هەنگاو
بە
هەنگاو

بەرگی سێیەم

هەنگاو بە هەنگاو

مافی چاپ و بڵاو کردنەوەی «هەنگاو بە هەنگاو»
© 2002 Committee for Children, USA

Second Step, third edition
www.cfchildren.org

تەرجەمە و ئامادە کردنی کۆمەک
www.komak.nu
2006

بەشی یەکەم – ڕاهێنانی هاوسۆزی

دەربارەی بەشی یەکەم

مەبەستی ئەم بەشە گەشە دانە بە توانای هاوسۆزی لای منداڵ. هاوسۆزی ڕیشاڵێکی سەرەکییە لە گەشەپێدانی ڕەفتاری جڤاکی و توانای چارەی کێشەی نێوان خەڵکدا. ئەو منداڵەی هەست دەرک دەکات مەیلی دڕیی کەمترە، باشتر جێی خۆی لە نێو خەڵکدا دەکاتەوە و توانای گشتیی جڤاکیی باشترە. منداڵێک توانای هاوسۆزیی بەرز بێت ئەم خاڵانەی پێ دەکرێت:

1- **دیاری کردنی هەست.** ئەمیان بریتییە لە:

- ناسینەوە و دیاری کردنی هەستی خۆ لە ڕێی سەرنج دانە نیشانە و سەرەداوی فیزیکی و دۆخەکی.
- ناسینەوە و دیاری کردنی هەستی بەرانبەر لە ڕێی سەرنج دانە سەرەداوی فیزیکی، زارەکی و دۆخەکی.
- جودا کردنەوەی هەستەکان لە یەکتر.

2- **وەرگرتنی ڕوانگەی بەرانبەر.** واتە: خۆ خستنە جێی بەرانبەر. ئەمیان بریتییە لە:

- پەی بردن بەوەی دەشێ مرۆڤ بۆچوون و هەستی جیاوازیان هەبێت دەربارەی هەمان دۆخ.
- بتوانێ ڕوانگە و دیدی کەسی بەرانبەر دەرک بکات.

3- **وەڵام دانەوەی بەسۆزانەی بەرانبەر.** ئەمیان بریتییە لە:

- پێشاندانی هاوخەمی و پەرۆشی.

خاڵی سەرەکی

چەمکی زمانەکی

لەم بەشەی یەکەمدا ئەو چەمکانە دێنە بەرباس کە پەیوەستی بیر کردنەوەی ڕەخنەگرانە و وردن. زۆربەی وانەکان لەسەر بنەمای چەمکی زارەکیی وەها هەڵنراون کە یاریدەر بن بۆ دەربڕینی ئاڵۆزیی هەست.

دیاری کردنی هەست

دیاری کردنی هەست، هەم لای خۆ و هەم لای بەرانبەر، بنەمای هاسۆزییە و کارئاسانی بۆ بەشەکانی داهاتوو دەکات. بێ پەی بردن بە هەستی بەرانبەر، هیچ هاندانێک لە ئارادا نامێنێت، نە بۆ چارەی کێشەی چڤاکی و نە بۆ جڵەو گرتنی تووڕەیی. نیشانە و سەرەداوی زارەکی، فیزیکی و دۆخەکی یارمەتیی منداڵ دەدەن هەست دیاری بکەن. لەم بەشەدا بابەتەکان پێک دێن لە ڕوانگە گرتنی بەرانبەر، سەرنج دانە وێکچووەکان و جیاوازییەکان، گەیاندنی هەستەکان، دەرک کردنی هەستەکان و دەربڕینی پەرۆشی.

وانەکانی بەشی یەکەم

1- **وانەی یەکەم:** دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی – سەرنجێکی گشتیی هونەرەکانی هاوسۆزی، بۆ نموونە: دیاری کردنی هەست، گرتنی ڕوانگەی بەرانبەر و وەڵامدانەوەی بەسۆزانەی بەرانبەر.

2- **وانەی دووەم:** هەستی ناکۆک – پەی بردن بەوەی خەڵک هەستی ناکۆکیان هەیە دەربارەی دۆخێک.

3- **وانەی سێیەم:** گوێ گرتنی چالاکانە– دیاری کردن و پیادە کردنی هونەرگەلی بیستنی چالاکانە.

4- **وانەی چوارەم:** دەربڕینی پەرۆشی– پەرۆشی خۆت بۆ بەرانبەر پێشان بدە.

5- **وانەی پێنجەم:** سەلماندنی جوداوازی– تێگەیشتن لەوەی کە هەمان کات خەڵکی جودان دەشێت لێکیش بچن.

