TRUTH CENTERED TRANSFORMATION

MODULE

# អាពាហ៍ពិពាហ៍ និងក្រុមគ្រួសារ

## មគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់គ្រូបង្រៀន

កម្មវិធីផ្លាស់ប្រែសហគមន៍ដោយផ្តោតលើសេចក្តីពិតជាព័ន្ធកិច្ចរបស់អង្គការ Reconciled World។
សូមស្វែងយល់ថែមទៀតតាមរយៈគេហទំព័រ tctprogram.org

Reconciled World

កម្មវិធីផ្លាស់ប្រែសហគមន៍ដោយផ្ដោតលើសេចក្ដីពិត (Truth Centered Transformation) មេរៀនស្ដីអំពីៈ អាពាហ៍ និងគ្រួសារ។ ត្រូវបានរក្សាសិទ្ធិ © 2012 ដោយអង្គការ រីខុនសាល់ វើលដ៍ (Reconciled World) ទីក្រុង ហ្វូអ៊ិននិក (Phoenix) រដ្ឋអារីសូណា (Arizona) សហរដ្ឋអាមេរិក។
គេហទំព័រwww.reconciledworld.org

ស្នាដៃនេះត្រូវបានដាក់ឲ្យប្រើប្រាស់នៅក្នុងលក្ខខណ្ឌនៃអាជ្ញាប័ណ្ណ Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0។ អ្នកត្រូវបានអនុញ្ញាត និងលើកទឹកចិត្តដើម្បីសម្របសម្រួលការងារ ថតចម្លង ចែកចាយ និងផ្ទេរស្នាដៃនេះនៅក្នុងលក្ខខណ្ឌដូចខាងក្រោមៈ

- **ការទទួលស្គាល់ៈ** អ្នកត្រូវតែទទួលស្គាល់ស្នាដៃនេះដោយរួមបញ្ចូលសេចក្ដីដូចខាងក្រោម រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាង © 2012។ ត្រូវបានចេញផ្សាយដោយអង្គការ រីខុនសាល់ វើលដ៍ (Reconciled World) (www.reconciledworld.org) ក្រោមលក្ខខណ្ឌនៃអាជ្ញាប័ណ្ណ Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមសូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.creativecommon.org
- **មិនសម្រាប់ធ្វើអាជីវកម្មៈ** អ្នកមិនអាចប្រើប្រាស់ស្នាដៃនេះ ក្នុងគោលបំណងអាជីវកម្មឡើយ។

BY NC

ប្រសិនបើអ្នកមានចំណាប់អារម្មណ៍ក្នុងការបកប្រែសម្ភារៈនេះ សូមទាក់ទងមកកាន់

info@tctprogram.org ។

សម្រាប់អត្ថបទដើមជាភាសាអង់គ្លេសៈ ប្រសិនបើគ្មានការបញ្ជាក់ពីច្បាប់នៃការបកប្រែព្រះគម្ពីរ គ្រប់អត្ថបទគម្ពីរទាំងអស់ត្រូវបានដកស្រង់ចេញពីព្រះគម្ពីរច្បាប់ New International Version ®, NIV ®។ រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាង © ឆ្នាំ១៩៧៣ ១៩៧៨ ១៩៨៤ ដោយ Biblica, Inc.™ ទទួលបានសិទ្ធិអនុញ្ញាតពី Zondervan ។ រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាងទូទាំងពិភពលោកដោយ www.zondervan.com។ ព្រះគម្ពីររបស់ "NIV" និង "New International Version" ត្រូវបានចុះបញ្ជីពាណិជ្ជសញ្ញានៅក្នុងប៉ាតង់សហរដ្ឋអាមេរិក និងការិយាល័យពាណិជ្ជសញ្ញា តាមរយៈ Biblica, Inc™

សម្រាប់អត្ថបទជាភាសាខ្មែរៈ អត្ថបទគម្ពីរត្រូវបានដកស្រង់ចេញពីព្រះគម្ពីរដ៏វិសុទ្ធ ភាសាខ្មែរបច្ចុប្បន្ន © រក្សាសិទ្ធិដោយសមាគមព្រះគម្ពីរសកល ២០០៥ - ដកស្រង់ដោយមានការអនុញ្ញាត។

# សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ

មានមនុស្សជាច្រើនបានរួមចំណែកនៅក្នុងមេរៀនទាំងនេះ ហើយបានធ្វើឲ្យកម្មវិធីទាំងមូលមានប្រសិទ្ធភាពឡើង។ ដូច្នេះ យើងខ្ញុំសូមធ្វើការថ្លែងអំណរគុណបន្តិចបន្តួចដល់ពួកគេទាំងអស់គ្នា។

ធនធានដើមភាគច្រើនសម្រាប់មេរៀនេះគឺមកពី Kate Marsden ដែលចែករំលែកដោយសប្បុរសនូវសម្ភារៈដែលនាងបានរៀបចំ និងសាកល្បងនៅក្នុងប្រទេសបង់ក្លាដេស។ សម្ភារៈរបស់ Kate ត្រូវបានសម្របសម្រួលក្នុងបរិបទ និងសកម្មភាពដ៏អស្ចារ្យផ្សេងជាច្រើន។ ដូច្នេះ វាបានធ្វើឲ្យការដាក់បញ្ចូលគ្នានេះមានភាពងាយស្រួល។ ជាលើកដំបូងដែលខ្ញុំបង្រៀនមេរៀននេះ ខ្ញុំបានឃើញបុរសពេញវ័យជាច្រើនយំ ដោយមានចិត្តធូរស្បើយ ទាំងដឹងថាមានរបៀបផ្សេងៗទៀតក្រៅពីការវាយដំ ក្នុងការដាក់វិន័យកូនៗរបស់ពួកគេ។ ខ្ញុំមិនដែលដឹងថា វាជាតម្រូវការនោះទេ ប៉ុន្តែ Kate គាត់បានដឹងពីចំណុចនេះ។ ខ្ញុំពិតជាអរគុណ Kate ខ្លាំងណាស់។

ខ្ញុំក៏ចង់ថ្លែងអំណរគុណដល់ Heather Hicks ដែលយកមេរៀននេះទៅកាន់កម្រិតមួយទៀត ហើយបន្ថែមមេរៀនជាច្រើនដែលជាតម្រូវការរបស់ស្ត្រីផងដែរ។ ខ្ញុំផ្ទាល់ចេះតែចង់ប្រញាប់ដើរទៅមុខ ដោយមិនបានកែប្រែដោយប្រុងប្រយ័ត្ននោះទេ។ ដូច្នេះខ្ញុំពិតជាអរគុណខ្លាំងណាស់ចំពោះអ្នកដែលចង់សិក្សាពីមេរៀនទាំងអស់នេះ ហើយធ្វើឲ្យវារួចរាល់ក្នុងការចែករំលែកយ៉ាងទូលំទូលាយ។ សូមអរគុណ Heather។

ខ្ញុំសូមអរគុណជាខ្លាំងចំពោះគ្រូៗដែលបានធ្វើការជាមួយយើងក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានឆ្នាំនេះ ដើម្បីសិក្សា និងអនុវត្តគំនិតទាំងអស់នេះ។ ពួកគាត់គឺជាវីរបុរសពិតប្រាកដរបស់ខ្ញុំ។ ការអនុវត្ត និងមតិរបស់ពួកគាត់ពិតជាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការជួយយើងឲ្យបង្កើតសម្ភារៈដែលមានសារៈប្រយោជន៍ ហើយការលើកទឹកចិត្តរបស់ពួកគេធ្វើឲ្យខ្ញុំបន្តទៅមុខជាច្រើនថ្ងៃបន្ថែមទៀត នៅពេលដែលខ្ញុំចង់បោះបង់វាចោល។ ខ្ញុំនៅតែមានសេចក្តីស្រលាញ់យ៉ាងពិសេសសម្រាប់ក្រុមគ្រូបង្រៀនលើកដំបូង ដែលយល់ច្រឡំទាំងស្រុង នៅពេលដែលខ្ញុំរៀនពីរបៀប និងអ្វីដែលត្រូវបង្រៀន។ ពួកគេព្យាយាមយល់យ៉ាងអត់ធ្មត់ ហើយថែមទាំងបង្រៀន និងគំនិតដែលក្រោយមកទើបយើងដឹងថាវាមានភាពស្មុគស្មាញសម្រាប់បរិបទរបស់ពួកគេ។ ប៉ុន្តែ ព្រះជាម្ចាស់បានផ្លាស់ប្តូរសហគមន៍ទាំងនេះចេញពីភាពក្រីក្រផងដែរ ក៏ដូចជាការរំលឹកថាការនេះមិនមែនសម្រាប់ខ្ញុំ ឬអ្វីដែលខ្ញុំកំពុងធ្វើទេ ប៉ុន្តែអំពីព្រះជាម្ចាស់ និងអ្វីដែលទ្រង់កំពុងធ្វើ។ ខ្ញុំពិតជាទទួលការប៉ះពាល់យ៉ាងធំធេង ដែលព្រះជាម្ចាស់អនុញ្ញាតឲ្យខ្ញុំក្លាយជាបំណែកនៃសាច់រឿងនេះ ហើយប្រើប្រាស់ខ្ញុំទោះជាខ្ញុំមានចំណុចខ្សោយក៏ដោយ។ ខ្ញុំសូមលើកតម្កើងសិរីរុងរឿងថ្វាយដល់ទ្រង់។

ជាចុងក្រោយនេះ ខ្ញុំចង់អរគុណដល់ស្វាមីរបស់ខ្ញុំ ដែលបានបង្រៀនខ្ញុំអំពីដែលជាអាពាហ៍ពិពាហ៍ដ៏អស្ចារ្យនោះ។ ប្រសិនបើគ្មានគាត់នោះទេ នោះនឹងគ្មានអ្វីទាំងអស់នេះអាចធ្វើទៅបានទេ។ អូនដឹងថាបងបានលះបង់ជាច្រើនក្នុងពេលប៉ុន្មានឆ្នាំនេះដើម្បីធ្វើឲ្យវាកើតឡើងបាន។ បងជាខ្យល់ដែលជួយអូនឲ្យត្រដាងស្លាបហោះទៅមុខបាន។ អូនស្រលាញ់បង។

Anna Ho
នាយកប្រតិបត្តិ
Reconciled World

# មាតិកា


**សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ**......ii

**មុនពេលដែលអ្នកចាប់ផ្តើម**......1

ការរៀបចំសម្រាប់ការបង្រៀនមេរៀន......1

គន្លឹះសំខាន់ៗសម្រាប់ការបង្រៀនដែលមានប្រសិទ្ធភាព......1

របៀបប្រើប្រាស់សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៏សម្រាប់គ្រូបង្រៀន......3

**មេរៀនទី ១៖ តួនាទីនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍**......4

សេចក្តីផ្តើម......4

តួនាទីរបស់ស្វាមី......6

តួនាទីរបស់ភរិយា......10

ជំហានសកម្មភាព......13

**មេរៀនទី ២៖ អាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលមានសុភមង្គល**......15

សេចក្តីណែនាំអំពីការសម្តែងរឿង......15

អាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលមានសុភមង្គល......16

ការដោះស្រាយភាពខុសគ្នា......19

**មេរៀនទី ៣៖ ការលើកលែងទោស វគ្គទី១**......22

រំលឹក និងសេចក្តីផ្តើម......22

ជំហានទី១៖ ការកំណត់ឲ្យដឹងពីការឈឺចាប់......23

ជំហានទី ២៖ ការសុំអភ័យទោស......25

សេចក្តីសន្និដ្ឋាន......27

**មេរៀនទី ៤៖ ការលើកលែងទោស វគ្គទី២**......29

រំលឹក......29

ជំហានទី ៣៖ ការលើកលែងទោស......29

ជំហាននៃការលើកលែងទោស......32

អនុវត្តជំហាននៃការលើកលែងទោស......33

ជំហានទី ៤៖ ចាប់ផ្តើមសាជាថ្មីជាមួយគ្នា......33

សេចក្តីសន្និដ្ឋាន......34

**មេរៀនទី ៥៖ ការពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នក** ....................35
សេចក្តីផ្តើម ....................35
ការបង្ហាញការពេញចិត្ត (ឬការអរគុណ) ....................36
អធិស្ឋានជាមួយគ្នា ....................38
ដាក់ស្វាមីឬភរិយារបស់អ្នកសំខាន់ជាងអ្នកដទៃ....................39
សេចក្តីសន្និដ្ឋាន....................43
**មេរៀនទី ៦៖ ស្រ្តីជាមនុស្សមានតម្លៃ** ....................44
សេចក្តីផ្តើម ....................44
សេចក្តីពិតអំពីស្រ្តី ....................47
វប្បធម៌របស់ព្រះយេស៊ូ និងរបៀបដែលទ្រង់ប្រព្រឹត្តចំពោះស្រ្តី ....................49
យើងអាចនាំការផ្លាស់ប្តូរបាន ....................51
**មេរៀនទី ៧៖ តួនាទីរបស់ឪពុកម្តាយ**....................56
សេចក្តីផ្តើម ....................56
តួនាទីរបស់ឪពុកម្តាយ ....................57
ការរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ ....................58
ការរីកចម្រើនខាងបញ្ញាស្មារតី ....................59
ការរីកចម្រើនខាងផ្នែកសង្គម ....................61
ការរីកចម្រើនខាងផ្នែកផ្លូវកាយ ....................63
សេចក្តីសន្និដ្ឋាន....................64
**មេរៀនទី ៨៖ ការជួយដល់កុមារ ឲ្យមានអត្តចរិតល្អ** ....................65
សេចក្តីផ្តើម....................65
ការស្តាប់ឲ្យបានល្អ ....................67
គោលការណ៍នៃការស្តាប់អារម្មណ៍របស់ក្មេង ....................69
សេចក្តីសន្និដ្ឋាន ....................71

**មេរៀនទី ៩៖ សារៈសំខាន់នៃពាក្យសម្ដីរបស់យើង** ........ 72
សេចក្ដីផ្ដើម ........ 72
ពាក្យបញ្ឈឺចិត្ត ........ 73
ការប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមាន ........ 75
ពាក្យលើកទឹកចិត្ត ........ 76
សេចក្ដីសន្និដ្ឋាន ........ 77
**មេរៀនទី១០៖ សេចក្ដីស្រលាញ់ និង ការដាក់វិន័យដែលមានប្រសិទ្ធភាព** ........ 78
សេចក្ដីផ្ដើម ........ 78
ជម្រើសជំនួសក្នុងការដាក់ទណ្ឌកម្ម ........ 81
រំលឹកមេរៀន ........ 84

# មុនពេលដែលអ្នកចាប់ផ្ដើម

## ការរៀបចំសម្រាប់ការបង្រៀនមេរៀន

១. សូមអាន **សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់គ្រូបង្រៀន** ដោយយកចិត្តទុកដាក់ ហើយអានឲ្យបានបួនប្រាំដងប្រសិនបើអាច។ សូមគូសចំណាំ ឬធ្វើកំណត់ត្រានៅលើគែមទំព័រដើម្បីរំឭកខ្លួនអ្នកពីចំណុចសំខាន់ៗ។

២. សូមមើលទៅលើ **គោលបំណង** ក្នុងមេរៀននីមួយៗ ដើម្បីឲ្យដឹងថាសិស្សគួររៀនពីអ្វីខ្លះតាមរយៈមេរៀននោះ។

៣. សូមអាន **អត្ថបទគម្ពីរ** ទាំងអស់ជាមុន។

៤. សូមពិនិត្យមើល ថាតើសម្ភារៈអ្វីខ្លះដែលអ្នកត្រូវការនៅក្នុងមេរៀននីមួយៗ ហើយត្រូវប្រាកដថាអ្នកមានច្បាប់ចម្លងនៃសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស (មេរៀន) និងបង្កើតរូបភាពជំនួយដល់ការសិក្សាដែលត្រូវបានប្រើនៅក្នុងមេរៀន។

៥. ត្រូវប្រាកដថាអ្នកដឹងពី**សកម្មភាព**នីមួយៗនៅក្នុងមេរៀន (ការសម្ដែងរឿង ល្បែងកម្សាន្ត រូបភាពជំនួយដល់ការសិក្សា)។ អ្នកអាចអនុវត្តវាជាមួយនឹងគ្រួសារ ឬមិត្តភក្ដិរបស់អ្នក។

៦. ចំណាយពេល**អធិស្ឋាន**ទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់ ដើម្បីរៀបចំសិស្ស និងឲ្យសិស្សឮពីអ្វីដែលព្រះជាម្ចាស់ចង់ឲ្យពួកគេឮ ហើយឲ្យទ្រង់ជួយអ្នកក្នុងការបង្រៀនសម្ភារៈទាំងនេះ។ ចូរចាំថា គឺមានតែតាមរយៈកម្លាំងរបស់ព្រះជាម្ចាស់ប៉ុណ្ណោះ ដែលនឹងធ្វើឲ្យយើងឃើញមនុស្សផ្លាស់ប្ដូរ។

## គន្លឹះសំខាន់ៗសម្រាប់ការបង្រៀនដែលមានប្រសិទ្ធភាព

១. មកដល់មុនម៉ោង ហើយរៀបចំសម្ភារៈរបស់អ្នក និងកន្លែងដែលអ្នកនឹងប្រើប្រាស់។

២. កុំបង្រៀនប្រញាប់ប្រញាល់ពេល។ រៀបចំពេលវេលាឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ពេលពិភាក្សា សកម្មភាព និងម៉ោងសម្រាក។ គោលដៅរបស់យើងគឺឲ្យមនុស្សមានពេលដើម្បីស្វែងយល់ និងបានចូលរួមក្នុងដំណើរនៃការរៀនសូត្រ។ ពេលផ្លាស់ប្ដូរពីប្រធានបទមួយ ទៅប្រធានបទមួយ ត្រូវប្រាកដថាមនុស្សគ្រប់គ្នាយល់។ នៅក្នុងមេរៀនខ្លះ ប្រហែលជាត្រូវការពេលកន្លះថ្ងៃ ទៅមួយថ្ងៃបន្ថែមទៀត។

៣. ឧស្សាហ៍រំលឹក។ នៅដើមវគ្គសិក្សានីមួយៗ សូមឲ្យសិស្សរំលឹកពីអ្វីទាំងអស់ដែលពួកគេបានរៀន នៅក្នុងការបណ្ដុះបណ្ដាលមេរៀន។ ការលើកឡើងម្ដងទៀត ជួយឲ្យមនុស្សចាំពីអ្វីដែលបានរៀន។

៤. អនុវត្តតាមមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់គ្រូបង្រៀន និងកំណត់ត្រានៃការរៀបចំរបស់អ្នក។

៥. ត្រូវប្រាកដថាបញ្ចូលផ្នែកទាំងបួននេះនៅក្នុងមេរៀននីមួយៗ
- ក. ការណែនាំអំពីប្រធានបទ៖ សកម្មភាពនានានឹងផ្សារភ្ជាប់ប្រធានបទ ទៅនឹងបទពិសោធន៍មុនរបស់ពួកគេ។
- ខ. ផ្តល់នូវព័ត៌មានថ្មីៗ៖ មានរបៀបច្រើនណាស់ដើម្បីចែករំលែកនូវព័ត៌មានថ្មី។
- គ. ឲ្យសិស្សនូវអ្វីដែលពួកគេបានរៀន៖ សកម្មភាពអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេយល់កាន់តែប្រសើរពីព័ត៌មានដោយធ្វើការជាមួយអ្នកដទៃ បង្កើតអ្វីមួយ ឬការប្រើប្រាស់ព័ត៌មានថ្មីនៅក្នុងរបៀបមួយចំនួន។
- ឃ. ផ្សារភ្ជាប់ព័ត៌មានទៅកាន់ជីវិតរបស់ពួកគេ៖ នេះជាជំហាននៃការអនុវត្តដែលជួយសិស្សឲ្យសម្រេចចិត្តពីរបៀបជាក់លាក់ដែលពួកគេនឹងអនុវត្តព័ត៌មានថ្មីដែលពួកគេបានរៀន នៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ។ ការរៀនដោយមិនអនុវត្ត មិនបង្កើតឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរទេ ហើយក៏មិនមានប្រយោជន៍ដែរ។

៦. រំលឹកឡើងវិញពីការរៀនគោលការណ៍មនុស្សពេញវ័យ និងជំនាញផ្សេងៗដែលបានបង្រៀននៅក្នុងវគ្គបណ្តុះបណ្តាលការអភិវឌ្ឍអ្នកសម្របសម្រួល។
- ក. ផ្តល់ការណែនាំឲ្យបានច្បាស់
- ខ. សួរសំណួរបើកជាច្រើន (សំណួរដែលទាមទារឲ្យមានការឆ្លើយតបច្រើន ជាជាងឆ្លើយបាទ/ចាស)
- គ. ថ្លែងអំណរគុណដល់ការចូលរួមរបស់ពួកគេ
- ឃ. សូមកុំប្រាប់ពួកគេថា អ្វីដែលពួកគេអាចរៀនល្អប្រសើរនោះគឺតាមរយៈការរុករកស្រាវជ្រាវ
- ង. កសាងលើអ្វីដែលពួកគេបានស្គាល់រួចទៅហើយ ហើយទទួលស្គាល់ពីបទពិសោធន៍របស់ពួកគេ
- ច. ត្រូវតែអត់ធ្មត់ និងរង់ចាំមនុស្សឲ្យឆ្លើយតប

៧. លើកទឹកចិត្តមនុស្សគ្រប់គ្នាឲ្យចូលរួម ចែករំលែក និងរួមចំណែកក្នុងការពិភាក្សា។ រកវិធីណាមួយដើម្បីលើកទឹកចិត្តដល់មនុស្សដែលខ្មាសអៀន ឲ្យចូលរួមដោយមិនធ្វើឲ្យពួកគេអាម៉ាស់។

៨. អធិស្ឋានដើម្បីសូមឲ្យព្រះជាម្ចាស់បង្ហាញពីអ្វីថ្មីមកកាន់អ្នក ហើយនឹងសិស្ស។

## របៀបប្រើប្រាស់សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់គ្រូបង្រៀន

១. **គោលបំណង និង សម្ភារៈ៖** មេរៀននីមួយនឹងចាប់ផ្តើមជាមួយនឹងផ្នែកនេះ។

ក. **គោលបំណង៖** សិស្សគួរតែអាចសម្រេចបាននូវគោលបំណងទាំងនេះនៅចុងមេរៀននីមួយៗ។ ជាការល្អក្នុងការសួរខ្លួនឯងថាតើគោលបំណងទាំងអស់នេះបានសម្រេចដែរឬទេ បន្ទាប់ពីបង្រៀនវា។ សូមចំណាយពេលរំលឹកពីគំនិតសំខាន់ៗជាញឹកញាប់ ដើម្បីជួយគេឲ្យចងចាំ។

ខ. **សម្ភារៈ៖** សម្ភារៈចាំបាច់ដែលត្រូវការ ត្រូវបានរៀបរាប់នៅក្នុងមេរៀននីមួយៗ រួមបញ្ចូលជាមួយរូបភាពជំនួយដល់ការសិក្សា និងមេរៀនរបស់សិស្ស។ អ្នកអាចជ្រើសរើសបានថាគួរផ្តល់សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្សទាំងមូល ឬតែមួយផ្នែកតូចទៅកាន់អ្នកចូលរួមម្នាក់ៗ ដូចដែលបានណែនាំនៅក្នុងមេរៀននីមួយៗ។ យើងក៏សូមណែនាំឲ្យមានផ្ទាំងក្រដាសក្តារខៀនដើម្បីប្រើនៅក្នុងក្រុមធំ។

២. **សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖** មានការណែនាំពិសេសនៅក្នុងមេរៀនដើម្បីជួយឲ្យអ្នកដឹកនាំការបណ្តុះបណ្តាលឲ្យបានល្អ តែមិនមែនសម្រាប់ចែករំលែកជាមួយសិស្សនោះទេ។ សូមអានចំណុចទាំងនោះជាមុន ដើម្បីអ្នកអាចរៀបចំដឹកនាំការពិភាក្សា និងសកម្មភាព។ សំណួរមួយចំនួនក៏មានចម្លើយជាអក្សរទ្រេត ដើម្បីជួយដល់អ្នកសម្របសម្រួលដឹងពីគំនិតដើម្បីបញ្ជាក់ជាមួយសិស្ស។ វាមិនគ្រាន់តែជាចម្លើយដ៏ល្អតែមួយនោះទេ ថែមទាំងចម្លើយល្អៗផ្សេងៗទៀតផងដែរ។

២. **ការគ្រប់គ្រងទំហំនៃពេលវេលា និងលំហូរ៖** ទំហំនៃពេលវេលាមិនត្រូវបញ្ចូលក្នុងមេរៀននីមួយៗទេ។

ក. ចំណាយពេលឲ្យបានច្រើនតាមដែលត្រូវការដើម្បីជួយដល់សិស្សឲ្យរៀនពីគំនិតនៅក្នុងមេរៀន។ វាមានតម្លៃណាស់ក្នុងការយកចិត្តទុកដាក់អំពីអ្វីដែលមនុស្សកំពុងរៀន ជាជាងបញ្ចប់មេរៀនតាមពេលវេលាដែលបានកំណត់។

ខ. ចូរចាំថា ត្រូវទុកពេលឲ្យអ្នកសម្របសម្រួលចាប់ផ្តើមជាមួយនឹងការចំណាយពេលជាមួយព្រះជាម្ចាស់ ចែករំលែកនូវទីបន្ទាល់ ពិភាក្សាអំពីបញ្ហាណាមួយដែលពួកគេមាន ហើយអធិស្ឋានជាមួយគ្នា។

**កំណត់ចំណាំពិសេសសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួលសម្រាប់មេរៀនអាពាហ៍ពិពាហ៍ និងគ្រួសារ៖** លើកទឹកចិត្តឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នាចូលរួមនៅក្នុងវគ្គបណ្តុះបណ្តាលនេះ ទោះបីជាពួកគេមិនទាន់បានរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ក៏ដោយ ឬទោះបីពួកគេមិនទាន់មានកូនក៏ដោយ។ សូមធ្វើការកែប្រែសម្រាប់ការពិភាក្សាជាប្តីប្រពន្ធ។ ប្រធានបទទាំងនេះគឺមានតម្លៃសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាក្នុងការរៀន និងអភិវឌ្ឍទំនាក់ទំនងល្អនៅក្នុងសហគមន៍ទាំងមូល។

# មេរៀនទី ១៖
# តួនាទីនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍

**គោលបំណង** (**នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖**)

១. ស្វែងយល់ពីតួនាទីផ្សេងៗរបស់បុរស និងស្ត្រីនៅក្នុងព្រះគម្ពីរ

២. បង្កើតផែនការដើម្បីបង្ហាញសេចក្តីស្រលាញ់ និងការគោរពចំពោះប្តី ឬប្រពន្ធរបស់ពួកគេ

**សម្ភារៈ**

១. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស

ក. ១.១ តួនាទីរបស់ស្វាមី និងភរិយា

ខ. ១.២ អត្ថបទស្តីអំពីសេចក្តីស្រលាញ់ និងការគោរព (អាចជ្រើសរើសបាន)

## សេចក្តីផ្តើម

---

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំឲ្យនរណាម្នាក់ស្ម័គ្រចិត្តអានសាច់រឿងនីមួយៗ ហើយពិភាក្សានូវសំណួរនៅក្នុងក្រុមធំ។*

**សាច់រឿងរបស់នាងលេអា**

នាងលេអាអង្គុយនៅមាត់ទ្វារ កំពុងលាងបន្លែសម្រាប់ចម្អិនអាហារពេលល្ងាច។ នាងតែងតែឃោលអង្រឹងទៅមក ពេលដែលកូនតូចកំពុងគេងលក់។ ម្តាយក្មេករបស់នាងកំពុងតែសម្រាន្តនៅលើកន្ទេលដែលត្បាញពីឫស្សី ហើយស្រមុកតិចៗនៅពេលរសៀល ក្រោមចំហាយថ្ងៃក្តៅ។ នាងលេអាទើបតែរៀបការបានពីរឆ្នាំតែប៉ុណ្ណោះ ប៉ុន្តែជីវិតរបស់នាងខុសស្រឡះពីអ្វីដែលនាងបានរំពឹងទុកទាំងស្រុង។ នាងមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនមានវ័យចំណាស់ ហើយហត់នឿយផង ។ នាងនឹកមិត្តភក្តិរបស់នាង ហើយសង្ឃឹមថាខ្លួននឹងបានទៅលេងឳពុកម្តាយរបស់នាង។ ប៉ុន្តែ នាងត្រូវនៅមើលកូន និងផ្ទះសម្បែងសម្រាប់គ្រួសាររបស់ស្វាមីនាង។

នាងលេអាដឹងថាម្តាយក្មេករបស់នាង រំពឹងថាអ្វីៗនឹងរៀបចំរួចរាល់នៅពេលដែលគាត់ភ្ញាក់ពីគេង។ នាងលេអាបានធ្វើសរសៃឲ្យខ្លួនឯង និងរើតនៅកន្លែងដែលឈឺ ត្រង់កញ្ចឹងករបស់នាង។ នៅពេលដែលនាង

ហើយនិងលោកធីមូសទើបតែរៀបការដំបូង ពេលខ្លះគាត់ប្រញាប់ចេញពីធ្វើការ ហើយពួកគេទៅដើរលេង ឬក៏ជិះម៉ូតូដើរលេងជាមួយគ្នា។ តែឥឡូវនេះ គាត់តែងតែនៅដល់យប់ជ្រៅជាមួយមិត្តរបស់គាត់។ ពេលគាត់ត្រលប់មកផ្ទះ ខ្លួនធុំសុទ្ធតែស្រា និងបារី ហើយមិនសូវនិយាយស្តីអ្វីសោះមុនចូលសម្រាន្ត។

នាងលេអាបានជួបជាមួយធីមូសនៅឯក្រុមជំនុំ ក្នុងក្រុមយុវជន។ មុនពេលដែលគាត់រៀបការ គាត់ហាក់ដូចជាចូលចិត្តទៅក្រុមជំនុំ។ នាងបានស្រមៃថា គាត់នឹងក្លាយជាបុរស និងឪពុកដ៏ល្អម្នាក់។ លោកធីមូសមិនកាចឃោរឃៅទេ។ គាត់ក៏មិនបានវាយដំនាងលេអាដែរ ហើយនាងក៏ដឹងថាគាត់មិនបានទៅក្រៅជាមួយស្ត្រីផ្សេងនោះឡើយ ប៉ុន្តែចិត្តរបស់គាត់ហាក់ដូចជានៅឆ្ងាយពីនាង។ ទោះបីជានៅរសៀលថ្ងៃអាទិត្យ គាត់នៅផ្ទះក៏ដោយ ប៉ុន្តែគាត់ហាក់ដូចជាមានគំលាតពីនាង។ គាត់មិនដែលលេងជាមួយកូន ហើយក៏មិនបាននិយាយជាមួយនាងលេអាដែរ។ គាត់មានតែគេង ឬក៏មើលទូរទស្សន៍តែប៉ុណ្ណោះ។ នៅពេលដែលកូនយំ ឬម្តាយរបស់គាត់ត្អូញត្អែរអំពីនាងលេអា លោកធីមូសក៏ឈ្លោះគ្នាជាមួយនាងលេអា ហើយថែមទាំងស្រែកគំហកដាក់នាងទៀតផង។ នាងលេអាចាប់ផ្តើមគិតថា នាងមិនគួររៀបការទាល់តែសោះ។ នាងមិនដែលស្រមៃថា ជីវិតរបស់នាងនឹងពិបាកបែបនេះឡើយ។

## សាច់រឿងរបស់លោកធីមូស

នៅល្ងាចថ្ងៃដដែល លោកធីមូសអង្គុយផឹកកាហ្វេជាមួយមិត្តភក្តិរបស់គាត់។ លោកបារ៉ាកំពុងតែនិយាយរឿងកំប្លែងអំពីស្ត្រីម្នាក់ ហើយធ្វើឲ្យទាំងអស់គ្នាសើច។ ស្រាប់តែលោកធីមូសនឹកឃើញអំពីនាងលេអា ហើយក៏ភ័យញ័រ។ គាត់ដឹងថានាងនៅរង់ចាំគាត់ ហើយនៅពេលដែលគាត់ទៅដល់ផ្ទះ នោះនាងនឹងផ្ទុះកំហឹងជាមិនខាន។ នាងមិនដែលសប្បាយចិត្តទេ។ នាងតែងតែត្អូញត្អែរពីម្តាយរបស់ធីមូស និងគ្រប់កិច្ចការទាំងអស់ដែលនាងធ្វើនៅផ្ទះ។ លោកធីមូសដឹងថាម្តាយរបស់គាត់អាចមានចរិតពិបាកបន្តិច តែគាត់រំពឹងថាលេអាអាចអត់ធ្មត់ជាងនេះ។ ម្តាយរបស់គាត់បានធ្វើការហត់នឿយពេញមួយជីវិតគាត់ហើយ ហើយគាត់សមនឹងសម្រាកនៅពេលនេះ ព្រោះគាត់ចាស់ហើយ។ នាងលេអាគួរតែយល់ពីចំណុចនោះ។

លោកធីមូសចាប់ផ្តើមចំណាយពេលនៅខាងក្រៅជាមិត្តភក្តិរបស់គាត់ ហើយរកលេសដើម្បីនៅឆ្ងាយពីផ្ទះ ដោយសារតែគាត់មិនចង់ស្តាប់ឮការទាស់ទែងគ្នារវាងនាងលេអា និងម្តាយរបស់គាត់។ គាត់ហត់នឿយនឹងពាក្យសម្តីត្អូញត្អែររបស់នាងលេអាពីកិច្ចការផ្ទះសម្បែង និងកូនតូចណាស់។ នាងហាក់ដូចជាខឹងនឹងគាត់ហួត។ តើនាងមិនយល់ទេឬថា គាត់ធ្វើការពេញមួយថ្ងៃ ហើយគាត់គ្រាន់តែចង់នៅស្ងាត់ និងសម្រាកនៅពេលល្ងាច?

គាត់ថែមទាំងគេចមិនចង់ទៅក្រុមជំនុំជាមួយលេអា។ គាត់ស្អប់ការធ្វើពុតថាអ្វីៗនឹងប្រសើរឡើងចំពោះពួកគេ។ នៅពេលដែលទៅក្រុមជំនុំនៅព្រឹកថ្ងៃអាទិត្យ នាងលេអារៀបចំស្លៀកពាក់ឲ្យកូន និងអ៊ុតអាវស្អាតឲ្យលោកធីមូស។ វាដូចជានាងចង់ឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នាជឿថាពួកគេមានបាន និងមានសុភមង្គល។ តែការពិតពួកគេពិបាកនឹងស្វែងរកប្រាក់ល្មមគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់គ្រួសារ ហើយមិនដែលមានសុភមង្គលនៅផ្ទះទេ។ លោកធីមូសចាប់ផ្តើមនឹកឆ្ងល់ថា តើមាននរណាម្នាក់ពិតជាមានសុភមង្គលដូចដែលគាត់ធ្វើពុតនោះដែរឬទេ។ គាត់មានអារម្មណ៍ថាបាក់ទឹកចិត្ត ហើយគាត់មិនចង់ទៅក្រុមជំនុំទៀតឡើយ។ គាត់មិនប្រាកដថាវាមានន័យអ្វីនោះទេ។ គាត់មិនដែលស្រមៃថា ជីវិតរបស់គាត់ច្របូកច្របល់បែបនេះទេ។

- តើមានអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងសាច់រឿងនេះ?
- តើយើងអាចប្រៀបធៀបរឿងនេះទៅកាន់គ្រួសារនានានៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នកបានយ៉ាងណាខ្លះ?
- តើអ្នកនឹងផ្តល់ដំបូន្មានអ្វីទៅនាងលេអា? សូមគិតអំពីតម្រូវការរបស់លោកធីមូស៖ តើនាងអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ ដើម្បីមើលថែរក្សាលោកធីមូសឲ្យបានល្អប្រសើរ?
- តើអ្នកនឹងផ្តល់ដំបូន្មានអ្វីទៅលោកធីមូស? សូមគិតអំពីតម្រូវការរបស់នាងលេអា៖ តើគាត់អាចធ្វើអ្វីដើម្បីមើលថែរក្សានាងលេអាឲ្យបានល្អប្រសើរវិញ?

នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងពិនិត្យមើលពីតួនាទីរបស់ស្វាមី និងភរិយានៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍។ ព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានគោលការណ៍ណែនាំ ដើម្បីជួយយើងឲ្យមានអាពាហ៍ពិពាហ៍ប្រកបដោយជោគជ័យ។

## តួនាទីរបស់ស្វាមី (សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១.១)

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

- តើអ្នកគិតថាស្វាមីមានតួនាទីអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍? សូមពណ៌នា។

សូមអាន អេភេសូ ៥៖២៣, ២៥, ២៨-២៩។

- តើខទាំងនេះចែងយ៉ាងណាខ្លះ ពីតួនាទីរបស់ស្វាមី?
    - ស្វាមីនាំមុខភរិយា។
    - ស្វាមីត្រូវស្រលាញ់ភរិយា ដូចព្រះគ្រិស្តបានស្រលាញ់ក្រុមជំនុំ។
    - ស្វាមីត្រូវស្រលាញ់ភរិយាឲ្យបានដូចស្រលាញ់រូបកាយរបស់ខ្លួនដែរ។
- ស្វាមីនាំមុខភរិយាដូចព្រះគ្រិស្តនាំមុខក្រុមជំនុំ។ តើព្រះគ្រិស្តប្រព្រឹត្តបែបណា ក្នុងនាមជាអ្នកនាំមុខក្រុមជំនុំ? តើស្វាមីគួរប្រព្រឹត្តបែបណាក្នុងនាមជាអ្នកនាំមុខភរិយា?

  - ស្វាមីគឺជាអ្នកដឹកនាំ។
  - ព្រះយេស៊ូបានលះបង់ព្រះជន្ម និងសិទ្ធិរបស់ទ្រង់ជាព្រះ ដើម្បីធ្វើជាព្រះសង្គ្រោះរបស់យើង ដូច្នេះស្វាមីត្រូវលះបង់ ដើម្បីថែរក្សា ការពារ និងផ្គត់ផ្គង់ដល់ភរិយារបស់ខ្លួន ដោយមិនគ្រាន់តែធ្វើអ្វីដែលជាប្រយោជន៍សម្រាប់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះទេ។
  - ស្វាមីមិនបង្ខំឲ្យភរិយារបស់ខ្លួនចុះចូលនឹងខ្លួនទេ ប៉ុន្តែគាត់ស្រលាញ់នាងដោយឥតលក្ខខណ្ឌ (ព្រះគ្រិស្តមិនដែលបង្ខំក្រុមជំនុំឲ្យចុះចូលនឹងទ្រង់ទេ)។
  - នៅពេលដែលស្វាមីធ្វើការសម្រេចចិត្ត គាត់គួរតែពិភាក្សាជាមួយភរិយារបស់ខ្លួន ហើយពិចារណាពីអ្វីដែលល្អបំផុតសម្រាប់ភរិយា មិនគ្រាន់តែស្វែងរកផលប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនឡើយ។
- តើអ្នកគិតថា ព្រះជាម្ចាស់មានសេចក្តីស្រលាញ់បែបណាដែរ?

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច**

សូមប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១.១ ដើម្បីអានគម្ពីរ ១កូរិនថូស ១៣៖៤-៨ និងយ៉ូហាន ១៣៖២-១៧ ហើយឆ្លើយនូវសំណួរខាងក្រោម៖

- តើខគម្ពីរទាំងនេះពណ៌នាបែបណាអំពីសេចក្តីស្រលាញ់របស់ព្រះជាម្ចាស់?
  - ១ កូរិនថូស ១៣៖៤-៨ ៖ *អត់ធ្មត់ ជួយធុរគេ ហើយមិនចេះឈ្នានីសគេ មិនវាយឫកខ្ពស់ មិនអួតបំប៉ោង មិនប្រព្រឹត្តអំពើថោកទាប មិនស្វែងរកប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន មិនមួម៉ៅ មិនចងគំនុំ។ មិនអបអរនឹងអំពើទុច្ចរិតទេ តែរីករាយនឹងសេចក្តីពិតវិញ។ អត់ឱនឲ្យទាំងអស់ ជឿទាំងអស់ សង្ឃឹមទាំងអស់ ហើយទ្រាំទ្រទាំងអស់។ ហើយសេចក្តីស្រលាញ់មិនសាបសូន្យសោះ។*
  - ភីលីព ២៖១-៨ ៖ *បន្ទាបខ្លួន គិតពីប្រយោជន៍របស់អ្នកដទៃជាមុន បម្រើ និងលះបង់។*
  - យ៉ូហាន ១៣៖២-១៧៖ *បម្រើអ្នកដទៃ។*
- តើលោកជីមូសអាចធ្វើអ្វីបាន (ចេញពីសាច់រឿងខាងលើនេះ) ដើម្បីស្រលាញ់នាងលេអាជាប្រពន្ធ ទៅតាមរបៀបដែលព្រះគម្ពីរបង្រៀន?
  - *ជួយធ្វើកិច្ចការងារផ្ទះ ឬលេងជាមួយកូន*
  - *ចំណាយពេលជាមួយនាងលេអា*
  - *លើកទឹកចិត្តឲ្យនាងលេអា មានពេលជាមួយគ្រួសាររបស់នាង*
  - *និយាយជាមួយនាងលេអា ហើយគាំទ្រនាងនៅក្នុងទំនាក់ទំនងជាមួយម្តាយរបស់គាត់។*

- តើស្វាមីអាចបង្ហាញសេចក្តីស្រលាញ់ទៅភរិយារបស់ខ្លួន តាមរបៀបទាំងនេះបានដោយរបៀបណា? នៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក ចូរស្វែងរកចំណុចអនុវត្តទាំង១០ ដែលស្វាមីអាចបង្ហាញសេចក្តីស្រលាញ់បែបនេះទៅកាន់ភរិយារបស់ខ្លួន។
    - អត់ឱនឲ្យភរិយារបស់ខ្លួន នៅពេលដែលមានការខ្វែងគំនិតគ្នា
    - ស្តាប់យោបល់របស់ភរិយានៅពេលដែលធ្វើការសម្រេចចិត្ត
    - ជួយមើលថៃកូន ជួយងូតទឹកឲ្យកូន
    - ជួយដងទឹកឲ្យភរិយា
    - ស្មោះត្រង់ជាមួយភរិយា
    - ជួយមើលកូនៗ ដើម្បីឲ្យភរិយាមានពេលខ្លះទៅលេង និងជួបជាមួយអ្នកដទៃទៀត
    - គិតពីតម្រូវការរបស់ភរិយាមុនតម្រូវការរបស់ខ្លួន
    - ធ្វើជាគំរូដ៏ល្អផ្នែកខាងវិញ្ញាណ ដោយត្រូវប្រាកដថាគ្រួសារចូលរួមក្រុមជំនុំរៀងរាល់សប្តាហ៍
    - អធិស្ឋានសម្រាប់ភរិយារបស់ខ្លួន
    - ស្វែងរកយោបល់របស់នាង ហើយពិភាក្សាអំពីការសម្រេចចិត្តសំខាន់ៗជាមួយគ្នា។
- តើនឹងមានលទ្ធផលអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើស្វាមីមិនបានបំពេញតួនាទីរបស់ខ្លួនដូចដែលបានពណ៌នានៅក្នុងព្រះគម្ពីរ?
- ប្រសិនបើស្វាមីបានធ្វើចំណុចទាំងនេះ តើអ្នកគិតថានឹងមានឥទ្ធិពលអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍?

## រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *រំលឹកសំណួរខាងលើ ហើយឲ្យក្រុមនីមួយៗចែករំលែកពីបញ្ជីនៃសកម្មភាពរបស់ពួកគេ។ ប្រហែលជាអ្នកនឹងឮពីការកុហកផ្សេងៗនៅក្នុងវប្បធម៌ខ្មែរ ដូច្នេះចូរត្រលប់ទៅមើលអ្វីដែលចែងនៅក្នុងព្រះគម្ពីរ ហើយលើកទឹកចិត្តឲ្យពួកគេអធិស្ឋានអំពីវា។*

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

ព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានឲ្យស្វាមីមានតួនាទីពីរនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ គឺត្រូវធ្វើជាអ្នកនាំមុខភរិយា ហើយត្រូវស្រលាញ់ភរិយាដូចដែលព្រះគ្រិស្តស្រលាញ់ក្រុមជំនុំ។ ព្រះយេស៊ូបានបង្ហាញពីអត្តចរិតជាអ្នកបម្រើ លាងជើងសិស្សរបស់ទ្រង់ ហើយលះបង់ព្រះជន្មរបស់ទ្រង់ដើម្បីធ្វើជាយញ្ញបូជាសម្រាប់ការសង្គ្រោះរបស់យើង។ ព្រះយេស៊ូយកចិត្តទុកដាក់ និងមានចិត្តសប្បុរស បោះបង់សិទ្ធិជាព្រះ ហើយមិនត្រួតត្រា។

វាជាការសំខាន់ដែលយើងយល់ពីរបៀបដែលព្រះយេស៊ូធ្វើជាគំរូ និងបង្ហាញពីតួនាទីទាំងនេះ ហើយយើងមិនត្រូវបំពេញតាមតួនាទីតែមួយឬពីរ ហើយបំភ្លេចតួនាទីដទៃនោះទេ។ ប្រសិនបើយើងមើលទៅជីវិតរបស់លោកអប្រាហាំ ពេលខ្លះយើងឃើញថាគាត់ផ្តោតលើតួនាទីមួយ ខ្លាំងជាងតួនាទីផ្សេងទៀត ហើយនៅរាល់លើកដែលគាត់ធ្វើដូច្នេះ បាននាំមកនូវបញ្ហា។

១. **ធ្វើជាអ្នកនាំមុខ តែគ្មានសេចក្តីស្រលាញ់ (លោកុប្បត្តិ ១២៖១០-១៦)**៖ លោកអប្រាហាំបាននាំប្រពន្ធរបស់គាត់ទៅស្រុកអេស៊ីបដើម្បីគេចចេញពីគ្រោះទុរ្ភិក្ស។ គាត់បានប្រាប់ប្រពន្ធរបស់គាត់ឲ្យប្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាថានាងជាប្អូនស្រីរបស់គាត់ ដើម្បីកុំឲ្យគាត់មានគ្រោះថ្នាក់។ តែទោះជាយ៉ាងណានេះមានន័យថានាងសារ៉ាត្រូវបានព្រះចៅផារ៉ោនយកធ្វើជាមហេសីម្នាក់ក្នុងចំណោមមហេសីជាច្រើនរបស់ទ្រង់។ ក្នុងករណីនេះយើងអាចឃើញថាលោកអប្រាហាំបានធ្វើជាអ្នកនាំមុខនៅក្នុងគ្រួសារ ហើយព្យាយាមដោះស្រាយបញ្ហាគ្រោះទុរ្ភិក្សសម្រាប់គ្រួសាររបស់គាត់។ ទោះជាយ៉ាងណា គាត់មិនបានស្រលាញ់ប្រពន្ធរបស់គាត់ទេ ដោយបានសុំឲ្យនាងនិយាយកុហកដើម្បីក្លាយជាប្រពន្ធរបស់បុរសដទៃ។ ព្រះជាម្ចាស់ត្រូវតែធ្វើអន្តរាគមន៍ និងជួយដល់នាងសារ៉ានៅក្នុងស្ថានភាពនោះ។

២. **សេចក្តីស្រលាញ់ ប៉ុន្តែមិនបានធ្វើជាអ្នកនាំមុខក្នុងគ្រួសារ (លោកុប្បត្តិ ១៦៖១-៤)**៖ នាងសារ៉ាបានប្រាប់ឲ្យអប្រាហាំរួមដំណេកជាមួយនាងហាការដើម្បីឲ្យនាងអាចមានកូនតាមរយៈនាងហាការ ហើយបន្ទាប់មកនៅពេលដែលមានបញ្ហាកើតឡើង នាងក៏ប្រាប់លោកអប្រាហាំឲ្យបណ្តេញនាងហាការចេញ។ លោកអប្រាហាំក៏បានធ្វើតាមបំណងចិត្តរបស់នាងសារ៉ាដោយមិនបានអធិស្ឋានថាវាជាការសម្រេចចិត្តត្រឹមត្រូវដែរឬទេ។ គាត់ស្រលាញ់នាងសារ៉ា ប៉ុន្តែក្នុងនាមជាអ្នកនាំមុខរបស់ភរិយា គាត់គួរតែបានរំលឹកសារ៉ាពីក្រឹត្យវិន័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ការរួមភេទ គឺសម្រាប់តែគូស្វាមីភរិយា ហើយមិនត្រូវយល់ស្របជាមួយនឹងផែនការរបស់នាងឡើយ។

នៅក្នុងករណីទាំងពីរនេះ លោកអប្រាហាំមិនបានធ្វើជាប្តីដ៏ល្អទេ។ ប្រសិនបើបុរសម្នាក់ជាប្តីដ៏ល្អ គាត់គួរធ្វើជាអ្នកនាំមុខប្រពន្ធ និងស្រលាញ់ប្រពន្ធរបស់ខ្លួនដូចដែលព្រះយេស៊ូស្រលាញ់ក្រុមជំនុំ។ បើបំពេញតួនាទីមួយ ហើយភ្លេចពីតួនាទីដទៃទៀត នោះនឹងធ្វើឲ្យប៉ះពាល់ដល់អាពាហ៍ពិពាហ៍។

## តួនាទីរបស់ភរិយា (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១.១)

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

- ចូរពណ៌នាអំពីតួនាទីរបស់ភរិយានៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍។

សូមអាននៅក្នុង លោកុប្បត្តិ ២៖២០

- តើព្រះជាម្ចាស់ពណ៌នាបែបណាពីស្ត្រី? (អ្នកជំនួយ)
- ចូរផ្តល់និយមន័យនៃពាក្យ «អ្នកជំនួយ»?

សូមអានទុតិយកថា ៣៣៖២៩ និង ទំនុកតម្កើង ១២១៖១-២

- តើនរណាជាអ្នកជំនួយយើងនៅក្នុងខគម្ពីរទាំងនេះ?
- ចូរពណ៌នាពីអ្នកជំនួយនៅក្នុងខគម្ពីរទាំងនេះ។

តាមការពិតនៅក្នុងភាសាដើម ខគម្ពីរទាំងនេះប្រើពាក្យដូចគ្នា។ នៅពេលដែលព្រះជាម្ចាស់ពណ៌នាពីស្ត្រីជាអ្នកជំនួយ ទ្រង់បានប្រើពាក្យដែលមានអត្ថន័យសំដៅលើអ្នកជំនួយបែបដែលយើងប្រើប្រាស់សម្រាប់ឧទាហរណ៍ទីពីរ ស្តីពីអ្នកជំនួយ។ មារសាតាំងបានកុហកយើង ហើយបានឲ្យយើងយល់ខុសពីអត្ថន័យនៃពាក្យ «អ្នកជំនួយ។ វាមិនមែនមានអត្ថន័យដូចគ្នានឹងអ្នកបម្រើ ឬទាសករទេ។ អត្ថន័យដ៏ពិតនៃ «អ្នកជំនួយ» គឺជាឧទាហរណ៍ទីពីរដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រើប្រាស់។ «អ្នកជំនួយ» នៅក្នុងព្រះគម្ពីរមានអត្ថន័យពិតប្រាកដថា «មនុស្សដ៏ខ្លាំងម្នាក់ដែលមកជួយគាំទ្រ និងផ្តល់ជំនួយដល់មនុស្សដែលមានតម្រូវការ»។ ពាក្យដូចគ្នានេះត្រូវបានប្រើចំនួន១៦ដងនៅក្នុងសេចក្តីយោងទៅនឹងបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់ព្រះជាម្ចាស់៖ ទ្រង់ជាកម្លាំងរបស់យើង ជាព្រះសង្គ្រោះ ព្រះដែលការពារ និងជាជំនួយដល់យើង! ព្រះជាម្ចាស់បានបង្កើតនាងអេវ៉ាដើម្បីផ្តល់កម្លាំង និងជំនួយដ៏មានតម្លៃវិសេសវិសាលដល់អដាំ។

- តើសេចក្តីនេះបានផ្លាស់ប្តូររបៀបដែលយើងយល់ពីតួនាទីរបស់ភរិយាយ៉ាងណាខ្លះ?

សូមអានគម្ពីរអេភេសូ ៥៖២២, ២៤, ៣៣ និង ១ពេត្រុស ៣៖៥

- តើខគម្ពីរទាំងនេះចែងយ៉ាងណាអំពីតួនាទីរបស់ភរិយា?
    - ភរិយាត្រូវគោរពចុះចូលនឹងស្វាមីដូចជាគោរពចុះចូលនឹងព្រះអម្ចាស់។
    - ភរិយាត្រូវប្រព្រឹត្តចំពោះស្វាមីដោយការគោរព។

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូចៈ

ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១.១ ដើម្បីឆ្លើយសំណួរខាងក្រោមៈ

- តើមានអ្វីខ្លះដែលនាងលេអាអាចធ្វើ ដើម្បីធ្វើជា «អ្នកជំនួយ» និងប្រព្រឹត្តចំពោះលោកធីមូសដោយការគោរព?
- តើយើងអាចធ្វើជា «អ្នកជំនួយ» ហើយបង្ហាញការគោរព និងចុះចូលទៅកាន់ស្វាមីដោយរបៀបណាខ្លះ? នៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក សូមស្វែងរកឧទាហរណ៍ឲ្យបាន១០។
    - *រៀបចំអាហារ និងសម្អាតផ្ទះ -ល-។*
    - *ត្រូវប្រាកដថា គ្រួសារមានសម្លៀកបំពាក់ស្អាត*
    - *គាំទ្រដល់ការងារគាត់*
    - *រៀបចំគ្រួសារដែលមានសុភមង្គល*
    - *លើកទឹកចិត្តប្ដីរបស់យើង*
    - *ស្ដាប់តាមប្ដីរបស់យើង*
    - *និយាយល្អៗពីប្ដីរបស់យើង*
- តើវានឹងជះឥទ្ធិពលបែបណាដល់ទំនាក់ទំនងអាពាហ៍ពិពាហ៍ ប្រសិនបើភរិយាបានធ្វើកិច្ចការទាំងនេះ?
- តើនឹងមានលទ្ធផលបែបណា ប្រសិនបើភរិយាមិនបានបំពេញតួនាទីរបស់ខ្លួនដូចដែលបានចែងនៅក្នុងព្រះគម្ពីរ?

## រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួលៈ*** *ឲ្យក្រុមនីមួយៗចែករំលែកអំពីបញ្ជីនៃសកម្មភាពរបស់ពួកគេ។ រំលឹកពីសំណួរខាងលើ។ ប្រសិនបើមានការយល់ច្រឡំ ឬមានសំណួរពីអត្ថន័យក្នុងការដែលភរិយាគោរពចុះចូលនឹងស្វាមីរបស់ខ្លួន លើកទឹកចិត្តឲ្យពួកគេត្រលប់ទៅវិញអានជំពូកទាំងមូលនៅក្នុងអេភេសូ ហើយសុំប្រាជ្ញាមកពីព្រះជាម្ចាស់។*

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ប្រសិនបើនៅក្នុងវប្បធម៌របស់អ្នក ជាទូទៅស្ត្រីៗជាអ្នកដែលធ្វើការងារភាគច្រើន ប្រហែលជាផ្នែកនេះមិនសូវសមរម្យទេ។ វាអាចបញ្ចប់ទៅដោយឲ្យគេកាន់តែជឿលើការកុហកដែលថា ស្ត្រីគួរតែធ្វើការឲ្យដូចជាទាសករ ហើយបុរសគ្រាន់តែអង្គុយមើលបានហើយ។ ប៉ុន្តែផ្ទុយទៅវិញ ប្រសិនបើស្ត្រីត្រូវបានហាមឃាត់មិនឲ្យធ្វើការងារមួយចំនួន នោះផ្នែកនេះប្រហែលជាមានប្រយោជន៍ដើម្បីឲ្យគេយល់ពីទស្សនៈដែលស្របតាមព្រះគម្ពីរ ចំពោះសកម្មភាពសមរម្យដែលស្ត្រីអាចធ្វើបាន។*

សូមអានសុភាសិត ៣១៖១០-៣១

- តើខគម្ពីរទាំងនេះថែងអំពីនរណា? (ស្ត្រីគ្រប់លក្ខណ៍)
- តើខគម្ពីរទាំងនេះសរសេរទៅកាន់នរណា? (ខទី២-បុរស)
- សូមរៀបរាប់ពីសកម្មភាពដែលភរិយានេះកំពុងតែធ្វើ៖
  - *នាងបង្កើតសម្ភារៈដោយផ្ទាល់ដៃរបស់នាងដូចជា សម្លៀកបំពាក់ និងសម្ភារៈក្នុងផ្ទះ*
  - *នាងរៀបចំអាហារឆ្ងាញ់ៗសម្រាប់គ្រួសាររបស់នាង*
  - *ទិញដី*
  - *ដាំទំពាំងបាយជូ*
  - *នាងទិញ និងធ្វើការជួញដូរដោយជោគជ័យនៅក្នុងទីផ្សារ*
  - *នាងខិតខំប្រឹងប្រែងធ្វើការ*
  - *នាងចែកទានដល់ជនក្រីក្រ និងជនទុគ៌ត*
- តើសកម្មភាពណាខ្លះដែលស្ត្រីៗនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នកធ្វើជាទូទៅ? តើសកម្មភាពណាខ្លះដែលមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យស្ត្រីៗធ្វើ?
- ហេតុអ្វីបានជាស្ត្រីម្នាក់នេះជាស្ត្រីគ្រប់លក្ខណ៍? (នាងមិនខ្ជិលច្រអូស ហើយនាងមានសមត្ថភាព និងទទួលបានការកោតសរសើរពីមនុស្សជុំវិញ)
- តើភរិយារបស់អ្នកធ្វើកិច្ចការអ្វីខ្លះ? តើអ្នកអាចផ្តល់កិត្តិយសដល់នាងដោយរបៀបណាខ្លះ?

# ជំហានសកម្មភាព
# (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១.១ - អាចជ្រើសរើសបាន)

**ការពិភាក្សាក្នុងក្រុមធំ**

សូមអានអេភេសូ ៥៖២១

- តើនៅក្នុងខនេះបង្ហាញយើងយ៉ាងណាអំពីតួនាទីរបស់ស្វាមីនិងភរិយា នៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលស្របតាមព្រះជាម្ចាស់?

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ប្រើប្រាស់មេរៀន «សេចក្តីស្រលាញ់ និងការគោរព» ប្រសិនបើមានបុរស និងស្ត្រីនៅលាយឡំគ្នា ឬប្រសិនបើមានបញ្ហាជាមួយការប្រាស្រ័យទាក់ទងរវាងបុរសនិងស្ត្រីនៅក្នុងតំបន់របស់អ្នក។*

យើងតែងតែគិតថា យើងសង្ឃឹមថាស្វាមី ឬភរិយានឹងធ្វើនេះ ឬធ្វើនោះសម្រាប់យើង។ យើងមានអារម្មណ៍ពិបាកចិត្ត ឬខឹងនៅពេលដែលគាត់មិនបានធ្វើកិច្ចការទាំងនោះ។ ពេលខ្លះការនេះធ្វើឲ្យយើងឆ្ងល់ថា តើស្វាមីឬភរិយារបស់យើងពិតជាស្រលាញ់ ឬគោរពយើងដែរឬទេ។ សូមព្យាយាមគិត និងប្រព្រឹត្តដោយរបៀបផ្សេងវិញ។

**ចាប់ដៃគូ៖**

១. ចូរបង្កើតបញ្ជីពីអ្វីដែលប្តី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នកធ្វើដើម្បីជួយដល់អ្នក។ (សម្រាប់អ្នកនៅលីវ តើឪពុកម្តាយរបស់អ្នកធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីជួយដល់អ្នក?)

២. មើលទៅកាន់បញ្ជីទាំងនេះ អធិស្ឋាន និងអរគុណព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ប្តី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នក (ឬក៏ឪពុកម្តាយរបស់អ្នក)។

**រៀបចំផែនការ៖**

- នៅថ្ងៃបន្ទាប់៖
    - **ស្វាមី៖** ចូរប្រាប់ភរិយារបស់ខ្លួនថា ពិតជាអរគុណនាងខ្លាំងណាស់សម្រាប់អ្វីដែលនាងធ្វើដើម្បីថែរក្សាគ្រួសាររបស់អ្នក។ សូមសួរនាងថាមានអ្វីខ្លះដែលអ្នកអាចធ្វើបាន ដើម្បីធ្វើឲ្យជីវិតរបស់នាងមិនសូវលំបាក។ ត្រូវចាំថានាងចង់ឲ្យអ្នកស្រលាញ់នាង។
    - **ភរិយា៖** ប្រាប់ស្វាមីរបស់អ្នកថា ពិតជាអរគុណដល់គាត់ខ្លាំងណាស់ ហើយអ្នកពេញចិត្តនឹងការខិតខំប្រឹងប្រែងធ្វើការដើម្បីមើលថែទាំគ្រួសាររបស់អ្នក។ សូមសួរគាត់ថាមានអ្វីដែលអ្នក

អាចធ្វើបានខ្លះ ដើម្បីធ្វើឲ្យជីវិតរបស់គាត់មិនសូវលំបាក។ ត្រូវចាំថា គាត់ចង់ដឹងថាអ្នកគោរពដល់គាត់។

- **អ្នកនៅលីវ៖** ប្រាប់ឪពុកម្ដាយរបស់អ្នកថា អ្នកពិតជាអរគុណពួកគាត់ជាខ្លាំង សម្រាប់កិច្ចការទាំងប៉ុន្មានដែលពួកលោកធ្វើសម្រាប់ក្រុមគ្រួសារ។ សូមសួរពួកគាត់ថាមានអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើបានដើម្បីធ្វើឲ្យជីវិតរបស់ពួកលោកមិនសូវលំបាក។

- បន្ទាប់មក ជារៀងរាល់ថ្ងៃសូមព្យាយាមធ្វើកិច្ចការមួយយ៉ាងតិចបំផុត ដើម្បីបង្ហាញទៅកាន់ប្ដី ឬប្រពន្ធ (ឪពុកម្ដាយ) របស់អ្នក ថាអ្នកស្រលាញ់នាង ឬគោរពដល់គាត់។ ឧទាហរណ៍៖
    - នាងលេអាអាចព្យាយាមមិនរអ៊ូទាំនៅពេលដែលលោកជីមូសមកដល់ផ្ទះយប់ជ្រៅ ហើយព្យាយាមអត់ធ្មត់ជាមួយម្ដាយរបស់លោកជីមូស។
    - លោកជីមូសអាចមកពីធ្វើការ លេងជាមួយកូន ហើយអាចនិយាយសួរសុខទុក្ខនាងលេអា និងប្រាប់នាងពីសុខទុក្ខរបស់គាត់។
- ចូរចំណាយពេលសរសេរគំនិតពីរបីដោយខ្លួនឯង ពីអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើជារៀងរាល់ថ្ងៃនៅក្នុងសប្ដាហ៍នេះ។

ជំហានទាំងនេះ ស្ដាប់ទៅដូចជាពិបាក។ ប្រសិនបើអ្នកមិនទាន់ត្រៀមខ្លួនរួចរាល់ក្នុងការនិយាយទៅកាន់ប្ដី ឬប្រពន្ធ (ឬក៏ឪពុកម្ដាយ) របស់អ្នក សូមចាប់ផ្ដើមអធិស្ឋានសម្រាប់គាត់ ឬនាងជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ ចូរអធិស្ឋានគ្រប់ពេលដែលអ្នកមានអារម្មណ៍ថាពិបាកចិត្ត ឬខឹង។ ចូរអរព្រះគុណព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ស្វាមី ឬភរិយារបស់អ្នក ហើយសុំជំនួយមកពីព្រះជាម្ចាស់ ដើម្បីជួយអ្នកនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍។

# មេរៀនទី ២៖
# អាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលមានសុភមង្គល

**គោលបំណង** (**នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖**)

១. ស្វែងយល់ពីគោលការណ៍ព្រះគម្ពីរដែលអាចដោះស្រាយជម្លោះឲ្យបានល្អប្រសើរ

២. រកឃើញនូវភាពខុសគ្នារវាងប្ដីប្រពន្ធ ឬសមាជិកគ្រួសារដែលជិតស្និទ្ធ ព្រមទាំងបង្កើតផែនការដោះស្រាយនូវភាពខុសគ្នាទាំងនោះ

៣. ប្រើគោលការណ៍ព្រះគម្ពីរដើម្បីបង្ហាញពីរបៀបត្រឹមត្រូវក្នុងការដោះស្រាយនូវភាពខុសគ្នារបស់យើង

**សម្ភារៈ**

១. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស

ក. ២.១ ការទទួលស្គាល់ពីភាពខុសគ្នារវាងយើង (មួយច្បាប់សម្រាប់មនុស្សម្នាក់ ហើយមានបន្ថែមសម្រាប់ប្ដីប្រពន្ធ)

ខ. ២.២ ការដោះស្រាយនូវភាពខុសគ្នារវាងយើងរាល់គ្នា (មួយក្រុម មួយច្បាប់)

## សេចក្ដីណែនាំអំពីការសម្ដែងរឿង

---

**សកម្មភាពក្នុងក្រុមធំ**

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំអ្នកស្ម័គ្រចិត្តស្ត្រីចំនួន៣នាក់។ ដាក់ពួកគាត់តាមតួនាទី៖ ម៉ារ៉ា ម្ដាយរបស់នាង និងប្រពន្ធរបស់គ្រូគង្វាលឈ្មោះ ស៊ូសានណា។*

**អ្នកពោល៖** ម៉ារ៉ាកំពុងអង្គុយនៅលើកៅអីនៅក្នុងផ្ទះរបស់ម្ដាយនាងទាំងពិបាកចិត្ត។ នាងនិយាយទៅកាន់ម្ដាយរបស់នាង។

**ម៉ារ៉ា៖** «ពិធីរៀបការរបស់យើងទាំងពីរពិតជារីករាយណាស់ ហើយខ្ញុំគិតថាជីវិតអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើងក៏នឹងមានសុភមង្គលដែរ។ តែយើងរៀបការបានជាងមួយខែហើយ ហើយហាក់ដូចជាខ្ទេចខ្ទីអស់ហើយ។»

(ប្រពន្ធរបស់គ្រូគង្វាល ស៊ូសានណាក៏ដើរចូលមក)

**ស៊ូសាណា៖** «តើមានអ្វីដែលខ្វែចខ្វី?»

**ម៉ារ៉ា៖** «ខ្ញុំគ្មានអ្វីដែលត្រូវរំពឹងទៀតទេ។ ខ្ញុំគិតថាខ្ញុំនឹងមានសុភមង្គលនៅពេលរៀបការ។ ប៉ុន្តែឥឡូវនេះ វាហាក់ដូចជាមានការទាស់ទែងគ្នាគ្រប់ពេល។ យើងដូចជាមិនដែលយល់ស្របនឹងគ្នាសោះ។»

**ស៊ូសានណា៖** «អឺរ! ខ្ញុំក៏ធ្លាប់មានបញ្ហាដូចគ្នាដែរជាមួយប្តីរបស់ខ្ញុំ! ប៉ុន្តែមីងរបស់ខ្ញុំបាននិយាយជាមួយខ្ញុំ ហើយបានជួយខ្ញុំយ៉ាងច្រើន។ មកនេះ តោះយើងពិភាក្សាពីវា។»

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

- តើមានអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងការសម្តែងរឿងនេះ?
- តើបញ្ហានេះធ្លាប់កើតឡើងនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នកដែរឬទេ?
- ហេតុអ្វីបានជាវាកើតឡើង?
- តើធ្លាប់មានមនុស្សចែករំលែកពីបញ្ហារបស់គេ ដូចម៉ារ៉ាបានធ្វើជាមួយនឹងស៊ូសានណាដែរឬទេ?
- តើមានដំបូន្មានអ្វីខ្លះ ដែលយើងអាចឲ្យទៅម៉ារ៉ាបាន?

## អាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលមានសុភមង្គល (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសសម្រាប់សិស្ស ២.១)

មិនថាអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់មនុស្សមានសុខភាពល្អយ៉ាងណាក៏ដោយ នឹងមានជម្លោះមួយចំនួនតែងតែកើតឡើងជានិច្ច។ ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់ប្រាប់អ្នកថា ពួកគេមិនដែលទាស់សម្តីគ្នានៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ ពួកគេប្រហែលជាមិនស្មោះត្រង់ជាមួយយើងទាំងស្រុងទេ។

- តើមានរឿងអ្វីខ្លះដែលធ្វើឲ្យប្តីប្រពន្ធតែងតែមិនយល់ស្របគ្នា?

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច

ចូរអានខគម្ពីរខាងក្រោម។ តើយើងអាចយល់អ្វីខ្លះតាមរយៈខគម្ពីរទាំងនេះ ដើម្បីជួយយើងឲ្យយល់ពីរបៀបដោះស្រាយជម្លោះឲ្យបានល្អប្រសើរ?

