

တၢ်ကွၢ်ထီၣ်ရီၤလၢသရၣ်န့ၣ်တၢ်အဂီၢ်

လၢနတၢ်သိၣ်မူအပူၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကထီၣ်ဘၣ်တၢ်လံာ်တၢ်မၤလိတမံၤမံၤအစ့ၤကတၢၢ်တဘျီလံာ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကမ့ၢ်သရၣ်တၢ်မၤလိ, တၢ်တီၢ်ခိၣ်ခိၣ်မဲတၢ်မၤလိ, ထံၣ်ရီၤကီၢ်သးတၢ်မၤလိ, တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်မၤလိတမံၤမံၤလီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လၢလၢအံၤမ့ၢ်တၢ်ထီၣ်သတြီၤတၢ်မၤလိအကျဲၣ်သ့ၣ်ခံမံၤလၢမ့ၢ်ဝဲ - တၢ်သိၣ်လိလၢတၢ်ရဲၣ်ကျဲၣ်ကတီၤ (Conventional Training ) ဒီး တၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်မၤလိ (Participatory Training )န့ၣ်လီၤ. တၢ်ထီၣ်သတြီၤလၢလၢအံၤဘၣ်တၢ်ဖံးန့ၢ်ဒုးဘၣ်ထွဲအီၤလၢ ( Manual for Training of Trainers: Society for Participatory Research in Asia ) အပူၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်သိၣ်လိလၢတၢ်ရဲၣ်ကျဲၣ်ကတီၤပာ်အီၤ

တၢ်သိၣ်လိဒ်အံၤတကလုာ်န့ၣ်ကွၢ်တလီၤဝဲပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်ပလီ တကီၢ်တြီၤလၢတၢ်တအိၣ်လၢအပူၤနီၣ်တမံၤဒီးတၢ်ကဘၣ်မၤပှၤထီၣ်အီၤန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်သိၣ်လိကျဲၣ်အံၤအပူၤန့ၣ် - ပှၤသိၣ်လိတၢ်ဆၢတဲာ်တၢ်ဂ့ၢ်ခဲလၢာ်လၢတၢ်ကဘၣ်သိၣ်လိအီၤဒီးကျဲၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်သိၣ်လိအီၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ကျဲၣ်အဲၣ်အံၤအိၣ်ဒီးတၢ်ဆိကမိၣ်လၢပှၤန့ၣ်တၢ်န့ၣ်သ့ၣ်ညါတၢ်ခဲလၢာ်, မ့ၢ်ပှၤမၤလိတၢ်န့ၣ်တသ့ၣ်ညါတၢ်နီၣ်တမ့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပှၤန့ၣ်တၢ်ဆၢတဲာ်ဝဲတၢ်လၢကဘၣ်မၤလိန့ၢ်အီၤခဲလၢာ်ဒီးတၢ်ကမၤလိန့ၢ်အီၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ပှၤန့ၣ်တၢ်ကပၤတၢ်ဖိတၢ်ကမီၤခဲလၢာ်ဖဲလၢတၢ်မၤလိဒီးတကတီၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်မၤလိဒ်အံၤအကျဲၣ်ပှၤန့ၣ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်အမူအဒါစ့ၤဝဲလၢတၢ်မၤလိအကတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ပာ်သးလၢတၢ်မၤလိဒ်အံၤတကလုာ်န့ၣ်တဟ့ၣ်ပှၤထီၣ်တၢ်မၤလိတဖၣ်အတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢကပာ်ဃုာ်ဟူးဂဲၤလၢတၢ်မၤလိအပူၤဘၣ်. လၢတၢ်မၤလိဒ်ကတီၢ်အပူၤပှၤန့ၣ်တၢ်ကပာ်စိးစိးကမီၤခဲလၢာ်စးထီၣ်လၢတၢ်မၤလိအိၣ်ထံးဒီးတုၤလၢအကတၢၢ်တစုန့ၣ်လီၤ. တၢ်ခဲလၢာ်ဘၣ်တၢ်မၤဝဲမၤတဲာ်အီၤလၢပှၤန့ၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤ. ပကစံးလၢအမ့ၢ်ဝဲဒ် “ ပှၤန့ၣ်တၢ်ကွီၢ်ဒိၣ် - သရၣ်ကွီၢ်ဒိၣ် ” အကျဲၣ်လီၤ.

တၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်သိၣ်လိအကျဲၣ်

တၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးတၢ်သိၣ်လိအကျဲၣ်ဒိၣ်ဒီးတၢ်ပာ်သးလၢပှၤတကန့ၣ်ပမၤဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်တသ့ဘၣ်. အနီၣ်ကစၢ်ဒ်ဝဲကမၤဂုၤထီၣ်ပသီထီၣ်အသးဒီဖျိအတၢ်မၤဒ်ဝဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်သိၣ်လိကျဲၣ်အံၤတကလုာ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်လၢကထံၣ်လီၤအသးဒ်အမ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်ညါအဂ့ၢ်ခိၣ်သ့ၣ်ဒီးတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢအတၢ်အိၣ်မူပှၤဒ်ဝဲန့ၣ်လီၤ.တၢ်သိၣ်လိအကျဲၣ်အံၤတကလုာ်ဂ့ၢ်လိဝဲဒ်လၢပှၤကညီ (Human) တအိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါနီၣ်တမံၤန့ၣ်တမ့ၢ်ဘၣ်လီၤ. သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်ပှၤကိးကဒဲးအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လီၤဆီဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပှၤကိးကဒဲးလၢကဖံးသကိးမၤသကိးလၢတၢ်မၤလိအပူၤန့ၣ်လီၤ. တုၤတၢ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပှၤတကလၢကမၤလိတၢ်ဒ်အတၢ်လဲၤဒီဖျိအိၣ်တ့ၢ်လံာ်အသးန့ၣ်, ပှၤအဝဲန့ၣ်အကူၢ်ဒုးကဲထီၣ်န့ၣ်ကျဲၣ်လၢကလဲလိာ်ကွံာ်အတၢ်အိၣ်သးန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်မၤအကျဲၣ်အံၤသးအပူၤန့ၣ်တၢ်မၤလိဒ်ကတီၢ်ညါကဘၣ်တၢ်ပာ်ဆ့ၢ်အီၤလၢပှၤမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤလိဒ်သးအံၤန့ၣ်ကသ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါလၢအိၣ်တ့ၢ်လံာ်တဖၣ်အလုၢ်အပူၤဒီးကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်, တၢ်သ့ၣ်ညါအသီဒီဖျိတၢ်လဲၤဒီဖျိဒီးကရူၢ်တၢ်ဖံးသကိးမၤသကိးန့ၣ်လီၤ. ဒိၣ်ခါအဆိကတၢၢ်တခါလၢတၢ်မၤလိကျဲၣ်သးအံၤအပူၤမ့ၢ်တၢ်ကဒုးအိၣ်ထီၣ်န့ၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်လၢ “ တၢ်လဲလိာ်ဒီးတၢ်သ့ထီၣ်ဘၣ်ထီၣ် ” မ့ၢ်တၢ်လၢအမၤအသးသ့န့ၣ်လီၤ.

### ပျူနီဒ်တၢ်အတၢ်ထံၣ်ထီၣ်ရီၤ

#### ပျူနီဒ်တၢ်မၤလိ

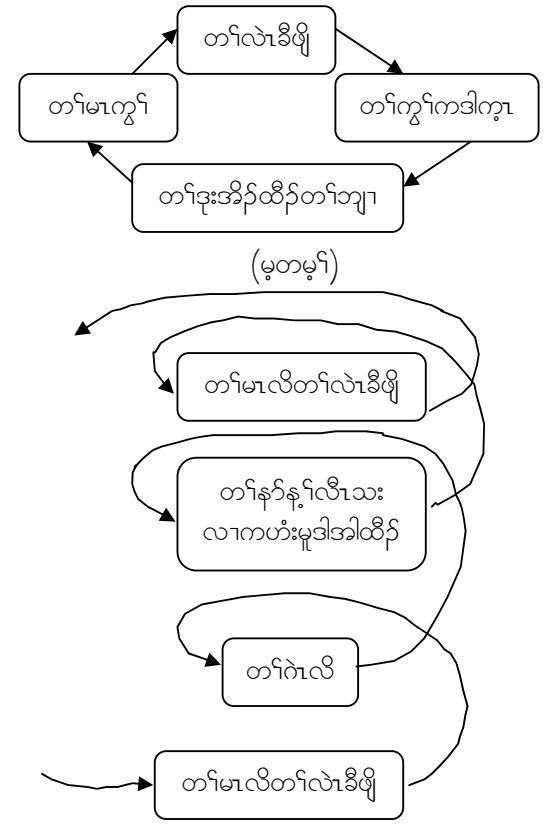
အါဘျီပဆိကမိၣ်လၢပျူနီဒ်တဖၣ်မ့ၢ်ပျူလၢအဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပျူလံၤန့ၣ်လီၤ.ပန့ၣ်ဟူအါဘျီပျူစံးဝဲ “တမ့ၢ်လၢပျူတဖၣ်အံၤမၤလိတၢ်ကန့ၣ်လၢ ဘၣ်, လဲလိာ်အသးတသ့လၢဘၣ်ကန့ၣ်ဃုာ်လၢတဂ့ၢ်” န့ၣ်လီၤ.

