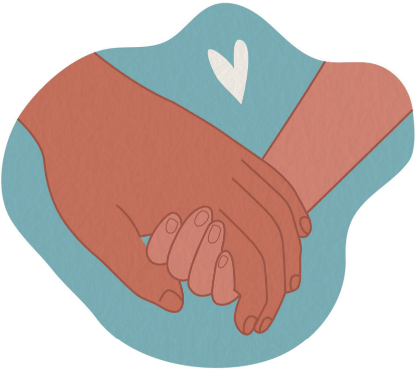
ንወለዲ ብዛዕባ

ቆልዑ፡ኲናትን ስደትን

ቋንቋ: ኖርወየኛ

SPRÅK: TIGRINJA



ቆልዑ ንኲናትን ስደትን ዘርእዩዎ ግብረ-መልስታት

ብኲናት ዝትንከፉ ስድራቤታትን ቆልዑን እንዳበዝሑ ይመጹ ብምህላዎም ክስደዱ ይግደዱ ኣሎዉ። ብዙሕ ግዜ ኖርወይ ቅድሚ ምምጽኦም ጉዕዞኦም ካብ ዝጀምሩ ብዙሕ ዓመታት ዘሕለፉ እዮም፡ እቲ ኣብ መወዳእታ ዝበጽሑዎ ወጻኢ ሃገር ከኣ ናይቲ ነዊሕ ግዜ ዝወሰደ ጉዕዞ ናይ መወዳእታ መዕለቢ ይኸውን። እዘን ስድራቤታት ኣብ ውሽጢ ሃገረን ተፈናቒለን ከም ስደተኛታት ዝነብራ ዝነበራ ክኾና ይኽእላ እየን፡ ብቐጻሊ ካብን ናብን ምግዓዝ፡ ተርባጽን ምጥርጣርን ዝዓሰሎ ሂወት የሕልፋ።ብዙሓት ቆልዑ ዘሕምምን ከበድትን ነገራት ርእዮምን ተሞኪሮምን ክኾኑ ይኽእሉ እዮም። ከም ተወሳኺ ስደት፡ ካብ ኣባላት ስድራቤቶምን ዝኣምኑዎም ሰባትን ምፍልላይ ንቆልዑ ዓቢ ተጽዕኖ እዩ ዝኾኖም።

ሽሕ'ኳ እታ ስድራቤት ናብ ሰላማዊ ሃገር ትብጻሕ ደኣ እምበር ተጽዕኖታታ ተወዲኡ ማለት ኣይኮነን። ኣብ መጻኢኻ ዘይትፈልጠሉ ኩነታት ምንባር ንሓተቲ ዑቕባ ኣመና ከቢድ ተጽዕኖ ክኾኖም ይኽእል እዩ። ኣብ ኖርወይ ምንባር ክፍቀደሎም ድዩ፧ ሓድሽ መጻኢ፡ ሓድሽን ብሩህን ሂወትን ይጽበየና ኣሎ ኢሎም ክትስፎዉ ይደፍሩ ዶ፧ ኣብዚ ጽሑፍ ምስ ኲናትን ስደትን ዝተሓሓዙ ባህርያዊ ግብረ-መልስታት ቆልዑ ከመይ ከምዝመስሉ ከተንብብ ትኽእል ኢኻ።

ቆልዑ ካብ ዝመስለና ንላዕሊ እዮም ዘስተብህሉ

ንምዃኑ ኣብ ዙርይኦም ዝፍጸሙ ነገራት ቆልዑ ክሳብ ክንደይ እዮም ዝርድኡዎን ዝግንዘቡዎን፡ ዓበይቲ ዝኾንና እዞም ቆልዑ ክሳብ ክንደይ እዩ ዝርድኦም ምፍላጡ ከጸግመና ይኽእል እዩ። ብጣዕሚ ንኣሽቱ ቆልዑ ከማን ኣብ ዙርይኦም እንታይ ይፍጸምን እንታይ ይበሃልን የስተብህሉሉ እዮም። ዕብይ ዝበሉ ቆልዑ ምናልባሽ ስቕ ይብሉ ብምዃኖም ኣብ ዙርይኦም ዝፍጸም ነገራት ብምሉኡ እንታይ ይሓስቡ ከምዘለዉ ክንፈልጥ ዕድል ኣይንረክብን ኢና።

