

Kev taw qhia niam txiv thiab tus kws qhia ntawv los siv tus me nyuam txoj kev npaj los tiv thaiv kom txhob muaj kev thab plaub

(Parent and Educator Guide to Using the Student Action Plan Against Bullying - Hmong translation)

Kev thab plaub yeej ua kom muaj qhov ua twj ywm tau. Thaum muaj kev thab plaub tshwm sim los, tseem ceeb kawg uas cov niam txiv, cov kws qhia ntawv, thiab cov me nyuam hluas yuav tau los raus tes muab cov kev daws kom txhob muaj mus ntxiv. Muab kev thab plaub koj los tham kuj yuav tsis yooj yim thaum cov me nyuam hluas tsis muaj tsam thawj los cuag tau cov laus uas chawj txog los yog tsis tso siab los qhia tawm qhov lawv xav txog, qhov lawv xav, thiab cov tswv yim los daws kev thab plaub. Tej zaum tus ua raug lwm tus thab ntawd kuj cia li ua twj ywm vim ntshai tsam ntsib tus xwm txheej tsis zoo thiab xav tias tsam yog tim nws es thiaj raug lwm tus thab. Qee tus uas tau pom qhov sib thab los yuav tsis pom qab xav tias nws yuav raus tes nrog daws li cas los yog tsam ho raug thab thiab. Cov ua koj tau tus cwj pwm thab plaub los yuav tsis pom tias lawv tus cwj pwm koj ntawd yog ib qho teeb meem.

“Tus kawm ntawv txoj kev npaj los tiv thaiv kom txhob muaj kev thab plaub” muaj cuab kav pab taw qhia cov me nyuam hluas rau txoj kev sib txuas lus, muab tau txoj hau kev los qhia cov tswv yim thiab qhov xav tias yuav yog qhov daws tau kev thab plaub. Txoj kev npaj no tseem muaj cuab kav pab kom lawv tswj tau lub tsam thawj muaj teeb meem ntawd. Vim yog feem ntau ntawm txoj kev thab plaub no yuav tso tseg tsis tau yog tsis muaj ib tug laus uas txhawb thiab chawj txog los koom tes nrog daws, peb thiaj xav kom muaj cov laus los koom nrog cov kawm ntawv los lis hauj lwm raws li tus kawm ntawv txoj kev npaj los tiv thaiv. Yog muaj kev txhawb los ntawm cov laus lawm, cov kawm ntawv yuav tuaj lub zog los hais tawm thiab txo kom tau qhov pheej ua twj ywm txog kev thab plaub.

Cov txiaj ntsig ntawm qhov muaj cov me nyuam hluas koom nrog txoj kev tiv thaiv kom txhob muaj kev thab plaub

Qhov tau ntsib los yog tau pom kev thab plaub los lawm yuav ua rau cov hluas lub zog gaug tau. Rau cov muaj tus cwj pwm thab plaub, tseem ceeb rau lawv los muaj lub tsam thawj ras txog qhov lawv ua thiab hloov lawv tus cwj pwm koj. Qhov tham txog kev thab plaub thiab qhov kev thab plaub no ua kom muaj kev xav txawv, qhov los koom ua ib feem los daws, thiab muab cov hauv kev daws sib txawv koj los luj seb qhov twg zoo dua kuj yog cov kauj ruam tseem ceeb los pab cov me nyuam hluas txawj thoob tswv yim rau lawv tus kheej thiab lwm tus tias lawv puas yog cov raug thab, pom muaj kev thab plaub, los yog pheej thab lwm tus.

Thaum cov niam txiv thiab cov kws qhia ntawv pab cov me nyuam hluas to taub thiab los daws kev thab plaub lawm, cov me nyuam hluas yuav muaj:

- Cov txuj txawj thoob tswv yim tus kheej los pab kom lawv qhia tau rau lawv tus kheej, zoo li ib qho twj tseem ceeb siv tau rau thaum muaj kev thab plaub thiab hauv lawv lub neej
- Rab peev xwm qhia tau lawv tus kheej thiab hais kom lwm tus hnov, paub tias lawv yog ib feem ntawm txoj kev los daws kev thab plaub
- Lub tsam thawj los thoob tswv yim pab lwm tus. Coob tus kawm ntawv uas pom muaj kev thab plaub ntawd yeej xav tias yog qhov tsis zoo tab sis tsis paub meej tias yuav ua tau li cas. Xav kom thoob txog

cov kev daws tau yuav ua rau lawv muaj kev to taub zoo ntxiv txog ntau txoj hau kev sib txawv uas lawv muaj cuab kav muaj feem los daws tau kev thab plaub

- Lub tsam thawj los hloov tus cwj pwm coj phem nrog lub hom phiaj los pab lwm tus xwb tsis yog los tsim lwm tus
- Kev koom siab ntau ntxiv los tiv thaiv kom txhob muaj kev thab plaub, uas muaj lawv cov tswv yim, cov kev txhawj xeeb, thiab cov kev xav hauv cov kev daws kev thab plaub
- Qhov xav tau ntxiv tias qhov tau npaj los daws ntawd yuav raug li cov muaj feem los koom nrog ntawd cov txuj thiab cov kev xav tau

