

የህፃናትን ማህበራዊ እድገትንና የመንፈስ ደህንነት ማበልፀግ

ማውጫ

ይዘት

ገጽ

የስልጠናው አጠቃላይ መመሪያ..... 1

የስልጠናው ዝርዝር አላማዎች:..... 3

ክፍልአንድ፡ የህፃናት ማህበራዊ እድገት.....4

ህፃናት ማህበራዊነትን እንዴት ይማራሉ?.....5

ቁልፍ መልእክቶች..... 12

የህፃናትን ማህበራዊ እድገት ለማጎልበት ወላጆች ምን ማድረግ ይችላሉ?..... 13

ቁልፍ መልእክቶች..... 16

ክፍል ሁለት፡ የህፃናትን የመንፈስ (አእምሯዊ ስሜት) ደህንነት ማጎልበት..... 17

ቁልፍ መልእክቶች..... 22

የህፃናትን የመንፈስ ደህንነት (አእምሯዊ ስሜት) እንዴት ማጎልበት ይቻላል?..... 22

ቁልፍ መልእክቶች..... 25

ህፃናትና የቁጣ ስሜት መገለጫ..... 25

ወላጆች የህፃናትን ቁጣ ለመቀነስ የሚከተሉትን ማድረግ ይገባቸዋል..... 26

ልጆች በራሳቸው መተማመንንና ለራሳቸው ትልቅ ግምት መስጠትን እንዲያዳብሩ ወላጆች ምን ማድረግ ይችላሉ?  
..... 29

ስልጠናውን በተመለከተ አጠቃላይ መመሪያ

የስልጠናው አላማ፡ በስልጠናው መጨረሻ ወላጆች/አሳዳጊዎች የህፃናትን ማህበራዊ እድገትን እና መንፈሳዊ ደህንነትን እንዴት እንደሚያበላጹ ይረዳሉ።

የስልጠናው ተሳታፊዎች

የስልጠናው ተሳታፊዎች እንዲሆኑ የሚጠበቁት መምህራን፣ ህፃናትን በሚንከባከቡ ድርጅቶች የሚሰሩ ሰራተኞች፤ እንዲሁም ወላጆች እና አሳዳጊዎች ናቸው።

ያለፈውን ቀን ውይይት ማስታወስ

እያንዳንዱ ሰልጣኝ ባለፈው የተማረውን ለማስታወስ እንዲረዳው በየስልጠናው መጀመሪያ ሁለት ተሳታፊዎች ያለፈው ውይይት ፍሬ ሀሳቦችን እንዲቀርቡ መጠየቅ፤ ለምሳሌ፡-

1. ባለፈው የተወያየንባቸው ነገሮች ምን ምን ነበሩ?
2. ባለፈው ከተወያየንበት ርእሰ ጉዳይ አንጻር በቤታችሁ ከልጆቻችሁ ጋር ምን አደረጋችሁ? ያጋጠማችሁ ችግር ነበር ወይ?
3. ያለፈውን ትምህርት ለጎረቤቶቻችሁ አካፈላችሁ?

ቅድመ እና ድህረ ስልጠና ምዘና

እያንዳንዱ የስልጠና ክፍል ከመጀመሩ በፊት ለተሳታፊዎች የቅድመ-ስልጠና ምዘና ይሰጣቸዋል። በስልጠናው የቀሰሙትን እውቀት ለመገምገም ደግሞ የድህረ-ስልጠና ምዘና እያንዳንዱ የስልጠና መጨረሻ ላይ ይሰጣል።

አጠቃላይ የስልጠና ደንቦች፤

በስልጠናው የመጀመሪያ ቀን የሚከተሉትን የስልጠናውን ደንቦች ለተሳታፊዎቹ ያሳውቋቸው

- የሰልጣኞች አቀማመጥ በግማሽ-ከብ ቢሆን እንደሚመረጥ ማሳወቅ
- የአወያይ እና የተሳታፊዎች ትውውቅ ማካሄድ
- በሰዓት መገኘት
- በስልጠናው ወቅት ሞባይል ስልክ መዝጋት/ድምጽ አልባ ማድረግ
- በእያንዳንዱ የስልጠና ክፍል-ጊዜ በሰዓቱ መገኘት
- ንቁ ተሳትፎ ማድረግ
- የሌሎች ሰዎችን ሃሳብ ማክበር
- የአስታዎሽ ምርጫ፡ በየእያንዳንዱ ቀን መጀመሪያ ላይ ባለፈው ቀን የተማሩትን ትምህርት በተመለከተ ለተሳታፊዎች ለማስታወስ በአጭሩ ገለፃ የሚያደረጉ ሁለት ተሳታፊዎችን መሰየም፡ 5 ደቂቃ የማቅረቢያ ጊዜን መወሰን

- የስልጠና ቦታውን ማስተካከል - በየእያንዳንዱ ቀን መጀመሪያ ላይ ለአስር ደቂቃ ያህል የስልጠናው አስተባባሪዎች የስልጠናውን ቦታ ያመቻቻሉ
- ሰዓት ተቆጣጣሪ መምረጥ

**የሚያስፈልጉ ቁሶች**

- በህፃናት እድሜ ደረጃ የተዘጋጁ የተረት ወይም የታሪክ መፅሃፍት እና ስእሎች
- ኤል ሲ ዲ ፕሮጀክተር(ከተቻለ)
- ንፁህ የመፃፊያ ሰሌዳ / ፍሊፕ ቻርት
- ማርከር
- ብዕር እና የማሰታወሻ ደብተር
- በራሪ ፅሁፎች

የህፃናትን ማህበራዊ እድገትንና የመንፈስ ደህንነት ማበልፀግ

ይህ ስልጠና ስለ የሕጻናትን የህፃናትን ማህበራዊ እድገትንና የመንፈስ ደህንነት እንዴት ማበልፀግ እንደሚቻል መሠረታዊና ዝርዝር የሆኑ መረጃዎችን ያስረዳል።

መርሃ-ግብር

ይዘት	የማስተማሪያ ዘዴ	ሰዓት
የቅድመ-ስልጠና ምዘና	የጥያቄ ወረቀቶቹን መበተን	15 ደቂቃ
የስልጠናው ዓላማ	ማንበብና መወያየት	2 ደቂቃ
የህፃናትን ማህበራዊ እድገት	ጥያቄና ፣መልስ እና ገለፃ	40 ደቂቃ
የህፃናትን የመንፈስ (አእምሮአዊ ስሜት) ደህንነት	ጥያቄና ፣መልስ እና ገለፃ	40 ደቂቃ
ወላጆች ሊያረጓቸው የሚችሏቸው ነገሮች	ማንበብና መወያየት	10 ደቂቃ
ቁልፍ መልዕክቶች	ማንበብ እና መወያየት	10 ደቂቃ
የድህረ-ስልጠና ምዘና	የጥያቄ ወረቀቶቹን መበተን	15 ደቂቃ

**የስልጠናው ዝርዝር አላማዎች፡**

በስልጠናው መጨረሻ ተሳታፊ ወላጆች

- የህፃናት ማህበራዊ እድገት ምንነትን ይረዳሉ
- የህፃናት ማህበራዊ እድገትን ለማሳደግ የሚያስችላቸውን አማራጮች ያውቃሉ።
- የህፃናትን የመንፈስ ደህንነት (አእምሮአዊ ስሜት ደህንነት) ምንነትንና መገለጫቸውን ይረዳሉ
- የልጆቻቸውን አእምሮአዊ ስሜት መልካም ይሆን ዘንድ ማድረግ ያለባቸውን ተግባራት ይለያሉ።

**ክፍልአንድ፡ የህፃናት ማህበራዊ እድገት**

**አወያይ**

እባክዎ የእለቱ የመወያያ ርእሰ ጉዳይ ስለ ህፃናት ማህበራዊ እድገት ላይ እንደሚያተኩር ይንገሩዎቸው እና ለመነቃቂያ ይሆን ዘንድ የሚከተሉትን ጥያቄዎችን ይጠይቋቸው፤

ከግል ተሞክሮዎቻቸው እና ከሌሎች የተመለከቱትን እንዲናገሩ ያበረታቱዎቸው።

የማነቃቂያ ጥያቄዎች

1. ህፃናት ከማን ጋር መሆን ይወዳሉ?

ሀ) ለብቻቸው

ለ) ከሌሎች ህፃናት ጋር

ሐ) ከአዋቂዎች ጋር

2. ህፃናት ብቻቸውን ወይንም ከሌሎች ጋር ቢሆኑ ምን ልዩነት አለው?

ውይይት 1. የህፃናት ማህበራዊ እድገት ምንድነው?