ပျူနီဒ်-မၤလိတၢ်,ဒိၣ်ထီၣ်(လၢသးတၢ်သ့ၣ်ညါ)လဲလိာ်အသးတၢ်မၤအသးအံၤဘၣ်ထွဲလိာ်အသးဒီးတၢ်ဆိကမိၣ်လၢ “တုၤပျူတဂၤမၤလိန့ၣ်တၢ်တမံၤလံၤန့ၣ်လၢကလဲလိာ်ဝဲအဂီၢ်တညါလၢဘၣ်” တၢ်မၤလိန့ၣ်မ့ၢ်ဒ်လၢပျူဖိသ့ၣ်နီၣ်ဆံးသးစၢ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.မ့ၢ်သန့က့ၢ်ဒ်ဒီးပထံၣ်လၢတၢ်ဘျီခိၣ်သ့ၣ်လၢလၢတဖၣ်အံၤမ့ၢ်ကျဲလၢပျူနီဒ်တဖၣ် မၤလိန့ၣ်တၢ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ပျူနီဒ်တဖၣ်မၤလိတၢ်သ့ၣ်ဒီးမၤလိဝဲလၢအတၢ်အိၣ်မူဒိစါညါလီၤ.
- ပျူနီဒ်န့ၣ်မၤလိတၢ်ဒိၣ်ဖျါနီၣ်ကစၢ်ဒ်ဝဲအတၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သး,ဒီးမၤလိဝဲဒ်လဲၣ်,ဒီးအတၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သးအံၤဒီးသန့အသးလၢအတၢ်လဲၣ်ဖျါ.
- ပျူနီဒ်အတၢ်လဲၣ်ဖျါန့ၣ်အကါဒိၣ်လၢတၢ်ကပာ်လုၢ်ပာ်ပျူဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါလၢတၢ်မၤလိအပူၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ဘၣ်ဒီးဆိကမိၣ်ဝဲလၢအလုၢ်အပူၤတအိၣ်ဒီးဒီးဘၣ်တၢ်မၤပျူအံၤလီၤ.
- ပျူနီဒ်တဖၣ်မၤလိတၢ်ဂ့ၢ်တက့ၢ်ဖဲလၢအတၢ်ဝဲတရံးအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢ,တုၣ်လိာ်အံၤ,တၢ်အံၤဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအံၤ.
- ပျူနီဒ်တဖၣ်မၤလိတၢ်လၢနီၣ်ကစၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်, ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်လိၣ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်အခါဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲ, တၢ်တုၣ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်မ့ၢ်လၢကွၢ်စိအခါ, တၢ်တုၣ်ဘၣ်သတုၣ်ကလၢန့ၣ်ကြးတၢ်ပာ်ဒိၣ်ဒီးပာ်ပနီၣ်အံၤ.
- တၢ်အစၢလၢပျူနီဒ်တဖၣ်ဃုာ်န့ၣ်ကဘၣ်မ့ၢ်တၢ်ပဲလၢအနီၣ်ကစၢ်ဒ်ဝဲအတၢ်သ့ၣ်ညါ,အတၢ်ဃိထံၣ်နီၣ်ဒီးအိၣ်ပညိဘၣ်အိၣ်ဝဲဒ်လၢအတၢ်အိၣ်မူပူၤ
- တၢ်ကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်လၢတၢ်မၤလိအတၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်ပညိၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ထီၣ်ဂဲၤလၢအကါဒိၣ်လၢတၢ်မၤလိအူညါအဂီၢ်. တၢ်မၤလိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလိကြးပာ်ဃုာ်တၢ်မၤအသးသ့ၣ်လၢတၢ်ကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်.
- တၢ်မၤလိဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ထီၣ်ဂဲၤဖျါတၢ်တုၣ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်လၢပျူနီဒ်အပူၤ. တၢ်သ့ၣ်ပိာ်သးဝဲ, တၢ်ဖ့ၣ်ဆၢ, တၢ်သဘံၣ်သဘၣ်, တၢ်ပျံၤ, တၢ်သးဘၣ်တံာ်တၢ်ဒီးအဂၤတဖၣ်. တၢ်တုၣ်ဘၣ်တဖၣ်အံၤတၢ်မ့ၢ်ကွၢ်ကပာ်အံၤန့ၣ်ကဲထီၣ်တၢ်မၤဘၣ်ဒိလၢတၢ်မၤလိအပူၤသ့ၣ်.
- ပျူနီဒ်အါကမၤလိတၢ်လၢကျဲအါဘိ. တၢ်မၤလိလၢကျဲအါဘိအံၤကဘၣ်မ့ၢ်အတၢ်ဃုထာ်ဒ်ဝဲလၢပျူနီဒ်တဖၣ်အဂီၢ်.
- ပျူနီဒ်အတၢ်မၤလိန့ၣ်တၢ်မၤစၢမၤညိအံၤအံၤသ့ၣ်လၢတၢ်အိၣ်သး,ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအံၤလၢကမၤတၢ်, ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖျါပျီဒီးတၢ်ပာ်ကဲ. မၤဂ့ၢ်ထီၣ်နီၣ်တဂၤဒ်ဝဲအတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပာ်. သ့ၣ်ညါပာ်ပနီၣ်တၢ်ခွဲးယာ်လၢကမၤကမ့ၢ်တၢ်ဒီးတၢ်ကမ့ၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဒ်တၢ်မၤသကိးအကျါတမံၤ, တုၣ်လိာ်နီၣ်တဂၤအတၢ်လီၤဆိဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါလၢတၢ်ဂ့ၢ်လိာ်မ့ၢ်ဒီးပျူအဂၤ.

