



# Cov tswv yim tham nrog koj tus me nyuam lub tsev kawm ntawv

(Tips for Talking with Your Child's School - Hmong Version)

Cov kev sib tham hauv koj tus me nyuam lub tsev kawm ntawv puas mus tau zoo? Koj puas tseem txob txhawj thaum zoo li tsev kawm ntawv pheej tsis hnov qhov koj hais? Koj puas paub txoj hau kev zoo los nug cov lus nug? Koj puas muab tau koj cov lus nug mus nug tus neeg yuav teb tau? Tsev kawm ntawv puas muaj cuab kav piav tau meej ntxiv thiab teb tau?

Tam li leej niam leej txi, nug cov lus nug, nqa cov teeb meem mus tham, muab cov xov, thiab piav cov lus tham kom meej puav leej yog ib feem ntawm koj tes dej num. Nrog cov ua hauj lwm hauv tsev kawm ntawv tham yog ib txoj kev zoo los caum xyuas koj tus me nyuam txoj kev kawm tau ntawv thiab txheeb xyuas cov teeb meem thaum ntxov.

## Nov yog qee cov tswv yim:

- Teev koj cov kev txhawj los yog cov lus nug mus nug hauv lub rooj sib tham. Kos tawm qhov koj tau hais lawm.
- Muab cov ntaub ntawv uas txhawb koj cov kev txhawj thiab nqa nrog koj mus rau hauv cov rooj sib tham.
- Siv cov phau ntawv me los yog cov ntawv muaj kem los teev xyuas seb koj tau nrog leej twg tham lawm, hnuv twg thiab lub sij hawm twg, thiab lawv ho teb li cas. (Daim ntawv teev xyuas (Contact Log) no muaj nyob hauv phau ntawv hais tias, "[Ua hauj lwm ua ke \(Working Together\)](#)" nyob hauv PACER qhov web site. Thov mus saib thiab muab luam tawm koj los siv tau nyob rau ntawm [PACER.org/publications](#).)
- Hais tias koj xav tau txais cov kev txiav txim siab ua ntawv zias.
- Nug kom qhia meej ntxiv. Xyuas meej tias koj thiab tus koj tau nrog tham ntawd tau pom zoo raws li tau hais. Cov lus hais xws li, "*Kuv xav tias kuv to taub qhov koj hais tias...Puas yog li ntawd?*" Los yog "*Qhia kuv ntxiv seb qhov ntawd ho yog li cas tiag kom kuv ho to taub meej.*" Yeej tsis ua li cas los hais tias, "*Thov txim, kuv tsis to taub qhov koj hais ntawd.*"

**Qhov peb nug cov lus nug li cas ces muaj cuab kav txheeb pom cov lus teb li ntawd.** Koj puas paub koj tus cwj pwm txuas lus yog li cas?

- **Koj puas yog ua tus ywj hais (Passive)?** "*Kuv xav tias qhov nws kawm tsis tau ntawd yog nws tsis mob siab kawm xwb,*" "*Yog koj xav tias qhov twg yuav pab tau los yeej tau, tsis ua li cas.*" Nov yog cov kev txhua lus ua tus ywj xwb.
- **Koj yog tus hais cem (Aggressive)?** "*Kuv tus me nyuam nyeem tsis tau ntawv los yog tim koj xwb*" "*Koj tsim qhov teeb meem no...koj yuav tsum kho rau!*" Nov yog cov lus hais cem lwm tus.
- **Koj puas yog tus hais muaj paus muaj ntsis (Assertive)?** Cov hais muaj puas muaj ntsis muaj cuab kav qhia tau qhov lawv xav, xav li cas thiab cov tswv yim tawm thiab ncaj ncees. Lawv hais tau cov lus meej thiab ncaj nraim. "*Kuj zoo li yog ib txoj hau kev ua. Sim ua mus li 4 lub lim tiam seb puas yuav txhawb tau.*"

Kev txuas lus muaj paus muaj ntsis yuav yog kev txuas tau lus zoo los hais tawm lawv lub tswv yim thiab qhov lawv xav rau lwm tus nrog txoj kev sib hwm. Yeej tsis yooj yim los hais kom muaj paus ntsis, tseem ceeb yog thaum txhawj los yog ntshai nug tej yam. Qhov loj ces yog yuav tau tawm ntawm qhov pheej xav yav tas los

lawm, thiab faj tias qhov koj tus me nyuam xav tau yog qhov tseem ceeb tshaj plawm. Thaum koj pib tau kev txuas lus muaj paus muaj ntsis lawm, tej zaum koj yuav nrhiav pom tias cov ua hauj lwm hauv tsev kawm ntawv thiab koj yuav muaj kev koom tes los daws tau tej teeb meem thiab muab tau cov tswv yim rhawv tau cov hau kev los txhawb koj tus me nyuam txoj kev kawm ntawv.

