SOMALI

# 10 Su'aalood. 10 Jawabood.

Caruurta, dareenka/shucuurta, ciyaaraha caruurta jirka lagu fahamsiiyo.

LATALINTA WAALIDKA

## Buug loo tilmaamay waalidiinta iyo caruurta

Waa muhiim in carruurtu kaliya aysan haysan buugaag ku saabsan mowduuca beeraha ama dab dabimiska, laakiin sidoo kale in ay heystaan buugaag ku saabsan mawduucyada ay kamidtahay jirka, qoyska, jacaylka iyo buugaag wax lagu fahamsiinayo. Buugaagtaas si wadajir ah ayaa waalidka iyo caruurtu u aqrisan karaan ama u furi karaan.

| Magaca Buuga | Qoraaka Buuga & soo saaraha | Da´da Kabilaabata |
|---|---|---|
| Alles Familie | Alexandra Maxeiner, Anke Kuhl<br>Klett Kinderbuch Verlag | 3 sano iyo ka weyn |
| Wir entdecken unseren Körper | Doris Rübel<br>Ravensburger Verlag | 4 sano iyo ka weyn |
| P.S. Es gibt Lieblingseis | Luzie Loda<br>Marta Press Verlag | 5 sano iyo ka weyn |
| Mein erstes Aufklärungsbuch | Dagmar Geisler<br>Loewe Verlag | 5 sano iyo ka weyn |
| König und König | Linda de Haan, Stern Nijland<br>Gerstenberg Verlag | 4 sano iyo ka weyn |
| Mein Körper gehört mir | Dagmar Geisler<br>Loewe Verlag | 3 sano iyo ka weyn |
| Peter, Ida und Minimum<br>Familie Lindström bekommt ein Baby | Grethe Fagerström<br>Ravensburger Verlag | 5 sano iyo ka weyn |
| Die Gefühle Bande | Clemens Fobian, Mirjam Fels<br>Marta Press Verlag | 4 sano iyo ka weyn |

## Impressum (Aderesyada iyo dadka ka masuulka ah oo qoraalkaan kadanbeeya)

**10 Su´aalood. 10 Jawaabood. Latalinta Waalidka.**

Waxaa daabacay:
pro familia Landesverband Hamburg e.V
Seewartenstraße 10, Hambourg, Allemagne
www.profamilia-hamburg.de

Qoraaga: Christiane Kolb, Hambourg

Habeynta: SÜDNORD Design, Hambourg

Sawirka hore waxaa iska leh: istock.com/courtneyk

Dabacaada: Drucktechnik Bisping & Odenthal GmbH

1. Inta ladaabacay 2020, 500 xabo

kasoo degso halkaan:
www.profamilia-hamburg.de

© Waxaa sharci ahaan u leh –
pro familia Landesverband Hamburg e.V.

Waxaa taageeray:
Förderverein für Pro Familia Hamburg e.V.
Stiftung Pro Familia e.V.
Bußgeldfonds Hamburg
Behörde für Justiz und Gleichstellung

Buug yarahan waxaa lagu tarjumay dhaqaalihii laga helay barnaamijka federaalka „Bilawga Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung“

KITA-EINSTIEG HAMBURG

Frühe Bildung: Gleiche Chancen

Waxaa taageeray:
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Hamburg | Sozialbehörde

**Hooyooyinka iyo aabayaasha sharafta leh,**
**dadka qaaliga ah ee ku hawlan xanaanada iyo tarbiyaynta caruurta,**

Mowduuca caruurta yar yar iyo dareenka galmada (ujeedka ma ahan Galmo kadhaxeysa labo qof) uma muuqdaan marka hore in ay wada socdaan ama isku lug leeyihiin.
Laakiin dareenka galmada ayaa ah mid la socota ama saameeya dadka noloshooda oo dhan, xitaa carruurta da'doodu tahay 0-6 sano jir.
Waxay ka bilaabataa nadaafadda jirka, waxaa kusii xigta waxayaabaha ilmahaagu kala kulmo doorkiisa jinsiyeed lab ama dhedig oo u horseedda su'aalo, carruurtu si toos ah ayey u weydiiyaan: „Xaggee ilmuhu/Babys ka yimaadaan ama ku abuurmaan?“

Buug-yarahaan wuxuu ka jawaabayaa su'aalaha ugu muhiimsan ee ku saabsan jirka, jacaylka iyo waxbarashada dareenka galmada - iyadoo noqon karta sidoo kale ka hortaga faraxumeynta ilmaha. Waxaa loo kaashaday soo sarka macluumadka buugaan xirfadlayaal ama qabiiriin ka socda sayniska iyo ku dhaqan soo ifbaxay.