ህፃናት ከአንድ ሰው ወይንም ከሌሎች ሰዎች ጋር የሚኖራቸው ግንኙነት ወይም መስተጋብር ማህበራዊ ህይወት ይባላል። ህፃናት ከሌሎች ሰዎች ጋር ሲገናኙ በተገቢው ሁኔታ እንዴት መቅረብ እንደሚችሉ የሚመረጡትን ሂደት ማህበራዊ እድገት እንለዋለን። ይህንንም እንዴት እንደሚተገብሩት መማር አለባቸው። ማህበራዊ እድገት ከጨቅላነት ጊዜያቸው ጀምሮ እየዳበረ ይሄዳል። ህፃናት እያደጉ ሲሄዱ የበለጠ ማህበራዊ ግንኙነት እንዲያዳብሩና ግንኙነት እንዲፈጥሩ ይጠበቃል። ህፃናት የሚያድጉበት ሁኔታና ከሌሎች ሰዎች ጋር የሚኖራቸው ግንኙነት የማንነታቸው አካል ነው።

እወያይ

አባክዎ ህፃናት ማህበራዊነትን እንዴት እንደሚመረጡ ይጠይቁቸው እና መልሱን በሰሌዳ ላይ ይፃፉ።

**ህፃናት ማህበራዊነትን እንዴት ይማራሉ?**

- በጨቅላነታቸው ከእናታቸው ጋር ከሚኖር ግንኙነት
- በማየት /ሌሎችን በመመልከት
  - ከወላጆቻቸው፤ ከቤተሰብ
  - ከሞግዚቶቻቸው
  - ከሌሎች ሕፃናት

**አወያይ**

በእናትና በልጅ መካከል ያለው ግንኙነት ለህፃናት የወደፊት ማህበራዊ ህይወት ወሳኝ ነው።

ፍቅር የሚሰጡና በእግባቡ የሚመግቡ እንዲሁም ለልጆቻቸው እንደ እድሜያቸው በእግባቡ ወጥ በሆነ የፍቅር ቅርበት የሚያሳድጉ ወላጆች ወይንም አሳዳጊዎች ሚያሳድጓቸው ህፃናት በራሳቸው የሚተማመኑ፣ ሌሎችን የሚቀርቡ፣ ደህንነታቸው የተጠበቀ ህፃናት ሆነው ያድጋሉ። በቤተሰባዊ ፍቅር ያደጉ፣ በማህበራዊ ህይወታቸው እስደሳች አርአያ ያገኙ፣ ቀጣይና እግባብነት ያለው አመራር፣ ድጋፍና ክትትል ያገኙ ህፃናት ገና በቀዳማይ ልጅነት ዘመናዘቸው ሌሎችን የሚንከባከቡ፣ በራሳቸው የሚተማመኑና ከሁኔታዎች ጋር በቀላሉ የሚላመዱ ይሆናሉ።

**አወያይ**

ህፃናት ከተወለዱ ጊዜ ጀምሮ እስከ መካከለኛ የልጅነት እድሜ ወይንም ሞግዚቶች በተለያዩ አጋጣሚዎች ከሌሎች ጋር በሥነ-ምግባር ሲያገኙ ወይንም ሲገረሙ የሚሰጡትን ምላሽ በመመልከት ይማራሉ። ቀስ በቀስ የተመለከቱትን እስመስለው መተግበር ይጀምራሉ።

ህፃናት ስለሚኖሩበት አለም ከሌሎች ጋር በመጫወት፣ ለ ከሌሎች ጋር አዘወትረው የሚገናኙ ህፃናት በቀላሉ ሰዎች

ህፃናት በተለያዩ የእድሜ ደረጃዎች እስከ ሰባት አመት ድረስ ጀምሮ አብዛኛውን የመጀመሪያ አመት ማህበራዊ ግንኙነት ህፃናት እድሜያቸው እያደገ ሲመጣ በአካባቢያቸው በሚሰጣቸው ትምህርት እንዲሁም በጊዜ ሂደት ከሌሎች ማህበራዊ ግንኙነታቸውን ያዳብራሉ።

**አወያይ**

ልጆችን በቤት ውስጥ ለአለታዊ ህይወታቸው የሚጠቅማቸውን ማህበራዊ ክህሎት ማለትም ህላፊነትን መጋራት፣ሌሎችን መርዳት፣ከሌሎች ጋር አብሮ መሆንን፣ ከሌሎች ጋር ሲሆኑ የራስን ደህንነት መጠበቅን ማስተማር ተገቢ ነው። ብዙውን ጊዜ ልጆች ይህንን የሚማሩት ትላልቅ ሰዎችን በመመልከት ነው። ስለዚህም የወላጆች ማበረታቻ፣ ድጋፍና ክትትል ብቻ ሳይሆን አርአያነትም አስፈላጊ ነው። ህፃናት ከሌሎች ሰዎች ጋር ሲገናኙ በተገቢ ሁኔታ እንዴት መቅረብ እንዳለባቸው መማር አለባቸው። ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች በተለያዩ አጋጣሚዎች ከሌላ ሰው ጋር በሚሆኑበት ወቅት የሚያሳዩትን ባህሪ በመመልከት ህፃናት ይማራሉ።

ማህበራዊነትን ለህፃናት ማስተማር

- ወላጆች የህፃናትን የወደፊት ማህበራዊ እድገት ለመወሰን ከፍተኛ ድርሻ አላቸው።

ጨዋታና ማህበራዊ እድገት

- ጨዋታ የሌሎች ህፃናትን ጠባይ ለማወቅና ማህበራዊ ግንኙነትን ለማዳበር ጠቃሚ ነው።

እወያይ፡

ጨዋታ ህፃናት የሌሎች ህፃናትንና የአዋቂዎችን ጠባይ እንዲያውቁ ይረዳል። በዚህ አይነት ህፃናት ስለሚኖሩበት አለም ከሌሎች ጋር በመጫወት፣ ሌሎች ሲጫወቱ በመመልከትና ጓደኞች በማፍራት ይማራሉ። ከሌሎች ጋር አዘውትረው የሚገናኙ ህፃናት በቀላሉ ሰዎችን መቅረብና ምላሽ መስጠት ይችላሉ።

ጨዋታና ጓደኝነት ህፃናት ከሌሎች ጋር ባላቸው ግንኙነት መስጠትና መቀበልን ያስተምራል። ይህ አይነት ጠባይ ህፃናት ሲያድጉ በማህበረሰባቸው ውስጥ አስተዋፅኦ የሚያደርጉ ስኬታማ ጎልማሶች እንዲሆኑ ያስችላቸዋል።

እወያይ

የሚከተለውን ማጠቃለያ ለተሳታፊዎች ያንብቡላቸው

ህፃናት ከሌሎች ጋር የሚያደርጉት ንግግር ወይንም የሚያሳልፉት ጊዜ፣ የሚናገሩት ወይንም የሚሰጡት እንቅስቃሴ ለሌሎች ሰዎች ትርጉም አለው። በተመሳሳይም ሌሎች ሰዎች ለህፃናት የሚናገሩት፣ በእንቅስቃሴ የሚሰጡት ድርጊት ወይንም ከህፃናት ጋር የሚያሳልፉት ጊዜ ለህፃናት ትርጉም አለው። ህፃናት በሌሎች ያዩትን በማስመሰል የማህበራዊ እድገታቸው መገንባት ያደርጉታል። በዚህ አይነት ህፃናት ከሁሉ በፊት ወላጆቻቸውን ወይም አሳዳጊዎቻቸውን በማየት ማህበራዊ ክህሎትን (እንዴት ሌሎችን መቅረብ እንዳለባቸው) ይማራሉ።

የቡድን ስራ (የተግባር ልምድ)

አወያይ፡  
እንደ ፈቃደኛ ተሳታፊ ታሪኩን እንዲያነቡ ይጠይቁዎቸው

ለቡድን ስራ የመግቢያ ታሪክ

አበራ ማሞና ከበደ

አበራ፣ ማሞና ከበደ በቅድመ መደበኛ ትምህርት ቤት አብረው የሚማሩ ጎረቤታቸውና የክፍል ጓደኛዎች ናቸው። ወደ ትምህርት ቤት የሚሄዱትና ከትምህርት ቤት የሚመጡት እንደ ላይ ነው። እንደ ቀን ሶስቱም ዘግይተው ወደ ክፍል ደረሱ።

ወደ ክፍል ሲገቡም ከሁለት ወንበሮች በስተቀር ሁሉም ወንበሮች ልጆች ተቀምጠውባቸው ነበር። አበራ በፍጥነት በአንደኛው ወንበር ላይ ሲቀመጥ ማሞም ቀልጠፍ ብሎ በሁለተኛው ወንበር ላይ ተቀመጠ። ከበደ ግን ምንም መቀመጫ አላገኘም። ከበደ ወደ አበራ በመሄድ እንዲጠጋለት ጠየቀው። አበራ ግን <እይሆንም። ሌላ ቦታ ሂድ> በማለት ጓደኛውን ከበደን በወንበሩ ላይ አስጠግቶ ለማስቀመጥ ፈቃደኛ ሳይሆን ቀረ። ከበደ ቀጠለና ወደ ማሞ ሄዶ በወንበሩ ላይ እንዲያስቀምጠው ጠየቀው። ማሞም በረገግታ <ከቢ ና አብረን እንቀመጥ ፡ በክፍል ውስጥ ሌላ ወንበር ስለሌለ እዚህ ላይ አብረን እንቀ

አወያይ፡ ከዚህ በታች የተቀመጡትን ጥያቄዎች ተሳታፊዎች በአምስት ቡድን ተከፋፍለው እንዲወያዩበት ያድርጉ። ከውይቱ በኋላ በቡድን ተወካዮቻቸው አማካኝነት የቡድን ሃሳቦቻቸውን እንደሚያቀርቡ ይንገሩዎቸው።



የመወያያ ጥያቄዎች

1. ከበደ ወንበር እንዲያጋራው አበራን ሲጠይቀው አበራ ስለ ራሱ ምን የተሰማው ይመስላችኋል?
2. አበራ ስለ ከበደ የሚሰማው ምን ይመስላችኋል?
3. ከበደ ወንበር እንዲያጋራው ማሞን ሲጠይቀው ማሞ ስለራሱ ምን ያሰበ ይመስላችኋል?
4. ማሞ ስለ ከበደ የሚያስበው ምን ይመስላችኋል?
5. አበራ ፈቃደኛ ባለመሆኑ ከበደ ምን የተሰማው ይመስላችኋል?
6. ከበደ በሚቀጥለው ጊዜ ከአበራ ጋር ሲገናኝ ምን እይነት ሁኔታ ሊያሳየው ይችላል?

