



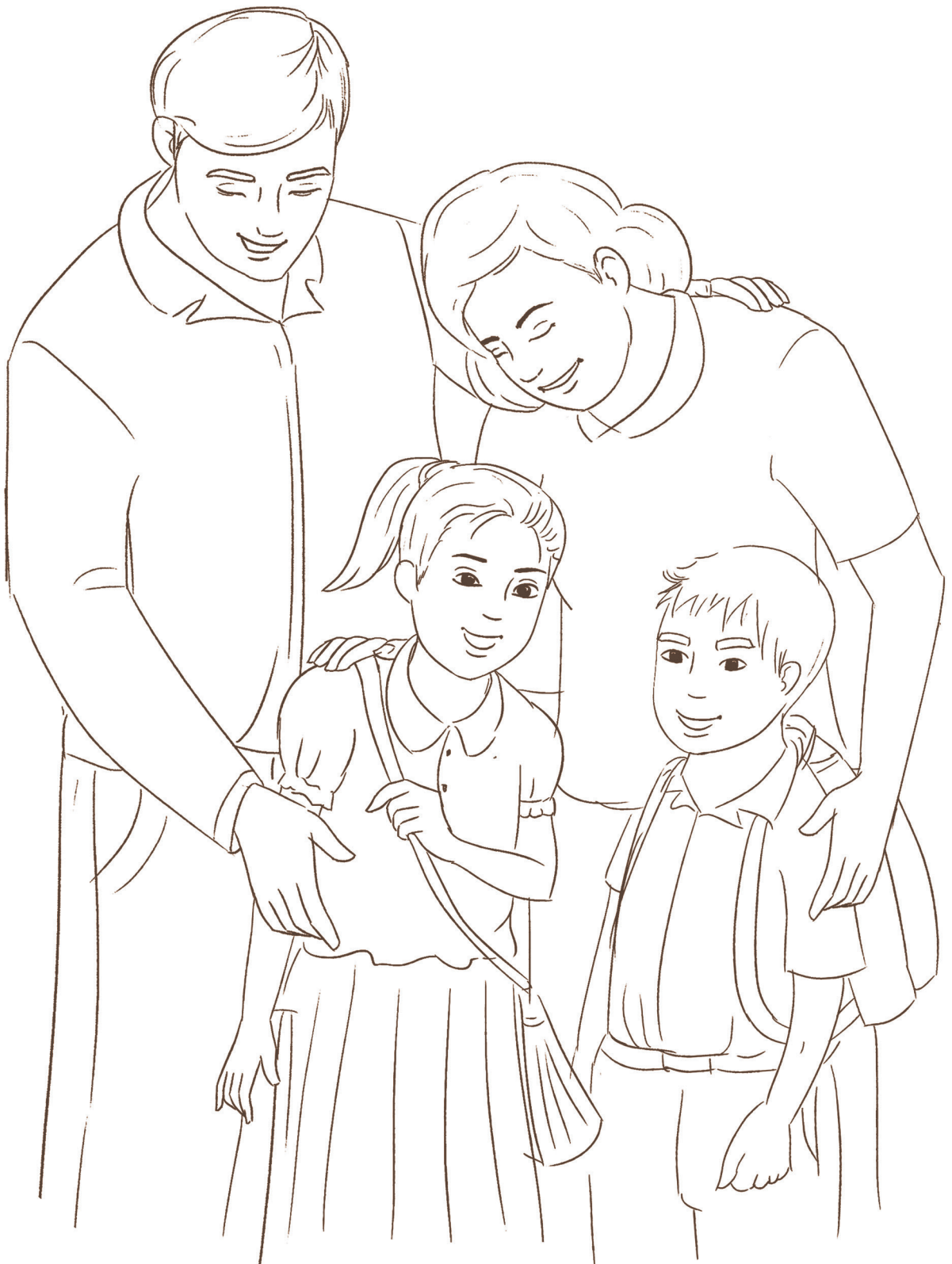
HEINRICH BÖLL STIFTUNG

ភ្នំពេញ

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា



ការចិញ្ចឹមបីបាច់កូនតាមបែប វិជ្ជមាន



មាតិកា

១. បុព្វបទ

២. របៀបចិញ្ចឹមបីបាច់កូន និងលទ្ធផលចំពោះកូន

៣. ទំនាក់ទំនង និង ការអភិវឌ្ឍន៍គ្រួសារ

៤. កាតព្វកិច្ច ឪពុកម្តាយ និង ភារកិច្ចកូន



បុព្វបទ

ដើម្បីឲ្យសង្គមមួយរីកចម្រើនទៅបាន លុះត្រាតែ សមាជិកនៃសង្គម មានភាពសុខដុមរមនា ប្រកបដោយបរិយាកាសល្អប្រសើរ។ គ្រួសារជាគោលដៅនៃសង្គម បើគ្រួសារចៀសវាងបាន នូវទំនាស់ផ្សេងៗ មិនមានអំពើហិង្សាកើតឡើង កូនៗរស់នៅដោយភាពកក់ក្តៅ និងក្តី ស្រឡាញ់ ពីឪពុកម្តាយ នោះជាកត្តាជម្រុញដល់ការអភិវឌ្ឍន៍របស់សង្គមជាតិទាំងមូល ។ ដូចនេះការយកចិត្តទុកដាក់លើចិញ្ចឹមបីបាច់កូនតាមបែបវិជ្ជមានជាប្រការមួយយ៉ាងសំខាន់ ក្នុងដំណើរការចូលរួម អភិវឌ្ឍន៍ធនធានមនុស្ស ឲ្យបានល្អប្រសើរ ដែលជាទំពាំងស្នងឬស្សី ក្នុងពេលអនាគត ។

ការចងក្រងកូនសៀវភៅ ស្តីពី **ការចិញ្ចឹមបីបាច់កូនតាមបែបវិជ្ជមាន** សង្ឃឹមថាបាន ចូលរួមជាគំនិត យោបល់ ចំណេះដឹងនិង ជាព័ត៌មានជូនដល់ មាតាបិតា អាណាព្យាបាល ឬ អ្នកថែ ទាំក្មេង និង ជាពិសេសដល់កុមារ យុវសិស្ស និស្សិតក្នុងការស្វែងយល់ ព្រមទាំង សម្រាប់ការអនុវត្តន៍ប្រចាំថ្ងៃផងដែរ ។

សៀវភៅនេះចងក្រងដោយផ្អែកលើស្មារតីនៃឧបករណ៍យុទ្ធសាស្ត្រនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន តាមបែបវិជ្ជមាន របស់ក្រសួងកិច្ចការនារី កិច្ចសម្ភាសន៍ជាមួយឪពុកម្តាយ កុមារាកុមារី សៀវភៅអប់រំណែនាំអំពីការចិញ្ចឹមកូន បទពិសោធន៍ផ្ទាល់ បទពិសោធន៍ពីការងារសង្គម និង ការសិក្សាស្រាវជ្រាវ ស្វែងយល់ផ្សេងៗបន្ថែមទៀត ។

គោលបំណងនៃការចងក្រងអត្ថបទនេះឡើង ដើម្បីចូលរួមចំណែក ចែករំលែកព័ត៌មាន និង ចំណេះដឹងដល់ប្រជាពលរដ្ឋទូទៅនៅក្នុងសហគមន៍ និងមនុស្សទូទៅដែលមានបំណង ស្វែងយល់អំពីកិច្ចការនេះ។



១. របៀបចិញ្ចឹមបីបាច់កូន និងលទ្ធផលចំពោះកូន

តើអ្នកចិញ្ចឹមបីបាច់កូនតាមរបៀបណា?

