

နယူယိုးကီစီအ(၁၁)တင်ဒီသဒါကရူသုတ်တဖန်လၢတၢ်ကဟုကညီအဖီလၢ  
လၢပုၤကိဖိကီးဂၤဒဲးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂၤအပူၤ

- ၁ ကလုာ်
- ၂ အလွဲာ်
- ၃ အယၢ
- ၄ ပုၤကလုာ်အထူအထံး/ကလုာ်န့ၣ်
- ၅ တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ
- ၆ တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါအလုာ်အလၢာ်
- ၇ ပုၤလၢတသ့တဘၣ်
- ၈ မုၢ်ကဖဲဒဲးခွါကဖဲဒဲးအတၢ်မုၢ်ဖံးမုၢ်ညၣ်
- ၉ မုၢ်ခွါ
- ၁၀ မုၢ်ခွါအတၢ်ကဟုကညီမ့တမ့ၢ်တၢ်ဟံးမဲာ်ဟံးနါ
- ၁၁ ဝိာ်မုၢ်ဝိာ်ခွါ

**DASA အတၢ်ထံာ်ဖိ:** “ကိဖိနီတဂၤတဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်ဖှိၣ်သးလၢတၢ်မၤတံာ်တၢ်ကတိၤအ့ၣ်နီဖျါပုၤတၢ်မၤဖိသ့ၣ်တဖန် (မ့တမ့ၢ်)ကိဖိသ့ၣ်တဖန်လၢကိအဟီၣ်ကဝိၤအတၢ်လီၢ်အပူၤအယိ(မ့တမ့ၢ်)လၢကိအတၢ်မၤလၢအလီၤဘၣ်အီၤအယိ;(မ့တမ့ၢ်)ဘၣ်ဒီးကိဖိတဂၤဂ့ၤတဂၤဂ့ၤတူၢ်ဘၣ်တၢ်ဟံးဖးနီၤဖးဒဲးအီၤလၢအသန့ၤထီၣ်အသးလၢပုၤတဂၤနီၢ်နီၢ်(မ့တမ့ၢ်)အတၢ်ထံာ်: ကလုာ်, အလွဲာ်, အယၢ, ပုၤကလုာ်အထူအထံး,ကလုာ်န့ၣ်, တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါအလုာ်အလၢာ်, ပုၤလၢတသ့တဘၣ်, ဝိာ်မုၢ်, မုၢ်ခွါ, မုၢ်ခွါ(ပုၤယုာ်ဒီးမုၢ်ခွါအတၢ်ကဟုကညီ(မ့တမ့ၢ်)တၢ်ဟံးမဲာ်ဟံးနါ), (မ့တမ့ၢ်)တၢ်မုၢ်ဖံးမုၢ်ညၣ်ခီဖျါကိပုၤမၤတၢ်ဖိသ့ၣ်တဖန်(မ့တမ့ၢ်)ကိဖိသ့ၣ်တဖန်လၢကိအဟီၣ်ကဝိၤအတၢ်လီၢ်အပူၤ(မ့တမ့ၢ်)ကိတၢ်မၤလၢအလီၤဘၣ်အီၤန့ၣ်လီၤ.”(တၢ်နီၤဖး၁၂, တၢ်မၤလီၤ၁လၢနယူယိုးကီစီအ(၁၁)တၢ်ကဟုကညီလၢကိဖိသ့ၣ်တဖန်ကီးဂၤဒဲးအတၢ်ဟူးဂၤအဂီၢ် ,နယူယိုးကီစီအ(၁၁)တၢ်ကဟုကညီကူၣ်ဘၣ်ကူၣ် သ့တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်မၤလီၤ၂ , နးကဲထီၣ်သးဖဲလၢယူၤလံၤ၁သီ,၂၀၁၂န့ၣ်လီၤ .

တၢ်ဟံးဖျါထီၣ်တၢ်အခီပညီ

တၢ်ကတိၤပျံၤကတိၤဖုး၁: ညီနီၢ်, တၢ်မၤသဘၣ်သဘၣ်ပိာ်ထွဲထီၣ်တၢ်ဟံးသ့ၣ်တဖန်န့ၣ်လီၤ:

- ✓ တၢ်တဘၣ်လီၢ်အသဟီၣ်
- ✓ တၢ်ဟံးလီၤသးလၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်မၤဘၣ်ဒိ
- ✓ တၢ်မၤဝံၤမၤက့ၤတၢ်

<sup>1</sup> <http://www.p12.nysed.gov/dignityact/>

**တၢ်မၤအံၤန့ၣ်မၤတံၢ်တၢ်တၢ်** ၵ: တအိၣ်ဒီးတၢ်ပၣ်ယုၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်လီၤသးလၢအဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်မၤဘၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်, အလဲၤသးဘျၢဘျၢတဘျီယီၤဆူ တၢ်ပနီၣ်လၢအဟံၣ်ဖျါထီၣ်သးတၢ်နီၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်သဘံၣ်သဘၣ်မၤဝံၤမၤက့ၤသးသ့ၣ်တဖၣ်.

<sup>2</sup> <https://www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/letters/colleague-201010.pdf>

**တၢ်ကွၢ်တလီၤပှၤ** ၵ: ပှၤသ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ပှၤကညီၣ်ကရူၢ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢအတြီၤတၢ်ဒီးအသမၤတၢ်ဒ်အံၤန့ၣ်လၢအသန့ၣ်ထီၣ်သးလၢ အမ့ၢ်တၢ်နီၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်ထံၣ်သ့ၣ်ညါလၢအိၣ်ဒီးအကဟုၣ်ကညီၣ်.