ቆልዑ ሕልፍ ሕልፍ ኢሎም ዓበይቲ ብዛዕባ ኩናት፡ ፍተሻ ፖሊስ ወይ ካብ ሃገር ናይ ምስጓግ ኣስጋእነት ዝዛረቡዎ ጥራሕ ዝሰምዑሉ እዋናት ኣሎ። ኣብ ገሊኡ ኣጋጣሚታት ቆልዑ ባዕሎም ውን ንዘፍርሑ ተግባራት ይቃልዑ እዮም-ወይ ወለዶምን ካልኦት ኣባላት ስድራቤቶምን ዝተገበረሎም ኣተሓሕዛ ይሰምዑዎ ወይ ይርእዩዎ እሞ ፍርሒ የሕድረሎም። ዕድመ ብዘየገድስ ዘፍርሑ ኩነታትን ተመኩሮታትን ወይ ሓዘን ዝዓሰሎ ሃዋሁው ኣብ ሓሳባትናን ስምዒታትናን ሰሪጹ ፍርሕን ጭንቀትን ክፈጥረልና ይኽእል እዩ።

ስደት ዘሕለፉ ቆልዑ ስሉሳዊ ተጽዕኖታትን ስነ-ኣእምራዊ ቁስልታትን ኣሎዎም ብምባል ክግለጹ ይኽእሉ እዮም።

• ኣብ ሃገሮምን ኣብ ስደትን ብዙሓት ከበድቲ ፍጻመታት ዘሕለፉ ክኾኑ ይኽእሉ እዮም።

• ብዙሕ ግዜ ምስ ስነ-ኣእምራዊ ቁስልታትን ጸቕጥን ዘለዎም ወለዲ እዮም ዝነብሩ።

• ቆልዑ ከም ሓተትቲ ዑቕባ ዘለዎም መነባብሮ ብዙሕ ግዜ ካብ ተዘክሮታት ፍጻመታት ኩናት ዝለዓለ ተጽዕኖ ክፈጥረሎም ይኽእል እዩ።

ግብረ-መልስታት ቆልዑ

ዘይዛረቡ ቆልዑ ከማን ብዛዕባ ዘሻቕሎም ነገራት ብዝተፈላለዩ መገድታት ‘‘ክገልጹ ይኽእሉ እዮም’’። ብዝረኣይ መልክዕ ከምኡ’ውን/ወይ ከኣ ብኣካላዊ ግብረመልስታት ጌሮም፣ ብዛዕባ ስግኣታቶም “ይነግሩና”። እዞም ዝስዕቡ ገለ ካብቶም ዘፍርሕ ወይ/ድማ ስነ-ኣእምራዊ ቁስልታት ዘሕድረሎም ፍጻመታት ዘሕለፉ ቆልዑ ዘርእዩዎም ንቡራት ግብረ-መልስታት እዮም።

- . ናይ ድቃስ ጸገም። ቆልዑ ክብህርሩ ወይ ብጭራሹ ድቃስ ክኣብዮም ይኽእል እዩ። ለይቲ ይትስኡ ወይ ከተደቅሶም ከለኻ ይበኽዩ። ብዙሓት ክድቅሱ ኣይደልዩን።

- ስነ-ኣእምራዊ ጠንቅታት ዘለዎ ኣካላዊ ጸገማት። ቆልዑ ክበልዑ ኣይደልዩን፡ የምልሱ፡ መግቢ የውሕዱ ወይ የብዝሑ፡ ከብዶም’ውን የሕሞም። ኣብ ዝተፈላለዩ ክፋላት ሰውነቶም ቃንዛ ይስመዖም።

- ሓዘን። ቆልዑ ብዙሕ ክሓዝኑ ይኽእሉ። ብዙሕ ግዜ ይበኽዩ። ናይ ምጽዋት ድሌት ይሓጽሮም፡ ስምዒትን ተገዳስነትን ኣየርእዩን።

- ኣብ ትምህርቲ ዝረኣዩ ጸገማት። ናይ ኣቓልቦ ሽግራትን ተርባጽን። እቶም ቆልዑ ብፍጹም ስቕ ክብሉ ኣይክእሉን፡ ጸገማት ይፈጥሩን ኣብ ዙርይኦም ዝርከብ ነገራት የበላሽዉን።

