ناوی کتێب: پەروەردە لەنێوان ناز و توندوتیژیدا

بابەت: پەروەردەیی و دەرونیی

ناوی نوسەر:فەرید حەسەن

وەرگێڕانی:هەڵوێست عەبدوڵڵا کەریم

تایپ و هەڵەچن:وەرگێڕ

پێشەکی وەرگێڕ

کاتێك دوو مرۆڤ بە هەر هۆیەك بڕیاری دروست کردنی خێزان و بڕیاری هاوسەرگیری دەدەن،پێویستە زۆر بە ورياییەوە بڕیار لە سەر دروست کردنی منداڵێك بدەن.لایەنێك کە پێویستە زۆر گرنگی پێ بدرێت ئەویش ئەوەیە تا چەند ئەو دوو مرۆڤە لە ڕووی تەندروستی و فسیۆلۆژی و دەرونی و کۆمەڵایەتی و ئابوری یەوە،توانای دروست کردنی منداڵێکی دروستیان هەیە.ئەم لایەنانە قسەی زۆر هەڵدەگرێت بەڵام ڕون و ئاشکرایە لە لای ئێمە گرنگی پێ نادرێت گەر گرنگیش بدرێت،چەند کەسانێکی کەمن و گرنگی بە هەموو لایەنەکان نادەن.لایەنێکی دیکە دابین کردنی هەموو پێداویستییە مادی و مەعنەوییەکانە.چونکە دروست کردنی منداڵ لێپرسراوێتییەکی زۆر گەورەیە و پێویستە ئەو دوو مرۆڤە چەندەها جار لە خۆیان بپرسن،کە ئایا ئەوان دەتوانن مرۆڤێکی بەسود و خاوەن کەسێتی لەو منداڵە بەرهەم بهێنن،کە هێشتا دروست نەبووە؟؟ئەم دوو مرۆڤە لە ئاستێکی هۆشیاری و ڕۆشنبیری و زانستی دەرونی وادان کە منداڵێکی دەرون دروست پێبگەیەنن؟ئەو دوو مرۆڤە ئەوەندە یەکتریان خۆش دەوێت و ئەوەندە لە یەکتر تێگەیشتون کە هەر گرفتێکی کۆمەڵایەتی و ئابوری و گرفتەکانی دیکە،نابێتە هۆی هەڵوەشاندنەوەی پەیوەندیی هاوسەری ئەوان و ئەم منداڵە نابێتە قوربانیی گرفت و کێشەکانی ئەوان؟گرنگترین چارەسەر ئەوەیە کە ئەو دوو مرۆڤە بەڕێزە دوای چەند ساڵێك لە پێکەوە ژیان بڕیاری دروستکردنی منداڵ بدەن و گرنگییەکی زۆر بە لایەنی تەندروستی و خوو و ڕەوشت و دەرونی خۆیان پاشان منداڵەکەیان بدەن.لە کۆمەڵگای ئێمەدا زۆر گرنگە ماڵێك منداڵی زۆر هەبێت،بەڵام گرنگی بە لایەنی پەروەردەیی و دەرونی و ئاستی ڕۆشنبیری

www.pertwk.com

منداڵەکــە نادرێــت.گەرچــی ئێســتا بــەهۆی قورســی ژیــان و بــاری ئابورییەوە،ژمارەی منداڵ لە خێزانەکاندا کەم بۆتەوە.کۆمەڵگای کوردی کۆمەڵگەیەکە تاکەکانی زیاتر لە ژێر کاریگەری هەندێ خو و ڕەوشتی کۆن و لە ژێر فشاری قسەی کەسانی دیکەدا بڕیار لەسەر زۆر لایەن و بابەتی چارەنوس ساز و گرنگ دەدەن.واتە زۆربەی خێزانە تازە دروست بووەکان بە هۆی قسەی کۆمەڵگە و خزم وکەس و کار ڕێگە دەدەن منداڵیان ببێت.پەروەردەکردنی منداڵ پیرۆزترین ئەرکی سەرشانی دایک و باوکە،پێویستە پێش لە دایک بونی منداڵ و تەنانەت لە قۆناغی کۆرپەلەیش دا کاتێک لە سکی دایکیایەتی،گرنگی‌یەکی تایبەتی پێ بدرێت.لێکۆڵینەوە زانستی‌یەکان ئەو ڕاستی‌یەیان سەلماندووە کە قۆناغی کۆرپەلە گرنگترین و هەستیارترین قۆناغ و تەمەنی ژیانی مرۆڤە،لە ڕوی دروست بون و گەشەی کۆرپەلە و دروست بونی بەشەکانی جەستە و تەنانەت باری دەرونی کۆرپەلەش چونکە منداڵ ئاگاداری ئەو ژینگەیەیە کە دایکی تێیدا دەژی،هەر هەڵچون و پشێوی‌یەکی دەرونی دایک یان خراپی باری تەندروستی دایک،کاریگەر دەبێت لەسەر لایەنی دەرونی و تەندروستی و گەشەی کۆرپەلە و دواتریش لەسەر منداڵ.بۆیە پێویستە دایک لە کەشێکی ئارام و لە تەندروستی‌یەکی باش دا بێت،خۆی و هاوسەرەکەی خۆش حاڵ بن بە لە دایک بونی ئەو منداڵە.پەروەردەکردنی منداڵ بە پەروەردەیەکی دروست کۆمەڵگەیەکی دروست بەرهەم دەهێنێت.ئێمە لە سەدەیەکی پێشکەوتودا دەژین بەڵام بە چەند قۆناغێک لەو پێشکەوتنە دواکەوتوین،تەنانەت سود لە ئەزمون و پێشکەوتنی وڵاتانی دیکەش وەرناگرین.بۆیە بۆ دروست کردنی گۆڕانکاری و بۆ پێشکەوتنی ئاستی زانست و زانیاری و بەرەو پێش چونی وڵاتەکەمان پێویستە منداڵەکانمان بە پەروەردەیەکی دروست و زانستی و دەرونیی

هاوچەرخ پەروەردە بکەین و گرنگی بەلایەنی کۆمەڵایەتی و تەندروستی و لایەنەکانی دیکەی ژیانی ئەو منداڵە بدەین.هونەر و وەرزش ڕۆلێکی کارای هەیە لە دروستکردن و پەروەردەکردنی نەوەیەکی دروست.گەر بڕوانینە مێژوی وڵاتە پێشکەوتوەکان دەبینین بەچەندەها سەدە پێش ئەم پێشکەوتنە خەیاڵیەی ئێستایان،گوێگرێکی باشی موزیك بوون هەمیشە گرنگیان بە هونەر و وێنە کێشان و لقەکانی دیکەی هونەر داوە،کاتێکی زۆریان بۆ گوێگرتن لە ئاهەنگە موزیکی‌یەکان و سەردانکردنی پێشانگا هونەری‌یەکان و ئامادەبون لە یاریگاکان دا بۆ بینینی دیمەنە وەرزشی‌یی‌کان تەرخان کردووە.پرۆسەی پەروەردەکرن گرنگترین ئەرك و لێپرسراوێتی سەرشانی حکومەت و لایەنە پەیوەندی دارەکانی پرۆسەی پەروەردە و فێرکردنە.خێزانیش لەم ئەرك و لێپرسراوێتی‌یە بەدەرنی‌یە و بەڵکو ئەرکێکی هەرەگرنگی سەرەتای قۆناغی ژیانی هەموو تاکەکانی لەسەر شانە.ئەو شەپۆلە تەکنەلۆجیایەی کە پێمانگەیشتوە و ئێمە بچوکترین ڕۆڵمان نەبینیوە بۆ سەرهەڵدانی تەنانەت وەك خۆی لێی تێنەگەیشتوین و وەك خۆشی بەکاری ناهێنین،کاریگەری خراپی لە سەر لایەنی پەروەردە و زۆر لایەنی دیکەی ژیانمان داناوە.گەرچی دەبوایە بەشێوەیەکی زۆر باش بۆلایەنەکانی ژیانمان سودی لێ ببینین.خێزانەکانی ئێمە پێداویستی و زۆر هۆکاری پێشکەوتوو بۆ منداڵەکانیان دابین دەکەن،بەڵام منداڵەکانیان فێر ناکەن بە چ شێوازێکی دروست ئەو هۆکارە پێویستە بەکاربهێنن.وەرگێڕانی ئەم کتێبە وەك هەنگاوێکی سەرەتایی بواری زانستی پەروەردە و دەرون ناسی‌یە.نوسەر لەڕێی ئەزمونی تایبەتی خۆیەوە زۆر لایەن و بواری پەروەردەیی شیکردۆتەوە و بە نمونەی ژیانی واقعی نێو ئەو باخچەیەی کە کاری تێدا کردووە،زیاتر بابەتەکانی دەوڵەمەند کردووە.گەرچی واقعی ژیانی ئێمە تا ڕادەیەك لەگەڵ واقعی ژیانی ئەواندا نزیکی‌یەك بەدی دەکرێت،بەڵام لە ڕوی شێوازەکانی

پــــەروەردەكردن و لايــــەنى دەرونــــى ئــــەو مندالآنە،جياوازىيــــەكى زۆر هەيە.چونكە تەنانەت گەر دوو منداڵى جمك ى ناو يەك خێزان،بە يەك شێوازى پەروەردەكردن پەروەردە بكرێن و لە يەك ژينگەدا گەورە ببن ئەوا لەڕوى دەرونى و زۆر هەڵس و كەوتەوە لە يەك جياوازن.مەبەستى من لەم وەرگێڕانە ئەوە نىيە چى شێواز لەم كتێبەدا هاتووە دايك وباوك پەيڕەوى بكات،بــەڵكو مەبەســتم زانــين و ناســينى شــێواز و ڕێگــە هەڵــەكانى پەروەردەيە،گەرچى چەندان ڕێگە و شێوازى هەڵەى ديكە هەن كە تايبەتە بە كلتور و كۆمەڵگەكەى خۆمان.تا ئێستا ئێمە سەرچاوەيەكى تايبەتى دەروونناســى منــداڵى كوردمــان نــى يــە و لــە ئێســتاش دا ئيشــى بــۆ ناكرێت.سەرچاوەيەك كە هەڵقوڵاوى واقعى نێو كۆمەڵگەى كوردەوارى بێت بۆ پەروەردەكردنى منداڵەكانمان و بۆ دياريكردنى شێواز و سيستەمە هەڵەكانى پەروەردە و لايەنى دەرونيى و پاشان سيستەمى پەروەردە و فێركردن.زۆر خێزان هەن گرنگىيەكى زۆر بە لايەنى پەروەردەكردن و لايــەنى دەرونــى منداڵــەكانيان دەدەن،بــەڵام بــە هــۆى كــۆنى سيســتەمى پەروەردە و تێكەڵاوبونى ئەم منداڵە بە مندالآنى ديكە كە بە شێوازێكى هەڵە پەروەردە بوون،تێكەڵاوبونى ئەم منداڵە بە كۆمەڵگە و زۆر ژينگەى ديكە و كاريگەرى هۆكارەكانى ڕاگەياندن،ئەوا ئەم لايەنانە هۆكارن بۆ تێكدانى پەروەردە بە سودەكەى دايك وباوك.چونكە هەر لايەنێك لەم لايەنانە بە شێوازێك كاردەكەنە سەر پەروەردە و دەرونى منداڵ.كەواتە گەر بمانەوێت منداڵێكى دەرون دروست و خاوەن كيان و سەركەوتوو بەرهەم بهێنين،ئەوا پێويستە گۆڕانكارى بنەڕەتى لە زۆر لايەنى ژيان و ئاستى زانستى و كۆمەڵايەتى و دەرونى و پەروەردەيى لە خێزان و كۆمەڵگە و لايەنــە بەرپرســەكانى پــەروەردەكردن دا بكــەين.بــە مــەرجێك ئــەو گۆڕانكارىيانە لە ئاستى پێشكەوتنى ئێستا و بۆ مەبەستى خزمەت كردن بێت.لايەنێكى هەرە گرنگ لەم بورەدا هۆكارەكانى ڕاگەياندنە كە پێويستە

به شێوازێکی پراکتیکی،گرنگی به پرۆسەی پەروەردە کردن به تایبەت پەروەردەکردنی منداڵ بدات.بەڵام هێشتا ڕاگەیاندن لای ئێمە ئەو ڕۆڵە ئەکتیڤەی نییە و گرنگییەکی تەواوی بەم پرۆسە گەورەیە نەداوە،بەڵکو لە هەندێ بواری دیکەدا ڕۆڵی کارا و ئەکتیڤ دەنوێنێت.زانستی پەروەردە و دەروونناسی زانستێکی هەرە گرنگی ژیانی مرۆڤە،ئەو لێکۆڵینانەی لە مرۆدا لەسەر نەخۆشەکانی جیهان کراون ئەوە دەردەخەن کە زۆربەی ئەو نەخۆشانە نەخۆشی دەروونی یان هەیە نەك جەستەیی و هەندێ لەو نەخۆشیانەش پەیوەندی بە هەڵە پەروەردەکردن و گرێ دەروونییەکانی منداڵییەوە هەیە.ئێمەش کۆمەڵگەیەکین زیاتر لە ڕابوردودا دەژین،کەمترین گرنگی بەلایەنی دەروونی خۆمان و چواردەور دەدەین یان هەر گرنگی نادەین.بۆیە زۆر بە پێویستم زانی کە ئەم پەرتوکە وەربگێڕم هیوادارم توانیبێتم خزمەتێك بە لایەنی پەروەردەیی و دەروونی منداڵانی کورد بکەم چونکە ئێستاش منداڵی کورد لە زۆر پێداویستی و لایەنی ژیان بێبەشە،گەر بۆشی دابین بکرێت بە شێواز و پەروەردەیەکی هەڵە دابین دەکرێت.

هەڵوێست عەبدوڵڵا کەریم

پێشەكی

لـــەو گفتوگۆیانـــەی نـــاو بـــە ناولـــەنێوان خـــەڵك و هاوڕێیـــان ودراوســـێكاندا،لەبارەی شـــێوازی پـــەروەردەكردنی منداڵەكانیانـــەوە سـەرهەڵدەدات،لەم گفتوگۆیانـەدا هـەموویان ستایشـی شـێواز و ئاكـاری شـێوە پـەروەردە كردنـی خۆیـان دەكـەن.ئـەوە دەخەنـە ڕوو كـە لـە پێنـاوی پەروەردەكردنی منداڵەكەیاندا چی دەكەن.

_كەسێك كە لەم گفتوگۆیەدا بەشدارە،بەم شێوەیە لە بەخشیندا دەستبلاوی خـۆی دەردەخـات (گەركوڕەكـەم داوای پێـنج هـەزار دینـارم لێبكـات مـن دەهەزار دیناری دەدەمێ).

_كەسێكی دیكە دەڵێت:منداڵەكانم هیچ كەم وكوڕییەكیان نییە!

_سێیەمیشیان دەڵێت:منداڵەكانم ناوێرن تەماشام بكەن.

_چوارەمیشیان دەڵێت: لە ئیش وكاردا ئازادی دەدەمە منداڵەكانم چەندیان دەوێت!

_پێنجەمیان دەڵێت: منداڵـەكانم دەخەمـە سـەر شـەقامەكان بۆئـەوەی لـەوێ فێربن چۆن بەرەنگاری ژیان دەبنەوە!

_شەشەم وحەوتەم وهەتاكۆتایی.

بەم شێوەیە دەبینین هـەر یـەكێك لـە ئـەوان پێیـان وایـە تـەنیا پەروەردەكـەی خـۆی دروسـتە،هیچ كەمتەرخەمییـەكیان نییـە هەسـتی پـێ بكـەن...بـەلاَم گرنگـی نـادەن بـەوەی ڕۆژێـك دێـت زووبێـت یـا درەنگ،لەسـەرئەو شـێوە پەروەردەیـــەی منداڵەكـــەیان پـــێ پـــەروەردە كردووە،پەشـــیمان دەبنـەوە.هەنـدێكی دیكـەیان پەشـیمان نابنەوە،لەبـەر ئـەوەی ئـەوان لـە بنەڕەتـــدا دەیانـــەوێت كەســـایەتی منداڵـــەكانیان بـــەو شـــێوازە بێت،بۆنموونـە:(شـەڕفرۆش و كەمتەرخـەم بـن لەئەركەكانیاندا،پشـت

بەکەسانی دیکە ببەستن یادزو درۆزن بن...).لەهەموو ئەم شێوازانەدا ڕێگەی ڕاست کامەیە؟

خوێنەری ئازیز:لەم کتێبەدا وەڵامی زۆربەی پرسیارەکانت دەدرێتەوە،دەربارەی چۆنیەتی پەروەردەکردنی منداڵەکەت،بە پەروەردەیەکی دوور لەناز و دڵڕەقی.ئەم کتێبە چارەسەری گرفتێك دەکات کە تا ئە م ساتە بەرپرسانی پەروەردە و هاوڵاتیان و دایەنەکان،مامۆستایان و توێژەرە کۆمەڵایەتی‌یەکان پێوەی سەرقاڵن.زۆربەی کات گرفتەکان لە خێزانەوە سەرهەڵدەدەن،هەندێ لەو گرفتانە بەهۆی هەڵس وکەوتی هەڵەی دایك وباوك یان یەکێکیان لەگەڵ منداڵەکەیاندا دروست دەبێت.مەترسی‌یەکان بە دەستێوەردانی نەنك و باپیر کەم نابنەوە،بەڵکو گرفتەکان زیاددەکات و تەنیا کاریگەری بۆ منداڵەکە نابێت،بەڵکو زۆربەی جاردەبێتە هۆی سەرهەڵدانی گرفت و جیاوازی‌یە توندەکان لە نێوان هاوسەرەکاندا.خاڵێکی دیکە کە ناخۆشی وگرفتەکانی خێزان زیاددەکات،ئەوەیە کە(ژن و مێرد)لەماڵی باوکیان دا نیشتەجێ‌بن،یان بە پێچەوانەوە کاتێك باپیرە یاخود داپیرە یان هەردوکیان لەماڵی کوڕوکچەکانیاندا دەژین.ئالێرەدا کێشەکان لەبیردەکرێن و گرنگی بەچارەسەرکردنیان نادرێت،لە دۆخێکدا کە خۆشەویستی وڕق تێکەڵدەبن(خۆشەویستی باپیرە وداپیرە بۆ نەوەکانیان،لەهەمان کاتدا تووڕەیی باوکان لەسەر سەرپێچی‌کردنی منداڵەکانیان بۆئەو ڕێنماییەی پێشتر ئاڕاستەی منداڵەکەی کردووە).ئەنجامی ئەم دوو شێوازە لەهەڵس وکەوت وپەروەردەی جیاواز لەهەندێ کات دا لەلایەن خێزانەوە پەسەند دەکرێت.ئەم لایەن ودیاردانە هۆکارێك دەبن بۆ سەرهەڵدانی ئاڵۆزی و شڵەژان لەناو خێزان دا و لایەنی تووڕەیی و پشێوی زاڵ دەبێت وگرفتەکان ئاڵۆزتر دەکات.دوای ئەوەی دایك وباوك لەناوخۆ یان لەدەرەوەی خانەوادەکەیان بەدوای هۆکاری چارەسەردا دەگەڕێن،بازنەی گەڕانەکە

فراوانتر دەبێت،بە هەماهەنگی هەندێ پسپۆر لە بواری پەروەردە و زانستی دەروونناسی بۆچارەسەری کێشەکان.ڕۆژ لەدوای ڕۆژ کێشە و ئاستەنگی‌یەکان دەردەکەون،کاردانەوە نگێتڤەکانی ئەم کێشانە تەنیا دایك وباوك ناگرێتەوە،بەڵکو خزمە نزیکەکان ودراوسێکانیش دەگرێتەوە،بەتایبەت فشاری گرفتەکان لەسەر منداڵ کاریگەری زۆر دەبێت و لەداهاتودا منداڵ باجەکەی دەدات.باجەکەش دەگاتە ئەو سنورەی منداڵی دوێنێ و پیاوی ئایندە،ژیان وداهاتوی بێ بەرهەم دەبێت وبەفیڕۆدەڕوات.ئەمەش هۆکارێکە بۆ تێکشکانێکی گەورەی خێزان وکۆمەڵگە.گەر گرنگی بدەین بەچارەسەری هەڵە پەروەردەییەکان، لەتێکشکان وگرفت بەدوور دەبین،بۆ دەربازبوون لەو دیاردە ناپەسەندانە،پێویستە پێداچونەوەیەك بکەین بۆدیاریکردنی گرنگترین شێوازە هەڵەکانی پەروەردە،کەئەوانیش:

1_پەروەردەکردنی منداڵ بەنازی لەڕادەبەدەر.
2_ پەروەردەکردنی منداڵ بەشێوازی دڵڕەقی وتوندوتیژی.
3_ پەروەردەکردنی منداڵ بەپەروەردەیەکی ناجێگیر لەنێوان نازو دڵڕەقیدا.

بەرەو شێوازێکی نوێی پەروەردە

ئەو بابەتەی کە شارەزایانی بواری پەروەردە وخەم خۆرانی پەروەردەی توشی ڕامان کردووە،هەرلەپەروەردیارە پسپۆڕەکان و سەرپەرشتیارانی منداڵ چ دایك بێت یا باوك،یان خوشکێکی گەورە بێت کە چاودێری خوشك وبراکەی دەگرێتە ئەستۆ،یان مامەکان وخاڵەکان و باپیرەکان.ڕامان ودۆش دامانی ئەوان بۆئەو شێوازە نمونەیی‌یە کە پێویستە منداڵەکەیانی پێ

پـەروەردە بکەن،بۆئـەوەی مرۆڤێکـی سـەرکەوتوو بەسـوودبێت بۆخـۆی وخێزانەکەی،پاشان بۆ کۆمەڵگەکەی و کۆمەڵی مرۆڤایەتی.
زانایـانی پـەروەردەو بڕیاردەران،چاك سـازەکان و بیرمەنـدان لەنیشـاندانی ڕێگە و شێوازێکی نمونەی لە چۆنێتی مامەڵە کردن لەگەڵ منداڵـدا(منـداڵی ئـــەمڕۆ پیـــاوی ئاینـــدە) توشـــی پشـــێوی بـــون.لـــەم بـــارەدا بۆچـون وڕاکـان جیاوازن،هەریەکـە ڕای خـۆی بەشـیاودەزانێت.لـەم بـوارەدا بابـەتێکی نـوێ پێشـکەش ناکـەم بـەڵکو توێژینـەوەیـەکی شـیکاری زانسـتی پەروەردەی بۆ لایەنـەکانی ئـەم بابەتـە هەمەچەشـنە دەکـەم.بە پـەیڕەوکردن لەباوکی ڕۆحی فەیلەسوفەکان(سـوقرات) و بـەکارهێنانی شـێوازی (زاییـنی بیر*).بەپشـت بەسـتن بەلێکۆڵنـەوە مەیدانیـەکانم کـە لـەماوەی 13سـاڵدا لـە باخچـەی سـاوایانەکەم دا کردومـە.لێـرەدا مەبەسـتم ئەوەیـە کـە خوێنـەری ئـازیز بگـات بەڕایــەکی تایبــەت بــەخۆی.بــێ ئــەوەی ڕای خــۆم یــا ڕای پەروەردیارێکی بەسەردا بسەپێنم.
هۆکارێکی باش بۆ ئەنجام گەیاندن و هێنانەدی ئەم مەبەستە ئەوەیە کە لە خاڵی سفرەوە ولـە سـەرەتاوە دەسـت پـێ بکەین،لەلایـەکی دیکـەوە بابەتەکـە دابەش بکەین بۆئەو پێکهێنەرانەی کە کاریگەرن لەسەری.

خاڵی سفر چی یە؟

لـەم بـوارەدا ڕای هەمەچەشـن هەیـە.ڕایـەك هەیـە دەڵێـت پەروەردە لـەکاتی لەدایك بوونی منداڵەوە دەست پێدەکات،ڕایـەکی دیکـە دەڵێت:پەروەردە لـە کـاتی دوو گیـانی دا دەسـت پێـدەکات.ڕایـەکی دیکـە ڕاکـەی پـێش خـۆی فراوانتر دەکـات و دەڵێـت:پـەروەردە پـێش دوو گیـانی بـە ماوەیـەکی کـورت یان درێژ دەست پێ دەکات.

ئەو بیر یارانەی کە کاریگەری پەروەردە پێش دوو گیانی ڕوون دەکەنەوە، مەبەستیان باری تەندروستی و فسیۆلۆژی دایکەکەیە لە کاتی دروست بوونی هێلکەدا(واتە لەتەمەنی (12–15) ساڵی کە هێلکەخانە دەگۆڕێت بۆ هێلکەی پێگەیشتوو) و باری تەندروستی و فسیۆلۆژی باوکەکە لە کاتی دروستبوونی (زیندەوەرە تۆوەکان) واتە لەتەمەنی پێگەیشتندا.لەگەڵ لایەنی دەروونی کە کاریگەری خۆی هەیە لەو گۆڕانکاری و پێگەیشتنانەدا.چونکە باری دەروونی بارێکی مەعنەوی ڕووت نی یە،بەڵکو یەکگرتنی بیر و جەستە و بەرئەنجامی ئاوێتە بونیانە.ئەو توێژینەوانەی تا ڕۆژی ئەمڕۆ لەسەر کاریگەری پەروەردە پێش دوو گیانی ئەنجام دراون سنوردارە و ورد نی یە،بەڵام ئێستا پەسەندی دەکەین.کە کاریگەری یەکان لە کاتی دوو گیانی و لەکاتی لەدایك بوندا دەخاتە ڕوو.دروست بوونی کۆرپەلە لەبارێکی تەندروستی دروست دا بە درێژایی ئەوماوەیەی کە لەسکی دایکی دایە،دەبێتە هۆی دروست بوونی کۆرپەلەیەکی سروشتی و هیچ کەم و کوڕی و ناتەواوی یەکی نابێت.بەڵام دروست بوونی کۆرپەلە لە بارودۆخێکی خراپدا دەبێتە هۆی گرفت و ناتەواوی کە لەدوای لەدایك بوون لە منداڵەکەدا بە شێوەی(ئازار و گریان،کەم خەوی و نەخۆشی یەکان، ...هتد)دەردەکەوێت.

بۆ نمونە:کەمی ئۆکسجین پێش لەدایك بوونی کۆرپەلە دەبێتە هۆی سەرهەڵدانی زۆر گرفتی تەندروستی ترسناك لەدوای لەدایك بوون،لەبارێکدا ئەو ئۆکسجینە پێویستە بۆئەوەی (منداڵەکە) بەزیندویی بمێنێتەوە.لە دواییدا هۆکارەکانی ئەم شێواندنانە دەبێتە هۆیەکی ڕاستەوخۆ بۆ سەرەتای گرفتەکانی شێواندن لەپەروەردەکردندا.خواردنێکی گونجاو و دروست بۆ دایك و ئارامی و پشوی دەروونی و جەستەیی لەماوە و کاتی دوو گیانی دا،خۆپاراستن لەنەخۆشیەکان و چارەسەرکردنی هەر نەخۆشی‌یەك لەژێر چاودێری پزیشکی پسپۆردا،منداڵ لە زۆربەی گرفت و

شـێواندنە تەندروسـتیەکان دەپارێزێت،کەلـەدوای لـەدایك بـوون دوچـاری منداڵەکـە دەبێـت.ئەمـە هێمایـەکی نـەبینراوە لەسـەر کاریگـەری پـەروەردە پـێش دوو گیـانیو لـەکاتی دوو گیانیـدا(هەرچـەندە ئـەم بابەتـە دوورە لـە بواری پسپۆری و بابەتی توێژینەوەکەم لەم کتێبەدا)،بەڵام ئاماژەدانم بەم کاریگەرییانــە بـۆ ئەوەیـە کـە کاتێـك خوێنــەری ئـازیز دەیـەوێت منـداڵێك دروست بکات،کەناوی ئەو هەڵدەگرێت و جێگـەی شـکۆ و شـانازی ئەوە،بیر لەپەروەردەیەکی نمونەیی بکاتەوە کە دووربێت لەهەڵە.

پێداویسـتیـیە سـەرەکییەکانی منـداڵ و شـێوازێکی نمونـەیی بـۆ مامەڵەکردن لەگەڵ ئەو پێداویستیـیانە:

منـداڵ خواسـتو پێداویسـتی سـەرەکی هەیە،هەنـدێ لـەو پێداویستیـیانە وەڵامدەرەوەی لایەنی سروشت و خۆڕسکی منداڵەکەن و هەندێکی دیکەیان ڕێکخـەری کەسایەتی منداڵەکەن،بۆئەوەی مرۆڤێکـی تـەواو گەشـەکردوو لـە هـەموو لایەنـەکانی کەسـێتی یـەوە دروسـت ببێـت و توانـای مامەڵـەکردنی هـەبێت (لەهـەر کـاتو شـوێنێکدا)بـە شـێوەیەك سـوود و کـەڵك پێشـکەش بەکۆمەڵگە و کۆمەڵی مرۆڤایەتی بکات.
لێـرەدا گـرنگترین پێداویسـتییە سـەرەکییەکانی منـداڵ و شـێوازی دابـین کردنی نمونەیی دەخەینە ڕوو:-

1/ خۆراك پێداویستی‌یەكی خۆڕسكە

خـۆراك بەیـەكێك لـەگرنگترین پێداویسـتییە خۆڕسـكەكان دادەنرێت،كـە هەنـدێ جـار بـەهۆی هەڵـە دەسـتێوەردانی ئەنـدامانی خێـزان وكەسـانی دیكە،زیانی جەستەیی و دەروونی بەمنداڵەكە دەگەیەنێت.پێویسـتە منداڵ ئەندازە و بڕێكی دیاریكراو لە خواردەمەنی وەربگرێت (شیر لە مانگەكانی یەكـەمی تەمەنیـدا)لەپاشـان جۆرەكـانی دیكـەی خواردەمەنی،ئـەم بـڕە لـە خۆراك دەبێت لەگەڵ تەمەنی منداڵ و كێشـەكەیدا گونجاو بێت و پزیشك ئـەم بـڕە دیـاری بكـات.(هـەروەك چۆن لەسـەر قوتـوی شیر نوسـراوە).ئەگـەر منـداڵ بڕێكـی زیـاتر لـەو شـیرەی كـە پێویسـتی پـێ یـەتی بخواتەوە،ئـەوا دەڕشێتەوە و ئەوبڕە زیادەیە لە شیر كە خواردویەتی هەڵیدەهێنێتەوە.(ئەمە دیارییـە كـە خـودا بەمنداڵەكـەی بەخشـیوە بـۆ پارێزگـاری كردنـی لەنەخۆشییەكانی كۆئەندامی هەرس) بەڵام ئەم سودە،كە ڕشانەوەیە لەگەڵ منداڵەكـەدا بـەردەوام نابێت،بـەڵكو پـاش ماوەیـەك جەسـتەی منداڵەكە،بەشـێنەیی دەسـت دەكـات بـە وەرگرتنـی بڕەخـۆراكی زیـادە و گەدەش بۆ وەرگـرتنی ئـەو بـڕە لـە خـۆراك و شـیر،گەورەتر دەبێت.بەڵام گەر منداڵەكـە نەڕشـێتەوە ئـەوا كۆئەنـدامی هەرسـی منداڵەكە،لـە مانگـەكانی كۆتایی ساڵی یەكەمدا دوچاری نەخۆشی جۆرا و جۆر و هەندێ تێكچوونی هەرسی وەك ئینتەلا و زۆر خۆری و هەندێ نەخۆشی دیكەدەبێت.ژمارەی ژەمـەكان بابـەتێكی گرنگـە و گرنگیـی یەكـەی بەهۆی زۆری بڕەكەیـەوە كـەم نابێتەوە،چونكە پابەند نەبوونی خێزان بە گونجاندنی ژمارەی ژەمـەكان و بـڕی خــۆراك لەگـەڵ تەمــەنی منداڵەكــەدا بــەر ئــەنجامی خراپــی لــێ دەكەوێتەوە.چونكە كەمی ژەمە خۆراك دەبێتە هۆی كەم خۆراكی،زۆری بڕی ژەمــە خــۆراكی داهــاتوو دەبێتــە هــۆی شــێواندنی هاوســەنگی نێــوان ژەمەكان.ئەم هۆكارە كاریگەری خراپی لەسەر تەندروستی گشتی منداڵەكە

و درروستی کۆئەندامی هەرس هەیە.(وەك دەزانرێ کە زۆربەی منداڵان ماوە بە کەس و کاریان نادەن بۆ کەم کردنەوەی ژمارەی ژەمەکان،چونکە هەرکاتێك هەست بەبرسێتی بکەن ئەوابە بەردەوامی دەگرین).ئەم دیاردەیە زۆربەی منداڵان دەگرێتەوە نەك هەموویان،لەبەرئەوەی کەکەمترین منداڵ بەهۆی هێمنی یەوە لەسەربرسێتی یەکەی ئارام دەگرێت.ژمارەی ژەمی زیادە زیانی زۆر بەلایەنی تەندروستی و دەروونی منداڵ دەگەیەنێت،بەشێوەیەك دەبێتە هۆی دروست بونی زۆرلە گرفتە هەرسیەکانی وەك ڕشانەوە و ئینتەلا و هیلاکبوونی گەدە و باقی بەشەکانی دیکەی کۆئەندامی هەرس.کۆئەندامی هەرس و ڕژێنەکانی هەرس ماوەیان نی یە و ناتوانن پاڵێوراوەکان چۆڵ بکەن بەڵکو داوای لێ دەکرێت سەر لەنوێ دەست بکاتەوە بە کارەکەی،کە لەسەرووی توانای خۆیەتی.لەلایەکی دیکەوە زیادەی ژەمە خۆراك دەبێتە هۆی گەورەبوونی گەدە وحەز و ئارەزووی منداڵ بۆخۆراك زیاددەکات،بەشێوەیەکی زیاتر،لەلایەنی ئەندامی یەوە زیان بەبەشەکانی جەستە دەگەیەنێت.(بەڵام ئەمە پەیوەندی بەتوێژینەوەکەی ئێمەوە نی یە)ئەوەی بەلای ئێمەوە گرنگە باری دەروونی و پەروەردەیی یە،کەوا لە منداڵ دەکات گریان بکاتە نواندن و هۆکارێك بۆ وەرگرتنی خۆراکەکەی.لەبەرئەوەی زۆربەی ئەو کەسانەی ژەمی زیادە دەدەنە منداڵەکانیان بەهۆی گریانی منداڵەکەیانە،هەندێ خێزانی دیکە هەیە لەپێناوی قەڵەوبونی منداڵەکەدا ئەم کارە دەکەن.ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ نەزانی خێزانەکە بەتایبەت دایك.پاشان گریان لای منداڵ دەبێتە هۆکارێك نەك بۆ دەستەکەوتنی خۆراك بەڵکو بۆ بەدەست هێنانی ئارەزو و خواستەکانی دیکەشی.لێرەدا کەس و کار یان ئەندامانی خێزان هەنگاوی یەکەم بۆ نازی لەڕادە بەدەر دەنێن.هەرکاتێك ئەم بارودۆخە بەردەوام بێت نازەکە زیاتر دەبێت و چارەسەرکردنی لە داهاتوودا قورستر دەبێت.ئەوەی تا ئێستا باسمان کرد پێش هاتنی ددانی منداڵەکەیە بەڵام کاتێك منداڵ

ددان دەردەكـات توانـای خـواردنی خواردەمـەنی زیـاتر و جـۆرا و جـۆری هەیە،واتە گرفتی دیكە سەرهەڵدەدات بەدەركەوتنی(گۆڕانی بڕی خۆراك و گـۆڕانی ژمـارەی ژەمـەكان).هـەروەك چـۆن گـرفتی جـۆری خواردنـەكان دەردەكـەوێت كاتێـك كـە منداڵەكـە حـەزی لـە جـۆرێكی تایبـەتی خۆراكـە و بەڕێژەیەكی زۆرئەو خۆراكە دەخوات و ئەوخواردنانـەش كەحـەزی لێ ناكات نایخوات.منداڵ زۆربەی ئەوخۆراكانە دەخوات كەزیان بەخشن وەك:مۆز* و چكلێت و شیرینیەكان،مۆتا و بنێشت و هەندێ خۆراكی ئامادەكراوی بازاڕ كـە بـەراورد ناكرێـت بـەو خواردنانـەی كـە لەماڵـدا ئامادەدەكرێـت بـەهۆی پاكوخاوێنی و بەهای خۆراكی خـواردنی ماڵ.ئەم خواردەمەنییانـە دەبێتـە هۆی دوور خستنەوەی منـداڵ لـە خـواردنی خۆراكە سود بەخشـەكانی وەك شـیر و هێلكـە و سـێو و گۆشـت.لـەم قۆناغـەداخواردن دەبێتـە گرفتێـك كـە پێویسـتە زۆر بـەوردی مامەڵـەی لەگـەڵ دا بكرێت،پێویسـتە گونجانـدنێك لـــەنێوان هۆكـــارە كاریگـــەریی یـــەكانی ســـەرخواردنی منـــداڵ هەبێت،هۆكارەكانیش:

أ- سۆزوخۆشەویسـتی دایـك و بـاوك و كاریگـەری لەجێبـەجێ كردنـی خواستەكانی منداڵدا.

ب- پێداگری منداڵ لەسەر خواست و ئارەزووە بێ سنورەكانی.

ج- تەندروستی منداڵ و پێداویستیەكانی لە ڕوی چەندێتی و چۆنیتی.

د- دروستی منداڵ و پارێزگاری كردن لەمەترسی یەكان.

ه- بارودۆخی ئابوری خێزان.

و- چاودێری كردنی بارودۆخی خواردنی منداڵ لەڕوی(پاكوخاوێنی، كات و شـــوێن).دەگرێتەوە،كـــە تێكـــدان و شـــێواندنی یـــەكێك لـــەم هۆكارانە،لەئەنجامدا زیان بە منداڵەكە دەگەیەنێت.

