



ទំរង់នៅថ្ងៃនេះ: _____

កំពស់នៅថ្ងៃនេះ: _____

កូនអាយុ 6 ខែរបស់អ្នក

នេះជាពេលវេលាដ៏ល្អបំផុត ក្នុងការតំលៃតម្លៃនៃកូនរបស់អ្នក ។ គេកំពុងតែរៀនពីការប្រើប្រាស់យ៉ាងហោចណាស់ ហើយអាចប្រុងប្រយ័ត្ន ។ គេចាប់ផ្តើមសំគាល់វត្ថុផ្សេងៗ ជាច្រើនទៀត ហើយដឹងពីគុណភាពនៅជុំវិញខ្លួនគេ ។ សុវត្ថិភាព(ភាពគ្មានគ្រោះថ្នាក់)គឺសំខាន់ណាស់ ។ ត្រូវឲ្យប្រាកដថាមានអ្វីជាស្រេចចាច់សំរាប់ “កូនអាយុ 6 ខែរបស់អ្នក តែរាល់ថ្ងៃ” ។ កូនអាយុ 6 ខែរបស់អ្នកអាចខ្លាចមនុស្សចម្លែកកាន់តែខ្លាំងឡើងៗ ហើយនេះគឺជាផ្នែកនៃការតំលៃតម្លៃរបស់គេ ។ កូនអាយុ 6 ខែរបស់អ្នក ត្រូវការពេលវេលាដាក់មុខលេង ។ ការនេះសំខាន់ណាស់ សំរាប់ការតំលៃតម្លៃរបស់គេ ។

នៅខាងក្រោមនេះជាតិសំណួរមួយចំនួន ដើម្បីជួយយើងឲ្យដឹងថែមទៀតអំពីការតំលៃតម្លៃនៃកូនរបស់អ្នក ។ សូមគូសអំពីការអ្វីៗដែលអ្នកដឹង ដែលកូនរបស់អ្នកកំពុងតែធ្វើសព្វថ្ងៃនេះ ។ តើកូនអាយុប្រាំខែរបស់អ្នកចេះ.....

- អង្គុយតែឯងដោយមានការទ្រទ្រង់ខ្លះៗទេ?
- លូនទៅមុខឬរំកិលលើពោះរបស់គេឬទេ?
- ក្រឡាប់ខ្លួនបានទាំងសងខាងឬទេ?
- ចាប់អង្រួនហើយបោកប្រដាប់លេងនិងរបស់អ្វីទៀតឬទេ?
- កាន់វត្ថុអ្វីមួយផ្លាស់ពីដៃម្ខាងទៅដៃម្ខាងទៀតឬទេ?
- ចាប់របស់តូចតាចដោយប្រើចន្លោះមេដៃនិងម្រាមដៃឬទេ?
- និយាយតែកករ (ធ្វើសំឡេងដូចជា ហ្គា ខា បា) ឬទេ?
- ធ្វើមុខមាត់ខុសប្លែកពីធម្មតាឬទេ?
- ញញឹមដាក់នៅពេលអ្នកញញឹមដាក់គេឬទេ?
- បែរមុខទៅកាន់សំឡេងរបស់អ្នកឬទេ?
- ដាក់ប្រដាប់លេងក្នុងមាត់របស់គេឬទេ?
- ដឹងពីភាពខុសគ្នារវាងគ្រួសារនិងមនុស្សចម្លែកឬទេ?
- បញ្ចេញសំឡេងឲ្យអ្នកដឹង កាលបើគេសប្បាយចិត្តឬមិនសប្បាយចិត្តឬទេ?

សូមចាំថាការសួរនេះមិនមែន ជាការប្រឡងទេ ហើយ ទាំងអស់គឺស្តីពីការតំលៃតម្លៃ របស់ក្មេងៗ ហើយរៀនមាន ល្បឿនខុសៗគ្នា និងនៅពេល ប្លែកពីគ្នា

តើអ្នកមានការបារម្ភអ្វីអំពីការតំលៃតម្លៃ នៃកូនរបស់អ្នកដែរឬទេ?

គំនិតដើម្បីជួយកូនរបស់អ្នកអោយប្រាំមួយខែឲ្យចេះដឹង ហើយធំលូតលាស់បានល្អ....

ការលេង

- ឲ្យប្រដាប់លេងនិងសៀវភៅមានរូប មានទំហំ និងពណ៌ខុសគ្នា ទៅកូនរបស់អ្នក ។ ត្រូវឲ្យប្រាកដថារបស់អ្វីដែលអ្នកឲ្យកូន កុំឲ្យតូចជាងទំហំកណ្តាប់ដៃឲ្យសោះ ។
- ដាក់កញ្ចក់នៅមុខកូនដើម្បីឲ្យគេអាចចាប់ផ្តើមឃើញខ្លួនរបស់គេ ។
- ដាក់កូនរបស់អ្នកនៅក្តៅក្រាល ដើម្បីឲ្យគេអាចហាត់អង្គុយនិងធ្វើចលនា ។
- ឲ្យប្រដាប់លេងនិងរបស់ផ្សេងទៀតដែលបញ្ចេញសំឡេង (ដូចជា ប្រដាប់ក្រឡក់ ឆ្នាំងចាននិងស្លាបប្រាណេ ព្រមទាំងគ្រឿងភ្លេង ។

