ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល (កម្រិតទី១)
នៃយុទ្ធសាស្ត្រ ស្តីពី
ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន

២០១៧

រចនាទំព័រដោយៈ © UNICEF Cambodia/2017/Youra Soeum and Graphic Roots

ស្នាដៃថតរូបៈ

ទំព័រទី៥	© UNICEF Cambodia/2015/Giacomo Pirozzi
ទំព័រទី២៧	© Children in Family/2017/Amy Higg
ទំព័រទី៤៣	© UNICEF Cambodia/2015/Giacomo Pirozzi
ទំព័រទី៦៩	© Save the Children/2015/KJ Borja
ទំព័រទី៧៥	© Transcultural Psychosocial Organization
ទំព័រទី៨៣	© UNICEF Cambodia/2016/Antoine Raab
ទំព័រទី១០៣	© UNICEF Cambodia/2015/Giacomo Pirozzi
គំនូរ និងរូបភាព	© Save the Children
	© Ministry of Women's Affairs

រាល់ការផលិតឡើងវិញនូវផ្នែកណាមួយនៃឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល (កម្រិតទី១) នៃយុទ្ធសាស្រ្ត ស្ដីពីការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន នេះចាំបាច់ត្រូវមានការអនុញ្ញាត។

សូមទំនាក់ទំនងៈ
ក្រុមការងារបច្ចេកទេសស្ដីពី ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាននៃក្រសួងកិច្ចការនារី

អាសយដ្ឋានៈ
ផ្លូវទ្រុងមាន់ ភូមិដំណាក់ធំ៣ សង្កាត់ស្ទឹងមានជ័យ ខណ្ឌមានជ័យ រាជធានីភ្នំពេញ
ទូរស័ព្ទៈ (+៨៥៥) ២៣ ៨៨០ ៧៣៧ / ៨៨២ ០៤៨

រាជធានីភ្នំពេញ ឆ្នាំ២០១៧

អារម្ភកថា

នេះជាមោទនភាពមួយថ្មីបន្ថែមទៀតរបស់នាយកដ្ឋានស្ត្រី និងការអប់រំ នៃអគ្គនាយកដ្ឋានអភិវឌ្ឍន៍សង្គម របស់ក្រសួងកិច្ចការនារី ដែលនឹងជម្រាបជូនដល់លោកជំទាវ ឯកឧត្តម លោកស្រី លោក ដែលបាន និងកំពុងអនុវត្តន៍ការងារទំនាក់ទំនងផ្នែកអភិវឌ្ឍន៍សង្គម ក្នុងនោះក៏មានការវិនិយោគទៅលើកុមារផងដែរ។ ឯកសារនេះមានឈ្មោះថា ***ឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល*** *(កម្រិតទី១)* នៃយុទ្ធសាស្ត្រស្ដីពី ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន***។ នៅប្រទេសកម្ពុជាកន្លងមក កុមារដែលមានអាយុចាប់ពី 0 ទៅអាយុក្រោម ១៨ឆ្នាំ ត្រូវបានទទួលរងផលអវិជ្ជមានជាច្រើនពីសំណាក់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ និងពីអ្នកដែលរស់នៅជុំវិញខ្លួនដូចជា ផ្លូវកាយ ផ្លូវចិត្ត ផ្លូវភេទ និងការមិនអើពើ ឬការមិនយកចិត្តទុកដាក់ ។ ទង្វើទាំងអស់នេះ អាចបណ្ដាលមកពីមូលហេតុជាច្រើនដូចជា ទម្លាប់ អាកប្បកិរិយា និងការប្រព្រឹត្តរបស់សង្គមដែលត្រូវបានអនុវត្តតៗគ្នាជាយូរយាណាស់មក ហើយដោយសារកង្វះខាតការយល់ដឹងអំពីសិទ្ធិកុមារ និងភាពក្រីក្រ។ កត្តាទាំងនេះ អាចញ៉ាំងឱ្យឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មួយចំនួនធំធ្លាប់សម្ដែងឡើងនូវសកម្មភាពមិនសមរម្យទៅលើកុមារ ដូចជា ការគំរាមកំហែង មិនអើពើ ឬមិនយកចិត្តទុកដាក់ មិនឱ្យតម្លៃ និងមិនផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅលើកុមារ។

ឯកសារនេះ មានគោលបំណង ដើម្បីបង្កើនចំណេះដឹង និងលើកកម្ពស់ការយល់ដឹងអំពី ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** និងផ្លាស់ប្ដូរទម្លាប់ អាកប្បកិរិយា និងការប្រព្រឹត្តរបស់សង្គមដែលគាំទ្រដល់ការចិញ្ចឹមកូន ដែលបានអនុវត្តការដាក់ទណ្ឌកម្មធ្ងន់ធ្ងរ និងអំពើហិង្សា ព្រមទាំងលើកកម្ពស់ឥរិយាបថស្វែងរកជំនួយ ឆន្ទៈ និងចំណាប់អារម្មណ៍ចំពោះកិច្ចគាំទ្រដល់ ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** ។ ក្នុងនោះក៏ត្រូវកំណត់រកឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ដែលត្រូវការការគាំទ្របន្ថែមសម្រាប់ ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** ។

ជាមួយគ្នានេះដែរ ក៏នៅមានក្រសួង ស្ថាប័នពាក់ព័ន្ធ ដៃគូអភិវឌ្ឍន៍ មន្ត្រី បុគ្គលិក អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត គ្រប់លំដាប់ថ្នាក់ ដែលធ្វើការងារពាក់ព័ន្ធនឹងកុមារ ដើម្បីចូលរួមបង្កើនចំណេះដឹងមូលដ្ឋាន និងលើកកម្ពស់ ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** ឱ្យមាននិរន្តរភាព និងជោគជ័យ។

រាជធានីភ្នំពេញ.ថ្ងៃទី ០១ ខែ កញ្ញា ឆ្នាំ២០១៧

រដ្ឋមន្ត្រី

រដ្ឋលេខាធិការ

ហ៊ី_សាមិត្ត

សេចក្ដីថ្លែងអំណរគុណ

ក្រសួងកិច្ចការនារី សូមថ្លែងអំណរគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅដល់ អង្គការមូលនិធិសហប្រជាជាតិដើម្បីកុមារ (UNICEF) និង អង្គការសង្គ្រោះកុមារ (Save the Children) ចំពោះកិច្ចគាំទ្រហិរញ្ញវត្ថុ និងបច្ចេកទេសដ៏ថ្លៃថ្លា តាមរយៈដំណើរការអភិវឌ្ឍ ***ឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល (កម្រិតទី១)*** នៃយុទ្ធសាស្ត្រស្ដីពី ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** នេះ ។ សូមថ្លែងអំណរគុណចំពោះ ជំនួយហិរញ្ញវត្ថុរបស់រដ្ឋាភិបាលកាណាដា តាមរយៈ Global affairs Canada និង Together for Girls និងទីភ្នាក់ងារសម្រាប់កិច្ចសហប្រត្តិបត្តិការអភិវឌ្ឍន៍នរវេស្ស តាមរយៈ Save the Children Norway។

ក្រសួងកិច្ចការនារី ក៏សូមថ្លែងអំណរគុណផងដែរ ចំពោះកិច្ចគាំទ្របច្ចេកទេសរបស់អង្គការបុត្តាភិបាលដើម្បីវឌ្ឍនសង្គមកម្ពុជា (ICS-SP) អង្គការសេវាសង្គមកិច្ចកម្ពុជា (SSC) ដែលបានផ្ដល់បច្ចេកទេស និងជួយរៀបចំ ***ឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល (កម្រិតទី១)*** នៃយុទ្ធសាស្ត្រស្ដីពី ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** នេះឡើង។

សូមថ្លែងអំណរគុណជាពិសេសចំពោះនាយកដ្ឋានស្ត្រី និងការអប់រំ នៃក្រសួងកិច្ចការនារី ដែលបានខិតខំក្នុងការសម្របសម្រួល ដើម្បីអភិវឌ្ឍឧបករណ៍នេះ ហើយក៏សូមថ្លែងអំណរគុណផងដែរចំពោះក្រុមការងារបច្ចេកទេសថ្នាក់ជាតិស្ដីពី ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន*** រួមមាន ក្រសួងមហាផ្ទៃ ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ក្រសួងសង្គមកិច្ច អតីតយុទ្ធជន និងយុវនីតិសម្បទា ក្រសួងសុខាភិបាល ក្រសួងការងារ និងបណ្ដុះបណ្ដាលវិជ្ជាជីវៈ ក្រសួងព័ត៌មាន ក្រសួងធម្មការ និងសាសនា និងក្រសួងវប្បធម៌ និងវិចិត្រសិល្បៈ ដែលបានចូលរួមផ្ដល់ព័ត៌មានដ៏មានតម្លៃ និងចូលរួមកែសម្រួលលើសេចក្ដីព្រាងកន្លងមក។

មាតិកា

សេចក្តីផ្តើម ១
ជំហានរៀបចំ សម្រាប់ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ ២
គុណសម្បត្តិអ្នកសម្របសម្រួល ៣
អ្នកសម្របសម្រួលគួរធ្វើ ៤
កាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្តាយ និងភារកិច្ចរបស់កូន ៥
សេចក្តីផ្តើម ៦
ក- សំណេះសំណាល និង ណែនាំខ្លួន (១៥នាទី) ៧
ខ- លំនាំចូលប្រធានបទ (២០នាទី) ៨
គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ ៩
ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី) ១៧
ង- ការអនុវត្ត (២០នាទី) ១៨
ច- បណ្តាំផ្ញើ ១៨
ឧបសម្ព័ន្ធ ១៩
ការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ ២៧
សេចក្តីផ្តើម ២៨
ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១៥នាទី) ២៩
ខ- លំនាំចូលប្រធានបទ (២០នាទី) ៣០
គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ ៣៣
ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី) ៤២
ង- ការអនុវត្ត (១០នាទី) ៤២
ច- បណ្តាំផ្ញើ ៤២
ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ ៤៣
សេចក្តីផ្តើម ៤៤
ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១៥នាទី) ៤៥
ខ- លំនាំចូល ប្រធានបទ (២០នាទី) ៤៦
គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ ៤៦
ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី) ៦៧
ង- ការអនុវត្ត (១០នាទី) ៦៧
ច- បណ្តាំផ្ញើ៖ ៦៨

សុខុមាលភាពឪពុកម្តាយ ៦៩
សេចក្តីផ្តើម............ ៧០
ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១៥នាទី)............ ៧១
ខ- លំនាំចូល ៧២
គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ ៧៣
ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា............ ៨១
ង- ការអនុវត្ត (២០ នាទី) ៨១
ច- បណ្តាំផ្ញើ............ ៨១
ការការពារកុមារ............ ៨៣
សេចក្តីផ្តើម............ ៨៤
ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១០នាទី)............ ៨៥
ខ- លំនាំចូលប្រធានបទ (១០នាទី)............ ៨៦
គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ ៨៦
ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី) ១០១
ង- ការអនុវត្ត (១០នាទី)............ ១០១
ច- បណ្តាំផ្ញើ (១០នាទី)............ ១០១
ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន............ ១០៣
សេចក្តីផ្តើម............ ១០៤
ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១០នាទី)............ ១០៥
ខ- លំនាំចូល ប្រធានបទ............ ១០៦
គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ ១១១
ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី) ១២៧
ង- ការអនុវត្ត (១៥នាទី)............ ១២៧
ច- បណ្តាំផ្ញើ............ ១២៨

សេចក្តីផ្តើម

ឪពុកម្តាយគ្រប់រូប និងគ្រប់ទីកន្លែងតែងតែចង់បាននូវអ្វីៗដែលល្អបំផុតសម្រាប់កូនៗរបស់ខ្លួន។ ពួកគាត់សង្ឃឹមថា កូនៗរបស់ពួកគាត់ពេលធំឡើងនឹងមានសុខភាពល្អ សប្បាយរីករាយ មានទំនុកចិត្តក្នុងខ្លួន មានចំណេះដឹង និងជំនាញសម្រាប់បង្កើតនិងឧបត្ថម្ភគ្រួសារពួកគេ ព្រមទាំងបន្តនូវប្រពៃណី និងវប្បធម៌របស់ពួកគាត់។

ការចិញ្ចឹមកូនមិនមែនជាកិច្ចការសាមញ្ញនោះទេគឺទាមទារភាពអត់ធ្មត់ ភាពកក់ក្តៅ គោលដៅច្បាស់លាស់ និងជំនាញដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា។ ឪពុកម្តាយមួយចំនួនដែលធំធាត់ក្នុងកាលៈទេសៈដែលប្រទេសជាតិមានសង្គ្រាម ឬស្ថិតក្នុងស្ថានភាពមិនមានសុខសន្តិភាពពិតប្រាកដ ពួកគាត់មិនមានចំណេះដឹង និងជំនាញចាំបាច់ដើម្បីចិញ្ចឹមកូនឱ្យបានល្អនោះទេ។

ក្រសួងកិច្ចការនារីបានបង្កើត ***ឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល(កម្រិតទី១)*** នេះឡើងដើម្បីផ្តល់ព័ត៌មានទៅដល់ឪពុកម្តាយអាណាព្យាបាល និងអ្នកថែទាំទូទាំងប្រទេសកម្ពុជា អំពីវិធីក្នុងការចិញ្ចឹមកូនហៅថា ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន***។ វិធីនេះត្រូវបានបង្ហាញដោយសារមានសារៈសំខាន់ច្បាស់ពីរចំណុចៈ

ចំណុចទីមួយ វាជាវិធីជោគជ័យមួយដែលមានគ្រួសាររាប់ពាន់គ្រួសារជាភស្តុតាង ក្នុងប្រទេសកម្ពុជាថាជាវិធីល្អ។ ឪពុកម្តាយអាណាព្យាបាល និងអ្នកថែទាំទាំងនោះងាយស្រួលក្នុងការទទួលយក និងប្រើប្រាស់ ហើយកូនៗរបស់ពួកគាត់ចូលចិត្តវិធីនេះដោយសារតែពួកគេមានអារម្មណ៍ថា ទទួលបានក្តីស្រលាញ់ពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល និងអ្នកថែទាំ និងអាចរៀនសូត្រឱ្យក្លាយជាកុមារដែលមានអាកប្បកិរិយា និងការប្រព្រឹត្តល្អ ។

ចំណុចទីពីរ វិធីនេះកាត់បន្ថយទំហំគ្រោះថ្នាក់ និងការឈឺចាប់ដែលកុមារខ្លះទទួលបាន ដោយសារតែឪពុកម្តាយពួកគេធ្លាប់ប្រើវិធីយង់ឃ្នង និងឈឺចាប់ក្នុងគោលបំណងចិញ្ចឹមពួកគេឱ្យទទួលបានលទ្ធផលល្អ។ កុមារដែលត្រូវបានចិញ្ចឹមដោយមិនមានហិង្សា គឺអាចអភិវឌ្ឍរាងកាយ ផ្លូវចិត្ត និងអារម្មណ៍ បានល្អ ហើយនៅពេលដែលធំឡើង គឺអាចមានអាកប្បកិរិយាល្អក្នុងសង្គម មានទំនាក់ទំនងល្អជាមួយអ្នកដទៃ អាចដោះស្រាយបញ្ហាដោយមិនមានហិង្សា។ ឧបករណ៍នេះ គឺសម្រាប់ផ្សព្វផ្សាយដល់ក្រុមមនុស្ស ដូចជាឪពុកម្តាយ ជីដូនជីតា និងយុវវ័យដែលនឹងក្លាយជាឪពុកម្តាយគេក្នុងពេលឆាប់ៗ។ ក្រុមដែលមានគ្នាពី ២៥ ទៅ ៣៥នាក់ ទាំងបុរសនិងស្ត្រីនៅក្នុងសហគមន៍នឹងត្រូវបានអញ្ជើញឱ្យជួបជុំគ្នាដើម្បីចូលរួមស្តាប់ មើល និងរៀនសូត្រអំពីផ្នែកផ្សេងៗនៃ ***ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន***។ អ្នកសម្របសម្រួល គឺជាអ្នកស្ម័គ្រចិត្តដែលទទួលការបណ្តុះបណ្តាលនឹងបង្ហាញពីប្រធានបទនានាដោយប្រើការពិភាក្សាក្រុម សំណួរ និងចម្លើយ ការប្រើបដាផ្ទាំងធំៗ ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយ។ ការជួបជុំគ្នានេះមានរយៈពេលប្រហែល ២ម៉ោង ហើយនឹងបញ្ចូលម៉ោងសម្រាប់អ្នកចូលរួមសួរសំណួរ និងឆ្លុះបញ្ចាំងពីបទពិសោធន៍របស់ខ្លួនជាឪពុកម្តាយ ឬជាកូនៗ។

ឧបករណ៍ផ្សព្វផ្សាយសកល (កម្រិតទី១) ត្រូវបានរៀបចំឡើងជា ៦ ប្រធានបទដាច់ដោយឡែកៗពីគ្នា មានន័យថា អ្នកសម្របសម្រួលអាចជ្រើសរើសប្រធានបទមួយណាក៏បាន ក្នុងចំណោមប្រធានបទទាំង ៦ ដើម្បីយកទៅផ្សព្វផ្សាយនៅកម្រិតសហគមន៍។ ដើម្បីឱ្យមានភាពងាយស្រួល អ្នកសម្របសម្រួលគួរជ្រើសរើសប្រធានបទដែលអាចឆ្លើយតប ឬដោះស្រាយបញ្ហា និងតម្រូវការជាក់ស្តែងដែលកំពុងកើតមាននៅក្នុងសហគមន៍។ អ្នកសម្របសម្រួលអាចធ្វើការផ្សព្វផ្សាយគ្រប់ប្រធានបទទាំងអស់ ប្រសិនបើមានធនធានគ្រប់គ្រាន់ (ធនធានមនុស្ស និងថវិកា) ក្នុងការយកទៅផ្សព្វផ្សាយ។

ប្រធានបទនៅក្នុងឧបករណ៍នេះរួមមាន ៖

១. កាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្តាយ និងភារកិច្ចរបស់កូន
២. ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ
៣. សុខុមាលភាពរបស់ឪពុកម្តាយ
៤. ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន
៥. ការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ
៦. ការការពារកុមារ

ជំហានរៀបចំ សម្រាប់ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

មុនការផ្សព្វផ្សាយ

- ប៉ាន់ប្រមាណស្ថានភាព និងតម្រូវការក្រុមគោលដៅ
- ធ្វើផែនការផ្សព្វផ្សាយរួមគ្នាជាមួយដៃគូ និងបែងចែកភារកិច្ចដូចជា៖
  - កំណត់ពេលវេលា និង ក្រុមគោលដៅ
  - ត្រៀម និងកំណត់ប្រធានបទ
  - ត្រៀមឯកសារ និងសម្ភារសម្រាប់ប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ
  - ជ្រើសរើសទីកន្លែង និងបរិស្ថានដែលសមស្របសម្រាប់ការផ្សព្វផ្សាយ (អាចមានជញ្ជាំង ឬដើមឈើ ឬសាលាឆទាន... ដែលអាចចងផ្ទាំងរូបភាពបាន)
  - សុំកិច្ចសហការ និងទំនាក់ទំនងអាជ្ញាធរដែនដីដើម្បីរៀបចំ និងធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ
  - ត្រៀមអាហារសម្រន់

អំឡុងពេលផ្សព្វផ្សាយ

- ចងផ្ទាំងរូបភាពតាមការណែនាំ សម្រាប់ប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ ដោយបង្ហាញតែចំណងជើងនៃសកម្មភាពតែប៉ុណ្ណោះ មិនទាន់បង្ហាញរូបភាពទាំងអស់ទេ។
- រៀបចំទីកន្លែងផ្សព្វផ្សាយ
- ស្វាគមន៍ និងចុះឈ្មោះអ្នកចូលរួម
- រៀបចំការអង្គុយរបស់អ្នកចូលរួម ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យមានលក្ខណៈងាយស្រួល ដល់ដំណើរការសម្របសម្រួល។

ក្រោយផ្សព្វផ្សាយ

- រៀបចំអាហារសម្រន់
- រៀបចំទុកដាក់សម្ភារ
- ធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងពីសកម្មភាពផ្សព្វផ្សាយជាមួយដៃគូ
- អ្នកសម្របសម្រួលកត់ត្រាព័ត៌មានត្រឡប់ពីដៃគូ ដើម្បីអភិវឌ្ឍផ្ទាល់ខ្លួន
- ធ្វើកំណត់ហេតុ

គុណសម្បត្តិអ្នកសម្របសម្រួល

អ្នកសម្របសម្រួល ពេលធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ គួរមានដៃគូពីរនាក់។ ហើយចាំបាច់ត្រូវមានលក្ខណៈសម្បត្តិដូចខាងក្រោម៖

- មានឥរិយាបថល្អ
- មានភាពរួសរាយ និងរាក់ទាក់
- គោរព និងឱ្យតម្លៃគ្នា
- មានភាពបត់បែន និងរហ័សរហួន
- អាចដោះស្រាយបញ្ហាលំបាកៗបាន
- សមត្ថភាព មានចំណេះដឹងទាក់ទងទៅនឹងប្រធានបទ ជាពិសេសការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន
- មានជំនាញសម្របសម្រួល។

អ្នកសម្របសម្រួលគួរធ្វើ

ក្នុងកំឡុងពេលសម្របសម្រួល អ្នកសម្របសម្រួលត្រូវពិនិត្យមើលអំពីកម្រិតនៃការចូលរួម និងធ្វើការបត់បែនទៅតាមស្ថានភាពជាក់ស្តែង ដើម្បីឱ្យមានការចូលរួមសកម្ម។ អ្នកសម្របសម្រួលអាចធ្វើការអនុវត្តនូវគោលគំនិតមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- ❖ លើកទឹកចិត្តអ្នកចូលរួមធ្វើសកម្មភាព និងពិភាក្សាក្រុម
- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលប្រើពាក្យកូន ឬកុមារ ដោយមិនប្រើប្រាស់ពាក្យថា "ក្មេង" ព្រោះវាហាក់ដូចជាមានការរើសអើង។
- ❖ បើមានករណីកុមារ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវការសេវាពិគ្រោះយោបល់ និងត្រូវការដោះស្រាយបញ្ហារបស់ពួកគាត់ អ្នកសម្របសម្រួលត្រូវផ្តល់ព័ត៌មាន ឬបញ្ជូនទៅសេវាសង្គមកិច្ច ដែលមាននៅក្នុងមូលដ្ឋាន។
- ❖ កុមារមានពិការភាព ត្រូវការសេវា ឬស្វែងរកសេវាដែលអាចជួយពួកគេឱ្យបានចូលរួមក្នុងសង្គមផ្សេងៗ សូមទាក់ទងទៅអ្នកជំនាញផ្នែកពិការភាព។
- ❖ ត្រៀម ឬបែងចែកតួនាទីក្នុងការនាំកុមារលេង បើករណីមានកុមារច្រើនដែលមកជាមួយឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។

កាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្ដាយ និងភារកិច្ចរបស់កូន

សេចក្តីផ្តើម

ការស្វែងយល់ពីកាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ និងភារកិច្ចរបស់កូន ឬកុមារមានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់ពួកគាត់ក្នុងការអនុវត្តការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារប្រកបដោយគុណភាព និងស្របតាមយុទ្ធសាស្ត្រស្តីពីការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមានរបស់ក្រសួងកិច្ចការនារីឆ្នាំ ២០១៧-២០២១។ ការយល់ដឹងនេះពិតជាអាចជួយពង្រឹង និងធ្វើឱ្យកាន់តែប្រសើរឡើងនូវដំណើរការនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារនៅក្នុងគ្រួសារនីមួយៗ។ ជាពិសេសទៅទៀត ក៏ជួយឱ្យទំនាក់ទំនងរវាងឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំកូន ឬកុមារកាន់តែប្រសើរ និងរឹងមាំថែមទៀត ដែលជាចំណែកជួយកាត់បន្ថយ ឬបញ្ឈប់អំពើហិង្សា និងការមិនអើពើនៅក្នុងគ្រួសារ។ ម្យ៉ាងវិញទៀត ក៏ជួយឱ្យកូន ឬកុមាររស់នៅដោយភាពរីករាយ និងមានសុភមង្គលជាមួយក្រុមគ្រួសារ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តែងចង់ឱ្យកូន ឬកុមារមានសុខភាពល្អ កិរិយាមារយាទថ្លៃថ្នូរ ចេះគោរពចាស់ទុំ ហើយទទួលបានការអប់រំ និងការរស់នៅបានប្រសើរ។

ផ្ទុយទៅវិញ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មួយចំនួនតែងចង់បញ្ជូនកូន ឬកុមារឱ្យទៅរស់នៅក្នុងមណ្ឌលថែទាំ និងក្នុងគ្រួសារដែលមានជីវភាពធូរធារ ដោយមិនបានគិតពីផលប៉ះពាល់ ឬគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ ដែលអាចកើតមានចំពោះកូន ឬកុមារ ពីសំណាក់មនុស្សធំ ឬកុមារដែលរស់នៅក្នុងមណ្ឌលថែទាំ ឬគ្រួសារចិញ្ចឹមនោះទេ។

ម្យ៉ាងទៀតវប្បធម៌ក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ផ្តោតការយកចិត្តទុកដាក់ខ្លាំងលើផ្នែកសីលធម៌សង្គម ដែលអាចមានឥទ្ធិពលទៅលើទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមាររបស់គ្រួសារនីមួយៗ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តែងតែរំពឹងឱ្យកូនមើលថែទាំ ដើម្បីតបស្នងសងគុណពួកគាត់វិញ។ ការកំណត់គោលដៅនៃការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមាររបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ក៏អាចបង្កឱ្យមានផលប៉ះពាល់ទៅលើ គុណតម្លៃ និងអនាគតកូន ឬកុមារផងដែរ។

យោងទៅតាមហេតុផលខាងលើ យើងឃើញថា កាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ និងភារកិច្ចរបស់កូន ឬកុមារ មានទំនាក់ទំនងគ្នាយ៉ាងជិតស្និទ្ធទៅនឹងរបៀបនៃការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារប្រកបដោយគុណភាព ដែលអាចឱ្យកូន ឬកុមាររស់នៅក្នុងក្រុមគ្រួសារដោយមានភាពកក់ក្តៅ ហើយពួកគេនឹងក្លាយទៅជាមនុស្សពេញវ័យដែលមានសុខុមាលភាពល្អ។

គោលបំណង

នៅចុងបញ្ចប់នៃវគ្គនេះ អ្នកចូលរួមនឹងអាចៈ

- ❖ វិភាគបាននូវអាកប្បកិរិយាដែលគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើក្នុងការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ។
- ❖ លើកកម្ពស់ទម្លាប់ល្អនៃការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ និងផ្លាស់ប្តូរនូវអាកប្បកិរិយាដែលធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។
- ❖ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ បំពេញកាតព្វកិច្ច និងគាំទ្រដល់កូន ឬកុមារដើម្បីឱ្យពួកគេមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ។
- ❖ បង្កើនការយកចិត្តទុកដាក់ដល់កូន ឬកុមារ ដែលមានតម្រូវការពិសេស ដូចជាកុមារដែលមានពិការភាព។

រយៈពេល

១២០នាទី

សម្ភារ

- រូបភាពទី១ (១,២០មx១,៥០ម) បង្ហាញពី កាតព្វកិច្ចឪពុកម្ដាយ
- រូបភាពទី២ (១,២០មx១,៥០ម) បង្ហាញពី ភារកិច្ចកូន ឬកុមារ
- ផ្ទាំងរូបភាព (Poster) (០,៦០មx០,៨០ម) ដែលបង្ហាញពីតួនាទីឪពុកម្ដាយ និងភារកិច្ចកូន ឬកុមារ ដើម្បីចែកជូនអ្នកចូលរួម
- ស្កុត កន្ត្រៃ
- ខ្សែចង ឃ្នាបធំ សម្រាប់កៀបផ្ទាំងរូបភាព
- ឧបករណ៍អំពងសំឡេង (ក្នុងករណីចាំបាច់)
- កម្រាល សម្រាប់អ្នកចូលរួមអង្គុយ
- ត្រៀម សម្ភារសម្រាប់លេងជាមួយកុមារ

វិធីសាស្ត្រ

- បំផុសគំនិត (សួរសំណួរ និងឆ្លើយ)
- ក្រុមពិភាក្សា (តាមស្ថានភាពជាក់ស្ដែង)

ជំហានសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១៥នាទី)

- ធ្វើការសំណេះសំណាលជាមួយអ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានត្រៀមខ្លួនក្នុងការចូលរួម។ អ្នកសម្របសម្រួលសួរអំពី
  - សុខទុក្ខ
  - ការធ្វើដំណើរ
  - ការរស់នៅរបស់ពួកគាត់ខ្លះៗ ដែលគិតថាអាចចែករំលែកបាន។
  - ការរំពឹងទុក
- បន្ទាប់មក ណែនាំអ្នកចូលរួមឱ្យស្គាល់អ្នកសម្របសម្រួល និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន រួចប្រាប់ពីចំណងជើង សង្ខេបគោលបំណងនៃប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ។

បញ្ជាក់ (បើអាចធ្វើបាន) សុំអ្នកចូលរួមណែនាំគ្នាខ្លះៗកាន់តែប្រសើរ ព្រោះអាចជួយពួកគាត់ និងអ្នកសម្របសម្រួលបានស្គាល់គ្នាខ្លះៗ និងមានទំនុកចិត្តលើគ្នាបន្ថែមទៀតនៅក្នុងក្រុម ដោយធ្វើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- ឱ្យអ្នកចូលរួមឈរតាមក្រុមភូមិ ឬតាមប៉ែក ឬតំបន់ដែលពួកគាត់រស់នៅ ដោយឱ្យពួកគេឈរជាក្រុមដែលមកពីតំបន់ជាមួយគ្នា។ ឈរជាក្រុមតាមចំនួនកូន (អ្នកមិនទាន់មានកូន កូន១ កូន២ កូន៣ បើមានអ្នកមិនទាន់រៀបការឱ្យគាត់ឈរនៅក្រុមមិនទាន់រៀបការ)។ អ្នកសម្របសម្រួលនិយាយឡើងវិញពីក្រុមនីមួយៗ។
- អ្នកសម្របសម្រួលអាចប្រើវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗទៀតបាន។

ខ- លំនាំចូលប្រធានបទ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបញ្ចប់សកម្មភាពណែនាំ និងស្នើឱ្យអ្នកចូលរួមគិតពីបទពិសោធន៍ដែលពួកគាត់ធ្លាប់ទទួលបានពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំរបស់ពួកគាត់ កាលពីគាត់នៅកុមារភាពដោយសួរ

☞ នៅពេលដែលលោកអ្នកស្ថិតក្នុងវ័យកុមារ តើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំលោកអ្នកបានធ្វើអ្វីខ្លះ ដែលធ្វើឱ្យលោកអ្នកសប្បាយចិត្ត?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ឱប ថើប សរសើរ ពន្យល់ណែនាំ បង្រៀន លើកទឹកចិត្ត ស្តាប់ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំរបស់លោកអ្នកបានធ្វើអ្វីខ្លះ ដែលធ្វើឱ្យលោកអ្នកមិនសប្បាយចិត្ត?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** បន្ទោស វាយ គំហក ផ្តាច់ការ បន្ទោសបង្អាប់ សរសើរតែកូនគេ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្តទៀត

☞ នៅពេលដែលលោកអ្នកមានកូនលើកដំបូង (មានផ្ទៃពោះ) តើពេលនោះលោកអ្នកមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** សប្បាយចិត្ត ពេញចិត្ត ភ័យផង ត្រេកអរផង ខ្វាយខ្វល់តិចៗ រំភើប ឬភ្ញាក់ផ្អើល ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នកមានអារម្មណ៍យ៉ាងណា បន្ទាប់ពីកូនរបស់អ្នកបានសម្រាលរួច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** សប្បាយចិត្ត ពេញចិត្ត ខកចិត្ត ហត់នឿយ គេងមិនគ្រប់គ្រាន់ និងមានទំនួលខុសត្រូវបន្ថែមទៀត។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្តទៀត

☞ តើរាល់ថ្ងៃ លោកអ្នកធ្វើអ្វីខ្លះ ក្នុងការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារតាមរបៀប ឬទម្លាប់ដែលទទួលបានពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំលោកអ្នក?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** យកប្រេងកូឡាលាបលើបង្ហើយ យកសម្ភារមុតស្រួចដាក់លើក្បាលដំណេក ស្តីបន្ទោស ឱប ថើប ដេរ វាយ សរសើរ បង្អត់បាយ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ បើតាមបទពិសោធន៍ ឬតាមអ្វីដែលលោកអ្នកបានដឹង តើអ្វីខ្លះជាទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមបីបាច់ ថែរក្សាកូន ឬកុមារដែលមានពិការភាព?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ចំណាយពេលច្រើនជាងកុមារធម្មតា ទុកចោល មិនអាចទៅរៀនដូចកុមារដទៃទៀត មានការនឿយហត់ក្នុងការថែទាំ។ល។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

តាមការសិក្សាស្រាវជ្រាវ របៀបនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូនដែលមានការទទួលខុសត្រូវ ដូចជា ការស្ដាប់ ការណែនាំ ការផ្ដល់ឱកាស ឬការពិភាក្សាជាមួយកូន ឬកុមារ ជួយឱ្យពួកគេមាន ទំនុកចិត្ត មានឯករាជ្យម្ចាស់ការ និងក្លាយជាមនុស្សធំដែលមានទំនួលខុសត្រូវ ហើយពួក គេនឹងអាចក្លាយទៅជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ដែលមានទំនួលខុសត្រូវ ផងដែរ។ ផ្ទុយទៅវិញ ទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូនរបស់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬ អ្នកថែទាំមួយចំនួន ដូចជា វាយ សម្លុត គំរាម ឬមិនផ្ដល់ឱកាស នឹងអាចធ្វើឱ្យកុមារមានភាព តានតឹងចិត្ត គ្មានទំនុកចិត្ត ជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត ឬបន្តប្រើអំពើហិង្សាទៅលើកូនរបស់ពួកគាត់ នៅពេលដែលពួកគាត់ក្លាយជាឪពុកម្ដាយ។

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ បង្ហាញកូនអំពីគុណតម្លៃល្អៗ និងប្រយោជន៍ តាមរយៈការប្រព្រឹត្ត ដូចជា ការគោរព ការឱ្យតម្លៃចំពោះមនុស្សជុំវិញ ការជួយអ្នកដទៃ ការប្រឹងប្រែងរៀនសូត្រ ឬធ្វើការងារដោយសុចរិត កូន ឬកុមារទំនោរធ្វើត្រាប់តាមការប្រព្រឹត្ត របស់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំរបស់ពួកគេ។ សកម្មភាពទាំងនេះ ទំនងជា មានឥទ្ធិពលច្រើនជាង ការប្រៀនប្រដៅដោយពាក្យសម្ដី។ ការធ្វើជាគំរូដ៏ល្អ ក៏ជាឧបករណ៍ ល្អមួយផ្នែកដែរក្នុងការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារ ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពក្នុងការលើកកម្ពស់ គុណតម្លៃវិជ្ជមាន និងការប្រព្រឹត្តដោយអហិង្សា។

គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ

គ.១- ការឆ្លុះបញ្ចាំងពីរបៀប ឬទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមកូន

❖ អ្នកសម្របសម្រួលធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងជាមួយអ្នកចូលរួម អំពីបទពិសោធន៍ល្អ និងមិនល្អ ក្នុង ការចិញ្ចឹមកូន ដោយសួរសំណួរ

☞ តាមអ្វីដែលលោកអ្នកបានលើកឡើង តើទម្លាប់មួយណាដែលអ្នកគួរធ្វើបន្ត និងមិនគួរ ធ្វើបន្ត ? ហេតុអ្វី ?

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបន្ថែមខ្លឹមសារ។ ប្រសិនបើអ្នកចូលរួមលើកឡើង ពីទម្លាប់គួរធ្វើណាមួយ ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ អ្នកសម្រប សម្រួលត្រូវធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំង និងពន្យល់ដល់អ្នកចូលរួម។ (សូមមើលក្នុងឧបសម្ព័ន្ធ)។

គ.២- កាតព្វកិច្ចអាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ (៣០នាទី)

❖ ឥឡូវនេះយើងនឹងពិភាក្សាគ្នាលម្អិតអំពីកាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្ដាយ ដែលជួយកុមារឱ្យមាន ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលចាប់ផ្ដើមដោយធ្វើការពន្យល់ពាក្យ “កាតព្វកិច្ច” និង “ភារកិច្ច”

🗣 “កាតព្វកិច្ច” គឺជាកិច្ចការ ឬតួនាទីដែលត្រូវតែបំពេញ ដោយខានមិនបាន។

• “កាតព្វកិច្ចឪពុកម្ដាយ” គឺជាកិច្ចការ ឬតួនាទីរបស់ឪពុកម្ដាយដែលត្រូវតែបំពេញ ចំពោះ កូន ដោយខានមិនបាន។

ឧទាហរណ៍៖ ចុះសំបុត្រកំណើត យកកូនទៅទទួលថ្នាំបង្ការ បញ្ជូនកូនទៅរៀន បញ្ជូន កូនទៅព្យាបាលនៅពេលមានជំងឺ រៀបចំអាហារូបត្ថម្ភកូន ផ្ដល់នូវក្ដីស្រឡាញ់ ។ល។

- “ភារកិច្ច” គឺជាការងារដែលត្រូវបំពេញ តែមិនមែនជាការងារដែលដាច់ខាតសម្រាប់បំពេញនោះទេ។

- “ភារកិច្ចកូន ឬកុមារ” គឺជាការងារដែលត្រូវបំពេញក្នុងនាមជាកូន ឬកុមារ តែមិនមែនជាការងារដែលដាច់ខាតសម្រាប់ពួកគេនោះទេ។

- ឧទាហរណ៍៖ ការខិតខំរៀនសូត្រ ជួយការងារផ្ទះស្រាលៗ ដឹកគោ ដងទឹក ស្តាប់ដំបូន្មានឪពុកម្តាយ។ល។ កូន ឬកុមារអាចធ្វើការងារទាំងនោះបាន អាស្រ័យទៅតាមកម្រិតអាយុ ពិការភាព និងដំណាក់កាលនៃការអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ។ ដោយឡែកការមើលថែទាំ ឬចិញ្ចឹមឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមិនមែនភារកិច្ចរបស់កូន ឬកុមារទេ។

☞ ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំល្អ និងដើម្បីជួយកូន ឬកុមារឱ្យមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ តើលោកអ្នកមានកាតព្វកិច្ចធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចម្លើយរំពឹងទុក៖ រកលុយ មើលថែកុមារ ជូនកុមារទៅសាលារៀន ធ្វើម្ហូប ផ្តល់ក្តីស្រឡាញ់ ថែទាំសុខភាព ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល លើកផ្ទាំងរូបភាពបង្ហាញអំពី កាតព្វកិច្ចឪពុកម្តាយ និងពន្យល់ពីអត្ថន័យនៃកាតព្វកិច្ចនីមួយៗ តាមខ្លឹមសារមេរៀន ខាងក្រោម៖

កាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្តាយ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មានកាតព្វកិច្ច ចាប់តាំងពីកូនបង្កកំណើតរហូតដល់ពេញវ័យ។

១. **ពិនិត្យសុខភាពកំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ៖** ក្នុងកំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ធ្វើការពិគ្រោះយោបល់ និងពិនិត្យសុខភាពឱ្យបាន ៤ដង និងចាក់ថ្នាំបង្ការ ដើម្បីជួយធានាឱ្យទារកក្នុងផ្ទៃមានសុខភាពល្អ។ នៅពេលដែលកូនចាប់កំណើត ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ថែបំប៉នសុខភាពខ្លួនឯង ដោយគិតទៅដល់របបអាហារដែលមានសុខភាពល្អដល់កូនក្នុងផ្ទៃ និងជៀសវាងពីការប្រើគ្រឿងញៀន ហូបបារី និងប្រើគ្រឿងស្រវឹង ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ទារកក្នុងផ្ទៃផងដែរ។ ម្យ៉ាងទៀត ព្យាយាមនិយាយលេងជាមួយទារកក្នុងផ្ទៃដោយក្តីស្រឡាញ់ និងស្វែងរកកន្លែងដែលមានសុវត្ថិភាពក្នុងការសម្រាលកូន (នៅមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យបង្អែក) ដែលមានឆ្មប ឬពេទ្យជំនាញ។

២. **បំបៅដោះកូន ៖** បន្ទាប់ពីសម្រាលកូនរួច ឪពុកម្តាយ ត្រូវផ្តល់ឱ្យកូននូវភាពកក់ក្តៅក្តីស្រឡាញ់ និងយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការថែទាំទារក ដោយផ្តល់ទឹកដោះដំបូង និងបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយតែមួយមុខរយៈពេល ៦ខែ ឬបន្តការបំបៅដោះ រហូតដល់អាយុ ២ឆ្នាំ។

៣. **ចុះសំបុត្រកំណើត៖** បន្ទាប់ពីកូនបានសម្រាលរួច ឪពុក ត្រូវទៅជួបស្មៀនឃុំ ដើម្បីបំពេញបែបបទក្នុងការចុះសំបុត្រកំណើតឱ្យកូន ឱ្យបានមុន ៣០ថ្ងៃ ចាប់តាំងពីកូនសម្រាលរួច។

៤. **ថែទាំសុខភាពកូន៖** យកកូន ឬកុមារទៅពិនិត្យសុខភាពជាទៀងទាត់ ដូចជាសុខភាពមាត់ធ្មេញ សុខភាពភ្នែក សុខភាពខ្លួនប្រាណ បញ្ហាសត្វល្អិត ព្រមទាំងការចាក់ថ្នាំបង្ការផ្សេងៗទៅតាមការកំណត់អាយុកុមារ របស់ក្រសួងសុខាភិបាល និងស្វែងរកសេវាត្រួតពិនិត្យការលូតលាស់ និងការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

៥. **កំណត់គោលដៅរយៈពេលវែង៖** ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តែងតែចង់ឱ្យកូន ឬកុមារធំឡើងក្លាយជាមនុស្សប្រកបដោយគុណតម្លៃល្អ ដូចជា ស្មោះត្រង់ ស្លូតបូត យល់ចិត្ត ជួយយកអាសារអ្នកដទៃ ដោះស្រាយបញ្ហាដោយអហិង្សា ឬមានមុខរបរសុចរិតជាដើម។ ប៉ុន្តែសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគេមួយចំនួនដែលប្រព្រឹត្តក្នុងការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារបានរួមចំណែកកែប្រែនូវសេចក្តីប្រាថ្នានោះមិនបានដូចបំណងទៅវិញ។ ដូចនេះឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវជ្រើសរើសនូវទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូនឬកុមារដែលមានលក្ខណៈលើកទឹកចិត្ត ផ្តល់ឱកាសចូលរួម សម្រេចចិត្ត និងមិនប្រើទណ្ឌកម្មពេលប្រៀនប្រដៅកូន ឬកុមារជាដើម។

៦. **ការពារ និងសុវត្ថិភាពនៃការលេង៖** ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យកុមារជៀសផុតពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗដែលវាអាចកើតមានឡើងដោយចេតនា ឬអចេតនា។ ប្រាប់កុមារ ឬយុវជនពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗដែលអាចកើតមានឡើងដូចជា គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍ គ្រឿងញៀន លង់ទឹក ។ល។ ដោយពន្យល់ពីហេតុផលច្បាស់លាស់ត្រឹមត្រូវដល់ពួកគាត់។

៧. **ធ្វើជាគំរូល្អ៖** ប្រើរបៀបដោះស្រាយបញ្ហា ភាពតានតឹងចិត្ត ឬជម្លោះដែលបានកើតឡើងតាមមធ្យោបាយវិជ្ជមាន និងអហិង្សា។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគប្បីធ្វើជាគំរូល្អដល់កូន ឬកុមារពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អជាមួយសមាជិកគ្រួសារ និងជាមួយមនុស្សដែលនៅខាងក្រៅផ្ទះ ដើម្បីឱ្យកុមារបានរៀនសូត្រ និងអនុវត្តតាម។

៨. **យេនឌ័រ៖** ផ្ដល់ឱកាសឱ្យកុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាព បានចូលរួមក្នុងការអភិវឌ្ឍ និងទទួលបានផលប្រយោជន៍ស្មើគ្នា។ ដូចនេះកុមារទាំងអស់បានចូលរួម និងទទួលផលប្រយោជន៍ទាំងអស់គ្នា នោះការអភិវឌ្ឍនឹងកើតមានឡើង។

៩. **បង្រៀន និងអប់រំ៖** នៅពេលកូន ឬកុមារចម្រើនវ័យ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ចុះឈ្មោះកូន ឬកុមារ ចូលរៀននៅសាលាមត្តេយ្យ និងតាមកម្រិតថ្នាក់ជាបន្តបន្ទាប់ ព្រមទាំងបន្តអប់រំកូន ឬកុមារពីអាកប្បកិរិយា សីលធម៌ ចំណេះដឹងបំណិនជីវិត និងជំនាញបន្ថែម។

- **បង្រៀន និងអប់រំកុមារពីសុខភាពផ្លូវភេទ៖** ពន្យល់កុមារ យុវជន ឬយុវនារីពីការលូតលាស់នៃរូបកាយនៅពេលដែលកុមារពេញវ័យ កុមារចាប់ផ្ដើមមានចំណង់ផ្លូវភេទ។ ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំពន្យល់កុមារពីរបៀបគ្រប់គ្រងចំណង់ផ្លូវភេទតាមបែបវិជ្ជមាន ដូចជាហាត់ប្រាណ អានសៀវភៅ ដើរលំហែ ស្ដាប់ចម្រៀង ជជែកគ្នាលេងជាមួយមិត្តភក្ដិ ឬលេងកីឡាជាដើម ដែលសកម្មភាពទាំងអស់នេះ មិនធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃឡើយ។
- **គ្រឿងញៀន៖** នៅពេលដែលកុមារចូលវ័យជំទង់ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំនៅតែបន្តលើកទឹកចិត្ត អប់រំឱ្យកូនយល់ពីភារកិច្ចដែលត្រូវជៀសវាងការសេពគប់មិត្តដែលសង្គមមិនឱ្យតម្លៃដូចជា ប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន ឬគ្រឿងស្រវឹង។ល។ លើសពីនេះ ពន្យល់កុមារពីមូលហេតុដែលនាំឱ្យមានការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ផលប៉ះពាល់ និងមធ្យោបាយដែលធ្វើឱ្យខ្លួនគេសប្បាយដោយមិនប្រើគ្រឿងញៀន។

១០. **ផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅ និងក្ដីស្រឡាញ់៖** មានពេលវេលាសម្រាប់កុមារ ដូចជា និទានរឿង ស្ដាប់ការនិយាយរបស់កុមារ និយាយគ្នាលេង ឱប ថើប ប្រើពាក្យសម្ដីទន់ភ្លន់។ល។

១១. **ធ្វើការងារផ្ទះ៖** ក្រៅអំពីការសិក្សា រៀនសូត្រ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវផ្ដល់ឱកាសឱ្យកូន ឬកុមារ បានចូលរួមធ្វើការងារផ្ទះ តាមលទ្ធភាព និងអាយុរបស់ពួកគេ ក្នុងការអភិវឌ្ឍបំណិនជីវិត។

១២. **រស់នៅចុះសម្រុងគ្នា៖** មានកន្លែងស្នាក់នៅសមរម្យ និងសម្លៀកបំពាក់ទៅតាមស្ថានភាពជីវភាព អាកាសធាតុ ព្រមទាំងបរិស្ថានរស់ នៅដោយការគោរព និងឱ្យតម្លៃគ្នា ដោយគ្មានអំពើហិង្សា។ល។

១៣. **អាកប្បកិរិយា និងឥរិយាបថល្អ៖** ការគោរព ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយការយល់ចិត្ត ការចែករំលែក និងការចូលរួមសកម្មភាពនានា នៅក្នុងសង្គម។ល។

ចំណាំ៖ ការរក្សាកូន ឬកុមារឱ្យនៅជាមួយគ្រួសារ គឺជាមធ្យោបាយតែមួយគត់ ក្នុងការផ្ដល់ឱកាសឱ្យកូនទទួលបានការលូតលាស់ និងការអភិវឌ្ឍបានល្អ។ នៅក្នុងមណ្ឌលកុមារកំព្រា កុមារងាយរងគ្រោះពីអំពើហិង្សា ការរំលោភបំពាន ឬការមិនអើពើ ។ល។ ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរតែឱ្យកូន ឬកុមាររស់នៅក្នុងគ្រួសារ បើទោះជាមានស្ថានភាពជីវភាព យ៉ាងណាក៏ដោយ ហើយត្រូវចងចាំថា គ្មានទីណាដែលប្រសើរជាងផ្ទះ ឬគ្រួសាររបស់កូន ឬកុមារឡើយ។

គ.៣- ភារកិច្ចរបស់កូន ឬកុមារ (៣០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួល សួរអ្នកចូលរួម

☞ តើកូន ឬកុមារ បានធ្វើអ្វីខ្លះ ជារៀងរាល់ថ្ងៃ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** លេងកំសាន្ត សួរ យំ សើចសប្បាយ ទៅរៀន អាចថែទាំខ្លួនឯងបានខ្លះៗ ដូចជាស្លៀកពាក់ ហូបអាហារ និងងូតទឹកជាដើម។ ចំពោះកូន ឬកុមារធំ អាចជួយមើលប្អូន លេងជាមួយប្អូនបង្រៀនប្អូន រកអុស ទៅរៀន ដាំបាយ លាងចាន បោកខោអាវ ទិញម្ហូប ចំអិនអាហារ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នកគិតថា កុមារីអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ? ហើយកុមារាអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ថែទាំខ្លួនឯងបានដូចជា ស្លៀកពាក់ ងូតទឹក ជួយដាំស្ល លាងចាន ទៅផ្សារបោកនិងដេរខោអាវបោសសំអាតផ្ទះមើលប្អូនទៅរៀនរហូតចប់មហាវិទ្យាល័យ លេងកីឡា រកការងារធ្វើតាមជំនាញ។ ចំណែកកុមារា អាចជួយរែកទឹក ពុះអុស ជូនប្អូនទៅសាលារៀន លេងកីឡា ជាដើម។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

កុមារា កុមារី ឬយុវជន សុទ្ធតែត្រូវការ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍដូចគ្នា។ ពួកគេត្រូវការរៀនពីបំណិនជីវិត ហើយក៏អាចធ្វើកិច្ចការ ឬចូលរួមសកម្មភាពសង្គមបានដូចគ្នាដែរ។ ទោះយ៉ាងណា យើងគួរគិតទៅដល់លក្ខណៈធម្មជាតិ និងសមត្ថភាពដែលពួកគាត់មានពីកំណើត ដូចជា កុមារា ឬយុវជនជាភេទដែលហាក់ដូចជាមានកម្លាំងខ្លាំងជាងកុមារី ឬយុវនារី ដូចនេះពួកគាត់អាចធ្វើការ ឬសកម្មភាពណាដែលហាក់ដូចជាត្រូវការប្រើកម្លាំងខ្លាំងជាង។ ចំណែកកុមារី ឬយុវនារីជាភេទដែលហាក់ដូចជាមានកម្លាំងទន់ខ្សោយជាង ដូចនេះពួកគាត់អាចធ្វើការងារណាដែលមិនសូវត្រូវការប្រើកម្លាំងខ្លាំង។ ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំចាំបាច់បង្រៀនពួកគាត់ឱ្យចេះយោគយល់ អធ្យាស្រ័យ ហើយចេះមើលថែទាំប្អូនៗ ដើម្បីជៀសវាងការទុកកុមារឱ្យនៅម្នាក់ឯង ដែលអាចប្រឈមទៅនឹងការរំលោភបំពាន លង់ទឹក ឬទទួលគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗទៀត។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំក៏ត្រូវឱ្យកូន ឬកុមារ ចូលរួមសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គម ដើម្បីទទួលបានការរស់នៅ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍល្អប្រសើរ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បំផុសអ្នកចូលរួមឱ្យគិតអំពីកុមារដែលមានពិការភាព ដោយសួរ

☞ តើលោកអ្នកគិតថា កុមារពិការ អាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ហូបបាយ ងូតទឹក ទៅសាលារៀន (ត្រូវការអ្នកជួយ) ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖

បើទោះបីជាកុមារពិការក៏អាចចូលរួមធ្វើកិច្ចការដូចកុមារដទៃទៀតដែរ វាអាស្រ័យលើកម្រិតអាយុ សមត្ថភាព និងប្រភេទនៃពិការភាពតែប៉ុណ្ណោះ។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរផ្តល់ការថែទាំជាពិសេសដើម្បីការពារកុមារដែលមាន ពិការភាព ពីការរំលោភបំពានគ្រប់ប្រភេទ។ កុមារទាំងនោះនឹងទទួលបានគ្រប់យ៉ាងដូចកុមារទូទៅដែរ ដូចជា ចុះបញ្ជីកំណើត សៀវភៅគ្រួសារ និងចុះឈ្មោះចូលរៀន។ ពួកគេ នឹងទទួលបានការគាំទ្រឱ្យបានចូលរៀននៅសាលាមត្តេយ្យ យ៉ាងហោចណាស់មួយឆ្នាំមុនចុះឈ្មោះចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា ដោយមិនគិតពីភេទ អាយុ ឬពិការភាពនោះទេ ហើយនៅបន្តការគាំទ្រ និងលើកទឹកចិត្តពួកគាត់ឱ្យបន្តរៀនរហូតបញ្ចប់អនុវិទ្យាល័យ វិទ្យាល័យ ឬមហាវិទ្យាល័យដូចកុមារទូទៅដែរ។ ពួកគេក៏អាចចូលរួមសកម្មភាពកីឡា សិល្បៈ សិក្ខាសិលា និងសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គមផងដែរ។

ប្រភេទនៃពិការភាពរបស់កុមារអាចកើតឡើងផ្សេងៗគ្នា។ ប្រភេទពិការភាពខ្លះអាចកើតមានមុនកំណើត (ក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ) កំឡុងពេលកើត (សម្រាល) ហើយខ្លះទៀតអាចកើតមានក្រោយពីកំណើត។ កុមារមួយចំនួនអាចកើតមកមានពិការភាពតែមួយប្រភេទ តែកុមារមួយចំនួនទៀត អាចមានច្រើនជាងមួយប្រភេទ។ ខាងក្រោមនេះជាប្រភេទពិការភាពផ្សេងៗគ្នាដែលអាចកើតមានលើកុមារមួយចំនួន៖

- **ថ្លង់ ឬមិនអាចស្តាប់បានល្អ៖** កុមារអាចមានអវៈយវៈ និងសតិបញ្ញាល្អ តែអ្វីដែលផលវិបាកសម្រាប់ពួកគាត់គឺ មិនអាចស្តាប់បាន ឬស្តាប់បានមិនល្អ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចកត់សម្គាល់ពីប្រភេទពិការភាពនេះនៅពេលដែលកុមារមានអាយុក្រោមបីឆ្នាំ ដូចជា កូន ឬកុមារមិនងាកមើល មិនភ្ញាក់នៅពេលហៅឈ្មោះ ឬមានសំឡេងខ្លាំងៗ។ ការជួយអន្តរាគមន៍ ទាន់ពេលវេលាដល់កូន ឬកុមារដែល ថ្លង់ ឬពិបាកស្តាប់នោះអាចឱ្យពួកគាត់មានឱកាស រៀនភាសាបានល្អដូចកុមារដទៃទៀតដែរ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវជួយគាំទ្រដើម្បីឱ្យពួកគាត់មានកម្លាំង និងទឹកចិត្តបន្តជួយ កូន ឬកុមារ របស់គាត់ដែលមានពិការភាពនេះដោយជួយជម្រុញ ឬធ្វើសកម្មភាពលេងជាមួយពួកគេ ដូចជា និយាយភាសាកាយវិការ លេងជាមួយកូន ដោយប្រើសម្ភារមានសំឡេង។ សកម្មភាពទាំងនេះនឹងជួយឱ្យកូន ឬកុមារមានការអភិវឌ្ឍ ការប្រាស្រ័យទាក់ទង មានភាពកក់ក្តៅ និងមានទំនុកចិត្តក្នុងការចូលរួមសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គម។ បច្ចុប្បន្នមាន សាលាពិសេសសម្រាប់ជួយកុមារដែលមានពិការភាពបែបនេះ ដូចជា អង្គការគ្រួសារថ្មី អង្គការម៉ារីណុល និងអង្គការ All Ears Cambodia ជាដើម។
- **ខ្សោយសតិបញ្ញា៖** គឺកើតមានតាមកម្រិត។ កុមារមួយចំនួនមានបញ្ហាខ្សោយសតិបញ្ញាប្រភេទស្រាល។ ពួកគាត់អាចទៅរៀនបានយ៉ាងហោចណាស់ បានចប់បឋមសិក្សា ហើយពួកគេក៏អាចមើលថែខ្លួនឯងបាន ដូចជាការស្លៀកពាក់ ងូតទឹក គេង និងហូបចុក ជាដើម។ មានកុមារមួយចំនួនទៀត មានបញ្ហាខ្សោយសតិបញ្ញាប្រភេទធ្ងន់ធ្ងរ។ ពួកគេមិនអាចមើលថែទាំខ្លួនឯងបាន មិនចេះនិយាយ ហើយត្រូវការអ្នក

ជួយមើលថែទាំជាពិសេស ដូចជា ការបន្ទោរបង់ ការបញ្ចុកអាហារ កាស្លៀកពាក់ និងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ល។កុមារទាំងនេះក៏ត្រូវការការការពារជាពិសេសថែមទៀត ពីការមិនអើពើ ឬការរំលោភបំពានផ្សេងៗ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចស្វែងរកសេវាការថែទាំកុមារប្រភេទនេះ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន ឬទៅទទួលសេវាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដែលមានទីតាំងនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជ័យជំនះ ខេត្តកណ្ដាល។

- **ខ្សោយកាយសម្បទា ឬរាងកាយ៖** កុមារមួយចំនួនទៀត មានសតិបញ្ញាធម្មតា ឬស្ទើរតែធម្មតា តែពួកគេមានបញ្ហាក្នុងការធ្វើចលនា ឬបន្លាស់ទី។ ពួកគេអាចដើរបានដោយមានការជួយ ឬឧបករណ៍ជំនួយ ដូចជា ឈើច្រត់ ឬរទេះរុញ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចស្វែងរកសេវាការថែទាំកុមារប្រភេទនេះ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន ឬទៅទទួលសេវាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដែលមានទីតាំងនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជ័យជំនះ ខេត្តកណ្ដាល។ មជ្ឈមណ្ឌលស្ដារនិតិសម្បទា បន្ទាយព្រាប ឬនៅគៀនឃ្លាំង ក្នុងរាជធានីភ្នំពេញ។
- **ពិការភ្នែក៖** មានតាមកម្រិតនៃពិការភាព ហើយកុមារទាំងនេះអាចមានសតិបញ្ញាធម្មតាដូចកុមារដទៃទៀតដែរ។ កុមារខ្លះអាចមើលឃើញដោយលំបាក (កម្សោយការមើល) ហើយកុមារមួយចំនួនទៀត មិនអាចមើលឃើញទាំងស្រុងទេ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចកត់សម្គាល់កូន ឬកុមារ ដែលមានបញ្ហាភ្នែកតាំងពីតូច តាមរយៈសកម្មភាពទារកដូចជា មិនសូវមានចលនា មិនងើបក មិនឈោងចាប់របស់របរលេង មិនលូន ឬវារ ទារកលេងកំសាន្តតិចតួច នៅតែម្នាក់ឯងច្រើន ឬមិនសូវបានចូលរួមសកម្មភាពសង្គមពេលគេមានវ័យធំឡើង។ ដូចនេះ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចជួយកូនឬកុមារ តាំងពីពួកគេនៅជាទារកដោយ ការលេង និយាយ និងចូលរួមសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ ឬនៅក្នុងសង្គម។ ពួកគេក៏ត្រូវការថែទាំ និងការគាំទ្រ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបន្ត ដូចខាងក្រោម៖

☞ តើកូន ឬកុមារមានភារកិច្ចអ្វីខ្លះ ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ទៅសាលារៀន ធ្វើកិច្ចការសាលា ជួយធ្វើការងារផ្ទះ អនាម័យខ្លួនប្រាណ លេង ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល លើកផ្ទាំងរូបភាព ដែលបង្ហាញអំពីភារកិច្ចកុមារ និងពន្យល់ពីអត្ថន័យ

ភារកិច្ចរបស់កូន ឬកុមារ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

កូន ឬកុមារ មានភារកិច្ចមួយចំនួន សម្រាប់ការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគេ។ ភារកិច្ចទាំងនោះរួមមាន៖

១. **អនាម័យខ្លួនប្រាណ៖** ដូចជា ងូតទឹកសំអាតខ្លួនបាន រស់នៅស្អាត (ហូបស្អាត ផឹកស្អាត បរិស្ថានស្អាត) ដែលអាចជួយឱ្យសុខភាពមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ។

២. **ដោះស្រាយទំនាស់៖** របៀបដោះស្រាយបញ្ហាដោយសន្តិវិធី ជៀសវាងពីការប្រើអំពើហិង្សាគ្រប់ប្រភេទតាមរយៈ ការស្តាប់ហេតុផល សួរសំណួរបញ្ជាក់ ស្វែងរក ឫសគល់នៃបញ្ហា មានការពិភាក្សា និងការចរចារជាដើម។

៣. **ថែទាំសុខភាព៖** ហាត់ប្រាណឱ្យបានទៀងទាត់ដូចជា ជិះកង់ លេងបាល់ ឬកីឡាផ្សេងៗ ទៀតតាមកម្រិតអាយុ ដែលអាចធ្វើបាន។

៤. **ស្តាប់ដំបូន្មានឪពុកម្តាយ៖** រៀនពីអ្វីដែលគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ និងនៅក្នុងសហគមន៍ ពិសេសរៀនពីគំរូល្អៗ និងស្តាប់ការទូន្មាន ប្រៀនប្រដៅរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។

៥. **រៀនសូត្រ៖** ការចូលរៀននៅសាលាមត្តេយ្យរហូតដល់កម្រិតមហាវិទ្យាល័យ បើសិនគាត់អាចមានលទ្ធភាព និងសមត្ថភាព។ កុមារធ្វើកិច្ចការសាលា អាន សួរ ឆ្លើយ ជាពិសេសកុមារមានទីកន្លែង និងពេលគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការៀនសូត្រនៅសាលារៀន និងជាមួយមិត្តភក្តិ។

៦. **អាហារូបត្ថម្ភ៖** ញ៉ាំឱ្យបានទៀងទាត់ និងគិតដល់អាហារទាំង៣ក្រុម (អាហារការពារ អាហារសាងសង់ និងអាហារថាមពល) និងអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព។

៧. **រៀនបំណិនជីវិត៖** គ្រប់គ្រងពេលវេលា និងលុយកាក់ រៀនពីរបាំខ្មែរ ចម្រៀង ឬសិល្បៈនានា ដាំដំណាំ ឬបន្លែ ការចិញ្ចឹមសត្វ ជំនាញក្នុងការទំនាក់ទំនង ឬការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ ជាដើម។ល។ ការជួយសម្រាលការងារផ្ទះ មិនប៉ះពាល់ដល់ការអភិវឌ្ឍរបស់កូន ឬកុមារទេ។ សកម្មភាពទាំងនោះ មានដូចជា ដាំស្ល ស្រោចផ្កា សំអាតផ្ទះ និងជួយ អ្នកជិតខាង មិត្តភក្តិ ឬអ្នកដែលត្រូវការជំនួយ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវពន្យល់ឱ្យច្បាស់ពីព្រំដែននៃការជួយដែលមិនមានការប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍនិងមានគ្រោះថ្នាក់ដល់កូន ឬកុមារ។

៨. **លេង៖** បង្កើននូវភាពរីករាយ និងមានសារៈសំខាន់ណាស់ចំពោះកូន ឬកុមារ។ ពួកគេ អាចស្វែងយល់ពីខ្លួនឯងព្រមទាំងពិភពនៅជុំវិញរបស់ពួកគេ។ ការលេងក៏ជួយឱ្យកូន ឬកុមារមានសមត្ថភាពក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហា ការសម្របសម្រួលខ្លួនទៅតាមស្ថានភាពទទួលស្គាល់អំពីការឈ្នះ និងចាញ់ ចេះរង់ចាំ និងចែករំលែក នូវអ្វីដែលកុមារមានជាមួយបងប្អូន មិត្តភក្តិ ឬអ្នកផ្សេងទៀត។

៩. **គេង៖** គេងឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ឧទាហរណ៍៖

- ទារកអាយុ ០-៣ ខែ ត្រូវគេង ១៤-១៧ ម៉ោង (អាចគេង ១១-១៩ ម៉ោង)
- ទារកអាយុ ៤-១១ ខែ ត្រូវគេង ១២-១៥ ម៉ោង (អាចគេង ១០-១៨ ម៉ោង)
- កូន ឬកុមារតូចអាយុ ១-២ ឆ្នាំ ត្រូវគេង ១១-១៤ ម៉ោង (អាចគេង ៩-១៦ ម៉ោង)
- កូន ឬកុមារតូចអាយុ ៣-៥ ឆ្នាំ ត្រូវគេង ១០-១៣ ម៉ោង (អាចគេង ៨-១៤ ម៉ោង)
- កូន ឬកុមារអាយុ ៦-១៣ ឆ្នាំ ត្រូវគេង ៩-១១ ម៉ោង (អាចគេង ៧-១២ ម៉ោង)
- កូន ឬកុមារអាយុ ១៤-១៧ ឆ្នាំ ត្រូវគេង ៨-១០ ម៉ោង (អាចគេង ៧-១១ ម៉ោង)

ភារកិច្ចផ្សេងទៀត មានដូចជា៖

- **ទំនាក់ទំនងនានាក្នុងសង្គម៖** ចូលរួមកម្មវិធីខ្លះៗជាមួយឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ សួរសុខទុក្ខសាច់ញាតិ អ្នកជិតខាង ការជួយសម្របសម្រួលចរាចរលើដងផ្លូវតាមសាលា ឬការចូលរួមប្រជុំផ្សព្វផ្សាយនានាតាមសហគមន៍ ជាដើម។
- **គោរពច្បាប់ និងសីលធម៌សង្គម៖** ពាក់មួកសុវត្ថិភាព ឬខ្សែក្រវ៉ាត់ពេលធ្វើដំណើរ គោរព ភ្លើងសញ្ញាចរាចរណ៍ មិនប្រព្រឹត្តអំពើលួចឆក់ប្លន់ ឬប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹង ឬគ្រឿងញៀន រួមទាំងការគោរព និងឱ្យតម្លៃដល់មនុស្សនៅជុំវិញខ្លួន។

ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា
(១០នាទី)

- អ្នកសម្របសម្រួលសួរទៅអ្នកចូលរួម បញ្ជាក់ថា តើពួកគាត់មានសំណួរ ចម្ងល់ ឬមានអ្វីចង់បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតទេ។ បើមាន សូមឆ្លើយតប បើអត់មានទេ សូមធ្វើការបញ្ចប់កិច្ចពិភាក្សា ដោយធ្វើការសង្ខេប

ថ្ងៃនេះយើងបានពិភាក្សាគ្នាអំពីកាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្តាយ និងភារកិច្ចរបស់កូន ឬកុមារ។ ដូចអ្វីដែលលោកអ្នកបានលើកឡើង និងការបង្ហាញរបស់អ្នកសម្របសម្រួល ហើយមានកាតព្វកិច្ចច្រើនណាស់ ដែលឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវបំពេញក្នុងការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារ និងទាមទារឱ្យមានការជួយគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមករវាងអ្នកពាក់ពន្ធ័។ ម្យ៉ាងទៀតយើងក៏អាចជ្រើសរើសនូវទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមកូន ដែលជួយដល់ការសម្រេចបាននូវគោលដៅរយៈពេលវែង ដោយមិនមានការរំពឹងការតមស្នងពីកូន ឬកុមារឱ្យមើលថៃ ឬចិញ្ចឹមឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំវិញឡើយ។ ចំណែកកូន ឬកុមារក៏មានភារកិច្ចដែលត្រូវធ្វើ ដើម្បីជួយដល់គ្រួសារ និងអភិវឌ្ឍខ្លួន។ ចំពោះកុមារដែលមានពិការភាពក៏មាន ភារកិច្ចផងដែរ ហើយភារកិច្ចទាំងនោះគឺអាស្រ័យទៅតាមលទ្ធភាព សមត្ថភាព និងប្រភេទនៃពិការភាពរបស់ពួកគេ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ យើងគួរចងចាំថា ភារកិច្ចទាំងអស់នោះមិនមានប៉ះពាល់ដល់សិទ្ធិ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កូន ឬកុមារឡើយ។

ង- ការអនុវត្ត (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុស ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួម គិតពីការចាប់ផ្តើមអនុវត្តនូវអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា។

☞ តើលោកអ្នកជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីជួយកូន ឬកុមាររបស់លោកអ្នកឱ្យមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អប្រសើរជាងមុន?

🗣 លើកទឹកចិត្តអ្នកចូលរួមឱ្យបានឆ្លើយ និងគិតទាំងអស់គ្នា។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបយោបល់ពួកគាត់ និងបន្ថែមគំនិតដូចជា ការចំណាយពេលជាមួយកូន ឬកុមារ ស្តាប់ពីអារម្មណ៍ តម្រូវការ និងលើកទឹកចិត្តឱ្យកូន ឬកុមារឱ្យបំពេញនូវភារកិច្ចរបស់ពួកគេ។ សម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាព ត្រូវការឱ្យឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមានភាពអត់ធ្មត់ និងព្យាយាមខ្ពស់ក្នុងការយកចិត្តទុកដាក់ចិញ្ចឹមបីបាច់ និងថែរក្សា។ ម្យ៉ាងវិញទៀត លោកអ្នកអាចស្វែងរកសេវាដែលជួយបង្ហាត់បង្រៀនកុមារដែលមានពិការភាព និងសេវាព្យាបាលដែលអាចឱ្យកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានប្រសើរជាង។

ច- បណ្តាំផ្ញើ

❖ លើកទឹកចិត្ត ឱ្យអ្នកចូលរួម ចាប់ផ្តើមធ្វើការកត់សម្គាល់ ពីអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឯង និង

❖ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវកាតព្វកិច្ចរបស់ខ្លួន ក្នុងការជួយគាំទ្រដល់កូន ឬកុមារ រួមទាំងកុមារដែលមានពិការភាពផងដែរ ដើម្បីឱ្យពួកគេមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ។

❖ ចុងបញ្ចប់សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកគាត់ ដែលបានមកចូលរួម។

ឧបសម្ព័ន្ធ

ជំនឿ និងការពិត នៃការចិញ្ចឹមកូននៅកម្ពុជា

លរ	ជំនឿ	ការពិត
១	ប្របាច់ក្រូចឆ្មារដាក់ភ្នែកទារកពេលទារកកើតភ្លាមដើម្បីបង្ការរោគ	ទឹកក្រូចឆ្មារគឺជាប្រភេទមួយនៃអាស៊ីត។ វាអាចធ្វើឱ្យរលាកភ្នែកទារកជាលទ្ធផលគឺវាបានបំផ្លាញភ្នែក និងអាចធ្វើឱ្យទារកខ្វាក់បាន
២	ដាក់ទឹកដោះ ឬទឹកនោមចូលភ្នែកពេលឈឺភ្នែក	ទឹកនោមមិនបង្ការជំងឺឆ្លងទេ ការពិតគឺវាអាចបង្កជាជំងឺឆ្លងបាន។ វាអាចមានគ្រោះថ្នាក់នៅពេលដែលដាក់ទឹកដោះទៅក្នុងភ្នែកទារក ប្រសិនបើភ្នែក ឈឺស្រាលគឺអាចជួយឱ្យជាបាន ប៉ុន្តែបើវាមិនធ្វើឱ្យភ្នែកស្រលះបានឆាប់រហ័សនោះទេ គឺត្រូវតែទៅជួបគ្រូពេទ្យ។
៣	មុជ ឬលាងស្រាបៀរពេលទារកកើត ដើម្បីធ្វើឱ្យស្បែកស្អាត	បែបនេះគឺមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ទារកទេ ប៉ុន្តែស្រាបៀរមានជាតិសុរា ហើយសុរាងាយស្ងួត ដូច្នេះវាធ្វើឱ្យស្បែករបស់ទារកស្ងួត ជាជាងធ្វើ ឱ្យស្បែកទារកស្អាត។
៤	ពន្លៃ ប្រេងកូឡា មេដំបែ ទំពាស្លឹកគ្រៃបក្លាមបិតបង្ហើយដើម្បីឱ្យបង្ហើយឆាប់រឹង	វាគ្រោះថ្នាក់ណាស់ក្នុងការដែលយកអ្វីមួយទៅត្រដុសបង្ហើយទារក។ បង្ហើយទារកទន់ណាស់ ហើយបើប៉ះវា គឺគួរប៉ះថ្នមៗ។ គ្មានអ្វីត្រូវយកមកបិតបង្ហើយទារកទេ គឺមានតែពេលវេលាប៉ុណ្ណោះ។ ឆ្អឹងនឹងលូតលាស់រឹងមាំនៅពេលទារកមានអាយុចន្លោះពី ៨ ទៅ ២៤ ខែ។ ប្រសិនបើបង្ហើយផតគឺវាជាសញ្ញាមួយនៃការខ្វះជាតិទឹក។ បើវាប៉ោង គឺជាសញ្ញា មួយនៃជំងឺឆ្លងចំពោះខួរក្បាល។ សូមពិគ្រោះជាមួយគ្រូពេទ្យ ប្រសិនបើរឿងបែបនេះ កើតឡើង។
៥	បៀមទឹកអ៊ុនៗទៅស្រូបបង្ហើយដើម្បីឱ្យ បង្ហើយឆាប់រឹង	
៦	ដាក់កាំបិតកន្ត្រៃលើក្បាលដើម្បីដេញ ខ្មោចព្រាយចេញ និងជួយឱ្យទារកឆាប់ គេងលក់	អ្វីៗដែលមុតស្រួចដាក់ក្បែរទារកគឺគ្រោះថ្នាក់ណាស់។ ទារកងាយនឹងរើ ហើយវត្ថុស្រួចៗងាយនឹងមុតពួកគេ។
៧	កាត់រោមភ្នែក ដើម្បីឱ្យបានរោមភ្នែកឆាប់ដុះបានវែងៗ	គ្រោះថ្នាក់ណាស់ក្នុងការដែលយកកន្ត្រៃស្រួចឬវត្ថុមុតស្រួចនានាទៅដាក់ជិតភ្នែកទារក។ ការកាត់រោមភ្នែកមិនធ្វើឱ្យរោមភ្នែកនោះវែង ឬស្អាតជាងមុននោះទេ។
៨	យកប្រេងកូឡា ឬម្រាមដៃទៅញីពងកូន ឬពាក់ក្រវិលឱ្យកូនពេលឃើញពងរបស់គេមិនស្មើគ្នា	ប្រេងកូឡាគឺសំរាប់ធ្វើឱ្យសាច់ដុំដែលចុករោយបានសំរាក និងធូរស្រាលពីការឈឺចាប់ មិនមែនសំរាប់គោលបំណងផ្សេងៗទៀតទេ។ វាមានជាតិយ៉ៃមហូ ដែលពុល និងជាតិហិរ។ វាបង្កើតឱ្យមានអារម្មណ៍ក្រហាយនៅលើស្បែក ដូច្នេះទារកនឹងឈឺក្នុងការដែលញីពងទារកជាមួយនឹងប្រេងកូឡា ព្រោះស្បែកនៅទីនេះទន់ណាស់។ ទារកអាចនឹងប៉ះវា និងយកដៃទៅញីភ្នែក ឬមាត់ដែលអាចបណ្តាលឱ្យមានអន្តរាយធ្ងន់ធ្ងរ។ វាមិនជួយឱ្យ ពងលូតលាស់ទេ ហើយការពាក់ក្រវិលក៏មិនជួយដែរ។
៩	លាបប្រេងកូឡា ឬប្រមាត់ជ្រូកនៅពោះដើម្បីបង្ការការឈឺពោះ	សូមមើលចម្លើយ ៨។ ការប្រើជាតិ យ៉ៃមហូ ច្រើនពេកពិតជាបង្កឱ្យមានជំងឺពោះវៀន ជាជាងការព្យាបាលពោះវៀន ចំណែកឯប្រមាត់ជ្រូកពោរពេញដោយមេរោគ (បាក់តេរី)។ សូមយកវាចេញឱ្យឆ្ងាយពីទារក បើមិនដូច្នេះទេ វាអាចបង្កឱ្យមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។
១០	ប្របាច់គ្រាប់ដោះចេញដើម្បីកុំឱ្យកូនស្រី និងកូនប្រុសមានដោះធំ	ការប្របាច់ដោះទារកគឺឈឺចាប់ណាស់ហើយព្រៃផ្សៃ និងអាចបង្ករោគ។ ដូច្នេះវាគ្រោះថ្នាក់។ ជាធម្មតាទារកជាច្រើននៅពេលដែលកើតមកមានវត្ថុរាវដូចទឹកដោះខ្លះៗបណ្តាលពីអកម៉ូនរបស់ម្តាយ។ វានឹងបាត់ដោយខ្លួនឯងនៅពីរបីថ្ងៃក្រោយមក។ ការប្របាច់នេះមិនបាន ផលអ្វីទៅលើការលូតលាស់ដោះរបស់ក្មេងប្រុស និងក្មេងស្រីនោះទេ។

១១	នៅពេលទារកទើបនឹងកើតញញឹម ពេលកំពុងគេងលក់ គឺត្រូវជេរ និង ស្រែក ដាក់ដើម្បីដេញពួកខ្មោច ព្រាយចេញ	ការជេរ និងស្រែកដាក់ទារកទើបនឹងកើត គឺធ្វើឱ្យទារកភ័យខ្លាចខ្លាំងណាស់ ហើយការធ្វើបែបនេះ គឺមានភាពព្រៃផ្សៃ និងអាចបណ្ដាលឱ្យពួកគេមានបញ្ហា ចំពោះការគេង។
១២	បិតសំបុកឆ្កែញាំង សំបុកពីងពាង ឬ អំបិលច្រិចបិទផ្ចិត	ការធ្វើបែបនេះគឺមានភាពគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់ ព្រោះផ្ចិតនៅពេលនេះជាមុខ របួសមួយដែលកំពុងផ្សះ។ "ទង្វើ" បែបនេះអាចបណ្ដាលឱ្យទារកមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ និងអាចស្លាប់បាន។
១៣	ពេលធ្មេញព្រៃបាក់បោះឡើង ឬ ចុះក្រោមដើម្បីឱ្យធ្មេញថ្មីដុះបានល្អ	មិនមានអន្តរាយអ្វីទេចំពោះការធ្វើបែបនេះ ហើយក៏មិនមានភស្តុតាងណា បញ្ជាក់ថាការធ្វើបែបនេះបានផលចំណេញដែរ។
១៤	អុចពោះពេលឈឺ	ក្នុងខណៈពេលដែល ប៉ុយ អាចជាថ្នាំដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពសម្រាប់បំបាត់ការឈឺ ចាប់ វាក៏គ្រោះថ្នាក់ផងដែរប្រសិនបើអ្នកដែលប្រើវាមិនមែនជាគ្រូពេទ្យឆ្លងកាត់ វគ្គបណ្ដុះបណ្ដាល។ វាងាយធ្វើឱ្យរលាកខ្លាំងដល់កុមារ។ សូមកុំប្រើវាដោយ គ្មានជំនួយពីគ្រូពេទ្យ។
១៥	ជួសពិសអាចម៍កុក ដើម្បីយក មេរោគ ចេញពីក្នុងពោះ	បែបនេះគឺគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់។ មានសសៃឈាមជាច្រើននៅនឹងដៃ។ ប្រសិនបើ សសៃឈាមត្រូវបានកាត់ផ្ដាច់ កុមារនឹងពិការអស់មួយជីវិត។ ប៉ារ៉ាស៊ីតនៅក្នុងពោះ មិនត្រូវបានព្យាបាលតាមរយៈការវះដៃនោះទេ។
១៦	មិនយកទារកចេញក្រៅផ្ទះ ពេល ទារកអាយុក្រោមប្រាំមួយខែ	ខ្យល់អាកាសបរិសុទ្ធ និងពន្លឺព្រះអាទិត្យបរិមាណតូចគឺល្អណាស់សម្រាប់ទារក។ មិនមានអ្វីចាំបាច់ត្រូវទុកទារកក្នុងផ្ទះនោះទេ។ ជាការពិតប្រសិនបើទុកនៅកន្លែង តូចចង្អៀត គឺកាន់តែ ងាយឈឺទៅវិញទេ។
១៧	កោសខ្យល់ប្រើប្រេងកាត ម្លូ ប្រេង កូឡា ប្រេងដូងដើម្បីព្យាបាលជំងឺ ផ្ដាសសាយ គ្រុន ឈឺក្បាល ឈឺ បំពង់ក ។ល។	មិនមានភស្តុតាងបែបវិទ្យាសាស្ត្រណាបង្ហាញថាការកោសខ្យល់មានប្រសិទ្ធិភាព ទេ។ ការកោសខ្យល់ឱ្យកុមារគឺឈឺចាប់ខ្លាំងណាស់ ព្រោះ ស្បែករបស់គេទន់ ហើយច្រើនដាច់ស្បែកពេលកោសដែលអាចធ្វើឱ្យឆ្លងរោគ។ ការកោសខ្យល់ ក៏នាំឱ្យរលាកស្បែក និងបង្កឱ្យឡើងសំពាធឈាម ដូច្នេះវាបង្កគ្រោះថ្នាក់ចំពោះ កុមារ។ ការប្រើប្រេងកាតកោសគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់ ព្រោះវាកាន់តែធ្វើឱ្យរលាក ស្បែកថែមទៀត ហើយចំហាយរបស់វាអាចបង្កជាជំងឺ និងអាចធ្វើឱ្យកុមារសន្លប់។
១៨	ផឹកទឹកដូងត្រាំជន្លេន អាចម៍ក្រៀម និង ឆ្អឹងខ្មោចនៅពេលក្ដៅខ្លួន ឬកើតកញ្ជ្រឹល	ការដែលឱ្យកុមារផឹកល្បាយនេះ គឺស្មើរតែបណ្ដាលឱ្យទារកឈឺ ខ្លាំងដោយសារ ក្នុងល្បាយនេះពោរពេញដោយបាក់តេរី។ ការដែលឱ្យល្បាយនេះទៅកុមារដែល ឈឺស្រាប់ផឹកនោះ គឺធ្វើឱ្យជំងឺគ្រុនក្ដៅរបស់គេ រឹងតែធ្ងន់ធ្ងរទៅទៀត ហើយកុមារ អាចនឹងស្លាប់ទៀតផង។ ការធ្វើបែបនេះគឺ មានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់។
១៩	កញ្ជ្រឹល-ថ្នាំត្រជាក់ (សំបកខ្យង ស្នែងក្របី ឬសឈើ) ត្រាំទឹកឱ្យ កុមារមុជ ឬជុសឱ្យកុមារផឹក	សូមមើលចម្លើយ ១៨។ ការដែលមុជល្បាយនេះមិនសូវគ្រោះថ្នាក់ ដូចការផឹកវាទេ ប៉ុន្តែក៏មិនត្រូវឱ្យទារក មុជវាដែរ ជាពិសេសនៅពេលណាដែលស្បែកទារកដាច់រហែក។ ទារកដែលកើត កញ្ជ្រឹលគួរត្រូវព្យាបាលដោយគ្រូពេទ្យ ព្រោះវាជាជំងឺមួយ គ្រោះថ្នាក់ដែលឥឡូវ នេះមានវ៉ាក់សាំងការពារហើយ។
២០	ចងខ្សែសីម៉ា ពាក់ខ្នង កូនសោ នៅក កុំឱ្យកូនកាច និងកើតជំងឺ	ខ្សែសីម៉ាពាក់នៅដៃមិនបណ្ដាលឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីទេដល់កុមារ បើ ខ្សែនេះមិន កខ្វក់ ហើយកុមារមិនជញ្ជក់វាទេនោះ ខ្សែសីម៉ា ដែលចងជាមួយកូនសោពាក់ នៅក គឺ មានគ្រោះថ្នាក់ព្រោះ កុមារអាចលេបខ្សែក ឬកូនសោ ដែលអាចធ្វើឱ្យ ស្ទះខ្យល់បានយ៉ាងងាយ។ មិនមានភស្តុតាង ណាបញ្ជាក់ថាវិធីទាំងនេះអាចបង្ការ ជំងឺបាននោះទេ។

២១	ធ្វើខ្សែដៃដោយភ្ជាប់ក្ដៅខ្មៅ ឆ្អើរឱ្យទារកពាក់ ដើម្បីការពារកុំឱ្យកូនយំ និងកាច ។	សូមមើលចម្លើយ ២០។ ប្រសិនបើទារកដាក់វាចូលក្នុងមាត់ នោះគេនឹងអាចឈឺធ្ងន់ដោយសារតែសាច់ដែលរលួយ នោះ ពោរពេញទៅដោយមេរោគ (បាក់តេរី)។ ដូច្នេះហើយវាមានគ្រោះថ្នាក់ណាស់។ ហើយវាមិនបានការពារឬរារាំងទារកមិនឱ្យយំច្រើន ឬទារកកាចនោះទេ។
២២	ពេកកូនឈឺទៅបញ្ជាន់គ្រូ មើលគ្រូ ឬសែនព្រេន	មិនមានភស្តុតាងណាបញ្ជាក់ថាវិធីទាំងនេះបានផលនោះទេ ហើយវិធីទាំងនេះក៍មិនបណ្ដាលឱ្យមានអន្តរាយអ្វីដែរ។ ប្រសិនបើគ្រូមិនប្រើសកម្មភាពអ្វីដែលគ្រោះថ្នាក់ ឬធ្វើឱ្យកុមារភ័យខ្លាចទេនោះ។
៣៤	រៀបសង្ហា - យកវាមកបបរឱ្យកូនហូប	ទារកទើបនឹងកើតមិនគួរឱ្យអ្វីញ៉ាំក្រៅតែពីទឹកដោះម្ដាយនោះទេ។ អ្នកខ្លះជឿថា ប្រសិន បើម្ដាយបរិភោគសុកគឺល្អសម្រាប់ខ្លួនគាត់។ មិនមាន ភស្តុតាងអ្វីពន្យល់ថានេះជាការពិតនោះទេ ប៉ុន្តែការធ្វើបែបនេះក៍មិនមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីដែរ។ ប៉ុន្តែការដែលឱ្យទារកញ៉ាំវាអាចឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់។
២៤	ទារកទើបកើតមិនគួរឱ្យអ្វីញ៉ាំទេ ត្រូវចាំរហូតទឹកដោះម្ដាយចេញ។ មិនត្រូវឱ្យកូនបៅទឹកដោះព្រៃ ឬ ទឹកដោះដំបូង (ទឹកពណ៌លឿងដែលចេញពីចុងដោះរបស់ម្ដាយលើកដំបូង) នោះទេ	ទឹកដោះដំបូងគឺល្អខ្លាំងណាស់សម្រាប់ទារក ហើយវាផ្ដល់អាហារចិញ្ចឹមសំខាន់សំរាប់រយៈពេល ពីរបីថ្ងៃដំបូងនៃជីវិត បើមិនបានញ៉ាំវាទេទារក អាចស្រកទំងន់រហូតដល់កម្រិតគ្រោះថ្នាក់មួយ។ វាក៏ផ្ដល់ផងដែលនូវការការពារដ៏សំខាន់ប្រឆាំងនិងជំងឺឆ្លង រហូតទាល់តែទារកមាន អាយុច្រើនគ្រប់គ្រាន់ដែលអាចទទួលថ្នាំបង្ការជំងឺបាន។ បើសិនពុំបានបៅវាទេ ទារកមាន ឱកាសខ្ពស់ក្នុងការឆ្លងជំងឺ ដូចជា ខាន់ស្លាក់ គ្រុនស្វិតដៃ ជើង និងក្អកមាន់។ ម្ដាយគួរ ឱ្យកូនរបស់ខ្លួនបៅឱ្យបានភ្លាមៗ ក្រោយពីកូនកើត
២៥	ក្មេងកើតថ្ងៃសៅរ៍ត្រូវរៀបសែនព្រេង ព្រោះក្មេងងាយឈឺ (ក្មេងកើតថ្ងៃអង្គារ ច្រើនរឹងរូស)	មិនមានភស្តុតាងណាបញ្ជាក់ជំនឿនេះពិតទេ។ ប៉ុន្តែសកម្មភាពនេះមិនគ្រោះថ្នាក់ដល់កុមារទេ ប្រសិនបើឪពុកម្ដាយ និងគ្រួសារមិនជឿខ្លាំង រហូតដល់ប្រព្រឹត្តដាក់កូន ដូចជារបស់គ្មានតម្លៃទេនោះ។
២៦	កុមារចេះដើរមុនខួបគឺមិនល្អ ឬចាប់កុមារកុំឱ្យដើរមុនខួប	តាមធម្មតាកុមារចេះដើរទៅតាមពេលវេលារបស់ខ្លួន ប្រសិនបើគេមិនត្រូវបានបង្ខំឱ្យឈរ ឬឱ្យប្រើឧបករណ៍ជំនួយការដើរឆាប់ទេនោះ។ វាជារឿងធម្មតាទេដែលកុមារចេះដើរក្នុងអាយុចន្លោះពី១០ ទៅ ១៨ ខែ។ មិនគួរបង្ខំឱ្យកុមាររៀនដើរទេ ប៉ុន្តែក៏មិនគួរចាប់គេមិនឱ្យដើរដែរ។
២៧	ធ្វើពុតជាលក់កូនទៅឱ្យអ្នកដទៃ បន្ទាប់មក ឪពុកម្ដាយទៅទិញកូននោះមកវិញ ដោយសារយើងពិបាកចិញ្ចឹមគេពេក	ជំនឿនេះមិនមែនជាការពិតទេ។ សកម្មភាពនេះមិនមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីទេ។ ប៉ុន្តែប្រសិនបើកុមារដឹងរឿងនេះនៅពេលក្រោយមក ពួកគេនឹងគិតថា ខ្លួនត្រូវបានគេ "លក់"។
២៨	រៀបការឱ្យកូនពេលបានកូនភ្លោះ ប្រុស មួយ ស្រីមួយ ព្រោះកាលពីជាតិមុន ពួកគេជាប្ដីប្រពន្ធនឹងគ្នា	ប្រសិនបើពិធីនេះសាមញ្ញនោះមិនមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីទេ។ ប៉ុន្តែប្រសិនបើជំនឿនេះត្រូវបានជឿលើសនេះថែមទៀតនោះ វាអាចនាំទៅរកអំពើស្មុនការដែលធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។
២៩	ពេលមានផ្ទៃពោះ ញ៉ាំពងក្ងាន ព្រោះវាធ្វើឱ្យកូនកើតមកឆ្លាត	មិនមានអ្វីដែលជួយម្ដាយមានផ្ទៃពោះ ញ៉ាំទៅជួយឱ្យកូនកាន់តែឆ្លាតនោះទេ។ ការញ៉ាំអាហារឱ្យមានតុល្យភាពល្អ គឺធានាឱ្យទារកមានសុខភាពល្អបាន។ ស៊ុតគឺជាប្រភេទអាហារមួយសំបូរប្រូតេអ៊ីន មិនថាស៊ុត មាន់ ទា ឬក្ងាននោះទេ។

៣០	ផឹកថ្នាំខ្មែរដើម្បីឱ្យងាយស្រួលក្នុងការសម្រាល និង ផឹកស្រាថ្នាំក្រោយពេលសម្រាល	នៅពេលមានផ្ទៃពោះ ស្ត្រីមិនគួរញ៉ាំ ឬផឹកអ្វីដែលមិនដឹងថាខាងក្នុងវាមានអ្វីខ្លះនោះទេ។ ចំពោះថ្នាំបុរាណ អាចផឹកបានលុះត្រាតែគ្រូពេទ្យឱ្យផឹក បើមិនដូច្នេះទេគួរតែជៀសវាងឱ្យបាន។ គ្រោះថ្នាក់នៃការហូបស្រាក្នុងកំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ និងនៅពេលបំបៅដោះកូនត្រូវបានគេសិក្សាយ៉ាងច្បាស់លាស់។ ការធ្វើបែបនេះអាចបណ្ដាលឱ្យខូចខួរក្បាលកុមារ និងធ្វើឱ្យឡើងសម្ពាធឈាមរបស់ម្ដាយ។
៣១	កុំញ៉ាំច្រើនកំពុងពេលមានផ្ទៃពោះ	ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះគួរបរិភោគអាហារដែលមានសារជាតិចិញ្ចឹមឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់។ គាត់មិនគួរកាត់បន្ថយការបរិភោគចំណីអាហាររបស់ខ្លួនទេ បើមិនដូច្នេះទេវាអាចបណ្ដាលឱ្យមានការខ្វះជីវជាតិចំពោះខ្លួនគាត់ និងកូនគាត់។ ហើយគាត់ក៏មិនគួរបរិភោគអាហារច្រើនពេកនោះដែរ។
៣២	ពេលកើតកូន ម្ដាយត្រូវផឹកទឹកនោម ជាមួយម្រេច	ការផឹកទឹកនោមអាចមានគ្រោះថ្នាក់ ព្រោះវាជាសារធាតុបញ្ចេញចោល និងអាចផ្ទុកជាតិពី និងជាតិអំបិលកម្រិតខ្ពស់ដែលអាចបំផ្លាញតម្រងនោម និងវាអាចផ្ទុកនូវបាក់តេរី ប្រសិនបើ វាជាទឹកនោមរបស់ខ្លួនគាត់ ហើយគាត់ផឹកវា ដោយលាយជាមួយទឹកសុទ្ធបន្ទាប់ពីគាត់នោមភ្លាមៗ គឺឱកាសនៃគ្រោះថ្នាក់មានតិចតួច។ ទឹកនោមមិនអាចព្យាបាលជំងឺបានទេ។
៣៣	យកទឹកនោមកូន ជូតអណ្ដាតពួកគេដើម្បីកុំឱ្យកើតច្រាំង	
៣៤	ក្មេងចាំជាតិត្រូវហូបពងមាន់	ការជឿលើការចាប់ជាតិឡើងវិញ គឺមិនគ្រោះថ្នាក់ចំពោះអ្នកណាម្នាក់ទេ។
៣៥	ពេលមានផ្ទៃពោះកុំឱ្យឈោងខ្ពស់ ឬលើករបស់ធ្ងន់ ឬពិបាកចិត្ត និង មិនហូបម្ហូបហិល	អនុសាសន៍ទាំងនេះ មានមូលដ្ឋានពិតប្រាកដ ផ្អែកតាមការសិក្សាស្រាវជ្រាវលក្ខណៈវិទ្យាសាស្ត្រ និង ត្រឹមត្រូវ។ ការចាក់ថ្នាំការពារ ពិនិត្យផ្ទៃពោះ ហូបវិតាមីនបន្ថែម និងពិភាក្សាជាមួយពេទ្យដើម្បីឱ្យកូនមានសុខភាពល្អ។
៣៦	ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ត្រូវរស់នៅក្នុងបរិយាកាសល្អ រីករាយ និងមានផាសុខភាពក្នុងគ្រួសារ	ប្រសិនបើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះមានអារម្មណ៍សុវត្ថិភាព និងរីករាយ នោះនាងនឹងមិនសូវមានការតានតឹងចិត្ត ដូច្នេះអ្នកមានផ្ទៃពោះ និងកូនមានសុខភាពល្អ។
៣៧	ពេលម្ដាយមានផ្ទៃពោះត្រូវមើលរូបស្អាត និយាយពាក្យល្អៗ ឬ និទានរឿង ឱ្យកូននៅក្នុងផ្ទៃស្ដាប់	ការសិក្សាស្រាវជ្រាវបានបង្ហាញថា ទារកដែលនៅក្នុងផ្ទៃអាចស្ដាប់លឺ ប៉ុន្តែមិនយល់អត្ថន័យនៃពាក្យនោះទេ។ ហើយអាចទទួលអារម្មណ៍តាមរយៈផ្លូវចិត្តរបស់ម្ដាយ។ ដូច្នេះការនិយាយដោយទន់ភ្លន់ និងដោយស្ងប់ស្ងៀម ប្រាកដជាជួយទាំងម្ដាយ និងទារក ។
៣៨	ពេលមានផ្ទៃពោះកុំស្ដាប់គេនិយាយ ពាក្យអាក្រក់ៗ កុំមើលរូបភាពអាក្រក់ ឬរឿងខ្មោច កុំឱ្យចូលរួមបុណ្យសព ហែរអ្នកតា ព្រោះវាជារឿងសំណាងអាក្រក់	សូមមើលព័ត៌មាន ៣៧
៣៩	កុំឱ្យអង្គុយមាត់ជណ្ដើរខ្លាចពិបាកកើតកូន	ការដែរម្ដាយមានលទ្ធភាពក្នុងការអង្គុយចោងហោងនោះ វានឹងអាចជួយឱ្យការសម្រាលកូនបានងាយស្រួល។ ដូច្នេះវាពុំមានការពិតទេនៅក្នុងជំនឿនេះ។
៤០	ពេលស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ទៅទិញឥវ៉ាន់មុនគេ (កៅឆាយ) ត្រូវដុតក្រដាសដើម្បីបណ្ដេញចង្រៃចេញ	ការជឿបែបនេះគឺមានការរើសអើងចំពោះស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងធ្វើឱ្យមានការរំខានដល់ចិត្ត និងការស្ងប់ស្ងាត់ដែលត្រូវការចាំបាច់សម្រាប់ឱ្យស្ត្រី និងទារកមានសុខភាពល្អ ។
៤១	នៅពេលកើតមក ធ្វើឱ្យក្នុងគ្រួសារមានបញ្ហាច្រើនគឺជា កូនចង្រៃ	ទារកទើបនឹងកើតដែលមានសុខភាពល្អ ជាទូទៅត្រូវបានគេស្វាគមន៍ឱ្យចូលមកនៅក្នុងគ្រួសារ ហើយចាត់ទុកថានេះជាពរជ័យទៅវិញទេ ទោះបីជាមានរឿងហេតុការអ្វីកើតឡើងក៏ដោយ។

៤២	កូនស្រីដូចប្រហុក កូនប្រុសដូចមាស ទឹកដប់	ពាក្យស្លោកណាដែលបែងចែកអំពីភេទ ដោយភាពអវិជ្ជមាន នោះវានឹងធ្វើ ឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ផ្នែកផ្លូវចិត្តរបស់កុមារ ដោយសារតែការរើសអើង និង លទ្ធផលនៃការបែងចែកនោះ ។
៤៣	កូនប្រុសហួចលើផ្ទះ មិនល្អ	សូមមើលចម្លើយ ៤២
៤៤	កូនស្រីបង្វិលចង្ក្រានមិនជុំ	សូមមើលចម្លើយ ៤២។ កូនស្រីមានលទ្ធភាពធ្វើការងារជាច្រើនទៀត ជាជាងធ្វើតែការងារនៅចង្ក្រានបាយ ហើយកូនប្រុសក៏មានលទ្ធភាពធ្វើការងារនៅចង្ក្រានបាយដែរ។
៤៥	កូនប្រុសត្រូវតែក្លាហាន មិនត្រូវស្រក់ ទឹកភ្នែក	សូមមើលចម្លើយ ៤២ ។ កូនប្រុសក៏មានអារម្មណ៍ដូចគ្នាទៅនឹងកូនស្រីដែរ ដូច្នេះ កូនប្រុសគួតែត្រូវបានគេលើកទឹកចិត្តឱ្យបញ្ចេញអារម្មណ៍ទាំងនោះ។
៤៦	កូនស្រីកុំដើរ ឬនិយាយខ្លាំងៗ ព្រោះវាអត់ល្អទេ	សូមមើលចម្លើយ ៤២។ ការដាក់កម្រិតដូច្នេះលើស្ត្រីគឺជា ការពង្រឹងនូវការវាយតម្លៃទូទៅរបស់សង្គម ភាពអាម៉ាស និងការរើសអើង។
៤៧	ក្មេងប្រុសអៀនច្រើនហៅថា អាញី អាខ្ទើយ ខ្ទរ	សូមមើលចម្លើយ ៤២។ អត្តចរិតជាលក្ខណៈជីវសាស្ត្រ ។ មនុស្សទាំងពីរភេទអាចមានលក្ខណៈអៀនដូចគ្នា ។ វាមិនមែនមានន័យថាគេខ្ទើយ រួមភេទដូចគ្នានោះទេ ។
៤៨	ក្មេងប្រុសត្រូវលេងរបស់ប្រុស ក្មេងស្រីត្រូវលេងរបស់ស្រី	សូមមើលចម្លើយ ៤២ ។ គំនិតដែលថា "របស់លេងនេះសម្រាប់ក្មេងប្រុស" គឺជាគំនិតមួយដែលកំណត់ឡើងដោយសង្គម។ កុមារគ្រប់រូបគួរតែផ្តល់ឱកាស និងលើកទឹកចិត្ត លេងរបស់លេងគ្រប់ប្រភេទមិនថាសម្រាប់ក្មេងប្រុស ឬក្មេងស្រីនោះទេ។ កុមារកើតមកគឺមានចំនង់ ផ្លូវភេទរួចទៅហើយ អំពីថាតើគេស្រឡាញ់ភេទដូចគ្នាឬខុសគ្នានោះ ។ ពុំមានការទាក់ទងរវាងការចូលចិត្តភេទដូចគ្នាជាមួយនឹងរបស់ដែលកុមារលេងនោះទេ។
៤៩	ក្មេងស្រីត្រូវធ្វើការងារផ្ទះ ប្រុសធ្វើការងារប្រុស ដូចជាស្រែចំការជាដើម ។	សូមមើលចម្លើយ ៤២ ។ ការកំណត់ឱ្យមនុស្សធ្វើការ ទៅតាមតួនាទីយេនឌ័រដែលកំណត់ដោយសង្គមនោះ គឺបានកម្រិតពីបទពិសោធន៍របស់គេ ហើយនិងលើកទឹកចិត្ត ឱ្យមានការរើសអើង។
៥០	កូនស្រីហួចចង្រៃ ហើយបើច្រៀងនៅក្នុងចង្ក្រាននឹងបានប្តីចាស់	សូមមើលចម្លើយ ៤២។
៥១	ក្មេងប្រុសស្រាតក៏មិនអីដែរ កុំឱ្យតែស្រី	កុមារទាំងពីរភេទ ចូលចិត្ត និងសប្បាយរីករាយនឹងសេរីភាពក្នុងការរត់ដោយមិនមានសំលៀកបំពាក់ឱ្យតែគេនៅក្នុង បរិស្ថានមួយដែលមានសុវត្ថិភាព និងមានអ្នកថែទាំដែលគួរឱ្យជឿទុកចិត្តបាន សកម្មភាពនេះ គឺធ្វើឱ្យគេសប្បាយ និងមានសុខភាពល្អ។
៥២	ក្មេងស្រីមានរូបរាងនៃប្រដាប់ភេទផ្សេងៗគ្នា ហើយគេមានសំណាង ឬអត់សំណាង (តណ្ហាក្រាស់) គឺអាស្រ័យទៅ លើរូបរាងនៃប្រដាប់ភេទទាំងនោះ	ពុំមានភស្តុតាងណាដែលអះអាងនូវជំនឿទាំងនេះទេ។ វាមិនមានគ្រោះថ្នាក់ដល់កុមារទេ បើសិនជាពុំមានការរំពឹងទុកឱ្យកុមារីនោះបានដូចអ្វី (វាសនា) ដែលគេទស្សទាយនោះទេ។ តែការធ្វើនេះអាចឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ផ្លូវចិត្តរបស់កុមារ ហើយវាជាការសំខាន់ណាស់ក្នុង ការដែលយើងមិនត្រូវបញ្ចេញប្រដាប់ភេទរបស់កុមារដោយគ្មានការចាំបាច់នោះឡើង ដូចជាអ្វីដែលបានធ្វើនៅក្នុងជំនឿនេះជាដើម។
៥៣	ការលេងប្រដាប់ភេទរបស់កុមារជាពិសេសកុមារា គឺជាសញ្ញានៃការបង្ហាញ ការស្រឡាញ់ជិតស្និត	គ្រោះថ្នាក់ចំពោះសកម្មភាពនេះគឺថា កុមារគិតថាការធ្វើនេះជាអកប្បកិរិយាធម្មតា ហើយមិនអាចមានលទ្ធភាពក្នុងការបែងចែកបានទេនៅពេលដែលមានការរំលោភបំពានកើតឡើង។ ហើយវាក៏បង្កឱ្យជនល្មើសមានលេសក្នុងការរំលោភបំពានផងដែរ។