- ១ កូរិនថូស ១៥៖៤១ និង ១ កូរិនថូស ១២៖៤-៧៖ *ព្រះជាម្ចាស់បានបង្កើតយើងមកមានលក្ខណៈពិសេសខុសៗគ្នា។ យើងមានអតីតកាលខុសៗគ្នា និងត្រូវបានប្រទានឲ្យមានទេពកោសល្យខុសៗគ្នា។ យើងត្រូវតែយល់ពីភាពខុសគ្នា និងសុខចិត្តទទួលស្គាល់ថាព្រះជាម្ចាស់បានបង្កើតយើងមកឲ្យមានលក្ខណៈខុសគ្នា។*

- អេភេសូ ៤៖៣២ ៖ *យើងត្រូវមានចិត្តសប្បុរស ចិត្តអាណិតមេត្តា និងប្រណីសន្តោស ហើយត្រូវចាំថា យើងក៏មិនល្អឥតខ្ចោះដែរ។*
- ១ពេត្រុស ៣៖៩ និងម៉ាថាយ ៥៖២៣-២៤៖ យើងត្រូវត្រៀមខ្លួនក្នុងការសុំអភ័យទោស។ ទោះបីជាដៃគូម្ខាងទៀតជាអ្នកចាប់ផ្តើមបញ្ហាក៏ដោយ ក៏យើងត្រូវតែត្រៀមខ្លួនក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាឲ្យបានប្រសើរឡើងដែរ។
- ភីលីព ២៖៨-៤ ៖ យើងត្រូវគិតដល់ប្រយោជន៍អ្នកដទៃជាជាងប្រយោជន៍ខ្លួនឯង។

## របាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំឲ្យក្រុមណាមួយចែករំលែកពីអ្វីដែលពួកគេបានរៀនអំពីការដោះស្រាយជម្លោះតាមរយៈខគម្ពីរមួយចំនួនដំបូងគេ។ ចូរសុំក្រុមផ្សេងទៀតឲ្យចែករំលែកពីខគម្ពីរមួយចំនួនផ្សេងទៀត។*

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

វានឹងតែងតែមានការទាស់ទែងនៅពេលខ្លះ។ ព្រះជាម្ចាស់បានបង្កើតយើងមកមានលក្ខណៈខុសគ្នា។ យើងមានអតីតកាលខុសគ្នា ហើយនៅពេលដែលយើងរៀបការ យើងក៏មានការរំពឹងទុកខុសគ្នាដែរ។ យើងទាំងអស់គ្នាមានគំនិតរំពឹងថាតើស្វាមី ឬភរិយាគួរតែមានលក្ខណៈបែបណា ប៉ុន្តែគ្មានផ្លូវដែលពួកគេអាចក្លាយដូចជាអ្វីដែលយើងរំពឹងទុកនោះទេ។

## ជាមួយប្តីប្រពន្ធ ឬដៃគូ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សូមប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍ម្រាប់សិស្ស ២.១ ការទទួលស្គាល់ពីភាពខុសគ្នារវាងយើង។ ចូរប្រាប់ឲ្យមនុស្សម្នាក់ៗគូសសញ្ញាពីរនៅតាមបន្ទាត់នីមួយៗ គឺមួយសម្រាប់ខ្លួនឯង (ប្រើសញ្ញា «X») ហើយមួយសម្រាប់ប្តីឬ ប្រពន្ធរបស់គេ ប្រសិនបើមិនទាន់រៀបការ សូមគូសសម្រាប់សមាជិកគ្រួសារដែលជិតស្និទ្ធ (ប្រើសញ្ញា «O»។ ប្រសិនបើមានប្តីឬប្រពន្ធរបស់នរណាម្នាក់អវត្តមាន ចូរឲ្យពួកគាត់នូវមេរៀនបន្ថែមដើម្បីយកទៅផ្ទះ ដើម្បីឲ្យប្តីឬប្រពន្ធរបស់គាត់អាចបំពេញវា ហើយពួកគាត់អាចពិភាក្សាគ្នានៅពេលក្រោយ។ ប្រសិនបើមានសមាជិកមួយចំនួនមិនសូវចេះអាន អ្នកអាចអានឃ្លានីមួយៗឲ្យឮៗ ហើយប្រាប់ឲ្យពួកគាត់គូសសញ្ញាទាំងពីរសម្រាប់ពួកគាត់ និងប្តី ឬប្រពន្ធ/សមាជិកគ្រួសារជិតស្និទ្ធរបស់ពួកគាត់នៅត្រង់បន្ទាត់នោះ។ នៅពេលដែលពួកគាត់បានបំពេញវារួចហើយ ចូរប្រាប់ឲ្យពួកគាត់មើលវាជាមួយគ្នា។*

ជាដំបូង ត្រូវមើលលើប្រធានបទទាំងអស់ ហើយធ្វើកិច្ចការពីរខាងក្រោម៖

១. សម្រាប់ប្រធានបទនីមួយៗ ចូរគូសសញ្ញា «X» នៅលើបន្ទាត់ ត្រង់សកម្មភាពដែល**អ្នក**ចូលចិត្តធ្វើ (ឬឧស្សាហ៍ធ្វើ)។

២. សម្រាប់ប្រធានបទនីមួយៗ ចូរគូសសញ្ញា «O» នៅលើបន្ទាត់ ត្រង់សកម្មភាពដែលប្ដីឬប្រពន្ធ ឬក៏សមាជិកគ្រួសារជិតស្និទ្ធរបស់អ្នកចូលចិត្តធ្វើ (ឬឧស្សាហ៍ធ្វើ)។

បន្ទាប់មកនៅពេលដែលអ្នកធ្វើវារួចរាល់ហើយ សូមចែករំលែកវាជាមួយនឹងប្ដីឬប្រពន្ធ ឬក៏សមាជិកគ្រួសារជិតស្និទ្ធរបស់អ្នកពីអ្វីដែលអ្នកបានគូសនៅលើក្រដាស ហើយចូរពិភាក្សា៖

- តើអ្នកយល់ច្បាស់ពីចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ដៃគូរម្ខាងទៀតដែរឬទេ?
- តើអ្នក និងប្ដីឬប្រពន្ធ/សមាជិកគ្រួសារជិតស្និទ្ធរបស់អ្នក តែងតែមានចម្លើយដូចគ្នាសម្រាប់ប្រធានបទនីមួយៗក្នុងនេះដែរឬទេ?
- តើមានចំណុចណាខ្លះ ដែលចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក និងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ពួកគេមានភាពស្រដៀងគ្នា?
- តើមានចំណុចណាខ្លះ ដែលចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក និងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ពួកគេមានលក្ខណៈខុសគ្នាស្រឡះ?
- តើអ្នកអាចប្រើប្រាស់ភាពខ្លាំងរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ ដើម្បីកសាងអាពាហ៍ពិពាហ៍ ឬទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកបានដោយរបៀបណាខ្លះ?
- ចូរពិភាក្សា រិះរកវិធីដោះស្រាយភាពខុសគ្នាទាំងនេះក្នុងទំនាក់ទំនង ឬនៅក្នុងក្រុមគ្រួសារ។

ប្រសិនបើអ្នកទើបតែរៀបការមិនបានយូរប៉ុន្មាន នោះវាហាក់ដូចជាអ្នកមានលក្ខណៈខុសគ្នាច្រើន។ ជំនួសដោយការព្យាយាមផ្លាស់ប្ដូរមនុស្សម្នាក់ទៀតនោះ អ្នកត្រូវតែមើលលើភាពខ្លាំងរបស់គាត់ហើយជួយគាត់នៅក្នុងផ្នែកណាដែលគាត់ខ្សោយ។

**សរសេរផែនការជាមួយគ្នា៖** ចូរបង្កើតជាផែនការមួយពីរបៀបដែលអ្នកនឹងដោះស្រាយផ្នែកដែលមានលក្ខណៈខុសគ្នា។ សូមជ្រើសរើសចំណុចពីរខុសគ្នា ហើយសរសេរវានៅក្នុងផែនការរបស់អ្នកពីរបៀបដែលអ្នកនឹងដោះស្រាយវា។

**ឧទាហរណ៍ទី១៖ លុយ**

ប្រសិនបើប្ដីឬប្រពន្ធរបស់អ្នកចូលចិត្តចាយវាយ ហើយអ្នកចូលចិត្តសន្សំនោះ ចូរបង្កើតផែនការមួយពីរបៀបដែលអ្នកនឹងចាយលុយមួយចំនួន និងសន្សំលុយមួយចំនួន។ ប្រហែលជាអ្នកយល់ស្របក្នុងការ

សន្សំក្នុងចំនួនជាក់លាក់មួយ ខណៈពេលដែលប្ដីឬប្រពន្ធរបស់អ្នកអាចមានលុយប្រចាំអាទិត្យ/ខែដើម្បីចាយវាយលើតម្រូវការរបស់គ្រួសារដោយយោងទៅតាមអ្វីដែលអ្នកយល់ស្របជាមួយគ្នា។

**ឧទាហរណ៍ទី២៖ ការសម្រាក**

ប្រសិនបើរបៀបនៃការសម្រាករបស់អ្នកគឺនៅផ្ទះ ហើយដៃគូរបស់អ្នកចូលចិត្តទៅដើរលេងនៅខាងក្រៅ ចូរព្រមព្រៀងគ្នាលើរបៀបមួយដែលអ្នកទាំងពីរអាចមានភាពសប្បាយរីករាយ។ អ្នកអាចយល់ស្របជាមួយគ្នាថា ចេញទៅក្រៅម្ដងក្នុងមួយអាទិត្យនៅពេលល្ងាច ហើយនៅផ្ទះសម្រាកជាមួយគ្នាម្ដងក្នុងមួយអាទិត្យ។ ឬក៏អ្នកអាចយល់ស្របថា ប្ដីឬប្រពន្ធរបស់អ្នកអាចទៅដើរលេងខាងក្រៅនៅពេលល្ងាចម្ដង ឬពីរដងក្នុងមួយអាទិត្យ ហើយអ្នកនឹងនៅផ្ទះវិញ។

## ការដោះស្រាយភាពខុសគ្នា (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ២.២)

វាតែងតែមានការមិនយល់ស្របគ្នា ប៉ុន្តែយើងត្រូវតែរៀនដោះស្រាយវានៅក្នុងរបៀបដ៏ត្រឹមត្រូវ។ យើងមិនអាចបណ្ដោយឲ្យជម្លោះបន្តកើតឡើងនោះទេ។ យើងត្រូវតែព្យាយាមឆាប់ដោះស្រាយជម្លោះណាមួយ មុនពេលដែលបញ្ហានោះមានឱកាសរីកធំឡើង។

គម្ពីរអេភេសូ ៤៖២៦ ប្រាប់យើងថាយើងមិនគួរទុកកំហឹងរហូតដល់ថ្ងៃលិចនោះទេ។ នេះជាការរំលឹកដ៏ល្អដើម្បីឲ្យយើងប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការដោះស្រាយភាពខុសគ្នាឲ្យបានលឿន និងមិនបណ្ដោយឲ្យពេលវេលាកន្លងផុតទៅ។ នេះពិតជាសំខាន់ខ្លាំងណាស់នៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើង ហើយថែមទាំងនៅក្នុងទំនាក់ទំនងទាំងប៉ុន្មានរបស់យើងដែរ។

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច**

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ដោយប្រើប្រាស់មេរៀន ២.២ ការដោះស្រាយភាពខុសគ្នារវាងយើងរាល់គ្នា ចូរណែនាំឲ្យក្រុមទាំងអស់ឲ្យអានខគម្ពីរខាងក្រោម ហើយសរសេរនូវគំនិតចម្បងៗ។ នៅពេលដែលក្រុមនីមួយៗឆ្លើយចាល់ហើយ សូមសរសេរគោលការណ៍សំខាន់ៗនៅលើក្ដារខៀន។ ចូរអានខគម្ពីរនីមួយៗ រួចសរសេរពីគោលការណ៍សំខាន់ៗអំពីរបៀបដោះស្រាយភាពខុសគ្នា។*

- ម៉ាយថាយ ៧៖៣-៥៖ *ត្រូវប្រាកដថាអ្នកស្គាល់ពីកំហុសរបស់អ្នកមុន កុំប្រញាប់ចង្អុលបង្ហាញពីកំហុសរបស់អ្នកដទៃ។*
- ម៉ាយថាយ ១៨៖៥៖ *ចូរពិភាក្សាពីបញ្ហាតែពីរនាក់ មិនធ្វើចំពោះមុខអ្នកដទៃ ជាពិសេសកូនៗ។*
- សុភាសិត ១៥៖១៖ *ពិភាក្សាដោយទន់ភ្លន់។ ប្រសិនបើអ្នកខឹង ចូរពន្យាពេលពិភាក្សាសិន។*
- កូឡូស ៤៖៦៖ *បង្ហាញពីចំណុចរបស់អ្នកដោយទន់ភ្លន់ មិនមែនក្នុងរបៀបបញ្ឈឺ ឬបង្កជម្លោះ។*
- ភីលីព ២៖៣៖ *ព្យាយាមយកចិត្តគេដាក់ចិត្តខ្លួនឯង។ ប្រហែលជាគាត់ត្រូវ ហើយអ្នកខុស។*

- អេភេសូ ៤៖២៦៖ *បន្ទាប់ពីបង្ហាញពីអារម្មណ៍ ឬទស្សនៈរបស់អ្នក សូមទុកវានៅត្រឹមហ្នឹងសិន។ សូមកុំព្យាយាមយកឈ្នះមនុស្សម្នាក់ទៀត។ ពេលខ្លះអ្នកត្រូវតែយល់ស្របថា យើងមានលក្ខណៈខុសគ្នា។ ប្រសិនបើវាបញ្ចប់ទៅដោយសេចក្ដីស្រលាញ់ នោះមានន័យថា យើងអាចរក្សាសេចក្ដីសុខសាន្ត។*
- សុភាសិត ១៩៖១១៖ *កុំមានអារម្មណ៍ឈឺចាប់ ឬបញ្ចេញកាយវិការមិនពេញចិត្ត។ ប៉ុន្តែត្រូវស្រលាញ់ជាងមុន ដើម្បីឲ្យសេចក្ដីសុខសាន្តនៅជាប់នឹងគ្រួសាររបស់អ្នក។*

## រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *នៅពេលដែលក្រុមទាំងអស់បានរកឃើញពីគោលការណ៍សំខាន់ៗហើយ ចូររំលឹកពីគោលការណ៍ទាំងនោះម្ដងទៀតដោយប្រើការបកស្រាយខាងលើ។*

## សកម្មភាពក្នុងក្រុមតូច

ចូរប្រើប្រាស់គំនិតសំខាន់ៗដែលអ្នកបានរកឃើញបង្កើតជាការសម្ដែងរឿងពីរ។ រឿងមួយបង្ហាញពីរបៀបខុសឆ្គងក្នុងការដោះស្រាយអំពីភាពខុសគ្នា ហើយមួយទៀតបង្ហាញពីរបៀបដែលត្រឹមត្រូវ។ សូមជ្រើសរើសស្ថានភាពមួយដែលអាចកើតឡើងជាទូទៅ ចំពោះគំនិតខុសគ្នានោះ។ អ្នកអាចប្រើឧទាហរណ៍មួយដែលបានលើកឡើងខាងលើ។

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំឲ្យក្រុមនីមួយៗឡើងសម្ដែងរឿង ហើយឲ្យក្រុមដែលនៅសល់មើល ហើយសួរទៅកាន់ក្រុមដែលនៅសល់ថា តើមានគោលការណ៍សំខាន់ៗណាខ្លះដែលពួកគេបានឃើញមនុស្សធ្វើ និងមិនធ្វើ។*

## ការរំលឹកនៅក្នុងក្រុមធំ

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *រំលឹកនូវគំនិតដែលស្របតាមព្រះគម្ពីរក្នុងការដោះស្រាយភាពខុសគ្នាម្ដងទៀត។ នៅចុងបញ្ចប់ សូមអធិស្ឋានថាព្រះជាម្ចាស់នឹងជួយពួកគេម្នាក់ៗ នៅពេលដែលមិនយល់ស្រប គឺទៅតាមរបៀបត្រឹមត្រូវ និងស្របតាមព្រះជាម្ចាស់ ហើយត្រូវប្រាកដថាភាពខុសគ្នារវាងពួកគេមិនបង្កទៅជាការទាស់ទែង ឬជម្លោះនោះឡើយ។*

- តើមានគោលការណ៍សំខាន់ៗណាខ្លះដែលអ្នកតែងតែភ្លេច ឬពិបាកក្នុងការធ្វើវា?
- តើមានវិធីណាខ្លះ ដែលអាចជួយឲ្យអ្នកចងចាំនូវសេចក្ដីពិតនេះនៅពេលដែលអ្នកមិនយល់ស្របគ្នានៅពេលក្រោយ?

ចូរចាំចងពីគោលការណ៍ទាំងនេះថា វាមិនគ្រាន់តែសម្រាប់មនុស្សរៀបការហើយប៉ុណ្ណោះទេ។ វាក៏មិនមែនតែសម្រាប់ប្ដីប្រពន្ធរបស់អ្នកដែរ។ យើងអាចប្រើគោលការណ៍ទាំងនេះនៅក្នុងទំនាក់ទំនងរបស់យើងនៅពេលដែលយើងមានជម្លោះ។

# មេរៀនទី ៣៖
# ការលើកលែងទោស វគ្គទី១

**គោលបំណង** ( **នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖** )

១. សិក្សាអំពីអ្វីដែលព្រះគម្ពីរចែងពីការធ្វើបាបអ្នកដទៃ និងការឈឺចាប់

២. ឆ្លុះបញ្ចាំងពីរបៀបដែលយើងបានធ្វើបាបអ្នកដទៃ ឬធ្លាប់ឈឺចាប់ដោយសារអ្នកដទៃ

៣. ការអនុវត្តដោយប្រើជំហានទាំងប្រាំមួយក្នុងការសុំអភ័យទោសពីអ្នកដទៃ

**សម្ភារៈ**

១. រូបភាពជំនួយការសិក្សា

ក. ៣.១ រូបភាពនៃក្រុមគ្រួសារមួយ (មួយក្នុងមួយក្រុម - ហែកចេញពីគ្នា)

២. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស

ក. ៣.១ ការកំណត់ឲ្យឃើញពីការឈឺចាប់ (ម្នាក់មួយច្បាប់)

ខ. ៣.២ ជំហានសម្រាប់ការសុំអភ័យទោស (ម្នាក់មួយច្បាប់)

៣. ស្កុត (គ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ក្រុមនីមួយៗ ប្រើដើម្បីបិតរូបគ្រួសារជាមួយគ្នា)

## រំលឹក និងសេចក្តីផ្តើម ( ប្រើរូបភាព ៣.១ )

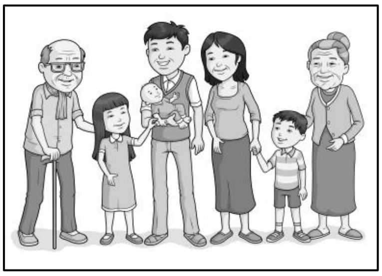
**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សូមសួរទៅកាន់ក្រុមថាតើពួកគេនៅចាំអ្វីពីមេរៀនមុនដែរឬទេ។ រំលឹកខគម្ពីរដើម្បីធ្វើឲ្យក្រុមចាំពីចំណុចសំខាន់ៗ។*

*តើមានគោលការណ៍អ្វីខ្លះ ដែលបានអ្នកបានរៀនពីរបៀបដែលយើងអាចពិភាក្សា និងដោះស្រាយភាពខុសគ្នារវាងយើង?*

**សកម្មភាពក្នុងក្រុមធំ**

ទោះបីជានៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលល្អឥតខ្ចោះក៏ដោយ ក៏មានពេលខ្លះមិនថាប្តីឬប្រពន្ធ ឬទាំងប្តីនិងប្រពន្ធបានធ្វើឲ្យគ្នាឈឺចាប់។ ពេលខ្លះការឈឺចាប់ខ្លះកើតចេញដោយចេតនា ហើយពេលខ្លះទៀតដោយអចេតនា។



***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ឲ្យក្រុមនីមួយៗនូវរូបភាព ៣.១ រូបភាពគ្រួសារ (យ៉ាងហោចណាស់មាន ៤-៦ បំណែក) និងស្កុតមួយចំនួន។ ប្រាប់ឲ្យពួកគេបិតរូបនោះចូលគ្នា។*

ប្រសិនបើគ្មានស្កុតទេ គេមិនអាចភ្ជាប់រូបភាពនេះចូលគ្នាវិញបានឡើយ។ ការលើកលែងទោស គឺជា «ស្កុត» នៅក្នុងទំនាក់ទំនង ជាពិសេសគឺអាពាហ៍ពិពាហ៍។ វាធ្វើឲ្យបំណែកនីមួយៗនៅជាប់គ្នា ទោះបីជាមានការឈឺចាប់ និងការបែកបាក់នៅក្នុងទំនាក់ទំនងក៏ដោយ។

ការឈឺចាប់បំផ្លាញអាពាហ៍ពិពាហ៍។ វាធ្វើឲ្យមនុស្សមិនសូវជិតស្និទ្ធជាមួយគ្នា ហើយយូរៗទៅគេលែងគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមក។

នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងមើលពីរបៀបដែលយើងអាចស្ដារឡើងវិញ នូវអាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលត្រូវបានបំផ្លាញដោយការឈឺចាប់។

## ជំហានទី១៖ ការកំណត់ឲ្យដឹងពីការឈឺចាប់ (ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៣.១)

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *មើលទៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៣.១ ការកំណត់ឲ្យដឹងពីការឈឺចាប់ជាមួយគ្នា។ សូមទុកពេលឲ្យមានការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួនបន្ទាប់ពីការអាន និងពិភាក្សានៅក្នុងខគម្ពីរនីមួយៗ។*

*សូមអានម៉ាថាយ ៥៖២៣-២៤*

ដោយយោងទៅតាមខគម្ពីរនេះ តើអ្នកគិតថាការផ្សះផ្សាការឈឺចាប់ ឬជម្លោះមានសារៈសំខាន់បែបណា?

- តើខនេះមានអត្ថន័យបែបណាដែលថា «មានទំនាស់នឹងអ្នក»?
- តើយើងត្រូវធ្វើអ្វីប្រសិនបើមានការឈឺចាប់នៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើង?

នៅក្នុងព្រះគម្ពីរបានបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់ថា យើងត្រូវតែផ្សះផ្សាទំនាក់ទំនង។ ព្រះជាម្ចាស់គិតថាវាពិតជាមានសារៈសំខាន់ណាស់បានជាទ្រង់ប្រាប់យើងឲ្យចាកចេញពីក្រុមជំនុំ ហើយផ្សះផ្សាទំនាក់ទំនងសិន។ យើងផ្សះផ្សាទំនាក់ទំនងកាន់តែលឿនប៉ុនណា នោះការឈឺចាប់ក៏នឹងត្រូវកាត់បន្ថយប៉ុណ្ណឹងដែរ។ ប្រហែលជាពីរបីខែបន្ទាប់ពីយើងចាប់ផ្ដើមមានការឈឺចាប់បន្តិចបន្តួចក៏ដោយ វានឹងរីកចម្រើនឲ្យទៅជាបញ្ហាធំជាមិនខាន។

នៅក្នុងខនេះរំលឹកយើងថា ប្រសិនបើយើងធ្វើឲ្យនរណាខឹង យើងត្រូវតែទៅសុំការលើកលែងទោស។ នៅក្នុងខបន្ទាប់ យើងឃើញថាប្រសិនបើនរណាម្នាក់ធ្វើឲ្យយើងខឹង យើងនៅតែមានទំនួលខុសត្រូវក្នុងការទៅសុំការលើកលែងទោសដែរ។

## ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន

យើងនឹងចំណាយពេលពីរបីនាទីដោយស្ងៀមស្ងាត់ សុំឲ្យព្រះជាម្ចាស់បង្ហាញថាយើងបានធ្វើឲ្យដៃគូរបស់យើងឈឺចាប់បែបណាខ្លះ។ សូមគិតពីចំណុចខាងក្រោមនេះ៖

- តើមានអ្វីខ្លះដែលអ្នកគួរតែធ្វើ ប៉ុន្តែបែរជាមិនបានធ្វើ?
- តើមានអ្វីខ្លះដែលអ្នកមិនគួរធ្វើ ប៉ុន្តែបែរជាបានធ្វើ (ឬកំពុងធ្វើ)?
- តើអ្នកមិនបានបំពេញតម្រូវការរបស់ស្វាមី/ភរិយារបស់អ្នកក្នុងរបៀបណាមួយដែរឬទេ?
- តើអ្នកធ្លាប់និយាយអ្វីដែលនាំឲ្យមានការឈឺចាប់ដែរឬទេ?
- តើអ្នកធ្លាប់ខកខានក្នុងការបង្ហាញសេចក្តីស្រលាញ់ និងការលើកទឹកចិត្តដែរឬទេ?

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

សូមអានម៉ាថាយ ១៨៖១៥

យើងមិនត្រឹមតែត្រូវទទួលស្គាល់ពីរបៀបដែលយើងបានធ្វើឲ្យដៃគូរបស់យើងឈឺចាប់ និងខូចចិត្តនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ប៉ុណ្ណោះទេ តែក៏ត្រូវត្រៀមខ្លួនប្រាប់ដៃគូរបស់យើងនៅពេលដែលយើងឈឺចាប់ដែរ។ ពេលខ្លះដៃគូរបស់យើងមិនមានចេតនាធ្វើឲ្យយើងឈឺចាប់ទេ ប៉ុន្តែយើងនៅតែឈឺចាប់។ គាត់ប្រហែលជាមិនចាំពីអ្វីដែលគាត់បានធ្វើឡើយ។ ប្រសិនបើអ្នកមិនបានប្រាប់ពួកគេ ការឈឺចាប់នោះអាចនឹងធ្វើឲ្យអាពាហ៍ពិពាហ៍បែកបាក់។ ដៃគូរបស់អ្នកនឹងមិនដែលដឹងថាមានអ្វីខុស និងមិនអាចជុះជួលការបែកបាក់នោះឡើយ។

## ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន

ឥឡូវនេះ សូមចំណាយពេលមួយភ្លែតដោយគិតពីរបៀបដែលអ្នកធ្លាប់ឈឺចាប់។ វាអាចជាអ្វីដែលដៃគូរបស់អ្នកដឹង ឬមិនដឹងថាបានធ្វើឲ្យអ្នកឈឺចាប់តាមរយៈការណ៍នោះ។

- តើអ្នកធ្លាប់មានការឈឺចាប់ដែលបង្កឡើងដោយប្តី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នកដែរឬទេ?

## ការអនុវត្ត

ចូរអធិស្ឋាន និងប្តេជ្ញាថានឹងចាប់ផ្តើមពិភាក្សាពីចំណុចទាំងនេះជាមួយនឹងប្តី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នកនៅសប្តាហ៍នេះ។

មនុស្សយើង គ្មាននរណាម្នាក់ល្អឥតខ្ចោះទេ។ យើងទាំងអស់គ្នាធ្លាប់ធ្វើឲ្យអ្នកដទៃឈឺចាប់ ហើយយើងក៏ធ្លាប់ឈឺចាប់ដែរ។ នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងរៀនបន្ថែមពីរបៀបផ្សះផ្សាទំនាក់ទំនងរបស់យើងពីការឈឺចាប់ទាំងនេះ។ នៅសប្តាហ៍នេះ យើងត្រូវតែចាំពីអ្វីៗដែលអ្នកកំពុងគិតនៅពេលនេះ ហើយពិភាក្សាពីវាជាមួយដៃគូរបស់អ្នក សូមការអភ័យទោស និងលើកលែងទោសនៅពេលដែលសមស្រប។

## ជំហានទី ២៖ ការសុំអភ័យទោស (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៣.២)

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

តើមានឧបសគ្គអ្វីខ្លះ ដែលយើងជួបប្រទះក្នុងការសុំអភ័យទោស និងសុំឲ្យនរណាម្នាក់លើកលែងទោសឲ្យយើង?

- *អំនួត*
- *ការខ្មាសអៀន*
- *ការស្វែងរកពេលវេលា*
- *ភាពភ័យខ្លាច*

អាន លូកា ១៥៖១១-២២

- តើមានឧបសគ្គអ្វីដែលខ្លះ ដែលកូនប្រុសពៅជួបប្រទះ?
- តើកូនពៅនោះបានធ្វើអ្វី ដើម្បីស្តារទំនាក់ទំនងរវាងខ្លួន និងឪពុក?
- តើយើងអាចរៀនបានពីអ្វីខ្លះនៅក្នុងរឿងនេះ អំពីការសុំអភ័យទោស?

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ចូរសរសេរពីជំហានទាំងនេះនៅលើក្តារខៀន ឬបង្កើតជាផ្ទាំងក្រដាស ដើម្បីអានពីជំហាននីមួយៗ។ បន្ទាប់មកអាននៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៣.១ ជំហានសម្រាប់ការសុំអភ័យទោស ដើម្បីពន្យល់ពីជំហាននីមួយៗ។ នៅពេលដែលមនុស្សគ្រប់គ្នាយល់ពីជំហាននីមួយៗហើយ សូមបញ្ចប់ចំណុចនេះដោយឲ្យពួកគេសម្តែងជាសាច់រឿងសម្រាប់ការសុំអភ័យទោស។*

ជំហានទាំង៦ សម្រាប់ការសុំអភ័យទោស ដើម្បីស្តារទំនាក់ទំនងឡើងវិញនៅពេលដែលខ្ញុំធ្វើឲ្យអ្នកដទៃឈឺចាប់៖

១. សារភាពទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់

២. សារភាពទៅកាន់មនុស្សដទៃទៀត*ដោយគ្មានការដោះសារ*

៣. សុំអភ័យទោសចំពោះកិច្ចការជាក់លាក់ សម្រាប់អ្វីដែលអ្នកបានធ្វើ

៤. សុំការលើកលែងទោស

៥. ផ្លាស់ប្តូរអត្តចរិតរបស់អ្នក

៦. ទទួលយកលទ្ធផលសម្រាប់សកម្មភាពរបស់អ្នក

សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៣.២ ជំហានសម្រាប់ការសុំអភ័យទោស៖

**១. សារភាពទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់៖** នៅពេលដែលយើងធ្វើឲ្យដៃគូរបស់យើងឈឺចាប់ នោះយើងក៏មិនគោរពព្រះជាម្ចាស់ដែរ។ យើងត្រូវតែចូលទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់ ហើយសុំការលើកលែងទោសពីទ្រង់សម្រាប់កំហុសដែលយើងបានធ្វើ។

**២. សារភាពទៅកាន់មនុស្សដទៃទៀតដោយគ្មានរកលេស៖** ភាគច្រើន នៅពេលដែលយើងសារភាព យើងចង់ពន្យល់ពីមូលហេតុដែលយើងបានធ្វើ។ តែទោះជាយ៉ាងណា វាអាចនឹងធ្វើឲ្យមនុស្សដែលលើកលែងទោសឲ្យយើងមានការពិបាកក្នុងការអត់ទោសដល់យើង។

*ឧទាហរណ៍ ១៖*

*ការស្តីបន្ទោស៖* ខ្ញុំដឹងថា ខ្ញុំបានស្តីឲ្យអ្នកនៅចំពោះមុខមិត្តរបស់អ្នកកាលពីម្សិលមិញ ប៉ុន្តែខ្ញុំនឹងមិនធ្វើដូច្នោះទេ ប្រសិនបើអ្នកមិនធ្វើឲ្យយើងមកយឺតជិតមួយម៉ោងនោះ។

*ពាក្យសមរម្យ៖* ខ្ញុំបានធ្វើឲ្យអ្នកឈឺចាប់ដោយបានស្តីឲ្យអ្នកនៅចំពោះមិត្តរបស់អ្នកកាលពីម្សិលមិញ ខ្ញុំធ្វើជ្រុលបន្តិចហើយ។

*ឧទាហរណ៍ ២៖*

*ការស្តីបន្ទោស៖* ខ្ញុំដឹងថា ខ្ញុំបានម្សួរម៉ៅ និងហាក់ដូចជាឈ្លើយទៅកាន់អ្នកកាលពីយប់មិញ ប៉ុន្តែអ្នកគួរតែចាំថាម្តាយរបស់អ្នកបានរិះគន់ខ្ញុំច្រើនណាស់ថ្មីៗនេះ ហើយខ្ញុំហត់នឿយនឹងកិច្ចការទាំងអស់នោះខ្លាំងណាស់។

*សមរម្យ៖* ខ្ញុំអត្មានិយម ហើយឆាប់ម្សួរម៉ៅ បានជាខ្ញុំធ្វើដូចជាឈ្លើយ និងម្សួរម៉ៅដាក់អ្នកកាលពីយប់មិញ។ ខ្ញុំសូមទោសដែលបានធ្វើឲ្យអ្នកឈឺចាប់។

ចូរប្រៀបធៀបឧទាហរណ៍ខាងលើ តើមួយណាដែលធ្វើឲ្យអ្នកចង់លើកលែងទោសជាង?

៣. **សុំអភ័យទោស៖** ត្រូវប្រាកដថាអ្នកបញ្ជាក់ពីអ្វីដែលអ្នកចង់សុំទោស និងបង្ហាញពីទុក្ខព្រួយរបស់អ្នកដោយចិត្តស្មោះ។ ចូរនិយាយដូចជា «ខ្ញុំពិតជាសុំទោសខ្លាំងណាស់សម្រាប់អ្វីដែលខ្ញុំបានធ្វើ» ឬ «ខ្ញុំពិតជាមានអារម្មណ៍មិនល្អទេ ពីរបៀបដែលខ្ញុំបានប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នក»។

៤. **សុំការលើកលែងទោស៖** យើងត្រូវតែយល់ថា យើងត្រូវការការលើកលែងទោស។ វាអាចថាដៃគូរបស់យើងមិនទាន់ត្រៀមខ្លួនក្នុងការលើកលែងទោសឲ្យយើងភ្លាមៗនោះទេ ដូច្នេះយើងប្រហែលជាត្រូវអត់ធ្មត់សិន។ ចូរអធិស្ឋានសុំឲ្យព្រះជាម្ចាស់ជួយដល់ដៃគូរបស់អ្នកក្នុងការលើកលែងទោសឲ្យអ្នក។ អ្នកមិនត្រូវបង្ខំពួកគេឲ្យនិយាយលើកលែងទោសប្រឆាំងនឹងឆន្ទៈរបស់ពួកគេទេ។

៥. **ផ្លាស់ប្ដូរឥរិយាបថរបស់អ្នក៖** វាមិនគ្រប់គ្រាន់ទេ ក្នុងការដែលសារភាព និងសុំអភ័យទោសនោះ ប្រសិនបើយើងមានផែនការក្នុងការផ្លាស់ប្ដូរ និងមានចេតនាប្រព្រឹត្តកំហុសដដែលៗ។ ផ្នែកនៃការស្ដារទំនាក់ទំនងគឺប្រាកដថាអ្នកមានចិត្ត និងបំណងក្នុងការផ្លាស់ប្ដូរអត្តចរិតរបស់អ្នក។ អ្នកគួរតែព្យាយាមមិនប្រព្រឹត្តវាម្ដងទៀត ដោយអស់ពីសមត្ថភាព។

៦. **ទទួលយកលទ្ធផល៖** គេប្រហែលជាត្រូវការពេលដើម្បីលើកលែងទោសឲ្យអ្នក។ អ្នកត្រូវតែអត់ធ្មត់ ហើយសុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យជួយគេលើកលែងទោសឲ្យអ្នក។ ការឈឺចាប់ខ្លះប្រហែលជាបំផ្លាញទំនុកចិត្តនៅក្នុងទំនាក់ទំនង។ អ្នកត្រូវតែយល់ថា ប្ដីឬប្រពន្ធរបស់អ្នកមិនងាយទុកចិត្តអ្នកដូចកាលពីមុននោះទេ។ នេះជាលទ្ធផលនៃសកម្មភាពរបស់អ្នក។ ការសុំអភ័យទោសមិនអាចធ្វើឲ្យអ្វីគ្រប់យ៉ាងក្លាយទៅជាថ្មីបានទេ។ ពេលខ្លះអ្នកត្រូវតែរស់នៅជាមួយនឹងលទ្ធផលនៃអ្វីដែលអ្នកបានធ្វើ។ វាត្រូវការពេលវេលាដើម្បីឲ្យការឈឺចាប់ដែលអ្នកបានបង្កឡើងនោះរសាត់ចេញទៅ។

### សកម្មភាពដៃគូ

សូមគិតអំពីស្ថានភាពទូទៅដែលអ្នកនឹងត្រូវសុំការលើកលែងទោសពីប្ដីឬប្រពន្ធរបស់អ្នក ឬពីសមាជិកគ្រួសារជិតស្និទ្ធម្នាក់ទៀត។ ចូរសម្ដែងម្ដងម្នាក់ពីរបៀបដែលអ្នកនឹងសុំអភ័យទោស និងសុំការលើកលែងទោស។

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *អ្នកអាចអញ្ជើញអ្នកដែលចង់ឡើងសម្ដែង ដើម្បីឡើងសម្ដែងបង្ហាញទៅកាន់ក្រុម។*

## សេចក្ដីសន្និដ្ឋាន

*គម្ពីរអេភេសូ ៤៖៣១-៣២ ចែងថា «សូមបងប្អូនកម្ចាត់ចិត្តជូរចត់ ចិត្តក្ដៅក្រហាយ កំហឹង...ត្រូវមានចិត្តសប្បុរស និងចេះអាណិតមេត្តាដល់គ្នាទៅវិញទៅមក។ ត្រូវប្រណីសន្ដោសគ្នាទៅវិញទៅមក ដូចព្រះជាម្ចាស់បានប្រណីសន្ដោសបងប្អូនដោយសារព្រះគ្រិស្ដដែរ។»*

នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងបានឃើញនៅក្នុងផ្នែកពីរដំបូង ពីការស្តារទំនាក់ទំនងដែលត្រូវបានបំផ្លាញដោយការឈឺចាប់។

ជំហានទី១៖ កំណត់ឲ្យដឹងពីការឈឺចាប់ដែលយើងបានបង្កឡើង និងការឈឺចាប់ដែលយើងមាន។ ព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានឲ្យយើងនូវទំនួលខុសត្រូវដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាទាំងពីរនេះ។

ជំហានទី២៖ សុំអភ័យទោស (រំលឹកជំហានទាំង៦ឡើងវិញមួយភ្លែត)

បន្ទាប់មកយើងមើលទៅជំហាននៃការលើកលែងទោស និងការចាប់ផ្តើមសារជាថ្មី។

**ការអនុវត្ត**

សូមចំណាយពេលគិតថាតើមានអ្វីដែលនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នក ដែលអ្នកត្រូវការសុំអភ័យទោសដែរឬទេ។ នៅពេលដែលអ្នកនិយាយទៅកាន់ប្តីប្រពន្ធរបស់អ្នក សូមធ្វើការសុំអភ័យទោសសម្រាប់ការឈឺចាប់ដែលអ្នកបានបង្កឡើង។ ចូរព្យាយាមធ្វើតាមជំហានទាំងនោះ។ ប្រសិនបើអ្នកមិនទាន់រៀបការ អ្នកក៏អាចធ្វើតាមជំហានដូចគ្នានេះដែរ ដើម្បីដោះស្រាយការឈឺចាប់នៅក្នុងទំនាក់ទំនងនានាដូចជាជាមួយឪពុកម្តាយ បងប្អូន សាច់ញាតិ ឬមិត្តភក្តិ។

# មេរៀនទី ៤៖
# ការលើកលែងទោស វគ្គទី ២

**គោលបំណង** (**នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀននេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖**)

១. ស្គាល់ថាអ្វីជាការលើកលែងទោស និងអ្វីដែលមិនមែនជាការលើកលែងទោស
២. អនុវត្តជំហាននៃការលើកលែងទោសជាមួយនឹងស្ថានភាពផ្ទាល់ខ្លួនដែលបានបង្កឲ្យមានការឈឺចាប់
៣. ស្វែងយល់ពីសារៈសំខាន់នៃការចាប់ផ្តើមសាជាថ្មី និងសម្លឹងឆ្ពោះទៅមុខបន្ទាប់ពីលើកលែងទោសអ្នកដទៃ
៤. ដឹងថាការលើកលែងទោស និងការស្តារទំនាក់ទំនងដែលបានបែកបាក់នោះគឺជាដំណើរការបន្តិចម្តងៗ

**សម្ភារៈ**

១. រូបភាពជំនួយការសិក្សា
    ក. ៤.១ ជំហាននៃការលើកលែងទោស (ម្នាក់មួយ)

## រំលឹក

---

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

ចូររំលឹកពីជំហានពីរដំបូងនៅក្នុងមេរៀនមុន លើការស្តារទំនាក់ទំនងដែលត្រូវបានបំផ្លាញ (ការកំណត់ពីការឈឺចាប់ និងជំហាននៃការសុំអភ័យទោស)។

## ជំហានទី ៣៖ ការលើកលែងទោស

---

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

ចូរអានខគម្ពីរខាងក្រោម៖

- លូកា ២៣៖៣៤

- ម៉ាថាយ ១៨៖២១-២២
- កូឡូស ៣៖១៣

ពិភាក្សា៖

- តើមានលទ្ធផលអ្វីកើតឡើង ប្រសិនបើមានការមិនលើកលែងទោសនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍?