- ቁጥዐ። ንካልኦት ቆልዑ ምህራም፡ምንካስን ምስ ቆልዑን ዓበይትን ይገራጨዉ። መብዛሕትኡ ግዜ ጠንቁ እቶም ቆልዑ ይፈርሑ ስለዝኾኑ እዩ።

- ፍርሕን ጭንቀትን።ድምጽታት፡ ዲቪዛ ዝለበሱ ሰባትን ዘሕለፉዎ ኣቐንዛዊ ተመኩሮታት ዘዘኻኽሮም ነገራት ወይ ሰባትን ነቶም ቆልዑ ከፍርሖም ይኽእል። ካልኦት ቆልዑ ከኣ ብሰንኪ ዝስመዖም ሓዘን ወይ ምድንጋር ክጻወቱ ዘይደልዩ ኣሎዉ።

- ገሊኦም ቆልዑ ቋንቋዊ ጸገማት የጋጥሞምን ባእ ባእ ክብሉ ይጅምሩን።

እዞም ግብረ-መልስታት ብምሉኦም ኣብ ከቢድ ኩነታት ዘሕለፉ ቆልዑ ልሙዳት ተርእዮታት እዮም። ዘፍርሑ ፍጻመታት፡ ብተደጋጋሚ ካብን ናብን ምግዓዝን ተመሳሳሊ ነገራትን ንቆልዑ ከምዝጠራጠሩ ዝገብሩ ኩነታት እዮም። ብሰንኪ እዚ ምጥርጣር ከኣ ክፈርሑ ይኽእሉ። ካብ ወለዶም ከይፍለዩ ይፈርሑ፡ ከምኡ`ውን እቲ ዘጋጠሞም ከቢድ ፍጻመ መሊሱ ከየጋጥሞም ይፈርሑ።

ዕብይ ዝበሉ ቆልዑ ‘’ዓቢድና’’ ከይንኸውን ዝብል ፍርሒ ክህልዎም ስለዝኽእል ብዛዕባ እቲ ዝሓስቡዎ ሓሳባት ኣይዛረቡን። ንሕና ዓበይቲ እዚ ብዘይንቡር ፍጻመታት ዝነቐለ ግብረ-መልስታት እዩ ብምባልን መብዛሕትኡ ግዜ ይገድፈካ እዩ ኢልና ክንነግሮም ከነውሕሶም ኣገዳሲ እዩ። እንተደኣ ዘይገዲፉዎም ነቲ ቆልዓን ወለዱን ክሕግዝ ዝኽእል ኣካል ሓገዝ ምሕታት ኣገዳሲ እዩ፡ ንኣብነት ነርስ ጥዕና፡ሓኪም፡ክኢላ ስነ-ልቦና ወይ መምህር ክኸውን ይኽእል።

ስድራ-ቤት ብምልእታ ትጽሎ

ንዓና ከም ወለዲ ግብረ-መልስታት ናይዞም ቆልዑ ክንገጥሞ ኣድካሚ ክኸውን ይኽእል እዩ። ካባኻ ብዙሕ ዝጠልቡ ቆልዑ ብቐሊሉ ከምተንጸርጽርን ትሓርቕን ክገብሩ ይኽእሉ እዮም፡ብፍላይ ድማ ድኻምን ዘይውሕስነትን ዝስመዖም ወለዲ። ይኹን ደኣ እምበር ቆየቛ ቆልዑ ዝያዳ ዘይውሕስነት ከምዝስመዖምን ልሕግ ከምዝብሉኻን እዩ ዝገብር። ምስ ካልኦት ኣብ ሓደ ዓይነት ኩነታት ዝርከቡ ወለዲ ምዝርራብ ጠቓሚ ክኸውን ይኽእል እዩ። ካብ ሃገሮም ክስደዱ ዝተገደዱ ቆልዑ ብምሉኦም ዝፈትዉዎም ሰባትን ዝለመዱዎ ቦታታትን ይናፍቑዎ እዮም፡ እዚ ከኣ ክትዛረበሉ ከቢድ ክኸውን ይኽእል እዩ። ንዓና ከም ወለዲ ውን መሪር ናፍቖትና ዘዘኻኽረልና ተዘክሮታት ክንዝክር ክኸብደና ይኽእል እዩ፡ ከምኡ`ውን እንታይ ክንብል ከምዘለናን ንደቅና ብከመይ ከነጸናንዖም ከምዘለናን ምፍላጡ ከጸግመና ይኽእል እዩ። ከምኡ ውን ከም ወለዲ መጠን ንደቅና ክንሰትሮም ክንደሊ ባህርያዊ እዩ። ደቅና ዝያዳ ከይሓዝኑ ዝብል ፍርሒ ስለዝህልወና ምናልባሽ እቲ ከቢድ ነገራት ከይተዛረብናሉ ንተርፍ ንኸውን።

