့ဒၣ်လဲာ်နှဉ်လီၤ.

ခ. လၢကရူၢ်တဖုဒိးတဖုအဘၢဉ်စၢၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအလီၤပလိာ်အသးဒိးတၢ်မၤသကိးအီၤတပူၤဃိသ့အိဉ်၈၊. တၢ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအလီၤ

ဂၢ်လိာ်အသးအံၤမၤစၢၤနၤလၢတၢ်ကျဲးစား, တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢာ်စ့ၤလီၤဒီးမၤအါထိဉ်တၢ်အကါဒိဉ်တဖဉ်လၢတၢ်မၤနၤၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၈. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအကါဒိဉ်မနုၤတခါလၢအဖျါလီၤဂ်လၢကကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်သ့ဒီးတၢ်ကြားမၤအီၤအဆိကတၢ်နှဉ်လဲဉ်. ကျဲအဂ့ၤကတၢ်တဘိမ့်ဝဲတၢ်စးထိဉ်တၢ်တမံၤလၢပကမၤန့ၢ်အီၤညီညီတခါဒီးမၤအါထိဉ်အီၤတဆိတဆိဆူအကိထိဉ်တဖဉ်ဒ်အမ့်တၢ်လဲလိာ်တၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သးလၢတၢ်ကဟာ်ဖျိဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤတဖဉ်လၢတီၤပူၤအသိးနှဉ်လီၤ.

၉. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမနုၤလၢတၢ်မၤအီၤသ့လၢတၢ်စူးကါတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢအအိဉ်ဟာ်စၢၤတဖဉ်နှဉ်လဲဉ်. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဖဲလဲဉ်တမံၤလၢကလိဉ်တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ချၢနှဉ်လဲဉ်. လၢကမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ချၢအဂီၢ်ညီနုၢ်တၢ်ကရၢကရီလၢကမၤစၢၤတၢ်တဖဉ်အဲဉ်ဒိးထံဉ်လၢနကဒုးခဲဉ်နကျဲးစားမၤတ့ၢ်လံတၢ်ဒီးတၢ်လၢအအိဉ်ဒီးနၤတဖဉ်တသ့ဖဲအသ့အဂ့ၤကတၢ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိစးထိဉ်တၢ်တမံၤလၢနမၤအီၤသ့ခဲအံၤဖဲနကျဲးစားမၤဒ်သိးနကမၤန့ၢ်တၢ်အဂၤလၢအလိဉ်ပှၤဂၤအတၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ချၢအခါတက့ၢ်.

၅. ပှၤကိးဂၤဒဲးကြားမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆၢတဲာ်အီၤလၢတၢ်ကဟူးဂဲၤအီၤလၢထးအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤကဘဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤနှဉ်လီၤ.

က. တၢ်ပညိဉ်လၢနအဲဉ်ဒိးမၤန့ၢ်အီၤ. အဒိ, တၢ်မၤအါထိဉ်ဖိသဉ်လၢအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လီၤဆိလိာ်အသးဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်ဒ်သိးကအိဉ်ဘဉ်ကွိအဂီၢ်.

ခ. ကျိၤကျဲတဖဉ်လၢတၢ်လိဉ်ဘဉ်အီၤလၢတၢ်ကမၤပှဲၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အဂီၢ် အဒိ, တၢ်ထံဉ်လိာ်အိဉ်သကိးအိဉ်ဖြဉ်ဒိးမိၢ်ပၢ်လၢအဖိအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လီၤဆိဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်ဒ်သိးကဃုထံဉ်နှၢ်ဖိသဉ်အတၢ်လိဉ်တဖဉ်အဂီၢ်, တၢ်အိဉ်ဖြဉ်သကိးဒိးပှၤပၢဆှၢကွိတဖဉ်ဒိးသရဉ်တဖဉ်လၢတၢ်ကနှာ်လီၤစူးကါဘဉ်ကွိအတၢ်ပီးတၢ်လီဒိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်လၢအကြားမၤအါထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ကွိဒိးမၤလိန့်တၢ်အဂီၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

၈. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလီၤဆီဒဉ်တၢ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၤတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်လၢအဘဉ်တၢ် ယၢၤထိဉ်အီၤလၢထးတဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.

၉. ပှၤလၢနကျဲးစၢးလဲၤဆူအအိဉ်တဖဉ် (အဒိ, ဖိသဉ်လၢအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လီၤဆီဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်အမိၢ်အပၢ်ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်အနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲ) ဒီးပှၤလၢအနှာ်လီၤဟူးဂဲၤလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤ (ဒ်အမ့ၢ်ပှၤပၢဆုၢကျိ, သရဉ်, မိၢ်ပၢ်ဒီးဖိသဉ်အနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲဒီးအဂၤတဖဉ်) နှဉ်လီၤ.

၁၀. တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီမနုၤလၢအလိဉ်တဖဉ်ဒီးနကမၤန့ၢ်တၢ်တဖဉ်အံၤသ့ဒ်လဲဉ်.

၁၁. တၢ်သိဉ်တၢ်သီမနုၤလၢကသမံသမိးကွၢ်ကှၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်မၤနၤၤအဂီၤ နှဉ်လဲဉ်. (အဒိ, ဖိသဉ်ကိးဂၤနှာ်လီၤကျိ)

၆. ကရူၢ်တဘျုးဖုမ့ၢ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဘျုးမံၤနှဉ်မၤလီၤတံၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်ကအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကနီၤဟ့ဉ်လီၤသကိးအတၢ်လဲၤခီဖျိတဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အံၤကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအဘဉ်ဘျုးလိာ်အသးသ့နှဉ်လီၤ.

၇. ဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကရူၢ်ကိးဖုဒဲးဒ်သိးကကွၢ်ထံကွၢ်ဆးလိာ်အသးတဖုဒီးတဖုအတၢ်ဖံး
တၢ်မၤဒီးဒုးဘဉ်ထွဲကှၤအီၤလၢတၢ်မနုၤလၢအဘဉ်တၢ်မၤအီၤခဲအံၤဒီးတၢ်မနုၤလၢအဘဉ်တၢ်မၤတ့ၢ်လံအီၤလၢကမၤနၤၤတၢ်အဂီၤ (တၢ်မနုၤလၢအမၤတၢ်ဒီးတၢ်မနုၤလၢတမၤတၢ်လဲဉ်) တဖဉ်နှဉ်လီၤ. နှဉ်လဲဉ်. စူးကါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤလၢတၢ်ကဆၢတဲာ်လၢကဘဉ်ဆဲးမၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤမ့တမ့ၢ်လဲလိာ်အီၤအဂီၤဒီးမၤကဒီးအီၤဆူညါအဂီၤတက့ၢ်.

## တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂီၤ

လံာ်တဆၢအံၤကွၢ်ထံတၢ်ကီတၢ်ခဲတၢ်တံာ်တာ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် inclusive အဂီၤဒ်ပတဲသကိးတ့ၢ်လံအီၤလၢအပူၤကွံာ်အသိးဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်လၢပကမၤနၤၤကွံာ်တၢ်ကီတၢ်ခဲတဖဉ်အံၤလၢကွိဒီးပှၤတဝၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအမၤဂ့ၤထိဉ် inclusive တၢ်မၤလိနှ့ၢ်တၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်အံၤပကြၢးကွၢ်ဆိကမိဉ်အီၤဒ်တၢ်အိဉ်သးအဖိခိဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်အံၤတၢ်စူးကါအီၤသ့လၢတၢ်စးထိဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတခါအသိးနှဉ်လီၤ.

## ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်သးဝးတရံး

**တၢ်အိဉ်ဖျဉ်အတၢ်ကွဲးနီဉ်ကွဲးဃါ** – ဖိသဉ်လၢတအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဖျဉ်အတၢ်ကွဲးနီဉ်ကွဲးဃါ တဖဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်အိဉ်ကျိတသ့ဘဉ်မ့တမ့်၊အဝဲသ့ဉ်ကဘဉ်တၢ်ဟ့ဉ်အီၤအခွဲးကအိဉ်ကျိတုၤ ဒဉ်ဖဲအတီၤလၢတၢ်ဟ်ပနီဉ်အီၤလၢအထိဉ်ဝဲသ့တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပကမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤသ့ ဒ်လဲဉ်.

- မၤတၢ်ဒီးပှၤတဝၤဒီးဟိဉ်ကဝီၤပဒိဉ်, တၢ်ကရၢကရိတဖဉ်ဒ်သိးတၢ်ကမၤတနံဉ်တဘျိ တၢ်အိဉ်ဖျဉ်အတၢ်ကွဲးနီဉ် (birth registration drives) ဒ်သိးဖိသဉ်တဖဉ်ကအိဉ် ကၤဒီးအတၢ်အိဉ်ဖျဉ်တၢ်ကွဲးနီဉ်ကွဲးဃါအဂီၢ်တက့ၢ်.

- ဆဲးကျၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဝဲလိၢ်ဒီးတၢ်ဆါဟံဉ်တဖဉ်ဒီးမၤသကိးတၢ်ဒီးအဝဲသ့ဉ် လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတခါဒ်သိးကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်တဖဉ်လၢကလဲၤ မၤနီဉ်အဖိအတၢ်အိဉ်ဖျဉ်အတၢ်ကွဲးနီဉ်ကွဲးဃါအဂီၢ်တက့ၢ်.

**တၢ်ကွၢ်မဲာ်ကွၢ်ဖိဉ်ကွၢ်ဆံးတၢ်မ့်လၢ HIV/AIDS အဃိ** – ဖိသဉ်လၢအဘဉ်တၢ်ဆါသံ သတြိာ် HIV/ AIDS တဖဉ်ကအိဉ်ကျိစ့ၤဝဲနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကဘဉ်ကွၢ်ထွဲအဟံဉ်ဖိဃီဖိ မ့တမ့်၊ ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်တထိဉ်ဘဉ်ကျိမ့်လၢပှၤအဂၤတဖဉ်ပျံၤအဝဲသ့ဉ်အဃိနှဉ်လီၤ. ပမၤ စၢၤအဝဲသ့ဉ်ကသ့ဒ်လဲဉ်.

- မၤသကိးတၢ်ဒီး AIDS အတၢ်ကရၢကရိတဖဉ်လၢကမၤတၢ်မၤလိဖုဉ်လၢ HIV/ AIDS အဂီၢ်လၢကျိဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်အပူၤလၢတၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အဝဲသ့ဉ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်လၢအဖိတအိဉ်ဒီးတၢ်ဆါသံသတြိာ် HIV/ AIDS အံၤတဖဉ်အတၢ်လိဉ်ဒီးတၢ်ဘဉ်ယိဉ်တဖဉ် (အဝဲသ့ဉ်အိဉ်စ့ၢ်ကီးဒီးအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်) ဒီးအဝဲသ့ဉ်ကဒိသဒၢဖိသဉ်လၢအဘဉ်တၢ်ဆါတဖဉ်အံၤဖဲအဟဲကျိအခါကသ့အဂီၢ်နှဉ် လီၤ.

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်ကျိအတၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢဒ်သိးကတူၢ်လိာ်မှာ်ဖိသဉ်လၢအ ဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီး HIV ဆူကျိ, မၤပဲၤအတၢ်လိဉ်ဒီးဒိသဒၢအဝဲသ့ဉ်လၢတၢ်ကွၢ်တ လီၤကွၢ်ဖိဉ်ကွၢ်ဆံးဒီးတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးတဖဉ်တက့ၢ်.

- မၤအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်အသကိးအတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်အတၢ်ကရၢကရိဒ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်မၤလိအီၤလၢလာ်အံၤအသိးတက့ၢ်.

**မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတၢ်လဲၤခီဖျိအပူၤ : ထံးခဉ် (Thika) HIV/ AIDS အတၢ်တိာ်ကျဲၤ**

ကမျၢ်သဘျ့ကရၢလၢအမံၤမ့ၢ် FAWEK လၢအိဉ်လၢကီၢ်ကဲဉ်နယဉ်ဃုထၢသံးခဉ် (Thika) ကီၢ်ရှဉ်လၢကမၤတၢ်လၢအပူၤမ့ၢ်လၢတီၤဖုဉ်ကွဲဖိသဉ် (၁၇%) နှဉ်အိဉ်ဒီး HIV/AIDS ဒီး (၂၂%) တီၤထီကွဲဖိတဖဉ်အိဉ်ဒီး HIV/AIDS အဃိနှဉ်လီၤ. FAWEK ပညိဉ်လၢတီၤဖုဉ်ဖိသဉ်လၢအလိဉ်ဘိထိဉ်သိတဖဉ် (၁၀–၁၃) နံဉ်အဂီၢ်ဒီးအတၢ်ပညိဉ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်သကိးအတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးကရူၢ်နှဉ်လီၤ. ကရူၢ်အံၤကအိးထိဉ်ကျဲလၢသးစၢ်မုဉ်ခွါလၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်သ့ဉ်ညါန၊်ပၢၢ်, တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်, ဒီးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢမုဉ်လိဉ်ဘိခွါလိဉ်ဘိထိဉ်သိဘဉ်ဃးမုဉ်ခွါအတၢ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်, တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်က့ၤတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အတၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်ဒီးတၢ်ဆါလၢအဘဉ်ကူဘဉ်ဂ်ခီဖျိတၢ်မံဃုာ်လိာ်သးအဂီၢ်ပဉ်ဃုာ် HIV/AIDS စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. တၢ်တိာ်ကျဲၤပညိဉ်တီၤဖုဉ်ဖိသဉ်လၢအဒိဉ်ထိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကမၤလိတၢ်သမၢတၢ်မံဃုာ်လိာ်သးလၢအမ့ၢ်ကျဲအခိဉ်ထံးလၢ HIV/AIDS အတၢ်ဘဉ်ကူဘဉ်ဂ်လိာ်အသးအံၤနှဉ်လီၤ.

တၢ်မၤလိဖုဉ်ဘဉ်တၢ်ရဲဉ်ကျဲၤအီၤလၢသရဉ် (၆၄) ဂၤလၢတီၤဖုဉ်ကွဲ (၃၂) ဖျၢဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်မၤတၢ်ဒ်သကိးအတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးကရၢအသိးဒ်ပှၤနဲဉ်ကျဲတဖဉ်လၢအကွဲနှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢတၢ်မၤလိဖုဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤအီၤအံၤအဃိသရဉ်တဖဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်သ့ဉ်ညါန၊်ပၢၢ်, တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်, ဒီးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒီးတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဘဉ်ဃး HIV/ AIDS ဒီးတၢ်ဟ့ဉ်လီၤတၢ်သိဉ်လိအပိးအလိတဖဉ်ဒ်သိးကစူးကါဝဲလၢအကွဲတဖဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်မုဉ်ဒီးခွါ (၆၄) ဂၤလၢကွဲ (၃၂) ဖျၢဉ်ဒီးသရဉ်တဂၤစုာ်စုာ်လၢကွဲသၢဆံဖျၢဉ်အပူၤထိဉ်တၢ်မၤလိဖုဉ်လၢခံသိအတီၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ. လၢခံသရဉ်မၤတၢ်ဒ်သကိးတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးကရၢအခိဉ်ဒီးဖိသဉ်ကဲထိဉ်တၢ်ကရၢကရိအံၤအခိဉ်အန၊်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်မၤတၢ်ကွၢ်ကီလၢ HIV/AIDS အဂီၢ်, တၢ်ဒုးနဲဉ်ဘံဉ်ဒံဉ်အိဉ်လၢအခိဉ်တီမ့ၢ် Bush Fire ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်ရူးထါဒီးဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်လၢအဟ့ဉ်တၢ်ကစိဉ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်လၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤဒ်တၢ်ဟ့ဉ်တၢ်မၤလိအသိးနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မုဉ်ခွါ (၆၄) ဂၤအံၤဘဉ်တၢ်သိဉ်အီၤလၢကဘဉ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးအတံၤသကိးတဖဉ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. ခဲအံၤဖိသဉ်ဒီးသရဉ်တဖဉ်အတၢ်မၤသကိးတၢ်အဃိဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သ့ဉ်ညါဘဉ်ဃး HIV/AIDS ဒိဉ်ဒိဉ်မုၢ်မုၢ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤစးထိဉ်လၢကွိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤစူးကါတၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢ, ထါ, တၢ်ဒုးနဲဉ်, တၢ်ကတိၤဂ့ၢ်လိာ်တၢ်ဒီးတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးတဖဉ်စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. ကွိ (၃၂) ဖျၢဉ်အံၤပိာ်မုဉ်ဖိအနိဉ်ဂံၢ်ကအိဉ်ဝဲ (၂၅၀) ဂၤ နှဉ်လီၤ. တၢ်တိာ်ကျဲၤအံၤအတၢ်မၤနှဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိအါထိဉ်တူၤ

(၈၀၀၀) ဂၤဒီးသရဉ် (၈၀၀) ဂၤန့ဉ်လီၤ. တံၤသကိးတၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးလိာ်သးအကရၢ အံၤဘဉ်တၢ်ဟ့ဉ်အီၤတၢ်ဆၢကတိၢ်ဖဲဖိသဉ်အိဉ်ဖြဉ်လၢဂီၤခိတချုးမၤလိတၢ်လၢတီၤပူၤအခါန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးနဲဉ်အီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်လၢမိၢ်ပၢ်အတၢ်အိဉ်ဖြဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤမၤတၢ်ထဲလၢကျိတကးဘဉ်ဒီးတၢ်ကစိဉ်အံၤဘဉ်တၢ်ဆ့ၢထိဉ်စ့ၢ်ကီးအီၤဆူသရိာ်စိၤမိၤ, ဖျါအလိၢ်ဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.

HIV/AIDS and Girls' Education: The FAWE Kenya Experience.
Forum for African Women Educationalists. Nairobi, Kenya . www.fawe.org

**တၢ်ပျံၤဘဉ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိး** – ဖိသဉ်မ့ၢ်ပျံၤလၢတၢ်ကကဲထိဉ်အသးဒီးအဝဲသ့ဉ်တမံၤမံၤလၢကျိန့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တဟဲထိဉ်ကျိဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးပန်ၢ်ပၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီအံၤကသ့အဂိၢ်နှဉ်လဲဉ်.

- ပမၤသကိးတၢ်ဒီးဖိသဉ်ဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်လၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးအံၤကဲထိဉ်အသးလၢကျိအလိၢ်ဖဲလဲဉ်ဒီးတၢ်ဒ့ဉ်စၢၤလၢကျိဒီးဟံဉ်အဘၢဉ်စၢၤ (ပကမၤလိအါထိဉ်ဘဉ်တၢ်ဂ့ၢ်အံၤလၢလံာ်ဃုဘ့ဉ်တဘ့ဉ်ခဲကၢာ်) နှဉ်လီၤ.

- ပမၤတၢ်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကကွၢ်တၢ်လိၢ်လၢကျိဒီးတၢ်ချၢဖဲတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ်သ့အလိၢ်တကွ့ၢ်. ပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ဆ့ၢဖိသဉ်ဆူကျိဖဲအလိၢ်အိဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

**တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒီးတၢ်သဉ်ဝံၤလီၤဒိ** – ဖိသဉ်လၢအသဉ်ဝံၤလီၤဒိဒီးတအိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့တဖဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်တသ့ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဘဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤလဲဉ် (ပကမၤလိအါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်အံၤ လၢလံာ်ဃုဘ့ဉ်တဘ့ဉ်ခဲကၢာ်)

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျိအတၢ်အိဉ်တၢ်အိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢတၢ်မၤလိအဂိၢ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်လၢအန့ၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါဒီးကိဉ်သ့ဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤအဘျုးကအိဉ်ဝဲလၢကျိဖိပာ်မုဉ်တဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

- ဆိလီၤတၢ်ကွၢ်ထံဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့, ဖိသဉ်အမဲတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢကျိဒီးအံးထွဲကွၢ်ထွဲစ့ၢ်ကီးဖိသဉ်လၢအဆိးကွ့ဆါဘိတဖဉ်လၢတၢ်မၤသကိးဃုာ်တၢ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်တကွ့ၢ်.

တၢ်အိဉ်ထိဉ်ဒီးဟုးသး – လၢထံကိၢ်တနီၤနီၤအပူၤပိာ်မုဉ်ဖိလၢအအိဉ်ထိဉ်ဒီးအဟုးအသးတဖဉ်တၢ်ထုးထိဉ်ကွံာ်အီၤလၢကွဲနှဉ်လီၤ. တၢ်အဆိကတၢ်တမံၤကမ့ၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကိုအတၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢလၢကဟ့ဉ်ဘဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိလၢအအိဉ်ထိဉ်ဒီးအဟုးအသးတဖဉ်ကဆဲးထိဉ်ဘဉ်ကိုအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်ကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢတဖဉ်အံၤဒၣ်လဲဉ်နှဉ်ဘဉ်တၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအီၤလၢလံာ်ဃုဘ့ဉ်တဘ့ဉ်အပူၤနှဉ်လီၤ.

ဟံဉ်ဖိဃီဖိအတၢ်အိဉ်သး

တၢ်ဖျိဉ်တၢ်ယာ် – တၢ်ကူဉ်ဘဉ်သ့မၤစ့ၤလိၤတၢ်ဖျိဉ်တၢ်ယာ်သ့, ဘဉ်ဆဉ်တၢ်ဖျိဉ်တၢ်ယာ်မၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အါဂၤအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢအဖျိဉ်တဖဉ်လၢကွံအံၤကဘဉ်ဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒီးအဟံဉ်ဖိဃီဖိအတၢ်ဖံးအိဉ်မၤအိဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

Child-friendly ကွံလၢအအိဉ်လၢကိၢ်ကွံဉ်တဲဉ်အံၤထၢဖျိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိဃီဖိအတၢ်အိဉ်သးလၢကမၤဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢတမၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢဂ့ၢတဖဉ်ဒီးဖျါလၢကဟးထိဉ်ကွံလၢတၢ်ဖးဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ထံဉ်လၢဖိသဉ်ဒၣ်အံၤတဖဉ်မ့ၢ်လၢအဟံဉ်ဖိဃီဖိဖျိဉ်ယာ်ဒိးဖိသဉ်ဘဉ်ဖံးဘဉ်မၤတၢ်အဃိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတၢ်ဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤလိတၢ်ဒၣ်အမ့ၢ်တၢ်ထါအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်, တၢ်ဆးတၢ်, တၢ်တ့ဘျိတၢ်လၢသ့ဉ်, တၢ်သူဉ်တၢ်ဖျး, တၢ်ဒိလံာ်ဒိလဲၢ်, ခီဉ်ဖျူထၢဉ်ဒိးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလိဒၣ်အံၤတဖဉ်မၤစၢၤဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိဃီဖိအတၢ်ဟဲနှာ်ဒိးဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကစူးကါဝဲလၢအတၢ်အိဉ်မူအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တနီၤဒိးန့ၢ်တၢ်လၢကပီၤလၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤနှဉ်လီၤ. ကွံတနီၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအဟံဉ်ဖိဃီဖိဟဲသိဉ်လိလီၤတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤဆူတီၤပူၤဒၣ်အမ့ၢ်တၢ်ထါသတိၢ်အသိးနှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢကျဲဒၣ်အံၤအဃိဖိသဉ်အမိၢ်အပၢ်ထံဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အလုၢ်အပ့ၤဒိးထံဉ်ဝဲလၢကွံဟ်ဃာ်မိၢ်ပၢ်ဖံဖုအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်ဒိးဖိသဉ်အတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢဘဉ်ဃးအဖိအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဂ့ၢထိဉ်စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမၤအါထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဆဲးကျိးတဲသကိးလၢမိၢ်ပၢ်ဒိးဖိအဘၢဉ်စၢၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ကဟဲစိာ်နှ့ၢ်တၢ်ဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖျိဉ်လၢအပ့ၤဟံဉ်ဖိအဂီၢ်ဒၣ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အလုၢ်အပ့ၤ – မိၢ်ပၢ်လၢအဖိုဉ်တဖဉ်တဘျိတခီဉ်ဟ့ဉ်အဖိတၢ်လိဉ်အခီဉ်ထံးဒၣ်အမ့ၢ်တၢ်အိဉ်,တၢ်ကူတၢ်သိးတဖဉ်တန့ၢ်ဘဉ်ဒုဉ်လဉ်နှဉ်လီၤ. အဃိဖိသဉ်တဖဉ်အဲဉ်ဒိးမၤတၢ်လၢတၢ်ဟဲနှာ်လၢအဟံဉ်ဖိဃီဖိအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကဲထိဉ်အသးဖဲဟံဉ်ဖိဃီဖိဒိးဖိလံၤတဖဉ်တူၢ်ဘဉ်လၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တကြၢးတဘဉ်ဒိးအတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒိးတနံၤ

အဂီၢ်အဃိနှဉ်လီၤ. အဃိအဝဲသ့ဉ်တဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဒီးတန်ၢ်ပၢၢ်ဝဲလၢဘဉ် မနုၤအဃိဖိသဉ်ကြၢးအိဉ်ကွဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤ နှဉ်လဲဉ်.

- မၤယုၤဖိသဉ်လၢတၢ်ဟးလၢပှၤတဝၤအပူၤဖဲကွဲအဆၢကတီၢ်ဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်တၢ် လၢအဝဲသ့ဉ်မၤလိဝဲလၢကွဲတဖဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢအတၢ်အိဉ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ် နှဉ်လီၤ.

- ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤလၢတၢ်လိၢ်ဂၤလၢကဟဲကဲပှၤမၤစၢၤသရဉ်လၢတီၤပူၤတ ကွ့ၢ်. ဖဲအဝဲသ့ဉ်ဟဲဆူတီၤပူၤအခါအဝဲသ့ဉ်နီၤဟ့ဉ်လီၤဟီဉ်ကဝီၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢ အအိဉ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်ဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်လၢဘဉ်မနုၤဃိအကါဒိဉ်လၢဘဉ်သ့ဉ်ညါတၢ်တဖဉ်အံၤ လဲဉ်တကွ့ၢ်.

**တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲတလၢတပှဲၤ :** ညီနုၢ်ဖိသဉ်မၤန့ၢ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအဂ့ၤကတၢၢ်လၢမိၢ်ပၢ်တ ဖဉ်အအိဉ်ဘဉ်ဆဉ်တဘျိတခိဉ်မိၢ်ပၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိလံၤတချုးမ့ၢ်လၢဘဉ်လဲၤမၤတၢ်အဃိ နှဉ်လီၤ. ဖဲတၢ်အိဉ်သးဒ်အံၤအခါဖိသဉ်တဖဉ်ကဘဉ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤလၢပှၤအဂၤလၢ အကွၢ်ထွဲဖိသဉ်တသ့ဒ်ဖိသဉ်အမိၢ်အပၢ်ဇဉ်ဝဲအသိးဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးက မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်နှဉ်လဲဉ်.

- ဟ်ပနီဉ်မ့ၢ်နံၤတနံၤလၢပှၤလၢအဘဉ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်လၢတမ့ၢ်အဖိဇဉ်ဝဲတဖဉ်ဟဲဆူ ကွဲတကွ့ၢ်. ဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးတဲတၢ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်ဘဉ်ဃး တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဒီးတၢ်သူဉ်ဖှံသးညီတဖဉ်တကွ့ၢ်.

- ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤအံးထွဲကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကထံဉ်လိာ်အသးဒီးသရဉ်တဖဉ်လၢက ကတိၤသကိးဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိလၢကွဲအဂ့ၢ်တကွ့ၢ်.

- ကျဲးစၢးမၤန့ၢ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပဒိဉ်မ့တမ့ၢ်ကမျၢၢ်သဘျ့က ရၢလၢအဘဉ်ဃးဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဒီးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်အဂ့ၢ်တကွ့ၢ်. တၢ်ဂ့ၢ် တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤပျဲဖိသဉ်ကှၤစိာ်ဆူအဟံဉ်လၢကဖးနှ့ၢ်အမိၢ်အပၢ်မ့တမ့ၢ်ပှၤလၢအအံး ထွဲကွၢ်ထွဲအဝဲသ့ဉ်အဂီၢ်တကွ့ၢ်.

## ပှၤတဝၢအတၢ်အိဉ်သး

ပိာ်မှဉ်ပိာ်ခွါအတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ် – လၢထံကိၢ်တနီၤအပူၤမိၢ်ပၢ်မ့ၢ်ဘဉ်ဃုထၢကဆုၢအဖိမှဉ် မ့တမ့ၢ် အဖိခွါဆူကျိန့ဉ်အဝဲသ့ဉ်ကဆုၢအဖိခွါဆူကျိန့ဉ်လီၤ. ပိာ်မှဉ်တဖဉ်ဘဉ်ကွၢ်ထွဲအဟံဉ်ဖိဃီဖိဒီးဖံးတၢ်မၤတၢ်နှဉ်လီၤ. နာ်သက့တၢ်အံၤတမၤအသးထိဘိဘဉ်. လၢကိၢ်မိဉ်ကိလံယဉ်အပူၤပိာ်ခွါဖိတဖဉ်ဘဉ်တၢ်ထုးထိဉ်ကွံဉ်လၢကျိတလီၢ်လီၢ်ဒ်သိးကလဲၤဖံးလဲၤမၤတၢ်လၢအပှၤဟံဉ်ဖိဃီဖိအဂီၤဖဲပိာ်မှဉ်ဖိတဖဉ်မၤလိဘဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤအခါနှဉ်လီၤ. ဒ်သိးဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ကဒိးန့ၢ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အခွဲးအယာ်တူၤသိးထဲသိးအဂီၤပကဘဉ်မၤဒ်လဲဉ်.

- ကွၢ်ထံဖိသဉ်တၢ်ထိဉ်ကျိအတၢ်ကွဲးနိဉ်စရီဒီးဃုထံဉ်ပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအဟးထိဉ်ကွံဉ်ကျိဒီးဃုထံဉ်စ့ၢ်ကီးဖိသဉ်လၢတအိဉ်ကျိတဖဉ်တက့ၢ်.

- ကတိၤတၢ်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်ဒီးလီၤဆီဒဉ်တၢ်တၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါခိဉ်နၢ်တဖဉ်ဒ်သိးကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပိာ်မှဉ်ဒီးပိာ်ခွါတဖဉ်လၢကအိဉ်ကျိအဂီၤတက့ၢ်. နမၤတၢ်အံၤသ့ခီဖျိတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ကမံးတံာ် မ့တမ့ၢ် မိၢ်ပၢ်သရဉ်သမါကရၢနှဉ်လီၤ. ဟ့ဉ်ပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဒုးနဲဉ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အလုၢ်အပှၤအိဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤတက့ၢ်.

- ဒုးဘဉ်ထွဲတၢ်လၢနသိဉ်လိလၢတီၤပူၤဒီးအတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဘဉ်တနံၤအံၤတက့ၢ်. တၢ်အံၤကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကဆုၢအဖိမှဉ်ဖိခွါဆူကျိန့ဉ်လီၤ.

- ကွဲန့ၢ်လွဲန့ၢ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကအံးထွဲကွၢ်ထွဲဘဉ်အဖိမှဉ်ဖိခွါတဖဉ်ထဲသိးတူၤသိးတက့ၢ်.

- ကတိၤတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကရဲဉ်ကျဲၤကဒါက့ၤဟံဉ်ဃီအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်ဒ်သိးပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်ကအိဉ်ဘဉ်ကျိအဂီၤတက့ၢ်.

- ပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိလၢအအိဉ်ဒီးမူဒါအါမံၤတဖဉ်ကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်နှၢ်အဝဲသ့ဉ်လၢတၢ်ထိဉ်ကျိအဆၢကတိၢ်လၢအလဲလိာ်အသးသ့ညီကဒဉ်လၢအဂီၤတက့ၢ်. ကတိၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်အတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအဂီၤဒ်သိးပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်အိဉ်ကျိကချူးဒဉ်ဝဲအဂီၤတက့ၢ်.

- တၢ်အိဉ်သးဖဲလၢပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်အိဉ်ကွိတသ့ဘဉ်နှဉ်ကျဲးစၢးဆိကမိဉ်ထိဉ်ဒီးဃုထံဉ်နှ့ၢ်ကျဲအဂၤလၢတၢ်ကဟ့ဉ်လီၤတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တဖဉ်အဂီၢ်တက့ၢ်. (အဒိ, တၢ်မၤလိတၢ်လၢအဟံဉ်ဒၤဉ်ဝဲ)

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢကမၤစၢၤပိာ်မှဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်လၢကအိဉ်ဘဉ်ကွိဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤစၢၤကွိအဘူဉ်အစ့ၤ, ကွိတၢ်အိဉ် မ့တမ့ၢ် မၤဘူဉ်လီၤကွိအလံာ်အလါၢ်တၢ်ပီးတၢ်လီ မ့တမ့ၢ် ကွိအတၢ်ကူတၢ်သိးတဖဉ်တက့ၢ်.

**တၢ်ဆဲးတၢ်လၤလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒီးဟီဉ်ကဝီၤမိၢ်လုၢ်ပၢ်လ်ၢ်အထူသနူ** – inclusive ကွိန့ဉ်ကြၢးတူၢ်လိာ်ဖိသဉ်လၢလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအကတိၤတၢ်ကတိၤလၢအလီၤဆီလိာ်အသးဒီးအိဉ်ဒီးတၢ်ဆဲးတၢ်လၤလီၤဆီတဖဉ်ပလိဉ်ဘဉ်လၢ...

- ကမၤတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်လၢကမၤဘဉ်လိာ်ကွၤတၢ်သိဉ်လိပီးလီတဖဉ်ဒ်သိးကဟ်ဖိုဉ်ဃုာ်တၢ်ဆဲးတၢ်လၤလၢအလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢပှၤတဝၤအဝဲနှဉ်အပူၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢပမၤဘဉ်ဂီၢ်ကွၤတၢ်သိဉ်လိဒ်အံၤအဃိပှၤတဝၤကထံဉ်လၢတၢ်မၤလိတဖဉ်အဘျုးအဖိုဉ်အိဉ်ဒီးကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကဆ့ၢအဖိဆူကွိန့ဉ်လီၤ. ပကမၤတၢ်အံၤဒ်လဲဉ်နှဉ်အိဉ်လၢလံာ်လွံၢ်ဘ့ဉ်တဘ့ဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.

- လၢတၢ်သိဉ်လိအပူၤစူးကါတၢ်တဲလၢပျၢၤ, တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢ, ထါဒီးတၢ်ဃဲၤလၢအဘဉ်တၢ်တဲလီၤအီၤလၢပှၤသးပှၢ်တဖဉ်တက့ၢ်.

- လၢဖိသဉ်လၢတကတိၤကျိာ်တကျိာ်ဃိလၢကွိအဂီၢ်မၤသကိးတၢ်ဒီးသရဉ်လၢအကတိၤကျိာ်ခံကျိာ်လိာ်သ့ဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိကျိာ်လၢာ်ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအကျိာ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

## ကွိအတၢ်အိဉ်သး

**ကွိအဘူးအလဲ** – ဟံဉ်ဖိဃိဖိလၢအဖိုဉ်တဖဉ်အဂီၢ်ကွိအဘူးအလဲမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိတမံၤန့ဉ်လီၤ. ပမၤမနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤန့ဉ်လဲဉ်.

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၊်ဒီးပှၤပၢဆှၢကွဲ, မိ၊်ပ၊်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နှ၊်တဖ့်လၢဘူဉ်စ့ၤမနုၤလၢအကဲတ၊်ကီတ၊်ခဲအဒိဉ်ကတၢ၊်လၢအဝဲသ့ဉ်အဂီ၊်နှ့ဉ်လဲဉ်တက့၊်.

- ဒုးနဲ့ဉ်ဖျါထိဉ်ကျဲလၢကမၤစ့ၤလိၤဘူဉ်စ့ၤတဖ့်အံၤတက့၊်. အဒိ, ခီဖျိမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကွဲအဘူးအလဲ, ကွဲတ၊်အိဉ်, ကွဲလံာ်လဲ၊်တ၊်ပီးတ၊်လိဒီးကွဲအတ၊်ကူတ၊်သိးတဖ့်နှ့ဉ်လိၤ. နကမၤတ၊်အံၤသ့ခီဖျိတ၊်မၤသကိးတ၊်ဒီးတ၊်ကရၢကရိလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤတဖ့်နှ့ဉ်လိၤ.

တ၊်အိဉ်သူဉ်လီၤသးအလိ၊်အကျဲ – လၢခိခိဉ်ပှ၊်လ၊်ကျါတ၊်လိ၊်တဖ့်ကွဲမ့၊်ယံၤဒီးဟံဉ်ဃိနှ့ဉ်ဟံဉ်ဖိဃိဖိတဖ့်တအဲဉ်ဒိးဆှၢအဖိဆူကွဲဘဉ်နှ့ဉ်လိၤ. ပမၤတ၊်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖ့်နှ့ဉ်လဲဉ်.

- ဃုထံဉ်ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအအိဉ်ယံၤကတ၊်၊်ဒီးကွိခီဖျိစူးကါကွိဒီးပှၤတဝၢအဟီဉ်ခိဉ်ဂိၤဒီးဖိသဉ်အတ၊်သံကွ၊်ဖုဉ်ကိာ်တဖ့်တက့၊်.

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၊်ဒီးမိ၊်ပ၊်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နှ၊်တဖ့်လၢတ၊်ကပျဲဖိသဉ်တဖ့်ထိဉ်ကွိဒီးက့ၤလီၤဆူအဟံဉ်ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးဒ်လဲဉ်အဂီ၊်တက့၊်.

ကွိတ၊်ဆၢကတိ၊်အရဲဉ်အကျဲၤ – ဖိသဉ်တနိၤကအဲဉ်ဒိးမၤလိတ၊်သ့ဉ်သ့ဉ်ဘဉ်ဆဉ်မၤလိဝဲတသ့မ့၊်လၢတ၊်ထိဉ်ကွိအဆၢကတိ၊်ဘဉ်ဂံာ်ဂူဉ်လိာ်အသးဒီးအတ၊်ဖံးတ၊်မၤအယိနှ့ဉ်လိၤ. လၢနှ့ဉ်အမဲာ်ညါပိာ်မုဉ်ဖိတနီၤဒီးပိာ်ခွါဖိတနီၤကဟးထိဉ်ကွိမ့၊်လၢကွိအဆၢကတိ၊်တဘဉ်လိာ်အသးဒီးအမူဒါတ၊်ဖံးတ၊်မၤလၢဟံဉ်အယိနှ့ဉ်လိၤ. ပမၤတ၊်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖ့်နှ့ဉ်လဲဉ်.

- ကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊်ထိဉ်ကွိအဆၢကတိ၊်လၢအလဲလိာ်အသးသ့ညီကဒဉ်လၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖ့်အဂီ၊်တက့၊်.

- ဃုသ့ဉ်ညါတ၊်ကရၢကရိလၢပှၤတဝၢပူၤလၢအမၤတ၊်လၢဖိသဉ်လၢအဘဉ်ဖံးဘဉ်မၤတ၊်ဒီးဖိသဉ်လၢကျဲခိဉ်တဖ့်အဂီ၊်အိဉ်တအိဉ်တက့၊်. တ၊်ကရၢကရိလၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖ့်အဂီ၊်မ့၊်တအိဉ်နီတဖုနှ့ဉ်နဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊်ရဲဉ်တ၊်ကျဲၤလၢဖိသဉ်တဖ့်အံၤအဂီ၊်သ့ဓါ. အဒိ, တ၊်ရဲဉ်တ၊်ကျဲၤဒ်အမ့၊်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ကွိတဖ့်ကသိဉ်လိကဒါက့ၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖ့်ဖဲဟါခီလီၤကွိပျ၊်အခါ မ့တမ့၊် နှံ့အကတ၊်၊်အခါအသိးနှ့ဉ်လိၤ.

ကျိအတ်သူဉ်ထိဉ်အပီးအလီတဖဉ် – ကျိမ့်တအိဉ်ဒီးတ်သူဉ်ထိဉ်အပီးအလီလၢလၢပဲ့ၤပဲ့ၤဘဉ်နှဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကျိဖိတနီၤတအဲဉ်ဒိးထိဉ်ကျိဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပအဲဉ်ဒိးလၢပကန်ပၢၢ်ကျိအတ်အိဉ်သးတဖဉ်တ်လဲလိာ်အီၤကသ့လၢကဟ်ဖြိဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ဖိသဉ်လၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒိးတလၢတပဲ့ၤတဖဉ်လဲၤထိဉ်ကျိတသ့မ့်လၢကျိအိဉ်လၢအဖိခိဉ်တကထၢအဃိဘဉ်ဆဉ်တီၤမ့်အိဉ်လၢအဖိလာ်တကထၢနှဉ်ဖိသဉ်အံၤဟဲကျိသ့နှဉ်လီၤ. ပမၤတ်မနုၤသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်နှဉ်လဲဉ်.

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ်ဒီးဟံဉ်ဖိဃိဖိဒီးပှၤတဝၤခိဉ်နှ်တဖဉ်လၢထံဒိလၢအကဆ့ီဒီးပိာ်မှဉ်ဒီးပိာ်ခွါတ်ဟးလိ်ၢ်လိၤဆိအဂ့ၢ်တက့ၢ်. (က့ၢ်လံာ်အဘ့ဉ်ယဲၢ်တက့ၢ်)

- ဃုထံဉ်ဖိသဉ်လၢအတ်ဒိဉ်ထိဉ်လီၤဆိဒီးအတ်သ့တ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်အတ်လိဉ်လၢနှိၢ်ခိဒီးနှိၢ်သးတဖဉ်တက့ၢ်. ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်လၢကျိကမၤလၢပဲ့ၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအတ်လိဉ်သ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.

တ်သူဉ်တအိဉ်သးတအိဉ် – ညီနှ်ၢ်ကျိတသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်တူၢ်လိာ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ်လိဉ်လၢအလီၤဆိတဖဉ်မ့်လၢသရဉ်တဖဉ်တသ့ဉ်ညါန်ပၢၢ်လၢကဘဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပမၤစၢၤသရဉ်ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကသ့ဒ်လဲဉ်.

- ဃုထံဉ်ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢတအိဉ်ကျိဒီးဘဉ်မနုၤအဃိတအိဉ်ကျိလဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအတ်အိဉ်သးမၤအသးဒ်လဲဉ်. အတ်လိဉ်လီၤဆိလၢတ်မၤလိအပူၤမ့်မနုၤလဲဉ်.

- ဆဲးကျၢတ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဝဲၤကျိၤဒိးကမျၢ်သဘျ့ကရၢတဖဉ်, ကျိသရဉ်တ်မၤလိခီလ့ဉ်ဒိးသံကွ်အဝဲသ့ဉ်လၢမ့်အသ့ဉ်ညါသရဉ်လၢအန်ပၢၢ်ဘဉ်ဃးတ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိးတ်လိဉ်လီၤဆိလာ်အသးအကလုာ်အလုာ်အိဉ်တအိဉ်လၢကဟဲမၤစၢၤနၤတက့ၢ်.

- ဆဲးကျၢသရဉ်လၢအအိဉ်ဒိးတ်သ့ဉ်ညါန်ပၢၢ်လၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အဖိခိဉ်ဒိးသံကွ်အဝဲသ့ဉ်လၢကလဲၤအိဉ်သကိးအဝဲသ့ဉ်အကျိဒ်သိးကမၤလိန့်တ်ကဘဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒိးတ်လိဉ်လီၤဆိလာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်ဒ်လဲဉ်သ့တသ့တက့ၢ်. တ်လၢာ်ဘူဉ်လၢာ်စ့ၤမ့်လၢာ်အါလၢတ်ကလဲၤအိဉ်သကိးအဝဲသ့ဉ်အကျိတခီမၤအဝဲသ့ဉ်

ဆုၢန့ၢ်နၤအတၢ်သိဉ်လိအပီးအလိလၢနစူးကါအီၤကသ့ဒ်အမ့ၢ်တၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ, တၢ်သိဉ်လိအပီးအလိတဖဉ်အသိးတက့ၢ်.

- မၤသရဉ်တဖဉ်နှဉ်ဟဲဟးအိဉ်သကိးနကွိဒ်သိးကဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးနၤဒီးကတိၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤပၢဆုၢကွိဘဉ်ဃး inclusion အဘျုးအဖိုဉ်တဖဉ်တက့ၢ်.

- ဖဲနမၤသကိးတၢ်ဒီးဖိသဉ်အခါမၤအဝဲသ့ဉ်မၤတၢ်လၢအမၤဝဲသ့တဖဉ်အါန့ၢ်ဒံးတၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်မၤဝဲတသ့တဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤဘဉ်ထွဲလိာ်အသးဒီးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးနှဉ်လီၤ. တမ့ၢ်ထဲလၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆိဒီးအတၢ်အိဉ်သးလၢအလီၤဆိတဖဉ်ဘဉ်.

- လၢတၢ်ခဲလၢာ်အဖိခိဉ်တဘဉ်သးဟးဂီၤလၢနတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤတဂ့ၤ. ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရှလိာ်မုာ်လိာ်ဒီးပှၤလၢအသ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ဃးတၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ဒီးဆဲးကျၢဒီးအဝဲသ့ဉ်ခဲအံၤခဲအံၤတက့ၢ်.

**တၢ်လၢသရဉ်မၤသ့လၢဖိသဉ်လၢအကွၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်အဂီၤမ့ၢ်တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ကွိအတၢ်သူဉ်ထိဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ဟဲကွိဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်ကသ့အဂီၤန့ဉ်လီၤ.**

၁. ဖိသဉ်လၢကွ့ၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်တဘျိတခိဉ်တၢ်ကိဘဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢကလဲၤဆူကွိအဂီၤန့ဉ်လီၤ. ကျဲးစၢးရဲဉ်ကျဲၤတၢ်လဲၤတၢ်က့ၤလၢအဝဲသ့ဉ်အဂီၤဒီးမၤလီၤတံၢ်လၢကွိသုတအိဉ်ဒီးဃီအသွါလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အဂီၤတဂ့ၤ.

၂. ဖဲဖိသဉ်လၢကွ့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤဟဲဆူကွိန့ဉ်ကတိၤသကိးတၢ်ဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိလၢအဆုၢအီၤဆူကွိတဖဉ်ဒီးဃုသ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်အံၤအတၢ်ကိတၢ်ခဲမနုၤအိဉ်လဲဉ်တက့ၢ်. ဃုထံဉ်ဖိသဉ်အံၤမၤတၢ်မနုၤသ့လၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲလဲဉ်တက့ၢ်. ဃုထံဉ်ဖိသဉ်အံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲမနုၤလဲဉ်နှဉ်တက့ၢ်.

၃. လဲၤဟးအိဉ်သကိးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်တဘျိတဘျိဒ်သိးနကကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဒီးအဝဲသ့ဉ်လၢကမၤစၢၤအဖိတဖဉ်လၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်လဲဉ်တက့ၢ်. သံကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူဆူညါဒီးဃုထံဉ်လၢနမၤစၢၤမနုၤကသ့လၢဖိသဉ်အံၤအဂီၤလဲဉ်တက့ၢ်.

၄. သံကွၢ်ဖိသဉ်လၢမ့ၢ်အကဘဉ်အီကသံဉ်ကသီတမံၤမံၤဖဲအထိဉ်ကျိအဆၢကတီၢ်အခါဒါတက့ၢ်.

၅. နတၢ်ဆၢကတီၢ်မ့ၢ်တအိဉ်လၢပှဲၤလၢဖိသဉ်အံၤအဂီၢ်နှဉ်ကျဲးစၢးဃုပှၤမၤစၢၤတၢ်တဂၤဂၤလၢတီၤပူၤတက့ၢ်.

၆. ဖဲနသိဉ်လိတၢ်အခါမၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်အံၤထံဉ်ဒီးနၢ်ဟူနၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်. ကွဲးလီၤတၢ်သိဉ်လိလၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤဖျါဆုံဆုံဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်ဖးဝဲကသ့အဂီၢ်တက့ၢ်. ပျဲဖိသဉ်လၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပှဲၤတဖဉ်အံၤဆ့ဉ်နီၤလၢတၢ်မဲာ်ညါဒ်သိးကထံဉ်တၢ်ဒီးနၢ်ဟူတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

၇. ဃုထံဉ်လၢဖိသဉ်အံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲမနုၤလၢအတၢ်ဟဲထိဉ်ကျိအပူၤလၢအမိၢ်အပၢ်အအိဉ်တက့ၢ်.သံကွၢ်အဝဲသ့ဉ်လၢမ့ၢ်ဖိသဉ်အဂၤမၤစၢၤဖိသဉ်အံၤအတၢ်ထိဉ်ကျိဒီးဖိသဉ်အံၤမၤတံၤမၤသကိးဒီးဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်စ့ၢ်ကိးဒါတက့ၢ်.

- UNICEF. http://www.unicef.org/teachers/protection/access.htm



## အဆၢဖိဉ် ၃.၄
## ပမၤလိတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤလဲဉ်

တၢ်လၢအမၤတံၥ်တ် inclusive တနီၤနထံဉ်အီၤလၢနမဲာ်သ့နှဉ်လီၤ. အဒိ, ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤ မ့တမ့ၢ် တလၢတပဲၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်တံၥ်တ်တနီၤနထံဉ်အီၤလၢမဲာ်တသ့ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲတလၢတပဲၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်အိဉ်လီၤထြုးအသိးနှဉ်ကမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒီးအတၢ်ထိဉ်ကျိနှဉ်လီၤ. တၢ်တံၥ်တ်တနီၤနတဟ်သူဉ်ဟ်သးဒီးတသ့ဉ်ညါလၢအမ့ၢ်တၢ်တံၥ်ဇဉ်လဲာ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအတၢ်မၤမူဇါလၢပှၤတဝၤအပူၤ မ့တမ့ၢ် မိၢ်လုပ်ၢ်လ်ၢ်အတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးတဖဉ်ဒီးဖိသဉ်အမူအဇါလၢဟံဉ်ဃီအပူၤအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

တဘျိတခိဉ်တၢ်တံၥ်တ်ခံမံၤမ့တမ့ၢ်အါန့ၢ်ခံမံၤဟ်ဖျိဉ်ထိဉ်လိာ်အသးဒီးဒုးဟးထိဉ်အီၤလၢကျိနှဉ်လီၤ. အဒိ, လၢမိၢ်လုပ်ၢ်လ်ၢ်အထူသနူအပူၤဖိသဉ်တနီၤလၢအအိဉ်လၢခိခိဉ်ပှၢ်လ်ၢ်ကျါတဖဉ်ကဘဉ်မၤတၢ်ဖဲအဖိသဉ်အခါလၢတၢ်နှဉ်အဃီဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အိဉ်ကျိတသ့ဘဉ်နှဉ်လီၤ. လီၤဆီဇဉ်တၢ်ဟံဉ်ဖိဃီဖိလၢအဖျိဉ်တဖဉ်အံၤဟ့ဉ်ကျိအဘူးအလဲတန့ၢ်လၢကဆၢအဖိဆူကျိအဂီၢ်ဒီးလၢတၢ်ကိးမံၤဒဲးအဖိခိဉ်အဝဲသ့ဉ်တန်ပၢၢ်တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အလု်အပှၤလၢအဖိအလံၤအဂီၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်တံၥ်တ်လၢ inclusion အဂီၢ်အံၤတဘျိတခိဉ်ကအိဉ်အပတီၢ်တဖဉ်တပတီၢ်လၢပှၤတဝၤအပူၤနှဉ်လီၤ. အဒိ, ဟံဉ်ဖိဃီဖိမ့ၢ်တူၢ်ဘဉ်လၢကျိမ့ၢ်တဟ့ဉ်အဖိလၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အဂ့ၤဘဉ်နှဉ်ဖိသဉ်ကဟးထိဉ်ကျိလီၤဆီဇဉ်တၢ်ဖိသဉ်မ့မ့ၢ်ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်ဒီးပှၤတဝၤတအဲဉ်ဒီးကနဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢအမ့ၢ်ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိအံၤအဃီနှဉ်လီၤ. လၢတၢ်အဒိအံၤအဖိခိဉ်တၢ်တံၥ်တ်အိဉ်လၢဟံဉ်, ကျိဒီးပှၤတဝၤသၢပတီၢ်လၢာ်တဘျိဃီသ့နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်ဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်တၢ်တံၥ်တ်လၢကအိဉ်ကျိအဂီၢ်အါမံၤသ့နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပိာ်မုဉ်ဖိလၢအက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤတဂၤ မ့တမ့ၢ် ပိာ်မုဉ်ဖိတဂၤလၢအဘဉ်ကွၢ်ထွဲအဟံဉ်ဖိဃီဖိတဂၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆါသံသတြိာ်ဒ်အမ့ၢ် AIDS အသိးနှဉ်လီၤ. လၢထံကိၢ်တနီၤနီၤအပူၤပိာ်မုဉ်တဖဉ်တၢ်ကွၢ်တလီၤအီၤစးထိဉ်လၢအအိဉ်ဖျဉ်ထိဉ်သိသိအဆၢကတိၢ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်အတၢ်အိဉ်မူဖုဉ်နှ့ၢ်ပိာ်ခွါဒီးကဒိးန့ၢ်တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲစ့ၢန့ၢ်ပိာ်ခွါလၢအဟံဉ်ဖိဃီဖိအပူၤ, လီၤဆီဇဉ်တၢ်အဝဲသ့ဉ်မ့ၢ်အိဉ်ဒီးက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အံၤတၢ်ဟ်အီၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဝဲဃၢလၢဟံဉ်ဖိဃီဖိအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အံၤမ့မ့ၢ်ဖိသဉ်လၢဘဉ်မၤတၢ်မ့တမ့ၢ်ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးလၢပှၤတဝၤအပူၤမ့တမ့ၢ်ဟံဉ်ဖိဃီဖိတအိဉ်နှဉ်ဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်တၢ်တံၥ်တ်အါန့ၢ်အအံၤတက့ၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်အဒိလၢထးကိးမံၤဒဲးအံၤပကကျဲးစၢးသပှၤ်ပှၤ်ဒ်သိးကမၤဖျါထိၣ်ဖိသၣ်ဒ်အံၤအသိးတဖၣ် ဒီးဟူးဂဲၤဒ်သိးကထုးနှာ်အဝဲသ့ၣ်ဆူကွိအဂီၤ်နှၣ်လီၤ.

လၢပကမၤပကွိဒ်သိးကကဲထိၣ် inclusive အါထိၣ်အဂီၤ်တၢ်အခိၣ်ထံးတပတီၤ်မ့ၤ်တၢ်ဃုထံၣ် ဖိသၣ်ဖဲလဲၣ်တဂၤလၢတအိၣ်ကွိဘၣ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်အံၤတၢ်မၤအီၤသ့အီၤခီဖျိတၢ်တ့ကွိဒီးပှၤတဝၤအဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤနှၣ်လီၤ. တၢ်တ့ကွိဒီးပှၤတဝၤအဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤအံၤတၢ်မၤသ့ခီဖျိကွိဒီးပှၤ တဝၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမ့တမ့ၤ်ဒ်ဖိသၣ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတီၤပူၤအသိးသ့နှၣ်လီၤ.

လၢပကန့ၤ်ပၢၢ်ဘၣ်မနုၤအဃိဖိသၣ်တဖၣ်တအိၣ်ကွိဘၣ်လဲၣ်အဂီၤ်နှၣ်ပဘၣ်ဃုသ့ၣ်ညါတၢ် ဂ့ၤ်မနုၤလၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသၣ်ဟဲကွိလဲၣ်. အဒိ, ဖိသၣ်အနိၤ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲ, အဟံၣ်ဖိဃီဖိ, အ ပှၤတဝၤ မ့တမ့ၤ် အကွိလဲၣ်နှၣ်လီၤ. ဖဲပထံၣ်နှၤ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်နှၣ်ပစးထိၣ်လဲလိာ်ဒ်သိးပကွိ ကကဲထိၣ် inclusive အါထိၣ်အဂီၤ်သ့နှၣ်လီၤ.

လံာ်အံၤမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကမၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢအမၤစ့ၤလီၤတၢ်တံာ်တာ်တဖၣ်လၢ inclusive leaarning အဂီၤ်နှၣ်လီၤ. လၢကစးထိၣ်မၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤရဲၣ်ကျဲၤအံၤအဂီၤ်ဆိ ကမိၣ်ထိၣ်တၢ်သံကွၤ်လၢလာ်တဖၣ်တက့ၤ်. နၤဒီးနပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိတဖၣ်ဆိကမိၣ်ထိၣ်သ ကိးလၢနကဟူးဂဲၤမနုၤလၢနကွိအဂီၤ်နှၣ်လဲၣ်တက့ၤ်.

- လံာ်တဘ့ၣ်အံၤအပူၤနမၤလိန့ၤ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.
- နမၤလိန့ၤ်တၢ်ဂ့ၤ်အကါဒိၣ်မနုၤလၢအဘၣ်ထွဲဘၣ်ဃးလိာ်အသးဒီးနတၢ်အိၣ်သးဇၣ်နဲ နှၣ်လဲၣ်.
- လၢနတၢ်အိၣ်သးအပူၤနဆိကမိၣ်လၢတၢ်တံာ်တာ်အဒိၣ်ကတၢၢ်လၢကမၤတံာ်တာ် inclusive learning ဒီးတၢ်ထုးနှာ်ဖိသၣ်ခဲလၢ်ဆူကွိမ့ၤ်မနုၤလဲၣ်.
- တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢနၤဒီးနကရူၤ်ကမၤအိၣ်ထိၣ် inclusive အဂီၤ်နှၣ်မ့ၤ်မနုၤလဲၣ်.
- နကစးထိၣ်အီၤအပတီၤ်ဖဲလဲၣ်တပတီၤ်လဲၣ်.
- နသ့ၣ်ညါလၢနတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အံၤကဲထိၣ်သ့ဒ်လဲၣ်.

- တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢနရဲဉ်ကျဲၤအီၤသ့လၢနံဉ်လၢကဟဲတနံဉ်အဂီၤမ့ၢ်မနုၤလဲဉ်.
- နကသမံသမိးက့ၤနတၢ်ဖံးတၢ်မၤအရဲဉ်အကျဲၤတဖဉ်အခါဖဲလဲဉ်ဒီးဒ်လဲဉ်.
- လၢလံာ်အဘ့ဉ်လွံၢ်ဒီးယဲၢ်အပူၤနကမၤလိအါထိဉ်ဘဉ်ဃးဒီးနကမၤနတီၤဒ်သိးကဲထိဉ် inclusive အါထိဉ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ.

## နမၤလိန့ၢ်တၢ်သ့အါထိဉ်အလိၢ်ဖဲလဲဉ်

လံာ်လဲၢ်ဒီး Web sites လၢအအိဉ်ကွဲးလီၤအသးလၢလံာ်အံၤအကတၢ်နဉ်မ့ၢ်တၢ်ပီးတၢ်လိလၢအလုၢ်ဒိဉ်ပ့ၤဒိဉ်တဖဉ်လၢတၢ်ကထုးနှာ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်ဆူကွိအဂီၤန့ဉ်လီၤ.

## လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲကျုံးအီၤတဖဉ်


Govinda R. (1999) Reaching the Unreached through Participatory Planning: School Mapping in Lok Jumbish, India. Paris: International Institute for Educational Planning/UNESCO.

Hart R. (1997) Children's Participation: The Theory and Practice of Involving Young Citizens in Community Development and Environmental Care. New York: UNICEF and London: Earthscan.

Mathur R. (2000) Taking Flight. Education for All Innovation Series No. 14. Bangkok: UNESCO Principal Regional Office for Asia and the Pacific.

Rimer W et al. (2003) Toolkit for Assessing and Promoting Equity in the Classroom, Edited by Marta S. Maldonado and Angel Aldave. Washington DC: Creative Associates International Inc., USAID/EGAT/WID.

Staff Development Division, Bureau of Elementary Education, Department of Education, Philippines, and UNICEF. (2002) Student Tracking System Facilitator's Manual. (A good source for learning about how to develop child profiles.)

UNESCO (2003) Sharing World of Difference: The Earth's Linguistic, Cultural and Biological Diversity. Paris.

Volpi E. (2002) Street Children: Promising Practices and Approaches. WBI Working Papers. Washington, DC: The International Bank for Reconstruction and Development/The World Bank.

Web Sites.

Barriers to Girls' Education: Strategies and Interventions.
UNICEF Teachers Talking about Learning.
http://www.unicef.org/teachers/girls_ed/barriers_02.htm

Child Protection. UNICEF.
http://www.unicef.org/protection/index_bigpicture.html

Children as Community Researchers: Creating Community Base Map. UNICEF. http://www.unicef.org/teachers/researchers/index.html or http://www.unicef.org/teachers/researchers/childresearch.pdf

Equity in the Classroom, A Semi-Annual Newsletter, August 2000. Creative Associates International, Inc. This newsletter gives valuable insights and case studies on the challenges of bilingual education and strategies for teaching linguistically diverse learners. It can be accessed at: http://www.caii.net/EIC/Resources/eicnewsJuneweb.pdf

Gender in Education: Promoting Gender Equality in Education. UNESCO Asia and Pacific Regional Bureau for Education, Bangkok, Thailand. http://www.unescobkk.org/gender

HIV/AIDS and Policies Affecting Children.
http://www.hri.ca/children/aids/factsheet_detail.htm

Leslie J and Jamison DT. Health and nutrition considerations in education planning. 1. Educational consequences of health problems among school-age children.
http://www.unu.edu/Unupress/food/8F123e/8F123E03.htm

Save the Children (UK). Schools for all.
www.eenet.org.uk/bibliog/scuk/schools_for_all.shtml

UNICEF Teachers Talking about Learning.
http://www.unicef.org/teachers

# လံ့ နဲ့ ခ် ကျဲ (၄)

## တ်ာ့ ဒုး အိ့ ထိ့ တီ ဇာ း လာ အဒုး ပ့် ဃုာ် ပုဇ ကီ း ဂဇ လာ အပဲ ဇီ း တ်ာ့ ဂုလိ်ာ် မုာ် လိ်ာ်

Creating Inclusive, Learning - Friendly Classrooms



Inclusive Learning-Friendly Environments

UNESCO

## တၢ်နဲၵ်ကျဲလၢလံာ်အံၤအဂီၤ

လံာ်တဘ့ၵ်အံၤမၤစၢၤနၤလၢနကန်ၢ်ပၢၢ်ဘၵ်ဃးတၢ်ထံၵ်တၢ်ဆိကမိၵ်လၢအမ့ၢ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ် အံၤဆီတလဲအသးတပယူာ်ဃီဒီးတီၤဒၢးအတၢ်သိၵ်လိမၤယုၤတဖၣ်ဒိးသန့ၤအသးအါထိၵ်လၢဖိ သၣ် (Child-Centered) နှၣ်လီၤ. တၢ်အံၤကဟ့ၵ်နၤတၢ်ဆိကမိၵ်ဒီးကျဲလၢနကသိၵ်လိဖိသၣ် လၢအတၢ်အိၵ်သးဂ်ၢ်ထံးဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၵ်လီၤဆီတဖၣ်ဒ်လဲၵ်. ဒီးနတၢ်သိၵ်လိအံၤဒ်သိးအခိပ ညီကအိၵ်ဒီးကဲဘျုးလၢပှၤကိးဂၤအဂီၤနကမၤအီၤဒ်လဲၵ်နှၣ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်ခိၵ်တီတဖၣ်


**၄.၁ တၢ်မၤလိဘၵ်ဃးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒီးပှၤမၤလိတၢ်ဖိအဂ့ၢ်** **၃**
တၢ်မၤလိဒီးတၢ်သိၵ်လိ ၃
ဖိသၣ်တဖၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်လဲၵ်. ၅

**၄.၂ တၢ်သိၵ်လိပှၤကျိဖိလၢအလီၤဆီလာ်သးအကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤ** **၁၈**
တၢ်ဟာ်လုၢ်ဟာ်ပှၤဒီးဟ့ၵ်ဂ်ၢ်ဟ့ၵ်ဘါတၢ်လီၤဆီအကလုာ်ကလုာ် ၁၈
တၢ်ဟာ်ဖြၵ်ဃုာ်တၢ်ဆိကမိၵ်, တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒီးတၢ်သ့ၵ်ညါလၢ အလီၤဆီလာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤ ၂၁
တၢ်ကီတၢ်ခဲဘၵ်ဃးတၢ်သိၵ်လိဖိသၣ်လၢအလီၤဆီလာ်အသးအကလုာ် ကလုာ်တဖၣ် ၂၃
တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒီးတၢ်သိၵ်လိအပီးအလိထဲတခိတၢၤအဂီၤတဖၣ် ၃၁
ပိာ်မုၵ်ပိာ်ခွါဒီးတၢ်သိၵ်လိ ၃၆
တၢ်ဒိၵ်ထိၵ်လီၤဆီအကလုာ်ကလုာ်ဒီးပှၤလၢက့ၢ်ဂိၤတလၢတပဲၤတဖၣ် ၃၈
တၢ်ဆါအုးစ် (HIV/AIDS) ဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ် ၄၇

**၄.၃ တၢ်မၤအိၵ်ထိၵ်တၢ်မၤလိလၢအိၵ်ဒီးအခိပညီလၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂီၤ** **၄၉**
မၤလိတၢ်လၢတၢ်အိၵ်မူအဂီၤ ၄၉
တၢ်ဒုးအိၵ်ထိၵ် (Learning-friendly environment) လၢတၢ်မၤလိလၢအအိၵ်ဒီး အခိပညီအဂီၤ ၅၁
တၢ်ဒုးအိၵ်ထိၵ်တၢ်မၤလိအတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအကဒုးသ့ၵ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ပိာ်မုၵ်ဒီးပိာ်ခွါ အတၢ်ထဲသိးတုၤသိးလိာ်သး ၅၃
တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အကျဲအပူၤ ၅၈
တၢ်ဒုးအိၵ်ထိၵ်တၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဖွး, လံာ်စဲအ့ၵ်ဒီးကျိာ်တၢ်မၤလိတဖၣ်လၢအိၵ်ဒီး အခိပညီလၢဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤ ၆၂

**၄.၄ ပမၤလိန့ၢ်တၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၵ်** **၇၉**



## အဆ၊ဇိဉ် ၄.၁
## တ၊်မ၊လိဘဉ်ဃးတ၊်မ၊လိန္၊်တ၊်ဒီးပှ၊မ၊လိတ၊်ဖိအဂ့၊်

### တ၊်မ၊လိဒီးတ၊်သိဉ်လိ

လ၊လံာ်အဆိကတ၊၊်တဘ့ဉ်အပူ၊ပစံးလ၊ inclusive အခိပညီတမ့၊်ထဲအဟ်ဖှိဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လ၊ က့၊်ဂီ၊ဟးဂီ၊ဒီးတလ၊တပ့ဲ၊တဖဉ်လ၊တီ၊ပူ၊ဓိ၊နှ့ဉ်ဘဉ်. မ့မ့၊်တခီဖိသဉ်ခဲလ၊ာ်လ၊အတ၊်ဒိဉ် ထိဉ်လီ၊ဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒီးအတ၊်သ့တ၊်ဘဉ်လီ၊ဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ် ဘဉ်တ၊်ဟ်ဖှိဉ်ဃုာ်အီ၊လ၊တီ၊ပူ၊တဖျ၊ဉ်ဃီနှ့ဉ်လီ၊. နီ၊်နီ၊်နှ့ဉ်တ၊်မ၊နှ့၊်ဖိသဉ်ခဲလ၊ာ်ဆူပတီ၊ပူ၊ နှ့ဉ်မ့၊်ဒ်ဒဉ်တ၊်မ၊နာ၊တ၊်ကိတ၊်ခဲထဲတတ်ဓိ၊နှ့ဉ်လီ၊. တ၊်ကိတ၊်ခဲအဂ၊တတ်နှ့ဉ်ပကမ၊လ၊ပ့ဲ၊ ဖိသဉ်ကိုးဂ၊ဒဲးအတ၊်မ၊လိအတ၊်လိဉ်လ၊အလီ၊ဆိလိာ်အသးဒီးဟ့ဉ်တ၊်ဆ၊ကတီ၊်ဒီးတ၊်မ၊စ၊၊ အါထိဉ်လီ၊ဆိဒဉ်တ၊်ဖိသဉ်လ၊အဘဉ်တ၊်ဟ်အီ၊လ၊တီ၊အချ၊ မ့တမ့၊် နှာ်လီ၊မ၊သကိုးတ၊်တ သ့တန့၊်လ၊တီ၊ပူ၊တဖဉ်အဂိ၊်နှ့ဉ်လီ၊.

လ၊ပတီ၊ပူ၊ကအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လ၊လီ၊ဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်လ၊ပဘဉ်သိဉ်လိအီ၊ဒီးဖိသဉ် တဖဉ်အံ၊မ၊လိန့၊်တ၊်လ၊ကျဲလီ၊ဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်နှ့ဉ်လီ၊. တ၊်ကွ၊်ဃုန၊်ပ၊၊်တ၊်အ သိခဲအံ၊တဖဉ်စံးဘဉ်ပှ၊လ၊ဖိသဉ်မ၊လိန့၊်တ၊်လ၊ကျဲလီ၊ဆိလိာ်အသးအါဘိမ့၊်လ၊အတ၊်လီ၊ စ၊၊လီ၊သွဲဉ်အဂ့၊်အကျိ၊, အတ၊်လဲ၊ခီဖျိ, အခိဉ်ဃ၊၊ဝးတရံး မ့တမ့၊် အနီ၊်ကစ၊်အတ၊်ဟ်သူဉ် ဟ်သးဒဉ်ဝဲအဃိနှ့ဉ်လီ၊. တ၊်ဂ့၊်လ၊အပိာ်ထိဉ်အခံတခီပလိဉ်ဘဉ်လ၊ပကစူးကါတ၊်သိဉ်လိအ ကျိ၊အကျဲဒီးတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲ၊အကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးကမ၊လ၊ပ့ဲ၊ဖိသဉ်အတ၊်မ၊လိအတ၊်လိဉ်လ၊ အလီ၊ဆိလိာ်အသးတဖဉ်အဂိ၊်နှ့ဉ်လီ၊.

အဆိကတ၊၊်တ၊်ဆိကမိဉ်အံ၊ကမ့၊်တ၊်လ၊အလီ၊ပျံ၊ဒိဉ်မးနှ့ဉ်လီ၊.သုကသိဉ်လိတီ၊လ၊ပှ၊ကွိဖ အါဒီးသုကဆိကမိဉ်လ၊,“ယကစူးကါတ၊်သိဉ်လိအကျိ၊အကျဲလ၊အလီ၊ဆိလိာ်အသးလ၊အ ကြား်ဒီးဖိသဉ်တဂ၊ဘဉ်တဂ၊စုာ်စုာ်လ၊အအိဉ်လ၊ယတီ၊ပူ၊အါန့၊်အဂ၊ ၅၀ အံ၊ဒ်လဲဉ်.” နီ၊်နီ၊် နှ့ဉ်တ၊်အံ၊ကမ့၊်တ၊်ဂ့၊်လ၊ပဝဲတနီ၊်နီ၊ပကစူးကါတ၊်သိဉ်လိ, “တ၊်တိ၊်ရူးတ၊်အကျဲ” နှ့ဉ်လီ၊. ပကွ၊်ကဒါက့၊တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိ၊တဖဉ်တဘျိဝံ၊တဘျိဒီးပျဲဖိသဉ်ကွ၊်ကဒါက့၊တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိ၊တဖဉ် တဘျိဝံ၊တဘျိဒီးပမှ၊်လ၊်လ၊ဖိသဉ်ကသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိ၊တဖဉ်အံ၊နှ့ဉ်လီ၊. ကျဲအံ၊က မ့၊်ကျဲအညီလ၊ကပ၊ဆ၊ဖိသဉ်အါဂ၊သနာ်ကွကျဲအံ၊မ့၊်ကျဲလ၊အလီ၊က၊ဉ်ဒိဉ်မးလ၊ဖိသဉ်အ ဂိ၊်ဒီးသရဉ်အဂိ၊်စ့၊်ကီးနှ့ဉ်လီ၊. ခီဖျိလ၊ကျဲအံ၊အဃိပသိဉ်လိတ၊်တမှာ် မ့တမ့၊် တ၊်ကိတအိဉ် လ၊ပဂိ၊်နိတမံ၊ဒီးဖိသဉ်စ့၊်ကီးမ၊လိတ၊်တမှာ် မ့တမ့၊် တ၊်ကိတ၊်ခဲလ၊အတ၊်မ၊လိအပူ၊တအိဉ် စ့၊်ကီးဘဉ်နှ့ဉ်လီ၊.

လၢပကလဲလိာ်တၢ်အိၣ်သးအံၤအဂီၢ်ပလိၣ်ဘၣ်တၢ်သိၣ်လိကျဲအသိဒီးစူးကါအီၤလၢဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်နှၣ်လီၤ.ဖိသၣ်မၤလိတၢ်လၢကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအါဘိကသ့ကမုာ်ဒီးဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးကသ့မၤလိထိၣ်တၢ်စ့ၢ်ကီးနှၣ်လီၤ.သရၣ်တနီၤစူးကါတ့ၢ်လံတၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒီးထံၣ်နှၢ်လၢတၢ်သိၣ်လိအတၢ်မၤမ့ၢ်တၢ်မၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်လၢဟ့ၣ်ကပီၤအါထိၣ်နှၣ်လီၤ.

နိၢ်ရုံခၣ်ခွၣ်ဇၣ်မ့ၢ်ကွိသရၣ်မုၣ်တဂၤလၢအသိၣ်လိတၢ်လၢပဒိၣ်တီၤဖုၣ်ကွိလၢအိၣ်လၢမံၤမဲရူ(နှ်) (Mymenshingh) ကိၢ်ရှၣ်အပူၤဒီးတၢ်လိၢ်အံၤယံၤဒီးဘ့ကလါဒ့း(ရှ်)အဝ့ၢ်ခိၣ်ဇးခၣ် ၁၂၀ ကံလိမံထၢၣ်နှၣ်လီၤ. သရၣ်မုၣ်အံၤသိၣ်လိတၢ်လၢကွိအံၤတဘျုးနံၣ်လံဘၣ်ဆၣ်ခဲအံၤအဝဖုးဘၣ်အသးလၢအပျၢ်ဖိတဖၣ်သူၣ်ပိၢ်သးဝးလၢအတၢ်မၤလိအပူၤနှၣ်လီၤ. သရၣ်မုၣ်အံၤသိၣ်လိဖိသၣ် ၆–၁၀ နံၣ်ဖိတဖၣ်နှၣ်လီၤ. သရၣ်မုၣ်အံၤမၤလိဘၣ်တၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲအသီလၢ IDEAL အတၢ်တိာ်ကျဲၤအအိၣ်ဒီးစူးကါကွၢ်ဝဲတၢ်သ့ၣ်ညါအသီလၢအတီၤပူၤနှၣ်လီၤ. သရၣ်မုၣ်အံၤအသူၣ်ခုသးခုဒီးကမၤကမၣ်လၢအထံၣ်ဘၣ်တၢ်အစၢလၢအအိၣ်ဖျါထိၣ်ခီဖျိအတၢ်သိၣ်လိအံၤနှၣ်လီၤ.

သရၣ်မုၣ်အံၤစံးဝဲ, “ IDEAL အတၢ်တိာ်ကျဲၤတဖုအံၤသိၣ်လိယၤတၢ်သိၣ်လိ, တၢ်မၤလိကျိၤကျဲအသိဒီးယဟ်သူၣ်ဟ်သးလၢတၢ်လီၤဆိအိၣ်ထိၣ်တဘျိဃီနှၣ်လီၤ. လၢအပူၤကွံာ်ဖိသၣ်တဖၣ်တၢ်ဘုံးဒီးတၢ်ကၢၣ်အသးလၢတၢ်သိၣ်လိကျဲလိၢ်လံၤဒီးတၢ်ရူးကဒါကွၤတၢ်မၤလိတဘျိဝံၤတဘျိအဃိနှၣ်လီၤ. ခဲအံၤအဝဲသ့ၣ်ဖျါပ့ၢ်ဖျါဆျါဒီးတမဲာ်ဆုးလၢၤဘၣ်နှၣ်လီၤ.”

- Multiple Ways of Teaching and Learning in Bangladesh.
http://www.unicef.org/teachers/forum/0301.htm



တၢ်ကွၢ်ကဒါကွၤအတၢ်ဂဲၤလိ – ဖဲနအိၣ်ကွိအခါနသရၣ်သိၣ်လိနၤဒ်လဲၣ်.

ဆိကမိၣ်ထိၣ်နဘၣ်တၢ်သိၣ်လိနၤလၢကွိဒ်လဲၣ်ဒီးတၢ်သိၣ်လိနၤလၢနကသိၣ်လိလီၤတၢ်ဒ်လဲၣ်တကွ့ၢ်.ကွဲးလီၤတၢ်လၢနပလၢၢ်ဒီးတူၢ်ဘၣ်လၢကျဲတဖၣ်အံၤအဖိခိၣ်တကွ့ၢ်.

| | | |
|---|---|---|
| | တၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲလၢနစူးကါတဖဉ် | တၢ်ဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်ထံဉ်, တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲအံၤမ့ၢ်ကျဲလၢကွိသရဉ်နဲ်လီၤတၢ် (teacher - directed) (ဒ်အမ့ၢ်တၢ်တိၤ်ရူးလံာ်) ဧါ မ့တမ့ၢ် ဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢဖိသဉ် (learner-centred) ဧါ. |
| ဖဲနအိဉ်လၢကွိအခါ | | |
| ကွိသရဉ်တၢ်မၤလိအကတိၤ် | | |

တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲဖဲလဲဉ်တမံၤလၢအမၤစၢၤနၤအဒိဉ်ကတၢ်လၢနကမၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤကတၢ်နှဉ်လဲဉ်. နစူးကါတၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲတဖဉ်အံၤလၢနတီၤပူၤဧါ.တၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲတဖဉ်မ့ၢ်ကျိၤကျဲလၢအဟူးဂဲၤဒီးမၤလိတၢ်မ့ာ်ကစီဒီဧါ. မ့တမ့ၢ် တၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲမ့ၢ်ကျိၤကျဲလၢနဘဉ်ဆ့ဉ်နီၤကစုဒုဒိးဒိကနဉ်တၢ်လဲဉ်. ဖိသဉ်တဖဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်ဒိးစဲး, တၢ်သံကွၢ်မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကွၢ်အဂၤတဖဉ်ဂ့ၤထဲလဲဉ်.

## ဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်လဲဉ်.

ဖိသဉ်လၢမၤလိတၢ်တသ့နှဉ်တအိဉ်နီတဂၤဘဉ်.ဖိသဉ်မ့ၢ်အိဉ်လၢတၢ်အိဉ်သးလၢအဘဉ်လိာ်အသးဒိးအဝဲသ့ဉ်နှဉ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်မၤလိတၢ်သ့နှဉ်လီၤ.လီၤဆိဒဉ်တၢ်ဖဲအမၤလိတၢ်လၢခီဖျိတၢ်လၢအဖံးမၤဝဲလၢအစုတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ပှၤအါတကွၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ခီဖျိတၢ်လၢအဖံးမၤဝဲလၢအစုတဖဉ်ဒိးအတၢ်လဲၤခီဖျိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤဖဲပစံးတၢ်မၤလိတၢ်လၢတၢ်သူဉ်ပိၢ်သးဝးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤ, ဖိသဉ်အတၢ်မၤသကိးဒိးပဉ်ဃုာ်လၢတၢ်မၤလိအပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤလိလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်မၤသကိးတၢ်ဒိးတၢ်ပဉ်ဃုာ်ပဉ်ဂီၢ်အခီပညီနှဉ်လီၤ. ပပျဲဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အသိခီဖျိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်လၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးလၢဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူကိးနံၤဒဲးအတီၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကန်ၢပၢၢ်ဒိးသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ်ခီဖျိလၢကျဲဒ်အံၤဒိးစူးကါဝဲသ့လၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤလၢဆၢကတီၢ်လၢကဟဲလၢခံနှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်မၤလိန့်တ်လၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်ဒ်လဲဉ်.ပမ့်သ့ဉ်ညါကျဲလီၤဆိလိာ်သးအါဘိလၢ ဖိသဉ်မၤလိန့်တ်အဂီၢ်နှဉ်ကမၤစၢၤပှၤဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်တီၤပူၤအတ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢအကြားဝဲ ဘဉ်ဝဒီးဖိသဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤကမၤစၢၤလီၤဆီဒၣ်တ်ဖိသဉ်လၢညီန့်တ်တဟ် ယုာ်အီၤလၢပှၤအကျါဒီးခဲအံၤမ့်ပှၤတဖဉ်လၢပအဲဉ်ဒီးဟ်က့ၤအီၤလၢကွဲပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တ်မၤလိန့်တ်ခီဖျိတ်ထံဉ်, တ်နှ်ဟူဒီးတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်

လၢဂီၤခီဖိသဉ်မၤတ်မနုၤဖဲအဟဲတုၤလၢတီၤပူၤအဆိကတၢ်နှဉ်လဲဉ်. အဝဲသ့ဉ်ကွ်ၢ်အသရဉ်, ဒ်ကနဉ်အသရဉ်ဒီးကွ်ၢ်နၤဒီးပှၤဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်မၤတ်မနုၤလဲဉ်. လၢတ်နှဉ်အဃိဖိသဉ်တဖဉ် မၤလိန့်တ်နှဉ်လီၤ.

တ်ထံဉ်, တ်အသိဉ်ဒီးတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်မ့်တ်အကါဒိဉ်လၢကမၤစၢၤဖိသဉ်မၤလိန့်တ်အဂီၢ် နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢက့်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲ့ၤတဖဉ်မၤလိန့်တ်လၢကျဲတဘိဃိဒ်ဖိသဉ်လၢ အိဉ်ဒီးက့်ဂီၤလၢပဲ့ၤခဲလၢဉ်တဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. သနာ်က့, ဖိသဉ်လၢက့်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတ ပဲ့ၤတဖဉ်အတ်ထံဉ်, အတ်နှ်ဟူဒီးအတ်ဟူးတ်ဂဲၤတအိဉ်လၢအိဉ်ပဲ့ၤဘဉ်, အဃိအဝဲသ့ဉ်က မၤလိတ်ကဘျၤန့်ဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ပသ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ် ၃၀% နှဉ်မၤလိန့်တ်ဖဲအန်ဟူတ်တမံၤမံၤ, ၃၃% မၤလိန့်တ်ဖဲအထံဉ် တ်တမံၤမံၤဒီး ၃၇% ဖဲအမၤတ်တမံၤမံၤအခါနှဉ်လီၤ.တ်ကတိၤဒိအိဉ်ဝဲဒ်အံၤ, ယန်ဟူဒီးယ သးပ့ၤနိဉ်, ယထံဉ်ဒီးယသ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်, ယမၤတ်ဒီးယန်ပၢ်အိၤနှဉ်လီၤ. တ်အံၤမ့်တ်အကါ ဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. ပမ့်သိဉ်လိဖိသဉ်နှဉ်အဝဲသ့ဉ်ကမၤလိန့်တ်ထဲဒၣ် ၃၀% ဧၤနှဉ်လီၤ. ဒ်နှဉ်အ သိးပမ့်မၢဖိသဉ်ကွဲးနိဉ်လီၤတ်မၤလိလၢအမၤလိဝဲလၢအလံာ်ပူၤစ့်ကီးတ်ကကဲထိဉ်သးတမံၤ ယိဒ်နှဉ်အသိးလီၤ.

သရဉ်မုဉ်လၢအမံၤမ့်ရုံကဉ်လၢကိၢ်ဘ့ကလါဒုး(ရှ်)နှဉ်နၢ်ပၢ်ဝဲလၢဖိသဉ်မၤလိတ်လၢကျဲအါဘိ အဃိအဝဲစူးကါတ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲအါဘိနှဉ်လီၤ. အဝဲစံး,“ပတစူးကါထဲလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူ ဧၤဘဉ်. ပသိဉ်လိတ်ခီဖျိတ်သးဝံဉ်, တ်ဂဲၤကလံဉ်, ထါဒိးတ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ်တဖဉ်နှဉ် လီၤ. ပသိဉ်လိတ်ဒ်အံၤမုာ်ဒီးညီမ့်လၢဖိသဉ်အသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်တ်မၤလိဒီးမၤလိန့်တ်ခီဖျိတ် ဟူးတ်ဂဲၤလၢအလီၤနံၤဒီးမုာ်ဘဉ်အဝဲသ့ဉ်အဃိနှဉ်လီၤ.”

လၢသရဉ်အဂီၢ်ဖဲပရဲဉ်ကျဲၤတ်သိဉ်လိအခါပဘဉ်စူးကါတ်လၢဖိသဉ်ကထံဉ် (အဒိ, လံာ်တယ်ၢ် မ့တမ့ၢ် တ်ဂီၤ) ပဘဉ်စူးကါတ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢဖိသဉ်ဘဉ်စူးကါအတ်နှ်ဟူဒီးတ်ဒိကနဉ်, ဒီး စူးကါတ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢဖိသဉ်ကသုးအသး (အဒိ, တ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ် မ့တမ့ၢ် တ်ဂဲၤက လံဉ်) တဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.

သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢဖိသဉ်တနီၤကအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူတၢ်ဒီးတၢ်ထံဉ်တၢ်တက့ၢ်. သံကွၢ်လီၤနသးလၢ, "တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဖဲလဲဉ်တမံၤလၢကကြၢးကဘဉ်ဒီးဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်နူဉ်လဲဉ်. ယကမၤဘဉ်ဂီၢ်က့ၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်ဒ်သိးကကြၢးဒီးဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢတိၤပူၤအတၢ်မၤလိမၤဒိးသ့ဒ်လဲဉ်."

## တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကျဲလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်

ပသ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်တနီၤမၤလိတၢ်နၢ်သ့ဂ့ၤလၢတၢ်ဖးလံာ်ဒီးကွဲးတၢ်ကွဲးနိဉ်တဖဉ်ဒိးတနီၤမၤလိတၢ်လၢတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိလၢအထံဉ်ဝဲလၢအမဲာ်သ့ဒီးဖိသဉ်အိဉ်ဒံးအဂၤတနီၤလၢအမၤလိတၢ်သ့ခီဖျိလၢမိၢ်ပှၤ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ (ဒ်အမ့ၢ် တၢ်ဂဲၤကလံဉ်, တၢ်လိာ်ကွဲ) မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒ့တၢ်အူအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တနီၤအဲဉ်ဒိးမၤလိတၢ်ထဲတဂၤဧိၤဖဲအဂၤတနီၤအဲဉ်ဒိးမၤဃုာ်မၤသကိးဒီးတံၤသကိးတဖဉ်လၢတၢ်ဃုထံဉ်နၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီအစၢတဖဉ်အခါနူဉ်လီၤ. လၢတၢ်နူဉ်အဃိဖိသဉ်မၤလိတၢ်လၢကျဲအါဘိနူဉ်လီၤ.

ပမ့ၢ်ကွၢ်ဃု မ့တမ့ၢ် ထံဉ်နၢ်ကျဲအါဘိလၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢပတိၤပူၤခဲလၢာ်မၤလိန့ၢ်တၢ်နူဉ်ပမၤစၢၤဖိသဉ်ခဲလၢာ်မၤလိန့ၢ်တၢ်သ့ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးပကမၤန့ၢ်တၢ်သးမံအါထိဉ်လၢပတၢ်သိဉ်လိအပူၤန့ဉ်လီၤ.

သရဉ်မှဉ်ရုံၤခဉ်လၢကီၢ်ဘ့ကလါဒ့း(ရှ်)ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢတချုးအလဲလိာ်ဒံးအတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲဘဉ်နူဉ်ဖိသဉ်ထိဉ်ကွိအနိဉ်ဂံၢ်စ့ၤဘဉ်ဆဉ်ခဲအံၤဖိသဉ်ထိဉ်ကွိအနိဉ်ဂံၢ်အါထိဉ်ဒိးဂၤၢ်ထိဉ်နူဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်သူဉ်အိဉ်သးအိဉ်ဟဲဆူကွိနူဉ်လီၤ. တချုးသရဉ်မှဉ်အံၤစူးကါကျိၤကျဲအသိဒံးဘဉ်အခါသရဉ်ဟဲတုၤဆူကွိဒီးမၤဖိသဉ်စးထိဉ်ဖးလံာ်ဒီးအတၢ်ပညိဉ်နူဉ်ကဟ်ပှၤကွိဖိကိးဂၤဘ့ဉ်ဘ့ဉ်တသ့ဖဲအသ့ဒီးမၤလိတၢ်နူဉ်လီၤ. ခဲအံၤတၢ်သိဉ်လိတဖဉ်အါတက့ၢ်မ့ၢ်ဝဲဖိသဉ်ဘဉ်နူာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အကျိၤအကျဲဒီးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်နူဉ်လီၤ.

တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်နူာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အတၢ်မၤလိအံၤတၢ်စူးကါအီၤသ့လၢကျဲအါဘိဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၤနူဉ်လီၤ.ကျဲနွံဘိလၢဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်တဖဉ်မ့ၢ်ဒ်လာ်အသိးအံၤနူဉ်လီၤ.

- **ထးခိဉ် မ့တမ့ၢ် ကျိာ်** – ဖိသဉ်တနီၤဆိကမိဉ်ဒိးမၤလိတၢ်ခီဖျိတၢ်ကွဲးတၢ်ဒိးတၢ်ကတိၤအဖျၢဉ်, တၢ်တိၢ်သံတၢ်ဒိးတၢ်မၤသ့ဉ်နိဉ်က့ၤသးလၢတၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ.

- **တၢ်ဆိကမိဉ်အိဉ်ဒီးအဂ့ၢ်အကျိၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအကျဲ** – ဖိသဉ်တနီၤဆိကမိဉ်ဒိးမၤလိတၢ်ခီဖျိတၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်ဒိးတၢ်ဂံၢ်ဒွးတၢ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်စူးကါနိဉ်ဂံၢ်, တိၢ်နိဉ်တၢ်ထုးကွံာ်အကျဲဒီးထိဉ်ဒွးတၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးတဖဉ်သ့ညီနူဉ်လီၤ.

- **တ်ထံဉ်** – ဖိသဉ်တနီၤအဲဉ်တ်ဂီၤဒ်အမ့်တ်တ့တ်ဂီၤတ်ဖိဉ် မ့တမ့် တ်တ့တ်လၢသ့ဉ်, လၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ဖးဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ, လံာ်တိၤဖျါ, လံာ်တိၤဃ့ဒီးတ်ဂီၤတ်ဖိဉ်တဖဉ်ညီဒိဉ်နှဉ်လီၤ.

- **ခီဖျိတ်ဟူးတ်ဂဲၤ** – ဖိသဉ်တနီၤမၤလိတ်သ့ခီဖျိအမိ်ပှ်တ်ဟူးတ်ဂဲၤ, တ်လိဉ်ကွဲဒီးတ်ဒုးနဲဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- **တ်ဒ့တ်အူ မ့တမ့် တ်သံကျဲ** – ဖိသဉ်တနီၤမၤလိတ်နှ်ဂ့ၤခီဖျိတ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢ, တ်အံဉ်အုဒီးထါတဖဉ်လၢတ်ဖးဝံၤဖးက့ၤတဘျိဝံၤတဘျိတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- **မၤလိန္ဉ်တ်ဂ့ၤဒိဉ်ဖဲအမၤသကိးတ်ဒီးပှၤဂၤအခါ Inter-personal** – ဖိသဉ်တနီၤမၤလိတ်လၢတ်မၤသကိးတ်လၢကရူ်အတ်မၤတဖဉ်နှ်ညီဒိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အဲဉ်ကရူ်အတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်ဒီးန်ပၢ်ပှၤဂ့ၢ်ဝိအတ်အိဉ်သးဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ရၫလိာ်မှာ်လိာ်သးလၢတဂၤဒီးတဂၤညီဒိဉ်နှဉ်လီၤ.

- **မၤလိန္ဉ်တ်ဂ့ၤဒိဉ်ဖဲအအိဉ်တဂၤအခါ Intra-personal** – ဖိသဉ်တနီၤမၤလိတ်နှ်ဂ့ၤလၢနိ်တဂၤအတ်ဆိကမိဉ်ထံတ်ဒီးကွ်ထံထိဉ်ထံကဒါက့ၤဝဲဒီးအနိ်ကစ်အတ်အိဉ်သးန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်မၤတ်တဂၤ, သ့ဉ်ညါအနိ်ကစ်ဒဉ်ဝဲအတ်တူ်ဘဉ်ခိဉ်ဘဉ်ဒီးအတ်ဂံၫ်ဆူဉ်ဒီးတ်ဂံၫ်စ်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

ဖဲဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိတ်အခါကစူးကါကျဲအဘိဘိလၢကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကန်ပၢ်ဒီးသ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်တ်အဂီၫ်နှဉ်လီၤ. လၢတ်နှဉ်အဃိအကါဒိဉ်လၢပကစူးကါတ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲအါဘိဒ်သိးကမၤလၢပဲၤဖိသဉ်အတ်မၤလိန္ဉ်တ်လၢကျဲအါဘိအံၤကသ့အဂီၫ်နှဉ်လီၤ.

သရဉ်မှဉ်ရုံကဉ်ကျဲစၢးစူးကါအတ်နှ်ပၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတ်မၤလိန္ဉ်တ်လၢကျဲအါဘိဒ်အံၤလီၤ.

“တ်ဂ့ၢ်အခိဉ်တီလၢဖိသဉ်ကဘဉ်မၤလိအီၤန္ဉ်ယဆိကမိဉ်ထိဉ်ကျဲအဘိဘိလၢတ်မၤလိဒီးကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒီးတ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီအံၤန္ဉ်လီၤ. အဒိ, လၢယတီၤပူၤတ်မၤလိတခါလၢအဘဉ်ဃးဒီးတ်အကတီၢ်ဒီးတၤသူတၤသဉ်တဖဉ်နှဉ်ယမၢဖိသဉ်တဖဉ်ကွဲးထါဘဉ်ဃးတ်သူတ်သဉ်တဖဉ်အဂ့ၢ်ဖဲအဂၤတဖဉ်တ့တ်သူတ်သဉ်အမဲာ်သဉ်အဂီၤန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်ဃုထၢတ်သူဉ်တ်သဉ်လၢအအိဉ်ဝဲဘဲကတ်ၢ်ဒီးထိထိဉ်ဝဲလၢအမဲာ်သဉ်အလိၤဒီးကဲတ်သူဉ်တ်သဉ်တဖဉ်အခၢဉ်စးန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်မၤတ်လၢအကရူ်ဒီးဖးလံာ်တနီၤဒီးကွဲးလံာ်တနီၤစ့်ကီးန္ဉ်လီၤ.

တၢ်စူးကါစ့ၢ်ကီးကျိၤကျဲလၢအလီၤပလိာ်လိာ်အသးလၢတၢ်မၤလိအခိဉ်တီလၢအမ့ၢ်, 'တၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်လၢပပှၤတဝၤအပူၤ' နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်ယၢၤထိဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤလၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်ဒီးဆိကမိဉ်လီၤအသးဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအဖံးမၤတၢ်တဖဉ်ဒီးဒုးနဲဉ်တၢ်လၢအဇဲဉ်ဒိးမၤဝဲ, ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဂ့ၢ်အံၤလၢကရူၢ်, ဖးတၢ်တဲတဖဉ်ဘဉ်ယးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂ့ၢ်ဒီးဂဲၤတၢ်လိာ်ကွဲတဖဉ်လၢအဘဉ်ထိဘဉ်က့ၤတၢ်ဂီၤဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်နူဉ်လီၤ. ယဟ်ဖြဉ်ဃုာ်ကျိာ်ဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝိအတၢ်မၤလိတဖဉ်ထိဘိနူဉ်လီၤ.ယကျဲးစၢးမၤကွၢ်တၢ်တဖဉ်ဒီးယဘဉ်ဒုးသ့ဉ်ညါဒုးနၢ်ပၢၢ်ယပှၤတဝၤတဖဉ်လၢတၢ်မၤလိတအိဉ်ထဲဇဉ်တီၤပူၤဘဉ်နူဉ်လီၤ.”

ပဘဉ်ကွဲးလီၤတၢ်သိဉ်လိအရဲဉ်အကျဲၤတဖဉ်ဒီးရဲဉ်လီၤကျဲလိၤပတိၤတဖဉ်လၢဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကမၤလိန္ၢ်တၢ်သ့ဂ့ၤဂ့ၤအဂီၢ်နူဉ်လီၤ. ပကမၤလိဘဉ်ယးတၢ်မၤလိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢလံ့်လၢကဟဲလၢခံတဘ့ဉ်လၢတၢ်ကပၢဆ့ၢ inclusive, learning-friendly လၢတီၤပူၤဒ်လဲဉ်နူဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်သရဉ်မုဉ်ရုံကဉ်သ့ဉ်ညါတၢ်သိဉ်လိအရဲဉ်အကျဲၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်မးနူဉ်လီၤ.

“တၢ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအံၤမ့ၢ်တၢ်မၤတမံၤလၢအလၢာ်ဆၢလၢာ်ကတိၢ်ဘဉ်ဆဉ်ပမၤအီၤမ့ာ်ဒီးမ့ၢ်တၢ်တမံၤလၢအမၤဂ့ၤထိဉ်ပတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်အသိတဖဉ်နူဉ်လီၤ. တဘျိတခိဉ်ယကမၤန္ၢ်တၢ်လိဉ်လၢအဘဉ်လိာ်အသးဒီးပတၢ်သိဉ်လိနူဉ်ကိဒိဉ်မးနူဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်ယမၤလိန္ၢ်တၢ်လၢတၢ်ဒုးနုာ်လီၤဃုာ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိတဖဉ်အပူၤနူဉ်လီၤ. ပမ့ၢ်သ့ဉ်ညါတၢ်လၢအလိဉ်တဖဉ်နူဉ်ပမၤအဝဲသ့ဉ်ဟဲစိာ်တၢ်ပီးတၢ်လီလၢအလိဉ်တဖဉ်လၢအဟံဉ်နူဉ်လီၤ. ပဒုးအိဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်သိဉ်လိပီးလိတဖဉ်တပူၤဃီလၢတီၤပူၤဒ်အမ့ၢ်မဲာ်သဉ်အဂီၤ, တၢ်ပီးတၢ်လီလၢအဒုးနဲဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤအကလုာ်ကလုာ်, တၢ်လိာ်ကွဲဒီးထါတဖဉ်နူဉ်လီၤ.”



## တၢ်ကွၢ်ကဖါက့ၤတၢ်ဂဲၤလိ – တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်နတၢ်မၤလိအခိဉ်တီတဖဉ်

- ဟံးန္ၢ်တၢ်မၤလိအခိဉ်တီတခါလၢနသိဉ်လိအီၤမုာ်ဘဉ်ဆဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နပှၤကွိဖိတန်ပၢၢ်နတၢ်သိဉ်လိအံၤဒ်နတၢ်မုၢ်လၢ်အိဉ်အသိးဘဉ်တက့ၢ်.ဃုထၢစ့ၢ်ကီးတၢ်မၤလိအခိဉ်တီအဂၤတခါလၢနအဲဉ်ဒိးမၤဂ့ၤထိဉ်အီၤဒ်သိးနသိဉ်လိအီၤကမုာ်ထိဉ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

- တၢ်ဂ့ၢ်အခိဉ်သ့ဉ်မနုၤတဖဉ်လၢနအဲဉ်ဒိးလၢဖိသဉ်ကမၤလိန္ၢ်အီၤလဲဉ်.

- နစူးကါတ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲမနုၤတဖဉ်လၢတ်ဒုးန်၊ပၢ်ဖိသဉ်လၢတ်ဂ့်တ်ကျိၤတဖဉ် အံၤလဲဉ်. ဘဉ်မနုၤအယိနဆိကမိဉ်လၢကျိၤကျဲအံၤတမၤတ်ဘဉ်လဲဉ်. အဒိ, ဖိသဉ်စူးကါကျဲထဲတဘိလၢတ်မၤလိန့်တ်အဂီၤလီၤဧါ.

- နစူးကါတ်ဟူးတ်ဂဲၤမနုၤလၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်သ့လၢနတ်သိဉ်လိအပူၤဒ်သိးဖိသဉ်တဖဉ်ကစူးကါဘဉ်ကျဲအါဘိလၢအတ်မၤလိန့်တ်အဂီၤ (ဒ်အမ့်တ်ထံဉ်, တ်အသီဉ်, တ်ဟူးတ်ဂဲၤ) တဖဉ်နှဉ်လဲဉ်. တ်မၤလိန့်ကျဲလီၤဆီမနုၤအိဉ်လၢတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤအပူၤန့ဉ်လဲဉ်. (က္ၢ်သရဉ်မုဉ်ရုံကဉ်အတ်ဆိကမိဉ်လၢထးအံၤတက့်.)

- တ်ဟူးတ်ဂဲၤအံၤနဟ်ဃုာ်အီၤလၢနတ်ကွဲးတ်သိဉ်လိအတ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤအပူၤသ့ဒ်လဲဉ်.

- နပှၤဖိသဉ်တဖဉ်ကမၤစၢၤနၤလၢနဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်မၤလိလီၤဆီဒဉ်တ်ဖိသဉ်လၢအနှာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢတီၤပူၤတဖဉ် မ့တမ့် ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးအတ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတ်သ့တ်ဘဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်အဂီၤသ့ဒ်လဲဉ်.

- မၤက္ၢ်တ်မၤလိတခါတက့်. နတူၢ်ဘဉ်မ့်မုာ်တခီသံက္ၢ်နပှၤကွိဖိတဖဉ်လၢမ့်အမၤလိတ်မၤလိအံၤမုာ်တမုာ်တက့်. တ်ဟူးတ်ဂဲၤမနုၤလၢအမၤဝဲမုာ်ကတၢ်နှဉ်လဲဉ်. တ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤနစူးကါအီၤလၢနတ်သိဉ်လိတ်မၤလိအခိဉ်တီအဂၤသ့ဧါ.

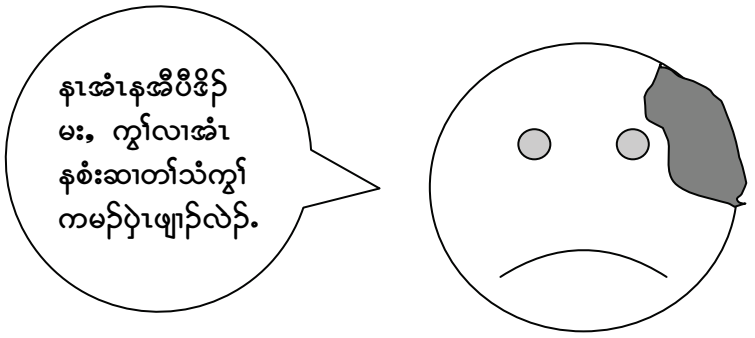
## တ်တံာ်တာ်လၢတ်မၤလိန့်တ်အဂီၤ

သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်လၢအမဲာ်ဆုးဆူဉ်လၢနတီၤပူၤဒီးတနုာ်လီၤမၤသကိးတ်, တယ့ာ်ထိဉ်အစုလၢတီၤပူၤဘဉ်ဒီးတမၤလိန့်တ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်တက့်. တ်ဂ့်ကီလၢဖိသဉ်မဲာ်ဆုးဒ်အံၤတမံၤန့ဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ဖိသဉ်အံၤကအိဉ်ဒီးအတ်ဟ်လု၊ဟ်ပှၤလီၤအသးစ့ၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အံၤတအိဉ်ဒီးတ်နာ်နှ၊အတ်သ့တ်ဘဉ် မ့တမ့် ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကဆိကမိဉ်ဝဲလၢအတမ့်ပှၤလၢအလု၊အပှၤအိဉ်လၢတီၤပူၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. တ်မၤလိဒုးနဲဉ်ဝဲလၢဖိသဉ်ထံဉ်လီၤအသးဒ်လဲဉ်ဒီးအတ်ဟ်ဖျါထိဉ်အတ်မၤလိမၤဒိးန့ဉ်တ်ဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးအိဉ်နှဉ်လီၤ. တ်မၤလိဒီးထံဉ်နှ၊လၢဖိသဉ်ဟ်လု၊ဟ်ပှၤလီၤအသးစ့ၤမ့်လၢတ်ဟ်တ်ကမဉ်လၢအလိၤဒီးစးထိဉ်ဆိကမိဉ်ဝဲလၢအကဘဉ်အိဉ်ဘ့ဉ်လၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ. လၢကမၤကမဉ်တ်အလိ်ၢဖိသဉ်အံၤဟးဆဲးတ်ဖံးတ်မၤအံၤန့ဉ်လီၤ.



## တၢ်ဂဲၤလိ – တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤနီၤ်ကစၢ်သး

ဟံးနှၤ်စးခိတကှဲဒီးတ့လီၤတၢ်အမဲာ်သဉ်ယိယိတဘ့ဉ်တက့ၢ်. တၢ်အမဲာ်သဉ်အံၤမ့ၢ်နပှၤကွဲဖိတဂၤအမဲာ်သဉ်နှဉ်လီၤ. ဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်လၢပှၤဒိဉ်တုာ်ခိဉ်ပဲၤကမၤဖိသဉ်အံၤဒ်သိးကတူၢ်ဘဉ်ဝဲအၢအၢသီသီဘဉ်ဃးအနီၢ်ကစၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤတက့ၢ်. တၢ်အဒိတမံၤလၢ်လၢ်နဆိကမိဉ်ထိဉ်အီၤ မ့တမ့ၢ် ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအီၤလၢတန်ဲအတီၢ်ပူၤဝံၤဖြိတဲာ်စးခိတကှအံၤတက့ၢ်.




ဖိသဉ်အတၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤအသးကဟါမၢ်ကွံဉ်အဂီၤ်နကဘဉ်ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်လၢဖိသဉ်အဖိခိဉ်လၢအတဂ့ၤထဲသၢထံဉ် မ့တမ့ၢ် လွံၢ်ထံဉ်ဓိၤန့ဉ်လီၤ.

**သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ် :** နမၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤဒီးဖိသဉ်သ့ဒ်သိးဖိသဉ်ကထံဉ်ကန်ၢ်ပၢၢ်ပှၤဂၤအတၢ်တူၢ်ဘဉ်ခိဉ်ဘဉ်အဂီၤ်ဒီးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမၤဘဉ်ဒိအတၢ်တူၢ်ဘဉ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖဲပန်ၢ်ဟူတၢ်ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်အၢလၢဖိသဉ်အဖိခိဉ်အခါန့ဉ်ပလိဉ်ဘဉ်လၢကဘဉ်ဘိးကဒါက့ၤတၢ်ထံဉ်အအၢအံၤဆူအဂ့ၤန့ဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်ထံဉ်အအၢ "ကွၢ်ကွၢ်နတၢ်စံးဆၢအကမဉ်အိဉ်ပဲၤဖျၢဉ်လဲဉ်."အလီၢ်နှဉ်လဲလိာ်ကှဲၤအီၤဆူ,"ကွၢ်ကွၢ်နတၢ်စံးဆၢအဘဉ်အိဉ်ပဲၤဖျၢဉ်လဲဉ်. ပကယုသကိးကျဲလၢနတၢ်စံးဆၢကဘဉ်အါထိဉ်လၢခံတဘျိမီၤ. တၢ်မနုၤမၤစၢၤနၤလၢနသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်နစံးဆၢတၢ်လၢအဘဉ်တဖဉ်အံၤအဖိခိဉ်နှဉ်လဲဉ်."

တချုးဖိသဉ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢလၢပဲၤပဲၤလၢတၢ်မၤလိအပူၤဒ်ဘဉ်နှဉ်ဖိသဉ်ကဘဉ်နာ်လီၤအသးလၢအမၤလိတၢ်သ့နှဉ်လီၤ.ဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤအသးဒီးဟ်ဖျါထိဉ်ဝဲဖဲအတၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤအသးအံၤဒိဉ်ထိဉ်ဒီးပှၤဒိဉ်တုာ်ခိဉ်ပဲၤတဖဉ်အိဉ်ဒီးမူဒါဖးဒိဉ်တမံၤလၢက

မၤဒိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤလီၤအသးအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်ဟးဂီၤသ့ဖဲတ်တဟ်လု်ဟ်ပှၤအကလုာ်ဒူဉ် မ့တမ့်၊ အတ်သ့တ်ဘဉ်အခါ မ့တမ့်၊ ဖဲတ်ဟ်ဆံးအီၤအခါနှဉ်လီၤ.

ပဟ့ဉ်ဖိသဉ်တ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤလီၤအသးလၢအဂ့ၤတသ့ဘဉ်, ဘဉ်ဆဉ်ပဟ့ဉ်ထိဉ်အခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအဘဉ်ဒီးတ်အိဉ်သးလၢကဒုးဒိဉ်ထိဉ်အတ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤလီၤအသးသ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်ကြား

- တူ်ဘဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်နိ်ၢ်ကစ်ဒီးတ်လၢအဟ့ဉ်ထိဉ်ဝဲနှဉ်ကဘဉ်တ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤအီၤ
- တူ်ဘဉ်လၢအပူၤဖျဲး (လၢနိ်ၢ်ခဒီးနိ်ၢ်သး) လၢအတ်မၤလိအလိ်ၢ်
- တူ်ဘဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်မ့်ပှၤလီၤဆိဒီးအတ်ထံဉ်တ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်တ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤအီၤ

အဂၤတမံၤဖိသဉ်ကြားဘဉ်တ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤအီၤဒ်အမ့်တ်အသိးနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကြားတူ်ဘဉ်လၢအပူၤဖျဲး, ကသ့ဟ်ဖျါထိဉ်အတ်ထံဉ်တ်ဆိကမိဉ်ဒီးမၤနၤတ်လၢအတ်မၤလိန့်တ်အပူၤနှဉ်လီၤ. တ်အံၤမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးမၤလိတ်ကမှာ်ထိဉ်အဂိၢ်ဒီးသရဉ်တဖဉ်မၤဆူဉ်ထိဉ်တ်မှာ်ဘဉ်အသးအံၤခီဖျိုးအိဉ်ထိဉ်တီၤပူၤလၢအမှာ်နှဉ်လီၤ. တီၤလၢအမၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤလီၤအသးန့ဉ်မ့်တီၤလၢအစံးထိဉ်ပတြၢၤဖိသဉ်, ပျဲဖိသဉ်မၤဃုာ်မၤသကိးတ်ဒီးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါတ်ရ့တံၤရ့သကိး, ဒီးမ့်တီၤလၢဖိသဉ်တူ်ဘဉ်လၢအမၤနၤတ်ဒီးမှာ်ဘဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢအမၤလိန့်တ်အသီတဖဉ်နှဉ်လီၤ.



## တ်ဂဲၤလိ – တ်မၤဂ့ၤထိဉ်တ်ဟ်လု်ဟ်ပှၤလီၤသး

နမၤတ်ဟူးတ်ဂဲၤအံၤဒီးသရဉ်, ကွိဖိဒီးမိ်ၢ်ပ်ါတဖဉ် မ့တမ့်၊ ပှၤအဂၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

- ဟံးန့်စးခိဖးလဲ်တဘ့ဉ်ဝံၤနီၤဖးလီၤအကျိၤသၢကျိၤတက့်.
- လၢစုစ့ဉ်တကပၤကွဲးလီၤကယဲ်မ့်တ်အိဉ်သးလၢနတီၤပူၤမ့တမ့်နကွိဖဲနပှၤကွိဖတူ်ဘဉ်လၢအတအိဉ်ဒီးအလု်အပှၤဒီးတပူၤတဖျဲးဘဉ်တက့်.
- လၢအခၢဉ်သးတကျိၤန့ဉ်ကွဲးလီၤတ်ဂ့်လၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တဖဉ်တူ်ဘဉ်လၢအလု်အပှၤတအိဉ်ဒီးတပူၤတဖျဲးဘဉ်နှဉ်လဲဉ်တက့်.

- လၢစုထွဲအကျိၤတကျိၤန့ဉ်ကွဲးလီၤတၢ်လၢနမၤသ့ဒ်သိးဖိသဉ်တဖဉ်ကတူၢ်ဘဉ်လၢအအိဉ်ဒီး အလုၢ်အပှၤဒီးပူၤဖျဲးန့ဉ်ဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.

စူးကါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤဒ်တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤသးလၢတီၤပူၤ, ကွဲ ပူၤဒီးပှၤတဝၤအပူၤတက့ၢ်.

## ဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ဇဉ်ဝဲ

ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ခီဖျိမၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသိဒီးဟ်ဖြဉ်ဃုာ်ဝဲဒီးတၢ်အလိၢ်လံၤလၢအသ့ဉ်ညါ တ့ၢ်လံဝဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ.တၢ်အံၤလၢအဲကလံးအကျိာ်ပကီးလၢ mental construction နှဉ်လီၤ. လၢကမၤတၢ်အံၤအဂီၢ်အကါဒိဉ်မးလၢဖိသဉ်တဖဉ်ကတဲသကီးတၢ်ဒီးသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်တဖဉ်နှဉ် လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိတၢ်မၤတၢ်လၢကရူၢ်ဒီးခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိမ့ၢ်တၢ်လၢအဘျုးအဖြဉ်အိဉ်ဒိဉ် မးန့ဉ်လီၤ.

သရဉ်အတၢ်မၤန့ဉ်တမ့ၢ်ထဲလၢအကဟ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်ဆူဖိသဉ်အခိဉ်နှာ်ပူၤဘဉ်. ဒီး ပဖျဲဖိသဉ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအစၢ်ဇဉ်ဝဲခဲလၢာ်တသ့စ့ၢ်ကီးဘဉ်နှဉ်လီၤ.ပကဘဉ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤဖိ သဉ်လၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်ခီဖျိသူဉ်ထိဉ်တၢ်လၢအသ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံဝဲတဖဉ်ဒီးဟ်ဖြဉ်ဃုာ်အီၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ် တၢ်ကျိၤလၢဖိသဉ်တသ့ဉ်ညါဒံးဝဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တနီၤမၤလိတၢ်ကကဘ္ၢလၢကွိဒီးဖိသဉ်တနီၤတသ့ဉ်ညါလၢကဘဉ်စံးဆၢသရဉ်အတၢ်သံ ကွၢ်ဒ်လဲဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်နလိဉ်ဘဉ်လၢနကမၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်အဂ့ၤ ဒီးအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးနကန်ၢ်ပၢၢ်အဝဲသ့ဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤဒိဉ်ထိဉ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်ညီညီဖိ မနုၤလၢဖိသဉ်အံၤမၤအီၤသ့နှဉ်လဲဉ်.ဖိသဉ်သ့ဉ်ညါလံာ်ဖျၢဉ်မနုၤလၢအအိဉ်ကွဲးအသးလၢအမံၤ အပူၤန့ဉ်လဲဉ်. နိဉ်ဂံၢ်မနုၤလၢဖိသဉ်အံၤသ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံဝဲဒီးဒုးဘဉ်ထွဲအီၤဒီးနိဉ်ဂံၢ်လၢအသ့ဉ် ညါဝဲခဲအံၤန့ဉ်လဲဉ်. တၢ်မနုၤအဂၤလၢဖိသဉ်အံၤအဲဉ်ဒိးတဲသကီးဝဲဒိးသရဉ် မ့တမ့ၢ် ဆူအသကီး အဂၤ မ့တမ့ၢ် ဆူတၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်အအိဉ်သ့နှဉ်လဲဉ်.ဖိသဉ်အံၤသးဝံဉ်တၢ်သ့၈ါ. မ့တမ့ၢ် ဂဲၤ လိာ်ကွဲတၢ်လိာ်ကွဲသ့တမံၤမံၤ၈ါ.

လၢတၢ်တဖဉ်အံၤခဲလၢာ်အဖိခိဉ်ပဒုးဘဉ်ထွဲကွိဒီးဖိသဉ်အဟံဉ်ဒီးအပှၤတဝၤအတၢ်အိဉ်သးသ့ဒ် လဲဉ်.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ဒုးဘၣ်ထွဲဟံၣ်ဒီးတီၤပူၤ

တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢဖိသၣ်မၤလိလၢဟံၣ်ဒီးပစူးကါတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤလၢကွဲသ့ဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်နှၣ်ကွဲးလီၤအီၤလၢလံာ်တိၤဖျါလၢလာ်အံၤအပူၤတက့ၢ်.

ပစူးကါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလံာ်တိၤဖျါအပူၤအံၤလၢနတၢ်ကွဲးတၢ်မၤလိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအပူၤသ့ဒ်လဲၣ်. လၢပတၢ်ရဲၣ်လီၤကျဲၤလီၤတၢ်မၤလိအပူၤပပျဲဖိသၣ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤသ့ဒ်လဲၣ်.

| ဖိသၣ်အမံၤ | တၢ်မနုၤလၢဖိသၣ်မၤလိလၢဟံၣ်လဲၣ် | ပစူးကါတၢ်လၢဖိသၣ်မၤလိလၢဟံၣ်အံၤလၢကွဲသ့ဒ်လဲၣ် |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

ဖိသၣ်ခဲလၢာ်လၢအဟဲဆူကွဲအံၤနှၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်တမံၤမံၤလၢဟံၣ် မ့တမ့ၢ် လၢပှၤတဝၢအပူၤနှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်မၤလိတၢ်လၢကွဲပူၤဒီးကွဲချၢစ့ၢ်ကီးနှၣ်လီၤ. သရၣ်အမူအဒၣ်နှၣ်မ့ၢ်ကဘၣ်ဃုထံၣ်ဖိသၣ်သ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤဒီးတၢ်မနုၤလၢအမၤဝဲသ့နှၣ်လဲၣ်လီၤ. ပဘၣ်မၤအါထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်သ့ၣ်ညါခီဖျိစးထိၣ်အီၤဒီးတၢ်လၢအသ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံဝဲတဖၣ်နှၣ်လီၤ.လၢပကမၤတၢ်အံၤအဂီၢ်ပဘၣ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသၣ်တဖၣ်ဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်ဒီးဃုထံၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အသီဒၣ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်လၢပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်မၤသ့နှၣ်တဒၣ်သိးဒီးတၢ်လၢပိာ်ခွါဖိတဖၣ်မၤသ့ဘၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်မၤတနီၤပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါမၤကသ့ဒ်သိးသိးနှၣ်လီၤ.

တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢပဒုးမၤဖိသၣ်လၢကွိအံၤကလီၤဆီဒီးတၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်မၤဝဲလၢဟံၣ်ဒီးတၢ်ချၢသ့ၣ်တဖၣ်နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တနီၤတဖိၣ်စၢ်ဘိနီတဘျိတချုးလၢအထိၣ်ကွိဒံးဘၣ်အခါနှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တနီၤတထံၣ်ဘၣ်လံာ်နီတဘျိဘၣ်, ဖိသၣ်တနီၤတကတိၤကျိာ်လၢသရၣ်ဒီးအသကိးလၢတီၤပူၤတဖၣ်ကတိၤဝဲဘၣ်နှၣ်လီၤ. လၢတၢ်နှၣ်အဃိအကါဒိၣ်လၢကဒုးစဲဘူးတၢ်လၢဖိသၣ်သ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံဒီးတၢ်အသီလၢအမၤလိဝဲလၢကွိတဖၣ်နှၣ်လီၤ. ပမၤတၢ်အံၤကသ့လၢကျဲဒ်လဲၣ်.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဘျးစဲလၢပှၤမၤလိတၢ်တဖဉ်အဂီၤ

ဒ်တၢ်အခိဉ်ထံးခိဉ်ဘိအပတီၤအသိးကွိဘဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်အီၤလၢကသိဉ်လိဖသဉ်လၢတၢ်သ့ဖးသ့ စူးကါနိဉ်ဂံၤ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲဖိသဉ်ဟဲဆူကွိအခိဉ်ထံးတနံၤဇဉ်လံာ်နှဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမနုၤလၢန မၤအီၤသ့ဒ်သိးဖိသဉ်ကသ့ဖးဒီးစူးကါနိဉ်ဂံၤ်တဖဉ်အဂီၤ်နှဉ်လဲဉ်. တၢ်လၢလာ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အဒိတ နီၤဒီးနဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်အဒိအဂၤဘဉ်အိဉ်တမံၤမံၤဇံးဧါ.

- ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအကွဲးလီၤကယဲၤ်မ့ၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိဉ်ဝးတရံးတီၤပူၤအမံၤဘဉ် (လၢကျိဉ် မ့တမ့ၢ် ကျိဉ်လၢဖိသဉ်စူးကါဝဲ) နှဉ်လဲဉ်. အဒိ, လီၤဆ့ဉ်နီၤ, စီၤနီၤခိဉ်, ဖိသဉ် အမံၤလၢစီၤနီၤခိဉ်, လံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူ, တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိဉ်ဒီးနိဉ်ဂံၤ်လၢအလိၤတဖဉ်ဒီး အဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအဒုးဘဉ်ထွဲတၢ်ဖိတၢ်လံၤအမံၤဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤ အမိၤ်ပှၤ်ဘဉ်နှဉ်လဲဉ်.

