



Australian Government
**Department of Education,
 Science and Training**

តើមិត្តអ្នករូបសំលេងកម្ពុជាកម្មវិធីខ្លះអំពីលោកអ្នក?



DirectLine alcohol.vic.gov.au
1800 888 236 24 HOURS
 7 DAYS
CONFIDENTIAL ALCOHOL AND DRUG COUNSELLING AND REFERRAL LINE

តើលោកអ្នកអាចសុំជំនួយ/ព័ត៌មានពីកន្លែងណា?

- Vic Parenting 9639 4111
www.vicparenting.com.au
- Party safe across Victoria 9854 2657
Road Safe Victoria www.roadsafe.org.au
- Keys Please 9854 2666
- Parent Learner Driver Information www.vicroads.vic.gov.au
(ព័ត៌មានស្តីអំពីការរៀនបើកបររថយន្តសំរាប់មាតា/បិតា។)
- Victoria Police 9854 2666
Party Safe www.police.vic.gov.au
- Australian Drug Foundation 9854 2666
(ស្ថាប័នគ្រឿងញៀនសុវត្ថិភាព ។)
(Partysafe brochure) www.druginfo.adf.org.au
- ព័ត៌មាន 1300 858 584 (ទូរស័ព្ទឥតថវិកា)
ប្រឹក្សាផ្តល់ឱវាទ 1800 888 236 (ទូរស័ព្ទឥតថវិកា)
- Association of Independent 9825 7200
Schools of Victoria
(សមាគមសាលារៀនឯករាជ្យក្នុងរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា)
Student Wellbeing (សុខុមាលភាពសិស្ស)
- Catholic Education Office 9267 0228
(ការិយាល័យសិក្សាអប់រំកាតូលិក)
CEPD/Youth Services
(សេវាជំនួយជន) www.drugs.vic.gov.au
- Department of Human Services
(ក្រសួងផ្តល់សេវាសំរាប់ប្រជាជន)

Department of Education
 and Training
 www.sofweb.vic.edu.au

អបអរសាទរដោយសុវត្ថិភាព

មាតា/បិតា

តើលោកអ្នកមានបានជ្រាបទេ?

សហគមន៍សាលារៀនកំពុងតែធ្វើការរួមគ្នា ដើម្បីជួយពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុងឱ្យ មានអារម្មណ៍ថាខ្លួនមានឥទ្ធិពល។ (អបអរសាទរដោយសុវត្ថិភាព ២០០២)

ពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុងចាត់ទុកមាតា/បិតាថាជាផ្នែកដ៏សំខាន់និងចាំបាច់ នៅក្នុងរាល់វិធីសាស្ត្រសង្គ្រោះគ្រឿងញៀន។ (កូនបង្កើតការសន្តោស ២០០២)

ជាផ្នែកនៃការចំរើនវ័យ ពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុងជាញឹកញយតែងតែឆ្លងកាត់នូវការប្រើអាកប្បកិរិយាប្រថុយប្រថោន ដែលអាចរួមទាំងគ្រឿងញៀន សំលៀកបំពាក់ ភាសា និងបញ្ហារួមគេទៗ។ (ចាប់យកគំនិតវាងវៃ ២០០២)

មាតាបិតាគឺជាតួអង្គដ៏មានអនុភាព ក្នុងការជះឥទ្ធិពលមកលើអាកប្បកិរិយា របស់ពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុង។ លោកអ្នកមានតួនាទីសំខាន់មួយ ក្នុងការគាំទ្រកូនលោកអ្នក ឱ្យមានសុវត្ថិភាព និងធ្វើការជ្រើសរើសដោយមានការយល់ដឹង។

ពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុងភាគច្រើនមានការបារម្ភអំពី

ការសេពសុវាជ្រុលហួស ដែលអាចនាំឱ្យក្អក, ទន់ខ្លួនបាត់ស្មារតី ប្រព្រឹត្តនូវអំពើគួរឱ្យខ្មាសស្បែក បាត់បង់នូវភាពដែលអាចគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបាន ហើយនិងស្លាកស្នាមអាម៉ាស់ដោយសារមានមិត្តភក្តិ ដែលជាជនស្រវឹង។