ការលើកលែងទោសគឺពិតជាសំខាន់ណាស់ដើម្បីប្រាកដថា អាពាហ៍ពិពាហ៍នឹងរីកចម្រើនឡើងហើយរឹងមាំ។ នៅក្នុងព្រះគម្ពីរ យើងត្រូវបានបង្គាប់ជាច្រើនដងឲ្យលើកលែងទោស។ ប៉ុន្តែ ជាដំបូងយើងត្រូវតែយល់ឲ្យបានច្បាស់ថាតើអ្វីជាការលើកលែងទោស និងអ្វីមិនមែនជាការលើកលែងទោសសិន។

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *គូរតារាងដែលមានជួរឈរពីរនៅលើក្តារខៀនហើយសរសេរ «ការលើកលែងទោស**មិនមែនជា**» ហើយ «ការលើកលែងទោស**គឺ**»* នៅក្នុងជួរនីមួយៗ។ សូមសរសេរពីចំណុចនីមួយៗចូលនៅពេលដែលអ្នកពន្យល់ពីវា។

| ការលើកលែងទោស**មិនមែនជា** | ការលើកលែងទោស**គឺ** |
| --- | --- |
| ១. អារម្មណ៍<br>២. ការតម្រូវឲ្យមនុស្សម្នាក់ផ្លាស់ប្តូរ មុនយើងលើកលែងទោសឲ្យពួកគេ<br>៣. ការទទួលយកភាពអយុត្តិធម៌<br>៤. ការទ្រាំទ្រនូវការឈឺចាប់ ឬអត្តចរិតដែលរំលោភបំពាន<br>៥. ការបំភ្លេច<br>៦. ការធ្វើពុតថាគ្មានបញ្ហា | ១. ការប្រឈមមុខជាមួយនឹងកំហុសដែលបានប្រព្រឹត្ត<br>២. ការជ្រើសរើសថា មិនរក្សាការឈឺចាប់ប្រឆាំងនឹងប្តីឬប្រពន្ធរបស់យើង<br>៣. ថ្វាយប្តីឬប្រពន្ធរបស់យើងទៅក្នុងព្រះហស្តរបស់ព្រះជាម្ចាស់ |

ការលើកលែងទោស**មិនមែនជា**

- **អារម្មណ៍៖** ការលើកលែងទោសគឺជាជម្រើសរបស់យើង។ យើងមិនចាំបាច់ត្រូវរង់ចាំរហូតដល់យើងមានអារម្មណ៍ថាចង់លើកលែងទោសនោះទេ ប៉ុន្តែផ្ទុយទៅវិញ យើងសម្រេចចិត្តថាយើងនឹងលើកលែងទោសឲ្យនរណាម្នាក់។ យើងមិនបាច់សួរខ្លួនឯងថា «តើខ្ញុំចង់លើកលែងទោសដែរឬទេ?» នោះទេ ប៉ុន្តែ

យើងអាចសម្រេចចិត្តថាលើកលែងទោស ហើយបោះបង់ចោលនូវការអាណិតអាសូរខ្លួនឯង និង បំណាងចង់សងសឹកនោះ។

- **ការតម្រូវឲ្យមនុស្សម្នាក់ផ្លាស់ប្តូរ មុនយើងលើកលែងទោសឲ្យពួកគេ៖** យើងមិនអាចបង្ខំឲ្យនរណាម្នាក់ផ្លាស់ប្តូរបានទេ។ យើងលើកលែងទោសដោយសារតែព្រះគ្រិស្តបានសុំឲ្យយើងធ្វើដូច្នោះ មិនមែនដោយសារតែអ្វីដែលយើងទាមទារពីគាត់នោះទេ។
- **ការទទួលយកភាពអយុត្តិធម៌៖** យើងលើកលែងទោសឲ្យនរណាម្នាក់ យើងមិនចាំបាច់ត្រូវជឿថាអ្វីដែលពួកគេបានធ្វើនោះត្រឹមត្រូវទេ។ យើងអាចកំណត់ថា អ្វីដែលពួកគេបានធ្វើគឺជាកំហុស ប៉ុន្តែយើងនឹងលើកលែងទោសឲ្យពួកគេមិនថាយ៉ាងណាក៏ដោយ។
- **ការទ្រាំទ្រនូវការឈឺចាប់ ឬអត្តចរិតដែលរំលោភបំពាន៖** ដោយសារតែយើងលើកលែងទោសឲ្យនរណាម្នាក់ មិនមែនមានន័យថាយើងអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេបន្តធ្វើឲ្យយើងឈឺចាប់ទៀតនោះទេ។
- **ការបំភ្លេច៖** ពេលខ្លះនៅពេលដែលយើងលើកលែងទោស យើងមិនអាចបំភ្លេចការឈឺចាប់ដែលបានប្រព្រឹត្តចំពោះយើងភ្លាមៗនោះទេ។ យើងត្រូវតែបន្តលើកលែងទោសឲ្យគាត់ជារៀងរាល់ពេលដែលយើងមានអារម្មណ៍ខឹង។
- **ការធ្វើពុតថាគ្មានបញ្ហា៖** នៅពេលដែលយើងលើកលែងទោសឲ្យនរណាម្នាក់នោះគឺយើងមិនបានន័យថា អ្វីដែលពួកគេធ្វើនោះមិនអីទេ ឬមិនបានប៉ះពាល់ដល់យើងទេ។ យើងចង់និយាយថាថ្វីបើពួកគេបានបង្កប្អូសស្នាមដល់យើងដោយរបៀបណាក៏ដោយ ក៏យើងនៅតែលើកលែងទោសឲ្យគេដែរ។

**ការលើកលែងទោសគឺ៖**

- **ការប្រឈមមុខជាមួយនឹងកំហុសដែលបានប្រព្រឹត្ត៖** យើងត្រូវតែទទួលស្គាល់ថា មានមនុស្សដែលប្រព្រឹត្តខុសចំពោះយើង និងបានធ្វើឲ្យយើងឈឺចាប់។
- **ការជ្រើសរើសថាមិនរក្សាការឈឺចាប់ប្រឆាំងនឹងប្តី ឬប្រពន្ធរបស់យើង៖** បន្ទាប់ពីបានលើកលែងទោសឲ្យគាត់រួចហើយ យើងមិនអាចនៅតែរំលឹកពីអ្វីដែលគាត់បានធ្វើ និងប្រើវាដើម្បីឲ្យគាត់ធ្វើអ្វីមួយសម្រាប់យើងនោះទេ។
- **ថ្វាយប្តីឬប្រពន្ធរបស់យើងទៅក្នុងព្រះហស្តរបស់ព្រះជាម្ចាស់៖** នៅពេលដែលយើងលើកលែងទោស គឺយើងបោះបង់សិទ្ធិដើម្បីសងសឹក ឬតម្រូវឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរចោល។ ផ្ទុយទៅវិញ យើងអនុញ្ញាតឲ្យព្រះជាម្ចាស់ជាអ្នកដាក់ពិន័យ ឬផ្លាស់ប្តូរគាត់តាមតែទ្រង់ចង់។

ការលើកលែងទោសអាចពិបាក ជាពិសេសប្រសិនបើពួកគេពិតជាធ្វើឲ្យយើងឈឺចាប់។ ព្រះគម្ពីររំលឹកយើងថា យើងលើកលែងទោសដោយនឹកចាំ និងដឹងគុណពីអ្វីដែលព្រះជាម្ចាស់បានធ្វើសម្រាប់យើង មិនមែនដោយសារគាត់ «សម» នឹងទទួលការលើកលែងទោសទេ។ នៅពេលដែលយើងលើកលែងទោស យើងមិនបានមានន័យថាអ្វីដែលគេធ្វើនោះគ្មានបញ្ហានោះទេ ប៉ុន្តែយើងចង់បង្ហាញថាយើងនឹងអនុញ្ញាតឲ្យព្រះជាម្ចាស់ជាអ្នកវិនិច្ឆ័យ និងសម្រេចពីរបៀបដែលទ្រង់ចង់ឆ្លើយតបទៅកាន់សកម្មភាពរបស់គេ។

## ជំហាននៃការលើកលែងទោស (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៤.១)

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៤.១ ដើម្បីនិយាយអំពីជំហាននៃការលើកលែងទោស។ សូមពន្យល់ថាប្រសិនបើការឈឺចាប់ដែលពួកគេធ្លាប់មាននោះតូច នោះប្រហែលជាងាយស្រួលក្នុងការធ្វើតាមជំហានទាំងនេះ។ ប្រសិនបើការឈឺចាប់នោះមានលក្ខណៈធ្ងន់ធ្ងរ នោះដំណើរការនេះប្រហែលជាត្រូវការពេលវេលាបន្ថែមទៀត។ បន្ទាប់ពីធ្វើតាមជំហានទាំងនេះ សូមសួរទៅកាន់ក្រុមថាតើពួកគេមានសំណួរបន្ថែមពីជំហាននីមួយៗដែរឬទេ។ ចូរបញ្ជាក់ឲ្យបានច្បាស់ប្រសិនបើពួកគេមិនប្រាកដពីអ្វីមួយ។*

<u>**ជំហាននៃការលើកលែងទោស៖**</u>

១. ទទួលស្គាល់ថាអ្វីដែលបានប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នក គឺអយុត្តិធម៌
២. ទទួលស្គាល់នូវកំហឹង និងបំណងទាំងឡាយដែលអ្នកចង់ឲ្យគាត់ឈឺចាប់វិញ
៣. សុំឲ្យព្រះជាម្ចាស់ជួយអ្នកដើម្បីលើកលែងទោស
៤. ជ្រើសរើសថាមិនសងសឹក
៥. បោះបង់ចោលបំណងចិត្តចង់បញ្ឈឺគេនោះ
៦. ថ្វាយទំនួលខុសត្រូវក្នុងការកាត់ទោសទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់
៧. សុំឲ្យព្រះជាម្ចាស់ដករាល់ទាំងភាពជូរចត់ និងការអាក់អន់ចិត្តទាំងប៉ុន្មាន
៨. សុំឲ្យព្រះជាម្ចាស់ព្យាបាលការឈឺចាប់របស់អ្នក និងលទ្ធផលនៃភាពអយុត្តិធម៌នៅក្នុងជីវិតរបស់អ្នក

## អនុវត្តជំហាននៃការលើកលែងទោស

តើមានអ្វីមួយដែលអ្នកត្រូវលើកលែងទោសឲ្យប្ដី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នកដែរឬទេ? ប្រសិនបើអ្នកនឹកមិនឃើញពីអ្វីមួយ ជាមួយនឹងប្ដីឬប្រពន្ធរបស់អ្នកទេ សូមគិតអំពីនរណាម្នាក់ដែលធ្លាប់ប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នកដោយអយុត្តិធម៌។ ប្រសិនបើអ្នកនៅតែនឹកមិនឃើញទេនោះ ចូរគ្រាន់តែអធិស្ឋានដោយស្ងាត់ៗសម្រាប់អ្នកដែលនឹងអនុវត្តជំហានក្នុងដំណើរការនេះ។ សូមបិទភ្នែក ហើយស្ដាប់ពីជំហាននីមួយៗ។

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *អានជំហាននីមួយៗឲ្យឮៗនៅពេលដែលអ្នកចូលរួមបិទភ្នែក។ សូមផ្អាករយៈពេលមួយនាទីបន្ទាប់ពីអានជំហាននីមួយៗ ដើម្បីឲ្យអ្នកចូលរួមមានពេលគិតពីជំហាននីមួយៗ។ នៅពេលដែលអ្នកបញ្ចប់ជំហានទាំង ៨ រួចហើយ ចូរអធិស្ឋានសម្រាប់ក្រុមដើម្បីឲ្យព្រះជាម្ចាស់ដករាល់ទាំងការឈឺចាប់ដែលកើតមានដោយសារភាពអយុត្តិធម៌ ដែលពួកគេទើបតែលើកលែងទោសឲ្យ។*

## ជំហានទី ៤៖ ចាប់ផ្ដើមសាជាថ្មីជាមួយគ្នា

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

ចូរអានខគម្ពីរនីមួយៗ៖

- ១កូរិនថូស ១៣៖៥
- យ៉ាកុប ៥៖១៦
- ភីលីព ៣៖៣

នៅពេលដែលយើងបានអនុវត្តតាមជំហាននៃការកំណត់ឲ្យដឹងពីការឈឺចាប់ ការសុំអភ័យទោស និងការលើកលែងទោសរួចហើយ យើងត្រូវតែមានចិត្តក្នុងការចាប់ផ្ដើមសាជាថ្មីម្ដងទៀត។ វាពិតជាពិបាកខ្លាំងណាស់ក្នុងការធ្វើអនុវត្តនៅក្នុងជំហាននេះ ដូច្នេះយើងត្រូវតែលួងលោម និងអធិស្ឋានសម្រាប់គ្នាទៅវិញទៅមក។ បន្ទាប់មកជំនួសដោយការចងចាំពីអ្វីដែលបានកើតឡើងកាលពីអតីតកាល យើងត្រូវតែផ្ដោតលើអនាគតវិញ។

តើអ្នកត្រូវសម្អាតផ្ទះញឹកញាប់បែបណា?

វាដូចជាការសម្អាតផ្ទះអញ្ចឹង យើងត្រូវតែសម្អាតការឈឺចាប់ទាំងប៉ុន្មាននៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើង និងទំនាក់ទំនងផ្សេងៗឲ្យបានទៀងទាត់។ ប្រសិនបើយើងមិនបានសម្អាតការឈឺចាប់របស់យើងឲ្យបានទៀងទាត់នោះទេ នោះវានឹងប្រមូលផ្ដុំឡើង ហើយធ្វើឲ្យមានភាពរញ៉េរញ៉ៃនៅក្នុងទំនាក់ទំនងរបស់យើង! សូមជួយដល់អាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នកឲ្យនៅរឹងមាំដោយប្រាកដថា អ្នកត្រូវអនុវត្តតាមជំហាននេះឲ្យបានទៀតទាត់។

## សេចក្ដីសន្និដ្ឋាន

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ចូររំលឹកពីអ្វីដែលជាការលើកលែងទោស និងអ្វីដែលមិនមែនជាការលើកលែងទោស ព្រមទាំងជំហាននៃការលើកលែងទោស។ ចូររំលឹក ៤ ជំហាននៃការស្ដារទំនាក់ទំនងដែលត្រូវបានបំផ្លាញ ហើយសួរថាតើមានសំណួរបន្ថែមដែរឬទេ។ ចូររំលឹកទៅកាន់ក្រុមថា បន្ទាប់ពីបានបញ្ចប់ដំណើរនេះ យើងត្រូវសម្លឹងឆ្ពោះទៅមុខ មិនត្រូវយកចិត្តទុកដាក់នឹងអតីតកាលឡើយ។ យើងក៏ត្រូវប្រាកដថាយើងអនុវត្តនូវដំណើរការនេះឲ្យបានទៀងទាត់ដែរ។ សូមលើកទឹកចិត្តពួកគេឲ្យពឹងផ្អែកលើព្រះជាម្ចាស់នៅក្នុងដំណើរការនេះ។*

**<u>៤ ជំហាននៃការស្ដារទំនាក់ទំនងដែលត្រូវបានបំផ្លាញ៖</u>**

ជំហានទី ១៖ កំណត់ឲ្យដឹងពីការឈឺចាប់

ជំហានទី ២៖ ការសុំអភ័យទោស

ជំហានទី ៣៖ ការលើកលែងទោស

ជំហានទី ៤៖ ចាប់ផ្ដើមសាជាថ្មីជាមួយគ្នា

**អធិស្ឋាននៅក្នុងក្រុមតូច** (**២-៣នាក់ មិនឲ្យលើសពី៣នាក់**)

ចូរអធិស្ឋានឲ្យគ្នានៅក្នុងក្រុម។ ចូរសុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យជួយអ្នកដើម្បីលើកលែងទោសឲ្យអ្នកដទៃដូចដែលទ្រង់បានលើកលែងទោសឲ្យអ្នក។ ចូរសុំឲ្យព្រះជាម្ចាស់ព្យាបាលទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកតាមរយៈការអនុវត្តនូវការលើកលែងទោស។

# មេរៀនទី ៥៖
# ការពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នក

**គោលបំណង (នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖)**

១. ស្គាល់ពីរបៀបបីយ៉ាងក្នុងការពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់ពួកគេ។
២. រកឃើញលក្ខណៈមួយចំនួនដែលពួកគេពេញចិត្តអំពីប្តី ប្រពន្ធ ឬឪពុកម្តាយរបស់គេ និងរបៀបដើម្បីបង្ហាញពីការពេញចិត្តនោះ។
៣. យល់ពីសារៈសំខាន់នៃការអធិស្ឋានជាមួយគ្នា ដើម្បីពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍។
៤. ស្គាល់ពីរបៀបដ៏ល្អប្រសើរក្នុងការដាក់ប្តី ឬប្រពន្ធរបស់ខ្លួនសំខាន់ជាងអ្នកដទៃទាក់ទងនឹងពេលវេលា និងការសម្រេចចិត្ត។

**សម្ភារៈ**

១. គ្មាន

## សេចក្តីផ្តើម

---

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**
តើកីឡាករនឹងធ្វើអ្វី ប្រសិនបើគាត់ចង់ខ្លាំងជាងមុន និងលេងឲ្យបានល្អប្រសើរ? *(ឧ. អនុវត្ត លើកដុំដែក ខិតខំប្រឹងប្រែង)*។

សេចក្តីនេះក៏ដូចគ្នាដែរជាមួយអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើង។ អាពាហ៍ពិពាហ៍គឺជាព្រះអំណោយទានដ៏អស្ចារ្យបំផុតដែលមកពីព្រះជាម្ចាស់ ហើយនៅពេលដែលស្វាមី និងភរិយាសាមគ្គីគ្នាខ្លាំងនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ ពួកគេអាចធ្វើអ្វីៗដ៏អស្ចារ្យដើម្បីបម្រើ និងថ្វាយសិរីរុងរឿងដល់ព្រះជាម្ចាស់។ ទោះជាយ៉ាងណា ដើម្បីឲ្យការនេះកើតឡើងនោះ អាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើងត្រូវតែរឹងមាំ និងមានសុខភាពល្អ។ ការធ្វើឲ្យអាពាហ៍ពិពាហ៍រឹងមាំ និងរក្សាឲ្យវានៅតែរឹងមាំអស់មួយជីវិតនោះត្រូវការខិតខំប្រឹងប្រែង។ នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងមើលទៅរបៀបផ្សេងៗដែលអ្នកអាចពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នកបាន។

<u>របៀបបីយ៉ាងដើម្បីពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នក</u>

១. បង្ហាញពីការពេញចិត្ត

២. អធិស្ឋានជាមួយគ្នា

៣. ដាក់ប្ដី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នកសំខាន់ជាងអ្នកដទៃ

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ចូរសរសេរពីរបៀបបីយ៉ាង ដើម្បីពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នកនៅលើក្ដារខៀន ឬសរសេរលើផ្ទាំងក្រដាស។*

## ការបង្ហាញការពេញចិត្ត (ឬការអរគុណ)

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

ការបង្ហាញការពេញចិត្តមានន័យថា ប្រាប់ទៅដៃគូរបស់អ្នកពីអ្វីដែលអ្នកចូលចិត្តអំពីពួកគេ និងមូលហេតុដែលអ្នកពេញចិត្តជាខ្លាំងក្នុងការរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ជាមួយគាត់។

នេះជាឧទាហរណ៍មួយចំនួន៖

- «បងពិតជាពេញចិត្តខ្លាំងណាស់ ដែលអូនតែងតែរៀបចំម្ហូបអាហារសម្រាប់យើង។ បងដឹងថាអូនមានកិច្ចការច្រើនណាស់ជារៀងរាល់ថ្ងៃ»។
- «បងពិតជាពេញចិត្តណាស់ដែលអូនចុះសម្រុងគ្នាជាមួយគ្រួសាររបស់បង»។
- «អូនពិតជាអរគុណបងខ្លាំងណាស់ដែលបានជួយមើលកូនៗពីរបីម៉ោង ដើម្បីឲ្យអូនមានពេលទៅលេងមិត្តភក្ដិរបស់អូន»។

### ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន

សូមគិតយ៉ាងស្ងៀមស្ងាត់អំពីសំណួរខាងក្រោម៖

- តើនៅពេលណា ដែលជាពេលចុងក្រោយដែលនរណាម្នាក់បង្ហាញការពេញចិត្ត (ឬការដឹងគុណ) ចំពោះអ្នក?
- តើគាត់បាននិយាយអ្វី?
- តើអ្នកមានអារម្មណ៍បែបណា?

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ពីរបីនាទីក្រោយមក សូមសួររកអ្នកស្ម័គ្រចិត្តឲ្យចែករំលែកពីចម្លើយរបស់ពួកគេ។ ប្រសិនបើពួកគេអៀន សូមត្រៀមខ្លួនដើម្បីចែករំលែកពីបទពិសោធន៍របស់អ្នកផ្ទាល់។*

ការពេញចិត្តធ្វើឲ្យយើងមានអារម្មណ៍ល្អអំពីខ្លួនយើង។ វាធ្វើឲ្យយើងរីករាយ និងមានអារម្មណ៍ថា យើងអាចទ្រាំទ្របាន នៅថ្ងៃណាដែលពិបាកបំផុត។ នៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍ វាងាយស្រួលណាស់ក្នុងការដែលលែងខ្វល់ថាតើដៃគូម្ខាងទៀតសំខាន់សម្រាប់យើងប៉ុណ្ណា។ ដោយសារតែយើងមើលឃើញគាត់ជារៀងរាល់ថ្ងៃ យើងពិបាកក្នុងការបង្ហាញការយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះគាត់ នៅពេលដែលគាត់មានវត្តមាននៅចំពោះមុខយើង។ ដោយសារតែគាត់បានធ្វើកិច្ចការផ្សេងៗដល់យើងជារៀងរាល់ថ្ងៃដូចជាចម្អិនម្ហូប យើងភ្លេចពីការខឹតខំប្រឹងប្រែងដែលគាត់មានក្នុងការរៀបចំម្ហូបអាហារសម្រាប់យើង ហើយគ្រាន់តែរំពឹងទុកថាគាត់នឹងធ្វើវា។ ជំនួសដោយការអរគុណសម្រាប់ការចម្អិនម្ហូបរបស់គាត់ យើងបែរជាមានអារម្មណ៍ខឹងម្សួរម៉ៅនៅពេលដែលគាត់រៀបចំអាហារយឺតយ៉ាវ។

ដើម្បីឲ្យអាពាហ៍ពិពាហ៍រឹងមាំ យើងត្រូវតែប្រាកដថាយើងនឹងមិនឈប់កត់សម្គាល់អ្វីដែលស្វាមីឬភរិយារបស់យើងធ្វើមកកាន់យើងនោះទេ។ យើងមិនត្រូវភ្លេចនិយាយពាក្យថាអរគុណ និងបង្ហាញការពេញចិត្តទៅកាន់គាត់នោះឡើយ។ អ្វីដែលល្អបំផុតនោះគឺ យើងគួរតែបង្ហាញពីការពេញចិត្តរបស់យើងជារៀងរាល់ថ្ងៃ។

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច

យើងមិនត្រឹមតែត្រូវបង្ហាញការពេញចិត្តរបស់យើងជាមួយពាក្យសម្តីប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែថែមទាំងកាយវិការផងដែរ។ នៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក សូមព្យាយាមគិតអំពីរបៀបជាច្រើនតាមតែអាចធ្វើបានក្នុងការបង្ហាញការពេញចិត្ត (ឧ. *ការជួយ ការផ្តល់អំណោយជាការអរគុណ សរសេរសំបុត្រ ឬកាតជូនពរ*)។

## រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *នៅពេលដែលក្រុមនីមួយៗរួចរាល់ហើយ សុំឲ្យពួកគេចែករំលែកពីគំនិតរបស់ពួកគេទៅកាន់ក្រុមទាំងមូល។*

## ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន

- តើមានអ្វីខ្លះដែលអ្នកពេញចិត្ត (ឬអរគុណ) ពីស្វាមី ឬភរិយារបស់អ្នក (ប្រសិនបើមិនទាន់រៀបការ សូមគិតអំពីឪពុកម្តាយរបស់អ្នក)? ត្រូវប្រាកដថាអ្នកមិនត្រឹមតែគិតអំពីអ្វីដែលពួកគេធ្វើនោះទេ ប៉ុន្តែតើពួក

គេជានរណា។ ឧទាហរណ៍ «អូនពេញចិត្តខ្លាំងណាស់ដែលបងបានខិតខំប្រឹងប្រែងធ្វើការសម្រាប់គ្រួសារ» ឬ «បង/អូនពេញចិត្តណាស់ដែលអូន/បងជាមនុស្សដែលគួរឲ្យទុកចិត្ត និងស្មោះត្រង់»។

- តើមានរបៀបណាខ្លះដែលអ្នកអាចបង្ហាញពីការពេញចិត្តទៅកាន់ប្ដី ឬប្រពន្ធរបស់អ្នកបាននៅសប្ដាហ៍នេះ?

## អធិស្ឋានជាមួយគ្នា

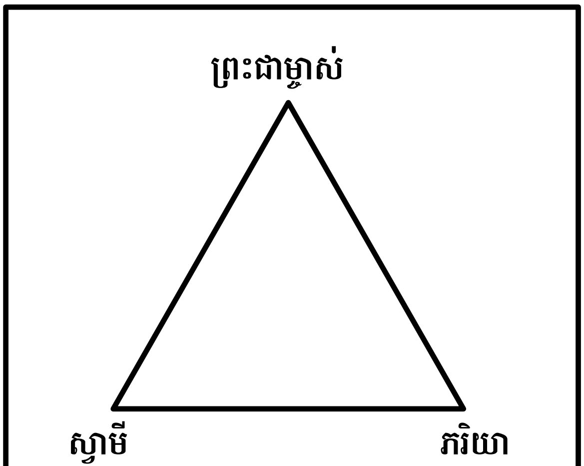
### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

សូមអានសាស្ដា ៤៖១២ «ពួរដែលផ្ញេដោយខ្សែបីសរសៃមិនងាយដាច់ទេ។»

ជំនាញដែលសំខាន់មួយទៀតក្នុងការកសាងអាពាហ៍ពិពាហ៍ឲ្យបានរឹងមាំនោះគឺអធិស្ឋានជាមួយគ្នា។ នៅពេលដែលយើងអធិស្ឋានជាមួយគ្នា គឺយើងដាក់ព្រះជាម្ចាស់នៅចំកណ្ដាលអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើង។ ព្រះជាម្ចាស់មិនដែលគ្រោងទុកថា ស្វាមីឬភរិយារបស់យើងនឹងបំពេញរាល់តម្រូវការគ្រប់យ៉ាងរបស់យើងនោះទេ។ នៅពេលដែលយើងរំពឹងថាស្វាមី ឬភរិយារបស់យើងនឹងយល់ពីយើងច្បាស់ និងបំពេញរាល់តម្រូវការរបស់យើង នោះយើងនឹងបរាជ័យហើយធ្វើឲ្យគ្នាឈឺចាប់។ យើងត្រូវបានបង្កើតមកដើម្បីមានទំនាក់ទំនងជាមួយព្រះជាម្ចាស់ ហើយមានតែទ្រង់ទេដែលអាចបំពេញរាល់តម្រូវការរបស់យើងបាន។

អាពាហ៍ពិពាហ៍គួរតែដូចរូបនេះ៖

- ស្វាមីគួរតែមានទំនាក់ទំនងផ្សារភ្ជាប់ផ្ទាល់ជាមួយព្រះជាម្ចាស់។
- ភរិយាគួរមានទំនាក់ទំនងផ្សារភ្ជាប់ផ្ទាល់ជាមួយព្រះជាម្ចាស់។
- ស្វាមី និងភរិយាគួរតែមានទំនាក់ទំនងផ្សារភ្ជាប់ជាមួយគ្នា។




របៀបសំខាន់មួយដើម្បីឲ្យព្រះជាម្ចាស់នៅចំកណ្ដាលអាពាហ៍ពិពាហ៍ គឺត្រូវចំណាយពេលនិយាយជាមួយទ្រង់ជាមួយគ្នា ហើយផ្ទាល់ខ្លួនផង។ ការអធិស្ឋានជាមួយគ្នានឹងជួយឲ្យស្វាមី និងភរិយាអាចពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់ពួកគេ។ វានឹងធានាថា អាពាហ៍ពិពាហ៍នោះជាអាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលមានសុភមង្គល និងនៅស្ថិតស្ថេរអស់មួយជីវិត។ នៅពេលដែលយើងអធិស្ឋាន យើងអាចស្វែងរកបំណងព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ឧបសគ្គផ្សេងៗដែលយើងជួបប្រទះ និងការសម្រេចចិត្តផ្សេងៗដែលយើងត្រូវធ្វើ។

ដំបូន្មានសម្រាប់ការអធិស្ឋានជាមួយគ្នា៖

- វាជាការប្រសើរក្នុងការអធិស្ឋាន៥នាទីក្នុងមួយថ្ងៃជារៀងរាល់ថ្ងៃ ជាជាងកន្លះម៉ោងម្តងក្នុងមួយខែ។
- សូមប្រើពេលនេះដើម្បីអធិស្ឋានសម្រាប់តម្រូវការរបស់គ្នាទៅវិញទៅមក មិនជាតម្រូវការរបស់មនុស្សគ្រប់គ្នាទេ។
- ចាប់ផ្តើមអរព្រះគុណព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់គ្នាទៅវិញទៅមក សម្រាប់អាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នក សម្រាប់គ្រួសារ -ល-។
- ចូរស្តាប់គ្នាទៅវិញទៅមកនៅពេលដែលអធិស្ឋាន។
- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកអធិស្ឋានទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់។ មិនត្រូវប្រើពាក្យអធិស្ឋានរបស់អ្នកដើម្បីព្យាយាមផ្លាស់ប្តូរគាត់នោះទេ។
- ជ្រើសរើសពេលវេលាណាមួយដើម្បីអធិស្ឋាន ហើយនៅតែបន្តធ្វើវា។ ឧទាហរណ៍ នៅពេលដែលក្រោកពីគេង ឬមុនចូលគេង ឬនៅពេលដែលកូនៗចេញទៅសាលារៀន។

## ដាក់ស្វាមីឬភរិយារបស់អ្នកសំខាន់ជាងអ្នកដទៃ

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំឲ្យនរណាម្នាក់អានសាច់រឿងនេះ។*

នាងតាម៉ាពិបាកចិត្តជាខ្លាំង។ នាងនិងប្តីរបស់នាងទើបតែមានជម្លោះខ្លាំងៗជាមួយគ្នា ហើយឥឡូវនេះគាត់នៅខាងក្រៅជាមួយមិត្តភក្តិរបស់គាត់។ វាហាក់ដូចជាកើតឡើងជាញឹកញាប់ណាស់ឥឡូវនេះ។ ពួកគេទាស់សម្តីគ្នាពីរឿងជាច្រើន។ ថ្ងៃនេះគាត់បានប្រាប់នាងថា គាត់នឹងទៅឆ្ងាយ៤ថ្ងៃដើម្បីទៅលេងសាច់ញាតិ។ នាងបានពន្យល់ថាកូនដែលទើបតែមានអាយុ៤ខែនោះឈឺ ហើយគេងមិនលក់។ នាងបានប្រាប់កាលែបជាប្តីថានាងពិតជាត្រូវការគាត់ឲ្យជួយនាង និងកូនៗផ្សេងទៀត ហើយរៀបចំដីស្រែដើម្បីដាំដំណាំ។ គាត់បាននិយាយថា មានម្នាក់ដែលជាសាច់ញាតិរបស់គាត់មិនស្រួលខ្លួនហើយត្រូវការគាត់ ដូច្នេះគាត់ត្រូវតែទៅជួយពួកគេ។

នៅពេលដែលកាលែបត្រលប់មកដល់ផ្ទះនាពេលយប់ជ្រៅ គាត់បាននិយាយថាគាត់បានពិភាក្សាជាមួយមិត្តរបស់គាត់ពីស្ថានការណ៍នេះ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាយល់ស្របថាគាត់គួរតែត្រូវមើលសាច់ញាតិរបស់គាត់។ ដូច្នេះ នៅពេលព្រឹកឡើងគាត់រៀបចំចេញដំណើរទៅ។ ខណៈដែលនាងតាម៉ាអង្គុយបំបៅដោះកូន នាងទទួលស្គាល់ថា នាងពិតជាកោតសរសើរណាស់ថាគាត់យកចិត្តទុកដាក់ខ្លាំងចំពោះសាច់ញាតិរបស់គាត់។ ប៉ុន្តែ នាងមានអារម្មណ៍ច្រណែនថាហេតុអ្វីបានជាគាត់មិនយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះនាងដូចគ្នាអញ្ចឹង?

- តើមានអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងសាច់រឿងនេះ?
- តើមានរឿងស្រដៀងគ្នានេះកើតឡើងនៅក្នុងចំណោមអ្នករាល់គ្នាទេ?
- តើមានបញ្ហាអ្វីកើតឡើង?
- តើអ្នកគិតថានរណាជាអ្នកខុស? ហេតុអ្វី?

