

ពាក្យប្រើប្រាស់ទាក់ទងនឹងមិត្តភក្តិ

បញ្ជីពាក្យខាងក្រោមត្រូវបានគេប្រើប្រាស់ជាញឹកញាប់ក្នុងចំណោមមិត្តភក្តិ

(បណ្តាជនដែលមានពិការភាព)។ បញ្ជីពាក្យនេះជួយអ្នកឱ្យយល់អ្វីដែលយើងចង់និយាយ។

1. Peer

សេចក្តីបកប្រែ	មិត្តភក្តិ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>មិត្តភក្តិគឺជាអ្នកជំនាញការម្នាក់នៅក្នុងជីវិតរបស់គាត់។</p> <p>មិត្តភក្តិគឺជាជនម្នាក់ដែលមានបទពិសោធន៍ក្នុងជីវិតផ្នែកពិការភាព។</p> <p>មិត្តភក្តិមានឋានៈស្មើគ្នា។</p> <p>មិត្តភក្តិចែករំលែកចំណេះដឹងនិងបទពិសោធន៍របស់ខ្លួនទៅវិញទៅមក។</p>
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗបង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ	<ul style="list-style-type: none"> ■ មិត្តភក្តិពីរនាក់ជួបគ្នានៅក្នុងហាងកាហ្វេមួយដើម្បីចែករំលែកនូវអ្វីដែលខ្លួនដឹងអំពីការគ្រប់គ្រងផែនការអិនឌីវិទ្យាអេស (NDIS) ដោយខ្លួន ឯង។ ■ មិត្តភក្តិមួយក្រុមជួបជុំគ្នាដើម្បីចែករំលែកនូវបទពិសោធន៍របស់ខ្លួនក្នុងការរកបុគ្គលិកផ្នែកគាំទ្រ (support Worker) ។ <p>ម្នាក់ៗរៀនពីគ្នាទៅវិញទៅមក។</p>

2. Peer Facilitator

សេចក្តីបកប្រែ	អ្នកសម្របសម្រួលកិច្ចការរវាងមិត្តភក្តិ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>មិត្តភក្តិម្នាក់ដែលជួយមិត្តភក្តិម្នាក់ទៀត</p> <p>ឬមិត្តភក្តិមួយក្រុមឱ្យរៀន ឬយល់ដឹងនូវអ្វីដែលថ្មី។</p> <p>មិត្តភក្តិម្នាក់ដែលជួយនិងណែនាំមនុស្សមួយក្រុមឱ្យមានការសន្ទនា និងរៀនពីគ្នាទៅវិញទៅមក។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ</p> <p>បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ មិត្តភក្តិមួយក្រុមជួបជុំគ្នាដើម្បីរៀនអំពីបច្ចេកវិទ្យាជួយអ្នកពិការ (Assistive Technology) ។ <p>មិត្តភក្តិម្នាក់ត្រូវបានគេជ្រើសរើសឱ្យដឹកនាំកិច្ចប្រជុំដើម្បីធានាឱ្យប្រាកដថា</p> <p>អ្នកណាក៏ដោយដែលចង់និយាយអ្វីនឹងមានឱកាសនិយាយ។</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ មិត្តភក្តិម្នាក់បានទទួលការហ្វឹកហ្វឺនដើម្បីធ្វើជាមេដឹកនាំផ្នែកការគាំទ្រមិត្តភក្តិ (Peer Support) ។ <p>ឥឡូវនេះអ្នកស្រី/កញ្ញាកំពុងជួយមិត្តភក្តិថ្មីៗឱ្យរៀនអំពីការគាំទ្រមិត្តភក្តិ។</p>

