

# ການຊ່ວຍເຫລືອ ເດັກນ້ອຍ



ໃຫ້ສາມາດທົນທານຄວາມຊ້າໃຈໄດ້

ພິພິດສິ່ງຜົນຮ້າຍຕໍ່ຜູ້ກ່ຽວຂອງທຸກຄົນ. ພວກເດັກ, ຄົນແກ່, ແລະ/ຫລືຄົນພິການອາດໄດ້ຮັບຜົນຮ້າຍເປັນພິເສດ. ໃນສາຍຕາຂອງເກັດ, ການທີ່ຕົນເລີຍມອງໂລກວ່າ ແຜ່ນບ່ອນທີ່ປອດພິພິດສາມາດທຳນາຍເຫດການໄດ້ ຈະສູນຫາຍຢ່າງຊົ່ວຄາວ. ເດັກໝູ່ນັ້ນຈະເລີ່ມຢ້ານວ່າເຫດການນັ້ນຈະເກີດຂຶ້ນອີກ ແລະວ່າລ່າວແລະຄອບຄົວຂອງລາວຈະຕ້ອງໄດ້ຮັບບາດເຈັບຫລືເສັຽຊີວິດ. ຄວາມເສັຽຫາຍ, ການບາດເຈັບແລະການເສັຽຊີວິດທີ່ອາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ເນື່ອງຈາກເຫດການທີ່ບໍ່ຄາດເຖິງຫລືບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມໄດ້ ແຜ່ນສິ່ງທີ່ເດັກນ້ອຍສ່ວນຫລາຍຈະເຂົ້າໃຈໄດ້ໂດຍຍາກ.

ການທີ່ພໍ່ແມ່ຫລືຜູ້ໃຫຍ່ອື່ນໆ ຈະມີການສນອງຕອບຢ່າງໃດຕໍ່ເດັກຫລັງເກີດເຫດການໃດໆ ທີ່ພໍ່ໃຊ້ໃຈ ອາດຊ່ວຍໃຫ້ເດັກຝື້ນຕົວໂດຍໄວແລະຢ່າງສົມບູນຫລາຍຂຶ້ນ. ປຶ້ມນີ້ ປະກອບດ້ວຍຂໍ້ມູນໂດຍທົ່ວໄປທີ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານໃນການເຮັດສິ່ງນັ້ນໃຫ້ສຳເລັດ.

**ປະຕິກິລິຍາຕ່າງໆ ທີ່ເກີດໃນຕົວເດັກ**

ການກົວຢ້ານແລະວິກິດຂອງເດັກແຜ່ນສິ່ງທີ່ມີຢູ່ຈິງ, ທັງນີ້ເຖິງແຜ່ນສິ່ງທີ່ຜູ້ໃຫຍ່ຈະຄິດວ່າຈະເກີນຄວາມຈິງກໍຕາມ. ພວກເດັກຍ່ອມກົວສິ່ງທີ່ແປກໆ. ເຂົາເຈົ້າກົວເມື່ອຖືກປ່ອຍໃຫ້ຢູ່ຕາມລຳພັງ. ຫລັງຈາກພິພິດເກີດຂຶ້ນ, ເຂົາເຈົ້າອາດຈະປະພຶດຕົວເໝືອນເກັດທີ່ມີອາຍຸທີ່ອ່ອນກວ່າ. ການປະພຶດຕົວຫລາຍແຜ່ນທີ່ເລີຍເປັນເລື່ອງທັມມະດາເມື່ອອາຍຸຍັງອ່ອນຢູ່, ເຊັ່ນ ການຍ່ຽວໃສ່ບອນນອນ, ອົມມື, ການໜ່ຽວກອດພໍ່ແມ່ ຫລືການກົວຢ້ານຄົນປກໜ້າ, ອາດປາກົດຂຶ້ນມາໃໝ່ອີກເທື່ອນຶ່ງ. ເດັກອາຍຸແກ່ກວ່ານັ້ນ ທີ່ໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງຄວາມສາມາດທີ່ຈະເພິ່ງໂຕເອງໄດ້ຫລາຍຢ່າງອາດຕ້ອງການໃຊ້ເວລານຳຄອບຄົວຂອງຕົນຈອຍກວ່າເກົ່າໄດ້. ອາດຈະມີບັນຫາເລື່ອງເວລາເຂົ້ານອນປາກົດຂຶ້ນອີກ. ເດັກຄົນນັ້ນອາດຈະເລີ່ມມີຜົນຮ້າຍ; ບໍ່ຢາກນອນຜູ້ດຽວຕາມລຳພັງ; ແລະ/ຫລືກົວຄວາມມືດແລະບໍ່ກ້າຫລັບໄປ.

ເດັກບາງຄົນຈະສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງຄວາມກົວຢ້ານຂອງຕົນໂດຍເລີ່ມເປັນອາການທາງຮ່າງກາຍ, ເຊັ່ນ ເຈັບທ້ອງ, ເຈັບຫົວ ຫລືຮູ້ສຶກ “ບໍ່ສະບາຍ”. ເດັກທຸກໆ ຄົນອາດປະສົບກັບບັນຫາໃນການໃຊ້ສມອງຄິດ. ເດັກພວກນັ້ນຈະຢ່ອນໃຈໄດ້ໂດຍງ່າຍ, ຮູ້ສຶກສັບສົນແລະບໍ່ຮູ້ເມື່ອ ແລະຈະສຳລວມໃຈໂດຍຍາກ. ປະຕິກິລິຍາດັ່ງກ່າວມານີ້ ສາມາດເລີ່ມມີຂຶ້ນເນື່ອງຈາກກິນໄອ, ສິ່ງຂອງ ຫລືກິຈກັນຕ່າງໆ ທີ່ມີຄວາມສັມພັນກັບເຫດການທີ່ໄດ້ພໍ່ໃຊ້ໃຈນັ້ນ. ເດັກທັງຫລາຍອາດຈະບໍ່ເຂົ້າໃຈເຖິງຄວາມປ່ຽນແປງທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນການປະພຶດຕົວຂອງຕົນຮວມທັງປັດຈຸບັນຕ່າງໆ ທີ່ພໍ່ໃຫ້ຄວາມປ່ຽນແປງດັ່ງກ່າວເກີດຂຶ້ນ. ເຂົາເຈົ້າບໍ່ໄດ້ຕັ້ງໃຈທີ່ຈະສະແດງຄວາມອຸກໃຈຫລືຄວາມກົວຢ້ານນັ້ນໃຫ້ຄົນອື່ນໄດ້ເຫັນ.

ເດັກໆ ທີ່ມີອາຍຸແຕກຕ່າງກັນຕ່າງໆມີປະຕິກິລິຍາຕໍ່ຄວາມຊຳໃຈທີ່ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ.

**ຕັ້ງແຕ່ເກີດຈົນເຖິງອາຍຸ 2 ປີ.** ເນື່ອງຈາກເຂົາເຈົ້າບໍ່ສາມາດປາກໄດ້, ເດັກໝູ່ນີ້ບໍ່ສາມາດອະທິບາຍເຫດການຫລືຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຕົນໃຫ້ຄົນອື່ນເຂົ້າໃຈ. ເຂົາເຈົ້າຍັງສາມາດຈຳຈື່ສິ່ງທີ່ໄດ້ເຫັນກັບຕາ ຮວມທັງສຽງຫລືກິນຕ່າງໆ. ເມື່ອອາຍຸສູງຂຶ້ນ, ສິ່ງທີ່ຈຳຈື່ໄວ້ນັ້ນຈະອອກມາໃນຂະນະທີ່ຕົນກຳລັງຫລິ້ນ. ເດັກອ່ອນອາດເສັຽອາລົມໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ, ຮ້ອງໄຫ້ຫລາຍຂຶ້ນ ຫລືຕ້ອງການໃຫ້ຄົນອື່ນແລະກອດເລື່ອຍໆ. ເຂົາເຈົ້າຈະຕອບສນອງຕໍ່ການທຽນຸຖນອມທີ່ຕົນໄດ້ຮັບຈາກຜູ້ໃຫຍ່.