In da´da goonida ah laga hadlo waa la iska dhaafay, sababtoo ah waad ogtahay in carruurtu si kala duwan ay u koraan iyaga oo isku da ama cimri ah. Ugu dambeyntii adiga ayaa go'aansanaya: Sideed jeceshahay inaad uga jawaabto su'aalaha ku saabsan galmada?

Maxaad adigu naftaada la jeclayd markii aad caruurta ahayd? Buug-yarahaan wuxuu bixinayaa aqoon iyo talooyin:

**10 su'aalood. 10 jawaabood.**

# 1

*Maxay „taasi“ u tahay arin mudan in laga hadlo guud ahaan?*

- SABABTA 1AAD: Sababtoo ah Galmadu ama iskutagu waa qeyb nolosha ka mid ah.

  Laga soo bilaabo da'da yar. Dareenka Rabitaanka galmada waxay ka kooban tahay wax ka badan inta aad u maleynaysid: raaxada, dareemitanka maqaarka iyo timaha dareen wanaagsan oo ku saabsan jirka guud ahaan iyo sidoo kale aragtida aasaasiga ah ee ku saabsan isu dhawaanshaha, jacaylka jinsiga lab ama dhedig.

- SABABTA 2AAD: Sababtoo ah carruurtu waxay qabaan ama la imaanayan su'aalo

  Layaab ma leh. Caruurto waxey ku korayan adduunyo Dareenka Rabitaanka had iyo jeer joogto ah: Caruur baa dhashay (halkee ka yimid caruurtu?), dhunkasho qoyan (qurun/wax la dhibsado!) boombalo gaduudan iyo kuwo Murqoleh sida boombalaha ninka (sabab?), Moodooyinka ‚Bikini'ga xirta ee boodhadhka ku sawiran (ma dhaxmoonayan miyaa?), meel baa (Tambooni/suufka dumarku isticmaalo marka caadadu ka timaado) taalo (maxaa loo isticmaala?).

- SABABTA 3AAD: Sababtu ma aha ama kuma saabsan „galmada" isla markiiba

  Rabitaan iyo kacsi, khataro iyo dhibaatooyin? Dadka waaweyni way arkaan taas. Caruurta ma fahmi karaan. Kaliya caruurta waxey raban in ay ogaadan: Waa maxay sababta „keyga iyo „kaaga" ukala duwan yihiin? Xagee ilmaha ka yimaadaan?

- SABABTA 4AAD: Maxaa yeelay ilmahaagu wuxuu u baahan yahay taageero iyo lasocosho

  Qofkii ka fogaada mawduucas waxey halis u tayahay in Caruurtu ku kori doono fikradaha „qaldan". Haddii kale waxaa dhici karta in ilmahagu iskuulka banaankiisa ama internetka oo sawiro shaki leh ama macluumaad qaldan kahelaan oo halkas wax qalad ah kabartaan.

- SABABTA 5AAD: Sababtoo ah kalsoonida qofka Caruurta ugu muhiimsan waa Waaridka

  Waad ogtahay waxa ilmahaaga ku mashquulan iyo waxa da'dooda ku haboon tahay. Meelna kama heli karaan caruurta aqoon iyo sharaxaada qiimo si ka kalsooni badan tan qoyska.