<sup>3</sup> <http://www.p12.nysed.gov>

**တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်လၢတၢ်ကမၤဝဲအီၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ပှၤလၢအတူၢ်ဘၣ်တၢ်တဂၤ**: ပှၤတဂၤလၢအမ့ၢ်ပှၤဟံၣ်လီၤသးလၢအဘၣ်တၢ်မၤဘၣ်ဒီးအီၤခိဖျိတၢ်ကတိၤ ပျံၤကတိၤဖုးမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်မၤတံၢ်တၢ်မၤအန့ၣ်, မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ကွၢ်တလီၤပှၤ.

**တၢ်ကတိၤပျံၤကတိၤဖုးမ့ၢ်တမ့ၢ်မၤအတၢ်** : ပှၤတဂၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ပှၤတကရူၢ်လၢအဟံၣ်လီၤဝဲယဲၤသးနီၣ်နီၣ်ဒီးမၤတံၢ်တၢ်မၤအန့ၣ်တၢ်ခဲအံၤခဲအံၤ, ကတိၤပျံၤကတိၤဖုးမ့ၢ်တမ့ၢ်ကွၢ်မဲၣ်ပှၤတဂၤန့ၣ်ဒီးသန့ၣ်ထီၣ်သးလၢတၢ်အိၣ်ဟံၣ်စၢၤလၢပှၤတဂၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ကရူၢ်န့ၣ်အသးကံၢ်ပှၤ.

**ပီၢ်ရီၤမ့ၢ်တမ့ၢ်ပှၤတြီၤဆၢတၢ်**: ပှၤတဂၤလၢအမၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်ကတိၤပျံၤကတိၤဖုးအပနီၣ်,တၢ်မၤတံၢ်တၢ်မၤအန့ၣ်ဒီး တၢ်ကွၢ်တလီၤခိဖျိတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်,ဆၢထၢၣ်လၢတၢ်ပနီၣ်အဂီၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ယုၣ်ကွၢ်န့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢကွၢ်သရၣ်တဂၤအအိၣ်,ကွၢ်ပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါမ့ၢ်တမ့ၢ်လၢကွၢ်အဂၤပှၤ မၤစၢၤတၢ်ဖိအအိၣ်.

**တၢ်ကတိၤပျံၤကတိၤဖုးလၢလီၤတဲစိမ့ၢ်တမ့ၢ်အီၤလဲ**: တၢ်သူအုၣ်ထၢၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ရူၣ်လိၣ်မုၢ်လိၣ်သးလၢအီၤလဲပှၤသ့ၣ်တဖၣ်,တၢ်ကွၢ်ဆၢလိၣ်သး မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါလိၣ်သးသ့ၣ်တဖၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဒိကန့ၣ်တၢ်လီၤတၢ်ဝုၤလၢအရူၣ်လီၤသးသ့ၣ်တဖၣ်,တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအကမၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ် နီၤလီၤတၢ်ဂီၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢအမၤဟးဂီၤပှၤတဂၤအသးသ့ၣ်လၢကပီၤဒီးတၢ်မၤဟးဂီၤပှၤတဂၤတၢ်သူၣ်ဟူးသးဂၤဒီးတၢ်ရူၣ်လိၣ်မုၢ်လိၣ်.

**ကွၢ်ကလံၤသီၣ်ဂီၤ**: တၢ်ဆဲးတၢ်လၢဒီးကွၢ်အတၢ်အိၣ်ဘူးအိၣ်တံၢ်ဝးဝးလၢဒုးမၤဂ့ၢ်ထီၣ်တၢ်မၤလိ, ကတံၢ်ကတိၤန့ၣ်တၢ်အိၣ်ဘူးအိၣ်တံၢ်ဝးဝးအတၢ်ပူၤဖျဲးလီၤဒီးကတံၢ်ကတိၤန့ၣ်ခိၣ်ယၢၤလၢအဂ့ၢ်လၢပှၤကွၢ်ဖိကိးဂၤဒီးအဂီၢ်, ကွၢ်သရၣ်ဒီးပှၤမၤစၢၤတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်.

**ပှၤကွၢ်တၢ်**: ပှၤတဂၤလၢအထံၣ်တၢ်ကတိၤပျံၤကတိၤဖုးတၢ်, တၢ်မၤတံၢ်တၢ်မၤအန့ၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်မဲၣ်တၢ်.

**ပီၢ်ရီၤ**: ပှၤတဂၤလၢအမၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်ကတိၤပျံၤကတိၤဖုးအပနီၣ်,တၢ်မၤတံၢ်တၢ်မၤအန့ၣ်ဒီး တၢ်ကွၢ်မဲၣ်ခိဖျိတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်,ဆၢထၢၣ်လၢတၢ်ပနီၣ်အဂီၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ယုၣ်ကွၢ်န့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢကွၢ်သရၣ်တဂၤအအိၣ်,ကွၢ်ပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါမ့ၢ်တမ့ၢ်လၢကွၢ်အဂၤပှၤမၤ စၢၤတၢ်ဖိအအိၣ်.

**တၢ်ကူၣ်တၢ်ဖးသ့ၣ်တဖၣ်**

1. Stopbullying.gov
2. SAMHSA (Know Bullying App)

3. Center for Disease Control and Prevention (CDC)
4. Nobullying.com
5. Stopbullyingnowfoundation.org
6. Stompoutbullying.org
7. Teaching Tolerance
8. Pacer's National Bullying Prevention <http://www.pacer.org/bullying/>