១.១. របៀបចិញ្ចឹមកូនបែបផ្តាច់ការ

វិធីសាស្ត្រនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន៖

- ឪពុកម្តាយយល់ថាកូនៗមិនគួរបញ្ចេញយោបល់ឬ តវ៉ាអ្វីនោះទេ
- ជឿថាច្បាប់ទម្លាប់ចេញពីឪពុកម្តាយ កូនៗត្រូវតែស្តាប់ និងធ្វើតាម
- មិនគិត មិនខ្វល់ខ្វាយ យកចិត្តទុកដាក់ពីអារម្មណ៍របស់កូន
- កាច តឹងតែងខ្លាំង ប្រើអំណាច ប្រើទណ្ឌកម្ម
- ស្តីបន្ទោស និង មិនស្តាប់ហេតុផល



ជាលទ្ធផលចំពោះកូន៖

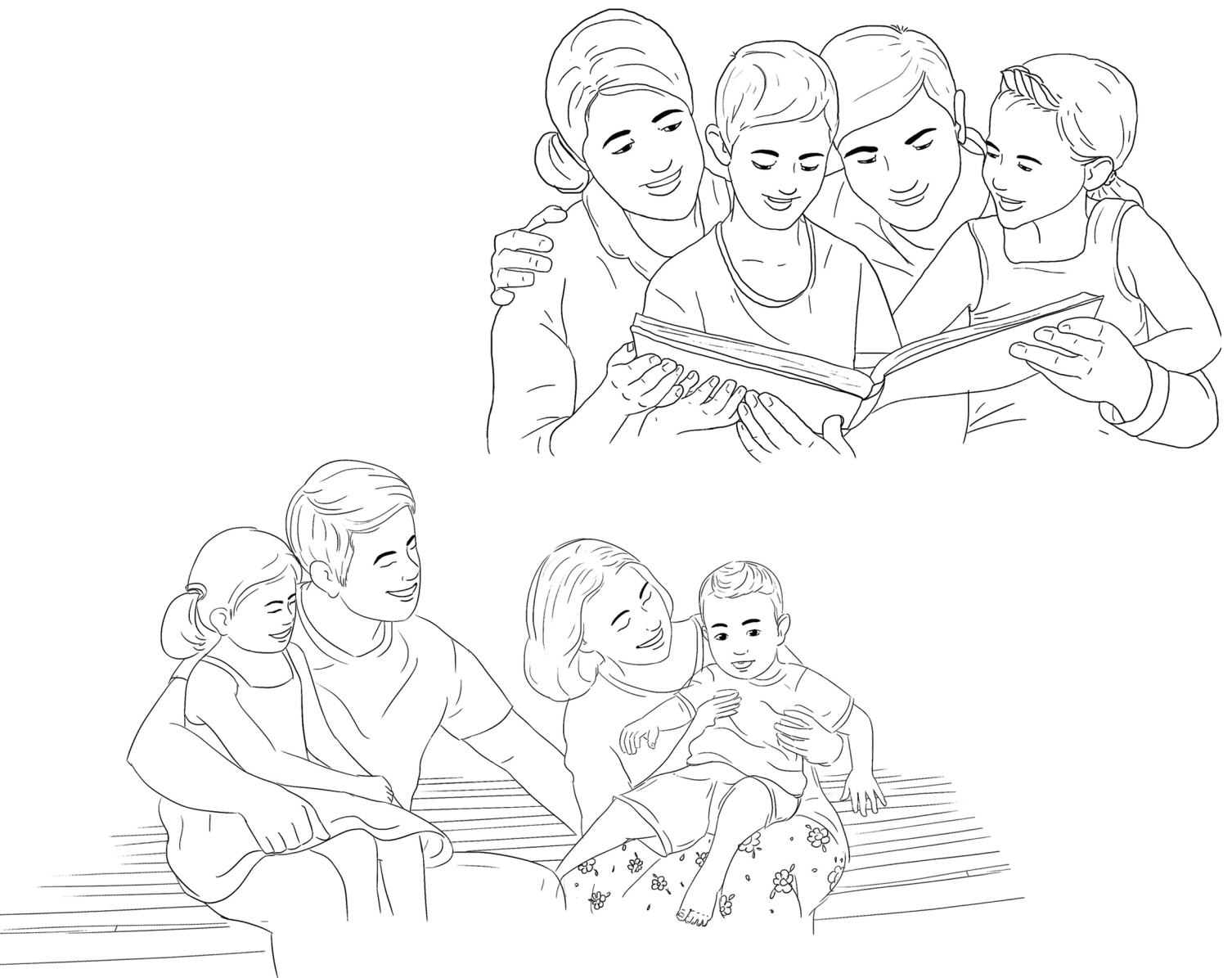
- កូនមិនឲ្យតម្លៃខ្លួនឯង
- កូនខ្វះភាពកក់ក្តៅ - កូនមានអាកប្បកិរិយាឆេះឆាវ និង ប្រទូសរាយ
កូនកុហកច្រើន ដោយចង់រួចផុតពីការស្តីបន្ទោស និងទណ្ឌកម្ម



១.២. របៀបចិញ្ចឹមកូនបែបផ្តល់អំណាច

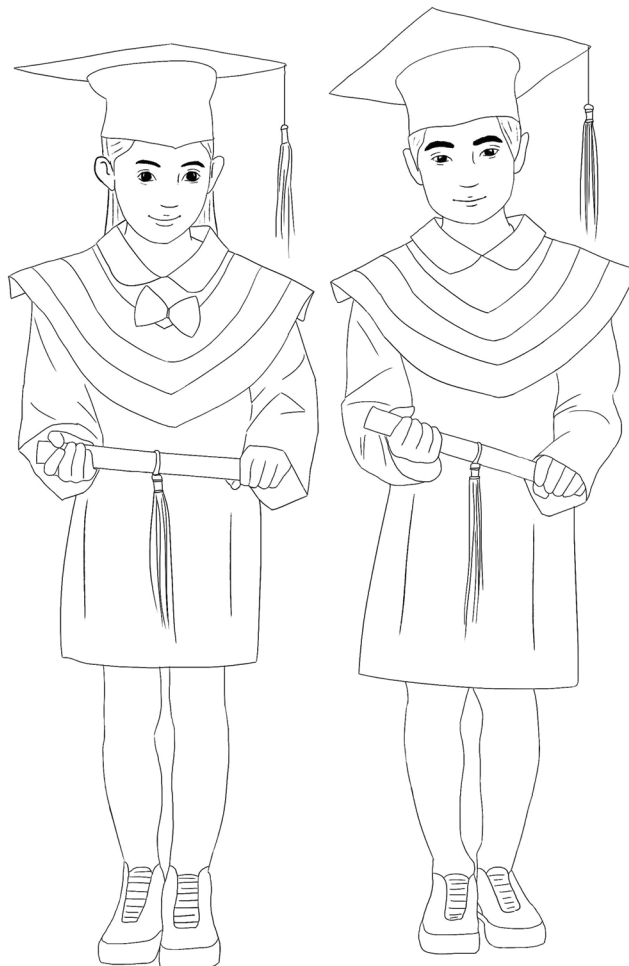
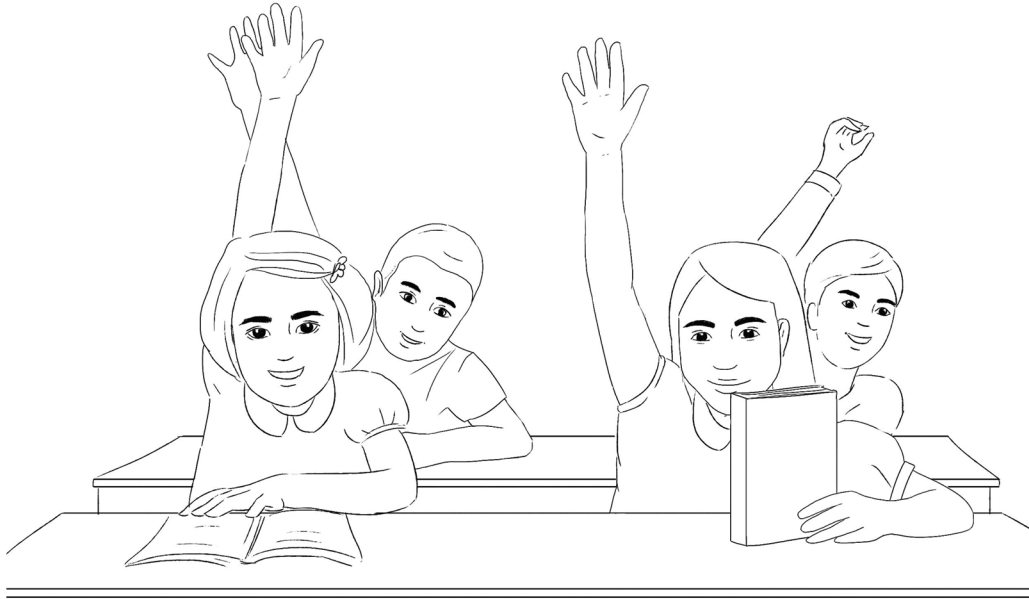
វិធីសាស្ត្រនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់៖