# 2

## Waxyaabaha ilmuhu u baahan yahay inuu ka ogaado jirkiisa?

Xitaa carruurta laba jirka ah way yaqaaniin: Xoolaha Ariga inuu ay meeh kudhawaqaan, lo‘dana muuh tidhaahdo iyo meesha caanuhu kasoo baxaan.  Jikana? Xudunta, badhida/dabada... cawrada jirka, dadka waaweyn badnaa way ka xishoodaan. Haddana waxaa muhiim u ah ilmahaaga inuu jirkiisa ku kalsoon yahay kuna qanacsanyahay iyo inuu awoodo inuu magacaabo qeyb walba oo jirkiisa kamid ah.

Guska, siilka, xiniinyaha, faruuryaha siilka, kintirka iyo qeybta hore ee gudan ee guska raga, waxaas oo dhami waa qayb ka mid ah, barashada jirka. Kataxadar in marka Gabdhuhu loo sharaxyo xubnahooda cawrada, in aysan u fahmin in laga wanaagsan yahay maadama cambarkoodu uusan u muuqan sida wiilasha ama raga oo kale.

Inaad ku tidhaahdid „Tani waa sax oo adiga ayaa iska leh“ waxay ka caawin doontaa ilmahaaga inuu dareemo kalsooni naftooda jirkooda ah madaxa ilaa ciribta lugta Barashada dareenka jirka waa tallaabada ugu horreysa ee looga hortago xadgudubka faraxumaynta galmada.

Sidoo kale erayada kalmada xubnaha lagu tilmaamo waasax. Kaliya xusuusnow in ilmahaagu markuu joogo meesha xannaanada caruurta ama iskuulka waa in la fahmi karo marka uu doonayo inuu sheego marka wax xanuujinayaan ama wax aan sax ahayn lagu sameeyo. Taasi waa sababta ay muhiimka u tahay in ilmuhu garanayo magacyada xubnaha Cawrada.

Ugu dambeyn da‘da iskuulka ka hor, xiisaha ay caruurta u qaban in ogaadan „sababta“ iyo „sidee“ ee bayolaji ahaan u dhacaan Hawlgallada/arimaha. Waaridku way faamsiinkaraan caruurta. Tusaale ahaan, waa warbixin muhiim ah in la ogaado, halka ay gabdhaha ku taalo meesha ka kaadidu kasoo baxdo, meeshaas oo ku taal gidaarka siilka, hal ilaa labo sentimitir gudaha meesha uu kabilowdo taranka ama siilka dumarka afkiisa dumarka.

Maanta waxaan ogsoonahay in xubnaha Cawrada Caruurta siilka ama guska, horaba inta ay carurta uurka ilmo galeenka kujiraan waxaa lagu arki karaa kubuyuutarka wareega dhiiga xubnaha cawrada oo aad ushaqaynaya, taaso oo sabab tusaale ahaan natusaysa kacsiga waxaa lagu arki karaa qalabka ‚ultrasound‘. Qofkii wiilasha kabadalay xafaayada ayaa arintaas fahmi kara. Way fiicantahay in la ogaado in tani ay tahay wax iska caadi ah, oo dadka oo dhan kadhexeysa bayoloji ahaan dadka oo dhan ayaa saas ilaah usameeyay.

Maxaa la fahamsiiyaa?

# 3

Iyo waqtigee wax la faham-siiyaa caruurta?

Jawaabta ugu fiican waa: marwalba iyo markasta. Isbarbar dhig qeexitaanka iyo barashada nidaamka wadooyinka: laga bilaabo gaariga alwaaxa laga sameeyay ilaa caruurtu uu yiraahdo „Gaari“ marka ugu horeeso, iska ilaalinta isgoyska ilaa ruqsadda darawalnimada - taas oo qofku muddo dheer sugi karo - si shaqsiga si masuuliyad leh uga qayb gali karo kaxaynta gaadiidka wadooyinka. Waalidiintu waxay sharxaan waxa ay tahay inay carruurtu ka ogaadaan dhammaan qaybaha nolosha. Sidoo kale mowduucyada quseeya dareenka rabitaanka galmada.