سۆزوخۆشەویستی لەگەڵ زانین و شارەزایی دایك وباوكدا بەراورد دەكرێت،چونكە پێویستە جگە لە خواستە دروست و بەسودەكان، خواستەكانی دیكەی منداڵ جێبەجێ نەكرێت.بۆیە دەبێت خێزان ئاگاداری ئەو خواست و ئارەزوانە بێت كە لە ئێستا وداهاتودا زیان بە منداڵەكە دەگەیەنێت.دەستبلاوی لە پێدانی خۆراك بە منداڵ زیانی زۆر بەلایەنی تەندروستی وهەڵسوكەوتی منداڵەكە دەگەیەنێت چ لە ئێستادابێت یان لە داهاتوودا.جگە لەمە خەرجی خێزان بەفیڕۆ دەڕوات و پەیوەندی نێوان منداڵ و ئەندامانی خێزان ئاڵۆزدەبێت،كاتێك بەلێشاو خواردەمەنی زۆر و نرخ بەرز بۆ منداڵەكەیان ناكڕن.ئەم بڕە پارەیە كە بۆ منداڵێك خەرج دەكرێت كە هێشتا لەسەرەتای تەمەنیدایە،واتە ڕۆشتن لەسەر هێڵێكی یەك لە دوای یەكی ئەندازەیی كە زەحمەتە تاسەر بەردەوام بێت.منداڵێك لە تەمەنی سێ ساڵیدایە ڕۆژانەكەی پێنج هەزار دینار بێت،كاتێك دەگاتە تەمەنی شەش سالی بەكەمتر لەدوو ئەوەندەی ئەو بڕە پارەیە ڕازی نابێت.ئەم بارودۆخە بەردەوام دەبێت،تاكو منداڵەكە دەگاتە قۆناغی هەرزەكاری،لەلایەك ئەوبڕە پارەیە كەس وكار و ئەندامانی خێزان توشی بێزاری دەكات،لە لایەكی دیكەوە بەهۆی یەكێك لەهەڵس و كەوتە زیان بەخشەكان منداڵ توشی لادان دەبێت.خوێنەری ئازیز لێرەدا نمونەی منداڵێك دەهێنمەوە،منداڵێكی چوار ساڵ،لەو باخچەیەدا بوو كە توێژینەوەمەیدانییەكەم تێیدا كردووە.دایكێك ڕۆژانە جانتای منداڵەكەی پڕ دەكرد لەخۆراكی منداڵان،كە زۆربەی ئەو بڕە خۆراكەی لە بازاڕ دەكڕی.لەبارەی نرخی كڕین و تێچونی ئەم بڕە خۆراكە لەدایكەكەم پرسی،لەوەڵامدا گوتی:دەهەزار دینار(هەر وەك دەزانین زۆربەی خێزانەكان لەڕۆژێكدا توانای خەرجكردنی ئەو بڕە پارەیەیان نییە!)لێرەدانەم ویست

لەو دایکە بپرسم:دوای گەڕانەوەی منداڵەکەت لەباخچەوە بۆ ماڵەوە تائەو کاتەی دەخەوێت،چەند برە پارەی دیکە بۆداواکاری وخواستەکانی خەرج دەکە یت؟ گەرمنداڵێك تەمەنی چوار ساڵ بێت،خەرجی ڕۆژانەی ئەوبڕە پارە زۆرە بێت،خەرجییەکەی لەقۆناغەکانی ناوەندی و دواناوەندی و زانکۆ دەگاتە چەند؟ پێشبینی داهاتو و هەڵەکانی ئەم گەنجە بکە،کەسەرەتاکانی بەم شێوازە بێت.زۆر هەوڵم لەگەڵ دایکەکەدا دا کە قەناغەتی پێ بکەم،ئەو شێواز و مامەڵەیەی لەگەڵ کوڕەکەیدا گرتویەتی یە بەر،هەڵەیە.دایکی منداڵەکە بەم شێوەیە وەڵامی دامەوە و گوتی:خودا سامانی زۆر پێ بەخشیوین،ئیتر بۆچی لەگەڵ کوڕەکەم پیسکەبم؟

دایکەکە لەو جۆرە مرۆڤانە نەبوو کە ئامۆژگاری وەربگرێت.بۆیە زۆر ئاواتە خوازبووم کە دوای پانزە ساڵی دیکە هەمان دایك ببینمەوە و دەربارەی بارودۆخ و هەڵس وکەوتی کوڕەکەی پرسیاری لێ بکەم.ئاواتەخواز بووم کوڕەکەی زۆرباش بێت،لەگەڵ ئەوەشدا پێشبینی پێچەوانەی ئەم بارە دەکەم.هاوکات چە ندین گرفتی دیکە هەن کە زۆربەی کەس وکاری منداڵانی توشی بێزاری کردووە،ئەو گرفتەش کەم خۆراکی منداڵەکەیانە،کە پەیوەندی بەشارەزایی دایك وباوك و سۆز و خۆشەویستییان بۆ منداڵەکەیان،هەیە.ڕۆژانە دایك و باوك تێبینی ئەوە دەکەن کە منداڵەکەیان بە بەراورد بە منداڵانی هاوتەمەنی خۆی کەم دەخوات.بۆیە دایك و باوکەکان توشی ترس و دوودڵی دەبن.گەر پشکنینی چەرپای و پشکنینی خوێن بۆمنداڵەکە بکرێت و هیچ جۆرە نەخۆشییەکی ئەندامی لە پشکنینەکاندا دەرنەکەوت و منداڵەکە کەم خوێن نەبوو،ئەوا بەکەس و کار و ئەندامانی خێزان دەڵێم:ئیدی ترس و دڵەڕاوکێی ناوێت.کاتێك جەستەی منداڵ پێویستی بەخۆراك دەبێت،بەشێوەیەکی خۆڕسك پاڵ بەمنداڵەکەوە دەنێت کەداوای خۆراك بکات.زۆربەی نارەزایی دایك وباوك دەربارەی کەم خۆراکی منداڵەکانیانە،ئەوان داوای یارمەتییان لێ دەکردم،بۆدۆزینەوەی

چارەسەرێك بۆ ئە وەیمنداڵەكانیان نان بخوات.بەڵكو هەندێ دایك وباوك داوای ئـەوەیان لێ دەكـردین كـە بـە سـەر منداڵەكانـدا بسـەپێنین یـاخود ناچاریان بكەین كەخواردن بخۆن.بەڵام پێویستە واز لەم دیاردەیە بهێنین بۆشـێوە و بارودۆخـە سروشـتییەكەی خـۆی و سروشـتی منـداڵ و تەمەنەكەی؟چـونكە پێویسـتی جەسـتە بـۆ خـۆراك لـە تەمەنێكـەوە بـۆ تەمـەنێكی دیكـە و لەمنداڵێكـەوە بـۆ منـداڵێكی دیكـە جیـاوازە.لـەقۆناغی گەشـەی خێـرای كێش ودرێـژی جەستەدا،دیارە كە ئەو خۆراكە پێویستی تـەواوی ئەندامـەكانی جەسـتەی منداڵەكـەی پڕكردۆتەوە،بـەڵام پێویسـتی جەسـتە بۆ خـۆراك لـە قۆنـاغی گەشـەی خـاودا بەهـەمان شـێواز نییـە.بـەم هۆیـەوە حـەزی منـداڵ بۆ خـۆراك كـەم دەكات،پێویستە دایك و بـاوك لـەزۆر خـۆری منداڵەكـەی بترسـێت نـەك لـە كـەم خۆرییەكـەی.وەك لەسـەرەتادا باسمـان كـرد زۆر خـۆری دەبێتـە هـۆی سـەرهەڵدانی نەخۆشـی لـە قۆنـاغی منداڵیدا و زۆر نەخۆشی دیكە لەگەورەیدا.ئەو نەخۆشیانەی كە دەبنە هـۆی قەڵەوی زیاترە لەوەی كەئاماژەمان پێدا،هۆكاری سەرەكی بۆ قەڵەوی حەزی زۆر واڵای منداڵــە بــۆ خۆراكــەكان.زۆرخــۆری یەكێكــە لـــەهۆكارە ســەرەكییەكانی گــەورەبونی گــەدە كــە بەهۆیــەوە لەســەرەتای تەمــەنی منداڵییەوە،گــەدە دەســت بــە گــەورەبون دەكــات.بــەڵام ئـەو منداڵانــەی كەحـەزیان بۆخـواردن كەمـە،ئامۆژگاریم بـۆ كـەس وكاریـان ئەوەیـە:زۆرباشـە ئەگەر ئازادی بدەنە منداڵەكانتان لـەخواردنی ئـەو بـڕە خۆراكـەی كەحـەزیان لێیەتی،بـەبێ ئـەوەی لەلایـەن گەورەكانــەوە بـۆ زۆر خـۆری هـان بـدرێن و بترسێنرێن یاخود بەزۆر بەسەریاندا بسەپێنرێن.

ب /ئەو ئەركانەی كەپێویستە لەكاتی مامەڵەكردن لەگەڵ خۆراكی منداڵدا گرنكی پێبدرێت(پێداگری منداڵ لەسەرخواستەكانی لەڕوی خۆراكەوە).

بەهۆی نەخۆشی‌یەوە بێت یان نەبونی نەخۆشی،زۆربەی منداڵان بۆ هەندێ لەجۆرەكانی خواردن یان زۆربەی خواردنەكان خواستی بێ‌سنوریان هەیە. بۆیە لە سەر كەس وكار پێویستە سەربەستی نەدەنە منداڵەكانیان،بەڵكو بە شێوەیەكی دروست و جگە لە خواردنە بەسودەكان،كۆنترۆڵی حەز و ویستی منداڵەكانیان بكەن،بۆ ئەوەی بزانن منداڵەكانیان حەزیان لە چ جۆرە خۆراكێكە؟بەچ ڕێژەیەك و چۆن؟مەترسی‌یەكان سەرهەڵدەدات كاتێك منداڵ سەربەست بێت لەوەی چی دەخوات،چونكە زیانی جەستەیی لە ئێستا و داهاتودا بەمنداڵ دەگەیەنێت.مەترسی و كاریگەری‌یە دەرونی‌یەكان لە مەترسی‌یە جەستەی‌یەكان كەمتر نین،چونكە ئەم سەربەستی‌یە وا لە منداڵ دەكات كە هەست بكات جڵەوی خۆی بەدەستی خۆیەتی نەك خێزانەكەی.وورده وورده منداڵ بەهۆی نازی لەڕادەبەدەر،توشی لادان دەبێت.زۆربەی خێزانەكان هەست بە دڵ خۆشی وئاسودەیی دەكەن كاتێك حەزی منداڵەكەیان بۆخۆراك زیاد دەكات،یان كاتێك منداڵ داوای خۆراكی زیاد دەكات،ئەو خۆراكە هەر چەند و جۆرێك بێت.ئەو خێزانە وا دەزانن ئەو بڕە خۆراكە دەبێتە هۆی بەهێزكردنی جەستەی منداڵەكەیان،بەڵام نازانن بەم كارەیان هەنگاوێكی گەورەیان لەبەخشینی نازی لەڕادەبەدەر ناوە.

ج /تەندروستی منداڵ وپێداویستییەکانی لەخۆراك،بەبڕی چەندوچۆن؟

ئێستا ئێمە لەچەرخی خێرا و کەڵەکەبونی زانیاریدا دەژین،بۆیە پێویستە تاکەکانی کۆمەڵ بەسەر هەموو شێوەکانی نەخوێندەواری ونەزانیدا زاڵ بن.پێویستە خێزان بە تایبەت دایك بەدوای سەرچاوە زانستییەکاندا بگەڕێن،ئەو سەرچاوانەی شێواز و مامەڵەکردنی دروست دەخاتە ڕوو،پەیڕەو بکەن.زانینی بڕو جۆرەکانی خواردن کە بۆ منداڵ و هەر بەشێك لە بەشەکانی جەستە پێویستە،بەکارهێنانی ئەو خۆراکە بە سود و پێویستانە لەپێناوی گەشەیەکی دروست و پاراستنی منداڵ لە نەخۆشییەکان.بۆیە پێویستە دایك ئەو هۆکارانە بزانێت کە بۆ تەندروستی منداڵ دەبنە گرفت و بەکارهێنانی دروستی خواردن یان داودەرمان وەك ڕێگەیەکی چارەسەرکردن.هەندێك جار ڕژێنەکان هۆکاری گرفتە تەندروستییەکانن،هەروەك چۆن کێشی منداڵ و تەمەنەکەی ڕۆڵێکی گرنگیان هەیە لەو بڕە خۆراکەی کە پێویستە منداڵەکە بیخوات.پێویستە کەس وکار چاودێری و بەراوردی گەشەی منداڵەکەیان لەگەڵ درێژی و کێشیدا بەر جەستە بکەن،بۆ ئەوەی ئەم گەشەیە گەشەیەکی دروست و تەواو بێت.سەردان کردنی پزیشك پێویستە،کاتێك کە هەست کرا کێشی منداڵ یان درێژی باڵا و جەستەی بەبەراورد لەگەڵ هاوڕێ و هاوتەمەنەکانی کەمترە.بۆئەوەی لەکاتی خۆیدا یان لەکاتی گونجاودا هەست بە بونی هەر گرفت و شێواندنێك لەمنداڵدا بکرێت،پێش ئەوەی کات بەسەربچێت.

نەبونی خواردنی پێویست و پڕ ڤیتامین و نمونەیی دەبێتە هۆی توش بونی منداڵ بەنەخۆشی ئەندامی و دەرونی و دەماری...هتد.بەڵام گەر منداڵەکە خواردن کەم بخوات لەگەڵ ئەوەش دا لەش ساغ وتەندروست بێت،پێویست بە هیچ ترس و گومانێك ناکات.هۆکاری ئەم کەم خۆری یەش پەیوەستە بە قۆناغ وتەمەنی منداڵەکە،چونکە گەشەکردنی منداڵ لەهەندێ لەساڵەکانی

تەمەن دا لەسەرخۆ و خاوە پێویستی بە بڕێکی سنوردار لە هەندێ خۆراك هەیە.حەزی منداڵ بۆ خۆراك و بڕی ئەو خۆراکەی کە منداڵ دەیخوات لە قۆناغی گەشەی خێرادا زیاد دەکات.ئەو توێژەی منداڵ بەشداری تێدا دەکات کاریگەرییەکی گەورەی لەسەر ئەو بڕە خۆراکە هەیە کە منداڵەکە دەیخوات.(لە بە شە کانی دواتردا باسی ئەم بابەتە دەکەین).جوڵەی جەستە و یاریکردنی منداڵ پەیوەندییەکی گرنگی بەزۆرخۆری یان کەم خۆری منداڵەکەوە هەیە.ئەو منداڵەی یاری دەکات و زۆردەجولێت،جەستەی داوای خۆراکی زیاتری لێ دەکات بە بەراوورد لەگەڵ ئەو منداڵەی کە کەم دەجوڵێت و یاری کەم دەکات.لە هەمان کاتدا جوڵەی زۆر و جوڵەی کەمی منداڵ و یاری کردنی،پەیوەندی بە بارودۆخی خێزانەکەوە هەیە لە ڕوی گونجاوی شوێنی نیشتەجێبونیان بۆیاری کردن وجوڵە،لە ڕوی چۆنیەتی مامەڵەکردنی خێزان ودراوسێ لەگەڵ جوڵەی منداڵدا.چونە دەرەوەی منداڵ بۆ کات بە سەربردن و دەربڕینی وتەی نابەجێ لەگەڵ هاوڕێ و کەس وکاریدا و بەتەنها یاریکردن لەسەرشەقام وڕێگاوبان،ئەمانە هۆکارن و کاریگەرییەکی گەورە لەسەر گەشە کردن و تەندروستی منداڵ بەجێدەهێڵن.بۆ یاد هێنانەوەی ئەو باسەی کە پەیوەندی بە توێژەوە هەیە و لەپێش ئێستادا ئاماژەمان پێدا،ئەوا منداڵ بۆسێ کۆمەڵە پۆلێن دەکرێن:

<u>کۆمەڵەی یەکەم/ئەو منداڵانەی سەر بە توێژی ناوەکین.</u>

گرفتەکە لە خۆراکدا نییە،منداڵ و ئەندامانی ئەم توێژە حەزیان لە خواردنە و بەردەوام باسیدەکەن،چاودێری دایکیان دەکەن کاتێك کە چێشت لێدەنێت.بە بۆ چونی من بێبەشبونی منداڵ لەم توێژە سزایەکی گەورەیە.

<u>کۆمەڵەی دووەم/ئەو منداڵانەی سەر بە توێژی ناوەندن.</u>

منـدالآنی ئـەم توێـژە زیـاد لەپێویسـتی جەسـتەیان خـۆراك دەخۆن،لـە سـەر خواردنی خۆراك بەردەوام دەبن تا ئەو كاتەی هەست بە بێـزاری و نائـارامی لاشە ودەرونیان دەكەن.

كۆمەڵەی سێیەم/ئەو منداڵانەی سەر بە توێژی دەرەكین.

ئەندامەكانی لەڕ و لاواز و كەم خۆرن،گرنگییەكی زۆر كەم،بە خۆراك دەدەن. گرفتیـان ئەوەیـە خێزانەكـەیان دەیانـەوێت خۆراكیـان بدەنێ،بـەڵام ئـەم منداڵانـە بـەهۆی لاوازی جەسـتە و بچـوكی گەدەیانـەوە پێویسـتیان بـەو خۆراكە زیادەیە نی‌یە.

د/دروستی منداڵ و پارێزگاری‌كردنیان لەمەترسی‌یەكان.

هەنـدێ خـاڵ هەیـە پێویسـتە بـە ئاگـایی و بـە شـێوازێكی ڕاسـت ودروسـت مامەڵـەیان لەتەكـدا بكرێت،بۆپارێزگـاری كـردن لـە دروسـتی منداڵەكـەت لەبواری خۆراكدا،گرنگترین خاڵەكان باس دەكەین:

1/خۆراك خواردنی منداڵ بەبێ سەرپەرشتی ڕاستەوخۆی گەورەكان.

زۆربـەی گرفتـەكان بـەهۆی ئـەم دیاردەیـەوە سـەرهەڵدەدات،كە لـە ژیـانی زۆربـەی منداڵەكانـدا ڕوودەدات و بـەردەوام خێـزان بـە گرانـی باجەكـەی دەدات.منـداڵێك مادەیـەكی ترسـناكی وەك نـەفتالین(ئەسـپەنیك)دەخـوات وادەزانــێ حەڵوایــە،دوای بەسەرچــونی كــات هەســت بەهەڵەكــەی خــۆی دەكات،منداڵێكی دیكە ڕۆنی تواوەی دانراو لە كوپدا دەخواتەوە،وادەزانێ ئاوە،منداڵانی دیكە شلەمەنی لەئاوچو و شەراب دەخۆنەوە،كە لە ئەنجامدا

ڕوداوێکی مەترسیدار و مەرگەسات بۆ خێزانەکەی دروست دەکات.منداڵی دیکەش هەن کە کاتێ باوکیان لە بازاڕ دەگەڕێتەوە دەبینێت میوەی بۆکڕیون،بەبێ ئەوەی میوەکە بشۆنەوە دەیخۆن،کە هەمان میوە بەمادەی کیمیایی ژەهراو پرژێن کراوە.منداڵێکی دیکە چێژ لە هەر خۆراکێك وەردەگرێت کە بەلایەوە خۆش وباشە،بڕێکی زۆر لەو خۆراکە دەخوات،بەشێوەیەك گەدەی بچوکی توانای هەرس و مامەڵەکردنی ئەو بڕە زۆرەی لە خۆراك نییە.ئەم منداڵە یان هەموو چکلێتی ناو قوتوەکە دەخوات یاخودقاپێ میوەی پاك نەکراو و یان قاپێ گێلاس بە ناوکەکەیەوە دەخوات.منداڵ جیهانێکی تایبەت بەخۆی هەیە،هەندێ کردار وەك یاری ئەنجام دەدات تادڵی خۆش بێت،ئەم منداڵە دەنکێ نۆك دەکاتە لووتیەوە کە بۆ دەرکردنی ئەو دەنکە نۆکە پێویستی بەیارمەتی پزیشك هەیە.منداڵێکی دیکەش قوتویەك حەبی شێوە جوان یان شوشەیەك شەراب دەخواتەوە وادەزانێ تامەکەی خۆشە.سەیری ئەوە ناکات چی لەناوەکەیدایە،نمونەکان زۆر لەوە زیاترن کە ئاماژەی پێبدەین و باسی لێوەبکەین.لە کاتی ڕودانی ئەم بارودۆخە و ئەو بارانەش کە هاوچەشنی ئەم حاڵەتانەیە،منداڵ بە ژیانی خۆی باجەکەی دەدات.لێرەدا لێپرسراوێتی لە ئەستۆی کەس وکارییەتی بەتایبەت دایك،بۆیە پێویستە کە هەردەم دایك ئاگاداری منداڵەکەی بێت وەپێشبینی ئەم هەڵانە و هەڵەی دیکە بۆمنداڵەکەی بکات،بۆئەوەی ڕۆژێك نەیەت پەشیمان ببێتەوە.

<u>2/*ناردنی منداڵ بۆ کڕینی* هەندێ خۆراك لە فرۆشیاری دەستگێڕ و دوکانی لا کۆڵان.</u>

منــدالٚ توانــای جیاکردنــەوەی خــۆراکی دروســت وخــراپ و بەســود و زیانبەخشــی نییە،هەنــدیٚ کــەس هــەن فێڵــی لیٚ دەکەن،لەلایــەن هەنــدیٚ لەمنــدالاٚنی ســەرجادەوە دەســتدرێژی دەکرێتــە ســەری ولەســەر جــادە دەکەوێت.زۆر مندالٚ کە چون بۆ کڕینی پسکیت و ئەو خواردەمەنی یانەی کەحەزی لیٚیەتی،لەگەلٚ ئوتومبیل دا توشی پێکدادان بوون،چونکە مندالٚ چــاوەڕیٚی بــاوکی ناکــات ئــەو شــیرینی و پســکیت وهــەر بابــەتێکی خواردەمەنی دیکەی مندالاٚنەی بۆ بهێنێتەوە.بۆیە ئامارژە بەوە دەکەین کە یاسـا و شـێوازێکی جـێگیر بـۆ ئـەم بابەتـە و چارەسـەرکردنی گرفتـەکانی نیـیە.بـەڵکو تەمـەنی منداڵەکـە و زیرەکـی و پابەنـدبون و گوێڕایـەڵی بـۆ ڕێنمایی‌یــەکانی ئەنــدامانی خێزانەکــەی وکــەس وکاری،ئــەو گــەڕەك و شەقامەی خێزانەکەی تێدا نیشتەجێن،هەندیٚ هۆکاری دیکە کە هەمویان کاریگــەریان هەیــە لەســەر ئــەو منداڵــە بۆئــەوەی لــەبارێکی پــارێزراودا بێت،بەبــەراوردکردنی بەمنــدالاٚنی دیکــە.پێویســتە ڕۆڵــی کــەس وکــار و ئەندامانی خێزان بەتایبەت دایك وباوك بۆ دیاریکردنی ڕێگەیەکی لەبری نمونــەیی ڕۆڵێکــی کاریگــەر و بــاش بنوێنن،ئەگــەر دایــك وبــاوك ئــەو خواردەمـەنی یانـە بکـڕن کـە منداڵەکـەیان حـەزی لیٚیـەتی لـەلای دایکەکـە دابنرێت(بەبۆچونی من)لەکاتێکی دیاریکراودا بە ڕێژەیەکی گونجاو بە منداڵەکە ببەخشرێت،ئەم ڕێگەیە گرفتەکە لەڕیشەوە چارەسەر دەکات. لێــرەدا پرســیارێك لــەلای دایکــان وباوکــان دروســت دەبێــت وەدەپرسن:شێوازێکی دروست نی یە کە مندالٚ پشت بەخۆی ببەستێت و فێرببێـت کـە چۆن دەبەخشێت و وەردەگرێت؟.بەو دایك وباوکە بەڕێزانە دەڵێم:شێوازێکی دروستە کە مندالٚ فێربکرێت متمانەی بەخۆی هەبێت بــەلاٚم بەمــەرجێك کــە منداڵەکــەت لــەژێر چــاودێری و بەدواداچــونێکی دروستدابێت،بەشێوەیەکی ئارام ولەتەمەنێکی گونجاودائەو کارانە بخەیتە

ئەستۆی منداڵەکەت.

ه/باری ئـابوری خێـزان و پەیوەنـدی وکاریگەری‌یـەکانی لەسـەر خـواردنی منداڵ

باری ئابوری خێزان ڕۆڵێکی گرنگ لە بابەتی خۆراکی منداڵ دا دەبینێت، کاتێك باری ئـابوری خێـزان بـاش بێـت کێشـە ئابوری‌یـەکان کـەمتردەبن و کاریگەری‌یان لەسەر خێزان ومنداڵ کەمتر دەبێت.بەڵام ئەو کاتەی خـەرجی خێـــزان بـــۆ دابـــین کردنـــی پێداویســـتی‌یەکان ســـنوردابێت،ژیری و ڕێنمـایی‌کردنی دایك ڕۆڵ دەبینێت.پێویسـتە دایـك گونجانـدنێك لـە نێـوان خەرجی خێزان و پێویستی خۆراکی منداڵەکەیدا بکـات.لـەم بوارەدا ڕۆڵـی دایـــك زۆر بنچـــینەیی وکاریگەرە،پێویســـتە بـــە هاوکـــاری هاوســـەرەکەی دەستنیشـــانی ئـــەو خۆراکانـــە بکـــەن کـــە مـــادەی پێویســـتی بـــۆ گەشـــەی منداڵەکەیان تێدایە،لە هەمان کاتدا نرخی خۆراکەکە لەگەڵ توانـای ئـابوری خێزانەکەدا گونجاوبێت.بۆ نمونە هەموو جۆرەکانی سـەوزە و میـوە پـڕن لـە مـــادەی خـــۆراکی پێویســـت و بەســـود بـــۆ گەشـــە ودروســـتی جەســـتە و نرخیشـیان هەرزانـە.گـەر دایـك یـەك کیلـۆ لـە پرتـەقاڵ و لالـەنگی بکـات بـە شـەربەت بۆ منداڵەکـەی سـودی لـەو شوشـانەی کـە ئـاوی گـازی ئامـادەکراو وســـاردی وبیبســـی تێدایـــە زیاترە،کـــە هەنـــدێ مـــادەی زەرەرمەنـــدیان تێدایە.جگە لەوەی ئەم شەربەتە بۆ جەستە پێویست و بەسـودە و لەهـەموو زیانێك بەدەرە.لـە هەنـدێ کـات دا سـەوزە و میوەکـان هـەرزانن ولـە زۆربـەی کاتەکانـدا گرانن،دایکەکـە دەتوانێـت ئـەو میوانـەی کـە هـەرزانن زۆر بداتـە منداڵەکـــەی و لـــەمیوە گـــران بـــەهاکان دوور بکەوێتـــەوە.بـــەڵکو دایکەکـــە دەشتوانێت ئەو میوانـە و شـك بکاتـەوە،یان بیکـات بەشـەربەت و بـە پـاك و خـاوێنی هـەڵیان بگرێت،یـان مرەبـا و ترشـیاتی لێ دروسـت بکـات.لـەگوڵ

کەلەرم (قەڕنابیت)دا بڕێکی زۆر ڤیتامین C هەیە و ئەم ڤیتامینەش لە زۆربەی سەوزەکاندا هەیە و نرخەکەشی هەرزانە،زۆربەی ئەو خواردەمەنی یانەی لە دەرەوەی ماڵ و لەبازاڕ دروست دەکرێت وخەڵکی دەیکڕن،ئەو سودو بەها خۆراکی‌یانەی تێدا نی‌یە کە لە خواردنی ماڵەوەدا هەیە،یان بەها خۆراکی‌یەکانی بەڕێژەیەکی کەمتر تێدایە.بەم شێوەیە دایك دەتوانێ کە خۆراکی نرخ هەرزان و بەسود کە ڕێژەیەکی باشی مادەی خۆراکی تێدایە لەبری ئەو خۆراکانەی کەگرانە و مادەی خۆراکی کەم سودی تێدایە هەڵببژێرێ.لەم کاتەدا پێویستە دایك لە هەڵبژاردن لەنێوان خواستەکانی منداڵ و پێداویستی‌یەکانیدا سەرکەوتوو بێت،لەلایەکی دیکەوە منداڵەکەی لەنازی زۆر و هەست کردن بەکەمی و بێبەشی بەدوور بگرێت.

و/بارودۆخی چاودێریکردنی خواردن

بارودۆخی چاودێریکردنی خواردن و پاك وخاوێنی و پابەند بون بە ڕێوڕەسمی خۆراك خواردن و پابەندبون بەکاتی ژەمەکان،دەگرێتەوە.کاتێك ئێمە منداڵ فێری شێوازی ڕاستی خۆراك خواردن دەکەین،لە ڕوی ڕێوڕەسم وکات وشوێنی ئامادە کراو و تایبەت بۆی،ئەوا منداڵەکانمان لەسەر نەریت و خوڕەوشتی خواردن پابەند و جێگیر کردووە،بەڵام گەر خێزان واز لە منداڵەکە بهێنن بەبێ چاودێریکردن وئاڕاستە کردن،ئەوا لەبەردەم دوو جۆر لەهەڵبژاردندا دەبن:

لەزۆربەی هەڵەو هەڵەشەیی‌یەکانی منداڵەکە ببورن،کە ڕۆژ لە دوای ڕۆژ زیاد دەکات ودوو بەرابەر دەبێت،تاڕۆژێك دێت کە چارەسەرکردن وکۆنترۆڵکردنی بارودۆخەکە قورس دەبێت و بەم شێوەیە منداڵەکەمان خستۆتە نێو بازنەی نازی لە ڕادەبەدەر.یاخود ناچاردەبین لە بەردەم خواست و پێداویستی‌یەکانی منداڵەکەدا بوەستنەوە،کە منداڵ ناچار و مل

کەچ دەبێت بۆ بەردەوام بون و بەکارهێنانی پێداویستی‌یەکانی بەبێ ناڕەزایی دەربڕین.لەم بارەدا دەبێت شێوەیەك لە شێوازەکانی دڵڕەقی بەکاربهێنرێت،کە کاریگەری‌یەکی خراپی بۆ کەسایەتی منداڵەکە هەیە،بۆیە هەر لەسەرەتاوە مامەڵەیەکی دروست لەگەڵ منداڵدا پێویستە کە سودی زیاترە و کەمترین زیان،لەلایەنی دەرونی و جەستەی و ئاستی گەشەی منداڵەکە دەدات.

<u>2/*خەو پێداویستی‌یەکی سروشتی منداڵە* و باشترین شێواز بۆ هەڵسوکەوت کردن لەگەڵ ئەم پێداویستی‌یە:</u>

جەستەی منداڵ بە شێوەیەکی سروشتی وخۆڕسك پێویستی بەخەو هەیە.گەر باری تەندروستی منداڵ ئاسایی بێت،بەپێی قۆناغی تەمەنەکەی،چەند کاتژمێرێك دەخەوێت.منداڵ لەڕۆژەکانی سەرەتای لەدایك بونی‌یـــــــــــــــــــــــــــــــــــــەوە (جگە لەو کاتانەی کەخواردنی دەدرێتێ وپاك دەکرێتەوە) بەدرێژای کات دەخەوێت.دواتر کاتژمێرەکانی خەو،وردە وردە و ڕۆژ لەدوای ڕۆژ و مانگ لە دوای مانگ،بەرەو کەم بوونەوە دەڕوات.کاتژمێرەکانی خەوتنی منداڵ بەپێی تەمەنەکەی،هۆکاری تەندروستی و بۆماوەیی هەیە و لە منداڵێکەوە بۆ منداڵێکی دیکە جیاوازە.هۆکاری تەندروستی و بۆماوەیی ئەو توێژانە دیاری دەکەن کە منداڵ بەشداری تێدا دەکات،کە پێشتر لەبابەتی پێداویستی خۆراکی منداڵدا ئاماژەمان پێدا،کاتێ ووتمان منداڵ لەیەکێك لەسێ توێژەکان(ناوەکی_ ناوەند_دەرەکی) ببێت بە ئەندام.خەو کاریگەری هەیە لە پۆلێن کردنی منداڵ بۆ توێژەکان بەم شێوازە:

<u>*کۆمەڵەی یەکەم/ئەو منداڵانەی سەر بە توێژی ناوەکین.*</u>

ئەندامەکانی بەوە دیاری دەکرێن کە زۆر حەزیان لە خەوە و خەویان قوڵە،بەئاسانی دەخەون و زەحمەتە گەر بتەوێ‌لەشەودا لەخەو هەڵیان بستێنیت.ئەم منداڵانە بە ورگ زل و قەڵەو جیادەکرێنەوە و کۆمەڵایەتین،حەزیان لەخۆراك وتێکەڵاوبونی خەڵکە.

کۆمەڵەی دووەم/ئەو منداڵانەی سەر بە توێژی ناوەندن.

ئەندامەکانی بەوە دیاری دەکرێن کە پێویستیان بە خەو کەمە،بەیانیان بەبێ ئەوەی کەسێك خەبەریان بکاتەوە،لەخەو هەڵدەستن،زۆر پرخەپرخ دەکەن و لە شەوێکدا لەشەش سەعات زیاتر ناخەون.لە منداڵانی دیکە بە بەهێز و پتەوی ئێسکیان جیادەکرێنەوە،حەزیان لەوەرزش و کۆنترۆڵ کردنە.

کۆمەڵەی سێیەم/ئەو منداڵانەی سەر بە توێژی دەرەکین.

ئەم منداڵانە بەهۆی تێکچونی خەوەوە دەناڵێنن،گەر بتەوێ منداڵانی ئەم توێژە بخەوێنیت،دەبێت جەستەیان بە هاتوچۆ وپیاسە و یاریکردن هیلاك بکەیت.لە ڕوی خەوتنەوە خەویان سوکە و پرخە پرخ ناکەن،بەجەستەیەکی لاواز و ماسولکەی باریك و هەستیاری لە ڕادەبەدەر و کەم تێکەڵاوبونیان لەگەڵ خەڵك جیادەکرێنەوە.

