



5 TALO OO

SAAXIIBTINNIMADA KU SAABSAN OO WAALIDKA LA SIINAYO

1. Guriga marka la joogo hadal wanaagsan ku hadal!

Waalidku waa kuwa ugu muhiimsan ee ay carruurta ku daydaan. Sida aynu isula hadalno marka aan guriga joogno, ayay carruurta ku bartaan fahanka waxa saxda ah iyo waxa aan saxda ahayn. Marka ay jiraan wax adag ama xanuun leh, caawi oo u laabqabooji ilmahaaga. Isku day in aad wax weydiiso oo aad fahanto dhab ahaantii waxa dhacay. Carruuraha kale, waalidkood, macallinka iyo dugsiga midna wax xun ha ka sheegin. Wixii welwel ah waxaa habboon in toos loogala hadlo xannaanada carruurta ama dugsiga, xiriiriyayaasha dugsiga ama FAU.

2. Ciyaaro dad kale duwan lala ciyaaro!

Marka uu ilmuhu la ciyaaro kooxo kala duwan, wuxuu helayaa ciyaaro uu ka helayo kalsooni, wax-ka-adkaan iyo barasho. Waxay isku dayayaan nooc cusub oo loo fiikiro, nooc cusub oo la ahaado oo loo ciyaaro, iyada oo islamarkaana ay carruur badani ciyaarta ka qaybqaadanayaan. Annaga ah dadka waaweyn ayaa u suuragelin karna ciyaaro badan oo noocan ah.

Ilma kasta wuxuu xaq u leeyahay ka helitaan iyo in uu ka-mid-ahaansho (tilhøright) dareemo. Xannaanada carruurta iyo dugsiga waxaa loo baahan yahay in ay abuuraa bey'ad wanaagsan oo lagu ciyaaro waxna lagu barto, waana in ay gacan ka geystaan isla-qabsi iyo saaxiibnimo wanaagsan. Waxaa arrintan ay mas'uuliyad weyn ka saaran tahay dadka waaweyn ee carruurta ku xeeran, sida shaqaalaha dugsiga/xannaanada carruurta ama waalidka. Warqaddaan waxaan waaliddiinta/mas'uuliyiinta carruurta ku siinaynaa talooyin ah waxyaalaha aad qaban kartaan si aad arrintan gacan uga geysataan.

Waxa ugu wanaagsan ee aan qaban karno si ay ilmuhu uga helaan xannaanada carruurta iyo dugsiga, waa in aan xiiso muujinno! Baro carruurta iyo waalidkooda, islana sameeya firfircooni. Ka wada hadla waxyaalaha ay fiican tahay in dadka lagu sameeyo ama lagu dhaho iyo waxyaalaha aanay fiicnayn in dadka lagu sameeyo ama lagu dhaho – ha ahaato in

3. Hubi in carruurta dhammaantood la casumo!

Wax xanuun leh ayay noqon kartaa in aan qofka lagu casumin maalinta dhalashada ama xaflad. Annaga dadka waaweyn ah ayaa nagala rabaa in aan hubinno in aan cidna laga tegin. Casumaad u fidi carruurta qaybta oo dhan ama kuwa fasalka oo dhan, ama gabdhaha oo dhan ama wiilasha oo dhan ama qayb kale oo dadka oo dhan lagu casumayo. Xeerarka maalinta dhalashada uga hadla kulanka waalidka. Sidee ayaa looga dhigi karaa mid uu qof walba dareemayo in ay u furan tahay? Sidee ayaa adinka waalidka ah xannaanada carruurta iyo dugsiga ugala shaqayn kartaan sidii arrintan loogu guuleysan lahaa? Waxa ugu wanaagsan ee aad ilmahaaga u qaban karto, ayaa waxay iyana tahay in wax loo qabato ilmaha dadka kale.

4. Carruurta ka caawi sidii ay kuwa dhiirran u noqon lahaayeen!

Geesinnimo, kalsooni iyo tababbar ayay u baahan tahay in la is hortaago qoqobid, in dad kale lagu soo dhoweeyo ciyaarta iyo in laga hadlo haddii qof si xun loola dhaqmo. Carruurtaada bar in ay muhiim tahay in aan dadka la dhibin oo aan la qoqobin, oo ay si sidaa la mid ah muhuum u tahay in laysku dayo in la caawiyo ama qof weyn loo sheego haddii la arko wax xun oo dhacaya. Marka ay dad badani sidaas sameeyaan, waxaa markaas sii adkaaynaysa in cid la qoqobo ama la dhibo.

5. Ahow qof furfuran, dhinaca wanaagsan wax ka eega oo wax dhegaysta!

Way adkaan kartaa in dadka kale loo sheego in ay ilmahaagu keligood yihiin oo saaxiibo u baahan yihiin. Waxaa iyana sidoo kale adkaan karta in aan la qarin in ay ilmahaagu dhibaana ama qoqobaan ilmaha kale. Iska ilaali isticmaalka ereyada ay ka mid yihiin «dhibe» iyo «mid la dhibay». Inta badan xaaladdu ma aha mid sida marka hore la moodayo u kala cad. Muuji in aad tahay qof oggol in ay siyaabo badan wax u dhici karaan oo fahan muuji – markaas ayay dadka kale u fududaanaysaa in ay wax kuu sheegtaan, adiga ay kuu fududaanaysaa in aad wax caawiso. Dhibiddu waa habdhaqan la beddeli karo haddii taageero iyo caawin dadka waaweyn laga helo.

qofka hortiisa laga yiraahdo – teleefoonka gacanta loogu sheego ama internetka loogu soo qoro. Ka wada hadla waxa aad wadajir u qaban kartaan sidii bey'ad wanaagsan loo abuurto lahaa. Macallinka u sheeg haddii aad aragto ama maqasho wax muujinaya in uu jiro qof aanay xaaladdiisu fiicnayn.

Dhibidda (mobbing) iyo qoqobiddu ma aha kuwo khuseeya carruurta ay tooska u taabanayaan oo keliya, laakiin kooxda oo idil ayay saamayn xun ku yeelanayaan. Sidaas darteed waxaa loo baahan yahay in dhammaan xil layska saaro, meeshii la doonaba ilmaha ha lagu dhibo e sida xannaanada carruurta, dugsiga, wakhtiga firaqada la yahay, internetka, saxaafadda bulshada ama teleefoonka gacanta. Carruurta waxay u baahan yihiin in aan ka caawinno fahanka cawaaqibxumada weyn ee ay dhibidda iyo qoqobiddu keeni karaan. Waa in aan tusnaa sida ay xushmad isugu muujin karaan, barnaa in ay qiimeeyaan kala-duwanaanta. Carruuruhu waa kala duwan yihiin, waana arrin wanaagsan!



Redd Barna



FORELDRETVÅLGET
FOR BARNHÆGER



FORELDRETVÅLGET
FOR GRUNNØPPLÆRINGEN

In intan ka badan ka akhriso
reddbarna.no/skole