**maxaa la oron karaa?**
Adiga ayaa go‘aankeeda iskaleh. Waxaa ugufiican ee caruurta aad ugu sharaxi karto waa qaab fudud oo da‘da ku habboon, si daacad ah oo toos ahna ugu sharaxdid. Saddex ama afar sano jir, waxaa ku filan fahanka fudud ee xiriirada isleh: ilmuhu wuxuu ku koraa caloosha hooyada. Sidoo kale sharixitaanka taranka raga iyo dumarka, shahwada iyo sida ukunta ilmahana ku abuurman, galmada kadib waxey jawaabta saxda ah lagu sharixi doonaa dugsiga hoose.

**Goorma ayaa la oran kartaa?**
Kadib marka ay jiraan su‘aalo ku saabsan jirka, jacaylka iyo iskaashiga/saaxibtinimo. Laakiin sidoo kale ka faa‘iideyso munaasabadaha caadiga ah ee nolol maalmeedka. Tusaale ahaan, markii la dhaqoyo taranka caruurta maalin kasta, iyo sidoo kale loo sharaxoo timaha kuyaala xabadka aabaha ama naasaha hooyada. Haddii aad heshid buugaag ama filim Moodooyinka qoyska, kala tagga, jacaylka, waxaad tusi kartaa caruurta sida jacaylada kala duwanyihiin.

Fahamsii ama usharax Cauurtaada Adduunka ay ku korayaan. Taas oo keenaysa in Caruurtaadu Aduunka si wanaagsan ufahmaan ama u bartaan.

# 4

## Maxaa wareerin kara ama dhib ku ah caruurta inay fahmaan?

Carruurtu kama wareerayan hadii waalidku u sharaxayan sida jirka isku badalo iyadoo si naxariisleh wax loo fahamsiinayo, hadii si fudud loogu sharxo iyada oo da'da caruurta dhowraya. Tani waxaa kujirta fursad: Waxad ilmahaga siinaysaa sawir wanaagsan iyo aqoon ku saabsan jirka, in aad wax jeclaato iyo taranka, ixtiraamka naftiisa iyo dadka kale.

Mararka qaar waxaa jirta cabsida laga qabo in carruurta ku jahwareeran macluumaadka quseeysa dareenka galmada. Laakiin khatar ma aha in la ogaado halka ay carruurta ka yimaadaan (sida caruurta u dhashaan) iyo sida jirka u shaqeeya. Waalidiinta iyo aqoonyahanada caruurta wax bara midkoodna kama wada hadlaan mowduucyo ka fog waxa caruurta ay fahmi karaan. Wax walba waxaad saxeysaa, markii aad caruurta u sharaxdo aqoonta uu doonayo inuu fahmo iyo sidii uu wax u fahmi karo.

Cilmi-baaristu waxay muujineysaa, in dhalinyarada, markii ay caruurta ahayeen tallaabo-tallaabo wax loo fahamsiiyo mowduucyada quseeysa arintaan, ee yihiin kuwa si fiican u fahansan „galmada dadka waaweyn“. Dhalinyaradaas oo noqda kuwa bilaaba Galmada „marka ugu horeysay“ waqti dambe waxayna sameeyaan ka dibna si taxaddar leh ayay uga hortagaan wixii qalad ah. Sidaa darteed:

Aqoonta iyo furfurnaantu waxay abuuraan dareen masuuliyadeed.

Aqoondaro iyo cabsidu waxay keenaan amaandarro iyo in qofku qalad qatar ah sameeyo.

# 5

## Waa maxay ciyaaraha caadiga ah oo caruurta lagu fahamsiinayo Jirka?

Ciyaarta carruurnimada ee ku saleesan xaqiiqooyinka qaawan waxay shaki ku abuurta dadka waaweyn. Taasi miyaanay ahayn wax laga xishoodo? Ama xitaa khatar ah? Tusaale ahaan, haddii cunug yar uu rabo inuu fiiriyo xubnaha cawrada saaxiibkiis ah ama waalidkiis. Waxaa laga yaabaa in carruurta yaryar ay sidoo kale ka hadlaan „galmada“ markay ka hadlayaan ciyaaraha jirka.