دەمی ئامادە کردنی وانەکان، کات تەرخان بکە بۆ خوێندنەوەی سیناریۆکانی ڕۆڵوازی تاکوو بتوانیت دۆخەکان لەگەڵ ئەزموونی خوێندکارەکان ساز بکەیت. گەر پێویست دەکات باسەکانی ڕۆڵوازیی نێو کارتەکان کۆپی بکە بۆ ئەوەی خوێندکار بەکاریان بهێنن.

چەمکی زمانەکی

دانوستاندن دەربارەی هەستەکان ڕۆڵی گرنگی هەیە بۆ پێش خستنی هاوسۆزی و تواناکانی دیکەی پێویست بۆ چارەی کێشە (کتێبی Spivack and Shure ، چاپی 1974). چەمکی زمانەکیی وانەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە هەر وانەیەکی بەرنامەکەدا دەست نیشان کراون. دەشێت بەشێک لە وشەکان نوێ نەبن، بەڵام دوور نییە واتای تازەیان هەبێت. چەمکی زمانەکیی سەرەکی بریتین لە:

- پەیوەستەی «وێکچوو - جودا» یارمەتیی منداڵ دەدات هەست و خواستی بەرانبەر دەرک بکات، بۆ نموونە: «لاوکۆ لە ئاو دەترسێت. مەریەم مەلەی پێ خۆشە. ئەم دووانە بەرانبەر هەمان دیاردە هەستی جودایان هەیە.». لەوەش بترازێت، دەشێت هەمان منداڵ لە کاتی جیاوازدا ئارەزووی بابەتی جیاوازی هەبێت.
- پەیوەستەی «ئێستا - پاشان»، یارمەتی منداڵ دەدەن سروشتی گۆڕانکاریی سۆز دەرک بکەن، بۆ نموونە: «پێش ماڵ گواستنەوە سامان هەستی بە دڵتەنگی دەکرد. پاش گواستنەوە شاد بوو». هەلومەرج، ڕسکان و زانینی زیاتر دەبنە هۆکاری گۆڕینی هەست و خواست.
- پەیوەستەی «ئەگەر– ئەوا» و «بۆچی- لەبەر ئەوە» دەکەینە هاندەرێک بۆ بیر کردنەوەی ئەنجامبەندانە، بۆ نموونە: «ئەگەر لێی بدەم، ئەوا دەگری» یاخود «کوڕەکە ئازاری پێ گەیشت لەبەر ئەوەی لێم دا».

لیستەی چەمکەکانی بەشی یەکەم

سەلماندن، ڕووداو، بیستنی چالاکانە، و، پێشان- پاشان، پەرۆشی، گۆڕان، سەرەداو، ناکۆک، سۆز، دەربڕینی پەرۆشی، ئەگەر- ئەوا، بەمەبەست، ڕێز، وێکچوو– جودا، وەکیەک - جودا، دۆخ، بۆچی– لەبەر ئەوە.

سەرچاوە

Spivack, G., and Shure, M. B. (1974). *Social Adjustment of Young Children: A Cognitive Approach to Real-Life Problems.* San Francisco: Jossey-Bass.

گواستنەوەی زانیار

مۆدێلی گواستنەوەی زانیار کە لە سێ بەش پێکهاتووە بەکاربهێنە بۆ یارمەتیدانی خوێندکار لە گشتاندنی تواناگەلی هاوسۆزیدا. بڕوانە **ڕێنامەی مامۆستا**.

«خەیاڵی ئەمڕۆ». لە دەستپێکی ڕۆژەکەدا، یارمەتی خوێندکار بدە بڕیار بدات کەی هونەری نوێ بەکار بهێنێت. بۆ نموونە، لێ بپرسە:

- **کەی باشە هەمووومان هەمان کار بکەین؟** (دەمی وانەی ماتماتیک).
- **کەی باشە کاری جودا بکەین؟** (دەمی چالاکی).
- **کەی هەست بە شادی بکەین، باشە؟** (دەمی پشوو، دەمی فراڤین).

«ڕاهێزانی ڕەفتار». لە ماوەی ڕۆژەکەدا، زۆر دەرفەتی سروشتی دێنە پێش بۆ بەهێز کردنی ڕەفتار. ئەمانەی خوارەوە نموونەن لە هاندانی خوێندکاران بۆ بەکارهێنانی تواناگەلی هاوسۆزی:

- **بە بۆچوونی ئێوە لانە هەست بە چی دەکات؟ بە چیدا دەزانێت لانە تووڕەیە؟ مۆڕە دەکات و قۆڵی لەیەک ئاڵاندووە.** (دیاری کردنی هەست).
- **خۆت بەتەنها کارەکەت تەواو کرد، ئێستا هەست بە چی دەکەیت؟** (گرێ دانی هۆ و ئەنجام).
- **ژوان هەستی بە خەمباری دەکرد. پاشان تۆ کتێبێکت دایە. دەبێ ئێستا هەستی چۆن بێت؟** (هەست گۆڕین).
- **ئەگەر نەهێڵیت ڕەوەند بێتە ناو وازییەکەوە، هەست بە چی دەکات؟** (پێشبینی کردنی هەست).

