Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

// Zukunftsministerium
Was Menschen berührt.

ሸሞንተ ነጥብታት
ናይ ኣተዓባብያ ኹነታት
ከሐይሉ ዝኽእሉ

EDUCATION
MAKES YOU
STRONGER

ሸሞንተ ነጥብታት
ናይ ኣተዓባብያ ኹነታት
ከሐይሉ ዘኽእሉ

ትሕዝቶ

መእተዊ ____ 5

ኣተዓባብያ እንታይ ማለት ኣዩ ____ 6

ሸሞንተ ነጥብታት ናይ ኣተዓባበያ ዀነታት ከሐይሉ ዝኽእሉ ____ 8

ኣተዓባብያ፡ ፍቕሪ ምልጋስ ማለት ኢዩ ____ 9

ኣተዓባብያ፡ ውን ምቁያቕ ማለት እዩ ____ 10

ኣታዓባብያ፡ ማለት ጽን ኢልካ ምሰማዕ ማለት እዩ ____ 12

ኣታዓባብያ፡ ማለት ገደባት ወይ ሕግታት ምምስራት ማለት እዩ ____ 13

ኣተዓባብያ፡ ኣተዓባብያ ነጻ ተሳትፎ ምሃብ ኢዩ ____ 15

ኣተዓባብያ፡ ሰምዒትካ ምርኣይ ማለት’ዩ ____ 17

ኣተዓባብያ፡ ግዘኻ ምሃብ ማለተ’ዩ ____ 18

ኣተዓባብያ፡ ትብዓት ምሃብ እዩ ____ 20

ምዕዶን ሓገዝን ንምሕያል ስድራበታት ____ 22

ዝኸበርኩም ወለዲ፡

ስድራ-ቤት ማለት እቲ ኣገዳሲን ወሳኒን ተራ ኣብ ማሕበራውን ስምዒታውን ምዕባለ ሓደ ህጻን ዝጻወት ረቋሒ እዩ። ብዙሓት ስድራቤታት ግን ኣብዚ መድረኽ ኣዝዩ በዳሂ ዝኾነ ዝተፈላለዩ ጸቕጥጣትን ጸገማትን የጋጥመን እዩ። ከም ናይ ግዜን ውዳቤን ጸቕጢ ኮነ ናይ ውጽኢታውነትን ፍጻሜታትን ጸቕጢ ዝኣመሰሉ ኣብነታውያን ጸገማት እዮም። ስለዚ ውላድ ብግቡእ ምዕባይ ርእሱ ዝኸኣለ ዓቢ ዕዮ ስለ ዝኾነ፡ ገለ ካብዚ ምኽርታትና ጠቓሚ ከይኮነኩም ኣይተርፍን እዩ።

እዛ ንእሽቶይ መጽሓፍ “ፍልጠት ኣተዓባብያ ብትምህርቲ” እምበኣር ኣብ ኣተዓባብያ ውላድኩም ጠቓምቲ ሓበሬታታት ኣተዓባብያ ትልግስ። ከም ወለዲ መጠን ንስኹም ንውላድኩም መስትያትን ቀጥታዊ ርክብ ዘለኩምን ኢኹም። ስለዚ ህጻናት ርእሰ-ተኣማንነትን ሓያል ባህርያትን ከጥርዮ እዚ ጽሑፍ “ሸሞንተ ምኽርታት ኣተዓባብያ ህጻናት” ወፊዩልኩም ኣሎ። ገለ ካብቶም ንዕዉት ኣተዓባብያ ክጠቕሙ ዝኽእሉ ረቛሒታት ድማ ከም ፍቕሪ ምልጋስ፡ ስምዒትካ ምግላጽ፡ ምትብባዕ፡ ከምኡ ‘ውን ሚዛን ኣብ መንጎ ነጻነት ምሃብን ዶባቶም ምርኣይን ክጥቀሱ ይኽእሉ።

እዛ “ፍልጠት ኣተዓባብያ ብትምህርቲ” ትብል መጽሓፍ ብዘይካ ብቋንቋ ጀርመን ብዓሰርተ ሽዱሽተ ካልኦት ቋንቋታት ብቕልል ዝበለ ኣጸሓሕፋ ተዘርጊሓ ኣላ። እምበኣርከስ እዛ መጽሓፍ ከም ሓገዝ ናይ ኣንፈት ኣተዓባብያ ኣብ መዓልታዊ ሂይወትኩም ክትኮነኩም ንምነ ከምኡ ድማ ኣብቲ ሓላፍነት ዘለዎ ዕዮ ክነሱ ዕድለኛታት ምኧንኩም እንዳ ገለጽና፡ ውላድኩም ብርእሰ-ተኣማንነትን ብቑዕ ማሕበራዊ ባህርያትን ወሪሱ ክዓቢ ትጻወትዎ ተራ ጽቡቕ ዕድል ንምነየልኩም።