3. Peer Movement

សេចក្តីបកប្រែ	ចលនាមិត្តភក្តិ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>មិត្តភក្តិ និងសម្ព័ន្ធមិត្ត សហការគ្នា</p> <p>ហើយចាត់វិធានការណ៍ដើម្បីធ្វើការផ្លាស់ប្តូរអ្វីៗឱ្យវាបានប្រសើរ។</p> <p>មិត្តភក្តិជួបជុំគ្នាហើយនិយាយថា៖</p> <p>“គ្មានអ្វីដែលពាក់ព័ន្ធដល់យើងអាចប្រព្រឹត្តទៅបានដោយគ្មានការចូលរួមពីយើងទេ”។</p>
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗបង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ មិត្តភក្តិមួយក្រុម និងសម្ព័ន្ធមិត្តរបស់ខ្លួនជួបជុំគ្នាដើម្បីតវ៉ាអំពីការខ្វះច្រកទ្វារសំរាប់ជនពិការចូលទៅក្នុងរោងកូនថ្មីមួយ។ ▪ មិត្តភក្តិមួយក្រុម និងសម្ព័ន្ធមិត្តរបស់ខ្លួនជួបជុំគ្នាដើម្បីរៀបចំបទបង្ហាញមួយយកទៅនិយាយនៅក្នុងសន្និសីទអំពីបទពិសោធន៍ និងចំណេះដឹងរបស់ខ្លួន។

4. Peer Mentor

សេចក្តីបកប្រែ	មិត្តភក្តិណែនាំ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>មិត្តភក្តិណែនាំ គឺជាជនម្នាក់ដែលមានជំនាញ</p> <p>ឬចំណេះដឹងដែលខ្លួនគេអាចចែករំលែកជាមួយមិត្តភក្តិម្នាក់ទៀតម្តង</p>

	<p>យទល់នឹងមួយ។</p> <p>ម្នាក់ៗពូកែខាងអ្វីមួយ ដូច្នោះម្នាក់ៗអាចធ្វើជាមិត្តភក្តិណែនាំបាន។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ ពាក្យនេះ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ អ្នកស្រី/កញ្ញាស្វភា ដឹងច្រើនអំពីការគ្រប់គ្រងដោយខ្លួនឯង។ អ្នកស្រី/កញ្ញាជួបជាមួយលោកឧត្តមរៀងរាល់ខែហើយជួយគាត់ឱ្យ ចេះគ្រប់គ្រងប្រាក់ NDIS បានកាន់តែប្រសើរឡើង។ គាត់ទាំងពីរនាក់នឹងធ្វើការនេះចំនួនបីខែ ហើយបន្ទាប់មកគេនិពិនិត្យមើលថាតើ លោកឧត្តមនៅតែត្រូវការឱ្យអ្នកស្រី/កញ្ញាស្វភាជួយឬទេ។ ▪ លោកបានពូកែខាងគ្រប់គ្រងប្រាក់កាសរបស់ខ្លួន។ គាត់មានប្រព័ន្ធមួយដែលល្អសំរាប់គាត់។ គាត់ជួបលោកចនពីរបីដង ហើយបង្ហាញលោកចនអំពីប្រព័ន្ធនេះ។

5. Peer Network

សេចក្តីបកប្រែ	បណ្តាញមិត្តភក្តិ
<p>ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ</p>	<p>ទំនាក់ទំនងដែលមិត្តភក្តិមានទៅវិញទៅមក។</p> <p>មិត្តភក្តិមួយក្រុមដែលរក្សាទំនាក់ទំនងទៅវិញទៅមក (តាមរយៈកិច្ចប្រជុំ តាមហ្វេសប៊ុក ឬតាមទូរស័ព្ទ)។</p>

<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ ពាក្យនេះ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ជនពិការមួយក្រុមជួបជុំគ្នាមួយខែម្តងនៅក្នុងហាងកាហ្វេមួយ និងនិយាយអំពីបញ្ហាផ្លូវចូលសំរាប់កៅអីរុញក្នុងតំបន់ ហើយត្រូវធ្វើដូចម្តេចអំពីបញ្ហាទាំងនោះ។ ▪ មិត្តភក្តិបីនាក់ដែលមានចំណូលចិត្តស្រដៀងគ្នាក្នុងការលេងល្បែងកំសាន្តតាមអ៊ីនធើណិត (online gaming) ហើយគេជួបគ្នាតាមអ៊ីនធើណិត រៀងរាល់សប្តាហ៍ដើម្បីលេងល្បែងកំសាន្តខ្លះៗជាមួយគ្នា និងចែករំលែកនូវគន្លឹះ និងល្បិចទៅវិញទៅមក។
--	--

