# ڕێنامەی مامۆستا بۆ بەرنامەی

# «هەنگاو بە هەنگاو»

# بەرگی 3-1

# Second Step:
# A Violence Prevention Curriculum
# Grades 1-3 Teacher's Guide
# Third Edition

ڕێنامەی مامۆستا بۆ بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، بەرگی 1-3
تەرجەمەکردنی کۆمەک 2005 www.komak.nu

مشتومالّدانی زمان و ڕێنووس: مامۆستایانی فێرگەی برادۆست:
ئاسۆ عومەر خدر و عەبدوڵا عەبدولڕەحمان عەبدوڵا

Second Step: A Violence Prevention Curriculum
Grades 1-3 Teacher's Guide
Third Edition

www.cfchildren.org

©2002 Committee for Children, USA

www.cfchildren.org

SecondStep®

ئەم ڕێنامەیە ماف دەداتە مامۆستا وانەی هەڵبژاردە و تێکستی پێویست بۆ سوودی نێو پۆلەکەی خۆی کۆپی بکات بەو مەرجەی پەیڕەوەی ڕێساکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو: دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی» بکات. ئەم مافی کۆپیکردنە تەنها بۆ کاری مامۆستا خۆیەتی، نابێت لە تەواوی سیستەمی فێرگەدا یان بۆ مەبەستی بازرگانی بەکار بێت. بەدەر لە بەکارهێنانی نێو پۆل لە لایەن مامۆستاوە، کۆپیکردنی هەر بەشێکی ئەم ڕێنامەیە بەبێ ڕێپێدانی نووسراوی وەشانی Committee for Children بە هەموو شێوەیەک قەدەغەیە.

©Copyright 1989 – 2009, Committee For Children, Seattle, Washington USA. Kurdish language rights licensed to KOMAK. All Rights Reserved. Further reproduction of these materials is not allowed without express written permission from Committee for Children, Seattle, Washington USA.. Translated and adapted from Second Step®: A Violence Prevention Curriculum, third edition, developed by Committee for Children, Seattle, Washington USA

## پێڕست


| لاپەڕە | بابەت |
| --- | --- |
| 5 | دەربارەی CfC و بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» |
| 31 | پێکهاتەکانی بەرنامەکە |
| 36 | مەودا و زنجیرە |
| 49 | ئامادەکاری بۆ گوتنەوەی بەرنامەکە |
| 58 | چۆنەتی بەکارهێنانی بەرنامەی خوێندنەکە |
| 75 | گواستنەوەی زانیار |
| 86 | هەموارکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» |
| 110 | پاشکۆ |
| 111 | 1. مەودا و زنجیرە بۆ پۆلی 1 هەتا 3 |
| 118 | 2. کتێب بۆ منداڵانی پۆلی 1 هەتا 3 |
| 127 | 3. کتێب بۆ خێزان |
| 129 | 4. کتێب بۆ مامۆستا |
| 130 | 5. سەرچاوەی زیاتر |
| 132 | 6. بەرنامەکانی ڕێکخراوی Committee for Children |
| 133 | 7. فەرهەنگۆک |
| 136 | 8. تێکستی بووکەڵە، پۆلی 1، بەشی یەکەم، وانەی یەکەم |
| 138 | 9. تێکستی بووکەڵە، پۆلی 2، بەشی سێهەم، وانەی پێنجەم |
| 140 | 10. ڕێنامەی هەست |
| 142 | 11. نامیلکەی فێرخواز |
| 146 | 12. بابەت بۆ ماڵەوە |
| | |
| 163 | پێزانین |

دەربارەی ڕێکخراوی Committee for Children

ڕێکخراوی Committee for Children ڕێکخراوەیەکی نابازاڕییە، لە کۆتای ساڵانی حەفتاکانەوە سەرگەرمی تۆژینەوەیە دەربارەی توانای جڤاکی- هەستەکی و لەم بوارەدا کاری بەرچاوی هەیە. تەواو پابەندە بە پەیامەکەی خۆی کە بریتییە لە هاندانی سەلامەتی، خۆشگوزەرانی و گەشە سەندنی جڤاکییانەی منداڵ لە ڕێگەی ئافراندنی بەرنامەی فێرکاریی نایاب بۆ فێرکاران، بۆ خێزان و بۆ جڤات.

Kathy Beland خاوەن بڕوانامەی ماستەر لە بواری فێرکاریدا، نووسەری چاپی یەکەم و دووهەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو: دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی» یە.

تیمی پەرەپێدانی چاپی سێهەمی بەرگەکانی 1-3 ی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بریتین لە:

**Program Development Director**
Sheryl L. Pothier Harmer, M.S.Ed.

**Research and Evaluation Director**
Karin S. Frey, Ph.D.

**Research Consultant**
Donna-Marie Winn, Ph.D.

**Writers**
Doug Cooper, M.Ed.
Brooke Graham Doyle, M.Ed.
Pam Dell Fitzgerald, Ph.D.
Miriam Hirschstein, Ph.D.
Elizabeth P. MacKenzie, Ph.D.
Daryl Smith, M.Ed.
Tamara M. Walser, Ph.D.

**Senior Editor**
Lisa Owens

**Associate Editor**
Charles M. Priester

**Editorial Assistant**
Angela J. Fountas, M.F.A.

**Design Manager**
Sheri Simonsen

**Graphic Designer**
Andrew Tomko

**Layout Specialist**
Cheryl Uyeji

**Media Producer**
Preben Borch

**Photographers**
Michael Ziegler
Preben Borch

**Video Development Team**

**Writer-Directors**
George Gulian
Barry Ross Rinehart

**Producer**
M. Lynn White

**Director of Photography**
Gary Payne

**Composer**
Phil De Vault

مامۆستای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»ی بەڕێز:

بەخێر بێن بۆ بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»!

لە ساڵی 1987 ەوە هەزاران ڕێبەری پۆل و جڤات لە سەرانسەری ئەمریکای باکوور و وەڵاتانی زەریابەدەر بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو: دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی» بەکار دەهێنن بۆ فێرکردنی هونەری جڤاکی- هەستەکی، تۆش بەخێر بێیت.

هونەری خۆپاراستن یەکەمین هەنگاوی بەرگرتنە منداڵ فێری دەبێت بۆ پاراستنی سەلامەتیی خۆی. «هەنگاو بە هەنگاو» لە ڕێی ڕاهێزانی توانای جڤاکیی منداڵ و کەمکردنەوەی دڕییان هاوکارییان دەکات ڕووە سەلامەتی و خۆشگوزەرانی. هەر ئەمەشە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دەکاتە بەرنامەیەکی پارێزکار لە سیستەمی فێرکاریدا.

منداڵ لە بەشی یەکەمدا «ڕاهێنانی هاوسۆزی (ئیمپاتی)»، فێر دەبێت:

- هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر دیاری بکات.
- ڕوانگەی بەرانبەر بگرێت.
- وەڵامی هاوسۆزانەی بەرانبەر بداتەوە.

منداڵ لە بەشی دووهەمدا «جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە»، فێر دەبێت:

- تەکنیکی چارەی کێشە لە بارودۆخی چڤاکیدا پیادە بکات.
- توانای ڕەفتارەکی - جڤاکی بەکار بهێنێت.

منداڵ لە بەشی سێهەمدا «جڵەوگرتنی تووڕەیی»، فێر دەبێت:

- هەستی تووڕەیی بناسێتەوە.
- توانای ڕەفتارەکی بۆ خۆئارامکردنەوە و بیرکردنەوە بەکار بهێنێت.

شێوازی ئەم بەرنامەیە ئاسانە، فۆتۆ، ڤیدیۆ و چیرۆکەکان گیان بە بەری چەمکە سەرەکییەکانی بەرنامەکەدا دەکەن. گفتوگۆ، ڕۆڵوازی، نواندنی کەسایەتی و ڕاهێنان کۆمەکی فێرخواز دەکەن فێر ببن چۆن کێشەکانی نێوان خەڵکی بە شێوازی جڤاکدۆستانە چارە بکەن و پاشان ئەم هونەرانە بۆ نێو ژیانی ڕۆژانەیان بگوێزنەوە. ئەم «ڕێنامەی مامۆستا»یە بە درێژایی بەرنامەکە وەک سەرچاوە بەکار بهێنە چونکە سامانێک زانیاریت بۆ دابین دەکات دەربارەی بەکارهێنانی شێوازی خوێندنەکە. بەشی «بەسەرکردنەوەی تۆژینەوە»ش، کە بنەمای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»ن، باسیان لێ کراوە.