Emilia Müller
ኤሚሊያ ሙለር
ሓላፊት ሚኒስትሪ

Johannes Hintersberger
ይሃንስ ሂንተርስበርገር
ወኪል ሚኒስትሪ

ኣተዓባብያ እንታይ ማለት እዩ

ብቐዳምነት ኣተዓባብያ ንወለዲ ጥራይ ዝምልከት ጉዳይ ዘይኮነስ ንኹሉ አካል ዝምልከት ጉዳይ ኮይኑ ናይ ብምሉእ ሕብረተሰብ ናይ ሓባር ሓላፍነት እዩ፡፡ ኣተዓባብየ ንህጻናት ንብዙሕ ነገራት ከማዕብሎም ይግባእ፡፡ ንኣብነት ሂወቶም ንኽመርሑ ብድሆታት ንኽገጥሙ ዝምድናታት ነኽማዕበሉ ብጌጋታቶም ንኽአረሙ ናይ ካልእ ሰብ ርእይቶ ንኽቅበሉ...ወዘተ ክጥቀሱ ይኽእሉ፡፡

በቲ ኻልአ መዳይ ድማ ኣተዓባብያ ንህጻናት ንሂወቶም ኣገደስቲ ዝኾኑ ነገራት ከለልዩ ይጠቅም፡፡ ከም ዕለታዊ መግበን ክዳንን ጥንቃቐን ንዓለምና ክድህሱሱ ዘኽእሉ ዕድላትን ንምፍላጥ ይጠቅም፡፡ ከም ንጡፍ ርክባተን ጸታ ከይፈለኻ ፍልጠትን ክእለትን ንኽድልቡ ምግባርን ውን ምስ ኣተዓባበያ ይቖጻር፡፡ ህጻናትና መታን ተረኪብቲ ሕብረተሰብ ክኾኑ ተሞክሮታቶም ንኽድልቡ ኣብ ጎድኖም ቡቑዓት ኣለይቱ ክህልውዎም ይግባእ፡፡

ህጻናት ኣብ ከባቢኦም ዝተፈላለዩ ኣርኣያታት ኣለዋም፡፡ ከም ወለዲ፣ መምሃራን ኣለይቲ ህጻናት ቤት ትምህርት መውዓል ህጻናት ከምኡውን ኣብ ዕለታዊ ዘጓንፍዎም ሰባትን ኣብ ተለቪጅን ዝመጹ ምስልታትን ወን ክሰመዩ ይኽእሉ፡፡ እቶም ቀንዲ ኣገደስቲ ንህጻናት ግን እቶም ኣብ ዕለታዊ ሂወቶም ኣብ ጎድኖም ዝርከቡ ዓበይቲ ሰባት እዮም፡፡ ስለዝኾነ ድማ ባህርያትን ተግባራትን ወለዲ ኣብ ህጻናት ኣዝዩ ዓቢ ተራ ይጻወት፡፡

ሓገዝን ደገፍን ወለዲ ካብ ጊዘ ናብ ጊዘ ክብረዩ ግቦኦም'ዩ። ሓደ ሓደ ጊዘ ስድራቤታት ነንሓድሕዶም ክተሓጋገዙ ንቡር'ዩ። ካብኡ ሓሊፉ ድማ መሓዙቶም መሳርሕቶም ቤተሰብን ጎረባብትን ብዕትበት ክተሓባበሩ ኣዝዩ ኣገዳሰነት ኣለዎ። ሰድራቤታት ኣብ ኣተዓባብያ ኣንፈቶም ምስ ዝጠፍኦም ውን ከም ነውሪ ክቖጸር የብሉን። ነዚ ዝምልከቶም ከም ማሕበር ሓገዝ መንእሰያት፣ ማሕበር ኣሰተምህሮ ወለዲ ከምኡ ውን ቤት ምኽሪ ወለዲ ብውልቂ ክትሓባባበርዎም ይኽእሉ። ኣተዓባብያ ህጻናት ሂወት ዝሰረጸ ኣደናቒ መሰርሕ'ዩ። ዋላ'ኳ ሓደሓደ ጊዘ ኣሸጋሪ ይኹን ምበር፣ ብጣዕሚ ደስታ ዝሰሮጾን ኣብ ሕብረተሰብ ዓቢ ኣገዳሰነተ ዘለዎን ነግር'ዩ። ምስ ምዕቡል ኣተግባብያ ዓለምና ካብ ህጻናትና ብዙሕ ትኽሰብ ህጻናት ድማ ካብ ዓለምና ብዝያዳ።

ንዕውት ኣተዓባብያ ዘድልዩ መገድታት ንወለዱ

- ምቹእ ባይታ ሰድራቤት እኹል ገዛ ውሕስነተ ዘለዎ ስራሕ ናይ ገንዘብ ሓገዝ፡ ናይ መዕበዪ ዕድላትን ሙቹእ ሰድራበታዊ ኣካባቢ የድልዮም።

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

ሸሞንተ ነጥብታት
ናይ ኣተዓባበያ ኹነታት ከሐይሉ ዝኽእሉ

“ሓያል ኣተዓባባያ” ከመይ ይመስል፤ ኣብዚ እዋን’ዚ ወለዲ ካብ ዋሕዚ መጻሕፍትን መጽሄታትን ኣወንታዊ ምኽርታት ኣተዓባብያ ክቐስሙ ይኽእሉ። ንሕና ሕጂ ተወሳኺ ምኽሪ ክንህብ ኣይኮነን ዕላማና። እዛ ጋንታ ኅስጓሰ “ሓያል ኣተዓባብያ” ሸሞንተ መሰረታዊ ነጥብተትን ኣተዓባብያ ዝገልጹ ንጹራት መደባት ዘጠቓልል ተቐርበልኩም።

ኣተዓባብያ...