- မၤလီၤတံၤ်လၢနစံးဘဉ်ဖိသဉ်တၢ်လၢအမၤဝဲသ့အစ့ၢကတၢၢ်တမံၤတကွၢ်.

- ကွဲးလီၤတၢ်သးဝံဉ်အဖျၢဉ်လၢဖိသဉ်သ့ဉ်ညါဟ်စၢၤတဖဉ် မ့တမ့ၢ် မၤလိဝဲကသ့ချ့ချ့တဖဉ် တကွၢ်. ကွၢ်ကွၢ်ဖိသဉ်တယာ်လံာ်ဖျၢဉ်ဖဲလဲဉ်တဖျၢဉ်ဒီးဖဲလဲဉ်တဂၤလဲဉ်တကွၢ်. လံာ်မဲာ် ဖျၢဉ်အသိတဖဉ်တၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါလီၤအီၤသ့လၢတၢ်သးဝံဉ်လၢဖိသဉ်သ့ဉ်ညါတွၢ်လံအီၤဂ့ၤဂ့ၤ အပူၤသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်သးဝံဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်တမံၤလၢတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၤ်မ့ၢ်လၢအမၤစၢၤ ဖိသဉ်အတၢ်သါထိဉ်သါလီၤ, ဒုးအါထိဉ်ဝီၤ်ဩြဖျၢဉ်တဖဉ်, တၢ်အယ့ၢ်အကူၤဒီးတၢ်သးဝံဉ် အသိဉ်ဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤသကိးဃုာ်တၢ်လၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ.

- တၢ်နဲဉ်လီၤလၢတီၤပူၤတဖဉ်နှဉ်မၤအီၤလီၤတံၤ်လီၤဆဲးတူၤလၢဖိသဉ်နၢ်ပၢၢ်အီၤသ့ဂ့ၤဂ့ၤတ ကွၢ်. ရဲဉ်လီၤဖိသဉ်အဒိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကဒုးနၢ်ပၢၢ်စၢၤတၢ်နဲဉ်လီၤတဖဉ်ဆူဖိသဉ်လၢအဆံး တဖဉ်တကွၢ်.

နကအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢကတိၤကျိဉ်လၢနစူးကါလၢတီၤပူၤတဘဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. နမ့ၢ်အိဉ်ဒီးဖိသဉ် ဒ်အံၤလၢတီၤပူၤန့ဉ်အကါဒိဉ်မးလၢနကဃုထံဉ်ဖိသဉ်အံၤတၢ်မနုၤလၢအမၤဝဲသ့တ့ၢ်လံတဖဉ်နှဉ် လီၤ. လၢတၢ်ကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်တဂၤစုာ်စုာ်ဒီးစူးကါအမံၤဒီးအကျိဉ်ဇဉ်ဝဲမ့ၢ်သ့မ့ၢ်တၢ်လၢအဘျူး အိဉ်တမံၤလီၤ. မ့ၢ်တညီဘဉ်တခီဃုထံဉ်ဖိသဉ်အဂၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤ လၢအမၤစၢၤနၤသ့လၢကကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်အံၤဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဘျးစဲလၢဖိသဉ်အံၤကျိဉ်ဒီး တီၤပူၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတကွၢ်. အဒိ, ဃုထၢတၢ်သးဝံဉ်တယ့ၢ်လၢဖိသဉ်အံၤအကျိဉ်ဒ်သိးနက သိဉ်လိဖသဉ်အံၤလၢတၢ်ကတိၤဖျၢဉ်အသိလၢနစူးကါအီၤလၢတီၤပူၤသ့, တၢ်သးဝံဉ်လၢဖိသဉ် သ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံအီၤလၢအကျိဉ်ဇဉ်ဝဲအံၤတၢ်စူးကါဃုာ်အီၤဒီးကျိဉ်လၢနစူးကါလၢတီၤပူၤကယီက

ယိသ့လီၤ. နစူးကါတ၊်သးဝံဉ်အံၤလၢကသိဉ်လိဖသဉ်ခဲလၢာ်လၢနတီၤပူၤလၢကဟ်လု၊်ဟ်ပှၤ ကျိာ်လီၤဆိလိာ်သးတဖဉ်သ့၀ါ.

ခီဖျိတ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊်ဖံးတ၊်မၤလၢအညီဒ်အံၤတဖဉ်အဃိန္ဉ်ဖိသဉ်ကမၤလိန္၊်တ၊်ဂ့ၤဂ့ၤဒီးလီၤ ဆိဒၣ်တ၊်ဖဲကွဲစးထိဉ်သိအဆၢကတိၤ်ဒီးဖိသဉ်လၢအမဲာ်ဆှးဆူဉ်ကတၢၢ်ဒၣ်လဲာ်နှဉ်ကအိဉ်ဒီးတ၊် စးထိဉ်ကွဲလၢအမုာ်ဘဉ်အဝဲသ့ဉ်ဒၣ်လဲာ်နှဉ်လီၤ.အဝဲသ့ဉ်ကအိဉ်ဒီးတ၊်နာ်လၢကွဲမ့၊်တ၊်လိၤ်လၢ အဂ့ၤ, တ၊်လိၤ်လၢအတူၢ်ဘဉ်တ၊်ပူၤဖျဲးအလိၤ်, ဒီးတ၊်လိၤ်လၢကဃုသ့ဉ်ညါဒီးမၤလိတ၊်အလိၤ် နှဉ်လီၤ. တ၊်အံၤမ့၊် learning-friendly နှဉ်လီၤ.

## တ၊်ဆိကမိဉ်လၢတ၊်သိဉ်လိဒီးတ၊်မၤလိအဂိၤ်

- တ၊်မၤလိန္၊်တ၊်လိဉ်ဘဉ်အိၤဒီးတ၊်ကသူဉ်ထိဉ်ဆိလီၤအိၤလၢတ၊်ဆိကမိဉ်အဒိဉ်အယိာ် လၢအဖိးမံလိာ်အသးအလိၤ်နှဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤအဃိန္ဉ်ဖိသဉ်ကအိဉ်ဒီးတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤ အသိလၢအဘဉ်လိာ်အသးဒီးတ၊်လၢအသ့ဉ်ညါတ့၊်လံဝဲတဖဉ်အသဒၢမု၊်ဖးဒိဉ်တဘ့ဉ်အ ဖိလာ်နှဉ်လီၤ. တ၊်ဆိကမိဉ်အဒိဉ်အယိာ်စံးတ၊်နှဉ်ကမ့၊်တ၊်တမံၤဒ်အမ့၊်, “ထံမ့၊်တ၊်အ ကါဒိဉ်လၢသးသမူအဂိ၊်” ဒီးတ၊်အခိဉ်တီဒ်အံၤကမ့၊်, “တနံၤအံၤပကမၤလိသကိးလၢ တ၊်ကဟ်ထံကဆဲကဆိဒ်လဲဉ်” အသိးနှဉ်လီၤ.

- ပလိဉ်ဘဉ်လၢပကဆိကမိဉ်ဖိသဉ်အတ၊်ဒိဉ်ထိဉ်အတ၊်လိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တနီၤ ကလိဉ်ဘဉ်တ၊်ဆၢကတိၤ်အါန္၊်ဖိသဉ်အဂၤန္ဉ်လီၤ.

- အလိၤ်အိဉ်လၢပကမ့၊်ပှၤလၢအမၤညီထိဉ်ဖိသဉ်အတ၊်မၤလိန္၊်တ၊်ဒီးတိၤ်နိဉ်ပှၤမၤလိတ၊်ဖိ အသကဲာ်ပဝဲးလၢအလိၤဆီတဖဉ်နှဉ်လီၤ.တ၊်မၤလိအတ၊်အိဉ်ဝဲးတရံးတဖဉ်ကြၢးဆိဉ်ထွဲ ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးန္ဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်ကဘဉ်ကတိၤသကိးလိာ်အသးတဂၤဒိးတဂၤဃုာ်ဒိးအသရဉ်လၢအသိဉ်လိအိၤဖဲတ၊် ဟူးတ၊်ဂဲၤလၢတ၊်မၤအိၤထဲတဂၤဒိးအကရူ၊်အပတိၤ်နှဉ်လီၤ.

- ပဘဉ်ရဲဉ်ကျဲၤတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤတဖဉ်လၢအဟ့ဉ်ဂံၤ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဒ်သိးကမၤသကိး တ၊်ဒ်ပှၤတဖုတကရၢအသိး,မၤသကိးတ၊်လၢကရူ၊်ဆံးဖိဒီးခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိလၢအဘဉ် ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒီးတ၊်ဖံးတ၊်မၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- ပှၤကွိဖိကဘဉ်ထံဉ်လၢတ၊်မၤလိမိၤ်ပှၤ်မ့၊်တ၊်အဘျူးအဖှိဉ်အိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဂိၤ်, တ၊်က ဟ့ဉ်ဂံၤ်ဟ့ဉ်ဘါတ၊်သံကွၢ်တ၊်တဖဉ်ဒီးဆိကမိဉ်ထံတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤတဖဉ်ဒီးကသ့ဆီရဲဉ်လီၤ အတ၊်နၢ်ပၢၢ်ဒီးလံာ်တဘ့ဉ်ဘဉ်တဘ့ဉ်နှဉ်လီၤ.

- ပဘဉ်သံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအဂ့ၤတဖ့်ဒ်သိးကဟ့ဉ်ဖိသဉ်တဖ့်အခွဲးလၢကတဲနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဒ်အတၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးအသိးဒဉ်ဝဲလၢသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢနကမၤန့ၢ်တၢ်စံးဆၢလၢ, မ့ၢ်ဒီးတမ့ၢ်ဘဉ်အလိၢ်နှဉ်လီၤ. ပဘဉ်သံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအလဲၢ်ဒ်သိးကပျဲဖိသဉ်ဟ်ဖျိထိဉ်အတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖ့်နှဉ်လီၤ. အဒိ, နသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအကတၢ်ၢ်ဒ်, "နဆိကမိဉ်ဒ်လဲဉ်"အသိးနှဉ်လီၤ.

- တၢ်သံကွၢ်လၢအဟ်ဖျိထိဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးတဖ့်သရဉ်ကဘဉ်သံကွၢ်ပှၤကွိဖိဒ်သိးကကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးကဃုထံဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖ့်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤ, တၢ်ဒိးန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသိဒီးတၢ်ဒုးဘဉ်ထွဲကွၤတၢ်ဆိကမိဉ်တဖ့်လၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကသူဉ်ထိဉ်တၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အသိတဖ်နှဉ်လီၤ.

**သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ် :** တချုးနစးထိဉ်တၢ်သိဉ်လိအခိဉ်တိအသိတခါန့ဉ်နကဘဉ်သံကွၢ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်တၢ်လၢအသ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံဝဲတဖ့်ဘဉ်ဃးတၢ်အခိဉ်တိအံၤန့ဉ်လီၤ. ပသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒ်အံၤန့ဉ်ကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကဘူးဒီးတၢ်အခိဉ်တိအံၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်အခိဉ်တိမ့မ့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်သ့ဉ်ညါအိၤန့ဉ်ကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကန်ပၢၢ်ဒီးမၤလိဘဉ်ဝဲချ့ထိဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အါတက့ၢ်တၢ်ကမၤလိအိၤလၢတိၤအချၢဒ်အမ့ၢ်အဟံဉ်ဒီးပှၤတဝၢတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကဒုးစဲဘူးတၢ်လၢအသ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံဝဲလၢကိးနံၤဒဲးအတၢ်အိဉ်မူဒီးတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အသိလၢပကျဲးစၢးသိဉ်လိလီၤအိၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အနှဉ်ဖိသဉ်တနီၤကသ့ဉ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်အခိဉ်တိတနီၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်တခွဲညဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်သူဉ်တၢ်ဒိးတၢ်လဉ်တဖဉ်ဒီးဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်တၢ်ကြၢးဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဟ်ဖျိထိဉ်အတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်လၢကမၤဘျုးမၤဖိုဉ်ဘဉ်ပှၤအဂၤလၢအအိဉ်လၢတီၤပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

လၢန့ဉ်အမဲာ်ညါ, ဖိသဉ်ကမၤလိတၢ်သ့ဂ့ၤထိဉ်ခီဖျိတၢ်မၤလိလၢအဘဉ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤဂၤ"ပမၤသကိးတပူၤဃိသ့လီၤ" အါန့ၢ်တၢ်ပြၢလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤအကျဲ "ယမၤတၢ်သ့ဂ့ၤဒိဉ်နှ့ၢ်နၤဒံးမ့ၢ်လၢ... " နှဉ်လီၤ. ကရူၢ်ဆံးဆံးတဖဉ်အတၢ်မၤန့ဉ်တၢ်မ့ၢ်ရဲဉ်ကျဲၤအိၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးနှဉ်ကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကမၤသကိးဒီးမၤလိသကိးတၢ်တပူၤဃိန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးဘဉ်ထွဲလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤဒ်အံၤန့ဉ်အကါဒိဉ်လီၤဆိဒဉ်တၢ်လၢပိာ်ခွါဖိဒီးပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ် မ့တမ့ၢ် ဖဲအအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်အခါန့ဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အနှဉ်တၢ်မၤသကိးတၢ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အံၤကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢတၢ်ဒိကနဉ်တၢ်သိဉ်ကွၤသိကလၢတီၤပူၤမ့ၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်မၤသကိးတၢ်အါန့ၢ်ဒဲးမၤတံာ်တာ်လိာ်အသးန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤဟ့ဉ်ပှၤတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢပကမၤစၢၤဖိသဉ်တဂၤစုာ်စုာ် မ့တမ့ၢ် ကရူၢ်ဆံးတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.



## အဆၢဖိဉ် ၄.၂
## တ၊်သိဉ်လိပှၤကျိဖိလၢအလီၤဆီလိာ်သး အကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤ

### တ၊်ဟ်လု၊်ဟ်ပ့ၤဒီးဟ့ဉ်ဂံ၊်ဟ့ဉ်ဘါတ၊်လီၤဆီအကလုာ်ကလုာ်

တီၤပူၤခဲလၢာ်နှဉ်လီၤဆီလိာ်အသးမ့၊်လၢဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်လီၤဆီလိာ်အသးအဃိနှဉ်လီၤ.တီၤပူၤလၢအအိဉ်ဒီးပှၤကျိဖိလၢအလီၤဆီအကလုာ်ကလုာ်အံၤဘဉ်ဘျုးဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အိဉ်ဒီးတ၊်လဲၤခီဖျိ, တ၊်သ့တ၊်ဘဉ်, တ၊်သ့ဉ်ညါဒီးတ၊်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်ဟ့ဉ်ထိဉ်တ၊်ထံဉ်တ၊်ဆိကမိဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. သရဉ်ကဘဉ်မၤတ၊်ဒ်ပှၤမၤစၢၤတ၊်လၢကဟ့ဉ်ထိဉ်ခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးဒီးတ၊်ခွဲးတ၊်ယာ်လၢအဘဉ်လိာ်အသးဒီးဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢကမၤလိန့၊်တ၊်လၢတ၊်သူဉ်ဟူးသးဂဲၤအပူၤနှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ် (တဘျိတခိဉ်ပှၤဒိဉ်တုာ်ခိဉ်ပဲၤ) ကဘဉ်မၤလိတ၊်လၢအလီၤဆီလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်အမ့၊်တ၊်ဟ့ဉ်တမံၤဒီးတမ့၊်ဒ်မူဒၤတမံၤလၢအကဘဉ်မၤလၢပဲၤဝဲဘဉ်နှဉ်လီၤ. လၢလံာ်အဘ့ဉ် (၂) အဆၢဖိဉ် (၂.၂) အပူၤပမၤလိဘဉ်တ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤလၢအမံၤမ့၊်, “ပှၤလၢယအဲဉ်ဖိဉ်ကတ၊်၊” ဖဲမိ၊်ပ၊်ဒီးဖိသဉ်ဒဉ်လဲာ်မၤလိန့၊်တ၊်တပဉ်ယုာ်လၢပှၤဂၤအကျါ (exclusion) အခီပညီဒီးဘဉ်မနုၤအဃိတ၊်ပဉ်ယုာ်လၢပှၤဂၤအကျါ (inclusion) မ့၊်တ၊်အကါဖိဉ်လၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. တ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤလၢအလီၤပလိာ်လိာ်အသးတဖဉ်ဒ်လာ်အသိးတ၊်စူးကါအီၤသ့လၢကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒီးမိ၊်ပ၊်တဖဉ်ဘဉ်ဃးတ၊်ဟ်လု၊်ဟ်ပ့ၤပှၤကျိဖိလၢအလီၤဆီလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤနှဉ်လီၤ.



### တ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤ – တ၊်ဟ့ဉ်တ၊်ဟ့ဉ် – တ၊်စးထိဉ်သ့ဉ်ညါလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤ

သရဉ်လၢအအိဉ်လၢအကရူ၊်တဖဉ်ကြၢးစူးကါတ၊်ဂဲၤလိအံၤဖဲအထံဉ်လိာ်အသးအဆိကတ၊်၊်တဘျိနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်စူးကါတ၊်ဂဲၤလိအံၤဖဲအထံဉ်အပှၤကျိဖိတဖဉ်အဆိကတ၊်၊်တဘျိဖဲကျိစးထိဉ်သိအဆၢကတိ၊် မ့တမ့၊် ဖဲမိ၊်ပ၊်သရဉ်သမါအတ၊်အိဉ်ဖှိဉ်အဆိကတ၊်၊်တဘျိဒဉ်လဲာ်နှဉ်လီၤ.

လၢတ၊်ဂဲၤလိအံၤအပူၤပှၤလၢအမၤတ၊်ဂဲၤလိအံၤကဘဉ်မၤတ၊်ခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကြၢးသံကွ၊်လိာ်သးတ၊်သံကွ၊်လၢအလဲ၊် (Open -ended questions) လၢကယုထံဉ်လိာ်

သးတဂၤဒီးတဂၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆီလၢအိဉ်ဒီးအီၤတဖဉ်လၢကဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖိုဉ်ကရူၢ်တဖဉ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. အလိၢ်ခံကတၢၢ်တၢ်ကြၢးကွဲးလီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢစးခိကဲ့ဖိအလိၤဒ်အံၤ,

“ယသကိးအမံၤမ့ၢ် ... ဒီးအဝဲဟဲစိာ်တၢ်ဟ့ဉ်လၢအမ့ၢ်တၢ်သူဉ်စူၤသးစူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.”
“ယသကိးအမံၤမ့ၢ် ... ဒီးအဝဲဟဲစိာ်တၢ်ဟ့ဉ်လၢအမ့ၢ်တၢ်မၤလီၤနံၤတၢ်သ့နှဉ်လီၤ.”

ပှၤခံဂၤတဆိအံၤကဘဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်တဂၤဒီးတဂၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဆူကရူၢ်ဒိတဖုအအိဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်တဲသကိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤလၢကဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖိုဉ်ပှၤကိးဂၤဇဲးဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်မ့တမ့ၢ်ပှၤလၢအဟ့ဉ်မၤစၢၤတၢ်သိဉ်လိအဂၤတဖဉ်ကြၢးမၤဃံမၤလၢတလါစးခိတဖျၢဉ် ဒီးတၢ်ဟ့ဉ်အလံ်ကွ့လၢပှၤဂဲၤတၢ်ဂဲၤလိကိးဂၤဟ်ဖျါထိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်လၢအသကိးဟ်ဖျါထိဉ်ဆူကရူၢ်ဒိတဖုအအိဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်ဂဲၤလိအံၤမၤဖျါထိဉ်တၢ်လိဉ်လၢသရဉ်တဖဉ်ကဘဉ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢအတီၤပူၤဒီးနိၢ်ကစၢ်တဂၤဘဉ်တဂၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အါမးတမ့ၢ်တၢ်လၢပထံဉ်လၢပမဲာ်သ့တဖဉ်ဘဉ်. ပမူပဇါမ့ၢ်တၢ်ထုးယူာ်ထိဉ်မၤလဲၢ်ထိဉ်တၢ်လၢအအိဉ်ဒီးဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ထဲနှဉ်ဒီးပစးထိဉ်ဆိလီၤတၢ်မၤလိအတၢ်လၤခီဖျိလၢကဟ့ဉ်အသူးအသ့ဉ်တဖဉ်အံၤကဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်ဒီးတၢ်စူးကါအိၤကသ့အဂီၤန့ဉ်လီၤ.



**တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – လံ်ကဘျုံးပၤအဘိတဖဉ် – တၢ်စးထိဉ်သ့ဉ်ညါလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤဒီးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်.**

လၢတၢ်ဂဲၤလိအံၤအပူၤပှၤလၢအဂဲၤတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်ကဘဉ်တၢ်ရဲဉ်လီၤအိၤခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိဒီးတၢ်မၤအဆိကမိဉ်ထိဉ်ဘဉ်ဃးအတၤလဉ်, တၢ်လၢအသးစဲဝဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢအအဲဉ်မၤဝဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်လၢအသးစဲဝဲတနီၤဆူအသကိးအအိဉ်ဒီးသိဉ်လိအဝဲသ့ဉ်တၢ်လၢတသ့ဉ်ညါဝဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ. မ့ၢ်သ့နှဉ်ပှၤဂဲၤတၢ်ဂဲၤလိကိးဂၤဇဲးကြၢးအိဉ်ဒီးလံ်ကဘျုံးလၢအလွဲၢ်အဘိတကွ့စုာ်စုာ်ဒ်သိးကကွဲးနီဉ်လီၤတၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကဘဉ်ကနဉ်ဆိအသကိးဒီးကွဲးလီၤအတၤလဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်လၢလံ်ကဘျုံးပၤအခိဉ်ထိးဒီးကွဲးလီၤအမံၤဒီးတၢ်အဂၤစုၤမံၤလၢအမၤလိဝဲလၢအသကိးအံၤအအိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်လၢအမၤလိန့ၢ်ဝဲလၢအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အံၤအအိဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ,

**တ၊်သ့တ၊်ဘဉ် : တ၊်ဖိဉ်ညဉ်**

<u>စီၤဝါ</u>
တ၊်လၢယမၤလိန္၊်မ့၊်...
ညဉ်နှဉ်တ၊်ဖိဉ်အီၤန္၊်ဂ့ၤလၢမု၊်နၤခါလီၤ.
ထံမ့၊်ဂ၊်နှဉ်ဂ့ၤဒိဉ်တစဲး
အိဉ်ခိးလၢလါဟဲထိဉ်
ညဉ်တကလုာ်ဒီးတကလုာ်အဆဉ်လီၤဆိလိာ်အသး

ဖဲအသကိးတဖဉ်တဲဖျါထိဉ်တ၊်လၢအသးစဲဝဲတဖဉ်ဝံၤန္ဉ်သရဉ်ကမၢပှၤလၢအသးအိဉ်ဟဲထိဉ်ဒီး တဲဖျါထိဉ်အတ၊်သးစဲအဂ့၊်လၢတီၤမဲာ်ညါဒ်တ၊်ဆၢကတိ၊်လၢအအိဉ်လီၤတဲာ်ဒံးတဖဉ်အဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ. ပှၤလၢအဂဲၤတ၊်ဂဲၤလိအဂၤတဖဉ်ကသံကွ၊်တ၊်သံကွ၊်ယဲ၊်ထံဉ်စုာ်စုာ်ဒ်သိးကဃုထံဉ်နှ၊်အသကိးအတၤလဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.ပမၤတ၊်အံၤသ့လၢကျဲအဂၤတဘိဒ်အံၤပှၤလၢအသးအိဉ်ဟဲထိဉ်ဆူတီၤအမဲာ်ညါတဂၤကကဲဒီးအသကိးအတၤလဉ်ဒီးပှၤအဂၤတဖဉ်ကဘဉ်တယာ်အီၤလၢအမ့၊် တ၊်မနုၤလဲဉ်အသိးန္ဉ်လီၤ.

လံာ်ကဘျုံးပၤအဘီအံၤတ၊်ကဘဉ်နီၤဖးလီၤအီၤဆူအကရူ၊်ဒီးကွဲးလီၤအီၤလၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤဒ်အမ့၊်ပှၤလၢအတၤလဉ်အိဉ်လၢတ၊်မၤကရ၊်တဖဉ်အိဉ်တဖိဉ်ဃီဒီးတ၊်သ့တ၊်ဘဉ်အဂၤဒ်အမ့၊် တ၊်တ့တ၊်ဂီၤ မ့တမ့၊် တ၊်လိာ်ခိဉ်လိာ်ကွဲဒီးအဂၤတဖဉ်အိဉ်တဖိဉ်ဃီအသိးန္ဉ်လီၤ.

**ပမၤလိန္၊်တ၊်မနုၤလၢတ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤအံၤအပူၤလဲဉ်.**

လၢကိ၊်တံဉ်မိအမု၊်ထိဉ် East Timor အပူၤသရဉ်တဖဉ်ယၢၤထိဉ်ဝဲ,

- ပမၤလိဘဉ်တ၊်ဒိကနဉ်လိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤ,
- ပစးထိဉ်သ့ဉ်ညါလိာ်ပသးဂ့ၤထိဉ်,
- ပမၤလိဘဉ်တ၊်ဆဲးကျိးလိာ်သးလၢတ၊်ကတိၤဒီးတ၊်အဂၤဂ့ၤထိဉ်,
- ပအိဉ်ဒီးကရူ၊်အဂ့ၤလၢအအိဉ်ဒီးတၤလဉ်အါမံၤ,
- ပမၤလိဘဉ်တ၊်သံကွ၊်လိာ်သးတ၊်သံကွ၊်လၢအလဲ၊်ဒီး
- ပမၤလိဘဉ်တ၊်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်နှဉ်လီၤ.

ပှၤလၢအဟ့ဉ်တ၊်မၤလိကယၢၤထိဉ်တ၊်လၢအကါဒိဉ်ကတ၊်၊်လၢတ၊်မၤလိအံၤအပူၤမ့၊်ပထံဉ်ဘဉ်ပှၤကိးဂၤဇဲးအိဉ်ဒီးတၤလဉ်တမံၤဒီးတၤလဉ်တဖဉ်အံၤတ၊်စူးကါအီၤလၢပတ၊်မၤအပူၤဒ်သရဉ်ဒီးပှၤမၤလိတ၊်ဖိတဂၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ.

သရဉ်ကဘဉ်ဆိကမိဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကဟဲစိာ်တၢ်အဂ့ၤတနီၤလၢအဟ့ဉ်ထိဉ်ဝဲသ့နှဉ်လီၤ. သနာ်က့သရဉ်ကဘဉ်ဃုထံဉ်အီၤနှဉ်လီၤ.ဖိသဉ်ကမၤလိတၢ်လၢသရဉ်ဒိးအသကိးဒိးလၢတဂၤဒိးတဂၤအအိဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ဟ်ဖှိဉ်ဃုာ်တၢ်ဆိကမိဉ်, တၢ်မၤလိန့်တၢ်ဒိးတၢ်သ့ဉ်ညါလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤ

လၢလံာ်လၢအပူၤကွံာ်တဘ့ဉ်အပူၤပမၤလိဘဉ်လၢဖိသဉ်မၤလိတၢ်လၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးဒိးအပတိၤ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လီၤဆိလိာ်အသးလၢတၢ်မၤလိန့်တၢ်အပူၤနှဉ်လီၤ. ဒ်နှဉ်အသိးပဝဲလၢအမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်ပဘဉ်စူးကါတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကန်ၢ်ပၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပသိဉ်လိလီၤအီၤဒိးမၤလိန့်တၢ်လၢအခီပညီအိဉ်လီၤဆိဇဉ်တၢ်ပှၤလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်သိဉ်လိဒိးတၢ်မၤလိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတီၤပူၤလၢအစူးကါတၢ်တိၢ်သံတၢ်ဒိးတၢ်တဲကဒါကွၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤခဲအံၤခဲအံၤဒ်သိးကမၤဘဉ်ကွၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီဒိးတၢ်သ့ဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်သ့သ့ဘဉ်ဘဉ်တဖဉ် အိဉ်အကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လီၤ.



| | | | |
|---|---|---|---|
| တၢ်တိၢ်သံတၢ် | တၢ်ဝဉ်ထံနီၤဖးတၢ် | တၢ်ဟ်ဖှိဉ်ဃုာ်တၢ်ဒ်သိးကကဲထိဉ်တၢ်တမံၤ | တၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ် |
| **(Memorization)** | **(Analysis)** | **(Synthesis)** | **(Problem solving)** |

လၢပတီၤပူၤပကွၢ်ဃုကျဲတဖဉ်ဒ်သိးပကမၤတၢ်လၢလာ်အံၤနှဉ်လီၤ. အဒိ,

- ပစူးကါနီဉ်က့, သ့ဉ်က့, တၢ်အဒိဒိးတၢ်ဖိတၢ်လံၤအဂၤတဖဉ်ဒ်သိးပကသိဉ်လိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂိၢ်လၢပကထိဘဉ်ဖိသဉ်အနီၢ်ခိအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒိးအတၢ်ထံဉ်တၢ်နၢ်ပၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- ကွဲမှာ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကတဲသကိးဘဉ်ဃး (မ့တမ့ၢ် ကွဲးဘဉ်ဃး) တၢ်ဆိကမိဉ်ဒိးတၢ်ဒွးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးလၢအခိဉ်နူာ်ပူၤအကျိၤအကျဲတဖဉ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤဒုးစဲဘူးဖိသဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်လၢတၢ်ကတိၤဆူတၢ်နၢ်ပၢ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအတၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- မၢဖိသဉ်တ့တ်တ်ဂီၤဘဉ်ဃးတ်တဲလၢနဖးန့်အဝဲသ့ဉ်အံၤကဒုးစဲဘူးအတ်ဆိကမိဉ်အတ်ထံဉ်ဒိးလံာ်ဖျၢဉ်ဒိးတ်ကဲထိဉ်အသးလၢတ်တဲအပူၤတဖဉ်ဒီး

- နဲဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကတ့ဟီဉ်ကဝီၤအဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢအိဉ်ဝးတရံးအကွိအံၤဒုးစဲဘူးဖိသဉ်အတ်ဟူးတ်ဂဲၤအတ်လဲၤခီဖျိလၢတ်လိ်လၢအထံဉ်ဝဲဒိးတ်ဂံ်တ်ဒွးအတ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲဖိသဉ်တဖဉ်ဃုကွ်ထံအပှၤတဝၢမၤဖျါထိဉ်တ်ဂ့်ကိတဖဉ်ဒီးစူးကါအတ်သ့တ်ဘဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကဟ့ဉ်ကူဉ်တ်ဃ့ဉ်လီၤတ်ဂ့်ကိတဖဉ်အံၤအခါအဝဲသ့ဉ်စူးကါတ်လၢအမၤလိတ့်ဝဲတဖဉ်လၢကွိအပူၤန့ဉ်လီၤ. တ်အကျိၤအကျဲအံၤကမၤစၢၤပှၤတဝၢတဖဉ်လၢကန်ပၢါကွိအတ်ဖံးတ်မၤဒီးကသူဉ်ဟူးသးဂဲၤလၢကမၤစၢၤဆိဉ်ထွဲသရဉ်တဖဉ်အတ်ဖံးတ်မၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. (ကွ်လံာ်အဘ့ဉ် ၃ ဒီး ၆ တကှ်).

ဒ်သိးနတီၤကကဲထိဉ် inclusive လၢလၢပဲၤပဲၤအဂိၢ်နကဘဉ်မၤလီၤတံၢ်လၢတ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်လၢနသိဉ်လိတဖဉ်ကဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒီးဖိသဉ်ခဲလၢာ်အတ်အိဉ်မူဒီးတ်လၢနသိဉ်လိတဖဉ်ဒီးနသိဉ်လိအီၤဒ်လဲဉ်. ဖိသဉ်ကမၤလိန့်တ်ဂ့ၤဒိဉ်ဒ်လဲဉ်ဒီးကဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒီးအတ်အိဉ်သးဝးတရံးဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

ပဘဉ်ဆိကမိဉ်စ့ဂ်ကီးဖိသဉ်လၢအမၤလိန့်တ်သ့ကဘ့ၢဒီးအိဉ်ဒီးတ်ကိတ်ခဲလၢတ်မၤလိအပူၤတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. မ့မ့်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ်ကိတ်ခဲလၢတ်ထံဉ်တ်ဒီးတ်နှ်ဟူတဖဉ် မ့တမ့်ဂ် ကွ်ဂိၤဟးဂိၤဒီးတလၢတပဲၤ, ဖိသဉ်လၢအဖိုဉ်တဖဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအတကတိၤကျိဉ်လၢအဘဉ်တ်သိဉ်လိအီၤတဖဉ်တခိလဲဉ်. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤမၤလိတ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်အံၤကသ့စ့ဂ်ကီး၈ါ. ပမၤတ်မနုၤကသ့လၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လဲဉ်.



## တ်ဟူးတ်ဂဲၤ – တ်ကွ်ထံဖိသဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်

၁. ကွဲးလီၤပှၤဖိသဉ်တဖဉ်အမံၤဒီးနိၤဖးလီၤအကရူ်လၢဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဖုလၢအဖွဲးလၢတ်ဂံၤတ်ဒွး, တ်ကွဲးလံာ်ကွဲးလဲၤဒီးတ်ကတိၤတဖဉ်တက့်. ကွဲးဖျါထိဉ်နတ်ထံဉ်လၢဖိသဉ်တဖုဘဉ်တဖုအံၤဟာ်ဖျါထိဉ်အတ်ဖွဲးအံၤလၢကျဲဒ်လဲဉ်.

၂. ခဲအံၤကွဲးလီၤဖိသဉ်အဂၤလၢအဖွဲးလၢတ်အဂၤလၢတမ့်ကွိအတ်မၤလိမိၤပှၤ်အပူၤတဖဉ်အမံၤတက့်. အဒိ, ဖိသဉ်လၢအဖွဲးလၢတ်တ့တ်ဘျိတ်လၢအစု, ဖိသဉ်လၢအဖွဲးလၢတ်လိာ်ခိဉ်လိာ်ကွဲ, ဖိသဉ်လၢအဖွဲးလၢတ်ရ့တံၤရ့သကိး, ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီး Down's syndrome တဖဉ်ညီနု်ဖွဲးလၢတ်ရ့တံၤရ့သကိးန့ဉ်လီၤ.

၃. ခဲအံၤလၢနစးခိအလိၤတ့လီၤဝးကွိၤဖးဒိဉ်တဖျၢဉ်တက့်. ဝးကွိၤအံၤကမ့်ဖိသဉ်အဂၤခဲလၢာ်လၢနတကွဲးလီၤအဂ့်ဒ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.ကွ်ထံဖိသဉ်လၢအမံၤအိဉ်လၢဝးကွိၤတဖဉ်အံၤအပူၤဒ်သိးနကထံဉ်နှ်မ့်ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဖွဲးလၢတ်မနုၤဒီးအအဲဉ်ဒိးမၤတ်မနုၤလဲဉ်လၢလိၤ်ခံတန်ံတက့်. နထံဉ်ဖိသဉ်အံၤအသးအိဉ်တ်မနုၤမ့်ဝံၤနမၤတ်မနုၤသ့လၢနတ်သိဉ်လိအပူၤဒ်သိးဖိသဉ်အံၤကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဘဉ်အတ်သ့တ်ဘဉ်အင်္ဂါန့ဉ်လဲဉ်.

ဒ်သိးကသိဉ်လိဖိသဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်ခဲလၢာ်ကသ့အင်္ဂါလီၤဆိဒဉ်တ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိးတ်မၤလိအတ်လိဉ်လီၤဆီတဖဉ်ပဘဉ်မၤဖျါထိဉ်ကျဲဒ်သိးဖိသဉ်အံၤကမၤလိန့်တ်အင်္ဂါန့ဉ်လီၤ. ပတကြားဃဉ်ကွံာ်လၢတ်အံၤအဃိဒ်အမ့်ပတ်ဆၢကတီၤတလၢပှဲၤဘဉ်. မ့မ့်တခီပမၤတ်အံၤလၢဖိဒ်ဖိသဉ်တဖဉ်အတ်ကဲဘျုးအင်္ဂါလီၤ. အဒိ, ပမၤဖိသဉ်အဂၤဖးန့်အီၤလံာ် မ့တမ့်ကွဲးန့်အီၤလံာ်လၢအင်္ဂါသ့၈ါ. ပမၤဖျါထိဉ်ဖိသဉ်အံၤအတ်သ့တ်ဘဉ်မနုၤအိဉ်လဲဉ်သ့၈ါဒိးဖိသဉ်အံၤဒုးနဲဉ်အတ်သ့တ်ဘဉ်ဆူဖိသဉ်အဂၤသ့ဒ်လဲဉ်. တ်အံၤအခီပညီမ့်ဝဲပလိဉ်ဘဉ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်ကမၤစၢၤလိာ်သးတဂၤဒိးတဂၤဒ် သိးကမၤလိန့်တ်အင်္ဂါန့ဉ်လီၤ.

## တ်ကီတ်ခဲဘဉ်ဃးတ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်

တ်အိဉ်ဒိးဖိသဉ်လၢအတ်သ့တ်ဘဉ်လီၤဆီလိာ်အသးလၢတီၤတတီၤဃိအပူၤန့ဉ်မ့်တ်ကီတ်ခဲဒိဉ်မးန့ဉ်လီၤ. ပဘဉ်ဆိကမိဉ်လၢဖိသဉ်တဂၤဒိးတဂၤကဘဉ်မၤလိတ်မနုၤလဲဉ်ဒိးဖိသဉ်အံၤမၤလိန့်တ်သ့ဂ့ၤလၢကျဲဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. အလိ်အိဉ်လၢဖိသဉ်ခဲလၢာ်ကသးမုာ်သးခုလၢတ်မၤလိ

သကိးတၢ်လၢတီၤပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်ခံမံၤလၢအတြိဖိသၣ်မၤလိသကိးတၢ်တပူၤဃီလၢတီၤပူၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်လိာ်သး, တၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သီဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်နၣ်လီၤ. အရ့ဒိၣ်လၢသရၣ်ကသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတၢ်ကဘၣ်မၤတၢ်ဒီးဖိသၣ်လၢအမၤနၢၤမၤဃၣ်တၢ်ဒီးထံၣ်အၢထံၣ်သီဒီးကွၢ်မဲာ်တၢ်ဒ်လဲၣ်နၣ်လီၤ.

## တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်လိာ်သး

တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်နၣ်မ့ၢ်တၢ်စုဆူၣ်ခီၣ်တကးတမံၤနၣ်လီၤ. လၢလံာ်အဘ့ၣ်ဃုအပူၤပကမၤလိဘၣ်ဃးတၢ်စုဆူၣ်ခီၣ်တကးလၢအကဲထိၣ်အသးလၢကွိပူၤအဂၤဒီးပကဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢလၢအထိဒါတၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်အံၤဒ်လဲၣ်နၣ်လီၤ. လံာ်တဘ့ၣ်အံၤပကမၤလိထဲဒၣ်တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်အဂ့ၢ်မ့ၢ်လၢတၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်တၢ်အံၤမၤပတုာ်ဖိသၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢ inclusive learning အတီၤပူၤအဃိနၣ်လီၤ.

တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်နၣ်ညီနုၢ်မ့ၢ်ဖိသၣ်တဂၤ မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်တဒူၣ်မၤနၢၤဖိသၣ်အဂၤ, တၢ်အံၤညီနုၢ်မ့ၢ်လၢဖိသၣ်အံၤလီၤဆီဒီးအဝဲသ့ၣ်အဃိနၣ်လီၤ. ဖိသၣ်အံၤကဖွဲးန့ၢ်ဖိသၣ်လၢအမၤနၢၤမၤဃၣ်တၢ်တဖၣ်လၢတီၤပူၤ, ဖိသၣ်ကအိၣ်ဒီးအတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါလၢအလီၤဆီ မ့တမ့ၢ် လီၤစၢၤလၢကလုာ်ဒူၣ်ဆံးဖိအဂၤ မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်ကဖြိၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နၣ်လီၤ. သနာ်ကှပှၤနီၢ်ဒိၣ်ဒီးသရၣ်တဖၣ်စ့ၢ်ကိးမၤနၢၤမၤဃၣ်ပှၤဂၤသ့စ့ၢ်ကိးနၣ်လီၤ. တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်တၢ်နၣ်အိၣ်အကလုာ်ကလုာ်နၣ်လီၤ. တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်ဒ်အမ့ၢ်...

- တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်လၢနီၢ်ခိတကပၤဒ်အမ့ၢ် ဘၣ်တီၢ်ဘၣ်ဖျၤလၢအသကိး, သရၣ် မ့တမ့ၢ် ပှၤနီၢ်ဒိၣ်အဂၤတဖၣ်
- တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်လၢတၢ်ဆိကမိၣ်တကပၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်တဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤဖိသၣ်အတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်
- တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်လၢနီၢ်သးတကပၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်ဆိကမိၣ်ထံၣ်ဆံးလီၤက့ၤသး, တၢ်မၤတံာ်တာ်လိာ်သး, တၢ်မၤမဲာ်ဆှးအီၤလၢတီၤပူၤဒိးအိၣ်တၢ်အတၢ်ထဲတဂၤဇီၤဒိးတမၤဃုာ်ပှၤဂၤဘၣ်. အကဲထိၣ်အသးသ့ခီဖျိတၢ်ဆိကမိၣ်ပျံၤတၢ်ဖုးတၢ်
- တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်လၢတၢ်ကတိၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကိးဖိသၣ်အမံၤ, တၢ်ကတိၤတရီတပါ, တၢ်မၤအ့နၣ်ဖိသၣ်တလီၢ်လီၢ်ဒိးတၢ်ကိးလိာ်သးလၢအဘၣ်ဃးဒိးဖိသၣ်အလွဲၢ် မ့တမ့ၢ် ကလုာ်ဒူၣ်ဆံးအမံၤ

- တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်လၢအတဘဉ်ဒိဉၤဂၤလိၤလိၤဘဉ်. ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဃဲၤအိဉ်ပှၤဂၤအဂ့ၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်တကနဉ်ဃုာ်လိာ်သးဒီး

- တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်လၢအဘဉ်ဃးဒီးတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝိဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကွၢ်တလိၤလိာ်သးခီ ဖျိကလုာ်ဒူဉ်လိၤဆိ, တိၤပတိၢ်လိၤဆိ, ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအတၢ်လိၤဆိဒီးအဂၤတဖဉ်နူဉ်လိၤ.

တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်နူဉ်ညီနုၢ်မ့ၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအမၤဆါပှၤအဂၤလိၤလိၤနူဉ်လိၤ. တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ် ဒ်အံၤကယံာ်လၢအန္ဒံ, အလါ မ့တမ့ၢ် အနံဉ်ဒဉ်လဲာ်နူဉ်လိၤ. ပှၤလၢအမၤနၢၤပှၤဂၤတဖဉ်စ့ၢ်ကီး ပှၤမၤစၢၤအီၤမ့ၢ်တအိဉ်နီတဂၤအတၢ်မၤနၢၤတၢ်အံၤကလီၤမ်ၢ်အဂီၤ်ကိဝဲဒိဉ်မးနူဉ်လိၤ.

လၢပှၤတဝၤအါတီၤအပူၤပှၤလၢအလိၤဆိဒီးပှၤအဂၤနူဉ်ညီနုၢ်တၢ်မၤနၢၤအီၤလိၤ. ညီနုၢ်ပှၤလၢအ ဘဉ်တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အီၤတဖဉ်လိၤဆိလၢပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါ, ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိ, အိဉ်ဒီးကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤ မ့တမ့ၢ် တလၢတပဲၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်အဂၤတဖဉ်နူဉ်လိၤ. ပိာ်ခွါတဖဉ်ညီနုၢ်အတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အ ကွၢ်အဂီၤမ့ၢ်တၢ်ထိ, တၢ်ကနိဘဉ်ဆဉ်ပိာ်မုဉ်တဖဉ်ညီနုၢ်မၤနၢၤပှၤဂၤခီဖျိတၢ်မၤအ့နှဒီးမၤနၢၤပှၤ လၢအကရူၢ်နူဉ်လိၤ.

ဖိသဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤနၢၤအီၤတဖဉ်ညီနုၢ်တအၢဉ်လိၤတၢ်ကိတၢ်ခဲတဖဉ်မ့ၢ်လၢအဘဉ်ယိဉ် မ့တ မ့ၢ် ပျံၤဝဲလၢတၢ်အိဉ်သးကနးထိဉ်ဆူဉ်ထိဉ်အဃိနူဉ်လိၤ. ဖိသဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤနၢၤအီၤခီဖျိပှၤ နီၢ်ဒိဉ်တဖဉ်ညီနုၢ်အိဉ်ဘူဉ်ဒီးတတဲပှၤဂၤလၢအတၢ်ကိတၢ်ခဲမ့ၢ်လၢအပျံၤဘဉ်ပှၤနီၢ်ဒိဉ်အံၤအဃိ နူဉ်လိၤ.

တၢ်ထိဉ်ကဆှဉ်လိၤတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်တၢ်အံၤကီဒိဉ်မးလၢသရဉ်အဂီၤ်မ့ၢ်လၢညီနုၢ်တၢ်ကဲထိဉ်အ သးတဖဉ်ကဲထိဉ်အသးလၢတီၤအချၢဒ်အမ့ၢ်ကိုဒီးဟံဉ်အဘၢဉ်စၢၤ မ့တမ့ၢ် ကိုအကရၢ်ပူၤတဖဉ် နူဉ်လိၤ. သနာ်ကှကမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်လၢတီၤပူၤဒီးသရဉ်စးထိဉ်ထံဉ်အီၤသ့ နူဉ်လိၤ.

ပဘဉ်ဃုထံဉ်နူၢ်ဘဉ်ဃးတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်လၢတီၤပူၤနူဉ်လိၤ. ပဘဉ်ကွၢ်ထံ ဖိသဉ်တဖဉ်ဖဲအလိာ်ကွဲအခါဒီးဖဲအအိဉ်လၢတီၤပူၤအခါစ့ၢ်ကီးနူဉ်လိၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒဉ်အ တၢ်တဖဉ် မ့တမ့ၢ် အိဉ်ဒီးတံၤသကီးထဲစ့ၢဂၤမ့တမ့ၢ်လိၤဆိဒီးဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်ကဘဉ်တၢ်မၤ နၢၤအီၤသ့ဝဲနူဉ်လိၤ.တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အတၢ်ပနိဉ်တဖဉ်မ့ၢ်,

- ဖိသဉ်လၢအတၢ်နာ်လိၤအသးလိၤမ်ၢ်ကွံာ်သတူၢ်ကလာ်
- ဖိသဉ်လၢဟးဆဲးတၢ်ကွၢ်သရဉ်အမဲာ်ဒီးအိဉ်ဘူဉ်ယုၢ်ကလာ်
- ဖိသဉ်လၢအညီနုၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်သ့ဂ့ၤဘဉ်ဆဉ်အတၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်ဖွိဉ်လိၤ, ဆံးလိၤစ့ၢလိၤ

- ဖိသၣ်လၢအစးထိၣ်ဟဲကွိတဘၣ်ဆၢဘၣ်ကတိၤ် မ့တမ့၊် ဖိသၣ်လၢအစးထိၣ်အိၣ်ဒီးအခိၣ်ဆါ, အဟၢဖၢဆါ

တၢ်တဲသကိးတၢ်ဒီးမိၤ်ပၢ်ဒီးပှၤကွၢ်ထွဲဖိသၣ်တဖၣ်နှၣ်မ့၊်တၢ်လၢအလိၤ်အိၣ်ဝဲဘၣ်ဆၣ်ပကြၢးဟ် သူၣ်ဟ်သးစ့၊်ကိးလၢဖိသၣ်တဖၣ်အသကဲာ်ပဝးအတၢ်ဆိတလဲတဖၣ်နှၣ်လီၤ. ပကြၢးကွဲးနိၣ်ဃာ် တၢ်ကွဲးနိၣ်တဖၣ်ဒ်သိးပကထံၣ်ဒီးသ့ၣ်ညါဖိသၣ်အတၢ်သကဲာ်ပဝးအကှ၊်အဂိၤအတၢ်ဆိတလဲတ ဖၣ်လၢအကမၤနၢၤမၤဃၣ်ပှၤဂုၤပှၤဂၤနှၣ်လီၤ.

ပဟးသံကွၢ်ဖိသၣ်လၢတိၤပူၤတဖၣ်လၢကဃုထံၣ်သ့ၣ်ညါတၢ်မနုၤကဲထိၣ်အသးလၢတိၤပူၤဒီးကွိ ပူၤလဲၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်သံကွၢ်ဖုၣ်ကိာ်အိၣ်ခံကလုာ်ဒ်လၢလာ်အံၤအသိးနှၣ်လီၤ. အခိၣ်ထံးတက လုာ်ကမၤစၢၤနၤလၢနကထံၣ်နှၢ်ပှၤမၤနၢၤတၢ်အဂ့ၢ်ချ့သဒံးဒီးခံကလုာ်တကလုာ်ကမၤစၢၤနၤလၢ နကန၊်ပၢၢ်အါထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်ရၫလိာ်သးလၢဖိသၣ်တဂၤဒီးတဂၤလိၤတံၢ်ဒိၣ်ထိၣ်နှၣ်လီၤ.[၁] မၢဖိ သၣ်စံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဘၣ်ဆၣ်တဘၣ်ကွဲးဖျါထိၣ်အမံၤဘၣ်.

## ၁. တၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်ပှၤဂၤ

| | တကဲထိၣ်ဘၣ် | ကဲထိၣ်တဘျိ | ကဲထိၣ်အါန့၊်တဘျိ |
|---|---|---|---|
| ပှၤဆိၣ်ယၤ မ့တမ့၊် တိ ယၤတိၤ်ယၤ မ့တမ့၊် ထူ ယၤကျၣ်ယၤ | | | |
| ဖိသၣ်အဂၤကတိၤအၢယၤ | | | တဲ |
| ဖိသၣ်ဟံးန့၊်ဆူၣ်ယတၢ် | | | |
| ဖိသၣ်အဂၤကိးယမံၤမ့၊် လၢယလိၤဆိဒီးအဝဲသ့ၣ် | | | |
| ဖိသၣ်ကိးယမံၤမ့၊်လၢ တၢ်ဂ့၊်အဂၤ | | | |
| ဖိသၣ်နံၤဘၣ်ယၤမ့တမ့၊် ကတိၤတရိတပါယၤလၢ တၢ်ဂ့၊်တအိၣ်နိတမံၤ | | | မ့တမ့၊် |
| ပှၤတအဲၣ်ဒိးလၢယကဲၤ ဃုာ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်ဘၣ် | | | |
| ပှၤအဂၤတဖၣ်မၤအၢယၤ လၢကျဲအဂၤ | | | |

[၁] လံာ်တိၤဖျါအံၤဘၣ်တၢ်ဟံးန့၊်အီၤလၢလံာ်တိၤဖျါလၢ Tiny Arora မၤဝဲဒီးဘၣ်တၢ်ထုးထိၣ်အီၤလၢ "Tackling Bullying in Your School: A Practical Handbook for Teachers," S. Sharp and PK Smith, editors. Routledge. 1994.

## ၂. တၢ်သံကွၢ်စံးဆၢဘၣ်ဃးဖိသၣ်တဂၤဒီးတဂၤအတၢ်ရၫလိာ်မှာ်လိာ်

ယမ့ၢ်ပိာ်ခွါ ---
သးနံၣ် ---

ယမ့ၢ်ပိာ်မုၣ် ---
တီၤ ---

| **တနှံးအံၤလၢကွိနှၣ် ဖိသၣ်အဂၤ,** | **တကဲထိၣ်ဘၣ်** | **ကဲထိၣ်တဘျိ** | **ကဲထိၣ်အါနှ့်တဘျိ** |
|---|---|---|---|
| ကိးယမံၤလၢယတအဲၣ်ဒီးဘၣ် | | | |
| တဲတၢ်တမံၤလၢအမၤမှာ်ယသး | | | |
| ကျဲးစၢးထူကျာ်ယၤ | | | |
| ဟ့ၣ်ယၤတၢ်ဟ့ၣ် | | | |
| အၢလၢယဖိခိၣ်မ့ၢ်လၢယလီၤဆိ ဒီးဖိသၣ်အဂၤ | | | |
| စံးလၢကမၤဆါယၤ | | | |
| ကျဲးစၢးဟံးန့ၢ်စ့လၢယ အိၣ် | | | |
| ကျဲးစၢးမၤပျံၤမၤဖုးယၤ | | | |
| တြိယၤလၢယကဂဲၤလိာ်ကွဲဒီး အီၤ | | | |
| မၤလီၤနံၤယၤဒီးနံၤဘၣ်ယၤ | | | |
| ကျဲးစၢးမၢယမၤဆါပှၤအဂၤ | | | |
| လိန့ၢ်ယၤဒီးဒုးကဲထိၣ်ယၤဆူ တၢ်ကိတၢ်ခဲ | | | |
| စိာ်စၢၤယၤတၢ်တမံၤ | | | |
| မၤစၢၤယလံာ်လၢကွိ | | | |
| တဲအၢယဟးအက့ၢ်အဂီၤ | | | |
| တဲအၢယၤမ့ၢ်လၢယဖံးယညၣ်အ လွဲၢ်လီၤဆိ | | | |
| ဂဲၤလိၣ်ကွဲဒီးယၤ | | | |
| ကျဲးစၢးမၤဟးဂီၤတၢ်လၢအမ့ၢ် ယတၢ် | | | |

ဖဲပဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်စံးဆၢန္ဉ်ပဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်သ့လၢဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအဘဉ်တၢ်မၤနၢၤအီၤဒီး ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအမၤတၢ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. သနာ်ကွဖိသဉ်တနီၤကဘဉ်တၢ်မၤနၢၤအီၤဘဉ်ဆဉ် တအၢဉ်လီၤဝဲလၢတၢ်စံးဆၢအံၤအပူၤဘဉ်မ့ၢ်လၢအပျံၤတၢ်အဃိနှဉ်လီၤ. တၢ်သံကွၢ်စံးဆၢအံၤမၤ စၢၤနၤဒ်သိးနကန်ပၢၢ်လၢမ့ၢ်ဖိသဉ်အိဉ်လၢနတီၤပူၤတဖဉ်ဘဉ်တၢ်မၤနၢၤအီၤအိဉ် မ့တမ့ၢ် မၤနၢၤ ပှၤဂၤအိဉ်ဧါနှဉ်လီၤ. လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤအဃိနစးထိဉ်ရဲဉ်ကျဲၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးသရဉ်ဒီးမိၢ် ပၢ်ဒီးဖိသဉ်အနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲသ့နှဉ်လီၤ.

## တၢ်လၢနမၤသ့ဒ်သိးနကတြီဆၢတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အိဉ်ထိဉ်လၢတီၤပူၤအဂီၢ်

လၢကမၤစ့ၢလီၤတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အဂီၢ်သရဉ်ဘဉ်မၤတၢ်တဘျုးမံၤ, ဒ်အမ့ၢ်,

- တၢ်ဂဲၤလိ (exercise) လၢကမၤစၢၤဖိသဉ်ထိဉ်ကဆှဉ်လီၤအသးဒီးမၤစ့ၢလီၤတၢ်ဖ့ဉ်ဆၢ, စူးကါတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်တဖဉ်ကသ့ဉ်ညါလိာ်သးအါထိဉ်ဒီးအိဉ်ဒီးတၢ်ဟာ် ကဲလိာ်သးကဒဲကဒဲအဂီၢ်.
- မၤအါထိဉ်တၢ်မၤလိသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤ
- ဟ့ဉ်အါထိဉ်ဖိသဉ်တၢ်စိတၢ်ကမိၤ. အဒိ, ပျဲဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သီလၢတီၤပူၤ, ပျဲဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိဖိကမံးတံာ်
- ဟ့ဉ်အါထိဉ်ဖိသဉ်အမူအဒါလၢတီၤပူၤခီဖျိဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိဖိကမံးတံာ်, မၤတၢ်ဘူးဘူးတံၢ် တံၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်လၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤ
- ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်ကဒဲကဒဲလၢကထိဉ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဘဉ်ဂံာ်ဂူာ်လၢအအိဉ်ထိဉ်လၢတီၤပူၤ
- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်စံဉ်ညိဉ်မနုၤလၢတၢ်ကဘဉ်ဟ့ဉ်အီၤဆူဖိသဉ်လၢအမၤနၢၤပှၤ အဂၤတဖဉ်

သရဉ်စူးကါတၢ်ဒုးနဲဉ်ဒီးတၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်လၢကကတိၤသကိးတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်ပှၤဂၤဒီးတၢ်က ဘဉ်ထိဉ်ကဆှဉ်လီၤအီၤဒ်လဲဉ်. အဒိ, လၢကိၢ်ကဉ်ယဉ်နဉ်နှဉ်သရဉ်တဖဉ်တ့တၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ် ဒီးမၤတၢ်ဒုးနဲဉ်လၢကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်ကလုာ်ဖူဉ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသး တဖဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢအမၤစၢၤဖိသဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ် အီၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. နစူးကါတၢ်ကတိၤဂ့ၢ်လိာ်ဒီးတၢ်တဲလၢပျၢၤလၢကဒုးနဲဉ်ဖိသဉ်လၢကဘဉ်စံး, "တသ့ဘဉ်" ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. မၤစၢၤစ့ၢ်ကီးအဝဲသ့ဉ်လၢကဃုကျဲအကြၢးအဘဉ်လၢကကတိၤ တၢ်ဒီးပှၤလၢအမၤနၢၤမၤဃဉ်တၢ်တဖဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိတခီတၢၤဒီးတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်

ညီနု၊်တၢ်မၤနၤၤမၤဃၣ်အံၤအိၣ်ထိၣ်ခီဖျိတၢ်ထံၣ်အၢတခီတၢၤတၢ်သကဲာ်ပဝဲးဒီးတၢ်ထံၣ်လၢပှၤဂၤ အဖိခိၣ်လၢအတထဲသိးတူၤသိးဒီးတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်ဆိကမိၣ်, တၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိပှၤအကရူၢ်တ ဖၣ်, ဒ်အမ့ၢ် “အဝဲသ့ၣ်” “ပဝဲ” တဖၣ်နှၣ်လီၤ. ပနၢ်ပၢၢ်သ့ဘၣ်ဃးတၢ်ထံၣ်အၢဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ် တၢ်ခီဖျိကွၢ်ထံဆိကမိၣ်က့ၤပတၢ်လဲၤခီဖျိတဖၣ်နှၣ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိတခီတၢၤဒီးတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်အဂ့ၢ်

နမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤဒီးသရၣ်သမါ, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤကွိဖိလၢအနိၢ်ဒိၣ်ထိၣ်တဖၣ်သ့နှၣ်လီၤ. တၢ်အံၤက မၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကနၢ်ပၢၢ်တၢ်ကွၢ်တလီၤဒီးတၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိတခီတၢၤတၢ်အံၤမၤဘၣ်ဒိဖိ သၣ်အတၢ်မၤလိဒ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. လၢတၢ်အံၤအဖိခိၣ်တၢ်ဂဲၤလိအံၤမၤစၢၤပှၤဒ်သိးပကကွၢ်ကဒါ က့ၤပှၤအဝဲနှၣ်အတၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်တလီၤဒီးတၢ်ကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးအီၤဖဲအသးစၢ်အခါနှၣ်လီၤ.

ပမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတၢ်ဂဲၤလိအံၤအပူၤဒ်လာ်အသိးနှၣ်လီၤ.

- ပှၤကိးဂၤဒဲးကတူၢ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်တလီၤဒီးတၢ်ကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးဒီးတကတီၢ်ဃီအဝဲကဲပှၤလၢအ ကွၢ်တလီၤဒီးကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးပှၤအဂၤစ့ၢ်ကီးသ့နှၣ်လီၤ.

- ဖိသၣ်သးစၢ်ဖိဒၣ်လဲာ်နှၣ်သ့ၣ်ညါဝဲဖဲပှၤကွၢ်တလီၤဒီးကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးအီၤအခါနှၣ်လီၤ.

**တၢ်နဲၣ်ကျဲ :** တၢ်ဂဲၤလိအံၤကလၢာ်တၢ်ဆၢကတီၢ်ထဲလဲၣ်နှၣ်ကဒိးသန့ၤထိၣ်အသးလၢပှၤပဲၤဂၤ လၢကမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤနှၣ်လီၤ. နကြၢးဟ့ၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢပှၤတဂၤစုာ်စုာ်အမံးနံးတဆံ မ့တမ့ၢ် ကရူၢ်ဖိတကရူၢ်အမံးနံးတဆံနှၣ်လီၤ.

နီၤဖးလီၤသးတကရူၢ်ယဲၢ်ဂၤ မ့တမ့ၢ် ဃုဂၤတက့ၢ်. မၢကရူၢ်တဖၣ်ဆိမိၣ်ထိၣ်ဖဲအထံၣ် မ့တမ့ၢ် လဲၤခီဖျိဘၣ်တၢ်ကွၢ်တလီၤ, တၢ်ကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးလိာ်သးလၢကွိဝံၤကဘၣ်ဟဲထိၣ်နီၤလီၤသကိးဝဲ ဒီးကရူၢ်အဂၤတဖၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢကဘၣ်မၤတၢ်အံၤဒ်လဲၣ်နှၣ်မ့ၢ်ဒ်လာ်အသိးလီၤ.

၁. တၢ်ကွၢ်တလီၤဒီးတၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိတခီတၢၤတၢ်တဘၣ်မ့ၢ်ထဲတၢ်မၤအီၤလိၤကတိၤဘၣ်.

၂. တၢ်လၢအထံၣ် မ့တမ့ၢ် လဲၤခီဖျိတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်အံၤကကဲထိၣ်အသးလၢပှၤကွိဖိအ ကျါ, သရၣ်သမါ, ပှၤပၢဆ့ၢ်ကွိ မ့တမ့ၢ် ကွိအတၢ်အိၣ်သးခဲလၢာ်သ့သ့ၣ်သ့ၣ်နှၣ်လီၤ.

၃. အဝဲသ့ဉ်ကြၢးဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်မၤလိမိၤ်ပှၤ်, တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲ, တၢ်သိဉ်လိအပီး အလိ မ့တမ့ၤ် တၢ်ရၫလိာ်မှာ်လိာ်လၢကွိဒီးသရဉ်သမါအဘၢဉ်စၢၤသ့နှဉ်လီၤ.

၄. မၢအဝဲသ့ဉ်ဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်ကွၢ်တလိၤတၢ်အကလုာ်ကလုာ်ဒ်အမ့ၤ်ပိာ်မှဉ်တဖဉ်အဘျူးတအိဉ်လၢတၢ်မၤလိန့ၤ်လံာ်စဲအ့ဉ်အပူၤ မ့တမ့ၤ် ဖိသဉ်လၢက့ၢ်ဂိၤဟးဂိၤဒီးတလၢတပှဲၤတဖဉ်ဂဲၤလိာ်ကွဲတသ့ဘဉ်.

၅. လၢခံကတၢ်ၤ်ဟ့ဉ်ကူဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢလၢအတၢ်လဲၤခီဖျိအပူၤအဝဲသ့ဉ်ကမ့ၤ်ဘဉ်ဖုးပှၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆိဉ်သနံး မ့တမ့ၤ် ကမ့ၤ်ဘဉ်ဖုးပှၤလၢအဆိဉ်သနံးပှၤဂၤန္ဉလီၤ. ပှၤကအိဉ်ဝဲစ့ၤဂၤလၢအတဖျါဝဲလၢအကမ့ၤ်ပှၤလၢအဆိဉ်သနံးတၢ်နှဉ်လီၤ. နာ်သက့တၢ်အံၤမ့ၤ်တၢ်အစၢလၢအအိဉ်ဒီးအကဟုကညီၤ်ဒီးအလုၤ်အပ့ၤန္ဉလီၤ.

ကရူၤ်တကရူၤ်ဘဉ်တကရူၤ်အိဉ်ဒီးတၢ်ဆၢကတိၤ်ယဲၤ်မံးနံးလၢကတဲအဂ့ၤ်ဒီးအဂၤယဲၤ်မံနံးလၢကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပဘဉ်မၤလိတၢ်တမံၤမံၤလၢတၢ်တဲတမံၤဘဉ်တမံၤစုာ်စုာ်လၢကကျဲးစၢးနၤ်ပၢၤ်ပှၤလၢအဘဉ်တၢ်ကွၢ်တလိၤအိၤတဖဉ်အံၤတူၤ်ဘဉ်ဝဲဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. နမၢပှၤလၢအတဲလိၤတၢ်အံၤလၢကလဲလိာ်အတၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးဒ်လဲဉ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်ဆိကမိဉ်လၢတၢ်အိဉ်သးလၢပှၤအဝဲန္ဉ်တဲလိၤတၢ်အံၤကဘဉ်တၢ်ဒိသဒၢအီၤဒ်သိးသုတကဲထိဉ်အဂီၤ်ဒ်လဲဉ်.

ဖဲကရူၤ်တကရူၤ်ဘဉ်တကရူၤ်တဲအတၢ်တဲတဖဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သိဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်အဂ့ၤ်မ့ၤ်ဝံၤနစးထိဉ်သံကွၢ်အဝဲသ့ဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သိဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်အဂ့ၤ်လၢကွိအပူၤသ့နှဉ်လီၤ.

၁. ဖဲနတဲနတၢ်တဲဘဉ်ဃးတၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သိတခီတၢၤဒီးတၢ်ကွၢ်တလိၤတၢ်အံၤဝံၤနတူၤ်ဘဉ်ဒ်လဲဉ်.

၂. နမၢလိန့ၤ်တၢ်မနုၤလၢတၢ်တဲလၢနတဲလိၤ မ့တမ့ၤ် ပှၤဂၤအတၢ်တဲဘဉ်ဃးတၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သိဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်အံၤအဂ့ၤ်ဒ်သိးနကလဲလိာ်နတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲ ဒ်လဲဉ်.

၃. နထံဉ်လၢတၢ်တဲလၢပှၤဟဲထိဉ်တဲခဲလၢာ်တဖဉ်တၢ်မနုၤလၢအဒ်သိးလိာ်အသးလဲဉ်.

၄. သုအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်တၢ်တမံၤမံၤ မ့တမ့ၤ် အိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်တၢ်ဆၢကတိၤ်အိဉ်၈ါ. တၢ်ကိတၢ်ခဲဒ်အံၤမ့ၤ်အိဉ်တခီဘဉ်မနုၤအယိလဲဉ်.

၅. ဖဲနဒ်ကနဉ်ပှၤဂၤတဲအတၢ်တဲဘဉ်ဃးတၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သိဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်အံၤမၤစၢၤနၤလၢနကသ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်တၢ်ကဲထိဉ်အသးလၢနကွိပူၤတမံၤမံၤ၈ါ.

## တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒီးတၢ်သိၣ်လိအပီးလီထဲတခီတၢၤအဂီၢ်တဖၣ်

တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒီးတၢ်သိၣ်လိအပီးအလိတခီတၢၤအံၤတဘျိတခိၣ်ကဲထိၣ်အသးလၢတၢ်တဟ်သူၣ် ဟ်သးအဃိနၣ်လီၤ. တၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိဒီးကွၢ်တလိၤတၢ်အံၤတၢ်ထံၣ်အီၤလိၤဆိဇၣ်တၢ်ပိာ်မုၣ် ဖိ, ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါသံသတြိာ်ဒီးဖိသၣ်လၢအက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤတဖၣ်နၣ် လီၤ. အဒိ, တဘျိတခိၣ်လၢတၢ်တဲလံာ်အပူၤမ့တမ့ၢ်ကွိအလံာ်ပူၤဒုးနဲၣ်ဖိသၣ်လၢအဘၣ်မၤတၢ်, ဖိသၣ်လၢအဟံၣ်အဃိတအိၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဘျၣ်အသိး, ဖိသၣ်လၢအဘၣ်မၤတၢ်တဖၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ် အီၤလၢတၢ်တဲအပူၤဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအဘျူးအဖိၣ်တအိၣ်အသိးနၣ်လီၤ. နိၢ်နိၢ်နၣ်ဖိသၣ်ဒ်အံၤတဖၣ် ညီနုၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အကလုာ်ကလုာ်လၢကဘၣ်အိၣ်မူဒ်ပှၤဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပဲၤအသိးနၣ်လီၤ. ပကွိအလံာ်ဒီးပတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်မ့မ့ၢ် inclusive လၢဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်နၣ်ပဘၣ်ပလီၢ်ပသးလၢ ပကဒုးနဲၣ်ဖိသၣ်အကလုာ်အကလုာ်လၢလံာ်အပူၤဒ်လဲၣ်နၣ်လီၤ.

လၢလံာ်အဘ့ၣ်သၢအပူၤပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိလၢပှၤတဝၢအပူၤကလီၤဆိလိာ်အသးဒ်အဝဲသ့ၣ် အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအိၣ်အသိးနၣ်လီၤ. မိၢ်လုပၢ်လ၊်အတၢ်စူၢ်တၢ်နာ်လၢပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိလီၤ ဆိအံၤကဒိသဒၢပိာ်မုၣ်အတၢ်အိၣ်ကွိသ့နၣ်လီၤ. တၢ်လီၢ်ဖဲတၢ်စူၢ်တၢ်နာ်လၢပိာ်မုၣ်တဖၣ်အိၣ်ဒီး အပတိၢ်ဖုၣ်နၣ်ပိာ်ခွါအခါနၣ်ပိာ်မုၣ်တဖၣ်ညီနုၢ်တၢ်ဟ်အီၤလၢဟံၣ်လၢတၢ်မၤဟံၣ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤအ ဂီၢ်နၣ်လီၤ. တၢ်စူၢ်တၢ်နာ်တဖၣ်အံၤကွၢ်မဲာ်ပိာ်ခွါတဖၣ်ဒီးကအိၣ်ဖျါထိၣ်လၢတၢ်သိၣ်လိအပီးအလိ အပူၤသ့နၣ်လီၤ. ဖဲပိာ်မုၣ်ဖးကွိအလံာ်ဒ်နၣ်အခါကထံၣ်ဝဲပိာ်မုၣ်တဖၣ်ဂုၤခံပိာ်ခွါတဖၣ်ဟူးဂဲၤ လဲၤဆူညါနၣ်လီၤ. အဃိပိာ်မုၣ်တဖၣ်ကနာ်စ့ၢ်ကိးလၢအဝဲသ့ၣ်ဘၣ်ဂုၤခံအိၣ်ကစုဒုဒ်နၣ်အသိး လီၤ. တၢ်အံၤကဒုးတုၤပိာ်မုၣ်တဖၣ်လၢတမၤလိတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤလၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဇွးဒီးလံာ်စဲအ့ၣ်အပူၤနၣ် လီၤ. ပိာ်မုၣ်အါဂၤကဆိကမိၣ်လၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဇွးဒီးစဲအ့ၣ်တဖၣ်ကမ့ၢ်ထဲပိာ်ခွါအဂီၢ်ဓိၤနၣ်လီၤ.

တၢ်လၢအအိၣ်လၢတၢ်မၤလိအမိၢ်ပှၢ်ပူၤမနုၤလဲၣ်နၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိၣ်တမံၤဖဲပမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးမၢပကွိ ကဲထိၣ်တၢ်ဟ်ဃုာ်ပှၤကိးဂၤဒဲး (inclusive) နၣ်လီၤ. ပတၢ်သိၣ်လိပီးလိတဖၣ်ကဲထိၣ်ဖဲ,

- အအိၣ်ဒီးဖိသၣ်အက့ၢ်အဂီၤအကလုာ်ကလုာ်
- အကြၢးအဘၣ်ဒီးဘၣ်လိာ်အသးဒီးဖိသၣ်အတၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢကမၤလိတၢ်မနုၤဒီးအတၢ် သ့တၢ်ဘၣ်လၢကမၤလိဝဲအဂီၢ်
- အကြၢးအဘၣ်ဒီးဖိသၣ်အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢ
- အတၢ်ဟ်လုၢ်ပ့ၤပှၤအကလုာ်ကလုာ် (အဒိ, ပှၤဂ့ၢ်ဝိမုၢ်ကျိၤဝဲၤကွာ်အတၢ်လီၤဆိဟံၣ်ဖိဃိ ဖိအဖိၣ်တဒူၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ်အီၤလၢအမ့ၢ်ဟံၣ်ဖိဃိဖိလၢအဂ့ၤတဒူၣ်ကျဲးစၢးတၢ်ဆူၣ်ဆူၣ်ဒ် သိးကဒုးဒိၣ်ထိၣ်ဖိလံၤတဖၣ်)
- အဘျူးအဖိၣ်အိၣ်လၢဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူဆူညါအဂီၢ်
- ဒုးနဲၣ်ပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါအိၣ်ဒီးမူဒၢိအကလုာ်ကလုာ်
- စူးကါလံာ်ဖျၣ်လၢအဒုးနဲၣ်တၢ်ဟ်ကဲဆူပှၤကိးဂၤဒဲးအအိၣ်

နကမၤကွၢ်နတ်သိဉ်လိအပီးအလိတဖ့်ဒုးနဲဉ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါဒီးကလုာ်ဒူဉ်လီၤဆိတဖ့်အတ်ထဲသိးတုၤသိးလိာ်အသးသ့ဒ်လဲဉ်.

၁. **သမံသမိးတ်ဂီၤတဖ့်တက့်.** အဒိ, တ်ဂီၤဒုးနဲဉ်ပိာ်ခွါဒ်အမ့်ပှၤဃုကျိဉ်ဃုစ့လၢဟံဉ်ဖိဃီဖိအဂီၢ်အသိးထိဘိဓါ မ့တမ့် တ်ဂီၤဒုးနဲဉ်လၢပိာ်မုဉ်တဖ့ဘဉ်ကွၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အဖိအလံၤလၢဟံဉ်လၢဃီထိဘိဓါ. လၢတ်ဂီၤအပူၤပိာ်ခွါဘဉ်တ်ဒုးနဲဉ်အီၤဒ်အမ့်ပှၤအဂံၢ်ဆူဉ်အသိး မ့တမ့် ကလုာ်ဒူဉ်တဒူဉ်ဘဉ်တ်ဒုးနဲဉ်အီၤဒ်အမ့်ပှၤအဆူဉ်အသိးတဖုဓါ. လၢတ်ဂီၤအပူၤနထံဉ်ဖိသဉ်လၢကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢပှဲၤတဖ့်နှာ်လီၤဂဲၤသကိးလၢတ်လိာ်ကွဲအပူၤ မ့တမ့် ဆ့ဉ်နီၤကွၢ်အသကိးတဖ့်ဂဲၤလိာ်ကွဲလဲဉ်.

၂. **သမံသမိးလံ့ကျိၤလၢတ်တဲတဖ့်အပူၤတက့်.** ပှၤလၢအအိဉ်လၢတ်တဲအပူၤတ်ဒုးနဲဉ်တ်ဂ့်ကိအိဉ်ထိဉ်တဖ့ဒိးတ်ထိဉ်ကဆှဉ်လီၤတ်ဂ့်ကိတဖ့ဒ်လဲဉ်. အဒိ, ပှၤလၢအအိဉ်လၢတ်တဲအပူၤတဖ့်လၢအမ့်ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိ မ့တမ့် ပှၤလၢကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤတဖ့်တ်ဒုးနဲဉ်အီၤလၢအမ့်ပှၤအဂံၢ်စ် မ့တမ့် အဂံၢ်ဆူဉ်ဒ်အမ့်အဃဉ်လီၤအကစ်တ်ဂ့်ကိအသိးတဖ့်အသိးဓါ. လၢတ်တဲအပူၤပိာ်မုဉ်ဖိဒိးပိာ်မုဉ်သးပှာ်တဖ့်ကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်မ့်လၢအဖွဲးမ့တမ့် ထဲအဒိဉ်တ်ဂ့ၤဓိၤတခီဓါ. ပမ့်လဲလိာ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိလၢတ်တဲအပူၤန့ဉ်တ်တဲအံၤကဒ်သိးဒံးအလိၢ်လိၢ်အသိးဓါ.

၃. **ကွၢ်တ်အိဉ်မူအိဉ်ဂဲၤအက့်အဂီၤတက့်.** တ်ဂီၤဒီးလံာ်ဖျၢဉ်တဖ့ဒုးနဲဉ်တ်ဆဲးတ်လၢအဂၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးတုၤလၢတ်နှာ်ပၢ်အီၤသ့ မ့တမ့် ဒုးနဲဉ်ဒဉ်ထဲတဆံးတက့်ဒိးပှၤန်ာ်ပၢ်အီၤတသ့ဘဉ်လဲဉ်.

၄. **သမံသမိးကွၢ်တ်ရ့လိာ်မှာ်လိာ်အိဉ်လၢတ်သိဉ်လိအပီးအလိအပူၤတက့်.** ပှၤဖဲလဲဉ်တဖုလၢအအိဉ်ဒိးတ်စိတ်ကမီၤန့ဉ်လဲဉ်. မတၤမၤတ်ဆၢတာ်တဖ့်န့ဉ်လဲဉ်. ပိာ်မုဉ်တဖ့်တ်ဒုးနဲဉ်အီၤဒ်အအိဉ်လၢအဝၤအဖိလာ်အသိးထိဘိဓါ.

၅. **မၤနီဉ်ပှၤဒူပှၤဃိၤတဖ့်လၢတ်သိဉ်လိအပီးအလိအပူၤတက့်.** ပှၤဒူပှၤဃိၤတဖ့်မ့်ပှၤလၢကလုာ်ဒူဉ်တဒူဉ်ဃိအပူၤထိဘိဓါ. ပှၤဖိသဉ်လၢကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤတလၢတပှဲၤတဖ့်တ်ဒုးနဲဉ်အီၤလၢအမ့်ပှၤဒူပှၤဃိၤတဘျိဘျိဓါ. ပိာ်မုဉ်တဖ့်မ့်ပှၤဒူပှၤဃိၤတဘျိ ဘျိဓါ.

၆. **ဆိကမိဉ်ထိဉ်တ်သိဉ်လိပီးလိတဖ့်ကမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်ထံဉ်လီၤအသးဒ်လဲဉ်.** တ်အိဉ်တမံၤမံၤလၢတ်သိဉ်လိအပီးအလိအပူၤလၢကတြိဖိသဉ်ကျဲးစၢးကဲထိဉ်တ်တမံၤမံၤဓါ. ဆိကမိဉ်ထိဉ်ပိာ်မုဉ်ကတူၢ်ဘဉ်တ်မနုၤဖဲအဖးတ်သိဉ်လိအပီးအလိလၢအဒုးနဲဉ်ထဲပိာ်ခွါမ့်ပှၤဒူပှၤဃိၤဒီးကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်နှဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖ့်ကဆိကမိဉ်လီၤအသးဒ်လဲဉ်.[2]

[2] Council on Interracial Books for Children. (1980) Guidelines for Selecting Bias-Free Textbooks and Storybooks. New York.

လၢတၢ်ကစးထိၣ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖၣ်အံၤအဂီၢ်ကျဲအိၣ်ဝဲတဘိလၢအမ့ၢ်ဝဲတၢ်ကစူးလံာ်တီၤဖျါလၢလာ်အံၤဒ်သိးကသမံသမိးတၢ်မၤလိအပီးအလီတဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်တကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးတၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဟာ်ယုာ်ပှၤကိးဂၤဇဲးလၢတၢ်မၤလိအပူၤ (Inclusiveness) နှၣ်လီၤ.

## တၢ်ကွၢ်ဃုတၢ်သိၣ်လိအပီးအလီလၢအအိၣ်ထဲတခီတၢၤဓိၤဒ်လဲၣ်တဖၣ်.

| တၢ်လၢပဘၣ်မၤဆိအီၤ | တၢ်ကွဲးအပူၤ | | တၢ်ဂီၤအပူၤ | |
|---|---|---|---|---|
| | မ့ၢ် | တမ့ၢ် | မ့ၢ် | တမ့ၢ် |
| ပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါအမူအဒါတဖၣ်ထဲသိးတုၤသိးစ့ၢ်ဓါ. (အဒိ, ကသံၣ်သရၣ်, ကွီသရၣ်, ပှၤထူစံာ်ဖိ) ပှၤကၤတၢ်ဖိ | | | | |
| တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါအဂီၢ်တဖၣ်ထဲသိးတုၤသိးစ့ၢ်ဓါ. (အဒိ, တၢ်လိာ်ကွဲ, ဖးလံာ်, တဲသကိးတၢ်, ဖံးတၢ်မၤတၢ်) | | | | |
| ပိာ်မုၣ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိအိၣ်ဒီးသကဲာ်ပဝဲးလၢအဒ်သိးလိာ်အသးစ့ၢ်ဓါ. (အဒိ, သးခု, ဂံၢ်ဆူၣ်, ကဲထိၣ်တၢ်မၤစၢၤ) | | | | |
| ပိာ်မုၣ်တဖၣ်တၢ်ဒုးကဲအီၤပှၤအခိၣ်တဘျိဘျိဓါ. | | | | |
| ပိာ်မုၣ်တဖၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ်အီၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်နာ်နှၢ်လီၤသးဒီးတၢ်သ့မၤတၢ်ဆၢတဲာ်စ့ၢ်ကီးဓါ. | | | | |
| ပိာ်မုၣ်တဖၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ်အီၤလၢအဖွဲးထဲသိးဒီးပိာ်ခွါအသိးဓါ. | | | | |
| ပိာ်မုၣ်တဖၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတၢ်ချၢဒ်သိးပိာ်ခွါအသိးဓါ. | | | | |
| ပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါခံဒူၣ်လၢာ်ဒုးနဲၣ်လၢအဃ့ၣ်လီၤသကိးတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖၣ်အိၣ်ဓါ. | | | | |
| ပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါတဖၣ်အတၢ်မၤသကိးတၢ်ဒ်အကြၢးအဘၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအသိးအိၣ်ဓါ. | | | | |
| တၢ်ဂ့ၢ်လၢအအိၣ်လၢလံာ်ပူၤတဖၣ်လီၤထုးန့ၢ်ပိာ်မုၣ်တဖၣ်အသးစ့ၢ်ဓါ. | | | | |

| တၢ်လၢပဘဉ်မၤဆိအီၤ | တၢ်ကွဲးအပူၤ | | တၢ်ဂီၤအပူၤ | |
|---|---|---|---|---|
| | မ့ၢ် | တမ့ၢ် | မ့ၢ် | တမ့ၢ် |
| တၢ်ဂ့ၢ်လၢအအိဉ်လၢလံ့ပူၤတဖ့်ထုးန့ၢ်ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖ့်စ့ၢ်၈ါ. | | | | |
| လၢတၢ်တဲဘဉ်ဃးဆဉ်ဖိကီၢ်ဖိအပူၤဆဉ်ဖိကီၢ်ဖိအမိၢ်ဒီးအဖါအံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ထဲသိးတုၤသိးစ့ၢ်၈ါ. | | | | |
| ပိာ်မုဉ်လၢအမံၤဟူသဉ်ဖျါအိဉ်လၢလံ့တၢ်စံဉ်စိၤတဲစိၤအပူၤ၈ါ. | | | | |
| ပိာ်မုဉ်တဖ့်တၢ်ဟာ်ဖြဉ်ဃုာ်အီၤလၢတၢ်ကွဲးလံ့ကွဲးလဲၢ်ဒီးဒွဲလၢတၢ်ကူဉ်သ့အပူၤစ့ၢ်ကီး၈ါ. | | | | |
| ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးတဖ့်ဘဉ်တၢ်ဟာ်ဖြဉ်ဃုာ်အီၤလၢတၢ်စံဉ်စိၤတဲစိၤ, တၢ်ကွဲးလံ့ကွဲးလဲၢ်ဒီးဒွဲလၢတၢ်ကူဉ်သ့အပူၤစ့ၢ်၈ါ | | | | |
| ကျိာ်လၢနစူးကါအီၤတဖ့်ပဉ်ဃုာ်ဒီးပိာ်မုဉ်ဖိ မ့တမ့ၢ် ဝီၢ်ဩြလၢတၢ်စူးကါအီၤထိဘိတဖ့်ဒ်အမ့ၢ် “အဝဲပိာ်ခွါ” မ့တမ့ၢ် ”အဝဲပိာ်ခွါအတၢ်” အိဉ်၈ါ. | | | | |
| ဝီၢ်ဩြဖျၢဉ်လၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်သိဉ်လိအပီးအလိအပူၤတဖ့်ဖိးမံလိာ်အသးလၢတၢ်အိဉ်သးလၢပုၤတဝၤန္ဉ်အပူၤ၈ါ. (ဒ်အမ့ၢ်တၢ်တမံၤမံၤ, တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတၢ်ဟာ်ပနီဉ်အီၤ) | | | | |
| ဝီၢ်ဩြဖျၢဉ်လၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤတဖ့်မၤစၢၤကလုာ်ဒူဉ်ဆံးပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါဖိတဖ့်လၢကထုးန့ၢ်အသးလၢတၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တိစ့ၢ်၈ါ. | | | | |
| ဝီၢ်ဩြဖျၢဉ်လၢအတက္ၢ်တလီၤကလုာ်ဒူဉ်ဆံးတဖ့်အိဉ်၈ါ. | | | | |

ကွဲအလံ်ကြၢးဒုးနဲ့ဉ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒါလၢအလီၤဆိလိာ်အသးတဖ့်, ဒုးနဲ့ဉ်ကလုာ်ဒူဉ်လီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖ့်, ပှၤလၢအိဉ်ဒီးကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤတဖ့်, ပှၤမၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤအကလုာ်ကလုာ်တဖ့်, ပှၤအသးနံဉ်ပှၢ်စၢ်အကလုာ်ကလုာ်ဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိအကလုာ်ကလုာ် (အဒိ, ဟံဉ်ဖိဃီဖိတနီၤအိဉ်ထဲအမိၢ်တဂၤ, ဟံဉ်ဖိဃီဖိတနီၤအိဉ်ထဲအပၢ်တဂၤ) အသိးန့ဉ်လီၤ.

နကွိမ့်တအိၣ်ဒီးလံာ်လၢနကဃုထၢအီၤအါအါဘၣ်နူၣ်ပကဘၣ်မၤဘၣ်က့ၤလံာ်လၢအအိၣ်တ့ၢ် လံဒီးပှၤတဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဟ်ဖြိၣ်အါထိၣ်တၢ်လၢတအိၣ်ဒုးသ့ၣ်တဖၣ်နူၣ်လီၤ.ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နၤဒီး သရၣ်အဂၤဒီးဖိသၣ်တ့အါထိၣ်တၢ်ဂီၤလၢနကဟ်ဖြိၣ်အါထိၣ်အီၤလၢလံာ်အံၤအပူၤဒ်သိးကဒုး နဲၣ်ကလုာ်ဆံးဖိအဂၤတဖၣ်ဒီးပိာ်မှၣ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိလၢအလီၤဆိလိာ်အသးဒီးက့ၢ်ဂီၤလီၤဆိ လိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်နူၣ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ကွၢ်ဃုတၢ်ထံၣ်တခီတၢၤလၢတၢ်သိၣ်လိအပီးအလိအပူၤဒ်လဲၣ်တဖၣ်

ခဲအံၤပမၤလိတ့ၢ်လံတၢ်လၢပကဘၣ်ကွၢ်ဃုတၢ်မနုၤလဲၣ်နူၣ်လီၤ. ဟံးနှ့ၢ်ကွိအလံာ်တမံၤဒီးပဝ်ထံ နီၤဖးအီၤဒ်လံာ်တိၤဖျါလၢထးဒုးနဲၣ်နၤအသိးတက့ၢ်. ပမၤတၢ်အံၤဂ့ၤလၢသရၣ်တဖၣ်ကဟ်ဖြိၣ် ထိၣ်အသးလၢအကရူၢ်နူၣ်လီၤ.ပမ့ၢ်တဲဖျါထိၣ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးနူၣ်ကွိဖိလၢအဒိၣ်ထိၣ်တစဲးတဖၣ် မၤစၢၤပှၤလၢတၢ်ပဝ်ထံနီၤဖးကွိအလံာ်ဒီးဟ့ၣ်ထိၣ်အတၢ်ဆိကမိၣ်လၢကဘၣ်ပၢနှာ်တၢ်မနုၤဒ်သိး ကွိအလံာ်ကကဲထိၣ် inclusive အါထိၣ်အဂီၢ်နူၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်မၤစၢၤပှၤကသ့လၢတၢ်တ့ တၢ်ဂီၤအသိလၢကွိအလံာ်အဂီၢ် မ့တမ့ၢ် မၤဘၣ်က့ၤတၢ်ထံၣ်ထဲတခီတၢၤဧိၤတဖၣ်လၢတၢ်ကွဲးအ ပူၤခီဖျိတၢ်ဟ်ဖြိၣ်အါထိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်အဒိလၢအအိၣ်လၢအပှၤတဝၢအပူၤအသိးနူၣ်လီၤ. စူး ကါလံာ်တိၤဖျါလၢလာ်အံၤဒ်သိးနကပဝ်ထံနီၤဖးကွိအလံာ်တဖၣ်တက့ၢ်.

| **တၢ်လီၢ်လၢပကဘၣ်ကွၢ်ထံသမံသမိး** | **တၢ်အုၣ်ကီၤမနုၤလၢနထံၣ်ဒီးကဘျုံးပၤအနီၣ်ဂ်ၢ်** | **ပမၤဂ့ၤထိၣ်အီၤသ့ဒ်လဲၣ်** | **တၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတမံၤမံၤဧါ.** |
|---|---|---|---|
| သမံသမိးကွၢ်တၢ်ဂီၤ | | | |
| သမံသမိးကွၢ်တၢ်ကွဲးအကျိၤ | | | |
| ကွၢ်တၢ်အိၣ်မူအလုၢ်အလၢ်တဖၣ် | | | |
| ကွၢ်တၢ်ရၫလိာ်မုာ်လိာ်လၢတၢ်ခံခီအဘၢၣ်စၢၤ | | | |
| ကွၢ်ပှၤဒူပှၤဃိၤအဂ့ၢ်တဖၣ် | | | |

| တၢ်လီၤလၢပကဘဉ်ကွၢ်ထံသမံသမီး | တၢ်အုဉ်ကီၤမနုၤလၢနထံဉ်ဒီးကဘျုံးပၤအနီဉ်ဂ်ၢ် | ပမၤဂ့ၤထိဉ်အီၤသ့ဒ်လဲဉ် | တၢ်မၤစၢၤမနုၤလိဉ်လဲဉ် |
|---|---|---|---|
| ကွၢ်တၢ်လၢကမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်ထံဉ်လီၤအသးဒ်လဲဉ်. | | | |
| သကဲာ်ပဝဲးလီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ် | | | |
| ကျိာ်လၢအဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢလံာ်ပူၤ | | | |

## ပိာ်မုဉ်, ပိာ်ခွါဒီးတၢ်သိဉ်လိ

သရဉ်ဒီးကွိကဟ့ဉ်ဂ်ၢ်ဟ့ဉ်ဘါပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒါလၢတဘဉ်သံပှၤဂီၤသ့ဉ်သ့ဉ်လၢတၢ်တဟ်သူဉ်ဟ်သးအဃိနှဉ်လီၤ.ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ပက...

- မၢပိာ်ခွါစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်အါန့ၢ်ပိာ်မုဉ်တဖဉ်
- ဟ့ဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကွိပူၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤကဆဲကဆီ, တၢ်ခွဲသိဉ်ခွဲပျိ, တၢ်ဖိတၢ်တ့ၤ, တၢ်တုၢ်တၢ်ဆးတၢ်ဆူပိာ်မှာ်ဖိဒီးတၢ်တ့တၢ်ဘို, တၢ်မၤလၢအဆူဉ်ထိဉ်တစဲးတဖဉ်ဆူပိာ်ခွါဖိတဖဉ်
- ပကစံးပတြၢၤပိာ်ခွါဖိဖဲအဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်စံးဆၢလၢအဘဉ်အခါဒိးဖဲပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်စံးဆၢလၢအဘဉ်အခါပတစံးပတြၢၤအီၤ
- ကတိၤဖုးဒွဲဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိဖဲအဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်စံးဆၢလၢအကမဉ်အခါ
- ဟ့ဉ်မူဒါဆူပိာ်ခွါဖိအါန့ၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိ (ဒ်အမ့ၢ်မၢပိာ်ခွါကဲတီၤအခိဉ် မ့တမ့ၢ် ကရူၢ်ခိဉ်)
- စူးကါတၢ်သိဉ်လိအပီးအလိဒီးကွိအလံာ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ထံဉ်ကမဉ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒါ

တကးဒံးဘဉ်သရဉ်အါဂၤတဟ်သူဉ်ဟ်သးဒဉ်လဲာ်လၢအတၢ်သိဉ်လိပိာ်မုဉ်အံၤလီၤဆိဒီးပိာ်ခွါဘဉ်နှဉ်လီၤ. သနာ်က့သရဉ်အိဉ်ဒီးမူဒါလၢကသိဉ်လိဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢအမ့ၢ်ပိာ်မုဉ်, ပိာ်ခွါဒ်သိးကမၤလိန့ၢ်တၢ်တသ့ဖဲအသ့နှဉ်လီၤ.

သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢနတဘဉ်ထီဇါတ်ထံဉ်ဆိကမိဉ်လၢအကါဒိဉ်လၢနပှၤတဝၢအပူၤတဖဉ်ဘဉ်. သနာ်က့အကါဒိဉ်လၢနကန်ပၢါလၢတ်ထံဉ်ဆိကမိဉ်တနီၤမၤဘဉ်ဒိပသိဉ်လိတ်ဒီးဖိသဉ် မၤလိတ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.



## တ်ဟူးတ်ဂဲၤ – ပိာ်မှဉ်ပိာ်ခွါအတ်ထဲသိးတုၤသိး

နမၤတ်ဂဲၤလိအံၤထဲတဂၤ မ့တမ့်၊ နမၤအီၤလၢတီၤဒိတတီၤသ့ဇဉ်လဲာ်နှဉ်လီၤ. လၢလံာ်တိၤဖျါလၢလာ်အံၤကွဲးလီၤတ်ဖံးတ်မၤလၢအဘဉ်တ်မၤညီနှ်၊အီၤလၢပိာ်ခွါဒီးတ်ဖံးတ်မၤလၢပိာ်မှဉ်ညီနှ်၊မၤအီၤလၢဟံဉ်ဒီးပှၤတဝၢအပူၤ (အဒိ, ဇၢဉ်ထံ, ဖိမ့ၤ, ကွ်ၢ်ဖိသဉ်, ကွ်ၢ်ဆဉ်ဖိကျိၢ်ဖိ) တက့ၢ်. ဝံၤကွဲးလီၤတ်ဖံးတ်မၤလၢသရဉ်ဟ့ဉ်ဖိသဉ်လၢကွိဇ်အမ့ၢ်တ်ခွဲပျိတ်, တ်သုးလီၢ်ဆ့ဉ်နီၤ, တ်ထွါသ့ဉ်ဘဉ်သူ, တ်ဘှိဂ့ၤထိဉ်က့ၤဝဲတြီ, တ်မၤကဆှိတ်ဟးလီၢ်အသိးတဖဉ်တက့ၢ်. တ်ဖံးတ်မၤလၢပဟ့ဉ်ပိာ်မှဉ်ပိာ်ခွါလၢကွိအံၤဇ်သိးဒီးတ်ဖံးတ်မၤလၢအဝဲသ့ဉ်ဘဉ်မၤလၢဟံဉ်ဒီးပှၤတဝၢအပူၤစ့ၢ်ကိးဧါ. ပိာ်မှဉ်တဖဉ်တ်တြိအီၤလၢတ်ဖံးတ်မၤလၢအမၤဝဲသ့နှဉ်ဧါ. တ်ဖံးတ်မၤတဖဉ်အံၤဟ်ဖျါထိဉ်မိၢ်လုပ်ၢ်လ်ၢ်အတ်စူၢ်တ်နာ်ဘဉ်ဃးဒီးပိာ်မှဉ်, ပိာ်ခွါအမူအဇါစ့ၢ်ကီးလီၤ.

| | ပိာ်ခွါ | ပိာ်မှဉ် | တ်မၤနီဉ် |
|---|---|---|---|
| ဟံဉ် မ့တမ့်၊ ပှၤတဝၢပူၤ | | | |
| ကွိပူၤ | | | |

ဒ်တ်ဂ့်တ်ကျိၤလၢနထံဉ်နှ်၊အီၤလၢတ်ဂဲၤလိအံၤအပူၤနၤဒီးနပှၤကွိဖိမၤတ်မနုၤသ့ဘဉ်ဃးဒီးဖိသဉ်ခဲလၢာ်အိဉ်ဒိးတ်ခွဲးတ်ယာ်လၢကမၤလိန့်၊တ်ဖံးတ်မၤလၢအလိၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လဲဉ်.

နၤဒီးနပှၤကွိဖိမၤတ်မနုၤသ့လၢကွိဒီးလၢပှၤတဝၢအပူၤဒ်သိးကဟ့ဉ်တ်ခွဲးတ်ယာ်ဆူဖိသဉ်ခဲလၢာ်ကဟ့ဉ်ထိဉ်ဒီးဒုးဒိဉ်ထိဉ်အကွိဒီးအပှၤတဝၢနှဉ်လဲဉ်.

## တၢ်ဒိဉ်ထိဉ်လီၤဆီအကလုာ်ကလုာ်ဒီးပှၤလၢကွၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤတဖဉ်

### ကျိၤကျဲလၢဖိသဉ်အိဉ်ဒီးကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤတဖဉ်အဂီၤ[၃]

ဖဲပဒုးအိဉ်ထိဉ်တီၤလၢအကျဲးစၢးဟ်ဖျိဉ်ဃုာ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆိလိာ် အသးအကလုာ်ကလုာ်အံၤန္ဉ်ပလိဉ်ဘဉ်ကျိၤကျဲတဖဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကမၤလိန္ဉ်တၢ်တသ့ဖဲအသ့အဂီၤန္ဉ်လီၤ. ကျိၤကျဲတဖဉ်အကျါမ့ၢ်ဒ်လာ်အသိးန္ဉ်လီၤ.

- **တၢ်ဖိာ်လိာ်အခံတမံၤဘဉ်တမံၤ :** မၤဖုံလီၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်ဒီးဟ့ဉ်လီၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်တပတိၢ်ဝံၤတပတိၢ်ဟ့ဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်အခိဉ်ထံး မ့တမ့ၢ် တၢ်နဲ်ကျဲတဖဉ်
- **တၢ်မၤကဒါက့ၤတၢ်တဘျီဝံၤတဘျီဒီးတၢ်ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ် :** စူးကါတနံၤဘဉ်တနံၤတၢ်မၤကွၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်, မၤကဒါက့ၤတဘျီဝံၤတဘျီဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်က့ၤတၢ်ထံဉ်ကိးနံၤဒဲး
- **စးထိဉ်လၢတၢ်အဆံးကိာ်ဖိဒီးသူဉ်ထိဉ်အီၤ :** တၢ်သ့တၢ်ဘဉ် မ့တမ့ၢ် သကဲာ်ပဝဲးလၢတၢ်ပညိဉ်အီၤအံၤမၤဆံးလီၤအီၤတပတိၢ်ဝံၤတပတိၢ်ဒီးသူဉ်ထိဉ်အီၤတကူာ်ဝံၤတကူာ်တုၤနတုၤဆူတၢ်ပညိဉ်ခဲလၢာ်အဖိတၢဉ်
- **မၤစ့ၢလီၤတၢ်ကိတၢ်ခဲတဖဉ် :** မၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်တပတိၢ်ဝံၤတပတိၢ်စးထိဉ်အီၤလၢအညီဒီးဆူအကိထိဉ်ဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်မၤစၢၤထဲဒဉ်ဖဲအလိဉ်ဘဉ်ဝဲ
- **တၢ်သံကွၢ် :** သံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသး (ဒ်လဲဉ်အသိး) မ့တမ့ၢ် တၢ်သံကွၢ်လၢအဘဉ်ထွဲဒီးတၢ်လၢကဘဉ်စံးဆၢဝဲတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ် (တၢ်မနုၤလဲဉ်) တဖဉ်အသိး
- **တၢ်ဂီၤ :** စူးကါတၢ်ဂီၤ မ့တမ့ၢ် လံာ်တီၤဖျါ, လံာ်တီၤဃ့, ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအါအါ
- **ကရူၢ်အတၢ်နဲ်ကျဲ :** ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်နဲ်ကျဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်နဲ်ကျဲလၢကွိဖိကရူၢ်ဆံးဖိတဖဉ်အဂီၤ

[၃] ဘဉ်တၢ်ဟံးန္ၢ်အီၤလၢ Swanson HL. (1999). Instructional components that predict treatment outcomes for students with learning disabilities: Support for a combined strategy and direct instruction model. Learning Disabilities Research and Practice, 14 (3), 129-140.

- **တၢ်မၤပဲၤသရၣ်အလိၢ်ဒီးတၢ်ပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ် :** စူးကါဟံၣ်တၢ်မၤ, မိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်အဂၤဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသၣ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကွိအဂီၢ်

လၢန္ဉ်အမဲာ်ညါဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်တဖၣ်လၢကဟံးန့ၢ်မူဒၢလၢအသကိးလၢအအိၣ်ဒီးက့ၢ်အ ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖၣ်လၢအမၤလိတတီၤဃိဒီးအီၤတဖၣ်ခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိတက့ၢ်. မၢအသကိးမၤစၢၤအီၤတၢ်ဂဲၤလိလၢအကါဒိၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. အဒိ, မၤစၢၤဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးက့ၢ် ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤကလဲၤဖဲတၢ်လိၢ်လၢအဲၣ်ဒိးလဲၤဝဲဒ်အမ့ၢ်လံာ်ရိဒၢး, တၢ်ဟးလိၢ်ဒီးအဂၤ တဖၣ်ဒီးမၤစၢၤစ့ၢ်ကီးအီၤလၢတၢ်လဲၤတၢ်က့ၤလၢပှၤတဝၢအပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်လိၣ်ကွဲလၢအကရူၢ် တဖၣ်အသိးန္ဉ်လီၤ. တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသၣ်လၢအမၤတၢ်ဒီးဖိသၣ်လၢက့ၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤအံၤ လၢကဘၣ်ဒိသဒၢအသကိးအံၤလၢတၢ်မၤဒၢၣ်မၤဆါလၢနီၢ်ခိဒီးတၢ်ကတိၤစ့ၢ်ကီးတဘျိတခိၣ်ဖဲအ လိၢ်အိၣ်အခါဒီးတဲအီၤလၢကဘၣ်မၤအီၤဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

တဲသကိးတၢ်ဒီးနပှၤကွိဖိတဖၣ်ဘၣ်ဃးဖိသၣ်လၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤအကလုာ်ကလုာ် တဖၣ်အဂ့ၢ်လီၤဆီဒၣ်တၢ်ပှၤလၢအထံၣ်ဝဲသ့လၢကွိ မ့တမ့ၢ် အပှၤတဝၢအပူၤတဖၣ်တက့ၢ်. နမၤ တၢ်အံၤသ့လၢကျဲတဘိလၢအမ့ၢ်မၢပှၤနီၢ်ဒိၣ်လၢအက့ၢ်အဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤဟဲဟးအိၣ်သ ကိးနတီၤဒီးမၢအတဲသကိးတၢ်ဒီးနပှၤကွိဖိတဖၣ်တက့ၢ်.

တဲနၢ်ပၢၢ်ပှၤဖိသၣ်တဖၣ်လၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤတဖၣ်အံၤကဲထိၣ်အသးသ့ခီဖျိတၢ်ဆူး တၢ်ဆါ, တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးသတူၢ်ကလာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၤစၢၤလၢမိၢ်ပၢ်အအိၣ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, နမ တဲနၢ်ပၢၢ်အဝဲသ့ဉ်လၢတၢ်ဘၣ်က်လၢမဲာ်ချဲ့ မ့တမ့ၢ် နၢ်ပူၤအံၤဒုးကဲထိၣ်တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်ထံၣ် မ့ တမ့ၢ်တၢ်နၢ်ဟူသ့နှဉ်လီၤ.

လၢကမၤစၢၤဖိသၣ်တူၢ်လိာ်ပှၤလၢက့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤလၢအတီၤပူၤအဂီၢ်နတဲဘၣ်အဝဲ သ့ဉ်လၢတၢ်တဲလၢပှၤတဖၣ်အံၤမၤတၢ်သ့အဂ့ၢ်သ့နှဉ်လီၤ.

## ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢအတၢ်ထံၣ်

### တၢ်မၤဖျါထိၣ်ဖိသၣ်လၢတထံၣ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖၣ်

ဖိသၣ်တနီၤတထံၣ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဒ်ဖိသၣ်အဂၤတဖၣ်အသိးဘၣ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ကိတၢ်ခဲအံၤတၢ်မ့ၢ်ထံၣ် ဆိအီၤန္ဉ်ပမၤတၢ်သ့အါမးဒ်သိးကမၤနၢၤကွံာ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိအံၤန္ဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အန္ဉ်ဖိသၣ်လၢအ တူၢ်ဘၣ်တၢ်အဒိၣ်တၢၢ်တခိမ့ၢ်ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဒိၣ်ထိၣ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအလီၤဆီလိာ် အသးဒီးအသကိးတဖၣ်မ့ၢ်လၢအတၢ်ထံၣ်တၢ်တသ့အံၤကမၤဒိၣ်ထိၣ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်နှဉ်လီၤ. အသကိးဖိတဖၣ်ကမၤအ့နှအီၤ, မၤဆါအီၤဒီးမနၤအီၤန္ဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိအကါဒိၣ်လၢ တၢ်ကဘၣ်ထံၣ်နၢ်ဖိသၣ်တဖၣ်အတၢ်ထံၣ်အံၤအဂ့ၢ်ဖဲအသးစၢ်ဒံးအခါန္ဉ်လီၤ. ကျဲလီၤဆီအိၣ်အါ

ဘိလၢတၢ်ဃုထံဉ်တၢ်အံၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အဂၤဃုထံဉ်စၢၤသရဉ်တဖ့်လၢဖိသဉ်အံၤထံဉ်တၢ်ဂ့ၤတဂ့ၤဒီးမၤလိတၢ်လၢကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်အဂီၤသ့နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်ကအိဉ်ဒီးတၢ်ပနိဉ်တနီၤအံၤဖဲဖိသဉ်[၄]...

- ဘဉ်တိဘဉ်ထံးဒီးတၢ်တမံၤမံၤညီကဒဉ်
- အိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်ဖးတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိဉ်ဘူးမ့တမ့ၢ်ယံၤဒီးအိၤ
- အိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢကကွဲးလံာ်ဘျၢဘျၢ
- အိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်ထိထိဉ်လုဉ်လၢထးဆးတၢ်အမဲၢ်ခံလိၤ
- ဖဲအဖးလံာ်အခါဖြဉ်လံာ်ဘူးဒီးအမဲာ်သဉ်အဃိအမဲာ်ထံကထိဉ်
- ကကအုလၢအခိဉ်ဆါမ့တမ့ၢ်မဲာ်ချံသး
- ဖဲအဂဲၤလိာ်ကွဲဖျၢဉ်ထူ, ဖျၢဉ်ပှိၢ်အခါဖြဉ်ဝဲတဘဉ်ဖြဉ်ဝဲတန့ၢ်
- ကူတၢ်ကူတၢ်သိးလၢအကဘျံး, ခိဉ်ခံကဒါချၢ
- ရဲဉ်လီၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအကမဉ် မ့တမ့ၢ်
- ဖဲတၢ်မၢအဟဲစိာ်တၢ်တမံၤအခါဟဲစိာ်ဝဲလၢအဂၤတမံၤ

## တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အမဲာ်တၢ်ထံဉ်

မၤဖျါထိဉ်အီၤဆိဆိတသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်. ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်အကါဒိဉ်မးလၢတၢ်ကတိၤလၢကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကမၤလိတၢ်ဒီးအိဉ်ကွိအဂီၤန့ဉ်လီၤ. ကျဲညီလၢနၤဒီးနပှၤကွိဖိမၤသ့လၢတၢ်မၤဖျါထိဉ်ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်သ့ဒ်အဒိလၢလာ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

## ဒုးအိဉ်ထိဉ်လံာ်တယၢ်လၢတၢ်မၤကွၢ်မဲာ်ချံတၢ်ထံဉ်တဘ့ဉ်

**အပတိၢ် (၁)** တ့လီၤ E အက့ၢ်အဂီၤ (၆) ဖျၢဉ်, တဖျၢဉ်နှဉ်အထိအိဉ် ၆ စဲးထံဉ်မံထၢဉ်, ဒီးအဆံးလီၤတဖျၢဉ်အိဉ် ၄.၅ စဲးထံဉ်မံထၢဉ်, ၃ စဲးထံဉ်မံထၢဉ်, ၀.၅ စဲးထံဉ်မံထၢဉ်ဒီး ၀.၂၅ စဲးထံဉ်မံထၢဉ်လၢစးခိတိဉ်တဘ့ဉ်အလိၤဒီးတံာ်အီၤတက့ၢ်. အရ့ဒိဉ်မးလၢလံာ်ဖျၢဉ်အက့ၢ်အဂီၤတဖဉ်ကဒံးသိးလိာ်သးန့ဉ်လီၤ. အဒိ, E အခိဉ်အထိကဘဉ်ထဲသိးလိာ်အသးဒီး E အခိဉ်သၢဘိအဘၢဉ်စၢၤကဘဉ်ဃူလိာ်အသးန့ဉ်လီၤ.

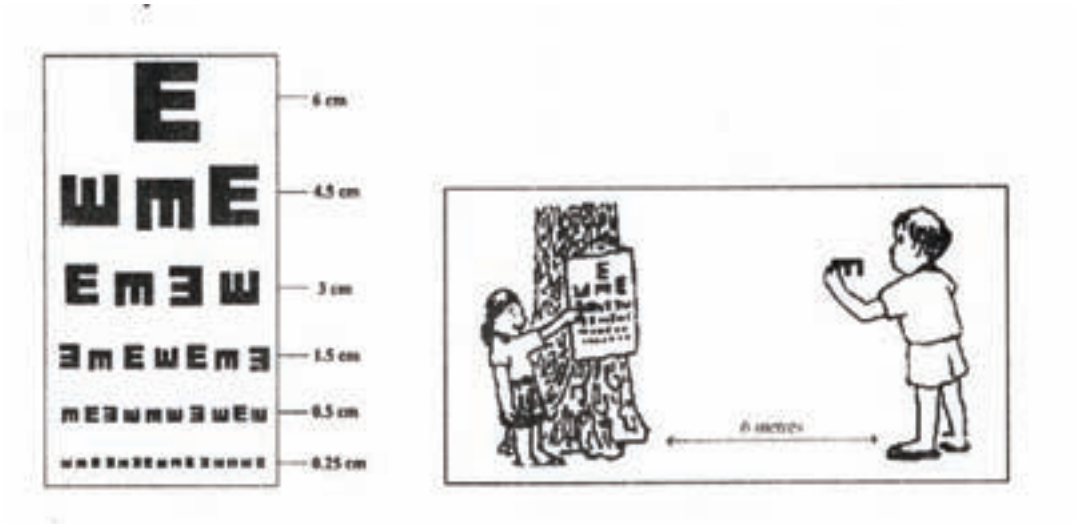
---

[၄] လံာ်တဆၢလၢအဘဉ်ဃးဒီး "ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢအတၢ်ထံဉ်" အံၤဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ Baily D, Hawes H and Bonati B. (1994) Child-to-Child: A Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to-Child Trust.

**အပတိၢ်** (၂) မၢဖိသၣ်စူးကါ E အဒိလၢစးခိတိၣ်အလိၤလၢနတ့အိၤလၢအပတိၢ်တၢအပူၤအံၤဒီးမၢဖိသၣ်ကွဲး E အက့ၢ်အဂီၤဒီးအတၢ်ထိၣ်တၢ်ဒွးလၢအဘၣ်လိာ်အသးဝံၤမၢအခဲၣ်အလွဲၢ်လၢအသူတက့ၢ်.

**အပတိၢ်** (၃) ကျးစဲဘူး E အဖျၢၣ်အံၤလၢသ့ၣ်ဘၣ်အဝါဖးလဲၢ်တဘ့ၣ် မ့တမ့ၢ် စးခိတိၣ်လၢအဃၢတဘ့ၣ်အလိၤတက့ၢ်. လံာ်တယၢ်အံၤကဘၣ်လိၤဂ်ာ်ဒ်လာ်အသိးန့ၣ်လီၤ.

**အပတိၢ်** (၄) မၢဖိသၣ်မၤကွၢ်လိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤတက့ၢ်. ဘျးလီၤလံာ်တယၢ်အံၤလၢတၢ်ကပိၤဂ့ၤအလီၢ်တက့ၢ်. တ့လီၤပနိဘျၢတဘိစးထိၣ်လၢလံာ်တယၢ်အိၣ်အလီၢ်ဒီးဆူတၢ်ဒ့ၣ်စၢၤလၢဖိသၣ်ကဆၢထၢၣ်အလီၢ် ၆ စဲးထံၣ်မဲထၢၣ် တက့ၢ်.ဖိသၣ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်အီၤတဖၣ်ကဘၣ်ဆၢထၢၣ်လၢ ပနိဘျၢအံၤအလီၢ်ခံဒီးကဘၣ်ဖိၣ် E အဖျၢၣ်နၣ်လီၤ. မၤကွၢ်မဲာ်ချံတခီဝံၤတခီလီၤဆိဆီတက့ၢ်. ဖိသၣ်အဂၤတဂၤတခီပဘၣ်ဒုးနဲၣ်ဆူလံာ်မဲာ်ဖျၢၣ်လၢအမ့ၢ် E လၢအအိၣ်လၢစးခိတိၣ်အလိၤတဖျၢၣ်ဘၣ်တဖျၢၣ်နၣ်လီၤ. ဖိသၣ်ကြၢးဒုးနဲၣ်လံာ်ဖျၢၣ်လၢအဒိၣ်ကတၢ်ဆိဒီးဆူအဆံးလီၤတဆိ ဘၣ်တဆိန့ၣ်လီၤ. **ဖိသၣ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်အီၤအံၤကဘၣ်ဖိၣ်လံာ်မဲာ်ဖျၢၣ် E အံၤဒီးကဘၣ်ဒုးနဲၣ်ဝဲဒ်လံာ်မဲာ်ဖျၢၣ် E လၢအအိၣ်လၢလံာ်တယၢ်အပူၤအသိးန့ၣ်လီၤ.**




**အပတိၢ်** (၅) ဖဖိသၣ်သ့ၣ်ညါလၢကဘၣ်မၤကွၢ်တၢ်အံၤဒ်လဲၣ်ဝံၤန့ၣ်မၤစၢၤအီၤဒ်သိးကဆိကမိၣ်နၢ်,ကျဲလၢကမၤကွၢ်ပှၤလၢအသးစၢ်လိၤတဖၣ်အဂီၢ်လိၤဆိဒၣ်တၢ်ပှၤလၢကအိၣ်ကွိဘူးထိၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. လၢကွိန့ၣ်ဖိသၣ်လၢအတီၤထိတဖၣ်မၤကွၢ်ဖိသၣ်လၢအတီၤဖုၣ်တဖၣ်အမဲာ်ချံအတၢ်ထံၣ်သ့နၣ်လီၤ. တၢ်ဝိၣ်သကိးလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပှၤမၤတၢ်ဖိဒီးပှၤလၢအကဲမဲာ်ချံကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်လၢမဲာ်တၢ်ထံၣ်တၢ်မၤကွၢ်အတၢ်ဂဲၤလိအိၣ်တမံၤမံၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်အီၤသ့လၢအကြၢးအဘၣ်လိာ်အသးလၢဟိၣ်ကဝီၤအကျိာ်ဒီးတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအဂီၢ်တက့ၢ်.

## မၤစၢၤဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်

ဖဲဖိသဉ်တထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဟဲကွိအဆိကတၢၢ်တဘျိန့ဉ်ထံဉ်လိာ်သးဒီးဖိသဉ်အံၤဒီးအမိၢ်အပၢ်တက့ၢ်. ပျဲဖိသဉ်သ့ဉ်ညါလၢနမ့ၢ်မတၤလဲဉ်ခီဖျိကတိၤတၢ်ဒီးအိၤဒီးတဲအိၤဘဉ်ဃးဒီးတၢ်မနုၤလၢနမၤတက့ၢ်. ပျဲဖိသဉ်ပလၢၢ်ဘဉ်နၤတက့ၢ်.

ဒုးသ့ဉ်ညါဖိသဉ်အံၤဆူအသကိးလၢအမၤလိတတိၤဃီဒီးအိၤတဖဉ်တက့ၢ်. တဲန်ၢ်ပၢၢ်လၢဖိသဉ်အံၤထိဉ်ကွိသ့ဒ်ပှၤကိးဂၤဒဲးအသိးဒီးမၤတၢ်သ့အါမံၤခီဖျိစူးကါအနါအဂၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ပလၢၢ်, တၢ်နၢ်ဟူ, တၢ်နၢတၢ်အသိးတဖဉ်တက့ၢ်. တဲန်ၢ်ပၢၢ်လၢဖိသဉ်အံၤကလိဉ်ဘဉ်သုတၢ်မၤစၢၤလၢကမၤတၢ်တနီၤအပူၤတက့ၢ်. ဘဉ်ဆဉ်အဝဲသ့ဉ်မၤလိသကိးတၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

ဒုးသ့ဉ်ညါဖိသဉ်လၢအမၤလိတၢ်တတိၤဃီဒီးအိၤတဖဉ်ဆူဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်တဂၤအံၤအအိဉ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်အံၤမ့ၢ်တထံဉ်ဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်နှဉ်တဲဘဉ်အိၤလၢအမံၤဒီးပျဲဖိသဉ်ကတိၤတၢ်ဒီးအိၤတုၤလၢအသ့ဉ်ညါဝဲအမံၤဒီးတိၢ်နိဉ်ဝဲအကလုၢ်ဘဉ်တက့ၢ်. ပျဲဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်အံၤပလၢၢ်ဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်တက့ၢ်. ဝံၤတဲလီၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢတီၤပူၤအမံၤဒ်သိးဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်အံၤကစးထိဉ်သ့ဉ်ညါပှၤကိးဂၤဒဲးလၢတီၤပူၤအမံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်တသ့ဉ်ညါဝဲလၢပှၤအိဉ်ဘူးဒီးအိၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်တထံဉ်ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအကွၢ်ဝဲနှဉ်ဘဉ်. ဖဲနအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤအံၤအခါနှဉ်ကတိၤတၢ်ဒီးအိၤဒ်သိးကသ့ဉ်ညါဝဲလၢနအိဉ်ဖဲနှဉ်အဂီၢ်တက့ၢ်. တဲဘဉ်စ့ၢ်ကီးဖိသဉ်အဂၤလၢအအိဉ်လၢတီၤပူၤခဲလၢာ်လၢကမၤတၢ်တမံၤဃီဒ်နမၤအသိးတက့ၢ်.

