

ለጎ

አብ ብሄራዊ ክልላዊ ምንግስቲ ትግራይ

ቢሮ ትምህርቲ

ቢሮ ጥዕና

ቢሮ ጉዳይ ደቂ አነስትዮ

ብዛዕባ ሕማም አእምሮ ወለዲ እንታይ ክፈልጡ ይግባእ

ንመምህራን፣ ሰራሕተኛታት ትካላት ሓብሐብቲ ህፃናትን ወለድን ንምይይጥ ዝተዳለወ ጥራዝ መሰልጠኒ

2012 ዓ.ም

ተርጉምትን አስማዕማዕትን

1. አይተ አስመላሽ ባራኸ.
2. አይተ አሰገደ አሳሂል
3. አይተ ስዩም ሓገስ

ብስፍሓት ዝርአይ ፀገም ጥዕና ኣእምሮ

ትሕዝቶ	ገፅ
መእተዊ.....	2
ሓፈሻዊ መምርሒ.....	4
ሕማም ድብርቲ.....	17
ሓሳብ፣ ትልሚን ፈተነን ዓርሰ ቅትለት.....	25
ሕማም ጭንቀት	38
ድሕሪ መጉዳእቲ/ ሓደጋ ዝመፅእ ፀገም ባህሪ.....	48
ሳይኮሲስ.....	56
ኣልኮሆልን ካልኦት መዓወኒ ሱሳትን ተተሓሒዙ ዝፍጠሩ ፀገማት.....	64
ኤፒሌፕሲ.....	71
ሕማም ልዑል ምስኣን ትኹረትን ዘይምርግጋእን.....	82
ኮዲ.....	90
ዕቡይነት	98
ልዕሊ ዓቕሚ/መጠን ህልኽ	98

መጻዕት

አብ ሃገርና ንጥዕና ኣእምሮ ዝተውሃቦ ቆላሕታ ካብ ግዘ ናብ ግዘ እናተመሓየሸ ዝመፅእ ዘሎ እንትኸውን ኣብ ሃገርና ዘሎ ሽፋን ግልጋሎት ጥዕና ኣእምሮ ሕዚ እውን ገና ብዙሕ ዝተርፎ እዩ። ኣብዝሓ ኢትዮጵያዊ ንሕማም ኣእምሮ ዝግልገሎ ወይ ዝጥቀሞ ሕክምና ብኣብዝሓ ሕዚ እውን ብባህላዊ ሜላ እዩ። ናይዚ ቀንዲ ምኽንያት እቲ ሕብረተሰብ ኣፍለጦ ኣብ ዘለዎ ግልጋሎት ዘመናዊ ሕክምና ንኣእምሮ ተበፃሓይነት ብዘይምህላው፣ ረብሕኡ ብዝግባእ ክግንዘብ ዘይምኽኣሉ እዩ። ብፍላይ ብዛዕባ ጥዕና ኣእምሮ ህፃናትን መናእሰያትን ዘሎ ግንዛብ ኣዝዩ ኣብ ትሑት ብርኪ ምዃኑ ሰጊሩ ዘፈር ግልጋሎት እውን ውሱን እዩ።

ብብርኪ ዓለም ብተደጋጋሚ ዝተኻየደ ፅንዓት ከምዘረጋገዎ ኣብ ኩሉ ማሕበረሰብ ዝርከቡ ህፃናት ካብ ሚእቲ እቶም ዓሰርተ ሓሙሽተ ህፃናት ብዝተፈላለዩ ፀገማት ባህሪ ይጥቅዑ። ከም ኢትዮጵያ ዝበለ ገና ኣብ ምምዕባል ዝርከባ ሃገራት ድማ ካብ ዘለዉ በዝሒ ህዝቢ ፍርቂ ዝኣክል ዕድሚኦም ትሕቲ 18 ዓመት እዮም። ስለዝኾነ መናእሰያት ኣብ ስራሕቲ ሕርሻን ካልኣት ምህርትታትን ዝካየዱ ምንቅስቓሳት ዝገብሩዎ ወይ ዘለዎም ተሳትፎ ዝለዓለ እዩ።

ናይ ሓደ ህፃን ፀገም ባህሪ ኣብ ባዕሉ እቲ ህፃን፣ ስድራን ማሕበረሰብን ዝተፈላለዩ ፀገማት የስዕብ። ካብዚ ሓሊፉ ተሪፉ ኣብ ቁጠባ ሃገር እውን ዓብዪ ጉድኣት ከምዝስዕብ ይእመነሉ። ኣብ ዓለምና ዘለው ዓበይቲ መንግስታት ነዚ ጉዳይ ዓብዪ ትኩረት /ቆላሕታ ብምሃብ ምንቅስቓስ እናገበሩ ይርከቡ። ኣብ ኢትዮጵያውን ቅድሚ 20 ዓመታት ዝውሃብ ዘሎ ትኩረት ካብ ግዘ ናብ ግዘ እናተመሓየሸ መጊኡ እዩ።

ኣብ ሃገርና ባህሪ ዓበይቲ ሰባትን ህፃናትን ብውሱን ደረጃ ንምግማት ዘኸለሉ ፅንዓታት ኣብ ዝተፈላለዩ ሃገራት ተኻይዱ ነይሩ። ውዕኢት መፅናዕቲ ከምዘርኣዩ ኣብ ሃገርና ዝተርኣዩ ፀገማት ጥዕና ኣእምሮ ኣብ ካልኣት ሃገራት ምስ ዝተርኣዩ ወይ ዝተረኸበ ውዕኢት ተመሳሳልነት ኣለዎ።

ኣብ ሃገርና ዘሎ ዓብዪ ሕፅረት ግልጋሎት ጥዕና ኣእምሮ ንምቕራፍ ይሕግዝ እዩ ብዝብል ኣተሓሳስባ ኣብ ትሕቲ ቢሮ ትምህርቲ ክልል ትግራይ ዝተሓቆፉ ኣፀደ ህፃናት ዝርከቡ ህፃናትን ወላዲን፣ ከምኡውን መምህራን ኣፀደ ህፃናት ኣብ ግልጋሎት ጥዕና ኣእምሮ ንክሳተፉ ዘኸለል ፕሮጀክት ተግባራዊ ኣብ ምግባር ይርከብ። እዚ ፕሮጀክት ብስኩል

ሬዲነስ ኢኒፔቲቭ (ሰሬኢ)፣ ምስ ቢሮ ትምህርቲ ክልል ትግራይ ብምትሕብባር ዝካየድ ኮይኑ፣ ወፃኢ እዚ ፕሮጀክት ብግራንድ ቻለንጅስ ካናዳ (Grand Challenges Canada) ዝበሃል ትካል ረድኤት መንግስቲ ካናዳ ዝሸፈን እዩ። ኣብዚ ፕሮጀክት መምህራንን ወላድን ብዛዕባ ጥዕና ኣእምሮን ሕማም ኣእምሮን ሰልጠና ንክወስዱ ክግበር እዩ። ዝሰልጠኑ መምህራንን ወላዲን ጥዕና ኣእምሮ ብምግፋሕ፣ ከምኡ'ውን ሕማም ኣእምሮ ብምክልኻልን ብምሕካምን ተግባራት ንክሳተፍ ትልምታት ተታሒዞም እዮም።

ኣብ ላዕሊ ዝተሓበረ ፕሮጀክት ብተግባር ንምፍፃም ኣድለይቲ እዮም ተባሂሎም ካብ ዝተዳለዉ ሰነዳት እዚ ፀገማት ኣእምሮ ዝምልከት ዝተዳለዉ መሰልጣኒ ማንዋል ይርከቡ። እዚ ማንዋል ዝተዳለዉ ብሰብ ሞያ ሕክምና እዩ። ብዛዕባ ተግባራዊነቱ ኣብ ትሕቲ ስ.ሬ.ኢ ዘለዉ ኣብያተ ትምህርቲ ዝርከቡ መምህራን ዘሎ ተሞክሮ ውፅኢታዊ ከምዝኾነን ለውጢ ከምዘምፅእን ኣብ ስምምዕነት ተበፂሑ እዩ።

ዕላማ እዚ መፅሓፍ ዝሰልጠኑ መምህራንን ወለዲን/ መዕበይቲን ንክሰልጥንሉ ዝተዳለዉ እዩ። በዚ መሰረት ሰሬኢ ዝሰልጠኑ መምህራንን ወለዲን ግንዛቤ ጥዕና ኣእምሮ ኣብ ሕብረተሰብ ንምግፋሕን ንምስራፅን ይኸእሉ። ከምኡ'ውን ፀገም ኣእምሮ ዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣገዳሲ ክንክን ንምግባር ይኸእሉ እዮም ኢሉ ይዳምን። ኣብዚ ሰልጠና ዝጋፋሕ ፍልጠትን ክእለትን ብዛዕባ ጥዕና ኣእምሮ ካብ ምስራፅ ብተወሳኺ ፀገም ጥዕና ኣእምሮ ዘለዎም ህፃናትን ኣባፅሕን ግቡእ ሕክምና ኣብ እዋኑ ንክረኽቡ የኸእል። እዚ ድማ ብምኸንያት ሕማም ኣእምሮ ዝመፅእ ጉድኣት ብዝለዓለ ይንክይ እዩ። ስኩል ሬዲነስ ኢኒፔቲቭ እዚ መፅሓፍ መምርሒ ንመምህር ተሓሳቢ ብምግባር ኣዳልዩ ንተጠቀምቲ ክቐርብን ክባዓሕን ስለዝገበረ ዝለዓሉ ታሕጓስ ይስምዖ።

ዶ/ር ምኒልክ ደስታ ኣረጋው

በዓል ሙያ ሕክምና ስነ-ባህርን መራሒ ፕሮጀክትን

ሓፈሻዊ መምርሒ

ዲላማ ስልጠና

እዚ ስልጠና ዝስዕቡ ዲላማታት ኣለዎ:-

- መምህራንን ወለዲን ኣብ ህፃናትን ዓበይትን ዝረኣዩ ቀንዲ ቀንዲ ፀገማት ጥዕና ኣእምሮ ንክፈልጡን ፀገም ዘለዎም ብኣግባቡ ንክሕብሑቡን፤
- ኣድላዩ እንትኾን ወለዲን መምህራንን ፀገም ዘለዎም ሰባት ናብ ብዓል ሙያ ሕክምና ንክልእኹ ብዘኸእል ተሓሳቢ ተገይሩ ዝተዳለወ እዩ።

ትልሚ ስልጠና

ሕድ ሕድ ክፋል ስልጠና ቅድሚ ምጅማር ንተሳተፍቲ ተፍትሻ ቅድመ- ስልጠና ክወሃቦም ይግበር። እዚ ስልጠና ኣብ ኩሉ ክፋል ሕብረተሰብ ውሽጢ ብሰፊሑ ይርከብ እዩ ተባሂሉ ዝግመት ፀገም ጥዕና ኣእምሮ ዝድህሰስ እዩ። እዞም ፀገማት ጥዕና ኣእምሮ ድማ ዝስዕቡ እዮም።

1. ድብርት
2. ሓሳብ፣ ትልሚን ፈተነን ዓርስኻ ምጥፋእ
3. ጭንቀት
4. ድሕሪ መጉዳእቲ/ ሓደጋ ዝመፅእ ፀገም ባህሪ
5. ሳይኮሲስ
6. ኣልኮሆልን ካልኦት መዓወኒ ሱሳትን ተተሓሒዙ ዝፍጠሩ ፀገማት
7. ኤፕሌፕሲ
8. ልዑል ምስኣን ትኹረትን ዘይምርግጋእን
9. ኮዲ
10. ዕቡይነት
11. ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ እዮም።

ሕድ ሕድ ኩነታት ዝምልከት ሰልጠንቲ ክፈልጡዎም ይግባእ ዝተብሃሉ ብመልክዕ ንኡስ ርእስን ርእስን ዝተቐመጡ ኮይኖም፤ እኹል ግንዛብ ንምስራፅ እኹል ተባሂሉ ብሰብ ሙያ ጥዕና ኣእምሮ ዝተገመተ ክፍለ ግዘ ተሓቢሩ እዩ። ሰልጠንቲ ኣብ ኣዋን ሰልጠና ዝጨበጥዎ ፍልጠትን ክእለትን ንምግምጋም ኣብ ሕድሕድ ቅድመን ድሕረን ሰልጠና ተፍትሽ ይክያድ።

ተሳተፍቲ ሰልጠና

ኣብ ሰልጠና ተሳተፍቲ ንክኾኑ ትፅቢት ዝግበረሎም መምህራን፤ ኣብ ትካላት መሓብሐቢ ህፃናት ዝሰርሑ ሰራሕተኛታት፤ ከምኡ'ውን ወላዲን መዕበይትን እዮም።

ሓፈሻዊ መምርሕታት ሰልጠና

ኣብ መጀመሪ ሰልጠና ዝሰዕቡ ሕግታት ሰልጠና ንተሳተፍቲ ይፈልጡዎም።

- ኣቀማምጣ ሰልጠንቲ ብፍርቂ-ክቢ ንክቐመጡ ምግባር፤
- ምፍላጥ መሳለጥን ተሳተፍትን ምክያድ፤
- ኣብ ሰዓትኻ ምርካብ /ምኽባር ሰዓት/፤
- ኣብ እዋን ሰልጠና ሞባይል ምዕፃው /ድምፂ ኣልቦ ምግባር/
- ኣብ ሕድሕድ ክፍለ ግዘ ሰልጠና ምርካብ፤
- ንቐሕ ተሳትፎ ምግባር፤
- ምኽባር ሓሳብ ካልኦት ሰባት ፤
- ክፍለ ግዘ ክለሳ- ኣብ ሕድሕድ መጀመርታ መዓልቲ ናይ ዝሓለፉ ዝተምሃሩዎም ዝምልከት ብሓፂሩ ገለፃ ክገብር ዝኽእል ተሳታፊ ምውካል።
- ቦታ ሰልጠና ምምችቻው- ኣብ ሕድሕድ መዓልቲ ን 10 ደቂቓ ዝኣኸል እቲ መተሓባበሪ ሰልጠና ቦታ መሰልጠኒ የመቻቹው፤
- ኣብ እዋን ሰልጠና ተቐፃፃሪ ሰዓት ምምራፅ።

ኣድለይቲ ናውቲታት

- ንፁህ መፅሓፍ ሰሌዳ /ፍሊፕ ቻርት/፤
- ማርከር፤
- ብርዕን መዘክር መትሓዚን ደፍተር ንተሳተፍቲ ምድላው ፤
- በረርቲ ፅሑፋት።

ምዕራፍ ሓደ

ሕግም ድብርቲ

እዚ ምዕራፍ ተሳተፍቲ ብዛዕባ ሕግም ድብርቲ ንክፈልጡን ንክፈልዩን ይሕግዝ።
መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶ ወረቓቕቲ ምዕዳል	15 ደቂቓ
ንመእተዊ ዝኸውን ዛንታ 1ን 2ን	ምንባብ	7 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መግለጺን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታታት ዝምልከት መግለጺ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ፅውውት	ምምራሕ ፅውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝኸእሉ ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶ ወረቓቕቲ ምዕዳል	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ -1

ትርጉም ንል 35 ዓመት ዕድሜ ዘለዎ ኣዶ ክልተ ህፃናት እያ። ንሓደ ወርሒ ዝኣክል ሕግም ርእሲን ፀገም ድቃስን ነይሩዎ። ካብዚ ብተወሳኺ ድሌት ምግብ ምንካይ፣ ብቐሊሉ ምድካም፣ ኣብ ውሽጢ ገዛ ንምስራሕ ድሌት ምንካይ ይረእያ። ንደቃ ብዝኾነን ብዘይኮነን ትኸርዮም። ኣብ ደቃ እተርእዩ ኹራ/ቁጠዕ ኣድላዩ ክምዘይኮነ ንባዕላ ትናሳሕ ። ትርጉም ንደቃ ክትብል እምበር ናብርኣ ኣብ ገዳም ንክኾን ትመርፅ። ሓደ ሓደ ግዜ ንምንታይ ኮን እዩ እንተዘይ ተወለድኩ ተዝተርፍ ትብል።

መእተዊ ዛንታ -2

ናሆም ዕድሜኡ 16 እንትኸውን ደረጃ ትምህርቱ 9^ኛ ክፍሊ እዩ። ኣብ ቀረባ ግዜ ስድርኡ ኣብ ናሆም ባህሪ ምቕይያር ምስትውዓል ጀሚሮም። ብቐሊሉ ይሓርቕ፣ ካብ ኩሉ ግዜ ብዝተፈለየ ምስ ስድርኡ ብዙሕ ኣይግወትን። ናብ ገዛ እንትኣቱ ሰላምታ እንክይሃበን ድራፍ ከይበለፀን ናብ መደቀሲ ኣቲው በሪ ይጻፁ። ወላዲ ፀገሙ እንታይ ከምዝኾነ እንትሓትዎ ምንም ዓይነት ፅቡቕ ስምዒት ከምዘይስምዖን ኩሉ ነገር ከምዘፅልኦን ሓቢሩሎም። ድሌት ምግቢ የብሉን። እኹል ድቃስ ኣይረክብን ዘሎ። ንነገራት ትኸረት ምሃብ ስለዝኸበደ ውፅኢት ትምህርቱ እናተሓተ ከይዱ።

መሳለጥቲ

- ሓደ ፍቓደኛ ተሳታፊ ዛንታ ትርጉሞን ንክንብብ ይግበሩ። ብምቕጻል ካልእ ተሳታፊ ዛንታ ናሆም ክንብብ ይግበሩ።
- ብምቕጻል ተሳተፍቲ ዝስዕቡ ሕጻናት ይሕተትዎም፣ ዝህብዎ መልሲ ንምሃብ ኣቲ ዝተዳለወ ሰሌዳ ይፅሓፉ።
 1. ዓይነት ለውጢ ባህሪ ትርጉሞ ወይ ናሆም ዘለዎ ሰብ ርእኹም ትፈልጡ ዶ?
 2. ትርጉሞ ወይ ናሆም እንታይ እንታይ ፀገማት ኣለዎም? ናይ ሕድ ሕድ ሰብ ዛንታ ፀገም ካብ ዝቐርቡ መልስታት ፈሊኻ ነኒበይኖም ምስፋር።
 3. ከም ትርጉሞ ወይ ናሆም ዓይነት ፀገም ዘለዎም ውልቀ ሰባት ብዝምልከት ሰባት እንታይ ይብሉ?
- መሳለጥቲ ድሕሪ ዘተ ዝተልዓሉ ነጥብታ ብዛዕባ ትርጉሞን ናሆምን ዘለዎም ፀገማት መግለጺ ይሃቡ።
- ተሳተፍቲ ግልጺ ዘይኮነሎም ነጥቢ እንተሎ ንክሓቱ ዕድል ይሃብዎም።

ዕላማ ስልጠና ሕማም ድብርቲ

ስልጠናዎቹ ድሕሪ እዚ ትምህርቲ :-

- ምልክታት ሕማም ድብርቲ ይፈልጡ።
- አገባብ ብዘለዎ አብ መንጎ ግዚያዊ ዘይምምቸቻውን ሕማም ድብርቲን ዘለዎ አፈላለይ ይርድኡ።
- ሕማም ድብርቲ ዘለዎም ሰባት ረድኤት ምግባር ይኸኝሉ።
- ሕማም ድብርቲ ዘለዎም ሰባት ናብ በዓል ሙያ ሕክምና ምልክቲ ይኸኝሉ።

መሳሌጥቲ
ብዛዕባ ሕማም ድብርቲ ዕላማታት ስልጠና ምስተነበበሎም ንክመያየጡ ይግበሩ።

ትርጉምን መብርህን

ድብርቲ ማለት ዘይተለመደ፣ ከቢድ ስምዒት ሓዘን ወይ ክትሕጓስ ዘይምኸኣል። ከምኡ'ውን ብዘይተለመደ ኩነታት ንነገራት ዘሎና ድሌት ምስኣን እዩ። እቲ ሕማም አብ ሕፃናት፣ መናእሰይ ከምኡ'ውን ዓበይቲ ይረኣይ። ይኹን እምበር ምልክታት እቲ ሕማም በቢዕድመ ክልል ዝተፈላለዩ ክኾኑ ይኸኝሉ።

አብ ህፃናት

- ሕጉስ ዘይምኳን፣ ኮራይ/ቁጡዕ ምኻን፣
- ካብ መሓዙት ብዝተፈለየ ምብካይ፣
- ምፅዋት ዘይምድላይ፣
- ዕዮ ክፍልን ዕዮ ገዛን ብአግባቡ ዘይምስራሕ፣
- ተበግሶ ምስኣን፣
- ንነገራት ድሌት ምስኣን፣
- ስምዒት ድኻም፣ ካብ ዘረባ ምቕጣብ፣
- ብዘይተለመደ ኩነታት ድቃስ ምስኣን ወይ ምብዛሕ፣
- ሕማም አካላዊ ስምዒት ፣ ንአብነት ሕማም ርእሲ፣ ሕማም ከብዲ፣
- ድሌት ምግብ ምስኣን ወይ አብ ሓድ ሓዲኦም ብዝገበዩ ድሌት ምግብ ምውሳኽ፣

- ክብደቶም ትዕቢት ካብዝገበረሉ ንታሕቲ ምዃን ወይ ምውሳኽ፤
- ንክትመውት ምምናይ፤
- ብስራሕ፣ ብትምህርቲን ማሕበራዊ ህይወትን ዝለዓለ ምዝባዕ ምህላው፡፡

መናእሰይን ዓበይትን

- ስምዒት ሓዘን ወይ ድሌት ምስኣን፤
- ድሌት ምግብ ምስኣን ወይ ምውሳኽ፤
- ክብደት ሰውነት ምንካይ ወይ ምውሳኽ፤
- ድቃስ ምስኣን ወይ ምብዛሕ፤
- ሓሳብ ወይ ኣብ ኣዘራርባ ምዝሓል/ ድኹም ምዃን፤
- ስምዒት ምድካም፤
- ንባዕልኻ ዋጋ ዘይብልኻ ጌርኻ ምርኣይ ወይ ስምዒት ጥፍኣተኛነት ምህላው፡፡
- ትኹረት ምስኣን፣ ንነገራት ንምውሳኽ ምፅጋም፤
- ባዕልኻ ንምጥፋእ ምሕሳብ ወይ ሞት ምምናይ፤
- ኣብ ስራሕ፣ ትምህርቲ፣ ማሕበራዊ ህይወት ዝለዓለ ምዝባዕ ምህላው፡፡

መሳለጥቲ

ሕድሕድ ምልክት ሕማም ድብርቲ እናንበቡ ይግለፁ፣ ካብዚ ንታሕቲ ዝተዘርዘሩ ትኹረት ይሃቡ፡፡

- ብደረጃ ሕማም ንምርኣይ እቶም ምልክታት በቢ መዓልቲ ዝበዝሑ ግዜ እናተርኣዩ ንኸልተ ሰሙን ክፀንሑ ይግባእ፡፡ ከምኡ'ውን ኣብ ስራሕ፣ ትምህርቲ፣ ዕለታዊ ማሕበራዊ ርክብ ዕልዋ ክሕድሩ ኣለዎም፡፡
- ኣካላዊ ስምዒታት ሕማም ንኣብነት ሕማም ርእሲ፣ ሕማም ከብዲ፣ ወይ ድማ ብሓፈሽኡ “የሓመኒ እዩ ዘሎ” ምባል ክህሉ ይኸእል፡፡

ህፃናት ስምዒቶም ብዝተፈላለዩ ቃላታት ንምግላፅ ክፅገሙ ስለዝኸእሉ ወለዲ ንደጃም ዝፅገሙ፣ ስምዒት ታሕንስ ከምዘለዎም ብመልክዕ ዋሃ ምስ ቁምነገር ክሓቱዎም ከምዘለዎም ይንገርዎም፡፡

ኣብ ህፃናት ዝረኣይ ሕማም ድብርቲ መግለፂ ምልክታት ዝበዝሑ ግዜ ኣብ መናእሰይን ዓበይትን ከምዝረኣዩን ይኹንምበር ዓበይቲ እዞም ምልክታት ካብ ህፃናት ብዝሓሸ ብፅቡቕ ኩነታት ምግላፅ ከምዝክእሉ ይገልፁ።

መሳለጥቲ

ሕማም ድብርቲ ኣብ ስራሕን ማሕበራዊ ህይወትን ዘስዕቦ ፅልዋ ንምርኣይ እዞም ዝስዕቡ ኣብነታት ይጠቐሙ።

ምቕናስ ኣፈፃፅማ ትምህርቲ

ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ብዝግባእ ዝሳተፍ ዝነበረ ህፃን ስቕ ዝብልን ምስ ህፃናት ዘይተኣታተውን እንትኾን፤ ንፅንዓት ዘለዎ ድሌት እንትትሕት ኣፈፃፅማ ትምህርቲውን ይደክም።

ምስ መሓዙቱ ከምኡውን ምስ ስድርኡ ዘለዎ ርክብ ምዝባፅ

ብጣዕሚ ተኣታታዊ ዝነበረ ህፃን ንመሓዙቱ፤ ከምኡውን ኣባላት ስድርኡ ኩሎም እንትርሕቕ፤ ብሕታውነት እንተብዝሕ፤

ዓበይቲ ኣፈፃፅማ ስራሕ ምቕናስ

ኣብ ስርሑ ምስጉን ዝነበረ ሰብ ድሌት ስራሕን ብቕፃትን እንትወርድ ወይ እንተንኪ ንደጃም ዝፅገሙ፤ ስምዒት ታሕንፅ ከምዘለዎም ብመልክዕ ዋዛ ምስ ቁምነገር ክሓቱዎም ከምዘለዎም ይንገርዎም።

ሕማም ድብርቲ ኣብ ስራሕ ወይ ማሕበራዊ ህይወት ዘስዕቦ ፅልዋ

- ኣፈፃፅማ ትምህርቲ ምቕናስ፤
- ምስ መሓዙቱ ከምኡውን ስድርኡ ዘለዎ ርክብ ምዝባፅ፤
- ኣብ ዓበይቲ ኣፈፃፅማ ስራሕ ምቕናስ፤

መሳለጥቲ

አብ መንጎ ዓበይትን ህፃናትን ዘሎ ኣፈላላይ ምልክት የረድኡ፤

ህፃናት፡- ህፃናት ብዝበለፀ ስምዒቶምን ብኣካላዊ ምልክታት ይገልፁ። ንኣብነት ሕማም ርእሲ፣ ሕማም ከብዲ።

መናእሰይ ወይ ዓበይቲ፡- ስምዒቶም ብዝለዓለ ይገልፁ። ስምዒት ተስፋ ምቕራፅ፣ ዓርስኻ ናይ ምጉድእ ድሌት፣ ስምዒት ምድላይ ሞት ክገልፁ ይክእሉ። ካብዚኦም ብተወሳኺ ርእሰይ የቃፅለኒ፣ ይወረኒ፣ ኣብ ውሽጢ ርእሰይ ዝኾነ ነገር ይኸደኒ፣ ሽምጦይ የሓመኒ፣ ይቆርፀኒ ካልኦት ዝኣመሰሉ ኣካላዊ ምልክታት ክዛረቡ ይክእሉ። ስምዒቶም ንምስትኸኻል /ንምምዕርራይ ብዝብል ምክንያት ኣብ ውሽጢ ሱስ ክኣቱ ይክእሉ። ካብ ገዛ ምጥፋእ /ምዚር፣ ኣብ ስርሖም ወይ ትምህርቶም ምድካም ወይ ምትሓት ይበፅሖም።

መበገሲ ሕማም

መሳለጥቲ

ብዛዕባ ሕማም ድብርቲ(ፅዕንፅን) መበገሲ ቅድሚያ ምግላፅኩም፡-

1. ምክንያት መልዓሊኡ ንተሳተፍቲ ይሕተቱዎም። ዝሃብዎ መልሲ ይፅሓፍዎ።
2. ኣብ ታሕቲ ዝተዘርዩኡ መበገሲኦም ይዘርዝሩ።

ሕማም ድብርቲ(ፅዕንፅን) ብዝተፈላለዩ ምክንያታት ንፍጠሩ ይክእሉ፡-

- ተፈጥሮአዊ (ንኣብነት፡- ኣብ ሰውነትና ውሽጢ ዝርከቡ ንጥረ ነገራት እንትዛበዑ ኣደሓደ ኣካላዊ ሕማማት)
- ስነ-ልቦናዊ
- ማሕበራዊ

ይኹንም በርሱም ድብርቲ በዞም ዝስዕቡ ምልክታት ኣይመዕን

- መታት
- ልክፍቲ
- እርግግንን ቡዳን

መሳለጥቲ

ሕድሕድ ምኽንያት ከምዝስዕብ ይግለፁ፡-

ብምኽንያት ተፈጥሮ

ምኽንያት ተፈጥሮ እዞም ዝስዕቡ የካትት፡፡

- ኣብ ውሽጢ ሰውነትና ዝርከቡ ንጥረ ነገራት እንትዛብዑ፤
- ሓደሓደ መድሓኒታት፤
- ኣልኮል፤ ሱስ ዘስዕቡ ዕፃት ድብርት ከስዕቡ ይኸእሉ፤
- ሓደሓደ ኣካላዊ ሕማማት፤
- ሓደሓደ ውሽጢ ደቄ ሕማማት ንሕማም ድብርቲ የቃልዑ፤ ንኣብነት ሕማም ስካር፡፡

ስነ-ልቦናዊ ምኽንያታት፡- ሓደሓደ ውልቀ ተጓጎፎታት ኣብ ስነ-ልቦና ዘስዕቡዎ ፅልዎ (ንኣብነት፡ ዝፈትውዎ ሰብ ምስኣን፤ ፍትሕ፤ ስደት፤ ወዘተ) ንሓደ ሓደ ውልቀ ሰባት ከቢድ ፅዕንቶ ስነ-ልቦና ይፈጥር፡፡

ማሕበራዊ መበገሲታት፡- ሓደ ሓደ ማሕበራዊ ምዝባዓት (ንኣብነት፡- ሕብረተሰባዊ ጎንቧን ዘይምርድዳእን፤ ምፍንቓልን ካልኦትን ዝኣመሰሉ ማሕበራዊ ፀገማት)

ብዛዕባ መእተዊ ዛንታ መግለፂ ምሃብ

1. ከም ትርሓስ ወይ ናሆም ዓይነት ምልክት ዘለዎ ሰብ ርኢኹም ትፈልጡ?
 - ሀ. እወ
 - ለ. የለን
2. ሀ. ትርሓስ እንታይ ዓይነት ፀገም ኣለውዎ?
 - ለ. ናሆም እንታይ እንታይ ፀገማት ኣለውዎ?
3. ሰባት ከም ትርሓስን ናሆምን ዝበሉ እንተጓጎፍ /እንትዕዘብ/ እንታይ ይሓስቡ?