Caruurta wey xiisa badanyihiin. Iyagu ma laha rabitan galmo sida dadka waaweyn. Kaliya waxay rabaan iney ogodan sida ay muuqaalada kale yihiin, yar iyo weyn. Caruurta waxay rabaan in la kolkooliyo kaliyah. Hadii aad dareemto in cunungaaga xiisahiisa inuu ogaado macluumad quseeysa arintaas, waxaa dhigi kartaa xad. Taa bedelkeeda, dadka waaweyni way ixtiraamaan carruurta kadib markii xad loo dhigo sida ay hab kuu siinayan ama ay doonanyan in loo kolkooliyo.

Kuwani waa ciyaaro carruurta dhexdooda caan ah: laga bilaabo da‘da 3 illaa 4 jir, carruurta badan waxey ciyaaran aabbo-hooyo-ilmo waxeyna isbarbar dhigan jidhkooda. Waxay ciyaaraan ama iska dhigaan dhaqtar iyo dhaqtarad iyo inta u dhaxeesa da‘da 5 jir illaa 6 jir, waxey ciyaraan waxa ay u yaqaaniin Jacayl, ama „samaynta jacaylka“.

Caruurta markey da‘daas jiran kuma fikiraan dareen kacsi. Kama fikiran caruurta iskaashi, qanacsanaanta ama raaxeysasho, xiisaha iyo arrimaha kale ee galmada ee muhiimka u ah dadka waaweyn. Isla marka ay dareeman in ciyaartooda si qallafsan loo fiirsanayo ama in dareen xishood soo kordhay, dib ayey u laabtan ama wey isku xishoodan.

Carruurtu waxay ku kala saaraan ciyaarta waxa ay ka daawadaan adduunka - tani waa hawl horumarineed. Taasi waa sababta ciyaaraha dhaqtarka loogu yeero guud ahaan, waana caadi. Carruurta qaar baa ciyaara, qaarna ma ciyaaraan. Marka in la mamnuuco macno ma samaynayso.
Waxaa ka fiican in xeerar iyo nidaam jidaysan labaro.

# 6

## Maxay yihiin xeerarka ciyaaraha caruurta lagu fahamsiiyo jirka?

- 1 CARUUR ISKU DA‘ AH.
  Waxaa haboon in carruurtu isku da‘ yihiin (farqi hal sano kabadan inuusan u dhaxeyn). Loomana baahna in caruurtu kala awood badantahay. Caruurta waaweyn kama qeyb qaadan karan ciyaartaas.

- 2 OGOLAANSHO.
  Qof walba wuxuu ciyaarayaa wuxuu rabo ama iyadu rabto. Isxanuujin lama ogola. Qasabna majiro.

- 3 MAYA MACNAHEEDU WAA MAYA: JOOJI/JOOGSO.
  Jooji iyo maya waa in la ixtiraamo. In caawinad la doonato maahan rufiyaanimo.

- 4 WAXBA HAGELIN.
  Waxba hagelin jirka, Duleelka furan nooca uu doono ha noqdee Taasi waxay dhaawac ugeysan kartaa jirka.

- 5 HA QASIN/ AMA YAAN LA DHIBIN.
  Carruurtu waxay u baahan yihiin meel ay ku ciyaaran - laga yaabee in aad marmar kor ka fiirisid xaaladooda ama dhegta utaagtid.

- 6 KA HADAL.
  Waa inaad ka fekertaa haddii, caruur idin soo booqato in aad waaridkood u sheegayso ciyaarta caruurtu isla ciyaareen noocee-da. Furfurnaantu waxbay tartaa oo waa muhiim. Waa muhiim in aad waalidiinta kala hadasho xeerarkaaga caruurta. .

- 7 KALMAD WANAAGSAN:
  „Waad ogtahay, dadka waaweyn kaliya ayaa sameeyaisku tgid „galmo“, sax?“

# 7

# Maxaad kasamayn lahayd Xishoodka?

„Jooji hooyo. Aniga ayaa qubaysanaya jirka mayranaya.“
„Aabo, ha iifirinin!“
„Waxaan rabaa inaan helo qol aan keligeey dharka isaga badalo.“

Haa, xishoodku am ceebtu waa jirtaa. Markuu dareenka xishoodku soo baxo, waalidku waxay la yaabaan: „Waa maxay sababta? Hada?“ Waxaa fiican in aad aqbasho isbeddelka siduu ku yimaad - si kasta uu ilmahaagu jabiyo xadka ugu horreeya.