- ឪពុកម្តាយប្រឹងប្រែងខ្លាំងក្នុងការបង្កើត និងថែរក្សាសម្ព័ន្ធភាពល្អៗជាមួយកូនៗរបស់ខ្លួន
- ពន្យល់ពីហេតុផល ដែលនៅពីក្រោយ ច្បាប់ដែលអ្នកបង្កើត
- ពង្រឹង និងលើកទឹកចិត្តឱ្យអនុវត្តច្បាប់ដោយ ប្រើវិន័យ បើមិនអនុវត្ត
- យកចិត្តទុកដាក់ និងគិតដល់អារម្មណ៍កូនជាធំ
- ចំណាយពេលវេលា កំលាំងកាយ និងកំលាំងចិត្តដើម្បីអប់រំកូនដោយមិនប្រើអំពើហិង្សា ឬការស្តីបន្ទោស បន្តុះបង្គាប់ នោះទេ
- អប់រំតាមរយៈការលើកទឹកចិត្ត ការសរសើរ ការផ្តល់រង្វាន់ ប្រើពាក្យពេចន៍ពិរោះ



ជាលទ្ធផលចំពោះកូន៖

- មានក្តីសប្បាយរីករាយ មានភាពកក់ក្តៅ
- ចេះ វិភាគ គិតគូរ ត្រិះរិះ ពិចារណា ពីអ្វីល្អ និងអ្វីដែលមិនល្អ ប៉ះពាល់ដល់
ការសម្រេចចិត្តរបស់ខ្លួន
- ក្លាយជាអ្នកសម្រេចចិត្តល្អ មានទំនួលខុសត្រូវ ក្លាហាន ហ៊ានបញ្ចេញមតិ យោបល់ និង
មានជោគជ័យក្នុងការសិក្សា



១.៣. របៀបចិញ្ចឹមកូនមែនបណ្តោយខ្មែរ

វិធីសាស្ត្រនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន៖

- បង្កើតច្បាប់ តែមិនអនុវត្ត មិនបានណែនាំ ពេលកូនធ្វើខុសឪពុកម្តាយគិតថាកូនៗ នឹងរឹងមាំ ដោយមិនចាំបាច់ត្រូវការជំនួយ
- ជួយតែក្នុងករណីមានរឿងធ្ងន់ធ្ងរកើតឡើង
- មិនពន្យល់ណែនាំពេលកូនធ្វើខុស
- ចាត់ទុកខ្លួនឯងជាមិត្តភក្តិ ច្រើនជាងកាតព្វកិច្ចឪពុកម្តាយ
- មិនសូវបានលើកទឹកចិត្តកូនមិនឲ្យជ្រើសរើសមិនល្អ ឬ អាកប្បកិរិយា អាក្រក់នោះទេ
- តាមចិត្តកូនគ្រប់យ៉ាង (ទំរើសកូន)

លទ្ធផលចំពោះកូន៖

- ភាគច្រើនកូនមានបញ្ហាការសិក្សា
- កូនគ្មានវិន័យ ប្រព្រឹត្តិអាកប្បកិរិយាមិនល្អ ធ្វើខុសដដែលៗ (ឧទាហរណ៍៖ ការនិយាយស្តី ពុំសុដីរធម៌ ការលួចរបស់របរអ្នកដទៃ)
- កូនមិនសូវមានទំនុកចិត្ត ខ្វះការជឿជាក់លើខ្លួនឯង និងខ្វះភាពកក់ក្តៅ កូនចេះសរសើរខ្លួន
- កូនមានបញ្ហាសុខភាពទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត
- ទម្លាប់មិនល្អ ក្នុងការរស់នៅ(ឧទាហរណ៍៖ ការញ៉ាំ ការគេង ការលេង និងការហាត់ប្រាណ)



១.៤. របៀបចិញ្ចឹមកូនបែបមិនខ្វល់ខ្វាយជាមួយកូនឬមិនអើពើ

វិធីសាស្ត្រនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន៖

- មិនយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះកូន តើកូននៅទីណា នៅជាមួយនរណា បានអាហារ ឬ អត់
- ចំណាយពេលវេលាតិចតួចបំផុតនៅជាមួយកូន
- មិនចូលរួមជាមួយកូនក្នុងការធ្វើសកម្មភាពផ្សេងៗ
- មិនដឹងពីតម្រូវការរបស់កូន មិនយល់ចិត្តកូន មិនដឹងថាកូនធ្វើអ្វីខ្លះ
- មិនបានថែទាំ អប់រំណែនាំកូន
- រំពឹងឲ្យកូនធំដឹងក្តី ដោយខ្លួនឯង
- ឪពុកម្តាយមានបញ្ហាសុខភាពផ្លូវចិត្ត ឬ បញ្ហាគ្រឿងញៀន អំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ ឬចំណាកស្រុក
- មិនបានបំពេញតម្រូវការដល់កូននោះទេ ។

លទ្ធផលចំពោះកូន៖

- កូនៗប្រឈមនឹងបញ្ហា មិនឲ្យតម្លៃខ្លួនឯង
- រៀនសូត្រខ្សោយ
- ឥរិយាបថមិនសូវល្អ
- មានការសប្បាយរីករាយតិចតួចណាស់
- កូនគ្មានវិន័យ
- កូនប្រព្រឹត្តិអាកប្បកិរិយាមិនល្អ ធ្វើខុសដដែលៗ (ឧទាហរណ៍៖ ការនិយាយស្តីគ្មានសុដីវធម៌ ការលួចរបស់របរអ្នកដទៃ...)
- កូនគ្មានទំនុកចិត្ត និង ខ្វះការជឿជាក់លើខ្លួនឯង
- កូនមានភាពឯកោច្រើន និងតែលតោល
- កូនមានបញ្ហាសុខភាពទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត

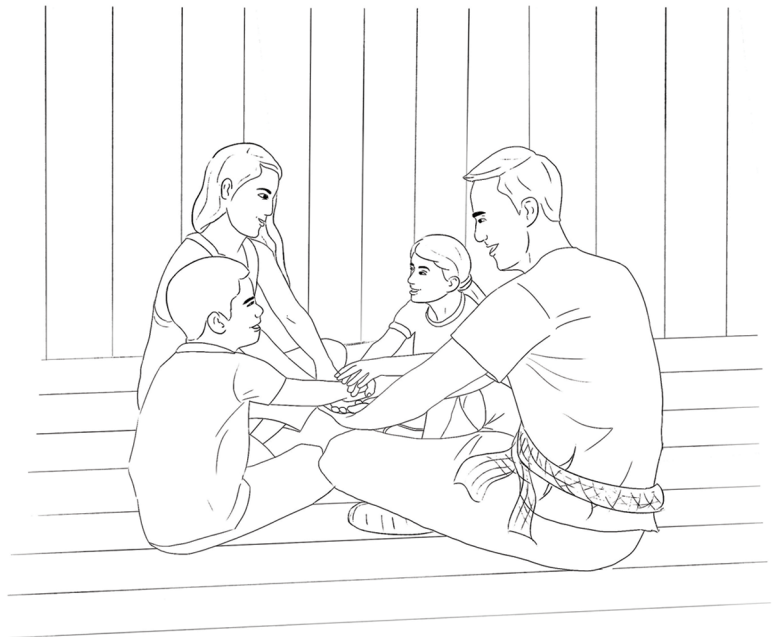
- ទម្លាប់មិនល្អ ក្នុងការរស់នៅ (ឧទាហរណ៍៖ ការញ្ចាំ ការគេង ការលេង និង ការហាត់ប្រាណ
- កូនមិនមានវិន័យ ចចេសរឺងរូស អាចប្រឈមនឹងការសេពគប់មិត្តភក្តិមិនល្អ និងការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន
- កូនខ្វះភាពកក់ក្តៅ