៥៤	ការឱ្យក្មេងលេងទឹកភ្លៀង ឬលេងដី គឺធ្វើឱ្យគេស៊ាំនិងជំងឺ និងមិនចាញ់ជំងឺ	ការលេងនៅក្រៅផ្ទះគឺធ្វើឱ្យកុមារមានសុខភាពល្អ។ ក៏ប៉ុន្តែការដែលឱ្យកុមារនៅហាលភ្លៀង និងមានធូលីច្រើនហួសហេតុពេកអាចនាំឱ្យមានជំងឺបាន ។
៥៥	ឱ្យក្មេងរៀន កុំឱ្យវាលេង ព្រោះគ្មានប្រយោជន៍	កុមារមានសិទ្ធក្នុងការលេង (អនុសញ្ញាអង្គការសហប្រជាជាតិស្តីពីសិទ្ធកុមារ)។ កុមារត្រូវការលេង។ ការលេងវាសំខាន់ណាស់សម្រាប់ការរៀនរបស់គេ។ ការលេងគឺជារបៀបដែលកុមាររៀន។
៥៦	ការបន្លាចក្មេង ដើម្បីកុំឱ្យពួកគេទៅកន្លែងណាមួយ	ការបន្លាចកុមារទោះជាមានហេតុផលអ្វីក៏ដោយ វាគឺជាការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្តដល់កុមារ។យើងអាចបង្រៀនកុមារឱ្យនៅឆ្ងាយពីអ្វីៗដែលមិនមានសុវត្ថិភាពបានដោយមិនចាំបាច់ ប្រើប្រាស់វិធីបំភ័យនេះឡើយ ។
៥៧	បង្រៀនឱ្យក្មេងមិនទទួលយកការបរាជ័យ ដែលនាំឱ្យអាម៉ាស់ដល់គ្រួសារ	កុមារត្រូវការលើកទឹកចិត្ត មិនមែនការធ្វើឱ្យអាម៉ាស់ ឬការស្តីបន្ទោសនោះទេ ព្រោះ វានាំឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ផ្លូវចិត្តរបស់កុមារ។
៥៨	និយាយថា កូនឆ្លាត កូនល្អ កូននាំសំណាង ឱ្យឪពុកម្តាយ	ជំនឿនេះគឺមានន័យថាកុមារដែលមិនសូវឆ្លាតនឹងមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនត្រូវបានគេមិនរាប់រក ឬគិតថា ខ្លួនជាមនុស្សអន់។ កុមារមានលទ្ធភាពក្នុងការធ្វើអ្វីឱ្យបានសម្រេចដោយល្អបំផុស និងដោយអស់ពីសមត្ថភាពរបស់គេនោះ លុះត្រាតែពួកគេត្រូវបានគេលើកទឹកចិត្ត និងមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនត្រូវបានគេស្រឡាញ់ ។
៥៩	ត្រូវមានមេត្តាករុណាចំពោះកូន និង ផ្តល់ឱកាសឱ្យកូន	ជំនឿនេះត្រូវជាមួយនឹងភស្តុតាងបែបវិទ្យាសាស្ត្រ អំពីការចិញ្ចឹមកូនឱ្យមានសុខភាពល្អ និងសប្បាយរីករាយ ។
៦០	ត្រូវស្វែងយល់ពីអារម្មណ៍របស់កូនពេល គាត់ត្រូវការអ្វីមួយ?	សូមមើលចម្លើយ ៦០។
៦១	ត្រូវមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់លេង និងនៅជាមួយកូន ដើម្បីផ្តល់ភាព កក់ក្តៅ	សូមមើលចម្លើយ ៦០។
៦២	ថែទាំ ការពារ និងយកចិត្តទុកដាក់ពេលកូនឈឺ ជួយបង្រៀន និងអប់រំកូន	សូមមើលចម្លើយ ៦០។
៦៣	កុមារជាទំពាំងស្នងឬស្សី	កុមារគឺជាអនាគតរបស់យើង ហើយគេនិងជំនួសឱ្យមនុស្សធំទៅថ្ងៃក្រោយ
៦៤	ក្មេងត្រូវតែគោរព និងធ្វើតាមចាស់ទុំ	បើសិនជាយើងរំពឹងឱ្យកុមារគោរព និងធ្វើអ្វីៗ តាមយើងនោះ យើងត្រូវតែគោរពគេ និងស្តាប់ពួកគេសិន ហើយត្រូវសម្តែងអាកប្បកិរិយាគោរពដែលជាគំរូសំរាប់គេ។
៦៥	ពត់ដែកទាន់នៅក្តៅ ប្រដៅកូនចៅទាន់នៅក្មេង	កុមាររៀនតាំងតែពីគេនៅក្មេងមកម្ល៉េះ។ ប្រសិនបើយើង ប្រព្រឹត្តដាក់គេដោយភាពយុត្តិធម៌ ភាពកក់ក្តៅ និងផ្តល់នូវការណែនាំដល់គេតាំងតែពីគេនៅក្មេងនោះ គេនិងរៀន ធ្វើនូវអាកប្បកិរិយាដែលសមរម្យទាំងនោះ។ ហើយប្រសិនបើយើង ប្រព្រឹត្តដាក់គេដោយភាពកាចសាហាវ មិនយុត្តិធម៌ នោះគេនិងរៀនក្លាយទៅជាកាចសាហាវ ហើយវានិងមានការលំបាកក្នុងការបង្រៀនគេនូវអាកប្បកិរិយាសមរម្យនៅពេលដែលគេកាន់តែធំ ។
៦៦	ក្មេងទាល់តែប្រើធម៌ក្តៅ ដើម្បីប្រអប់រំ និងប្រដៅពួកគេ (ប្រើហឹង្សាដូចជា វាយដំ គំរាមកំហែង ស្រែកសំឡុត ជេរ ស្តីបន្ទោស។)	នេះមិនមែនជាការប្រដៅទេ វាជាការរំលោភបំពាន។ កុមារនឹងទទួលរងគ្រោះទាំងផ្នែក ផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្តដោយសារការប្រើនូវវិធីសាស្ត្រនេះ។

៦៧	វិធីសាស្ត្រដែលល្អក្នុងការកែប្រែកុមារ គឺ វាយ ស្តី បន្ទោស ជេរ	សូមមើលចម្លើយ ៦៦ និង ៦៧។
៦៨	ក្មេងកុំតបតជាមួយមនុស្សចាស់ ត្រូវតែស្តាប់មនុស្សចាស់ ។	កុមារមានសិទ្ធិក្នុងការបញ្ចេញមតិ ចូលរួម និង ការទទួលបានព័ត៌មាន (អនុសញ្ញា អង្គការសហប្រជាជាតិស្តីពីសិទ្ធិកុមារ) ដូច្នេះប្រសិនបើមនុស្សធំលើកទឹកចិត្តកុមារឱ្យសួរសំនួរ ហើយស្តាប់យោបល់កុមារ នោះកុមារនឹងលូតលាស់ទៅជាមនុស្សដែលមានអារម្មណ៍ល្អចំពោះខ្លួនឯង និងមានសុខភាពល្អទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ។
៦៩	ក្មេងមិនត្រូវសួរ ឆ្ងល់ ឬកុំចង់ដឹងច្រើនពេកទេ	សូមមើលចំលើយ ៦៩។
៧០	ក្មេងមិនសូវចេះឈឺចាប់ទេ ដឹងតែពីស៊ី (មិនដឹងខ្យល់អីទេ)	កុមារមានអារម្មណ៍ឈឺចាប់ និងអារម្មណ៍ផ្សេងទៀតដូចមនុស្សចាស់ដែរ។ ហើយអារម្មណ៍ទាំងនោះគួរតែត្រូវបានគេទទួលស្គាល់ ដើម្បីឱ្យគេមានសុខភាពផ្លូវចិត្តល្អ ។
៧១	ក្មេងល្ងង់មិនសូវគិតជ្រៅទេ	ការដែលលាបពណ៌ឱ្យកុមារថាជាក្មេងល្ងង់នោះគឺជាការ រំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត ។
៧២	ក្មេងមិនត្រូវដឹងរឿងរបស់មនុស្សចាស់ទេ	ខណៈពេលដែលមានរឿងខ្លះដែលមនុស្សធំពិភាក្សាអាចហួសពីសមត្ថភាពយល់ដឹងរបស់កុមារ ឬក៏អាចធ្វើឱ្យគេមិនសប្បាយចិត្តដោយគ្មានការចាំបាច់នោះ កុមារចូលចិត្តឱ្យគេបញ្ចូលខ្លួនទៅក្នុងការពិភាក្សារបស់ក្រុមគ្រួសារ និងគេអាចរៀនបានតាមរយៈការធ្វើដូច្នេះ។
៧៣	កុំសរសើរក្មេងនាំឱ្យពួកគេបានចិត្ត	កុមារត្រូវការការលើកទឹកចិត្តដើម្បីឱ្យពួកគេមានការអភិវឌ្ឍនូវការឱ្យតម្លៃខ្លួនឯងបានល្អ។
៧៤	និយាយឱ្យកុមារឈឺចាប់ដើម្បីឱ្យកុមារខំប្រឹង (ជេរ ស្តី បន្តុះបង្អាប់ ឬប្រៀបធៀប)	ការបន្តុះបង្អាប់ ធ្វើឱ្យទាបថោកគឺជាទម្រង់មួយនៃការ រំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត ហើយវាក៏មិនធ្វើឱ្យកុមារខំប្រឹងនោះទេ ផ្ទុយទៅវិញគឺវាធ្វើឱ្យកុមារបាក់ទឹកចិត្ត និងបំផ្លាញនូវការឱ្យតម្លៃខ្លួនរបស់ពួកគេ។
៧៥	ទុកក្មេងឱ្យនៅចោល ដោយមិនយកចិត្តទុកដាក់ ដើម្បីឱ្យគេកែអាកប្បកិរិយារបស់គេ	នេះគឺជាទម្រង់មួយនៃការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត។ មានពេលខ្លះមានប្រយោជន៍ក្នុងការមិនអើពើចំពោះ អាកប្បកិរិយា មួយចំនួនដូចជា ការយំឡាំប៉ាជាដើម។ តែការមិនយកចិត្តទុកដាក់ និងការមិនផ្តល់ក្តីស្រឡាញ់ស្និតស្នាលគឺធ្វើឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់កុមារ។
៧៦	ពេលកុមារជួបការពិបាក កុំជួយវា ដើម្បីឱ្យក្មេងមានភាពរឹងមាំ	កុមារត្រូវការការណែនាំ។ កុមារអាចរៀនដោះស្រាយបញ្ហាដោយខ្លួនឯងបានលុះត្រាតែពួក គេត្រូវបានគេបង្រៀនអំពីវិធីដោះស្រាយបញ្ហា តាំងពីពេលគេនៅពីក្មេងមក។
៧៧	ពេលក្មេងរពិស ថាក្មេងមិនល្អ (បំផ្លាញ)	កុមាររៀនតាមរយៈការស្វែងយល់ និងការលេង។ នេះជាសកម្មភាពធម្មតា ដែលនាំឱ្យកុមារមានសុខភាព ទាំងផ្លូវកាយ និងចិត្ត។
៧៨	ត្រូវមានហេតុផល មុនពេលវាយកូន	មនុស្សធំមិនត្រូវវាយកុមារឡើយទោះជាមានហេតុផលអ្វីក៏ដោយ។ ការវាយកុមារគឺជាទម្រង់មួយនៃការរំលោភបំពាន

៧៩	គ្រប់គ្រងអាកប្បកិរិយាមិនល្អដោយការដាក់ទណ្ឌកម្ម (ញឹងស្លឹកត្រចៀក ខោកក្បាល បង្អត់បាយ ចងដៃជើងដាក់អង្រួង ឬស្រមោចចាប់បោក ទាត់ លត់ជង្គង់លើសំបកខ្នុរ ឈរហាលថ្ងៃ ឈរជើងមួយ ជាដើម)។	គ្រប់សកម្មភាពទាំងនេះ គឺសុទ្ធតែជាការរំលោភបំពានលើកុមារ ទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ អាកប្បកិរិយាទាំងនេះនឹងធ្វើឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរដល់កុមារ ទាំងផ្លូវចិត្ត និងផ្លូវកាយ ជាពិសេសនៅពេលគេប្រើវាជាបន្តបន្ទាប់ ។
៨០	កូនគោរពចាស់ទុំ ស្លូត សុភាពរាបសារ ជួយការងារផ្ទះខិតខំរៀនសូត្រ មិនចេះដើរលេង ហៅថាកូនល្អ	មនុស្សធំត្រូវតែអនុញ្ញាតឱ្យកុមារលេង ដើម្បីឱ្យគេ អភិវឌ្ឍទៅជាមនុស្សធំ ដែលមានសុខភាពល្អទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។
៨១	ពូជហ្មែងអញ្ចឹង	អាកប្បកិរិយាមិនមែនទទួលបានមកពីតំណពូជនោះទេ លើកលែងតែរោគសញ្ញានៃជម្ងឺមួយចំនួន។ អាកប្បកិរិយា គឺបានមកពីការរៀន និងការប្រព្រឹត្តរបស់មនុស្សចាស់។
៨២	កូនអាក្រក់មកពីសារជាតិវាអាក្រក់ ហើយមិនអាចកែវាបានទេ។	សូមមើលចម្លើយ ៨១។ អាកប្បកិរិយាអាចផ្លាស់ប្តូរបានតាមរយៈ ការធ្វើជាគំរូ និង ការណែនាំ។
៨៣	ក្មេងមិនត្រូវនិយាយកុហក ឬនិយាយ អាក្រក់ពីមនុស្សចាស់ឡើយ ។	សូមមើលចម្លើយ ៨២។ កុមារអាចរៀនបាននូវអាកប្បកិរិយា និងការប្រព្រឹត្តទាំងនេះ ពីមនុស្សជុំវិញខ្លួន។ ទោះបីជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏កុមារជាច្រើន ដែលទៀងត្រង់ និងគោរពមនុស្សធំ ដែលចេះគោរព និងឱ្យតម្លៃពួកគេ ។
៨៤	ក្មេងស៊ីកន្ទុយត្រី ចុងអំពៅ ចេះហែលទឹក	របបអាហារមិនប៉ះពាល់ដល់សមត្ថភាពរបស់កុមារក្នុងការហែលទឹកទេ។ មនុស្សយើងត្រូវការរៀនដើម្បីអាចធ្វើអ្វីមួយបាន ។
៨៥	ក្មេងលេងច្រើន វានឹងខូច	សូមមើលចម្លើយ ៥៥។
៨៦	ក្មេងអត់របប (ពេលកុមារសុំអ្វីៗរបស់អ្នកដទៃញ៉ាំ)	វាជារឿងធម្មជាតិសម្រាប់កុមារដែលឃ្លាន ហើយចង់ញ៉ាំពេលឃើញអ្នកដទៃញ៉ាំ ។ ទោះបីជានៅពេលកុមារមិនឃ្លានក៏ដោយ ក៏កុមារនៅតែចាប់អារម្មណ៍នូវរាល់សកម្មភាពដែលអ្នកដទៃទៀតធ្វើ។
៨៩	ពេលកុមារវាយចាញ់គេ វាយកុមារនោះថែមទៀត	ការវាយដុំលើកុមារគឺជាការរំលោភបំពាន ។ ការដាក់ទណ្ឌកម្ម អ្នកចាញ់ គឺលើកទឹកចិត្តឱ្យកាន់តែមានការវាយតប់ និងអំពើកាចសាហាវ។
៩០	កោងធ្វើកង់ ត្រង់ធ្វើកាំ។ កុមារទាំងអស់មិនដូចគ្នាទេចូរអប់រំ បណ្តុះបណ្តាលទៅតាមនិស្ស័យរបស់គេ	កុមារទាំងអស់សុទ្ធតែខុសៗគ្នា ហើយគេមានភាពខ្លាំងលើផ្នែកខុសៗគ្នា។ កុមារម្នាក់ៗគឺសុទ្ធតែ មានអ្វីៗដែលសំខាន់សម្រាប់ចូលរួមចំណែកនៅក្នុងពិភពលោកនេះ។
៩១	រលកក្រោយប្រានរលកមុខ	កុមារគឺជាមនុស្សធំនៅជំនាន់ក្រោយ ។
៩២	ពេលស្លាប់ទៅកុំកប់ក្បែរក្មេង	ពុំមានភស្តុតាងបែបវិទ្យាសាស្ត្រដើម្បីគាំទ្រជំនឿនេះទេ ក៏ប៉ុន្តែ វាក៏មិនមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីដល់កុមារទេ។

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ

សេចក្តីផ្តើម

គ្រួសារគឺជាគ្រឹះមួយនៃសង្គម ដូចនេះការប្រាស្រ័យទាក់ទងនៅក្នុងគ្រួសារ គឺជាផ្នែកសំខាន់មួយនៃ ជីវិតគ្រួសារវិជ្ជមាន។ នៅក្នុងគ្រួសារ កុមាររៀនពីការធ្វើអន្តរកម្មនានាជាមួយអ្នកនៅជុំវិញខ្លួនរបស់ពួកគេ ដូចជា ការរៀននិយាយ និងរៀនស្តាប់ជាដើម។ កុមាររៀនប្រាស្រ័យទាក់ទង តាម រយៈគំរូពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យបាល ឬអ្នកថែទាំ បងប្អូន និងសាច់ញាតិរបស់ពួកគេ ក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ កុមារដឹងពីគុណតម្លៃ និងទទួល បានការស្រលាញ់ តាមរយៈរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។

ការប្រាស្រ័យទាក់ទង គឺជាការផ្តល់ និងទទួលបានព័ត៌មាន ការគិត និងអារម្មណ៍នានាតាមរយៈ ការនិយាយ (ជួបផ្ទាល់ តាមទូរស័ព្ទ ឬកុំព្យូទ័រ) ដោយការសរសេរ (កត់ត្រា សារព័ត៌មាន សារតាមទូរស័ព្ទ អ៊ីមែល ហ្វេសប៊ុក) និង កាយវិការ (ចលនាដៃជើង ទឹកមុខ ទម្រង់រាងកាយ សំឡេង និងក្រសែភ្នែក)។

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងធ្វើឡើងក្នុងរង្វង់សមាជិកគ្រួសារដើម្បី ក្នុងគោលបំណង៖

- ចែករំលែកព័ត៌មាន ដែលកើតឡើងប្រចាំថ្ងៃ
- បង្ហាញ និងប្រាប់អំពីអារម្មណ៍ និងការគិតនានាដែលអាចកើតមាន
- ពិភាក្សាអំពីបញ្ហា និងស្វែងរកដំណោះស្រាយជាមួយគ្នា។

នៅក្នុងគ្រួសារដែលមានភាពរីករាយ មានសុខភាពល្អ សមាជិកចង់និយាយរកគ្នា និងសួរគ្នាអំពីការគិត អារម្មណ៍ និងសកម្មភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ ប្រសិនបើឪពុកម្តាយ បង្ហាញចំណាប់អារម្មណ៍ និងការគិត ចំពោះជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់កូន ឬកុមារនោះពួកគេមានអារម្មណ៍ថា រូបគេមានតម្លៃ និងមានការអភិវឌ្ឍទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង។ បើឪពុកម្តាយគ្រាន់តែប្រាប់កូនឱ្យធ្វើអ្វីៗ ជេរ ស្តីបន្ទោស ឬកែតម្រូវកូន នោះកូនមានអារម្មណ៍ឯកោ និងគិតថា ខ្លួនឯងគ្មានតម្លៃ។

គ្រួសារដែលមិនបានចែករំលែកព័ត៌មាន អារម្មណ៍ ឬការគិត នឹងធ្វើឱ្យសមាជិកគ្រួសារមានអារម្មណ៍ឯកោ និងមិនបានឱ្យពួកគាត់ចេះពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទង ទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ ក្នុងសហគមន៍ ឬនៅសាលារៀន។ កុមារ ដែលរស់នៅក្នុងគ្រួសារមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងតិច ខ្សោយ ឬអវិជ្ជមាន នឹងធ្វើឱ្យមានការពន្យឺតដល់ការអភិវឌ្ឍគំនិត អារម្មណ៍ រងអំពើហិង្សា ការមិនអើពើ និងការបែកបាក់គ្រួសារ។

គោលបំណង

នៅចុងបញ្ចប់នៃវគ្គនេះ អ្នកចូលរួមនឹងអាច៖

- រៀបរាប់ពីហេតុផល និងសារៈសំខាន់នៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងរង្វង់គ្រួសារ
- កត់សម្គាល់ និងយល់ពីអត្ថន័យនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងតាមរយៈ កាយវិការ និងការនិយាយ
- ឆ្លុះបញ្ចាំងពីកម្រិតនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងរង្វង់ក្រុមគ្រួសារខ្លួន
- បង្ហាញពីការស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់ និងលើកទឹកចិត្តកូន ឬកុមារឱ្យមានជំនាញប្រាស្រ័យទាក់ទងដែលមានប្រសិទ្ធភាព។

រយៈពេល ១២០នាទី

សម្ភារ

- រូបភាពទី១ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ
- រូបភាពទី២ (A2) បង្ហាញពី ប្ដីប្រពន្ធប្រកែកតវ៉ាគ្នា
- រូបភាពទី៣ (A2) បង្ហាញពី ម្ដាយវាយកូន
- រូបភាពទី៤ (A2) បង្ហាញពី ឪពុកមើលរបួសឱ្យកូននៅពេលដែលកូនប្រុសមានគ្រោះថ្នាក់
- រូបភាពទី៥ (A2) បង្ហាញពី កុមារវាយរបស់លេង
- រូបភាពទី៦ (A2) បង្ហាញពី ក្មេងជំទង់ឈរឱបដៃ
- រូបភាពទី៧ (A2) បង្ហាញពី ម្ដាយ និងកូនឱបគ្នា
- រូបភាពទី៨ (A2) បង្ហាញពី ម្ដាយកំពុងស្ដាប់កូននិយាយ
- ផ្ទាំងសំណួរងាយៗដែលសមាជិកគ្រួសារអាចសួរនាំគ្នា ដើម្បីបង្កើនទំនាក់ទំនង និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អនៅក្នុងគ្រួសារ។
- ស្កុត កន្ត្រៃ
- ខ្សែចង ឃ្នាបធំ សម្រាប់កៀបផ្ទាំងរូបភាព
- ឧបករណ៍រំពងសំឡេង (ក្នុងករណីចាំបាច់)
- កម្រាល សម្រាប់អ្នកចូលរួមអង្គុយ
- ត្រៀមសម្ភារសម្រាប់លេងជាមួយកុមារ

វិធីសាស្ត្រ

- បំផុសគំនិត (សួរសំណួរ និងឆ្លើយ)
- ក្រុមពិភាក្សា (តាមស្ថានភាពជាក់ស្ដែង)

ជំហានសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១៥នាទី)

- ធ្វើការសំណេះសំណាលជាមួយអ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានត្រៀមខ្លួនក្នុងការចូលរួម។ អ្នកសម្របសម្រួលសួរអំពី
  - សុខទុក្ខ
  - ការធ្វើដំណើរ
  - ការរស់នៅរបស់ពួកគាត់ខ្លះៗ ដែលគិតថាអាចចែករំលែកបាន។
  - ការរំពឹងទុក
- បន្ទាប់មក ណែនាំអ្នកចូលរួមឱ្យស្គាល់អ្នកសម្របសម្រួល និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន រួចប្រាប់ពីចំណងជើង សង្ខេបគោលបំណងនៃប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ។

បញ្ចប់ (បើអាចធ្វើបាន) សុំអ្នកចូលរួមណែនាំគ្នាខ្លះកាន់តែប្រសើរ ព្រោះអាចជួយពួកគាត់ និងអ្នកសម្របសម្រួលបានស្គាល់គ្នាខ្លះៗ និងមានទំនុកចិត្តលើគ្នាបន្ថែមទៀតនៅក្នុងក្រុម ដោយធ្វើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- ឱ្យអ្នកចូលរួមឈរតាមក្រុមភូមិ ឬតាមប៉ែក ឬតំបន់ដែលពួកគាត់រស់នៅ ដោយឱ្យពួកគេឈរជាក្រុមដែលមកពីតំបន់ជាមួយគ្នា។ ឈរជាក្រុមតាមចំនួនកូន (អ្នកមិនទាន់មានកូន កូន១ កូន២ កូន៣ បើមានអ្នកមិនទាន់រៀបការឱ្យគាត់ឈរនៅក្រុមមិនទាន់រៀបការ)។ អ្នកសម្របសម្រួលនិយាយឡើងវិញពីក្រុមនីមួយៗ។
- អ្នកសម្របសម្រួល អាចប្រើវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗទៀតបាន។

ខ- លំនាំចូលប្រធានបទ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបញ្ចប់សកម្មភាពណែនាំ រួចចូលប្រធានបទ។ ថ្ងៃនេះ យើងនឹងនិយាយពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងនៅក្នុងគ្រួសារ។ ប្រធានបទនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់នៅក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់ក្រុមគ្រួសារនីមួយៗ។ នៅពេលដែលលោកអ្នកមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អ គ្រួសារក៏មានភាពល្អូកល្អើន។ នៅពេលការប្រាស្រ័យទាក់ទងមិនល្អ គ្រួសារក៏ជួបការលំបាកជាច្រើន។ ជាកិច្ចចាប់ផ្តើម ខ្ញុំសូមសួរសំណួរមួយ អំពីជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃក្នុងគ្រួសារលោកអ្នក។

☞ តើសមាជិកគ្រួសារអ្នក និយាយអ្វីខ្លះនៅពេលអ្នកជួបគ្នា ឬនៅផ្ទះជាមួយគ្នា?

🗣 ចំលើយរំពឹងទុក៖

- ថ្ងៃនេះមានអារម្មណ៍យ៉ាងណា?
- អាវកំពុងពាក់ហ្នឹង ស្អាតណាស់!
- សួស្តីកូន
- តើកូនរៀនសូត្រអ្វីខ្លះ នៅសាលារៀនថ្ងៃនេះ?
- តើការងារដូចម្តេចដែរ?
- ថ្ងៃនេះ បង ឬអូន មកយឺត ឬលឿនម្លេះ?
- ញញឹម ងក់ក្បាល
- តើឯងទើបមកពីណា? ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នក ធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាតាមរបៀបណាខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** និយាយគ្នា ញញឹមដាក់គ្នា សួរអំពីសុខទុក្ខ ហៅគ្នាទៅវិញទៅមកផ្តល់សញ្ញាអ្វីមួយ ជំរាបសួរ និយាយទូរស័ព្ទជាមួយគ្នា ផ្ញើសារ សរសេរសំបុត្រឱ្យគ្នា។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

និយមន័យនៃពាក្យ ការប្រាស្រ័យទាក់ទង

ការប្រាស្រ័យទាក់ទង គឺជាការផ្ដល់ និងទទួលបានព័ត៌មាន ការគិត និងអារម្មណ៍នានាតាមរយៈ៖

- ការនិយាយ មានដូចជា ការជួបផ្ទាល់ តាមទូរស័ព្ទ ឬកុំព្យូទ័រ
- ការសរសេរ មានដូចជា ការកត់ត្រា សារព័ត៌មាន សារតាមទូរស័ព្ទ អ៊ីមែល ហ្វេសប៊ុក
- កាយវិការ មានដូចជា ធ្វើចលនាដៃជើង ទឹកមុខ ទម្រង់រាងកាយ សំឡេង និងក្រសែភ្នែក ជាដើម។

មនុស្សជាច្រើនគិតថាការប្រាស្រ័យទាក់ទង គ្រាន់តែជាការផ្ដល់ព័ត៌មាន ប៉ុន្តែវាក៏ជាការទទួលព័ត៌មាន ឬបង្ហាញពីការស្ដាប់ផងដែរ។ ការស្ដាប់ រួមបញ្ចូលទាំងការឮ នូវខ្លឹមសារអ្វីមួយដែលមនុស្សម្នាក់ទៀតកំពុងនិយាយ ឮ និងយល់ពីអ្វីដែលគាត់កំពុងនិយាយ (លឿន យឺត ខ្សាវៗ ឮៗ ដាច់ៗ ឬរលូន)។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទង ក៏រាប់បញ្ចូលទាំងការមើលឃើញ ការសម្គាល់ យល់ពីទឹកមុខ កាយវិការ ទម្រង់រាងកាយ ដែលមនុស្សម្នាក់នោះមាននៅពេលគាត់កំពុងនិយាយ។ កាយវិការទាំងនោះបញ្ជូនសារ អារម្មណ៍នានានៃការប្រាស្រ័យទាក់ទង។

- ❖ ខាងក្រោមគឺជាសំណួរមួយចំនួន ដែលអ្នកអាចសួរសមាជិកគ្រួសាររបស់អ្នកដើម្បីជួយពួកគាត់និយាយពីជីវិតប្រចាំថ្ងៃ និងអារម្មណ៍នានា។
- ❖ សំណួរទាំងនេះនឹងធ្វើជាបណ្ណរូបភាព (Poster) តាមក្រុមអាយុ ដើម្បីឱ្យសិក្ខាកាមយកទៅប្រើសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងនៅក្នុងរង្វង់គ្រួសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

សំណួរនានា សម្រាប់សួរកូន ឬកុមារ ដែលមានអាយុតិច

- តើកូនបានញុំាអ្វីខ្លះនៅថ្ងៃនេះ ?
- តើនៅផ្ទះកូនបានលេងជាមួយអ្នកណាខ្លះ ?
- តើថ្ងៃនេះនៅសាលាកូនបានលេងជាមួយអ្នកណាខ្លះ ?
- តើថ្ងៃនេះកូនទៅរៀនសប្បាយទេ ?
- តើអ្នកណាជាមិត្តភក្តិល្អជាងគេរបស់កូន ?
- តើនៅសាលារៀនមាន អ្នកណាខ្លះធ្វើឱ្យកូនមិនសប្បាយចិត្ត ?
- តើមានរឿងអ្វីកើតឡើង ដែលល្អជាងគេសម្រាប់កូននៅថ្ងៃនេះ ?
- តើមានរឿងអ្វីកើតឡើង ដែលអាក្រក់ជាងគេសម្រាប់កូននៅថ្ងៃនេះ ?
- តើអាវរបស់កូន ស្អាតឬទេថ្ងៃនេះ ?
- តើថ្ងៃនេះគ្រូរបស់កូន ធ្វើអ្វីខ្លះ ?
- តើកូនរៀនចេះអ្វីខ្លះនៅថ្ងៃនេះ ?
- តើពេលចេញលេង កូនលេងអ្វីខ្លះជាមួយមិត្តភក្តិ ?
- តើមិត្តភក្តិអង្គុយរៀនក្បែរកូនយ៉ាងដូចម្ដេចដែរនៅថ្ងៃនេះ ?

សំណួរនានាសម្រាប់សំរាប់សួរកូន ឬកុមារ ដែលមានអាយុច្រើន

- នៅថ្ងៃនេះ កូននិយាយជាមួយអ្នកណាខ្លះ ?
- តើកូនបានរៀនពីអ្វីខ្លះ នៅសាលារៀនថ្ងៃនេះ ?
- តើកូនបានធ្វើអ្វីខ្លះក្រោយមកពីត្រឡប់មកពីសាលា ?
- តើអ្នកណាជាមិត្តភក្តិល្អជាងគេរបស់កូន ?
- តើកូនចូលចិត្តមិត្តល្អរបស់កូនចំណុចណាខ្លះ ?
- តើកន្លែងកំសាន្តមួយណាដែលកូនចង់ទៅ ?
- តើថ្ងៃនេះមានរឿងអ្វីកើតឡើង ដែលល្អចំពោះកូន ?
- តើថ្ងៃនេះមានរឿងអ្វីកើតឡើង ដែលធ្វើឱ្យកូនមិនសប្បាយចិត្ត ?
- តើកូនមានអារម្មណ៍ដូចម្តេចដែរថ្ងៃនេះ ?

សំណួរនានាសម្រាប់ សួរប្តី ឬប្រពន្ធ (សូមព្យាយាមសួរសំណួរ អំពីទំនាក់ទំនង និងអារម្មណ៍នានាកុំសួរអំពីតម្លៃរបស់របរ ឬវត្ថុ)។

- តើអូន ឬបងមានអារម្មណ៍យ៉ាងណាដែរថ្ងៃនេះ ?
- តើបង ឬអូនគិតថាយើងគួរជួសជុលផ្ទះរបៀបណាដែរ ?
- តើបងស្រីរបស់បង ឬអូនយ៉ាងដូចម្តេចហើយ ?
- តើអូន ឬបងចូលចិត្តញ៉ាំ ឬធ្វើម្ហូប អ្វីជាងគេ ?
- តើបង ឬអូនមានចំណុចអ្វីខ្លះល្អជាងគេ ? តើបង ឬអូនមានចំណុចអ្វីខ្លះមិនល្អ ?
- តើបង ឬអូនមាននឹកអ្នកណាគេ ?
- តើធ្វើជាម្តាយ ឬឪពុកមានចំណុចណាដែលពិបាកជាងគេ ? និងងាយស្រួលជាងគេ ?
- តើអូន ឬបងមានបំណងប្រាថ្នាអ្វីខ្លះ ?
- តើអូន ឬបងបារម្ភពីអ្វីខ្លះ ?
- នៅពេលដែលបង ឬអូនសោកសៅ តើបងរកអ្នកណានិយាយជាមួយ ?
- តើមានអ្វីកើតឡើងនៅថ្ងៃនេះ ?
- តើអ្វីដែលធ្វើឱ្យបងឬអូន សប្បាយចិត្តនៅថ្ងៃនេះ ?
- តើអ្វីដែលធ្វើឱ្យបងឬអូន មិនសប្បាយចិត្តនៅថ្ងៃនេះ ?
- តើអ្វីដែលធ្វើឱ្យបង ឬអូន មានអារម្មណ៍ធុញទ្រាន់នៅថ្ងៃនេះ ?
- តើការងារបង ឬអូនយ៉ាងដូចម្តេចដែរនៅថ្ងៃនេះ ?
- តើអូនបានជួបមិត្តភក្តិអូនណាម្នាក់ទេថ្ងៃនេះ ?
  តើអូនជួបអ្នកណា ? តើគាត់សុខសប្បាយជាទេ ?
- តើបង ឬអូនចូលចិត្តការងារដែលធ្វើរាល់ថ្ងៃនេះទេ ?
  តើការងារប្រភេទណាទៀត ដែលបង ឬអូនចូលចិត្តធ្វើ ?
- តើទីកន្លែងណាដែលបង ឬអូន ចង់ទៅរស់នៅ ?
- តើបង ឬអូនគិតថា កូនៗយើង យ៉ាងដូចម្តេចដែរ ?
- តើអូន ឬបងចូលចិត្តកូនៗរបស់មិត្តភក្តិយើងទេ ?
- តើបង ឬអូនគិតថា មិត្តភក្តិរបស់កូនៗយើង ដូចម្តេចដែរ ?
- តើបង ឬអូន ធ្វើអ្វីដើម្បីឱ្យមានអារម្មណ៍ល្អ នៅពេលដែលអូន ឬបងខឹង ឬមួម៉ៅ ?
- តើអ្វីខ្លះដែលធ្វើបងឬអូនមានអារម្មណ៍ថា មានមោទនភាព ?

គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ

គ.១- និយមន័យ ការប្រាស្រ័យទាក់ទង (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបង្ហាញរូបភាពគ្រួសារ បន្ទាប់មកធ្វើការសួរសំណួរ ដូចខាងក្រោម៖

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ

☞ តើការប្រាស្រ័យទាក់ទងនៅក្នុងគ្រួសារ មានន័យយ៉ាងដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ការចែករំលែកព័ត៌មានជាក់ស្តែង ការបង្ហាញនូវអារម្មណ៍ទាំងវិជ្ជមាន និងអវិជ្ជមាន ការដោះស្រាយបញ្ហា ការយល់ពីអារម្មណ៍ និងការគិតពីគ្នាទៅវិញទៅមក។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

អំពីគោលបំណង និងសារៈសំខាន់នៃការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារគឺធ្វើឡើងក្នុងរង្វង់សមាជិកគ្រួសារដើម្បីចែករំលែកព័ត៌មានដែលកើតឡើងប្រចាំថ្ងៃ (ឧទាហរណ៍ តើបង ឬអូនញ៉ាំបាយហើយឬនៅ? តើថ្ងៃនេះ មានរឿងអ្វីកើតឡើងនៅផ្ទះ?) ឬប្រាប់គ្នាទៅវិញទៅមកអំពីអារម្មណ៍) និងការគិតនានាដែលអាចមាន ឬពិភាក្សាអំពីបញ្ហា ស្វែងរកដំណោះស្រាយជាមួយគ្នា។

នៅក្នុងគ្រួសារដែលមានភាពរីករាយ មានសុខភាពល្អ សមាជិកចង់និយាយរកគ្នា និងសួរគ្នាអំពីការគិត អារម្មណ៍ និងសកម្មភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ ប្រសិនបើឪពុកម្ដាយ បង្ហាញចំណាប់អារម្មណ៍ និងការគិត ចំពោះជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់កូន ឬកុមារ នោះពួកគេមានអារម្មណ៍ថា រូបគេមានតម្លៃ និងមានការអភិវឌ្ឍទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង សុវត្ថិភាពក្នុងការប្រាប់ ឬចែករំលែករឿងរ៉ាវនានាដែលកើតឡើងចំពោះរូបគេ។ បើឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គ្រាន់តែប្រាប់កូនឱ្យធ្វើអ្វីៗ ជេរ ស្ដីបន្ទោស ឬកែតម្រូវកូន នោះកូននឹងមានអារម្មណ៍ឯកោ គ្មានតម្លៃ និងខ្លាចក្នុងការចែករំលែកព័ត៌មាន ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យកូន ឬសមាជិកគ្រួសារដទៃទៀត គិតថា ពួកគេមិនមានអ្នកដែលគាត់ត្រូវប្រាប់ អំពីបញ្ហាដែលគាត់ជួបប្រទះទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ និងក្នុងសហគមន៍។

គ្រួសារដែលមិនបានចែករំលែកព័ត៌មាន អារម្មណ៍ ឬការគិត នឹងធ្វើឱ្យសមាជិកគ្រួសារមានអារម្មណ៍ឯកោ និងមិនបានឱ្យពួកគាត់ចេះពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទង ទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ ក្នុងសហគមន៍ ឬនៅសាលារៀន។ កុមារ ដែលរស់នៅក្នុងគ្រួសារមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងតិច ខ្សោយ ឬអវិជ្ជមាន នឹងធ្វើឱ្យមានការពន្យឺតដល់ការអភិវឌ្ឍគំនិត អារម្មណ៍ រងអំពើហិង្សា ការមិនអើពើ និងការបែកបាក់គ្រួសារ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបន្ត ដោយសួរសំណួរទៅក្រុម

☞ តើយើងអាចដឹងពីប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អ ដោយរបៀបណាខ្លះ?

🗣 ចំលើយ រំពឹងទុក៖

- សមាជិកគ្រួសារជជែកគ្នាដោយសេរី ហ៊ានសួរ និងហ៊ានឆ្លើយ
- នៅពេលឪពុកម្ដាយនិយាយ កូនយកចិត្តទុកដាក់ស្ដាប់
- នៅពេលកូននិយាយ ឪពុកម្ដាយយកចិត្តទុកដាក់ស្ដាប់
- ឪពុកម្ដាយប្រើពាក្យសម្ដីដែលកក់ក្ដៅ និងបង្ហាញក្ដីស្រលាញ់ចំពោះកូន
- ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ព្យាយាមនិយាយសំឡេងធម្មតាទៅកាន់កូន ឬកុមារ និងមិនសម្លុត ស្រែកជេរ រិះគន់ ឬស្ដីបន្ទោសពួកគេទេ។
- ឪពុកម្ដាយចេះអត់ធ្មត់នៅពេលកូន ឬកុមារសួរសំណួរច្រើន ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបន្តសកម្មភាព តាមរយៈការឆ្លុះបញ្ចាំងលើរូបភាព។

គ.២- ការឆ្លុះបញ្ចាំងលើរូបភាព (២០នាទី)

- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលបង្ហាញរូបភាពដែលបង្ហាញពីការគិត និងអារម្មណ៍ តាមរយៈសកម្មភាពទឹកមុខ ឬឥរិយាបថ (ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដែលមិនមែនជាពាក្យសម្តី) ដោយឱ្យអ្នកចូលរួម ប្រាប់អំពីអារម្មណ៍នានា ដែលមាននៅក្នុងរូបភាពនីមួយៗ។
- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលបង្ហាញរូបភាពទី ២ រួចសួរសំណួរ

ប្តីប្រពន្ធប្រកែកតវ៉ាគ្នា

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី២នេះ តើពួកគេមានអារម្មណ៍ដូចម្តេចដែរ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ខឹង ភ័យខ្លាច ក្រៀមក្រំ ស្អប់ ចង់តបត ។ល។

- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចធ្វើការបង្ហាញរូបភាពទី៣

ម្ដាយវាយកូន

- បន្ទាប់មកសួរសំណួរ ទៅអ្នកចូលរួម

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី៣នេះ តើពួកគេមានអារម្មណ៍ដូចម្ដេចដែរ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ខឹង ភ័យខ្លាច ឈឺចាប់ ស្អប់ តក់ស្លុត ។ល។

- អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបង្ហាញរូបភាពទី៤

ឪពុកមើលរបួសឱ្យកូននៅពេលដែលកូនប្រុសមានគ្រោះថ្នាក់

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី៤នេះ តើពួកគេមានអារម្មណ៍ដូចម្ដេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ស្រឡាញ់ ភាពកក់ក្ដៅ មានទំនុកចិត្ត បារម្ភ ពេញចិត្ត ភ័យ។ល។

- អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបង្ហាញរូបភាពទី៥

កុមារវាយរបស់លេង

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី៥នេះ តើកូន ឬកុមារមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយអ្នកចូលរួមអាចៈ** ខឹង ច្រណែន ស្អប់ ក្រេវក្រោធ មួរម៉ៅ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចធ្វើការបង្ហាញរូបភាពទី៦

ក្មេងជំទង់ឈរឱបដៃ

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី៦នេះ តើកូន ឬកុមារមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក** ៖ ខឹងតិចៗ ធុញទ្រាន់ អាក់អន់ចិត្ត មិនចូលចិត្ត។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបង្ហាញរូបភាពទី៧

ម្តាយ និងកូនឱបគ្នា

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី៧នេះ តើពួកគេមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក**៖ ភាពកក់ក្តៅ ស្រឡាញ់ ស្និទ្ធស្នាល គោរព ឱ្យតម្លៃ ជឿជាក់ មាន សុវត្ថិភាព និងទុកចិត្ត។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបង្ហាញរូបភាពទី៨

ម្តាយកំពុងស្តាប់កូននិយាយ

☞ នៅក្នុងរូបភាពទី៨នេះ ពួកគេមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ភាពកក់ក្តៅ ស្រឡាញ់ ស្និទ្ធស្នាល គោរព ឱ្យតម្លៃ ជឿជាក់ មានសុវត្ថិភាព និងទុកចិត្ត។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួមបន្តទៅសកម្មភាពបន្ទាប់។

គ.៣- ការឆ្លុះបញ្ចាំងលើសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរពីសកម្មភាពទូទៅប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នកចូលរួម ដើម្បីឆ្លុះបញ្ចាំងនូវអាកប្បកិរិយា ឬជំនាញខ្លះៗនៃការស្តាប់។

☞ សូមគិតអំពីខ្លួនរបស់អ្នក នៅពេលដែលលោកអ្នកនៅជាមួយនរណាម្នាក់នៅក្នុងគ្រួសារ តើពួកគេមានអាកប្បកិរិយាជាក់លាក់អ្វីខ្លះ ដែលធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ចង់និយាយទៅកាន់ពួកគេ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក ៖**

- នៅពេលពួកគេបង្ហាញអាកប្បកិរិយា ស្តាប់ខ្ញុំ
- នៅពេលដែលពួកគេបានបង្ហាញការយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះខ្ញុំ ដូចជា៖ មើលមុខខ្ញុំ សួរសំណួរស៊ីនឹងសាច់រឿងរបស់ខ្ញុំ ឬឆ្លើយបាទ ចាស។ល។
- នៅពេលដែលពួកគេបញ្ឈប់សកម្មភាពដែលពួកគេកំពុងធ្វើ ហើយបែរមកនិយាយ ឬស្តាប់ខ្ញុំ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើអ្វីដែលធ្វើឱ្យលោកអ្នកមិនចង់និយាយ ទៅកាន់សមាជិកនៅក្នុងគ្រួសាររបស់អ្នក? តើពួកគេមានអាកប្បកិរិយាជាក់លាក់អ្វីខ្លះ ដែលធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ភ័យខ្លាចក្នុងការនិយាយទៅកាន់ពួកគេ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក ៖**

- ហាក់ដូចជាខឹង (មុខក្រហម បើកភ្នែកធំៗ សំឡក់។ល។)
- ស្រវឹង ងងុយដេក (ឬងក់)
- និយាយដោយកំហឹង ឬខុសនឹងសំណួរ ឬសាច់រឿងរបស់ខ្ញុំ
- មិនបញ្ឈប់សកម្មភាពដែលគេកំពុងធ្វើ
- រិះគន់ខ្ញុំពីនេះពីនោះ
- ស្តីបន្ទោសឱ្យខ្ញុំ
- បែរខ្នងដាក់ខ្ញុំ
- ពួកគេហាក់ដូចជារវល់ជាមួយបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ពួកគេ
- បើពួកគេកំពង់តែប្រើប្រាស់ទូរស័ព្ទ ឬហ្វេសប៊ុក

គ.៤- ការបង្ហាញពីប្រសិទ្ធភាព នៃការប្រាស្រ័យទាក់ទង

❖ អ្នកសម្របសម្រួលធ្វើការបង្ហាញ (តាមរយៈការសម្តែងតួ) ពីអាកប្បកិរិយាដែលមានការលើកទឹកចិត្តដល់សមាជិកគ្រួសារក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នា។ អាកប្បកិរិយាទាំងនោះមានដូចជា ការស្តាប់ មើល ឆ្លើយសំណួរ បង្ហាញពីការយល់ចិត្ត ការអង្គុយ ឬឈរ ព្រមទាំងរបៀបក្នុងការនិយាយស្តី និងការឆ្លើយតប ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

តើអ្វីខ្លះ ជួយឱ្យការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានប្រសិទ្ធភាព?

