ንትምህርቲ ብቑዕ ምኳን

ኩቡራት ወለዲ

ደቅኹም ኣብ መንጎ ክልተን ሹዱሽተን ዓመት እንተ ኾይኖም ብዙሕ ግዜ ከመይ ጌርኩም ናይ ምፍላጥ ድሌቶም ከም ተዕብዩሎምን ናብ ዓለም፡ መዋእለ ህጻናት፡ ከምኡ ውን ቤት ትምህርቲን ከም ተቀራርብዎም ስክፍታታት ይህልወኩም ይኸውን።

ኣብ ሕብረትሰብ ስዊዘርላንድ፡ ትምህርቲ ኣዝዩ ኣገዳስን ሃብታም ምንጪ ምዕባለን እዩ። ንኹሎም ህጻናት መሰሎም ጥራሕ ዘይኮነ ግዴትኦም ውን እዩ። ቅድመ ምድላው ተጌሩ ምስ ዝጸንሕ፡ ህጻናት ናብ ቤት ትምህርቲ ምኻድ ይቐለሎም።

ወለዲ ኣብ ልዕሊ ህጻን ዓቢ ጽልዋ ኣለዎም፡ ስጉምቲ ዝወስዱሉ ግዜ ድማ በጺሑ እዩ። ከም ሞያውያን ስነ ኣእምሮኣዊ ምዕባለ ህጻን ካብ ተመኩሮና ነዞም ዝስዕቡ ነገራት ኣጥቢቕና ነተሓሳስብ።

ጉቡእ ህጻናት

ውሕስነት

ጥቡቕ ምትእስሳርን ቀጻሊ ፍቕሪ ዝመልኦ ዝምድናን ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤት።

ተመኩሮታት

ካብ ንእስነቶም ጀሚሩ ዝተደለበ ተመኩሮታትን ተሳታፍነት ኣብ መዓልታዊ ስርሓትን ርእሰ ተኣማንነት የሕድረሎም።

ዝምድናታት

ኣብ ማሕበራዊ ሂወት ምውሳእ፡ ምስ ካልኦት ህጻናትን ዓበይትን ነብሰ ተኣማንነት ከም ዝህልዎምን በላሕትን ክም ዝኾኑ ይገብሮም።

ህጻናት ቋንቋ የድልዮም

ቋንቋ ምስ ሰብ ክትራዳዳእን ትምህርቲ ክትምሃርን ማዕጾ የርሕወልካ። ናብ ህጻን ካብ ንእስነቱ ኣትሒዙ ይመሓላለፍ፡ ኩሉ ዝገብርዎ ዝምድናታት ብመገዲ ቋንቋ እዩ። ምስ ካልኦት ህጻናትን ዓበይቲ ሰባትን ብኸመይ ከም ዝዛረቡ ይመሃሩ። ዘይ ምርድዳእ ኣብ ዝፍጠረሉ እዋን ውን ተማያይጥካ ምፍታሕ ይመሃሩ።

ቋንቋ ክከኣልን ክምዕብልን ኣለዎ። ህጻናት ብቋንቋ ምጽዋት ይፈትዉ። ዝተፈላለየ ድምጽታታ ምግባር ይመሃሩ፡ ትርጉም ዘይብሎም ቃላት ብምፍጣር ይጻወቱ። ቃላት፡ መብዛሕትኡ ግዜ ሕማቕ ትርጉም ዘልዎም ብምምጻእ ግብረ መልሲ ወለዲ ይርእዩ።

ህጻናት ወለዶም ብዝጥቀምሉ ቋንቋ ይምርሑን ኣብኡ ይምርኮሱን። ምስማዕን ሓሳብካ ምግላጽን ይመሃሩ። ማሕበራዊ ናብራ ብቓላት ይገልጽዎ። ዝተዘርበት ቃል ክትሰማዕን ርድእቲ ክትከውንን ኣለዋ። ብኻልእ መንገዲ ሓንሳብ ዝወጸት ቃል ናብ ህጻን ትበጽሕ።

ቋንቋ ንደቅኻ እትህቦምን ምሉእ ሂወቶም ሒዞሞ ዝኸዱ ኣዝዩ ዓቢ ሃብቲ እዩ ።

ምኽኣል ቋንቋን ምምዕባሉን

ምዝራብ
ዋላኳ ኣዝዩ ንእሽቶን ዘይዛረብን እንተኾነ ምስ ህጻን ብዙሕ ተዛረብ። መብዛሕትኦም ህጻናት በዚ ኮነ በቲ ይርድኦም እዮ። ቃና ዘርባ ብምቕዳሕ ብናቶም መንገዲ ይምልሱ። እዚ ናይ መጀመርያ ዕላል እዩ። ምዝራብ ካብ ሓበሬታ ምትሕልላፍ ንላዕሊ ጥቕሚ ኣለዎ። ምስ ህጻን ክትዛረብ ከለኻ ብህድኣት፡ ብንጹር፡ ርዱኣት ዝኾነ ቃላት ጥራሕ ተጠቐም፡ ጸርፊ ኮነ መርገም ኣይተውጽእ።

