KHMER / ខ្មែរ
January 2001
[BHC-5705]

អ្វីៗដែលមាតាបិតាគួរដឹងស្ដីពីការសម្លុតធ្វើបាប
What parents should know about bullying

"ការសម្លុតធ្វើបាប" ជាបញ្ហាសាមញ្ញមួយនៅក្នុងសាលារៀន។ ការសម្លុតធ្វើបាបនេះ គឺសំដៅទៅលើការដែល កូនក្មេងឬក្មេងជំទង់ណាមួយធ្វើបាបក្មេងម្នាក់ទៀតដោយចេតនា រាប់ទាំងការកាចសាហាវដោយកម្លាំងបាយ, ការហៅឈ្មោះអាក្រក់ផ្សេងៗ, ការនិយាយលូកលាន់ ឬការពោលពាក្យមិនល្អអំពីរូបរាងកាយរបស់ជនម្នាក់ទៀត។ ការធ្វើបាបមិនឲ្យក្មេងណាម្នាក់ចូលរួមក្នុងក្រុមណាមួយ ឬការធ្វើឲ្យមានការខ្មាស់អៀនដោយការលាតត្រដាងនូវរឿងសម្ងាត់ផ្ទាល់ខ្លួន ឬការនិយាយពាក្យចចាមអារាមពីសិស្សម្នាក់ទៅសិស្សម្នាក់ទៀត ក៏រាប់បញ្ចូលថាជាការសម្លុតធ្វើបាបដែរ។

តើការសម្លុតធ្វើបាបមានឥទ្ធិពលយ៉ាងណាខ្លះដល់កូនក្មេង ?

ជនខ្លះនិយាយថា "ការសម្លុតធ្វើបាប" មិនធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់កូនក្មេងទេ។ នេះមិនមែនជាការពិតឡើយ។ អ្នកគួរចងចាំថា ទោះបីក្មេងខ្លះវាឆាប់ងើបម៉ាំឡើងវិញក្ដី តែចំពោះក្មេងខ្លះវាឆាប់ឈឺចាប់ណាស់។ ការសម្លុតធ្វើបាប អាចធ្វើឲ្យមានផលអាក្រក់ដល់កូនក្មេងនិងក្មេងជំទង់ៗ ដូចតទៅនេះ ៖

- វាធ្វើឲ្យក្មេងនោះមានអារម្មណ៍ឯកាដាច់ពីគេ
- វាធ្វើឲ្យក្មេងនោះមានអារម្មណ៍មិនល្អ។ កូនក្មេងឆាប់មានជំនឿនូវអ្វីដែលអ្នកដទៃនិយាយអំពីខ្លួនវា។ ប្រសិនបើអ្នកដទៃនិយាយថាវាអក្រក់ឬលីលា ក្មេងនោះក៏អាចជឿថាខ្លួនអាក្រក់ ទោះបីវាបានធ្វើល្អៗជាច្រើនដូចពាក្យរបស់មាតាបិតានិយាយមកក្ដី
- វាមានឥទ្ធិពលដល់សមត្ថភាពរៀនសូត្ររបស់ក្មេងនៅសាលា
- វាអាចជាកត្តាដែលធ្វើឲ្យកូនក្មេង ឬក្មេងជំទង់ៗនោះមានដំណើរធ្លាក់ទឹកចិត្ត ហើយក្នុងករណីខ្លះរហូតដល់សម្លាប់ខ្លួនទៀតផង។

តើមានសញ្ញាអ្វីខ្លះដែលអាចឲ្យយើងសំគាល់ដឹងថាក្មេងនោះត្រូវគេសម្លុតធ្វើបាប ?