«یادی ئەمڕۆ». داوا لە خوێندکاران بکە باس لەو دۆخانە بکەن کە هونەری دیاریکراویان تێدا بەکارهێناوە:

- **کێ ئەمڕۆ هەستی بە خەمباری کردووە؟ بۆچی هەستان بە خەمباری کرد؟**
- **کێ هەستی لەگەڵ گەورە ساڵێکی جێباوەڕدا باس کردووە؟**
- **کێ ئەمڕۆ هەستی دەربارەی شتێک هاتە گۆڕین؟**

تێک بەستنی «گواستنەوەی زانیار» لەگەڵ کاری ڕۆژانەدا، یارمەتی خوێندکار دەدات هونەرەکانی خۆ ئارام کردنەوە، چارەی کێشە و ڕاهێنانی هونەری ڕەفتار لە ژیانی ڕۆژانەدا پیادە بکات.

بەشی یەکەم – ڕاهێنانی هاوسۆزی

تێبینی دەربارەی پلەکانی گەشە سەندن

پێناسە و بابەتی گرنگ

هاوسۆزی لە منداڵدا بریتییە لە چەندین توانای پەیوەندیداری وەک ناسینەوەی هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر، تێگەیشتنی هۆکارەکانی هەست و هەروەها وەڵامدانەوەی هەستی بەرانبەر بە شێوەیەکی کارامە. بەهای فەرهەنگی کار دەکاتە سەر چۆنێتیی دەربڕینی هاوسۆزی، لەبەر ئەوە دەشێت گەشە کردنی تواناگەلی هاوسۆزی لە فەرهەنگێکەوە بۆ فەرهەنگێک جودا بێت.

لە سەرەتای خوێندنی ساڵانی پلەی سەرەتاییدا منداڵ دەتوانێت:

- هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر دیاری بکات.
- هۆکارەکانی هەست تێ بگات.
- جوداوازیی هەستی بەرانبەر لە هەستی خۆ درک بکات.
- درک بکات کە مرۆڤ لە یەک کاتدا زیاتر لە هەستێکی هەیە.
- درک بکات کە دەشێت کردار بەمەبەست بێت یاخود بێمەبەست بێت.

لەگەڵ ئەوەشدا، ئەم توانایانە هێشتا سەرەتایین، بۆ نموونە لە کاتێکدا زۆربەی منداڵی پۆلی یەکەمی سەرەتایی دەزانن کە دەشێت مرۆڤ لە یەک کاتدا هەستی جیاوازی هەبێت، کەچی کەمیان دەتوانن نموونەیەکی دیاریکراو باس بکەن.

لە پلەی سەرەتاییدا:

- توانای هاوسۆزی لای منداڵ خێرا پەرە دەستێنێت.
- منداڵ دەتوانن ڕوانگە و دیدی کەسانی دیکە تێبگەن.
- هەتا دێ جیاوازیبان لە بواری هاوسۆزیدا فرەوانتر دەبێت.

گرنگیی ئەم بەشە

کزیی ئاستی هاوسۆزی دەبێتە مایەی زیادبوونی دڕیی فیزیکی، ناتەبایی، لاوازیی لە خوێندنا و بەگشتی لاوازیی گەشە کردنی جڤاکی و هەستەکی.

چالاکیی دیکە

ئەم خاڵانە پێشنیازن بۆ تێک بەستنی بابەتەکانی بەشی یەکەم و بابەتی دیکە:

