ሸሞንተ ነጥብታት
ናይ ኣተዓባብያ ኹነታት ከሐይሉ ዝኽእሉ

www.formation-des-parents.ch

L'ÉDUCATION DONNE DE LA FORCE

TIGRIN_txtsw_1-20.indd 1 27.10.13 15:03

ትሕዝቶ

ምዕራፍ	ገጽ
ቃል መእተዊ	3
ኣተዓባብያ ማለት እንታይ ማለት ኢዩ	4
ሸሞንተ ነገራት ንኣተዓባብያ ዝሕግዛ	6
ኣተዓባብያ ፍቕሪ ምልጋስ ማለት ኢዩ	8
ኣተዓባብያ ተኽእሎ ቀየቓ ውን ኢዩ	9
ኣተዓባብያ ጽን ኢልካ ምስማዕ ኢዩ	10
ኣተዓባብያ ገደብ ምልካዕ ኢዩ	11
ኣተዓባብያ ነጻ ተሳትፎ ምሃብ ኢዩ	12
ኣተዓባብያ ስምዒትካ ምግላጽ ኢዩ	14
ኣተዓባብያ ጊዜኻ ምውሳድ ኢዩ	16
ኣተዓባብያ ምትብባዕ ኢዩ	17
ምዕዶን ሓገዝን ንምሕያል ስድራበታት	18
ምሕያል ብኣስተምህሮ ኣተዓባብያ	19

መእተዊ

ኣብዚ እዋን'ዚ ብዛዕባ ኣተዓባብያ ብዙሕ ይዝረብ። ሓደ ሓደ ሰባት ነዛ ኣርእስቲ ብ ኣብነታት እና ኣሰነዩ ኣብ ቅልውላው ከም ዘላ ይገልጹ። ካልኦት ድማ ከም ኣርእስቲ ከም ዘብቀዐት ይገልጹ። ጠንቂ ናይ'ዚ ጉዳይ ድማ መምሃራን፣ ኣለይቲ፣ ወለዲ፣ ፖለቲከኛታት፣ ማዕከን ሓበረታታት ከምኡ'ውን ዓለም ብዓለማ ሙኻኖም ይዝረብ። እቶም መዓልታዊ ኣብ ምዕባይ ተዋፊሮም ዝርከቡ ግን እነታይ ይብሉ፧ ክሳብ ክንድዚ ዝተጋነነ ኮይኑ ዶ ይረኽብዎ፧ ኣብዚ እዋናዊ ማዕከን ሓበረታ ከ እንታይ ዓይነት ትርጉም ኣለዎ፧ ንሙኻኑ ከም ኣርእስቲ ንዘልኣለም ክትህሉ ዲያ፧ ውጽኢታዊት ድያ ኸ፧ ኣወንታዊ ጎድኒ ኸ የብላን ዲዩ፧

ኣብዛ ሕታም እዚኣ ሸሞንተ ነገራት ን ኣተዓባብያ ዘበልጽጋ ከነላልየኩም ኢና። ንሳተን ድማ ኣንፈት መዓልታዊ ሂወት ንወለዲ፣ ስድራበታት፣ ከምኡውን ኩላቶም ብሞይኦም ኮነ ብግብረሰናይ ወይ ውን ብውልቂ ን ህጻናትን ቖልዑን ዘገልጉሉ እተሰኒ ኢያ።

እተን ሸሞንተ ነጥብታት ናይ ድገፍ ኣተዓባብያ ብ ካብ ንሩንበርግ ዝመጹ ክኢላታት ተዳልየን ኣብ ጎስጓሳት ውን ተተግቢረን።

ኣስተምህሮ ወለዲ ኣብ ስዊዘርላንድ ናይዚ ጎስጓስ መልእኽቲ ንምዝርጋሕ ወግዓዊ መሰል ወሲዶም እዮም። ዋላኳ ናይ ስድራቤት ኩነታት ኣብ ስዊዘርላንድ ፍልይ ዝበለ ይኹን እምበር ኣብ ትሕዝቶ ናይቲ ኣስተምህሮ ምስቲ ኹነታት ከም ዝዛመድ ተገይሩ ኣሎ። ይኹን ድኣምበር እቲ መሰረታዊ ኣገባባት ምሕያል ኣተዓባብያ ኣብዚ ሃገር እዚ ምሉእ ብምሉእ ተቐባልነት ኣለዎ።

ኣተዓባብያ እንታይ ማለት እዩ?

ብቐዳምነት ኣተዓባብያ ንወለዲ ጥራይ ዝምልከት ጉዳይ ዘይኮነስ ንኹሉ ኣካል ዝምልከት ጉዳይ ኮይኑ ናይ ብምሉእ ሕብረተሰብ ናይ ሓባር ሓላፍነት እዩ። ኣተዓባብያ ንህጻናት ንብዙሕ ነገራት ከማዕብሎም ይግባእ። ንኣብነት ሂወቶም ንኽመርሑ፡ ብድሆታት ንኽገጥሙ፡ ዝምድናታት ነኸማዕብሉ፡ ብ ገጋታቶም ንኽእረሙ፡ ናይ ካልእ ሰብ ርእይቶ ንኽቕበሉ ...ወዘተ ክጥቀሱ ይኽእሉ።

በቲ ኻልእ መዳይ ድማ ኣተዓባብያ ንህጻናት ንሂወቶም ኣገደስቲ ዝኾኑ ነገራት ከለልዩ ይጠቅም። ከም ዕለታዊ መግብን ክዳንን፡ ጥንቃቐን ንዓለምና ክድህሱሱ ዘኽእሉ ዕድላትን ንምፍላጥ ይጠቅም። ከም ንጡፍ ርክባተን፡ ጾታ ከይፈለኻ ፍልጠትን ክእለትን ንኽድልቡ ምግባርን ውን ምስ ኣተዓባብያ ይቑጸር። ህጻናትና መታን ተረኪብቲ ሕብረተሰብ ክኾኑ ተሞክሮታቶም ንኽድልቡ ኣብ ጎድኖም ቡቑዓት ኣለይቲ ክህልውዎም ይግባእ።