ဖဲနကွဲးလီၤလံာ်လၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤအခါကွဲးလီၤအိၤဖးဒိဉ်ဒီးမၤဖိသဉ်အဂၤကွဲးစ့ၢ်ကီးလံာ်အဖျၢဉ်ဖးဒိဉ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်ဇဲဉ်ဒီးဖိသဉ်မၤတၢ်တမံၤမံၤနှဉ်တဘဉ်ကွဲးလီၤထဲသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤဘဉ်. မ့မ့ၢ်တဲလီၤဃုာ်လၢထးခိဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကန်ၢ်ဟူတၢ်နဲဉ်လီၤအဂီၢ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်စူးကါတၢ်ဂီၤနှဉ်တဲဖိသဉ်လၢနဇဲဉ်ဒီးမၤအကွၢ်တၢ်ဂီၤမနုၤလဲဉ်တက့ၢ်. အဒိ, “ကွၢ်တၢ်ဂီၤအစ့ဉ်တကပၤတက့ၢ်.” ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤနှဉ်လိဉ်ပှၤတဂၤဂၤလၢကဖးန့ၢ်အိၤလံာ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပှၤကြၢးဖးဒီးတဲန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်ကွဲးလၢလံာ်ပူၤဒီးမၤစၢၤအိၤဒ်သိးကမၤလိတၢ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပှၤလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်လၢကဖးန့ၢ်အလံာ်အံၤကဲအသကိး မ့တမ့ၢ် သရဉ် မ့တမ့ၢ် ပှၤမၤစၢၤသရဉ်လၢတီၤပူၤသ့စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤကမၤလိဖးလံာ်ကွဲးလံာ်ဒ်ဖိသဉ်အဂၤအသိးသ့ဝဲနှဉ်လီၤ. အဆိကတၢၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်အံၤလၢကကွဲးလံာ်ဖျၢဉ်ဒီးနိဉ်ဂံၢ်ခီဖျိစူးကါလၢၢ်သ့ဉ်ဘဉ်ဒီးဟိဉ်ခိဉ်ဝါတက့ၢ်. ဟ်လီၤပျံၤလၢအဒိဉ်တူာ်လၢၢ်သ့ဉ်ဘဉ်အံၤဒ်သိးကနဲဉ်အိၤလၢကဘဉ်ကွဲးလံာ်အလိၢ်ဖဲလဲဉ်အဂီၢ်တက့ၢ်. အလိၢ်ခံတပတိၢ်မၢဖိသဉ်အံၤကွဲးလီၤလံာ်လၢစးခိအလိၤတက့ၢ်. ဖဲနမၢဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်ကွဲးလံာ်လၢစးခိအလိၤအခါဟံးန့ၢ်သ့ဉ်ဘဉ်တဘ့ဉ်ဒီးထိထိဉ်ပျံၤလၢအဒိဉ်တူာ်သ့ဉ်ဘဉ်

အံၤတကျိၤဘၣ်တကျိၤဒီးဂိာ်လီၤစးခိလၢသ့ၣ်ဘၣ်ဒီးပျံၤလၢအစၢၢ်ပထါသ့ၣ်ဘၣ်အံၤအဘၢၣ်စၢၤတက့ၢ်.

## ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူ မ့တမ့ၢ် တၢ်စံးတၢ်ကတိၤတဖၣ်

ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူဒီးတၢ်စံးတၢ်ကတိၤတဖၣ်အံၤညီနၢ်ဆဲးကျၢဒီးအသကိး တန့ၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်နူၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်လၢတၢ်နၢ်ဟူဒီးတၢ်ကတိၤမ့ၢ်ကျဲအခိၣ်သ့ၣ်လၢတၢ်ဆဲးကျၢလိာ်သးတဂၤဒိးတဂၤအဃိနူၣ်လီၤ.

## တၢ်မၤဖျါထိၣ်ဖိသၣ်လၢတနၢ်ဟူတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖၣ်

တၢ်ပနီၣ်လၢလာ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်ပနီၣ်လၢအဒုးနဲၣ်ပှၤဖိသၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူအပူၤနူၣ် လီၤ.[၅]

- ဖိသၣ်တဟ်သူၣ်ဟ်သးတၢ်ကလုၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်အသီၣ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်တထံၣ်တၢ်ကလုၢ်ဒီးတၢ်အသီၣ်အံၤဟဲဖဲလဲၣ်နူၣ်ဘၣ်
- ဖိသၣ်တဒိကနၣ်တၢ် မ့တမ့ၢ် ကမ့ၢ်ပှၤအလိၢ်ခံကတၢၢ်တဂၤလၢကမၤတၢ်တမံၤမံၤလၢနမၤအီၤ
- ဖိသၣ်အန်ၢ်အိၣ်ဒီးအထံ မ့တမ့ၢ် အဖံလၢအပူၤ
- ဖိသၣ်ကွၢ်ပှၤအထးခိၣ်ဖံးဖဲအကတိၤတၢ်အခါ
- ဖိသၣ်ကတရံးအခိၣ်ဒ်သိးကကျဲးစၢးဒိကနၣ်တၢ်အသီၣ်အဂီၢ်
- ဖိသၣ်ကတိၤတၢ်သီၣ်ဒိၣ်ဒီးတဖျါဆုံဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်
- တဘျိတခိၣ်ဖိသၣ်အိၣ်ဖျါလၢအိၣ်ဘူၣ်ဒီးရၢၢ်စၢၢ်ဒီးအဲၣ်ဒီးအိၣ်ထဲတဂၤဓိၤ
- ဖိသၣ်တမၤလိတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဒ်အကြၢးမၤလိန့ၢ်တၢ်အသိးဘၣ်

[၅] ဘၣ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ Baily D, Hawes H and Bonati B. (1994) Child-to-Child: A Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to-Child Trust.

## တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူတၢ်

ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဖျဲဉ်နၢ်လၢအနၢ်တအၢအံၤဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်မၤလိတၢ်ကတိၤတၢ်တသ့ဘဉ်နၢ်ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်တၢ်ကြၢးသိဉ်လိအီၤလၢကျဲအဂၤဒ်သိးကဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်, တၢ်လိဉ်, ဒီးတၢ်တူၢ်ဘဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်တ့တၢ်ဂီၤတၢ်ဖိဉ် မ့တမ့ၢ် ခီဖျိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးတၢ်နဲဉ်စုနဲဉ်ခီဉ်တဖဉ်အသိးနၢ်ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢနတိၤပူၤန်ၢ်ဟူတၢ် မ့တမ့ၢ် ကတိၤတၢ်မ့ၢ်တသ့စူးကါတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးဖိသဉ်လၢကျဲအဂၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဒုးနဲဉ်စုခီဉ်, မဲာ်သဉ်အတၢ်အိဉ်ဖျါဒီးမိၢ်ပှၤ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကွဲးလံာ်အသိးတဖဉ်တက့ၢ်. သိဉ်လိဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်လၢကစူးကါကျဲလီၤဆီလၢကဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤတက့ၢ်.

တချုးကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်ဒ်ဘဉ်နၢ်ဉ်မၤန့ၢ်ဆိဖိသဉ်အတၢ်သးအိဉ်ဆူနအိဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်အံၤကသ့ဉ်ညါလၢနကတိၤတၢ်ဒီးအီၤတက့ၢ်. မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်အံၤထံဉ်နၤဂ့ၤဂ့ၤတက့ၢ်. ဆၢထၢဉ်လၢတၢ်ကပီၤဂ့ၤအလိၢ်ဒ်သိးကထံဉ်နမဲာ်သဉ်ဂ့ၤဂ့ၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကတိၤတဖဉ်တဘျိတခိဉ်အသးအ့နှုန့ဉ်လီၤ.အဝဲသ့ဉ်ကဒိကနဉ်နၤ မ့တမ့ၢ် တဒိကနဉ်တၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးဒ်တၢ်စံးဘဉ်အီၤအသိးဘဉ်နၢ်ဉ်လီၤ. ကွၢ်ထံအဝဲသ့ဉ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်. အဝဲသ့ဉ်အသးမ့ၢ်တအိဉ်လၢနအိဉ်ဘဉ်နၢ်ဉ်ကျဲစၢးဃုကျဲဒ်သိးကသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်တၢ်လၢနစံးဘဉ်အီၤတဖဉ်တက့ၢ်. အဒိ, ရဲဉ်ကျဲၤလီၤလိၢ်ဆ့ဉ်နီၤလၢအကဝီၤကျီၤဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကထံဉ်လိာ်အမဲာ်အဂီၢ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤကမၤစၢၤတၢ်ဒိကနဉ်ဒီးတၢ်နၢ်ပၢၢ်အဂ့ၢ်နှုဉ်လီၤ. လၢနကဒုးသ့ဉ်ညါလီၤတၢ်မၤလိဆူတီၤပူၤအဂီၢ်စူးကါတၢ်တမံၤလၢအထံဉ်ဝဲလၢအမဲာ်သ့ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဂီၤ, တၢ်ဖိတၢ်လံၤ မ့တမ့ၢ် လံာ်မဲာ်ဖျၢဉ်အမိၢ်ပှၤ်တဖဉ်တက့ၢ်.

ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူတၢ်အံၤကနၢ်ဟူနၤဂ့ၤထိဉ်ဖဲနမ့ၢ်ကတိၤတၢ်ဒီးအီၤဘူးဘူးလၢအနၢ်အခါနှုဉ်လီၤ. ဃုထံဉ်မ့ၢ်တၢ်အံၤကမၤစၢၤနၤလၢတၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤမ့ၢ်ကဲထိဉ်တၢ်မၤစၢၤလၢနဂီၢ်တခီကတိၤတၢ်ဘူးဘူးလၢဖိသဉ်အန်ၢဖဲနဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးအီၤအခါတက့ၢ်. မၢဖိသဉ်အဂၤမၤဒ်အံၤအသိးစ့ၢ်ကီးတက့ၢ်.

ဖဲနဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်အခါဟ့ဉ်အီၤတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢကဒိကနဉ်တၢ်ဒီးဆိကမိဉ်တၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်မ့ၢ်စံးဆၢကဒၢကွၤနၤလၢတမ့ၢ်တၢ်ကတိၤလၢအကြၢးအဘဉ်တခီတဲကဒၢကွၤနတၢ်ကတိၤကယီကယီဒ်ဖိသဉ်ကျဲစၢးတဲအသိးလၢအဘဉ်တက့ၢ်. မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်ကထံဉ်နမဲာ်သဉ်ဖဲနတဲကဒၢကွၤတၢ်ကတိၤလၢအဘဉ်အခါတက့ၢ်.

ဖဲနကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူတၢ်အံၤအခါမၤဆုံထိဉ်နတၢ်ကတိၤဒီးနမိၢ်ပှၤ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတက့ၢ်. စူးကါစ့ၢ်ကီးနစုဖဲနကတိၤတၢ်အခါတက့ၢ်. အဒိ, နကစူးကါနစုဒုးနဲဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤအဒိဉ်အဆံးထဲလဲဉ်နှုဉ်လီၤ.

စူးကါတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒီးမဲာ်သၣ်အတၢ်အိၣ်ဖျါတဖၣ်တသ့ဖဲအသ့ဖဲနကတိၤတၢ်ဒီးဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူတၢ်တဖၣ်တက့ၢ်. ဖိသၣ်ကစးထိၣ်မၤလိတၢ်အံၤအခိပညီန့ၣ်လီၤ. သိၣ်လိဖိသၣ်အဂၤတဖၣ်လၢကမၤလိဒုးနဲၣ်အမဲာ်သၣ်အတၢ်အိၣ်ဖျါဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢလိာ်အသးဒီးဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်နၢ်ဟူတၢ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

ကျဲးစၤးဃုနၢ်ပၢၢ်ကျဲလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢဖိသၣ်အတၢ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်အမဲာ်အတၢ်အိၣ်ဖျါတက့ၢ်. စူးကါစ့ၢ်ကီးတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢအကျိၤအကျဲအဘိဘိၚ်သိးဖိသၣ်ကနၢ်ပၢၢ်တၢ်လၢနအဲၣ်ဒိးတဲအီၤတဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

ဖိသၣ်လၢအနၢ်ဟူတၢ်ကတိၤအဖျၢၣ်တနီၤန့ၣ်တၢ်ကြားသိၣ်လိအီၤၚ်သိးကတိၤတၢ်ကသ့အဂီၢ်နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်ၚ်အံၤတဖၣ်ကတိၤလိထိၣ်တၢ်လၢကဖျါဆုံအဂီၢ်သ့နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တနီၤကတိၤသိၣ်ထဲဒၣ်စ့ၢဖျၢၣ်လၢပနၢ်ပၢၢ်အီၤသ့နှၣ်လီၤ. နမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢကသိၣ်လိအဝဲသ့ၣ်လၢတၢ်နဲၣ်စုအကျိၣ်လၢကမျၢၢ်သဘျ့ကရၢဒီးတၢ်ကရၢကရိအဂၤလၢအမၤတၢ်ဒီးပှၤနၢ်တအၢတဖၣ်အအိၣ်သ့နှၣ်လီၤ.

ဖိသၣ်မ့ၢ်စူးကါတၢ်ပီးတၢ်လိလၢအမၤစၢၤပှၤနၢ်တအၢလၢကနၢ်ဟူတၢ် (hearing aid) နှၣ်သ့ၣ်နိၣ်ထိၣ်လၢ hearing aid အံၤမၤသိၣ်ဒိၣ်ထိၣ်တၢ်အသိၣ်တဖၣ်ခဲလၢာ်နှၣ်လီၤ. ပှၤလၢစူးကါတၢ်နှၣ်ဖဲပှၤခံဂၤကတိၤတၢ်တဘျိဃီအဖၢမုၢ်နှၣ်တသ့ၣ်ညါဝဲမ့ၢ်တၢ်ကတိၤအသိၣ်ဟဲလၢဖဲလဲၣ်တဂအအိၣ်လဲၣ်နှၣ်ဘၣ်လီၤ. ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်တဖၣ်အံၤလၢကဆ့ၣ်နီၤဒီးအသကိးလၢအကွဲးတၢ်ကွဲးနိၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤဟ့ၣ်ဖိသၣ်တၢ်ဆၢကတိၢ်ၚ်သိးကဖးသရၣ်အထးခိၣ်ဖံးဝးအဂီၢ်နှၣ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးတၢ်ဂဲၤလိတဖၣ်

တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲတဖၣ်နှၣ်အဘျုးအိၣ်လၢကမၤအိၣ်ထိၣ်တီၤၚ်သိးကမ့ၢ် inclusive အါထိၣ်အဂီၢ်နှၣ်လီၤ. ကျဲးစၤးစူးကါတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲလၢပှၤကိးဂၤနှာ်လီၤဂဲၤသ့ၚ်လၢလာ်အသိးအံၤနှၣ်လီၤ.

နီၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤအတၢ်ဂဲၤလိတဖၣ် (exercises) အံၤမၤစၢၤဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးလၢကအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်နှၣ်လီၤ. ဖဲနမၤတၢ်ဂဲၤလိဒီးဖိသၣ်တဖၣ်အခါမၤလီၤတံၢ်လၢဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဂဲၤလိအံၤတက့ၢ်. အဒိ, ဖဲနဂဲၤလိာ်ကွဲတၢ်လိာ်ကွဲဒီးဘိလ်တဖၣ်နှၣ်နမ့ၢ်စၢဒၢလွဲလၢဘိလ်အလိၤန့ၣ်ဖိသၣ်လၢတထံၣ်တၢ်တဖၣ်ကန်ၢ်ဟူဘိလ်အသိၣ်ဖဲအသုးအလီၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ဖိသၣ်တနီၤဂဲၤလိာ်ကွဲတၢ်လိာ်ကွဲလၢအဆူၣ်တဖၣ်တသ့ဘၣ်. အိၣ်ဒီးတၢ်လိာ်ကွဲလၢအစၢ်ၚ်အမ့ၢ်တၢ်လိာ်ကွဲလၢအဂဲၤဝဲသ့လၢအဆ့ၣ်နီၤအသိးတဖၣ်နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်အါတက့ၢ်အဲၣ်တၢ်သူၣ်ဝံၣ်သး

ဆၢတဖဉ်နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပ့ၢၤလၢဂဲၤကလံဉ်ပိာ်တၢ်သးဝံဉ်အခံတသ့ ဘဉ်ဆဉ်ဏဲဉ်ဒိကနဉ်တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်မၤလိအ ပူၤတဖဉ်အါတက့ၢ်ဏဲဉ်တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢစ့ၢ်ကီးနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအန္ၢ်တအၢဒဉ်လဉ်နူဉ်ဏဲဉ် တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢသ့ဖဲအဝဲသ့ဉ်ထံဉ်ပှၤအဂၤဂဲၤကလံဉ်ဒီးဟူးဂဲၤအခါ မ့တမ့ၢ် ဖဲအဝဲသ့ဉ်ထံဉ် တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢအပီးအလိတဖဉ်အခါနူဉ်လီၤ.

## တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲအဒိတဖဉ်



### တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲနီဉ်ဂံၢ် (၁) မၤလိတၢ်ခီဖျိတၢ်ကွၢ်တၢ်

ဖိသဉ်တဂၤကကးတံာ်အန္ၢ်ဒီးဖိသဉ်အဂၤတဂၤတခိ ကတဲတၢ်တဲလၢအအလိၤနံၤဆူအသကိးတဖဉ်အအိဉ် နူဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တဂၤအကျါကဟ်မၤအသးဒ်သရဉ်သမါအသိးနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအဟ်မၤအသးလၢအ ကဲသရဉ်အံၤကမၢဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်လၢကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဘဉ်ဃးတၢ်တဲအဂ့ၢ်နူဉ် လီၤ.

ဖဲဖိသဉ်လၢအဟ်မၤအသးလၢအကဲသရဉ်အံၤသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်တဖဉ်ဝံၤအလိၢ်ခံမၢဖိသဉ်လၢအ ကးတံာ်အန္ၢ်အံၤအိးထိဉ်အန္ၢ်ဒ်သိးကဒိကနဉ်တၢ်အဂီၤတက့ၢ်. ဖိသဉ်လၢအဟ်မၤအသးလၢအ ကဲသရဉ်အံၤမၢဖိသဉ်လၢအကးတံာ်အန္ၢ်တဂၤတဲထိဉ်လၢအတူၢ်ဘဉ်ဝဲဒ်လဲဉ်ဖဲတန္ၢ်ဟူတၢ်တဲဂ့ၤ ဂ့ၤအခါနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအကးတံာ်အန္ၢ်အံၤကဘဉ်တဲထိဉ်တၢ်လၢအန္ၢ်ပၢၢ်တၢ်တဲအံၤဒ်လဲဉ် ခီဖျိကွၢ်ဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်အမဲာ်ဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤနူဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဘဉ်ကးတံာ်အန္ၢ်ပူၤနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢ အန္ၢ်ပၢၢ်တၢ်တဲလၢအကွၢ်ပှၤအမဲာ်သဉ်ဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်ကနၢၤတၢ်လၢတၢ်လိာ်ကွဲအံၤအပူၤ နူဉ်လီၤ. တၢ်ဂဲၤလိအံၤကဒုးန္ၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်လၢတန္ၢ်ဟူတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်အတၢ်ကီတၢ်ခဲနူဉ်လီၤ.



### တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲနီဉ်ဂံၢ် (၂) မၤလိတၢ်ခီဖျိတၢ်ပလၢၢ်ဘဉ်တၢ်

ဖိသဉ်တဖဉ်ကဘဉ်ဆၢထၢဉ်လၢအကဝီၤကျိၤဒီးဖိသဉ် လၢကဘဉ်အိဉ်လၢတၢ်အခၢဉ်သးတဂၤဘိဉ်တံၢ်ဃာ်အ မဲာ်နူဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤကဘဉ်ဟဲထိဉ်ဆူဖိသဉ်လၢအမဲာ်ဘိဉ်တံၢ်ဃာ်အသးအအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢ အအိဉ်လၢတ်သးကံၢ်အံၤကဘဉ်ပလၢ်ပှၤလၢအဟဲထိဉ်ဆူအအိဉ်အမဲာ်သဉ် အန်ၢ်ဒီးကတယာ် ဝဲမ့ၢ်မတၤလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢတ်သးကံၢ်အံၤကဘဉ်တယာ်ပှၤလၢအပလၢ်ဝဲအ မံၤလၢတမံးနံးအတိၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကဘဉ်ဟဲထိဉ်ဒီးပလၢ်အသးလၢပှၤလၢအမဲာ်ဘိဉ်တံၢ် ဃာ်အသးလၢတ်သးကံၢ်အံၤတဂၤဝံၤတဂၤတုၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဒီးန့ၢ်ဘဉ်တ်ခွဲးတ်ယာ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအတယာ်ပှၤအမံၤဘဉ်အါကတၢ်ၢ်နှဉ်ကမၤနၤတ်လၢတ်လိဉ်ကွဲအံၤအပူၤနှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်ကဘဉ်ဒီးန့ၢ်တ်ခွဲးတ်ယာ်လၢအဘဉ်ဘိဉ်အမဲာ်ဒီးဆၢထၢဉ်လၢတ် သးကံၢ်နှဉ်လီၤ. တ်လိာ်ကွဲအံၤမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကန်ပၢၢ်ဖိသဉ်လၢတထံဉ်တ်ဂ့ၤဂ့ၤတဖဉ်အ တ်ကိတ်ခဲနှဉ်လီၤ.

## တ်ဆါအှးစ် (HIV/AIDS) ဒီးတ်ကွ်ၢ်တလီၤတ်

မ့ၢ်မဆါတနံၤအံၤလၢဟိဉ်ခိဉ်ဒီဘ့ဉ်အပူၤဖိသဉ်အိဉ်အါဂၤလၢအဒိးန့ၢ် HIV/AIDS ဖဲအအိဉ်ဖျဉ် ထိဉ်သိအခါဒိးဖိသဉ်အိဉ်နၢ်အခါမ့ၢ်လၢအမိၢ်အိဉ်ဒီးတ်ဆါသံကတြိာ်အံၤအဃိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ် တနီၤကဘဉ်တ်ကွ်ၢ်မဲာ်ဒီးထံဉ်တလီၤအီၤဒီးတအိဉ်ဘဉ်ကျိမ့ၢ်လၢအဟံဉ်ဖိဃိဖအိဉ်ဒီးတ်ဆါသံ သတြိာ်အံၤအဃိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အဂၤတနီၤတခီအမိၢ်အပါ်စူးကွံာ်အသးမ့ၢ်လၢတ်ဆါသံသတြိာ် အံၤအဃိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ကအိဉ်ဒီးဖံဖုဒီးဘူးတံၢ်အဂၤ မ့တမ့ၢ် အိဉ်လၢကျဲမ့ၢ်ခိဉ်နှဉ် လီၤ.

သရဉ်လၢကျိပူၤတဖဉ်ကဘဉ်ကွ်ၢ်ဆၢဉ်မဲာ်တ်ဂ့ၢ်ကီခံမံၤဘဉ်ဃးဒီးတ်ဆါအှးစ် (HIV/AIDS) အံၤနှဉ်လီၤ. တၢ်တမံၤမ့ၢ်တ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အတ်ဂ့ၢ်ကီဒ်အမ့ၢ်ကဘဉ်မၤတ်ဒီးဖိသဉ်လၢအ အိဉ်ဒီးတ်ဆါသံသတြိာ်တဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. နကဘဉ်တဲသကိးတ်ဒီးတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ အပှၤမၤတ်ဖိလၢနပှၤတဝၢအပူၤဒ်သိးကမၤလိတ်ဆါလၢအအိဉ်လၢနဟိဉ်ကဝီၤပူၤတဖဉ်ခဲ လၢဂ်ဃုာ်ဒီးတ်ဆါအံၤစ်တဖဉ်စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. တ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အပှၤမၤတ်ဖိကဟ့ဉ်လီၤဘဉ် နၤတ်ဆါအှးစ်အဂ့ၢ်အကျိၤအလံာ်ကဘျုံးဖိဒ်သိးနကဟဲက့ၤစိာ်အီၤဆူနကျိသ့နှဉ်လီၤ. အကါ ဒိဉ်လၢကဘဉ်အိဉ်ဒီးတ်ဂ့ၢ်တ်ကျိၤလၢအဘဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကမၤဘဉ်က့ၤတ်နၢ်ပၢၢ်ကမဉ်တဖဉ် အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ပှၤကိးဂၤဒဲးကြၢးဟ်ကျိကဆဲကဆိနှဉ်လီၤ. ကျိကြၢးဟ်ရၢးဘၢဉ်စုဖျိဉ်ဒီးက် ဟိဉ်ဝါ (bleach) ဒ်သိးကမၤကဆိတ်သွံဉ်, တ်ဘိုးဒီးတ်အ့ဉ်တ်ဆံဉ်တဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

တ်ဂ့ၢ်ကီခံမံၤတမံၤမ့ၢ်ကဘဉ်စံးဆၢဖိသဉ်အတ်သံကွ်ၢ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. လီၤ ဆိဒဉ်တ်, တ်သံကွ်ၢ်ဒ်အမ့ၢ်တ်မံယှာ်လိာ်သးအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. နမ့ၢ်အိဉ်ကတဲာ်ကတိၤနသး ခီဖျိဆိကမိဉ်ဆိတ်လၢဖိသဉ်ကသံကွ်ၢ်တဖဉ်အတ်စံးဆၢနှဉ်ကညီဒိဉ်တစဲးနှဉ်လီၤ. အဒိ, ပှၤ ဒိးန့ၢ်တ်ဆါအှးစ်အံၤသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်. မ့တမ့ၢ် ထ့ဉ်ဖျိဉ်မ့ၢ်တ်မနုၤလဲဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.

ဖဲဖိသဉ်သံကွၢ်နၤတၢ်သံကွၢ်အခါကျဲးစၢး....

- ဒိကနဉ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲး
- စံးဆၢဖိသဉ်အတၢ်သံကွၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဘဉ်တက့ၢ်.
- စံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဒ်ဖိသဉ်အတၢ်သ့ဉ်ညါအပတီၢ်အိဉ်အသိး
- တီဒိးနသးတသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်.[6]

နမ့ၢ်တသ့ဉ်ညါဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်သံကွၢ်အခါတဲဘဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢနလိဉ်ဘဉ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကယုတၢ်စံးဆၢလၢအဝဲသ့ဉ်အဂီၤ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်အိဉ်ဒိးဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒိး HIV/AIDS လၢကွိနှဉ် ဝံသးစူၤဖးလံ်အဘ့ဉ်ယုလီၤတံၢ်လီၤဆဲးတက့ၢ်. လံ်အံၤအိဉ်ဒိးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒိးတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်လၢကမၤစၢၤနၤဒိးဖိသဉ်အဂၤဒ်သိးကန်ပၢၢ် HIV/AIDS အဂီၤ်ဒိးမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကသိဉ်လိအဝဲသ့ဉ်လၢကဘဉ်ဒိသဒၢအသးအဂ့ၢ်အကျိၤနှဉ်လီၤ.

[6] http://www.avert.org/children.htm



## အဆၢဒိၣ် ၄.၃
## တၢ်မၤအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိလၢအိၣ်ဒီးအခီပညီ လၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂီၤ

### မၤလိတၢ်လၢတၢ်အိၣ်မူအဂီၤ

လံာ်အဘ့ၣ်လၢအပူၤကွံာ်တဖၣ်ပမၤလိဘၣ်လၢတၢ်လၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသၣ်ခဲလၢာ်အတၢ်အိၣ်ကွိ အကျါတခါမ့ၢ်မိၤ်ပၢ်ဒီးဖိသၣ်တဖၣ်တထံၣ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အလုၢ်အပှၤဘၣ်နှၣ်လီၤ. မိၤ်ပၢ် လၢအဒိးသန့ၤအသးလၢအဖိကမၤန့ၢ်ကျိၣ်စ့လၢအဂီၤ်ဒီးဖိသၣ်အနီၤ်ကစၢ်ကတူၢ်ဘၣ်လၢတၢ်မၤ လိဖံးတၢ်မၤတၢ်အံၤအကါဒိၣ်နှ့ၢ်လဲၤဆူကွိနှၣ်လီၤ.

ဖိသၣ်အဂၤလၢတဘၣ်မၤန့ၢ်ကျိၣ်စ့လၢဟံၣ်ဖ်ိယိဖအဂီၤ်တဖၣ်ကတူၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ကၢၣ်အသးလၢ ကွိဖဲတထံၣ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖၣ်ကကဲဘျူးကဲဖွိၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူဆူညါအဂီၤ်ဘၣ်နှၣ်လီၤ. အဃိအဝဲသ့ၣ်တလဲၤကွိထိဘိ မ့တမ့ၢ် ကဟးထိၣ်ကွံာ်ကွိလၢတၢ်ဖးဖိနှၣ်လီၤ.

လၢတၢ်နှၣ်အဃိပလိၣ်ဘၣ်လၢပကဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိအလီၤ်လၢအပဲၤဒီးတၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ် (learning-friendly environment) ဒ်သိးကဟ့ၣ်ဂံၤ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်လၢကမၤလိဒီးထံၣ်တၢ်လၢအ မၤလိဝဲတဖၣ်အဘျူးအဖွိၣ်အိၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤ်နှၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအကါဒိၣ်မ့ၢ် လၢဖဲနသိၣ်လိဖသၣ်အခါဖိသၣ်တဖၣ်ကျဲးစၢးဒုးစဲဘူးတၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢတီၤပူၤဒီးတၢ်လၢအ မၤလိတ့ၢ်လံဝဲလၢကွိအချၢနှၣ်လီၤ. ပမၤတၢ်အံၤကသ့လၢကျဲဒ်လဲၣ်. ကွၢ်တၢ်အဒိတမံၤလၢလာ် အံၤတက့ၢ်.

ဖဲပနီကါလၢမဲးနးထူထိၣ် Manatuto လၢကီၤ်တံၣ်မိအမုၢ်ထိၣ်အပူၤပိာ်မုၣ်ဖိသၣ်သၢဂၤလၢကျဲ ကပၤကျဲးစၢးဆါအိၣ်ညၣ်ဆံးဆံးဖိတဖၣ်နှၣ်လီၤ. ပပတာ်ပသိလ့ၣ်ဒီးကတိၤဒိးဖိသၣ်သၢဂၤအံၤ နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်အသးနံၣ်မ့ၢ်ဝဲ (၈–၁၁) နံၣ်နှၣ်လီၤ. မ့ၢ်မုၢ်ယါ်နံၤဂီၤခီတဆံတၢနၣ်ရံၣ်ဒီး တမ့ၢ်ဘၣ်လၢကွိပျၢ်အခါဘၣ်နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤကြၢးအိၣ်လၢကွိ၈ါ. ကဂ့ၤဒိၣ်လၢဖိသၣ် တဖၣ်အံၤကအိၣ်လၢကွိ၈ါ. ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤမၤလိန့ၢ်တၢ်ခီဖျိဖံးမၤတၢ်လၢအကစၢ်ဒၣ်ဝဲနှၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်မၤစၢၤအဟံၣ်ဖ်ိယိဖလၢကမၤန့ၢ်တၢ်အိၣ်နှ့ၢ်ဂံၤ်နှ့ၢ်ဘါဒိးဆါညၣ်မ့ၢ်နှ့ၢ်တခီကမၤန့ၢ်ကျိၣ်စ့ တဆံးတက့ၢ်နှၣ်လီၤ.

ပှၤဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်လၢကီၤ်ရ့ၣ်အပတီၤ်လၢအအိၣ်လၢသိၣ်လ့ၣ်တခိၣ်ဃိဒီးပှၤအံၤသးအုးလၢ ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤတအိၣ်လၢကွိဘၣ်နှၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်အဝဲတဲနၢ်ပၢၢ်ပှၤလၢဖိသၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်အိၣ် လၢကွိနှၣ်ကဘၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကျိၣ်အဂၤမ့ၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်အကျိၣ်ဒၣ်ဝဲတဘၣ်တၢ်သိၣ်လိအီၤ လၢကွိဘၣ်အဃိနှၣ်လီၤ. ကွိအိၣ်ဒီးလံာ်ထဲစ့ၤဘ့ၣ်အဃိဖိသၣ်စူးကါအတၢ်ဆၢကတီၤ်အါတက့ၢ်

ဒိကနဉ်သရဉ်တဖဉ် မ့တမ့ၢ် ကွဲးကူလီၤလံာ်လၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤန့ဉ်လီၤ. လံာ်လၢအအိဉ်ဒီးသရဉ်တဖဉ်ဘဉ်တၢ်ကွဲးအီၤလၢကီၢ်ဖိးတူၢ်ကၢဉ် (Portugal) အကျိာ်နဉ်လီၤ.

အဝဲစံးလၢသရဉ်အါဂၤတအိဉ်ဒီးတၢ်သိဉ်လိနဲဉ်ယုၤအဝဲသ့ဉ်နီတမံၤဒီးမ့ၢ်လၢဟံဉ်တအိဉ်လၢသရဉ်တဖဉ်အဂီၢ်လၢအဘူးဒီးကွိအယိန့ဉ်သရဉ်တဖဉ်အိဉ်ယံၤဒီးကွိန့ဉ်လီၤ. ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်သရဉ်တသ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်တဖဉ်စူးကါအဆၢကတီၢ်လၢကဲၤလိာ်ကွဲဒီးဃုအိဉ်ညဉ်ဒ်အံၤဘဉ်နဉ်လီၤ. ကွိအလံာ်အလၢ်တဖဉ်ဒုးနဲဉ်တၢ်ဂီၤလၢပှၤမၤအိဉ်ညဉ်လၢဖိးတူၢ်ကၢဉ်အဂီၤဒီးထိဘိဒုးနဲဉ်ပိာ်ခွါတဖဉ်ဃုအိဉ်ညဉ်ဒီးပိာ်မုဉ်တဖဉ်ထိဘိဖိအိဉ်တ့ၤအိဉ်တၢ်နှဉ်လီၤ. ပှၤဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးတၢ်လၢကီၢ်ရှဉ်အပတီၢ်အံၤစံးလၢအဝဲသ့ဉ်ကျဲးစၢးလဲလိာ်ကွိမ့ၢ်တၢ်လီၢ်လၢပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါကမၤလိတၢ်ကမ့ာ်ဒ်သိးသိးအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်တၢ်လဲလိာ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ကိတၢ်ခဲဖးဒိဉ်တမံၤဒီးကယံာ်ဒံးတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖးယံာ်နှဉ်လီၤ.

သရဉ်လၢမဲနးထူထိဉ် (Manatuto) အပူၤတဖဉ်မ့ၢ်သ့ဉ်ညါပှၤတဝၤတဖဉ်အဂ့ၢ်ဂ့ၤထိဉ်နှဉ်အဝဲသ့ဉ်ကမၤဘဉ်ဂီၢ်က့ၤတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒ်သိးကပၤနုာ်တၢ်မၤလိအဒိလၢပှၤတဝၤအပူၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်မၢမိၢ်ပၢ်တနီၤဟဲဆူကွိဒီးဃုအိဉ်ညဉ်ဒ်လဲဉ်ဒီးဒုးနဲဉ်တၢ်ပီးတၢ်လိလၢအဖိဉ်ညဉ်တဖဉ်ဆူဖိသဉ်အအိဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တ့ညဉ်အကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်အဂီၤဒီးကျးလီၤအီၤလၢတီၤအတၢ်ဒူဉ်လိၤသ့နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကထိဉ်ညဉ်တဖဉ်အထိအိဉ်ထဲလဲဉ်ဒီးခံကွၢ်စီၤကွၢ်အီၤဒီးတ့လံာ်တိၤပြဲတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကတူၢ်ဘဉ်လၢတၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢတီၤပူၤတဖဉ်အိဉ်ဒီးအခိပညီလၢအဂီၢ်ဒီးအမိၢ်အပၢ်အ ဂီၢ်လၢကျဲဒ်အံၤန့ဉ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ဒုးစဲဘူးတၢ်လၢဖိသဉ်မၤလိတဖဉ်ဆူဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်

ကွၢ်ကဒါက့ၤကွိတၢ်မၤလိအလံာ်မိၢ်ပှၢ်ဒီးကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်လၢဖိသဉ်မၤလိလၢကွိဒီးကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်လၢဖိသဉ်ကြားသ့ဉ်ညါဝဲလၢအတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်တက့ၢ်. ကျဲးစၢးဒုးစဲဘူးတၢ်သိဉ်လိအခိဉ်တိဒီးပှၤတဝၤအတၢ်အိဉ်မူအပတီၢ်တဖဉ်တက့ၢ်. သိဉ်လိစ့ၢ်ကီးတၢ်လၢအကဘဉ်သ့ဉ်ညါဝဲလၢအိဉ်မူကသ့အဂီၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အသိးတက့ၢ်.

ဆိကမိဉ်ထိဉ်နပှၤကွိဖိတဖဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. နသ့ဉ်ညါဖိသဉ်တဖဉ်အမိၢ်အပၢ်တဖဉ်ဖံးတၢ်မၤတၢ်မနုၤလဲဉ်ဧါ. နသ့ဉ်ညါဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအိဉ်ဖဲလဲဉ်ဧါ. ဖိသဉ်လၢနတီၤပူၤတထိဉ်ကွိအိဉ်အါဧါ. အဝဲသ့ဉ်တထိဉ်ကွိအဆၢကတီၢ်ဖဲလဲဉ်ဒီးဘဉ်မနုၤအယိတထိဉ်ကွိလဲဉ်. နကွိထၢဖြိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်အဂ့ၢ်အကျိၤစ့ၢ်ကီးဧါ. (ကွၢ်လံာ်အဘ့ဉ် ၃ တက့ၢ်.)

ဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်မနုၤလၢနကသိဉ်လိလၢကွိအကတီၢ်တကတီၢ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်. ဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်တဖဉ်တက့ၢ်. ကွဲးလီၤတၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တိလၢနကသိဉ်လိအီၤတဖဉ်, တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တိတဖဉ်

အံၤဘၣ်ထွဲဘၣ်ဃးလိာ်အသးလၢဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူဒ်လဲၣ်, ဒီးကျဲးစၢးဆိကမိၣ်လၢနကမၤဘၣ်ထွဲကွၤတၢ်မၤလိအခိၣ်တီဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူဒ်လဲၣ်တက့ၢ်.

| **တၢ်မၤလိခိၣ်တီ** | **တၢ်ဒုးစဲဘူးတၢ်လၢနသိၣ်လိအီၤအံၤဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်** | **ကျဲလၢတၢ်မၤဘၣ်ထွဲကွၤတၢ်မၤလိခိၣ်တီဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူ** |
|---|---|---|
| အဒိ, သ့ၣ်လၢတၢ်စူၤသ့ၣ်ပှၢ်အပူၤ | ပှၤတဝၤလၢဖိသၣ်တဖၣ်အိၣ်အလိၢ်အံၤအိၣ်ဒီးသ့ၣ်ထူၣ်အါအါဂိၢ်ဂိၢ်မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဘူးဒီးပှၢ်လၢအတမ့ၢ်တၢ်စူၤသ့ၣ်ပှၢ်အလိၢ်ကဝီၤ | အဆိကတၢ်မၤလိနဟိၣ်ကဝီၤအသ့ၣ်ပှၢ်တဖၣ်တက့ၢ်. မၤတၢ်ဂဲၤလိလၢဘၣ်ဃးဒီးစဲအ့ၣ်, တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးကျိၣ်အတၢ်မၤလိတက့ၢ်. နမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤမ့ၢ်ဝံၤမၤဖိသၣ်ထိၣ်သတြိၤအပှၢ်အံၤလိၤဆီဒီးတၢ်စူၤသ့ၣ်ပှၢ်ဒ်လဲၣ်တက့ၢ် |
| နတၢ်အဒိ, | | |

## တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ် Learning-friendly environment လၢတၢ်မၤလိလၢအအိၣ်ဒီးအခီပညီအဂီၢ်

### ကတဲာ်ကတီၤတၢ်မၤလိလၢအအိၣ်ဒီးအခီပညီ

ဒ်ပမ့ၢ်သရၣ်တဖၣ်အသိးပဘၣ်ဒုးစဲဘူးတၢ်လၢပသိၣ်လိလၢတီၤပူၤတဖၣ်ဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်ဒီးအဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်အတၢ်အိၣ်မူန္ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤတမ့ၢ်တၢ်လၢအညီတမံၤဘၣ်. ပှၤတဂၤမးမၤဆူၣ်ဖိသၣ်လၢကမၤလိန္ၢ်တၢ်အဂီၢ်တသ့ဘၣ်. ဖိသၣ်ကမၤလိန္ၢ်တၢ်ဖဲအအိၣ်ဒီးတၢ်သူၣ်ဆူၣ်သးဂဲၤလၢကမၤလိန္ၢ်တၢ်အခါန္ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်ကမၤလိတၢ်ဖဲအတူၢ်ဘၣ်ဝဲလၢတၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖၣ်ကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကမၤနၢၤတၢ်လၢအတၢ်အိၣ်မူအပူၤန္ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်ကမၤလိတၢ်ဖဲအမၤန္ၢ်တၢ်စံးပတြၢၤလၢအသရၣ်, အတံၤသကိးဒီးမိၢ်ပၢ်တဖၣ်လၢအမၤလိတၢ်ဂ့ၤထဲလဲၣ်န္ၣ်လီၤ. ပမၤတၢ်အံၤသ့လၢကျဲဒ်လဲၣ်. ဖဲနကတဲာ်ကတီၤတၢ်မၤလိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအခါသံကွၢ်လီၤနသးတၢ်သံကွၢ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤတက့ၢ်.

- **တၢ်ထိၣ်ဂဲၤထိၣ်သူၣ်သး –** တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီတဖၣ်အံၤအိၣ်ဒီးအခီပညီဒီးဘၣ်ထွဲလိာ်အသးဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူစ့ၢ်ကီးဧါ. တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီတဖၣ်အံၤလီၤထုးန္ၢ်ဖိသၣ်အသူၣ်အသးစ့ၢ်ကီးဧါ.

- **တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖ့်** – တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီတဖ့်အံၤကီတလၢမ့တမ့ၢ်ညီတလၢလၢဖိသဉ်အဂီၤလဲဉ်. တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီတဖ့်ကြၢးဘဉ်လၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါဖိခဲလၢာ်အဂီၤစ့ၢ်ကီးဧါ. တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီတဖ့်ကြၢးဘဉ်လိာ်အသးဒီးဖိသဉ်လၢအကၠ့ၢ်အဂီၤတလၢတပ့ၤဒိးဟးဂီၤဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်စ့ၢ်ကီးဧါ.

- **တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖ့်** – ဖိသဉ်တဖ့်အိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကမၤန့ၢ်တၢ်အစၢလၢနအဲဉ်ဒိးစ့ၢ်ဧါ.

- **တၢ်မၤကွၢ်ကဖါက့ၤ** – တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်လၢကျဲအကလုာ်တဖ့်မၤစၢၤဖိသဉ်လၢကထိဉ်ဟူးထိဉ်ဂဲၤအသးလၢကမၤလိတၢ်အါထိဉ်ဆူညါဧါ.



**တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ဒုးစဲဘူးတၢ်လၢဖိသဉ်မၤလိလၢတီၤပူၤဒီးအတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤ**

ခဲအံၤဆိကမိဉ်ကဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီအသိတမံၤလၢနကသိဉ်လိအီၤဒီးကွဲးလီၤအီၤလၢလံာ်တိၤဖျါလၢအအိဉ်လၢတၢ်ဖိခိဉ်အံၤတက့ၢ်. နဒုးစဲဘူးတၢ်မၤလိအခိဉ်တီအံၤဒီးဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤလၢကွိအချၢသ့တမံၤမံၤဧါ. အဒိ,

- ဟံဉ်တၢ်မၤ (တၢ်ဖိအိဉ်တၢ်, တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဒိပုၢ်ဝဲၢ်,တၢ်မၤကဆဲကဆိတၢ်)

- တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဆဉ်ဖိကီၢ်ဖိ

- တၢ်ဟးပှၢ်,တၢ်ဃုအိဉ်ညဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လဲၤဃုအိဉ်တၢ်ဒိးတၢ်လဉ်တဖ့်

- တၢ်သူဉ်ဖျးတၢ်အိဉ်တၢ်အိဒိးတၢ်မၤတၢ်လၢစံာ်ပူၤခုးပူၤတဖ့်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိအတဝၤလၢအိဉ်ဒီးအခီပညီ

လၢပကမၤတၢ်အံၤအဂီၤတီၤပူၤကဘဉ်မ့ၢ်တၢ်လိၢ်လၢအပ့ၤဒိးတၢ်မၤလိသကိးတၢ်လၢတၢ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်အပူၤ (learning-friendly) နှဉ်လီၤ. လၢ learning-friendly တီၤပူၤဖိသဉ်ကသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢအခီပညီအဒိဉ်အယိာ် (open questions,) ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်, စးထိဉ်တၢ်စံးတၢ်ကတိၤအခံ, ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒိးသရဉ်,တံၤသကိးဒိးဟံဉ်ဖိဃိဖိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခဲ

လၢာ် – ပိာ်မှၣ်ဒီးပိာ်ခွါဖိ, ပၣ်ယုာ်ဒီးဖိသၣ်လၢအကှၢ်အဂီၤတလၢပဲၤဒီးအိၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိယိဖတၢ် အိၣ်သးဂံၢ်ထံးလၢအလီၤဆိ – ကတူၢ်ဘၣ်မှာ်ဒီးသးခုလၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤန့ၣ် လီၤ. လၢ learning-friendly တီၤပူၤသရၣ်အိၣ်ဒီးအမူအဇါလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအါမံၤန့ၣ် လီၤ.

လၢအပူၤကွံာ်သရၣ်အမူအဇါန့ၣ်မ့ၢ်ထဲဇၣ်အဟှာ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်ဆူဖိသၣ်အအိၣ်နှၣ် လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ခဲအံၤလၢကမၤစၢၤဖိသၣ်မၤလိနှ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤအဂိၢ်ပဘၣ်အိၣ်ဒီးမူဇါလၢအလီၤဆိ လိာ်အသးလွံၢ်မံၤန့ၣ်လီၤ.

- **ပှၤဟံးစုနဲၣ်ကျဲတၢ် (facilitator) –** ပကဘၣ်ဟှာ်ဖိသၣ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤလိတၢ် ဒီးဟှာ်ဂံၢ်ဟှာ်ဘါအဝဲသ့ၣ်ဒ်သိးကကတိၤတၢ်ဒီးဟှာ်ထိၣ်အတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်လၢတီၤ ပူၤန့ၣ်လီၤ.

- **ပှၤပၢဆုၢတၢ်** – ပဘၣ်ရဲၣ်ကျဲၤဒီးနဲၣ်တၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးလၢတီၤပူၤဒ်သိးဖိသၣ်ကိး ဂၤဒဲးကဟှာ်ထိၣ်ဘၣ်အတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်အဂိၢ်နှၣ်လီၤ.

- **ပှၤကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်** – ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသၣ်ဖဲအမၤတၢ်လၢကရူၢ်, လၢအမၤတၢ်ခံဂၤတဂူၣ် မ့တမ့ၢ် ဖဲအမၤတၢ်ထဲတဂၤအခါန့ၣ်မၤစၢၤပှၤလၢပကနှာ်ပၢၢ်ဖိသၣ်တဖၣ်ဒီးရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ဂဲၤ လိတဖၣ်နှၣ်လီၤ. အဒိ, တၢ်ဂဲၤလိလၢဖိသၣ်ခံဂၤတဂူၣ်အဂိၢ်အံၤတၢ်လဲလိာ်အီၤကသ့ဆူက ရူၢ်အတၢ်ဂဲၤလိန့ၣ်လီၤ. ဃုထၢဖိသၣ်တဂၤလၢကကဲကရူၢ်အခိၣ်ဒ်သိးကဆုၢအကရူၢ်ဖိတ ဖၣ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂိၢ်တကွၢ်.

- **ပှၤမၤလိတၢ်ဖိ** သရၣ်မၤလိတၢ်ဖဲပကွၢ်ကဇါကွၤပတၢ်မၤလိဒီးဆိကမိၣ်ထိၣ်ဖိသၣ်တဖၣ် မၤလိနှ်တၢ်ဂ့ၤထဲလဲၣ်နှၣ်လီၤ.ဝံၤပမၤဂ့ၤထိၣ်ကွၤပတၢ်မၤလိလၢခံနှၣ်လီၤ. အဒိ, တၢ် ဂဲၤလိတခါမ့ၢ်မၤစၢၤဖိသၣ်လၢကနှာ်ပၢၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တိတမံၤန့ၣ်ပစူးကါတၢ်ဂဲၤလိတမံၤဃိ အဝဲန့ၣ်လၢကမၤစၢၤဖိသၣ်နှာ်ပၢၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တိအဂၤသ့ဓါ.

## တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိအတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအကဒုးသ့ၣ်ညါနှာ်ပၢၢ်ပိာ်မှၣ်ဒီးပိာ်ခွါအတၢ် ထဲသိးတုၤသိးလိာ်သး

လၢတၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါလီၤလံာ်တဖၣ်အံၤအပူၤန့ၣ်ပမၤလိဘၣ်လၢ gender အခီပညီပိာ်မှၣ်ပိာ်ခွါအမူ အဇါအိၣ်လၢပှၤတဝၤအပူၤဒ်အမ့ၢ်ပိာ်ခွါတဖၣ်ဘၣ်ဃုကျိၣ်ဃုစ့တၢ်ဟဲနှာ်လၢဟံၣ်ဖိယိဖိအဂိၢ်ဒီး ပိာ်မှၣ်တဖၣ်ဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဟံၣ်ဃီဒီးဖိလံၤတဖၣ်အသိးန့ၣ်လီၤ. မူဇါလၢပိာ်မှၣ်ဒီးပိာ်ခွါတ ဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်အီၤလၢပှၤတဝၤတဖၣ်ဒီးကလဲၤလီၤတစိၤဘၣ်တစိၤခီဖျိလၢပှၤတဝၤ

အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအဃိနှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိတဖဉ်လဲလိာ်အသးလၢဆၢကတိၢ်တဖဉ် အပူၤဒ်ကျဲတဘိဃီလၢတၢ်ဆဲးတၢ်လၢအဂၤတဖဉ်လဲလိာ်အသးသ့အသိးနှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါ အမူအဒၢိတဖဉ်အံၤမၤဘဉ်ဒိပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအသကဲာ်ပဝးဒီးတၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢကွိစ့ၢ်ကီးနှဉ် လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်အံၤဘဉ်ဃးဒီးတၢ်အဒိတခါလၢတၢ်ဂ့ၢ်ဒ်အံၤကဲထိဉ်အသးနှဉ်လီၤ.

## နိၢ်စူဉ်စဉ်အဂ့ၢ်

နိၢ်စူဉ်စဉ်အိဉ်လၢသဝိတဖျၢဉ်လၢဘူးဒီးဝ့ၢ်ဖးခ်စ် (Pakse) လၢကိၢ်လဉ်အိဉ်အကလံၤထံးအပူၤ နှဉ်လီၤ. အဝဲအသးနံဉ်အိဉ်ခွံနံဉ်ဒီးမၤလိသၢတီၤနှဉ်လီၤ. အဝဲအိဉ်ဒီးအဒိပုၢ်ဝဲၢ်ခွါခံဂၤလၢအမံၤ မ့ၢ်စိၤလံဒီးစိၤဟ့နှဉ်လီၤ. နိၢ်စူဉ်စဉ်လဲၤဆူကွိဒီးအဒိပုၢ်ဝဲၢ်ခွါခံဂၤအံၤကိးနံၤဒဲးနှဉ်လီၤ. အဝဲမ့ၢ် ကွိဖအဂ့ၢတဂၤဒီးကျဲးစၢးတၢ်ဆူဉ်ဆူဉ်ကလဉ်လၢကွိဘဉ်ဆဉ်ဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဉ်တၢ်အါမံၤနှဉ် လီၤ. နိၢ်စူဉ်စဉ်အတၢ်ကိတၢ်ခဲမ့ၢ်ဘဉ်မၤတၢ်အါမံၤတချူးအလဲၤဆူကွိအခါနှဉ်လီၤ. နိၢ်စူဉ်စဉ် အဒိပုၢ်ဝဲၢ်မုဉ်တဂၤယိၢ်ဘဉ်မ့ဉ်ပိၢ်ဒီးအခိဉ်တူဉ်ကွံဉ်တခိနှဉ်လီၤ. အဒိပုၢ်ဝဲၢ်မုဉ်အံၤအခိဉ်ဆါဒီး ပၢၢ်ထိဉ်လၢဖးဖိမုၢ်ဒီးနိၢ်စူဉ်စဉ်ဘဉ်ဂဲၤဆၢထၢဉ်လၢဖးဖိမုၢ်ဒီးကွၢ်ထွဲအဒိပုၢ်ဝဲၢ်မုဉ်အံၤနှဉ်လီၤ. နိၢ်စူဉ်စဉ်ဘဉ်ဂဲၤဆၢထၢဉ်လၢဂီၤဂီၤတချူးအဒိပုၢ်ဝဲၢ်ဒီးအဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်ပၢၢ်ထိဉ်ဒံးဘဉ်ဒီးဘဉ် လဲၤဟံးထိဉ်သ့ဉ်မုဉ်ဒီးဆိးကဲၤလီၤမ့ဉ်အူ, ဝံၤအဝဲဘဉ်ဆုဘုလၢကအိဉ်ဝဲလၢဂီၤတၢ်အိဉ်အဂိၢ် နှဉ်လီၤ. ဝံၤအဝဲဘဉ်ဒုးအိဉ်အဒိပုၢ်ဝဲၢ်မုဉ်အတၢ်အိဉ်နှဉ်လီၤ. တုၤမ့ၢ်နိၢ်စူဉ်စဉ်လဲၤတုၤကွိတစုနှဉ် အဝဲတၢ်ဘုံးအသးဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. အဒိပုၢ်ဝဲၢ်ခွါတဖဉ်တၢ်တမၢအီၤလၢကမၤစၢၤအီၤလၢကကွၢ်စၢၤ အဒိပုၢ်ဝဲၢ်မုဉ်အံၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. နိၢ်စူဉ်စဉ်အဒိပုၢ်ဝဲၢ်ခွါခံဂၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤထဲဒဉ်လဲၤဃုအိဉ်ညဉ် ဒီးအပၢ်ဧၤအဃိအဝဲသ့ဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢကမၤလံာ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

ဖဲနိၢ်စူဉ်စဉ်လဲၤတုၤကွိနှဉ်အဝဲကျဲးစၢးဆူဉ်ဆူဉ်လၢကဒိကနဉ်သရဉ်ဘဉ်ဆဉ်ကိဒိဉ်မးလၢအဂိၢ် မ့ၢ်လၢတၢ်ဘုံးအသးဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလိအခိဉ်တိတဖဉ်စ့ၢ်ကီးလီၤဆိလၢနိၢ်စူဉ်စဉ်အတၢ် အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ညိနှ်သးဒိဉ်ထိဉ်အီၤလီၤဆိဒဉ်တၢ်ဖဲအမံခွ လၢတၢ်မၤလိအကတိၢ်အခါနှဉ်လီၤ.

သရဉ်ဒူအီၤဝံၤအလိၢ်ခံအဝဲဆၢတဲာ်လၢကဟးထိဉ်ကွိဒီးဆိကမိဉ်ဝဲလၢကမၤစၢၤအမိၢ်အပၢ်လၢ တၢ်မၤသ့ဉ်မုဉ်ဃိဉ်ဝဉ်, ဒၢဉ်ထံဒၢဉ်နိ, အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအပုၢ်ဒီးကွၢ်ဆဉ်ဖိကိၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲ တလဲၤလၢၤကွိနိတဘျိလၢၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဃိအဝဲတဖျိသၢတီၤဘဉ်. မ့မ့ၢ်အဒိပုၢ်ဝဲၢ်ခွါခံဂၤနှဉ် လၢာ်ဖျိထိဉ်တီၤဖုဉ်ကွိကွဲးသ့ဖးသ့ဒီးထိဉ်ဆူတီၤထိကွိနှဉ်လီၤ.

တၢ်အဒိအံၤဒုးနဲဉ်ပှၤလၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအမူအဒၢိလၢဟံဉ်ပူၤဃီပူၤဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢပိာ် မုဉ်ဖိတဖဉ်အဂိၢ်ဒီးတုၤဆူတၢ်ဟးထိဉ်ကွိအပတိၢ်နှဉ်လီၤ. သနာ်ကဉ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိအံၤမၤ ဘဉ်ဒိစ့ၢ်ကီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်ဖဲအတူၢ်ဘဉ်ဝဲလၢကွိအခိပညိတအိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဂိၢ်ဒီးဂ့ၤဒိဉ်လၢ ကမၤတၢ်ဒီးဆိဉ်ထွဲအဟံဉ်ဖိဃီဖိနှဉ်လီၤ. အါနှ့ၢ်အနှဉ်ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအမူအဒၢိတဖဉ်အဖိခိဉ်ခဲ

လၢာ်နၫ်ၣ်တၢ်ဆဲးတၢ်လၤမၤပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါတဖၣ်လၢကဆိကမိၣ်လီၤအသးလၢကဘၣ်မၤမူဇါတဖၣ် အံၤနၫ်ၣ်လီၤ. အဒိ, ပိာ်ခွါနၫ်ၣ်တဟီၣ်ဘၣ် မ့တမ့၊ ပိာ်မုၣ်နၫ်ၣ်တဘၣ်ဂဲၤတၢ်လိာ်ကွဲလၢအဆူၣ်အ ကိၤဘၣ်. လၢကျဲတဘိဃီဒ်အံၤအပူၤပိာ်မုၣ်တနီၤမၤလိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးလံာ်စဲအ့ၣ်တမှာ်ဘၣ်မ့၊ လၢအဆိကမိၣ်ဝဲလၢလံာ်တဖၣ်အံၤမ့၊လၢပိာ်ခွါအဂီၢ်နၫ်ၣ်လီၤ.

ပမ့၊အဲၣ်ဒိးဟ်ဃုာ်ဖိသၣ်ခဲလၢာ်လၢတၢ်မၤလိလၢအဟ်ဃုာ်ပှၤကိးဂၤဒဲးလၢအပဲၤဒီးတၢ်ရၫလိာ်မုာ် လိာ် (inclusive learning-friendly) အတိၤပူၤနၫ်ၣ်ပဘၣ်သံကွာ်, "ဖိသၣ်ခဲလၢာ်လၢတိၤပူၤအိၣ် ဒိးတၢ်ဆၢကတိၤဒိးဂံၢ်ဘါလၢကမၤဝံၤတၢ်လၢပမၢအမၤတဖၣ်စ့ၢ်ကိးဧါ." ကျဲတဘိလၢကစံးဆၢ တၢ်သံကွာ်အံၤအဂီၢ်မ့၊ဃုထံၣ်နၫ်ၣ်ပိာ်မုၣ်ဒိးပိာ်ခွါတဖၣ်အိၣ်ဒိးတၢ်မၢဆံးအါလၢအဟံၣ်အဃီတ ကွာ်. မၢဖိသၣ်တဲသကိးမ့တမ့၊ကွဲးဘၣ်ဃး, "တၢ်မနုၤလၢအမၤဝဲလၢ ဟံၣ်တဖၣ်လဲၣ်" တကွာ်. နကကမၢကမၣ်လၢဖိသၣ်တဖၣ်ဘၣ်မၤတၢ်ဆံးအါလၢဟံၣ်လီၤဆိဇၣ်တၢ်ပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်နၫ်ၣ်လီၤ. နမၤဘၣ်ထွဲတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢနမၢဖိသၣ်မၤတၢ်လၢကွိခီဖျိကွၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဘၣ်မၤဝဲလၢဟံၣ် တဖၣ်အသိးသ့နၫ်ၣ်လီၤ.



တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – ဒုးသ့ၣ်ညါပှၤလၢပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါအမူအဇါတဖၣ်

တၢ်ဂဲၤလိခံမံၤလၢနမၢအီၤသ့လၢတိၤပူၤမ့၊ဒ်လာ်အသိးနၫ်ၣ်လီၤ.

၁. ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒိးဖိသၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်လၢအဆိကမိၣ်ဝဲလၢပှၤတဝၢအဲၣ်ဒိးမၢအ မၤအမူအဇါဒ်အမ့၊ပိာ်မုၣ်ဒိးပိာ်ခွါအသိးတကွာ်. မၢအီၤအဆိကတၢ်ထဲပိာ်မုၣ်ဓိၤတ ကရူၢ်ဒိးထဲပိာ်ခွါတကရူၢ်ဝံၤဃါဃုာ်ပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါတပူၤဃီတကွာ်.ပိာ်ခွါဆိကမိၣ်လၢပိာ်မုၣ် အမူအဇါမ့၊မနုၤလဲၣ်. ပိာ်မုၣ်ဆိကမိၣ်လၢပိာ်ခွါဖိအမူအဇါတဖၣ်မ့၊မနုၤလဲၣ်. အဝဲသ့ၣ် ထံၣ်တၢ်မနုၤလဲလိာ်အသးလဲၣ်.

၂. မၢပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ပိာ်ခွါအသကဲာ်ပဝးမ့၊မနုၤလဲၣ်တကွာ်. ဝံၤမၢပိာ်ခွါဖိတ ဖၣ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ပိာ်မုၣ်အသကဲာ်ပဝးမ့၊မနုၤလဲၣ်တကွာ်. ကွဲးလီၤပိာ်မုၣ်အသကဲာ်ပဝး တကျိၤဒီးအဂၤတကျိၤကွဲးလီၤပိာ်ခွါအသကဲာ်ပဝးလၢသ့ၣ်ဘၣ်သူအလိၤတကွာ်. ဝံၤလဲ လိာ်ပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါအသကဲာ်ပဝးတဖၣ်အလိၤ်တကွာ်. ဝံၤသံကွာ်ဖိသၣ်တဖၣ်လၢအၢဉ်လီၤဝဲ မ့တမ့၊ ထိဇါဝဲလဲၣ်တကွာ်. ပမှာ်လ၊်လၢဖိသၣ်ကကျၢ်တၢ်လၢမူဇါတဖၣ်တ၊်လဲလိာ်အ လိၤ်သ့နၫ်ၣ်လီၤ. တၢ်လၢတၢ်လဲလိာ်အီၤတသ့တမံၤမ့၊ပိာ်ခွါအိၣ်ဖျဲၣ်လီၤအဖိဒိးဒုးအိၣ်အ ဖိလၢအနုၤ်တသ့ဘၣ်နၫ်ၣ်လီၤ.



## တၢ်ကွၢ်ကဒါကွဲၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်သ့ဉ်ညါဖိာ်မုဉ်ဒီးဖိာ်ခွါအမူအဒါလၢတၢ်သိဉ်လိအပူၤ

ကွၢ်တၢ်ပာ်ဖျါလၢအအိဉ်လၢလံာ်တိၤဖျါအပူၤဒီးမၤပဲၤလံာ်တိၤဖျါလၢအလီၤဟိတဖဉ်ဒီးကွဲးလီၤတၢ်မနုၤလၢနဘဉ်မၤဂ့ၤထိဉ်နတီၤပူၤလဲဉ်တက့ၢ်.

| လံာ်ကျိၤ | ခဲအံၤ ခဲအံၤ | တဘျီ တခီဉ် | နီတဘျီ | တၢ်လိဉ်လၢကဘဉ်မၤဂ့ၤထိဉ် |
|---|---|---|---|---|
| ယသမံသမိးကွၢ်ယတၢ်သိဉ်လိအပိးအလိတဖဉ်မ့ၢ်အအိဉ်ဒီးတၢ်အဒိဂ့ၤလၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါတဖဉ်အဂီၤစ့ၢ်ဧါ. | | | | |
| ယဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပိာ်မုဉ်တဖဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးလံာ်စဲအ့ဉ် | | | | |
| ယစူးကါတၢ်မၤလိအကျဲလၢပှၤကိးဂၤမၤသကိးတၢ်အကျဲလၢယတီၤပူၤ, ဒီးယတလိဉ်ဒူလိဉ်တီၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဘဉ် | | | | |
| ဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်လၢအတီၤထိထိဉ်လၢအတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးလံာ်စဲအ့ဉ်အပတီၢ်ဂ့ၤတဖဉ်မၤစၢၤဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်လၢအတီၤဖုဉ်တဖဉ် | | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢယတီၤပူၤအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်လၢအမၤနၤၤတၢ်လၢလံာ်မိၢ်ပှၢ်တဖဉ်အပူၤ | | | | |

ဒ်သိးတၢ်ကမၤစၢၤပိာ်မုဉ်တဖဉ်မၤလိတၢ်ကမုာ်လၢကွိအဂီၢ်ဒီးတၢ်ကမၤလီၤတံၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ထဲသိးတုၤသိးဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်အဂီၢ်ပဘဉ်မၤသကိးတၢ်ဒီးနပှၤမၤသကိးတၢ်ဒီပှၤပၢဆှၢကွိတဖဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်မၤလၢလာ်တဖဉ်တက့ၢ်.

- ကွၢ်ကဒါကွဲၤတၢ်သိဉ်လိအပိးအလိတဖဉ်ဒီးမၤဘဉ်ကွၤတၢ်ထံဉ်တခီတၢၤဘဉ်ဃးဒီးပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါတဖဉ် (ကွၢ်အဆၢဒိဉ် ၄.၂), မၤဘဉ်ကွၤစ့ၢ်ကီးတၢ်ထံဉ်တခီတၢၤလၢဖိသဉ်လၢက့ၢ်

ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤ မ့တမ့၊ က လုာ်ဇူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်အဂီ၊တက့၊. တ၊အံၤတ၊မၤအိၤသ့လၢကွိဒိတဖျၢဉ်ညါဘဉ်ဆဉ်သရဉ်ဘဉ်နဉ်ကျဲလၢတ၊ဖံးတ၊မၤအံၤအဂီ၊နှဉ်လီၤ. ပမ့၊ထံဉ်လံာ်တဘ့ဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ၊ထံဉ်တခိတၢၤန့ဉ်ပကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးလၢတီၤပူၤဘဉ်ဃးတ၊ကမဉ်မနုၤအိဉ်လၢလံာ်အံၤအပူၤဒီးပကမၤဘဉ်က့ၤအိၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. (ကွ၊လံာ်အဘ့ဉ် ၁ တက့၊.)

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊မၤလိမိ၊ပှ၊လၢတ၊လဲလိာ်အိၤသ့ဒ်တ၊အိဉ်သးအသိးဒီးတ၊မၤလိအပီးအလိတဖဉ်လၢပှၤဖိသဉ်မၤလိန့၊လၢအကစ၊ဒဉ်ဝဲသ့တဖဉ်တက့၊. တ၊အံၤကမၤစၢၤပိာ်မုဉ်ဖိတနီၤလၢအဘဉ်စူးကါအတ၊ဆၢကတိ၊လၢဟံဉ်ဃိအတ၊ဖံးတ၊မၤဒိးဘဉ်အံးထွဲကွ၊ထွဲအပု၊သ့ဉ်တဖဉ်အဂီ၊နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအဟံဉ်ဖိဃိဖြိဉ်တဖဉ်အါတက့၊အိဉ်ဒီးတ၊ဆၢကတိ၊ထဲတဆံးတက့၊လၢကွိအတ၊မၤလၢဘဉ်မၤဝဲလၢဟံဉ်အဂီ၊မ့၊လၢအဘဉ်မၤစၢၤအဟံဉ်ဖိဃိဖိတဖဉ်အဃိန့ဉ်လီၤ. လၢတ၊နှဉ်အဃိကျဲးစၢးမၤဝံၤကွိအတ၊ဖံးတ၊မၤဖဲကွိအဆၢကတိ၊, ဒီးနမ့၊ဟ့ဉ်ဟံဉ်အတ၊မၤတခီဟ့ဉ်အိၤတ၊လၢအဃုထၢဝဲလၢအကစ၊အသး သ့တက့၊.

- တီၤဖုဉ်ကွိအဆၢကတိ၊နှဉ်သရဉ်တဖဉ်ကတိၤတ၊ဒီးပိာ်ခွါဖိအါန့၊ပိာ်မုဉ်ဖိတက့၊နှဉ်လီၤ. ဖဲနသံကွ၊တ၊သံကွ၊နှဉ်သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်အတ၊ဆၢကတိ၊အါထိဉ်လၢကစံးဆၢနတ၊သံကွ၊အဂီ၊တက့၊. နမ့၊တအိဉ်ဒီးသရဉ်အဂၤလၢကကွ၊ထံကွ၊ဆးနသိဉ်လိတ၊ဒ်လဲဉ်တခီနကျဲးစၢးမၤတ၊ဂဲၤလိလၢလာ်ဒီးဖိသဉ်အနိ၊်ကစ၊ဒဉ်ဝဲဒ်သိးနကသ့ဉ်ညါလၢမ့၊နသိဉ်လိပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါထဲသိးတုၤသိးတထဲသိးတုၤသိးအဂီ၊တက့၊. မၤဖိသဉ်တဂၤဟဲစိာ်လၢ၊ ၅ ဖျၢဉ်စုာ်စုာ်တက့၊. မၤဖိသဉ်တဂၤဟံးန့၊လၢ၊တဖျၢဉ်ဒီးဟ်အိၤလၢအကပၤဖဲနကတိၤတ၊ဒီးအိၤ မ့တမ့၊ သံကွ၊တ၊သံကွ၊ဆူဖိသဉ်တဖဉ်ကိးဘျိဒဲးတက့၊. ဝံၤအလိ၊်ခံနဝဲာ်ထံနီၤဖးက့ၤမ့၊နသိဉ်လိဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါထဲသိးတုၤသိးတထဲသိးလဲဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ဒ်သိးနကသိဉ်လိဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါထဲသိးတုၤသိးအဂီ၊နလဲလိာ်နတ၊သိဉ်လိသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်ဖိသဉ်ဘဉ်မၤလိတ၊မနုၤဒ်သိးကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊ထဲသိးတုၤသိးအဂီ၊နှဉ်လဲဉ်.

တ၊ဂဲၤလိလၢထးအံၤကမၤညီထိဉ်စၢၤနၤလၢနကသိဉ်လိပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါထဲသိးတုၤသိးအါထိဉ်လၢတီၤပူၤအဂီ၊နှဉ်လီၤ. အဆိကတ၊၊်နကလိဉ်ဘဉ်တ၊ဂဲၤလိတနီၤထဲဒဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ဒ်သိးပိာ်ခွါဖိသုတဒိဉ်စိလၢအဝဲသ့ဉ်အဖိခိဉ်တဂ့ၤအဂီ၊နှဉ်လီၤ. လၢခံဂ့ၤဒိဉ်လၢနမၤတ၊ဂဲၤလိအံၤလၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါတပူၤဃိဒ်သိးကမၤလိမၤသကိးတ၊ဒ်သိးသိးကသ့အဂီ၊နှဉ်လီၤ.

တ၊ဂဲၤလိလၢထးအံၤလိဉ်ဘဉ်တ၊မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢမိ၊ပ၊်တဖဉ်အအိဉ်အဃိနကြၢးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၊်တဖဉ်အံၤဖဲကွိကမံးတံာ်အတ၊အိဉ်ဖြိဉ်အခါနှဉ်လီၤ. အဘျူးအိဉ်စ့၊်ကီးလၢကွိမ့၊အိဉ်ဒီးအတ၊သိဉ်တ၊သိတ၊ဘျၢဘဉ်ဃးတ၊ထံဉ်တခိတၢၤလၢတ၊သိဉ်လိပီးလိအပူၤဒီးတ၊သိဉ်ဃိဉ်သိဃိဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ. တ၊သိဉ်တ၊သိတ၊ဘျၢတဖဉ်အံၤတ၊ကြၢးအၢဉ်လီၤတူ၊လိာ်အိၤလၢမိ၊ပ၊်ဒီးသရဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တ်မၤလိန့်တ်လၢတ်ဟူးဂဲၤဒီးတ်နှ၌လီၤမၤသကိးတ်အကျဲအပူၤ

လၢတီၤပူၤဒီးတီၤချၢခံခီလၢဂ်အံၤဖိသ၌မၤလိတ်ထိဘိန့်၌လီၤ. ဖိသ၌တဖ၌ဘ၌နှ၌လီၤဟူးဂဲၤလၢအတ်မၤလိအပူၤဒီးဖိသ၌ကြၢးဘ၌တ်ဟ့၌ဂံၢ်ဟ့၌ဘါအီၤလၢကမၤတ်ဒီးဖိသ၌ခဲလၢဂ်လၢအအိ၌လၢတီၤပူၤအံၤန့်၌လီၤ. တ်မၤသကိးတ်တပူၤဃီအံၤမၤစၢၤဖိသ၌လၢကန်ပၢၢ်ဒီးတူၢ်လိဂ်ဖိသ၌ခဲလၢဂ်နှ၌လီၤ. တ်မၤလိတ်ခံဂၤတဆိ မ့တမ့ၢ် လၢအကရူၢ်အံၤမၤစၢၤဖိသ၌လၢကနှဉ်လီၤမၤသကိးတ်အါထိ၌ဒီးကတီၤလိဂ်အသးအါထိ၌ဒီးမၤလိန့်တ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိ၌အါထိ၌နှ၌လီၤ. တ်မၤလိတကလုာ်အံၤဘ၌တ်မၤအီၤသ့လၢတ်ဟးအိ၌သကိးတ်လိၢ်လၢတ်ချၢဒီးဖဲအဂဲၤတ်လာ်ကွဲလၢတ်မၤလိအဂိၢ်တဖ၌နှ၌လီၤ.



### တ်ဟူးတ်ဂဲၤ – တ်လဲၤဟးလၢပ့ၤတဝၤအပူၤ

တ်လဲၤဟးလၢပ့ၤတဝၤအပူၤမ့ၢ်ဝဲဖိသ၌လဲၤဟးအိ၌သကိးကွိအကရၢၢ်, လဲၤဟးလၢထံပူၤ, လဲၤဟးလၢပ့ၤတဝၤတ်ထံ၌လိဂ်အိ၌သကိးအဘျိ၌ပူၤတဖ၌နှ၌လီၤ. နလဲၤဟးကွ်ၢ်ထံကွ်ၢ်ဆးဆ၌ဖကိၢ်ဖိတမံၤမံၤ မ့တမ့ၢ် တ်မ့ၢ်တ်ဘိတမံၤမံၤ မ့တမ့ၢ် လဲၤကတိၤတ်ဒီးပ့ၤလၢအစဲ၌နီၤလၢတ်တမံၤမံၤအသိးသ့စ့ၢ်ကီးန့်၌လီၤ. (ကွ်ၢ်လံ့အဘ့၌ဃုဘ၌ဃးတ်ကစူးကါတ်လဲၤဟးအိ၌သကိးပ့ၤတဝၤလၢကမၤလိဘ၌ဃးတ်အိ၌ဆူ၌အိ၌ချ့ဒ်လဲ၌အဂိၢ်တကွ်ၢ်.)

## တ်စူးကါတ်လဲၤဟးအိ၌သကိးပ့ၤတဝၤလၢတ်ဆီ၌ထွဲကရူၢ်အတ်ဖံးတ်မၤအဂိၢ်

အဒိ, လၢတ်ကလဲၤဟးဆူပ့ၤတဝၤအထံတမၢ်၌အဂိၢ်ကရၢကရိထိ၌ယဲၢ်တီၤကွိဖိအကရူၢ်တဖ၌ဒီးဟ့၌အဝဲသ့၌လၢတ်ဖံးတ်မၤတဖ၌တကွ်ၢ်. တချုးလၢအဝဲသ့၌လဲၤဟးဆူထံတမၢ်၌ဒံးဘ၌အခါသိ၌လိအဝဲသ့၌ဘ၌ဃးဒီးထံမ့ၢ်တ်အရ့ဒိ၌တမံၤလၢပ့ၤဟီ၌ခိ၌ဖိအတ်အိ၌မူအဂိၢ်ဒီးတ်သူ၌တ်ဖျုးအဂိၢ်တကွ်ၢ်. နမၤအဝဲသ့၌တယာ်ထံတမၢ်၌အထိ, တ့ဟီ၌ကဝီၤအဟီ၌ခိ၌ဂီၤလၢအို၌ဝးတရံးထံတမၢ်၌အံၤ, တ့သ့၌အကလုာ်ကလုာ်လၢအထံ၌ဝဲတဖ၌ မ့တမ့ၢ် ကွဲးတ်သံကွ်ၢ်လၢကသံကွ်ၢ်ပ့ၤလၢအမၤတ်လၢထံတမၢ်၌တဖ၌အံၤအပူၤအဂိၢ် အသိးန့်၌လီၤ.

ဖဲအဝဲသ့၌ဟဲကွၤတုၤကွၤဆူတီၤပူၤန့်၌မၤကရူၢ်တကရူၢ်ဘ၌တကရူၢ်ကွဲးတ်ဟ်ဖျါဖုဉ်ကိာ်မ့တမ့ၢ်ကတိၤတ်ဒီးတီၤတဖ၌ဘ၌ဃးတ်ဂ့ၢ်တ်ကျိၤလၢအထံ၌နှ့်ဝဲတဖ၌အဂ့ၢ်တကွ်ၢ်. ဖိသ၌ကွၤဆူအဟံ၌ဒီးသံကွ်ၢ်အဟံ၌ဖိဃီဖိလၢဘ၌မနုၤအဃီထံတမၢ်၌မ့ၢ်တ်အကါဒိ၌လၢပ့ၤတဝၤအဂိၢ်လဲ၌နှ့၌လီၤ.

နမ့၊်လဲၤကိးဖိသဉ်လၢကလဲၤဟးအိဉ်သကိးကွိအကရၢ၊်တခီဟ့ဉ်လီၤတ၊်ဖံးတ၊်မၤလၢအလီၤဆိ လိာ်အသးဆူကရူ၊်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. အဒိ, ကရူ၊်တကရူ၊်ကွဲးရဲဉ်လီၤကယဲ၊်မ့၊်တ၊်ဖိဃ၊်လၢအ ထံဉ်ဝဲတဖဉ်အမံၤဒီးထံဉ်ဝဲအနီဉ်ဂံ၊်ဆံးအါလဲဉ်တဖဉ်အသိးဒီးခံကရူ၊်တကရူ၊်ကွဲးရဲဉ်လီၤတ၊်မ့၊် တ၊်ဘိအကလုာ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်အမံၤဒီးအနီဉ်ဂံ၊်ဆံးအါလဲဉ်အသိး, သၢကရူ၊်တ ကရူ၊်ဘဉ်ကွ၊်ဃုဆဉ်ဖိကိ၊်ဖိလၢအဒိဉ်ထိဉ်တဖဉ်, ဒီးကရူ၊်လွံ၊်ကရူ၊်တ့ကရၢ၊်အဂီၤဒီးထိဉ်ဒွးအ လဲ၊်အထိသ့နှဉ်လီၤ. ဖဲဖိသဉ်ဟဲက့ၤတုၤဆူတီၤပူၤအခါကရူ၊်ခဲလၢာ်ဟ်ဖိုဉ်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤလၢအ ထံဉ်နှ၊်ဝဲတဖဉ်တပူၤဃီဒီးကွဲးဟ်ဖိုဉ်တ၊်ကွဲးဟ်ဖျါ မ့တမ့၊် ဟ်ဖျါထိဉ်တ၊်လၢအထံဉ်နှ၊်ဝဲတဖဉ်ခဲ လၢာ်လၢတီၤပူၤနှဉ်လီၤ.တချုးနလဲၤကိးဖိသဉ်တဖဉ်ဆူတ၊်လဲၤဟးအိဉ်သကိးအလိ၊်ဒ်ဘဉ်နှဉ်မၤ တ၊်ဂဲၤလိတ မံၤမံၤဒ်သိးကဒုးအိဉ်ကတဲာ်ကတီၤအသးဒ်အမ့၊်,

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၊်လၢတီၤဒိတတီၤညါလၢအဝဲသ့ဉ်ကထံဉ်နှ၊်တ၊်မနုၤဖဲအလဲၤဟး ဆူတ၊်လိ၊်နှဉ်အခါတက့၊်.

- မၢဟံဉ်ဖိဃိ မ့တမ့၊် ပှၤမၤစၢၤသရဉ်ကမၤစၢၤနၤလၢတ၊်လဲၤဟးအိဉ်သကိးပှၤတဝၢအံၤက လဲၤသကိးဒီးနၤတက့၊်.

- ကျဲးစၢးကွဲမုာ်ပှၤစဲဉ်နီၤတဖဉ်လၢကဟဲကတိၤလီၤတ၊်ဘဉ်ဃးတ၊်လၢကလဲၤထံဉ်ဝဲတဖဉ်အ ဂ့၊်တက့၊်.

- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတ၊်ဖံးတ၊်မၤဒ်သိးကန၊်ပၢ၊်ဝဲတ၊်မနုၤလၢကထံဉ်ဝဲလၢတ၊်လဲၤဟးအံၤအပူၤ လၢကရူ၊်မ့တမ့၊်ခံဂၤတဆိ မ့တမ့၊် တဂၤစုာ်စုာ်တက့၊်.

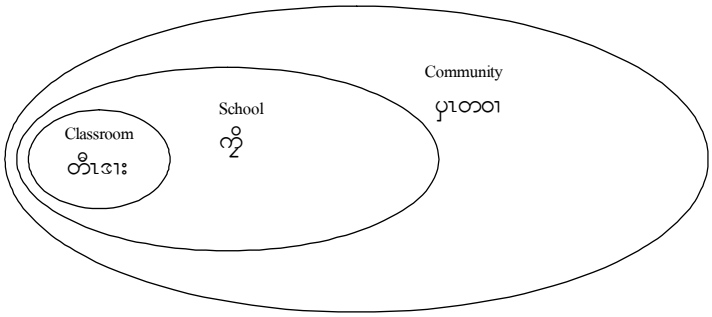
တ၊်လဲၤဟးအိဉ်သကိးပှၤတဝၢတဖဉ်အံၤမ့၊်တ၊်မၤလိလၢအိဉ်ဒီးအခိပညိလၢဖိသဉ်အဂီ၊်ဒီးသရဉ် စူးကါတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤလၢဖိသဉ်ဟ်ဖိုဉ်အီၤတဖဉ်အံၤစ့၊်ကီးလၢတ၊်ဂံ၊်တ၊်ဒွး, လံာ်စဲအ့ဉ်ဒီးတ၊်မၤ လိကျိာ်ဒီးတ၊်မၤလိတဖဉ်ဘဉ်ဃးပှၤဂ့၊်ဝိအဂ့၊် social studies အပူၤသ့နှဉ်လီၤ.

### ကွီၤကဝီၤတဖဉ်လၢတ၊်မၤလိန့၊်တ၊်အဂီ၊် (Circles of Learning)

တ၊်ဂဲၤလိအံၤမ့၊်တ၊်ဂဲၤလိလၢပဂ့ၤမၤအီၤလၢပကစ၊်ဒုဉ်ပဝဲဒ်သိးပရဲဉ်ကျဲၤပတ၊်သိဉ်လိအရဲဉ်အ ကျဲၤတဖဉ်ကသ့အဂီ၊်နှဉ်လီၤ. တ၊်ဂဲၤလိအိဉ်စ့၊်ကီးတခါလၢပမၤအီၤဒီးပပှၤကွိဖိတဖဉ်သ့နှဉ် လီၤ.

မၤဖျါထိဉ်တ၊်ခွဲးတ၊်ယာ်ဘဉ်ဃးတ၊်လဲၤဟးအိဉ်သကိးပှၤတဝၢလၢတယံၤဒီးတီၤတဖဉ်လၢအ လီၤဆိလိာ်အသးကိးမံၤဒဲးတက့၊်. လၢစးခိအက့အခၢဉ်သးတတီၤန့ဉ်တ့လီၤဝးကွိၤတဖျၢဉ် မ့တ မ့၊်ဝးကွိၤလၢအပယွဲၤတဖျၢဉ်လၢကကဲနတီၤအခၢဉ်စးတက့၊်. တ့လီၤဝးကွိၤလၢအအိဉ်ဝးတရံး နတီၤတဖျၢဉ်ဒီးဝးကွိၤအံၤကကဲနကွိအခၢဉ်စးန့ဉ်လီၤ. တ့လီၤကဒီးဝးကွိၤလၢအအိဉ်ဝးတရံးန

ကွဲဒီးဝးကွီၤအံၤကကဲနပှၤတဝၢ, ဝ့ၢ် မ့တမ့ၢ် ကိၢ်ရၣ်အခၢဉ်စးန့ဉ်လီၤ. ကွဲဘုဉ်ဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိတမံၤမံၤဧၢ်. ကွဲအိဉ်ဒီးတၢ်သူဉ်တၢ်ဒီးတၢ်လဉ်အကရၢ်ၢ်တဖျၢဉ်ဖျၢဉ်ဧၢ်. သ့ဉ်ဝဉ် မ့တမ့ၢ် ပျိအိဉ်ဧၢ်. ထိဉ်အသွံ မ့တမ့ၢ် ဘျၢဉ်အိဉ်ဧၢ်. လၢကွဲအဝးကွီၤအပူၤန့ဉ်ကွဲးရဲဉ်လီၤကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ် အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢအအိဉ်လၢတီၤဒၢးအချၢတဖဉ်တက့ၢ်. နဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အတၢ် အိဉ်ဝးတရံးအသိလၢဖိသဉ်အဂီၤ (အဒိ, ကွဲအကရၢ်ၢ်) သ့တမံၤမံၤဧၢ်.




လၢခံတပတိၢ်လဲၤဆူပှၤတဝၢဇူပတိၢ်, ဝ့ၢ် မ့တမ့ၢ် ကိၢ်ရၣ်ဇူပတိၢ်တက့ၢ်. ဆိကမိဉ်ထိဉ်ကျးတဖဉ်ဒီးတၢ်ဆါတၢ်ပှၤဇူလိၢ်တဖဉ်လၢကထုးန့ၢ်ဖိသဉ်အသးလၢကမၤလိတၢ်အဂီၤ်တဖဉ်တက့ၢ်. ပှၤထူစံာ်ဖိဒီးတၢ်သူဉ်တၢ်ဖျးတၤသူဉ်တၤသဉ်လီၤဆိ မ့တမ့ၢ် ဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိလီၤဆိအိဉ်တမံၤမံၤဧၢ်. တၢ်ဟ်တၢ်ကွၢ်ကီအဒၢး, သ့ဉ်ပှၢ်, တၢ်ဟးလိာ်ကွဲအပျိ မ့တမ့ၢ် ပျိအဂၤအိဉ်တဘ့ဉ်ဘ့ဉ်ဧၢ်. ကွဲးလီၤတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဇူတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်အံၤအမံၤလၢဝးကွီၤအပူၤတက့ၢ်.

တၢ်စူးကါတၢ်လိၢ်တၢ်ကျဲလၢနကွဲအပျိပူၤအံၤမ့ၢ်ဒ်သိးကမၤစၢၤနတီၤလၢကမၤလိဘဉ်ဃးလုၢ်လၢ် သကဲာ်ပဝးအကြၢးအဘဉ်လၢတီၤချၢဒီးတၢ်မၤလိလၢကမၤသကိးတၢ်တပူၤဃိလၢကရူၢ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢဖိသဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်လဲၤတၢ်က့ၤအတၢ်ကိတၢ်ခဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကိတၢ်ခဲအဂၤတဖဉ်အဂီၤ်တက့ၢ်. ပှၤတဖဉ်အံၤကနုာ်လီၤမၤလိဘဉ်တၢ်လၢတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အံၤဒ်လဲဉ်. ကဘဉ်ဃုသ့ဉ်ညါဆိကျဲန့ဉ်လီၤ.နကလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤလၢမိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ကွဲဖိအဂၤတဖဉ်အအိဉ်န့ဉ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်လိာ်ကွဲလၢတၢ်မၤလိအဂီၤ်

ဖိသဉ်တဖဉ်အဲဉ်တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးဟ့ဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ် တၢ်သိတဖဉ်လၢတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲအဂီၤ်တက့ၢ်. လၢတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ်အပူၤအဝဲသ့ဉ်ကစူးကါဖျၢဉ်ထူဖျၢဉ်ပှၢ်, ဘီလ်တဖဉ်, ပလီအခိဉ်ပံး, လၢၢ်, ပျံၤ, သ့ဉ်လဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ပီးတၢ်လိအဂၤတဖဉ်

နှဉ်လီၤ. တ်ုလိာ်ကွဲလၢအပဉ်ယုာ်တ်ုးနဲဉ်တ်ုဒိတ်ုတဲာ်, တ်ုမၤဘဉ်က့ၤတ်ုဂ့်ုကိတဖဉ် မ့တမ့်ု တ်ုစူးကါတ်ုသ့တ်ုဘဉ်လီၤဆိဆိဒီးတ်ုဂ့်ုတ်ုကျိၤတဖဉ်မ့်ုကျဲအဂ့ၤတဖဉ်လၢကထုးန့်ု ဖိသဉ်အသးဆူတ်ုလၢအမၤလိဝဲမနုၤတဖဉ်အဂီုလဲဉ်နှဉ်လီၤ.

တ်ုလိာ်ကွဲမၤအိဉ်ထိဉ်တ်ုမၤလိလၢအအိဉ်ဒီးတ်ုဟူးတ်ုဂဲၤဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ုဆဲးကျိးဆဲး ကျၢလိာ်အသးအတ်ုသ့တ်ုဘဉ်တဖဉ်ဒီးတ်ုဝဉ်ထံနီၤဖးဒီးတ်ုမၤတ်ုဆၢတဲာ်အတ်ုသ့တ်ုဘဉ်တ ဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, တ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ်ဒ်အမ့်ု dominoes, bingo ဒီး five questions (ဖိသဉ်တ ယာ်တ်ုဖိတ်ုလံၤတမံၤမံၤခီဖျိသံကွ်ုတ်ုသံကွ်ုထဲယဲ်ထံဉ်ဓၤ) အသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. နၤဒီးနပှၤ ကွိဖုးအိဉ်ထိဉ်တ်ုပီးတ်ုလိတဖဉ်လၢတ်ုလိာ်ကွဲအါမံၤဒီးနဘဉ်မၤထွဲက့ၤအီၤဒီးတ်ုပညိဉ်လၢ အလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်ဒီးတီၤလၢအလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

တ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးအတ်ုပီးတ်ုလိတဖဉ်အံၤတ်ုလဲလိာ်အီၤသ့ဒ်သိးကကြၢးဒီးလိၤလိာ်ဃီၤလိာ်အ သးဒီးတ်ုမၤလိမိ်ုပှ်ုနှဉ်လီၤ. အဒိ, ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ုလိာ်ကွဲ dominoes ဒီးအက့်ုအဂီၤတဖဉ်လၢ တ်ုဘဉ်ထိဘဉ်အီၤတမံၤဒီးတမံၤအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, နၢဉ်ဘဉ်လွံ်ုကနူၤဃူးအိဉ်လၢ domino အလိၤအံၤတ်ုဟ်ဃုာ်အီၤဒီး domino လၢအအိဉ်ဒီးနၢဉ်ဘဉ်လွံ်ုကနူဃူးအဖျၢဉ်အသိး နှဉ်လီၤ.

တ်ုမၤလိန့်ုတ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ် – နၤဒီးနပှၤကွိဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ုမၤလိအတ်ုဟူးတ်ုဂဲၤလၢအ သူဉ်ထိဉ်အသးလၢတ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲညီညီတမံၤမံၤသ့ဓါ. တ်ုဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ုမၤလိအတ်ုဟူးတ်ုဂဲၤ ဒ်လဲဉ်တဖဉ်အဒိမ့်ုဒ်လာ်အသိးနှဉ်လီၤ.

- ကွ်ုထံ မ့တမ့်ု ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဒီးနပှၤကွိဖိလၢတ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲမနုၤလၢအဂဲၤဝဲလၢတ်ု ချၢတဖဉ်နှဉ်လဲဉ်. အစူးကါဝဲတ်ုသိဉ်တ်ုသိတ်ုဘျၢမနုၤဒ်သိးကဟ့ဉ်ဝဲအမးအဂီုနှဉ်လဲဉ်. အဝဲသ့ဉ်သးဝံဉ်တ် မ့တမ့်ု စူးကါတ်ုအသိဉ်လၢအလီၤပလိာ်လိာ်အသးမနုၤတဖဉ်လဲဉ်. တ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲလီၤဆိလၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအဂီုအိဉ်ဓါ. ဘဉ်မနုၤအဃိလဲဉ်.

- မၢဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲအလံာ်တဘ့ဉ်လၢဖိသဉ်အဂၤမၤလိအီၤသ့တက့ု်. ဖိသဉ် ဟးကွ်ုဃုတ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ်လၢပှၤလၢအဒိဉ်တဖဉ်လၢအအိဉ်လၢအဟံဉ်ဖိဃီဖိအပူၤလၢ အဂဲၤဝဲဖဲအမ့်ုဒံးဖိသဉ်အခါလၢကို မ့တမ့်ု ပှၤလၢအအိဉ်ယံၤဒီးအပှၤတဝၢ မ့တမ့်ု အတ်ု ဆဲးတ်ုလၢတဖဉ်အအိဉ်သ့ဓါ.

- ဒုးစဲဘူးတ်ုဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ်အံၤ မ့တမ့်ု တ်ုဟူးတ်ုဂဲၤတဖဉ်အံၤဒီးတ်ုလၢနသိဉ်လိအီၤတ ဖဉ် (အဒိ, တ်ုဂံ်ုတ်ုဒွး) တက့ု်.

တ်ုလဲၤဟးအိဉ်သကိးဒီးတ်ုလိာ်ကွဲခံမံၤလၢာ်အံၤမ့်ုတ်ုလၢအထိဉ်ဂဲၤဖိသဉ်ဒ်သိးကမၤလိန့်ုတ် အဂီုနှဉ်လီၤ. ကျဲလၢလာ်တနီၤအံၤမ့်ုကျဲလၢအဒုးထိဉ်ဟူးထိဉ်ဂဲၤအါထိဉ်ဖိသဉ်အသးနှဉ်လီၤ.

- စူးကါတၢ်အဒိအခိဉ်သ့ဉ်တဖဉ်လၢအအိဉ်လၢဖိသဉ်ဒဉ်ဝဲအဟိဉ်ကဝီၤအပူၤဒီးအိဉ်ဒီးအခိပညီလၢပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါဒီးဖိသဉ်လၢအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်အဂီၤတက့ၢ်.

- ဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢဖိသဉ်ကစူးကါတၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢအတၢ်အိဉ်မူတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတနံၤဘဉ်တနံၤဒိအမ့ၢ်တၢ်ဃုအိဉ်ညဉ်တခွဲညဉ်, တၢ်သူဉ်ဘု မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒၢဉ်ထံတဖဉ်အသိးတက့ၢ်.

- စူးကါတၢ်သိဉ်လိအကျဲကပူၤလၢအလိၤဆိလာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢအလိၤထုးန့ၢ် သူဉ်ထုးန့ၢ်သးဒီးပျဲဖိသဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဟူးဂဲၤလၢအတၢ်မၤလိအပူၤတက့ၢ်.

## တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွး, လံာ်စဲအ့ဉ်ဒီးကျိာ်တၢ်မၤလိတဖဉ်လၢအိဉ်ဒီးအခိပညီလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤ

တၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွး,စဲအ့ဉ်ဒီးကျိာ် (တၢ်ဖးလံာ်ဒီးတၢ်ကွဲးလံာ်) အါတက့ၢ်မ့ၢ်လံာ်မိၢ်ပှၢ်လၢပကျိန့ဉ်လီၤ. လံာ်တဖဉ်ဇံၤမ့ၢ်တၢ်အကိကတၢၢ်လၢဖိသဉ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. လၢလံာ်တဖဉ်ဇံၤအကျါဖိသဉ်မၤလိတၢ်ဆိကမိဉ်လၢအခိပညီဒိဉ်လဲၢ်ဒီးကီဒိဉ်လၢဖိသဉ်ကန်ၢ်ပၢၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. မ့တမ့ၢ် လၢဖိသဉ်ဒုးစဲဘူးတၢ်ဆိကမိဉ်လၢအဒိဉ်အလဲၢ်တဖဉ်ဇံၤဒီးအဝဲသ့ဉ်အတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤဘဉ်နှဉ်ဖိသဉ်ကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်ဇံၤအဂီၤကီဒိဉ်မးန့ဉ်လီၤ. တုၤမ့ၢ်ဖိသဉ်ဒုးစဲဘူးတၢ်ဘဉ်ထွဲတဖဉ်ဇံၤဘဉ်လံတစုဒီးကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်အဒိဉ်အယိာ်တဖဉ်ဒီးကစးထိဉ်စူးကါကွၢ်ဝဲတမံၤမ့တမ့ၢ် တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအကါဒိဉ်တမံၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဖိလာ်တကူာ်ဇံၤကဟ့ဉ်နၤတၢ်ဆိကမိဉ်တနီၤဘဉ်ဃးနကသိဉ်လိလံာ်တဖဉ်ဇံၤလၢတၢ်မၤလိလၢအပဲၤဒီးတၢ်ရှလိာ်မုာ်လိာ် (learning-friendly) အကျဲအါထိဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤဒီးနသိဉ်လိအိၤကမုာ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤလိလၢအပဲၤဒီးတၢ်ရှလိာ်မုာ်လိာ်အတၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွး

ပစူးကါလံတၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွးဖဲပတယာ်လၢပကၡၤဆူဟံဉ်အဂီၤကလၢာ်တၢ်ဆၢကတီၤဆံးအါလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ပစူးကါတၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွးလၢပကတယာ်ထံအိဉ်လၢထံစဲၤပူၤဆံးအါလဲဉ်ဒီးအဉ်လူသၤကံလိကြဉ်မ် လၢဖျါပူၤအပ့ၤကလီၤတဲာ်ဆံးအါလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ပစူးကါတၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွးဖဲပဆါညဉ်လၢကျဲကပၤအခါနှဉ်လီၤ. ပစူးကါတၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွးဖဲပဂဲၤကလံဉ် (ပခီဉ်ခါအဘိပဲၤဘိ) ဒီးဖဲပဒ့တၢ်အူတၢ်အခါဒီးဖဲပသးဝံဉ်တၢ် (စူးကါတၢ်သိဉ်ဒီးအဘျိ) တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

သနာ်က့လၢကျိန္ဉ်တ်ဂံၢ်တ်ဒွးတဖဉ်ညီန္ၢ်တအိဉ်ဖျါလၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒီးတ်ဟူး တ်ဂဲၤလၢဖိသဉ်အတ်အိဉ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပမ့်ၢ်ကျဲးစၢးမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးက ဒုးစဲဘူးတ်ဂံၢ်တ်ဒွးအတ်သ့တ်သ့လၢအမၤလိဝဲလၢတီၤပူၤဒီးတ်ဂံၢ်တ်ဒွးလၢအစူးကါဝဲလၢအ တ်အိဉ်မူကိးနံၤဒဲးဒ်အမ့်ၢ်ဖဲအဝဲသ့ဉ်လဲၤဆူဖျါပူၤအခါဒ် အဒိ, တ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ်, ဖဲဖိသဉ် ဟ်မၤအသးဒ်အလဲၤဆူဖျါပူၤတဖဉ်ကမုာ်ဒီးအခိပညီကအိဉ်လၢဖိသဉ်မၤလိတ်ဂံၢ်တ်ဒွးအဂီၢ် နှဉ်လီၤ. မ့်ၢ်စ့်ၢ်ကီးတ်ခွဲးတ်ယာ်တမံၤလၢဖိသဉ်ကဒုးဒိဉ်ထိဉ်အတ်နာ်လီၤအသးဖဲအကတိၤတ် လၢတီၤအမဲာ်ညါအခါန္ဉ်လီၤ.

## သူဉ်ထိဉ်တ်သ့တ်ဘဉ်အခီဉ်ထံးခီဉ်ဘိခီဖျိတ်စူးကါတ်ဖိတ်လံၤအန်ိၢ်ကီၢ်တဖဉ်

ဖိသဉ်သးစ်ၢ်တဖဉ်နၢ်ပၢၢ်တ်ဟ်ဖျိဉ်, တ်ထုးကွံဉ်, တ်ဂံၢ်အါဒီးတ်နီၤဖးဖဲအစူးကါတ်ဖိတ်လံၤ တဖဉ်ဒ်အမ့်ၢ်လၢၢ်ဆံးဆံးဖိတဖဉ်, ဝဲအချံ, တ်အကုတဖဉ်, နီဉ်က့တဖဉ် မ့တမ့်ၢ် သ့ဉ်အချံတ ဖဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ဖိတ်လံၤတဖဉ်အံၤမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကမၤတ်ဂံၢ်တ်ဒွးလၢဖိသဉ်ထံဉ်လၢအမဲာ် ဒီးပလၢၢ်ဘဉ်အီၤသ့ဒီးတမ့်ၢ်ထဲလၢအဘဉ်ဆိကမိဉ်ဝဲဘဉ်ဃးတ်ဂံၢ်တ်ဒွးအဂ့ၢ်ဘဉ် (ကျိၤကျဲ အံၤအဘျူးအိဉ်လီၤဆိဒဉ်တ်လၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးမဲာ်အတ်ထံဉ်တ်ကိတ်ခဲတဖဉ်) အဂီၢ်နှဉ် လီၤ.

ဖဲဖိသဉ်ထံဉ်ဘဉ်တ်ဖိတ်လံၤတဖဉ်အံၤလၢအမဲာ် မ့တမ့်ၢ် ဖိဉ်ဘဉ်ဝဲလၢအစု မ့တမ့်ၢ် သုးဘဉ်ဝဲ လၢအကစ်ၢ်နှဉ်ဖိသဉ်ကန်ပၢၢ်တ်အကျိၤအကျဲလၢအနီၢ်ကစ်ၢ်တပတီၢ်ဘဉ်တပတီၢ်အါန္ၢ်ထဲဒဉ် ဆိကမိဉ်တ်ဂံၢ်တ်ဒွးအတ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးထဲဒဉ်လၢအခိဉ်နူဉ်ပူၤန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအမၤလိ တ်လၢတ်ထံဉ်, ဖိသဉ်လၢအမၤလိတ်ခီဖျိပလၢၢ်ဘဉ်ဝဲတဖဉ်ကကဲထိဉ်တ်ဘျူးတ်ဖွိဉ်လၢအ ဂီၢ်ဒိဉ်မးခီဖျိစူးကါတ်ဖိတ်လံၤဒ်အံၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ကအိဉ်ဒီးတ်လဲၤခီဖျိလၢတ်စူးကါတ်ဖိတ်လံၤတနီၤစ့ၤန္ၢ်ပိာ်ခွါ ဖိ, ဒ်အမ့်ၢ်တ်ဖိတ်လံၤလၢအဃၢတဖဉ်နှဉ်လီၤ. မၤလီၤတံၢ်လၢပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိခံဖုလၢာ်အံၤ ဂဲၤဘဉ်တ်ဖိတ်လံၤလၢအကဟုာ်ဒီးအကိၤ (ဒ်အမ့်ၢ်တ်ကံးညာ်ဒီးလၢၢ်) ဒီးတ်ဖိတ်လံၤလၢအ ဖှံ မ့တမ့်ၢ် အဃၢတဖဉ်စ့ၢ်ကီးတက့ၢ်. ပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိကြၢးဘဉ်တ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအီၤဒ်သိး ကနုာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢတ်ဟူးတ်ဂဲၤအပူၤခဲလၢာ်ဒ်သိးကမၤန္ၢ်အတ်နာ်လီၤအသးလၢအတ် စူးကါအတ်သ့ဉ်ညါန္ၢ်ပၢၢ်ဒီးတ်သ့တ်ဘဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ကမၤဂ့ၤထိဉ်စ့ၢ်ကီးဖိသဉ်အတ်သ့တ် ဘဉ်ဒ်သိးကမၤသကိးတ်ဒီးပှၤဂၤလၢအလီၤဆိဒီးအဝဲသ့ဉ်အကစ်ၢ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်စူးကါတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိဉ်ဒီးက့ၢ်ဂီၤလီၤဆီလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်

တၢ်အက့ၢ်အဂီၤအကလုာ်ကလုာ်လၢအလီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်အံၤမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်တၢဉ်ပဲၤ, တၢ်အဒိဉ်အဆံးဒီး geometry အဂီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤပဉ်ဃုာ်ဒီးနၢဉ်ဘဉ်ဃူမဲာ်သဉ်ပူၤ, ပှးရမံးဒီးနၢဉ်ဘဉ်ခံကနူၤဃူဒီးဖျၢဉ်ပိၤဒီးတၢ်အက့ၢ်အဂီၤအဂၤလၢအက့ဉ်ကူလၢအဘဉ်တၢ်တ့အီၤလၢသ့ဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ချံးစးခိအတိဉ်တဖဉ်အသိးသ့နှ့ဉ်လီၤ. မၢဖိသဉ်ဟးက္ၢ်ဃုတၢ်အက့ၢ်အဂီၤအကလုာ်ကလုာ်လၢအက္ဒိဒီးအကပိာ်ကပၤဝးဝးလၢအစူးကါဝဲလၢအတၢ်အိဉ်မူကိးနံၤဒဲးအဂီၤ်တက့ၢ်. အဒိ, တၢ်နုၢ်ထံအဒၢန့ဉ်အက့ၢ်အဂီၤမ့ၢ်ဖျၢဉ်ပိၤ, ဒၢးခိ (brick) အက့ၢ်အဂီၤမ့ၢ်နၢဉ်ဘဉ်ခံက နူၤဃူဒီးအဂၤတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

လၢကိၢ်တံဉ်မိအမုၢ်ထိဉ်နှ့ဉ်သရဉ်တဖဉ်ဟ့ဉ်တၢ်ဆၢကတိၢ်လၢကဟးက္ၢ်ဃုကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်လၢအအိဉ်လၢက္ဒိကပိာ်ကပၤလၢအက့ၢ်အဂီၤလီၤဆီလိာ်အသးန့ဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ထံဉ်စးခိတလါတဖဉ်, ခိဉ် ဖျိဉ်, တၢ်နုၢ်ထံဒၢ, ဘီလ်ဒီးအဂၤတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်တူၤမ့ၢ်အက့ၤနှဉ်က့ၤဆူတိၤပူၤနိၤ ဖးလိၤအသးဆူအကရူၢ်ဆံးဖိတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. သရဉ်တကရူၢ်အကျါဟံးန့ၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတမံၤဒီးဃုထံဉ်နှ့ၢ်ဝဲအထိ, အလဲၢ်, အ့ရယၢ်ဒီးအတၢ်တၢဉ်ပဲၤ (volume) တဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် formula မ့တမ့ၢ် အတၢ်တၢဉ်ပဲၤလၢတၢ်အက့ၢ်အဂီၤလၢအစူးကါဝဲတမံၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ. သရဉ်တကရူၢ်မၤပဲၤဖျၢဉ်စူ (cone) တဖျၢဉ်ဒီးထံဒီးထိဉ်သတြိၤအတၢၢ်ပဲၤဒီးဖျၢဉ်ပိၤအတၢၢ်ပဲၤန့ဉ်လီၤ. သရဉ်တဖဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်လၢကစူးကါဝဲလၢအတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤလၢကျဲဒ်အံၤန့ဉ်လီၤ.

## တၢ်စူးကါတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ် – မၤတၢ်, ကတိၤတၢ်ဒီးကွဲးလီၤတၢ်

ဖဲမၤလိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအခါဖိသဉ်တဖဉ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတနီၤ, လိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤလိလၢကဘဉ်တဲဘဉ်ဃးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂ့ၢ်, အဝဲသ့ဉ်ဘဉ်ကွဲးလီၤဝဲလၢအဃုထံဉ်တၢ်စံးဆၢတဖဉ်ဒ်လဲဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

- **မၤတၢ်** – ကျဲသနူအံၤဘဉ်ထွဲဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤန့ဉ်လီၤ. (အဒိ, ဂံၢ်ဝဲအဖျၢဉ်တနီၤဒီးထုးကွံဉ်အိၤတက့ၢ်.

- **ကတိၤတၢ်** အဒိ, တဲသကိးဘဉ်ဃးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်လၢအကရူၢ်, “ယဆိကမိဉ်အစၢတမ့ၢ် (၅) ဘဉ်. အစၢမ့ၢ် (၆) လီၤ. မ့ၢ်လၢ ---”

- **ကွဲးလီၤတ်ါ –** ဖိသဉ်ကွဲးလီၤဝဲအမၤန့ါတ်ါအစၢအံၤဒ်လဲဉ်အဂ့ါန့ဉ်လီၤ. သရဉ်ကတဲ ဘဉ်ဖိသဉ်လၢကျဲအဂၤလၢကမၤန့ါတ်ါအစၢအံၤအဂီါန့ဉ်လီၤ.

အဒိ, နမၢဖိသဉ်ထိဉ်တဲာ်တ်ါဖိတ်ါလံၤတနီၤဒီးဃုထံဉ်အအ့ရယဉ် (မၤတ်ါ) လၢအကရူါသ့နှဉ် လီၤ. ဖိသဉ်တကရူါဘဉ်တကရူါကဘဉ်စံးဘဉ်အသရဉ်ဘဉ်ဃးအတ်ါစံးဆၢတဖဉ် (ကတိၤ တ်ါ) နှဉ်လီၤ. သရဉ်ကွဲးလီၤဖိသဉ်အတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးအစၢခဲလၢာ်လၢသ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤ (တ်ါကွဲး လီၤတ်ါဝံၤဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢတီၤပူၤကတိၤသကိးဘဉ်ဃးတ်ါအစၢတဖဉ်အဂ့ါသ့နှဉ်လီၤ.

လၢတ်ါကမၤလိနိဉ်ဂံၢ်ကူာ်အဂီါဟ့ဉ်လီၤဖိသဉ်တၤသူဉ်တၤသဉ်အကဲ့အခိ မ့တမ့ါ တ်ါဒိးတ်ါ လဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်လၢကန်ါပၢါဝဲတတ် မ့တမ့ါ လွံၢ်ပူတပူအဂီါ (မၤတ်ါ) နှဉ် လီၤ. ဖဲဖိသဉ်နှဉ်ကတဲသကိးတတ်ဒိးလွံၢ်ပူတပူၤအံၤဒိဉ်ဖဲလဲဉ်တခါအဂီါ (ကတိၤတ်ါ) နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကမၤလိကွဲးလီၤတတ်ဒိးလွံၢ်ပူတပူဒ်နိဉ်ဂံၢ်အသိး (တ်ါကွဲးလီၤတ်ါအဒိ, ၂) နှဉ်လီၤ. ခီဖျိ တ်ါစူးကါတ်ါသူတ်ါသဉ် မ့တမ့ါ တ်ါဒိးတ်ါလဉ်လၢဖိသဉ်ထံဉ်အီၤဒီးပလၢါအီၤသ့အံၤမၤအိဉ် ထိဉ်တ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးအခီပညီလၢဖိသဉ်အသးသမူအဂီါန့ဉ်လီၤ.

### တ်ါဒုးစဲဘူးတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးဒီးဖိသဉ်အတ်ါအိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီါ

ခီဖျိဖိသဉ်မၤဘဉ်တ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးလၢအစုအခိဉ်အဃိအဝဲသ့ဉ်မၤအိဉ်ထိဉ်တ်ါမၤလိတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးအ ခီပညီလၢအတ်ါအိဉ်မူအဂီါန့ဉ်လီၤ. အဒိ, ဖိသဉ်ထိဉ်ဒ္ဍးအဟံဉ်ဒိးအကွိတ်ါဒ့ဉ်စၢၤအယံၤဒိးတ်ါ ဆၢကတီါလၢာ်ဆံးအါလၢအတ်ါလဲၤဆူကွိ, ဒိးဃုထံဉ်ဖျၢဉ်ထူပျိအ့ရယဉ် မ့တမ့ါ ထိဉ်ဒ္ဍးတ်ါဒိး တ်ါလဉ်အပ့ၤလၢဖွါပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤလိတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးညီဒိဉ်ထိဉ်ခီဖျိအစူးကါတ်ါအနီါ ကီါတဖဉ်ဒ်အမ့ါတ်ါသူတ်ါသဉ်ဒိးတ်ါဒိးတ်ါလဉ်အသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်ကန်ါပၢါတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးဂ့ၤထိဉ်ဖဲအကတိၤသကိးဝဲအခါနှဉ်လီၤ. ပျဲဖိသဉ်ကွဲးလီၤ မ့တမ့ါ ကတိၤသကိးအတ်ါဃုထံဉ်တ်ါဂ့ါကိတဖဉ်တပတီါဘဉ်တပတီါတုၤအထံဉ်ဝဲအစၢတစုတက့ါ. နဘဉ်တဲသကိးတ်ါဒိးဖိသဉ်တဖဉ်လၢအမၤန့ါတ်ါစံးဆၢဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. နလိဉ်ဘဉ်တ်ါဝံသးစူၤ ဖဲဖိသဉ်အိဉ်ဒိးတ်ါကိတ်ါခဲလၢကမၤန့ါတ်ါစံးဆၢအခါနှဉ်လီၤ.

အလိါအိဉ်လၢနကဘဉ်စူးကါတ်ါဂဲၤလိအတ်ါလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢတ်ါသိဉ်လိ တ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးအဂီါမ့ါလၢဖိသဉ်အိဉ်ဒိးတ်ါမၤလိကျိၤကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအဃိနှဉ်လီၤ. နမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကမၤလိန့ါတ်ါခီဖျိတ်ါစူးကါတ်ါဖိတ်ါလံၤအနီါကီါတဖဉ်, ခီဖျိစူးကါတ်ါကတိၤ, တ်ါထံဉ်ဒိးပလၢါဘဉ်တ်ါအကျိၤအကျဲလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကန်ါပၢါတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးအတ်ါဂ့ါကိ တဖဉ်အဂီါန့ဉ်လီၤ. လၢတ်ါနှဉ်အဃိပကမၤလီၤတံါလၢတ်ါမၤလိတ်ါဂံၢ်တ်ါဒ္ဍးကအိဉ်ဒိးအခီပ ညီလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီါလၢကျဲဒ်အံၤန့ဉ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလိ – တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးပှၤတဝၢ

ကွဲးလီၤကျဲအကလုာ်ကလုာ်ဘဉ်ဃးဒီးနပှၤတဝၢစူးကါတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂ့ၢ်တက့ၢ်. အဒိ, မၢနပှၤဖိသဉ်တဖဉ်ဃုသ့ဉ်ညါတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဘဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢအဟံဉ်ဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. ကျဲအံၤမ့ၢ် ကျဲအဂ့ၢ်တဘိလၢပကမၢဖိသဉ်ဆိကမိဉ်တၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. စးထိဉ်အီၤလၢနနိၢ်ကစၢ်ဒီးနတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်ဒီးကွဲးရဲဉ်လီၤကျဲကိးဘိဒဲးလၢနဘဉ်စူးကါတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးလၢအပူၤကွံဉ်ဒိတန်နံအဂီၤတက့ၢ်.

တဲသကိးတၢ်ဒီးနပှၤဖိသဉ် မ့တမ့ၢ် ပှၤတဝၢဖိဒီးဃုထံဉ်လၢမ့ၢ်ဟိဉ်ကဝီၤပူၤအတၢ်တဲပူဒဉ်ဝဲ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဃဲၤလၢပျၤလၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးဒီး တၢ်ဆၢကတိၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒ့ဉ်စၢၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂဲၤကလံဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်အသိဉ် မ့တမ့ၢ် အယုၢ်အကွၤလၢအလီၤထုးနူ့သူဉ်ထုးနူ့သးအိဉ်တမံၤမံၤဧါ. ပၢနှာ်ဃုာ်တၢ်တဖဉ်အံၤဆူနတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤတက့ၢ်.

စူးကါတၢ်အမံၤအသဉ်လၢအအိဉ်လၢနပှၤတဝၢအပူၤဒီးတၢ်လိၢ်တၢ်ကျဲတဖဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်ကန်ပၢၢ်နတၢ်သံကွၢ်သ့ဂ့ၤဒိဉ်ထိဉ်တက့ၢ်. အဒိ, စီၤကျိဘဉ်လဲၤဇၢဉ်ထံလၢထံပူၤနူ့ဉ်ယံၤမံးလာ်တတ်ညါနူ့ဉ်လီၤ. အထံစဲၤတြိၢ်ထံ (၅) လံထၢဉ်နူ့ဉ်လီၤ. စီၤကျိဘဉ်ယိးထံဒီးဟးလၢအခိဉ်ယံၤဆံးယံၤလဲဉ်. (ခီဖျိစူးကါတၢ်အဒိအံၤကဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးပိာ်ခွါဖိဒီးပိာ်မုဉ်ဖိအတၢ်ဖံးတၢ်မၢလၢဟံဉ်ပူၤသ့နူ့ဉ်လီၤ.)



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့

တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အိဉ်အါမံၤလၢဖိသဉ်ကမၤလိဘဉ်ဃးအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ခီဖျိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးလၢအဘဉ်မၤဝဲလၢအနိၢ်ကစၢ်ဇဉ်ဝဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်နူ့ဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်ထိဉ်အနိၢ်ကစၢ်အထိဒီးအဃၢတဖဉ်သ့နူ့ဉ်လီၤ.တၢ်ထိဉ်တၢ်ဒွးတၢ်အံၤဘဉ်တၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါအီၤလၢလံာ်တိၤပြံပူၤလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးအဂီၤဒီးဘဉ်ကွၢ်ကဇါကွၤအီၤခဲအံၤခဲအံၤနူ့ဉ်လီၤ. လၢကိၢ်ကွီဉ်တဲဉ်အ CHILD အတၢ်တိာ်ကျဲၤအပူၤနူ့ဉ်ဖိသဉ်လၢအမၤလိယဲၢ်တိၤဒီးဃုတိၤတဖဉ်တၢ်သိဉ်လိအီၤလၢတၢ်ပၢၤဃာ် Growth Monitoring Promoters လၢအထိဉ်အတဲာ်, ဒီးပၢၤဃာ်ဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်အနိၢ်ကစၢ်ဒီးအသကိးတဖဉ်အတၢ်အိဉ်အပတိၢ်နူ့ဉ်လီၤ.[2] ဖိသဉ်အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်မၤစၢၤကွီဒီးဟိဉ်

[2] လၢတၢ်ကဒိးန့ၢ်အါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၤကွၢ်ဆူ http://www.inmu.mahidol.ac.th/CHILD/ တက့ၢ်.

ကဝီၤတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အပှၤမၤတ်ဖိဒ်သိးကမၤဖျါထိဉ်ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတ်အိဉ်တ်အိတလၢတပဲၤလၢအနီၤ်ကစ်အဂီၤ်ဒ်သိးကဘဉ်တ်ပၢနှာ်လီၤအမံၤလၢကွိမု်ဆါခိတ်အိဉ်အတ်ရဲဉ်တ်ကျဲၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. (ကွ်ၤလံာ်အဘ့ဉ် ၆ တက့်ၤ.)

- တ်ဃုသ့ဉ်ညါတ်ဆူးတ်ဆါအဂ့်တဖဉ်စ့်ကီးတ်မၤအီၤလၢတီၤပူၤမ့တမ့်ကွိပူၤသ့နှဉ်လီၤ. အဒိ, ဖိသဉ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါပှၤအနိဉ်ဂံၤ်လၢအမၤလိတ်တတီၤဃီဒီးအဝဲသ့ဉ်တဖဉ်လၢအဘဉ်တ်ဆါဖိ, တ်ဖြိ, တ်ညဉ်ဂိၤ် မ့တမ့်၊ တ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အတ်ဂ့်ကီအဂၤတဖဉ်လၢတ်ဆၢကတိၤ်လီၤဆိဆိတကတိၤ်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တ်အစၢတဖဉ်တ်ဟ့ဉ်ထိဉ်အီၤဒ်တ်ချဲးဃ့အသိး မ့တမ့်၊ မျးကယၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ. ဝံၤတ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်တမံၤမံၤဒ်သိးကဒီသဒၢတ်ဆူးတ်ဆါတဖဉ်အံၤသ့နှဉ်လီၤ.