መሳለጥቲ

ዛንታ ዝሓመመ ኣብ ቅድሚ ተሳተፍቲ ምስ ዝተውሃበ መልሲ ብምግንዛብ ይግለፁ።

መልሲ

2. ሀ. ሕማም ርእሲ፣ ፀገም ድቃስ፣ ድሌት ምግብ ምስኣን፣ ብቐሊሊ ምድካም፣ ኣብ ገዛ ንምስራሕ ድሌት ምስኣን፣ ኮራያይ/ቁጡዕ ም'ኳን፣ ስምዒት ጣዕሳ/ፀፀት፣ ካብ ስራሕ ምትራፍን ከይዲ ህይወት ምፅላእ።

ለ. ኮራያይ/ቁጡዕ ም'ኳን፣ ኣብ ዝኾነ እዋን ምስ ስድራ ዝርርብ ዘይምድላይ፣ ምሕንስ ዘይምኸኣል፣ ኩሉ ነገር ምፅላእ፣ ፀገም ትኹረት፣ ኣፈፃፅማ ትምህርቲ ምውራድ፣ ድሌት ምግብ ምንካይ፣ ድቃስ ምስኣን።

3. ካብዚ ቀደሊ ዝተዘርዘሩ ሕማም ድብርት መበጊሲኡ ብዝምልከት ኣብ ሰባት ዘሎ ግጉይ ግንዛብ እዩ።

- ብሩኩስ መንፈስ ይመፅእ
- ካብ ሰብ ናብ ሰብ ይመሓላለፍ
- ብሕክምና ኣይድሕንን

ናይዚ ሓቂ ግና ሕማም ድብርቲ በቶም ኣብ ላዕሊ ዝተሓበሩ ማለት ብሩኩስ መንፈስ። ካብ ሰብ ናብ ሰብን ምትሕልላን ብሕክምና ምድሓንን ዝበል ጸጋ ም'ኳኑ እዩ።

ትምህርታዊ ፅውዑት

ኣዶ ወዲ 16 ዓመት ዕድሚኡ ወዳ ለውጢ ባህሪ ከምዘምፅእ ኣስተውዒላ እያ። ስለዝኾነ ክተዘራርቦ ትፍትን፣ ዝተርኣዩ ለውጥታት ባህሪ ድማ ብሕታውነት፣ ድሌት ምግብ ምቕናስ፣ ኮራያይ/ቁጡዕ ም'ኳንን ድቃስ ምስኣንን እዮም።

መሳለጥቲ

- ክልተ ፍቓደኛታት ሰባት ወሲዶም እቲ ሓደ ከም ህፃን እቲ ካልኣዋይ ድማ ከም ኣዶ ግደ ንክፃወቱ ይግበሩ።
- ኣዶ ናይቲ ወዲ ምኽንያት ለውጢ ባህሪ ንምፍላጥ ትፅዕር፤
- እቲ ህፃን ዘለዎ ውሽጣዊ ስምዒት የዘንቱው።
- ኣዶ ናብ ጥዕና ትካል ንምውሳድ ኣብ ምርድዳእ ትበፅሕ።

ወለዲ እንታይ ምግባር ይኽእሉ?

ዝረኣዩ ምልክታት ሕማም ድብርቲ (ፅዕንፅን) ምዃኖም ምርግጋፅ፤ እቲ ፀገም ምስተረጋገፀ ነቲ ውልቀ ሰባት ምቕራብ፤ (እቲ ውልቀ ሰባት እንትቐርቦ ፅቡቕ ገፅ (ፍሽክታ) ከም ዘየርእዩ)፤ ኣዝዩ ከም ዝቐጥዑ ምግንዛብ፤ ዓገርገር እንትብሉን እንትህሉኹን ምዕጋስ፤ ኣብ ትምህርቲ /ኣብ ስራሕ ድጋፍ ምግብን ኣድላዪ ክንክንን ምግባር (ብፅሬት፤ ብኣቕርቦት ምግባር፤ወዘተ)

እዞም ዝስዕቡ ፀገማት ዝረኣዩ እንተኾይኖም ናብ ጥዕና ትካል ምውሳድ

- ምግቢ ዘይምምጋብ፤ ኣብ ሓፂር ግዘ ብዝለዓለ ደረጃ ክብደት ምንካይ፤
- ዕብየት ናብ ድሕሪት ምምላስ (ንኣብነት ደቂ ሽድሽተ ዓመት ህፃናት ቅድም ክብል ዘየርእይዎ ዝነበረ ለይቲ ኣብ መደቀሲኦም ሽንቲ ምሻን)
- ንተኸታታሊ ዕለታት ድቃስ ምስኣን፤
- ንባዓልኻ ወይ ንካልኣት ናይ ምጉድእ ሓሳብ ወይ ፈተነ፤
- ኣብ ቤት ትምህርቲ ወይ ኣብ ስራሕ ዓብዪ ፅዕንቶ ምፍጣር (ውፅኢት ትምህርቲ ምቕናስ)
- ምልክታት ሕማም ዘይምምሕያሽ፤

መሳለጥቲ

ወለዲ ክገብሩዎ ዝኸእሉ ነገራት እናንበቡ ይግለጹሎም፡፡

ንተሳተፍቲ ምልክታት ሕማም ድብርቲ ምፍላጥ ዘለዎ /ዝህቦ ረብሓ የረድኡዎም፡፡

ንኣብነት ምልክት ሕማም ድብርቲ ፈልዩ ዝፈልጥ ወላዲ ንውላዱ ክሕግዝ፣ ከሓክምን ቀልጢፉ ናይ ምፍዋስ ዕድሉን ክሰፍሕ ይኸእሉ፡፡

- ዝለዓለ ናይ ምቅላፅ ተኸእሎ ዘለዎም ክፍልታት ኣካል ትኹረት ምሃብ ከምዝግባእ የረድኡዎም፡፡ ንኣብነት፡- ኣካላዊን ስነ-ልቦናዊን ጥቕዓት ዝበፀሖም ህፃናት፣ ወለዶም ብሞት ዝሰኣኑ ወይ መለዶም ዝተፈለዩዎም ህፃናት፣
- ተሳተፍቲ ከመይ ዓይነት ህፃናት ናብ ትካል ጥዕና ምልክት ከምዝግባእ ኣብ ላዕሊ ዝተሓበሩ ምልክታት ቆላሕታ ብምግባር ይሕተቱዎም?
- ምልክታት ሕማም ድብርቲ ብተደጋጋሚ እንተተርእዮም እቲ ዝፍወስ ወይ ዝሕክም ሰብ ብበዓል ሙያ ክረኣይ ይግባእ፡፡ ንክረኣዩ ዘገድዱ ከበድ ምልክታት ድብርቲ ዝምልክት ምይይጥ ግበሩ፡፡ (ንኣብነት፡- ህይወትና ናይ ምጥፋእ ሓሳብ)

መሳለጥቲ

ቁልፊ መልእኽትታት የንብቡሎም፡፡

ቁልፊ መልእኽትታት

- ሕማም ድብርቲ ኣብ ብዙሓት ሰባት ዝረኣይ ፀገም እዩ፡፡
- ሕማም ድብርቲ ሕክምና ኣለዎ፡፡
- ሕማም ድብርቲ ብእዋኑ እንተዘይተሓኪሙዎ ኣብ ትምህርቲ፣ ስራሕ ከምኡ'ውን ኣብ ናይ ስድራን ማሕበራዊን ርክባት ዓብይ ጉድኣት የምፅእ እዩ፡፡
- መድሓኒታት ሕማም ድብርቲ ብትእዛዝ ሓኪምን ክትትልን ክሳብ ዝተወሰደ እዋን ፀገም ሱስኝነትን /ፅግዕተኝነትን ኣየስዕብን፡፡
- መድሓኒታት ሕማም ድብርቲ ጉድኣት ኣእምሮ ኣየምፅእን፡፡

ምዕራፍ ክልተ

ዓርሰ ቅትለት ሓሳብ፣ ትልምን ፈተነን

እዚ ምዕራፍ ብዛዕባ ዓርሰ ቅትለት ሓሳብ፣ ትልምን ፈተነን የምህር።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ አመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምዕዳል	15 ደቂቃ
መእተዊ ዛንታ	ምንባብ	7 ደቂቃ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቃ
ትርጉምን መብራርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቃ
ብዛዕባ መእተዊ ዛንታ መብራርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቃ
ትምህርታዊ ዕውውት	ዕውውት ምምራሕ	20 ደቂቃ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝግበኦም ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቃ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምዕዳል	15 ደቂቃ

መእተዊ ዛንታ

ሜሮን ንል 15 ዓመት ዕድሜ ባዓሊት(ጎረቤ) መንእሰይን ተምሃሪት 10^ይ ክፍልን እያ። ሜሮን በረኪና ሰትያ ዓርሳ ንምጥፋእ ፈተነ ድሕሪ ምክያዳ ናብ ትካል ጥዕና ተወሰዳ። እታ ሓኪም ንምንታይ ፈተነ ቅትለት ክተካይድ ከምዝፈተነት እንትሓታ ዝሃበቶ ምላሽ ድማ ዓብዪ ሓዋ ብተደጋጋሚ ብዝኸፈኸ ኩነታት ሰለዝወቐዓን ህይወት ከምዝመረራን ተዛሪባ። ንወላዲት ኣዲኣ ብዛዕባ ኩነታት ሜሮን እንትሕተታ፣ ካብ ዝሓለፈ ወርሒ ጀሚሩ ሜሮን ዝበዝሕ ግዜ ከምትቐዝም፣ በይና ከምትበኪ፣ ከምኡ'ውን ምግብ ምምጋብ ብጣዕሚ ከምዝነከየት ገሊፀን እየን። መምህራና ድማ ኣብ ክፍሊ ዘለዋ ተሳትፎን ውዕኢት ፈተናን ካብ ግዜ ናብ ግዜ እናወረደ ከምዝመፀ ገሊፆም።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቻደኛ ተሳታፊ ነዚ ዛንታ ከንብብ ይሕተቱ።

ካብዚ ቀጺሉ ዘለዉ ሕቶታት ንተሳተፍቲ ይሕተቱዎም። ዝቐርቡ መልስታት ኣብ ሰሌዳ ይፅሓፉዎም።

1. ከም ሜሮን ዓይነት ህፃን ወይ ካልእ ሰብ ኣጋጢምኩም/ኣባዒሕኹም ዶ ትፈልጡ?
2. ሜሮን እንታይ እንታይ ዓይነት ፀገማት ኣለዎ?
3. ኣብ ውሽጢ ማሕበረሰብ ከምዚ ዓይነት ፀገማት ዝበፅሑም ሰባት ኣባዒሕኩም ዶ ትፈልጡ?

መሳለጥቲ

- ዕላማ እዚ ምዕራፍ የንብቡሎም
- ዓርሰ ቅትለት ዝምልከት ኣፍልጦ ወይ ግንዛብ ዘለዎም ይሕተቱ
- ዝሃብዎ መልሲ ኣብ ፀሊም ሰሌዳ ይፅሓፉዎ

ዕላማ ምዕራፍ

ኣብዚ ምዕራፍ መወዳእታ፡-

- ብዛዕባ ዓርሰኻ ምጥፋእ ተተሓሔዙ ፀገማት ፈልዮም ይፈልጡ፤
- ዓርሶም ንምጥፋእ ኣሳብ ወይ ትልሚ ዘለዎም ውልቀ ሰባት ብፍላይ ህፃናትን መናእሰይን ምፍላይ ይኸእሉ።
- ባዕሎም ንምጥፋእ ኣሳብ ትልሚ ዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣብ ውሽጢ ገዛ ክግበር ዘለዎ ክንክን ወይ ጥንቓቕ ይፈልጡ።

- ባዕሎም ንምጥፋእ ሓሳብ ትልሚ ዘለዎም ውልቀ ሰባት ኩሉ ግዘ ናብ ጥዕና ትካል ምልክት ከምዘድሊ ይፈልጡ።

ትርጉምን መብርሀን

ሞት ምምናይ፣ ባዕልኻ ናይ ምጥፋእ ሓሳብ፣ ባዕልኻ ናይ ምጥፋእ ፈተነ ምክያድ፣ ወይ ምትግባር ኣብ ዓበይቲ፣ መናእሰይን ህፃናትን ሓዊሱ ክፍፁም ዝኸኸል ተጓጓዪ እዩ።

ምልክታት

- ውልቀ ሰባት ባዕሎም ንምጥፋእ ዝተፈላለዩ መንገድታት ይጥቀሙ። ንኣብነት ኣብ ሃገርና ዝተለመዱ ባዕልኻ ናይ ምጥፋእ መንገድታት ዓርስኻ ምስቃል፣ መርዚ ምስቃይ፣ ናብ ገደል ውሽጢ ምእታው ወይ ናብ ውሕጅ ምእታው ከምዝኾኑ ይፍለጥ።
- ህፃናት ወዲ ሰብ ብሞት ተፈልዩ ዝተርፍ ስለዘይመሰሎም ምስ ዓርሶም ብዝፈጥርዎ ሞገት ወይ ጎንጊ ባዕሎም ንምጉዳእ ክደፋፍኡ ይኸኸሉ።
- ዝበዝሕ ግዘ ባዕሎም ንምጥፋእ ሓሳብ (ትልሚ) ዘለዎም ሰባት እዚ ሓሳባቶም ዝሕብር ምልክት ንኣባላት ስድራ፣ ንዓርኪ፣ ንመምህር ወይ ንሓኪም ፍንጨ ክህቡ ይኸኸሉ እዮም።

እዚኦም ምልክታት መጠንቀቕታ ዝሰዕቡ ክኾኑ ይኸኸሉ።

1. ሃንደበት ንትምህርቲ ወይ ንስራሕ ግዲ ዘይብሎም (ኣፈፃፅማ ስራሕ/ትምህርቲ ብሃንደበት ምቕናስ)፣
2. ብዛዕባ ሞት ወይ ዓርስኻ ብዛዕባ ምጥፋእ ደጋጊምካ ምልዓል፣
3. ሃንደበታዊ ባህሪ ለውጢ (ኩሉ ግዘ ኣብ ወሽጢ ድብርቲ ዝነበረ ሰብ ብሃንደበት ሕጉስ ምዃን)፣
4. ንዓርስኻ ብዝጎድኡ ተግባራት ናይ ምፅማድ ዝተለመደ ባህሪ፣
5. ዕቡቕ ዘይኮነ ርክብ ስድራ/ምርሓቕ፣ ምብኣስ/

6. ንሓደጋ ዘቃልዑ ባህርታት ምንጎብራቕ/ ብኣብነት ካብ መጠን ዝሓለፈ መስተ ምውሳድ፣ ሓደጋ ብዘኸትል ኩነት መኪና ወይ ብሽክልታ ምዝዋር፣ ምግላብ እንስሳ፣ ስዲ ምታዊ ርክብ፣ ወዘተ/
7. ኣብ ሰፈር ወይ ቤት ትምህርቲ ዝበፅሖ ኣካላዊን ወሲባዊን ጉድኣት ተጠቓዒ ምኻን፣
8. ዘየጃርፅ ምልክታት ሕማም ድብርቲ ንተኸታታሊ ሰሙናት ምርኣይ፣
9. ንብረት ብዘይኣግባብ ምብኻን ወይ ምሃብ፣ ወዘተ

መሳለጥቲ

ምልክታት መጠንቀቕታ ብዝምልከት ብዝስዕብ መልክዑ መግለጺ ይሃቡ:-

- 1) ኣፈፃፀማ ትምህርቲ ብሃንደበት ምትሓት
 - ቅድሚ ሕዚ ኣብ ትምህርቶም ንፋዓት ዝነበሩ ተምሃሮ ትምህርቶም ዕሽሽ እንትብሉን፣ ምንቅስቓሶም እንትዳኸም፣ ካብ ክፍሊ ምትራፍ እንተብዘሉ
- 2) ብዛዕባ ሞት ወይ ብዛዕባ ባዕልካ ንምጥፋእ ደጋጊምካ ምልዓል
 - ብዘረባ፣ ብፅሑፍ ወይ ብስእሊ እዚ ስምዒት ደጋጊሞም እንተንፀባርቐዎ
- 3) ሃንደበታዊ ለውጢ ባህሪ
 - ገለልተኛ፣ ብሕታዊ ወይ ቁጡዕ ምኻን፣ ወይ ድማ ካልኣት ኣፀገምቲ ባህርታት ምርኣይ ምጅማር (ሃንደበታዊ ሰታይ ምኻን ወይ መዓወኒ ዕዕ ምጥቃም)
 - ቅድሚ ሕዚ ምስ ዘይቀራረብዎምን ዕዕን ኣልኮልን ምስ ዝጥቀሙ ህፃን ሓዱሽ ርክብ እንትጅምሩ
- 4) ጥዕና ዘይብሉ ርክብ ስድራ
 - ምልክታት ኣካላዊ ጥቕዓት:- ኣብቲ ውልቀ ሰብ ተደጋጋሚ ዝኾኑ ኣካላዊ ጥቕዓት ምልክታት እንትረኣዩ ንኣብነት ዝሓበጠ ወይ ዝተበላሸወ ገፅ፣ ምግላዕ፣

መሳለጥቲ

ብቕልጡፍ ናብ ሓኪም ምውሳድ ግድን ዝኾኑ ምልክታት፡-

- ብዛዕባ ዓርሰ ቅትለት ብግልጺ ምዝራብ ወይ ምፅሓፍ ፤
- ቃል ብቃል “እንተትሞት ይሕሸኒ ነይሩ”፤ “ብህይወት ምንባር እንታይ ዋጋ አለዎ!”
ዝአመሰሉ አብሃህለታት ምጥቃም
- ዓርሰኻ ምግላል ካብ ስድራ፣ ዓርኪ፣ ማሕበራዊ ተሳትፎ፤
- መንገዲ ዓርሰ ቅትለት ምድላው ወይ ምፍታን፤

መበገሲ

ዝበዝሕ ግዘ ዓርሰኻ ናይ ምጥፋእ ሓሳብን ፈተነን ዝረኣይ ድብርቲ ወይ ውሉፍ ምስ ምኛን ተኣሳሲሩ ዝለዓሉ ፀገማት ኣእምሮ እዩ።

መሳለጥቲ

መበገሲኦም ቅድሚ ምዝራርብኩም ከምዚኦም ዓይነት ሕማም ብምንታይ ምኽንያት ይመፅእ ኢሎም ከምዝሓስቡ ካብ ርኢቶ ሰልጠንቲ ይሕተቱ።

እዞም ዝስዕቡ ኩነታት ንፀገም መበገሲ ክኾኑ ከምዝኽእሉ ይዛረቡዎም።

- ሕማም ድብርቲ
- ተጠቀምቲ ኣልኮል ወይ መዓወኒ ዕፃት
- ካልኣት ሕማም ኣእምሮ፣ ስነ ልቦናዊ ዕዕንቶን ማሕበራዊ ፀገማትን

መግለጫ ዛንታ

ሕቶታት

- ሜሮን እንታይ እንታይ ፀገማት አለውዋ?
- ከምዚ ዓይነት ፀገም ዝበፅሖም ሰባት ኣብ ውሽጢ ማሕበረሰብ ብኸመይ ይረኣዩ?

ትምህርታዊ ፅውውት

ህይወት ንል 13 ዓመት ዕድመ ባፃሒት መንእሰይ እያ። ሓደ መዓልቲ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ እናሃለወት ካብ ጥዕና ጣብያ ንወላዲት ኣዲኣ ዝተኣዘዘ መድሓኒት ብበዝሒ ሒዛ መምህራ ስለዝረኸባ ናብ ርእሰ መምህር ወሲድዋ።

መሳለጥቲ

- ሜሮን እንታይ እንታይ ፀገማት አለውዋ?
 - ባዕልካ ንምጥፋእ ምፍታን፣ ተጠቓሚ ኣካላዊ መህሰይቲ ምኳን፣ ምትካዝ፣ ምብካይ፣ ድሌት ምግብ ምቕናስ፣ ኣፈፃፅማ ትምህርቲ ምቕናስ፣
- ኣብ ውሽጢ ማሕበረሰብ ከምዚ ዓይነት ፀገም ዝበፅሖም ሰባት ከመይ ይረኣዩ? ኣብ ሕብረተሰብና ዝረኣዩ ምልክታት ብልምዲ ይዝረቡ፡-
 - ሓደ ግዜ ዓርሱ ምጥፋእ ዝፈተነ ሰብ ባዕሉ ምጥፋኡ ኣይተርፍን፣
 - ባዕሉ ንምጥፋእ ዝፈተነ ሰብ ሓጥያተኛ እዩ፣
 - ባዕሉ ንምጥፋእ ዝፈተነ ሰብ ንስድራኡን ወይ ንደቁ ዘይሓስብ ዓርሱ ዝፈቲ ሰብ እዩ፣
 - ባዕሎም ንምጥፋእ ዝፍትኑ ሰባት እናፈለጡ እንተፈራርሑ እዩ።

መሳለጥቲ

እቲ ዛንታ ንተሳተፍቲ የንብቡሎም። ከምኡ'ውን ክልተ ፍቓደኛታት ናይታ ርእሰ መምህርን ህይወትን ገፀ ባህሪ ንክፃወቱ ይምረፁ።

1. ህይወት ንምዝራብ ድልውቲ ኣይኮነትን
2. እታ ርእሰ መምህር ካብታ ህፃን ብኸመይ ሓበሬታ ንምርካብ ከምትፍትን ንምርኣይ ክፍትኑ ይግበሩ

መምህራን እንታይ ክገብሩ ይኸእሉ?

- ብዛዕባ ዓርሰ ቅትለት ምሕታት
 - ብዛዕባ ዓርሰኻ ምጥፋእ ውልቀ ሰባት ምሕታት ባዕሎም ናይ ምጥፋእ ሓሳብ ንክህልዎ ኣይገብርን። የግዳስ ብዛዕባ ዓርሰኻ ምጥፋእ ምሕታት ከምዚ ዝበለ ሓሳብ ይሃልዎም ኣይሃልዎም ፈሊጡ ናይ ምክልኻል ስጉምቲ ንምውሳድ ዘኸእል ብሕታዊ መንገዲ እዩ። ሕቶታት ብዝተፈላለዩ መንገድታት ምቕራብ ይከኣል ንኣብነት ዝኣክል፡-
 - ብዝደቀስኩዎ ተዝተርፍ ይሕሸኒ ዝብል ስምዒት ተሰሚዑኩም'ዶ ይፈልጥ?
 - ምንባር ዋጋ የብሉን ዝብል ስምዒት ተሰሚዑኪ ዶ ይፈልጥ?
 - ኣብ መነባብሮይ ዘጋጥሙኒ ፀገማት ኣፀገምትን መፍትሒ ዘይብሎምን ስለዝኾኑ ሞይተ እንዝገላገል ይሕሸኒ ዝብል ስምዒት ተሰሚዑኪ ይፈልጥ ዶ?
 - እቲ/ታ ውልቀ ሰብ ካብዞም ሕቶታት ውሸጡ ንዝኾነ እወ ዝብል ምላሽ እንተሂቡ/ባ ናብ በዓል ሙያ ጥዕና ኣእምሮ ምውሳድ የድሊ።
 - ባዕሉ ንምጥፋእ ዝለዓለ ዝንባለ ዘለዎ ሰብ ንበይኑ ዘይምግዳፍ፣ ረድኤት ክሳብ ዝረክብ ሓቢርካዮ ምስኡ ም'ኳን።
 - ምስ ካልኦት መምህራን፣ ስድራን ሰብ ሙያ ሕክምናን ሓገዝ ምሕታት፣
 - ብቕልጡፍ ናብ ትካል ጥዕና ምውሳድ

ስድራ እንታይ ክገብር ይኸእል?

- እቲ ውልቀ ሰብ ኣብ ሓደጋ ከምዘሎ ምርዳእ። ስምዒቲ ሳዕቤን ሕማም ከምዝኾነ ምርዳእ።
- ዓርሱ ንምጥፋእ ዝለዓለ ዝንባለ ዘርኢ ሰብ ንብሕትኡ ዘይምግዳፍ፣ ረድኤት ክሳብ ዝረክብ ሓቢርካዮ ምዃን፣
- ኣድላዩ ምኸሪ ምልጋስ (ተስፋ ምቕራፅ ዝበዝሕ ውፅኢት ድብርቲ እዩ። ተስፋ ንዝቆረፅሉ ነገር መግረጺ መፍትሒ ከምዝህሉን ሓገዚ በዓል ሙያ ብቐልጡፍ ምርካብ ከምዘድሊን ከምዝግባእን)፣
- ክንክን ምሃብ፣
- ዓርስኻ ንምጥፋእ ዘስዕቡ ነገራት ካብ ክባቢ ምርሓቕ፣
- ብሕፁፅ ናብ ትካል ጥዕና ምውሳድ፣

መሳለጥቲ

ቁልፊ መልእኽትታት የንብቡሎም

ቁልፊ መልእኽትታት

- ሰባት ዓርሶም ንምጥፋእ ዝሓሰብዎ ወይ ዝፍትንዎ መብዛሕትኡ ግዘ ምስ ሕማም ኣእምሮ ብፍላይ ምስ ሕማም ድብርቲ ዝተተሓሓዙ እዮም።
- ዝበዝሕ ግዘ ዓርሶም ንምጥፋእ ሓሳብ /ትልሚ ዘለዎም ሰባት ነዚ ሓሳቦም ዝሕብር ኣንፈት ይህቡ፣
- መምህራንን ስድራን ምልክታት መጠንቀቕታ እንትሪኡ ብህፁፅ ሓገዝ ሓኪም ክእልኹ ይግበኦም።
- ዓርስኻ ናይ ምጥፋእ ሓሳብ /ትልሚ ብሕክምና ምክልኻልን ምትራፍን ይከኣል።

ምዕራፍ ሰለስተ

ሕግም ጭንቀት

እዚ ምዕራፍ ሰባት ብዘይ ምኽንያት ወይ ካብ መጠን ንላዕሊ ዝያዳ እንትጨንቆም ወይ ድማ ካብ መጠን ንላዕሊ ስግኣት፣ ፍርሒን ጭንቀትን እንትፅገሙ ከመይ ምፍላይን ምሕጋዝን ከምንኸእል የርኢ።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታት	ምንባብ	20 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ፅውውት	ምምራሕ ፅውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎ ዝኸእሉን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ምብታን ሕቶታት ወረቐት	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ 1

ማቴዎስ ተምሃራይ ቅድመ ስሩዕ ትምህርቲ (ኣፀደ ህፃናት) እዩ። ዕድሚኡ ወዲ 5 ዓመት እዩ። ኣዲኡ ናብ ቤት ትምህርቲ ምዃድ ከምዘይድሊ ይዛረባ እየን። ኩሉ ግዘ ንኣት ናብ ቤት ትምህርቲ እንትወስዶ ኢዩ ሒዛ ገዲፋቶ ከይትኸይድ ይልምና። ብግዲ እንትኸይድ ብጣዕሚ እዩ ዝበኪ። ማቴዎስ ምሽት ናብ መደቀሲ ኣልጋ በይኑ ንምዃድ

ፍቃደኛ አይኮነን። ወለዱ ገዲፉ ንፀወታ ዋላ እንተኾነ ናብ ደገ አይወፅእን። ንምንታይ ከምዘይወፅእ እንትሕተት ካብ ገዛ እንትወጂኡን ካብ ገፅ ወለዲ እንተራሒቹ ክጠፍእ ከምዝክእል ዘለዎ ፍርሒ ይገልፅ።

መእተዊ ዛንታ 2

ብርሃኑ ወዲ 16 ዕድመ እዩ። ድሕሪ ክልተ መዓልቲ ሃገርለኸ ፊተና 10^፪ ክፍሊ ክወስድ እዩ። ብርሃኑ ናብ ፊተና ብዝግባእ ከምዘይተዳለወ ይስምዖ። ብጣዕሚ ጨኒቹዎ እዩ ዘሎ፤ ኣብ ሓፂር ግዘ ብዙሕ ነገር ክሸፍን ከምዘለዎ ይስምዖ። በዚ ዝተልዓለ ፍርሒ ይስምዖ። ናብቲ ናብዚ ይብል፤ ልቡ ብቅልጣፊ ህርመት ከምዝወሰኸት ይስምዖ። ትኹረት ገይሩ ምንምፅናዕ ከቢድዎ እዩ ዘሎ። ኩሉ ግዘ ኣብ ውሽጢ ህይወቱ ወሳኒ ዝኾነ ኩነታት እንትቐርብዎ ተመሳሳሊ ስምዒት ከምዝስምዖ ይገልፅ።

መእተዊ ዛንታ 3

ሳራ ንል 17 ዓመት ህፃን እያ። ናብ ግብዣ ምኻድ ትደሊ እያ፤ ምስ ናይ ቀረባ መሓዙታ እንትኾን ማቻ ይስምዓ። ዕዱም ኃሻ ሰብ እንተልዩ ብጣዕሚ ስለ እትፈርሕ ምዝራብን ምብላዕን ይክብዳ። ብቐረባ ምስ ዘይትፈልጦም ሰባት እንትኸውን “ዘሕፍር ነገር ምግባር ወይ ክፍፅም ይክእል እዩ” ኢሊ ስለትፈርሕ ብስግኣት ትምሰጥ። ስለዝኾነ ከምዚ ዓይነት ኩነታት ክገጥማ ናብ ዝክእሉ ቦታታት ካብ ምዃድ ኣብ ገዝኣ ኮፍ ምባል ትመርፅ።

መእተዊ ዛንታ 4

አይተ ገብሩ ዕድሚኦም 32 እንትኾን ሙያኦም ድማ መምህርነት ኮሌጅ እዩ። በዓል ሓዳርን ኣቦ ክልተ ህፃናት እዩ። ካብ ዝሓለፈ ዓመት ጀሚሩ ብዛዕባ ኣፈፃፅማ ስራሕ ምጭናቕ ጀሚሩ ኣሎ።

ብኣፈፃፅማ ስርሑ ምስጉንን ዝፍተውን እንትኾን ሕዚ ሕዚ ክእለት ምምሃርን ድልውነቱን ምጥርጣር ኣምጂኡ ኣሎ። ዋላኳ ባዕሉን በዓልቲ ገዝኡን ፅቡቕ ዝበሃል ኣታዊ እንተሃለዎም፤ ዘይተሓሰበ ነገር ኣጋጢሙ ገዛናን ንብረትናን እንተሰኣናኸ? እናበለ ይጭናቕ እዩ። ካብዚ ብተወሳኺ ኣይተ ገብሩ ዝበዝሕ ግዘ ቁጡፅን ውጥረት ዘጥቅዖን ሰብ ኮይኑ ኣሎ። ህፃናት ኣኪቡ ኣብ ሓደ ነገር ትኹረት ምግባር ይክብድ እዩ። ብፍላይ

ለይቲ ለይቲ ዝተፈላለዩ ሓሳባት ካብ ምውፃእን ምውራድን ዝተበገሰ ህራስ ኣይወስደንን እናበለ ተፀጊሙ እዩ። ቀትሪ ቀትሪ ድማ ዕረፍቲ ናይ ምስኣ ስምዒት ይስምዖ።

መሳለጥቲ

- ሓደ ፍቓደኛ(ብደሌት) ተሳታፊ ነቲ ዝቐረበ ዛንታ ንክንብብ ይሕተቱዎ። ብምቕፃል ካብዚ ንታሕቲ ዘለዉ ሕቶታት ንተሳተፍቲ ሓቲቶም መልሶም ኣብ ሰሌዳ ይፅሓፍዎም።
 1. ከም ማቴዎስ፣ ብርሃኑን ኣይተ ገብሩን ዓይነት ባህሪ ዘለዎ ህፃን ወይ ሰብ ኣጋጢሙኩም 'ዶ ይፈልጥ?
 2. ካብ ኣርባዒትኦም ሰብ ዛንታ ሕማም ዘለዎ መን እዩ?
 3. ፀገማቶም እንታይ እንታይ እዩ?
 4. ሰባት ብዛዕባ ከምዚኦም ዓይነት ህፃናት/ ሰባት እንታይ ይብሉ?
- ተሳተፍቲ ብዛዕባ ዝቐረበ ዛንታ ሕቶ እንተሊዎም ይሕተቱዎም።
- ካብቲ ዛንታ እንታይ ከምተረድኡን ኣብ ማቴዎስ፣ ብርሃኑን ሳራን ከምኡ'ውን ኣይተ ገብሩ ኣብ መንጎኦም ዘሎ ኣፈላለይን ሓድነትን ይሕተቱዎም። ዝሃብዎ

ዕላማ ምዕራፍ

ኣብዚ ምዕራፍ መወዳእታ ተሳተፍቲ :-

- ጥዕና ዘይብሉ ጭንቀት ጥዕና ምስ ዘለዎ ጭንቀት ፈልዮም ይፈልጡ፤
- ዝተፈላለዩ ሕማማት ጭንቀትን ፍርሒን ፈልዮም ይፈልጡ፤
- ተሳተፍቲ ሕማም ጭንቀትን ፍርሒን ዘለዎም ሰባት መሰረታዊ ሓገዝ ምግባር ይኸእሉ።
- ነዞም ሰባት መዓዝ ናብ ትካል ሕክምና ምልኣኽ ከምዘድሊ ይፈልጡ።