ህጻናት ኣብ ከባቢኦም ዝተፈላለዩ ኣርኣያታት ኣለዋም። ከም ወለዲ፡ መምሃራን፡ ኣለይቲ ህጻናት፡ ቤት ትምህርቲ፡ መውዓሊ ህጻናት ከምኡውን ኣብ ዕለታዊ ዘጓንፍዎም ሰባትን ኣብ ተለቪዥን ዝመጹ ምስልታትን ወን ክስመዩ ይኽእሉ። እቶም ቀንዲ ኣገደስቲ ንህጻናት ግን እቶም ኣብ ዕለታዊ ሂወቶም ኣብ ጎድኖም ዝርከቡ ዓበይቲ ሰባት እዮም። ስለዝኾነ ድማ ባህርያትን ተግባራትን ወለዲ ኣብ ህጻናት ኣዝዩ ዓቢ ተራ ይጻወት።

ወለዲ እቶም ቀንዲ ተሰከምቲ ህላውነት ደቆም’ዮም። ስለዚ ኣተዓባብያ ማለት ጉቡእን መሰልን ወላዲ ማለት’ዩ። ልክዕ ከም ሓደ ህጻን መሰል ኣወንታዊ ንህይወት ዘድልዩ ነገራት ዘለዎ፡ ወላዲ ውን ብሙሉእ ሕብረተሰብ ኣብ ምዕባይ ደቆም ክድገፉ መሰሎም’ዩ።

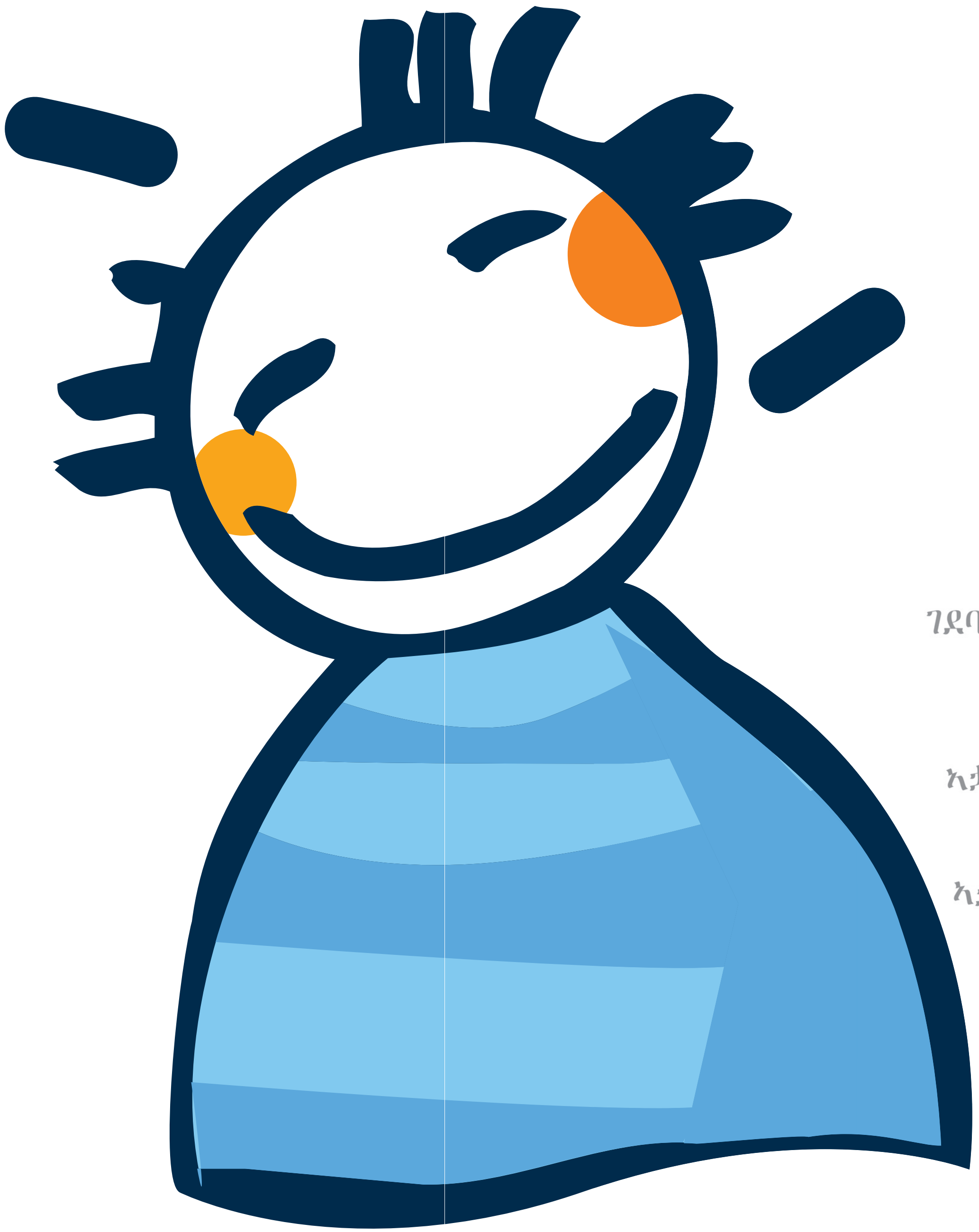
ንዕውት ኣተዓባብያ ዘድልዩ መገድታት ንወለዲ

ምቹእ ባይታ ስድራቤት እኹል ገዛ፡ ውሕስነት ዘለዎ ስራሕ፡ ናይ ገንዘብ ሓገዝ፡ ናይ መዕበዪ ዕድላትን ሙቹእ ስድራበታዊ ኣካባቢ የድልዮም።
ሓገዝን ደገፍን፡ ወለዲ ካብ ጊዜ ናብ ጊዜ ክብረዩ ግቦኦም’ዩ። ሓደ ሓደ ጊዜ ስድራበታት ነንሓድሕዶም ክተሓጋገዙ ንቡር’ዩ። ካብኡ ሓሊፉ ድማ መሓዙቶም፡ መሳርሕቶም፡ በተስብን ጎረባብትን ብዕትበት ክተሓባበሩ ኣዝዩ ኣገዳስነት ኣለዎ። ስድራበታት ኣበ ኣተዓባብያ ኣንፈቶም ምስ ዝጠፍኦም ውን ከም ነውሪ ክቑጸር የብሉን። ነዚ ዝምልከቶም ክም ማሕበር ሓገዝ መንእሰያት፡ ማሕበር ኣስተምህሮ ወለዲ፡ ከምኡ ውን በት ምኽሪ ወለዲ ብውልቂ ክትሓባባበርዎም ይኽእሉ።

