

တၢ်ဆိၣ်ထွဲမိၢ်ပၢ်ဒီးပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်ဖိသၢ်လၢဘၣ် တဘၣ်အဘၣ်ဒီးဒီးဖိ သၢ်အဂၤတဂၤလၢအဒူးန့ၣ်ဖျါသ့ၣ်ထံးအတၢ်သကံာ်ပဝးလၢအမၤဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံး တၢ်မ့တမ့ၢ်, ဒီးကဲတၢ်ဂ့ၢ်ကီ

တၢ်လၢသ့ၣ်ထံးဂ့ၢ်ဝီတၢ်သကံာ်ပဝးလၢအမၤဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးတၢ်မ့တမ့ၢ်,ဒီးကဲတၢ်ဂ့ၢ်ကီမ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်. What are problematic and/or harmful sexualised behaviours (PHSB)?

သ့ၣ်ထံးဂ့ၢ်ဝီအသကံာ်ပဝး တဖၣ်လၢအကဲတၢ်ဘၣ် ဒီးဘၣ်ထံးမ့တမ့ၢ်,ဒီးကဲတၢ် ဂ့ၢ်ကီမ့ၢ်တၢ်လၢအတဲဖျါထီၣ်သ့ၣ်ထံးဂ့ၢ်ဝီအ သကံာ်ပဝးတဖၣ်လၢအအိၣ်လၢဖိ
သၢ်မ့တမ့ၢ်သးစၢ်ဖိတဖၣ်အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အပတီၢ်လၢတၢ်မ့ၢ်လၢ်ဟံၣ်စၢၤတဖၣ်အချၢန့ၣ်လီၤ. တၢ်သကံာ်ပဝးတဖၣ်အံၤ ဘၣ်တဘၣ်ကဒူးကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံး
လၢအဝဲသ့ၣ်အနီၣ်ကစၢ်အဂီၢ်မ့တမ့ၢ်လၢပုၤအဂၤတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါအံၤမ့ၢ်လၢနဖိအံၤအိၣ်ဒီးအသကံးဖိသၢ်,
သးစၢ်အဂၤတဂၤလၢအအိၣ်ဒီး PHSB အယီၤလီၤ.

ဟံၣ်ဒီးကိမၤသကံးတၢ်တပူၤယီ

တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျါလၢမိၢ်ပၢ်ဒီးပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်ဖိသၢ်တဖၣ်ဒီးကိတဖၣ်အဘၣ်စၢၤန့ၣ်အကါဒိၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအကါဒိၣ်လၢတၢ်ကမၤသကံးတၢ်ဒီးကိတဖၣ်
မၤတၢ်ဖိလၢကမၤစၢၤမၤကဲထီၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်လၢပုၤကိးဂၤဒဲးကပူၤဖျဲးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအကါဒိၣ်စၢၤကိးလၢတၢ်ကဆိကမိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲဒီးတၢ်မၤ
စၢၤလၢအကဲတၢ်မၤစၢၤလၢကဆိၣ်ထွဲနဖိဒီးနဟံၣ်ဖိယီၤဖိသ့မ့ၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်သးတခါအံၤကဲတၢ်သ့ၣ်ကိးသးဂီၤသ့လီၤ. ဒ်မိၢ်ပၢ်မ့တမ့ၢ်ပုၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်တၢ်အသိး, နကလဲၤနီၣ်ဖျါဘၣ်သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်တဘျးမံၤလီၤ.တၢ်ဟံၣ်သးဂၢ်
ဂၢ်န့ၣ်အကါဒိၣ်ဖဲနဆိၣ်ထွဲနဖိအခါလီၤ.

လီၤတဲစိပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်အတၢ်မၤစၢၤ

ဖဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်အတၢ်မၤစၢၤလၢ ကကတိၤတၢ်ဒီးနကိၣ်န့ၣ်ဝံသးစူၤကိးဘၣ် လီၤတဲစိပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်အတၢ်မၤစၢၤ လၢ 131 450 ဒီးယုန့ၣ်
ပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်တဂၤလၢနကစၢ်အကျိၣ်တက့ၢ်. တဲဘၣ်ပုၤတူၢ်လိၣ်လီၤတဲစိတၢ်ကိးဒီးလီၤတဲစိနီၣ်ဂီၢ် လၢနအဲၣ်ဒီးကိးဒီးပုၤတူၢ်လိၣ်လီၤတဲစိတၢ်ကိးကကျဲၤန့ၣ်
နပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်တဂၤလၢလီၤကျိၤအလီၤလၢကမၤစၢၤန့ၣ်ဒီးတၢ်တဲသကံးတၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤအဂီၢ်တၢ်တယုန့ၣ်အလဲဘၣ်.

