خێزان و ناسکەساڵی منداڵی

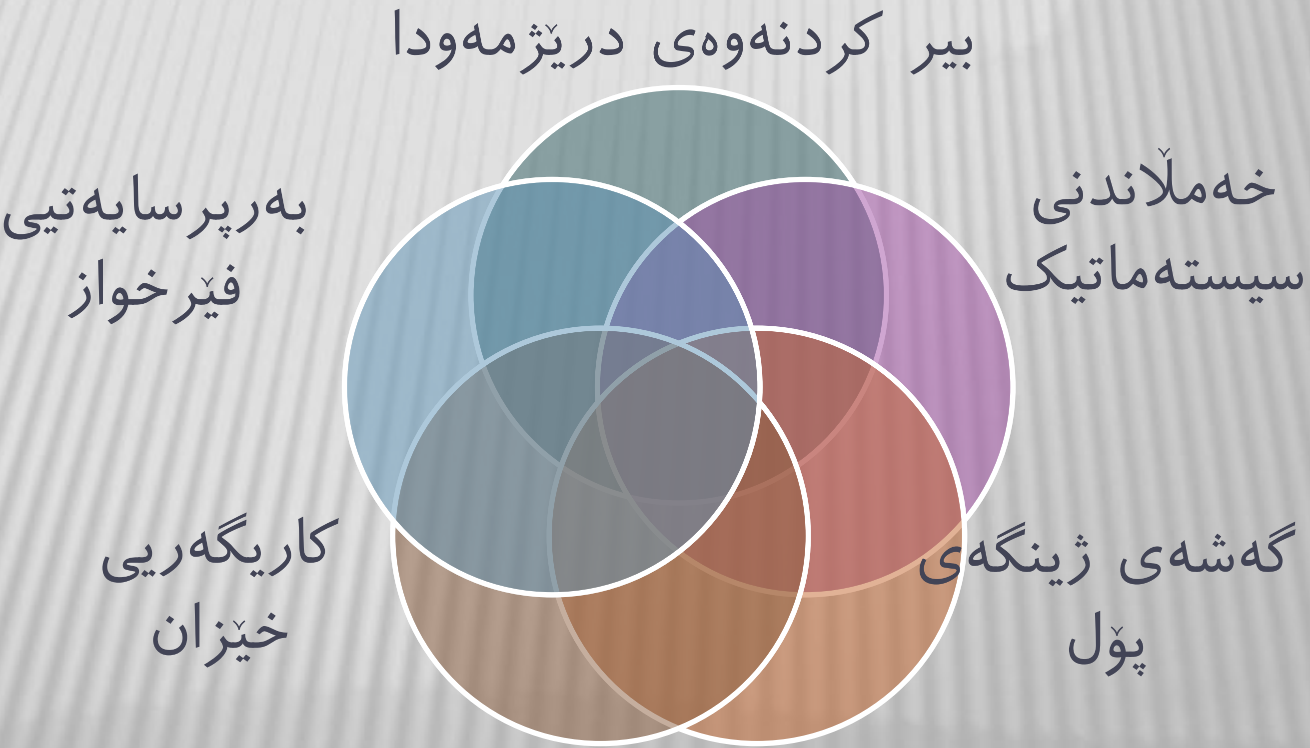
خێزان و ناسکەساڵی منداڵی

- De viktige årene
- Gunnar Malmin & Liv S. Ruud
- Illustrations: Vivian Zahl Olsen
- © Lions Quest Foundation Norway
- Norway 2000