ኣተዓባብያ ህጻናት ሂወት ዝሰረጾ ኣደናቒ መስርሕ’ዩ። ዋላ’ኳ ሓደሓደ ጊዘ ኣሸጋሪ ይ ኹን ምበር፣ ብጣዕሚ ደስታ ዝሰሮጾን ኣብ ሕብረተሰብ ዓቢ ኣገዳስነት ዘለዎን ነገር’ዩ። ምስ ምዕቡል ኣተዓባብያ ዓለምና ካብ ህጻናትና ብዙሕ ትኸስብ ህጻናት ድማ ካብ ዓለምና ብዝያዳ።

ሸሞንተ ነጥብታት ናይ ኣተዓባብያ ኹነታት ከሐይሉ ዝኽእሉ

"ሓያል ኣተዓባብያ" ከመይ ይመስል፧
ኣብዚ እዋን'ዚ ወለዲ ካብ ዋሕዚ መጻሕፍትን መጽሄታትን ኣወንታዊ ምኽርታት ኣተዓባብያ ክቕስሙ ይኽእሉ። ንሕና ሕጂ ተወሳኺ ምክሪ ክንህብ ኣይኮነን ዕላማና። እዛ ጋነታ ኀስጓስ "ሓያል ኣተዓባብያ" ሸሞንተ መሰረታዊ ነጥብታት ን ኣተዓባብያ ዝገልጹ ንጹራት መደባት ዘጠቓልል ተቕርበልኩም።



ኣተዓባብያ፥ ፍቕሪ ምልጋሰ ማለት እዩ

ኣተዓባብያ ውን ምቁያቕ ማለት እዩ

ኣታዓባብያ ማለት ጽን ኢልካ ምስማዕ ማለት እዩ

ኣታዓባቢያ ማለት
ገደባት ወይ ሕግታት ምምስራት ማላት እዩ

ኣታዓባቢያ ናጻ ዕድላት ምሃብ ማለት እዩ

ኣታዓባቢያ ስምዒትካ ምርኣይ ማለት ' ዩ

ኣተዓባቢያ ግዘኻ ምሃብ ማለት ' ዩ

ኣተ ዓባብያ ትብዓት ምሃብ እዩ

ኣተዓባብያ፥

tigrinia okt 2013

ኣተዓባብያ፡

ፍቕሪ ምልጋስ ማለት እዩ

ንሓደ ቆልዓ ፍቕሪ ምልጋስ ማለት፡ ምስ ኩሉ ጠባያቱ ኣፍቂርካ ምኽንያት ፍቕርኻ ውን ክትግልጸሉ ምፍታን ማለት እዩ። ህጻናትን ቆልዑን ኩሉ ግዜ ናይ ውሕስነት ስምዒት የድልዮም እዩ። ንምንታይሲ ርእሰ ተኣማንነት ኽማዕብሉን ብዘይ ፍርሒ ድኽመታቶምን ሓያል ጎድንታቶምን መታን ክለልዩ። ይኹን ደኣምበር ሓደ ሓደ ግዜ ወለዲ ፍቕሪ ወለዶም ንኽገልጹ የሸግሮም እዩ። ስለዚ ፍቕሪ ወላድካ ምግላጽ ብኸመይ ክነተግብሮ ንኽእል፧

- እቲ ቀጥታዊ ኣገባብ ፍቕርኻ ምግላጽ፡ ሰውነታዊ ርክብን ምምማቕ ኣብ ሕቑፍን ድህሰሳን እዩ። ዝኾነ ቆልዓ ምስ ትሓቕፎ፡ ኣብ ሕቑኡ ምስ ትድህስሶ፡ ናይ የዒንቲ ምጥምማት ምስ ተዘውትር፡ ክምኡ ውን ፍኹስ ዝበለ ጠፍታ ወይ ውን መንኮቡ ምስ ትትንክፎ መግለጺ ፍትወት ምኻኑ ኣይጠፍኦን እዩ።
- ህጻናት እናጎበዙ ምስ ዝመጹ ብኡ መጠን ካልእ ዓይነት ኣገላልጻ ፍቕሪ ክንጥቀም ኣገዳስነት ኣለዎ። ቆሎዑ ጎብዝ ውይ ጎርዞ ኣብ ዝበጽሕሉ ግዘ ዋላኳ ንምስዓም ንኻልእ ይምረጹ ምበር መብዝሕቲኡ ግዜ ኢድ ብኢድ ተታሓሒዝካ ምኻድ የዘውትሩ።
- ግዜኻ ምውሳድ፡ ተገዳስነት ምርኣይ ክምኡ’ውን ምጽንናዕ ንሓደ ቆልዓ መግለጺ ፍቕሪ እዩ። ወለዲ ንውላዶም ክሳብ ክንደይ ከም ዘፍቅርዎም ብውላዶም ከም ዝኾርዑን ስለምንታይ ብዘይ የገድስ ወትሩ ክገልጽሎም ይግባእ።
- ፍቕሪ ምልጋስ ማለት’ውን ብኻእ ኣተራጉሙኡ ወለዲ ዕረፍቲ ንኽረኽቡ ወይ’ውን ካብ ሓደ ሓደ ነገራትን ደቆም ክኽልኩሉ ንደቆም ምእዛዝ ማለት እዩ።

ኣተዓባብያ፡

ውን ምቁያቕ ማለት እዩ

ቆየቻ ኣብ ነፍሰወከፍ ስድራቤት ኣሎ። እዚ ተግባራት እዚ ቁርብ ጥርዙ ዚወሰኽ እንተ ኮነ ውን ነውሪ የብሉን። ኣይፋልካን ሚባል፡ ግርጭት ምጽዋር፡ መሰል ካሎኦት ምግላትጽ፡ ገሊጽካ ምርዳእ፡ ገለ ካብቶም ኣገደስቲ ነገራት ናይ ግጭት እዮም።
ህጻናት ኣብ ጊዘ ቖዮቓን ግርጥትን ኣወንታዊ ማሕበራዊ ክእለት ይመሃሩ እዮም። ይኹን ዳኣ ምበር ግጭት መእንቲ ብሰላም ክፍትሑን ናብ ዝላዖለ ጥርዙ ምስዝበጽሑን ሓደ ሓደ ሕግታት ኪሕለው ይግባእ።