تۆی مامۆستا ڕۆڵێکی بەرچاوت هەیە لە یارمەتیدانی فێرخواز تاکوو توانای جڤاکی-هەستەکیان پەرە پێبدەن. بۆیە دەمانەوێت دڵنیا بین لەوەی هەموو زانیاریەکی پێویست بۆ گوتنەوەی بەرنامەکە لەبەر دەستی تۆدا هەیە. گەر هەر پرسیارێکت هەبێت دەربارەی شێوازی خوێندنەکە یان ڕێنوێنیەکانی وانەگوتنەوە تکایە پەیوەندی بگرە لەگەڵ ژمارەی مفتی نێو ئامریکا 4449 639 (800). بەشی «ڕاژەی کۆمەکی هاوکاران» بۆ هاوکاریی ئێوەیە.

سوپاس کە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ پۆلەکەی خۆت هەڵبژاردووە.

Committee for Children

**بەسەرکردنەوەی تۆژینەوە**

«مامۆستای چوست تێدەگات چۆن و بۆچی تۆژینەوە دەکرێت... مامۆستای چوست ئەو کارە دەکات کە تۆژینەوە پێشانی داوە لە هەموان کاریگەرترە. مامۆستای چوست ڕێبازێک بەکار دێنێت بەرهەمی تۆژینەوە بێت. بۆچی پەنا بەرێتە بەر ڕێبازی دیکە؟» گوتەی Harry K. Wong و Rosemary T. Wong.

**گرینگیی فێرکردنی هونەری جڤاکی و هەستەکی**

توانای جڤاکی و هەستەکی گرینگن بۆ گەشەپێدانی منداڵی دروست. ئەو منداڵانەی توانای جڤاکی و هەستەکییان لاواز بێت ترسی ئەوەیان لێدەکرێت کێشە دروست بکەن لە نێو فێرگە (Wentzel and Wigfield, 1998) و دواتر لە شوێنی کاریشدا (Spencer and Spencer, 1993). منداڵی دڕ بەتایبەتی ترسی دروستیکردنی کێشەی مەترسیداریان هەیە لە ماوەی منداڵی و هەرزەکاریدا ( Campell, 1995; Parker and Asher, 1987). تەنانەت بۆ ئەو منداڵانەش کە کێشەی ڕەفتارەکی ناخەنە ڕوو، نەبوونی توانای جڤاکی- هەستەکی لەگەڵ گەشەکردنی جڤاکی و هەستەکیدا تێک دەئاڵێن (Weissberg and Bell, 1997).

تۆژینەوەکان دووپاتی دەکەنەوە کە فێرگە و خێزان گرینگترین دوو ژینگەی فێربوونی جڤاکی و هەستەکین (Weissberg, Capalan, and Harwood, 1991). توانایەک کە لەم فێربوونەوە دەزێت هانی هەم گەشەکردنی دروست و هەم گەشەکردنی نادروستیش دەدات. بۆیە گرینگە فێرکاران سوود لە دەرفەتی زەنگینی فێرگە وەربگرن بۆ ڕاهێزانی توانای ئایەتی (پۆزەتیف)ی جڤاکی و هەستەکی.

**سەرنجی گشتی دەربارەی بەرنامەکە**

چاپی سێهەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو: دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی» Committee for Children, 2002 – وەها داڕێژراوە بۆ هاندانی لێهاتوویی جڤاکی و کەمکردنەوەی کێشەی جڤاکی و هەستەکی منداڵان نەخشە کێشراوە. نەخشەی

خوێندنەکە چەندین توانا فێری فێرخواز دەکات کە پێویستن بۆ گەشەکردنی جڤاکی و هەستەکی دروست، کە بریتین لە:

1. هاوسۆزی (Halberstadt, Denham, and Dunsmore, 2001)؛
2. جڵەوگرتنی چرپنی و چارەی کێشە (Crick and Dodge, 1994) و
3. جڵەوگرتنی تووڕەیی (Eisenberg, Fabes, and Losoya, 1997).

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بەرنامەیەکی جیهانییە، واتە بۆ هەموو فێرخوازێکی ناو پۆلە نەک بۆ فێرخوازانی هەڵبژاردە. لە چوار ئاست پێک دێت کە بریتین لە ئاستی «پێش فێرگە / زارۆخانە»، «بەرگی 1-3»، «بەرگی 4-5» و «بەرگی ناوەندی».

**بیردۆزەی ڕێبەر**

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ ڕاهێزانی توانای منداڵ لە سێ بواری گشتیدا نەخشەی کێشراوە. هەر بەشێک یەک لەو سێ بوارانە دەگرێتە خۆی. لە بەشی «ڕاهێنانی هاوسۆزی» دا، توانای هاوسۆزی بە منداڵ دەگوترێتەوە، لێرەدا منداڵ فێر دەبێت هەست دیاری بکات و هۆکاری ئەو هەستانە بناسێتەوە کە زادەی کاردانەوەن کاتی هەڵسوکەوت لەگەڵ بەرانبەردا. پاشان لە بەشی «جڵەوگرتنی چرپنی» و «چارەی کێشە» دا، منداڵ فێر دەکرێت هۆشدارانە نەک جرپنانە ڕەفتار لەگەڵ ڕووداو بکات. لێرەدا منداڵ فێر دەبێت هەڵوێستی بێلایەنانە هەڵبژێرێت نەک نەیارانە. لە کۆتادا، لە بەشی «جڵەوگرتنی تووڕەیی» دا، منداڵ فێر دەکرێت چۆن بە شێوازێکی سازەندە جڵەوی تووڕەیی خۆی بگرێت.

بەشەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەسەر شێوازی باوەڕ - ڕەفتار هەڵنراون (Kendell, 1993; Kendell, 2000). بەرنامەکە بریتییە لە ڕێچکەیەک کە لە بیردۆزەی فێرکاریی جڤاکیی «باندۆرا» (1986) و مۆدێلەکانی پرۆسێسکردنی زانیاریی جڤاکی (Crick and Dodge, 1994) گەشەی کردووە. ئەمڕۆ تۆژینەوە هەن بەڵگەی زۆر دەخەنە ڕوو کە باوەڕهێنان کاریگەری هەیە لەسەر کاردانەوەی جڤاکیی مرۆڤ، بۆ نموونە گەر کچێک باوەڕی وا بێت خەڵک چارەی منداڵێکیان ناوێت گاڵتە بە بەرانبەر

بکات، خۆی لەو ڕەفتارە دەپارێزێت. بەڵام گەر باوەڕی وەها بێت گاڵتە بە خەڵککردن دەبێتە مایەی شانازی، ئەوسا بە دوای دەرفەتدا دەگەڕێت تا گاڵتە بە بەرانبەر بکات. تۆژەرەوان سەلماندوویانە کە چەندین شێواز هەن هەست، باوەڕ و ڕەفتار تێیاندا کار لە یەکتری دەکەن. لە هەمان کاتدا ئەوەشیان ڕوون کردۆتەوە کە دەکرێت پەیوەندی نێوان باوەڕ و ڕەفتار بخرێتە بواری بەکارهێنانی کرداری. ئەم هێڵەی تۆژینەوەیە لە سەر دەستی «لوریا» (1961) دەستی پێ کرد. ئەم پێشانی دا کە خەڵکی لە ڕێی خۆدواندنەوە دەتوانن کۆنترۆڵی ڕەفتاری خۆیان بکەن. ئەم هێڵانەی تۆژینەوەن بوونەتە بنەمای بیردۆزەکیی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو».