#### တၢ်မၤလိအကီၢ်

ပမ့ၢ်မၤလိတၢ်တဘိယုၢ်ဃိန့ၣ်ပစံးသ့ၣ်လၢတၢ်မၤလိန့ၣ်လီၤ. ကံးဒီးပနီၣ်ဘျီလၢအပညိၣ်အသးဆူတၢ်လီၢ်တကမၤဃိန့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤအသးတၢ်မၤလိန့ၣ်မၤအသးဒ်ပနီၣ်ကီၢ်တဘိလၢအတရံးတဝီဘၣ်တဝီထီၣ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်ဝဲတၢ်သ့ၣ်ညါဒီးတၢ်သ့ၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.



**တၢ်ထံၣ်ထီၣ်ရီၤလၢပှၤန့ၣ်တၢ်**

တၢ်သိၣ်လိကျဲကျဲ - ကရူၢ်ဖိတၢ်မၤ.

တၢ်တဲဖျါ - ကရူၢ်ဖိတၢ်မၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မၤတခါလၢအဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဝဲပှၤတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်လၢအန့ၣ်န့ၣ်ပှၤအဂၤ (ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်န့ၣ်န့ၣ်) ပှၤတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်အိၣ်ဒီးအမူအဒါလၢပှၤဒိကရူၢ်အဂီၢ်. ပှၤကိး ကအိၣ်ဒီးတၢ်မၤသကိးတၢ်ပဲာ်ထံၣ်နီၤဖးလၢတၢ်မၤလိအဂ့ၢ်. (တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်မၤလိအိၣ်)