- ብመሰረቱ ዝኾነ ይኹን ኣርእስቲ ኣብ ዕላል ክኽልከሉ ኣይግባእን። ህጻናት ኣሉታዊ ስሚዖታትን ፉሉይነት ወይ ውን ሕርቃን ከርእዩ ኑቡርን ዘሎን እዩ። ስለ ከምኡ ዝገበሩ ክንቀጽዖም ግን ጉጉይ ስጉምቲ እዩ።
- ኣብ ቖየቓ ያበይቲ ዚያዳ ሓላፍነት ኣለዎም። ብቓላት ኮነ ብዖይነት መውቃዕቲ ስጉምቲ ምውሳድ ዘይኮነስ ድልየት ህጻናት ብዖቱብ ክረኣ እዩ ዝግባእ።
- ክሳብ ኣብ መንጎ ወላዲን ውሉድን ሚትሕርራቕ ዘይተበጽሐ፡ ቆይቻ ክልተ ዝተፈላለዩ ኣረኣኢያ ሒዙ ክተሪፍ ይካኣል እዩ። በዚ ኣጋባብ እዚ ካኣ ወለድን ህጻናትን ነንሕድሕዶም ናይ ምጽውዋር ባህሪ የጥርዩ።
- ህጻናት ነንሕድሕዶም ክጋራጨዉ ኑቡር እዩ። ስለዚ ድማ ዓበይቲ ኣብ ሞንጎ ኣትዮም ክጭድሩ ኣይግባኣን። እቲ በዳሊ ህጻን ምስዝሕይል ግን ልቦና ብዘለዎ ኣገባብ ብኑጹር ክእርሙዎን ኪገንሕዎን ዪግባእ።
- ዓበይቲ ኣገደስቲ ኣርኣያ ህጻናት እዮም። ህጻናት እንተ ዳኣ ግጭት ኣብ ሞንጎ ወለዲ ብልዝብ ክፍቲሑ ኣስተውዒሎም፡ ተመሳሳሊ ተግባራት ከዘውትሩ ይኽእሉ። በንጻሩ ክኣ ህጻናት ግጥት ኣብ ሞንጎ ዓበይቲ ብሓይሊ ወይ ውን ብከበድቲ ቓላት ክዝውተሩ ምስ ዝዐዘቡ ክትንከፉን ክዳሃሉን ይኽእሉ። ወለዲ ንህጻናት ከከም ዕድሚኦም ምኽንያት ናይቲ ኣብ ሞንጎኣኦም ዘሎ ግጭት ጸግዒ ናይ ሓዲኦም ከይሓዙ ከረደኡዎም ይካኣል እዩ።
- ልክዕ ከምቲ ክንጋራጨ ጉቡእና ዝኾነ፡ ክንታዓረቕ’ውን ጉቡእና እዩ። ግጭት ጥርዙ ኣብ ዝበጽሓሉ ግዜ ምዕዶን ለቦዋን ሂቦም ክረጋኡ ይግባእ። ስለዚ ግጥት ምስ ዝፍጠር እንተነወሐ ቕድሚ ናዓራትካ ምኻድ ይቕረ ኪትባሃል ዪግባእ።

TIGRIN_txtsw_1-20.indd 8-9
27.10.13 15:03

tigrinia okt 2013

ኣታዓባብያ ማለት

ጽን ኢልካ ምስማዕ ማለት እዩ

ጽን ኢልካ ሚስማዕ ማለት ንሓደ ሰብ ተገዳስነትካ ምርኣይን ድልየቱ ምርዳእን ማላት ኢዩ። ኣብ መስርሕ ዕብየት እቲ ኣብ ማዓልታዊ ሂወቶም ሓዲስ ተሞኩሮን ምስ ዓለምና ክሰማሙዑ ዘጋጥም ብድሆታት ዝያዳ ጽንታ ዓበይቲን ፈለጥቲን የድልዮም። ኣብ ኩሉ ስድራቤት ኡዋናት ናይ ቑምነገራዊ ዝርርብ ክዋሃብ ይግባእ።እዚ ብኸም ኣኼባ መልክዕ ወዝ ውን ከም ልምዲ ኣብ ግዜ መግቢ ከምኡ'ውን ኣብ ግዜ ድቃስ ክትግበር ይካኣል። ጽን ኢልካ ሚስማፅ ኣጸጋሚ ምስ ዝኸውን እዘን ዝስዕባ ነጥንታት ሓገዝቲ ክኾና ይኽእላ።

- ሓደ ሓደ ጊዜ ወለዲ ዘይተጸበይዎ ሓበሬታ ኪመጽእ ስለ ዝኽእል፡ እቲ ህጻን ዘረባ ስጋብ ዝውድእ ጽን ኢልካ ሚስማዕ የድሊ።
- ኣቕዲምካ ርእይቶካ ምሃብ ቡዙሕ ሓጋዚ ኣይኮነን።ጽን ኢልካ ሚስማዕን ሓቢርካ ፍታሕ ምንዳይን ንህጻናት ብስድሮኣኦም ብዑቱብ ከም ዝረኣዩ ዓይነት ስሚዒት የሕድረሎም።
- ጌጋ ኣረዳዳኣ መታን ከነወግድ፡ ነንሓድሕድና ይርዳኣና ከም ዘሎ ኪንተሓታተት ይግባእ።
- ኣብ ቁምነገራዊ ዝርርብ ሓንጎልና ዚሰርቁና ነገራት ከነወግድ ይግባእ። ስለዚ ቴሌቭዥን ነጥፍእ፡ ቴሌፎን ኣብ ሞንጎ ምልዓል ነወግድ።

ህጻናት እንተዳኣ ብዘይምቁራጽን ብዋሓዚ ቓላትን ኩነታቶም ክገልጹ ጀሚሮም ኣብ ሞንጎ ክትዓግቶም ይካኣል እዩ። በንጻሩ ህጻናት ብፍላይ ድማ ካብ ኑቡር ንላዕሊ ስቕ ምስ ዝብሉ ድማ ንኽዛረቡ ኪንደፋፍኦምን ከነተባባዖምን ዪግባእ።