ពីព្រោះសញ្ញាខាងក្រោមនេះ ក៏អាចជាសញ្ញាសំគាល់នូវបញ្ហាឯទៀតដែរនោះ វាជាការសំខាន់ដែលអ្នកគួរនិយាយជាមួយកូន(ដោយសំរួល) មុនពេលដែលអ្នកយល់ដូចម្ដេចនោះ។

- មានស្លាកស្នាមជាំ រលាត់ឬដាច់ស្បែក
- ដាច់ដោចខោអាវ ឬប្រដាប់ប្រដារ
- ការបាត់បង់ប្រដាប់ប្រដារ
- លែងសូវចូលចិត្តសាលារៀន
- ការចុះអន់ថយក្នុងការសិក្សា
- រុញរាមិនចង់ទៅសាលារៀន ឬជៀសវាងជិះប៊ីសសាលារៀន
- ព្រួយបារម្ភណ៍, ឆាប់ខឹង ឬកាចសាហាវ

> លេខទូរស័ព្ទទាំងនេះត្រឹមត្រូវនៅពេលបោះពុម្ភ ក៏ប៉ុន្តែអាចមិនបានកែតម្រូវតាមការលះទេសៈ។ លោក-ស្នា ប្រហែ អាចត្រូវមើលបញ្ជាក់លេខនៅក្នុង"សៀវភៅទូរស័ព្ទ" (Telephone Directory)។

- ត្អូញត្អែរឈឺក្បាល, ឈឺពោះ ឬចេះតែត្រូវទៅបន្ទប់សំរាប់សំរាកនៅសលារៀនជាច្រើនដងព្រោះមិនស្រួលខ្លួន
- មិនសប្បាយចិត្តដោយគ្មានមូលហេតុ
- មិនសូវមានមិត្រ
- បញ្ហាគេងមិនលក់ រាប់បញ្ចូលទាំងការនោមដាក់ពូក និងការយល់សប្តិមិនល្អ
- រុញរាមិនចង់និយាយពីសាលារៀន
- មានការព្រួយបារម្ភណ៍ ឬពិបាកចិត្តដល់ពេលចូលត្រូវរៀនវិញនៅថ្ងៃច័ន្ទ ឬក្រោយពេលឈប់វិស្សមកាល។

តើយ៉ាងដូចម្តេចដែរប្រសិនបើកូនអ្នកត្រូវគេ"សម្លុតធ្វើបាប" ?

ចូរស្តាប់នូវពាក្យដែលកូននិយាយប្រាប់។ មិនត្រូវនិយាយថា "កុំព្រួយអីពីរឿងហ្នឹងទេ" ហើយមិនត្រូវវាយកូនទេ។ ចូរនិយាយប្រាប់ថា អ្នកស្រឡាញ់ ហើយគាំទ្រកូនអ្នក។ ប្រសិនបើការសម្លុតធ្វើបាបនេះនៅតែបន្តទៅទៀត សុំអ្នកទាក់ទងទៅសាលារៀនដើម្បីប្រាប់ដូចតទៅ ៖

- ដំណើរការណ៍ដែលកើតឡើង
- ពេលនិងទីកន្លែងដែលកើតឡើង
- ឈ្មោះអ្នកដែលទាក់ទងក្នុងរឿងនេះ និងសាក្សី
- ពេលដំបូងបំផុតដែលរឿងសម្លុតធ្វើបាបនេះកើតឡើង
- តើមធ្យោបាយដោះស្រាយមកទល់ពេលនេះមានអ្វីខ្លះហើយ
- ឈ្មោះគ្រូបង្រៀនណាដែលបានដឹងពីបញ្ហានេះ។

ការទាក់ទងទៅសាលរៀន ?