## တ်ကွ်ၤကဒါက့ၤအတ်ဟူးတ်ဂဲၤ – ယသိဉ်လိတ်ဂံၤ်တ်ဒွးဒ်လဲဉ်

ဝဉ်ထံနီၤဖးက့ၤနသိဉ်လိတ်ဂံၤ်တ်ဒွးအကျဲခီဖျိမၤပဲၤလံာ်တီၤဖျါလၢလာ်အံၤတက့ၤ.

| ကျိၤကျဲ /တ်ဟူးတ်ဂဲၤ | ယညီနှ်မၤအီၤ | တမၤညီနှ်ဘဉ် | တ်မနုၤလၢယဘဉ်မၤအီၤ |
|---|---|---|---|
| ဟ့ဉ်ဂံၤ်ဟ့ဉ်ဘါပိာ်ခွါဖိပိာ်မုဉ်ဖိလၢကစူးကါတ်ဖိတ်လံၤတဖဉ်လၢအမၤဘဉ်ဝဲလၢအစုအခိဉ် | | | |
| ဒုးစဲဘူးတ်ဂံၤ်တ်ဒွးအတ်သံကွ်ဒီးတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့မ့တမ့်ပှၤတဝၤအတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ် | | | |
| စူးကါတ်ဂံၤ်တ်ဒွးအတ်မၤလိအသနၤဉ် | | | |
| မၤကွ်ၤက့ၤတ်မၤလိအတ်ပီးတ်လီတဖဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ်ထံဉ်တခိတၤၤလၢပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအဂီၤ် | | | |

## တၢ်မၤလိလၢအပှဲၤဒီးတၢ်ရၫလိာ်မှာ်လိာ်အလံာ်စဲအ့ဉ်

လၢလံာ်စဲအ့ဉ်အပူၤပမၤလိဘဉ်ဃးတၢ်လၢအဆံးကတၢ်ၢဴ်အမ့ၢ်တၢ်အမိၢ်ပှၢ်ဒီးတၢ်လၢအအိဉ်ဒီး အသးသမူအတၢ်ကဲထိဉ်အသးဒီးပမၤလိစ့ၢ်ကီးတၢ်ဖးဒိဉ်ဒ်မူပျိအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အကိ ကတၢ်ၢဴ်တမံၤမ့ၢ်ပသ့ဉ်ညါလၢ atoms ဒီးမူပျိအိဉ်, သနာ်ကှ့ပထံဉ်အိၤလၢပမဲာ်အတၢ်ထံဉ်တသ့ ဘဉ်ဒီးပတကတိၤသကိးတၢ်တဖဉ်အံၤအဂ့ၢ်လၢကိးနံၤဒဲးအတၢ်အိဉ်မူအပူၤဘဉ်. လၢတၢ်နှဉ်အ ဃိဒ်သိးပကသိဉ်လိလံာ်စဲအ့ဉ်လၢကကဲထိဉ် learning-friendly အဂီၢ်ပဘဉ်ဒုးစဲဘူးတၢ်အနိၢ် ကိၢ် (တၢ်မနုၤလၢပထံဉ်အိၤသ့, ပလၢၢ်ဘဉ်အိၤသ့ မ့တမ့ၢ် နၢဘဉ်အိၤသ့သပှၢ်တၢၢ်) ဒီးတၢ်မနုၤ လၢအသ့ဉ်ညါဝဲဘဉ်ဃးတၢ်အဒိဉ်အယိာ်တဖဉ်ဒ်အမ့ၢ် atoms ဒီးမူပျိအသိးနှဉ်လီၤ. ခိဖျိစးထိဉ် အိၤဒီးတၢ်လၢအနိၢ်ကိၢ်ဒီးဒုးစဲဘူးအိၤဒီးစဲအ့ဉ်လၢဖိသဉ်ထံဉ် မ့တမ့ၢ် မၤအိၤကိးနံၤဒဲးမနုၤတ ဖဉ်လဲဉ်နှဉ်ကမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်စးထိဉ်နၢ်ပၢၢ် ဒီးကတိၤဘဉ်ဃးတၢ်ဆိကမိဉ်လၢအဒိဉ်အယိာ်လၢအကိအခဲဒ်အမ့ၢ် atoms ဒီးမူပျိတဖဉ်ညီ ဒိဉ်ထိဉ်နှဉ်လီၤ.

ဒ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအသိးတၢ်မၤလိစဲအ့ဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအိၤသ့ခိဖျိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအခိဉ်ထံး ခိဉ်ဘိဒ်အမ့ၢ်တၢ်မှၢ်တၢ်ဘိဒီးဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိတဖဉ်, ပှၤဟီဉ်ခိဉ်ဖိအမိၢ်ပှၢ်, ထံဒီးဟီဉ်ခိဉ်သူဉ်ထိဉ်အ သးအဂ့ၢ်အကျိၤ, နှ့ဆၢဉ်ဒီးတၢ်လၢပှၤဟီဉ်ခိဉ်မၤအိၤတဖဉ်, တၢ်အသိဉ်ဒီးတၢ်သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢ, မူဖျၢဉ်တဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ဉ်တၢ်ကွဲးလီၤတၢ်မှၢ်တၢ်ဘိတထံးအမံၤအံၤမ့ၢ်ကျဲတဘိလၢ တၢ်ဒုးဘဉ်ထွဲတၢ်ကွဲးဒီးတၢ်တ့အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးမ့ၢ်ကျဲလၢအဂ့ၤဒိဉ်မးတဘိလၢတၢ်မၤလိစဲအ့ဉ် အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဒီးမ့ၢ်စ့ၢ်ကီးကျဲအဂ့ၤတဘိလၢကစးထိဉ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်အဒိဉ်အယိာ်ဒ်အမ့ၢ်မူဖျၢဉ်တ ဖဉ် မ့တမ့ၢ် ကှ့ၢ်ဂီၤဒွဲလၢအအိဉ်လၢပမိၢ်ပှၢ်အပူၤတဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.

တၢ်အခိဉ်သ့ဉ်မိၢ်ပှၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ဃုသ့ဉ်ညါကျဲတဖဉ်လၢဖိသဉ်ကစူးကါအနိၢ်ကစၢ်အတၢ်လဲၤခီဖျိဖဲ အမၤလိတၢ်အခိဉ်တိတဖဉ်အံၤအခါနှဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်မၤလိဘဉ်ဃးတၢ်အသိဉ်ဒီးတၢ်သံကျဲတ ဖဉ်အံၤဖိသဉ်ကလဲၤခီဖျိတၢ်အံၤခီဖျိဒ့တၢ်ဒ့တၢ်အူလၢအအိဉ်ဒီးအပျံၤတဖဉ်ဒီးတၢ်ဒ့တၢ်အူလၢအ ဘဉ်တၢ်မၤအိၤလၢဟံဉ်ဇဉ်လဉ်ဒ်တနၢ်အသိးသ့နှဉ်လီၤ. လၢကမၤလိဘဉ်ဃးမူပျိအဂီၢ်အဝဲသ့ဉ် ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးလါထိဉ်, လါလီၤဒီးလါပဲၤ မ့တမ့ၢ် မၤနိဉ်မၤဃါမ့ၢ်အတၢ်လဲၤတရံၤသးအဂီၤခီဖျိ ဆဲးလီၤနိဉ်ကှ့လၢဟိဉ်ခိဉ်အလိၤဒီးမၤနိဉ်မၤဃါနိဉ်ကှ့အကဒုအအိဉ်အလိၢ်ကိးနဉ်ရံဉ်ဒဲးအသိး သ့နှဉ်လီၤ.

တၢ်ဂဲၤလိဒ်အံၤတဖဉ်တၢ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤအိၤခီဖျိတၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါလီၤစဲအ့ဉ်အကျိၤအကျဲလၢအဂ့ၢ်သ့ နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်မၤလိစဲအ့ဉ်အပူၤဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိအသးလၢအတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအကျိၤအကျဲ ဒီးတၢ်သံကွၢ်တၢ်အကျိၤအကျဲတဖဉ်ဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်အတၢ်မၤကွၢ်တဖဉ်လၢကစံးဆၢအတၢ်သံကွၢ် တဖဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

နတဲန်ပၢ်ဖိသဉ်လၢစဲအ့ဉ်မၤစၢၤတ်မၤဒိဉ်ထိဉ်ဟိဉ်ခိဉ်အတ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအဂ့ၢ်ဒီးစဲအ့ဉ်အ ကျိၤအကျဲတဖဉ်လၢအမၤတ်လၢပှၤတဝၤအပူၤသ့နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပိာ်ခွါဖိဒီးပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်မၤတ် မၤကွ်လၢကလိဃ့တၤသူတၤသဉ်တဖဉ်ခီဖျိစူးကါမုၢ်အတ်ကိ်ၢ် မ့တမ့်ၢ် တ်မၤဟိဉ်စိ မ့တမ့်ၢ် ယုထံဉ်နှ်တ်ဂ့ၢ်ကီအစၢတဖဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤအသိးနှဉ်လီၤ.

အကါဒိဉ်လၢပဝဲသရဉ်တဖဉ်ကမၤလိစဲအ့ဉ်အတ်ဆိကမိဉ်လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးပကဒုးဘဉ် ထွဲအိၤဒီးဖိသဉ်အတ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂိၢ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်မၤလိန္ၢ်စဲအ့ဉ်အ တ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, တ်နိၤဖးလီၤတ်တဖဉ်မ့ၢ်စဲအ့ဉ်အတ်ဆိကမိဉ်အခိဉ် သ့ဉ်တမံၤနှဉ်လီၤ. တ်နိၤဖးလီၤတ်လၢအသးသမူအိဉ်ဒီးတအိဉ်မ့ၢ်တ်အဂ့ၤတမံၤလၢပကစး ထိဉ်အိၤနှဉ်လီၤ. နစူးကါလၢၢ်ဒီးတ်ဒိးတ်လဉ်ဒ်တ်မၤဘဉ်တ်လၢအစုအခိဉ်အဒိအသိးတဖဉ် သ့နှဉ်လီၤ. အဒိတမံၤလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကန်ပၢ်တ်နိၤဖးလီၤတ်အဂ့ၢ်အံၤဟဲအသးဒ်အံၤ နှဉ်လီၤ.

## တ်အပတိၢ်တဖဉ်လၢကမၤစၢၤဖိသဉ်သးစ်တဖဉ်လၢတ်နိၤဖးလီၤတ်အဂ့ၢ်

၁. တ်မနုၤလၢယအဲဉ်ဒိးနိၤဖးလီၤအိၤနှဉ်လဲဉ်.
၂. တ်မနုၤတဖဉ်လၢအလီၤဂ်လိာ်အသးဒီးယဟ်ဃုာ်အိၤတကရူ်ၢ်ဃိကသ့နှဉ်လဲဉ်.
၃. တ်တဖဉ်အံၤလီၤဂ်လိာ်အသးလၢကျဲဒ်လဲဉ်.
၄. ယမၤကဲထိဉ်ကရူ်ၢ်အဂၤမနုၤကသ့လဲဉ်.တ်တဖဉ်လၢအအိဉ်လၢကရူ်ၢ်တကရူ်ၢ် ဘဉ်တကရူ်ၢ်အံၤလီၤဂ်လိာ်အသးဒ်လဲဉ်.
၅. တ်ကိးမံၤဒဲးနှဉ်လီၤဆူတ်အကရူ်ၢ်တဖဉ်အပူၤလံ၈ါ.
၆. ယမ့ၢ်နိၤဖးလီၤကရူ်ၢ်အကျါတကရူ်ၢ်နှဉ်ကဂ့ၤဒိဉ် မ့တမ့်ၢ် ဟ်ဖြိဉ်ယှာ်အိၤဂ့ၤဒိဉ် လဲဉ်.
၇. ယတ့တ်ဂိၤလၢကကဲတ်ဖိတ်လံၤလၢယနိၤဖးလီၤအခၢဉ်စးတဖဉ်သ့ဒ်လဲဉ်.

## တ်ဆိကမိဉ်ဒီးတ်သ့ဉ်ညါကျဲအဂၤတဖဉ်

လၢပှၤတဝၤဒိးတ်ဆဲးတ်လၢအါမံၤအပူၤပှၤဟိဉ်ခိဉ်ဖိတဖဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲအဂၤလၢတ်နှ်ပၢ် နှ့ဆၢဉ်ဒီးဟိဉ်ခိဉ်လၢအအိဉ်ဝးတရံးအိၤအံၤနှဉ်လီၤ. ကျဲတဖဉ်အံၤကဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသး ဒီးနိ်ၢ်ကစ်ၢ်အတ်လဲၤခီဖျိလၢတ်ရ့တံၤရ့သကိးအပူၤ မ့တမ့်ၢ် တ်ကွ်ၢ်ထံကွ်ၢ်ဆးအါန္ၢ်တ်မၤကွ်ၢ် တကွ်ၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တနိၤတ်သဘံဉ်သဘုဉ်ကအိဉ်ထိဉ်လၢအတ်နှ်ပၢ်အပူၤမ့ၢ်လၢကျဲလၢအ ဘဉ်တ်တဲနှ်ပၢ်လီၤအိၤလၢကိုအံၤလီၤဆီလၢအတ်တဲလၢအန်ဟူဝဲလၢဟံဉ်အဃိနှဉ်လီၤ.အဒိ, ပှၤတဝၤဖိတဂၤကသ့ဉ်ညါသ့ဉ်ဂံၢ်လီၤဆိဆိတမံၤအမံၤ မ့တမ့်ၢ် တ်ယါဘျါအဂၤတမံၤ မ့တမ့်ၢ် အဝဲသ့ဉ်ကတဲတ်တဲလၢအတဲန်ပၢ်ဟိဉ်ခိဉ်လၢအအိဉ်ဝးတရံးပှၤအံၤတ်ုးအိဉ်ထိဉ်အိၤဒ်လဲဉ်

ဒီးအဝဲသ့ဉ်တတူၤလိာ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအအိဉ်လၢကွိအလံာ်ပူၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်တဲာတဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်လၢပှၤတဝၢအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢတဖဉ်အဂီၤ်ဒီးတၢ်ကြားသိဉ်လိလီၤကှၤအီၤဆူဖိစိၤလံၤစိၤတစိၤဘဉ်တစိၤလၢလံာ်အပူၤနှဉ်လီၤ.

လၢကိၤ်တံဉ်ပိမ့ၢ်ထိဉ်အပူၤနှဉ်တၢ်တဲာအိဉ်တယုၢ်ဘဉ်ဃးတမဉ်တဘိအဂ့ၢ်လၢအဘဉ်ထွဲလိာ်အသးဒီးအကိၤ်ကဲထိဉ်အခိဉ်ထံးခိဉ်ဘိအဂ့ၢ်လၢအကိၤ်အက့ၢ်အဂီၤအံၤလီၤက်လၢတမဉ်အက့ၢ်အဂီၤနှဉ်လီၤ. လၢတီၤပူၤတၢ်တဲာအံၤတုၤဆူတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဟိဉ်ခိဉ်အမဲာ်ဖံးခိဉ်အဂ့ၢ်, တၢ်အိဉ်တၢ်ဆိးအလိၢ်, ဒီးသးသမူအတၢ်လဲၤတရံးအသးဒီးတၢ်ဆိကမိဉ်အဂၤတဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ပျံၤတၢ်ဖုးဒီးတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးတဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ.

Inclusive learning အခိပညီမ့ၢ်တၢ်တူၤလိာ်တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်လီၤဆိလိာ်အသးဒီးအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအကျိၤအကျဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဘဉ်နၢ်ပၢၢ်လၢကျဲအိဉ်တဘျုးမံၤလၢတၢ်တဲာနၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ဃးတၢ်ဖိတၢ်လံၤတမံၤအဂ့ၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ကဲထိဉ်အသးတမံၤအဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. ပကဘဉ်အိဉ်ကတဲာ်ကတီၤဒီးတူၤလိာ်တၢ်တဲာနၢ်ပၢၢ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဘဉ်ဃးတၢ်ကဲထိဉ်အသးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်သးစၢ်တဖဉ်ကမၤလိဘဉ်တၢ်တဲာတဖဉ်, တၢ်ကတိၤဒိဒီးတၢ်ယါဘျါတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဒ်ပမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်အသိးပဘဉ်ယုကျဲဒ်သိးကဟ်ဒိဉ်ဟ်ကဲတၢ်ဆိကမိဉ်အကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်ဒီးမၤစၢၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိလၢကန်ပၢၢ်စဲအ့ဉ်တပတိၢ်ဃီစ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : စဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤ်

တၢ်ဂဲၤလိအံၤမၤစၢၤပှၤဒ်သိးပကဖျါထိဉ်စဲအ့ဉ်မၤစၢၤပှၤလၢပတၢ်အိဉ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပမၤလိဘဉ်ဃးထံအဂ့ၢ်သ့လၢကျဲအါဘိမ့ၢ်လၢထံမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မးတမံၤလၢပှၤကိးဂၤဒဲးအတၢ်အိဉ်မူအဂီၤ်နှဉ်လီၤ. အဃိခီဖျိမၤလိထံအဂ့ၢ်အကျိၤနှဉ်ပမၤလိစဲအ့ဉ်သ့ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွး, ကျိာ်ဒိး social studies စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. အဒိ, ဖဲပချိအီထံအခါပမၤသံတၢ်ဆါအဃၢ်တဖဉ်လၢပှၤဟိဉ်ခိဉ်ဖိတသ့ဉ်ညါအဂ့ၢ်တုၤလၢပှၤစဲအ့ဉ်ဖိထံဉ်နှၢ်အီၤတစုနှဉ်လီၤ. ဖဲပစူးကါစဲးထုးထိဉ်ထံ (water pump) လၢကထုးထိဉ်ထံလၢထံပူၤအခါနှဉ်ပစူးကါစဲးယိယိဖိတမံၤ – တၢ်အံၤမ့ၢ်စဲအ့ဉ်တမံၤနှဉ်လီၤ. ပမၤလိစ့ၢ်ကီးတၢ်မနုၤလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်လိသိဉ်, လိဝ်ၢ်ဒံးတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်အဒိသၢမံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢဖိသဉ်ကမၤလိဘဉ်အဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ.

ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိအသိတခါလၢအဒုးစဲဘူးစဲအ့ဉ်အတၢ်မၤလိဒီးဖိသဉ်အအိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤ်တက့ၢ်.

- တၢ်မနုၤလၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤဒ်သိးကသိဉ်လိတၢ်မၤလိအံၤအဂီၤ်နှဉ်လဲဉ်.

- မၢဖိသၣ်တဖၣ်လၢကထိၣ်ကဆုၣ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်တက့ၢ်. အဒိ, နမ့ၢ်ဆဲးလီၤနိၣ်က့တ ဘိလၢဟီၣ်ခိၣ်အလိၤန့ၣ်နိၣ်က့အကဒုလၢဂီၤခိ ၉း၀၀ အံၤကထိန့ၢ်အကဒုလၢမ့ၢ်ဆါခိအ ဆၢကတီၢ်နှၣ်လဲၣ်.
- တၢ်ဂဲၤလိမနုၤလၢဖိသၣ်မၤသ့ဒ်သိးကဃုထံၣ်တၢ်သံကွၢ်လၢထးအံၤအစၢအဂီၢ်လဲၣ်.
- ဖိသၣ်ဃုတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိုၤဒ်သိးကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လၢကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်လၢထးအံၤသ့အလီၢ် ဖဲလဲၣ်.
- နကမၤကွၢ်ဖိသၣ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်ဂဲၤလိအံၤလၢကျဲဒ်လဲၣ်.

| တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီ | တၢ်ဂဲၤလိလၢကမၤဝဲ | တၢ်ဖိတၢ်လံၤမနုၤလၢအလိၣ်လၢကမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤအဂီၢ် | တၢ်ဂဲၤလိအံၤဘၣ်ထွဲဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူဒ်လဲၣ် | နကမၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်ဂဲၤလိအံၤဒ်လဲၣ် |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

## တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်သိၣ်လိဒီးသိၣ်လိလီၤအီၤ

လၢပကသိၣ်လိစဲအ့ၣ်အဂီၢ်ပဘၣ်ရဲၣ်ကျဲၤပတၢ်သိၣ်လိလီၤတံၢ်လီၤဆဲးဒ်သိးဖိသၣ်ခဲလၢာ်နှာ်လီၤ မၤသကိးဘၣ်တၢ်ကသ့အဂီၢ်နှၣ်လီၤ.

ဖဲနရဲၣ်ကျဲၤတၢ်သိၣ်လိအခါနကဘၣ်ရဲၣ်ကျဲၤလၢဖိသၣ်ကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်အံၤကဒိးသန့ၤထိၣ်အသးလၢတၢ်သိၣ်လိအကျဲမနုၤလၢပဃုထၢအီၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်သိၣ်လိအ ကျိုၤအကျဲလၢအဘျုးအဖိၣ်အိၣ်တဘိန့ၣ်ပကိးလၢဆိကမိၣ်, ထိၣ်ဒံးဘိထံ, တဆိ, နီၤလီၤ Think, Ink, Pair, Share နှၣ်လီၤ. ကျိုၤကျဲအံၤအဘျုးအိၣ်လီၤဆီဒၣ်တၢ်လၢဖိသၣ်လၢအမဲာ်ဆုး ဆူၣ်ဒီးဖိသၣ်လၢအတူၢ်ဘၣ်လၢအအိၣ်လီၤတဲာ်လၢပှၤအလီၢ်ခံတဖၣ်အဂီၢ်နှၣ်လီၤ.

- သံကွၢ်ဖိသၣ်တၢ်သံကွၢ်လၢအမၢအဟ်ဖျါထိၣ်အတၢ်ထံၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဆၢတဲာ်တမံၤမံၤတ က့ၢ်. တမ့ၢ်တၢ်သံကွၢ်လၢကဘၣ်စံးဆၢ “မ့ၢ်” မ့တမ့ၢ် “တမ့ၢ်ဘၣ်” နှၣ်ဘၣ်.

- မၢအဝဲသ့ဉ်ဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးအတၢ်စံးဆၢတက့ၢ် (Think).
- မၢအဝဲသ့ဉ်ကွဲးလီၤအတၢ်စံးဆၢတက့ၢ်(Ink).
- မၢအနီၤဟ့ဉ်လီၤအတၢ်ကွဲးနိဉ်တဖဉ်ဒီးဖိသဉ်အဂၤတဂၤတက့ၢ်(Pair).
- မၢဖိသဉ်တဂၤဂၤလၢကဟဲဆူတၢ်မဲာ်ညါဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်အတၢ်စံးဆၢဒီးတီၤဒိတတီၤတက့ၢ်. (Share).

ကျိၤကျဲအံၤဟ့ဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအတၢ်ထံဉ်တၢ် ဆိကမိဉ်နှဉ်လီၤ. ဒီးမ့ၢ်တၢ်တမံၤလၢအကါဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. သံကွၢ်လီၤနုသး, "လၢယတီၤပူၤဖိသဉ်အိဉ်တနီၤလၢအယူဉ်ထိဉ်အစုထိဘိဒ်သိးကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်နှဉ်ဧါ." ဖဲဖိသဉ်တနီၤလၢအယူဉ်ထိဉ်အစုထိဘိဒ်အံၤနှဉ်ဖိသဉ်အဂၤတကျဲးစၢးစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢတစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်အံၤကလိဉ်ဘဉ်တၢ်ဆၢကတီၢ်အါထိဉ်လၢကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်အဂီၢ်မ့တမ့ၢ်အဝဲသ့ဉ်သ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်အဂၤကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဆိအယိနှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ဉ်ပျံၤလၢကဟ့ဉ်ထိဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်လီၤဆီဒဉ်တၢ်ကျိဉ်လၢတီၤပူၤတမ့ၢ်အကျိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. တဘျိတခိဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အိဉ်တ့ၢ်လၢတၢ်လီၢ်ခံဖဲသရဉ်မုဉ်မ့ၢ်ညီနုၢ်သံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဆူပိာ်ခွါဖိတဖဉ်အအိဉ်အခါလီၤဆီဒဉ်တၢ်လံာ်စဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးနှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါဖိခံဖုလၢဂ်အံၤလိဉ်ဘဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဒီးလိဉ်ဘဉ်တၢ်နာ်လီၤအသးဒ်သိးကစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢဖိသဉ်မၤတၢ်ဒီးအသကိးခံဂၤတဆိအံၤအယိအဝဲသ့ဉ်ကမၤန့ၢ်အတၢ်နာ်လီၤအသးခီဖျိကတိၤတၢ်ဒီးအတီၤဖိတဖဉ်ဝံၤကအိဉ်ဒီးတၢ်နာ်လီၤအသးဒိဉ်ထိဉ်ဒ်သိးကစံးဆၢထိဉ်တၢ်သံကွၢ်ဆူတီၤဒိတတီၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ဒုးစဲဘူးစဲအ့ဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်တဖဉ်.

ဖဲပဒုးစဲဘူးစဲအ့ဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်မူအခါနှဉ်တၢ်မၤလိအခိပညိအိဉ်ထိဉ်လၢဖိသဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပမၤတၢ်အံၤသ့လၢကျဲတဘိ, ပမ့ၢ်စးထိဉ်အီၤဒီးတၢ်လၢဖိသဉ်သ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံတဖဉ်, ပကိးတၢ်အံၤ လၢ KWLH ကျိၤကျဲနှဉ်လီၤ.

| K | W | L | H |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |

K - KNOW မၤစၢၤဖိသဉ်ကသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်တ်လၢအသ့ဉ်ညါတ့်လံဝဲဘဉ်ဃးတ်ဂ့်တဖဉ်

W - WANT မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကမၤဖျါထိဉ်တ်လၢအအဲဉ်ဒိးမၤလိဝဲ

L - LERNED မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကမၤဖျါထိဉ်တ်မနုၤလၢအမၤလိန္နာ်ဝဲလၢတ်ဂဲၤလိအပူၤ

H - HOW ဃုထံဉ်နှာ်ဖိသဉ်ကမၤလိတ်သ့အါထိဉ်လၢကျဲဒ်လဲဉ်. (ဖိသဉ်ကဃုတ်ဂ့်တ်ကျိၤ
အါထိဉ်ဖဲလဲဉ်, တ်သံကွာ်အဂၤမနုၤလၢနသံကွာ်အဝဲသ့ဉ်သ့အသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.)

## တ်မၤလိကျိာ်လၢအပဲၤဒီးတ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်အတ်သ့တ်ဘဉ်

တ်မၤလိကျိာ်နှဉ်မ့်တ်အကါဒိဉ်မ့်လၢအဘဉ်ထွဲလိာ်အသးဒီးဖိသဉ်အတ်သ့တ်ဘဉ်လၢကမၤလိလံာ်အဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တဘျိတခိဉ်သရဉ်ကဘဉ်စူးကါကျိာ်လၢအဘဉ်တ်စူးကါအီၤလၢတ်လီၤလၢဖိသဉ်အိဉ်အလီၤ်ဒ်သိးဖိသဉ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢလိာ်အသးကသ့ဒီးသရဉ်ကန်ပၢၤ်အဝဲသ့ဉ်ဂ့ၤဂ့ၤအဂိၤ်နှဉ်လီၤ.

ကွဲဖဘဉ်မၤလိတ်ကတိၤ, တ်ဒိကနဉ်, တ်ဖးလံာ်ဒီးတ်ကွဲးလံာ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တ်သ့တ်ဘဉ်လၢအမ့်တ်ကတိၤ, တ်ဒိကနဉ်, တ်ဖးလံာ်ဒီးတ်ကွဲးလံာ်လွံၤ်မံၤအံၤအလီၤ်အိဉ်လၢတ်ကဟ်ဖိုဉ်ယုာ်အီၤစ့ၤ်ကီးနှဉ်လီၤ. တ်ခံမံၤလၢအမၤစၢၤနၤတဖဉ်မ့်ဝဲ,

- လၢတ်မၤလိအပူၤဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ခွဲးတ်ယာ်လၢတ်ဖးလံာ်ဒီးတ်ဒိကနဉ်မ့်လၢဖိသဉ်နၢ်ပၢၤ်တ်ခံမံၤလၢာ်အံၤနှဉ်လီၤ.

- လၢတ်မၤလိအပူၤစူးကါတ်မၤတ်ခံဂၤတဆိဒီးတ်မၤတ်လၢကရူၤ်ဆံးဆံးဖိဒ်သိးကဒိကနဉ်လိာ်အသးတဂၤတဂၤဒီးကတိၤလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤနှဉ်လီၤ. နမၤဖိသဉ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒုးနဲဉ်ဖုဉ်ဖုဉ်ဖိတယုၤ်သ့နှဉ်လီၤ. တ်အံၤကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကစူးကါကျိာ်ဒီးမၤလိန္နာ်တ်ကဲထိဉ်အသးတမံၤ ဘဉ်တမံၤလၢအပိာ်လိာ်အခံနှဉ်လီၤ.

နဟ့ဉ်တ်ခွဲးတ်ယာ်လၢဖိသဉ်ကဒိကနဉ်တ်ခီဖျိဖးန္နာ်အဝဲသ့ဉ်လၢတ်တဲနှဉ်လီၤ.နမၤပှၤအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤဟဲကတိၤတ်ဒီးဖိသဉ်ဘဉ်ဃးအတ်ဖံးတ်မၤ, သဝီအတ်စံဉ်စိၤတဲစိၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ကွဲမုာ်ပှၤလၢအသးပှာ်တဖဉ်မ့်လၢအအိဉ်ဒီးတ်ဂ့်အါလၢကတဲဘဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဒီးအိဉ်ဒီးတ်ဆၢကတိၤ်အါနှဉ်လီၤ. နမ့်ကွဲမုာ်ပှၤလၢကဟဲကတိၤတ်လၢတိၤပူၤနှဉ်တဲနၢ်ပၢၤ်အဝဲသ့ဉ်လၢနတ်ပညိဉ်အဂ့်တက့်. ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အမူအဒါဒ်အမ့်ဖိသဉ်တနီၤကတူၤ်လိာ်မုာ်ပှၤလၢကဟဲကတိၤတ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်တက့်. ပကတူၤ်လိာ်မုာ်ပှၤလၢပတသ့ဉ်ညါတဂၤဒ်လဲဉ်. ပကကတိၤတ်ဒီးပှၤသးပှာ်ဒ်လဲဉ်. ပှၤလၢပကကွဲအံၤကဆ့ဉ်နီၤဖဲလဲဉ်. ပကစံးဘျူးပှၤလၢအဟဲမၤစၢၤပှၤအံၤဒ်လဲဉ်. တ်အံၤမ့်ကျဲအဂ့ၤတဖဉ်လၢဖိသဉ်ကမၤလိတ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢအကျိၤအကျဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## ကျိၤကျဲလၢတၢ်သိဉ်လိတၢ်ဖးလံ့အဂီၤ

မိၤပၢ်အါဂၤကိၤဂီၤတၢ်လၢအဖိအတၢ်မၤလိဖးလံ့အဂီၤဒီးတၢ်အံၤကမၤဖိသဉ်လၢတအဲဉ်ဖးလံ့ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလိဖးလံ့အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကိဒိဉ်မးတမံၤဒီးကျဲအိဉ်အါဘိလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်ဖးလံ့အဂီၤနှဉ်လီၤ. ကျဲတဘိနှဉ်ပကိးလၢ phonics ဒီးကျဲအဂၤတဘိမ့ၢ်ဝဲ whole language အကျိၤအကျဲနှဉ်လီၤ.

လၢ phonics အကျိၤကျဲနှဉ်ပမၤလီၤဖှံဉ်တၢ်ကတိၤအဖျၢဉ်တဖဉ်ဆူလံ့ခီဉ်ထံးတဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်အသိဉ်ဝံၤသိဉ်လိဖိသဉ်လံ့အဖျၢဉ်တဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်စုာ်စုာ်အသိဉ်နှဉ်လီၤ. ဝံၤဟ်ဖှိဉ်က့ၤအီၤတပူၤဃီဒ်သိးကဒုးသိဉ်တၢ်ကတိၤအဖျၢဉ်တဖျၢဉ်အသိဉ်နှဉ်လီၤ.

Whole language အကျိၤအကျဲအံၤသိဉ်လိဖိသဉ်လၢတၢ်ကတိၤအဖျၢဉ်ဒီတဖျၢဉ်ညီနုၢ်ပၢနုာ်လီၤတၢ်ကတိၤအဖျၢဉ်အဝဲနှဉ်ဆူလံ့ပှဲၤကျိၤဖုဉ်ဖုဉ်ဖိအပူၤ (အဒိ, ဖျၢဉ်ထူအလါတဖျၢဉ်) နှဉ်လီၤ.

ပကြၢးစူးကါကျဲခံဘိလၢာ်အံၤမ့ၢ်လၢဖိသဉ်မၤလိနှ်တၢ်ကျဲလီၤဆိလိာ်အသးအဃိနှဉ်လီၤ. ဖဲပသိဉ်လိဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးအံၤပလိဉ်ဘဉ်,

- စူးကါကျိၤကျဲအကလုာ်အကလုာ်
- တဘဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်ဖးလံ့လၢတန်ပၢၢ်ဝဲအခိပညီတဂ့ၤ
- သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢဖိသဉ်မၤလိတၢ်ဖးလံ့ကွဲးလံ့မ့ၢ်လၢအအဲဉ်ဒိးဆဲးကျၢဆဲးကျိးလိာ်သးအဃိ
- သ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်အတၢ်မၤလိဖးတၢ်လံ့အံၤဒိးသန္ၤထိဉ်အသးလၢန္ဆၢဉ်ခိဉ်ဃၢၤပှၤအတၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖဲအဝဲသ့ဉ်အနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲကသူဉ်ထိဉ်အနိၢ်ကစၢ်အတၢ်ထံဉ်တၢ်နာ်နှၢ်လီၤက့ၤအသးဒီးအတၢ်ဟ်သးလၢကျိဉ်လၢအဖးဝဲအံၤအဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ.
- ကိးနံၤဒဲးနှဉ်ဒုးသ့ဉ်ညါဖိသဉ်လၢတၢ်မၤလိဖးလံ့လၢတၢ်မၤလိနှ်တၢ်ဂ့ၢ်တမံၤမံၤဒီးတၢ်ဖးလံ့မ့ၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဖးမုာ်သးတမံၤတက့ၢ်. ဒုးနဲဉ်စ့ၢ်ကီးဖိသဉ်လၢနဖးလံ့မုာ်တက့ၢ်.

## ကျဲအဂၤလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢတၢ်ဖးလံ့ဖးလဲၢ်

ဖိသဉ်ကြၢးအိဉ်ဒီးလံ့လၢကဖးဝဲအဂီၤလၢပှဲၤဒီးနဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်လီၤလၢတၢ်ဖးလံ့ကွဲးလံ့ကစုဒုအလီၤလၢတီၤပူၤသ့နှဉ်လီၤ. လံ့မ့ၢ်တအိဉ်လၢပှဲၤလၢဖိသဉ်အဂီၤနှဉ်နဒုးအိဉ်ထိဉ်နလံ့ဒဉ်

နဲဒီးစူးကါတ၊်တဲလၢအအိဉ်လၢဟီဉ်ကဝီၤဇဉ်ဝဲအပူၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ.(နဒုးအိဉ်ထိဉ် Big Book လၢနကဖးလီၤဆူဖိသဉ်အအိဉ်သ့နှဉ်လီၤ.) တ၊်ဆိကမိဉ်အဂၤလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်အတ၊်ဖးလံာ်မ့၊်ဝဲ

- မၤဖိသဉ်တဲတ၊်တဲဘဉ်ဃးအတ၊်အိဉ်မူအဂ့၊်ဒီးအနံၤသဘျအဂ့၊် မ့တမ့၊် မု၊်နံၤလၢအမၤလၢမၤကပိၤဝဲအဂ့၊်တက့၊်. အဝဲသ့ဉ်ကမၤလိတဲလီၤတ၊်တဲတမံၤဘဉ်တမံၤလၢအပိာ်လိာ် အခံဒ်သိးပှၤဂၤန၊်ပၢ၊်အီၤကသ့အဂီ၊်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မ့၊်ထံဉ်လၢအကိဘဉ်အီၤလၢကကွဲးအတ၊်တဲအခါမၢမိ၊်ပ၊် မ့တမ့၊် ဖိသဉ်လၢအနိ၊်ဒိဉ်ထိဉ်တဖဉ်ကွဲးလီၤန့၊်အီၤတက့၊်. ဝံၤဖိသဉ်တ့တ၊်ဂီၤလၢအတ၊်တဲဇဉ်ဝဲသ့နှဉ်လီၤ.

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်နတီၤပူၤဒ်သိးကမ့၊်တ၊်လီ၊်လၢဖိသဉ်ကတူ၊်ဘဉ်လၢအဇဲဉ်ဒီးကွဲးလံာ်ဖးလံာ်တက့၊်. အဒိ, နကျးလီၤလံာ်မိ၊်ပှ၊်အလံာ်တယ၊်လၢတီၤအတ၊်ဒူဉ်လီၤ မ့တမ့၊် တ၊်ဂီၤ မ့တမ့၊် ဆဉ်ဖကိ၊်ဖိအမံၤရဲဉ်လီၤအသးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ကွဲးလီၤတ၊်လၢအအိဉ်လၢတီၤပူၤတဖဉ်အမံၤဒီးတ၊်လီ၊်မ့၊်တအိဉ်လၢပဲၤလၢတ၊်ဒူဉ်လီၤတခိနကွဲးလီၤလံာ်ဖျၢဉ်, တ့တ၊်ဂီၤတဖဉ်ဒီးဘျးလီၤအီၤလၢပုံၤအလိၤသ့နှဉ်လီၤ. ဟိဉ်ကဝီၤတ၊်ပရၢမ့၊်အိဉ်တခိတံာ်တ၊်ဂီၤ မ့တမ့၊် တ၊်တဲလၢအအိဉ်လၢတ၊်ပရၢအပူၤဒီးဘျးလီၤအီၤလၢတီၤပူၤသ့နှဉ်လီၤ.

- တ၊်မၤလိကျိာ်ဒီးတ၊်မၤလိလံာ်အဂၤတဘျိဃိ (အဒိ, ဖဲဖိသဉ်စးထိဉ်မၤလိကွဲးလံာ်သ့ထိဉ်တစဲးနှဉ်နမၢအဝဲသ့ဉ်ကွဲးဖျါထိဉ်တ၊်မု၊်တ၊်ဘိအတ၊်အိဉ်ဖျါအဂ့၊်သ့) နှဉ်လီၤ. တ၊်အဒိလၢအဂၤမ့၊်ဝဲမၢဖိသဉ်ကွဲးလီၤလၢကဘဉ်မၤဘဉ်က့ၤတ၊်ဂ့၊်ကိလၢလံာ်တ၊်ဂံ၊်တ၊်ဒွးအပူၤလၢလံာ်မာ်ဖျၢဉ်ဒ်လံာ်ပှဲၤကျိၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်လၢအဒိဉ်ထိဉ်ဒီးမၤလိဖးလံာ်တဖဉ်ပျဲအမၤတ၊်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးလၢကရူ၊်ဆံးဆံးဖိဒီးမၢအဒုးနဲဉ်တ၊်ဒုးနဲဉ်တဖဉ်တက့၊်.တ၊်အခိဉ်တီလၢတ၊်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအဂီ၊် မ့တမ့၊် တ၊်ဒုးနဲဉ်ကမ့၊်တ၊်မၤနၤမၤဃဉ်လၢကွိပူၤသ့ဝဲန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကမၤလိန့၊်ကျိာ်ဒီးကမၤလိန့၊်တ၊်မၤနၤမၤဃဉ်အဂ့၊်တဘျိဃိန့ဉ်လီၤ.

- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးအတ၊်ခွဲးတ၊်ယာ်လၢကကွဲးလံာ်ဒီးကတိၤလီၤတ၊်ဆူတီၤပူၤဘဉ်ဃးတ၊်လၢအကွဲးဝဲတဖဉ်တက့၊်. ပှၤကွဲးလံာ်ဖိခဲလၫာ်ဖဲအဝဲသ့ဉ်ဖးက့ၤလံာ်လၢအကွဲးဝဲအခါကဲဘျးလၢအဝဲသ့ဉ်အဂီ၊်နှဉ်လီၤ. နတ၊်ပျဲဖိသဉ်ကွဲးတ၊်တဲခံဂၤတဆိအံၤအဘျးအိဉ်စ့၊်ကီးဝဲဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်ကစူးကါအတ၊်ထံဉ်ဒီးဆၢတာ်ဝီ၊်ဩဖလဲဉ်တဖျၢဉ်လၢကစူးကါဝဲအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. တ၊်အံၤအဘျးအိဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးအဂီ၊်ဘဉ်ဆဉ်တမ့၊်ဘဉ်ပှၤလၢအကွဲးထိဉ်သိလံာ် (ဒ်အမ့၊် ဖိသဉ်လၢအစးထိဉ်ကွဲးလံာ်သိသိတဖဉ်ဘဉ်.) လၢကသမံသမိးက့ၤအတ၊်ကွဲးလၢအကရူ၊်အပူၤဒီးဖးသကိးတ၊်ကွဲးတဖဉ်, ဟ့ဉ်ထိဉ်သကိးတ၊်ထံဉ်ဒီးဘိဘဉ်က့ၤအီၤဝံၤက့၊်ကဇါက့ၤဝဲန့ဉ်လီၤ.

## တ်သိဉ်လိဖသဉ်ဘဉ်ဃးတ်ကွဲးလံ်ကွဲးလဲ၊

တ်သိဉ်လိဖသဉ်တ်ကွဲးလံ်မ့၊တ်အကီဒိဉ်မးတမံၤဘဉ်ဆဉ်အကါဒိဉ်ဝဲန့ဉ်လီၤ. ဒ်သိးဖိသဉ်ကွဲးလံ်ကဂ့ၤအဂီ၊ဘဉ်ကွဲးဝဲလံ်ခဲအံၤခဲအံၤဒီးကွ၊်ကဒါကဂ့ၤတ်၊လၢအကွဲးဝဲတဖဉ်ဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်က့ၤအီၤတဆီဘဉ်တဆီန့ဉ်လီၤ. မၤအိဉ်ထိဉ်တ်ကွဲးလၢအဘျုးအိဉ်တက့၊်. ဖိသဉ်သးစ၊်တဖဉ်ပိာ်မုဉ်မ့၊်ဂ့ၤ, ပိာ်ခွါမ့၊်ဂ့ၤကအဲဉ်ကွဲးလံ်ဘဉ်ဃးတ်၊လၢအကါဒိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဂီ၊်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, အဟံဉ်ဖိယိဖိ, အပှၤတဝၤဒီးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်အတ်ကွဲးတဖဉ်ကြၢးအိဉ်ဒီးအတ်ပညိဉ်ကွဲးဝဲလၢမတၤအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. ညိနု၊်ဖိသဉ်တဖဉ်ကွဲးတ်ထဲလၢအသရဉ်အဂီ၊်နှဉ်လီၤ. အနိ၊်နိ၊်တခီလၢအဝဲသ့ဉ်အတ်၊အိဉ်မူအပူၤကဘဉ်ကွဲးဝဲတ်ကွဲးတဖဉ်လၢပှၤအါဂၤအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. ပကဘဉ်ကွဲးတ်၊ကွဲးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးကဘဉ်လာ်အသးဒီးပှၤဖးတ်၊ဖိအတ်၊ပညိဉ်တဖဉ်ဒ်အမ့၊်တ်၊ကွဲးရဲဉ်လီၤတ်၊, တ်၊ကွဲးလံ်ပရၢ, နိ၊်ကစ၊်တ်၊ကွဲးနိဉ်, လံ်တယ်၊ဒီးပူမုာ်နှ၊်လၢဖိသဉ်တဖဉ်အဂီ၊်လီၤ. တ်၊ကွဲးဒ်အံၤတဖဉ်အိဉ်ဒီးအဘျုးအဖှိဉ်ဒီးအခီပညိလၢအဂ့ၤန့ဉ်လီၤ. အအံၤမ့၊်တ်၊ဟ့ဉ်ကူဉ်တနီၤဖဲပသိဉ်လိတ်၊ကွဲးလံ်ကွဲးလဲ၊အခါန့ဉ်လီၤ.

- တဲဖိသဉ်တဖဉ်လၢကကွဲးတ်ဖဲအအဲဉ်ဒိးကွဲးဝဲတဘဉ်ပျံၤလၢကကမဉ်ဘဉ်. ဖိသဉ်လၢအမၤလိကွဲးလံ်တဖဉ်အလံ်ကဒိး, လံ်ဂံ၊်ထံး ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကကမဉ်ဘဉ်ဆဉ်တ်၊အံၤမ့၊်တ်၊လၢအကဘဉ်ကဲထိဉ်အသးန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဘဉ်ကျဲးစၢးစူးကါတ်၊ကတိၤအသိတဖဉ်ဒီးဃုထံဉ်လၢကဘဉ်ကဒိးဆိဝဲလၢအကစ၊်ဒဉ်ဝဲန့ဉ်လီၤ. တဘျိဃီပသိဉ်လိအဝဲသ့ဉ်လၢကဘဉ်စူးကါလံ်ခီယ့ၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

- တ်၊ကွဲးမၤလိဝိ၊်ဩဲအဖျၢဉ်ဒိးအဂီၤန့ဉ်လီၤ. အဒိ, လံ်မဲာ်ဖျၢဉ်ဒ်အမ့၊် “ဟံဉ် မ့တမ့၊် ဖျၢဉ်ထူအလွ်၊်လုးတဖျၢဉ်” အသိးလီၤ.

- နသိဉ်လိဖသဉ်လၢကကဒိးလံ်ဖျၢဉ်လၢကျဲအလိၤဆိလိာ်အသးအဘိဘိဒ်အမ့၊်ဖးထိဉ်လံ်ဖျၢဉ်တဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်, လိာ်ကွဲတ်၊ကဒိးလံ်အတ်၊လိာ်ကွဲ မ့တမ့၊် crossword puzzles အသိးန့ဉ်လီၤ. သနာ်ကွ့ဖဖိသဉ်တဖဉ်ကိ၊်တ်၊လၢကကဒိးကမဉ်လံ်ဖျၢဉ် မ့တမ့၊် လံ်ဂံ၊်ထံးန့ဉ်ကပျံၤတ်၊ကွဲးလံ်နှဉ်လီၤ. လၢကမၤဘဉ်က့ၤဖိသဉ်အလံ်ကဒိးအလိ၊်နှဉ်ပကြၢးက့၊်ထံဖိသဉ်အိဉ်ဒိးတ်၊ကိတ်ခဲမနၤဖဲအကွဲးလံ်အခါန့ဉ်လီၤ.

တ်၊ပညိဉ်လၢတ်၊မၤလိကွဲးလံ်အံၤမ့၊်ဒ်သိးကဆဲးကျၢဆဲးကျိုးလိာ်ပတ်၊ထံဉ်တ်၊ဆိကမိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးပှၤကန၊်ပၢ၊်ပှၤအဂီ၊်နှဉ်လီၤ. အဃိဖဲနသိဉ်လိတ်၊ကွဲးလံ်အခါအကါဒိဉ်လၢနကဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတ်ခွဲးတ်၊ယာ်လၢကဆဲးကျိုးဆဲးကျၢကတိၤလိာ်အသးတဂၤဒိးတဂၤန့ဉ်လီၤ.

- မၢဖိသဉ်တဲတ်တဲဒီးပှၤအဂၤဒ်အမ့်သရဉ်မုဉ် မ့တမ့် ပှၤအနိ်ဒိဉ်ကွဲးလီၤန့်အီၤအတ်တဲလၢစးခိအလိၤန့ဉ်လီၤ. ထဲန့ဉ်ဖိသဉ်တ့တ်ဂီၤလၢအတ်တဲအဂိ်နှဉ်လီၤ. တ်ဂဲၤလိအံၤအိဉ်လၢတ်ကတိၤဒီးတ်ကွဲးလံာ်အဘၢဉ်စၢၤန့ဉ်လီၤ. တ်ဂဲၤလိအံၤအဘျုးအိဉ်စ့်ကိးလၢဖိသဉ်လၢအမဲာ်တထံဉ်တ်တဖဉ်အဂိ်နှဉ်လီၤ.

- မၢဖိသဉ်ကွဲးဘဉ်ဃးအနိ်ကစ်အဂ့်အကျိၤတက့်. အဒိ, မၢအဝဲသ့ဉ်ကွဲးဘဉ်ဃးအဂ့်ဖဲအလဲၤဟးအိဉ်သကိးအဖံအဖုအခါတက့်. ဖိသဉ်ကွဲးလံာ်ဂ့ၤဖဲအသ့ဉ်ညါတ်လၢကဘဉ်ကွဲးဝဲအဂ့်ဂ့ၤဂ့ၤအခါန့ဉ်လီၤ.

- ဖဲပသိဉ်လိဖိသဉ်ကွဲးလံာ်အခါမၤအီၤထဲဒဉ်အဆၢကတိၤဖုာ်ကိာ်မ့်လၢတီၤဖုဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်တ်ဘုံးအသးဖဲအဖိဉ်စၢ်ဘိယံာ်ယံာ်အခါန့ဉ်လီၤ. တ်ပျဲဖိသဉ်ကွဲးလံာ်ခဲအံၤခဲအံၤလၢတ်ဆၢကတိၤဖုဉ်ကိာ်နှဉ်ဂ့ၤဒိဉ်နှ်မၢအကွဲးလံာ်တဘျိတဘျိလၢတ်ဆၢကတိၤဖးယံာ်နှဉ်လီၤ.

- မၢဖိသဉ်ဟာ်အလံာ်ကွဲးနိဉ်ကိးနံၤတက့်. တ်အံၤမ့်တ်အဘျုးအိဉ်မ့်လၢတ်လၢနကွဲးလၢကိးနံၤအလံာ်ကွဲးနိဉ်အပူၤအံၤမ့်လၢနကစ်ဒဉ်နဲအဂိ်အယိန့ဉ်လီၤ. မ့်လၢတ်အံၤအယိန့ဉ်နဲလၢအမ့်သရဉ်အံၤနမ့်အဲဉ်ဒိးထံဉ်တ်လၢအကွဲးဝဲလၢကိးနံၤအလံာ်ကွဲးနိဉ်နှဉ်နဘဉ်သံကွ်ဆိအဝဲသ့ဉ်နှဉ်လီၤ.

- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်တ်ခွဲးတ်ယာ်လၢကကွဲးတ်ကွဲးခံဘျိတဘျိတက့်.ပှၤလၢအတ်ဖံးတ်မၢမ့်တ်ကွဲးလံာ်တဖဉ်စူးကါအတ်ဆၢကတိၤအါတက့်လၢတ်ကွဲးဂ့ၤထိဉ်တ်တဘျိဝံၤတဘျိန့ဉ်လီၤ. အယိပျဲဖိသဉ်မၤဒ်နှဉ်စ့်ကိးတက့်. ဖဲနကွ်တ်လၢဖိသဉ်ကွဲးဝဲန့ဉ်ဟ့ဉ်တ်ဟ့ဉ်ကူဉ်လၢတ်တဲအတ်ဆိကမိဉ်ဒီးတ်ပိာ်လိာ်အခံလၢအဖိးလိာ်အသးဒ်တ်တဲအက့်အဂိၤအသိးတက့်. ဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢကစူးကါလံာ်ခီယ့ၤဒ်လဲဉ်တက့်. လၢတ်နှဉ်အယိဖိသဉ်ကမၤလိဒီးမၤဘဉ်က့ၤအလံာ်ကဒိးဒဉ်ဝဲန့ဉ်လီၤ.

- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတ်ခွဲးတ်ယာ်လၢကကွဲးတ်ကွဲးအကလုာ်ဒ်အမ့်ထါ, တ်တဲလၢပျၢၤ, အကစ်အဂ့်ဒီးတ်ဆိကမိဉ်မုံအတ်ကွဲး, စဲအ့ဉ်အတ်ဂ့်ကိဒီးတ်ဂံၢ်တ်ဒွးအတ်ဂ့်ကိ မ့တမ့်အဝဲသ့ဉ်ကွဲးဘဉ်ဃးမူခိဉ်ကလံၤသိဉ်ဂီၤအဂ့်သ့နှဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်အတ်ကွဲးတဖဉ်တ်ကျးလီၤအီၤလၢတီၤဒၢးအတ်ဒူဉ်လီၤ မ့တမ့် မၤအီၤဆူလံာ်ဆံးဆံးဖိတဘ့ဉ်အသိးသ့နှဉ်လီၤ. နဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတ်ကွဲးဆူတီၤအဂၤတတီၤလၢကဖးဝဲ မ့တမ့် ဆူအဟံဉ်ဖိဃီဖိ မ့တမ့် အပှၤတဝၤအအိဉ်ဒ်သိးကဖးဝဲအဂိ်သ့နှဉ်လီၤ. အဘျုးအိဉ်လၢဖိသဉ်ကကွဲးလံာ်ဆူပှၤတဝၤအခိဉ်အန်အအိဉ်ဒီးပှၤတမုံၤလၢအဟဲဟးအိဉ်သကိးအဝဲသ့ဉ်အပှၤတဝၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢကျဲဒ်အံၤန့ဉ်ဖိသဉ်မၤလိသံကွ်တ်လၢလံာ်ပရၢ

အပူၤဒီးမၤလိစံးဘျုးကၢ်ပှၤလၢလံာ်ပရၢအပူၤနှဉ်လီၤ. တၢ်ကွဲးလံာ်ဒ်အံၤ တဖဉ်အိဉ်ဒီးအခိပညီလၢဖိသဉ်အဂီၤမ့ၢ်လၢပှၤအိဉ်လၢကဖးန့ၢ်အီၤအဃိနှဉ်လီၤ.



## တၢ်ကွၢ်ကဒါကွၢ်ၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်သိဉ်လိကျိာ်လၢအအိဉ်ဒီးအခိပညီလၢဖိသဉ်အဂီၤ

ဆိကမိဉ်ထိဉ်နသိဉ်လိကျိာ်ဆူနတီၤပူၤဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.

- တၢ်သိဉ်လိကျိာ်အကျိၤအကျဲဖဲလဲဉ်တမံၤလၢဖိသဉ်သးအိဉ်မၤလိအစုၤကတၢ်နှဉ်လဲဉ်. နမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်အံၤသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်.

- နပျဲဖိသဉ်တဲသကိးတၢ်ခံဂၤတဆိ မ့တမ့ၢ် ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးလၢအကရူၢ်တကရူၢ်လွံၢ် ဂၤတဘျိဘျိဧၢ်.

- နမၤတၢ်သိဉ်လိကျိာ်အံၤဒ်သိးကအိဉ်ဒီးအခိပညီလၢဖိသဉ်အဂီၤဒီးလီၤထုးန့ၢ်အသးသ့ ဒ်လဲဉ်.

လၢကိၢ်ဘ့ကလါဒှး(ရှ်) ကမျၢ်သဘျ့ကရၢတဖုလၢအမံၤမ့ၢ် Working for Better Life ရဲဉ်ကျဲတၢ်ကတိၤဂ့ၢ်လိာ်တၢ်လၢပှၤကွိဖအဂီၤဘဉ်ဃးတၢ်လၢအကါဒိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အတၢ်အိဉ်မူအဂီၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်လၢကကတိၤဂ့ၢ်လိာ်တၢ်ဒ်လဲဉ်, အဝဲသ့ဉ်ကဃုသ့ဉ်ညါဘဉ်ဃးတၢ်အခိဉ်တီဒီးကွဲးဘဉ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်ဒီးတ့တၢ်ဂီၤဘဉ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်ဝံၤဒုးသ့ဉ်ညါပှၤလၢအသးစၢ်တဖဉ် ဘဉ်ဃးတၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တဘျိတဘျိမိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် သရဉ်တဖဉ်ကနုာ်လီၤဃုာ် မ့တမ့ၢ် ရဲဉ်ကျဲၤကွိခံဖျၢဉ်ကတိၤဂ့ၢ်လိာ်အသးနှဉ်လီၤ. ပှၤဖိသဉ်တကရူၢ်မၤပတုာ်သရဉ်အီမိာ်လၢကွိနှဉ်လီၤ.

တၢ်အံၤဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢတၢ်ကွဲးလၢ http://www.workingforbetterlife.org/index.htm နှဉ်လီၤ.



## အဆၢဖိဉ် ၄.၄
## ပမၤလိန့်တ်မနုၤတဖဉ်လဲဉ်.

### တ်မၤလိဘဉ်ဃးတ်မၤလိန့်တ်ဒီးပှၤမၤလိတ်ဖိအဂ့်

- ဖိသဉ်ခဲလၢဂ်နှဉ်မၤလိတ်သ့ဘဉ်ဆဉ်ကမၤလိန့်တ်လၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးဒီးအယူာ်လီၤဆိလိာ်အသးနှဉ်လီၤ.

- ပဝဲလၢအမ့်သရဉ်တဖဉ်ပဘဉ်ဟ့ဉ်တ်ခွဲးတ်ယာ်ဒ်အမ့်တ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်

- ဖိသဉ်မၤလိန့်တ်ခီဖျိအတ်ဟ်ဖိုဉ်တ်လၢအမၤလိတ့်လံဝဲဒီးမၤလိအါထိဉ်ဝဲဒီးတ်အသိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပကိးတ်အံၤလၢတ်သူဉ်ထိဉ်တ်သ့ဉ်ညါအပတီ၊ mental construction နှဉ်လီၤ.

- ပဘဉ်မၤစၢၤမိ်ပ်ဒီးပှၤအဂုၤအဂၤလၢအဖံးထွဲကွ်ထွဲဖိသဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကဆီဉ်ထွဲဖိသဉ်မၤလိန့်တ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤအဃိနှဉ်ဖိသဉ်ကဟ်ဖိုဉ်ဃုာ်တ်လၢအမၤလိဝဲလၢကွိဒီးလၢဟံဉ်နှဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်ကတိၤသကိးတ်ဒီးသံကွ်လိာ်သးလၢတ်သံကွ်နှဉ်မၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်လၢအတ်မၤလိအပူၤနှဉ်လီၤ. လၢတ်နှဉ်အဃိတ်မၤသကိးတ်ခံဂၤတဆိဒီးလၢအကရူ်တဖဉ်အဘျုးအိဉ်နှဉ်လီၤ.

ဒ်ပမၤလိန့်ဖိသဉ်မၤလိန့်တ်သ့ဂ့ၤဒ်လဲဉ်အသိးနှဉ်ပမၤလိန့်စ့်ကီးတ်လၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အတ်မၤလိန့်တ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တ်လၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အဒိဉ်ကတၢ်တမံၤမ့်တ်ထံဉ်ဆံးလီၤသးနှဉ်လီၤ. တ်ထံဉ်ဆံးလီၤသးအံၤကမၤစ့ၤလီၤဖိသဉ်အတ်မၤလိန့်တ်နှဉ်လီၤ. တ်အံၤမၤဟးဂီၤဖိသဉ်အတ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တ်ထံဉ်ဆံးလီၤသးလဲၤထိဉ်လဲၤထိဖဲတ်မၤလိအလီၤလၢအဂ့ၤနှဉ်လီၤ. Learning-friendly တီၤပူၤနှဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဘဉ်တ်စံးပတြၢၤအီၤဖဲအမၤကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်လၢတ်တမံၤမံၤအခါ, ဖဲတ်ဟ့ဉ်ဂံၤ်ဟ့ဉ်ဘါအီၤဖဲအဖံးသကိးမၤသကိးတ်, ဖဲဖိသဉ်သ့ဉ်ညါလၢအဘဉ်တ်အံးထွဲကွ်ထွဲအီၤဖဲအအိဉ်ဒီးတ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢအတ်မၤလိအပူၤအခါနှဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤတၢ်ဒီးတၢ်လီၤဆီအကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤ

လၢလံာ်တဘ့ဉ်အံၤအပူၤပမၤလိတၢ်ဒ်သိးတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်ကကြၢးကဘဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤ ခီဖျိတၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီလၢအအိဉ်လၢတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်အပူၤ, ခီဖျိတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲ, ခီဖျိဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဝးတရံးလၢဟံဉ်ဒီးတီၤပူၤတဖဉ်အသိးနူဉ်လီၤ. ဖဲပကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအခါအကါဒိဉ်လၢပကဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်အကဝီၤသၢကဝီၤအံၤနူဉ်လီၤ.

ပကွၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်လၢအမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လီၤဆီဒဉ်တၢ်တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်လိာ်သးနူဉ်လီၤ. ပကဘဉ်သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢ,

- တၢ်ပျံၤဘဉ်သရဉ်, မိၢ်ပၢ်ဒီးဖိသဉ်အဂၤလၢတၢ်မၤလိအပူၤန့ဉ်ကတြိမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်နူဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်လၢအမၤနၢၤမၤဃဉ်တၢ်တဖဉ်မၤနၢၤပှၤအဂၤမ့ၢ်လၢအထံဉ်ဝဲလၢအတမ့ၢ်တကလုာ်ဃီဒီးဇီၤ, တၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါလီၤဆိမ့တမ့ၢ်အပတီၢ်လီၤဆိလၢပှၤတဝၤအပူၤန့ဉ်လီၤ.

- သရဉ်ဘဉ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်လၢတီၤပူၤဒီးဖဲအဂဲၤလိာ်ကွဲအခါစ့ၢ်ကီးဒ်သိးသရဉ်ကသ့ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်မနုၤလၢအကမဉ်အိဉ်ထိဉ်လၢဖိသဉ်တဂၤဒီးတဂၤအဘၢဉ်စၢၤန့ဉ်လီၤ.

- ဖဲသရဉ်သမံသမိးအတၢ်အိဉ်သးအခါအလိၢ်အိဉ်လၢသရဉ်ကဒိသဒၢတၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒ်သိးအသုတအိဉ်ထိဉ်တဂ့ၤအဂီၢ်တချုးတၢ်မၤသးနီၢ်နီၢ်ကဲထိဉ်အခါန့ဉ် လီၤ.

**တၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သီတခီတၢၤဒီးတၢ်ကွၢ်တလီၤတၢ်** စ့ၢ်ကီးကဲထိဉ်တၢ်တံာ်တာ်လၢဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂီၢ်နူဉ်လီၤ. တၢ်ထံဉ်အၢထံဉ်သီဒီးတၢ်ကွၢ်မဲာ်တၢ်အံၤအိဉ်လၢတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်အပူၤသ့လၢတၢ်တဟ်သူဉ်ဟ်သးချုးအီၤဘဉ်အဃိသ့လီၤ. လီၤဆိဒဉ်တၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ဘဉ်ဃးပိာ်မုဉ်ဖိအသနၤဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအကှၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤတဖဉ်နူဉ်လီၤ.

လၢလံာ်အံၤအပူၤပဒုးနဲဉ်နၤလၢကဃုထံဉ်တၢ်ထံဉ်တခီတၢၤလၢကွိအလံာ်ပူၤဒ်လဲဉ်နူဉ်လီၤ. နသမံသမိးကွၢ်နလံာ်ဒီးတၢ်သိဉ်လိအပီးအလိလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ထံဉ်တခီတၢၤ မ့တမ့ၢ် တအိဉ်လဲဉ်နူဉ်ဝံၤလံဓါ. နမ့ၢ်ထံဉ်တၢ်ထံဉ်တခီတၢၤတမံၤမံၤလၢနကွိအလံာ်ပူၤန့ဉ်နကမၤဒ်လဲဉ်. နဃုထံဉ်တၢ်ဂီၤအသိလၢလံာ်အံၤအဂီၢ်သ့ဓါ.

နသ့ဉ်ညါနပှၤကွိဖိဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်စ့ၢ်ကီးဓါ. နမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤအီၤလဲဉ်. တၢ်ပညိဉ်မ့ၢ်တၢ်ဃုထံဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတီၤပူၤလၢဖိသဉ်

ကမၤလၢအကစၢ်ဇၣ်ဝဲသ့နှၣ်လီၤ. သနာ်က့, ဖိသၣ်ကလိၣ်ဘၣ်ဒံးဇၣ်တၢ်နၢ်ပၢၢ်ဒီးတၢ်မၤစၢၤလၢ ဖိသၣ်အဂၤတဖၣ်အအိၣ်နှၣ်လီၤ.

လၢထံကိၢ်အါဘ့ၣ်အပူၤဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါ HIV/AIDS တဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်လၢအိၣ် အဟံၣ်ဖိဃိဖိအကျါတဂၤအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအံၤနှၣ်တၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သိအီၤဒီးကွၢ်တလိၤအီၤအိၣ် ထိၣ်သ့နှၣ်လီၤ. နနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဆါ HIV/AIDS အတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢနပှၤတဝၤအပူၤစ့ၢ်ကိးဧါ. နကတိၤ တၢၣ်ပိၣ်သကိး HIV/AIDS တၢ်ဆါဒီးသရၣ်အဂၤတဖၣ်တဘျိဘျိဧါ.

## တၢ်မၤအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိလၢအိၣ်ဒီးအခိပညိလၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်

တၢ်ဂ့ၢ်အကါဒိၣ်ကတၢၢ်လၢလံာ်အံၤအပူၤနှၣ်မ့ၢ်တၢ်ကမၤအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိလၢအအိၣ်ဒီးအခိပ ညိလၢဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်ဒ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. ပဘၣ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိလၢအအိၣ်ဒီးအခိပညိဒ် သိးဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးကအဲၣ်ဒီးဟဲထိၣ်ကွိ, ကအဲၣ်ဒီးမၤလိတၢ်, ကသ့ၣ်ညါလၢတၢ်လၢအမၤလိဝဲ လၢကွိတဖၣ်အဘျူးအိၣ်လၢအဂိၢ်နှၣ်လီၤ.

သရၣ်ကဘၣ်ဒုးဘၣ်ထွဲတၢ်လၢအသိၣ်လိလၢတီၤပူၤဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂိၢ် နှၣ်လီၤ. ပျဖိသၣ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်လၢအသ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံဝဲဒီးအမိၢ်အပၢ်သ့ၣ်တဖၣ်တက့ၢ်.

တၢ်စူးကါတၢ်မၤတၢ်ခံဂၤတဆိဒီးကရူၢ်ဆံးဆံးဖိတဖၣ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတီၤအချၢအဂိၢ်အံၤမ့ၢ် တၢ်လၢအကါဒိၣ်မးဒ်သိးဖိသၣ်ကနၢ်ပၢၢ်အတၢ်အိၣ်သးဝးတရံးအီၤတဖၣ်နှၣ်လီၤ.

ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်လၢဖိသၣ်မၤလိတဖၣ်အခိပညိကအိၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အဂိၢ်နှၣ်နကဘၣ် မၤဘၣ်ထွဲဒိကလုာ်အတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒ်သိးကကြားကဘၣ်က့ၤလၢနပှၤတဝၤဇၣ်နဲအဂိၢ်နှၣ်လီၤ. ပကြားမၤတၢ်အံၤဒီးသရၣ်အဂၤတပူၤဃိနှၣ်လီၤ.

နမၤဘၣ်ထွဲကွိအလံာ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒ်သိးကကြားကဘၣ်ဒီးနပှၤတဝၤအဂိၢ်တဘျိဘျိဧါ.

ကွိလံာ်အမိၢ်ပှၢ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဖွး, စဲအ့ၣ်ဒီးကျိာ်တဖၣ်နှၣ်လီၤ. နဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်လၢ ကမၤလိလံာ်တဖၣ်အံၤခိဖျိစူးကါတၢ်လိာ်ကွဲတဖၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဖွးဒီးကျိာ်အတၢ်လိာ်ကွဲတ ဖၣ်မၤမှာ်ဖိသၣ်အသးဒီးဒုးအိၣ်ထိၣ်အခိပညိလၢဖိသၣ်အဂိၢ်နှၣ်လီၤ. နဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဂဲၤလိာ် ကွဲသ့အါကလုာ်လၢတီၤပူၤဖဲနမ့ၢ်မၤသကိးတၢ်ဒီးသရၣ်အဂၤဒီးမိၢ်ပၢ်တဖၣ်အခါနှၣ်လီၤ.

**တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဖွး**ကအိၣ်ဒီးအခိပညိအါထိၣ်ဖဲနစူးကါတၢ်ဖိတၢ်လံၤနီၢ်နီၢ်အခါဒီးနမ့ၢ်မၤဘၣ်က့ၤတၢ် ဂံၢ်တၢ်ဖွးအတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢအဘၣ်လိာ်အသးဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူကိးနံၤဒဲးအဂိၢ်အခါနှၣ်လီၤ.

အဒိ, နထိဉ်ဒွးကွိအကရၢၢ်အဒိဉ်အလဲၤ, ဟံဉ်ဃီအဒိဉ်အလဲၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢနပ့ၤလၢဖ့ါပူၤတဖဉ်နူဉ်လီၤ.

**လၢစဲအ့ဉ်**အပူၤဖိသဉ်ကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်ဂ့ၤထိဉ်ဖဲနစူးကါတၢ်လဲၤခီဖျိအနိၢ်ကီၢ်အခါနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကြၢးဘဉ်တၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါအီၤဒ်သိးကသံကွၢ်တၢ်ဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဒီးစံးဆၢက့ၤအတၢ်သံကွၢ်ဒဉ်ဝဲတဖဉ်နူဉ်လီၤ.

နဒုးနဲဉ်ဖိသဉ်လၢစဲအ့ဉ်ဒုးဒိဉ်ထိဉ်ပ့ၤတဝၤဒ်လဲဉ်သ့နူဉ်လီၤ. ခီဖျိစူးကါစဲအ့ဉ်အဃိဖိသဉ်မၤစၢၤဒီးဃုထံဉ်ပ့ၤတဝၤအတၢ်ဂ့ၢ်ကိဒီးမၤဘဉ်က့ၤအီၤသ့နူဉ်လီၤ.

နဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးလၢကဃုထံဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိအစၢတနိၤတဘျိဘျိဧါ. မ့တမ့ၢ် နမၤအမၤလိတၢ်စံးဆၢလၢလံာ်ပူၤလဲဉ်.

ပမၤလိတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအလိၤဆိလိာ်အသးခံမံၤလၢအမ့ၢ်“မၤတၢ်, ကတိၤတၢ်, ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါတၢ်” ဒီးခံမံၤတမံၤမ့ၢ် Think, Ink, Pair, Share နူဉ်လီၤ. ကျိၤကျဲတဖဉ်အံၤမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကနီၤဟ့ဉ်လီၤအတၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးတဖဉ်ဒီးမၤအါထိဉ်အတၢ်နၢ်ပၢၢ်, မၤအါထိဉ်အတၢ်နာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤနူဉ်လီၤ.

နစူးကါတၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲလီၤဆိလိာ်အသးလၢလံာ်စဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂီၢ်သ့ဧါ.နစူးကါတၢ်သိဉ်လိအပိးအလိအနိၢ်ကီၢ်လၢဖိသဉ်ကမၤလိစဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂီၢ်ဧါ.

**တၢ်မၤလိကျိဉ်**နူဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မးမ့ၢ်လၢဖိသဉ်ဘဉ်နၢ်ပၢၢ်လံာ်အဂၤတဖဉ်အဃိနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကြၢးကတိၤတၢ်သ့, ဒိကနဉ်တၢ်သ့, ဖးလံာ်သ့ဒီးကွဲးလံာ်သ့နူဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤကဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်ဖဲအမၤလိလံာ်အဂၤတဖဉ်အခါနူဉ်လီၤ.

နဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢဖိသဉ်ကမၤလိကျိဉ်လၢလံာ်စဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအပူၤဒ်သိးကမၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိလၢအိဉ်ဒီးအခိပညီလၢဖိသဉ်အဂီၢ်စ့ၢ်ကီးဧါ.

## နမၤလိန့ၢ်တၢ်အါထိဉ်သ့ဖဲလဲဉ်

လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲးကျဲးအီၤဒီးဝဲၤလီၢ်ထံဉ်စိ Web sites လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်တဖဉ်လၢအလုၢ်အပ့ၤဒိဉ်မးလၢနကဟံးန့ၢ်တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အဂီၢ်နူဉ်လီၤ.

## လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲကျုးအီၤတဖဉ်

Baily D, Hawes H and Bonati B. (1994) Child-to-Child: Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to-Child Trust. This is an excellent resource for activities that children can undertake in terms of understanding child growth and development, nutrition, personal and community hygiene, safety, recognizing and helping those with disabilities, disease prevention, safe lifestyles and understanding children in difficult circumstances.

Council on Interracial Books for Children. (1980) Guidelines for Selecting Bias-Free Textbooks and Storybooks. New York.

O'Gara, C and Kendall N. (1996) Beyond Enrollment: Handbook for Improving Girls' Experiences in Primary Classrooms. Washington, DC: Creative Associates Interntional, Inc. for the ABEL 2 Project, US Agency for Interntional Development.

Seel A and Power L. (2003) Active Learning ; A Self-Training Module. Save the Children UK, London.

Sharp S and Smith PK (Eds.). (1994) Tackling Bullying in Your School: Practical Handbook for Teachers. Routledge.

Swanson HL. (1999). Instructional components that predict treatment outcomes for students with learning disabilities: Support for a combined strategy and direct instruction model. Learning Disabilities Research and Practice, 14 (3), 129-140.

UNESCO. Guides for Special Education. Paris.

UNESCO (1993) Teacher Education Resource Pack: Special Needs in the Classroom. Paris.

UNESCO (2001) Understanding and Responding to Children's Needs in Inclusive Classrooms: A Guide for Teachers. Paris.

UNESCO Asia and Pacific Regional Bureau for Education (2003) Gender in Education Network in Asia (GENIA), Toolkit for Promoting Gender Equality in Education. Bangkok

## ဝဲလိၢ်ထံဉ်စိ Web Sites

Bullying. No Way!
http://www.bullyingnoway.com.au

BULLYING—the no-blame approach.
http://www.luckyduck.co.uk/approch/NoBlame-HowItWorks.pdf

Bullying and gender.
http://www.bullyingnoway.com.au/issues/gender.html

Countering discrimination. http://www.esrnational.org/sp/we/end/stereotypes.htm#prejudicesituations

Diversity and disability. Inclusive Education Training in Cambodia.
http://www.eenet.org.uk/key_issues/teached/cambodia_contents.shtml

Gender in Education Network in Asia (GENIA). Toolkit for Promoting Gender Equality in Education
http://www.unescobkk.org/gender/gender/genianetwork.htm#toolkit

Meaningful, engaged learning.
http://www.ncrel.org/sdrs/engaged.htm

Multiple intelligences. Pathways to learning.
http://www.thomasarmstrong.com/multiple_intelligences.htm.
http://www.educationalvoyage.com/multiintell.html

Partnership on Sustainable Strategies for Girls' Education.
http://www.girlseducation.org

UNICEF Teachers Talking about Learning.
http://www.unicef.org/teachers

Working for Better Life.
http://www.workingforbetterlife.org/index.htm

# လံ့ၚ်နဲၵ်ကျဲ (၅)

## တၢ်ပၢၢ်ဆၢတီၤဃၢးလၢအဒုးပၤ်ဃုာ်ပှဝ်ကီးဂၤဝလၢအပဲၤဒီး တၢ်ရၫ်လီာ်မှာ်လီာ်

# Managing Inclusive, Learning - Friendly Classrooms



Inclusive Learning-Friendly Environments

UNESCO

## တၢ်နဲၵ်ကျဲလၢလံာ်အံၤအဂီၢ်

လံာ်တဘ့ၵ်အံၤကဟ့ၵ်ကူၵ်နၤလၢနကပၢဆ့ၢတီၤပူၤလၢအအိၵ်ဒီးဖိသၵ်လၢအလီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်နူၵ်လီၤ. လံာ်အံၤကဟ်ဖျါထိၵ်စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်ကရဲၵ်ကျဲၤတၢ်သိၵ်လိဒီးတၢ်မၤလိလၢအကဲဘျုးလၢကွိဖအဂီၢ်ဒ်လဲၵ်. တၢ်ကစူးကါတၢ်သိၵ်လိအပီးအလီဒ်လဲၵ်, တၢ်ကပၢဆ့ၢကရူၢ်အတၢ်မၤလၢတီၤပူၤဒ်လဲၵ်နူၵ်လီၤ. နကမၤလိဘၵ်စ့ၢ်ကီးလၢနကသမံသမိးနပှၤကွိဖအတၢ်သ့ထိၵ်ဘၵ်ထိၵ်ဒ်လဲၵ်ဒီးနနီၢ်ကစၢ်ဒၵ်ဝဲအတၢ်လဲၤထိၵ်လဲၤထိနူၵ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်ခိၵ်တီတဖၵ်


**၅.၁ တၢ်ရဲၵ်ကျဲၤလၢတၢ်သိၵ်လိဒီးတၢ်မၤလိအဂီၢ်. ၃**
တီၤပူၤအတၢ်ရဲၵ်တၢ်ကျဲၤလၢတနံၤဘၵ်တနံၤအဂီၢ် ၃
ဖိသၵ်အမူအဒါတဖၵ် ၅
တၢ်ကွဲးတၢ်သိၵ်လိအတၢ်ရဲၵ်လီၤကျဲၤလီၤ ၅

**၅.၂ တၢ်စူးကါတၢ်ပီးတၢ်လီလၢအအိၵ်တဖၵ်လၢကျဲအဂ့ၢ်ကတၢ်၊ ၁၁**
တၢ်လီၢ်လၢတီၤပူၤ ၁၂
တၢ်မၤလိအသနၢ်ၵ်တဖၵ် ၁၃
တၢ်လီၢ်လၢတၢ်ကျးလီၤတၢ်အဂီၢ် ၁၄
တီၤပူၤအလံာ်ရိဒၢး ၁၆

**၅.၃ တၢ်ရဲၵ်ကျဲၤတၢ်မၤလိသကိးတၢ်ဒီးတၢ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၢ်အဂ့ၢ် ၁၉**
ကျိၤကျဲဆူတၢ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၢ် ၁၉
တၢ်စူးကါကရူၢ်လီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖၵ် ၂၀
တၢ်မၤလိသကိးတၢ် ၂၂
တၢ်သ့မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤဂၤလၢတၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်အဂီၢ် ၂၃
တၢ်ဖုးအိၵ်ထိၵ်တၢ်သိၵ်တၢ်သိတၢ်ဘျၢလၢတၢ်မၤတၢ်လၢကရူၢ်အပူၤအဂီၢ် ၂၅
တၢ်ရဲၵ်ကျဲၤဖိသၵ်လၢကမၤလိနူၢ်တၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိၵ် ၂၆
တၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်လၢပကစၢ်ဒၵ်ပဝဲ ၂၉
တၢ်ရဲၵ်တၢ်ကျဲၤလၢတၢ်နီၤဖးတၢ်လီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ် (Differentiation) အဂီၢ် ၃၀
တၢ်ပၢဆ့ၢတၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢ Inclusive တီၤပူၤ ၃၂
တၢ်ပၢဆ့ၢ Inclusive တီၤပူၤအဂ့ၢ်. ၄၀

**၅.၄ တၢ်မၤကွၢ်အကျိုၤအကျဲတဖၣ်** ၄၄
တၢ်မၤကွၢ်စံးတၢ်နူၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်. ၄၄
တၢ်မၤလိနှ့ၢ်တၢ်အစၢတဖၣ် ၄၅
တၢ်မၤကွၢ်အကျိုၤအကျဲအကလုာ်ကလုာ် ၄၈
တၢ်မၤကွၢ်သမံသမိးဖိသၣ်ဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသၣ်ဘၣ်ဃးအတၢ်သမံသမိးအစၢတဖၣ် ၅၁
တၢ်သမံသမိးကွၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သးတဖၣ် ၅၃
တၢ်သမံသမိးတၢ်အံၤကမၣ်သ့ဒ်လဲၣ်. ၅၅

**၅.၅ ပမၤလိနှ့ၢ်တ့ၢ်လံတၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်.** ၆၂



## အဆ၊ဒိန် ၅.၁
## တ၊ရဲ့ကျေ၊လ၊တ၊သိ့လိဒီးတ၊မ၊လိအဂီ၊

စီ၊ယူ့ဝ့(နိ) မှ၊သရ့တဂ၊လ၊ကီ၊ဖံးလံးဖံ(စ်) အပူ၊လ၊ကွိဆံးဆံးဖိတဖျာ့လ၊ကစ၊၊ခိန့်လီ၊. အဝဲတအိန့်ဒီးတ၊မ၊လိလ၊ကသိ့လိတ၊အဂီ၊ဘ့်. ဘ့်ဆ့်အဝဲဟ့်လီ၊ကလီအသးလ၊ကသိ့လိတ၊မှ၊လ၊ပှ၊အဂ၊လ၊ကသိ့လိတ၊တအိ့်လ၊သဒီအဝဲန့်အပူ၊အယိန့်လီ၊. သရ့်အံ၊အဲ့ဖိသ့်ဒိ့်မးဘ့်ဆ့်အဝဲထံ့်လ၊တ၊သိ့်လိမှ၊တ၊လ၊အကီဒိ့်မးတမံ၊နှ့်လီ၊. တ၊အိ့်အ၊မံ၊လ၊ပဘ့်ဆိကမိ့်ဘ့်ဃးဒ်အမှ၊တ၊မနု၊လ၊နကသိ့်လိအီ၊, တ၊ပီးတ၊လီမနု၊လ၊နသိ့်လိ, နကမ၊နှ့၊တ၊တဖ့်အံ၊ဖဲလဲ့်, နကသိ့်လိတီ၊လ၊အအိ့်ဒီးဖိသ့်အ၊မးလ၊တီ၊ပူ၊ဒ်လဲ့်ဒီးကရဲ့ကျေ၊တ၊သိ့်လိဖဲဖိသ့်အိ့်ဒီးတ၊သ့တ၊ဘ့်လ၊အလီ၊ဆီလိ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်လဲ့်နှ့်လီ၊. ပှ၊တဂ၊ဃီမ၊တ၊အံ၊ခဲလ၊ာ်သ့လ၊ကျဲဒ်လဲ့်.

လ၊ထံကီ၊အ၊ဘ့်ဘ့်အပူ၊လီ၊ဆိဒ့်တ၊, တ၊လီ၊လ၊ခိခိ့်ပှ၊လ၊်ကျါန့်သရ့်တဖ့်ထံ့်လ၊တ၊သိ့်လိအတ၊ဖံးတ၊မ၊မှ၊တ၊မ၊လ၊အကီဒိ့်မးန့်လီ၊. သရ့်တဂ၊စံးတ၊နှ့်ကဘ့်အိ့်ဒီးတ၊်ကတဲ့်ကတီ၊အသးလ၊လ၊ပှဲ၊ပှဲ၊နှ့်လီ၊. လံ်အဆ၊ဒိ့်အံ၊ကဒုးနဲ့်တ၊ဆိကမိ့်အ၊မံ၊လ၊နကရဲ့ကျေ၊နတ၊သိ့်လိဒ်လဲ့်, ကစူးကါတ၊ပီးတ၊လီဖဲအအိ့်လ၊ဟိ့်ကဝီ၊အပူ၊တဖ့်, ကပ၊ဆု၊ရဲ့်ကျေ၊စ့်၊ကီး learning-friendly တီ၊ပူ၊လ၊အအိ့်ဒီးဖိသ့်လ၊အလီ၊ဆီလိ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်လဲ့်နှ့်လီ၊.

### တီ၊ပူ၊အတ၊ရဲ့်တ၊ကျေ၊လ၊တနံ၊ဘ့်တနံ၊အဂီ၊

ပမှ၊အိ့်ဒီးတ၊ဟူးတ၊ဂဲ၊လ၊ပမ၊အီ၊ကီးနံ၊ဒဲးနှ့်ကမ၊စ၊၊ဖိသ့်လ၊ကစးထိ့်အတ၊မ၊လိတနံ၊ဒီးတနံ၊နှ့်လီ၊. ဖိသ့်ကြားအ၊ာ့်လီ၊လ၊ကဘ့်မ၊တ၊လ၊တနံ၊ဒီးတနံ၊အဂီ၊တ၊ရဲ့်တ၊ကျေ၊တဖ့်ဒီးကြားရဲ့်ကျေ၊စ၊၊သရ့်တဖ့်နှ့်လီ၊. အဒိ, နဆီလီ၊ဖိသ့်တကရူ၊လ၊ကမ၊နီ့်ဖိသ့်အမံ၊လ၊အထိ့်ကွိတနံ၊ဘ့်တနံ၊ဒီးတဲဘ့်သရ့်လ၊မတ၊လီ၊ဟိလ၊တနံ၊အံ၊လဲ့်နှ့်လီ၊.

ဖဲနဒုးအိ့်ထိ့်တီ၊ပူ၊အတ၊ရဲ့်တ၊ကျေ၊ယုာ်ဒီးဖိသ့်အခါတ၊အကါဒိ့်လ၊ကဘ့်တဲန၊်ပ၊၊်ဖိသ့်လ၊, (၁) ကဘ့်မ၊ဝံ၊တ၊မနု၊လဲ့်, (၂) မတ၊ကမ၊အီ၊လဲ့်, (၃) ကဘ့်မ၊ဝံ၊ဝဲလ၊အဆ၊ကတီ၊ဖဲလဲ့်, (၄) ဘ့်မနု၊အယိလ၊ကဘ့်မ၊တ၊အံ၊ကီးနံ၊ဒဲးတဆ၊ကတီ၊ယီန့်လဲ့်. တ၊လ၊လ်တဖ့်အံ၊မှ၊တ၊ဟူးတ၊ဂဲ၊တနီ၊လ၊နမ၊အီ၊ဒီးနပှ၊ဖိသ့်သ့လ၊တီ၊ပူ၊ နှ့်လီ၊.

- တၢ်မၤမနုၤလၢအဝဲသ့ဉ်ဘဉ်မၤဇီၤဖဲတၢ်ဆၢကတိၤ်လီၤဆိဆီလၢတနံၤအတိၤ်ပူၤ, လီၤဆိဒၣ်တၢ်အဘျုးအိဉ်လၢဖိသဉ်လၢအထိဉ်ကွဲစၢခံမ့ၢ်လၢအအိဉ်ယံၤလၢကွဲဒီးဖိသဉ်လၢအဟဲကွဲဆိတ ချုးသရဉ်ဟဲတုၤဒ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.

- လံာ်ဒီးတၢ်မၤလိအပီးအလိတဖဉ်တၢ်ကြၢးနီၤလီၤဒ်လဲဉ်, တၢ်ထၢဖှိဉ်က့ၤအိၤဝံၤဟ်က့ၤလၢအလိၤ်ဒ်လဲဉ်. တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤမတၤကဟံးမူဒၢလဲဉ်. (တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤတၢ်ကြၢးမၤအိၤလၢဖိသဉ်တဂၤဝံၤတဂၤ, ပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိ မ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်အကရူၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- ဖဲသရဉ်တအိဉ်အခါဖိသဉ်တဖဉ်ကမၤန့ၢ်တၢ်မၢစၢၤလၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်ဒ်လဲဉ်လဲဉ်.

- ကမၤတၢ်မနုၤဖဲအမၤတၢ်တမံၤဝံၤအလိၤ်ခံ

- တၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါသရဉ်လၢအလိဉ်ဘဉ်အိၤလၢတအိဉ်ဒီးတၢ်မၤတံာ်တာ်တိၤဒိတတိၤညါ

- တၢ်သိဉ်တၢ်သဲအဒိဉ်အဆံးလၢတၢ်တူၢ်လိာ်အိၤသ့အံၤဖိသဉ်ကဘဉ်သ့ဉ်ညါဒီးအၢဉ်လီၤတူၢ်လိာ်သကိးဝဲ

- တၢ်ဟးလၢတိၤပူၤလၢတအိဉ်ဒီးတၢ်မၤတံာ်တာ်တိၤဒိတတိၤညါဒ်လဲဉ်

- ကဘဉ်ဟးထိဉ်လၢတိၤပူၤဒ်လဲဉ်

ဖိသဉ်အနိၤ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲကြၢးဆီလီၤစၢၤတၢ်သိဉ်တၢ်သီလၢထးတဖဉ်အံၤန့ဉ်လီၤ. ခီဖျိအဝဲသ့ဉ်ဆီလီၤတၢ်သိဉ်တၢ်သီတဖဉ်အဃိအဝဲသ့ဉ်ကမၤထွဲအဝဲဂ့ၤဒိဉ်နှဉ်လီၤ. သနာ်က့, တၢ်သိဉ်တၢ်သီတနိၤသရဉ်ကဘဉ်ဟ်လီၤအိၤဒီးတၢ်လဲလိာ်အိၤတသ့ဘဉ်နှဉ်လီၤ. လီၤဆိဒၣ်တၢ်တၢ်သိဉ်တၢ်သီလၢတၢ်ဒိသဒၤဖိသဉ်တဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်သိဉ်တၢ်သီဘဉ်ဃးတၢ်ဟးထိဉ်လၢတိၤပူၤအဆၢကတိၤ်ဖဲလဲဉ် မ့တမ့ၢ် တဲဘဉ်သရဉ်လၢကဟးထိဉ်လၢကွဲအဆၢကတိၤ်ဖဲလဲဉ်, လီၤဆိဒၣ်တၢ်ဖိသဉ်မ့ၢ်ဟးထိဉ်လၢကွဲဒီးပှၤအနိၤ်ဒိဉ်တဂၤဂၤလၢတမ့ၢ်အမိၢ်အပၢ်နှဉ်လီၤ.

## ဖိသဉ်အမူအဒါတဖဉ်

ဖိသဉ်ခဲလၢာ်ကြားနှာ်လီၤဟံးန့ၢ်သကိးမူဒါလၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမၤစၢၤသရဉ်လၢကပၢဆုၢတီၤဒီးသိဉ်လိစ့ၢ်ကိးဖိသဉ်လၢကဘဉ်ဟံးန့ၢ်မူဒါအဂီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အဒိလၢပကဟ့ဉ်ဖိသဉ်အမူအဒါသ့မနုၤတဖဉ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

- မၤစၢၤဖိသဉ်လၢအသးစၢ်နှ့ၢ်အဝဲသ့ဉ်တဖဉ်လီၤဆီဒဉ်တၢ်ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢအတၢ်မၤလိအပူၤတဖဉ်
- ကဲကရူၢ်အခိဉ်လၢကမၤလီၤတံၢ်ဒုးသ့ဉ်ညါသရဉ်ဖဲအမၤတၢ်တမံၤမံၤဝံၤအခါ
- ဟံးန့ၢ်မူဒါလၢတၢ်ဟ်ဆးပှဉ်, ထံအကဆိုလၢတၢ်ဟးလိၢ်ဒီးထံအီလၢတီၤပူၤ
- မၤနီဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ထိဉ်ကွိဒီးကွဲးနီဉ်လီၤအိၤ
- ဟံးန့ၢ်မူဒါလၢကအိးထိဉ်တၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်အတလါအခိဉ်ဒီးဒုးနဲဉ်သရဉ်

မူဒါလၢနဟ့ဉ်ဖိသဉ်နှဉ်ကဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢဖိသဉ်အသးနံဉ်ဒီးအတၢ်သ့ဉ်ညါန၊်ပၢၢ်အပတီၢ်နှဉ်လီၤ. သနာ်က့မူဒါတဖဉ်အံၤတဘဉ်ဟ့ဉ်အီၤထဲပှၤလၢအဖွဲးတဖဉ်ထိဘိဧၤဘဉ်. ကျဲးစၢးဟ့ဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဟံးန့ၢ်မူဒါတဖဉ်အံၤတက့ၢ်. ပကဘဉ်ပလီၢ်စ့ၢ်ကိးပသးလၢပသုတဟ့ဉ်ဆဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်တခီတာၤအခံခီဖျိမၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်တၢ်မုၢ်တၢ်ဘိအထံဒီးမ့မ့ၢ်ပိာ်ခွါတခီသုးကွံဉ်လီၢ်ဆ့ဉ်နီၤတဂ့ၤန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်နုာ်လီၤဟံးန့ၢ်သကိးမူဒါလၢတီၤပူၤဒိးကဘဉ်ဘျုးလၢအဒိးန့ၢ်ဘဉ်မူဒါတဖဉ်အံၤအပူၤန့ဉ်လီၤ.

## တၢ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်လီၤကျဲၤလီၤ

ဒ်သိးပကစူးကါပတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢတီၤပူၤအိဉ်ဒီးအဘျုးအဖိုဉ်လၢအဂ့ၤအဂီၢ်ပဘဉ်ရဲဉ်လီၤကျဲၤလီၤပတၢ်သိဉ်လိန္ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤလာ်တၢ်ဆၢကတီၢ်တဆံးတက့ၢ်လၢကကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအဂီၢ်ဘဉ်ဆဉ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်တမံၤဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢတီၤပူၤကလာ်စ့ၢလီၤန္ဉ်လီၤ.

တၢ်အဒိလၢနဆိကမိၥ်သ့နှၥ်မ့ၢ်တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်နၢၥ်ဘၥ်သၢကနူၤဃူ(curriculum triangle) နှၥ်လီၤ.




**တၢ်ဂ့ၢ်ခိၥ်တီ**အခိပညိမ့ၢ်ဝဲတၢ်မနုၤလၢအအိၥ်ကွဲးအသးလၢတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်အပူၤလၢနကဘၥ်သိၥ်လိလီၤအီၤနှၥ်လီၤ. သနာ်က့တီၤပူၤလၢအအိၥ်ဒီးဖိသၥ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်နှၥ်တၢ်မၤလိအခိၥ်တီလၢအအိၥ်လၢတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်အပူၤတဖၣ်ကဘၥ်အိၥ်ဒီးအခိပညိလၢဖိသၥ်အဂီၢ်ဒီးကြၢးဘၥ်လိာ်အသးဒီးပှၤတဝၤလၢအအိၥ်ဝဲလၢအပူၤအံၤနှၥ်လီၤ.

**တၢ်အကျိုၤအကျဲ**အံၤအခိပညိနသိၥ်လိလီၤတၢ်လၢအအိၥ်လၢတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်အပူၤတဖၣ်ဆူတီၤပူၤဒ်လဲၥ်နှၥ်လီၤ. နဘၥ်စူးကါတၢ်သိၥ်လိအကျိုၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးကဘၥ်လိာ်အသးဒီးဖိသၥ်လၢအအိၥ်ဒီးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အကျိုၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်အံၤအဂီၢ်နှၥ်လီၤ.

**တၢ်အိၥ်သး**လၢအပၥ်ယုာ်ဒီးနီၢ်ခိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်အိၥ်သးလၢတီၤပူၤ – လၢတၢ်မၤလိမၤဒီးတကပၤတၢ်သိၥ်လိမၤယုၤအတၢ်ပီးတၢ်လိကဘၥ်အိၥ်ဝဲဒီးဘၥ်ဃးဒီးတၢ်သ့ၥ်ညါသူၥ်သးဂ့ၢ်ဝီအတၢ်အိၥ်သးတဖၣ်ကဘၥ်အိၥ်စ့ၢ်ကီးလီၤ. အဒိ, ဒုးအိၥ်ထိၥ်ကရူၢ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ, တၢ်မၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိၥ်ကွိဖိအတၢ်နာ်နှ့ၢ်လီၤအသးနှၥ်လီၤ.

**တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ် :** စးထိၥ်တၢ်မၤလိဒီးတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲဘၥ်ဃးဖိသၥ်အမံၤဖဲကွိစးထိၥ်သိအခါတက့ၢ်. တၢ်ဂဲၤလိအံၤကမၤစၢၤဖိသၥ်ဒ်သိးကသ့ၥ်ညါလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤအဂီၢ်နှၥ်လီၤ. တၢ်ဂဲၤလိအဂၤမ့ၢ်နီၤဖးလီၤဖိသၥ်ခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိဒီးမၢအသံကွၢ်လိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤတၢ်သံကွၢ်ဘၥ်ဃးအဂ့ၢ်ဒီးအဟံၥ်ဖိဃီဖိအဂ့ၢ်တက့ၢ်. စ့ၢမံနံးဝံၤအလီၢ်ခံဖိသၥ်တဂၤဒီးတဂၤကဘၥ်ကွဲးလီၤတၢ်လၢအဃုထံၥ်ဖိသၥ်အဂၤတဂၤအတၢ်ဟ်သူၥ်ဟ်သးနှၥ်လီၤ. ဝံၤဖိသၥ်တဖၣ်ကဘၥ်တဲလီၤတၢ်ဆူတီၤဒိတတီၤအအိၥ်ဒ်အမ့ၢ် “ယသကိးအမံၤမ့ၢ်နီၢ်ဝါဒီးမ့ၢ်ပှၤလၢအတဲလီၤနံၤတၢ်သ့တဂၤ,” “ယ

သကိးအမံၤမ့ၢ်စီၤထူဒီးမ့ၢ်ပှၤလၢအအဲဉ်ဆဉ်ဖိကျိၤဖိတဂၤ,” တၢ်ဂဲၤလိအံၤဒုးနဲဉ်ဖိသဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအိဉ်ဒီးအလုၢ်အပှၤဒၣဉ်ဝဲဒ်သိးကဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ဆူတီၤပူၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤဖဲအဟူးဂဲၤအခါန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤလိတၢ်ဂ့ၤစ့ၢ်ကီးဖဲတၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ် ဘဉ်ထွဲလိာ်အသးဒီးအတၢ်အိဉ်မူတနံၤဒီးတနံၤဒီးထံဉ်ဝဲလၢကစူးကါတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အံၤဒ်လဲဉ်သ့ န့ဉ်လီၤ. သရဉ်လၢအသ့ဉ်ညါဖိသဉ်ဒီးပှၤတဝၤဂ့ၤတဖဉ်စူးကါတၢ်အဒိလၢဟီဉ်ကဝီၤပူၤတဖဉ်ညီ ဒိဉ်န့ဉ်လီၤ.

သနာ်က့သရဉ်အါဂၤတၢ်တသိဉ်လိအဝဲသ့ဉ်လၢကဘဉ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤဒ်လဲဉ်ဘဉ် နဉ့်လီၤ. သရဉ်အါဂၤသ့ဉ်ညါဒၣဉ်ထဲကဘဉ်သိဉ်လိလီၤတၢ်လၢအအိဉ်လၢကွိအလံာ်ပူၤန့ဉ်လီၤ. ညီ နုၢ်မ့ၢ်တၢ်ထဲတမံၤလၢအအိဉ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်လၢကသိဉ်လိလီၤတၢ်အဂီၤစ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ.

သရဉ်ကဘဉ်သ့ဉ်ညါတၢ်သိဉ်လိလီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢလံာ်ပူၤဒ်ကျဲလၢဖိသဉ်နၢ်ပၢၢ်အီၤသ့အသိးန့ဉ် လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢ inclusive တီၤပူၤမ့ၢ်လၢဖိသဉ်အိဉ်အကလုာ်ကလုာ်လၢတီၤပူၤအ ဃိန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤအလိၢ်အိဉ်လၢပကဘဉ်သ့ဉ်ညါအီၤန့ဉ်လီၤ.

- တၢ်မနုၤလၢနကသိဉ်လိလီၤအီၤလဲဉ်. (တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တိ)
- ဘဉ်မနုၤအဃိပသိဉ်လိအီၤလဲဉ်. (တၢ်ပညိဉ်)
- ပကသိဉ်လိလီၤအီၤဒ်လဲဉ်. (တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲ)
- တၢ်မနုၤလၢဖိသဉ်သ့ဉ်ညါတ့ၢ်လံဘဉ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီအံၤန့ဉ်လဲဉ်. (တၢ်မၤလိဆိ – တၢ်မၤကွၢ်ဆိ)
- ဖိသဉ်ကမၤတၢ်မနုၤလဲဉ်. (တၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်)
- ပကပၢဆ့ၢ်ရဲဉ်ကျဲၤတၢ်သိဉ်လိဒ်လဲဉ်. (ပဉ်ဃုာ်ဒီးနီၢ်ခဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝိတၢ်အိဉ်သး)
- တၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်ကြၢးဒီးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢအအိဉ်လၢတီၤပူၤအံၤစ့ၢ်၈၂.
- ဖိသဉ်ကအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်လၢကမၤသကိးတၢ်ခံဂၤတဆိ မ့တမ့ၢ် လၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိစ့ၢ် ၈၂.
- ဖိသဉ်ကမၤနီဉ်မၤဃါတၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ်ဒ်လဲဉ်. (ခီဖျိတၢ်ကွဲး, ခီဖျိတၢ်တ့တၢ်ဂီၤ)
- ပဝဲလၢအမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်ပကသ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အံၤဒ်လဲဉ်. (တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်နၢ်ပၢၢ်)
- ပကမၤတၢ်မနုၤလၢခံတပတိၢ်လဲဉ်. (တၢ်ကွၢ်ကဒါကွၤဒိးတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢဆၢကတိၢ်လၢကဟဲ)

ပရဲဉ်ကျဲၤပတၢ်သိဉ်လိခီဖျိတၢ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤညီညီဒ်အဒိလၢလာ်အသိးအံၤန့ဉ် လီၤ. ကျဲးစားစူးကါတၢ်အဒိအစုၤကတၢ်တမံၤ, ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ခီဖျိကွဲးကွၢ်တၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်

ကျဲၤတခါန့ၣ်ကမၤစၢၤနၤဒ်သိးကပၢဆုၢရဲၣ်ကျဲၤနတၢ်သိၣ်လိ, သ့ၣ်ညါဖိသၣ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်လၢနသိၣ်လိ လီၤအီၤ, ဒီးမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကဆိကမိၣ်တၢ်မနုၤလၢနကဘၣ်မၤလၢခံဒီးကဘၣ်မၤဂ့ၤထိၣ်နတၢ် သိၣ်လိဒ်လဲၣ်နူၣ်လီၤ.

**တၢ်ကွဲးတၢ်သိၣ်လိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအလံာ်တီၤဖျါ**

| တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီ | တၢ်ပညိၣ် | တၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲ | မၤကွၢ်တၢ်လၢဖိသၣ်သ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံ | တီၤပူၤအတၢ်အိၣ်ရဲၣ်လီၤသး | တၢ်ဂဲၤလိတဖၣ် | ဖိသၣ်အတၢ်မၤလိအစၢတဖၣ် | တၢ်ဟ့ၣ်ထိၣ်တၢ်ထံၣ် | တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢတၢ်ဒိးန့ၢ်အီၤ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

**တၢ်ကွဲးတၢ်သိၣ်လိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ကွဲးဖုၣ်**

**လံာ်း** ----------
**တီၤ** : ----------
**ဖိသၣ်အိၣ်ပဲၤဂၤ** : ----------
**တၢ်ဆၢကတိၢ်** : ----------

**တၢ်မၤလိအတၢ်ပညိၣ် :**

နအဲၣ်ဒိးဖိသၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်မနုၤလၢတၢ်မၤလိအံၤအပူၤလဲၣ်.

တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်, တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သးမနုၤလၢနအဲၣ်ဒိးဖိသၣ်မၤလိအီၤန့ၣ်လဲၣ်. ဃုထၢတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်, တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ခံမံၤသၢမံၤလၢနတၢ်သိၣ်လိအပူၤတက့ၢ်.

## တ်ဖိတ်လံၤတ်ပီးတ်လီတဖဉ် :

တ်ဖိတ်လံၤတ်ပီးတ်လိမနုၤလၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤလၢတ်မၤလိအံၤအပူၤလဲဉ်. ဖိသဉ်ဃုစၢၤ တ်ဖိတ်လံၤတ်ပီးတ်လီတဖဉ်သ့ဒ်လဲဉ်.

## ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ်လိဉ်လီၤဆီတဖဉ် :

ဖိသဉ်တနီၤလၢအလိဉ်တ်မၤစၢၤအါန့်ပှၤအဂၤအိဉ်၈ါ.

လၢတ်မၤစၢၤမနုၤနဘဉ်မၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤလဲဉ်.

ဘဉ်မၤစၢၤဖိသဉ်တဂၤစုဉ်စုဉ်၈ါ မ့တမ့၊် ဖိသဉ်ဒိတတီၤ၈ါ.

ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤဘဉ်ဆ့ဉ်နီၤလီၤဆီလၢတီၤပူၤ၈ါ. (ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ်လိဉ်လီၤဆီတဖဉ် ဂ့ၤဒိဉ်လၢအဆ့ဉ်နီၤလၢတ်မဲဉ်ညါဒ်သိးနကမၤစၢၤအီၤညီဒိဉ်အဂီ်နှဉ်လီၤ.)

## တ်ဟ်ဖျါလၢညါ :

တဲဖိသဉ်တဖဉ်လၢတ်မနုၤလၢနအဲဉ်ဒီးလၢအဝဲသ့ဉ်ကဘဉ်မၤလိန့်၊လၢတ်မၤလိအံၤအပူၤ တက့်၊. နကွဲးလီၤအီၤလၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤသ့နှဉ်လီၤ. ဆိကမိဉ်ထိဉ်နကစးထိဉ်တ် သိဉ်လိဒ်လဲဉ်တက့်၊. ကွ်ၢ်ကဒါက့ၤတ်လၢဖိသဉ်မၤလိလၢပူၤကွံာ်တနံၤဖုဉ်ကိာ်တက့်၊. ကျဲးစၢးစးထိဉ်တ်မၤလိဒီးတ်ဂ့်ၢ်ကီလၢဖိသဉ်လိဉ်ဘဉ်လၢကထိဉ်ကဆ့ဉ်လီၤတ်ဂ့်ၢ်ကီတဖဉ်ဒ် အမ့်တ်သံကွ်ၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်စံးဆၢ, “မ့်၊” မ့တမ့်၊ “တမ့်ဘဉ်” (open-ended questions) မ့တမ့်၊ တ်ဂီၤလၢအဝဲသ့ဉ်ဘဉ်တၢဉ်ပိဉ်သကိးဝဲတက့်၊.

## တ်သိဉ်လိအမိ်ပှ်၊ :

နအဲဉ်ဒိးဖိသဉ်မၤမနုၤလၢတ်သိဉ်လိအကတိ်အံၤန့ဉ်လဲဉ်. မၤလီၤတံ်၊လၢတ်မၤလၢနဟ့ဉ် လီၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကတုၤဆူတ်မၤလိအတ်ပညိဉ်အဂီ်တက့်၊.

ပၢနှဉ်ဃုဉ်တ်ဂဲၤလိအကလုာ်ကလုာ်တက့်၊. အဒိ, မၤဖိသဉ်မၤတ်ခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိ မ့တမ့်၊ လၢကရူ်ဆံးဆံးဖိတက့်၊.

ဆၢတဲာ်လၢနကဒုးသ့ဉ်ညါလီၤဖီးတဲနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.

ဆၢတဲာ်လၢနကမၤတၢ်မနုၤဖဲဖိသဉ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အံၤအခါတက့ၢ်. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ် ဆၢကတိၢ်အဂ့ၤလၢနကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဖီးအတၢ်လိဉ်လီၤဆိတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

**တၢ်ကျၢ်တံၢ်က့ၤတၢ် :**

ဃုထၢတၢ်ဂဲၤလိတနီၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်လၢကမၤကတၢၢ်တၢ်သိဉ်လိအဂီၢ်လၢအဘဉ် လိာ်အသးဖီးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ပညိဉ်တက့ၢ်. သံကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢအမၤလိတၢ်မနုၤလၢတၢ် မၤလိအံၤအပူၤလဲဉ်တက့ၢ်.

**တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤလၢတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျၢၤအံၤလဲၤအသးဒ်လဲဉ်.**

ကွဲးတၢ်ကွဲးနိဉ်ဖုဉ်ဖုဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်သိဉ်လိအံၤလဲၤအသးဒ်လဲဉ်ဖီးနကမၤဂ့ၤထိဉ်က့ၤအီၤလၢခံဒ်လဲဉ် တက့ၢ်. နတုၤဆူနတၢ်ပညိဉ်လၢနဟ်လီၤအီၤလၢအခိဉ်ထံးအံၤစ့ၢ်ဧါ. ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးနှာ်လီၤမၤသ ကိးတၢ်စ့ၢ်ကီးဧါ. နမၤတၢ်မနုၤလၢအလီၤဆိကသ့လၢတၢ်သိဉ်လိလၢခံတဘျိန္ဉဉ်လဲဉ်.

| **တနံၤဘဉ်တနံၤတၢ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျၢ** | | |
|---|---|---|
| **မ့ၢ်နံၤ** | | |
| ၁ | တၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအဂီၢ်<br>တၢ်သိဉ်လိအက့ၢ်အဂီၤ | တၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ် |
| ၂ | တၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအဂီၢ်<br>တၢ်သိဉ်လိအက့ၢ်အဂီၤ | တၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ် |
| ၃ | တၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအဂီၢ်<br>တၢ်သိဉ်လိအက့ၢ်အဂီၤ | တၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ် |
| ၄ | တၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအဂီၢ်<br>တၢ်သိဉ်လိအက့ၢ်အဂီၤ | တၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ် |
| ၅ | တၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအဂီၢ်<br>တၢ်သိဉ်လိအက့ၢ်အဂီၤ | တၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ် |



## အဆၢဖိဉ် ၅.၂
## တ်စူးကါတ်ပီးတ်လီလၢအအိဉ်တဖ့်လၢကျဲအဂ့ၤကတၢ်

သရဉ်လၢအဂ့ၤတဖ့်နှဉ်ကတဲာ်ကတီၤဒၢးလၢအလီၤထုးန့်၊သူဉ်ထုးန့်၊သးလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအင်္ဂါ ဖိသဉ်သးနံဉ်လီၤဆိတစံး, ပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါတစံး, တ်သ့တ်ဘဉ်ဖိးဖိသဉ်အဟံဉ်ဃိတ်အိဉ်သးလီၤဆိတစံးဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်အတီၤဒၢးတဖဉ်မ့်၊တ်လၢအလီၤသူဉ်ပိ၊်သးဝးဖိးမ့်၊တ်လိ၊်လၢဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိတ်မုာ်အလိ၊်နှဉ်လီၤ. တ်သိဉ်လိအပီးအလီဖိးကွိအတ်သူဉ်ထိဉ်လိ၊်ဆ့ဉ်နိၤ, စိၤနိၤခိဉ်မ့်၊ တဂ့ၤထဲလဲဉ်သနာ်က့တ်ပာ်တီၤပူၤကဆဲကဆိုဒ်သိးကမ့်၊တ်လိ၊်လၢအထုးန့်၊ဖိသဉ်အသးသ့နှဉ်လီၤ. အအံၤမ့်၊တ်အဖိတနီၤလၢနကပာ်နတီၤပူၤဂ့ၤဒ်လဲဉ်အင်္ဂါနှဉ်လီၤ.

မ့်၊သ့နှဉ်လိ၊်ဆ့ဉ်နိၤဖိးစိ၊်နိၤခိဉ်တဖဉ်တ်သုးအလိ၊်ကဘဉ်သ့ဒ်သိးပမၤတ်၊လၢကရူ၊်အတ်၊မၤကသ့ဒဉ်ဝဲအင်္ဂါနှဉ်လီၤ. လံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူမ့်၊အိဉ်အါန့်၊တဘ့ဉ်နှဉ်ဂ့ၤဝဲလီၤ. တ်၊လိ၊်ကဘဉ်အိဉ်လၢပှဲၤဒ်သိးကပာ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ဖံးတ်၊မၤတဖဉ်သ့, ဒ်သိးဖိသဉ်ကပာ်ကဖၢဘဉ်အသးလၢအတ်ဖံးတ်၊မၤတဖဉ်အံၤအဃိအင်္ဂါနှဉ်လီၤ. နပာ်တီၤအသနၤဉ်တတီၤလၢကမၤလိလံာ်လိၤဆိဆိအင်္ဂါအဒိဒ်အမ့်၊စဲအ့ဉ်အသနၤဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. နပာ်လံာ်ရိဒၢး လၢဖိသဉ်ကဖးဝဲလၢတီၤအသနၤဉ်တတီၤသ့နှဉ်လီၤ.

တဘျိတခိဉ်ကိဒိဉ်မးလၢပကပာ်တီၤပူၤကဆဲကဆိုအင်္ဂါလိၤဆိဒဉ်တ်၊တီၤပူၤဖဲဆဉ်ဖကိ၊်ဖနှာ်လီၤ သ့မ့တမ့်ပှၤကညိနှာ်လီၤဖဲကွိပျ်၊အကတိ၊်ဒိးမၤဟးဂိၤတ်သ့အလိ၊်နှဉ်လီၤ. လၢတ်၊နှဉ်အဃိပဘဉ်မၤသကိးတ်ဒိးမိ၊်ပ၊်ဒိးပှၤတဝၤအခိဉ်နှ၊်တဖဉ်ဒ်သိးကဒိသဒၢတီၤအင်္ဂါနှဉ်လီၤ. နကဘဉ်ပာ်တ်ဖိတ်၊လံၤတ်၊ပီးတ်၊လိတနီၤဆူတလါတဖျၫဉ်ဖျၫဉ်အပူၤဒ်သိးကပာ်အီၤလၢတ်၊လိ၊်အပူၤဖျဲးသ့အလိ၊် နှဉ်လီၤ. မ့တမ့် နမၤဖိသဉ်က့ၤစိာ်တ်ဖိတ်၊လံၤတ်၊ပီးတ်၊လိတဖဉ်ဆူအဟံဉ်ဒိးဟဲစိာ်က့ၤအီၤလၢခံတနံၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ.

ကိ၊်ခွး(ဒ်)လၢအအိဉ်လၢအၤဖြံၤကၤအပူၤကွိလၢအအိဉ်လၢခိခိဉ်ပှ၊်လ၊်ကျါတဖဉ်အိဉ်ဒိးတလါထးဝါတဖဉ်လၢကပာ်ဖှိဉ်လံာ်တဖဉ်လၢတ်၊ကဒိသဒၢအီၤလၢပအူးတဖဉ်အင်္ဂါနှဉ်လီၤ.

ကွိတနီၤလၢအအိဉ်လၢကိ၊်ဘ့ကလါဒ့း(ရှ်)အံၤတီၤပူၤအိဉ်ဒိးသ့ဉ်ဘဉ်သူဆံးဆံးဖိအိဉ်ဝးတရံးတီၤတဘျူးဘ့ဉ်လၢတ်ဒၫါခိဉ်ဖဲဖိသဉ်ဖိဉ်အီၤတုၤအလိ၊်နှဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤနှဉ်ဖိသဉ်မၤတ်၊လၢအကရူ၊်ဆံးဆံးဖိဒိးကရူ၊်တကရူ၊်ဘဉ်တကရူ၊်ကွဲးနိဉ်လီၤတ်သ့လၢလံာ်သ့ဉ်ဘဉ်သူတဖဉ်အံၤအလိၤနှဉ်လီၤ. လၢတီၤတနီၤအပူၤတအိဉ်ဒိးလိ၊်ဆ့ဉ်နိၤဒိးစိ၊်နိၤခိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ဒၫါလီၤချိဉ်လၢတ်၊ဒၫါခိဉ်နှဉ်လီၤ. တ်စူးကါတ်ဒၫါခိဉ်လၢတ်၊ဂဲၤလိတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤအံၤညိဒိဉ်လၢဖိသဉ်ဆ့ဉ်နိၤလၢအကရူ၊်ဆံးဆံးဖိအင်္ဂါနှဉ်လီၤ.

ကိၣ်စဲၣ်တဘ့ၣ်လၢအအိၣ်လၢကိၢ်အ့ဒယၣ်အပူၤန့ၣ်တီၤပူၤအဒူၣ်လၢဖိလာ်တကူာ်နှၣ်ခဲၣ်ဝဲအလွဲၢ် လၢအသူန့ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤအခွဲးလၢကတ့တၢ်ဂီၤဒီးကွဲးလံာ်ကွဲးလဲၢ်ဒီးဟိၣ်ခိၣ်ဝါ လၢတၢ်ဒူၣ်လၢတၢ်ခဲၣ်သူအီၤအလိၢ်နှၣ်လီၤ. ကွိအံၤဘၣ်တၢ်တ့အီၤလၢအ့ဒယၣ်, ကိၢ်ရှၣ်တီၤဖုၣ်တၢ် ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (District Primary Education Programme) အဖိလာ်နှၣ် လီၤ. ပှၤတိာ်ကျဲၤတၢ်တဖုအံၤတ့ထိၣ်ကွိလၢခိခိၣ်ပှၢ်လၢ်ကျါဒ်သိးဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးကအိၣ်ဘၣ်ကွိလၢ အဘူးဒီးအဟံၣ်တကံလိမံထၢၣ်အဂိၢ်နှၣ်လီၤ. ကွိအတၢ်သူၣ်ထိၣ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်ဒဲးကံၣ်ဒဲးဝ့ၤလီၤဆိ အီၤဒီးတၢ်ဘျိအီၤယုာ်ဒီးတၢ်ပိးတၢ်လိလၢဖိသၣ်စူးကါဝဲ (child - friendly elements) တဖၣ်ဒ်လံာ် သ့ၣ်ဘၣ်သူလၢတၢ်ဟ်ဖျါလၢထးအသိးန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်လိၢ်လၢတီၤပူၤ

### တၢ်လိၢ်အိၣ်လၢပဲၤလၢကသုးအသးအဂိၢ်

ဖိသၣ်ဘၣ်သုးအသးလၢလိၢ်ဆ့ၣ်နီၤဒီးစိၢ်နီၤခိၣ်တဖၣ်အဘၢၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. မ့တမ့ၢ် သုးအသးလၢဖိ သၣ်တဂၤဒီးတဂၤအဘၢၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. ရဲၣ်လီၤလိၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢတီၤပူၤဒ်သိးဖိသၣ်ကသုးအသးလၢတ အိၣ်ဒီးတၢ်မၤတံာ်တာ်လိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးမၤတၢ်လၢအကရူၢ်ဆံးဆံးဖိကသ့ဒၣ်ဝဲအဂိၢ်တကှၢ်.

**တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ် :** ဖိသၣ်လၢကှၢ်ဂိၤတလၢပဲၤဒီးဟးဂိၤတဖၣ်သုးအသးသ့ညီလၢနတီၤပူၤစ့ၢ်ကိးဓါ. ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လိၣ်လီၤဆိတဖၣ်ဆ့ၣ်နီၤသကိးဒီးဖိသၣ်အဂၤ မ့တမ့ၢ် ဆ့ၣ်နီၤလီၤဆိဆိ လဲၣ်. ဖိသၣ်မုၣ်ဒီးခွါဆ့ၣ်နီၤတပူၤဃိ မ့တမ့ၢ် လီၤဆိလဲၣ်.

### တၢ်ကပီၤ, တၢ်ကိၢ်, ဒီးကလံၤဆုံ

ရဲၣ်လီၤလိၢ်ဆ့ၣ်နီၤ မ့တမ့ၢ် စိၢ်နီၤခိၣ်လၢဖိသၣ်ကကွၢ်လိၤလိၤလၢမ့ၢ်တဂ့ၤ. မ့ၢ်အတၢ်ကပီၤကဘၣ်ဟဲ လၢတၢ်ကပၤတခိန့ၣ်လီၤ.

နခိၣ်နူၣ်လိၣ်ဘၣ်အီးစံၣ်ကွၣ်နှၣ်လီၤ. ကလံၤအဆုံမ့ၢ်တအိၣ်လၢပဲၤလၢနတီၤပူၤဘၣ်နှၣ်နကဘၣ်မၢ ဖိသၣ်မၤတၢ်ဂဲၤလိလၢတီၤချၢန့ၣ်လီၤ. လဲလာ်ဖိသၣ်အလိၢ်တဘျိတဘျိဒ်သိးဖိသၣ်တဂၤဃိသုတ ဆ့ၣ်နီၤလၢတၢ်ကိၢ်အလိၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ခံးအလိၢ်ထိဘိတဂ့ၤအဂိၢ်နှၣ်လီၤ.

ဖိသဉ်တနီၤကအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢကထံဉ်ဒီးနၢ်ဟူတၢ်အဂီၤန့ဉ်လီၤ. မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်ဘဉ်တၢ်မၤကွၢ်အီၤဒီးဆ့ဉ်နီၤလၢအလိၢ်ဘဉ်လၢတီၤပူၤတက့ၢ်.

## တၢ်မၤလိအသနၢဉ်တဖဉ်

ဖိသဉ်နှဉ်ညီနုၢ်ဏဲဉ်ဒီးသ့ဉ်ညါဘဉ်ဃးဟိဉ်ခိဉ်နှ့ဆၢဉ်လၢအအိဉ်ဝးတရံးအဝဲသ့ဉ်အဂ့ၢ်နှ့ဉ်လီၤ. စဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအသနၢဉ်လၢကိုအံၤကထိဉ်ဟူးထိဉ်ဂဲၤဖိသဉ်အတၢ်ဏဲဉ်ဒီးသ့ဉ်ညါတၢ်ဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်နှ့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကထၢဖြိဉ်ဒီးရဲဉ်ကျဲၤတၢ်လၢအထုးနှ့ၢ်အသူဉ်အသးတဖဉ်သ့ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤတၢ်စူးကါအီၤသ့လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကသူဉ်တၢ်ချံတၢ်သဉ်လၢတၢ်အသနၢဉ်အံၤ, ထၢဖြိဉ်တၢ်သူတၢ်သဉ်တဖဉ်ဒီးဟ်လီၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအထံဉ်ဝဲသ့ဉ်တဖဉ်ဏဲအမ့ၢ်ချိဉ်ကူသ့ဉ်တဖဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. နကဘဉ်ဆိကမိဉ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးလၢတၢ်မၤလိအသနၢဉ်အံၤကဘဉ်တၢ်ဟ်အီၤလၢတီၤပူၤအလိၢ်ဖဲလဲဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်လိၢ်အဝဲန့ဉ်လၢတအိဉ်ဒီးတၢ်မၤတံာ်တာ်လိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤဘဉ်နှ့ဉ်လီၤ.

- လၢစဲအ့ဉ်အသနၢဉ်အဂီၤ, တၢ်ဘုဉ်ညဉ်လၢပလီပူၤဒီးဟ်အီၤလၢစဲအ့ဉ်တၢ်မၤလိအသနၢဉ်နှ့ဉ်အဘျုးအိဉ်ဒိဉ်မးန့ဉ်လီၤ. သနာ်ကွ့ဖိသဉ်ကြၢးမၤလိတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိဒီးတၢ်မုၢ်တၢ်ဘိဒ်လဲဉ်ဒ်သိးကမၤစုၤလီၤတၢ်မၤအၢမၤသီဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိတဖဉ်အဂီၤဒီးဖဲတၢ်မၤလိဘဉ်ဃးတၢ်သးသမူအိဉ်အံၤဝံၤအခါ, မ့ၢ်သ့ပျဲလီၤကွၤတၢ်သးသမူအိဉ်တဖဉ်အံၤဆူပ့ၢ်ပူၤလၢအအိဉ်ဆိးဝဲအလိၢ်တက့ၢ်.

- လၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအသနၢဉ်အဂီၤစူးကါတၢ်ဇၤကအိ (လၢအအိဉ်ဒီးအခိဉ်ပံး) ဒီးစးခိဇၤကအိလၢအမၤပဲၤစိၤပိာ်ခိဉ်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤတၢ်စူးကါအီၤဒ်တၢ်မၤလိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအပီးအလိအသိးသ့ (အဒိ, စူးကါတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်လၢကဂံၢ်နိဉ်ဂံၢ်နိဉ်ဒွးအဂီၤ), ဒီးဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိအဂၤလၢအပူၤသ့စ့ၢ်ကီးဒ်အမ့ၢ်တိၢ်လီၤဖှံဉ်ဒီးစ့စးခိအသိးတဖဉ်နှ့ဉ်လီၤ. စ့စးခိအံၤတၢ်မၤအီၤသ့လၢစးခိတိဉ်ဒီးတၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်ဒုးနဲဉ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤဒ်အမ့ၢ်ပ့ၤတၢ်လၢဖွါပူၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ဖိတၢ်လံၤလီၢ်လံၤဒ်အမ့ၢ်စးခိတိဉ်, ပျံၤ, လိပျံၤ, နိဉ်ကျးစဲ, တၢ်ကူတၢ်ကၤအရၣဉ်ဒ့ကဲ့ခိမ့တမ့ၢ်တၢ်ကံးညာ်အကဲ့အခိ, ဖျးစ်တံးဒီးအဂၤတဖဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဟ်ကတီၤအီၤလၢတၢ်ကစူးကါအီၤလၢဆၢကတိၢ်လၢကဟဲလၢခံသ့နှဉ်လီၤ.

တၢ်ဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ထံဉ်အီၤသ့တဖဉ်, ကွဲးလီၤအမံၤ, ကျးလီၤအီၤဒီးစူးကါလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကဒုးစဲဘူးကွိဒီးအတၢ်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂီၤဒီးလၢအပ့ၤတဝၤအပူၤအသိးသ့နှဉ်လီၤပ့ၤတဝၤလၢအမၤတၢ်စုသ့ခိဉ်ဘဉ်သ့ဒီးပ့ၤဒ့တၢ်အူတၢ်, သူဉ်ဝံဉ်သးဆၢတၢ်တဖဉ်မၤအဟဲဟးလၢကွိ

ဒီးကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်တက့ၢ်. ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်ကဟ်တ့ၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ပီးတၢ်လိလၢအစူးကါဝဲဒီးတၢ်ဒ့တၢ်အူအပီးတလိတဖဉ်လၢတၢ်ဆၢကတိၢ်ဖုဉ်ကိာ်ဒ်သိးဖိသဉ်ကဃုသ့ဉ်ညါတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤအဂ့ၢ်ဒီးတ့အဂီၤကသ့အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖဟ်တိၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိလၢအလုၢ်ပှၤဒိဉ်အခါတၢ်ကဘဉ်ဆိကမိဉ်တၢ်ကဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤအလိၢ်ဖဲလဲဉ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးဒ်သိးသုတလီၤမ်ၢ်တဂ့ၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်ကဘဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤဒီးပၢဆုၢတီၤပူၤဒီးတၢ်မၤလိအတၢ်ပီးတၢ်လိအပူၤပှဲၤပှဲၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤတၢ်လၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိ, မၤတၢ်ဒ်ပှၤတဖုအသိး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကမံးတံာ်တဖုလၢကကွၢ်ထွဲတၢ်မၤလိအသနၤဉ်တဖဉ်အံၤသ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အံၤကမၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤတီၤပူၤအတၢ်မၤလိပီးလိတဖဉ်ဒီးမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကဟံးန့ၢ်မူဒါဒီးထံဖိကျိၢ်ဖိတဂၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. တီၤအကမံးတံာ်ကဃုထၢပှၤတိခိဉ်ရိဉ်မဲတၢ်တဂၤဒီးစရ့တဂၤလၢကဟံးန့ၢ်မူဒါလၢတီၤဒိတတီၤအဂိၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးနှဉ်လီၤ.

တီၤတနိၤနိၤတဒိဉ်ဘဉ်အဃိလၢတၢ်ကမၤတၢ်မၤလိအသနၤဉ်ဒ်အံၤအဂိၢ်တၢ်လိၢ်တအိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. လၢကိၢ်မုၢ်ထိဉ်တံာ်မိအပူၤမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ထ့ကူဃၤတဖဉ်ဒီးဟ်လိၤဝဲလၢတၢ်ဒၫခိဉ်ဒီးမၤပဲၤအိၤဒီးချိဉ်ကူ, လၢၢ်လ့, တၢ်ချံတၢ်သဉ်ဒီးတၢ်တမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤလၢတၢ်စူးကါအိၤသ့လၢစဲအ့ဉ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအတၢ်မၤလိအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အကါဒိဉ်လၢတၢ်မၤလိအပီးအလိတဖဉ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်စူးကါအိၤသ့လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်လိၢ်လၢတၢ်ကျးလီၤတၢ်အဂိၢ်

တၢ်ကျးလီၤတၢ်မၤလိအပီးအလိဒိးဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢတီၤပူၤအံၤကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကစးထိဉ်သူဉ်အိဉ်သးအိဉ်တၢ်လၢအတၢ်မၤလိဒိးအတၢ်တူၢ်ဘဉ်လၢအဘဉ်ဃးဒိးတီၤလၢအအိဉ်ဝဲလၢအပူၤနှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖဉ်စ့ၢ်ကီးကသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်ဒိးန်ပၢၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအကဲထိဉ်အသးလၢတီၤပူၤအါထိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်ကြားဘဉ်တၢ်ကျးလီၤအိၤဒ်သိးကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆီဒိဉ်မးအံၤနှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်ဇဲဉ်ဒိးထံဉ်အမံၤအိဉ်ကွဲးလီၤအသးလၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤမ့ၢ်လၢကဟ်ကဖၢဘဉ်အသးလၢအဃိနှဉ်လီၤ. လဲလိာ်တၢ်ကျးလီၤဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤခဲအံၤခဲအံၤဒ်သိးကထုးဃာ်ဖိသဉ်အတၢ်သးစဲဒိးဟ့ဉ်ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤလၢကကျးလီၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဂ့ၤလၢတီၤပူၤလၢတၢ်ထိဉ်ကွိတကတိၢ်ဘဉ်တကတိၢ်အပူၤတက့ၢ်. တၢ်မၤလၢတၢ်ကျးလီၤအိၤတဖဉ်ဖဲတၢ်ထုးလီၤကွံာ်အိၤအခါတၢ်ဟ်ဃာ်အိၤဒ်သိးတၢ်ကစူးကါအိၤလၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤနီဉ်မၤဃါတဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်

စုာ်လၢတၢ်ကမၤကွၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်အဂီၤသ့နူဉ်လီၤ. (ကွၢ်လံာ်အဆၢဒိဉ် ၅.၄ ဘဉ်ဃးတၢ်မၤဖိသဉ်အတၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါဒီးတၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါအံၤအဂီၤတက့ၢ်.)

တၢ်ကျးလီၤတၢ်အသ့ဉ်ဘဉ်လၢအလီၤထုးနှ့ၢ်သူဉ်ထုးနှ့ၢ်သးနှဉ်မ့ၢ်တၢ်သိဉ်လိအပိးအလိလၢအဂ့ၤတမံၤဒီးကဟ့ဉ်တၢ်လၢဖိသဉ်ကပညိဉ်အီၤလၢတီၤပူၤနူဉ်လီၤ. တၢ်ကျးလီၤအသ့ဉ်ဘဉ်အံၤတၢ်မၤအီၤလၢဟီဉ်ကဝီၤအတၢ်ဖိတၢ်လံၤဒဉ်ဝဲသ့ဒ်အမ့ၢ်ချိဉ်လၢတၢ်ထ့အီၤလၢဆျါအသိးဒိးပှၤတဝၤမၤစၢၤကို လၢတၢ်အံၤသ့နူဉ်လီၤ. တၢ်ကျးလီၤတၢ်အသ့ဉ်ဘဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မ့ၢ်လၢအဟ့ဉ်နၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ,

- ကဟ့ဉ်ဖိသဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ
- ကကျးလီၤဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်ဟ်ကဲလီၤအနိၢ်ကစၢ်အလုၢ်အပ့ၤ
- ကဟ့ဉ်ဆူဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိလၢနသိဉ်လိလီၤအီၤတဖဉ်
- ကဟ့ဉ်ဖိသဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးတီၤပူၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတနီၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဃုထံဉ်နှ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢသရဉ်မၤအဃုထံဉ်နှ့ၢ်လၢအဟံဉ်ဒီးအပှၤတဝၤအပူၤအသိး
- ကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကမၤသကိးတၢ်ဒီးဆိဉ်ထွဲလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်မ့ၢ်လီၤဆီလိာ်အသးသနာ်က့အကါတဒိဉ်ဘဉ်
- ဒ်သိးကမၤလီၤတံၢ်ဖိသဉ်မၤလိသကိးတၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂီၤ

နတီၤပူၤမ့ၢ်တအိဉ်ဒီးအဒူဉ်လၢအကိၤဘဉ်နူဉ်နဘျးလီၤဖိသဉ်အတၢ်ကွဲးတဖဉ်မ့တမ့ၢ်တၢ်တ့တဖဉ်လၢပျံၤတဘိအလိၤလၢအအိဉ်တီၤပူၤသ့နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်တၢ်စၢအီၤလၢပျံၤသ့ခီဖျိဒုးစဲဘူးအီၤလၢနိဉ်ကျးစဲဆုံမ့တမ့ၢ်တံာ်အီၤလၢနိဉ်တံာ်စးခိ မ့တမ့ၢ် တၤဆှၤဉ်တၤမဲတဖဉ်သ့နူဉ်လီၤ. ပျံၤလိလီၤတၢ်အံၤတၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်သိဉ်လိကျိာ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်သ့ဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤလိသနၤဉ်လၢတၢ်ဘျးလီၤအီၤအသိးသ့နူဉ်လီၤ.

လၢကိၢ်တံဉ်မိအမ့ၢ်ထိဉ်အပူၤသရဉ်တဖဉ်စူးကါသဒၢမ့ၢ်လိၢ်လံၤအဒိဃံတဖဉ်လၢတၢ်ကွဲးလံာ်ခိဉ်ထံးတဖဉ်လၢတၢ်သုးအလိၢ်သ့, တၢ်ဂိၤဒီးတၢ်အဂၤတဖဉ်လၢတၢ်မၤဆူဉ်ထိဉ်ကျိာ်အတၢ်မၤလိအတၢ်ဂဲၤ

လိတဖဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပျံၤလၢတၢ်ကျးလီၤတၢ်သိဉ်လိအဝီးအလိတဖဉ်အံၤတၢ်ထုအီၤလၢသ့ဉ်ဖံး, ဆှါ မ့တမ့ၢ် တကွံအဖံးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ကးစဲ(ကိဉ်) တအိဉ်အဃိစူးကါဝဲသ့ဉ်သဉ်တကလုာ်လၢအစဲဘူးနှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤလၢအအံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်အဂၤလၢအဟ့ဉ်မၤစၢၤဟီဉ်ကဝီၤအတၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်ဒိးဃုထံဉ်အါထိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်သိဉ်လိဒိးတၢ်မၤလိအကျိၤအကွာ်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ပှၤတဖဉ်အံၤခဲအံၤကြားတဲသကိးတၢ်ဒိးအဖိတဖဉ်ဘဉ်ဃးအတၢ်မၤလိလၢကွိအဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ.

## တီၤပူၤအလံာ်ရိဒၢး

ကွိလၢခိခိဉ်ပှၤ်လ်ၢ်ကျါအါဖျၢဉ်အလံာ်ရိဒၢးတအိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိဖိသဉ်တဖးဘဉ်လံာ်အါအါဘဉ်နှဉ်လီၤ. တီၤပူၤလံာ်ရိဒၢးဘဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤသ့ခီဖျိစူးကါစးခိတလါဖးဒိဉ်တဖဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤဃဲမၤလၢထိဉ်အီၤဒီးမၤပှဲၤအီၤလၢလံာ်လၢအအိဉ်လၢဟီဉ်ကဝီၤပူၤတဖဉ်နှဉ်သ့လီၤ. ဖဲဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အလံာ်ဒဉ်ဝဲ, လံာ်ဖိလၢဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တဖဉ်မ့ၢ်ညီထဲလဲဉ်သနာ်ကှအတွးတအိဉ်ဘဉ်. ဖိသဉ်ဟ်ကဖၢဘဉ်အသးလၢအထံဉ်အလံာ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဝဲအံၤတၢ်စဲကျုးလီၤအီၤအဃိနှဉ်လီၤ. ခီဖျိပျဲဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အလံာ်ဒဉ်ဝဲအံၤဖိသဉ်မၤလိန္ၢ်ကဘဉ်မၤအိဉ်ထိဉ်လံာ်ဒ်လဲဉ်အကျဲကပူၤ, တၢ်နီၤဖးလီၤတၢ်အကျိၤအကျဲဒီးဟ်ကတဲာ်ကတီၤအီၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. နပျဲဖိသဉ်မၤလံာ်လၢအချုးအသးတကထၢတကထၢအသိးသ့ဒဉ်လဲာ်နှဉ်လီၤ. လံာ်တဖဉ်အံၤဘဉ်တၢ်မၤအီၤလၢစးခိအကှ့လၢအဘဉ်တၢ်ချုးအီၤတကထၢတကထၢခံဘျိ မ့တမ့ၢ် သၢဘျိလၢအအိဉ်ဒိးလံာ်ဖျၢဉ်လၢအပူၤဒ်လံာ်တၢ်ကစိဉ်အသိးသ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တ့တၢ်ဂီၤလၢအလံာ်ဒဉ်ဝဲတဖဉ်အပူၤဒိးလံာ်တဖဉ်အံၤကဲထိဉ်တၢ်လုၢ်ဒိဉ်ပှၤဒိဉ်ဖဲတၢ်လီၢ်လၢလံာ်အိဉ်စုၤအလီၢ်နှဉ်လီၤ.

လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤအီၤလၢဖိသဉ်အကစၢ်ဒဉ်ဝဲနှဉ်မ့ၢ်တၢ်သိဉ်လိအဝီးအလိတမံၤလၢအကဲဘျုးကဲဖှိဉ်ဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. တၢ်ကွဲးဖျါထိဉ်လၢလံာ်အံၤအပူၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ဂီၤလၢအအိဉ်လၢလံာ်အံၤအပူၤမၤစၢၤဒိးတဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်တဂၤတၢ်အကါဒိဉ်အခိဉ်သ့ဉ်မ့ၢ်မနုၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ထံဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်လၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးဒိးပှၤနီၢ်ဒိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်စူးကါကျိာ်လၢအညီဒိးတၢ်နၢ်ပၢၢ်အီၤသ့ညီဒိးအဝဲသ့ဉ်ကတဲလီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်လၢကျဲလၢတၢ်နၢ်ပၢၢ်အီၤသ့ညီဒိဉ်နှၢ်သရဉ်ဒဉ်လဲာ်သ့နှဉ်လီၤ.

လၢနှဉ်အမဲာ်ညါလံာ်တဖဉ်တၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်ကသိဉ်လိတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အဂုၤအဂၤသ့လီၤဆိဒဉ်တၢ်ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒိးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်ထံဉ်အဂီၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, တၢ်မၤလံာ်တဘ့ဉ်လၢတၢ်ကျးစဲဘူးတၢ်ဖိတၢ်လံၤဆူလံာ်တကဘျုံးဘဉ်တကဘျုံးအပူၤသ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကမၤလိန္ၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိမနုၤတဖဉ်အံၤခီဖျိပလၢၢ်ဘဉ်ဝဲလၢအစုနှဉ်လီၤ. အဒိ, နၢဉ်ဘဉ်သၢကနူၤဃူတဖျၢဉ်ဘဉ်တၢ်ကျးစဲဘူးအီၤလၢလံာ်ကဘျုံးအလိၤအဃိဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်တဖဉ်ကမၤလိတၢ်အက့ၢ်အဂီၤအံၤခီဖျိပလၢၢ်ဝဲလၢအစုအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအမဲာ်ထံဉ်တၢ်ဒဉ်လဲာ်နှဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်လံာ်လၢတၢ်

ပလၢၢ်အီၤသ့ဒ်အံၤမုာ်ဒဉ်လဲာ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကစူးကါလိလံာ်အံၤလၢပလၢၢ်ဘဉ်ဝဲလၢအ စုနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလံာ်တယၢ်လၢတၢ်ပလၢၢ်အီၤသ့ဒီးကျးလီၤလၢတၢ်လီၢ်လၢတၢ်ကျးလီၤတၢ်အလီၢ်ဒ် သိးဖိသဉ်လၢတထံဉ်တၢ်တဖဉ်ကပလၢၢ်ဘဉ်ဝဲအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

လၢထံကိၢ်တနိၤအပူၤတီၤတတီၤ မ့တမ့ၢ် ကွိအလံာ်ရိဒၢးမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢပှၤတဝၢအဂီၢ်လီၤဆိ ဒဉ်တၢ်ဖဲဖိသဉ်စဲကျံးမၤဖျါထိဉ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအအိဉ်ဟဲလၢပှၤတဝၢတဖဉ်အအိဉ် (ဒ်အမ့ၢ် ကွိ, ပှၤတဝၢဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤဒ်အဘဉ်တၢ်ဟ်ဖျါအီၤလၢလံာ်အဘ့ဉ်သၢအပူၤအသိး) နှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ ဘဉ်ဃးမူခိဉ်ကလံၤသီဉ်ဂီၤ, လၢၢ်ဒီးဟီဉ်ခိဉ်ညဉ်, တၢ်သူဉ်တၢ်ဖျးအလံာ်နံဉ်လံာ်လါ, တၢ်သူဉ်လီၤ ဟံဉ်အလီၢ်အကျဲဒီးအဂၤတဖဉ်အသိးညီနုၢ်တၢ်စူးကါအီၤလၢပှၤတဝၢအပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်ဒီးကမျၢ် သဘျ့ကရၢတဖဉ်ဖဲအရဲဉ်အကျဲၤတၢ်လၢပှၤတဝၢအတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထီအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်အခါ နှဉ်လီၤ.



**တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်ဃုထံဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်စူးကါအီၤသ့**

ကွၢ်တရံးနတီၤဝးဝးဒီးဃုကွၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢအအိဉ်ခဲအံၤတဖဉ်တကွၢ်. ဆိကမိဉ်ထိဉ် စ့ၢ်ကီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢနၤဒီးနပှၤကွိဖုးအိဉ်ထိဉ်အီၤသ့ဖဲတၢ်မၤလိအကတိၢ်အံၤတ ကွၢ်. သံကွၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢတၢ်မနုၤလၢအအဲဉ်ဒီးဟ်ဝဲလၢအတီၤပူၤဒီးဟ်ဖှိဉ်အီၤဆူလံာ်တိၤဖျါလၢ လာ်အံၤတကွၢ်.

| တီၤပူၤအတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖၣ် | ပစးထိၣ်တၢ်တိာ်ကျဲၤအံၤသ့အဆၢကတိၢ်ဖဲလဲၣ် | တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီမနုၤလၢအလိၣ်ဒီးတၢ်ကဟ်ကီၤအီၤအလိၢ်ဖဲလဲၣ် | တၢ်မၤစၢၤမနုၤလၢပမၤန့ၢ်အီၤသ့လဲၣ် | ဖိသၣ်ကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖၣ်အံၤအအိၣ်ဒ်လဲၣ် |
|---|---|---|---|---|
| တၢ်ကျးလီၤသ့ၣ်ဘၣ်တဘ့ၣ်လၢကကျးလီၤဖိသၣ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်အဂိၢ် | | | | |
| တၢ်မၤလိအသနၤၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်မၤလိအနာ်လၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒ့ဳးဒီးစဲအ့ၣ်အဂိၢ် | | | | |
| ကျိာ်အလိၢ်တကဝီၤလၢတၢ်တဲလီၤတၢ်ဃဲၤပူတဖၣ်ဒီးလံာ်ရိဒၢးဒီးအဂၤတဖၣ် | | | | |
| လံာ်သ့ၣ်ဘၣ်သူအါန့ၢ်တဘ့ၣ် | | | | |
| တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တီၤအကမံးတံာ်လၢကပၢဆုၢရဲၣ်ကျဲၤတၢ်မၤလိအပီးအလီတဖၣ် | | | | |
| တီၤလၢအဆံးတဖၣ်အလံာ်ရိဒၢးလၢအအိၣ်ဒီးလံာ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီအဂၤတဖၣ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤအီၤလၢဖိသၣ်အနိၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲ | | | | |



## အဆၢဒိဉ် ၅.၃
## တၢ်ရဲဉ်ကျဲၤတၢ်မၤလိသကိးတၢ်ဒီးတၢ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၤ်အဂ့ၢ်

### ကျိၤကျဲဆူတၢ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၤ်

ဒ်သိးပကသိဉ်လိတၢ်ဂ့ၢဂ့ၢအဂီၤ်ပဘဉ်စူးကါတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲအကလုာ်ကလုာ်မ့ၢ်လၢဖိသဉ် အိဉ်ဒီးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အကျိၤအကျဲလၢအလိၤဆိလိာ်အသးအဃိန္ဉ်လိၤ. နမ့ၢ်စူးကါတၢ်သိဉ်လိအ ကျိၤအကျဲအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်နတိၤပူၤကပှဲၤဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတၢ်သူဉ်ဖှံသးညီန္ဉ်လိၤ. ကျဲအိဉ်လွံၢ် ဘိလၢကမၤတၢ်အံၤအဂီၤ်နှဉ်လိၤ.

၁. **တၢ်သိဉ်လိလီၤတၢ်လိၤလိၤဆူတီၤဒီတတီၤအပူၤ :** အံၤမ့ၢ်ကျဲအဂ့ၢ်တဘိလၢပကစူးကါအီၤဖဲပဒုး သ့ဉ်ညါလီၤတၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီတဖဉ်ဆူကွဲဖိအအိဉ်အခါန္ဉ်လိၤ. နကဘဉ်ကတဲာ်ကတီၤတၢ်သံကွၢ် လၢနကသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်အပတီၢ်လၢအကြားဒီးဖိသဉ်ကိးကလုာ်ဒဲးအပတီၢ်လၢတီၤပူၤန္ဉ်လိၤ. နသိဉ်လိတီၤဒီတတီၤညါဖဲနတဲတၢ်ဃဲၤပူအခါ မ့တမ့ၢ် ကွဲးနကစၢ်အတၢ်တဲတပူၤဃီဒီးဖိသဉ်အ ခါ, တၢ်သးဝံဉ်မ့တမ့ၢ်ထါ, တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် ဖဲနဟးဃုသ့ဉ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပှၤတ ဝၢအိဉ်အခါန္ဉ်လိၤ. လၢနတီၤပူၤဖိသဉ်ကအိဉ်ဒီးအပတီၢ်လၢအလိၤဆိလိာ်အသးအဃိနက ဘဉ်မၤတၢ်သိဉ်လိအခိဉ်တိကြားဘဉ်လိာ်အသးဒီးဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢတီၤပူၤန္ဉ်လိၤ.

လၢကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢကနှာ်လိၤမၤသကိးတၢ်အဂီၤ်နှဉ်ပကဘဉ်ဟ့ဉ်တၢ်ဖံး တၢ်မၤလိၤဆိဆူဖိသဉ်အကရူၤ်လၢအလိၤဆိသ့ဉ်တဖဉ်နှဉ်လိၤ. အဒိ, ဖိသဉ်တကရူၤ်နှဉ်ကကွဲး တၢ်ဃဲၤပူဒီးအဂၤတကရူၤ်ကကွဲးလံာ်ပှဲၤကျိၤဖုဉ်ဒီးအဂၤကတ့တၢ်အဒိအတဲာ်လၢကပံာ်နှဉ်လိၤ. နဟ့ဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤဒ်သိးသိးဆူဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအအိဉ်သ့ဘဉ်ဆဉ်နကြားသမံသမိးဖိသဉ်အတၢ် ဖံးတၢ်မၤလၢအပတီၢ်လိၤဆိလိာ်အသးန့ၢ်လိၤ. သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးန့ၢ်လိၤဆိလိာ် အသးတကွၢ်. တီၤခဲလၢာ်နှဉ်ကအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအပတီၢ်လိၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ် လိၤ.

၂. **တၢ်သိဉ်လိလီၤဖိသဉ်တကရူၤ်လၢအပတီၢ်ဒ်သိးလိာ်အသး :** အံၤအဘျုးအိဉ်လိၤဆိဒဉ်တၢ်ဖဲ တီၤပူၤအိဉ်ဒီးဖိသဉ်အတီၤပတီၢ်လၢအလိၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လိၤ. ဖဲနသိဉ်လိ ကရူၤ်တကရူၤ်နှဉ်နပျဲဖိသဉ်အဂၤမၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒဉ်ဝဲသ့နှဉ်လိၤ. ဖိသဉ်မ့ၢ်အိဉ်ဒီးတၢ်နာ်လိၤ အသးန့ၢ်နပျဲဖိသဉ်သိဉ်လိလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤသ့နှဉ်လိၤ. အဆိကတၢ်ဖိသဉ်တအိဉ်ဒီး

တၢ်နာ်လီၤအသးလၢကမၤဇဉ်အတၢ်ဘဉ်. ဘဉ်ဆဉ်နမ့ၢ်ပျဲဖိသဉ်မၤလိအသးယံာ်ထိဉ်နှဉ်ဖိသဉ် ကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအတၢ်မၤသကိးတၢ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.

၃. **တၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်** – အံၤအဘျုးအိဉ်လၢကမၤစၢၤကွိဖိတဂၤလၢအအိဉ် တီၢ်လၢအတီၤအလီၢ်ခံမ့ၢ်လၢအဆိးက့, ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်မၤလိအပူၤ, ဖိသဉ် အသိလၢတီၤပူၤအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. နသိဉ်လိဖိသဉ်လၢဖွဲးတလၢတဖဉ်တဂၤစုာ်စုာ်ဒ်သိးက ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဒီးဒုးမၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအပတီၢ်ထိန့ၢ်ပှၤအဂၤလၢတီၤပူၤသ့နှဉ်လီၤ. သနာ်က့ တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢနကသိဉ်လိဖိသဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အံၤကဘဉ်ဖုဉ်ဒ်သိးနသိဉ်လိဖိသဉ်အဂၤလၢ တီၤပူၤကချုးအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

၄. **တၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိအပူၤ** – အံၤမ့ၢ်ဝဲဖဲနနီၤဖးလီၤတီၤဒီတတီၤဆူကရူၢ်ဆံးဆံး ဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ကျဲအံၤမ့ၢ်ကျဲလၢအဘျုးအိဉ်ဒိဉ်မးဘဉ်ဆဉ်နကဘဉ်ကတဲာ်ကတီၤနသးလၢ လၢပှဲၤပှဲၤနှဉ်လီၤ. သရဉ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်ဆၢကတီၢ်အါမးလၢတၢ်ကတဲာ်ကတီၤတၢ်သိဉ်လိအကျဲအံၤ ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်စ့ၢ်ကီးကဘဉ်အိဉ်ကတဲာ်ကတီၤအသးလၢကဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ကျဲအံၤမ့ၢ်ကျဲလၢအဘျုးအိဉ်လၢကသိဉ်လိဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလီၤဆီလိာ် အသးအါဘိန့ဉ်လီၤ.

## တၢ်စူးကါကရူၢ်လီၤဆီလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်

နနီၤဖးလီၤဖိသဉ်ဆူအကရူၢ်သ့လၢကျဲလီၤဆီလိာ်အသးအါဘိန့ဉ်လီၤ. အဒိ, နီၤဖးလီၤဖိသဉ်အက ရူၢ်ဆူအပတီၢ်ဒံးသိးလိာ်အသး, နီၤဖးဖိသဉ်ဆူအကရူၢ်လၢအပတီၢ်ဃါဃုာ်လိာ်အသး, နီၤဖးလီၤဖိ သဉ်ဆူအကရူၢ်လၢအိဉ်ဃါဃုာ်မုဉ်ဒီးခွါ, နီၤဖးလီၤဖိသဉ်ဆူတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အပတီၢ်ဒံးသိးလိာ်အ သး, နီၤဖးလီၤဖိသဉ်ဆူအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အပတီၢ်လီၤဆီလိာ်အသး, နီၤဖးလီၤဖိသဉ်ဆူအတၢ်သးစဲ ဒံးသိးလိာ်အသး, အတၢ်ရ့တံၤရ့သကိးဒ်သိးလိာ်အသးအကရူၢ်, နီၤဖးလီၤဖိသဉ်ခံဂၤတဆိခံဂၤ တဆိ, သၢဂၤတဆိ မ့တမ့ၢ် လွံၢ်ဂၤတဆိအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒီးန့ၢ်တၢ်ဘျုးတၢ်ဖှဉ်အါမး ခီဖျိလၢတၢ်နီၤဖးလီၤအဝဲသ့ဉ်ဆူအကရူၢ်အံၤလၢကျဲအါဘိလၢဆၢကတီၢ်လီၤဆီလိာ်အသးအပူၤန့ဉ် လီၤ.

**သ့ဆီတလဲနတၢ်နၢ်ပၢဆၢနပှၤကွိဖိအက့ၢ်အဂီၤတက့ၢ်. လဲလိာ်ဖိသဉ်အကရူၢ်ထီဘိတက့ၢ်** – ဖိသဉ် လိဉ်ဘဉ်လၢတၢ်ကဘဉ်ဟ့ဉ်အီၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဆ့ဉ်နီၤဒီးမၤဘဉ်တၢ်ဒီးဖိသဉ်အဂၤတသ့ဖဲအ သ့, အသးစၢ် မ့တမ့ၢ် အသးပှၢ်ဒီးဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆီလိာ်အ

သးတဖဉ်စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကမၤစၢၤဒီးသိဉ်လိအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကဘဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်သးစူၤဒီးထံဉ်သ့ဉ်ညါအါထိဉ်ဖိသဉ်အါဂၤလၢအအိဉ်လၢတီၤပူၤတဖဉ်အတၢ်လဉ်နှဉ်လီၤ.

**ပလီၢ်သးလၢတၢ်ဟ်ပနီဉ်ဖိသဉ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၤမၤလိတၢ်ကဘှၤအသိးတဖဉ်တက့ၢ်** – ဖိသဉ်တနီၤမ့ၢ်မၤလိတၢ်ကဘှၤလၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးသနာ်ကွကဖွဲးလၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤတၢ်လၢစုလၢခိဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤစဲအ့ဉ်အတၢ်တိာ်ကျဲၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဖိသဉ်အလံာ်တဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. ပကဘဉ်ပလီၢ်ပသးမ့ၢ်လၢဖိသဉ်လၢအတူၢ်ဘဉ်လၢအလီၤတဲာ်လၢသရဉ်အမဲာ်ချံတဖဉ်နှဉ်ကတူၢ်ဘဉ်လၢအလီၤတဲာ်လၢအတၢ်မၤလိစ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. အတၢ်သးအိဉ်သးစဲလၢကွိတဖဉ်နှဉ်ကလီၤမၢ်ကွံာ်မ့ၢ်လၢအတဒိးန့ၢ်တၢ်မၤလၢမၤကပီၤလၢကွိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဘဉ်အဃိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကစးထိဉ်စူၢ်နာ်ဝဲလၢအမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တန့ၢ်အဃိကဟးထိဉ်ကွံာ်ကွိဒိးစးထိဉ်ဃုဖံးမၤတၢ်လၢကျိဉ်စ့အတၢ်ဟဲနာ်လၢဟံဉ်ဖိဃီဖိအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

**ကတဲာ်ကတီၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢကနဲဉ်ကျဲလၢကရူၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂိၢ်တက့ၢ်** – သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢတၢ်မၤတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲ, လံာ်မဲာ်ဖျၢဉ်အစးခိက့, ဒိးတၢ်ဖိတၢ်လံၤအဂၤတဖဉ်မ့ၢ်လၢာ်တၢ်ဆၢကတိၢ်အါသနာ်က့တၢ်စူးကါတၢ်တဖဉ်အံၤခဲအံၤခဲအံၤလၢခံသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်အံၤတၢ်လဲလိာ်အီၤဒိးတီၤအဂၤ မ့တမ့ၢ် ကွဲးကူအီၤလၢတီၤအတၢ်အိဉ်ဖြဉ်အပူၤသ့နှဉ်လီၤ. တဘဉ်သးပ့ၤနီဉ်လၢဖိသဉ်မၤစၢၤနၤသ့လၢတၢ်မၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်အံၤအဂိၢ်တဂ့ၤ. ခီဖျိလၢဖိသဉ်မၤစၢၤနၤသ့အဃိကမၤစ့ၢလိၤနတၢ်ဖံးတၢ်မၤဖဲနဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်အခွဲးအယာ်လၢတၢ်မၤလိလၢအိဉ်ဒိးအလုၢ်အပ့ၤ, တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအမၤဆူဉ်ထိဉ်တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပ့ၤဖိသဉ်အသးနှဉ်လီၤ.

**ဆိကမိဉ်ထိဉ်နတီၤပူၤအတၢ်အိဉ်ဆီလီၤအသးတက့ၢ်** – လိၢ်ဆ့ဉ်နီၤဒိးစိၢ်နီၤခိဉ်တဖဉ်တၢ်ရဲဉ်လီၤအိၤကသ့ဂ့ၤဒိးချ့ဒ်လဲဉ်ဒိးကညီဒိဉ်လၢကမၤတၢ်လၢကရူၢ်အဂိၢ်ဒ်လဲဉ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်ကဘဉ်မၤလိတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤလိၤတီၤအလိၢ်ဆ့ဉ်နီၤဒိးစိၢ်နီၤခိဉ်တဖဉ်လၢအသန့ၤထိဉ်အသးလၢတီၤအတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်အဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ. မၤသကိးတၢ်ဒိးဖိသဉ်လၢတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤလီၤတီၤအံၤအဂိၢ်ဒိးဆၢတဲာ်လၢကရဲဉ်လီၤတီၤလၢအဂ့ၤလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်တက့ၢ်.

**မၤလီၤတံၢ်လၢတၢ်မၤလၢတနံၤအဂိၢ်တနံၤအဂိၢ်တဖဉ်တက့ၢ်** – ဖိသဉ်ကဘဉ်သ့ဉ်ညါအီၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်ကဘဉ်နၢ်ပၢၢ်လၢကဘဉ်သုးအသးဆူကရူၢ်တကရူၢ်ဒိးတကရူၢ်ဒ်လဲဉ်ဒိးကဘဉ်စးထိဉ်ဝဲဒ်လဲဉ်. ကဘဉ်မၤတၢ်မနုၤဖဲအမၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢဘဉ်မၤဝဲတမံၤဝံၤအခါဒိးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်လၢဖိသဉ်ကဘဉ်မၤတနံၤဘဉ်တနံၤဆိဆိတသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်.

**ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးနှဉ်တၢ်ကဘဉ်ဟ့ဉ်အီၤမူဖါလၢတၢ်ပၢဆ့ၢအကရူၢ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ** – ကရူၢ်ခိဉ်နှဉ်ကဘဉ်အိဉ်ဒိးအမူဖါအခိဉ်သ့ဉ်လၢကဘဉ်မၤစၢၤအသရဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်နဲဉ်ကျဲ, တၢ်နီၤဟ့ဉ်လီၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤ

တၢ်ပိးတၢ်လီ, ပၢဆုၢကရူၢ်ဖဲအမၤတၢ်ဂဲၤလိအခါဒီးတဲဘဉ်က့ၤသရဉ်ဘဉ်ဃးအကရူၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအစၢန့ဉ်လီၤ.

လၢကိၢ်ခိဉ်လါဘံယဉ်အပူၤန့ဉ်သရဉ်ကျးလီၤစးခိဖးဒိဉ်တဘ့ဉ်လၢတၢ်ဒူဉ်အလိၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဆဲးလီၤအမံၤဖဲအမၤလၢပှဲၤတၢ်ဂဲၤလိတမံၤဝံၤအခါဒီးသရဉ်ကကွဲးနှာ်လီၤအပတိၢ်လၢခံန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤဒိသဒၢဖိသဉ်ဟဲဆၢထၢဉ်, အိဉ်ခိးဟ်လီၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢသရဉ်အစီၢ်နိၤခိဉ်ဒ်သိးသရဉ်ကကွၢ်အီၤအဂိၢ်န့ဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤလိသကိးတၢ်

တၢ်မၤလိသကိးတၢ်အံၤအိဉ်ထိဉ်သ့ဖဲဖိသဉ်တဖဉ်နိၤလီၤမၤသကိးမူဒၢိဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပိးတၢ်လိတဖဉ်ဒီးဖဲအကျဲးစၢးမၤတၢ်တမံၤမံၤလၢကတုၤဆူတၢ်ပညိဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကရူၢ်အတၢ်မၤလိသကိးတၢ်အံၤလၢာ်တၢ်ဆၢကတီၢ်, လိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤလိသ့အါထိဉ်သးန့ဉ်လီၤ. သရဉ်ကဘဉ်ဟံးန့ၢ်မူဒၢိလၢအကါဒိဉ်ဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်ခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအပဲၤဒီးတၢ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤလိာ်သးအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်အမူအဒၢိန့ဉ်ကဘဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးတမံၤလၢအဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်နှဉ်လီၤ.

ကရူၢ်အတၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်အံၤမၤစၢၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိကိးဂၤဒဲးခီဖျိမၤအါထိဉ်အတၢ်နၢ်ပၢၢ်ဒီးမၤမုာ်ထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိတၢ်ဒီးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢအဂ့ၤဆူတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်အအိဉ်ဒီးမၤစၢၤအီၤလၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤအသးန့ဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်ဒ်သိးတၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤကဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖှိဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်ဖိသဉ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးမူဒၢိအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ပိာ်မုဉ်ဖိအါဂၤကလိဉ်ဘဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်လၢကဟ်ဖျါထိဉ်အကရူၢ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးပိာ်ခွါဖိအါဂၤကလိဉ်ဘဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်လၢကကွဲးလီၤတၢ်လၢကရူၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလိဉ်ဘဉ်တၢ်ဒုးဒိဉ်ထိဉ်တၢ်စံးတၢ်ကတိၤဒီးတၢ်ဒိကနဉ်အဂ့ၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တနိၤဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်တမၤလိဘဉ်ဝဲလၢကဘဉ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤဖိသဉ်အဂၤအတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆီလိာ်အသးတဖဉ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၢ်တကရူၢ်အပူၤန့ဉ်ကကိလီၤဆိဒၢဉ်တၢ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ညီနုၢ်ကတူၢ်လိာ်ပိာ်ခွါဖိတဖဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်ခီဖျိတၢ်ဟးခဲးတၢ်သဘံဉ်သဘုဉ်အိဉ်ထိဉ်အဃိနှဉ်လီၤ. ပိာ်ခွါဖိအါဂၤန့ဉ်ဖျါလၢအတကနဉ်ဃုာ်မ့တမ့ၢ် ကနံၤဘဉ်ဖးလဲပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကဲထိဉ်အသးသ့စ့ၢ်ကီးလၢဖိသဉ်အကရူၢ်လၢအတကတိၤကျိဉ်လၢတၢ်ကတိၤအီၤလၢတီၤပူၤ မ့တမ့ၢ် ကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်အကျါ

နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်အံၤညီနှၤ်ကပိာ်ထွဲပှၤဂၤအခံဒီးတူၤ်လိာ်တၢ်ကိးမံၤဒဲးလၢပှၤတဲအီၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်စုၤဂၤမ့ၢ်ဒိဉ်စိလၢတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်အပူၤနှဉ်ဖိသဉ်အဂၤတဒိးနှၤ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးကှၢ်ဂီၤဟးဂီၤတလၢတပဲၤဒီးတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိတဖဉ်ကအိဉ်ထိဉ်ဒီးအတၢ်နာ်လီၤအသးလၢတၢ်ဟ့ဉ်ထိဉ်အတၢ်ထံဉ်သ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်. တဘျိတခိဉ်အလိၢ်အိဉ်လၢကဟ်ဆိဖိသဉ်မုဉ်ဒီးခွါအကရူၢ်လီၤဆိ (အဒိ, မုဉ်တကရူၢ်ဒီးခွါတကရူၢ်) တုၤအအိဉ်ထိဉ်ကှၤဒီးတၢ်နာ်လီၤအသးတစုနှဉ်လီၤ. လၢခံနဃါဃုာ်ကှၤအီၤသ့ဖဲဖိသဉ်တဖဉ်အံၤအတၢ်နာ်လီၤအသးအိဉ်ထိဉ်, အတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒီးအတၢ်ကတိၤလိာ်သးဂ့ၤထိဉ်အခါနှဉ်လီၤ.

လၢတၢ်ဆဲးတၢ်လၢတနီၤအပူၤပှၤစူၢ်နာ်နီၢ်နီၢ်လၢဖိသဉ်မၤလိတၢ်သ့ထဲဒဉ်လၢသရဉ်သိဉ်လိလီၤတၢ်အအိဉ်နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိအဝဲသ့ဉ်တထံဉ်ကရူၢ်အတၢ်ဖံးဃုာ်မၤသကိးတၢ်အဘျုးအဖိုဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ပကြၢးဟ်ကဲတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်အံၤဘဉ်ဆဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအမၤလိန္ၢ်ဝဲလၢတၢ်မၤသကိးတၢ်လၢကရူၢ်အအိဉ်အံၤအဘျုးအိဉ်လၢဖိသဉ်ကိးကလုာ်ဒဲးအဂီၤန္ဉ်လီၤ. တၢ်လဲလိာ်တၢ်သိဉ်လိဒီးတၢ်မၤလိအကျိၤအကျဲအံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်လၢတၢ်ကဘဉ်ဒုးသ့ဉ်ညါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖဉ်မၤစၢၤစ့ၢ်ကီးတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်လိအပီးအလိ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲတဖဉ်သ့ဒ်သိးကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်လၢသရဉ်ကျဲးစၢးမၤတဖဉ်အဂီၤန္ဉ်လီၤ.

လၢတၢ်သိဉ်လိအခိဉ်တီလၢအအိဉ်ဒီးအခီပညီလၢအယိာ်တဖဉ်အပူၤတၢ်မၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤသကိးတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်သ့ဝဲန္ဉ်လီၤ. တၢ်ဂဲၤလိလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဆိကမိဉ်လၢအဒိဉ်အလဲၢ် (ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိအတၢ်ဖံးတၢ်မၤ) အံၤကြၢးဘဉ်မ့ၢ်တၢ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကရူၢ်အတၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်သ့မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤဂၤလၢတၢ်မၤလိန္ၢ်တၢ်အဂီၤ

တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကမၤတၢ်လၢအကရူၢ်အပူၤအံၤကဒုးအိဉ်ထိဉ်တီၤဒိတတီၤအတၢ်မၤနၢၤန္ဉ်လီၤ. တၢ်ပြၢလၢအနီၤဖးပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအဆၢ, တၢ်နီၤဖးဖိသဉ်လၢကှၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိလိာ်အသး မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်လၢနအဲဉ်နဘဉ်သးအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤမၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအတၢ်မၤလိန္ၢ်တၢ်နှဉ်လီၤ. ဒ်နမ့ၢ်သရဉ်တဂၤအသိးနမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကဘဉ်ဆိကမိဉ်လီၤအသးဒ်အမ့ၢ်ပှၤတဖုတကရၢအသိးဒီးဖိသဉ်တဂၤမ့ၢ်မၤနၢၤတၢ်လၢပှၤတဖုအပူၤနှဉ်ကမၤစၢၤပှၤဒိတဖုအတၢ်မၤနၢၤတၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်ကတိၤတၢ်သ့စံးတၢ်နှၥ်အိၥ်ဒီးတၢ်ဒိကနၥ်တၢ်, တၢ်စံးတၢ်ကတိၤဒီးတၢ်ဟံးသကိးမူဒါတဂၤတဘျီတဂၤတဘျီနှၥ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘၥ်တဖၥ်အံၤတၢ်လိၥ်ဘၥ်အီၤလၢကရူၢ်အတၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်အပူၤဒီးမ့ၢ်စ့ၢ်ကိးတၢ်သ့တၢ်ဘၥ်လၢတၢ်လိၥ်ဘၥ်အီၤလၢဒံၥ်မိၥ်ကရှၥ်စံၥ်အထံဖကျိၢ်ဖိတဖၥ်အကျိၢ်နှၥ်လီၤ. သရၥ်အဂ့ၤတဂၤနှၥ်ကမၤလီၤတံၢ်လၢတၢ်ကတိၤလိာ်သးအပူၤတအိၥ်ဒီးဖိသၥ်တဂၤမ့တမ့ၢ် ကရူၢ်တဖုလၢအစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ထိဘိမ့တမ့ၢ်ဒိၥ်စိလၢတၢ်ကတိၤတၢၥ်ပိၥ်သကိးတၢ်အပူၤဘၥ်လီၤ.

တၢ်ဒိကနၥ်တၢ်လၢအဂ့ၤနှၥ်မ့ၢ်ဝဖိသၥ်ကဟံးနှ့ၢ်မူဒါလၢတၢ်ဒိကနၥ်ဒီးတၢ်နၢ်ပၢၢ်လိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤဖဲအကတိၤလိာ်အသးအခါနှၥ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၥ်မးတမံၤလၢတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အခိၥ်ဃၢၤဝးတရံးအပူၤနှၥ်လီၤ. တၢ်ကတိၤတၢ်ပျိပျိဆဲ့ဆဲ့ဒီးတၢ်ဟ်ဖျါထိၥ်တၢ်ဆိကမိၥ်ဒီးတူၢ်ဘၥ်လၢတမၤဘၥ်ဒိဖိသၥ်အဂၤအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်စ့ၢ်ကိးမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၥ်နှၥ်လီၤ. တၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးတၢ်စူးကါဟီၥ်ကဝီၤအကျိၥ်လၢတီၤပူၤစ့ၢ်ကိးမၤစၢၤဖိသၥ်ကိးဂၤဒဲးလၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အဂိၢ်နှၥ်လီၤ.

## လၢတၢ်ကွဲးဖုၥ်အပူၤ

- တၢ်မၤသကိးတၢ်အံၤမၤစၢၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၥ်လၢကမၤသကိးတၢ်တပူၤယိဒီးနီၤလီၤသကိးမူဒါ, တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီ, အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၥ်စ့ၢ်ကိးနှၥ်လီၤ.

- ကရူၢ်ဆံးဆံးဖိနီၤဖးလီၤဖိသၥ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးနီၤလီၤသကိးမူဒါသ့နှၥ်လီၤ. လၢစဲအ့ၥ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤဖိသၥ်တဂၤကစီၤဂၢ်တဖၥ်အဃၤ, ဖဲအဂၤတဂၤကွဲးနီၥ်ကွဲးဃါတၢ်အစၢအခါနှၥ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဂဲၤလိလီၤတတၢ်အခါဖိသၥ်ကလဲလိာ်အမူဒါတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၥ်နှၥ်လီၤ. ဒ်နမ့ၢ်သရၥ်တဂၤအသိးနမ့ၢ်အဲၥ်ဒိးလၢဖိသၥ်တဖၥ်ကမၤတၢ်လၢအကရူၢ်နှၥ်ဖိသၥ်ကဘၥ်မၤလိတၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်ဒ်ကရူၢ်တဖုအသိးနှၥ်လီၤ.

- တၢ်ဃ့ၥ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီဒိးတၢ်တၢၥ်ပိၥ်သကိးတၢ်လၢကတုၤဆူတၢ်အၢၥ်လီၤတူၢ်လိာ်သကိးတၢ်အကိၢ်အံၤမၤစၢၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၥ်လၢကဃ့ၥ်လီၤတၢ်သဘံၥ်သဘုၥ်ဒိးတၢ်မၤတၢ်ဆၢတဘ်အကိၢ်နှၥ်လီၤ. ဖိသၥ်ကဘၥ်မၤလိအသးလၢတၢ်ကရဲၥ်ကျဲၤတၢ်သဘံၥ်သဘုၥ်တဖၥ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၥ်လၢအသူၥ်ထိၥ်အသးလၢတၢ်ကတိၤလိာ်သးအကျိၤအကျဲလၢအဂ့ၤဒီးတၢ်ဟ်သူၥ်ဟ်သးလၢအအိၥ်ဒီးတၢ်သးစူၤအံၤနှၥ်လီၤ.

- ဒ်သိးကမၤလိန့်တ်ဆိကမိဉ်နှ့်တ်ဒ်လဲဉ်အဂီ်နှဉ်ဖိသဉ်လိဉ်တ်ဟ့ဉ်ဂံ်ဟ့ဉ်ဘါလၢကအၢဉ်လီၤတူ်လိာ်သကိးတ်ပညိဉ်တဖဉ်, ကမၤကွ်ကျဲအဂၤတဖဉ်ဒီးမၤတ်ဆၢတဲာ်ဒီးမၤပိာ်တ်ဆၢတဲာ်အခံန့ဉ်လီၤ. တ်မၤအကျိၤအကျဲတဖဉ်ခဲလၢာ်အံၤဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢကရူ်အသးသဟီဉ်, တ်ကတိၤလိာ်အသးအတ်သ့တ်ဘဉ်ဒီးတ်မၤသကိးတ်အတ်သ့တ်ဘဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်သိဉ်တ်သီတ်ဘျၢလၢတ်မၤတ်လၢကရူ်အပူၤအဂီ်

တ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်သိဉ်တ်သီတ်ဘျၢအံၤကမၤစၢၤနၤလၢနကရဲဉ်ကျဲၤတ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအဂီ်နှဉ်လီၤ. တ်သိဉ်တ်သီတ်ဘျၢတဖဉ်အံၤကဟ့ဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအခွဲးလၢကနုာ်လီၤမၤသကိးတ်, ပာ်ကဲလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤနှဉ်လီၤ. ကျဲအဂ့ၤကတ်ၢ်လၢတ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်သိဉ်တ်သီတ်ဘျၢနှဉ်မ့ၢ်ဝဲတ်ပျဲဖိသဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤလၢအကစ်ဒဉ်ဝဲနှဉ်လီၤ.

၁. ဖဲပှၤဂၤကတိၤတ်အခါဒိကနဉ်အီၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးဒီးနမ့ၢ်တတူ်လိာ်အီၤဘဉ်ဆဉ်ပာ်ကဲအီၤဒီးနုာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢလၢပှဲၤပှဲၤတက့ၢ်.

၂. ကတိၤတ်လၢနတ်လဲၤခီဖျိဒ်နတ်ထံဉ်ဒဉ်နဲအသိးတက့ၢ်. (စးထိဉ်နလံာ်ကျိၤအခီဉ်ထံးလၢ “ယ”)

၃. နကထီဒါပှၤတဂၤအတ်ဆိကမိဉ်လၢအတဲထိဉ်ဝဲဘဉ်ဆဉ်တဘဉ်ထီဒါပှၤအဝဲနှဉ်အနိ်ကစ်ဘဉ်.

နလိဉ်ဘဉ်တ်သိဉ်တ်သီလၢကမၤစၢၤပှၤကိးဂၤဒဲးလၢကနုာ်လီၤမၤသကိးတ်အဂီ်နှဉ်လီၤ. ဒ်သိးကပျဲပှၤကိးဂၤဒဲးနုာ်လီၤမၤသကိးတ်အဂီ်ပျဲဖိသဉ်စိာ်လၢါမ့တမ့ၢ်တ်တမံၤမံၤလၢအစုအလိၤတက့ၢ်. အဒိ, ဖဲဖိသဉ်တဂၤအဲဉ်ဒိးဟ်ဖျါထိဉ်အတ်ထံဉ်အခါဖိသဉ်ကဘဉ်စိာ်လၢါတဖျၢဉ်လၢအစုလိၤဒိးဖဲအကတိၤတ်ဝံၤအခါအဆုၤလၢါတဖျၢဉ်အံၤဆူပှၤတဂၤဘဉ်တဂၤဒီးဖဲပှၤအဂၤဒိးနှ်ဘဉ်လၢါအံၤအခါကဘဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်အတ်ထံဉ်တ်ဆိကမိဉ်တမံၤမံၤနှဉ်လီၤ. တ်အံၤကဒိသဒၢဖိသဉ်တဂၤ မ့တမ့ၢ်ထဲခံဂၤလၢကဒိဉ်စိလၢတ်ကတိၤအပူၤနှဉ်လီၤ.

ပျဲဖိသဉ်ကွ်ကဒါကှၤအတ်သိဉ်တ်သီတ်ဘျၢတဖဉ်တဘျီတဘျီလၢမ့ၢ်အအဲဉ်ဒိးလဲလိာ်အတ်သိဉ်တ်သီတမံၤမံၤဧါအဂီ်တက့ၢ်.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ရှတံၤရှသကိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်

တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးနှဉ်မ့ၢ်ကျဲအကါဒိဉ်တဘိလၢတၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ရှတံၤရှသကိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ကျဲးစၢးကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်တကရူၢ်အတၢ်ရှလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးပဲာ်ထံနိၤဖးအီၤတက့ၢ်.

| တၢ်သ့တၢ်ဘဉ် | ဖိသဉ် (က) | ဖိသဉ် (ခ) | ဖိသဉ် (ဂ) |
|---|---|---|---|
| ဒိကနှဉ်တၢ်ဂ့ၤ | | | |
| ကတိၤတၢ်သ့ဂ့ၤဂ့ၤ | | | |
| အိဉ်ဒီးတၢ်နာ်လီၤအသးလၢကကဲကရူၢ်အခိဉ် | | | |
| မၤစၢၤပှၤအဂၤ | | | |

တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်မ့ၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်လိဉ်ဘဉ်အီၤလၢကမၤတၢ်သ့ဂ့ၤဂ့ၤလၢကရူၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤနှဉ်လီၤ. ဒ်နတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအဖိခိဉ်အသိးနှဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နကဘဉ်မၤအါထိဉ်တၢ်ဂဲၤလိဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်တဂၤဂၤလၢအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်စ့ၤလၢတၢ်တမံၤမံၤလၢထးလၢအအိဉ်လၢလံာ်တိၤဖျါအံၤအပူၤနှဉ်လီၤ.

## တၢ်ရဲဉ်ကျဲၤဖိသဉ်လၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်

### ဖိသဉ်သိဉ်လိလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤ

တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်တဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်အံၤနှဉ်မ့ၢ်ဖဲနပျဲဖိသဉ်အဒိဉ်တဂၤမ့တမ့ၢ်ဖိသဉ်လၢအဖွဲးတဂၤမၤဝံၤအတၢ်မၤဝံၤမၤစၢၤဖိသဉ်အဂၤနှဉ်လီၤ. ကျဲအဂၤလၢဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်တဂၤ

ဒီးတဂၤအအိဉ်နူဉ်ဟ့ဉ်တၢ်ဆၢကတိၤ်ကိးနံၤဒဲးလၢဖိသဉ်ကမၤစၢၤလိာ်အသးလၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးမ့တမ့ၢ် ကျိာ်, ဒီးအဝဲသ့ဉ်မၤတၢ်အံၤသ့လၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိ မ့တမ့ၢ် တဂၤစုာ်စုာ်သ့နူဉ်လီၤ.

တၢ်မၤလိန္ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်တဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအဘျူးအိဉ်ဒိဉ်မးမ့ၢ်လၢအဟ့ဉ်ဖိသဉ် အခွဲးလၢကမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ပြၢလိာ်အသးအဂီၤန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအမၤသကိးတၢ်ဒ်သိးသိးနူဉ် ကန်ၤပၢၢ်လိာ်အသးဒီးဟ်ကဲလိာ်အသးန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအဒိဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိးတဂၤန္ဉ်က ဟ်ကဖၢဘဉ်အသးဒီးမၤလိန္ၢ်တၢ်ဖးဒိဉ်လၢအတၢ်လဲၤခီဖျိအံၤန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိး အံၤန္ဉ်ကစးထိဉ်စူးကါတၢ်လၢအမၤလိဝဲဒီးစးထိဉ်ဟံးန္ၢ်မူဒၢလၢတီၤပူၤန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအဒိးန္ၢ် ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤတဂၤကဒိကနဉ်ဒီးန်ၤပၢၢ်ဖိသဉ်အဂၤတဂၤတဲအီၤတၢ်မနုၤလဲဉ်, တဘျီတခီဉ်ဖိသဉ် အဂၤတဂၤတဲန်ၤပၢၢ်တၢ်ဂ့ၤဒိဉ်နူၢ်သရၣ်တက့ၢ်နူဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်လၢဖိသဉ်ကစူးကါတၢ်ကတိၤလၢ ဖိသဉ်အဂၤကန်ၤပၢၢ်အီၤညီဒီးဖိသဉ်ဃဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်လၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးလၢပှၤနီၢ်ဒိဉ် နူဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤလိတၢ်ဖးလံ့ခီဖျိဖိသဉ်တဂၤဒီးတဂၤအတၢ်မၤစၢၤလိာ်သး

တၢ်စူးကါကျဲလၢဖိသဉ်မၤစၢၤလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤအံၤအဘျူးအိဉ်ခီဖျိမၤစၢၤဖိသဉ်လၢအဖးလံ့်က ဘ့ၢ်တဖဉ် မ့တမ့ၢ် ဟ့ဉ်အဆၢကတိၤ်အါထိဉ်လၢဖိသဉ်လၢအသးစၢ်လၢတီၤပူၤတဖဉ်အဂီၤန္ဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိးတဂၤန္ဉ်ကဘဉ်ဘျူးဘဉ်ဖှိဉ်လၢတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအမၤ စၢၤအသကိးအံၤန္ဉ်လီၤ.

- ကျဲအံၤမ့ၢ်ကျဲလၢအဂ့ၤလၢကမၤစၢၤဖိသဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အတၢ်ဖးလံ့်အဂီၤန္ဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိးတဂၤန္ဉ်အတၢ်ဖးလံ့်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်စ့ၢ်ကီးကလဲၤထိဉ်လဲၤထိန္ဉ် လီၤ.

- ညီန္ၢ်သရၣ်တအိဉ်ဒီးတၢ်ဆၢကတိၤ်လၢကဖးလံ့်ဒီးဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်ကိးဂၤဒဲးလၢ တီၤပူၤဘဉ်နူဉ်လီၤ. လၢတၢ်နူဉ်အယိခီဖျိတၢ်စူးကါဖိသဉ်အတၢ်မၤစၢၤလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤ အံၤကဟ့ဉ်တၢ်ဖးလံ့်အဆၢကတိၤ်အါထိဉ်ဆူဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢတီၤပူၤအံၤန္ဉ်လီၤ.

သနာ်ကွ့နကဘဉ်တဲန်ၤပၢၢ်ဖိသဉ်လၢကမၤစၢၤအသကိးတဂၤအံၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးဒ်နအဲဉ်ဒိးမၤအမၤ တၢ်မနုၤလဲဉ်အသိးန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အံၤကဘဉ်ဖးလံ့်ဒီးဖိသဉ်အဂၤလၢတၢ်သးစူၤဒီးတၢ်ဘျူးတၢ်ဖှိဉ်

အိဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အဖိလၢတၢ်စူးကါဖိသဉ်အတၢ်မၤစၢၤလိာ်အသးလၢတၢ်ဖးလံာ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

**တၢ်ဖးလံာ်ခံဂၤတဆိအကျိၤအကျဲ** – ကျဲသနူအံၤဖိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢတၢ်ဖးလံာ်နှဉ်လီၤ.

က. အဆိကတၢ်ဖိသဉ်ခံဂၤလၢာ်ကြၢးဖးလံာ်ဒံးသိးသိးလၢအကလုၢ်သီဉ်ထိဉ်လၢခိနှဉ်လီၤ. ဝံၤအလီၢ်ခံပျဲဖိသဉ်လၢအဖိးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤတဂၤဖးဝဲလၢအနီၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲတက့ၢ်.

ခ. ဖိသဉ်လၢအကဲသရဉ်မ့တမ့ၢ်ပှၤမၤစၢၤတၢ်တဂၤတခီဟ့ဉ်ထိဉ်အတၢ်ထံဉ်လၢအဘျုးအိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်အဂၤတဂၤလၢအမၤစၢၤဝဲလၢကဖးလံာ်ဂ့ၤထိဉ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

**ဖိသဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိး မ့တမ့ၢ် အကဲသရဉ်တဂၤလိဉ်ဘဉ်တၢ်သိဉ်လိအီၤ :**

- ♦ ကဒုးသ့ဉ်ညါလီၤလံာ်လၢအအိဉ်ဖိးတၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဒ်သိးဖိသဉ်ကသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်ဖးလံာ်အဂီၢ်
- ♦ တဘဉ်ဘျိဘဉ်ဖိသဉ်လၢအမၤစၢၤဝဲတဂၤအတၢ်ကမဉ်ဘဉ်. ဖိသဉ်လၢအမၤကမဉ်တၢ်အံၤကဘဉ်ဘျိဘဉ်လီၤက့ၤအကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်ကမဉ်
- ♦ ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်လံာ်လၢအဖးဝဲအဂ့ၢ်
- ♦ ဖိသဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိးတဂၤအံၤကဘဉ်တဲဖျါထိဉ်လၢအမၤစၢၤအသကိးဒ်လဲဉ်ဖိးအသကိးလၢအမၤစၢၤဝဲအံၤလဲၤထိဉ်လဲၤထိဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

ကွဲအါဖျၢဉ်လၢအအိဉ်လၢပစံးဖံးမးသမံးအကျိာ်တဖဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်တိာ်ကျဲၤတမံၤလၢအကိးဝဲတၢ်နီၤဟ့ဉ်လီၤသကိးတၢ်ဖးလံာ် (Shared Reading) နှဉ်လီၤ. ကွဲတဖဉ်အံၤစူးကါလံာ်ဖးဒိဉ် (Big Books) ဒ်သိးတီၤဒီတတီၤကဖးလံာ်တပူၤဃီဒီးသရဉ်ကသ့အဂီၤ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်တနီၤအိဉ်ဒီးတၢ်မၤလိလၢကစူးကါလံာ်ဖးဒိဉ်တဖဉ်ဒီးကဘဉ်မၤဝဲဒီးကွဲးဝဲဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

Pacific Literacy and the Essential Dimensions of Reading
http://www.learningmedia.com/html/cr_us_pl-share.htm

## တၢ်မၤလိန့်တၢ်လၢပကစၢ်ဇဉ်ပဝဲ

တၢ်မၤလိန့်တၢ်လၢပကစၢ်ဇဉ်ဝဲနှဉ်မ့်တၢ်အကါဒိဉ်မ့်လၢသရဉ်ဒီးပှၤကွဲဖိခံခီလၢာ်စူးကါတၢ်ဆၢကတိၤ်လၢတီၤပူၤလၢကျဲအဂ့ၤန့ဉ်လီၤ. အအံၤမ့်တၢ်အဒိတနီၤလၢကမၤစၢၤနၤဒ်သိးကမၤတၢ်မၤလိန့်တၢ်လၢပကစၢ်ဇဉ်ဝဲအကျဲန့ဉ်လီၤ.

- နမၢဖိသဉ်မၤလိတၢ်မၤလိတနီၤလၢကွဲအလံာ်ပူၤ မ့တမ့် မၢအဝဲသ့ဉ်ကတဲာ်ကတီၤတၢ်မၤလိအသိ
- မၢဖိသဉ်ဟးဃုသ့ဉ်ညါတၢ်တမံၤမံၤခီဖျိဟးဃုကွၢ်တၢ်လၢပှၤတဝၢအပူၤမ့တမ့်ၢ်ဟးသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်တဖဉ်ဒီးမၢအဝဲသ့ဉ်ဝဲာ်ထံနီၤဖးအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်
- ဖိသဉ်လၢအတီၤထိထိဉ်တဖဉ်နမၢအမၤတၢ်လၢအစုအခီဉ်အဒိဒ်အမ့ၢ်ထိဉ်ဒွးတၢ်တမံၤမံၤအဒိဉ်အထိလၢနကဒုးသ့ဉ်ညါလီၤတၢ်အခိဉ်တီအသိတမံၤမံၤအဂီၤ်
- နစူးကါဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့်တၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်လၢကသိဉ်လိဖိသဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ဒ်လဲဉ်

တၢ်ဂ့ၢ်လၢပစူးကါလၢတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤလိန့်တၢ်လၢအကစၢ်ဇဉ်ဝဲဒီးဖိသဉ်မၤလိန့်တၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်အံၤန့ဉ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်ကလဲလိာ်တၢ်သိဉ်လိလၢအမ့ၢ်သရဉ်ဟံးန့ၢ်မူဒၤဲခဲလၢာ်အံၤဆူပှၤကွဲဖိဟံးန့ၢ်မူဒၤဲတနီၤလၢအကစၢ်ဇဉ်ဝဲအတၢ်မၤလိန့်တၢ်အဂီၤ်နှဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤဖိသဉ်ကဒိဉ်ထိဉ်ဒီးကဲထိဉ်ပှၤလၢအသဘျ့ဒီးသ့ဉ်ညါမၤတၢ်လၢအကစၢ်ဇဉ်ဝဲ

သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်စူးကါတၢ်သိဉ်လိကျိၤကျဲအလုာ်ကလုာ်အံၤဟ့ဉ်သရဉ်အတၢ်ဆၢကတိၢ်အါထိဉ်လၢ ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီး တၢ်လိဉ်လီၤဆိလၢတီၤပူၤတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢတၢ်နီၤဖးတၢ်လီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ် (differentiation) အဂိၢ်

တၢ်နီၤဖးတၢ်လီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်အံၤအခိပညီမ့ၢ်ဝဲသရဉ်စူးကါအတၢ်ဆၢကတိၢ်ဒီးဖိသဉ် တကရူ၊ မ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်တဂၤလၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤအါန့ၢ်ပှၤအဂၤဒီးတသိဉ်လိတီၤဒိတတီၤလၢ ကျဲတဘိဃိဘဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်သ့ဉ်တဖဉ်လၢအဆိဉ်ထွဲတၢ်နီၤဖးတၢ် လီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လီၤ.

- **တီၤတတီၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်နီၤဖးတၢ်လီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လဲလိာ်အသးသ့** – သရဉ်ဒီးကွိဖံခံခီလၢာ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်သိဉ်လိအပီးအလီ, တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲ, တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ် အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အကျိၤအကျဲဒီးတၢ်အဂၤခဲလၢာ်တၢ်မၤအီၤသ့လၢကျဲတဘျုးဘိဒ်သိးဖိသဉ် ကိးဂၤဒဲးလၢတီၤပူၤမၤလိတၢ်ကသ့အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

- **တၢ်နီၤဖးတၢ်လီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢ တနံၤဒီးတနံၤအဂိၢ်လၢကွိအဆၢကတိၢ်ဒီတနံဉ်နှဉ်လီၤ** – ဖဲပရဲဉ်ကျဲၤတၢ်သိဉ်လိနှဉ်ပကဘဉ် သ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်နှဉ်အိဉ်အကလုာ်ကလုာ်ဒီးပဘဉ်ရဲဉ်ကျဲၤတၢ်သိဉ်လိလၢအကြၢးအဘဉ်ဒီးဖိ သဉ်အကလုာ်ကလုာ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ပဘဉ်သ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်လၢတၢ်သိဉ်လိအကျဲဒီးတၢ်မၤကွၢ် အကျဲအံၤဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးနှဉ်လီၤ. ပသိဉ်လိတၢ်ကဂ့ၤထိဉ်ဖဲပသ့ဉ်ညါဖိသဉ်အတၢ် လိဉ်ဒီးအတၢ်သးစဲအခါနှဉ်လီၤ. သရဉ်ဘဉ်ဒိကနဉ်တၢ်ကိးမံၤဒဲးလၢဖိသဉ်တဲအီၤဒီးကွၢ်တၢ် ကိးမံၤဒဲးလၢဖိသဉ်မၤအီၤဒ်သိးကန၊်ပၢၢ်ဖိသဉ်အဝဲနှဉ်အတၢ်လိဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

- **ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢတီၤပူၤအိဉ်ဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကဘဉ်မၤဝဲလၢအကြၢးဒီးအပတိၢ်ဒဉ်ဝဲနှဉ် လီၤ** – ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကြၢးတူၢ်ဘဉ်လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအမၤဝဲလၢတီၤပူၤအံၤသုတညီတလၢ အဂိၢ်တဂ့ၤဒီးကဘဉ်လီၤသူဉ်ပိၢ်သးဝးလၢအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

- **သရဉ်ဒီးဖိသဉ်ကဘဉ်မၤသကိးတၢ်တပူၤဃိနှဉ်လီၤ :** သရဉ်ကဘဉ်မၤလိဖိသဉ်အဂ့ၢ်ဒီးမၤဖိ သဉ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်ဘဉ်ဃးတၢ်သိဉ်လိဒီးတၢ်လၢကဘဉ်မၤဝဲလၢတီၤပူၤထိဘိနှဉ်လီၤ. လၢကျဲ ဒ်အံၤနှဉ်ဖိသဉ်ကကဲထိဉ်ပှၤမၤလိတၢ်လၢအသဘျ့လၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤနှဉ်လီၤ.

တၢ်မနုၤလၢပသ့ဉ်ညါဝဉ်ဖးနီၤဖးအဆၢသ့နှဉ်လဲဉ်.

**တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီလၢနသိဉ်လိတဖဉ် :** တၢ်လၢပသ့ဉ်ညါဝဉ်ဖးနီၤဖးအီၤသ့နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ, တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢနသိဉ်လိအီၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တီၤတတီၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့ဉ်ညါဝဉ်ဖးနီၤဖးတၢ်လီၤဆိလိာ်သးအကလုာ်ကလုာ်နှဉ်မ့ၢ်ဝဲဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကဒိးန့ၢ်တၢ်သိဉ်လိအဂ့ၢ်မိၢ်ပှၢ်တမံၤဃီနှဉ်လီၤ. နာ်သက့တၢ်လၢပဆိတလဲအီၤသ့နှဉ်မ့ၢ်ကျဲလၢဖိသဉ်ကမၤလိတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

- စူးကါတၢ်ဖိတၢ်လံၤတနီၤလၢပှၤမၤလိတၢ်ဖိတနီၤအဂီၢ်ဒ်သိးကန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်အသိလၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးစဲအ့ဉ်အပူၤ
- စူးကါကွိအလံာ်ဖးလၢအပတီၢ်လီၤဆိလိာ်အသး
- စူးကါတၢ်ဖးလံာ်အကျိၤအကျဲအကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသဉ်လၢအဖးလိလံာ်တဖဉ်
- သိဉ်လိကဒါကွၤဖိသဉ်လၢအလိဉ်ဘဉ်အါထိဉ်နတၢ်မၤစၢၤဒ်သိးကမၤလိန့ၢ်တၢ်မၤလိအံၤအဂီၢ်
- စူးကါလံာ်, လံာ်တယၢ်, တၢ်ဂီၤမူဒိးကဲးစဲးဒ်သိးကတဲနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်အသိတဖဉ်ဆူဖိသဉ်အဂီၢ်

**တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ် –** တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအကဲဘျုးနှဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒိးဖိသဉ်အတၢ်စူးကါလီၤကွၤအနီၢ်ကစၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကန်ၢ်ပၢၢ်ဝဲလီၤတံၢ်လီၤဆဲးနှဉ်လီၤ. ဒိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတမံၤဘဉ်တမံၤနှဉ်ကဘဉ်အိဉ်ဒိးအတၢ်ပညိဉ်လၢတၢ်မၤလိအဂီၢ်လီၤ. ဖဲနမၤတၢ်ဂဲၤလိဒိးဖိသဉ်တဖဉ်အခါမၤတၢ်ဂဲၤလိတမံၤဃီအံၤလၢအပတီၢ်လီၤဆိလိာ်အသးတကွၢ်. အဒိ, အပတီၢ်တၢနှဉ်ညီ, အပတီၢ်ခံကီထိဉ်တစဲးဒိးအပတီၢ်သၢနှဉ်ကီကတၢၢ်အသိးနှဉ်လီၤ. နဆိလီၤတၢ်ဂဲၤလိလၢကျဲအဂၤတဘိသ့ဝဲမ့ၢ်ဒ်သိးနကမၤစၢၤကရူၢ်တဖုလၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤအါထိဉ် (Teacher's support) ဒိးမ့မ့ၢ်အဂၤတကရူၢ်တခီမၢ အမၤဒဉ်အတၢ် (student's support) အသိးနှဉ်လီၤ.

**ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢ –** တၢ်အံၤနမၤအီၤအကလုာ်ကလုာ်သ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢအံၤမ့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်မၤအိဉ်ထိဉ်ဝဲလၢအကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ်အံၤမ့ၢ်အန်ၢ်ပၢၢ်ဝဲဆံးအါလဲဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကထုးထိဉ်တၢ်ကွဲးတမံၤ, တၢ်ဂီၤတခါ မ့တမ့ၢ် တၢ်တိာ်ကျဲၤတခါလၢကွိအနံဉ်ဒိတနံဉ်အဂီၢ်ဒိးတၢ်အဒိလၢအမၤဝဲတမံၤမံၤနှဉ်လီၤ. တၢ်တမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤလၢဖိသဉ်မၤ

အီၤန့ဉ်ကဘဉ်မ့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်ဆိကမိဉ်ဝဲလၢအမၤလိန့ၢ်ဝဲဒီးစူးကါက့ၤအတၢ်သ့ဉ်ညါအဝဲန့ဉ်ခီဖျိ တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်တဖဉ်အံၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ပမၤလီၤဆိ တၢ်လၢဖိသဉ်မၤအီၤတဖဉ်ခီဖျိ

- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးအယာ်လၢကဆၢတဲာ်တၢ်မနုၤလၢအအဲဉ်ဒီးထုးထိဉ်ဝဲ
- ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကစူးကါကျဲလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်လၢကဒုးနဲဉ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲတဖဉ်
- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးလၢကမၤတၢ်တမံၤမံၤလၢအအဲဉ်ဒီးမၤဝဲတဘျိဘျိထဲတဂၤဒီးတဘျိဘျိလၢအကရူၢ်
- ဟ့ဉ်ဖိသဉ်လၢတၢ်ဖိတၢ်လံၤအကလုာ်ကလုာ်ဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်မၤတၢ်ကသ့အကလုာ်ကလုာ်အဂီၢ်
- မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်လၢကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးသ့ဉ်တဖဉ်



### တၢ်ကွၢ်ကဒါက့ၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤ

ဖဲနမၤတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအခါနစူးကါတၢ်သ့ဉ်ညါနီၤဖးတၢ်အကလုာ်ကလုာ်အကျဲတဖဉ် (differentiation) လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်မၤလိအမိၢ်ပှၢ်အပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂဲၤလိစ့ၢ်ကီးဧါ.

ဖိသဉ်လၢအအိဉ်လၢနတီၤပူၤတဖဉ်မၤလိတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်လၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးဒီးမၤတၢ်ဂဲၤလိလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်သ့ဧါ.

နဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးအယာ်လၢကဒုးနဲဉ်တၢ်လၢအမၤလိဝဲလၢတီၤပူၤလၢကျဲအကလုာ်ကလုာ်စ့ၢ်ကီးဧါ.

### တၢ်ပၢဆုၢ်တၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢ **Inclusive** တီၤပူၤ

ဖိသဉ်နှဉ်တၢ်မ့ၢ်တဟ်သူဉ်ဟ်သးအီၤ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်တဒိးန့ၢ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလၢလၢပှဲၤပှဲၤဘဉ်နှဉ်ကဟ်ဖျါထိဉ်အသကဲာ်ပသးလၢတဂ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်ဒိကနဉ်အီၤလီၤဆိ

ဒဉ်တၢ်ဖိသဉ်လၢတဒိးန့ၢ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလၢလၢပှဲၤပှဲၤမ့တမ့ၢ်ပှၤဒိကနဉ်အီၤလၢဟံဉ်တအိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ဉ်ပဝဲလၢအမ့ၢ်ပှၤနီၤ်ဒိဉ်တဖဉ်ပတတူၢ်လိာ်သကဲာ်ပဝဲးတနီၤဘဉ်ဆဉ်ပဘဉ်တူၢ်လိာ်ဖိသဉ်အကစၢ်ဒဉ်ဝဲနှဉ်လီၤ. တၢ်နီၤဖးဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝဲးဒိးဖိသဉ်အကစၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. ကျဲလၢကမၤတၢ်ဒိးဖိသဉ်လၢအသကဲာ်ပဝဲးတဂ့ၤတဖဉ်တနီၤမ့ၢ်ဒ်လာ်အသိးနှဉ်လီၤ.

- တီၤပူၤလိဉ်ဘဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိအခိဉ်သ့ဉ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ဟာ်ကဲလိာ်ပသးတဂၤဒိးတဂၤနှဉ်လီၤ.

- ပမ့ၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်ဒိးတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်လၢအထုးန့ၢ်ဖိသဉ်အသးဒိးအခီပညီအိဉ်လၢအဂိၢ်နှဉ်ဖိသဉ်ကသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိဒိးစးထိဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်နှဉ်လီၤ.

- ပလိဉ်ဘဉ်တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဒိးတၢ်မၤနိဉ်မၤဃါအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအဂ့ၤတဖဉ်ဒ်သိးပကသ့ဉ်ညါလၢတၢ်မနုၤလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝဲးအံၤလဲဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

- တၢ်အကါဒိဉ်ကတၢ်တမံၤန္ဉ်ပဘဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ခိဉ်ဃၢၤအတၢ်အိဉ်ဝဲးတရံးဖဲဖိသဉ်ဖံးမၤတၢ်ပ့ၢ်ပ့ၢ်ဆျါဆျါဒိးပှဲၤဒိးတၢ်သူဉ်ဟူးသးဂဲၤနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်သိဉ်လိအဂ့ၤလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤအခီပညီမ့ၢ်စ့ၢ်ကိးလၢသရဉ်တမ့ၢ်ပှၤပၢတၢ်ထိဘိဘဉ်, ဘဉ်ဆဉ်သရဉ်မ့ၢ်ပှၤတဂၤလၢအဃဉ်လီၤသကိးတၢ်ဂ့ၢ်ကိဒိးဖိသဉ်, မိၢ်ပၢ်ဒိးသရဉ်အဂၤတဖဉ်ဒ်ပှၤတဖုအသိးနှဉ်လီၤ.

ကျိၤကျဲလၢအညီနုၢ်တၢ်စူးကါအီၤလၢတၢ်နဲဉ်ကျဲဒိးတၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝဲးနှဉ်ပဉ်ဃုာ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်တဂၤဒိးတဂၤအအိဉ်ဒိးတၢ်မၤလိသကိးတၢ်ဒ်တၢ်ကတိၤတၢၤဉ်ပိဉ်တ့ၢ်လံအီၤလၢထးအသိးနှဉ်လီၤ.

## တၢ်ဃဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီအကျိၤအကျဲ

တၢ်ဃဉ်လီၤသကိးတၢ်ဂ့ၢ်ကီနှဉ်ကဘဉ်မ့ၢ်ပှၤတဖုလၢအပဉ်ဃုာ်ဒိးဖိသဉ်, မိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤလၢအအံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသဉ်, သရဉ်ဒိးပှၤလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်လီၤဆီလၢတၢ်ချ လၢအအိဉ်ဒိးမူဒါလၢဘဉ်ကွၢ်ထံတီၤပူၤကွၢ်ဂီၤအခိဉ်ဃၢၤ, ပှၤတဂၤဒိးတဂၤအတၢ်မၤဘူးမၤတံၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးလိာ်သးလၢကျိဒိးလၢတၢ်ချၤခံမံၤလၢာ်နှဉ်လီၤ.

ဒ်ပမၤလိတ့ၢ်လံလၢလံာ်တဘ့ဉ်လၢအအိဉ်ဒိးတၢ်မၤနၤၢမၤဃဉ်လိာ်သးအဂ့ၢ်အသိးနှဉ်တၢ်လၢပသးအိဉ်နၢ်ပၢၢ်နှဉ်တမ့ၢ်ထဲသကဲာ်ပဝဲးတမံၤဧၤဘဉ်, မ့မ့ၢ်ပသးအိဉ်သ့ဉ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဒုးအိဉ်

ထိၣ်သကဲာ်ပဝးအံၤန့ၣ်လီၤ. ပဘၣ်သ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးဖိသၣ်အတၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်လၢအကျဲးစၢးဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ဝဲတနီၤန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်လိၣ်လၢဖိသၣ်ကျဲးစၢးဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်

| နီၤ်ကစၢ်အတၢ်လိၣ် | သီၣ်လီၤက်ဒ်လဲၣ် |
|---|---|
| ဏဲၣ်ဒိးမၤန့ၣ်တၢ်လၢအဏဲၣ်ဒိးဝဲ | ယဏဲၣ်ဒိးအီၤခဲအံၤ |
| တၢ်ဟးဆဲးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢဘၣ်မၤဝဲ | ယတဏဲၣ်ဒိးမၤဘၣ် |
| ဖုးသံပျိၤ်ဂီၤ | ယပျံၤတၢ် |
| **တၢ်ရှလိာ်မၤသကိးတၢ်အတၢ်လိၣ်** | **သီၣ်လီၤက်ဒ်လဲၣ်** |
| တၢ်ဃုန့ၣ်တၢ်ဒိကနၣ်အီၤ | ကွၢ်လၢယအိၣ်အံၤ |
| တၢ်ဃုမၤန့ၣ်တၢ်စိတၢ်ကမီၤ | ယဏဲၣ်ဒိးကဲပှၤအခိၣ် |
| တၢ်ဟ့ၣ်ကၣ်တၢ် | တမံၤဂ့ၤတမ့ိဂ့ၤယတဏဲၣ်ဒိးမ့ၢ်ပှၤတဂၤလၢအဘၣ်ဃးဒီးကရူၢ်တဖုအံၤဘၣ် |



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ဗဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်သကဲာ်ပဝးလၢအတဂ့ၤတဖၣ်

ဃုထၢဖိသၣ်ထဲတဂၤလၢနဘၣ်ယိၣ်တၢ်လၢအဂီၢ်မ့ၢ်လၢအအိၣ်ဒိးတၢ်သကဲာ်ပဝးလၢအတကြၢးတဘၣ်အဃိတက့ၢ်. ကွဲးနိၣ်လီၤဘၣ်မနုၤအဃိနဘၣ်ယိၣ်တၢ်လၢဖိသၣ်အံၤအဂီၢ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. ဖိသၣ်အံၤအသကဲာ်ပဝးမၤတံာ်တာ်နတၢ်သိၣ်လိလၢတီၤပူၤဧါ. ဖိသၣ်အသကဲာ်ပဝးအံၤမၤဘၣ်ဒိဖိသၣ်အဂၤအတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဧါ. ဖိသၣ်အသကဲာ်ပဝးအံၤလီၤဆိလၢတနံၤအတီၢ်ပူၤ, တန္ခံအတီၢ်ပူၤ မ့တမ့ၢ်ထဲဒၣ်လံာ်လီၤဆိတဘ့ၣ်ဘ့ၣ်လီၤဧါ. ဖိသၣ်အံၤအတၢ်အိၣ်သးလၢဟံၣ်တခီမၤအသးဒ်လဲၣ်. နကဏဲၣ်ဒိးအိးထိၣ်ဖိသၣ်အံၤအလံာ်တြံာ် (child profile) လၢကဟ်ဖှၣ်ဖိသၣ်အံၤအဂ့ၢ်အကျိၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. နကွိမ့ၢ်အိၣ်ဒိးတၢ်ဟ်ဖှၣ်ဖိသၣ်အဂ့ၢ်အကျိၤဒ်အံၤန့ၣ်ကွၢ်လၢလံာ်အဘ့ၣ်သၢအပူၤတက့ၢ်.

စးထိဉ်မၤလိဖိသဉ်အံၤအဂ့ၢ်ဒ်သိးတၢ်ဆိကမိဉ်ကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်အံၤအသကဲာ်ပဝးတက့ၢ်.

နကမၤတၢ်မနုၤသ့လၢဖိသဉ်အံၤအဂီၤ, အသကိး, အမိၢ်ပၢ်ဒီးလၢနတီၤပူၤလၢကလဲလိာ်ဖိသဉ်အံၤအသကဲာ်ပဝးအဂီၤန့ဉ်လဲဉ်. မၤကွၢ်တၢ်တဖဉ်အံၤတမံၤဘဉ်တမံၤတက့ၢ်.

တၢ်ဖဲလဲဉ်တမံၤလၢအအိဉ်ဖျိလၢအမၤစၢၤဖိသဉ်အံၤန့ဉ်လဲဉ်. မၤနီဉ်မၤဃါတၢ်လၢအဖျိမၤနၢၤတၢ်တဖဉ်တက့ၢ်. နကလိဉ်ဘဉ်တၢ်အံၤကဒီးတဘျိလၢဖိသဉ်အဂၤအဂီၤန့ဉ်လီၤ.

သရဉ်နူဉ်ဘဉ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝးဒီးကွဲးနီဉ်အီၤလၢအအိဉ်ဒီးအဂ့ၢ်အကျိၤဒ်အမ့ၢ်ဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝးတပတိၢ်ဘဉ်တပတိၢ်နူဉ်လီၤ. တုၤမ့ၢ်တီၤပူၤမ့ၢ်တၢ်လိၢ်လၢအပူၤဖျဲးဒီးမ့ၢ်တၢ်လိၢ်လၢတၢ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်မၤလိတၢ်အဂီၤအိဉ်အါထိဉ်နူဉ်ဘဉ်တဘဉ်တၢ်သကဲာ်ပဝးလၢတဂ့ၤတဖဉ်အံၤကစ့ၤလီၤဝဲနူဉ်လီၤ.

## တၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤလၢအဂ့ၤ

တၢ်ဆၢကတိၢ်ကအိဉ်ဝဲဖတၢ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤနူဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်တၢ်သံကွၢ်တခီမ့ၢ်, တၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤလၢအဂ့ၤကတၢ်မ့ၢ်ဒ်လဲဉ်တကလုာ်လဲဉ်. သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢတၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤအတၢ်ပညိဉ်နူဉ်တမ့ၢ်တၢ်ပၢၤဃာ်ဖိသဉ်ဒီးမၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကဒိကနဉ်တၢ်နူဉ်ဘဉ်. မ့မ့ၢ်တခီတၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤအံၤဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကမၤတၢ်ဆၢတဲာ်, မၤန့ၢ်က့ၤတၢ်ပၢဆ့ၢလီၤက့ၤအသးတစဲးဘဉ်တစဲးဒီးဘဉ်ဟံးန့ၢ်မူဒၤလၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲအသကဲာ်ပဝးအဂီၤန့ဉ်လီၤ. သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်သကဲာ်ပဝးတဂ့ၤအံၤဟ့ဉ်နၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကသိဉ်လိဖိသဉ်ဘဉ်ဃးသကဲာ်ပဝးလၢအဂ့ၤအဂီၤတက့ၢ်.



### တၢ်ကွၢ်ကဖါက့ၤအတၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – နတၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤအကျိၤအကျဲမ့ၢ်မနုၤလဲဉ်

ဖးတၢ်ဂ့ၢ်လၢအအိဉ်လၢလံာ်တိၤဖျိလၢလာ်အပူၤအံၤဒီးမၤနီဉ်လီၤတၢ်ပနီဉ်ဒ်အမ့ၢ် ✓ လၢလံာ်တိၤဖျိအပူၤလၢနဆိကမိဉ်လၢနကစူးကါအီၤအံၤတက့ၢ်. မၤအီၤတိတိလီၤလိၤတသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်. စူးကါလံာ်တိၤဖျိအံၤလၢကဒုးနဲဉ်ဖျိထိဉ်နကျဲကပူၤလၢတၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤအဂီၤဒီးဟ်တၢ်နဲဉ်လီၤ

တၢ်ကလုၢ်လၢနတီၤပူၤအဂီၢ်တက့ၢ်. ကွၢ်ထံကဒါက့ၤနကျဲကပူၤတဖၣ်ဖီးဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နကထံဉ်နှၤ် တၢ်လၢနဘဉ်လဲလိာ်အီၤဖီးနကထံဉ်တၢ်လၢနမၤအီၤဂ့ၤတဖၣ်စ့ၢ်ကီးန္ဉ်လီၤ.[1]

| တၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤလၢတဂ့ၤ | နမ့ၢ်မၤအီၤန္ဉ်မၤနီဉ် ✓ | တၢ်သိဉ်က့ၤသီက့ၤလၢအဂ့ၤ | နမ့ၢ်မၤအီၤန္ဉ်မၤနီဉ် ✓ |
|---|---|---|---|
| ယတဲဘဉ်ယပှၤမၤလိတၢ်ဖိလၢတကြၢးမၤတၢ်အံၤတၢ်နှဉ်တဂ့ၤ | | ယကျဲးစၢးထံဉ်ဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝး လၢအဂ့ၤတဖၣ်ဖီးဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဃုထၢမၤဘဉ်တၢ်လၢအအဲဉ်ဖီးဃုထၢမၤဝဲ | |
| ယကျဲးစၢးပၢၤဃာ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိအသကဲာ်ပဝးခီဖျိစံဉ်ညီဉ်အဝဲသ့ဉ် | | ယမၤလၢကပီၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိအတၢ်ကျဲးစၢးဖီးသကဲာ်ပဝးလၢအဂ့ၤစ့ၢ်ကီး | |
| ယပှၤကွိဖိလူၤပိာ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိအခံမ့ၢ်လၢအပျံၤတၢ် | | ယပှၤကွိဖိဒိကနဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိမ့ၢ်လၢနှာ်လီၤမၤသကိးဖီးအၢဉ်လီၤသကိးတၢ်သိဉ်တၢ်သိတၢ်ဘျၢအံၤအဃိ | |
| တၢ်ပိာ်ထိဉ်တၢ်မၤကမဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိအံၤညီနှၤ်ဘဉ်တၢ်သိဉ်ဃိဉ်သိဃိဉ်, တပိာ်လိာ်အခံဖီးတဘဉ်ဃးလိာ်အသးဖီးဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝးဘဉ် | | တၢ်ပိာ်ထိဉ်တၢ်မၤကမဉ်တၢ်အခံအံၤဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးလီၤလီၤဖီးဖိသဉ်အတၢ်သကဲာ်ပဝး | |
| ဖဲယစူးကါတၢ်ဆၢကတိၢ်ဘဉ်လံနှဉ်အခိပညိဖိသဉ်အံၤကဘဉ်ဟ်ဖးဖီးအသကိးဖီးတမၤလိဘဉ်တၢ်ဒ်တၢ်ဟ်ပနိဉ်ယာ်တၢ်ဆၢကတိၢ်အသိး | | ဖဲယစူးကါတၢ်ဆၢကတိၢ်ဘဉ်လံနှဉ်ယပျဲဖိသဉ်တဲဘဉ်ယၤလၢမ့ၢ်အသးခုဉ်လီၤလံဓါတသးခုဉ်လီၤဒံးဘဉ်လၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲန္ဉ်ဖီးဖဲဖိသဉ်အံၤအသးခုဉ်လီၤလံနှဉ်ဟဲက့ၤနှာ်လီၤက့ၤဆူအတိၤပူၤလၢကစၢ်ဒဉ်ဝဲန္ဉ်လီၤ. | |

[1] Alternatives to Corporal Punishment: The Learning Experience. (2000) Department of Education, Ministry of Education, Pretoria, South Africa

| | | | |
|---|---|---|---|
| ယတဆိကမိဉ်ဖိသဉ်အတ်လိဉ်ဒီးတ်အိဉ်သးဘဉ် | | ယတ်ဟူးတ်ဂဲၤတဖဉ်ဒိးသနၣ်ထိဉ်အသးလၢယတ်သးကညီၤဒီးတ်နှ်ပၢ်ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤအတ်လိဉ်, အတ်သ့တ်ဘဉ်, အတ်အိဉ်သးဒီးအတ်ဒိဉ်ထိဉ်အပတိ်တဖဉ် | |
| ယနှ်ပၢ်လၢဖိသဉ်နှဉ်လိဉ်ဘဉ်တ်ကဘဉ်ပၢၤဃာ်အိၤလၢတိၤအချ, အဒိ, ယနိ်ကစ်ဒ်အမ့်ကွိခိဉ် မ့တမ့် မိ်ပ်ါတဖဉ် | | ယသ့ဉ်ညါလၢဖိသဉ်အိဉ်ဒီးအနိ်ကစ်ဒဉ်ဝဲအတ်သိဉ်က့ၤသိက့ၤလၢအပူၤဒိးပၢလိၤအသးသ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်နှဉ်တ်နဲဉ်အိၤလၢကမၤလိတ်ပၢဆ့ၤလိၤအသးဒဉ်ဝဲသ့ | |
| ဖိသဉ်မ့်မၤကမဉ်တ်ထဲတဆံးတက့်ဒဉ်လဲာ်နှဉ်ယစံဉ်ညိဉ်အိၤထိဘိ | | ယဆိကမိဉ်လၢတ်ကမဉ်နှဉ်မ့်တ်ခွဲးတ်ယ်လၢယဂိၢ်ဒီးယပှၤဖိသဉ်တဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ယသိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢတ်သးကညီၤအပူၤဒိးဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တ်ခွဲးတ်ယ်လၢကပိၢ်ယ်လိၤက့ၤအသးလၢအသကဲာ်ပဝဲးတဂ့ၤအံၤနိ်ၢ်နိ်ၢ် | |
| ယကတိၤဒုဉ်ခွဲဉ်ပှၤမၤလိတ်ဖိမ့်လၢအသကဲာ်ပဝဲးအယိ | | ယပညိဉ်လၢတ်သကဲာ်ပဝဲး, တမ့်ဖိသဉ်အနိ်ကစ်ဘဉ်ဒိးယကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကလဲလိာ်အိၤဆူတ်ဂ့ၤဒိးကျဲလၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တ်အဂိၢ် | |

ဖိသဉ်အတ်ရ့လိာ်မှာ်လိာ် Child-friendly အကွိလၢအအိဉ်လၢကိၢ်ကွိဉ်တဲာ်မု်ထိဉ်ကလံၤစီးအံၤအပူၤနှဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဂၤညီနု်မၤတံာ်တာ်တ်လၢတိၤပူၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်အံၤဟုဉ်တ်ဖိတ်လံၤဒိးကျိဉ်စ့လၢအသကိးတဖဉ်အအိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အံၤတ်ဟ်ပနီဉ်အိၤဒ်အမ့်ပှၤန်ကိသံတဂၤမ့်လၢအလိၤတဲာ်တ်ဒိးစဲးထိဘိအယိနှဉ်လီၤ. လၢကစံဉ်ညီဉ်ဖိသဉ်အံၤအသကဲာ်ပဝဲးအဂိၢ် မ့တမ့် ဟိထိဉ်ကွံာ်အိၤလၢကွိအလိၢ်အသရဉ်စးထိဉ်ဟ့ဉ်အိၤမူဒါအါထိဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, သရဉ်မၢအကဲပှၤအခိဉ်လၢတိၤပူၤဖဲသရဉ်ဘဉ်ဟးထိဉ်လၢတိၤပူၤလၢတ်ဆၢကတိၢ်ဖှာ်ကိာ်အခါနှဉ်လီၤ. သရဉ်မၢအမၢစၢၤဖိသဉ်လၢအသးစ်နှ်အိၤတဖဉ်အလံာ်ဒိးမၢအမၢစၢၤတ်ရဲဉ်လီၤကျဲၤလိၤတ်သိဉ်လိအပီးအလိတဖဉ်တချုးအစးထိဉ်တ်မၤလိလၢတိၤပူၤအခါနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်အံၤဟ်ပတုာ်ကွံာ်အသကဲာ်ပဝဲးလၢတဂ့ၤအံၤအဘျိယိဃဉ်ဃဉ်ဒဉ်လဲာ်ဒိးကဲထိဉ်ပှၤလၢအလိၤဆိတဂၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်အံၤခုဉ်လိၤက့ၤဒိးအံးထွဲကွ်ၢ်ထွဲအသကိးအဂၤဒိးဒိကနဉ်က့ၤတ်လၢတိၤပူၤနှဉ်လီၤ. အါန်ၢ်အန္ဉ်အတ်မၤလိစ့်ကီးလဲၤထိဉ်လဲၤထိတဆံးတစ့ၤဘဉ်နှဉ်လီၤ.

## ကျိၤကျဲဆူတၢ်သိၣ်ကွၤသီကွၤလၢအဂ့ၤ

ပကဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်သိၣ်ကွၤသီကွၤလၢအဂ့ၤလၢတီၤပူၤဒ်လဲၣ်. အအံၤမ့ၢ်ကျဲတနီၤလၢပကဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိဖိးတၢ်သိၣ်လိအတၢ်ဆဲးတၢ်လၢလၢအဂ့ၤန့ၣ်လီၤ.[၂]

**တၢ်မၤဘၣ်ထွဲကွိဖိတဖျၣ်အကျိၤအကျဲ** အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤလီၤတံၢ်နတီၤအတၢ်သိၣ်ကွၤသီကွၤတဖၣ်ဒ်သိးကဘၣ်လိာ်အသးဖိးကွိဖိတဖျၣ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သိတၢ်ဘျၤန့ၣ်လီၤ.

**ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီလၢနတီၤပူၤ** ဖိးမၤဖိသၣ်ကွဲးလီၤသကိးတၢ်သိၣ်တၢ်သိသ့ၣ်တဖၣ်တကွၢ်. မၤအီၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးဖိးမၤလၢပှဲၤတၢ်သိၣ်တၢ်သိတဖၣ်အံၤလၢအဂ့ၢ်အဝိတကွၢ်.

**သ့ၣ်ညါနပှၤကွိဖိ** ဖိးမၤတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်လၢအဂ့ၤဖိးအဝဲသ့ၣ်တကွၢ်.

**ပၢဆၢရဲၣ်ကျဲၤတၢ်မၤလိအကျိၤအကျဲဖိးတၢ်မၤလိအခိၣ်ဃၢၤဝးတရံးလၢတၢ်သူၣ်ဆူၣ်သးဂဲၤအပူၤဖိးအိၣ်ဖိးတၢ်သ့ၣ်ညါန်ပၢၢ်လၢအလၢအပဲၤတကွၢ်.** ထိဘိန့ၣ်ရဲၣ်ကျဲၤဆိဟ်စၢၤတၢ်မၤလိတချုးနစးထိၣ်သိၣ်လိအီၤအခါတကွၢ်. အဒိ, ဆိကမိၣ်ဆိဟ်စၢၤဖိသၣ်တနီၤမ့ၢ်မၤအတၢ်မၤဝံၤဆိန့ၢ်ဖိသၣ်အဂၤတဖၣ်နှၣ်ဟ့ၣ်အဝဲသ့ၣ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤတမံၤမံၤဖဲအအိၣ်ခိးတၢ်အခါဒ်အမ့ၢ်မၤအကျးလီၤတၢ်လၢကဘၣ်ကျးလီၤလၢတီၤအဒူၣ်လိၤတဖၣ်အသိးတကွၢ်. နကဘၣ်ပဲာ်ထံနီၤဖးလီၤနသးန့ၣ်လီၤ. တၢ်တမံၤလၢနမၤအီၤမ့ၢ်တမၤတၢ်ဘၣ်နှၣ်ဆိကမိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်အဂၤတဖၣ်ခဲလာ်လၢဘၣ်မနုၤအဃိတၢ်လၢနမၤအံၤတမၤတၢ်ဘၣ်လဲၣ်ဒိးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကလဲလိာ်တၢ်လၢနမၤတ့ၢ်လံတဖၣ်လၢကျဲအလီၤဆိန့ၢ်အအံၤသ့နှၣ်လီၤ.

**တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်မၤလိအပီးအလိတဖၣ်, တၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲဖိးတၢ်ပၢဆၢလီၤတီၤပူၤတဖၣ်** မ့ၢ်ဝဲတၢ်မၤဘၣ်လိာ်ကွၤတၢ်သဘံၣ်သဘုၣ်, တၢ်ဃုၣ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိ, တၢ်တူၢ်တၢ်နှၢ်, တၢ်ထိဒၢကလုာ်ဒူၣ်, မုၣ်ဒိးခွါအတၢ်ထဲသိးတုၤသိးဒိးအဂၤတဖၣ်နှၣ်လီၤ.

**နကဘၣ်အိၣ်ဖိးသးလၢအဟ်ဃုာ်ပှၤကိးဂၤန့ၣ်လီၤ.** ဖိသၣ်တၢ်ထုးထိၣ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်ဆူတၢ်ချၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်တန်ပၢၢ်ဖိသၣ်အတၢ်လိၣ်ဖိးအတၢ်အိၣ်သးတဖၣ်ကဒုးအိၣ်ထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢပှၤတကနၣ်ဃုာ်အဝဲသ့ၣ်ဘၣ်နှၣ်လီၤ.

---

[၂] ဘၣ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ : Alternatives to Corporal Punishment: The Learning Experience. (2000) Department of Education, Ministry of Education, Pretoria, South Africa, as well as the MCH Early Childhood Development and Parent Education Program at http://www.health.state.ok.us/program/mchecd/posdisc.html

**ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤနၢၤတၢ်တက့ၢ်.** တၢ်တူၢ်ဘဉ်တၢ်လၢအဂ့ၤဘဉ်ဃးအနိၢ်ကစၢ်ဒဉ် ဝဲဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အိဉ်လၢကမၤနၢၤတၢ်နှဉ်ကမၤဂ့ၤထိဉ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိန့ဉ်လီၤ.

**ဟ့ဉ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖဉ်အခွဲးအယာ်လၢကဟံးန့ၢ်မူဒၤါတက့ၢ်.** ဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဟံးန့ၢ်မူဒၤါဒ်အမ့ၢ်အဝဲသ့ဉ်ကဟ်ဖျါထိဉ်အသးလၢတီၤပူၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်မၤတၢ်ကွၢ်ထွဲပှၤတဝၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတၢ်တိ်ကျဲၤမ့ၢ်ဂ့ၤဒီးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိလၢတၢ်ဘုဉ်ကွၢ်ကီအီၤတဖဉ် မ့တမ့ၢ် အဝဲသ့ဉ်ကမၤစၢၤသရဉ်လၢတၢ်ကိးထိဉ်ဖိသဉ်အမံၤဒီးမၤပဲၤတၢ်ထိဉ်ကွိအလံာ်ကွဲးနီဉ်လၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ.

**ဒိကနဉ်ဖိသဉ်လၢအအဲဉ်ဒိးပှၤဒိကနဉ်အီၤတဖဉ်တက့ၢ်.** ဖိသဉ်တဂၤမ့ၢ်ဃ့လၢပှၤဂၤကဒိကနဉ်အီၤခီဖျိဟ်ဖျါထိဉ်အသကဲာ်ပဝဲးလၢတဂ့ၤအံၤဒဉ်လဲာ်နှဉ်ဃုကျဲလၢအဂ့ၤဒ်သိးနကမၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်အံၤသ့ဒ်လဲဉ်ခီဖျိကျဲလၢကဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကမၤဝဲ, ဆှၢအဝဲသ့ဉ်ဆူတီၤအချၢလၢစ့ၢမံးနံးအတိၢ်ပူၤဒီးဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်မူဒၤါလၢတၢ်တမံၤမံၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်တမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤလၢအဟ်ဖျါထိဉ်အသးသ့တက့ၢ်.

**ကဲထိဉ်တၢ်အဒိတမံၤတက့ၢ်.** ဖိသဉ်နှဉ်ညီနှၢ်မၤပိာ်ဒိးပှၤနီၢ်ဒိဉ်တဖဉ်အတၢ်အိဉ်မူအခံနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကမၤဒိးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သး, ကလုၢ်အထိဉ်အလီၤ, ကျိာ်ဒိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်လၢအကြၢးအဘဉ်ဒိးတကြၢးတဘဉ်ခံမံၤလၢာ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သိဉ်လိအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအစိကမီၤဆူဉ်ကတၢ်နှဉ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်အိဉ်မူကဲထိဉ်တၢ်အဒိဒိးတၢ်သကဲာ်ပဝဲးအဒိလၢနအဲဉ်ဒိးလၢဖိသဉ်ကမၤလိန့ၢ်အီၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်အဒိလၢအဂ့ၤတမံၤအံၤမ့ၢ်တၢ်သိဉ်လိအကျဲလၢအကါဒိဉ်မးတဘိန့ဉ်လီၤ.

**ဆိကမိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီအစၢတဖဉ်တက့ၢ်.** သရဉ်အါဂၤန့ဉ်ကျဲးစၢးစံဉ်ညီဉ်ဖိသဉ်လၢတၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပျဲဖိသဉ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဃုထံဉ်တၢ်အစၢလၢအဘဉ်ထွဲဘဉ်ဃးလိာ်အသးဒိးတၢ်ဂ့ၢ်ကီတက့ၢ်.

**ကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်လၢတၢ်ဟ်ကဲအပူၤတက့ၢ်.** တၢ်ကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်လၢအစီၤစုၤယံၤန့ဉ်တမ့ၢ်ဘဉ်တၢ်အဝံၤအတဲာ်ဘဉ်. တၢ်စူးကါတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢကကတိၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်ဒီးကွၢ်အမဲာ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ဆၢကတိၢ်လၢအဘျူးအိဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်အါဂၤဟ်သူဉ်ဟ်သးဝဲလၢတၢ်လဲလိာ်အိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်ဖဲအစူးကါတၢ်ဆၢကတိၢ်ထဲယဲၢ်မံးနံးဧၤဒီးနီၤဟ့ဉ်လီၤတၢ်မနုၤလၢအဝဲသ့ဉ်ခံဂၤလၢာ်အဲဉ်ဒိးဒီးမၤအီၤမုာ်အခါန့ဉ်လီၤ.

**တဲဘဉ်အဝဲသ့ဉ်တၢ်မနုၤလၢနအဲဉ်ဒိးအီၤတက့ၢ်.** တၢ်လၢဖိသဉ်နှဉ်ဒိကနဉ်ပှၤအကလုၢ်ဖဲပှၤစံးအီၤလၢကဘဉ်မၤတၢ်မနုၤအါန့ၢ်ဒံးဖဲပှၤစံးအီၤလၢတဘဉ်မၤတၢ်အဝဲနှဉ်ဘဉ်တက့ၢ်လီၤ. အဒိ, ပကစံးဘဉ်ဖိသဉ်လၢတဘဉ်ထူစီၢ်နိၤခိဉ်တဂ့ၤအခၢဉ်စးပမ့ၢ်စံးလၢဝံသးစူၤဟ်လီၤနခိဉ်လၢတၢ်ဒၢါခိဉ်တက့ၢ်နှဉ်ဂ့ၤဒိဉ်တက့ၢ်လီၤ.

**ဟ့ဉ်ဖိသဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဃုထၢတၢ်တက့ၢ်.** ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးလၢအဃုထၢတၢ်တမံၤမံၤဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်ကအိဉ်ဒိးအကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်စိတၢ်ကမီၤလၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤဒိးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကမၤအတၢ်ဆၢတဲာ်ဒဉ်ဝဲနှဉ်လီၤ. တၢ်လၢနဟ့ဉ်အခွဲးလၢဖိသဉ်ကဃုထၢအံၤကဘဉ်ကြၢးဘဉ်လိာ်အသးဒိးဖိသဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အပတီၢ်ဒိးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအနီၢ်ဒိဉ်တဖဉ်နှဉ်ဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်သိးကဃုထၢတၢ်အါထိဉ်ဒိးဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်ကတူၢ်လိာ်ဒိးမၤထွဲတၢ်လၢအဃုထၢမၤဝဲတဖဉ်တက့ၢ်.

**စူးကါပှၤလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးအတၢ်မၤစၢၤတက့ၢ်.** ပှၤမၤလိတၢ်ဖိလၢအဟာ်ဖျါထိဉ်တၢ်ကိတၢ်ခဲတမံၤမံၤလၢတီၤပူၤမ့ၢ်အိဉ်ဒိးမ့မ့ၢ်တၢ်လၢအဘဉ်ဃးဒိးတၢ်မၤနၤၤမၤဃဉ်တၢ် မ့တမ့ၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအဆူဉ်အကိၤန္ဉ်ယ့တၢ်မၤစၢၤလၢနပှၤမၤသကိးတၢ်အအိဉ်တက့ၢ်. အလိၢ်မ့ၢ်အိဉ်တခီဃ့တၢ်မၤစၢၤလၢပှၤကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တဖဉ်အအိဉ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအမၤလိသူဉ်ဂ့ၢ်သးဝီပိညါတဖဉ် (Psychologists) ပှၤဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးတၢ် (Counsellors) တဖဉ်တက့ၢ်.

## တၢ်ပၢဆုၢ် Inclusive တီၤပူၤအဂ့ၢ်

လၢ Inclusive တီၤပူၤန္ဉ်တၢ်အိဉ်အါမံၤလၢအမၤအသးဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်တဂၤဒိးတဂၤအအိဉ်, ကရူၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ, တၢ်မၤလိတၢ်လၢအနီၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲဒိးတၢ်သိဉ်လိလီၤတၢ်လိၤလိၤလၢသရဉ်အအိဉ်စ့ၢ်ကီးန္ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမၤညီထိဉ်သရဉ်အတၢ်မၤဒိးမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကျဲအါဘိန္ဉ်လီၤ. တၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တနီၤလၢနဘဉ်ဆိကမိဉ်အီၤန္ဉ်လီၤ.

**တၢ်ရဲဉ်ကျဲၤလီၤတၢ်** – ကွဲးတၢ်ဂဲၤလိလၢနကစူးကါအီၤလၢတန္ဆံးအဂီၢ်တက့ၢ်. ကွဲးလိၤလၢဖိသဉ်ကမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤတဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်မ့တမ့ၢ်လၢကရူၢ်မ့တမ့ၢ်တီၤဒိတတီၤဒ်သိးသိးအဂ့ၢ်တက့ၢ်. နကအိဉ်စ့ၢ်ကီးဒိးတၢ်ဂဲၤလိလၢဖိသဉ်လၢအကရူၢ်တဖဉ်အဂီၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်ကမၤတၢ်ဂဲၤလိလၢအလီၤဆိလိာ်အသးတကရူၢ်ဒိးတကရူၢ်စုာ်စုာ်နှဉ်လီၤ.

**တၢ်ကတဲာ်ကတီၤ** – ကတဲာ်ကတီၤတၢ်ဂဲၤလိတမံၤဘဉ်တမံၤစုာ်စုာ်ခီဖျိတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတက့ၢ်. မၤကွၢ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢတီၤပူၤအံၤလၢမ့ၢ်အနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်သ့တသ့အဂီၢ်တက့ၢ်.

**တၢ်ဟ်ဖှိဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤ** – ဟ်ဖှိဉ် မ့တမ့ၢ် မၤကဲထိဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤဒီးတၢ်ပီးတၢ်လီလၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤတဖဉ်တက့ၢ်. အဒိ, လၢၢ် မ့တမ့ၢ် နီဉ်က့လၢနကစူးကါလၢတၢ် သိဉ်လိတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂီၤ, ချိဉ်အကုတဖဉ်လၢတၢ်ကစူးကါအီၤလၢတၢ်တ့တၢ်ဂီၤအတၢ်မၤလိအဂီၤ မ့တမ့ၢ် ပဲချံလၢနကသူဉ်ဖးထိဉ်အီၤဒ်သိးကမၤလိတၢ်မ့ၢ်တၢ်ဘိအဂီၤ်တဖဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

**ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂဲၤလိဒ်သိးကအိဉ်ဒီးအခီပညီလၢဖိသဉ်အဂီၤ်တက့ၢ်** – နဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂဲၤလိလၢတဂၤဘဉ်တဂၤအဂီၤ်မ့ၢ်ဂ့ၤ မ့တမ့ၢ် ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂဲၤလိလၢကရူၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤမၤလီၤတံၢ်လၢတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်ကမ့ၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တမံၤလၢအအိဉ်ဒီးအခီပညီလၢဖိသဉ်အဂီၤ်တက့ၢ်.

**ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကမၤသကိးတၢ်အဂီၤ်တက့ၢ်** – ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကမၤတၢ်ခံဂၤတဆိဒီးကမၤတၢ်လၢကရူၢ်စ့ၢ်ကီးဒီးဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢကမၤလိတၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိဉ်ဖဲအသ့တက့ၢ်.

**နဲ့ဉ်လိဒီးကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်တက့ၢ်** – ဖဲဖိသဉ်တဖဉ်မၤအတၢ်ဂဲၤလိအခါဟးဝ့ၤဝီၤလၢတီၤပူၤဒ်သိးကကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်တဖဉ်တက့ၢ်. စံးဆၢအဝဲသ့ဉ်အတၢ်သံကွၢ်ဒီးမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်ဒ်သိးကမၤနၤကွံဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤတက့ၢ်. နစူးကါစ့ၢ်ကီးတၢ်ဆၢကတိၢ်အံၤလၢတၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အဂီၤ်သ့နဉ်လီၤ. အဒိ, မၤကွၢ်ဖိသဉ်လၢမ့ၢ်အမၤတၢ်ဂ့ၤထဲလဲဉ်ဒီးမၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤသကိးတၢ်မ့ၢ်အဂ့ၤထဲလဲဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ.

**ဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးအတၢ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်** – တၢ်ဆိကမိဉ်ကိးမံၤဇဲးလၢထးအံၤမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်သကိးသကိး learning-friendly လၢတီၤပူၤန့ဉ်လီၤ. တီၤပူၤဒ်အံၤတကလုာ်နှဉ်ပိာ်ခွါဖိတဖဉ်တဒိဉ်စိလၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အဖိခိဉ်ဘဉ်. ဖိသဉ်လၢအသးပှၤ်တဖဉ်တဒိဉ်စိလၢဖိသဉ်လၢအသးစၢ်တဖဉ်အဖိခိဉ်ဘဉ်, ဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်လိဉ်လီၤဆိတဖဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢလၢပဲၤပဲၤသ့နဉ်လီၤ.



## တၢ်ကွၢ်ကဖါကွၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – နမၤဂ့ၤထိဉ်နတီၤဒ်လဲဉ်.

| ယတီၤပူၤ | (၁)<br>မ့ၢ် | (၂)<br>မၤသ့ဂ့ၤ<br>နှ့ၢ်အအံၤ | (၃)<br>လိဉ်တၢ်မၤ<br>ဂ့ၤထိဉဖိဉ်မး |
|---|---|---|---|
| ယတီၤနှဉ်ကဆဲကဆှိ | | | |
| ယစူးကါတၢ်လိၢ်လၢအအိဉ်လၢယတီၤပူၤဂ့ၤမး | | | |
| တၢ်ကပီၤဂ့ၤမးလၢယတီၤပူၤ | | | |
| တၢ်လၢအလီၤထုးနှ့ၢ်သူဉ်ထုးနှ့ၢ်သးအိဉ်လၢယတီၤပူၤတဖဉ်,<br>၁) အိဉ်လၢတီၤအဒူဉ်လိၤ<br>၂) အိဉ်လၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးဒီးစဲအ့ဉ်အသနၤဉ် | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်မၤလိသ့အသးလၢတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအဂိၢ် | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်သဘျ့လၢကသုးအသးလၢတီၤပူၤဒ်သိးကမၤန့ၢ်တၢ်မၤလိအပီးအလီတဖဉ် | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်သူဉ်အိဉ်သးအိဉ်တၢ်မၤလိ | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်မၤတၢ်သ့ညီ<br>၁) ဒီးအသကိးခံဂၤခံဂၤ<br>၂) လၢအကရူၢ်ဆံးဆံးဖိ | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်ညီနှ့ၢ်သံကွၢ်တၢ် | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်နှဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်နာ်လီၤအသးလၢအစံးဆၢတၢ်စံးဆၢတဖဉ်အပူၤ | | | |
| ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ထံဉ်ဒီးတၢ်နၢ်ဟူအတၢ်ကိတၢ်ခဲတဖဉ်ဒိးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီလၢအမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်သ့ | | | |
| တၢ်မၤလိတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖဉ်တၢ်မၤဘဉ်ထွဲကွၤအီၤဒ်သိးကထုးကွံဉ်တၢ်ထံဉ်တခိတၢၤလၢပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါမ့တမ့ၢ် ကလုာ်ဒူဉ်တဖဉ်အဖိခိဉ် | | | |
| ဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢယတီၤပူၤနှဉ်ဟံးန့ၢ်မူဒါသ့ | | | |



## တၢ်ကွၢ်ကဖါကွၢ်းအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ

တၢ်လၢနဖးဘဉ်တ့ၢ်လံအီၤလၢလံာ်အံၤအပူၤန့ဉ်ဆိကမိဉ်ထိဉ်အီၤလၢနကစူးကါအီၤလၢနတီၤပူၤသ့ ဒ်လဲဉ်. တုၤမ့ၢ်နဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်သံကွၢ်ဒီးတၢ်အဒိတဖဉ်လၢအအိဉ်လၢလံာ်တီၤဖျါလၢလာ်အံၤအပူၤဝံၤမၤဖျါထိဉ်တၢ်ဂဲၤလိလၢနမၤအီၤသ့လၢနတီၤပူၤတဖဉ်တက့ၢ်.

**ဖဲတန်ဲကတၢ်အခါ :**

| တၢ်ကွၢ်ကဖါလီၤကွၤ်ပနီၢ်ကစၢ်အသး | အဒိ | တၢ်ဂဲၤလိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢတၢ်မၤကဲထိဉ်အီၤသ့ |
|---|---|---|
| မ့ၢ်ယရဲဉ်ကျဲၤတၢ်ဂဲၤလိလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢကအိဉ်ဒိးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤဖျါထိဉ်ဘဉ်အတၢ်တူၢ်ဘဉ်ခိဉ်ဘဉ်စ့ၢ်ဧါ. | ဖဲယဖးယုၤဖိသဉ်လၢတၢ်တဲဝံၤအလီၢ်ခံယသံကွၢ်အဝဲသ့ဉ်အတူၢ်ဘဉ်တၢ်မနုၤဘဉ်ဃးတၢ်ကဲထိဉ်အသးလၢတၢ်တဲအံၤအပူၤလဲဉ်နှဉ်လီၤ.မ့ၢ်အဝဲသ့ဉ်ဆိကမိဉ်လၢတၢ်တဲအံၤအကတၢ်၊်နှဉ်လီၤသအုး မ့တမ့ၢ် လီၤသးဖှံလဲဉ်. | |
| မ့ၢ်ယရဲဉ်ကျဲၤတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢအနီၢ်ကစၢ်စ့ၢ်ဧါ. | ဟ့ဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲ မ့တမ့ၢ် နဟးဝးတရံးကျိအကရၢၢ်ဒ်သိးနကထံဉ်လၢမ့ၢ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးဂဲၤလိာ်ကွဲကိးဂၤဒဲးဧါတက့ၢ်. | |
| မ့ၢ်ယရဲဉ်ကျဲၤတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်လၢကပျဲဖိသဉ်ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါခံဖုလၢာ်လၢကဘဉ်ဆိကမိဉ်တၢ်ယိာ်ယိာ်အဂီၢ်စ့ၢ်ကိးဧါ. | ဟ့ဉ်ဖိသဉ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကဃဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတမံၤအတၢ်ဂဲၤလိတက့ၢ်. | |
| မ့ၢ်ယရဲဉ်ကျဲၤတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်လၢအဟ့ဉ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤဃုာ်မၤသကိးဘဉ်တၢ်လၢတၢ်ရှလိာ်အဂီၢ်စ့ၢ်ကိးဧါ. | ရဲဉ်လီၤကျဲၤလီၤဖိသဉ်ဆူအကရူၢ်လၢကဘျိတၢ်အဒိတမံၤလၢကမၤဘဉ်သကိးက့ၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတမံၤ, ကမၤတၢ်လၢကရၢၢ်အပူၤဒီးကဲကရၢဖိလၢတီၤပူၤအကမံးတံာ်ဒီးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. | |



## အဆၢဖိဉ် ၅.၄
## တၢ်မၤကွၢ်အကျိၤအကျဲတဖဉ်

နီၢ်မဉ်လဉ်ဆုဉ်နီၤလၢတၢ်အသနၢဉ်ဒီးဟိဉ်ဝဲနှဉ်လီၤ. အဝဲလီၤတဲာ်တၢ်ဒိးစဲးဖဲအမၤလိသၢတီၤအခါနှဉ်လီၤ. အဝဲကျဲးစၢးမၤလိတၢ်လၢဒီတနံဉ်ညါအတီၢ်ပူၤဆူဉ်ဆူဉ်ကလဲာ်ဒီးမၤန့ၢ်အမးဂ့ၤလၢတၢ်သမံသမိးကွၢ်လၢအဘဉ်မၤဝဲလၢအစုအခိဉ်တဖဉ်ဒီးန့ၣ်ကတၢ်၊တၢ်ဒိးစဲးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တချုးတၢ်ဒိးစဲးဘဉ်သၢန့ၣ်အခါအမိၢ်ဆိးကွဲဒီးအဝဲဘဉ်ဟံးနှ့ၢ်မူဒၤလၢကဘဉ်ကွၢ်ထွဲအပုၢ်အဝဲၢ်ကိးဂၤဒဲးနှဉ်လီၤ. ဖဲအသကိးတဖဉ်ကတဲာ်ကတီၤအသးလၢတၢ်ဒိးစဲးအဂိၢ်အခါလၢစ့ၤသီအတီၢ်ပူၤအဝဲထိဉ်ကွဲတချုးဘဉ်. တချုးတၢ်ဒိးစဲးဘဉ်တနၤနှဉ်အဝဲဘဉ်ကိၤမံဒီးကွၢ်အမိၢ်ဒီတနၤနှဉ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဒိးစဲးအကတိၢ်အသးစၢ်ဆၢလၢတၢ်ဒိးစဲးတန့ၢ်ဒီးတသ့ဉ်နိဉ်ထိဉ်တၢ်လၢအဖးဒီးမၤလိတ့ၢ်ဝဲတဖဉ်အါအါဘဉ်, မ့ၢ်လၢတၢ်ဘှံးအသးအဃိနှဉ်လီၤ. နီၢ်မဉ်လဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်သးဟးဂိၤခီဖျိလၢအဟိဉ်နှဉ်လီၤ. နီၢ်မဉ်လဉ်ကဘဉ်အိဉ်ကဒီးတတိၤအလိၢ်လိၢ်ဒီတနံဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲတထိဉ်အတိၤတပူၤဃီဒီးအသကိးဖိတဖဉ်လၢၤဘဉ်. အဝဲအဲဉ်ဒိးဟးထိဉ်ကွံဉ်ကွိနှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်အါဂၤလိၤဆီဒၣ်တၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ဟးထိဉ်ကွိမ့ၢ်လၢအဟံဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဃိဒီးတဘျိတခိဉ်မ့ၢ်လၢအအိဉ်ကွိတမှာ်အဃိနှဉ်လီၤ. တၢ်တဲလၢထးအံၤဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိအံၤဒီးဟ်ဖျါထိဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢအမၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိတနံဉ်ထဲတဘျိန့ဉ်လီၤ. ဒ်ပမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်အသိးပဘဉ်နၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်ဂ့ၤထိဉ်ဒီးမၤလိအါထိဉ်တၢ်လၢပကမၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိလၢကျဲတဘျူးဘိန့ဉ်လီၤ. ပမ့ၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်လၢကျဲအါဘိဒ်အံၤန့ဉ်ပကနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်ဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤထဲလဲဉ်ဒိဉ်ထိဉ်အါထိဉ်နှဉ်လီၤ.