១.៥. លទ្ធផលនៃការចិញ្ចឹមកូនដោយក្តីស្រឡាញ់ និងអហិង្សា

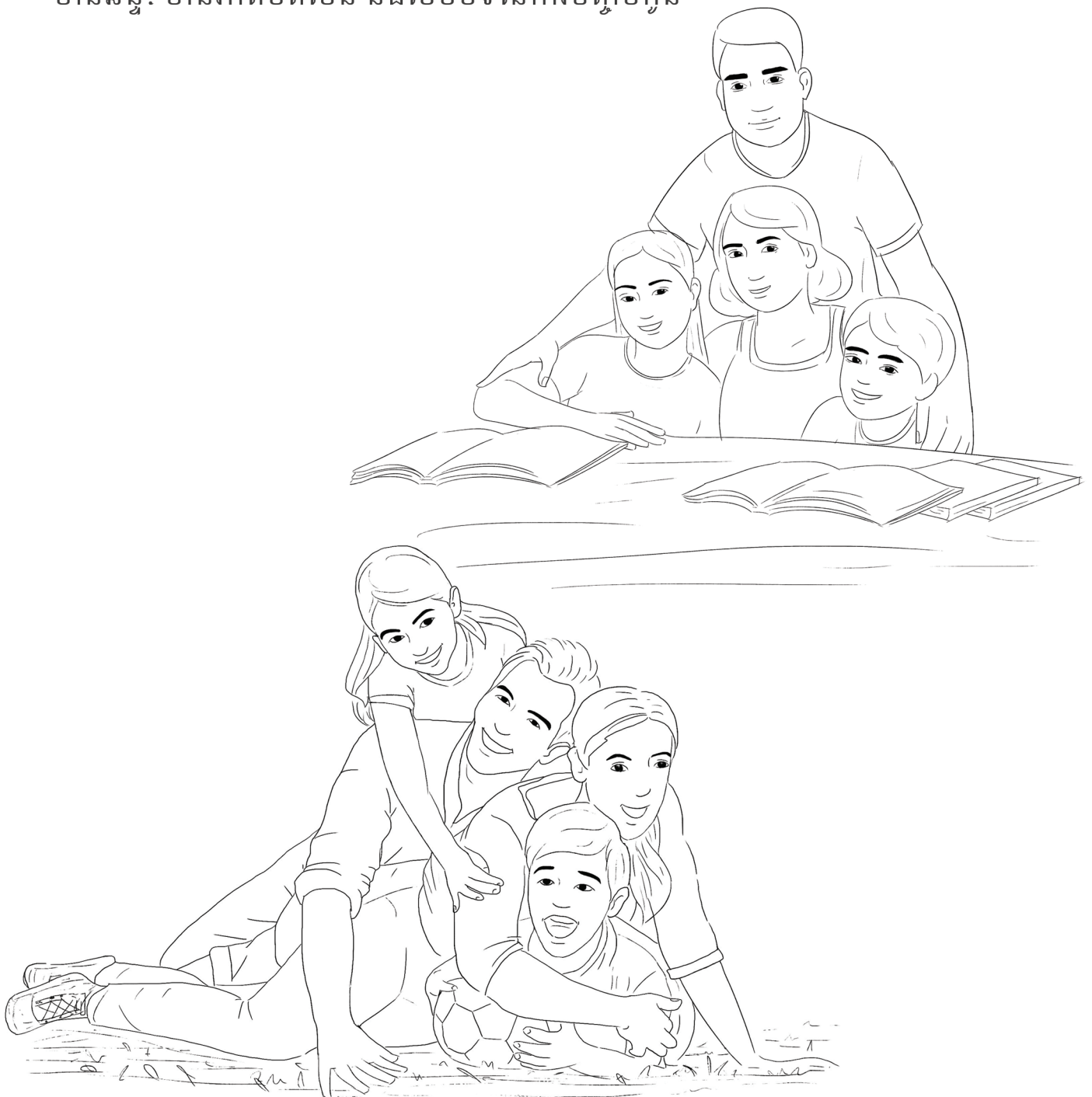
ការចិញ្ចឹមកូនដោយក្តីស្រឡាញ់និង អហិង្សា ផ្តល់ដល់កូននូវ៖

- ផ្តល់ក្តីសង្ឃឹម និង ភាពជោគជ័យ ដល់កូន
- ផ្តល់ភាពអំណត់ និង ជំនាញនៃការដោះស្រាយបញ្ហាដោយសន្តិវិធី តាមរយៈការជួយដោះស្រាយបញ្ហាដែលគេជួបប្រទះ
- មានឱកាសបានបង្រៀនកូន នូវវិធីទំនាក់ទំនងដោយសន្តិវិធី មានវិន័យ និង ច្បាប់ទម្លាប់ល្អ មានហេតុផល ច្បាស់លាស់ក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហា
- បង្កើននូវទំនាក់ទំនងល្អរវាងកូន និងឪពុកម្តាយ ផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ និងក្តីស្រឡាញ់នៅក្នុងគ្រួសារ ដែលផ្តល់នូវទម្លាប់ល្អ ក្នុងការប្រស្រ័យ ទាក់ទងជាមួយអ្នកដទៃ និងមនុស្សក្នុងសង្គម
- ផ្តល់ភាពជាគំរូល្អ តាមរយៈសកម្មភាពផ្ទាល់របស់ខ្លួន



ឪពុកម្តាយគួរចិញ្ចឹមកូនបែបណាដើម្បីពួកគេមានអនាគតល្អ?

- លើកទឹកចិត្តកូនឲ្យគោរពខ្លួនឯង (ការឲ្យតម្លៃខ្លួនឯង)
- កុំព្យាយាមចាប់កំហុសកូន
- ដាក់កម្រិតដែនកំណត់ និង វិន័យគ្រួសារបែបសាមញ្ញៗ
- បង្កើតពេលវេលាសម្រាប់កូន ដើម្បីជួបជុំគ្នា (ញ៉ាំអាហារ ដើរលំហែរកាយជុំគ្នា...)
- ធ្វើជាគំរូល្អដល់កូន និង បង្ហាញក្តីស្រឡាញ់របស់អ្នកដោយគ្មានលក្ខខណ្ឌ
- បង្កើនទំនាក់ទំនងក្នុងគ្រួសារកាន់តែល្អប្រសើរ
- មានឆន្ទៈ មានភាពបត់បែន និងបែបបទនៃការចិញ្ចឹមកូន



២. ទំនាក់ទំនង និង ការអភិវឌ្ឍន៍គ្រួសារ

២.១. គ្រួសារ

គ្រួសារសំដៅដល់ក្រុមមនុស្ស រស់នៅក្នុងកំរិតជាសាច់ញាតិ ទោះបី ជាសាច់ឈាម ផ្ទាល់តាមរយៈការរៀបការ ឬដោយការស្នើសុំក៏ដោយ។ គ្រួសាររាប់បញ្ចូលទាំងបងប្អូន និង ឪពុកម្តាយ ព្រមទាំង សាច់ញាតិដែលមិនបានទំនាក់ទំនងជាមួយរាល់ថ្ងៃ ដូចជាបងប្អូន ក៏ដោយ។



