

# Kev sib raug zoo yog pib los ntawm koj thiab tus tub/ntxhais hluas

Feeb coob mas cov neeg laus yeej sib nug, 'Kuv yuav ua li cas thiaj li yuav txhawb tau cov tub/ntxhais hluas?' Daim ntawv qhia no nug kom koj koom kev sib txuas lus seb "yam twg thiaj yuav pab tau?" nrog rau cov tub/ntxhais hluas yam qhia txog kev pab tsis tau lawv tus kheej, tsim ciام ntawm tib neeg thiab mloog lawv yam tsis txhob thuam lawv.



Tsim kev sib raug zoo mas muaj kev sib txuas lus.  
"Kuv pom..." "Kuv nco..."  
"Muaj qee yam uas kuv pab tau..."

## Qhov peb paub

- ★ Kuv sib txuas lus los ntawm tus neeg laus thiab tus tub/ntxhais hluas yam yog ib tus tib neeg. Kuj yog los ntawm cov tub/ntxhais hluas thiab cov dej num nyob hauv lub zej zog tag nrho.
- ★ Muaj kev pab kom sib raug zoo tshwm sim thaum cov neeg laus thiab cov tub/ntxhais hluas muab thiab txais kev sib pab los ntawm txoj kev sib raug zoo no.
- ★ Cov tub/ntxhais loj hlob zoo thiab ua tau zoo tshaj thaum uas lawv muaj kev xav tias lawv muaj kev saib txuas lus zoo nroig cov neeg laus uas tseem ceeb rau lawv lub neej.
- ★ Kev pab yog ib qho tseem ceeb rau cov tub/ntxhais hluas kom muaj kev sib txuas lus thiab kev mob siab kom tau thiab kom lawv kawm tau cov txuj ci tseem ceeb rau faim no thiab.
- ★ Npaj tsam muaj qee yam tsis tshua zoo thaum tsim txoj kev sib raug zoo thiab nrhiav kev nkag siab tsis raws li siab xav.

# Kev sib raug zoo yog pib los ntawm koj thiab tus tub/ntxhais hluas

## Yam twg koj thiaj ua tau

### Mloog

Nrog tus tub/ntxhais tham yam saib ntsoov lawv lub qhov muag, txhob kov cov khoom siv fais fab, thiab nug lawv.

### Nug cov lus uas kom tseg tw

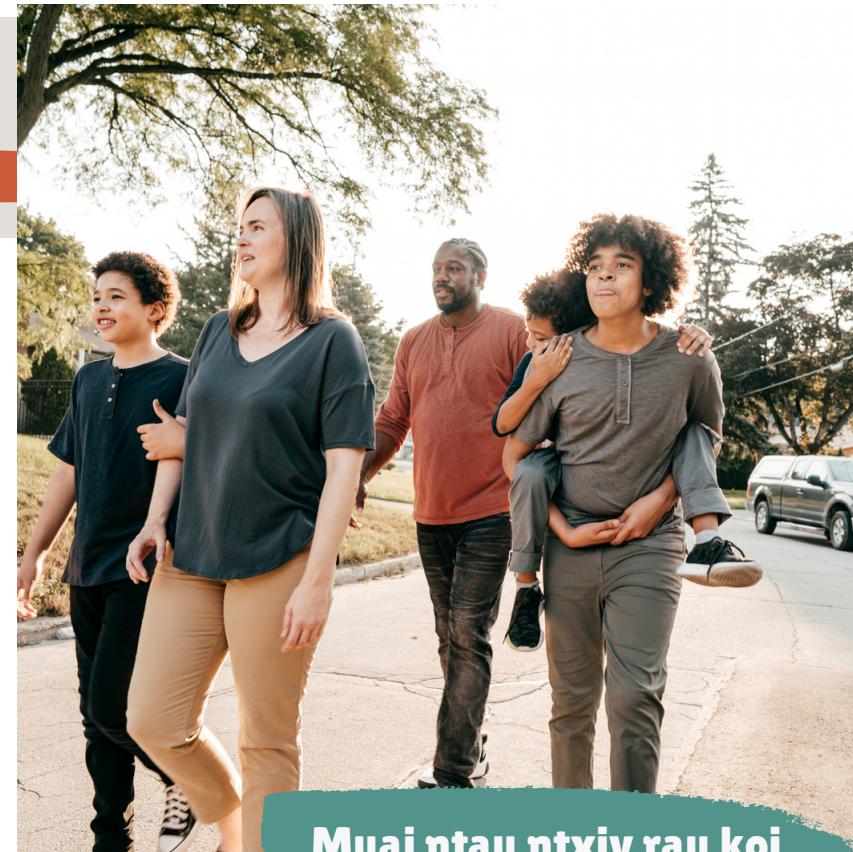
Kom teb tshaj li ntawm yog/tsis yog kom pab cov tub/ntxhais piav txog lawv txoj kev xav thiab siab xav.

### Lees

Hais cov kev zoo rau cov tub/ntxhais kom lawv paub txog lawv txoj kev zoo thiab kom tsis txhob thuam lawv tus kheej.

### Txhawb cov tub/ntxhais cov kev uas lawv nyiam

Mus koom lawv cov yeeb yam, kis las thiab lwm yam.



### Muaj ntau ntxiv rau koj

Cov neeg laus uas muaj kev hhub mas tseem ceeb heev rau txoj kev pab cov tub/ntxhais hluas kom lawv loj hlob zoo. Muaj ntau txoj kev uas kev uas kuj pab tau cov tub/ntxhais hluas koj hhub.

Mus nrhiav keb qhia thiab kev pab yam mus saib



[go.wisc.edu/youthtoolkit](http://go.wisc.edu/youthtoolkit)