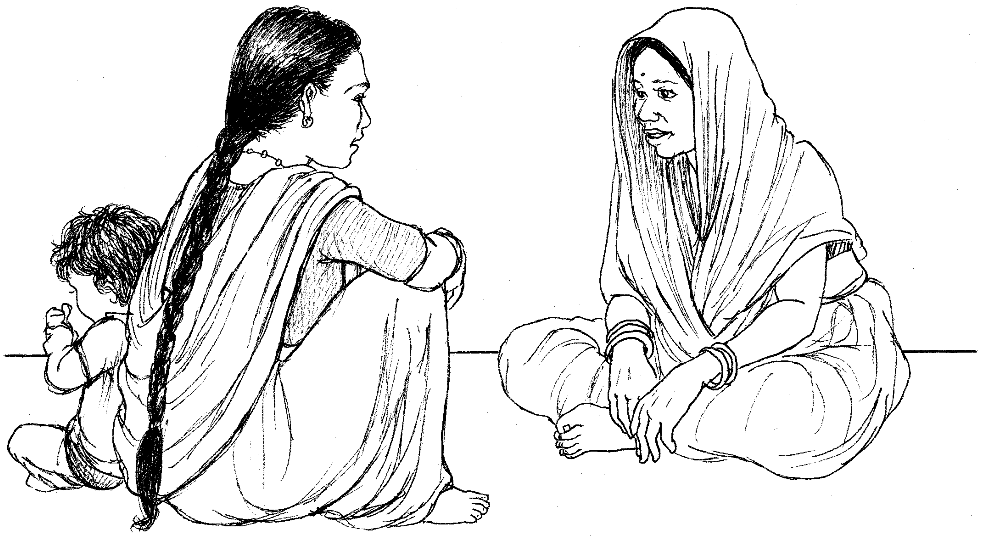
ជំពូកទី ១៥

ការគាំទ្រចំពោះឪពុកម្តាយ និង អ្នកថែទាំកុមារ



ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ និងអ្នកថែទាំកុមារតូចដែលពិការភ្នែក អ្នកត្រូវការការគាំទ្រ និងព័ត៌មានដែលមានប្រយោជន៍ចំពោះក្រុមគ្រួសារអ្នក និងសហគមន៍របស់អ្នក ។ ទោះបីជាក្រុមគ្រួសារនានា និងសហគមន៍ទាំងឡាយនៅជុំវិញពិភពលោកនេះមានការខុសប្លែកពីគ្នាក្តី ក៏ឧបសគ្គជាច្រើននៃការថែទាំកុមារពិការភ្នែក ឬ កុមារដែលមិនអាចមើលឃើញច្បាស់កើតមានដូចគ្នា ទោះបីជាអ្នករស់នៅទីណាក៏ដោយ ។ ជំពូកនេះរៀបរាប់អំពី "នៅទីកន្លែងខុសគ្នាទាំងឡាយ តើមានក្រុមគ្រួសារច្រើនយ៉ាងណា :-

- តើក្រុមគ្រួសារទាំងនោះមានអារម្មណ៍យ៉ាងណា នៅពេលពួកគាត់ដឹងថាកូនរបស់គាត់ពិការភ្នែក ឬ មិនអាចមើលឃើញច្បាស់?
- ចូរលៃលកដោះស្រាយជាមួយនឹងការទទួលខុសត្រូវបន្ថែមចំពោះការមានកូនពិការភ្នែកម្នាក់ ។
- ចូលរួមជាមួយគ្នាដើម្បីគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមកនិងធ្វើឱ្យជីវិតរស់នៅរបស់កូនពិការភ្នែកបានប្រសើរឡើង ។
- ធ្វើការជាក្រុមរួមគ្នាដើម្បីធ្វើឱ្យសហគមន៍របស់ពួកគាត់គាំទ្រកុមារពិការ ។

ព័ត៌មាននៅក្នុងជំពូកនេះ គឺសំរាប់ឱ្យអ្នកយកទៅកែសម្រួលសំរាប់អនុវត្តក្នុងក្រុមគ្រួសារ និងសហគមន៍របស់អ្នកដូចជា ព័ត៌មានទាំងឡាយនៅក្នុងសៀវភៅនេះដែរ ។

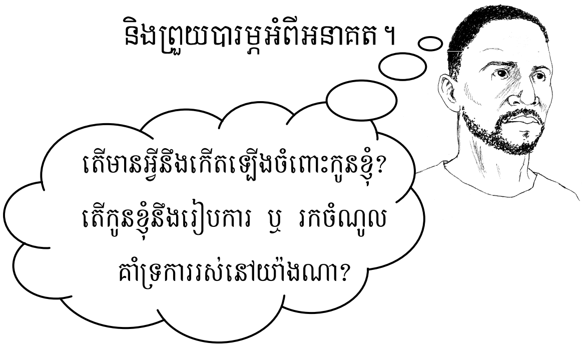
នៅពេលណាដែលអ្នកដឹងជាលើកដំបូងថា កូនមិនអាចមើលឃើញច្បាស់

ការដឹងថាកូនមិនអាចមើលឃើញច្បាស់ ឬ ពិការភ្នែក ជាដំណឹងមិនសប្បាយចិត្តយ៉ាងខ្លាំងចំពោះឪពុកម្តាយ និង ក្រុមគ្រួសារ ។ វាជារឿងធម្មតាដែលអ្នកមានអារម្មណ៍តូចចិត្តដោយសារដំណឹងពិការភាពរបស់កូន ហើយអ្នកនឹងមានការ រំជួលចិត្តប្លែកៗនៅអំឡុងខែបន្តបន្ទាប់ខាងមុខទៀត ។ អ្នកនិងក្រុមគ្រួសារអាចមានអារម្មណ៍ :-