Mararka qaarkood waxay caruurtu bilaabaan inay isku ceeboodaan ama xishoodaan da‘da 3 ilaa 4 sano, badanaa da‘da dugsiga hoose, mararka qaarkoodna mudo yar kahor xiliga qaangarnimada. Taas oo dhan waxay ku jirtaa qaabka. Sidoo kale in akhlaaqdu tahay tan ugu horreysa dhammaanteed - taas waxaa og waalidiinta aqoonta leh horumarka kale.

Waxay la mid tahay waqtiga Maya ay badan tahay: ilmahaagu wuxuu iiskiis si madaxbanaan isku ogaado inuu yahay noole xor ah, si uu u qaado tallaabo muhiim uu ku baranayo in naftiisa maareyo. Ceebtu waxey leedahay shaqo ilaalin ah, taaso ah arin fiican. Ceebtu waxay dadka u adeegsadaan inay difaacaan arimahooda qaaska iyo asturnaanta jirkooda.

Dhinaca kale, waa in sidoo kale qaddarin kartaa farxadda ee muujiyan carruurta yaryar. Way ku faanaan caruurta markey dareemaan in jidhkooda ku qanacsanyihiin. Taasi miyaanay fajac/layaab ahayn? Ku farax oo si qunyar ah u qari is qaawinta: gebi ahaanba qaawanaanta, waxey kadhici karta guriga ama meel xiran. Marka ay xad dhaafto, waa muhiim ah in sida wanaagsan loo dareensiiyo in xadka la dhaafay.

carruurtu wey ogyihiin: qof kastaa wuxuu leeyahay xad u gaar ah. Waxaana jira sharciyo wada noolaanshaha oo quseeya qof walba.

# 8

## Sideen uga badbaadin karaa in ilmahaaga xadgudub/ faraxumeyn lagu sameeyo?

Xagga xadgudubka galmada/faraxumeynta, caruurtu awood uma laha in ay qof ka weyn iska celiyaan. Laakiin waxaa jira talo fiican oo looga hortegi karo:

- Aqoontu waa difaac. Aqoondarro iyo in laga hadlo mamnuucida arimaha quseeya galmada waxay kaalin ka geysaneysaa in dadku ku kacaya ficilkaas ay dareeman in meesha aqoondarro kajirto waxeyna si fiican si qarsoodi ah u hirgeliyaan qorshahooda faraxumaynta. Hadii caruurtu uusan aqoon ulahayn oo aan labarin waxyaabaha ceebta xun ah, maba oga waxa lagu sameynayo inay faraxumayn xuntahay. Caruurtu waxay markaa ka baqayaan in ay faraxumaynta iyo ceebta loo geystay dadka ama waaridkood usheegaan.
- Inaad ka hadasho „ninka xun“ waxba ma tarayso. Ilmahaagu wuu ogyahay in aysan raacin qof shisheeya ah. Fahamsii caruurtaada in guud ahaan dadka waawey ay waxyaabo xun caruurta ku samayn karaan, sidaa awgeedna in aysan qof kasta oo weyn iska aaminin.
- Faraxumayntu badanaa kama timaado dadka shisheeyaha ah. Waalidiintu waa inay ogaadaan in: Faraxumayntu badanaa katimaado dadka ay isku dhow yihiin, qoysaska, saaxiibbada, iyo hay'adaha dhexdooda. Xadgudubku faraxumayntu wuxuu ka bilowmaa marka dadka waaweyni doonayaan inay helaan waxay ku raaxaystaan.
- Furfurnaanta gaarka ah. Bar caruurtaada in ay is asturnaan, laakiin eysan aheen wax aan la hadlai ama taban karin. Ilmahaagu waa inuu isagu noqdaa mid kawar qaba oo magacaabi kara xubnaha jirkiisa oo dhan. Ogaadana in: Guriga reerkiisana uu wax walba oo su´aal ah oo mawduuc kasta qusaysa weydiin karo.
- Aaminaadu way ku caawinaysaa. Fahamsii caruurta sirta wanaagsan iyo kuwa xunba: Kuwa wanaagsan waxay kusiinayan dareen wanaagsan, sida markii hadiyad lagu siiyo ama lagaa yaabiyo adigo kawarqabin. Sirta xun waxay abuuraan cadaadis iyo cabsi. Taas ma aha in ay kaligaaga waxa xun qarsato.
- Isku kalsoonidu waxay kaa dhigeysaa qof adag xoogan. „Jidhkayga aniga ayaa iskaleh.“ Caruurtu wuxuu ubaahanyahay xaqiiqadan. Qoyskaaga waa inu sidaa ku saleysan yahay. Nadaafada shaqsiyeed ee maalin walba waa muhiim ah, laakiin in marka caruurtu habeenkii seexanayso ladhunkado ama ayeeyo hab lasiiyo in qasan looga dhigo caruurta maaha. Caruurtu xadkooda way samaysn karaan. In lagu qasbo ma fiicna.