6. Peer Support

<p>សេចក្តីបកប្រែ</p>	<p>ការគាំទ្រមិត្តភក្តិ</p>
<p>ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ</p>	<p>ការចាំជួយមិត្តភក្តិម្នាក់ទៀត ពេលគេត្រូវការជំនួយ។ ការជួយមិត្តភក្តិម្នាក់ទៀត។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ លោកលីម ជួយលោកវីរៈសរសេរសំបុត្រប្តឹងតវ៉ា (complaint letter) ▪ អ្នកស្រីស្វរណ៍ជួយលោកវៃវីធ្វើសម្ភាសន៍បុគ្គលិកថ្មី។

7. Peer Support Group

សេចក្តីបកប្រែ	ក្រុមគាំទ្រមិត្តភក្តិ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	មិត្តភក្តិមួយក្រុមជួយគ្នាទៅវិញទៅមក។ ក្រុមនេះអាចជួបទល់មុខគ្នា ឬតាមរយៈអ៊ីនធឺណិត ឬតាមទូរសព្ទ។
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យ នេះ	មិត្តភក្តិមួយក្រុមជួបជុំគ្នាដើម្បីនិយាយអំពីការធ្វើដំណើរទៅប្រទេសក្រៅ និងថាត្រូវធ្វើដូចម្តេច។ ពួកគេចែករំលែកបទពិសោធន៍ និងរៀនរ៉ាប់រងរស់ខ្លួន។

8. Peer Leadership

សេចក្តីបកប្រែ	ភាពជាមេដឹកនាំលើមិត្តភក្តិ
ការពន្យល់ខ្លីៗ ពីអត្ថន័យ	មិត្តភក្តិណាម្នាក់អាចជាមេដឹកនាំ។ ភាពជាមេដឹកនាំលើមិត្តភក្តិកើតមានឡើងនៅពេលដែលមិត្តភក្តិម្នាក់ ឬមិត្តភក្តិមួយក្រុមចេញមុខទទួលខុសត្រូវ។
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការ ប្រើប្រាស់ពាក្យ	▪ ក្រុមគាំទ្រមិត្តភក្តិមួយក្នុងតំបន់ដឹកនាំដោយលោកតូនី និងអ្នកស្រី/កញ្ញា លីសា។ ពួកគាត់រៀបចំកិច្ចប្រជុំ ហើយធ្វើឱ្យប្រាកដថា អ្វីៗប្រព្រឹត្តទៅដោយរលូន។ លោកវិធ តឡូវនេះកំពុងដើរតួជាមេដឹកនាំដោយទទួលខុសត្រូវខាងទូរសព្ទទៅរំលឹកមិ

<p>ក្បួននេះ</p>	<p>តួភក្តិទាំងនោះពីកិច្ចប្រជុំ។</p> <p>▪ អំណាចមិត្តភក្តិ (peer power)</p> <p>គឺជាព្រឹត្តិការណ៍មួយដែលត្រូវបានរៀបចំឡើងដោយមេដឹកនាំពីរបីនាក់ដើម្បីឱ្យមិត្តភក្តិគ្រប់ទិសទីក្នុងទីក្រុងស៊ីឌីបានមកជួបជុំនូវសូត្រពិគ្គាទៅវិញទៅមកថែមទៀត។</p>
-----------------	---

9. Accountability

<p>សេចក្តីបកប្រែ</p>	<p>ភាពទទួលខុសត្រូវ</p>
<p>ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ</p>	<p>អ្នកអាចទុកចិត្តខ្ញុំបាន។</p> <p>បើខ្ញុំនិយាយថា ខ្ញុំនឹងធ្វើអ្វីមួយ នោះខ្ញុំនឹងធ្វើវា។</p> <p>ហើយបើអ្នកនិយាយថាអ្នកនឹងធ្វើអ្វីមួយ ខ្ញុំនឹងទុកចិត្តអ្នកនិងពឹងផ្អែកលើអ្នក។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<p>.បើសិនអ្នករៀបចំកិច្ចប្រជុំមួយ នោះអ្នកនឹងមកចូលរួមទាន់ពេលវេលា។</p> <p>▪ ខ្ញុំនិយាយថា ខ្ញុំនឹងរៀបចំអ្វីមួយ ហើយខ្ញុំបានធ្វើមែន។</p> <p>. ខ្ញុំទូរសព្ទទៅអ្នកដោយហេតុថា</p>