- ព្រួយចិត្តអំពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ។

- ការបដិសេធ (មិនព្រមជឿថាកូនអ្នកនឹងមើលឃើញ មិនច្បាស់ដូចកុមារដទៃទៀយ) ។

- ខ្លាច តើការមើលមិនឃើញនោះយ៉ាងណាទៅ និងព្រួយបារម្ភអំពីអនាគត ។



- ប្រហែលអនុភាពនៃទោសកំហុសណាមួយដែល អ្នកបានបង្កពីមុន ទើបបណ្តាលឱ្យមានពិការភ្នែក ។

- សោកសៅខ្លាំង រកតែធ្វើអ្វីមិនកើតទាល់ សោះ ឬ គ្មានអារម្មណ៍ក្នុងខ្លួនទាល់តែសោះ (ធ្លាក់ទឹកចិត្ត) ។

- ខឹងនូវអ្វីដែលបានកើតឡើង ។

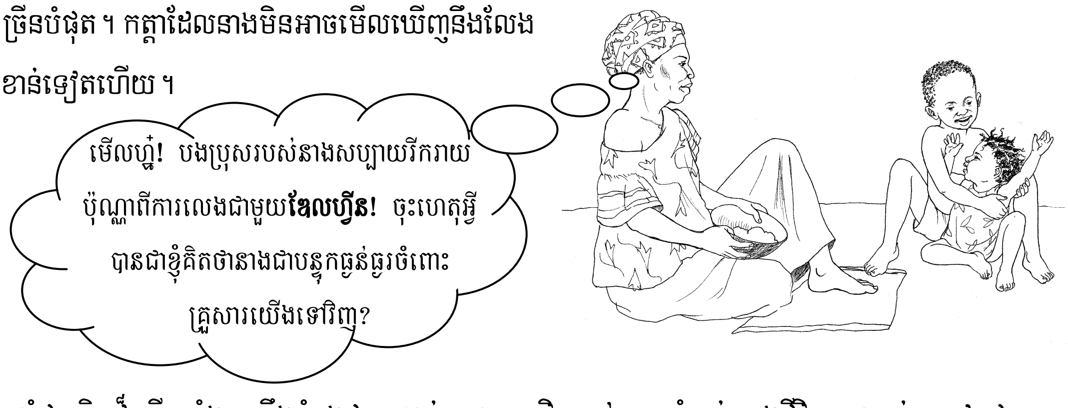
- ភាពឯកោ ។

- អាម៉ាស់ដោយមានកូនពិការ ។

ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ អ្នកនឹងបានធូរស្បើយក្នុងចិត្តដោយបានដឹងពីការរំជួលចិត្តខ្លាំងទាំងនេះ ហើយអាចជួយអ្នកឱ្យចេះលៃលកដោះស្រាយ និងអាចជួយឱ្យអ្នកចាប់ផ្តើមធ្វើសកម្មភាពជួយកូនអ្នកក្នុងពេលតែមួយ ។ ឧទាហរណ៍ ការបដិសេធអាចទប់ទល់អ្នកពីការវង្វេងស្លុងក្នុងចិត្ត ចំពោះការផ្លាស់ប្តូរមួយប៉ព្រិចភ្នែកនៅក្នុងជីវិតរបស់អ្នក ។ ឪពុកម្តាយខ្លះមានប្រសាសន៍ថា ការខឹង ឬកង្វល់ក្នុងចិត្តបានផ្តល់កំលាំងចិត្តដល់ពួកគាត់ ដើម្បីជួយកូនគាត់ និងឈានទៅជួយក្រុមគ្រួសារដែលមានកូនពិការដទៃទៀត ។

អ្នកនិងដៃគូ/ប្តី និងក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នកប្រហែលមានការរំជួលចិត្តខ្លះៗ និងមានប្រតិកម្មចំពោះការរំជួលចិត្តទាំងនេះខុសពីគ្នា ។ វាជាការប្រសើរបំផុតដែលមនុស្សម្នាក់ៗសំដែងការរំជួលចិត្តទៅតាមវិធីរបស់ខ្លួនផ្ទាល់ដោយគ្មាននរណារិះគន់វិនិច្ឆ័យទោស ។

ការរំជួលចិត្តទាំងនេះនឹងថយចុះបន្តិចម្តងៗ មិនសូវខ្លាំងដូចមុន ។ ការឆ្លងកាត់ពេលវេលាដែលកន្លងទៅ អ្នកនឹងចាប់ផ្តើមដឹងថា កូនអ្នកមានតម្រូវការអំពីសេចក្តីស្រឡាញ់, សីលធម៌, ការថ្នាក់ថ្នម, វិន័យ និង ការអប់រំដូចកុមារឯទៀតអញ្ចឹងដែរ ។ ក៏ដូចជាកុមារទាំងអស់ដែរ នាងនឹងតបស្នងមកអ្នកវិញនូវការគាំទ្រ, សេចក្តីស្រឡាញ់, និង ភាពសប្បាយរីករាយយ៉ាងច្រើនបំផុត ។ កត្តាដែលនាងមិនអាចមើលឃើញនឹងលែងជាករណីសំខាន់ទៀតហើយ ។