...ፍቕሪ ምልጋስ ማለት ኢዩ
...ውን ምቁያቕ ማለት እዩ
...ማለት ጽን ኢልካ ምሰማዕ ማለት እዩ
...ማለት ገደባት ወይ ሕግታት ምምስራት ማለት እዩ
...ኣተዓባብያ ነጻ ተሳትፎ ምሃብ ኢዩ
...ሰምዒትካ ምርኣይ ማለት’ዩ
...ግዘኻ ምሃብ ማለተ’ዩ
...ትብዓት ምሃብ እዩ

ኣተዓባብያ፡
ፍቕሪ ምልጋስ ማለት ኢዩ

ንሓደ ቆልዓ ፍቕሪ ምልጋሰ ምስ ኩሉ ጠባያቱ ኣፍቂርካ ምኽንያት ፍቕርኻ ውን ክትግልጸሉ ምፍታን ማለት እዩ፡፡ ህጻናትን ቆልዑን ኩሉ ግዜ ናይ ውሕስነት ሰምዒት የድልዮም እዩ፡፡ ንምንታይሲ ርእሰ ተኣማንነት ኸማዕብሉን ብዘይ ፍርሒ ድኽመታቶምን ሓያል ጎድንታቶምን መታን ክለልዩ፡፡ ይኹን ደኣምበር ሓደ ሓደ ግዜ ወለዲ ፍቕሪ ወለደም ገኽገልጹ የሸግሮም እዩ፡፡ ስለዚህ ፍቕሪ ወላድካም ምግላጽ ብኸመይ ክነተግብሮ ንኽእል፧

- እቲ ቀጥታዊ ኣገባብ ፍቕርኻ ምግላጽ ሰውነታዊ ርክብን ምምማቕ ኣብ ሕቕፎን ድህሰሳን እዩ፡፡ ዝኾነ ቆልዓ ምስ ትሓቕፎ ኣብ ሕቕፉ ምስ ትድህሰሶ ናይ የዒንቲ ምጥምማት ምስ ተዘውትር ከምኡ ውን ፍኹስ ዝበለ ጠፍታ ወይ ውነ መንኮቡ ምስ ትትክፎ መግለጺ ፍትወት ምኻኑ ኣይጠፍኣን እዩ፡፡
- ህጻናት እናጎበዙ ምስ ዝመጹ ብኡ መጠን ካልእ ዓይነት ኣገላልጻ ፍቕሪ ክንጥቀም ኣገዳሰነት ኣለዎ ቆሎዑ ጎቦዝ ውይ ጎርዞ ኣብ ዝበጽሕሉ ግዝ ዋላኳ ንምስዓም ንኻልእ ይምረጹ ምበር መብዝሕቲኡ ግዜ ኢድ ብኢድ ተታሓሒዝካ ምኻድ የዘውትሩ፡፡
- ግዜኻ ምውሳድ ተገዳስነተ ምርኣይ ከምኡ'ውን ምጽንናዕ ንሓደ ቆልዓ መግለጺ ፍቕሪ እዩ፡፡ ወለዲ ንውላዶም ክሳብ ክንደይ ከም ዘፍቅርዎም ብውላዶም ከም ዘኾርዑን ሰለምንታይ ብዘይ የገድሰ ወትሩ ክንገልጽሎም ይግባእ፡፡
- ፍቕሪ ምልጋሰ ማለት'ውን ብኻእ ኣተራጉሙኡ ወለዲ ዕረፍቲ ንኽረኽቡ ወይ'ውን ካብ ሓዳ ሓደ ነገራትን ደቆም ክኽልኩሉ ንደቆም ምእዛዝ ማለት እዩ፡፡

ኣተዓባብያ፡
ውን ምቁያቕ ማለት እዩ

ቆየቓ ኣብ ነፍሰወከፍ ሰድራቤት ኣሎ። እዚ ተግባራት እዚ ቁርብ ጥርዙ ዚወሰኽ እንተ ኮነ ውን ነውሪ የብሉን። ኣይፋልካን ምባል ግርጭተ ምጽዋር መሰል ካሎኦት ምግላጽ ገሊጽካ ምርዳእ ገለ ካብቶም ኣገደስቲ ነገራት ናይ ግጭት እዮም።
ህጻናት ኣብ ጊዘ ቖዮቓን ግርጥትን ኣወንታዊ ማሕበራዊ ክእለት ይመሃሩ እዮም። ይኹን ዳኣ ምበር ግጭት መእንቱ ብሰላም ክፍትሑን ናብ ዝላያለ ጥርዙ ምሰዝበጽሑን ሓደ ሓደ ሕግታት ክሕለው ይግባእ።