**ວັຍກ່ອນຮຽນແລະວັຍຮຽນຊັ້ນອະນຸບານ.** ເມື່ອພະເຊີນໜ້າກັບເຫດການອັນຮ້າຍແຮງ, ເດັກນ້ອຍອາດຮູ້ສຶກວ່າຕົນບໍ່ສາມາດຊ່ວຍໂຕເອງໄດ້, ໄຮ້ອຳນາດ, ແລະບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນໂຕເອງໄດ້. ເມື່ອຄວາມປອດພິພິດຂອງໂລກຂອງຕົນໄດ້ປະສົມກັບອຸປະສັກຕ່າງໆ, ເຂົາເຈົ້າຈະຮູ້ສຶກວ່າຕົນຂາດຄວາມໝັ້ນຄົງແລະກົວຢ້ານ. ເດັກອາຍຸນີ້ບໍ່ສາມາດເຂົ້າໃຈເຖິງຫລັກກນໃນການສູນຫາຍຢ່າງຖາວອນໄດ້. ເຂົາເຈົ້າເຊື່ອວ່າ ຜົນທີ່ຈະເກີດຫລັງເປັນສິ່ງທີ່ບໍ່ສາມາດຍ້ອນກັບໄດ້. ເຂົາເຈົ້າຈະນຳເອົາສ່ວນຕ່າງໆ ຂອງເຫດການພິພິດມາເປັນສ່ວນຂອງການຫລິ້ນຂອງຕົນຊຳແລ້ວຊຳເລົ່າ. ທີ່ກ່າວມານີ້ລ້ວນປັນປະຕິກິລິຍາທີ່ປົກກະຕິ. ການທີ່ຕົນອາດຖືກທອດຖິ້ມ ຍ່ອນແຜ່ນເລື່ອງນຶ່ງທີ່ພວກເດັກນ້ອຍຢ້ານຫລາຍທີ່ສຸດ, ດັ່ງນັ້ນເດັກນ້ອຍຈຳເປັນຕ້ອງການໃຫ້ຄົນຮັບຮ່ວງວ່າຕົນຈະຍັງຄົງມີຜູ້ເອົາໃຈເບິ່ງແຍງຮັກສາ ແລະຈະບໍ່ຖືກທອດຖິ້ມໄວ້ ຫລັງ.

**ກົວກັນຕ່າງໆ ຢູ່ເຮືອນຫລືໂຮງຮຽນ** — ການຫລິ້ນລະຄອນ, ການສັມພັດການທາງຮ່າງກາຍ, ຫຸ່ນກະບອກ, ສິນລະປະ, ນິທານ, ການເຄື່ອນໄຫວຕາມກອນຊິ້ນໃຫຍ່ (ການຊັດລູກບານ, ຯລຯ).

**ໄຫ້ວັຍຮຽນ (ອາຍຸ 7 ຫາ 11 ປີ).** ເດັກໆ ໃນກຸ່ມອາຍຸນີ້ສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້ວ່າ ຄວາມສູນຫາຍທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກເຫດການທີ່ພໍ່ໃຊ້ໃຈນັ້ນເປັນການຖາວອນ. ເຂົາເຈົ້າຈະມີວິຕິຄິດເຖິງລາຍລະອຽດຕ່າງໆ ຂອງເຫດການນັ້ນແລະຢາກເວົ້າເຖິງເລື່ອງນັ້ນຢູ່ສູ່ເມີ. ເຂົາເຈົ້າບໍ່ອາດສາມາດສຳລວມໃຈຢູ່ໂຮງຮຽນ ຈຶ່ງໄດ້ຄະແນນທີ່ຕ່ຳລົງໄປ. ເນື່ອງຈາກແນວຄວາມຄິດຂອງຕົນຄ້າຍໆ ຂອງຜູ້ໃຫຍ່ຫລາຍຂຶ້ນ, ເຂົາເຈົ້າມີຄວາມເຂົ້າໃຈໃນເຫດພິພິດນັ້ນທີ່ສົມບູນກວ່າ. ຂໍ້ນີ້ອາດເປັນຜົນໃຫ້ປະຕິກິລິຍາຫລາຍໆ ແນວເກີດຂຶ້ນ ເຊັ່ນ ການສຳນຶກຜິດ, ຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຕົນໄດ້ປະສົມຄວາມລົ້ນເຫລວ, ແລະຄວາມຄຽດແຄ້ນ.

ເດັກວັຍຮຽນຍັງສາມາດຍ້ອນກັບໄປປະພຶດຕົວຄືວັຍກ່ອນ. ເຊັ່ນດຽວກັບເດັກທີ່ອາຍຸອ່ອນກວ່າ, ບັນຫາໃນການນອນຫລືບາດປາກົດຂຶ້ນມາ. ທ່ານຈະສາມາດຈັບໄດ້ວ່າ ເຂົາເຈົ້າກຳລັງກົວໃຈແລະກົວຢ້ານ ກໍເນື່ອງຈາກເດັກຄົນນັ້ນໄດ້ຈົມວ່າຕົນບໍ່ສະບາຍຫລາຍຂຶ້ນກ່າວເກົ່າ.