ប្រាជ្ញានៃកូនរបស់អ្នកកំពុងតែធំលូតលាស់យ៉ាងរហ័ស ។ ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះរបៀបដែលគេរៀន ។

ការនិយាយ និងការអាន

- និយាយជាមួយកូនដៃគូរបស់អ្នក ។
- បើកមើលសៀវភៅមានរូបគំនូរជាមួយកូនដៃគូរបស់អ្នក ។ ប្រាប់ឈ្មោះវត្ថុដែលស្រួលឮ ហើយបណ្តោយឲ្យគេយកដៃទះលើរូបនោះតិចៗ ។
- ប្រើសៀវភៅដែលកូនរបស់អ្នកអាចប៉ះ អាចស្តាប់ ឬអាចដាក់ក្នុងមាត់បាន ដូចជា (សៀវភៅទន់ៗ អាចបោកគក់បានគឺប្រសើរបំផុត) ។
- ប្រើប្រយោគខ្លីៗ ។ ប្រាប់ឈ្មោះរបស់អ្វីៗដែលរូបអ្នក និងកូនរបស់អ្នកអាចមើលឃើញ ។
- ធ្វើគ្រាប់តាមសំឡេងដែលកូនធ្វើ ។ ឬសំឡេងហើយមើលថាតើកូនដៃគូរបស់អ្នកធ្វើគ្រាប់តាមសំឡេងនោះដែរឬទេ ។

កូនអោយប្រាំមួយខែអាចដាក់ប្រដាប់លេង “ក្នុងមាត់” ។ នេះជារបៀបល្អមួយសំរាប់គេ ដើម្បីរុករករបៀបថាតើរបស់នេះយ៉ាងណាដែរ ហើយជួយឲ្យគេមានការរីកចម្រើនផ្នែកភាសា ។

ផ្តល់បរិយាកាសមួយដែលសុខសាន្ត និងជាទីស្រឡាញ់

- សូមចាំថា ត្រូវដាក់កូនដៃគូរបស់អ្នកឲ្យដេកផ្ទះពោះ!!!!
- ចំណាយពេលឲ្យបានច្រើន ដើម្បីបីអោយថ្នាក់ថ្មីកូនដៃគូរបស់អ្នក ។
- យកវត្ថុតូចតាចចេញពីក្តៅក្រាល ពីព្រោះវត្ថុនោះកូនដៃគូអាចលេបចូលយ៉ាងងាយស្រួល ។
- អ្នកនឹងជួយកូនដៃគូរបស់អ្នកឲ្យដឹងពីអ្វីៗ ដែលអ្នកសម្រួលបាន ដូចជា ការដេក, ការហូបអាហារ និងការរួតទឹកតាមពេលធម្មតាមួយ ។

ការដឹងពីការទុកចិត្តនិងភាពគ្មានភ័យខ្លាច នឹងជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យមានអាយុរណសុខសាន្ត ដើម្បីរុករកមើលនិងធំលូតលាស់បានល្អ ។

កូនរបស់អ្នកមើលដល់អ្នកជាគំរូ! ដូច្នេះត្រូវប្រើឥរិយាបថដែលអ្នកចង់ឲ្យកូនរបស់អ្នកយកដរាប់តាម!

ប្រភពជំនួយផ្សេងៗ :

ដើម្បីឲ្យបានព័ត៌មានស្តីពីប្រភពជំនួយ សំរាប់ជួយអ្នកស្វែងរកក្រុមសំរាប់លេងជាមួយ ឬការថែទាំក្មេង ឬការគាំទ្រទាក់ទងនឹងរឿងរ៉ាវឥរិយាបថ និងកង្វល់ផ្សេងៗ ទៀតរបស់ខ្ញុំពុកម្តាយ សូមទូរស័ព្ទទៅ :

- **Bananas** (សំរាប់ស្រុកអាឡាមីដា តំបន់ខាងជើង) 658-7353
- **4 C's** (សំរាប់ស្រុកអាឡាមីដា តំបន់ខាងត្បូង) 582-2189
- **ទំនាក់ទំនងការថែទាំក្មេង** (សំរាប់តំបន់ Tri Valley) 925-417-8733
- **ការពិនិត្យរបស់ខ្ញុំពុកម្តាយ** N County, 893-9230
- **ក្រសួងសាធារណៈសុខាភិបាល ផ្នែកការផ្សព្វផ្សាយ ស្រុកអាឡាមីដា** Hayward, 562-0148
- **(Alameda County Public Health Clearinghouse)** Fremont, 790-3803
- 1-888-604-4636

បើអ្នកមានកូនពិការ
ហើយអ្នកត្រូវការគាំទ្រ
សូមទូរស័ព្ទទៅ :
Family Resource Network
510-547-7322

Every Child Counts (រាប់ក្មេងគ្រប់ៗរូប)
1100 San Leandro Blvd. Suite 120
San Leandro, CA 94577
(510) 875-2400