## ڕاهێنانی هاوسۆزی، جڵەوگرتنی چرپنی و چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی

هاوسۆزی، جڵەوگرتنی چرپنی و چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی بوارێکی گرینگن بۆ توانای جڤاکی و هەستەکی. تۆژینەوەی «باوەڕ- ڕەفتار» ئەوەمان بۆ ڕوون دەکەنەوە کە ئەم توانایانە سادە نین، بەڵکوو هەمە لایەنەن. هەر یەکێکیان پەیوەندیدارە بە هەست و باوەڕ و هەروەها ڕەفتاریشەوە. سەرباری ئەوەش، تواناکان بە شێوازی ئاڵۆز لەگەڵ یەکتری کارلێک دەکەن (Greenberg, Kusche, Cook, and Quamma, 1995; Lemerise and Arsenio, 2000).

ئەو بەرتەک (کاردانەوە) ـە هەستەکییەی منداڵ لە هەڵسوکەوتی جڤاکیدا دەیانبینێت و هەروەها ئەو هونەری بیرکردنەوە و ڕەفتارانەی منداڵ فێری بوون، کاریگەریان هەیە لەسەر توانای منداڵ بۆ دەربڕینی هاوسۆزی، جڵەوگرتنی چرپنی، چارەی کێشەی نێوان خەڵک و جڵەوگرتنی تووڕەیی. دواجار، ئەم شێوازی هەست، بیرۆکە و ڕەفتارە کە تێکەڵ دەبن کاریگەریان دەبێت لەسەر سەرکەوتنی گەشە سەندنی جڤاکی و هەستەکی منداڵ. لەبەر ئەوەیە وانەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» هەم وەڵامی سۆزدار، نموونەی هەمەجۆری بیرۆکە و توانای ڕەفتارەکی شرۆڤە دەکات هەم شێوازی جۆشبوون و کار لە یەکترکردنیان دەکەن. وانەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» سوود لە چەندین تۆژینەوەی تەمەندار وەردەگرن، بۆ نموونە:

- هاوسۆزی (Feshbach and Roe, 1968; Feshbach and Feshbach, 1969; Feshbach, 1975)،
- چارەی کێشە (Spivak and Shure, 1974) و
- جڵەوگرتنی تووڕەیی (Novaco, 1975).

**هاوسۆزی (ئیمپاتی)**

توانای هاوسۆزی شاخاڵی بەشی یەکەمە لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا و دەبێتە بناخەیەک بۆ سەرخستنی هونەری چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی لە بەشەکانی دووهەم و سێهەمدا. توانای هاوسۆزی دەبنە شابەشی زیرەکی هەستەکی (Mayer and Salovey, 1997) و توانای هەستەکی (Saarni, 1997). بەشی «هاوسۆزی» پرۆگرامەکە لە پێناسەیەکی بەرفرەوانی «هاوسۆزییەوە» پەرەی پێدراوە، کە پێکدێت لە:

1) زانیار دەربارەی هەستی خۆ و بەرانبەر؛
2) بەهەند وەرگرتنی ڕوانگەی بەرانبەر؛
3) ڕێگەدان بە بەرانبەر سوود لە گومان وەربگرن؛
4) وەڵامدانەوەی بەسۆزانەی بەرانبەر و
5) وەڵامی ئایەتی بەرانبەر نائارامی کەسی دیکە (Miller, Eisenberg, Fabes, and Shell, 1996)

گرینگە منداڵ توانای هاوسۆزیی چاکی هەبێت. هاوسۆزی پەیوەندیدارە بە توانای جڤاکیی منداڵ و سەرکەوتنی ئەکادیمییان. بەڵگە هەیە کە هاوسۆزی یاریدەری توانای فێربوونە لە لای مرۆڤ. بار هەیە تۆژەر (Izard, Fine, Schultz, Moscow, and Ackerman, 2001) پێشانیان داوە کە منداڵی، تەنانەت هاوتا لە ڕووی توانای زارەکییەوە، گەر لە تەمەنی پێنجساڵیدا تێگەیشتنی هەستەکی بەرزتربووبێت، لە تەمەنی نۆ ساڵیدا ئاستی خوێندنی لە پێشتر بووە. لە بارێکی دیکەدا، بۆ ماوەی دوو ساڵ تۆژینەوە لە سەر ئەو منداڵانە کرا کە کێشەی ڕەفتاریان هەبووە. ئەوانەی پتر

پەرۆشییان بۆ بەرانبەر پێشان داوە، لە ماوەی ئەو دوو ساڵەی لێکۆڵینەوەکەدا ڕەفتاری جڤاکیان خێراتر پێشکەوتووە ( Hastings, Zahn-Waxler, Robinson, Usher, and Bridges, 2000)

جگە لەوەش، هاوسۆزی پەیوەندیدارە بە هونەری هەڵکردن لەگەڵ خەڵک؛ بۆ نموونە: لە ئاستی خوێندنی سەرەتاییدا، ئەو منداڵانەی چاکترن لە دیاریکردن و وەسفکردنی هەست، باشتر لە لای بەرانبەر جێی خۆیان دەکەنەوە (Fabes et al., 1994؛ c.f.، Crick and Dodge, 1994). لەوەش بترازێت، هاوسۆزی هاندەرە بۆ دەربڕینی پەرۆشداری ڕووەو نائارامی کەسی بەرانبەر. منداڵ، گەر بتوانن ڕوانگەی بەرانبەر وەربگرن، شیمانە (ئەگەر) ی دەربڕینی کۆمەک و پشتیوانی هەستەکیان زیاتر دەبێت ( Carlo, Knight, Eisenberg, and Rtenberg, 1991; Litvack-Miller, McDougall, and Romney, 1997)

**گەشە سەندن.** تۆژینەوەی چڕوپڕ دەربارەی هاوسۆزی لە لای منداڵی سەرەتای خوێندن زانیاریی ڕوونی داوە دەربارەی توانای هاوسۆزی منداڵ. زۆرینەی منداڵ بە وەرگرتنی ڕوانگەی بەرانبەر گەشە بە توانای خۆیان دەدەن. منداڵ بۆ خۆیان توانای تەواویان هەیە لە دەربڕینی هەست؛ زۆربەشیان باشن لە دیاریکردنی هەستی خۆیان و بەرانبەر (Greenberg et al., 1995). دانوستاندنیان دەربارەی هەست وردتر و ئاڵۆزتر دەبێت و کەمتر خۆسەرنج دەبێت، بۆ نموونە: لە بری ئەوەی تەنها وشەی پێم خۆشە و پێم ناخۆشە بەکاربهێنن مەودایەکی بەرفرەوانتری هەست بەسەر دەکەنەوە، وەک شادی و خەمباری (Fabes, Eisenberg, Hanish, and Spinard, 2001). هەروەها سەرنجیش دەدەنە هەستی بەرانبەریان و بیردانەوەشیان لە ئەزموونی هەستەکی ڕابردووش هەیە. کاتێک منداڵ دەچنە فێرگە، دەست دەکەن بە گەشەپێدانی تێگەیشتنی هۆکاری هەست، بۆ نموونە: زۆربەی منداڵ دەزانن یادگاریی ڕووداوی ڕابردوو دەبێتە بزواندنی هەستی هەنووکەیی (Lagattuta and Wellman, 2001)

کرۆکی زۆرینەی تۆژینەوە دەربارەی هاوسۆزی لەسەر منداڵانی ئاستی زارۆخانە بووە. لەبەر ئەوەیە زۆر جار گەشەی هاوسۆزی لە نێو منداڵی فێرگەی سەرەتاییدا بە

چەمکی گشتی پتر لە چەمکی تایبەتی دێتە دەربڕین. لە ماوەی نێوان زارۆخانە و پۆلی شەشی سەرەتاییدا، دەرکی منداڵ بۆ هۆکاری بنەڕەتیی هەست و هەروەها بۆ ڕێسای دەربڕینی گونجاوی هەست گەشە دەکات (Greenberg et al., 1995). منداڵ ئاشنا دەبن بەوەی دەشێت مرۆڤ لە یەک کاتدا زیاتر لە یەک هەستی هەبێت ( Brown and Dunn, 1996) و توانای تێگەیشتنیان و دانوستاندنیان دەربارەی هەستی تێکەڵ، لە ماوەی ساڵانی خوێندنی سەرەتاییدا، هەتا دێت بەهێزتر دەبێت. لە تەمەنی دە - یازدە ساڵاندا، زۆرینەی منداڵ دەتوانن باس لە نموونەی وەها بکەن کە تێیدا هاوکات دوو هەستی دژیەکی، وەک شادی و خەمباری - یان هەبووە (Brown and Dunn, 1996).

