

មិត្តសម្លាញ់

មិត្តសម្លាញ់

តើការសប្បាយដ៏ច្រើន អាចបង្រៀនកូនខ្ញុំសំរាប់សាលារៀនដោយរបៀបណា?

ការចេះលេងជាមួយគ្នាមួយចំនួនទៀត និងការរាក់ទាក់ជាមួយមនុស្សដ៏ គឺជាបទដ៏ខ្ពស់មួយសម្រាប់ការរៀនសូត្រ ដែលនឹងទៅ រៀននៅសាលា។ អ្នកអាចផ្តល់ឱកាសដល់កូនខ្ញុំដើម្បីស្វែងរកចំណេះដឹងថ្មីៗ ដោយការ លេងល្បែងប្រឆាំងមុខគ្នា ហើយនិងនៅស្ថានភាពពិតប្រាកដខាង ដោយជួយលើកកម្ពស់ការចូលរួមរបស់កូនខ្ញុំនៅពេលវេលាដែល គ្រឹះស្ថាន ចូលរួមចំណែកយល់ដឹងគ្នាផ្សេងៗ បទដ៏ខ្ពស់មួយនៃ ដែលអ្នកអាចជួយកូនអ្នកឱ្យប្រឈមនឹងបញ្ហាដែលបាន រួមបញ្ចូលទាំង! ការស្តាប់, ការបញ្ចេញយោបល់, ការណែនាំខ្លួនឯង, ការសាកសួរលើសិនជាអ្នកអាចលេង, ការដឹងខ្លួនឯងដែល អ្នកកំពុងមានអារម្មណ៍ ហើយនិងការស្រាវជ្រាវបញ្ហាផ្សេងជាមួយមនុស្សដទៃទៀត។

ចូរសាកល្បងសកម្មភាពទាំងនេះនៅផ្ទះ!

- តាំងខ្លួនឱ្យជាអ្នកកំពុងប្រឈមនឹងបញ្ហា... ចូរសាកប្រឆាំងប្រឆាំងផ្សេងៗ ដែលជួយអ្នកនិងកូនអ្នកឱ្យតាំងខ្លួនថាជួបបញ្ហានៅ ស្ថានភាព ឬនៅផ្ទះទំនិញណាមួយ។ ចូរចាប់ផ្តើមការសន្ទនាគ្នា។ ប្រហែលជាអ្នកកំពុងរងនូវបញ្ហា ហើយកំពុងរកថ្នាំ ឬអ្នកកំពុងជិះទោង ហើយចង់ឱ្យគេចូលរួមជាមួយអ្នកដែរ។ ចូរជួយលើកទឹកចិត្តកូនអ្នក ឱ្យចេះសាកសួរខ្លួនស្តីពី ផ្សេងៗ ហើយនិងប្តូរពាក្យទៅវិញទៅមក។ អ្នកប្រហែលជាចង់សាកល្បងវិធីនេះ ដោយតាំងខ្លួននិយាយគ្នាតាម ខ្លួនស្តីពីផ្សេងៗដែរ។
- បង្រៀនការយល់ចិត្ត... ការយល់ចិត្ត គឺជាសមត្ថភាព ដើម្បី “ឈរនៅក្នុងស្បែកជើងនៃអ្នកម្នាក់” ។ ដោយការធ្វើត្រួតពិនិត្យ ចរិយាដែលចេះយល់ចិត្ត - ហើយនិងចេះចង្អុលបង្ហាញស្ថានភាពផ្សេងៗ ដែលគេប្រើឱ្យមានការយល់ចិត្ត - មាតាបិតា អាចបង្កើនចម្លើយដែលប្រកបដោយសេចក្តីអាណិតអាសូរនៅក្នុងសណ្ឋានចិត្តនៃកូន របស់ពួកគេ។ ឧទាហរណ៍, បើ សិនជាអ្នកនិងកូនរបស់អ្នក បានឃើញខ្លួនណាម្នាក់ដី (ក្នុងជីវិតពិត ឬក្នុងទូរទស្សន៍ ឬក្នុងសៀវភៅ), ចូរនិយាយថា មួយកូនរបស់អ្នកឱ្យនឹកស្មានថា តើបងប្អូនស្រីប្រុសរបស់គេមានអារម្មណ៍យ៉ាងណា? ចូរឱ្យឈ្មោះនៃអារម្មណ៍ ទាំងនោះ! (ខាងខ្លួន, ក្រហមភ្នែក, ធូលីចាប់) ដូចនេះ កូនរបស់អ្នកអាចប្រើពាក្យទាំងនោះ នៅពេលអនាគត។
- ហៅកូនអ្នកដទៃមកលេងជាមួយ... ចូរគ្រោងពេលវេលាលេងជាមួយគ្នា។ ចូរហ្វឹកហ្វាត់ ហើយទុកដាក់ប្រឆាំងប្រឆាំង លេងទាំងអស់ដែលអាចបង្ហាញការទំនាក់ទំនងសង្គម ឬប្រហែលជាអាចខិតខំឱ្យមានជម្លោះ។ នៅមានន័យថា ការទុក ដាក់ប្រឆាំងប្រឆាំងលេងដែលរៀបចំឡើងសំរាប់ការលេងតែឯកឯង ដូចជាល្បែងវីឌីអូផ្សេងៗជាដើម។ ហើយប្រសិន បើកូនរបស់អ្នកមិនអាចទ្រង់ទ្រាយនៃការលេងរបស់ផ្សេងៗជាមួយអ្នកដទៃទេនោះ, វាជាមធ្យោបាយល្អ ដែលអ្នកត្រូវ លាក់ប្រឆាំងប្រឆាំងទាំងនោះ រហូតដល់ថ្ងៃលេងល្បែងនោះកន្លងផុត។