መሳሰሉት

- ዕላምኡ የንብቡሎም፤
- ጥዕና ዘይብሉ ጭንቀትን ፍርሕን ዝፈልጥዎ ይሕተቱ፤
- መልሲ ኣብ ቻርት ወይ ሰሌዳ የስፍርዎ፤

ትርጉምን መብርህን

ፍርሕን ጭንቀትን ኣብ ኩሉ ሰብ ክረክ ዝኸኸል ተፈጥሯዊ ስምዒታት እዮም። ሰብ ኣደገኛታት ዝኾኑ ኩነታት እንተጋጥሞ ምፍራሕን ምጭናቕን ኣድለይቲ ነፀብራቕ እዮም። ንኣብነት ተናኻሲ ክልቢ፣ ብቅልጡፍ እናተሸከርከረ ዝመፅእ መኪና፣ ወዘተ። ከምዚ ዓይነት ጭንቀት ወይ ፍርሒ ሰውነትና ዓርሱ ካብ ፀገም ንምውፃእ ንክዳሎ ይገብር።

ብዘይምኽንያት ዝፍጠር ጭንቀት ካብ መጠን ዝሓለፈ ምጭናቕ ወይ ካብ መጠን ዝሓለፈ ስግኣት ግና እቲ ውልቀ ሰብ ትኹረት ንክስእን ስለዝገብሮ ንኣደጋ ይቃላዕ ወይ ዝድለይ ስጉምቲ ምውሳድ ንክይኸኸል ይገብር።

ሱቕ ኢልካ ምጭናቕ ወይ ካብ መጠን ዝሓለፈ ስግኣት ዘለዎም ሰባት ቀፂሎም ዝስዕቡ ኣካላዊ ምልክታት ይረኣዩም።

- ርእሰኻ ምዃር ወይ ጭወ ምባል፤
- ሕርመት(ወቕዒት) ልቢ ብቕልጡፍ ምውቃዕ፤
- ትንፋስ ምስኣን፤
- ምርጎዕ፤
- ምንቅጥቃጥ፤
- ኣብ እግሪ ወይ ኢድ ስምዒት ተዘዝታ ምህላው፤
- ዘይምርግጋዕ፤ ኢድ ወይ ካልእ ነገር ምድራዝ፤
- ኣፍ ምድራቕ፤ ኣብ ከብዲ ማቻ ምስኣን፤ ዕውልውል ምባል፤
- ሽንቲ ወይ ሓርኢ ቀልጢፉ ምምፃእ፤
- ከብድኻ ጭንቕ ምባል፤ ከምኡ'ውን ኣካላትና ምውጥጣር።

መሳለጥቲ

ጭንቀት እንታይ ከምዝኾነ ብቐሊል ቋንቋ የብርሀኡም /ይግለፁሎም

ጥዕና ዘለዎን ዘይብሉን ጭንቀት /ስግኣት

ፍርሒ ሓደጋ እንተጋጥመና ሰውነትና ዝስምዖ ጥዕና ዘለዎ ምላሽ እዩ። ጥዕና ዘይሕልዎ ካብ መጠን ሓሊፉ ኣብ ኣካላትናን ኣእምሮናን ዕዕንቶ እንትፈጥር ወይ ዕለታዊ ምንቅስቃስ እንትህውኽ እዩ።

መሳለጥቲ

ዓይነታት ሕማም ጭንቀት ንተሳተፍቲ የንብቡሎም። ካልኦት ዓይነታት ከምዘለዉ ይኹንምበር ኣብዚ ስልጠና ከምዘይካተቱ ንተሳተፍቲ ይዛረብዎም።

ዓይነታት ሕማም ጭንቀት

- ጭንቀት ምፍላይ (ካብ ወለዲ ወይ መዕበይቲ እንትፍለዩ ዝፍጠሩ ሕማም ጭንቀት)፤
- ፎቢያ (ኣብ ውስን ነገራት ብምፍራሕ ወይ ኣብ ውሽጢ ማሕበራዊ መስተጋብር እንትኾን ዝፍጠር ሕማም ጭንቀት)፤
- ኩሉ መዳያዊ ጭንቀት (ብዛዕባ ዝተፈላለዩ ነገራት ኣብዚሕካ ናይ ምጭናኻ ሕማም)፤

1. ጭንቀት ካብ ሰብ ምፍላይ

ካብ መዕበይቲ ወይ ወለዲ እንትፍለዩ ካብ መጠን ንላዕሊ ጭንቀት ወይ ስግኣት፡-

- ብጣዕሚ ካብ ዝቐርበኩም/ ዝቐርብዎ ሰብ ብቐረባ እንተዘይኮይኑ ምድቃስ ወይ ምስቲ ዝቐርብዎ ሰብ እንተዘይኮይኑ ምስ ካልእ ናብ ደገ ምውፃእ ዘይምድላይ
- ናብ ቤት ትምህርቲ ንምኻድ ድሌት ዘይምህላው፤

- ብቸረባ ምስ ዝፈልጥዎ ሰብ እንትፍለዩ ኣካላዊ ሕማም ምህላው ንኣብነት ሕማም ርእሲ፣ ቁርፀት ከብዲ፣ ምዕውልዋል፣
- ምስ ቀረባ ወለዲ/ መዕበዪ እንትፍለዩ ወይ ክፍለዩ እንትብሉ ምብካይ፣ ዓው ምባል፣ ምንጥልጣል፣ ንክይኸዱ ምልማን፣

መሳለጥቲ

- እዞም ምልክታት ካብ 1-2 ዓመት ዕድሜ ዘለዉ ህፃናት እንተተራእዩ ጥዕና ዘለዎ ከይዲ ዕብዮት ከምዝኾነ ንተሳተፍቲ ይንገርዎም። ካብዚ ዕድሜ ገደብ ወፃኢ ግና እዚ ኩነታት እንተተራእዩ ከም ፀገም ይረኣይ። ንኣብነት ወዲ 4 ዓመት ህፃን ምስ ኣዲኡ ተጣቢቐ ወይ ተፀጊዑ ምስ ካልኦት ሓቢሩ ምፅዋት እንተኣብዩዎ።
- እቲ ፀገም ሕማም እዩ ንምባል ካብ ኣርባዕተ ሰሙን ንላዕሊ ክፀንሕ ኣለዎ።
- ናብ ቤት ትምህርቲ ምኻድ ኣይፋሉን ዝብል ህፃን ኩሉ ናይ ምፍላይ ስግኣት ኣለዎ ማለት ከምዘይኮነ ኣፀቢቐም ይንገሩዎም። ንኣብነት ዝኣክል ውስኩነት ዕብዮት ኣእምሮ ዘለዎም ህፃናት ወይ ኣብ ውሽጢ ቤት ትምህርቲ ጥቕዓት ዝተፈፀሞም ህፃናት ናብ ቤት ትምህርቲ ንምኻድ ፍቓደኛታት ክኾኑ ይኸእሉ።

2. ፎቢያ (ነገራት ወይ ኩነታት ግቡእ ብዝኾነ ኩነታት ኣኸቢድካ ምፍራሕ)

ሓደ ሰብ ሕማም ፎቢያ ኣለዎ ዝበሃል እቲ ውልቀ ሰብ ንዝተወሰኑ ነገራት፣ ፍፃመታትን ዝደጋገምን ግቡእ ዘይኮነ ፍርሒ እንትህልዎን እዞም ነገራት ወይ ኩነታት እንተጋጥምዎ ኣብ ጥዕና ዘይብሉ ጭንቀት እንትኣቱ እዩ። ፎቢያ ዘለዎ ሰብ ካብ ዘፍርሕ ነገር ንምውጋድ ወይ ካብ ዝፈረሐ ነገር ንምርሓቕ ከቢድ ቃልሲ የካይድ።

ዓይነታት ፎቢያ

1. **ውሱን ፎቢያ/ፍርሐ፡-** ኣብ ተመሳሳሊ ዕድመ ክልል ዘለዉ ሰባት ዘይፈርሕዎ ውሱን ነገር ካብ መጠን ንላዕሊ ምፍራሕን ዝፍራሕ ነገር እንተጋጥም ወይ እንትሕሰብ ጥዕና ዘይብሉ ጭንቀት ምእታው (ኣብነታት ኣብ ታሕቲ ይርአዩ)።
2. **ፎቢያ /ፍርሐ ማሕበራዊ ፍፃሙ፡-** ኣብ ማሕበራዊ ኩነታት ወይ ድማ ምስ ካልኦት ኸይንካ ዝፍፀሙ ተግባራት እንትፍፀም ወይ ንምትግባር እንትሕሰብ ብተደጋጋሚ ዝረኣይን ካብ መጠን ዝሓለፈ ፍርሐን።
 - ኣብ ማሕበራዊ ፍፃሙታት ፍርሐ ዝረኣዮም ሰባት ዝረኣይ ቀንዲ ስግኣት፣ ኣብ ጥቓቕ/ቀረባ ካልኦት ሰባት ንባዕላይ ክዋርድ እዩ ወይ ካልኦት ከምዘይቐበልዎ ኮይነ ክርከብ እዩ፣ ብኻልኦት ብዕሊ ክግምገም እዩ ዝብል እዩ። በዚ ምክንያት ማሕበራዊ ኩነታት ምርሓቕ ወይ ድማ ኣብ ጥቓቕ ካልኦት ምስራሕ ነቲ ውልቀ ሰብ ካብ መጠን ዝሓለፈ የጨንቆ።

መሳለጥቲ

ከምዚ ዓይነት ፀገም ዘለዎ ሰብ ዝፈልጡ እንተኾይኖም ተሳተፍቲ ይሕተቱዎም

- ተሳተፍቲ ጥዕና ዘለዎን ተቐባልነት ዘለዎ ፍርሐን ሕማምን (ዕለታዊ ምንቅስቓስ ዝህውክ ፍርሐ) ፈልዮም ምፍላጥ ምክኣሎም የረጋግፁ።
- ህፃናትን መናእሰይን ብትምህርቲ ውፅኢታዊ ዘይምኅን ንማሕበራዊ ፍፃሙ ፎቢያ /ፍርሐ ሓደ ምክንያት ክኸውን ይክእል።

መሳለጥቲ

ሕማም ፍርሐ /ፎቢያ አሎ ንምባል ዝረኣዩ ምልክታት እንተነኣሰ ንሽድሽተ ወርሒ ክፀንሑ ከምዘለዎምን ምስ ዕድመ ተመጣጣኒን ተቐባልነትን ዘይብሎም ክኾኑ ከምዘይብሎም ንተሳተፍቲ ይንገሩዎም፡፡

1. ውሱን ፍርሐ

ካልኣት ኣብ ተመሳሳሊ ደረጃ ዕድመ ዘለዉ ነበርቲ እቲ ከባቢ ዘይፈርሕዎ ነገር ካብ መጠን ንላዕሊ ምፍራሕ፡፡ ኣብቲ ዝፍራሕ ከባቢ እንትኸውን ጥዕና ዘይብሉ ምልክታት ጭንቂ የሪኡ፡፡

- እዚ ፀገም ዘለዎም ህፃናትን ዓበይትን ዘጨንቆም ነገር ወይ ኩነታት ንምርሓቕ ይፅዕሩ፤
- ብኣብዝሓ ዘጨንቆም ነገር ወይ ኩነታት፡
 - ዝተፈላለዩ እንስሳ
 - ደም /መርፍእ
 - በሪኽ ቦታ
 - ብቐሊሉ ክውፃእ ዘይክኣል ዕፁው ቦታ (ንኣብነት ሊፍት፣ ኣብ ኣውቶብስ ኮይንካ ምኻድ)፤

2. ምልክታት ማሕበራዊ ፍርሐ፡-

ቀዳማይ ቁልዕነት (ካብ 3-6 ዓመት) ንላዕሊ

- ኣብ ቅድሚ ሰባት ምብላፅ ወይ ምዝራብ ምፍራሕ፤
- ኣብ ማሕበራዊ ጉዳያት ምስታፍ ምፍራሕ፤ ንኣብነት ልደት፣ ጥምቀትን ካልኣት ሰብ ዝበዝሖም በዓላት ዘይምርካብ፤

- ኣብ ገዛ ጋሻ እንትመፅእ ምሕባእ፤
- ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ኣይሳተፍን፤
- ካልእ ሰብ ኣብ ጥቕኦም ምህላው ፍርሒ ይውሰኹ፤
- ኣብ ዝፈርሕሉ ኩነታት እንትርከቡ ጥዕና ዘይብሉ ጭንቀት ኣለዎም፤ ይበኸዩ፤ ይሓርቁን ይቕብጥበጡን፤
- ካብ ክባቢ ይሓርቁ፡፡

ምስ ዓበይቲ ህፃናትን ሰገናትን መናእሰይን

- ናብ ቤት ትምህርቲ ምኻድ ፍቓደኛታት ኣይኮኑን፡፡ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ተሳትፎኦም ብጣዕሚ ስቕ ዝብሉ እዮም፡፡
- ኣብ ቅድሚ ሰባት ምፅሓፍ፤ ምንባብ፤ ሓበራዊ ሽንቲ ቤት ምጥቃም ኣየድልዩን፡፡
- ዓይኒ ንዓይኒ ምግጥጣም ኣይደልዩን፤ ዓይኖም ይሓሰዩ፡፡
- ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ወይ ብኣጋሽ ሕቶ እንትሕተቱ ይጭነቹ ስምዒት ምጭናቕ ይረኣዩም፡፡

ኣብ ዓበይቲ

- ሓላፍነት ምውሳድ ኣይደልዩን፡፡
- ሰብ ኣብ ዝተኣከበ /ኣብ ጥቓ ሰብ ከምህሩ ወይ ክዛረቡ ኣይደልዩን፡፡

ዓበይትን መናእሰይን እዚ ፍርሒ (ፎቢያ) ንምፅዋር ብመልክዕ ኣልኮሆል ወይ ብኻልእ መዓወኒ ዕፅ ወልፊ ይተሓዙ፡፡

3. መናእሰይ እዞም ፎቢያ ንምፅዋር ብኣልኮሆል ወይ ብኻልእ ዕፅ ይተሓዙ ምልክታት ኩሉ ዓይነት ጭንቀት

ኣብ ህፃናትን ሰገናትን

- ብዛዕባ ዝተፈላለዩ ጉዳያት ምስ መሓዙቶም ብዝበለፀ ይጭነቹ፤
- ብዛዕባ ኣፈፃፀማ ትምህርቶም፤ ብዛዕባ ድሕንነት ዓርሶምን ብዛዕባ ስድርኦምን ወይ ክስዕቡ ዝኸእሉ ሓደጋታት ካብ መጠን ንላዕሊ ይጭነቹ፤

- ዘጨንቆም ጉዳይ ይፈላለ እምበር ምጭናቆም ግና ኩሉ ግዘ ዘሎ እዩ።
- እዚ ፀገም ኣብ ስራሕን ትምህርትን ዘለዎም ትኹረት ብምቕናስ ኣብ ዝተፈላለዩ ምንቅስቃሳት ድኹማት ወይ ዝደኸሙ ንክኾኑ ይገብር።
- ካብ ምጭንናቆም ዝተበገሰ ኩሉ ግዘ ዘረጋግጾም ሰብ ስለዘድልዩም ኣብ ማሕበራዊ ርክቦም ክንድቲ ዝድለ ኣይምዕብሉን።

ኣብ ዓበይቲ

- ብዛዕባ ዝተፈላለዩ ነገራት ብዝለዓለ ደረጃ ምጭናቕ፤
- ጭንቀት ንምቁፅፃር ወይ ንምርግጋእ ምዕጋም፤
- ዕረፍቲ ምስኣን፤
- ብቐሊሉ ሰውነት /ኣካል/ ምዝሓል፤
- ቁጡዕ ምኻን፤
- ምውጥጣር ጭዋዳታት፤
- ፀገም ድቃስ (ሕልሚ ፣ ሃተፍተፍ ምባልን ብተደጋጋሚ ምንቃሕን)

መበገሲኡ

- እዞም ዝተፈላለዩ ዓይነታት ሕማም ጭንቀት ዝመፁ ብምኸንያት ተፈጥሯዊ፣ ስድራን ካባቢን እዩ።

መሳለጥቲ

መበገሲኡ ወይ መንቀሊኡ ቅድሚ ምዝራቦም ከምዚኦም ዓይነት ሕማም ብምንታይ ምኽንያት ክመፅእ ይኸእል ኢሎም ንክሓስቡ ይሕተቱዎም።

እዞም ቀጺሎም ቀሪቦም ዘለው ኩነታት ነቲ ፀገም መበገሲ ክኾኑ ከምዝኸእሉ ይንገሩዎም።

- **ተፈጥራዊ፡-** ሓድ ሓደ ሰባት ብተፈጥርኦም ንጭንቀት ተቓላዕቲ ክኾኑ ይኸእሉ።
- **ብደረጃ ስድራ፡-** ወለዲ ባዕሎም ተጨነቑቲ እንተድኣ ኮይኖም ከምኡ እውን ወለዲ ደቆም ዝጭነቁ ንክኾኑ ዝምዕዱ፣ ዘበረታትዑ እንድሕር ኮይኖም፣ ዝተፈላለዩ ፀገማት ስድራ የስዕቡ፣
- **ከባቢያዊ፡-** ዕዕንቶ ዝፈጥሩ ተንንፎታት ህይወት፣ ምስ መጥቃዕቲ ዝተሓሓዙ ተንንፎታት፣ ስደትን ኩናትን ወዘተ እዮም።

ብዛዕባ መእተዊ ዛንታ መግለጺ ምሃብ

1. ከም ማቴዎስ /ብርሃኑ፣ ሳራን ኣይተ ገብሩን ዓይነት ባህርይ ዘለዎ ህፃን/ሰብ ኣጋጢሙኩም ወይ ኣዕቢኹም 'ትፈልጡ?
2. ካብ ኣርባዒትኦም ሕማም ዘለዎ መን እዩ?
3. ፀገማቶም እንታይ እንታይ እዩ?
4. ሕብረተሰብ ብዛዕባ ከምዚ ዓይነት ህፃናት/ ሰባት እንታይ ይብሉ?

መሳለጥቲ

መልሲ

2.ካብ ኣርባዕቲኦም ሰለስቲኦም (ማቴዎስ፣ ሳራን ኣይተ ገብሩን) ሕማም ጭንቀት ኣለዎም፡፡

3. ፀገማቶም እንታይ እንታይ እዮም?

ማቴዎስ

ቤት ትምህርቲ እንትኸድ ካብ ኣዲኡ ንዘይምፍልላይ ምፍታን፣ በይኑ ምድቃስ ምፍራሕ ካብ ወለዱ ተኸዊሎ ምፅዋት ዘይምድላይ፡፡

ሳራ

ኣብ ጥቓ ጋሻ ሰብ ምውራይን ምግቢ ምብላዕ ምፍራሕ፣ “ዘፍርሕ ነገር ክሃረብ ወይ ክገብር/ ክፍፅም ይኸእል” ኢሉ ብዘይ ምኸንያት ምስጋእ ካብ ከምዚ ዓይነት ኩነታት ንምርሓቕ ኣብ ገዛ ምኻን፡፡

ኣይተ ገብሩ

ክእለት ምምሃርን ብቕዓቶምን ምጥርጣር፣ ዋላኳ ንሶምን በዓልቲ ገዝኦምን ኣታዊኦም ፅቡቕ እናሃለወ፣ ዘይተሓለወ ነገር (ትፅቢት ዘይተገበረሉ ነገር ኣጓኒፉ ንብረት ገዝኦም ክስረቕ ይኸውን እዩ ብዝብል ስግኣት ምጭናቕ፣ ዝበዝሕ ግዘ ቅጡዕን ውጥረት ዘጥቅዖም ምኻን፣ ቀልጦም ኣኪቦም ናብ ሓደ ነገር ቆላሕታ ምግባር ዘይምኸኣል፡፡ ድቃስ ምስኣን፣ ዕረፍቲ ናይ ምስኣን ስምዒት ኣለዎም፡፡

4. ዓይነ ጥላ ኣለዎም... ዝኣመሰሉ ግጉያ ኣመለኻክታታት ክህልዉ ይኸእሉ፡፡

ትምህርታዊ ፅጌዉት

መሳይ ወዲ ሸውዓተ ዓመት ህፃን እዩ፡፡ ተምሃራይ ቀዳማይ ክፍሊ እዩ፡፡ መሳይ ኣብ ፈተና ዘምፅኦ ውፅኢት ካብ ካልኦት ዝሓሸ ዋላ እንተኾነ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ዘለዎ ተሳትፎ ግን ብጣዕሚ ድኹም እዩ፡፡ መምህር ሕቶ እንትሓትት ብድሌቱ ኢዱ ኣልዒሉ ኣይምልስን፡፡ ንክምልስ እንትሕተት ድማ ኢዱ ይንቅጥቀጥ፣ ኣንደቡቱ ይተኣሳሰር፣

ይከላተፍ። በዚ ጉዳይ ስግኢት ዝኣተዎ መምህር ድምፁ ወለዱ ንምይይጥ ናብ ቤት ትምህርቲ ንክመፁ ግዳምዎም።

መሳለጥቲ

- ኣይተ ድምፁ ፀገም እቲ ህፃን ንወለዲ የረድኡ፤
- ኣቦ እቲ ህፃን ርህራሕ፣ ፈራሕ ምዃን ብግልፂ የማርኡ፤
- ኣይተ ድምፁ ብዛዕባ ተምሃራይ እንትገልፁ ዘፍርሕ ዘሎ ሕግም ማሕበራዊ መስተጋብር ክኸውን ከምዝኸእል፣ ናብ ሓኪም ንክወስዱዎ ድማ ኣተባቢያዎም። ኣቦ እቲ ህፃን ዘለዎም ዝተጋደ /ግጉይ እምነታት ንክእርሙ ይፍትኑ።

መሳለጥቲ

ወላዲ ክገብሩዎም ዝእኸሉ/ ዝግቡኡ ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን የንብቡሎም።

ስድራ እንታይ ክገብር ይኸእል?

- እቲ ህፃን /እታ ህፃን ዝረኣይ ጭንቀት ካብ መጠን ዝሓለፈ ምኃኑ ምርግጋፅ፤
- ኣብ ትምህርትን ምንቅስቃሳ ስራሕን ኣድላዪ ድጋፍ ምግባር፤
- ባህርታት ጭንቀት ዘይምብርታታፅ፤
- ኣብ ትምህርቲ፣ ስራሕን ማሕበራዊ ህይወትን ፅልዋ እንተምጊኡ ወይ ጭንቀቱ እናበርታፅ እንተመጊኡ ኢሎ'ውን ዘይቋርፅ እንተኾይኑ ረድኤት ሕክምና ኣእምሮ ምእላሽ ረብሓ ኣለዎ።

ቁልፊ መልእኽትታት

- ጥዕና ዘለዎ ጭንቀት ካብ ሕግም ጭንቀት ምፍላይ ምኸኣል የድሊ።
- ሕግም ጭንቀት ኣብ ብዙሓት ሰባት ዝረኣይ እዩ።
- ሕግም ጭንቀት ብሕክምና ምድሓን ይኸእል እዩ።

ምዕራፍ አርባዕተ

ድሕረ - ሓደጋ ዘጋጥም ፀገም ባህሪ

እዚ ምዕራፍ ምስ ሓደጋ ዝተተሓሕዙ ዝረአዩ ፀገማት ባህሪ ይምልከት፡፡

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ አመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምዕዳል	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታት	ምንባብ	10 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ብዛዕባ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት/ፀወታ	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝኸእሉ ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ 1

ዮናስ ምስ ዓባዩ ዝነብር ወዲ 7 ዓመት ሰገን እዩ፡፡ ዮናስ ተምሃራይ ቐዳማይ ክፍሊ እዩ፡፡ ኣብ ቀረባ እዋናት ዘይተለመደ ብፍላይ ኣብ ቤት ትምህርቲ ዕረፍቲ ኣልቦ፤ ቁጡዕን ህልክኛን ናይ ምኻን ባህሪ ክረአዩዎ ጀሚሩ ኣሎ፡፡ ኣብ ውሽጢ መንበሪ ገዝኡውን ብኣሕዋቱን ኣሓቱን ቁጡዕ ምኻን ከምዝጀመረ፤ ንምንኣሱ ሓው (ንንእሽተይ ሓው) ከምዝድብድቦን ናይ ገዛ ናውቲ ከምዝሰባብርን ዓባዩ ይዛረባ፡፡ ንዝሓለፉ ሰለስተ ኣዋርሕ ዕቡቕ ድቃስ ከምዘይብሉን ውድቕቲ ለይቲ ዓው ኢሉ ብምዝራብ ካብ ድቃሱ ከምዝነቐሕ

ይዛረባ። ኣብ ቀረባ እዋን ናይ ንእሽቶ ሓው ናይ ውሽጢ ስረ ኣውጺኡ ብልዕቲ ሓው ንክትሕዝ እንትፍትን ሪኦምዎ እዮም። ዓባይ እዚ እንትሰምዓ ደንጊፀን እየን።

ዓባይ ንዮናስ ንበይኑ ኣዘራረበኦ። ኣጥቢቐን እንትሓትኦ ቅድሚ ኣዋርሕ ሓደ ካብ ጎረቤት ዘሎ ወዲ ተባዓዕታይ ሲዲ ያታዊ ርክቢ ብምክያድ ጥቕዓት ከምዝፈፀመሉ ነገረን።

መእተዊ ዛንታ 2

ኣይተ መስፍን ሓደ መዓልቲ ምሽት ናብ መንበሪ ገዝኡ እናተገዳዘኑ እንተሎ መናእሰይ ተኣኪቦም ንሰብ እንትድብድቡ ይሪኡ። እቶም መናእሰይ ኣብ ርእሱ እንትወቕዑ ናብ ቦይታ ሕሊንኡ ስሒቱ ይወድቕ።

እቶም ህፃን ነቲ ሰብ ብእምኒ፣ ብበትሪን በሊሕ ነገርን ምጥቃዕ ቐጻሊ። እቲ ሰብኣይ ንክገድፍዎ ዋላ እካ እንተተማሕፀንዎም ምውቃዕ ኣይገደፉን ነይሮም። እቲ ውልቀ ሰብ ሽዑ ንሽዑ ህይወቱ ሓሊፉ። እቶም መናእሰይ ድማ ገዲፈምዎ ተሰወሩ። ኣይተ መስፍን በቲ ዝረኣዩ ጭካኔ ብጣዕሚ ካብ ምድንጋፅ ዝተበገሰ ምንቅስቃስ ኮነ ካልእ ነገር ክገብር ኣይከኣለን። ኣብ ዘለውዎ ተገቲሮም ተሪፎም።

እዚ ዘገርም ፍፃመ ምስረኣዩ ንነዊሕ ሰዓት ፈዚዙ ተሪፉ ምንባሩ ዘንጊዑ ኩነታት እንተርኣዮምን ናብቲ ናብዚ እንተተንቀሳቐስ ኣሻብ ፍርቂ ለይቲ ከምዝኾነ /ከምዝበፅሐ/ ከይፈለጠ ናብ ገዝኡ ተመለሰ። ኣይተ መስፍን ካብዚ ዕለት ወይ ተንንፎ ጀሚሩ ለውጥታት ባህሪ ከርእዩ ጀመሩ። ድሕሪ 6 ወርሒ ናይ ቀደም ዓርኮም /መሓዘኦም/ ረኺቡ “ኩነታትካ ተቐይይሩኒ፣ እንታይ ኮይንካ?” ኢሎም እንትሓቶ ምሽት ናብ ገዝኡ እንትኣቲ ዘሕዝን ተግባር ምስረኣዩ ካብቲ ግዘ ጀሚሩ እቲ ነገር ካብ ሓሳብ ክውፅኦ ኣይከኣለን። ተዘክሮታቱ ብጣዕሚ ትዝ እናበሎ ይርብሾ። ሓደሓደ ግዘ እቲ ፍፃመ ሕዚ ሕዚ ዝኾነ ወይ ኣብ ቅድሚኡ ዝተፈፀመ እናመሰሎ ከምዝ ድንግፅ፣ ከምኡ’ውን ምሽት ምሽት (ለይቲ ለይቲ) ድማ ኩነታት እቲ ሰብ ብመልክዕ ሕልሚ እናመፀ ድቃስ ከምዝኸልኦ ንዓርኩ ነገርዎ። መሳርሕቱ ድማ ለውጢ ባህሪ ኣይተመስፍን ከምዝተደናገረ እዩ። ቅጡዕ፣ ተኻታዒ፣ ብዛዕባ ዓርሱን ናይ መፃኢ ህይወቱን ዘይጭነቕ ሰብ ኮይኑ እዩ። በዓልቲ ገዝኡ ብዛዕባ እቲ ኩነታት እንትሓቶ ካብ ቀረባ ግዘ ናብዚ ኣዘውቲሩ ክምዝሰቲ፣ ኩሉ ግዘ

ከምዝበክይን ዘሰቅኹ ነገር ብዝረኣዩ ግዜ ዝኾነ ነገር ብዘይምግባሩ ጥፍኣተኛ ምኻኑ ከምዝስምዖ ንምዝራብ ድፍረት ኣይረኽቡን።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቓደኛ ተሳታፊ ዝቐረበ ዛንታ ንክንብብ ይሕተትዎ።

ካብዚ ንታሕቲ ዘለዉ ሕቶታት ተሳተፍቲ ሕቶ ብምቕራብ መልሲ ኣብ ሰሌዳ/ ወረቐት ይፅሓፉዎ።

1. ከም ዮናስ /ኣይተ መስፍን ዝበለ ዓይነት ባህሪ ኣጋጢሙኩም 'ዶ ይፈልጥ?
2. ሀ. ዮናስ እንታይ ዓይነት ፀገማት ኣለውዎ?
ለ. ኣይተ መስፍን እንታይ ዓይነት ፀገማት ኣለውዎ?
3. ኣብ ማሕበረሰብ ውሽጢ ከምዚ ዓይነት ፀገም ዝበፅሖም ሰባት ከመይ ይረኣዩ?