ምዝራብ ቲቪ ብምርኣይ ኣይልመድን እዩ።ብዙሕ ቲቪ ምርኣይ፡ ኣብ ኮምፒተር ብዙሕ ግዜ ምጥፋእ ንቛንቋ ይጎድኦ።

ምስማዕ
ህጻን ክዛረብ ከሎ ጽን ኢልካ ስምዓዮ። ንምስማዕ ግዜ ሃብ። ዝኾነ ነገር ክትገልጻሎም ከለኻ ከም ዝሰምዑኻን ዝተረዱኡኻን ክኣ ኣረጋግጽ።

ጽውጽዋይ ምንጋር
ንህጻናት ጽውጽዋይ ክትነግሮም ከለኻ፡ ምስኦም ኣብ መጽሓፍ ዘለዉ ስእልታት ረአ፡ ኣብ ጽውጽዋይ ዘለዉ መዝሙራት ምስኦም ዘምር፡ ከምኡ ብምግባር ኣብ ቋንቋ ዘለዎም ደስታ ተበራብርን ምስ ቋንቋ ዘለዎም ዝምድና ተማዕብልን።

ምውዳእ ዕዮን ምግዳፍ ድሌታትን

ጽቡቕ ልምድታት ምምዕባል
መዓልታዊ ሂወት ስድራቤት ብብዙሕ ነገራት ይዕመም፡ ገሊኦም ብቕጽበት ዝፍጸሙ መልሲ ዘይወሃቦም እዮም። እዚኦም ከም ቅድሚ መግቢ ኢድ ምሕጻብ፡ ክዳን ምልባስ ንደግ ቅድሚ ምውጻእካ፡ ወይ ድማ ደስ ዝብል ቪድዮ ግይም ገዲፍካ ምኻድ።

ምሕጋዝ
ህጻናት ካብ ንእስነቶም ጀሚርካ ንእሽቶ ስራሕ ሃቦም፡ ብሓንሳብ ሓቢርኩም ድማ ትሰርሕዎ። ሓገዝን ናእዳን ኣድናቖትን ምሃብ ዘክር። ብሓቂ ኣገደስቲ እዮም። ድሕሪ ቁሩብ ግዜ ነቲ ስራሕ ባዕሎም ብዘይ ሓገዝ ክሰርሕዎ ክኽእሉ እዮም፡ ከም ጣውላ ምድላውን ካልእ ቅልል ዝበሉ ስርሓትን።

ምጽባይ
ህጻን ውሑዳት ድልየታትን ባህግታትን ጥራሕ እዩ ዘለዎ ንሱ ክኣ ብቕጽበት ክማላኣሉ ይደሊ። ምጽባይ ግን ክመሃር ኣለዎ፡ ካልኦት ዘረበኦም ክሳብ ዝውድኡ ጽን ኢሉ ክሰምዕ ኣለዎ፡ ግዜ ክሳብ ዝኣክል ዘይ ምብላዕ፡ ክርአ ዘለዎ መደብ ቲቪ ምስ ዝህሉ ምርኣይ። እዚ ኩሉ ክመሃር ኣገዳሲ እዩ፡ ዋላ ደስ እንተ ዘይበሎ።

ኣበርቲዕካ ምጽዓር
መብዛሕኡ ግዜ ምምሃር ብርቱዕ ጻዕሪ የድልዮ። ብዙሕ ግዜ ክወስድ ይኽእል። ብዙሕ ትምህርቲ ክሳብ መወዳእታ ምክትታል የድልዮ።ኣድላይ እንተኾይኑ ሓገዝ ሃብ፡ ሓደ ሓደ ግዜ ግን ዕዮ ክሳብ ዝውዳእ ስኑ ነኺሱ ክጽዕር ግደፎ። ህጻን ሓደ ነገር ብዓወት ኣብ መፈጸምትኡ በጺሑ ክርኢ ኣገዳሲ ተመኩሮ እዩ።