យើងគួរព្យាយាមឆ្លើយតបចំពោះសមាជិកគ្រួសារដែលនិយាយមកកាន់យើងដោយៈ

- បង្ហាញការយល់ចិត្ត
- មើល
- ស្តាប់
- ឆ្លើយសំណួរ
- បង្ហាញពីចំណាប់អារម្មណ៍ចំពោះអ្វីដែលពួកគេបានសួរ

ប្រសិនបើយើងមិនមានពេលក្នុងការស្តាប់គាត់ទេ សូមប្រាប់ទៅពួកគាត់វិញ ពីពេលវេលាដែលយើងអាចស្តាប់ពួកគាត់បាន (សូមចាំ ១០នាទី ចាំស្អែក ឬចាំពេលយប់)។ បើករណីបន្ទាន់ យើងគួរសម្រេចចិត្តក្នុងការផ្អាកនូវអ្វីដែលយើងកំពុងធ្វើបន្តិច ដើម្បីស្តាប់នូវតម្រូវការរបស់សមាជិកគ្រួសារជាមុនសិន។

ការបែកបាក់គ្រួសារ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ

នៅពេលដែលគ្រួសារមួយមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងខ្សោយ ឬមិនគ្រប់គ្រាន់ ដូចជា ពួកគាត់មិនបានពិភាក្សាពីជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ឬបញ្ហានានាដែលកំពុងជួបប្រទះ ហើយមិនបានស្វែងរកដំណោះស្រាយ ឬមិនបានយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះតម្រូវការ នោះអាចនាំទៅដល់ការបែកគ្នា។ ឪពុកម្តាយ ឬកូនធំៗអាចចុះចេញពីផ្ទះ ឬបញ្ជូនកូនទៅឱ្យសាច់ញាតិ ឬនៅក្នុងមណ្ឌលថែទាំ។ ដោយសារការបែកបាក់គ្រួសារ វាអាចមានគ្រោះថ្នាក់ចំពោះកុមារដែលត្រូវការភាពកក់ក្តៅ ដែនកំណត់ និងបរិយាកាសគាំទ្រ ជាការសំខាន់ដែលត្រូវមានទំនាក់ទំនងជិតដិតជាមួយកុមារ និងត្រូវយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។

ការការពារកុមារ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារ

នៅពេលកុមាររស់នៅក្នុងគ្រួសារដែលសមាជិកគ្រួសារ ដែលមិនមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អជាមួយគ្នា (ស្តីបន្ទោស ឬកំហឹង) នោះកុមារមិនមានអារម្មណ៍សុវត្ថិភាព ក្នុងការប្រាប់ពីហេតុការណ៍ ឬបញ្ហាដែលពួកគេបានជួបប្រទះឡើយ។

- ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវបើកចំហរ និងឆ្លើយតបចំពោះកូនៗ ដើម្បីឱ្យពួកគេមានអារម្មណ៍ថា ឪពុកម្តាយទទួលយក និងស្តាប់ពួកគេនៅពេលណាដែលរឿងរ៉ាវអាក្រក់ណាមួយកើតឡើង។
- កុមារដែលមិនមានអារម្មណ៍សុវត្ថិភាព ក្នុងការនិយាយជាមួយឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ នឹងមិនប្រាប់ពីបញ្ហាដែលពួកគេមាន ឬមិនសួរសំណួរនានាអំពីបញ្ហាដែលគេកំពុងជួបប្រទះនោះទេ។

ទាំងនេះនាំឱ្យឱ្យកុមារមិនទទួលបាននូវការការពារនៅក្នុងគ្រួសារ ដែលជាកន្លែងដែលពួកគេគិតថាមានសុវត្ថិភាពបំផុត និងជាកន្លែងដែលពួកគេអាចនិយាយបានដោយសេរី។

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយសមាជិកគ្រួសារ រួមទាំងកុមារដែលមានពិការភាព

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយសមាជិកគ្រួសារដែលមានពិការភាព គឺត្រូវគិតទៅលើសមត្ថភាពរបស់គាត់ក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង ដូចជា គថ្លង់ មិនអាចនិយាយបាន និយាយមិនច្បាស់ យឺតក្នុងការរៀន ឬយល់។ កុមារដែលពិការភ្នែកគឺអាចស្ដាប់ឮ ប៉ុន្តែគេមិនអាចទទួលបានព័ត៌មានផ្នែកកាយវិការបានទេ ដូច្នេះយើងត្រូវពិចារណានូវចំណុចនានាដូចខាងក្រោម៖

- ដោយសារការប្រាស្រ័យទាក់ទងក្នុងគ្រួសារសំខាន់ ហើយអ្វីដែលសំខាន់ទៀតនោះគឺការគិតអំពីរបៀបដែលធានាថាសមាជិកគ្រួសារទាំងអស់ត្រូវបានរាប់បញ្ចូលក្នុងដំណើរការប្រាស្រ័យទាក់ទង ដោយមាន “ការបញ្ជូន” និង “ការទទួល”។
- នៅពេលដែលសមាជិកគ្រួសារណាម្នាក់មិនអាចស្ដាប់ឮ ឬមិនអាចនិយាយកើត ឬមិនអាចយល់ពីអ្វីដែលអ្នកផ្សេងៗកំពុងនិយាយ សមាជិកគ្រួសារ ផ្សេងទៀតត្រូវតែខិតខំប្រើវិធីនានា ដូចជា ការនិយាយ សរសេរ ធ្វើកាយវិការដៃ ឬជើង។ល។ ដូចនេះសមាជិកគ្រួសារត្រូវធានាបានថា អ្នកដែលមានបញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង ត្រូវបានរាប់បញ្ចូលក្នុងការផ្ដល់ ទទួលព័ត៌មាន អារម្មណ៍ និងអាចយល់ និងធ្វើអ្វីៗបានជាមួយអ្នកផ្សេងៗ ទៀតផងនៅរង្វង់ក្នុងគ្រួសារ។
- នៅពេលដែលអ្នកមានការលំបាកក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកុមារ ជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវមានការខិតខំដើម្បីធានាថា កុមារពិតជាដឹងនូវអ្វីៗដែលគេត្រូវការដឹងដើម្បីលូតលាស់ អភិវឌ្ឍ និងចូលរួមបានពេញលេញក្នុងជីវិតគ្រួសារ។ ចំណុចនេះរាប់បញ្ចូលទាំងផែនការសកម្មភាព និងព័ត៌មានដែលសមាជិកគ្រួសារទាំងអស់កំពុងធ្វើ កំពុងគិត និងអារម្មណ៍ដែលពួកគេកំពុងមាន។ ហើយការខិតខំក៏ត្រូវធ្វើឡើងដើម្បីស្វែងរកវិធីនានា ក្នុងការជួយកុមារដែលមានបញ្ហាក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង បានចូលរួមគំនិត ក្ដីប្រាថ្នា ចូលរួមមតិយោបល់ ចូលរួមសម្រេចចិត្ត និងធ្វើផែនការសកម្មភាពនៅក្នុងគ្រួសារ។

ភាពខុសគ្នា រវាងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកុមារី និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកុមារា

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងរវាងកុមារី និងកុមារា មានរបៀបខុសៗគ្នា។ ជាទូទៅកុមារីនិយាយច្រើនជាងកុមារា។ ចំណែកឯកុមារាវិញ មានសកម្មភាពច្រើនជាងកុមារី។ ដូច្នេះនៅពេលយើងពិចារណាពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកុមារ យើងត្រូវសម្របទាំងការស្ដាប់ និងការនិយាយរបស់យើងឱ្យត្រូវគ្នានឹងរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយពួកគេ។

ត្រូវចងចាំផងដែរថា កុមារដែលមានអាយុផ្សេងៗគ្នា មានកម្រិតយល់ដឹងខុសៗគ្នា។ ដូច្នេះក្នុងនាមជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវប្រាកដថា អ្នកត្រូវប្រើពាក្យ និងគំនិតសាមញ្ញៗពេលនិយាយជាមួយកូនអាយុតិច ហើយពាក្យ និងគំនិតកាន់តែជ្រៅនៅពេលដែលពួកគេមានអាយុច្រើន។

ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរទៅអ្នកចូលរួម បញ្ជាក់ថា តើពួកគាត់មានសំណួរ ចម្ងល់ ឬមានអ្វីចង់បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតទេ។ បើមាន សូមឆ្លើយតប បើអត់មានទេ សូមធ្វើការបញ្ចប់កិច្ចពិភាក្សា ដោយធ្វើការសង្ខេប។

បន្ទាប់ពីមានការពិភាក្សាគ្នាមក យើងបានដឹងហើយថា ការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងផ្តល់ និងទទួលព័ត៌មានផ្សេងៗពីសមាជិកនៅក្នុងគ្រួសារ ជាពិសេសជាមួយកូន ឬកុមារ។ ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការទទួលព័ត៌មានពីគ្នា យើងត្រូវគិតពីរបៀបក្នុងការស្តាប់ ដើម្បីជួយសម្រួលដល់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងឱ្យមានប្រសិទ្ធភាព។ បើទោះជាមានសមាជិកក្នុងគ្រួសារណាដែលមានពិការភាព យើងត្រូវស្វែងរកពីរបៀបផ្សេងៗដើម្បីឱ្យការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នា កាន់តែមានភាពជិតស្និទ្ធ។

ង- ការអនុវត្ត (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុស ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួម គិតពីការចាប់ផ្តើមអនុវត្តនូវអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា។

☞ បន្ទាប់ពីចប់វគ្គនេះ នៅពេលដល់ផ្ទះវិញ តើអ្នកគិតថា អ្វីដែលលោកអ្នកគួរធ្វើ ដើម្បីឱ្យការប្រាស្រ័យទាក់ទងនៅក្នុងគ្រួសារមានលក្ខណៈល្អប្រសើរជាងមុន?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** យកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ ផ្តល់ឱកាសក្នុងការនិយាយ ព្យាយាមសម្គាល់ ប្រើសំឡេងទន់ភ្លន់ សួរសំណួរ និងការអង្កេត ជាដើម។

ច- បណ្តាំផ្ញើ

❖ លើកទឹកចិត្តឱ្យអ្នកចូលរួម ចាប់ផ្តើមធ្វើការកត់សម្គាល់ពីអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឯង និង

❖ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយគ្រួសារ កូន ឬកុមារ រួមទាំងកុមារដែលមានពិការភាពផងដែរ ដើម្បីឱ្យពួកគេមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ។

❖ ចុងបញ្ចប់សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកគាត់ ដែលបានមកចូលរួម។

ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ

សេចក្តីផ្តើម

ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ គឺជាចំណេះដឹងថ្មីមួយសម្រាប់សហគមន៍ ពិសេសសម្រាប់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគ្រប់រូប ដើម្បីធ្វើការស្វែងយល់ និងឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីបទពិសោធន៍ពីរបៀប ឬទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមកូនរបស់ពួកគាត់កន្លងមក។ មេរៀននេះនឹងជួយឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគ្រប់រូប រួមទាំងអ្នកដែលជិតក្លាយខ្លួនជាឪពុកម្តាយ (ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងដៃគូ) និងអនាគតជាឪពុកម្តាយ (យុវវ័យ) ទទួលបាននូវចំណេះដឹងសម្រាប់ជួយគាំទ្រ ឬធ្វើអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលវេលាក្នុងការជួយដល់កូន ឬកុមារដែលស្ថិតនៅក្រោមការថែទាំរបស់ពួកគាត់ ចាប់តាំងពីបង្កកំណើតរហូតដល់អាយុក្រោម១៨ឆ្នាំ ទាំងផ្នែកទំនាក់ទំនងក្នុងសង្គម ការលូតលាស់ផ្នែករាងកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ ពួកគេនឹងរៀនបានពីអាកប្បកិរិយាដែលបានរំពឹងទុកចំពោះកូន ឬកុមារក្រោមការថែទាំរបស់ពួកគាត់ទៅតាមកម្រិតអាយុ និងដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ព្រមទាំងការជួយគាំទ្រ ឬធ្វើអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលដែលមានលក្ខណៈសមស្របទៅនឹងអំឡុងពេលដែលកូន ឬកុមារលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍក្នុងគោលបំណងបង្ការ ឬទប់ស្កាត់នូវការរំលោភបំពានគ្រប់ប្រភេទ ឬការបំបែកកុមារចេញពីគ្រួសារ។

បើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំយល់ដឹងពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ ព្រមទាំងផ្តល់ឱកាសដល់កូនបានបំពេញនូវនូវតម្រូវការមូលដ្ឋាន ដោយមានការគាំទ្រ និងលើកទឹកចិត្តកុមារពួកគេនឹងមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍលឿន ព្រមទាំងទទួលបានសុខភាពផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្តល្អ។ ផ្ទុយទៅវិញ បើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមិនបានយល់ដឹង និងយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការជួយគាំទ្រ លើកទឹកចិត្តកុមារ ទាំងការផ្តល់ចំណីអាហារ ស្តាប់ យល់ចិត្ត និងផ្តល់ឱកាសដល់កុមារនោះទេ ពួកគេនឹងមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍយឺត ប្រឈមជំងឺផ្សេងៗ ខ្សោយសតិបញ្ញា ឬពិការភាព។ល។ ផលប៉ះពាល់ទាំងនេះក៏ជាផ្នែកមួយដែលនាំឱ្យមានការបំបែកកុមារចេញពីគ្រួសារផងដែរ ដោយសារឪពុកម្តាយខ្លះមានជំនឿថា កូនដែលកើតមកមានជំងឺច្រើន គឺជាកូនអាភ័ព្វ ដូច្នេះបើទុកឱ្យរស់នៅជាមួយឪពុកម្តាយ កូននឹងឈឺច្រើន ឬអាចស្លាប់ក៏មាន។

គោលបំណង

នៅចុងបញ្ចប់នៃវគ្គនេះ អ្នកចូលរួមនឹងអាចៈ

- ❖ យល់ដឹងអំពីរបៀបចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ ដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។
- ❖ ផ្សារភ្ជាប់កម្រិតនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារក្នុងដំណាក់កាលនីមួយៗទៅនឹងការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន។
- ❖ អនុវត្តបាននូវគោលគំនិតដោយផ្អែកលើដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់និងអភិវឌ្ឍកុមារ។

រយៈពេល

១២០ នាទី

✂ សម្ភារ

- រូបភាពទី១ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ
- រូបភាពទី២ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍគភ៌ក្នុងផ្ទៃ
- រូបភាពទី៣ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍទារកពី ០ដល់ក្រោម ៣ឆ្នាំ
- រូបភាពទី៤ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារពី ៣ ដល់ ៥ឆ្នាំ
- រូបភាពទី៥ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារពី ៦ ដល់ ១២ឆ្នាំ
- រូបភាពទី៦ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារពី ១៣ ដល់ក្រោម១៨ឆ្នាំ
- រូបភាពទី៧ (០,៤០មx០,៦០ម) បង្ហាញពី ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ
- ផ្ទាំងរូបភាព (Poster) (០,៦០មx០,៨០ម) ដែលបង្ហាញពីដំណាក់ទាំង ៥នៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ
- ស្កុត កន្ត្រៃ
- ខ្សែចង ឃ្នាបធំ សម្រាប់កៀបផ្ទាំងរូបភាព
- ឧបករណ៍រំពងសំឡេង (ក្នុងករណីចាំបាច់)
- កម្រាល សម្រាប់អ្នកចូលរួមអង្គុយ
- ត្រៀម សម្ភារសម្រាប់លេងជាមួយកុមារ

វិធីសាស្រ្ត

- បំផុសគំនិត (សួរសំណួរ និងឆ្លើយ)
- ក្រុមពិភាក្សា (តាមស្ថានភាពជាក់ស្តែង)

ជំហានសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

ក- សំណេះសំណាល និង ណែនាំខ្លួន (១៥នាទី)

- ធ្វើការសំណេះសំណាលជាមួយអ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានត្រៀមខ្លួនក្នុងការចូលរួម។ អ្នកសម្របសម្រួលសួរអំពី
  - សុខទុក្ខ
  - ការធ្វើដំណើរ
  - ការរស់នៅរបស់ពួកគាត់ខ្លះៗ ដែលគិតថាអាចចែករំលែកបាន។
  - ការរំពឹងទុក

❖ បន្ទាប់មក ណែនាំអ្នកចូលរួមឱ្យស្គាល់អ្នកសម្របសម្រួល និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន រួចប្រាប់ពីចំណងជើង សង្ខេបគោលបំណងនៃប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ។

បញ្ជាក់ (**បើអាចធ្វើបាន**) សុំអ្នកចូលរួមណែនាំគ្នាខ្លះកាន់តែប្រសើរ ព្រោះអាចជួយពួកគាត់ និងអ្នកសម្របសម្រួលបានស្គាល់គ្នាខ្លះៗ និងមានទំនុកចិត្តលើគ្នាបន្ថែមទៀតនៅក្នុងក្រុម ដោយធ្វើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- ឱ្យអ្នកចូលរួមឈរតាមក្រុមភូមិ ឬតាមប៉ែក ឬតំបន់ដែលពួកគាត់រស់នៅ ដោយឱ្យពួកគេឈរជាក្រុមដែលមកពីតំបន់ជាមួយគ្នា។ ឈរជាក្រុមតាមចំនួនកូន (អ្នកមិនទាន់មានកូន កូន១ កូន២ កូន៣ បើមានអ្នកមិនទាន់រៀបការឱ្យគាត់ឈរនៅក្រុមមិនទាន់រៀបការ)។ អ្នកសម្របសម្រួលនិយាយឡើងវិញពីក្រុមនីមួយៗ។
- អ្នកសម្របសម្រួលអាចប្រើវិធីសាស្រ្តផ្សេងៗទៀតបាន។

ខ- លំនាំចូល ប្រធានបទ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបញ្ចប់សកម្មភាពណែនាំ និងស្នើឱ្យអ្នកចូលរួមគិតពីបទពិសោធន៍ទាក់ទងនឹងការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ និងការចងចាំពីដំណាក់កាលនីមួយៗនៃការថែទាំកូន ឬកុមាររបស់ពួកគាត់កន្លងមក ហើយប្រាប់ពួកគាត់ថា ពួកគាត់នឹងយល់ពីគោលគំនិតនេះកាន់តែច្បាស់នៅពេលដែលពួកគាត់បាននឹកឃើញ និងបង្ហាញអំពីដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ ដោយសួរ

☞ តាមបទពិសោធន៍នៃការចិញ្ចឹមកូនរបស់លោកអ្នកតើកូនឬកុមារចេះដើរនៅអាយុប៉ុន្មាន?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** មុនមួយខួប មួយខួប ជាងមួយខួប ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ មុនពេលកុមារចេះដើរ តើពួកគេចេះអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ចេះក្រឡាប់ វារ អង្គុយ តោងឈរ ដើរតេះតះ យំ សើច និយាយ ១ ទៅ២ពាក្យ ខឹង ងរ ច្រណែន ស្អប់ ស្គាល់សមាជិកក្នុងគ្រួសារ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលអាចប្រើសំណួរប្រដេញបន្តទៀតរហូតដល់កូនមានអាយុ ៥ឆ្នាំ។ បន្ទាប់មកសរុបគំនិតពួកគាត់ រួច សួរបន្តទៀត

☞ អ្វីៗដែលកូនយើងអាចធ្វើបានរហូតដល់អាយុ៥ឆ្នាំនេះ តើមានការជួយអ្វីខ្លះពីសំណាក់មនុស្សធំ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ធ្វើបង្ហាញកូន ធ្វើជាមួយកូន ជួយទប់កូនពេលកូនតោងឈរ ពេលកូនរៀនដើរជួយឱ្យកូនតោងដៃ និយាយ ជូនកូនទៅរៀន ឆ្លើយតបទៅកូនន្ធូវចម្លើយត្រឹមត្រូវ ។ល។

គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី១ បង្ហាញពី ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ រួចសួរសំណួរ

☞ តើអ្នកគិតថា កុមារទាំងអស់នេះមានអាយុប្រហែលប៉ុន្មានឆ្នាំ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ១៥ឆ្នាំ ១៧ឆ្នាំ ១៤ឆ្នាំ។ល។

ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ និងសុំឱ្យអ្នកចូលរួមស្រមើស្រមៃពីដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កូន ឬកុមារ រហូតពួកគាត់បានចម្រើនវ័យដូចក្នុងរូបភាពនេះ រួចសួរបន្ត

☞ ចាប់តាំងពីពេលបង្កកំណើតក្នុងផ្ទៃ រហូតដល់ពេញវ័យដូចក្នុងរូបភាពទី១ តើកូន ឬកុមារបានឆ្លងកាត់ដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** អាចឆ្លើយអ្វីក៏បានទៅតាមបទពិសោធន៍ដែលគាត់ធ្លាប់ជួបប្រទះ និងចងចាំ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបន្តសកម្មភាពបន្ទាប់ តាមការណែនាំ។

គ.១- ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារក្នុងផ្ទៃ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី២ បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍគភ៌ក្នុងផ្ទៃ រួចសួរសំណួរ

☞ តើទារកក្នុងផ្ទៃម្ដាយមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ចេះកំរើក បង្វិលក្បាល ។ល។

ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍគភ៌ក្នុងផ្ទៃ

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើម្ដាយ និងឪពុកគួរធ្វើអ្វីខ្លះក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖

- ប្ដី៖ ជួយគាំទ្រផ្លូវចិត្ត និងផ្លូវកាយ ជួយធ្វើការងារធ្ងន់ៗ ដូចជា រែកទឹក ពុះអុស ជូនប្រពន្ធទៅពិនិត្យផ្ទៃពោះ ជាទៀងរាល់ខែ (យ៉ាងហោចណាស់ឱ្យបាន៤ដងក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ) ពិនិត្យឈាម នៅជិតមើលថែ ផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅ និងនិយាយលេងជាមួយគភ៌ មិនជក់បារី ។ល។
- ប្រពន្ធ៖ អនុវត្តតាមការណែនាំរបស់គ្រូពេទ្យដូចជា លេបថ្នាំថែទាំគភ៌ មិនជក់ ឬនៅក្បែរអ្នកជក់បារី មិនផឹកស្រា ជៀសវាងស្ថានភាពដែលធ្វើឱ្យមានភាពតានតឹង គេងនិងសម្រាកឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ធ្វើការងារស្រាលៗ ញ៉ាំអាហារដែលមានជីវជាតិគ្រប់គ្រាន់ វីតាមីន និយាយលេងជាមួយគភ៌។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ ប្រសិនបើមិនបានទៅពិនិត្យផ្ទៃពោះ តើនឹងអាចមានបញ្ហាអ្វីខ្លះកើតឡើង ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ កូន ឬម្ដាយអាចមានសុខភាពមិនល្អ កើតមុនពេលកំណត់ ការលូតលាស់យឺត ឈឺច្រើន មិនឆ្លាត ខ្សោយសតិបញ្ញា ឬក្លាយជាកុមារពិការ អាចមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិតទាំងកូន និងម្ដាយ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍគភ៌ក្នុងផ្ទៃ

- នៅពេលរួមភេទ មេជីវិតឈ្មោលចូលទៅជួបមេជីវិតញី។ ៥០%របស់ម្តាយ ៥០% របស់ឪពុកបង្កើតបានជាគភ៌១០០%នៃជីវិតថ្មីមួយ។ ពេលនោះគភ៌ចាប់ផ្តើមធ្វើការបំបែកខ្លួន (មីតូស) ៥០%ជាកូន ៥០%ជាសុក។ គភ៌ធ្វើដំណើរមកកាច់សំបុកក្នុងស្បូន។
- គភ៌មានអាយុ ២១ថ្ងៃ៖ បេះដូងចាប់ផ្តើមលោត និងមានទំហំ ៣សង់ទីម៉ែត្រ។
- គភ៌មានអាយុ ៣ខែ៖ គភ៌លូតលាស់ពេញលក្ខណៈជាមនុស្ស។ ប្រព័ន្ធប្រសាទ (ខួរក្បាល) ចាប់ផ្តើមផ្សារភ្ជាប់គ្នា គភ៌អាចកំរើកបានតិចៗ និងអាចកំណត់ភេទបាន។
- គភ៌មានអាយុ ៤ខែ៖ ការកំណត់ភេទបានកាន់តែច្បាស់ គភ៌អាចស្តាប់ឮសំឡេងបេះដូងម្តាយ និងសំឡេងខាងក្រៅ។ គភ៌អាចដឹងពីស្ថានភាពដែលបានកើតឡើងនៅខាងក្រៅតាមរយៈម្តាយ ព្រោះកូនអាចស្មានពីសំឡេងខាងក្រៅជាមួយនឹងអារម្មណ៍របស់ម្តាយ។ ដូចនេះម្តាយត្រូវមានសុខភាពផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្តល្អ ដើម្បីឱ្យគភ៌លូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ ហើយក៏ត្រូវការការយកចិត្តទុកដាក់ពីឪពុកក្នុងការថ្នាក់ថ្នមម្តាយ ថែរក្សាម្តាយឱ្យមានសុខភាពល្អ និយាយទៅកាន់គភ៌ក្នុងផ្ទៃ ដើម្បីកូនបានទទួលស្គាល់សំឡេងឪពុកម្តាយ និងមានអារម្មណ៍កក់ក្តៅ។
- គភ៌មានអាយុ ៧ខែ៖ ផ្នែកនៃរូបកាយរបស់គភ៌ត្រូវបានបំពេញគ្រប់លក្ខណៈដូចជាមានដុះក្រចកដៃជើង សក់ ភ្នែកអាចបិទបើក ម្រាម ដៃមានចលនាអាចចាប់ មាត់បិទបើក និងរៀនភ្លក្សទឹកភ្លោះ។ បើមានការសម្រាលពេលគភ៌ក្នុងអាយុនេះ កូនអាចរស់ តែសុខភាពមិនទាន់រឹងមាំដូចគភ៌ដែលគ្រប់ខែទេ (៩ខែ១០ថ្ងៃ)។ ចាប់ពីចន្លោះខែទី៧ ទៅខែទី៨ គភ៌បង្វិលក្បាលចុះក្រោម។
- គភ៌មានអាយុ ៩ខែ៖ ត្រៀមខ្លួនកើតចេញមក (សម្រាល)។

អនុសាសន៍

ពិគ្រោះយោបល់អំពីការថែទាំមុនពេលសម្រាលឱ្យបានយ៉ាងតិច៤ដង និងចាក់ថ្នាំបង្ការដើម្បីជួយធានានូវការមានផ្ទៃពោះដែលមានសុខភាពល្អ ដោយមានការចូលរួមរបស់ឪពុកផងដែរ។

នៅពេលដែលកូនចាប់កំណើត ស្ត្រីជាម្តាយយកចិត្តទុកដាក់ថែប៉ប៉ូនសុខភាពខ្លួនឯងដោយគិតទៅដល់របបអាហារដែលមានសុខភាពល្អដល់គភ៌ក្នុងផ្ទៃ និងជៀសវាងការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន បារី និងគ្រឿងស្រវឹង ព្រោះវាអាចប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់គភ៌ក្នុងផ្ទៃផងដែរ។ម្យ៉ាងទៀតព្យាយាមនិយាយលេងជាមួយគភ៌ដោយក្តីស្រឡាញ់ និងស្វែងរកកន្លែងសម្រាលកូនដែលមានសុវត្ថិភាព (មណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជាដើម)។

គ.២- ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារអាយុពី ០ឆ្នាំ រហូតដល់ក្រោម ៣ឆ្នាំ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលធ្វើការសួរអំពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ ក្រោយពេលកើតរហូតដល់អាយុក្រោម ៣ឆ្នាំ ដោយសួរសំណួរ

☞ ក្រោយពេលទារកកើតរហូតដល់អាយុក្រោម៣ឆ្នាំ តើទារកមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** សើច យំ និយាយ ខឹង ច្រណែន ក្រឡាប់វារ តោងឈរ ដើរ។ល។

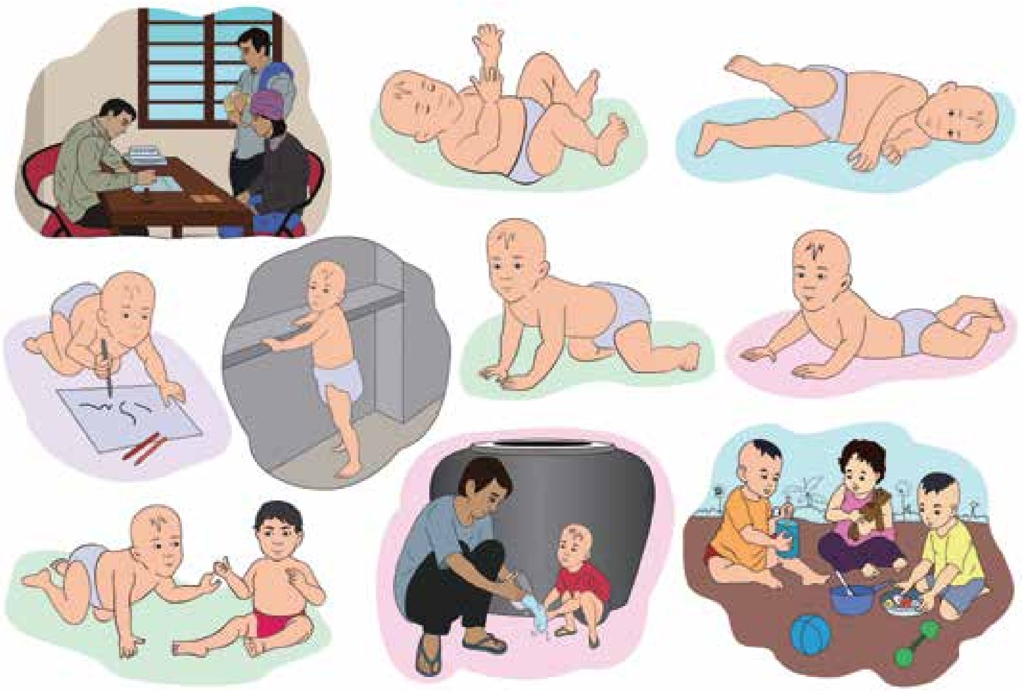
❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើក្នុងអាយុនេះ (ចាប់ពីកើត រហូតក្រោម ៣ឆ្នាំ) មនុស្សធំបានជួយអ្វីខ្លះដល់ពួកគេ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** បំបៅ ងូតទឹក បញ្ចុកអាហារ ថែទាំ លេងជាមួយ បង្ហាត់បង្រៀន ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបិទរូបភាពទី៣ បង្ហាញពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារពី ០ឆ្នាំ ដល់អាយុក្រោម ៣ឆ្នាំ ដោយធ្វើការពន្យល់ពីរូបភាពនីមួយៗអំពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរាងកាយ អារម្មណ៍ និងគំនិតប្រាជ្ញារបស់កុមារ ។

ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពី ០ឆ្នាំ ដល់ក្រោម ៣ឆ្នាំ



ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារក្រោយពេលសម្រាល

ក្រោយពេលសម្រាលភ្លាម ទារកយំ ដើម្បីឱ្យសួតមានដំណើរការ។ អំឡុងពេលនៅក្នុងផ្ទៃ ទារកស្គាល់តែសំឡេងបេះដូងម្តាយ ក្រោយពេលសម្រាល ទារកប៉ះនឹងបរិយាកាសខាងក្រៅ ហើយគេត្រូវការពេលវេលាដើម្បីសុាំ។ ដូចនេះ ដើម្បីជួយផ្នែកផ្លូវចិត្តរបស់ទារក គេត្រូវដាក់ទារកលើទ្រូងរបស់ម្តាយ ជួយឱ្យទារកមានអារម្មណ៍កក់ក្តៅ និងយល់ថាម្តាយរបស់គេមិនបានបោះបង់គេទេ។ ផ្នែកចិត្តសាស្ត្ររបស់កូនគិតថា រូបគេ និងម្តាយជាមនុស្សតែមួយព្រោះអ្វីៗទាំងអស់កូនត្រូវពឹងម្តាយនិងត្រូវការម្តាយដើម្បីជួយគេក្នុងការចម្រើនវ័យ។ ពេលនោះដែរ ទារកអាចបៅដោះភ្លាម ដើម្បីទទួលបានទឹកដោះដំបូងដែលមានសារៈសំខាន់ក្នុងការជួយបង្កើនភាពស៊ាំ និងប្រព័ន្ធការពាររបស់ទារកក្នុងមួយជីវិត ហើយអាចជួយដល់ប្រព័ន្ធផលិតទឹកដោះរបស់ម្តាយ ព្រមទាំងកាត់បន្ថយជំងឺមហារីកដោះរបស់ម្តាយនាពេលអនាគត។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំក៏គួរយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការថែទាំទារក និងបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយតែមួយមុខគត់យ៉ាងតិចបំផុតរយៈពេល៦ខែ។

- **ចុះសំបុត្រកំណើត៖** ត្រូវទៅចុះសំបុត្រកំណើតឱ្យកូន ឱ្យបានមុន ៣០ថ្ងៃបន្ទាប់ពីសម្រាលរួច និងអនុវត្តការថែទាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ដូចជា ការចាក់ថ្នាំបង្ការតាមការកំណត់អាយុរបស់ក្រសួងសុខាភិបាល ព្យាបាលជំងឺ ស្វែងរកសេវាត្រួតពិនិត្យការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កូន។
- **កុមារចាប់ផ្តើមចេះមើល ស្តាប់ឮសំឡេង និងងាកទៅរកសំឡេងនោះ៖** សម្រាប់កូនស្រីអាចមើលឃើញក្នុងអាយុប្រហែល១ខែកន្លះ ហើយគេចាប់អារម្មណ៍លើពណ៌។ ឯកូនប្រុសអាយុប្រហែល ៣ខែ មានការចាប់អារម្មណ៍លើវត្ថុដែលមានចលនា។ ដូចនេះឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចរៀបចំឱ្យមានពណ៌ផ្សេងៗ (ពិសេសពណ៌ស និងខ្មៅ) ឬវត្ថុដែលមានចលនាដើម្បីជួយកូន ឬកុមារទទួលបានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ។

សំខាន់ណាស់សម្រាប់ទារកក្នុងការរៀននិយាយ តាមរយៈការស្តាប់សូរ ហើយកកែកករតាម។ ដូចនេះឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរនិយាយទៅកាន់ទារកក៏ដូចជានិទានរឿងឱ្យពួកគេស្តាប់ជាទៀងទាត់។ កូន ឬកុមារក៏រៀនពីសេចក្តីស្រឡាញ់ និងស្រឡាញ់ខ្លួនឯង តាមរយៈការទទួលសេចក្តីស្រឡាញ់ពីឪពុកម្តាយ ព្រោះគេគិតថា ខ្លួនគេមានតម្លៃ។ ដូចនេះ ទារកយំដើម្បីប្រាប់ទៅឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំថា គេកំពុងមានបញ្ហា ហើយការយំរបស់ទារក បង្ហាញពីមូលហេតុ និងតម្រូវការខុសៗគ្នាដូចជា៖ ឃ្លាន សត្វទិច ឈឺពោះ ឬទាមទារការចាប់អារម្មណ៍។ល។ ទារកក៏យល់ផងដែរពីកាយវិការ និងពាក្យសម្តីដែលបង្ហាញពីសេចក្តីស្រឡាញ់

- **កុមាររៀនក្រឡាប់៖** ចាប់ពីអាយុបីខែ កូន ឬទារកអាចរៀន និងប្រឹងក្រឡាប់។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នក ថែទាំរៀបចំកន្លែងសម្រាប់ទារក និងមិនត្រូវដាក់ទារកនៅកន្លែងដែលមានទីទួល ឬខ្ពស់ដែលអាចបណ្តាលឱ្យកូន ឬទារកមានគ្រោះថ្នាក់។

- អាយុពី៤ទៅ៦ខែ៖ ទារកចាប់ផ្ដើមធ្វើត្រាប់តាម និងស្គាល់ឈ្មោះវត្ថុ សត្វខ្លះៗ។ ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ព្យាយាមពន្យល់ និងផ្ដល់ព័ត៌មានពិត។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ សូមធ្វើ សកម្មភាពជាមួយកូន ឬកុមារដូចជា៖ លេង ច្រៀង និយាយ អាន និងនិទានរឿង។ ការធ្វើសកម្មភាពទាំងនេះជាមួយគាត់ នឹងជំរុញឱ្យមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ។
- ទារកចាប់ពីអាយុ៦ខែ៖ ក្រោយរយៈពេល៦ខែ កូន ឬកុមារចាប់ផ្ដើមញ៉ាំអាហារដូចជា ស៊ុត ត្រី សាច់ បន្លែ ផ្លែឈើ។ល។ សូមសួរបុគ្គលិកមណ្ឌលសុខភាពដែលនៅជិតអ្នក ពីវិធីបន្ថែមអាហារទាំងនេះទៅក្នុងរបបអាហារប្រចាំថ្ងៃរបស់កូន និងស្នើឱ្យពួកគាត់តាមដាន និងកត់ត្រាពីការកើនទម្ងន់កូនអ្នកនៅក្នុងបណ្ណលឿង។

បរិមាណអាហារដែលត្រូវផ្ដល់ឱ្យ

អាយុកុមារ	សណ្ឋានអាហារ	ចំនួនពេល	បរិមាណក្នុង ១ពេល
៦ខែ	ផ្ដើមពីបបរខាប់ ពាតឱ្យម៉ត់ជាមួយអាហារ។ ឧទាហរណ៍៖ ចេក ដំឡូងជ្វា ល្ពៅ។ល។	ផ្ដល់អាហារ ២ពេលក្នុង១ថ្ងៃ ជាមួយការបំបៅដោះម្ដាយ ឱ្យបានញឹកញាប់ យ៉ាងហោច ៨ដងក្នុង១ថ្ងៃ	២-៣ ស្លាបព្រាបាយពេញ ក្នុង១ពេល
៧-៨ខែ	បន្តការផ្ដល់បបរខាប់ ពាតជាមួយអាហារ	បង្កើតដល់ ៣ដងក្នុង១ថ្ងៃ ជាមួយការបំបៅដោះម្ដាយ ឱ្យបានញឹកញាប់យ៉ាងហោច ៨ដងក្នុង១ថ្ងៃ	បង្កើនបន្តិចម្ដងៗរហូត ដល់ ១/២នៃចានចង្កឹះ ក្នុង១ពេល
៩-១១ខែ	កិច ឬចញ្ច្រាំអាហារ នឹងពាតឱ្យម៉ត់ និងអាហារដុំ ដែលកុមារអាចកាន់បាន	អាហារពេល ៣ពេល និងអាហារក្រៅពេល ១ពេល នៅចន្លោះពេលបាយ និងជាមួយការបំបៅដោះម្ដាយយ៉ាងហោច ៦ដងក្នុង ១ថ្ងៃ	បង្កើនបន្តិចម្ដងៗរហូតដល់ពេញ ១ចានចង្កឹះ
១២-២៤ខែ	អាហារគ្រួសារ កិន ឬចិញ្ច្រាំ បើចាំបាច់ បបរខាប់	អាហារពេល ៣ពេល និងអាហារក្រៅពេល ២ពេល នៅចន្លោះពេលបាយ និងជាមួយការបំបៅដោះ ម្ដាយយ៉ាងហោច ៦ដងក្នុង ១ថ្ងៃ	ពេញ១ចានចង្កឹះ

អាហារដែលខាប់គឺ នៅជាប់ជាមួយនឹងស្លាបព្រា មិនធ្លាក់ចុះនៅពេលផ្អៀង។ អាហារខាប់ គួរកិនលាយជាមួយ

- ត្រី ស៊ុត ឈាម សាច់ចិញ្ច្រាំឱ្យល្អិត តៅហ៊ូ និងសណ្ដែក
- បន្លែ៖ ស្លឹកត្រកួន ស្លឹកខ្ទី ល្ពៅ ដំឡូងជ្វាពណ៌លឿង និងបន្លែផ្សេងៗទៀត។

អាហារក្រៅពេល មានដូចជា ផ្លែឈើទុំ (ចេក ស្វាយ ល្ហុង) ចេកចៀន ដំឡូងផ្កា នំអន្សម ស៊ុបសណ្តែក ឬល្ពៅ។ល។

- **កុមារចេះលូន វារ និងតោងឈរ៖ កូនអាយុ៧ខែដល់១២ខែ៖** ចេះអង្គុយ វារ តោងឈរ ដើរតេះតះ។ បន្តប្រាប់កូន ពីឈ្មោះវត្ថុផ្សេងៗ និងជួយគាំទ្រ សរសើរ លើកទឹកចិត្តកូន និងថែទាំកូនដោយយកចិត្តទុកដាក់បំផុតព្រោះក្នុងអាយុ នេះកូនមានឱកាសស្វែងយល់នូវអ្វីៗដែលថ្មី ដើម្បីលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍខួរក្បាល ហើយក៏ជាពេលដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដែរ។ ដូចនេះឪពុកម្តាយគួរទុកដាក់វត្ថុដែលអាចបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ផុតពីដៃ និងឆ្ងាយពីកុមារ រៀបចំ ផ្ទះដែលអាចផ្តល់ឱ្យកុមារអាចបំពេញតម្រូវការនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់គេបានដូចជា៖ មានកន្លែងលេង កម្សាន្តសម្រាក ហើយការពារនូវកន្លែងដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ ធ្វើទ្វារជណ្តើរ ឬរនាំងសម្ភារអគ្គិសនី សត្វខាំ ឬទិច និងសត្វចិញ្ចឹម។ល។
- **អាយុ១ឆ្នាំ ដល់ក្រោម ៣ឆ្នាំ៖**
  - **ផ្នែករាងកាយ៖** ចេះរត់ ចេះលោត ឡើងកាំជណ្តើរ
  - **ផ្នែកខួរក្បាល៖** ចេះនិយាយ ភាសាកាយវិការ ស្គាល់ផ្នែកនៃរាងកាយ ស្គាល់ឈ្មោះ និងសមាជិកក្នុងគ្រួសារ ចំណាំផ្លូវ ដឹងពីសញ្ញា ពាក្យផ្ទុយខ្លះៗ ដឹងពីហេតុផល សួរសំណួរ ដឹង និងប្រាប់ពេលបន្ទោរបង់ អនាម័យ (មាត់ធ្មេញ ដៃមុនញ៉ាំអាហារ) ស្លៀកពាក់ ងូតទឹក។ល។
  - **ផ្នែកអារម្មណ៍៖** ចូលចិត្តឱ្យគេសរសើរ អៀនខ្មាស់ ខឹង ងរ ច្រណែន។ល។

ដូចនេះឪពុកម្តាយបន្តការពារកូនពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ ផ្តល់ឱកាសឱ្យកូនលេង ផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ ជួយគាំទ្រកូនក្នុង ការធ្វើ អ្វីមួយ ស្តាប់ សង្កេត ឆ្លើយតប សួរសំណួរ សរសើរ លើកទឹកចិត្ត ជៀសវាងបន្លាច ឬបំភ័យកុមារ គំរាមកំហែង និងព្យាយាម ពន្យល់ហេតុផល និងផ្តល់ព័ត៌មានជាក់លាក់ដល់កុមារ បង្រៀន និងតាមដានពីការថែទាំអនាម័យប្រចាំថ្ងៃ។

គ.៣- ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារពី ៣ ដល់ ៥ឆ្នាំ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារអាយុពី ៣ឆ្នាំ ដល់ ៥ឆ្នាំ ដោយសួរសំណួរ

☞ តើកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍអ្វីខ្លះ ក្នុងចន្លោះអាយុពី ៣ ដល់ ៥ឆ្នាំ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ញ៉ាំអាហារខ្លួនឯង ជិះកង់ អាចទិញនំចំណីដោយខ្លួនឯង ចេះរាប់លេខ និងអក្សរ ស្លៀកពាក់ ខ្លួនឯង។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវជួយគាំទ្រ និងផ្តល់អ្វីខ្លះដល់ពួកគេ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ពួកគាត់ឆ្លើយអ្វីក៏បានទៅតាមបទពិសោធន៍របស់ពួកគាត់។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៤ បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពី ៣ ដល់ ៥ ឆ្នាំ រួចពន្យល់ តាម ខ្លឹមសារបន្ថែម។

ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពីអាយុ ៣ឆ្នាំ ដល់ ៥ឆ្នាំ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការលូតលាស់ផ្នែករាងកាយ

- រាងកាយមានការលូតលាស់យឺតៗ
- ការលូតលាស់ផ្នែកទម្លាប់ដូចជា៖ ញ៉ាំ និងចូលគេងទៀងម៉ោង។

ការលូតលាស់ផ្នែកចរិតលក្ខណៈ

- ក្នុងវ័យនេះ កុមារមានបញ្ហាខ្លះៗដូចជា ចាប់ផ្តើមចង់ធ្វើអ្វីៗដោយខ្លួនឯង ចូលចិត្តប្រឆាំងតបតគ្នា តន្ត្រំ ច្រណែន រពឹស មិនស្តាប់បង្គាប់ដោយសារតែពួកគេចាប់ផ្តើមកសាងនូវអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួន។
- ចូលចិត្តបង្កើតសកម្មភាពថ្មីៗ
- ស្វែងយល់បទពិសោធន៍ថ្មីៗតាមរយៈការលេង
- ត្រៀមខ្លួន ដើម្បីចូលរៀនសាលា
- មានចម្ងល់ច្រើន។ល។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវមានភាពអត់ធ្មត់ក្នុងការឆ្លើយ និងផ្តល់ព័ត៌មានពិត ជាក់លាក់ដល់កូន ឬកុមារ។ ជួនពេលខ្លះ មានសំណួរមួយចំនួនដែលឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំក៏មិនបានដឹងចម្លើយដែរ សូមមានភាពក្លាហានប្រាប់ទៅកូនថា “អត់ដឹង និងសូមឱ្យពួកគេចាំលោកអ្នកស្វែងរកព័ត៌មានបន្ថែមទៀតសិន” ដើម្បីឱ្យកូន ឬកុមារទទួលស្គាល់ថា យើងមិនអាចដឹងរឿងគ្រប់បែបយ៉ាងនោះទេ។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរចំណាយពេលធ្វើសកម្មភាពជាមួយកូនៗ ឬកុមារដូចជា លេង ច្រៀង និយាយ អាន និងនិទានរឿងប្រាប់កូនរបស់អ្នក។ ការធ្វើសកម្មភាពទាំងនេះជាមួយកុមារ វានឹងជំរុញឱ្យមានការលូតលាស់ និងមានការអភិវឌ្ឍ។

ការលូតលាស់ផ្នែកអារម្មណ៍

- មានអារម្មណ៍ពុះកញ្ជ្រោល ខឹងច្រើន ចង់មានភាពឯករាជ្យ មានការប្រឆាំងជាមួយនឹងការហាមឃាត់របស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ នៅពេលដែលពួកគាត់មិនឱ្យពួកគេធ្វើអ្វីដែលគេចង់បាន។ ឧទាហរណ៍៖ កុំឡើងដើមឈើ កុំលេងរបស់នេះ! តែកូននៅតែធ្វើដដែល។
- នៅក្នុងដំណាក់កាលនេះ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមានតួនាទីរៀបចំកន្លែងឱ្យមានបរិយាកាសល្អ និងសុវត្ថិភាពសម្រាប់កុមារ ហើយមិនគួរហាមឃាត់ពួកគេរហូតនោះទេ ព្រោះការហាមនេះអាចនាំឱ្យពួកគេគិតថា ពិភពលោកនេះនឹងមិនមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ពួកគេ។
- ការច្រណែន ប្រឆាំងជាមួយប្អូនប្រុស ឬប្អូនស្រី និងការនោមដាក់ខោនៅពេលយប់មានន័យថា ពួកគេកំពុងស្វែងរកការចាប់អារម្មណ៍ពីអ្នកដទៃ ជាពិសេសពីសំណាក់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំរបស់ពួកគេ។ តែចំពោះគ្រួសារដែលមានសមាជិកតិច កូនមិនសូវមានចិត្តច្រណែនគ្នានោះទេ។
- មានអារម្មណ៍ភ័យខ្លាចច្រើន ខ្លាចឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំបោះបង់ពួកគេចោល។
- ចេះស្គាល់ពីអារម្មណ៍ និងមានអារម្មណ៍កាន់តែច្រើនដូចជា ភ័យ ឈឺចាប់ ស្រឡាញ់ រីករាយ ឬខ្លាចជាដើម។

ការលូតលាស់ផ្នែកភារកិច្ច

- ក្នុងវ័យនេះ កុមាររៀបចំមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃទំនាក់ទំនងសម្រាប់អនាគត ដូចនេះ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមានតួនាទីសំខាន់ដើម្បីជួយពួកគេក្នុងការរៀបចំមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃទំនាក់ទំនងនេះ។
- ពង្រឹងជំនាញរបស់ខ្លួនទៅរកភាពស្ទាត់ជំនាញ។ ឧទាហរណ៍៖ ញ៉ាំបាយល្អជាងមុន តែវាក៏អាស្រ័យទៅលើភេទផងដែរ។ កូនប្រុស ឬកុមារាចូលចិត្តដើរលេង កូនស្រី ឬកុមារីចូលចិត្តធ្វើការងារផ្ទះ តាមរយៈលេងបាយឡុកបាយឡជាដើម។
- ភាសានិយាយកាន់តែរីកចម្រើន ជួយគាំទ្រភាពឯករាជ្យ យល់ចិត្តគ្នា និងលើកទឹកចិត្តពួគគេសម្រាប់ធ្វើការទំនាក់ទំនងក្នុងសង្គម។ ដំណាក់កាលនេះ មនុស្សធំគួរតែនិយាយយឺតៗ មួយៗ ច្បាស់ៗ ទៅកាន់កុមារ បើមិនដូច្នេះ ទេកូន ឬកុមារនឹងមានការយល់ច្រឡំ។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរធ្វើ៖

- ទទួលស្គាល់នូវបទពិសោធន៍ និងអាកប្បកិរិយាមិនសូវល្អរបស់កូន ឬកុមារ
- ថ្នាក់ថ្នម និងផ្តល់សេចក្តីស្រឡាញ់

- ផ្តល់នូវសេរីភាព ឯករាជ្យភាព ដែលជាកត្តានាំឱ្យពួកគេមានការផ្តួចផ្តើមគ្រប់វិស័យ
- ផ្តល់នូវសុវត្ថិភាព និងបំពេញតម្រូវការមូលដ្ឋានរបស់កូន ឬកុមារ នាំឱ្យពួកគេមានភាពរីករាយ និងគ្មានភាពតានតឹងចិត្ត
- មានផែនការ និងវិន័យល្អ សម្រាប់អនុវត្តនៅក្នុងគ្រួសារ
- បង្ហាញពីការរំពឹងទុកចំពោះកូន ឬកុមារ តែមិនគួរធ្វើច្រើនពេកដែលហួសពីសមត្ថភាពកូន ឬកុមារទេ
- បង្កើតបរិយាកាសរីករាយនៅក្នុងគ្រួសារ
- បង្រៀនកូនដែលមានអាយុចាប់ពី ៣ ឆ្នាំឡើងទៅឱ្យចេះប្រើបង្គន់អនាម័យ និងអនាម័យខ្លួនប្រាណ ដោយលាងដៃជាមួយនឹងសាប៊ូជានិច្ចមុនពេល និងក្រោយពេលញ៉ាំអាហារ ឬពេលបន្ទោរបង់រួច។
- ត្រូវលាងដៃជាមួយសាប៊ូមុនពេល និងក្រោយពេលញ៉ាំអាហារ ពេលបញ្ចុកអាហារកូន បន្ទាប់ពីប្រើបង្គន់ ឬក្រោយពេលលាងគូទកូន។
- ចុះឈ្មោះកូន ឬកុមារទាំងអស់ឱ្យបានចូលរៀនមត្តេយ្យនៅពេលគេឈានចូលដល់អាយុ ៣ ឆ្នាំភ្លាម។ ការចុះឈ្មោះឱ្យកូនចូលរៀន នៅមត្តេយ្យ និងជួយពួកគេឱ្យត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ថ្នាក់បឋមសិក្សា។ ប្រសិនបើកូនរបស់លោកអ្នកមានពិការភាព សូមលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន ដោយអនុញ្ញាតឱ្យកុមារបានលេងជាមួយកុមារដទៃទៀត ចូលរៀន និងស្វែងរកដំបូន្មានពីបុគ្គលិកបម្រើសេវាសុខាភិបាល ឬសេវាសង្គមកិច្ច។

គ.៤- ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារពី ៦ ដល់ ១២ឆ្នាំ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារអាយុពី ៦ ឆ្នាំ ដល់ ១២ឆ្នាំ ដោយសួរសំណួរ

☞ តើកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍអ្វីខ្លះ នៅចន្លោះអាយុពី ៦ ដល់ ១២ឆ្នាំនេះ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ ចូលរៀន ដើរលេងច្រើន កូនស្រីអាចពេញវ័យ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរវាងកូនប្រុស និងកូនស្រីមានភាពខុសគ្នាអ្វីខ្លះ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ ក្មេងស្រីមានការលូតលាស់ផ្នែករាងកាយលឿនជាងក្មេងប្រុស ក្មេងប្រុសរពឹសជាងក្មេងស្រី។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវជួយគាំទ្រ និងផ្តល់អ្វីខ្លះដល់ពួកគេ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ ពួកគាត់ឆ្លើយអ្វីក៏បានទៅតាមបទពិសោធន៍របស់ពួកគាត់។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៥ បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពី ៦ ដល់ ១២ ឆ្នាំ រួចពន្យល់ តាមខ្លឹមសារបន្ថែម។

ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពីអាយុ ៦ឆ្នាំ ដល់ ១២ឆ្នាំ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការលូតលាស់ផ្នែករាងកាយ

- រាងកាយលូតលាស់លឿន ខ្ពស់ ធ្ងន់ ឬស្គម។ល។
- ប្រព័ន្ធបន្តពូជកូនស្រីអាចចាប់ផ្តើមលូតលាស់។

ការលូតលាស់ផ្នែកចរិតលក្ខណៈ

- ចូលរៀន និងមានទំនាក់ទំនងជាមួយមិត្តភក្តិ
- មានបញ្ហាខ្លះៗដែលអាចកើតឡើងមកពីឥទ្ធិពលក្រុមមិត្តភក្តិ ដែលមានវ័យប្រហាក់ប្រហែលគ្នា ដូចជា លេងហ្គេមអេឡិចត្រូនិច ការជក់បារី។ល។
- គ្មានសណ្តាប់ធ្នាប់ (ឬកខ្វក់)
- មានជម្លោះខ្លះៗ ជាពិសេសជាមួយមនុស្សដែលមានភេទផ្ទុយ
- កុមារារៀនអំពីភាពជោគជ័យ រីឯកុមារីរៀនបែបសម្រប និងដាក់ខ្លួន
- កុមារចូលចិត្តរួបរួមជាមួយគ្នា ស្របតាមគ្នាជាមួយច្បាប់របស់ក្រុម។
- លេងច្រើន និងមានភាពច្នៃប្រឌិតក្នុងការធ្វើអ្វីមួយ

ការលូតលាស់ផ្នែកអារម្មណ៍

- មានការជាស់តឿនខ្លួនឯងជាខ្លាំង ដើម្បីគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍មិនល្អចំពោះអ្នកដទៃ។ កំហឹងជារបៀបរបស់កុមារ ខ្លាចជាអារម្មណ៍កំសាក ការច្រណែនមានកម្រិតទាប។ ពេលតានតឹងចិត្ត កុមារីយំហើយដកថយ ចំណែកកុមារាធ្វើឱ្យរបស់របរបែកបាក់ ឬបដិសេធក្នុងការប្រឈមមុខជាមួយអ្នកដទៃ ក៏ប៉ុន្តែពេលដែលគេគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍នេះបាន សង្គមជុំវិញកោតសរសើរយ៉ាងខ្លាំងចំពោះពួកគេ។
- ទន្ទឹមជាមួយការគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍ដែលមិនសប្បាយ ពួកគេក៏រៀនបន្ធូរអារម្មណ៍តានតឹងចិត្ត តាមរយៈការលេងល្បែង ធ្វើការងារប្រើកម្លាំងខ្លាំងៗ ការសើចសប្បាយ ការយំ ទាំងអស់នេះអាចធ្វើឱ្យអារម្មណ៍តានតឹងចិត្តរបស់កុមារមានការថយចុះ ប៉ុន្តែសម្រាប់កុមារាមិនងាយឱ្យខ្លួនយំនោះទេ។
- ការចែករំលែកទទួលបានការគាំទ្រយ៉ាងខ្លាំង
- ឥទ្ធិពលនៃក្រុម៖ ក្រុមផ្តល់ភាពរីករាយនៅពេលលេងល្បែង ជួយឱ្យកុមារចូលរួម (កុមារសម្របទៅតាមក្រុម ពីព្រោះខ្លាចក្រុមបោះបង់គេចោល)។
- មានការទាស់ទែងជាមួយឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ (ពិសេសអំពីភារកិច្ច និងពេលវេលា)។
- មានការប្រឆាំងជាមួយមនុស្សដែលមានភេទផ្ទុយគ្នា ប៉ុន្តែនេះជារបៀបក្នុងការកសាងបុគ្គលិកលក្ខណៈឱ្យកាន់តែមានភាពច្បាស់លាស់។

ការលូតលាស់ផ្នែកភារកិច្ច

- រៀនចុះសម្រុងចំពោះក្រុមមិត្តភក្តិ
- ជំនាញរាងកាយដូចជា៖ កីឡា សិល្បៈជាដើម។
- មានបុគ្គលិកលក្ខណៈកាន់តែច្បាស់ យល់ពីទិសដៅរបស់ខ្លួន និងក្លាយទៅជាមនុស្សដែលមានឯករាជ្យភាព
- យល់ពីតួនាទីភេទរបស់ខ្លួន តែមិនទាន់ចូលចិត្តរួបរួមគ្នានៅឡើយ។
- ការសិក្សា គិត សរសេរ និង អាន (គ្រូ និងឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមានកាតព្វកិច្ចក្នុងការជួយគេ)។
- រៀនពីសាសនា ច្បាប់ និងទម្លាប់សង្គម
- កុមារីមានភាពពេញវ័យលឿនជាងកុមារា ពីព្រោះកុមារីទទួលបានការណែនាំពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំច្រើនជាងកុមារា។
- គេរៀនជំនាញផ្សេងៗពីមជ្ឈដ្ឋានជុំវិញ ដូចជា មិត្តភក្តិ បរិបទសង្គម សេដ្ឋកិច្ច និងសាលារៀន។ល។
- កុមារតូចផ្តាច់ខ្លួនពីម្តាយ ទើបពួកគេអាចមានភាពចាស់ទុំ និងអាចនិយាយជាមួយអ្នកដទៃបានច្រើន។
- គ្រប់គ្រងការនិយាយរបស់ខ្លួន ដោយសារខ្លាចក្រុមមិនទទួលស្គាល់ពួកគេ។