- ብመሰረቱ ዝኾን ኣርእስቲ ኣብ ዕላል ክኽልከሉ ኣይግባእን። ህጻናት ኣሉታዊ ሰሚያታትን ፋሉይነት ወይ ውን ሕርቃን ከርእዩ ኑቡርን ዘሎን እዩ። ስለ ከምኡ ዝገብሩ ክንቀጽያም ግን ጉጉይ ሰጉምቲ እዩ።
- ኣብ ቖየቓ ዓበይቲ ዙያዳ ሓላፍነት ኣለዎም። ብቓላት ኮነ ብያይነት መውቃዕቲ ስጉምቲ ምውሳድ ዘይኮነስ ድልየት ህጻናት ብዕቱብ ክረኣ እዩ ዝግባእ።
- ክሳብ ኣብ መንጎ ወላዲን ውሉድን ምትሕርራቕ ዘይተበጽሐ ቆይቓ ክልተ ዝተፈላለዩ ኣረኣኢያ ሒዙ ክተሪፍ ይካኣል እዩ። በዚ ኣገባብ እዚ ከዓ ወለድን ህጻናትን ነንሕድሕዶም ናይ ምጸውዋር ባህሪ የጥርዩ።
- ህጻናት ነንሕድሕደም ክጋራጨው ኑቡር እዩ። ሰለዚ ድማ ዓበይቲ ኣብ ሞንጎ ኣትዮም ክጭድሩ ኣይግባኣን። እቲ በደሊ ህጻን ምሰዝሕይል ግን ልቦና ብዘለዎ ኣገባብ ብነጹር ክእርሙዎን ኪገንሕወን ይግባእ።

- ዓበይቲ ኣገደስቲ ኣርኣያ ህጻናት እዮም። ህጻናት እንተ ዳኣ ግጭት ኣብ ሞንጎ ወለዲ ብልዝብ ክፍቲሑ ኣሰተውዒሎም ተመሳሳሊ ተግባራት ክዘውትሩ ይኽእሉ። በንጻሩ ክኣ ህጻናት ግጭት ኣብ ሞንጎ ዓበይቲ ብሓይሊ ወይ ውነ ብከበቲ ቓላት ክዝውተሩ ምሰ ዝዐዘቡ ክትንከፋን ክዳሃሉን ይኽእሉ። ወለዲ ንህጻናት ከከም ዕድሚኦም ምኽንያተ ናይቲ ኣብ ሞንጎኣኦም ዘሉ ግጭት ጸግዒ ናይ ሓዲኦም ከይሓዙ ክረደኡዎም ይካኣል እዩ።
- ልክዕ ከምቲ ክንጋራጨ ጉቡእና ዝኾነ ክነትዓረቕ'ውን ጉቡእና እዩ። ገጭት ጥርዞ ኣብ ዝበጽሓሉ ግዜ ምዕዶን ለቦዋን ሂቦም ክረጋኡ ይግባእ። ሰለዚ ግጭት ምሰ ዝፍጠር እንተነወሐ ቕድሚ ናብ ዓራትካ ምኻድ ይቕረ ኪትባሃል ይግባእ።

ኣታዓባብያ፡ ማለት ጽን ኢልካ ምስማዕ ማለት እዩ

ጽን ኢልካ ሚስማዕ ማለት ንሓደ ሰብ ተገዳስነትካ ምርኣይን ድልየቱ ምርዳእን ማለት ኢዩ፡፡ ኣብ መስርሕ ዕብየት እቲ ኣብ ማዓልታዊ ሂወቶም ሓዱሽ ተሞኩሮን ምስ ዓለምና ክሰማሙዑ ዘጋጥም ብድሆታት ዝያዳ ጽንታ ዓበይቲን ፈለጥቲን የድልዮም፡፡ ኣብ ኩሉ ሰድራቤት ኡዋናት ናይ ቑምነገራዊ ዝርርብ ክዋሃብ ይገባእ፡፡ እዚ ብኸም ኣኼባ መልክዕ ወዝ ውን ክም ልምዱ ኣብ ግዜ መጋቢ ክምኡ'ውን ኣብ ግዜ ድቃሰ ክትግበር ያካኣል፡፡ ጽን ኢልካ ማሰማዕ ኣጸጋሚ ምስ ዝኸውን እዘን ዝስዕባ ነጥንታት ሓገዝቲ ክኾና ይኽኣላ፡፡

- ሓደ ሓደ ጊዜ ወለዲ ዘይተጸበይዎ ሓበሬታ ኪመጽእ ስለ ዝኸእል እቲ ህጻን ዘረባ ስጋብ ዝውድእ ጽን ኢልካ ሚስማዕ የድሊ፡፡
- ኣቕዲምካ ርእይቶካ ምሃብ ብዙሕ ሓጋዚ ኣይኮነን፡፡ ጽን ኢልካ ሚስማዕን ሓቢርካ ፍታሕ ምንዳይን ንህጻናት ብስድሮኣኦም ብውቱብ ክም ዝረኣዩ ዓይነት ሰሚዒት የሕድረሎም፡፡
- ጌጋ ኣረዳዳኣ መታን ከነወግድ ነንሓድሕድና ይርዳኣና ክም ዘሎ ኪንተሓታተት ይግባእ፡፡

- አባ ቁምነገራዊ ዝርርብ ሓንጎልና ዚሰርቁና ነገራት ከነወግድ ይግባእ፡፡ ስለዚህ ቴሌቭዥን ነጥፍእ ቴሌፎን ኣብ መንጎ ምልዓል ነወግድ፡፡
- ህጻናት አንተዳአ ብዘይምቁራጽን ብዋሓዚ ቓላትን ኩነታቶም ክገልጹ ጀሚሮም ኣበ ሞንጎ ክትዓግቶም ይካኣል እዩ፡፡ በንጻሩ ህጻናት ብፍላይ ድማ ካብ ኑቡር ንላዕሊ ስቓ ምስ ዝብሉ ድማ ንኽዛረቡ ኪንደፋፍኦምን ከነተባባዖምን ይግባእ፡፡

