

Ideas for Parents

WHAT IS BULLYING AND HOW TO HELP

MAXUU YAHAY BOOC-BOOCSI 'BULLIYING' SIDEEBAANA GACAN LOOGA GEEYSAN

Boocsigu waa wax ula kac loo sameeyey, wax waxyeelo geeyanaya oo marar badan lagu kacay. Ilmaha wax -boocsanaya wuu ka awood roon yahay ilmaha la boocsanayo, jir ahaan ama maan ahaan. Boocsigu ma aha wax dabiici aha oo ka mid ah ciyaal nimada. Boocsigu waa fal colaadeed oo ula kac loo sameeyey oo loola jeedo in waxyeelo la geysto, baqdin la abuurto oo weerar kale lagu sii hanjabo.

ASTAAMAHA ILMAHA WAX BOOCSADA:

- Waxuu ka helaa dareenka awood-sheegashada iyo wax xukunka, wuxuu doonayaa in uu dadka kale xukumo.
- Wuu camal xun yahay, si dhib yar ayuu u xanaaqa, dhibkana wuu u dulqaad yar yahay.
- Way ku addagtahay u hogaansiga nidaamyada iyo umana dulqaato kala duwanaanta.
- Waxuu doonaa in uu wax walba ku guulaysto wuuna ku liitaa guuldarada.
- Dadku ku eedeeyaa dhibaatooyinkooda.
- Waxa lagu sheegaa qof qallafsan, wax yar oo naxariis ah uma muujiyo qofka uu waxyeelayo.
- Fikrada uu naftiisa ka hasyto iyo sidda uu isu qadariyo waa in u dhaxaysa caadi iyo mid sare.
- Waxaa suurtoowda in uu ku dhaqaaqo dabeecado bulshadu aanay ogolayn.

ASTAAMAHA ILMAHA LA BOOCSADO:

- Isbedel lama filaan ah oo dugsi aadidda /darajadiisa/dhibcihiisa waxbarsho.
- Nusasaacaha ama fasaxa kooban mar dambe ayuu aada dhaqso ayuuna uga soo noqdaa.
- Keli socod, dad wax ku darsi la'aan, istakoorid.
- Bulsho /xirfadaha dad la dhaqan oo liita ama aan jirin.
- Waxa ka muuqda astaamaha 'qof wax la yeelay' – garbo godan, madax jaleecsan, dadka indhaha kama eego, dib buu uga gurta dadka kale.
- Gaajo badan. Ka cabasho madax xanuun badan, calool xanuun, xanuuno, iwlm..
- Xagtiimo, nabaro, waxyeelo dharkiisa iyo albaabtiisa soo gaarta oo aanay muuqan wixii sababay.
- Haghago aan hore loogu arki jirin.
- Ficiilkiisa ama dabeecadiisa oo si dhakhso ah isu bedesha.
- Xasil la'aan, walwal, walaac, baqdin badan, isku kalsooni daro.
- Si xaddhaaf ah uga walwalid xasiloonidiisa/nabadgelyadiisa shakhsi, dadaal iyo wakhti badan ku lumin ka fakaridda/ ka walwalsanaanta sidii si badbaado qabta uu u aadi lahaa uguna soo noqon nusasaacaha/ wakhtiga qadada, musqusha, meesha alaabta la gashado 'lockers', bareega oo idil, iwlm., dugsi gaar ah oo meelihiisa qaarkood oo uu iska dhoowro.
- Waxuu ka hadlaa in uu baxsado.
- Waxuu ka hadlaa in uu is dilo. (Waa in loo raadiyo dadka xirfadda u leh ka caawinta arrintaas)

SIYAABO ILMAHAAGA LOO CAAWIYO

- Haddii ilmahaagu kuu sheego in la boocsado, aamin waxa ay ku sheegaan.
- Ha ku dhiirigelin ilmahaaga inuu iska celiyo. Kuwa wax boocsadaa marwalba way ka adag yihiin kana xoog roon yihiin.
- Ha ku eedayn ilmahaaga. Qofka la waxyeelayo MARNNA eed kuma laha boocsiga.
- La xiriir macallinka; qorshe aad ku g xalinaysid boocsiga .
- Hubi in ilmahaagu ogyahay in nabadgelyada naftiisu ka qiimo badantahay alaabta la leeyahay.
- Ilmahaaga MARWALBA ka hubso sida ay hadba xaaladu tahay.
- XASUUSNOW in aad tahay macallinka ugu fiican ee ilmahaaga. Edbinta marka guriga la joogo waa in ay ahaato mid xaq ah, oo marwalba isku si loo fuliyo, ku haboon da'da oo xaqdhowrna leh. Ilmaha wax boocsada badidood waxay ka yimaadeen guri u waalidkood boocsado.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.