1- پارچەی گەورەی پەڕەی وێنەکێشان دابەش بکە و داوا لە خوێندکاران بکە پەڕەکە دوو جار بە نیوەیی بنوشتێننەوە تاکوو چوار بەش دروست دەکەن. کارتێکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، کە هەستێکی تایبەتی دەنوێنێت، پێشانی خوێندکاران بدە. داوایان لێ بکە ئەو هەستە، بە شێوەکاری - واتە بە هێڵ و ڕەنگ - بکێشن. نابێت وێنەیەکی وەک وێنەی کارتەکە بکێشنەوە. ئەم پرۆسەیە لەگەڵ وێنە کارتەکانی دیکە دووبارە بکەرەوە هەتا خوێندکاران هەر چوار بەشی پەڕەکە پڕ دەکەنەوە. نابێت هیچ لە هێڵکارییەکان نیشانە بکرێت. پاشان داوا لە خوێندکاران بکە وێنەکان لەگەڵ هاوبەشێکدا بگۆڕنەوە و هەوڵ بدەن بزانن هەر وێنەیەک وێنای کامە هەست دەکات. دەتوانیت پەرە بەم ئەم چالاکییە بدەیت و کاری هونەریی ناودار، کە وێنای هەستی جودا دەکات، پێشان بدەیت و داوا لە خوێندکاران بکەیت ناوی هەستەکان بدۆزنەوە. (هونەر).

2- «گەڕیانەلیستە running list» (لیستەیەکە دەگەڕێت لە نێو پۆلدا) ێک بۆ هەست ساز بکە و پۆلەکە هان بدە تا ڕستەی زیادی بخەنە سەر، بۆ نموونە تۆ بنووسە «من هەست بەدڵگەرمی دەکەم کاتێک......». ئەوجا داوا لە خوێندکاران بکە ڕستەکە تەواو بکەن بە نووسین و وێنەی ڕوون کردنەوە بخەنە سەر. (هونەرگەلی زمانەکی، هونەر).

3- ئەم چالاکییە خوێندکاران هان دەدات وێکچوون و جوداوازی لە نێو منداڵی هاوپۆلدا دیاری بکەن. سەرەتا، داوا لە خوێندکاران بکە وەڵامی ئەم دەستەواژانە بدەنەوە. پاشان، داوایان لێ بکە ئەنجامەکانی پۆلەکە بە ڕێژە دەربڕن (بۆ نموونە، 8/24 یاخود 1/3 ی خوێندکاران بەستەنی پێ خۆشترە لە نەستەلە)

- ئەوەی بەستەنی هەناری لە لا خۆشە بچێتە لای ئەو دیوارەوە. ئەوەی بەستەلی نەستەلەی لە لا خۆشە بچێتە لای دیوارەکەی دیکە.
- ئەوەی وانەی ماتماتیکی لەلا خۆشە بچێتە لای ئەو دیوارە. ئەوەی وانەی زمانی لەلا خۆشترە بچێتە لای دیوارەکەی دیکە.
- ئەوەی گەمەی نێو بەفری لەلا خۆشە بچێتە لای ئەو دیوارە. ئەوەی گەمەی نێو ئاوی لەلا خۆشترە بچێتە لای دیوارەکەی دیکە. (ماتماتیک)

4- داوا لە خوێندکاران بکە یاداشتێکی ڕۆژانە ڕابگرن کاتێک کەسایەتییەکی مێژوویی لە پۆلدا دەخوێندرێت، بۆ نموونە وەکوو ئەحمەدی خانی. (لێکۆڵینەوەی جڤاکی، هونەرگەلی زمانەکی)

5- ئەم ڕاهێنانە بۆ دەرخستنی توانای سەرنج دانە. سەبەتەیەک پرتەقاڵ بهێنەرە نێو پۆل. پرتەقاڵەکان بەسەر بازنەیەکی 10-12 خوێندکاردا دابەش بکە. پاش ئەوەی هەر خوێندکارێک «ئاشنای» پرتەقاڵەکەی خۆی دەبێ، پرتەقاڵەکان بخەرەوە نێو سەبەتەکە. ئەم جارە داوا دانە پرتەقاڵەکان بگێڕە بە نێویاندا. ئەوەی پرتەقاڵەکەی خۆی ناسییەوە گلی بداتەوە، هەتا هەموویان پرتەقاڵی خۆیان دەدۆزنەوە. ئەوجا بپرسە:

- چۆن پرتەقاڵەکەت ناسییەوە؟
- ئایا پاش وردبوونە لە پرتەقاڵەکە مامەڵەت بەرانبەری گۆڕا؟ (سروشتناسی، بیری ورد)

6- پارچەیەک موزیکی سۆلۆ لێ بدە و باس لەوە بکەن ئایە دانەرەکە هەوڵی داوە چ هەستێک ک بگەیەنێت. (موزیک)