ሓገዝ ምሃብ፡ ኣይፋል ምባል

ኣይፋል ምባል

ህጻናት ኩሉ ነገር ደረት ከም ዘለዎ ክፈልጡ ኣለዎም። ከምኡ ብምግባር ንደቅኻ ሓበሬታ፡ ውሕስነት ከምኡ ውን ሓገዝ ትህቦም። ንህጻን ምስ ስድራቤት ዝሕውስ ስሮዓት የድልዮ። ኣይፋል ምባል ኣይጎድኦን እዩ። ዝያዳ ፍቕርን ተገዳስነትን እኳ ድኣ የርኢ። ኩሉ ድልየታት ከተማልእ ኣይትኽእልን ኢኻ። ንኣብነት ንደቅኻ ናብ መኻዚኖ ክኣትዉ ኣይትፍቀደሎም፡ ዋላ ኡይ ኢሉ ኣብ ባይታ ኣንተ ተንከባለለ። ብንኡሱ ኩሉ ነገር ደረት ከም ዘለዎ እንተ ዘይ ተማሂሩ ዳሕራይ ምስ ዓበየ ክሽገር ይኽእል እዩ።

ምስ ህጻን ብኸመይ ትዛረብ

ብዙሕ ግዜ ቃላት በይኖም እኹላት ኣይኮኑን። ህጻን ርዱእ ብዝኾነ ቃላት ብግብሪ ብምርኣይን፡ ስርዓት ምቕባልን ምኽባርን ምሃሮ። ንደቅኻ ክትእዝዞም ወይ ሓደ ነገር ክትብሎም ምስ ትደሊ ትሕት ኢልካ፡ ዓይኒ ንዓይኒ እንዳ ረኣኻ ንገሮም። ንህጻን ኣዝዩ ኣገዳሲ ነገር ክትነግሮ ምስ ትደሊ፡ በጻብዕካ ርእሶም እንዳ ሓኸኽካ፡ ብግቡእ ከም ዝተረድኡኻ ኣረጋግጽ። ኣካላዊ መቕጻዕቲ ኮነ ምፍርራህ፡ ኣብ ህጻን ዘለካ ፍቕሪ ምጉዳል፡ ኣብ መንጎ ህጻንን ወላድን ዘሎ ዝምድና ስለ ዝጎድእ ከምኡ ኣይትግበር።

ህጻን ኣብ ዘለዎ ክእለት እምነት ይሃልኻ፡ ፈተና ባህሪ ይሃንጽ

ህጻናት ካብ ናይ ባዕሎም ተመኩሮታት ይመሃሩ። ናይ ወላዲ እምነትን ሓዲሽ ነገር ናይ ምፍታንን ምግጋይን ዕድል የድልዮም። ካብ ዓቐን ንላዕሊ ክንክን፡ ንህጻን ነገራት ካብ ምፍታን ስለ ዝገትኦ ነብሰ ተኣማንነት ህጻን ከም ዝጎድል ይገብሮ። ኩሎም ህጻናት ብዛዕባ ነብሶም ጽቡቕ ስምዒት ምስ ዝህልዎም ብዙሕ ነገራት ክገብሩ ይኽእሉ።

ተሳታፍነት ፡ ጸወታ ወይ ዕረፍቲ

- ህጻን ክሳተፈሉ ኮነ ክጻወተሉ ኣብ ዝኽእል ውሑስ፡ ረበሻ ዘይብሉ ቦታ ምቕራብ ወይ ምውሳድ።
- ህጻን ሓያል ፈጠራዊ ዓቕሚ ኣለዎ፡ ነገራት ይፈታትን፡ ብኸምኡ መንገዲ ድማ ይመሃር። ህጻን ክጻወት ከሎ ኣብ መንጎ ኣይትእቶ፡ ብጀካ ኣድላይ ምስ ይኸውን ወይ ድማ ባዕሉ ምስ ዝሓትት።
- ሓደ ሓደ ግዜ ህጻን ይስልችዎ እዩ።በይኑ ግደፎ፡ ኩሉ ግዜ ዝገብሮ ነገር ወለዲ ክፈጥርሉ የብሎምን።
- ነፍሲ ወከፍ ህጻን ኣሕዋት ውን ኣንተ ሃለውዎ፡ ጸትታን ሰላምን ዘለዎ ግዜ ንበይኑ ይደሊ እዩ። ኩሉ ዝገብሮ ነገር ጸወታ ወይ ስራሕ ጥራሕ ክኸውን የብሉን።
- ኩሉ ነገር ገዲፍካ፡ ፍርቂ መዓልታዊ ምስ ህጻን ክትጻወት ኣለካ። ካብኡ ንላዕሊ ኣገዳሲ ኣይኮነን። ኣብ ዝተረፈ ግዜ ደቅኻ ኣብ ዝግበሩ ዘቤታዊ ስርሓት ኣሳትፎም። ከም ቫኩም ክሊኒን፡ ምኽሻን፡ ኣስቤዛ ምግባር ...ወዘተ ህጻን ክሳተፎም ዝኽእል ስርሓት እዮም። ህጻን ንናብራኻ ክለምዶ ኣለዎ እምበር ንስኻ ኣይኮንካን።