២.២. ទំនាក់ទំនងគ្រួសារ

គឺជាមធ្យោបាយ ឬវិធីផ្លាស់ប្តូរព័ត៌មានគ្នានៅក្នុងគ្រួសារដែលជាសាច់ញាតិ ទោះបីដោយសាច់ឈាមផ្ទាល់ តាមរយៈការរៀបការ ឬការស្នើសុំក៏ដោយ។ ដូចជាការប្រស្រ័យតាមរយៈពាក្យសំដី ការយកចិត្តទុកដាក់រវាងគ្នានឹងគ្នា ឬវិធីផ្សេងៗរវាងបងប្អូន និង ឪពុកម្តាយព្រមទាំងសាច់ញាតិ នៃគ្រួសារ។

ក្នុងគ្រួសារមានទំនាក់ទំនងល្អ កូនៗគឺទទួលបានការចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សា ការគោរព និងការបណ្តុះបណ្តាលយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់បណ្តាលឲ្យកូនៗលូតលាស់ល្អប្រសើរ។ សមាជិកនៃគ្រួសារទាំងអស់ បានចែករំលែកនិង ចូលរួមរក្សាចំណងទាក់ទងគ្នាឲ្យបានល្អប្រពៃ ក្នុងគោលដៅរួម គឺអភិវឌ្ឍន៍គ្រួសារឲ្យបានរីកចម្រើន ។

តើត្រូវធ្វើបែបណាឲ្យគ្រួសារមានទំនាក់ទំនងល្អនឹងគ្នា?

គន្លឹះនៃទំនាក់ទំនងគ្រួសារល្អ៖

១. ជំរុញអោយកូនៗចូលរួមញ៉ាំអាហារជាមួយគ្នា
២. បង្កើតឱកាសជជែកគ្នាក្នុងគ្រួសារ ឪពុកម្តាយគួរតែចំណាយពេលជាមួយកូនៗដើម្បីជជែកជាមួយពួកគេ
៣. បង្កើតទម្លាប់ប្រពៃណីក្នុងគ្រួសារ ដូចជាលេងភ្លេង មើលភាពយន្តពេលយប់ ហាត់កីឡា ជាមួយគ្នា
៤. ប្រើប្រាស់បច្ចេកវិទ្យាជាប្រយោជន៍ក្នុងការទំនាក់ទំនងគ្នា
៥. ការជួបជុំគ្នាញ៉ាំអាហារក្រៅផ្ទះជាមួយកូនៗ
៦. ដំណើរកំសាន្តជួបជុំគ្រួសារ
៧. ស្តាប់កូនអោយបានច្រើន



២.៣. ផែនការគ្រួសារ

ជាការអនុវត្តន៍វិធីមិនអោយមានកូនដោយមិនបានព្រៀងទុក ដើម្បីកំណត់ចំនួនកូននៅក្នុងគ្រួសារ។ ការអនុវត្តន៍ផែនការគ្រួសារ(ពន្យាកំណើត)ក្នុងការកំណត់ចំនួនកូនដែលចង់បាន។ គោលបំណង គឺចៀសវាងការផ្តល់កំណើតកូនដោយមិនសមតាមបំណង និងកាលៈទេសៈ និងស្ថានភាពរបស់ខ្លួន ហើយជួយឲ្យសុខភាពម្តាយ និងទារកបានល្អប្រសើរ។



ហេតុអ្វីបានជាត្រូវបង្កើតផែនការគ្រួសារ?

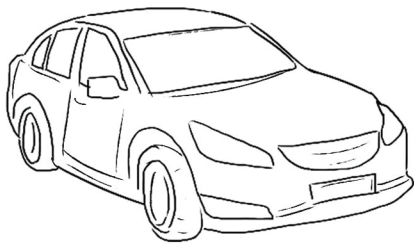
ផែនការគ្រួសារមានសារៈសំខាន់ដូចតទៅ៖

- ជួយគ្រួសារ/ប្តីប្រពន្ធ ក្នុងការពិភាក្សាអំពីផែនការផ្តល់កំណើតកូនតាមប្រាថ្នា
- មានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ថែរក្សាគ្រួសារបើសិនសម្រេចចិត្តមានកូន
- កាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការស្លាប់របស់មាតា និង ទារក
- មានកូនតាមបំណង ធ្វើឲ្យប្តីប្រពន្ធអាចថែទាំកូនបានល្អ
- គ្រួសារមានសុភមង្គលនិងមានលំនឹងគ្រួសារ
- ប្តីប្រពន្ធ ប្រព្រឹត្តចំពោះគ្នាដោយការគោរព និងមិនមានអំពើហិង្សា



២.៤. ផែនការថវិកាគ្រួសារ

ការលែងចាត់ចែងថវិកាអាចជួយអ្នកនិងគ្រួសាររបស់អ្នក ចាប់ផ្តើមជំហានដំបូងក្នុងការគ្រប់គ្រងថវិកា វាជួយអ្នកឱ្យរួចផុតពីបំណុលទៀតផង។ ហើយអ្នកនឹងងាយស្រួលក្នុងការគ្រប់គ្រងការចំណាយថវិកា ដោយមិនចាំបាច់ខាតពេលវេលាច្រើនបារម្ភពីថវិការបស់អ្នក។



ហេតុអ្វីបានជាគ្រួសារនីមួយៗត្រូវមានផែនការគ្រប់គ្រងថវិកា?

ការបង្កើតផែនការថវិកា ជួយឲ្យគ្រួសារមានលំនឹងសេដ្ឋកិច្ច និងជីវភាពធូរធារ ដូចជា៖

- ជួយកំណត់ការចំណាយច្បាស់លាស់ ប្រកបដោយភាព វ័យឆ្លាត សម្រេចគោលដៅរួម ឬក្តីស្រមៃរបស់គ្រួសារ
- ជួយអោយមានការសន្សំសំចៃចំពោះការចំណាយដែលមិនចាំបាច់ចៀសវាងនូវវិបត្តិ សេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារ
- ចាត់ចែងថវិកាបម្រុងសម្រាប់ចំណាយដែលកើតឡើងដោយមិនបានដឹងមុន (ដូចជា ការជួសជុល ការព្យាបាល គ្រោះថ្នាក់ចៃដន្យ ឬហានិភ័យផ្សេងៗ)
- អាចជួយឲ្យគ្រួសារជៀសផុតពីស្ថានភាពជំពាក់បំណុល
- អាចជៀសផុតពីជម្លោះក្នុងគ្រួសារ អំពីបញ្ហាចាយវាយ
- ជួយអោយមានថវិកាសម្រាប់កូនរៀន
- ជាទំលាប់ជាគំរូដល់កូនទាក់ទងនឹងការចាយវាយលុយកាក់

វិធីចាត់ចែងថវិកាក្នុងគ្រួសារ៖

- ត្រូវប្រកាន់គោលការណ៍មូលដ្ឋាន ច្បាស់លាស់ គឺ “ចំណាយតិចជាងចំណូល
- ត្រូវកំណត់គោលដៅនៃការចំណាយអោយបានច្បាស់លាស់
- ធ្វើគម្រោង រាល់មុនពេលធ្វើការចំណាយ
- មុននឹងចំណាយទិញអ្វីមួយត្រូវសួរខ្លួនឯងថាតើវាជាតម្រូវការ ឬក៏គ្រាន់តែជាការចង់បាន
- មានផែនការសន្សំដើម្បីសម្រេចគោលបំណង និងក្តីស្រមៃ
- ត្រូវចេះធ្វើផែនការថវិកាដើម្បីការពារហានិភ័យផ្សេងៗ និងកាត់បន្ថយការចំណាយ ដែលមិនបានគិតទុកមុន (ព្រៀងទុក)
- ត្រូវបង្កើតទំលាប់ល្អៗដែលនាំអោយមានសុខភាពល្អ ដើម្បីជៀសផុតពីការចំណាយ ទៅលើបញ្ហាផ្សេងៗដូចជាសុខភាព ផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត
- កត់ត្រាជាប្រចាំរាល់ ប្រាក់ចំណូល និង ការចំណាយ ព្រមទាំងប្រាក់ជំពាក់បំណុលគេ