ກິຈະກຳຕ່າງໆ ຢູ່ເຮືອນຫລືໂຮງຮຽນ — ການຫລິ້ນລະຄອນ, ຫຸ່ນກະບອກ, ແຕ້ມພາບແລະລະບາຍສີ, ການແລກປ່ຽນປະສົບການທີ່ຈັດເປັນກຸ່ມ, ການອ່ານປື້ມ, ການຂຽນແບບສ້າງສັນ ຫລືການອະພິປາຍ.

**ວັຍຮຸ່ນແລະວັຍໝຸ່ມສາວ (ອາຍຸ 12 ຫາ 18 ປີ).** ໃນກຸ່ມອາຍຸນີ້, ເດັກມີຄວາມຈຳເປັນຢ່າງຍິ່ງທີ່ຈະໃຫ້ຜູ້ຄົນທັງຫລາຍ, ໂດຍສະເພາະຍາດພີ່ນ້ອງແລະເພື່ອນຝູງ, ຄິດວ່າຕົນມີຄວາມຮູ້ແລະປະສົບການ. ເມື່ອປະສົບກັບເຫດການທີ່ພາໃຫ້ຊ້ຳໃຈ ເຂົາເຈົ້າຈຳເປັນຕ້ອງມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າ ການກັງວົນໃຈແລະກົວຢ້ານຂອງຕົນທັງປັນການເໝາະສົມແລະເປັນສິ່ງທີ່ຄົນຖານະດຽວກັນກັງວົນໃຈແລະກົວຢ້ານຄືກັນ. ເນື່ອງຈາກເຂົາເຈົ້າໄດ້ເອົາຕົວລອດຈາກເຫດການທີ່ພາໃຫ້ຊ້ຳໃຈນັ້ນ, ເຂົາເຈົ້າອາດຈະມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຕົນບໍ່ມີວັນຕາຍເສັຽແລ້ວ. ການທີ່ເປັນເຊັ່ນນີ້ອາດພາໃຫ້ມີການປະພຶດຕົວທີ່ຂາດການຍັງຄິດແລະແຕ້ມໄປດ້ວຍການສ່ຽງອັນຕາລາຍຢ່າງຮ້າຍແຮງ. ປະຕິກິລິຍາຕອບເຂົາເຈົ້າແຜ່ນນການປະສົມປະສານຂອງປະຕິກິລິຍາຂອງຄົນໃນກຸ່ມອາຍຸດຽວກັນກັບປະຕິກິລິຍາທີ່ຄ້າຍໆ ຂອງຜູ້ໃຫຍ່ຫລາຍກວ່າ. ຍາມວັຍລຸ່ມ ແຜ່ນຊ່ວງລະຍະເວລາທີ່ມີການເຄື່ອນໄຫວອອກໄປສູ່ໂລກອັນກວ້າງ. ແຕ່ວ່າ, ການປະສົບເຫດການທີ່ພາໃຫ້ຊ້ຳໃຈອາດພາໃຫ້ມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າໂລກນີ້ຂາດຄວາມປອດໄພ. ແຜ່ນແຕ່ເດັກວັຍລຸ່ມອາດຍ້ອນກັບປະພຶດຕົວຄືໃນວັຍກ່ອນໆ ນັ້ນ. ເນື່ອງຈາກປະຕິກິລິຍາດັ່ງກ່າວມີຄວາມຮຸ່ນແຮງທີ່ເໝືອກວ່າຕົນ, ພວກເດັກວັຍລຸ່ມອາດບໍ່ສາມາດປຶກສາຍາດພີ່ນ້ອງຂອງຕົນກ່ຽວກັບປະຕິກິລິຍານັ້ນໄດ້.

ກິຈະກຳຕ່າງໆ ຢູ່ໂຮງຮຽນ — ກິຈະກຳນັກໄປໃນຫ້ອງຮຽນ, ວັນນະຄະດີຫລືການອ່ານປື້ມ, ພິມລ້ຽງ, ການສອນວິຊາພະລານານັຍ, ການສອນສິນລະປະ, ການສອນສູນທອນພົດ/ລະຄອນ, ສັງຄົມສຶກສາ/ລັດສາດ, ປັດສາດ.