ኣታዓባቢያ ማለት

ገደባት ወይ ሕግታት ምምስራት ማላት እዩ

ገደባት ምምስራቶምን ብጉቡእ ምትግባሮምን እቲ ኣገዳሲን ዚበርተዐን ዑዮ ወለድቲ እዩ። ህጻናት ዓቕልን ሕግታትን ናይ ወለዲ ክፈታተኑ ኪእለትን ተውህቦን ኣለዎም። ስለዚ ህጻናት ቢኽልተ ምኽኒያት ናይ ገደብ ሕግታት የድሊዮም። በቲ ሓደ ወገን ንውሕስነት ሂወቶም ኣብ ውሽጢ ገዘኦም ኮነ ኣብ ደገ ንኽጥንቐቑ። በቲ ካላኣይ ወግን ካኣ ቱርጉም ዘለዎም ሃነጽቲ ሕግታት ንሓደ ህጻን ውሕስነት ይህቡዎ። ዋላ ዳኣ ወለዲ ሓደ ሓደ ግዜ ኣንጻር ድሌታት ደቆም ክውስኑ የሽግሮም ዳኣ እምበር ንነዊሕ እዋን ኪረአ ዘሎ ህጻናት ክገብሩዎ ዝኽእሉን ዘይክእሉን ክልለዩ እቲ ዝተመርጸ እዩ። ኣብዚ ጉዳይ እዚ ውን ሓደ ሓደ ናይ ኣገባብ ኣሰራርሓ ክንጥቀም ንኽእል።

TIGRIN_txtsw_1-20.indd 10-11
27.10.13 15:03

- ገደባት ብኑጹር ኪሕንጸጹ ይግባእ። ብመጀመርያ ቅድሚ ሕግታት ምምስራቶም ስለምንታይ ዝብል ሕቶ ብዑቱብ ኪሓስቡሉ ይግባእ። ህጻናት እንዳ ዓበዩ ምስ ከዱ፡ ንምንታይ ተኸልኪሎም ወይ ንምንታይ ተፈቒዱዎም ምስ ዝግለጸሎም እዩ ብዝያዳ ዝሰቀሮም።
- ገደባት ምስ ትገብር፡ ንባዕልኻ'ውን ካቡኡ ኪትወጽእ ኣይግባእን። እዚ ማለት ቖልዓ ብእዋኑ እንተ ደቂሱ፡ ወለዲ ውን ብእዋኑ ኪድቅሱ ኣለዎም ማለት ዘይኮነስ ኣብ ስንኻ ምጽራይ ንኣብነት ካብ ወለዲ ክቐድሖ ከም ዘለዎም ምርዳእ ኣለና።
- ገደባት መስረትካ ባዕልኻ ምጥሓሱ ወይ ዘይምትግባሩ ቡዙሕ ቱርጉም የብሉን። በጋባብ ምትግባሮም ንህጻናት እምነት ኣብ ወለዶምን ስነስርዓትን ይምህሮም።
- ሓደ ህጻን ገደባቱ ምስ ዝጥሕስ ሓባራውን ዕቱብን ስጉምትታት ክውሰዱ ይግባ። ሓደ ሓደ ጊዜ መጠንቀቕታ ወይ ውን ኣይፋልካን ከይ ኣክል ስለ ዝኽእል፡ ወለዲ ነቲ ጉዳይ ብዑቱብ ሪኦም ስጉምቲ ኪወስድሉ ኣለዎ። ምኽንያቱ ህጻናት ተግባራዊ ስጉምቲ ስለ ዘድሊዮም።
- ወለዲ ውን ኣብ ኣታዓባቢዮኦም ገደብ ኪገብሩ ይግባእ። እቲ ነውሪ ዝኾነ ተግባር ኣብ ውላድካ ዝኾነ ዓይነት ሓይሊ ወይ መግረፍቲ ምጥቃም ጥራይ ዘይኮነስ መንፈሳዊ ሓይሊ ምጥቃም ከም ፍቕርኻ ዘይምግላጽ፡ ጽልኢ ምርኣይ ውን ጉጉይ ተግባር እዩ።
- ሕግታት ሓደ ሓደ ግዜ ክትሓዙ ምፍቃድ፡ ገደባትካ ምስዘይሰርሖ ወይ ውን ኩነታትካ ምስ ዝቕየር፡ ምቅይያርን ምምስሳልን የድሊ። ምኽንያቱ ህጻናት ሓደ ሓደ ግዜ ገደባት ምስ ዝጥሕሱ ክብሪ ናይ ግድን ወለዶም ኣፍሪሶም ማለት ኣይኮነን።

ኣታዓባቢያ ናጻ ዕድላት ምሃብ ማለት እዩ

ህጻናት ናጻ ነገራት ባዕላቶም ዝውንንዎ ነገራት የድልዮም እዩ። ህጻን ካብ ሓደ ዓመት ጀሚሩ ናይ ናጻ ሙኻን ድልየቱ እና በዘሐ ይኸይድ። ቡኡ መጠን ክም ባዕልኻ ምብላዕ፡ ናብ ምድሪቤት ምኻድ፡ ካብ ወለዲ ተፈሊካ ምጽናሕ፡ ኣተሓሕዛ ገንዘብ ...ወዘተ ይመሃሩ። ናጻ ዕድላት ምሃብ ንህጻን ርእሰ ተኣማምነትን ሓላፍነትን ተሰኪሞም ሂወቶም ብጉቡእ ከመሓድሩ ይሕግዝ። ወለዲ ካብ ፍርሕን ጥርጥርን መታን ክገላገሉ እዞም ዝሰዕቡ ኣተሓሳስባታት ክንውከስ ንኽእል።