تایبەتمەندییەکی دیکەی هاوسۆزی، کە لەگەڵ گەشە سەندندا دەگۆڕێت، بریتییە لە شێوازی دەربڕینی پەرۆشی لە لای منداڵ بەرانبەر کەسێکی پەست یان دڵشکاو. زۆرینەی منداڵانی چوار بۆ پێنج ساڵان، سەرسوڕهێنەرانە، هەر جۆرە کێشەیەکی ڕەفتارەکی دیاریان هەبێت، هەمان ئاستی پەرۆشی تایبەتی دەردەبڕن. لە تەمەنی حەوت ساڵاندا، ئەو منداڵەی پێشتر کێشەی ڕەفتارەکی لەگەڵدایە، کەمتر پەرۆشی تایبەتی دەردەبڕن هەتا ئەوەی لە پێنج ساڵاندا دەریان دەبڕی، بەڵام منداڵی دیکەی بێ کێشەی ڕەفتارەکی پەرۆشی تایبەتی زیاتر دەردەبڕن (Hastings et al., 2000). بە مانایەکی دیکە، ئەوە ڕاست نییە کە منداڵی سەرەتای خوێندنی خاوەن کێشەی ڕەفتارەکی، پەرۆشی تایبەتی دەرنابڕن بۆ بەرانبەر. جوداوازییان لەگەڵ منداڵی دیکە لەوەدایە، دەربڕینی پەرۆشی تایبەتیی لای ئەمان بەو شێوەیە گەشە ناکات کە لای زۆربەی منداڵانە. دوور نییە هۆکار ئەوە بێت مامۆستا هەر زوو گەشە دەدەن بە پەرۆشی تایبەتی لە نێو فێرخوازاندا و بەتایبەتی کۆمەکی منداڵانی بەرمەترسی بکەن. دەشێت ئەو هاوکارییە وەها لە منداڵی بەرمەترسی بکات هاسۆزی تێدا بگەشێتەوە و ئەو بنەمایەی نزیک بوو نەمێنێت، لە لای پتەو بێتەوە.

**توانای تایبەتی.** بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» سەرنج دەداتە سێ ڕیشاڵی هاوسۆزی، کە بریتین لە: دیاریکردنی هەستی خۆ و بەرانبەر، ڕوانگەگرتن و وەڵامدانەوەی بەسۆزانە. لێکۆڵینەوە ئاماژە بەوە دەدەن کە ناسینی هەست گرینگە بۆ گەشەپێدانی دروستیانەی منداڵانی سەرەتای خوێندن. لەبەر ئەوەیە کە بەرنامەی «هەنگاو بە

هەنگاو» سەرنجێکی ورد دەداتە دیاریکردنی هەستی خودی مرۆڤ و بە وردی دەستنیشانکردنی هەستی بەرانبەر. وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» منداڵ فێر دەکەن نیشانەی نازارەکی (بەتایبەتی دەربڕینی ڕوخسار)، زارەکی و بارودۆخ دیاری بکات، کە پەیوەندیدارن بە شەش هەستی گشتی و «وشەی هەستەکان» یان؛ ئەوانیش: **شاد**، **خەمبار**، **تووڕە**، **سەرسوڕماو**، **ترساو** و **بێزار**. ئەم شەش وشەیە وەسفی ئەو شەش هەستە دەکەن کە لە جیهاندا خەڵکی وەڵات و فەرهەنگی جودا دێنە دەربڕین (Ekman and Friesen, 1975).

تۆژکاران پێشانیان داوە کە بەکارهێنانی شێوازی چیرۆک بۆ ڕوونکردنەوەی هەست سوودی بۆ منداڵ زۆرە. کاتێک **براون** و **دەن** (1996) چیرۆکیان دەربارەی ئەو منداڵانە گێڕایەوە، کە هاوکات دوو هەستیان هەبووە، بۆ نموونە دوا ڕۆژی خوێندن منداڵێک هەم شادە هەم خەمبار)، منداڵانی پۆلی یەکەمی سەرەتایی توانیان چیرۆکەکان بەکار بهێنن بۆ دەربڕینی زانیاریان دەربارەی هەستی تێکەڵاو. بەڵام کە هاتە سەر پرسیاری کۆتا – واڵا، پرسیاری وەها کە لە شێوەی چیرۆکدا نەبێت، نەیان دەتوانی دەرکی خۆیان لە هەستی تێکەڵاو پێشان بدەن. هەموو وانەیەکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەسەر چیرۆکێک هەڵنراوە هونەرێکی گرینگی پەیوەندی - بەرانبەر دەخاتە ڕوو. شێوازی چیرۆک گفتوگۆ دەرباری هەست ئاسانتر دەکات و شێوازێکی بەرجەستەیان دەداتێ بۆ تێگەیشتنی چەمکەکانی توانای - جڤاکی.

## جڵەوگرتنی چرپنی و چارەی کێشە

دەبێت منداڵ توانایان هەبێت ڕۆژانە چەندین هەڵسوکەوتی جڤاکی هەم دەرک بکەن و هەم وەڵام بدەنەوە. هەموو وەڵامێکی هەڵسوکەوتی وەها سێ بەشە: هەست، بیرۆکە و ڕەفتار. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەر یەک لە بەشەکانی وەڵامدانەوە جڤاکییەکانی منداڵ دەخاتە بەر باس. لە بەشی یەکەمدا هەست شاباسە. لە بەشی دووهەمدا بیرۆکە و لە سێهەمدا ڕەفتار شاباسن. یەکەم، منداڵ ئاشنا دەکرێن بە توانای جڵەوگرتنی هەست. دووهەم، منداڵ فێری شێوازی سازەندەی بیرکردنەوە دەبن دەربارەی هەڵسوکەوتە جڤاکییەکان، ئەویش لە ڕێگەی فێربوونی هەنگاوی

تایبەت بە چارەی کێشە. سێهەم، منداڵ وەڵامدانەوەی ڕەفتارەکی پیادە دەکات بۆ ئەو دۆخانەی بەگشتی دەبنە هۆی دروستبوونی کێشەی جڵەوگرتنی جرپنی. لە بەشی سێهەمدا منداڵ زیاتر کار لەسەر ئەو هونەرانە دەکەن کە لە بەشی یەکەم و دووهەمدا فێری بوون.

لە بەشی دووهەمدا - «جڵەوگرتنی چرپنی و چارەی کێشە» - منداڵ فێر دەکرێن گەر کێشەیەک هاتە ڕێ، سەرەتا خۆیان ئارام بکەنەوە و پاشان چەند هەنگاوێکی دیکەی چارەی کێشە پیادە بکەن. زنجیرەی هەنگاوەکانی چارەی کێشە لەسەر ئەوە زانیارییە هەڵنراوە کە هەمانە دەربارەی شێوازی چوستی بیرکردنەوەی لە دۆخی جڤاکیدا. کاتی هەڵسوکەوت لەگەڵ بەرانبەردا، منداڵی دڕ، شێوازی بیرکردنەوەیان جودایە لە منداڵانی دیکە (Crick and Dodge, 1994; Rubin, Bream, and Rose-Krasnor,1991) و بەتایبەتی وریان لە بوونی هەڕەشەی دەوروبەر. کێشەیەکی دیار ئەوەیە منداڵی دڕ مەیلیان زیاترە ڕەفتاری بەرانبەر بە کارێکی نەیارانە لێک بدەنەوە (Dodge and Frame, 1982). لێکدانەوەی نایەتی گرینگن، چونکە کاتێک منداڵ باوەڕی وەها بێت بەرانبەر وەک نەیار مامەڵەی دەکات شیمانەی وەڵامی دڕی زیاتر دەبێت.