- ត្រួតពិនិត្យមើលបញ្ជីប្រាក់ខែ បញ្ជីចំណូល ផលប្រយោជន៍ផ្សេងៗ រីក៏យប័ត្រចំណាយ របាយការណ៍ធនាគារ កាតតណទានផ្សេងៗ ដើម្បីប្រៀបធៀបពីមួយខែទៅមួយខែ ក្នុងគោលបំណង កាត់បន្ថយចំណាយ
- សរុបសេចក្តីមកត្រូវមានផែនការចាយវាយថវិកាច្បាស់លាស់



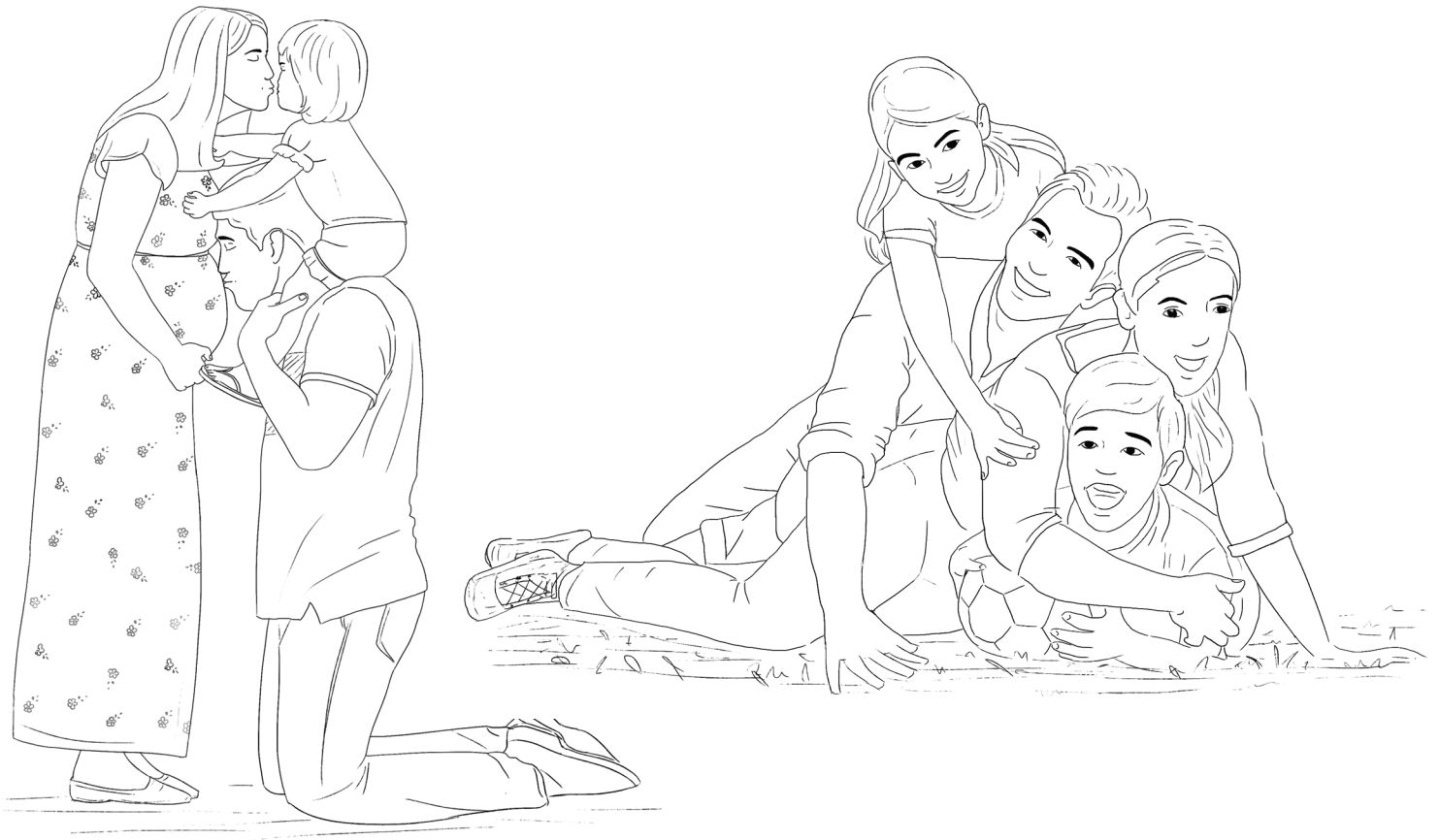
៣. កាតព្វកិច្ច ឪពុកម្តាយ និង ភារកិច្ចកូន

តើនរណាខ្លះដែលមានតួនាទីជួយការងារក្នុងគ្រួសារ?

ការងារក្នុងគ្រួសារជាភារកិច្ចនៃសមាជិកទាំងអស់ហេតុនេះឪពុកម្តាយត្រូវបង្រៀនកូនឲ្យចេះទទួលខុសត្រូវកិច្ចការក្នុងផ្ទះមិនថាកូនស្រីឬកូនប្រុសការងារទាំងឡាយកូនអាចធ្វើបានដែលសមស្របទៅតាមអាយុ និងសមត្ថភាពរបស់ពួកគេ។

- សមាជិកម្នាក់គួរតែទទួលខុសត្រូវតាមតួនាទី កាតព្វកិច្ច សមត្ថភាព និងលទ្ធភាពរបស់ខ្លួន
- ឪពុកនិង ម្តាយ អាចធ្វើការរកចំណូលដូចគ្នា ការជួយគ្នា ធ្វើឲ្យជីវភាពគ្រួសារបានល្អប្រសើរ ព្រោះយើងជាអ្នកបង្កើតគ្រួសារឡើង ហេតុនេះយើងត្រូវតែជាអ្នកទទួលខុសត្រូវទាំងអស់គ្នា មិនថាបុរស ឬស្រី ប្តីឬប្រពន្ធនោះទេ
- មិនមានឯកសារ ឬច្បាប់ណាបានកំណត់ថាការងារក្នុងផ្ទះជារបស់អ្នកណាម្នាក់ ដែលត្រូវតែទទួលខុសត្រូវទេ
- កូនៗជាសមាជិកគ្រួសារ ជាចំណែកនៃគ្រួសារ ត្រូវមានភារកិច្ចចូលរួមជួយរំលែកការងារមួយចំនួនទៅតាមលទ្ធភាពរបស់ខ្លួន តាមវ័យ និងសមត្ថភាពរបស់ខ្លួន ជាពិសេស វាជាឱកាសនៃការរៀនសូត្រពីបទពិសោធន៍នៃបំណិនជីវិតផងដែរ។
- សមាជិកគ្រួសារសកម្មចូលរួម ធ្វើឲ្យជីវភាពធូរធារ គ្រួសារមានសុភមង្គលហើយកូនៗមានអនាគត បានល្អប្រសើរ។