ኣታዓባብያ፡ ማለት ገደባት ወይ ሕግታት ምምስራት ማለት እዩ

ገደባት ምምስራቶምን ብጉብእ ምትግባሮምን እቲ ኣገዳሲን ዚበርተዐን ዕዮ ወለዲ እዩ፡፡ ህጻናት ዓቕልን ሕግታትን ናይ ወለዲ ከፈታተኑ ኪእለትን ተውህቦን ኣለዎም፡፡ ስለዚ ህጻናት ቢኽልተ ምኽኒያት ናይ ገደብ ሕግታት የድልዮም፡፡ በቲ ሓደ ወገን ንውሕሰነት ሂወቶም ኣብ ውሽጢ ገዘኦም ኮነ ኣብ ደገ ንኽጥንቐቑ፡፡ በቲ ካልአይ ወግን ከኣ ትርጉም ዘለዎም ሃነጽቲ ሕግታት የድሊዮም፡፡ ዋላ ዳኣ ወለዲ ሓደ ሓደ ግዜ አንጻር ድሌታት ደቆም ክውሰኑ የሽግሮም ዳኣ እምበር ንነዊሕ እዋን ኪረአ ዘሎ ህጻናት ክገብሩ ዝኽአሉን ዘይክኡሉን ክልለዩ እቲ ዝተመርጸ እዩ፡፡ ኣብዚ ጉዳይ እዚውን ሓደ ሓደ ካብ አገባብ አሰራርሓ ክንጥቀም ንኽእል፡፡

- ገደባት ብኑጹር ኪሕንጸጹ ይግባእ፡፡ ብመጀመርያ ቅድሚ ሕግታት ምስራቶም ስለምንታይ ዝብል ሕቶ ብዑቱብ ኪሓስቡሉ ይግባእ፡፡ ህጻናት እንዳ ዓበዩ ምስ ከዱ ንምንታይ ተኸልኪሎም ወይ ንምንታይ ተፈቒድዎም ምስ ዝግለጸሎም እዩ ብዝያደ ዝስቀርም፡፡

- ገደባት ምስ ትግብር ንባዕልኻ'ውን ካቡኡ ኪትወጽእ አይገባእን፡፡ እዚ ማለት ቆልዓ ብእዋኑ እንተ ደቂሱ ወለዲ ውን ብእዋኑ ኪድቅሱ ኣለዎም ማለት ዘይኮነስ ኣብ ስንኻ ምጽራይ ንኣብነት ካብ ወለዲ ክቐድሑ ከም ዘለዎም ምርዳእ ኣለና፡፡

- ገደባት መሰሪትካ ባዕልኻ ምጥሓሱ ወይ ዘይምትግባሩ ብዙሕ ቱርጉም የብሉን በአግባብ ምትግባሮም ንህጻናት እምነት ኣብ ወለዶምን ስነስረዓትን ይምህሮም፡፡

- ሓደ ህጻን ገደባቱ ምስ ዘጥሕሰ ሓባራውን ዕቱብን ስጉምትታት ክውሰዱ ይግባእ፡፡ ሓደ ሓደ ጊዜ መጠንቀቕታ ወይ ውነ አይፋልካን ከይኣክል ስለ ዝኽእል ወለዲ ነቲ ጉዳይ ብዑቱብ ሪኦም ስጉምቲ ኪወሰድሉ ኣለዎ፡፡ ምክንያቱ ህጻናት ተግባራዊ ስጉምቲ ሰለ ዘድሊዮም፡፡

- ወለዲ ውን ኣብ ኣታዓባቢዮኣም ገደብ ኪገብሩ ይግባእ፡፡ እቲ ነውሪ ዝኾነ ተግባር ኣብ ውላድካ ዝኾነ ዓይነተ ሓይሊ ወይ መግረፍቲ ምጥቃም ጥራይ ዘይኮነስ መንፈሳዊ ሓይሊ ምጥቃም ከም ፍኽርኻ ዘይምግለጽ ጽልኢት ምርኣይ ውን ጉጉይ ተግባር እዩ፡፡

- ሕግታት ሓደ ሓደ ግዜ ክትሓዙ ምፍቃድ ገደባትካ ምሰዘይሰርሕ ወይ ውን ኩነታትካ ምስ ዝቐየር፡፡ ምቅይያርን ምምሰሳልን የድሊ፡፡ ምኽንያቱ ህጻናት ሓደ ሓደ ግዜ ገደባት ምሰ ዝጥሕሱ ክብሪ ናይ ግድን ወለዶም ኣፍሪሶም ማለት ኣይኮነን፡፡