جگە لەوەش، ڕەفتاری دڕی منداڵ پەیوەندە بە ئامانجی جڤاکیی خۆیەوە ( Erdley and Asher, 1996). کاتێک منداڵ لە دۆخی جڤاکیدا دڕانە وەڵام دەداتەوە، ئامانجی ئەوەیە مەیلێکی دڕ پێشان بدات، بۆ نموونە «خۆ-بە-بەهێز-پێشاندان». منداڵی وەها ئامانجی دۆستانەی، وەک خۆگونجاندن، نییە. گەر بێتە سەر نواندنی هونەری چارەی کێشە، منداڵی دڕ کەمتر هونەری ئایەتی و جڤاکدۆستی دەخاتە ڕوو (جاروبار تەنها یەکێک) و زیاتر لە منداڵانی دیکە هونەری دڕ دەخاتە ڕوو (Richard and Dodge, 1982). بە بەراوورد لەگەڵ منداڵی دیکە، کاتێک منداڵی دڕ، چارەی پەسەند بۆ کێشەی جڤاکی هەڵدەسەنگێنێت، لە هونەری دڕ دڵنیاترە. پێی وایە هونەری دڕ زیانی کەمترە و لەوەش بترازێت پێی وانییە هونەری جڤاکدۆستی سوودی هەبێت (Crick and Ladd, 1999). دوور نییە شێوازی بیرکردنەوەی وەها ببنە یاریدەری سەرەکی بۆ خووی ڕەفتاری دڕانەی منداڵ.

**گەشە سەندن.** زۆرینەی تۆژینەوە دەربارەی چارەی کێشەی جڤاکی، سەرنجیان داوەتە باسی جوداوازیی نێوان منداڵی درِ و منداڵی نەرم. جوداوازی لە بیرکردنەوەی منداڵی درِدا، لە ئاستەکانی سەروو خوێندنی سەرەتاییەوە، تەواو ئاشکرا دەبێت و جوداوازییەکان لە تەمەنی لاوێتیدا گەشە دەکەن (Katsurada and Sugawara, 1998). لەگەڵ ئەوەشدا کەم تۆژینەوە هەیە دەربارەی ڕەوتی گەشەکردنی توانای چارەی کێشە لای ئەم منداڵانە، زانیاری کەمە دەربارەی سروشتی ئەو توانای بیرکردنەوەیە لە ئاستەکانی خوێندنی سەرەتاییدا. زانایان Crick و Dodge (1994) دەڵێن توانای چارەی کێشەی جڤاکیی منداڵ پەیوەندە بە توانای تێفکرینیان (بۆ نموونە، مەودای سەرنج، وردیی لە خوێندنەوەی دۆخی جڤاکیدا، دەرکی پەیوەندیی نێوان هۆ — و - ئەنجام و زانینی ڕێساکانی ڕەفتاری گونجاو). دەشێت ئەو کاتە تەنها بە گەشە سەندنی توانای فیکرییەوە، چەند توانایەکی چارەی کێشەی جڤاکی گەشە بکەن. لەوەش زیاتر، زانایان Crick و Dodge دەڵێن، دەکرێت توانای چارەی کێشە لای منداڵ، پلە بە پلە لە ڕووی هەم چەندایەتی و هەم چۆنایەتییەوە بەدەم هەڵکشانی تەمەنەوە، باشتر بێت. ئەنجامی تۆژینەوەیەکی درێژخایەن، کە لەسەر منداڵانی سەرەتای خوێندندا ئەنجام دراوە (Youngstorm et al., 2000)، پشتیوانی ئەم بۆچوونە دەکات. کاتێک منداڵ لە تەمەنی نێوان پێنج و حەوتساڵیدا گەشە دەکەن، پتر توانای چارەکردنی کێشە دەنوێنن، بە تایبەتی بەکارهێنانی توانای جڤاکدۆستی.

**توانای تایبەتی.** لەم بەشەدا، منداڵ فێر دەکرێن کاتی هەستی توند هونەری خۆئارامکردنەوە بەکار بێنن. پاش ئاشنابوونیان بە هونەری خۆئارامکردنەوە، منداڵ فێری کۆمەڵێک هەنگاوی چارەی کێشە دەبن؛ ئەوانیش پێک دێن لە پێنج هەنگاو منداڵ بەکاریان دەهێنن:

1- دیاریکردنی کێشە،
2- بیرۆکەبارانەی چارەی پەسەند،
3- هەڵسەنگاندنی هەموو چارەیەک،
4- هەڵبژاردن و پیادەکردنی چارەکە و
5- هەڵسەنگاندنی ئاخۆ چارەکە سوودی هەبووە یان نا و گەر نا گۆڕینی بە چارەیەکی دیکە.

ئەم هەنگاوانە منداڵ بە نێو پرۆسەیەکی بیرۆکەی جڤاکدۆستی بنیانەرانەدا دەبەن، کە یەکنەوازن لەگەڵ مۆدێلی پرۆسێسکردنی زانیاریی جڤاکی، کە زانایان Crick و Dodge (1994) باسیان کردووە.

یەکەم، دەبێت منداڵ ئاشنا بن بە نیشانەی جڤاکی. ئەمەیان شامەبەستی بەشی هاوسۆزیە.

لە بەشی دووهەمدا بەکارهێنانی توانای هاوسۆزی بەردەوام دەبێت و بەهێز دەکرێن. منداڵ فێر دەکرێت، گەر کێشەی لەگەڵ بەرانبەردا هەبوو، توانای هاوسۆزی بەکار بهێنێت بۆ دۆزینەوەی سەرەداوی جڤاکی. دووهەم، دەبێت منداڵ دۆخە جڤاکییەکە «بخوێننەوە». بۆ کۆمەکی منداڵ، وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» پرسیاری «کێشەکە چییە؟» دەکەنە ڕێنوێنی بۆ ئەوەی بیر لە تەواوی دۆخەکە بکەنەوە. منداڵ فێر دەکرێت بڕیاردان ڕابگرن هەتا دڵنیا دەبن لەوەی زانیاریی تەواویان هەیە دەربارەی دۆخێک. لەوەش بترازێت، وانەکان بۆ باسکردنی ڕووداوی جڤاکی زمانێکی بێلایەن و لۆمەبەدەر بەکار دێنن.

سێهەم، منداڵ هان دەدرێت لە هەڵسوکەوتی جڤاکیدا ئامانجی جڤاکدۆستانە هەڵبژێرن. ئەم ڕوانگەیش بە شێوەیەکی تیان (ناڕاستەوخۆ) لە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا لە هەڵسەنگاندنی چارەی پەسەندا، دێنە بەرباس. منداڵ فێری ئەم چوار پێوەرە دەکرێت «ئایا سەلامەتە؟»، «ئایا ڕەوایە؟»، «هەستی خەڵک چۆن دەبێت دەربارەی؟» و «ئایا سوودی دەبێت؟» بۆ ئەوەی لە هەڵسوکەوتی جڤاکیدا وەک ستاندەردێکی جڤاکدۆستانە بخرێتە کار. خودی هەنگاوەکانی چارەی کێشە ڕاشکاوانە منداڵ دەخەنە سەر ڕێی مۆدێلەکەی زانایان Crick و Dodge - کە دەکاتەوە دۆزینەوەی وەڵامی پەسەند بۆ ئەو دۆخەی دێتە ڕێ لە ڕێی هەڵبژاردنی وەڵامی جڤاکدۆستانە و هەڵسەنگاندنی دەرئەنجامەکان.