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរធ្វើ

- ផ្លាស់ប្ដូរអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួន ដើម្បីទទួលការគោរពពីកូន ឬកុមារ។ គុណភាពនៃទំនាក់ទំនងនេះ អាចនឹងមានឥទ្ធិពលខ្លាំងទៅលើអត្តសញ្ញាណរបស់កុមារនាពេលអនាគត។
- ជ្រើសរើសមិត្តភក្ដិ គ្រូ ឬវីរៈជនណាម្នាក់តាមទូរទស្សន៍ ដើម្បីត្រាប់តាម ឬជាគំរូ។
- ទទួលស្គាល់ខ្លួនឯង ដែលនឹងនាំពួកគេឱ្យមានសេចក្ដីសុខផ្ទាល់ខ្លួន។ បើសិនជាមិនទទួលស្គាល់ខ្លួនឯងទេ ពួកគេនឹងរកវិធីផ្សេងៗក្នុងការការពារខ្លួនឯងកុំឱ្យមានការឈឺចាប់។
- មិនគួរតឹងរឹងពេក ព្រោះអាចនាំឱ្យកូនមានការអន់ចិត្ត ហើយប្រឆាំងទៅនឹងវិន័យ ឬការណែនាំរបស់លោកអ្នក ឬច្បាប់សង្គម។
- ប្រសិនបើគ្មានការថ្នាក់ថ្នម អាចនាំឱ្យកុមារមានការដកថយ គិតថាខ្លួនឯងជាមនុស្សធំ មានសកម្មភាពហួសហេតុ ឬមានភាពអាត្មានិយម។
- ការណែនាំមានសារៈសំខាន់ណាស់ ពីព្រោះវាជួយឱ្យកុមាររៀនសូត្រអំពីអ្វីដែលគួរធ្វើ ឬអ្វីដែលមិនគួរធ្វើ ហើយក៏អាចជួយឱ្យកុមារស្វែងយល់អំពីទង្វើ និងធ្វើការពិចារណា។ ហើយទង្វើរបស់ពួកគេ ដោយជួយឱ្យពួកគេអាចវិភាគ ពិចារណា និងធ្វើការសម្រេចចិត្តបានកាន់តែប្រសើរនៅពេលក្រោយ។
- ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តែងមានទម្លាប់ថាការអប់រំកូន ដោយប្រើអំពើហិង្សា វាជាវិធីត្រឹមត្រូវក្នុងការអប់រំកូន។ ការប្រើអំពើហិង្សាមិនបានជួយឱ្យមានការផ្លាស់ប្ដូរនូវអាកប្បកិរិយារបស់កូន ឬដោះស្រាយបញ្ហាទេ ផ្ទុយទៅវិញ វាអាចបង្រៀនកូនឱ្យចេះប្រើអំពើហិង្សា នៅពេលដែលមាននរណាម្នាក់ធ្វើអ្វីមួយដែលគេមិនពេញចិត្តតែប៉ុណ្ណោះ។
- គួររក្សាកូន ឬកុមារឱ្យស្ថិតក្នុងគ្រួសារ ឬសហគមន៍ ដើម្បីឱ្យពួកគេមានឱកាសលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍទៅតាមដំណាក់កាល និងពេញលេញ ហើយគួរជៀសវាងការបំបែកកូន ឬកុមារចេញពីគ្រួសារដោយមិនចាំបាច់។

គ.៥- ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពី ១៣ ដល់ ក្រោម១៨ឆ្នាំ (២០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរពីការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារអាយុពី ៦ ឆ្នាំ ដល់ ១២ឆ្នាំ ដោយសួរសំណួរ

☞ តើកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍអ្វីខ្លះ នៅចន្លោះអាយុពី ១៣ ដល់ ក្រោម១៨ ឆ្នាំនេះ ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ រីកទំហំដងខ្លួន កម្ពស់ ប្រដាប់បន្តពូជលូតលាស់ពេញលេញ មិនសូវយកចិត្តទុកដាក់នូវការណែនាំ ចេះកុហក ឆេវឆាវ ផ្ដាច់ខ្លួនពីគ្រួសារ ខ្មាសអៀន ស្រងូតស្រងាត់ ក្រៀមក្រំ រភើប។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួច សួរបន្ត

☞ តើការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរវាងកូនប្រុស និងកូនស្រីមានភាពខុសគ្នាអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖**

- កុមារា រាងកាយរហ័សរហួន សកម្ម រៀនតាមការមើល តក់ក្រហល់ក្នុងការធ្វើអ្វីមួយ បែងចែកការងារច្បាស់ដោយផ្តោតអារម្មណ៍ម្តងមួយៗ។ល។
- កុមារី តែងខ្លួន មានភាពទន់ភ្លន់ មិនសូវមានជំនាញវិភាគ មានចំណាប់អារម្មណ៍ខ្លាំងជាមួយពណ៌ រៀនតាមការស្តាប់ គិតច្បាស់លាស់មុននឹងធ្វើអ្វីមួយ មិនមានការបែងចែកច្បាស់ អាចធ្វើការច្រើនមុខក្នុងពេលតែមួយ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ នៅក្នុងវ័យនេះ តើអាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ជួបការលំបាកអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ពិបាកប្រដៅ ពិបាកយល់ចិត្ត កូនដើរលេងច្រើន ខ្ជិល ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវជួយគាំទ្រ និងផ្តល់អ្វីខ្លះដល់ពួកគេ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ពួកគាត់ឆ្លើយអ្វីក៏បានទៅតាមបទពិសោធន៍របស់ពួកគាត់។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៦ បង្ហាញពី ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពី ១៣ ដល់ក្រោម១៨ ឆ្នាំ រួចពន្យល់ តាមខ្លឹមសារបន្ថែម។

ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍកុមារ ពីអាយុ ១៣ឆ្នាំ ដល់ ក្រោម១៨ឆ្នាំ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការលូតលាស់ផ្នែករាងកាយ

- ប្រព័ន្ធបន្តពូជមានការលូតលាស់ពេញលេញ។
- ការលូតលាស់នៃរាងកាយមិនស្មើ (ម្តងលឿន ម្តងយឺត) ហើយលទ្ធផលនៃការលូតលាស់មិនស្មើនេះធ្វើឱ្យគេមានភាពអស់កម្លាំង ឈឺពេញដងខ្លួន ឈឺពោះ (ការរំលាយអាហារមិនបានល្អ) បរិភោគអាហារមិនទៀងទាត់។ កុមារីឧស្សាហ៍ឈឺក្បាល ហើយជួនកាលសន្លប់បាត់ស្មារតី ក្អួត ធ្លាក់ទឹកចិត្ត ឆាប់ខឹង ច្របូកច្របល់ក្នុងចិត្ត មានអារម្មណ៍ខុសប្លែកពីគេ ឆាប់ខ្មាស និងមានអាកប្បកិរិយាឆ្គាំឆ្គងជាដើម។
- រាងកាយបានលូតលាស់ជាមនុស្សពេញវ័យ ហើយមានកម្លាំងខ្លាំង។ប៉ុន្តែបើមានការលូតលាស់ផ្នែកណាមួយនៃរាងកាយខុសពីការរំពឹងទុក គេអាចមានគំនិតអវិជ្ជមានចំពោះខ្លួនឯង។ ឧទាហរណ៍៖ មានកម្ពស់ទាប ធាត់ពេក ស្គមពេកដែលនាំឱ្យពួកគេពិបាកចិត្តជាខ្លាំង។

ការលូតលាស់ផ្នែកចរិតលក្ខណៈ

- វ័យនេះជាវ័យមួយដ៏សំខាន់សម្រាប់ការលូតលាស់សរីរាង្គកាយ និងប្រព័ន្ធបន្តពូជ។
- អាកប្បកិរិយាមានការប្រែប្រួលខ្លាំងទៅតាមអារម្មណ៍ និងបរិស្ថានជុំវិញ។
- ឧទាហរណ៍៖ មិនសូវយកចិត្តទុកដាក់នូវការណែនាំ ចេះកុហក ឆេវឆាវ ផ្តាច់ខ្លួនពីគ្រួសារ ខ្មាសអៀន ស្រងូតស្រងាត់ ក្រៀមក្រំ រំភើប ឬសង្ស័យថាគេសម្លឹង និងនិយាយពីខ្លួនឯងជាដើម។
- ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍនេះគឺបណ្តាលមកពីអ័រម៉ូន។ ឧទាហរណ៍៖ កុមារីចាប់ផ្តើមមានរដូវ កុមារាមានទឹកកាមលើកដំបូង។
- អំឡុងពេលនេះ ជាពេលនៃការផ្លាស់ប្តូរ និងឆ្លងកាត់ពីដំណាក់កាលមួយទៅដំណាក់កាលមួយទៀតដែលនាំឱ្យមានវិបត្តិខាងកសាងបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់ខ្លួន។ ប៉ុន្តែរចនាសម្ព័ន្ធនៃចិត្តមានការផ្គុំឡើងតាំងពីកុមារមកម្លេះមិនអាចផ្លាស់ប្តូរបានទេ។ ខណៈពេលនេះមានការផ្លាស់ប្តូរច្រើន ដូចជា បាត់តុល្យភាពនៃគោលបំណង និងរំជួលអារម្មណ៍ ប្រានចោលនូវគុណសម្បត្តិនៃវ័យកុមារ ចង់បានឯករាជ្យភាព ប្រឈមជាមួយនឹងទំនួលខុសត្រូវ។
- ធ្វើអ្វីមួយមានសន្ទុះចិត្ត និងប្រថុយប្រថានខ្ពស់ពីព្រោះពួកគេមានបទពិសោធន៍តិចតួចក្នុងជីវិត។
- បង្ហាញពីអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួន ដោយត្រាប់តាមទង្វើរបស់មនុស្សធំណាដែលពួកគេពេញចិត្ត ឬទុកចិត្ត។

ការលូតលាស់ផ្នែកអារម្មណ៍

- មានការធ្លាក់ទឹកចិត្តខ្លាំង (អាចសម្លាប់ខ្លួន) ដោយសារគេមិនពេញចិត្តនឹងអ្វីៗដែលគេមានផ្ទាល់ខ្លួន និងខ្វះការគាំទ្រពីបរិស្ថានជុំវិញ។
- អាចមានអារម្មណ៍ខុសពីរូបរាងកាយខាងក្រៅ (អារម្មណ៍ជាមនុស្សប្រុសតែរូបរាងកាយជាមនុស្សស្រី ឬ អារម្មណ៍ជាមនុស្សស្រីតែរូបរាងកាយជាមនុស្សប្រុស)

- ការពារខ្លួនឯងហួសហេតុ អារម្មណ៍ឆេវឆាវ ចង់សងសឹក ដកខ្លួនចេញពីគេដែលជាហេតុធ្វើឱ្យពួកគេខឹងជាមួយខ្លួនឯង។
- អាចបង្កជម្លោះជាមួយឪពុកម្ដាយ ឬអ្នកជុំវិញខ្លួន។
- មានការខ្វល់ខ្វាយច្រើន ព្រោះមានការប្រែប្រួលរាងកាយច្រើន
- ជ្រើសរើសមិត្តភក្តិល្អៗ ២ ទៅ ៣នាក់យ៉ាងច្រើនបំផុត សម្រាប់ជីវិតរបស់គេ។

ការទទួលស្គាល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ

- កុមារត្រូវទទួលស្គាល់ការលូតលាស់ផ្នែករាងកាយ និងតួនាទីប្រព័ន្ធបន្តពូជរបស់ខ្លួនជាមនុស្សពេញវ័យ ព្រោះពួកគេឈានដល់វ័យជំទង់ ហើយចាប់ផ្ដើមមានទំនាក់ទំនងជាមួយមនុស្សដែលមានភេទផ្ទុយគ្នា ឬមួយចំនួនតូចជាមួយភេទដូចគ្នា និងមានឯករាជ្យភាពខ្លះៗពីឪពុកម្ដាយ។

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរធ្វើ

- ជួយកូន ឬកុមារឱ្យស្រឡាញ់ខ្លួនឯងក្នុងផ្លូវវិជ្ជមាន ដូចជា៖
  - សរសើរពីភាពស្អាតរបស់ពួកគេ
  - ទទួលស្គាល់សមត្ថភាពរបស់កូន ឬកុមារ
  - ជួយកូន ឬកុមារ ឱ្យស្គាល់ពីភេទរបស់ខ្លួន ជាការសំខាន់ដែលឪពុកគួរសរសើរកូនស្រី ម្ដាយសរសើរកូនប្រុស។
  - ទទួលស្គាល់ ជំរុញ ឬពង្រឹងចំពោះអត្តចរិតល្អ។
  - ផ្ដល់ឱកាសឱ្យពួកគេមានសេរីភាព និងការទទួលខុសត្រូវ។
  - ទទួលស្គាល់/យល់ពីលក្ខណៈធម្មជាតិរបស់កូន
- ជួយកូន ឬកុមារឱ្យយល់ដឹងពីខ្លួនឯង ដូចជា៖
  - ផ្ដល់ព័ត៌មានពីការថែទាំសុខភាព និងអនាម័យខ្លួនប្រាណ។
  - រៀនកត់សម្គាល់ គិត និងប្រតិកម្មផ្សេងៗនៃរាងកាយ ដែលនាំឱ្យកើតមានអារម្មណ៍នានា និងរៀនគ្រប់គ្រងអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនដែលបណ្ដាលមកពីការប្រែប្រួលរាងកាយ ឬស្ថានភាពជុំវិញខ្លួន។
- ជួយកូន ឬកុមារ គ្រប់គ្រងបំណងប្រាថ្នា និងការច្នៃប្រឌិត
  - ទទួលស្គាល់ និងគាំទ្របំណងប្រាថ្នាល្អរបស់ពួកគេ
  - ជៀសវាងស្ដីបន្ទោសពីបំណងប្រាថ្នាដែលពួកគេមាន
  - ជួយគេឱ្យចេះគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍
  - ចូលរួមពិភាក្សា និងចរចា
  - ចេះអត់ធ្មត់ជាមួយគេ
  - បង្រៀនគេឱ្យចេះទទួលយកកំហុស និងរៀនពីកំហុស
  - ជួយពួកគេឱ្យដឹងនូវអ្វីដែលនាំឱ្យមានការឈឺចាប់ដល់ខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ
  - រីករាយជាមួយនឹងអ្វីដែលកូនមាន
  - បង្រៀនគេឱ្យចេះរង់ចាំ

- ជួយពួកគេឱ្យមានគំនិត ឬបង្កើតបំណងប្រាថ្នាថ្មី
- បដិសេធន៍ដោយម៉ឺងម៉ាត់ចំពោះសកម្មភាពដែលនាំឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ ដោយធ្វើការពិភាក្សា និងពន្យល់ពីហេតុផលជាក់លាក់។

• បង្រៀនកូន ឬកុមារឱ្យមានចិត្តទូលាយ
  - បង្រៀនពួកគេឱ្យចេះចែករំលែក មានទំនាក់ទំនង និងគោរពអ្នកដទៃ ទាំងរូបកាយ គំនិត និងអារម្មណ៍។
  - ជួយពួកគេឱ្យយល់ថា មនុស្សម្នាក់ៗមានភាពសំខាន់ខុសៗគ្នា។
  - ជួយពួកគេឱ្យចេះទទួលយកការពិត និងទទួលខុសត្រូវចំពោះខ្លួនឯង
  - ជួយឱ្យពួកគេគោរពសេចក្ដីណែនាំ និងច្បាប់ទម្លាប់សង្គមនានា។

• ជួយកូន ឬកុមារ ឱ្យចេះដោះស្រាយបញ្ហា
  - ស្ដាប់ពីការលំបាក និងជួយឱ្យពួកគេឱ្យរកឃើញនូវជម្រើស។
  - ជឿលើសមត្ថភាព និងសក្ដានុពលរបស់ពួកគេ នោះគេនឹងអាចមានគំនិតច្នៃប្រឌិត។

• បង្ហាញការយល់ចិត្តកូន ឬកុមារ ឬក្មេងជំទង់
  - **ស្ដាប់៖** ដោយឱ្យពួកគេបញ្ចេញ ឬនិយាយពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួន ស្វែងយល់ពីការគិត អារម្មណ៍ និងអាកប្បកិរិយារបស់ពួកគេ។
  - **ឆ្លើយតប៖** ដោយបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់យើងចំពោះរឿងរបស់កូន ឬកុមារ ពោលពាក្យសរសើរ និងលើកទឹកចិត្ត ផ្ដល់ព័ត៌មាននានាដើម្បីបំពេញតម្រូវការរបស់ពួកគេ។

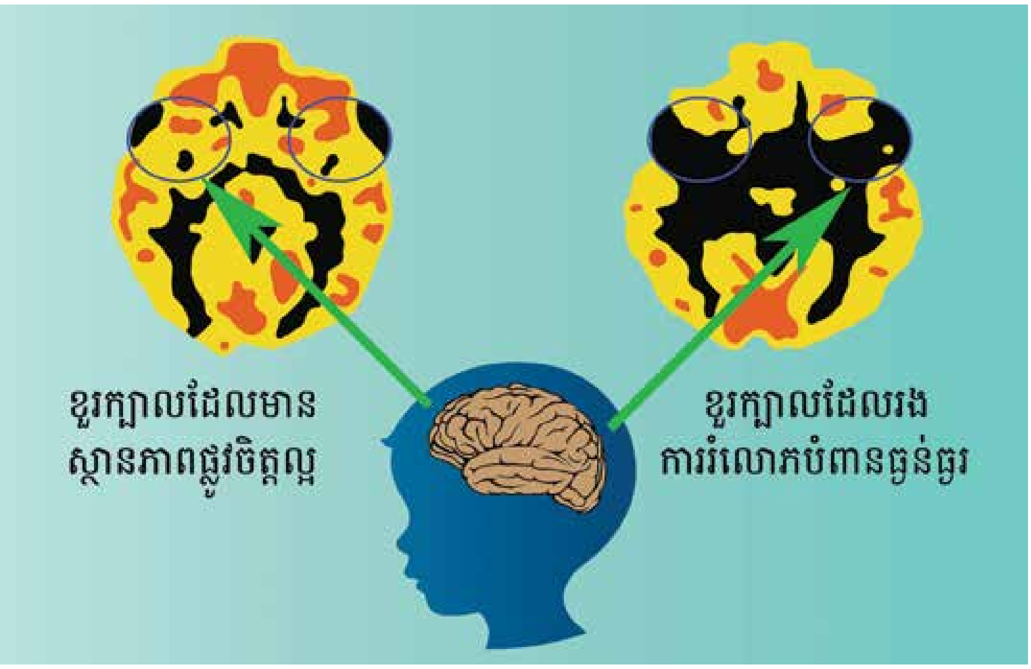
ភាពខុសគ្នារវាងកុមារ និងកុមារី

កុមារា	កុមារី
• រាងកាយរហ័សរហួន សកម្ម • មានជំនាញវិភាគក្នុងលំហ • មានចំណាប់អារម្មណ៍ខ្លាំងជាមួយនឹងការធ្វើឱ្យអ្វីៗឱ្យផ្លាស់ទី • រៀនតាមការមើល • តក់ក្រហល់ក្នុងការធ្វើអ្វីមួយ • បែងចែកការងារច្បាស់លាស់ ដោយផ្ដោតអារម្មណ៍ម្ដងមួយៗ • ត្រូវការពេលវេលាដើម្បីផ្ចង់អារម្មណ៍ធ្វើអ្វីមួយ • រុករក ឬស្វែងយល់ និងចង់ដឹងពីអ្វីៗដែលនៅជុំវិញខ្លួន • ចូលចិត្តបង្ហាញសកម្មភាពជាងនិយាយពីអារម្មណ៍របស់គេ	• មានភាពទន់ភ្លន់ • មិនសូវមានជំនាញវិភាគ • មានចំណាប់អារម្មណ៍ខ្លាំងជាមួយពណ៌ • រៀនតាមការស្ដាប់ • គិតច្បាស់លាស់មុននឹងធ្វើអ្វីមួយ • មិនមានការបែងចែកច្បាស់ អាចធ្វើការច្រើនមុខក្នុងពេលតែមួយ • អាចធ្វើអ្វីបានភ្លាមៗ • ស្ដាប់ ដើម្បីដឹងពីអ្វីៗដែលនៅជុំវិញខ្លួន • ចូលចិត្តនិយាយ ដើម្បីបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួន

ឥ.៦- ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍខួរក្បាល

- ពន្យល់អ្នកចូលរួមថា នៅក្នុងដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ ខួរក្បាលក៏មានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍផងដែរ។ បើសិនជានៅក្នុងដំណាក់កាលនីមួយៗមានការរំលោភបំពាន អំពើហិង្សា ឬការមិនអើពើកើតឡើង ធ្វើឱ្យមានការប៉ះទង្គិចផ្លូវចិត្តធ្ងន់ធ្ងរ និងធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍខួរក្បាលរបស់កុមារ។ ការប៉ះពាល់នេះនាំឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ និងការអភិវឌ្ឍនានាផ្នែកខួរក្បាល។
- អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៧ បង្ហាញពី ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ រួចពន្យល់តាមខ្លឹមសារបន្ថែម។

ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ



ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារ

មួយផ្នែកនៃខួរក្បាលមានតួនាទីគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍របស់យើង ហើយវាជា "ប្រព័ន្ធប្រកាសដំណឹង"។ ប្រសិនបើការរំជួលអារម្មណ៍នេះកើតឡើងច្រើនពេក ឬខ្លាំងពេកនោះការឆ្លើយតបធម្មតាទាំងនោះមិនឆ្លើយតបទេ។ ដូច្នេះខួរក្បាលកុមារត្រូវជាប់គាំង "ក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់" ដែលកុមារបង្ហាញភាពជាសត្រូវ កាចដាក់គេឯងហើយកុមារមានការពិបាកគិតឱ្យបានច្បាស់លាស់ និងពិបាករីករាយជាមួយនឹងក្តីស្រឡាញ់ ឬការទុកចិត្ត។

ផ្នែកមួយទៀតរបស់ខួរក្បាលមានតួនាទីក្នុងការចងចាំថ្មីបំផុត។ នៅពេលដែលកុមារធ្លាប់ឆ្លងកាត់បទពិសោធន៍ប៉ះទង្គិចផ្លូវចិត្តធ្ងន់ធ្ងរ ត្រូវបានគេរកឃើញថាផ្នែកនេះតូចជាងកុមារដទៃទៀត ដែលនាំឱ្យមានការចងចាំខ្សោយ ហើយពេលខ្លះនាំឱ្យមានការកាត់ផ្តាច់ពីសតិចងចាំ។ បែបនេះក៏នាំឱ្យមានជំងឺថប់បារម្ភ និងរហូតដល់ជំងឺចិត្តវិកលទៀតផង។

ផ្នែកមួយទៀតនៃខួរក្បាលមានតួនាទីពិចារណាហេតុផល ដើម្បីមានការសម្រេចចិត្តផ្សេងៗ ពីការឆ្លើយតបផ្នែកអារម្មណ៍ និងគំនិតកើតឡើងមានដូចជា ការធ្វើផែនការ តាមដាន ផ្លាស់ប្តូរផែនការ គ្រប់គ្រង និងផ្តោតការយកចិត្តទុកដាក់ គ្រប់គ្រងអាកប្បកិរិយាតក់ក្រហល់ អភិវឌ្ឍ សមត្ថភាពសម្រេចចិត្តសមហេតុផល។ នៅពេលដែលកុមាររងការប៉ះទង្គិចផ្លូវចិត្ត ធ្ងន់ធ្ងរ សមត្ថភាពសម្រេចចិត្តសមហេតុផល ការគ្រប់គ្រងអាកប្បកិរិយា សមត្ថភាពគ្រប់គ្រង ផែនការ និងការផ្តោតអារម្មណ៍របស់ពួកគេត្រូវបានបំផ្លាញ។

កុមារដែលមានពិការភាព

បើទោះបីជាកុមារពិការក៏អាចចូលរួមធ្វើកិច្ចការដូចកុមារដទៃទៀតដែរ វាអាស្រ័យលើ កម្រិតអាយុ សមត្ថភាព និងប្រភេទនៃពិការភាពតែប៉ុណ្ណោះ។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរផ្តល់ការថែទាំជាពិសេសដើម្បីការពារកុមារ ដែលមានពិការភាព ពីការរំលោភបំពានគ្រប់ប្រភេទ។ កុមារទាំងនោះនឹងទទួលបានគ្រប់ យ៉ាងដូចកុមារទូទៅដែរ ដូចជា ចុះបញ្ជីកំណើត សៀវភៅគ្រួសារ និងចុះឈ្មោះចូលរៀន។ ពួកគេនឹងទទួលបានការគាំទ្រឱ្យបានចូលរៀននៅសាលាមត្តេយ្យ យ៉ាងហោចណាស់មួយ ឆ្នាំមុនចុះឈ្មោះចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា ដោយមិនគិតពីភេទ អាយុ ឬពិការភាព នោះទេ ហើយនៅបន្តការគាំទ្រ និងលើកទឹកចិត្តពួកគាត់ឱ្យបន្តរៀនរហូតបញ្ចប់អនុវិទ្យាល័យ វិទ្យាល័យ ឬមហាវិទ្យាល័យដូចកុមារទូទៅដែរ។ ពួកគេក៏អាចចូលរួមសកម្មភាពកីឡា សិល្បៈ សិក្ខាសាលា និងសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គមផងដែរ។

ប្រភេទនៃពិការភាពរបស់កុមារអាចកើតឡើងផ្សេងៗគ្នា។ ប្រភេទពិការភាពខ្លះអាចកើត មានមុនកំណើត (ក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ) កំឡុងពេលកើត (សម្រាល) ហើយខ្លះទៀតអាច កើតមានក្រោយពីកំណើត។ កុមារមួយចំនួនអាចកើតមកមានពិការភាពតែមួយប្រភេទ តែ កុមារមួយចំនួនទៀត អាចមានច្រើនជាងមួយប្រភេទ។ ខាងក្រោមនេះជាប្រភេទពិការភាព ផ្សេងៗគ្នាដែលអាចកើតមានលើកុមារមួយចំនួន៖

- **ថ្លង់ ឬមិនអាចស្តាប់បានល្អ៖** កុមារអាចមានអវៈយវៈ និងសតិបញ្ញាល្អ តែអ្វីដែល ជលវិបាកសម្រាប់ពួកគាត់គឺ មិនអាចស្តាប់បាន ឬស្តាប់បានមិនល្អ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចកត់សម្គាល់ពីប្រភេទពិការភាពនេះនៅពេល ដែលកុមារមានអាយុក្រោមបីឆ្នាំ ដូចជា កូន ឬកុមារមិនងាកមើល មិនភ្ញាក់នៅ ពេលហៅឈ្មោះ ឬមានសំឡេងខ្លាំងៗ។ ការជួយអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលវេលាដល់ កូន ឬកុមារដែលថ្លង់ ឬពិបាកស្តាប់នោះអាចឱ្យពួកគាត់មានឱកាសរៀនភាសា បានល្អដូចកុមារដទៃទៀតដែរ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវជួយ គាំទ្រដើម្បីឱ្យពួកគាត់មានកម្លាំង និងទឹកចិត្តបន្តជួយ កូន ឬកុមារ របស់គាត់ ដែលមានពិការភាពនេះ ដោយជួយជម្រុញ ឬធ្វើសកម្មភាពលេងជាមួយពួកគេ ដូចជា និយាយភាសាកាយវិការ លេងជាមួយកូន ដោយប្រើសម្ភារមានសំឡេង។ សកម្មភាពទាំងនេះនឹងជួយឱ្យកូន ឬកុមារមានការអភិវឌ្ឍ ការប្រាស្រ័យទាក់ទង មានភាពកក់ក្តៅ និងមានទំនុកចិត្តក្នុងការចូលរួមសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គម។ បច្ចុប្បន្ន មានសាលាពិសេសសម្រាប់ជួយកុមារដែលមានពិការភាពបែបនេះ ដូចជា អង្គការគ្រួសារថ្មី អង្គការម៉ារីណុល និងអង្គការ All Ears Cambodia ជាដើម។

- **ខ្សោយសតិបញ្ញា៖** គឺកើតមានតាមកម្រិត។ កុមារមួយចំនួនមានបញ្ហាខ្សោយសតិបញ្ញាប្រភេទស្រាល។ ពួកគាត់អាចទៅរៀនបានយ៉ាងហោចណាស់ បានចប់បឋមសិក្សា ហើយពួកគេក៏អាចមើលថែខ្លួនឯងបាន ដូចជាការស្លៀកពាក់ ងូតទឹក គេង និងហូបចុក ជាដើម។ មានកុមារមួយចំនួនទៀត មានបញ្ហាខ្សោយសតិបញ្ញាប្រភេទធ្ងន់ធ្ងរ។ ពួកគេមិនអាចមើលថែទាំខ្លួនឯងបាន មិនចេះនិយាយ ហើយត្រូវការអ្នកជួយមើលថែទាំជាពិសេស ដូចជា ការបន្ទោរបង់ ការបញ្ចុកអាហារ ការស្លៀកពាក់ និងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ល។ កុមារទាំងនេះក៏ត្រូវការការការពារជាពិសេសថែមទៀត ពីការមិនអើពើ ឬការរំលោភបំពានផ្សេងៗ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចស្វែងរកសេវាការថែទាំកុមារប្រភេទនេះ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន ឬទៅទទួលសេវាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដែលមានទីតាំងនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជ័យជំនះ ខេត្តកណ្តាល។
- **ខ្សោយកាយសម្បទា ឬរាងកាយ៖** កុមារមួយចំនួនទៀត មានសតិបញ្ញាធម្មតា ឬស្ទើរតែធម្មតា តែពួកគេមានបញ្ហាក្នុងការធ្វើចលនា ឬបន្លាស់ទី។ ពួកគេអាចដើរបានដោយមានការជួយ ឬឧបករណ៍ជំនួយ ដូចជា ឈើច្រត់ ឬរទេះរុញ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចស្វែងរកសេវាការថែទាំកុមារប្រភេទនេះ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន ឬទៅទទួលសេវាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដែលមានទីតាំងនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជ័យជំនះ ខេត្តកណ្តាល និងមជ្ឈមណ្ឌលស្តារនិតិសម្បទា បន្ទាយព្រាប ឬនៅ គៀនឃ្លាំង ក្នុងរាជធានីភ្នំពេញ។
- **ពិការភ្នែក៖** មានតាមកម្រិតនៃពិការភាព ហើយកុមារទាំងនេះអាចមានសតិបញ្ញាធម្មតាដូចកុមារដទៃទៀតដែរ។ កុមារខ្លះអាចមើលឃើញដោយលំបាក (កម្សោយការមើល) ហើយកុមារមួយចំនួនទៀត មិនអាចមើលឃើញទាំងស្រុងទេ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចកត់សម្គាល់កូន ឬកុមារ ដែលមានបញ្ហាភ្នែកតាំងពីតូច តាមរយៈសកម្មភាពទារកដូចជា មិនសូវមានចលនា មិនងើបក មិនឈោងចាប់របស់របរលេង មិនលូន ឬវារ ទារកលេងកម្សាន្តតិចតួចនៅតែម្នាក់ឯងច្រើន ឬមិនសូវបានចូលរួមសកម្មភាព សង្គមពេលគេមានវ័យធំឡើង។ ដូចនេះឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចជួយកូនឬកុមារតាំងពីពួកគេនៅជាទារកដោយ ការលេង និយាយ និងចូលរួមសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ ឬនៅក្នុងសង្គម។ ពួកគេក៏ត្រូវការថែទាំ និងការគាំទ្រ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន។

ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរទៅអ្នកចូលរួម បញ្ជាក់ថា តើពួកគាត់មានសំណួរ ចម្ងល់ ឬមានអ្វីចង់ បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតទេ។ បើមាន សូមឆ្លើយតប បើអត់មានទេ សូមធ្វើការបញ្ចប់កិច្ចពិភាក្សា ដោយធ្វើការសង្ខេប

ថ្ងៃនេះយើងបានពិភាក្សាគ្នាដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។ ប្រធានបទនេះ បែងចែកជា៥ ដំណាក់កាលធំៗដូចជា៖

- ដំណាក់កាលទី១ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍគភ៌ក្នុងផ្ទៃ
- ដំណាក់កាលទី២ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍទារកពី ០ដល់ ក្រោម ៣ឆ្នាំ
- ដំណាក់កាលទី៣ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារពី ៣ ដល់ ៥ឆ្នាំ
- ដំណាក់កាលទី៤ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារពី ៦ ដល់ ១២ឆ្នាំ
- ដំណាក់កាលទី៥ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារពី ១៣ ដល់១៨ឆ្នាំ

ក្នុងដំណាក់កាលនីមួយៗមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ ទៅតាមកម្រិតអាយុ ដូចនេះ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវចូលរួមយ៉ាងសកម្ម ដើម្បីបំពេញ និងផ្តល់ឱកាសដល់កុមារបានលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានពេញលេញ។ ដូចគ្នាផងដែរ កុមារពិការក៏ត្រូវការឱ្យឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំបំពេញនូវតម្រូវការដូចកុមារទូទៅដែរ។ លើសពីនេះកុមារពិការ មានតម្រូវការពិសេសលើសកុមារទូទៅអាស្រ័យតាមប្រភេទនៃពិការភាពរបស់ពួកគេ ពិសេសគឺត្រូវការការពារពួកគេពីការរំលោភបំពានគ្រប់ប្រភេទទាំងអស់ ព្រោះបើពួកគេទទួលរងនូវការរំលោភបំពាន នឹងមានផលប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ។

ង- ការអនុវត្ត (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុស ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួម គិតពីការចាប់ផ្តើមអនុវត្តនូវអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា។

☞ ចំពោះលោកអ្នកជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តើគួរធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីឱ្យកូន ឬកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ?

🗣 លើកទឹកចិត្តអ្នកចូលរួមឱ្យបានឆ្លើយ និងគិតទាំងអស់គ្នា។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបយោបល់ពួកគាត់ និងបន្ថែមគំនិតដូចជា ការចំណាយពេលជាមួយកូន ឬកុមារ ស្តាប់ពីអារម្មណ៍ យល់ពីតម្រូវការ និងបំពេញតម្រូវការរបស់កូនទៅតាមដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ។ សម្រាប់កុមារដែលមានពិការភាពត្រូវការឱ្យឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមានភាពអត់ធ្មត់ និងព្យាយាមខ្ពស់ក្នុងការយកចិត្តទុកដាក់ចិញ្ចឹមបីបាច់ពួកគេ និងទទួលស្គាល់ថា អាយុនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេមិនដូចកុមារទូទៅទេ។ ម៉្យាងវិញទៀត លោកអ្នកអាចស្វែងរកសេវាដែលជួយបង្ហាត់បង្រៀនដល់កុមារដែលមានពិការភាព និងសេវាព្យាបាលដែលអាចឱ្យកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អប្រសើរ។

ច- បណ្តាំផ្ញើ៖

- លើកទឹកចិត្តឱ្យអ្នកចូលរួម ចាប់ផ្តើមធ្វើការកត់សម្គាល់ ពីអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឯង
- ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវអាកប្បកិរិយាដែលអាចជួយគាំទ្រដល់កូន ឬកុមារ រួមទាំងកុមារដែលមានពិការភាពផងដែរ ដើម្បីឱ្យពួកគេមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អ។
- ចុងបញ្ចប់សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកគាត់ ដែលបានមកចូលរួម។

សុខុមាលភាពឪពុកម្ដាយ

សេចក្តីផ្តើម

សុខុមាលភាពរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គឺជាគន្លឹះសម្រាប់*ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន* ដែលអាចបង្ការអំពើហិង្សា និងការមិនអើពើលើកុមារ។ តាមឯកសារមេរៀនស្តីពី ការចិញ្ចឹមបីបាច់កុមាររបស់អង្គការ បុត្តាភិបាលដើម្បីវឌ្ឍនសង្គមកម្ពុជា ហៅកាត់ថា អាយ ស៊ី អេស អេស ភី (ICS-SP) និងការសិក្សាមួយចំនួនបានបង្ហាញថា ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំដែលមានបញ្ហាសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដូចជា តានតឹងចិត្តកំរិតខ្ពស់ ជំងឺថប់បារម្ភ ជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត អាចនឹងមានផលប៉ះពាល់បែបអវិជ្ជមានទៅលើកូន នៅពេលដែលពួកគេបំពេញកាតព្វកិច្ចជាអ្នកចិញ្ចឹម និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកូន ឬកុមារ។ ពួកគាត់ងាយនឹងប្រព្រឹត្តហិង្សា និងការមិនអើពើទៅលើកូន ឬកុមារដោយមិនបានដឹងថា អំពើ ឬទង្វើរបស់គាត់អាចមានផលប៉ះពាល់បែបអវិជ្ជមានទៅលើកុមារ ដូចជាអាចមានការពិបាកផ្តោតអារម្មណ៍ក្នុងការសិក្សា មានភាពតានតឹងចិត្ត គេងមិនលក់ រត់ចេញពីផ្ទះ មានទំនាស់ជាមួយមិត្តភក្តិ គិតថាខ្លួនមានកំហុស ឬអាចចាប់ផ្តើមមានអាកប្បកិរិយាប្រឆាំងសង្គមជាដើម ។

យោងតាមផលប៉ះពាល់ខាងលើ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរសិក្សាស្វែងយល់អំពីទំនាក់ទំនងរវាងភាពតានតឹងចិត្ត និងការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន។ ការស្វែងយល់ ឬការឆ្លុះបញ្ចាំងនេះ អាចជួយឱ្យពួកគាត់គិតគូរពីសុខុមាលភាពរបស់ខ្លួនឯង និងពង្រឹងការចិញ្ចឹមបីបាច់កុមារប្រកបដោយវិជ្ជមាន។ លើសពីនេះទៅទៀត ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគប្បីទទួលបានការគាំទ្រពីវិធីដែលពួកគាត់អាចប្រឈមមុខ និងដោះស្រាយជាមួយភាពតានតឹងចិត្ត ឬកំហឹងដោយវិជ្ជមាន ពីព្រោះថា បើពួកគាត់ដឹងពីវិធីដែលធ្វើឱ្យមានសុខុមាលភាពល្អ នោះពួកគាត់នឹងអាចធ្វើជាគំរូ និងបង្រៀនកូន ឬកុមារពីវិធីនោះផងដែរ ។

គោលបំណង

នៅចុងបញ្ចប់នៃវគ្គនេះ អ្នកចូលរួមនឹងអាចៈ

- ❖ ឆ្លុះបញ្ចាំងពីស្ថានភាពទូទៅនៃសុខុមាលភាពរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។
- ❖ កំណត់បាននូវមធ្យោបាយដែលអាចបន្ធូរភាពតានតឹងចិត្តរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។
- ❖ កំណត់បាននូវភាពតានតឹងចិត្ត ព្រមទាំងមធ្យោបាយដែលអាចបន្ធូរភាពតានតឹងចិត្តរបស់កុមារ។
- ❖ ធ្វើការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកូន ឬកុមារឱ្យមានប្រសិទ្ធភាព។

រយៈពេល

១២០នាទី

សម្ភារ

- ❖ រូបភាពទី១ (១,២០មx១,៥០ម) បង្ហាញពី មូលហេតុដែលនាំឱ្យមានភាពតានតឹងចិត្ត
- ❖ រូបភាពទី២ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ផលប៉ះពាល់បង្កឡើងដោយភាពតានតឹងចិត្ត

❖ រូបភាពទី៣ (១,២០មx១,៥០ម) បង្ហាញពី វិធីនានាសម្រាប់កាត់បន្ថយភាពតានតឹងចិត្ត

❖ បណ្ណរូបភាព (Poster) សម្រាប់ចែកជូនអ្នកចូលរួម (0.៦0ម x 0.៨0ម)

- បណ្ណរូបភាពបង្ហាញពី ផលប៉ះពាល់បង្កឡើងដោយការតានតឹងចិត្ត។
- បណ្ណរូបភាពបង្ហាញពី វិធីនានាសម្រាប់កាត់បន្ថយភាពតានតឹងចិត្ត។

❖ ស្កុត កន្ត្រៃ

❖ ខ្សែចង ឃ្នាបធំ សម្រាប់កៀបផ្ទាំងរូបភាព

❖ ឧបករណ៍រំពងសំឡេង (ក្នុងករណីចាំបាច់)

❖ កម្រាល សម្រាប់អ្នកចូលរួមអង្គុយ

❖ ត្រៀម សម្ភារសម្រាប់លេងជាមួយកុមារ

វិធីសាស្ត្រ

❖ បំផុសគំនិត

❖ បរិយាយ ឬឧទ្ទេស

ជំហានសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១៥នាទី)

❖ ធ្វើការសំណេះសំណាលជាមួយអ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានត្រៀមខ្លួនក្នុងការចូលរួម។ អ្នកសម្របសម្រួល សួរអំពី

- សុខទុក្ខ
- ការធ្វើដំណើរ
- ការរស់នៅរបស់ពួកគាត់ខ្លះៗ ដែលគិតថាអាចចែករំលែកបាន។
- ការរំពឹងទុក

❖ បន្ទាប់មក ណែនាំអ្នកចូលរួមឱ្យស្គាល់អ្នកសម្របសម្រួល និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន រួចប្រាប់ពីចំណងជើង សង្ខេបគោលបំណងនៃប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ។

បញ្ជាក់ (បើអាចធ្វើបាន) សុំអ្នកចូលរួមណែនាំគ្នាខ្លះកាន់តែប្រសើរ ព្រោះអាចជួយពួកគាត់ និងអ្នកសម្របសម្រួលបានស្គាល់គ្នាខ្លះៗ និងមានទំនុកចិត្តលើគ្នាបន្ថែមទៀត នៅក្នុងក្រុម ដោយធ្វើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- ឱ្យអ្នកចូលរួមឈរតាមក្រុមភូមិ ឬតាមប៉ែក ឬតំបន់ដែលពួកគាត់រស់នៅ ដោយឱ្យពួកគេឈរជាក្រុម ដែលមកពីតំបន់ជាមួយគ្នា។ ឈរជាក្រុមតាមចំនួនកូន (អ្នកមិនទាន់មានកូន កូន១ កូន២ កូន៣ បើមានអ្នកមិន ទាន់រៀបការឱ្យគាត់ឈរនៅក្រុមមិនទាន់រៀបការ)។ អ្នកសម្របសម្រួលនិយាយឡើងវិញពីក្រុមនីមួយៗ។
- អ្នកសម្របសម្រួលអាចប្រើវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗទៀតបាន។

ខ- លំនាំចូល

❖ អ្នកសម្របសម្រួលគួរនិយាយជាមួយអ្នកចូលរួមជាមុនថា ក្នុងកំឡុងពេលពួកគាត់ធ្វើការពិភាក្សា ឆ្លុះបញ្ចាំងនូវដំណើរជីវិតនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារ ពួកគាត់អាចកើតមានអារម្មណ៍នានាទៅតាមបទពិសោធន៍កន្លងមក។ អារម្មណ៍ទាំងនោះអាចជាអារម្មណ៍ឈឺចាប់ ខឹង តូចចិត្ត សប្បាយ ឬខ្មាស់អៀន។ ការចែករំលែកនេះ គឺអាចជួយពួកគាត់ឱ្យកាត់បន្ថយនូវអារម្មណ៍ឈឺចាប់ តានតឹង តូចចិត្ត ឬខ្មាស់អៀនចំពោះខ្លួនឯង និងជាមួយអ្នកចូលរួម។ ម៉្យាងទៀត ការចែករំលែកនេះក៏ជួយគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមកក្នុងការ រកវិធីសាស្រ្តប្រឈមជាមួយនឹងស្ថានភាពឈឺចាប់ទាំងនោះ។ លោកអ្នកមានសិទ្ធិមិនចែករំលែក ប្រសិនបើមានការលំបាក ឬស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការបង្ហាញនូវអារម្មណ៍ទាំងនោះ។

ឧទាហរណ៍៖ *"នៅពេលដែលយើងនិយាយ ឬពិភាក្សាពីប្រធានបទខាងលើ អាចធ្វើឱ្យលោកអ្នកនឹកឃើញស្ថានភាពមួយ ឬច្រើនដែលលោកអ្នកបានជួប និងបានប្រព្រឹត្តជាមួយខ្លួនឯង ឬដោយកូន។ ចូរលោកអ្នកគិតថាវាជាអតីតកាល ហើយសកម្មភាព ឬអំពើទាំងនោះដែលលោកអ្នកអាចប្រព្រឹត្តដោយចេតនា ឬអចេតនា ដែលមិនធ្លាប់នឹកស្មានថាមានផលប៉ះពាល់ដល់ការរស់នៅ ការអភិវឌ្ឍ និងមនោសញ្ចេតនារបស់កូន ឬកុមារ គ្រួសារ ឬសហគមន៍ឡើយ។ តែអ្វីដែលគួរធ្វើ គឺជាការតាំងចិត្តប្រព្រឹត្តនូវអ្វីដែលមិនបណ្តាលឱ្យមានផលប៉ះពាល់ដូចខាងលើដល់កុមារ គ្រួសារ ឬមនុស្សជំនាន់ក្រោយៗទៀតឡើយ។"*

❖ បន្ទាប់មកអ្នកសម្របសម្រួលសួរថា

☞ តើលោកអ្នកយល់ថា សុខុមាលភាពសំដៅទៅលើអ្វី? ពន្យល់ន័យសុខុមាលភាព ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួមងាយយល់ បើសិនអ្នកចូលរួមនៅតែមិនយល់ អ្នកសម្របសម្រួលពន្យល់បកស្រាយ។

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** មិនមានជំងឺ ធាត់ សប្បាយចិត្ត មានដៃជើងខ្លួនប្រាណគ្រប់គ្រាន់។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតរបស់ពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើក្នុងគ្រួសារលោកអ្នកមានបញ្ហាអ្វីខ្លះកើតឡើង?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** អត់លុយ ពិបាកចិត្តធ្វើស្រែចំការមិនបានផលល្អ និយាយកូនមិនស្តាប់ ជំពាក់លុយគេ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតរបស់ពួកគាត់ រួចសួរបន្តទៀត

☞ នៅពេលដែលលោកអ្នកមានសុខភាព និងអារម្មណ៍ល្អ តើការទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកជាមួយកូនមានលក្ខណៈយ៉ាងណាដែរ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** និយាយពាក្យល្អៗ ស្តាប់កូននិយាយ ប្រឡែងលេងជាមួយកូន ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតរបស់ពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ នៅពេលដែលលោកអ្នកមានសុខភាព និងអារម្មណ៍មិនល្អ តើការទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកជាមួយកូនមានលក្ខណៈយ៉ាងណាដែរ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** មួម៉ៅ និយាយពាក្យគំរោះគំរើយ មិនឱ្យកូនមកជិត ឬក្បែរ វាយ ក្តិចស្តីបន្ទោស ជាដើម។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតរបស់ពួកគាត់ រួចពន្យល់ សុខុមាលភាព សំដៅទៅលើអារម្មណ៍រីករាយ ឬសប្បាយ មានភាពតានតឹងក្នុងកម្រិតស្រាលក្នុងរយៈពេលខ្លី មានសុខភាពរាងកាយរឹងមាំ មានគុណភាពជីវិតល្អ។

គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ

គ.១- ការយល់ដឹងអំពីភាពតានតឹងចិត្ត

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបន្តថា ពេលមានសុខុមាលភាពមិនល្អ គឺយើងពិបាកក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកូន ឬកុមារ សមាជិកគ្រួសារ ឬឆ្លើយតបទៅនឹងតម្រូវការរបស់ពួកគេក៏ដូចជាការបំពេញការងារ ឬការប្រកបមុខរបរប្រចាំថ្ងៃជាដើម។ ដូចនេះថ្ងៃនេះក្រុមយើងនឹងពិភាក្សាគ្នាពីប្រធានបទមួយគឺ "សុខុមាលភាពរបស់ឪពុកម្ដាយ" ដោយផ្ដោតតែលើភាពតានតឹងចិត្ត ដែលប៉ះពាល់ដល់ដំណើរការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ ការរំខាននានា ដែលប៉ះពាល់ដល់ការរស់នៅ និងដំណោះស្រាយបញ្ហា។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការបង្ហាញរូបភាពទី១ រួចសួរ

☞ នៅក្នុងរូបភាពនេះ តើលោកអ្នកសង្កេតឃើញអ្វីខ្លះ ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** គ្រួសារមានអំពើហិង្សា ឈឺ អត់លុយ បង្ហោះម៉ូតូ កុមារឈ្លោះគ្នា។ល។

មូលហេតុដែលនាំឱ្យមានភាពតានតឹងចិត្ត

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបំផុសសំណួរពីភាពតានតឹងចិត្តដោយសួរ

☞ តើលោកអ្នកធ្លាប់ឮគេនិយាយអំពី ភាពតានតឹងចិត្ត ដែរឬទេ ? តើភាពតានតឹងចិត្តមានន័យដូចម្ដេច ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ធុញថប់ តប់ប្រមល់ ស្ពុក មួម៉ៅ តឹងចិត្ត ឈឺក្បាល។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបន្ត សួរសំណួរ

☞ តើភាពតានតឹងចិត្ត បណ្ដាលមកពីអ្វីខ្លះ ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** កូននិយាយមិនស្ដាប់ ទំនាក់ទំនងមិនល្អជាមួយដៃគូ កូនឈឺ បាត់បង់ការងារ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែមលើរូបភាពទី១។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

មានមូលហេតុជាច្រើនដែលនាំឱ្យមានភាពតានតឹងចិត្ត ហើយភាពតានតឹងចិត្ត ខុសគ្នាពីបុគ្គលម្នាក់ទៅបុគ្គលម្នាក់ទៀត។ ភាពតានតឹងចិត្តនោះអាចបណ្តាលមកពី៖

- កូនមិនស្តាប់បង្គាប់៖ មានមិត្តភក្តិមិនល្អ ដើរលេង លេងល្បែង បង្ហោះម៉ូតូ ក្រុមបងតូចបងធំ ឬធ្វើសកម្មភាពដែលសង្គមមិនឱ្យតម្លៃ។
- មានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ៖ លើសមាជិកណាម្នាក់នៅក្នុងគ្រួសារ ដូចជាជំងឺ មហារីកថ្លើម ទឹកនោមផ្អែម លើសឈាម ឬអេដស៍ជាដើម។
- កូន មិនគោរព និងស្រឡាញ់បងប្អូន ឈ្លោះគ្នា ប្រើហិង្សាដាក់គ្នា
- សេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារជួបការលំបាក៖ គ្រួសារមានចំណូលតិច ចំណាយច្រើន ជំពាក់បំណុលគេ។ល។
- វិវាទនៅក្នុងគ្រួសារ៖ មានដូចជា ឈ្លោះគ្នា ជាញឹកញាប់ មិនទុកចិត្តគ្នា មិនឱ្យតម្លៃគ្នា ។ល។
- អាហាររូបត្ថម្ភ៖ គ្មានអាហារគ្រប់គ្រាប់សម្រាប់សមាជិកគ្រួសារ។

កាតព្វកិច្ចឪពុកម្តាយក្នុងការចិញ្ចឹមកូន ក៏ជាកត្តាដែលបង្កឱ្យមានភាពតានតឹងចិត្តខ្លាំងផងដែរ។ ហេតុដូចនេះបានជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមួយចំនួនបានប្រព្រឹត្តអំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសាររំលោភបំពានឬមិនអើពើលើកូនឬកុមារ។ ការមិនមានការចូលរួមចំណែក និងការទទួលខុសត្រូវរបស់ **ឪពុក** ក្នុងការចិញ្ចឹមកូនក៏ជាកត្តានាំឱ្យមានបន្ទុកកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ និងបង្កឱ្យមានកម្រិតនៃភាពតានតឹងចិត្តកាន់តែខ្លាំងដល់ម្តាយ។ កត្តាទាំងនេះអាចបណ្តាលឱ្យពួកគាត់បាត់បង់ការជឿជាក់លើខ្លួនឯង ក្នុងការចិញ្ចឹម អប់រំ និងប្រៀនប្រដៅកូន ដោយអាកប្បកិរិយាហិង្សាដូចជា វាយ ជេរ មិនអើពើ បោះបង់កូនចោល បំបែកកូនចេញពីគ្រួសារ ឬយកកូនដាក់ក្នុងមណ្ឌលថែទាំ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមួយចំនួនយល់ថា មណ្ឌលថែទាំជាកន្លែងដែលអាចជួយឱ្យកូន ឬកុមារទទួលបានការថែទាំ និងអប់រំល្អប្រសើរជាងខ្លួន ដោយមិនបានគិតទៅដល់ការរំលោភបំពានផ្សេងៗដែលអាចកើតឡើងរវាងកុមារនិងកុមារ រវាងអ្នកថែទាំនិងកុមារ ការគិត អារម្មណ៍ តម្រូវការមូលដ្ឋានចាំបាច់សម្រាប់កូន ឬកុមារ ដូចជា សេចក្តីស្រឡាញ់ និងភាពកក់ក្តៅ ពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។

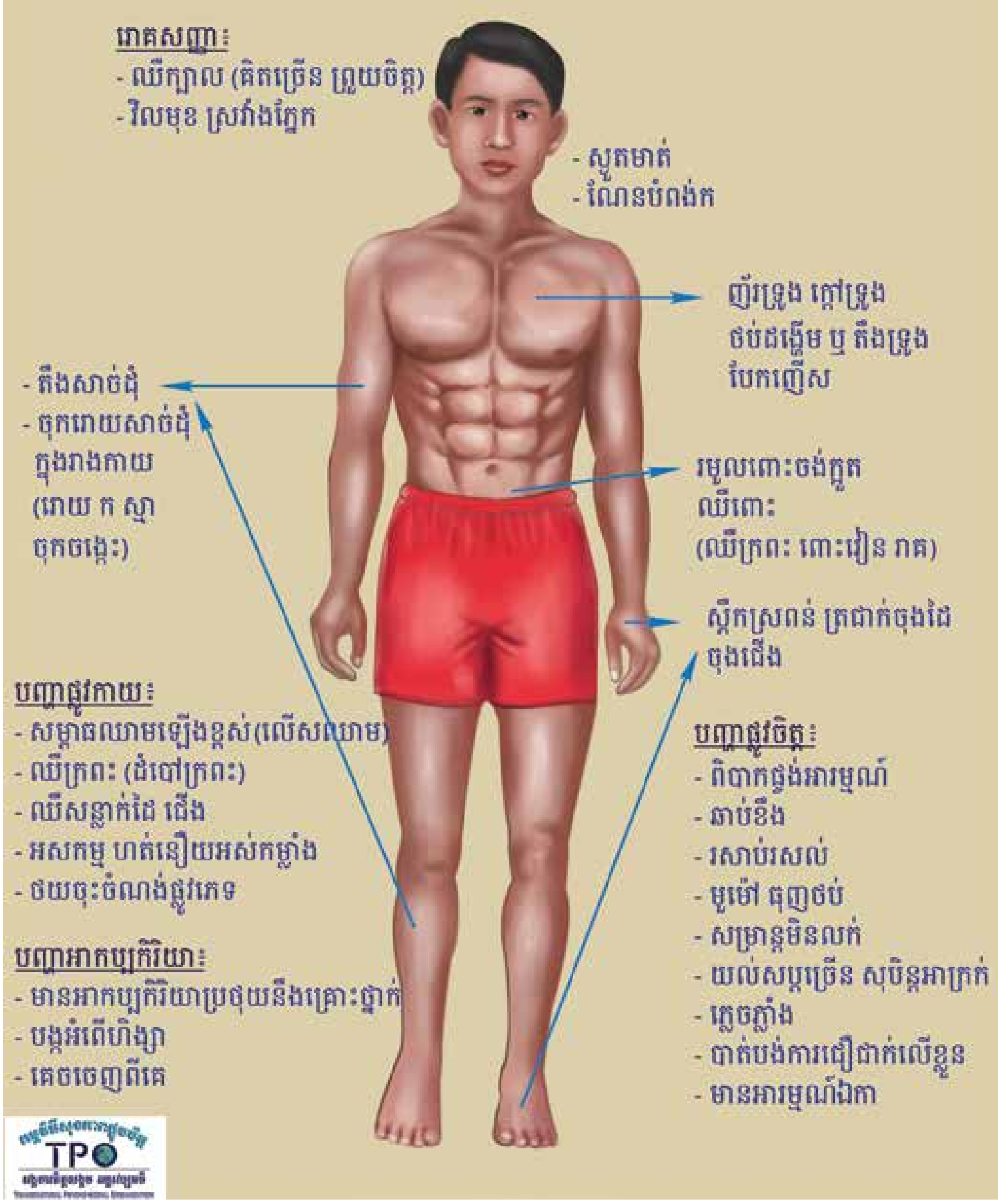
❖ បន្ទាប់ពីពន្យល់ និងបង្ហាញខ្លឹមសារមេរៀន នៅក្នុងរូបភាពទី១ រួចចូរបន្តសកម្មភាពបន្ទាប់ដោយសួរ

☞ តើលោកអ្នកសម្គាល់ឃើញថា មនុស្សម្នាក់មានភាពតានតឹងចិត្តដោយរបៀបណា ?