پێویستە بزانین کە منداڵ بەشێوەیەکی تەواو و بەردەوام لەکۆمەڵەیەك لەم سێ کۆمەڵەیەدا جێگیر نابێت یاخود بە شێوەیەکی بەردەوام و تەواو نمونەیەك لەم نمونانەی تێدا نییە،بەڵکو تێکەڵەیەکە لە نێوان بەشێك لەم کۆمەڵەیە و بەشێك لە نمونە و کۆمەڵەکانی دیکە،بۆیە لەم بارەدا بڕیاردان ڕەها نابێت.بەڵکو پێویستە خۆمان هەوڵ بدەین بۆ دیاریکردنی هەر نمونە و کۆمەڵەیەك کە منداڵەکەمانی تێدا ببێتە ئەندام،بۆئەوەی هەر گرفتێك لە خەوی منداڵەکەماندا هەبێت،چارەسەری بکەین.گەر بارودۆخی

ئەندامەکانی جەستەی منداڵ لە ڕووی تەندروستی‌یەوە باش و دروست بێت،هیچ گیروگرفتێك لە بەئەنجام گەیاندنی کارەکانیدا نەبێت ئەوا منداڵ خەوێکی سروشتی و جێگیر دەخەوێت.منداڵ لە دوای تەمەنی یەك ساڵی،پێویستە لە سەعات حەوت یا هەشتی شەودا بخەوێت و لە سەعات حەوتی بەیانیدا لە خەو هەستێت.گەر بۆ کاتێکی کەمیش بێت زۆر باشە کە منداڵ لە نیوەڕۆدا بخەوێت(هەندێ منداڵ پێش تەمەنی سێ ساڵیدا گەربۆ کاتێکی کەمیش بێت لەپێش نیوەڕۆدا دەخەون،هەندێ منداڵی دیکە لەپێش نیوەڕۆ و لە نیوەڕۆش دا دەخەون،هەندێکی دیکە لە نیوەڕۆ یا لە پێش نیوەڕۆدا دەخەون،کەچی منداڵ هەن هەرگیز بە ڕۆژ ناخەون).هەرکاتێك منداڵ لە ڕۆژدا زۆر بخەوێت کاریگەری دەبێت لەسەر نەخەوتنی لەشەودا،وە کاریگەری خراپ لەسەر تەندروستی و کردار و هەڵس و کەوتی منداڵەکە بەجێ دەهێڵێت.بەڵکو لەهەندێ کاتیشدا کاریگەری خراپ لەسەر ڕەوشتی منداڵەکە دادەنێت،بەتایبەت لەو کاتانەدا کە منداڵ لەگەڵ ئەندامانی خێزان و میوان سەیری هۆکارەکانی ڕاگەیاندن دەکات و گوێ لە قسەو لێدوانەکانیان دەگرێت،کەمنداڵ توشی پەشێوی و زیان دەکات.بەدڵنیایی‌یەوە باری تەندروستی ودەرونی منداڵ پەیوەندی بە تێکچونی خەوتنەوە هەیە،بۆ ئەوەی کات و ماوەی خەوتنی منداڵ شیاو و گونجاو بێت پێویستە لەسەر کەس و کار بەتایبەت دایك،هەوڵبدات وکۆڵنەدات لە پێناوی گەیشتن بەو ئامانجە.بەشێوازێك لە قۆناغی شیرەخۆری دا ڕاژەنین و لاواندنەوەی منداڵ لەنێوان هەردوو دەستەکانی دایکدا،هۆکارێکی یارمەتیدەرە بۆ خەوتنی منداڵ و سودی دەرونی و فەرمانی(فسیۆلۆژی)هەیە.بەتایبەت گەر دایکەکە خۆی چاودێری ڕاژەنینەکە بکات،تامنداڵەکەی دەچێتە خەوێکی قوڵەوە.کاتێك دایك شیر دەدات بەمنداڵەکەی لەڕێی مەمکی خۆیەوە یان لەڕێی مەمکە شوشەوە و منداڵ گوێی لەمۆسیقایەکی ئارام بێت،ئەوا یارمەتی دەدات بەقووڵی

بخـــەوێت.لێــرەدا لــەبارەی خـــەوی مناڵـــەوە تێبینی‌یـــەکی گـــرنگ دەخەینـــە ڕوو،دەبێت ئاگاداری ئەوەبین کە پێویستە منداڵ ڕابهێنرێت لەگەڵ بوونی ڕوناکی و خەڵك و ژاوەژاودا بخەوێت،چونکە ئەم کارە بۆ ئێستا و داهاتوی منداڵەکە بەسودە.لەئێستادا سەرچاوەیەکی پڕ سۆز و خۆشەویستی‌یە بۆ منداڵ،لەبەر ئەوەی هەست بەبونی خۆی دەکات لە کەشێکی کۆمەڵایەتی‌دا و لە داهاتوشدا منداڵەکە ڕادێت لەگەڵ هەرا و هوریا و ژاوەژاوی دەرەوەی ژورەکەی،چ ئەو دەنگە لە ماڵەکەی خۆیدا بە هۆی میوان و بۆنەکانی خێزانەوەبێت یاخود بە هۆی دراوسێ و سەرشەقامەوە بێت،ئەوا ئەو دەنگانە فشار و ئاڵۆزی دەرونی بۆ منداڵەکە ناهێنن.(پێویستە لێرەدا تێبینی‌یەك بخەینە ڕوو.منداڵ تەنانەت کەسانی گەورەش بۆ ئەوەی بخەون پێویستیان بە کەشێکی ئارام وهێمنە.لێکۆڵینەوە دەرونی و زانستی‌یەکانیش ئەوەیان سەلماندووە کەپێویستە مرۆڤ لەکەشێکی ئارام دا بخەوێت.تەنانەت کاتی خەو و جۆری خەو،ماوە و ئارامی کاتی خەوتنیش پەیوەندی بەو ژینگەیەوە هەیە کە ئەو کەسەی تێدا خەوتووە.بۆیە من لەگەڵ ڕای ئەم نوسەرە بەرێزەدا نیم.گەرچی بارودۆخی زۆربەی خێزانەکان لە ڕوی شوێنی نیشتەجێ بونیانەوە،دوچاری ئەم گرفتە دەبن و منداڵ لە قەرەباڵغی دا دەخەوێت.زۆر منداڵ تاوەکو لەگەڵ ئەم ژینگەیەدا ڕادێن توشی زۆر گرفتی وەك کەم خەوی و خەو زڕان دەبن).زۆرباشە گەرمنداڵ لە قۆناغی لەشیربڕینەوەدا ژوری نوستنی خۆی بۆ دیاری بکرێت،بەتایبەت گەر باری ئابوری خێزان لەبارو گونجاو بێت.پەلەکردن لەم کارە وەك دواکەوتن زیانی هەیە،چونکە جیاکردنەوەی منداڵ لەدایکەکەی پێش قۆناغی لە شیربڕینەوە،دایك ناچار دەکات لەشەودا،چەند جارێك ژوری نوستنەکەی خۆی بەجێبهێڵێت.جگە لەوە چی ڕودەدات گەر منداڵ بگری و دایکی لەژوری نوستنەکەی خۆیدایە و گوێی لە گریانی منداڵەکەی نی‌یە؟گەر منداڵ ماوەیەکی درێژ دوای قۆناغی لە

شیربڕینەوە لە ژوری دایکیدا بمێنێتەوە،هۆیەکە بۆ ئەستەم بوونی تەنیایی منداڵ لەژورەکەی خۆیدا.جگە لەمە کاریگەری خراپ لەسەر کەسایەتی منداڵ بەجێ دەهێڵێت و منداڵ بەدایك و باوکی یەوە پەیوەست دەکات.هەرجۆرە دورکەوتنەوەیەکی ئەوان دەبێتە هۆی ئازارو کڕوزانەوەی منداڵەکە.(گەرئەو دورکەوتنەوەیە هەر هۆکارێکی هەبێت).پێویستە دایك لە ساڵەکانی یەکەمی تەمەنی منداڵەکەیدا گرنگیەکی تایبەت بەمنداڵەکەی بدات و ڕێگە و شێواز و هەڵس وکەوتێکی گونجاوی لەگەڵدا بگرێتەبەر و لەکاتی خەوتندا لەلای منداڵەکەی بمێنێتەوە و لایەلایەی بۆ بکات،ڕایژەنێ و گۆرانی بۆ بڵێت و چیرۆکی بۆ بگێڕێتەوە،تا هەست دەکات منداڵەکەی لە خەوێکی قوڵدا نوقوم بووە.پاشان قۆناغەکانی دیکە دێت،لەو کاتەدا کە خەریکە منداڵەکە دەخەوێت،دەبێت دایك منداڵەکەی بەجێبهێڵێت،بۆ ئەوەی بزانێ کاردانەوەی منداڵەکەی چۆنە؟واتە دایك دڵنیا بێت کە ئایا منداڵەکەی بەو بارودۆخە ڕاهاتوە؟ئەم بارودۆخە بەو شێوەیە بەردەوام دەبێت،تائەوکاتەی منداڵەکە بە دایك و باوکی دەڵێت:شەوباش بابە،شەوباش دایە...ئەو بابەتەی باسمان کرد دەربارەی منداڵی ئاسایی بوو،بەڵام هەندێ منداڵی دیکە هەن گیروگرفتی دیاریکراویان هەیە،وەك ترسیان لە کاتی نوستندا.ئەم منداڵانە پەیوەست نابن بە ڕێنماییەکانەوە،بۆیە دەبێت داوای یارمەتی لە پسپۆرێکی دەرونی بکرێت،بۆ ئەوەی یارمەتی خێزانەکە بدات تا ئەو گرفتەیان بۆ چارەسەرکات.پێویستە سنور لە بواری خەوی منداڵ و لایەنەکانی دیکەی پەروەردەکردنی منداڵدا دابنرێت.بەپێی ئەو یاسایەی دەڵێت: دەبێت منداڵ ئەو شتەی بدرێتێ کە پێویستی پێیەتی نەك ئەوەی کە خۆی داوای دەکات.کاری چاودێریکردنی خەوی منداڵ،ڕاژەنین و هەڵگرتن و لاواندنەوەی لەنێو دەستەکاندا و لایەلایەو گۆرانی گوتن بۆی،شیردانی منداڵ لەڕێی مەمکی دایکیەوە یان لەڕێی مەمکە شوشەوە،ئەم کارانە

دەبێت بەو ڕێژەیە بێت کە منداڵ پێویستی پێیەتی نەك ئەو ڕێژەیەی کەخۆی داوای دەکات.هەندێك منداڵ مل بۆ ئەو ڕێنماییانە نادەن،بەشێوەیەك ڕۆژبەڕۆژ سنورەکان دەبەزێنن و پێدادەگرن و هەر داوای خواستەکانی خۆیان دەکەن.بەم شێوەیە دەگەینە قۆناغێك کە بەڕێوەبردنی ژیانی ڕۆژانەی منداڵ کارێکی ئاسان نەبێت.پێویستە کاتی خەوتن و هەستانی منداڵ بە شێوەیەکی سروشتی و بەسود ڕێك بخرێت،پێویستە دایك و باوك ڕازی نەبن منداڵەکەیان شەونخونی بکات،چونکە زیانی گەورە بە منداڵەکەیان دەگەیەنێت.لەگەڵ ئەوەشدا زۆربەی خەڵك تەنانەت هەندێ لەڕۆشنبیرەکانیش،ڕێگە دەدەن منداڵەکانیان تا کاتێکی درەنگی شەو بێدار بمێنێتەوەو نەخەون.بیر لەوە ناکەنەوە کە منداڵەکەی توشی زیان و لاوازی جەستەیی دەبێت و جەستەی منداڵەکە بەقەد پێویستی خۆی سود لە خەو وەرناگرێت.شەونخونی منداڵ گرفتی دیکەی هەیە،منداڵ گوێ لەو قسانە دەگرێت کە دورە لە جیهانی منداڵانەی ئەو و تایبەتە بەگەورەکان و دوکەڵی جگەرە هەڵدەمژێت،بەرنامەکانی تەلەفزیۆن و دیمەنی کەناڵە ئاسمانییەکان دەبینێت.بینینی دیمەنی لێدان و توندوتیژی و فیلمە ڤیدیۆییەکان،زۆربەی ئەم بەرنامە و فیلمانەی لەشەودا نیشان دەدرێن،مەترسییەکە بۆ منداڵ و زیان بە لایەنی دەرونی و ڕەوشت وبیرکردنەوەی دەگەیەنێت.نوستنی منداڵ بەشێوەیەکی ئاسودە و هێمن لە ژورێکدا کە مەرجەکانی تەندروستی و خەوتنی منداڵی تێدایە،باشترە؟یا مانەوەی منداڵ و نەخەوتنی لەشەوێکی پڕدەنگە دەنگ و پڕدوکەڵی جگەرە.گوێگرتن لە چیرۆك و قسەوباسی گەورەکان و سەیرکردنی فیلمی توندوتیژی و سامناك،باشترە؟ کام هەڵبژاردن بۆلایەنی دەرونی و گەشەکردنی کەسێتی منداڵ گونجاوترە؟لەبەر ڕۆشنایی ئەو بابەتانەی دەربارەی خەوی منداڵ باسمان کرد،بارودۆخەکان شێوەیەکی سروشتی لەخۆ دەگرێت،گەر منداڵ پابەند بێت بەجێبەجێکردنی داواکارییەکانی

دایك و باوكی.(بەمەرجێك لەبنچینەدا،دایك و باوك خواست و پێداویستی‌یە دروستەكانیان بۆ منداڵەكەیان فەراهەم كردبێت)،پاشان دەتوانین بڵێین،پەروەردە لەم بارەدا بەشێوەیەكی ڕاست و دروست و بەبێ توندوتیژی و نازی زۆر،دەڕوات بەڕێوە.بەڵام گەر منداڵ فێربوو و ڕاهات ئەو كاتی نوستن و هەستانەی بۆی دیاریكراوە ڕەت كاتەوە،منداڵەكە هەست دەكات خۆی جڵەوی خۆی گرتۆتە دەست نەك دایك و باوكی.لێرەدا كەشتی پەروەردەكردن بەرەو كەنارێكی ڕاست ناڕوات،بەڵكو شەپۆلی خواستەكانی منداڵ و كاردانەوەكانی،كەشتی‌یەكە هەڵدەداتە نێو سێگۆشەی بەرمۆدا و سێگۆشەكانی دیكە كە تائێستا زانیاریمان دەربارەیان نی‌یە.پێچەوانەی ئەم بارودۆخە مەترسی‌یەكانی كەمتر ناكات چونكە توندوتیژی و بەزۆر خەو سەپاندن بەسەر منداڵدا،جگە لە هۆكاری گرفت بۆ لایەنی دەرونی و تەندروستی،دەبێتە هۆی لەمپەرێك لەبەردەم نەخەوتنی منداڵ.چارەسەرنەكردنی ئەم گرفتە لەلایەن كەس و كار،داهاتویەكی مەترسیدار بۆ منداڵەكە دروست دەكات.كاتێك دایك بەرامبەر منداڵەكەی كەمتەرخەم دەبێت ولەپێش نوستندا لایەلایەی بۆ ناكات ئەوا منداڵ پێش چونە نێوجیهانی خەونەكانییەوە هەست بەخۆشەویستی و سۆز وهەست بەدڵنیایی ناكات.ئەم دیاردانە دڵڕەقی و ماف خواردنی منداڵە لەلایەن دایكی‌یەوە.چونكە هەستكردن بە خۆشەویستی و سۆز و دڵنیایی،پێویستی‌یەكی دەرونی‌یە وەك پێویستی‌یەكانی دیكەی خۆراك و ئاو.منداڵ لەیەكەم ساڵی تەمەنیدا تەنانەت هەندێ منداڵی دیكە تاكۆتایی ساڵی دووەمی تەمەنی پێویستی بە ڕاژەنین و لایەلایە و هەستكردن بە دڵنیایی هەیە.بەڵام ئەگەر ئەم كەمتەرخەمی‌یە لەلایەنی مەعنەوی و سۆزداری‌یەوە بێت، كاریگەری خراپی بۆسەر كەسایەتی منداڵ و لایەنی دەرونی هەیە.چونكە فراوان بونی ئەو

کەمتەرخـــەمی و بێئاگاییە،والەمنـــداڵ دەکات،جڵـــەوی بـــەڕێوەبردنی کارەکانی خۆی بەدەستی خۆی بێت نەك دایك و باوکی.

3/پاك وخاوێنی پێداویستییەکی بنەڕەتی ژیانی منداڵە:

پێویستی منداڵ بە پاك و خاوێنی لەیەکەم ڕۆژی لەدایك بونییەوە دەست پێدەکات.منداڵ پێویستی بە دوو جۆر لە پاك وخاوێنی هەیە.

جۆری یەکەم/پاککردنەوەی ئاسایی جەستە،شۆردن و شۆردنی دەموچاو و دەستەکان دەگرێتەوە.

جـــۆری دووەم/پـــاك کردنـــەوەی منـــداڵ لـــە دەرهاویشـــتەکانی.منـــداڵ پێویستـییەکی زۆر ی بـەم جـۆرە لـەپاك کردنـەوە هەیە،بۆیـە بەشـێوەیەکی زیاتر باسی دەکەین.

1/پاککردنەوەی جەستەی منداڵ،ئەو بەشانەی بەجل وبەرگ داپۆشراون و ئەو بەشانەیجەستە کە دیارن.

دایکـەکان لـەڕوی شـێوازی پاککردنـەوەی منداڵـەکانیان،جیاوازن.واتـە لـەو چـەند جـار شـۆردنەی کـە دایکەکـە لـە ڕۆژێکـدا منداڵەکـەی دەشـوات یـان لەڕوی چۆنیەتی گۆڕینی جل وبەرگی منداڵەکەی،لەڕوی چۆنیەتی شـۆردنی ئەندامە دیارەکانی جەستەی منداڵ و لەڕوی پاك و خاوێن کردنەوەی منداڵ بەمادەی پاکژکەرەوە و بۆن خۆش،جیاوازن.ڕاهێنان و فێرکردنی منـداڵ لـە ڕوی پـاك و خاوێنیـیـەوە لەسـەر شـێوازێکی دیـاریکراو،بۆ نمونـە:ئـەو منداڵـەی ڕاهـاتووە ڕۆژانەخۆی بشوات،هەست بـەبێزاری دەکـات کاتێـك کـە چـەند ڕۆژێـك خـۆی نەشـوات.بـەڵام منـداڵێکی دیکـە دایکـی فێـری کـردووە هەفتانە خۆی بشوات،بەلایەوەگرانە کە هـەموو ڕۆژێـك خـۆی بشـوات.هـەمان

شێواز لە شۆردنی دەستەکان و دەموچاو و قاچەکان و ڕێکخستنی قژدا پەیڕەو دەکرێت.گرنگی دانی لەڕادەبەدەر بە پاکوخاوێن کردنەوەی جەستەو پۆشاکی منداڵ،بەزیادەڕەوی دادەنرێت.لە داهاتودا ئەو منداڵە مرۆڤێکی دوورە پەرێزونامۆ،دوور لە هاوڕێکانی کاتەکانی خۆی بەسەردەبات.دەبێتە هۆی سەرهەڵدانی ئەو گرفتانەی لەلایەن منداڵەکە ئەستەم و نامۆیە.لەگەڵ ئەوەشدا گرفتەکان ڕێژەیین.ئەومنداڵەی لە ژینگەیەکی میللیدا دەژی و دایکی گرنگی‌یەکی زۆر بە ڕێکخستنی قژ و جۆری پێڵاوەکانی و جل و بەرگی منداڵەکەی دەدات کە ئەمەش هۆیەکە بۆ ئیرەیی ودەست درێژی‌کردنە سەر منداڵەکەی لەلایەن منداڵانی دیکەوە.بەڵام منداڵێکی دیکە لە گەڕەکێکی پێشکەوتودا دەژی،دایکی گرنگی‌یەکی تەواوگونجاوی لەچاو منداڵانی گەڕەکەکەیاندا،پێ نادات بۆیە منداڵەکان لێی دووردەکەونەوە وفەرامۆشی دەکەن.

2/پاك كردنەوەی منداڵ لەو دەرهاویشتانەی کە جەستەی منداڵەکە فڕێی دەدات.

منداڵان لەڕووی پێویستی پاککردنەوەی جەستەیان لە دەرهاویشتەکان،جیاوازن.ئەو جیاوازی‌یە پەیوەندی هەیە بە پێکهاتنی فەرمانی(فسیۆلۆژی)،پێکهاتن و دروست بونی شیری دایکی و شێوازی خواردنەکەی،جۆری ئەو شیرە وشکەی منداڵەکە دەیخوات.ئاسانە دایك شارەزابێت لەسروشت و ئەو کاتەی منداڵەکەی ئامادەیە بۆ فڕێدانی دەرهاویشتەکانی.دایك دەتوانێ چاودێری و تێبینی منداڵەکەی بکات،تێبینی ئەو نیشانانە بکات کە هێمان بۆ ئاگادارکردنەوەی دایکە کە منداڵەکەی لەباری فڕێدانی دەرهاویشتەکانیدایە.گرنگی ئەرکی دایك لەوەدایە،بەزوترین کات منداڵەکەی پاك بکاتەوە.دایك هەرچەندێك

منداڵەکەی لەسەر پاك وخاوێنی ڕابهێنێت،ئەوا ئەم کرداره دەبێتە خویەکی ئاسایی وبنچینەیی و منداڵەکە زوتر لە دایبی ڕزگاری دەبێت.منداڵان بە گشتی دایبیان بۆ بەکاردەهێنرێت،بەڵام زۆربەی ئەو منداڵانە تەنیا لەساڵی یەکەمدا پێویستیان بە دایبی هەیە.لە ساڵانی دیکەی تەمەنی منداڵەکەدا،بەکارهێنانی دایبی بەندە بە شارەزایی و چاودێریکردنی دایکەکەوە.ئەو دایکانەی شارەزاییان کەمە،چاوەڕێن کرداری فڕێدانی دەرهاویشتەکان لەلایەن منداڵەکەوە خۆڕەس و خودکاربێت.بۆیە زۆربەی ئەو منداڵانە تا تەمەنی دووساڵی و سێ ساڵی میزدەکەن بەخۆیاندا و جلەکانیان پیس دەکەن.ئەم بارودۆخە لە هەندێك لەو منداڵانە تا تەمەنی چوارساڵی و پێنج ساڵی بەردەوام دەبێت.تەنانەت هەندێ لەم منداڵانە تا تەمەنی هەرزەکاری،بەهۆی نەخۆشی و هۆکاری بۆماوەیی،میز دەکەن بەخۆیاندا،یاخود جێگەی نوستنەکەیان تەڕدەکەن.هەندێ باری دیکە هەیە،دایك ئەرکەکانی بەشێوەیەکی ڕاست و دروست بە ئەنجام گەیاندووە و درێغی نەکردووە،بەڵام منداڵەکەی بەردەوام جلەکانی پیس دەکات و جێگەی نوستنەکەی تەڕدەکات.منداڵ بەهۆی هۆکارێك لەم هۆکارانە دووچاری ئەو گرفتانە بووە:

ا_منداڵ بەهۆی توش بونی بەنەخۆشی یەوە،کە بۆتەهۆی زیان و ئازار گەیاندن بەدەماغی منداڵەکە.

ب_ منداڵ لە زگماکی‌یەوە دەماغی لاواز و ناتەواوە.

ج_منداڵەکە بەمەنغۆلی* دروست بووە.

د_توش بونی منداڵ بەسکچونێکی کاتی یا درێژخایەن.

ئەوبارودۆخە دەرونی‌یەی منداڵ پێیدا تێپەڕ دەبێت،وەك ئیرەیی بردن بەو برا نوێیەی تازە لەدایك بووە،کاریگەری هەیە لەسەر ئەوەی منداڵ

میزبکـــات یـــان پۆشـــاك و جێگـــەی نوســـتنەكەی پـــیس بكـــات.گرفتـــی كۆمەڵایـــەتی هۆكـــارێكی دیكەیـــە بـــۆ بـــەردەوام بـــونی ئـــەو حاڵەتانـــەی منـداڵ.بۆنمونـە دابـڕان و كـۆچ كردنـی دایـك یـان بـاوك(گـەر ئـەو دابڕانـە بـۆ ماوەیـەكی كـاتی یـاخود بـەردەوام بێـت)،وەك جیابونـەوەی دایـك و بـاوك و بـاوك ژنێكـی دیكـە دەهێنێـت.مردنـی بـاوكی منداڵەكـە و دایكـی شـوو بـە پیـاوێكی دیكـە دەكـات.جیاوازیـیەكانی نێـوان دایـك و بـاوك و شـەڕكردنی بـەردەوام لەبـەردەم منداڵەكەیانـدا.یـاخود دایـك و بـاوك خۆیـان لەگـەڵ منداڵەكەیانــدا توندوتیــژن.نــاردنی منــداڵ بــۆ شــوێنێك كــە حــەزی لێ نــەكات(خوێندنگــەی نــاوخۆیی و دایەنگــە وباخچــەی ســاوایان،ماڵی دراوسێوكەسـەنزیكەكان)،ئـەم هۆكارانـە گرفتـی دەرونـی و كۆمەڵایـەتی،بۆ دەرون و كـرداری منـداڵ دروسـت دەكـەن.هـەمان بـارودۆخ لـە ڕۆژدا لـەلای هەنـدێ منـداڵ بەردەوام دەبێـت.ئەمـەش بەهۆی هـەمان ئەو هۆكارانەوە كـە لــەوە و پــێش دەربــارەی پــاك و خــاوێنی منــداڵ لەشــەودا باســمــان لێــوە كــرد،ڕوودەدات.هۆكــاری ســەرەكی و گــرنگترین هۆكــار دەگەڕێنینــەوە بــۆ دایـك.كاتێـك دایـك گرنگـی بـە منداڵەكـەی نـادات و پابەنـد نـیـیە بـەپاك و خاوێن كردنەوەی بەڵكو واز لەمنداڵەكەی دێنێ تا بە توندی دەگری.ئەمەش هۆكـــارێكی ســـەرەكی‌یە بـــۆ دروســـت بـــوونی منـــداڵێكی كەللـــەڕەق وســـەركێش،جگە لـــەوە دەبێتـــە هـــۆی تـــوش بـــون بەســـوتانەوەی پێســـت ودروسـتبونی ئـازار لـە میـزەڕۆدا.ئەوكردارانـەی منداڵەكـە دەینوێنـێ وەك نامەیـــەك وایـــە و گوزارشـــتە لـــە ڕەت كردنـــەوەی ئـــەوكارەی بەســـەریدا سەپێنراوە،وەك(ناردنی بۆباخچەی ساوایان،دایك و باوكی دەیبەن بۆلای پزیشكی ددان یان دەیبەن بۆلای ئەو پزیشكەی دەرزی لێ دەدات)،یاخود بە تـــەنیا لەشـــوێنێكی نامۆدابێـــت شـــەرم ئـــەكات داوای پێویســـتی‌یەكانی لەكەسـانی ئـەو شـوێنە بكـات.ئـەم هۆكارانـە منـداڵ دەخەنـە گرفتەوە،بـەڵام دەتـوانین چارەسـەری بكـەین.جـۆری جـل و بـەرگی منداڵ،گـەر قۆپچـەی

پانتۆڵەکـەی ڕەق بێـت ئـەوا پێویسـتی بەیارمـەتی گـەورەکان دەبێـت بـۆ کردنـەوەی قۆپچـەکەی.زۆر منـداڵ پانتۆڵەکــەی شــەیالەی پێوەیـە،جل و بـەرگی باخچـە یـا خوێندنگــەی لەسـەر شــەیالەکەوە لەبەرکردووە،بۆیـە دەســتەبەرکردنی پێداویســتییەکانی بــەبێ داکەنــدنی جــل وبــەرگی خوێندنگەکەی کارێکی قورسە.ترسی منداڵ لـەو مرۆڤ و گیانلەبەرانـەی کـە بـە بینینـی ڕانەهاتووە،ترسـی منـداڵ لـە دیمـەنێکی ترسـناك،ئەم هۆکارانـە دەبنـەهۆی دروسـت بـونی گرفت بـۆ منـداڵ بەشـێوەی پـیس کردنـی جل و بــەرگ و تــەڕکردنی جێگــەی نوســتنەکەی دەریــدەبڕێت.کاتێــك منــداڵ دەنێررێــت بــۆ باخچــە یــان خوێندنگــە،نازانێ شــوێنی ســەر پێشــاو لــە کوێیە؟بۆیــە جلــەکانی تــەڕو پــیس دەکــات.دوبارەبونــەوەی ئــەم دیاردەیە،گوزارشـتە لـە تـرس و دوودڵـی و نـامۆیی ئـەو ژینگەیـەی بـۆی ڕۆیشتووە.پێویستە لـە نێوان کـەس و کـاری منـداڵ و(دایەنگە و باخچەی ساوایان و خوێندنگـە)هاوکـاری وپەیوەندییـەك دروسـت بکرێت،دایـەن و مامۆستاکان هەوڵێکی تایبەت بدەن،بەڵکو هەندێ جار پێویست بەبەشداری پزیشــك و پســپۆری دەرونــی دەکات،لــە پێنــاوی چارەســەرکردنی ئــەم گرفتە.خێزانەکان لەشێوازی پاککردنەوەی منداڵەکانیان و چۆنیەتی هەڵس و کـەوت و مامەڵـەیان بەرامبـەر ئـەو بارودۆخـەی منداڵەکـەیان پێیدا تێپـەڕ دەبێت،جیـاوازن.هەنـدێ خێـزان بەرامبـەر منداڵەکـەیان دڵـڕەق و تونـدو تیژن.منداڵەکە تێناگات و نازانـێ داواکارییـەکانی دایك و باوکی چییە؟ تێ ناگات بۆچی سزادەدرێ و سەرزەنشت دەکرێ؟

گرنگی نەدان وپشت گوێ خستنی منداڵ لەلایەن خێزانەوە،بەتایبـەت دایك لە کاتێك دا منداڵەکـەی جل و بەرگی پیس دەکات و جێگـەی نوستنەکەی تـەڕ دەکـات و گرنگـی بـە منداڵەکـەی نادات،بۆیـە ئـەم حاڵەتـە تـا تەمـەنی هــەرزەکاری بــەردەوام دەبێــت.هۆکــارێکی دیکــەی گرنگــی نــەدان و کەمتەرخــەمی و نازپێدانــە.ئـەو دایـك و باوکانـە منداڵەکـەیان زۆر خـۆش

دەوێت و ئامۆژگاری ناکەن یان ئاگاداری ناکەنەوە کە ڕووبەڕوی سزادەبێتەوە،گەر جارێکی دیکە ئەو کارە دوبارە بکاتەوە.بەڵام هەندێ منداڵ هەن بەهۆی گرفتی ئەندامی و دەرونییەوە دەناڵێنن،پێویستە مامەڵەیەکی تایبەت و دروستی لەگەڵدا بکرێت و لەلایەن پزیشکی پسپۆر و پسپۆری دەرونییەوە چاودێری بکرێت.

4/یاری کردن چالاکییەکی جەستەی و پێداویستییەکی سەرەکی منداڵە:

یاریکردن یەکێکە لە پێداویستییە سروشتی و بنچینەییەکان لە ژیانی منداڵدا،سودی جۆراوجۆر لە ئێستا و داهاتودا بەمنداڵ دەگەیەنێت.بەهۆی یاریکردنەوە منداڵ زۆربەی کاتەکانی دەست بەتاڵی بە کاری بەسودو بێ زیان بەسەر دەبات،بەدوور دەبێت لەبێزاری و بێتاقەتی و هەست بە ئاسودەیی و خۆشی دەکات.منداڵ لە ڕێی یاریکردنەوە شارەزایی زانستی وعەقڵی و پسپۆرییە جۆراوجۆرەکان بەدەست دەهێنێت،بەهۆی یاریکردنەوە زیرەکی و بەهرەی داهێنانی منداڵ گەشەدەکات و پێش دەکەوێت.دەبێت کەس و کار پێداویستییەکانی یاریکردنی منداڵ دەستەبەر بکەن و خۆیان چاودێری و ئاڕاستەی بکەن.پێویستە ئامێر و ئامرازی یارییەکان لەگەڵ بارودۆخ و توانای ئابوری خێزان و شوێنی یاریکردن و کاتی یاریکردن یەکانگیر و گونجاو بێت.منداڵ لە مانگی یەکەمی لەدایك بونییەوە پێویستی بە یاریکردن هەیە.لەسەرەتادا بۆ یاریکردن دەستەکان بەکاردەهێنێت و پاشان دەم بەپلەی دووەم دێت،لەبەکارهێنانددا،بەتایبەت دوای دەرچوونی ددانەکانی.ئازاری کاتی دەرچوونی ددانەکان پاڵ بەمنداڵەوە دەنێت بەتەنی(ڕەق و نەرم)پوکی بخورێنێت.ڕۆڵی کەس وکار لەم قۆناغەدا ئەوەیە یاری گونجاو لە ڕووی ئەو مادەیەی لێی دروست کراوە،هەڵبژێرێت.بەمەرجێك ئاگاداری پاك و

خاوێنی یاریەکە بێت،هەروەها پێویستە قەبارە و کێشی یاریەکە لەگەڵ تەمەن و کێش و هێز و توانای منداڵەکەدا گونجاو بێت.منداڵ هەر کەل وپەل و شتێك لە دەوروبەری خۆی بدۆزێتەوە،یاری پێدەکات.بەڵکو زۆربەی کەس و کار شارەزاییان کەمە و گوێ نادەن لە پێناوی ژیربونەوە و بێدەنگ بونی منداڵەکەیاندا،هەموو ئامرازێك دەدەنە دەستی وەك(شقارتە و چەرخ و قەڵەم،چەتاڵ و قوتوی دەرمان....).ئەم ئامرازانە ئازاردەرن یاخود دەبنە هۆی بریندداربون و سوتانی منداڵەکە و پیس بونی دەمی منداڵەکە بەو میکرۆبانەی لکاون بە ئامرازەکانەوە.ئەو کارە گرنگانەی کە پێویستە خێزان ئاگاداری بن لە قۆناغی منداڵی منداڵەکەیاندا،ڕودانی مەترسیـیە لەئەنجامی یاریکردن بەئامرازە مەترسیدارەکانی وەك(کارەبا و گاز و ئامرازە تیژەکان،مادەی ژەهراوی و دەرمان و مادەی کیمیایی،یاریکردن بەپەنجەرەو دەرگا).پێویستە ڕێگە نەدرێت منداڵ یاری بە ئوتومبیلی دایك وباوکی بکات یان پاسکیلی براکەی بەکاربهێنێت،بەهۆی پاسکیلەکەوە بچێتە سەرشەقام.ڕێگە نەدرێت کە منداڵ بەهۆی یاریکردن بەتۆپ داوابکات لەسەر شەقام یاری بکات.زۆربەی خێزانەکان تەنیا مەبەستیان ئەوەیە لە داخوازیـیە زۆرەکان و دەنگەدەنگی منداڵەکەیان ڕزگاریان ببێت،یاخود منداڵ لە ماڵدا ئاژاوە دەگێڕێ بۆئەوەی دایکی ڕێگەی پێبدات لەسەر شەقام و ناوەڕاستی شەقامدا یاری بکات کە دەبێتە هۆی بێزاری و بارگرانی بۆدراوسێ و بەخێوکەر و ڕێبوار و شۆفێرەکان،منداڵ دەبێتە هۆی نانەوەی ژاوەژاو و هەڵەشەیی و ئازاردانی منداڵی دراوسێکان.بۆ ئەوەی خێزان لەڕووی بارودۆخی یاریکردنی منداڵەکەیان دڵنیابن پێویستە یارییەکان لەگەڵ باری ئابوری خێزان و تەمەن و ڕەگەزی منداڵ و قەبارە و کێشی منداڵ لەگەڵ هێزوزیرەکی،کات و شوێنی یاریکردن،گونجاو بێت.پێویستە شێواز و چۆنیەتی دروست کردنی یارییەکان لەگەڵ ئاستی زیرەکی منداڵدا گونجاو بێت.ئەگەر یارییەکە ئاڵۆزبێت پێویستی بە

زیرەکی منداڵ هەیە،گەر منداڵەکەش ئەو توانا و زیرەکی‌یەی نەبێت ئەوا منداڵەکە هەست بە چەپاندن و بێزاری دەکات بەرامبەر بەو یاری‌یە ئاڵۆزانە.هەندێ یاری لە مادەی نەرم دروست کراوە و بەکارهێنانی ئاسانە بۆیە منداڵی زیرەك لە کاتی بەکارهێنانی ئەم یاریانەدا،هەست بەبێزاری و بێ‌تاقەتی دەکات.ئەو یاری‌یانەی منداڵ داوای دەکات،دەبێت لەگەڵ ئارەزو و کاتی خۆی و بەهرەکانی دا گونجاوبێت.لەم بارەدا دەبێت خێزان بە شێوەیەکی هێمن و هاوسەنگ لە کڕینی یاری منداڵەکەیاندا بەشداربن،بۆ جێگیرکردنی هەندێ بەها کە تایبەتە بە شێوەی یاری‌یەکان،بۆ پارێزگاری کردن لە سەلامەتی و پاك وخاوێنی و چاودێریکردنی منداڵ،بۆبێزارنەکردنی خێزان و دراوسێ و ڕێبوار و هەڵنەدانی ئەو یاریانە بۆسەرشەقام و ماڵی دراوسێکان.کاتێك منداڵ دەگاتە تەمەن و قۆناغێك لە قسە و مەبەستی گەورەتێ بگات،دەبێت نرخی ئەو پارەیەی پێ بوترێ کە یاری‌یەکەی پێ کڕدراوە.(بەدڵنیایی‌یەوە گەر منداڵ لەئاستی ئەوەدا بێت کەلەمەبەستی دایك وباوك تێ بگات).شێوەی یاری‌یەکان جۆراوجۆرن،زۆر بەها هەیە دەتوانرێت لە ڕێی شێوەی یاری‌یەکانەوە لە دەرونی منداڵدا جێگیر بکرێت.پێویستە منداڵ فێری سۆز و خۆشەویستی گیانلەبەر و باڵندە بکرێت،کاتێك یاری یەکان لەشێوەی گیانلەبەر و باڵندەدا بێت.گەر یاری منداڵەکە ئوتومبیل بوو،پێویستە ئامۆژگاری بکرێت کە بە سەیارەی باوکی یاری نەکات و ئاگادار بکرێتەوە کەلە کاتی پەڕینەوەدا،تالەدووری سەیارەی هاتوو دڵنیا نەبێت،نەپەڕێتەوە.ئەم هۆکارانە دڵنیامان دەکەنەوە کە دەتوانرێت یاری وەك هۆکارێکی دیاریکراو بەسود بەکاربهێنرێت،بۆئەوەی ئەو بیروڕا بەسودانە لە دەرونی منداڵدا جێگیر بکرێت.بۆچی منداڵ زیاتر حەزی لەیاری‌یەکی دیاریکراوە و گرنگی‌یەکی زیاتر بەو یاری‌یە دەدات؟وا باشترە پێش کڕینی یاری بۆ منداڵ،ئاسانکاری بۆ منداڵەکە بکرێت و چاوەڕێ بکرێت،تا هێدی هێدی خۆی داوای ئەو

یاری‌یـه بكـات كـه خـۆی حـەزی لێیـەتی و پێـدادەگرێ بـۆ ئـەوەی بـۆی بكرن.گەر ئەو یاری‌یەی بۆ بكڕن كە خۆی داوای كردووە،ئەوا زۆرتـر یاری پـێ دەكـات وخۆشـی دەوێـت و پارێزگـاری لێ دەكـات.كاتێـك هـەموو پێداویسـتی‌یەكانی منـداڵ لـە خـواردن و جـل و بـەرگ و پێداویسـتی‌یە سـەرەكی‌یەكانی دیكـەی بـۆ فەراهـەم كرابێت،ئاسـایی‌یە یـاری بـۆ منـداڵ بكڕدرێت،بەتایبەت گەر یاری‌یەكە نرخ گران بێت.هەندێ دایك و باوك و هەنـدێ لـە گـەورەكان كـە لـە پـەروەردەكردنی منداڵەكـەدا بەشـدارن،پەیمان دەدەن بە منداڵەكەیان كە یاری‌یەكی دیاریكراوی بۆبكڕن.هەندێ جار كات و بۆ نەیەكیش بۆكڕینی یاری‌یەكە دیاری دەكەن.لەگەڵ هاتنی بۆنـە و كاتـە دیاریكراوەكـەدا ئـەو كەسـە پەیمانەكـەی بەجێ‌نەگەیانـدووە و یاری‌یەكـەی نـەكڕیووە.وادەزانێـت منداڵەكـە گرنگـی بـەم كـارە نـادات !بـەڵام نازانێـت مەترسی ئەو كارەی كە كردوێتی چی‌یە؟ئەو منداڵە چەندەها ڕۆژ و شـەو لـە خەیاڵیـدا ژیـاوە و چـاوەڕێی هـاتنی ئـەو كاتـژمێرە دیـاری‌كراوەی كردووە،بەڵام جگە لە وەهم هیچی دیكە نەبووە.كاریگـەری ئەم دیاردەیە بۆ منـداڵی هەسـتیار ئاسـان نی‌یـە.لەلایـەكی دیكـەوە بـەو كـارە بناغـە و سیفەتەكانی درۆ و شكاندنی پەیمانیان لەو منداڵەدا جێگیر كردووە،چونكە منداڵ تەنانەت لە قۆناغەكانی دیكەی تەمەنیشیدا،لاسایی دایك و باوك و مـام و پـور و خـاڵ و خوشـكی گـەورە دەكاتـەوە.گـەر ئـەوان درۆ بكـەن و پەیمانەكانیان بەجێ نەگەیەنن ئەوا ئاسایی‌یە منداڵەكەشیان فێری هـەمان سیفەت و كردار ببێت.هەندێ كەس وكار و خێزان بەهۆی نەزانی شێواز و هۆكـاری مامەڵـەكردنی پـەروەردەیی ئـەو كـارە دەكـەن.لـەڕێی هۆكـاری پەروەردەیی دەتوانین سود لـە وزە و جوڵـەی منداڵ وەربگرین.گـەر پـەیمان بەستن وەك هۆكارێك بەكاربهێنرێت بۆ هاندانی منـداڵ بـۆ ئـەو كـارەی كـە سـودی منـداڵی تێدایـە و گـەورەكان لەمنداڵەكـەی داوا دەكـەن.یـان بەكارهێنانی پەیمان و بەخشینی دیاری،بۆ دوركەوتنەوەی منداڵ لـەو كارو

ڕەوشتانەی کە زیانی پێ دەگەیەنێت،ئەوا لەم دوو بارەدا کارێکی هەڵە کراوە تەنانەت گەر کەس وکار لەبەجێ گەیاندنی پەیمانەکەیاندا ڕاستگۆ بن.چونکە پەروەردە و ڕەوشت مەرج دار دەبێت،منداڵ فێردەبێت بە داواکاری و خواستەکانی خۆی ئەو ئامۆژگارییانەی پێی وتراوە بەجێی بگەیەنێت،کردارێکی باش یاخود هەڵس وکەوتەکانی بەرامبەر دیاری و بەخشین بەرامبەر دەکات.کاتێك یارییەك بۆ منداڵ دەکڕیت،پێویستە ئەو منداڵە ئاڕاستە و فێربکرێت تاکو بە شێوەیەکی ڕاست و دروست یارییەکە بەکاربهێنێت.زۆر پێویستە کەس وکار بەتایبەت دایك و باوك لەگەڵ منداڵەکەیاندا بەشداری یاریکردنی منداڵەکەیان بکەن،گەر دایك و باوك بتوانن بۆ ئەم مەبەستە کاتی خۆیان بۆ منداڵەکەیان تەرخان بکەن.ئەگەر منداڵ لە کاتی مامەڵەکردن لەگەڵ یارییەکاندا هەڵەیەکی کرد،پێویستە دایك و باوك ئاڕاستە و ئامۆژگاری بکەن.بۆ منداڵەکە شی بکەنەوە کە پێویستە بە چ شێوازێك یاری بکات کە ژاوەژاو دروست نەکات و پارێزگاری لە بارودۆخ و ڕێز لە ئەندامانی خێزان و دراوسێ و ڕێبوارانی سەر شەقام بگرێت.پارێزگاری لە کەل و پەل وئامراز و زەوی و زار و باخچەی ماڵی خۆیان و باخچەی گشتی بکات،کاتێك لەنزیکییەوە یاری دەکات.پێویستە یاریکردنی منداڵ نەبێتە هۆی بە فیڕۆدانی کاتی خوێندن وکۆشش کردن.کاتێك منداڵ لە دەرەوەی ماڵدا یاری دەکات،دەبێت ئەو منداڵە لە ژێر چاودێرییەکی ڕاستەوخۆی بنەماڵەکەیدا بێت.لە ڕووی شوێن و کاتی یاریکردن و ئەو هاوڕێیەی یاری لەگەڵدا دەکات.کاتێك تەمەنی منداڵ کەم بێت یان بچوك بێت،پێویستە زیاتر وردبین بین و لە لایەن خێزانەوە چاودێرییەکی ڕاستەوخۆ بکرێت.بەڵام کاتێك ئەو منداڵە گەورە دەبێت،پێویستە چاودێریکردنەکەی لەلایەن خێزان و دایك وباوکییەوە،ناڕاستەوخۆبێت.بۆ ئەوەی منداڵەکە هەست بەو چاودێرییە نەکات و نەبێتە هۆیەك بۆ لادانی منداڵ،بەهۆی ئامانجە سەرەکییەکان و

خواسته زۆرەکانی بۆ یاری کردن.هەست کردنی منداڵ بەو چاودێرییەی کەلەلایەن دایك وباوکی خراوەتە سەری و ئاڕاستەی دەکات وهانی دەدات بۆ شێوازێکی دەق پێوەگرتوی منداڵانە،چونکە منداڵ بڕوا بەکەسێتی خۆی و بەبیرکردنەوەکانی خۆی ناکات.کە مەترسی بۆ ژیان و داهاتو و دروستی جەستەی و ڕەوشتی منداڵ دروست دەکات.