አወያይ

ሁሉም ተሳታፊዎች አንድ ላይ እንዲሆኑ ያድርጉ። የእያንዳንዱ ቡድን ፀሀፊ አስቀድሞ የቀረቡትን ስድስት ጥያቄዎች በተመለከተ የቡድኑን አስተያየት በ 3 ደቂቃ ማቅረብ ይኖርበታል። የቡድኑ ተወካዮች የቡድኑን አስተያየት ካቀረቡ በኋላ የተወሰኑ ሰዎችን ስለቀረቡት ሀሳቦች አስተያየታቸውን እንዲሰጡና ጥያቄ እንዲጠይቁ እድል መስጠት ያስፈልጋል።

ቁልፍ መልእክቶችን ቀድመው ያንብቡና ባንበቡት መሰረት ለተሳታፊዎች ግብረ መልስ ይስጡ። ከላይ ለተቀመጡት ጥያቄዎች ከታሪኩ በመነሳት ትክክለኛቹ ግብረመልሶች ከሚከተሉት ጋር ተመሳሳይ መሆን አለባቸው፡

1. አበራ የሙብቱ መነካት እንደተሰማውና ሙብቱን ለማስከበር እንደወሰነ ተግባሩ ያሳል።
2. ከበደ ንብረቱን (ወንበሩን) ሊሻማው እንደፈለገና ሊጎዳው እንደሆነ ያሰበ ይመስላል
3. ቦታ ላጣ ጓደኛው ቦታ ማጋራት እንደሚገባው ያሰበ ይመስላል
4. ጓደኛዬ ቦታ አጥቶ ተቸግሯል፤ ጓደኛዬ የኔን እርዳታ ያስፈልገዋል ብሎ ያሰበ ይመስላል
5. የማዘን ወይም የጥላቻ ወይም የመገረም ስሜት የተሰማው ይመስላል
6. ከበደ የለመደው የቅራኔ ማስወገጃ ስልት/ ምላሽ አሉታዊ ከሆነ አበራን ሲያገኘው ሊያኮርፈው፣ ወይም ስሜት ጎጂ ሆነ ንግግር ሊናገረው ወይም ለፀብ ሊጋበዝ ይችላል። ከበደ በእድገቱ የለመደው የቅራኔ ማስወገጃ ስልት/ ምላሽ አወንታዊ ከሆነ አበራን ሲያገኘው ለምን ወንበር አላጋራ እንዳለው ይጠይቀዋል፤ ወይም ስለድርጊቱ ትክክል አለመሆን ያናገረዋል።

የህፃናት ማህበራዊ ግንኙነት ክህሎት በእድሜ

እወያይ

በመቀጠል ህፃናት በተለያዩ የእድሜ ደረጃዎች የሚያሳዩትን ማህበራዊ ግንኙነት እንመልከት። ይህ የህፃናት ማህበራዊ ግንኙነት እንደጤናቸው ሁኔታ እንዲሁም እንደሚያገኙት ማበረታቻ ይለያያል። ስለዚህም አንዳንድ ህፃናት ፈጣን ማህበራዊ እድገት ሲያሳዩ አንዳንዶች ደግሞ ዘገምተኛ እድገት ያሳያሉ።

ህፃናት በተለያዩ የእድሜ ደረጃዎች የሚያሳዩት ማህበራዊ ግንኙነት ክህሎት

የአንድ ወር ህፃናት

- ፈገግታን ያሳያሉ።
- አይን ለአይን በመመልከት ግንኙነት ያደርጋሉ።
- የሚያውቁት ፊት ሲያዩ እና ድምፅ ሲሰሙ መልሰው በማየት እና ፈገግ በማለት ምላሽ ይሰጣሉ

የሁለት ወር ህፃናት

- ሰዎችን በአይናቸው ይከተላሉ።
- የሰዎችን መልክ ይለያያሉ።
- የሚያውቁትን ድምፅ ሲሰሙ ዝም ይላሉ።
- ለሌሎች ሰዎች ፈገግታ ያሳያሉ።

የሶስት ወር ህፃናት

- ለድምፅና ለፈገግታ የድምፅ ምላሽ ይሰጣሉ።
- ሲደሰቱ አጠቃላይ የሰውነት ክፍሎቻቸውን ያንቀሳቅሳሉ።
- የአሳዳጊዎቻቸውን እንቅስቃሴ ወይንም ድምፅ ተከትለው ፊታቸውን ያዘራሉ።

ከአራት እስከ ስድስት ወር ያሉ ህፃናት

- አሳዳጊዎቻቸውን ሲመለከቱ ፈገግታ ያሳያሉ።
- አሳዳጊዎቻቸው ሲነኳቸው ይደሰታሉ።
- የሚያውቋቸውን ሰዎች ሲመለከቱ በደስታ እጆቻቸውንና እግሮቻቸውን ያወራጫሉ።
- የሚያውቋቸውንና የማያውቋቸውን ሰዎች ፊት ይለያሉ።
- ጡት ወይንም ጡጦ ሲጠቡ ደስታቸውን ይገልጻሉ።
- ፊታቸውን በመስታወት ሲመለከቱ ይስቃሉ።
- ሰዎች ሲመለከቷቸው በፈገግታ ድምፅ ያሰማሉ።
- እንዳንድ የፊት ገለፃዎችን ለማስመሰል ይሞክራሉ።

ከሰባት እስከ አስራ ሁለት ወር

- የሰዎችን ትኩረት ለማግኘት ድምፅ ያሰማሉ፤ ቃላትን ሊናገሩም ይችላሉ።
- በማጨብጨብ፣ ጠረጴዛ በመደብደብ፣ የሰላምታ ድምፅ በማሰማት፣ በኳስ ይጫወታሉ።
- የሚፈልጉትን ነገር በጣታቸው ይጠቁማሉ።
- ከቅርብ አሳዳጊዎቻቸው መለየት አይፈልጉም።
- የማያውቋቸውን ሰዎች ወይንም ነገሮች ይሸሻሉ።
- ስማቸው ሲጠራ ወደሚጠሯቸው ሰዎች ይመለከታሉ።
- በሚያሰሙት ቃል፣ ድምፅ ወይም እንቅስቃሴ ከተሳካላቸው ድርጊቱን ይደግሙታል።
- የሌሎች ህፃናትን እንቅስቃሴ ያስመስላሉ።

ከአስራ ሰባት እስከ አስራ ስምንት ወራት

- አሳዳጊዎቻቸው ሲያናግሯቸው ፊታቸውን ይመለከታሉ።
- ሲናገሩ ወይንም ሲጫወቱ አሳዳጊዎቻቸውን ይመለከታሉ።
- ብቻቸውን ይጫወታሉ። መጫወቻቸውን ለሌሎች ማጋራት አይፈልጉም።

- የትላልቅ ሰዎችን ተግባራት ለምሳሌ፡- ቤት መጥረግ፣ መወልወል፣ ጠረጴዛ ማዘጋጀት እንዲሁም የቤት እቃ መሰብሰብን እስመስለው ለመተግበር ሞክራሉ።

ከአስራ ስምንት እስከ ሰላሳ ስድስት ወራት

- <አመሰግናለሁ> ማለትን፣ የሰላምታና ሌሎች ቃላትን ይጠቀማሉ።
- ከሌሎች ጋር ተራ ጠብቀው መጫወት ይጀምራሉ።
- የማስመሰል ጨዋታዎችን ይጫወታሉ።
- ራሳቸውን ከሌሎች ለይተው ያውቃሉ።

ከሰባት እስከ አራት አመት

- ለሰዎች ሰላምታ ይሰጣሉ።
- ወላጆቻቸው የሚያደርጉትን እስመስለው ይጫወታሉ።
- መነጋገር ይወዳሉ።
- ከሌሎች ጋር መጫወትና መግባባት ያስደስታቸዋል።

ከአራት እስከ ስድስት አመት

- የማካፈልን ምንነት መረዳትና ሌሎችን መንከባከብ ይጀምራሉ።
- ቀላል መመሪያዎችን በመከተል በስርአት መጫወት ይችላሉ።
- ለአንድ ዓደኛ የተለየ ቀረቤታ ያሳያሉ።
- የወንድና የሴትን ልዩነት በመገንዘብ መጫወት ይችላሉ።