ئەم چەند جارێک بە ڕاهێنانی ئەو هەنگاوانە تێپەڕ دەکرێن هەتا ئەم مۆدێلەی چارەی کێشەیەیان لێ دەبێت خوویەکی بەهێز و یەکنەواز. لەم بەشەدا، چەندین دۆخی جڤاکی دەخرێنە بەر باس بۆ ئەوەی هەنگاوەکانی جڵەوگرتنی هەست و چارەی کێشە پیادە بکەن. دۆخی وەها بەکار دێت پێویستی بە جڵەوگرتنی چرپنی بێت و

بەگشتی بۆ منداڵ کێشەدار بێت. هەڵبەت دۆخەکان بەپێی ئاستی خوێندن دەگۆڕێن، باسی وەک نۆرەبڕین بە ئەدەبەوە، سازدانی وتووێژ، داوای لێبوردن، پەیمان بردنەسەر و چارەکردنی فشاری بەرانبەریش لەخۆ دەگرێت. منداڵ ئەو دۆخانە، بۆ ڕاهێنانی پیادەکردنی هەنگاوەکانی چارەی کێشە، دۆزینەوەی چارە و پیادەکردنیان، بەکار دەهێنن. هەروەها دەرفەتیشیان دەداتێ شێوازی وەڵامدانەوەی سوودبەخش بدۆزنەوە بۆ دۆخی کێشەدار. بەگشتی، بەشی «جڵەوگرتنی چرپنی و چارەی کێشە»، هەست، بیرۆکە و توانای ڕەفتارەکی وەها پێشان دەدات کە دەبنە مایەی ڕەفتاری جڤاکدۆستی.

## جڵەوگرتنی تووڕەیی

ئەو منداڵەی توانای جڵەوگرتنی هەستی باشە، منداڵێکە دەتوانێت هەستی توند چارە بکات و بە شێوازێکی جڤاکیانەی پەسەند خۆی ڕوون بکاتەوە (Eisenberg, 1998). توانای جڵەوگرتنی هەست بۆ هەردوو هەستی ئایەتی (پۆزەتیڤ - بۆ نموونە هەرای کاتی شادی) و هەستی نایەتی یان هەستی پەشێوی (نێگەتیڤ - بۆ نموونە، لێدانی منداڵی دیکە کە لیستۆک دەبات) بەکار دەهێنرێت. جڵەوگرتنی تووڕەیی کاریگەر پەیوەندیدارە بە هەردوو ئاستی کەمبوونەوەی دڕیی (Underwood, 1992) و ئاستی پتەوبوونی توانای جڤاکی- هەستەکی (Eisenberg et al., 1997). زۆربەی تۆژینەوەکان، دەربارەی جڵەوگرتنی هەست، بە تایبەتی سەرنجیان داوەتە جڵەوگرتنی تووڕەیی.

بەشی سێهەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» یش بە ڕوونی سەرنج دەداتە جڵەوگرتنی تووڕەیی. زۆر گرینگە منداڵ هونەری چارەی تووڕەیی فێر بێت. وەڵامدانەوەی تووڕە هەیە شیمانەی زیادبوونی کێشە و پەرواێز کەوتنی بەدەمەوەیە. وەڵامی تووڕە کار دەکەنە سەر گەشە سەندنی جڤاکی گشتی و هەستەکی منداڵ. سەرباری ئەوەش، مرۆڤ کاتی تووڕەبوونی توند فەرمانی تێفکرینی گشتی لەکار دەکەوێت و ئەمەش ڕێ لە لێکدانەوە و تۆمارکردنی ڕووداو دەگرێت.

**گەشە سەندن.** چەندین هونەر هەیە منداڵ بەکاریان بێنێت بۆ بۆ جڵەوگرتنی تووڕەیی خۆی و هەستی توندی کەسی بەرانبەر. یەکێک لەوانە بریتییە لە «خافڵاندنی

ڕەفتارەکی» - کە دەکاتەوە خۆخافڵاندنی بە چالاکییەکەوە بۆ وێڵکردنی دۆخێک پەشێوی بە دەمەوە بێت. بۆ نموونە منداڵ بڕیار دەدات خۆی بە وێنە کێشانەوە خەریک بکات لە بری هەرا لەسەر ئەوەی تیڤی لەسەر کام بەرنامە بێت. زانایان Brenner و Salovey (1997) لە پوختەی باسدا ڕوونی دەکەنەوە کە بەکارهێنانی هونەری جڵەوگرتنی هەست لەگەڵ تەمەندا زۆر زیاد ناکات. بەکارهێنانی هونەری دیکە لەگەڵ تەمەندا زیاد دەکات.

منداڵی هەم سەرەتای خوێندن و هەم هەڵکشاوتر تا ڕادەیەک وەک یەک خافڵاندنی ڕەفتارەکی بەکار دەهێنن. بەڵام منداڵی گەورە، لە وەڵامی هەستی پەشێویدا، خافڵاندنی تێفکرین (بۆ نموونە، بیرکردنەوە لە شتێکی جوان) زیاتر بەکار دەهێنن تاکوو منداڵی سەرەتای خوێندن. منداڵی گەورە بە بیرکردنەوە لە بابەتی جوان و ئارامیبەخش خۆیان لە پەشێوی دەخافڵێنن.

هونەرێکی دیکەی جڵەوگرتنی هەست کە منداڵ بەکاری دەهێنن بریتییە لە گۆڕینی ئەو دۆخەی دەبێتە هۆی پەشێوی. بۆ نموونە، منداڵ نیگەرانی تێستی داهاتووی ڕێنووسە، بە کۆشش و خوێندنی زیادە چارەی نیگەرانیی خۆی دەکات. جیاوازی تەمەن لە بەکارهێنانی ئەم توانایەدا تەواو ڕوون نییە بەڵام دیارە بە دەم هەڵکشانی تەمەنەوە جۆری بەکارهێنانی ئەم هونەرەش هەڵدەکشێت. ئەمان پتر هەوڵ دەدەن هەستی خۆیان بگۆڕن نەک خودی دۆخەکە، بۆ نموونە منداڵ پەنا دەباتە بەر هونەری خۆئارامکردنەوە (وەک هەڵمژینی هەناسەی قووڵ) یان داڕشتنەوەی بیرکردنەوەیەکی نوێ لە دۆخەکە (لەبری ئەوەی بڵێت ئەو کەسە نامۆیە، نایناسم، دەڵێت ئەمە دەرفەتێکە دۆستێکی تازە پەیدا بکەم). بە دەم هەڵکشانی تەمەنەوە ئەم دوو ئاڵوگۆڕە منداڵ دەخەنە سەر بارێک هونەری جڵەوگرتنی هەست زیاتر بەکار بێنن.

**توانای تایبەتی.** تۆژینەوە پێشانی داوە منداڵ بە ڕاهێنان باشتر جڵەوی هەستی وەک تووڕەیی دەگرێت (Nelson and Finch, 2000). ئەمەش لە ڕێی فێربوونی بەکارهێنانی هونەری وەک خەیاڵ گیرکردن لە بیرۆکەی ئارام، هەناسەی قووڵ و داڕشتنەوەی دۆخی گرژ بە شێوەیەک لایەنە گەشەکەی زیاتر دیار بێت. خاڵی گرینگ ئەوەیە زوو،

بەر لەوەی منداڵ هەستی بێتە جۆش، هاوکاریی بکرێت خۆی ئارام بگرێت. جۆشانی تووڕەیی، هەڵسوکەوتی فیزیۆلۆژیانەی توند ناهێڵن منداڵ بە باشی توانای بیرکردنەوەی ژیرانەی و توانای جڵەوگرتنی تووڕەیی بخەنە کار و ئەوسا تووشی کێشە دەبن (Metcalfe and Mischel, 1999) و هەتا فیزیۆلۆژیی دێتەوە باری خۆی کاتی دەوێت بۆیە لەگەڵ پەستبوونیدا منداڵ پێویستی بە چەندین خولەک دەبێت، بەر لەوەی بتوانێت خۆی ئارام بکاتەوە.

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» فێرخواز فێر دەکەن، هەردوو هەستی ئایەتی (وەک شادی) و پەشێوی (وەک تووڕەیی) لە نێو هەستەکانیاندا دیاری بکەن و جودایان بکەنەوە لە ڕێی دۆزینەوەی سەرەداوی فیزیکیی ناوەکی (بۆ نموونە هەستکردن بە گەرما و گرژیی کاتی تووڕەبوون). منداڵ فێر دەکرێت سەرنج بداتە نیشانەکانی لەش و وەک سەرەداو بەکار بهێنێت، ئەوجا هونەری جڵەوگرتنی تووڕەیی بخاتە کار. منداڵ، بۆ جڵەوگرتنی هەست، فێری چەندین هونەری خۆئارامکردنەوە دەکرێن، بۆ نموونە وەرگرتنی هەناسەی قووڵ و بیرکردنەوە لە بیرۆکەی ئارامبەخش. پاش خۆئارامکردنەوە ئەوجا دەتوانن تەواو بە ڕوونی بیر لە پیادەکردنی ئەو هەنگاوانەی چارەی کێشە بکەنەوە کە لە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا فێری بوون.