9

# Maxaad samayn lahayd haddii caruurtu isagu jirkiisa is taa taabto?

Taasi way dhacdaa: Mararka qaar wiilasha yaryar ayaa gacanta ku ilooba surwaalkooda hoostiisa ama gabdhuhu waxey salaaxaan cawradooda hoose, tusaale ahaan barkinta. Taasi waxay siineysa dareen wanaagsan.

Dadka waaweyni badanaa way yaabaan markay carruurtu ogaadaan fal-celinta jidhkaas ka hor qaangaarnimada. Taas ma dhici kartaa? Jawaabta khubarada waa: haa. Falcelinta kicinta dareenka kacsiga waa mid sidoo kale lagu dhasho. Laakin maahan mid lawada ogyahay badanaa.

Xitaa ilmuhu wuxuu dareemi kara bararka faruuryaha xubinta taranka cawrada (gabdhaha) ama xubinta taranka guska ee wiilasha oo kaca xiliga la naasnuujinayo. Carruurta yar yar waxay dareemi karaan dareenka tarankooda iyadoo qofna taaban ama qofkale aan caawimaad ka helin, mararka qaarna isku daya iney si firfircoon u kiciyan tarankooda. Tan waxaa sidoo kale soo sheegay khuburada ka shaqeeysa xarumaha xanaanada carruurta.

Haddaad tan aragto, ha argagixin. In arintas dadka waaweyn ceeb latahay ma oga cunuga yar. Waxay dareemeyan wax fiican, oo aan lahayn ujeedo cad ama ujeeddo qarsoon.

Qiimeyn iyo qaylo ma haboona. Mamnuucitaanku wuxuu ka dhigayaa galmada mid guud ahaanba qalad ah, oo ku dhiirrigelisa caruurta in arimaahas qarsadan. Taas oo aan macnaheedu ahayn in taabashada taranka caruurta iyadoo banaanka lajoogo tahay wax sax ah in la sameeyo. U dhaqan si waafaqsan qiyamkaaga iyo dareenkaaga. Waxaad dhihi kartaa, „Taasi waxay ku siineysaa dareen fiican, sida aad dareentay hada. Lakiin Dadku ayaga si gooni ah u sameesta arintas. Dadkas kale ma rabaan mana aha inay halkaas joogaan.“

Fikrad ahaan, waxaad uga jawaabtaa si deggan, laakiin muuji xeerarka nolol maalmeedka.

# 10

## Sidee wanaagsan oo ula dhaqmaysaa su‘aalaha jinsiga lab iyo dhedig?

Carruurteenna ma ku korinnaa inay noqdaan gabdho iyo wiilal?

Maxaa laga ogaaday bayolajiga, ama laga ogaaday waalidiinta ama bulshada?

Taasi waa su'aal ay u badan tahay in aan waligeed la heli doonin jawaabteeda ugu dambeysa. Waxa cadaata in badanaa waxyaabaha bulashada laga ogaaday in ka badan wax walba, tahayna waxyaabaha badanaa dadku ku dhaqmaan.