- ነጻ ዕድላት መስ ሙሉእ ስንቆም ከነማልኦም ይግባእ። ወዲ ዩኹነ ጓል ኣብ ሕቕፎ ስድራቢት ምስ ዝዓብዩ ንመጻኢ ሂወቶም ቡዙሕ ትምህረቲ ዩቐሰሙ። ዝኾነ ቖልዓ ኣቡኡ ውይ ኣዲኡ ምስ ዝዕዘብ ቀዲሖ ንበዩኑ ነገራት ክሰረሕ ኣዩጸገሞን።
- ህጻናት ቐስ ብቐስ እዩም ናጻ ዕድሎም ዝጥቀሙሉ።ንኣብነት ኣተሓሕዛ ገነዘብ ምስ ዘማሓዩሹ ብዝሕ ዝበለ ሂብካ ዕዩኦም ከሰልጡ ምግባር ይካኣል።
- ናይ ሓገዝ ጠለብ ካብ ወለዲ ንህጻናት ሓዲሽ ናጻ ዕድላት ንኽድህሰሱ ዩሕግዝ። ንኣብነት ንሓደ 11 ዓመት ዝመለአ ቖልዓ ተሌፎን ሂብካ ምስ ዓርኩ ንኸተማ ምስዳድ ሓደ ፈተነ ክኸውን ዩኽእል'ዩ።
- ኣብ ሕቶ ምርጨ ናይ ውለዲን ውልድን ተመሳሳሊ ክኸውን ኣይክእልን። ከም ተዘውትሮ ነገራት ምምራጽ፣ ኣቀማቅማ ወይ የዕሩኽትኻ ምምራጽ ህጻናት ክሳብ ገደቦም ዘዩጣሓሱ ባዕሎም ክውሰኑ ይግባእ። ሸለልትነት ውን ዶባት ክህልዎም ዩግባእ። ሽጋራ ምስ ክትክኽ ምስ ዝጅምር ምርጫኡ'ዩ ኢለካ ትም ምባል ቁኑዕ ኣይኮነን።
- ህጻናት ኣብ ጉብዝና ምስ ዝበጽሑ ሃንደበት ብብዝሒ ውልቃዊ ውሳነ ይሓቱ። ስለዚ መታን ናብ ዘይተደለየ መገዲ ከየምርሖ ገደባትን ዶባትን ከም ዘሎ ብንጹር ከተርእዮም ምፍታን የድሊ ብኡ መጠን ውን ወለዲ እቲ ቁኑዕ መገዲ ከርእይዎም ይግባእ።

ኣታዓባቢያ
ስምዒትካ ምርኣይ ማለት'ዩ

ፍቕሪ፣ ሓጎስ፣ ሓዘን፣ ቃንዛ ከምዙ ውን ሕርቃን ብጠቕላላ ስምዒታት ኣብ መነባብሮ ሓንቲ ስድራ ቤት ዘሰንይዎ ነገራት'ዮም። ህጻናት ስሚዒታቶም ብዝተፈላለየ ኣጋባብ የርእዩ። ገሊኦም ፍቕሮም ኣብ ሕቕፎ ወለዶም ብሙኻን ይገልጹ ገሊኦም ድማ ናይ ዝፈትውዎም ሰባት ስእሊ ይስእሉ። ስለዚ ህጻናት ስምዒታቶም ከም ንቡር ተረዲኦም ከቐጻጽርዎ እዚ ዝስዕብ ክትግበር ይካኣል።

- ህጻናት ኣወነታዊ ኮነ ኣሉታዊ ስምዒት ከርእዩ ቅቡል እዩ። ከከም ጠባዮም እንተስ ዓው ኢሎም እንተስ ቐስ ኢሎም ክገልጹ ኢግባእ። ምኽኒያቱ ህጻናት ኣብ ዘይበኽይሉ ኣብ ዘይጭድሩሉ ግዘ ምስ ዝብጻሕ ናይ ስምዒትካ ምግላጽ ክም ዘብቀዕ ንርዳእ።
- ሐደ ሐደ ግዘ ወለዲ ስምዒታዊ ምንጽርጻር ናይ ደቆም ዘተኃነነ ኮይኑ ምስ ዝረኽቡዎ ስምዒቶም ክቆጻጸሩ ምሕባር የድሊ። ይኹን ዳኣ እምበር ስምዒቶም ዘይኮነስ ኣገላልጽኡ ክእረሙሉ ከም ዘለዎም ምሕባር የድሊ።
- ህጻናት ስምዒቶም ብዕቱብ ክረአ ይደልዩ እዮም። ጸገማት ምስ ዘጋጥም ስማዒቶም ክቆጻጸሩ ስለ ዘሸገሮም ድማ ወለዲ ብህድኣት ክከታተልዎም ይምረጽ።
- ሐደ ሐደ ህጻናት ስምዒቶም ምስ ዝሓብኡ ወለዲ ጠንቂ ኩነታቶም ከናድዩ ይግባእ። ዋላ ህዱኣት ህጻናት እንተኮኑ'ውን ኩነታቶም ክትፍትሽ ኣድላይነት ኣለዎ።
- ኣብ ስምዒታት'ውን ህጻናት ካብ ዓበይቲ'ዮም ዝማሃሩ። ስለዚ ኣብዚ ውን ወለዲ ንደቆም ብዛዕቦኦም ከከም ዕብየት ደቆም ክገልጹ ይግባእ። እቲ ኣስጋኢ ንህጻናት፣ ዘጋጠመ ጉዳይ ምስ ዘይግለጸሎም'ዩ። ንውላድካ ይቕረ ምባል ከም ድኽመት ክቱጸር የቡሉን።

TIGRIN_txtsw_1-20.indd 14-15
27.10.13 15:04

ኣተዓባቢያ ግዘኻ ምሃብ ማለት'ዩ

ጸወታ፣ ዕላል፣ ምንባብ፣ ዓለምና ምድህሳስ ...ወዘተ። ሓበራዊ ንጥፈታት ምስ ህጻናት ኣዚዩ ህናጺ መጻኢ ህጻናት እዩ። ከምኡ ውን ሓባራዊ ንጥፍታት ናይ ውላድን ውሉድን ንዝምድና ክልቲኦም የጠንክሮ። ምክንያቱ ህጻናት ቡዙሕ ግዘ ምስ ወለዶም ከሕሉፉ ይምነዩ። ስልዚ እዚ ዝስዕብ ኣገባብ ክንጥቀመሉ ንኽእል።