<u>ကျဲကျဲအက့ၢ်အဂီၢ်</u>	<u>တၢ်သ့ကျဲကျဲအံၤဒဲလဲၣ်</u>	<u>ကသုကျဲကျဲအံၤအခါဖဲလဲၣ်</u>	<u>လဲလိာ်ကျဲကျဲ</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● ပှၤ(၂-၆)ဂၤတကရူၢ်.</li> <li>● ကရူၢ်မၤတၢ်ဒိသိးသိးကမၤဝံၤတၢ်မၤ</li> <li>● ပှၤန့ၣ်တၢ်ကြၢးသဆၣ်ထီၣ်ဒိသိးကရူၢ်ကမၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤ.</li> <li>✓ ကရူၢ်တၢ်ဒိးသန့ၤ.(ကဘၣ်မၤသကိးတၢ်ကိးဂၤ)</li> <li>✓ နီၣ်တဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်အမူအဒါလၢကရူၢ်တၢ်မၤ(ယမူယဒါအိၣ်လၢကဘၣ်မၤတၢ်လီၤဘၣ်ယၤလၢကရူၢ်ဘၣ်မၤ)</li> <li>✓ ကရူၢ်တၢ်ပဲာ်ထံၣ်နီၤဖးဒီးတဲသကိး-(ပမၤဝံၤလံမန့ၤ.ဆူညါတဘျီဒိသိးပကမၤ ဂ့ၤ ဒိၣ်တက့ၢ်ကျဲမန့ၤအိၣ်ဒီးလဲၣ်.)</li> <li>✓ ပှၤန့ၣ်တၢ်ဃုကွၢ်ဒီးတဲဘၣ်က့ၤကရူၢ်တဖုစ့ၣ်စ့ၣ်ဒၣ်ဝဲအတၢ်မၤ (တၢ်ဒုးန့ၣ်)</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>၁. ပှၤန့ၣ်တၢ်တဲဖျါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်/ တၢ်မၤလိခိၣ်တီၤဒီးတၢ်မၤလိအစၢလၢကမၤန့ၢ်.</li> <li>၂. ပှၤန့ၣ်တၢ်တဲဖျါထီၣ်တၢ်မၤအကျဲလၢကရူၢ်ကမၤဝဲဒီးတၢ်မ့ၢ်လၢပှၤတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်.</li> <li>၃. ပှၤမၤလိတၢ်ဖိနီၤဖးလီၤသးလၢကရူၢ်(ပှၤမၤလိတၢ်ဖိဒၣ်ဝဲ(မ့)ပှၤန့ၣ်တၢ်နီၤဖးသ့)</li> <li>၄. ကရူၢ်မၤအမူအဒါ.</li> <li>၅. ပှၤန့ၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကရူၢ် (ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါသန့ၣ်က့တဘၣ်တံာ်တၢ်ကရူၢ်တၢ်မၤဘၣ်)</li> <li>၆. ထဲပှၤန့ၣ်တၢ်တကၤဒါ (မ့) ဃုာ်ဒီးကရူၢ်ဒိဖုကတီၤတဲဘၣ်က့ၤကရူၢ်ဖိဘၣ်ထွဲအတၢ်မၤ</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်န့ၣ်န့ၣ်လိာ်သးဖဲလၢတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အဆၢကတီၢ်</li> <li>● ကမၤဆံးလီၤဒီးဘျါက့ၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤလၢတၢ်အိၣ်သး</li> <li>● မၤစၤ - တၢ်ဟ့ၣ်ဒီးတၢ်ဒီးန့ၢ်တၢ်</li> <li>● ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါတၢ်ဖံးကတီၤလၢအပျီဒီးဂ့ၤ.</li> <li>● ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပှၤကိးဂၤတၢ်မၤသကိး. ပှၤန့ၣ်တၢ်ဃုကွၢ်ပှၤမၤလိတၢ်ဖိအတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢတၢ်တမၤပျံၤမၤဖုးအပူၤသ့.</li> <li>● <u>ခံၤ</u>-သံကွၢ်သံဒီး, တဲဘၣ်လိာ်သး,ဟ့ၣ်နီၤလိာ်သးတၢ်ဂဲၤလိတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်. ကျဲအချကတၢ်လၢကထီၣ်ဂဲၤထီၣ်ကရူၢ်.</li> <li>● <u>သၢဂၤ</u>-မၤဒိသိးပှၤကိးဂၤကဆိကမိၣ်,ဖံးသကိးမၤသကိးလၢတၢ်သ့ၣ်ဆူၣ်သးဂဲၤ, မၤကွၢ်ကျဲအသိလၢကရူၢ်ဖိမဲာ်ဆုးလၢကမၤလၢပှၤမဲာ်ညါ.</li> <li>● <u>လွံၤတုၤလၢဃုက</u> -တၢ်ဆိကမိၣ်န့ၢ်တၢ်ကူၣ်အသိအသိ, ဒီးဟ့ၣ်နီၤလိာ်သး, ဂ့ၤလၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ခံၤတက့ၢ် - ဟံးဃုာ်ခံၤတက့ၢ်လၢကကွၢ်ကဒါက့ၤတၢ်ဂ့ၢ်ဒီးဟ့ၣ်ထီၣ်က့ၤတၢ်ဖံးဆၢချချ.</li> <li>● ကရူၢ်စံာ်နီၢ် - လၢကရူၢ်တဖုအကျဲတဂၤဟံးဖိၣ်ဒုးကဲထီၣ်ကရူၢ်တဖုလၢကမၤလိသ့သးမူာ်မူာ်နီၢ်နီၢ်လၢတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အသိ, ပဲက့ၤကဒါက့ၤဆူအကရူၢ်ဒၣ်ဝဲဒီးသိၣ်လိက့ၤအကရူၢ်ဖိဒၣ်ဝဲ. ကရူၢ်ဖိတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်ကဘၣ်မၤဝံၤမၤက့ၤ.</li> </ul>

တၢ်ကွၢ်ထီၣ်ရီၤလၢပှၤန့ၣ်တၢ်

တၢ်တဲဖျါ - တၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်အတၢ်မၤဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဝဲတၢ်ဆိကမိၣ်ကွၢ်ထီၣ်တၢ်, ဘၣ်ဆၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်နီၤလိာ်သး. ဖဲလၢတၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်အဆၢကတီၢ်ပှၤကိးကကြၢးသ့ၣ်ညါလၢအတၢ်ထီၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်န့ၣ်တဘၣ်တၢ်စံၣ်ညီၣ်အိၤလၢပှၤတဂၤမ့ၢ်ဂ့ၤ, ကရူၢ်မ့ၢ်ဂ့ၤန့ၣ်ဘၣ်.