	<p>អ្នកបាននិយាយថាអ្នកនឹងរៀបចំកិច្ចការនេះឱ្យហើយមុនសប្តាហ៍កន្លងទៅ តែអ្នកមិនបានធ្វើវាទេ។</p>
--	---

10. Paying It Forward

សេចក្តីបកប្រែ	ការឱ្យគេអ្វីមួយដោយមិនចង់បានអ្វីមកវិញ (Paying It Forward)
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	អ្នកឱ្យអ្វីមួយដោយឥតគិតថ្លៃ ហើយពុំចង់បានអ្វីតបមកវិញទេ។ ជនម្នាក់បានជួយអ្នក ហើយឥឡូវនេះអ្នកចង់ជួយអ្នកដទៃ។
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ	<ul style="list-style-type: none"> • មិត្តភក្តិម្នាក់ដែលបានទទួលអត្ថប្រយោជន៍ពីការដែលគេជួយ មានអារម្មណ៍ថាចង់ក្លាយទៅជាមិត្តណែនាំម្នាក់(Peer Mentor)ដើម្បីឱ្យគាត់(អ្នកស្រី/កញ្ញា)ឥឡូវនេះអាចជួយអ្នកដទៃដែរ។ • អ្នកទៅចូលរួមកិច្ចប្រជុំមួយរបស់ក្រុមគាំទ្រមិត្តភក្តិ (peer support group) ដោយហេតុថា អ្នកមានព័ត៌មានខ្លះៗដែលអ្នកដឹងហើយដែលមានប្រយោជន៍ដល់ជនដទៃ។

11. To be humble

សេចក្តីបកប្រែ	ភាពដាក់ខ្លួន
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	អ្នកដឹងខ្លួនថាអ្នកជានរណា

	<p>ហើយអ្នកប្រហែលជាពូកែខាងអ្វីមួយ។</p> <p>ប៉ុន្តែអ្នកមិនបង្កគេ ឬអ្នកអាងទេ។ អ្នកពុំក្រអឺតក្រទមទេ។</p> <p>លោកអ្នកពូកែខាងធ្វើឱ្យអ្នកដទៃមានអារម្មណ៍ថាអ្នកស្មើនឹងគេដែរ។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ</p> <p>បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<ul style="list-style-type: none"> . អ្នកត្រូវបានគេស្នើសុំឱ្យធ្វើអ្វីមួយដែលអ្នកពូកែហើយដែលអ្នកចូលចិត្តធ្វើ។ ប៉ុន្តែអ្នកដឹងថាមានជនដទៃទៀតនៅក្នុងក្រុមដែលធ្វើកិច្ចការនេះបានដូច្នោះអ្នកដកខ្លួនថយ ហើយធ្វើឱ្យប្រាកដថាជនម្នាក់ផ្សេងមានឱកាសធ្វើកិច្ចការនេះ។ . ជនម្នាក់សរសើរអ្នក។ អ្នកអរគុណគេ ហើយធ្វើឱ្យប្រាកដថាជនគ្រប់រូបក្នុងក្រុមដែលបានជួយក៏បានទទួលការនូវការសរសើរខ្លះដែរ។

12. Ally

សេចក្តីបកប្រែ	សម្ព័ន្ធមិត្ត
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>សម្ព័ន្ធមិត្តម្នាក់ (Ally) មិនមែនជាមិត្តភក្តិ (peer) ទេ ប៉ុន្តែគេជាអ្នកគាំទ្រម្នាក់។ គេជាផ្នែកមួយនៃចលនាមិត្តភក្តិ (peer</p>