🗣 ចម្លើយរំពឹងទុក៖ ឆាប់ខឹងមួម៉ៅ វាយកូន ជេរ ប្តី វាយប្រពន្ធ ពិបាកគេង យល់សប្តិច្រើន ឈឺក្បាល ស្រែកទ្បូឡា។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែមលើរូបភាពទី២។

ផលប៉ះពាល់បង្កឡើងដោយភាពតានតឹងចិត្ត



ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

រោគសញ្ញា និងផលប៉ះពាល់បង្កឡើងដោយភាពតានតឹងចិត្ត

រោគសញ្ញា	បញ្ហាលើផ្លូវកាយ	បញ្ហាលើផ្លូវចិត្ត	បញ្ហាលើអាកប្បកិរិយា
• ឈឺក្បាល (គិតច្រើន ព្រួយច្រើន) • វិលមុខ ស្រវាំងភ្នែក • ស្ងួតមាត់ ណែនបំពង់ក • តឹងសាច់ដុំ • ចុករោយសាច់ដុំក្នុងរាងកាយ (រោយក ស្មា ចុកចង្កេះ) • ញ័រទ្រូង ក្តៅទ្រូង ថប់ដង្ហើម ឬ តឹងទ្រូង • បែកញើស • រមួលពោះចង់ក្អួត ឈឺពោះ (ឈឺក្រពះ ពោះវៀន រាគរូស) • ស្ពឹកស្រពន់ ត្រជាក់ចុងដៃ ចុងជើង	• សម្ពាធឈាមឡើងខ្ពស់ • ឈឺក្រពះ (ដំបៅក្រពះ) • ឈឺសន្លាក់ដៃជើង • អសកម្ម (ខ្ជិល) ហត់នឿយ អស់កម្លាំង • ថយចុះចំណង់ផ្លូវភេទ	• ពិបាកផ្ចង់អារម្មណ៍ • ឆាប់ខឹង • រសាប់រសល់ • មួម៉ៅ ធុញថប់ • សំរាន្តមិនលក់ • យល់សប្តច្រើន សុបិន្តអាក្រក់ • ភ្លេចភ្លាំង • បាត់បង់ការជឿជាក់លើខ្លួន • មានអារម្មណ៍ឯកា	• ធ្វើអាកប្បកិរិយាប្រថុយនឹងគ្រោះថ្នាក់ • បង្កអំពើហិង្សា • គេចចេញពីគេ

គ.២- ការកំណត់អំពីវិធីសាស្ត្រ ដើម្បីដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្ត ដោយវិជ្ជមាន

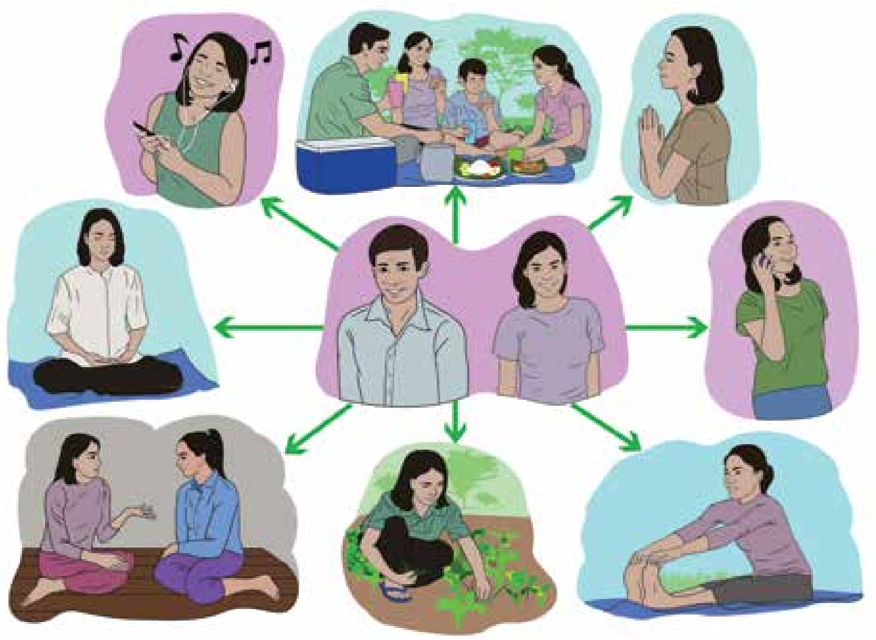
❖ ឥឡូវនេះយើងពិភាក្សាគ្នា អំពីមធ្យោបាយ និងវិធីសាស្ត្រនានា ក្នុងការដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្ត ដោយសួរ

☞ តើសកម្មភាពអ្វីខ្លះ ដែលលោកអ្នកធ្លាប់បានធ្វើនៅពេលដែលមានភាពតានតឹងចិត្ត?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ដើរចេញ វាយកូន ជេរ ផឹកស្រា ដើរលេង ដើរលំហែ រកគ្រូទាយ បួងសួង ច្រៀងខារ៉ាអូខេ រែកទឹក ស្តាប់ភ្លេង ដាំដំណាំ ចិញ្ចឹមសត្វ ហែលទឹក ជិះកង់។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល ព្យាយាមជួយអ្នកចូលរួមឱ្យស្វែងរកវិធីសាស្ត្របែបវិជ្ជមាន ឱ្យបានច្រើន បើចេញមកបែបអវិជ្ជមាន អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួមបានវិភាគពីលទ្ធផលរបស់វា។ សរុបយោបល់អ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែមនូវរូបភាពទី៣។

វិធីនានាសម្រាប់ដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្ត



ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ពេលដែលមានភាពតានតឹងចិត្ត យើងតែងតែរកមធ្យោបាយផ្សេងៗក្នុងការដោះស្រាយ ឬបន្ធូរភាពតានតឹងចិត្ត ហើយរបៀបដោះស្រាយនីមួយៗតែងតែទទួលបានលទ្ធផលជាវិជ្ជមាន។ ដូចនេះយើងមានវិធីសាស្ត្រមួយចំនួនដែលអាចដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្តដូចជា៖

- **កំសាន្តជាលក្ខណៈគ្រួសារ៖** វាមិនត្រឹមតែធ្វើឱ្យយើងមានអារម្មណ៍ធូរស្រាលពីភាពតានតឹងចិត្តប៉ុណ្ណោះទេ វាថែមទាំងជួយឱ្យគ្រួសារមានទំនាក់ទំនងយ៉ាងជិតស្និទ្ធជាមួយគ្នាទៀតផង។
- **បួងសួង៖** អាចធ្វើបានទៅតាមជំនឿ ឬសាសនារបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។ តាមទំនៀមទម្លាប់របស់ខ្មែរមួយចំនួន ចូលចិត្តធ្វើការបួងសួង ឬបន់ស្រន់នៅពេល

ដែលគាត់ពិបាក ឬមានបញ្ហាអ្វីមួយពិបាកដោះស្រាយនៅក្នុងគ្រួសារ ដូចនេះការបន់ស្រន់ក៏អាចអាចធ្វើឱ្យមនុស្សបានធូរស្បើយពីទុក្ខលំបាកផ្សេងៗ មួយកម្រិត ឬមួយរយៈពេលផងដែរ។

- **និយាយទូរស័ព្ទជាមួយមនុស្សដែលអ្នកទុកចិត្ត៖** និយាយពីនេះពីនោះជជែកលេងជាមួយគាត់ បង្កើតភាពសប្បាយរីករាយ និងផ្សារភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដទៃឱ្យកាន់តែជិតស្និត។
- **ហាត់ប្រាណ ឬលេងកីឡា៖** អាចជួយឱ្យមានសុខភាពល្អ និងអារម្មណ៍ស្រស់ថ្លាឡើងវិញ។
- **ដាំដំណាំ៖** យើងអាចទាញប្រយោជន៍ពីវាបានច្រើនដូចជា កាត់បន្ថយចំណាយទៅលើម្ហូបអាហារ ហើយក៏ជាគំរូដល់កូនចៅជំនាន់ក្រោយសម្រាប់អនុវត្តផងដែរ។
- **និយាយជាមួយមនុស្សដែលអ្នកទុកចិត្ត៖** ស្វែងរកជំនួយពីមនុស្សដែលអ្នកទុកចិត្ត ព្រោះគេអាចស្តាប់រឿងរ៉ាវរបស់យើងដោយយកចិត្តទុកដាក់ មិនធ្វើការវិនិច្ឆ័យ និងអាចរក្សាការសម្ងាត់ឱ្យយើងបាន។
- **សមាធិ៖** របៀបក្នុងការសមាធិ មិនមែនមានន័យថា ឱ្យយើងស្ងប់មិនគិតអ្វីនោះទេ តែវាអាចជួយឱ្យយើងបានយល់ច្បាស់ពីបញ្ហា ឬរឿងរ៉ាវផ្សេងៗដែលបានកើតឡើង ទទួលស្គាល់បញ្ហា ព្រមទាំងអារម្មណ៍ផ្សេងៗដែលកើតមានហើយ ធ្វើឱ្យយើងមានភាពតានតឹងចិត្ត។ បន្ទាប់មក យើងបន្ធូរឱ្យវាចេញទៅ ដោយផ្តោតអារម្មណ៍លើលំហាត់ខ្យល់ដង្ហើមចេញ និងចូល។
- **ស្តាប់ចំរៀង៖** ជាមធ្យោបាយមួយដែលជួយឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ស្រស់ថ្លា និងបំបាត់នូវភាពតានតឹងទាំងឡាយ។

មនុស្សមួយចំនួន មិនបានជ្រើសរើសវិធីដោះស្រាយបែបវិជ្ជមានដូចបានរៀបរាប់ ខាងលើទេ តែបែរជាជ្រើសរើសវិធីដោះស្រាយបែបអវិជ្ជមាន ដូចជា លេងល្បែងស៊ីសង ចូលក្លឹបចាយលុយខ្ជះខ្ជាយ ផឹកស្រា បោករបស់របរ ឈ្លោះ វាយគ្នា វាយកូន ជេរកូន ឬបង្ហោះម៉ូតូជាដើម។ វិធីអវិជ្ជមានទាំងនោះ ពិតជាអាចធ្វើឱ្យខាតបង់ប្រយោជន៍ ប៉ះពាល់ដល់សុខុមាលភាពខ្លួនឯង ទំនាក់ទំនងគ្រួសារ និងការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ។

ការលៃលកដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្តឱ្យបានទាន់ពេលវេលា និងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពគឺពិតជាមានសារៈសំខាន់បំផុតសម្រាប់លោកអ្នកដែលជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថៃទាំ ពីព្រោះ ការដោះស្រាយទាន់ពេលវេលា អាចជួយលោកអ្នក៖

- មានសុខុមាលភាពល្អ
- បំពេញកាតព្វកិច្ចចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារដោយមានភាពតានតឹងចិត្តតិចតួច
- មានទំនាក់ទំនង និងអធ្យាស្រ័យល្អជាមួយសមាជិកគ្រួសារ ឬអ្នកនៅជុំវិញខ្លួន
- ធ្វើជាគំរូល្អដល់កូន ឬកុមារ ក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហា ឬភាពតានតឹងចិត្ត។ កូន ឬកុមារភាគច្រើន រៀនធ្វើសកម្មភាពតាមអ្នកនៅជុំវិញខ្លួនគេ។
- ជៀសផុតពីការប្រព្រឹត្តអំពើហិង្សាលើកូន ឬកុមារ ។ល។

គ.៣- ការការពារកុមារ ពីភាពតានតឹងចិត្ត

❖ បន្ទាប់ពីបង្ហាញ និងបន្ថែមខ្លឹមសាររួច អ្នកសម្របសម្រួលបន្តសួរសំណួរ

☞ តើលោកអ្នកអាចដឹងថា កុមារម្នាក់មានភាពតានតឹងចិត្តដោយរបៀបណា?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ យំ រញ៉េរញ៉ៃ បោកប្រាស់របស់របរ មិននិយាយស្តី គេចចេញពីគេឯង ស្ងៀមស្ងាត់ ស្រែកគំហក។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលធ្វើការបូកសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចបន្ថែមខ្លឹមសារ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

រោគសញ្ញា ភាពតានតឹងចិត្ត ចំពោះកុមារ

យើងអាចកត់សម្គាល់កូន ឬកុមារមានភាពតានតឹងចិត្តដោយ សង្កេតឱ្យបានដិតដល់លើការប្រែប្រួលរបស់ពួកគេ តាមរយៈរោគសញ្ញាមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

រោគសញ្ញា	បញ្ហាលើផ្លូវកាយ	បញ្ហាលើផ្លូវចិត្ត	បញ្ហាលើអាកប្បកិរិយា
• ឈឺក្បាល • តឹងសាច់ដុំ • ចុករោយសាច់ដុំក្នុងរាងកាយ (រោយក ស្មា ចុកចង្កេះ) • ញ័រទ្រូង ក្តៅទ្រូង ថប់ដង្ហើម ឬតឹងទ្រូង • បែកញើស • រមួលពោះចង់ក្អួត ឈឺពោះ (ឈឺក្រពះ ពោះវៀន រាគរូស) • ស្ពឹកស្រពន់ត្រជាក់ចុងដៃចុងជើង	• អសកម្ម (ខ្ជិល) • អស់កម្លាំង • គេងច្រើន ឬគេងមិនលក់ • បេះដូងលោតញាប់ • ឈឺសន្លាក់ដៃជើង	• ពិបាកផ្តង់អារម្មណ៍ • ឆាប់ខឹង • ឆេវឆាវ • ស្រងូតស្រងាត់ • ភ័យខ្លាច • តួញត្អែច្រើន អំពីសកម្មភាពនៅសាលា • ការសិក្សាធ្លាក់ចុះ • រសាប់រសល់ • មួម៉ៅ ធុញថប់ • សំរាន្តមិនលក់ • យល់សប្តច្រើន សុបិន្តអាក្រក់ • បាត់បង់ការជឿជាក់លើខ្លួន • មានអារម្មណ៍ឯកា	• បង្កអំពើហិង្សា • ញ៉ាំច្រើន ឬមិនសូវញ៉ាំ • តាមស្អិតជាមួយឪពុកម្តាយ ឬគ្រូ • គេចមុខពីឪពុកម្តាយ • មិនចូលរួមសកម្មភាពជាមួយអ្នកដទៃ • នោមដាក់កន្ទេល • និយាយត្រដឹត • និយាយកុហក់ • ធ្វើសកម្មភាពប្រឆាំង

❖ បន្ទាប់បង្ហាញអំពីរោគសញ្ញានៃភាពតានតឹងចិត្តរួច អ្នកសម្របសម្រួលប្រាប់អ្នកចូលរួមថា សកម្មភាពបន្ទាប់គឺគិតអំពីមធ្យោបាយ និងវិធីក្នុងការជួយកុមារដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្ត។ សួរអ្នកចូលរួមនូវសំណួរ ខាងក្រោម៖

☞ តើលោកអ្នកអាចជួយកុមារក្នុងការដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្តយ៉ាងដូចម្តេចខ្លះ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ លួងលោម ឱប ច្រៀង លេងជាមួយ ស្តាប់គាត់និយាយ ជជែកលេង នាំកូនដើរលេង។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបយោបល់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

កូន ឬកុមារតូចប្រហែលជាអាចសង្កេត ឬធ្វើត្រាប់តាមនូវសកម្មភាពទាំងឡាយដែលឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ បានធ្វើនៅ ពេលដែលពួកគាត់មានភាពតានតឹងចិត្ត។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរជួយកូន ឬកុមារដោយប្រើប្រាស់ វិធីទាំងឡាយណាដែលមានអត្ថប្រយោជន៍ចំពោះពួកគេ។ វិធីទាំងនោះ មានដូចជា៖

- កុមារតូច (កុមារដែលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា)
  - ឱបកូន ដោយបង្ហាញថា លោកអ្នកស្រឡាញ់ និងបារម្ភពីពួកគេ។
  - ផ្តល់តុក្កតា ឬរបស់លេងណាដែលពួកគេចូលចិត្ត ដើម្បីជួយឱ្យមានអារម្មណ៍កក់ក្តៅ និងមានសុវត្ថិភាព។
  - ផ្តុំ និងបន្ធូរប៉េងប៉ោង ចំពោះកូនតូចៗ ហើយចំពោះកូន ឬកុមារដែលមានអាយុធំ អាចឱ្យពួកគាត់ដកដង្ហើមវែងៗ។
  - ចំណាយពេលនៅក្បែរ និងលេងជាមួយកូន។
  - លេងល្បែងណាដែលអាចឱ្យកូនបញ្ចេញអារម្មណ៍ ដូចជាគូរគំនូរ ផាត់ពណ៌តុក្កតា ហើយលើកទឹកចិត្តកូននិយាយពីអារម្មណ៍ នោះ។
  - និទានរឿងឱ្យកូន ឬកុមារស្តាប់ ដែលរឿងនោះ គឺអាចប្រហាក់ប្រហែលទៅនឹងរឿងរបស់កូន ហើយពិភាក្សាជាមួយកូន ពីតួអង្គក្នុងសាច់រឿងនោះ។
  - ប្រាប់កូនឱ្យច្បាស់ថា អ្វីៗដែលកើតមានឡើងមិនមែនជាកំហុសរបស់ពួកគេទេ។ កូន ឬកុមារមួយចំនួន តែងបន្ទោសខ្លួនឯង ហើយអាចគិតថា ជម្លោះឪពុកម្តាយ គឺអាចមកពីកំហុសខ្លួនគេ។
  - ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវថែរក្សាខ្លួនឯង ហើយត្រូវធ្វើចិត្តឱ្យស្ងប់ក្នុងការប្រឈមជាមួយស្ថានភាពតានតឹងចិត្ត ឬកំហឹងរបស់កូន។
- ចំពោះកូនដែលមានអាយុច្រើន
  - កាត់បន្ថយសកម្មភាពមួយចំនួនដែលកូនកំពុងធ្វើ បើសិនជាអាចធ្វើបាន។
  - ទទួលស្គាល់អារម្មណ៍ដែលកូនមាន ហើយពន្យល់កូន ឱ្យយល់ពីស្ថានភាពតានតឹងចិត្តនោះ។
  - ស្តាប់កូននិយាយដោយមិនវិនិច្ឆ័យ ហើយជួយពួកគេឱ្យនិយាយពីបញ្ហាដែលនាំឱ្យមានភាពតានតឹងចិត្ត។
  - ឱ្យកូនយំ ឬស្រែកនៅកន្លែងដែលមានសុវត្ថិភាព ឬក្នុងបន្ទប់ ប្រសិនបើពួកគេចង់ធ្វើ
  - បង្រៀនកូនឱ្យចេះដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្តបែបវិជ្ជមាន ដោយជ្រើសរើសនូវសកម្មភាពដូចជា លេងកីឡា ដាំផ្កា ងូតទឹក ស្តាប់ចំរៀង ។ល។
  - ជានិច្ចកាល ធ្វើជាគំរូកូនដល់កូន ក្នុងការដោះស្រាយជាមួយភាពតានតឹងចិត្ត។

- វិធីបង្កើនទំនុកចិត្ត និងភាពជឿជាក់ខ្លួនឯងចំពោះកូន
  - ទិតៀនតែលើការប្រព្រឹត្ត តែមិនទិតៀនកូន។ ឧទាហរណ៍ "ការដែលនិយាយកុហក់" "ការយករបស់អ្នកដទៃដោយមិនមានការអនុញ្ញាត" មិនមែនជាអាកប្បកិរិយាល្អទេ ហើយក៏ជាអាកប្បកិរិយាដែលគេមិនអាចទទួលយកបានដែរ។
  - អនុញ្ញាតឱ្យកូនធ្វើការសាកល្បង ដើម្បីជួយឱ្យគេបានរៀន និងស្វែងយល់នូវផលវិបាកពីសកម្មភាពនោះ។ ឧទាហរណ៍ កូនមិនមើលមេរៀន ឬធ្វើកិច្ចការសាលា នាំឱ្យកូនទទួលបានពិន្ទុមិនល្អ ឬធ្លាក់។ ពន្យល់កូនឱ្យយល់ពីទំនាក់ទំនងរវាង "អំពើ និងផល" (ធ្វើអ្វីនឹងទទួលបានផលនោះ)។ ដូចនេះ អាណាព្យាបាលគួរលើកទឹកចិត្តឱ្យកូន ឬកុមារគិតពីអ្វីដែលគេអាចធ្វើបាន កុំឱ្យដូចលើកមុន។
  - ដាក់គោលដៅណាដែលកូនអាចសម្រេចបាន។ ពិភាក្សាពីគោលដៅនោះ ហើយត្រូវប្រាកដថាកូន ឬកុមារយល់ពីគោលដៅនេះ។ ផ្តល់ការលើកទឹកចិត្ត ដល់កូន និងចំណាយពេលស្តាប់ ឬសង្កេតពីអ្វីដែលកូនសម្រេចបាន។ ទង្វើបែបនេះធ្វើឱ្យកូនមានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនគេមានតម្លៃ។
- **ផ្តល់ឱកាសឱ្យកុមារនិយាយ៖** លើកទឹកចិត្តកូនឱ្យនិយាយពីអារម្មណ៍របស់គេ ដែលបណ្តាលមកពីភាពតានតឹងចិត្ត។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលយើង ជួយឱ្យកូនអាចដាក់ឈ្មោះអារម្មណ៍នានារបស់គេដែលកំពុងកើតមាន។ ឧទាហរណ៍ ពេលដែលម្តាយមានជំងឺ កូនអាចមានអារម្មណ៍ភ័យខ្លាច ទុក្ខសោក ឬច្របូកច្របល់។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវពិភាក្សាពីអារម្មណ៍នោះ ហើយបង្ហាញនូវការអះអាងថា មិនមានបញ្ហាអ្វីកើតឡើងចំពោះកូនទេ ព្រោះមានមនុស្សដែលកូនទុកចិត្តនៅមើលថែទាំកូនបាន។
- **រក្សារបៀបរស់នៅដែលល្អ៖** ត្រូវផ្តល់នូវរបបអាហារ (អាហារ ៣ក្រុម) ការសម្រាក និងគេងបានត្រឹមត្រូវដល់កូន ឬកុមារ។ មួយទៀត ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវទុកឱកាសឱ្យកូនបានលេងសប្បាយ និងលំហែផងដែរ។ ចំពោះកូនវ័យជំទង់ គួរមានពេលសម្រាប់ពួកគេ ក្នុងការជួបជាមួយមិត្តភក្តិ ដើម្បីពិភាក្សាពីការងារនៅសាលា ឬបញ្ហាសង្គមនានា។
- **អនុញ្ញាតឱ្យកុមារចូលរួមក្នុងការសម្រេចចិត្តដោះស្រាយ៖** វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ បង្កើតឱ្យមានការពិភាក្សា ដោយការបំផុសគំនិត និងការចូលរួមយ៉ាងសកម្មពីកូន ឬកុមារ។ ឧទាហរណ៍ ឱ្យកុមារលើកយកមធ្យោបាយមួយចំនួនដែលធ្វើឱ្យគេមានអារម្មណ៍បានប្រសើរ ហើយពិភាក្សានូវជម្រើសនោះ។

ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរទៅអ្នកចូលរួម បញ្ជាក់ថា តើពួកគាត់មានសំណួរ ចម្ងល់ ឬមានអ្វីចង់បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតទេ។ បើមាន សូមឆ្លើយតប បើអត់មានទេ សូមធ្វើការបញ្ចប់កិច្ចពិភាក្សា ដោយធ្វើការសង្ខេប

យើងបានពិភាក្សាគ្នាអំពីសុខុមាលភាពរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ហើយយើងបានដឹងពីមូលហេតុដែលធ្វើឱ្យយើងមានភាពតានតឹងចិត្ត ផលប៉ះពាល់ និងវិធីដែលជួយកាត់បន្ថយភាពតានតឹងចិត្តសម្រាប់ដោះស្រាយនៅក្នុងគ្រួសារ។ បើសិនជាយើងមិនបានបន្ធូរភាពតានតឹងចិត្តឱ្យបានត្រឹមត្រូវ នោះវានឹងអាចមានឥទ្ធិពលដល់ការចិញ្ចឹមកូន និងទំនាក់ទំនងក្នុងគ្រួសារ។ ម្យ៉ាងវិញទៀត យើងក៏បានពិភាក្សាដែរអំពីរបៀបដែលអាចកត់សម្គាល់ថាកូន ឬកុមារមានភាពតានតឹងចិត្ត និងការជួយគាត់ចេះដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្ត និងការធ្វើឱ្យពួកគេកាន់តែមានទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯងថែមទៀត។ ដូច្នេះ ដើម្បីជៀសវាងពីផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមានចំពោះការចិញ្ចឹមកូន ចាំបាច់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវដឹងពីវិធីដែលធ្វើឱ្យមានសុខុមាលភាពល្អ គឺត្រូវការមានរបៀបកាត់បន្ថយភាពតានតឹងនោះតាមបែបវិជ្ជមាន។

ង- ការអនុវត្ត (២០ នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុស ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួម គិតពីការចាប់ផ្តើមអនុវត្តនូវអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា។

☞ តើលោកអ្នកជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីជួយខ្លួនឯងក្នុងការដោះស្រាយ ឬកាត់បន្ថយភាពតានតឹងចិត្ត?

🗣 លើកទឹកចិត្តអ្នកចូលរួមឱ្យបានឆ្លើយ និងគិតទាំងអស់គ្នា

❖ បន្ទាប់មក សួរសំណួរបន្ត

☞ បើសិនលោកអ្នក មានពេលវេលាប្រហែលតែ ១៥នាទីពីការងារប្រចាំថ្ងៃ តើលោកអ្នកនឹងធ្វើអ្វី ដើម្បីទទួលបានសុខុមាលភាពសម្រាប់ ខ្លួនឯង?

🗣 លើកទឹកចិត្តអ្នកចូលរួមឱ្យបានឆ្លើយ និងគិតទាំងអស់គ្នា

❖ អ្នកសម្របសម្រួលធ្វើការចែកឯកសារ ឬបណ្ណរូបភាព ដល់អ្នកចូលរួម

- បណ្ណរូបភាព បង្ហាញពី ផលប៉ះពាល់បង្កឡើងដោយការតានតឹងចិត្ត។
- បណ្ណរូបភាព បង្ហាញពី វិធីនានាសម្រាប់កាត់បន្ថយភាពតានតឹងចិត្ត។

ច- បណ្តាំផ្ញើ

❖ លើកទឹកចិត្ត ឱ្យអ្នកចូលរួម ចាប់ផ្តើមធ្វើការកត់សម្គាល់ ពីអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឯង

❖ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវអាកប្បកិរិយាដែលអាចដោះស្រាយភាពតានតឹងចិត្ត ដើម្បីជួយខ្លួនឯង ព្រមទាំងគ្រួសារទាំងមូលបានសុភមង្គល។

❖ ចុងបញ្ចប់សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកគាត់ ដែលបានមកចូលរួម។

ការការពារកុមារ

សេចក្ដីផ្ដើម

តាមការអង្កេតនៅឆ្នាំ២០១៣ ដោយក្រសួងកិច្ចការនារី និងយូនីសេហ្វ (UNICEF) ស្ដីពីអំពើហិង្សាលើកុមារបានឱ្យដឹងថា កុមារម្នាក់ក្នុងចំណោមពីរនាក់ បានទទួលរងអំពើហិង្សាលើរាងកាយ កុមារម្នាក់ក្នុងចំណោម ៤នាក់ បានទទួលរងអំពើហិង្សាលើផ្លូវចិត្ត ហើយកុមារម្នាក់ក្នុងចំណោម២០នាក់ បានទទួលរងអំពើហិង្សាលើផ្លូវភេទ។ ការសិក្សានោះក៏បានបង្ហាញដែរថា អ្នកដែលរំលោភបំពានលើកុមារ គឺភាគច្រើនជាមនុស្សដែលជិតស្និទ្ធជាមួយកុមារបំផុតមានដូចជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំកុមារ។ យោងទៅតាមលទ្ធផលស្រាវជ្រាវនេះបានបញ្ជាក់ថាកុមារនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជានៅមិនទាន់មានសុវត្ថិភាព និងការអភិវឌ្ឍពេញលេញនៅឡើយទេ។

ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរសិក្សាស្វែងយល់ពីអំពើហិង្សាលើកុមារ និងផលប៉ះពាល់លើកុមារ គ្រួសារ សង្គមជាតិ សេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារ និងសេដ្ឋកិច្ចប្រទេសជាតិ។ ការយល់ដឹងពីផលប៉ះពាល់នេះ អាចជួយឱ្យឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំបញ្ឈប់អំពើហិង្សា និងការមិនអើពើលើកុមារ។ បន្ថែមពីលើនេះ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគប្បីទទួលបានការគាំទ្រ ក្នុងការការពារកុមារពីអំពើហិង្សាគ្រប់ប្រភេទ រួមទាំងការមិនអើពើលើកុមារដែលអាចកើតមានឡើងទាំងនៅខាងក្នុង និងក្រៅផ្ទះ។

គោលបំណង

នៅចុងបញ្ចប់នៃវគ្គនេះ អ្នកចូលរួមនឹងអាចៈ

- ❖ កំណត់បានពីប្រភេទផ្សេងៗនៃអំពើហិង្សា និងការរំលោភបំពានលើកុមារ។
- ❖ រៀបរាប់បានអំពីផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើកុមារ។
- ❖ កំណត់បាននូវឥរិយាបថដែលគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើ ដើម្បីការពារកុមារពីការរំលោភបំពាន។
- ❖ បង្កើនការយកចិត្តទុកដាក់ដល់កុមារដែលមានតម្រូវការពិសេស និងកុមារដែលមានពិការភាព។

⏲ រយៈពេល

១២០ នាទី

✂ សម្ភារ

- ❖ រូបភាពទី១ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ការរំលោភបំពានលើកុមារ
- ❖ រូបភាពទី២ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ
- ❖ រូបភាពទី៣ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត
- ❖ រូបភាពទី៤ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ
- ❖ រូបភាពទី៥ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ការមិនអើពើ
- ❖ រូបភាពទី៦ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពានលើកុមារ
- ❖ រូបភាពទី៧ (0,៦0ម x 0,៨0ម) បង្ហាញពី ការរំលោភបំពាន ៤ប្រភេទ ដែលមានរូបកុមារនៅកណ្ដាល និងមានខ្សែងលើប្រភេទនៃការរំលោភបំពាននីមួយៗ។

- ❖ Poster សម្រាប់ចែកជូនអ្នកចូលរួម (០,៦០មx០,៨០ម)
- ❖ ប្រភេទទាំង ៤ នៃការរំលោភបំពានលើកុមារ
- ❖ ចំណុចកុមារគួរចងចាំ
- ❖ ស្កុត កន្ត្រៃ
- ❖ ខ្សែចង ឃ្នាបធំ សម្រាប់កៀបផ្ទាំងរូបភាព
- ❖ ឧបករណ៍រំពងសំឡេង (ក្នុងករណីចាំបាច់)
- ❖ កម្រាល សម្រាប់អ្នកចូលរួមអង្គុយ
- ❖ ត្រៀម សម្ភារសម្រាប់លេងជាមួយកុមារ

វិធីសាស្ត្រ

- ❖ បំផុសគំនិត (សួរសំណួរ និងឆ្លើយ)
- ❖ ក្រុមពិភាក្សា (តាមស្ថានភាពជាក់ស្តែង)

ជំហានសម្រាប់ អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១០នាទី)

- ❖ ធ្វើការសំណេះសំណាលជាមួយអ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានត្រៀមខ្លួនក្នុងការចូលរួម។ អ្នកសម្របសម្រួលសួរអំពី
  - សុខទុក្ខ
  - ការធ្វើដំណើរ
  - ការរស់នៅរបស់ពួកគាត់ខ្លះៗ ដែលគិតថាអាចចែករំលែកបាន។
  - ការរំពឹងទុក
- ❖ បន្ទាប់មក ណែនាំអ្នកចូលរួមឱ្យស្គាល់អ្នកសម្របសម្រួល និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន រួចប្រាប់ពីចំណងជើងសង្ខេបគោលបំណងនៃប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ។

បញ្ជាក់ (បើអាចធ្វើបាន) សុំអ្នកចូលរួមណែនាំគ្នាខ្លះកាន់តែប្រសើរ ព្រោះអាចជួយពួកគាត់ និងអ្នកសម្របសម្រួលបានស្គាល់គ្នាខ្លះៗ និងមានទំនុកចិត្តលើគ្នាបន្ថែមទៀតនៅក្នុងក្រុម ដោយធ្វើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចខាងក្រោមៈ

- ឱ្យអ្នកចូលរួមឈរតាមក្រុមភូមិ ឬតាមប៉ែក ឬតំបន់ដែលពួកគាត់រស់នៅ ដោយឱ្យពួកគេឈរជាក្រុមដែលមកពីតំបន់ជាមួយគ្នា។ ឈរជាក្រុមតាមចំនួនកូន (អ្នកមិនទាន់មានកូន កូន១ កូន២ កូន៣ បើមានអ្នកមិនទាន់រៀបការឱ្យគាត់ឈរនៅក្រុមមិនទាន់រៀបការ)។ អ្នកសម្របសម្រួលនិយាយឡើងវិញពីក្រុមនីមួយៗ។
- អ្នកសម្របសម្រួលអាចប្រើវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗទៀតបាន។

ខ- លំនាំចូលប្រធានបទ (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបញ្ចប់សកម្មភាពណែនាំ និងស្នើឱ្យអ្នកចូលរួមគិតពីបទពិសោធន៍ដែលពួកគាត់ធ្លាប់ជួបប្រទះប្រចាំថ្ងៃ ដោយសួរ

☞ តាមដែលលោកអ្នកសង្កេតឃើញ តើកុមារធ្លាប់មានគ្រោះថ្នាក់ ឬបញ្ហាអ្វីខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** លង់ទឹក ធ្លាក់ពីលើដើមឈើ គប់គ្នា វាយគ្នា គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ នៅក្នុងសហគមន៍ដែលលោកអ្នករស់នៅ តើមានកុមារពិការដែរឬទេ? តើពួកគេទទួលបានការថែទាំយ៉ាងដូចម្តេចខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ត្រូវការមនុស្សម្នាក់មើលថែជាប្រចាំ ងាយស្រួលក្នុងការផ្តល់អាហារ ដាក់ចោល។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នកធ្លាប់ឃើញកូន ឬកុមារធ្វើសកម្មភាពអ្វីខ្លះ ដែលអាចបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ខ្លួនឯង?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ឆ្លងថ្នល់ ឡើងដើមឈើ វាយគ្នា ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នកធ្លាប់ឃើញឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំធ្វើសកម្មភាពអ្វីខ្លះ ដែលអាចបង្កឱ្យកូន ឬកុមារមានគ្រោះថ្នាក់?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** វាយកូន ជេរ ស្តីបន្ទោស មិនបានទុកដាក់របស់មុតស្រួចឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបន្តសកម្មភាពបន្ទាប់ តាមការណែនាំ។

គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ

គ.១- និយមន័យការការពារកុមារ និងការរំលោភបំពាន (១០ នាទី)

គ.១.១- ការការពារកុមារ

❖ ឥឡូវនេះយើងនិយាយពីការការពារកុមារពីគ្រោះថ្នាក់ ឬការរំលោភបំពានផ្សេងៗដោយចេតនា និងអចេតនាពីមនុស្សធំ និងមជ្ឈដ្ឋានដែលនៅជុំវិញកូន ឬកុមារ ដោយសួរសំណួរ

☞ ហេតុអ្វីបានជាកុមារត្រូវការ ការការពារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** កុមារសំខាន់ គាត់នៅតូច គ្មានអំណាច ទន់ខ្សោយ ច្រើនគេធ្វើបាបងាយនឹងមានគ្រោះថ្នាក់។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសាររបស់អ្នកសម្របសម្រួល

ការការពារកុមារគឺជាវិធីដែលយើងទប់ស្កាត់ និងឆ្លើយតបទៅនឹងគ្រោះថ្នាក់ដែលកើតឡើងដោយចេតនា និងដោយអចេតនាចំពោះកុមារ។

គោលបំណងនៃការការពារកុមារគឺ ដើម្បីលើកកម្ពស់ការការពារ និងបំពេញសិទ្ធិកុមារក្នុងការការពារពីការរំលោភបំពាន ការមិនអើពើ ការកេងប្រវ័ញ្ច និងអំពើហិង្សា។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលជួយអ្នកចូលរួមឱ្យមានការចាប់អារម្មណ៍លើកូន ឬកុមារដែលមានពិការភាព រួចសួរបន្ត

☞ តើកុមារដែលមានពិការភាពត្រូវការ ការការពារដែរឬទេ ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ ត្រូវការ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖

បើទោះបីជាកុមារពិការក៏អាចចូលរួមធ្វើកិច្ចការដូចកុមារដទៃទៀតដែរ វាអាស្រ័យលើកម្រិតអាយុ សមត្ថភាព និងប្រភេទនៃពិការភាពតែប៉ុណ្ណោះ។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរផ្តល់ការថែទាំជាពិសេសដើម្បីការពារកុមារដែលមានពិការភាព ពីការរំលោភបំពានគ្រប់ប្រភេទ។ កុមារទាំងនោះនឹងទទួលបានគ្រប់យ៉ាងដូចកុមារទូទៅដែរដូចជា ចុះបញ្ជីកំណើត សៀវភៅគ្រួសារ និងចុះឈ្មោះចូលរៀន។ ពួកគេ នឹងទទួលបានការគាំទ្រឱ្យបានចូលរៀននៅសាលាមត្តេយ្យ យ៉ាងហោចណាស់មួយឆ្នាំមុនចុះឈ្មោះចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា ដោយមិនគិតពីភេទ អាយុ ឬពិការភាពនោះទេ ហើយនៅបន្តការគាំទ្រ និងលើកទឹកចិត្តពួកគាត់ឱ្យបន្តរៀនរហូតបញ្ចប់អនុវិទ្យាល័យ វិទ្យាល័យ ឬមហាវិទ្យាល័យដូចកុមារទូទៅដែរ។ ពួកគេក៏អាចចូលរួមសកម្មភាពកីឡា សិល្បៈ សិក្ខាសិលា និងសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គមផងដែរ។

ប្រភេទនៃពិការភាពរបស់កុមារអាចកើតឡើងផ្សេងៗគ្នា។ ប្រភេទពិការភាពខ្លះអាចកើតមានមុនកំណើត (ក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ) កំឡុងពេលកើត (សម្រាល) ហើយខ្លះទៀតអាចកើតមានក្រោយពីកំណើត។ កុមារមួយចំនួនអាចកើតមកមានពិការភាពតែមួយប្រភេទ តែកុមារមួយចំនួនទៀត អាចមានច្រើនជាងមួយប្រភេទ។ ខាងក្រោមនេះជាប្រភេទពិការភាពផ្សេងៗគ្នាដែលអាចកើតមានលើកុមារមួយចំនួន៖

- **ថ្លង់ ឬមិនអាចស្តាប់បានល្អ៖** កុមារអាចមានអវៈយវៈ និងសតិបញ្ញាល្អ តែអ្វីដែលផលវិបាកសម្រាប់ពួកគាត់គឺ មិនអាចស្តាប់បាន ឬស្តាប់បានមិនល្អ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចកត់សម្គាល់ពីប្រភេទពិការភាពនេះនៅពេលដែលកុមារមានអាយុក្រោមបីឆ្នាំដូចជា កូន ឬកុមារមិនងាកមើល មិនភ្ញាក់នៅពេលហៅឈ្មោះ ឬមានសំឡេងខ្លាំងៗ។ ការជួយអន្តរាគមន៍ ទាន់ពេលវេលាដល់កូន ឬកុមារដែលថ្លង់ ឬពិបាកស្តាប់នោះអាចឱ្យពួកគាត់មានឱកាសរៀនភាសាបានល្អដូចកុមារដទៃទៀតដែរ។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវជួយគាំទ្រដើម្បីឱ្យពួកគាត់

មានកម្លាំង និងទឹកចិត្តបន្តជួយ កូន ឬកុមារ របស់គាត់ដែលមានពិការភាពនេះ ដោយជួយជម្រុញ ឬធ្វើសកម្មភាពលេងជាមួយពួកគេ ដូចជា និយាយភាសាកាយវិការលេងជាមួយកូន ដោយប្រើសម្ភារមានសំឡេង។ សកម្មភាពទាំងនេះនឹងជួយឱ្យកូន ឬកុមារមានការអភិវឌ្ឍ ការប្រាស្រ័យទាក់ទង មានភាពកក់ក្ដៅ និងមានទំនុកចិត្តក្នុងការចូលរួមសកម្មភាពនានានៅក្នុងសង្គម។ បច្ចុប្បន្ន មានសាលាពិសេសសម្រាប់ជួយកុមារដែលមានពិការភាពបែបនេះ ដូចជា អង្គការគ្រួសារថ្មី អង្គការម៉ារីណុល និងអង្គការ All Ears Cambodia ជាដើម។

- **ខ្សោយសតិបញ្ញា៖** គឺកើតមានតាមកម្រិត។ កុមារមួយចំនួនមានបញ្ហាខ្សោយសតិបញ្ញាប្រភេទស្រាល។ ពួកគាត់អាចទៅរៀនបានយ៉ាងហោចណាស់បានចប់បឋមសិក្សា ហើយពួកគេក៏អាចមើលថែខ្លួនឯងបាន ដូចជាការស្លៀកពាក់ ងូតទឹក គេង និងហូបចុក ជាដើម។ មានកុមារមួយចំនួនទៀត មានបញ្ហាខ្សោយសតិបញ្ញាប្រភេទធ្ងន់ធ្ងរ។ ពួកគេមិនអាចមើលថែទាំខ្លួនឯងបាន មិនចេះនិយាយ ហើយត្រូវការអ្នកជួយមើលថែទាំជាពិសេស ដូចជា ការបន្ទោរបង់ ការបញ្ចុកអាហារ ការស្លៀកពាក់ និងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។ល។ កុមារទាំងនេះក៏ត្រូវការ ការការពារជាពិសេសថែមទៀតពីការមិនអើពើ ឬការរំលោភបំពានផ្សេងៗ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចស្វែងរកសេវាការថែទាំកុមារប្រភេទនេះ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន ឬទៅទទួលសេវាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដែលមានទីតាំងនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជ័យជំនះ ខេត្តកណ្ដាល។
- **ខ្សោយកាយសម្បទា ឬរាងកាយ៖** កុមារមួយចំនួនទៀត មានសតិបញ្ញាធម្មតា ឬស្ទើរតែធម្មតា តែពួកគេមានបញ្ហាក្នុងការធ្វើចលនា ឬបន្លាស់ទី។ ពួកគេអាចដើរបានដោយមានការជួយ ឬឧបករណ៍ជំនួយ ដូចជា ឈើច្រត់ ឬរទេះរុញ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ អាចស្វែងរកសេវាការថែទាំកុមារប្រភេទនេះ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន ឬទៅទទួលសេវាមជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្ត ដែលមានទីតាំងនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យបង្អែកជ័យជំនះ ខេត្តកណ្ដាល។ មជ្ឈមណ្ឌលស្ដារនិតិសម្បទា បន្ទាយព្រាប ឬនៅគៀនឃ្លាំង ក្នុងរាជធានីភ្នំពេញ។
- **ពិការភ្នែក៖** មានតាមកម្រិតនៃពិការភាព ហើយកុមារទាំងនេះអាចមានសតិបញ្ញាធម្មតាដូចកុមារដទៃទៀតដែរ។ កុមារខ្លះអាចមើលឃើញដោយលំបាក (កម្សោយការមើល) ហើយកុមារមួយចំនួនទៀត មិនអាចមើលឃើញទាំងស្រុងទេ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចកត់សម្គាល់កូន ឬកុមារដែលមានបញ្ហាភ្នែកតាំងពីតូច តាមរយៈសកម្មភាពទារកដូចជា មិនសូវមានចលនា មិនងើបក មិនឈោងចាប់របស់របរលេង មិនលូន ឬវារ ទារកលេងកំសាន្តតិចតួច នៅតែម្នាក់ឯងច្រើន ឬមិនសូវបានចូលរួមសកម្មភាពសង្គមពេលមានវ័យធំឡើង។ ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចជួយកូន ឬកុមារ តាំងពីពួកគេនៅជាទារកដោយការលេង និយាយ និងចូលរួមសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ ឬនៅក្នុងសង្គម។ ពួកគេក៏ត្រូវការថែទាំ និងការគាំទ្រ ពីសេវាសង្គមកិច្ចដែលមាននៅមូលដ្ឋាន។

គ.១.២- ការរំលោភបំពានកុមារ

- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលបំផុសគំនិតរបស់អ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួមបានគិតពីសកម្មភាពផ្សេងៗដែលបង្ហាញថាជាការរំលោភបំពាន (បើអ្នកចូលរួមមិនយល់ពាក្យ “រំលោភបំពាន” សូមពន្យល់គាត់ពីន័យនៃពាក្យនោះ) ដោយស្នើឱ្យអ្នកចូលរួមគិតពីសកម្មភាពដែលគាត់បានឃើញនៅក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ និងឱ្យគាត់ចងចាំនូវគំនិតរបស់គាត់ផ្ទាល់ ដោយសួរសំណួរ

☞ តើសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលអាចចាត់ទុកថា ការរំលោភបំពានលើកុមារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** រំលោភផ្លូវភេទ វាយ ជេរ ។ល។

- ❖ អ្នកសម្របសម្រួល លើកផ្ទាំងរូបភាពបង្ហាញអំពីការរំលោភបំពាន និងពន្យល់ពីអត្ថន័យនៃការរំលោភបំពាននីមួយៗ តាមខ្លឹមសារមេរៀនខាងក្រោមៈ

ការរំលោភបំពានលើកុមារ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួលៈ

ការរំលោភបំពានលើកុមារ គឺសំដៅលើគ្រប់សកម្មភាពទាំងអស់នៃការធ្វើទុក្ខបុកម្នេញទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ ការមិនអើពើ ការប្រព្រឹត្តខ្ជីខ្ជា ការជួញដូរ ឬការកេងប្រវ័ញ្ចផ្សេងៗទៀត ដែលជាហេតុបណ្តាលឱ្យមានការឈឺចាប់ ឃើញជាក់ស្តែង ឬមិនទាន់ឃើញជាក់ស្តែងទៅលើសុខភាព ការរស់រានមានជីវិត ការអភិវឌ្ឍ ឬសេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់កុមារនៅក្នុងបរិបទនៃការទំនាក់ទំនង ការទទួលខុសត្រូវ ការជឿទុកចិត្ត ឬអំណាច។

ការរំលោភបំពានក៏បានគិតទៅដល់ការបង្ហាញរូបភាពអាក្រាត ប្រដាប់ភេទ ឬការបង្ហាញរូបភាពកុមារលើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយផ្សេងៗ ដែលគេបានថតយករូបភាពកុមារគ្មានសម្លៀកបំពាក់ ឬរូបភាពទាំងឡាយណាដែលកុមារមិនបានអនុញ្ញាតិឱ្យធ្វើការផ្សព្វផ្សាយជាសាធារណៈ។ បើករណីកុមារមិនទាន់មានសមត្ថភាពក្នុងការសម្រេចចិត្ត ឪពុកម្តាយអាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគិតពិចារណាទៅលើរូបភាពដែលអាចមានការប៉ះពាល់ដល់កុមារ ឬធ្វើឱ្យកុមារមានគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ ដែលអាចកើតឡើងដោយយថាហេតុ។

គ.២- ប្រភេទនៃការរំលោភបំពាន (៣០នាទី)

គ.២.១- ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ

❖ អ្នកសម្របសម្រួលលើករូបភាពទី២ បង្ហាញអំពី ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ បន្ទាប់មកសួរសំណួរ

☞ តើមានសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលបង្ហាញថា ជាការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ក្តិច មួល វាយ ទះ ទាត់ ខោក។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ

គឺជាការធ្វើឱ្យកុមារមានរបួស ឬស្នាមលើរាងកាយ ដោយចេតនា ឬអចេតនាពីសំណាក់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល អ្នកថែទាំ និងមនុស្សពេញវ័យផ្សេងៗទៀត ហើយធ្វើឱ្យកុមារមានភាពអន់ថយសុខភាព និងប៉ះពាល់ដល់ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ មានដូចជា៖

- ការវាយដំ
- ការរុញច្រានខ្លាំងៗ
- មួល ទាត់ ឬទះ
- ក្តិច បោចសក់
- ច្របាច់ក
- បង្អត់បាយ
- របួសមិនបានព្យាបាល ។ល។

ការឆ្លើយតបលើការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរជៀសវាងធ្វើសកម្មភាពដូចជា វាយ អង្រួន ស្រែកគំហក ស្តីបន្ទោស គំរាមកំហែង ឬដាក់ទណ្ឌកម្មលើរាងកាយនៅពេលដែលកុមារមានអាកប្បកិរិយាដូចជា និយាយកុហក ឬធ្វើបែកសម្ភារ។ល។ ផ្ទុយទៅវិញឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬ អ្នកថែទាំគួរស្វែងរកសកម្មភាពឆ្លើយតបបែបវិជ្ជមានណាដែលផ្ដល់សេចក្ដីស្រឡាញ់ ភាពកក់ក្ដៅ ទំនុកចិត្ត ឬភាពជឿជាក់ដល់កុមារ ដែលជួយឱ្យកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍបានល្អប្រសើរ រួមទាំងអាចក្លាយទៅជាមនុស្សដែលមានសុខុមាលភាពល្អ។

អំពើហិង្សា និងការមិនអើពើទាំងនោះនឹងមិនជួយដល់លោកអ្នកក្នុងការបង្រៀនកូន ឬកុមារប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ឬសម្រេចបានតាមគោលបំណងឡើយ។ ផ្ទុយទៅវិញ វាអាចរួមចំណែកផ្ដល់បទពិសោធន៍ផ្លូវចិត្តប្រកបដោយគ្រោះថ្នាក់ដល់កូន ឬកុមារ ដូចជាជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត ឬថប់បារម្ភជាដើម។