- تەرجەمەی لە نۆرویژیەوە: م. مودیری
- وەشانخانەی «کۆمەک»، کوردستان 2010

خێزان و ناسکەساڵی منداڵی

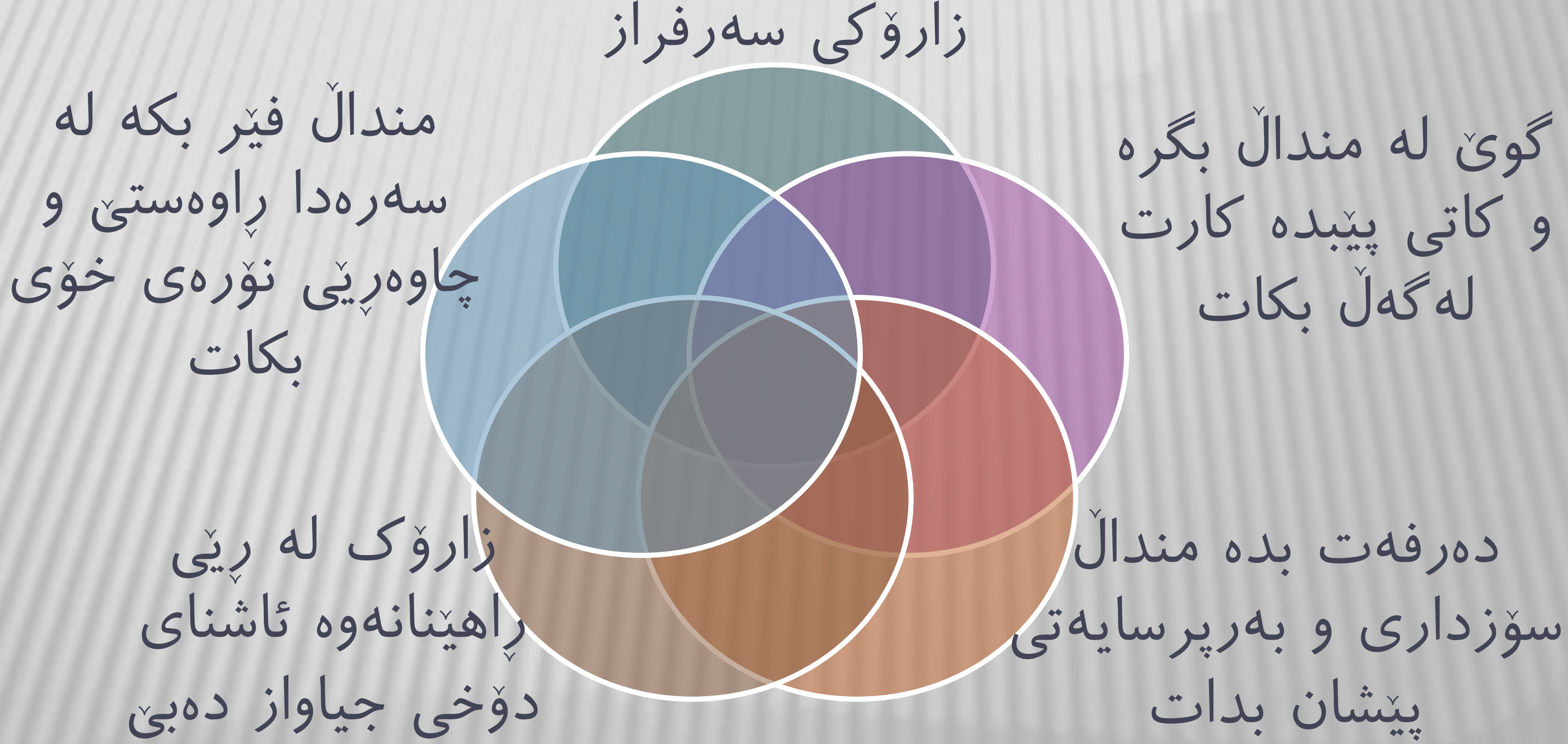
بەربەستن لە ڕەفتاری زیانبەخش



بەشی 1 – دەستپێکێکی باش لە فێرگە

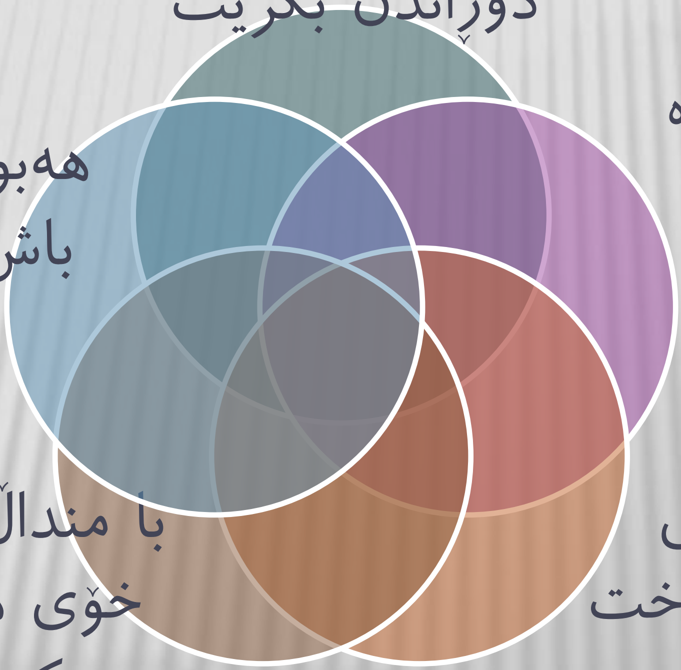
«گەر ژمارە و پیت، تۆوچاندنی زانست بێت، ئەوا پشتیوانی و سۆزداری ئەو خاکەیە لێی دەڕوێت».