شێوازی ئەو یارییانەی ڕۆژانە منداڵ یاری پێ دەکات،بەم شێوەیە پۆلێن دەکرێن:

1- شوێن و جێگایەی ئەنجامدانی یارییەکە ماڵ و شەقام،خوێندنگە،باخچە یان ڕێکخراوەکان....بێت.

2- لەڕووی چۆنییەتی یارییەکان،یارییە وەرزشییەکان و ئەو یاریانەی هەڵدەوەشێنرێنەوە یاخود پارچەپارچە دەکرێن یان ئەو یاریانەی پارچەپارچەن و دروست دەکرێنەوە،ئەو یاریانەی هێزی ئەقڵ و زیرەکی تێدا بەکاردەهێنرێت.پەرەپێدانی بەهرەکانی وێنەکێشان و مۆسیقاو نواندن و یارییە فێرکارییەکان.گەشەپێدانی تواناکانی منداڵ لە زانستەکانی بیرکاری و زمانە بیانییەکان و یارییەکانی نڤارودواهێنان و یارییەکانی کۆمپیوتەر بە هەموو شێوەکانی یەوە،یاری ئارەزووەکان(هەموو شێوازەکانی کۆکردنەوەی وێنە و دراوی بیانی و نیشتمانی و دراوی کۆن و هاندانی منداڵ بۆ کارکردن لە بوار و لایەنەکانی تەلەفزیۆن و بێژەری).

3- ئەو مادەیەی یارییەکەی لێ دروست کراوە،لە تەختە و پلاستیك یان قماش و کانزا و کاغەز دروست کراوە.ئەژمارکردنی جۆرەکانی یاری گرنگ نییە،هێندەی ئەوەی کە چ ڕێوشوێنێك بگیرێتەبەر؟

چی پێویسته بکرێت له کاتی یاریکردنی منداڵدا؟ تا یاری کردن به شێوەیەکی ڕاست بێت،بەبێ ئەوەی کاریگەری خراپ له سەر منداڵ بەجێ بهێڵێت.گەر منداڵ ئازاد بکرێت به ئارەزوی خۆی یاری بکات و هیچ مەرج و پێوەندێك بۆ داواکاری و خواستەکانی منداڵ دانەنرێت.لەم بارەدا پێشبینی مەترسی دەکەین.کاتێك منداڵ یاری بکات،بەبێ فێرکردن و ئاراستەکردن له شێواز و مەرجی بەکارهێنانی یارییەکان،لەوانەیە زیانی مادی و جەستەیی به منداڵەکه بگەیەنێت.پابەند نەبونی منداڵ بەو ئامۆژگاری و مەرجانەی خێزانەکەی بۆیان داناوه،دەبێته هۆی هەنگاونانی منداڵ،هەنگاوێکی گەورەی خراپ له شێوازی نازی لەڕادەبەدەر و زیادەڕەوی کردن.

کاتێك منداڵ یاری هەبێت،بەتایبەت ئەو یارییانه نرخیان گرانه و هاوڕێ نزیکەکانی ئەو یارییەیان نەبێت،ئەمه تایبەتمەندییەکه بۆ ئەو منداڵه و لەمندالانی دیکەی جیادەکاتەوه.گەر خێزان خۆیان ڕێگه خۆشکەربن و ڕێگه به منداڵەکه بدەن پابەند نەبێت به کات و شوێن و شێوازی یاریکردنەوه.منداڵ واهەست دەکات ئەو لەلای خێزانەکەی گرنگییەکی گەورەی هەیه و گەر هەڵەیەکیش بکات،هیچ لۆمه و لێپرسینەوەیەکی لەگەڵ دا ناکرێت.بەم شێوەیه وردەوردە،منداڵ بەئارەزوی خۆی ڕەفتاردەکات.بەتایبەت گەر لەلایەن خێزان،منداڵ ئاگادار نەکرێتەوه و دانیشتنی تایبەتی لەگەڵدا نەکرێت له سەر کردەوه هەڵەکانی لێپرسینەوەی لەگەڵدا نەکرێت.بۆیه له قۆناغەکانی دیکەدا دانیشتنی ڕەخنەی له کردەوەکان و لێپرسینەوه له منداڵ،هیچ سودێکی نابێت.تەنانەت سزای توندیش نابێته هۆی ڕاستکردنەوەی ئەو شێوازه هەڵەیەی پەروەردەکردن که منداڵەکه خوی پێوه گرتووه.لەو بابەتەی لەوه و پێش باسمان کرد،مەبەستمان ئەوه نییه،منداڵ دەستبەسەر بکرێت

ونـەهێڵرێت یـاری بکات،بـە شێوەیەك منـداڵ کەسـایەتی تایبـەت بـەخۆی نـــەبێت و کەســـایەتی بشـــێوێنرێ و وەك ئامێرێـــك ڕەفتـــاری لەگەڵـــدا بکرێت.بەڵکو دەبێت منداڵ لـە هەڵبـژاردنی یارییـەکانی و کـات و شـوێنی یاری کردنی خۆی،ئازاد بکرێـت.بـە مـەرجێك یاریکردنەکـەی نەبێتـە هـۆی ئـازاردانی خـۆی و ئـازاردانی منـداڵانی دیکـە و تێکـدان و شـکاندنی کـەل وپەلی ناومـاڵ و باخچـە و هەراسـانکردنی دراوسـێکان.یـاریکردنی منـداڵ نەبێتە هۆی بەفیڕۆدانی کـاتی خوێنـدن و کۆشـش کـردن.منـداڵ سەرپشـك بکـەین لـەوەی چـی هەڵدەبـژێرێ؟ کەسـانێك ئـەم بیروڕایـەیان هەیە،کـە پشـــتیوانی تیـــۆری(ئـــازادی ڕەهـــا بـــۆ منـــداڵ) دەکـــەن.مەبەســـتمان ئـــەو کەســانەیە کــە زانیارییــان دەربــارەی هەنــدێ تیــۆری پــەروەردەی نــوێ هەیە،بـەبێ ئـەوەی بەتـەواوەتی لـەو تیـۆرە تێگەیشـتبن و دەربـارەی ئـەو تیۆرانـە توێژینـەوەیان کردبێـت.بابەتەکـە زۆر لـەوە ترسـناکترە کـە ئێمـە پێشـبینیدەکەین.نابێـت منـداڵ لـە ماڵـەوە زینـدانی بکرێـت و ڕێگـەی پـێ نـەدرێت بجوڵـێ و یـاری بکـات و گـوێ لـە داوا و خواسـتە بـەجێکانی نەگیرێت.منـداڵ ئـازاد نـەکرێت بـە ئـارەزوی خـۆی بچێتـە دەرەوەی مـاڵ و هەر کاتێك خۆی بیەوێت بڕواتەوە بۆماڵەوە،لەم بارەدا منداڵەکە وادەزانـێ کارێکی ڕاست دەکات،گەر هەر کاتێ بیەوێت یاری بکات و بگری و هـاوار بکـــات.زینـــدانیکردنی منـــداڵ و ئـــازادکردنی بـــەو شـــێوەیەی باســـمان کرد،هۆکارێکن بۆ ئازاردان و شێواندنی کەسایەتی منداڵ.پێویستە منـداڵ لـە بـواری یـاریکردن دا،ڕێنمـایی و ئامۆژگـاری بـە سـوود بکرێـت.بەهـەمان شێوە پێویستی بەڕێنمایی هەیە،لەبوار ودابین کردنی پێداویستی یەکانی دیکـەی ژیانیـدا.پێویستەلەسـەر ئێمـەی گـەورە کـە خێزانـی منـداڵین یـان دایـــەن و مامۆســـتای منداڵین،بەشـــێوەیەکی ڕاســـت پێویســـتی‌یە گشتییەکانی منداڵ دابین بکەین.

5/پێویستی منداڵ بە جل و بەرگ

منداڵ لە یەکەم ڕۆژی لە دایك بونیيەوە پێویستی بە جل وبەرگ هەیە.لە مانگی یەکەمی تەمەنی دا،جل وبەرگ بۆ پارێزگاریکردنی منداڵ لە هۆکارەکانی کەش(ساردوسەرما و گەرمی،هەوای شێدار)بەکاردەهێنرێت،جل وبەرگ بۆپاراستنی جەستەی منداڵ لە مێروەکانی وەك مێش و مێشوولە،بەکاردەهێنرێت.جگە لەم جل وبەرگانە،پۆشاکی تایبەتی و دایبی بۆ منداڵ بەکاردەهێنرێت.بەهۆی دایبیيەوە منداڵ،جەستەی خۆی و جێگەی نوستنەکەی و کەلوپەلی ناو ماڵ بەدەرهاویشتەکانی پیس ناکات.منداڵ لە مانگەکانی یەکەمی تەمەنیدا،گرنگی بە ڕەنگ و شێوەی جلەکانی نادات بەڵکو مامەڵەی لەگەڵ جلەکانی بۆ دڵنیایی و پاراستنی جەستەیەتی لەو بارودۆخەی تێیدا دەژی.دواتر منداڵ هەست بە تایبەتمەندێتی و جیاکردنەوەی ڕەنگەکان،وەك جیاکردنەوەی ڕەنگی سور دەکات.بۆ نمونە منداڵ دڵخۆش دەبێت کاتێك ڕەنگی جلەکانی سوورە یان بە پۆشینی جل و بەرگی نوێ دڵخۆش دەبێت.کاتێك منداڵ دەگاتە قۆناغی دووساڵ و نیوی،هەندێ گۆڕانکاری بەسەردا دێت کە پێشبینیمان نەکردووە.ئەویش حەزی بەردەوامە بۆ هەموو شتێك و بەتایبەت ئەو شتانەی کە خۆی حەزی لێیەتی.حەزی بەردەوام بۆ خۆراك و جل وبەرگ و ئەو چیرۆکەی بۆی دەگێڕنەوە.بۆیە منداڵ ڕازی نابێت بە گۆڕینی ئەو جل وبەرگەی لە بەریایەتی و حەزی لێیەتی.خواردنی دیکە ناخوات جگە لەو خواردنەی خۆی حەزی لێیەتی وداوای دەکات.گوێ لە چیرۆکی دیکە ناگرێت جگە لەو چیرۆکەی دایکی و نەنکی بۆی گێڕاوەتەوە.ئەم شێواز و خوو و هەڵس و کەوتە،بۆ ماوەیەکی کاتی یاخود درێژخایەن بەردەوام دەبێت.ئەم بارودۆخە

لە منداڵێکەوە بۆ منداڵێکی دیکە جیاوازە.(بەپێی بیروڕای جیاوازی تاکایەتی لەنێوان منداڵان دا)دواتر منداڵ لە قۆناغەکانی دیکەی تەمەنیدا،توشیدۆش دامان ودوودڵی دەبێت.بۆ نمونە لە تەمەنی شەش ساڵیدا ناتوانێت لەنێوان دوو قات جلی خۆیدا،یەکێکیان هەڵببژێرێت.پێویستە خێزان چی بۆ منداڵەکە گونجاوە ئەوە هەڵببژێرێت.بۆ ئەوەی کۆتایی بە هەڵوێستی منداڵەکە بهێنێت،کەهەست بەدوودڵی ودۆش دامان دەکات.منداڵ بە هۆی کەم شارەزایی لەکڕین وداواکردنی ئەو جل و بەرگانەی حەزی لێ دەکات،توانای هەڵبژاردنی ڕاست وگونجاوی نییە.بۆیە ئامۆژگاری خێزان دەکەین لە کاتی هەڵبژاردنی جل وبەرگ دا،لە ڕووی جۆر و ڕەنگەوە چەند و چۆن لەگەڵ منداڵەکەیان دانەکەن.جێبەجێکردنی خواستە زۆرەکانی منداڵ،لەڕووی کڕینی جل و بەرگ و هەڵبژاردنی ڕەنگ و نمونە و پێوانەی جلەکان،تەنیا بەفیڕۆدانی پارەیە و هیچ سودێکی نییە.جگە لەوە منداڵ ڕادێت بەسەپاندنی ڕاکانی خۆی،بەتایبەت لەقۆناغی هەرزەکاری.ئەو منداڵە لە قۆناغی هەرزەکاریدا،گرنگییەکی زۆر بەجل و بەرگ و بەشێوە و ڕوخسار ی دەرەوەی دەدات.لەلایەکی دیکەوە هەرزەکارێکی تورە و هەڵەشە و کەمتەرخەم دەبێت.گەر دابین کردنی خواستەکانی منداڵ لەگەڵ واقعی ئابوری خێزان و باری کۆمەڵایەتیدا گونجاونەبێت،لە نێوان دایك و باوك و هەرزەکاردا گرفت سەرهەڵدەدات و دەبێتەهۆی دروست بونی کەشێکی کیناوی و ڕکەبەرایەتی لەناو خێزان دا.جگە لە بەفیڕۆدانی خەرجی خێزان،بەتایبەت گەر داهاتی خێزان سنوردار بێت.گرنگیدانی هەرزەکار بەشێوە و ڕوخساری دەرەوەی،تایبەتمەندییەکە لە منداڵییەوە لە سەری ڕاهاتووە.چونکە گەر لەمنداڵی دا ڕێکخستن لەنێوان خواست و جێبەجێکردنی داواکارییەکانی دا هەبوبێت،بۆ ئەو هەرزەکارە گرانە گرنگی بە خواست و ڕوخساری خۆی نەدات.بەشێوەیەکی سروشتی

گرنگـی دان بـه شـێوه و ڕوخسـاری دەرەوە،بەتایبەتمەندیـیـەکی گرنگـی قۆنـاغی هـەرزەکاری دادەنرێــت.لــه بابــەتی هەڵبــژاردنی جــل وبــەرگ دا،پێویستە مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵدا عەقلانی بێت.ئەو منداڵـەی گرنگی بـەڕوکار و ڕوخسـاری دەرەوەی دەدات،کاتێـك دەبێتـه هـەرزەکار گرنگـی دانەکەی زیاد دەکات.وەك گرنگی دان بە جل وبەرگ وقژ و پاك وخاوێنی و نیشـاندان و دەرخسـتنی تواناکـانی خۆی،داهێنـان لـه بوارەکـانی هونـەر و وەرزش وخوێنـدن و زانیـاری گشتی،سـەرقاڵ بـوون بـەزۆر کـاری دیکـەی بەسوود.لەهەمان کات دا،پێویستە لە نێوان بارودۆخی ئابووری خێزان و حەزی منداڵ بۆ جلی جوان و نوێ،گونجاندنێك هـەبێت.بابەتی گونجانـدنی بارودۆخی ئابوری خێزان لەگەڵ پێویستی منداڵ بە جل و بەرگ کارێکی گرنگـە.بەتایبـەت بـۆ ئـەو خێزانانـەی داهاتیـان سـنووردارە.دایکێکـی بەڕێوەبەر دەتوانێت جلی گونجاو و جوان بۆ منداڵەکەی ئامادە بکات،بە نرخێك لەگەڵ بـارودۆخی ئـابوری هاوسـەرەکەی‌دا گونجاوبێـت.پێویسـتە منـداڵ فێربکرێـت و ڕابهێنرێـت لەسـەر ڕێکخسـتن و گرنگـی دان بـەجل و بەرگەکەی و پاراستن و هەڵواسینی جل وبەرگەکەی لەو شوێنەدا کە دایکی بـۆی دیـاریکردووە.دانـان و ڕێکخسـتنی پاشـکۆکان و بەشـەکانی دیکـەی پۆشــاك و پێداویســتی‌یەکانی دیکــەی وەك قۆنــەرە وجانتــا و کتێــب و پێداویستی و ئامرازەکانی خوێندنگە،لە جێگەیەکی دیاریکراودا کە دایك و هـەموو خوشـك وبراکان،لـە سـەر شـوێنی دیـاریکراو ڕێـك کـەوتون.بـە شێوەیەك هـەر کاتێك منـداڵ پێویسـتی بـە یـەکێك لـەو ئامرازانە بوو،هەموو بەیانی‌یـەك لـەکاتی ڕۆشـتنی بـۆ باخچـەی سـاوایان و خوێندنگـە،گرفتی ئەوەی نەبێت بەدوای ئەو ئامرازانەدا بگەڕێت.چونکە ئـەو گـەڕان و گرفتانـە دەبنـە هـۆی تێکدان و شێواندنی سەرەتای ئـەو ڕۆژەی خێـزان و کاتێك کـە تاکـەکانی لـە مـاڵ دەچـنە دەرەوە،لـەباری بێـزاری و فشـاری دەرونیـدان و کاریگــەری خــراپ لەســەر چــالاکی‌یەکانی ئــەو ڕۆژەی خێــزان دروســت

دەکات.تامنداڵ بەرەو گەورە بوون بڕوات،پێویستە فێربکرێت لە ڕێکخستن و هەڵواسینی جل و بەرگەکانی‌دا،پشت بە خۆی ببەستێت.منداڵ خۆی پێڵاوەکانی خۆی پاك بکاتەوە و بۆیەی بکات.دواتر لە قۆناغەکانی دیکەدا پرۆڤە بەمنداڵ بکرێت،خۆی جلەکانی خۆی ئوتوبکات.گەر جلەکانی دڕاوی‌یەکی هەبێت،چاکی بکاتەوە.زۆرگرنگە ڕێگە بەمنداڵ نەدرێت،لەبواری جل وبەرگ دا بیروڕای خۆی بەسەر خێزانەکەی دا بسەپێنێت.بۆیە پێویستە منداڵ فێربکرێت و ڕابهێنرێت لەسەر پابەند بوون و نەبونی هەڵەشەیی و دوودڵی لە بڕیارەکانی دا.هەندێك خێزان ڕەخنە لە منداڵەکانیان دەگرن،لەگەڵ ئەوەش دا کە خۆیان بەرپرسیارن،چونکە خۆیان گێل دەکەن کاتێك منداڵەکەیان بە هەڵە جل و بەرگەکانی بەکاردەهێنێت.منداڵ جلەکانی دەدڕێنێ و پیسی دەکات،بەبێ‌ئەوەی لە لایەن دایك وباوکی‌یەوە ئامۆژگاری و ئاگاداربکرێتەوە.هەرچەندە ئەو جلە نوێیەی بەنرخێکی گران کڕابێت،منداڵ لەو جلە بێزاردەبێت و حەزناکات جارێکی دیکە لەبەری بکات.بەم شێوەیە منداڵ ڕادێت لە سەر بەفیڕۆدان و پابەند نابێت بەوداواکاری و ڕێنمایی‌یانەی کەپێی وتراوە.بەو شێوازە هەڵس وکەوت دەکات،کە خۆی ئارەزوی دەکات،لێرەدا منداڵ هەنگاوێکی ناوە بەرەو نازی لە ڕادەبەدەر.هیوادارم واتێ نەگەن،کە من لە پشتیوانانی چەپاندن و سەرکوت کردن وئازادی نەدان بە منداڵم.بەڵکو لەگەڵ سەپاندنی بیروڕا و کارەکان دا نیم،کە منداڵ لەو کارانەدا هیچ ڕایەکی تایبەت بە خۆی نەبێت.بەڵام پێویستە منداڵ بە شێوازێکی پەروەردەیی و زانستی پەروەردە بکرێت.بە شێوەیەك کەسایەتی‌یەکی جێگیر و نمونەیی و تایبەت بە خۆی هەبێت.بۆئەوەی منداڵەکە پاشکۆی بیروڕاو و خاوەن کەسایەتی‌یەکی مل کەچ نەبێت.هەروەها پێویستە متمانە بە منداڵ بکرێت و منداڵەکە هەست بەو متمانەیە بکات،هەنگاو بە هەنگاو ڕێگە بە منداڵ بدرێت گوزارشت لە بیروڕاکانی خۆی بکات.بۆیە پێویستە دایك و باوك لەڕێگەی تێبینی کردنی

هـەڵس وكـەوتی منداڵەكەیانەوە،منداڵەكـە دڵنیـا بكەنـەوە كـە هەسـت بەوەبكات كە ئەو منداڵە،شارەزایی لەدایك وباوكی كەمترە.بۆ گەیشتن بە چارەسەرێكی گونجاو كە هەردولا واتە دایك وباوك و هەرزەكار بەو ئەنجامە ڕازی بن،پێویسـت بـە گفتوگـۆی بـەردەوام ناكـات.بەمـەرجێك دایـك وبـاوك بگەنـە ئـەنجام و باوەڕێـك كەئـەو چارەسـەرەی پـێ ی گەیشـتوون ولەسـەری ڕێككەوتون،قایل بوون و ڕازیبوون نییە بە بیركردنەوە وخواستە هەڵەكانی منـداڵ.بـەڵكو گونجانـدن و تێكگەیشـتنە لـە نێـوان بـارودۆخی منـداڵ و ئـەو سروشـتەی تێیـدا دەژی،لەگـەڵ بـارودۆخی ئـابوری خێـزان و ڕازی بـون و گەیشـتن بــە ئـەنجام و لێككەیشـتن لەڕێگــەی زیرەكـی وشـارەزاییەوە. پێویستە ئەم گفتوگۆ و وتو وێژە بەردەوام بێت تا ئەو كاتـەی كـەس وكـاری منداڵەكە هەست دەكەن بەوەی منداڵەكەیان توانای ئەوەی پەیداكردووە كە كەلوپـەلی گونجـاو هەڵبـژێرێ لـەڕوی شـێواز و نـرخ و ژمارەیانـەوە بـەجۆرێك لەگەڵ توانای خێزانەكەیدا بگونجێت.

6/پێویستی منداڵ بە دەرمان وچارەسەركردن

هەموو خێزانەكان،هەژار بن یان دەوڵەمەند،هـەوڵ دەدەن ئـەم پێداویستییە بــەپێ ی توانــای ئــابوری و بارودۆخــە جۆراوجۆرەكــان بــۆ منــداڵ دابــین بكـەن.سەرسـامی دایـك و بـاوك بـەهۆی كـەم ئەزمونییـەوە ڕۆڵێكـی گـەورە دەبینێـت بـۆ دروسـت بـونی پشـێوی دەرونـی و گرنگـی دانـی لـە ڕادەبـەدەر بەدەرمان وچارەسەركردنی منداڵ.دەربارەی بابەتی چارەسەركردن لە كاتی دووگیانیدا نادوێین،هەرچەندە گرنگی و كاریگەری لەسەر جەستە و مێشك و لەسەر ژیانی منداڵەكە دادەنێت.بەڵام بابەتەكەی ئێمە دەربارەی دەرمان وچارەسـەركردنە،كە خێزانـەكان وەك هۆكارێـك بـەكاری دەهێـنن لـە پێنـاوی

چارەسەرکردنی منداڵەکەیان لە هەندێ باری نەخۆشی کتوپڕ و نەخۆشی درێژخایەن.هەندێ خێزان بە هۆی کێشەی نەخواردنی دەرمان لەلایەن منداڵەکەیانەوە،دەناڵێنن.زۆربەی خێزانەکان بۆئەوەی منداڵەکەیان،کەوچکێك شروب یان دەنکێك حەب بخوات یاخود بۆ ئەوەی دەرزییەکی لە ڕێگەی ماسولکەوە لێ بدرێت پەنا دەبەنە بەر گەلێك شێوازی وەك گفت دان و کڕینی دیاری بۆ منداڵ،هەر بۆیە منداڵ پەنادەباتە بەر زیاتر ئیستغلال کردنی دایك وباوك لە ڕێگەی داواکردنی دیاری و بەخشینەکان.بە پێچەوانەوە گەر خێزان بەرامبەر لایەنی تەندروستی منداڵەکەی کەم تەرخەم بێت،ئەوا کاریگەری خراپ لە سەر لایەنی تەندروستی منداڵەکە دروست دەکات.زۆربەی خێزانەکان بە هۆی سۆز و خۆشەویستی‌یەکی زۆر بەرامبەر منداڵەکەیان،لە بەرامبەر ئازار و چەوسانەوەی دەرونی و کڕوزانەوەی منداڵەکەیان خۆڕاگرنین،کاتێك منداڵەکە دەرمانێك دەخوات یان بەتایبەت ئەو کاتانەی کە دەرزی لێ دەدرێت.دەرمانەکانی وەك قەترەی گوێ و چاو و لوت،چارەسەر و بەکارهێنانی دەرمان بۆ بارودۆخەکانی سوتاوی و بریندای و شکان،چارەسەرکردنی قەڵەوی ولاوازی،لێدانی دەرزی لەڕێگەی ماسولکە و خواردنی کەوچکێك شروب یان دەنکێك حەب........لەبواری چارەسەرکردنی منداڵ دا بەکاردەهێنرێت.لەڕوی چۆنیەتی هەڵس وکەوتی خێزان و گرنگی دان بەم بابەتە بە شێوازێکی ڕاست ودروست،ئەوا شێوازی چارەسەرکردنی خێزانەکان بۆ زۆر بەش پۆلێن دەکرێن.خێزانێك ئەم بابەتە بەشێوازی توندوتیژ و مامەڵەی ڕەق چارەسەردەکەن،خێزانێکی دیکە شێوازی ناز بەکاردەهێنێت،خێزانێکی دیکە پەنادەباتە بەر فێڵ و هەڵخەڵەتاندن و دانی گفتی درۆ بە منداڵ،خێزانی دیکە هەن جارێك فشار دەخەنە سەر منداڵەکە و ناچاری دەکەن بۆ ئەوەی دەرزی‌یەکی لێ بدرێت یان دەرمانەکە بخوات.ئەو خێزانانەی ئەم بابەتە لە ڕێگەی ناچارکردنی

منداڵ و بەکارهێنانی توندوتیژی چارەسەردەکەن،ئەوا ئەم هەڵس وکەوت و شێوازەیان ئازاری دەرونی منداڵەکە دەدات و دەبێتە پاڵنەرێك بۆ منداڵەکە کە بەرپەرچی ئەو مامەڵەیەی خێزانەکەی بداتەوە،وەك فڕێدانە دەرەوەی ئەو دەرمانەی تۆزێك پێش ئێستا چۆتە گەدەیەوە.منداڵ هەڵدەستێت بە ئەنجامدانی هەندێ کرداری لەپڕ و جوڵەی وا دەنوێنێت،کە ئازاری منداڵەکە دەدات و مەترسیدارە بەتایبەت کاتێك لەڕێگەی ماسولکەوە دەرزی لێدەدرێت.بەڵام ئەو خێزانانەی لە ڕێگەی نازەوە ئەم بابەتە چارەسەر دەکەن،ئازاردانی منداڵەکەیان لە خێزانەکانی دیکە کەمتر نیيە،بەڵام بەشێوازێکی دیکەیە.ئەم خێزانانە یان بە هانای منداڵەکەیانەوە دەچن و بابەتی چارەسەرکردنەکە دوادەخەن ودەیگۆڕن و هەڵیدەوەشێننەوە یان منداڵەکە فریو دەدەن و زۆر گفتی ڕاست و درۆی پێدەدەن.زۆر خێزان کە منداڵەکەیان توشی نەخۆشی بووە و نەشتەرگەری بۆدەکرێت،ئەم بارودۆخە گەورە دەکەن و زیاد لە پێویست گرنگی بە منداڵەکەیان دەدەن،بە شێوازێك منداڵەکە بەم بارودۆخە ڕانەهاتووە.دوای چاك بونەوەی منداڵ لە نەخۆشیيەکەی،بۆ خێزانەکەی گرانە واز لە و هەڵس وکەوت و مامەڵە نوێيە بهێنن کە لەکاتی نەخۆشی منداڵەکەیاندا پەیڕەویان کردووە.بە تایبەت کاتێك ماوە و کاتی نەخۆشی منداڵەکە درێژە بکێشێت.ئەم بارودۆخە ترسناکتر دەبێت گەر ئەو نەخۆشیيە ببێتە هۆی دروست بونی پەشێویيەکی بەردەوام لە لایەنێك لە لایەنەکانی جەستە و تەندروستی و دەرونی منداڵ.لە هەموو ئەم بارودۆخانەدا خێزان شێوازێکی پەروەردەی خراپی لەگەڵ منداڵەکەیدا بەکارهێناوە،ئەم خێزانانە شێوازێکیان بەسەرخۆیاندا سەپاندووە کە خۆیان ئەو شێوازەیان پێ باش نیيە،بەڵام بەهۆی زیادەڕەوی لە نواندی سۆز بەرامبەر منداڵەکەیان دوچاری ئەم گیروگرفتانە دەبن.ئەوخێزانانەی پەنا دەبەنە بەر فێڵ و هەڵخەڵەتاندنی منداڵ و گفت دانی درۆ بە منداڵ ئەوا ئەم شێوازەیان

سـودی نابێت،چـونکه منداڵەکـه تـەنیا جارێـك یـان دوو جـار دەرمانەکـه دەخـوات و پاشـان لـه شـێوازی دایـك وبـاوکی و خێزانەکـەی تێـدەگات وجارێکی دیکه دەرمانەکه ناخوات.ئەوخێزانانەی ئەم گرفته هەندێ جار به نازی زۆر و هەندێ جار به شێوازی توند و تیژی چارەسەردەکەن.ئەوا ئەم ڕێگەیـەش چارەسـەرێکی دروسـت نی‌یـه بـه بـەراورد بـه ئـەو خێزانانـەی کـه گرفتەکه بـەنازی زۆر یـان بـه ڕێگـەی توندوتیـژی چارەسـەر دەکـەن.چونکه ئـەنجام و بەرهـەمی ئـەم شـێوازانه هـەر یـەك بەرهەمـه.گرفتێکـی دیکـەی بـەکارهێنانی شـێوازی نـاجێگیر لـه نێـوان نـاز و توندوتیـژی‌دا ئەوەیـه کـه منـداڵ توشـی ڕامـان ودۆش دامـان و ئـاڵۆزی دەرونـی دەبێت،هەسـت بـه شـێوازێکی ڕون وجـێگیر ناکـات کـه خێزانەکـەی لەپـەروەردەکردن وهـەڵس وکـەوت لەگـەڵی دا دەیگرنەبـەر.لـه کـاتی تـوش بـونی منـداڵ بـه نەخۆشـی و بەهۆی دەرکـەوتنی کاریگـەری بـەردەوام و خـراپ بـونی بـاری تەندروسـتی منـــداڵ و بـــەهۆی نەخۆشـــی‌یەکەیەوە خێـــزان شـــێوازی نـــازی زۆر و چـاودێریکردنی لـه ڕادەبـەدەر پەیڕەودەکات،گەرمنداڵەکـەش چـاکببێتەوە ئەوا خێزان لەسەر هەمان مامەڵە و شێواز بەردەوام دەبێت.لێرەدا نمونەیەك باس دەکەین دەربارەی ئەم شێوازە هەڵەیە کە چۆن دەبێتە هۆی دروست بونی کاریگەری‌یەکی بەردەوام بۆ لە ناوبردنی کەسایەتی ئەو منداڵە.کچی خێزانێك کە خوشکی لە خۆی بچوکتری نەبوو،هەر لە منداڵی‌یەوە دوچاری نەخۆشـــی ســـوتانەوەی مێشـــك ببـــوو.بـــە بـــەراورد لەگـــەڵ هـــاوڕێ و هاوتەمەنەکانی خۆیدا دواکەوتنێکی ڕێژەیی لەبوارەکانی ئاخاوتن و نوسین و بەجێگەیانـدنی هەنـدێك لەئەرکـەکانی خوێندنگـەی‌دا دەبینـرا.لـه کـاتی تـوش بـونی ئـەم منداڵـه بـەم نەخۆشـی‌یە،خێزانەکەی خۆشەویسـتی‌یەکی زۆریـــان پـــێ بەخشـــیوە و چـــاودێری‌یەکی زۆری منداڵەکـــەیان کردووە،بەشێوازێك ئەم مامەڵە و چاودێری کردنەش دوای چاك بونەوەی منداڵەکـەش هـەر بـەردەوام بـووە.هەمیشـه هـەڵس وکـەوتێکی جیـاواز بـه

بەراورد بە خوشکەکانی دیکەی لەگەڵدا کراوە.ئەم منداڵە داواکاری و خواستەکانی زۆربوو،بەشێوازێك لەپێویستی خۆی زیاد بوە وئەقڵانی نەبووە.خێزانەکەش زۆربەی خواستەکانی منداڵەکەیان جێبەجێ دەکرد،هەرچەندە دەزانن ئەم کردارەیان سودی نییە بەڵکو زیانیشی زۆرترە.کاتێك ئەم خێزانە بۆباخچەی ساوایان هاتن بۆ ئەوەی منداڵەکەیان ناونوس بکەن(واتە ئەوباخچەیەی کەمن توێژینەوە پەروەردەییەکانم تێدا ئەنجام داوە).لەکردار و هەڵس وکەوتی منداڵەکەدا تێبینی ئەوەم کرد کە لە خێزانەکەی دا نازی زۆری پێ بەخشراوە.کردار و مامەڵەی تاکەکانی ئەو خێزانەم بۆ خۆیان ڕون کردەوە و پێم ڕاگەیاندن:کە بەردەوام بونیان لەسەر ئەم شێواز و مامەڵەکردنە لەگەڵ منداڵەکەیاندا دەبێتە هۆی سەرهەڵدانی گرفت.ئەم منداڵە لە قۆناغەکانی دیکەدا دەچێتە خوێندنگە و لە قۆناغێکی دیکەدا دەچێتە ژیانی هاوسەرییەوە بۆیە پێویستە پەیوەندی کۆمەڵایەتی دروست بکات.ئایا هەموو ئەو کەسانەی کە لەگەڵ ئەم منداڵەدا یەکتر دەناسن و کاتێك ئەم منداڵە دەچێتە هەرشوێنێك،ئەو کەسانە بەهەمان شێواز و هەڵس وکەوت مامەڵەی لەگەڵدا دەکەن، کەخێزانەکەی مامەڵەی لەگەڵدا کردووە؟بێگومان نەخێر بەڵکو بە پێچەوانەوە هەر یەکێك لەو کەسانە کاردانەوە و هەڵس وکەوتی جیاواز دەنوێنن.سادەترین کاردانەوەی ئەو کەسانە ئەوەیە مامەڵە و هەڵس وکەوت لەگەڵ منداڵەکەدا ناکەن و تێکەڵاوی نابن بەڵکولێی دووردەکەونەوە.هەندێ کاردانەوە دەبێتە هۆی دروست بونی جیاوازی و ناکۆکی یان دروست بونی هەندێ گرفت کە گرانە چارەسەر بکرێت.خێزانەکە مەبەستیان ئەوەبوو لە باخچەدا هەمان مامەڵە لەگەڵ کچەکەیاندا بکرێت کە لە ماڵەکەی خۆیاندا پەیڕەویان کردووە.داوام لە خێزانەکە کرد کە دڵگران نەبن بە هەڵس وکەوتی یەکسانی ئێمە لەنێوان منداڵەکەی ئەوان و منداڵانی باخچەکەدا،گەرئارەزوی ئەوە دەکەن کە منداڵەکەیان لەباخچەدا دەوام بکات چونکە ئێمە ناتوانین