### ວິທີຊ່ວຍເຫລືອເດັກ

#### ໃນຄອບຄົວ

**ກິຈະກຳຕ່າງໆ.** ພວກເດັກທຸກອາຍຸວັຍອາດໄດ້ຮັບປະໂຫຍດເນື່ອງຈາກຄອບຄົວຂອງຕົນຍັງຄົງເຮັດກິຈະກຳຕາມປົກກະຕິ — ຄາບເຂົ້າ, ກິຈະກຳຕ່າງໆ ແລະເວລາເຂົ້ານອນ — ໃຫ້ຄືເກົ່າຫລາຍທີ່ສຸດເທົ່າທີ່ສາມາດທຳໄດ້. ການເຮັດເຊັ່ນນີ້ຈຳພາໃຫ້ເດັກຮູ້ສຶກຕົນມີຄວາມໝັ້ນຄົງແລະສາມາດຄວບຄຸມສະຖານະການໄດ້ຫລາຍຂຶ້ນ. ຕາຍໃດທີ່ສາມາດເຮັດໄດ້, ເດັກຄວນຢູ່ນຳຜູ້ທີ່ຕາຍເຄີຍຊົນຫລາຍທີ່ສຸດ.

**ຄວາມຕ້ອງການພິເສດ.** ຍອມຮັບຄວາມຕ້ອງການພິເສດຂອງເດັກ ໂດຍປ່ອຍໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເພິ່ງຕົວທ່ານຫລາຍຢຶ່ງກວ່າເກົ່າຕາລອດຊ່ວງລະຍະເວລານຶ່ງ. ກອດເດັກໃຫ້ໄດ້ຮັບຄວາມອົບອຸ່ນເທົ່າທີ່ຕ້ອງການ; ປ່ອຍໃຫ້ເຂົາເປີດໄມໃນຍາມກາງຄືນ ຫລືບໍ່ໃຫ້ນອນຕາມລຳພັງ ຫລືປ່ອຍໃຫ້ຍ້ອນກັບຖືກຕາຍໝີ່ຫລືຜ້າຫົ່ມໃກ້ຕົວຄືເກົ່າ; ຢ່າຖືຄວາມກັບການປະພຶດຕົນແບບມັກໝຽວຂອງເລີຍ.

**ການແຕ້ງຂ່າວສານ.** ຫລັງພັຍພິບັດ, ທຸກໆ ຄົນຢາກຟັງຂ່າວລ່າສຸດກ່ຽວກັບສິ່ງທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນ. ແຕ່ວ່າ, ຈາກການຄົ້ນຄວ້າກ່ຽວກັບພັຍພິບັດ ກໍໄດ້ພົບວ່າບົດຄວາມຫລືພາບໂທລະທັດທີ່ປາກົດຢ່າງຄາດບໍ່ເຖິງຍ່ອນເປັນຕາມກົວຢ້ານ, ພາໃຫ້ບັນຫາຕ່າງໆ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການອຸກໃຈປາກົດຂຶ້ນໃໝ່ອີກເທື່ອນຶ່ງ. ນອກຈາກນີ້, ທຸກໆ ຄົນທີ່ເບິ່ງລາຍການຂ່າວໂທລະທັດກ່ຽວກັບພັຍພິບັດອາດກາຍເປັນທີ່ເອີ້ນວ່າ “ຜູ້ຮັບເຄາະອັນດັບຮອງ” ແລະອາດປະສົບບັນຫາທາງອາລົມແລະຮ່າງກາຍໄດ້. ສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດແມ່ນບໍ່ໃຫ້ເດັກນ້ອຍເບິ່ງຂ່າວພັຍພິບັດເລີຍ.