7- داوا لە خوێندکاران بکە وازیی «وشەوازی» بکەن. بە جووتێک خوێندکاری دڵخواز دەست پێ بکە. وشەیەکی هەست، وەک «دڵەڕاوکێ»، بە گوێی خوێندکارێکیاندا بچرپێنە. داوا لەو خوێندکارە بکە نیشانە و سەرەداوێ پێشان بدات، خوێندکاری بەرانبەر هەوڵ دەدات وشەکە هەڵبێنێت. بۆ نموونە، دەشێت خوێندکارەکە بڵێت، «هەستی نیگەرانی». لە جیاتی ئەوەش، داوا لە خوێندکاران بکە تەنها سەرەداوی ڕوخسارەکی و فیزکی لەجیاتی وشە بەکار بهێنن بۆ گەیاندنی هەستەکە. (هونەرگەلی زمانەکی، بیری ورد)

8- خوێندکاران بکە بە گروپی دوو کەسی. داوا لە یەکێکیان بکە وا خۆی بنوێنێت ڕۆڵی کەسایەتییەکی مێژوویی وازی بکات کە لە پۆلدا خوێندراوە. داوا لەوەی دیکە بکە بە بەکارهێنانی هونەرگەلی بیستنی چالاکانە دیدارێک لەگەڵ ئەو کەسایەتییەدا ساز بکات. (لێکۆڵینەوەی جڤاکی، دراما)

9- بە دەنگی بەرز چیرۆکێکی خەیاڵکردی ناسراو بخوێنەرەوە، بۆ نموونە «شیرین و فەرهاد». داوا لە خوێندکاران بکە چیرۆکەکە لە ڕوانگەی کاراکتەرە گەورەکانەوە بنووسنەوە یاخود نمایش بکەن. (هونەرگەلی زمانەکی، دراما)

10-کاراکتەری زنجیرەیەکی گاڵتەوگەپ هەڵبژێرە کە زۆربەی جار تووڕەیە. داوا لە خوێندکاران بکە سەرنج بدەنە ئەوەی کاراکتەرەکە چۆن جڵەوی تووڕەیی خۆی دەگرێت. ئەوجا داوایان لێ بکە زنجیرە گاڵتەوگەپەکە نمایش بکەنەوە کە کاراکتەرەکە چارەی تووڕەییەکەی دەکات بە بەکارهێنانی هونەرگەلی پرۆگرامی «هەنگاو بە هەنگاو». (هونەر، هونەرگەلی زمانەکی)

11-داوا لە خوێندکاران بکە نمایشێکی بووکەڵە ساز بکەن کە لەسەر وانەیەکی پەسەندی پرۆگرامی «هەنگاو بە هەنگاو» هەڵ نرابێت. (هونەر، هونەرگەلی زمانەکی)

بۆ زانیاریی زیاتر و گۆڕینەوەی بیرورا، سەردانی بەشی مامۆستایان بکە لە سایتی کۆمەڵەکەماندا www.cfchildren.org

کتێب

گەر کتێبی کوردیی گونجاو بۆ ئەم بابەتە دەست کەوت ئاگادارمان بکە بۆ ئەوەی کەسانی دیکەش لێی سوودمەند بن.

© 2002 Committee for Children, USA

بەشی یەکەم – ڕاهێنانی هاوسۆزی

وانەی ڤیدیۆدار

وانەی یەکەم: دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی

چەمک

هاوسۆزی پێویستی بە دیاری کردنی هەستی کەسی بەرانبەر هەیە.
ڕوانگە گرتن بریتییە لە پەی بردن بەوەی دەشێت مرۆڤی جیاواز، دیدی جیاوازی بەرانبەر هەمان دۆخ هەبێت.

چەمکی زمانەکی: سۆز، سەرەداو، دۆخ، وێکچوو - جودا، ئەگەر- ئەوا، پێشان- پاشان، گۆڕان، بەمەبەست، ڕووداو.

ئامانج

خوێندکاران:

- بتوانن هەستی جۆراوجۆر بناسنەوە.
- بزانن کە بەرانبەر هەستی جودایان هەیە.
- ئەوە دیاری بکەن کە هەست دێتە گۆڕێن.
- پێشبینیی هەستی بەرانبەر بکەن.
- پەی بەرن بەوەی مرۆڤ پێویستی بە زانیاری زیاتر هەیە بەر لەوەی بڕیار لەسەر مەبەستی کەسی بەرانبەر بدات.

پێداویستی

- کاسێتی ڤیدیۆی پۆلی سێی پرۆگرامی «هەنگاو بە هەنگاو»: «دەمی فراقین».
- تەلەفزیۆن و ئامێری ڤیدیۆژن.
- نامەیەک بۆ ماڵەوە، ژمارە 1، دەروازەیەک ڕووەو «هەنگاو بە هەنگاو»: دەربارەی ڕێبەستن لە توندوتیژی.