جیاوازی بکەین.داوام لە خێزانەکە کرد کە بە شێنەیی دەست بکەن بە کەم کردنەوەو و وازهێنان لەو شێواز و نازە زۆرەی کە بەخشیویانە بەمنداڵەکەیان،چونکە گەرلە یەکەم هەنگاودا و بەیەك هەنگاو،واز لەو شێوازە پەروەردەیە و نازە زۆرە بهێنن بە دڵنیاییەوە بەرئەنجامی خراپ لەسەر منداڵ بەجێدەهێڵێت.پەیوەندی نێوان باخچە و خێزان بەردەوام بوو،خێزانی منداڵەکە ئامۆژگارییەکانی منیان جێبەجێ دەکرد.پاش ماوەیەك هەڵس و کەوتی منداڵەکە گۆڕا،لەڕوی خورەوشت وهەڵس وکەوتەوە لە منداڵانی هاوتەمەنی خۆی و هاوڕێیانی باخچە نزیکییەك هەست پێدەکرا.بەم شێوەیە و لە ڕێگەی هاریکاری و هەماهەنگی نێوان خێزان و باخچە توانرا کە ئەم منداڵە لە زۆر کێشە و گرفت ڕزگار بکرێت.نمونەیەکی دیکە دەربارەی دوومنداڵ کە بە ڕێکەوت هەردوکیان لە یەك ساڵی خوێندندا لە باخچە ناونوس کران و وەرگیران،ئەم دوومنداڵە هەردوکیان نەشتەرگەری کردنەوەی دڵیان بۆ کرابوو.ئێمە لە کۆمەڵگەیەکدا دەژین کە لە هەموو ئەو نەخۆشیانە دەترسین کە پەیوەندیان بە دڵەوە هەیە،ئەو ترسە چەند گەورە دەبێت،گەر نەشتەرگەری کردنەوەی دڵ بێت و بۆ منداڵێك کرابێت؟ئەم دوو منداڵە لەهەموو منداڵەکانی دیکەی باخچە گێرە شێوێنتر بوون.هەرچەندە ئەو نەشتەرگەریەی کە بۆیان کرابوو سەرکەوتو بوو و باری تەندروستیان ئاسایی بوو،بەڵام خێزانەکانیان هەمان مامەڵەیان لەگەڵدا دەکردن وەك دوو نەخۆشی توش بوو بە نەخۆشییەکی ترسناك،بۆیە پێویستە هەستیان بریندا نەکرێت.لە بارودۆخێکی ئاوەهادا هەڵوێستی ئێمە زۆر ناخۆش بوو،بەتایبەت ئەودوو منداڵە شەڕەنگێزبوون و هۆیەك بوون بۆ دروست کردنی پشێوی وئاژاوە و شەڕەنگێزی،لە هەمان کاتدا لە لایەن دایك و باوکی منداڵانی دیکە و دادەکانی باخچەوە،داوا لە ئێمە کرا لێپرسینەوەیان لە گەڵدا بکەین.پاشان توانیمان بە شێوەیەکی نەرم لە یەکێك لەو منداڵانە ڕزگارمان ببێت و قەناعەت بەدایکی بهێنین لە

باخچەیەکی دیکەدا ناونوسی بکات،بەهۆی ناڕازی بونی دایکی بەرامبەر کاتی هاتنی منداڵەکەی لەنیوەڕۆدا بۆ باخچە.لەگەڵ دایکی منداڵەکەی دیکەدا کەوتمە گفتوگۆ و سازدانی چاوپێکەوتن،توانیم قەناعەتی پێ بکەم کە ڕێگە پێدەر بێت تاوەکو مامەڵەیەکی سروشتی لەگەڵ منداڵەکەی دا بکەین.لەو کاتەدا کە خەریکی نوسینی ئەم دێڕانەی سەرەوە بووم،لەلایەن دایکی کوڕەکەوە تەلەفۆنم بۆکرا(واتە ئەو منداڵەی دوای چاك بونەوەی نەشتەرگەری دڵ لە باخچە ناونوس کراوە و لە باخچەش دەوام دەکات)کە شکاتی لە منداڵێکی دیکە دەکرد کە لە کوڕەکەی ئەوی داوە.هۆکارەکەم بۆدایکەکە شی کردەوە،پێم ڕاگەیاند کە هیچ کەسێك لە شەڕی کوڕەکەی ئەو ڕزگاری نابێت ،کاتێك منداڵەکان دەبینن ئەم کوڕەی تۆ یان هەرمنداڵێکی دیکە دەبێتە هۆی ئازار پێگەیاندنیان یان ئاژاوەیان پێ دەگێڕێن و لە ژێر چاودێری و پارێزگاریدان و لێپرسینەوەیان لەگەڵداناکرێت.بۆیە هیچ ڕێگەیەك لە بەردەم منداڵانی دیکەدا نامێنێتەوە، جگە لەوەی کە خۆیان بەرەنگاری ئەو منداڵە ئاژاوەگێڕانە ببنەوە.دایکەکە قەناعەتی بەشیکردنەوەی ڕوداو و بارودۆخی منداڵەکە هێنا و پەیمانی پێدام لە چاودێریکردن و ئاڕاستەکردنی منداڵەکەی لەماڵدا و لە لێپرسینەوەی کردارەکانیدا یارمەتی بدات.بۆئەوەی جارێکی دیکە ئەو کردارو هەڵس وکەوتانە دووبارە نەکاتەوە،یاخود هەر هیچ نەبێت منداڵەکە ئەو کردارە ئاژاوە گێڕیانەی کەم بکاتەوە.بەڵێنی دا کە لە کاتێکی نزیکدا سەردانی باخچە بکات و دەربارەی باشترین هۆکار گفتوگۆبکەین،بۆ گەڕاندنەوەی منداڵەکەی بۆ شێوازێکی دروستی پەروەردەیی و دوور لەلادانی دەرونی و کۆمەڵایەتی،دوور لە لادان لە لایەنی ڕەوشت وهەڵس وکەوت.ئەمە نمونەیەکە بۆ ئەو خێزانانەی لە ڕوی سۆزدارییەوە ڕێکخستنێکی پەروەردەییان نییە لە کاتی مامەڵە و هەڵس و کەوت لەگەڵ منداڵەکەیان دا،کاتێك منداڵەکە نەخۆشە وئازار دەچێژێت یان منداڵەکە

چارەسـەر دەکـرێ و پاشـان چاك دەبێتـەوە.لـەم قۆناغـەدا(کـاتی نەخۆشـی وتـوش بـون بەنەخۆشـی)منـداڵ زیـاتر هەڵەشـە و تـوڕە دەبێت،منـداڵانیش لـەڕوی کاریگـەری ئـەم نەخۆشـیانە و هەڵەشـەیی‌یان،لەڕوی توندی تـوش بـونی منـداڵ بەونەخۆشـی‌یە و لـەڕوی ئـازارەوە و ڕادەی ئـەو ئـازارەی منداڵەکە دەیچێژێت چەندە؟جیاوازن.منداڵێك کە جەستەی کـەم دەسوتێت و توشـی ڕوداوێکـی سـادەی سـوتان دەبێت،جیـاوازە لـەو منداڵـەی کـە بەشێکی زۆری جەستەی دەسوتێت یان توشی نەخۆشی‌یەکی گران دەبێت و ئەنـدامێك لەئەندامـەکانی جەسـتەی دەشـکێت.گەرمنـداڵێك بۆماوەیـەکی درێـــژ توشـــی سکچـــون ببێت،بێگومـــان منـــداڵێکی تـــوڕە و هەڵەشـــە دەردەچێت.کاتێك منداڵ بەهۆی ڕوداوێکـی سوتانەوە یان هـەر هۆکـارێکی دیکـەوە بەشـێك لـە جەسـتەی یـان هـەموو جەسـتەی دەسـوتێت کاریگـەری زیاتر لەسەر دەرونـی منـداڵ بـەجێ دەهێڵێـت.پێویسـتە کـات وماوەی تـوش بـون بـە نەخۆشـی لـەبیر نەکەین،ئـەو منداڵـەی لـە سـەرەتای تـوش بـون بـە نەخۆشـــی‌یەکەی هەســـت بـــەترس دەکات،بـــەڵام بـــە نەخۆشـــی‌یەکەیەوە پەیوەســـت نابێـــت و زۆرئـــارام دەردەکـــەوێت.بـــەڵام ئارامی‌یەکـــەی درێـــژە ناکێشێت،بێزاری و بێ تاقەتی‌یەکەی تەواونابێت،هـەروەها حـەزی بـۆ یـاری و جوڵە،پاڵ بە منداڵەکەوە دەنێت بە توڕەیی وهەڵەشەییەوە هەڵس و کـەوت لەگەڵ خێزان و چواردەوری‌دا بکات.شێوازی کەسێتی منداڵ لە پێش تـوش بونی بەنەخۆشی کاریگەری‌یەکی زۆری لەسەر ئەم بابەتە هەیە:

ئەومنداڵـەی کـەزۆر ئـارام و هێمنـە لەگـەڵ ئـەو منداڵـەی کـە لـە بنچـینەدا و پـــێش تـــوش بـــونی بەنەخۆشـــی،خۆی منـــداڵێکی هەڵەشـــە و کەمتەرخەمە،لـــەڕوی دەرونـــی و تـــوش بـــونی بەنەخۆشـــی‌یەوە جیـاوازن.شـێوازی هـەڵس وکـەوت و کەسایەتی دایك وباوك یـان یـەکێکیان ڕۆڵێکی گـەورەی هەیـە لـە توڕەبونی منـداڵ و هەڵەشـەیی نواندن لـە هـەڵس وکـەوتی‌دا.گـەردایك وبـاوك یـان یـەکێکیان زۆر سـۆزداربن،دەرفەتێکە بـۆ

منداڵ کە لە کاتی توش بون بە نەخۆشـی‌یەکەیدا،هەندێ کردار و هەڵس و کـەوت بنوێنێت،کـە بـاری تەندروسـتی خـۆی ئەوەنـدەی دیکـە خـراپتر بکـات.زۆربــەی خێزانــەکان خواســتە زۆرەکــانی منداڵەکــەیان جێبــەجێ دەکەن،کـە هـیچ سـودێکی نی‌یـە.بۆیـە کاتێـك منـداڵ هەسـت بـە بـونی ڕێگری‌یـەك دەکـات کـە لـە بـەردەم خواسـتەکانیدا دەوەستێتەوە.جۆرێك لـە تـوڕەی دەردەبڕێـت بۆئـەوەی خێزانەکـەی لەهـەڵس وکەوتەکـەی پەشـیمان ببێتەوە،کە بۆتە ڕێگرێك لـە بەرامبـەر جێبەجێ کردنـی خواستەکانی.بـەڵام گـەر بـاری نەخۆشـی‌یەکەی درێـژەی کێشـا،منداڵ هەسـت دەکـات کـە ئـەو شێوازەی کە بەکاری هێناوە،ڕێگەیەکی ئاسانە کە بە هـەموو خواستەکانی دەگەیەنێت.هەندێك خێزان کاتێك منداڵەکەیان نەخۆشە،هەوڵدەدەن دیاری وبەخشش و پارەی زۆر و خواردن بەشێوازێکی دەست بڵاو،پێشکەش بە منداڵـەکانیان بکـەن.بۆیـە کاتێـك منداڵەکـەیان لـە نەخۆشـی‌یەکەی چـاك بۆوە،دوو ڕێگە و شێوازی پەروەردەکردنیان لەبەردەمە،تاکو منداڵەکەیانی پێ‌پەروەردە بکەن:

یـان لەسـەرم ئـەم ڕێگـە و شـێوازە بـەردەوام دەبن،کەهـەنگاوی یەکـەمیان هــەڵهێناوە لەســەر شــێوازی نــاز و دەســتبڵاوی لــەدابین کردنــی پێداویسـتی‌یەکانی منـداڵدا.یـان هـەموو ئـەو تایبەتمەندیانـە لـە منداڵەکـە دەسەندرێتەوە کە لە کاتی نەخۆشی‌یەکەیدا پێشکەشی کراوە،بە شێوەیەك کە کۆتای بەو شێوازە بێت.لێرەدا منداڵ توشی ئازاری دەرونی دەبێت،بۆیە زۆربەی کات ناچارە ڕۆڵی نەخۆش ببینێت بۆ ئەوەی خێزان بەردەوام بن لـە بەخشین وجێبەجێ کردنی خواستەکانیدا.بۆیـە لەسـەرخێزان پێویستە کـە لە بەخشین دا دەست بڵاو نەبن.ئاسانکاری نەکەن و دڵ خـۆش نـەبن،کاتێك منداڵـەکانیان هەڵەیـەك دەکات،چ لـە کاتی نەخۆشـی‌یەکەیدا بێـت یـان دوای چاك بونـەوەی لـەو نەشـتەرگەری‌یەی کـەبۆی ئـەنجام دراوە.بـەڵکو پێویستە تەنیا ئەو کارانە بکـەن کەپزیشـك داوای دەکات،لـەڕوی چارەسـەری دروسـت

و پێشکەش کردنی خزمەتگوزاری و چاودێری بۆ چارەسەرکردن.پێویستە بە نەرمی هەڵس وکەوت لەگەڵ هەڵەکانی منداڵدا بکرێت.بەشێوەیەك حساب بۆبارودۆخی منداڵەکە بکرێت.لە هەمان کاتدا هەڵەکانی بۆشی بکرێتەوە و داوا لە منداڵەکە بکرێت کە جارێکی دیکە دوبارەی نەکاتەوە.بەڵام کاتێك منداڵ توشی نەخۆشییەکی درێژ خایەن و بەردەوام دەبێت،لەسەر کەس و کار و خێزان پێویستە یارمەتی منداڵەکە بدەن و بارودۆخی نەخۆشییەکەی بە شێوازێکی زانستی و ئاسایی بۆ شی بکەنەوە،کە لە گەڵ تەمەنی منداڵ و ئاستی تێگەیشتنیدا بگونجێت.کاتێك ئەو منداڵە تێبینی جیاوازییەکان دەکات،لە نێوان تەندروستی و بارودۆخی خۆی و تەندروستی منداڵانی دیکە،بۆیە پێویستە لەم بارەدا خێزان زۆر هەوڵ بدات و داوای یارمەتی لەپسپۆریکی دەرونی بواری منداڵان بکات بۆ ئەوەی ڕێگەیەکی دروستی نیشان بدات بۆ مانەوەی منداڵەکە،لەبارێکی دەرونی دروست دا و بەبێ بەکارهێنانی شێوازێکی توندوتیژ یان باوەڕهێنان بەمنداڵ.هەندێ خێزان بەڵکو زۆربەی خێزانەکان،کاتێك منداڵەکەیان توشی نەخۆشییەکی درێژخایەن یان بەردەوام دەبێت هەڵس وکەوت و مامەڵەیەکی پڕ لە خۆشەویستی یان لەگەڵدا دەکەن،ئەم گرنگی دانە دەگاتە سنورێك کە منداڵ هەست بەوە بکات کە مافێکی تایبەت بەخۆی هەیە و لە منداڵانی دیکەی جیادەکاتەوە و منداڵانی دیکە ئەو مافەیان نییە.بۆیە ئەم شێوازە پاڵ بە منداڵەکەوە دەنێت،کە بۆ بەجێ گەیاندنی داواکاری وخواستەکانی،لەگەڵ گەورە یان منداڵانی دیکەدا سنور ببەزێنێت.ئەو منداڵانەش کە توشی نەخۆشییە ئەندامی و نەخۆشییە جەستەییەکان بوون،ڕوبەڕوی ئازاری سۆزداری ودەرونی دەبنەوە.ئەومنداڵەی کەدایك وباوکی،برایەك یان خوشکێکی،لەدەست داوە یان بەهەر هۆیەك دایك وباوکی لەیەك جیابونەتەوە......هتد.خەڵکانی دەوروبەری مامەڵەیەکی تایبەتی لەگەڵدا

دەکەن،بە شێوەیەك لەهەموو هەڵەکانی دەبورن و ڕێگەی پێدەدەن کە هەر کارێك منداڵەکە بیەوێت ئەنجامی بدات،گەر ئەو کارە زیان بەخۆی یان کەسانی دیکەش بگەیەنێت.ئەم دیاردەیە بۆ ماوەیەك بەردەوام دەبێت و درێژە دەکێشێت،بەڵام پێویستە کە سنورێکی بۆدابنرێت.چونکە لە قۆناغەکانی دیکەدا خێزانەکە هەست دەکات کە منداڵەکە ڕەفتاری وادەنوێنێت کە لە توانای خێزان دا نییە بەرگەی بگرێت.بۆیە بەردەوام بونی منداڵ لەسەر ئەم شێواز و ڕەفتارانە دەبێتە هۆی دروست بونی زۆر گرفت و مەترسی،بۆخۆی و بۆ هەموو ئەوانەی لە چواردەورین.بارودۆخی نوێ و یاسای کردار و پەرچەکردار لەهەردوو لایەنەوە سەرهەڵدەدات،هەندێ جار دەبێتە نواندنی کردارو ڕەفتارێك کە پەسەند ناکرێت.یان دەبێتە هۆی ڕودانی کارەسات.بەتایبەت لەلایەن هەندێ لەو هەرزەکارانەی لە سەرەتای قۆناغی هەرزەکاریدان.ئەم منداڵانە لەقۆناغی هەرزەکاریدا بۆ ماوەیەکی کورت یان درێژ ،ماڵ بەجێ دەهێڵن و خۆیان ون دەکەن و دیارنامێنن.خوێنەری ئازیز بیر لەو ڕوداوانە بکەرەوە کە لە کاتی دیارنەمانی ئەم منداڵەدا ڕودەدات،جگە لە دروست بونی کاریگەری زیان بەخش لەسەر خێزان ومنداڵ.دیاردەی دیارنەمانی منداڵ لەیەکەم جاردا،سەرەتای ڕێگەی لادانە،لەلایەنەکانی دیکەی کردار و ڕەوشتی منداڵەکە.گەر منداڵەکە لەیەکەم جاریدا بەهۆی چانسی خۆیەوە،ڕزگاری بوبێت.بەڵام بەهۆی پەیداکردنی پسپۆری لەدیارنەمان و خۆ ون کردندا،لەبیریدا بە پاشەکەوت کراوی دەمێنێتەوە و هەرکاتێك خۆی بیەوێت دەتوانێ دوبارەی بکاتەوە،لەبارودۆخێکدا کە هاوچەشنی ئەوبارودۆخە بێت کە یەکەم جار تێیدا خۆی ون کرد.بەڵکو ئەم بارودۆخەی ئێستا کەمتر لە جاری پێشو منداڵەکە ئازار دەدات،مەبەستمان ئەو بارودۆخەیە کەپاڵی بە منداڵەکەوە ناوە بۆ ئەوکردارە،چونکە لەگەڵ بارودۆخەکەدا ڕاهاتووە.لەلایەکی دیکەوە کاتێك منداڵ هەڵدەستێت بە

دووبارەکردنەوەی ئەم کردارە هەست بەچێژ دەکات.بۆیە لەسەر خێزانەکان و سەرپەرشتیارانی پەروەردە پێویستە،بە شێوەیەکی زۆر ورد هەستن بە سەرپەرشتی کردنی ئەم جۆرە منداڵانە و هەوڵ بدەن دەماغی بشۆن،پێش ئەوەی منداڵەکە بچێتە قۆناغی هەرزەکاری.ئەم کردارە زۆر قورس وئاڵۆزە.باجی یەکەمجاری دیارنەمانی منداڵ زۆر قورسە،لەهەندێ جاردا منداڵ بەداهاتو و ژیانی خۆی یان بەداهاتوی خێزانەکەی،باجەکەی دەدات.

7/منداڵ پێویستی بەسۆزوخۆشەویستیە

پێویستی منداڵ بەسۆزو خۆشەویستی،گرنگی و پێویستی‌یەکەی لە پێداویستی‌یە مادی‌یەکانی دیکە کەمترنی‌یە،بەڵکو زۆر زیاتریشە.لە بابەتەکانی دیکەدا باسمان کرد،کە منداڵ پێویستی بە سۆز و خۆشەویستی و دڵنیایی وجێگیری هەیە.بەخشینی خۆشەویستی زۆر بە منداڵ،یان کەم وکورتی نواندن لە بەخشینی خۆشەویستی بەمنداڵ،هۆیەکن بۆدروست بونی زۆر گرفت و گرێی دەرونی کاتی و بەردەوام لەلای منداڵ.لەکاتی باسکردنی پێویستی منداڵ بەخۆشەویستی،پێویستە دووجۆر لەخۆشەویستی وسۆزی بەشداربووی کاریگەر،جیابکەینەوە.

سۆزە دەرەکی‌یەکان:ئەم سۆز و خۆشەویستی‌یە لەلایەن دایك وباوك و ئەندامانی دیکەی خێزان و کەس وکار و دۆستە نزیکەکانەوە بەمنداڵ دەبەخشرێت.جۆری دووەم سۆزی ناوەکی یە لەلایەن خودی منداڵەکەوە بە ئاڕاستەی کەسانی دیکە دەبەخشرێت.لەپێش هەموو کەسێك دایك و باوکی،ئەندامانی خێزانەکەی و گیانداران،شمەکەکانی خۆی.پێش فراوان بونی بابەتەکەمان دەربارەی ئەم دووجۆرە لە سۆز و

خۆشەویستی،پێویستە بەبیر خۆمانی بهێنینەوە،هەر یەکێك لەم دووجۆرە لەسۆز و خۆشەویستی کاریگەری وبەشداری جێگرەوەی هەیە.منداڵ لە سەرەتای مانگی یەکەمی تەمەنیدا،ئەو کەسانەی خۆش دەوێت،کە خۆشیان دەوێت.لەو کەسانەش دەترسێت کە هەست بە خۆشەویستی‌یەکەیان ناکات.بەتایبەت نامۆکان(بەتایبەت ئەو کاتەی تەمەنی 3 یان 9 مانگ بێت).هەندێ منداڵ ترسیان بەرامبەر کەسانی نامۆ درێژە دەکێشێت،لەوانەیە ماوەی ترس لەلای هەندێ منداڵی دیکە کەم بخایەنێت،هەندێك خێزان هەن بەبیریاندا نایەت چ کاتێك منداڵەکەیان لە نامۆیەك ترساوە.دیاردەی ترسانی منداڵ لە نامۆکان بەپێی پەیوەندی‌یە کۆمەڵایەتی‌یەکانی خێزانی منداڵەکە دەگۆڕێت،هەرکاتێك خێزان پەیوەندی کۆمەڵایەتی زۆربوو،ئەوا ترسی منداڵ لەنامۆ و بێگانە زۆرناخایەنێت،پێچەوانەی ئەمەش ڕاستە.هەر کاتێك پەیوەندی کۆمەڵایەتی خێزان تەسك وسنوردار بێت،منداڵ لە بێگانە و نامۆکان زیاتر دەترسێت.(مەبەست لە بێگانە و نامۆکان ئەو کەسانەن،کە کەم سەردانی خێزانەکە دەکەن،ماناو مەبەستی نامۆ و بێگانە کەسە نزیکەکانیش دەگرێتەوە،کاتێك داپیرە یان باپیرە،درەنگ سەردانی خێزانی کوڕ و کچەکانی بکات،ئەم مەبەستە دایك وباوکیش دەگرێتەوە،لە کاتێکدا بۆ ماوەیەکی درێژ یان ڕۆژانە بەهۆی دەوام لەمنداڵەکەوە دووربن).سۆزە ناوەکی‌یەکان بەشێوەیەکی جۆرا و جۆر سەرهەڵدەدەن،بەپێی دروست بون و ئاشکرابونی لەلای منداڵ و پاشان وردە وردە لەسۆز و خۆشەویستی‌یەوە بۆ ئازار ڕق و کینە و ئیرەی بردن،دەگۆڕێت.لەڕوی بابەتی سۆزی دەرەکی‌یەوە ئەو سۆز و خۆشەویستی‌یەی ئێمەی گەورە بەمنداڵی دەبەخشین،بابەتی توێژینەوەکەمانە.کە پێویستە دایك وباوك ئاگاداری چۆنیەتی هەڵس وکەوت ومامەڵەکردن بن لەگەڵ ئەم

سۆزوخۆشەویستی‌یەدا.ئێستا دەربارەی ئەم پێویستی یە گرنگەی منداڵ، بەسۆز و خۆشەویستی دەدوێین:

ئەو کاتەی دایک منداڵەکەی لەباوەش دەگرێت و شیری دەداتێ ئەوا یەکەمین ژەمەکانی سۆز و خۆشەویستی پێشکەش کردووە.کاتێك منداڵ پێش نوستن لەلایەن دایکی‌یەوە لایەلایەی بۆدەکرێت و خواستەکانی بۆجێبەجێ دەکرێت،کاتێك جلەکانی و لەشی خۆی پیس کردووە و پاك وخاوێن دەکرێتەوە،منداڵەکە هەست دەکات کە لە لایەن دایك و خێزانەوە گرنگی پێ‌دەدرێت.هەر بۆیە دابین کردنی پێداویستی‌یەکان و شیردان بە منداڵ بە ژەمێکی گرنگی خۆشەویستی دادەنرێت.بەڵام گەر منداڵ شیری زیاد بدرێتێ،بەشێوەیەك ژمارەی گریان و ژمارەی ئەو جارانەی کە شیری دەدرێتێ یەکسان بێت واتە هەر منداڵەکە بگری و یەکسەر شیری بدرێتێ،ئەوا ئەم کردارە زیانی تەندروستی و دەروونی بەمنداڵ دەگەیەنێت.کاتێك دایك منداڵەکەی خۆی لەباوەش گرتووە و شیری داوەتێ،بەڵام ئەو شیرە هەرس نەبووە و منداڵەکەش بەڕاستی هەست بەبرسێتی ناکات،لەگەڵ ئەوەشدا دایکەکە شیری دیکە دەدات بەمنداڵەکەی.لەلایەکی دیکەوە منداڵ بەدایکی‌یەوە پەیوەست دەبێت و لەلای منداڵەکە گرانە کە دوور لە باوەشی دایکی بێت،پاشان دایك ئیش وکاری ناومالی هەیە ناتوانێت هەموو کاتەکانی بۆ منداڵەکەی تەرخان بکات.کاریگەری ئەم هەڵس وکەوتانە لە مامەڵەی منداڵەکەدا ئاشکرا دەردەکەوێت،بە شێوەیەك پەیوەستی‌یەکی توند لە نێوان دایك ومنداڵەکەیدا دروست دەبێت بە شێوازێك منداڵ لە تەمەنی سێ بۆچوار ساڵی لەگەڵ ژینگە و باخچەی ساوایاندا بەئاسانی ڕانایەت.پەیوەستی نێوان منداڵ و دایکی دەگاتە ئەو ڕادەیەی،هەندێ خێزان منداڵەکانیان لە باخچە دەردەهێنن بەتایبەت گەر دایك فەرمانبەر نەبێت.بەڵام گەر لە بارودۆخێکدا کە خێزان ناچاربێت منداڵەکەی لە باخچەدا

بهێڵێتەوە،پێویستە خێزان بە هاوکاری لەگەڵ بەڕێوەبەر و دادەکانی باخچەدا هەندێ دیاری و یاری جوان کە منداڵەکە حەزی لێیەتی لەلایەن خێزانەوە ببرێت بۆباخچە،باخچەش هەستێ بەبەخشینی ئەو دیاریانە بەمنداڵەکە بە شێوازێك منداڵەکە وا هەست بکات،دادە و بەڕێوەبەری باخچەکە ئەو دیاریانەی بۆ ئەو کڕیوە و پێی بەخشیوە.بەمەرجێك ئەم کردارە دوور لە بینینی منداڵانی دیکەی ناو باخچەکە ئەنجام بدرێت.بۆ ئەوەی توشی گرفتێکی نوێ نەبین و منداڵانی دیکەش بەچاوێکی ئیرەی و ڕق و دوژمنکارانە تەماشای ئەو منداڵەنەکەن.یەکێك لەو کردارە بەسودانە کە منداڵ دڵنیا دەکاتەوە و هەست بەئارامی دەکات،خۆشی چونە دەرەوەیەتی لە پۆلەکەی یان لەڕێگەی دایەن و بەڕێوەبەرەوە ببرێت بۆ ژوری بەڕێوەبەر و دادەکان یاخود ببرێت بۆژوری ئامڕازو یارییەکانی باخچە.پاشان دایەن لەگەڵ منداڵدا ئەو یاریانە بکات کە منداڵەکە زۆر گرنگی پێ دەدات،بە هێمنی و سۆزەوە قسەی لەگەڵ دا بکات بۆئەوەی منداڵەکە بەرامبەر ئەو کەش و شوێنە نوێیەی بۆی چووە هەست بەدڵنیای بکات و ئازاری جودای دایکی لەبیر بکات.ئەمە یەکێکە لەو کاریگەرییە خراپانەی کە بە هۆی هۆگری و پەیوەست بونی منداڵ بە دایکییەوە دروست دەبێت.هەروەك دەزانین ئەم کاریگەرییە خراپانە زۆر زیاترن لەوەی کە باسیان بکەین بەتایبەت کاریگەرییە دەروونییەکان کە ڕاستەوخۆ دەرناکەون.هەندێ لەو کاریگەری و گۆڕانکاریانە لە قۆناغ وپرۆسەی فێربون دا دەردەکەون یاخود لەقۆناغەکانی دیکەی تەمەنی منداڵەکە، یان لە قۆناغی دوای ژنهێنان و شوکردن و دروست کردنی خێزان دا دەردەکەون.ئاکامەکانی پەیوەست بونی منداڵ بەدایکی یەوە زۆر ترسناکە،بەتایبەت گەر ئەو دایکە بمرێت یان جیابونەوەی خێزانی ڕوبدات و منداڵ دوور لەدایکی بژی.سۆزو خۆشەویستی خۆراکە،بەڵام پێویستە وەك خۆراك بەژەمی سنوردار و لەکات و شوێنی دیاریکراودا،بەمنداڵەکە

ببەخشرێت.خۆشەویستی خۆراکێکی پێویستە لە پێناوی ئەوەی منداڵ هەست بە گرنگی و کیان و بونی کەسێتی خۆی بکات،شانازی بەخۆیەوە بکات و باوەڕی بە تواناکانی خۆی هەبێت.هەست بەوە بکات کە خێزانەکەی پارێزگاری لێ دەکەن.بەڵام لەڕادەبەدەر گرنگی دان بەمنداڵ و بەردەوام لەباوەش کردنی،بەتایبەت لەمانگەکانی یەکەمی تەمەنیدا،هۆکارێکی پاڵ پێوەنەرە بۆ لەڕێ لادانی منداڵ لە نازدا.بۆیە لە باوەشگرتنی منداڵ یان هەڵگرتنی لەنێوان دەستەکانیدا،داواکاری وخواستی منداڵەکەیە و بەبەردەوامی داوای دەکات.زۆربەی منداڵان کاتێك لەباوەش یان سەر ملت یان لە کۆڵت دایان دەگریت،دەست بەگریان دەکەن.(بەپێی ئەو شێوازەی منداڵەکە لەسەری ڕاهاتووە).خوێنەری بەڕێز گرنگترین ئاگادارکردنەوە بۆ تۆ،کە لە ئاکامی زیادەڕەوی نواندن لەسۆز و خۆشەویستی بەرامبەر منداڵ دروست دەبێت:

1_منداڵ دەگاتە قۆناغێك،بەشێوەیەکی ڕەهاپشت بەدایك وباوکی یان پشت بە یەکێکیان دەبەستێت.

2_منداڵ بەدایك وباوکی یان هەردوکیانەوە بە توندی پەیوەست دەبێت،بە شێوەیەك دیارنەمان ودورکەوتنەوەی هەریەکێکیان بە شێوەیەکی کاتی بێت یان بەردەوام،بەهۆی(تەلاق،مردن،سەفەرکردن)،دەبێتە هۆی دروست بونی ئازار بۆلایەنی دەرونی منداڵەکە.ئەم گرفت و بارودۆخە دەرونییە،هەندێ منداڵ توشی نەخۆشی دەرونی دەکات.

3_منداڵ دەگاتە قۆناغێك لەگەڵ دایك وباوکیدا دەسەڵات بەکاردەهێنێت،هەندێ جار لەگەڵ ئەو کەسانەش دا،کە منداڵەکە نایەوێت لەلایەن ئەوانەوە داواکاری یان داخوازی شتێکی لێ بکرێت.

4_منداڵ دەگاتە قۆناغێك هەرکاتێك خۆی بیەوێت یاری بەمێشك و دەرونی دایك وباوکی دەکات.

www.pertwk.com

5_ ئەم بارودۆخانە بەشێنەی کاریگەری لەسەر هەموو لایەنەکانی دیکەی ژیانی منداڵەکە دادەنێت،لە ڕوی خوێندن و زانستەوە کە کاریگەری جێگرەوەی لەسەر هەڵس وکەوت و هەموو لایەنەکانی دیکەی ژیانی منداڵەکە هەیە،لە داهاتودا.

ئەو هۆکارانەری پاڵ بە دایك وباوکەوە دەنێن کە نازی زۆر بەمنداڵەکانیان ببەخشن:

کاتێك منداڵ تاقانە بێت یان خێزانێك کوڕ و کچەکانی گەورەبن و منداڵێکی نوێ ببێتە ئەندامی خێزانەکەیان،یان دوای ماوەیەکی زۆر لە دوای دروست کردنی خێزان و چاوەڕوانی یەکی دورودرێژ بۆسك پڕبون،ئەو منداڵە لەدایك بوبێت.ئەمانە هۆکارن بۆ ئەوەی خێزان مامەڵەیەکی تایبەت لەگەڵ ئەو منداڵەدا بنوێنن،بەتایبەت گەر ئەو منداڵە کوڕ بێت.هەموو ئەو نمونانەی کە باسمان کرد،دەربارەی ئەو منداڵانەی بەم شێوەیە مامەڵەیان لەگەڵدا دەکرێت،کە مامەڵەیەکی نازداریە،بەتایبەت لەکۆمەڵگای ڕۆژهەڵاتی دا،ئەم جۆرە جیاوازی کردن و گرنگی دانە شێوازێکی باوە.خێزانەکان مەترسی ئەم کارە هەست پێ ناکەن،تاوەکو بەرئەنجامی هەڵس وکەوت و مامەڵەکەیان نەبینن.ئەو منداڵەی چێژ لە سۆزێکی زیادە وەردەگرێت و بۆگەیشتن بەخواستەکانی وردە وردە پشت بەکەسانی دیکە دەبەستێت،کە داواکاری وخواستەکانی بێ سنورن.بەم شێوەیە زیادەڕەوی نواندنی منداڵ بەردەوام دەبێت تا لایەنەکانی دیکەی ژیانی دەگرێتەوە،بۆنمونە دەستبەرداری هەرکارێك دەبێت کە سودبەخش بێت،چونکە منداڵەکە بەهۆی ئەو کارەوە هیلاك دەبێت.بۆیە ئاسایە ئەو منداڵە هەست بە سودیخوێندن و زانست و زانیاری نەکات،بەتایبەت گەر لەوەو پێش بۆباخچەی ساوایان نەڕۆشتبێت.خوێندنگەی سەرەتای بۆ

ئاڕاستەکردن وفێرکردنی منداڵە،بۆئەوەی منداڵ حەز و خواستی بۆ زانست لەلا دروست ببێت و بەردەوام بەرەو ڕوی ئەو خواستە بڕوات.چونکە منداڵ بەتوانای مێشکی سنورداری خۆی ناتوانێت هەست بەو سودە گەورەیە بکات،کە مرۆۋ لەزانست و زانیاریی‌یەوە دەستی دەکەوێت.ئەو منداڵە لە گۆشەی بێ‌تاقەتی و هیلاکی‌یەوە سەیری خوێندن و زانست دەکات.چونکە منداڵ دەیەوێت ئازادیەکی ڕەها و بێ سنوری هەبێت،بەڵام لە خوێندنگە ئەم سەربەستی‌یەی سنوردارە.منداڵ ڕقی لە هەر کەسێك دەبێت،کاتێك سنورێك بۆ یاری و ژاوەژاو نانەوەی ئەو دابنێت.سنوردانان لە بەدیهێنان و جێبەجێ‌کردنی خواستەکانی،گەر ئەو یاری وکردارانە زیان بەخۆی یان بە خوێندکاری دیکەش بگەیەنێت.بۆیە پێویستە پەروەردیارانی پەروەردەکردنی منداڵ هەڵس و کەوتێکی گونجاو لەگەڵ منداڵەکەدا بگرنەبەر.گومانی تێدا نی‌یە تاکەکانی خێزان باجی ئەم گرفتانە دەدەن.بەتایبەت ئێمە کە لە کۆمەڵگەیەکی خێزاندارییدا دەژین و خێزان باجی هەڵەیەك دەدات کە یەکێك لە تاکەکانی ئەو هەڵەیەی کردووە،ڕەنگە ئەم لێپرسراوێتی‌یە مادی نەبێ بەڵکو مەعنەوی بێ.بەخشینی نازی زۆر بە منداڵ و کەم بەخشینی،ئەم زیانانەی لێ دەکەوێتەوە:

*منداڵ زۆر لەباوەش بکرێت و ماچ بکرێت،بەشێوەیەك هەست بکات کە گرنگی‌یەکی زۆری پێ دەدرێت،ئەوا کاریگەری‌یەکی زۆر لەسەر منداڵەکە بەجێ دەهێڵێت،لەئێستاوداهاتودا.

