

# តើអ្វីជាបទពិសោធន៍តក់ស្លុតពីកុមារភាព ?

## តើអ្វីជាបទពិសោធន៍តក់ស្លុតពីកុមារភាព ?

បទពិសោធន៍តក់ស្លុតពីកុមារភាពនេះមានន័យថា វាជាបទពិសោធន៍ដែលកើតឡើងចំពោះកុមារពីអាយុពីបី រហូតដល់អាយុប្រាំឆ្នាំ។ ពីព្រោះតែប្រតិកម្មរបស់ទារក និងកុមារអាចខុសគ្នាពីកុមារដែលមានអាយុ ម្រើសជាង ហើយពីព្រោះពួកគេប្រហែលជាមិនអាចសរសេរអក្សរបានដូចជាការសរសេរបាននោះទេ ឬព្រឹត្តិការណ៍ដែលកើតឡើងខ្លះមិនសូវជាមុនស្រដៀងនឹងកុមារចាស់ៗ មិនមានការរៀនសូត្រដូចជាកុមារចាស់ៗទេ។

## តើកូនរបស់ខ្ញុំនឹងមានឥរិយាបថបែបណា បន្ទាប់ពីបង្ហាញពីបទពិសោធន៍តក់ស្លុត ?

កុមារតូចៗអាចបទពិសោធន៍ពីអាការៈរាងកាយផ្នែករាងកាយ និងផ្នែករាងកាយដែលពាក់ព័ន្ធនឹងស្នាមរមួស។ មិនដូចកុមារធំៗ ពួកគេមិនអាចប្រើពាក្យដែលអនុញ្ញាតឱ្យយើង ដឹង អំពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេថាខ្លាច ឬមិនអាចជួយបានទេ។ កុមារតូចៗដែលមានបទពិសោធន៍តក់ស្លុតនៅពេលសាកល្បងមួយ ពីព្រោះខ្លួនពួកគេដែលរើកម្រិតយ៉ាងឆាប់រហ័សរបស់ពួកគេនឹងរាយការណ៍ឱ្យយើងដឹងថាវាជាអ្វី ហើយបទពិសោធន៍តក់ស្លុតអាចឈានដល់ការរើយកនៃការរើកម្រិតរបស់ពួកគេ។ កុមារ ដែលបទពិសោធន៍តក់ស្លុតអាចឈានដល់ការរើយកនៃការរើកម្រិតរបស់ពួកគេ។ កុមារ ដែលបទពិសោធន៍តក់ស្លុត ជាញឹកញយមានការបំបាក់ក្នុងការដាក់វិន័យដល់ឥរិយាបថ និងអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។ កុមារតូចៗ សូម្បីតែទារក អាចអន្លើខ្លួនឯងបានសម្រាប់ព្រឹត្តិការណ៍ដែលពួកគេមិនចង់ធ្វើ ឬមានការបំបាក់ក្នុងការដាក់វិន័យដល់ឥរិយាបថ និងអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។ ធាតុសញ្ញាដែលបានរាយនាមខាងក្រោមអាចជាដំណឹងនៃអាការៈរាងកាយ ឬឥរិយាបថសាមញ្ញនៅដំណាក់កាលណាមួយនៃ ការអន្លើខ្លួនរបស់កុមារ។ ពួកគេអាចជាធាតុសញ្ញានៃបទពិសោធន៍តក់ស្លុតរបស់កុមារភាពផងដែរ។

- ការរើខាតដៃដៃឡើង ការរើ
- ការបំបាក់ក្នុងការរមួសរបាម
- អាការៈរាងកាយផ្នែករាងកាយ ដូចជា ការរើក្រពះ
- ភាពភ័យខ្លាចនៃការរើខាតដៃដៃ បដិសេធន៍ នឹង ត្រូវបានចែកដាច់ពីមនុស្សដទៃទៀត
- ពិសោធន៍ការប្រកាសខ្លាច
- ការមានចិត្តរោងកាចដល់មនុស្ស
- ការមានចិត្តរោងកាចដល់សត្វ
- ទទួលបានបទពិសោធន៍តក់ស្លុតម្រើសដងក្នុងការរើយករបស់ពួកគេ
- ឥរិយាបថមិនក្រើស ឬបដិសេធន៍ នឹងរេបង និងរុករក
- ខឹង បដិសេធន៍អន្តរាគមន៍ បញ្ជាសកម្មភាព
- បាត់បង់ដំណាច់នៃឥរិយាបថ ត្រឡប់ទៅ ឥរិយាបថក្មេងវិញ