ኣተዓባብያ፡ ኣተዓባብያ ነጻ ተሳትፎ ምሃብ ኢዩ

ህጻናት ናጻ ነገራት ባዕላቶም ዝውንንዎ ነገራት የድልዮም እዩ። ህጻን ካብ ሓደ ዓመት ጀሚሩ ናጻ ናሙኻን ድልየቱ እና በዘሐ ይኸይድ፡ ፡ ቡኡ መጠን ክም ባዕልኻ ምብላዕ ናብ ምድሪ ቤተ ምኻድ ካብ ወለዲ ተፈለካ ምጽናሕ ኣተሓሕዛ ገንዘበ … ወዘተ ይመሃሩ። ናጻ ዕድላት ምሃብ ንህጻን ርእሰ ተኣማምነትን ሓላፈነትን ተሰኪሞም ሂወቶም ብጉቡእ ከመሓድሩ ይሕግዝ። ወለዲ ካብ ፍርሕን ጥርጥርን መታን ክገላገሉ እዞም ዝስዕቡ ኣተሓሳሰባታት ክንውከስ ንኽእል።

- ነጻ ዕድላት ሙሉእ ስንቆም ከነማልኦም የግባእ። ወዲ ይኹን ጓል ኣብ ሕቖፎ ስድራቤት ምስ ዝዓብዩ ንመጻኢ ሂወቶም ብዙሕ ተምህረቲ ይቐሰሙ። ዝኾነ ቐልዓ ኣቡኡ ውይ ኣዲኡ ምስ ዝዕዘብ ቀዲሑ ንበይኑ ነገራት ክሰረሕ ኣይጽገሞን።
- ህጻናት ቐሰ ብቐሰ እዩም ናጻ ዕድሎም ዝጥቀሙሉ። ንኣብነት ኣተሓሕዛ ገነዘብ ምስ ለማሓዩሹ ብዝሕ ዝበለ ሂብካ ዕዩኦም ከሰልጡ ምግባር ይካኣል።
- ናይ ሓገዝ ጠለበ ካብ ወለዲ ንህጻናት ሓዲሽ ናጻ ዕድላት ንኽድህሰሱ ይሕግዝ። ንኣብነት ንሓደ 11 ዓመት ዝመልኦ ቐልዓ ቴለፎን ሂበካ ምሰዓርኩ ንኽተማ ምሰዳድ ሓደ ፈተነ ክኸውን ይኽእል'ዩ።

- ኣብ ሕቶ ምረጫ ናይ ውለዲን ውልድን ተመሳሳሊ ክኸውን ኣይክእልን። ከም ተዘውትሮ ነገራት ምራጽ፣ ኣቀማቅማ ወይ የዕሩኽትኻ ምምራጽ ህጻናት ክሳብ ገደባም ዘይጣሓሱ ባዕሎም ክውሰኑ ይግባእ። ሽጋራ ምሰ ክትክኽ ምስ ዝጅምር ምርጫኡ'ዩ ኢለካ ተም ምባል ቁኑዕ ኣይኮነን።
- ህጻናት ኣብ ጉብዝና ምሰ ዝበጽሑ ሃንደበት በብዝሒ ውልቃዊ ውሳኔ ይሓቱ ስለዚ መታን ናብ ዘይተደለየ መገዲ ከየምርሖ ገደባትን ዶባትን ከም ዘሎ ብንጹር ከተርእዮም ምፍታን የድሊ ብኡ መጠን ውን ወለዳ እቲ ቁንዕ መገዲ ክርእይዎም ይግባእ።

ኣተዓባብያ፡ ሰምዒትካ ምርኣይ ማለት'ዩ

ፍቕሪ ሓጎስ ሓዘን ቃንዛ ከምዞ ውን ሕርቃን ብጠቕላላ ሰምዒታት ኣብ መነባብሮ ሓንቲ ስድራ ቤተ ዘሰንይዎ ነገራት'ዮም። ህጻናት ሰሚዒታቶም ብዝተፈላለየ ኣገባብ የርእዩ። ገሊኦም ፍቕሮም ኣብ ሕቖፎ ወለዶም ብምዃን ይገልጹ ገሊኦም ድማ ናይ ዝፈትውዎም ሰባት ሰእሊ ይስእሉ ስለዚ ህጻናት ሰምዒታቶም ከም ንቡር ተረዲኦም ክቆጻጽርዎ እዚ ዝስዕብ ክትግበር ይካኣል።

- ህጻናት ኣወንታዊ ኮነ ኣሉታዊ ሰምዒት ከርእዩ ቅቡል እዩ። ከከም ጠባዮም እንተስ ዓው ኢሎም እንተስ ቐስ ኢሎም ክገልጹ ይግባእ። ምኽንያቱ ህጻናት ኣብ ዘይበኽይሉ ኣብ ዘይጭድሩሉ ግዘ ምስ ዝብጻሕ ናይ ሰምዒትካ ምግላጸ ከም ዘብቀዕ ንርዳእ።
- ሐደ ሐደ ግዘ ወለዲ ስምዒታዊ ምንጽርጻር ናይ ደቆም ዝተጋነነ ኮይኑ ምስ ዘረኽቡዎ ሰምዒቶም ክቆጻጸሩ ምሕባር የድሊ። ይኹን ዳኣ እምበር ስምዒቶም ዘይኮነሰ ኣገላለጽኡ ክእረመሉ ከም ዘለዋም ምሕባር የድሊ።
- ህጻናት ሰምዒቶም ብዕቱብ ክረአ ይደልዩ እዮም። ጸገማት ምሰ ዘጋጥም ሰማዒቶም ክቆጻጸሩ ሰለ ዘሸገሮም ድማ ወለዲ ብህድኣት ክከታተልዎም ይምረጽ።
- ሐደ ሐደ ህጻናት ሰምዒቶም ምስ ዝሓብኡ ወለዲ ጠንቂ ኩነታቶም ክናድዩ ይግባእ። ዋላ ህዱኣት ህጻናት እንተኮኑ'ውን ኩነታቶም ክትፍትሽ ኣድላይነት አለዎ።