ការណែនាំមានសារៈសំខាន់ណាស់ ពីព្រោះវាជួយឱ្យកូន ឬកុមាររៀនសូត្រអំពីអ្វីដែលគួរធ្វើ ឬមិនគួរធ្វើ។ ការធ្វើដូចនេះ ក៏ជួយឱ្យកូន ឬកុមារស្វែងយល់អំពីកំហុសរបស់ខ្លួន ហើយក៏ជួយឱ្យពួកគេធ្វើបានកាន់តែប្រសើរនៅពេលក្រោយ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមួយចំនួនស្រឡាញ់កូន ឬកុមាររបស់ខ្លួន ហើយពួកគេប្រៀនប្រដៅកូន ឬកុមារដោយប្រើអំពើហិង្សា ឬការមិនអើពើ ដោយមានជំនឿថា ជាវិធីត្រឹមត្រូវក្នុងការអប់រំ ឬប្រៀនប្រដៅកូនឬកុមារដោយពួកគាត់មិនបានគិតទៅដល់ផលប៉ះពាល់ដូចបានបង្ហាញខាងលើ ហើយពួកគាត់ក៏មិនបានដឹងថា ការប្រើអំពើហិង្សា ឬការមិនអើពើលើកុមារគឺជាអំពើប្រឆាំងនឹងច្បាប់របស់ជាតិ និងអន្តរជាតិឡើយ។

គ.២.២- ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបង្ហាញរូបភាពទី៣ បង្ហាញពី ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត ដោយសួរ

☞ តើមានសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលបង្ហាញថា ជាការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ជេរ ប្រមាថ គំរាម បំភ័យ លំអៀង។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត

គឺជាសកម្មភាពទាំងឡាយណា ដែលធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ផ្លូវចិត្តកុមារ (ចេតនា ឬអចេតនា ពីសំណាក់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល អ្នកថែទាំ និង មនុស្សពេញវ័យផ្សេងៗទៀត ហើយធ្វើឱ្យកុមារមានភាពអន់ថយសុខភាព និងប៉ះពាល់ដល់ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្តមានដូចជាៈ

- ការរិះគន់ដែលកើតឡើងម្តងហើយម្តងទៀត
- ការនិយាយមើលងាយ បន្ទាបបន្ថោក
- ស្តីបន្ទោស ការគំរាមកំហែង
- ការបង្អត់ ការបំបិទសិទ្ធិសេរីភាព
- សើចចំអក
- ការបដិសេធន៍ ឬការច្រានចោលម្តងហើយម្តងទៀត
- ការបន្លាច ឬបំភ័យ
- ការបដិសេធន៍ចំពោះការឆ្លើយតបផ្លូវអារម្មណ៍ (មិនយកចិត្តទុកដាក់ពីអារម្មណ៍របស់កុមារ)។

ការឆ្លើយតបលើការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត

ជៀសវាងការស្រែកគំហក ជេរប្រមាថដល់កូន ឬកុមារ ជាពិសេសការប្រៀបធៀបកូន ឬកុមារទៅកុមារផ្សេងទៀត ដោយបែរមកពិភាក្សា សួរបញ្ជាក់ និងពន្យល់ហេតុផលដល់កូន ឬកុមារ ដើម្បីគាត់បានដឹងពីគោលបំណងរបស់យើងជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវចែកឱ្យដាច់រវាងការប្រព្រឹត្ត និងអាកប្បកិរិយារបស់កូន ឬកុមារ (ទិតៀនលើអាកប្បកិរិយា ជៀសវាងទិតៀនលើកុមារទាំងមូល)។ ដូច្នេះ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ចាំបាច់ជួយកុមារឱ្យបានយល់ច្បាស់ថា អាកប្បកិរិយាណាដែលពួកគេអាចបន្តធ្វើ និងអាកប្បកិរិយាណាដែលធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ទំនាក់ទំនង និងអាចមានគ្រោះថ្នាក់។

គ.២.៣- ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបង្ហាញរូបភាពទី៤ បង្ហាញពី ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ ដោយសួរ

☞ តើមានសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលបង្ហាញថា ជាការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** រំលោភសេពសន្ថវៈ ប៉ះពាល់ ឬលេងប្រដាប់ភេទ បង្ហាញប្រដាប់ភេទ បង្ហាញរូប ឬរឿងអាសអាភាស ចាប់ស្រាតសម្លៀកបំពាក់។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទកុមារ

គឺជាការបង្ខិតបង្ខំកុមារ ឬប្រើកុមារជាមធ្យោបាយសម្រាប់រួមភេទជាមួយមនុស្សធំ ដែលរាប់បញ្ចូលទាំងការប្រឈមទៅនឹងរូបភាពអាសអាភាស និងការប៉ះពាល់អង្គជាតិភេទក្នុងលក្ខណៈរួមភេទ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទមានដូចជា៖

- រំលោភសេពសន្ថវៈ
- ទម្រង់ ឬរូបភាពមួយណានៃការធ្វើឱ្យមានសំពីបផ្នែកភេទដូចជា ការបៀតបៀនប្រដាប់ភេទ ស្ទាបគូទ ស្ទាបដោះ ឬស្ទាបភ្លៅ ។ល។
- ការប៉ះពាល់ដោយមាត់ ឬដោយប្រដាប់ភេទ។
- ការរួមសង្វាស ឬការដាក់បញ្ចូលប្រដាប់ភេទ។
- ការប្រើរូបភាពណាមួយនៃការបង្ហាញផ្លូវភេទដល់កុមារដូចជា រូបភាព វត្ថុ ឬសម្ភារ អាសអាភាស ឬការបង្ហាញឱ្យឃើញប្រដាប់ភេទខ្លួនផ្ទាល់។
- ការប្រើប្រាស់កុមារដើម្បីផលិតរូបភាពអាសអាភាស។
- ពេស្យាកម្មកុមារ។ល។

ចំណាំ៖ ឧក្រិដ្ឋជនអាចជាមនុស្សចាស់ ក្មេងជំទង់ ជាកុមារ ជាមនុស្សដែលអាយុច្រើនជាង ឬធំជាង ឬមានអំណាចជាង ជាមនុស្សដែលកុមារស្គាល់ ឬទុកចិត្ត ហើយពួកគេកេងប្រវ័ញ្ចទៅលើភាពពឹងផ្អែករបស់កុមារ និងភាពមិនទាន់ពេញវ័យរបស់កុមារ។ ឧក្រិដ្ឋជនមានទាំងមនុស្សប្រុស និងមនុស្សស្រី ហើយជនរងគ្រោះមានទាំងកុមារា និងកុមារី។

ការឆ្លើយតបលើការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ

- ស្វែងយល់អំពីល្បិចកលជនខិលខូច
- ទៅណាមកណា ត្រូវមានគ្នាច្រើន ឬមានគ្រួសារ ចាស់ទុំនៅជាមួយ និងត្រូវស្ថិតនៅកន្លែងដែលអ្នកដទៃអាចមើលឃើញ
- ត្រូវផ្តល់ព័ត៌មានអំពីទំនាក់ទំនងរបស់មនុស្សចំលែក ទៅឪពុកម្តាយ ឬមនុស្សដែលកូន ឬកុមារទុកចិត្ត
- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះចំណីអាហារ ភេសជ្ជៈ នៅពេលដើរលេងជាមួយមិត្តភក្តិ ឬអ្នកដែលទើបនឹងស្គាល់គ្នា
- ជៀសវាងដើរឆ្ងាញពីផ្ទះតែម្នាក់ឯង ឬទៅកន្លែងដែលអ្នកមិនស្គាល់ហើយគ្មាននរណាដឹង
- មិនត្រូវស្ថិតនៅកន្លែងដែលស្ងាត់ ឬឆ្ងាយដាច់ពីភ្នែកអ្នកដទៃតែពីរនាក់
- មិនត្រូវជឿពាក្យលួងលោមរបស់គេដូចជា ការសន្យាផ្តល់លុយកាក់ ឬរបស់របរផ្សេងៗ ឬសន្យា ផ្តល់ការងារឱ្យធ្វើ
- មិនត្រូវមើលវីដេអូ ឬអានទស្សនាវដ្តីអាសអាភាស
- រាយការណ៍ពីមុខសញ្ញាជនសង្ស័យដែលលួងលោម និងបោកបញ្ឆោតកុមារ ទៅសមត្ថកិច្ច ឬអាជ្ញាធរឱ្យបានដឹង
- ត្រូវហៅទៅលេខទូរស័ព្ទពិសេសរបស់នគរបាល ១២៨៨ ឬបណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកុមារ ១២៨០។

គ.២.៤- ការការមិនអើពើ (១០នាទី)

- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលបង្ហាញរូបភាពទី៥ បង្ហាញពី ការមិនអើពើ ដោយសួរ
  - ☞ តើមានសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលបង្ហាញថា ជាការមិនអើពើលើកុមារ?
  - **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ទុកចោល មិនងូតទឹក មិនសិតសក់ ការផ្តល់អាហារមិនគ្រប់គ្រាន់ មិនយកកូន ឬកុមារទៅមន្ទីរពេទ្យពេលឈឺ មិនឱ្យកូន ឬកុមារទៅសាលារៀន មិនបានផ្តល់សម្លៀកបំពាក់សមស្របៗល។
- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ការមិនអើពើ

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការមិនអើពើ

គឺជាការខកខានមិនបានផ្តល់នូវតម្រូវការមូលដ្ឋានដល់កុមារ និងទុកកុមារចោលដោយគ្មានអ្នកណាត្រួតពិនិត្យ យកចិត្តទុកដាក់ និងការមើលថែពីសំណាក់មនុស្សធំ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ។

ការមិនអើពើ មានដូចជា៖

- កុមារមិនមានឱកាសចូលរៀន
- មិនផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ
- មិនបានទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការគ្រប់គ្រាន់
- មិនបានចុះសំបុត្រកំណើត
- ការបំបែកកូនចេញពីគ្រួសារ
- ការផ្តល់អាហារូបត្ថម្ភមិនបានគ្រប់គ្រាន់
- សំលៀកបំពាក់មិនសមស្របនឹងរដូវកាល
- ការរស់នៅគ្មានអនាម័យ
- មិនមានការថែទាំសុខភាពបានត្រឹមត្រូវ
- ខ្វះការអប់រំ
- គ្មានសុវត្ថិភាព

ការឆ្លើយតបលើការមិនអើពើ

ស្ទើរតែគ្រប់គ្រោះថ្នាក់ដែលកើតមានឡើងទាំងអស់ សុទ្ធតែអាចបង្ការបាន។ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ជាពិសេសក្នុងការរៀបចំផ្ទះសម្បែង បរិស្ថាន ឱ្យមានសុវត្ថិភាព និងមើលថែកូន ឬកុមារតូចៗ ដើម្បីទប់ស្កាត់ពួកគេពីឥរិយាបថដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់។

សូមរក្សាឱ្យកូនៗ ឬកុមាររបស់អ្នកស្ថិតនៅក្នុងគ្រួសារបើទោះជាគ្រួសារមានជីវភាពយ៉ាងណាក៏ដោយ។ នៅក្នុងមណ្ឌលកុមារកំព្រា កុមារងាយនឹងរងអំពើហិង្សា ការមិនអើពើ ឬការរំលោភបំពាននានា ពីសំណាក់កុមារទៅលើកុមារ ឬពីមនុស្សធំទៅលើកុមារ។

ប្រសិនបើកូនរបស់លោកអ្នកមានពិការភាព សូមលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការអភិវឌ្ឍច្រើនបំផុតតាមដែលលោកអ្នកអាចធ្វើបាន ដោយអនុញ្ញាតឱ្យកូន ឬកុមារបានលេងជាមួយកុមារដទៃទៀត ចូលរៀន និងស្វែងរកជំនួយពីក្រុមជំនាញ ពីបុគ្គលិកបម្រើសេវាសុខាភិបាល និងសេវាសង្គមកិច្ចនៅក្នុងមូលដ្ឋាន។

គ.៣- ផលប៉ះពាល់នៃការរំលោភបំពាន (**១០នាទី**)

❖ សួរអ្នកចូលរួម

☞ នៅពេលមានការរំលោភបំពានកើតឡើង តើមានផលប៉ះពាល់អ្វីខ្លះចំពោះកុមារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ភ័យខ្លាច អស់សង្ឃឹម ខូចចិត្ត ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួល សង្ខេបពីការរំលោភបំពានទាំង៤ប្រភេទ ហើយនៅពេលដែលមានរំលោភបំពាន ឬមិនអើពើកើតឡើង វាធ្វើឱ្យមានផលប៉ះពាល់ដល់កូនៗ ឬកុមារ។ ធ្វើការបិទរូបភាពទី ៦ បង្ហាញអំពី ផលប៉ះពាល់ពីការរំលោភបំពានលើកុមារ

ផលប៉ះពាល់ពីការរំលោភបំពាន

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបថា នៅពេលដែលកូន ឬកុមារត្រូវបានរំលោភបំពាន ឬមិនអើពើ ទោះបីជានៅក្នុងប្រភេទនៃការ រំលោភបំពានបែបណាក៏ដោយ ក៏កូន ឬកុមារ ទទួលរងនូវផលប៉ះពាល់ដូចដែលបានបង្ហាញខាងលើ

គ.៤- ការការពារកុមារ (**រំលេចកុមារដែលមានពិការភាព**) (**២០ នាទី**)

❖ ដូចនេះ ដើម្បីជៀសវាងនូវផលប៉ះពាល់ផ្សេងៗចំពោះកូន ឬកុមារ យើងត្រូវការស្វែងយល់ពីរបៀបការពារកុមារ និងស្ថានភាពនៃការរំលោភបំពាន ដោយសួរ

☞ ចំពោះលោកអ្នកជាឳពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំផ្ទាល់ តើលោកអ្នកនឹងធ្វើយ៉ាងណាក្នុងការការពារកូន ឬកុមារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** មិនប្រើអំពើហិង្សាលើកូន ឬកុមារ ពន្យល់ហេតុផលពេលកុមារធ្វើអ្វីមួយខុស ធ្វើរបងការពារ ឬគ្របមាត់អណ្តូង មើលថែ បញ្ចុកចំណី មិនទុកចោលម្នាក់ឯង មិនឱ្យធ្វើការហួសកម្លាំង ផ្តល់អាហារគ្រប់គ្រាន់ ផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ ថ្នាក់ថ្នមស្រឡាញ់ ការពារការឆក់ខ្សែភ្លើង។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ ដោយបិទរូបភាពទី៧ បង្ហាញពីប្រភេទនៃការរំលោភបំពាន។

ប្រភេទនៃការរំលោភបំពាន

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរបន្ត

☞ ចំណែកកុមារដែលមានពិការភាពវិញ តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីការពារពួកគេ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** មើលថែដិតដល់ យកចិត្តទុកដាក់ បង្រៀន លេងជាមួយ មិនរើសអើង បញ្ជូនកូនទៅសាលា។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ (មើលខ្លឹមសារអ្នកសម្របសម្រួលផ្នែក កុមារដែលមានពិការភាព ខាងលើ) រួចសួរបន្ត

☞ តើកុមារ អាចរងការរំលោភបំពាននៅកន្លែងណាខ្លះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** នៅកន្លែងស្ងាត់ តាមព្រៃ ផ្ទះ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយអ្នកចូលរួម និងបញ្ជាក់ថា ការរំលោភបំពានអាចមាននៅគ្រប់ទីកន្លែង ហើយច្រើនជាងគេគឺនៅផ្ទះ។ រួចសួរបន្ត

☞ តើនរណាខ្លះ អាចជាអ្នករំលោភបំពានលើកុមារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** អ្នកជិតខាង អ្នកចម្ងាយ អ្នកដែលកុមារស្គាល់មិនច្បាស់ សាច់ញាតិ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។ តាមការស្រាវជ្រាវ បានរកឃើញថា អ្នកដែលរំលោភបំពានកុមារច្រើនជាងគេ គឺភាគច្រើនជាមនុស្សដែលជិតស្និទ្ធជាមួយកុមារបំផុត។ រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នកគិតថា កុមាររងការរំលោភបំពានតាមមធ្យោបាយណាខ្លះ ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ឱ្យនំញ៉ាំ លួងលោម កុហក់ សន្យាឱ្យរបស់អ្វីមួយ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតពួកគាត់ រួចបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ល្បិចកលជនខិលខូច

- សន្យាថានឹងផ្តល់ការងារដោយទទួលបានប្រាក់ខែខ្ពស់
- សន្យាថាជួយរកការងារឱ្យធ្វើ
- ទិញទឹកចិត្តក្រុមគ្រួសារដោយផ្តល់ជាសម្ភារ និងប្រាក់កាស
- លួងលោមធ្វើជាសង្សារ
- ប្រើល្បិចជារៀបការជាមួយ រួចយកទៅលក់
- ប្រើថ្នាំញៀន ឬថ្នាំសណ្តំ
- សុំធ្វើជាបងប្អូនធម៌ ឬកូនចិញ្ចឹម
- លួងលោម និងអូសទាញឱ្យចូលរួមពិធីផ្សេងៗ
- បបួលដើរលេងកន្លែងស្ងាត់ ឬកន្លែងដែលអ្នកដទៃមើលមិនឃើញ
- ធ្វើជាអ្នកមានចិត្តសប្បុរស និងមនុស្សធម៌
- តាំងខ្លួនគឺជាមនុស្សដែលចូលចិត្ត និងស្រឡាញ់កុមារ ដូចជាកូនរបស់ខ្លួនឯង
- សន្យារៀបការជាមួយ
- ចេះផ្គាប់ផ្គុន និងធ្វើជាមនុស្សមានទំនាក់ទំនងល្អជាមួយកុមារ និងគ្រួសារ
- ការពួនស្ទាក់ និង ការចាប់ពង្រត់
- ធ្វើជាគ្រូព្យាបាលជំងឺ
- ធ្វើជាអ្នកជួយឧបត្ថម្ភដល់មណ្ឌលកុមារកំព្រា
- ការឱ្យខ្ចីប្រាក់ ដើម្បីបង្ហាញការជឿជាក់ ដោយមិនយកការប្រាក់ ឬយកការប្រាក់តិចតួច។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរបន្ត

☞ តើកុមារាអាចទទួលការរំលោភបំពានដែរឬទេ ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** អាចមាន

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមថា មិនថាកុមារី ឬកុមារាសុទ្ធតែអាចទទួលការរំលោភបំពានដូចគ្នា ហើយកុមារាក៏អាចទទួលការរំលោភបំពានផ្លូវភេទដូចកុមារីដែរ។ ដូចនេះទាំងកុមារី និងកុមារាត្រូវទទួលបានការការពារយ៉ាងម៉ត់ចត់ពីមនុស្សធំ និងមជ្ឈដ្ឋានជុំវិញខ្លួន។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ជំហានទាំង៥ ដើម្បីការពារកុមារកុំឱ្យមានការរំលោភបំពាន

១. **ស្តាប់** កូន ឬកុមារ

២. **ជឿ** លើកូន ឬកុមារ

៣. **ស្វែងយល់** អំពីការរំលោភបំពាន ឬការមិនអើពើលើកុមារ និងចរិកលក្ខណៈក្នុងការការពារកុមារ

៤. **បង្រៀន** កូន ឬកុមារអំពីសិទ្ធិផ្សេងៗរបស់ពួកគេ និងយុទ្ធសាស្ត្រផ្សេងៗ ដើម្បីរៀបចំចរិកលក្ខណៈក្នុងការការពារខ្លួន

៥. **បង្កើត** ឱ្យមានវប្បធម៌សុវត្ថិភាព និងមានការដឹងឮនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក

ចំណុចដែលកុមារត្រូវចងចាំ៖

- ស្គាល់ ឬចាំលេខទូរស័ព្ទទំនាក់ទំនងរបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ និងមនុស្សដែលយើងទុកចិត្ត។
- ប្រាប់ និងសុំការអនុញ្ញាតពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំនៅពេលដែលចាកចេញពីផ្ទះ ទោះបីជាទៅជាមួយមនុស្សដែលអ្នកស្គាល់ក៏ដោយ។
- មិនទទួលយកអំណោយ កាដូ ឬរង្វាន់ ពីមនុស្សដែលអ្នកស្គាល់ មិនស្គាល់ ឬមនុស្សប្លែកមុខទេ លើកលែងតែឪពុកម្តាយរបស់អ្នកនៅជាមួយ។
- ជាទូទៅ ទៅណាមកណាតែងតែទៅជាមួយមិត្តភក្តិ និងមានគ្នាទៅជាមួយ។ ហើយមិនត្រូវទៅណាមកណាតែម្នាក់ឯងនោះទេ។
- ត្រូវនិយាយថាទេ ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់មកប៉ះពាល់ ដែលធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍មិនស្រួល អារម្មណ៍មិនល្អ ឬអារម្មណ៍ភ័យខ្លាច។
- ត្រូវចងចាំ មនុស្សដែលអាចជួយអ្នក និងមនុស្សដែលអ្នកជឿជាក់អាចជួយអ្នកបាននៅពេលដែលអ្នកត្រូវការជំនួយ។
- ប្រាប់ដល់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ របស់អ្នក ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់មានអាកប្បកិរិយាមិនសមរម្យ ឬធ្វើឱ្យមានអារម្មណ៍ភ័យខ្លាច។
- ត្រូវបដិសេធ ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់ដែលអ្នកមិនស្គាល់សួរអ្នក ឬឱ្យអ្នកជួយជូនទៅទីកន្លែងណាមួយ។
- ត្រូវរត់គេចឱ្យឆ្ងាយប្រសិនបើមនុស្សដែលអ្នកមិនស្គាល់ដើរតាមអ្នក ទោះបីជាគាត់ស្គាល់ឈ្មោះអ្នកក៏ដោយ។
- ត្រូវនិយាយថាទេ ប្រសិនមើមាននរណាម្នាក់បបួលអ្នកឱ្យប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ឬប្រព្រឹត្តអ្វីដែលអ្នកគិតថាវាជាការមិនត្រឹមត្រូវ។
- ប្រាប់ដល់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំរបស់អ្នក និងរាយការណ៍ទៅអាជ្ញាធរមានសមត្ថកិច្ច អំពីមនុស្សដែលមានបំណងមិនល្អមកលើអ្នក ឬមានបំណងមិនល្អចំពោះកុមារផ្សេងទៀត។
- ត្រូវស្រែកឱ្យខ្លាំងៗ និងរកឱ្យគេជួយ ប្រសិនបើអ្នកស្ថិតក្នុងស្ថានភាពមានគ្រោះថ្នាក់ ឬត្រូវគេប៉ះពាល់រាងកាយ។
- ត្រូវស្វែងយល់ពីការរំលោភបំពាននានា និង**ល្បិចកលជនខិលខូច**
- ត្រូវរក្សាទុកលេខទូរស័ព្ទពិសេស និងសង្គ្រោះបន្ទាន់ របស់អ្នកដែលពាក់ព័ន្ធ
- ត្រូវហៅទៅលេខទូរស័ព្ទពិសេសរបស់នគរបាល ១២៨៨ ឬបណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកុមារ ១២៨០។

ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរទៅអ្នកចូលរួម បញ្ជាក់ថា តើពួកគាត់មានសំណួរ ចម្ងល់ ឬមានអ្វីចង់ បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតទេ។ បើមាន សូមឆ្លើយតប បើអត់មានទេ សូមធ្វើការបញ្ចប់កិច្ចពិភាក្សា ដោយធ្វើការសង្ខេប

ថ្ងៃនេះយើងបានពិភាក្សាគ្នាអំពីការការពារកុមារ ហើយដើម្បីការពារកុមារ សំខាន់យើងត្រូវស្វែងយល់ពីការរំលោភបំពានផ្សេងៗ ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់កុមារ។ ការរំលោភបំពានចែកជាបួនប្រភេទខុសៗគ្នាគឺ ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ និងការមិនអើពើ។ គ្រប់ប្រភេទនៃការរំលោភបំពានទាំងអស់សុទ្ធតែមានផលប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។ ការការពារកុមារមិនមែនផ្តោតតែលើកុមារដែលមានកាយសម្បទា និងសតិបញ្ញាល្អនោះទេ ហើយក៏ផ្តោតសំខាន់លើកុមារដែលខ្សោយកាយសម្បទា និងសតិបញ្ញាផងដែរ ព្រោះពួកគេត្រូវការ ការការពារជាពិសេសដើម្បីទទួលបានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍដូចជាកុមារទូទៅដែរ។ ចំណែកកុមារដែលអាចរងការរំលោភបំពានមិនមែនមានតែកុមារីនោះទេ កុមារាក៏ប្រឈមខ្លាំងពីការរំលោភបំពានផងដែរ ជាពិសេសគឺការរំលោភបំពានផ្លូវភេទ។

ង- ការអនុវត្ត (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុស ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួម គិតពីការចាប់ផ្តើមអនុវត្តនូវអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា។

☞ ប្រសិនបើអ្នកសង្កេតឃើញថា មានការរំលោភបំពានលើកុមារ តើលោកអ្នកនឹងធ្វើអ្វីខ្លះចំពោះស្ថានភាពនោះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ទៅជួយ ប្តឹងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន ហៅអ្នកជិតខាង។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបយោបល់ពួកគាត់ និងបន្ថែមគំនិតដូចជា

- រាយការណ៍ទៅអាជ្ញាធរមានសមត្ថកិច្ច អំពីមនុស្សដែលមានបំណងមិនល្អចំពោះកុមារ
- ត្រូវរក្សាទុកលេខទូរស័ព្ទពិសេស និងសង្គ្រោះបន្ទាន់ របស់អ្នកដែលពាក់ព័ន្ធ
- ត្រូវហៅទៅលេខទូរស័ព្ទពិសេសរបស់នគរបាល១២៨៨ឬបណ្តាញទូរស័ព្ទជំនួយកុមារ ១២៨០ ។

ច- បណ្តាំផ្ញើ (១០នាទី)

❖ លើកទឹកចិត្ត ឱ្យអ្នកចូលរួម ចាប់ផ្តើមធ្វើការកត់សម្គាល់ ពីអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឯង

❖ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវអាកប្បកិរិយាដែលអាចការពារកុមារ មិនមែនផ្តោតតែលើកុមារនៅក្នុងផ្ទះប៉ុណ្ណោះទេ គឺអាចចូលរួមការពារកុមារដែលនៅក្រៅផ្ទះផងដែរ ក្នុងការជួយពួកគេឱ្យរួចផុតពីការរំលោភបំពានផ្សេងៗដែលកើតមានឡើងចំពោះពួកគេ។

❖ បើមានការរំលោភបំពានត្រូវរាយការណ៍ទៅ គណៈកម្មាធិការទទួលបន្ទុកកិច្ចការនារី និងកុមារ (គ.ក.ន.ក) ឃុំ សង្កាត់ ។

❖ ចុងបញ្ចប់ សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកគាត់ ដែលបានមកចូលរួម។

ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន

សេចក្ដីផ្ដើម

តាមការអង្កេតនៅឆ្នាំ២០១៣ ដោយក្រសួងកិច្ចការនារី និងយូនីសេហ្វ (UNICEF) ស្ដីពីអំពើហិង្សាលើកុមារបានឱ្យដឹងថា កុមារម្នាក់ក្នុងចំណោមពីរនាក់ បានទទួលរងអំពើហិង្សាលើរាងកាយ កុមារម្នាក់ក្នុងចំណោម ៤នាក់ បានទទួលរងអំពើហិង្សាលើផ្លូវចិត្ត ហើយកុមារម្នាក់ក្នុងចំណោម២០នាក់ បានទទួលរងអំពើហិង្សាលើផ្លូវភេទ។ ការសិក្សានោះក៏បានបង្ហាញដែរថា អ្នកដែលរំលោភបំពានលើកុមារ គឺភាគច្រើនជាមនុស្សដែលជិតស្និទ្ធជាមួយកុមារបំផុតមានដូចជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំកុមារ។ យោងទៅតាមលទ្ធផលស្រាវជ្រាវនេះបានបញ្ជាក់ថាកុមារនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជានៅមិនទាន់មានសុវត្ថិភាព និងការអភិវឌ្ឍពេញលេញនៅឡើយទេ។

ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគួរសិក្សាស្វែងយល់ពីអំពើហិង្សាលើកុមារ និងផលប៉ះពាល់លើកុមារ។ ការយល់ដឹងពីផលប៉ះពាល់នេះ អាចជួយឱ្យឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ធ្វើការកាត់បន្ថយ និងបញ្ឈប់អំពើហិង្សា និងការមិនអើពើលើកុមារ ដែលកន្លងមកពួកគាត់តែងតែគិតថា ការអប់រំប្រដៅកូនមានពីររបៀបគឺ តឹងរ៉ឹង និងក្ដៅ។ ដោយយោងទៅលើនិស្ស័យរបស់កូន ឬកុមារ ការអប់រំប្រដៅកូនដោយបែបក្ដៅដូចជាការស្ដីបន្ទោស ជេរ គំរាម សំឡុត ដាក់ទណ្ឌកម្ម វាយដំ។ល។ ពួកគាត់គ្រាន់តែចង់ឱ្យកូន ឬកុមារមានអាកប្បកិរិយាល្អតែប៉ុណ្ណោះ។ ដូច្នេះពួកគាត់គិតថាការធ្វើបែបនេះមិនមែនជាការរំលោភបំពាននោះទេ ដោយសារមានការគិត ឬទម្លាប់បែបនេះហើយ ទើបនាំឱ្យមានការរំលោភបំពាន ការមិនអើពើ ហើយអំពើហិង្សានៅតែកើតមានលើកូន ឬកុមារ។ ដើម្បីទប់ស្កាត់ និងឆ្លើយតបទៅនឹងការគិត ឬទម្លាប់ខាងលើយើងក៏បានរៀបចំចងក្រងប្រធានបទនៃការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន ដើម្បីធ្វើការផ្សព្វផ្សាយដល់សហគមន៍ពិសេសគឺ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគ្រប់រូប ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងអ្នកដែលជិតក្លាយខ្លួនជាឪពុកម្ដាយ (ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងដៃគូ) និងអនាគតជាឪពុកម្ដាយ (យុវវ័យ) បានយល់ដឹងផងដែរ។

ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន គឺជាចំណេះដឹង និងជំនាញបន្ថែមមួយសម្រាប់សហគមន៍ពិសេសជួយឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគ្រប់រូប ដើម្បីធ្វើការស្វែងយល់ និងឆ្លុះបញ្ចាំងពីរបៀប ឬទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមកូនរបស់ពួកគាត់កន្លងមក ដែលជួយឱ្យកូន ឬកុមារទទួលបាននូវសេចក្ដីណែនាំ និងភាពកក់ក្ដៅដែលពួកគេត្រូវការ ដើម្បីឱ្យខ្លួនគេក្លាយជាមនុស្សធំ មានសុខភាពផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្តល្អ។ ប្រធានបទនេះនឹងជួយណែនាំដល់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគ្រប់រូប ដោយរាប់បញ្ចូលអ្នកដែលជិតក្លាយខ្លួនជាឪពុកម្ដាយ (ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងដៃគូ) និងអនាគតជាឪពុកម្ដាយ (យុវវ័យ) ទទួលបាននូវមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃការចិញ្ចឹមកូនប្រកបដោយសក្ដានុពល ពិសេសគឺ សេចក្ដីណែនាំ ដំបូន្មាន និងព័ត៌មានផ្សេងៗ ដែលទាក់ទងនឹង*ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន* ដែលមានលក្ខណៈលើកទឹកចិត្តជាជាងការប្រៀនប្រដៅបែបអវិជ្ជមាន ឬហិង្សាដូចដែលពួកគាត់បានគិត និងអនុវត្តកន្លងមក។

គោលបំណង

នៅចុងបញ្ចប់នៃវគ្គនេះ អ្នកចូលរួមនឹងអាចៈ

- ឆ្លុះបញ្ចាំងពីការប្រៀនប្រដៅដែលពួកគាត់ជួបប្រទះដោយផ្ទាល់ កាលពីនៅជាកុមារភាព ក្នុងគោលបំណងពិចារណាអំពីរបៀបនានា ដែលពួកគេប្រើក្នុងការចិញ្ចឹមកូននាពេលបច្ចុប្បន្ន។
- ទទួលស្គាល់ថាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបអវិជ្ជមានដោយការរំលោភបំពានវានឹងមានផលប៉ះពាល់នានាដល់កូនពិតប្រាកដមែន។

- ❖ ហាត់អនុវត្តនូវគោលគំនិតនៃការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន ដោយប្រើធាតុផ្សំទាំង៤៖ ១). គោលដៅរយៈពេលវែង ២). ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់ ៣). យល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍ ៤). ការដោះស្រាយបញ្ហា។

រយៈពេល

១២០ នាទី

សម្ភារ

- ❖ រូបភាពទី១ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ប្រភេទទាំង៤នៃការរំលោភបំពាន
- ❖ រូបភាពទី២ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន
- ❖ រូបភាពទី៣ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី តើអ្វីជាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន?
- ❖ រូបភាពទី៤ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី គោលដៅយូរអង្វែង
- ❖ រូបភាពទី៥ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់
- ❖ រូបភាពទី៦ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី យល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍
- ❖ រូបភាពទី៧ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី ដោះស្រាយបញ្ហា
- ❖ រូបភាពទី៨ (០,៦០មx០,៨០ម) បង្ហាញពី លទ្ធផលនៃការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន
- ❖ ផ្ទាំងរូបភាព បង្ហាញ តើអ្វីជាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន?
- ❖ ផ្ទាំងរូបភាព បង្ហាញពី លទ្ធផលនៃការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន
- ❖ ស្កុត កន្រ្តៃ
- ❖ ខ្សែចង ឃ្នាបធំ សម្រាប់កៀបផ្ទាំងរូបភាព
- ❖ ឧបករណ៍រំពងសំឡេង (ក្នុងករណីចាំបាច់)
- ❖ កម្រាល សម្រាប់អ្នកចូលរួមអង្គុយ
- ❖ ត្រៀម សម្ភារសម្រាប់លេងជាមួយកុមារ

វិធីសាស្រ្ត

- ❖ បំផុសគំនិត (សួរសំណួរ និងឆ្លើយ)

ជំហានសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយ

ក- សំណេះសំណាល និងណែនាំខ្លួន (១០នាទី)

- ❖ ធ្វើការសំណេះសំណាលជាមួយអ្នកចូលរួម ដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានត្រៀមខ្លួនក្នុងការចូលរួម។ អ្នកសម្រប សម្រួលសួរអំពី
  - សុខទុក្ខ
  - ការធ្វើដំណើរ
  - ការរស់នៅរបស់ពួកគាត់ខ្លះៗ ដែលគិតថាអាចចែករំលែកបាន។
  - ការរំពឹងទុក

❖ បន្ទាប់មក ណែនាំអ្នកចូលរួមឱ្យស្គាល់អ្នកសម្របសម្រួល និងអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន រួចប្រាប់ពីចំណងជើង សង្ខេបគោលបំណងនៃប្រធានបទដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយ។

បញ្ជាក់ (បើអាចធ្វើបាន) សុំអ្នកចូលរួមណែនាំគ្នាខ្លះកាន់តែប្រសើរ ព្រោះអាចជួយពួកគាត់ និងអ្នកសម្របសម្រួលបានស្គាល់គ្នាខ្លះៗ និងមានទំនុកចិត្តលើគ្នាបន្ថែមទៀតនៅក្នុងក្រុម ដោយធ្វើសកម្មភាពមួយ ចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- ឱ្យអ្នកចូលរួមឈរតាមក្រុមភូមិ ឬតាមប៉ែក ឬតំបន់ដែលពួកគាត់រស់នៅ ដោយឱ្យពួកគេឈរជាក្រុម ដែលមកពីតំបន់ជាមួយគ្នា។ ឈរជាក្រុមតាមចំនួនកូន (អ្នកមិនទាន់មានកូន កូន១ កូន២ កូន៣ បើមានអ្នកមិនទាន់រៀបការ ឱ្យគាត់ឈរនៅក្រុមមិនទាន់រៀបការ)។ អ្នកសម្របសម្រួលនិយាយឡើងវិញ ពីក្រុមនីមួយៗ។
- អ្នកសម្របសម្រួលអាចប្រើវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗទៀតបាន។

ខ- លំនាំចូល ប្រធានបទ

ខ.១- កាតព្វកិច្ចរបស់ឪពុកម្ដាយ (១៥នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបញ្ចប់សកម្មភាពណែនាំ និងស្នើឱ្យអ្នកចូលរួមគិតពីបទពិសោធន៍ទាក់ទងនឹងការចិញ្ចឹមកូន ឬកុមារ តាមអ្វីដែលគាត់បានអនុវត្ត បានឃើញ ឬបានឮកន្លងមក ដោយសួរ

☞ ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តើអ្នកគួរមានកាតព្វកិច្ច ឬការទទួលខុសត្រូវអ្វីខ្លះចំពោះកូន ឬកុមារ ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** មើលថែទាំ ផ្តល់អាហារ សំលៀកបំពាក់ ពេលកូនឈឺយកកូនទៅមន្ទីរពេទ្យឬមណ្ឌលសុខភាពស្រឡាញ់កូនបញ្ជូនកូនទៅរៀនឬបង្រៀនកូនពីសុជីវធម៌ និងសីលធម៌ក្នុងការរស់នៅ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មានកាតព្វកិច្ច ចាប់តាំងពីកូនបង្កកំណើតរហូតដល់ពេញវ័យ។

១. **ពិនិត្យសុខភាពកំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ៖** ក្នុងកំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ធ្វើការពិគ្រោះយោបល់ និងពិនិត្យសុខភាពឱ្យបាន ៤ដង និង ចាក់ថ្នាំបង្ការ ដើម្បីជួយធានាឱ្យទារកក្នុងផ្ទៃមានសុខភាពល្អ។ នៅពេលដែលកូនចាប់កំណើត ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ថែបំប៉នសុខភាពខ្លួនឯង ដោយគិតទៅដល់របបអាហារដែលមានសុខភាពល្អដល់កូនក្នុងផ្ទៃ និងជៀសវាងពីការប្រើគ្រឿងញៀន ហុបបារី និងប្រើគ្រឿងស្រវឹង ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ទារកក្នុងផ្ទៃផងដែរ។ ម្យ៉ាងទៀត ព្យាយាមនិយាយលេងជាមួយទារកក្នុងផ្ទៃ ដោយក្តីស្រឡាញ់ និងស្វែងរកកន្លែងដែលមានសុវត្ថិភាពក្នុងការសម្រាលកូន (នៅមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យបង្អែក) ដែលមានឆ្មប ឬពេទ្យជំនាញ។

២. **បំបៅដោះកូន ៖** បន្ទាប់ពីសម្រាលកូនរួច ឪពុកម្ដាយ ត្រូវផ្ដល់ឱ្យកូននូវភាពកក់ក្ដៅ ក្ដីស្រឡាញ់ និងយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការថែទាំទារក ដោយផ្ដល់ទឹកដោះដំបូង និងបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្ដាយតែមួយមុខរយៈពេល ៦ខែ ឬបន្តការបំបៅដោះ រហូតដល់អាយុ ២ឆ្នាំ។

៣. **ចុះសំបុត្រកំណើត៖** បន្ទាប់ពីកូនបានសម្រាលរួច ឪពុក ឬជីដូនជីតាត្រូវទៅជួបស្មៀនឃុំដើម្បីបំពេញបែបបទក្នុងការចុះសំបុត្រកំណើតឱ្យកូន ឬចៅឱ្យបានមុន ៣០ ថ្ងៃ ចាប់តាំងពីកូនសម្រាលរួច។

៤. **ថែទាំសុខភាពកូន៖** យកកូន ឬកុមារទៅពិនិត្យសុខភាពជាទៀងទាត់ ដូចជា សុខភាពមាត់ធ្មេញ សុខភាពភ្នែក សុខភាពខ្លួនប្រាណ បញ្ចុះសត្វល្អិត ព្រមទាំងការចាក់ថ្នាំបង្ការផ្សេងៗទៅតាមការកំណត់អាយុកុមារ របស់ក្រសួងសុខាភិបាល និងស្វែងរកសេវាត្រួតពិនិត្យការលូតលាស់ និងការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

៥. **កំណត់គោលដៅរយៈពេលវែង៖** ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ តែងតែចង់ឱ្យកូន ឬកុមារធំឡើងក្លាយជា មនុស្សប្រកបដោយគុណតម្លៃល្អ ដូចជា ស្មោះត្រង់ ស្លូតបូត យល់ចិត្ត ជួយយកអាសារអ្នកដទៃ ដោះស្រាយបញ្ហា

ដោយអហិង្សា ឬមានមុខរបរសុចរិត ជាដើម។ ប៉ុន្តែសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគេមួយចំនួនដែលប្រព្រឹត្តក្នុងការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារបានរួមចំណែកកែប្រែនូវសេចក្ដីប្រាថ្នានោះមិនបានដូចបំណងទៅវិញ។ ដូចនេះឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវជ្រើសរើសនូវទម្លាប់នៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន ឬកុមារ ដែលមានលក្ខណៈលើកទឹកចិត្ត ផ្ដល់ឱកាសចូលរួម សម្រេចចិត្ត និងមិនប្រើទណ្ឌកម្មពេលប្រៀនប្រដៅកូន ឬកុមារ ជាដើម។

៦. **ការពារ និងសុវត្ថិភាពនៃការលេង៖** ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យកុមារជៀសផុតពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗដែលវាអាចកើតមានឡើងដោយ ចេតនា ឬអចេតនា។ ប្រាប់កុមារ ឬយុវជនពីគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗដែលអាចកើតមានឡើងដូចជា គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍ គ្រឿងញៀន លង់ទឹក ។ល។ ដោយពន្យល់ ពីហេតុផលច្បាស់លាស់ត្រឹមត្រូវដល់ពួកគាត់។

៧. **ធ្វើជាគំរូល្អ៖** ប្រើរបៀបដោះស្រាយបញ្ហា ភាពតានតឹងចិត្ត ឬជម្លោះដែលបានកើតឡើងតាមមធ្យោបាយវិជ្ជមាន និង អហិង្សា។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគប្បីធ្វើជាគំរូល្អដល់កូន ឬកុមារពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អ ជាមួយសមាជិកគ្រួសារ និងជាមួយមនុស្សដែលនៅខាងក្រៅផ្ទះ ដើម្បីឱ្យកុមារបានរៀនសូត្រ និងអនុវត្តតាម។

៨. **យេនឌ័រ៖** ផ្ដល់ឱកាសឱ្យកុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាព បានចូលរួមក្នុងការអភិវឌ្ឍ និងទទួលបានផលប្រយោជន៍ស្មើគ្នា។ ដូចនេះកុមារទាំងអស់បានចូលរួម និងទទួលផលប្រយោជន៍ទាំងអស់គ្នា នោះការអភិវឌ្ឍនឹងកើតមានឡើង។

៩. **បង្រៀន និងអប់រំ៖** នៅពេលកូន ឬកុមារចម្រើនវ័យ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ចុះឈ្មោះកូន ឬកុមារ ចូលរៀននៅ សាលាមត្តេយ្យ និងតាមកម្រិតថ្នាក់ជាបន្តបន្ទាប់ ព្រមទាំងបន្តអប់រំកូន ឬកុមារពីអាកប្បកិរិយា សីលធម៌ ចំណេះដឹង បំណិនជីវិត និង ជំនាញបន្ថែម។

❖ **បង្រៀន និងអប់រំកុមារពីសុខភាពផ្លូវភេទ៖** ពន្យល់កុមារ យុវជន ឬយុវនារីពីការលូតលាស់នៃរូបកាយនៅពេលដែលកុមារពេញវ័យ កុមារ ចាប់ផ្តើមមានចំណង់ផ្លូវភេទ។ ដូចនេះឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំពន្យល់កុមារពីរបៀបគ្រប់គ្រង់ចំណង់ផ្លូវភេទតាម បែបវិជ្ជមាន ដូចជាហាត់ប្រាណ អានសៀវភៅ ដើរលំហែ ស្តាប់ចម្រៀង ជជែកគ្នាលេងជាមួយមិត្តភក្តិ ឬលេងកីឡាជាដើម ដែលសកម្មភាពទាំងអស់នេះ មិនធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់ខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃឡើយ។

❖ **គ្រឿងញៀន៖** នៅពេលដែលកុមារចូលវ័យជំទង់ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំនៅតែបន្តលើកទឹកចិត្ត អប់រំឱ្យកូនយល់ពីភារកិច្ចដែលត្រូវជៀសវាងការសេពគប់មិត្តដែលសង្គមមិនឱ្យតម្លៃ ដូចជា ប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន ឬគ្រឿងស្រវឹង។ល។ លើសពីនេះ ពន្យល់កុមារពីមូលហេតុដែលនាំឱ្យមានការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ផលប៉ះពាល់ និងមធ្យោបាយដែលធ្វើឱ្យខ្លួនគេសប្បាយដោយមិនប្រើគ្រឿងញៀន។

១០. **ផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ និងក្តីស្រឡាញ់៖** មានពេលវេលាសម្រាប់កុមារ ដូចជា និទានរឿង ស្តាប់ការនិយាយរបស់កុមារ និយាយគ្នាលេង ឱប ថើប ឬប្រើពាក្យសម្តីទន់ភ្លន់។ល។

១១. **ធ្វើការងារផ្ទះ៖** ក្រៅអំពីការសិក្សា រៀនសូត្រ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវផ្តល់ឱកាសឱ្យកូន ឬកុមារ បានចូលរួមធ្វើការងារផ្ទះ តាមលទ្ធភាព និងអាយុរបស់ពួកគេ ក្នុងការអភិវឌ្ឍបំណិនជីវិត។

១២. **រស់នៅចុះសម្រុងគ្នា៖** មានកន្លែងស្នាក់នៅសមរម្យ និងសម្លៀកបំពាក់ទៅតាមស្ថានភាពជីវភាព អាកាសធាតុ ព្រមទាំងបរិស្ថានរស់ នៅដោយការគោរព និងឱ្យតម្លៃគ្នា ដោយគ្មានអំពើហិង្សា។ល។

១៣. **អាកប្បកិរិយា និងឥរិយាបថល្អ៖** ការគោរព ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយការយល់ចិត្ត ការចែករំលែក និងការចូលរួមសកម្មភាពនានា នៅ ក្នុងសង្គម។ល។

ចំណាំ៖ ការរក្សាកូន ឬកុមារឱ្យនៅជាមួយគ្រួសារ គឺជាមធ្យោបាយតែមួយគត់ ក្នុងការផ្តល់ឱកាសឱ្យកូនទទួលបានការលូតលាស់ និងការអភិវឌ្ឍបានល្អ។ នៅក្នុងមណ្ឌលកុមារកំព្រា កុមារងាយរងគ្រោះពីអំពើហិង្សា ការរំលោភបំពាន ឬការមិនអើពើ ។ល។ ដូចនេះ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរតែឱ្យកូន ឬកុមាររស់នៅក្នុងគ្រួសារ បើទោះជាមានស្ថានភាពជីវភាព យ៉ាងណាក៏ដោយ ហើយត្រូវចងចាំថា គ្មានទីណាដែលប្រសើរជាងផ្ទះ ឬគ្រួសាររបស់កូន ឬកុមារឡើយ។

ខ.២- ការរំលោភបំពានលើកុមារ

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុសទៅអ្នកចូលរួម ពីទង្វើដែលអាចនាំឱ្យមានការរំលោភបំពានលើកុមារ ដោយសួរ

☞ តើសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលអាចចាត់ទុកថា ការរំលោភបំពានលើកុមារ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ រំលោភផ្លូវភេទ វាយ ជេរ ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការរំលោភបំពានកុមារមាន៤ប្រភេទ

១. ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ

គឺជាការធ្វើឱ្យកុមារមានរបួស ឬស្នាមលើរាងកាយ ដោយចេតនា ឬអចេតនាពីសំណាក់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល អ្នកថែទាំ និងមនុស្សពេញវ័យផ្សេងៗទៀត ហើយធ្វើឱ្យកុមារមានភាពអន់ថយសុខភាព និងប៉ះពាល់ដល់ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវកាយ មានដូចជា៖

- ការវាយដំ
- ការរុញច្រានខ្លាំងៗ
- មួល ទាត់ ឬទះ
- ក្តិច បោចសក់
- ច្របាច់ក
- បង្អត់បាយ
- របួសមិនបានព្យាបាល ។ល។

២. ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្ត

គឺជាសកម្មភាពទាំងឡាយណា ដែលធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ផ្លូវចិត្តកុមារ (ចេតនា ឬអចេតនាពីសំណាក់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល អ្នកថែទាំ និងមនុស្សពេញវ័យផ្សេងៗទៀត ហើយធ្វើឱ្យកុមារមានភាពអន់ថយសុខភាព និងប៉ះពាល់ដល់ការអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវចិត្តមានដូចជា៖

- ការរិះគន់ដែលកើតឡើងម្តងហើយម្តងទៀត
- ការនិយាយមើលងាយ បន្ទាបបន្ថោក
- ស្តីបន្ទោស ការគំរាមកំហែង
- ការបង្អត់ ការបំបិទសិទ្ធិសេរីភាព
- សើចចំអក
- ការបដិសេធន៍ ឬការច្រានចោលម្តងហើយម្តងទៀត
- ការបន្លាច ឬបំភ័យ
- ការបដិសេធចំពោះការឆ្លើយតបផ្លូវអារម្មណ៍ (មិនយកចិត្តទុកដាក់ពី អារម្មណ៍របស់កុមារ)។

៣. ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទកុមារ

គឺជាការបង្ខិតបង្ខំកុមារ ឬប្រើកុមារជាមធ្យោបាយសម្រាប់រួមភេទជាមួយមនុស្សធំ ដែលរាប់បញ្ចូលទាំងការប្រឈមទៅនឹងរូបភាពអាសអាភាស និងការប៉ះពាល់ប្រដាប់ភេទក្នុងលក្ខណៈរួមភេទ។

ការរំលោភបំពានផ្លូវភេទមានដូចជា៖

- រំលោភសេពសន្ថវៈ
- ទម្រង់ ឬរូបភាពមួយណានៃការធ្វើឱ្យមានសំរើបផ្នែកភេទដូចជា ការបៀតបៀនប្រដាប់ភេទ ស្ទាបគូទ ស្ទាបដោះ ឬស្ទាបភ្លៅ ។ល។
- ការប៉ះពាល់ដោយមាត់ ឬដោយប្រដាប់ភេទ។
- ការរួមសង្វាស ឬការដាក់បញ្ចូលប្រដាប់ភេទ។
- ការប្រើរូបភាពណាមួយនៃការបង្ហាញផ្លូវភេទដល់កុមារដូចជា រូបភាព វត្ថុ ឬសម្ភារអាសអាភាស ឬការបង្ហាញឱ្យឃើញប្រដាប់ភេទខ្លួនផ្ទាល់។
- ការប្រើប្រាស់កុមារដើម្បីផលិតរូបភាពអាសអាភាស។
- ពេស្យាកម្មកុមារ។ល។

ចំណាំ៖ ឧក្រិដ្ឋជនអាចជាមនុស្សចាស់ ក្មេងជំទង់ ជាកុមារ ជាមនុស្សដែលអាយុច្រើនជាង ឬធំជាង ឬមានអំណាចជាង ជាមនុស្សដែលកុមារស្គាល់ ឬទុកចិត្ត ហើយពួកគេកេងប្រវ័ញ្ចទៅលើភាពពឹងផ្អែករបស់កុមារ និងភាពមិនទាន់ពេញវ័យរបស់កុមារ។ ឧក្រិដ្ឋជនមានទាំងមនុស្សប្រុស និងមនុស្សស្រី ហើយជនរងគ្រោះមានទាំងកុមារា និងកុមារី។

៤. ការមិនអើពើ

គឺជាការខកខានមិនបានផ្តល់នូវតម្រូវការមូលដ្ឋានដល់កុមារ និងទុកកុមារចោលដោយគ្មានអ្នកណាត្រួតពិនិត្យ យកចិត្តទុកដាក់ និងការមើលថែពីសំណាក់មនុស្សធំ ឪពុកម្តាយអាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ។

ការមិនអើពើ មានដូចជា៖

- កុមារមិនមានឱកាសចូលរៀន
- មិនផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ
- មិនបានទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការគ្រប់គ្រាន់
- មិនបានចុះសំបុត្រកំណើត
- ការបំបែកកូនចេញពីគ្រួសារ
- ការផ្តល់អាហារូបត្ថម្ភមិនបានគ្រប់គ្រាន់
- សំលៀកបំពាក់មិនសមស្របនឹងរដូវកាល
- ការរស់នៅគ្មានអនាម័យ
- មិនមានការថែទាំសុខភាពបានត្រឹមត្រូវ
- ខ្វះការអប់រំ
- គ្មានសុវត្ថិភាព

ការប្រៀនប្រដៅដោយការរំលោភបំពានលើកុមារ ពួកគេនឹងទទួលបាន៖

- ភាពភ័យខ្លាច
- បាត់បង់ទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង
- រងរបួស ឬមានជំងឺ
- គិតថាខ្លួនឯងគ្មានតម្លៃ
- ខូចចិត្ត

- អស់សង្ឃឹម
- ដោះស្រាយជម្លោះដោយប្រើហិង្សា
- មានការប្រាស្រ័យទាក់ទងមិនបានល្អ
- មានអាកប្បកិរិយាពិបាកទទួលយក
- ពិបាកចូល ឬចុះសម្រុងជាមួយអ្នកដទៃ
- បំពេញតួនាទីរបស់ខ្លួនក្នុងគ្រួសារ និងសហគមន៍មិនបានល្អ
- ខួរក្បាលអភិវឌ្ឍយឺត មិនលូតលាស់ ឬខូច។

គ- ដំណើរការ ប្រធានបទ

គ.១- ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី២ រួចសួរសំណួរ

☞ តើការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន មានន័យដូចម្តេច?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ មិនវាយកូន មិនជេរកូន ។ល។

ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន

❖ អ្នកសម្របសម្រួលបន្តសកម្មភាព ដោយសួរ

☞ តើលោកអ្នកយល់ដូចម្តេចដែរ នៅពេលដែលឮពាក្យថា ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន? សូមចង្អុលទៅចំណងជើងធំខាងលើនៃរូបភាពផ្ទាំងទីពីរ (ចំណាំ៖ បើអ្នកចូលរួមមិនយល់ពាក្យថា "វិជ្ជមាន" អ្នកសម្របសម្រួលពន្យល់ ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួមបានយល់ និងងាយស្រួលក្នុងការចូលរួមយោបល់)។ អ្នកមិនបាច់បារម្ភអំពីចម្លើយដែលពួកគាត់ឆ្លើយបានត្រឹមត្រូវនោះទេ។ ដូច្នេះ អ្នកអាចប្រាប់ទៅពួកគាត់វិញថា

- ❖ ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមានគឺជា ការចិញ្ចឹមកូនដោយមិនប្រើទម្រង់ណាមួយនៃអំពើហិង្សា រួមទាំងការមិនអើពើ ដោយផ្តោតទៅលើគោលដៅយូរអង្វែង ការផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់ ការយល់អំពីការគិត និងអារម្មណ៍ និងការដោះស្រាយបញ្ហារបស់កូន។

  រីឯពាក្យថា មិនប្រើទម្រង់ណាមួយនៃអំពើហិង្សា គឺដូចអ្វីៗដែលលោកអ្នកបានពិភាក្សាអម្បាញ់មិញនេះ មានដូចជា៖ ការមិនស្តីបន្ទោស ជេរ សំឡុត គំរាម ដាក់ងារ វាយដំ ទះក្តិចម្ជូល ទាត់ ធាក់ ដុត បំពុល ការដាក់ទណ្ឌកម្ម ឬទុកចោលឱ្យគាត់នៅតែម្នាក់ឯង ។ល។

- ❖ អ្នកសម្របសម្រួលបន្ត ដោយសួរ (មិនមានចម្លើយក៏បាន)

  ☞ តើការប្រៀនប្រដៅកូនបែបណា ទើបបង្ហាញថា ជាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន?

  🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ប្រើសម្តីទន់ភ្លន់ ផ្អែមល្ហែម មិនស្តីបន្ទោស ជេរ វាយ។ល។

- ❖ ដើម្បីឆ្លើយតបនឹងសំណួរខាងលើសូមអ្នកសម្របសម្រួលប្រាប់ពួកគាត់ថា យើងនឹងពិភាក្សាបន្តពីរបៀបនានា ដើម្បីអនុវត្តឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមានដែលផ្តោតសំខាន់លើធាតុផ្សំចំនួន៤។ សូមបិទរូបភាពផ្ទាំងទី៣ ស្តីអំពី «តើអ្វីជាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន?» រួមទាំងអានដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានស្តាប់ឮ។

តើអ្វីជាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន?

ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមានគឺ ជាការចិញ្ចឹមកូនដោយមិនប្រើទម្រង់ណាមួយនៃអំពើហិង្សា រួមទាំងការមិនអើពើ ដោយផ្តោតទៅលើធាតុផ្សំទាំង៤ ដូចខាងក្រោម៖

គ.១.១- គោលដៅយូរអង្វែង (១០នាទី)

- អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៤ បង្ហាញពី គោលដៅយូរអង្វែង រួចសួរ
  - ☞ តាមការយល់ឃើញរបស់លោកអ្នក តើរូបភាពនេះមានន័យយ៉ាងដូចម្ដេច ?
  - **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ចម្លើយបែបណាក៏បានទៅតាមការយល់ឃើញរបស់ពួកគាត់។

គោលដៅយូរអង្វែង

- អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងបញ្ជាក់ពាក្យគន្លឹះនៃពាក្យគោលដៅយូរអង្វែង គឺជាការរំពឹងទុករបស់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំទៅលើកូន ឬកុមារ នៅពេលដែលពួកគេធំឡើង។
- បន្ទាប់មក អ្នកសម្របសម្រួល សួរបន្ត
  - ☞ តើអ្នកចង់ឱ្យកូនលោកអ្នក ក្លាយទៅជាមនុស្សប្រភេទណា នៅពេលដែលគេធំឡើង ?
  - **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** មានការងារធ្វើ មានគេស្រឡាញ់រាប់អានច្រើន មានសុខភាពល្អ មានចរិតស្លូតបូត និងចិត្តល្អ។ល។
- អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម បន្ទាប់មកឱ្យអ្នកចូលរួមអនុវត្តលំហាត់មួយ ដូចឧទាហរណ៍។

ឧទាហរណ៍៖ លោកអ្នកចង់ឱ្យកូនអ្នកធំឡើងក្លាយជាមនុស្សដែលមាន «**ការទទួលខុសត្រូវ**»។

សូមលោកអ្នកស្រមៃថា នៅពេលព្រឹកមួយដល់ពេលដែលកូនត្រូវទៅសាលា អ្នកចង់ឱ្យកូនទៅសាលាទាន់ពេលវេលា ប៉ុន្តែកូនរបស់អ្នកមិន ព្រមក្រោកពីដំណេកសោះ ពេលនោះអ្នកបានគិតថា កូនអ្នកនឹងទៅរៀនយឺតហើយ។ ធ្វើការសួរទៅអ្នកចូលរួមថា

☞ តើលោកអ្នកនឹងធ្វើដូចម្តេចចំពោះកូន នៅពេលនោះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ដាស់ឱ្យភ្ញាក់ ហៅឱ្យខ្លាំងៗ ចាប់ទាញកូនខ្លាំងៗ ក្តិច មួល រួមទាំងការបង្ហាញអារម្មណ៍ខឹង ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែម ដូចមាននៅក្នុងខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

សកម្មភាពទាំងនេះ គឺលោកអ្នកមានគោលបំណងចង់ឱ្យកូនលោកអ្នកទៅសាលារៀនទាន់ពេលវេលា ការធ្វើរបៀបនេះអាចសម្រេចបានគោលដៅរយៈពេលខ្លី *គឺទៅរៀនទាន់ពេលវេលា) ប៉ុន្តែលោកអ្នកសាកគិតមើលថា កូនលោកអ្នកនៅពេលធំឡើងគាត់នឹងរៀនបានអ្វីខ្លះពីលោកអ្នក?) យោងតាមលទ្ធផលនៃការស្រាវជ្រាវស្តីពីការអភិវឌ្ឍកុមារមួយបានបង្ហាញថា* ***ទង្វើរបស់លោកអ្នក (មនុស្សធំ) វាជាកត្តាជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងដល់កូន ឬកុមារ ពីព្រោះនៅពេលគេឃើញលោកអ្នកធ្វើអ្វីមួយ គេនឹងអាចធ្វើតាមអ្នក!***

បើដូច្នេះមែនសកម្មភាពដូចជា ការស្រែកខ្លាំងៗ ការចាប់ទាញខ្លាំងៗ ក្តិច មួល ជេរ សំឡុត ដែលជាទង្វើរបស់អ្នកធ្វើចំពោះកូន នោះពួកគេ នឹងធ្វើត្រាប់តាមអ្នក។ ដូច្នេះកូនអ្នកនឹងរៀន ឬធ្វើតាមអ្នកដូចជា បង្ហាញអារម្មណ៍ខឹង មួម៉ៅ និងមានអាកប្បកិរិយាស្រែកខ្លាំងៗ ចាប់ទាញខ្លាំងៗ ក្តិចមួល ជេរ សំឡុត។ល។ បន្តទៅកូន ឬកុមារក្រោមការថែទាំរបស់ពួកគេទៅពេលអនាគតជាមិនខាន។ ដូច្នេះអ្នកមិនអាចសម្រេចការរំពឹងទុក ឬគោលដៅយូរអង្វែង ដូចឧទាហរណ៍ខាងលើដែលលោកអ្នកចង់ឱ្យកូន «មានការទទួលខុសត្រូវ» នោះបានទេ។ ដើម្បីអាចសម្រេចគោលដៅយូរ អង្វែងបាន លុះត្រាតែលោកអ្នកធ្វើការពិភាក្សានិងរៀបចំផែនការជាមួយនឹងកូនរបស់លោកអ្នក។

❖ បន្ទាប់មកអ្នកសម្របសម្រួលសួរពីមធ្យោបាយដែលអ្នកចូលរួមអាចធ្វើបាន ដោយសួរ

☞ តើកូន ឬកុមារអាចធ្វើអ្វីខ្លះ ដើម្បីទៅរៀនឱ្យទាន់ពេលវេលា?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ឆាប់ចូលគេង រៀបចំទុកដាក់សម្ភារសិក្សាពីល្ងាចឱ្យរួចរាល់ ភ្ញាក់ពីព្រលឹម ដែលមានពេលសមល្មមសម្រាប់ការរៀបចំខ្លួនប្រាណមុនទៅសាលា ដូចជា ងូតទឹក ដុសធ្មេញ ស្លៀកពាក់ និងញ៉ាំអាហារពេលព្រឹក។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើលោកអ្នកនឹងទទួលបានអ្វី ប្រសិនបើលោកអ្នកអនុវត្តសកម្មភាពខាងលើនេះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** សម្រេចគោលបំណងទាំងរយៈពេលខ្លី និងវែង។ រយៈពេលខ្លីគឺ «ទៅរៀនទាន់ពេល» និងរយៈពេលវែង «កូនមានការទទួលខុសត្រូវខ្លួនឯង»។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលធ្វើការពន្យល់បន្ថែមថា អ្វីដែលសំខាន់នោះគឺ ការជួយឱ្យកូន ឬកុមាររៀនបាននូវរបៀបស្វែងដោះស្រាយបញ្ហាដោយសន្តិវិធី អាកប្បកិរិយាអហិង្សា មានសុខភាពផ្លូវចិត្តល្អ ចេះគិតពិចារណា ស្តាប់ពីហេតុផល ដឹងពីរបៀប ឬគន្លឹះនានា ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា ទទួលស្គាល់ពីអ្វីៗដែលខ្លួនបានធ្វើ ចេះរៀបចំទុកដាក់ និងធ្វើផែនការ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

គោលដៅយូរអង្វែង

គឺជាការរំពឹងទុករបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំទៅលើកូន ឬកុមារ នៅពេលដែលគេធំឡើង។

គោលដៅយូរអង្វែង មានដូចជា៖

- ចង់ឱ្យកូនធំឡើង
- មានទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង
- អាចដោះស្រាយបញ្ហាដោយសន្តិវិធី ឬអហិង្សា
- មានការទទួលខុសត្រូវក្នុងគ្រួសារ និងសហគមន៍
- មានចរិតស្លូតបូត និងចិត្តល្អ
- ជាអ្នកដែលចេះសម្រេចចិត្តដោយភាពឆ្លាតវៃ
- យល់ចិត្តអ្នកដទៃ ឬអ្នកនៅជុំវិញខ្លួន។ល។

ប្រសិនបើអ្នកស្រម៉ៃចង់ឱ្យកូនអ្នកក្លាយជាមនុស្សប្រភេទណានោះ អ្នកនឹងដឹងថាមានអ្វីខ្លះដែលអ្នកត្រូវធ្វើក្នុងការប្រៀនប្រដៅកូន ដើម្បីជួយគេឱ្យក្លាយជាមនុស្សបែបនោះ!

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចផ្តល់នូវគោលដៅយូរអង្វែងដល់កូនតាមរយៈ

- ធ្វើជាគំរូល្អដល់កូន ឬកុមារ
- បង្ហាញដល់កូននូវទង្វើគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើ
- បង្រៀនកូនអំពីទម្លាប់ល្អ នៅក្នុងការរស់នៅ
- ណែនាំអំពី ការទទួលខុសត្រូវ និងការឆ្លើយតប
- ចេះអត់ធ្មត់ និងភាពស្មោះត្រង់ ។ល។

សូមចងចាំថា

ទង្វើរបស់អ្នកវាជាកត្តាជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងដល់កូន ឬកុមារ ពីព្រោះនៅពេលគេឃើញអ្នកធ្វើអ្វីមួយ គេនឹងអាចធ្វើតាមអ្នក!អាកប្បកិរិយារបស់អ្នកដែលបានធ្វើចំពោះកូន នឹងជះឥទ្ធិពលលើកូន!

ការគិតពីគោលដៅយូរអង្វែង ឬការរំពឹងទុករបស់ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគប្បីប្រព្រឹត្តឡើងដោយយុត្តិធម៌ និងភាពស្មើគ្នា ចំពោះកូន ឬកុមារ ក្រោមការថែទាំរបស់ខ្លួនទោះគាត់ជា កុមារា កុមារី ឬកុមារដែលមានពិការភាពក៏ដោយ!

គ.១.២- ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់ (២០នាទី)

ភាពកក់ក្តៅ

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៥ បង្ហាញពី ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់ រួចសួរ

☞ តាមការយល់ឃើញរបស់លោកអ្នក តើរូបភាពនេះមានន័យយ៉ាងដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ចម្លើយបែបណាក៏បានទៅតាមការយល់ឃើញរបស់ពួកគាត់។

ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់

❖ បន្ទាប់មក អ្នកសម្របសម្រួល សួរបន្ត

☞ តើភាពកក់ក្តៅមានន័យដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ការថ្នាក់ថ្នម មិនធ្វើឱ្យខឹង ការនិយាយលួងលោម ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើសកម្មភាពអ្វីខ្លះ ដែលបង្ហាញថាលោកអ្នកផ្តល់ភាពកក់ក្តៅដល់កូន ឬកុមារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុកៈ** ពរ ឱប ថើប បំពេរ នៅជិតកូន លេងជាមួយកូន និយាយផ្អែមល្ហែម ប្រើពាក្យលើកទឹកចិត្ត ជូនកូនទៅសាលារៀន មើលថែទាំនៅពេលកូនឈឺ ផ្តល់ចំណីអាហារ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែមតាមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ភាពកក់ក្តៅ

គឺជាការគាំទ្រ តាមរយៈការផ្តល់ក្តីស្រឡាញ់ ដូចជា ឱប ថើប លួងលោម បំពេរ នៅជិតកូន លេងជាមួយកូន ការប្រើពាក្យសរសើរ និងលើកទឹកចិត្ត ការយកចិត្តទុកដាក់ ការខ្វាយខ្វល់ ការឱ្យតម្លៃ ជឿជាក់ ការយល់ចិត្ត និងយល់ពីតម្រូវការ រួមទាំងការបីបាច់ថែរក្សារាងកាយកូនឱ្យបានល្អ។

នៅក្នុងបរិយាកាសកក់ក្តៅណាមួយ កូនតែងតែចង់យកចិត្តឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល និងអ្នកថែទាំរបស់ពួកគេ។ ភាពកក់ក្តៅបែបនេះអាចជួយលើកទឹកចិត្តនៃការប្រព្រឹត្តតាមរបស់កូនតែរយៈពេលខ្លីប៉ុណ្ណោះ ហើយមិនអាចបង្រៀនពីតម្លៃសម្រាប់រយៈពេលយូរបានឡើយ។

ភាពកក់ក្តៅ មានដូចជា៖

- ផ្តល់នូវសេចក្តីស្រឡាញ់ដែលគ្មានល័ក្ខខ័ណ្ឌ
- ការតភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងកូន ឬកុមារដោយផ្អែកលើកម្រិតនាំការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ
- ការយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការឆ្លើយតបទៅនឹងតម្រូវការរបស់កូន ឬកុមារ
- ឆ្លើយតប ដោយការយល់អំពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូន ឬកុមារ។ល។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ ដល់កូនតាមរយៈ

- និយាយពាក្យថា «ម៉ែស្រឡាញ់កូន» ឬ «កូនជាមនុស្សសំខាន់សម្រាប់ម៉ែ»។
- បង្ហាញឱ្យពួកគេដឹងថា អ្នកស្រឡាញ់ពួកគេ ទោះជានៅពេលពួកគេធ្វើអ្វីខុសឆ្គងក៏ដោយ
- អាន ឬនិទានរឿងឱ្យពួកគេស្តាប់
- បំពេរ ឬឱបពួកគេ
- លួងលោមពួកគេនៅពេលពួកគេឈឺចាប់ ឬភ័យខ្លាច
- ស្តាប់ពួកគេ
- ពិចារណាលើស្ថានភាពអ្វីមួយទៅតាមគំនិតរបស់ពួកគេ
- អរគុណនៅពេលពួកគេជួយធ្វើអ្វីមួយ
- លេងជាមួយពួកគេ
- គាំទ្រ និងលើកទឹកចិត្តពួកគេនៅពេលដែលជួបការលំបាក
- ប្រាប់កូន ឬកុមារថា លោកអ្នកជឿជាក់លើពួកគេ
- ទទួលស្គាល់ការប្រឹងប្រែង និងជោគជ័យរបស់ពួកគេ
- បង្ហាញឱ្យពួកគេឃើញថា អ្នកជឿទុកចិត្តលើពួកគេ។ល។

កុមារគ្រប់រូប (កុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាព) ត្រូវការភាពកក់ក្តៅ ពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ច្រើនដូចដែលគេត្រូវការម្ហូបអាហារ និងទីជម្រកផងដែរ។ ការស្រឡាញ់ខ្វល់ខ្វាយរបស់អ្នកចំពោះកូន គឺធ្វើនៅគ្រប់ពេលវេលាទាំងអស់ដែលរួមបញ្ចូលទាំងនៅពេលដែលគេបានប្រព្រឹត្តអ្វីមួយឆ្គាំឆ្គង។

ឧទាហរណ៍៖ *កុមារស្ថិតក្នុងកំរិតអាយុ ០ខែ ដល់ ក្រោម៣ឆ្នាំ ពិតជាត្រូវការភាពកក់ក្តៅពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំដូចជា ពរ ឱប ថើប បំពេរ បញ្ចុកអាហារ ឬនៅជិតជាដើម។ ប៉ុន្តែ ខណៈពេលដែលពួកគេមានអាយុ៦-១២ឆ្នាំ មិនត្រូវការទៀតទេ នូវការបង្ហាញភាពកក់ក្តៅ ដូចជា ពរ បំពេរ បញ្ចុកអាហារ ។ល។*

ដូច្នេះការផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ គឺជួយឱ្យកូន ឬកុមារ ទទួលបាននូវអារម្មណ៍រីករាយមានទំនុកចិត្ត មានគុណតម្លៃ មិនឯកកោ និងមានគេយល់ចិត្ត។

ដែនកំណត់

❖ អ្នកសម្របសម្រួល សួរអ្នកចូលរួម

☞ តើដែនកំណត់ មានន័យដូចម្ដេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ការដាក់ព្រំដែន ការហាមប្រាណ ការឱ្យធ្វើតាម។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ រួចសួរបន្ត

☞ តើឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចផ្ដល់ដែនកំណត់ទៅកូនយ៉ាងដូចម្ដេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ប្រាប់កូនឱ្យធ្វើអ្វីមួយ បង្រៀនកូនឱ្យចេះគួរសម ចេះសុំទោសនៅពេលដែលពួកគេធ្វើអ្វីមួយខុសឆ្គង។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែម តាមខ្លឹមសារមេរៀន។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ដែនកំណត់

គឺជាការផ្ដល់ព័ត៌មានពីសេចក្ដីណែនាំ ល័ក្ខខ័ណ្ឌ គោលការណ៍ច្បាស់លាស់ ការចរចារ និងយល់ពីហេតុផលនានានូវអ្វីដែលគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើ។

ដែនកំណត់ មានដូចជា៖

- បង្កើតគោលការណ៍ណែនាំច្បាស់លាស់ពីអាកប្បកិរិយា និងរបៀបប្រព្រឹត្តនានា
- ប្រាប់ពីការរំពឹងទុក និងបញ្ជាក់ប្រាប់ពីផលប៉ះពាល់នានាឱ្យបានច្បាស់លាស់
- ប្រាប់ហេតុផលនានាសម្រាប់អាកប្បកិរិយា និងការប្រព្រឹត្ត
- ផ្ដល់ព័ត៌មានគ្រប់ជ្រុងជ្រោយ ដើម្បីជួយឱ្យធ្វើការសម្រេចចិត្តបានត្រឹមត្រូវ
- ប្រាប់ពីអ្វីដែលគួរធ្វើ ឬមិនគួរធ្វើ
- ការបង្ហាញនូវហេតុផលនានា
- ការចរចារ ។ល។

ដែនកំណត់ជួយកូន ឬកុមារឱ្យរៀនអំពីអ្វីដែលមានសារៈសំខាន់ ដែលជួយពួកគេឱ្យយល់អំពីកំហុស និងធ្វើអ្វីមួយដែលពួកគេអាចធ្វើទៅបានដើម្បីកែកំហុសទាំងនោះ។

ដែនកំណត់ក៏បានផ្ដល់ឱ្យកូនផងដែរនូវព័ត៌មានដែលពួកគេត្រូវការ ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យនៅពេលក្រោយទៀត។ វាជាឧបករណ៍សម្រាប់ ជួយពួកគេដោះស្រាយបញ្ហានានា នៅពេលមនុស្សចាស់ដែលធ្លាប់ជួយពួកគេ មិនមានវត្តមាននៅទីនោះ។

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចផ្ដល់ដែនកំណត់ឱ្យកូនតាមរយៈ៖

- រៀបចំឱ្យពួកគេត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ស្ថានភាពពិបាកៗ ដោយប្រាប់ពួកគេពីអ្វីៗដែលត្រូវរំពឹងទុក និងរបៀបដែលពួកគេត្រូវដោះស្រាយ
- ប្រាប់ ឬពន្យល់ហេតុផលនានាទាក់ទងនឹងច្បាប់ទម្លាប់ដែលមាន

- ពិភាក្សាពីច្បាប់ទម្លាប់ជាមួយពួកគេ និងស្ដាប់ពីទស្សនៈនានារបស់ពួកគេទៅតាមអាយុ
- ជួយពួកគេឱ្យរកឃើញនូវវិធីនានាដើម្បីកែកំហុសរបស់ពួកគេ តាមរបៀបមួយដែលពួកគេរៀនបានពីកំហុសនោះ
- ប្រកាន់យកភាពយុត្តិធម៌ត្រឹមត្រូវ និងចេះបត់បែន
- ជួយពួកគេរៀនអំពីរបៀបគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍ ឬកំហឹង
- ពន្យល់អំពីទស្សនៈរបស់យើង និងស្ដាប់ពីទស្សនៈរបស់ពួកគេ
- បង្រៀនកូន ឬកុមារពីផលប៉ះពាល់នៃទង្វើរបស់ពួកគេចំពោះអ្នកដទៃ
- ផ្ដល់ព័ត៌មានដែលពួកគេត្រូវការដើម្បីជួយពួកគេឱ្យធ្វើការសម្រេចចិត្តបានត្រឹមត្រូវ
- ព្យាយាមប្រាប់ ឬរំលឹកពួកគេឱ្យបានញឹកញាប់
- ជៀសវាងការគំរាមកំហែងវាយឈប់ផ្ដល់ក្ដីស្រឡាញ់ បន្លាចថាមានសត្វចម្លែកខ្មោច ឬអ្វីៗដែលធ្វើឱ្យកុមារភ័យខ្លាច
- ធ្វើជាគំរូ និងអ្នកនាំផ្លូវល្អចំពោះពួកគេ។ល។

កុមារគ្រប់រូប (កុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាព) ត្រូវការដែនកំណត់ទាំងអស់គ្នា ប៉ុន្តែការផ្ដល់ដែនកំណត់ដល់កូន ឬកុមារ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគប្បីផ្ដល់ឱ្យពួកគេទៅតាម កម្រិតអាយុ និងដំណាក់កាល នៃការអភិវឌ្ឍ ទើបមានប្រសិទ្ធភាព។

ឧទាហរណ៍៖ *កុមារតូចស្ថិតក្នុងកម្រិតអាយុ ០ខែ ដល់ក្រោម៦ខែ ពួកគេត្រូវការភាពកក់ក្ដៅច្រើនជាងដែនកំណត់ ដោយសារក្នុងអាយុនេះ ការស្ដាប់ និងការគិតរបស់ពួកគេមានកម្រិតនៅឡើយ។ ដូច្នេះការផ្ដល់ដែនកំណត់នានា ពួកគេមិនអាចយល់បានទេ ប៉ុន្តែ ខណៈពេលដែលពួកគេមានអាយុកាន់តែច្រើន។ ការផ្ដល់ដែនកំណត់កាន់តែមានសារៈសំខាន់ ដើម្បីជួយឱ្យពួកគេមានអាកប្បកិរិយាល្អ យល់អំពីកំហុស និងធ្វើអ្វីមួយដែលអាចកែកំហុសទាំងនោះ។*

ភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់រួមបញ្ចូលគ្នា

❖ អ្នកសម្របសម្រួល សួរអ្នកចូលរួម

☞ ហេតុអ្វីបានជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ចាំបាច់ត្រូវផ្ដល់នូវភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់ក្នុងពេលតែមួយ ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ កុំឱ្យកូន ឬកុមារបានចិត្ត កុំឱ្យកូន ឬកុមារធ្វើអ្វីៗតាមទំនើងចិត្ត ឱ្យកូនមានច្បាប់ទម្លាប់ត្រឹមត្រូវ។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម និងពន្យល់បន្ថែម។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់ រួមបញ្ចូលគ្នា

ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់ដល់កូន ឬកុមារក្នុងពេលតែមួយ ពីព្រោះ៖

- ការផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅតែមួយដោយមិនមានដែនកំណត់កូននឹងយល់ថា ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ស្រឡាញ់ពួកគេ ហើយពួកគេនឹងមានឆន្ទៈធ្វើអ្វីមួយ ផ្គាប់ចិត្តឪពុកម្ដាយគេវិញ ប៉ុន្តែគេនឹងមិនដឹងពីរបៀបសម្របខ្លួនទៅនឹងមនុស្សជុំវិញ ពួកគេឡើយ (មានន័យថា ទំនើង ឬទំយើ)
- ការផ្ដល់តែដែនកំណត់ ដោយមិនមានភាពកក់ក្ដៅ កូនអាចមានរបៀបគិតហ្មត់ចត់ និងជាក់លាក់អំពីហេតុផលនានា ថាអ្វីដែលគួធ្វើ និងមិនគួធ្វើ តែបានត្រឹមតែជួយ កូនឱ្យយល់ដឹងពីសេចក្ដីណែនាំ ច្បាប់ទម្លាប់នានាតែប៉ុណ្ណោះ។ ប៉ុន្តែពួកគេនឹងមាន ឆន្ទៈតិចតួចក្នុងការធ្វើតាមច្បាប់ទម្លាប់ទាំងនោះ ហើយមានអាកប្បកិរិយារឹងត្អឹងខ្លាំង ដែលគ្មានការលើកលែង និងបត់បែនរួមទាំងខ្វះការស្វែងយល់ពីទស្សនៈអ្នកដទៃ។

ភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់គឺជាធាតុផ្សំទី២ ហើយត្រូវប្រើជាមួយគ្នាក្នុងពេលតែមួយ ព្រោះវាគឺជារបៀបមួយក្នុងការបង្រៀនកូននៅពេលគេធំឡើង ដើម្បី៖

- ក្លាយជាមនុស្សមានចិត្ត និងអាកប្បកិរិយាល្អ
- ចេះគួរសម និងសម្របខ្លួនទៅតាមច្បាប់ទម្លាប់គ្រួសារ និងសង្គម
- រៀនពីរបៀបរស់នៅ ចុះសម្រុងក្នុងគ្រួសារ ឬមនុស្សជុំវិញខ្លួន នៅក្នុងសហគមន៍
- បង្កើត និងរក្សាមិត្តភាពល្អ
- ចេះដោះស្រាយបញ្ហាដោយខ្លួនឯង និងដោយសន្តិវិធី
- អាចធ្វើអ្វីមួយដែលត្រឹមត្រូវដោយខ្លួនឯងបាន នៅពេលដែលមនុស្សធំមិននៅ
- ឱ្យកូនយល់ពីកំហុសនានារបស់ខ្លួន និងធ្វើអ្វីៗដែលពួកគេអាចធ្វើបាន ដើម្បីកែ កំហុសនោះ។
- ឱ្យពួកគេរកឃើញនូវរបៀបនានា និងឧបករណ៍ដែលគេត្រូវការ ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា។
- មានអាកប្បកិរិយាបែបសហប្រត្តិបត្តិការ និងមានអារម្មណ៍សុវត្ថិភាព ពីព្រោះពួកគេ ដឹងពីអ្វីដែលអ្នកដទៃទៀតរំពឹងទុកពីពួកគេ។
- ប្រកាន់យកភាពយុត្តិធម៌ ត្រឹមត្រូវ ចេះបត់បែន និងយល់ចិត្តអ្នកដទៃ។
- ចេះគ្រប់គ្រងកំហឹង និងជួយឱ្យគេយល់ពីផលប៉ះពាល់នៃទង្វើរបស់ខ្លួនចំពោះអ្នកដទៃ។
- មិនប្រព្រឹត្តទង្វើ ឬអាកប្បកិរិយាបែបហិង្សា ដូចជា ការគំរាមកំហែង ស្ដីបន្ទោស ដាក់ ទណ្ឌកម្ម វាយ និងជេរប្រមាថ។ល។

សូមចងចាំថា

កូនអ្នកអាចក្លាយជាមនុស្សបែបណា គឺអាស្រ័យលើការជួយគាំទ្រ និងការផ្ដល់នូវ ព័ត៌មានពីអ្នក!

គ.១.៣- យល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍ (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៦ បង្ហាញពី ការយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍ រួចសួរ

☞ តាមការយល់ឃើញរបស់លោកអ្នក តើរូបភាពនេះមានន័យយ៉ាងដូចម្ដេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ចម្លើយបែបណាក៏បានទៅតាមការយល់ឃើញរបស់ពួកគាត់។

យល់អំពីការគិត និងអារម្មណ៍

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើការយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូនមានន័យដូចម្ដេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** យល់ពីអ្វីដែលកូនចង់បាន ដឹងពីអារម្មណ៍របស់កូនដូចជា ការខឹង និងសប្បាយ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ រួចសួរបន្ត

☞ តើអ្នកអាចដឹងពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូន ឬកុមារដោយរបៀបណា?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ដឹងតាមពាក្យសម្ដី និងអាកប្បកិរិយាផ្សេងៗដូចជា ភាសាកាយវិការ ទឹកមុខ ការតុបតែងខ្លួន និងការស្លៀកពាក់។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូន

គឺជាការយល់ដឹងពីសេចក្តីត្រូវការរបស់កូន ឬកុមារដែលផ្តោតលើដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ រួមទាំងការគោរពឱ្យតម្លៃពួកគេ ជាមនុស្សម្នាក់ដែលមានភាពសំខាន់ដោយឡែកៗពីគ្នា។

ឧទាហរណ៍ កុមារម្នាក់ពូកែខាងគូរគំនូរ ប៉ុន្តែកុមារម្នាក់ទៀតពូកែច្រៀង។ល។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំអាចស្វែងយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូន ឬកុមារ មានដូចជា៖

- ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរព្យាយាមស្វែងយល់អំពីហេតុផលនានាដែលធ្វើឱ្យកូនរបស់លោកអ្នកមានអាកប្បកិរិយាបែបនោះ។
- កុមារគ្រប់រូប (កុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាព) ត្រូវការឱ្យឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ស្វែងយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់ពួកគេ ដោយផ្តល់ឱ្យមានភាពស្មើគ្នារវាងកូនស្រី និងកូនប្រុស ព្រោះកុមារមានការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍផ្នែកបញ្ញាស្មារតី អារម្មណ៍ និងសង្គម ដោយមានការប្រែប្រួលទៅតាមកម្រិតអាយុ ជីវសាស្ត្រ និងអ្វីដែលពួកគេរៀន ឬបង្រៀនពីបរិស្ថានជុំវិញដែលពួកគេរស់នៅ។ ក្នុងន័យនេះ ប្រសិនបើឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មានការយល់ដឹងអំពីបម្រែបម្រួលរបស់កូន ឬកុមារ អាចនាំឱ្យពួកគាត់ងាយស្រួលបត់បែន និងទទួលយកនូវអាកប្បកិរិយានានារបស់កុមារ ហើយនឹងអាចគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍របស់ខ្លួន ជៀសវាង ឬកាត់បន្ថយភាពមិនចុះសម្រុងគ្នាជាមួយកូន ឬកុមារ។

ឧទាហរណ៍

១) កូន ឬកុមារអាយុពី ៣-៥ឆ្នាំ មានការសួរសំណួរច្រើន (ប្រើសំណួរប្រដេញ) ដែលពេលខ្លះ ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មានការធុញទ្រាន់ និងមិនបានធ្វើការឆ្លើយតបដ៏សមរម្យផងដែរ។ក្នុងដំណាក់កាលនេះឪពុកម្តាយអាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវតែឆ្លើយតបទៅនឹងការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូន ព្រោះអាចកសាងនូវមូលដ្ឋានគ្រឹះដ៏រឹងមាំមួយសំរាប់ការរៀនសូត្ររបស់ពួកគេ ដោយផ្តល់នូវភាពកក់ក្តៅ រួមទាំងដែនកំណត់ តាមរយៈការឆ្លើយតបដោយការគោរពទៅកាន់សំណូមពររបស់កូន។

២) កូនឬកុមារអាយុពី ៦-១២ឆ្នាំ ចង់ជួយធ្វើការងារផ្ទះដូចជា៖ បោសផ្ទះ បោកខោអាវ ។ល។ ពួកគេរៀន និងអនុវត្តបំណិនជីវិតដែលមានសារៈសំខាន់ដោយ ការសង្កេតមើល និងការជួយធ្វើការងារផ្សេងៗទាំងនោះ។ នៅពេលកូន ឬកុមារជួយធ្វើការ ពួកគេអាចធ្វើខុសច្រើន ព្រោះពួកគេមិនអាចធ្វើអ្វីៗបានល្អឥតខ្ចោះនៅឡើយទេ ដោយសារពួកគេមានបទពិសោធន៍តិចតួចណាស់ចំពោះកិច្ចការទាំងនោះ។ ដូច្នេះ ពួកគេមិនអាចធ្វើតាមតម្រូវចិត្តយើងបាននោះទេ ប៉ុន្តែនេះជារបៀបដែលកូនឬកុមារមានឱកាសរៀនសូត្រពីកំហុសនោះ។

សូមចងចាំថា

កូនៗ ឬកុមារតូចមិនមែនធ្វើអ្វីៗដើម្បីឆាឆៅ រំខាន ឬធ្វើឱ្យឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំខឹងនោះទេ។

ជាធម្មតាកូនៗ ឬកុមារក្នុងវ័យជំទង់ ព្យាយាមបំពេញតម្រូវការរបស់ខ្លួនទៅតាមអាយុ ឬដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ ការអភិវឌ្ឍ និងបរិស្ថានដែលនៅជុំវិញពួកគេ។

មានតែការផ្តល់ភាពកក់ក្តៅដែនកំណត់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អរួមទាំងយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូនទេ ដែលអាចជួយឱ្យកូនៗ ឬកុមារមានអាកប្បកិរិយាល្អ ឬយល់ពីអ្វីដែលពួកគេគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើ។

គ.១.៤- ដោះស្រាយបញ្ហា (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួល បិទរូបភាពទី៧ បង្ហាញពី ការដោះស្រាយបញ្ហា រួចសួរ

ដោះស្រាយបញ្ហា

☞ តាមការយល់ឃើញរបស់លោកអ្នក តើរូបភាពនេះមានន័យយ៉ាងដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ចម្លើយបែបណាក៏បានទៅតាមការយល់ឃើញរបស់ពួកគាត់។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ តើការដោះស្រាយបញ្ហា មានន័យដូចម្តេច?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ប្រាប់ពីអ្វីដែលគួរធ្វើ ឬមិនគួរធ្វើ បង្ខំឱ្យធ្វើតាម ហាមមិនឱ្យធ្វើ បង្ខំ ឬវាយ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ រួចសួរបន្ត

☞ តើបញ្ហាអ្វីខ្លះ ដែលតែងតែកើតមានឡើងរវាងឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំជាមួយនឹងកូន ឬកុមារ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** ប្រើពាក្យសម្ដីមិនសមរម្យ ស្ដីបន្ទោស ជេរប្រមាថ វាយដំ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបគំនិតអ្នកចូលរួមរួម រួចសួរបន្ត

☞ នៅពេលមានបញ្ហាកើតឡើង តើលោកអ្នកបានធ្វើអ្វីខ្លះជាមួយកូន ក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនោះ?

🗣 **ចម្លើយរំពឹងទុក៖** និយាយដាក់ខ្លាំងៗ ស្ដីបន្ទោស ប្រាប់ពីដំណោះស្រាយ ប្រាប់កូនឱ្យឈប់ប្រព្រឹត្តទៀត។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបន្ថែមខ្លឹមសារ។

ខ្លឹមសារសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល

ការដោះស្រាយបញ្ហា

គឺជាការបង្រៀនកូន ឬជួយកូនឱ្យចេះធ្វើការដោះស្រាយបញ្ហាដោយសន្តិវិធី ឬមិនប្រើអំពើហិង្សា តាមរយៈការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អជាមួយអ្នកដទៃ រៀនសូត្រពីភាពបរាជ័យ និងជោគជ័យ ឬកំហុសដោយការយោគយល់អធ្យាស្រ័យ និងចេះបត់បែន។

នៅក្នុងគ្រួសារនីមួយៗ តែងតែកើតមានបញ្ហាដូចជា ការខ្វែងគំនិតគ្នា ជម្លោះ ការមិនសប្បាយចិត្ត ។ល។ រវាងឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំជាមួយនឹងកូន។

- កូន ឬកុមារមានតម្រូវការ និងភាពប៉ិនប្រសប់ផ្សេងៗពីគ្នាទៅតាមកម្រិតអាយុ ការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ។
- កូន ឬកុមារដែលមានអាកប្បកិរិយាមិនសមរម្យដូចជា យំ កាច កុហក ឬមិនស្ដាប់បង្គាប់ មិនមែនដោយសារតែគេ "មិនល្អ" នោះទេ គេមានអាកប្បកិរិយាបែបនោះគឺដើម្បីព្យាយាមបំពេញតម្រូវការដែលគេចង់បាន និងសុវត្ថិភាពសម្រាប់ខ្លួនគេតែប៉ុណ្ណោះ។
- ភារកិច្ចរបស់យើង គឺត្រូវជួយកូនឱ្យជួបនឹងតម្រូវការតាមបែបវិជ្ជមាន ដោយឱ្យកូន ឬកុមារមើលឃើញ និងកែប្រែនូវអាកប្បកិរិយាមិនសមរម្យទាំងនោះ។
- ការស្រែកគំហក ស្ដីបន្ទោស គំរាមកំហែង ឬវាយដំកូនមិនបានជួយដោះស្រាយបញ្ហាទេ វាគ្រាន់តែបង្រៀនកូនឱ្យចេះស្រែកគំហក ចាប់កំហុស និងចេះប្រើអំពើហិង្សានៅពេលដែលមាននរណាម្នាក់ធ្វើអ្វីមួយដែលគេមិនពេញចិត្តតែប៉ុណ្ណោះ។
- កុមារគ្រប់រូប *(កុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាព)* ត្រូវការឱ្យឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ យកចិត្តទុកដាក់ គោរព ឱ្យតម្លៃ ស្ដាប់ យល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍ ដឹងពីតម្រូវការ រួមទាំងទទួលស្គាល់ពីភាពសំខាន់ៗ និងភាពប៉ិនប្រសព្វផ្សេងៗពីគ្នា និងប្រព្រឹត្តស្មើភាពគ្នារវាងកូនស្រី និងកូនប្រុស ស្របទៅតាមកម្រិតអាយុ និងដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ។

- មានគ្រួសារខ្លះជួបបញ្ហាអំពីរបៀបនៃការដោះស្រាយបញ្ហា ពិសេសជាមួយអាកប្បកិរិយាលំបាកៗរបស់កូន ឬកុមារ ដែលអាចបង្កឱ្យមានជម្លោះ អំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ ពេលខ្លះឈានដល់ការទុកចោលលែងយកចិត្តទុកដាក់ *(ការមិនអើពើ)* ការបោះបង់ចោល *(ក្លាយជាកុមារអនាថា)* ឬការបំបែកកូនចេញពីគ្រួសារ *(យកកូនទៅដាក់មណ្ឌល)* ជាដើម។
- ដូច្នេះឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវធ្វើជាមនុស្សគំរូល្អសម្រាប់កូន ឬកុមារ ពិសេសគឺផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់ រួមទាំងយល់ដឹងពីការគិត និងអារម្មណ៍ចំពោះកូន ឬកុមារទៅតាមកម្រិតអាយុ និងដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់ពួកគេ។

បញ្ហាទូទៅដែលតែងតែកើតមានរវាងឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំជាមួយនឹងកូន ឬកុមារ មានដូចជា៖

- ចង់ឱ្យកូនស្តាប់តាមបង្គាប់ពួកគាត់ (ការប្រើអំណាច)
- មិនយល់ពីអារម្មណ៍ និងការគិតរបស់កូន ឬកុមារ
- ប្រើពាក្យសម្តីមិនសមរម្យ
- ដោះស្រាយបញ្ហាដោយមិនពន្យល់ហេតុផល និងប្រើអំពើហិង្សាជាមួយកូន ឬកុមារ
- គិតថាខ្លួនជាមនុស្សចាស់ និងមានបទពិសោធន៍ច្រើនជាងកូន ឬកុមារ
- មិនប្រាប់អំពីអ្វីដែលគាត់ចង់បានទៅកូន ឬកុមារឱ្យបានច្បាស់លាស់។ល។

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំធ្វើការដោះស្រាយបញ្ហាជាមួយកូនតាមរយៈ៖

- មិនប្រើអំណាច ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា
- ត្រូវប្រើធាតុផ្សំទាំង៤ នៃការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន
- ប្រើការស្តាប់សកម្ម និងការគោរព ឱ្យតម្លៃដល់កូន
- ជឿជាក់ និងទទួលស្គាល់មតិយោបល់ ទស្សនៈ និងអារម្មណ៍របស់កូន
- ត្រូវយល់ដឹងពីដំណាក់កាលនានានៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កូន
- ត្រូវរកមើលហេតុផលសម្រាប់អាកប្បកិរិយា ឬពាក្យសម្តីរបស់ពួកគេ ដែលយើងគិតថា "មិនត្រឹមត្រូវ" ឬ "មិនល្អ" ។ល។
- ពន្យល់ហេតុផលទៅកូន ឬកុមារអំពីអាកប្បកិរិយាដែលឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមិនចូលចិត្ត និងអាកប្បកិរិយាដែលអាចទទួលយកបាន ឬតើគេគួរមានអាកប្បកិរិយាបែបណាជំនួសវិញ។

គ.២- លទ្ធផលនៃការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួល សួរអ្នកចូលរួម

☞ តើការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន ជួយឱ្យកូន ឬកុមារពេលគេធំឡើងទទួលបានអ្វីខ្លះ?

ចម្លើយរំពឹងទុក៖ មានចរិកល្អ ចេះគោរពចាស់ទុំ ឆ្លាត ចេះជួយអ្នកដទៃ។ល។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបចម្លើយរបស់អ្នកចូលរួម និងបិទរូបភាពទី៨ បង្ហាញពីលទ្ធផលនៃការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន ដោយអាន និងពន្យល់ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួមមានយល់គ្រប់ៗគ្នា។

ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន គឺជួយឱ្យកូនពេលធំឡើងនឹងទទួលបាន

- សុខភាពផ្លូវចិត្តល្អ
- មានទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង
- ចេះអត់ធ្មត់
- ស្លូតបូត និងមានចិត្តល្អ
- គិតពីខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ
- ចូលចុះជាមួយអ្នកដទៃ និងសង្គម
- ការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយការគោរព
- ចេះដោះស្រាយជម្លោះដោយអហិង្សា
- មានការគោរព ឱ្យតម្លៃខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ
- មានភាពម្ចាស់ការ (ពេលធ្វើអ្វីមួយបានត្រឹមត្រូវនៅពេលមនុស្សធំមិននៅ)
- គិតពិចារណាអំពីអារម្មណ៍របស់អ្នកដទៃ
- ធ្វើអ្វីបានសម្រេចដោយមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកដទៃទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត
- បំពេញតួនាទីរបស់ខ្លួនក្នុងគ្រួសារ និងសហគមន៍បានល្អ

ទង្វើរបស់អ្នកជាកត្តាជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងដល់កូនពីព្រោះនៅពេលពួកគេឃើញអ្នកធ្វើអ្វីមួយពួកគេនឹងធ្វើតាមអ្នក! អាកប្បកិរិយារបស់អ្នកបានធ្វើចំពោះកូន នឹងជះឥទ្ធិពលលើកូនអ្នក!

ឃ- បញ្ចប់ការពិភាក្សា (១០នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរទៅអ្នកចូលរួម បញ្ជាក់ថា តើពួកគាត់មានសំណួរ ចម្ងល់ ឬមានអ្វីចង់ បញ្ជាក់បន្ថែមទៀតទេ។ បើមាន សូមឆ្លើយតប បើអត់មានទេ សូមធ្វើការបញ្ចប់កិច្ចពិភាក្សា ដោយធ្វើការសង្ខេប

ថ្ងៃនេះយើងបានពិភាក្សាគ្នាអំពីការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន ដើម្បីជួយកូនឱ្យមានអាកប្បកិរិយាល្អ និងសម្រេចបាននូវការរំពឹងទុករបស់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ គួរគប្បីអនុវត្តនូវធាតុផ្សំទាំង៤ដោយមិនអាចខ្វះធាតុផ្សំណាមួយឡើយ។

១) **គោលដៅយូរអង្វែង** គឺជាការរំពឹងទុករបស់ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ទៅលើកូន ឬកុមារ នៅពេលដែលគេធំឡើង។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំគ្រប់រូបគប្បីប្រព្រឹត្តឡើងដោយយុត្តិធម៌ និងភាពស្មើគ្នាចំពោះកូន ឬកុមារ ក្រោមការថែទាំរបស់ខ្លួន ទោះជា កុមារា កុមារី និងកុមារដែលមានពិការភាពក៏ដោយ។

២) **ភាពកក់ក្ដៅ** គឺជាការគាំទ្រ តាមរយៈការផ្ដល់ក្ដីស្រឡាញ់ ដូចជា ឱប ថើប លួងលោម បំពេរ នៅជិតកូន លេងជាមួយកូន ការប្រើពាក្យសរសើរ និងលើកទឹកចិត្ត ការយកចិត្តទុកដាក់ ការខ្វាយខ្វល់ ការឱ្យតម្លៃ ជឿជាក់ ការយល់ចិត្ត និងយល់ពីតម្រូវការ រួមទាំង ការបីបាច់ថែរក្សារាងកាយកូនឱ្យបានល្អ។ រីឯ ដែនកំណត់ គឺជាការផ្ដល់ព័ត៌មានពីសេចក្ដីណែនាំ ល័ក្ខខ័ណ្ឌ គោលការណ៍ច្បាស់លាស់ ការចរចារ និងយល់ពីហេតុផលនានានូវអ្វីដែលគួរធ្វើ និងមិនគួរធ្វើ។ ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ ត្រូវផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅ និងដែន កំណត់ដល់កូនក្នុងពេលតែមួយ។ កូនអ្នកអាចក្លាយជាមនុស្សបែបណា អាស្រ័យលើការជួយគាំទ្រ និងការផ្ដល់នូវព័ត៌មានពីអ្នក។

៣) **ការយល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍របស់កូន** គឺជាការយល់ដឹងពីសេចក្ដីត្រូវការរបស់កូន ឬកុមារដែលផ្ដោតលើដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍ រួមទាំងការគោរព ឱ្យតម្លៃពួកគេ ជាមនុស្សម្នាក់ដែលមានភាពសំខាន់ដោយឡែកៗពីគ្នា។

៤) **ការដោះស្រាយបញ្ហា** គឺជាការបង្រៀនកូន ឬជួយកូនឱ្យចេះធ្វើការដោះស្រាយបញ្ហាដោយសន្តិវិធី ឬមិនប្រើអំពើហិង្សា តាមរយៈការប្រាស្រ័យទាក់ទងល្អជាមួយអ្នកដទៃ រៀនសូត្រពីភាពបរាជ័យ និងជោគជ័យ ឬកំហុសដោយការយោគយល់អធ្យាស្រ័យ និងចេះបត់បែន។

ដូច្នេះទង្វើរបស់អ្នកវាជាកត្តាជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងដល់កូន ឬកុមារ ពីព្រោះនៅពេលពួកគេឃើញអ្នកធ្វើអ្វីមួយ ពួកគេនឹងអាចធ្វើតាមអ្នក! ឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំត្រូវធ្វើជាគំរូល្អសម្រាប់កូន ឬកុមារ ពិសេសគឺការផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់ រួមទាំងយល់ដឹងពីការគិត និងអារម្មណ៍ដល់កូន ឬកុមារទៅតាមកម្រិតអាយុ និងដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កុមារ។

ង- ការអនុវត្ត (១៥នាទី)

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសួរសំណួរបំផុស ដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួម គិតពីការចាប់ផ្ដើមអនុវត្តនូវអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា។

☞ ចំពោះលោកអ្នកជាឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំតើធ្វើការប្រៀនប្រដៅកូនយ៉ាងដូចម្ដេចទើបបង្ហាញថា ជាការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន?

🗣 លើកទឹកចិត្តអ្នកចូលរួមឱ្យបានឆ្លើយ និងគិតទាំងអស់គ្នា។

❖ អ្នកសម្របសម្រួលសរុបយោបល់ពួកគាត់ និងបន្ថែមគំនិតដូចជា ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមានលោកអ្នកត្រូវប្រើប្រាស់ធាតុផ្សំទាំង៤ ដូចដែលបានលើកឡើងខាងលើ (១. គោលដៅយូរអង្វែង ២. ភាពកក់ក្ដៅ និងដែនកំណត់ ៣. យល់ពីការគិត និងអារម្មណ៍ និង ៤. ដោះស្រាយបញ្ហា) និងរបៀបមួយចំនួនដូចខាងក្រោម៖

- មិនប្រើអំណាច ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា
- ប្រើការស្ដាប់សកម្ម និងការគោរព ឱ្យតម្លៃដល់កូន
- ជឿជាក់ និងទទួលស្គាល់មតិយោបល់ ទស្សនៈ និងអារម្មណ៍របស់កូន
- ត្រូវយល់ដឹងពីដំណាក់កាលនានានៃការលូតលាស់ និងអភិវឌ្ឍរបស់កូន
- ត្រូវរកមើលហេតុផលសម្រាប់អាកប្បកិរិយា ឬពាក្យសម្ដីរបស់ពួកគេ ដែលយើងគិតថា "មិនត្រឹមត្រូវ" ឬ "មិនល្អ" ។ល។
- ពន្យល់ហេតុផលទៅកូន ឬកុមារអំពីអាកប្បកិរិយាដែលឪពុកម្ដាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំមិនចូលចិត្ត និងអាកប្បកិរិយាដែលអាចទទួលយកបាន ឬតើគេគួរមានអាកប្បកិរិយាបែបណាជំនួសវិញ។

ច- បណ្ដាំផ្ញើ

❖ លើកទឹកចិត្ត ឱ្យអ្នកចូលរួម ចាប់ផ្ដើមធ្វើការកត់សម្គាល់ ពីអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឯង

❖ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងក្នុងការចិញ្ចឹមកូន តាមរយៈការអនុវត្តនូវធាតុផ្សំទាំង ៤ នៃការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន នៅក្នុងគ្រួសារ។

❖ ចុងបញ្ចប់សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកគាត់ ដែលបានមកចូលរួម។

Government of Canada
Gouvernement du Canada

Together for girls

Save the Children

unicef
ដើម្បីកុមារគ្រប់រូប