នៅពេលដែលយើងរៀបការ យើងបានទទួលនូវទំនាក់ទំនងដ៏ពិសេសមួយ។ តាមការពិត ព្រះជាម្ចាស់ពណ៌នាពីវាថា ជាការដែលមនុស្សពីរនាក់រួមគ្នាតែមួយ។ ដូច្នេះ ពួកគេលែងជាមនុស្សពីរនាក់ទៀតហើយ ប៉ុន្តែជាមនុស្សតែមួយ។ ព្រះយេស៊ូបាននាំលើកទៅកាន់ពួកផារិស៊ីពីការពិតដ៏សំខាន់នេះ។

ចូរអាន ម៉ាថាយ ១៩៖៤-៦

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ការពិភាក្សានេះ មិនមែនផ្តោតត្រឹមតែនៅកន្លែងដែលពួកគេរស់នៅទេ។ ដូច្នេះ សូមជួយឲ្យក្រុមស្គាល់ពីភាពខុសគ្នារវាងការអនុវត្តតាមប្រពៃណីរបស់គេ និងអ្វីដែលអត្ថបទគម្ពីរនេះចែង។ ឧទាហរណ៍ ជំនឿដែលថាស្ត្រីគួរតែទៅនៅគ្រួសារខាងស្វាមី និងទំនៀមទម្លាប់ទាំងអស់ដែលគេមាន។ សូមជួយឲ្យពួកគេឃើញពីសារៈសំខាន់នៃការចាប់ផ្តើមគ្រួសារថ្មីមួយ និងការដាក់អាទិភាពដល់គ្នាទៅវិញទៅមកមុនអ្នកដទៃ។ ហើយបន្ទាប់មក ប្តី ប្រពន្ធនឹងត្រូវបន្តគោរព និងផ្តល់កិត្តិយសដល់គ្រួសារទាំងសងខាងជាមួយគ្នា។ សូមបញ្ជាក់ពីចំណុចដែលថា មិនត្រូវព្រងើយកន្តើយចំពោះគ្រួសាររបស់យើងឡើយ ប៉ុន្តែរៀនដាក់អាទិភាពលើប្តីប្រពន្ធរបស់យើងវិញ។ អ្នកប្រហែលជាត្រូវពិភាក្សាពីចំណុចនេះបន្ថែមទៀត ហើយផ្តល់នូវរបៀបក្នុងការដាក់អទិភាពលើប្តី ប្រពន្ធរបស់យើង ដោយមិនព្រងើយកន្តើយចំពោះគ្រួសារទាំងសងខាង។*

<u>**ទស្សនៈប្រពៃណីនៃអាពាហ៍ពិពាហ៍**</u>

- បន្ទាប់ពីរៀបការរួច តើប្តីប្រពន្ធតែងតែរស់នៅឯណា?
- តើគ្រួសារខាងស្វាមី មានការរំពឹងទុកបែបណាខ្លះពីភរិយា?
- តើមានការរំពឹងទុកអ្វីខ្លះចំពោះស្វាមី ក្នុងការដាក់អាទិភាពគ្រួសាររបស់ខ្លួនសំខាន់ជាងភរិយា?
- តើប្រពៃណីនេះ ខុសគ្នាបែបណាខ្លះពីអ្វីដែលព្រះគម្ពីរចែង?
  - *តាមប្រពៃណី ភរិយាចាកចេញពីគ្រួសាររបស់ខ្លួន ហើយទៅរស់នៅជាមួយគ្រួសារខាងស្វាមី ជាជាងស្វាមីចាកចេញពីគ្រួសាររបស់ខ្លួនដើម្បីចាប់ផ្តើមគ្រួសារថ្មីមួយជាមួយភរិយារបស់ខ្លួន*

   - *តាមប្រពៃណី ស្វាមីនៅតែត្រូវបានរំពឹងទុកឲ្យដាក់អាទិភាពចំពោះក្រុមគ្រួសារដើម សំខាន់ជាងភរិយារបស់ខ្លួន។*
   - *តាមប្រពៃណី គ្រួសារខាងស្វាមីគឺសំខាន់ជាគ្រួសារខាងភរិយា។ ទាំងសាច់ញាតិទាំងសងខាងគួរតែត្រូវបានឲ្យតម្លៃ និងគោរព ប៉ុន្តែមិនមែនសំខាន់ជាងប្ដីប្រពន្ធឡើយ។*

<u>**លោកុប្បត្តិ ២៖២៤ ទស្សនៈអាពាហ៍ពិពាហ៍**</u>

សូមអានលោកុប្បត្តិ ២៖២៤

- តើមានន័យបែបណាក្នុងការដែលស្វាមីចាកចេញពីគ្រួសាររបស់ខ្លួន ទៅរួមរស់ជាមួយភរិយា?
   - *ខាងផ្លូវចិត្ត៖ បង្កើតអាទិភាព និងការយកចិត្តទុកដាក់ថ្មីរបស់ស្វាមី។*
   - *ខាងផ្លូវកាយ៖ បង្កើតជាកន្លែងសម្រាប់គ្រួសារថ្មី*
- តើការនេះអាចនឹងផ្លាស់ប្ដូរប្រពៃណីទំនៀមទម្លាប់ ឬអាទិភាពអ្វីខ្លះ?
- តើការយល់ដឹងនេះនឹងផ្លាស់ប្ដូររបៀបដែលស្វាមីនិងភរិយា អាចដាក់អាទិភាពចំពោះគូស្រកររបស់គេសំខាន់ជាងអ្នកផ្សេងយ៉ាងណាខ្លះ?
   - *ពួកគេនឹងបង្កើតគ្រួសារថ្មីមួយដែលពួកគេនឹងដាក់អាទិភាព និងផ្ដល់ការគោរពខ្លាំងជាងគេ។*
   - *បន្ទាប់មកពួកគេនឹងយកចិត្តទុកដាក់ និងស្ដាប់យោបល់ពីគ្រួសារទាំងសងខាង។*

ដោយសារតែនៅក្នុងអាពាហ៍ពិពាហ៍មនុស្សពីរនាក់នឹងរួមគ្នាតែមួយ យើងត្រូវតែដាក់ប្ដីឬប្រពន្ធរបស់យើងសំខាន់ជាងអ្នកដទៃ។ ទំនាក់ទំនងនេះគឺពិតទំនួលខុសត្រូវដ៏សំខាន់ដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានមកឲ្យយើង។ ការនេះមិនមែនមានន័យថា យើងឈប់ផ្ដល់កិត្តិយសដល់ឪពុកម្ដាយរបស់យើង ឬឈប់ខ្វល់ខ្វាយពីសាច់ញាតិរបស់យើងទេ។ វាមានន័យថា យើងត្រូវតែរៀនដាក់អាទិភាពដល់ប្ដីប្រពន្ធរបស់យើង និងរកវិធីដែលអាចផ្ដល់កិត្តិយសដល់ក្រុមគ្រួសាររបស់យើង។

- នៅក្នុងសាច់រឿងនេះ តើលោកកាលែបបានដាក់អ្នកដទៃសំខាន់ជាងប្រពន្ធរបស់គាត់ដោយរបៀបណាខ្លះ?
   - *គាត់បានទៅលេងមិត្តរបស់គាត់ជំនួសដោយការនៅផ្ទះជាមួយភរិយា*
   - *គាត់អនុញ្ញាតឲ្យមិត្តរបស់គាត់ជាអ្នកសម្រេចចិត្តថា គាត់គួរទៅឬអត់ ជាជាងធ្វើការសម្រេចចិត្តដោយយោងទៅតាមសំណើររបស់ភរិយា។*
   - *គាត់បានចេញទៅក្រៅជាមួយមិត្តរបស់គាត់ ជាជាងនៅផ្ទះហើយជួយមើលកូន។*
- តើមានឧទាហរណ៍អ្វីខ្លះ ពីរបៀបដែលយើងដាក់អ្នកដទៃសំខាន់ជាងប្ដីប្រពន្ធរបស់យើង?

- តើកាលែបអាចដាក់អាទិភាពដល់ប្រពន្ធរបស់គាត់ ហើយនៅតែបង្ហាញការយកចិត្តទុកដាក់ដល់គ្រួសាររបស់គាត់បានដោយរបៀបណា?

មានផ្នែកជាច្រើនដែលយើងត្រូវតែដាក់ប្ដីប្រពន្ធរបស់យើងជាទីមួយនៅក្នុងជីវិតរបស់យើង។ នៅថ្ងៃនេះ យើងនឹងមើលតែពីរផ្នែកប៉ុណ្ណោះ៖

- **ពេលវេលា៖** នេះមិនមែនមានន័យថា យើងចំណាយពេលច្រើនជាមួយគាត់ទេ ប៉ុន្តែនៅពេលដែលគាត់ត្រូវការជំនួយរបស់យើង នោះយើងនឹងដាក់គាត់សំខាន់ជាងមនុស្សដទៃទៀត។
- **ការសម្រេចចិត្ត៖** នៅពេលដែលយើងរៀបការ យើងធ្វើការសម្រេចចិត្តជាមួយនឹងប្ដីប្រពន្ធរបស់យើង ឬគិតពិចារណាអំពីអ្វីដែលប្ដីប្រពន្ធយើងបាននិយាយ។ ការសម្រេចចិត្តដែលទាក់ទងរវាងប្ដីប្រពន្ធ មិនគួរត្រូវបានធ្វើឡើងដោយអ្នកដទៃនោះទេ។ ភរិយាគួរតែគិតគូរឲ្យបានច្រើននៅក្នុងការសម្រេចចិត្ត ជាងអ្នកដទៃទៀត ហើយស្វាមីគួរតែផ្ដល់កិត្តិយសដល់ភរិយារបស់ខ្លួនក្នុងការសម្រេចចិត្តទាំងអស់។ នេះជារបៀបអនុវត្តមួយដើម្បី «គោរពចុះចូលគ្នាទៅវិញទៅមកដោយកោតខ្លាចព្រះគ្រិស្ត» ដូចដែលគម្ពីរអេភេសូ ៥៖២១ ចែង។ ការសម្រេចចិត្តដ៏ល្អបំផុតគឺត្រូវបានធ្វើឡើងបន្ទាប់ពីមានការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាបានល្អ ការឆ្លុះបញ្ចាំងដោយប្រុងប្រយ័ត្ន និងអធិស្ឋានទាំងពីរនាក់ប្ដីប្រពន្ធ។

សូមអាន ១ពេត្រុស ៣៖៧
«រីឯបងប្អូនដែលជាស្វាមីក៏ដូច្នោះដែរ ម្នាក់ៗត្រូវរួមរស់ជាមួយភរិយារបស់ខ្លួន»

**ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន**

សូមចំណាយពេលគិតពីឧទាហរណ៍ណាមួយនៅក្នុងជីវិតរបស់អ្នកចេញពីផ្នែកនីមួយៗដែលអ្នកអាចធ្វើបានល្អប្រសើរជាងមុនក្នុងការដាក់ប្ដីប្រពន្ធរបស់អ្នកសំខាន់ជាងអ្នកដទៃតាមរយៈពេលវេលា និងការសម្រេចចិត្ត។ សម្រាប់ឧទាហរណ៍នីមួយៗ ចូរទូលសុំព្រះជាម្ចាស់ ហើយបន្ទាប់មកគឺប្ដីប្រពន្ធរបស់អ្នកឲ្យលើកលែងទោសឲ្យអ្នក។ សុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យជួយអ្នកក្នុងការផ្លាស់ប្ដូរ និងចាំថាទំនួលខុសត្រូវដំបូងដែលទ្រង់បានប្រទានឲ្យអ្នកនោះគឺប្ដីប្រពន្ធរបស់អ្នក។

- ពេលវេលា៖ តើមានពេលណាដែលអ្នកបានដាក់មិត្តរបស់អ្នក ឬអ្នកដទៃសំខាន់ជាងប្ដីប្រពន្ធរបស់អ្នកដែរឬទេ?
- ការសម្រេចចិត្ត៖ តើមានការសម្រេចចិត្តណាដែលអ្នកបានធ្វើ ដោយមិនពិចារណាលើយោបល់ ឬអារម្មណ៍របស់ប្ដីប្រពន្ធរបស់អ្នកដែរឬទេ?

# សេចក្តីសន្និដ្ឋាន

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

នៅថ្ងៃនេះយើងបានមើលទៅកាន់បីរបៀបដែលយើងអាចពង្រឹងអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់យើង៖

១. ការបង្ហាញពីការពេញចិត្ត

២. ការអធិស្ឋានជាមួយគ្នា

៣. ដាក់ប្តីប្រពន្ធរបស់យើងជាដំបូង

ព្យាយាមអនុវត្តចំណុចទាំងអស់នេះ ដើម្បីឲ្យអាពាហ៍ពិពាហ៍របស់អ្នកនឹងរីកចម្រើនរឹងមាំ។

# មេរៀនទី ៦៖
# ស្ត្រីជាមនុស្សមានតម្លៃ

**គោលបំណង** (**នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖**)

១. ស្គាល់ថាទាំងបុរសនិងស្ត្រីមានតម្លៃស្មើគ្នា ដែលត្រូវបានបង្កើតមកដើម្បីជាតំណាងរបស់ព្រះជាម្ចាស់ និងត្រូវបានប្រោះលោះក្នុងព្រះគ្រិស្ត

២. កំណត់ពីរបៀបដែលស្ត្រីមិនត្រូវបានផ្តល់តម្លៃនៅផ្ទះ នៅក្រុមជំនុំ និងនៅក្នុងសហគមន៍

៣. សម្រេចពីរបៀបដែលបញ្ជាក់ពីតម្លៃស្មើរបស់ស្ត្រី និងបញ្ឈប់ការអនុវត្តនានាដែលធ្វើឲ្យស្ត្រីឈឺចាប់

**សម្ភារៈ**

១. រូបភាពជំនួយការសិក្សា៖

  ក. ៦.១ សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ក្រុមបៃតង (១ច្បាប់)

២. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៏សម្រាប់សិស្ស៖

  ក. ៦.១ សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ក្រុមបៃតង (១ច្បាប់)

  ខ. ៦.២ វប្បធម៌ និងរបៀបរបស់ព្រះយេស៊ូ (១ក្រុម ១ច្បាប់)

  គ. ៦.៣ សហគមន៍របស់យើង (១ក្រុម ១ច្បាប់)

៣. កាតពណ៌បៃតង និងពណ៌លឿង (កាតពណ៌លឿងច្រើនជាងពណ៌បៃតង ប៉ុន្តែមានគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់មនុស្សម្នាក់ៗនៅក្នុងវគ្គបណ្តុះបណ្តាល កាតម្នាក់មួយ)

៤. ទឹក និងអាហារសម្រន់ដើម្បីបម្រើដល់សកម្មភាពក្នុងក្រុមធំ

## សេចក្តីផ្តើម
## (ប្រើរូបភាពជំនួយការសិក្សា ៦.១ និងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៏សម្រាប់សិស្ស ៦.១)

---

**សកម្មភាពក្រុមធំ**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ចែកកាតពណ៌បៃតង និងពណ៌លឿងនៅក្នុងក្រុមដោយច្របូកច្របល់គ្នា។ ព្យាយាមប្រាកដថានឹងមានស្ត្រីមួយចំនួននៅក្នុងក្រុមពណ៌លឿង និងមានខ្លះនៅក្នុងក្រុមពណ៌*

*បៃតង។ ចូរឲ្យម្នាក់នៅក្នុងក្រុមពណ៌បៃតងធ្វើតាមការណែនាំក្រុមពណ៌បៃតងនៅក្នុង រូបភាពជំនួយការសិក្សា ៦.១៖*

*«ចូរចេញទៅខាងក្រោយបន្ទប់ ហើយឈរមើល ស្តាប់ និងយកចិត្តទុកដាក់នឹងមេរៀន ប៉ុន្តែមិននិយាយ។ មុនពេលចាប់ផ្តើមបង្រៀន ឲ្យទឹកនិងអាចជាអាហារសម្រន់ខ្លះ ឬស្ករគ្រាប់ទៅកាន់ក្រុមផ្សេងទៀត។ សូមកុំទាន់បរិភោគទឹក ឬអាហារសម្រន់ ត្រូវចាំរហូតដល់ចប់សកម្មភាពនេះ»។*

ថ្ងៃនេះយើងនឹងធ្វើអ្វីមួយរៀងប្លែកបន្តិច។ មនុស្សម្នាក់ៗគួរតែមានកាតម្នាក់មួយ មិនថាកាតពណ៌លឿង ឬពណ៌បៃតង។

អ្នកដែលមានកាតពណ៌បៃតងនឹងទៅខាងក្រោយបន្ទប់ ហើយអានសេចក្តីណែនាំជាក្រុម។ អ្នកដែលមានកាតពណ៌លឿងនៅទីនេះសម្រាប់ការពិភាក្សាបន្ទាប់។

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច**

អាន លោកុប្បត្តិ ១៖២៧-២៨

នៅក្នុងខនេះបង្ហាញយើងថាទាំងស្ត្រី និងបុរសត្រូវបានបង្កើតមកឲ្យមានលក្ខណៈដូចជាព្រះជាម្ចាស់។ ចូរបង្កើតបញ្ជីមួយដែលមានបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់ស្ត្រី ដែលបង្ហាញយើងអំពីលក្ខណៈរបស់ព្រះជាម្ចាស់។ បន្ទាប់មក ចូរអានឃ្លានីមួយៗនៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៦.១ ហើយពិភាក្សាថា តើអ្នកយល់ស្របឬមិនយល់ស្របពីវា ព្រមទាំងមូលហេតុ។

បន្ទាប់មកអានឃ្លានីមួយៗនៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៦.១ ហើយពិភាក្សាប្រសិនបើអ្នកយល់ស្រប ឬមិនយល់ស្របជាមួយវា ហើយហេតុអ្វី។

១. «មនុស្សគួរតែមើលឃើញពីស្ត្រី តែមិនគួរស្តាប់នាងទេ»

២. «ស្ត្រីគឺជាបន្ទុកនៅក្នុងគ្រួសារ»

៣. «ស្ត្រីមិនគួរមានដីផ្ទាល់ខ្លួន ឬទទួលមរតកឡើយ»។

៤. «វាមិនអីទេ ក្នុងការវាយដំភរិយាដែលមិនស្តាប់បង្គាប់នោះ»។

តើមានទស្សនៈបែបណាខ្លះដែលអ្នកឃើញ ឬធ្លាប់បានឮនៅក្នុងវប្បធម៌របស់អ្នក ដែលបង្ហាញពីការរំពឹងទុកខុសគ្នារវាងបុរស និងស្ត្រី? តើអ្នកយល់ស្របនឹងវាដែរឬទេ?

## វាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំឲ្យក្រុមនីមួយៗចែករំលែកអំពីបុគ្គលិកលក្ខណៈដែលពួកគេបានសរសេរ។ បន្ទាប់មកអានឃ្លានីមួយៗ ហើយសួរទៅកាន់ក្រុមថាតើពួកគេយល់ស្រប ឬមិនយល់ស្របជាមួយឃ្លានោះ ព្រមទាំងប្រាប់ពីហេតុផលផង។*

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

នៅក្នុងជំពូកទី១ យើងបានរៀនថាព្រះជាម្ចាស់បង្កើតទាំងបុរស និងស្ត្រីដើម្បីជាតំណាងរបស់ទ្រង់។ ជាអកុសល ច្បាប់ និងការរំពឹងទុកដែលមាននៅក្នុងវប្បធម៌របស់យើង មិនស្របទៅនឹងគុណតម្លៃដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានឲ្យស្ត្រីធ្វើជាតំណាងរបស់ទ្រង់ទេ។

តើមានអ្វីកើតឡើងនៅពេលដែលស្ត្រីមិនបានធ្វើតាមច្បាប់របស់វប្បធម៌ និងការរំពឹងទុកទាំងនោះ?

- តើសមាជិកគ្រួសាររបស់នាងនឹងឆ្លើយតបដោយរបៀបណា (ស្វាមី ឪពុកម្តាយ គ្រួសារសាច់ថ្លៃ)?

## សកម្មភាពពិភាក្សាខ្លីៗ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ប្រាប់ក្រុមពណ៌បៃតងឲ្យមកគ្រលប់ចូលជាមួយក្រុមពណ៌លឿង។ សូមធ្វើការពិភាក្សាខ្លីៗដោយសួរសំណួរទៅកាន់ក្រុមនីមួយៗ ហើយទាញយកនូវសេចក្តីសន្និដ្ឋានពីក្រុមនីមួយៗដោយយោងទៅតាមបទពិសោធន៍នេះ។*

នៅក្នុងរយៈពេល ១៥-២០ នាទីចុងក្រោយ ក្រុមពណ៌បៃតងត្រូវបានសុំឲ្យធ្វើតាមសេចក្តីណែនាំដែលមិនឲ្យពួកគេចូលរួមនៅក្នុងការពិភាក្សាក្នុងក្រុមតូច និងក្រុមធំ។

- **ក្រុមពណ៌បៃតង៖**
  - តើអ្នកមានអារម្មណ៍បែបណា ដែលមិនបានចូលរួមនៅក្នុងការពិភាក្សា ហើយថែមទាំងមិនអនុញ្ញាតឲ្យនិយាយទៀត?
  - តើអ្នកចង់ចូលរួម និងចែករំលែកនូវគំនិតរបស់អ្នកដែរឬទេ?
  - អ្នកត្រូវបានសុំឲ្យផ្តល់អាហារ និងទឹក ហើយមិនមានចំណែកសម្រាប់ខ្លួនឯង។ តើអ្នកមានអារម្មណ៍បែបណា?

- **ក្រុមពណ៌លឿង៖**
  - តើអ្នកមានអារម្មណ៍បែបណានៅពេលដែលដកផ្នែកមួយចេញមិនឲ្យចូលរួមនៅក្នុងក្រុមតូច និងការពិភាក្សា?
  - តើអ្នកមានបានកត់ចំណាំថា ក្រុមផ្សេងទៀតមិនបានទទួលទឹក ឬអាហារសម្រន់ដែរឬទេ? តើអ្នកគិតបែបណាអំពីចំណុចនេះ?
  - តើមានអារម្មណ៍សុខស្រួលដែរឬទេ? ហេតុអ្វី?
- **មនុស្សគ្រប់គ្នា**
  - តើមានអ្វីដែលហាក់ដូចជាមិនត្រឹមត្រូវនៅក្នុងនេះ?
  - តើមានឱកាសអ្វីខ្លះដែលត្រូវបានបាត់ដោយសារការមិនរួមបញ្ចូលក្រុមបៃតងនៅក្នុងសកម្មភាពនេះ?

នៅក្នុងមេរៀនេះ យើងនឹងនិយាយអំពីរបៀបដែលយើងគិតចំពោះស្ត្រី និងក្មេងស្រី។ យើងក៏នឹងមើលពីរបៀបមួយចំនួនដែលយើងប្រព្រឹត្តចំពោះពួកគេ ដោយឆ្លុះបញ្ចាំងថាយើងមិនបានផ្តល់តម្លៃឲ្យពួកគេដែរ។

## សេចក្តីពិតអំពីស្ត្រី

### ការពិភាក្សាក្នុងក្រុមធំ

ព្រះជាម្ចាស់បានបង្កើតទាំងបុរស និងស្ត្រីជាតំណាងរបស់ទ្រង់ទាំងមានគុណតម្លៃ និងតម្លៃជាបុគ្គល។ អ្នកទាំងពីរតំណាងឲ្យលក្ខណៈនៃព្រះជាម្ចាស់ចំពោះពិភពលោក។ ព្រះជាម្ចាស់បានប្រាប់ពួកគេទាំងពីរឲ្យបំពេញផែនដីនេះ និងគ្រប់គ្រងលើវាជាដៃគូជាមួយនឹងគ្នា។

### សូមអានលោកុប្បត្តិ ៣៖៦

លោកអដាំ និងនាងអេវ៉ាបានប្រព្រឹត្តអំពើបាបដោយមិនស្តាប់បង្គាប់ព្រះជាម្ចាស់ និងត្រូវរងទុក្ខជាមួយនឹងលទ្ធផលនៃអំពើបាបរបស់ពួកគេ។ ទំនាក់ទំនងដ៏ល្អឥតខ្ចោះរបស់ពួកគេត្រូវបានបែកបាក់។

- តើមានការផ្លាស់ប្តូរអ្វីខ្លះនៅក្នុងទំនាក់ទំនងរវាងលោកអដាំ និងនាងអេវ៉ាបន្ទាប់ពួកគេបានប្រព្រឹត្តអំពើបាបដោយការមិនស្តាប់បង្គាប់ព្រះជាម្ចាស់?
  - *ពួកគេស្តីបន្ទោសឲ្យគ្នា*
  - *ភរិយាចង់គ្រប់គ្រងលើស្វាមី ប៉ុន្តែស្វាមីនឹងគ្រប់គ្រងលើភរិយា*
  - *ផែនការរបស់ព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់ការរួបរួមគ្នា និងភាពតែមួយត្រូវបានបំផ្លាញ*
- តើអំពើបាបបានផ្លាស់ប្តូររបៀបដែលមនុស្សមើលឃើញមនុស្សស្រីបែបណាខ្លះ?

**សូមអានកាឡាទី ៣៖២៦-២៩**

- តើនរណាខ្លះដែលត្រូវបានចាត់ទុកថាជាបុត្ររបស់ព្រះជាម្ចាស់តាមរយៈព្រះគ្រិស្តយេស៊ូ? *(អស់អ្នកដែលមានជំនឿ)*
- នៅក្នុងខនេះចែងថា គ្មានសាសន៍យូដា គ្មានសាសន៍ក្រិកទៀតទេ ហើយក៏គ្មានអ្នកងារ គ្មានអ្នកជា គ្មានបុរស គ្មានស្ត្រីទៀតដែរ។ តើត្រង់ចំណុចនេះមានអត្ថន័យបែបណា? *(យើងទាំងអស់គ្នាមានឱកាសដូចគ្នាក្នុងការក្លាយទៅជាបុត្ររបស់ព្រះជាម្ចាស់)*

តាមរយៈព្រះគ្រិស្ត ទាំងបុរស និងស្ត្រីអាចក្លាយជាបុត្ររបស់ព្រះជាម្ចាស់ ស្នងមរតកនៃជីវិតអស់កល្បជានិច្ច ហើយទាំងបុរស និងស្ត្រីត្រូវបានស្តារឡើងវិញយ៉ាងពេញលេញនៅក្នុងទំនាក់ទំនងជាមួយព្រះជាម្ចាស់។

**សូមអានកិច្ចការ ២៖១៧-១៨, ២១ និង ១ពេត្រុស ៤៖១០-១១**

- តើខនេះចែងថា នឹងមានអ្វីនឹងកើតឡើងនៅពេលដែលព្រះវិញ្ញាណរបស់ព្រះជាម្ចាស់ត្រូវបានចាក់បង្ហូរមកលើមនុស្សទាំងអស់?
- តើវាធ្វើឲ្យអ្នកភ្ញាក់ផ្អើលដែរឬទេ ដែលកូនស្រី និងស្ត្រីៗត្រូវបានបូករួម ជាអ្នកដែលទទួលយកព្រះអំណោយទាននៃការថ្លែងព្រះបន្ទូលដើម្បីប្រើនៅក្នុងក្រុមជំនុំ?
- នៅពេលដែលមនុស្សគ្រប់គ្នាប្រើប្រាស់ព្រះអំណោយទានដែលព្រះជាម្ចាស់ប្រទានឲ្យគេ តើនឹងមានលទ្ធផលអ្វីកើតឡើង?
- តើនឹងមានអ្វីកើតឡើងនៅពេលដែលស្ត្រី និងកូនស្រីមិនបានប្រើព្រះអំណោយទានដែលព្រះជាម្ចាស់ប្រទានឲ្យពួកគេ?

ព្រះជាម្ចាស់ប្រទានព្រះអំណោយទានដល់ទាំងបុរសនិងស្ត្រីដើម្បីប្រើក្នុងការកសាងព្រះរាជ្យរបស់ព្រះអង្គ និងថ្វាយព្រះកិត្តិយស និងសិរីរុងរឿងទៅទ្រង់។

- តើអ្នកអាចជួយប្រពន្ធរបស់អ្នកឲ្យប្រើប្រាស់ព្រះអំណោយទានទាំងអស់ដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានមកឲ្យនាងដោយរបៀបណា?
- តើអ្នកអាចជួយកូនស្រីរបស់អ្នកឲ្យអភិវឌ្ឍ និងប្រើអំណោយទានដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានមកឲ្យនាងតាមរបៀបណា?
- តើអ្នកអាចលើកទឹកចិត្តស្ត្រីនៅក្នុងក្រុមជំនុំ និងសហគមន៍របស់អ្នកដើម្បីឲ្យប្រើប្រាស់ព្រះអំណោយទានដែលព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានមកឲ្យពួកគេបានដោយរបៀបណា?

# វប្បធម៌របស់ព្រះយេស៊ូ និងរបៀបដែលទ្រង់ប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៦.២)

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច**

នៅថ្ងៃនេះយើងនឹងមើលទៅរបៀបដែលស្ត្រីត្រូវបានគេមើលឃើញក្នុងជំនាន់ព្រះយេស៊ូ និងរបៀបដែលព្រះយេស៊ូប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី។ សូមប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៦.២ វប្បធម៌និងរបៀបរបស់ព្រះយេស៊ូ នៅក្នុងក្រុមតូចរបស់អ្នក ហើយពិភាក្សាសំណួរនៅក្នុងទំព័រទីពីរ។

**វប្បធម៌របស់ព្រះយេស៊ូ៖**

ក្រឹត្យវិន័យ និងប្រពៃណីរបស់សាសន៍យូដា និងរ៉ូម៉ាំងផ្តល់តម្លៃបន្តិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះចំពោះស្ត្រី។ ស្ត្រីត្រូវបានមើលឃើញជាអ្នកតូចទាប (វណ្ណៈក្រោម និងមិនសូវសំខាន់) ដូចបុរសឡើយ។

- **ស្ត្រីត្រូវបានចាត់ទុកជាទ្រព្យសម្បត្តិ៖** ពួកគេមិនអាចឯករាជ្យបានទេ។ ពួកគេអាចជាកម្មសិទ្ធិរបស់គ្រួសារឪពុក ឬជាកម្មសិទ្ធិរបស់គ្រួសារស្វាមីរបស់គេ។ បុរសសាសន៍យូដាត្រូវបានហាមឃាត់សូម្បីតែនិយាយជាមួយស្ត្រីតាមផ្លូវ។ វត្តមានរបស់ពួកគេមិនត្រូវបានកត់សម្គាល់ ឬទទួលស្គាល់នៅក្នុងព្រឹត្តការណ៍សំខាន់ៗឡើយ។
- **ស្ត្រីត្រូវបានរឹតត្បិតនៅក្នុងការថ្វាយបង្គំព្រះជាម្ចាស់៖** ពួកគេត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យចូលទៅក្នុង «ទីលានសម្រាប់ស្ត្រីៗ» នៅក្នុងព្រះវិហារតែប៉ុណ្ណោះ។ ពួកគេមិនអាចអានព្រះបន្ទូល ឬចូលរួមក្នុងការថ្វាយបង្គំនៅក្នុងព្រះវិហារបានឡើយ។
- **ស្ត្រីជាទូទៅមិនត្រូវបានរាប់បញ្ចូលក្នុងការអប់រំទេ៖** ដោយសារតែការអប់រំត្រូវបានផ្តល់នៅក្នុងសាលាប្រជុំរបស់សាសន៍យូដា កុមារីមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យចូលរួមរៀននោះទេ។
- **ស្ត្រីគ្មានសិទ្ធិស្របច្បាប់ទេ៖** ពួកគេមិនអាចកាន់កាប់ដីធ្លី ទទួលមរតក ឬសិទ្ធិលែងលះប្តីរបស់ខ្លួនបានឡើយ។ ស្ត្រីមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យធ្វើជាសាក្សីនៅក្នុងច្បាប់តុលាការទេ ទាល់តែមានបុរសម្នាក់អាចបញ្ជាក់ពីរឿងរបស់ពួកគេ។

ជាទូទៅ នៅក្នុងវប្បធម៌ជំនាន់ព្រះយេស៊ូ ស្ត្រីត្រូវបានមើលឃើញថា ទទួលបានការទុកចិត្តតិចតួច មិនសូវឆ្លាត និងមិនមានភាពចាស់ទុំខាងវិញ្ញាណខ្ពស់ដូចបុរសៗនោះទេ។

## របៀបរបស់ព្រះយេស៊ូ

ឥរិយាបថរបស់ព្រះយេស៊ូចំពោះស្ត្រី គឺខុសគ្នាឆ្ងាយពីវប្បធម៌របស់ទ្រង់។ ទ្រង់ប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី និងបុរសដោយការគោរព និងភាពថ្លៃថ្នូរស្មើៗគ្នា។ ស្ត្រីនៅក្នុងជំនាន់ទ្រង់មិនដែលស្គាល់បុរសណាដូចព្រះយេស៊ូឡើយ។

- **ព្រះយេស៊ូបានប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រីដោយការគោរព និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរដែលមិនគួរឲ្យជឿ៖** ទ្រង់បាននិយាយជាមួយស្ត្រីក្នុងទីសាធារណៈ។ ព្រះយេស៊ូបាននិយាយជាមួយស្ត្រីសាសន៍សាម៉ារីដែលជាសាសន៍ដទៃ និង «អ្នកមានបាប» (យ៉ូហាន ៤៖៧)។ ទ្រង់មានបន្ទូលដោយព្រះគុណ សេចក្តីពិត និងចិត្តសប្បុរសទៅកាន់ស្ត្រីដែលត្រូវគេចាប់បានក្នុងពេលប្រព្រឹត្តអំពើផិតក្បត់ (យ៉ូហាន ៨៖១-១១)។
- **ព្រះយេស៊ូបានធ្វើព័ន្ធកិច្ចទៅកាន់ស្ត្រី និងប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រីម្នាក់ៗក្នុងនាមជាមនុស្ស៖** ព្រះយេស៊ូបានឈោងចាប់ទៅកាន់ស្ត្រីក្នុងនាមជាមនុស្សដែលសាកសមនឹងទទួលការប្រោសឲ្យជា និងការសង្គ្រោះដូចជាបុរសដែរ។ ទ្រង់មិនបានអើពើនឹងច្បាប់របស់លោកម៉ូសេដែលចែងថា អ្នកមិនអាចប៉ះពាល់ស្ត្រីដែលធ្លាក់ឈាម (ម៉ាកុស ៥៖២៥-៣៤)។ ទ្រង់បានប្រោសស្ត្រីម្នាក់ដែលត្រូវវិញ្ញាណអាក្រក់ធ្វើឲ្យពិការអស់រយៈពេល១៨ឆ្នាំឲ្យបានជាសះស្បើយ ហើយហៅនាងថាជា «ស្ត្រីពូជពង្សរបស់លោកអប្រាហាំ» (លូកា ១៣៖១០-១៧)។ ព្រះអង្គក៏បានប្រោសកូនស្រីរបស់ស្ត្រីសាសន៍កាណានឲ្យបានជាដែរ (ម៉ាថាយ ១៥៖២២-២៨)។
- **ទ្រង់បានបង្រៀនទៅកាន់ស្ត្រី៖** ព្រះយេស៊ូបានលើកពីសំណួររបស់ពួកគេ ហើយពិភាក្សារកហេតុផលយ៉ាងហ្មត់ចត់។ ព្រះយេស៊ូបានប្រាប់ពីសេចក្តីពិតខាងវិញ្ញាណទៅកាន់ស្ត្រីនិងបុរស។ ព្រះយេស៊ូបានបង្រៀននាងម៉ារី ដែលជាប្អូនស្រីរបស់នាងម៉ាថា (លូកា ១០៖៣៨-៤២)។ ស្ត្រីជាមនុស្សដំបូងដែលបានឃើញព្រះអង្គមានព្រះជន្មរស់ឡើងវិញ ហើយក៏បានប្រាប់ពីដំណឹងដ៏ល្អនេះទៅកាន់ពួកសាវ័ក (យ៉ូហាន ២០៖១-១៨)។ មានស្ត្រីជាច្រើនបានធ្វើដំណើរជាមួយព្រះយេស៊ូ និងគាំទ្រដល់ព័ន្ធកិច្ចរបស់ទ្រង់ (លូកា ៨៖១-៨) ខណៈពេលដែលទ្រង់បង្រៀនសិស្ស និងហ្វូងមនុស្ស។

## ការពិភាក្សា

១. តើស្ត្រីត្រូវបានប្រព្រឹត្តដាក់បែបណានៅក្នុងវប្បធម៌សម័យព្រះយេស៊ូ? ចូរពណ៌នា។

២. តើមានភាពខុសគ្នាបែបណាខ្លះរវាងរបៀបដែលព្រះយេស៊ូប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី និងរបៀបដែលវប្បធម៌របស់ទ្រង់ប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី?

៣. តើអ្នកគិតថា ស្ត្រីមានអារម្មណ៍បែបណានៅពេលដែលព្រះយេស៊ូប្រព្រឹត្តចំពោះពួកគេរបៀបនេះ?

៤. តើរបៀបដែលវប្បធម៌របស់អ្នកប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី និងរបៀបដែលវប្បធម៌របស់ព្រះយេស៊ូប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី មានចំណុចណាខ្លះដែលស្រដៀងគ្នា?

**រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *មើលទៅកាន់សំណួរម្តងទៀត ហើយសុំឲ្យក្រុមនីមួយៗចែករំលែកពីចម្លើយរបស់ពួកគេ។*

## យើងអាចនាំការផ្លាស់ប្តូរបាន (ប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៦.៣)

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

អាននូវសាច់រឿងខាងក្រោម៖

លោកសូជីបមិនដែលគិតថាស្ត្រី និងបុរសត្រូវបានព្រះជាម្ចាស់បង្កើតឡើងដោយមានតម្លៃស្មើគ្នាទេ។ គាត់មិនដែលគិតពីប្រពន្ធគាត់សោះឡើយ។ ពួកគាត់មានចំណូលបន្តិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះ ហើយមិនអាចទិញអាហារឆ្ងាញ់ៗបរិភោគបានទេ។ ជារៀងរាល់ល្ងាច តែងតែមានរឿងដដែលៗកើតឡើង។ លោកសូជីបអង្គុយបរិភោគអាហារនៅលើតុតែម្នាក់ឯង ហើយហូបបាយ និងសម្លការីតាមតែគាត់ចង់។ នៅពេលដែលគាត់បរិភោគរួចរាល់ ហើយក្រោកឡើង ប្រពន្ធរបស់គាត់នឹងបរិភោគអាហារដែលនៅសល់ពីគាត់។ នៅថ្ងៃមួយ សូជីបបានចូលរួមនៅក្នុងការបណ្តុះបណ្តាលមួយអំពីគុណតម្លៃ និងអាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលស្របតាមព្រះគម្ពីរ។ នៅពេលដែលគាត់ត្រលប់មកផ្ទះ គាត់បានសម្រេចចិត្តធ្វើអ្វីមួយដើម្បីបង្ហាញថាគាត់ផ្តល់តម្លៃដល់ប្រពន្ធរបស់គាត់។ នៅពេលបរិភោគអាហារពេលល្ងាច គាត់បានប្រាប់ឲ្យប្រពន្ធរបស់គាត់មកអង្គុយរួមតុជាមួយគាត់។ គាត់បានយកបាយដែលនាងដាំ ចែកជាពីរចំណែកស្មើគ្នា មួយចំណែកសម្រាប់គាត់ ហើយមួយចំណែកទៀតសម្រាប់នាង។ គាត់ក៏បានធ្វើដូចគ្នាសម្រាប់សម្លការីដែរ។ ប្រពន្ធរបស់គាត់បានរំជួលចិត្តជាខ្លាំង! ជារៀងរាល់ល្ងាច លោកសូជីបនៅតែបន្តធ្វើដដែល។ គាត់អង្គុយហូបបាយជាមួយប្រពន្ធរបស់គាត់ ហើយចែករំលែកអ្វីៗទាំងអស់ដោយស្មើគ្នា។ បន្ទាប់មកគាត់បានដឹងថាទំនាក់ទំនងរបស់គាត់ និងប្រពន្ធរបស់គាត់កាន់តែប្រសើរឡើង។ ពួកគេចាប់ផ្តើមរួបរួមគ្នា ហើយអ្នកដទៃទៀតនៅក្នុងសហគមន៍ក៏ចាប់ផ្តើមធ្វើតាមគំរូដ៏ល្អនៃអាពាហ៍ពិពាហ៍ដែលមានសុខភាពល្អដែរ។

- តើមានការអនុវត្តប្រចាំថ្ងៃអ្វី ដែលសូជីបសម្រេចចិត្តធ្វើ ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរ និងបង្ហាញថាគាត់ផ្តល់តម្លៃឲ្យប្រពន្ធរបស់គាត់?
- តើប្រពន្ធរបស់គាត់ឆ្លើយតបបែបណាចំពោះការផ្លាស់ប្តូរនេះ?
- តើការនេះបានជះឥទ្ធិពលបែបណាចំពោះអ្នកដទៃ (ប្រពន្ធរបស់គាត់ អ្នកដទៃនៅក្នុងសហគមន៍)?

វប្បធម៌ជាច្រើនសព្វថ្ងៃនេះមិនបានមើលមកកាន់ស្ត្រី និងកុមារីនៅក្នុងរបៀបដែលព្រះជាម្ចាស់បានរៀបចំទុកនោះទេ។ ប្រពៃណីវប្បធម៌របស់យើងគឺខ្លាំង ហើយមានមនុស្សជាច្រើនគិតថាវាអាចទទួលយកបាន។ តែទោះជាយ៉ាងណា ការប្រព្រឹត្តមិនសមរម្យដល់នរណាម្នាក់ដែលត្រូវបានបង្កើតមកជាតំណាងរបស់ព្រះ មិនមែនជារឿងត្រឹមត្រូវឡើយ។ វាធ្វើឲ្យព្រះជាម្ចាស់ព្រួយព្រះហឫទ័យ ហើយយើងគួរតែសុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យជួយយើងផ្លាស់ប្តូររបៀបរបស់យើង។

យើងត្រូវតែពិចារណាពីប្រពៃណី និងការអនុវត្តនានា ហើយស្វែងយល់ឲ្យដឹងថាអ្វីខ្លះដែលមិនត្រឹមត្រូវតាមទស្សនៈរបស់ព្រះជាម្ចាស់។ យើងត្រូវប្រើសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៦.៣ ដើម្បីគិតអំពីផ្នែកមួយចំនួននៅក្នុងសហគមន៍របស់យើង។

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *មើលលើបរិបទទាំងបួននៅក្នុងតារាង។ សួរសំណួរ និងឲ្យឧទាហរណ៍សម្រាប់បរិបទនីមួយៗដើម្បីជួយពួកគេឲ្យគិតអំពីឧទាហរណ៍នៅក្នុងសហគមន៍។*

- **គ្រួសារ៖** តើស្ត្រី/កុមារី និងបុរស/កុមារាត្រូវបានប្រព្រឹត្តដាក់ ខុសគ្នាយ៉ាងណាខ្លះនៅក្នុងក្រុមគ្រួសារ? តើមានរបៀបណាខ្លះដែលពួកគេត្រូវបានប្រព្រឹត្តដោយមិនសមរម្យ?
    - ឧទាហរណ៍៖ នៅពេលដែលគ្រូបណ្តុះបណ្តាលសួរក្រុមគ្រូពេទ្យគ្រិស្តបរិស័ទ២០នាក់ថា តើពួកគេធ្លាប់វាយធ្វើបាបប្រពន្ធរបស់ពួកគេដែរឬទេ មាន១៨នាក់បានលើកដៃដើម្បីបង្ហាញថាពួកគេធ្លាប់ប្រព្រឹត្តដូច្នោះមែន។ បន្ទាប់មក គ្រូបណ្តុះបណ្តាលសួរទៀតថា តើមានមនុស្សប៉ុន្មាននាក់ដែលជឿថា វាមិនអីទេក្នុងការវាយប្រពន្ធរបស់អ្នកនៅពេលដែលនាងធ្វើអ្វីមួយដែលបង្កឲ្យមានភាពអាម៉ាស់មកដល់គ្រួសារ មនុស្សគ្រប់គ្នាលើកដៃឡើង។

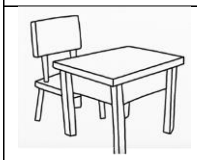
- **សាលារៀន៖** តើកុមារីត្រូវបានប្រព្រឹត្តដាក់ ខុសពីកុមារានៅក្នុងសាលាដោយរបៀបណាខ្លះ? តើមានឱកាសអ្វីខ្លះដែលកុមារាមាន តែកុមារីបែរជាមិនអាចមាន?
    - ឧទាហរណ៍៖ មានសាលាមួយចំនួនមិនអនុញ្ញាតឲ្យកុមារីរៀនថ្នាក់មួយចំនួន ឬបន្តអាជីពជាវេជ្ជបណ្ឌិត អាកាសយានិក ឬផ្នែកសំណង់។

- **ក្រុមជំនុំ៖** តើស្ត្រី និងកុមារីត្រូវបានប្រព្រឹត្តដាក់ ខុសពីបុរស និងកុមារានៅក្នុងក្រុមជំនុំដោយរបៀបណាខ្លះ? តើមានដែនកំណត់អ្វីខ្លះដែលពួកគេមានដោយសារតែជាមនុស្សស្រី?
    - ឧទាហរណ៍៖ ពីរភាគបីនៃគ្រិស្តបរិស័ទទាំងអស់ជាស្ត្រី តើនឹងមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើពួកគេមិនត្រូវបានអនុញ្ញាត និងលើកទឹកចិត្តឲ្យស្ត្រីប្រើប្រាស់ព្រះអំណោយទានរបស់ខ្លួន?

- **សហគមន៍៖** តើស្ត្រី និងកុមារីត្រូវបានប្រព្រឹត្តដាក់ ខុសពីបុរស និងកុមារានៅក្នុងសហគមន៍របស់យើងដោយរបៀបណាខ្លះ? តើស្ត្រីនិងកុមារីត្រូវបានប្រព្រឹត្តមិនសមរម្យ នៅក្នុងសហគមន៍របស់យើងដោយរបៀបណាខ្លះ?
    - ឧទាហរណ៍៖ នៅក្នុងប្រទេសអាហ្វ្រិកមួយដែលត្រូវបានបំផ្លាញដោយភ្លើងសង្គ្រាម ស្ទើរតែពាក់កណ្តាលនៃស្ត្រីទាំងអស់ត្រូវបានគេរំលោភ ទោះបីជាប្រទេសនោះត្រូវបានចាត់ទុកថាមានប្រជាជនភាគច្រើនជាគ្រិស្តបរិស័ទក្តី។ នៅក្នុងប្រទេសអាស៊ានមួយទៀត រៀងរាល់៨នាទីម្តង មានកុមារីម្នាក់បាត់ខ្លួន ហើយត្រូវបានលក់ឲ្យធ្វើជាទាសករ។

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច**

ពិភាក្សាជាមួយគ្នាអំពីផ្នែកនីមួយៗ ហើយបំពេញនៅក្នុងតារាងនេះជាមួយនឹងបញ្ហាដែលអ្នកឃើញនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នកពីរបៀបដែលស្ត្រី ហើយកុមារីត្រូវបានប្រព្រឹត្តចំពោះ និងគំនិត១ ២ សម្រាប់ផ្នែកនីមួយៗពីអ្វីដែលអ្នកអាចធ្វើបានដើម្បីប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី និងកុមារាជាមួយនឹងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ ការគោរព និងគុណតម្លៃ។

| ផ្នែក | ការប្រព្រឹត្តមិនត្រឹមត្រូវ និងភាពមិនស្មើគ្នា | តើយើងអាចធ្វើអ្វីបាន (គំនិត ១-២ សម្រាប់ផ្នែកនីមួយៗ) |
|---|---|---|
| ក្រុមគ្រួសារ | | |
| ក្រុមជំនុំ | | |
|  សាលារៀន | | |
| សហគមន៍ | | |

## រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ពិនិត្យមើលតាមក្រុមដើម្បីប្រាកដថាពួកគេអាចនឹកឃើញនូវឧទាហរណ៍នៅក្នុងតំបន់អំពីបញ្ហា និងរបៀបមួយចំនួនដើម្បីប្រព្រឹត្តចំពោះស្ត្រី និងកុមារីឲ្យបានល្អប្រសើរ។ ផ្តល់ពេលវេលាឲ្យបានច្រើនដើម្បីបំពេញតារាងនេះ។ នៅពេលដែលក្រុមភាគច្រើនរួចរាល់ហើយ សុំឲ្យមានអ្នកស្ម័គ្រចិត្តដើម្បីចែករំលែកពីគំនិតរបស់គេសម្រាប់ផ្នែកទាំងមូល។ ត្រូវបានប្រាកដថាពួកគេអាចគិតអំពីរបៀបពីរបីផ្សេងៗពីគ្នា ដើម្បីផ្តល់កិត្តិយសដល់ស្ត្រី និងកុមារី។ ចូរលើកទឹកចិត្តពួកគេឲ្យទូលសួរព្រះជាម្ចាស់សម្រាប់គំនិត និងប្រាជ្ញារបស់ទ្រង់។*

ទាំងបុរស និងស្ត្រី យើងទាំងអស់គ្នាត្រូវបានបង្កើតឡើងដើម្បីជាតំណាងរបស់ព្រះជាម្ចាស់។ ព្រះជាម្ចាស់ស្រលាញ់មនុស្សលោកខ្លាំងណាស់ ហេតុនេះបានជាទ្រង់បញ្ជូនព្រះបុត្រារបស់ទ្រង់មកដើម្បីសុគតសម្រាប់យើង ដើម្បីឲ្យទាំងបុរស និងស្ត្រីអាចក្លាយជាបុត្ររបស់ទ្រង់។ គ្មានមនុស្សឋានៈទាប ខ្ពស់នៅក្នុងព្រះរាជ្យរបស់ទ្រង់ឡើយ។ ទ្រង់បានបង្កើតយើងជាមនុស្សម្នាក់ៗដោយផ្អែកលើអ្វីដែលទ្រង់ចង់បាន ហើយទ្រង់មានផែនការដ៏អស្ចារ្យសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។

**ឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន ឬជាមួយដៃគូ**

នៅពេលដែលយើងធ្វើតាមអ្វីដែលយើងបានរៀន នោះដូចជាថ្វាយព្រះកិត្តិយសដល់ព្រះជាម្ចាស់ដែរ។ តើអ្នកអាចប្តេជ្ញានឹងធ្វើអ្វីខ្លះ ជាមួយអ្វីដែលអ្នកបានរៀន?

- សូមប្រាប់ពីចំណុចពីរយ៉ាង ដែលអ្នកអាចធ្វើបានខុសពីមុន នៅក្នុងក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នក ដើម្បីផ្តល់កិត្តិយសដល់ភរិយា និងកូនស្រីរបស់អ្នក។
- សូមប្រាប់ពីចំណុចពីរយ៉ាង ដែលអ្នកអាចធ្វើបានខុសពីមុន នៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក ដើម្បីផ្តល់កិត្តិយសដល់ស្ត្រី និងក្មេងស្រីៗនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក។

សូមចែករំលែកជាមួយគ្នានូវអ្វីដែលអ្នកប្តេជ្ញាដើម្បីធ្វើ។ ចូរអធិស្ឋានសម្រាប់គ្នាទៅវិញទៅមក ដើម្បីសុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យជួយអ្នកធ្វើកិច្ចការទាំងអស់នេះ។

# មេរៀនទី ៧៖
# តួនាទីរបស់ឪពុកម្តាយ

**គោលបំណង (នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖)**

១. ស្វែងយល់ពីអ្វីដែលព្រះគម្ពីរចែងអំពីតួនាទីរបស់ឪពុកម្តាយ
២. រៀនពីរបៀបដើម្បីជួយកូនៗរបស់ពួកគេឲ្យរីកចម្រើនខាងផ្នែកព្រលឹងវិញ្ញាណ ប្រាជ្ញា សង្គម និងរូបរាងកាយ។
៣. ឆ្លុះបញ្ចាំងពីរបៀបដែលពួកគេជួយកូនរបស់ពួកគេឲ្យរីកចម្រើននៅក្នុងផ្នែកទាំងបួននេះ។

**សម្ភារៈ**

១. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស
ក. ៧.១ ការជួយកុមារឲ្យរីកចម្រើនឡើង (ម្នាក់១ច្បាប់)

## សេចក្តីផ្តើម

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

សម្រាប់អស់អ្នកដែលជាឪពុកម្តាយ៖

- តើជីវិតរបស់អ្នកបានផ្លាស់ប្តូរយ៉ាងណាខ្លះចាប់តាំងពីពេលដែលអ្នកបានក្លាយជាឪពុកម្តាយ? តើមានការផ្លាស់ប្តូរអ្វីខ្លះដែលបានកើតឡើងតាមការរំពឹងទុក? និងអ្វីខ្លះដែលមិនបានរំពឹងទុក?
- ចូរពណ៌នាអំពីតួនាទីជាឪពុកម្តាយ?
- តើមានដំបូន្មានអ្វីដែលសាច់ញាតិបានផ្តល់មកឲ្យអ្នកក្នុងការចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សាកូន (ដំបូន្មានល្អ និងដំបូន្មានមិនល្អ)?

វាពិតជាពិបាកណាស់ដើម្បីក្លាយជាឪពុកម្តាយ។ ពុំមានសៀវភៅណែនាំណាដើម្បីជួយយើងឲ្យដឹងពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើនោះទេ។ យើងចង់ឲ្យកូនៗរបស់យើងមានសុភមង្គល មានអត្តចរិតល្អ និងរីកចម្រើនឡើងដោយអាចមើលថែរក្សាគ្រួសាររបស់ពួកគេ ហើយក្លាយជាមនុស្សល្អនៅក្នុងសង្គម និងជាគ្រិស្តបរិស័ទដ៏រឹងមាំ។ ប៉ុន្តែតើយើងអាចធ្វើបែបនេះបានដោយរបៀបណា? ជាអកុសល វាមិនមែនជាចម្លើយដែលងាយស្រួលទេ។ នៅថ្ងៃ

នេះយើងនឹងចាប់ផ្ដើមមើលទៅលើតួនាទីជាឪពុកម្ដាយ។ នៅក្នុងមេរៀនបីបន្ទាប់ យើងនឹងមើលលើជំនាញមួយចំនួនក្នុងការដឹកនាំកូនរបស់យើង និងជួយពួកគេឲ្យមានអត្តចរិតល្អ។ ផ្នែកបន្ទាប់នៃមេរៀននេះ យើងនឹងមើលទៅផ្នែកមួយចំនួនដែលនឹងជួយឲ្យកូនរបស់យើងរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ និងប្រាជ្ញា។

## តួនាទីរបស់ឪពុកម្ដាយ

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

- តើកុមារមានតម្រូវការអ្វីខ្លះ?
- តើអ្នកណាមានទំនួលខុសត្រូវដើម្បីបំពេញតម្រូវការទាំងអស់នោះ?

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សរសេរពីខគម្ពីរទាំង៥នៅលើក្ដាខៀន ឬលើកាតសម្រាប់ក្រុមនីមួយៗ។*

នៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក សូមមើលខគម្ពីរនៅខាងក្រោម។ តើខគម្ពីរទាំងនេះចែងយ៉ាងណាពីតួនាទីជាឪពុកម្ដាយ?

- សុភាសិត ២២៖៦ - *យើងជាអ្នកដឹកនាំផ្លូវដល់កូនរបស់យើង។*
- អេភេសូ ៦៖៤ - *យើងជាអ្នកអប់រំកូនរបស់យើង។*
- ទុតិយកថា ៦៖៦-៧ - *យើងជាអ្នកដែលជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនឡើងនៅខាងវិញ្ញាណ។*
- សុភាសិត ១៖៨ - *យើងជាអ្នកដែលជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនឡើងខាងបញ្ញាស្មារតី។*
- សុភាសិត ៣១៖១៥, ២១ - *យើងជាអ្នកផ្គត់ផ្គង់រាល់តម្រូវការខាងផ្នែករូបរាងកាយដល់កូនរបស់យើង។*

### រាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សូមសួរទៅកាន់ក្រុមថាតើខគម្ពីរទាំងនេះចែងអំពីអ្វី ពីតួនាទីរបស់ឪពុកម្ដាយ និងសង្កត់ធ្ងន់ទៅលើគោលគំនិតចម្បងនៅក្នុងអក្សរទ្រេតខាងលើ។*

ក្នុងនាមជាឪពុកម្ដាយ យើងត្រូវបានផ្ដល់តួនាទីដើម្បីបង្រៀន និងដឹកនាំផ្លូវដល់កូនរបស់យើង។ ព្រះជាម្ចាស់បានប្រទានឲ្យយើងនូវទំនួលខុសត្រូវដើម្បីជួយពួកគេឲ្យរីកចម្រើនឡើង ជាបុរសជាស្ត្រីដែលរឹងមាំនៅក្នុង

ព្រះអង្គ។ ទំនួលខុសត្រូវនេះ ត្រូវបានប្រទានទៅឲ្យទាំងស្វាមី និងភរិយាដើម្បីចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សាកូនរបស់ពួកគេ។ ទោះបីជាសាច់ញាតិនឹងជួយក៏ដោយ ប៉ុន្តែវាជាទំនួលខុសត្រូវចម្បងសម្រាប់ឪពុកម្ដាយ។

ព្រះគម្ពីរប្រាប់យើងថានេះជាទំនួលខុសត្រូវដ៏សំខាន់។ នៅពេលដែលលោកប៉ូលប្រាប់លោកធីម៉ូថេពីសេចក្ដីណែនាំអំពីរបៀបជ្រើសរើសអ្នកដឹកនាំនៅក្នុងក្រុមជំនុំ គុណសម្បត្តិទីមួយនៅក្នុងនោះគឺពួកគេមានកូនដែលមានអត្តចរិតល្អ (១ធីម៉ូថេ ៣៖៤-៥)។ ក្នុងនាមជាឪពុកម្ដាយ យើងត្រូវតែផ្គត់ផ្គង់ដល់កូនៗរបស់យើងទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ ព្រះគម្ពីរក៏បានប្រាប់យើងដែរថាឪពុកម្ដាយមានទំនួលខុសត្រូវចម្បងក្នុងការបង្រៀនព្រះគម្ពីរដល់កូនៗរបស់ពួកគេ មិនមែនក្រុមជំនុំនោះទេ។ ដូចដែលព្រះយេស៊ូបានរីកចម្រើននៅក្នុងផ្នែកទាំងបួននៃជីវិតរបស់ទ្រង់ យើងក៏ចង់ជួយដល់កូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនក្នុងចំណុចទាំងបួននោះដែរដូចជា ខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ ប្រាជ្ញា រាងកាយ និងសង្គម។

## ការរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ (ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៧.១)

**ការពិភាក្សាក្រុមធំ**

- តើមានកិច្ចការអ្វីខ្លះដែលអ្នកអាចធ្វើបាន ដើម្បីជួយដល់កូនរបស់អ្នកឲ្យរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ?
- តើអ្នកគិតថាវាមានសារៈសំខាន់បែបណា ក្នុងការដែលជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ?
- តើមានការលំបាកអ្វីខ្លះដែលយើងជួបប្រទះក្នុងការជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ?
- តើយើងអាចយកឈ្នះការលំបាកទាំងនោះដោយរបៀបណា?
- តើមានរបៀបផ្សេងណាខ្លះ ដែលយើងអាចជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ?

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *មើលសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៧.១។ សុំអ្នកស្ម័គ្រចិត្តឲ្យអានចំណុចនីមួយៗ។ អ្នកនឹងត្រូវប្រើទំព័រដូចគ្នាក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស សម្រាប់៤វគ្គទៀត។*

**សូមអានទុតិយកថា ៦៖៦-៧**

«ត្រូវទុកឲ្យព្រះបន្ទូលដែលខ្ញុំប្រគល់ដល់អ្នកនៅថ្ងៃនេះដក់ជាប់នៅក្នុងចិត្តរបស់អ្នកជានិច្ច។ ចូរបង្រៀនកូនចៅរបស់អ្នកអំពីព្រះបន្ទូលនេះ គឺត្រូវនិយាយឲ្យវាស្ដាប់ ពេលអ្នកនៅផ្ទះ ពេលធ្វើដំណើរ ពេលចូលដំណេក និងពេលក្រោកពីដំណេក។»

របៀបបីយ៉ាងដើម្បីជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យរីកចម្រើនខាងព្រលឹងវិញ្ញាណ៖

១. **ការចំណាយជាមួយព្រះជាលក្ខណៈគ្រួសារ ឬការអានព្រះគម្ពីរ៖** ព្យាយាមយកពេលខ្លះជារៀងរាល់ថ្ងៃដើម្បីអានព្រះគម្ពីរ ឬប្រាប់រឿងរ៉ាវនៅក្នុងព្រះគម្ពីរទៅកាន់កូនរបស់អ្នក។ សូមជួយពួកគេឲ្យយល់ពីរឿងទាំងអស់នោះ។ នៅពេលដែលអ្នកអានចប់នូវអត្ថបទគម្ពីរ ឬសាច់រឿងមួយ ចូរសួរសំណួរទៅកាន់ពួកគេដូចជា តើយើងអាចរៀនបានអ្វីខ្លះអំពីព្រះជាម្ចាស់ចេញពីរឿងនេះ? តើយើងអាចរៀនបានអ្វីខ្លះពីរបៀបដែលយើងគួរប្រព្រឹត្ត?

២. **ការអធិស្ឋានជាមួយកូនរបស់យើង៖** យើងត្រូវយកពេលខ្លះដើម្បីអធិស្ឋានជាមួយកូនរបស់យើង។ សូមរើសម៉ោងណាដែលយើងតែងតែទំនេរ។ ត្រូវប្រាកដថាអ្នកយកពេលនោះជាមួយកូនរបស់អ្នកដោយស្ដាប់ពីការខ្វល់ខ្វាយរបស់ពួកគេ និងអធិស្ឋានជាមួយពួកគេ។ នៅពេលដែលពួកគេនៅតូចពួកគេប្រហែលជាប្រាប់អ្នកពីអ្វីដែលត្រូវអធិស្ឋាន ហើយអ្នកអធិស្ឋានខ្លីមួយ។ នៅពេលដែលពួកគេធំឡើង ពួកគេអាចចាប់ផ្ដើមអធិស្ឋានបានល្អ។ សូមជួយពួកគេឲ្យឃើញនៅពេលដែលព្រះជាម្ចាស់ឆ្លើយតបនូវពាក្យអធិស្ឋានរបស់ពួកគេ។

៣. **ការចំណាយពេលាជាមួយគ្នា៖** សូមនិយាយអំពីព្រះជាម្ចាស់គ្រប់ពេល។ នៅពេលដែលអ្នកទៅខាងក្រៅ ហើយឃើញដើមឈើមួយ អ្នកអាចនិយាយថាព្រះជាម្ចាស់ស្រលាញ់យើងជាខ្លាំង បានជាទ្រង់ប្រទានដើមឈើឲ្យយើងដើម្បីធ្វើជាជម្រក មានអុស/ឈើ អាហារ និងធ្វើឲ្យផែនដីមានភាពស្រស់ស្អាត។ សូមនិយាយអំពីផែនដីនេះថាជាកម្មសិទ្ធិរបស់ព្រះ ហើយទ្រង់បានប្រទានតួនាទីដល់យើងដើម្បីឲ្យមើលថែរក្សាវា។ ចូរតែងតែនឹករកវិធីដើម្បីជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យមើលឃើញព្រះជាម្ចាស់។

## ការរីកចម្រើនខាងបញ្ញាស្មារតី

### ការពិភាក្សាក្រុមធំ

យើងក៏ត្រូវជួយដល់កូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនខាងបញ្ញាស្មារតីផងដែរ។

- តើមានរបៀបណាខ្លះដែលយើងអាចជួយដល់កូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនខាងបញ្ញាស្មារតី?
    - នៅពេលដែលពួកគេនៅក្មេង យើងត្រូវតែបង្រៀនពួកគេនៅផ្ទះ។ នៅពេលដែលពួកគេធំឡើង យើងត្រូវតែឲ្យពួកគេចូលរៀន ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចរៀនបានបន្ថែមទៀត។
    - ក្មេងតូចៗមានសំណួរច្រើនណាស់។ សូមព្យាយាមឆ្លើយសំណួររបស់គេតាមតែអាចធ្វើបាន។

- តើមានបញ្ហាអ្វីខ្លះដែលយើងជួបប្រទះ ក្នុងការព្យាយាមជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនខាងបញ្ញាស្មារតី?
- តើយើងអាចយកឈ្នះឧបសគ្គទាំងនេះបានដោយរបៀបណា?

ទំនួលខុសត្រូវរបស់យើងគឺជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនឡើងខាងបញ្ញាស្មារតី។ ប្រសិនបើយើងមើលគម្ពីរលូកា ២៖៥២ យើងឃើញថាព្រះយេស៊ូរីកចម្រើនឡើងខាងបញ្ញាស្មារតី។ យើងក៏ចង់ឲ្យកូនរបស់យើងរីកចម្រើនខាងបញ្ញាស្មារតីដែរ។ យ៉ាងណាមិញយើងនឹងអាចពីពីរបៀបដែលយើងអាចធ្វើដូច្នោះបាននៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៏សម្រាប់សិស្ស ៧.១។

**១. បង្រៀនក្មេងតូចនៅផ្ទះ**

ព្យាយាមពន្យល់អ្វីៗទៅកាន់ពួកគេនៅពេលដែលពួកគេនៅក្មេង និងឆ្ងល់។ បង្រៀនពួកគេពីព្យញ្ជនៈ និងលេខ ពណ៌ ទ្រង់ទ្រាយ (ត្រីកោណ ការ៉េ រង្វង់ -ល-)។ ជាមួយក្មេងតូចៗ សូមអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេមានពីរជម្រើស សម្រាប់ការសម្រេចចិត្តដែលមិនចាំបាច់។ ឧទាហរណ៍ «តើកូនចង់ពាក់អាវពណ៌ក្រហម ឬពណ៌ខៀវនៅថ្ងៃនេះ?»

**២. បញ្ជូនក្មេងៗដែលគ្រប់អាយុទៅសាលារៀន**

ពេលខ្លះយើងត្រូវតែលះបង់ដើម្បីបញ្ជូនកូនរបស់យើងទៅសាលារៀន ប៉ុន្តែវាក៏សំខាន់ខ្លាំងណាស់ក្នុងផ្នែកជាឪពុកម្ដាយ។ តាមរយៈការអប់រំ យើងអាចផ្ដល់ឲ្យកូនរបស់យើងនូវឱកាសនាពេលអនាគត។ យើងមិនដឹងពីគម្រោងការដែលព្រះជាម្ចាស់មានសម្រាប់កូនរបស់យើងនោះទេ ប៉ុន្តែយើងត្រូវតែប្រាកដថាពួកគេមានឱកាសក្នុងការស្វែងរកនូវជម្រើសរបស់ពួកគេ។ ព្រះជាម្ចាស់ប្រហែលជាអាចរើសយកកូនរបស់យើងដើម្បីនាំការផ្លាស់ប្តូរដ៏ធំនៅក្នុងតំបន់របស់យើង។ ភាគច្រើនពួកគេត្រូវការការអប់រំ និងការបណ្ដុះបណ្ដាលដើម្បីធ្វើដូច្នោះបាន។ ការលះបង់របស់អ្នកនៅពេលនេះ ប្រហែលជាអនុញ្ញាតឲ្យកូនរបស់អ្នកបន្តការសិក្សានៅសាកលវិទ្យាល័យ និងជួយគ្រួសារនាពេលអនាគត។ បន្ថែមនៅក្នុងការអភិវឌ្ឍទំនាក់ទំនងជាមួយព្រះជាម្ចាស់ ការអប់រំគឺជាគន្លឹះដ៏សំខាន់ក្នុងការជួយពួកគេឲ្យមានជីវិតដ៏ល្អប្រសើរ។ ដូច្នេះ អ្នកត្រូវប្រាកដថាអ្នកផ្ដល់ឱកាសដល់កូនរបស់អ្នក។

# ការរីកចម្រើនខាងផ្នែកសង្គម

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

យើងក៏ត្រូវតែជួយដល់កូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើននៅក្នុងទំនាក់ទំនងរបស់ពួកគេជាមួយអ្នកដទៃដែរ។

- តើមានឧទាហរណ៍អ្វីខ្លះ អំពីទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដទៃដែលកូនយើងអាចមាន?
  - បងប្អូនបង្កើត
  - មិត្តភក្តិ (អ្នកជិតខាង, នៅក្រុមជំនុំ, នៅសាលារៀន)
  - មនុស្សពេញវ័យ (សាច់ញាតិ អ្នកជិតខាង គ្រូបង្រៀន អ្នកដឹកនាំក្នុងសហគមន៍)
  - ឪពុកម្ដាយ
- ហេតុអ្វីបានជាអ្នកគិតថា ជាការសំខាន់ក្នុងការជួយដល់កូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនក្នុងសង្គម ដើម្បីមានទំនាក់ទំនងត្រឹមត្រូវជាមួយអ្នកដទៃ?

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច

សូមប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៧.១ ដោយអានពីរបៀបទាំងបីដើម្បីជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យរីកចម្រើនក្នុងសង្គម។

### ១. បង្រៀនកូនៗពីរបៀបដែលព្រះជាម្ចាស់ចង់ឲ្យពួកគេមានទំនាកទំនងជាមួយអ្នកដទៃ

ចូរអានខគម្ពីរនីមួយៗ។ តើយើងរៀនបានអ្វីខ្លះពីខគម្ពីរទាំងអស់នេះ ដែលពិតជាសំខាន់ក្នុងការបង្រៀនកូនរបស់យើង?

- ភីលីព ២៖៣ - *មិនត្រូវអាត្មានិយម ផ្ដល់តម្លៃឲ្យអ្នកដទៃជាជាងខ្លួនឯង។*
- កូឡូស ៣៖១៣, ១៥ - *លើកលែងទោសឲ្យអ្នកដទៃនៅពេលដែលគេធ្វើឲ្យអ្នកឈឺចាប់ បង្កើតសន្តិភាពជាមួយអ្នកដទៃ និងតែងតែអរព្រះគុណជានិច្ច។*
- ម៉ាថាយ ៥៖៤៤ - *ស្រលាញ់ខ្មាំងសត្រូវរបស់អ្នក និងអធិស្ឋានសម្រាប់អស់អ្នកដែលបៀតបៀនអ្នក។*
- ១កូរិនថូស ១៣៖៤-៥ - *សេចក្ដីស្រលាញ់គឺជាការអត់ធ្មត់ និងសប្បុរស។ សេចក្ដីស្រលាញ់មិនចេះអួតបំប៉ោង និងមានអំនួតនោះឡើយ។ មិនឆាប់ខឹង និងមិនចងគំនុំ។*
- ម៉ាថាយ ៧៖១២ - *ធ្វើតែអ្វីទៅកាន់អ្នកដទៃដូចដែលអ្នកចង់ឲ្យពួកគេធ្វើមកកាន់អ្នក។*

ព្រះគម្ពីរជួយយើងឲ្យយល់ពីសារៈសំខាន់ក្នុងការរស់នៅក្នុងសន្តិភាពជាមួយអ្នកដទៃ ស្រលាញ់មនុស្សគ្រប់គ្នា ចេះអត់ធ្មត់ មានចិត្តសប្បុរស លើកលែងទោស និងប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នកដទៃដូចដែលអ្នកចង់ឲ្យគេប្រព្រឹត្តចំពោះខ្លួន។ វាចាំបាច់ណាស់ក្នុងការនិយាយអំពីការនេះ នៅពេលដែលកូនរបស់អ្នកនៅតូច ហើយនៅពេលដែលគេធំឡើង ហើយនឹងផ្លាស់ប្ដូរទំនាក់ទំនងរបស់ពួកគេ។

**២. ធ្វើជាគំរូ។ ក្មេងៗអាចរៀនផ្នែកសង្គមបានតាមរយៈការមើលអ្នកដទៃ ជាពិសេសឪពុកម្ដាយរបស់ពួកគេ។ របៀបដែលអ្នកទំនាក់ទំនងទៅកាន់អ្នកដទៃជាឧទាហរណ៍ប្រចាំថ្ងៃទៅកាន់កូនរបស់អ្នក។**

សូមពិចារណាពីរបៀបដែលអ្នកធ្វើការទំនាក់ទំនងទៅកាន់អ្នកដទៃ និងរបៀបដែលព្រះជាម្ចាស់ចង់ឲ្យអ្នកទាក់ទងទៅកាន់ពួកគេទៅតាមអ្វីដែលបានចែងនៅក្នុងព្រះគម្ពីរ។

- តើអ្នកបានធ្វើជាគំរូដ៏ល្អទៅកាន់កូនៗរបស់អ្នកដោយរបៀបណាខ្លះ?
- តើមានផ្នែកណាខ្លះ ដែលអ្នកចង់ធ្វើជាគំរូប្រសើរជាងមុនទៅកាន់កូនៗរបស់អ្នក (ដោយជំនួយពីព្រះជាម្ចាស់)?