លទ្ធភាពក្នុងការមានផ្ទៃពោះដែលចូលរួមការដល់ល្បែង ដោយគ្មានការអញ្ជើញ, ជម្លោះ ឬក៏អំពើហិង្សា។

លទ្ធផលពាក់ព័ន្ធនឹងការរួមភេទដោយអចេតនា

មាតា/បិតាស្វែងយល់អំពីអ្វីៗដែលកើតចេញឡើងនៅពិធី ដល់ល្បែង (អបអរសាទរដោយសុវត្ថិភាព ២០០២)

អ្វីៗដែលលោកអ្នកអាចធ្វើដើម្បីជំរុញ លើកទឹកចិត្តឱ្យពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុងរៀប ចំពិធីរីករាយដោយសុវត្ថិភាព

និយាយច្រើនដោយលំហែងស្តាប់គ្នាទៅវិញទៅ មន្តីរីចញ្ជាដែលធ្វើឱ្យលោកអ្នកនិង កូនលោកអ្នកមានការជ្រុយបារម្ភ។

និយាយជាមួយនិងឪពុកម្តាយរបស់អ្នកដែលរៀបចំពិធីដល់ ល្បែង ដើម្បីពិភាក្សា អំពីការអញ្ជើញ ការផ្តល់សុវា ការចូលរួមរបស់អ្នករៀន និងការគ្រប់គ្រងមើលដោយ ឪពុកម្តាយ/ជនពេញវ័យ។

សូមរៀបចំឱ្យបានសមរម្យនូវការដឹកជញ្ជូនកូនលោកអ្នក ទៅតាមពេលវេលា ជាក់លាក់ណាមួយ។

ការគ្រោងរៀបចំពិធីដល់ល្បែង

សូមចូលរួមនៅក្នុងគម្រោងការរៀបចំពិធីដល់ល្បែង ស្វែងសុំយោបល់ប្រគំនិត និងវិធីសាស្ត្រមានប្រយោជន៍ពីមាតា/បិតាឯទៀត។

ធ្វើចេញនូវសំបុត្រអញ្ជើញ ត្បិតការធ្វើយ៉ាងនេះ អាចបង្ហាញពីការជជែកដល់ចូលរួមដោយគ្មានការអញ្ជើញ។

បង្ហាញពីការរីករាយកុំឱ្យពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុងយកសុភមង្គលដោយខ្លួនឯង។

រៀបចំឱ្យមានម្ហូបអាហារច្រើនបរិបូរ ហើយជំរុញលើកទឹកចិត្តឱ្យមានភេសជ្ជៈ គ្មានជាតិស្ករ (សូមជ្រាបដឹងអំពីជាតិស្ករនៅក្នុងភេសជ្ជៈដែលពេញនិយម)។

រៀបចំផែនការសំរាប់អនុវត្ត បើសិនជាមានភ្ញៀវណាម្នាក់លឺ ឬក៏ស្រវឹង។

ការគ្រប់គ្រងមើលដោយមាតា/បិតា គឺជាវិធីរក្សាសុវត្ថិភាពដ៏ប្រសើរ សំរាប់ពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុង និងមាតាបិតារបស់គេ។

ប៉ុន្តែសិនបើមានកម្មវិធីធ្វើការដល់ល្បែងដោយសុវត្ថិភាព ដែលអាចផ្តល់នូវជំនួយ។

ក្រោយពេលដល់ល្បែងរួច

ផ្តល់នូវឱកាសសំរាប់ការពិភាក្សាចំពោះពលរដ្ឋរ៉ាំរ៉ៃក្នុង អំពីការដល់ល្បែង: ឧទាហរណ៍ មានដូចជាឆ្លាតវៃ មិត្តភក្តិ អាកប្បកិរិយា ការរំលែក ម្ហូបអាហារ និងភេសជ្ជៈជាដើម។