*گرنگی نەدان و بەخشینی سۆز و خۆشەویستی‌یەکی کەم بەمنداڵ و دورکەوتنەوەی منداڵ لە دایك وباوکی،یان جیابونەوەی دایك و باوك لە یەکتر هۆکارن بۆ ئەوەی منداڵ هەست بە چەوسانەوە و ستەم بکات.منداڵ هەست بە مامەڵەیەکی نادادپەروەر و نایەکسان دەکات،لە ئەنجامی نواندنی

هەڵس و كەوتێكی نادادپەروەر و جیاواز بە بەراورد بەم منداڵە و خوشك و براكانی،ئەم شێوازە لە مامەڵە،كاریگەری لەسەر هەڵس و كەوت و دەرونی منداڵ دادەنێت بەشێوازێك كە مەترسی‌یەكەی لەو نازە زۆرە كەمترنی‌یە كەدەدرێت بە منداڵەكە.بەڵكو منداڵ توشی گرێی دەرونی دەبێت كە پاڵنەرە بۆ نواندنی هەڵس وكەوتی دوژمنایەتی و شەڕ فرۆشتن بەرامبەر بەئەندامانی خێزان.((بەتایبەت ئەومنداڵەی كەلەلای دایك وباوك زیاتر خۆشەویستە و گرنگی پێدەدرێت،زیاتردەكەوێتە بەر هێرشەكانی ئەم منداڵە.وەرگێڕ))نواندنی هەمان هەڵس وكەوت بەرامبەر كەسانی نامۆ و هەندێ جار دەگاتە ئەو ڕادەیەی كەمنداڵەكە ئازاری خۆی دەدات.نواندنی مامەڵەیەكی توندوتیژ لە لایەن یەكێك لەدایك وباوك بەرامبەر بە منداڵ،هەندێ جاربەهۆی ئەو بیروباوەڕە هەڵانەوەیە كە ئەم مامەڵەكردنە دەبێتە هۆی دروست بونی كەسێتی‌یەكی بەهێز و توندوتیژ بۆ منداڵەكەیان.هەرچەندە ئەم مامەڵەیە بەپێی ڕای خێزانەكەی مامەڵەیەكی توندوتیژە،بەڵام ڕەچاوكردنی هەمان شێواز دەگەڕێتەوە بۆئەوەی كە ئەم دایك و باوكە خۆشیان لە بنچینەدا هەمان شێوازیان لەگەڵدا بەكارهاتووە.بۆیە بڕوایان وایە كە دەبێت ئەم شێواز و مامەڵەیە هەموو دایك و باوكێك پەیڕەوی بكەن.هەندێ خورەوشتی كۆمەڵایەتی سەرەتایی تائێستەش لەلای هەندێ گەل ونەتەوە ماوە كە ڕایان وایە،كاتێك باوك منداڵ بكاتە باوەش و سۆز و خۆشەویستی پێببەخشێت كارێكی نەنگی و شورەیی كردووە،بۆیە باوكەكان لەم بیروباوەڕە هەڵەیەوە لەگەڵ منداڵەكانیان مامەڵە دەكەن.باوكی دیكەش هەیە شكۆمەندی باوكایەتی لەوەدا دەبینێتەوە كە سۆز و خۆشەویستی‌یەكی كەم بەمنداڵەكانی ببەخشێت.بەڕای ئەم جۆرە باوكانە نواندنی ئەم هەڵس وكەوتە دەبێتە هۆی زیادبونی ڕێز و نرخی باوك لەلای منداڵەكانی،كاتێك گەورە دەبن.هەروەها نواندنی مامەڵەیەكی كەمتەرخەمی لەڕادەبەدەر و بەكارهێنانی توندوتیژی

بەشێوەیەکی لەناکاو،یان بەکارهێنانی شێوازێکی بێ سنوری توندوتیژی کە هەندێ بەرئەنجامی زیاناوی لێ دەکەوێتەوە.بەڕادەیەك ئەو منداڵە لە تەمەنێکی دیاریکراودا،ماڵەکەی خۆی بەجێ دەهێڵێت و لەخوێندنگە ڕادەکات و توشی لادان دەبێت.ئەم منداڵە فێری جۆرێك لە نواندن دەبێت،لەو بارە ئاڵۆز و گرژەی کە توشی بووە پەنا دەباتە بەر جگەرە کێشان و بەکارهێنانی مادده سڕکەرەکان و هۆیەکانی دیکە کە زیاتر یارمەتی دەرن بۆ ئارام بونەوەی دەروون.هەندێك خێزان مامەڵە و پەروەردەیان ناجێگیرە لەنێوان ناز و نواندنی توندوتیژی دا واتە جارێك ناز دەبەخشن بە منداڵەکە و جارێکی دیکە لەگەڵیدا توندوتیژن.ئەم مامەڵەیە لە ئێستادا،دەبێتەهۆی دروست بونی زۆر گرفتی دەرونی و دەماری لەلای منداڵەکە و هەندێ جاریش توشی نەخۆشی دەرونی وجەستەیی دەکات،کە پێویستە لەلایەن پسپۆڕێکی دەرونییەوە چارەسەر بکرێت.جگەلەوە دەبێتە هۆی کەڵەکەبونی ڕکەبەرایەتی و دروست بونی ململانێ لە دەرونی منداڵەکەدا.کە لە داهاتودا نازانین چۆن ڕەفتاری لەگەڵ بکەین و چۆن مامەڵە لەگەڵ شێوەی نادروست و هەڵس وکەوتە دژبەیەکەکانیدا بکەین.بۆیە لە خوێندن و کارکردندا سەرکەوتوو نابێت،لەخێزان دروستکردن و مامەڵەکردن لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەی مامەڵەیەکی هەڵە دەنوێنێت.لێرەدا نمونەیەکی واقیعی باس دەکەم،کە لە ئەنجامی بەخشینی نازی لە ڕادەبەدەر،منداڵ توشی ئازار و زیانی زۆر بووە:

خێزانێك لە سەرەتادا ئارەزویان ئەوە بوو نۆبەرەکەیان کوڕ بێت،بەڵام دوای لە دایك بونی حەوت کچی یەك لە دوای یەك،کوڕێك لە دایك بوو. لەکۆمەڵگای گوندنشین دا(بەتایبەت ئەو خێزانانەی ئەم منداڵانەی تێدا لەدایك ببوە).بە شێوەیەکی گشتی کۆمەڵگای ڕۆژهەڵاتی لادێیی وایان بەلاوە باشە،کە لە ماڵەکانیاندا چەند کوڕێکی گەنج هەبێت.(بەتایبەت لە

شەستەكانی سەدەی بیستەم،ئەو ڕۆژگارەی كە ئەم منداڵەی تێدا لەدایك بوو).لە پێناوی بەجێگەیاندنی كار و باری كشتوكاڵی،جگە لەمانەش بونی كوڕی گەنج لە ماڵدا هێمایە بۆهێزی بازو و پارێزگاریكردن لە خێزان.ئەمەش مانای وایە كە ئەم دایك و باوكە ماوەیەكی زۆرە چاوەڕێی لەدایك بونی ئەم كوڕەیان كردووە،ئێستاش تەمەنێكیان بەڕێ كردووە.لەگەڵ ئەوەشدا هەموو بە لە دایك بونی ئەم منداڵە دڵخۆشن چونكە خواست وخو ڕەوشتەكانی كۆمەڵ بەدی هاتووە.باوكەكە لەدایكی منداڵەكە دڵخۆش ترە،جگە لەوەی تەمەنی لە شەست ساڵ تێپەڕی بوو كوڕەكەی لەبەینی دەستەكانیدا هەڵگرتبو و لەباوەشی دەكرد.هێشتا ساڵی یەكەمی تەواو نەكردبوو كە لەنێوان ماڵە دراوسێكان و دۆست و كەسە نزیكەكان دا،دەهێنراودەبرا.ئەم كەسانە هەر كاتێك كە دەچون بۆ بازاڕ،منداڵەكە حەزی لەچی ببوایە،لە شیرینی وخواردنی منداڵانە بۆیان دەكڕی.كاتێك منداڵەكە تەمەنی یەك ساڵە،ئەو خواردن و شیرینی ودیاریانەی بۆی دەكڕن بۆ تەمەنی ئەو سنوردارە و لەگەڵ تەمەنیدا دەگونجێت.باوكی منداڵەكە دڵخۆشە هەر كاتێك منداڵەكەی زۆر بخوات،بەڵكو كاتێك دەچێتە قۆناغێكی دیكەی تەمەنەوە واتە ئەوكاتەی منداڵەكە گەورەتر دەبێت،منداڵ خۆی داوای ئەوخۆراك و خواردەمەنی و شیرینی یانە دەكات كە حەزی لێیەتی.پاشان داواكاری وخواستەكان وجۆری خواستەكانیشی زیاددەكات،تاوەكو دەگاتە ئەو ڕادەیەی كەكاتێك دایكەكە لەمنداڵەكەی دەپرسێت:كوڕەكەم حەزت لەچییە بۆت بكڕم؟منداڵەكە هێما بۆپەنجەكانی دەستی دەكات ودەڵێت هەموو ئەمانەم دەوێت،منداڵەكە مەبەستی ئەوەیە كە لە هەموو جۆرەكانی دەوێت.گەدەی ئەو منداڵە بچوكە تواناى ئەوەی نییە ئەو هەموو خواردنە وەربگرێت و هەرسی بكات.ئەو منداڵە ئەو خواردنە یان بەخوشك وبراكانی ئەفرۆشێتەوە،یان بەسەر منداڵانی هاوڕێیدا دەبەخشێتەوە.لەگەڵ ئەوەشدا

باوكی بەم بارودۆخ و ڕوداوانە دڵخۆشە.ئەم دیاردەیە گرفت نییە،بەڵكو گرفتەكە ئەو خواستە زۆرانەی منداڵە،كە لە حەزی زۆردا بۆ خۆراك سنوری بۆنییە.بۆیە ئەو منداڵانە ئارەزوی هاوڕێیەتی ئەم منداڵە دەكەن،چونكە بۆتە هۆی سەرچاوەی بژێوییان و زۆربەیان لەخێزانێكی هەژاردا دەژین.دواتر خواستەكانی ئەم منداڵە زۆرتر دەبێت و هەموو كاتژمێرەكانی ڕۆژانەی لەسەر شەقام بەسەردەبات.باوكی دڵخۆشە لەبەرئەوەی كوڕەكەی دڵخۆش وئاسودەیە.ئێستا منداڵەكە گەورە بووە و خۆی توانای ئەوەی هەیە بچێت بۆبازاڕ بۆ دابین كردن و كڕینی پێداویستی یەكانی،هەر بۆیە داوای پارەی زیاتر دەكات.هەر كاتێكیش داوای هەرچیەك بكات،داواكەی بۆجێبەجێ دەكرێت بەبێ ئەوەی خواستەكانی بەرپەرچ بدرێتەوە.ئێستا تەمەنی ئەو منداڵە شەش ساڵە و كاتی ئەوە هاتووە بنێررێتە خوێندنگەی سەرەتایی،لێرەوە گرفتی نوێ و دیكە سەرهەڵدەدات و منداڵ دەست دەكات بە دەربڕینی سكاڵا و ناڕەزای،ئەم مامۆستایە خۆشی ناوێم!ئەو مامۆستایە لێم دەدات!لەم پۆلەدا نامێنمەوە!.......لەقۆناغێكی دیكەدا داخوازییەكانی شێوازێكی نوێ دەگرنە بەر،بەشێوەیەك منداڵەكە دەگاتە ئەو حاڵەتەی كەدەڵێت:ئەم خوێندنگەیە سەرنجم ڕاناكێشێت!حەزم لەم خوێندنگەیە نییە! هەركاتێك ناڕەزای بەرامبەر مامۆستایەك دەردەبڕێت بۆپۆلێكی دیكە دەگوێزرێتەوە.بەسەختی و ناڕەحەتییەكی زۆر قۆناغی سەرەتای كۆتای پێ هات،كە هیچ ڕۆژێكی بەخۆشی ویاری كردنەوە بەسەرنەبردوە.بەڵكو بە پێچەوانەوە كاتێك دەچێتە قۆناغی ناوەندی،یاری كردن زۆربەی كاتەكانی داگیردەكات،وەك لەچونی بۆخوێندنگە.بەڵكو هەموو كاتەكانی ڕۆژ و تەنانەت بەشێك لە شەویش لە دەرەوەی ماڵ و لەگەڵ هاوڕێ نزیك و خو و ڕەوشت خراپەكانی كە هەمان هەست وخواست وداخوازیان هەیە،بەسەردەبات.ئەم منداڵە منداڵێكی دواكەوتو لە هۆش وئەقڵدا نییە،بەڵكو بە پێچەوانەوە زۆر زیرەكە و دەتوانێت لە خوێندندا

سەرکەوتن بەدەست بهێنێت،بەمەرجێك بیروهۆشی خۆی بۆخوێندن تەرخان بکات،لــە جیــاتی خــەریك کردنـــی بیرومێشــکی لــە جــۆرە جیاجیاکــانی یاریکردنـدا.لەگـەڵ دەیـەها هـاوڕێی خراپ،کـە ئـەو هاوڕێیانـە هۆکـارن بۆدورخستنەوەی ئەم مندالە لەخوێندن وخوێندنگە،کاتەکانی خۆی بەسەر دەبـات.پاشـان منـداڵ بـەدوای ڕێگەیـەکی دیکـەدا دەگەڕێت،کـە ئاڕاسـتەی بیرکردنەوەی خێزانەکەی بەئاڕاستەیەکی دیکەدا دەبات.دور لە ئاڕاستەی خوێندن و ئەو بابەتانەی پەیوەندی یان بەم لایەنەوە هەیە و خێزانەکەش لەگـەڵ ئـەم منداڵـەدا ڕەنـج وکۆششـی زۆریـان داوە.ئـەم منداڵـە ڕێگـەی خێزانەکەی کورت دەکاتەوە گەر داوایان لێ بکات،بیخەنە سەرئەو کارەی کـەخۆی هەڵبـژاردووە و دەڵێـت:مـن خوێندنگـەم ناوێـت بـەڵکو دەمـەوێت بمخەنـە بـەر ئـەم پیشـەیە.هـەموان بـە تایبـەت خێزانەکـەی گەشـبینن ودڵ خـۆش دەبن،هیـوادارن کــە ئەمــە کۆتــایی قۆنــاغێکی نــاخۆش بێــت و لاپەڕەیەکی نوێی گەش دار لەژیانی منداڵەکەدا هەڵبدەنەوە.دوای چەندین ڕۆژ گـەڕان بـەدوای کـاردا و دۆزینـەوەی خـاوەن کارێك،لـە سـەر ئـەوە ڕێـك دەکەون کەسبەی بەیانی منداڵەکە بچێت بۆ سەرکارەکەی.کوڕەکە دەڕوات بــۆ ســەرکار بــەڵام ئیشــکردنی ئــەم منداڵــە و بــەردەوام بــونی لەســەر کارەکەی،چـەند ڕۆژێـك زیـاتر ناخایـەنێت.منداڵەکـە دەسـت بـەدەربڕینی بێزاری دەکات و ڕۆژانە لە دەست هاوڕێ کارەکانی سکاڵا دەکات و دەڵێت ئــەم منداڵــە خۆشــی ناوێم،ئــەو منداڵــە بەچــاوێکی گومانــاوی لــێم دەڕوانێت،منداڵێکی دیکە لەلای وەستا شکاتی لێکردووە بەبێ ئەوەی هیچ شتێکی کردبێت.منداڵێکی دیکە هەوڵی داوە لێ ی بدات یان بەڕاستی لێ ی داوە.بــەهۆی زیــادبونی ســکاڵاکانی منــداڵ،دایك وبــاوك ناچــارن لــە چارەسـەرکردنی ئـەم کێشـەیەدا بەشـداری بکـەن.بـەڵام کاتێـك لـە بابەتەکـە دەکۆڵنەوە،تێ دەگەن کە ڕاستییەکە بەو شێوەیە نییە وهەموو خۆشیان دەوێت،بەڵکو منداڵەکە بەدوای بەهانەیەك دا دەگەڕێت کە بە هۆیەوە واز لە

ئیشــەکەی بهێنێــت وکــارێکی دیکــە بدۆزێتــەوە.دوای ئــەو هەوڵــەی کــە ئەنـدامانی خێـزان وخـاوەن کـار و منداڵـەکانیش لـە پێنـاوی گونجانـدنی منداڵەکەدا دەیدەن،بۆ ئەوەی منداڵەکە لەسەر کارەکەی بمێنێتەوە،بەڵام بێ سوود بوو.ئەم منداڵـە لـەکارێکی دیکـەدا عـەیبێکی دیکـەی دۆزیەوە،بـەڵام ئـەم جارە سـکاڵای لەدەسـت کرێکـار و منداڵـەکان نەدەکرد،بـەڵکو بەهانـەی ئەوەی هەیە کە جل و دەست ودەم وچاوی پیس دەبێت.کارێکی دیکە زۆر هیلاکی دەکات،لەکارێکی دیکـەدا خـاوەن کارەکـە خـوو تورەیە،بـەم شـێوەیە بەهانـە بۆکارەکـانی دیکـەش دەدۆزێتـەوە.کـاتی مانـەوەی ئـەم منداڵـە لـە کارێکـەوە بـۆ کـارێکی دیکـە جیاوازە،بـەڵام ئەنجامەکـەی لەکۆتاییـدا یـەك شـتە.لـە کارێکـدا هەفتەیـەك دەمێنێتـەوە لـە کـارێکی دیکـەدا دە ڕۆژ،بـەم شێوەیە ڕۆژەکانی بەسەردەبات.هۆکار و بەهانـەی منداڵەکە جیـاوازن بـەڵام مەبەسـتەکەی یـەك مەبەسـتە.مـانگ وسـاڵەکان تێدەپـەڕن و تاتەمـەنی منداڵەکـە زیـاتر بێـت بارودۆخەکـە خـراپتر دەبێت،قـەبارەی گەشـە دەکـات و پێداویستی یەکانی زیاددەکات وخەرجی‌یەکانی دوو بەرابەر دەبێت.کاتێك ئەم کوڕە گەیشتە قۆنـاغی گەشـە و هـەرزەکاری،باری ئـابوری خێـزان خـراپ بوو.پاشان دوای مردنی باوکی هەنـدێ خـزم وکـەس وکـاری یارمـەتیان دا و هـەوڵیان دا ئیشـێکی بـۆ بدۆزنـەوە بـەڵام بێسـود بـوو.ئـەو کـوڕە دەیویسـت ئیشێك بکات بە داهاتێکی زۆر و کۆششێکی کەم یان بەبێ هەوڵ و کۆشش کــردن.بۆیــە هــەموو ئیشــەکان لەگــەڵ ئاســتی بیرکردنــەوەی ئــەودا نـەدەگونجان.پاشـان لـە یـەکێ لـەڕێکخراوە خۆبەخشـەکاندا کاردەکـات و ماوەیـەك بـەردەوام بوو،کـە درێـژترین مـاوەی ژیـانی بـوو کـە لـە کارێـك دا بەردەوام بێت.پاش تـەواوبونی کارەکـانی ئـەم ڕێکخراوە،ئـەو گـەنجە دەست دەکــات بــە گــەڕان بــەدوای کــاردا.ڕۆژێــك ئــیش دەکــات دوو ڕۆژ لــە ماڵەوەیە،هەفتەیـەك بـەدوای کـاردا دەگـەڕێت و مانگێـك بەخـەم وخەفـەت و تەســلیم بونــەوە لــە ماڵــەوە دەمێنێتــەوە.بــەهۆی شــەرمەوە ئــەو

کارەناکات.پاشان بارودۆخ هەلیکی پێ دەبەخشێت کە هەرگیز دوبارە نابێتەوە و هەلیکی باشە بۆ ژیانی ئەو گەنجە.کە یەکێك لە هاوڕێکانی بانگهێشتنامەی بۆ دەکات بۆ ئەوەی بچێتە ولاتی ئەلمانیا،بەلام بەهۆی شێوازی بیرکردنەوە و مامەلەکردنی لەگەل خەلکانی دەوروبەردا،هۆیەکە بۆ ئەوەی جارێکی دیکە بگەڕێتەوە بۆژیانی ئاسایی وجەنجالی خۆی.ئێستا تەمەنی گەیشتۆتە چل سال،بەلام خێزان و کارێکی تایبەت بەخۆی نییە.ئەم کۆتایی‌یە کۆتایی‌یەکی تراژیدی نی‌یە؟ کە ئەو مندالە نازدارەمان ڕوبەڕوی بۆوە.باوکی کۆچ کردوی بڕوای وابوو کە ئەو سۆز و خۆشەویستی‌یەی بە مندالەکەی دەبەخشێت،بەڕاستی سۆز و خۆشەویستی‌یەکی ڕاستگۆیانەیە و سۆزێکی باوکانە بوو،بەلام نەیدەزانی سۆزو خۆشەویستی یەکەی زیادەڕەوی تێدایە.هەرکەسێك لەبواری پەروەردە و فێرکردندا کاربکات تەنانەت لە هەر قۆناغ و پلەیەکدا بێت،ئەگەر سەرنج بدات دەبینێت چەند مندال ڕۆژانە شێوازەکانی لێدانی لەگەل دابەکارهێنراوە و پاشماوەی لێدانەکان لەسەر دەموچاو و بەشەدیارەکانی جەستەی دەردەکەوێت؟ڕۆژانە مندالانی دراوسێ وخزم و کەس وهاوڕێیان دەبینین،سزای جەستەیی توند و دلڕەقانە دەدرێن،بەهۆی ئەوەی مندالەکە هەلەیەکی کردووە.هەر بۆیە نمونەیەك لەسەرپەروەردەکردنی مندال بە پەروەردەیەکی توندوتیژ و دلڕەقانە باس دەکەین.مندالێك باوکی مامەلەیەکی توندوتیژی لەگەل دا دەکرد،کە هەموو جۆرەکانی ئەشکەنجەی لەگەلدا بەکاردەهێنا،بەشێوازێك مندالەکە سەدەها جار دەگەیشتە حالەتی مردن.ئەم مندالە وای لێهات کە ئەم جۆرە لێدانانە وەك بەندکردنی،فڕێدانی بۆسەر بەفری زستان،کاریگەریان لەلای بەجێ نەدەهێشت،چونکە ڕۆژ بە ڕۆژ لەسەری ڕادەهات.بەبێ ئەوەی باوکەکە بە مەبەستی خۆی بگات.بەلکو مەبەستی ئەو باوکە ئەوە بو چی لە کوڕەکەی داوادەکرد،پەیڕەوی بکات و گۆڕانکاری لە کەسایەتی ئەو مندالەدا دروست

بكات و بیگۆڕێت بۆ منداڵێکی شەڕفرۆش وئینکار،بە شێوازێك کە گرنگی بەهیچ شتێك نەدات و درێژەپێدەری شێواز و هەڵس وکەوتی باوکی بێت بەشێوەیەك لە خوێندنگە و لەسەر شەقام و لەگەڵ هاوڕێکانی،هەمان هەڵس وکەوت بنوێنێت.باوکەکە جەستەی بەهێز بوو،بەشێوەیەك گوێی نەدەدایە مەترسیی‌یەکان بەڵکو گرانترین سزای جەستەی منداڵەکەی داوە.ئەم بارودۆخ وشێوازی سزادانی منداڵ تا سەرەتای قۆناغی هەرزەکاری بەردەوام بوو.بەڵام لە قۆناغی هەرزەکاری‌دا،هەندێ شێوازی بەرگریکردن لەلایەن ئەم کوڕە بەرامبەر باوکەکە دەنوێنرا و قۆناغێکی نوێ کە قۆناغی هەڕەشە و گوڕەشە و ترساندن بوو سەری هەڵدا،کە هەندێك هەڕەشەی جێبەجێ دەکرد و هەندێ لە هەڕەشەکان قورسایی تێدا دەبینرا،بۆیە بۆ کاتێکی دیکە دوای دەخست بۆ ئەوەی لەو کاتەدا توانای جێبەجێ کردنی هەبێت.پاشان مەترسیدارترین قۆناغ دەستی پێکرد کە قۆناغی ڕووبەڕوبونەوە و بەرەنگاری‌یە بەکردار.ئێستا ئەو هەرزەکارە بووە بە پیاوێك کە لە ڕوی هێز و جەستەوە هیچی لە باوکی کەمتر نی‌یە،بەڵکو باوکی ڕۆژ لە دوای ڕۆژ جەستەی بەرەو پوکانەوە و لاوازی دەڕوات.ئێستا ئەم کوڕ و باوکە لە قۆناغێکی نوێدان،ئەم کوڕە دەست دەکات بە سەپاندنی داواکاری و خواستەکانی بەسەر باوك وخێزانە تێکشکاوەکەی دا.هەرکەل وپەلێکی ناوماڵەکەی لە بەردەست دابێت،دەیشکێنێت.بە هێزێکی زۆرەوە بەرەنگاری هەر کەسێك دەبێتەوە کە لە بەردەمیدا دەوەستێتەوە.لە هەموو ئەو جەنگانەی باوك لەگەڵ کوڕەکەی دا بەرپای کرد و لەوجەنگەش لەنێوان کوڕ و باوکدا ڕوویدا،ڕوداوێکی تراژیدی ڕووی نەدا.(لێرەدا نوسەر مەبەستی لە حاڵەتی مردنە.وەرگێڕ)لەلایەکی دیکەوە هەموو ئەندامانی خێزان بە دەست ئاڵۆزی دەرونیی بەردەوام و لە کەشێکی خەشم وبێزاری دا دەیان ناڵاند.پاش ئەوەی ئەم گەنجە ژنی هێنا هەمان شێواز و هەڵس وکەوت لەنێوان ئەو و کوڕە منداڵەکەیدا بەردەوام بوو.هەمان شێوازو بنەما

و هــەڵس وكــەوتی پــەروەردەی بــاوكی بــۆ پــەروەردەكردنی كوڕەكــەی بەكارهێنا.لێرەدا ئەم زنجیرەیە لە توندوتیژی و پەروەردەی هەڵە،بەردەوام دەبێـت.دەیـەها نمونـەی دیكـە هەیـە لەسـەر نوانـدی توندوتیـژی خێـزان بەرامبەر بە منداڵەكانیان،كە هۆیەكە بۆ توش بونی منداڵ بە نەخۆشـییە دەرونی وئەندامییەكان بۆ ماوەیەكی بەردەوام.ڕۆژانە دەبیستین كە كاتێك باوكێك لە كوڕەكەی داوە و كوڕەكـەی مردووە.بە هـۆی ئـەو سـزا تونـد و تیژانــەوە كــە لــە بەرامبــەر منــداڵ بەكاردەهێنرێت،هەنـدێ منـداڵ لــەماڵ ڕادەكەن و توشـی لادان دەبن،منداڵ هەیـە خـۆی دەكوژێت.گـەر منداڵ بـە نازی زۆر پەروەردە بكرێت،بەرئەنجام و كاریگەری خراپ بۆ لایەنی دەرونی و كۆمەڵایەتی بۆ سەر خێزان و كۆمەڵگە دروست دەكات،هەمان بەرئەنجام توشــی منــداڵ دەبێــت گــەر بــە پەروەردەیــەكی تونــد و تیــژ یــان بــە پەروەردەیـــەكی نـــاجێگیر لـــەنێوان نـــاز و توندوتیژیدا،پـــەروەردە بكرێـت.هەنـدێ خێـزان هـەن بەرامبـەر لێپرسـینەوە و هـەڵس وكـەوتی منداڵەكەیان كرداری پێویست ناگرنە بەر بە ڕێژەیەك،ئەم شێوازەیان دەبێتە پاڵنەرێك بۆ ئەوەی منداڵەكەیان هەڵەیەك ئەنجام بدات.پاشان بۆ سزادانی منداڵەكە توندوتیژی بەكاردەهێنن.لەم بارودۆخەدا منداڵەكە چەندین جار ستەمی بەرامبەر كراوە.جارێك كە لە منداڵەكەیان نەپرسیوەتەوە،كاتێك خـەریك بـووە ئـەو منداڵـە توشـی لادان وهەڵـە ببێت،بـەهۆی سـۆزی زۆری خێـزان بەرامبـەر بـە منداڵەكـەیان و ڕێگـەیان لێ نـەگرتووە بـۆ ئـەوەی لـەو هەڵەیـە دووری بخەنەوە،بـەڵكو خێزانەكـە دەزانێـت كـە ئـەنجامی كـاری منداڵەكـەی هەڵەیـە و دایـك وبـاوك دەتـوانن پێشـبینی ئـەنجامی كـردار و هەڵس وكەوتی منداڵەكانیان بكەن.خێزان جارێكی دیكە ستەم لەو منداڵـە دەكات،كە كاتێك شێوازێكی توندوتیژی لەگەڵدا بەكاردەهێنن بۆ ڕێگە گرتن و دوور خستنەوەی منـداڵ لـە هەڵـەكانی لـە داهـاتودا.سـتەمێكی دیكـەش ئەوەیـە كـە خێـزان بـە شـێوازێكی دروسـت و پـەروەردەیی منداڵەكـەیان

ئاگاداری ئەو هەڵەیە نەکردۆتەوە،شوێنە هەڵەکانیان بۆ ئەو منداڵە شی نەکردۆتەوە و پێیان ڕانەگەیاندووە کە باشتروایە لەو شوێنانە دوور بکەوێتەوە.بۆیە لە سەر خێزان پێویستە بۆ منداڵەکە شیبکەنەوە کە چونیان بۆ ئەو شوێنانە بۆچی هەڵەیە؟ئەو ئەلتەرناتیڤە چییە کە دەکرێ لە بری ئەو شوێنانە بەکاربهێنرێت؟ستەمی کۆتای،کە خێزان بەرامبەر بە منداڵ نواندوێتی ئەوەیە کە خێزان نازانێت بە چ پێوانە و شێوازێکی دیاریکراوی زانستی،لەگەڵ هەڵەی منداڵ ولەگەڵ منداڵدا،مامەڵە بکات.

8/پێویستی منداڵ بەلایەنی کۆمەڵایەتی و کۆمەڵایەتی بوون

لەو پێناسە زۆرانەی کە بۆمرۆڤ کراوە،کە دروستکراوێکی(ئاقڵ،قسەبێژ و کۆمەڵایەتییە......)،بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا دروستکراوی دیکەی کۆمەڵایەتی وەك هەنگ و مێلورە هەن.بەڵام لایەنی کۆمەڵایەتی مرۆڤ زۆر جیاواز و ئاڵۆزە.لایەنی کۆمەڵایەتی مرۆڤ بەهۆی ژیری وهۆشیارییەوە،تایبەتمەندییەکی بنچینەیی هەیە و لە دروستکراوە کۆمەڵایەتییەکانی دیکەی جیادەکاتەوە.لایەنی کۆمەڵایەتی گیانداران بەگشتی کۆبونەوەیەکی ڕێکخراوەی ئامێریی غەریزەی پەتییە.قۆناغی منداڵی مرۆڤ کاتێکی زۆر دەخایەنێت،کە لە دروستکراوەکانی دیکەدا ئەم ماوە زۆرە بونی نییە.تەمەنی منداڵ وا لە منداڵ دەکات پێویستی بە کەسانی دیکە بەتایبەت ئەندامانی خێزانەکەی(دایك وباوك،خوشك وبراکانی،باپیرومام وخاڵەکان)هەبێت.بۆئەوەی بۆ بە سەربردنی ژیان و دابین کردنی پێداویستییەکانی پشت بەوان ببەستێت.لایەنی کۆمەڵایەتی پێداویستییەکی مرۆڤە،لە تێرکردن و بەدەست هێنانی پێداویستییەکانی دیکەش دا هەماهەنگی دەکات.جگە لەمانە کۆمەڵایەتی بوون پێداویستییەکی دەرونییە.دابین کردنی پێداویستییەکان بۆ منداڵ بە

www.pertwk.com

تـەنیا بـەس نی‌یە،بـەڵکو لەسـەر خێـزان پێویسـتە لایـەنی کۆمەڵایـەتی بـۆ منـداڵ،وەك پێداویسـتی‌یەکانی دیکـە بـە شـێوەیەکی دروسـت دابـین بکرێت.گەربمانـەوێ،بزانین کـە لایـەنی کۆمەڵایـەتی چـەند گـرنگ وپێویسـتە بـۆمرۆڤ ؟ وابهێنـەرە پـێش چـاوی خـۆت کـە لـە ماڵێکـدا دەژیـت و هـەموو پێداویستی‌یەکانی ژیانی ڕۆژانـەت دابین بێت،بۆ ماوەیـەك دەرگـای ماڵەکـە قفـڵ بدە،بـەبێ ئـەوەی دیـدار و چـاوپێکەوتنت لەگـەڵ کەسـێکدا هەبێت.(مـەرجێکی هـەرە گرنگ ئەوەیـە تـۆ لەگـەڵ جیهـانی دەرەوەدا دابڕاو بیت،نابێـت تەلـەفۆن یـان هـەرهۆکارێکی دیکـەی پەیوەنـدی کـردن و هۆکارەکانی ڕاگەیاندنت لەلا بێت)مرۆڤ دەتوانێت بـۆ مـاوەی چـەند ڕۆژ بـەم شـێوەیە بمێنێتەوە؟بـەبێ ئـەوەی هەسـت بـە بێـزاری وبـێ تاقـەتی بکـات بەتایبـەت گـەر ئـەو مرۆڤـە لەلایـەنی دەرونی‌یـەوە هـیچ گیروگرفتـی نـەبێت.منـداڵ پێویسـتی بـە تێکـەڵاوبون لەگـەڵ خـەڵك و تێرکردنـی لایـەنی کۆمەڵایـەتی هەیـە وەك پێداویسـتی‌یەکانی خـواردن وخـەوتن،جل وبـەرگ و پـاك وخاوێنی،سـۆز و خۆشەویسـتی.کاتێـك منـداڵ سـەردانی مـاڵی نـەنك وباپیر ی دەکـات یـان چـاوی بەمنـداڵانی مـام وپـور و خـاڵ دەکـەوێت،لێرەدا پێداویسـتی کۆمەڵایـەتی لەگـەڵ پێداویسـتی سـۆز و خۆشەویسـتی یـەکانگیردەبن و پێکـەوە تێـر دەکـرێن.لـە کـاتی دابـین کردنـی پێداویسـتی یـەکان وچارەسـەرکردن ودەرمان،پێویسـتە منـداڵ سـەردانی پزیشـك بکـات بۆیـە پەیوەندی‌یـەکی کۆمەڵایـەتی لـەنێوان منداڵـە نەخۆشـەکە و سستـەرەکاندا دروسـت دەبێت،بـە تایبـەت گـەر نەخۆشـیی منداڵەکـە کـات بخایـەنێت.لـە نێـوان دابینکردنـی پێویسـتی جـل وبـەرگی منـداڵ ولایـەنی کۆمەڵایـەتی منداڵـدا هەماهەنگی‌یـەك هەیـە.منـداڵ لـەپێناوی کڕینـی جـل وبەرگ و پانتۆڵ و کراس وپیلاودا،پێویستە لەگەڵ دایکی یان باوکی بچێت بۆبازاڕ و لەگەڵ فرۆشیارەکاندا مامەڵـەبکات.کاتێك منداڵ دەچێتە کۆڵان و دەرەوەی مـاڵ یـان دەچـێتە سـەر جـادە گـەورە و قەرەباڵغـەکان، بـۆ کڕینـی

پێداویستییەکانی خۆی هۆکارەکانی گواستنەوە و گەیاندن بەکار دەهێنێت.بۆیە خەو کەمترین پێویستییە کە جێبەجێ دەبێت و بەشداری پێویستی منداڵ بۆلایەنی کۆمەڵایەتی و کۆمەڵایەتی بون ناکات.دوای دڵنیابون لەوەی پێویستی کۆمەڵایەتی پێویستییەکی سروشتی مرۆییە.بۆیە پێویستە وەك هەموو پێداویستییەکانی دیکە بە شێوەیەکی دروست و تەواو تێربکرێت،دوور لە زیادەڕەوی ولە سنوردەرچون.هەندێ خێزان پەیوەندی کۆمەڵایەتییان کەم وسنورداره،ئەو منداڵەی لەم خێزانەدا دەژی،بە تایبەت لە قۆناغی پێش باخچەی ساوایان دا،ئەوا ئەم بارودۆخە بەسەریدا سەپێنراوە.بەڵام ئەو خێزانانەی منداڵەکانیان نانێرنە باخچە وپەیوەندی کۆمەڵایەتییان کەمە،ئەوا بارودۆخەکە لەلای ئەو منداڵانە ئاڵۆزدەبێت.منداڵێك کە لە خێزانێکی لەم شێوەیەدا ژیان بەسەربەرێت،بە بەراورد بە منداڵانی هاوتەمەنی خۆی شارەزای زمانەوانی و ئاستی هۆشیاری و پلەی کۆمەڵایەتی زۆرکەم دەبێت.جگە لەو بێتاقەتییەی منداڵەکە هەستی پێ دەکات.گەر ئەو منداڵە توشی هەر بارێکی ترس و دوودڵی و وەهمی منداڵانە ببێت،ئەوا بە هۆی بەردەوام بیرکردنەوە لەم ترسە و نەبونی کاتی یاری کردن و هۆیەك بۆ لە بیرکردنی ئەم ترسە،ئەوا ئەم حاڵەتە لەلای ئەم منداڵە دووبەرابەر کاریگەری بەجێ دەهێڵێت.هەر بۆیە زۆر گرفتی دەرونی لەلای منداڵ دروست دەبێت بەهۆی ترس لەشوێنی داخراو و کەسانی نامۆ،ترس لە هەندێ مێرو و جانەوەرانی بێ زیان،ترسی پێش نوستن،ترس لەخەودا و مێزکردنی منداڵ لەسەر جێگەی نوستن،یان پیس کردنی جێگەکەی لەشەودا.بۆیە کاتێك ئەو منداڵە لەبەردەم کەسانی نامۆدا قسە دەکات وشەکان هەڵدەبزرکێنێت یان ناتوانێت گوێ لەکەسێك بگرێت کەقسەی بۆدەکات.ئەو منداڵە لە قۆناغی سەرەتاییدا ناتوانێت ئەو کۆششەی کە کردویەتی بەدەم بیلێتەوە.هەروەها منداڵەکە توانای ئەوەی نییە هاوڕێیەتی یان تێکەڵاوبونێکی تەواوەتی

لەگەڵ خوێندکاران و هاوڕێیانی خۆیدا بکات.پێویست ناکات منداڵ بە هۆی ئەم گرفتە دەرونی‌یانەوە بناڵێنێت کە بە هۆی کەم تێکەڵاوبونی خێزانەکەیەوە توشی دەبێت.جۆرێکی دیکەی خێزان هەن،پەیوەندی سروشتی یان لەگەڵ هاوڕێ و کەسانی دیکەدا هەیە،بەڵام ڕێگە نادەن منداڵەکانیان لەگەڵیاندا بێن بۆسەردانکردنی ئەو ماڵانەی کە پەیوەندی‌یەکی خێزانی پێکەوە گرێ یان دەدات،بەڵکو منداڵەکە لەماڵەوە بەجێ دەهێڵن.بەڵام گەر لەبنچینەدا ئەو خێزانە ڕێگە بەمنداڵەکانیان بدەن بچنە دەرەوە یان منداڵەکان لەگەڵ خۆیاندا ببەنە دەرەوە بۆسەردانی خزمی نزیك و بۆ شوێنی حەوانەوە و پارکی تایبەت بە یاری وباخچەی ئاژەڵان و بۆ شوێنە گەشت و گوزاری یەکان،ئەوا بارودۆخی منداڵەکە لە بارودۆخی ئەو منداڵەی کە خێزانەکەی دەچنە دەرەوە و ئەو بەجێ دەهێڵن زۆرباشتر دەبێت.ئەم خێزانانە لەبردنی منداڵەکانیان بۆ شوێنی یاریکردن و ڕابواردن و حەواندنەوەی منداڵەکانیان کەمتەرخەمن،هەروەها ڕازی نابن کە منداڵەکانیان بەتەنیا بچێتەدەرەوە.لەهەموو ئەم بارانەدا پێویستە هەڵس و کەوتی خێزان کە شێوازێکی دڵڕەقی بەکاردەهێنن پۆلێن بکرێت.بەندکردنی منداڵ لەماڵەوە،یان واز هێنان لە منداڵ زۆربەی کاتەکانی لە سەر شەقام بەسەربەرێت،دوو دیاردەن لەیەك ئاست دا زیان بەدەرون و جەستە و خوڕەوشتی منداڵ دەگەیەنێت.مەترسی گۆشەگیرکردنی منداڵ لە مەترسی چونەدەرەوەی بۆسەر شەقام وماڵی دراوسێکان،(بەبێ پابەندبونێکی ڕێکخراو بۆئەو چونەدەرەوەیە)کەمترنی‌یە.بارودۆخی ئیشکردنی دایك وباوك بارودۆخێکی سەپێنراوە،بارودۆخی خێزان لە ڕوی ژمارەی منداڵ و کەمی ژمارەی ژور و دابین نەکردنی یاری منداڵان لەماڵدا و باری تەندروستی و دەماری ودەرونی دایك،زۆر بارودۆخی دیکە و ئەم بارودۆخانە یان یەکێك لەم بارانە شێوازێك لەهەڵس وکەوت بەسەر خێزان دا دەسەپێنێت.کاتێك ڕێگە بەمنداڵ دەدرێت زۆربەی کاتەکانی لە دەرەوەی