နဖိအံၤကေခါတၢ်အါမံၤအါကလုာ်လီၤ

- အဝဲသ့ၣ်ဘၣ်တဘၣ်အမဲၣ်ကဆူး, သးသဘၣ်သဘၣ်,သးအူးထံၣ်လီၤအတၢ်ကမၢ်မ့တမ့ၢ်သးဒိၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်ကဒူးန့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ကိးသးဂီၤမ့တမ့ၢ်သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ပလၢဘၣ်တအိၣ်နီတမံၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ယိၣ်လၢပုၤတဖၣ်အဝဲသ့ၣ်နီတဂၤဘၣ်မ့တမ့ၢ်ပုၤကတိၤထီၣ်တၢ်ကမၢ်လၢအလီၤလီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ယိၣ်လၢပုၤကိးဂၤဒဲးကန့ၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်အဝဲန့ၣ်လီၤ.
- ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်အဝဲသ့ၣ်ကတူၢ်ဘၣ်တၢ်တပူၤတဖျဲးဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်ဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢအယါယုာ်အသးတဖၣ်လၢအဘၣ်ယးဒီးပုၤသးစၢ်တဂၤအမူအဒါန့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်နဆိၣ်ထွဲနဖိ, သးစၢ်တဂၤကသ့လၢကျဲၣ်လဲၣ်

ယအိၣ်ဖဲအံၤလၢနဂီၢ်ဒီးကဆိၣ်ထွဲနအဂီၢ်လီၤ



- တဲလီၤတၢ်နဖိအသးလၢနအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢနကဆိၣ်ထွဲ အဝဲသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ပျဲအတဲဘၣ်န့ၣ်ဒီးနကစၢ်အတၢ်တဲလၢအကစၢ်အတၢ်ကတိၤဒီးအကစၢ်အဆၢကတီၢ်တက့ၢ်.
- ဟံၣ်ပနီၣ်အတၢ်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်တက့ၢ်.
- သူတၢ်ဆၢကတီၢ်ယုာ်ဒီးနဖိဒီးဟံၣ်ဖိယီၤဖိမၤသကံးတၢ်လၢအဂ့ၢ်တဖၣ်တက့ၢ်.
- ဟ့ၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲလၢတၢ်ကပၤယၢ်ညီၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်ဒီးတၢ်မၤအသးလၢအဆၢကတီၢ်ဘၣ်ဘၣ်,
အဒိဒ်ကိးဒီးတၢ်လိာ်ကွဲအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- ဖိသၢ်လၢအအိၣ်ဒီးသးနီၣ်ခိကွၢ်ဂီၤတလၢတပုၤတဆူၣ်တချ့တဖၣ်, ဘၣ်တဘၣ်ကလိၣ်ဘၣ်တၢ် ကဟ့ၣ်ကယၢ်,
တၢ်ဝံသးစူၤအီၤဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲလၢတၢ်ကနီၤဟ့ၣ်အသးတၢ်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်ဆူၣ်လီၤ.





ယအဲၣ်ဒီးမၤစၢၤန့ၣ်လၢနကတူၢ်ဘၣ်တၢ်ပူၤဖျဲးလီၤ

- ကတၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ်ပဲၤတၢ်ကဘူးကယီၤဒီးမၤစၢၤဒုးတၢ်ဘၣ်အီၤပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးတက့ၢ်.
- မၤလီၤတၢ်န့ၣ်လၢတၢ်အံၤကဲတၢ်လၢအဘၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကတဲဘၣ်ပုၤအဂၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ဒီးတမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်ကမၢ်ဘၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- မၤန့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘၣ်ဘၣ်ပးတၢ်မနုၤကကဲထီၣ်အသးဆူညါလဲၣ်မ့ၢ်ဒ်သိးနတဲသကိးတၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ပးတၢ်ဆီၣ်ထွဲလၢအဝဲသ့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကလိၣ်ဘၣ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