ቁልፍ መልእክቶች

አወያይ፡ ለተሳታፊዎች ቁልፍ መልእክቶችን ያንብቡላቸው።

- በወላጆች ወይንም ሞግዚቶች በተለያዩ አጋጣሚዎች ከሌሎች ጋር በሚገናኙበት ወቅት ለሚያጋጥሙ ክስተቶች ምላሽ የሚሰጡበት መንገድ (ለምሳሌ፡- የሚያስደስት ወይንም የሚያሳዝን፣ የሚያናድድ፣ የሚያስፈራ ወይም የሚያስገርም) ነገር ሲያጋጥም የሚሰጡትን ምላሽ በመከታተል ህፃናት የተለያዩ ነገሮች ሲያጋጥሟቸው እንዴት መመለስ እንዳለባቸው ይማራሉ።
- ህፃናት ስለሚኖሩበት አለም ከሌሎች ጋር በመጫወት፣ ሌሎች ሲጫወቱ በመመልከትና ዓደኞች በማፍራት ይማራሉ። ከሌሎች ጋር አወንታዊ በሆነ ሁኔታ አዘውትረው የሚገናኙ ህፃናት በቀላሉ ሰዎችን መቅረብና ምላሽ መስጠት ይችላሉ።

- ህፃናት ጓደኞች እንዲያፈሩና ከእነርሱ ጋር እንዲጫወቱ ሊበረታቱ ይገባል።

**የህፃናትን ማህበራዊ እድገት ለማጎልበት ወላጆች ምን ማድረግ ይችላሉ?**

የውይይት መነሻ ሀሳብ

ህፃናት ማህበራዊ እድገታቸውን እንዲያዳኩ እንዲሁም ከሌሎች ጋር ተግባብተው መስራት እንዲችሉ የወላጆችን ድጋፍ ይፈልጋሉ። የህፃናትን ማህበራዊ እድገት ለማፋጠን የሚረዱ የተለያዩ ዘዴዎች አሉ። በዚህ ውይይት ወላጆች በእነዚህ ዘዴዎች ዙሪያ ሀሳብ ይለዋወጣሉ፤ ውይይቱ የተሳታፊዎችን ግንዛቤ ለማዳበር እድል ይፈጥራል።

**አወያይ**

ለተሳታፊዎች የእለቱ የውይይት መርህ ግብር ወላጆች የህፃናትን ማህበራዊ እድገት እንዴት ማበልፀግ እንደሚችሉ የሚያስገነዝብ መሆኑን ይንገሯቸው። በመቀጠል ወላጆችን የሚከተሉትን ጥያቄዎች ይጠይቁ። እንደ ተሳታፊ እንደ ጥያቄ ብቻ እንዲመልስ በመንገር የመነሻ ሃሳቡን ያንብቡላቸው ።

1. ከትዳር ጓደኛዎ ጋር የምታከናውኗቸውና ልጆቻችሁ የሚመለከቱት ምን ምን ተግባራት አሉ?
2. ከጎረቤቶችዎ ጋር የምታከናውኗቸውና ህፃናት የሚመለከቱት ምን ምን ተግባራት አሉ?
3. ከልጅዎ ጋር በቤት ውስጥና ከቤት ውጪ የምታከናውኗቸው ምን ምን ተግባራት አሉ?
4. እስካሁን በተሳታፊዎች የተዘረዘሩት ተግባራት ልጆቻችሁ ሲያድጉ ከሌሎች ልጆች ጋር እንዴት መቅረብ እንዳለባቸው ለማስተማር እስተዋፅኦ ያደርጋሉ?

**አወያይ**

የወላጆች ድጋፍ ህፃናት የማህበራዊ ህይወት እድገታቸውን እንዲያዳኩ እና ከሌሎች ጋር ተግባብተው መስራት እንዲችሉ እስተዋፅኦ ያደርጋል። እያንዳንዱ ሕፃን ተመሳሳይ የማህበራዊ ህይወት እድገት ደረጃ የላቸውም ስለዚህ ወላጆች የሚከተሉትን ነገሮች በማድረግ የልጆቻቸውን ማህበራዊ እድገት ማፋጠን ይችላሉ።

- ወላጆች በየእለቱ ከልጆቻቸው ጋር አብረው ተሳትፎ ለማድረግ እንዲችሉ በቂ ጊዜ መስጠት

- ልጆች ከቤትና ከጎረቤት ጠቃሚ የማህበራዊ ህይወት ክህሎትን የሚማሩበት ሁኔታ መፍጠር
- ልጆች ከሌሎች ልጆችጋር የሚገናኙበትና የሚረዱበትን አጋጣሚዎችን መፍጠር
- ልጆች ከሌሎች ልጆች ወይም ሰዎች ተገቢ ያልሆኑ ጠባዮችን አለመማራቸውን ማረጋገጥ
- ልጆች ከአዳዲስ ሰዎች ጋር እንዲተዋወቁ ማድረግ የህፃናትን ማህበራዊ ህይወት እድገት ለማፋጠን ይጠቅማል።

አወያይ

ወላጆች ይህንን ልብ እንዲሉ ይንገሩባቸው

ልጆች እንዲቀርቧቸው የምናበረታታው ስለማንነታቸው በደንብ የምናውቃቸውን ሰዎች ብቻ መሆን አለበት። ልጆች ማንነታቸውን በደንብ ከማናውቃቸው ሰዎች ጋር እንዲወሉ ማበረታታት የለብንም። ምክንያቱም ለልጆች አገልግሎት ለሌሎች ሊያስተምሩ ወይም ልጆችን የሚጎዳ ተግባር ሊፈፀሙ ይችላሉ።

ተግባራዊ ልምዶች

አወያይ

ተሳታፊዎች በአምስት ቡድን እንዲከፈሉ ይገለፁላቸው።

እያንዳንዱ ቡድን ቀጥሎ በቀረበው ጥያቄ ላይ እንዲወያይ ያድርጉ። እያንዳንዱ ቡድን አወያይ ይመርጣል። እያንዳንዱ ቡድን የውይይቱን ፍሬ ሀሳብ የሚመዘግብና በኋላ ሪፖርት የሚያቀርብ ፀሀፊ ይመርጣል።

መሪ ጥያቄዎች

ወላጆች በተለያዩ እድሜ የሚገኙ ህፃናትን ማህበራዊ እድገት ለማነቃቃት ምን ምን ማድረግ ይችላሉ?

- ሀ) ከተወለዱ የአንድ ሳምንት እድሜ ላላቸው ህፃናት
- ለ) ከተወለዱ የስድስት ወር እድሜ ላላቸው ህፃናት

ሐ) የሁለት አመት እድሜ ላላቸው ህፃናት

መ) የሰባት አመት እድሜ ላላቸው ህፃናት

**አወያይ መልስ**

ሀ) የሳምንት ልጅ፡-ማየት በልጆች ፊት ትይዩ ሆነው ፊትን በልጁ ፊት ወደቀኝ ና ወደ ግራ ወደ ላና ወደ ታች በማድረግ ከልጁ ጋር ግንኙነት መፍጠር ማቀፍና እሹሩሩዌም ሌሎች ለህፃናት የሚዜሙ አካባቢውን ዜማዎች ለስለስ ባለ ድምፅ ማዜም፣ ሳይጫኑ መዳበስ፣ ልጁ መልስ ባይሰጥም ማናገር

ለ) የ 6 ወር ልጅ፡- እንደ ላይኛው፣ በተጨማሪ ማዋራት፣ ሰላምታ በእጅ ምልክት ሰላም ሲሉ ፈገግታ ማሳየት፣ ማቆላመጥ ፣ መሳም

ሐ) ሁለት አመት እድሜ ያላቸው፡ እንደላይኛው በተጨማሪ ሰላም ሲሉ መጨበጥ /እጅ መንሳት/ እንደምንወደው፣ የኛ እንደ ሆነ መግለጽ፤ ስለ ወንድና ሴት ልዩነት ማስተማር (ወንድ ጸም አለው ሴት ጂም የላትም፤ ሴት ቀሚስ ትሉብሳለች፤ ወንድ ቀሚስ አይሉብስም፤ እማማ ሴት ነች፤ አባባ ወንድነው፤ እህትህ ሴት ነች፤ ወንድምህ ወንድ ነው)፤ ቤተሰቡ ሁሉ እንደሚወደው፤ ቤተሰባዊ ተሳትፎን በቀላል ትእዛዛት ማለማድ (ለምሳሌ፡ ይህንን ሳህን ለእማማ ስጣት፤ ያንንሲኒ አምጣ፤ ወዘተ)፤ በምግብ ሰላት አብሮ እንዲቀመጥ ማድረግ፤ ወላጆች በፍቅር ሲወያዩ ልጅ በአጠገባቸው ሆኖ እንዲጫወት ማበረታታት፤ ልጅን በአይነ ቁራኛ እየጠበቁ በግቢው ወይም በቤት አካባቢ ከሌሎች ህፃናት ጋር እንዲጫወት ማድረግ