ዕላማ ምዕራፍ

ድሕሪ መወዳእታ እዚ ምዕራፍ ተሳተፍቲ፡-

- ድሕረ ሓደጋ ዝረኣዩ ፀገማት ፈልዮም ይፈልጡ።
- ሓደጋታት ስዒቦም ፀገም ባህሪ ዝተርኣዮም ውልቀ ሰባት ብፍላይ ህፃናትን መናእሰይን ምፍላይ ይኸእሉ።
- ሓደጋ ተኸቲሉ /ስዒቡ ፀገም ባህሪ ንዝረኣዮም ውልቀ ሰባት ኣብ ውሽጢ ገዛ ክገበር ብዛዕባ ዝግባእ ክንክንን ሕቶን ይፈልጡ።
- ሓደጋ ተኸቲሉ ፀገም ባህሪ ዝረኣዮሎም ውልቀ ሰባት መዓዝ ናብ ትካል ጥዕና ምልኣኽ ከምዘድሊ ይፈልጡ።

መሳለጥቲ

- ዕላማ እዚ ምዕራፍ የንብቡሎም፡፡
- ሓደጋ ስዒቡ ብዛዕባ ዝመፁ ፀገማት ባህሪ ዝፈልጥዎ ይሕተቱ፡፡
- መልሲ ኣብ ቻርት/ ሰሌዳ ይፅሓፉ፡፡

ትርጉምን መብርህን

እዚ ሕማም ዘሰቅቕ ሓደጋ እንተጋጠምዎም ወይ እንተሪኦም ኣብ ሓደሓደ ሰባት ዝረኣይ ፀገም ባህሪ እዩ፡፡ ዝበዝሕ ግዘ ዝረኣዩ ለውጥታት ባህሪ፣ ብዛዕባ ዝተፈጠረ ነገር ደጋጊምካ ምሕሳብን ዘጋጠመ ነገር ንምዝካር ዝኸእሉ ነገራት ንምርሓቕ ምፍታን ምኸኣል፡፡

መሳለጥቲ

ዘስሕቕ ጉዳይ ወይ ሓደጋ እንትበሃል እንታይ ማለት ከምዝኾነ ምይይጥ ንክካየድ ይግበሩ፡፡

- ብዝተፈላለዩ ምኸንያት ዝበፅሕ ብጣዕሚ ዘስቅቕ ጉድኣት ኣካል፤
- ጥቕዓት ስዲ ፆታዊ ረኽቢ፤
- ስነ-ልቦናዊ ክቢድ ፅዕንቶ (ንኣብነት፡- ብጣዕሚ ዘስቅቕ ዜና /ፊልሚ ምርኣይ)፡፡

ሓደጋኡ ዋላ ክቢድ እንተዘይኮነ ኣብቲ ውልቀ ሰብ (ብፍላይ ኣእምሮ ውላድኩም) ንሓደጋ ዝህቦ ክብደት /ትርጉም ወሳኒ ምኻኑ ንተሳተፍቲ ይንገርዎም፡፡

ንተሳተፍቲ ኣብ ውሽጢ እቲ ጥቕዓት ዝበፀሐሉ ቤት ትምህርቲ እንተኾይኑ እቲ ህፃን ናብ ቤት ትምህርቲ ንምኻድ ብዝሰፀቡ ምልክታት ከምዝኸብድዎ ይሕብር፤ ንኣብነት፡- ተዘክሮ መጥቓዕቲ፣ ብዛዕባ ተመሳሳሊ ጥቕዓት ዝበፅሖም ምስማዕ፣ ጥቕዓት ዝተፈፀመሉ ቦታ ምርኣይ፡፡

አብ ድሕረ ሓደጋ ዝፍጠር ምልክታት ፀገም ባህሪ

1. ዝተፈጠረ ዘስቅቕኛ ኩነታት ተዘክሮ ብሕልምን ብጋህዲን ብተደጋጋሚ ምምፃእ፤
2. ዝኾነ ዓይነት ምስ ሓደጋ ዝተተሓሓዙ ነገራት ምርሓቕ፤ እቲ ውልቀ ሰብ ሓደጋ ዝበፀሐሉ ቦታ፤ አብቲ ግዘ መጥቃዕቲ ዝነበሩ ሰባት፤ ሓደጋ ዝበፀሐም ሰባት፤ ብዛዕባ ኩነታት ሓደጋ ምልክታት፤ ምምይያጥን ተመሳሳልቲ ዝኾኑ ዛንታት ምስማዕ ዘይምድላይ ወይ ድማ ምርሓቕ ይረአዮም፡፡
3. ድሕሪ ሓደጋ እቲ ውልቀ ሰብ ንኹሉ ነገር አሉታዊ ዝኾነ ርኢቶን ስምዒትን ምህላው፡፡
4. እቲ ሓደጋ ሕዚ ይረአይ ከምዘሎ ኮይኑ ይስምዖ (ሓደ ሓደ ውልቀ ሰባት እቲ ሓደጋ ሕዚ እናተፈፀመ ከምዘሎ ኩሉ ከእውይ ወይ ክፈርሕ ይኸእል)
5. እቲ ሓደጋ ከዘኻኸሩ ዝኸእሉ ነገራት እንትርኢ ብኸበደ ጭንቀት ወይ ፍርሒ ይውሓጥ /ይተሓዝ/፡፡

መሳለጥቲ

እቲ ውልቀ ሰብ ብዛዕባ ኩሉ ነገር አሉታዊ ዝኾነ ርኢቶን ስምዒትን ይህልዎ እንትበሃል ብዛዕባ ባዕሉ፣ ብዛዕባ ካልኦት፣ ብዛዕባ ዓለምና ብዛዕባ ዝተርኣዩ ፀገም አሉታዊ ዝኾነን ዝተጋነነን አሉታዊ ሓሳባትን ስምዒታትን ምህላው ንምባል ዝእክል እዩ፡፡

አብቲ ውልቀ ሰብ ዝተርኣዩ ለውጥታት ባህሪ ከም ሕማም ንምውሳድ ዝስዕቡ ክረኣዩ አለዎም፡፡

- አብቲ ውልቀ ሰብ ስራሕ፣ ኩነታት ትምህርትን ማሕበራዊ ምንቅስቃስን አሉታዊ ፅልዋ ምፍጣር፤
- እቲ ውልቀ ሰብ ዝኸፈኸ ጭንቀት /ፅዕንቶ ምፍጣር፡፡
- እቶም ምልክታት ድሕረ ሓደ ወርሒ ክፀንሑ አለዎም፡፡

አብ ህፃናት

- እቶም ህፃናት እንትፍትሉ ተዘክሮታት ሓደጋ ይመዖም እዩ።
- ህፃናት ዝተፈፀመ ተግባር ብመልክዕ ፀወታ ኣካቲቶም ክርእዩ ይኸእሉ። ንኣብነት እቲ ኩነታት ኣብ ባንቡላታት ኣብ ግዘ ፀወታ ክገለፅ/ክርእይ ይኸእሉ።
- ተደጋጋሚ ዝኾነ ሓይሊ ዝተመልኦ ባህሪ ክርእዩ ይኸእሉ።
- ተደጋጋሚ ዘፍርሕ ዓወፅወፅ ምባል ወይ ምብህራርን ኣካላዊ ሕማምን ማለት ቁርፀት ከብዲ፣ ርእሲ ሕማም ከምዝስምዖም ክገልፁ ይኸእሉ።

ዝዓበዩ መናእሰይ (ሰገናት)

እቲ ፍፃመ ኣብ ህይወቶም ውሽጢ ክእትውዎ ይኸእሉ። ንኣብነት፡-

- ፅልኢ (ጎንዒ) ምፍጣርን ወሲባዊ ባህርያትን ምርኣይ፣
- ኣልኮልን ካልኦት ደባላት ሱሳት ምጥቃም፣
- ኣብ ገዛ ቤት ትምህርትን ፀገም ምፍጣር፣ ምስ መሓዙቶም ዘይምስምዕማዕ፣
- ዕብዮት ናብ ድሕሪት ምጉታት። ንኣብነት ኣፈፃፀማ ትምህርቲ ምትሓት፣ ኣብ ዓራት ምሻን ወይ በይንኻ ምድቃስን ምፍራሕን ይረኣዩም።

መሳለጥቲ

እቲ ውልቀ ሰብ ብዛዕባ ኩሉ ነገር ኣሉታዊ ዝኾነ ርኢቶን ስምዒትን ይህልዎ እንትበሃል ብዛዕባ ባዕሉ፣ ብዛዕባ ካልኦት፣ ብዛዕባ ዓለምና ብዛዕባ ዝተርኣዩ ፀገም ኣሉታዊ ዝኾነን ዝተጋነነን ኣሉታዊ ሓሳባትን ስምዒታትን ምህላው ንምባል ዝኣክል እዩ።

ኣብቲ ውልቀ ሰብ ዝተርኣዩ ለውጥታት ባህሪ ከም ሕማም ንምውሳድ ዝስዕቡ ክረኣዩ ኣለዎም።

- ኣብቲ ውልቀ ሰብ ስራሕ፣ ኩነታት ትምህርትን ማሕበራዊ ምንቅስቃስን ኣሉታዊ ፅልዋ ምፍጣር፣
- እቲ ውልቀ ሰብ ዝኸፈኦ ጭንቀት /ዕድገት ምፍጣር።
- እቶም ምልክታት ድሕሪ ሓደ ወርሒ ክፀንሉ ኣለዎም።

ትምህርታዊ ፅውውት

ሐንቲ አዶ ንል 14 ዓመት ዕድመ ህፃን አለታ። እዛ ህፃን ለውጢ ባህሪ ምምፃእ ጀሚራ ኣላ። ድቃስ ኣይትድቅስን። ለይቲ ለይቲ ትብህርር እያ፣ ብቐሊሉ ትሓርቕ። ንባዕላ ካብ ሰብ ተግልል። ዝኸነ ሰብ ናብ መደቂሲኣ ክኣቱ ኣይትፈቅድን። እዚኦም ለውጥታት ዝመጡ ንኣቦኣ ኣብ ስራሕ ዘስርሖ ኣኩኣ ምስ ደፈራ እዩ። ኣኩኣ ብዛዕባ ዝተፈጠረ ነገር ንማንም ሰብ ትንፍስ እንተይላ ንወላዲኣ ካብ ስራሕ ከምዘባርሮ ነጊሩ ኣፈራሪሕዎ። ኣዲኣውን እንታይ ከምዝተፈጠረ ኣይትፈልጥን ባህሪ እታ ቐልዓ ንምንታይ ከምዝተቐያየረ ንምፍላጥ እናፈተነት እያ።

መሳለጥቲ

ዝቐረበ ዛንታ ንተሳተፍቲ የንብቡሎም። ብምቕፃል ክልተ ፍቓደኛታትን ገፀ-ባህርያት ኣዶን ኣቦን ኮይኖም ንክፃወቱ ይመረፁ።

- እታ ህፃን ንምዝራብ ድልውልቲ ኣይኮነትን።
- እታ ኣዶ ካብ ወዳ ሓበሬታ ንምርካብ ትፍትን።

ኣብ ስድራ እንታይ ምግባር ይክኣል?

- ለውጢ ባህሪ ጥዕና ዘለዎ ምኻኑ ምርግጋዕ።
- በዓል ዋና እቲ ፀገም፣ ኣባላት ስድራ፣ መሓዙትን ካልኦት ተምሃሮን ብዛዕባ ዘሎ ፀገም ምስትምሃር።
- ካልኦት ሰባት ኣሉታዊ ተንንፎታት ዘለዎም ውልቀ ሰብ ስምዒቲ ንዘይምትንካፍ ብጥንቃቄ ምትብባዕ።
- እቲ ፀገም ዘጋጠሞም ሰባት ቀልጢፎም ናብ ትካል ሕክምና ምልኣኽ።
- ኣብ ደቁ ምፍራድ ወይ ድማ ተመሊሱ ንዕኡም ምኽኑን ፈጊሙ ክህሉ የብሉን።
- ስምዒቶም ብዘይ ምንም ስግኣት ዝገልፁሉ ኩነታት ምምችቻውን ምብርታታዕን።

- እቲ ውልቀ ሰብ ብዛዕባ ዘጋጠሞ ጥቕዓት ወይ ሓደጋ ንክሳራብ ምሕጋዝ፡፡ ስለዝኾነ ዕዕንቶ ዘይምግባር፡፡
- ኣብ ቤት ትምህርቲ፣ ኣብ ውሽጢ ገዛን ኣብ ዝኾነ ቦታን ምግላል ወይ ድማ ብለውጢ ባህሪ ዝጀመረ ጥቕዓት ከይበፅሖም ምግባር፡፡

መሳለጥቲ

- ዝበዝሖ ግዜ ነቲ ኩነታት ዝሰምዑ ሰባት ጥቕዓት ዝበፅሖ ውልቀ ሰብ ብዛዕባ እቲ ጥቕዓት ተሓታቲ ገይሮም ይሪኡ፡፡ ንኣብነት “ምሸት ናብቲ ቦታ ንምንታይ ኬድኪ?”፣ “ቀላል ስለዝኾንኪ ድዩ” ዝብሉን ካልኦት ተመሳሳልቲ ኣባሃህለታት ይጥቀሙ እዮም፡፡ ከምዚ ዓይነት ርኢቶታት ፈጻሙ ዝተሰሓሓቱን እቲ ውልቀ ሰብ ብዝበለፀ ዝጎድኡን እዮም፡፡
- ብዛዕባ ጥቕዓት ፈፃሚ ዘይምዝራብ “ሓዊ ከም ምጥፋእ” ይቐፀር፡፡ ዝጠፍኦ ሓዊ ንምጥፋእ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ሓመድ ኣጥፊኡ ማይ ምፍላስ ከምዘድልዩ ኩሉ ጥቕዓት ዝፈጠሮ ቁስሊ ንምድሓንን ንክይለፃፃል ንምግባርን ብዛዕባ እቲ ኩነታት ምምይያጥ ግድን እዩ፡፡ ብዝተኸኸለ መጠን ሓገዝ በዓል ሙያ ምርካብ የድሊ፡፡

መሳለጥቲ
ቁልፊ መልእኽትታት የንብቡሎም

ቁልፊ መልእኽትታት

- ፀገማት ባህሪ ድሕሪ ኩሉ መሰቀቂ ፍፃመታት ክመፁ ይኸእሉ፡፡
- ህፃናትን መናእሰያትን ዘርእዩዎም ምልክታን ካብ ዓበይቲ ዝተፈላለዩ ክኾኑ ይኸእሉ፡፡
- ጥቕዓት ዝበፅሖም ውልቀ ሰባት ነቲ ጥቕዓት ተሓተቲ ምግባር ፈፃሚ ኣይግባእን፡፡
- ሓዲኡ ኣካል መፍትሒ ብዛዕባ ዝተፈጠረ ፍፃመ ብግልጺ ምምይያጥ እዩ፡፡
- ፀገም ዘጋጠሞም ሰባት ቀልጢፎም ናብ ሕክምና ምልእኽ የድሊ፡፡

ምዕራፍ ሐሙሽተ

ሳይኮሲስ

እዚ ምዕራፍ ብዛዕባ ሳይኮሲስ ዝበሃል ሕግም ኣእምሮ የምህረና።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምዕዳል	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታ 1ን 2ን	ምንባብ	7 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታት መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝኸእሉ ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ 1

ስዒድ ወዲ 15 ዓመት ዕድመን ተምሃራይ 9^ይ ክፍሊን እዩ። ኣብ ቀረባ ግዜ ብዝተፈለየ መልክዑ ዝገብሮም ነገራት ወይ ተግባራት ብጣዕሚ ቅልጡፍ ኮይኑ ኣሎ። እንትውሪ ወይ እንትዛረብ ካብቲ ዝተለመደ ባህሪ ወፃኢ ብጣዕሚ ይቐልጥፍ፣ እንተውሪ ብዘይተለመደ ብጣዕሚ ብቐልጡፍ እንትኸውን እዚ ድማ ዓው እናበለ እዩ ዝሃረብ። ሙዚቃ እንትሰምዕ ድምፂ ወሲኹ ዓው የብሎ። ኣብ ገዛ፣ መንገድን ክፍሊ ውሽጥን ይድንስ። ንመምህሩ ንሱ ባዕሉ ካብ ኩሉ ሰብ ዝተፈለየን ዝበለፀን ተውህቦ ከምዘለዎን ንመምህራኑ ክምህር

ከምዝኸእል ይዛረብ። ኣብ ገዝኡ ምሉእ ለይቲ እናደነሰን እናውረየን እዩ ዝሓድር። ዝረኣዮን ዝደልዮን ነገር ኩሉ “ንዓይ ይግበኣኒ ይብል” ዝደለዮ እንተዘይረኸበ ሓደሻን ቁጠብን ይኸውን። ቅድም ከም ኣሕዋቱ ዝርእዮም መታዒቢቱ ዝኾና ደቂ ኣንስትዮ ጎረባብቱ ኣብ ዝረኸበን ቁፅሪ “ስዓማኒ”፣ “ሓዳር ንግበር” እናበለ ይሓተን።

መእተዊ ዛንታ 2

ኣይተ ገብረመድህን ወዲ 48 ዓመት ዓብዪ ሰብኣይ እዮም። ካብ ሓዳሮም ብፍትሕ ዝተፈላለዩ ኮይኖም ኣቦ ሰለስተ ህፃን እዮም። ሚኒባሰ ዝዓይነታ መኪንኦም እናዘወሩ እናሃለው ኣብ ሓደ እግረኛ (ኣጋር) ሰብ ሓደጋ ኣብጊሑም እዮም። ጉዳይ እቲ ሓደጋ ብስርዓተ ሽምግልና መዕለቢ ፍታሕ ረኺቡ ካብ ዝተገረቁ 1 ወርሒ ኣቁጊሮም እዮም። ይኹንምበር ኣይተ ገ/መድህን እቲ ዝገጨይዎ ሰብኣይ እናፈኸረለይ እዩ ምባል ጀመሩ። ብድሕሪኡ እቲ ዝተጎድኦ ሰብኣይ ጠንቋሊ ከምዝኾነን ክቐትሎም ከምዝደልን ብምትእምማን ንኻልእ ሰብ ከውርዩን ክጭነቑን ጀመሩ። ሕዚውን ክቐትሎም ዝደሊ ሰብኣይ ኣብ ከተማ ምስ ዝርከቡ ካፌታትን ሬስቶራንትን ርክብ ብምፍጣር ስለዝጎድኣኒ ኢሎም ብምጥርጣሮም ናብ ካፌን ሬስቶራንትን ከይዶም ምጥቃም ገዲፎምዎ። ምኽንያት እንትዛረቡ ድማ ናብዚኦም ቦታታት ኣቲዎም እንተተመገብ ክምረዙ ከምዝኸእሉ ስለዝኣመኑ እዩ። ኣብ ናይ ቀደም ብዓልቲ ቤቶም ድማ ናይዚ ሚስጥር ኣካል ከምዝኾኑ ይጥርጥሩ። ኣቦ ነብሲ ዝኾኑ ካህን እውን እንተኾነ ምስቲ ሰብ ተመሳጢሮም እዮም ኢሎም ብምስጋእ ኣይተ ገ/መድህን ናብ ቤተ ክርስቲያን ምኻድ ኣቐሞም። ስግኣት ስለዝሓድሮም ድቃስ ካብ ዘይረኸቡ ብዙሕ መዓልታት ገይሮም እዮም። ለይቲ ለይቲ ካብ መደቀሲኦም ወፃኢ ሰባት እናተዛረቡ ከምዝስምፁ እዮም ይዛረቡ።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቃደኛ ተሳታፊ ታሪክ ንከንብብ ይሕተቱ፤ ካብዚ ንታሕቲ ዘለዉ ሕቶታት ንተሳተፍቲ ሓቲቶም መልሶም ኣብ ሰሌዳ /ቻርት ይፅሓፍዎ።

1. ከም ስዒድን ኣይተ ኣድማሱን ዓይነት ውልቀ ሰብ/ ህፃን ኣጋጠሙዎም 'ዶ ይፈልጥ?
2. ሰባት ከም ስዒድን ኣይተ ኣድማሱን ዓይነት ፀገም ዘለዎ ሰብ እንታይ ክብሉ ይኸእሉ?
3. ናይ ስዒድን ኣይተ ኣድማሱን ፀገማት እንታይ እንታይ እዮም?

ብዛዕባ እቲ ዛንታ ሕቶ እንተልዮዎም ዕድል ምሃብ፤ ካብቲ ዝቐረበ ዛንታ እንታይ ከምዝተረድኡን ኣብ መንጎ ስዒድን ኣይተ ኣድማሱን ዘሎ ኣፈላላይን ሓድነትን ይሕተቱዎም፤ ብምቕፃል ዝህብዎ መልሲ ኣብ ፀሊም ሰሌዳ ይፅሓፍዎ።

ዕላማ ምዕራፍ

ተሳተፍቲ እዚ ምዕራፍ ምስ ኣጠናቐቐ፡-

- ብዛዕባ እንታይነት ሳይኮሲስ ይፈልጡ?
- ምልክታት ሳይኮሲስ ይፈልዩ።
- ብዛዕባ መልዓሊ ሳይኮሲስ እኹል ግንዛብ ይህልዎም።
- ሳይኮሲስ ዘለዎ ሰብ ከመይ ምክትታልን መፃዝ ናብ ሕክምና ከምዝልእኹ ይፈልጡ።

መሳለጥቲ

ዕላማታት የንብቡሎም፤ ብምቕፃል ኣብዚ ጉዳይ ምይይጥ ይግበሩ።

ትርጉምን መብርሀን

ሳይኮሲስ ዝበሃል ሕማም ኣእምሮ ኣሎ ዝበሃል ኣተሓሳስባ እቲ ሕማም ቀፃሊ ብዝኾነ መልክዑ ካብ ሓቂ ወፃኢ እንትኾንን በዚ ዝተልፀፈ ናይቲ ዝሓመመ ወይ ድማ ኣብ ክለ ዙርይኡ ዘለዉ ናይ ካልኦት ዕለታዊ ምንቅስቃሳት ንዝተፈላለዩ ፀገማት እንትቃላዕ እዩ።

- ምህላው ዲሉዥን (ግጉይ እምነት)፣ ሓበሬታ ዘይብሉን ካልኦት ዘይቕበልዎን እምነት ንኣብነት ወላዲት ኣደይ ናብ ውሽጢ ምግቢ መርዚ እናወሰኸት እያ። ኩሉ ሰብ ብዛዕባ ናተይ የውርዩ ኣለዉ፤ ኣብ ቴሌዥንን ሬድዮን ብዛዕባ ናተይ የውርዩ ኣለዉ፤ ኣየር መንገዲ ኢትዮጵያ ናይ ውልቀይ እዩ፤ ኣነ መልኣኽ እየ ወዘተ።
- ምህላው ሀሉሲኔሽን፡- ዝኾነ ዓይነት ድምፂ ዝስማዕ ነገር ዘየለ ድምፂ ምስማዕ፣ ምንም ዝኾነ ዝረኣይ ነገር ዘየለ “ዝርኣየኒ ነገር ኣሎ” ምባል፣ ዝኾነ ዝጨንው ነገር ዘየለ እንዳሃለዉ “ዝጨነወኒ ነገር ኣሎ” ምባል፣ ምንም ነገር ከይተተንከፈ ዝኾነ ነገር ምስ ኣካላቱ ምትንካፍ እናገብረ ከምዝኾነ ይስምዖ፣ ወዘተ ወይ ድማ ምርኣይ ንኣብነት ዝኾነ ሰብ ኣብ ዘይብሉ ካልኦት ዘይስምዕዎ ድምፂ ምስማዕ።
- ለውጢ ባህሪ፣ ንኣብነት በይንካ ምውራይ ወይ ምዝራብ ወይ ምስሓቕ፣ ብዘይምኽንያት ንነዊሕ ግዜ ኣብ ሓደ ቦታ ጠጠው ምባል፣ ካብ መጠን ንላዕሊ ምቕላልን ብዘይስራሕ ምሂር፣ ባልኻ ምግላል፣ ባዓልኻ ምርሳዕ፣ ንቐሕ ዘይምኻን ካልኦት ምልክታትን
- ሓደሓደ ግዜ ብዘይምኽንያት ቁጡዕን ሓያል ምኻንን ንኻልኦት ወይ ንብረት ምጎዳእ ክፍፁሙ ይኽእሉ።
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ታሕንፊ፣ ብዛዕባ ዓርስኻ ዝለፀገን ግጉይን እምነት ምህላው፣ ብጣዕሚ ብዙሕ ምውራይ፣ ገንዘብ ምብኻን፣ ብዘይተለመደ ስዲ ዖታዊ ርክብን ድሌት ወሲብን ዝተተሓሓዙ ፍፃመታት ምብዛሕ።

ምልክታት

ዝበዝሖ ግዜ እቶም ዝተርኣዩ ፀገማት ዝግዘቡ እንተዘይኮይኖም፣ ተደጋጊሙ እንድሕር ዘይተርኣዩ፣ ኣብቲ ሰብ ወይ ካልኦት ሰባት እንድሕር ዘይፈጥር ከምፀገም ንከይውሰድ ይኽእል እዩ። ሳይኮሲስ ዝበዝሖ ኣብ ዕድመ ንእስነት እዩ ዝጅምር።

ሳይኮሲስ ዘለዎም ሰባት ኣብ ካልኦት ዘለዎም ቅዋም ከምኡውን ኣይሊ ዝጥቀሙ እንድሕር ኮይኖም ኣደገኛታት እዮም ተባሂሉ ስለዝእመን ሰብ ይፈርሖም። ሳይኮሲስ ዘለዎም ሰባት ብዴሌኹንን ብሀሉሲኔሽንን ዝተልዓለ ካልኦት ከም ፀላኢ ክሪኡዎ ስለዝኸእሉ ወይ ድማ ካልኦት ምጥቃዕ ደስታ ወይ ታሕንስ ክህደዎ ስለዝኸእል ብጣዕሚ ኣደገኛ ክኸውን ይኸእል። ወይ ድማ ኣለፉ ኣሊፉ ዝኸፈኦ ኣደጋ ከስዕብ ይኸእል።

ብበዝሒ ዝስትብሃል ግና እዞም ውልቀ ሰባት ዝበዝሕ ግዘ ብኣባላት ሕብረተሰብ ዝተፈላለዩ ጥቕዓታት ከምዝፍፀሞም እዩ።

መሳለጥቲ

ኣብዚ ገሃድ ዓለም ምስጥር ወይ ኣበሬታ ዘይርከቦም እምነታት ኣብ ውሽጢ ደቂ ሰባት ክርከብ ይኸእል። ንኣብነት ዝኣክል ሰባት በቢእምነቶም ኣብ ገሃድ ዓለም ፍሉጥ ኣበሬታ ዘይንረኽቡሎም ግን ብመሰረት እምነት መትከል ኩሎም ኣባላት እቲ እምነት ዘኣምነሎም ጉዳያት ኣለዉ። እዚ ማለት ምልክት ሳይኮሲስ ኣይኮነን። ይኹን ምበር ካብቲ መምርሒ እምነት ብዝተፈለዩ ኩነታት ውልቀ ሰባት ዝተፈላለዩ እቲ እምነት ዘይቐበሎም ወይ ካልኦት ኣባላት እቲ እምነት ዘይቐበሎም እምነታት እንተሰጉሙን በዚ ምክንያት እውን ህይወቶም ወይ ካልኦት ሰባት ኣብ ውሽጢ ፀገም እንትኣቱ ሳይኮሲስ ክኸውን ይኸእል። ንኣብነት ኣደ ክርስትያን ዝኾነ ሰብ “ኣነ ኣብ ቅድሚ እግዝኣብሄር ካብ ክርስቶስ ዝበለፀኩ እየ” ኢሉ እንተኣሚኑ ወይ ድማ ኣደ ሙስሊም ሰብ ”ናይ ኣላህ ኣቀኛ መልእኽተኛ ኣነ ጥራሕ እየ” ኢሉ እንተኣሚኑ ሳይኮሲስ ኣለዎ ማለት እዩ።

- ኣሊፉ ኣሊፉ ሰባት ኣብ ዝሃዕሉ ወይ ዝተደናገፀሉ /ዝጉህይሉ ወቕቲ ስሞም ዝተፀወዓ ወይ ዝኾነ ነገር እንትንቀሳቐስ ዝረኣዩ ክመስሎም ይኸእል። እዞም ተጓንፎታት ምልክታት ሳይኮሲስ ኣይኮኑን።
- ሳይኮሲስ ዘለዎም ሰባት ዝበዝሕ ኣብ ዝተፈላለዩ ስራሕቲ ንባዕሎም ከሳትፉ ዘይምኸእል ይረኣዮም።
- ምስ ሰባት ምብኣስ፣ ብግልፂ ትኸክል ዘይኮኑን ዘይተረጋፁን ክስታት ምምስራት።

መበገሲ

ሳይኮሲስ ሓደ ዝተወሰነ መበገሲ የብሉን። ልክዕ ከም ካልኦት ሕማማት ኣእምሮ ኩሉ ናይ ሰለስተ ፀገማት ጥማር ፅዕንቶ ንመበገሲ ወይ መንቀሊ ሳይኮሲስ ይኾኑ። እዚኦም ሰለስተ ቀንዲ ቐንዲ ፀገማት ድማ (1) ፀገማት ስነ-ልቦና፣ (2) ናይቲ ውልቀ ሰብ ፀገማት ጥዕና፣ (3) ከባቢያዊ ፀገማት እዮም። ካብ ዝፍለጡ ዓይነታት ሳይኮሲስ ውሱናት ብምኽንያት ስድራ /ዘርኢ ከምዝኸዱ/ኣልፉ ይፍለጥ። መበገሲኡ ዝኾኑ ይኹን ሳይኮሲስ ዘለዎም ሰባት ኣብ ውሽጢ ሓንጎል ዘለዉ ንጥረ ነገራት ዝተዛብዑ እንተኾይኖም መበገሲ ሳይንሳዊ ሓበሬታታት ይህሉ። ንብዙሕ ዓመታት ዝተኻየዱ ምልክታት ዝሰዕቡ ነገራት ምስ ሳይኮሲስ ክተሓሓዙ ከምዝኸእሉ ኣረጋጊጾም እዮም።

- ኣልኮሆል ንንዊሕ ግዜ ኣብዚሕካ ምውሳድ ወይ ድማ ካልኦት ሱስ ክትሓዙ ዝኸእሉ ዕፃት ምጥቃም፣
- ሓደ ሓደ ኣካላዊ ሕማማት፣
- ሓሊፉ ሓሊፉ ምስ ጥንሲን ወለድን ዝተተሓሓዙ ፀገማት፣
- ኣብ ኣእምሮ ውልቀ ሰብ ከቢድ ፅዕንቶ ዝፈጥሩ ዝተፈላለዩ ተንንፎታት፣

መሳለጥቲ

መበገሲኦም ቅድሚ ምዝራብኩም ተሳተፍቲ ብዛዕባ እቲ መበገሲ እንታይ ከምዝመስል ሓቲቶም ዝሃብዎ መልሲ ኣብ ሰሌዳ ይፅሓፍዎ።

ብዛዕባ መበገሲኡ ግጥምት ኣመለኻኸታታት የብርሁ

ሳይኮሲስ ብእርግማን (መርገም)፣ ብጥንቆላ፣ ልክፍቲ ቡዳ ኣይመፅእ።

ኣብ መእተዊ ዛንታት ምይይጥ ምግባር

ሀ. ፀገማት ስዒድን ኣይተ ኣድማሱን እንታይ እንታይ እዮም።

ለ. ሰባት ከም ስዒድን ኣይተ ኣድማሱን ዓይነት ፀገም ዘለዎም ሰባት እንታይ ይብሉ?

መሳለጥቲ

መልሲ

ሀ. ስኢድ

- ካብ ዝተለመደ ንላዕሊ ንቐሕ ምዃን፤
- ካብ ወጠን ዝሓለፈ ስምዒት ታሕንዕ፤
- ስምዒት ልዕልነት፤
- ድቃስ ምስኣን፤
- ካብ ኩሉ ግዘ ብዝተፈለየ ድሌት ወሲብ ስታዊ ረኽቢ ምውሳኽ፡፡

አይተ አድግሱ

- ግጥም ተአመንትን ዘይኮኑ ምልክታት፤
- ብሓሰት ካልኣት ምውንጃልን ምጥርጣርን፤
- ካብ ዴሌኻን (ግጥም እምነት) ዝተበገሰ ብፍርሒ ምጥሓል፤
- ሀሉሲኔሽን (ናይ ካልኣት ድምፅታት ምስማዕ)፤

ለ. ግጥም መሰረት ዘይብሎ ኣበሃህሊታት ይግለፁሎም የብርህሎም፡፡

ሳኮሲስ በዘም ዝሰዕቡ ከመፅእ አይኸእልን

- ብመተት፣ ልክፍቲ፣ ብመርገም / ቡዳ፤
- ሳይኮሲስ ምስ ዘለዎም ሰባት ሓቢርካ ምንባር ወይ ምስራሕ፤

ትምህርታዊ ፅውዎት

ወ/ሮ ገርግስ ሓጎስ ዝበሃል ወዲ 12 ዓመት ዕድሜኡ ህፃን ኣለዎን፡፡ ሓጎስ ቅድሚ ክልተ ኣዋርሕ ብዘይምኸንያት ኩሉ ግዘ ዓው ኢሉ የእዊ፣ ይቐጣዕ፣ በይኑ የውሪ፣ ብዘይምኸንያት ዓው እናበለ ይስሕቐ፡፡ ኣዲኡ ሓደሓደ ግዘ እንትርእ ምስ ዘይረኣይ ሰብ ዝሓረብ ዘሎ ይመስለን፡፡ ወ/ሮ ገርግስ ልክፍቲ ሒዝዎ ኢለን ስለዝኣመናን ስለዝሰገኣን ምኸሪ ንምሕታት ናብ ጎረቤት ከዳ፡፡

መሳለጥቲ

1. ንተሳተፍቲ እቲ ዝቐረበ ዛንታ የንብቡሎም ብምቕፃል ድማ ናይ ወ/ሮ ገርግስን ጎረብተንን ገፁ ባህሪ ዝፃወቱ ክልተ ተሳተፍቲ ይምረፁ።
2. ኣዲኡ ዝተርአየ ምልክት እናረደእ ምኽርን ድጋፍን ንምርካብ ከመይ ከምዝፍትናን እተን ጎረቤተን ድማ መሰረተ- ኣልቦ ዝኾኑ ጎደእቲ ኣበሃህለታት ንምርዳእ እንትፅዕራ ንምርአይ ይፈትኑ።

መሳለጥቲ

ወለዲ ክገብርዎ ዝግበኦም ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን የንብቡሎም።

ወለዲ እንታይ ክገብሩ ይኽእሉ?