ကျဲကွၢ်အကွၢ်အလီၤ	ကသုကျဲကွၢ်အံၤဒဲလဲၣ်	ကသုကျဲကွၢ်အံၤအခါဖဲလဲၣ်	တၢ်လဲလိာ်ကျဲကွၢ်
<p>တၢ်ထီၣ်ရဲၤခိၣ်န့ၣ်လၢအတူၤလီၤတီၤလီၤန့ၣ်ကဘၣ်ပၣ်ဃုာ်ဝဲ -</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ပှၤလၢကရူၢ်ဖိ (မ့ၢ်န့ၣ်သက့ကရူၢ်ဖးဒိၣ်) အပှၤကဘၣ်ဆိကမိၣ်ထီၣ်ချ့ချ့လၢ (တၢ်ဆိကမိၣ်) တၢ်အခိၣ်တီၤအပှၤ</li> <li>▪ နီၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဘျၢဘၣ်ထွဲတၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်.</li> <li>▪ ဒ်ပှၤအါဂၤအတၢ်ဘၣ်သးဃုထၢအဂ့ၤကတၢ်သၢခါ.</li> <li>▪ ကရူၢ်ဖးဒိၣ်ဆိကမိၣ်တဲသကိး.</li> <li>▪ တၢ်ပဲာ်ထံနီၤဖးလၢ - တၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်အံၤထံဆးဆံးအါ.</li> </ul>	<p>(၁) ဒုးအိၣ်ထီၣ်ကရူၢ်ဖိ (မ့) သူကရူၢ်ဒီးဖုအတၢ်ဆိကမိၣ်လၢတၢ်တဲဖျါထီၣ် (တၢ်ဂ့ၢ်မိၢ်ပှၤ)</p> <p>(၂) ဆၢတဲာ်ပာ်လီၤနီၣ်ထီၣ်, တၢ်ဘျၢလၢကထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ကွဲးလီၤတၢ်ဆိကမိၣ်ခဲလၢာ်.</li> <li>• တၢ်ဆိကမိၣ်န့ၣ်ကဖဲထီၣ်ဒုၣ်ဝဲဒ်နဆိကမိၣ်သ့.</li> <li>• ပာ်ဖျိၣ်ထီၣ်ပၤဂၤအတၢ်ဆိကမိၣ်.</li> <li>• မၤတၢ်မုာ်မုာ်ခုၣ်ခုၣ်ဘျၢဘျၢဘျိၣ်ဘျိၣ်. (မ့ၢ်လၢအမ့ၢ်စ့ၢ်ကိးတၢ်မၤအကျဲတံၤ.)</li> <li>• ကွၢ်ကဒါကွၢ်ဆၢတဲာ်ဟံးန့ၢ်တၢ်ဆိကမိၣ်အဂ့ၤကတၢ်သၢခါ.</li> </ul> <p>(၃) စးထီၣ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်.</p> <p>(၄) ကွဲးရဲၣ်လၢတီၤပှၤ-တီၤကရူၢ်တၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်</p> <p>(၅) စံးကတီၢ်ပဲာ်ဖးနီၤဖးကွၢ်ကရူၢ်တၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီၤအသိအံၤတၢ်ဆိကမိၣ်အိၤလၢတီၤပှၤကသုဒဲလဲၣ်.</li> <li>▪ ကဒုးအိၣ်ထီၣ်ကျဲထံဆးတဘီၤလၢကဘျိကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိး.</li> <li>▪ ကတဲလီၤတၢ်ဆိကမိၣ်မ့တမ့ၢ်ကျဲအသိတဘီ.</li> <li>▪ ကဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်ကရူၢ်လၢအလီၤဘျဲးတဖု</li> <li>▪ မၤလိဒုးအိၣ်ထီၣ်ပှၤအါဂၤအတၢ်ဘၣ်သး</li> <li>▪ ဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်အဒိဘၣ်သးသရၣ်အါဂၤအတၢ်လဲၤဒီဖျိ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ မၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိတကစုၣ်စုၣ်ဒုၣ်ဝဲထီၣ်ရဲၤအတၢ်ဆိကမိၣ်ဝံမၤအမၤကွၢ်ကဒီးလၢကရူၢ်</li> <li>▪ ထီၣ်သကြီၤကွၢ်တၢ်ဆိကမိၣ်ခံမံၤဘၣ်ဃးတၢ်ကွၢ်ထီၣ်ဖးလီၤဒီးပှၤတဂၤစုၣ်စုၣ်အတၢ်သ့ၣ်မံသးမုာ်.</li> </ul>