ការរំជួលចិត្តដ៏ច្រើនទាំងនេះនឹងទំនងជាត្រឡប់មករកអ្នកវិញនៅពេលសំខាន់ៗក្នុងជីវិតកូនរបស់អ្នក ដូចជាពេលនាងចាប់ផ្តើមទៅសាលារៀន ។ ជាការពិតដែលការរំជួលចិត្តទាំងនេះនឹងត្រឡប់មករកអ្នកវិញ នោះមិនមានន័យថាមានអ្វីមួយខុសឆ្គងឡើយ ។ វាគ្រាន់តែមានន័យថា អ្នកត្រូវឆ្លងកាត់រយៈពេលមួយទៀតនៃការព្រមទទួលយកការពិតអំពីភាពពិការរបស់កូន និងទទួលស្គាល់នាងនៅក្នុងចិត្តរបស់អ្នក ។ តាមធម្មតាការរំជួលចិត្តទាំងនេះនឹងមិនសូវខ្លាំងដូចពេលដែលអ្នកជួបប្រទះលើកដំបូងឡើយ ។

ការគ្រប់គ្រងភាពតានតឹងនៃការថែទាំ

ឪពុកម្តាយនិងអ្នកថែទាំគ្រប់រូបត្រូវការស្វែងរកវិធីនានាដើម្បីគ្រប់គ្រងភាពតានតឹង ។ ឪពុកម្តាយនិងសមាជិកគ្រួសារដទៃទៀតខិតខំធ្វើការយ៉ាងខ្លាំងចំពោះការថែទាំកុមារតូចៗ ។

បើកូនម្នាក់ក្នុងចំណោមកូនទាំងអស់របស់អ្នកមិនអាចមើលឃើញច្បាស់ ឬ ពិការភ្នែក នោះអ្នកមានកិច្ចការជាច្រើនត្រូវធ្វើបន្ថែមទៀត ។

ក្រៅពីការថែទាំកូន សមាជិកគ្រួសារក៏ត្រូវការធ្វើជាគ្រូបង្រៀនផងដែរដើម្បីជួយកូនៗរបស់ពួកគេរៀនសូត្រនូវអ្វីដែលកុមារដទៃទៀតរៀនតាមរយៈគំហើញ ។

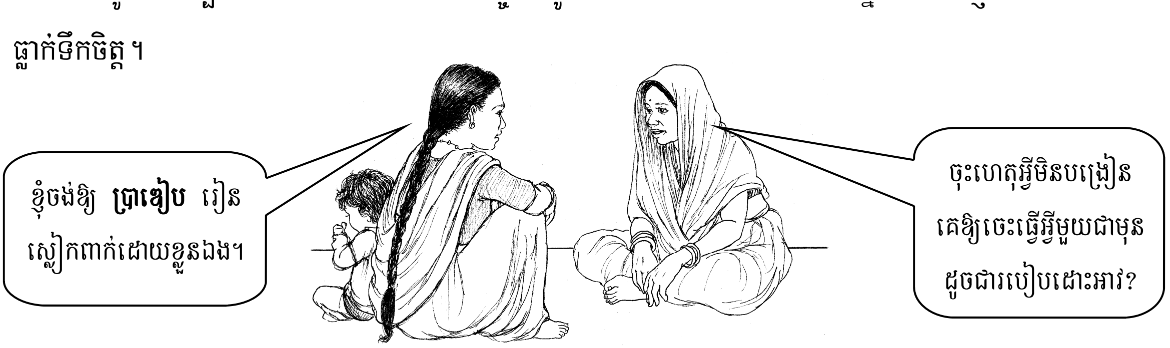
នៅពេលខ្លះវាអាចពិបាកក្នុងការលៃលកដោះស្រាយជាមួយការងារបន្ថែមរបស់គេ ។ នេះគឺជាយោបល់ខ្លះៗពីក្រុមគ្រួសារទាំងឡាយអំពីវិធីខុសៗគ្នាដែលបានជួយឱ្យពួកគាត់គ្រប់គ្រងភាពតានតឹងទាំងនោះ :-

ការបង្ហាញនូវភាពប្រាកដនិយម (ត្រូវធ្វើឱ្យសមហេតុផល)

ចូរព្យាយាមធ្វើឱ្យសមហេតុផលថាតើអ្នក និងអ្នកឯទៀតចំណាយពេលប៉ុន្មានដើម្បីធ្វើកិច្ចការជាមួយកូនអ្នក ។

ចូរសាកល្បងកែសម្រួលសកម្មភាពទាំងឡាយឱ្យសមស្រប ហើយងាយអនុវត្តនៅក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក និងចំណាយពេលតិច ។

ចូរសាកល្បងបែងចែកការងារធំទៅជាកិច្ចការតូចៗ ហើយងាយ ។ តាមវិធីនេះអ្នកនឹងឃើញការរីកចំរើន និងមិនធ្លាក់ទឹកចិត្ត ។



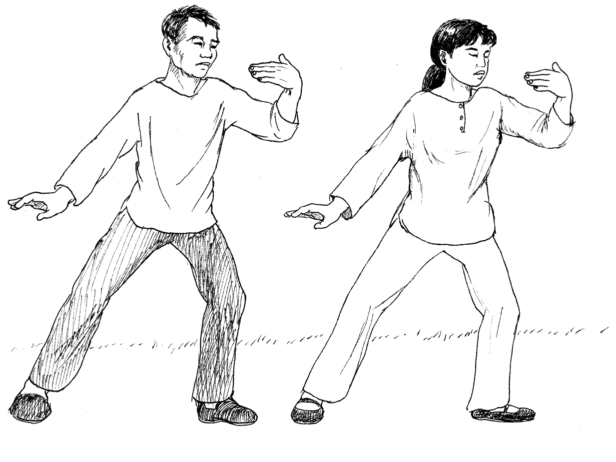
ការគាំពារចំពោះខ្លួនអ្នក

មនុស្សគ្រប់គ្នាត្រូវការពេលសម្រាកម្តងម្កាលសំរាប់ខ្លួនឯង ។ ប៉ុន្តែជារឿយៗឪពុកម្តាយមិនបានឆ្លៀតសម្រាកឡើយ ពីព្រោះពួកគាត់មានការងារយ៉ាងច្រើនត្រូវធ្វើ ។ បើសិនជាអ្នកមានអារម្មណ៍មិនល្អដោយនឿយហត់ខ្លាំង នោះអ្នកមិនអាចជួយកូនអ្នកបានឡើយ ។