- እቲ ፀገም ሳይኮሲስ ምዃኑ ምፍላይ፤
- እቲ ዝሓመመ ብምኽንያት እቲ ሕግም ካብ ሰብ ክግለልን ካልኦት ብፅቡቕ ዓይኒ ንክይሪኡዎ ስለዝኽእሉ፤ እቲ ዘሎ ኩነታት ሕግም ምዃኑ ፈሊጡ ስድራ ነቲ ሕሙም ሰብ ክሕግዞን ሰብኣዊነት ክረኦን ይግባእ።
- ዝሓመመ ሰብ ናብ ትካል ጥዕና ምውሳድ።

ምልክት ሳይኮሲስ ዘለዎ ሰብ ኩሉ ግዘ ሕክምና የድልዮ።

ቁልፊ መልእኽትታት

- ሳይኮሲስ ኣብ ኩሉ ሰብ ዝረኣይ ሕግም እዩ።
- ሳይኮሲስ ዝበዝሕ ዝእመነሉ ምስቲ ዝሓመመ ሓቢርካ ብምንባር ወይ ብምስራሕ ዝመሓላለፍ ኣይኮኑን።

- ብርኩስ መንፈስ ወይ ብጥንቆላ ዝመፅእ ኣይኮነን።
- ሳይኮሲስ ብሕክመና ምድሓን ዝኸእል ኣይኮነን።
- ሕመማት ሳይኮሲስ ጥፍኣት ዘብዝሑ፣ ሓይሊ ዘርእዩ ወይ ተብኣሱቲ ዝኾኑ ሓሊፉ ሓሊፉ ጥራሕ እዩ።

ምዕራፍ ሸድሸተ

አልኮልን መዓወኒ ሓሽሻትን ምስ ምጥቃም ዝተተሓሓዙ ፀገማት

እዚ ምዕራፍ አልኮልን መዓወኒ ሓሽሻትን ምስ ምጥቃም ዝተተሓሓዙ ዘለዉ ፀገማትን እንታይነትን የረድእ። ፀገም ሱስ ኅሊሆም ካብ ዝረአዩ ሕማማት አእምሮ ሓዲኡ እዩ።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ አመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምዕዳል	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታ 1ን 2ን	ምንባብ	7 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝኸእሉ ነገራትን ቁልፊ መልእኸትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ

ኣብይ ዕድምኡ 16 ዓመት እዩ። ንወለዱ ብሕታዊ ህፃን እዩ። ተምሃራይ 9^ይ ክፍሊ እናሃለወ ኣብ መጀመሪ ትምህርቲ ዕቡቕ ዝኾኑ ኣቀባብላ ትምህርቲ ነይሩዎ። ኣብ 9^ይ ክፍሊ ምስ ክልተ ብሓሽሽ ዝተጠቐሙ ህፃናት ዓርኪ ምዃን ምስ ጀመር ድሕሪ ሕደት ኣዋርሕ ውዕኢት ትምህርቲ እናቐነሰ ምምዕኡ ጀመረ። ሓደ ሓደ ግዘ ናብ ቤት ትምህርቲ ጠቐሊሉ ኣይኣቱን፣ ካልእ ግዘ ድማ ኣብ መንጎ ትምህርቲ ኣቋሪፁ ይጠፍእ። ኣብይ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ኮፍ ኢሉ እንትምሃር ድማ ኣብ ናይ ባዕሉ ሓሳብ ይውሓጥ፣ ዕሬቱ ዘይሕሉ

ከምኡውን ብፍላይ ድሕሪ ሰዓት ኣብ ውሽጢ ክፍሊ እንተገደዱ እናምባሃቸ ዝቐልል ህፃን ይኸውን። እዚ ንምንታይ ከምዝኸውን ዘሎ እንትሕተት ዝህቦ መልሲ ዘዕግብ ኣይኮነን። ወለዲ ናብ ቤት ትምህርቲ ተግባራዊ ብህጻን ኣብይ ዘሎ ለውጢ እንትሕተቱ ኣብ ገዛውን ኣብ ኣብይ ሓደ ሓደ ለውጥታት ይሪኡ ከምዘለዎ ገለጹ። ሓደ ሓደ ግዘ ቁጥዕ ፣ ሓደ ሓደ ግዘ ድማ ሕጉስን ቅልጡፍን ምዃን፣ ካልእ ግዘ ድማ ብሕታውነትን ምምራፅ ከምዝተገደቡሉ ተዛረቡ። ገንዘብ ብተደጋጋሚ ከምዝሓትት፣ ካብ ገዛ ወፃኢ ድማ ክቡራት ዝኾኑ ኣቐሓት እናጠፍኦ ከምዝተገደቡ ኣረድኡ። መምህሩ ድማ ንኣብይ ኣጥቢቆም ብህጻን መሓዙቱ ዘሎ ሕማቕ ባህሪን ልማድን እንትሓትዎ ንሓቶም ደፋፊኦም ከምዘጀመርዎን ድሕሪኡ ድማ ኣብ ውሱን መጻልትታት ከምዝጥቀም ተዛረቡ።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቓደኛ ተሳታፊ ዝቐረበ ዛናታ ንክንብብ ይግብሩ፣ ተሳተፍቲ ዝቐፅሉ ሕቶታት ይሕተቱዎም። ዝሃብዎ መልሲ ኣብቲ ዝተዳለወ ፀሊም ሰሌዳ ይፅሓፉ።

1. ከም ኣብይ ዓይነት ምልክት ዘለዎ ሰብ ርኢኹም 'ዶ ትፈልጡ?
2. ፀገማት ኣብይ እንታይ እንታይ እዮም?
3. ከም ኣብይ ዓይነት ባህሪ ዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣብቲ ሕብረተሰብ ውሽጢ እንታይ ዓይነት ስምዒት ይፈጥረሎም?

ዕላማ ምዕራፍ

ድሕሪ እዚ ምይይጥ ተሳተፍቲ፡-

- ፀገማት ወልፊኛ ምዃን እንታይ ከም ዝኾነ ይርደኡ።
- ወፅፊኛ ምዃን ፀገም ኣእምሮ ከምዝኾነ ይርደኡ።
- ኣብ ውሽጢ ወልፊ ዘለዉ ውልቀ ሰባት ናብ ትካል ጥዕና ክውሰዱ ከምዘለዎም ይግንዘቡ።

መሳለጥቲ

- ዕላማ ምዕራፍ የንብቡሎም፡፡
- ተሳተፍቲ አልኮሆል ወይ መዓወኒ ሓሽሽ አብዚሑ ዝጥቀም ውልቀ ሰብ ኢጋጢምዎም ዝፈልጥ ከምዝኾነ ይሕተትዎም፡፡

ትርጉምን መብርሂን

ውሉፍ ምዃን ማለት አልኮሆል ወይ መዓወኒ ሓሽሽ /ዕፅ ብምጥቃም ዝመፅእ ኩነታት እንትኾን ሓደ ሰብ ወልፊ ኣለዎ እዩ ዝበሃል ዝጥቀም ነገር እንተቐም ወይ ድማ ኩሉ ግዘ ዝጥቀም ዓይነት ሓሽሽ መጠን እንትንኪ ኣካላዊን /ወይ ድማ ስነ-ልቦናዊ ፀገማት እንተበዒሉዎ እዩ፡፡

ካብ ምልክታት ኣካላዊ ምንቅጥቓጥ፣ ዋህዒ ከምኡውን ምንቡሃቕ፣ ምውጥጣር ኣካላት፣ ከም ዘውድቕ ሕማም ዝዓይነቱ ምንቅጥቓጥ ይርከብዎም፡፡ ስነ-ልቦናዊ ፀገማት ድማ ካብ መጠን ዝሓለፈ ሱስ ዘለዎ ነገር ምእሳሽ፣ ውሽጣዊ ሰላም ምስኣን፣ ትኹረት ምግባር ዘይምኽኣል፣ ቁጡዕ ምዃን፣ ዕረፍቲ ዘይብልካን ቀሊል ምዃንን ወዘተ.... እዮም፡፡ ኣካላዊን ስነ-ልቦናዊን ፀገማት ንምዕጋስ እቲ ውልቀ ሰብ ዳግም ኣልኮል ወይ ዕፅ ምጥቃም ይጅምሩ፡፡

መሳለጥቲ

ተሳተፍቲ ኣብ ደቓምን /ተምሃሮኦምን ዘሎ ለውጢ ዝሪኡሉ ጊዜ እንታይ ይኸውን ኢሎም ንክሓስቡ ይሕተትዎም፡፡

- ለውጢ ባህሪ ምስ ሱስኛ ምዃን ዝተተሓሓዘ ወይ ድማ ናይ ካልእ ሕማም ኣእምሮ መግለጺ ክኸውን ይኸእል (ንኣብነት ድብርቲ፣ ሳይኮሲስ)
- አልኮሆል ወይ መዓወኒ ዕፅ ምጥቃም ጠጠዉ ካብ ዘበልሉ ግዘ ብዛዕባ ዝፍጠሩ ለውጥታት ባህሪ ቆላሕታ ሂሶም የብርሁ፡፡

መበገሲ - ውልቀ ሰባት ወልፊ ከመይ ይጅምሩ

- ብመሓዙት ዝፍጠር ፅዕንቶ /ፅልዎ፤
- ንፊተኑ ብዝብል፤
- ታሕንጎ ይህብ እዩ ኢልካ ብምእማንን ጉራን ፈኸራን፤
- ስራሕ በርቲዕካ ንምፍፃም ወይ ፀቕጢ ገይርኻ ኣብ ስራሕኻ ድፍረት ንምርካብ ብዝብል፤
- ካብ ስምዒት ወፃኢ ምዃን እንተጋጥም ስምዒትኻ ንምስትኸኻል፤
- ኣባላት ስድራ ብምርኣይ፡፡፡

መሳለጥቲ

- ውልቀ ሰባት አልኮል ወይ መዓወኒ ዕዕ ምጥቃም ከመይ ይጅምሩ ዝብል ገለፃ ቅድሚ ምክያድኩም ተሳተፍቲ ውልቀ ሰባት ንምንታይ አልኮል ወይ መዓወኒ ዕዕ ምጥቃም ከምዝጅምሩ ይሕተትዎም።
- ምስ መልሲ ተሳተፍቲ ብምንፅፃር ሕድሕድ ነጥቢ የብርሁ።

ብፅልዎ መሓዙት ዝጅመር ወልፊ ምትሓዝ

- ሓደ ሓደ አልኮሆል ወይ መዓወኒ ዕዕ ዝጥቀሙ ውልቀ ሰባት አልኮል ወይ መዓወኒ ዕዕ ምጥቃም ፅቡቕ ስምዒት ከምዝህቡ ብምዝራብ ካልኦት ከምኦም ክጥቀሙ ይደፋፍኡዎም። ብፍላይ መናእሰይ፣ ሱስ ዘትሕዙ ነገራት ዘይምጥቃም ዘይምስልጣን የምስል እዩ እናተብሃለ ብተንኮለኛታት ሰባት ብዝውረይ ሓሶት እናተመሰጠ እንትጋዳይ ይርአይ። ስለዝኾነ ዝሰልጠንካ ንምምሳል ናብቶም ጉጅለ ወልፊ ዘለዎም አልኮልን መዓወኒ ዕዕን ዝጥቀሙ ብምፅምባር እዩ።

ንፈተነ ብዝብል ዝጅምር ወልፊኛ ምኃን

- ሓደ ሓደ መናእሰይ እስቲ እዚ ነገር ንፈትኖ፣ ንርአዮ ብዝብል ይጅምሩዎም ድሕሪኡ ንምግዳፍ ይፅገሙ።

ስራሕ በርቲዕኻ ንምስራሕ ወይ ድፍረት ንምርካብ ብዝብል ዝጅምር ብወልፊ ምፅግድ

- ውልቀ ሰባት ብቅለጡፍ ስራሕ ሰሪሖም ንምርካብ ወይ ንመፅናዕቲ ትኹረት ንምውሳኽ ኢሎም ወልፊ ዘትሕዝ ዘነቓቕሕ ዕፃትን ምጥቃም ይጅምሩ። ሓደ ሓዲኦም ኣብ ማሕበራዊ መስተጋብር ወይ ማሕበራዊ ምንቅስቓስ ዝፈርሑ ሰባት ድፍረት ንምርካብ ኢሎም ብምሕሳብ ወልፊ ናብ ዘትሕዝ ነገር ይኣትዉ ወይ ይጅምሩ።

ዝለፃለ ስምዒት እንትፍጠር ካብ ስምዒት ንምውፃእ ብምባል ዝእተው

- ብዝተፈላለዩ ምክንያታት ድብርቲ፣ ጭንቀት ወይ ድማ ዘይምርግጋዕ እንትፍጠር (ንኣብነት ዝትፈትዎ ሰብ ምስኣን፣ ስራሕ ዘይምህላው፣ ፈተና ምውዳቕ ወዘተ....)

አባላት ስድራ ብምርኣይ

- ኣብ ውሽጢ ገዛ አልኮሆል ወይ መዓወኒ ዕዕ ዝጥቀም ሰብ ኣብ ጥቓ ህፃን ዝጥቀም ሰብ ህፃናት እቲ ዝጥቀም ነገር ፅቡቕ እዩ ኢሎም ብምሕሳብ ምጥቃም ክጅምሩ ይክእሉ።

ኣብ ላዕሊ ዝተዘርዘሩ ዝተፈላለዩ ፀገማት ዝተጀመረ ምጥቃም ንሕድ ሕድ ቀስ እናበለ ናብ ዝክፈኡ ወልፊ የምርሕ እዩ።

መሳለጥቲ

አብነት ብምሃብ የብርሀኡም

- አይጥቀምን ይብሉ:- በቢግዚኡ ሰኚሩ ዝኣቱ ውልቀ ሰብ፤ በዓል ሙያ ጥዕና ብዛዕባ አጠቓቕማ እንተሓቱ “አነ አይጥቀምን ፤አይሰትን” ይብል
- ዝወስድዎ መጠን ይንክዩ:- 5 መለክያ ኣረቂ በቢመዓልቱ ዝሰቲ ውልቀ ሰብ “አነ ዝሰትይ ሓሊፉ ሓሊፉ እዩ፤ ሐዚ እውን ሓደ ወይ ክልተ መለክያ ጥራሕ እዩ” ክብል ይኸእል።
- ዕለታዊ ስራሕቶም ክሳብ ዘበላሸዉ ነቲ ኣልኮሆል ወይ መዓወኒ ዕፅ ንምርካብን ንምጥቓምን ግዘ የጥፍኡ፤ ነዊሕ ርሕቕት ይጓዓዙ:- በዚ ምኽንያት ካብ ስራሕ ወይ ካብ ቤት ትምህርቲ ይተርፉ። ብተደጋጋሚ ንምቁራፅ እንትደልዩ ይፅገሙ ኣምፅእ ... ኣምፅኡ.... ዝብል ስምዒት ስለዘፀግመሎም መሊሶም ይጅምሩዎ።
- ዋላኳ ዝተፈላለዩ ፀገም እንተበፀሐም ምውሳኽም ይቕፁሉ፤ ንአብነት ፀገም ጥዕና ፤ ፀገም ገንዘብ ምስ ሕጊ ዝተተሓሓዙ ፀገም ንአብነት ሰቲካ መኪና ምሽክርካር፤ ወዘተ።
- ዝበዝሕ ኣታዊኦም ኣብ ሱስ የውዕሉዎ፤ በዚ ምኽንያት ናብርኦም ብኣግባቡ ምምራሕ ይከብደም፤ ኣብ ልቓሕ ይጥሕሉ፤ ንብረቶም ይሸጡ፤ ሓደ ሓደ ግዘ ናብ ምስራቕ ይበፅሑ።

ንመእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ

1. ፀገማት ኣብይ እንታይ እንታይ እዮም?
2. ከም ኣብይ ዝበለ ባህሪ ዘለዎም ውልቀ ሰባት ኣብ ውሽጢ ሕብረተሰብ እንታይ ዓይነት ስምዒት ይወሃቦም?

መሳለጥቲ

ተሳተፍቲ ቅድም ክብል ምስ ዝሃብዎ መልሲ ብምንፅፃር የረድኡ።

መልሲ ሕቶ ቁፅሪ ክልተ

ውፅኢት ትምህርቲ እናቐነሰ ምምፅኡ ሓደሓደ ግዘ ጠቕሊሊ ናብ ቤት ትምህርቲ ዘይምእታው፣ ካልእ ግዘ ድማ ኣብ ማእኸል ጠፊኡ ምኻድ፣ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ኮፍ ኣብ ዝብለሉ ግዘ ኣብ ናይ ባዕሉ ሓሳብ ምጥሓል፣ ፅሬቲ ዘይምሕላው፣ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ እናምሰሃቐ ምቕባጥ፣ ሓደሓደ ግዘ ቁጡፅ፣ ሓደሓደ ግዘ ድማ ሕጉስን ቅልጡፍን ምኻን፣ ብሕታውነት ምምራፅ፣ ንኣዲኡ በቢግዚኡ ገንዘብ ምሕታት፣ ካብ ውሽጢ ገዛ ክቡር ዝኾነ ኣቕሓ ምጥፋእ።

ግጉይ ኣመለኻኸታ የረድኡ

- ወልፊ ምትሓዝ ሕማም እዩ። ስለዝኾነ እቲ ውልቀ ሰብ ወይ ኣሉታዊ ስምዒት ምሃብ (ስታይ፣ ጫት ቐሓሚ...) ግቡእ ኣይኮነን።

ትምህርታዊ ፅውውት

ሓንቲ ኣዶ ንል 16 ዓመት መንእሰይ ንላ ለውጢ ባህሪ ብምርኣያ ወይ ብምዕዛብ ክተዛርባ ትፍትን። ንላ ብጣዕሚ እናምሰት ትመፅ። ንምንታይ ከምዘምሰየት ኣብ እትሕተተሉ እዋን ትናደድ። ካብዚ ብተወሳኺ ባዕላ ኣይትሕልውን ኣፈፃፅማ ትምህርታእውን እንዳ ወረደ መፂኡ ኣሎ። ሞባይለይ ሰሪቕምኒ ኢላ ንስድርኣ ተዛሪባ እያ።

መሳለጠቲ

ክልተ ፍቻደኛታት ተሳተፍቲ መሪዎም ሓዲኡ ናይታ ንል እቲ ካልኣዎይ ድማ ናይ ኣዶ ግደ ንክፃወቱ ይግበሩ።

እታ ኣዶ ባህሪ ውላዳ ከምዘጨንቻ እናገለፀት ምኽንያቱ ንምፍላጥ ትፅዕር፤ እታ ንል መጀመርታ ኮራይት/ቁጥዕቲ ንምኅን ትፍትን። ከምኡ እውን ዝኾነ ፀገም ከምዘይብላ ትዛረብ። ኣዲኣ ኣጥቢቻ እንትሓታ ግና ፅንሕ ኢላ መዓወኒ ዕፅ ከምትጥቀም ግና መጠኑ ብጣዕሚ ንእሽተይ ከምዝኾነ ትገልፅ። ኣብ መወዳእታ ግና ብምኽንያት ወልፊ ናብ ክፍሊ ከምዘይትኣቱ ፣ መግዝኢ መዓወኒ ሓሽሽ /ዕፅ ስለዝሰኣነት ሞባይል ከምዝሸጠታ እምበር ከምዘይጠፈኣታ ንኣዲኣ ተዛረቡታ።

መሳለጥቲ

- ፀገም ወልፊ መከላኸሊ መንገድታትን ቁልፊ መልእኽትታትን የንብቡሎም።

ወላዲ እንታይ ምግባር ይኸእሉ

ብዛዕባ ኣልኮልን ካልኦት ወልፊ ዘምፅኡ ነገራትን ህፃን ግንዛብ ንክህልዎም ምምሃር ወለዲ መርኣዖ ምኅን ይፅበዮም። ንህፃን ኣይትግበር ዝብልዎም ግን ንባዕልኻ ብዘይምትግባር ምርኣይ ወልፊኛ ምኅን ሕማም ምኅኑ ምፍላጥ። ወልፊ

ምልክታት ወልፊኛ ምኅን እንትረኣይ ነቲ ውልቀ ሰብ ምምካር /ምምዓድ፣ ናብ ትካል ጥዕና ንክኸይድን ንክፍውስን ምኽሪ ምሃብ የድሊ።

ወልፊ ከመይ ምክልኻል ይከኣል?

ቅድሚ ፀገም ወልፊ ምርኣዩ

- ኣብ ናይ ቤት ትምህርቲ ሚኒ ሚድያ ብምስትምሃር፣
- ኣብ ስሩዕ ግዘ ትምህርቲ ብምክታት፣

ወልፊ ድሕሪ ምርአይ

- እቲ ውልቀ ሰብ ኣብ ፀገም ከምዘሎ ክርዳእ ወይ ክኣምን ምግባር፡፡
- ንክገድፉ ክለዓዓል ምግባር፡፡

ቁልፊ መልእኽቲታት

- ሱሰኛ ምኃን ነቲ ውልቀ ሰብ፣ ንስድራ፣ ንሕብረተሰብ ድሕንነት ጠንቂ እዩ፡፡
- ሱሰኛ ምኃን ሰላምን ውፅኢታውን ማሕበረሰብ ካብ ምኃን ሓሊፉ ንቁጠባ ሃገር ዝያዳ ይጉድእ፣
- ሱሰኛ ምኃን ሕማም ኣእምሮ እዩ፡፡ ስለዝኾነ እቲ ውልቀ ሰብ ምውቃስ ዘይኮነስ ምምካር የድሊ፡፡
- ሱሰኛ ምኃን ብሕክምና ክሕገዝን ክፍወስን ይኸእል፡፡

ምዕራፍ ሸዉዓተ

ኢፒሌፕሲ

እዚ ምዕራፍ ብዛዕባ ሕማም ኢፒሌፕሲ እንታይነትን ዓይነታትን ክምኡ እውን እቲ ሕማም እንትበሃል እንታይ ክግበር ክምዘለዎ የረድእ።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ አመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቆት ምዕዳል	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታ 1ን 2ን	ምንባብ	7 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታት መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝኸእሉ ነገራትን ቁልፌ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶታት ወረቆት ምብታን	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ

ሀይወት ንል 9 ዓመት ሀፃን እንትኸውን ሓደ መዓልቲ ኣብ ቤት ትምህርቲ እናሃለወት ሃንደበት ዓርሳ ስሒታ ትወድቕ። ድሕሪ ምትራፋ እጹም ምልክታት ይረአዩዎ፤ ኣካላት ብቑዕታ ዝንቅጥቀጥ፣ ክሳዳ ድማ ድርቕ ኢሉ ናብ ሓደ ገፅ ዝብል ኢሉ። ዝደረቐ ኣካላት ይንቅጥቀጡ ኣለዉ። ካብዚ ብተወሳኺ ኣብ ኣፋ ዓፍራ ይረአይ። እዚ ኩነታት

ንሒደት ደቂቃታት ቀጺሉ ብናይ ባዕሉ ግዘ ጠጠው ምስበለ ነቐሓ። ምስ ነቐሓት እውን እንታይ ኮይና ከምዝነበረት ኣብ ጥቓኣ ዘለዉ ሓተተቶም።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቓደኛ ተሳታፊ እቲ ዝቐረበ ታሪኽ ንክንብቡ ይግበሩ። ተሳተፍቲ እዞም ዝስዕቡ ሕቶታት ይሕተቱዎም።

1. ከም ህይወት ዓይነት ምልክት ዘለዎ ሰብ ሪኦም ይፈልጡ 'ዶ?
2. ከምዚ ዓይነት ሰባት እንታይ ዓይነት ረድኤት ምርካብ ይግበኦም?
3. ካልኦት ሰባት ከም ናይ ህይወት ዓይነት ፀገም ዘለዎም ሰባት እንታይ ትሓስቡ?
4. ኣብ ህይወት ዝረኣዩ ምልክታት መበገሲኦም እንታይ ክኸውን ይኸእል?

ናይዞም ሕቶታት መልሲ ኣብ ዝተዳለወ ሰሌዳ ይፀሓፍዎ።

መሳለጥቲ

ዕላማ እዚ ስልጠና የንብቡሎም

ተሳተፍቲ ኤፒሌፕሲ እንታይ ከምዝኾነ ይሕተቱዎም።

ዕላማ እዚ ምዕራፍ

እዚ ስልጠና ምስተዛዘመ:-

- ኤፒሌፕሲ እንታይ ከምዝኾነ ይፍለጡ።
- ኤፒሌፕሲ ዘለዎ ሕመም እንተጋጥሞም ግቡእ ረድኤት ወይ ሓገዝ ከመይ ጌርካ ከምዝውሃብ እኹል ግንዛብ ይህልዎም።

- መዓዘ ናብ ሕክምና ትካል ምልክት /ምውሳኔ ከምዝግባእ ግንዛብ ይጭብጡ።

መሳለጥቲ

ትርጉምን መብርህን የንብቡሎም።

ትርጉምን መብርህን

ናይ ወዲ ሰብ ሓንጎል ሰውነት/አካላት ናይ ምቁፅፃር ስርሑ ዝሰርሕ ኤሌክትሪክ ዝመስል ተዘዝታ ብምጥቃም እዩ። ኤፕሊፕሲ ዝበሃል ሕማም ዝፍጠር ናይ ሓንጎል ኤሌክትሪካዊ ንዝረት ወይ ተዘዝታ ንፃት ወይ ሃንደበት ዝርበሸሉ ወቕቲ እዩ። ኤሌክትሪካዊ ንዝረት ሓንጎል ሓደ ግዘ እንተተፈጠሩ ተደጋጊሙ ናይ ምውፃእ ኩነታት ይረኣይ። ብምኻን ኤፕሊፕሲ ሓደ ግዘ እንተጀሚሩ ተደጋጊሙ ክመፅእ ወይ ክፍጠር ይኸእል። ተደጋጊሙ ምምፅኡ ንነዊሕ ግዘ ዝዘልቕ ሕማም ክኸውን ይኸእል።

ኣብዚ ምዕራፍ ክልተ ዓይነታት ኤፕሊፕሲ ንርኢ ኢና

1. **ዘውድቕ ኤፕሊፕሲ:-** እንትኸውን ሕመም ንሓፂር ቅፅበት ባዕሉ ስሒቲ ንክወድቕን ንክዝረርን ዝገብር ዓይነት ሕማም እዩ።
2. **ዘፍዝዝ ኤፕሊፕሲ:-** ንሓደ ግዘ ናይ ምፍዛዝ ከምኡውን ፣ ፀወታ ዝፃወቱ እንተኾይኑ ኣብ መንጎ ፀወታ ጠጠው ምባል፣ ዝሓዘዎ ናውቲ ምድብራይ ይረኣዮም።

መበገሲ

ኤፕሊፕሲ ብዝተፈላለዩ ምክንያታት ክፍጠር ይኸእል።

- ኣብ እዋን ወሊድ ዘጋጥም ፀገም ሓንጎል ህፃን እንትህሰይ።
- ኣብ ርእሲ ዝፍጠር ሓደጋ።
- ጎድኣት ሓንጎል ከስዕቡ ዝኸእሉ ሕማማት።

መሳለጥቲ

መበገሲ ኤፒሌፕሲ ብዝምልከት ዝሰዕቡ ኣብነታት ብምሃብ የረድኡዎም።

- ኣብ ግዘ ወሊድ ዘጋጥም ፀገም፡- ንኣብነት ብሓገዝ መሳርሕ ምውሳድ።
- ኣብ ርእሲ ዝበፀሐ ጎድኣት፡- ንኣብነት ብምውዳቕ፣ ብበትሪ ምውቓዕ ኣብ ርእሲ ዓብዪ ሓደጋ የስዕብ።
- ካልኦት ሕማማት፡- ንኣብነት ሓንጎል ዓሶ፣ ማጅራት ገትር፣ ቲቤ፣ ኤድስን ዝኣመሰሉን።

ምልክታት ኤፒሌፕሲ

ምልክታት ዘውድቕ ኤፒሌፕሲ

- ሃንዳበት ምውዳቕ፣
- ክሳድ ናብ ሓደ ገፅ ዘዘው ኢሉ ኢድን እግርን ወሲኹ ኩሉ ኣካላት ይደርቑ፣ ምውዳቕ፣
- ትፍታፍ ምድራቕ፣ መልሓስ ምንካስ፣
- ሓሊፉ ሓሊፉ ሸንቲ ምምላቕ፣
- ምዝራር፣ ጠጠው ድሕሪ ምባል ሓያል ዝኾነ ድቃስ ምውሳድ፣ ከምኡውን ሓያል ዝኾነ ሕማም ርእሲ፣
- ምስ ነቐሐ ዘይምርግጋእ፣ እንታይ ኣጋጢሙ ወይ ኣጋጢሙ ከምዝነበረ ምልክታት፣
- እቲ ሕሙም ሰብ ብሃንደበት ሕልኒኡ ስለዝሰሐት ድሕሪ ምንቃሕ እንታይ ተፈጢሩ ከምዝነበረ ዘይምዝካር።

ምልክታት ዘፍዝዝ ኤፒሌፕሲ

- ንሕዲት ሰከንድታት ዝሰርሕዎ ስራሕ ጠጠው ምባልን ምፍዛዝን። ፀወታ ክፃወቱ እንተኾይኖም ኣብ መንጎ ፀወታ ሃንደበት ጠጠው ምባል ንሕዲት ሰከንድታት ምፍዛዝ፣ ዝሓዘዎ ናውቲ ምድርባይ ይረእዮም።

መሳለጥቲ

ምልክታት ብምንባብ ምብራህ

ተሳተፍቲ ከምዚ ዓይነት ምልክት ዘለዎ ውልቀ ሰብ እንተጋጥሞም እንታይ ከምዝገብሩ ይሕተትዎም።

ዝሃብዎ መልሲ ኣብቲ ዝተዳለወ ወረቐት (ሰሌዳ) ይፅሓፍ።

ክውሰዱ ዝግበኡም ስጉምትታት

- ኣብ ከባቢ ዝርከቡ ኅዳእቲ ነገራት (ንኣብነት ማይ፣ ሓዊ፣ ማሽን) ምርሓቕ፣
- ኣብ ዝዝረርሉ ወይ ዝፈዝሉ ወቕቲ ኅዳእት ከስዕብሎም ዝኸእሉ ናውትታት ካብቲ ከባቢ ምርሓቕ፣
- ቀበቶ (መዕጥቕ) ከምኡ እውን ኣብ ከባቢ ክሳድ ዝጣበቁ (ዝላገቡ) ኣልባሳት እንተልዩም ምልሕላሕ ከምኡውን መነፀር ምውፃእ፣
- እቲ ዝወደቀ ሰብ ብጎኒ ክድቕስ ምግባር፣
- ተዘሪሮም እንተወድቁ ርእሶም ክይጉድኡ ኣብ ክሳድም ልስሉስ ነገር ምግባር ወይ ኢድ ብምትርኣስ ምጥቃም ርእሱ ምድጋፍ
- ክሳብ ዝነቕሑ ካብ ቀርብኦም ዘይምርሓቕ። ድሕረ ምንቃሕ ናብ ከባቢ ትካል ጥዕና ምውሳድ የድሊ።

መሳለጥቲ

ክውሰዱ ዝግበኦም ስጉምትታት የብርሀ።።

ክዳውንቱ ምልሕላሕ፣ መነፀር ምውፃእ

ካብ ኣውን ናውትታት ዘለዎም ከባቢ ምርሓቕ፣ ካብ ማእኸል መንገዲ ናብ ውሰን ምውፃእ

ኣብ ክሳይም ልሰሉስ ነገር (ንኣብነት፡- ትርኣስ፣ ዝተፃፃፀፉ ክዳን ምግባር ወይ ኣእዳውና ኣብ ክሳይም ጌርና ምድጋፍ)

ብጎኒ ክድቅሱ ምግባር

ግቡእ ረድኤት ምስተገበረሎም ናብ ትካል ጥዕና ይውሰዱዎም

መሳለጥቲ

ክውሰዱ ዝግበኦምን ዘይብሎምን ስጉምትታት ብምልዓል ተመያየጡ።።

ክውሰዱ ዘይግበኦም ስጉምትታት

- ክርቢት ምፅሕጋር ምንም ረብሓ የብሉን።።
- ማንካ ወይ ድማ ዝኣመሰሉ ነገራት ናብ ኣፍ ምእታው ናይቲ ተጎዳኢ ኣስናን ንምስባር ምቕው ኣጋጣሚ ክኸውን ይኸእል።።
- ምንቅስቃሳቱ ንምዕጋት ምፍታን።። ምዝራር ንምቋም ተባሂሉ ኣካላቱ ንከይንቀሳቐስ ምግባር እቲ ውልቀ ሰብ ንኣካለ ጉድኣት ከስዕቦ ይኸእል።።

- እቲ ዝሓመመ ኤፒሌፕሲ እንተውድቕ ምጉያይ ምንም ረብሓ የብሉን። ኤፒሌፕሲ ኣጋንንቲ ሰፈርዎ እዩ ዝብል ኣተሓሳስባ ግጉይ ከምዝነበረ።ዝኾነ ዓይነት ርክብ ድማ የብሉን። ኤፒሌፕሲ ካብ ሓደ ሰብ ናብቲ ካልእ ኣይመሓላለፍን።

ኣብ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ

1. ከም ህይወት ዓይነት ምልክት ዘለዎ ሰብ ርክብ ኣኢኹም ‘ዶ ትፈልጡ?
2. ከምዚ ዓይነት ሕማም ዘለዎም ሰባት እንታይ ዓይነት ረድኤት ምርካብ ይግበእም?
3. ካልኣት ሰባት ከም ህይወት ዓይነት ፀገም ዘለዎም ሰባት እንታይ ይሓስቡ?
4. ኣብ ህይወት ዝረኣዩ ምልክታት መበገሲኦም እንታይ ክኾኑ ይኸእሉ?