ئامۆژگاری بۆ مامۆستا

هاوبەشی خوێندکار بەکاربهێنە بۆ پێداچوونەوە یاخود گەشە پێدانی ڕێساگەلی گفتوگۆی نێو پۆل.
ئەم وانەیە پێداچوونەوەی هاوسۆزییە، کە بناغەی پرۆگرامەکەیە. خوێندکاران فێر دەبن بەدوی سەرەداوی هەستی بەرانبەر بگەڕێن، هەوڵ دەدەن مەبەستی بەرانبەر دیاری بکەن، بە دوی وێکچوون و جیاوازییەکانی هەستی بەرانبەردا دەگەڕێن و سەرنج دەدەنە هەستگۆڕین. هانی منداڵ بدە گۆڕانی هەستی خودی خۆیان دەرک بکەن بۆ ئەوەی تێبگەن کە هەستی ناخۆشی هەمیشەیی نییە.

پێشتر تەماشای کاسێتی ڤیدیۆکە بکە، پاشان هەڵی بکەرەوە سەرەتا.
لەبەر درێژیی ئەم وانەیە، دەتوانن بە دوو دانیشتن پێشکەشی بکەن، بەڵام دوو ڕۆژیان پتر نێوان نەبێت.

چیرۆک و گفتوگۆ

ئەمساڵ پرۆگرامی «هەنگاو بە هەنگاو» بەکار دەهێنین. هەموو وانەیەک بریتییە لە وێنە و داستانێک دەربارەی ئەو وێنەیە. سەیری وێنەکە دەکەین، داستانەکە باس دەکەین و پاشان بە ڕۆڵوازی و چالاکیی دیکە باسەکە پیادە دەکەین. ئەم هونەرانەی فێریان دەبین یارمەتیمان دەدەن لەگەڵ خەڵک باشتر هەڵ بکەین و جێگەی خۆمان لە کۆمەڵگەدا بکەینەوە.

لە وانەکانی پرۆگرامی «هەنگاو بە هەنگاو» دا:

- **ئاشنای هەستی خۆمان و هەستی بەرانبەر دەبین.**
- **فێر دەبین چۆن گەر کێشەمان لەگەڵ بەرانبەر بوو، چارەی بکەین.**
- **فێر دەبین چۆن تووڕەبوونی خۆمان چارە بکەین.**

ئەمڕۆ، باس لە هەستی کەسی بەرانبەر دەکەین. خۆمان دەکەینە دۆزکار (کەسێکی خەریکی دۆزینەوەی باس و بابەت بێت) و بە شوێن نیشانە و سەرەداودا دەگەڕێن. سەرنج دەدەینە ڕوخسار و لەشی بەرانبەر. سەرنج دەدەینە بارودۆخ، چی ڕوو دەدات.

فیلمەکە پێشان بدە. پشوویەک بۆ گفتوگۆ و ڕا دەربڕین. وێنەی **«جوانە»** پێشان بدە.

1- **دەستی جوانە پیس بووە، پێت وایە هەست بە چی دەکات؟** (خەمبارە. شەرمەزارە. پەستە. تووڕەیە.) **سەرەداوەکان چین؟** (دەمی ڕووەو خوارەوەیە. لێوەکانی دەرپەڕیون. چاوەکانی ڕوو لە لایەکە.) **لە ڕوخساریدا دیارە خەمبارە. دۆخەکەش دیارە.**

2- **لە ڕاستیدا، جوانە چەند هەستێک کی تێدا پەیدا بوو دەمی کارزان خۆی پێدا کێشا. سەرباری خەمباری، جوانە چ هەستێک کی دیکەی هەبوو؟** (سەرسوڕماو، هەراسان، تووڕە.) **دەشێت مرۆڤ لە یەک کاتدا چەندین هەستی هەبێت.**

3- **مینا هەست بە چی دەکات؟** (نیگەرانە.) **کام سەرەداو ئەمە پێشان دەدات؟** (چاوەکانی کەمێک داخراون. لێوەکانی دەگەزێت. لە جوانە دەڕوانێت. تۆنی دەنگی بە پەرۆشە.) **نیگایەکی نیگەرانەمان لەسەر ڕوخساری مینا بەدی کرد. گوێمان لێی بوو ئاوازێکی دەنگی بە پەرۆشی بەکار هێنا دەمی بە «جوانە» ی گوت، «ئایا سەلامەتیت؟»**

4- **بەمۆ هەست بە چی دەکات؟** (شادە.) **چۆن دەزانیت؟** (لەوە دەچێت پێی بکەنێت.) **ڕوخساری بەمۆ شادی پێشان دەدات. دیتمان لەگەڵ کارزاندا کاتیان بەسەر دەبرد و گوێمان لێی بوو پێدەکەنی.**

کەواتە هەموو کەس دەربارەی پەرش بوونی شیرەچۆکلادەکە یەک هەست نین. هەستی جوانە جیاوازە لە هی بەمۆ. جوانە هەست بە خەمباری دەکات و بەمۆ هەست بە شادی. مرۆڤی جیاواز دەربارەی هەمان دیاردە هەستی جیاوازیان هەیە.