ماڵ و لەسەر شەقام بەسەربەرێت یان بەجێهێشتنی منداڵ لەپاڕەوی خانوودا،ئەم هۆکارانە ڕۆڵ دەبینن لە دروست بونی مەترسی کە لەوانەیە چواردەوری منداڵی گرتبێت.گەر منداڵەکە لە ڕوداوی ئوتومبیل و پاسکیل ڕزگاری بوبێت،توشی کەوتن لەسەر زەوی یان لەگەڵ هاوڕێ کانی یاریکردنیدا توشی پێکدادان دەبێت.یان لەلایەن هەندێ منداڵەوە توشی دەستدرێژی دەبێت ودەبێتە هۆی ڕودانی شەڕ و پێکدادان لە نێوانیاندا.جگە لەو مەترسیانەی کە دەبێتە هۆی گۆڕینی ڕەوشتی منداڵەکە و فێری خوڕەوشتی خراپی وەك(درۆ و قسەی ناشرین و زمان پیسی،جگەرە کێشان،دزی کردن و شەڕفرۆشتن)دەبێت.پابەندبون و پەیوەست بونی منداڵ بە چونە سەرشەقام و بەسەربردنی زۆربەی کاتەکانی لەسەر شەقام،بە هۆکارێکی سەرەکی دادەنرێت بۆ سەرنەکەوتنی منداڵ لە خوێندن دا.گەر منداڵ لەهەر قۆناغێکی تەمەنیدا لە خوێندن ڕابکات،دەبێتە هۆکارێك بۆ ڕاکردنی منداڵ لەو ئیشەی کە بەخواستی منداڵەکە خۆی،لەسەر ئەوئیشە دانراوە بەهۆی سەرنەکەوتنی منداڵ لەخوێندنگە و بواری خوێندن دا.بەردەوام پەیوەست بونی منداڵ لە سەرشەقام دەبێتە هۆی بەجێهێشتنی ماڵ و بەرەنگاربونەوە لەگەڵ دایك وباوکیدا،یان بەرامبەر دایك وباوکی دەوەستێتەوە کاتێك بزانێت کەتوانای ئەم کردارەی هەیە.هەندێ خێزان شەقام بە شوێنی بەربەرەکانی دادەنێن،بەڵام خێزانی دیکە بە مەیدانێکی شیاو و گونجاوی دادەنێن،بۆ دروست بون و پێگەیشتنی کەسایەتی کوڕەکەیان.ئەو خێزانانە چونە دەرەوەی منداڵەکانیان بە پێویست دەزانن لە پێناوی حەوانەوەی خێزانەکەیاندا،بۆ نەهێشتنی هاوار و دەنگەدەنگی منداڵان لە ناو ماڵەکەدا،بە تایبەت گەر شوێنی نیشتەجێ بون لەگەڵ ژمارەی منداڵانی خێزانەکەدا گونجاو نەبێت.هەندێ خێزان ناچار دەبن منداڵەکانیان بۆ سەر شەقام بنێرن،بەتایبەت ئەو کاتانەی دایك لە دەرەوەی ماڵە و بەهۆی

سەرقاڵی کاری ڕۆژانەی خۆی یان بۆدابین کردنی هەندێ پێداویستی چۆتە دەرەوەی ماڵ.هەندێ خێزان منداڵەکانیان دەنێرنە دەرەوە بۆ پارێزگاری کردن لەپاك و خاوێنی کەل وپەلی ناوماڵ و بۆ ئەوەی کەل وپەلەکانی ناو ماڵ لە شکان بپارێزێت.هەندێك دایك منداڵەکانیان دەنێرنە دەرەوە بۆسەر شەقام،بۆ ئەوەی کاتی هەبێت لەگەڵ دراوسێ‌کاندا قسەبکات و قاوە بخواتەوە و باسی دووایین هەواڵ و باس وخواسی دراوسێکان بکات.ئەمە چەند هۆیەکی کەم بون کە پاڵ بە خێزانەکانەوە دەنێت بۆ ئەوەی منداڵەکانیان بچێتە دەرەوە.بەلام ئەو خێزانەی هۆشیاربێت و لە ئاستی لێپرسینەوە و پێگەیاندنی منداڵە کانیدا بێت،وەك بەنرخترین و باشترین سەرمایەی ژیانی لەمنداڵەکانی دەڕوانێت،بە دوای ڕێگەچارە و ئەلتەرناتیڤی دروست و بەکەڵکدا دەگەڕێت کە لەگەڵ بارودۆخی ئابوری و کۆمەلایەتی خێزان داگونجاو بێت.کاتێك خێزان دەتوانێت منداڵ بۆ یانە و مەلەوانگە وپەیمانگە شانۆیی‌یەکان،تیپە شانۆیی‌یەکان،پەیمانگە هونەری وشێوەکاری‌یەکان،وێنەکێشان وپەیمانگای کۆمپیوتەری و بۆ شوێنە بەسودەکانی دیکە بنێرێت کە باری ئابوری‌یەکەی ڕێگە پێدراوبێت.بەلام ئەگەرخێزان لەگەڕەکێکی میللی دا نیشتەجێ بێت و بارودۆخی خێزان بۆدابین کردنی ئەوئەلتەرناتیڤانە ڕێگەخۆشکەر نەبێت،لەم بارەدا خێزان ناچارە هەر لەمنداڵی‌یەوە منداڵەکەی ڕابهێنێت،بەتەنیا لەماڵەوە بمێنێتەوە.((پێویستە خێزان زۆر بەوریای‌یەوە مامەڵە لەگەڵ ئەم دیاردەیەدا بکات و تەمەنی منداڵ و گوێڕایەڵی و ئاستی لێپرسراوی منداڵەکە لە بەرچاو بگیرێت.بە شێوازێك ئەو منداڵە توانای دابین کردنی پێداویستی‌یەکانی خۆی هەبێت.یاخود بەتەنیا مانەوەی منداڵ لە ماڵەوە کاریگەری لەسەر دەرونی منداڵ دروست نەکات.چونکە جێهێشتنی منداڵ بەشێوەیەکی ڕۆژانە لە ماڵدا پێویستی بە داڕشتنی بەرنامە هەیە بۆ بەسەربردن و کەڵك وەرگرتنی منداڵ لەو کاتانەی بەتەنیا لە

ماڵەوەیە.وەرگێڕ))پێویستە منداڵ لەژورەکەی خۆیدا بمێنێتەوە و کەل وپەل و ئامراز و مادەی ترسناکی وەك دەرمان و هەر ئامێرێك کە ببێتە هۆی برینداربونی منداڵ،چەك و مادەی کیمیایی و قڕتێکەری جانەوەر و شقارتە و مرەکەب وقەڵەمی مرەکەبی شلی... لەبەردەست دا نەبێت.سەری بتڵی غاز بە چاکی قفڵ بکرێت،کە منداڵ توانای کردنەوەی نەبێت.پێویستە ئەو منداڵە لەتەمەنێك دابێت کە سەرپەرشتی کردن و لێپرسراوێتی خۆی بگرێتە ئەستۆ.پێویستە فێری دروست بەکارهێنانی هۆیەکانی ڕاگەیاندن و پەیوەندی کردن بکرێت،بۆ ئەوەی لەکاتی ڕودانی هەر گیروگرفتێکدا،یان کاتێك ئەو منداڵە پێویستی بە هەر شتێك هەبوو یان ویستی لەگەڵ دایك وباوکی قسە بکات،بتوانێت پەیوەندی بەدایك وباوکی‌یەوە بکات.دەبێت زۆپا و گەرمکەر لەبەردەستی منداڵ دا دانەنرێت و دەرگای بالکۆن کراوە نەبێت.جگە لە ژوری منداڵەکە و ژورە پێویستەکانی دیکەی وەك ئاودەست وحەمام،پێویستە ژورەکانی دیکە بە داخراوی بەجێ بهێڵرێت.پێویستە منداڵ ئامۆژگاری بکرێت بۆ ئەوەی دوور بکەوێتەوە لەو ئامراز و ئامێرانەی پەیوەندیان بەوەوە نی‌یە.بەڵام چۆنیەتی ئامۆژگاری کردنی ئەو منداڵە زۆر گرنگە،ئاڕاستەکردنی منداڵ و ئامۆژگاری کردن و فێرکردنی هیچ سودێکی نی‌یە،چونکە منداڵ گوێ لە هەموو ئەو ئامۆژگاریانە ناگرێت.بۆیە پێویستە شێوازی چیرۆکی تێکەڵاو بە گفتەگۆ و ئامۆژگاری کردن بە شێوەیەکی ناڕاستەوخۆ بەکاربهێنرێت.شێوازی سود وەرگرتن لە تەلەفزیۆن وئامێری ڤیدیۆ و هۆکارەکانی ڕاگەیاندن وەك هۆکارێکی دیاریکراو بە شێوەیەکی دروست و پەروەردەیی بۆ گەیاندنی ئەو ڕێنمایی و بیر و ڕایانەی کە خۆمان دەمانەوێت بگات بەمنداڵەکە.گرنگی بەکارهێنانی ئەم شێوازە لە شێوازی چیرۆك و گفتوگۆکردن لەگەڵ منداڵدا کەمتر نی‌یە ئەگەر زیاتر نەبێت.زۆر گرنگە ڕۆژانە شێوازی بەدواداچون و هەڵسەنگاندن بکرێت بۆدڵنیا بون لەوەی کە منداڵەکە تاچەند ئامۆژگاری‌یەکانی وەرگرتووە و

پەیڕەوی کردووە،بۆیە پێویستە چەند جارێك ئەم هەڵسەنگاندنە لە ماوە و کاتی جیاوازدا و بە شێوەی ڕۆژانە دوبارە بکرێتەوە،بۆدڵنیا بون لەوەی کەئایا ئەو منداڵە ئامۆژگاری‌یەکانی بیرنەچۆتەوە؟ گەر ئەو منداڵە دایەنی هەبێت پێویستە ئەو دایەنە لەدورەوە چاودێری هەڵس وکەوتی بکات،بۆ دڵنیا بون لەوەی کە ئایا منداڵ ئامۆژگاری‌یەکان جێبەجێ دەکات،یاسایەك هەیە دەبێت هەمیشە لە زهنی دایەندا بێت.(گەر منداڵ سەرقاڵی نەکەیت،سەرقاڵت دەکات)منداڵ هێزێکی زۆری تێدایە،پێویستە بەشێوازێکی دروست وپەروەردەیی بەکاربهێنرێت بۆ ئەوەی لە بێتاقەتی دوور بکەوێتەوە،کە ئازاری منداڵەکە دەدات.هەموو منداڵێك کور بێت یان کچ یاری جۆراوجۆرو باشیان هەیە،بۆیە پێویست ناکات ئەو یاریانە بەهایان گران بێت.پێویستە یاری‌یەکانی منداڵ لەگەڵ خواست و هیوا و ئارەزوەکانی منداڵدا گونجاو بێت،کاتێك منداڵ یاری دەکات و لەیاری یەکانی وەك میکانۆ شێوەی جیاواز جیاواز دروست دەکات و تێکی دەداتەوە و سەرلەنوێ بە شێوازێکی نوێ دروستی دەکاتەوە،ئەمە هۆیەکە هانی منداڵ دەدات بیر لە شێواز و بیرۆکەی نوێ بکاتەوە.گەر دایك و باوك بە شێوەیەکی هاوبەش بیر لە ئەلتەرناتیڤێکی گونجاو و دروست بۆپەروەردەکردنی منداڵەکەیان بکەنەوە بێگومان ئەو ئەلتەرناتیڤە دەدۆزنەوە.

9/پێویستی منداڵ به فێربون و زانین

ئــەم ســـەردەمەی تێـــیدا دەژین،ســـەردەمی پێشـــکەوتنی زانســـت وزانیاری‌یە،بۆیە زانست بەپێویستی‌یەکی بنچینەی ژیان دادەنرێت.مرۆڤ لەڕێگەی ئەم زانستەوە پێداویستی‌یەکانی خۆی و پێداویستی و خۆزگەی ئەندامانی خێزانەکەی دەستەبەر دەکات.جگە لەمە زانست وزانیاری ڕۆڵی هەیە لەدروست کردن و پێگەیشتنی کەسێتی مرۆڤ دا.بۆئەم مەبەستە پێویستە خێزانەکان لەڕوی شێوازی مامەڵەکردن وهەڵس وکەوتیانەوە بۆچەند جۆرێك پۆلێن بکرێن:

کۆمەڵێك خێـــزان هەن،هـــەڵس وکـــەوتێکی توندوتیـــژ ودڵڕەقـــی وهێـــز بەکاردەهێنن،لە پێناوی بەدەست هێنانی گەورەترین ڕێژەی زانیاری لە کەمترین کات دا.ئەم خێزانانە لە قۆناغی پێش خوێندنگە و باخچەدا دەست بە فێرکردنـــی منداڵـــەکانیان دەکـــەن.ڕێکخراوەکـــانی منـــداڵان لـــە جیهـــان دا،پرۆسەی فێرکردنی منداڵان پێش تەمەنی شەش ساڵی کە فێرکردنێکی سادە و بێ بەهرەیە،قەدەغە کردووە.بەڵام دایك وباوك دڵخۆش دەبن کاتێك منداڵەکانیان،ڕێژەیـــەکی زۆری زانیـــاری بێبـــەها و وشـــەی زمـــانی بیـــانی ئەزبەرکردووە یان زانیاری جوگرافی ئەزبەر کردووە.بەشێوەیەك کاتێك نـــاوی وڵاتێـــك دەهێنیت،دەســـتبەجێ منداڵەکـــە نـــاوی پایتەختەکـــە دەهێنێت،یان بەپێچەوانەوە.منداڵێکیان بۆباخچە هێنا،کە تەمەنی چوار ساڵان بوو،خاڵی ناوی بیست ونۆ داهێنەر و ناوی داهێنراوەکانی ئەو داهێنەرانەی پێ ئەزبەرکردبوو.بەشێوازێك گەر ناوی زانایەکت بهێنایە ئەو منداڵـــــە دەســـــت بـــــەجێ نـــــاوی داهێنەرەکـــــەی پـــــێ دەوتیت،بەپێچەوانەشـــەوە.لەگـــەڵ خێـــزان وخـــاڵی منداڵەکـــەدا گفتوگـــۆم

کرد،ئامۆژگـاری ئـەوەم کـردن کـە واز لـەم شـێواز و کـردارە بهێنن،کـە هـیچ سـودێك بەمنداڵەکـە ناگەیـەنێت بـەڵکو زیـان بـەداهاتو و لایـەنی دەرونـی و مێشـکی منداڵەکــە دەگەیــەنێت.ئامۆژگاریەکــەیان بــە شــێوەیەکی ڕون وەرنەگرت،بــەڵکو زیرەکــی منداڵەکــەیان بــە زیرەکیەــەکی نائاســایی و سەرســوڕهێنەر دەدایــە قەڵــەم.بــەڵام منداڵەکــە زیرەکــی یــەکی ئاســایی هــەبوو.توانــای ئەزبــەرکردن لــەو منداڵــەدا یارمــەتی دەدا ئــەو توانایــەی بەسەرچـەند بوارێکـدا دابـەش بکـات.ئەمـە پەسـتانێکی ناڕاسـتەوخۆ بـوو بۆسـەر توانا ئـەقڵی یـەکانی ئـەم منداڵە،بـەڵام بـەبێ تـرس وتۆقاندن،بـەڵکو خێــزان و کــەس وکارەکــەی خــەڵات و بەخششــی مــادی ومەعنــەوی یــان پێشکەش بەمنداڵەکەیان دەکرد.کاتێك منداڵ ئەو بابەت و زانیاریانە ئەزبەر دەکات،دەبینین هـەموان زۆر ستایشـی دەکەن ودیـاری پـێ دەبەخشـن.بۆیـە منــداڵ ســەرکەوتنی خــۆی نیشــان دەدات لــە ئەزبــەرکردنی زانیــاری زیـاتر.نـاتوانین ئینکـاری لـەیادەوەری باشـی ئـەو منداڵـە بکەین،بـەڵام لـە کاروبارەکـانی دیکـەی مێشـکیدا هـیچ جیاوازیەـەکی لەگـەڵ منداڵـەکانی هــاوڕێی دا نیەــە.ڕۆژەکــان تێدەپــەڕن و ئــەم منداڵــە لــە باخچــە وەك هاوڕێکـانی گـۆرانی و سـرود وژمـارە و پیـت و چـیرۆك ئەزبـەر دەکات،کـە توانـای ئـەو منداڵـە و منداڵـەکانی دیکـە بەسـەر چـەند بوارێکـدا دابـەش دەبێــت.کاتێــك ئــەم منداڵــە دەچــێتە خوێندنگــەی ســەرەتایی نــاوی ئــەو داهێنەرانـە و داهێنراوەکـانی بیرچـۆتەوە،کەواتە ئەوسودە چـی بـو کـە ئـەو منداڵــە بەدەســتی هێنا؟یــان خێــزان چ ســودێکیان بەدەســت هێنا؟کــە جێگەیەکی فراوانی لەنەستی منداڵەکە گرت و لـەداهاتودا زیـان بـەدەرون و ژیانی منداڵەکە دەگەیەنێت.خێزانیش توشـی گرفت دەکـات.لـە قۆنـاغەکانی داهـاتودا خێـزان بەلایانـەوە سـەیرە کـە منداڵەکـەیان دوچـاری زۆر گرفـت دەبێت،هۆیـەکی دیـارو ئاشـکرا نـابینن بۆ ئـەم گرفتانـە.بڕوا ناکـەن کـە ئـەو پەسـتانەی توشـی دەمـاغی منداڵەکـە بـووە هۆیەکـە بـۆ دروسـت بـونی ئـەو

گرفتانه.ئەو خێزانانەی له مامەڵەکردن دا توندوتیژن،لەسەر هەمان شێوازی خۆیان له قۆناغەکانی دیکەدا بەردەوام دەبن.شێوازەکانی نواندنی دڵڕەقی له دایەنێکەوە بۆ دایەنێکی دیکه و لەدایك وباوکێکەوە بۆدایك وباوکێکی دیکه جیاوازە.پەیڕەوکردنی شێوازی دانیشتن لەگەڵ منداڵدا و یارمەتی دانی بۆ نوسینەوە و بەجێ گەیاندنی ئەرکەکانی خوێندنگەی له بنچینەدا کارێکی هەڵەیه.چونکه ئەم شێوازە وا لەمنداڵ دەکات لەسەر ئەم ریتمه بەردەوام بێت و هەمیشه پشت بەکەسێکی دیکه ببەستێت.((ئێمه مەبەستمان ئەوە نی‌یه که لێپرسینەوە لەگەڵ منداڵ دانەکرێت،بەڵکو پێویسته دایك وباوك هەمیشه ئاگاداری خوێندن و ئاستی فێربونی منداڵەکەیان بن به شێوازێك لەقۆناغەکانی سەرەتایی دا زۆر یارمەتی بدرێت تاوەکو لەگەڵ خوێندن و کۆشش کردن دا ڕادێت ودەیکات به بەش و بەرنامەیەك لەژیانی ڕۆژانەی خۆی و بەئەرکێکی سەرشانی خۆی دەزانێت.له قۆناغەکانی دیکەدا پێویسته وا فێربکرێت که له هەر بابەتێك تێنەگەیشت یان پێویستی بەڕونکردنەوە هەبوو ئینجا داوای یارمەتی لەگەورەکان بکات،پێویسته لەم خاڵەدا زۆر له منداڵ نەکرێت،چونکه له ڕێگەی یارمەتی‌دانی منداڵ بۆ کۆشش کردن دەتوانرێت فێربکرێت که بۆ شیکارکردنی وانه زانستی‌یەکان ڕێگەی دیکەش بەکاربهێنێت.یان لەوانه ئەدەبی‌یەکاندا بێجگه لەو بابەتەی له پرۆگرامەکەدا هاتووە پرسیاری دیکه له منداڵ بکرێت بۆئەوەی خۆی به دوای وەڵامەکاندا بگەڕێت یاخود سەرچاوەی تایبەت بەو بابەتەی بخرێته بەردەست،گەرچی لەوانەیه هەموو دایك و باوکەکان لەو ئاستی زانیاریانەدا نەبن بەڵام ئەمه ئەرکێکی سەرشان و بنچینەی مامۆستا بەڕێزەکانە.خاڵێکی دیکه ئەوەیه منداڵەکه لەو ئاستەدا بێت که ئەم ئەرکه یاخود بەدواداچونی زیاتر بۆ وانەکانی بکات و بیر لەڕێگه و شێوازی نوێ بکاتەوە بەشێوەیەك کەکار نەکاته سەر کۆششی وانەکانی دیکه و کاتی یاریکردن وحەوانەوەی لێ داگیر بکات.ئەم

شێوازە هۆکارێکە بۆ پشت بەستنی منداڵ بەئاست و بیرکردنەوەی خۆی و هەرلەسەرەتاوە هەوڵێکە بۆبەرزکردنەوەی ئاستی هۆشیاری و هۆگربونی منداڵ بە زانست وزانیاری.پێویستە لەلایەن خویندنگە و خێزانی شەوە گرنگی بەوانەکانی وەرزش و مۆسیقا و وێنەکێشان وجۆرەکانی دیکەی هونەر بدرێت.دەتوانرێت لەم ڕێگەیەوە منداڵ هان بدرێت،چونکە لە کاتی خوێندنی ئەم وانانەدا منداڵ هەست بەئاسودەیی دەکات بە مەرجێك لایەنی پراکتیکی و فێرکردن،هەموو منداڵەکان بگرێتەوە.لە خێزانیش دا دایك و باوك یان خوشك وبرای گەورە گوێ لەمۆسیقا بگرن،کاتێکی تایبەت لە ڕۆژەکەیان بۆ وەرزش تەرخان بکەن و سەردانی پێشانگا هونەرییەکان بکەن،گەرشارەزاییەکی کەم یان هەرشارەزاییشیان نەبێت ئاسایيە.گرنگ ئەوەیە منداڵ هەر لە منداڵییەوە بە زۆر لایەنی ژیانی هونەری و زانستی و ئەدەبی وفێرکاری ئاشنا بکرێت.بۆ ئەوەی هەر لەمنداڵییەوە تێبینی بەهرەکانی منداڵ بکرێت و لەگەڵ منداڵەکەدا هەوڵ بدرێت وهان بدرێت بۆ گەشەسەندنی ئەو بەهرانە.لێرەدا مەبەستم ئەوە نییە کە منداڵ بۆ پێشانگا و کۆنسێرت و گەلەری هونەری ببرێت کە تایبەتە بە گەورەکان بەڵکو کاتێك منداڵ دەبینێت کە دایك وباوکی گرنگی بە لایەنی هونەر دەدەن،ئەوا کاریگەری و هاندەری منداڵەکەیان دەبن بۆ گرنگی دان بەم لایەنانە.وەرگێڕ)).هۆکاری زۆرهەیە کە گرفت لەشێوازی چاودێریکردن و گرنگی دان بە منداڵ دروست دەکات،بە تایبەت ئەو هۆکارەی کە دایك و باوك ناتوانن لە هەموو قۆناغەکانی خوێندندا یارمەتی دەری منداڵەکانیان بن.گەر گریمانەیەك دانێین کە منداڵ هەمان پسپۆری باوکی دەخوێنێت و باوك یارمەتی دەری ئەوگەنجە دەبێت لە قۆناغی زانکۆدا،ئایا باوك یارمەتی دەری کوڕەکەی یان کچەکەی دەبێت لە ژیانی کرداری و فەرمانبەریاندا؟ئەمانە هۆکارێکن بۆ ئەوەی منداڵ لە داهاتودا پشت بە کەسانی دیکە و بەدایك وباوك و بەخوێندنگە تایبەتی یەکەی وخوشك و

براكانی ببەستێت.ئەم منداڵە لە لایەنەكانی دیكەی ژیانیشی دا پشت بە كەسانی دیكە دەبەستێت،بە هۆی ون بونی كەسێتی منداڵ،گەنجی ئێستا و پیاوی ئاینده.بۆیە لەئاییندەش دا دەبێتە پاشكۆی كەسێكی دیكە و پشتی پێ دەبەستێت.چارەسەر بۆ ئەم هەموو گرفتانە ئەوەیە كە منداڵ ئازاد بكەین ئیش بكات و هەڵەبكات،بۆئەوەی خۆی بزانێت چی هەڵەیە و چی ڕاستە و لە هەڵەكانی سودمەند بێت.بە بەردەوامی و بە شێوازێكی ناڕاستەوخۆ ئامۆژگاری و ڕێنمایی و چاودێری بكرێت.كاتێك منداڵ هەڵە دەكات ڕێگەی ڕاستی نیشان بدرێت و لە ڕێگەی گفتوگۆ و بیر و ڕاگۆڕینەوەوە منداڵ بگات بە ئەنجامێكی دروست.ئەو خێزانانەی شێوازی دانیشتن لە تەنیشت منداڵەكانیانەوە بەكاردەهێنن(لەپێناوی فێركردن) و شێوازەكانی سزادان ولێدان و هەڕەشەكردن و سەرزەنشت كردن وتانوت لێدان،بەكاردەهێنن.ئەوا خێزان بە مەبەست وئارەزوی خۆی دەگات،كاتێك منداڵەكەی بابەتی خوازراو و وانەكەی ئەزبەر دەكات.بەڵام بەبێ گرنگی دان بەو كاریگەرییە خراپانەی كە لەداهاتودا،لەم كردار و شێوازانەی خۆیانەوە بەرهەم دێت.زۆر ڕێگە و شێوازی پەروەردەیی و فێركردن هەیە لەگەڵ تەمەن وئاستی زانیاری منداڵ و بەكارهێنانی سۆز و پەروەردەی خێزان دا گونجاو بێت.پێویستە خێزان و كەس وكاری منداڵ پرۆسەی فێركردن بدەنە دەست لایەنە پەیوەندی دارەكانی ئەو بوارە،لەگەڵ بونی پەیوەندی دۆستایەتی وگفتوگۆكردن لە نێوان خێزان وخوێندنگە.جگە لە چاودێریكردنی منداڵ بە شێوەیەكی ناڕاستەخۆ و بەردەوام بۆ دڵنیابون لە ئاستی فێربون و بەجێ هێنانی ئەو ئەركانەی لێ ی داواكراوە.گرفتێك هەیە كەڕوبەڕوی خێزان ودایەن دەبێتەوە،گرفتی منداڵی سەركەوتووە یان ئەو خێزانەی ئارەزو دەكەن منداڵەكەیان زیرەك و لێهاتوو بێت لەخوێندن دا،كە منداڵەكەیان ئەوئاستەی نییە((لەوانەیە ئەومنداڵە زیاتر ئارەزوی لەوانەكانی وەرزش یاخود بوارەكانی هونەر بێت،بۆیە پێویستە خێزان و

خوێندنگە لەگەڵ ئەو منداڵەدا گفتوگۆ بکەن بەپێی ئاستی تێگەیشتنی منداڵەکە و بۆی شیبکرێتەوە کە ئەرکی سەرشانی بەپلەی یەکەم خوێندنە،بۆیە پێویستە کاتەکانی خۆی دابەش بکات و پاش تەواوبونی قۆناغی ئامادەیی دەتوانێت بۆ پەرەپێدانی ئەو خواست و ئارەزوەی بچێتە ئەوبەش و کۆلێجەی خواستی خۆیەتی.پێویستە خوێندنگە وخێزان بۆ پەرەپێدانی ئەو خواست و بەهرەیەی منداڵ یارمەتیدەر بدەن و ئەو پێداویستی یانەی بخەنە بەردەست،کە منداڵ پێویستی پێیەتی،وەرگێڕ))،گرفتێکی دیکە گرفتی منداڵی دواکەوتووە.بەهۆی نەبونی خواستی گەنجەکان لە هەندێ بواری تایبەت دا،شارەزای و ئاستی ئەکادیمی لە هەندێ بواردا کەم دەبێت و پەستان لەسەر هەندێ بەش وکۆلێج زیاد دەبێت،بەهۆی خواستی گەنج لەو بوارە،پاشان قازانجێکی مادی زۆری لێ دەبینێت.وەرگرتنی خوێندنکار لە زانکۆ و پەیمانگاکان بەپێی سیستەمی نمرەیە و هەر خوێندکارێك نمرەیەکی بەرز بەدەست بهێنێت لە کۆلێجێکی بەرز وەردەگیرێت.ئەمەش هۆکارێکی دیکەیە کە خێزان چ شێوازی گفتوگۆ و ئاخاوتن چ بەکارهێنانی شێوازەکانی پەستان وتوندوتیژی بەرامبەر ئەو گەنجە بەکاربهێنن،یاخود لە منداڵیدا بەرامبەری بەکارهاتووە.بۆ بەدەست هێنانی کۆلێج ونمرەی بەرز ئەو گەنجە زیاد لەتوانای خۆی،خۆی هیلاك دەکات و هەوڵ دەدات بۆ بەدەست هێنانی ئەو نمرەیەی خواستی خۆیەتی یان خواستی دایك وباوك وخێزانەکەیەتی.لە ماوەی دووساڵی ڕابوردودا ڕاپۆرتێکم لەسەر دیاردەی خۆکوشتنی گەنجان تەنیا لە ماوەی دوو مانگدا،ئامادەکرد تاکە هۆکاری سەرەکی و پاڵنەری ئەم دیاردەیە پەستان خستنە سەر گەنجە هەرزەکارەکانە بۆ بەدەست هێنانی نمرەی گونجاو بۆ ئەو کۆلێجە خواستراوە بەتایبەت کۆلێجەکانی پزیشکی وئەندازیاری((بەهۆی خراپی باری ئابوری خێزان و بەهەڵە ڕوانینی کۆمەڵگە و تاکەکانی کۆمەڵگە،زیاتر

خوێنكار و كۆمەڵگە لە كۆلێجە بەرزەكانی پزیشكی وئەندازیاری دەڕوانن وهەوڵ دەدەن منداڵەكانیان لەو كۆلێژانە وەربگیرێن،بەبێ گرنگی دان بە خولیا و بەهرە و توانای گەنجەكە.چونكە تەواوكردنی ئەم كۆلێجانە داهاتێكی باش بۆئەو كەسە مسۆگەر دەكات و لە ناو كۆمەڵگەش دا بەڕێزێكی زیاترەوە لێ ی دەڕوانن و خاوەن كەسایەتی‌یەكی بەرز دەبن.وەرگێڕ)).گرفتی سەرەكی بە هەڵە ڕوانینی خێزان و گەنجە لە ڕوانینی واقعیی ئێستا وداهاتوو.ئەو خێزانە سورن لەسەر ئەوەی منداڵەكەیان بلیمەت و هەڵكەوتووە،وا دەڕواننە منداڵەكەیان كە بۆ بەدەست هێنانی نمرەیەكی بەرز كۆششێكی كەمی بەسە بۆ وەرگرتنی لە باشترین بەشەكانی كۆلێج لەزانكۆدا.بەڵام ڕوانینێكی سادە لە ساڵەكانی سەرەتای تەمەنی ئەو منداڵە بەسە بۆئەوەی ئێمە لەوەتێ بگەین كە منداڵەكەی زیرەكە یاخود نا؟بەڵام دەبێت هەڵسەنگاندنەكان بابەتی و دوور لە غەش بێت،یان دایك و باوك بەهۆی ناسیاوی داوای یارمەتی و زیادكردنی نمرە لە مامۆستا و هاوڕێیانی خۆیان نەكەن.((بەهۆی ناسیاوی وهاوڕێیەتی،دایك وباوك داوای زیادكردنی نمرە و ئیكمال نەكردنی منداڵ بۆخولی دووەم دەكەن،ئەمە هۆكارێكە زیانێكی زۆر بەمنداڵ دەگەیەنێت و لەكۆمەڵگای ئێمەدا بۆتە دیاردەیەكی باو.بەڕای من گەر ئەو منداڵە ساڵێك خوێندنی بفەوتێت یان بكەوێتە خولی دووەمەوە و دایك وباوك ڕێنمای بكەن و یارمەتیدەری بن بۆ فێربونی كۆشش كردن،زۆر لەوە باشترە كە منداڵ فێری هەوڵ نەدان ببێت.چونكە گەر منداڵ لەو ساڵەی خوێندنی دا دەرچوو یاخود بە ئیكمالی دەرچوو ئەوەش بەیارمەتی مامۆستایەكی ناسیاو،ئەوا منداڵ فێردەبێت لەسەر هەمان ریتم دەڕوات و هەمیشە پشت بە مامۆستا و كەسێك دەبەستێت،پاشان هەمان منداڵ لەقۆناغێكی دیكەی خوێندنی دا باجی ئەو كۆشش نەكردنە دەدات و لەو قۆناغەدا دەرناچێت،بەڵكو ئەو منداڵە لەزۆر زانیاری و ئەو بابەتانەی لە قۆناغەكانی ڕابوردودا خوێندوێتی

بـێ ئاگایـە،زۆر جـار ئـەم هۆكـارە ڕێگـرە لەبـەردەم تێگەیشـتنی منـداڵ لەوانەیـەك.لەلایەكـەوە ئـەو منداڵـە لـەقۆناغێكی بـەرزتر و تاڕادەیـك قورسـتر دەرنەچووە لەلایەكی دیكەوە ئەو منداڵە فێری كۆشش كردن نەبووە.لە ئەم دوو خاڵـــــە ترســـــناكتر ئـــــەو منداڵـــــە پشـــــت بـــــەخۆی نابەستێت.وەرگێڕ)).لەبنچینەدا خوێنـدكاری سـەركەوتوو و پێویسـتی بـە كۆششـێكی كـەم هەیـە بـۆ بەدەسـت هێنـانی ئـەو نمرەیـەی كـە خـۆی دەیەوێت،بەڵام گرفتەكە خوێنكاری ئاساییە كاتێك خۆی یان خێزانەكەی دەیانـەوێت ئـەو نمرانـە بەدەسـت بهێنێـت كـە بـۆ كۆلێجـە بـەرزەكان گونجاوە.بەڵام لە بنچینەدا ئەو كۆلێجە لەگەڵ ئاستی زیرەكی و توانای ئەو خوێنـدكارەدا ناگونجێت.بـەڵام هـۆی خـوازراوی ئـەم كۆلێجـە لـە كۆمەڵگـەی ئێسـتادا بـەهۆی قـازانجی مادیيەوەیـە.گـەر توانـا ئـەقڵی و شـارەزایيەكان سنوردار بێت كە بەپێی چەند ساڵێك دەخەملێت و گەر داوای نمرەی زیاتر لــەو گەنجــە بكــەین كــە لەگــەڵ ئاســت وتواناكــانی دا ناگونجێت،ئــەوا بەرئەنجامەكان لەسەر ئەو گەنجە و خێزان و تەنانەت كۆمەڵگەش،كاریگەری خـراپ بـەجێ دەهێڵێـت.پێویسـتە خێـزان هەمیشـە ئاگـاداری تایبەتمەنـدی قۆناغەكانی تەمـەنی منداڵەكـەیان بن بەتایبـەت تەمـەنی هەرزەكاری،چونكە هەندێ هـەرزەكار توشـی نەخۆشـی دەرونـی دەبن،لەبەرئـەوە هـەر پەسـتانێك كـە لـەلای ئێمـە سـادەیە،بخرێتە سـەرئەو هەرزەكارە،دەبێتـە هـۆی نوانـدنی هـەڵس وكـەوتی تێكشـكێنەر بۆمنداڵـە هەرزەكارەكە.داوای لێ بوردن دەكەم بـۆ بـەكارهێنانی وشـەی منـداڵی هـەرزەكار لـەم بابەتەدا،چـونكە نابێـت بەدرێـژی باڵای لـە كتـوپڕی منـداڵ هەڵبخەڵـەتێین هـەروەك چـۆن ئـەو منداڵـە هـەرزەكارە لـە تێڕوانینـی خۆیـەوە بـووە بـەپیاو.بـەڵام گرفتـە ترسـناكەكە لەپەســتان خســتنە ســەر هــەرزەكارەوە دروســت دەبێت،دیــاریترین ئــەو گرفتانــە(ڕاكــردن لــەماڵ و پەیوەنــدی كــردن بەكۆمەڵــەی تاوانبارەكــان و پــەنابردن بــۆ مــادەی بــێ هۆشــكەر و خۆكوشــتن وكوشــتنی كەســانی

دیکه).گرفتێکی دیکه لەخێزان دا نواندی توندوتیژی یە بەرامبەر منداڵی دواکەوتوو.دواکەوتویی منداڵ زۆر جۆری هەیە،هەندێکیان بەهۆی زیان گەیاندن بەدەماغ و بەهۆی توش بونی دایك بەنەخۆشی لەکاتی دووگیانی دا،یان دوای لەدایك بونی منداڵ لەسەرەتای منداڵی دا یان منداڵ توشی نەخۆشی ئەندامی بووە کەبۆتە هۆی زیان گەیاندن بە یەکێك لە بەشەکانی دەماغ یان دواکەوتویی منداڵ بەهۆی گرفتە جینی‌یە بۆماوەی‌یەکانەوە دروست دەبێت.بۆیە پێویستە یاسای (مەندل) لەبۆماوەدا باس بکەین.منداڵ نیوەی زیرەکی‌یەکەی لە دایك وباوکی یەوە وەردەگرێت،یەك لەسەر چوار لە نەنك و باپیر وەردەگرێت و هەشت یەکی زیرەکی‌یەکەی لە باوباپیرانەوە وەردەگرێت،یەك لەسەر شانزە لە باوباپیرانی دورتر وەردەگرێت.لەگەڵ ئەوەش دا گریمانەیەکی بەهێزتر هەیە دەڵێت:منداڵ زیرەکی خۆی لە دایکی یان لە باوکی وەردەگرێت،بەڵام دەشێت،بەشێك لە زیرەکی لە باوباپیرانی وەربگرێت.ڕوو دەدات یەکێك لەو کەسانەی کە سیفەتی زیرەکی‌یەکەی لە ڕێی بۆ ماوەوە دەگوێزرێتەوە بۆ ئەم منداڵە،زیرەکی‌یەکەی سنوردار بێت یاخود ئەو کەسە زیرەك نەبێت.بابەتێکی دیکەهەیە،کە دەکرێت منداڵ بۆئەو بوارانە هان بدرێت و ئاڕاستەبکرێت،بۆ داهێنانێکی کرداری یان هونەری یان وەرزشی.ئەم بابەتانە بۆ مرۆۋ بەسودن وەك سودی فێربون و زانست و زانیاری.هەندێك لەم بوارانە سودیان زیاترە کاتێك ئەو مرۆڤە توانای لە خوێندن و فێربون دا سنورداره بەڵام لەو بوارانەی دیکەدا توانایەکی باشی هەیە.بۆیە لە سەر خێزان پێویستە گرنگی بەم بەهرەیەی منداڵ بدەن،بەڵکو بەردەوام لە فێرکردنی منداڵەکەدا ڕێنمایی بکەن تاکو دەگاتە کۆتایی قۆناغی ئامادەیی،یان کۆتایی قۆناغی ناوەندی.زۆربەی خێزانەکان لەگەڵ منداڵەکانیاندا بە شێوازێکی هەڵە مامەڵە دەکەن،خێزان هەیە توانای منداڵەکەی زیاد لەپێویست بەکاردەهێنێت،خێزانی دیکە شێوازەکانی سزا