መሳለጥቲ

1. ከምዚ ዓይነት ሰባት እንታይ ዓይነት ረድኤት ወይ ሓገዝ ክረኽቡ ኣለዎም።
 - ዘውድቕ ኤፒሌፕሲ ዘለዎም ሰባት ቅድሚ ሕዚ ዝተዘርዘሩ ሓገዛት ክረኽቡ ይግበእም።
2. ካልኣት ሰባት ከም ህይወት ዓይነት ፀገም ዘለዎም ሰባት እንታይ ይሓስቡ?
 - ኣጋንንቲ ሰፈርዎም እዩ ዝብል ግጉይ ኣተሓሳስባ ኣብ ውሽጢ ሕብረተሰብ ኣሎ።

ትምህርታዊ ፅውወት

ሳምራዊት ዕድሚኣ 10 ዓመት እንትኾን ተምሃሪት 2^ይ ክፍሊ እያ። ሳምራዊት ሓደሓደ ግዜ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ትምህርቲ ኣናተውሃብ እናሃለወ ሃንደበት ትፈገዝ። ንሕዲተይ ሰኮንድታት ፍዝዝ ኢላ ድሕረ ምፅናሕ መሊሳ ሃንደበት ትብህርር ወይ ትነቅሕ። ሓደ ሓደ ግዜ ድማ ምስ መሓዙታ እንትግወት ኣብ መንጎ ፀወታ ፍዝዝ ኢላ ትተርፍ። መሓዙታ “ሳምራዊት ተታኺሳ” ኣናበሉ ይቕልዱላ። ውፅኢት ትምህርቲ ድማ ዝተሓተ ካብ ምጻኑ ሓሊፉ ካብ ክፍሊ ናብ ክፍሊ ምዝውዋር ከቢድዋ እዩ።

መሳለጥቲ

ክልተ ፍቓደኛታት ተሳተፍቲ መሪዎም ሓዲኡ ግደ አዶ ሳምራዊ እቲ ካልእ ድማ ግደ መምህር ምሕረት ንክፃወቱ ይግበሩ። አዶ ሳምራዊት ምስ መምህር ምሕረት ብምኻን ብዛዕባ አፈፃፅማ ትምህርቲ ሳምራዊት ይመያየጡ። ንሰን ንሳምራዊት ትምህርቲ ዘይርድኦ ዘሎን ዓይነ-ጥላ ስለዘለዎ እዩ ኢሊን ይሓስባ። መምህር ምሕረት ድማ ፀገም ሳምራዊት ምናልባት ዘፍዝዝ ኤፒሌፕሲ ክኸውን ከምዝኸእል፤ ስለዝኾነ ድማ ናይ ሓኪም ከይዳ ክትረኣይን ክትሕከምን ከምዘለዎ ንአዶ ሳምራዊት ተረድኦን።

መሳለጥቲ

ቁልፊ መልእኽትታት ብምንባብ ተሳተፍቲ ይመያየጡ።

ቁልፊ መልእኽትታት

- ኤፒሌፕሲ ብሕክምና ይድሕን፤
- ኤፒሌፕሲ ውፅኢት ኣጋንንቲ ወይ ዓይነ ጥላ ኣይኮነን፤
- ኤፒሌፕሲ ካብ ሰብ ናብ ሰብ ከም ሕማም ኮሌራ ኣይመሓላለፍን ፤
- ንሕመማት ኣድላዩ ረድኤት ምስተውሃቡ ናብ ትካል ጥዕና ምውሳድ የድሊ፤
- ኤፒሌፕሲ እንትበሃል ዘውድኻ ጥራሕ ከምዘይኮኑ ምርዳእ የድሊ፤

ምዕራፍ ሸኞንተ

ሕማም ምስኣን ዝለዓለ ትኹረትን ዘይምርግጋእንን

እዚ ምዕራፍ ኣብ ህፃናት ዝረኣይ ሕማም ምስኣን ዝለዓለ ትኹረትን ዘይምርግጋእንን

ዘፋልጥ እዩ፡፡

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምዕዳል	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታ 1ን 2ን	ምንባብ	7 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታት መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎም ዝኸእሉ ነገራትን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ፡- 1

ፍቕረ ወዲ 7 ዓመት ህፃን እዩ፡፡ ትምህርቲ ኣብ ዝሓለፈ ዓመት እዩ ጀሚሩ፡፡ ካብ ሽድሽተ ወርሒ ጀሚሩ ዝተፈላለዩ ባህሪ ለውጥታት እናተርኣዩ እዩ፡፡ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ይርብሽ፣ እንተይተሓተተ ወይ ድማ ተርኡ እንተይበዕሐ ይምልስ፡፡ ንልዕሊ ደቂቓ ኣብ ወንበር ዓሪፉ ኮፍ ምባል ኣይኸእልን፡፡ መምህሩ ዝህብዎ ዕዮ ክፍሊ ኣይውድእን፡፡ ሓደ ነገር ምስራሕ ይጅምር ሞ እንተይወደእ ናብ ካልእ ይኸይድ /ይሰግር፡፡ ኩሉ ግዜ ብዙሕ

ጉልበት አለዎ፣ ፈጊሙ አይደኸምን፣ መምህሩ ድማ አዲኡ ንፍቕረ አፀዊዑ ብዛዕባ ኩነታት ወደን ተመያየጡ። አዲኡ ድማ ኣብ ገዛእውን እንተኾነ ከምዚ እዩ ብምባል ንመምህሩ ተዛረበኡ። መምህሩን አዲኡ ንፍቕረ እናተመያየጡ ኣብ ዝነበረሉ ግዘ ፍቕረ ሓቢሩ ምስ መምህርን ወላዲቱን ነበረ። ሕዚውን ፍቕረ ዓሪፉ ኮፍ ክብል አይከኣልን። ናብቲ ናብዚ እናበለ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ዘለዉ ናውትታት ብምትንኸኻፍን ብምምልካትን ከምኡውን ብዛዕባ እቶም ዝፈልጦም አቐሑት እንታይነቶም ንመምህር እናሓተተ የድክሞም ነበረ። ኣብ ማእኸል ምይይጦም የቋርጾም ነበረ። አዲኡ ዓሪፉ ኮፍ ንክብል እንትነግርኦ ንደቂቅ ዝኣክል ኮፍ ምስ በለ ሽዑ ንሽዑ ኣብ ልዕሊ ወንበር ጠጠው ይብል። ከምኡውን ካብ ወንበር ኣናዘለለ የፀግሞም ነበረ።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቓደኛ ተሳታፊ ዛንታ ከንብብ ይሕተትዎ።

ካብዚ ንታሕቲ ዘለዉ ሕቶታት ብምሕታት ተሳተፍቲ ዝህብዎ መልሲ ኣብ ሰሌዳ ይፅሓፉዎ።

1. ከም ፍቕረ ዓይነት ህፃን ኢጋጢምኩም ወይ ሓብሒብኩም /ኣዕቢኹም ‘ዶ ትፈልጡ?
2. ሰባት ናይ ፍቕረ ዓይነት ለውጢ ባህሪ ብዛዕባ ዘለዎም ህፃናት እንታይ ትብሉ?

መእተዊ ዛንታ

ይስሃቕ ወዲ 7 ዓመት ህፃን እንትኾን ኣብ ውሽጢ ገዛ ዝተፈላለዩ ነገራት ምትንኻፍ ይፈቱ። ብፍላይ አዲኡ ግደፍ እንተኣላቶ ይብእስ። ይስሃቕ ፀወታ ኩዕሶ ምፅወት ብጣዕሚ እዩ ዝፈቱ። ኩዕሶ ምፅዋት እንተጀሚሩ ናብ ገዛ እንትፅዋዕ ፍቓደኛ ክኸውን አይደልን። ስለዝኾነ አዲኡ ኩሉ ግዘ ትሓርቕ ፣ ትቐፅዎ። አዲኡ ንሱ ብዘርእዮ ባህሪ ዋላ

እንተተጨነቅት ድሕሪ መልሲ ቤት ትምህርቲ ኣብ ውሽጢ ገዛ ክትኣስሮ ዋላ እንተደለየት ብትምህርቲ ንቐሕ ተሳትፎ ዝገብርን ፅቡቕ ውፅኢት ዘመዝግብን ህፃን እዩ።

መሳለጥቲ

ብዛዕባ ዛንታ ተሳተፍቲ ሕቶ እንተልይዎም ይሕተቱዎም።

ካብቲ ዛንታ እንታይ ከምዝተረድኡን ኣብ መንጎ ይስሃቅን ፍቕረን ዘሎ ኣፈላለይን ሓድነትን ይሕተቱዎም ከምኡውን መልሶም ኣብ ሰሌዳ የቐምጥዎ።

መሳለጥቲ

ዕላማ ምዕራፍ የንብቡሎም

ዕላማ ምዕራፍ

ኣብዚ መዛዛሚ ምዕራፍ ተሳተፍቲ፡-

- ዝለዓለ ትኹረት ናይ ምስኣንን ዘይምርግጋእን ሕማሕ ፈልዮም ይፈልጡ።
- ወለዲ ከምዚ ዓይነት ፀገም ዘለዎም ህፃናት ብምፍላይ፣ ብምርዳእን ብምሕካምን ምርዳእ ይኸእሉ።
- ከምዚ ዓይነት ፀገም ዘለዎም ህፃናት ኣብ ውሽጢ ገዛ ግቡእ ሓገዝ ክረኽቡ ንካልኦት ምምሃር ይኸእሉ።
- መፃዝ ናብ ስፔሻሊስት ሓኪም ምልኣኽ ከምዘድሊ ይርድኡ።

ትርጉምን መብርሀን

ሕማም ምስኣን ዝለዓለ ትኹረትን ዘይምርግጋእን ማለት ኣብ ሓደ ነገር ትኹረት ናይ ምግባር ክእለት ብዝለዓለ ኩነታት እንትቐንሱ፣ ባህሪ ምቁፅፅር ብዘይምኽእል ዝተልዓለ (ዝተበገሰ) ልዑል ምንቅስቃስ ዝረኣዮም ህፃናት ንምግባፅ ንጥቀመሉ ናይ ሕክምና ቃል እዩ።

ምልክታት እቲ ሕማም ኣብ ክልተ መቐፅልካ ምርኣይ ከምንኽእል እዚኦም ድማ፡-

1. ዝለዓለ ትኹረት ምስኣን

- ፀገም ምስዓብ ትእዛዝን ዝጀመሩዎ ናይ ምዝህም ፀገምን ይረኣዮም።
- ኣብቲ ዝስርሕዎ ስራሕ ትኹረት ወይ ቆላሕታ ምግባር ኣይኽእሉን።
- መሓዙቶም ዝኽእሉዎ ዝተሓለለኹ ፀወታ ወይ ስራሕ ኣዋዲዶም ምስራሕ ኣይኽእሉን።
- ብቐሊሉ ሓሳቦም ይብተን/ይርሳዕ።
- ዝበዝሖ ግዘ ዝተዘረቦም ኣይምልሱን።

2. ካብ መጠን ዝሓለፈ ምቕብጥባጥ /ውዕይ ምኃን

- ምቕብጥባጥ፣ ትዕግስቲ ምስኣን/ምሽፋድ፣ ብዘይ ዕረፍቲ ምንቅስቃስ የሪኡ።
- ምዝራብ ምቁራፅ ኣይኽእሉን፣ ዓው ኢሎም የውርዩ /ይዛረቡ።
- ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ኮነ ኣብ ካልኦት ኮፍ ምባል ኣብ ዝግበኦ ቦታታት ዓረፎ ኣይሰርሑን፣ ይጎዩ፣ ይቐሉ።
- ከምዚ ዓይነት ፀገም ዘለዎም ህፃናት ፍፃመታት/ነገራት ዘይሓሳብዎ ይገብሩዎ ። እዚ'ውን ኣብ ደቂ ሰባት ዕሸሽ ዝብሉ ዘለዉ ምኃኖም መሲሎም ንክረኣዩ ክገብሮ ይኽእል። ብተወሳኺ ባዕሎም፣ ካልኦት ንብረትን ንሓደጋ ከቃልፀ ይኽእሉ።
- ንካልኦት የቋርፁ፣ ይርብሹ፣ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ እንተይሓተቱ ወይ ዕድል እንተይረኽቡ መልሲ ይህቡ። ተርኦም ሓልዮም ምስራሕ ወይ ምምላስ ኣይኽእሉን።

መሳለጥቲ

ምልክታት የንብቡሎም

- እቶም ምልክታት እቲ ህፃን ኣብ ሓደ ቦታ ጥራሕ እንትርክብ ዝረኣዩ ዘይኮነስ እቲ ህፃን ኣብ ዝኾነ ቦታ እንትኸውን ክረኣዩ ኣለዎም። ንኣብነት ኣብ ገዛን ቤት ትምህርትን።
- ለውጢ ባህሪ ክሳብ ሸድሸተ ወርሒ ጀሚሩ ዝፀንሐ ክኸውን ኣለዎ።
- እቲ ፀገም ኣብ ዝመሃረሉ ቤት ትምህርቲ፣ ኣብ ገዛን ሰፈርን ዝግበር ርክብ ፅልዋ ምሕዳሩ ምርግጋፅ ።

ካብ መጠን ዝሓለፈ ምቕላልን ትኹረት ምስኣን ብኣብዝሓ ኣብ ቁልዕነት ዕድመ ክልል ዝረኣ እዩ። ብሓፊሻኡ ቅድሚ 12 ዓመት ዝረኣይ እንትኸውን መሰረታዊ ምልክታት ትኹረት ምስኣን ወይ ምቕላል ስምዒታት እዮም።

መሳለጥቲ

መንቀሊኦም ቅድሚ ምንጋሮም ተሳተፍቲ ብዛዕባ መንቀሊ ይሕተቱዎም። መልሶም ኣብ ሰሌዳ ይፅሓፉዎም። ዘለዉ መንቀሊታት ካብዚ ንታሕቲ ተዘርዚሮም ብዘለዉ ኣገባብ የብርህሎም።

- ኣብ ውሽጢ ሓንጎል ዝረኣይ ኬሚካል/ ምዝባዕ ወይ ምንኣስ።
- እዚ ሕማም ዝጥቅፀ ህፃናት ኣብ ውሽጢ ሓንጎሎም ዘለዉ ተፈጥራዊ ንጥረ ነገራት ምንኣስ ይረኣዮም።
- ምንዳእ ሓንጎልን ብሕማም ምህሳይ።
- ካልኦት መበገሲ ምክንያታት ንኣብነት ካብ መጠን ዝነኣሰ ክብደት ሓዙ ምውላድ ኣብ ግዘ ፅንሲ ኣዲኡ ሸጋራ ተትክኸን ኣልኮል ትሰትን እንተኸይና እዩ።

መበገሲ

ዝለዓለ ትኩረት ምስኣንን ምቕላልን ዝፍለጥ ፀገም ባህሪ እንትኸውን ብዝተፈላለዩ ምክንያታት ክፍጠር ይኸእል።

ኣብ ውሽጢ ኣንጎል ዝፍጠር በዝሒ ኬሚካል /ምብሃሕ ወይ ምስኣን/

- ምጉዳእ ኣንጎልን ብሕግም ምትሓዝ /ምጥቃዕ።
- ካልኣት መበገሲ ምልክታት።
- ዝበዝሕ ግዜ እዞም መበገሲታት ወይ ሳዕቤናት ተደራሪቦም ክርክቡ ወይ ክመፁ ይኸእሉ።

መሳለጥቲ

ቀንዲ ቀንዲ ነጥብታት የጠቓልሉሎም።

ቀንዲ ቀንዲ ነጥብታት

- ናይቲ ህፃን ትኩረት ምስኣን ምልክታት ምፍላጥ እቲ ህፃን ኣብ ዘለሉ ኩሉ ቦታ ይህልዉ (ኣብ ቤት ት/ቲ ፣ገዛ)፤
- ናይ እቲ/ታ ህፃን ምቕባጥ ምስ መሓዙቲ እንትነፃፀር ብዝለዓለ ዝበለፀ እዩ።
- ባህሪ እቲ/ታ ህፃን ብትምህርትን ብማሕበራዊ ኩነታትን ኣሉታዊ ፅልዋ ይህልዎ።

መእተዊ ዛንታ ምብራህ

ባህሪ እቶም ህፃናት ንዕድሚኦም ግቡእ ድዩ?

ባህሪይ ተምሃራይ ፍቕረ

ሀ. ፀገም እዩ

ለ. ፀገም ኣይኮነን

ባህርይ ተምሃራይ ይስሃቕ

ሀ. ፀገም እዩ

ለ. ፀገም ኣይኮነን

መሳለጥቲ

መልሱ

ናይ ፍቕረ ባህሪ ንዕድሚኡ ዝምጥንን ግቡእን ኣይኮነን፤ ፀገም ኣለዎ፤

እቶም ፀገማት ድማ፡-

- ትኹረት ምስኣን
- ምቕላል
- ስራሕ ምቁራፅ/ ዘይምዝዛም
- እንተዘይተሓተ ምምላስ
- ኮፍ ምባይ ዘይምኸኣል
- ብዙሕ ምውራይ

ባህሪ ይስሃቅ ግና ኣብ ሓደሓደ ህፃናት ዝረኣይ ጥዑይ ባህሪ እዩ። ሕማም የብሉን። ኣዲኡ እቲ ዝተፈጠረ ኩነታቱ ብዘይምቕባላ እንተዘይኮይኑ ብትምህርቱን ማሕበራዊ ህይወቱን ድኸመት የብሉን።

ትምህርታዊ ፅውውት

ምሕረት ንል 6 ዓመት ህፃን እንትኸውን ተምሃሪት ቀዳማይ ክፍሊ እያ። ኣዲኣ ሂሩት ኣብ ገዛ እትሰርሕ ኮይና ባህሪ ንላ ንምእራም ብእትገብርም ፈተነታት ብዙሕ ዝደኸመት እያ። ጎረቤታ ንሰናይት ረኸባ ብዛዕባ ፀገማታ ኣረዲኣታ እያ።

ሂሩት፡- ሰናይት ከመይ ሓዲርኪ?

ሰናይት፡- ደሓን እየ! እንታይ እዩ ዝደኸምኪ ትመስሊ?

ሂሩት፡- ኣይ! ኣነ ማ ብምሕረት ንለይ ዝተልዓለ ደኸመ እየ፤

ሰናይት፡- እንታይ ተረኸበ? እንታይ ኮይና ድያ?

ሂሩት፡- አይተዛረብኩክን ድየ? ምሕረት ብጣዕሚ አፀጋሚት ሰብ እያ፣ ምስ ህፃናት እንትፃወት ብጣዕሚ ሓያል፣ ዕረፍቲ አልቦ ድማ እያ፣ ዓሪፍካ ኮፍ ምባልን ዕዮ ገዛ ምስራሕን ዘይትኸእል። ንምግቢ ዋላ እንተኮነ ግዘ ዘይብላ እያ። እዚ ኳ ቁጠዓ ፈጣሪ እዩ።

ሰናይት፡- አጆኸኪ ሂሩት ብጣዕሚ አይትሕረቺ፣

ሂሩት፡- ኣብ ውሽጢ ገዛ ክነዕርፍ አይንኸእልን ብምሕረይ ዝተልፀገ (ዝጀመረ) ናብ ቤት ትምህርቲ ኩሉ ግዘ ይፅዋዕ እዩ። ብምኸንያት ባህሪኣ ትምህርቲ ቀዳማይ ቁልዕነት ካብ እትጅምር ሕዚ ንመበል ጌፆ ግዘ ቤት ትምህርቲ ቀይራ ኣላ። ዋላ እንተቐፃዕኹዎ ዝኾነ ዓይነት ለውጢ የብላን፣ ከምዘለ እያ ዘላ።

ሰናይት፡- ሂሩት እዚ ባህሪ ንዓመታት ዝኣክል ዝዘለቐ እዩ እናበልክኒ ድዩ ዘለኸኪ?

ሂሩት፡- ንሰለስተ ዓመት ዝኣክል!

ሰናይት፡- ካብ መምህራን ምኸሪ ሓቲትኪ ዶ ትፈልጢ?

ሂሩት፡- ኩሉ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ንክትህሉ አይደልን። ዕረፍቲ አልቦ እያ፣ ቀላል ኣብ ውሽጢ ዘሎ ዝኾነ ነገር ምትንካፍ፣ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ከይተፈቐደላ ምዝራብ፣ ዘየድልዩ ሕቶታት ምሕታትን ካብቲ ዘሎ ርእሲ ምውፃእ፣ ብርክት ዝበለ ፀገም እዩ ዘለዎ።

ሰናይት፡- ከምዚ ዓይነት ባህሪ ዘለዎም ህፃናት ብሬድዮ ሰሚዓ እዩ።ካብ መጠን ዝሓለፈ

ምሕንቓቕን ትኸረት ምስኣንን ፀገም ይበሃል። ናብ ሆስፒታል እንተወሲድናያ ድማ ሓካይም ምኸሪ ክልግሱልና ይኸእሉ እዮም።

ሂሩት፡- (ዘረባ ሰናይት ኣቋሪፃ) እዚ ሕማም እዩ እናበልኪ ድዩ? ኣነ ዝሓሰብኩዎ ድማ ልክፍቲ እዩ ኢላ ነይረ። ፀሎት ተገይሩላ እውን ነይሩ፣ ቡዳ እዩ ኢልና እውን ናብ ዝፍለጥ ወይ ውሩይ ዝኾነ ባህላዊ ሕክምና ኬድና ነይርና፣ ይኹን ምበር ዝኾነ ዓይነት ለውጢ የብሉን።

ሰናይት፡- እስኪ ሕዚ ዘበናዊ ሕክምና ንፈተን ሞ ዶክተር ዝበለና ንስማዕ። ሕዚ ገዛ ድያ ዘላ?

ሂሩት፡- እወ ዕረፍቲ ንምርካብ ኢላ ኣብ ውሽጢ ኣሲረ ኣቐሚጠዎ እዩ።

ሰናይት፡- ክዳነይ ክቐይርሞ ሒዝናዮ ንኸድ።

ሂሩት ፡- ፅቡቕ ንኸድ።

መሳለጥቲ

- በይዝኦም ክልተ ፍቓደኛ ዝኾኑ ተሳተፍቲ ገፀ-ባህርይ ግደ ሰናይትን ሂሩትን ወሲዶም ንክፃወቱ ይምረፁ።
- ምልክታት ፀገም ባህርይ ምሕረት ይዘርዝሩ (ብጣዕሚ ሓያል፣ ዕረፍቲ ኣልቦ፣ ዓሪፍካ ኮፍ ምባልን ዕዮ ገዛ ምስራሕን ዘይትኸእል፣ ምግቢ ንምብላዕ እውን ግዘ ዘይትረክብ ፣ ብጣዕሚ ቀላል፣ ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ዘለው ዝኾነ ዓይነት ነገር ምትንኸኻፍ፣ ከይተሓተተት ትምልስ፣ ምስቲ ዝተሓተተ ዘይራኸብ ሕቶ ዝትሓተተ)

ጉግያት ኣመለኻኸታታት

- ንኣብነት፡- ሂሩት ናይታ ህፃን ፀገም ልክፍቲ ወይ ቡዳ እዩ ኢላ ትኣምን ነይራ። መፍትሒኡ ኢላ ትኣምነሉ ድማ ቅፅዓት እዩ። ለውጢ ንምምፃእ ንምሕረት ትኣስራ ነይራ፣ ይኹን እምበር ለውጢ ኣይነበሮን።

ወለዲ እንታይ ክገብሩ ይኸእሉ?

ከምዚ ዓይነት ፀገም ዘለዎም ህፃናት ትኹረት ናይ ምግባር ዓቕሞም ትሑት ብምኻኑን ዝለዓለ ሓይሊ ስለዘለዎም ብዝቐለለ ክርብሹ ከምዝኸእሉ ምርዳእ የድሊ።

- ዓው ምባል ወይ ድማ ምኹራይ ተወሳኺ ጭንቀት ካብ ምፍጣር ሓሊፉ ዋጋ የብሉን። ከምዚ ዝረኣዩም ህፃናት ብዕሉጋት ወይ ሕማቕ ስለዝኾኑ ዘይኮነስ ሕማም ስለዘለዎም ምኻኑ ወለዲ ክፈልጡ ይግባእ።

- ወለዲ ብዝተኸኸለ ዓቕሚ እቲ ስድራ ነቲ ኩነታት ተረዲኡ ሰላማውን ዝተረጋገአን ከምኡ እውን ብዛዕባ ፀገም ምምሃር፡፡ እዚ እንተኾይኑ እቲ ፀገም ከይጋደድ ዝሕገዝ ነገር ተተግቢሩ ማለት እዩ፡፡
- ኣብ ውሽጢ ስድራ ዘለዉ ዓበይቲ ኣብ መንጎኦም ዝፍጠር ዘይምርድዳእ ወይ ድማ ጎንዒ ስድራ እንተልዩ ብሰላማዊ መንገዲ ብምምይያጥ ምፍታሕ፡፡ ዘይምርድዳእ እንትህለ፡፡ ምጉናፅን ምድብዳብን ዝፍጠር እንተኾይኑ ፀገም ዘለዎም ህፃናት ብጣዕሚ ዝቐለለ ክርብሹ ይኸእሉ፡፡
- ህፃናት ብምውቃዕ ወይ ብኻልኦት ዓይነታት ኣካላዊ ቅፅዓታት ናይ ምቕፃዕ ልምዲ እንተሃልዩ ክውገድ ወይ ክውገዝ እዩ ዘለዎ፡፡
- ህፃናት ዝኾነ ተደላዩ ባህሪ እንተርእዮም ምምሰጋንን ምብርትታዕን የድሉ፡፡
- ህፃናት ዘለዎም ሓይሊ ዘውፅእሉ ግዘን ቦታን ምሃብ፡፡ ንኣብነት ኩዕሶ እግሪ፡፡
- ፀገም ባህሪ እንተቐጸሉ ናብ ኣእምሮ ሓኪም ምውሳድን ምስ በዓል ሙያ ምምይያጥ፡፡

መሳላጥቲ

- ተሳተፍቲ ንወለዲ ፍቕረን ይሰሃቅን እንታይ ዓይነት ምኽሪ ከምዝህቡ ይሕተትዎም፡፡
- ወለዲ ክገብርዎ ዝግብኡ ነገራት የንብቡሎም
- በይዛኹም ናይ ህፃናት ጥዕና ኣእምሮ ግልጋሎት ዝወሃቡሎም ትካላት ጥዕና ኣብነት ይሃብዎም (ንኣብነት ዓይደር ሪፈራል ሆስፒታል፣ ኣማኑኤል ሆስፒታል፣ ለካቲት 12 ሆስፒታል፣ ዘውዲቱ ሆስፒታል፣ ቅዱስ ጳውሎስ ሆስፒታል)

መሳላጥቲ

ቁልፊ መልእኸትታት የንብቡሎም

ቁልፊ መልእኸትታት

- ህፃናት ናይዚ ዓይነት ባህርይ ፀገም እንትህልዎም ናይ ወለዲ ወይ ናይ ህፃናት ጥፍኣት ኣይኮነን።
- ከምዚ ዓይነት ባህሪ ዘለዎም ህፃን ካብ ካልኦት ከምዝፍለዩ ምግንዛብን ፀገሞም ተቐቢሎም ኣናዘናግዑ ምስትኸኻል የድሊ።
- ከምዚ ዓይነት ፀገም ባህርይ ዘለዎም ህፃናት ስድራን ስነ-ልቦናዊን ማሕበራውን መነባብሮ ክህዑኽ ይኸእል። እቲ ሕማም ናይቲ ህፃን ዕለታዊ መነባብሮን ትምህርትን ዘምዕእ ዕልዋ ምግማት የድሊ።
- ክፍወስ ዝኸእል ሕማም ምዃኑ ምግንዛብ የድሊ።

ምዕራፍ ትሸፃተ

ኮዲ

እዚ ምዕራፍ ኮዲ ዝበሃል ዝኸፈኸ ምብልሻው ባህሪ እንትረኣይ ከመይ ምፍላይን ምሕጋዝን ከምዝከኣል የምህር።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታት	ምንባብ	20 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎ ዝኸእሉን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ምብታን ሕቶታት ወረቐት	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ

ታእምራት ወዲ 8 ዓመት ህፃን እዩ። ዘፀግም ባህሪ እናበርተዎ ስለዝመፀ ርእሰ መምህር ቤት ትምህርቲ ናብ ሆስፒታል ከይዱ ንክረኣይ ንወለዱ ነገርዎም። ኣብ ውሽጢ ክፍሊ ይርብሽ። ንመምህር ግቡእ ዘይኮነ መልሲ ይህብ፣ ምስ ካልኣት ተምሃሮ ይበኣስ፣ ይዋቓዕ ከምኡውን ናይ ካልኣት ተምሃሮ ንብረት የበላሽው እዩ።በዚ ባህሪ ናብ ቤት ዕሕፈት ርእሰ መምህር ኩሉ ግዘ ይፅዋዕ። ተኣምራት ብጣዕሚ ውሑዳት መሓዙት ዋላ እንተለውዎ

ዝበዝሕ ግዘ ንውልቅኡ እናተገወተ ይሕልፍ። ኣብ ቐረባ እዋን ናይ ሓንቲ ንል ኣነስተይቲ ወይ ሰበይቲ ናይ ኢድ ቦርሳ መንጢሉ እንትጎዩ ብፖሊስ ተታሒዙ እዩ። በዚ ዝተልገለለ ኣዲኡ ናብ ፀበል ወሲዶ ሰለስተ ወርሒ ፀበል እናተሓፀበ ፀኒሑ እዩ።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቓደኛ ዝኾነ ተሳታፊ ነቲ ዝቐረበ ዛንታ ንክንብብ ይሕተትዎ።

ካብዚ ንታሕቲ ዘለዉ ሕቶታት ተሳተፍቲ ብምሕታት መልሶም ኣብ ሰሌዳ /ቻርት ይፀሓፍዎ።

1. ከም ታኣምራት ዓይነት ህፃን ኣጋጢምዎ ዶ ይፈልጥ?
2. ሰባት ከምዚኣም ዝበሉ ህፃናት እንታይ ይብሉ?
3. ፀገማት ታምሩ እንታይ እንታይ እዮም?
4. ባህሪኡ ንዕድሚኡ ግቡእ ድዩ?