5- **کاتێک کارزان خۆی بە جوانەدا کێشا و شیرەچۆکلادەکەی بە دەوروبەردا بڵاو بۆوە، هەستی بە چی کرد؟** (بە خۆشی.) **سەرەتا، کارزان شاد بوو، پێی وابوو کارەکە شۆخی (گاڵتە) بوو.**

6- **ئێستا کارزان چی پێ دەکرێت؟** (هەر پێ بکەنێت. یارمەتی جوانە بدات. جوانە فەرامۆش بکات. داوای لێبووردن بکات.)

7- **ئەگەر کارزان هەر پێ بکەنێت، جوانە هەستی بە چی دەکات؟** (شەرمەزار، پەست.) **ئەگەر کارزان یارمەتی بدات لە خاوێن کردنەوەدا، جوانە هەست بە چی دەکات؟** (سوپاسگوزار، شاد.) **ڕەفتاری کارزان کار لە هەستی جوانە دەکات. ئەوەی مرۆڤ دەیکات کار لە هەستی بەرانبەر دەکات. ئادەی با پێکەوە تەماشای کارزان بکەین داخۆ بڕیاری چی دەدات.**

کاسێتی ڤیدیۆ کلیپەکەی دیکە پێشان بدە، پشوویەک بۆ گفتوگۆ و ڕا دەربڕین.

بۆ کارتی داهاتوو

بەشی یەکەم – ڕاهێنانی هاوسۆزی

وانەی ڤیدیۆدار

وانەی یەکەم: دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی

پاشماوەی کارتی پێشوو

وێنەی دووەم پێشان بدە.

8- کاررزان کاتێک ڕای کرد کلێنێکس بهێنێت، هەستی بە چی کرد؟ (پەرۆشدار بوو، یاریدەر بوو.) **چۆن دەزانیت؟** (یارمەتی جوانەی دا لە خاوێن کردنەوەدا. پۆزشی هێنایەوە.) **کاررزان یەکەمجار خۆی بە جوانەدا کێشا هەستی بە دڵخۆشی کرد. پاشان ڕوخساری ئەوی بینی، هەستی بە پرۆشیی کرد.**

9- ئێستا جوانە هەست بە چی دەکات؟ (ئارامە، شادە.) **چۆن دەزانیت؟** (ئەو پێدەکەنێت.) **زووتر جوانە پەست بوو. پاش ئەوەی کاررزان پۆزشی هێنایەوە و یارمەتی دا، هەستی بە ئارامی کرد.**

10- چ شتێک بووە هۆی گۆڕینی هەستی جوانە؟ (کاررزان پۆزشی هێنایەوە و یارمەتی دا لە خاوێن کردنەوەدا. زانی کە ڕووداوەکە بێمەبەست بوو.)

دەمی خەمباری و تووڕەیی زۆر باشە مرۆڤ بزانێت کە ئەو هەستە دێتە گۆڕین، هەتا سەر وەها نامێنێت.

11- پێت وایە کاررزان بەمەبەست شیرەکەی ڕشت؟ (نەخێر.) **پاش ئەوەی خۆی کێشا بە جوانەدا، مینا چی گوت دەربارەی کاررزان؟** («تەماشا کە! کاررزان ڕا دەکات. باوەڕ ناکەم کە ڕا دەکات!») **مینا بازی بۆ ئەو دەرئەنجامە دا کە کاررزان بەمەبەست ئەو کارەی کردووە. بەبێ ئەوەی دڵنیا بێت، بڕیاری دا کاررزان بەمەبەست ئەوەی کردووە. پاشان کە زیاتری زانی دەربارەی ڕووداوەکە، مینا دەرکی کرد کە کاررزان بەمەبەست ئەو کارەی نەکردووە.**

12- ئایا کاررزان مەبەستی بوو شیرەکەی جوانە بە هەموو لایەکدا بڕژێت؟ (نەخێر.) ڕژانی شیرەکە «ڕووداو» بوو.