መ) የሰባት አመት፡ የራስ አያያዙን/ የራስ አያያዟን ባህሉ ለዚያ ያታ እንደሚፈቅደው እየተገበረች/ እየተገበረ መሆኑን ማረጋገጥ/ማስተካከል፣ ከወላጅና ከቤተሰብ ጋር በውይይት መሳተፋቸውን ማረጋገጥ ፣ በፍቅር ማቀፍ፣ ቤተሰባዊ ሀላፊነትን እንዲወጡ ትምህርት በሌለ ቀን ቀላል ስራዎችን ሃላፊነት መስጠት (ለምሳሌ፡-አልጋ ማንጠፍ፣ ቤት መጥረግ፣ ሳህን ማጠብ፣ ትልልቅ የቤተሰብ አባላት ልብስ ሲያጥቡ ልጅ የራሷን/የራሱን ካልሲ ወይም ሙታንቲ እንዲያጥብ ማዘዝ፣ ወዘተ)፣ ከወንድም ወይም እህት ጋር ቀረቤታ መኖሩን ማረጋገጥ፣ የጋራ ስራ መስጠት፣ በሰፊ አካባቢ ያሉ ጎረቤቶችን እንዲውቁ ማድረግ፣ ጎረቤት ተልከው እንዲመለሱ ማስተማር፣ የራስ የሆነ ጓደኛ እንዲኖረው/ እንዲኖራት ሁኔታዎችን ማመቻቸት፣ ፍላጎትንና ሀሳብን በነፃ መግለፅን ማለማድ፣ ሌሎችን ማክበር፣ ተራን መጠበቅ፣ አዋቂዎች በሚወያዩበት ጊዜ አስተያየት መስጠት ከፈለገ/ከፈለገች ፈቃድ እንዲጠይቅ/ እንድትጠይቅ ማለማድ፣ ለታናናሾች እንኩብካቤ ማድረግን ማለማድ፣ ከሌሎች ጋር አለመስማማት ሲኖር ወደ ፀብ እንዳይገቡ ማለማድ።

ቁልፍ መልእክቶች

አወያይ፡

ቁልፍ መልእክቶችን ያንብቡላቸው

- በየእለቱ ከልጆቻችሁ ጋር ለመገናኘትና የሆነ ነገር ለማድረግ በቂ ጊዜ እንዳላችሁ አረጋግጡ።

- በቤታችሁና በጎረቤታችሁአካባቢ ልጆች ጠቃሚ የማህበራዊ ህይወት ክህሎት የሚማሩበት ግንኙነት እንዲኖር አድርጉ። ለምሳሌ፡- ከጎረቤቶች ጋር በጋራ ሰፊ ስራ በማፅዳት ስራ መሰማራትና ልጆች እንዲያዩ፤ ውይይቱን እንዲሰሙ ማድረግ።
- ልጆቻችሁ ከሌሎች ልጆች ጋር የሚገናኙበትና የሚረዱበትን አጋጣሚዎች ፍጠሩ።
- ልጆቻችሁ ከሌሎች ልጆች ወይም ሰዎች ተገቢ ያልሆኑ ጠባዮችን አለመማራቸውን አረጋግጡ። ለዚህም ከልጆቻችሁ ጋር የሚገናኙትን ልጆችና አዋቂዎችን ጠባይ መከታተልና መመልከት ያስፈልጋል።
- ወላጆች ወይም የቤተሰብ አባላት በተገኙበት ልጆቻችሁ ከአዳዲስ ሰዎች ጋር እንዲተዋወቁ አድርጉ።
- ወላጅ እየተመለከተና እየተከታተለ ልጆች ከትልልቅ ልጆች ጋር እንዲተዋወቁ ማድረግ።
- አይናፋር ልጆች የሚፈልጉትን ነገር እንዲገልፁ እርዳቸው። ለምሳሌ፡- የተለያዩ ማበረታቻዎችን በመስጠት ሀሳባቸውን እንዲገልፁ በቂ አድል መስጠት
- ልጆቻችሁ ከሌሎች ልጆች ጋር በጥሩ ሁኔታ ሲጫወቱ «ዛሬ ከጓደኞቼ/ሽ ጋር ሳትጣላ/ዩ በመጫወት/ሽ በጣም ደስ ብሎኛል» በማለት ስሜታችሁን ግለፁላቸው።
- ልጆቻችሁ ከተለያዩ አካባቢዎች እርስ በእርስ የሚቃረን መረጃ እንዳይደርሳቸው በየጊዜው ከልጆቻችሁ ጋር በቅርበት ከሚገናኙ መምህራን፣ ሞግዚቶችና ከትላልቅ ልጆቻችሁ መረጃ አሰባስቡ፤ ሀሳብ ተለዋወጡ።
- ልጆች የሚጠበቅባቸውን ሳይሰሩ ሲቀሩ ከመምታት፣ ከመቆንጠጥ፣ በጥሬ ከመምታት ይልቅ በፍቅር ጠንክር ያለ ምክር መስጠት፣ ከአካላዊ ቅጣት ይልቅ ወጥነት ያለው መመሪያና ጥፋትን ማረሚያ ዘዴ መጠቀም ይመረጣል።



ክፍል ሁለት፡ የህፃናትን የመንፈስ (አእምሯዊ ስሜት) ደህንነት ማሳልበት  
የህፃናትን መንፈስ ሁኔታ (አእምሯዊ ስሜት) መገንዘብ

ትርጉም፡

መንፈስ (አእምሯዊ ስሜት) ማለት በአምስቱ የስሜት አካላታችን ወይም በማስታወስ ችሎታችን ተጠቅመን  
ከውስጣችንና ከውጪው አለም ስለራሳችንና ስለሌሎች ግንዛቤ ከያዝን በኋላ ለዚያ ግንዛቤ የሰጠውን ትርጉም  
ተመርኩዝን በአእምሯችን የምንፈጥረው የመንፈስ ሁኔታ/ስሜት ነው።

ይህ የመንፈስ ሁኔታ ወይም አእምሯዊ ስሜት ደስታ፣ህዘን፣ንዴት፣ቁጣወይምፍርሀት፣ወዘተ ሊሆን ይችላል።

ህፃናት አእምሯዊ ስሜታቸውን የሚገልፁት በተመሳሳይ መንገድ አይደለም። ህፃናት ስሜታቸውን  
የሚያሳድጉት በተለያዩ መንገድና በራሳቸው ፍጥነት ነው።ህፃናት ስሜታቸውን የሚገልፁበት ሁኔታን  
የሚለምዱት ሁኔታዎች በውስጣቸው/በመንፈሳቸው ከሚፈጥሩባቸው ደስ የሚልና ደስ የማይሉ (የሚመቹና  
የማይመቹ) ስሜቶች በመነሳት በደመነፍስ፤ እንዲሁም ከወላጆቻቸው በሚሰጣቸው መመሪያ፤ በተጨማሪም  
ወላጆቻቸውን /አብሮ አደገቻቸውን/ በማየት ሲሆን፤በተጨማሪም ከመምህራንና ከሌሎች ቅርበት ካላቸው  
ሰዎች ጋር በሚኖራቸው ግንኙነት አእምሯዊ ስሜታቸውን ስለሚገልፁበትና ስለሚሰጡት ምላሽ በበለጠ  
ይሚራሉ።

**አወያይ**  
የህፃናትን የአእምሯዊ ስሜት መገለጫዎችን መገንዘብ አስፈላጊ መሆኑን መንገር ይገባል። “ልጆች ምንም  
አያውቁም”፤ እንዲሁም “ስሜት የላቸውም”፤ የሚለው አስተሳሰብ ስህተት መሆኑን መግለፅ ይገባል።  
ህፃናት ልክ እንደ አዋቂ ሰዎች ለምንነገራቸውና ለምናደርግላቸው ነገሮች ወይም ለሚናገሩትና  
ለሚያደርጉት ነገር በአእምሯቸው የሚቀርፁት ስሜት አላቸው። የመረጋጋትና የደስታ አእምሯዊ  
ስሜቶች ህፃናት በሁሉም አቅጣጫ እንዲማሩ ይረዳሉ። በሌላ መልኩ የፍርሀት፣ቁጣና የህዘን ስሜቶችን  
በአእምሯቸው የሚመላለሱባቸው ህፃናት በቤታቸውና ከቤት ውጪ በሚገባ መማር ይቻላቸዋል።  
ስለዚህም ወላጆች ህፃናትን ለመርዳት የልጆቹን አእምሯዊ ስሜቶች መገለጫዎቻቸውን ማወቅ  
ያስፈልጋቸዋል። ህፃናት ስለራሳቸውና ስለሌሎች መልካም አእምሯዊ ስሜት እንዲያዳብሩ ወላጆች  
ስሜታቸውን ተረድተው እንዲያግዟቸው ይፈልጋሉ። የህፃናትን አእምሯዊ ስሜት ለመረዳት  
የሚያስችሉ የተለያዩ መንገዶች አሉ። የዛሬ ውይይት ይህንን ክህሎት ለማዳበር ይረዳል።

ህፃናት ስሜታቸውን መገለጽ ከየት ይሚራሉ?

- በተፈጥሮ/በደመነፍስ
- በማየት መማር
  - ከወላጆቻቸው
  - ከሌሎች ህፃናት
  - እንደየባህሉ ከሚሰጣቸው መመሪያ

እወያይ፡

ህፃናት ቀስ በቀስ በአካባቢያቸው ስለሚያጋጥማቸው ነገር በራሳቸው ተፈጥሯዊ መንገድ ስሜታቸውን ይገልጻሉ።

ወላጆቻቸው ሲናደዱ/ሲቆጡ፣ ሲደሰቱ፣ ሲያዝኑ ወይንም ሲገረሙ እንዴት ስሜታቸውን እንደሚገልጹ በማየት ይማራሉ።

ህፃናት በሚኖሩበት አለም ከሌሎች ህፃናት ጋር በመጫወት፣ ጓደኛ በማፍራት እንዲሁም ሌሎች ሲጫወቱ በማየት እንዴት መቀራረብና መግባባት እንደሚችሉ ይማራሉ።

ህፃናት ከእኩዮቻቸውና ከትላልቅ ልጆች ጋር ሲገናኙ ስለ ስሜታቸውና ስለሚሰጡት ምላሽ በበለጠ ይማራሉ።

በተመሳሳይ ሁኔታም ስለ ሌሎች ስሜትና ምላሽ ይማራሉ። በነኚህ ልምዶች ተፅእኖ የተነሳ ህፃናቱ በጊዜ ሂደት የስሜት መግለጫቸውን ሊያስተካክሉ ወይም ሊቀይሩ ይችላሉ።

በተጨማሪም ልጆች እንዴት አእምሯዊ ስሜትን መግለፅ እንዳለባቸው ወይም እንደሌለባቸው ወላጆች እንደየባህሉ መመሪያ ይሰጣሉ።

ህፃናት ስሜታቸውን እንዴት ይገልጻሉ?