Cov kauj ruam yuav tau ua thaum siv tus kawm ntawv txoj kev npaj los tiv thaiv nrog cov me nyuam hluas

Kuj muaj ntau txoj hau kev sib txawv los ua kom tau txoj kev npaj no tiav. Qee tus me nyuam hluas xav los ua daim ntawv npaj no lawv tus kheej ces mam li muab cov kev daws los nrog ib tug laus sib tham mus ntxiv. Qee tus hluas yuav xav tau kev pab los ntawm ib tug laus lawv ntseeg los pab ua kom tiav daim ntawv npaj no. Xyuas meej tias cov me nyuam hluas to taub tias qhov kev npaj no yuav pab tau lawv nyob hauv txhua lub tsam thawj: txawm yog lawv raug thab, lawv yog cov pom, los yog lawv yog cov thab plaub kiag. Cia tus kawm ntawv txiav txim siab tias nws yuav npaj kom tiav nws txoj kev npaj los tiv thiav kev thab plaub thiab khaws cov tswv yim rau nruab siab:

1. Tig xyuas txoj kev npaj no koj tus kheej.

- Phab ib ntawm tus kawm ntawv txoj kev npaj los tiv thaiv kev thab plaub muaj cov kev taw qhia
- Phab ob thiab phab peb qhia tawm txoj kev npaj tiav hlo, nrog rau qhov piv txwv ntawm ib tug kawm ntawv raug thab thiab ib tug kawm ntawv pom kev thab plaub
- Phab plaub yog phab tsis tau sau dab tsi uas npaj txhij los sau tus kheej txoj kev npaj tiv thaiv kev thab plaub kom raug raws li xav

2. Muaj kev ywj siab los sau cia cov lus teb. Tus kawm ntawv muaj cuab kav sau tau daim ntawv no thaum lawv muaj kev sib tham thiab nrog lwm tus sib hais. Piv txwv tias, tej zaum yuav yog lub sij hawm yooj yim rau tus kawm ntawv los txuas ncauj txuas lus thiab yuav tso siab zog los tham txog cov lus nug thiab cia niam txiv los yog tus kws qhia ntawv los sau cov lus teb.

3. Muab kev txhob rau txhua kauj ruam. Li tus kawm ntawv siv nws txoj kev npaj ib qho dhau ib qho, qhov pab tau yog taw qhia nws los nug cov lus nug uas muaj cov lus teb tau, qhia nws txog tus xwm txheej (piv txwv li..., puas yog lawv raug thab, yog cov pom muaj kev thab, los yog lawv yog tus muaj kev thab lwm tus). Xyuas meej tias tau siv sij hawm txaus los tshab txhais cov lus ntawd thiab piav qhia qhov tseeb kom ntxaws.

Qhov txhob kom muaj cov lus nug hais hauv qab no yog qhov hais txog txhua kauj ruam nyob hauv “tus kawm ntawv txoj kev npaj los tiv thaiv kev thab plaub”.

Kauj ruam 1: Piav qhia qhov koj tau ntsib los lawm	Kauj ruam 2: Qhia tawm koj cov tswv yim	Kauj ruam 3: Npaj cov kev daws siv nyog
<ul style="list-style-type: none"> • Koj puas kam qhia kom kuv to taub qhov tau tshwm sim rau koj los? • Leej twg yog cov muaj feem xyuam nrog? • Puas yog tshwm sim ntau tshaj li ib zaug? • Qhov tshwm sim rau koj no tsis zoo rau koj npaum li cas? 	<ul style="list-style-type: none"> • Koj puas xav kom lub tsam thawj no txawv li cas? • Puas muaj ib yam dab tsi koj tau sim ua los kom tseg txoj kev thab plaub li no? • Qhov yuav hloov tau los pab kom tseg tus cwj pwm coj no yog dab tsi? 	<ul style="list-style-type: none"> • Koj muaj cov tswv yim zoo kawg – Kuv yuav txhawb tau koj li cas? • Cov laus nyob hauv tsev kawm ntawv tus twg yog tus koj xav tias koj yuav nrog tau? Peb yuav kom lawv los koom nrog txoj kev npaj no tau li cas?