តើការសប្បាយដ៏ច្រើន អាចបង្រៀនកូនខ្ញុំសំរាប់សាលារៀនដោយរបៀបណា?

ការចេះលេងជាមួយគ្នាមួយចំនួនទៀត និងការរាក់ទាក់ជាមួយមនុស្សដ៏ គឺជាបទដ៏ខ្ពស់មួយសម្រាប់ការរៀនសូត្រ ដែលនឹងទៅ រៀននៅសាលា។ អ្នកអាចផ្តល់ឱកាសដល់កូនខ្ញុំដើម្បីស្វែងរកចំណេះដឹងថ្មីៗ ដោយការ លេងល្បែងប្រឆាំងមុខគ្នា ហើយនិងនៅស្ថានភាពពិតប្រាកដខាង ដោយជួយលើកកម្ពស់ការចូលរួមរបស់កូនខ្ញុំនៅពេលវេលាដែល គ្រឹះស្ថាន ចូលរួមចំណែកយល់ដឹងគ្នាផ្សេងៗ បទដ៏ខ្ពស់មួយនៃ ដែលអ្នកអាចជួយកូនអ្នកឱ្យប្រឈមនឹងបញ្ហាដែលបាន រួមបញ្ចូលទាំង! ការស្តាប់, ការបញ្ចេញយោបល់, ការណែនាំខ្លួនឯង, ការសាកសួរលើសិនជាអ្នកអាចលេង, ការដឹងខ្លួនឯងដែល អ្នកកំពុងមានអារម្មណ៍ ហើយនិងការស្រាវជ្រាវបញ្ហាផ្សេងជាមួយមនុស្សដទៃទៀត។

ចូរសាកល្បងសកម្មភាពទាំងនេះនៅផ្ទះ!