ገሊኦም ወለዲ ንባዕሎም ብኽያት ከይመጾም ዝፈርሑ ኣሎዉ፡ ይኹን ደኣ እምበር ማማ ወይ ፓፓ ንኣበሓጎኻ፡ገዛኻ ወይ ተመሳሳሊ ነገር ንናፍቖም ምህላውና እዩ እምበር ብሰንክኻ ኣይኮነን ኢልና ክሳብ ዝገለጽናሎም ቆልዑ ብኽያትና ይጸሩዎ እዮም።ከም ዓበይቲ ደቅና ክኸብዶም ክንርኢ ከለና ዓቕልና ክጸበና ይኽእል እዩ። ብዙሕ ግዜ ከምዚ ዝስዕብ ኢና ንብሎም፡ ‘’ኣይትሕሰበሉ-ተጻወት’’። ‘’ኣይትዛረበሉ-ዕዮ-ገዛኻ ስራሕ’’። ‘’ኣብ ነፍስኻ ኣይትሽን-ሕጂ ኮ ዓቢኻ ኢኻ’’። ``ሓውኻ ኣይትህረሞ-ርጉም ኢኻ``። እንተኾነ ግና ቆልዑ ብዛዕባ ስምዒታቶም ክዛረቡ ዕድል እንተደኣ ዘይረኺቦም ሓጸንን ጵምዋን እዩ ዝስመዖም። ቆልዑ ዘሕዝኖም ዘበለ ክገልጹዎ የድልዮም እዩ።

ቆልዑ እንታይ እዩ ዘድልዮም፧

• ቆልዑ ብቐዳምነት ብወለዶምን ብካልኦት መቓርብቶምን ብስነ-ልቦናን ብኣካልን ምሕብሓብን ክንክንን እዩ ዘድልዮም።

• ቆልዑ ዓቕልን ብዙሕ ቆላሕታን እዩ ዘድልዮም።

• ቆልዑ ንጹር ቀይድታት እዩ ዘድልዮም እምበር፡ መቕጻዕቲ ኣይኮነን ዘድልዮም። ቁጥዐ እንተደኣ ኣርእዮም ወይ ዝኾነ ነገር እንተደኣ ኣበላሽዮም ደው ኣብሎም እምበር፡ ነቶም ቆልዑ ኣይትህረሞም ወይ ኣይትቐንጥዎም።

• ቆልዑ ኣብ ዙርይኦም ዝግበሩ ነገራት እንዳተፈጸሙ ከለዉ ዝገልጸሎም ሰብ የድልዮም እዩ።

• ቆልዑ ተደጋጋሚ መደብ ምክታል የድልዮም እዩ። ቆልዑ ዋላ ትምህርቲ ኣይሃልዎም ወይ ወለዲ ስራሕ ይውፈሩ ደኣ እምበር ከምቲ ኣብ ሃገሮም ዝገብሩዎ ዝነበሩ ብተመሳሳሊ ኣገባብ ክትስኡ፡ክበልዑን ክድቅሱን ኣገዳሲ እዩ።