ដើម្បីជួយខ្លួនឯងឱ្យបានធូរស្បើយពីការនឿយហត់ ចូរដកដង្ហើមវែងៗហើយយឺតៗឱ្យបានច្រើនដង ។ ចូរសាកល្បងកុំគិតពីអ្វីទាំងអស់ដែលអ្នកត្រូវធ្វើមួយសន្ទុះប៉ុណ្ណោះ ។

ការសមាធិ

នៅតាមបណ្តាសហគមន៍ទាំងឡាយមានការអភិវឌ្ឍផ្នែកជំនឿ និងទំនៀមទម្លាប់ដែលជួយឱ្យរាងកាយនិងចិត្តបានធូរស្បើយ ហើយក៏ដូចជាការកសាងកម្លាំងខាងក្នុងផងដែរ ។ ការអនុវត្តទំនៀមទម្លាប់ទាំងនេះអាចជួយឱ្យអ្នកថែទាំខ្លួនអ្នកបាន ។



ក្បាច់គុណតៃជិ (ការធ្វើចលនារាងកាយ និងសម្រួលដង្ហើមយឺតៗ)

ការជជែកពិភាក្សាជាមួយក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នក

មនុស្សនៅក្នុងគ្រួសារទាំងអស់មានតួនាទីសំខាន់នៅក្នុងជីវិតរបស់កុមារ ។ បុគ្គលម្នាក់ៗដែលថែទាំកុមារមួយរូបជាពិសេសកុមារដែលមានតម្រូវការពិសេស បុគ្គលទាំងនោះអាចមានគំនិតខុសៗគ្នាអំពីវិធីដែលល្អបំផុតក្នុងការចិញ្ចឹមនិងជួយកុមារនោះ ។ វាជាការសំខាន់ចំពោះបុគ្គលទាំងនោះក្នុងការរកពេលជជែកគ្នា ។ ប្រការនេះនឹងជួយអ្នកគ្រប់គ្នាឱ្យយល់ពីអារម្មណ៍របស់គ្នាទៅវិញទៅមក ។ បើនរណាម្នាក់ក្នុងចំណោមអ្នកទាំងអស់មានអារម្មណ៏នឿយហត់ ឬ ធ្លាក់ទឹកចិត្ត អ្នកដទៃទៀតប្រហែលជាអាចជួយបាន ។

ស្នើសុំឱ្យអ្នកដទៃជួយ

អ្នកមិនត្រូវការធ្វើសកម្មភាពទាំងឡាយជាមួយកូនដោយខ្លួនអ្នកផ្ទាល់ឡើយ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាក្នុងក្រុមគ្រួសារអាចជួយបាន ហើយមិត្តភក្តិ និងអ្នកជិតខាងរបស់អ្នកក៏អាចជួយបានដែរ ។ បើអ្នកមានអារម្មណ៏នឿយហត់និងធ្លាក់ទឹកចិត្ត ជារឿយៗវាអាចជួយអ្នកបានដោយគ្រាន់តែនិយាយប្រាប់បុគ្គលណាម្នាក់ ។ ចូរព្យាយាមរកនរណាម្នាក់ដែលអ្នកអាចនិយាយជាមួយបានញឹកញាប់ ។

ចូរនិយាយសំណេះសំណាលជាមួយជនពិការភ្នែកពេញវ័យ ជាមួយបុគ្គលិកសុខាភិបាល ឬ គ្រូបង្រៀននៅសាលារៀន ឬ នរណាម្នាក់ដែលបង្រៀនកុមារពិការភ្នែក ។ ប្រការនេះមានប្រយោជន៏ជាពិសេស បើសិនជាកូនរបស់អ្នកទំនងជារៀនមិនចេះបំណិនថ្មីៗនៅអំឡុងប៉ុន្មានខែក្រោយមក ។

អំណាចនៃការធ្វើការងាររួមគ្នារបស់ឪពុកម្តាយ

ការធ្វើការងារជាមួយឪពុកម្តាយនៃកុមារពិការដទៃទៀតអាចជួយនៅក្នុងវិធីជាច្រើនបែប ។ ការធ្វើការងាររួមគ្នាអាចផ្តល់ឱកាសដើម្បី :-

- ចែករំលែកអារម្មណ៍ និងព័ត៌មានទាំងឡាយ ។
- ផ្តល់គំនិតឱ្យគ្នាទៅវិញទៅមកពីសកម្មភាពដើម្បីជួយកុមារ និងវិធីដែលល្អបំផុតដើម្បីយកសកម្មភាពទាំងនោះទៅកែសម្រួលឱ្យជាក់លាក់សំរាប់កុមារម្នាក់ ។
- ចែករំលែកគំនិត និងជួយឱ្យសកម្មភាពទាំងឡាយរបស់កុមារស៊ីសង្វាក់ទៅនឹងជីវិតរស់នៅរបស់ក្រុមគ្រួសារនិងសហគមន៍ ។
- ចូរធ្វើការងាររួមគ្នាដើម្បីធ្វើឱ្យសហគមន៍កាន់តែមានភាពស្និតស្នាលរាក់ទាក់, សុវត្ថិភាព និង គាំទ្រចំពោះកុមារពិការទាំងឡាយ ។