و هانـدان لەگـەڵ منداڵـە زیـرەك یـان دواكەوتوەكەیانـدا بـەكاردەهێنێت.ئـەو خێزانانەی ئەم دوو شێوازە لەیەك كاتدا بەكاردەهێنن،واتـە كاتێك شێوازی هانـدان و بەخشـینی دیـاری بـۆ منداڵەكـەیان بـەكاردەهێنن و ئـەم شـێوازە سودی نەبێت ئەوا خێزان پەنا دەباتە بەر سزادانی منداڵ،كەدەبێتـە هۆیـەك بۆهاندانی منداڵ كە بەرپەرچی خێزان بداتەوە(خێزان خۆی ئارەزوی ئـەوە دەكـات)،یـان منداڵەكـە وەڵام ناداتــەوە.ئــەم بارودۆخــە پەیوەنــدی بــە بارودۆخی تەمەنی منداڵ وتوانا ئەقڵیی و ئاستی زیرەكی یان ئـەو حـەز و ئارەزوەی بەرەو زیرەكی ڕایدەكێشێت.یان ئەو بارودۆخە تەندروستی‌یەی كە منداڵ پێی دا تێپەڕ دەبێت،دەرونی بێت یان جەستەیی یـان هۆیەكـەی ئـەو دایەنـە بـێ بەهرەیەیـە كـە لـە كـرداری پـەروەردەكردن دا بەشـداری دەكات.ئەو ژینگەیەی منداڵ تێی دا دەژی ناوەندێكە بۆ ڕەفتار و مەبەستی پـەروەردەكردنی منـداڵ بـەڵام ئـەو ناوەنـدە قەرەباڵغـە و پـڕە لـە هاوڕێیـانی تەمــەنی خــۆی یــان ئــەو ناوەنــدە هــیچ مــەرجێكی تەندروســتی تێــدا نی‌یـە.بـارودۆخی خێـزان وجیاوازی‌یـە خێزانی‌یـەكان وەك جیـاوازی كـردن لەنێوان دوومنـداڵی هـەمان خێزانـدا یان خراپـی بـارودۆخی ئـابوری خێـزان بەتایبەت ئەو پیاوانەی دوو ژنیان هەیە،كاتێك مامەڵەیەكی جیاواز لە نێـوان ئـەم منداڵانـەدا كـرا،زۆر گرفتـی خێزانـی سـەرهەڵدەدات و لـەئاكام دا زیـان لەپرۆسەی پەروەردەكردن دەدات.بەڵام كۆمەڵەی دووەم لـە خێزانەكان،ئـەو خێزانانەن كە بواری فێركردن بە شێوەیەكی سادە دەگرن.ئەم خێزانانە هـەر لـە قۆناغـەكانی باخچـە و سـەرەتای خوێنـدن دا نـازی زۆر بەمنداڵـەكانیان دەبەخشـن و كەمتەرخـەمی دەنـوێنن بەرامبـەریان.بەخێوكـەری منداڵـەكان شـكات لەمنـداڵێكی دیكـە دەكـات كەئـەو منداڵـە دەسـتدرێژی كردۆتـە ســەرمنداڵەكەی ئەوان،بــەڵام لەڕاســتیدا ئــەو منداڵــەی كــە شــكاتی لێكراوە،بەشـداری یـاریكردنی لەگـەڵ منداڵەكـەی دیكـە نـەكردووە یـان ئەومنداڵــە لەتەنیشــتی‌یەوە و لەگەڵیــدا لەســەر كورســی خوێندنەكــەی

دانانیشێت،بۆئەوەی ببێت بەلایەنگرێکی باش بۆی.گەر منداڵ لە دەست دایەنەکەی ناڕەزایی دەربڕێت،لە بنچینەدا ئەو منداڵە حەزناکات بێت بۆ باخچە بەڵکوحەزدەکات لە ماڵەوە بمێنێتەوە چونکە چەند ساڵێکە منداڵ بەژینگەی ماڵەکەی خۆی ڕاهاتووە وتێیدا ژیاوە،جگە لەمە ئەو منداڵە دایکی لەماڵەوە بەجێی هێشتووە کەبەلای منداڵەوە دایك هەموو جیهانە و منداڵ بەبێ دایك هەست بە تەنیای دەکات و باوك وخوشك وبراکانی و یاریيە تایبەتیيەکانی خۆی بەجێهێشتووە،بەڵکو لە هەمو ئەمانە گرنگتر،منداڵ ئازادی تایبەتی خۆی و جوڵە و هاتوچۆ وهەڵس وکەوتی خۆی لە دەست داوە چونکە منداڵ دەیەوێت بە ئازادی هەڵس وکەوت بکات،بەبێ ئەوەی کەس بەرهەڵستی بکات.ئەوەی لێرەدا زۆرگرنگە ئەوەیە کە زۆربەی خێزانەکان پاڵپشتیی منداڵەکانیان دەکەن،تەنانەت گەرهەڵەش بێت.ڕێگە نادەن دایەنەکان لێپرسینەوە لەگەڵ منداڵەکانیان بکەن،کاتێك ئەو منداڵە لەهاوڕێکانی دەدات و هۆیەکە بۆئاژاوەنانەوە و ئازارگەیاندن بە منداڵەکانی دیکە.ئەم خێزانانە نایانەوێت منداڵەکانیان توشی سادەترین ئازار ببێت.لەگەڵ هەندێ لەوخێزانانەدا،زۆر هەوڵم دا بۆئەوەی بگەنە ئەو باوەڕەی پێویستە لەو سنورەدا کوڕەکەیان بوەستێت.پاشان قۆناغی داهاتو دێت،پێویستە منداڵ ئەو وانانەی لەخوێندنگە دەیدرێتێ کۆششی تێدا بکات و فێربکرێت.بەڵام ئەم خێزانانە گرنگی بەلایەنی خوێندن وفێربونی منداڵەکانیان نادەن،جگە لە دڵخۆشی و ئاسودەیی و یاریکردنی منداڵەکەیان.ئەم خێزانە جوانترین کراس و باشترین یاری وخۆشترین و باشترین جۆری خواردەمەنیيەکانی بۆدەکڕن.خەرجی ڕۆژانەی دەدەنێ کە بەشی دووسێ منداڵ دەکات.نایانەوێ منداڵەکەیان بێزاربێت کاتێك بەیانیان زوو هەڵدەستێت ودەچێت بۆخوێندنگە.لە شێوازی خەوتنی منداڵەکەیان دا زۆرکەمتەرخەمن،منداڵەکە سەربەستە کەکەی دەنوێت،بۆیە ناتوانێت بەیانیان لەکاتی خۆیدا لەخەو هەستێت.هەر بۆیە منداڵ لە

بـارێکی گونجـاو و ئامادەباشـی دا نی یـە بـۆ ڕۆشـتنی بـۆ خوێندنگـە.بـەم هۆیەوە خێزان لە بەیانیان دا بێزاردەبن بەهۆی سستی و درەنگ هەستانی منداڵەکەیانەوە،هەر بۆیە منداڵ خو و کەشی ماڵەکە تێك دەدات.هەڵس و کـــەوتی خـــاو و سســـتی منـــداڵ هـــەمان کاریگـــەری لەســـەر هـــەموو پێداویستی یەکانی دیکەی منداڵ هەیە.وەك چونی بۆ حەمام و شۆردنی دەموچاو و ددانەکانی،گەڕان بە دوای جل و پێداویستی و ئامڕازەکانی خوێندنگەی.دایك وباوك تێبینی و چاودێری منداڵەکەیان ناکەن نازانن منداڵەکەیان لە خوێندنگە چی دەکات.لە وەرزی خوێندن دا یان لە ماوەی ساڵێکی خوێندن دا،ڕۆژێك تەرخان ناکەن بۆ ئەوەی سەردانی خوێندنگەی منداڵەکەیان بکەن.بەڵکو گوێ بە بانگهێشتەکانی خوێندنگەش نادەن،بۆ ئامادەبون لە دانیشتن و کۆبونەوەکانی دایکان وباوکان.ئەم گوێ نەدان و نواندنی کەم تەرخەمی یە،لە قۆناغەکانی دیکەی خوێندندا هەندێ منداڵ هـــان دەدات بـــۆ ڕاکـــردن لـــە خوێندنگـــە و فـــێڵ کـــردن و ئیمزاکـــردن لەسەرنامەکانی خوێندنگە.ئەم خێزانانە هەست بە هەڵەکانیان ناکەن تا کات بەسەر نەچێت.خێزانی دیکەهەن داهاتێکی زۆر لە کڕینی کتێب و چیرۆك و هۆکارەکانی فێرکردن وئامڕازەکانی خوێندن دا خەرج دەکەن.ئەم خێزانانە مامۆستای تایبەتی بۆ منداڵەکانیان دەگرن بۆ ئەوەی لەماڵەوە وانەی تایبەتی یان پێ بڵێت،بەبێ ئەوەی چاودێری بارودۆخی منداڵەکەیان بکەن و بزانن کە ئایا لە بنچینەدا منداڵەکەیان پێویستی بەمامۆستای تایبەتی هەیە یا نا؟گەر منداڵ پێویستی بەمامۆستای تایبەتی هەبو ئایا ئەو مامۆستایە گونجاوە بۆفێرکردن؟ئەو ئەنجامانەچی یە کە ئەو مامۆستایە پـێ ی دەگات؟پـەروەردەکردنی منـداڵ لەیـەك کاتدا،ئاسـان وقورسـە.بۆیـە لەسەر خێزان پێویستە خۆیان بە هۆکاری پەروەردەی تەندروست و گونجاو پێ بگەیەنن ومنداڵەکانی خۆیانی پێ پەروەردە بکەن،بە شێوازێك لەگەڵ واقعی وڵات و بەها کۆمەڵایەتی و ڕەوتی زانست و دنیای گەشەسەندوی

ئـــەمڕۆدا بگونجێــت.دایــك وبــاوك دەتـــوانن لەگـــەڵ پســـپۆڕانی بـــواری پەروەردەکردنی منداڵ و پسپۆڕە دەرونی‌یەکان وتوێژەرە کۆمەڵایەتی‌یەکان بـــەردەوام گفتوگۆبکـــەن و لەپەیوەندیـــدا بـــن.چـــونکە لەوانەیـــە گـــرنگترین وهەســتیارترین و پیرۆزتــرین ئــەرکی ســەرشــانی دایکــان وباوکــان هەڵەیــەکی تێدابێت،کە ئەم هەڵەیە لە کەسایەتی منداڵەکەدا دەردەکەوێت،بەرئـەنجامی ئەم هەڵانە لەناوبـەر و تێکشـکێنەری بەنرخترین سـامانی مرۆڤـە.بەپێویسـتم زانــی کــە کتێبەکــەم بەتوێژینەوەیــەك کۆتــای پــێ‌بهێنم کــە پەیوەندی‌یــەکی توندی بە شێوازی پەیڕەوکردنی کاری پەروەردەکردنـەوە هەیـە.کـە ئـەویش پـــەیڕەوکردنی شـــێوازی پـــەرەردەکردەی لێکدژە،لـــەکاتی پـــەروەردەکردنی منداڵ دا لە لایەن لایەنە بەشداربووەکانی کاری پەروەردەکردن.

کاریگەری پەیڕەوکردنی شێوازی پەروەردەی دژبەیەك

پـــێش ئـــەوەی دەربـــارەی پـــەیڕەوکردنی پـــەروەردەی نـــاکۆك و دژ بەیـــەك بدوێین،پێویستە ئێمە لەگەڵ ئەو لایەنانەی کە لـە پـەروەردەکردنی منـداڵ دا ئـــەو شـــێوازە دەگرنەبەر،لەســـەر شـــارەزایی و زانســـتە دروســـتەکان ڕێـــك بکـەوین.بۆیـە دەبێـت ئێمـە بـاس لـەو شـێوازە بکـەین کـەخێزان و وڵاتەکـەی ئێمە لەپەروەردەکردنی منداڵدا پشتی پێ دەبەستێت.

1_زۆربەی دایك وباوکەکان یان خێزانەکان بۆپەروەردەکردنی منداڵەکانیان پشــت بــە شــارەزایی وپســپۆری دایــك وبــاوکی خۆیــان دەبەســتن،جگە لــەو ئەزمون و دەرئەنجامانەی لەژیانی کرداری خۆیاندا بەرهەمی دەهێنن.

2_هەندێ خێزان بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانیان،پشت بەو قسانە دەبەستن کە لێرە و لەوێ لە کەسانی شارەزاو هاوڕێ ودراوسێ یان ئەو شێوازەی لە یادەوەری دا ماوەتەوە،کە لە کۆڕێکدا یان لەڕێی هۆکارەکانی ڕاگەیاندنەوە دەیبیستن و لەدیدی ئەوەوە شێوازێکی بەکەڵك وخواستراوە،بۆیە لەپەروەردەکردنی منداڵەکانیدا بەکاری دەهێنێت.

3_خێزانە ڕۆشنبیرەکان بۆپەروەردەکردنی منداڵەکانیان پشت بەو کتێبە پەروەردەی‌یانە دەبەستن کە دەیخوێننەوە،ئەم پەرتوکانە چەند خاسیێتێکیان هەیە:

أ_ ئەو کتێبە وەرگێڕدراوە،نوسەرەکەی ڕۆژئاوای یان ڕۆژهەڵاتی‌یە.

ب_نوسەرەکەی خۆماڵی‌یە،پشت بەسەرچاوە بیانی‌یەکان دەبەستێت.

لەم دوو بارەدا بەراورد کردن ورد و گونجاو نین،لەگەڵ واقعی کۆمەڵگە و کەلەپور وسامانی ڕۆشنبیری ئێمەدا ناگونجێت.

ج_گەر کتێبێك نوسەرەکەی خۆماڵی بێت وهەڵقوڵاوی واقعی کۆمەڵگەکەمان بێت،(گەرچی کتێب لەم جۆرەشێوازانە،کەمە).ئەم کتێبە بەباشترین جۆرەکانی کتێب دادەنرێت،کەپێویستە پشتی پێ ببەسترێت.

4_ژمارەیەکی کەم لەخەڵك وخێزانەکان،پەروەردەو زانستی دەرونیان خوێندوە.پێویستە لەسەر ئەم خاڵە هەڵوێستەیەك بکەین،بپرسین لەکوێ ئەم دایك یان باوکە پەروەردەی دەرونی یان زانستی دەرونیان خوێندووە؟؟ بە تایبەت پەروەردە و زانستی دەرونی منداڵ،بۆ ئەوەی سودی لێ ببینن و بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵەکانیاندا بەکاری بهێنن.لە وڵاتی ئێمەدا ئەو لایەنانەی زانستی دەرونی دەخوێنن و توێژینەوە بۆ ئەم بابەتە هەرە گرنگ و هەستیارانەدەکەن،زۆر کەم وسنوردارن یاخود هەرنین.زۆربەی لایەنە پەیوەندی دارەکانی تایبەت بەم بوارە،پەروەردەکردن و زانستی دەرونی منداڵ لە قۆناغەکانی سەرەتایی تەمەنی منداڵ ناخوێنن(پێش تەمەنی

شەش ساڵی،کەهەستیارترین و پڕبایەخترین کاتی گەشەکردن ودروست بونی دەرون وکەسێتی منداڵ و مرۆڤە).کەلە سەدا نەوەدی جیهانی کەسێتی منداڵ و کەسێتی داهاتوی گەنج لەم شەش ساڵەدا دروست دەبێت.هەمان بارودۆخ لە پەیمانگای مامۆستایان و پەیمانگاکانی دیکەدا دووبارە دەبێتەوە،دەبینین گرنگی دان بە خوێندنی پەروەردەیی وزانستی دەرونی لە قۆناغەکانی سەرەتایی و قۆناغەکانی دوایشدا لەئاستی پێویست و گرنگی ئەم بوارەدا نی‌یە.هەروەها لایەنە فێرکاری‌یەکانی دیکە،وانەی پەروەردەکردنی منداڵ بەشێوەیەکی کەم دەخوێنن بۆنمونە،چۆنیەتی خواردن و خواردنەوەی شلەمەنی و هەندێ لایەنی گەشەی منداڵ چ جەستەیی بێت یان فسیۆلۆژی دەخوێنن.بەبێ وردبونەوە و قوڵبونەوە لەزانستی دەرونی منداڵ و شێواز و یاساکانی پەروەردەکردن.دوای خستنە ڕوی واقعی ڕۆشنبیری دایك وباوك لە بواری پەروەردە و زانستی دەرونناسیدا،قوربانی یەکانیش دەزانین.پەروەردەکردنی منداڵ بە گرنگترین فاکتەر دادەنرێت بۆ دروست کردنی کۆمەڵگەیەکی هاوچەرخ و گەشەکردنی سەردەمی زانست و زانیاری.بە پێویستی دەزانم کە وانەیەك لە وانەکان بۆ گەنج لە هەردوو ڕەگەزەکە و لە قۆناغی فێرکردنی ناوەندی و پەیمانگا و زانکۆکان تەرخان بکرێت.کە دەبێتە هۆی زیادکردنی زانیاری تەواو و دروست،لە پێناوی پەیڕەوکردنی مامەڵەیەکی ڕاست لەگەڵ منداڵدا کە لەگەڵ هەموو قۆناغەکانی تەمەنی منداڵەکە و سروشتی منداڵەکەدا گونجاوبێت.ئەمەش لە پێناوی دروست کردنی یەك بیروڕا لە مێشکی گەنجەکانمان دا،بۆ هۆکارەکانی پەروەردەکردنی زانستی دەرونی منداڵ لە قۆناغی منداڵی دا.لە داهاتویەکی نزیکدا دەتوانین بگەین بە دروستکردنی بیرکردنەوەیەکی هاوبەش بۆ پەیڕەوکردنی یەك شێوازی زانستی دروست،بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانمان.دوور لە هەوڵدانی هەڵە و پەنابردنە بەر

سەرچـاوە و كتێبـی كـۆن و پەنابردنەبـەر ئـەزمون ولاسـایی كردنـەوەی كەسانی دیكە لەشێوازی پەروەردەكردن دا.گەر كەسانی ناڕۆشنبیر لەلایەك دابنـێین و بڕوانینـە ئەوشـێوازانەی كـە كەسـانی ڕۆشـنبیر بـەكاری دەهێنن،دەبیـنین ئـەوان شـێوازی هەوڵـدان و هەڵە،بۆپـەروەردەكردن بـەكاردەهێنن یـان پشـت بەسەرچـاوەی ناتـەواو و نادروسـت و دوور لـەو واقعـەی تێـی دا دەژیـن دەبەسـتن.نوانـدی هـەر هەڵەیـەك لـە شـێوازی پـەروەردەكردنی منـداڵ دا،دەبێتـە هـۆی ڕودانـی لادان(سـەرەتا ئەولادانەبچـوكە)،بـەڵام ڕۆژ بـەڕۆژ ئەولادانـە زیـاد دەكـات و فراوانتردەبێت،تەنانەت لە قۆناغەكانی دیكەی تەمەنی دا،ئەم منداڵە زیان بـەخودی خـۆی وكۆمەڵگـەش دەگەیـەنێت.پـەروەردەكردنی منـداڵ بـە بەكارهێنانی شێواز و پەروەردەیەكی دژ بەیەك،مەترسییەكەی لە مەترسی منداڵ لە ژێر كاریگەریەكانی پەیڕەوكردنی شێوازە جۆرا و جۆرەكان كەمتر نییە.بە شێوەیەك ئەو بەرئەنجامانە زۆر كاریگەری خراپ لەسەر داهاتوی منداڵ دروست دەكات.نەگونجان و پەروەردەكردنی منداڵ لە نێوان لایەنە بەشداربووەكانی پەروەردەكردن دا،كە ئەوانیش دایك وباوك باپیرە و مام و خاڵەكان خوشك وبرای گەورە،بەڵكو بۆ هەندێ لایـەنی دیكە كاریگـەری پـەیڕەوكردنی پـەروەردە دژ بەیەكەكان،بـەم شـێوەیەیە،(وەك كاریگـەری دراوسـێ و خزمـە نزیكـەكان)بـەڵكو لایەنـە پەروەردەییـەكان لـە كـرداری ڕقەبەرایەتی و كێشمەكێش و دژبەیەكی باش و خراپ لەگەڵیان دا بەشداری دەكـەن.بـە شـێوەیەك منـداڵ بـەونی خـۆی دەبینێتەوە،لـەكاتێك دا كەسـێك لەئەنـدامی خێزانەكـەی داوای بەجێگەیانـدنی كـارێكی لێ دەكات،كەسـێكی دیكـە بـۆ بەجێنەگیانـدنی هـەمان كـار ئامۆژگـاری دەكـات یـان بەرهەڵسـتی دەكات.خێـزان ودراوسـێ و هاوڕێیـان زیـاتر پرسـیار دەربـارەی گرفتـەكانی پـەروەردە دەكەن،لەگـەڵ ئەوەشـدا كـەدایك وبـاوكی ئـەو منداڵـە بیروڕایـان لەگـەڵ شـێوازی پـەروەردەكردنی نـوێ دایـە و بـۆ پـەروەردەكردنی

منداڵەکەیان بەکاری دەهێنن.وەڵامی ئەم پرسیارە ئەوەیە لایەنێکی دیکە یاخود کەسێکی دیکە هەیە کە لەپەروەردەکردنی ئەم منداڵەدا بەشداری دەکات،بەڵام پەروەردەیەکی دژبەیەك و کەم وکوڕ پەیڕەو دەکات.هەرکاتێك ئەوکەسانەی پەروەردەی دژبەیەك بەکاردەهێنن،زۆر لە منداڵەکەوە نزیکن و کاتی مانەوەی لەگەڵ منداڵەکەدا زۆربێت،ئەوا بەرئەنجامە ترسناکەکانی پەیڕەوکردنی پەروەرەی دژ بەیەك لە پەروەردەکردنی ئەو منداڵەدا زۆر زیان بارە لە داهاتو و ئێستاش دا.لە کۆمەڵگەی ئێمەدا زۆر پەیڕەوکردنی پەروەردەی لێك دژ هێمایە بۆ جیاوازیی پەیڕەوکردنی پەروەردەیی نێوان دایك وباوك،یان پەیڕەوکردنی ئەم شێوازە لە نێوان دایك و باوك یان باپیرودابپیرە.ئەم شێوازە لە پەروەردە زۆر کارا دەبێت گەر ژن ومێرد لە ماڵی باوکی دا نیشتەجێ بێت یاخود داپیرە و باپیرە لەماڵی کوڕ و کچەکانیان نیشتەجێ بن.کاتێك ماڵی باپیر لەماڵی کوڕ و کچەکانیانەوە نزیك بێت،ئەوکاتەی دایك بەهۆی ئیشی فەرمانبەری یان بەهۆی کارێکی پێویست ماڵ بەجێ دەهێڵێت،ناچارە منداڵەکەی لەماڵی یەکێك لەباپیرەکاندا دابنێت.لە کرداری پەیڕەوکردنی پەروەردەی دژبەیەك،برایەك یان خوشکێکی گەورە بەشداری دەکات.زۆربەی کات ئەم خوشك وبرا گەورانە تەمەنی پێگەیشتوی تەواو نەکردووە تاوەکو کردار و هەڵس و کەوتەکانی لە هەڵە بە دوور بێت.هەندێ کات برا گەورە ڕاست دەکات و دایك یان باوك یان هەردوکیان هەڵەن،هەندێ جار ئەم بارودۆخە بە پێچەوانەوەیە،ئەم حاڵەتە پابەندە بە ئاستی ڕۆشنبیری براگەورە و دایك و باوك،یاخود تاچەند کاریگەری سۆزداری یەکێك لەدایك وباوك یان خوشك وبرای گەورە بۆ بە ئەقڵانی چارەسەرکردنی ئەم گرفتە،هەڵە دەبێت؟هەندێ جار مام و ئامۆژن و خاڵ و پور لە پەروەردەکردنی منداڵدا بە پەیڕەوکردنی پەروەردەیەکی کەمتەرخەم بە بەراورد بە پەروەردەی دایك وباوك،بەشداری دەکەن.پەیڕەوکردنی پەروەردەی دژبەیەك بۆ

پەروەردەکردنی منداڵ دەبێتە هۆی دروست بونی جیاوازی لە نێوان ژن و مێرددا،هەندی جار ئەو دیاردەیە دەگاتە حاڵەتی جیابونەوەی دایک و باوك.لە کۆمەڵگەیەکدا یاسای پەیڕەوکردنی پەروەردەی هاوبەش نەبێت ئەوا پەروەردەی دژ بەیەك پەیڕەو دەکرێت و دوودڵی لە نێو تاکەکانی خێزان دا زۆر دەبێت.باپیر کەمتەرخەمە واتا گەر منداڵ هەڵەیەکیش بکات لێ ی ناپرسێتەوە،بەڵام دایك زۆر توندە.لە خێزانێکی دیکەدا دایك مامەڵەی توندە و باوك کەم تەرخەمە،بەم شێوازە کەسێك لەخێزانەکەدا ڕێگەدەدات بە منداڵەکەی کە ئەوکارە بکات کە خۆی دەیەوێت،کەسێکی دیکە بۆهەمان کار ئامۆژگاری دەکات یان بەرهەڵستی دەکات.لە هەموو ئەم بارانەدا منداڵ سەرگەردان و سەر لێشێواو دەبێت،کاردانەوە دەرونییەکانی کەسایەتی دەشێوێنن و مرۆڤێکی کەموکوڕو ئاڵۆز دەردەچێت.پێشبینی ئەوە دەکرێت کە ئەم منداڵە لەزۆربەی لایەنەکانی ژیا نی دا سەرکەوتو نەبێت یان لەئەنجامی هەڵەکانییەوە،باجێکی قورس دەدات.نمونە لەسەر لایەنە دژەکانی بەشدار لەپەیڕەوکردنی شێوازی پەروەردەی دژ بەیەك لەپەروەردەکردنی منداڵ دا باس دەکەین،کە لەم لایەن و شێوازانەدا دژ بەیەکن:

*خواردن:بڕی خواردنەکە چەندە،جۆری خواردنەکە،ژمارەی ژەمەکان.

*خەوتنی منداڵ:دیاریکردنی کاتی خەو،ماوەی خەوتنەکەی،بەردەوام ڕێکخستنی کات وماوەی خەوتن.

*یاریکردنی منداڵ:شوێنی یاریکردن،کاتی یاریکردن،خێزان ڕاستەوخۆ چاودێری بکات.

*جل وبەرگی منداڵ:هەڵبژاردنی جل وبەرگ،پارێزگاری کردن لەو جل وبەرگە.

www.pertwk.com

*خوێندن وسەرکەوتنی منداڵ لەخوێندن دا،شێوازی خێزان بۆچاودێریکردنی منداڵ.
*مامەڵەکردن لەگەڵ نەخۆشی وشێوازی خۆپارێزی لەنەخۆشی،شێوازی مامەڵەکردنی خێزان لەگەڵ منداڵدا لەکاتی نەخۆشی‌یەکەی‌دا.
*خەرجی ڕۆژانە:ڕێژەکەی،چاودێریکردنی خێزان بۆچۆنیەتی خەرج کردنی ئەو پارەیە لەلایەن منداڵەوە.
*منداڵ بۆبەدەست هێنانی پێداویستی‌یەکانی و بۆڕوبەڕوبونەوەی گرفت و کێشە و چارەسەرکردنی،پشت بەخودی خۆی یان پشت بە کەسانی دیکە دەبەستێت.
*بەشداریکردنی زیاد لە لایەنێك لە پەروەردەکردنی منداڵدا،جگە لە (باپیروداپیر،مامەکان و خاڵەکان یان برای گەورە) یان پەروەردەکردن لە لایەن دایك و باوکەوە دەست بەسەردا گیراوە.
*شێوازی بەشداری‌کردنی خێزان و خوێندنگە ولە پێشیشدا باخچەی ساوایان،لەکرداری فێرکردنی منداڵ و گرنگی دان بەخۆ ڕۆشنبیرکردن،لەڕێگەی (گۆڤاری منداڵان و چیرۆکی منداڵان،بەرنامە هەڵبژێردراوەکانی تەلەفزوێن و ڤیدۆ).
*شێوازی مامەڵەکردن لەگەڵ هەڵەی منداڵدا:لێبوردن لە هەڵەکانی منداڵ یان سزادانی،یان بەکارهێنانی شێوازی گفتوگۆکردن.
*شێوازی بەخشینی پاداشت و ڕێگەی بەکارهێنانی بەشێوازێکی ڕاست،بەڕێژەیەکی گونجاو و لەکات وشوێنی گونجاودا.
*شێواز و ڕێگەی سزادان و هۆکاری چاودێریکردن لەگەڵ هەڵبژاردنی کات و شوێنی گونجاو،ئەو سزایەش لەگەڵ هەڵە ئەنجامدراوەکەدا گونجاو بێت. هەوڵ و تەقەلا بدرێت بۆ دورخستنەوەی منداڵ لە هەڵە و ڕێگەیەکی بنچینەیی بەکاربهێنرێت.سودی شێوازە بەکارهێنراوەکان بزانرێت لە کاتێکدا کە منداڵ یەکەم جاری بووە کە ئەو هەڵەیە ئەنجام بدات.

*گفتوگـۆکردنی منداڵ،دروسـتکردنی بیرێکـی ڕەخنەگرانـە لـەلای منـداڵ و بۆگوزارشت کردن لەخۆی شێوازێکی تایبەت بەخۆی هەبێت.

*چـــونەدەرەوەی منـــداڵ لـــەماڵ،خێزان لـــەچ تەمەنێکـــدا ڕێگەبەمنـــداڵ دەدات،بچـــێتەدەرەوەی ماڵ؟کـــاتی مانـــەوەی منـــداڵ لـــەدەرەوەی ماڵ،چاودێرەکان کەبتوانن لەگەڵ منداڵەکەدا بچنە دەرەوە.

*هاوڕێیـانی یـاریکردنی منداڵ،تاچـەند خێـزان لـە هەڵبـژاردنی شـوێنی یاریکردن لەڕوی نزیکی ودورییەوە بەشداری دەکات.

*هەڵبژاردنی هاوڕێیان،تاچەند خێزان لەم هەڵبژاردنەدا بەشداری دەکات و منداڵ ئاڕاستەدەکات.مامەڵەکردن لەگەڵ هیوا و بەهرەکانی منداڵدا.

*ڕاستگۆیی لەگـەڵ منـداڵ دەربـارەی لایەنـە شـارا و و پەنهانەکان،زۆربـەی خێزانەکان لە گفتوگۆکردن لەسەر ئەو بابەتانـە خۆیـان دەدزنەوە،پێویستە دایـك وبـاوك لـەکاتی گونجـاو و بەشـێوازی گونجـاو دەربـارەی ئەولایـەن وبابەتانە بدوێن.

*شێوازی چاودێریکردنی خێزان،بۆئـەوەی بـزانن کـە منداڵەکـەیان تاچـەند پابەند و جێبەجێکاری ئامۆژگاری و ڕێنماییەکانی ئەوانە.

*گوێ لەمنداڵ بگیرێت و ئازادی بدرێتە منداڵ دەربارەی هـەموو ئـەو بابـەت ودياردانـەی لەمێشـکیدا دەخولێتـەوە بـدوێت و گفتوگـۆ بکات،لـە پێنـاوی دروسـتکردنی بـیری ڕەخنـەیی لـەلای منـداڵ و لـەپێناوی دروسـت بـونی کەسێتی جێگیرو پشت بەستو بەخودی خۆی.

*منداڵ بەشداری لەئیش وکاری دایك وباوکیدا بکـات،(کچ لـەئیش وکـاری ناو ماڵدا یارمەتی دایکی بدات،کوڕ لە ئیش وکاری خێزان و پیشەی بـاوکی دا یارمەتی باوکی بدات،لەگەڵ بەچاوگرتنی تواناکـانی منـداڵ و بارودۆخی خوێندنگە.

*هاوبەشـــی کردنـــی منـــداڵ لـــە چارەســـەرکردنی گرفتـــەکانی خێـــزان دا،بەشێوەیەك لەگەڵ تەمەن و زیرەکی وشارەزایی منداڵدا بگونجێت.

*شێوازی دروستبونی سۆز و پەرچەکرداره دروستەکان لەلای منداڵ (ترس و ڕق،ئیرەیی بردن و ئازار،توڕەیی و خەفەت).

*شـێوازی مامەڵـەکردن لەگـەڵ گرفتـی دەرونـی منـداڵ وخوڕەوشـت و خوێندنی.

*شێوازی مامەڵەکردنی خێزان لەگەڵ سەرپەرشتیارانی باخچە و خوێندنگە لـە هـەموو قۆناغـەکان دا،شـێوازی هاوکـاری کـردن لـەنێوان ئـەم دوو لایەنەدا،ئەگەر هەبێت.

*تاچـەند خێـزان لەدروسـتکردنی پەرچـە کـرداره بـە سـودەکان بەشـداری دەکات،لـە بەرامبـەر نوانـدی هەڵوێسـتی کەسـانی دیکـە و هاوڕێیـانی خوێندنگە و یاری،گەر هەڵس و کەوتی دوژمن کارانە بنوێنن یان حەز کردن بەگۆڕینـەوەی شـارەزایەکان لـە نێـوان خۆیـان دا و پێکهێنـان و دروسـت کردنی تیپی یاریکردن.

گـرنگترین ئـەو لایەنانـەمان بـاس کرد،کـە پێویسـتە خێـزان و لایەنـە باشـداربوەکان لـە پـەروەردە گرنگـی پـێ بـدەن بـۆ چـاودێریکردن و دروست،دروسـت بـونی لـەلای منـداڵ.گرنگـی ئـەم لایەنانـە لەوەدایـە کـە پێویستە پەیوەندیـیەك لـە نێوان لایەنە بەشداربوەکانی پەروەردەکردن دا هـەبێت و دوورکەونـەوە لـە پـەیڕەوکردنی شـێوازی پـەروەردەی دژبەیەك،لـە پەروەردەکردنی منداڵدا.ئەمەش بەدی نایەت گەر لایەنێکی کاریگەر و کارا نەبێت بۆ دروست کردنی یەك ڕۆشنبیری پەروەردەیی دەرونی لەلای هـەموو لایەنە بەشدار بوەکـان لە پەروەردەکردنی منـداڵ.خوێنـەری ئازیز هیـوادارم لە گەیاندنی ئەزمونە مەیدانیـیەکانم سەرکەوتو بوبم،بۆ ئەوەی ئەزمونەکانی ئێـوه دەوڵەمەنـد تـر بکـات.باهـەموان لەدروسـت کردنـی کەسـایەتی منداڵەکانماندا بەشداری بکەین.

پەراوێز:

* زایینی بیر(تولید الآفكار،تولید السقراطی): لێرەدا نوسەر مەبەستی لە شێوازی سوقراتە،كە چالاكی فەلسەفی خۆی لەگەڵ هونەری پیشەی مامانیدا بەراورد كردووە(دایكی سوقرات مامان بووە)،چونكە سوقرات وەك مامانێك لە كاتی لەدایك بونی بیركردنەوەی خەڵكیدا یارمەتی خۆی پێشكەش كردووە،سوقرات پرسیاری دەكرد و بەشێوەیەك خۆی نیشان دەدا كە هیچ نازانێت پاشان لەگەڵ بەردەوام بونی لێدوانەكەیدا وای لە بەرامبەرەكەی دەكرد خۆی لایەنە لاوازەكانی بیركردنەوە و ڕاست و هەڵەی خۆی ببینێت و بڕیار بدات.

* مۆز میوەیەكی زۆر بەسودە بڕێكی زۆر كالسیۆمی تێدایە و بۆكەم خوێنی باشە،بەڵام زۆرخواردنی لەلایەن منداڵەوە زیان بەگەدەی دەگەیەنێت.

*پشكنینی چەرپای:كاتێك منداڵ دەبرێت بۆ نەخۆشخانە یاخود بۆ نەخۆشخانەی فریاكەوتن،لەلایەن پزیشكی پسپۆڕەوە هەموو جۆرە پشكنینێكی بۆ دەكرێت و پزیشك پرسیار دەربارەی هۆی نەخۆشییەكەی گەر نەخۆش بێت،یان پرسیار دەربارەی هۆی بێتاقەتی و هۆی هاتنی منداڵ بۆ نەخۆشخانە دەكات.

*مەنغۆل یان كۆنیشانەی داون: **Down Syndorm**
هۆكاری ئەم كۆنیشانەیە دەگەڕێتەوە بۆ تێكچونی كرۆمۆسۆمی،كرۆمۆسۆم پێك هاتەیەكی دەزولەییە لە(**DNA** و پرۆتین)پێك هاتووە.لە هەر خانەیەكی جەستەی مرۆڤ دا (46) دانە كرۆمۆسۆم هەیە و بە شێوەی جوت

جوت ڕیز دەبن واتە لە هەر خانەیەك دا (23) جوت هەیە.هەندێك جار لە کەمە دابەشبون دا جوتێك کرۆمۆسۆم لە یەکتر جیانابنەوە و دەچنە گەمیتێکەوە.بەم شێوەیە ئەو گەمیتە لەبری ئەوەی (23) تاك کرۆمۆسۆمی تێدا بێت،(24) کرۆمۆسۆمی تێدایە.گەمیتەکەی دیکە (22)تاکی تێدایە.ئەمە تێکچونی بە ژمارەی کرۆمۆسۆم دادەنرێت و دەبێتە هۆی ڕودانی مەنغۆلی یان کۆنیشانەی داون.

*بەندەری بەرمۆدا:دورگەیەکە لە خۆرئاوای زەریای ئەتلەسی.

*ئەسپەنیك (نەفتالین):مادەیەکە لە خەلوزو هایدرۆجین پێك هاتووە،لە هاویناندا دەخرێتە ناو فەرش و ڕاخەری زستانە،بۆ ئەوەی مۆریانە و مشك،فەرشەکە نەخۆن.