**Nov yog nqee cov tswv yim koj yuav sim tau:**.....

- Siv lo lus “Kuv” no coj los hais seb koj xav li cas, qhov koj xav, los yog qhov koj xav kom tshwm sim. *“Kuv xav tias kuv tus me nyuam xav tau kev pab ntxiv rau kev nyeem ntawv. Kuv pom tias nws nyeem tsis tau ntawv nyob hauv tsev thiab cia li ntxhov siab tuaj.” Zam cov lus hais xws li, “Koj yog ib tug kws qhia ntawv tsis paub qhia vim li ntawd kuv tus me nyuam thiaj tsis txawj nyeem ntawv.” “Koj yog tus qhia ntawv, tsis yog kuv nav.”*
- Nug cov lus nug ncaj qha kom tau txais cov lus teb thiab pab qhia meej ntxiv. *“Koj muaj cuab kav muab tau cov kev qhia twg rau hauv lub tsev kawm ntawv no?” “Koj pom cov kev qhia twg thiaj pab tau cov me nyuam muaj qhov teeb meem no?” Thov qhia kuv ntxiv seb ho qhia li cas tiag.” Txhob hais tias, “Koj tsim tej teeb meem no, yeej meem kho rau!” “Koj tsis paub tias yuav qhia ntawv rau cov me nyuam zoo li no lov?”*
- Faj thaum koj hais lus thiab lub suab lus. Koj puas zaum qhaib tes thiab ua qhov muag nruj nreem rau lwm tus? Koj puas tshuam lus thaum lwm tus tab tom hais lus? Koj puas ua li tus tsis nyiam thiab npau taws, los yog ua tus ntseeg siab thiab qhib lub siab hlo los sib tham? Yog tias ho muaj tej qhov uas koj tam li niam txiv xav hloov kho, thov mus saib phau ntawv hais tias **“Lis hauj lwm ua ke”** kuj yuav pab tau. Phau ntawv no nyob hauv PACER qhov web site.

Ib txoj kev zoo ua yog xyuas meej tias txhua yam tau teev tseg rau hauv ntawv, tsis hais yuav yog qhov koj hais los yog qhov tsev kawm ntawv hais. Nov yog qee cov qauv ntawv sau koj cov kev txhawj qhia rau tsev kawm ntawv paub.

**DAIM NTAUV SAU PIV TXWV**

Hnub tim \_\_\_\_\_  
Mrs. Smith  
Flying Elementary School  
1138 S. 14 St.  
Windy City, MN 55555

Hawm txog Mrs. Smith,

Kuv muaj kev txhawj xeeb txog kuv tus me nyuam txoj kev kawm tau zauv xav muab qhia rau koj. Nws nqa ib co ntawv coj los ua hauv tsev tab sis zoo li nws tsis paub ua, thiab tsis paub piav qhia rau kuv li. Nws kam siv li 3 teev ib hmos twg los ua cov ntawv no thiab peb los puav leej tsis pom qab yuav pab tau li cas. Kuv tsis xav tias peb yuav tsum muaj tej teeb meem zoo li no txhua hmo. Kuv xav kom muaj ib lub rooj sib tham los tham txog kuv qhov kev txhawj no. Thov qhia rau kuv kom sai li sai tau. Tus xov tooj hu tau rau kuv txhua lub sij hawm yog (555) 555-5555.

Nrog txoj kev hwm  
(Koj lub npe)

**DAIM NTAUV SAU LAUV QAB**

Hnub tim \_\_\_\_\_  
Mrs. Smith  
Flying Elementary School  
1138 S. 14 St.  
Windy City, MN 55555

Hawm txog Mrs. Smith,

Ua tsaug rau lub rooj sib tham nag hmo los hais txog kuv cov kev txhawj txog Johnny rab peev xwm kawm zauv. Kuv to taub tias tom qab sib tham tag no koj yuav muab Johnny qhov ntawv nqa los ua hauv tsev hloov kho los ua 6 qhov (6 problems) ib hmos twg, thiab koj yuav xa ib co lus sau rau hauv phau ntawv sib txhuas lus xwv kuv thiaj paub tias nws yuav tsum ua dab tsi.

Ntxiv mus, yog tias muaj lwm yam dab tsi peb muaj cuab kav ua tau nyob hauv tsev los pab Johnny ua zauv, thov qhia rau kuv paub. Ua tsaug rau koj txoj kev pab.

Nrog txoj kev hwm,  
(Koj lub npe)