	<p>movement) ហើយធ្វើការរួមគ្នាជាមួយមិត្តភក្តិដើម្បីធ្វើឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ។ សម្ព័ន្ធមិត្តធ្វើតាមការដឹកនាំរបស់មិត្តភក្តិ។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • អ្នកស្រី/កញ្ញាអាទីបានរាប់អានលោកថៃ មជាមិត្តរយៈពេលយូរមកហើយ។ អ្នកស្រី/កញ្ញាបានចូលរួមកិច្ចប្រជុំនៃក្រុមគាំទ្រមិត្តភក្តិ (Peer Support) ហើយបានជួយលោកថៃក្នុងការបញ្ចេញមតិរបស់ខ្លួន។ • លោកប៊ូឡូជាអ្នកធ្វើការស្ម័គ្រចិត្តម្នាក់នៅមជ្ឈមណ្ឌលផ្តល់កិច្ចបំរើក្នុងតំបន់មួយ។ រៀងរាល់ពេលដែលក្រុមមិត្តភក្តិ (peer group) ជួបជុំគ្នា គាត់បើកសាលប្រជុំហើយរៀបចំកៅអីរួចជាស្រេច។ គាត់ក៏ជួយដៃនៅពេលកិច្ចប្រជុំចប់។

13. Reflection

សេចក្តីបកប្រែ	ការជញ្ជឹងគិត
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>ការគិតអំពីអ្វីដែលកើតឡើងកន្លងទៅ</p> <p>ហើយធ្វើការផ្លាស់ប្តូរអ្វីមួយដើម្បីធ្វើឱ្យវា បសើរឡើងនៅពេល</p>

	<p>ក្រោយ។</p> <p>ការជញ្ជឹងគិតអាចធ្វើតែម្នាក់ឯង</p> <p>ឬទាំងអស់គ្នាជាមួយអ្នកដទៃ។</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ</p> <p>បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<p>បន្ទាប់ពីកិច្ចប្រជុំនៃក្រុមមិត្តភក្តិមក</p> <p>អ្នកអង្គុយជាមួយនឹងអ្នកសម្រួលកិច្ចការ(facilitator)</p> <p>ហើយអ្នកជញ្ជឹងគិតអំពីអ្វីដែលបានកើតឡើងនៅពេលប្រជុំ។</p> <p>សំណួរដែលអ្នកសួរគឺមាន៖</p> <p>អ្វី ...ដែលដំណើរការល្អ/មិនដំណើរការល្អ?</p> <p>ដូច្នេះអ្វី...ដែលយើងអាចផ្លាស់ប្តូរបាននិងធ្វើខុសពីមុន?</p> <p>ឥឡូវនេះអ្វី...ដែលយើងត្រូវធ្វើនៅចន្លោះពេលឥឡូវ</p> <p>ទៅដល់ពេលប្រជុំលើកក្រោយ។</p>

14. Confidentiality

សេចក្តីបកប្រែ	ការសម្ងាត់
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>កិច្ចព្រមព្រៀងមួយស្តីអំពីអ្វីដែលអាច</p> <p>និងអ្វីដែលមិនអាចចែករំលែកជាមួយអ្នកដទៃទៀតដែលពុំមែនជាភាគីនៃកិច្ចព្រមព្រៀង។</p>
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ	<p>ក្រុមគាំទ្រមិត្តភក្តិ (peer support group)</p> <p>មួយបានធ្វើកិច្ចព្រមព្រៀងមួយនេះស្តីអំពីការរក្សាការសម្ងាត់ដូចត</p>

ពាក្យនេះ	<p>ទៅ៖</p> <p>អ្វីៗដែលបាននិយាយចេញមកអំពីជនណាម្នាក់នៅក្នុងក្រុមគឺជាអ្វី</p> <p>ងផ្ទាល់ខ្លួន</p> <p>និងមិនត្រូវនិយាយប្រាប់បន្តទៅជនដទៃទៀតនៅក្រៅក្រុមឡើយ។</p>
----------	--