**៣. សូមជួយកូនៗរបស់អ្នកដោះស្រាយបញ្ហានៅក្នុងទំនាក់ទំនងរបស់ពួកគេ នៅពេលដែលមានបញ្ហាកើតឡើង។**

មានពេលជាច្រើនដែលក្មេងៗមិនដែលប្រាប់អ្នកពីបញ្ហាដែលពួកគេកំពុងជួបប្រទះជាមួយអ្នកដទៃទៀត ប៉ុន្តែពួកគេនឹងចាប់ផ្ដើមប្រព្រឹត្តខុសប្លែកពីធម្មតា។ អ្នកប្រហែលជាអាចកត់សម្គាល់នៅពេលដែលគេមានកំហឹង ហឹង្សា ឬស្ងៀមស្ងាត់ខុសពីធម្មតា និងនៅដាច់ឆ្ងាយពីគេ។ សញ្ញាទាំងនេះបង្ហាញថាពួកគេអាចមានបញ្ហាជាមួយអ្នកដទៃ។ ក្មេងៗត្រូវការការគាំទ្រ និងការលើកទឹកចិត្តដើម្បីនិយាយពីបញ្ហាទាំងអស់នេះ និងរៀនដើម្បីប្រព្រឹត្តល្អទៅកាន់អ្នកដទៃ ទោះបីជាពួកគេឈឺចាប់ មានកំហឹង ឬខ្វះការយកចិត្តទុកដាក់ពីអ្នកដទៃក៏ដោយ។ សូមអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេចែករំលែកពីអ្វីដែលបានកើតឡើង ពីអារម្មណ៍ និងរបៀបដែលពួកគេដោះស្រាយជាមួយវា។ ការសន្ទនាប្រភេទនេះគឺជាឧទាហរណ៍ទៅកាន់កូនរបស់អ្នកពីសេចក្ដីស្រលាញ់ ការទទួលយក និងទំនាក់ទំនងដ៏ល្អ។ នេះពិតជាសំខាន់ណាស់នៅក្នុងវ័យក្មេង ដើម្បីឲ្យពួកគេទុកចិត្តអ្នកឲ្យជួយពួកគេនៅក្នុងស្ថានភាពទាំងនេះ។

តើមានរបៀបណាផ្សេងទៀត ដែលអ្នកអាចជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យរៀនគិតពីចំណុចល្អៗរបស់អ្នកដទៃ និងប្រព្រឹត្តចំពោះពួកគេជាមួយសេចក្ដីស្រលាញ់ និងចិត្តសប្បុរស?

### ការរាយការណ៍ត្រឡប់មកវិញ

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សូមសួរទៅកាន់ក្រុមថា តើខគម្ពីរនីមួយៗចែងយ៉ាងណាខ្លះ ក្នុងការបង្រៀន និងធ្វើជាគំរូនៅក្នុងទំនាក់ទំនងដ៏ត្រឹមត្រូវ។ សូមសង្កត់ធ្ងន់ទៅលើគោលគំនិតចម្បងៗក្នុងអក្សរទ្រេតខាងលើ។*

ទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដទៃគឺពិតជាសំខាន់ណាស់។ ថ្វីបើមនុស្សទូទៅតែងមានចរិតអាត្មានិយម ប៉ុន្តែវាមិនគាប់ព្រះហឫទ័យព្រះជាម្ចាស់ទេ។ យើងចង់បង្រៀនកូនៗរបស់យើងឲ្យគិតបានល្អចំពោះអ្នកដទៃ និងប្រព្រឹត្តចំពោះអ្នកដទៃបានល្អជាងពួកគេចង់ឲ្យអ្នកដទៃប្រព្រឹត្តចំពោះខ្លួនទៅទៀត។ គោលការណ៍នេះត្រូវតែបង្រៀន និងធ្វើជាគំរូដល់កូនរបស់យើង។

## ការរីកចម្រើនខាងផ្នែកផ្លូវកាយ

---

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

- តើមានរបៀបអ្វីខ្លះដែលយើងអាចជួយកូនរបស់យើងឲ្យរីកចម្រើនខាងផ្លូវកាយបាន?
  - *អាហារមានជីវជាតិ*
  - *គេង*
  - *ជម្រក សំលៀកបំពាក់ -ល-។*
  - *ការអនុវត្តដែលមានសុខភាពល្អ - ការលាងដៃ ប្រើបង្គន់ ការពារនូវជំងឺផ្សេងៗ*
  - *លំហាត់ប្រាណ (សកម្មភាព និងការលេង)*

ចំណុចទាំងនេះនឹងជួយឲ្យកូនរបស់អ្នកយើងមានរាងកាយដែលមានសុខភាពល្អ។ អ្វីដែលសំខាន់ដែលយើងត្រូវធ្វើនោះ គឺអនុញ្ញាតឲ្យកូនៗរបស់យើងធំឡើង មានសុខភាពល្អ ហើយត្រូវប្រាកដថាពួកគេមានអាហារជីវជាតិជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ ដើម្បីឲ្យខួរក្បាលរបស់ពួកគេអភិវឌ្ឍបានល្អ យើងត្រូវប្រាកដថាពួកគេមានរបបអាហារដែលត្រឹមត្រូវ។

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ប្រសិនបើអ្នកធ្លាប់បង្រៀនពីមេរៀនសុខភាពរួចហើយ អ្នកអាចរំលឹកពីច្បាប់ ១+៣ ឬគ្រាន់តែណែនាំពីគំនិតនៃក្រុមអាហារទាំងបី និងពន្យល់ថាពួកគេនឹងរៀមបន្ថែមទៀតក្នុងវគ្គបណ្ដុះបណ្ដាលទាក់ទងនឹងសុខភាព។ វាពណ៌នាបានច្បាស់ជាងនៅក្នុងមេរៀនសុខភាព។*

មេរៀនសុខភាពនិយាយអំពីការប្រើប្រាស់ច្បាប់ ១+៣ ដើម្បីរំលឹកយើងអំពីរបៀបផ្ដល់អាហារដែលមានជីវជាតិជារៀងរាល់ថ្ងៃដល់គ្រួសាររបស់យើង។

ដើម្បីជាការរំលឹក តើអ្វីជាច្បាប់ ១+៣? មានអាហារបីក្រុមដែលយើងចង់បញ្ចូលទៅក្នុងរបបអាហាររបស់យើងជារៀងរាលថ្ងៃ។

- ១ តំណាងឲ្យបាយ ឬអាហារស្បៀងជំនួសដែលស្រដៀងគ្នា។ យើងត្រូវតែបរិភោគបាយឬ អាហារស្បៀងជារៀងរាល់ថ្ងៃជាមួយនឹងអាហារពីក្រុមណាមួយក្នុងចំណោមក្រុមទាំងបី។
- ៣ តំណាងឲ្យអាហារទាំងបីក្រុមដែលយើងព្យាយាមបរិភោគឲ្យបាន ជារៀងរាល់ថ្ងៃ៖
  - ក្រុមទី១ - ប្រូតេអ៊ីន (សាងសង់សារពាង្គកាយ) ដូចជាស៊ុត ទឹកដោះគោ សណ្ដែក ត្រី និងសាច់។
  - ក្រុមទី២ - បន្លែ និងផ្លែឈើ (ពោរពេញដោយវីតាមីន និងសារធាតុចិញ្ចឹម)
  - ក្រុមទី៣ - ប្រេង និងខ្លាញ់ (ត្រូវការតែចំនួនតិចបំផុត)

## សេចក្ដីសន្និដ្ឋាន

### ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

តួនាទីរបស់ឪពុកម្ដាយគឺដើម្បីដឹកនាំផ្លូវដល់កូនរបស់យើង ផ្ដត់ផ្គង់រាល់តម្រូវការរបស់ពួកគេ និងជួយឲ្យពួកគេរីកចម្រើនខាងផ្នែកព្រលឹងវិញ្ញាណ ប្រាជ្ញា និងសារពាង្គកាយ។

សូមចំណាយពេល ២-៣នាទីគិតអំពីកូនរបស់អ្នក (ប្រសិនបើអ្នកមានកូន) និងរបៀបដែលអ្នកអាចជួយពួកគេឲ្យរីកចម្រើនក្នុងចំណុចទាំង៤នេះ។ ក្នុងចំណោមចំណុចទាំងនេះ តើមានចំណុចណាដែលអ្នកគួរតែយកចិត្តទុកទៅលើ? សុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យជួយអ្នកដើម្បីដឹកនាំផ្លូវដល់កូនរបស់អ្នក ផ្ដត់ផ្គង់រាល់តម្រូវការរបស់ពួកគេ និងជួយពួកគេឲ្យរីកចម្រើនក្នុងផ្នែកទាំងអស់ក្នុងជីវិត។

# មេរៀនទី ៨៖

# ការជួយដល់កុមារ ឲ្យមានអត្តចរិតល្អ

**គោលបំណង** ( **នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖** )

១. ពិភាក្សាអំពីរបៀបទូទៅដែលឪពុកម្តាយឆ្លើយតបទៅកាន់អារម្មណ៍របស់ក្មេងៗ។

២. រៀនពីគោលការណ៍បីក្នុងការស្តាប់កូនឲ្យបានល្អ និងជួយពួកគេឲ្យបង្ហាញអារម្មណ៍របស់ពួកគេ ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចដោះស្រាយបញ្ហារបស់ខ្លួន។

៣. សម្តែងរឿងដើម្បីបង្ហាញពីរបៀបប្រើប្រាស់គោលការណ៍ក្នុងការស្តាប់កូនឲ្យបានល្អ។

**សម្ភារៈ**

១. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស

ក. ៨.១ ការជួយកុមារឲ្យមានអត្តចរិតល្អ (មួយក្រុមមួយច្បាប់)

ខ. ៨.២ ការសម្តែងពីការស្តាប់យ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះក្មេងៗ (២ច្បាប់ សម្រាប់អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត)

គ. ៨.៣ គោលការណ៍ក្នុងការស្តាប់ (មួយក្រុមមួយច្បាប់)

## សេចក្តីផ្តើម ( ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៨.១ )

ភាគច្រើនក្មេងៗមិនអាចប្រាប់ពីអារម្មណ៍ពិតរបស់ពួកគេនោះទេ។ ពួកគេមិនយល់ពីខ្លួនឯងបានល្អ ដូចនេះហើយបានជាពួកគេមិនអាចប្រាប់ ឬពន្យល់វាទៅកាន់អ្នកដទៃ។ នៅពេលដែលពួកគេមួរម៉ៅ ពួកគេតែងតែមានអត្តចរិតមិនល្អ ឬនិយាយអ្វីដែលមិនសមរម្យ។ ប្រសិនបើយើងចង់ឲ្យកូនរបស់យើងមានអត្តចរិតល្អ យើងត្រូវតែជួយពួកគេឲ្យបង្ហាញអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *មើលមួយចំណុចម្តងៗ។ សូមប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៨.១ ដើម្បីបង្ហាញការឆ្លើយតបមួយចំនួនដែលនឹងអាចមាន និងលើកទឹកចិត្តឲ្យក្រុមនីមួយៗគិតពីឧទាហរណ៍បន្ថែមពីរបៀបក្នុងការឆ្លើយតប។*

តើជាទូទៅ ឪពុកម្តាយនឹងឆ្លើយតបយ៉ាងណាចំពោះក្មេងដែលមានអាយុ៦ឆ្នាំ នៅពេលដែលពួកគេនិយាយពាក្យសម្តីដូចខាងក្រោម៖

- ខ្ញុំមិនចូលចិត្តកូនង៉ាដែលទើបនឹងកើតទេ! នាងអាក្រក់ណាស់!
- គ្រូរបស់ខ្ញុំល្ងង់ណាស់!
- វាវាយខ្ញុំ! ខ្ញុំឈប់លេងជាមួយវាទៀតហើយ!

មានរបៀបខុសៗគ្នាមួយចំនួនដែលយើងតែងតែឆ្លើយតប។ ជារឿយៗយើងមិនបានព្យាយាមជួយកូនៗរបស់យើងឲ្យយល់ពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេនោះទេ។ ផ្ទុយទៅវិញ យើងបែរជាធ្វើរឿងដូចក្រោម៖

- **ការបដិសេធ៖** «វាមិនអាក្រក់ពេកដូចកូនឯងគិតទេ។» «កូនមិនគួរនិយាយបែបនេះទេ។»
- **ការឆ្លើយតបដោយមានហេតុផល៖** «កូនឯងមិនអាចធ្វើវាបានទេ កុំរអ៊ូច្រើនពេក។» «កុំល្ងង់ពេក! កូនឯងត្រូវដឹងថា កូនឯងត្រូវទៅរៀន។» «ប្រសិនបើកូនចង់បានការងារល្អ កូនត្រូវទៅរៀន។»
- **ដំបូន្មាន៖** «កូនឯងត្រូវខំប្រឹងដើម្បីរក្សាមិត្តភាពរបស់កូន បើមិនដូច្នោះទេកូនឯងនឹងគ្មានមិត្តភក្តិទេ។» «កូនឯងត្រូវតែរៀនវាយវាវិញ។»
- **ការថ្កោលទោស៖** «មិចបានកូនឯងនិយាយបែបនេះ!» «កូនឯងប្រហែលជាបានធ្វើអ្វីដាក់វាហើយ។»
- **សំណួរ៖** «កូនឯងបានធ្វើអ្វី?» «ហេតុអ្វីបានជាកូនឯងនិយាយអាក្រក់បែបនេះ?»
- **ការពារអ្នកផ្សេង (កាន់ជើងអ្នកផ្សេង)៖** «នាងជាក្មេងស្រីដ៏ល្អ។» «ម៉ាក់/ប៉ា ប្រាកដថាវាគ្មានបំណងធ្វើអញ្ចឹងទេ។»

## ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន

តើអ្នកគិតថាអ្នកនឹងឆ្លើយតបទៅកាន់កូនរបស់អ្នកបែបណា ជាមួយនឹងឧទាហរណ៍ទាំងនេះ? តើអ្នកគិតថា តើនឹងមានការឆ្លើយតបដូចគ្នាដូចដែលយើងបានពិភាក្សានោះដែរឬទេ?

# ការស្ដាប់ឲ្យបានល្អ (ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៨.២)

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

ការស្ដាប់ដោយប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះក្មេងនឹងជួយពួកគេឲ្យដោះស្រាយជាមួយអារម្មណ៍របស់ពួកគេនៅក្នុងរបៀបដ៏ល្អ ជំនួសដោយការអាកប្បកិរិយាមិនល្អ។ វាជួយឲ្យពួកគេរៀនពីរបៀបដោះស្រាយបញ្ហា និងផ្ដល់ជំនាញឲ្យពួកគេ ដែលពួកគេត្រូវមានភាពចាស់ទុំដូចមនុស្សពេញវ័យ។ វាជួយពួកគេឲ្យមានអារម្មណ៍ប្រសើរឡើងពីខ្លួនឯង និងរៀនពីរបៀបដែលមានអត្តចរិតល្អ។ វាជាជំនាញមួយដ៏សំខាន់ក្នុងការយកចិត្តទុកដាក់ជាមួយកូនៗ។

## សកម្មភាពនៅក្នុងក្រុមធំ - ការសម្ដែង

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំអ្នកស្ម័គ្រចិត្តពីរនាក់ដើម្បីជួយអ្នកក្នុងការសម្ដែងរឿងខាងក្រោម។ ឲ្យអ្នកស្ម័គ្រចិត្តទាំងពីរនូវសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៧.២ - ការសម្ដែងរឿង ការស្ដាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់ទៅកាន់ក្មេងៗ។ ឲ្យអ្នកស្ម័គ្រចិត្តត្រៀមខ្លួនជាមុន ដើម្បីឲ្យពួកគេមានទំនុកចិត្ត។*

**ឪពុក៖** កំពុងតែអង្គុយអានកាសែត។

**កូនប្រុស៖** រត់ទៅក្នុងបន្ទប់ហើយស្រែកថា «ខ្ញុំឈប់លេងជាមួយវាទៀតហើយ! ខ្ញុំស្អប់វាខ្លាំងណាស់!»

**ឪពុក៖** ដាក់កាសែតចុះ ងាកទៅកាន់កូនប្រុសហើយនិយាយថា «ប៉ាដឹងថាកូនកំពុងខឹងខ្លាំង។»

**កូនប្រុស៖** និយាយ «វាមិនសមនឹងមានមិត្តភក្ដិទេ!»

**ឪពុក៖** និយាយ «អីរ?»

**កូនប្រុស៖** និយាយ «ខ្ញុំលេងបានល្អណាស់ ហើយស៊ុតបាល់ចូលបាន២គ្រាប់ទៀត។ ហើយចុងបញ្ចប់នៅពេលដែលបានពិន្ទុស្មើគ្នា ខ្ញុំក៏ស៊ុតបាល់ខុស។»

**ឪពុក៖** និយាយ «អ្ហឹម...»

**កូនប្រុស៖** និយាយ «ហើយបន្ទាប់មកមីកា បាននិយាយនៅមុខមនុស្សគ្រប់គ្នាថា វាជាកំហុសរបស់ខ្ញុំដែលយើងលេងមិនឈ្នះនោះ។ អញ្ចឹងខ្ញុំក៏ស្រែកដាក់វា ហើយខ្ញុំក៏រត់ចេញមក...»

**ឪពុក៖** និយាយ «អញ្ចឹងកូនពិតជាខ្មាសគេណាស់ហើយ។»

**កូនប្រុស៖** និយាយខ្សឹបៗថា «បាទប៉ា វាពិតជាគួរឲ្យអាម៉ាស់ខ្លាំងណាស់ ប៉ុន្តែខ្ញុំសង្ឃឹមថាខ្ញុំនឹងមិនខឹងមីកាទេ។ ព្រោះវាជាមិត្តជិតស្និទ្ធរបស់កូន។»

**ឪពុក៖** និយាយ «ប៉ាយល់។»

**កូនប្រុស៖** និយាយ «ខ្ញុំគិតថា ខ្ញុំនឹងត្រលប់ទៅវិញ ហើយមើលថាមីកានៅទីនោះទៀតទេ។ ខ្ញុំដឹងថាវាចង់ឲ្យយើងឈ្នះខ្លាំងណាស់។»

**ឪពុក៖** ញញឹម។

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

- តើកាលពីដំបូងក្មេងនេះមានអារម្មណ៍បែបណា?
- តើវាផ្លាស់ប្តូរដោយរបៀបណា?
- តើមានកិច្ចការខុសៗគ្នាបែបណាខ្លះ ដែលឳពុកបានធ្វើដើម្បីជួយដល់កូនដោះស្រាយជាមួយនឹងអារម្មណ៍របស់ខ្លួន?
    - *ដាក់ការសៃតចុះ ហើយយកចិត្តទុកដាក់ជាមួយកូនប្រុសរបស់គាត់*
    - *មិនបានកាត់សម្តីកូន*
    - *ទទួលយកនូវអារម្មណ៍របស់វា (ឧ. «អឺរ» «អ្ហឹម...»)*
    - *ជួយកូនប្រុសរបស់គាត់ដឹងពីអារម្មណ៍ដែលខ្លួនមាន (ឧ. «ប៉ាដឹងថាកូនកំពុងខឹងខ្លាំងណាស់» «អញ្ចឹងកូនពិតជាខ្មាសគេណាស់ហើយ។»)*
- តើអ្វីដែលធ្វើឲ្យអ្នកភ្ញាក់ផ្អើលពីលទ្ធផល?

នៅពេលដែលយើងព្យាយាម ហើយលើកទឹកចិត្តក្មេងឲ្យរុញអារម្មណ៍មិនល្អចេញឲ្យឆ្ងាយ ក្មេងនឹងរឹតតែពិបាកចិត្ត។ ក្មេងអាចយកឈ្នះជាមួយអារម្មណ៍ជាច្រើន និងស្វែងរកដំណោះស្រាយផ្ទាល់ខ្លួននៅពេលដែលយើងយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ពួកគេ និងអនុវត្តជាមួយគោលការណ៍ទាំងនេះ។

**សូមអានលោកុប្បត្តិ ៣៖៨-១៣ និងយ៉ូណាស ៤៖១-១១**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *អ្នកអាចផ្តោតលើរឿងម្តងមួយ ឬជ្រើសតែមួយរឿងដើម្បីយកមកពិភាក្សា។ សាច់រឿងអដាំ និងអេវ៉ាមានមនុស្សជាច្រើនបានស្គាល់រួចទៅហើយ។ ប្រសិនបើអ្នកប្រើរឿងរបស់លោកយ៉ូណាស ចូរពន្យល់ដោយសង្ខេបថា ព្រះជាម្ចាស់បានចាត់លោកយ៉ូណាសឲ្យទៅក្រុងនីនីវេ ដើម្បីធ្វើការការព្រមានឲ្យប្រជាជនផ្លាស់ប្តូររបៀបរស់នៅរបស់ខ្លួន។ បន្ទាប់មក នៅពេលដែលស្តេចបានឮពីសារនេះ ទ្រង់បានដឹកកនាំប្រជារាស្ត្រឲ្យកែប្រែចិត្តគំនិត ហើយព្រះជាម្ចាស់ក៏បានឆ្លើយតបដោយមិននាំឲ្យមានការបំផ្លិចបំផ្លាញ។ ការនេះធ្វើឲ្យលោកយ៉ូណាសខឹង។ បន្ទាប់មក សូមអានខគម្ពីរនៅក្នុងជំពូក៤។*

- តើលោកអដាំនិងនាងអេវ៉ា ហើយនិងយ៉ូណាសបានធ្វើអ្វីខុសនៅក្នុងឧទាហរណ៍ទាំងនេះ?
    - លោកអដាំ និងនាងអេវ៉ា - *មិនស្តាប់បង្គាប់ព្រះជាម្ចាស់ដោយបរិភោគផ្លែឈើពីដើមឈើដែលព្រះអង្គបានហាមឃាត់។*
    - *លោកយ៉ូណាស - លោកយ៉ូណាសចាប់ផ្តើមខឹងនៅពេលដែលអ្វីៗមិនដូចបំណងរបស់ខ្លួន។*

- តើពួកគេឆ្លើយតបដោយរបៀបណា នៅពេលដែលពួកគេបានធ្វើបែបនេះ?
  - ○ លោកអដាំ និងនាងអេវ៉ា - ពួនព្រះជាម្ចាស់
  - ○ លោកយ៉ូណាស - ខឹង ហើយរត់ចេញ
- តើលោកអដាំនិងនាងអេវ៉ា ហើយនិងលោកយ៉ូណាសមានអារម្មណ៍បែបណា?
  - ○ លោកអដាំ និងនាងអេវ៉ា - ពួកគេភ័យខ្លាច និងអាម៉ាស់
  - ○ លោកយ៉ូណាស - គាត់ខឹង ហើយចង់ស្លាប់
- តើព្រះជាម្ចាស់ឆ្លើយតបទៅលោកអដាំ និងនាងអេវ៉ា ហើយនិងលោកយ៉ូណាសបែបណា នៅពេលដែលទ្រង់កំពុងប្រៀនប្រដៅពួកគេ?
  - ○ លោកអដាំ និងនាងអេវ៉ា - ទ្រង់បានសួរសំណួរទៅកាន់ពួកគេ ហើយបន្ទាប់មកប្រាប់ពីលទ្ធផលផ្សេងៗ
  - ○ លោកយ៉ូណាស - ទ្រង់បានសួរសំណួរទៅកាន់គាត់ ហើយមានបន្ទូលប្រឈមនឹងរបៀបដែលគាត់ប្រព្រឹត្តឥរិយាបថរបស់ខ្លួន
- តើយើងអាចរៀនបានអ្វីខ្លះចេញពីរបៀបដែលទ្រង់បានប្រៀនប្រដៅលោកអដាំនិងនាងអេវ៉ា ហើយនិងលោកយ៉ូណាស?

នៅពេលដែលលោកអដាំនិងនាងអេវ៉ា ហើយនិងលោកយ៉ូណាសបានប្រព្រឹត្តអំពើបាប ព្រះជាម្ចាស់បានសួរសំណួរទៅកាន់ពួកគេ ស្តាប់ពួកគេ និងជួយពួកគេឲ្យមើលឃើញអំពើបាបរបស់ខ្លួន។ ទ្រង់បានប្រៀនប្រដៅ ឬដាក់ពិន័យពួកគេដោយព្រះប្រាជ្ញាញាណ ព្រះទ័យមេត្តា និងសេចក្តីស្រលាញ់ជំនួយដោយការដាក់ទណ្ឌកម្មពួកគេដោយកំហឹង។

## គោលការណ៍នៃការស្តាប់អារម្មណ៍របស់ក្មេង (ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៨.៣)

**ការពិភាក្សាក្នុងក្រុមធំ**

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សូមអាននៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៨.៣។ ចូរឆ្លើយគ្រប់សំណួរ។*

**ស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់ទាំងស្រុង** *[ឪពុកបានដាក់កាសែតចុះ]*

- វាងាយស្រួលសម្រាប់ក្មេងនៅពេលដែលអ្នកធ្វើអ្វីមួយដើម្បីបង្ហាញថាអ្នកកំពុងតែយកចិត្តទុកដាក់។ ឧទាហរណ៍៖ ដាក់កាសែតចុះ និងងាកទៅកាន់កូន  បែរមុខទៅកាន់កូន  ដើរចេញពីចង្ក្រានបាយ និងអង្គុយចុះ។

- វាពិតជាលំបាកណាស់សម្រាប់ក្មេងក្នុងការដោះស្រាយជាមួយអារម្មណ៍ដ៏ខ្លាំងដោយខ្លួនឯង។ ប្រសិនបើគ្មានអ្នកជួយពួកគេទេ នោះអារម្មណ៍ដែលគេមាននឹងកាន់តែខ្លាំងឡើងៗ ហើយតែងតែបង្ហាញចេញជាអាកប្បកិរិយាមិនល្អ។

**ស្គាល់អារម្មណ៍របស់ពួកគេ៖**

- ប្រើឃ្លា ឬពាក្យ - *«អឺរ» ឬ «អឹម» ឬ «អៅ» ឬ «បាទ/ចាស» ឬ «ប៉ា/ម៉ាក់ដឹង»។*
- ប្រើភាសាកាយវិការ - ងក់ក្បាល មើលទៅចំភ្នែករបស់ក្មេង បង្ហាញទឹកមុខ។
- មិនត្រូវធ្វើឲ្យពួកគេមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនខុស ក្នុងការដែលមានអារម្មណ៍បែបនោះ។ ជាមួយក្មេងៗ យើងត្រូវតែទទួលយកអារម្មណ៍របស់ពួកគេ និងជួយពួកគេឲ្យដោះស្រាយជាមួយអារម្មណ៍របស់ខ្លួន ដោយមិនមានអាកប្បកិរិយាមិនល្អ។

**ជួយពួកគេឲ្យស្គាល់ពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេ៖** *«អញ្ចឹងកូនពិតជាខ្មាសគេណាស់ហើយ។»*

- ជួយពួកគេដោយប្រើពាក្យបញ្ជាក់ពីអារម្មណ៍ ដើម្បីបង្ហាញពីអ្វីដែលអ្នកឃើញពីឥរិយាបថរបស់គេ។
- ក្មេងៗភាគច្រើនមិនអាចប្រាប់អ្នកពីអារម្មណ៍របស់គេទេ។ ប្រសិនបើអ្នកធ្វើបែបនេះចំពោះពួកគេ នោះពួកគេនឹងមានអារម្មណ៍ថាអ្នកយល់ និងទទួលយកពួកគេ។ ពួកគេនឹងតែងតែមានអារម្មណ៍ងាយស្រួល និងចាប់ផ្តើមបន្ធូរអារម្មណ៍។ សូមកុំបារម្ភនៅពេលដែលអ្នកនិយាយអារម្មណ៍របស់គេខុស។ កូនរបស់អ្នកនឹងប្រាប់អ្នកពីអ្វីដែលអ្នកយល់ខុស។

**សកម្មភាពនៅក្នុងក្រុមតូច** (**២-៣នាក់**)

បង្កើតការសម្តែងពីរ។ ទីមួយ បង្ហាញពីអ្វីដែលតែងតែកើតឡើង នៅពេលដែលក្មេងមិនសប្បាយចិត្ត និងរបៀបដែលឪពុកម្តាយឆ្លើយតប។ ការសម្តែងទីពីរ បង្ហាញពីជំនាញក្នុងការស្តាប់ និងគោលការណ៍ដែលអ្នកបានរៀនថ្ងៃនេះ។ អ្នកអាចប្រើស្ថានភាពមួយចំនួនដែលបានលើកឡើងមុននេះ ឬគិតពីស្ថានការណ៍ជាទូទៅផ្សេងមួយទៀត។

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ឲ្យក្រុមនីមួយៗមានរយៈពេល១០នាទីដើម្បីរៀបចំការសម្តែងរបស់ពួកគេ និងសុំអ្នកដែលចង់បង្ហាញការសម្តែងរបស់ពួកគេនៅខាងមុខក្រុមធំ។ បន្ទាប់ពីការសម្តែងនីមួយៗ ប្រើជំនាញការស្តាប់ សូមសួរទៅកាន់ក្រុមនៅសល់ថា តើគោលការណ៍ណាខ្លះដែលបានប្រើនៅក្នុងការសម្តែងនេះ។ ប្រសិនបើមានគោលការណ៍ណាមួយដែលមិនបានលើកយកមកបង្ហាញនោះ សូមមើលថាតើមាននរណាម្នាក់អាចធ្វើការសម្តែងខ្លីដោយប្រើជំនាញទាំងអស់នោះដែរឬទេ។*

# សេចក្តីសន្និដ្ឋាន

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

ដើម្បីជួយទៅដល់កូនរបស់យើងឲ្យមានអត្តចរិតល្អ យើងត្រូវតែជួយពួកគេឲ្យដោះស្រាយជាមួយអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។ ដើម្បីធ្វើបែបនេះ យើងត្រូវតែស្តាប់ពួកគេយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់។ ដើម្បីយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ យើងត្រូវតែធ្វើបីចំណុចនេះ៖

១. ស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់
២. ស្គាល់ពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេ
៣. ជួយពួកគេឲ្យស្គាល់ពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេ

## ការអនុវត្តផ្ទាល់ខ្លួន

សូមគិតអំពីរបៀបដែលអ្នកអាចអនុវត្តមេរៀននេះ នៅក្នុងសប្តាហ៍នេះជាមួយកូនរបស់អ្នក ឬជាមួយក្មេងៗដទៃទៀតដែលអ្នកមានទំនាក់ទំនងជាមួយដូចជា អ្នកជិតខាង ឬសាច់ញាតិ -ល-។

# មេរៀនទី ៩៖
# សារៈសំខាន់នៃពាក្យសម្ដីរបស់យើង

**គោលបំណង (នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖)**

១. ឆ្លុះបញ្ចាំងពីពាក្យសម្ដីដែលត្រូវបាននិយាយទៅកាន់ក្មេងៗ។
២. ពិនិត្យពីរបៀបដែលពួកគេនិយាយទៅកាន់កូនរបស់គេ និងរៀនពីគោលការណ៍ប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមាន។
៣. ធ្វើបញ្ជីពីរបៀបប្រាំយ៉ាង ដើម្បីលើកទឹកចិត្តកូនៗរបស់ពួកគេ ឬក្មេងៗដែលពួកគេស្គាល់ច្បាស់។

**សម្ភារៈ**

១. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស
ក. ៩.១ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងវិជ្ជមាន (មួយក្រុមមួយច្បាប់)

## សេចក្ដីផ្ដើម

---

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

ព្រះគម្ពីរចែងយ៉ាងច្រើនអំពីពាក្យសម្ដីរបស់យើង និងរបៀបដែលយើងប្រើអណ្ដាតរបស់យើង។ ខគម្ពីរខាងក្រោមនេះត្រូវបានសំដៅទៅលើឪពុក ដោយសារតែពួកគេជាមេគ្រួសារ ប៉ុន្តែសេចក្ដីដែលខគម្ពីរនេះចែងក៏សមស្របសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមើលថែទាំកុមារដែរ។

**សូមអានកូឡូស ៣៖២១ និងអេភេសូ ៦៖៤**

- តើឥរិយាបថ និងសកម្មភាពបែបណាខ្លះដែលធ្វើឲ្យក្មេងបាក់ទឹកចិត្ត (ខ២១)?
- តើឥរិយាបថ និងសកម្មភាពបែបណាខ្លះដែលធ្វើឲ្យក្មេងមានចិត្តជូរចត់ និងធ្លាក់ទឹកចិត្ត?

របៀបមួយដែលធ្វើឲ្យកូនរបស់យើងបាក់ទឹកចិត្តគឺតាមរយៈការមិនស្ដាប់ពួកគេឲ្យបានល្អ នៅពេលដែលយើងបានពិភាក្សានៅក្នុងវគ្គមុន។ របៀបមួយទៀតគឺតាមរយៈពាក្យសម្ដីដែលយើងប្រើប្រាស់។ នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងពិនិត្យមើលពីរបៀបដែលយើងអាចប្រើពាក្យសម្ដីរបស់យើងដើម្បីធ្វើឲ្យកូនរបស់យើងរីកចម្រើនឡើង ឬក៏ធ្វើឲ្យពួកគេឈឺចាប់។

## សូមអានសុភាសិត ១២៖១៨

នៅក្នុងខនេះ យើងត្រូវបានរំលឹកថាពាក្យសម្ដីរបស់យើងអាចចាក់ទម្លុះដូចជាដាវ ឬក៏នាំការព្យាបាល។

- តើពាក្យសម្ដីប្រភេទណាខ្លះដែលអាចចាក់ទម្លុះដូចជាដាវ?
- តើពាក្យសម្ដីប្រភេទណាខ្លះដែលអាចនាំការព្យាបាល?
- តើអ្នកមានចាំអ្វីដែលត្រូវបាននិយាយមកកាន់អ្នកកាលពីកុមារភាពដែរឬទេ? តើវាធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ ឬការព្យាបាល? វាប្រហែលជាមកពីឪពុកម្ដាយ បងប្អូន ឬគ្រូបង្រៀនរបស់អ្នក -ល-។
- តើវាជះឥទ្ធិពលអ្វីខ្លះមកកាន់ជីវិតរបស់អ្នក?