បើអ្នកបានស្គាល់ឪពុកម្តាយដទៃដែលមានកូនពិការដូចអ្នក តែក្នុងតំបន់របស់អ្នកមិនទាន់មានចងក្រងជាក្រុមឪពុកម្តាយ វាស្ថិតនៅលើការសំរេចចិត្តរបស់អ្នកដើម្បីចាប់ផ្តើមបង្កើតក្រុមមួយ ។ ក្រុមឪពុកម្តាយដែលខ្លាំងនិងសកម្មបំផុតមួយចំនួន បានចាប់ផ្តើមដោយសារតែគំនិតនៃបុគ្គលម្នាក់ ។ តាងនាមឱ្យក្រុមមួយ ឪពុកម្តាយអាចធ្វើការរួមគ្នាដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាទាំងឡាយ ។ ការធ្វើការងាររួមគ្នាអាចជួយឱ្យឪពុកម្តាយធ្វើបានច្រើនជាងពួកគាត់ធ្វើការតែម្នាក់ឯង ។

ការចាប់ផ្តើមបង្កើតក្រុមមួយ (ក្រុមជួយខ្លួនឯង)

ចូរស្វែងរកឪពុកម្តាយដែលចង់បង្កើតជាក្រុមឱ្យបានពីរនាក់ ឬ ច្រើនជាងនេះ ។ បើអ្នកមិនស្គាល់ឪពុកម្តាយដែលមានកូនមិនអាចមើលឃើញច្បាស់ អ្នកអាចបញ្ចូលឪពុកម្តាយរបស់កុមារពិការផ្សេងៗទៀត ។ បុគ្គលិកសុខាភិបាលអាចស្គាល់ឪពុកម្តាយនៅក្នុងសហគមន៍ក្បែរៗនោះ ។

ចូររៀបចំផែនការប្រជុំនៅពេលណា និងនៅកន្លែងណា ។ វាអាចជួយផងដែរក្នុងការរកកន្លែងស្ងាត់មួយ ដូចជាសាលារៀន, មជ្ឈមណ្ឌលគាំពារសុខភាព, សហករណ៍ ឬ កន្លែងគោរពបូជា ។ នៅក្នុងការប្រជុំលើកដំបូង ចូរពិភាក្សាពីហេតុអ្វីអ្នកនាំគ្នាធ្វើការប្រជុំ និងអ្វីដែលអ្នកសង្ឃឹមថានឹងត្រូវធ្វើ ។

ប្រហែលជាមនុស្សម្នាក់នឹងត្រូវតាំងខ្លួនជាអ្នកដឹកនាំនៃការប្រជុំពីរ-បីលើកដំបូង ។ ប៉ុន្តែវាជាការសំខាន់មិនត្រូវឱ្យមនុស្សម្នាក់ធ្វើការសំរេចចិត្តសំរាប់ក្រុមទាំងមូលនោះទេ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាក្នុងក្រុមគួរតែមានឱកាសបញ្ចេញមតិយោបល់តែព្យាយាមរក្សាការពិភាក្សាផ្តោតលើហេតុផលសំខាន់ៗសំរាប់អង្គប្រជុំ ។ បន្ទាប់ពីមានការប្រជុំពីរបីលើកហើយ ចូរផ្លាស់ប្តូរវេនគ្នាដើម្បីដឹកនាំការប្រជុំរបស់ក្រុម ។ ការដែលមានមនុស្សខុសៗគ្នាដឹកនាំការប្រជុំនីមួយៗ នឹងជួយឱ្យសមាជិកដែលមិនសូវក្លាហានចូលរួមបញ្ចេញយោបល់នៅក្នុងក្រុម ។

ការចេះជួយគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមក

ទោះបីឪពុកម្តាយគ្រប់រូបបានស្គាល់គ្នាច្បាស់ហើយក៏ដោយ វាអាចទាមទារពេលវេលាសមល្មមដើម្បីឱ្យពួកគាត់បានស្រួលក្នុងចិត្តហ៊ាននិយាយពីអារម្មណ៍, បទពិសោធន៍ និងបញ្ហាដែលពួកគាត់ជួបប្រទះក្នុងការចិញ្ចឹមកូនដែលមានពិការភាព ។ ករណីទាំងនេះទាមទារការអនុវត្ត ។ នេះជាយោបល់មួយចំនួនសំរាប់ជួយសមាជិកនៅក្នុងក្រុមបានស្រួលក្នុងចិត្ត និង ជឿជាក់ចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមក ។

ចូរស្តាប់អ្នកផ្សេងទៀតនិយាយយ៉ាងប្រុងប្រយ័ត្ន ដោយមិនវិនិច្ឆ័យចំពោះពួកគាត់ ។ ចូររិះគិតធ្វើយ៉ាងណាឱ្យអ្នកផ្សេងទៀតចង់ស្តាប់អ្នកនិយាយ ហើយបន្ទាប់មកព្យាយាមស្តាប់ពួកគាត់វិញម្តងតាមរបៀបនោះដែរ ។

ព្យាយាមកុំបង្គាប់អ្នកផ្សេងនូវអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ។ អ្នកអាចជួយអ្នកផ្សេងទៀតឱ្យយល់ថា ពួកគាត់មានអារម្មណ៍បែបណា ហើយចែករំលែកបទពិសោធន៍របស់អ្នក ។ ប៉ុន្តែមនុស្សគ្រប់រូបត្រូវតែធ្វើការសំរេចចិត្តដោយខ្លួនឯងអំពីវិធីដែលល្អបំផុតសំរាប់ថែទាំកូនរបស់ខ្លួន ។

ចូរគោរពរឿងអាថិកំបាំងរបស់គ្នាទៅវិញទៅមក ដាច់ខាតកុំប្រាប់អ្នកដទៃទៀតអំពីរឿងដែលក្រុមបានពិភាក្សាគ្នា ដរាបណាមនុស្សម្នាក់ៗយល់ព្រមថាមិនអីទេ ។