**ຄວາມຮູ້ສຶກແລະປະຕິກິລິຍາຕ່າງໆ.** ພວກເດັກສະແດງອອກຄວາມຮູ້ສຶກແລະປະຕິກິລິຍາຂອງຕົນດ້ວຍວິທີທີ່ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ. ການທີ່ທ່ານຈະຍອມຮັບເລື່ອງນີ້ ຈະສົ່ງຜົນທີ່ສຳຄັນຢຶ່ງຕໍ່ຄວາມສາມາດຂອງລູກຂອງທ່ານທີ່ຈະຟື້ນຕົວຈາກຄວາມຊ້ຳໃຈໄດ້. ຂໍ້ນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ ການຍອມຮັບວ່າເດັກບາງຄົນຈະອອກປະຕິກິລິຍາດ້ວຍການຖ່ອນຕົວແລະບໍ່ສາມາດກ່າວເຖິງເຫດການນັ້ນໄດ້, ໃນຂະນະດຽວກັນທີ່ບາງຄົນອີກພວກນຶ່ງຈະຮູ້ສຶກທັງເສັຽໃຈແລະຄຽດແຄ້ນໃນບາງຄັ້ງແລະອີກບາງຄັ້ງກໍຈະປະພຶດຕົວຄືກັບວ່າພັຍພິບັດບໍ່ເຄີຍເກີດຂຶ້ນເລີຍ. ຫລາຍເທື່ອພວກເດັກໆ ມີຄວາມບໍ່ແນ່ໃຈໃນສິ່ງທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນແລະໃນຄວາມຮູ້ກ່ຽວຂ້ອງຕົນ. ແຕ່ວ່າ, ທ່ານບໍ່ຕ້ອງປະຫລາຍໃຈຖ້າເດັກບາງຄົນປາກົດວ່າຕົນບໍ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບກະເທືອນຈາກສິ່ງທີ່ຕົນໄດ້ເຫັນຫລືໄດ້ຍິນ. ບໍ່ແມ່ນວ່າທຸກຄົນຈະອອກປະຕິກິລິຍາທັນທີໂລດ; ບາງຄົນຈະມີການປະວົງການອອກປະຕິກິລິຍາເປັນເວລານານຫລາຍວັນ, ຫລາຍສັບປະດາ ຫລືຫລາຍເດືອນ, ຫລືບໍ່ອອກເລີຍກໍມີ.

#### ການເວົ້າກ່ຽວສິ່ງທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນ.

- ຮັບຟັງແລະຍອມຮັບຄວາມຮູ້ສຶກຂອງເດັກ.
- ໃຫ້ຕອບຄຳຖາມຂອງເດັກຢ່າງກົງໄປກົງມາ, ເຂົ້າໃຈງ່າຍ ແລະສັ້ນໆ.
- ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າ ເຂົາເຈົ້າເຂົ້າໃຈຄຳຕອບຂອງທ່ານ ຮວມທັງຄວາມໝາຍທີ່ກົງກັບເຈດຕະນາລົມຂອງທ່ານ.
- ໃຫ້ໃຊ້ສັຍສານວນທີ່ຈະບໍ່ພາໃຫ້ເດັກສັບສົນ ຫລືພາໃຫ້ໂລກເປັນສິ່ງທີ່ໜ້າກົວຢ້ານຫລາຍຢຶ່ງຂຶ້ນ.
- ມອບໂອກາດໃຫ້ແກ່ເດັກທີ່ຈະສົນທະນາກັນກ່ຽວກັບເຫດການທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນແລະສິ່ງທີ່ຕົນກຳລັງຮູ້ສຶກຢູ່.
- ໃຫ້ຄຳອະທິບາຍທີ່ກົງໄປກົງມາແກ່ລູກຂອງທ່ານ ໃນບໍລະນີທີ່ທ່ານຮູ້ສຶກເສັຽໃຈຫລາຍຈົນກະທັ່ງທ່ານບໍ່ຢາກເວົ້າເຖິງສິ່ງທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນເລີຍ. ທ່ານອາດຕ້ອງການ “ພັກຊົ່ວຄາວ” ແລະໃຫ້ອີກຜູ້ນຶ່ງທີ່ທ່ານເຊື່ອຖືເຂົ້າມາຊ່ວຍທ່ານ.