ምስ ህጻን ምጽዋት

ኣነን ንስኻን
ህጻን ምስ ካልኦት ህጻናት ምጽዋት ንጥዕንኡ ኮነ ማሕበራዊ ምዕባለኡ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። ኣብ ቀጻሊ ናይ ጸወታ ግዜ፡ ህጻን ኣብ ካልእ ህጻን ዘለዎ ጽልዋ ይመዝን። ንመጻውቱ ምስማዕ፡ ምሕዋስ ወይ ምግዳፍ ይለምድ። ቀዳማይ ዕርክነት ናይ ምፍጣር ዕድል ውን ይረክብ።

ሕርቃን ኳሂ ከምኡ ውን ዳግመ ግምት
ህጻናት ሓቢሮም ክጻወቱ ከለዉ ፍልልያት ከጋጥም ባህሪያዊ እዩ። ህጻን ብጀካ ናቱ መንገዲ ካልእ ኣይርኣዮን፡ ቀልጢፉ ድማ ይሓርቕ፡ የንጸርጽር፡ ዓቕሉ የጽብብን። ብዙሕ ግዜ ህጻናት ባዕሎም ጸገሞም ፈቲሖም ናብ ጸወትኦም ይምለሱ። ኣብ ዝጻወትሉ ቦታ ምስ ትህሉ ውሕስነትን ሓገዝን ይስምዖም። ምስ ዝሓርቕ ከተረጋግኦ፡ ሕርቃኑ ከተዝሕለሉ፡ ከተተባብዕን ኣለካ።

ሓንሳብ ኣነ፡ ሓንሳብ ንስኻ
ኣብ ዝተፈላለየ ግዜ ህጻን ካብ መጻውቱ ይሓየልካ ወይ ዝሓመቕካ ምኻን ከመይ ምኳኑ፡ ትእዛዝ ምሃብ ወይ ምኽባር፡ ካብ መጻውትኻ ዕዉት ምኳን ወይ ዘይምኳን ይመሃሩ። ብሰንኩ ዝተፈጥረ ሓደጋ ይቕረታ ምባል ውን ክመሃሩ ኣለዎም።

ህጻን ዝተፈላለየ ኩነታት የጋጥሞን ምስ ዝተፈላለዩ ሰባት ይራኸብን። ምስ ኩሎም ክጻወት ከም ዝክእልን፡ ንኹሎም ከኽብሮም ከም ዘለዎ ውን ኣፍልጦ።

ዓበይቲ መርኣያ እዮም

ከም ወላዲ መጠን ክትምህር፡ ከተርእይ፡ ክተተባዕ ከምኡ ውን ኣርኣያ ክትፈጥር ኣለካ። ኣብ ዕለታዊ ሂወት ህጻን ኣጥቢቑ ይከታተል። ቃላት ይሰምዕ ብልክዕ ውን ይደግም፡ ተግባራት ይርእይ ከምኡ ንምኳን ውን ዝከኣሎ ይገብር። ዳርጋ ኩሉ ነገር ኣብተን ናይ መጀመርያ ዓመታት፡ ህጻን ዝመሃሮ ንምሉእ ሂወቱ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። ሂወቱ ልክዕ ከምቲ ዝሰኣሎ ኣብነት ናይ ዝቐርቦን ዝግደሰሉን ሰባት ጌሮም ክነብር ይፍትን።

ንኣብነት ንግሆ ተንሲኦም “ከመይ ሓዲርካ” ወይ ምሸት ቅድሚ ድቃስ “ደሓን ሕደር” ምባል ይመሃሩ። ምስ መዘንኡ ምዝንጋዕ ይመሃር። ኣገባብ ክትዕን ከመይ ከም ዝረዳዳእን ውን ይመሃር። ዘሐጉስን ዘሕዝንን ኩነታት ይመሃር። ጸወታን ቁምነገርን ይመሃር። ሕማቕን ጽቡቕን፡ ስሞዒታት ምቁጽጻርን ንሰብ ኣንታይ ከም ዘሐጉሶ ምፍላጥን ይመሃር። ንህጻናት ጽቡቕ ኣብነት ውሕስነት፡ ከምኡ ውን ነብሰ ተኣማማንነት ይህቦ።

ነታ ሓጻር ግዜ ደቅኻ ኣዝዮም ዝደልዩኻን ካባኻ ብዙሕ ዝመሃሩላን ብግቡእ ተጠቐመላ።

ካብ ደቅኩም ብዙሕ ደስታ ክትረክቡ ተስፋ ንገብር።
ካንቶን በርን ቤ/ጽሕፈት ሓገዝ ህጻናት
www.erz.be.ch/fit-fuer-die-schule