## فێرکردنی هونەری ڕەفتار

بوونی هاوسۆزی و بوونی هونەری جڵەوگرتنی هەست و توانای چارەی کێشە لای منداڵ کۆمەکی دەکەن بڕیار بدات ***چی بکات***. بۆ ئەوەی لە ڕووی جڤاکی و هەستەکیەوە توانا بن، دەبێت منداڵ بزانن ***چۆن*** تواناکان جێبەجێ دەکەن. کۆکردنەوەی مۆدێلکاری (مامۆستا، بووکەڵە و کەسی بەرانبەر)، پیادەکردن، ڕاهێنان و ڕاهێزانی ئایەتی، باشترین شێوازی سەلمێنراوە بۆ ئەوەی منداڵ فێری ڕەفتاری جڤاکیی دروست بکەیت (Elliot and Gresham, 1993; Ladd and Mize, 1983).

هەر بۆ نموونە، لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» - بەرگی زارۆخانەدا، ئەو هونەرانە لە بەشی «خۆنواندن و ڕاهێنان» دا خراونەتە کار. مامۆستا هونەرەکە دەکاتە

ڕۆڵوازی، فێرخواز هونەرەکە پیادە دەکات و پاشان مامۆستا گوتەی ئایەتیی وەک: «دەستخۆش، ئەو قوڕەچەورەت لەگەڵ ئاری بەش کرد، ئەوەتا پێکەوە وازی دەکەن و هەردووکتان شادن» دەکاتە هاندەر. لە دۆخی سەختیشدا، مامۆستا کۆمەکی فێرخواز دەکات، بۆ نموونە: :«ئاراس تۆ ئەو لیستۆکەت بۆ شەونم ڕاگرتووە بۆ ئەوەی پێک بێن؟ شەونم، پێت خۆشە لەگەڵ ئاراس پێک بێیت؟»

**گواستنەوەی زانیار**

لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا وانەکان تەنها بەشێکی هاوکێشەی فێربوونی جڤاکی و هەستەکی پێک دەهێنن. جگە لە وانەکان دەبێت پۆلیش بە شێوازێکی تایبەت ڕێک بخرێت (بڕوانە بەشی «کەشی پۆلی خوێندن» لە **ڕێنامەی مامۆستا**دا). لەوەش بترازێت، فێرخواز دەتوانێت ئەو هونەرەی تازە فێری بووە باشتر بپارێزێت و زیاتر پەرەی پێ بدات، گەر مامۆستا:

1- تواناى جڤاکی- هەستەکی بکاتە ڕۆڵوازی

2- دەرفەت بداتە فێرخواز ئەو هونەرە لە دۆخێکی نوێ و گونجاودا پیادە بکات

3- بە گوتەی ئایەتی توانای فێرخواز ڕاهێزێت

4- سوود لە ڕووداوی لابەلا وەربگرێت بۆ ئەوەی بە ڕێبازێکی تیان (ناڕاستەوخۆ) دەرفەت فەراهەم بکات بۆ ڕاهێنان، فیدباکی سازەندە و ڕاهێزانی ئایەتی و هاندانی فێرخواز. بەم ڕێبازە دەگوترێت «ڕاوە دەرفەت» (Consortium on School-Based Promotion of Social Competence, 1994; Elliot and Gresham, 1993; Ladd and Mize, 1983)

بەشەکانی دیکەی **ڕێنامەی مامۆستا** و هەروەها وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» پێشنیازیان تێدایە بۆ هاندانی گواستنەوەی زانیار.

دەرفەتەکانی فێربوونی جڤاکی و هەستەکی، ڕۆژانە زۆر جار، خۆیان دەخە ڕوو. گرینگە ئەو ساتە فێرکاریانەش بەکار بهێنرێت بۆ ئەوەی منداڵ هونەرەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە ژیانی ڕۆژانەیاندا بخەنە ئەزموونەوە. سەرباری ئەوەش،

منداڵ بەدەم گەشەی خۆیان و گۆڕانکاریی جیهانی جڤاکییەوە پێویستیان بە فرەواندنی مەودا و سەرخستنی ئاستی توانایە بۆیە بەرنامەی درێژخایەنی جڤاکی و هەستەکی کاریگەرترە لە بەرنامەی کورتخایەن (Weissberg and Bell, 1997).

## هەڵسەنگاندنی بەرنامەکە

تۆژینەوە بەراییەکان دەربارەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» (بەرگی زارۆخانە، بەرگی 1-3، بەرگی 4-5 و ئاستی ناوەندی) سەلماندوویانە کە توانای جڤاکی و هەستەکیی بەشداربووانی ئەم بەرنامەیە بەرزترە لە فێرخوازی دیکە (Beland, 1988, 1989, 1990, Beland and Moore, 1991) تۆژینەوەیەک، کە لەسەر فێرخوازانی فێرگەی ناوەندی و دواناوەندی ئەنجام دراوە، پێشانی داوە کە فێرخوازان پاش بەشداربوونیان لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا، متمانەیان بە توانای جڤاکی-هەستەکی خۆیان زیاتر بووە و کەمتر مەیلی دڕیان هەبووە وەک ڕەفتارێکی پەسەند (Van-Schoiack-Edstrom, Frey, and Beland).

چاودێریی سیستەمبەندانەی ڕەفتاری منداڵ شێوازێکی یەکنەوازی گرینگ پێشان دەدەن. منداڵی دایەنگە و زارۆخانە، پاش تەواوکردنی بەرنامەکە، کەمتر دڕی و پۆل شێواندن پێشان دەدەن (McMahon, Washburn, Felix, and Childrey, 2000). هەڵسەندگاندنێکی فرەوانتر و وردتری بەرگی 1 - 3 ی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» (Committee for Children, 1992) لەسەر منداڵانی پۆلی دووهەم و سێهەم ئەنجام درا (Grossman et al., 1997). ئەم هەڵسەنگاندنە دەڵێت ئەو منداڵانەی بەرنامەکەیان تەواو کردووە کەمتر دڕیی فیزیکی دەنوێنن و ئەو منداڵانەی بەرنامەکەیان تەواو نە کردووە زیاتر دڕی دەنوێنن. هەروەها ڕەفتار و مامەڵەی باشتر و بێلایەن لە نێو بەشداربوونای بەرنامەکەدا زیاتر بووە بەڵام لای منداڵانی دیکەی دەرەوەی بەرنامەکە وەک خۆی ماوە.

لە کۆتاییدا، تۆژینەوەیەکی دوو ساڵی لەسەر زیاتر لە هەزار فێرخوازی پۆلی دووهەم تا پێنجەم پێشانی داوە کە بە پێی ڕیزبەندیی مامۆستاکان توانای جڤاکییان بەرزترە (Frey, Nelon, Van Schoiack-Edstrom, and Hirschstein, 2001). ڕیزبەندیی پۆلی

یەکەمیش دەربارەی ڕەفتاری دژەجڤاکی پیشانی دەدات کە بەشداربووانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» باشترن. بەشداربووانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە چاو منداڵی دیکەدا بۆ گفتوگۆی نێو خۆیان کەمتر پێویستیان بە یارمەتی گەورەساڵە، کەمتر نەیاری پێشان دەدەن باشتر پرس بە کچان دەکرێت. منداڵی نێو ئەو فێرگەکانەش، کە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ی تێدا دەخوێنرێت، شیمانە زیاتریان هەبوو ئەو ئامانجانە هەڵبژێرن کە بوونە هۆی دەرئەنجامی ڕەوا بۆ خۆیان و بۆ بەرانبەریش. گەر بێتە سەر هەڵبژاردنی ئامانجی سوودبەخش، هەم بۆ خۆ و هەم بۆ بەرانبەر، بەشداربووانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» باشتری بۆ دەچن. بە کورتی: ئەم تۆژینەوانە چوستیی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» پێشانی دەدەن لە پێشخستنی ڕەفتاری ڕۆژانە و هەروەها دەرک و مەیلی جڤاکییان.