### တၢ်မၤကွၢ်စံးတၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲဉ်

တၢ်မၤကွၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်, တၢ်ဟ်ဖိုဉ်ဟ်တံၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးမၤတၢ်ဆၢတဲာ်လၢအဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤအဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူာ်ဃီအံၤန့ဉ်မ့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်ထိဘိဒ်သိးကဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်မနုၤလၢဖိသဉ်သ့ဉ်ညါဒိးနၢ်ပၢၢ်ဒီးမၤဝဲသ့လဲဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတဖဉ်အံၤတၢ်မၤအီၤတဘျူးဘျိလၢတနံဉ်အတီၢ်ပူၤ, အဒိ, ဖဲနံဉ်စးထိဉ်, နံဉ်အခၢဉ်သး, ဒီးနံဉ်အကတၢ်၊ မ့တမ့ၢ် ခဲအံၤခဲအံၤန့ဉ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူာ်ဃီအံၤတၢ်မၤန့ၢ်အီၤသ့ခီဖျိတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်, တၢ်ဟ်ဖိသဉ်အဂ့ၢ်အကျိၤ

အလံ်ပာ်ကီၤ (portfolios) တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးသကဲာ်ပဝးအတၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ရဲဉ်, တၢ်သံကွၢ်စံးဆၢဒီးတၢ်ဒိးစဲးတဖဉ်, နီၤ်ကစၢ်အတၢ်မၤကွၢ်လီၤသးဒီးတနံၤဘဉ်တနံၤဖိသဉ်အလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူၢ်ဃိနှဉ်မ့ၢ်တၢ်မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးဒိးနှၢ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒ်သိးကမၤနၢၤတၢ်လၢကျိအဂီၤနှဉ်လီၤ. ခီဖျိပစူးကါတၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူၢ်ဃိအံၤနှဉ်သရဉ်မၤဘဉ်ထွဲအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤဒိးပှၤမၤလိတၢ်ဖိအတၢ်လိဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်ခဲလၢာ်ကဒိးနှၢ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢတၢ်မၤလိဒိးတၢ်မၤနၢၤအဂီၤနှဉ်လီၤ.

လၢတၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူၢ်ဃိအံၤအဂီၤ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိခဲလၢာ်အိဉ်ဒိးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဒုးနဲဉ်တၢ်လၢအမၤလိဒိးမၤဝဲလၢကျဲလီၤဆိလိာ်အသးတဘျူးဘိဒ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အကျိၤအကျဲလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအသိးနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူာ်ဃိအံၤတဲဘဉ်ပှၤလၢဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအလီၤတိၢ်လၢပှၤဂၤအလိၢ်ခံလၢတၢ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်တီလီၤဆိဒဉ်တၢ်တဖဉ်အဖီခိဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤကွၢ်အီၤခီဖျိအတၢ်သ့ဉ်ညါတပယူၢ်ဃိအံၤနှဉ်မၤစၢၤသရဉ်လၢကသ့ဉ်ညါဖိသဉ်မၤလိတၢ်နှၢ်ဂ့ၤတဂ့ၤလဲဉ်ဒိးကဘဉ်မၤစၢၤအီၤဒ်လဲဉ်ဒ်သိးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိကလဲၤထိဉ်အဂီၤ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်တပယူၢ်ဃိအံၤမၤစၢၤနၤဒ်သိးနကကတိၤတၢ်ဒိးမိၢ်ပၢ်ဒိးပှၤကွၢ်ထွဲဖိသဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒိးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်တဖဉ်ဒ်သိးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ကနှာ်လီၤမၤသကိးဃုာ်တၢ်လၢအဖိအလံၤအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အဂီၤ်ဒ်အမ့ၢ်ဒုးဘဉ်ထွဲတီၤပူၤအတၢ်ဂဲၤလိဒိးပှၤလၢအအိဉ်လၢဟံဉ်တဖဉ်အသိးနှဉ်လီၤ. ညီနှၢ်တၢ်ဒိးစဲးဖိသဉ်ဖဲနံဉ်ကတၢၢ်အံၤစဲၤခံလၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်ကမၤစၢၤဘဉ်အဖိလၢတမၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤသ့ဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢတဖဉ်

ဒ်ပမၤလိတ့ၢ်လံလၢလံာ်လၢအပူၤကွံာ်တဆၢအသိးနှဉ်တၢ်ဂဲၤလိတမံၤဘဉ်တမံၤစုာ်စုာ်နှဉ်ကဘဉ်အိဉ်ဒိးတၢ်ပညိဉ်တမံၤလၢအမၤကွၢ်ဖိသဉ်လၢကျဲတဘိဘိနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်မၤလိအံၤကဘဉ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢတဖဉ်အခီပညီတၢ်မၤကွၢ်အံၤကဘဉ်တဲဘဉ်ပှၤလၢဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဂ့ၤထိဉ်ဆံးအါလဲဉ်, တၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢ်ဒိးသကဲာ်ပဝးလၢတၢ်မၤလိအတၢ်ဂဲၤလိအံၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်အခိဉ်တီအံၤအဖီခိဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢတဖဉ်အံၤညီနှၢ်တၢ်ကိးအီၤလၢတၢ်ပညိဉ်တဖဉ်ဒိးပမၤဖျါထိဉ်တၢ်ပညိဉ်တဖဉ်အံၤလၢလံာ်တဘ့ဉ်ဘဉ်တဘ့ဉ်, တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်ဒိးအတီၤပတီၢ်တဖဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်မၤလိအတၢ်ဂဲၤလိဖီးတၢ်မၤကွၢ်တဖဉ်ဂ့ၤထိဉ်ဖဲသရဉ်မၤဖျါထိဉ်တၢ်မၤလိအစၢလိၤဆိဒဉ်တၢ်တဖဉ်နှဉ်လိၤ. ဖဲပရဲဉ်ကျဲၤတၢ်မၤလိ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂဲၤလိအသိတမံၤန့ဉ်စးထိဉ်အီၤခီဖျိမၤဖျါထိဉ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢတဖဉ်တကွၢ်. နကအဲဉ်ဖိးစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤဖဲနရဲဉ်ကျဲၤနတၢ်သိဉ်လိဖီးတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်အခါန့ဉ်လိၤ.

- ဖိသဉ်တဖဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်မနုၤဖိးတၢ်ကဘဉ်စူးကါအီၤလဲဉ်.
- ပကမၤလိတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမနုၤတဖဉ်လဲဉ်.
- ပကမၤလိတၢ်သကဲာ်ပဝးမနုၤလဲဉ်.

တၢ်စံးဆၢလၢတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်တၢ်ကွဲးအီၤဒ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢအသိးသ့နှဉ်လိၤ. အဒိ, နမ့ၢ်ကွဲးတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတခါလၢပှၤယဲၢ်တီၤဖိတဖဉ်ကမၤလိဘဉ်ဃးတၢ်ဆၢကတိၢ်ဖိးတၢ်ဒ့ဉ်စၢၤအတၢ်ထဲသိးလၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအပူၤန့ဉ်နကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢဒ်လာ်အသိးအံၤသ့ဉ်သ့ဉ်နှဉ်လိၤ.

- ပှၤမၤလိတၢ်ဖိကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲခီဖျိတၢ်စူးကါတၢ်ဂံၢ်အါဖိးတၢ်နိၤဖးလၢကထိဉ်ဃ့ဉ်လိၤတၢ်ဆၢကတိၢ်ဖိးတၢ်ဒ့ဉ်စၢၤအတၢ်ထဲသိးဒ်ဟံဉ်တၢ်မၤအသိးန့ဉ်လိၤ.
- ပှၤမၤလိတၢ်ဖိကမၤတၢ်ခံဂၤတဆိဖိးကသ့ကွဲးတၢ်ဆၢကတိၢ်, တၢ်ဒ့ဉ်စၢၤအတၢ်ထဲသိးလၢလံာ်ဖျၢဉ်ဒ်လံာ်ပဲၤကျိၤအသိးန့ဉ်လိၤ.

**ပထံဉ်လၢတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢတဖဉ်အံၤဒုးဖျါထိဉ် :**

၁. မတၢ

၂. တၢ်မနုၤလၢကဘဉ်တၢ်မၤဝံၤအီၤဖိး

၃. လၢတၢ်အိဉ်သးဒ်လဲဉ်အဖိခိဉ်နှဉ်လိၤ.

**ဝံၤတၢ်ဟ်ဖိုဉ်ကဒါက့ၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်အံၤဒ်လာ်အသိး း**

၁. ပှၤမၤလိတၢ်ဖိမၤတၢ်လၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိတကရူၢ်အပူၤ,

၂. ကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအကရၢၢ်အဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ,

၃. စူးကါနီဉ်ထိဉ်လၢစုမ့ၢ်ဒိဉ် (အဒိ–1 inch = 1km)

**တၢ်အဒိအဂၤတဖဉ်ကမ့ၢ် း**

- ပှၤမၤလိတၢ်ဖိ (၂) ကသ့စူးကါတၢ်ဟ်ဖိုဉ်လၢအညီညီဒ်သိးကဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတမံၤ (၃) လၢတၢ်အိဉ်သးနီၢ်နီၢ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.

- ပှၤမၤလိတၢ်ဖိ (၂) ကသ့မၤတၢ်ဒ်ကရူၢ်အဖုအသိးလၢကမၤပွဲၤတၢ်ဃုသ့ဉ်ညါအတၢ်ဂဲၤလိဒိးဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်ဃုထံဉ်နၢ်တဖဉ် (၃) လၢတၢ်ကွဲးအပူၤန့ဉ်လီၤ.

ဖဲပကွၢ်ဃုတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢလီၤဆီတမံၤမံၤအခါဒ်အမ့ၢ်စဲအ့ဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးတဖဉ်အခါပမ့ၢ်အိဉ်ဒီးတၢ်နဲဉ်ကျဲလၢအကွဲးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢအပတီၢ်လၢအလီၤဆိလိာ်အသးန့ဉ်အဘျုးအိဉ်လၢပဂီၢ်န့ဉ်လီၤ. တၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်နဲဉ်ကျဲတမံၤန့ဉ်လီၤ.

**တၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢလၢတၢ်ဂဲၤလိလၢအလီၤဆိလိာ်အသးတဖဉ်အဖိခိဉ်**

၄ – ဖိသဉ်ကဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ်လၢအကရူၢ်လၢအအိဉ်ဒီးအခိပညိန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်လၢကရူၢ်တကရူၢ်ဘဉ်တကရူၢ်အသကဲာ်ပဝံးလၢအကါဒိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကကျၢ်တံၢ်က့ၤတၢ်လၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲန့ဉ်လီၤ.

၃ – ဖိသဉ်ကဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖဉ်လၢကရူၢ်လၢအအိဉ်ဒီးအခိပညိန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ကကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်လၢကရူၢ်တကရူၢ်ဘဉ်တကရူၢ်အသကဲာ်ပဝံးလၢအကါဒိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

၂ – ဖိသဉ်ကဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖဉ်လၢကရူၢ်လၢတအိဉ်ဒီးအခိပညိအါအါဘဉ်.

၁ – ဖိသဉ်ဟ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတဖဉ်လၢအကရူၢ်လၢအခိပညိတအိဉ်နှဉ်လီၤ.

## ဝ – ဖိသၣ်တကျဲးစၢးမၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤအံၤဘၣ်.

### တၢ်မၤကွၢ်အကျိၤအကျဲအကလုာ်ကလုာ်

တၢ်မၤကွၢ်အကျိၤအကျဲလၢအဂ့ၤန္ၣ်လိၣ်ဘၣ်ဖိသၣ်အနီၤ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲလၢကမၤကွၢ်က့ၤအနီၤ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်မၤနၢၤတဖၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်အံၤကလိၣ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသၣ်ဒီးကတိၤတၢ်လၢဖိသၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်လၢအမၤလိဝဲအဂ့ၢ်ဒီးသရၣ်မၤတၢ်အံၤသ့လၢတၢ်လိၢ်တတိၤဂ့ၤတတိၤဂ့ၤဒီးတၢ်ဆၢကတိၢ်တဘျိဂ့ၤတဘျိဂ့ၤန္ၣ်လီၤ.

### တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်

တၢ်မ့ၢ်မၤတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတပတိၢ်ဘၣ်တပတိၢ်နှၣ်ဖိသၣ်သးစၢ်တဖၣ်တၢ်ကြားကွၢ်ထံအိၤဖဲအမၤတၢ်ထဲတဂၤအခါ, ဖဲအမၤတၢ်ခံဂၤခံဂၤ, လၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိအပူၤ, လၢတၢ်ဆၢကတိၢ်လိၤဆိလိာ်အသးလၢတနံၤအတိၢ်ပူၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လိၤဆိလိာ်အသးတဘျးမံၤအဖိခိၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးပၣ်ယုာ်ဒီးတၢ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤန္ၣ်လီၤ.

**တၢ်ကွဲးနိၣ်ကွဲးဃါဖိသၣ်အဂ့ၢ်ဖဲတၢ်ကဲထိၣ်အသးတမံၤမံၤအဖိခိၣ်** – သရၣ်ကွဲးနိၣ်တၢ်ကွဲးနိၣ်ကွဲးဃါဘၣ်ဃးဖိသၣ်ဖဲတၢ်မၤအသးနီၤ်နီၤ်, တၢ်ကွဲးနိၣ်လၢတစံၣ်ညီၣ်ဆၢတဲာ်ဖိသၣ်လၢအတၢ်ဂဲၤလိအပူၤတဖၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်တဖၣ်အံၤတၢ်မ့ၢ်ကွဲးနိၣ်ကွဲးဃါအိၤတပယူာ်ဃိနှၣ်အဘျူးအိၣ်ဒိၣ်မးနှၣ်လီၤ.

**တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်** – ကျိၤကျဲလၢတၢ်ထၢဖိၣ်ဟ်ဖိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘျူးအိၣ်တဘိနှၣ်မ့ၢ်တၢ်သံကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်လိၤလိၤ, တၢ်သံကွၢ်လၢအတကွိၣ်လဲၢ် (open-ended questions) တဖၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်သံကွၢ်ဒ်အံၤတဖၣ်နှၣ်ကမ့ၢ်, “ယအဲၣ်ဒိၤမၢနစံးဘၣ်ယၤဘၣ်ဃး ...”, အံၤန္ၣ်မၤစၢၤနၤဒ်သိးနကမၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ဟ်ဖျါထိၣ်အသးလၢတၢ်စံးတၢ်ကတိၤအပူၤန္ၣ်လီၤ. အါန္ၣ်အန္ၣ်တၢ်သံကွၢ်ဖိသၣ်ဘၣ်ဃးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤန္ၣ်ညီနုၢ်ဒုးနၢ်ပၢၢ်ဒုးထံၣ်နၤလၢဘၣ်မနုၤအဃဲဖိသၣ်အံၤဟ်ဖျါထိၣ်အသကဲာ်ပဝဲးဒ်အံၤလဲၣ်နှၣ်လီၤ.

**တၢ်ဒိးစဲး** – တၢ်ဒိးစဲးတကလုာ်အံၤဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒိးအဂံၢ်အဘါလၢအအိၣ်တ့ၢ်လံဒိးအိၤတဖၣ်ဒ်သိးသရၣ်ကရဲၣ်ကျဲၤတၢ်သိၣ်လိလၢအိၣ်ဒိးအခိပညိလၢဖိသၣ်အတၢ်လဲၤခီဖျိအဂိၢ်နှၣ်လီၤ. တၢ်အစၢတဖၣ်တၢ်ကြားစူးကါအိၤလၢတၢ်ဖိတၢ်လံၤအဂၤတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်လၢအအိၣ်လၢ portfolios ဒ်တၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးအိၤလၢလာ်အသိးနှၣ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤတၢ်တကြားစူးကါအိၤလၢတၢ်ကဟ့ၣ်ဖိသၣ်အမံၤအဂိၢ်ဘၣ်.

တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်အံၤဒုးထံဉ်ပှၤလၢဖိသဉ်မၤလိနှ့်တၢ်ဂ့ၤထဲလဲဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အဒိလၢလာ်အံၤဘဉ်ဃးဒီးသရဉ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်တဂၤလၢအမံၤမ့ၢ်ဖရဲးစံးကိဉ် (Francisco) လၢအမ့ၢ်ပှၤမ့ၢ်ထိဉ်တံၤမီဖိနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အံၤမၤလိအဲကလံးကျိာ်ဒ်ကျိာ်ခံကျိာ်တကျိာ်လၢအဂီၤ်အသိးနှဉ်လီၤ.

**ဖရဲးစံးကိဉ် (Francisco)**

လါမးရှး (၁၂) သီ, ဖရဲးစံးကိဉ်ကွဲးဘဉ်ဃးအဟံဉ်ဖိယီဖိအဂ့ၢ်လၢကီၤ်မ့ၢ်ထိဉ်တံၤမီအပူၤနှဉ်လီၤ. အဝဲကွဲးရဲဉ်လီၤအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်လဲၤအသးတပတီၤ်ဘဉ်တပတီၤ်ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဆဉ်စူးကါဝိၤ် (verb) အက့ၢ်အဂီၤတဖဉ်တဘဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.

လါမးရှး (၁၆) သီ, ဖရဲးစံးကိဉ်ဒီးအသကိးကွိဖိလွံၢ်ဂၤကွဲးလိတၢ်ကွဲးလၢကဘဉ်စူးကါဝဲတၢ်ကွဲးဘဉ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်လၢအပူၤကွံဉ်တဖဉ် (past tense) နှဉ်လီၤ. ဖရဲးစံးကိဉ်ကွၢ်က့ၤအတၢ်ကွဲးပတြိာ်နှဉ်လီၤ.

လါမးရှး (၂၀) သီ, ဖရဲးစံးကိဉ်အံၤစူးကါ past tense အါတလၢကွံဉ်လၢအတၢ်ကွဲးအပူၤနှဉ်လီၤ. လိဉ်ဘဉ်အါထိဉ်လၢတၢ်ကဘဉ်တဲနၢ်ပၢၢ်အီၤဒီးမၤအါထိဉ်လၢတၢ်မၤလိ past tense အံၤနှဉ်လီၤ.

လါအ့ဖြဉ် (၁) သီ, ဖရဲးစံးကိဉ်ဒီးအသကိးတဂၤမၤသကိးတၢ်ဂ့ၤမးနှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်စူးကါလံာ်ထံးလံာ်ယ့ၤ (encyclopedia) လၢကဃုထံဉ်တၢ်မၤအသးနီၤ်နီၤ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးကီၤ်မ့ၢ်ထိဉ်တံၤမီနှဉ်လီၤ. ဖရဲးစံးကိဉ်ကွဲးနီဉ်တၢ်ကွဲးနီဉ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအကါဒိဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

### တၢ်မၤကွၢ်ကွိဖိအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအလံာ်ဟ်ကီၤ (Porfolio)

**တၢ်လၢအအိဉ်လၢကွိဖိတဂၤဘဉ်တဂၤအတၢ်မၤလိအဂ့ၢ်အကျိၤအလံာ်ဟ်ကီၤအပူၤ**

တၢ်မၤကွၢ်အကျဲတဘိနှဉ်မ့ၢ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဒီးကွၢ်ကဒါက့ၤဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအအိဉ်လၢ portfolio အပူၤအံၤနှဉ်လီၤ. Portfolio နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ကွဲးနီဉ်ကွဲးဃါဖိသဉ်အတၢ်မၤလိနှ့်တၢ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိဒ်အမ့ၢ်တၢ်မနုၤလၢဖိသဉ်မၤလိနှ့်တၢ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. Portfolio နှဉ်ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးလၢကနုဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢအတၢ်မၤကွၢ်လီၤက့ၤအကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤနှဉ်လီၤ. Portfolio လူၤပိာ်ဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိဒီးပိာ်ထွဲဖိသဉ်အတၢ်မၤနၢၤတပတီၤ်ဘဉ်တပတီၤ်အခံအါန့ၢ်အ

တၢ်လီၤတူာ်လီၤကာ်တက့ၢ်နှဉ်လီၤ. အါနှၢ်အနှဉ် portfolio အံၤကြၢးပိာ်ထွဲဖိသဉ်အခံဖဲအသုးအကို လၢတၢ်လီၢ်လီၤဆိလိာ်အသးမ့တမ့ၢ်ကျိအဂၤတဖဉ်အခါနှဉ်လီၤ.

တၢ်ဖံးတၢ်မၤအဒိအတဲာ်တဖဉ်တၢ်ကြၢးဟ်အိၤလၢ portfolio အပူၤလၢအပဉ်ယုာ်ဖိးဖိသဉ်အတၢ်ကွဲး အဒိဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကွဲးလံာ်ဆိရဲဉ်, တၢ်ကွဲးတၢ်တဲဖိးတၢ်ကွဲးဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်, တၢ်တ့တၢ်ဂီၤ, တၢ်တ့ဟီဉ် ခိဉ်ဂီၤတဖဉ်ဖိးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအကဘျုံးလၢဖိသဉ်ဒွးတဖဉ်ဖိးဟံဉ်တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကျိဟ့ဉ်လီၤအိၤတ ဖဉ်ဖိးတၢ်တ့လံာ်တိၤပြဲအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢတအိဉ်လၢလံာ်မိၢ်ပှၢ်ပူၤတဖဉ် စ့ၢ်ကိးတၢ်ကြၢးကွဲးနိဉ်ကွဲးဃါအိၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟံးနှ့ၢ်မူဒၤလၢတိၤတတိၤအပူၤဒ်အမ့ၢ်ကမံးတံာ်အသိး နှဉ်လီၤ.

နဃုထၢဖိးကွဲးလီၤတၢ်အဒိလၢအဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢကဝိၤအပူၤလီၤလီၤဆိဆိသ့ နှဉ်လီၤ. နကွဲမှာ်စ့ၢ်ကိးဖိသဉ်လၢကဃုထၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဒိတဖဉ်လၢအအဲဉ်ဖိးပၢနှာ်ဝဲလၢအ porfolio အပူၤဖိးအမိၢ်ပၢ်ကဆဲးလီၤအမံၤလၢအဝဲသ့ဉ်အဂိၢ်သ့နှဉ်လီၤ. လၢတၢ်မၤလိအကတိၢ်ကိး ကတိၢ်ဒဲးအပူၤဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအကလုာ်ကလုာ်အံၤတၢ်ဟ့ဉ်လီၤအိၤဆူမိၢ်ပၢ်ဖိးဟံဉ်ဖိဃီဖိတ ဖဉ်လၢကကွၢ်ကဒါက့ၤဝဲအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

ဖဲဖိသဉ်အံၤကြၢးထိဉ်ဆူအတိၤအသိတတိၤအခါတိၤသရဉ်ကဟ့ဉ်ဖိသဉ်အ porfolio လၢအဟ်ဖျါ ဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤဆိတကဝိၤဆူသရဉ်အသိလၢတိၤအသိတတိၤအအိဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤက မၤစၢၤသရဉ်အသိတဂၤလၢကသ့ဉ်ညါဖိသဉ်အံၤအတၤလဉ်ဖိးတၢ်လိဉ်လၢအပှၤကျိဖိအသိအံၤအဂိၢ် နှဉ်လီၤ.

တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢတၢ်ဟ်အိၤလၢ portfolio အပူၤတဖဉ်ခဲလၢာ်ကဘဉ်အိဉ်ဖိးမ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိဖိးတၢ်လၢဖိ သဉ်ဘဉ်မၤအိၤအဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်လၢဖိသဉ်ကဘဉ်မၤနှဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်တၢ်ကဘဉ်ကွဲးလီၤအိၤဒ်အံၤ “တၢ်မၤတခါအံၤမ့ၢ်တၢ်ကွဲးသဘျှတခါလၢဖိသဉ်ကွဲးဝဲလၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲနှဉ်လီၤ. တၢ်ဟ့ဉ်လီၤအိၤထဲ ဒဉ်တၢ်ကွဲးအဂ့ၢ်ခိဉ်တိဖိးဝီၢ်ဩြဖျၢဉ်တနီၤနှဉ်လီၤ. တၢ်ကွဲးအံၤဘဉ်တၢ်ကွဲးအိၤလၢသၢဆံမံးနံးအတိၢ် ပူၤနှဉ်လီၤ.”

## တၢ်စူးကါဖိသဉ်အတၢ်မၤလိအဂ့ၢ်အကျိၤလံာ်ဟ်ကီၤ (Porfolio) လၢတၢ်ကသမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အ တၢ်မၤလိအဂိၢ်

တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိဉ်လၢလံာ်ဟ်ကီၤ porfolio အပူၤနှဉ်တၢ်ကဘဉ်ရဲဉ်ကျဲၤလီၤအိၤလီၤတံၢ်လီၤ ဆဲးလၢအဂ့ၢ်အကျိၤနှဉ်လီၤ. တုၤမ့ၢ် porfolio အံၤတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤအိၤဝံၤလံနှဉ်သရဉ်သမံသမိးကွၢ်ဖိ သဉ်အတၢ်မၤနၢၤတၢ်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်သမံသမိးကွၢ်တၢ်လၢအကြၢးအဘဉ်နှဉ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်ထိဉ်သ

တြီၤဖိသဉ်အတၢ်မၤခဲအံၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤလၢအပူၤကွံဉ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ. Portfolio အခိပညီတဘဉ် မ့ၢ်တၢ်ထိဉ်သတြီၤဖိသဉ်တဂၤဒီးတဂၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဘဉ်နူဉ်လီၤ. Porfolio အံၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်မၤနီဉ်ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤအတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထီလၢဆၢကတီၢ်ဖးယံဉ်နူဉ်လီၤ. သရဉ်အတၢ်ဟ်ဖျါဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်မၤနၢၤတၢ်, အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်, အဂံၢ်အဘါ, အတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဒီးတၢ်လိဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢဖိသဉ်အတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်အဖိခိဉ်ဒ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအအိဉ်လၢ portfolio အံၤအပူၤဒီးအတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်လဲဉ်နူဉ်လီၤ.

တၢ်စူးကါ portfolio လၢတၢ်ကမၤကွၢ်ဖိသဉ်အံၤမၤစၢၤသရဉ်လၢကရဲဉ်ကျဲၤမိၢ်ပၢ်ဒီးသရဉ်အတၢ်အိဉ်ဖှဉ်အဂီၤနူဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢ portfolio အံၤအဃိသရဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂ့ၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးသ့အါန့ၢ်ကျဲးစၢးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထီလၢတၢ်ထံဉ်အသံးအကာ်တသ့ဘဉ်အဂ့ၢ်နူဉ်လီၤ.

**တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်မၤလိအဂီၤ**

**တၢ်မၤကွၢ်တခါလၢကီၤဖံးလံးဖံ(စ်)အပူၤ :** တၢ်သံကွၢ်သရဉ်မဉ်မးရံဆဉ်လၢအမ့ၢ်သရဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိလၢအယံာ်အထိဘဉ်ဃးပှၤတဝၤအတၢ်မၤလိလၢဖိသဉ်အဂီၤနူဉ်လီၤ. အဝဲမ့ၢ်ပှၤဟ့ဉ်တၢ်မၤလိတဂၤလၢ UNICEF Multigrade Education Programme နူဉ်လီၤ.[3]

**တၢ်သံကွၢ်တဖဉ် :**

**နတၢ်မၤကွၢ်တဖဉ်နမၤအီၤဒ်လဲဉ်.**

**တၢ်မၤကွၢ်အံၤနဒုးစဲဘူးအီၤဒီးတၢ်မၤလိဆူညါဒ်လဲဉ်.**

**တၢ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်လၢကျဲအသီအံၤအခီပညီအိဉ်လၢနဂီၢ်ဒ်လဲဉ်.**

အဝဲညီနၢ်ထၢဖှိဉ်ဟ်ဖှိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအလုၢ်အပှၤအိဉ်ဒိဉ်မးတဖဉ်ဘဉ်ဃးအပှၤကွံဖိအတီၤပတီၢ်ခဲအံၤလၢကျဲတဘျုးဘိလၢကွံစးထိဉ်သိအခိဉ်ထံးစုၤန္ဒံနူဉ်လီၤ.

[3] www.unicef.org/teachers/forum/0199.htm

## တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအကျဲ

ယမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢဖိသဉ်အဂ့ၢ်အကျိၤအပူၤအါမးခီဖျိတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအဝဲသ့ဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအလုၢ်ဒိဉ်ပှၤဒိဉ်တဖဉ်အံၤမၤစၢၤယၤလၢကသူဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤအတၢ်ပညိဉ်လၢအကြၢးအဘဉ်ဒီးအီၤဒီးဃုထၢတၢ်ဂဲၤလိလၢအကြၢးအဘဉ်ဒီးဖိသဉ်အတၢ်လိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အပတီၢ်နှဉ်လီၤ. ယညိနုၢ်ကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်လၢယဘဉ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတဖဉ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်တဂၤအဂ့ၢ် မ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်တကရူၢ်ဘဉ်တကရူၢ်လၢတန်ံဘဉ်တန်ံအတီၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ. ခီဖျိယသ့ဉ်ညါတၢ်မနုၤလၢယကဘဉ်ပညိဉ်အီၤလၢတန်ံအံၤအတီၢ်ပူၤအဃိတၢ်အံၤဟ့ဉ်ယၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢယကဘဉ်ရဲဉ်ကျဲၤယတၢ်သိဉ်လိအတၢ်ဂဲၤလိဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢယကကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတၢ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့ဉ်ညါတၢ်မနုၤလၢယကဘဉ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဒီးကဘဉ်မၤအီၤလၢအဆၢကတီၢ်ဖဲလဲဉ်အံၤမၤစၢၤယၤလၢယကမၤယတၢ်လၢအဂ့ၢ်အဝိဒီးလီၤတံၢ်လီၤဆဲးကသ့အဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

ဖဲတၢ်မၤလိစးထိဉ်လၢအခိဉ်ထံးတန်ံအခါယထံဉ်လၢတၢ်အကါဒိဉ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်အတၢ်ဖးလံာ်အတၢ်အိဉ်အသးလၢကျဲအါဘိနှဉ်လီၤ. ကျဲသ့ဉ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်ဖဲတၢ်ဟ့ဉ်ဖိသဉ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကဖးကစုဒုလံာ်လၢအနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲဒီးတၢ်ဖးလံာ်လၢအကရူၢ်ဖဲတၢ်မၤလိလံာ်လဲၢ်အဆၢကတီၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဖးသကိးလံာ်လၢကရူၢ်အပူၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်ဖးလံာ်လၢတီၤပူၤဒီးဆူအသကိးအအိဉ်မ့ၢ်ဂ့ၤ, တၢ်ဖးလံာ်ဆူပှၤနိၢ်ဒိဉ်အအိဉ်လၢတီၤပူၤဒီးတၢ်ဃုဖးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ဟ့ဉ်လီၤအီၤနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤဟ့ဉ်ယၤတၢ်အခွဲးအယာ်ဒ်သိးကမၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်နၢ်ပၢၢ်လံာ်အခီပညီအပူၤ, စူးကါတၢ်ဂီၤဒီးလံာ်ပဲၤကျိၤဒ်သိးကမၤစၢၤအီၤလၢကန၊်ပၢၢ်တၢ်ကွဲးအခီပညီ, ဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအမၤဘဉ်ကှၤအကစၢ်ဒဉ်ဝဲ, ဒီးကဆိကမိဉ်ထံတၢ်လၢအဖးဝဲအဂ့ၢ်ထံထံဆးဆးနှဉ်လီၤ.

တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအံၤဟ့ဉ်စ့ၢ်ကီးယၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢယကထံဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ထံဉ်လၢအတၢ်ဖးလံာ်ဒီးအတၢ်ထံဉ်လီၤအသးဒ်အမ့ၢ်ပှၤဖးတၢ်ဖိတဂၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲတၢ်မၤလိစးထိဉ်သိအဆၢကတီၢ်ယမၤအဝဲသ့ဉ်စံးဆၢတၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကဟ့ဉ်အဝဲသ့ဉ်အခွဲးလၢကကွၢ်ကဒါကှၤအတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢတၢ်ဖးလံာ်အဖိခိဉ်ဒီးတၢ်ထံဉ်လီၤအသးဒ်ပှၤဖးလံာ်ဖိတဖဉ်အသိးဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ဒိးစဲးလၢတၢ်ကွဲးလံာ်ကွဲးလဲၢ်အဂီၢ် ကျိာ်ဂံၢ်ထံး, လံာ်ကဒိး, ဝီၢ်ဩြဒီးတၢ်ကွဲးလံာ်ကွဲးလဲၢ်အကျဲသနူတဖဉ်

တၢ်ဒိးစဲးအစၢတဖဉ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးတဖဉ်အံၤမၤစၢၤယၤလၢယကဆၢတဲာ်တၢ်မနုၤလၢယဘဉ်လဲလိာ်အီၤလၢကွိအတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်လၢယကတဲာ်ကတီၤဟ်စၢၤအီၤဖဲတၢ်ကိၢ်ခါတချုးကွိစးထိဉ်အက

တိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမၤစၢၤယၤလၢယကဆၢတဲာ်တၢ်မၤလိမနုၤတဖဉ်လၢယကဘဉ်သိဉ်လိအီၤဆူတီၤဒီတတီၤအပူၤ မ့တမ့ၢ် ကရူၢ်လီၤဆိဆိတကရူၢ်လၢကွဲစးထိဉ်အခိဉ်ထံးတန်ဃ်အတိၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ.

## ကွဲစးထိဉ်အခိဉ်ထံးတလါတၢ်ကွဲး Portfolio

ဖိသဉ်အတၢ်ကွဲးအခိဉ်ထံးတဘျိလၢအအိဉ်လၢအ portfolio အပူၤအံၤဟ့ဉ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအကါဒိဉ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်ကွဲးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ခဲအံၤနှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်ကွဲးအခိဉ်ထံးတဖဉ်အါတက့ၢ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ကွဲး (creative writing) အတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်အစၢဒီးတၢ်ကွဲးဟ်ဖျါထိဉ်က့ၤတၢ်လၢအကွၢ်ဃုသ့ဉ်ညါလၢလံာ်အဂၤတဖဉ်အပူၤနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမၤစၢၤစ့ၢ်ကီးယၤလၢယကဆၢတဲာ်တၢ်မၤလိမနုၤလၢယကဘဉ်သိဉ်လိအဆိကတၢၢ်ဒီးကဘဉ်ဟ်လီၤဖိသဉ်တဖဉ်ဆူအကရူၢ်တဖဉ်ဖဲကွဲစးထိဉ်သီခံလါအတိၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ.

ဖဲနံဉ်အဝဲန္ဉာ်အတိၢ်ပူၤယစူးကါတၢ်မၤကွၢ်လၢတၢ်မၤအီၤဒ်အလုၢ်အလၢ်အသိးဒီးတၢ်မၤကွၢ်လၢအမ့ၢ်ဒ်အလုၢ်အလၢ်အသိးအံၤတၢ်မၤအီၤလၢတီၤပူၤဒီးကွဲပူၤလၢကိးနံၤဒဲးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအပူၤနှဉ်လီၤ. ကိးနံၤဒဲးလၢယတၢ်သိဉ်လိမၤယုၤကိးမံၤဒဲးအပူၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢယမၤအီၤတဖဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်သမံသမိးပှၤမၤလိတၢ်ဖိအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒ်သိးဒီးကမၤလၢပဲၤတၢ်မၤတခါဒီးတၢ်ပညိဉ်တခါနှဉ်လီၤ.

ယကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအကျဲဒီးအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအစၢလၢအဟ့ဉ်ထိဉ်ဝဲခံမံၤလၢာ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, ဖဲယကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဒိးစဲးဖုဉ်အစၢအံၤနှဉ်ဒုးနဲဉ်ယၤလၢမ့ၢ်ယကဘဉ်မၤကဒါက့ၤတၢ်မၤလိအံၤကဒီးတဘျိဧါမ့တမ့ၢ်သိဉ်လိကဒါက့ၤတၢ်မၤလိတမံၤဃီလၢကျိၤကျဲလီၤဆီလာ်အသးမ့တမ့ၢ်ဟ့ဉ်အါထိဉ်ဖိသဉ်တၢ်ဆၢကတိၢ်လၢကမၤလိသ့အသးအါထိဉ်လၢတၢ်မၤလိ ခိဉ်တိအံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ယတၢ်ကွၢ်ဖိသဉ်အ portfolio အံၤကဒုးနဲဉ်ယၤလၢမ့ၢ်ဖိသဉ်မၤလိကျိာ်ဂံၢ်ထံးလၢယသိဉ်လိအီၤအံၤဧါနှဉ်လီၤ.

လၢယတီၤပူၤယအိဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအတီၤပတိၢ်လီၤဆီလာ်အသးအါမးအဃိယဘဉ်ဆိကမိဉ်ဖိသဉ်အတီၤပတိၢ်ဖဲယရဲဉ်ကျဲၤယတၢ်သိဉ်လိဒိးတၢ်ဂဲၤလိတဖဉ်အခါနှဉ်လီၤ. ဒ်သိးယကပၢဆျၢတီၤန့ၢ်ဂ့ၤဂ့ၤအဂိၢ်ယဘဉ်ဟ်ဖိသဉ်လၢအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အပတိၢ်တူၤသိးလာ်အသးတဖဉ်တကရူၢ်ဃိနှဉ်လီၤ. ဖဲယမၤတၢ်အံၤမၤစၢၤယၤလၢယတၢ်ရဲဉ်ကျဲၤယတၢ်ဆၢကတိၢ်ဒိးယမ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိဒိးယန်ဃ်တဖဉ်ညီထိဉ်နှဉ်လီၤ.

ယစူးကါစ့ၢ်ကီးတၢ်မၤကွၢ်ဒ်အလုၢ်အလၢ်အသိးလၢအမ့ၢ်တၢ်ဒိးစဲးဖိ, တၢ်သံကွၢ်စံးဆၢတဖဉ် မ့တမ့ၢ်တၢ်မၤတၢ်တိာ်ကျဲၤတမံၤမံၤ, ဒိးတၢ်ဒိးစဲးဖးဒိဉ်စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ.

လၢပကမၤကွၢ်ဖိသဉ်အတီၤပတိၢ်အဂီၢ်ပဘဉ်စူးကါတၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်ဒ်အလုၢ်အလၢ်အသိးဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဒိးစဲးဒိးတမ့ၢ်ဒ်အလုၢ်အလၢ်အသိးဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိလၢတီၤပူၤအသိးခံမံၤလၢာ်နှဉ်လီၤ. ယကွၢ်ဆိကမိဉ်စ့ၢ်ကီးဖိသဉ်အတၢ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတနံဉ်အတီၢ်ပူၤနှဉ်လီၤ. ဖဲတၢ်မၤလိတကတီၢ်ဘဉ်တကတီၢ်ဝံၤနှဉ်ယကွဲးလီၤဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒိးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်လၢဖိသဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ယဟ်လီၤတၢ်ပညိဉ်အသိဒိးတၢ်ဂဲၤလိအသိလၢကွိအကတီၢ်အသိတကတီၢ်အဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဖဲဆၢကတီၢ်အံၤယကွၢ်ကဒါကွၤဖိသဉ်အတီၤပတီၢ်လၢယနီၤဖးလီၤအီၤဒိးသုးထိဉ်အီၤဆူအပတီၢ်လၢအကကြၢးဒိးဖိသဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်နုာ်လီၤမၤသကိးစ့ၢ်ကီးတၢ်လၢတၢ်သမံသမိးလီၤကွၤအသးအပူၤနှဉ်လီၤ. ဖဲကွိပျၢ်အကတီၢ်ယဟ့ဉ်ပှၤကွိဖိတၢ်သံကွၢ်ဖုဉ်လၢကစံးဆၢဝဲဒိးကတိၤသကိးဒိးအဝဲသ့ဉ်တဂၤဘဉ်တဂၤနှဉ်လီၤ. လၢကျဲဒ်အံၤအဃိနှဉ်မၤစၢၤယၤလၢယကသူဉ်ထိဉ်တၢ်ပညိဉ်အသိလၢကွိအကတီၢ်အသိတကတီၢ်အဂီၢ်ဒိးမၤစၢၤစ့ၢ်ကီးပှၤကွိဖိလၢအသ့ဉ်ညါလီၤအကစၢ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအမၤဝဲသ့နှဉ်လီၤ. ဖဲယကတိၤတၢ်ဒိးပှၤကွိဖိနှဉ်ယကွၢ်ဖိသဉ်အလံာ်ကွဲးနိဉ်တၢ်ဒိးအ porfolio ဒိးတၢ်ဖံးတၢ်မၤအဂၤလၢအမၤဝဲလၢကွိအကတီၢ်နှဉ်လီၤ.

ယမၤလိန့ၢ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤလၢသရဉ်မၤန့ၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အဂ့ၢ်နှဉ်ယဘဉ်ကွၢ်ထံသမံသမိးအီၤတချုးယဆၢတဘ်လၢယကလဲလိာ်ကွိအတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်တမံၤမံၤအခါနှဉ်လီၤ. အဒိ, ဖိသဉ်မ့ၢ်မၤန့ၢ်အမးဂ့ၤလၢကျိာ်ဂံၢ်ထံးအလံာ်နှဉ်တမ့ၢ်အခိပညိလၢဖိသဉ်နှဉ်နၤၤကျိာ်ဂံၢ်ထံးဘဉ်နှဉ်လီၤ. ယထံဉ်ဖိသဉ်အါဂၤလၢမၤန့ၢ်အမးဂ့ၤလၢကျိာ်ဂံၢ်ထံးဘဉ်ဆဉ်စူးကါဝဲလၢတၢ်အိဉ်သးနီၢ်နီၢ်အပူၤတဘဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ယထံဉ်လၢတၢ်ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးလၢကကွဲးလံာ်ဆီရဲဉ်လၢအကရူၢ်ဒိးသရဉ်နဲဉ်အဝဲသ့ဉ်အံၤအဘျုးအိဉ်ဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤဟ့ဉ်ယၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢယကဆီဉ်အီၤဒ်သိးကစူးကါကွၤကျိာ်ဂံၢ်ထံးလၢအမၤလိန့ၢ်ဝဲအံၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

ဒ်သရဉ်တဂၤအသိးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသိတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤလၢယမၤန့ၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်နှဉ်ယဘဉ်ဆိကမိဉ်ဆိအီၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးနှဉ်လီၤ. အဒိ, ယမ့ၢ်ထံဉ်လၢဖိသဉ်တဂၤမၤကမဉ်တၢ်ကမဉ်ဒ်အလီၢ်လီၢ်ထိဘိနှဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကဒုးနဲဉ်ယၤလၢယကဘဉ်သိဉ်လိကွၤဖိသဉ်တၢ်လၢအထံဉ်ဝဲလၢအကိအံၤကဒိးတဘျိနှဉ်လီၤ. ဖဲယမၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသိဘဉ်ဃးဖိသဉ်အဂ့ၢ်နှဉ်ယဘဉ်ဆိကမိဉ်ထံတၢ်မၤစၢၤမနုၤလၢဖိသဉ်အံၤလိဉ်ဘဉ်ဒိးယကဘဉ်မၤစၢၤအီၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤကွၢ်ဒီးသမံသမိးဖိသဉ်ဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်ဘဉ်ဃးအတၢ်သမံသမိးအစၢတဖဉ်

တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်ဘဉ်ဃးအတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်မးတမံၤန့ဉ်လီၤ. သနာ်က့တချုးနမၤတၢ်အံၤသရဉ်ဒီးဖိသဉ်ကဘဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်ရ့လိာ်မုာ်လိာ်လၢအဂ့ၤန့ဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်မၤန့ၢ်တၢ်ဘျုးတၢ်ဖြဉ်ခီဖျိတၢ်မၤလိန့ၢ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်လၢအကရူ၊ မ့တမ့ၢ် လၢတီၤဒိတတီၤအပူၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မ့ၢ်ထံဉ်လၢအကဘဉ်မၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်မနုၤလၢအနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲန့ဉ်ဂ့ၤဒိဉ်န့ၢ်သရဉ်ဘဉ်တဲဘဉ်အဝဲသ့ဉ်တက့ၢ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်ဘဉ်ဃးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်လၢတၢ်ကတိၤတမှာ်တလၤန့ဉ်တမ့ၢ်တၢ်လၢအဘျုးအိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အဒိ, “နကစံးဘဉ်ဖိသဉ်လၢဘဉ်မနုၤအဃိနကဒိးလံာ်ဖျၢဉ်အကျဲအံၤတဂ့ၤထိဉ်ဘဉ်လဲဉ်” တၢ်အံၤကမၤစၢ်လီၤဖိသဉ်အတၢ်ဟာ်လု့ၢ်ဟာ်ပှၤလီၤအသးန့ဉ်လီၤ.

နမ့ၢ်စံးဘဉ်ဖိသဉ်လၢ, “စီၤဝါ, နစးထိဉ်နတၢ်တဲအကျဲန့ဉ်ယဘဉ်သူဉ်ဘဉ်သးဒိဉ်မးဒိးနတၢ်ကတၢ်နှဉ်မှာ်ဒိဉ်မးဘဉ်ဆဉ်နမ့ၢ်စူးကါနလံာ်ခီယ့ၤလၢကကွၢ်က့ၤနလံာ်ကဒိးအဂီၢ်နှဉ်နတၢ်တဲအံၤကဂ့ၤဒိဉ်ထိဉ်နှဉ်လီၤ. နကဒိးလံာ်ဖျၢဉ်တနီၤမ့ၢ်တဘဉ်ဒီးနမ့ၢ်တလီၤတံၢ်ဘဉ်နှဉ်သံကွၢ်နသကိးလၢအသ့ဉ်ညါလံာ်ကဒိးအံၤသ့” အံၤအဘျုးအိဉ်ဒိဉ်မးန့ဉ်လီၤ. လၢကျဲဒၣ်အံၤအဃိန့ဉ်ပတဲဖိသဉ်အတၢ်ဂ့ၤဒိးပဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢအတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဒိးဒုးနဲဉ်စ့ၢ်ကိးအဝဲသ့ဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်အသးဒၣ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်အတၢ်သကဲာ်ပဝဲးတဖဉ်

- တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်အံၤအဘျုးအိဉ်ဒိဉ်ဖဲအဝဲသ့ဉ်မၤတၢ်တမံၤမံၤဝံၤအခါတဘျီဃိန့ဉ်လီၤ.

- တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်အံၤအဘျုးအိဉ်ဖဲပစံးဘဉ်ဖိသဉ်လၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလဲၤထိဉ်လဲၤထိဒီးဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢကဘဉ်မၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒၣ်လဲဉ်အခါန့ဉ်လီၤ.

- နကြၢးမၤစၢၤဖိသဉ်ဒၣ်သိးကမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဘဉ်ဆဉ်နတကြၢးမၤန့ၢ်တၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်အဂီၢ်ဘဉ်, မ့မ့ၢ်တခီဒုးနဲဉ်အီၤကျဲလၢကဘဉ်မၤဝဲဒၣ်လဲဉ်ဒၣ်သိးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်အံၤကဆူဉ်ထိဉ်ကွၤအဂီၢ်နှဉ်လီၤ.

- တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်ဖိသၣ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူၣ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်အံၤဂ့ၤဒိၣ်လၢတၢ်ကတိၤလၢထးခိၣ်နှၣ်လီၤ.
- ဖိသၣ်ကြၢးသ့ၣ်ညါလၢကဘၣ်ယုမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤဖဲလဲၣ်ဒီးတူၢ်ဘၣ်လၢအယုဝဲမုာ်ဖဲအလိၣ် ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤအခါနှၣ်လီၤ.

## တၢ်သမံသမိးကွၢ်လီၤက့ၤနီၢ်ကစၢ်အသး

### ဖိသၣ်ကဘၣ်အိၣ်ဒီး –

- တၢ်ကွၢ်ကဒၢက့ၤအကစၢ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤ
- တၢ်သ့တဲဖျါတၢ်ဖဲအအိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲတမံၤမံၤအခါဒီးတဘၣ်မဲာ်ဆှးဘၣ်နှၣ်လီၤ.
- တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢကယုထံၣ်အတၢ်ကီတၢ်ခဲအတၢ်စံးဆၢတဖၣ်နှၣ်လီၤ.

တၢ်သမံသမိးကွၢ်လီၤက့ၤပသးအခီပညီမ့ၢ်ဖိသၣ်တဲဖျါထိၣ်အနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်, တၢ်သ့ၣ်ညါနၢ်ပၢၢ်ဒီးအတၢ်လဲၤထိၣ်လဲၤထိနှၣ်လီၤ. တၢ်သမံသမိးအံၤတၢ်မၤအီၤသ့ခီဖျိတဲသကိးတၢ်ဒိး ဖိသၣ်တဖၣ်ဒီးခီဖျိတၢ်လၢအကွဲးဝဲလၢကိးနံၤအလံာ်ကွဲးနီၣ်တၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်သမံသမိးကွၢ်လီၤက့ၤနီၢ်ကစၢ်အသးန့ၣ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်လၢကအဲၣ်ဒိးမၤလိအါထိၣ်တၢ်နှၣ်လီၤ.

ဖဲဖိသၣ်ကွဲးလံာ်သ့တဘျိယိန့ၣ်နကြၢးမၢဖိသၣ်ကွဲးလံာ်ကွဲးနီၣ်ကိးနံၤဘၣ်ယးတၢ်မနုၤလၢအမၤလိဒိး လဲၤခီဖျိလၢကွိန့ၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်မၤလိတမံၤဘၣ်တမံၤဝံၤအခါနမၢကွိဖိကိးဂၤဟာ်ဖျါထိၣ်ကဒၢက့ၤအတၢ်လဲၤထိၣ်လဲၤထိလၢအတၢ်မၤလိအပူၤသ့နှၣ်လီၤ.

## တၢ်သမံသမိးကွၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးတဖဉ်

လၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အကျဲအပူၤတၢ်တိာ်အိဉ်အါမံၤလၢအကီဝဲလၢတၢ်ကသမံသမိးကှၤအီၤန့ဉ်လီၤ. သနာ်ကှတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးမ့ၢ်တၢ်အဂံၢ်ခိဉ်ထံးတဖဉ်လၢဖိသဉ်အတၢ်မၤလိမၤဒီးအပူၤဒီးအတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိလၢခါဆူညါအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. ဒ်လဲဉ်ဂ့ၤပကြၢးဂုာ်ကျဲးစၢးသမံသမိးတၢ်သ့ဉ်တဖဉ်အံၤဒ်တၢ်သ့အိဉ်ဒီးပှၤအသိးန့ဉ်လီၤ. တၢ်လၢလာ်သ့ဉ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်သ့ဉ်လွံၢ်ပတိၢ်လၢတၢ်ကသမံသမိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးအတၢ်ဂုၤထိဉ်နှဉ်လီၤ.[9]

**တၢ်သ့တၢ်ဘဉ် ဒ်တၢ်မၤသကိးတၢ်** – တၢ်မၤသကိးတၢ်အခိပညိမ့ၢ်ဝဲတၢ်သ့မၤဃုာ်တၢ်ဒီးပှၤအါဂၤဒီးသ့တူၢ်လိာ်မူဒါအကလုာ်ကလုာ်တဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဒိကနဉ်, တၢ်တဲနၢ်ပၢၢ်တၢ်, တၢ်တၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒ်သိးကတုၤဆူတၢ်ဆၢတဲာ်တမံၤအဂီၢ်ဒီးတၢ်တၢဉ်ပိဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဆိဉ်လီၤသးတခိတစဲးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

| | ဖိသဉ်(က) | ဖိသဉ်(ခ) |
|---|---|---|
| အပတိၢ် (၁) : မၤတၢ်ဒီးပှၤအဂၤတဂၤသ့ဒီးဟ့ဉ်အခွဲးလၢပှၤဂၤကတိၤတၢ်ဒီးဒိကနဉ်အီၤဒီးနီၤဟ့ဉ်လီၤအတၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖဉ် | | |
| အပတိၢ် (၂) : သ့တူၢ်လိာ်ပှၤဂၤအတၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးသ့တၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒီးပှၤလၢအတၢ်ဆိကမိဉ်တၢ်ထံဉ်လီၤဆိဒီးအီၤတဖဉ် | | |
| အပတိၢ် (၃) : မၤတၢ်ဒီးကရူၢ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်လီၤဆိအကလုာ်ကလုာ်ဒ်အမ့ၢ် (သးနံဉ်လီၤဆိ, တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လီၤဆိ, မုဉ်/ခွါ) | | |
| အပတိၢ် (၄) : သ့တိခိဉ်ရိဉ်မဲကရူၢ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်လီၤဆိအကလုာ်ကလုာ်<br><br>သ့ဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်ဃဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိအကျဲတဖဉ်, တဘျိဃိစူးကါတၢ်မၤသကိးတၢ်အသနူတဖဉ် | | |

[9] လံ်တဆၢအံၤဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ : Miriam S. (1993) Learning from Experience. World Studies. Trentham Books Ltd., United Kingdom.

**တၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သး – တၢ်ဖိသူဉ်ဖိသး**အခိပညီမ့ၢ်ဝဲတၢ်နၢ်ပၢၢ်ပှၤဂၤအတၢ်တူၢ်ဘဉ်ဒီးအတၢ်ဆိကမိဉ်နှဉ်လီၤ.

| | ဖိသဉ်(က) | ဖိသဉ်(ခ) |
|---|---|---|
| အပတိၢ် (၁) : သ့တူၢ်လိာ်ဝဲလၢတၢ်သးတလီၤပလိာ်ဘဉ်နှဉ်အိဉ်အါန့ၢ်ဒံးတကပၤနှဉ်လီၤ.<br><br>သ့နီၤလီၤသကိးတၢ်တူၢ်ဘဉ်တဖဉ်ဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်ပှၤဂၤဘဉ်ဃးတၢ်သကဲာ်ပဝဲးတဖဉ် | | |
| အပတိၢ် (၂) : တဲဖျါထိဉ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအအိဉ်လၢတၢ်တဲအပူၤသ့<br><br>သ့ထံဉ်ဖိသဉ်အဂၤတဂၤအတၢ်လိဉ်ဘဉ်လၢအတလီၤပလိာ်ဒီးနၤ | | |
| အပတိၢ် (၃) : သ့တဲနၢ်ပၢၢ်ပှၤဂၤလၢပှၤဟီဉ်ခိဉ်ဖိမၤတၢ်တဂၤဒီးတဂၤလီၤဆိလိာ်အသးမ့ၢ်လၢအတၢ်အိဉ်သးလီၤဆိ<br><br>သ့တြိဆၢတၢ်စူးကါတၢ်မၤဘဉ်ဒိပှၤအဂၤလၢကျိအပူၤဘဉ်ဃးဒီးပိာ်မုဉ်ပိာ်ခွါအဃိနိၢ်ခိကှၢ်ဂီၤအတၢ်တလၢတပဲၤအဃိ, ကလုာ်လီၤဆိအဃိ မ့တမ့ၢ် လၢတၢ်ဖြိဉ်တၢ်ယာ်အဃိတဖဉ် | | |
| အပတိၢ် (၄) : သ့ထိဒၢတၢ်ထံဉ်တခိတၢၤဒီးဝဲၤတခိတၢၤ (stereotype) ပှၤဂၤလၢအလီၤဆိဒီးအဝဲသ့ဉ်တဖဉ် | | |

ပသမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်မၤလိတၢ်လၢတီၤပူၤဒီးတၢ်လၢအမၤဝဲတဖဉ်အစၢဒ်လဲဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဖျါလၢတီၤပူၤမ့ၢ်ဝဲစဲအ့ဉ်တၢ်မၤကွၢ်, တၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်, တၢ်ဂဲၤကလံဉ်, တၢ်ဖးထါ, ဂဲၤလိာ်ကွဲဖျၢဉ်ပြိၢ်ဒီးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်လၢဖိသဉ်မၤဝဲအစၢတဖဉ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်တ့တၢ်ဂီၤ, တၢ်တ့တၢ်တမံၤ, မၤတၢ်အဒိတခါလၢအဘဉ်ဃးဒီးစဲအ့ဉ်ပိညါ, တၢ်ကွဲးလံာ်ဆိရဲဉ် မ့တမ့ၢ် လံာ်ဟာ်ဖျါ, တၢ်ကွဲးတၢ်သးဝံဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်သးဝံဉ်တယုၢ်လၢတၢ်ကွဲးတ့ၢ်အိၤအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်သမံသမိးတၢ်ဇံၤကမဉ်သ့ဒ်လဲဉ်.

တၢ်သမံသမိးပှၤကွိဖိန့ဉ်တကြၢးမ့ၢ်တၢ်ဒိးစဲးဖဲနံဉ်အကတၢ်ၢ်ဓိၤဘဉ်. တၢ်သမံသမိးပှၤကွိဖိကြၢးထိဉ်သတြိၤဖိသဉ်အိဉ်ဒီးတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိထဲလဲဉ်ဖဲနံဉ်အခိဉ်ထံးဒီးနံဉ်အကတၢ်ၢ်နှဉ်လီၤ. ပကထိဉ်သတြိၤဖိသဉ်လၢတီၤပူၤခီဖျိပစူးကါတၢ်သံကွၢ်ဖးဒိဉ်တခါဓိၤန့ဉ်တတီတတြၢ်လၢဖိသဉ်အဂီၤ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. လၢတီၤတတီၤအပူၤဖိသဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ကလီၤဆိလိာ်အသးသၢနံဉ်အတိၤ်ပူၤဒီးလၢတၢ်ဂ်ၢ်တၢ်ဒွးအပူၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ကလီၤဆိလၢန္ဒံနံဉ်အတိၤ်ပူၤသ့ဝဲန့ဉ်လီၤ.

သရဉ်ဒီးမိၤ်ပၢ်တဖဉ်တကြၢးဆိကမိဉ်လၢနံဉ်ကတၢ်ၢ်တၢ်ဒိးစဲးဇံၤမ့ၢ်တၢ်သမံသမိးကွၢ်တၢ်အကါဒိဉ်ကတၢ်ၢ်လၢဖိသဉ်အဂီၤ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်ထိဉ်သတြိၤဖိသဉ်ဆူဖိသဉ်အဂၤလၢတီၤပူၤအံၤကဆုၢဖိသဉ်ဆူတၢ်ထံဉ်ဆံးလီၤအလုၢ်အပ့ၤသ့နှဉ်လီၤ. နံဉ်ကတၢ်ၢ်တၢ်ဒိးစဲးအံၤမ့ၢ်ဖိသဉ်အတၢ်သမံသမိးတမံၤလၢတၢ်သမံသမိးဖိသဉ်အကျါနှဉ်လီၤ. ဖဲပသမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်နှဉ်ပကြၢးဒုးသ့ဉ်ညါသရဉ်, ဖိသဉ်ဒီးဖိသဉ်အမိၤ်အပၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အံၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကွိနှဉ်လီၤ. တၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အံၤတၢ်စူးကါစ့ၢ်ကီးအီၤလၢတၢ်ကရဲဉ်ကျဲၤတၢ်လၢကွိအနံဉ်လၢကဟဲလၢဖိသဉ်အံၤအဂီၤ်နှဉ်လီၤ. ပတကြၢးထံဉ်ထဲဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဓိၤဘဉ်. ပကြၢးဒုးနဲဉ်တၢ်လၢဖိသဉ်မၤနၤၤလၢတနံဉ်အံၤအတိၤ်ပူၤဒီးဆၢတဲာ်လၢပကမၤစၢၤအၢထိဉ်ဖိသဉ်အံၤလၢကျဲဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အံၤဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်မနုၤလၢဖိသဉ်မၤလိဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တမၤလိန့ၢ်တၢ်တမံၤသ့နှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တနီၤလၢဘဉ်မနုၤအဃိဖိသဉ်တမၤလိန့ၢ်တၢ်ဘဉ်နှဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤန့ဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်တအိဉ်ဒီးအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢကမၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤန့ဉ်ဘဉ်. အဒိ, လၢတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးအပူၤအလိၢ်အိဉ်လၢဖိသဉ်ကဘဉ်သ့ဉ်ညါဂံၢ်နီဉ်ဂံၢ်နီဉ်ဒွးတုၤတဆံတချုးလၢနမၢဖိသဉ်ဒွးတၢ်ထုးကွံာ်နှဉ်လီၤ.

- တၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲတကြၢးလၢဖိသဉ်အံၤအဂီၤ်ဘဉ်.

- ဖိသဉ်လိဉ်ဘဉ်အၢထိဉ်တၢ်ဆၢကတိၤ်လၢကမၤလိသ့အသးလၢတၢ်လၢအမၤလိတ့ၢ်ဝဲတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

- ဖိသဉ်တူၢ်ဘဉ်တၢ်သဉ်ဝံၤလီၤဒိ မ့တမ့ၢ် တၢ်အိဉ်လီၤထြုး

- ဖိသဉ်အိဉ်ဒီးနိၢ်သးအတၢ်ဂ့ၢ်ကိ မ့တမ့ၢ် နိၢ်ခိအတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢအမၤတံာ်တာ်အဝဲသ့ဉ်အတၢ်မၤလိမၤဒီးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ဖိသဉ်တဂၤမ့ၢ်အိဉ်ဒီးအတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢအတၢ်မၤလိအပူၤနှဉ်ပဃုထံဉ်က့ၤအတၢ်ဂ့ၢ်ကိသ့ဉ်တဖဉ် အံၤလၢတၢ်သမံသမိးတ့ၢ်အီၤတပယူာ်ဃိသ့ဝဲအဂ့ၢ်ဒ်အံၤတၢ်နှဉ်ဟ့ဉ်ပှၤအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢပကမၤစၢၤက့ၤဖိသဉ်အံၤအဂိၢ်လီၤ. ပကဘဉ်နၢ်ပၢၢ်လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးနှဉ်တမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကျဲတဘိဃိဒီးတၢ်ဆၢကတိၢ်အယူာ်ထဲသိးလိာ်အသးဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တနီၤတထိဉ်ကွဲဖဲတၢ်သိဉ်လိလီၤတၢ်အကါဒိဉ်တမံၤမံၤအခါအဃိဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤအါထိဉ်ဒ်သိးကလူၤပိာ်ထိဉ်က့ၤတၢ်မၤလိအခံန့ဉ်လီၤ. ပမၢဖိသဉ်လၢအဖွဲးတဖဉ်လၢတီၤပူၤမၤစၢၤဖိသဉ်လၢတထိဉ်ကွိလၢနံၤအဝဲန့ဉ် မ့တမ့ၢ် ဖိသဉ်လၢအလီၤတိၢ်လၢပှၤဂၤအလိၢ်ခံတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ.



### တၢ်ကွၢ်ကဖါက့ၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ် – တၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိ

ဆိကမိဉ်ထိဉ်ကွိအကတိၢ်လၢအပူၤကွံဉ်တကတိၢ်, ဒီးဆိကမိဉ်ထိဉ်လံာ်တဘ့ဉ်ဘ့ဉ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွး မ့တမ့ၢ် လံာ်စဲအ့ဉ်ဒီးနကသမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိလၢလံာ်အံၤဒ်လဲဉ်တက့ၢ်. နကသမံသမိးကွၢ်ခီဖျိတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆး, ခီဖျိတၢ်ဒီးစဲး, ခီဖျိတၢ်တမံၤမံၤလၢအမၤဝဲအစၢ, ခီဖျိတၢ်ဒီးစဲးဖးဒိဉ် မ့တမ့ၢ် portfolio ဓါ.

နကတဲဘဉ်ဖိသဉ်အမိၢ်အပၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်သမံသမိးကွၢ်အစၢအံၤဒ်လဲဉ်. နကတဲအီၤခီဖျိတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဒီးမိၢ်ပၢ်မ့တမ့ၢ်ကွဲးတၢ်ကွဲးဟ်ဖျါဒီးဆ့ၢလီၤဆူဟံဉ် မ့တမ့ၢ် ခီဖျိမိၢ်ပၢ်ဒီးသရဉ်အတၢ်အိဉ်ဖှိဉ်ဓါ.

**တၢ်ပလီၢ်ပဒီသးဆူတၢ်ဟူးဂဲၤမၤတၢ် –** ခဲအံၤနသ့ဉ်ညါဒီးတိာ်သူဉ်ဟ်သးဘဉ်ဃးတၢ်သမံသမိးကွၢ်ဖိသဉ်တပယူာ်ဃိအလုၢ်အပ့ၤလံ. နမၤတၢ်မနုၤသ့လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်သမံသမိးကွၢ်အံၤဖိသဉ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်ဆံးဘါစၢ်အဂိၢ်နှဉ်လဲဉ်. နဒုးနဲဉ်လီၤ porfolio လၢနတီၤပူၤသ့ဓါ. ကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သမံသမိးကွၢ်အကျိၤအကျဲအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢတနံဉ်အတီၢ်ပူၤတက့ၢ်. ဆိကမိဉ်ထိဉ်ကျဲလၢနမၤတၢ်အံၤသ့လၢအကြၢးဒီးနတၢ်အိဉ်သးဇဉ်နဲတက့ၢ်. သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်လၢနကြၢးကွဲးဃုာ်တၢ်သမံသမိးကွၢ်အကျိၤအကျဲလၢနတၢ်ကွဲးတၢ်မၤလိအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤတက့ၢ်.

| | **တၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆး** | **တၢ်ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်လၢအမၤဝဲသ့** | **Portfolio** | **တၢ်ဖိးစဲး** | **ဒီးအဂၤတဖဉ်** |
|---|---|---|---|---|---|
| ကိးနံၤဒဲး | | | | | |
| ကိးန္ဒံဒဲး | | | | | |
| တၢ်မၤလိကွိကိးအကတိၢ်ဒဲး | | | | | |
| ကိးနံဉ်ဒဲး | | | | | |



## အဆၢဖိၣ် ၅.၅
## ပမၤလိန့ၢ်တ့ၢ်လံတၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်

လၢလံာ်အံၤအပူၤပမၤလိဘၣ်ဃးပကပၢဆုၢတီၤဒ်လဲၣ်ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးပၣ်ဃုာ်ဖိသၣ် လၢကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်လိၣ်လီၤဆီလၢကမၤလိတၢ်တဖၣ်အဂိၢ်နှၣ်လီၤ. တၢ်သံကွၢ်တနီၤလၢပကြၢးဆိကမိၣ်လၢအဂ့ၢ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ,

- မိၢ်ပၢ်မၤစၢၤပှၤလၢတၢ်ပၢဆုၢတီၤသ့၏. (ဘၣ်ဆၣ်တဘၣ်ဟံးစုနဲၣ်ကျဲဝဲဘၣ်.)
- ဖိသၣ်ဟံးန့ၢ်အါထိၣ်မူဒၤိလၢအနိၢ်ကစ်ဒၣ်ဝဲအလၢတၢ်မၤလိမၤဒီးအပူၤသ့၏.
- ပစူးကါအါထိၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအအိၣ်လၢပဟိၣ်ကဝိၤအပူၤလၢတၢ်မၤတၢ်သိၣ်လိအပိးအလိအဂိၢ်သ့၏.
- ဖိသၣ်မၤစၢၤလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒ်သိးကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢတဂၤဒီးတဂၤအအိၣ်အဂိၢ်သ့ ၏.
- ပမၤလီၤဆီပတၢ်သိၣ်လိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်ဒ်သိးဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးကမၤလိန့ၢ်တၢ်လၢအတၢ်ဆၢကတိၢ်အယူာ်ဒၣ်ဝဲသ့၏.
- ပဒိသဒၢသကဲာ်ပဝဲးအၢသိတဂ့ၤတဝါတဖၣ်လၢတီၤပူၤတချုးအကဲထိၣ်အခါသ့၏.
- အလိၢ်မ့ၢ်အိၣ်ပစူးကါတၢ်သိၣ်က့ၤသိက့ၤဖိသၣ်ဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်မၤလိလၢတီၤပူၤအဂိၢ်သ့ ၏.

**တၢ်မ့ၢ်ပၢဆုၢတီၤန့ၢ်ဂ့ၤဂ့ၤ, တၢ်သိၣ်လိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်တၢ်မ့ၢ်ရဲၣ်ကျဲၤအီၤဂ့ၤဂ့ၤ, ဒီးပှၤကိးဂၤဒဲးမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သူၣ်အိၣ်သးအိၣ်လၢဖိသၣ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂိၢ်နှၣ်ဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးမၤနၤတၢ်သ့နှၣ်လီၤ.**

လၢလံာ်အံၤအပူၤပမၤလိတၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်သမံသမိးကွၤဖိသၣ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကျဲအါဘိလၢအလီၤဆီလိာ်အသးနှၣ်လီၤ. ပဘၣ်သ့ၣ်ညါဖိသၣ်တဂၤဒီးတဂၤစုာ်စုာ်သ့ၣ်ညါတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤလဲၣ်ဒီးဖိသၣ်နှၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အချ့လီၤဆီလိာ်အသးတဂၤဒီးတဂၤနှၣ်လီၤ. ပဘၣ်ဟ့ၣ်ဖိသၣ်တၢ်နၢ်ပၢၢ်ဘၣ်

ဃးအတၢ်ဂံၢ်ဆူဉ်ဒီးအတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဖဲအမၤလိနှ၊်တၢ်အခါနှဉ်လီၤ. ပဘဉ်သ့ဉ်ညါဖိသဉ်အတၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအိဉ်ဖဲနံဉ်ကတၢ်၊အခါနှဉ်လီၤ.

ပမၤလိဘဉ်လၢတၢ်သမံသမိးကွၢ်ကၠၤဖိသဉ်အဂီၤ်ပစူးကါတၢ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆး, portfolio, တၢ်ဃဉ်လီၤ သကိးတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ် (ခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိ မ့တမ့၊် လၢအကရူ၊်) ဒီးတဘျိတခိဉ်ပစူးကါတၢ်ဒိးစဲးနှဉ်လီၤ.

နအိဉ်ဒီးတၢ်နာ်လီၤနသးလၢကတဲဘဉ်မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဘဉ်ဃးအဖိတဖဉ်အဂ့ၢ်ဖဲနံဉ်ဖးဖိအဆၢကတိၢ်စ့ၢ်ကီးဧါ. နပျဲဖိသဉ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲအတၢ်သမံသမိးကွၢ်လီၤကၠၤအသးအဂီၤ်သ့ဧါ. အဒိ, မၢအဝဲသ့ဉ်စူးကါတၢ်ဖံးတၢ်မၢမနုၤလၢအဆဲဉ်ဒိးပၢနာ်ဝဲလၢအ portfolio အပူၤအသိးနှဉ်လီၤ.

## နမၤလိန့ၢ်တၢ်အါထိဉ်သ့ဖဲလဲဉ်

လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲးကျုးအီၤဒီးဝဲၤလီၢ်ထံဉ်စိ (Web sites) လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်တဖဉ်လၢအလုၢ်အပူၤဒိဉ်မးလၢနကဃုထံဉ်တၢ်ပၢဆ့ၢ်ရဲဉ်ကျဲၤ inclusive တီၤတဖဉ်အဂီၤ်နှဉ်လီၤ.

### လံာ်လၢအဘဉ်တၢ်စဲကျုးအီၤတဖဉ်.

A Tale of Two Kittens. A reader for children in primary school to learn about diversity; includes a teacher's manual. Human Rights Education programme (Karachi/Pakistan). www.hrep.com.pk

Alternatives to Corporal Punishment: The Learning Experience. (2000) Department of Education, Ministry of Education, Pretoria , South Africa .

Miriam S. (1993) Learning from Experience. World Studies. Trentham Books Ltd., United Kingdom.

UNESCO (1993) Teacher Education Resource Pack: Special Needs in the Classroom. Paris.

UNESCO (2001) Understanding and Responding to Children's Needs in Inclusive Classrooms: Guide for Teachers. Paris.

UNESCO (2004) Changing Teaching Practices Using Curriculum Differentiation to Respond to Students' Diversity. Paris.

**Web Sites.**

Authentic Assessment: a briefing.
http://home.ecn. ab.ca /~ljp/edarticles/ assessment.htm

Classroom routines.
http://www.ioe.ac.uk/multigrade/practical_ advice.htm

Cooperative learning.
http://www.jigsaw.org/ and http://www.co-operation.org

Guidelines for Portfolio Assessment in Teaching English by Judy Kemp and Debby Toperoff.
http://www.etni.org.il/ministry/portfolio

Managing group work and cooperative learning.
http://www.tlc.eku.edu/tips_cooperative_learning.htm

Multigrade Teacher Training Materials.
http://www.ioe. c.uk/multigrade/teacher_training.htm

Positive Discipline.
http://www.positivediscipline.com

Quality Education for Every Student. This is a good Web site for explaining portfolio assessment.
http://www.pgcps.org/~elc/portfolio.html

UNICEF Teachers Talking about Learning.
http://www.unicef.org/teachers

# လံ့နဲ့ကျဲ (၆)

## တ်ာ့းအိုံထိုံ ILFE အတီဇာ:လာအပဲ့ဒီ:တ်ာအိုံဆူံအိုံချဒီး တ်ာဒီသဘ

## Creating a Healthy and Protective ILFE



Inclusive Learning-Friendly Environments

UNESCO

## တၢ်နဲၵ်ကျဲလၢလံာ်အံၤအဂီၤ်

လံာ်တဘ့ၵ်အံၤကမၤစၢၤနၤဒီးနပှၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ်လၢနကစးထိၵ်ဒုးအိၵ်ထိၵ်ကွဲတဖျၢၵ်လၢအပှဲၤဒီးတၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချဒီးတၢ်ဒီသဒၢနူၵ်လီၤ. ဒ်ပမၤလိတ့ၢ်လံလၢလံာ်အဘ့ၵ် (၃) အပူၤအသိးပမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ထုးနုာ်ဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးဆူကွဲအပူၤနူၵ်လီၤ. ပတၢ်ကျဲးစၢးတဖၣ်အံၤမ့ၢ်လိၵ်ထိၵ်ဖးထိၵ်နူၵ်ဖိသၣ်လၢအအိၵ်ဒီးအဂ့ၢ်အကျိၤဂံၢ်ထံးလီၤဆီဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၵ်လီၤဆီတဖၣ်ကဟဲအါထိၵ်ဆူပတီၤဒၢးအပူၤဒီးမၤလိတၢ်နူၵ်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ပှၤသ့ၵ်တဖၣ်လၢအကဘၵ်မၤလိနူၢ်တၢ်လၢခိၵ်ဃၢၤလၢအပှဲၤဒီးတၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချဒီးတၢ်ပူၤဖျဲးအပူၤနူၵ်လီၤ.

## တၢ်ဂ့ၢ်ခိၵ်တီတဖၣ်


**၆.၁ တၢ်ဒုးအိၵ်ထိၵ်တၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချဒီးတၢ်ဒီသဒၢအကျဲသနူလၢဖိသၣ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၤ် ၃**
တၢ်ဒုးဟူထိၵ်သါလီၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ဒုးအိၵ်ထိၵ်ကွဲအတၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချအကျဲသနူအဂီၤ် ၅
တၢ်သူၵ်ထိၵ်ပှၤကိးဂၤဒဲးအတၢ်ထံၵ်တမံၤဃီ ၈
တၢ်သမံသမိးဒီးမၤကွၢ်ပကွဲအတၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချကျဲသနူအတၢ်အိၵ်သး ၁၀
ဖဲတၢ်မၤဆူၵ်မၤစီးအိၵ်ထိၵ်လၢကွဲအခါပမၤတၢ်မနုၤသ့လဲၵ်–တၢ်မၤဟိာ်ထွဲကျဲသနူအခံ ၁၇

**၆.၂ တၢ်ဟ့ၵ်ဖိသၣ်တၢ်သ့တၢ်ဘၵ်လၢအတၢ်အိၵ်မူအဂီၤ် ၂၈**
တၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချအတၢ်သ့ၵ်ညါနၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၵ် ၂၈
တၢ်လိၵ်ဘၵ်တၢ်သ့တၢ်ဘၵ်မနုၤတဖၣ်လဲၵ်. ၃၁
တၢ်ကသိၵ်လိၵ်တၢ်သ့တၢ်ဘၵ်တဖၣ်အံၤဒ်လဲၵ် ၃၇
တၢ်ကူၵ်ဘၵ်ကူၵ်သ့ဘၵ်ဃးတၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘၵ်လၢကဒီသဒၢအ့းစ်တၢ်ဆါ (HIV/AIDS) အဂီၤ် ၄၀

**၆.၃ တၢ်ဟ့ၵ်ကွိတၢ်အီၵ်လၢအန့ၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါဒီးတၢ်အိၵ်ဆူၵ်အိၵ်ချအတၢ်ရဲၵ်တၢ်ကျၤတဖၣ် ၅၄**
တၢ်မၤကွၢ်ပတၢ်အိၵ်သးခဲအံၤ ၅၅
ကွိတၢ်အီၵ်လၢအန့ၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါအတၢ်တိာ်ကျၤ, တၢ်မၤစၢၤဖိသၣ်လၢတအီၵ်ဘၵ်တၢ်မူာ်မူာ်နီၤ်နီၤ်တဖၣ် ၅၈
တၢ်ထံၵ်တၢ်ဆိကမိၵ်တဖၣ်လၢတၢ်ဒုးအိၵ်ထိၵ်ကွိအခိၵ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအကဆဲကဆီအဂီၤ် ၆၁

**၆.၄ ပမၤလိတ့ၢ်လံမနုၤတဖၣ်လဲၵ်. ၇၀**



## အဆ၊ဒိုင် ၆.၁
## တ၊ဒုးအိုင်ထိုင်တ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချဒီးတ၊ဒီသဇ၊အကျဲသနူ လ၊ဖိသင်ကိုး၈၊ဒဲးအဂီ၊

လ၊ inclusive, learning-friendly ကွိတဖျ၊ဉ်အပူ၊နှ့ဉ်တ၊အကါဒိုင်တမံ၊မ့၊ဖိသင်တဖဉ်ကအိုင် ဆူင်အိုင်ချ, ဒီးပူ၊ဖျဲးလ၊တ၊ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးအကလုာ်ကလုာ်နှ့ဉ်လီ၊. လံာ်အဆ၊ဒိုင်တဆ၊အံ၊အ ပူ၊တ၊ဂဲ၊လိအိုင်တနီ၊လ၊နစူးကါအီ၊သ့ဒ်သိုးကဒုးအိုင်ထိုင်ကျဲသနူလ၊တ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချအဂီ၊, ဒ်သိုးကမ၊နှ့၊တ၊မ၊စ၊၊ဆိုင်ထွဲလ၊ကျဲသနူအံ၊အဂီ၊, ဒီးမ၊ဖျါထိုင်ကျဲသနူလ၊ပလိုင်ဘဉ်အီ၊အဒိုင် ကတ၊၊ဖဲလဲဉ်တခါလဲဉ်နှ့ဉ်လီ၊.

တ၊ဒုးအိုင်ထိုင်ကွိအတ၊တိာ်ကျဲ၊လ၊တ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချဒီးတ၊ပူ၊ဖျဲးအဂီ၊အံ၊တမ့၊တ၊အသီဘဉ်နှ့ဉ် လီ၊. ကွိအါဖျ၊ဉ်အိုင်ဒီးတ၊တိာ်ကျဲ၊တဖဉ်အံ၊မ့၊လ၊အဝဲသ့ဉ်နှ၊ပ၊၊်လ၊ဖိသင်တဂ၊မ၊လိန္ဒ၊တ၊သ့ဖဲ အအိုင်ဆူင်အိုင်ချဒီးအိုင်ဒီးတ၊အီဉ်လ၊ပဲ့၊ဒီးပူ၊ဖျဲးလ၊တ၊မ၊ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးနှ့ဉ်လီ၊. ဖိသင်ကမ၊ လိန္ဒ၊တ၊ဂ့၊ဖဲအဝဲသ့ဉ်တဘဉ်ပျံ၊ဖုးဘဉ်တ၊အခါနှ့ဉ်လီ၊.

ကွိအတ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချအကျဲသနူနှ့ဉ်ကဘဉ်တဲဖျါထိုင်ကွိမ၊တ၊မနု၊လ၊ကမ၊ဂ့၊ထိုင်တ၊အိုင် ဆူင်အိုင်ချ, တ၊ကဆဲ့ကဆို, ဒီးတ၊အိုင်လ၊အဂ့၊လ၊တ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချအဂီ၊, ဒီးတ၊ပူ၊ဖျဲးလ၊ဖိ သင်အဂီ၊, လီ၊ဆိဒ်တ၊ဖိသင်လ၊က့၊ဂီ၊ဟးဂီ၊ဒီးတလ၊တဗျဲ၊တဖဉ်ဒီးဖိသင်လ၊အိုင်ဒီးတ၊မ၊လိ အတ၊လိုင်လီ၊ဆိတဖဉ်အဂီ၊နှ့ဉ်လီ၊. ကျဲသနူဒ်အံ၊ကမ၊လီ၊တံ၊လ၊ကွိနှ့ဉ်မ့၊ခိုင်ဃ၊၊ဝးတရံုးအဂ့၊ တခါလ၊ပဖိပလံ၊တဖဉ်ကမ၊လိန္ဒ၊တ၊လ၊အပူ၊ဖျဲးအဂီ၊နှ့ဉ်လီ၊.

ကျဲအဂ့၊ကတ၊၊်လ၊ကဒုးအိုင်ထိုင်ကွိအကျဲသနူအံ၊အဂီ၊သရဉ်, ဖိသဉ်, မိ၊ပ၊်, ပှ၊တဝ၊ခိုင်နှ၊်, တ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချအပှ၊မ၊တ၊ဖိဒီးပှ၊အဂ၊တဖဉ်ကဘဉ်နုာ်လီ၊မ၊သကိုးတ၊နှ့ဉ်လီ၊. တ၊ဂ့၊ခိုင် သ့ဉ်နှ့ဉ်မ့၊ဝဲပကမ၊ဒ်သိုးပှ၊တဖဉ်အံ၊ကဆိကမိဉ်သကိုး, ကတိ၊သကိုးဒီးအာဉ်လီ၊သကိုးလ၊က သူဉ်ထိုင်ကျဲသနူအံ၊အဂီ၊နှ့ဉ်လီ၊.

ကွိတ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချအကျဲသနူနှ့ဉ်မ့၊တ၊မနု၊လဲဉ်ဒီးလီ၊က်ဒ်လဲဉ်. လံာ်တိ၊ဖျါလ၊လာ်အံ၊ဒုးနဲဉ် တ၊ဂ့၊အကါဒိုင်တနီ၊ဒီးကျဲသနူတနီ၊ဒ်သိုးကဒုးအိုင်ထိုဉ် inclusive ကွိလ၊အမ၊ဂ့၊ထိုဉ်ကွိဖိအ တ၊အိုင်ဆူင်အိုင်ချဒီးအတ၊ပူ၊ဖျဲးနှ့ဉ်လီ၊.

## ကွိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးတၢ်ဒိသဒၢအကျဲသနူအဖိတဖၣ်

| ကျဲသနူအဂ့ၢ်အကျိၤ | ကွိအကျဲသနူအဖိတဖၣ် |
|---|---|
| ကွိဖိမုၣ်အိၣ်ထိၣ်ဒီးအဟုးအသးဒီးတၢ်ဟီထိၣ်ကွံၣ်လၢကွိအဂ့ၢ် | • တဘၣ်ထုးထိၣ်ပိာ်မုၣ်ဖိလၢအအိၣ်ထိၣ်ဒီးအဟုးအသးတဖၣ်လၢကွိဘၣ်<br>• ကဘၣ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပိာ်မုၣ်ဖိဒ်နူၣ်တဖၣ်ဒ်သိးကဟဲထိၣ်ကဒါက့ၤကွိဖဲအဆံးစၢ်အဖိဝံၤအလိၢ်ခံ<br>• လၢတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်အပူၤပၢနှာ်ဃုာ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်သ့ဘၣ်ဃးဟံၣ်ဖိဃိဖိအဂ့ၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဒိသဒၢတၢ်အိၣ်ထိၣ်ဒီးဟုးသးအဂ့ၢ်, ဖိသၣ်ဆံးစၢ်လိၤဒ်လဲၣ်, တၢ်အံးထွဲကွၢ်ဖိသၣ်ဆံးဒ်လဲၣ်ဒီးအဂုၤအဂၤတဖၣ်<br>• မၤပတုာ်တၢ်ကွၢ်မာ်ကွၢ်တလိၤဘၣ်ဃးပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါ |
| တၢ်တြီတၢ်အီမိာ်အဂ့ၢ် | • သရၣ်ဒီးကွိဖိတဘၣ်အီမိာ်လၢကွိဘၣ်<br>• တဘၣ်ဆါမိာ်ဆူဖိသၣ်တဖၣ်အအိၣ်ဘၣ်<br>• ကျးလၢအအိၣ်ဘူးဒီးကွိတဖၣ်တဘၣ်ဒုးဟူထိၣ်သါလိၤဘၣ်ဃးမိာ်အဂ့ၢ်ဘၣ် |
| တၢ်ဟးလိၢ်ဒီးထံအီ | • တၢ်ဟးလိၢ်လၢပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါအဂိၢ်ကဘၣ်လိၤဆိ<br>• ထံအီလၢအကဆဲကဆိုကဘၣ်အိၣ်လၢကွိ<br>• ကွိကမံးတံာ် မ့တမ့ၢ် မိၢ်ပၢ်ဒီးသရၣ်ကမံးတံာ်ကဘၣ်ဟံးန့ၢ်မူဒၢလၢကဟ်တၢ်ဟးလိၢ်ဒီးထံအီဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်ဘၣ် |
| HIV/AIDS ဒီးတၢ်ထုးထိၣ်ကွံၣ်ဖိသၣ်လၢကွိ | • စးထိၣ်သိၣ်လိလိၤတၢ်ဒိသဒၢ HIV/AIDS အတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢကွိ<br>• ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါ HIV/AIDS ပှၤဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်လၢကွိပူၤ<br>• တၢ်တဘၣ်ကွၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဆံးသရၣ်ဒီးဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီး HIV/AIDS တဖၣ်ဘၣ်<br>• မၤလီၤတံၢ်လၢတၢ်ဒိသဒၢအတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဘၣ်တၢ်စူးကါအီၤလၢမုၣ်ခွါအတၢ်ရှလိာ်သးအံၤအိၣ်လၢကွိ (အဒိ, ပိခွါတၢ်ဖျိၣ်) |

| | |
|---|---|
| တၢ်မၤတရိတပါကွိဖိဒီးပိာ်မုဉ်ဖိပိာ်ခွါဖိအတၢ်လီၤဆိတဖဉ်ဃုာ်ဒီးကွိသရဉ် | • ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိဒီးမၤလီၤတံၢ်လၢကွိဖိဒီးကွိသရဉ်ကိးဂၤကတြိဆၢသကိးတၢ်မၤတပျုာ်တပျိၤဒီးမၤတရိတပါတၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟ့ဉ်တၢ်ကမဉ်လၢနိၢ်ခိက့ၢ်ဂီၤဒီးတၢ်မၤပယွဲပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါအတၢ်လီၤဆိတဖဉ်နှဉ်လီၤ.<br>• တၢ်သိဉ်တၢ်သိအံၤပှၤကိးဂၤဒဲးကဘဉ်သ့ဉ်ညါဒီးပှၤလၢအထံဉ်တၢ်မၤတရိတပါအံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဘဉ်တဲဖျါထိဉ်ဝဲဒီးပှၤတဂၤဂ့ၤတဂၤဂ့ၤလၢအထိဒါတၢ်သိဉ်တၢ်သိအံၤကဘဉ်တၢ်စံဉ်ညီဉ်လၢကွိ |
| တၢ်ဟ့ဉ်နိၤလီၤကွိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ပီးတၢ်လိတဖဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်အဘိဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်အထုးအစိတဖဉ် | • ဟ့ဉ်သရဉ်တဖဉ်အတၢ်မၤလိလၢကဘဉ်သိဉ်လိလီၤဖိသဉ်တဖဉ်လၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်အိဉ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါအဂ့ၢ်, မၤသကိးတၢ်သိဉ်လိအံၤဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိဒီးပှၤတဝၤဖိတက့ၢ်<br>• ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်တၢ်သိလၢပှၤလၢအဆါတၢ်အိဉ်တၢ်အိလၢကွိကပိာ်ကပၤတဖဉ်လၢတၢ်အိဉ်တဖဉ်ကဘဉ်ကဆဲကဆှိဒီးဂ့ၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂိၤ် |

တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသနှၤ : Focusing Resources on Effective School Health. Core Intervention 1: Heslth Related School Policies. http://www.freshschools.org/schoolpolicies-0.htm

## တၢ်ဒုးဟူထိဉ်သါလီၤတၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူအဂိၤ်

လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်ပူၤဖျဲးလၢဖိသဉ်အဂိၤ်လၢကွိအံၤနလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢပှၤတဝၤတဖဉ်အအိဉ်နှဉ်လီၤ. နမ့ၢ်အဲဉ်ဒိးမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢပှၤတဝၤတဖဉ်အအိဉ်အဂိၤ်နှဉ်တၢ်ကစိဉ်လၢနအဲဉ်ဒိးပှၤတဝၤမၤစၢၤနၤအံၤကဘဉ်နၢ်ပၢၢ်ဝဲလီၤတံၢ်လီၤဆဲးနှဉ်လီၤ.



## တ၊်ဟူးတ၊်ဂဲၤ – နုးနဲဉ်ဖျါထီဉ်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤတဖဉ်လၢနလိဉ်ဘဉ်အီၤလၢနကွိကျဲသနူအဂီ၊်

- ကိးတ၊်အိဉ်ဖှိဉ်ဒီးသရဉ်အဂၤတဖဉ်လၢအအဲဉ်ဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်ကွိအတ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချလၢပှၤကွိဖအဂီ၊်တက့၊်. ပှၤတဖဉ်အံၤမ့၊်ပှၤတဖုဃိလၢနဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE အကရူ၊်အံၤသ့ (က့၊်လၢလံာ်အဘ့ဉ်တၢအပူၤတက့၊်.) မ့တမ့၊် မ့၊်ပှၤတဖုဃိလၢအမၤစၢတ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ပှၤတဝၤဒီးကွိအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒီးမ့၊်ပှၤတဖုလၢအထၢဖှိဉ်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်အဂ့၊်လၢပမၤလိဘဉ်တ့၊်လံအီၤလၢလံာ်အဘ့ဉ်သၢအပူၤအသိးန့ဉ်လီၤ.

- နီၤဖးလီၤသုသးဆူကရူ၊်ခံကရူ၊်မ့တမ့၊်သၢကရူ၊်ဒီးမၢပှၤကိးဂၤဒဲးဆိကမိဉ်ထိဉ်တ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတ၊်ပူၤဖျဲးလၢကွိအံၤမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတ၊်မၤလိန့၊်တ၊်ဒ်လဲဉ်အဂ့၊်တက့၊်. ပှၤတဂၤဘတဂၤစုာ်စုာ်ကဘဉ်ကွဲးလီၤတ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤတဖဉ်လၢအလံာ်ကွဲးနီဉ်တ၊်အပူၤန့ဉ်လီၤ. မၤတ၊်ဂဲၤလိအံၤလၢ (၅–၁၀) မံးနံးတက့၊်.

- ဟ့ဉ်လီၤကရူ၊်တကရူ၊်ဘဉ်တကရူ၊်စုာ်စုာ်လၢစးခိဖးလဲ၊်တဘ့ဉ်ဒီးမၢအကွဲးလီၤအတ၊်ဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးတ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတ၊်ပူၤဖျဲးအံၤမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်ဒီးအဟံဉ်ဖိဃိဖိဒ်လဲဉ်တ ကှ၊်.

- ခဲအံၤနီၤလီၤသကိးတ၊်ထံဉ်တ၊်ဆိကမိဉ်တဖဉ်တပူၤဃိဒီးဃုထၢတ၊်ထံဉ်လၢကရူ၊်ဟ့ဉ်ထိဉ်သၢမံၤ မ့တမ့၊် လွံ၊်မံၤလၢအလီၤပလိာ်လိာ်အသးအါတဖဉ်တက့၊်.

- အလီ၊်ခံကတၢ၊်ဟ့ဉ်ထိဉ်သကိးတ၊်ဂ့၊်လၢပဃုထၢအီၤတဖဉ်ပကကွဲးလီၤအီၤဒ်တ၊်ဘျၢအသိးဒ်လဲဉ်. နစူးကါတ၊်အဒိလၢလာ်ဒ်တ၊်နဲဉ်ကျဲအသိးသ့နှဉ်လီၤ. တ၊်ဂ့၊်လၢလာ်အံၤမ့၊်တ၊်ဂ့၊်ဘဉ်ဃးဒီးတ၊်သူဉ်ထိဉ်တ၊်ထံဉ်တ၊်ဆိကမိဉ်လၢအဃူလိာ်ဖိးလိာ်အသးန့ဉ်လီၤ.

**တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွဲအကျဲသနူလၢအမၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဖီးဒီသဖၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးလၢတၢ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးအကလုာ်ကလုာ်အဂိၢ်[၁]**

တၢ်ဂ့ၢ် ။ ပဝဲလၢအမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်ပကျဲးစၢးသိဉ်လိဖိသဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအလိဉ်ဘဉ်ဝဲလၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤဆူဉ်ဆူဉ်နူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်အတၢ်ထိဉ်ကွဲကစုၤလီၤဖဲဖိသဉ် မ့တမ့ၢ် အဟံဉ်ဖိဃိဖိတဂၤဂၤအိဉ်တဆူဉ်အိဉ်တချဘဉ်အခါ, ဖဲကွဲတအိဉ်ဒီးတၢ်ဟးလိၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဘဉ်အခါ မ့တမ့ၢ် ဖဲပှၤကွဲဖိတဖဉ်ပျံၤလၢတၢ်ကမၤအၢမၤသီမၤဆူဉ်မၤစီးလၢကျဲမ့တမ့ၢ်လၢကွဲအခါနူဉ်လီၤ.

**တၢ်ကစီဉ် ။ တၢ်ဆၢကတိၢ်, ကျိဉ်စ့လၢပဟ့ဉ်လီၤဆူပကွဲအံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်မးဘဉ်ဆဉ်ကျိဉ်စ့ဒီးတၢ်ဆၢကတိၢ်လၢပဟ့ဉ်လီၤအံၤအဘျူးကအိဉ်ဝဲဖဲဖိသဉ်တဖဉ်မ့ၢ်ထိဉ်ကွဲနူဉ်လီၤ.**

တၢ်ဂ့ၢ် ။ ဖိသဉ် (လီၤဆီဒဉ်တၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိလၢအဖြိဉ်အဃာ်) လၢတအိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ မ့တမ့ၢ် သဉ်ဝံၤလီၤဒိ မ့တမ့ၢ် ပျံၤတၢ်ဖုးတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဘှံးအသးလၢဟံဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်အဃိမၤလိနူ၊်တၢ်တသ့ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်နူဉ်လီၤ. တၢ်ဟ့ဉ်လီၤတၢ်ဆၢကတိၢ်ဒီးဘူဉ်စ့ၤတဖဉ်တကဲထိဉ်တၢ်ဘျူးတၢ်ဖြဉ်ဖဲတၢ်မၤတံာ်တာ်ဖိသဉ်တဖဉ်ဒ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢထးတဖဉ်အံၤအသိးနူဉ်လီၤ.

**တၢ်ကစီဉ် ။ ပဝဲလၢအမ့ၢ်သရဉ်တဖဉ်ပမၤပတၢ်မၤသ့ဒဉ်ထဲဖိသဉ်မ့ၢ်ဟဲထိဉ်ကွဲဒီးမၤလိတၢ်သ့နူဉ်လီၤ.**

တၢ်ဂ့ၢ် ။ မိၢ်ပၢ်တဖဉ်မ့ၢ်ပျံၤတၢ်လၢအဖိအလံၤအတၢ်ပူၤဖျဲးအဂိၢ်နူဉ်ဖိသဉ်ထိဉ်ကွဲကစုၤလီၤနူဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ထိဉ်ကွဲကစုၤလီၤစ့ၢ်ကီးဖဲကွဲဟ့ဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂံၢ်ခိဉ်ထံးဒီးတၢ်အိဉ်နူ၊်ဂံၢ်နူ၊်ဘါတနူ၊်အခါနူဉ်လီၤ.

**တၢ်ကစီဉ် ။ အါတက့ၢ်ကွဲတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လီတအိဉ်လၢအိဉ်ပဲၤဘဉ်နူဉ်လီၤ. ကွဲမ့ၢ်အဲဉ်ဒိးဒုးအိဉ်အါထိဉ်တၢ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချတဖဉ်နူဉ်ကဘဉ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၤနူဉ်လီၤ. သနာ်က့ပှၤတဝၤမ့ၢ်တအိဉ်ဒီးတၢ်နာ်နူ၊်ကွဲမ့ၢ်လၢကွဲတအိဉ်ဒီးကျဲသနူဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်ပူၤဖျဲးအလိၢ်ဘဉ်နူဉ်ကမ့ၢ်တၢ်ကီဒိဉ်မးလၢကမၤပှၤတဝၤဟ့ဉ်အါထိဉ်တၢ်ဆိဉ်ထွဲဆူကွဲအဂိၢ်နူဉ်လီၤ.**

[၁] ဘဉ်တၢ်ဟံးနူ၊်အိၢ်းလၢ : World Health Organization (2000) Local Action: Creating Health Promoting Schools. Geneva .

## တၢ်သူဉ်ထိဉ်ပှၤကိးဂၤဇဲးအတၢ်ထံဉ်တမံၤဃီ

တုၤမ့ၢ်ပအၢဉ်လီၤလၢတၢ်ကစီဉ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ကစီဉ်လၢအကါဒိဉ်လံနူဉ်ပကဘဉ်မၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ လၢပှၤတဝၢတဖဉ်အအိဉ်တချုးပစးထိဉ်ကွဲးလီၤကွိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူနူဉ်လီၤ. တၢ်မၤတၢ်အံၤသ့လၢကျဲတဘိဒ်အမ့ၢ်တၢ်နီၤဟ့ဉ်လီၤသကိးတၢ်ဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးကွိအကျဲသနူလၢအမၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးဒိသဒၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးလၢတၢ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးအကလုာ်ကလုာ်အဂ့ၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲဉ်အဂ့ၢ်နူဉ်လီၤ. ကွိမ့ၢ်ဒိကနဉ်ပှၤတဝၢအတၢ်ဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အခိဉ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကိအမိၢ်ပှၢ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲဉ်ဒီးကွိမၤတၢ်ကသ့ဒ်လဲဉ်နူဉ်အဘျုးအိဉ်စ့ၢ်ကိးနူဉ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်သူဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်လၢအဃူလိာ်ဖိးလိာ်သးခီဖျိတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူအဂ့ၢ်

**ကိးအိဉ်ဖှိဉ်ပှၤလၢအသးအိဉ်မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂ့ၢ်တဖဉ် (ပှၤတဖုအံၤကမ့ၢ်ပှၤတဖုဃီလၢန ILFE အကရူၢ်ပူၤ) တကွ့ၢ်.** ကျဲးစၢးဟ်ဃုာ်ကွိခိဉ်ဒီးပှၤပၢဆှၢကွိ, ကွိအကမံးတံာ်တဂၤ, သရဉ်လၢအသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်အံၤ, ဖိသဉ်တနီၤဒီးမိၢ်ပၢ်တနီၤ, ခိဉ်နၢ်တနီၤ, တၢ်အိဉ်ဖှိဉ်ခိဉ်နၢ်တနီၤ, ပဒိဉ်ပှၤမၤတၢ်ဖိတနီၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤတနီၤလၢအမၤတၢ်ဒီးဖိသဉ်သူဉ်ဘီဉ်သးစၢ်တဖဉ်တကွ့ၢ်. နကြၢးကျဲးစၢးပၢနှာ်ဃုာ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိလၢကတဲနၢ်ပၢၢ်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်ဒီးအတၢ်သူဉ်အိဉ်သးအိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢကွိအဂ့ၢ်နူဉ်လီၤ. ပှၤတဖဉ်လၢနဟ်ဖှိဉ်ဃုာ်အီၤအံၤဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်လၢခံကဲထိဉ်ကရူၢ်လၢအတိခိဉ်ရိဉ်မဲနကွိအကျဲသနူတဖဉ်သ့နူဉ်လီၤ.

**မၢပှၤတဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်လၢကဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်အဒိတမံၤမ့တမ့ၢ်ခံမံၤဘဉ်ဃးကျဲသနူလၢဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ မ့တမ့ၢ် တၢ်ပူၤဖျဲးလၢကွိလီၤဆီဒဉ်တၢ်ဖိသဉ်လၢအကှ်အဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပှဲၤတဖဉ်ဒီးဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးအတၢ်လိဉ်လီၤဆီလၢအတၢ်မၤလိအပူၤတဖဉ်အဂ့ၢ်တကွ့ၢ်.** ကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်အံၤခဲလၢာ်လၢစးခိဖးလဲၢ်တဘ့ဉ်အလိၤ မ့တမ့ၢ် သ့ဉ်ဘဉ်သူအလိၤ တကွ့ၢ်. (နမၤတၢ်အံၤသ့စ့ၢ်ကိးလၢကရူၢ်ဆံးဆံးဖိအပူၤနူဉ်လီၤ.)

**မၢပှၤတဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်လၢကဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်အဒိတမံၤမ့တမ့ၢ်ခံမံၤဘဉ်ဃးကျဲသနူလၢဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ** မ့တမ့ၢ် တၢ်ပူၤဖျဲးလၢကွိအဂ့ၢ်လၢအဘဉ်တၢ်လဲလိာ်အီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကွဲးလီၤအါထိဉ်အီၤတဖဉ်တကွ့ၢ်. ကွဲးနိဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးတဖဉ်အံၤလၢစးခိဖးလဲၢ်အဂၤတဘ့ဉ်အစ့ဉ်တခိတကွ့ၢ်.

**ခဲအံၤဟ်ဖိုဉ်ထိဉ်ကှၤသးတဖုဃီဒီးကျဲးစၢးဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢဘဉ်မနုၤအဃိပလိဉ်ဘဉ်ကျဲသနူတဖဉ်အံၤ မ့တမ့ၢ် ကျဲသနူတဖဉ်အံၤတၢ်လိဉ်လဲလိာ်အီၤန့ဉ်လဲဉ်တက့ၢ်.** ကွဲးနီဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဆိကမးတဖဉ်အံၤလၢစးခိဖးလဲၢ်တဘ့ဉ်ဃီအထွဲတခီတက့ၢ်.

**ခဲအံၤကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူဒီးလဲလိာ်ကျဲသနူလၢအဘဉ်တၢ်ကြၢးလဲလိာ်အီၤတဖဉ်လၢပှၤဒီဖုအတၢ်မၤသကိးတၢ်အပူၤတက့ၢ်.** (ကွၢ်လံာ်အဘ့ဉ် ၁ ဒီး ၃ လၢကဘဉ်မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤတဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.)



တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်သူဉ်ထိဉ်တၢ်ထံဉ်လၢတၢ်တမံၤမံၤအဖိခိဉ်ခီဖျိတၢ်နီၤလီၤဟ့ဉ်လီၤသကိးတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်

**တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ဆီဉ်ထွဲမၤစၢၤအါထိဉ်ခီဖျိတၢ်နီၤဟ့ဉ်လီၤတၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးတၢ်အဖိတဖဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချလၢနသိဉ်လိဖသဉ်လၢကွိအဂ့ၢ်တက့ၢ်.** အလိၢ်အိဉ်လၢနကဘဉ်ဃုထၢပှၤတကရူၢ်ဒ်အမ့ၢ်ခိဉ်နၢ်တဖဉ်, ပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါတဖဉ်ဒီးကွိဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်လၢကမၤစၢၤနၤတဖဉ်ပဉ်ယုာ်ဒီးတၢ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤန့ဉ်လီၤ.[၂] ..

- ထံဉ်လိာ်အိဉ်သကိးပှၤတဝၤခိဉ်နၢ်တဖဉ်ဒီးတဲသကိးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကီအခိဉ်သ့ဉ်တဖဉ်လၢကမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂ့ၢ်တဖဉ်တက့ၢ်. တဲသကိးကွိအကျဲသနူဒီးတၢ်တိာ်ကျဲၤတဖဉ်လၢအဘဉ်ဘျုးဘဉ်ဖိုဉ်ဖိသဉ်, ပှၤမၤတၢ်ဖိဒီးပှၤတဝၤတဖဉ်ဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

- တဲသကိးတၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ဒီးကွိဖိတဖဉ်လၢနကမၤန့ၢ်အဝဲသ့ဉ်အတၢ်ထံဉ်ဆိကမိဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်ပူၤဖျဲးလၢအဖိအလံၤတဖဉ်အဂိၢ်တက့ၢ်.

- ကွဲမုာ်မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤဖိတဖဉ်ဆူတၢ်အိဉ်ဖိုဉ် မ့တမ့ၢ် မၤတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဖုဉ်ဖုဉ်ဖဲနအိဉ်ဒီးတၢ်မၤလၢမၤက ပိၤမ့ၢ်နံၤမ့ၢ်သိတမံၤမံၤဝံၤအလိၢ်ခံအခါတက့ၢ်.

---

[၂] ဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အိၤလၢ : World Health Organization (2000) Local Action: Creating Health Promoting Schools. Geneva.

- လၢကွိအတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူဒီးတ်တိာ်ကျဲၤအဂီၢ်နမၤအီၤသ့ခီဖျိတ်ကတိၤလီၤ တ်, တ်တဲလီၤတ်ကစီဉ်တဖဉ်အံၤလၢကွဲၤလ့လိၤအပူၤဒီးမၤအီၤလၢလံာ်တယ်တက့်. (နမၤဖိသဉ် မၤလံာ်တယ်တဖဉ်အံၤသ့စ့်ကီးနှဉ်လီၤ.)

- မၤတ်ပြၤအမူးလၢတ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ကိးသတြိတဖဉ်ဘဉ်ဃးတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂ့်တက့်.

- ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်လၢဇတ့တ်ဂီၤသ့တဖဉ်လၢကတ့တ်ဂီၤဒီးကျးလီၤအီၤလၢကွိအနှုဉ်လီၤ ဘဉ်ဃးတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂ့်တက့်.

ဖဲနမၤတ်တဖဉ်အံၤအခါနကထံဉ်နှ်ပှၤလၢဇအိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤလၢအသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်မၤစၢၤနၤနှဉ်လီၤ. ပှၤတဖဉ်အံၤမ့်ပှၤအကါဒိဉ်မးလၢနဂီၢ်မ့်လၢအမၤစၢၤနၤလၢတ်မၤဘဉ်က့ၤတ်နှ်ပၢါကမဉ်လၢအအိဉ်ထိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. နမ့်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤဟ့ဉ်ကူဉ်တ်အကမံးတံာ်လၢအပဉ်ဃုာ်ဒီးပှၤအကလုာ်ကလုာ်လၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤန့ဉ်မ့်တ်လၢအဘျုးအဖိုဉ်အိဉ်ဒိဉ်မးနှဉ်လီၤ.

**တ်ကွဲးနီဉ်လၢတ်ကသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်အီၤအဂီၢ် –**

ကွိအတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူကြၢးကဲဘျုးလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်နှဉ်လီၤ. တဘဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူလၢကဘဉ်ဘျုးထဲပှၤတဖုတကရူ၊်ဓၤအဂီၢ်တဂ့ၤ. ကျဲသနူလၢအကဲဘျုးလၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်နှဉ်ကမၤန့်တ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤလၢပှၤတဝၤအအိဉ်အါမးနှဉ်လီၤ. နမ့်ကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူလီၤဆီလၢဖိသဉ်တဖုတကရၢအဂီၢ်နှဉ်ကလၢာ်ဆၢလၢာ်ကတိၢ်, လၢာ်ဘူဉ်လၢာ်စ့ၤအါဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်နှ်ပၢါကမဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤသ့နှဉ်လီၤ.

## တ်သမံသမိးဒီးမၤကွ်ပကွိအတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချကျဲသနူအတ်အိဉ်သး

ဖဲနမၤန့်တ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤလၢပှၤတဝၤအအိဉ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူအခါလံနှဉ်နဘဉ်သံကွ်လီၤနသးတ်သံကွ်လၢ **"ပကမၤတ်မနုၤလၢခံတပတိၢ်သ့လဲဉ်"** နှဉ်လီၤ. ကျဲအဂ့ၤကတၢ်တဘိမ့်ဝဲ**တ်ကသမံသမိးကွ်**ကွိတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူလၢအအိဉ်ခဲအံၤဒီးတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတ်ဂ့်ကီမနုၤတဖဉ်အိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤလဲဉ်နှဉ်လီၤ. တ်ဂ့်လၢလာ်တဖဉ်မ့်တ်ထံဉ်တ်ဆိကမိဉ်တနီၤလၢကမၤစၢၤနၤနှဉ်လီၤ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ : တၢ်သမံသမိးဒီးမၤကွၢ်ကွိတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအကျဲသနူ

တၢ်သံကွၢ်လၢလာ်တဖဉ်ကမၤစၢၤနၤလၢကဃုထံဉ်နွၢ် : (က) ကွိအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအကျဲသနူတမံၤမံၤဧါ, မ့တမ့ၢ် (ခ) ကွိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအကျဲသနူမ့ၢ်အိဉ်တခီကွိစူးကါကျဲသနူအံၤစ့ၢ်ကီးဧါ. တၢ်သံကွၢ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်ဒဉ်တၢ်အဒိတဖဉ်လီၤ. နသံကွၢ်အါထိဉ်တၢ်သံကွၢ်လၢအဒိးသနုၤထိဉ်အသးလၢနတၢ်အိဉ်သးသ့နူဉ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတခါလၢနကမၤအီၤတပယ့ဉ်ဃီလၢနတၢ်သူဉ်ထိဉ်တၢ်မၤနှ်တၢ်အၢဉ်လီၤဒီးပှၤကိးဂၤဇဲးဒ်တၢ်ဟ်ဖျါလၢထးအသိးလီၤ. တၢ်အံၤကမၤစၢၤနၤလၢနကဆၢတဲာ်တၢ်မနုၤအခိဉ်ထံးတပ တိၢ်လၢနတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤနူဉ်လီၤ.[၃]

**ယကွိအိဉ်ဒီးကျဲသနူဘဉ်ဃးတၢ်ထိဒါတၢ်ကွၢ်မဲာ်ကွၢ်တလီၤတၢ်ဒ်အမ့ၢ် (မ့မ့ၢ်နူဉ်တိၤလီၤ ✓ တက့ၢ်.)**

___ ဟ်ကဲပှၤဟီဉ်ခိဉ်ဖိအတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်ထဲသိးတုၤသိးလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးဒ်ပစံးတၢ်အသိးမုဉ်/ခွါ, က့ၢ်ဂီၤဟးဂီၤတလၢတပဲၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, အကျိာ်လီၤဆိမ့ၢ်ဂ့ၤဒီးအဂုၤအဂၤတဖဉ် နူဉ်လီၤ.

___ တၢ်ဒိသဒၢတၢ်မၤပယ်ဳ, ကွၢ်ဒိဉ်ကွၢ်ဆံးပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိခီဖျိကွိဖိအဂၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, ကွိအပှၤမၤတၢ်ဖိမ့ၢ်ဂ့ၤဒီးဟ့ဉ်တၢ်စံဉ်ညီဉ်လၢပှၤလၢအမၤတရိတပါတၢ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ.

___ တၢ်အိဉ်တၢ်ဆိးအလိၢ်လၢကွိဖိလၢအက့ၢ်အဂိၤတလၢတပဲၤတဖဉ်အဂိၢ်ကဘဉ်အိဉ်လၢကွိအပူၤဒ်သိးဒီးအဝဲသ့ဉ်ဟဲထိဉ်ကွိကသ့အဂိၢ်ဒီးအဝဲသ့ဉ်ကဒိးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်လိဉ်လၢတၢ်မၤလိအဂိၢ်တဖဉ်လၢအပဲၤဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုနူဉ်လီၤ.

___ ကွိဖိမုဉ်လၢအအိဉ်ထိဉ်ဒီးအဟုးအသးတဖဉ်တဘဉ်တၢ်ထုးထိဉ်ကွံဉ်အီၤလၢကွိဘဉ်.

---

[၃] ဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ : UNESCO (2002) FRESH: A Comprehensive School Health Approach to Achieve EFA. Paris. (ED-2002/WS/8 Rev.)

___ ပိာ်မုၣ်ဖိလၢအအိၣ်ထိၣ်ဒီးအဟုးအသးအံၤတၢ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအီၤလၢကဟဲကွၤထိၣ်ကဇါကွၤကျိဖဲအဆံးစၢ်အဖိဝံၤအလိၢ်ခံ

___ ဖိသၣ်ခဲလၢာ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်သးလီၤဆိဆီတဖၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢအဂ့ၤ (အဒိ, ပိာ်မုၣ်ဖိ, ဖိၣ်ဃဲ, ဒီးကလုာ်ဒူၣ်ဆံးဖိတဖၣ်, ဒီးဖိသၣ်လၢအအိၣ်လၢတၢ်ဘၣ်သဘံၣ် သဘုၣ်အဟိၣ်ကဝီၤပူၤ, ဒီးပှၤဘၣ်ကီဘၣ်ခဲတဖၣ်)

___ သရၣ်ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိအဂၤဒိးန့ၢ်တၢ်မၤလိလီၤတံၢ်လီၤဆဲး, မၤန့ၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤလၢအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအပူၤ, တၢ်ဟ့ၣ်ဘူးဟ့ၣ်လဲဒ်အကြၢးအဘၣ်အသိးတဖၣ်နှၣ်လီၤ.

**ယကွိအိၣ်ဒီးကျဲသနူဘၣ်ဃးတၢ်ထီဖါတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးဒီးကသံၣ်မူၤဘိုးဒ်အမ့ၢ် –**

___ ကွိမ့ၢ်တၢ်လိၢ်လၢအပူၤဖျဲးလၢတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးဒီးဂ့ၤလၢဖိသၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂိၢ်ဖဲဖိသၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်သ့ဂ့ၤဂ့ၤအလိၢ်

___ တၢ်စုဆူၣ်ခီၣ်တကးဒီးတၢ်မၤနၤၤမၤဃၣ်တၢ်နှၣ်တၢ်တဟ့ၣ်အခွဲးလၢကအိၣ်လၢကွိပူၤဘၣ်, ဒီးတၢ်စုကဝဲၤတဖၣ်တၢ်တဟ့ၣ်အခွဲးလၢတၢ်ကဟဲစိာ်အီၤလၢကွိအကရၢ်ပူၤဘၣ်.