- តាំងខ្លួនឱ្យជាអ្នកកំពុងប្រឈមនឹងបញ្ហា... ចូរសាកប្រឆាំងប្រឆាំងផ្សេងៗ ដែលជួយអ្នកនិងកូនអ្នកឱ្យតាំងខ្លួនថាជួបបញ្ហានៅ ស្ថានភាព ឬនៅផ្ទះទំនិញណាមួយ។ ចូរចាប់ផ្តើមការសន្ទនាគ្នា។ ប្រហែលជាអ្នកកំពុងរងនូវបញ្ហា ហើយកំពុងរកថ្នាំ ឬអ្នកកំពុងជិះទោង ហើយចង់ឱ្យគេចូលរួមជាមួយអ្នកដែរ។ ចូរជួយលើកទឹកចិត្តកូនអ្នក ឱ្យចេះសាកសួរខ្លួនស្តីពី ផ្សេងៗ ហើយនិងប្តូរពាក្យទៅវិញទៅមក។ អ្នកប្រហែលជាចង់សាកល្បងវិធីនេះ ដោយតាំងខ្លួននិយាយគ្នាតាម ខ្លួនស្តីពីផ្សេងៗដែរ។
- បង្រៀនការយល់ចិត្ត... ការយល់ចិត្ត គឺជាសមត្ថភាព ដើម្បី “ឈរនៅក្នុងស្បែកជើងនៃអ្នកម្នាក់” ។ ដោយការធ្វើត្រួតពិនិត្យ ចរិយាដែលចេះយល់ចិត្ត - ហើយនិងចេះចង្អុលបង្ហាញស្ថានភាពផ្សេងៗ ដែលគេប្រើឱ្យមានការយល់ចិត្ត - មាតាបិតា អាចបង្កើនចម្លើយដែលប្រកបដោយសេចក្តីអាណិតអាសូរនៅក្នុងសណ្ឋានចិត្តនៃកូន របស់ពួកគេ។ ឧទាហរណ៍, បើ សិនជាអ្នកនិងកូនរបស់អ្នក បានឃើញខ្លួនណាម្នាក់ដី (ក្នុងជីវិតពិត ឬក្នុងទូរទស្សន៍ ឬក្នុងសៀវភៅ), ចូរនិយាយថា មួយកូនរបស់អ្នកឱ្យនឹកស្មានថា តើបងប្អូនស្រីប្រុសរបស់គេមានអារម្មណ៍យ៉ាងណា? ចូរឱ្យឈ្មោះនៃអារម្មណ៍ ទាំងនោះ! (ខាងខ្លួន, ក្រហមភ្នែក, ធូលីចាប់) ដូចនេះ កូនរបស់អ្នកអាចប្រើពាក្យទាំងនោះ នៅពេលអនាគត។
- ហៅកូនអ្នកដទៃមកលេងជាមួយ... ចូរគ្រោងពេលវេលាលេងជាមួយគ្នា។ ចូរហ្វឹកហ្វាត់ ហើយទុកដាក់ប្រឆាំងប្រឆាំង លេងទាំងអស់ដែលអាចបង្ហាញការទំនាក់ទំនងសង្គម ឬប្រហែលជាអាចខិតខំឱ្យមានជម្លោះ។ នៅមានន័យថា ការទុក ដាក់ប្រឆាំងប្រឆាំងលេងដែលរៀបចំឡើងសំរាប់ការលេងតែឯកឯង ដូចជាល្បែងវីឌីអូផ្សេងៗជាដើម។ ហើយប្រសិន បើកូនរបស់អ្នកមិនអាចទ្រង់ទ្រាយនៃការលេងរបស់ផ្សេងៗជាមួយអ្នកដទៃទេនោះ, វាជាមធ្យោបាយល្អ ដែលអ្នកត្រូវ លាក់ប្រឆាំងប្រឆាំងទាំងនោះ រហូតដល់ថ្ងៃលេងល្បែងនោះកន្លងផុត។

មិត្តសម្លាញ់

អ្វីៗដែលត្រូវនិយាយ ៖

- “សូម្បី, ខ្ញុំឈ្មោះ _____ គេអ្នកឈ្មោះអ្វី?”
ចូរជួយលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នកឱ្យហ្មឺកហាត់ណែនាំខ្លួនឯងទៅ
កាន់អ្នកផងទៀត។ អ្នកអាចបង្រៀនគេឱ្យចេះបាត់ដៃ
ហើយឱ្យចេះមើលចំអ្នកផងទៀតឱ្យបានគ្រងគ្រឹមគ្រូ។
- “គេខ្ញុំអាចលេងជាមួយអ្នកបានទេ?”
ចូរជួយលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នកឱ្យហ្មឺកហាត់សាកសួរក្មេងផងទៀត បើសិនជា
គេអាចលេងជាមួយពួកគេបាន។ ចូរប្រើឱកាសនានា ដូចជានៅឯឡានឈាម
ដើម្បីហ្មឺកហាត់សកម្មភាពនេះ។
- “គេអ្នកចង់ជែកបាយគុកខ្មៅរបស់ខ្ញុំ? ចូរជួយក្មេងៗ ឱ្យរៀនជែកបាយ,
ចេះមានចិត្តយោគយល់ដល់អ្នកផងទៀត ហើយ
នឹងជាអ្នកដែលចេះចូលរួមលេងជាមួយគេឯងបានផងដែរ។

អាណត្តាអស់អំពី៖

How to Be a Friend: A Guide to Making Friends... ʘʘʘ Laurie Krasny Brown, Marc Brown

Making Friends කිසි Fred Rogers

Join In and Play (Learning To Get Along), **ಚೊಯ್** Cheri J. Meiners



Illustrations by Corey Smigiani

Generously supported by:

STATE STREET.