تووڕەیی مەزاج

زۆرجار وەڵامێکی سادەیە

هەموو منداڵان ئەو سنوورانەی کە بۆیان دادنرێت تاقی دەکەنەوە و هەندێ جار هەوڵ دەدەن بۆئەوەی لە سنوورەکان تێپەڕن. ئەمانە هەموو بەشێکن لە فێربوون و بوون بە مرۆڤێکی ڕاستەوخۆ. گرنگە کە لەبیرت بێت منداڵ بە مەبەستی چارەسەرکردنی پێداویستییەکانی هەروا هەڵسوکەوت دەکات. گریان و نەخەوتن بەو واتایە نییە کە لاسار و بزێوە یان دەیهەوێ نارەحەتت کات. منداڵانی گەورەتر لەوانەیە خواردنێک کە حەزی پێناکەن تف بکەنە ناوی یان نەسرەوێن و ڕێگە نەدەن بۆ گۆڕینی دایبی. تەنیا ئیشێک کە ئەنجامی دەدەن ئەمەیە کە لە ڕێگەی تەنیا شێوازێکەوە کە دەتوانن، بۆ دەربڕینی حەز و ڕقیان هەوڵ بدەن.

زۆربەی هۆکار و ئاکاری تەحەداکەر دەتوانێت ببەستێرێتەوە بە شتی سادە وەک ماندوویەتی یان برسیەتی، ڕاکێشانی سەرنج، ئاڵوگۆڕی لە ژیان (ڕەنگە داینگەیەک یان منداڵێکی نوێ لە ماڵەوە) یان لەوانەیە لەبەرئەوەی ناتوانن داواکاری خۆیان دەربڕن، هەستی بێتوانایی و بێهیوایی بکەن.

دەکرێ کاتێک کە منداڵ لەڕادەبەدەر ئاکاری خراپ پێشان دەدەن کاردانەوەی پۆزەتیڤ بەکاربێنیت. بەو بڵێ کە بە هۆی ئاکارەکانی نارەحەتی و نەک لەخۆی. بەم شێوەیە ئەو خۆی بە کەسێکی لاسار نازانێت و دەزانێ کە ئەوەندەی دەسەڵات هەیە ئاڵوگۆڕی بەسەر ئاکاریدا بێنێت. دیاریکردنی سنوور و ئاست و یاساکان لە ژیانی منداڵدا کە بە گەشەکردنی ئەو دەگۆڕدرێت گرێدراوە بە تۆ. سەرەتا قسە بکە دەربارەی شێوازی پەروەدرەکردنی خۆت لەگەڵ هاوبەشی ژیانت بەم شێوەیە هەردووکتان یاسای جێگیر پەیڕەو دەکەن.

هەندێجار ئەو تەنیا پێویستی بەمە هەیە کە کاتێکی لەگەڵ بەسەر بەریت. هەموو سەرنجت لای ئەو بێت، بەبێ ئەوەی هێچ شتێکی دەرەکی سرنجبەر بێت. دەربارەی هەستەکانی قسە بکەیت، یاری بکەیت، چیرۆکی بۆ بخوێنییەوە یان تەنیا جێژ وەربگریت لە لە ئامێزگرتنی ئەو.

1.
منداڵەکەم تووڕەیە و توندوتیژە و شڵەژاوە.

2.
هەندێجار زانین بەمە کە ئاکاری منداڵ ئاساییە یان نیشانەی ئاڵۆزی ئاکارە، لەوانەیە دژوار بێت.

3.
گەر نیگەرانیت، قسە بکە لەگەڵ سەردانکەری تەندروستی خۆت یان پەرستاری باخچەی ساوایان.

بیانووگرتنی منداڵی تازەپێهەڵگرتوو

لەوانەیە بیانووگرتن لە 18 مانگییەوە دەست پێبکات و لە چوارساڵیدا کەمتر دەبێتەوە. بیانووگرتنی منداڵی تازەپێهەڵگرتوو زۆرجار کاتێک ڕوو دەدات کە منداڵ ناتوانێت بەئاشکرایی ئەوەی دەیهەوێت، دەریبڕێت. بێهیوایی لەوانەیە بە شێوەی بیانووگرتن بێت. بیانووگرتن لەوانەیە کاتێک ڕوو بدات کە منداڵ ماندوو، برسی یان ناڕەحەت بێت. ئەم ئاکارە زۆرجار لە شوێنی گشتی و قەرەباڵغدا ڕوو دەدات کە لەوانەیە ببنە هۆی شەرمەزاری و گوشاری دەروونی دایک و باوک زیاتر بکەن.

ئارام بە و بزانە منداڵەکەت پێویستی بە خواردنە یان پشوودان. سەرنج بدە بە منداڵەکەت و گەر بکرێت شوێنێکی ئارام یا شێوازێک بۆ ڕاکێشیانی سەرنجی بدۆزەوە. کۆڵ مەدە، بەڵام لە پێناو تێگەیشتن لە هەستی منداڵەکەتدا هەوڵ بدە. و پاشان ستایشی منداڵەکەت بکە بە هۆی هێمنبوونەوە و پێی هەڵابڵێ.

هەندێک ڕێنمایی دەربارەی ئاکاری منداڵی تازەپێهەڵگرتوودا:

- **کات بدە بە منداڵە تازەپێهەڵگرتووەکەت**، پێی بڵێ لە ئەویت، لە ئامێزی بگرە.
- هەوڵ بدە **ڕێگەی پێبدەیت سەربەخۆیانە** هەڵبژاردنی سادە بکات، بۆ نموونە، **'**حەزت لە کڵاوی شینە یان سوور**؟'**
- **یاسا و ڕێسای ئیشی ئاشکرا و سادەت هەبێت** بۆئەوەی کەمتر لەگەڵ منداڵ شەڕ بکەیت.
- **ستایشی بکە بۆ بچووکترین ئاکارێکی باش** کە دەتهەوێ هان بدرێت بۆ ئەو و گەر دەکرێت گوێ مەدیە بە خراپ مامەڵکردنی کەم.
- **هەوڵ بدە ئاکارێک کە حەزت لێی نییە، بخەیە بن گوێ**، چونکە ئەمە بەم واتایەیە کە ئەگەری ئەوەی هەیە دوبارە بێتەوە.
- گەر منداڵ دەستی کرد بە بیانووگرتن، کۆڵ مەدە، بەڵام **هەوڵ بدە** بۆئەوەی **تێبگەیت** لە هەستی منداڵەکەت و سەرنج بدەی بە هەستەکانی- 'دەزانم کە ناڕەحەتی'.
- بەر لە وڵامدانەوە بە هەناسە دانێکی قووڵ و چاوەڕێکردن، **ئارام بە و ژیرانە** هەڵسوکەوت بکە.
- لەبیرت بێت کە **زللەلێدان بەردەوام دەبێتە هۆی ئەوە کە ئاکار و بیانووگرتنی منداڵی تازەپێهەڵگرتوو خراپتر بێت** و لەوانەیە ببێتە هۆی ئەوە کە منداڵەکەت لێبترسێت.
- **بزانە کە منداڵەکەت پێوستی بە خواردن یان پشوودان** یان شوێنێکی ئارام و بێدەنگە یان نا.
- پاشان **ستایشی منداڵەکەت بکە** بۆ ئەوەی ئارام بۆتەوە.