- ኣብ ሰምዒታት’ውን ህጻናት ካብ ዓበይቲ’ዮም ዝማሃሩ። ስለዚ ኣብዚ ውን ወለዲ ንደቆም ብዛዕቦኦም ከከም ዕብየት ደቆም ክገልጹ ይግባእ። እቲ ኣስጋኢ ንህጻናት ዘጋጥመ ጉዳይ ምስ ዘይግለጻሎም’ዩ። ንውላድካ ይቕረ ምባል ከም ድኽመት ክቑጸረ የቡሉን።

ኣተዓባብያ፡ ግዝኻ ምሃብ ማለተ’ዩ

ጸወታ፣ ዕላል ምንባብ ዓለምና ምድህሳስ...ወዘተ። ሓበራዊ ንጥፈታት ምስ ህጻናት ኣዚዩ ህናጺ መጻኢ ህጻናት ኣዩ። ከምኡ ውን ሓባሪዊ ንጥፍታት ናይ ውላድን ውሉድን ንዝምድና ክልቲኦም የጠንክሮ፡ ፡ ምክንያቱ ህጻናት ቡዙሕ ግዝ ምስ ወለዶም ከሕሉፉ ይምነዩ። ስለዚ ኣዚ ዝሰዕብ ኣገባብ ክንጥቀመሉ ንኽእል።

- ግዜኻ ምውሳድ ናይ ግድን ብዅቡር ነገራት ኣይኮነን ዝትመን። ሓቢርካ ምሕምባስ ምካድ ኣብ መካነ እንስሳታት ምኻድ ብሽግለታ መዝዋር ተፈታዊ ተግባራት ናይ ህጻናት'ዩ። ሓባራዊ ተውህቦታት ናጻ ግዜኻ ሓቢርካ ክተሕልፎ ይጠቅም።

- ህጻናት ኣብ ዕለታዊ መነባብሮኦም ዕቱብ ኣቓልቦ የድሊዮም። ሰለዚ ጠቃሚ ነገራት ምሰ ድልየት ኣተሓሒዝካ ክሰራሕ ይግባእ እዚ ማለት ሓባራዊ ዕዮ ገዛ ከም ግደታ ዘይኮነስ ከም ሓባራዊ ጸወታ ክወሰድዎ ምግባር። ናይ ግዜ መባኸኒ ነገራት ከም ተለቪጂን መሰልቲ ምሰ ተጥፍኦም እቲ ኣብኡ ዝጠፍእ ዝኾነ ግዘ ሓቢርካ ክትጥቀሙሉ ምግባር የድሊ።

- ወለዲ ኣብ ዝደለይሉ ግዘ ብዘይ ወዓል ሕደር ክርከቡ ኣለዎም። ንኣብነት ዕዮ ገዛ ምሰ ዝከብደም ወይ ሽግራት ምሰ ዝህልዎም ሓገዝ ክተወፊ ኣድላይነት ኣለዎ ከም ልምዲ ቀድሚ ድቃሶም መጽሓፍ ምንባብ ዋላ'ኳ ግዜ ዝወስድ ይኹን እምብር ንህጻናት ኣገዳሲን ጠቓምን ኢዩ።

- ወለዲ ብሰንኪ ስራሕ ውሑድ ጊዜ ምስ ዝህልዎም'ውን ከም ምኽንያት ክገብርዎ የብሎምን። እቲ ወሳኒ ነገር እተን ትርፊ ግዛኻ ብኸመይ ምስ ውለድኻ ተሕልፎ'ዩ። ግዜ ምስ ዝሓጽር'ውን ካልኦት ቤተሰብ ክትኩኡኻ ሕማቕ ኣይኮነን።

ኣተዓባብያ፡

ትብዓት ምሃብ እዩ

ህጻናት ንኹሉ ሓደስቲ ነገራት ዝመሃርዎ ወይ ውን ከማልእዎ ዘለዎም ግቡኣት ትብዓትን ርእሰተኣማምነትን የድሊዮም። ብድሕሪ'ዚ ብጉቡእ ሓላፍነት ክሰከሙ ይኽእሉ ከምኡ'ውን ብኻልኦት ሰባት ብቀሉሉ ኣይጥቁዑን ትብዓትን ርእስተ ኣማምነትን ህጻናት ክቖስሙ ዝኽእሉ መንገዱ ብኽልተ እዮም። እቲ ቀደማይ ዕትበት ናይ ዝገበርዎ ወይ ዘዘውትርዎ ዕዮ ክክውን ከሎ እቲ ካልኣይ ድማ ብስርሖም ኣፍልጦ ወይ ድማ ኣድንቖ ካብ ካልኦት ክረኽቡ ከለው'ዩ። ሰለዚ ወለዱ በኸመይ መንገዲ ደቆም የተባብዑ፧