နတအိၣ်ထဲန့ၣ်တဂၤဇိၤဘၣ်

- မၤသကိးတၢ်ဒီးက့ၢ်လၢတၢ်ကမၤကဲထီၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ကဆီၣ်ထွဲန့ၣ်တက့ၢ်.
- မၤန့ၣ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲလၢဟံၣ်ဖိဃီဒီးတံၤသကိးတဖၣ်အအိၣ်တက့ၢ်.
- ဃုမၤန့ၣ်တၢ်ဆီၣ်ထွဲဒီးတၢ်တၢ်ပီၣ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢပုၤစဲၣ်နီၤတဖၣ်လၢအဆီၣ်ထွဲတၢ်သ့တဖၣ်အအိၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်လၢအကဲထီၣ်တၢ်အသးဒီးမၤစၢၤဃုမၤန့ၣ်ကျိၤဆူညါလၢအဘၣ်ကတၢ်တခါလၢနဖိဒီးနဟံၣ်ဖိဃီအဂီၢ်တက့ၢ်.



ကွၢ်ထွဲလီၤနကစၢ်အသးတက့ၢ်

- ပလီၤသ့ၣ်ညါဘၣ်နကစၢ်အသးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ဒီးဆၢတၢ်တဖၣ်ဒီးမ့ၢ်နကွၢ်ဆၢၣ်မဲၣ်လဲၤနီၤဖျိအီၤဒ်လဲၣ်တက့ၢ်.
- ကွၢ်ထွဲလီၤနသး, မ့ၢ်ဒ်သိးနကွၢ်ထွဲနဟံၣ်ဖိဃီကသ့အဂီၢ်တက့ၢ်.
- မၤတၢ်လၢအကဲထီၣ်သးမ့ၢ်ဒီးမၤစၢၤန့ၣ်လၢနကတူၢ်ဘၣ်သးတၢ်ဆီၣ်သနးတဖၣ်တက့ၢ်.

ထီၣ်ရီၤတၢ်ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤတဖၣ်



Kids Helpline
1800 55 1800



1800RESPECT
1800 737 732



13YARN
13 92 76



Parent Line
1300 130 052



Lifeline
13 11 14



Q Life
1800 184 527

1800 011 511 [Mental Health Line](#) (သးတၢ်ဆိကမိၣ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အလီကျိၤ) မ့ၢ် NSW Health အကီၢ်စဲၣ်ဒီတဘျီအလီတဲစိအတၢ်မၤစၢၤလၢအအိးထီၣ်အသးတသီ 24 န့ၣ်ရံၣ်ဒီးတနံၣ် 7 သီန့ၣ်လီၤ.အဘျးစဲၣ်ပုၤကညိတဖၣ်ဒီး NSW Health သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ဆူၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. အမ့ၢ်ဝဲဒၣ်တၢ်မၤစၢၤကလီၤန့ၣ်လီၤ.

အအိၣ်ဒီးသးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့အပုၤစဲၣ်နီၤလၢအန့ၢ်ဘၣ်တၢ်သိၣ်လိတဖၣ်လၢအ-

- ဟ့ၣ်သးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်
 - မၤပုၤတၢ်သမံသမိးမၤကွၢ်အဖျၢ်တခါ
 - မၤတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢအကြးအဘၣ်,ဟ်ဃုာ်တၢ်ဆုၤဃီဆူၤ NSW ဆူၣ်ချ့ဖိသ့ၣ်ဒီးသးစၢ်လိၣ်ဘိ အတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- သးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့အပုၤစဲၣ်နီၤကသံကွၢ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်လၢနန့ၢ်ပၢ်နဖိအတၢ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်ဒီးဟ့ၣ်ကူၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢအကြးအဘၣ်ကတၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဝံသးစူၤကွၢ်ထွဲလီၤသးဖဲဖးဝဲဒၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါအံၤ,မ့ၢ်လၢတၢ်အံၤဘၣ်တဘျီကဟ်ဃုာ်တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီၤလၢဘၣ်တဘျီနကထံၣ်လၢအကဲထီၣ်တၢ်သးတမ့ၢ်လၢနဂီၢ်, မၤတၢ်တၢ်နသးမ့ၢ်တမ့ၢ်ကဲတၢ်သ့ၣ်ကီၢ်သးဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.