ជូនកាល មនុស្សដទៃយើងនិយាយថា «ពួកគេក្មេងពេកក្នុង ការយល់! ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ កុមារតូចៗត្រូវបានប៉ះពាល់ដោយ ព្រឹត្តិការណ៍ដែលមានបទពិសោធន៍តក់ស្លុត ទោះបីជាពួកគេមិនអាចយល់នូវអ្វីដែលបានកើតឡើងក៏ដោយ។»

## តើប្រតិកម្មបទពិសោធន៍តក់ស្លុតកើតឡើងនៅពេលណា ?

- ភ្លាមបន្ទាប់ពីបទពិសោធន៍ដែលមានបទពិសោធន៍តក់ស្លុត
- ថ្ងៃក្រោយ
- សប្តាហ៍ក្រោយ

ការរើយកនៃការរើខាតដៃដៃរបស់កុមារអាចត្រូវបានបែកខ្ចាយដោយរឿងកូនឱ្យឱ្យខ្លាចដែលពួកគេឃើញ សម្លេងលឺៗ សកម្មភាព ហឹង្សា និងការធ្លាក់ ធ្លើរបស់ដែលមិនបានរំពឹងទុកផ្សេងៗទៀត។ ដោយឡែកការយល់ដឹងសុក្រិតអំពីមូលហេតុ និងផលប៉ះពាល់ កូនតូចៗជឿជាក់និយម ការបង្ហាញ និងភាពភ័យខ្លាចរបស់ពួកគេ គឺជាការរើយក និងអាចធ្វើឱ្យរឿងអ្វីមួយកើតឡើងបាន។ កុមារតូចៗមិនសូវជាអាចដឹងនូវរបៀបដែលធ្វើឱ្យពួកគេមានសុវត្ថិភាព និង មិនសូវដឹងអំពីការរើយកនឹងបទពិសោធន៍តក់ស្លុតណា មួយទេ។

## ការរើយកដែលអាចធ្វើឱ្យមានប្រតិកម្មអាចរួមមាន៖

- ក្លិន
- សម្លេង ( សាវ័ន សម្លេងលឺ និងភាពអ្វីអ្វីផ្សេងទៀត )
- ការមើលឃើញ ( ដូចជាមនុស្សដែលរើយកដល់ កុមារនូវបទពិសោធន៍ដែលមានស្នាមបទពិសោធន៍តក់ស្លុត )
- សូបិក្ត

### តើបទពិសោធន៍តក់ស្លុត ប្រភេទណាដែលធ្វើឱ្យ ទារក កុមារដើរតេសតាស់ និងកុមារមុនពេលចូលរៀន មានបទពិសោធន៍ ?

កុមារអាចត្រូវបានបង្ហាញចំពោះបទពិសោធន៍ដែលកូនឱ្យឱ្យខ្លាចជាម្រើស ដែលជាបទពិសោធន៍តក់ស្លុតសម្រាប់ពួកគេ។

- អំពើហឹង្សានៅផ្ទះ ( ជាសាក្សី និង/ឬ ជាជនរងគ្រោះ )
- ការធ្វើទណ្ឌកម្មដ៏យោធា
- ការរើយកសម្រាប់ស្នាមរមួស
- ការរើយកបំបាក់ក្នុងផ្ទះ
- ទុក្ខប្រក្រតីចំពោះ ការបែកគ្នានៃ មនុស្សដែលខ្លួនស្រឡាញ់
- គ្រោះមហន្តរាយធម្មជាតិ
- ទម្រង់ការបែកបាក់រដ្ឋសាស្ត្រដែលពិបាក រំលោភដល់ជីវិត ឬ ដែលរើយកបំបាក់ក្នុង
- ការបាត់បង់អ្នកថែទាំដ៏សំខាន់ ឬ មនុស្សសំខាន់ផ្សេងទៀតនៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ ដោយសារតែ
- ការចូលរៀនក្នុងមន្ទីរពេទ្យ
- ការដាក់ក្មេងឱ្យរើយក
- ការដាក់ រាយឡើង
- ការដាក់តក់
- ការស្លាប់បាត់បង់ជីវិត
- អំពើហឹង្សាក្នុងសហគមន៍ និងនៅសាលារៀន
- អំពើហឹង្សា បទពិសោធន៍តក់ស្លុតនៅតំបន់សង្គ្រាម