دەستپێکی فێرگە – 10 ئامۆژگاری...1



دەستپێکی فێرگە – 10 ئامۆژگاری...2

دەرفەت بدە منداڵ فێر بێت چێژ لە سەرکەوتن وەربگرێت و بەرگەی دۆڕاندن بگرێت



کتێبی بۆ بخوێنەوە و گۆرانی لەگەڵ بڵێ

هەبوونی پەیوەندیەکی باش لە تەک فێرگە

ڕاهێنانی توانای وردبوونەوە و جەخت لای منداڵ

با منداڵ شوێنی تایبەت بە خۆی هەبێت بۆ جێبەجێ کردنی ئەرکەکانی

بەشی 2 – بنیادنانی متمانە

- هەستی توانا و کارامەیی
- هەستی ڕێز گرتن و گرینگی پێدان
- هەستی بەرپرسایەتی

هەستی توانا و کارامەیی

کچەکەت پاش ساڵێک ماندوبوون و کۆشش بۆ فێربوونی شمشاڵ، لە لایەن ئۆرکێستری موزیکی فێرگەوە وەردەگیرێت و بەمەش ڕەوتی ژیانی دێتە گۆڕین. ئەو هەمیشە گەش و شادە. چێژ لە ئەرکی فێرگە وەردەگرێت...

هەستی ڕێز گرتن و گرینگی پێدان

پێویستە ئێمە گرینگی بدەین بە منداڵەکانمان و ڕێزیان بگرین. ئەمە لایەنێکی گرینگە بۆ ئافراندنی متمانە و سەربەستی منداڵ.

هەستی بەرپرسایەتی

گەر بەرپرسایەتی بدەین بە
منداڵ، یارمەتیان دەدەین بۆ
گەشە دان بە هەستێکی
دروستی سەرفەرازی و
خۆمتمانە.

بەشی 3 – پەیوەندیی باش

تۆ ڕاهاتووی بە گفتوگۆ لەگەڵ کچەکەتدا، بەڵام ئێستا ئەو گەیشتوەتە تەمەنی 13 ساڵی و پێی خۆشە هەمیشە تەنیا بێت. کاتێک قسەی لەگەڵ دەکەیت، یان تووڕە دەبێت یان هەراسان، پاشان وای لێدێت ئێوە بە سەر یەکدا دەزریکێنن.

پەیوەندی – لایەنی جۆراوجۆر...

تێگەیشتن لە فەرهەنگی منداڵ و هەرزەکار

ئامێز و نەوازش

کاتی گونجاو – بۆ ڕاگرتنی پەیوەندی

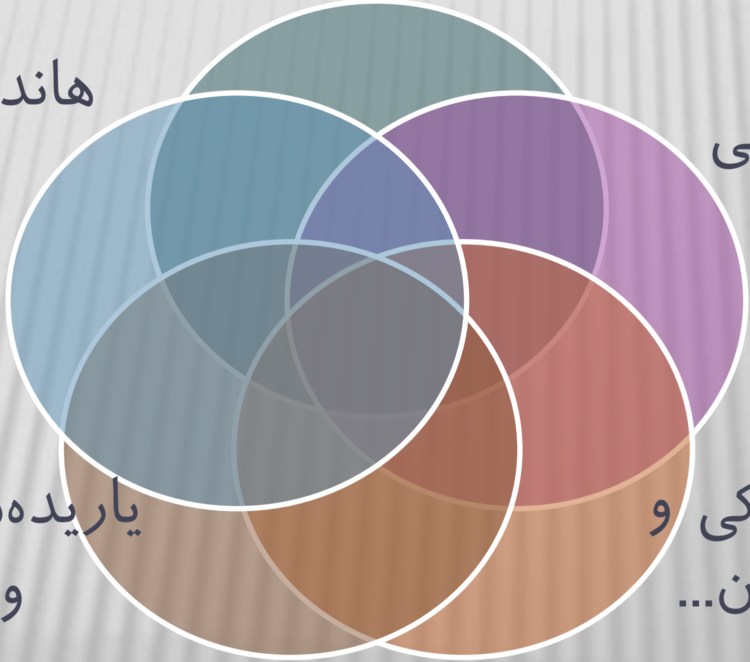
پەی بردن بە هەستی بەرانبەر

گوێ گرتن

بەشی 4 – سنووردانان

- بەشداری منداڵ و هەرزەکار لە دارشتنی ڕێسا و سنووردانان.
- ئاکامی ڕێساشکێنی و سنووربەزاندن دەبێ ڕوون بێت.