- ህጻናት ብግብሮም ጥራይ ዘይኮነሰ ከም ሰብ መጠን ውነ ክፍቀሩ ባህገም እዩ። ልክዕ ከምቲ ብቐሊሉ ክተባብዑ ዝኽኣሉ ብቐሊሉ ውን ክደሃሉ ይኽእሉ ኢዮም። ስለዚ ወለዲ ብጥንቓቐ ክርኡዎም ይግባእ።
- ትብዓት ብዓወት እያ ትፍጠር። ህጻናት ዝኾነ ነገር ክፈታትኑ ካብ ጌግኦምን ተመኩርኦምን ንኽማሃሩ ዕዮታት ሂብካ ክተታባብዖም ኣድላይነት ኣለዎ።
- ህጻናት ኣድንቖት ይደልዩ እዮም። እዚ ማለት ኣብ ዝተዓወትሉ ዕማም ጥራይ ዘይኮነሰ እቲ ደፊሮም ምፍታኖምን ምጽዓሮምን ውን ክድነቕ ይግባእ። ብንጻሩ ኣድንቖት ንዓወት ጥራይ ዝዓለመ እንተኮይኑ ቡዙሕ ቱርጉም የብሉን።
- ህጻናት ካብ ዓቕሞም ንላዐሊ ዝኮነ ነገራት ዘይምሃብ። ንኣብነት ክዳን ኣብ ትገዝኣሉ እዋን እቲ ህጻን ባዐሉ ዝኽድኖ ዝኽእል እንትኾነ ኣይጽላእን።

- ኣብዚ ነጥቢ'ዚ ውን ህጻናት መታን ካብ ጌግኦም ንክማሃሩ ንኪጋገዩ ዕድል ክንህቦም ይግባኣና፡፡

ምዕዶን ሓገዝን
ንምሕያል ስድራበታት

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

- ወላዲ እንተዳእ ሓይሉን ዓቕሉን ወዲኡ ክናሳሕ ይግባእ። ምንሳሕ ድኽመት ዘይኮነስ ቀደማይ ሰጉምቲ ናይ ትብዐት እዩ።
- ሓደ ሓደ ጊዜ ወለዲ ናይ በይኖም ዕረፍቲ ክወሰዱ ኣለዎም። እንተስ ምሰ የዕርኽቲ ድዩ እንተስ ንብይንኻ ክም ምሕንባስ ምኻድ ካብ ውላድካ ተፈሊካ ወይ ተፈሊኪ ንቑሩብ ሰዓተት ዕረፍቲ ምስ ትወሰድ ኣበርቲዐካ ንውላድካ ከተዐቢ ኣዚዩ ይጠቅም።
- ሓገዝ ምሰ ትደሊ ካብ ካልእ ሰብ ሽገርካ ምከፋል የድል። ጎርባብቲ ቤተሰብ የዐረኽቲ ከምኡ ውን አማኸርቲ ከሕግዝ ኣማራጽነት አሎ።

እምባኣር ከስ ተስፋ ንገብር እዚ ጎስጓሰ ምዕባለ ብኣተዓባቢያ ኣብ ዕለታዊ ዕዮ ክጠቕመኩም። ኣብእዘን ሾሞንተ ነገራት ካልኦት ክልተ ነገራት ክንውሰኸለን ንፈቱ ንሰን ድማ ጡዑይ ሰብኣዊ ኣተሓሳሰባን ናይ ወግዒ ዝውተራን እየን። በዚ ኣገባብ ድማ ኣተዓባበያ ብቐሊል ይዕመም።

ጠቓምቲ ሊንክታት፡

ኣብ ባቫርያ፡

www.elternbriefe.bayern.de
www.elternimnetz.de
www.erziehungsberatung.bayern.de
www.familienbildung.bayern.de
www.familienhandbuch.de
www.familienstuetzpunkte.bayern.de
www.koki.bayern.de
www.stmas.bayern.de

መንግስታዊ ሊንክታት፡

www.bke-elternberatung.de
www.bzga.de
www.familien-wegweiser.de

Bayern.
Die Zukunft.

www.stark-durch-erziehung.de

Die Kampagne „Stark durch Erziehung“ will alle, die an der Erziehung junger Menschen beteiligt sind, unterstützen und stärken. Das Thema soll verstärkt ins Gespräch gebracht werden. Die Broschüre kann in 16 verschiedenen Fremdsprachen unter www.stark-durch-erziehung.de heruntergeladen werden. Wir danken dem Jugendamt Nürnberg für die Entwicklung des Projekts, das mit Mitteln des Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert wurde.

Zertifikat seit 2005
audit berufundfamilie

Dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt: www.beruf-und-familie.de

Wollen Sie mehr über die Arbeit der Bayerischen Staatsregierung erfahren? BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 122220 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Winzererstr. 9, 80797 München
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de
Gestaltung: trio-group münchen
Bildnachweis: shutterstock.com
Druck: Druckerei Schmerbeck GmbH
Gedruckt auf umweltzertifiziertem Papier
(FSC, PEFC oder vergleichbares Zertifikat)
Stand: Dezember 2016
Artikelnummer: 1001 0611, Sprache: Tigrinya

Bürgerbüro: Tel.: 089 1261-1660, Fax: 089 1261-1470
Mo. bis Fr. 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo. bis Do. 13.30 bis 15.00 Uhr
E-Mail: Buergerbuero@stmas.bayern.de

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.