- ግዜኻ ምውሳድ ናይ ግድን ብኹቡር ነገራት ኣይኮነን ዝትመን። ሓቢርካ ምሕምባስ ምካድ፣ ኣብ መካነ እንስሳታት ምኻድ፣ ብሽግለታ ምዝዋር ተፈታዊ ተግባራት ናይ ህጻናት'ዩ። ሓባራዊ ተውህቦታት ናጻ ግዜኻ ሓቢርካ ከተሕልፎ ይጠቅም።
- ህጻናት ኣብ ዕለታዊ መነባብሮኦም ዕቱብ አቓልቦ የድሊዮም። ስለዚ ጠቃሚ ነገራት ምስ ድልየት ኣተሓሒዝካ ክስራሕ ይግባእ እዚ ማለት ሓባራዊ ዕዮ ገዛ ከም ግደታ ዘይኮነስ ከም ሓባራዊ ጸወታ ክወስድዎ ምግባር። ናይ ግዜ መባኸኒ ነገራት ከም ተለቪጂን መሰልቲ ምስ ተጥፎኦም እቲ ኣብኡ ዝጠፍእ ዝኾነ ግዘ ሓቢርካ ክትጥቀመሉ ምግባር የድሊ።
- ወለዲ ኣብ ዝደለይሉ ግዘ ብዘይ ወዓል ሕደር ክርከቡ አለዎም። ንኣብነት ዕዮ ገዛ ምስ ዝከብዶም ወይ ሽግራት ምስ ዝህልዎም ሓገዝ ክተወፊ ኣድላይነት አለዎ። ከም ልምዲ ቅድሚ ድቃሶም መጽሓፍ ምንባብ ዋላ'ኳ ግዜ ዝወስድ ይኹን ምብር ንህጻናት ኣገዳሲን ጠቓምን ኢዩ።
- ወለዲ ብሰንኪ ስራሕ ውሑድ ጊዜ ምስ ዝህልዎም'ውን ከም ምኽንያት ክገብርዎ የብሎምን። እቲ ወሳኒ ነገር እተን ትርፊ ግዘኻ ብኸመይ ምስ ውለድኻ ተሕልፎ'ዩ። ግዜ ምስ ዝሓጽር'ውን ካልኦት ቤተሰብ ክትኩኡኻ ሕማቕ ኣይኮነን።

ኣተ ዓባብያ ትብዓት ምሃብ እዩ

ህጻናት ንኹሉ ሓደስቲ ነገራት ዝመሃርዎ ወይ ውን ከማልእዎ ዘለዎም ግቡኣት፣ ትብዓትን ርእሰተኣማምነትን የድሊዮም። ብድሕሪ'ዚ ብጉቡእ ሓላፍነት ክስከሙ ይኽእሉ ከምኡ'ውን ብኻልኦት ሰባት ብቀሊሉ ኣይጥቁዑን። ትብዓትን ርእሰተኣማምነትን ህጻኣናት ክቐስሙ ዝኽእሉ ምንገዲ ብኽልተ እዮም። እቲ ቀዳማይ ዕጋበት ናይ ዝገበርዎ ወይ ዘዘውትርዎ ዕዮ ክከውን ከሎ እቲ ካልኣይ ድማ ብስርሖም ኣፍልጠ ወይ ድማ ኣድንቖ ካብ ካልኦት ክረኽቡ ከለው'ዩ። ስለዚ ወለዲ ብኸመይ መንገዲ ደቆም የተባብዑ፧

- ህጻናት ብግብሮም ጥራይ ዘይኮነስ ከም ሰብ መጠን ውን ክፍቀሩ ባህጎም እዩ። ልክዕ ከምቲ ብቐሊሉ ክተባብዑ ዝኽእሉ ብቐሊሉ ውን ክደሃሉ ይኽእሉ ኢዮም። ስለዚ ወለዲ ብጥንቃቐ ክርኢዎም ይግባእ።
- ትብዓት ብዓወት እያ ትፍጠር። ህጻናት ዝኾነ ነገር ክፈታትኑ ካብ ጌግኦምን ተመኩርኦምን ንኽማሃሩ ዕዮታት ሂብካ ክተታባብዖም ኣድላይነት ኣለዎ።
- ህጻናት ኣድንቖት ይደልዩ እዮም። እዚ ማለት ኣብ ዝታዓወትሉ ዕማም ጥራይ ዘይኮነስ እቲ ደፊሮም ምፍታኖምን ምጽዓሮምን ውን ክድነቕ ይግባእ። ብንጻሩ ኣድንቖት ንዓወት ጥራይ ዝዓለመ እንተኮይኑ ቡዙሕ ቱርጉም የብሉን።
- ህጻናት ካብ ዓቕሞም ንላዕሊ ዝኮነ ነገራት ዘይምሃብ።ንኣብነት ክዳን ኣብ ትገዝኣሉ እዋን እቲ ህጻን ባዕሉ ዝኽድኖ ዝኽእል እንተኾነ ኣይጽላእን።
- ኣብዚ ነጥቢ'ዚ ውን ህጻናት መታን ካብ ጌግኦም ንክማሃሩ፣ ንክጋገዩ ዕድል ክንህቦም ይግባኣና።

TIGRIN_txtsw_1-20.indd 16-17 27.10.13 15:04

ማንም ሰብ ናይ ኣተዓባቢያ ፉጹም ክኾውን ዝጸበዮ የለን። ህጻናት ንባዕሎም እታ ዘይትጋገ ኣደ ወይ እቲ ፉጹም ኣቦምስ ዝህልዎም ዓቕሊ ጽበት እዩ ዝገብረሉ። ስለዚ ድማ ምኽርና ንወለዲ ፉጹም ዘይጋገዩ ወለዲ ንኽይኮኑ ንላቦ። ንኹሎም ወለዲ ሓደ ሓደ ግዜ ካብ ዓቕሞም ንላዐሊ ዝኾነሉ ጊዜታት ኣሎ። ኣብዚ እዋን እዚ ድማ ንባዐሎም ጽን ኢሉ ዝሰምዖምን ሞራል ወይ ካኣ ዕድላት ዝህቦምን የድሊዮም እዩ።

- ወላዲ እንተዳእ ሓይሉን ዓቕሉን ወዲኡ ክናሳሕ ይግባእ። ምንሳሕ ድኽመት ዘይኮነስ ቀዳማይ ስጉምቲ ናይ ትብዓት እዩ።
- ሓደ ሓደ ግዜ ወለዲ ናይ በይኖም ዐረፍቲ ክወስዱ ኣለዎም። እንተስ ምስ የዕሩኽቲ ድዩ እንተስ ንበይንኻ ክም ምሕንባስ ምኻድ፣ ካብ ውላድካ ተፈሊካ ወይ ተፈሊኪ ንቑሩብ ሳዓታት ዐረፍቲ ምስ ትወስድ፣ ኣበርቲዐካ ንውላድካ ከተዐቢ ኣዚዩ ይጠቅም።
- ሓገዝ ምስ ትደሊ ካብ ካልእ ሰብ ሽገርካ ምክፋል የድሊ። ጎሮባብቲ፣ ቤተሰብ፣ የዐሩኽቲ ከምኡ ውን ኣማኽርቲ ክሕግዙ ኣማራጽነት ኣሎ።