___ တဘၣ်အီကသံၣ်မူၤဘိုး, သံးဒီးမိာ်လၢကွိပူၤဘၣ်.

**ယကွိအိၣ်ဒီးကျဲသနူဘၣ်ဃးထံအီလၢအကဆှိ, တၢ်ဟးလီၢ်လၢအကဆဲကဆှိဒီးခီၣ်ဃၤၤဝးတရံးလၢအကဆဲကဆှိဒ်အမ့ၢ် –**

___ ကွိအိၣ်လၢပှၤဒီးထံအကဆဲကဆှိလၢထံအိဒီးတၢ်သ့စုအဂိၢ်

___ တၢ်ဟးလီၢ်လီၤဆီလၢပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါအဂိၢ်

___ တၢ်ဟးလီၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ပှၤလၢပှၤကွိဖိဒီးသရၣ်တဖၣ်အဂိၢ်

___ တၢ်စူးကွံာ်တၢ်ကမုံၤလၢကျဲအကြၢးအဘဉ်

___ တၢ်ဟးလိၢ်ဒီးတၢ်လိၢ်လၢနဒၢဉ်ထံအလိၢ်အံၤတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤဒီးဟ်အီၤကဆဲကဆို

___ ကျိၤကျဲတနီၤလၢတၢ်ကစူးကါကဒါကှၤ (recycling) တၢ်ကမုံၤလၢတၢ်စူးကွံာ်အီၤတဖဉ်

**ယကွိအိဉ်ဒီးကျဲသနူဘဉ်ဃးတၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဒ်အမ့ၢ် –**

___ တၢ်နီၤလီၤတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိအတၢ်အိဉ်မူအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဆူကွိဖိလၢအသးနံဉ်ပှၤ်ထိဉ်တဖဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိတဖဉ်ဒ်တၢ်သိဉ်လိတခါလၢအအိဉ်လၢကွိအလံာ်တၢ်သိဉ်လိအတၢ်နဲဉ်ကျဲမိၢ်ပှၤ်အပူၤအသိး

___ တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢကဒိသဒၢဒီးမၤစ့ၢလီၤမုဉ်လိဉ်ဘိအတၢ်အိဉ်ထိဉ်ဒီးအဟုးအသးဘဉ်ထွဲဒီးတၢ်သကဵ်ပဝးတဖဉ်, တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိး, HIV/ AIDS, ဒီးအဂုၤအဂၤတဖဉ်

___ တၢ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤဒီးဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးပှၤကွိဖိလၢအဘဉ် HIV/AIDS တဖဉ်ဟ်ဃုာ်ဖိဉ်ဃဲဖိတဖဉ်

___ တၢ်ဟ့ဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢမုဉ်လိဉ်ဘိခွါလိဉ်ဘိတဖဉ်အဂိၢ်ဖဲကွိပျၢ်ဟါခိဘဉ်ဃးမုဉ်လိဉ်ဘိခွါလိဉ်ဘိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအဂ့ၢ်, လီၤဆီဒဉ်တၢ်လၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

**ယကွိအိဉ်ဒီးကျဲသနူဘဉ်ဃးတၢ်ဟ့ဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်တိာ်ကျဲၤဒီးတၢ်အိဉ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါအတၢ်တိာ်ကျဲၤဒ်အမ့ၢ် –**

___ ကွိဟ်ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ကွဲးနီဉ်

___ ကွိအိဉ်ဒီးကသံဉ်ရဉ်အတၢ်မၤကွၢ်, တၢ်မၤကွၢ်မဲ, တၢ်မၤကွၢ်တၢ်အိဉ်လီၤထြုးထီဘိ

___ အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်ထဲသိးတုၤသိးလၢတၢ်လိာ်ခိဉ်လိာ်ကွဲအပူၤ

- တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်မၤလိဒီးဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤသရၣ်ဒ်သိးကသ့သိၣ်လိဖသၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ် ချအဂ့ၢ်

- တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအိၣ်လၢဂ့ၢ်ဂီၤအူအဂီၢ်, အဒိ, ဒ်အမ့ၢ်ထံလုာ်ဘၢတၢ်, မ့ၣ်အူအိၣ်တၢ်အသိးတဖၣ်

- တၢ်အိၣ်အိၣ်လၢဖိသၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်, အဒိ, ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထြုး

- ကွိအိၣ်ဒီးတၢ်သိၣ်တၢ်သိဘၣ်ဃးမတၤဆါတၢ်အိၣ်သ့, ဒီးတၢ်အိၣ်ကြၢးမ့ၢ်တၢ်အိၣ်လၢအဂ့ၢဒီးကဆဲကဆီ

- မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဝၤလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချလၢကတိၤဆိကွိဖိဒီးပှၤကွိဖိတဖၣ်အဂီၢ်

## တၢ်ကွဲးနိၣ်လၢတၢ်ကသ့ၣ်နိၣ်ထိၣ်အိၤအဂီၢ်

မၤအိၤကယိကယိတက့ၢ်. တၢ်မၤဂ့ၢ်ထိၣ်တၢ်ဆိလိၤကျဲသနူဒီးတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်လဲလိာ်တဖၣ်အံၤတၢ်ကြၢးမၤအိၤကယိကယိဒ်သိးဒီးပှၤမၤသကိးတၢ်တဖၣ်ကန်ၢပၢၢ်ဝဲဂ့ၢ်ဂ့ၢ်ဒီးကသ့ၣ်ညါတၢ်လၢအလိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လိၤတံၢ်လိၤဆဲးနူၣ်လိၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်သမံသမိးဒီးမၤကွၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢပှၤတဝၤအပူၤ

ဖိသၣ်ကအိၣ်ကွိဆံးယံာ်လိၤဆိဒၣ်တၢ်ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အတၢ်လိၣ်လိၤဆိဒီးဖိသၣ်လၢကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤတဖၣ်, တဒိးသနူၤထိၣ်အသးထဲလၢကျဲသနူလၢပဒုးအိၣ်ထိၣ်ဒီးပတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢပမၤအိၤလၢကွိဘၣ်. တၢ်အံၤဒိးသနူၤထိၣ်စ့ၢ်ကီးအသးလၢကျဲသနူလၢပမၤအိၤအံၤဘၣ်ထွဲလိာ်အသးဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢပှၤတဝၤအပူၤထဲလဲၣ်နူၣ်လိၤ.

ကွဲအကျဲသနူဒီးအတၢ်တိာ်ကျဲၤတဖဉ်ကြားဘဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤလၢကဃုဉ်လီၤတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ် ချုအတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢအမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဆိကမိဉ်လၢလာ်တဖဉ်က မၤစၢၤနၤဒ်သိးနကသမံသမိးကွၢ်ဒီးမၤကွၢ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢပှၤတဝၤအပူၤ, ဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူလၢတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်အံၤအဖိခိဉ်နှဉ်လီၤ.[၄]

**တၢ်နဲ့ဉ်ကျဲ**စူးကါတၢ်ဂ့ၢ်ရဲဉ်လၢလာ်တဖဉ်လၢကမၤနီဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ဂ့ၢ်ကီအိဉ်အါတက့ၢ် လၢနပှၤတဝၤအပူၤမနုၤလဲဉ်တက့ၢ်. တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတမံၤဘဉ်တမံၤလၢအအိဉ်လၢ လံာ်တိၤဃ့အပူၤအံၤတိၤကဝိၤလီၤနီဉ်ဂံၢ်လၢတၢတုၤယဲၢ်တက့ၢ်.

(၁)–တၢ်ဂ့ၢ်ကီတအိဉ်ဘဉ် (၂)–တၢ်ကီတၢ်ခဲအိဉ်တစဲး (၃)–တၢ်ဂ့ၢ်ကီအိဉ် (၄)–တၢ်ဂ့ၢ်ကီဖးဒိဉ် (၅)–တၢ်ဂ့ၢ်ကီအဒိဉ်ကတၢၢ်

ဝံၤဒီးကွဲးဖျါထိဉ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်ကီအံၤမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်, သရဉ်, ကွဲဒီးပှၤတဝၤဒ်လဲဉ်. အဒိ, မၤဘဉ်ဒိ တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချု, တဟဲထိဉ်ကွဲ, ဖိသဉ်တမၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၤဂ့ၤ, ဖိသဉ်ဘဉ်မၤလိကဒါက့ၤကဒီးအ တီၤအလိၢ်လိၢ်, တၢ်ဖံးအိဉ်မၤအိဉ်ဒီးတၢ်သိဉ်လိအကံၢ်အစီတဖဉ်နှဉ်လီၤ. လၢခံကတၢၢ်ကွဲးလီၤကို အကျဲသနူမနုၤလိဉ်လၢကဃုဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်အံၤနှဉ်လဲဉ်. အဒိ, တၢ်အီမိာ်မ့မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကီဖးဒိဉ် လၢပှၤတဝၤအပူၤန္ဉဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကီအံၤမ့ၢ်မၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်, အဟံဉ်ဖိဃီဖိဒီးသရဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ် ချုန္ဉ် (ခီဖျိအီမိာ် မ့တမ့ၢ် နၢဘဉ်မိာ်အလုၢ်) ကွဲကြားဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူလၢတဘဉ်အီမိာ်လၢကွဲ ဘဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်အံၤအခိပညီမ့ၢ်ဝဲသရဉ်ဒီးကွဲအပှၤမၤတၢ်ဖိခဲလၢာ်တဘဉ်အီမိာ်လၢကွဲဘဉ်နှဉ်လီၤ.

[၄] ဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ : World Health Organization (2000) Local Action: Creating Health Promoting Schools. Geneva .

| တ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအ တ၊်ဂ့၊်ကီတဖဉ် | တ၊်ဂ့၊်ကီအံၤနး ထဲလဲဉ် | မၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်, သရဉ်ဒီး ပှၤတဝၤဖ်လဲဉ် | ကျဲသနူမနုၤလၢပ ကဘဉ်ဒုးအိဉ်ထိဉ် အီၤလဲဉ် |
|---|---|---|---|
| အီသံး | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| အီမိာ် | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်ဆါလၢတ၊်ဒိသဒၢ အီၤလၢကသံဉ်ဆဲးဒိသ ဒၢသ့ (အဒိ, သမူးဖိ) | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံး | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်နှ၊်ဟူဒီးတ၊်ထံဉ်အ အတ၊်ဂ့၊်ကီ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| ထိးကလဲာ် | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်ညဉ်ဂိ၊် | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| ခိဉ်နူာ်ဘဉ်ဒိ (mental health problems) | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်အိဉ်လီၤထြုး ဘံဉ်တ၊်မ၊် A, iron, အဲအိၤဒံ(နှ်) တလၢပှၤ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| Protein တလၢပှၤ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| ကိာ်ပူၤဒီးမဲအတ၊်ဂ့၊်ကီတ ဖဉ် | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်သါထိဉ်သါလီၤအ တ၊်ဂ့၊်ကီ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| ထံဘဉ်အၢ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်ဟးလီ၊်တအိဉ်မ့တ မ့၊်ဘဉ်အၢ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| HIV/AIDS ဒီးဃဲသဲ တ၊်ဆါ | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်အိဉ်ထိဉ်ဒီးအဟူးအသး တချုးအတ့အဖျိအသး | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်မၤဆူဉ်မၤစိး | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |
| တ၊်အဂၤတဖဉ်------- | ၁ ၂ ၃ ၄ ၅ |  |  |

## ဖဲတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးအိဉ်ထိဉ်လၢကွိအခါပမၤတၢ်မနုၤသ့လဲဉ် – တၢ်မၤဟိာ်ထွဲကျဲသနူအခံ

အါတက့ၢ်ဖိသဉ်လၢဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးဒီးတၢ်ကွၢ်ဒိဉ်ကွၢ်ဆံးအီၤန့ဉ်မ့ၢ်ပှၤလၢအက့ၢ်ဂိၤဟးဂိၤဒီးတလၢတပဲၤဒီးအိဉ်ဒီးတၢ်လိဉ်လိၤဆိလၢအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပူၤတဖဉ်နူဉ်လိၤ. ဖိသဉ်အဂၤထံဉ်အဝဲသ့ဉ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအလိၤဆီဒီးအဝဲသ့ဉ်ဒီးတအဲဉ်ဒိးမၤတံၤမၤသကိးဒီးအဝဲသ့ဉ်ဒီးတဘျိတခိဉ်ဆိဉ်ဟးထိဉ်ဝဲလၢကွိန့ဉ်လိၤ. တဘျိတခိဉ်တၢ်မၤတရိတပါကဲထိဉ်သ့ မ့တမ့ၢ် အိဉ်ဒီးက့ၢ်ဂိၤအတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးဒီးတၢ်မၤသံအီၤသ့ဒဉ်လဲာ်နူဉ်လိၤ.

တၢ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးဒ်လဲဉ်နူဉ်ဒိးသနူးထိဉ်အသးလၢတၢ်ဆဲးတၢ်လၢတဖဉ်နူဉ်လိၤ. လၢလံာ်အံၤအပူၤတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးအခိပညိမ့ၢ်တၢ်စူးကါတၢ်စိတၢ်ကမိၤမ့တမ့ၢ်ဂံၢ်ဘါလၢကထိဒါပှၤအဂၤတဂၤ, ထိဒါပှၤတကရူ၊ မ့တမ့ၢ် ထိဒါလိၤက့ၤနကစၢ်ဒဉ်နဲနူဉ်လိၤ. တၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးအစၢနူဉ်ကမ့ၢ်တၢ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံး, တၢ်သံတၢ်ပှၤ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဘဉ်ဒိခိဉ်နူာ်တဖဉ်နူဉ်လိၤ.

ပကဆိကမိဉ်လၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးဒီးမၤတပျဉ်တပျိၤတၢ်နူဉ်မ့ၢ်ဝဲဖိသဉ်တဂၤမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်အဂၤတဂၤနူဉ်လိၤ. အနိၢ်နိၢ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးဒီးမၤတပျဉ်တပျိၤတၢ်နူဉ်ပကထံဉ်ဘဉ်အီၤသၢကလုာ်နူဉ်လိၤ.

**တၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးလီၤက့ၤနိၢ်ကစၢ်သး –** အံၤအခိပညိမ့ၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်မၤဘဉ်ဒိလီၤက့ၤနိၢ်ကစၢ်အသးဒီးတၢ်အံၤတုၤဆူတၢ်မၤသံလီၤက့ၤနိၢ်ကစၢ်အသးသ့ဝဲဒဉ်နူဉ်လိၤ. တၢ်အဂၤတဖဉ်ပဉ်ယုာ်ဒီးတၢ်ဆိကမိဉ်မၤသံလီၤသးဒီးတၢ်ဆိကမိဉ်မၤဆါလီၤက့ၤသး, ဘဉ်ဆဉ်တမ့ၢ်ဘဉ်တၢ်မၤသံလီၤက့ၤသး (ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဖိကသံဉ်တၢ်စုဉ်) ဘဉ်နူဉ်လိၤ.

**တၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးလၢအကဲထိဉ်လၢပှၤတဂၤဒီးတဂၤအဘၢဉ်စၢၤ –** အံၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအဲဉ်ဒိးမၤဆူဉ်မၤစီးတၢ်လၢအကဲထိဉ်အသးလၢပှၤတဂၤဒီးတဂၤအဘၢဉ်စၢၤဒီးမ့ၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်တူၢ်ဘဉ်လၢအအိဉ်ဒိးသးလၢအထိဒါတၢ်နူဉ်လိၤ. တၢ်အံၤပဉ်ယုာ်ဒီးတၢ်ကတိၤလိာ်ခိဉ်လိာ်ကွဲလိာ်သးဒီးတၢ်မၤတံာ်တာ်မၤပယွဲလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤနူဉ်လိၤ.

**တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤကရူ၊်တဖုလၢကမၤဆူဉ်မၤစီးတၢ်အဂိၢ် –** အံၤတကလုာ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်သကဲာ်ပဝဲးတမံၤလၢအအဲဉ်ဒိးပယွဲတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤလၢပှၤဂ့ၢ်ဝီဒိးထံရူ၊်ကိၢ်သဲးအကရူ၊်တဖုဒိးကရူ၊်တဖုအံၤဘဉ်တၢ်ဟ့ဉ်သဆဉ်ထိဉ်အီၤလၢထံရူ၊်ကိၢ်သဲး, မုၢ်ကျိၤဝဲၤကွာ် မ့တမ့ၢ် ပှၤဂ့ၢ်ဝီအတၢ်ပညိဉ်လိၤလိၤဆိဆိတဖဉ်အဃိနူဉ်လိၤ. ဖဲအံၤတၢ်အဒိတဖဉ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်သဘံဉ်သဘုဉ်လၢအကဲထိဉ်အသးလၢတၢ်ဘူဉ်တၢ်ဘါမ့ၢ်ဂ့ၤ, ကလုာ်ဖူဉ်အတၢ်လိၤဆိအဃိမ့ၢ်ဂ့ၤ, လၢအအိဉ်ထိဉ်လၢပှၤအဖုအကရၢတဖဉ်အဘၢဉ်စၢၤနူဉ်လိၤ.

တ်မၤဆူဉ်မၤစိးတ်အံၤကဲထိဉ်အသးသ့လၢကျဲအါဘိဒီးတမ့်တ်တမံၤလၢပန်ပၢ်အိၤညီညီသ့ဘဉ်နှဉ်လီၤ. တ်လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့်တ်ဂ့်ရဲဉ်တဖဉ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးအသကဉ်ပဝးသ့နှဉ်လီၤ. နစူးကါတ်ဂ့်ရဲဉ်အံၤဒိသိးကထံဉ်နှ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးအတ်ဂ့်ကီအံၤဒိဉ်ထဲလဲဉ်လၢကို ဒီးပှၤတဝၤအပူၤအဂိၢ်, ဒီးနကလိဉ်ဘဉ်ကိုအကျဲသနူလၢတ်ဂ့်အံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

## တ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ် – တ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ်အံၤအိဉ်လၢနကိုဒီးနပှၤတဝၤအပူၤဧါ.[1]

### တ်ဂ့်ဘဉ်ဃးဖိသဉ်အတ်သကဉ်ပဝးအပတီၢ်တဖဉ်

- တ်သ့ဉ်ညါန်ပၢ်, တ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒီးတ်သ့တ်ဘဉ်တလၢတပှဲၤဒ်အမ့်တ်ဆဲးကျိုးအတ်သ့တ်ဘဉ်တဂ့ၤထိဉ်ချုချုဘဉ်.
- တ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိုးဒီးအီသံး
- ဖိသဉ်မ့်ထံဉ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ်တမံၤမံၤ မ့တမ့်, ပှၤမ့်မၤဆူဉ်မၤစိးအိၤ
- ဖိသဉ်မၤန့်ကျိ မ့တမ့်, တ်စုကဝဲၤအဂၤတဖဉ်

### တ်ဂ့်လၢအဘဉ်ဃးဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်

- မိၢ်ပၢ်အတ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဒီးတ်အဲဉ်တအိဉ်လၢအိဉ်ပှဲၤ
- တ်မၤဆူဉ်မၤစိးလၢဟံဉ်
- ကွ်ဂိၤအတ်မၤဆူဉ်မၤစိးမ့တမ့်တ်မၤတရိတပါဖိသဉ် (အဒိ, မိၢ်ပၢ်တိၢ်အဖိလၢနိဉ်က့)
- မိၢ်ပၢ်မ့တမ့်ဒီပုၢ်ဝဲၢ်တဖဉ်မ့်ပှၤမၤကမဉ်သဲစးတ်ဘျ

### တ်ဂ့်လၢအဘဉ်ဃးပှၤတဝၤဒီးခိဉ်ဃၤၤအတ်အိဉ်ဝးတရံးလၢအကဲထိဉ်တ်လၢအမၤဆူဉ်မၤစိးတ်

- တ်ကဲဒိဉ်ဒီးတ်ဖြိဉ်အဆၤတဖဉ်လီၤဆိလာ်အသးဒိဉ်တလၢ, ပှၤအါဂၤသုးအသးဆူဝ့်ပူၤလၢကဃုဖံးဃုမၤတ်အဂိၢ်, ပှၤအိဉ်အါတလၢလၢတ်လိၢ်တတီၤအပူၤ
- တ်ဖံးတ်မၤတအိဉ်လၢပှၤသးစ်တဖဉ်အဂိၢ်
- တ်အဒိတဂ့ၤတဘဉ် (လၢအအိဉ်လၢကွဲၤဟူဖျါပူၤ) လၢဖိသဉ်ကွ်လိအိၤ
- လု်လ်ထူသနူအတ်ဆဲးတ်လၢလၢအတူၢ်လိာ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးအကှ်အဂီၤတနိၤ
- တ်စုကဝဲၤတဖဉ်အိဉ်လၢပှၤတဝၤအပူၤ

---

[1] ဘဉ်တ်ဟံးန့်အိၤလၢ : World Health Organization (1998) WHO Information Series on School Health, Document Three – Violence Prevention: An Important Element of Health-Promoting School, Geneva.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်မၤဖျါထိဉ်တၢ်လီၢ်ဖဲတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ်အလိၢ်

ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ပတဆိကမိဉ်လၢကွံမ့ၢ်တၢ်လီၢ်လၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. သနာ်က့ပတ ဟ်သူဉ်ဟ်သးဘဉ်ဃးတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ်အဂ့ၢ်ဘဉ်မ့ၢ်လၢပှၤလၢအမၤဆူဉ်မၤစိးတၢ်ဒီးပှၤလၢ အတူၢ်ဘဉ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ်အိဉ်ဘူဉ်အဃိနှဉ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ဉ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးတနီၤတကဲ ထိဉ်လၢကွံဘဉ်ဒ်အမ့ၢ်ဟံဉ်ဒီးကွံအတၢ်ဒ့ဉ်စၢၤနှဉ်လီၤ.

ပဃုထံဉ်နှ့ၢ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးအံၤဒိဉ်ထဲလဲဉ်လၢကွံသ့လၢကျဲတဘျူးဘိဒ်အမ့ၢ်မၤဖိသဉ်စံးဆၢတၢ်သံ ကွၢ်ဖုဉ်တဖဉ် (ကွၢ်အဒိလၢလံာ်အဘ့ဉ်လွံၢ်အပူၤ) တက့ၢ်. ကျဲခံဘိတဘိလၢပဃုထံဉ်နှ့ၢ်အိၤသ့ခီဖျိ တဲသကိးတၢ်ဒီးအိၤလၢကရူၢ်အပူၤ, သၢဘိ တဘိမ့ၢ်တ့လီၤဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤနှဉ်လီၤ.

ကွံအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒုးနဲဉ်ပှၤတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ်အလိၢ်ဖဲလဲဉ်, ကဲထိဉ်အသးအဆၢကတိၢ်ဖဲလဲဉ်ဒီး မ့ၢ်တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးဒ်လဲဉ်တကလုာ်လဲဉ် (တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးလီၤအသး, တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးခီဖျိပှၤအ ဂၤ, ဒီးကရူၢ်အတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ်) အသိးနှဉ်လီၤ. ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒုးနဲဉ်စ့ၢ်ကီးပှၤလၢဖိသဉ်ဖဲလဲဉ် တဂၤလၢညီနှ့ၢ်မ့ၢ်ပှၤလၢအဘဉ်တူၢ်တၢ်ဒီးမတၢမ့ၢ်ပှၤလၢအမၤဆူဉ်မၤစိးတၢ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်တ့ဟိဉ် ခိဉ်ဂီၤအကျိၤအကျဲအံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအဘျူးအိဉ်မ့ၢ်လၢက –

၁. ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်, သရဉ်, ကွံအပှၤမၤတၢ်ဖိစးထိဉ်ကတိၤသကိးတၢ်ဘဉ်ဃးတၢ်မၤ ဆူဉ်မၤစိးအတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢကွံနှဉ်လီၤ.

၂. ကမၤစၢၤစ့ၢ်ကီးပှၤလၢကသမံသမိးကွၢ်တၢ်တိာ်ကျဲၤတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤလၢပစးထိဉ်အိၤလၢ ကထိဒါ မ့တမ့ၢ် ဒီသဒၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးအံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

၃. ကဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါကွံဒ်သိးကကျဲးစၢးမၤတၢ်တိာ်ကျဲၤအသိတဖဉ်လၢတၢ်ဒီသဒၢတၢ်မၤ ဆူဉ်မၤစိးအံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

လၢပကတ့ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးအံၤအဂိၢ်ပစူးကါကျိၤကျဲတဘိဃိဒ်ပတ့ကွံဒီးပှၤတဝၤအ ဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအသိးသ့နှဉ်လီၤ. အဆိကတၢ်ဟ့ဉ်သရဉ်ဒီးပှၤကွံဖိလၢကွံအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ (မ့တမ့ၢ် အဝဲ သ့ဉ်ဘဉ်တ့ဝဲတဘ့ဉ်) နှဉ်လီၤ. ဝံၤမၤအဝဲသ့ဉ်ဒုးနဲဉ်လၢအဆိကမိဉ်ဝဲလၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးကဲထိဉ် အလိၢ်ဖဲလဲဉ်, ကဲထိဉ်အဆၢကတိၢ်ဖဲလဲဉ်, ကဲထိဉ်အသးဒ်လဲဉ်, ဒီးမတၢမၤအိၤလဲဉ်အသိးတက့ၢ်.

သရၣ်အါဂၤစူးကါဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤအံၤဒီးထံၣ်ဝဲလၢတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးအံၤကဲထိၣ်ဖဲတၢ်လိၢ်လိၤဆိဒၣ်တၢ်ဒီး တၢ်ဆၢကတိၢ်လိၤဆိဖဲကွိအကပိာ်ကပၤန့ၣ်လိၤ.[6] တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးအံၤညိနုၢ်ကဲထိၣ်ဖဲတၢ်လိၢ်လၢ သရၣ်တအိၣ် မ့တမ့ၢ် သရၣ်အိၣ်စ့ၤအလိၢ်နၣ်လိၤ.

ကွိသရၣ်အတၢ်ပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်, ကျဲသနူလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တ့ၢ်အီၤဒီးတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်ကျဲသနူ အမိၢ်လံၤမိၢ်ပ့ၢ်တဖၣ်အံၤကမၤစ့ၤလိၤနိၢ်နိၢ်တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးလၢအကဲထိၣ်အသးလၢကွိန့ၣ်လိၤ.သနာ် က့ပဘၣ်ပျဲဖိသၣ်နာ်လိၤမၤဃုာ်မၤသကိးစ့ၢ်ကိးတၢ်နၣ်လိၤ. သရၣ်ကိးတၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးဒီး ပှၤကွိဖိလၢကရူၢ်အပူၤဒ်သိးကကတိၤသကိးတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးကဲထိၣ်အလိၢ်ဖဲလဲၣ်, ဘၣ်မနုၤအဃိ အကဲထိၣ်ဒၣ်ထဲဖိသၣ်လိၤဆိဒၣ်တၢ်တနိၤဒီးပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစ့ၤလိၤတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိး အံၤအဂိၢ်လဲၣ်နၣ်လိၤ.

ပမ့ၢ်မၤန့ၢ်ပ့ၤတဝၤအတၢ်နာ်လိၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးလၢကွိန့ၣ်ကမၤဂ့ၤထိၣ်ပ့ၤတဝၤစ့ၢ် ကိး, လိၤဆိဒၣ်တၢ် တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးကဲထိၣ်အသးလၢဟံၣ်ဒီးကွိအဘၢၣ်စၢၤအခါန့ၣ်လိၤ. ဟိၣ်ခိၣ် ဂီၤဘၣ်တၢ်စူးကါအီၤလၢကနုးနဲၣ်တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးကဲထိၣ်လၢကွိဒီးပ့ၤတဝၤအပူၤစ့ၢ်ကိးန့ၣ်လိၤ.

တ့ဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤလၢကျဲတဘိဃီဒ်နတ့ပ့ၤတဝၤအဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤလၢလံာ်အဘ့ၣ်သၢအပူၤအသိးတက့ၢ်. လၢဟိၣ်ခိၣ်ဂီၤအပူၤမၢဖိသၣ်မၤနိၣ်လိၤတၢ်လိၢ်ဖဲတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးကဲထိၣ်အလိၢ်, တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိး ဒ်လဲၣ်တကလုာ်လဲၣ်, မတၤလၢအတူၢ်ဘၣ်တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးဒီးမတၤမၤအီၤန့ၣ်လဲၣ်. တၢ်တ့ဟိၣ်ခိၣ် ဂီၤအံၤမ့ၢ်ကျဲအခိၣ်ထံးတပတိၢ်လၢကမၤဖျါထိၣ်ဘၣ်မနုၤအဃိတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးအါတက့ၢ်ကဲထိၣ်ထဲ ဒၣ်လၢတၢ်လိၢ်လိၤဆိဆိ, ဒီးဟ့ၣ်ကူၣ်လၢတၢ်ကမၤမနုၤသ့ဒ်သိးတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးအံၤကစ့ၤလိၤ, ဒီး ဆိလိၤသူၣ်လိၤပ့ၤတဝၤ–ကွိအတၢ်တိာ်ကျဲၤတဖၣ်နၣ်လိၤ.

## တၢ်ပူၤဖျဲးအလိၢ်လၢပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်အဂိၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးဓါ.

လၢကိၢ်နံဖိ(လ်)အပူၤမိၢ်ပ်ၢ်သမၢလၢကဆ့ၢအဖိမုၣ်တဖၣ်ဆူကွိအါမးမ့ၢ်လၢအပျံၤဝဲလၢပိာ်မုၣ်ဖိတ ဖၣ်ကဘၣ်တၢ်မၤဆါအီၤန့ၣ်လိၤ. ဖိသၣ်လိၤဆိဒၣ်တၢ်ပိာ်မုၣ်ဖိလဲလိာ်အခိၣ်ဃၢၤဝးတရံးဒ်သိးကမ့ၢ် တၢ်လိၢ်လၢအပူၤဖျဲးဒီးမၤလိတၢ်သ့လၢကျဲဒ်လဲၣ်. တၢ်မၤပူၤဖျဲးဖိသၣ် (Save the Children) အတၢ် ကရၢကရိလၢကိၢ်အဲကလံးတခီဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်တိာ်ကျဲၤလၢကိၢ်နံဖိ(လ်)လၢအမၤစၢၤဖိသၣ်လၢ

[6] တၢ်သမံသမိးတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးလၢကွိပူၤ – လံာ်တၢ်ကွဲးဖုၣ်ဒီးတၢ်ဃုထံၣ်သ့ၣ်ညါတဖၣ်. **Global Propram on Youth, University of Michigan, School of Social work.** ဝဲၤလိၢ်ထံၣ်စိ (Web site) တခါအံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသနူၤအ လိၢ်တတိၤလၢနကဃုထံၣ်နူၢ်တၢ်ဂ့ၢ်, ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်မၤဘၣ်လိၢ်ဘၣ်စးက့ၤတၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးလၢအကဲထိၣ်အသးလၢကွိန့ၣ်လိၤ. http://gpy.ssw.umich.edu.

ကဃုထံဉ်ကျဲလၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်အခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအမ့ၢ်တၢ်လိၢ်လၢအပူၤဖျဲးလၢကအိဉ်ဆိးဝဲအင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တနီၤဟ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဃုထံဉ်နှ့ၢ်ဝဲတဖဉ်ဆူသရဉ်, မိၢ်ပၢ်ဒီးပဒိဉ်ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်ခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးအင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ.

အဒိ, လၢကိၢ်နံဖိ(လ်)ကိၢ်ရှဉ်တဘ့ဉ်အပူၤနှဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ကအုလၢအဘဉ်ပျံၤတၢ်လၢအပှၤတဝၢအပူၤနှဉ်လီၤ. Save the Children စးထိဉ်တၢ်တိာ်ကျဲၤလၢပိာ်မုဉ်ဖိအနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲကဃုသ့ဉ်ညါအပှၤတဝၢအဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢတၢ်စူးကါခိဉ်ခိဉ်တၢ်လိၢ်အလံာ်သမံသမိး (Participatory Rural Appraisal) အလံာ်နဲ့ကျဲအဃိပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်သ့ဉ်ညါဝဲနှ့ဆၢဉ်ခိဉ်ဃၢၤလၢအပူၤဖျဲးအကွ့ၢ်အင်္ဂါၤဒိးအဝဲသ့ဉ်မၤအိဉ်ထိဉ်အတၢ်တိာ်ကျဲၤတခါလၢကမၤဂ့ၤထိဉ်ကွၤအတၢ်လိၢ်တၢ်ကျဲလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်ပူၤဖျဲးလၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်မၤနီဉ်ကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်လိၢ်တၢ်ကျဲလၢအသဝီအပူၤလၢအအိဉ်ဒိးတၢ်ဘဉ်ယိဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်အင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်ခွါဖိတဖဉ်နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဖဲလၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်တူၢ်ဘဉ်လၢအလိၢ်အိဉ်အခါနှဉ်လီၤ. ဒ်သိးဒီးအဝဲသ့ဉ်တဖဉ်ကဟ်ဖျါထိဉ်ဘဉ်တၢ်လိၢ်တၢ်ကျဲတဖဉ်အံၤအင်္ဂါၢ်, အဝဲသ့ဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်ဆိအတၢ်လိဉ်ဘဉ်တဖဉ်ဒ်အမ့ၢ်, (က) မိၢ်ပၢ်တဖဉ်ဘဉ်နၢ်ပၢၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ် (ခ) ဟးဆဲးကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိအလု၊်လ၊်ထူသနူတနီၤလၢအဘဉ်ဃးဒီးတၢ်ကွၢ်တလီၤပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ဒီးတၢ်ထိဉ်ပှၤ်ဆိ, (ဂ) ပှၤတဝၢဘဉ်ဟ့ဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အခွဲးလၢကဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်, (ဃ) ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ပှၤတဝၢလၢကဘဉ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်တတီတကြၢ်လၢအကဲထိဉ်အသးဒိးပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်, (င) ဒုးသ့ဉ်ညါပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အခွဲးအယာ်ဆူပှၤကမျၢ်အအိဉ်နှဉ်လီၤ.

ဒ်တၢ်အစၢလၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ထံဉ်နှ့ၢ်အိၤအသိးတၢ်လဲလိာ်အသးအိဉ်ထိဉ်အါမံၤလၢအဝဲသ့ဉ်အပှၤတဝၢအပူၤနှဉ်လီၤ. ပှၤတဝၢဟဲဃ့တၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်မၤဆါပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. သရဉ်ဒိးပိာ်ခွါဖိလၢကျိပူၤတဖဉ်ဟ်ကဲပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်ဒိဉ်ထိဉ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်ခွါဖိတနီၤခဲအံၤဆိဉ်ထွဲပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်လၢတၢ်ကျဲးစၢးလဲလိာ်တၢ်အင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ. ပိာ်ခွါဖိတဖဉ်ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်လၢဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်ဟ်ကဲပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ. လၢပှၤတဝၢအပူၤပိာ်မုဉ်ကရၢတဖဉ်ဘဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အိၤလၢကမၤစၢၤပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်လၢအဘဉ်တၢ်မၤဆါအိၤနှဉ်လီၤ. လၢတၢ်ခဲလၢာ်အဖိခိဉ်နှဉ်ပဒိဉ်ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်ထံဉ်နှ့ၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အတၢ်မၤနၤၤဒိးကွဲမှာ်အိၤလၢကတဲသကိးပိာ်မုဉ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖဉ်ဒိးအတၢ်ပူၤဖျဲးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပဒိဉ်ဟ့ဉ်လီၤစ့ၢ်ကီးဘူဉ်စ့ၤလၢပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤအင်္ဂါၢ်နှဉ်လီၤ.

ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤအိၤလၢ : Irada Gautam, Sulochana Pokharel, Jasmine Rajbhandary;
ကျိာ်စ့အတၢ်မၤစၢၤဟဲခီဖျိလၢ : Save the Children (UK). 28 January 2002;
တၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်အံၤတၢ်ထံဉ်နှ့ၢ်အိၤသ့လၢ http://www.id21.org

## တၢ်ပနီၣ်လၢဖိသၣ်လၢအဘၣ်တူၢ်တၢ်မၤဆါပယွဲအဂီၢ်

တဘျိတခိၣ်ပိာ်မုၣ်ပိာ်ခွါဖိတဖၣ်မ့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤဆါပယွဲသနာ်က့တတဲပှၤဘၣ်နူၣ်လီၤ. သနာ်က့တဘျိတခိၣ်ပကထံၣ်ဘၣ်လၢဖိသၣ်အသကဲာ်ပဝဲးလဲလိာ်လၢအမ့ၢ်တၢ်မၤဆါပယွဲအစၢသ့ဝဲနူၣ်လီၤ. သရၣ်လၢအကွၢ်တၢ်ပနီၣ်လၢဖိသၣ်ဒ်အံၤတဖၣ်အအိၣ်နူၣ်တဘျိတခိၣ်အဝဲသ့ၣ်ဒိသဒၢဖိသၣ်လၢတၢ်မၤဆါပယွဲအီၤလၢခံသ့နူၣ်လီၤ. တၢ်ပနီၣ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤကမ့ၢ်တၢ်လၢအဒုးနဲၣ်ဖိသၣ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤဆါပယွဲနူၣ်လီၤ.[2] ဘၣ်ဆၣ်နကဘၣ်သ့ၣ်နိၣ်ထိၣ်လၢတၢ်ပနီၣ်အိၣ်လၢဖိသၣ်တနီၤအဂီၢ်လၢအတမ့ၢ်တၢ်နိတမံၤဘၣ်နူၣ်လီၤ. အကါဒိၣ်လၢပကကွၢ်ထံကွၢ်ဆးဖိသၣ်အသကဲာ်ပဝဲးလၢအညီနုၢ်ဒိးနကထံၣ်ဖိသၣ်အသကဲာ်ပဝဲးလၢအအိၣ်ဖျါထိၣ်လၢတညီနုၢ်အိၣ်ဒိးအဝဲသ့ၣ်သ့နူၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ထံၣ်တၢ်ပနီၣ်ဒ်အံၤတဖၣ်လၢဖိသၣ်အလိၤန္ၣ်နဘၣ်ဃ့တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢပှၤလၢအအိၣ်ဒိးတၢ်သ့ၣ်ညါန္ၢ်ပၢၢ်ဒ်အံၤတဖၣ်အအိၣ်နူၣ်လီၤ.

## တၢ်ကဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ဖိသၣ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤဆါပယွဲအီၤသ့ (လၢနီၢ်ခိနီၢ်သးခံကပၤလၢာ်) လၢကျဲဒ်လဲၣ်.

ဖိသၣ်လၢအဘၣ်တၢ်မၤဆါပယွဲတဖၣ်ညီနုၢ်

- ပျံၤဝဲလၢကမၤတံၤမၤသကိးဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်မ့တမ့ၢ်ဖိကနၣ်နၤအါတလၢ
- အိၣ်ထဲတဂၤ, လၢအဃုဆိတၢ်အ့ၣ်လိာ်ဆိးကွလိာ်ထိဘိ, မ့တမ့ၢ် တအိၣ်ဂၢၢ်နီတဘျိ
- အသူၣ်အ့နူသးအ့နူထီဘိ
- တဒုးနဲၣ်တၢ်အဲၣ်တၢ်ကွံဆူပှၤအအိၣ်နီတဂၤ မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒိးတၢ်အဲၣ်အါတလၢကွံာ်အခါး

တၢ်ပနီၣ်လၢနီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤတကပၤ

- တၢ်ပနူၤထိၣ်, အဖံးလီၤဘျုး, အိၣ်ဒိးအဒိးဘီၣ်, အဃဲကၢ် မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒိးတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢဖိသၣ်တဲဖျါထိၣ်တသ့
- ဃဲသဲတၢ်ဆါ
- ပိာ်မုၣ်ကွၢ်ဂီၤဆါ မ့တမ့ၢ် ခံပူၤဆါ မ့တမ့ၢ် သွံၣ်ဒိးသး

[2] တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသနူၤ : National Center for Assault Prevention (NCAP). Education, Information and Resource Center, Sewell, New Jersey, 2000. http://www.ncap.org/identify.htm. NCAP အတၢ်ကရၢကရိအိၣ်ဒိး လံာ်လၢတၢ်စူးကါအီၤလၢဟီၣ်ခိၣ်ဒိဘ့ၣ်လၢအဘၣ်တၢ်ကျိာ်ထံကွၤအီၤလၢစပ့ၣ်အကျိာ်, ဖြၣ်စ့ၣ်အကျိာ်, ဘံၣ်ယဲးနၣ်, ခၣ်တိၣ်အကျိာ်, ရိၢ်မဲနံယၢ်အကျိာ်, ရၢရှၣ်အကျိာ်ဒိးယပၣ်အကျိာ်နူၣ်လီၤ. နမ့ၢ်အဲၣ်ဒိးမၤလိတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဃုထံၣ်အီၤ ဖဲအံၤတကွၢ်. http://www.ncap.org/cap_international.htm.

တၢ်ပနီဉ်လၢဖိသဉ်အသကဲာ်ပဝးအပူၤ

- တၢ်မံမိၢ်ပျိၢ်သီအအၣ
- ပျံၤလၢကကွၤဆူအဟံဉ်, ပျံၤလၢကလဲၤဆူကျးပူၤ
- ပျံၤပှၤလီၤဆီတဂၤဂၤ
- ဃ့ၢ်ထွးထိဉ်ကွံာ်လၢဟံဉ်
- မၤကမဉ်တၢ်
- လီတၢ်

သကဲာ်ပဝးလၢတဘဉ်လိာ်အသးဒီးဖိသဉ်အသးနံဉ်

- ဆူးအစုမုၢ်
- မံဃုာ်လိာ်သးဖဲအအိဉ်ဒံးကွိအကတီၢ်
- ဆံဉ်ဆါဒိးအသး
- တၢ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိုးဒိးအီသံး
- တၢ်အ့ဉ်လိာ်သးဒိးဖိသဉ်လၢအသးစၢ်နှၢ်အိၤ
- ဟံးန့ၢ်ပှၤနီၢ်ဒိဉ်အမူအဒါ

တၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢကွိ

- ဏဲဉ်ဒိးဃုသ့ဉ်ညါတၢ်အါတလၢကွံာ်, ဆိကမိဉ်မ့တၢ်အါတလၢကွံာ်
- လီၤတဲာ်တၢ်ဒိးစဲး
- မံခ့လၢတီၤပူၤ
- ဒိကနဉ်တၢ်ယံာ်ယံာ်တန့ၢ်ဘဉ်

တၢ်ပနီၢ်လၢဖိသဉ်အနီၢ်သးတကပၤ

- သးဟးဂီၤ
- ပျံၤတၢ်ခံး, ပျံၤတၢ်ဟးလီၢ်, မ့တမ့ၢ် ပျံၤတၢ်အဂၤတဖဉ်
- တၢ်ဆါလၢအယံာ်အထၢ
- တၢ်မၤဆါလီၤသး
- မၤဆါမ့တမ့ၢ်မၤသံဆဉ်ဖိကီၢ်ဖိ
- ပျံၤတၢ်ကိးမံၤဒဲး
- မၤတၢ်ချုချုတသ့နီတမံၤ, ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သီတသ့နီတမံၤ

## တၢ်ပနီၣ်လၢဖိသၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢ

လၢကွဲ မ့တမ့ၢ် ပှၤတဝၢအပူၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ဖိသၣ်အါဂၤကအိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကီန္ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်ဒ်အံၤတဖၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တတူၢ်ဘၣ်တၢ်မၤဆါပယွဲဒံးဘၣ်, သနာ်ကွ်ကလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢန္ၣ်လီၤ. အဒိ, လိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢအီၤလၢတၢ်ရှလိာ်မှာ်လိာ်လၢဟံၣ်, လိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢလၢတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိုးအသိးန္ၣ်လီၤ. တၢ်ပနီၣ်တနီၤဒိးသကဲာ်ပဝံးတနီၤကမၤစၢၤနၤလၢနကမၤဖျါထိၣ်ဖိသၣ်ဒ်အံၤတဖၣ်အဂိၢ်န္ၣ်လီၤ.နစူးကါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢနယုထၢဘၣ်ဃးဖိသၣ်တဂၤဘၣ်တဂၤစုာ်စုာ်အဂ့ၢ်သ့န္ၣ်လီၤ. သကဲာ်ပဝံးလၢလာ်တဖၣ်အံၤကမ့ၢ်ဖိသၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢသ့ၣ်သ့ၣ်လီၤ. ပမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်အဂိၢ်န္ၣ်လဲၣ်.[၈]

## ပကမၤဖျါထိၣ်ဒီးမၤစၢၤဖိသၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢတဖၣ်အံၤန္ၣ်ဒ်လဲၣ်.

ဖိသၣ်ကလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဒိသဒၢဖဲနထံၣ်တၢ်သကဲာ်ပဝံးလၢလာ်တဖၣ်အါန့ၢ်တမံၤလၢဖိသၣ်အသကဲာ်ပဝံးအပူၤန္ၣ်လီၤ.

- ဟံၣ်ဖိဃီဖိလၢအဟးဂီၤ
- မိၢ်ပၢ်လၢအညီနှၢ်အီသံး, အီမိာ်, အီကသံၣ်မူၤဘိုးမ့တမ့ၢ်အိၣ်ဒီးခိၣ်နှာ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကီတမံၤမံၤ
- တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလၢဟံၣ်တအိၣ်
- ပှၤလၢအဃုဆိတၢ်အ့ၣ်လိာ်လၢတီၤပူၤ
- လီၤတဲာ်တၢ်ဒိးစဲးမ့တမ့ၢ်တၢ်တဘၣ်ဃးအလိၤလၢတၢ်နီတမံၤ
- ရှတံၤရှသကိးတသ့အါအါဘၣ်
- အိၣ်ဒီးသကိးလၢအစူးကါကသံၣ်မူၤဘိုးမ့တမ့ၢ်အီသံး မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးလုၢ်လၢ်သကဲာ်ပဝံးလၢတဂ့ၤအဂၤတဖၣ်
- ဟံၣ်ဖိဃီဖိဖှိၣ်
- ဖိသၣ်စူးကါကွၢ်ကသံၣ်မူၤဘိုးမ့တမ့ၢ်သံးဖဲအသးစၢ်အခါ
- ဖိသၣ်တအိၣ်ဒီးတၢ်ဟာ်သးအအၢလၢတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိုးမ့တမ့ၢ်သံးအဖိခိၣ်ဘၣ်

တၢ်ပနီၣ်လၢလာ်တဖၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိုးမ့တမ့ၢ်သံး

- အိၣ်ဒီးတၢ်ဟာ်သူၣ်ဟာ်သးလၢအထိၣ်အလီၤ
- ဃဲၤလီၤ, မ့တမ့ၢ်ဘိၣ်ထိၣ်, ကတိၤတၢ်အုးအးထံးထး, ဟးကနူၤဟးကပၤ, မဲာ်ပှၤသူအိၣ်ထိၣ်, ကပၢၤထိၣ်, ကတိၤတၢ်အါ, နံၤလၢအဂ့ၢ်တအိၣ်, ဘၣ်သးဘိုးဒီးဘိုး

[၈] http://education.qld.gov. au/health-safety/promotion/drug -education/html/m_risk.html
Education Queensland. Identifying At Risk Students

- အတ်မၤလိအယူဉ်လၢကွိစ့ၤလီၤ
- ထံဉ်လိာ်သးဒီးအသကိး မ့တမ့်၊ ကတိၤတ်ဒီးအသကိးလၢတ်ခူသူဉ်အပူၤ
- လိဉ်ဘဉ်ကျိဉ်စ့သတူ်ကလာ်

တ်ဂ့်လၢလာ်တဖဉ်ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ်ကမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးသုတတုၤဆူတ်ကီတ်ခဲအဂိၵ်၊

- အိဉ်ဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိအတ်ရ့လိာ်လၢအသဟီဉ်ဆူဉ်
- မၤနၢၤတ်လၢကွိ
- မၤတံၤမၤသကိးသ့ဂ့ၤ
- နုာ်လီၤမၤသကိးတ်ဟူးတ်ဂဲၤလၢပ့ၤတဝၢအပူၤ
- အိဉ်ဒီးအသကိးလၢအနီ်ဒ်ဉအဂ့ၤတဂၤ, အဒိ, လၢကွိသရဉ်

ကွိမၤစၢၤဖိသဉ်ခီဖျိမၤတ်လၢလာ်တနီၤ

- တ်ဟ့ဉ်ဂံ်ဟ့ဉ်ဘါတ်ရ့တံၤရ့သကိးဂ့ၤဝဲလၢဖိသဉ်ဒီးသရဉ်အဘၢဉ်စၢၤ
- မၤလီၤတံၤလၢဖိသဉ်ထိဉ်ကွိထိဘိ
- ဒုးဒိဉ်ထိဉ်ထိထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ရ့တံၤရ့သကိး
- မၤဂ့ၤထိဉ်ဖိသဉ်အတ်မၤလိန့်တ်၊
- ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ဘျးစဲဒီးကရ့်လၢတ်ချၤတဖဉ်
- ဟ့ဉ်ဂံ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်ဒ်သိးကဟ်လု်ဟ်ပ့ၤတ်လၢအဂ့ၤ
- သိဉ်လိဖိသဉ်လၢကဃုထံဉ်တ်ဂ့်တ်ကျိၤတဖဉ်ဒ်လဲဉ်
- မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကသ့ဉ်ညါဒီသဒၤလီၤက့ၤအသးလၢတ်စးထိဉ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိုး မ့တမ့်၊ တ်အိသံး, တ်အိမိာ်ဒီးလု်လ်သကဲာ်ပဝံးလၢတဂ့ၤအဂၤတဖဉ်
- မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကမၤန့်တ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဒီးတ်မၤစၢၤဖဲအလိဉ်ဘဉ်ဝဲအခါ

## ကျဲလၢပကဒိသဒၢတ၀်မၤဆူဉ်မၤစိးလၢပဖိပလံၤအကျိ.

လၢပကမၤကတုာ်တ၀်မၤဆူဉ်မၤစိးလၢပကွံအဂီ၀်ပမၤတ၀်လၢလာ်တနီၤသ့ဝဲနှဉ်လီၤ.[၉]

၁. ကွံကဘဉ်အိဉ်ဒီးတ၀်နဲဉ်ကျဲလၢတ၀်သကဲာ်ပဝဲးမနုၤလၢတ၀်တူ၀်လိာ်အီၤသ့ဒီးတသ့အဆၢဖျါဂ့ၤဂ့ၤနှဉ်လီၤ.

၂. သိဉ်လိဖိသဉ်လၢတ၀်သကဲာ်ပဝဲးလၢအဂ့ၤတဖဉ်ဒ်သိးသုတမၤဆူဉ်မၤစိးတ၀်တဂ့ၤအဂီ၀်တက့၀်.

၃. **သရဉ်ကဘဉ်မၤလိန္၀်ကျဲတဖဉ်လၢကသိဉ်သီမ့တမ့၀်မၤဘဉ်က့ၤဖိသဉ်အတ၀်ကမဉ်လၢကျဲအမှာ်သရဉ်မ့၀်စူးကါတ၀်သိဉ်တ၀်သီလၢအဆူဉ်အကိၤဒ်အမ့၀်တ၀်တိ၀်တ၀်ဖျ့နှဉ်ကဒုးထံဉ်ဖိသဉ်လၢတ၀်မၤဆူဉ်မၤစိးနှဉ်တ၀်တူ၀်လိာ်အီၤသ့နှဉ်လီၤ.** (က့၀်စ့၀်ကိးလၢလံာ်အဘ့ဉ်ယဲ၀်အပူၤတက့၀်.)

၄. နၤဒိးသရဉ်အဂၤကြၢးမ့၀်တ၀်အဒိလၢဖိသဉ်တဖဉ်အဂီ၀်လၢကဒုးနဲဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကမၤဘဉ်က့ၤတ၀်ဂ့၀်ကိတဖဉ်လၢကျဲအမှာ်နှဉ်လီၤ.

၅. မၤဂ့ၤထိဉ်တ၀်ဆဲးကျိုးအကျိုၤအကျဲတဖဉ်ဒိးဖိသဉ်တက့၀်. (အဒိ, ကတဲာ်ကတိၤနသးလၢနကဒိကနဉ်ဖိသဉ်အတ၀်ဂ့၀်ကိတဖဉ်ထိဘိတက့၀်.)

၆. ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးဖိသဉ်လၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၀်ဒိးကရူ၀်လၢတ၀်ချၢတဖဉ်ဒ်အမ့၀်ကမျၢ်သဘျ့ကရၢ, ဒိးတ၀်ကရၢကရိလၢအအိဉ်လၢပှၤတဝၢအပူၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

၇. ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွံအတ၀်သိဉ်တ၀်သီလၢအဘဉ်ဃးဒိးတ၀်သကဲာ်ပဝဲးလၢတ၀်တူ၀်လိာ်အီၤသ့လၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးအဂီ၀်တက့၀်.

၈. ဟ့ဉ်ဂံ၀်ဟ့ဉ်ဘါဒိးစံးပတြၢ်ၤဖိသဉ်ဖဲအမၤစၢၤအသကိးလၢတ၀်ဃဉ်လီၤတ၀်ဂ့၀်ကိတဖဉ်လၢကျဲအမှာ်အခါတက့၀်.

၉. ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တ၀်ဂ့၀်ကိလၢတ၀်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိုးဒိးသံးလၢကွံတက့၀်.

---

[၉] ဘဉ်တ၀်ဟံးန့၀်အီၤလၢ : World Health Organization (1998) WHO Information Series on School Health, Document Three – Violence Prevention: An Important Element of Health-Promoting School. Geneva

၁၀. သိဉ်လိဖိသဉ်တဖဉ်လၢကဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲအဆၢကတိၢ်လၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤဒ်လဲဉ်တက့ၢ်.

၁၁. မၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢပှၤလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်လီၤဆိဆိတဖဉ်အအိဉ် (တချူးအစဲၤခံဒ်အခါ) တက့ၢ်.

၁၂. လၢပှၤတဝၢအပူၤကွိကြၢးမ့ၢ်ပှၤလၢအဆုၢတၢ်လၢတၢ်ပဝ်ထံနီၤဖးတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးလၢပှၤတဝၢအပူၤ (အဒိ, မၤအိဉ်ထိဉ်ကွိဒီးပှၤတဝၢအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤ) ဒီးဒုးအိဉ်ထိဉ်ပှၤတဝၢတၢ်တိာ်ကျဲၤတဖဉ်လၢကဒီသဒၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစီးတဖဉ်အဂိၢ်တက့ၢ်.

၁၃. ဟ့ဉ်ဖိသဉ်တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကမၤလိသ့အသးဘဉ်ဃးတၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီလၢကျဲအမုာ်တဖဉ်တက့ၢ်.



## အဆၢဖိၣ် ၆.၂
## တၢ်ဟ့ၣ်ဖိသၣ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူအဂီၢ်

### တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်

ဖိသၣ်ခဲလၢာ်, လီၤဆိဒၣ်တၢ်ပှၤလၢအက့ၢ်အဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲၤ, ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ် သ့အတၢ်လိၣ်လီၤဆီတဖၣ်, ဘၣ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ဒ်သိးကအိၣ်မူလၢအပှၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ် ဒီးဟးဆဲးသကဵ်ပဝဲးလၢအတဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်တဖၣ်နှၣ်လီၤ. ပမၤတၢ်အံၤသ့လၢကျဲ တဘိဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ် (Skills - based health Education) တဖၣ်နှၣ်လီၤ. [၁၀]

ကွိအါတက့ၢ်သိၣ်လိလံာ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ် ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်နှၣ်လီၤဆီတစဲးနှၣ်လီၤ.

- တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အံၤကျဲးစၢးလဲလိာ်သကဵ်ပ ဝဲးတနီၤလၢဖိသၣ်အပူၤ, ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသၣ်လၢကမၤလိအသးလၢ **သကဵ်ပဝဲးလၢအဂ့ၤ လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်** တဖၣ်နှၣ်လီၤ. (တမ့ၢ်ထဲအမၤလိဝဲလၢတၢ်လံာ်အပူၤဧိၤဘၣ်, မ့မ့ၢ်တခီမၤပိာ်ထွဲအခံနှၣ်လီၤ.)

- တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်နှၣ်ဒီးသန့ၤထိၣ်အသး**လၢဖိသၣ်အ တၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်အဖီခိၣ်,** ဒီးဘၣ်လိာ်အသးဒီးဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤ အဂီၢ်နှၣ်လီၤ.

- တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၤ်ပၣ်ဃုာ် (၁) တၢ်သ့ၣ်ညါဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ, (၂) တၢ်ဟာ်သူၣ်ဟာ်သး, (၃) မ့ၢ်တၢ်မၤလိသ့အသးလၢစု လၢခီၣ်တဖၣ်နှၣ်လီၤ. တၢ်ပညိၣ်နှၣ်မ့ၢ်**ကဖုးကဲထိၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်တဖၣ်အံၤဆူတၢ်မၤအ သးနီၢ်နိၢ်အပူၤ**နှၣ်လီၤ.

[10] This section was originally developed from:
www.unicef.org/programme/lifeskills/whatwhy/distinguish.html

- **ဖိသဉ်နှဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်သ့**လၢအတၢ်မၤလိအပူၤခီဖျိတၢ်သိဉ်လိလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်တၢဉ်ပိဉ်သကိး (participatory teaching) အကျဲနှဉ်လီၤ.

- တၢ်ဟ့ဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ကွၢ်တၢ်လိဉ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢဖိသဉ်မုဉ်ဒီးခွါခံဖုလၢာ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

လၢတၢ်ဟ့ဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အပူၤဖိသဉ်နှဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဂဲၤလိလၢအလီၤဆိလိာ်အသးအကလုာ်ကလုာ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သ့ဉ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်, တၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သး, ဒီးတၢ်မၤလိသ့အသးလၢစုလၢခီဉ်နီၢ်နီၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤမၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကဃုထၢသကဲာ်ပဝဲးလၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤကမ့ၢ်တၢ်လၢအမၤတၢ်တမံၤမံၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤစၢၤဆိ (first aid) အသိးနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤအီၤသ့စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်ဃဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်မ့တမ့ၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢကဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးအိဉ်ဒီးသကဲာ်ပဝဲးအဂ့ၤလၢဖိသဉ်တဂၤဒီးတဂၤအဘၢဉ်စၢၤ (လီၤဆိဒဉ်တၢ်တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးမၤသကိးတၢ်ဒီးဖိသဉ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတၢ်လိဉ်လီၤဆိဒီးကွၢ်ဂီၤတလၢတပဲၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်)နှဉ်လီၤ.

တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒ်အံၤတဖဉ်နှဉ်ပကိးလၢတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအပူၤ (life skills) မ့ၢ်လၢပလိဉ်ဘဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤဒ်သိးပကအိဉ်မူပဲၤဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်သးဖုံအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ပှၤတနီၤကိးတၢ်သိဉ်လိဒ်သိးအံၤတဖဉ်လၢတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအပူၤအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ (life skills-based education) နှဉ်လီၤ. လၢ life skills-based education အပူၤနှဉ်တၢ်အခိဉ်တီတမ့ၢ်ထဲတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂိၢ်ဘဉ်. မ့မ့ၢ်ပဉ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ဖးလံာ်, ကွဲးလံာ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဒွးတဖဉ်ဒီးတၢ်မုာ်တၢ်ခုဉ်အတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့တဖဉ်နှဉ်လီၤ.[၁၁]

တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအပူၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကမၤတၢ်ဆၢတာ်လၢအဘဉ်, ဒ်သိးကဆဲးကျၢဆဲးကျိးဒီးကအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်မူလၢအဘျူးအိဉ်အဂိၢ်နှဉ်လီၤ. မ့ၢ်စ့ၢ်ကီးတၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်နီၢ်ကစ့ၢ်တၢ်သကဲာ်ပဝဲး, မၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢတၢ်မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤအဂၤဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်စ့ၢ်ကီးခိဉ်ဃၢၤဝဲးတရံးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအပူၤအံၤဘဉ်ဃးစ့ၢ်ကီးဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်နတၢ်ဟာ်သူဉ်ဟာ်သးနှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အကါဒိဉ်ကတၢ်တမံၤလၢဖိသဉ်ကြၢးမၤလိအီၤနှဉ်မ့ၢ်တၢ်ဒိကနဉ်ပှၤအဂၤဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

[၁၁] လံ့တဆၢအံၤဘဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤလၢ http://unicef.org/programme/lifeskills/whatwhy/define.html

ဖဲနဒိကနၣ်ပှၤအဂၤန့ၣ်မ့ၢ်နဒုးနဲၣ်တၢ်ဟ်ကဲဆူအဝဲသ့ၣ်အအိၣ်နၣ်လီၤ. တၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သးအဂၤလွံၢ် မံၤလၢအကါဒိၣ်လၢတၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်အီၤသ့ခီဖျိ skills-based education နၣ်မ့ၢ်ဝဲ[၁၂] ...

၁. တၢ်ဟ်ကဲလီၤနီၢ်ကစၢ်အသး, ဒ်အမ့ၢ်ယအဲၣ်ဒိးအိၣ်ကဆဲကဆို, အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးပှဲၤဒီးဂံၢ် ဘါနၣ်လီၤ.

၂. အိၣ်ဒိးတၢ်ဟ်ကဲလီၤနီၢ်ကစၢ်အလုၢ်အပှၤဒိးတၢ်နာ်နၣ်လီၤသး, နမ့မ့ၢ်ဇၣ်လဲာ်ဖိသၣ်သနာ်က့ သ့ၣ်ညါလီၤနသးလၢနမၤဂ့ၤထိၣ်နဟံၣ်ဖိယိဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချသ့နၣ်တက့ၢ်.

၃. ဟ်ကဲပှၤဂုၤပှၤဂၤ, ဒိကနၣ်ပှၤအဂၤ, ဟ်ကဲအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဖဲအဝဲသ့ၣ်လီၤဆီဒိး နၤဇၣ်လဲာ် မ့တမ့ၢ် နမ့ၢ်တတူၢ်လိာ်အဝဲသ့ၣ်ဇၣ်လဲာ်နၣ်လီၤ.

၄. အံးထွဲကွၢ်ထွဲပှၤအဂၤ, ကျဲးစားမၤစၢၤပှၤအဂၤဒ်သိးကအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ, လီၤဆီဇၣ်တၢ်ပှၤ လၢအအိၣ်ဒိးတၢ်လိၣ်ဘၣ်လီၤဆိတဖၣ်အဂိၢ်တက့ၢ်.

ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဟ်ကဲလၢမုၣ်ဒိးခွါတဖၣ်အဘၢၣ်စၢၤ, တၢ်ထဲသိးတုၤသိးလၢပိာ်မုၣ်ဒိးပိာ်ခွါအဘၢၣ် စၢၤ, ဒိးဒ်သိးနသကိးသုကွဲနၢ့်လွဲနၢ့်, နၤလၢတၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအတဂ့ၤတနၢ့်အဂိၢ်နၣ်လီၤ. လၢ skills-based health education အံၤအပူၤအကါဒိၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်သိၣ်လိတၢ်ဂ့ၢ်လၢထးတဖၣ်အံၤ နၣ်လီၤ. ဖိသၣ်မ့ၢ်မၤလိတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်အံၤဖဲအသးစၢ်အခါနၣ်လီၤက်လၢကအိၣ်ဒိးတၢ်ဟ်သူၣ် ဟ်သးဒိးသကဲာ်ပဝဲးတဖၣ်အံၤဖဲအဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပှဲၤအခါနၣ်လီၤ.



### တၢ်ကွၢ်ကဖါက့ၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – နၤဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်အိၣ်မူအပူၤ

လၢပကသိၣ်လိဖသၣ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်ဝဲလၢအတၢ်အိၣ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂိၢ်အံၤပဝဲ ပှၤနိၢ်ဒိၣ်ပဘၣ်စူးကါတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်အံၤစ့ၢ်ကီးဒ်သိးကကဲထိၣ်တၢ်အဒိအတဲာ်လၢအဝဲသ့ၣ်အ ဂိၢ်နၣ်လီၤ. သံကွၢ်လီၤနသး, "မ့ၢ်ယဒုးနဲၣ်ယနီၣ်ကစၢ်အတၢ်ဟ်ကဲလီၤအသး, တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤ လီၤယသး, တၢ်နာ်နၢ့်လီၤသး, တၢ်ဟ်ကဲပှၤအဂၤဒိးအံးကွၢ်ပှၤအဂုၤအဂၤစ့ၢ်ကီးဧါ." မၤပှဲၤလံာ် တိၤဖျိလၢလာ်အံၤဒ်သိးကဒုးနဲၣ်ဖျိထိၣ်နမၤတၢ်မနုၤသ့ဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိၣ်နသကဲာ်ပဝဲးဇၣ်နဲအဂိၢ်

[12] Son V, Pridmore P, Nga B, My D and Kick P (2002) Renovating the Teaching of Health in Multigrade Primary Schools: Teacher's Guide to Health in Natural and Social Sciences (Grades 1,2,3) and Science (Grade 5). British Council /National Institute of Educational Sciences: Hanoi, Vietnam.

တက့ၢ်. ကျဲးစၢးမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်သကဲာ်ပဝးတနီၤအံၤလၢခံန်ံတုၤလွံၢ်နှံအတိၢ်ပူၤတက့ၢ်. နထံဉ်တၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအိဉ် လၢနကစၢ်ဒဉ်နဲအဖိခိဉ်တမံၤမံၤဧါ. မ့တမ့ၢ် ပှၤအဂၤထံဉ်နၤဒ်လဲဉ်.

| | **ခဲအံၤယမၤမနုၤလဲဉ်** | **ယမၤစ့ၢ်ကီးမနုၤသ့လဲဉ်. တၢ်သကဲာ်ပဝးအသိ** |
|---|---|---|
| တၢ်ဟ်ကဲလီၤနီၢ်ကစၢ်အသး (နကမၤဂ့ၤထိဉ်နသးဒ်လဲဉ်) | | |
| တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤသးဒီးတၢ်နာ်လီၤသး (ဒုးနဲဉ်လီၤနသးလၢနမ့ၢ်ပှၤလုၢ်ပှၤဒိဉ်တဂၤ) | | |
| တၢ်ဟ်ကဲပှၤအဂုၤအဂၤ (နပတြၢၤပှၤအဂၤဒီးနန်ၢ်ပၢၢ်အဝဲသ့ဉ်အတၢ်ဟ်သး) | | |
| တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲပှၤအဂၤ (နမၤစၢၤပှၤအဂၤဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိဉ်အသးဒ်လဲဉ်) | | |

နမၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤမ့ၢ်ဝံၤမၤနပှၤကွိဖိတဖဉ်မၤတၢ်ဂဲၤလိအံၤစ့ၢ်ကီးတက့ၢ်. မၤဖိသဉ်တဖဉ်လၢကမၤပဲၤလံ်တိၤဖျါအံၤဒ်သိးကဒုးနဲဉ်အဝဲသ့ဉ်လၢကမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်ဟ်ကဲလီၤအသး, တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤအသး, တၢ်ဟ်ကဲပှၤဂုၤပှၤဂၤဒီးအံးထွဲကွၢ်ထွဲပှၤအဂၤဒ်လဲဉ်တက့ၢ်. နစူးကါတၢ်ဂဲၤလိအံၤသ့စ့ၢ်ကီးလၢ skills-based health education အပူၤန့ဉ်လီၤ.

## တၢ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်မနုၤတဖဉ်လဲဉ်.

လံ်တိၤဖျါလၢလာ်တဖဉ်အံၤဒုးနဲဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တနီၤလၢအကါဖိဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.[၁၃] တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တမံၤဘဉ်တမံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဖိဉ်ဒ်လဲဉ်တခိန့ဉ်ကဒိးသန့ၤထိဉ်အသးလၢနတၢ်အိဉ်သးဒဉ်နဲအပူၤန့ဉ်လီၤ. လံ်တိၤဖျါဒုးနဲဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်သၢကရူၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်သၢကရူၢ်အံၤတၢ်မၤလီၤဖးအိၤတမံၤဒိးတမံၤတသ့ဘဉ်, မ့မ့ၢ်တခိဘဉ်ဘူးဘဉ်တံၢ်လိာ်အသးန့ဉ်လီၤ. ဖဲပှၤတဂၤမၤလိန့ၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤန့ဉ်ပှၤအဝဲန့ဉ်အသကဲာ်ပဝးကလဲလိာ်အသးဒိဉ်မးန့ဉ်လီၤ.

[၁၃] လံ်တဆၢအံၤဘဉ်တၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အိၤခီဖျိ :
www.unicef.org/programme/lifeskills/whatwhy/skills.html

| တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးပှၤအဂၤ | တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဆိကမိၣ်ပဲာ်ထံနီၤဖးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ် | တၢ်ပၢၤဆၢၤလီၤနီၢ်ကစၢ်အသးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ် |
|---|---|---|
| **တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျၢဒီးပှၤအဂၤ**<br>♦ တၢ်စံးတၢ်ကတိၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကွဲး<br>♦ တၢ်ဒိကနၣ်ပှၤအဂၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲး<br>♦ တၢ်ဟ်ဖျါထိၣ်တၢ်ထံၣ်လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဟ်ဒုၣ်ဟ်ကမၣ်ပှၤဂၤ<br><br>**တၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်တၢ်သမၢတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်**<br>♦ တၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်လိာ်သးဒီးတၢ်ဃ့ၣ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိ<br>♦ တၢ်သ့ဟ်ဖျါထိၣ်နီၢ်ကစၢ်တၢ်ဆိကမိၣ်, တၢ်ထံၣ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်<br>♦ တၢ်သမၢတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်<br><br>**တၢ်ဖိသူၣ်ဖိသး**<br>♦ ဒိကနၣ်ဒီးနၢ်ပၢၢ်ပှၤဂၤအတၢ်အိၣ်သးဒီးအတၢ်လိၣ်<br><br>**တၢ်မၤသကိးတၢ်အကျိၤအကျဲ**<br>♦ တၢ်ဟ်ကဲပှၤဂုၤပှၤဂၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤဒီးတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်<br>♦ တၢ်သ့ၣ်ညါလီၤနီၢ်ကစၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးကနုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤအဂၤဒ်လဲၣ်<br><br>**တၢ်အုၣ်သးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်**<br>♦ တၢ်ကဲဒိဂ့ၤတဲာ်ဘၣ်<br>♦ တၢ်ကွဲန့ၢ်ပှၤဂၤတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်<br>♦ တၢ်ဘျးစဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ် | **တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်ဒီးတၢ်ဃ့ၣ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖၣ်**<br>♦ ထၢဖြိၣ်ဟ်ဖြိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်<br>♦ တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်ဂ့ၢ်မနုၤလၢကပိာ်ထိၣ်တၢ်တမံၤလၢနမၤခဲအံၤအခံ<br>♦ တၢ်ဆိကမိၣ်ထိၣ်တၢ်အစၢအဂၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်တမံၤမံၤအဖိခိၣ်<br>♦ တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖးလီၤနနိၢ်ကစၢ်ဒၣ်နဲအတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သးဒီးပှၤအဂၤအတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သး<br><br>**တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖး (critical thinking) အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်**<br>♦ တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖးပှၤဂၤအတၢ်ဆိကမိၣ်, လံာ်တၢ်ကစိၣ်, ကွဲၤလ့လိၤဒီးတၢ်အဂုၤအဂၤတဖၣ်<br>♦ ပဲာ်ထံနီၤဖးလုၢ်လၢ်ထူသနူအတၢ်စူၢ်တၢ်နာ်တဖၣ်<br>♦ ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်လၢကဃုထံၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢနလိၣ်ဘၣ်အိၤဒ်သိးကဝဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ် | **တၢ်ပၢၤလီၤသး**<br>♦ တၢ်သူၣ်ထိၣ်တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤလီၤသးဒီးတၢ်နာ်လီၤသး<br>♦ သ့ၣ်ညါလီၤနတၢ်ခွဲးတၢ်ဃာ်, နလုၢ်နပှၤ, နတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သး, နတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဒိးနတၢ်ဂံၢ်ဆူၣ်<br>♦ တၢ်ဟ်လီၤတၢ်တိာ်ဟ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်<br>♦ တၢ်မၤကွၢ်လီၤကွၤနိၢ်ကစၢ်သးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်<br><br>**တၢ်ပၢၤဃာ်ကွၤနိၢ်ကစၢ်တၢ်တူၢ်ဘၣ်**<br>♦ တၢ်ပၢၤဃာ်တၢ်သးထိၣ်<br>♦ ကွၢ်ဆၢၣ်မဲာ်ဒီးတၢ်လီၤမၢ်, တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိးဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢအမၤတံာ်တာ်နသး<br><br>**တၢ်ပၢဆၢနီၢ်ကစၢ်တၢ်ကိၢ်တၢ်ဂီၤ**<br>♦ တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤနတၢ်ဆၢတၢ်ကတိၢ်<br>♦ တၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်လၢအဂ့ၤတကပၤ<br>♦ တၢ်အိၣ်ဘုံးအိၣ်သါအကျိၤအကျဲ |

လၢလံ့အပူၤကွံဉ်တဘ့ဉ်အပူၤပမၤလိဘဉ်ဃးပကျိုကလိဉ်ဘဉ်ကျဲသနူလၢကဒိသဒၢတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိး, တၢ်အိမိာ်, တၢ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိး, တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်ဟးလိၢ်ဒိးထံအိလၢကျိုအဂိၢ် မ့တမ့ၢ် ကျဲသနူဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုနှဉ်လီၤ. ဖဲပမၤအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူတဖဉ်အံၤအခါပဘဉ်ဟ့ဉ်ဖိသဉ်လၢတၢ်သ့ဉ်ညါန၊်ပၢ်, တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဘဉ်ဃးတၢ်အခိဉ်တီတဖဉ်အံၤနှဉ်လီၤ.

ဃုထံဉ်သကိးတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်မနုၤလၢအကါဒိဉ်ကတၢ်၊်လၢဖိသဉ်ကဘဉ်မၤလိအီၤလၢနကွိဒိးနပှၤတဝၢအပူၤဒိးသရဉ်အဂၤတဖဉ်အအိဉ်တက့ၢ်. ဃုထံဉ်ကျဲလၢပကသိဉ်လိတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤလၢလံာ်လၢနသိဉ်လိအီၤတဖဉ်ဒ်လဲဉ်တက့ၢ်. နကမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤတနီၤဖဲလံာ်အံၤအကတၢ်၊်ဘဉ်ဃးအ့ုးစ်တၢ်ဆါ HIV/AIDS အဂ့ၢ်နှဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်တဘဉ်သးပ့ၤနီဉ်လၢဖိသဉ်ကြၢးနုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒိးနၤလၢကျိၤကျဲအံၤအပူၤတဂ့ၤ.

## တၢ်စူးကါတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအပူၤ (life skills) လၢကျဲဒ်လဲဉ်.

ပမ့ၢ်သိဉ်လိဖိသဉ်လၢတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤလၢအအိဉ်လၢလံာ်တိၤဖျါလၢထးအံၤနှဉ်အဝဲသ့ဉ်ကမၤနၢၤတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ကီတၢ်ခဲတဖဉ်လၢအတၢ်အိဉ်မူအပူၤနှဉ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ရဲဉ်လၢလာ်တဖဉ်မ့ၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်တနီၤလၢနကစူးကါ skills-based health education လၢနကွိဒ်သိးကဒိသဒၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်နှဉ်လီၤ.[၁၄] ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒိးသရဉ်အဂၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်အံၤမၤဘဉ်ဒိဖိသဉ်စ့ၢ်ကိးဧါတက့ၢ်. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအကွဲးရဲဉ်လီၤအသးလၢလံာ်အံၤအပူၤတဖဉ်တၢ်လိဉ်ဘဉ်အိဉ်လၢနကွိ skills-based health education တၢ်တိာ်ကျဲၤအပူၤဧါ. တၢ်ဂဲၤလိဘဉ်ဃး (HIV/AIDS) အံၤနစူးကါအီၤသ့စ့ၢ်ကိးနှဉ်လီၤ.

## တၢ်ဒိသဒၢဖိသဉ်အတၢ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်ဒိးတၢ်အီသံးဓိၤဂ်ာ်ဓိၤ

ဖဲကွိဖိစူးကါကသံဉ်မူၤဘိး, အိမိာ်ဒိးအီသံးအါတလၢနှဉ်ကစဲထိလၢအလု၊်အလ၊်အပူၤဒိးဟ်ကတိ၊်က့ၤဝဲတန့ၢ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. ဒ်သိးပကမၤဖျါထိဉ်ဖိသဉ်ဖဲလဲဉ်တဂၤလၢအအိဉ်ဒိးလု၊်လ၊်တဖဉ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်ပဘဉ်ကွ၊်ထံကွ၊်ဆးအဝဲသ့ဉ်ဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်ဒိးသူဉ်ထိဉ်တၢ်ရ့ၢတံၤရ့ၢသကိးဒိးအဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖဲနသ့ဉ်ညါဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်အခါအဝဲသ့ဉ်ကအိဉ်ဒိးတၢ်နာ်လီၤအသးလၢကတဲဘဉ်နၤဘဉ်ဃးအဖိအလံၤအလု၊်လ၊်လၢတဂ့ၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. Life skills လၢအမၤစၢၤကွိဖိဒ်သိးကဒိသဒၢလီၤက့ၤအသးလၢတၢ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိး, အိမိာ်ဒိးတၢ်အိဉ်သံးဓိၤဂ်ာ်ဓိၤတဖဉ်ပဉ်ဃုာ်ဒိး

[၁၄] လံာ်တဆၢအံၤတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤခီဖျိ : www.unicef.org/programme/lifeskills/whatwhy/issues.html

- တၢ်တြီဆၢတံၤသကိးတဖၣ်အတၢ်မၢန့ၢ်ဆိၣ်ခံလၢကကျဲးစၢးစူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်ဒီးအိသံးတဖၣ်အဂီၢ်
- ထိဒါတံၤသကိးတဖၣ်အတၢ်ကွဲန့ၢ်လွဲန့ၢ်လၢကစူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်ဒီးအိသံး ဘၣ်ဆၣ်ရ့ဒီးအီၤဒ်တံၤသကိးတဖၣ်အသိး.
- တၢ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဒုးအိၣ်ထိၣ်ကွိအလုၢ်အလၢ်လၢတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်ဒီးအိသံးတဖၣ်, ဒီးနကတြီဆၢတၢ်အံၤဒ်လဲၣ်.
- တဲဘၣ်ပှၤအဂၤဘၣ်ဃးတၢ်လီၤပျံၤလၢတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်ဒီးတၢ်အိသံးတ ဖၣ်အအိၣ်တက့ၢ်.
- မၢကွိဒီးပှၤတဝၤဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်လိၢ်ဖဲတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်, တၢ်အိသံးတသ့ အလိၢ်
- ပဉ်ထံနီၤဖးတၢ်ဘိးဘၣ်ရၤလီၤတၢ်ကစိၣ်တဖၣ်လၢအကွဲန့ၢ်လွဲန့ၢ်နၤလၢကစူးကါကသံၣ်မူၤ ဘိး, အိမိာ်ဒီးအိသံးဓိၤဂ်ဓိၤဒ်လဲၣ်တက့ၢ်.
- ဆိၣ်ထွဲတံၤသကိးတဖၣ်လၢအကျဲးစၢးဟ်ပတုာ်တၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, တၢ်အိမိာ်ဒီးအိသံး ဓိၤဂ်ဓိၤတဖၣ်တက့ၢ်.
- ကဘၣ်ကွၢ်ဆၢၣ်မဲာ်ဒီးမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤနီၢ်ဒိၣ်အဂၤလၢအစူးကါကသံၣ်မူၤဘိး, အိမိာ်, ဒီးအိသံး တဖၣ်ဒ်လဲၣ်နၣ်လီၤ.

## တၢ်ဒိသဒၢတၢ်မၤဆူၣ်မၤစီးတဖၣ်

ဒ်သိးပကဒိသဒၢတၢ်မၤဆူၣ်မၤစီးတဖၣ်ကသ့အဂီၢ်ကွိဖိလိၣ်ဘၣ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤ နၣ်လီၤ.

- ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တ်ဃဉ်လီၤတ်ဂ့်ကီအကျဲတဖဉ်လၢတ်မှာ်တ်ခုဉ်အကျဲ (တ်ဃဉ်လီၤတ်ဂ့်ကီ, တ်မၤတ်ဆၢတဲာ်, တ်ဆိကမိဉ်တ်အဒိဉ်အယိာ်, တ်ကွ်မဲာ်ဒီးတ်သးလီၤဘုံး, တ်ဆဲးကျိးဒီးတ်မၤသကိးတ်အတ်သ့တ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ.

- ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တ်အိဉ်သးလၢအလီၤပျံၤအလိၢ်ဒီးဟးဆဲုးအီၤကသ့ (တ်ဆိကမိဉ်တ်အဒိဉ်အယိာ်, တ်ဃဉ်လီၤတ်ဂ့်ကီဒီးတ်မၤတ်ဆၢတဲာ်အတ်သ့တ်ဘဉ်တဖဉ်)

- ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ကျဲတဖဉ်လၢကဟးဆဲုးတ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ်လၢအဝဲသ့ဉ်ထံဉ်လၢကွဲၤဟူဖျါဒီးတ်ဂီၤမူအပူၤတဖဉ် (တ်ဆိကမိဉ်ပဲာ်ထံနီၤဖးတ်အတ်သ့တ်ဘဉ်)

- တြိဆၢသကိးဖိတဖဉ်အတ်ကွဲန့်လွဲန့်လၢကျိဒီးပှၤနီ်ဒိဉ်အဂၤတဖဉ်လၢအကျဲးစၢးမၢနၤလၢကနှာ်လီၤမၤတ်လၢတ်မၤဆူဉ်မၤစိးအကျဲတဖဉ် (တ်ဃဉ်လီၤတ်ဂ့်ကီ, တ်မၤတ်ဆၢတဲာ်တ်ဆိကမိဉ်ပဲာ်ထံနီၤဖးတ်, တ်ကွ်ဆၢဉ်မဲာ်တ်ဒီးတ်သးလီၤဘုံး, တ်ဆဲးကျိးဒီးတ်ရ့တံၤရ့သကိးအတ်သ့တ်ဘဉ်)

- ကဲထိဉ်ပှၤဘၢဉ်စၢၤလၢအမၤပတုာ်တ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ် (တ်ပလီၤပဒိသး, တ်ဃဉ်လီၤတ်ဂ့်ကီ, တ်မၤတ်ဆၢတဲာ်, တ်ပဲာ်ထံနီၤဖး, တ်ကွ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတ်သးလီၤဘုံး, တ်ဆဲးကျိးဒီးတ်ရ့တံၤရ့သကိးအတ်သ့တ်ဘဉ်.)

- မၤစၢၤတ်ဒိသဒၢတ်မၤကမဉ်တ်လၢပှၤတဝၤအပူၤတဖဉ် အဒိ, တ်ဟုဉ်တ်ဘျဉ်, တ်ဒိသံတီၤသံ, တ်မၤတရီတပါတဖဉ် (တ်ဃဉ်လီၤတ်ဂ့်ကီ, တ်မၤတ်ဆၢတဲာ်, တ်ဆဲးကျိးအတ်သ့တ်ဘဉ်ဒီးတ်ကွ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတ်သးလီၤဘုံးတဖဉ်) ဒီး

- မၤစ့ၢလီၤတ်ထံဉ်တခီတၢၤလၢကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်ဒီးပှၤလၢကွ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပဲ့ၤတဖဉ်အအိဉ် (တ်ပဲာ်ထံနီၤဖး, တ်ကွ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတ်သးလီၤဘုံး, တ်ဆဲးကျိးဒီးတ်ရ့လိာ်တံၤရ့သကိးအတ်သ့တ်ဘဉ်.)

## တ်အိဉ်တ်အီလၢအဂ့ၤလၢတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အဂီ်

ဒ်သိးတ်အိဉ်လၢအဂ့ၤလၢတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့ကအိဉ်အဂီ်ကွဲဖိကလိဉ်ဘဉ်တ်သ့တ်ဘဉ်ဒ်လာ်အသိးလီၤ.

- တၢ်ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လိာ်ကွဲတဖၣ်လၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၤ် (နီၤ်ကစၢ်အတၢ်ပလီၤ်ပဒီလီၤကွၤသး, တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်.)

- တြိဆၢလၢတံၤသကိးဒီးပှၤနီၤ်ဒိၣ်အတၢ်ကွဲန့ၤ်လွဲန့ၤ်လၢကအိၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢတဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၤ်တဖၣ် (တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်ဒီးတၢ်ဆဲးကျိးတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်.)

- ကွဲန့ၤ်မိၤ်ပၢ်တဖၣ်လၢကဖိတၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၤ် (တၢ်ရ့တံၤရ့သကိးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ဆဲးကျိးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်)

- ဝဲာ်ထံနီၤဖးတၢ်ဘိးဘၣ်ရၤလီၤတၢ်အိၣ်တဖၣ်အဂ့ၤ် (တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်.)

## တၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်ဟးလိၤ်ဒီးတၢ်ကဆဲကဆီ

ပမ့ၤ်မၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်ဟးလိၤ်ဒီးဟ်တၢ်လိၤ်လၢနဒၢၣ်ထံတဖၣ်ကဆဲကဆီ, ဟ်တၢ်အိၣ်ဒီးနမိၤ်ပှၤ်ကဆဲကဆီန့ၣ်ကမၤစ့ၤလီၤတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်နှၣ်လီၤ. လၢတၢ်မၤဒိၣ်ထိၣ်တၢ်ကဆဲကဆီအတၢ်မၤအပူၤတၢ်အရ့ဒိၣ်တမံၤန့ၣ်မ့ၤ်ဝဲတၢ်မၤတၢ်ကဆဲၤကဆီအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့နှၣ်လီၤ. လၢတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ကဆဲကဆီအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့အဂီၤ်ပမ့ၤ်စူးကါ (Skill-based approach) လၢအမ့ၤ်ကျဲသနူလၢတၢ်ဒုးသ့ၣ်နိၣ်ထိၣ်ပှၤကွိဖိတမ့ၤ်ထဲလၢပဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်ဂ့ၤ်တၢ်ကျိၤဇိၤဘၣ်, အံၤကမၤစၢၤပှၤကွိဖိတဖၣ်လၢ–

- ကဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ဒီးဒိသဒၢတၢ်တၢ်သကဲာ်ပဝဲးဒီးန့ဆၢၣ်အတၢ်အိၣ်သးလၢအဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါခီဖျိတၢ်ဟးလိၤ်ဘၣ်အၢဒီးထံဘၣ်အၢတဖၣ် (တၢ်ဃ့ၣ်လီၤတၢ်ဂ့ၤ်ကိ, တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်.)

- ကဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၤ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်ဆူဟံၣ်ဖိယိဖိဘၣ်ဃးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်အဂ့ၤ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂ့ၤ် (တၢ်ဆဲးကျိးတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်, တၢ်ရ့တံၤရ့သကိးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်)

- ကဟ့ၣ်ဂံၤ်ဟ့ၣ်ဘါဟံၣ်ဖိယိဒီးတံၤသကိးတဖၣ်လၢကလဲလိာ်လု့ၤ်လၤ်တဖၣ်လၢတဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၤ် (တၢ်ဝဲာ်ထံနီၤဖး, တၢ်ဆဲးကျိးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်, တၢ်ရ့တံၤရ့သကိးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်

## တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ခိဉ်နူဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ (mental health)

Skills-based health education နှဉ်မၤစၢၤတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးဖဲဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိသကိးတၢ်မှာ်အလိၢ်နှဉ်လီၤ. ကွိအနှဆၢဉ်ခိဉ်ဃၢၤလၢအပဲၤဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချမၤဂ့ၤထိဉ်ပှၤကွိဖိအခိဉ်နူဉ်, ပှၤဂ့ၢ်ဝိဒီးတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်အစၢတဖဉ်ဖဲကွိအိဉ်ဒီး

- တၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါတၢ်မၤလိဒီးတၢ်မၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢတဘဉ်မ့ၢ်တၢ်ပြၤလိာ်အသးဘဉ်အပူၤန့ဉ်လီၤ.
- တၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်တဖဉ်လၢကဆဲးကျိးဆဲးကျၢလိာ်သးပျိပျိ, တဘဉ်ဟ်ခူသူဉ်တၢ်လၢအပူၤဘဉ်
- တၢ်ဟ့ဉ်ဖိသဉ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်အသိတဖဉ်ဒီးဒုးဖျါထိဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ်လၢအတၢ်စံးတၢ်ကတိၤ, ဒီးတၢ်ကွဲးအပူၤ
- တၢ်ဒိသဒၢတၢ်စံဉ်ညီဉ်မၤဆါဖိသဉ်အကှၢ်အဂိၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်တိၢ်တၢ်ဖျ, တၢ်မၤနၢၤမၤဃဉ်တၢ်, တၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးတၢ်ဒီးတၢ်မၤတရိတပါတၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ကသိဉ်လိတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤဒ်လဲဉ်.

ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢအတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်ဖဲပစူးကါတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအဟ့ဉ်ဖိသဉ်အခွဲးလၢကစူးကါတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤလၢအကစၢ်ဒဉ်ဝဲနှဉ်လီၤ. လၢတၢ်နှဉ်အဃိကျဲလၢပကသိဉ်လိတၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိဉ်ထဲသိးဒီးတၢ်မနုၤလၢနသိဉ်လိအိၤလဲဉ်နှဉ်လီၤ. အအံၤမ့ၢ်တၢ်ဆိကမိဉ်တနီၤလၢနကသိဉ်လိတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.[၁၅]

[၁၅] ဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ : Son V, Pridmore P, Nga B, My D and Kick P (2002) Renovating the Teaching of Health in Multigr de Primary Schools: Teacher's Guide to Health in Natural and Social Sciences (Grades 1,2,3) and Science (Grade 5). British Council and National Institute of Educational Sciences: Hanoi, Vietnam.

| တ၊်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲတဖဉ် | တ၊်ဆိကမိဉ်တနီၤလၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တ၊်သိဉ်လိအ အကျိၤအကျဲ |
|---|---|
| **တ၊်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၊်လၢကရူ၊ း**<br>၁. မၤစၢၤဖိသဉ်ခဲလ၊်လၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်ဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်အတ၊်ဆိကမိဉ်လၢအဘဉ်ဃးဒီးတ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ<br>၂. မၤစၢၤဖိသဉ်ဒ်သိးကဆဲးကျိးဆဲးကျၢလိ်အသးတဂၤဒီးတဂၤဒီးဒိကနဉ်သကိးတဂၤဒီးတဂၤအတ၊်ထံဉ်တ၊်ဆိကမိဉ် | ၁. ကရူ၊်တကရူ၊်ကြၢးမ့၊် (၅–၇) ဂၤ<br>၂. နဘဉ်ယုထၢကရူ၊်အခိဉ်လီၤတံ၊်လီၤဆဲးဒီးကရူ၊်ခိဉ်ကဘဉ်မ့၊်မှဉ်ဒီးခွါ<br>၃. မၤလီၤတံ၊်လၢတ၊်သိဉ်တ၊်သိအိဉ်လၢကပျဲပှၤကိးဂၤဒဲးလၢကရူ၊်အပူၤအံၤကနှာ်လီၤမၤသကိးတ၊်နှဉ်လီၤ.<br>၄. မၤလီၤတံ၊်လၢကရူ၊်သ့ဉ်ညါတ၊်မနုၤလၢအဝဲသ့ဉ်ကဘဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်ကဒါက့ၤဆူတီၤပူၤဒီးကဘဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်ဝဲဒ်လဲဉ်အဂ့၊်တက့၊်<br>၅. မၤလီၤတံ၊်လၢတ၊်အခိဉ်တီလၢနဃုထၢအီၤအံၤဘဉ်လိ်အသးဒီးပှၤကျိဖိအတ၊်အိဉ်မူလၢတနံၤဒီးတနံၤအဂိ၊်တက့၊်. |
| **တ၊်တဲမ့တမ့၊်တ၊်ဃဲၤပူ း**<br>၁. ဟ်ဖျါထိဉ်တ၊်ဂ့၊်တ၊်ကျိၤဆူပှၤကျိဖိအအိဉ်လၢအလီၤထုးန့၊်အသူဉ်အသးဒ်သိးအဝဲသ့ဉ်ကန၊်ပၢ၊်ဒီးသ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်အီၤအဂိ၊်<br>၂. ဒုးသ့ဉ်ညါလီၤတ၊်ဂ့၊်အခိဉ်တိတဖဉ်လၢအကိ<br>၃. ဒုးအိဉ်ထိဉ်ပှၤကျိဖိအတ၊်ဆိကမိဉ်မှံတဖဉ်<br>၄. ဒုးအိဉ်ထိဉ်ပှၤကျိဖိအတ၊်စံးတ၊်ကတိၤ, တ၊်ဒိကနဉ်ဒီးတ၊်ကွဲးအတ၊်သ့တ၊်ဘဉ်တဖဉ် | ၁. စူးကါတ၊်တဲလၢကဒုးသ့ဉ်ညါလီၤတ၊်အခိဉ်တီလၢအဘဉ်ဃးဒီးတ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးမၤအီၤဒ်သိးကလီၤထုးန့၊်ဖိသဉ်အသူဉ်အသးလၢကမၤလိန့၊်တ၊်အဂိ၊်<br>၂. မၤလီၤတံ၊်လၢပှၤကျိဖိန၊်ပၢ၊်တ၊်တဲအဂ့၊်ခိဉ်သ့ဉ်လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်ဒီးပှၤလၢအအိဉ်လၢတ၊်တဲအပူၤတဖဉ်အတ၊်တူ၊်ဘဉ်ခိဉ်ဘဉ်<br>၃. နစူးကါတ၊်တဲဝံၤစူးကါတ၊်တ့တ၊်ဂီၤဒီးတ၊်ဒုးနဲဉ်တ၊်တဖဉ်တက့၊်.<br>၄. ဟ့ဉ်ဂံ၊်ဟ့ဉ်ဘါပှၤကျိဖိတဖဉ်လၢကတဲတ၊်တဲတဖဉ်လၢအန၊်ဟူဝဲလၢအတံၤအသကိးဒီးအဟံဉ်ဖိဃိဖိတဖဉ်အအိဉ်တက့၊်. ဟ့ဉ်ဂံ၊်ဟ့ဉ်ဘါပှၤကျိဖိလၢကတဲ မ့တမ့၊် ကွဲးအတ၊်တဲဒဉ်ဝဲတက့၊်. |

| တ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲတဖ့် | တ်ဆိကမိဉ်တနီၤလၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တ်သိဉ်လိအ အကျိၤအကျဲ |
|---|---|
| **တ်ဂဲၤလိတဖ့် :**<br>၁. ကျဲးစၢးဒုးစဲဘူးတ်လၢအမၤလိဝဲလၢလံာ်အပူၤဒီးတ်မၤအသးအနိၢ်ကိၢ်တဖ့်အပူၤတက့ၢ်<br><br>၂. ဒုးဒိဉ်ထိဉ်ဖိသဉ်အတ်ဖံးတ်မၤတ်လၢအစုအခိဉ်ဒီးတ်ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးအတ်သ့တ်ဘဉ်တဖ့်တက့ၢ်<br><br>၃. ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤကွိဖိတဖ့်လၢကဆိကမိဉ်တ်လၢအအိဉ်ဒီးအဂ့ၢ်အကျိၤဒီးပိာ်လိာ်အခံ | ၁. စူးကါတ်ဖိတ်လံၤအနိၢ်ကိၢ် (ဒ်အမ့ၢ်တ်အိဉ်, ပစိၤဒီးအဂၤ) တသ့ဖဲအသ့ဒီးသုတမ့ၢ် ထဲတ်ဂီၤတဂ့ၤ<br><br>၂. တဘဉ်ကတဲာ်ကတီၤတ်ဂဲၤလိထဲနနိၢ်ကစ်ဒဉ်နဲတဂ့ၤ, ပျဲဖိသဉ်တဖ့်နှာ်လီၤမၤသကိးတ်လၢတ်ရဲဉ်ကျဲၤလီၤတ်ဂဲၤလိတဖ့်အပူၤတက့ၢ်<br><br>၃. မၢပှၤကွိဖိလၢကတဲဖျါထိဉ်တ်မနုၤလၢမၤဝဲဒီးဘဉ်မနုၤအဃိအမၤဝဲအဂ့ၢ်လဲဉ်တက့ၢ်.<br><br>၄. ပှၤကွိဖိစူးကါအမိၢ်ပှၢ်ဖဲအမၤတ်ဂဲၤလိဘဉ်ဃးအမိၢ်ပှၢ်ဒီးတ်မၤစၢၤဆိအသိးတဖ့် |
| **တ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ်တဖ့် :**<br>၁. ကျဲးစၢးဒုးဒိဉ်ထိဉ်တ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးအကျိၤအကျဲခလၢဉ်တက့ၢ်<br><br>၂. ပျဲပှၤကွိဖိဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်အတ်ဆိကမိဉ်, တ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢတ်အခိဉ်တီလၢအကီလၢကတဲသကိးဝဲဒဉ်လဲာ် ဒ်အမ့ၢ်အ့းစ်တ်ဆါအဂ့ၢ်အသိးတက့ၢ်.<br><br>၃. ဒုးအိဉ်ထိဉ်ပှၤကွိဖိအတ်နာ်လီၤအသး<br><br>၄. ဖဲတ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ်တဖ့်ဝံၤအလိၢ်ခံ, ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်ဂဲၤလိအဂၤလၢအပိာ်ထိဉ်အခံဒ်သိးကပျဲဖိသဉ်ဆိကမိဉ်တ်အဂိၢ်တက့ၢ် | ၁. ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤကွိဖိတဖ့်လၢကဒုးအိဉ်ထိဉ်အတ်ဒိတ်တဲာ်ဒဉ်ဝဲတက့ၢ်. တဘဉ်ကတဲာ်ကတီၤတ်ကိးမံၤဒဲးလၢအဝဲသ့ဉ်အဂိၢ်တဂ့ၤ<br><br>၂. ကျဲးစၢးတ့တ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်ဒီးစူးကါအိၤ<br><br>၃. စူးကါတ်ဒိတ်တဲာ်လၢအဖုဉ်တဖ့်ခဲအံၤခဲအံၤဒ်အမ့ၢ်, “ဟ်မၤနသးလၢနထံဉ်ပှၤတဂၤမၤ ...., နကမၤတ်မနုၤလဲဉ် မ့တမ့ၢ် နကစံးတ်မနုၤလဲဉ်.”<br><br>၄. နဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ်မ့တမ့ၢ်စူးကါတ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်ဝံၤကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ်, ဒ်အမ့ၢ် “ဘဉ်မနုၤအယိပှၤတဖ့်နှဉ်မၤတ်အဝဲနှဉ်လဲဉ်, တ်မနုၤကကဲထိဉ်အသးလၢခံတဘျိလဲဉ်.”<br><br>၅. ဖဲတ်ဒုးနဲဉ်တ်ဒိတ်တဲာ်ဝံၤမၤလီၤတံၢ်လၢပှၤကွိဖိန်ၢ်ပၢ်တ်ကစီဉ်လၢအအိဉ်လၢတ်ဒိတ်တဲာ်အပူၤလၢအမ့ၢ်တ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအတ်ကစီဉ်အံၤတက့ၢ် |

| တၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲတဖၣ် | တၢ်ဆိကမိၣ်တနီၤလၢကမၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်သိၣ်လိအအကျိၤအကျဲ |
|---|---|
| | ၆. ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးပှၤကွိဖိတဖၣ်လၢကလဲလိာ်အသကဲာ်ပဝးတမံၤမံၤတက့ၢ်<br><br>၇. နမ့ၢ်ထံၣ်တၢ်အိၣ်သးလၢအကီအခဲတမံၤမံၤ, အဒိ, ဖိသၣ်တဂၤပှၤမ့ၢ်မၤနၢၤမၤဃၣ်အီၤလၢတၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲပျိအပူၤန့ၣ်မၢနပှၤကွိဖိတဖၣ်ဟ်ဖျဲထိၣ်တၢ်ကဲထိၣ်အသးအံၤဒီးတၢ်မနုၤလၢအမၤဝဲသ့ဒ်သိးကမၤစၢၤဖိသၣ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ် |

## တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢကဒိသဒၢအှးစ်တၢ်ဆါ (HIV/AIDS) အဂီၢ်

တၢ်မၤလိတဆၢအံၤတဲဖျဲထိၣ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအဘၣ်တၢ်စူးကါအီၤလၢကဒိသဒၢ HIV ဒိး AIDS ဒ်လဲၣ်ဒီးမၤစ့ၤလီၤတၢ်ထံၣ်အၢထံၣ်သီပှၤလၢအဘၣ်တၢ်ဆါအံၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂဲၤလိလၢလံာ်တဆၢအပူၤအံၤတၢ်မၤဘၣ်ထွဲက့ၤအီၤဒ်သိးတၢ်ကစူးကါအီၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကိအဂၤတဖၣ်အသိးဒ်တၢ်တၢဉ်ပိၣ်တ့ၢ်လံအီၤလၢထးအသိးသ့စ့ၢ်ကီးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့မ့ၢ်တၢ်အမိၢ်ပှၢ်လၢအမၤစ့ၤလီၤတၢ်ထံၣ်ကမၣ်ဒီးမၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်နၢ်ပၢၢ်HIV/AIDS အဂ့ၢ်နၣ်လီၤ. နကွိမ့ၢ်တၢ်လိၢ်အကါဒိၣ်တခါလၢကဒုးကူၣ်သ့ထိၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်ဘၣ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်ဒီးမၤပတ့ာ် HIV/AIDS အတၢ်သလၣ်လီၤအသးလၢဆၢကတိၢ်လၢကဟဲန့ၣ်လီၤ. ဒ်သိးတၢ်အံၤကတုၤဆူတၢ်မၤနၢၤအဂီၢ်နၣ်ဒိးသန့ၤထိၣ်အသးလၢပကမၤဂ့ၤထိၣ်သကဲာ်ပဝးလၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်ဒီးတၢ်ဒိသဒၢပှၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်လီၤပျံၤအလိၢ်တဖၣ်အံၤကတုၤဆူဖိသၣ်ဒီးပှၤသးစၢ်တဖၣ်အအိၣ်ဂ့ၤထဲလဲၣ်နၣ်လီၤ.

ပမူဒၤလၢအကါဒိၣ်ကတၢၢ်တမံၤန့ၣ်မ့ၢ်ပကသိၣ်လိပှၤသးစၢ်တဖၣ်လၢကဘၣ်ဟးဆဲးတၢ်မၤဘူးမၤတံၢ် HIV အတၢ်ဘၣ်က် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒုးဘၣ်က်ပှၤအဂၤဒီးမၤဂ့ၤထိၣ်စ့ၢ်ကီးကွိအကျဲသနူလၢအဘၣ်ထွဲဒီး HIV အိၣ်ထိၣ်အဂ့ၢ်အံၤန့ၣ်လီၤ. ပမၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢအကါဒိၣ်အံၤခီဖျိဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန်ၢ်ပၢၢ်ဆူပှၤသးစၢ်တဖၣ်အံၤအအိၣ်လၢပကွိဒီးပကလဲၤဆူညါတပတိၢ်လၢတၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချလၢပပှၤတဝၢအပူၤလၢကျဲဒ်အံၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အကျိုၤအကျဲလၢတၢ်စူးကါအီၤလၢ HIV/AIDS အဂိၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤလိအကျိုၤအကျဲလၢအဟူးအဂဲၤလၢပကိးအီၤလၢတၢ်နုဉ်လီၤမၤသကိးတၢ် (participatory) အကျိုၤအကျဲနှဉ်လီၤ. တၢ်မၤလိအကျိုၤအကျဲအံၤ,

- မၤစၢၤပှၤတဂၤဘဉ်တဂၤလၢကသမံသမိးလီၤကွၤအနိၢ်ကစၢ်အသးလၢမ့ၢ်အအိဉ်လၢတၢ်လီၤပျံၤအလိၢ်ဖဲလဲဉ်တပတိၢ်လဲဉ်
- သမံသမိးကွၢ်အနိၢ်ကစၢ်အလုၢ်အပှၤဒီးအတၢ်စူၢ်တၢ်နာ်အလုၢ်အပှၤ
- ဒ်သိးကဒိသဒၢလီၤအနိၢ်ကစၢ်ဒီးပှၤဂၤလၢ HIV အံၤအဂိၢ်ကဘဉ်ဆၢတဲာ်လၢကဘဉ်မၤဝဲဒ်လဲဉ်.
- လိဉ်ဘဉ်တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒ်သိးကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်လၢကမၤတၢ်ဒ်တၢ်လၢအဆၢတဲာ်ဝဲအသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

တၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့ဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အံၤဒိသဒၢ HIV/AIDS ဒီးတၢ်တၢ်ဒုးစဲဘူးအီၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်အဂၤလၢအလိၤပလိာ်လၢတၢ်မၤအီၤအိဉ်အါမံၤလၢပကွိအံၤနှဉ်ပဉ်ယုာ်တၢ်အိဉ်ထိဉ်ဒီးဟုးသး, ဒီးတၢ်ဒိသဒၢတၢ်မၤဆူးမၤဆါတနီၤနှဉ်လီၤ.

လၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအပူၤကျဲမနုၤအိဉ်လၢနကစးထိဉ်ဒိသဒၢ HIV ဒီး AIDS လၢပှၤကွိဖိတဖဉ်အကျါလဲဉ်. ပကကွၢ်သကိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတနီၤလၢပကွိမၤဝဲသ့ဒီးနမၤအီၤသ့လၢပှၤကွိဖိအဂိၢ်တက့ၢ်.



တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – လၢသရဉ်ဒီးကွိတဖဉ်မၤမနုၤသ့လဲဉ်.[၁၆]

## ၁. မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိုၤလၢအအိဉ်တဖဉ်ခဲလၢာ်

- မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိုၤလၢအချုးဆၢချုးကတိၢ်ဒီးဘဉ်လိာ်အသးဒီး HIV/AIDS အတၢ်ဘဉ်ကူဘဉ်ဂ်လိာ်အသးအဂ့ၢ်ဒီးတၢ်ဒိသဒၢအီၤဒီးတၢ်ရ့လိာ်မှာ်လိာ်လၢအပိာ်ထိဉ်အခံတဖဉ်

[၁၆] ဘဉ်တၢ်ဟံးန့ၢ်အီၤလၢ : Schenker II, Nyirenda JM. (2002) Preventing HIV/AIDS in Schools. International Academy of Education and the International Bureau of Education. Educational Practices Series 9. Paris.

- နၢ်ပၢၢ်နနိၢ်ကစၢ်ဒၣ်နဲအတၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သး, တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤဒီးသကဲာ်ပဝဲးလၢအဘၣ်ဃးဒီး HIV/AIDS ဒီးလၢနတၢ်စံးတၢ်ကတိၤတၢ်ဒီးနပှၤကွဲဖိတဖၣ်ဘၣ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်နူၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်နာ်လီၤနသးလၢလၢပှဲၤပှဲၤတက့ၢ်.

## ၂. မၤသကိးတၢ်ဒီးကွိသရၣ်အဂုၤအဂၤ

- မၤသကိးတၢ်ဒီးပှၤဂၤအစုၤကတၢၢ်တဂၤလၢနကွိအပူၤတက့ၢ်. တၢ်မၤသကိးတၢ်ဒ်ပှၤတဖုပှၤတကရၢအသိးနူၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိၣ်နူၣ်လီၤ.

- ဃုထံၣ်နူၢ်တၢ်ကရၢကရိဒီးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဘၣ်ထွဲဘၣ်ဃးဒီး HIV/AIDS အဂ့ၢ်လၢတၢ် ဒိသဒၢဒီးအံၤထွဲကွၢ်ထွဲနပှၤတဝၢအပူၤတက့ၢ်. ထံၣ်လိာ်သးဒီးပှၤလၢအမၤတၢ်လၢတၢ်ကရၢကရိတဖၣ်အံၤအခၢၣ်စးဒီးမၤလိနူၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်ကမၤစၢၤနၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ, တၢ်သိၣ်လိအပီးအလိ, ဒီးတၢ်လိၣ်အဂၤတဖၣ်ဒ်လဲၣ်တက့ၢ်.

## ၃. ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးလိာ်သးလိၤလိၤဖျိဖျိ

- ကတိၤနသးလၢနကကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဂ့ၢ်ယဲၢ်မံၤတုၤတဆံမံၤလၢနတီၤပူၤလၢနဆိကမိၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢပှၤတတဲညီနူၢ်အီၤဘၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. မၤဖျါထိၣ်ဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်အံၤအခီပညီဝံၤဃုသ့ၣ်ညါတၢ်လၢအဘျုးအိၣ်, တအိၣ်ဝံၤကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးအီၤဒီးနပှၤမၤသကိးတၢ်ဖိတဖၣ်တက့ၢ်.

## ၄. စူးကါတၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်တၢၣ်ပိၣ်သကိးတဖၣ်တက့ၢ်.

- မၤနူၢ်တၢ်လဲၤခီဖျိဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါနၢ်ပၢၢ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်မၤလိနူၢ်တၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်သူၣ်ဟူးသးဂဲၤဒီးတၢ်သိၣ်လိလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်တၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်အကျိၤအကျဲတဖၣ်တက့ၢ်. မၤလိကျိၤကျဲတဖၣ်အံၤဒီးပှၤကွိဖိတကရူၢ်တချုးနစးထိၣ်စူးကါအီၤလၢတီၤဒိတတီၤအဂိၢ်တက့ၢ်.

- ဟးဆဲးတၢ်သိၣ်လိလီၤတၢ်ထဲလၢတၢ်ကတိၤလီၤတၢ်အံၤတက့ၢ်. ပျဲဖိသၣ်တဖၣ်နူၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတီၤပူၤတက့ၢ်. မၤစၢၤနပှၤကွိဖိဒ်သိးကကဲထိၣ်နပှၤမၤသကိးတၢ်ဒီးဃုထံၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်, ဝဉ်ထံနီၤဖးအီၤ, ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးဒီးမၤဖျါထိၣ်ကျဲတဖၣ်လၢကဒိသဒၢတၢ်ဆါအဃ်ၢတဖၣ်အံၤအဂိၢ်တက့ၢ်.

- ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါဖိသဉ်တဖဉ်လၢကသံကွၢ်တၢ်, ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဒီးကျဲးစၢးစူးကါတၢ် ဆိကမိဉ်ဒီးတၢ်ထံဉ်အသိတဖဉ်တက့ၢ်.

## ၅. ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်မၤလိလၢအလီၤထုးန့ၢ်ဖိသဉ်အသူဉ်အသးတက့ၢ်.

- စူးကါတၢ်မၤလိမိၢ်ပှၢ်လၢအဟ့ဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်လိဆူပှၤကမျၢ်တဖဉ်အအိဉ်လၢကျဲအါဘိအ ပူၤတက့ၢ်.ဖဲနသိဉ်လိဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်နှဉ်ကျဲးစၢးဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်သိဉ်လိလၢအ လီၤထုးန့ၢ်နပှၤဖိသဉ်တဖဉ်အသူဉ်အသးဒီးကြၢးဒီးအဝဲသ့ဉ်လၢတၢ်ကိးကပၤဒဲးတက့ၢ်.

- ရဲဉ်လီၤကျဲၤလီၤနတၢ်သိဉ်လိဘဉ်ဃး HIV/AIDS အံၤအဂ့ၢ်အစ့ၤကတၢ်ၢ်လွံၢ်ဘျိတက့ၢ်.

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်လၢမိၢ်ပၢ်တဖဉ်အဂီၢ်, ဒီးဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ် ဖးမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကတဲသကိးတၢ်ဒီးအဖိအလံၤလၢအဟံဉ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်တ ကွၢ်.

- ပျဲမိၢ်ပၢ်ဒီးမ့ၢ်သ့ပှၤတဝၤတဖဉ်နှဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်တက့ၢ်. သိဉ်လိမိၢ်ပၢ်ဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိဉ်အ တၢ်စံးတၢ်ကတိၤတၢ်ဒီးဖိလံၤတဖဉ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS အတၢ်ဒီသဒၢအဂ့ၢ်တက့ၢ်.

## ၆. စူးကါတၢ်သိဉ်လိအကျိၤအကျဲလၢအကြၢးအဘဉ်ဒီးပိာ်မုဉ်ဒီးပိာ်ခွါခံဖုလၢာ်တက့ၢ်.

- ဃုထံဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိဒီးပိာ်ခွါဖိခံဖုလၢာ်အတၢ်လိဉ်ဒီးမၤဂ့ၤထိဉ်အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဘဉ်ဃး HIV/ AIDS လၢအမ့ၢ်ထဲမုဉ်ကဒဲဒဲမုဉ်မ့တမ့ၢ်ခွါကဒဲဒဲခွါမ့တမ့ၢ်မုဉ်ဒီးခွါခံဖုလၢာ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

- ဖဲနသိဉ်လိတၢ်အခါကျဲးစၢးမၤဂ့ၤထိဉ်ပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်အတၢ်နာ်လီၤအသး, ဒီးကတိၤတၢဉ် ပိဉ်သကိးမုဉ်ဒီးခွါအတၢ်စိတၢ်ကမီၤလၢအလီၤဆိလိာ်အသးလၢပှၤတဝၤအပူၤအဂ့ၢ်တက့ၢ်.

- ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်လၢကသ့စူးကါတၢ်ကတိၤ "တသ့ဘဉ်" လၢအတၢ်အိဉ်သး လၢအဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မာ်ဝဲအပူၤတက့ၢ်.

## ၇. ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးဘၣ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်ဖ်နပှၤတဝၢအတၢ်အိၣ်သးအသိးတက့ၢ်.

- တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဒိသဒၢအတၢ်တိၣ်ကျဲၤလၢအဟိၣ်ကဝီၤဒၣ်ဝဲအံၤမၤတၢ်ဂ့ၤဒိၣ်ဖဲအမၤဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဒိးဟိၣ်ကဝီၤလုၢ်လၢ်ထူသနူ, တၢ်သိၣ်လိအကျိၤအကျဲဒိးတၢ်ကတိၤအဝီၢ်ဩြဲတဖၣ်နှၣ်လီၤ.

- မၤဖျါထိၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါနၢ်ပၢၢ်, တၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သး, တၢ်စူၢ်တၢ်နာ်, တၢ်ဟ်လုၢ်ဟ်ပှၤ, တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒိးတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအအိၣ်လၢနပှၤတဝၢအပူၤတဖၣ်လၢအရၤလီၤ HIV/AIDS အတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂ်တဖၣ်တက့ၢ်.

- ဟ့ၣ်တၢ်အဒိလၢအဖျါဂ့ၤဟဲလၢအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒၣ်ဝဲအအိၣ်ဖဲအကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒိသဒၢ HIV/AIDS ဒိးပှၤကွိဖိတဖၣ်အခါတက့ၢ်.

## ၈. တံၤသကိးအတၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤအလုၢ်အပှၤ

- ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်တတိၤဖဲတၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်သ့ပျိပျိအခါတက့ၢ်. ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပှၤကွိဖိတဖၣ်လၢကဆိၣ်ထွဲလိာ်အသးတဂၤဒိးတဂၤလၢအတၢ်မၤလိန့ၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်ဒိသဒၢ HIV ဒိးကတိၤသကိးဘၣ်ဃးတၢ်လီၤပျံၤအလီၢ်တဖၣ်တက့ၢ်.

- ကျဲးစၢးဒုးနၢ်ပၢၢ်ပှၤကွိဖိတဖၣ်လၢတၢ်မံဃုာ်လိာ်သးအကျိၤအကျဲလၢအပူၤဖျဲးလၢ HIV/AIDS အတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂ်ဒိးတၢ်ဒိသဒၢသးလၢ HIV/AIDS ဒိးတၢ်စူးကါကသံၣ်မူၤကသံၣ်ဘိုးအဂီၢ်တက့ၢ်.

- ကျဲးစၢးပျဲပှၤလၢအအိၣ်ဒိး HIV/AIDS ကဟဲဒိးတဲသကိးတၢ်ဒိးနပှၤကွိဖိတဖၣ်တက့ၢ်.

## ၉. စူးကါတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့လၢအဟ့ၣ်ပှၤတၢ်သ့တၢ်ဘၣ် (Skills-based Education) တက့ၢ်.

သိၣ်လိတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢလာ်တဖၣ်အံၤတက့ၢ်.

- တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်အိၣ်မူအဂီၢ် (Life-skills) (တၢ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်လၢတၢ်တမံၤကဲထိၣ်လိၣ်ထိၣ်အဂီၢ်, တဲဖျါထိၣ်နတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်ဘျၢဘျၢ, တၢ်သမၢတၢ်, တၢ်စံးတၢ်ကတိၤလိာ်သးအကျိၤအကျဲတဖၣ်)

- ခိဉ်နူဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ် (တၢ်ဃ့ဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်, တၢ်ဆိကမိဉ်တၢ်ထံထံဆးဆး, ဒီးတၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်တဖဉ်)

- တၢ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်တၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ် (တၢ်ပၢဆ့ၢတၢ်ကိတၢ်ခဲတၢ်ကိၢ်တၢ်ဂီၤ, တၢ်မၤအါထိဉ်တၢ်ပၢၤလီၤသးလၢပပူၤတဖဉ်)

- တၢ်မၤလိသ့သးလၢတၢ်အိဉ်သးနီၢ်နီၢ်လၢစုလၢခိဉ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ် (တၢ်စူးကါပိာ်ခွါတၢ်ဖျိဉ်အဒိ)



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – ပမၤတၢ်မနုၤဒီးဖိသဉ်တပူၤဃီသ့လဲဉ်[၁၇]

ပှၤကွိဖိတဖဉ်ကဘဉ်မၤလိတၢ်ဟံးန့ၢ်မူဒၤလၢပှၤဂၤအဂိၢ်ဒီးအနီၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မ့ၢ်မၤန့ၢ်တၢ်နဲဉ်ကျဲလၢသရဉ်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်အအိဉ်နှဉ်ဖိသဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကဒိသဒၤအဟံဉ်ဖိယိဖိ, အနီၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲလၢ HIV/AIDS အဂိၢ်သ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ဒီးပှၤသးစၢ်တဖဉ်မၤလိန့ၢ်တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်လၢအဘဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

### တၢ်မနုၤလၢဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးကြၢးသ့ဉ်ညါလဲဉ်.

ကွိကြၢးအိဉ်ဒီးတၢ်သိဉ်တၢ်သိဒ်သိးဖိသဉ်ကိးဂၤဇဲးကသ့ဉ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်အကါဒိဉ်တဖဉ်အံၤဖဲအဟးထိဉ်ကွိအခါနှဉ်လီၤ. တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အခိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိဒီးပှၤသးစၢ်ခိဉ်နၢ်တဖဉ်သိဉ်လိဖိသဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တဖဉ်အံၤသ့စ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ.

**AIDS စံးတၢ်နှဉ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲဉ်.** AIDS နှဉ်ကဲထိဉ်အသးခီဖျိ HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ်နှဉ်လီၤ. ဖဲပှၤ

[၁၇] တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသန့ၤ : Baily D, Hawes H and Bonati B. (1994) Child-to-Child: A Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to-Child Trust. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသန့ၤလၢအဂ့ၤတခါလၢတၢ်မၤအါထိဉ်ဖိသဉ်အတၢ်နှဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်တြီဆၢအှး(စ်)တၢ်ဆါဒီးတၢ်တြီဆၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးဖိသဉ်အတၢ် ဒိဉ်ထိဉ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤဖးတၢ်ဖိတဖဉ်လၢကစူးကါလံာ်အံၤအဂိၢ်နှဉ်လီၤ.

တဂၤမၤန့်တ်ဆါ AIDS အခါနှဉ်အမိၤ်ပှ်ဂ်ၤ်တြီဆၢတ်ဆါအဃ်ါတဖဉ်တအိဉ်လၢၤဘဉ်, ဒ်အမ့်ါ တ်ဟၢဖၢဟး, တ်ပသိဉ်ဆါ, ဒီးပသိဉ်တ်ခုဉ်ဘဉ်အသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. လၢတ်နှဉ်အဃိပှၤလၢအ အိဉ်ဒိး AIDS တဖဉ်အသးသမူဟးထိဉ်ကွံဉ်လၢတ်ဆါတဖဉ်အံၤသ့နှဉ်လီၤ.

**AIDS တ်ဆါအဃ်ါအံၤဘဉ်ကူဘဉ်က်လိာ်အသးဒ်လဲဉ်.**

- HIV တ်ဆါအဃ်ါအံၤရၤလီၤအသးလၢပှၤတဂၤဒီးဆူအဂၤတဂၤအအိဉ်နှဉ်လီၤ....
- မံဃုာ်ဒီးပှၤလၢအအိဉ်ဒိး HIV တ်ဆါအဃ်ါ
- ထိးဘဉ်ပှၤတဂၤလၢအအိဉ်ဒိး HIV တ်ဆါအဃ်ါအသွံဉ်, အဒိ, ခီဖျိတ်သွီတ်သွံဉ်လၢ အအိဉ်ဒိး HIV တ်ဆါအဃ်ါအသိး မ့တမ့်ါ ခီဖျိစူးကါထးဆဲးကသံဉ်တဘိဃီ
- ပိာ်မုဉ်မိၢ်ဒၢလၢအအိဉ်ဒိး HIV တ်ဆါအဃ်ါအံၤဘဉ်ကူဘဉ်က်အဖိလၢအအိဉ်လၢအဟၢ ဖၢပူၤအံၤသ့

**ပတမၤန့်ါ HIV တ်ဆါအဃ်ါလၢပစိၤတ်ဃ်ါအ့ဉ်တ်အဃိဘဉ်ဒီးခီဖျိပထိးဘဉ်ပှၤတဂၤလၢအ အိဉ်ဒိး HIV မ့တမ့်ါအံးထွဲကွ်ါပှၤတဂၤလၢအအိဉ်ဒိး HIV/AIDS နှဉ်ဘဉ်.**

သရဉ်ကိးဂၤဒဲးကြၢးသိဉ်လိတ်ဂ့်ါတ်ကျိၤဘဉ်ဃး AIDS ဆူအတ်သိဉ်လိအပူၤ, တဘဉ်မ့်ါထဲ သရဉ်လၢအသိဉ်လိတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဧၤဘဉ်. ပသိဉ်လိဘဉ်ဃး AIDS သ့စ့်ါကီးလၢကွိအချၢဒ်အ မ့်ါသးစ်ါကရၢ, တ်ဘူဉ်တ်ဘါအတ်အိဉ်ဖှိဉ်အပူၤနှဉ်လီၤ. တ်အိဉ်ဖှိဉ်အခိဉ်အန်ါတဖဉ်ဃုထၢတ် ဂဲၤလိလၢအကြၢးအဘဉ်တဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. (လၢတ်ဂဲၤလိလၢလာ်အံၤအပူၤဖဲပစံးသရဉ်နှဉ်ပအဲဉ်ဒိး တဲအခိပညိပှၤနီါဒိဉ်ခဲလၢာ်လၢအမၤတ်ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.)

**ပကတဲသကိးဘဉ်ဃး AIDS အဆၢကတိၤ်ဒီးတ်လိၤ်ဖဲလဲဉ်.**

- လၢတ်အိဉ်ဖှိဉ်ဘဉ်ဃးတ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ မ့တမ့်ါ တ်အိဉ်ဖှိဉ်လီၤဆီဒဉ်တ်လၢ AIDS အ ပူၤနှဉ်ဖဲဖိသဉ်တဖဉ်မၤလိန့်ါဘဉ်ဃးတ်မၤန့်ါ HIV တ်ဆါအဃ်ါဘဉ်ကူဘဉ်က်တ်ဒ်လဲဉ် အခါနှဉ်ပျဲဖိသဉ်မၤတ်အၢဉ်လီၤတမံၤလၢကမၤတ်ကဒိသဒၢလီၤကွၤအသးဒီးပှၤအဂၤလၢ AIDS တကွ်ါ.