ធ្វើផែនការសកម្មភាព

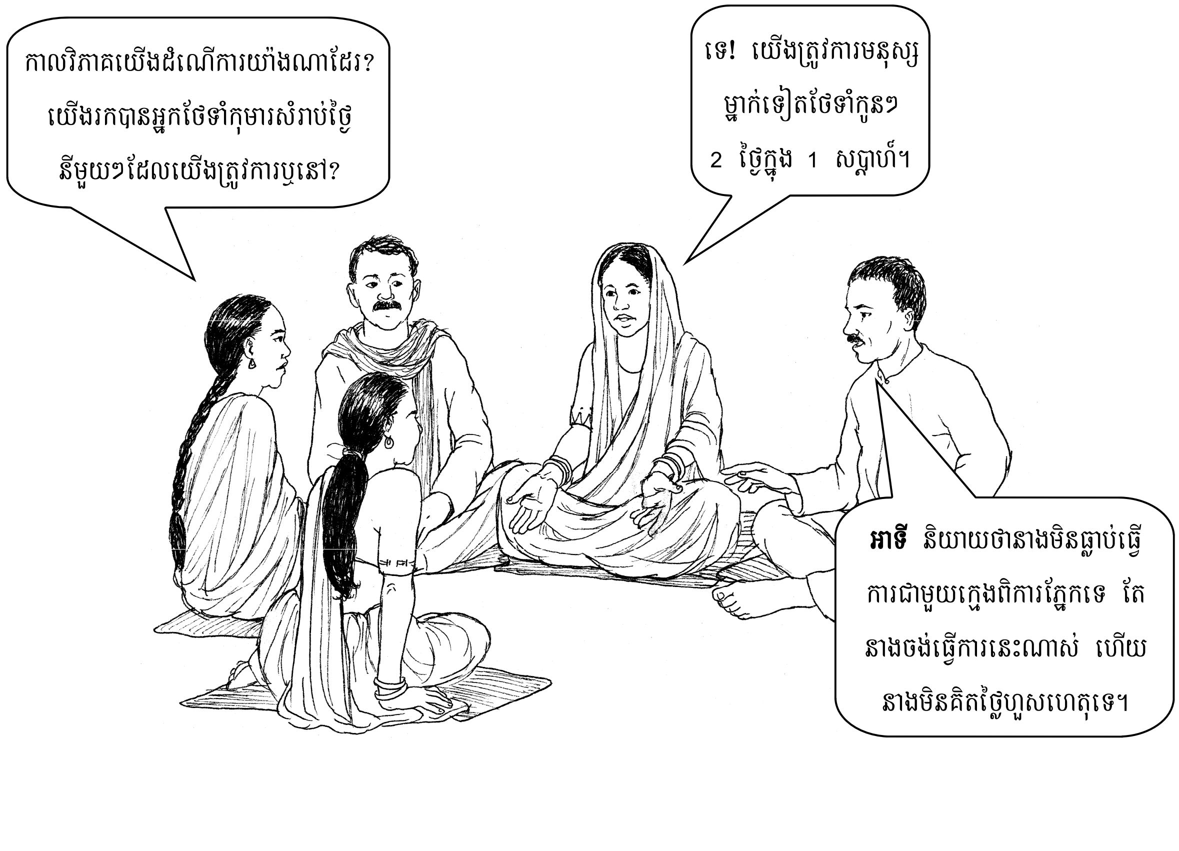
នៅពេលឪពុកម្តាយធ្វើការងាររួមគ្នា ពួកគាត់អាចធ្វើសកម្មភាពដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាបានច្រើន ។ នេះជាជំហានខ្លះៗដែលក្រុមឪពុកម្តាយដទៃទៀតរកឃើញថាមានប្រយោជន៍សំរាប់ការធ្វើសកម្មភាព :-

1. ជ្រើសរើសបញ្ហាមួយដែលមនុស្សភាគច្រើនក្នុងក្រុមគិតថាសំខាន់ ។ ថ្វីបើតម្រូវឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរជាច្រើនក៏ដោយ ក្រុមរបស់អ្នកអាចធ្វើការកាន់តែមានប្រសិទ្ធិភាព បើក្រុមអាចធ្វើការលើបញ្ហាតែមួយក្នុងមួយពេល ។ ដំបូងយកបញ្ហាមួយដែលក្រុមរបស់អ្នកមានឱកាសល្អអាចដោះស្រាយបានឆាប់រហ័ស ។ បន្ទាប់មកនៅពេលដែលក្រុមរៀនធ្វើការរួមគ្នា អ្នកអាចធ្វើការលើបញ្ហាដែលស្មុគស្មាញជាងមុន ។

2. ចូរសំរេចចិត្តថាតើអ្នកត្រូវដោះស្រាយបញ្ហាយ៉ាងណា ។ ចូរកត់ត្រាវិធីជាច្រើនដែលអាចដោះស្រាយបញ្ហា ហើយរើសយកវិធីមួយដែលប្រើធនធាន និងភាពរឹងមាំរបស់ក្រុមអ្នកបានល្អបំផុត ។

3. ធ្វើផែនការ ។ សមាជិកនៃក្រុមនឹងត្រូវការធ្វើកិច្ចការខុស១ពីគ្នាដើម្បីបង្ហើយការងារនោះ ។ ចូរសាកល្បងកំណត់ថ្ងៃដែលកិច្ចការនីមួយ១គួរតែបញ្ចប់ ។

4. នៅពេលអ្នកជួបជុំគ្នា ចូរនិយាយពីការងារនោះ តើវាដំណើរការដល់ណា, ហើយធ្វើអ្វីបានខ្លះ ។ ចូរកែប្រែផែនការរបស់អ្នកតាមតម្រូវការ បើសិនជាការលំបាកកើតឡើង ។