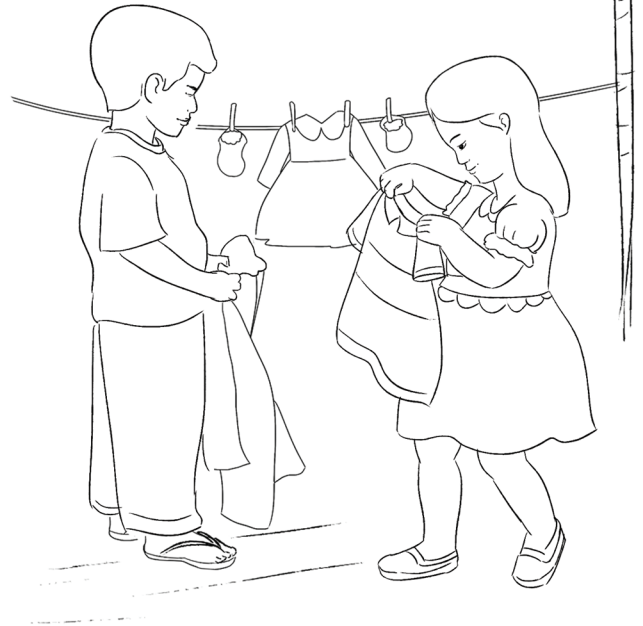
៣.១. ភាគពូកិច្ចឪពុកម្តាយ

- ផ្តល់កំណើត ចិញ្ចឹមបីបាច់ ផ្គត់ផ្គង់ទៅក្តីស្រឡាញ់ និងភាពកក់ក្តៅតាមតម្រូវការកូនស្របតាមលទ្ធភាពរបស់ខ្លួន
- អប់រំ ប្រៀនប្រដៅកូនអំពីគុណធម៌ គុណតម្លៃ និងផ្តល់ឱកាសចូលរួមការងារសង្គម
- ផ្តល់ឱកាសក្នុងការអភិវឌ្ឍន៍សមត្ថភាពទាំងវាចា ផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ក្នុងគោលបំណងឲ្យកូនក្លាយជាមនុស្សល្អក្នុងសង្គមឲ្យក្លាយជាធនធានមនុស្សដែលមានគុណភាពដែលជាប្រយោជន៍ដល់សង្គមទាំងមូល។

៣.២. ភារកិច្ចកូន

- ប្រឹងប្រែងរៀនសូត្រ អោយបានខ្ពង់ខ្ពស់ ដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍សមត្ថភាពរបស់ខ្លួនទៅអនាគត
- ត្រូវរៀនពីបំណិនជីវិតផ្សេងៗ ដើម្បីក្លាយខ្លួនជាមនុស្សឯករាជ្យ និងត្រៀមខ្លួនកសាងជីវិតគ្រួសារនៅពេលអនាគតដោយខ្លួនឯង ដូចជា ការលេងកីឡា លេងកំសាន្ត ថែទាំខ្លួន ងូតទឹក ស្លៀកពាក់ បោកខោអាវ បោសសំអាតផ្ទះ ជួយមើល ម្ហូប ទៅផ្សារ ចំអិនអាហារ ដេរខោអាវ លាងចាន ជូនម្ហូបទៅសាលាជាដើម។

- ការជួយរំលែកបន្ទុកឪពុកម្តាយត្រូវស្វែងយល់បន្ថែមអំពីអ្វីនៅជុំវិញខ្លួនដើម្បីផ្តល់ឱកាសឲ្យខ្លួនឯងបានស្វែងយល់ការងារសង្គម និង ការអភិវឌ្ឍន៍ខ្លួន។

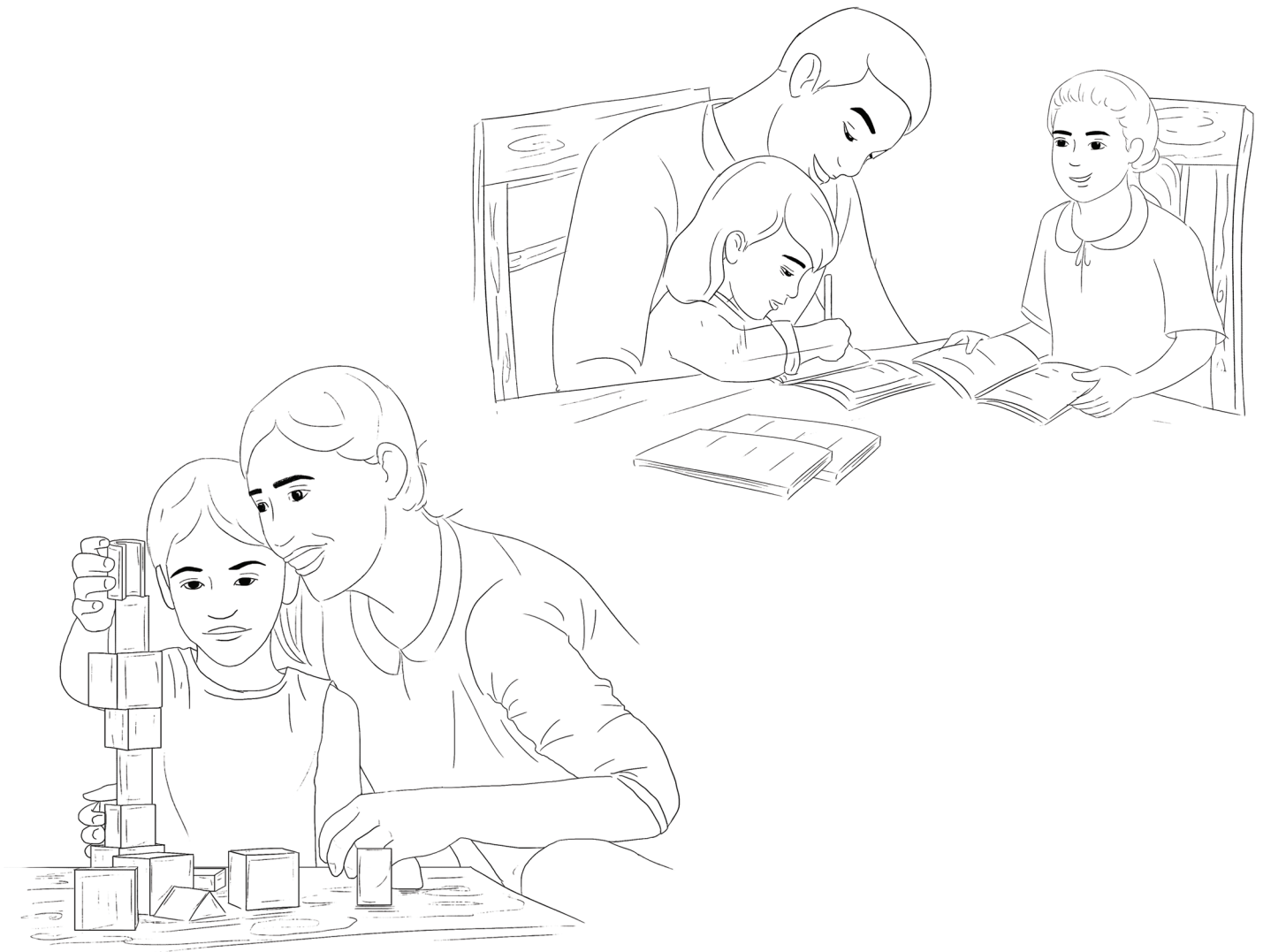


៣.៣. ការប្រើប្រាស់របស់កូន

អ្វីដែលកូនៗត្រូវការបំផុតពីឪពុកម្តាយ គឺ៖

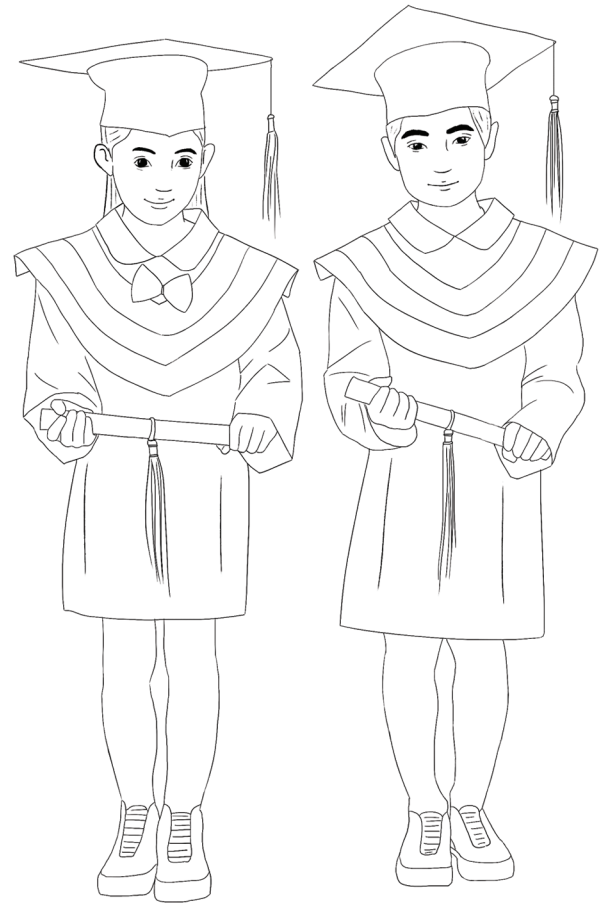
- ចង់បានក្តីស្រឡាញ់ ការថែទាំ យកចិត្តទុកដាក់ពីឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល និងអ្នកថែទាំ ដើម្បីពួកគេមានភាពកក់ក្តៅ មានទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង

- ការលូតលាស់របស់កូនអ្នកមិនគ្រាន់តែទាក់ទងនឹងអាហារដែលពួកគេញ៉ាំ និងការធ្វើលំហាត់ប្រាណប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែសេចក្តីស្រឡាញ់ជាតម្រូវការសំខាន់បំផុតសម្រាប់ពួកគេ ក្តីស្រឡាញ់ ធ្វើអោយខួរក្បាលកុមារលូតលាស់បានល្អ។



៣.៤. សេចក្តីរំពឹងទុករបស់ឪពុកម្តាយ

ជាទូទៅឪពុកម្តាយ តែងតែរំពឹងចង់ឲ្យកូនៗរបស់ខ្លួន មានការរីកចំរើនលូតលាស់ ទាំងផ្លូវកាយ ផ្លូវចិត្ត ប្រាជ្ញាស្មារតី និងចំណេះដឹង មានជំនឿចិត្តលើខ្លួនឯង មានការគិតជាវិជ្ជមាន និងក្លាយជាបុគ្គលដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិប្រពៃ ទាំងចំណេះដឹង និងគុណធម៌ដែលជាប្រយោជន៍ដល់ គ្រួសារ និងសង្គម។



សេចក្តីរំពឹងទុកដែលឪពុកម្តាយជាទូទៅ ចង់បានមានដូចជា៖

- សុភមង្គលរបស់កូន ជាបំណងប្រាថ្នាសំខាន់ និង ធំបំផុត
- ចូលរួមធ្វើកិច្ចការផ្ទះ ព្រោះកូនជាចំណែកសំខាន់ក្នុងគ្រួសារត្រូវរៀនពីសកម្មភាពនៃ ជីវភាពប្រចាំថ្ងៃ និងរៀនទទួលខុសត្រូវការងារក្នុងគ្រួសារ (ជាបំណិនជីវិតដូចជាចំអិនអាហារ)
- ចៀសវាងការសេពគប់មិត្តមិនល្អចង់ឲ្យកូនរបស់ខ្លួនចេះជ្រើសរើសការរាប់អានមិត្តដែល ល្អ ទាំងនៅក្នុងការសិក្សា និង ចូលរួមការងារសង្គម
- មានដៃគូជីវិតល្អ
- មានឥរិយាបថល្អ និង ចេះគោរពចាស់ទុំក្នុងគ្រួសារ
- មានការងារល្អ ដែលកូនអាចរស់ដោយខ្លួនឯងបាន
- មានការសិក្សាខ្ពស់
- ភាពស្អាតនិងមានរបៀបរៀបរយនៅក្នុងផ្ទះ ធ្វើឲ្យកូនមានសុខភាពល្អ ជាអ្វីដែលឪពុក ម្តាយចង់បាន

ផលវិបាកនៃការអប់រំអវិជ្ជមាន៖

ឪពុកម្តាយ អាណាព្យាបាល ឬអ្នកថែទាំ មិនគួរគ្រាន់តែប្រាប់កូនឲ្យធ្វើអ្វីៗ ដោយការដេរស្តីបន្ទោស ឬកែតម្រូវ នោះកូននឹងមានអារម្មណ៍ ឯកោ គ្មានតម្លៃ និងខ្លាចក្នុងការចែករំលែកព័ត៌មាន ដែលជាហេតុនាំឲ្យកូន ឬសមាជិកគ្រួសារដទៃទៀត គិតថា ពួកគេមិនមានអ្នកដែលគាត់ត្រូវប្រាប់អំពីបញ្ហាដែលគាត់ជួបប្រទះទាំងនៅក្នុងគ្រួសារ និង ក្នុងសហគមន៍នោះទេ។

ឪពុកម្តាយ ជាគំរូល្អដល់កូន ដំបូងគេបំផុត
បន្ទាប់ពីសហគមន៍ និងសង្គមជាតិ

ភាពជោគជ័យរបស់កូន គឺបានមកពីការអប់រំ
ទាំងក្នុងសាលា គ្រួសារ សង្គម និង
ការខិតខំប្រែងរបស់កូនផ្ទាល់

សង្គមមួយអភិវឌ្ឍន៍បាន នៅពេលដែល
សមាជិកប្រកបដោយ
គុណភាព គុណធម៌ និង គុណតម្លៃ

ឯកសារយោង

- ឧបករណ៍សកល(កម្រិត១)នៃ យុទ្ធសាស្ត្រស្តីពី ការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមាន ឆ្នាំ២០១៧
- យុទ្ធសាស្ត្រស្តីពីការចិញ្ចឹមកូនបែបវិជ្ជមានរបស់ក្រសួងកិច្ចការនារីឆ្នាំ២០១៧-២០២១
- Attachment Theory and Impact by Sotheary Yim: Step to Develop Children:
<https://kidshealth.org/en/parents/nine-steps.html>
- Culture Atlas Cambodia: <https://culturalatlas.sbs.com.au/cambodian-culture/family-e9224d16-17e5-48c1-82b3-b270dca7632e>
- Parent-Child Relationship- Why it's important: <https://www.parenting-ni.org/blog/parent-child-relationship-why-its-important/>
- The Role of Parents: <https://www.pbs.org/parents/thrive/the-role-of-parents>
- The Most Important Thing Children Need is Just Love: <https://www.mother.ly/parenting/the-most-important-thing-children-need-is-just-love>

មូលនិធិហេនរេចមូល – ការិយាល័យប្រចាំ ប្រទេសកម្ពុជា

ផ្ទះលេខ ៨ ផ្លូវលេខ ៤៧៦ សង្កាត់ទួលទំពូងទី ១ ខណ្ឌចំការមន រាជធានីភ្នំពេញ
កម្ពុជា ប្រអប់សំបុត្រ៖ ១៤៣៦ លេខទូរស័ព្ទ៖ +៨៥៥(០)២៣ ២១០ ៥៣៥

អ៊ីម៉ែល៖ info@kh.boell.org គេហទំព័រ៖ <http://kh.boell.org>

តាមយើងនៅលើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គម៖

Facebook: <https://www.facebook.com/boellkh>,

Twitter: <https://twitter.com/boellkh>

អង្គការមជ្ឈមណ្ឌលធនធានស្ត្រី

ផ្ទះលេខ ៦៤៧ ក្រុមទី ០១ ភូមិ វិហារចិន សង្កាត់ស្វាយដង្គំ ខេត្ត/ក្រុង សៀមរាប
ប្រទេសកម្ពុជា, លេខទូរស័ព្ទ៖ ០៩២ ៣៧៣ ៦៩៣

អ៊ីម៉ែល៖ info@wrccambodia.org គេហទំព័រ៖ www.wrccambodia.org

តាមយើងនៅលើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គម៖

<https://www.facebook.com/wrccambodia>