15. I get you – factor

សេចក្តីបកប្រែ	ការមានអារម្មណ៍ក្នុងខ្លួនថាគេយល់ឬដឹងពីយើងហើយ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>ការបានចែករំលែកបទពិសោធន៍ជាមួយអ្នកដទៃម្នាក់</p> <p>ជាអ្វីៗនេះមានន័យថាជនម្នាក់នោះអាចយល់អ្នកបានយ៉ាងងាយ</p> <p>ហើយការនេះមានន័យថា អ្នកមិនចាំបាច់ពន្យល់អំពីខ្លួនឯងទេ។</p>
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ	<p>មិត្តភក្តិមួយក្រុមចែករំលែកចំណេះដឹងនិងបទពិសោធន៍របស់ខ្លួនស្តីអំពីការទៅជួបជួបជួបជួបក្នុងតំបន់។</p> <p>ម្នាក់ៗមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនយល់ច្បាស់លាស់ព្រោះថាម្នាក់ៗចែករំលែកបទពិសោធន៍ស្រដៀងគ្នា។</p>

16. Reciprocal / mutually beneficial

សេចក្តីបកប្រែ	ការទទួលបានផលប្រយោជន៍ទាំងសងខាង
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	<p>មនុស្សគ្រប់រូបមានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនជាអ្នកឈ្នះម្នាក់។</p> <p>វាជាការល្អសំរាប់ជនគ្រប់រូប។</p>

	ម្នាក់ៗបានទទួលផលប្រយោជន៍អ្វីមួយពីវា។
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ ពាក្យនេះ	លោកសែម និងអ្នកស្រី/កញ្ញាថាវីជួបគ្នាដើម្បីផឹកកាហ្វេ ហើយគេចែករំលែកនូវអ្វីដែលខ្លួនដឹងអំពីការជួលបុគ្គលិក។ ក្រោយមកគេមានអារម្មណ៍ថាម្នាក់ៗបានទទួលអត្ថប្រយោជន៍ទាំងស ងខាងពីការជួបគ្នានោះ។

17. Advocacy

សេចក្តីបកប្រែ	ការតស៊ូមតិ/ការគាំទ្រ
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអត្ថន័យ	និយាយឱ្យគេដឹងអំពីអ្វីដែលសំខាន់។
ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើប្រាស់ពាក្យនេះ	ជនពិការជាច្រើនពុំអាចរកការងារធ្វើបានទេ។ អ្នកគាំទ្រមួយក្រុម (ជនដែលមានពិការភាព និងសម្ព័ន្ធមិត្ត) បានជួបជុំគ្នា ហើយបានរៀបចំ យុទ្ធនាការមួយដើម្បីជួបជាមួយអ្នកនយោបាយក្នុងតំបន់ ហើយពិភាក្សាជាមួយគេស្តីអំពីបញ្ហានោះ។

18. Self-Advocacy Movement

សេចក្តីបកប្រែ	ចលនាការតស៊ូមតិសំរាប់ខ្លួនឯង
ការពន្យល់ខ្លីៗពីអ	អ្នកគាំទ្រខ្លួនឯងគឺជាអ្នកមានពិការភាព។

<p>ត្រឡប់</p>	<p>អ្នកគាំទ្រខ្លួនឯងជួបជុំគ្នា ហើយចាត់វិធានការណ៍ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរអ្វីៗដែលជាបញ្ហាសំខាន់ៗ អ្នកគាំទ្រខ្លួនឯងបានជួបជុំគ្នា ហើយនិយាយថា៖ “គ្មានអ្វីដែលពាក់ព័ន្ធដល់យើងអាចប្រព្រឹត្តទៅបានដោយគ្មានការចូលរួមពីយើងទេ”</p>
<p>ឧទាហរណ៍ខ្លះៗ បង្ហាញពីការប្រើ ប្រាស់ពាក្យនេះ</p>	<p>. អ្នកគាំទ្រខ្លួនឯងបានជួបជុំគ្នា ហើយតវ៉ាអំពីការខ្វះខាតសំរាប់ជនពិការចូលទៅក្នុងរោងកុនធុម្លូយ។</p> <p>. អ្នកគាំទ្រខ្លួនឯងបានជួបជុំគ្នា ហើយរៀបចំសន្និសីទមួយសំរាប់ជនដ៏ទៃទៀតដែលមានពិការភាពឱ្យយល់ដឹងអំពីសិទ្ធិរបស់ខ្លួននៅពេលទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិត។</p>