• ቆልዑ ምረቓ የድልዮም እዩ። ሰለስተ ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑ ከማን ንእስ ዝበሉ ዕዮታት ክወሃቦም ይኽእል እዩ። ንካልእ ሰብ ኣድለይቲ ክኾኑ ከለዉ ኣገደስቲ ኢና ዝብል ስምዒት ከምዘሕድሩ እዩ ዝገብር።

• ንጥፈታትን ጻወታታትን ንክረኽቡ ቆልዑ ብዙሕ ግዜ ናይ ዓበይቲ ሓገዝ የድልዮም እዩ። ዓበይቲ ክሳተፉ ጽቡቕ እዩ፡ ነቶም ቆልዑ ውሕስነት እዩ ዝፈጥረሎም። ቆልዑ ዘሕለፉዎ ከበድቲ ተመኩሮታት ብጻወታ እዮም ዝሕክሙዎ።

• ቆልዑ ብዛዕባ ዘሕለፉዎ፡ስምዒታቶም፡ሓሳባቶምን ናፍቖቶምን ዝገልጹዎ ስምዑዎ። ተመኩሮታት ኣካፍሉ፡ ምዝርራብ ኣገዳሲ እዩ።

• እቶም ቆልዑ ዘገድሶም ነገራት ክስእሉዎ ዕድል ሃቦም። ነቶም ስእልታት ብሓንሳብ ኮይንኩም ርአዩዎም።

• ቆልዑ ዛንታታት ክነግሩን ክደርፉን ዕድል ሃቦም። እቶም ዝዓበዩ ቆልዑ ኣብ መዓልታዊ ትጽሕፈሉ ጥራዝ ብዛዕባ ሓሳባቶም፡ታሪኾምን ግጥምታትን ክጽሕፉ ይኽእሉ እዮም።

• እቶም ቆልዑ ዝገብሩዎ ዘለዉ ጽቡቕ ከምዝኾነን ትግደሰሉ ከምዝኾነን ኣርእዮም።

• ቆልዑ ክጽልዩን ምስ ወለዶም ኮይኖም ኣብ ሃይማኖታዊ ጽምብላት/ስርዓታትን ክሳተፉን ዕድል ሃቦም።

• ቆልዑ ንነፍሶም እኹል ደገፍ ዝረኽቡ ውሑሳት ዓበይቲ እዮም ዘድልዩዎም። ወለዲ ቆልዑ ናይ ምእላይ ክእለቶም እንተደኣ ኣመና ተጓዲሉ ስነ-ኣእምራዊ ጥዕና ናይቲ ቆልዓ ቀልጢፉ ክጋደድ ይኽእል እዩ። ስለዚ እዮም ቆልዑ ዝኣልዩ ሰባት ብኣካልን ስነ-ልቦናን ነፍሶምን ጥዕንኦምን ክሕልዉን፡ ከምኡ`ውን ኣድላዪ እንተደኣ ኮይኑ ሓገዝ ክግበረሎም ክሓቱ ዘለዎም።

• ተስፋ ከተመሓላልፍ ፈትን። ወለዲ ተስፋ፡ምድዕዓስን ውሕስነትን ከመሓላልፉን እቲ ቆልዓ ዘድልዮ ደገፋት ክርእዩን ክሳብ ዝከኣሉ መብዛሕትኦም ቆልዑ ብተዛማዲ ጽቡቕ እዮም ዝኸዱ። ንደቁ ኩሉ ግዜ ዘድልዮም ደገፋት ምሉእ ብምሉእ ከማልእ ዝኽእል ወላዲ ከምዘየለ ኣይትረስዕ፡ ይኹን ደኣ እምበር ኣብ ውሽጢ ሓደ መዓልቲ ንቆልዑ ገለ ካብቲ ዘድልዮም ከማልኣሎም እዩ ዝብል ሸቶ ክህልወካ ጽቡቕ ክኸውን ይኽእል እዩ።

ብማእከል ጉዳያት ጎነጽ፡ ብስነ-ኣእምራዊ ቁስሊ
ዝኸሰት ጸቕጥን ምክልኻል ርእሰ-ቅትለትን ዝተዳለወ
Region Midt. 2023
ተሌፎን: 72 82 20 05
መራኸቢ ሓበሬታ: rvts@stolav.no

RVTS

www.rvts.no