ធ្វើការរួមគ្នាសំរាប់ការផ្លាស់ប្ដូរដ៏ល្អប្រពៃ

ក្រុមរបស់ឪពុកម្ដាយធ្វើការលើគម្រោងជាច្រើន ។ ពួកគាត់អាចព្យាយាមដើម្បីធ្វើឱ្យស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ចរបស់គ្រួសារ ឥរិយាបថរបស់សហគមន៍, ច្បាប់របស់រដ្ឋាភិបាល និងសេវាកម្មទាំងឡាយសំរាប់កុមារពិការភ្នែកបានប្រសើរឡើង, គម្រោង ការទាំងអស់ គឺជាផ្លូវមួយដើម្បីជួយកូនៗរបស់ពួកគាត់ ។ កុមារពិការភ្នែកភាគច្រើនមកពីគ្រួសារក្រីក្រ, ដើម្បីឱ្យបានធនធានថែមទៀតសំរាប់កូនៗ ដូចនេះក្រុមឪពុកម្ដាយអាច :-

- ស្វែងរកវិធីស្នើសុំមូលនិធិសំរាប់គម្រោងថ្មីមួយ ដើម្បីជួយកុមារពិការ ។
- ជួយឪពុកម្ដាយបង្កើតជំនាញការងារថ្មី ។
- ផ្ដល់សិក្ខាសាលាស្ដីពីវិធីបង្រៀន និងការជួយកុមារពិការទាំងឡាយ ។
- បង្កើតក្រុម និងជំរុំនានាសំរាប់តួនាទីជាបងប្រុស និងបងស្រីនៃកុមារពិការទាំងឡាយ ។

ម្ដាយទាំងនេះរៀនកាត់ដេរសំលៀកបំពាក់ ដូច្នេះពួកគាត់អាចរកលុយបានច្រើន ធ្វើការនៅជិតផ្ទះ និងចំណាយពេលបានច្រើនជាមួយកូនរបស់ខ្លួន។

ក្រុមរបស់ឪពុកម្ដាយអាចធ្វើការដើម្បីធ្វើឱ្យសហគមន៍កាន់តែមានភាពស្និតស្នាលរាក់ទាក់ និងសុវត្ថិភាពសំរាប់កុមារពិការគ្រប់រូប ។ ជារឿយៗ ការចូលរួមរបស់អ្នកជិតខាងក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាសុវត្ថិភាពក្នុងសហគមន៍ (ចូរអានជំពូកទី ១) គឺជាវិធីល្អក្នុងការចាប់ផ្ដើមកសាងចំណងសាមគ្គីភាពជាមួយជនពិការ ។

ក្រុមរបស់ឪពុកម្ដាយភាគច្រើនបានធ្វើការដើម្បីអប់រំសហគមន៍ទាំងមូលអំពីពិការភាព ។ ពួកគាត់ប្រើក្រុមពិភាក្សា, សិក្ខាសាលា, កម្មវិធីផ្សាយតាមវិទ្យុ, ព្រឹត្តិប័ត្រ, ផ្ទាំងប្រកាស, រោងល្ខោនតាមថ្នល់, និង ផ្ទាំងរូបភាពប៉ុស្ទ័រដើម្បីជួយឱ្យអ្នកដទៃទៀតយល់ច្បាស់អំពីពិការភាព ។

ក្រុមឪពុកម្តាយឯទៀត បានធ្វើការនៅលើគម្រោងជួយកុមារពិការឱ្យក្លាយជាសមាជិកសកម្មរបស់សហគមន៍។ ឧទាហរណ៍ ក្រុមឪពុកម្តាយរបស់អ្នកអាច :-

- រៀបចំពិធីកីឡាដែលរួមបញ្ចូលកុមារពិការនានា។
- កសាងសួនលេងកំសាន្តសំរាប់កុមារគ្រប់រូប (សូមអានជំពូកទី 13 "ដើម្បីក្លាយជាចំណែកនៃសហគមន៍")។
- ចាប់ផ្តើមមជ្ឈមណ្ឌលគាំពារកុមារ ជាកន្លែងដែលកុមារពិការទូទៅអាចទទួលបានការថែទាំទាំងអស់គ្នាជាមួយក្មេងដទៃ (ចូរអានជំពូកទី 14 "ការជួយត្រៀមកុមារដើម្បីចូលរៀននៅសាលាមត្តេយ្យនិងសាលារៀន")។

ក្រុមឪពុកម្តាយខ្លះបានធ្វើការដើម្បីជំរុញឱ្យកម្មវិធីទាំងឡាយរបស់រដ្ឋាភិបាល និងច្បាប់សំរាប់កុមារពិការបានល្អប្រសើរឡើង។ ក្រុមរបស់អ្នកអាច :-

- ទាក់ទងមន្ត្រីនៅក្នុងរដ្ឋាភិបាលដូចជារដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងសុខាភិបាល និងក្រសួងអប់រំ។ ជម្រាបជូនរដ្ឋមន្ត្រីអំពីតម្រូវការសេវាកម្មនៅក្នុងសហគមន៍របស់ពួកគាត់ ឬ អំពីតម្រូវការច្បាប់ដើម្បីការពារកុមារពិការ។
- ទាក់ទងស្នើសុំឱ្យមនុស្សដែលមានប្រជាប្រិយភាពដូចជា តួកុន, អ្នកសំដែង, កីឡាករមកសំណេះសំណាលក្នុងចំណងសាមគ្គីភាពជាមួយកុមារពិការ។
- សរសេរលិខិតស្នាម, ចែកចាយឯកសារស្តីពីបញ្ហាពិការភ្នែកនិងតម្រូវការនៃដំណោះស្រាយ ឬ រៀបចំក្បួនដង្ហែរសាធារណៈបង្ហាញពីតម្រូវការ ដើម្បីបញ្ចុះបញ្ចូលមន្ត្រីរាជការនិងរដ្ឋាភិបាលឱ្យជួយដោះស្រាយស្ថានភាពកុមារពិការឱ្យប្រសើរឡើង - ការងារ, ការអប់រំ, ថែទាំសុខភាព, បញ្ហាភ្នែក, និងច្បាប់ការពារកុមារ។
- ចូរធ្វើការអប់រំ, ទាក់ទងវិទ្យុ និងទូរទស្សន៍ផ្សព្វផ្សាយរបាយការណ៍នៅក្នុងយុទ្ធនាការរបស់អ្នក។