ቦቲ ዝተውገቡ መልስታት ምይይጥ ንክካየድ የበረታትዎዎም።

ዕገማ ምዕራፍ

- ወለዲን መዕበይትን ኮዲ ዘለዎም ህፃናት ፀገም ባህሪ ንክፈልዩ ምግባር።
- ኣባላት ስድራ ኮዲ ዘለዎም ህፃናት ኣብ ውሽጢ ገዛ ምሕጋዝ ንክክእሉ ምግባር፤
- ኮዲ ዘበኣእሱ /ዘጋድዱ ከባቢያዊ ፀገማት ምፍላይ ንመፍትሒ ምእላሽ ምክኣል
- መዓዝ ናብ ሓኪም ከምዝኸዱ /ከምዝለኣኹ ክፈልጡ ምግባር።

መሳለጥቲ

- ዕላማ ስልጠና ንተሳተፍቲ የብርሁሎም፡፡
- ስልጠንቲ ብዛዕባ ከምዚኦም ዓይነታት ፀገም ዝፈልጥዎም ነገር እንተልዩ ይሕተትዎም፡፡ ዝቐርቡ መልስታት ድማ ከምቲ ልሙድ ኣብ ፀሊም ሰሌዳ ይፅሓፉ፡፡

ትርጉምን መብርሂን

ኮዲ ዝበሃል ፀገም ባህሪ ዘለዎም ህፃናት ቀንዲ መለክዒ መፍለይኦም ናይ ካልኦት መሰል ምጥሓስ እንትኾን መግለጺኦም ኣብ ካልኦት ግቡእ ዘይኮነ ኣይሊ፣ ስርቂ፣ ምጭብርባር ከምኡውን ምሕሳው ይሓውስ፡፡ ኮዲ ዘለዎም ሰባት ዝስዕቡ ባህርያት ይረኣዩም፡፡ ንሳቶም ድማ፡-

- ኣብ ካልኦት ኣካላዊ ማሕሰይቲ ምብፃሕ ወይ ንምብፃሕ ምፍካር፡፡
- ናይ ካልኦት ንብረት ምዕናው፡፡ ኣደሓደ ግዘ ናይ ውልቆም ንብረት የዕንዉ፡፡
- ስርቅን ምትላልን፡፡
- ኣብ ናይ ባዕሉ ዕድመ ክኸተሎም ዝግብኡ ደንብታት ብተደጋጋሚ ምጥሓስ፡፡

መሳለጥቲ

እዞም ምልክታት በዞም ዝሰዕቡ መልክዑ ይግለጹሎም፡፡

- ❖ ኣካላዊ ማህሰይቲ ምብጻሕ ወይ ንምብጻሕ ምፍካር፡፡
 - ንካልኦት ምፍርራሕ ወይ ብምድብዳብን ብምጉታትን ምንግልታዕ፤
 - ኣብ ካልኦት ሰባትን እንስሳን ናይ ጭካኔ ባህሪ ምርኣይ ወይ ምንፅብራቕ፤
- ❖ ናይ ባዕሎምን ካልኦትን ንብረት ምብራስ /ምጥፋእ፡፡
 - ናይ ባዕሎም ወይ ካልኦት ንብረት ብሓዊ ምቅፃል ወይ ብካልእ መንገዲ ምጥፋእ፤
- ❖ ስርቅን ምትካልን፡፡
 - ምዝራፍ፣ ምምንግልን፣ ዝደልዩዎ ነገር ንምርካብ ወይ ካብ ሓላፍነት ንምምምላጥ ክብሉ እንትሕሰቡ ምጭብርባር፤
- ❖ ብናይ ባዕሉ ዕድመ ክኸተልዎም ዝግበኡ ደንብታት ብተደጋጋሚ ምጥሓስ፡
 - ካብ ፍቓድ ስድራ ምምሳይ፤
 - ካብ ገዛ ምጥፋእ፡፡
 - ካብ ቤት ትምህርቲ ምብኳር ወይ ጠፊእካ ምውፃእ፡፡

ኣብ ላዕሊ ዝተሓበሩ ባህርታት ከም ፀገም ዝረኣዩ ናይቲ/ታ ህፃን ትምህርትን ማሕበራዊ ምንቅስቓስን እንትርብሹ እንትኸውን ዝበዝሕ ግዜ ዝረኣዩ ካብ 18 ዓመት ንታሕቲ ዘለዎ ህፃን እዩ፡፡

መሳለጥቲ

- ተሳተፍቲ መበገሲኡ እንታይ ክኸውን ከምዝኸእል ይሕተቱዎም፡፡
- መልሶም ኣብ ፀሊም ሰሌዳ ይፀሓፍዎ፡፡
- ኣብ ዝሃብዎ መልሲ ምይይጥ ግበሩ፡፡

መበገሲ

- ሓደ ጥራሕ ዝተፈለየ ምኽንያት የብሉን።
- ብዝተፈላለዩ ተፈጥራዊ፣ ስነ-ልቦናዊን ከባቢያዊን ፀገማት ክፍጠር ይኽእል።

ግጥም ኣመለኻኽታታት

- ብዘይምቕፃዕ ዝመፅእ ፀገም እዩ።
- ውፅኢት መርገም ወይ መተት እዩ።

መሳለጥቲ

ግጥም ኣመለኻኽታታት

1. ሕማቓት /ሰድታት ህፃናት እዮም።

ከምዚ ዓይነት ባህርይ ዘለዎም ህፃናት ሕማም ኣእምሮ ስለዘለዎም እምበር ብዕሉጋት ህፃናት ኣይኮኑን።

2. ብዘይምቕፃዕ ዝመፅእ ፀገም እዩ

እቲ ፀገም ዝተፈጠረ ወላዲ ነቲ ህፃን ስለዘይቀፅዕዎ ኣይኮነን። ኣካላዊ መቐፃዕቲ እንተኾነ ነቲ ህፃን ዘለዎ ፀገም ኣየመሓይሸን። ኮታስ ቅልጡፍ ኣካላዊ ቅፅዓት እናበዘሐ እንትመፅእ ኣብ ኣተዓባብይኡ ዝከፈኸ ፀገም ክፍጥር ይኽእል።

ውፅኢት መርገምቲ ወይ መተት እዩ

እዚ ብተፈጥሮኣዊ፣ ስነ-ልቦናዊን ከባቢያውን ፀገማት ውህሉል ወይ ድምር ውፅኢት ዝመፅእ ዓይነት ሕማም እንትኸውን ካብ ዝጭቁንን ወይ ብዝኾነን ዘይኮነን ቅፅዓት ዘብዝሕን ዘይድግፍን ስድራ ዘሎ ኩነታት ኣተዓባብያ ክፍጠር ይኽእል።

መሳለጥቲ

እዚ ፀገም ባህሪ ኣብቶም ቆልዑትን ካልኣትን ዝህልዎ ፅልዋ የንብቡሎም።

ኣብ ካልኣት ሰባትን ስድራን ዘስዕቦ ፀገም

- ስድራ እቲ ህፃንን ካልኣትን ንዝኸብድ ፅዕንቶ የስዕብ።
- ምንም ረብሓ ዘይብሉ /ከንቱ ከምዝኾነ ክስምዖ ይኸእል።
- ኣብ ትምህርቶም ፅቡኻቶ ውፅኢት ምምዝጋብ ኣይኸእሉን።
- መሓዛ ምፍራይን ፀገም ማሕበራዊ ህይወት ክገጥሞም ይኸል።

መሳለጥቲ

መዓዝ ናብ ሕክምና ምውሳድ ከምዘድሊ ተሳተፍቲ ይሕተቱ፤

መዓዝ ናብ ሕክምና ምውሳድ ወይ ምልኣኽ ይግበኦም? ናይዚ ዓይነት ባህርይ ብቀፃልነት ኣብ ህፃን ዝረኣይ እንተኾይኑ ናብ በዓል ሙያ ኣእምሮ ሕክመና ብምውሳድ ምኸሪ ምርካብ ኣገዳሲ እዩ።

ትምህርታዊ ፅውውት

መምህር ለምለም ኣብ ትምህርቲ ቅድመ ስሩዕ እያ ዘምህራ። ታደለ ዝበሃል ወዲ 5 ዓመት ህፃን ኣብ እዋን ትምህርቲ ዘይተለመደ ባህሪ ከምዘለዎ ኣስተውዒላ እያ። ናይቲ ህፃን ፀገም ባህሪ እናወሰኸ ስለዝመፀ ለምለም ንወለዱ ናብ ቤት ትምህርቲ ኣፀወዐቶም። ኣቦ ታደለ ኣይተ ገብረእግዚኣብሄር ዝበሃሉ እንትኾኑ ኣዲኡ ወ/ሮ ትርሓስ ድማ ናይ ባዕላን ንእሽተይ ሹኻ ኣለወን።

መምህር ለምለም:- ከመይ አለኸኝም /ፀኒሕኸኝም?

አይተ ገ/ሄር:- ከመይ ፀኒሕኪ መምህር ለምለም? መልእክትኸኝ በዒሉና ኢና መፃእና ዘሎና::

ወ/ሮ ትርሓስ:- እንታይ ማለትኪ እዩ መምህር ለምለም?

መምህር ለምለም:- ወድኸን አብ መፃወቲ ሜዳ ምስ መሓዙቱ እንትፃወት ከይተንከፍዎ እዩ ዝዋቓዕ:: ይደፍኦም...

አይ ተገ/ሄር:- በይዛኸ ትዛረብዮ ዘለኸ ብሓቂ ብዛዕባ ወደይ ታደለ ድዩ?

መምህር ለምለም:- ታደለ ውድኸኝም አብ ውሽጢ ቀፅሪ ቤት ትምህርቲ ዘለዉ እንስሳ ናይ ምጉዳእ ባህሪ እውን አለዎ::

ወ/ሮ ትርሓስ:- ንሱማ ካብ ቆልዑነቱ ጀሚሩ ብጣዕሚ አፀጋሚ እዩ:: ንወላዲኡ ዋላ እንተነገርኩዎም ክትትልን ቆላሕታን አይገብረሉን::

አይተ ገ/ሄር:- እዚ ህፃን አይትተንከፍዎ፤ ንሱ ኮ ብጣዕሚ ህፃን እዩ::

መ/ር ለምለም:- እወ ህፃን ህፃን እዩ ግና ባህሪኡ ነዚ ዕድሚኡ ዝምጥን አይኮነን::

ወ/ሮ ትርሓስ:- ዕቡቕ መምህር ለምለም ሕዚ እንታይ ኢኸኸኸኸ ትመክርና?

መምህር ለምለም:- አነ ዝመኸረኩም እቲ ህፃን ናብ ትካል ሕክምና /ሆስፒታል ክተወስዱዎ እዩ::

አይተ ገ/ሄር:- ወድና ሕማም አለዎ እዩ፤ ድዩ ትብልና ዘለኸኸ?

መምህር ለምለም:- ናተይ ግምት ከምኡ እዩ:: ይኸን ምበር ዝበለፀ ዝኸውን ትኸክለኛ ነገር እንታይ ከምዝኾነ ፤ ናብ ሕክምና ብምኻድ በዓል ሙያ ሕክምና አእምሮ ብምምኻር እዩ::

ወ/ሮ ትርሓስ:- ትኸክል እዩ ከምዚ ዓይነት ግልጋሎት ሕክምና ዝህብ ሆስፒታል አሎ ዶ?

አይተ ገ/ሄር:- ሓደሓደ ሆስፒታላትን ክሊኒካትን ንህፃናት ሕክምና አእምሮ ግልጋሎት ከምዝህቡ ሰሚፀ አለኸኸ::

ወ/ሮ ትርሓስ፡- ብጣዕሚ ኢና እነመስግን መምህር ለምለም እቶም ሰብ ሙያ ሕክምና ዝብሉና ሰሚዕና /አረጋጊፅና መጊና ንነግርኪ ኢና፡፡

መሳለጥቲ

ሰለስተ ፍቓደኛታት ዝኾኑ ተምሃሮ ናይ መ/ር ለምለም፣ ኣይተ ገ/ሄርን ወ/ሮ ትርሓስን ገፁ-ባህርይ ንክፃወቱ ይምረፁ፡፡

ኣብቲ ህፃን ዝረኣዩዎ ምልክታት ይግለፁሎም /የብሩህሎም

- እንተይተንከፍዎ ህፃናት ምውቃዕ፣ ምንኻስኻ ምድፋእ፣
- ኣብ እንስሳ ባህሪ ጭካኔ ምርኣይ፡

ግጉያት ኣመላኽታታት የብርህሎም

- ፀገም እቲ ህፃን ብዘይምርዳእ ወይ ድማ ምልክት ሕማም ዘይምርኣይ፣ ንኣብነት ኣይተ ገ/ሄር “እዚ ህፃን ገና ዕሽል እዩ፣ ምንም ነገር ኣይፈልጥን” ኢሉ ይሓሰብ፣
- ኣብቶም ህፃናት ክትትል ዘይምግባር (ኣይተ ገ/ሄር ብዛዕባ እቲ ህፃን እኹል ሓበሬታ የብሉ)፡፡

መሳለጥቲ

ከምዚ ዝብሉ ህፃናት ኣብ ውሽጢ ገዛ ከመይ ምሕጋዝ ከምዝከኣል ተሳተፍቲ ይሕተቱዎም፣ መልሶም ድማ ኣብ ፀሊም ሰሌዳ ይፅሓፍዎ፡፡

ወለዲ እንታይ ክገብሩ ይኸእሉ?

- እዚ ዓይነት ገፅ ባህሪ ንምእራም ብጣዕሚ ኣፀጋሚ ካብ ዝበሃሉ ውሽጢ ሓደ እዩ። ዝለዓለ ትዕግስቲ ካብ ወለዲ /መዕበይቲ ትዕቢት ይግበር።
- ኮዲ ዘለዎ ህፃን ዕቡቕ ባህሪ እንተርእይ ምምስጋንን ምብርታታዕን የድሊ።
- ነቲ ህፃን ምሕሃንን ምሕጋዝን እምበር ኣብቲ ህፃን ኣብ ውሽጥና ናይ ምዕላእ ስምዒት ክንፈጥር ኣይግበእን እቲ ህፃን መሓሃ ስለዘይህልዎ ስድራ እዚ ግደ ክፃወቱ ኣለዎ። እዚ እንትንገብር ምስቲ/ታ ህፃን ዘለና ርክብ ዘለዎ ባህርይ ንምስትኽኻል እንገብር ፃዕሪ ሓጋዚ እዩ ዝኸውን።
- ብኻልእ ገፅ ምስቲ ህፃን ምቅርራብ እናፈጠርካ ብተኸታታሊ ግዘ ሂብካ ብትዕግስትን ብቐፃልነት ብሃዕባ ዘለዎ ባህርያትን እዚ ባህሪ ዘስዕሶ ፀገምን ከይሰልከዩካ ነቲ ህፃን ምርዳእን ምስትኽኻልን የድሊ። ከምኡውን ትምህርትን ስራሕን /ዕድመ እናገናዘበ/ ንክሳተፉ ብምብርታታዕ ነቲ ህፃን ምሕጋዝ ምፍታን የድሊ። ብሃዕባ ዘድልዩን ዘይድልዩን ባህርታት ኣብ ውሽጢ ስድራ ኮይንካ ምስቲ ህፃን ሓቢርካ ብትዕግስቲ ምምይያጥ። ዘየድሊ ባህሪ ዘርእ ኮዲ ዘለዎ ህፃን ኣብ ፀገም ከምዝኸነን ቤተሰቡ ባህሪኡ ንምቕያርን ንምስትኽኻልን ክሕግዝዎ ድሊት ከምዘለዎም ብትዕግስቲ ምርዳእ።
- ኮዲ ዘለዎ ህፃን ባህሪኡ ንምስትኽኻል ናብ ዝበኣሰ ወይ ዝኸፈኣ ፀገም ከየምርሕ ወለዲ ገና ካብ ፈለግ ናብ በዓል ሙያ ሕክምና ኣእምሮ ብምኻድ ምኽሪ ምርካብ ዘድሊ።

መሳለታቲ

ቁልፊ መልእኽትታት የንብቡሎም

ወለዲ ክገብሩዎ ዝግበኦም ነገራት የንብቡሎም

ቁልፊ መልእክታት

- ምስ ሕማም ኮዲ ዝነበር ህፃን ሕማቕ /ክፉእ ህፃን ኣይኮነን ግና ከቢድ ዝኾነ ፀገም ኣእምሮ ስለዘለዎ ናይ ስድራን፣ መምህራንን በዓል ሙያ ሕክምና ኣእምሮን ድጋፍ የድሊ።
- ቅፅዓት ጠቓሚ ኣይኮነን። ይኹን እምበር ኣወንታዊ ዝኾነ ስነ ስርዓት ምምሃሪ ሜላታት ብኣግባቡ ምጥቃመ የድሊ።
- ካልኣት ምርባሽ ስምዒት ተስዕብዎም ነገራት እንትበፅሖም (ንኣብነት ሞት ስድራ፣ ፍትሕ ወለዲ ወይ ጎንዒ እንትህሉ ወይ ኣብ ቤት ትምህርቲ እንትቐሉዎም) ምልክት ፀገም ኮዲ ክረኣይ ወይ ክውስኽ ከምዝኽእል ምርድእ የድሊ።
- ህፃን ጥቕዓት እናተፈፀሞ/ማ ከምዝኾነ ወይ ኣብ ቤት ትምህርቲ ኮነ ኣብ መንደር ዘፈራርሖምን ዝቐልዱሎምን ህፃናት ከምዘለው ክትትል ብምግባር ምስ ዝምልከቶም ምይይጥ ምክያድ ረብሓ ኣለዎ።

ምዕራፍ ዓሰርተ

ዕቡይ ምዃን/ምኹራዕ

እዚ ምዕራፍ ፀገም ዘይምእዛዝ፣ ዝዕበ ህፃን ወይ ዝኾርዕ ምፍላጥን ሓገዝ ምግባር ዝከኣለሉ ሜላ ምድላውን የምህር።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ሜላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታት	ምንባብ	20 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎ ዝኸእሉን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ምብታን ሕቶታት ወረቐት	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ

መልእኹ ወዲ 6 ዓመት ህፃን እዩ። ኣቀባበላ ትምህርቱ ድሓን ዋላ እንትኾነ ብባህሪኡ ዝተልዓለ ካብ ትምህርቱ ክባረር ተገይሩ። መልእኹ ዝተሓተቶ ወይ ዝቐረበሉ ሕቶ ምላሽ ምሃብ ፍቓደኛ ኣይኮነን። እምቢ እዩ ዝብል ዝቐረበሎም መፃወቲታት (ባንቡላታት) ኣብ ዝኾነ ቦታ ይድርብዮም። ብትንትን የብሎም፣ ናብ ሓደ መቐመጢ ናውትታት ጠርንፎም እንትበሃል ፍቓደኛ ኣይኸውንን። ንሱ ዝበሎ እንተዘይኮይኑ ካልእ ነገር ፍቓደኛ ኣይኮነን።

ብፍላይ ንዓባይቲ እምብለይ ዝብል መልሲ እዩ ዝህብ፤ ኣይእዘዝን። ከምዚ ብምጻኑ ኣብ ትምህርቱን ዕለታዊ ህይወቱን ዕልዋ ፈጠሩሉ እዩ። እታ መምህር መኣረምታ ስጉምቲ ንክትወስድ እንትደሊ ወይ መምርሒ እንትህቦ ህልኸኛ ይኸውን፤ ንሕግን መምርሕን ኣይግዛእን በቲ ኮራያይ/ቀጠዕ ባህርያቱ ካልኦት እናፈለጠ ዘሕርቕ ተግባራት ይፍፅም። ኣብ ነገራት ትኹረት ምግባር ይኸብዶ ምስ ካልኦት ብዘለዎ ርክብ ኣብ መንጎ ጣልቃ ምእታው የብዝሕ።

መሳለጥቲ

ሓደ ፍቓደኛ ተሳታፊ ነቲ ዝቐረበ ዛንታ ንክንብብ ይሕተቱ።

ስዒቦም ዘለዉ ሕቶታት ይሕተቱዎም ዝቐርቡ መልስታት ኣብ ፀሊም ሰሌዳ /ቻርት ይፅሓፍዎ።

1. ከም መልኣኩ ዓይነት ህፃን ኣጋጢምኩም 'ዶ ትፈልጡ?
2. ሰባት ከም መልኣኩ ዓይነት ህፃናት እንታይ ይብሉ?
3. ፀገማት መልኣኩ እንታይ እንታይ እዮም?
4. ባህሪኡ ነቲ ዕድሚኡ ግብእን ዝምጥንን ድዩ?

በቲ ዝተውሃቡ መልስታት ምይይጥ ንክገብሩ የተባብዑዎም።

መሳለጥቲ

ዕላማ ምዕራፍ የንብቡሎም

ሰልጠንቲ ብዛዕባ ከምዚኦም ዓይነት ፀገም ዝፈልጡዎ ነገር ይሕተቱዎም

ዝውሃቡ መልስታት ኣብ ሰሌዳ ይፅሓፍዎ

ዕላማ እዚ ምዕራፍ

- ዘይምእዛዝን ካባይ ንላዕሊ የለን ዝብል ፀገም ባህሪ ዘለዎም ህፃናት ምፍላይ ምኽኣል፤
- ኩነታት ህፃናት ዘበኣእሱ ፀገማት ከባቢያዊ ምፍላይን ፍታሕ ምእላሽን ምኽኣል፤
- ፀገም ባህሪ ዘይምእዛዝን ካባይ ንላዕሊ የለን ዝብል ህፃናት ምግምጋምን ምሕጋዝን ኣድላዩ እንተኾይኑ መዓዝ ናብ ሆስፒታል (ስፔሻሊስት ምስዳድ ከምዝኽእሉ ምፍላጥ) ክፈልጡ ምግባር፡፡

ትርጉምን መብርህን

ምኹራዕ ፀገም ባህሪ እንትኾን እዚ ፀገም ዘለዎም ህፃናት ዘይምእዛዝ፣ ምርባሽ፣ ትዕቢተኛ ምኻን ይረኣዮም። ህልኸኛታትን ትሕትና ዘይረኣዮምን እዮም። ሕርቃኖም ምቁፅፅር ይሰኣኖም /ኣይኸእሉን። ኣብ ካልኦት ሰባት 'ውን ዝሓርቁ እዮም። እናፈለጡ ኮነ ኢሎም ካልኦት ዘሕርቁ ነገራት ይትግብሩ።

ዝበዝሖ ግዜ እዚ ባህሪ ዘርእዩ ንዓበይቲ እንትኾን ሓደሓደ ግዜ ንካልኦት ህፃናት ንክፍሊ መሓዙቶምን ሓቢሮምዎም ዝፃወቱ ህፃናትን እውን እዚ ባህሪ የርእዩ። ፀገም ባህርይ ኣብ ገዛቤት ትምህርትን ምስ ካልኦትን ዝህልዎም ማሕበራዊ ርክባት ኣለታዊ ፅልዋ ይህልዎ።

ምልክታት

ቁጡዕን ዝነጫነጭን

ብቐሊሉ ምሕራቕ፣ ምጎሃይ፣ ብምምራርን ግቡእ ዘይኮነን ኣይትተንኩፉኒ ዓይነት ባህርታት ይግለፅ።

ተኸራኸራይን ትዕቢት ምንፅብራቸን

ምስ ካብኡ ዝግብዩ ሰባት ምክርኻር፣ ትእዛዝ ዓበይቲ ወይ ሕቶ ዘይምቐባል፣ ፈሊጦም ንኻልኦት የናድዱ/ የሕርቁ፣ ባዕሎም ንዘጥፍእዎ ነገር ንኻልኦት የሳብቡ ዝበዝሕ ግዘ ርህራሄ ዝጎድሎምን ሕነ ምፍዳይ ዝፈቱን እዮም።

ባህርያት/ ፀገም ዕቡይ ምኃን ዘለዎም ህፃናት እዞም ዝስዕቡ ባህርታት የሪኡ።

- ምስ ወለዶም ብዘይአግባብ ፣ ምክታዕ ምስ ዓበይቲ ምትህልላኻን መልሲ ምሃብን
- ሕግታትን መምርሕታትን ዘይምኸባር፣ ምጥርጣር፣ዘይምርግጋእ።

መሳለጥቲ

ትርጉምን መብርህን የንብቡሎም

- ተሳተፍቲ ከምዚ ዓይነት ፀገም ባህሪ ዘለዎም ህፃናት ዝፈልጡዎ እንተልዩ ብዘይ ኣብነት ክህቡ ይሕተቱዎም፤
- ጥዕና ዘለዎም ህፃናት እንተኮነ ኣደኣደ ግዘ እንትደኸሞም፣ እንተጠምዮምን እንትሓርቁን ምስ ወለዶም ምክርኻርን ንዓበይቲ መልሲ ክህቡ ከምዝኸእሉ የገንዝብዎም። ኣደኣደ ባህርያት ህፃናት ብዝተፈላለዩ ምኸንያት ወይ ፍፃመታት ህይወት (ንኣብነት ወለዶም እንተሓሚሞም፣ ዝፈትዎዎ ሰብ እንትመውት ወይ ብሞት እንትፍለ) ኣብ ዕዕንቶ ውሽጢ እንትኣቱ ክረኣዮም ይኸእል። ይኹን እምበር እቲ ባህሪ ከም ሕግም እንትኸውን፣ ዝረኣይ ፀገም ኣደ ግዘ ተራእዩ ዝተርፍ ዘይኮነስ ዝቐፅል እዩ ዝኸውን።

መብርሂ መእተዊ ታሪክ

- 1) ናይዚ ህፃን ፀገማት እንታይ እንታይ እዮም?
- 2) ባህሪኡ ንዕድሚኡ ግቡእ ድዩ?

መሳለጥቲ

መልሱ

- 1) ናይዚ ህፃን ፀገም ብተደጋጋሚ ህልኸኛ ምኻን ምስ ዓበይቲ ምክርኻር ወይ ምክታዕ፣ ዘይምእዛዝ፣ ሕግን ደንብን ዘይምኸባር፣ ንካልኦት ክኣርቁ ምግባር፣ ባዕሎም ዝፈጠርዎ ጌጋ ካልኦት ምስባብ፣ ምንዳድ፣ ሕነ ምፍዳይ ስምዒት ምሕዳር፡፡
- 2) ናይቲ ህፃን ባህሪ ንዕድሚኡ ግቡእ ኣይኮነ፡፡

መበገሲ

- መበገሲኡ ብግልፂ ተፈልዩ ኣይፍለጥን። ብዝተፈላለዩ ተፈጥራዊ፣ ስነ- ልቦናዊን ከባቢያውን ፀገማት ጥማር ፅዕንቶ ምኸንያት ክፍጠር ይኸእል።

መሳለጥቲ

መበገሲኡም ቅድሚ ምንጋርኩም ተሳተፍቲ ብዛዕባ እቲ ፀገም መንቀሊኡም እንታይ ከምዝኾነን ከምዝኣሰቡን ይሕተቱዎም።

ብዛዕባ መበገሲኡም ግጉይ ኣመለኻኸታታት ይግለፁ፣ ንኣብነት ሰባት እዚ ፀገም ዝመፅእ ቅፅዓት ብዘይምክያድ/ብዘይምቐፃል እዩ ኣሎም ክኣስብ ይኸእሉ። ይኹንምበር እዚ ምኸንያት ኣይኮነን።

ትምህርታዊ ፅውዎት

ሚኪያስ ኣብ መቐለ ዝነበር ወዲ 7 ዓመት ህፃን ህፃን እንትኸውን ወላዲኡ ኣብ ናይ ውልቀ ትካል (ዘይመግስታዊ ትካል) ተቐጺሩ ራሕቂ ዘለዎ ክፍለ ከተማ እዩ ዝሰርሕ። ወላዲቱ ኣስቴር ድማ ዕዮ ገዛ ንክሰርሕ ትሃረቦ።

ኣስቴር:- ሚኪ ዕዮ ገዛ ሓቢርና ንስራሕ?

ሚኪያስ:- እዚ ግበር እዚ ኣይተግበር እናበልኪ ንዓይ ምጭቕጫቕ ጠጠው ኣይታብለኝ?!

ኣስቴር:- ሚኪያስ ዕዮ ገዛኻ እንተዘይሰራሕኻን እንተዘይኣፀኒዕኻን ፈተና ትወድቕ ኮ ኢኻ!

ሚኪያስ:- ዋላ እንተዘይኣፀኒዓ ኣይወድቅን። ድማ እንታይ ክገብር ከምዘሎኒ ካባይ ንላዕሊ ክትነግርኒን ክትዛርብኒን ኣይትኸእሊን (ኣብዚ ጉዳይ ኣቡኡ ሓሳብ ክህብ ደለዩ)

ኣይተ ብርሃኑ:- ሚኪ ኣዴኻኮ ፅቡቕ ውፅኢት ንክትርክብ እናሓገዝትካ እያ ዘላ!

ሚኪያስ:- ኣነ “ኤክስ” ዝረክብ እኮ መምህር ስለዝፀልኣኒ እዩ ምበር ካብ ምሳይ ኣብ ጎነይ ዝቐመጥ ሰነፍ ተምሃራይ እንትርእ ብትምህርቲይ ትሒተ ድየ? በቃ ይኣኸለኒ ካልእ ነገር ከገብር ኣይደልን! (ሚኪያስ ቀጺሉ ደፍተሩን ብርዑን ደርብዩ ካብ ክፍሊ ወጺኡ ከደ)

ኣይተ ብርሃኑ:- እዚ ህፃን ሰዲን ሕልኸኛን እናኾነ እዩ ዘሎ። ነዚ ዘርእዮ ዘሎ ባህሪ ክቕፃዕ እዩ ዘለዎ።

ኣስቴር:- ትማሊ ናብ ቤት ትምህርቲ ከይደ እታ መምህሩ ከምዝነገረትኒ ሚኪያስ ንመምህራኑ ዘይምእዛዝ ባህሪ ከምዘርኢ፤ እዚኡውን ኣብ ትምህርቲ ፅልዋ ከምዘሕደረሉ እዩ። ብቐለሉ ኣብ ካልኣት ዝሓርቐ እንትኾን፤ ብናይ ባዕሉ ጥፍኣት ንካልኣት ከምዝኩንን ወይ ንካልኣት ጥፍኣቱ ከምዘሳብብ እዩ። እናፈለጠ ካልኣት ንምሕራቕን ንምጎሃይን ይፍትን።

ኣይተ ብርሃኑ:- እዚ ኮ ሓዱሽ ኣይኮነን! ካብ ዝሓለፈ ዓመት ጀሚሩ ከምዚ እዩ። ስነ ስርዓት ክምህር እንተፈተንኩ እውን ካብ ግዘ ናብ ግዘ እናበኣሰ እዩ ዘሎ ።

ኣስቴር:- እወ ይፈልጥ እዩ! መምህሩ ከምዝነገረትኒ እንተኾይኑ ተመራጺ ዝኸውን ናብ ሆስፒታል ብምኻድ ምስ ስፔሻሊስት ሕክምና ኣእምሮ ምኽሪ ምርካብ እዩ።

አይተብርሃኑ፡- ፅቡቅ ሓሳብ እስኪ ፅባሕ ናብ ስፔሻሊስት ሕክምና አእምሮ ንውሰዶ።

መሳለጥቲ

ሰለስተ ፍቓደኛታት ዝኾኑ ተሳተፍቲ ገፀ ባህርያት ወኪሎም ንክፃወቱ ይግብሩ።

አሉታዊ ባህሪ ምክያስ

ዘይምእዛዝ፣ ሓይሊ ምርአይ፣ ውፅኢት ትምህርቲ ምትሓት ባዕሉ ዝፈጠሮ ጥፍኣት ንካልኦት ምስባብ ካልኦት ንክሓርቁ ምግባር።

ግጉይ አመለካኸታታት

ናይ አይተ ብርሃኑ ግጉይ አመለካኸታታት፣ ማለት እውን ቅፅዓት ከም መፍትሒ ምሕሳብ ጌጋ እዩ። ባህርይ ምክያስ ቅፅዓት ዝመሓየሽ ኣይኸኣልን።

ወለዲ እንታይ ክገብሩ ይኸእሉ?