- ຖ້າເດັກຖາມຄຳຖາມດຽວຊ້ຳແລ້ວຊ້ຳເລົ່າຫລາຍໆ ເທື່ອ ກໍຍ້ອນວ່າລາວກຳລັງພະຍາຍາມເຂົ້າໃຈ; ກຳລັງພະຍາຍາມທີ່ຈະຊອກຫາເຫດຜົນສຳຫລັບການໂກລາຫິນີແລະຄວາມສັບສົນທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນໃນໂລກຂອງລາວ. ພວກເດັກນ້ອຍນັ້ນຈະ ບໍ່ເຂົ້າໃຈວ່າຄວາມຕາຍແມ່ນການຖາວອນ, ດັ່ງນັ້ນການທີ່ລາວໄດ້ຖາມຫລາຍໆ ເທື່ອ ກໍຍ້ອນວ່າລາວຄາດຫວັງວ່າທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງຈະກັບໄປສູ່ສະພາບປົກກະຕິ.
- ຖ້າເດັກຄົນນັ້ນກຳລັງສຳນຶກຜິດ, ໃຫ້ລາວອະທິບາຍສິ່ງທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນໃຫ້ທ່ານຟັງ. ໃຫ້ຮັບຟັງຢ່າງລະອຽດຖີ່ຖ້ວນ ເພື່ອໃຫ້ຊາບວ່າລາວມີຄວາມຮູ້ສຶກຮັບຜິດຊອບຫລືບໍ່ໃນສ່ວນໃດສ່ວນນຶ່ງຂອງສິ່ງທີ່ລາວກຳລັງອະທິບາຍຢູ່. ໃຫ້ອະທິບາຍຂໍ້ເທັດຈິງຂອງສະຖານະການນັ້ນ ແລະເຫັນໜັກໃສ່ຂໍ້ທີ່ວ່າ ບໍ່ມີໃຜຈັກຄົນ, ໂດຍສະເພາະເດັກນ້ອຍ, ທີ່ອາດສາມາດບໍ່ຮູ້ກັນບໍ່ໃຫ້ເຫດການນັ້ນເກີດຂຶ້ນໄດ້.
- ໃຫ້ທາງໂຮງຮຽນເຂົ້າມາຊ່ວຍ. ຄູ່ຂອງເດັກອາດຈະມີຄວາມຮູ້ສຶກໄວຕໍ່ການປ່ຽນແປງໃນການປະພຶດຕົວຂອງເດັກ ແລະຄົງສາມາດມີການຕອບສນອງດ້ວຍວິທີທີ່ຈະເປັນປະໂຫຍດ.
- ແມ່ນແຕ່ໃນກໍລະນີທີ່ທ່ານຮູ້ສຶກວ່າໂລກນີ້ແມ່ນບ່ອນທີ່ບໍ່ປອດພັນຕາມ, ທ່ານຍັງສາມາດເສີມສ້າງກຳລັງໃຈລູກຂອງທ່ານໄດ້ ດ້ວຍຄຳວ່າ, “ເຫດການສິ້ນສຸດລົງໄປແລ້ວ. ຕໍ່ໄປນີ້ ເຮົາຈະເຮັດທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມປອດພັນໃນລະຍະຕໍ່ໄປ, ແລະຊ່ວຍກັນໃຫ້ກັບໄປສູ່ສະພາບປົກກະຕິ.”
- ໃຫ້ຈັບສັງເກດໃນເມື່ອເດັກມີຄວາມຖາມແລະຢາກໂອລົມນຳໃຜ.
- ຈົ່ງໃຫ້ຄວາມຮັກແລະການສັນນິສະໜາຫລາຍເປັນພິເສດ; ເດັກຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫລືອຈາກທ່ານໃນຂະນະນີ້.

**ຍາມທີ່ຄວນຊອກຫາຄວາມຊ່ວຍເຫລືອຈາກຜູ້ຊ່ຽວຊານ**

ພວກເຮົາ ມີຄວາມຍືດຫຍຸ່ນຫລາຍຢ່າງໜ້າປະຫລາດໃຈ, ເຖິງແມ່ນວ່າເຂົາເຈົ້າອາດໄດ້ຮັບຜົນກະທົບກະເຫຼີອນຈາກຄວາມຊ້ຳໃຈຫລືການສູນຫາຍຢ່າງຮ້າຍແຮງກໍຕາມ. ລາງເທື່ອເດັກອາດໄດ້ຮັບຄວາມຊ່ວຍເຫລືອຈາກຜູ້ປຶກສາແນະນຳຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງທີ່ສາມາດຈັດຫາບ່ອນທີ່ເໝາະສົມໄດ້ ເພື່ອໃຫ້ເດັກກ່າວເຖິງສິ່ງທີ່ໄດ້ເກີດຂຶ້ນຮວມທັງຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຕົນ. ການທີ່ຈະໄດ້ຮັບຄວາມຊ່ວຍເຫລືອຈາກຜູ້ຊ່ຽວຊານຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງຈະເປັນການດີໃນກໍລະນີທີ່ເດັກຄົນນັ້ນໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງການປ່ຽນແປງດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ມາເປັນເວລາການກວ່າສາມເດືອນຫລັງຈາກເຫດການທີ່ພາໃຫ້ຊ້ຳໃຈໄດ້ເກີດຂຶ້ນ :