እምባኣር ከስ ተስፋ ንገብር እዚ ጎስጓስ ምዕባለ ብኣተዓባቢያ ኣብ ዕለታዊ ዕዮ ክጠቕመኩም። በዚ ኣዛጣሚ እዘን ሾሞንተ ነገራት ካልኦት ክልተ ነገራት ክንውስኽለን ንፈቱ ንሰን ድማ ጡዑይ ሰብኣዊ ኣተሓሳሰባን ናይ ወግዒ ዝውተራን እየን። በዚ ኣገባብ ድማ ኣተዓባብያ ብቐሊል ይዕመም።

ምሕያል ብትምህርቲ

„ምሕያል ብትምህርቲ“ በዚኦም ዝስዕቡ “ብሽሞንት ነጥብታት ንትምህርት ሓያል ይገብሮ“ መማሃርንን ወለድን ብዕዮ ገዛ ብምሕያል ንትምህርቲ ከምዝቀልል ምግባር። እዚ ድማ ብዝተፍላለየ መንገዲ ይትግበር

- ንትምህርቲ ዝምልክት ጉዳያት ሓበሬታ ምሃብ
- ንወለዲ ናይ ሓበሬታ ኣምክርቲን ኣገልግሎት ምሃብ
- ማሕበራዊ ዕማማት ዘተ ብዛዕባ ትምህርቲ ምሃብ
- ኣፍልጠን ርዲኢትን ወለዲ ኣብ ስዊስ ምሕያል

ንወለዲ ዝውሃቡ ሓበሬታን ኣስትምህሮን ዕድላት ምጥቃምን እዋናዊ ዝኮኑ ሓበሬታ ኣብዚ ኣድራሻ ተመልከት
www.elternbildung.ch/elternangebote.html

Elternbildung CH
Steinwiesstr. 2, 8032 Zürich
Telefon: 044 253 60 60
E-Mail: info@elternbildung.ch

conTAKT.ch

ምትሕግጋዝ ንወለድ ምስ ደቆም ኣብቲ መዓልታውዊ ሂወቶም

ሚግሮስ ኩልቱር-ፐርሰንት ድማ ነዚ መደብ ናይ ኩሎም ስደተኛታት ስዊዘርላንድ conTAKT (ምርካብ) ይምዉሎ ኣብዚ ናይ ምውህሃድ መደብ conTAKT-kind.ch ቀንዲ ኣርእሲት ሕጻናትን ወለዲ ኮይኖም ኣቀዲምካ ክግብሩ ዘለዎም ትምህርቲን ምክንካንን ሕቶታት ኢዮም።

እዚ conTAKT(ምርካብ) መደብ ናይ ሚግሮስ ኩልቱር-ፐርሰንት ከም ዓቢ ኣርእስቲ ሒዙ ብዛዕባ መዓልታዊ ኣትዓባቢያን ትምህርት ቆልዑን ኣብ ከባቢኦም ዘሎ ነገራት ብግቡእ ክጥቀሙሉ ከምዘለዎም ንወለዲ የተባብዕ

- conTAKT-spuren.ch ድማ ናብ ትምህርት ቤት የቅርቦ ትሕዝቱ ደማ ናይ ሰዊስ ሰደት ደሕሪ ባይታ እዩ
- conTAKT-menu.ch ድማ ናይ መምሃሪ መሳሪሒ ብዛዓባ ጥዕና ዘለዎ ኣመጋገባ የቅርብ
- ምስ conTAKT-net.ch ድማ ንሚግሮስ ኩልቱር-ፐርስንት ብምውካል ጥሙር ሓበሬታ ብዛዕባ
- መዓልትዊ ሂወት ናይ ማሕበራት ብዝቀለለ መንገዲ ይቕርብ፣ እዚ ሓበሬታ ድማ ቤት ትምህርትን ትምህርትን የጠቃልል

ኩሎም ብሚግሮስ ኩልቱር-ፐርሰንት ዝምዋሉ ናይ ምዉህሃድ መደብ ካብ ክፍሊት ንጻ እዮም ሚግሮስ ኩልቱር-ፐርሰንት ካኣ ብፍቃዱ ዝኣቶዎ ቃልን ከምቲ ኣብ ቅዋሙ ዝሰፈር ሚግሮስ ንባህሊ፥ ንማህበራዊ፥ ንትምህርታዊ፥ ንንንግዳዊን ናይ ግዜ ዕረፍተን.

ኩሎም መደባት ኣብዚ ዝስዕብ ኣድራሻ ትረክብዎ:
www.contakt.ch

ቁልጡፍ መወከሲ

ኣስተምህሮ ወለዲ መደብ ምስራዕ	www.elternbildung.ch
በይኖም ቆልዓ ዘዕብዩ ወለዲ	www.einelternfamilie.ch
ናይ ቁጠባ ጉዳይ	www.budgetberatung.ch
ሓግዝ ዘድሊዮም ወለዲ	www.muetterhilfe.ch
ብቅዓት ወለዲ ምፍታሽ	www.elternbildung.zh.ch/elternstaerketest
ናይ ወለዲ ኩነት	www.elternnotruf.ch, Tel. 044 261 88 66
ማሕበራት ወለዲ	www.sveo.ch
ብህላዊ ኩነታት ወለዲ	www.binational.ch
ምክልካል ህጻን ኣብ ስዊስ	www.kinderschutz.ch
ኣማከርቲ ኣቦን ኣደን	www.muetterberatung.ch
ደጋፊ ናይ ሰድራ	www.profamilia.ch
ደጋፊ መንእሰያት	www.projuventute.ch
ብካያት ህጻኣት	www.schreibabyhilfe.ch
በት ትምህርቲን ገዛን	www.schule-elternhaus.ch
ናይ ሓባር መጻወቲ	www.spielgruppe.ch
ኣመል /ወልፊ) ስዊስ	www.suchtschweiz.ch/aktuell
ናይ ማዓልቲ ወለዲ	www.tagesfamilien.ch
ኣቦ	www.vaeter.ch
ማሕበራት ና መዉዓሊ ሕጻናት ስዊስ	www.kitas.ch
ስምምዕ ናይ ስራሕን ወለዲን	www.plusplus.ch
ዝተፍላላዩ ሕቶታት	www.familienhandbuch.de
ማናቱ	www.zwillinge.ch

ጥቅሚ ዘሎዎም ምጽሓፍቲ ኣብዚ ናይ መርበብ ሓበሬታ ኣለኩም

Tigrinia
Okt 2013

L'ÉDUCATION
DONNE DE
LA FORCE

formation des parents ch

TIGRIN_txtsw_1-20.indd 20 27.10.13 15:04