ជូនកាល មនុស្សដទៃយើងនិយាយថា «ពួកគេក្មេងពេកក្នុង ការយល់! ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ កុមារតូចៗត្រូវបានប៉ះពាល់ដោយ ព្រឹត្តិការណ៍ដែលមានបទពិសោធន៍តក់ស្លុត ទោះបីជាពួកគេមិនអាចយល់នូវអ្វីដែលបានកើតឡើងក៏ដោយ។»

## តើយើងអាចជួយកុមារតូចៗដែលមានបទពិសោធន៍ប្រកបដោយ បទពិសោធន៍តក់ស្លុតដោយរបៀបណា ?

នៅពេលដែលកុមារតូចៗមានបទពិសោធន៍សម្ពាធប្រកបដោយ បទពិសោធន៍តក់ស្លុត ជាដើម ចម្លើយដំបូងរបស់ពួកគេគឺកម្រើក ធានារ៉ាប់រងពីអ្នកផ្តល់ការថែទាំ និងមនុស្សពេញវ័យដែលអាចជួយបង្កើតឡើងវិញនូវសន្តិសុខ និងស្ថេរភាពដោយ៖

- ធ្វើតាមការដឹកនាំរបស់កុមារពាក់ព័ន្ធនឹងសេចក្តីត្រូវការរបស់គាត់
- បង្ហាញសេចក្តីស្រឡាញ់ និងសេចក្តីគាប់ចិត្ត និងនាពេលស្រេចសុខស្រួលខាងរាង កាយ ដូចជាការសម្លឹងគិត ការកាន់ និងការរយោល
- ជួយកុមារកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងប្រយោជន៍អារម្មណ៍របស់គាត់
- ជួយពង្រីកពាក្យថា «អារម្មណ៍» របស់ពួកគេ
- ស្តាប់កុមារ សូមប្រើយុទ្ធសាស្ត្រឱ្យកុមារមានអារម្មណ៍កាន់តែតូច
- ឆ្លើយនឹងសំណួររបស់កុមារជាធរមានដែលគាត់ អាចយល់ ដូច្នេះគាត់អាចបង្កើត ការយល់ដឹងពីព្រឹត្តិការណ៍ ដោយធានាដល់កុមារនូវសុវត្ថិភាព
- ការប្រើសម្លេង និងភ័យខ្លាចស្តាប់
- ចេះអត់ធ្មត់

កុមារអាចស្តីបន្ទោសខ្លួនពួកគេ ឬ មាតាបិតារបស់ពួកគេចំពោះការមិនបានទប់ស្កាត់ព្រឹត្តិការណ៍ដែលគួរឱ្យភ័យខ្លាច។

## តើសមាជិកគ្រួសារអាចធ្វើអ្វីបានដោយតាមបទពិសោធន៍តក់ស្លុត ?

- រក្សាទំលាប់ និងកាលវិភាគ
- កំណត់ផែនការជំនួយនឹងសេចក្តីស្រឡាញ់
- រឹងពឹង និងអាចរកបាន
- ថែទាំ ខ្លួនគេផ្ទាល់ ដោយសារតែកុមារងាយខ្លួនរងការរលឹ ចាប់ផ្តើម ចំពោះចម្លើយរបស់មនុស្សពេញវ័យ ដែលសំខាន់នៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ
- ភ្ជាប់ទៅនឹងសកម្មភាពគ្រួសារដែលសមរម្យ និងប្រកបដោយ ការអនិវន្តន៍
- ស្វែងរកវិធីវិភាគ និងសម្រាកទាំងអស់គ្នា
- ទំនៀមទម្លាប់ប្រពៃណីគ្រួសារស្មោះត្រង់ដែលសាំឱ្យក្មេងមាន នាពេលស្ងប់ស្ងាម និងមនុស្សដែលពួកគេស្រឡាញ់ ( ខ្លាចារណ៍ ការនិទានរៀង ការអប់រំសាសនា នៅពេលយប់សម្រាក ក រដ្ឋប្បវេណី ការធ្វើដំណើរ )

ការស្រាវជ្រាវចំពោះការឆាប់ជាឡើងវិញចំពោះកុមារ បង្ហាញថា កត្តា ដែលការពារ ដ៏សំខាន់សម្រាប់កុមារគឺជាវត្តមាននៃមនុស្សពេញវ័យ រឿយដែលគួរឱ្យទុកចិត្ត រឹងមាំ និងការស្រឡាញ់ និងដែលការពារជាខែលការពារកុមារតទល់នឹងបទពិសោធន៍ដែល ពោរពេញ ដោយការរលឹចាប់ និងជាប្រភពដ៏ខ្លាំងនៃការគាំទ្រ។