Kauj ruam 1: Piav qhia qhov koj tau ntsib los lawm	Kauj ruam 2: Qhia tawm koj cov tswv yim	Kauj ruam 3: Npaj cov kev daws siv nyog
<ul style="list-style-type: none"> • Puas yog qhov thab plaub no tshwm sim nyob hauv online? • Koj puas kam qhia kuv ntxiv tias qhov thab plaub no ua rau koj xav li cas? • Puas muaj thaj tsam twg nyob hauv tsev kawm ntawv uas koj xav tias tsis zoo rau koj mus? • Koj puas xav tias kev thab plaub no yog ib qho teeb meem loj nyob hauv koj lub tsev kawm ntawv los yog hauv koj lub zej zog? • Yog koj muab koj rau lwm tus txhais khau, koj puas xav tias koj tus cwj pwm coj no yuav ua rau lawv mob npaum li cas? 	<ul style="list-style-type: none"> • Qhov koj niam koj txiv yuav pab tau yog dab tsi? • Qhov cov laus nyob hauv tsev kawm ntawv yuav pab tau yog dab tsi? • Cov phooj ywg los yog cov luaj li koj uas koj tso siab nrog tau yog cov twg? • Nyob hauv lub neej, qhov yuav pab kom tau koj muaj kev kab ntsab tau yog dab tsi? • Puas yuav pab tau yog koj tau nrog lwm tus tham, xws li tus kws qhia ntawv, koj cov kwv tij, los yog tus saib kev kawm? 	<ul style="list-style-type: none"> • Kuv paub tias yeej muaj ntau lub tswv yim, tab sis koj tsis tas yuav siv cov tswv yim no ib leeg kheej. Cov kauj ruam twg yog cov koj kaj siab los siv thiab qhov lwm tus yuav los pab tau ho yog dab tsi? • Koj yuav ua tau li cas yog muaj kev thab plaub tshwm sim los? • Thaum peb muaj txoj kev npaj los siv, thaum twg peb yuav rov los saib dua seb ho mus tau li cas thiab yuav tau hloov yam puav hauv txoj kev npaj no?

4. Ua siab ntev nrog qhov cov me nyuam hluas qhia lawv zaj lus tias yog li cas. Txoj hau kev los sau txoj kev npaj no tsis tas yuav ua kom raws nkaus, txhais tau tias txawm yuav teev muaj peb kauj ruam yooj yim los, qhov tham txog kev thab plaub yuav yog ib yam ntxhov kawg thaum nqis tes ua. Qhov no yog tus kawm ntawv zaj lus los qhia, thiab cov laus yuav tsum ua tib zoo qhib siab cia lawv tham raws li qhov lawv yuav tham tau.

- Tej zaum cov me nyuam hluas yuav muaj ntau txoj hau kev los qhia lawv zaj lus tawm rau lwm tus mloog. Piv txwv li, tej zaum lawv yuav pib tham txog qhov lawv xav kom txhob muaj mus ntxiv (kauj ruam 3) uas tsis yog pib tham qhov tshwm sim li cas (kauj ruam 1).
- Tej zaum lawv yuav hais txog qhov lawv xav ntau tshaj li qhia tias tus cwj pwm coj zoo li cas tiag
- Tej zaum yuav siv kev sib tham ntau tshaj li ib zaug los ua kom tiav txoj kev npaj. Tom qab tau pib sib tham lawm, tej zaum lawv xav tau ntau lub sij hawm los xav txog cov kev daws siv tau ua ntej yuav pib sib tham ntxiv dua.

Tau sau txoj kev npaj no tiav hlo lawm – ntxiv no mus ho yog dab tsi?

Muaj qee yam coj los sau cia kuj yog ib qho zoo kawg li. Qhov no yuav pab muab tau cov lus qhia meej tias yuav ua li cas mus thiab npaj los sau tau cov tswv yim cia. Kauj ruam ntxiv mus yog:

- **Qhia:** Mus cuag tus kws qhia ntawv los yog lwm tus laus uas muaj kev txhawb rau tus kawm ntawv lub neej, xws li tus kws cob qhia, tus coj pab pawg los yog tus coj kev ntseeg. Qhia lawv txog cov tswv yim muaj nyob hauv tus kawm ntawv txoj kev npaj tiv thaiv kom txhob muaj kev thab plaub thiab hais kom lawv los qhia qhov lawv pom tias yuav ua li cas mus thiab yuav lis txoj kev daws uas tau pom tseg li cas.

Kuv txoj kev npaj ua tus kheej los tiv thaiv kom txhob muaj kev thab plaub

Kauj ruam 1: Piav qhia qhov koj tau ntsib los lawm	Kauj ruam 2: Qhia tawm koj cov tswv yim	Kauj ruam 3: Npaj cov kev daws siv nyog
<p>Xav txog qhov kev thab plaub koj ntsib los, koj tau pom, los yog ua tus thab kiag. Piav qhia lub tsam thawj, tshwm sim nyob rau qhov twg, leej twg koom tes nrog, tshwm sim tau li cas, dab tsi tshwm sim tawm los, thiab qhov ntawd ua rau koj xav li cas tiag.</p>	<p>Ces xam xyuas seb tus xwm txheej ntawd ho tshwm sim tau txawv li cas. Xav txog qhov koj xav kom tshwm sim los, yuav hloov tau dab tsi, thiab dab tsi thiaj yog qhov koj xav tau lawm tias yog lam zoo li no ces kuj yuav zoo dua.</p>	<p>Ntxiv mus, xav txog cov kauj ruam yuav tau muaj los hloov tau qhov tshwm sim ntawd. Xam txog tes dej num koj yuav ua tau, leej twg yog tus yuav pab tau, thiab nws yuav ua tau dab tsi.</p>
Muab koj cov lus teb tso rau cov kem hauv qab no		
Cov kauj ruam tom ntej		Leej twg yuav koom tes tau?
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		