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សូមឲ្យក្រុមនីមួយៗមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីគិតពិចារណាដោយប្រុងប្រយ័ត្នពីឥទ្ធិពលនៃពាក្យសម្ដីរបស់យើង។ ជួយពួកគេឲ្យមើលឃើញពាក្យសម្ដីមួយចំនួនដែលត្រូវបាននិយាយទៅកាន់ពួកគេកាលពីកុមារភាព ហើយពួកគេនៅតែចាំពីវា។ ពាក្យសម្ដីបានជះឥទ្ធិពល ហើយវានៅតែបន្តជះឥទ្ធិពលមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះផងដែរ។ ចូរអធិស្ឋានខ្លីៗសម្រាប់អស់អ្នកដែលនៅចាំពីអ្វីដែលអវិជ្ជមាន ដែលត្រូវបាននិយាយមកកាន់ពួកគេ។*

ចូរអធិស្ឋានទៅកាន់ព្រះជាម្ចាស់ដើម្បីឲ្យទ្រង់ប្រោសយើងឲ្យជាសះស្បើយយើងពីការចងចាំនូវពាក្យសម្ដីអវិជ្ជមានដែលអ្នកដទៃបាននិយាយអំពីយើង ហើយជួយយើងឲ្យលើកលែងទោសដល់ពួកគេសម្រាប់ពាក្យសម្ដីទាំងនោះ។ យើងក៏នឹងសុំព្រះជាម្ចាស់ឲ្យរំលឹកយើងពីអ្វីដែលវិជ្ជមាន ដែលមនុស្សនិយាយអំពីយើង ហើយអ្វីដែលសំខាន់ជាងគេនោះគឺអ្វីដែលព្រះជាម្ចាស់មានបន្ទូលអំពីយើង។

## ពាក្យបញ្ឈឺចិត្ត (ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៩.១)

***ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ៖*** *ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៩.១ ដើម្បីមើលលើសម្ភារៈសម្រាប់វគ្គចុងក្រោយនៅក្នុងមេរៀននេះ។*

ពាក្យបញ្ឈឺចិត្តជាអ្វីដែលយើងនិយាយឲ្យធ្វើឲ្យនរណាម្នាក់ឈឺចាប់។ ភាគច្រើនយើងមិនមានចេតនាដើម្បីធ្វើឲ្យនរណាម្នាក់ឈឺចាប់នោះទេ។ តាមពិត ពាក្យទាំងនេះត្រូវបាននិយាយដើម្បីលើកទឹកចិត្តក្មេងៗឲ្យផ្លាស់ប្ដូរ ប៉ុន្តែជាលទ្ធផលវាធ្វើឲ្យក្មេងឈឺចាប់។ ជំនួសដោយការផ្លាស់ប្ដូរ ក្មេងជឿថាអ្វីដែលពួកគេឮ ធ្វើឲ្យបាក់ទឹកចិត្ត ហើយឈប់ព្យាយាមធ្វើឲ្យប្រសើរឡើង។

ពាក្យដែលធ្វើឲ្យឈឺចាប់បំផុតនោះ ស្ថិតនៅក្នុងចំណាត់ថ្នាក់ខាងក្រោម៖

- **ពាក្យសម្ដីនិយាយដោយកំហឹង និងការមួរម៉ៅ**
  ភាគច្រើនយើងមិនមែនមានន័យដូចអ្វីដែលយើងនិយាយនោះទេ (ឧ. «បើឯងមិនកើតមក គឺល្អជាង»)
- **ស្លាកសញ្ញាដែលយើងដាក់ឲ្យក្មេង**
  នៅពេលដែលក្មេងធ្វើអ្វីមួយដែលយើងមិនចូលចិត្ត យើងតែងតែនិយាយអ្វីពីក្មេងនោះជំនួសដោយកាយវិការ (ឧ. «ឯងជាមនុស្សដែលបរាជ័យ» ឬ «ឯងជាមនុស្សល្ងង់»។)
- **ការប្រៀបធៀប**
  វាងាយស្រួលក្នុងការប្រៀបធៀបក្មេងម្នាក់ ជាមួយនឹងបងប្អូនប្រុសស្រីរបស់គេ (ឧ. «ម៉ែសង្ឃឹមថាឯងនឹងបានដូចបងប្រុសរបស់ឯង» ឬ «វាមិនឆ្លាតដូចបងស្រីវាទេ»)
- **ការទស្សន៍ទាយ**
  ពេលខ្លះយើងប្រាប់ពួកគេពីអ្វីដែលនឹងកើតឡើងនាពេលអនាគត (ឧ. «ឯងនឹងមិនមានការងារធ្វើទេ» ឬ «ឯងដូចពូរបស់ឯងណាស់។ ឯងនឹងកាន់តែដូចពូរបស់ឯង»)
- **និយាយអវិជ្ជមានទៅកាន់អ្នកដទៃ**
  ពេលខ្លះយើងនិយាយអវិជ្ជមានអំពីកូនរបស់យើងទៅកាន់អ្នកដទៃ នៅពេលដែលពួកគេឮយើងនិយាយ។ (ឧ. កូនប្រុសរបស់ខ្ញុំប្រលងធ្លាក់ទៀតហើយ។ វាមិនខំប្រឹងបន្តិចសោះ» ឬ «នេះជាកូនរបស់ខ្ញុំ។ នាងឆ្នាស់ណាស់!»)។

ភាគច្រើនពាក្យបញ្ឈឺចិត្តសម្រេចបានផ្ទុយពីអ្វីដែលយើងចង់បានពីកូនរបស់យើង។ ឧទាហរណ៍ យើងចង់ឃើញកូនរបស់យើងខិតខំប្រឹងប្រែង ប៉ុន្តែការឮពាក្យសម្ដីទាំងអស់នេះនឹងធ្វើឲ្យពួកគេជឿថា ពួកគេមិនអាចធ្វើអ្វីបានល្អនោះទេ ដូច្នេះបានជាពួកគេឈប់ប្រឹងប្រែង។ ពាក្យបញ្ឈឺចិត្តអាចបញ្ឈប់ក្មេងពីការក្លាយទៅជាអ្វីដែលព្រះជាម្ចាស់បានបង្កើតពួកគេមក។

**ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន ឬជាមួយដៃគូ**

សូមគិតពីពីរសំណួរខាងក្រោម ហើយបន្ទាប់មកអធិស្ឋានដោយស្ងាត់ៗឲ្យព្រះជាម្ចាស់នឹងជួយអ្នកឲ្យរៀនពីរបៀបដ៏ប្រសើរក្នុងការនិយាយទៅកាន់កូនៗរបស់អ្នក។

- តើមានពាក្យបញ្ឈឺចិត្តអ្វីខ្លះដែលអ្នកនិយាយទៅកាន់កូនរបស់អ្នក?
- តើនៅក្នុងស្ថានភាពណា ដែលអ្នកនិយាយពាក្យទាំងអស់នោះ?

# ការប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមាន

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

យើងអាចប្រាស្រ័យទាក់ទងទៅកាន់ក្មេងៗឲ្យបានល្អបាន។

**សូមអានសុភាសិត ១៥៖១**

«ចម្លើយទន់ភ្លន់រមែនបន្ថយកំហឹង រីឯសម្ដីគំរោះគំរើយតែងតែធ្វើឲ្យច្រឡោតខឹង។»

***សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *សុំអ្នកស្ម័គ្រចិត្តដើម្បីឲ្យអានចំណុចនីមួយៗនៅក្នុងសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ៨.១ ក្នុង «ការប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមាន» ។ ឲ្យក្រុមផ្សេងៗយកចិត្តទុកដាក់ស្ដាប់ ហើយគិតពីរបៀបដែលពួកគេអាចអនុវត្តចំណុចទាំងអស់នេះនៅក្នុងគ្រួសាររបស់ពួកគេ។ ចូរសុំឲ្យមនុស្សចែករំលែកពីគំនិតរបស់ពួកគេ ពីរបៀបដែលពួកគេអាចប្រើប្រាស់គោលការណ៍ទាំងអស់នេះ។*

<u>គោលការណ៍សម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមាន</u>

១. **ពន្យល់ទៅកាន់ក្មេងពីអ្វីដែលមានចង់មានន័យឲ្យបានលឿនតាមតែអាចធ្វើបាន ប្រសិនបើអ្នកនិយាយអ្វីដែលមិនពិត។** ការនេះជួយឲ្យជៀសវាងការយល់ច្រឡំរយៈពេលវែង។

២. **សុំអភ័យទោស និងប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមានបន្ទាប់ពីបានប្រើប្រាស់ពាក្យបញ្ឈឺចិត្តដោយកំហឹង។** ការនេះនឹងធ្វើជាគំរូនៃការសុំអភ័យទោសដល់កូនរបស់អ្នក ហើយគេអាចធ្វើតាមបាន។ វាក៏ផ្ដល់ឲ្យគេនូវឱកាសដើម្បីសុំអភ័យទោសសម្រាប់អ្វីដែលបានធ្វើឲ្យអ្នកខឹងដែរ។ ក្មេងនឹងកាន់តែគោរពអ្នក ប្រសិនបើអ្នកសុំអភ័យទោស នៅពេលដែលអ្នកធ្វើខុស ហើយវានឹងចំរុញទឹកចិត្តគេដើម្បីធ្វើឲ្យអ្នកពេញចិត្ត។

៣. **ពណ៌នាពីឥរិយាបថដែលធ្វើឲ្យអ្នកខកចិត្ត ឬខឹង ជំនួសដោយការដាក់ស្លាកសញ្ញាដល់កូន។** ការដែលនិយាយថា «ធ្វើបែបនេះ ជាទង្វើឆោតល្ងង់ណាស់!» មានប្រសិទ្ធភាពជាង និងមិនសូវឈឺចាប់ដូចការនិយាយថា «ឯងល្ងង់ណាស់!»។

៤. **មិនត្រូវប្រៀបធៀបកូនរបស់អ្នកជាមួយអ្នកដទៃ។** ការប្រៀបធៀបធ្វើឲ្យក្មេងៗមានអារម្មណ៍មិនល្អពីខ្លួនគេ និងធ្វើឲ្យមានការអាក់អន់ចិត្ត។ វាធ្វើឲ្យមានការលំបាកដល់កូនរបស់អ្នកក្នុងការចុះសម្រុងជាមួយគ្នា។

៥. **និយាយតែអ្វីវិជ្ជមានអំពីកូនរបស់អ្នកនៅពេលដែលគេអាចស្ដាប់ឮពីអ្នក។**

៦. **មិនត្រូវណែនាំបុគ្គលិកលក្ខណៈអវិជ្ជមានដល់កូនរបស់អ្នកទេ។**

**សកម្មភាពក្នុងក្រុមតូច (២-៣នាក់)**

នៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក ចូរជ្រើសរើសគោលការណ៍មួយ ហើយបង្កើតជាសាច់រឿងដើម្បីបង្ហាញពីរបៀបដែលអ្នកនឹងប្រើប្រាស់វានៅក្នុងគ្រួសាររបស់អ្នក។

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ឲ្យក្រុមនីមួយៗមានរយៈពេល៥នាទីដើម្បីរៀបចំការសម្តែងរបស់ពួកគេ និងសួរកអ្នកដែលចង់បង្ហាញពីការសម្តែងរបស់ពួកគេនៅក្នុងក្រុមធំ។ បន្ទាប់ពីការសម្តែងនីមួយៗចប់ សូមសួរក្រុមដែលនៅសល់ថាមានគោលការណ៍ណាខ្លះដែលត្រូវបានប្រើក្នុងការសម្តែងនេះ។*

## ពាក្យលើកទឹកចិត្ត

### ការឆ្លុះបញ្ចាំងផ្ទាល់ខ្លួន

ជំនួសដោយការប្រើពាក្យបញ្ឈឺចិត្ត យើងត្រូវតែរកឱកាសក្នុងការលើកទឹកចិត្តកូនរបស់យើង។

សូមចំណាយពេល៥នាទីដើម្បីគិតពីចំណុចប្រាំយ៉ាង ដែលអ្នកនឹងនិយាយដើម្បីលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នក។ កាន់តែក្បោះក្បាយ នោះអ្នកនឹងកាន់តែល្អប្រសើរ។ សម្រាប់អ្នកមិនទាន់មានកូន សូមគិតពីរបៀបដើម្បីលើកទឹកចិត្តទៅក្មេងៗដែលមានអ្នកទំនាក់ទំនងជាមួយ ឬសមាជិកគ្រួសាររបស់អ្នក។

ឧទាហរណ៍ «ម៉ែពេញចិត្តណាស់ ដែលកូនតែងតែមកជួយធ្វើម្ហូបម៉ែ នៅពេលដែលកូនចេញពីសាលារៀន។ វាពិតជាល្អណាស់ក្នុងការចំណាយពេលជាមួយកូន ហើយកូនក៏បានជួយបន្ទុកការងាររបស់ម៉ែដែរ» ល្អជាងការដែលត្រឹមតែនិយាយថា «កូនជាក្មេងស្រីដែលល្អ»។

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *ត្រូវប្រាកដថាមនុស្សគ្រប់គ្នាមានពេលវេលាច្រើនដើម្បីគិតពីចំណុចទាំងអស់នោះ ដែលពួកគេពេញចិត្តពីកូនរបស់ពួកគេ ហើយប្រសិនបើអាច សូមលើកទឹកចិត្តឲ្យពួកគេឲ្យកត់ត្រាពីវា។*

### ជាមួយដៃគូ

ចែករំលែកជាមួយមនុស្សម្នាក់ទៀតពីរបៀបដែលអ្នកនឹងប្រើដើម្បីលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នក និងកុមារដែលអ្នកមានទំនាក់ទំនងជាមួយ។

# សេចក្ដីសន្និដ្ឋាន

## ការពិភាក្សាក្នុងក្រុមធំ

ពាក្យសម្ដីរបស់យើងអាចត្រូវបានប្រើដើម្បីលើកទឹកចិត្ត ឬបញ្ឈឺកូនរបស់យើង។ ទោះបីជាយើងមិនចង់ឲ្យពួកគេឈឺចាប់ជាមួយពាក្យសម្ដីរបស់យើងក៏ដោយ ក៏ពាក្យបញ្ឈឺចិត្តរបស់យើងអាចបញ្ឈប់កូនរបស់យើងក្នុងការដែលក្លាយជាអ្វីតាមដែលទ្រង់មានបំណងចង់ឲ្យពួកគេក្លាយទៅជា។ យើងអាចរៀនប្រើប្រាស់ជំនាញក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងបែបវិជ្ជមានបានជាមួយកូនរបស់យើង។ វាត្រូវការការអនុវត្តដើម្បីផ្លាស់ប្ដូរទម្លាប់របស់យើង និងរបៀបដែលយើងនិយាយទៅកាន់កូនរបស់យើង ប៉ុន្តែព្រះគម្ពីរប្រាប់យើងថា វាពិតជាសំខាន់ក្នុងប្រើប្រាស់អណ្ដាតរបស់យើងដើម្បីលើកទឹកចិត្ត និងកសាងអ្នកដទៃឡើង។

ចូរព្យាយាមស្វែងរកឱកាសឲ្យបានច្រើនដើម្បីលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នកនៅសប្ដាហ៍ក្រោយ។ សូមជៀសវាងការនិយាយពាក្យបញ្ឈឺចិត្ត និងប្រសិនបើនិយាយអ្វីដែលធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់នោះ ចូរប្រញាប់សុំអភ័យទោស និងពន្យល់ពីអត្ថន័យរបស់អ្នកភ្លាម។

# មេរៀនទី១០៖
# សេចក្តីស្រលាញ់ និង ការដាក់វិន័យដែលមានប្រសិទ្ធភាព

**គោលបំណង** ( **នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀនេះ អ្នកចូលរួមនឹង៖** )

១. ពិភាក្សាពីរបៀបដាក់វិន័យក្មេងដែលសមរម្យដោយសេចក្តីស្រលាញ់។
២. បង្ហាញពីរបៀបផ្សេងៗដើម្បីដាក់វិន័យក្មេង ជាជាងការដាក់ទណ្ឌកម្ម។
៣. អធិស្ឋានសុំជំនួយមកពីព្រះជាម្ចាស់ក្នុងការប្រើវិធីសាស្ត្រ និងគោលការណ៍ទាំងអស់នេះជាមួយកូនៗរបស់ពួកគេ។

**សម្ភារៈ**

១. សៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស
ក. ១០.១ ការដាក់វិន័យក្មេង (ម្នាក់មួយច្បាប់ និងមួយច្បាប់ទៀតដើម្បីកាត់ចែកគ្នានៅក្នុងក្រុម)

## សេចក្តីផ្តើម

---

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

**អានសុភាសិត ២៩៖១៧ និង ១៣៖២៤**

- តើវាមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងប៉ុនណា នៅពេលដែលយើងដាក់វិន័យលើកូនរបស់យើង?
- ប្រសិនបើយើងស្រលាញ់កូនរបស់យើង តើយើងគួរតែដាក់វិន័យលើកូនរបស់យើងដែរឬទេ?
- តើការដាក់វិន័យសមរម្យ ជាការល្អ ឬក៏អាក្រក់ចំពោះក្មេង?

ការដាក់វិន័យគឺជាការដឹកនាំផ្លូវ និងកែតម្រូវក្មេងឲ្យរៀនមានឥរិយាបទតាមមាគ៌ារបស់ព្រះជាម្ចាស់។ មានរបៀបជាច្រើនផ្សេងៗគ្នាដើម្បីដាក់វិន័យដល់កុមារ។ ការដាក់វិន័យគឺល្អនៅពេលដែលវាត្រូវបានធ្វើឡើងនៅក្នុងសេចក្តីស្រលាញ់ និងបន្តធ្វើវាទៀត។ ប្រសិនបើយើងអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេធ្វើអ្វីមួយតែម្តង ហើយបន្ទាប់មកដាក់ទណ្ឌកម្មនៅលើកក្រោយ នោះក្មេងៗនឹងភាន់ច្រឡំ ហើយមិនប្រាកដអំពីអ្វីដែលពួកគេអាចធ្វើបាន និងមិន

អាចធ្វើបាន។ ពួកគេនឹងបន្តភ័យខ្លាចថាពួកគេនឹងធ្វើអ្វីមួយដោយខុសឆ្គងដោយអចេតនា។ ប្រសិនបើយើងនៅតែបន្តធ្វើដូច្នោះ នោះក្មេងនឹងរៀនពីអ្វីដែលត្រឹមត្រូវ និងអ្វីដែលខុសឆ្គង។ ពួកគេមានអារម្មណ៍សុវត្ថិភាពដោយសារតែពួកគេដឹងថា ឪពុកម្តាយរបស់ពួកគេកំពុងតែមើលពួកគេ។

អានសាច់រឿងទាំងពីរខាងក្រោម៖

សេតមានបងប្រុស បងស្រីទាំងអស់៦នាក់។ នៅថ្ងៃមួយ បងស្រីៗរបស់វាបានលេងសើចជាមួយវា ហើយធ្វើឲ្យវាឆ្អែតចិត្ត។ វាខឹងខ្លាំងណាស់ ហើយវាក៏យកធុងទឹកធំជះដាក់បងស្រីរបស់វា។ ធុងទឹកនោះប៉ះបងស្រីរបស់វាពីរនាក់ ហើយពួកគេក៏ចាប់ផ្តើមយំ។ មីងរបស់វាឃើញហើយអ្វីដែលវាបានធ្វើ រួចក៏ហៅឪពុករបស់វា។ ឪពុករបស់វាក៏មកដល់ ហើយស្រែកដាក់សេតភ្លាមៗ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាភ័យខ្លាចសូម្បីតែជិតខាងឈរមើលក៏ភ័យដែរ។ គាត់វាយសេតនឹងខ្សែក្រវ៉ាត់៤-៥ដង ហើយប្រាប់វាថា យកល្អឯងមិនត្រូវធ្វើបែបនេះទៀតទេ ឬក៏ឯងនឹងមិនអាចដើរបានទៀតនៅថ្ងៃក្រោយ។ សេតខឹងបងស្រីៗរបស់វាខ្លាំងណាស់។ នៅថ្ងៃបន្ទាប់ បងស្រីរបស់វាក៏ចាប់ផ្តើមលេចសើចជាមួយវាទៀត។ មនុស្សគ្រប់គ្នាបានសើចក្អាកក្អាយ។ សេតបានទះបងស្រីរបស់វា។ នៅលើកនេះឪពុករបស់វាក៏សើចជាមួយមនុស្សគ្រប់គ្នាដែរ។

ឌីណាចូលចិត្តគូររូបណាស់។ នាងមិនចូលចិត្តធ្វើកិច្ចការងារផ្ទះទេ។ ម្តាយរបស់នាងរំលឹកនាងជារៀងរាល់ថ្ងៃឲ្យធ្វើកិច្ចការងារផ្ទះរបស់នាង។ ថ្ងៃនេះគាត់បានប្រាប់ឌីណាថា ប្រសិនបើនាងមិនធ្វើការងារផ្ទះរបស់នាងទេ នាងនឹងមិនអាចចំណាយពេលគូររូបនៅសប្តាហ៍ក្រោយឡើយ។ បន្ទាប់ពីចេញពីសាលារៀន នាងមកដល់ផ្ទះហើយចាប់ផ្តើមគូររូប។ នាងក៏ភ្លេចពីការងារផ្ទះដែលនាងត្រូវធ្វើ។ បន្ទាប់ពីអាហារពេលល្ងាច ម្តាយរបស់នាងក៏បានសួរនាងពីការងារផ្ទះ។ ឌីណាទើបតែដឹងថានាងភ្លេចធ្វើកិច្ចការទាំងអស់នោះ។ ម្តាយរបស់នាងបានសួរនាងពីអ្វីដែលគាត់បាននិយាយកាលពីព្រឹកមិញ។ គាត់បានសួរនាងថាតើនាងមានបានចាំពីលទ្ធផលនៃការមិនធ្វើកិច្ចការងារផ្ទះដែរឬទេ។ ឌីណាចាំបាន។ គាត់បានប្រាប់ឌីណាឲ្យយកសម្ភារៈគូររូបទាំងអស់មក។ បន្ទាប់មកម្តាយរបស់នាងនិយាយថា ប្រសិនបើនាងធ្វើកិច្ចការងារផ្ទះនៅក្នុងសប្តាហ៍នេះ នាងនឹងអាចយកវាបាននៅសប្តាហ៍ក្រោយ។ តែទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយជារៀងរាល់ថ្ងៃនាងតែងតែភ្លេចធ្វើការងារផ្ទះរបស់នាង ហើយនៅពេលដែលនាងភ្លេចធ្វើការងារផ្ទះមួយថ្ងៃ នាងនឹងមិនអាចគូររូបបានមួយថ្ងៃនៅសប្តាហ៍ក្រោយដែរ។

១. តើឪពុកម្តាយក្នុងសាច់រឿងទាំងពីរ ដាក់វិន័យចំពោះកូនរបស់ពួកគាត់ដោយរបៀបខុសៗពីគ្នាយ៉ាងណាខ្លះ? *(ឪពុករបស់សេតវាយកូនប្រុសរបស់គាត់ ហើយម្តាយរបស់ឌីណាយកសម្ភារៈគូររូបរបស់នាង)*

២. សូមសម្រេចថា តើឧទាហរណ៍មួយណាដែលបង្ហាញនូវគំរូដ៏ល្អក្នុងការដាក់វិន័យ? ចូរពន្យល់ពីមូលហេតុ។ *(ម្តាយរបស់ឌីណាដាក់វិន័យជាមួយនឹងសេចក្តីស្រលាញ់ ហើយប្រាកដថាឌីណាយល់ពីអ្វីនាងបានធ្វើខុស និងអ្វីដែលជាលទ្ធផល ហើយគាត់នៅតែបន្តធ្វើដូច្នោះ)។*

- តើមានឧទាហរណ៍ណាខ្លះដែលជារបៀបដ៏ល្អក្នុងការដឹកនាំ និងដាក់វិន័យក្មេង?
    - *យកចេញនូវអាទិភាព - ឧទាហរណ៍៖ យកសម្ភារៈក្មេងលេងចេញពីពួកគេមួយរយៈពេល ឬមិនអនុញ្ញាតឲ្យពួកគេមើលទូរទស្សន៍មួយរយៈពេល។ រយៈពេលគួរតែស៊ីគ្នាជាមួយនឹងកម្រិតនៃសកម្មភាពដែលនឹងត្រូវផ្លាស់ប្តូរ។*
    - *ដាក់ក្មេងឲ្យនៅដាច់ពីអ្នកដទៃ - ឧទាហរណ៍៖ ឲ្យក្មេងអង្គុយនៅលើកៅអីមួយ ក្នុងបន្ទប់ ឬកន្លែងមួយតែឯង ដែលគេអាចពិចារណានូវអ្វី និងមូលហេតុដែលខ្លួនខុស។ ហើយបន្ទាប់មកចំណាយពេល ២-៣ នាទីនិយាយជាមួយក្មេង ដើម្បីប្រាកដថាគេយល់ពីអ្វីដែលគេបានធ្វើ មូលហេតុដែលខ្លួនខុស និងជម្រើសផ្សេងទៀតដែលគេអាចធ្វើបាននៅថ្ងៃអនាគត។ ចំណុចនេះអាចធ្វើបានជាមួយចំនួននាទី និងឲ្យត្រូវជាមួយអាយុរបស់ក្មេង។ ឧទាហរណ៍៖ ក្មេងអាយុ ៦ឆ្នាំ នឹងត្រូវអង្គុយទៅជ្រុងតែឯង ៦ នាទី។*
    - *ជួនកាលការទះគូថក្មេងតូចជាការសមរម្យ។ ការទះគូថគឺខុសគ្នាពីការវាយក្មេង។ នៅពេលដែលអ្នកទះគូថក្មេង ត្រូវចាំរហូតដល់អ្នកបន្ធូរអារម្មណ៍សិន ហើយយកគេទៅកន្លែងដែលដាច់ឡែកពីគេ ដោយពន្យល់ពីមូលហេតុដែលអ្នកទះគូថពួកគេ បន្ទាប់មកទះគូថពួកគេ។ បន្ទាប់ពីទះគូថរួចហើយ អ្នកគួរតែឱបគេ និងដើម្បីបង្ហាញពីសេចក្តីស្រលាញ់របស់អ្នក។ ការទះគូថត្រូវបានឡើងដោយការដាក់វិន័យ និងត្រូវតែ**ធ្វើឡើងចេញពីសេចក្តីស្រលាញ់** ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថរបស់គេនៅពេលអនាគត។ វាមិនគួរបង្កស្លាកស្នាមដល់រាងកាយក្មេង ឬធ្វើឡើងដោយចេញពីកំហឹងនោះឡើយ។ ប្រសិនបើយើងប្រើវាដោយមានប្រាជ្ញា វាអាចជារបៀបដែលមានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការបង្ការមិនឲ្យក្មេងប្រព្រឹត្តឥរិយាបថអវិជ្ជមាន និងនាំឲ្យមានការគោរព និងអារម្មណ៍សុវត្ថិភាពផ្លូវចិត្ត។ ប្រសិនបើអ្នកទះគូថក្មេងជាញឹកញាប់ពេក នឹងធ្វើឲ្យគេកាន់តែរឹងរូស។*
    - *ការដាក់វិន័យលើកុមារមិនមែនមានន័យថាគ្រាន់តែវាយពួកគេទេ។*

នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងពិនិត្យមើលលើវិធីសាស្ត្រមួយចំនួនក្នុងការជួយក្មេងៗឲ្យសហការ ដើម្បីកុំឲ្យយើងត្រូវដាក់ទណ្ឌកម្មដល់ពួកគេ។ ប្រសិនបើយើងអនុវត្តចំណុចទាំងនេះ បូករួមទាំងវិធីសាស្ត្រផ្សេងទៀតដែលយើងបានរៀននោះ នោះយើងនឹងមិនចាំបាច់ត្រូវដាក់ទណ្ឌកម្មដល់កូនរបស់យើងជាញឹកញាប់នោះទេ។

- តើយើងអាចធានាបានដោយរបៀបណា ថាកុមារដឹងថាយើងស្រលាញ់ពួកគេទោះបីជាយើងដាក់ទណ្ឌកម្មដល់ពួកគេក៏ដោយ?
    - *អ្នកមិនគួរដាក់វិន័យកូនរបស់អ្នកនៅពេលដែលអ្នកខឹងនោះទេ។ ការនេះនឹងបង្រៀនក្មេងឲ្យវាយដំ ឬស្រែកនៅពេលដែលខឹង។ ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណ៍ខឹង ត្រូវព្យាយាមបន្ធូរកំហឹងជាមុនសិន ឬប្រសិនបើអាចនោះ ប្រើការដាក់ទណ្ឌកម្មដូចជាការប្រាប់ឲ្យកូនរបស់អ្នកអង្គុយតែឯង។*
    - *ត្រូវប្រាកដថា អ្នកពន្យល់ពីការដាក់ទណ្ឌកម្មជាមុន និងមូលហេតុដែលគេទទួលទណ្ឌកម្ម។ **មិនត្រូវ**ទះគូថក្មេងដោយមិនបាននិយាយគ្នាជាមុននោះទេ ហើយនិងនិយាយជាមួយពួកគេពីអ្វីដែលពួកគេធ្វើខុស។*

យើងដាក់វិន័យកូនរបស់យើងដោយសារតែយើងស្រលាញ់ពួកគេ ហើយយើងចង់ឲ្យពួកគេរៀនពីរបៀបរស់នៅដោយគោរពកោតខ្លាចព្រះជាម្ចាស់ ធ្វើជម្រើសល្អៗ និងប្រព្រឹត្តល្អចំពោះអ្នកដទៃ។ នៅក្នុងមេរៀននេះ យើងនឹងមើលពីរបៀបដឹកនាំកូនរបស់យើង។

## ជម្រើសជំនួសក្នុងការដាក់ទណ្ឌកម្ម (ប្រើមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១០.១)

***សកម្មភាពនៅក្នុងក្រុមធំ***

***សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖*** *កាត់ការសម្តែងនីមួយៗចេញពីសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១០.១ ការដាក់វិន័យលើកុមារ - ហើយឲ្យការសម្តែងនីមួយៗទៅកាន់ក្រុមផ្សេងៗគ្នា។ ចែកមេរៀនទាំងមូលទៅកាន់មនុស្សគ្រប់គ្នា <u>បន្ទាប់</u>ពីការសម្តែងទាំងអស់ត្រូវបានបញ្ចប់។*

ក្រុមនីមួយៗនឹងទទួលបានការសម្តែងរឿង ដើម្បីសម្តែងនៅក្នុងថ្នាក់៖

**រឿងទី១ - *ផ្តល់ឲ្យភារកិច្ចដែលមានប្រយោជន៍***

**កូន** កំពុងតែគោះចាននៅលើតុ ហើយទាមទារចង់បានអាហារ។

**ម្តាយស្រែក៖** «ឈប់គោះចានទៀត។ កូនអាចជួយដោយយកទឹកទៅរៀបកន្លែងញ៉ាំបាយ។»

**រឿងទី២** - ***ការមិនពេញចិត្តជាខ្លាំង និងការរំពឹងទុកច្បាស់លាស់***

**កូន** កំពុងតែដកគំរបប៊ិចចេញ ហើយបោះប៊ិចនោះចុះឡើង។

**ម្តាយនិយាយថា៖** «កូនមិនត្រូវយកប៊ិចបងស្រីរបស់កូនមកធ្វើអញ្ចឹងនោះទេ។ ប្រសិនបើកូនខ្ចីរបស់អ្វីមួយ ម៉ែរំពឹងថាកូននឹងថែរក្សាវា។ ដាក់គំរបប៊ិចវិញភ្លាម ហើយយកវាដាក់ក្នុងប្រអប់វិញ។»

**រឿងទី៣** - ***បង្ហាញពីរបៀបដែលគេអាចកែប្រែបាន***

**កូន** នៅក្នុងហាងហើយបានធ្វើបែករបស់ដោយអចេតនា។

**ម្តាយនិយាយដោយស្ងាត់ៗថា៖** «កូនរើសកម្ទេចកំទីនោះឡើង ហើយយើងនឹងទៅសុំទោសម្ចាស់ហាង។ ហើយម៉ែនឹងសងថ្លៃគេ។

**រឿងទី៤** - ***ផ្តល់ជម្រើស ទទួលយកលទ្ធផល ហើយអនុញ្ញាតឲ្យក្មេងទទួលយកនូវលទ្ធផល***

**ម្តាយ** កំពុងរៀបចំទៅផ្សា។

**កូនសួរ៖** «ម៉ែ ខ្ញុំសុំទៅដែរ?»

**ម្តាយនិយាយ៖** «កាលពីលើកមុន កូនមិនស្តាប់បង្គាប់ ហើយស្រែកចង់បានកូនឡានថ្មីពេលដែលដើរកាត់តូបលក់ប្រដាប់ក្មេងលេង។ កូនអាចមកបានពេលនេះ តែកូនត្រូវធ្វើរឿងមួយ។ ត្រូវស្តាប់បង្គាប់ ហើយមិនស្រែកយំនោះទេ បើមិនអញ្ចឹងទេកូនត្រូវនៅផ្ទះពេលលើកក្រោយហើយ។ កូនយល់ទេ?»

**កូនស្រែក** ចង់បានកូនឡានថ្មីនៅតូបលក់ប្រដាក់ក្មេងលេងនៅតាមផ្លូវទៅផ្សារ។ **ម្តាយ**ក៏យកគេទៅផ្ទះវិញដោយរំងាប់អារម្មណ៍។

នៅថ្ងៃបន្ទាប់ **ម្តាយ**ក៏រៀបចំខ្លួនទៅផ្សារទៀត។

**កូន**ក៏រត់មកកាន់គាត់ ហើយនិយាយថា «ម៉ែកូនសុំទៅដែរ?»

**ម្តាយនិយាយថា៖** «អត់ទេ កាលពីម្សិលមិញកូនមានជម្រើសមួយ គឺត្រូវស្តាប់បង្គាប់ បើមិនអញ្ចឹងទេកូននឹងត្រូវនៅផ្ទះ។ កូនមិនស្តាប់បង្គាប់ទេកាលពីម្សិលមិញ អញ្ចឹងកូនត្រូវនៅផ្ទះជាមួយយាយនៅថ្ងៃនេះ។ កូនអាចមកបាននៅថ្ងៃក្រោយ ប្រសិនបើកូនស្តាប់បង្គាប់។»

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ**

- តើមានជម្រើសជំនួសការដាក់ទណ្ឌកម្មណាខ្លះ ដែលអ្នកបានឃើញនៅក្នុងការសម្តែង?

សូមអានគំនិតចម្បងៗក្នុងមគ្គុទ្ទេសក៍សម្រាប់សិស្ស ១០.១ - ការដាក់វិន័យលើកុមារ។ នៅពេលដែលយើងអាននៅក្នុងចំណុចនីមួយៗ សូមគិតអំពីសាច់រឿងដែលបង្ហាញពីគំនិតចម្បងនីមួយៗ។

ការដាក់ទណ្ឌកម្មខាងរាង្គកាយមិនមែនមានន័យសម្រាប់តែការដាក់វិន័យលើកុមារនោះទេ។ ទាំងនេះជាជម្រើសជំនួសការដាក់ទណ្ឌកម្មលើរាង្គកាយ ដែលកាន់តែធ្វើឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព៖

**ទម្រង់នៃជម្រើសជំនួសនៃការដាក់វិន័យជាជាងការដាក់ទណ្ឌកម្ម៖**

១. ផ្តល់ឲ្យក្មេងនូវភារកិច្ចដែលមានប្រយោជន៍ ជាជាងបង្ហាញអត្តចរិតដែលមិនអាចទទួលយកបាន *[រឿងទី១]*

២. បង្ហាញ**ការមិនពេញចិត្តជាខ្លាំង** (ដោយមិនវាយប្រហារលើឥរិយាបថរបស់ក្មេង)*[រឿងទី២]*

៣. បង្ហាញក្មេងពីរបៀបដែលគេអាចកែប្រែបាន *[រឿងទី៣]*

៤. **ផ្តល់ជម្រើស** - ឥរិយាបថដែលអាចទទួលយកបាន ឬលទ្ធផល / ដាក់ព្រំដែន *[រឿងទី៤]*

៥. អនុវត្តនូវលទ្ធផល *[រឿងទី៤]*

៦. អនុញ្ញាតឲ្យក្មេង**ទទួលរងនូវលទ្ធផល**នៃឥរិយាបថរបស់ពួកគេ *[រឿងទី៤]*

**ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូច ឬជាមួយដៃគូ**

១. សូមគិតអំពីស្ថានភាពដែលក្មេងតែងតែងមិនស្តាប់បង្គាប់ ឬមានអត្តចរិតមិនល្អ

២. ប្រើគំនិតដែលយើងទើបតែពិភាក្សារួច ព្យាយាមគិតអំពីរបៀបដែលអាចប្រើជម្រើសជំនួសការដាក់ទណ្ឌកម្ម។ រៀបចំសម្តែងរឿងដោយប្រើវិធីសាស្រ្តថ្មី។ ក្រុមនីមួយៗគួរតែរៀបចំសាច់រឿងពីរ។

៣. ឡើងសម្តែងរឿងឲ្យក្រុមទាំងមូលមើល។ សួរទៅកាន់អ្នកដែលមើលដែលវិធីសាស្រ្តណាមួយដែលត្រូវបានបង្ហាញនៅក្នុងការសម្តែងនេះ។

៤. អធិស្ឋានសម្រាប់ក្រុមទាំងមូល ថាព្រះជាម្ចាស់នឹងជួយពួកគេឲ្យដឹកនាំកូនរបស់គេ ហើយជួយពួកគេឲ្យអនុវត្តមេរៀននៅថ្ងៃនេះ។

# រំលឹកមេរៀន

## ការពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមធំ

**សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកសម្របសម្រួល៖** ចំណាយពេលមើលពីគោលគំនិតនៅក្នុងមេរៀននេះ ដែលពួកគេចងចាំ និងមានរបៀបដែលពួកគេមានគម្រោងដើម្បីប្រើអ្វីដែលពួកគេបានរៀន។ ប្រហែលជាមានប្រធានបទមួយចំនួន ដែលអ្នកត្រូវតែរំលឹកម្ដងទៀត។

កាលពី ពីរបីសប្ដាហ៍មុន យើងបានពិភាក្សាអំពីវិធីសាស្ត្រ និងគោលការណ៍ខុសគ្នាៗជាច្រើន។

- តើវិធីសាស្ត្រ ឬគោលការណ៍ណាខ្លះដែលអ្នកចងចាំ?
- តើចំណុចមួយណាដែលមានសារៈសំខាន់សម្រាប់អ្នក?
- តើអ្វីដែលអ្នកចង់ព្យាយាមធ្វើបន្ថែមទៀត?
- តើអ្នកអាចនឹងឃើញកូនរបស់អ្នកមានការផ្លាស់ប្ដូរបែបណាខ្លះ នៅពេលដែលអ្នកប្រើវិធីសាស្ត្រទាំងនេះ?
- តើអ្វីដែលនឹងជួយអ្នក ឲ្យពឹងផ្អែកលើព្រះជាម្ចាស់ដើម្បីប្រើវិធីសាស្ត្រទាំងអស់នេះ និងជួយបង្កើតឲ្យមានការផ្លាស់ប្ដូរវិជ្ជមាននៅក្នុងកូនរបស់អ្នក?