- ብፅቡቅ ባህርያት ምምዕባል። ንኣብነት እቲ ህፃን ምእዙዝን ተሓባባሪን እንትኸውን፣ ምብርታታዕን ምምስጋንን።
- ዘየድሊ ባህሪ ህፃናት ንምእራም እንወስዶ ስጉምቲ ስነ ስርዓት ኣወንታዊ ክኸውን ይግባእ። ቅፅዓት (ኣካላዊ ቅፅዓት፣ ፀርፊ ወዘተ እቲ ፀገም ንምቕራፍ ኣይሕግዝን። ኮታስ ንተወሳኺ ፀገም ባህሪ የቃልዕ።
- እቲ ጉዳይ ንምርዳእ ተሓሳቢ ብምግባር ብክትዕ ተጠቂምካ ምስ ህፃናት ምጭቕጫቕ ኣየድልን። ምክንያቱ ድማ እቲ ክትዕ ኣብ ዝቐፀለሉ ግዜ ወለዲ ዝበለፀ ናይ ምሕራቕ ስምዒት ስለዝርአዩ በዚ ምክንያት ዝውሰድ ኣሉታዊ ስጉምቲ ፀገም እቲ ህፃን እናቐፀለ እዩ ዝኸይድ። ወለዲ ዝረአዩዎ ፀገም ዕቡይ ምኅን እንተኸይኑን እንተተረዲኦምን ተረጋጊዕካ ኣድላዩ ዝኾነ ብበዓል ሙያ ዝተሓዘ

ስጉምቲ ንምውሳድ ዘኸኸል ፕሮግራም ምስ ሰብ ሙያ ብምምኽኻር ምድላውን ብቀጻልነት ምትግባር እምበር ምጥምማት ኣይጠቅምን።

- ፀገም ዕቡይ ምዃን ዘለዎ ህፃን ብዝምልከት ናብ ስፔሻሊስት ሕክምና ኣእምሮ ወሲድካ እቲ ህፃን ክምርመርን ኣድላዩ ኣተሓሕዛ ዝምልከት ፕሮግራም ንክወፀሉ ምግባር የድሊ። ዝወፅእ ፕሮግራም ኣተሓሕዛ ኣብ ላዕሊ ከምዝተሓበረ ተኸታታልነት ብዘለዎ መልክዑ ተግባራዊ ምግባር የድሊ።
- ካብ ካልኦት ድጋፍ ምርካብ (ካብ ኣባላት ስድራ፣ ካብ መምህራን፣ ካብ ሓካይምን ካብ መሓዙትን) ፡፡
- ወለዲ ብፕሮግራም ተሓጊዞ ወይ ተኸቲሉ ኣብቲ ህፃን ዘሎ ባህሪ ዕቡይ ምዃን ወይ ምኽራዕ ፅዕንቶ ዝፈጥሩ ነገራት ብምንፃር ነቲ ህፃን ለውጢ ከምዕእ ዝኸኸሉ ሜላታት ብምንፃር ዘዘናግዑ ነገራት ምትግባር እዩ። ንኣብነት መዘናግዒ ቦታታት ናብ ቤተ እምነት፣ ናብ ስፖርት ብምዃድ፣ ጉዕዞ እግሪ ብምክያድን ካልኦት ምንቅስቃስ ብቕጥት ኣካል ብምግባር ወይ ብምስራሕ ዘለዎ ፅዕንቶ ምቕናስ ይግባእ።

መሳለታቲ

ወለዲ ክትግብሩዎ ዝግበኦም ነገራት የንብቡሎም ቅፅዓት ፀገም ባህሪ እቲ ቆልዓ ከበኣእሱ ከምዝኸኸሉ ንተሳተፍቲ ብኣፅንኦት ይንገርዎም።

መሳለጥቲ

ቁልፊ መልእኽትታት ንወለዲ የንብቡሎም፡፡

ቁልፊ መልእክታት

- ኩሎም ህፃናት እንትጠምዩም፣ ብዝኾነ ነገር ሓሪቕም እንትቐጥዑ፣ ፅዕንቶ እንትህልዎም ንዓበይቲ መልሲ ምሃብን ዘይምእዛዝን ይረኣዩም። ማለት'ውን ባህሪ ዘይምእዛዝ ኣብ ኩሉ ህፃን ክረኣይ ይኸእል። ብፍላይ ካብ 2-3 ዓመትን መጀመርታ ዓመት ጎርምስናን ናይዚ ዓይነት ባህሪ ኣብ ላዕሊ ብዝተሓበሩ ምክንያታት እቲ ህፃን ኣብ ፅዕንቶ ክኣቱ እንተሎ ጥራሕ እንተተራእዩ እዚ ፀገም ግዚያዊ እምበር ዕቡይ ምኻን/ኩሩዕ ባህሪ ኣይኮነን።
- ፀገም ባህሪ እንተቐጺሉ እቲ ህፃን ናብ ሕክምና ምውሳድ የድሊ። ሕሙም ምኻኑ ዝረጋገፀ ሰብ ሙያ ጥዕና ኣእምሮ ጥራሕ እንትኸውን። ቀልጢፍ ክሕክም ምግባሩ ዝለዓለ ጥቕሚ ይህልዎ።
- ዕቡይ ምኻን ኣብ ግዚኡ ግቡእ ዝኾነ ስጉምቲ እንተይወሰዱሉ ናብ ካልኦት ፀገማት ኣእምሮ ክቐየር ይኸእል እዩ።
- ወለዲ ንህፃናት ግቡእ ክትትልን ድጋፍን ምግባር ኣገዳሲ እዩ።

ምዕራፍ ዓሰርተ ሓደ

ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኸኛ ምኻን

እዚ ምዕራፍ ናይቶም ህፃናት ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኸኛ ምኻን ከመይ ጌርና ከምንከላኸሎምን እንተተፈጠሩ ድማ እንታይ ክንገብር ከምዝግባእ የርኢ።

መርሃ ግብሪ

ትሕዝቶ	ጫላ ኣመሃህራ	ሰዓት
ተፍትሽ ቅድመ ስልጠና	ሕቶታት ወረቐት ምብታን	15 ደቂቓ
መእተዊ ዛንታት	ምንባብ	20 ደቂቓ
ዕላማ ምዕራፍ	ምንባብን ምምይያጥን	4 ደቂቓ
ትርጉምን መብርህን	ምቕራብ፣ ምንባብን ምምይያጥንን	15 ደቂቓ
ኣብ መእተዊ ዛንታ መብርሂ ምሃብ	ምንባብን ምምይያጥን	15 ደቂቓ
ትምህርታዊ ዕውውት	ምምራሕ ዕውውት	20 ደቂቓ
ወለዲ ክገብሩዎ ዝኸእሉን ቁልፊ መልእኽትታትን	ምንባብን ምምይያጥን	10 ደቂቓ
ተፍትሽ ድሕረ ስልጠና	ምብታን ሕቶታት ወረቐት	15 ደቂቓ

መእተዊ ዛንታ

ፌቭን ንል ሰለስተ ዓመት ህፃን እንትኸውን ዝኾነ ነገር እንተተኸልኪላ ምብካይ፣ ፣ምንጭናጭ፣ ዓው ምባል፣ ምዕግርጋርን ምንክብላልን ይረኣያ። ፌቭን እንተነኣሰ ኣብ ሰሙን ክልተ መዓልቲ እዚ ባህሪ ይርኣያ። ኣዲኣ ድማ ፌቭን ከምዚ እንትኾን ብጣዕሚ እየን ዝርበሻ። ሰቕ ንክትብል ዋላ እንተጠበርዎ ፈፂሚ ኣይትምለስን። እናበኣሳ ይኸይድ።

አዲስ ብኩነታታ ስለዝጭነቻን ንሊይ ሓደ ነገር ከይትኸውን ኢለን ስለዝሰግኣን ፌቭን ናብዚ ዓይነት ጉዳይ እናኣተወት እንትመፅእ ብዝተረጋገኣ መንፈስ ዝደለየቶ ነገር ንክገብሩላን ክሕብሕቡላን የኸእለን። ዝሓተተቶ ነገር ድሕሪ ምግባሮም ፌቭን እቲ ዘለዎ ዘፍርሕ ባህሪ ትገድፎ እያ።

1. ከም ፌቭን ዓይነት ህፃን ኣባጺሕኹም /ኣጋጢምኩም 'ዶ ይፈልጥ?
2. ሰባት ከም ፌቭን ዓይነት ባህሪ ብዛዕባ ዘለዎም ህፃናት እንታይ ትብሉ?
3. ፀገማት ፌቭን እንታይ እንታይ እዮም
4. ፀገም ባህሪ ፌቭን ምስ ዕድሚኣ ግቡእ ድዩ?

ኣብቲ ዝቐረበ ዛንታ ምይይጥ ግበሩ፤ ተሳተፍቲ ዘይተረድኡም ነገር እንተልዩ ይሕተቱ።

ዕላማ

ኣብዚ ምዕራፍ መወዳእታ ተሳተፍቲ፡-

- ንሕማም ዘቃልፅን ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ምእታውን ኣብ ከይዲ ዕብየት ካብ ዝረኣይ ግዝያዊ ህልኽ ህፃናት ከምዝኾነ ምፍላይ ይኸእሉ።
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ዘለዎ ህፃን ኣብ ውሽጢ ገዛ ምሕጋዝ ይከኣል።

መሳለጥቲ

ዕላማታት የንብቡሎም፤ ተሳተፍቲ ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ምርኣይ ወይ ምንፅብራቕ እንታይ ከምዝፈልጡ ይሕተቱዎም። መልሱ ድማ ኣብ ሰሌዳ የስፍሩዎም።

- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ከመይ ምክልኻል ከምዝከኣል ይፈልጡ።
- መዓዝ ናብ ብዓል ሙያ ኣእምሮ ምውሳኔ ዝምግባእ ይፈልጡ።

መሳላጥቲ

ትርጉምን መብርህን የንብቡሎም

ትርጉምን መብርህን

ህልኽ ስምዒት መግለጫ ጭንቀት ወይ ሕርቃን እንትኸውን፣ ዝበዝሕ ግዘ ህፃናት ዝሓተትዎ እንተይረኸቡዎ እትትተርፉ ዝርእይ እዩ።

ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ኣብ ኣናእሽቲ ህፃናትን ካልኦት ሓሳባትን፣ ድልዮታትን ስምዒቶምን ብቃል ምግላፅ ብዘይኸእሉ ህፃናት፣ እንትሰግኡ ወይ እንትርብሹ ዝርእይ ፀገም ባህርይ እዩ።

ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ዝርእዩ ምልክታት ብዘይ ምቁራፅ ምብካይ፣ ብዘይምቁራፅ ዓው ምባል፣ ናብቲ ናብዚ ምባል እዮም። ሓደ ሓደ ግዘ ብዘይምቁራፅ ዓው ምባልን ምብካይን ክሳብ ትንፋስ ምሓዝ ክበፅሕ ይኸእል።

ምልክታት እንታይ እንታይ እዮም

እታ/ቱ ህፃን ካብዚ ንታሕቲ ዝተዘርዘሩ ሓደ ወይ ካብ ሓደ ንላዕሊ ምልክት ክርእዩም ይኸእሉ።

- ብዘይ ምቁራፅ ምብካይ፣ ዓው ምባል፣ ምንጭናጭ።
- ትንፋስ ምቁርራፅ።
- ንላዕሊ ንታሕቲ ምባል ወይ ምንካስ፣ ኣቐሑ ምድርባይ።
- ምውዳቕ፣ ኣብ ዝወደቐሉ ምዕግርጋር፣ ምንክብላል።

መበገሲኡ

- ብተፈጥሮና ሓደሓደ ህፃናት ባህሪያምን ስምዒቶምን ምቁፅፃር ክሳብ ዝለመዱ መግለጺ ምልክትታት ጭንቀትን ሕርቃንን በዚ ዓይነት ክኸውን ይኸእል መብዛሕቲኦም ህፃናት ካብ መጠን ዝሓለፉ ህልኽ ምንፅብራቕ ዘርእዩሉ በዚ ምኽንያት እዩ። እዚ ኩነታት ዕድሜኦም ሰለስተ ዓመት ምስ መልእ ብጣዕሚ ምስ ቐነስ ናብ መበል ኣርባዕተ ዓመት እንተሰገሩ ወይ እንትመልኡ ምሉእ ብምሉእ ይተርፍ።
- ናይ ካልእ ዓይነት ምልክት ሕማም ኣእምሮ ክኸውን ይኸእል (ድብርቲ፣ ዝለፀገ ትኹረት ምስኣንን ምቕላልን፣ ወዘተ)
- ፀገም ኣተፃባብያ ህፃን (ንኣብነት - ዓፈንትን ጨቆንትን ወለዲ /መዕበዪ፣ ኣድላዪ ፍቕርን ክንክንን ዘይረክብ ወይ ዘይወሃብ ዓይነት ኣተፃባብያ፣ ሕጊ ኣልቦ (ስዲ) ዓይነት ኣተፃባብያ ህፃናት ክተዕብይ ሓላፍነት ዘይምድላው፣ ወዘተ)

መሳለጥቲ

መበገሲአም ቅድሚ ምዝርዛር ተሳተፍቲ ብዛዕባ መንቀሊ እቲ ፀገም እንታይ ከምዝሓሰቡ ይሕተቱዎም።

- ዝተጋገዩ ኣተሓሳስባታት መብርሂ ይሃብዎም
 - እቲ ህፃን ሕማቕ (ብዕሉግ) ኣይኮነን።
 - መርገም ስለዘለዎም ኣይኮነን
- ብተፈጥሮ፡ ሓደሓደ ህፃናት ዕብየት ኣእምሮኦም ክሳብ ዝመቻቸው ስምዒታት ጭንቀትን ሕርቃንን ብኣግባቡ ብቃላት ምግላፅ ኣይክእሉን።
- ሓደሓደ ሕማም ኣእምሮ ዘለዎም ህፃናት ካብ መጠን ዝዛየደ ወይ ዝሓለፈ ህልኽ ክረኣይ ይክእል። ብፍላይ እዚ ኩነታት በቢመዓልቱ ዝረኣይ ባህሪ እንተኾይኑ፣ እቲ ህፃን ንባዕሉ ብምድርባይን ብምግጫውን ባዕሉ እናጎደኦ እንተኾይኑ ወይ ካልኣት ብምውቃዕ፣ ንብረት ብምጉዳእ ፀገም ዝፍጠር እንተኾይኑ ምናልባት ናይ ካልእ ምልክት ሕማም ክኸውን ይክእል።
- ፀገም ኣተግባብያ ነዚ ዓይነት ባህሪ ከቃልዕ ይክእል። ንህፃናት ነፃነት ዘይወሃበሉን ብዝኾነን ዘይኮነን ዝቕፅዑሉን ኣብ ውሽጢ ገዛ ናይዚ ዓይነት ፀገም ክረኣዮም ይክእል። ብኻልእ ገፅ እቲ ህፃን ዝኾነ ነገር ኣብ ዝደለዩሉ እዋን (ኣድላዪ ዋላ ኣይኹን) እንትሓቱ ዝትግበረሎም እንተኾይኖም ኣብቲ ዝኸልከልሉ ግዜ ወይ እዋን ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ክፍጠር ይክእል።
- ህፃን ዝኾነ ነገር ምግንዛብን ምርዳእን ኣብ ዝጅመረሉ እዋን ክኾኑ ብዛዕባ ዝግበኦም ነገራት ቀስ ብቀስ ርድኢት ንክህልዎምን ክግንዘቡን እንድሕር ዘይተገበረ ፣ግንዛብ ስነ-ስርዓት ኣብ ኣእምሮኦም ክቕረፅ እንተዘይተገበረ፣ ዝፍቐዱን ዘይፍቐዱን ነገራት ብዝምልከት፣ ህፃናት ሓደ ነገር እንትደልዩ እቲ ነገር ወለዲ እንተዘይፈቐዶም ክትረኽቡ ከምዘይከኣል፣ ዝደልዩዎ ነገር ኩሉ ግዜ ብቐለሉ ምርካብ ከምዘይከኣል፣ ወዘተ ግንዛብ ክትሕዙ ወለዲ ብፍቕርን ተኸታታልነት ብዘለዎን መልክዑ ቀስ ብቐስ እንተዘይተማሂሮም ኣብ ህፃናት ዝረኣይ ወይ ዘስዕቡ ፀገማት ሓዲኡ ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽኛ ምኃን ባህርታት ከኸትሉ ይክእሉ።

መብርሂ መጻሕፍት ላይ

1. ሰባት ከም ፊብን ዓይነት ባህሪ ብላገባ ዘለዎም ህፃናት እንታይ ትብሉ?
2. ፀገማት ፊብን እንታይ እንታይ እዮም?
3. ባህርይ ፊብን ንዕድምእ ግቡእ ድዩ?

መሳሰሎቲ

መልሲ

1. ሰባት እዚ ፀገም ብዕልግና እዩ ወይ ምቕፃዕ ዘድልይ እዩ ኢሎም ክሓስቡ ይኸእሉ።
 - እዚ ፀገም ብዕልግና ኣይኮነን፣ ናይ ሓደ ሓደ ህፃናት መንገዲ መግለጺ ሕርቃን ወይ ጭንቀት እዩ።
2. ፀገማት ፊብን
 - ብዘይምቁራፅ ምብካይ፣ ዓው ምባል፣ ምንጭናጭ ፣መሬት ምውቃዕ ርእስካ ምልታም።
3. እዚ ኩነታት ዕድሚኦም ካብ 18 ክሳብ 3 ዓመት ዝኾኑ ህፃናት ምርኣይ ዝተለመደ እዩ። ይኸን እምበር ኣብዚ ዕድመ ውሽጢ ዋላ እንተኾነ እቲ ኩነታት ኣብ ሓደ መዓልቲ ብተደጋጋሚ እንድሕር ተራእዩ ወይ ባዕልካ ምጉዳእ ብተደጋጋሚ እንተኾይኑ ናይ ካልእ ዓይነት ሕማም ውፅኢት ክኸውን ስለዝኸእል ንበዓል ሙያ ምምኻር ግድን እዩ።
4. እዚ ኩነታት ብፍላይ ዕድሚኦም ካብ16 ዓመት ንላዕሊ ኣብ ዝኾኑ ህፃናት ዝረኣይ እንተኾይኑ ምልክት ሕማም እዩ።

ወለዲ እንታይ ክገብሩ ይኸእሉ?

ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ እንትረኣይ፤

- ምርግጋዕን ምስቶም ህፃናት ዘይምክርኻር፤
- ኩነታት እቶም ህፃናት ምፅናዕ እቲ ፀገም ኣብቲ/ታ ህፃን እንትበፅሕ ቀልጢፍካ ስጉምቲ ምውሳድ
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ናይቲ ህፃን ህልኽኛ ባህሪ ጠጠዉ ንምባል ተሓሲቡ እቲ ህፃን ዝደለዩ ነገር (ዝደለዩ ነገር ኣግባብነት ዘይብሉ ምኻኑ ክሳብ ዝተፈለጠ እዋን) ዘይምትግባር፡፡
- ናይቲ/ታ ህፃን ሓሳብ ምቕያር/ምዝንጋዕ (ናብ ካልእ ዘየድሊ ነገር ንክንቀሳቐስ ሓሲቡ ብርግኣት ክቕየር ምግባር)፡፡
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ምርኣይ እንትጅምር ሓደጋ ዘየስዕብ ምኻኑ እንተተግዚቦም ብዙሕ ትኸረት ዘይምሃብ፡፡ ባህሪኡ እንትገድፍ ግና “ንፉፅ”! ኢልካ ብምምስጋን ሓቕፍካ ባህሪኡ ናብ ንቡር ስለዝተመለሰ ብጣዕሚ ክምተሓጎስና መግልፅ፡፡

መሳለጥቲ

ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ምርኣይ ዝምልከት ወላዲ ክገብር ዝግባእ ዝስዕቡ እዮም፡፡

- ወለዲ ናይ ባዕሉ ባህሪ ከርኢ ይግባእ፡፡ (ምርግጋዕ የድሊ) ኣብቲ/ታ ህፃን ካብ መጠን ዝሓለፈ ኩራ ምንፅብራቕን ምኹራይን ኩነታት የበኣእስ እዩ፡፡ ካብ መጠን ዝሓለፈ ዓውታን ብኸያትን እንተተራእዩን እዚ ዝተርኣዩ ህፃን ሕግም ተሰሚዕዎ፤ ጠሚዎን ብጣዕሚ ደኽምዎ ወይ ድማ ኣብ ዝኾነ ሓደጋ ውሽጢ እንተኾይኑ ወይ ድማ እንተዘይኮይኑ ምፅራይ የድሊ፡፡ ካብዚ ኩነታት ሓዲኡ ምህላዎም እንተረጋገፅና ግቡእ ስጉምቲ ምውሳድ፡፡ እዞም ነገራት ዘይብሎም ህፃናት ብተደጋጋሚ ዝኾነ ነገር እንተደልዮምን እቲ ዝደለዩም ነገር እንተዘይተፈጸሙሎም፤ ናይዚ ዓይነት ባህሪ ዘርእዩ እንተኾይኖም ግና ኩነታቶም ተረዲእና መጀመርያ ንዓርስና ምርግጋዕ፡፡
- እቲ ህፃን ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽኛ ባህሪ ንክቋርፅ ተሓሲቡ ዘየድሊ ነገር ምፍቓድ ኣየድልን፡፡ እንተዘይኮይኑ እቲ ህፃን ዝኾነ ነገር ኣብ ዝደለየሉ ቁፅሪ ናይዚ ዓይነት ባህሪ ምርኣይ ከም ሜላ እናተለመደ ይኻይድ፡፡ እዚ ድማ ኣብቲ ህፃን ናይ ቀፃሊ ባህሪ ፀገማት የስዕብ፡፡
- ህፃናት ናይዚ ዓይነት ባህሪ እንተርእዩ ብቕፅዓት ዘይተደለየ ባህሪ ጠጠዉ ንምባል ምፍታን ፈጸሙ መፍትሒ ኣይኾንን፡፡ ንምውቃዕ ወይ ብዝኾነ ኩነታት ብምስቃይ ስቕ ንክብል ዝግበር ስጉምቲ ተወሳኺ ፀገማት ካብ ምፍጣር ዝዘለል ጥቕሚ የብሉን፡፡
- ህፃን ናይዚ ዓይነት ባህሪ ንክይኣቱ ካብ ዝሕግዙ ቀንዲ መልክዕታት ኣብ ውሽጢ ስድራ ዘለዉ ህፃናት ኩነታት ኣተሓሕዝኦምን ኣተኣላልዮኦምን ሓደ ዓይነት ምግባር እዩ፡፡ ህፃናት ብፍቕርን ሓደ ዓይነት ብዝኾነ ኣመራርሓ እንድሕር ተታሒዞም ናብ ዘየድሊ ህልኽ ባህሪ ናይ ምእታው ዕድሎም ብጣዕሚ ዝፀበበ ይኸውን፡፡ ትኹረት ኣናእሹቲ ህፃናት ብቐለሉ ክቕየሩ ምግባር ስለዝከኣል ኣብ ዝሓተትዎ ነገር ካልእ ተተካኢ ግቡእ ዝኾነ ነገር ምሃብ ፣ ካልእ ነገር ምግባር ወይ ቦታ ምቕያር ንኣብነት እቲ ህፃን ካብ ገዛ ናብ ደገ ሒዘካዮ ምውፃእ ወይ ናብ ካሊእ ክፍሊ ምውሳድ ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ንክይፍጠር ይገብር፡፡

ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ባህሪ እንተተራኣዩን እንተሓሊፉን

- ንህፃናት ክግበሩ ዝግበኦምን ዘይግበኦምን ነገራት ብፍቕሪ ግን ቀፃሊ ብዝኾነን ዘየዳግም/ዘየላጥን ትእዛዝ ወለዲ ምቕባል፣ ምምሃር
- ናይቲ ስድራ ዓበይቲ ሰባት ዝደለዩዎ ነገር ንምርካብ ዝጥቀምሉ ዘለዉ ሜላታት ምምዕራይ፡፡ ህፃን ንክትሓዙ እንደልዩ ባህሪ ንሕና እናርኣና ምትግባር ምኽኣል ህፃናት ናብ ዘይተዳለወ ባህርይ ንክይኣቱ ይሕግዝ፡፡ (ንኣብነት ኣዶ ንገዝኣ ወይ ኣስቤዛ/ ወፃኢ ዝኸውን ገንዘብ ካብ በዓል ገዝኣ እንተደልዩ እቲ ዝረኽብዎ እቶት ብፅሞና ብምርድዳእ ድዩ ወይ እናተኸትቡ እዩም እቲ ኣቦ ንገዛ ዝኸውን ኣድላዩ ወፃኢ ዝህብ፣ ብስነ-ስርዓት ብምይይጥን ብትልምን ድዩ ወይ ድሕሪ ብዙሕ ፅልኢ ወይ ክትዕ እዩ)፡፡
- ዝደለዩዎ ነገር (ዝተፈቐደ ነገር ክሳብ ዝኾነ እዋን) ንምርካብ ካብ ምፅላእን ምኽራይን ዝሓሸ ካልኦት መንገድታት ምህላዎምን ንህፃናት ጥበብ ኣመራርሓ እናሃብካ ምስትምሃር፡፡
- ህፃናት ዘየድሊ ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽኛ ባህሪ እንተኣቲዎም እዚ ንምትራፍ ተባሂሉ ዝደለዩዎ ከምዘይረኽቡ ደጋጊምካ ምንጋር፡፡
- እቶም ህፃን ምንዳድ ወይ ምጉሃይ(ምሕራቕ) ኣብ ኩላትና ክፍጠር ወይ ክረኣይ ከምዝኽእልን ተረጋጊዖም ኣብዚ ባህሪ ዘለዎም ግንዛብ ንክገልፁ ምትብባዕ፡፡ ኣብዚ ጉዳይ ነፃ ኮይኖም ሓሳቦም ክገልፁ ምግባር፡፡
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽኛ ባህሪ ካብ ሓደ ዓመት ክሳብ 3 ዓመት ዕድመ ዘለዎም ህፃናት ውሽጢ እንተተራእዩ ኣብ ዕድመ (ብግንዛብ ዘይምብሳል) ዝመፅእ እዩ፡፡ ምስ ባዕሉ ግና ይገድፎም እዩ፡፡ (ብኣግባቡ ክሳብ ዝተትሓዙ እዋን)፡፡ ይኹን እምበር ኣብ ውሽጢ ስድራ ዝረኣዩ ውጥረታት ወይ ድማ ረብሻ፣ ኣብ መንጎ ሕድሕድ ዘይምቕድዳው፣ ወላዲ ኣብ ስራሕ ምውጥጣርን ነቲ ህፃን ግቡእ ትኽረት ዘይምሃብ፣ ዘይምድቃስ፣ ምጥማይ ዝኣመሰሉ ነገራት ተኸቲሉ ዝፍጠር ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ሓደገኛ ውፅኢት ክህልዎ ስለዝኽእል ወለዲ ገዝኡ ብኣግባቡ ምፍታሽ የድሊ፡፡
- ካብ ዓቕሚ ንላዕሊ ዝኾነ ፀገም እንትህሉ ንበዓል ሙያ ሕክምና ምምኻር

መሳላጥቲ

ካብ መጠን ዝሓለፈ ኣብ ህፃን ዝረኣይ ህልኽ ባህሪ ምክልኻል ወይ ቁፅሩ ምቕናስ ንክእል ኢና።

- ድሕሪ ተርእዮ እዚ ባህሪ ንምቕናስ ወይ ንምትራፍ ካብ ምፍታን ምክልኻል ዝሓሸ እዩ።
- ህፃናት ዝኾነ ነገር ንክገብሩ እንትንደሊ ብቐጥታ ምእዛዝ ይምረፅ። ንኣብነት ወለድኩም ” ሕዚ ምብላፅ ትደሊ ዲኻ/ኪ?” ኢልኩም/ክን ኣይትሕተቱ ከክንድኢ እዚ ሕቶ “እዚ ሰዓት ምግብ ንበልግሉ እዩ?” ኢልኩም ተዛረቡዎም።
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ቁልፅነት ንምትራፍ እቲ ህፃን ኩነታት ካብ ዝተፈፀመሉ ቦታ ናብ ካልእ ቦታ ምዝዋር ወይ ምቕያር ይጠቅም። ንኣብነት ንፃ/ንፃ! ናብ ምዝንጋዕ ንኪድ ይበሉዎም።
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ቁልፅነት ክረኣየሉ ዝክእሉ ኩነታት ኣብ ውሽጢ ገዛ ኣሎ ተባሂሉ እንተተገሚቱ እዞም ኩነታት የመፀራርዩዎ።
- ንህፃናት ዝኸውን ሰለማዊን ሓደጋ ዘየስዕብን ምቹው ከባቢ ምፍጣር ንኣብነት ኣብ ህፃናት ጉድኣት ከብዕሉ ዝክእሉ ነገራት ኣብ ውሽጢ ገዛ ብምውጋድ ህፃናት ከምድልዮቶም ንክንቀሰቐሱ ዕድል ምሃብ።
- ባህሪ ትዕግስቲ ምውሳኽ፣ ንኣብነት እቲ ህፃናት ዝሓሸ ንምትግባር ክንደይ ዝኣክል ድልዊ ኢኹም? እስኪ ናይቲ ህፃን ሕቶ ክንደይ ዝኣክል ግዘ “ኣይከውንን” ዝብል ምላሽ ከምዝህቡ ልቢ በሉ።
- ምስ ህፃናትኩም ኣብ ኣናእሽቱ ነገራት ወይ ጉዳያት ምጭቕጫቕ ይትረፍኩም ወይ ካብ ምጥርጣር ተቐጠቡ።

መሳለጥቲ

ቁልፊ መልእኸትታ የንብቡሎም፡፡

ቁልፊ መልእኸትታት

- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ባህሪ ህፃናት ኣብ ሓደ ሓደ ካብ 1 ክሳብ 3 ዓመት ዕድመ ዘለዎም ህፃናት ዝረኣይ ጥዕናኡ ዝተሓለወ ከይዲ ዕብየት እዩ፡፡
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ባህሪ ህፃናት “ብዕልግና” ኣይኮነን፡፡
- ካብ መጠን ዝሓለፈ ህልኽ ባህሪ ህፃናት ኣርባዕተ ዓመት ምስ ኮኖም ዝቐፅል እንተኾይኑ ወይ ቅድሚ እዚ ዕድመ እንትኾነ መጠኑን ምድግጋሙን እናወሰኸ እንትኸይድ ረድኤት በዓል ሙያ (ሓኪም) ኣእምሮ ክረክብ ይግባእ፡፡
- እቲ/ታ ህፃን ባዕላ ወይ ካልኦት ዝጎድኡ ነገራት፣ ብዓርሱ ናይ ምትእምማን ስምዒት እናነከየ እንተመደኡን ኣብ ካልኦት ማለት እውን ኣብ ወለዲ ወይ ኣብ መምህር ዕግዕተኛ እናኾነ እንተመደኡ ንሓኪም ኣእምሮ ምምኻር የድሊ፡፡