- တဘျိတခိဉ်ပတဲသကိး AIDS ညီဒိဉ်လၢထဲပိာ်မုဉ်ဖိမ့တမ့ၢ်ထဲပိာ်ခွါဖိအိဉ်လိၤဆီအခါဒီး ကရူၢ်မ့မ့ၢ်ပိာ်မုဉ်ဖိန္ဉ်သရဉ်လၢအတဲဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ်ဘဉ်မ့ၢ်အပိာ်မုဉ်ဒီးကရူၢ်မ့မ့ၢ်အပိာ်ခွါဖိန္ဉ်သရဉ်ဘဉ်မ့ၢ်အပိာ်ခွါန္ဉ်လိၤ. ပိာ်မုဉ် မ့တမ့ၢ် ပိာ်ခွါဖိကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဘဉ်ဃး AIDS နီၤလိၤဟ်ဖျါထိဉ်အတၢ်ကိၢ်တၢ်ဂီၤတဖဉ်, ဒီးမၤသကိးတၢ်ဆၢတဲာ်လၢကဒိသဒၢလိာ်အသးသ့နှဉ်လိၤ.

**မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃး HIV/AIDS လၢအဘဉ်အဂိၢ်ဖိသဉ်သ့,**

- ဂဲၤတၢ်လိဉ်ကွဲလၢအမံၤမ့ၢ်အဘဉ် မ့တမ့ၢ် အကမဉ်သ့နှဉ်လိၤ. သရဉ်ကကွဲးလိၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘဉ်ဃး HIV/AIDS လၢအဘဉ်မ့တမ့ၢ်အကမဉ်လၢစးခိကဲ့အလိၤဒ်အမ့ၢ်, "နမၤန့ၢ် HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ်သ့ခီဖျိစိၤတၢ်ဃ်ၢ်အ့ဉ်တၢ်နှဉ်လိၤ." (*ကမ္ဘ*). "နမၤန့ၢ် HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ်လၢအဟံးစုကွၢ်မဲာ်ဒီး ပှၤလၢအအိဉ်ဒီး HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ်အံၤတသ့ဘဉ်. (*ဘဉ်*) လၢတၢ်ဒၢခိဉ်တ့လိၤပနိဘျၢသၢဘိ, တဘိန္ဉ်ကမ့ၢ် (*ဘဉ်*), အဂၤတဘိကမ့ၢ် (*ကမ္ဘ*) ဒီးပနိဘျၢအဂၤတဘိကမ့ၢ် (*တသ့ဉ်ညါဘဉ်*) နှဉ်လိၤ. ဖိသဉ်ကိးဂၤဒဲးကဘဉ်ဟံးန့ၢ်ထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘဉ်တၢ်ကွဲးလိၤအီၤလၢလံာ်ကွ့လိၤတဘ့ဉ်စုာ်စုာ်ဒီးကဘဉ်ဟ်လိၤဝဲလၢပနိဘျၢသၢဘိအံၤအလိၤ, ဒီးတဲန့ၢ်ပၢၢ်ဒီးတဲဖျါထိဉ်ဘဉ်မနုၤအဃိအဃုထၢပနိဘျၢအဝဲန္ဉ်လဲဉ်နှဉ်လိၤ. ပှၤတဂၤဂ့ၤတဂၤဂ့ၤတၤအဝဲသ့ဉ်အတၢ်ဆၢတဲာ်အံၤသ့နှဉ်လိၤ.

- ကွဲးတၢ်သံကွၢ်တဖဉ်လၢအဘဉ်ဃးဒီး AIDS အဂ့ၢ်ဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်စံးဆၢတဖဉ် ခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိတကွ့ၢ်.

- မ့ၢ်သ့ဃုထံဉ်ပှၤဘဉ် AIDS တၢ်ဆါအိဉ်ပှဲၤဂၤလၢနထံကိၢ်ဒဉ်နဲအပူၤလၢလံာ်တၢ်ကစိဉ်အပူၤမ့တမ့ၢ် ပဒိဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအဝဲၤကျိၤအအိဉ်တကွ့ၢ်. ဘဉ်မနုၤအဃိလၢတၢ်ဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်အံၤကမ့ၢ်တၢ်ကီတၢ်ခဲလဲဉ်. ထံကိၢ်အတၢ်ဟ်သးလၢ AIDS အဖိခိဉ်အိဉ်ဒ်လဲဉ်. ဘဉ်မနုၤအဃိလဲဉ်. ဘဉ်မနုၤအဃိပှၤဘဉ်တၢ်ဆါအံၤအနိဉ်ဂံၢ်ဘဉ်တၢ်ဟ်ပနိဉ်အီၤစုၤန့ၢ်ပှၤဘဉ်တၢ်ဆါနိၢ်နိၢ်အနိဉ်ဂံၢ်နှဉ်လဲဉ်.

- လဲၤဟးအိဉ်သကိးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအဝဲၤလိၢ်တကွ့ၢ်. တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချုအပှၤမၤတၢ်ဖိတဖဉ်ကတိၤဘဉ်ဃးဘဉ်မနုၤအဃိအဝဲသ့ဉ်ဘဉ်ဟ့ဉ်ကသံဉ်ဆဲးဒီးဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်ထးဆဲးကသံဉ်ဒီးစရ့ဆဲးကသံဉ်အံၤတၢ်မၤကဆဲ့ကဆိဒီးမၤသံတၢ်အဃ်ၢ်တဖဉ်ဒ်လဲဉ်တကွ့ၢ်.

**လၢတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်လၢထးအံၤအပူၤတၢ်မၤအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်တမံၤလၢအဘဉ်ဃးဒီး တၢ်ပဖုဉ်ဟးဆဲး AIDS အဂ့ၢ်နူဉ်ဖိသဉ်သ့**

- ဆိကမိဉ်မံတၢ်လၢ AIDS မၤဘဉ်ဒိအတၢ်အိဉ်မူဒ်လဲဉ်. ဖိသဉ်တဖဉ်ဘံဉ်အမဲာ်ဒီးဆိကမိဉ်မံအတၢ်အိဉ်မူလၢခံနံဉ်အတိၢ်ပူၤသ့နူဉ်လီၤ. သရဉ်ကသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒ်အမ့ၢ်, “နကအိဉ်ဒီးမတၤလဲဉ်.” မတၤကမ့ၢ်နတံၤနသကိးလဲဉ်. နကဒုးနဲဉ်နတၢ်အဲဉ်ဒီးတၢ်ရ့တံၤရ့သကိးဆူနသကိးအအိဉ်ဒ်လဲဉ်. နကကျဲးစၢးစူးကါကသံဉ်မူၤဘိး,အီသံး မ့တမ့ၢ် အီမိာ်၈၊. AIDS ဟဲနှာ်လီၤဆူနတၢ်အိဉ်မူအပူၤမ့တမ့ၢ်နဟံဉ်ဖိယီဖိဒီးနတံၤသကိးတဖဉ်အပူၤဒ်လဲဉ်. ဝံၤဖိသဉ်ဆိကမိဉ်မံအတၢ်အိဉ်မူလၢအနံဉ်တဆံအတိၢ်ပူၤဒီးစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်တမံၤယိဒ်လၢထးအသိးသ့နူဉ်လီၤ. အလိၢ်ခံကတၢ်ဖိသဉ်ဆိကမိဉ်မံလၢအကဲမိၢ်ပၢ်ဒီးအိဉ်ဒီးဖိလၢအသးအိဉ်တဆံသၢနံဉ်အသိးသ့နူဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကဟ့ဉ်တၢ်ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးဆူအဖိအလံၤအအိဉ်ဒ်လဲဉ်.

- ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်ဘဉ်ဃးပှၤဒိမါဝၤလၢအလိၤဆိလိာ်အသးတဘျုးဒူဉ်ဒီးဒုးနဲဉ်လၢအတၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢတဂၤဒီးတဂၤအဖိခိဉ်အိဉ်ဒ်လဲဉ်. မ့ၢ်ဟံဉ်ဖိယီဖိဖဲလဲဉ်တဒူဉ်လၢအသးဖှံကတၢ်နူဉ်လဲဉ်.

- ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်အိဉ်သးလၢတဘျိတခိဉ်ကိဒိဉ်မးလၢပကသမၢဒီးစံး“တသ့ဘဉ်” အလိၢ်ဒီးကွဲးရဲဉ်လီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်လၢဘဉ်မနုၤအဃိအကိလဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်ဒုးနဲဉ်တၢ်အိဉ်သးလၢအလိၤဆိလိာ်အသးအံၤခံဂၤတဆိခံဂၤတဆိသ့ဒီးဆိကမိဉ်မံလၢပှၤကကွဲန့ၢ်နၤတသ့ဖဲအသ့လၢနကမၤတၢ်တမံၤမံၤဒီးနကသမၢဒီးစံး, “တသ့ဘဉ်” လၢကျဲအဂ့ၤဘဉ်ဆဉ်ဆူဉ်ဆူဉ်နူဉ်လီၤ. တၢ်အိဉ်သးဒ်အံၤတဖဉ်ကမ့ၢ်ဝဲ...

  - ✓ တၢ်အီမိာ်
  - ✓ တၢ်ကလဲၤဆူတၢ်လိၢ်တပူၤပူၤဒီးပှၤလီၤဆိလၢနတသ့ဉ်ညါအဂ့ၢ်အကျိၤ
  - ✓ တၢ်ဟးလိဉ်ကွဲလၢမ့ၢ်ဟါလီၤအဆၢကတိၢ်တဖဉ်နူဉ်လီၤ.

**လၢတၢ်ကကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးဒီးဒုးနဲဉ်တၢ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဆူပှၤတဂၤလၢအအိဉ်ဒီး AIDS တၢ်ဆါအံၤနူဉ်ဖိသဉ်သ့...**

- ထၢဖိုဉ်ဟ်ဖိုဉ်လံာ်တၢ်ကစိဉ်တဖဉ်လၢအဘဉ်ဃးဒီး AIDS ဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်ဟ်

သူဉ်ဟ်သးလၢလံ့တၢ်ကစီဉ်အံၤဟ့ဉ်ထိဉ်ဝဲတက့ၢ်.

- ကွဲးထါလၢအဟ်ဖျါထိဉ်တၢ်တူၢ်ဘဉ်ခီဉ်ဘဉ်ဘဉ်ဃး AIDS အဂ့ၢ်ဒီးအတၢ်မၤဘဉ်ဒိအတၢ် အိဉ်မူ မ့တမ့ၢ် ပှၤအဂၤအတၢ်အိဉ်မူအဂ့ၢ်တက့ၢ်.

- စူးကါတၢ်ဂီၤဒ်အမ့ၢ်ပှၤတဂၤလၢအအံးထွဲကွၢ်ထွဲပှၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆါ AIDS တဂၤဒ်သိး ကမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်လၢအဘဉ်ဆိကမိဉ်မှဲဝဲလၢအဝဲသ့ဉ်မ့မ့ၢ်ပှၤတဂၤလၢအအိဉ်လၢတၢ်ဂီၤ အပူၤအံၤကတူၢ်ဘဉ်ဝဲဒ်လဲဉ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်ကသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအအိဉ်လၢ တၢ်ဂီၤအပူၤအံၤမၤန့ၢ်တၢ်ဆါအံၤဒ်လဲဉ်ဒီးတၢ်မနုၤကကဲထိဉ်အသးဒီးအီၤလၢခံလဲဉ်.

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်ဖုဉ်ဖုဉ်တခါအဒိ, တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲပှၤတဂၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆါ AIDS လၢဟံဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. အဆိကတၢ်ဖိသဉ်ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်အံၤလၢအနိၢ်ကစၢ်ဒဉ်ဝဲဝံၤမၤအ ဝဲသ့ဉ်တ့တၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်တဖဉ်လၢအဒုးနဲဉ်သကဲာ်ပဝဲးလၢတၢ်ဒုးနဲဉ်အပူၤဒီးဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုး နဲဉ်လၢတၢ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်အံၤဆူကွိဒိတကွိ မ့တမ့ၢ် ဆူပှၤတဝၤအအိဉ်တက့ၢ်.

- မၤပှၤက့ၤတၢ်တဲတယုၢ်တက့ၢ်. အဒိ, တၢ်တဲတယုၢ်လၢအဘဉ်ဃးဒီးဖိသဉ်အတၢ်ဆိကမိဉ် လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဆါ AIDS အံၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်တၢ်ကနီၤဖးလီၤအဝဲသ့ဉ်ဆူကရူၢ် တဖဉ်လၢအကဲပှၤကွိဖိ, ကွိဖိအဂၤ, သရဉ်, မိၢ်ပၢ်တဖဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. ကရူၢ်တဖုဘဉ်တ ဖုအံၤကဘဉ်တၢ်မၤလီၤဖးအီၤဒီးဆိကမိဉ်, "ယကတူၢ်ဘဉ်ဒ်လဲဉ်." တၢ်မနုၤလၢကမၤ ဘဉ်ဒိယၤအဒိဉ်ကတၢၢ်လဲဉ်. ယအဲဉ်ဒီးတၢ်မနုၤကကဲထိဉ်လဲဉ်. တဆံယဲၢ်မံးနံးဝံၤအလိၢ် ခံဟ်ဖျိဉ်က့ၤကရူၢ်တဖဉ်အံၤဒီးနီၤလီၤဟ့ဉ်သကိးတဂၤဒီးတဂၤအတၢ်ဆိကမိဉ်ဒီးကတိၤ တၢဉ်ပိဉ်သကိးဒီးအဝဲသ့ဉ်တက့ၢ်.

- ဒိကနဉ်တၢ်တဲလၢလာ်အံၤဝံၤကျဲးစၢးစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်လၢလာ်တဖဉ်တက့ၢ် :

**သးစၢ်မုဉ်တဂၤဟဲက့ၤလၢဝ့ၢ်တဝ့ၢ်လၢအဘူးဒီးအသဝီန့ဉ်လီၤ. ဖဲအဝဲဟးလၢပှၤဂီၢ်မုၢ်အကျါအ ခါပှၤဂီၢ်မုၢ်ကိးဃါ, "တၢ်ဆါ AIDS!, တၢ်ဆါ AIDS!" နှဉ်လီၤ. အပၢ်ယၢ်မၤန့ၢ်ဆူဉ်အီၤလၢက လဲၤမၤကွၢ်အသွံဉ်လီၤဆီဆီလၢ HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ်အဂီၢ်တချူးအဟဲကၠၤအိဉ်ကၠၤဒီးအဟံဉ်ဖ ဃီဖိအခါန့ဉ်လီၤ. တၢ်မၤကွၢ်သွံဉ်အစၢဟဲဖျါထိဉ်လၢသးစၢ်မုဉ်အံၤအိဉ်ဒီး HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ် နှဉ်လီၤ.**

**ဖိသဉ်မှဉ်လၢတီၤပူၤလၢအပ်အိဉ်ဒီး AIDS တဂၤတ်တဒုးအိဉ်ဒီးအီၤတပူၤဃီလၢတီၤပူၤဘဉ်. ပှၤဖိသဉ်လၢအမၤလိတတီၤဃီဒီးအီၤအမိ်အပ်တဖဉ်မၢဆူဉ်ကွိလၢကဟီထိဉ်ကွံဉ်ဟ်မုဉ်သးစ်အံၤလၢကွိန္ဉ်လီၤ. လၢခံကွိဟီထိဉ်ကွံဉ်ဟ်မုဉ်သးစ်အံၤန္ဉ်လီၤ.**

- နဆိကမိဉ်တ်အိဉ်သးတခါအံၤအဂ့်ိဒ်လဲဉ်.
- ဘဉ်မနုၤအယိပှၤတဖဉ်အံၤဘဉ်ဟ်ဖျါထိဉ်အတ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးလၢကျဲဒ်အံၤလဲဉ်.
- တ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးဒ်အံၤတဖဉ်ကမၤစၢၤတ်ဘဉ်ကူအါထိဉ်တ်ဆါ AIDS စ့်ကီးဓါ.
- နမ့မ့်ပှၤတဂၤဂ့ၤတဂၤဂ့ၤလၢတ်တဲလၢထးအံၤအပူၤန္ဉ်နကမၤဒ်လဲဉ်.

**လၢတ်ဆဲးကျိုးဆဲးကျၢအပူၤတ်မနုၤလၢဖိသဉ်မၤလိန္ဉ်ဝဲလဲဉ်. ဖိသဉ်သ့...**

- ဒုးအိဉ်ထိဉ်တ်သးဝံဉ်ဒီးသးဝံဉ်ဝဲ, ဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးဒုးနဲဉ်တ်ဂီၤဂဲၤကလံဉ်ဘဉ်ဃး AIDS
- ဒုးအိဉ်ထိဉ်ဒီးတ့တ်ဂီၤတယ်လၢကဘဉ်တ်ဘျုးလီၤအီၤလၢတီၤပူၤဒီးလၢကွိအိုးထိဉ်အနံၤ
- နှာ်လီၤလၢတ်ဂဲၤလိဉ်ကွဲလၢအမၤဂ့ၤထိဉ်တ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချလၢပှၤလၢအအိဉ်ဒီး AIDS အဂီ်

**လၢတ်မၤကွ်ဖိသဉ်အတ်မၤလိန္ဉ်တ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့်ဂ့ၤထဲလဲဉ်အဂီ်, သရဉ်သ့...**

- သံကွ်ဖိသဉ်တ်သံကွ်လၢကဃုထံဉ်တ်မနုၤလၢ AIDS ဘဉ်ကူတ်သ့ဒီးတသ့အံၤအဂ့်ိန္ဉ်လီၤ.
- မၢဖိသဉ်ကွဲးတ်တဲဘဉ်ဃးပှၤမၤန္ဉ်တ်ဆါ AIDS အဃ်အံၤအဂ့်ိ မ့တမ့်ိ တ်အံးထွဲကွ်ိ ထွဲပှၤတဂၤလၢအအိဉ်ဒီးတ်ဆါ AIDS အံၤအဂ့်တက့်ိ. ဝံၤကွ်ိက့ၤတ်တဲလၢဖိသဉ်ကွဲးအံၤတက့်ိ. တ်တဲအံၤတဲပှၤဘဉ်ဃးဖိသဉ်နှ်ပ်ိဒီးအတ်ဟ်သူဉ်ဟ်သးအိဉ်လၢ AIDS အဖိခိဉ်ဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

- မၢဖိသဉ်ဃုထံဉ်ဟိဉ်ကဝီၤပူၤကွိအိဉ်ပှဲၤဖျၢဉ်မ့တမ့ၢ်သးစၢ်ကရၢလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအဒုးနၢ်ပၢၢ် AIDS အိဉ်ပှဲၤဖုလဲဉ်တက့ၢ်. အဝဲသ့ဉ်မၢတၢ်မနုၤလဲဉ်. ဖိသဉ်တဖဉ်နုဉ် လီၤမၢသကိးတၢ်ဒီးပှၤတဖဉ်အံၤစ့ၢ်ကိးဧါ.

- ဃုထံဉ်လၢမ့ၢ်ဖိသဉ်တဖဉ်နုဉ်လီၤမၢသကိးတၢ်လၢတၢ်ဟးဝ့ၤဝီၤလၢတၢ်ထိဒါ AIDS အံၤအဂိၢ်ဒီးမၢစၢၤပှၤတဂၤဂၤလၢအအိဉ်ဒီး AIDS အံၤစ့ၢ်ကိးဧါ. မ့တမ့ၢ် ဟ့ဉ်ပလိၢ်ပှၤအဂၤဘဉ် ဃးတၢ်လီၤပျံၤအလိၢ်လၢ AIDS အံၤအဂိၢ်စ့ၢ်ကိးဧါ.



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – မၢစၢၤဖိသဉ်လၢကနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဒီးမၢတၢ်တမံၤမံၤအဂိၢ်[၁၈]

တၢ်နၢ်ပၢၢ်တၢ်

၁. ထၢဖြိဉ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤဘဉ်ဃး HIV/AIDS ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအဂုၤအဂၤလၢန မၢန့ၢ်အီၤသ့ခီဖျိတၢ်မံဃုာ်လိာ်သးတဖဉ်လၢနထံဉ်အီၤသ့လၢနပှၤတဝၤအပူၤတက့ၢ်. ကတိၤတၢဉ် ပိဉ်သကိးလၢဘဉ်မနုၤအဃိ AIDS တၢ်ဆါအဃၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လီၤပျံၤအလိၢ်ဒီးပှၤမၢန့ၢ်အီၤသ့ ဒ်လဲဉ်ဒီးပဒိသဒၢအီၤသ့ဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

၂. မၢတၢ်သံကွၢ်စံးဆၢဆူပှၤကွိဖိအအိဉ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS အဂ့ၢ် (တၢ်စံးဆၢကဘဉ်မ့ၢ် *ဘဉ်/တဘဉ်*) နူဉ်လီၤ.

၃. ဂဲၤတၢ်လိာ်ကွဲလၢအမံၤမ့ၢ် lifeline အံၤတက့ၢ်. တ့ဉ်ပနိဘျၢလၢအတိဉ်တဘိလၢတၢ်ဒၢဒါဉ်အလိၤ တက့ၢ်. ဟ်စးခိကသၢကလၢပနိဘျၢအံၤလိၤလၢအခီဉ်ထံး, အခၢဉ်သးဒီးအကတၢ်တက့ၢ်. စးခိ ကလၢစုစ့ဉ်တကပၤန့ဉ်မ့ၢ်စးခိကနိဉ်ဂံၢ်တၢ, ဒီးလၢစးခိကအံၤအလိၤကွဲး "တၢ်လီၤပျံၤတအိဉ် ဘဉ်" တက့ၢ်. လၢစးခိကလၢစုထွဲတကပၤန့ဉ်မ့ၢ်စးခိကအနိဉ်ဂံၢ်ခံ, ဒီးလၢစးခိကအလိၤအံၤ ကွဲး "လီၤပျံၤဒိဉ်မး" တက့ၢ်. စးခိကလၢအခၢဉ်သးတကနှဉ်အနိဉ်ဂံၢ်မ့ၢ်နိဉ်ဂံၢ်သၢဒီးလၢစးခိ နိဉ်ဂံၢ်သၢအလိၤအံၤကွဲးလီၤပျံၤတစဲးတက့ၢ်. မၢန့ၢ်အါထိဉ်စးခိကတဆံခံကတက့ၢ်. လၢစးခိက

[၁၈] တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသန့ၤ : Son V, Pridmore P, Nga B, My D and Kick P (2002) Renovating the Teaching of Health in Multigrade Primary Schools: A Teacher's Guide to Health in Natural and Social Sciences (Grades 1,2,3) and Science (Grade 5). British Council and the National Institute of Educational Sciences: Hanoi, Vietnam. တၢ်ဂ့ၢ်အံၤဂ့ၤဒိဉ်မးလၢတၢ်သူဉ်ထိဉ်ကၢတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အကျဲသနူအဂိၢ်ဒီးတမ့ၢ်ထဲလၢ တီၤဖုဉ်ကွိအဂိၢ် ဘဉ်. ပဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပှၤဖးတၢ်ဖိကိးဂၤလၢကစူးကါလံာ်အဝဲအံၤန့ဉ်လီၤ.

တက့ဘၣ်တက့အလိၤစုၣ်စုၣ်ကွဲးလီၤတၢ်သကဲာ်ပဝဲးတနီၤ, အဒိ, တၢ်နၢမူလိာ်သး, လုၣ်သကိး ထံတပူၤဃီ, စူးကါသကိးကသံၣ်မူၤဘိုး, မံဃုာ်လိာ်သး, ဟံးစုကွၢ်မဲာ်လိာ်သး, ဒုးအီနု၊, အိထံ လၢထံခွးတဖျၢၣ်ဃီအပူၤ, ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒၢ, သွိတၢ်သွံၣ်, စူးကါပှၤအဂၤအတၢ်ထူးမဲ, ဟးထဲ တဂၤလၢမု၊်နၤခီဒိးအဂၤတဖၣ်နူၣ်လီၤ. ဟ့ၣ်လီၤစးခိအက့ခံက့ မ့တမ့၊် သၢက့ဆူဖိသၣ်ခံဂၤတ ဆိခံဂၤတဆိအအိၣ်တက့၊်. မၢပှၤကွိဖိဆိကမိၣ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအအိၣ်လၢအစးခိက့လိၤအံၤဒိး ဆၢတဲာ်လၢသကဲာ်ပဝဲးတဖၣ်အံၤမ့၊်တၢ်လီၤပျံၤလၢတၢ်မၢန့၊် HIV တၢ်ဆါအဃ်ၤအဂိၢ်ထဲလဲၣ်တ က့၊်. ဝံၤမၢဖိသၣ်ခံဂၤတဆိအံၤဟဲပာ်လီၤအစးခိက့လၢပနိဘျၢအလိၤတက့၊်. ဝံၤကဘၣ်တဲဖျါ ထိၣ်ဝဲလၢဘၣ်မနုၤအဃိအပာ်လီၤဝဲလၢတၢ်လိ်ၢ်ဖဲနူၣ်လဲၣ်နူၣ်လီၤ. ပှၤကွိဖိအဂၤကဘၣ်တဲဖျါ ထိၣ်စ့၊်ကိးလၢမ့၊်အတူၢ်လိာ်ဝဲတတူၢ်လိာ်ဝဲပှၤလၢအဟဲပာ်လီၤစးခိက့အံၤနူၣ်လီၤ. သရၣ်စ့၊်ကိး ကဘၣ်ဟ့ၣ်ထိၣ်အတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်စ့၊်ကိးနူၣ်လီၤ.

၄. တ့တၢ်ဂီၤတခါလၢအဒုးနဲၣ်ဘၣ်မနုၤအဃိပှၤသးစၢ်တနီၤမံဃုာ်လိာ်သးတစူးကါတၢ်ဖျိၣ်ထ့ၣ်မ့တ မ့၊်ဘၣ်မနုၤအဃိအဝဲသ့ၣ်စူးကါတၢ်ဆဲးကသံၣ်မူၤဘိုးလဲၣ်အံၤလၢအကရူၢ်တက့၊်. ပှၤကွိဖိတ့ တၢ်ဂီၤဝံၤကဘၣ် ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဂီၤအံၤအဂ့၊်နူၣ်လီၤ.

၅. မၢဖိသၣ်ဆိကမိၣ်ထိၣ်ပှၤအဂၤလၢကကွဲနူ၊်အဝဲသ့ၣ်လၢကမၤတၢ်သကဲာ်ပဝဲးလၢအလိၤ ပျံၤတဖၣ်အံၤဒ်လဲၣ်, ဒီးကတြိဆၢဝဲဒ်လဲၣ်တက့၊်.

၆. ဒုးနဲၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ်လၢအကရူၢ်ဒ်သိးကဒုးအိၣ်ထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူအပူၤ တက့၊်. မၢပှၤကွိဖိကဃုထၢတၢ်အိၣ်သးတခါဖဲအဝဲသ့ၣ်ဘၣ်တြိဆၢပှၤအဂၤလၢကကွဲနူ၊်အဝဲ သ့ၣ်လၢကမၤတၢ်လၢတဂ့ၤတဖၣ်အခါတက့၊်. နီၤဖးလီၤပှၤကွိဖိခံကရူၢ်တက့၊်. ပှၤကွိဖိခံဂၤ မ့တမ့၊် သၢဂၤကဘၣ်ဒုးနဲၣ်လၢအကကွဲနူ၊်ပှၤအဂၤလၢကမၤတၢ်တဂ့ၤဒ်လဲၣ်နူၣ်လီၤ. ပှၤကွိဖိခံ ဂၤ မ့တမ့၊် သၢဂၤအံၤကဘၣ်ကွဲနူ၊်ပှၤအဂၤလၢကဘၣ်မၤတၢ်လၢတဂ့ၤတဖၣ်နူၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဒုး နဲၣ်အကတၢ်နူၣ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒီးပှၤကွိဖိလၢအတူၢ်ဘၣ်ဝဲဒ်လဲၣ်ဖဲပှၤတဂၤကွဲနူ၊်အဝဲ သ့ၣ်လၢကမၤတၢ်တဂ့ၤဘၣ်အခါတက့၊်. အဝဲသ့ၣ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်မနုၤဖဲပှၤခံဂၤမ့တမ့၊်သၢဂၤမၢဆူၣ် အဝဲသ့ၣ်လၢကမၤတၢ်အံၤအခါနူၣ်လဲၣ်. တၢ်ဒုးနဲၣ်အံၤမ့မ့၊်တၢ်အနိ၊်ကိ၊်တၢ်မနုၤလၢကမၢန့၊်ဆိၣ် ခံအဝဲသ့ၣ်လၢကမၤတၢ်လၢတဂ့ၤဘၣ်အံၤနူၣ်လဲၣ်. တဲဘၣ်ပှၤကွိဖိလၢဘၣ်မနုၤအဃိအကါဒိၣ် လၢကဘၣ်တြိဆၢတၢ်အိၣ်သးဒ်အံၤတဖၣ်ဒီးဘၣ်မနုၤအဃိအကါဒိၣ်လၢကဘၣ်မၤလိဝဲဒ်သိးပှၤ ကွဲနူ၊်သုသုတနူ၊်တဂ့ၤနူၣ်လီၤ.

၇. ဒုးနဲၣ်တၢ်ဒုးနဲၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲပှၤတဂၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါ AIDS လၢဟံၣ်တက့၊်. ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးလၢပှၤလၢအအိၣ်ဒီး AIDS အံၤတူၢ်ဘၣ်ဒ်လဲၣ်ဒီးပှၤလၢအအံးထွဲကွၢ်ထွဲ တၢ်တဂၤစ့၊်ကိးတူၢ်ဘၣ်ဝဲဒ်လဲၣ်တက့၊်.

၈. တဲတၢ်တဲဘဉ်ဃးပှၤကွိဖိတဂၤလၢအဆိကမိဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ဆါ AIDS တက့ၢ်. နီၤဖးလီၤပှၤကွိဖိဆူအကရူၢ်လွံၢ်ကရူၢ် (လၢအမ့ၢ်ပှၤကွိဖိအံၤ, ပှၤကွိဖိအဂၤ, သရဉ်ဒီးမိၢ်ပၢ်) တက့ၢ်. မၢကရူၢ်တကရူၢ်ဘဉ်တကရူၢ်စုဉ်စုဉ်ဆိကမိဉ်ထိဉ်အတၢ်တူၢ်ဘဉ်တဖဉ်, ဒီးကမၤဘဉ်ဒိနၤဒ်လဲဉ်, ဒီးတၢ်မနုၤလၢအအဲဉ်ဒီးဝဲလၢအကဲထိဉ်အသးန့ဉ်လဲဉ်. ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်အံၤလၢတီၤဒိတတီၤတက့ၢ်.

## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖဉ်

၁. ဟးဆဲးတၢ်အိဉ်သးလၢအအိဉ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤလီၤဖုးအလိၢ်

၂. ပှၤမ့ၢ်မၢဆူဉ်နၤလၢနကမၤတၢ်တမံၤမံၤလၢတဂ့ၤန့ဉ်စံးဘဉ်အီၤ, ယတမၤဘဉ်တက့ၢ်. အိဉ်ဒီးတၢ်သးသဟိဉ်လၢအဆူဉ်တက့ၢ်.

၃. မၤစၢၤပှၤတဂၤလၢအအိဉ်ဒီး HIV တၢ်ဆါအဃ်ၢ်အံၤတက့ၢ်.

၄. ကွဲးထါဘဉ်ဃး AIDS ဒီးဖးအီၤဆူနဟံဉ်ဖိဃိဖိအအိဉ်တက့ၢ်.

၅. ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်ဘဉ်ဃးပှၤတဂၤလၢအမံၤမ့ၢ်, HIV ဒီးပှၤအဝဲန့ဉ်ကျဲးစၢးကွဲန့ၢ်လွဲန့ၢ်ပှၤဂၤလၢကမၤတၢ်လၢတဂ့ၤတဖဉ်, ကွဲန့ၢ်ပှၤတနီၤဒီးပှၤတနီၤတြိဆၢအီၤန့ၢ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တကရူၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်လၢကဘဉ်ဒိသဒၢအသးလၢ HIV ဒ်လဲဉ်ဒီးစးထိဉ်တဲဘဉ်ပှၤအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပှၤလၢအမံၤမ့ၢ် HIV အံၤပှၤဒိကနဉ်အီၤစှၤလီၤန့ဉ်လီၤ. ပှၤကွိဖိဒုးနဲဉ်တၢ်ဒုးနဲဉ်အံၤဆူအမိၢ်အပၢ်အအိဉ်ဒီးပှၤကွိဖိအဂၤအအိဉ်သ့နှဉ်လီၤ.

၆. တ့လံာ်တယၢ်တဖဉ်ဘဉ်ဃး HIV/AIDS ဒီးဘျးလီၤအီၤလၢကွိဒီးတၢ်ဆါဟံဉ်ဒီးတၢ်လိၢ်အဂၤလၢပှၤတဝၤအပူၤတက့ၢ်.

၇. နှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒီးတၢ်ကရၢကရိလၢအကျဲးစၢးဒိသဒၢတၢ်ဆါ AIDS အံၤတက့ၢ်. တ့လံာ်တယၢ်, ကွဲးတၢ်တဲ မ့တမ့ၢ် ထါ, တၢ်ဂဲၤကလံဉ်, တၢ်ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒိတၢ်တဲာ်ဒီးအဂၤတဖဉ်တက့ၢ်.



## အဆၢဖိဉ် ၆.၃
## တ၊ဟ့ဉ်ကျိတ၊အိဉ်လၢအန့၊ဂံ၊နှ၊ဘါဒီး တ၊အိဉ်ဆူအိဉ်ချအတ၊ရဲဉ်တ၊ကျဲၤတဖဉ်

ပကျိမၤဘဉ်ဒိပပှၤကျိဖိအတ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချလီၤဆီဒဉ်တ၊အဝဲသ့ဉ်မ့၊မၤန့၊တ၊ဆါအဃ်၊လၢကျိအ ဃိန္ဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတ၊လိဉ်လီၤဆီလၢအတ၊ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အပူၤ မ့တမ့၊ ဖိသဉ်လၢ က့၊ဂီၤတလၢတပှၤဒီးဟးဂီၤတဖဉ်ဘဉ်က့၊ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချတဂ့ၤဒီးတ၊အီဉ်လၢတန့၊ ဂံ၊နှ၊ဘါအတ၊ဂ့၊ကိတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ကျိမ့၊ဒုးအိဉ်တ၊အိဉ်နှ၊ဂံ၊နှ၊ဘါဒီးဟ့ဉ်မၤစၢၤတ၊အိဉ်ဆူဉ် အိဉ်ချအတ၊ရဲဉ်တ၊ကျဲၤန္ဉ်ကဘဉ်ဘျုးဖိသဉ်တဖဉ်အံၤလီၤဆီဒဉ်တ၊ခီဖျိမၤန့၊တ၊အီဉ်, မၤလိဘဉ် ဃးတ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတ၊ကဆဲကဆိန္ဉ်လီၤ. ကျိမၤသကိးတ၊ဒိးမိ၊ပ၊်ဒိးဟံဉ်ဖိဃိဖိတဖဉ်လၢက မၤဂ့ၤထိဉ်ထံအီလၢအကဆိလၢပှၤကျိဖိတဖဉ်အဂိ၊်နှဉ်လီၤ.

ပကျိဟ့ဉ်တ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတ၊အိဉ်နှ၊ဂံ၊နှ၊ဘါသ့ဒီးမၤစၢၤမၤဘဉ်ထွဲက့ၤတ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအ တ၊ဂ့၊ကိလၢအဘဉ်တ၊က့၊ဆၢဉ်မဲာ်အီၤအအါကတ၊၊်လၢပှၤတဝၤအပူၤန္ဉ်လီၤ. အါန္ဉ်အန့၊လၢလံာ် အဆၢဖိဉ်လၢအပူၤကွံာ်တဆၢအပူၤပမၤလိဘဉ်တ့၊်လံတ၊အကါဖိဉ်လၢ life skills နှဉ်မ့၊်တ၊ဒုးကူဉ် သ့ဖိသဉ်တဖဉ်လၢကမၤဘဉ်ထွဲက့ၤအလု၊်အလ၊်ဒီးတ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ပကျိမ့၊်တ အိဉ်ဒီးထံအကဆိဒီးတ၊်ဟးလီ၊်လၢအကြၢးအဘဉ်ဘဉ်နှဉ်ပှၤတဝၤတဆိဉ်ထွဲနၤလၢတ၊်အိဉ်ဆူဉ် အိဉ်ချအတ၊်ဖံးတ၊်မၤအံၤဘဉ်နှဉ်လီၤ.

ပကျိအတ၊်ပညိဉ်နှဉ်မ့၊်တ၊်မၤလီၤတံ၊်လၢကျိကဟ့ဉ်တ၊်အိဉ်နှ၊်ဂံ၊်နှ၊်ဘါအခိဉ်သ့ဉ်တဖဉ်ဒီးတ၊်အိဉ် ဆူဉ်အိဉ်ချအတ၊်မၤလီ၊်ဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်စ့၊်ကီးထံအကဆိဒီးတ၊်ဟးလီ၊်လၢအကဆိန္ဉ်လီၤ. ခီဖျိကျို ဟ့ဉ်ထိဉ်တ၊်အဒိတဖဉ်အံၤအဃ်ပမၤဆူဉ်ထိဉ်မၤဂ့ၤထိဉ်တ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတ၊်ကဆဲကဆိလၢ သးသမူအဂိ၊်တဖဉ်ဒီးတ၊်ကစိဉ်လၢကဘဉ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိုးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ကျိကဘဉ်ဒုးနဲဉ်တ၊်ဒိဂ့ၤ တဲာ်ဘဉ်လၢပှၤကျိဖိအဂိ၊်ဒီးပှၤတဝၤအဂိ၊်နှဉ်လီၤ. ခီဖျိလၢကျိမၤဒ်အံၤအဃ်ိနှဉ်တ၊်ဖံးတ၊်မၤတမံၤ ဃီလၢအဘဉ်တ၊်မၤအီၤလၢကျိအံၤတ၊်မၤအီၤလၢပှၤတဝၤအပူၤသ့နှဉ်လီၤ. အါန့၊်အန့၊်ပကျိမ့၊်မၤ နၢၤတ၊်အံၤန္ဉ်ပှၤတဝၤကထံဉ်ပကျိဒီးပဝဲကီးဂၤဒဲးလၢအဂ့ၤတကပၤဒီးဒုးထံဉ်လီၤပသးလၢပမၤမူဒါ အကါဖိဉ်တမံၤလၢကျိပူၤဒီးကျိချၢစ့၊်ကီးန္ဉ်လီၤ. လံာ်အဆၢတဆၢအံၤကမၤစၢၤနၤလၢနကမၤတ၊် အကျိၤအကျဲအံၤခီဖျိကျိအတ၊်အိဉ်နှ၊်ဂံ၊်နှ၊်ဘါအတ၊်တိာ်ကျဲၤဒီးတ၊်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတ၊်ဖံးတ၊်မၤ တဖဉ်ဒီးတ၊်ပီးတ၊်လိတဖဉ်တပတိ၊်ဘဉ်တပတိ၊်ဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျိအတ၊်အိဉ်နှ၊်ဂံ၊်နှ၊်ဘါအတ၊် တိာ်ကျဲၤအဂိ၊်ဒီးကျဲလၢကဒုးနှာ်လီၤဖိသဉ်လၢကမၤသကိးတ၊်လၢတ၊်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျိအခိဉ်ဃၢၤဝး တရံးလၢအကဆဲကဆိအဂိ၊်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်မၤကွၢ်ပတၢ်အိဉ်သးခဲအံၤ

တချုးပဒုးအိဉ်ထိဉ်ပတၢ်ပညိဉ်ဒီးကွဲးလီၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤဒံးဘဉ်နှဉ်ပလိဉ်ဘဉ်လၢ ပကဘဉ်မၤကွၢ်ကၣၤပကွိအတၢ်အိဉ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ကျိၤကဲအံၤလီၤပလိာ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်ပကွိအကျဲသနူလၢလံာ်အံၤအဆၢဒိဉ်တၢအပူၤအသိးနှဉ်လီၤ. တၢ်အကျိၤအကျဲအိဉ်ဒီးတၢ်အပတိၢ်ခိဉ်သ့ဉ်သၢပတိၢ်နှဉ်လီၤ.

၁. မၤလၢပဲၤတၢ်မၤကွၢ်အလံာ်ရဲဉ်လၢလာ်အံၤတကၢ်. သ့ဉ်နီဉ်ထိဉ်တၢ်ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါပၣၤတဝၤအ တၢ်နာ်လီၤမၤသကိးတၢ်, တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပၣၤမၤတၢ်ဖိ, မိၢ်ပၢ်ဒီးဖိသဉ်တဖဉ်လၢကမၤတၢ် မၤကွၢ်အံၤဒီးဟူးဂဲၤလၢတဉ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအကျိၤကျဲအံၤတကၢ်. တၢ်နာ်လီၤမၤသကိးတၢ်အတၢ် ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂၤတနီၤလၢနမၤသ့မ့ၢ်ဝဲ –

- မၤပဲၤသကိးတၢ်မၤကွၢ်ကွိအကျဲသနူဒီးပၣၤတဝၤအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအ profile လၢအ ဘဉ်တၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအီၤလၢလံာ်အံၤအဆၢဒိဉ်တၢအပူၤဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ် အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအကျဲသနူလၢကွိအဂိၢ်တကၢ်.

- တ့ကွိဒီးပၣၤတဝၤအဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢအဒုးနဲဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလိၢ်တဖဉ်, တၢ်ဒၢဉ်ထံအလိၢ်, တၢ်ဟးလိၢ်, ဒီးဟိဉ်ကဝီၤအဂၤဖဲဖိသဉ်ဒီးပၣၤနိၢ်ဒိဉ်အ့ဉ်ဆါ မ့တမ့ၢ် ဆံဉ်ဆါအလိၢ် (တၢ်အံၤကမ့ၢ်ကွိပၣၤတဝၤအဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဒ့ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤ အါထိဉ်အီၤလၢတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးအီၤလၢလံာ်အဘ့ဉ်သၢအပူၤ) နှဉ်လီၤ.

- မၤဝံၤမၤတဲာ်က့ၤတၢ်တဲတဖဉ်လၢအဒုးနဲဉ်ပကွိ မ့တမ့ၢ် ပၣၤတဝၤအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအ တၢ်အိဉ်သးအနိၢ်ကိၢ်တဖဉ်တကၢ်.

- ပျဲဖိသဉ်တ့မ့တမ့ၢ်ကွဲးလံာ်ဆိရဲဉ်လၢအဟ်ဖျါထိဉ်, "ပတၢ်ကဆဲကဆို, ယကွိဒီးယပၣၤတ ဝၤလၢယမံမိၢ်ဘဉ်အီၤတဖျၢဉ်" အသိးနှဉ်လီၤ.

၂. နမၤတၢ်လၢထးမ့ၢ်ဝံၤကျဲးစၢးဃုထၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤမနုၤလၢအဘဉ်တၢ်မၤအီၤအဆိကတၢၢ်လၢနကွိ ဒီးပၣၤတဝၤအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်အိဉ်သးအပူၤတကၢ်.

၃. ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤလၢနကမၤဂ့ၤထိဉ်နကွိအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ် အိဉ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါအတၢ်အိဉ်သးအဂိၢ်တကၢ်. နစူးကါတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအတၢ်ရဲဉ်တၢ်ကျဲၤအကျိၤအ

ကျဲလၢလံာ်အဘ့ၣ်တၢ မ့တမ့၊် သၢအပူၤဒ်တၢ်နဲၣ်ကျဲလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအံၤအဂီၢ် သ့နှၣ်လီၤ.

တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ရဲၣ်လၢတၢ်အိၣ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်တဖၣ်.[၁၉]

တၢ်မၤကွၢ်အတၢ်ဂ့ၢ်ရဲၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်အီၤဒ်သိးပကထံၣ်နှၢ်လၢမ့ၢ်ပကွိအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ် ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးတၢ်အိၣ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါအတၢ်တိာ်ကျဲၤလၢအဂ့ၤလံဓါနှၣ်လီၤ. နဟ်ဖြိၣ်အါထိၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢ အကြၢးဒီးနကွိအတၢ်အိၣ်သးတဖၣ်သ့နှၣ်လီၤ.

**မ့ၢ်ယကွိမၤတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်လၢအပၣ်ဃုာ်, (မ့ၢ်ပၣ်ဃုာ်နှၣ်တိၤနိၣ် "✓"တက့ၢ်.)**

___ ဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးအဓဲအတၢ်ကွဲးနိၣ်ကွဲးဃါတဖၣ်

___ တၢ်စိၤဖိသၣ်အတယၢ်ၢ်ဒ်သိးကဃုထံၣ်ဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထြုးအဂီၢ်

___ တၢ်ဒိသဒၢဒီးကူးစါတၢ်အိၣ်အထုးအစီတလၢတပှၤ (ဒ်အမ့ၢ် Vitamin A, Iron ဒီး Iodine) လၢအမၤဘၣ်ဒိဖိသၣ်အတၢ်မၤလိနှၢ်တၢ်

___ တၢ်ဒုးအိၣ်တၢ်အိၣ်အတၢ်တိာ်ကျဲၤဒ်အမ့ၢ်တၢ်အိၣ်လၢအနှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါ မ့တမ့၊် တၢ်အိၣ်လိာ်ကွဲ

___ တၢ်ဒိသဒၢဒီးယါဘျါတၢ်ဆါအဃ်ၢလၢအဘၣ်ကူဘၣ်က်လိာ်သးသ့ဒ်အမ့ၢ်ထိးကလဲာ်ဒီးတၢ် ဆါအဂၤ, ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထြုး

___ မၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်ထံၣ်ဒီးတၢ်နၢ်ဟူ

___ တၢ်မၤစၢၤဆိအတၢ်မၤလိ

---

[၁၉] ဘၣ်တၢ်ဟံးနှၢ်အီၤလၢ : (1) UNESCO. FRESH: A Comprehensive School Health Approach to Achieve EFA. Paris, 2002 (ED-2002/WS/8 Rev.), and (2) UNICEF and the International Water and Sanitation Centre. A Manual on School Sanitation and Hygiene. Water, Environment and Sanitation Technical Guidelines Series – No. 5. New York, 1998.

___ ကွၢ်ဂီၤအတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့, တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲ, ဒီးတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွၤတီၤအသိတဖဉ်

___ တၢ်မၤစၢၤပှၤသးစၢ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒိသဒၢ, တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ယါဘျါဒီးတၢ်မၤစၢၤလၢနီၤ်သး မ့တမ့ၢ် ဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖး counselling လၢ HIV/AIDS အဂီၤ, တၢ်အိဉ်ထိဉ်ဒီးဟုးသး, တၢ်မၤဆူးမၤဆါဒီးတၢ်မၤတရိတပါဒီးအဂုၤအဂၤတဖဉ်အဂီၤ

___ ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကျဲသနူလၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ဂ့ၢ်ကီဒီးခိဉ်နူဉ် (mental health) အတၢ်ဂ့ၢ်ကီတဖဉ်ကဘဉ်တၢ်ဆ့ၢအီၤဆူတၢ်ဆါဟံဉ် မ့တမ့ၢ် ကသံဉ်သရဉ်အအိဉ်

___ အိဉ်ဒီးတၢ်ဆိဉ်ထွဲမၤစၢၤအတၢ်ကရၢကရိအဂၤလၢကမၤစၢၤလီၤဆိဒဉ်တၢ်ဖိသဉ်ဖိဉ်ဃဲတဖဉ်

___ တၢ်ဒိသဒၢတၢ်ဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးလၢအကဲထိဉ်သ့လၢတၢ်တဟ်သူဉ်ဟ်သးအပူၤတဖဉ်

___ တၢ်မၤစၢၤဆိဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိလၢတၢ်ကစူးကါအီၤလၢတၢ်မ့ၢ်ကဲထိဉ်အသးသတူၢ်ကလာ်တဖဉ် အအိဉ်

___ တၢ်အိဉ်သးဝးတရံးလၢအမုာ်ဒီးဂ့ၤလၢတၢ်မၤလိမၤဒိး, တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအတၢ်ဘျးစဲလိာ်သးဒီးတၢ်မၤစ့ၤလီၤတၢ်မၤတရိတပါမ့တမ့ၢ်တၢ်ထိဒၤသကဲာ်ပဝဲးလၢအတဂ့ၤတဖဉ်အဂီၤ

___ တၢ်အိဉ်တၢ်ဆိးအလိၢ်လၢဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးကွၢ်ဂီၤဟးဂီၤဒီးတလၢတပ့ၤတဖဉ်အဂီၤ

___ တၢ်ကပီၤအိဉ်လၢအိဉ်ပ့ၤလၢကျိပူၤဒီးကျိချ

___ တၢ်ဒိသဒၢလၢတၢ်စူးကွံဉ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအကဲထိဉ်တၢ်တံာ်တာ်ဒီးတၢ်မၤဘဉ်ဒိဘဉ်ထံးတၢ်သ့ တဖဉ် အဒိ, တၢ်လၢအိဉ်ဒီးအစုဉ်အပျၢ်

ယကျိအိဉ်ဒီးတၢ်ပီးတၢ်လိသ့ဉ်တဖဉ်အံၤလီၤ. (မ့ၢ်အိဉ်နှဉ်တိၤနိဉ် ✓တကွၢ်.)

___ အိဉ်ဒီးထံအလိၢ်လၢအဂ့ၤဒီးညီဒီးအိဉ်ဒီးထံအီလၢအကဆို, ထံလၢတၢ်သ့စု, ဒီးထံလၢတၢ် ဟးလိၢ်အဂီၤ

___ တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲတၢ်လီၤလၢအဟ့ၣ်ထိၣ်ထံဆူပှၤတဝၢအအိၣ်တဖၣ်

___ တၢ်ဟးလီၤလၢပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါအဂီၤလီၤဆိ, လၢသရၣ်ဒီးကွံဖိအဂီၤလီၤဆိ

___ တၢ်ဟးလီၤအနိၣ်ဂံၤ်အိၣ်လၢအိၣ်ပှဲၤဒီးပှၤကိးဂၤဒဲးစူးကါအီၤသ့လၢကွံ

___ ကွံအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤလၢဖိသၣ်ကသ့အစုလၢထံဒီးဆးပွၣ်

___ တၢ်ပီးတၢ်လိလၢတၢ်ကမၤကဆဲကဆိတၢ်ဟးလီၤအိၣ်ဒီးတၢ်မၤကဆဲကဆိတၢ်ဟးလီၤခဲအံၤ ခဲအံၤ

___ အိၣ်ဒီးထံကျိၤလၢတၢ်ကစူးကွံာ်ထံလၢတဂ့ၤတဘၣ်တဖၣ်အဂီၤ

___ တၢ်စူးကွံာ်တၢ်အ့ၣ်တၢ်ဆံၣ်အလီၤလၢအပူၤဖျဲး, ဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၤ

___ တၢ်ကမုံၤ, တၢ်တဃာ်တဖၣ်တၢ်စူးကွံာ်အီၤမ့တမ့ၢ်တၢ်စူးကါကဒါက့ၤအီၤလၢအလီၤဘၣ်

## ကွံတၢ်အိၣ်လၢအန့ၢ်ဂံၤ်န့ၢ်ဘါအတၢ်တိာ်ကျၤ – တၢ်မၤစၢၤဖိသၣ်လၢတအိၣ်ဘၣ်တၢ်မူာ်မူာ်နီၤ်နီၤ်တဖၣ်

ဖိသၣ်လၢအသူၣ်ဝံၤသးစ့ၤန့ၣ်တမၤလိတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤဘၣ်နၣ်လီၤ. ဖဖိသၣ်တအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လၢပှဲၤလၢဟံၣ်နၣ် (အဟံၣ်မ့ၢ်အိၣ်), ကွံကမ့ၢ်တၢ်လီၤလၢဖိသၣ်ကမၤန့ၢ်တၢ်အိၣ်အစ့ၤကတၢ်ၤတဘျိန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်အံၤအကါဒိၣ်လၢဖိသၣ်လၢအဘၣ်မၤတၢ်ဒီးထိၣ်ကွံတဘျိဃိ, ဖိသၣ်လၢအအိၣ်လၢကျဲခိၣ်, ဖိသၣ်လၢအဟံၣ်ဖိဃိဖိဖှိၣ်မ့ၢ်လၢ HIV/AIDS တဖၣ်အသိးန့ၣ်လီၤ.

တကးဒံးဘၣ်ခီဖျိတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်အဂ့ၤလၢကွံအံၤမ့ၢ်ကျဲတဘိလၢတၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်တၢ်ဖးလံာ်ကွဲးလံာ်ဒီးမၤစၢၤဖိသၣ်လၢအဖှိၣ်တဖၣ်နၣ်လီၤ. တၢ်လီၤလၢကွံမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်တၢ်လီၤန့ၣ်ဖိသၣ်ထိၣ်ကွံအနိၣ်ဂံၤ်ကအါထိၣ်နၣ်လီၤ. ပှၤတဝၢဖဲပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်ဘၣ်အိၣ်လၢဟံၣ်နၣ်မိၢ်ပၢ်ကဆၢတဲာ်လၢကဆၢအဖိဆူကွံဖဲကွံမ့ၢ်ဒုးအိၣ်တၢ်အိၣ် မ့တမ့ၢ် ကွံဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်လၢကက့ၤစိာ်အီၤဆူအဟံၣ်လၢကအိၣ်

ဝဲအဂိၤ်နှဉ်လီၤ. လၢဂ့ၢ်ဂိၤအူအတၢ်အိဉ်သးနှဉ်ကွံမ့ၢ်ဟ့ဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဖိသဉ်နှဉ်မၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤလၢကအိဉ်မူအဂိၤ်ဒီးမၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်အံၤကဆဲးအိဉ်ကွံအဂိၤ်နှဉ်လီၤ.[၂၀]

တၢ်အိဉ်လၢအန့ၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါနှဉ်မၤလီၤတံၢ်ဖိသဉ်လၢကဒိဉ်ထိဉ်ဒီးလဲၤထိဉ်လဲၤထိဂ့ၤဂ့ၤနှဉ်လီၤ. တၢ်အိဉ်လၢဖိသဉ်လိဉ်ဘဉ်အိၤတဖဉ်ဘဉ်ပဉ်ဃုာ်ဖရိဉ်ထံန်, တၢ်အသိ, ဒီးကဉ်ဘိဉ်ဟဲဖြဲးဒီးဘံဉ်တဉ်မံဉ်, iron ဒီးအဲအိၤဒံန်နှဉ်လီၤ. တၢ်အိဉ်တဖဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လိဉ်ဘဉ်တဖဉ်လၢဖိသဉ်အနိၢ်ခိက့ၢ်ဂိၤဒီးအနိၢ်သးအတၢ်ဒိဉ်ထိဉ်အဂိၤ်နှဉ်လီၤ.

လၢပကဆိလီၤတၢ်အိဉ်အတၢ်တိာ်ကျဲၤလၢကွံအဂိၤ်နှဉ်တၢ်လိဉ်ဘဉ်တၢ်အပတီၢ်လိဉ်ယဲၢ်ပတီၢ်နှဉ်လီၤ. တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤဆိဉ်ထွဲလၢပှၤတဝၤအအိဉ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်ဒ်သိးတၢ်တိာ်ကျဲၤကဘဉ်တၢ်ဆိလီၤအီၤဂ့ၤဂ့ၤအဂိၤ်နှဉ်လီၤ.

**အပတီၢ် (၁) :** မၤသကိးတၢ်ဒီးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိလၢပှၤတဝၤအပူၤတက့ၢ်. မၤကွၢ်ဖိသဉ်မ့ၢ်အအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်လီၤထြုး (ခီဖျိတၢ်စီၤကွၢ်ဖိသဉ်အတယၢ်ၢ်ဒီးထိဉ်ကွၢ်အထိ) ဒီးဘံဉ်တဉ်မံဉ်တလၢပှဲၤဧၢိနှဉ်တက့ၢ်.

**အပတီၢ် (၂) :** ဖဲကွံစးထိဉ်သိအခိဉ်ထံးတလါနှဉ်မၤကွၢ်ဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢတအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်တၢ်အိလၢပှဲၤတဖဉ်တက့ၢ်. ဖိသဉ်ခဲလၢာ်လၢတအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်လၢပှဲၤဒီးဘံဉ်တဉ်မံဉ်လၢပှဲၤတဖဉ်ကဘဉ်တၢ်ယါအိၤလၢကသံဉ်သရဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်လီၤထြုးမ့ၢ်လၢဖရိဉ်ထံန်တအိဉ်လၢပှဲၤအံၤအတယၢ်ၢ်ကဖှံန့ၢ်အသးနံဉ် (undernourishment) မ့တမ့ၢ် အထိစ့ၢ်ကီးကဖုဉ်နှ့ၢ်အသးနံဉ် (stunting), မ့တမ့ၢ်အတယၢ်ၢ်ဖှံန့ၢ်အနိၢ်အထိ (wasting) နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်ခဲလၢာ်အံၤလိဉ်ဘဉ်တၢ်အိဉ်လၢအအိဉ်ဒီးဖရိဉ်ထံန်ဒီးတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဘါတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢဘံဉ်တဉ်မံဉ်တအိဉ်လၢပှဲၤတဖဉ်ကြၢးအိကသံဉ်ဘံဉ်တဉ်မံဉ်နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ကြၢးအိဉ်တၢ်ဒိးတၢ်လဉ်လါဟ့အါအါဒိးတၢသူတၢသဉ်ဒ်အမ့ၢ်တခိးသဉ်ဒီးကွံစံသဉ်အသိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်လၢအဲအိၤဒံန်တအိဉ်လၢပှဲၤတဖဉ်ကဘဉ်အိကသံဉ်အဲအိၤဒံန်မ့တမ့ၢ်ပၢနုာ်ဖံသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးအဲအိၤဒံန်လၢအတၢ်အိဉ်အပူၤနှဉ်လီၤ. ပိာ်မှဉ်လိဉ်ဘိတဖဉ်ကဘဉ်အိကသံဉ် iron အဖျၢဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

**အပတီၢ် (၃) :** ဒ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢနမၤန့ၢ်လၢအပတီၢ်ခံအသိးနှဉ်ဆၢတဲာ်လၢတၢ်အိဉ်မနုၤလၢကွိဘဉ်ဟ့ဉ်ဒုးအိဉ်ဖိသဉ်တဖဉ်နှဉ်လဲဉ်. သံကွၢ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိလၢတၢ်ဆါဟံဉ်တဖဉ်ဒ်သိးကမၤစၢၤနၤတက့ၢ်. တၢ်အပတီၢ်တပတီၢ်အံၤပှၤတဝၤခိဉ်နၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်အတၢ်နုာ်လီၤမၤသကိးမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်မ့ၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်မၤစၢၤနၤသ့အဃိနှဉ်လီၤ. အဒိ, အဝဲသ့ဉ်ကမၤစၢၤနၤလၢနက

[20] World Food Programme (2002) Fact Sheet: School Feeding. Rome

ဟ့ၣ်ထိၣ်တၢ်အိၣ်လၢဖိသၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လၢကွိနၣ့်လီၤ. မ့တမ့ၢ် အဝဲသ့ၣ်ကမၤစၢၤနၤလၢကသူၣ်ကဖျးကွိတၢ် ဒီးတၢ်လၣ်အကရၢၢ်, မ့တမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်ကကတဲာ်ကတိၤတၢ်အိၣ်လၢကွိနၣ့်လီၤ.

**အပတိၢ် (၄) :** သိၣ်လိဖိသၣ်တဖၣ်လၢတၢ်အိၣ်မနုၤလၢအကြၢးအိၣ်ဝဲဒ်သိးကအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ် နၣ့်လဲၣ်တက့ၢ်. ဖိသၣ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်ကကိး,

- မ့ၢ်အသ့ၣ်ညါဖိသၣ်တဂၤဂၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထြုး မ့တမ့ၢ် ဃဲၤတလၢတဖၣ်အိၣ်တအိၣ်လဲၣ်
- တၢ်ဂ့ၢ်လၢဘၣ်မနုၤအဃိဖိသၣ်တနီၤတအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လၢပှဲၤနၣ့်လဲၣ်

ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်လၢအဒိၣ်ထိၣ်တဖၣ်လၢကကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးဘၣ်ဃးဘၣ်မနုၤအဃိဖိသၣ် တနီၤတအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လၢပှဲၤဒီးဘၣ်မနုၤအဃိအဃဲၤနၣ့်လဲၣ်တက့ၢ်. တၢ်စံးဆၢမ့မ့ၢ်လၢဟံၣ်ဖိဃိဖိ ဖြိၣ်အဃိနၣ့်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးလၢ,

- ဘၣ်မနုၤအဃိဟံၣ်ဖိဃိဖိတဖၣ်ဖြိၣ်လဲၣ်
- ပမၤတၢ်မနုၤကသ့လၢဖိသၣ်လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လၢပှဲၤအံၤအဂီၢ်လဲၣ်
- ဃမၤတၢ်မနုၤသ့ဒ်သိးဃသုတအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထြုးအံၤအဂီၢ်လဲၣ်

ဖိသၣ်လၢနှၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်ကွိတၢ်အိၣ်အတၢ်တိၣ်ကျဲၤအပူၤဒီးကမၤကွၢ်အနီၢ် ကစၢ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချနၣ့်လီၤ. အဒိ, လၢ CHILD တၢ်တိၣ်ကျဲၤလၢကီၢ်ကွိၣ်တဲၣ်အပူၤ နၣ့်ကွိထိၣ်အနီၢ်ကစၢ်အထိဒီးအတယၢၢ်ဒၣ်ဝဲဒီးဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်ကျဲလၢကမၤဂ့ၤထိၣ်အနီၢ်ကစၢ်အတၢ် အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးအတိၤဖိတဖၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချနၣ့်လီၤ. ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်စ့ၢ်ကီးဝဲတၢ်အိၣ်မနုၤ လၢအအိၣ်ဒီးအဲအိၤဒံ(နၣ်)အါလဲၣ်နၣ့်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်အံၤကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒီးအဟံၣ်ဖိ ဃိဖိဘၣ်ဃးတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢတအိၣ်ဒီးအဲအိၤဒံ(နၣ်) လၢပှဲၤအံၤအဂ့ၢ်, အဝဲသ့ၣ်မၤကွၢ်အံၤသၣ်လၢအ ဟံၣ်ဒ်သိးကထံၣ်ဝဲလၢအဲအိၤဒံ(နၣ်) အိၣ်ဆံးအါလၢအအံၤသၣ်အပူၤနၣ့်လဲၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ အထံၣ်နၣ့်ဝဲတဖၣ် တၢ်စူးကါအိၤလၢတၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်ကွိအတၢ်အိၣ်အဂီၢ်နၣ့်လီၤ.[၂၁]

[၂၁] CHILD အတၢ်တိၣ်ကျဲၤ, တၢ်မၤဂ့ၤထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်နှၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်. http://www.inmu.mahidol.ac.th/CHILD

**အပတီၤ (၅) :** ဖဲကွဲပျၢ်အကတီၤန့ဉ်မၤကဒါက့ၤတၢ်အပတီၤခံအံၤဒ်သိးနကထံဉ်ဖိသဉ်အတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဉ်ၤထိဉ် မ့တမ့ၢ် တဂ့ၤထိဉ်လဲဉ်အဂီၤတက့ၢ်. ဖဲနမၤတၢ်အံၤအခါနရဲဉ်ကျဲၤကွဲတၢ်အိဉ်အတၢ်တိဉ်ကျဲၤလၢနံဉ်လၢကဟဲလၢခံတနံဉ်အဂီၤသ့နှဉ်လီၤ. နကဘဉ်ပျဲမိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၢခိဉ်နၢ်တဖဉ်လၢကနှဉ်လီၤမၤသကိးတၢ်ဒ်သိးကမၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်တဖဉ်ကမၤန့ၢ်တၢ်အိဉ်လၢအန့ၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါဖဲကွဲပျၢ်အကတီၤန့ဉ်လီၤ.

စူးကါတၢ်အပတီၤ်ယဲၢ်ပတီၤ်အံၤဒ်သိးနဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်တိဉ်ကျဲၤလၢဖိသဉ်အမဲအဂီၤ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ကြီဆၢထိးကလဲဉ်အိဉ်ဖိသဉ်, မၤကွၢ်စ့ၢ်ကီးလၢတၢ်တိဉ်ကျဲၤတဖဉ်အံၤမၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တမၤတၢ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ.

## တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်တဖဉ်လၢတၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအကဆဲကဆိအကိၢ်

လၢပကဒိသဒၢကွိဒီးဖိသဉ်အဟံဉ်ဖိဃိဖိအဂီၤ်ဖိသဉ်ဘဉ်မၤလိလၢကဘဉ်သ့အစုဒိးအိဉ်ဒိးထံအိလၢအကဆိန့ဉ်လီၤ. တၢ်အံၤကဖျါလၢအညိတမံၤဘဉ်ဆဉ်ညိန့ၢ်ကိဒိဉ်မးလၢကွိကမၤအိၤန့ဉ်လီၤ. တဘျိတခိဉ်သရဉ်တဖဉ်တသူဉ်အိဉ်သးအိဉ်လၢတၢ်ကဆဲကဆိအဖိခိဉ်အံၤဘဉ်. ညိန့ၢ်နှဉ်သရဉ်တသ့ဉ်ညါလၢကဘဉ်သိဉ်လိတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်ကဆဲကဆိဒ်လဲဉ်ဘဉ်ဒီးတသ့ဉ်ညါဝဲလၢကဘဉ်မၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢပှၤတဝၢအအိဉ်လၢကဘိတၢ်ဟးလိၢ်ဒီးထံအိအကဆိလၢကွိအဂီၤ်ဘဉ်နှဉ်လီၤ. အအံၤမ့ၢ်တၢ်ဂဲၤလိတနီၤလၢနမၤအိၤသ့ဒ်သိးကဒုးအိဉ်ထိဉ်ကွိအခိဉ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအကဆဲအကဆိအဂီၤ်နှဉ်လီၤ.



### တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်မၤန့ၢ်ဖိသဉ်လၢကနှာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ အတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အဂီၤ်

တၢ်ဟၢဖၢလူ, တၢ်လူဘိုး, တၢ်ဆါလီၤဘျုဒီးတၢ်လိၤကိၢ်ပှံဉ်ညီးအံၤကဲထိဉ်အသးခီဖျိတၢ်ဆါအဃ်ၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်ဆါအဃ်ၤတဖဉ်အံၤဘဉ်ကူဘဉ်ဂ်လိဉ်သးလၢတဂၤဒီးဆူအဂၤတဂၤခီဖျိစုဘဉ်အၢ, တၢ်ကမူဉ်ကမှိလၢတၢ်အိဉ်အပူၤဒီးထံအိအပူၤန့ဉ်လီၤ. ပမၤန့ၢ်ထိးကလဲဉ်စ့ၢ်ကီးလၢကျဲတဘိယိအံၤန့ဉ်လီၤ. အအံၤမ့ၢ်တၢ်ဂဲၤ လိတနီၤလၢ skills-based health education အဂီၤ်နှဉ်လီၤ.[JJ] ...

[JJ] တၢ်ဂ့ၢ်ဒိးသန့ၤလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတခါအံၤအဂီၤ်မ့ၢ်ဝဲ : Baily D, Hawes H and Bonati B. (1994) Child-to-Child: A Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to-Child Trust

- **တၢ်ကတိၤတၢၤ်ပိၣ်သကိးအကရူၤ်** – ဘၣ်မနုၤအဃိဖိသၣ်တနီၤ (လီၤဆီဒၣ်တၢ်ပိာ်မုၣ်ဖိ) တအဲၣ်ဒိးစူးကါတၢ်ဟးလိၤ်ဘၣ်လဲၣ်. ဖိသၣ်အိၣ်တနီၤလၢတဟဲကွိမ့ၢ်လၢကွိတအိၣ်ဒိးတၢ် ဟးလိၤ်လၢအဂ့ၤလၢကွိအဃိဘၣ်၈ါ. ကတိၤတၢၤ်ပိၣ်သကိးတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်အံၤတက့ၢ်. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်ဟးလိၤ်တအိၣ်လၢပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်အဂီၤ်နှၣ်မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တမံၤ လၢပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်တဟဲကွိဘၣ် (လီၤဆီဒၣ်တၢ်လၢအ့ရှၢၣ်အကလံၤထံးတကပၤ) နှၣ်လီၤ. ပိာ်မုၣ်ဖိတဖၣ်တအဲၣ်ဒိးစူးကါတၢ်ဟးလိၤ်တဖျၢၣ်ဃီဒိးပိာ်ခွါဖိတဖၣ်မ့ၢ်လၢအမဲာ်ဆုးဒိးတၢ် ပူၤဖျဲးတအိၣ်အဃိနှၣ်လီၤ. လၢကိၤ်တဘ့ၣ်လၢအအိၣ်လၢအ့ရှၢၣ်ကလံၤထံးအပူၤအံၤကွိဖိ ပိာ်မုၣ်အါဂၤအိၣ်ဒိးတၢ်ဘၣ်ဂာ်လၢအဆံၣ်အကျါမ့ၢ်လၢအစူးကါတၢ်ဟးလိၤ်ဖဲအအိၣ်လၢကွိ အခါတသ့အဃိနှၣ်လီၤ.

- **တၢ်ကတိၤတၢၤ်ပိၣ်သကိးအကရူၤ်** – ကတိၤတၢၤ်ပိၣ်သကိးလၢပကဘၣ်သိၣ်လိဖိသၣ်သးစၢ်လၢကစူးကါတၢ်ဟးလိၤ်ဒိးဟ်အီၤကဆဲကဆိုဒ်လဲၣ်ဒိးဘၣ်မနုၤအဃိတၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်လၢ အကါဒိၣ်လဲၣ်နှၣ်လီၤ. ဖိသၣ်လၢအသးပှၢ်ထိၣ်တစဲးတဖၣ်ကတိၤတၢၤ်ပိၣ်သကိးဝဲတၢ်ဆါ အဃၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်လိာ်အသးဆူပှၤတဂၤဒိးတဂၤအအိၣ်ဒ်လဲၣ် (အဒိ, ကွံးဖိသၣ်အခံ လၢတၢ်ကံးညာ်ဘၣ်အၢတဘ့ၣ်ဒိးကွံာ်လီၤတၢ်ကံးညာ်အံၤလၢတၢ်ပျိပူၤ မ့တမ့ၢ် ပျဖိသၣ် အ့ၣ်ဆါလၢတၢ်လိၤ်တပူၤဂ့ၤတပူၤဂ့ၤအသိးတဖၣ်) နှၣ်လီၤ.

- **တၢ်ဒုးနဲၣ်လၢတၢ်ကမၤလိတၢ်စူးကါတၢ်ကဆဲကဆိုလၢအဂ့ၤ** – သိၣ်လိမၤယုၤဖိသၣ်ဒ်သိးကအိၣ်ဒိးလု၊်လ၊်အဂ့ၤလၢကွိတက့ၢ်. အဒိ, စူးကါတၢ်ဟးလိၤ်, ဟ်အီၤကဆဲကဆို, သ့စု ဖဲစူးကါတၢ်ဟးလိၤ်ဝံၤအလိၤ်ခံ, သ့စုတချူးအိၣ်တၢ်အိၣ်အခါတဖၣ်နှၣ်လီၤ. ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ် ဘါဖိသၣ်ဒ်သိးကဒုးနဲၣ်အတၢ်မၤလိသ့အသးလၢလု၊်လ၊်လၢအဂ့ၤလၢတၢ်ကဆဲကဆိုအဂီၤ် ဒ်လဲၣ်တက့ၢ်.

- **တၢ်ဃဲၤ** – ပျဖိသၣ်ကွဲးတၢ်ဃဲၤဘၣ်ဃးဒိးအဝဲသ့ၣ်ကြၢးမၤလိလု၊်လ၊်အဂ့ၤလၢတၢ်ကဆဲ ကဆိုအဂီၤ်လၢအဆၢကတိၤ်ဖဲလဲၣ်, ဒ်လဲၣ်ဒိးဘၣ်မနုၤအဃိလဲၣ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

- **တၢ်မၤသကိးတၢ်ဒ်အရူၤ်တဖုတကရၢအသိး** – ဒုးအိၣ်ထိၣ်ကရူၤ်တကရူၤ်လၢကကွၢ်တၢ်ဟး လိၤ်ကဆဲကဆိုထိဘိတက့ၢ်. ကရူၤ်တကရူၤ်အံၤကဘၣ်ကွၢ်တၢ်ကးတံၢ်တၢ်ဟးလိၤ်အခိၣ် မ့ တမ့ၢ် တကးတံၢ်ဒိးတၢ်ဟးလိၤ်ကဆဲကဆိုတကဆဲကဆိုနှၣ်လီၤ. တၢ်ဟးလိၤ်မ့ၢ်တကဆဲက ဆိုဘၣ်နှၣ်ကရူၤ်အံၤကဘၣ်စံးဘၣ်တဲဘၣ်သရၣ်မုၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအပှၤမၤတၢ် ဖိဒိးသံကွၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢကဘၣ်ဟ်တၢ်ဟးလိၤ်ကဆဲကဆိုဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်နှၣ်လီၤ. တၢ်ဟူး တၢ်ဂဲၤအံၤကမၤစၢၤဖိသၣ်လၢတၢ်ဒုးဒိၣ်ထိၣ်ထိထိၣ် life skills ဒ်အမ့ၢ်တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်, တၢ်ဆဲးကျၢဆဲးကျိးလိာ်သး, ဒိးတၢ်ရှလိာ်မုာ်လိာ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်တဖၣ်နှၣ်လီၤ.

- **တၢ်ဒုးနဲ့ဉ်ဖျါထိဉ်သး(ကွိမ့်တမ့်၊ပှၤတဝၤ) :** ကွိဖိလၢအသးပှၤ်ထိဉ်တဖဉ်ကဘဉ်ဘှိတၢ်ဟးလိၢ်လၢဖိသဉ်ဆံးဖိတဖဉ်အင်္ဂါလၢကွိအကရၢ်ပူၤအဒိဒ်အမ့်၊တၢ်ထိဉ်တၢ်တဲာ်တၢ်ပူၤဒီးတ့ခွးလၢဟီဉ်ခိဉ် မ့်တမ့်၊ တၢ်ဒၢကအိလီၤလံၤတဖဉ်အသိးန့ဉ်လီၤ. သရဉ် မ့်တမ့်၊ ပှၤနီၢ်ဒိဉ် တဂၤဂၤကြၢးဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးဖိသဉ်တဖဉ်လၢကဘဉ်တ့ဘှိတၢ်တဖဉ်အံၤလၢအနီၢ်ကစၢ်ဒဉ် ဝဲဒ်လဲဉ်နှဉ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်မၤစၢၤအဖိတဖဉ်သ့ခီဖျိဟ့ဉ်လီၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤတၢ်ပီးတၢ်လိဒ်အမ့်၊ မဲး, ဂ်လၢၢ်ကမူဉ်, သ့ဉ်ဒီးတၢ်အဂၤတဖဉ်သ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်တဖဉ်တၢ်နီၤဖးလီၤအီၤဆူအကရူၢ်ခီဖျိတၢ်လိၢ်လၢအဟဲဝဲတပူၤဃီအသိးသ့နှဉ်လီၤ. ဖိသဉ်မၤစၢၤလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤလၢကဘဉ်တ့တၢ်ဟးလိၢ်ဆံးဆံးဖိလၢဖိသဉ်ဆံးတဖဉ်အင်္ဂါလၢအဟံဉ်သ့နှဉ်လီၤ. တၢ်လဲၤထိဉ်လဲၤထိအလံာ်တိၤဖျါလၢတိၤပူၤဟ်ဖျါဟံဉ်တဖျၢဉ်ဘဉ်တဖျၢဉ်ဃုာ်ဒီးဖိသဉ်ဆံးတဂၤန့ဉ်လီၤ. မၤနီဉ်လီၤ (✓) ဖဲဟံဉ်လၢအတ့တၢ်ဟးလိၢ်လၢဖိသဉ်ဆံးအင်္ဂါဝံၤအခါဒီးမၤနီဉ်လီၤကဒီး (✓) ဖဲဖိသဉ်ဆံးတဂၤမၤလိတၢ်စူးကါတၢ်ဟးလိၢ်အခါတကွၢ်. တၢ်အံၤတၢ်မၤအီၤသ့လၢပိာ်ခွါဒီးပိာ်မုဉ်ဖိတဖဉ်လီၤဆီဆီသ့နှဉ်လီၤ.

- **တၢ်ပၢဆှၢတၢ်မၤလိ** – လၢတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်လၢအရူၢ်အပူၤ မ့်တမ့်၊ ခီဖျိတၢ်ကွဲးလံာ်ဆီရဲဉ်အပူၤမၢဖိသဉ်တဲဖျါထိဉ်

✓ တၢ်မနုၤလၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်ဟၢဖၢလူဒီးတၢ်ဟၢဖၢလူအံၤတၢ်ဒိသဒၢအီၤသ့ဒ်လဲဉ်အဂ့ၢ်.

✓ ဘဉ်မနုၤအဃိပကဘဉ်ပလိၢ်ပသးလၢဖိသဉ်ဆံးဖိတဖဉ်အအ့ဉ်အဆံဉ်နှဉ်လဲဉ်.

✓ လုၢ်လၢ်အဂ့ၢမနုၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအင်္ဂါလၢကမၤစၢၤတၢ်မၤပတုာ်တၢ်စိာ်ခီတၢ်ဆါအဃၢ်တဖဉ်နှဉ်လဲဉ်.

✓ နကွိခဲအံၤအိဉ်ဒီးတၢ်ဟးလိၢ်ဒီးတၢ်သ့စုအလိၢ်စ့ၢ်ကီးဧါ.

✓ ဟံဉ်ဖိဃီဖိအိဉ်ဒီးတၢ်ဟးလိၢ်မ့်တမ့်၊တၢ်လိၢ်လီၤဆိလၢဖိသဉ်ဆံးဖိတဖဉ်ကအ့ဉ်ကဆံဉ်အင်္ဂါပဲၤန့ဉ်လဲဉ်.

✓ ဖိသဉ်မၤစၢၤလိာ်သးလၢကမၤတၢ်ဟးလိၢ်လီၤဆိလၢဖိသဉ်ဆံးဖိတဖဉ်အင်္ဂါဒ်လဲဉ်.

✓ ဖိသဉ်မၤစၢၤအပုၢ်ဆံးဖိတဖဉ်လၢကမၤလိတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂ့ၢ်ဂ့ၤထိဉ်ဒ်လဲဉ်. မၢအဝဲသ့ဉ်တဲဖျါထိဉ်တၢ်လၢအမၤဝဲတဖဉ်တကွၢ်.

- **ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပှၤတဝၢအတၢ်နှၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်တက့ၢ်.** သရၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အတၢ်ညိၣ်လၢအကါဒိၣ်လၢတၢ်ဟ်တၢ်ဟးလီၢ်ဒီးစူးကါတၢ်ဟးလီၢ်လၢအကဆဲကဆိဒ်သိးကဒိသဒၢတၢ်ဟၢဖၢလူအဂီၢ်နှၣ်လီၤ. စဲအ့ၣ်တၢ်မၤလိတၢ်စူးကါအိၤလၢကမၤလိဘၣ်ဃးတၢ်ဆါအဃၢ်တဖၣ်သ့အဒိဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဆါအဃၢ်စံးတၢ်နှၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်ဒီးဒုးဘၣ်ကူဘၣ်က်ပှၤလၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်ဒ်လဲၣ်. သရၣ်ဒီးမိၢ်ပၢ်မၤသကိးတၢ်ဒီးဖိသၣ်လၢအနိၢ်ဒိၣ်ထိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတ့ထိၣ်ဘိထိၣ်တၢ်ဟးလီၢ်လၢဖိသၣ်ဆံးတဖၣ်အဂီၢ်သ့နှၣ်လီၤ.

- **ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်တဖၣ်အတၢ်နှၣ်လီၤမၤသကိးတၢ်တက့ၢ်.** လၢကွိနှၣ်ဖိသၣ်ဘိးဘၣ်ရၤလီၤတၢ်ဆိကမိၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ, တၢ်အိၣ်လၢအနှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါ, ထံလၢအကဆိဒီးတၢ်ဟ်အိၤကဆဲကဆိခီဖျိတၢ်ဒုးနဲၣ်တၢ်ဒိဂ့ၤတဲာ်ဘၣ်လၢအကစၢ်ခီဖျိပှၤနဲၣ်တၢ်အကရူၢ်ဒီးတၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါအကရူၢ်တဖၣ်သ့နှၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်သိၣ်လိဖိသၣ်ဆံးဖိတဖၣ်လၢတၢ်ကစူးကါတၢ်ဟးလီၢ်ဒ်လဲၣ်ဒီးကဟ်အနိၢ်ခိၣ်ကဆဲကဆိဒ်လဲၣ်ဒီးမၤစၢၤတၢ်သူၣ်ထိၣ်တၢ်ဟးလီၢ်လၢဖိသၣ်ဆံးတဖၣ်အဂီၢ်ဖဲအလိၣ်ဘၣ်ဝဲအလီၢ်သ့နှၣ်လီၤ.

**တၢ်ကွဲးတၢ်သိၣ်လိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအဖိ – တၢ်ဟၢဖၢလူ**

**တၢ်မၤလိအတၢ်ပညိၣ်** – မၤစၢၤပှၤကွိဖိဒ်သိးကတဲာနၢ်ပၢၢ်တၢ်ဟၢဖၢလူအံၤကဲထိၣ်အသးအဂ့ၢ်ဒ်လဲၣ်.

**တၢ်သိၣ်လိအဝီးအလီတဖၣ်** – တၢ်ဂီၤ (တၢ်ဟးလီၢ်ဘၣ်အၢ, တၢ်အိၣ်လၢအအိၣ်ဒီးသၣ်ဘုလါယူၤထိၣ်ဒီးဖိသၣ်အဟၢဖၢလူအဂီၤ.)

**တၢ်သိၣ်လိ, တၢ်မၤလိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်**

(၁) မၢဖိသၣ်ကွၢ်တၢ်ဂီၤလၢအကရူၢ်ဒီးစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်လၢလာ်တဖၣ်တက့ၢ်.

(က) နထံၣ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

(ခ) တၢ်မနုၤကဲထိၣ်အသးလၢဖိသၣ်လၢတၢ်ဂီၤအံၤအပူၤနှၣ်လဲၣ်. ဘၣ်မနုၤအဃိလဲၣ်.

(၂) တဲာဘၣ်ဖိသၣ်လၢအအိၣ်လၢတၢ်ဂီၤအပူၤအဟၢဖၢဆါ, ဟၢဖၢလူဒီးဘိုးစ့ၢ်ကီးတဘျိတဘျိနှၣ်လီၤ. တၢ်အံၤတၢ်ကီးအီၤလၢတၢ်ဟၢဖၢလူတၢ်ဆါနှၣ်လီၤ.

(၃) လၢဆူညါဒီးတဲနၢ်ပၢၢ်လၢတၢ်ဟၢဖၢလူအံၤကဲထိဉ်အသးခီဖျိ,
(က) အိဉ်တၢ်အိဉ်ဒီးစုလၢအဘဉ်အၢ
(ခ) အိဉ်တၢ်အိဉ်လၢတကဆဲကဆို
(ဂ) အိဉ်တၢ်အိဉ်လၢသဉ်ဘုလိစိၢ်လီၤလၢအလိၤ
(ဃ) အိဉ်တၢ်အိဉ်လၢအဟးဂိၤ
(င) အိထံလၢတကဆဲကဆို

တၢ်ဂ့ၢ်ဒီးသန့ၤ : Zarchin J, Aung TM and Jenkins J. (2001) Skills-based Health Education and Life Skills – The Myanmar Experience. SHAPE Project, UNICEF Country Office for Myanmar



## တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ – တၢ်ပျဲဖိသဉ်နှာ်လီၤမၤတၢ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဘဉ်ဃးထံလၢအကဆဲကဆို အင်္ဂါ

လၢပကသိဉ်လိဖိသဉ်ဘဉ်ဃးထံအကဆဲအကဆိုအင်္ဂါအကါဒိဉ်လၢကဘဉ်တဲဘဉ်ဖိသဉ်လၢကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်အသးသမူအိဉ်တဖဉ်လိဉ်ဘဉ်ထံဒ်သိးအိဉ်မူကသ့အင်္ဂါဘဉ်ဆဉ်ထံဘဉ်အၢန့ဉ်မၤဆူးမၤဆါပှၤသ့နှဉ်လီၤ. ပကဘဉ်ပလီၢ်ပသးဒီးဟ်ထံကဆဲကဆိုလီၤဆိဒဉ်တၢ်, တၢ်လီၢ်လၢထံအိဉ်အလီၢ်ဒ်အမ့ၢ်ထံကျိ, ထံပူၤ, ထံတမၤဉ်အိဉ်အလီၢ်ဒီးဖဲပဒၢဉ်အိၤအခါဒီးဟ်အိၤလၢဟံဉ်အခါဒီးစူးကါအိၤအခါန့ဉ်လီၤ. အအံၤမ့ၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတနီၤနစူးကါနှာ်လီၤအိၤလၢနကွဲ skills-based health education အတၢ်တိာ်ကျဲၤအပူၤဒ်သိးနကမၤဂ့ၤထိဉ်ထံလၢတၢ်စူးကါအိၤအင်္ဂါသ့နှဉ်လီၤ.[၂၃]

- **ဖိသဉ်ကတၢဉ်ပိဉ်သကိး :** ဘဉ်မနုၤအဃိထံမ့ၢ်တၢ်လၢအကါဒိဉ်လဲဉ်. ကွဲးရဲဉ်လီၤကယဲၢ်မ့ၢ်တၢ်လၢနဘဉ်စူးကါထံလၢဟံဉ်အဂ့ၢ်, လၢပှၤတဝၤပူၤ, တၢ်ဆါဟံဉ်ဒီးစံာ်ပူၤခုးပူၤဒီးပှၤတဝၤဒိတဝၤအပူၤအဂ့ၢ်တက့ၢ်. တၢ်လၢပစူးကါခဲလၢာ်လိဉ်ဘဉ်ထံလၢအကဆဲကဆိဖဲလဲဉ်တမံၤလဲဉ်. ထံလၢအကဆဲကဆိန္ဉ်အိဉ်ဒီးအရိဉ်လၢအဘဲဓါ. ထံအံၤပူၤဖျဲးဒီးကဆဲကဆိထိဘိဓါ. (တၢ်စံးဆၢကမ့ၢ်, "တကဆဲကဆိဘဉ်." ဘဉ်မနုၤအဃိလဲဉ်) တၢ်ဆါအဃၢ်တဖဉ်လဲၤနှာ်ဆူထံအကျါသ့ဒ်လဲဉ်. ထံမၤစၢၤပှၤသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်. ထံမၤဆါပှၤသ့လၢကျဲဒ်လဲဉ်. ဖိသဉ်တဖဉ်တဘျိဘျိအဟၢဖၢဆါဒီးအဟၢဖၢဟးဓါ. ပှၤလၢအအိဉ်လၢဟံဉ်ဖိဃိ

[၂၃] တၢ်ဂ့ၢ်ဒီးသန့ၤလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအံၤအင်္ဂါမ့ၢ်ဝဲ : Baily D, Hawes H and Bonati B. (1994) Child-to-Child: A Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to- Child Trust

ဖိအပူၤလၢအဟၢဖၢဆါဒီးဟၢဖၢဟးအိဉ်တဘျိဘျိစ့၊ကိးဧါ. မ့တမ့၊ ဖိသဉ်ဆံးအီနု၊တခီလဲဉ်. တ၊မနုၤလၢနဆိကမိဉ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်တ၊ဆါတဖဉ်အံၤန့ဉ်လဲဉ်.

- **ကရူ၊အတ၊မၤသကိးတ၊လၢပှၤတဝၢအပူၤ :** ပျဖိသဉ်လဲၤကွ၊တ၊လီ၊လၢအမၤန့၊ထံလၢကရူ၊ဆံးဆံးဖိအပူၤလၢပှၤတဝၢအပူၤဒီးမၢအတ့လီၤဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤဒုးနဲဉ်ထံအလီ၊အကျဲတဖဉ် အံၤအိဉ်ဖဲလဲဉ် (နကွိမ့၊အိဉ်ဒီးကွိအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤန့ဉ်စူးကါကွိဒီးပှၤတဝၢအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤတက့၊. နကွိအဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤမ့၊တအိဉ်တခီနဒုးအိဉ်ထိဉ်အီၤဒ်လံာ်အဘ့ဉ်သၢအပူၤသ့) နှဉ်လီၤ. ဃုထံဉ်ထံအလီ၊ဖဲလဲဉ်တခါလၢအကဆဲကဆှိဒီးတ၊အံးထွဲကွ၊ထွဲအီၤဂ့ၤန့ဉ်လဲဉ်ဒီးထံအလီ၊ဖဲလဲဉ်တခါလၢအဘဉ်အၢန့ဉ်လဲဉ်တက့၊. မၤနီဉ်လီၤတ၊ဂ့၊အံၤလၢဟိဉ်ခိဉ်ဂီၤအပူၤတက့၊. ထံအလီ၊မ့၊ဘဉ်အၢန့ဉ်တ၊မနုၤလၢအမၤဘဉ်အၢထံအလီ၊အံၤန့ဉ်လဲဉ်. ကွ၊ပှၤဒၢဉ်ထိဉ်ထံဒီးကှၤစိာ်ဝဲဆူအဟံဉ်ဒ်လဲဉ်တက့၊. ထံလၢအဒၢဉ်ဝဲအံၤတ၊ဟ်အီၤကဆဲကဆှိဒီးပူၤဖျဲးစ့၊ကိးဧါ.ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၊လၢနထံဉ်ဒီးဖိသဉ်အဂၤတဖဉ်နှဉ်အဂ့၊တက့၊.

- **ကရူ၊အတ၊မၤလၢကို :** ကွဲးရဲဉ်လီၤကယ်၊မ့၊တ၊ဆူးတ၊ဆါလၢအဘဉ်ကူဘဉ်ဂ်ခီဖျိထံတကဆဲကဆှိဘဉ်အံၤအအိဉ်ဒီးဃုထံဉ်အါထိဉ်အဂ့၊အကျိၤတက့၊. ကွ၊ထံကွ၊ဆးထံအလီ၊လၢကွိစူးကါအီၤအံၤတက့၊. ထံဟဲဖဲလဲဉ်. တ၊ဟးလီ၊တဖဉ်ဘူးလၢထံအိဉ်အလီ၊ဧါ. တ၊ပူၤတ၊လီ၊လၢတ၊ဟ်ထံအလီ၊အံၤကဆဲကဆှိဧါ. တ၊စူးကါထံဘျၢဉ် မ့တမ့၊ ထံခွးဧါ. တ၊လီ၊အိဉ်တတီၤလၢပကသ့ပစုတချူးပအိဉ်တ၊ဒီးအီထံအခါစ့၊ကိးဧါ. ကွိဖိစူးကါတ၊တဖဉ်အံၤထိဘိဧါ.

- **တ၊မၤတဂၤဘဉ်တဂၤစုာ်စုာ်လၢဟံဉ် :** မၢဖိသဉ်ကွဲးရဲဉ်လီၤကယ်၊မ့၊တ၊ပူၤတ၊လီ၊လၢအစူးကါဝဲလၢတ၊ဟ်ထံလၢအဟံဉ်အံၤတက့၊. ကွဲးရဲဉ်လီၤပှၤလၢအအိဉ်လၢအဟံဉ်လၢအမၤန့၊တ၊ဆူးတ၊ဆါခီဖျိထံဘဉ်အၢအံၤတက့၊. မတၤဒၢဉ်ထံအံၤလဲဉ်. နမၤစၢၤအဝဲသ့ဉ်သ့ဧါ. မတၤဟ်ထံကဆဲကဆှိဒီးဒိသဒၢအီၤန့ဉ်လဲဉ်. ထံလၢအအိဉ်လၢတ၊ဟ်ထံအလီ၊အံၤတ၊ကးဘၢအခိဉ်စ့၊ကိးဧါ. အဝဲသ့ဉ်သ့အစုဖဲအစူးကါအတ၊ဟးလီ၊ဝံၤအလီ၊ခံ, တချူးအအိဉ်တ၊ဒီးအီထံအခါစ့၊ကိးဧါ. ဃုထံဉ်ကျဲအဂ့ၤကတ၊၊လၢတ၊ဟ်ထံအိလၢကဆဲကဆှိလၢပှၤတဝၢအပူၤဒ်လဲဉ်လၢတ၊အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတ၊ဖိတဖဉ်အအိဉ်တက့၊.

## ဖိသဉ်အတၢ်မၤစၢၤ

ဖိသဉ်မၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်ကဟ်ထံကဆဲကဆိဒီးအံးထွဲကွၢ်ထွဲအိၤသ့နှဉ်လီၤ. အဝဲသ့ဉ်ဃုထံဉ်နှၢ်တၢ် ဂဲၤလိလၢအကြၢးအဘဉ်ဒီးအသးနံဉ်ဇဉ်ဝဲဒီးမၤအိၤတဂၤမ့တမ့်လၢအကရူ၊ မ့တမ့်၊ ခံဂၤတဆိခံဂၤ တဆိသ့နှဉ်လီၤ. အအံၤမ့်တၢ်အဒိအတဲာ်တနိၤလၢတၢ်မၤအိၤသ့နှဉ်လီၤ.

- **ဖဲထံအိဉ်အလိၢ်** – ဖိသဉ်မၤစၢၤပှၤဒ်သိးတၢ်ကဟ်ထံအလိၢ်တဖဉ်ကဆဲကဆိသ့နှဉ်လီၤ. တဲဘဉ်ဖိသဉ်သးစၢ်ကိးဂၤဒဲးလၢတဘဉ်ဆံဉ်ဆါလၢထံကျါမ့တမ့်၊အ့ဉ်ဆါလၢထံကျါဒီးဘူးဘူးဒီးထံအလိၢ်နှဉ်ဘဉ်. ဟ်ဖှိဉ်ဟ်တံၤတၢ်ကမုံၤဒီးတၢ်ဖိတၢ်လံၤအဂၤတဖဉ်လၢအအိဉ်ဘူးဒီးထံအလိၢ်တဖဉ်ဒီးစူးကွံဉ်အိၤလၢတၢ်စူးကွံဉ်တၢ်ကမုံၤအလိၢ်တကွၢ်. ဟ်ဆဉ်ဖိကိၢ်ဖိယံၤဒီးထံအလိၢ်တကွၢ်. ဖဲတၢ်လိၢ်လၢအအိဉ်ဒီးထံမိာ်ဘိနှဉ်မၤစၢၤပှၤတဖဉ်ဒ်သိးကစူးကါအိၤတကွၢ်. တၢ်အံၤကမၤစၢၤပှၤသးပှၤ်လၢအဘဉ်ဒၢဉ်ထံတဖဉ်နှဉ်လီၤ. မၤလီၤတံၤ်လၢထံမိာ်ဘိအံၤတၢ်ပံးအိၤဂ့ၤဂ့ၤဖဲတၢ်စူးကါအိၤဝံၤအခါတကွၢ်. တၢ်လိၢ်ဖဲထံပူၤအိဉ်အလိၢ်နှဉ်တၢ်ကဘဉ်ဟ်အခိဉ်အဃၢၤကဆဲကဆိထိဘိနှဉ်လီၤ. တၢ်လိၢ်လၢလၢၢ်အိဉ်အလိၢ်နှဉ်ဒူဉ်ထိဉ်ထံပူၤအံၤလၢလၢၢ်တကွၢ်. မၤန့ၢ်ပျံၤဒီးထံစဲၤတဖျၢဉ်ဒ်သိးတၢ်ကဒၢဉ်ထိဉ်ထံလၢအကဆဲကဆိအဂိၢ်တကွၢ်. တ့ထိဉ်တၢ်လိၢ်လၢတၢ်ကဘျူးလီၤထံစဲၤလၢတၢ်ကဒၢဉ်ထိဉ်ထံလၢထံပူၤအဂိၢ်တကွၢ်. သုတဟ်လီၤထံစဲၤလၢဟိဉ်ခိဉ်လိၤတဂ့ၤ. ထံပူၤအခိဉ်ကျၢ်မ့်တအိဉ်နှဉ်မ့်သ့မၤစၢၤအိၤတ့ထိဉ်အိၤတဘ့ဉ်တကွၢ်. ထံစဲၤလၢတၢ်ဘျၢဉ်ထိဉ်ထံလၢထံပူၤလီၤဆိဆိမ့်အိဉ်မ့တမ့်၊ ထံစဲးထုးထိဉ်ထံလၢစုမ့်အိဉ်မၤလီၤတံၤ်လၢတၢ်ကစူးကါအိၤဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဘဉ်တကွၢ်. တၢ်တဘဉ်လိာ်ကွဲအိၤနိတဘျိဘဉ်.

- **ဖဲပှၤဒၢဉ်ထိဉ်ထံဒီးက့ၤစိာ်အိၤဆူဟံဉ်အခါ** – တဲဘဉ်အိၤလၢထံစဲၤဒီးထံဒၢလၢအစူးကါဝဲလၢတၢ်ဒၢဉ်ထံအဂိၢ်အံၤကဘဉ်ကဆဲကဆိတကွၢ်. တၢ်လိၢ်လၢပှၤဒၢဉ်ထံအလိၢ်အံၤမ့်တကဆဲကဆိဘဉ်နှဉ်မၤအဝဲသ့ဉ်ပှံၤ်အထံမ့တမ့်ချိအိၤတချုးအအိဝဲအခါတကွၢ်.

- **လၢဟံဉ်**–တဲန၊်ပၢၢ်ဖိသဉ်သးစၢ်လၢတဘဉ်ပၢနှဉ်အစု, တၢ်ဖိတၢ်လံၤဘဉ်အၢဘဉ်သိ မ့တမ့်၊ တမံၤဂ့ၤတမံၤဂ့ၤဆူထံအကျါဘဉ်မ့မ့်၊ဘျၢဉ်ထိဉ်ထံလၢထံဘျၢဉ်တကွၢ်. မၤစၢၤဟံဉ်ဖိယိဖိဒ်သိးတၢ်ပူၤတၢ်လိၢ်လၢအဟ်ထံလၢအပူၤအံၤကကဆဲကဆိဒီးကျၢ်ဘၢအခိဉ်တကွၢ်. မၤစၢၤဖိသဉ်ဆံးဖိတဖဉ်လၢကဘျၢဉ်ထိဉ်ထံလၢထံဘျၢဉ်လၢတၢ်ဟ်ထံအလိၢ်အံၤတကွၢ်. သိဉ်လိအဝဲသ့ဉ်လၢကကျၢ်တံၤ်က့ၤထံအခိဉ်ဖဲအဘျၢဉ်ထိဉ်ထံဝံၤအလိၢ်ခံတကွၢ်. တဘဉ်ဟ်လီၤတၢ်လၢတၢ်ကျၢ်ဘၢထံအခိဉ်အံၤလၢဟိဉ်ခိဉ်လိၤမ့တမ့်၊တၢ်ဒၢခိဉ်ဘဉ်. မ့မ့်၊ဟ်အိၤလၢတၢ်လိၢ်လၢအကဆဲကဆိအဖိခိဉ်တကွၢ်. မၤအိၤဒ်သိးထံသုတလီၤဆံဉ်ဒီးလီၤလူလၢတၢ်ဒၢခိဉ်တဂ့ၤ. ဟ်ထံဘျၢဉ်အံၤလၢတၢ်လိၢ်လၢအကဆဲကဆိအပူၤမ့တမ့်၊အဖိခိဉ်တကွၢ်.

ထံဘျၢၣ်အံၤတၢ်ကဘၣ်ဟ်အီၤလၢဆၣ်ဖကိၢ်ဖိမၤဘူးအီၤသုတတုၤဒီးတဘၣ်ဟ်လီၤအီၤလၢတၢ်ဒၢါခိၣ် မ့တမ့ၢ် ဟီၣ်ခိၣ်လိၤဘၣ်.

## တၢ်မၤကွၢ်ဖိသၣ်အတၢ်သ့ၣ်နီၣ်ထိၣ်ဒီးတၢ်မနုၤလၢအမၤဝဲတဖၣ်

စ့ၤလါဝံၤအလီၢ်ခံမၢဖိသၣ်ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်မနုၤလၢအသ့ၣ်နီၣ်ထိၣ်ဝဲဒီးတၢ်မနုၤလၢအမၤတ့ၢ်လံဝဲဒ်သိးထံကကဆဲကဆီအဂီၢ်ဒီးတၢ်မနုၤအဂၤလၢအဝဲသ့ၣ်မၤသ့လဲၣ်တက့ၢ်.

တၢ်လီၢ်လၢပှၤလဲၤဒၢၣ်ထံအလီၢ်အံၤကဆီထိၣ်ဧါ. တၢ်ကမုံၤဒီးတၢ်တဃာ်တဖၣ်တၢ်စူးကွံာ်အီၤစ့ၢ်ကီးဧါ. တၢ်ပူၤတၢ်လီၢ်လၢပှၤဒၢၣ်ထံလၢအပူၤတဖၣ်ကဆဲကဆီဧါ. ဖိသၣ်စူးကါတၢ်ဟးလီၢ်ဝံၤဒီးတချုးအအိၣ်တၢ်နူၣ်သ့အစုစ့ၢ်ကီးဧါ. ပှၤဘၣ်ဆူးဘၣ်ဆါလၢထံဘၣ်အၢအဃိအိၣ်ပဲၤဂၤလဲၣ်.

### တၢ်ဆိကမိၣ်လၢတၢ်ကမၤဂ့ၤထိၣ်ကွိအခိၣ်ဃၢၤဝးတရံးအဂီၢ်

တၢ်ဂ့ၢ်လၢလာ်အံၤကးရ့မဲးတဲလ် (Karin Metell) မၤအိၣ်ထိၣ်ဝဲလီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်အံၤဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ကဒုးအိၣ်ထိၣ်ကွိအခိၣ်အဃၢၤလၢအကဆဲကဆီ, ပဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချနူၣ်လီၤ.

၁. ဟးတရံးကွိအခိၣ်အဃၢၤဒီးဟးကွၢ်တၢ်လၢအအိၣ်လၢကွိအခိၣ်ဃၢၤတဖၣ်မ့ၢ်အကဆဲကဆီဧါ. တကဆဲကဆီဧါတက့ၢ်. နမၤတၢ်မနုၤကသ့ဒ်သိးကွိအခိၣ်ဃၢၤဝးတရံးအံၤကပူၤဖျဲးလၢဖိသၣ်အဂီၢ်အါထိၣ်လဲၣ်. ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်ယဲၢ်မံၤလၢနမၤဂ့ၤထိၣ်အီၤသ့ညီကဒၣ်နူၣ်တက့ၢ်. ရဲၣ်ကျဲၤအီၤတပူၤဃီဒီးဖိသၣ်လၢကမၤတၢ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

၂. မၤကွၢ်ဖိသၣ်အလုၢ်လ်ၢ်အဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်လၢဟံၣ်ဒီးကွိတက့ၢ်. ဒုးနဲၣ်ဖျါထိၣ်တၢ်ယဲၢ်မံၤလၢနမၤဂ့ၤထိၣ်အီၤသ့ညီကဒၣ်နူၣ်တက့ၢ်. ရဲၣ်ကျဲၤအီၤတပူၤဃီဒီးဖိသၣ်လၢကမၤတၢ်အံၤအဂီၢ်တက့ၢ်.

၃. မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသၣ်အိၣ်ဒီးထံအိအကဆဲကဆီလၢကွိတက့ၢ်.

၄. မၢဖိသၣ်မၤကဆဲကဆီကွိအခိၣ်အဃၢၤတနံၤတဘျိတက့ၢ်.

၅. ဃုထၢဖိသဉ်တဂၤလၢကဟံးနှဲၢ်မူဒၢိလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂီၤ်တက့ၢ်. အဒိ, ဖိသဉ်လၢတၢ်ဃုထၢအီၤတဂၤအံၤကဘဉ်ဃုထံဉ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆိလၢအကဲထိဉ်အသးအကတီၤ်လၢပှၤတဝၤအပူၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိအအိဉ်ဒီးဟဲကွၤတဲဖျါထိဉ်ကွၤအီၤဆူတီၤပူၤနှဉ်လီၤ. မၤထွဲတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤဒီးတၢ်ဂဲၤလိလၢကဒိသဒၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆိအံၤအဂီၤ်တက့ၢ်.

၆. မၢဖိသဉ်တ့ပှၤတဝၤအဟီဉ်ခိဉ်ဂီၤလၢအဒုးနဲဉ်တၢ်လီၤ်လၢအလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်အီၤဒိးဒိသဒၢအီၤအလီၤ်တက့ၢ်. ဝံၤမၤဟိာ်ထွဲအခံတက့ၢ်.

၇. ဟ့ဉ်ဂံၢ်ဟ့ဉ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖဉ်လၢကနုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်လၢကွိအတၢ်ကဆဲကဆိအဂီၤ်တက့ၢ်. အဒိ, မၤစၢၤကွိဒ်သိးကဘိအါထိဉ်တၢ်ဟးလီၤ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

၈. ကျဲးစၢးစူးကါကဒါက့ၢတၢ်ကမုံၤဒီးတၢ်တဃာ်လၢတၢ်စူးကါက့ၢအီၤသ့တဖဉ်, အဒိ, စးခိမ့ၢ်တၢ်လၢတၢ်စူးကါကဒါက့ၢအီၤသ့နှဉ်လီၤ. သူဉ်တၢ်ဒိးတၢ်လဉ်အကရၢၤ်, သူဉ်လီၤသ့ဉ်, တၢ်အိဉ်တၢ်အီလီၤ်လံၤဒိးတၢ်ဒိးတၢ်လဉ်အုဉ်ကျဉ်တဖဉ်အံၤမၤကွၤအီၤဆူဟိဉ်စိ (compost) တက့ၢ်.

၉. မၤလီၤတံၢ်လၢဆးပှဉ်ဒိးထံအိဉ်လၢဖိသဉ်ကသ့စုအဂီၤ်ဒိးအိဉ်ဘူးဒိးတၢ်ဟးလီၤ်တက့ၢ်. မၤလီၤတံၢ်လၢဖိသဉ်ကစူးကါအီၤဒိးကတီၤအီၤတက့ၢ်.

ဟဲလၢ : Exploring Ideas. UNICEF ဝဲၤလီၤ်ထံဉ်စိ Website: Teachers Talking about Learning. www.unicef.org/teachers



## အဆၢဖိၣ် ၆.၄
## ပမၤလိတ့ၢ်လံတၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်.

### ဒုးအိၣ်ထိၣ်ကွိအကျဲသနူလၢအမၤဂ့ၤထိၣ်ဖိသၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဒီးတၢ်ဒိသဒၢအဂီၢ်

ကွိအကျဲသနူလၢအဒုးအိၣ်ထိၣ်ကွိလၢအကဆဲကဆိဒီးပူၤဖျဲးလၢဖိသၣ်အဂီၢ်အံၤကမၤဂ့ၤထိၣ်ဖိသၣ် အတၢ်မၤလိန့ၢ်တၢ်နၣ်လီၤ. ဒ်သိးပကသ့ၣ်ညါကျဲသနူမနုၤလၢပလိၣ်ဘၣ်အီၤအဂီၢ်နၣ်လိၣ်ဘၣ်ကွိဒီ တဖျၣ်ဒီးပှၤတဝၤဒိတဝၤညါအတၢ်နုာ်လီၤမၤသကိးတၢ်နၣ်လီၤ. ဒ်သိးပကဒုးအိၣ်ထိၣ်ကျဲသနူဒီးမၤ ထွဲအီၤအဂီၢ်နၣ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ကတိၤစၢၤတၢ်လၢအဂီၢ်, မၤန့ၢ်တၢ်အၢၣ်လီၤလၢပှၤလၢအလီၤဆိလိာ်အ သးအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်အအိၣ်နၣ်လီၤ. ပဘၣ်မၤသကိးတၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအပှၤမၤတၢ်ဖိ, သရၣ်, ကွိဖိ, မိၢ်ပၢ်ဒီးပှၤတဝၤခိၣ်နၢ်တဖၣ်နၣ်လီၤ.

ဖဲတၢ်ဒုးအိၣ်ထိၣ်ကျဲသနူဝံၤအလိၢ်ခံနၣ်တၢ်ကဘၣ်မၤပိာ်ထွဲအီၤဒီးပှၤလၢအမၤသကိးတၢ်ခဲလၢာ်ပၣ် ဃုာ်ပှၤကွိဖိဒၣ်လဲာ်နၣ်ကဘၣ်မၤကွၢ်လၢကျဲသနူအံၤမၤတၢ်တမၤတၢ်လဲၣ်နၣ်လီၤ.

**ခဲအံၤသံကွၢ်လီၤနသး, "တၢ်လိၣ်ဘၣ်ကျဲသနူမနုၤလၢဃကွိလဲၣ်". ကတိၤတၢၣ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒီး သရၣ်အဂၤဒီးကွိဖိတဖၣ်ဒီးရဲၣ်ကျဲၤဒ်သိးကွိကမ့ၢ်တၢ်လီၢ်လၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်တ ကွၢ်.**

### တၢ်ဟ့ၣ်ဖိသၣ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူတနံၤဒီးတနံၤအဂီၢ်

ခီဖျိတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ် (skills-based health education) အံၤနၣ်ဖိသၣ် ဒုးဒိၣ်ထိၣ်အတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်, တၢ်ဟ်သူၣ်ဟ်သးဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်အိၣ်မူအဂီၢ်နၣ်လီၤ. ဝံၤ ဖိသၣ်မၤအိၣ်ထိၣ်လုၢ်လၢ်ဒီးအခိၣ်ဃၢၤဝးတရံးလၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအဂီၢ်နၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ကျဲးစားးလဲလိာ်လုၢ်လၢ်သကဲာ်ပဝဲးတနီၤဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချလၢမုၣ်ဒီးခွါခံဖုလၢာ်အဂီၢ်နၣ်လီၤ. ဖိသၣ်မၤလိန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသိတဖၣ်ဒီးမၤလိလၢက ဘၣ်စူးကါတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်အံၤဒ်လဲၣ်နၣ်လီၤ.

တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢတၢ်အိဉ်မူအဂိၢ်အကါဒိဉ်လၢဖိသဉ်ကမၤလိအီၤအံၤန့ဉ်ပဉ်ယုာ်တၢ်စံးတၢ်ကတိၤလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤ, တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲာ်, တၢ်ဆိကမိဉ်ထံဆိကမိဉ်ဆးတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်ဒီးတၢ်ဘဉ်ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်ဒီးတၢ်ခီတၢ်ခဲတၢ်ကိၢ်တၢ်ဂီၤအတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤမၤစၢၤဖိသဉ်လၢကဒိသဖၣအသးလၢတၢ်စူးကါကသံဉ်မူၤဘိး, သံးဓိၤက်ဓိၤ, ဒီးတၢ်မၤဆူဉ်မၤစိးတဖဉ်နှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အံၤမၤစၢၤစ့ၢ်ကီးဖိသဉ်လၢကသ့ဉ်ညါဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်လၢအဂ့ၤလၢတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂိၢ်, တၢ်အိဉ်ကဆဲကဆို, ဒီးနိၢ်သးအတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချစ့ၢ်ကီးနှဉ်လီၤ. တၢ်သ့တၢ်ဘဉ်တဖဉ်အံၤကဲဘျုးလီၤဆိဒဉ်တၢ်လၢကဒိသဖၣ HIV/AIDS ဒီးမၤစ့ၤလီၤတၢ်ကွၢ်မဲာ်ကွၢ်ဒိဉ်ကွၢ်ဆံးဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီး HIV/AIDS တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ပစူးကါတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်အဂိၢ် (skills-based education) အံၤလၢတီၤပူၤခီဖျိတၢ်ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်လၢအကရူၢ်, တၢ်ဒုးနဲဉ်တၢ်ဒိတၢ်တဲာ်, တၢ်တဲာပူဒီးအဂၤတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

**ခဲအံၤသံကွၢ်လီၤနသးလၢ, “တၢ်စူးကါတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့လၢတၢ်သ့တၢ်ဘဉ်လၢယတီၤပူၤသ့ ဒ်လဲဉ်” ဒုးနဲဉ်ဖျါထိဉ်တၢ်သၢမံၤလၢနမၤအီၤသ့ဒီးကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတၢ်အံၤဒီးသရဉ်အဂၤဒီးပှၤကွိဖိတဖဉ်တက့ၢ်.တလါဝံၤအလိၢ်ခံကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်လၢနမၤအီၤတဖဉ်တက့ၢ်.**

## တၢ်မၤဂ့ၤထိဉ်ကွိအတၢ်အိဉ်လၢအန့ၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါ, တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချဒီးတၢ်ကဆဲကဆို

ဖိသဉ်လၢအအိဉ်ဒီးတၢ်ကူဉ်ဘဉ်ကူဉ်သ့အတၢ်လိဉ်လီၤဆိ, ကှၢ်ဂီၤတလၢပဲၤဒီးဟးဂီၤဒီးကလုာ်ဒူဉ်ဆံးဖိတဖဉ်ကလိဉ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤလီၤဆိဒဉ်တၢ်လၢတၢ်အိဉ်, တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ, တၢ်ဟးလိၢ်ဒီးတၢ်ဟ်အနိၢ်ခိကဆဲကဆိအဂိၢ်နှဉ်လီၤ. ပမၤစၢၤဖိသဉ်တဖဉ်အံၤသ့အဂ့ၤကတၢ်ခီဖျိတၢ်ဟ့ဉ်တၢ်အိဉ်တၢ်အိ, မၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်ကဆဲကဆို, မၤစၢၤအဟံဉ်ဖိယိဖိလၢကမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်ဟးလိၢ်ဒီးထံအလိၢ်တဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ကွိမၤဂ့ၤထိဉ်တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ, တၢ်အိဉ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါ, တၢ်ဟးလိၢ်သ့နှဉ်လီၤ. ကွိမ့ၢ်ဒုးအိဉ်ထိဉ်တၢ်တိာ်ကျဲၤတဖဉ်လၢအဒုးအိဉ်ထိဉ်ဝဲညီဒီးတၢ်လၢအဝဲသ့ဉ်သ့ဉ်ညါညီနှၢ်အဂ့ၢ်နှဉ်ကကဲထိဉ်လိဉ်ထိဉ်နှဉ်လီၤ.

ပသိဉ်လိဖိသဉ် life skills လၢအကါဒိဉ်တဖဉ်လၢကွိသ့ခီဖျိမၤလိဘဉ်ဃးတၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ, တၢ်အိဉ်နှၢ်ဂံၢ်နှၢ်ဘါ, တၢ်ကဆဲကဆိတဖဉ်နှဉ်လီၤ.

ကွဲကြၢးမ့၀်တ၀်ဒိဂ့ၤတဲဘ်ဘဉ်လၢပှၤတဝၢအဂီ၀်နှဉ်လီၤ. ပတကြၢးသိဉ်လိဖသဉ်ဘဉ်ဃးထဲတ၀်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ, တ၀်ကဆဲကဆိဒီးတ၀်အိဉ်နှ၀်ဂံ၀်နှ၀်ဘါဓိၤဘဉ်. ပကဘဉ်ဒုးနဲဉ်အီၤလၢတ၀်မၤပိာ်ထွဲအခံနီ၀်နီ၀်နှဉ်လီၤ.

**ခဲအံၤသံကွ၀်လီၤနသး, "တ၀်မနုၤလၢယကွိလိဉ်ဘဉ်ဒ်သိးကမၤဂ့ၤထိဉ်တ၀်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ, တ၀်အိဉ်နှ၀်ဂံ၀်နှ၀်ဘါ, တ၀်ဟးလိ၀်ဒီးတ၀်ကဆဲကဆိလဲဉ်." ကတိၤတၢဉ်ပိဉ်သကိးတ၀်အံၤဒီးသရဉ်အဂၤဒီးပှၤကွိဖိတဖဉ်ဝံၤရဲဉ်လီၤကျဲၤလီၤအီၤလၢနကမၤအီၤအဂီ၀်တက့၀်.**

## နမၤလိန့၀်တ၀်အါထိဉ်သ့ဖဲလဲဉ်.

လံာ်လၢအဘဉ်တ၀်စဲကျဲးအီၤဒီးဝဲၤလို၀်ထံဉ်စိ (Web sites) လၢလာ်တဖဉ်အံၤမ့၀်တ၀်တဖဉ်လၢအလု၀်အပှၤဒိဉ်မးလၢနကဟံးန့၀်တ၀်ထံဉ်တ၀်ဆိကမိဉ်ဒီးတ၀်ဂ့၀်တ၀်ကျိၤအါထိဉ်လၢတ၀်ဒုးအိဉ်ထိဉ် ILFE ကွိလၢပူၤဖျဲးလၢဖိသဉ်အတ၀်အိဉ်မူအဂီ၀်ဒီးဂ့ၤလၢဖိသဉ်အတ၀်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချအဂီ၀်နှဉ်လီၤ.

## လံာ်လၢအဘဉ်တ၀်စဲကျဲးအီၤတဖဉ်


Baily D, Hawes Hand Bonati B. (1994) Child-to-Child: Resource Book. Part 2: The Child-to-Child Activity Sheets. London: The Child-to-Child Trust. This publication is an excellent resource for promoting children's participation in several areas. Readers are encouraged to use it in developing their lesson plans and activities.

Commonwealth Secretariat and Healthlink Worldwide (2001) Gender and Relationships : Practical action Kit for Young People. London.

Seel A and Power L. (2003) Active Learning: A Self-Training Module. Save the Children UK, London

Son V, Pridmore P, Nga B, My D and Kick P (2002) Renovating the Teaching of Health in Multigrade Primary Schools: A Teacher's Guide to Health in Natural and Social Sciences (Grades 1,2,3) and Science (Grade 5). British Council/National Institute of Educational Sciences: Hanoi, Vietnam.

Schenker II, Nyirend JM. (2002) Preventing HIV/AIDS in Schools. International Academy of Education. Educational Practices Series 9. P ris.

UNESCO. Best Practices of Non-Violent Conflict Resolution in and out- of-school: some examples. Paris. Also obtainable from the Web site http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001266/126679e.pdf

UNESCO (2002) FRESH: A Comprehensive School Health Approach to Achieve EFA. Paris. (ED-2002/WS/8 Rev.)

UNICEF and the International Water and Sanitation Centre (1998) Manual on School Sanitation and Hygiene. Water, Environment and Sanitation Technical Guidelines Series – No. 5. New York.

World Food Programme (2002) Fact Sheet: School Feeding. Rome.

World Health Organization (2003) Creating an Environment for Emotional and Social Well-Being. Geneva.

World Health Organization (2000) Local Action: Creating Health Promoting Schools. Geneva.

World Health Organization (1998) WHO Information Series on School Health. Document 3. Violence Prevention: An Important Element of Health-Promoting School. Geneva.

World Health Organization (1998) WHO Information Series on School Health. Document 4. Healthy Nutrition: An Essential Element of a Health-Promoting School. Geneva .

World Health Organization (1998) WHO Information Series on School Health. Document 6. Preventing HIV/AIDS/STI and Related Discrimination: An Important Responsibility of Health Promoting Schools. Geneva.

Web Sites

Barriers to Girls' Education: Strategies and Interventions. UNICEF Teachers Talking About Learning. http://www.unicef.org/teachers/girls_ed/barriers_02.htm

Education Queensland. Identifying At Risk Students. http://education.qld.gov.au/health-safety/promotion/drug-education/html/m_risk.html

Focusing Resources on Effective School Health. http://www.freshschools.org

ISBN 92-9223-032-8

International Academic of Education. IAE has many publications in its "Educational Practice Series" including such topics as teaching, parents and learning, effective educational practices, teaching additional languages, how children learn, and preventing behaviour problems, amongst many others. You can download copies at: http://www.curtin.edu.au/curtin/dept/smec/iae

International Bureau of Education. Copies of IAE's "Educational Practice Series" as well as other valuable publications are available at: http://www.ibe.unesco.org

National Center for Assault Prevention. http://www.ncap.org/identify.htm. NCAP also has an international division with some materials translated in Spanish, French, Vietnamese, Cantonese, Romanian, Russian and Japanese. Learn more about this at: http://www.ncap.org/cap_international.htm.

School Health Web Site. http://www.schoolsandthealth.org

The Global Program on Youth. Monitoring School Violence. http://gpy.ssw.umich.edu

UNESCO. Non-Violence Education. http://www.unesco.org/education/nved/index.html