سنووردانان – ئامۆژگاری...

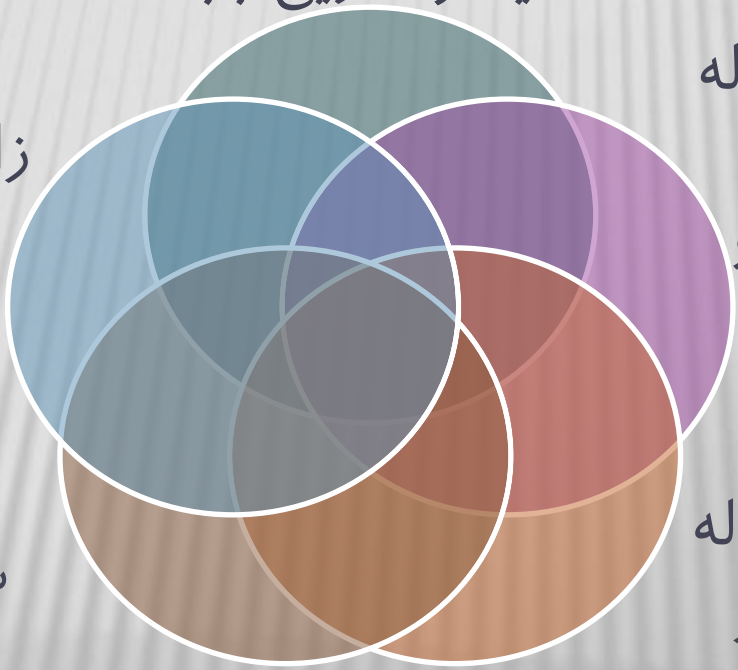


سنووردانان – ئامۆژگاری...

یەک بڕیار لە خێزاندا – نەخێری
دایە و ئەرێی بابە!

دەبێ چاوەڕوانیمان لە
منداڵ هەبێ –
چاوەڕوانیی گونجاو

سنووردانان بۆ
زارۆک و هەرزەکار
زۆر گرینگە



پەند وەرگرتن لە
ئاکامی ڕەفتار

سنووربەزاندن

بەشی 5 – هەڵبژاردن و بڕیاردان

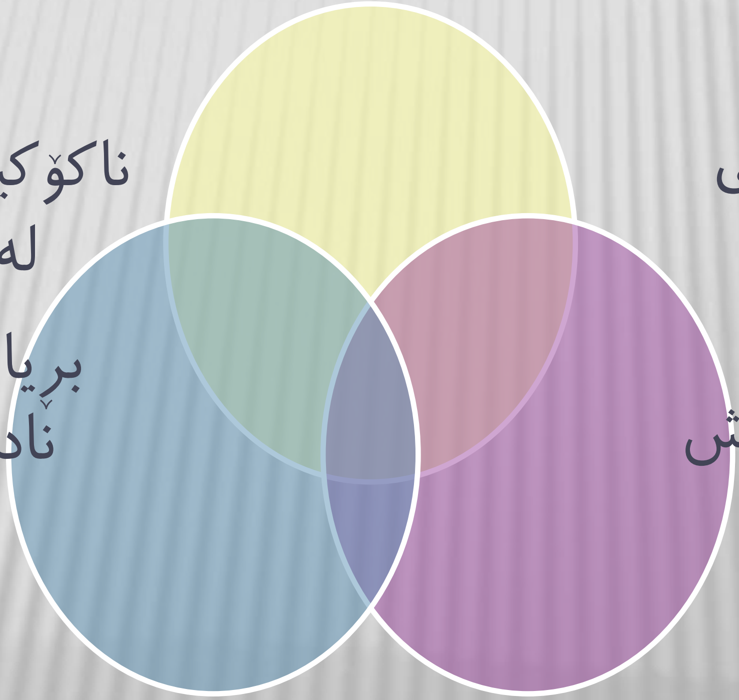
تەواوی ژیان بەندە بە هەڵبژاردنی جۆراوجۆرەوە، هەم بۆ منداڵ، هەم بۆ هەرزەکار و گەورە.