- ບັນຫາທາງດ້ານການປະພຶດຕົວຫລືການສຶກສາຢູ່ໂຮງຮຽນ.
- ເກີດຄຽດແຄ້ນຢ່າງກະທັນຮັນ.
- ການຖ່ອນຕົວຈາກກິຈະກຳດ້ານສັງຄົມທັມມະດາໆ ຫລືຈາກການຫລິ້ນນຳເດັກອື່ນ.
- ພົບຮ້າຍຢູ່ເລື້ອຍຫລືອາການຜິດປົກກະຕິອື່ນໆ ກ່ຽວກັບການນອນຫລັບ.
- ບັນຫາຕ່າງໆ ທາງຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ ປວດຢາກຮາກ, ເຈັບຫົວ, ນ້ຳໜັກຕົວເພີ່ມຂຶ້ນຫລືລົດລົງ.
- ການອຸກໃຈຢ່າງຮ້າຍແຮງຫລືການປະພຶດຕົນແບບຫລຶກລ່ຽງ ທີ່ເກີດຂຶ້ນເນື່ອງຈາກສິ່ງທີ່ພາໃຫ້ລະລຶກເຖິງເຫດການນັ້ນ.
- ຄວາມອຸກໃຈຫລືຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຕົນບໍ່ມີຄວາມຫວັງໃນຊີວິດຫລືອະນາຄົດຕໍ່ໄປ.
- ບັນຫາຕ່າງໆ ກ່ຽວກັບການກິນເຫລົ້າຫລືໃຊ້ຢາເສບຕິດ.
- ຄຳປະພຶດຕົວທີ່ເຕັມໄປດ້ວຍການສ່ຽງອັນຕາລາຍຢ່າງຮ້າຍແຮງ.
- ບໍ່ເຊົາເປັນຫວ່າງເລື່ອງເຫດການນັ້ນ ຈົນໄດ້ກາຍເປັນຈຸດກາງໃນຊີວິດຂອງຕົນ.

ເຫດການລາງແນວອາດພາໃຫ້ເດັກມີຄວາມຕ້ານທານທີ່ນ້ອຍລົງຕໍ່ການປະເຊີນໜ້າກັບຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ. ຖ້າຫາກວ່າເດັກຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງຫາກໄດ້ປະສົບການຄວາມສູນຫາຍແນວໃດແນວນຶ່ງ ເຊັ່ນ ການຫຍ່າຮ້າງກັນ, ການຕາຍຂອງຜູ້ໃກ້ຊິດ ຫລືການຍ້າຍມາຢູ່ອາສັຍໃນຄຸ້ມໃໝ່ອີກບ່ອນນຶ່ງ, ລາວອາດຮູ້ສຶກວ່າ ຄວາມຊ້ຳໃຈຂອງລາວນັ້ນເກີນຄວາມສາມາດຂອງລາວທີ່ຈະທົນໄດ້. ເຫດການທີ່ພາໃຫ້ຊ້ຳໃຈນັ້ນອາດກໍ່ໃຫ້ອາລົມຕ່າງໆ ທີ່ມີຄວາມສັມພັນກັບຄວາມຊ້ຳໃຈທີ່ເຄີຍມີມາກ່ອນແລ້ວປາກົດຕົວຂຶ້ນມາໃໝ່ໄດ້ອີກເທື່ອນຶ່ງ, ເຊິ່ງອາດເປັນເຫດທີ່ບໍ່ສາມາດທົນໄດ້.

ການທີ່ໄດ້ໄປຫາຜູ້ປຶກສາແນະນຳບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າ ເດັກຄົນນັ້ນເປັນ “ໂຮຄຈິຕ” ຫລືວ່າທ່ານບໍ່ໄດ້ໃຫ້ຄວາມສັນນິສະໜາໃຫ້ລາວເທົ່າທີ່ຄວນ. ຫລັງຈາກໄດ້ປະສົບກັບຄວາມຊ້ຳໃຈ, ຜູ້ຄົນທັງຜູ້ໃຫຍ່ແລະເດັກໄດ້ພົບວ່າ ຕົນຈະໄດ້ຮັບປະໂຫຍດຈາກການໂອລົມນຳຜູ້ປຶກສາຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງທີ່ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມທາງດ້ານປະຕິກິລຍາທີ່ເກີດຂຶ້ນຫລັງຈາກໄດ້ປະສົບກັບຄວາມຊ້ຳໃຈ ຈຶ່ງຊ່ວຍໃຫ້ລາວສາມາດເຂົ້າໃຈເຖິງສິ່ງທີ່ລາວກຳລັງຮູ້ສຶກຢູ່ແລະສາມາດຈັດການກັບຄວາມຮູ້ສຶກນັ້ນໄດ້.