ህፃናት በስሜት አገላለፃቸውና ግንዛቤያቸው የተለያዩ ችሎታ አላቸው። ህፃናት ስሜታቸውን የሚያሳድጉት በተለያዩ መንገድና በራሳቸው ፍጥነት ነው።

አወያይ

ህፃናት በተወሰነ እድሜ ውስጥ የተወሰኑ ስሜታዊ መገለጫዎችን እንዲያሳዩ ይጠበቃሉ። በተለምዶ እንደሚታየው ብዙ ህፃናት በቀዳማዬ ልጅነት ጊዜ ውስጥ ሲያልፉ የሚከተሉትን ተመሳሳይ ስሜታዊ መገለጫዎች ሊያሳዩ ይችላሉ። ከሰባት አመት በኋላ ግን ህፃናት በአብዛኛው የየራሳቸውን ስሜታዊ መገለጫዎችን ያዳብራሉ። ይህንን ስሜታዊ መገለጫም ለረጅም ጊዜ በተደጋጋሚ በሚያጋጥሟቸው ስነ ልቡናዊ፣ አካላዊ ወይንም ማህበራዊ ገጠመኞች ተፅእኖ ካልሆነ በስተቀር አይለውጡትም። ከዚህ በታች የተዘረዘረውን የህፃናት ስሜት አገላለፅ ያንብቡላቸው።

የህፃናት ስሜት በእድሜ

ከ እንድ እስከ ሶስት ወራት

- አካላዊ ንክኪና መነቃቃትን ይወዳሉ።
- ሲያባብሏቸው ይረጋጋሉ።
- ያልተመቻቸው ነገር ወይንም ህመም ሲሰማቸው ያለቅሳሉ።
- አውራ ጣታቸውን በመጥባት ዝም ማለት ይችላሉ።
- በወራቶቹ መጨረሻ አካባቢ ሌሎች ሰዎች ሲያቅፏቸው አያለቅሱም።
- በወራቶቹ መጨረሻ አካባቢ የፊት ገፅታቸው ስሜታቸውን ያንፀባርቃል።

ከአራት እስከ ስድስት ወራት

- የወላጆችን ትኩረት ለማግኘት ያለቅሳሉ።
- የሚያውቁትን ድምፅ ሲሰሙ ማልቀስ ያቆማሉ።
- ከተንከባካቢያቸው ጋር መጫወት ደስ ይላቸዋል። አመኔታን ለመገንባት የእይን ግንኙነትና መነካካትን ይፈልጋሉ።
- የፍርሃት፣ የቁጣና የጥላቻ ስሜቶችን ማሳየት ይችላሉ።
- የማይፈልጉትን ነገር ተንከባካቢው ሲያደርጉ ምላሽ ይሰጣሉ፤ ለምሳሌ፡- ምግብ ሳያስፈልጋቸው ሊመግቧቸው ሲሉ የመመናጨቅ ወይም ምግቡን የመግፋት ምላሽ።
- የማያውቋቸው ሰዎች ሊይዟቸው ሲፈልጉ ዋና ተንከባካቢያቸው ላይ ጥብቅ ይላሉ።

በወራቶቹ መጨረሻ አካባቢ

- የተለያዩ ስሜቶችን በድምፃቸው ይገልጻሉ። ለምሳሌ፡- ሲደሰቱ የደስታ መሆኑን በሚያሳይ መልኩ ይጫሃሉ፤ ሲናደዱ ወይም ሲፈሩ የቁጣ ፊት ያሳያሉ፤ ያለቅሳሉ።
- ከተናደዱ በኋላ ዝም ማለት ይጀምራሉ።
- ተንከባካቢያቸው ሲያቅፏቸው፣ ሲዘፍኑላቸውና ሲያነቡላቸው የደስታ ፊት ያሳያሉ።

ከሰባት እስከ ዘጠኝ ወራት

- ከወላጆቻቸው ሲለዩ የፍርሃት ሁኔታ ያሳያሉ።
- አዳዲስ ነገሮችን ለምሳሌ፡- ሰዎችን፣ እቃዎችንና ቦታዎችን ሲያዩ ሊፈሩ ይችላሉ።
- ሃይለኛ ጩኸት ሲሰሙ ይፈራሉ ወይም ይቆጣሉ።

ከአስር እስከ አስራ ሁለት ወራት

- የደስታ፣ የንዴት፣ የፍርሃትና የመሳሰሉት በርካታ ስሜቶችን ያሳያሉ።
- ከሞግዚቶቻቸው እንክብካቤ ማግኘት ይሻሉ። ለምሳሌ፡- መታቀፍን ይፈልጋሉ።
- ፍላጎታቸውን ወይም ተቃውሟቸውን በፊታቸው የተለያዩ ምልክቶች በማሳየት፣ በድርጊትና በድምፅ ይገልጻሉ።

ከአስራ ሰባት እስከ አስራ ስምንት ወራት

- ለሰዎች፣ ለእንስሳትና ለመጫወቻዎች ፍቅር ያሳያሉ።
- በተንከባካቢያቸው አመራርና ማበረታታት አእምሯዊ ስሜት እንዴት በተግባርና በቃላት እንደሚገለፅ መረዳት ይጀምራሉ።
- አዳዲስ ነገር ለማግኘትና ለመሞከር የሚያበረታታቸውና ደህንነት እንዲሰማቸው የሚከታተላቸው ትልቅ ሰው ካገኙ ደግሞ በድፍረት ነገሮችን የሚሞክሩ ይሆናሉ።
- የተለያዩ አእምሯዊ ስሜቶችን በአብዛኛው በድርጊትና አልፎ አልፎ በቃላት መግለፅ እንዲሁም በሌሎች ላይ የሚመለከቱትን አእምሯዊ ስሜት መገንዘብ ይችላሉ።

ከአስራ ስምንት እስከ ሰላሳ ስድስት ወራት

- ለእንቅስቃሴያቸው ማረጋገጫ እንዲሁም ምስጋና ይፈልጋሉ።
- ለመታቀፍና ለሚወዱት አሻንጉሊት የፍቅር/የደስታ ስሜት አላቸው።
- ስሜታቸውን በቃላት ይገልጻሉ። በጨዋታም ወቅት ስሜትን አስመስለው መጫወት ይጀምራሉ። ለምሳሌ፡- እንደተናደደ ሰው ያስመስላሉ።
- ብዙ ጊዜ በራሳቸው መንገድ መሄድ ይፈልጋሉ። ይህን ሲከለከሉም ወዲያው የመከፋት ፊት ያሳያሉ።

ከሰላሳ ስድስት እስከ አርባ ስምንት ወራት

- አእምሯዊ ስሜታቸውን በቃላት ይገልጻሉ።
- የሌሎችን ስሜቶች እንዲሁም አስተያየት በበለጠ መረዳት ይችላሉ።
- የተለያዩ ስሜቶችን ለምሳሌ፡- ቅናት፣ አድናቆት፣ ፍርሃት፣ ደስታና ንዴት የመሳሰሉትን ይለማመዳሉ።
- በሚቀርቧቸው ተንከባካቢዎች በሚጣልባቸው ገደብና የስነ ስርአት ማረሚያ መበሳጨትና ማልቀስን ይተዋሉ።

ከአርባ ስምንት እስከ ሰባ ሁለት ወራት

- ስለራሳቸው አወንታዊ ግምትና ጥሩ ስሜት ይኖራቸዋል። ለሚሰሩት ስራም ኩራት ይሰማቸዋል።
- ብዙውን ጊዜ ለወላጆቻቸው ይታዘዛሉ።
- ያለ ፍርሃት ወይም የሌሎችን ክትትል ሳይጠይቁ ብቻቸውን በትኩረት ተረጋግተው መስራት ይችላሉ።
- ለረዥም ሰአት በአስቸጋሪ ተግባር ላይ ተስፋ ሳይቆሩ ማተኮር ይችላሉ።
- የለመዱት ነገር አስቀድሞ ሳይነገራቸው ከተለወጠ ይበሳጫሉ።
- ፍላጎታቸውም ባይሆን በእርጋታ መመሪያዎችን ያከብራሉ።

ቁልፍ መልእክቶች

- ወላጆች ወይም ሞግዚቶች ህፃናት አእምሯዊ ስሜታቸውን እንዲገልጹ ማበረታታት ይገባቸዋል። ለምሳሌ፡- ልጆቻችሁ ደስ ካሰጁችሁ በጣም ተደስቼባችኋለሁ! እናንተስ ተደስታችኋል? በማለት ስሜታቸውን በቃላት እንዲገልጹ ይደረግ።
- ወላጆች ወይም ሞግዚቶች የህፃናት አእምሯዊ ስሜትን ማወቅና ማገዝ ይገባቸዋል።
- የህፃናትን ስሜታዊ ሁኔታ መመልከትና መገንዘብ አስፈላጊ ነው። ህፃናት ለቀናት ወይም ለሳምንታት በጥሩ ስሜት (መረጋጋት ወይም አግባብ ያለው የህፃን የደስተኝነት ስሜት) ውስጥ ካልሆኑ በችግር ውስጥ መሆናቸውን በመገንዘብ ድጋፍ ሊደረግላቸው ይገባል።

የህፃናትን የመንፈስ ደህንነት (አእምሯዊ ስሜት) እንዴት ማሳልበት ይቻላል?