တၢ်ဆၢကတီၢ်ပှၤမၤတၢ်နီၣ်ဂံၢ်  
 တၢ်ပီးတၢ်လီၤလၢအလိၣ်  
 တၢ်သမံသမိးဆၢတဲာ်

- တၢ်ထီၣ်ရဲၤတၢ်ဆိကမိၣ်တဘျီ (၁၅) မံးနံးဝံ/တၢ်စံးကတီၢ်ပဲာ်ထံကွၢ် - (၅ - ၁၀) မံးနံး,  
 - (၂ - ၈) က (တဘျီတခိၣ်အါသ့). ဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢတၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီၤ.  
 - လၢဂံၢ်သ့ၣ်ဘၣ်သူ/ဝါ ( White board or Black board, စးခိအတီၣ်/စးခိဝါဖးလဲၣ် - တၢ်ကွဲးဘီ, ဟီၣ်ခိၣ်ဝါ.  
 ကရူၢ်ဖိအတၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်ကွၢ် မ့တမ့ၢ်ကရူၢ်ဖးဒိၣ်တဲသကိးကွၢ်.

တၢ်ထံၣ်ထီၣ်ရီၤလၢသရၣ်/ပှၤန့ၣ်တၢ်

တၢ်သိၣ်လိၣ်ကျဲၣ်ကူၣ် - တၢ်ဒုးန့ၣ်

တၢ်တဲၤဖျါထီၣ် - တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်လဲၤဒီဖျါလၢပှၤတဂၤ (မ့) ကရူၢ်မၤဒိဒုးန့ၣ်တၢ်မၤအသးနီၢ်ကီၢ်. တၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဒိတၢ်တဲၤအံၤတၢ်သုၤအိၣ်ဒိပှၤကသ့ၣ်ညါတၢ်မ့တမ့ၢ်မၤထွဲတၢ်ဆိးကါတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အသိ, မ့တမ့ၢ်ဃုကွၢ်တၢ်မၤအသးဘၣ်ထွဲမိၣ်ဂီၤတမံၤမံၤ.

ကျဲၣ်ကူၣ်အကူၢ်အဂီၢ်	တၢ်ကသုကျဲၣ်ကူၣ်အံၤဒဲလဲၣ်	တၢ်ကသုကျဲၣ်ကူၣ်အံၤအခါဖဲလဲၣ်	တၢ်လဲၤလိၣ်ကျဲၣ်ကူၣ်
<ul style="list-style-type: none"> <li>● တၢ်အိၣ်သးလၢအကဲထီၣ်အိၣ်ဒီးအဂ့ၢ်အခး</li> <li>● နီၢ်ကစၢ်တၢ်ဒုးကဲထီၣ် (မူဒါ) လၢတၢ်အိၣ်သးအပှၤ</li> <li>● ပှၤမၤလိတၢ်ခဲလၢာ်ဃုကွၢ်တၢ်ဒုးန့ၣ် (တၢ်ဒိတၢ်တဲၤ)</li> <li>● တၢ်စံးကတိၤသကိးဒီးတဲဘၣ် (ဟ့ၣ်ထီၣ်) က့ၤ.</li> </ul>	<p>(၁) ဃုထၢတၢ်အိၣ်သးတမံၤ (တၢ်အိၣ်သးကမ့ၢ်တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလၢသရၣ်ဘၣ်ကွၢ်ဆၢမဲၣ်, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တမံၤလၢပှၤမၤလိတၢ်ဖိကဘၣ်သုတဲၤတၢ်ဘၣ်အသိလၢကဘျါက့ၤဝဲ)</p> <p>(၂) ပှၤတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်အမူအဒါကဘၣ်တၢ်ဆၢတဲၤအိၣ်လၢပှၤမၤလိတၢ်ဖိ, မ့တမ့ၢ်ကရူၢ်ဒီးမ့တမ့ၢ်သရၣ်န့ၣ်တၢ်.</p> <p>(၃) ပှၤန့ၣ်တၢ်မ့ၢ်ဆၢတဲၤန့ၣ်ကဘၣ်တဲၤလီၤပှၤတဂၤစ့ၣ်စ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ဒီးမူဒါလၢကဘၣ်မၤဝဲ.</p> <p>(၄) ပှၤမၤလိတၢ်ဖိကမၤဒိဒုးန့ၣ်ဝဲပှၤတဂၤကခိးကွၢ်.</p> <p>(၅) ပှၤကွၢ်တၢ်, ပှၤဒုးန့ၣ်တၢ်ကပဲၣ်ထံက့ၤတၢ်ဒုးန့ၣ်.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ပထံၣ်ဘၣ်, သ့ၣ်ညါအါထီၣ်မနုၤ</li> <li>● ဒိသိးကထံဆးဒိၣ်တက့ၢ်ဘၣ်မၤဒိးမနုၤ</li> <li>● ကဘၣ်ဆိတလဲတၢ်အိၣ်သးမနုၤ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ကမၤစၢၤပှၤမၤလိတၢ်ဖိလၢကကွၢ်ထံဆိကမိၣ်လီၤအမိၣ်ဂီၤဒုးဝဲဒိသရၣ်တဂၤအသိ.</li> <li>■ ကဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘျါပှၤမၤလိတၢ်ဖိလၢကဟ့ၣ်နီၤအတၢ်လဲၤဒီဖျါဒီးတၢ်ဒိးဘၣ်.</li> <li>■ ကကွၢ်တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အသိတမံၤအံၤလၢတီၤပှၤကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ် (မၤတၢ်)ဒဲလဲၣ်.</li> <li>■ ကဟ့ၣ်ဒီးဟံးန့ၢ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါက့ၤလၢကျဲၣ်အဂ့ၢ်တဘျီ.</li> <li>■ ကမၤလိတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်အသိဒိကဆိးကါဝဲ.</li> </ul>	<p>ကရူၢ်ဖိတဖုကကူၣ်ဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဒိတၢ်တဲၤတမံၤဝဲကရူၢ်အဂၤကဒုးန့ၣ်က့ၤဝဲ.</p>