## តើខ្ញុំគួរតែស្វែងរកជំនួយសម្រាប់កូនរបស់ខ្ញុំនៅពេលណា ?

ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណ៍ថា កូនរបស់អ្នកកំពុងរងការរលឹចាប់ ពីបទពិសោធន៍តក់ស្លុតណាមួយ និយាយជាមួយនឹងគ្រូពេទ្យជំនួស ឬគ្រូពេទ្យកុមារ។ ប្រសិនបើបញ្ហាចេះតែបន្ត សូមស្វែងរកជំនួយជំនាញពីអ្នក ជំនាញសុខភាពផ្នែក ខួបក្បាលមុនកុមារនាពេលរបស់ទារក/គ្រួសារ។



អំពីការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងសម្រាប់កូនរបស់លោកអ្នក និងក្រុមគ្រួសាររបស់ពួកគេ

គម្រោង ABC ត្រូវបានបង្កើតឡើង ដើម្បីបង្កើតឱ្យមាន ការផ្លាស់ប្តូរនៅពេលដំបូងនៃ ជីវិតរបស់កុមារ។ មិនថាតែទារក ឬកុមារដើរតេសតាស់ កុមារទាំងអស់ត្រូវការការគាំទ្រដើម្បីធ្វើឱ្យស្ថិតិស្ថេរនូវការអនិវន្តន៍ផ្នែកអារម្មណ៍ និងសង្គមសុខភាព របស់ពួកគេ។ គោលដៅរបស់យើងសម្រាប់គម្រោង ABC គឺធានាថា ក្រុម គ្រួសារ អ្នកជំនាញ និងអង្គការសហគមន៍ធ្វើការអនិវន្តន៍ ការគាំទ្រការអនិវន្តន៍សុខភាពរបស់កុមារគ្រប់រូបតាមរយៈ ការយល់ដឹងគ្នាទាក់ទងនឹងជំនួយសុខភាព ការស្តាប់សារជីវិតរបស់កុមារដោយសុខភាពល្អ។

- សម្រាប់ធនាគារបន្ថែមទៀត សូមទស្សនា៖
- ProjectABC-LA.org
  - developingchild.harvard.edu
  - SAMHSA.gov/children
  - nctsn.org
  - childtrauma.org

### ការទទួលស្គាល់

ប័ណ្ណផ្សព្វផ្សាយនេះត្រូវបានបង្កើតឡើងដោយគម្រោង ABC - អំពីការភ្ជាប់ការស្រាវជ្រាវសម្រាប់កុមារតូចៗ និងក្រុមគ្រួសាររបស់ពួកគេ ក្រោមជំនួយពីការគ្រប់គ្រងសេវាកម្មសុខភាពផ្នែកខាងចិត្តគំនិត និងការរំលោភបំពានសេវាសាមញ្ញ (SAMHSA) ខែមិថុនា ឆ្នាំ2011។ ផ្នែកនៃមតិការគ្រប់គ្រងប្រែប្រួលពី Zero to Six Collaborative Group តែ បញ្ហាសម្ពាធដែលមានបទពិសោធន៍តក់ស្លុតរបស់កុមារថ្នាក់ ជាតិ។ (2010)។ បទពិសោធន៍តក់ស្លុតមុនកុមារភាព។ Los Angeles, CA & Durham, NC មជ្ឈមណ្ឌលជាតិសម្រាប់សម្ពាធដែលមានបទពិសោធន៍តក់ស្លុតរបស់កុមារថ្នាក់ជាតិ

គម្រោង ABC គឺជាការសហប្រតិបត្តិការរបស់៖

- Children's Institute, Inc. – www.childrensinstitute.org
- មជ្ឈមណ្ឌលសម្រាប់ភាពតក់ស្លុត៖ ក្នុងនាមសមត្ថភាពដែលមានការអនិវន្តន៍នៃសកលវិទ្យាល័យការប៊ិញញ៉ាខាងក្នុងនៅមជ្ឈមណ្ឌល Los Angeles – www.uscucedd.org
- សាលាវិទ្យាសាស្ត្រសង្គម USC – http://sowkweb.usc.edu
- ផ្នែកសេវាកម្មកុមារ និង គ្រួសារនៃតំបន់ Los Angeles – http://dcfs.co.la.ca.us
- ផ្នែកសុខភាពខួបក្បាលនៃតំបន់ Los Angeles – http://dmh.lacounty.gov

www.ProjectABC-LA.org