- ደስታ፣ ሀዘን፣ ፍቅር፣ ንዴትና ፍርሃት የመሳሰሉት ስሜቶች የሚገለጹት በምንኖርበት ማህበረሰብ ባህል መሰረት ነው። ይህ ስሜት የሚቆይበት በጊዜ ሂደት ከቤተሰብ፣ ከትምህርት ቤት፣ ከአካባቢና ከጓደኞች በሚገኝ ተሞክሮና ትምህርት ነው።

- ህፃናት ስሜታቸውን ተቀባይነት ባለው መልኩ እንዴት መግለፅ እንደሚገባቸው ሊማሩ ይገባል። ህፃናት ወላጆቻቸው ሲያደርጉት በሚያዩት፣ ከጓደኞቻቸው ጋር ሲጫወቱ በሚያስተውሉትና እንዲያደርጉ በሚነገራቸው መሰረት ተቀባይነት ባለው መልኩ ስሜታቸውን ያዳብራሉ።
- ህፃናት የተረጋጋ አእምሯዊ ስሜት እንዲያዳብሩ፣ በራስ የመተማመንን ብቃት እንዲያሳድጉና ለራሳቸው ክብር እንዲሰጡ በወላጆች ወይም በአሳዳጊዎች እርዳታ ሊደረግላቸው ይገባል።

የተግባር ልምምድ

አወያይ

ከተሳታፊዎች መካከል አንድ ፈቃደኛ ሰው በመጠየቅ የአህመድና የናቱን ታሪክ እንዲያነብላቸው ያደርጉ። ተሳታፊዎችን በአምስት ቡድን ይክፈሉዎቸው እና በታሪኩ ላይ ተወያተው እና ለውይይት የቀረቡት ጥያቄዎች ላይ መልስ ሰጥተው ካበቁ በኋላ በተወካዮቻቸው አማካኝነት እንደሚያቀርቡ ይግለፁላቸው።

ወይዘሮ ሰሚራ የሁለት አመት ከስድስት ወር እድሜ ያለው አህመድ የሚባል ህፃን ልጅ አላቸው። ወይዘሮ ሰሚራ ህፃኑ አህመድ በቤት ውስጥ እዚህና እዚያ ማዶ ሲዘል በፈገግታ ይመለከቱታል። አህመድም በደስታ አብሮ አቸው ፈገግ ይላል። ወይዘሮ ሰሚራ አህመድን ዘወትር ጎበዝ የእኔ ልጅ!! በማለት ጥሩ ስሜት እንዲሰማው ያደርጋሉ። አህመድ ማድረግ የሚፈልገውን ነገር ለማከናወን ሲፈልግ እናቱ ዘወትር <ጎሽ! የእኔ ጀግና! አንተ ምን ያቅትሃል! ሁሉ ቀላል ነው ለእንተ!> በማለት ያበረታቱታል። በዚህም የተነሳ አህመድ በየእለቱ አዳዲስ ነገሮችን ለመስራት ይፈልጋል። አዲስ ነገር ሲሰራ በፍጥነት ወደ እናቱ በመሄድ የሰራውን አዲስ ነገር ይናገራል። እናቱም እንደተለመደው በፍቅር ተቀብለው ግንባሩን ይስሙለታል። አህመድም ሌላ ነገር በመስራት እናቱን ለማስደሰት ወደ ሌላ ተግባር በፍጥነት ይሄዳል።

ለውይይት የሚቀርቡ ጥያቄዎች

1. አሁመድ እናቱ በሚያሳዩት ሁኔታ ምን የሚሰማው ይመስላችኋል?
2. ወይዘሮ ሰሚራ ለአሁመድ የሚያሳዩት ሁኔታ ተገቢ ነው? ወይንስ እያበላሹት ነው? ለምን?
3. እናንተ በወይዘሮ ሰሚራ ቦታ ብትሆኑ ለልጆቻችሁ ምን ታደርጉ ነበር? ለልጆችሁ ተመሳሳይ ነገር ታደርጉ ነበር? ወይንስ የተለየ ነገር? ለምን? ወይዘሮ ሰሚራ ለአሁመድ መንትያ እህት ተመሳሳይ ነገር ቢያደርጉ ለልጅቷ እድገት ጥሩ አስተዋፅኦ ይኖረዋል? ወይንስ ጉዳት ያስከትልባታል? ለምን?
4. በእናንተ እይታ በአካባቢያችሁ ለልጆቻቸው አእምሯዊ ስሜት እድገት ጥሩ አስተዋፅኦ የሚያደርጉ ወላጆችን በምሳሌነት መጥቀስ ትችላላችሁ?

አወያይ

በመቀጠል ሁሉም ተሳታፊዎች አንድ ላይ እንዲሆኑ ያድርጉ።

የእያንዳንዱ ቡድን ፀሀፊ አስቀድሞ የቀረቡትን ጥያቄዎች በተመለከተ የቡድኑን አስተያየት በ 3 ደቂቃ ማቅረብ ይኖርበታል።

የ 1 ቡድን አስተያየት ከቀረበ በኋላ ከተሳታፊዎች 1 ሰው ስለቀረበው አስተያየታቸውን እንዲሰጡና ጥያቄ እንዲጠይቁ እድል መስጠት ያስፈልጋል።

አወያይ

ስለቀረበው ሪፖርትና ከተሳታፊዎች ስለቀረቡ አስተያየቶች ወይም ጥያቄዎች አወያይ ግብረ መልስ መስጠት ይጠበቅብዎታል።

ለተሳታፊዎች የሚሰጡት ግብረ-መልሶች ለአመቻችሁ ከተቀመጠው መረጃ ጋር መጣጣም አለበት።

ቁልፍ መልእክቶች

- ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ህፃናት አእምሯዊ ስሜታቸውን አግባብነት ባለው ራሳቸውንም ሆነ ሌሎችን በማይጎዳ መልኩ እንዲገልፁ ማበረታታት ይገባቸዋል።
- ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ህፃናት አእምሯዊ ስሜታቸውን እንዲያውቁና ራሳቸውን መግዛት እንዲችሉ ማገዝ ይገባቸዋል።
- የህፃናት አእምሯዊ ስሜት እድገት ተመሳሳይ አይደለም። ስለዚህም በትእግስት ማበረታታትና ማለማመድ ይገባል።
- ጨዋታ ህፃናት የራሳቸውንና የሌሎች ህፃናትን አእምሯዊ ስሜቶች እንዲረዱ ያግዛል።
- ህፃናት ከእኩዮቻቸው ጋር እንዲሁም ከወላጆች ጋር የሚያደርጉት ጨዋታ ለህፃናት አእምሯዊ ስሜት ጤናማነት ወሳኝ ሚና ይጫወታል። ነገር ግን ሃላፊነት የሚሰማቸው አዋቂዎች በቅርብ ክትትል ማድረግ ይገባል።

ህፃናትና የቁጣ ስሜት መገለጫ

ልጆችም ሆኑ አዋቂዎች ሲናደዱና ሲከፋቸው ስሜታቸውን መገለጻቸው አግባብነት ያለው ነገር ነው። መበሰጨትና መናደድ የሰዎች ጠባይ ነው። ማንም ሰው ላይ አልፎ አልፎ ሊታይ ችላል። ስለዚህ ብስጭት አልፎ አልፎ በልጆች ላይም ይታያል።

ህፃናት አንዳንድ ነገሮችን ለማግኘት ወይንም ለማድረግ ሲከለከሉ ወላጆችን ወይንም አሳዳጊዎችን በቁጣ ሲገዳደሩ ይታያሉ። ለምሳሌ ራሳቸውን ወለል ላይ እስከ መወርወር፣ መንፈራገጥና መንከባለል፣ መንፈራራር፣ መጮህ ይደርሳሉ። ይህ ደግሞ የፈለጉትን ላመግኘት ወይም ለማስደረግ ይጠቀሙበታል።

ከ 12 ወራት እስከ 36 ወራት እድሜ ባሉ ትናንሽ ህፃናት ላይ በእድገት ሂደት የሚታይ ጤናማ ጠባይ ነው።

ህፃናት ስሜታቸውን በቃላት መግለፅ ስለማይችሉ ስለሆነ ወላጆች ህፃናቱ እንዲረጋገጡ መርዳት ይገባቸዋል።



ወላጆች የህፃናትን ቁጣ ለመቀነስ የሚከተሉትን ማድረግ ይገባቸዋል

- ራሳቸውን ማረጋገጥ፤
- በፍርሃት አለመቅበጥጥ፤
- በልጆች ላይ አለመጮህ፤
- በአካላዊ ቅጣት ለማስቆም አለመሞከር፤
- ዝም እንዲሉ ጉቦ ወይም መደለያ አለመስጠት፤
- ህፃናቱ እራሳቸውን ወይም ሌሎች ህፃናትን እንዳይጎዱ መጠንቀቅ ከሁለት አመት በላይ ለሆኑ ህፃናት ስለባህርያቸው አላስፈላጊነት በእርጋታ ማስረዳትና የሚፈልጉትን ነገር እንዲሆን ሳይቆጡ የመጠየቅ አማራጭ ተገቢ እንደሆነ በእርጋታ መንገር።