ក្រុមឪពុកម្តាយក៏បានធ្វើការដើម្បីការពារភាពពិការភ្នែក និងពិការភាពផ្សេងៗទៀត។ ឧទាហរណ៍ កុមារជាច្រើនក្លាយជាពិការភ្នែកពីព្រោះពួកគេហូបម្ហូបអាហារដែលគ្មានវីតាមីន**អា** គ្រប់គ្រាន់ (ចូរអានជំពូកទី 16 "ហេតុអ្វីកុមារបាត់បង់គំហើញនិងអ្វីៗដែលយើងអាចធ្វើបាន")។ ក្រុមរបស់អ្នកអាចធ្វើការផ្សព្វផ្សាយការយល់ដឹងពីមូលហេតុនៃភាពពិការភ្នែក ឬ ស្តីពីការនាំគ្នាដាំបន្លែសំរាប់បរិភោគដែលអាចការពារភាពពិការភ្នែក។

នេះជារឿងមួយស្ដីពីរបៀបដែលឪពុកម្ដាយមួយក្រុមហៅថា "**ឡស់ពីពីតូស– Los Pipitos**" គឺកំពុងធ្វើការដើម្បីផ្លាស់ប្ដូរជីវិតរស់នៅរបស់កុមារពិការ ។

ឪពុកម្ដាយគឺជាបេះដូងរបស់ឡស់ពីពីតូស

នៅក្នុងប្រទេសនីការ៉ាហ្គ័រ មានកុមារពិការប្រមាណជាងពីរសែននាក់ (200,000) ។ ជារឿយៗ ភាពក្រីក្រគឺជាមូលហេតុស្ទើរតែទាំងស្រុងនៃពិការភាព ។ ជាញឹកញាប់ បញ្ហាភ្នែកនិងពិការភាពដទៃទៀតកើតឡើងនៅពេលដែលកុមារមិនមានម្ហូបអាហារបរិភោគគ្រប់គ្រាន់ និងរស់នៅកន្លែងដែលមានផ្ទះកកកុញគ្មានសណ្ដាប់ធ្នាប់ និងនៅក្នុងផ្ទះមានសមាជិកច្រើនរស់នៅប្រជ្រៀតគ្នា ជាកន្លែងដែលជំងឺទាំងឡាយងាយរាតត្បាតយ៉ាងស្រួល ។

នៅមុនឆ្នាំ 1987 នៅក្នុងប្រទេសនីការ៉ាហ្គ័រមានសេវាកម្មសំរាប់កុមារពិការតិចតួចបំផុត ។ ពេលនោះមានឪពុកម្ដាយ 21 នាក់បានសំរេចចិត្តបង្កើតក្រុមមួយដើម្បី "ធ្វើការផ្លាស់ប្ដូរព្រឹត្តិការណ៍ទាំងឡាយ" ។ ពួកគាត់ហៅក្រុមនោះថា "**ឡស់ពីពីតូស**" ជាពាក្យដែលមានន័យថា កុមារជាទីស្រឡាញ់នៅទូទាំងប្រទេសនីការ៉ាហ្គ័រ ។ ឥឡូវនេះ **ឡស់ពីពីតូស** មានក្រុមឪពុកម្ដាយប្រមាណជាង 20 ក្រុមនៅទូទាំងប្រទេស ។ ឪពុកម្ដាយទាំងអស់រួបរួមគ្នាបានក្លាយទៅជាអ្នកដឹកនាំនៅក្នុងយុទ្ធនាការថ្នាក់ជាតិ ដើម្បីជួយជ្រោមជ្រែងកុមារពិការ ។

ក្រុមឪពុកម្ដាយនៅ**ឡស់ពីពីតូស** បានធ្វើការ :-

- រៀបចំឱ្យមានសិក្ខាសាលាសំរាប់ឪពុកម្ដាយស្ដីពីការចិញ្ចឹមកូនដែលមានពិការភាព ។
- បង្ហាត់បុគ្គលិកសុខាភិបាលពីវិធីស្វែងសិក្សាឱ្យដឹងថាពិការភាពរបស់ក្មេងម្នាក់មានទំហំធំដល់កំរិតណា ។
- ផ្ដល់យោបល់ដល់ក្រសួងសុខាភិបាលស្ដីពីតម្រូវការសេវាកម្មសំរាប់កុមារពិការ ។

សកម្មភាពទាំងអស់នេះ គឺជាចំណែកនៃក្ដីសុបិន្តរបស់**ឡស់ពីពីតូស** ក្នុងការបង្កើតសង្គមមួយដែលជួយជ្រោមជ្រែងកុមារពិការ ដើម្បីឱ្យពួកគេអភិវឌ្ឍសក្ដានុពលរបស់ខ្លួនឱ្យពេញលេញ ។ ឪពុកម្ដាយគឺជាគន្លឹះសំខាន់ដើម្បីធ្វើឱ្យក្ដីសុបិន្តនេះកើតឡើង ។