Maxay barayaashu u gudbiyaan caruurta xagga tusaalayaasha ama ku dayashada?
Waxaa habboon in laga feejignaado waxtarka iyo faa'iido darrada ay leeyihiin fikradahaaga gaarka ah ee ku saabsan ragannimada iyo dumarka. Iyo in la waydiiyo: Sidee adduunku u noqon karaa jiilka soo socda? Si ay dhammaan carruurtu u horumariyaan aqoonsigooda sida ay dareemayaan iney yihiin.

- LAGA BILAABO 2 SANO
  carruurtu way kala sooci karaan jinsiyada waxayna fahmi karaan jinsiga ay yihiin lab iyo dhedig.
- LAGA BILAABO 3 SANO
  carruurtu way yaqaaniin kala duwanaanshaha ragga iyo dumarka waxayna ku sharixi karaan astaamo lagu kala garan karo.
- LAGA BILAABO 4 SANO
  caruurtu waxey ku adgeestsan doorka jinsigooda. Hadda ciyaarta la-dagaallanka doorarka ayaa bilaabmaya. Ciyaarta dhakhaatiirta, aabaha-hooyo-ilmaha, labiska. Wiil doonaya inuu goonno xirto waa mid caadi ah sida gabadha neceb midabka casaanka (Rosa).
- LAGA BILAABO 5 SANO
  Laga soo bilaabo da'da shan jirka, carruurtu mararka qaarkood waxay matalaan doorka jinsiga si xad-dhaaf ah. Waxaad badanaa maqashaa: "Gabdhaha lala ma ciyaaro "ama" wiilasha waa doqomo. "Ama taa beddelkeeda. Taasi run maahan - laakiin caruurta badanaa ka caawisa kala xadaynta jinsiga iyo xasilinta aqoonsigooda.

Dadka aan ku qanacsaneyn jinsigooda (nin mise naag), ama kuwa jecel isla jinsigooda, waxey badanaa yidhaahdan: „Waxaan dareemay taas xitaa ka hor intaanan bilaabin dugsiga/iskoolka." Ma jirto jawaab sax ah ee sabab u ah aqoonsiga jinsi ama jihayn loo muujiyay.
Laakiin qof walba wuu ogayahay/ fahamsan yahay: in dareen qoto dheer ah jiro - mana badali kartid xaqiiqda adigoo raali ka ah.

Marka laga eego xagga tirakoobka, carruurtu sidoo kale waxay ku koraan deegan oo aan la kulmin ama raacin caadooyinka iyo heerarka caadiga ah ee la filayo bulshada. Ka taxaddar. Kuna aqbal ilmahaaga dareenkooda sida ay yihiin.

## Weli wax su´aal ah maqabtaa?

Ma waxaad raadineysaa taageero dheeri ah oo ku saabsan waalidnimada, galmada iyo macluumaad kale?
Xarumaha la-talinta waxbarashada ee magaaladaada ayaa ah goobah ka heli kartid macluumad kugu filan. Waxaa intaa u dheer in khabiirrada barbaarinta ee dugsiga xannaanada iyo dugsiga dambe ayaa ah dadka saxda ah ee aad kala hadli karto mowduucayadan.

Dalabyada soo socda ayaa sidoo kale lagula talinayaa:

**www.bzga.de**
Buuga „Liebevoll begleiten" ka socdo Xarunta Federaalka ee Caafimaadka Caafimaadka kala dag halkan

**www.isp-dortmund.de**
Mowduucyo qabiireed kala dag halgaan

**www.familienhandbuch.de**
Tixraac ayaa ka shaqeeya dhammaan mawduucyada la xiriira waxbarashada iyo qoyska

**www.profamilia.de**
La-talin shakhsiyeed oo ku saabsan dhammaan dhinacyada dareenka galmada ee 180 xarumaha talo bixinta oo dhan

**www.zartbitter.de**
Xarunta macluumaadka ee ka dhanka ah xadgudubka galmada Macluumaad fara badan oo ku saabsan mowduucas Ciyaarta dhakhtarka, horumarka, xadgudubka