ڕۆڵوازی

دۆخێک بە گوێی یەکێکتاندا دەچرپێنم و ئێوەش نمایشی دەکەن. چۆنێتی هەست کردنتان بۆ دۆخەکە هەڵ دەهێنین. هەروەها دەبێت بڕیاریش بدەین ئاخۆ هەمان هەستت هەیە لە کۆتایی چیرۆکەکەدا کە لە سەرەتادا هەتبووە. پێویستیت بە بەکارهێنانی ڕوخسار و لەش و وشە دەبێت تاکوو پێشانی پۆلەکەی بدەن چۆن هەست دەکەن، بەڵام ناتوانن خودی وشەگەلی هەست بڵێن. سەرەتا من ڕۆڵوازییەکە دەکەم.

پێشانی خوێندکارانی بدە. وا خۆت دەربخە کە لە پێشبڕکێی ڕا کردندایت. سەرەتا بچۆ بۆ دواوە و پێشەوە، بە نیگەرانییەوە خۆت بکشێنە، سەیری دەوروبەرت بکە، نینۆکت بگەزە و بڵێ: **ئۆوا! خەڵکی زۆر لێرەن. خۆزگە پێشبڕکێکە دەستی پێ دەکرد.** پێشبڕکێکە دەست پێدەکات. لە شوێنی خۆت بەرز بەرەوە، پاشان هێڵی کۆتایی تێپەڕێنە و دەستەکانت بۆ سەرەوە بەرز بکەرەوە. بە خەندەیەکەوە بڵێ: **چاکە! خۆش بوو!**

لە سەرەتاوە هەستم بە چی کرد؟ (نیگەران، خەفەتبار، پەشێو.) **لە کۆتادا هەستم بە چی کرد؟** (دڵگەرم، نازۆ، شاد.) **ئایا هەستم گۆڕا؟ (ئەرێ.)**

ئەوجا سەرەی خوێندکارانە. کاتیان بدەرێ تاکوو خۆیان ئامادە بکەن. بیریان بخەرەوە کە دەکرێت چیرۆکەکەیان گۆڕانی هەستی تێدا بێت. لەم لیستەی خوارەوە دۆخی لەبار هەڵبژێرن یان خۆتان پێشنیازی دیکە داڕێژن.

هەستت بە چی دەکرد ئەگەر:

- **میوەیەکی نوێت بخواردایە؟**
- **برایەک یاخود خوشکێکت لە دایک بایە؟**
- **لە ماڵی هاوڕێیەکدا شەوت بەسەر ببردایە؟**
- **لە کلینیکی دکتۆردا دەرزیت لێ بدرایە؟**
- **بچوویتایە بۆ فیلمێکی ترسناک؟**
- **هەر تۆ ماویت لە فێرگە و چاوەڕێیت بێن بەدواتدا؟**
- **یەکەم ڕۆژی خوێندنە لە پۆلی سێ؟**
- **زۆر بەرز بەسەر دارێکدا هەڵگەڕاویت؟**
- **فێر بوویتایە چۆن یاری باسکە بکەیت؟**
- **لە گەمەی کاتی پشوودا، لە سەرت نەکەن؟**

ئەنجامگیری

لەم وانەیەدا گفتوگۆمان دەربارەی چۆنێتی دیاری کردنی هەست و سۆزی بەرانبەر کرد ئەویش لە ڕێی گەڕان بە دوای سەرەداو لە ڕوخسار و لەشدا، لە وشە و لە دۆخدا. هەروەها دەربارەی ئەوەش دواین کە خەڵک هەستی جوادی هەیە بەرانبەر هەمان دۆخ. باس لەوەش کرا کە هەستی خەڵک دەگۆڕێت.

بۆ ماڵەوە

نامەیەک بۆ ماڵەوە، ژمارە 1، دەروازەیەک رووەو «هەنگاو بە هەنگاو»: دەربارەی ڕێبەستن لە توندوتیژی.

گواستنەوەی زانیار

دەمی چالاکی ڕۆژانە، هانی خوێندکاران بدە چۆنێتی دەرک کردنی هەستیان و چۆنێتی پێشبینی کردنی دەرک کردنی هەستی بەرانبەر دیاری بکەن لە دەرئەنجامی کرداری دیاریکراودا.

خوێندکاران پاداشت بکە دەمی گۆڕانی هەست پێشان دەدەن، بۆ نموونە: **«لەیلان، پێشان تۆ نیگەران بوویت دەربارەی چوونە سەر تەختەی شانۆ. ئێستا دڵگەرم دیاریت».**

لیستێکی وشەگەلی هەست لەسەر کاخەزی پۆستەر لە پۆلدا ساز بکە و هەستە نوێیەکانی خوێندکارانی بخەرە سەر.

یادی ڕۆژ: داوا لە خوێندکاران بکە ئەو کاتانە بهێنەوە یاد کە هەستی تایبەتیان دەرکە کردووە.

«...»