هەڵبژاردن – هۆکاری کاریگەر

- دابونەریت
- هەموو کەسانی دیکە هەر وا دەکەن
- من بەم شێوەیە سەرکەوتن وەدەست دێنم بۆیە دووپاتی دەکەمەوە
- ئەمە شێوەیەکی هاندەرانەیە
- بەشێکی بزوێنەری دڵخۆشی تێدایە
- دەکرێت کاریگەری ڕێکلام و میدیامان لە سەر بێت
- کاریگەری پەروەردەییمان لەسەرە
- هەر ئەوەندەی لێ دەزانین
- ... هتد

زانیار – هەڵوێست – کردار

زانیار سەرچاوەی هەڵوێست و هەڵبژاردنە



ناکۆکیی گوتار و ڕەفتار لەگەڵ زانیاردا!

بڕیار و هەڵبژاردنی نادروستی پشتەو زانست

کردار دەرئەنجامی هەڵوێست و هەڵبژاردنە

نەکردن و نەگوتنیش – هەڵوێستە!

بەشی 6 – ماددەی هۆشبەر

پەیامی خێزان و فێرگە بەرانبەر بە نەگونجانی گەنج
و کهوول دەبێت ڕوون و ئاشکرا بێت،

گرفتێکی گەورەتر و ترسناکتر لە کهوول کێشەی
ماددەی هۆشبەرە (نارکۆتیکا)، کە بە ڕێژەیەکی
زۆر ئاڵۆزتر مرۆڤ تووش دەکات.

منداڵ و هەرزەکار چاوت لێ دەکەن!

مرۆڤی ڕسکاو هەیە جگەرە دەکێشێت و کهوول دەخواتەوە، وەهای پیشان دەدات زۆر شاد و بەختەوەرە.

مرۆڤی ڕسکاو وەها بکات – هەرزەکاریش بەکارهێنانەکەی بە بەشێک لە ڕسکان (گەورەبوون) دەزانێت و لاسایی گەورە دەکاتەوە.

کاریگەریی دەوروبەر

منداڵی ئێمە لە جیهانێکدا دەژین
پڕە لە دەرفەتی بەکارهێنانی کهوول
و ماددەی هۆشبەری دیکە. ئێمە
دەتوانین لە ڕێگەی گفتوگۆوە
یارمەتی منداڵ بدەین لە تێگەیشتنی
ئەم دیاردەیە و کێشەکانی.

کێ لە سنووری مەترسیدایە؟

- فشاری هەڤاڵان بۆ تاقی کردنەوەی
- ئارەزووی ئەنجامدانی ڕیسکێک (خۆ خستنە مەترسیەوە)
- کونچکاوی (پرسنی)
- خێزانی کهوول و ماددەی هۆشبەری دیکە بەکار دەهێنن
- نەبوونی توانای لێکدانەوە (سوود و زیان)
- هەبوونی کێشە لە ماڵەوە یان لە فێرگە
- وەڕەز بوون لە ژیان و ... هتد

نیشانەی بەکارهێنانی ماددەی هۆشبەر؟

- هەڵسوکەوتی دەگۆڕێت: تووڕەیی، وڕی، بێمەیلی و ...هتد.
- چالاکی فیزیکی کز دەبێت: پیس و چەپەڵی، شپرزەیی و ...هتد.
- هەڤاڵانی یان دۆستان دەگۆڕێت
- بەرپرسایەتی ناگرێتە ئەستۆ: ڕێزی بۆ کات نامێنێت، بەردەوام دوا دەکەوێت، ئەرکی فێرگە بەجێ ناگەیەنێت و ...هتد
- هەتا دێت پەیوەندی گرتن لەگەڵیدا پتر ئەستەم دەبێت.
- متمانەی لاواز دەبێت...

چی بکەم باشە؟

- ئێوەی خێزان چی دەکەن گەر منداڵ جگەرە بکێشێت؟
- چی دەکەن گەر زارۆک یان هەرزەکار بە مەستی بێتەوە ماڵ؟
- فشاری خواردنەوە لە ژینگەی گەنجدا چۆنە؟ لە هی گەورەدا چۆنە؟
- دەکرێت کهووڵ لە ماڵەوە پێشکەشی گەنج بکەم یان ڕێگەی لێ بگرم؟
- خێزان، کاتێک دەربارەی کهوول لەگەڵ منداڵ دەدوێن، ئەنجامگیرییان چی دەبێ؟

خێزان و ناسکەساڵی منداڵی