ပှာနဲၣ်တၢ်အတၢ်ထံၣ်ထီၣ်ရီၤ

တၢ်တဲဖျါထီၣ် - ပှာနဲၣ်တၢ်တဲလီၤ မ့တမ့ၢ်သံကွၢ်လီၤတၢ်စ့ၤဖျၢၣ်ဒ်သိးကမၤစၢၤပှာမၤလိတၢ်ဖိလၢကစံးဆၢ, ကွၢ်ကဒါက့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသိလၢတၢ်မၤလိန့ၢ်အိၤ.

ကျဲကျဲအကွၢ်အရီၤ	တၢ်ကသုကျဲကျဲအံၤဒ်လဲၣ်	တၢ်ကသုကျဲကျဲအံၤအခါဖဲလဲၣ်	တၢ်လဲလိာ်ကျဲကျဲ
<p>ပှာနဲၣ်တၢ်ကတဲလီၤမ့တမ့ၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သံကွၢ်လၢအလီၤဆိကမိၣ်လၢပှာမၤလိတၢ်ဖိအဂီၢ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်လၢအမၤလိန့ၢ်ဝဲ - အဒိ/ကွဲဖိအမိၣ်ဂီၤလၢအလီၤသးအ့ၣ်န့ၣ် ဘၣ်ယၢအဒိၣ်ကတၢ်မ့ၢ်ဝဲ - (မ့တမ့ၢ်)</p> <p>လၢတၢ်ကိၢ်ဒိၣ်ကတၢ်တနံၤတၢ်သိၣ်လိအကျဲအဂ့ၢ်ကတၢ်လၢပှာသၢတီၤကွဲဖိအဂီၢ်မ့ၢ် -</p>	<p>(၁) သရၣ်နဲၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်ဆံးကိာ်ဖဲအတဲလီၤတၢ်ဂ့ၢ် (တၢ်ဆိကမိၣ်)ဝံၤမ့တမ့ၢ်ဖဲလၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ, တၢ်လိာ်ကွဲမ့တမ့ၢ်တၢ်ဒုး နဲၣ်ဝံၤ.</p> <p>(၂) သရၣ်နဲၣ်တၢ်တဲလီၤ (မ့) ဟ့ၣ်တၢ်သံကွၢ်လၢပှာမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်ကဆိကမိၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်လၢအထံၣ်သ့ၣ်ညါဘၣ်, မၤလိဘၣ်တ့ၢ်ဝဲ.</p> <p>(၃) သရၣ်နဲၣ်တၢ်ကဃုထၢ -</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ တၢ်သံကွၢ်လၢပှာမၤလိတၢ်ဖိတကစ့ၣ်စ့ၣ်ကဘၣ်စံးဆၢချ့ချ့ (မ့တဆံးဆၢသ့)</li> <li>▪ သံကွၢ်ပှာမၤလိတၢ်ဖိလၢကစံးဆၢဒ်လၢအလံာ်ဒီးသန့ၤပှာအသိး.</li> <li>▪ ဃုကရူၢ်ဖိလၢကတဲသကိးဒီးစံးဆၢတၢ်သံကွၢ်.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ဒ်သိးကသ့ၣ်ညါလီၤတံာ်လၢပှာမၤလိတၢ်ဖိတဖၣ်န့ၢ်ပၢၢ်တၢ်မၤလိအသိ ဒီးတၢ်လဲၤဒိဖျိအံၤကစီဒီးခါ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ သရၣ်နဲၣ်တၢ်ကရဲၣ်ပာ်ဃာ်တၢ်မၤလၢကမၤဝဲဒီးအတၢ်ကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ် (ကဲဘျူးကဲဖျိၣ်).</li> </ul>