የወላጅ መጫጫህና መረባበሽ የህፃኑን ችግር ሊያባብሰው ይችላል። በመቀጠል ወላጅ ማድረግ ያለበትበዚህ ሁኔታ ውስጥ ያሉ ህፃናት ራሳቸውን እንዳይጎዱ ያሉበትን ስፍራ ከጉዳት ነፃ በማድረግ የልጁን ደህንነት ማረጋገጥ፤ እንዲሁም በንብረት ላይ ጉዳት እንዳያደርሱ ጥንቃቄ መውሰድ አለባቸው። በዚህአይነት ወላጅ ተረጋግቶ የሚያደርገው ሁኔታ ህፃናቱ እንዲረጋገጥ ይረዳቸዋል። ምክንያቱም ወላጆች ወይም አሳዳጊዎች ተረጋግተው በቅርብ ባሉበት ስፍራ ህፃናት ስሜታቸውን ለመቆጣጠር ይቀላቸዋል።

ልጁ ስለተንፈራፈራረና ሳያቋርጥ ስላለቀሰ መደረግ የሌለበትን ነገር ማድረግ ችግሩ እንዲቀጥል እድል ይከፍታል። መደረግ የሌለበት ነገር ለምን መደረግ እንደሌለበት ለህፃኑ በእርጋታ ደጋግመን ማስረዳት ይገባል እንጂ ልጁ ያለማቋረጥ መጮሁን ለማስቆም ብለን መደረግ የሌለበትን ማድረግ በጭራሽ የለብንም። ሁኔታዎች ለውጥ ካላመጡ የእያምሮ ህኪም ማማከር ያስፈልጋል።

የሚከተሉት ሁኔታዎች ካሉ ህኪም ያማክሩ

- በተደጋጋሚ የሚከሰት ከሆነ
- ስሜቱ የሚገለፅበት መንገድ ለራሱም ሆነ ለሌሎች ተጨማሪ የስሜት/የአካል ጉዳት የሚያስከትል ከሆነ
- የልጅ ወይም የቤተሰብ ማህበራዊ ግንኙነት ላይ ሳንካ ሚፈጥር ከሆነ ነው

አወያይ፤

ለተሳታፊዎች የሚከተለውን የተረጋገጠ እውነት ያስረዱ፤

ህፃናት ሰላማዊ የስሜት መግለጫዎችን በማየት እንዲለምዱ ወላጆች እርዳታ በመሆን የተናደዱበትን፤ የተከፋብትን ነገር ወይም የሚፈልጉትን ነገር በግልፅ ነገር ግን በእርጋታና ሌሎችን በማክበር መግለፅ ወይም መጠየቅ እንዲሁም መቃወም እንደሚችሉ ያለመታከት ማሳየትና ማስረዳት ይገባል።

የህፃናትን አእምሮዊ ስሜት ደህንነት እንዴት ማበልፀግ ይችላል?

- ህፃናት ስሜታቸውን ለመረዳትና ለማበልፀግ በአካባቢያቸው ካሉ ሰዎች ጋር የሚኖራቸው ግንኙነት ወሳኝ ነው።

የወላጆቻቸውን/የእሳዳጊያቸውን ወይም የሞግዚቶቻቸውን ስሜት በመመልከት ልጆች ባህርይን ይኮርኻሉ። ወላጆች ወይም ሞግዚቶች ህፃናት ስለ ስሜታቸው የበለጠ እንዲማሩና ከሌሎች ጋር ተስማምተው መኖር እንዲችሉ የሚከተሉትን ማድረግ ይችላሉ።

- ህፃናት ወላጆችን ወይም ሞግዚቶችን በመመልከት ማስመሰል ስለሚፈልጉ ወላጆች ወይም ሞግዚቶች ከሌሎች ሰዎች ጋር በሚኖራቸው ግንኙነት መጥፎ የስሜት መግለጫዎችን አለማሳየታቸውን ማረጋገጥ አለባቸው።
- ህፃናት የደስታ፣ የሀዘን፣ የንዴት ወይም የፍርሃት ስሜቶችን በተገቢ ሁኔታዎች እንዲያንፀባርቁ ማሳየትና መንገር አስፈላጊ ነው።
- ህፃናት ስለ አለማቸው መረጃ መስብሰብና መማር የሚችሉበት ጤናማ አካባቢ መፍጠር ተገቢ ነው። በመሆኑም ልጆች ማህበራዊ ህይወትን ከጠየቁ እንዲለማሙዱ ሁኔታዎችን ማመቻቸት። ይህ ሲሆን ልጆች ስለአእምሮዊ ስሜቶቻቸው ይበልጥ ግንዛቤን ያገኛሉ፣ ከህሎትም ያዳብራሉ
- ህፃናት ማድረግ ያለባቸውና የሌለባቸውን ነገር የሚያሳይ ምክንያታዊ መመሪያና ገደብ ከነምክንያቱ በማስቀመጥ ህፃናት ነገሮችን ሲከለከሉ ወይም የፈለጉትን ነገር ሲነፈጋቸው ደህንነት እንዲሰማቸው ማድረግ።

- ህፃናት እንደተገቢነቱ የራሳቸውን ውሳኔ እንዲወስኑ ለምሳሌ፡- የሚለብሱትን ልብስ እንዲመርጡ እድል ሊሰጣቸው ይገባል። በተጨማሪም በህይወታቸው የሚያስፈልጋቸውን ነገር በጊዜ ሂደት መወሰን እንዲለማመዱ የተለያዩ ሃላፊነቶችን መስጠት ያስፈልጋል። ይህ ሲሆን በውስጣቸው የሚፈጠረው በራስ የመተማመንና የደስተኝነት ስሜት የበለጠ የሀላፊነት ስሜት ይፈጥርባቸዋል።
- ህፃናት ግራ እንዳይጋቡ ዘወትር የማይቀያየርና ቀላል ደንቦችን ማዘጋጀት ያስፈልጋል።

**አወያይ**

ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ህፃናት-ተገቢ ባህርይን ሲያሳዩ ሊያመሰግኗቸው ይገባል። ልጆች እንዳንድ ነገሮችን በስኬት ሲያከናውኑ ወላጆቻቸው/አሳዳጊዎቻቸው ኩራት እንደሚሰማቸው ሊያውቁ ይገባል። ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ሲቀርቧቸው፣ ሲስቁላቸውና ሲያጨበጭቡላቸው ለልጆቻቸው አድናቆት እንዳላቸውና ኩራት እንደተሰማቸው ሲያሳዩዋቸው ልጆች ይደስታሉ፤ ወላጅን ለማስደሰት ዝግጁ ይሆናሉ። ታዲያ ማቅረቡና ማድነቁ ህፃኑ ባሳየው መልካም ባህርይ መሆኑን ሁልጊዜ ለልጁ ማስታወስ አስፈላጊ ነው።

ልጆች በራሳቸው መተማመንንና ለራሳቸው ትልቅ ግምት መስጠትን እንዲያዳብሩ ለማስቻል ወላጆች ምን ማድረግ ይችላሉ?

**አወያይ፡**

ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ልጆች በራሳቸው መተማመንንና ለራሳቸው በአግባቡ ትልቅ ግምት መስጠትን እንዲያዳብሩ በመርዳት የስሜት መረጋጋት እንዲኖራቸው ማድረግ ይችላሉ። በመቀጠል ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች የልጆቻቸውን በራስ የመተማመንና በመንፈሳቸው ጥሩ እንዲሰማቸው ለማድረግ የሚረዱ ዘዴዎች ቀጥሎ ተዘርዝረዋል፡-

- ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ህፃናት መደበኛ የምግብ፣ የእንቅልፍ፣ የጨዋታና የመሳሰሉት ጊዜያት እንዳላቸው ማረጋገጥ አለባቸው።
- ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ህፃናት ራሳቸውን የሚያስደስቱበትና የሚጫወቱበት በቂ ጊዜና መልካም አጋጣሚዎች እንዳላቸው ማረጋገጥ አለባቸው።
- ወላጆች ወይንም ሞግዚቶች ህፃናት ከጨቅላነታቸው ጀምሮ ለእድሜያቸው የሚመጥን የተለያዩ ሃላፊነቶች ሊሰጧቸው ይገባል። ህፃናት በእድሜያቸው ደረጃ እንዲያከናውኑ የተጠየቁትን ተግባር ሲሞክሩና ሲሰሩ ጎሽ የኔ ልጅ! ጥሩ ሞክረሃል/ሞክረኻል። ጠግም ጥሩ የኔ ልጅ!። በማለት ሊመሰገኑ ይገባል። ይህም በራስ መተማመንን እንዲገነቡ ይረዳቸዋል።
- አዋቂ የቤተሰብ አባላት በተለያዩ ጉዳይ እርስ በርስ ውይይት ሲያደርጉ፤ ንዴትን/ቁጣን፤ ፍርሀትን፤ መከፋትን የሚገልፁበት መንገድ በእርጋታና ባለመረባበሽ እንዲሁም በፀበኝነት ባህርይ አለመሆኑን ማረጋገጥ አለባቸው።