ចូរប្រាប់កូនអ្នកឲ្យដឹងផងថាអ្នកទាក់ទងទៅសាលារៀន។ កូនអ្នកអាចមានការព្រួយបារម្ភណ៍ថារឿងនេះនឹងរឹតតែមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរ – តែត្រូវចាំថា ការសម្លុតធ្វើបាបនឹងរឹតតែកើតឡើងទៀតបើកាលណាអ្នកលាក់បំបាំង។ បើកាលណាអ្នកមិនសូវចេះនិយាយភាសាអង់គ្លេស អ្នកអាចនាំបងប្អូនដែលចេះនិយាយភាសាអង់គ្លេសទៅជាមួយ។ អ្នកត្រូវ ៖

- សុំធ្វើការណាត់ជួបជាមួយបុគ្គលិកសមរម្យណាមួយ ដូចជាគ្រូបង្រៀនដែលមានទំនាក់ទំនងល្អជាមួយកូនអ្នក, នាយកសាលា, នាយករង ឬអ្នកផ្តល់ឪវាទ (school counsellor) ឬបើនៅមធ្យមសិក្សាគឺគ្រូបង្រៀនសំរាប់មើលសុខុមាលជាទូទៅសំរាប់ថ្នាក់ឆ្នាំណាមួយរបស់កូនអ្នក(your child's Year Advisor)។

តើត្រូវធ្វើដូចម្តេចខ្លះពេលជំនុំ ?

- ចូរធ្វើសហប្រតិបត្តិការជាមួយគេ – ដូចជានិយាយថា " តើខ្ញុំអាចធ្វើអ្វីខ្លះពីរឿងនេះ ? " ជៀសជាងការបន្ទោសឬខឹង។
- ត្រូវសួរសាលារៀនថា តើគោលការណ៍របស់សាលារៀននឹងធ្វើដូចម្តេចចំពោះការសម្លុតធ្វើបាបនេះ។
- ត្រូវសួរសាលារៀនថា តាមធម្មតាសាលារៀនដោះស្រាយតាមរបៀបណាដែរ។
- ត្រូវសួរថា តើអ្នកគួរធ្វើយ៉ាងណាដែរដើម្បីជួយដោះស្រាយរឿងនេះ

- មុនពេលចេញពីជំនុំ អ្នកត្រូវដឹងឲ្យច្បាស់លាស់ពីអ្វីដែលសាលារៀននឹងធ្វើ ហើយតើពេលណាដែលសាលារៀននឹងទាក់ទងទៅអ្នក។

តើ "មូលនិធិអ្នកគាំទ្រ"(**Peer Support Foundation**)អាចជួយយ៉ាងណាខ្លះ ?

"មូលនិធិអ្នកគាំទ្រ"(Peer Support Foundation)នេះ ជាអង្គការមួយដែលបង្កើតកម្មវិធីក្នុងសាលារៀន ដើម្បីធ្វើឲ្យសុខុមាលភាពរបស់ជនវ័យក្មេងក្នុងសង្គមរឹតតែបានប្រសើរឡើង។ "មូលនិធិអ្នកគាំទ្រ"នេះ មានកម្មវិធីផ្សេងៗសំរាប់ជួយឲ្យសាលារៀនរឹតតែឆាប់ដឹងនូវការសម្លុតធ្វើបាប ហើយនិងរបៀបការពារ។ ប្រសិនបើអ្នកមានការព្រួយបារម្ភណ៍អំពីការសម្លុតធ្វើបាបនៅក្នុងសាលារៀនកូន សុំអ្នកទាក់ទងទៅ "មូលនិធិអ្នកគាំទ្រ"(Peer Support Foundation) លេខទូរស័ព្ទ (02) 9905 3499 សំរាប់យកពត៌មានបន្ថែមទៀត។

ប្រសិនបើអ្នកមានការពិបាកក្នុងការទូរស័ព្ទជាភាសាអង់គ្លេស សុំអ្នកទាក់ទងទៅផ្នែកផ្តល់អ្នកបកប្រែ Translating and Interpreting Service (អក្សរកាត់ **TIS**) លេខ 131 450។

អ្នកអាចយកពត៌មានផ្នែកសុខភាពបន្ថែមទៀតជាភាសាខ្មែរ ពីកំព្យូទ័រតាមរយៈ **Multicultural Communication website at http://mhcs.health.nsw.gov.au**