سەرنج بدەن کە هەڵسەنگاندنی بەرنامەیەکی وەک «هەنگاو بە هەنگاو: دەربارەی بەرگرتنی توندوتیژی» چەندین خاڵی گرینگی گەرەکە، وەک کۆکردنەوەی سیستەماتیکی زانیاریی دەربارەی پێداویستی فێرخوازان، پیادەکردنی بەرنامەکە و کاریگەریی بەرنامەکە. بۆ زانیاریی زیاتر دەربارەی هەڵسەنگاندنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، تکایە بڕوانن **ڕێنامەی بەڕێوبەر** کە لە پاکەتی فێرکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا هەیە.

**پوختە**

تۆژکاران بە وردی لە شێوازی بیرکردنەوە و بەرسڤی منداڵی خاوەن توانای جڤاکی کۆڵیونەتەوە. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ ئەوەیە منداڵ فێری ئەو شێوازی بیرکردنەوە و بەرسڤەیە لە مامەڵەی ڕۆژانەدا. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» سەرنج دەداتە ئەو هونەرانەی دەبنە شابەشی سەرکەوتنی جڤاکیی منداڵ و دووری دەخەنەوە لە دڕی. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» سێ بەشی چین لەسەر چینە. بەرنامەکە وەها دارێژراوە هەر سێک بەرسڤی جڤاکی: هەست، بیر و ڕەفتار بخاتە بەر باس. بەشی یەکەم بناخە بۆ توانای هاوسۆی دادەڕێژێت – سەرنج دەداتە هەست. بەشی دووهەم بە باسی هونەری خۆئارامکردنەوە، توانای جڵەوگرتنی هەست دروست

دەکات. بەشی دووهەم، لە ڕێی هەنگاوەکانی «چارەی کێشە» وە جەختی تەواو دەکاتە سەر دروستکردنی بیرکردنەوەی سازەندە لە لای منداڵ. پاشان دێینە سەر ڕاهێنانی هونەری ڕەفتارەکی بۆ ئەوەی منداڵ لە دۆخی جڤاکی سەختدا بەکاری بهێنن. بەشی سێهەم کار لەسەر هونەری خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە دەکات بۆ ئەوەی منداڵ لە دۆخی جڤاکی سەختدا، بە ڕەفتاری کاریگەر، زاڵ بێت بەسەر دۆخەکەدا.

وەک دەبینن توانای بیرکردنەوە کە لە بەشەکانی دووهەم و سێهەمدا بە چڕوپڕی باسی لێ دەکرێت، لەسەر بنەمای توانای هاوسۆزی هەڵدەچنرێت کە لە بەشی یەکەمدا باس کراوە. بۆ نموونە لە بەشەکانی دوایی بەرنامەکەدا منداڵ فێر دەبێت توانای هاوسۆزی بخاتە کار بۆ دۆزینەوەی سەرەداوی گرینگ و بۆ پێشبینی دەرئەنجامی ڕەفتاری خۆ. بەشی «جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە» ش منداڵ ئامادە دەکات بۆ بەشی «جڵەوگرتنی تووڕەیی». سەرەتا دەبێت منداڵ فێری هونەری جڵەوگرتنی هەست و هەنگاوی چارەی کێشە بێت و پاشان بەردەوام پیادەیان بکات بۆ ئەوەی تەواو شارەزایان بێت. تەنها بە ڕاهێنانی بەردەوام منداڵ دەتوانێت سەرکەوتوو بێت لە هونەری جڵەوگرتنی هەست و چارەی کێشەدا بە تایبەتی لە دۆخی سەختی وەهادا کە پێویستی بە جڵەوگرتنی تووڕەییە.

منداڵ پێویستی بە چەندین ئاستی فێربوون هەیە هەتا توانای جڤاکیی زاڵ دەبێت. سەرەتا شارەزای چەمکەکان دەبێت، پاشان فێر دەبێت چەمکەکان پیادە بکات و لە دۆخی نوێدا بەکاریان بهێنێت. ئەوجا ڕاهێنانی بەردەوام هەتا ئەو هونەرەی لێ دەبێتە خوویەکی ئۆتۆماتیک. منداڵ تەنها پاش ئەوەی تەواو ڕادێت بەو هونەرانە ئەوجا دەتوانێت لە کاتی تووڕەبوون و شڵەژاندا بەکاریان بێنێت. لەبەر ئەوەیە زۆر گرینگە منداڵ بە کردەوە خۆی بەم هونەرانە ڕابهێنێت، لە ڕێی ڕاهێنانی فیزیکی، ڕۆڵوازی و چالاکی دیکەوە خەریک بێت هەتا ئەو هونەرانە دەگوێزێتەوە نێو ژیانی ڕاستینە.

# سەرچاوە

Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory.* Englewood, NJ: Prentice Hall.

Beland, K. (1988). *"Second Step* Grades 1–3: Summary Report." Seattle: Committee for Children.

Beland, K. (1989). *"Second Step* Grades 4–5: Summary Report." Seattle: Committee for Children.

Beland, K. (1990). *"Second Step* Middle School/Junior High: Summary Report." Seattle: Committee for Children.

Beland, K., and Moore B. (1991). *"Second Step* Preschool-Kindergarten: Summary Report." Seattle: Committee for Children.

Brenner, E., and Salovey, P. (1997). "Emotion Regulation During Childhood: Developmental, Interpersonal, and Individual Considerations." In P. Salovey and D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 168–192). New York: BasicBooks.

Brown, J. R., and Dunn, J. (1996). "Continuities in Emotion Understanding from Three to Six Years." *Child Development, 67,* 789–802.

Campbell, S. B. (1995). "Behavior Problems in Preschool Children: A Review of Recent Research." *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 36,* 113–149.

Carlo, G., Knight, G. P., Eisenberg, N., and Rotenberg, K. J. (1991). "Cognitive Processes and Prosocial Behaviors Among Children: The Role of Affective Attributions and Reconciliations." *Developmental Psychology, 27,* 456–461.

Committee for Children (1991). *Second Step®: A Violence Prevention Curriculum,* Preschool–Kindergarten. Seattle.

Committee for Children (1992). *Second Step®: A Violence Prevention Curriculum,* Grades 1–3. Seattle.

Consortium on School-Based Promotion of Social Competence (1994). "The School-Based Promotion of Social Competence: Theory, Research, Practice, and Policy." In R. J. Haggerty and L. R. Sherrod (Eds.), *Stress, Risk, and Resilience in Children and Adolescents: Processes, Mechanisms, and Interventions* (pp. 268–316). New York: Cambridge University Press.

Crick, N. R., and Dodge, K. A. (1994). "A Review and Reformulation of Social Information-Processing Mechanisms in Children's Social Adjustment." *Psychological Bulletin, 115,* 74–101.

Crick, N. R., and Ladd, G. W. (1990). "Children's Perceptions of the Outcomes of

Aggressive Strategies: Do the Ends Justify Being Mean?" *Developmental Psychology, 26,* 612–620.

Dodge, K. A., and Frame, C. L. (1982). "Social Cognitive Biases and Deficits in Aggressive Boys." *Child Development, 53,* 620–635.

Eisenberg, N., Cumberland, A., and Spinrad, T. L. (1998). "Parental Socialization of Emotion." *Psychology Inquiry, 9,* 241–273.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., and Losoya, S. (1997). "Emotional Responding: Regulation, Social Correlates, and Socialization." In P. Salovey and D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 129–163). New York: BasicBooks.

Ekman, P., and Friesen, W. V. (1975). *Unmasking the Face: A Guide to Recognizing Emotions from Facial Clues.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Elliot, S. N., and Gresham, F. M. (1993). "Social Skills Interventions for Children." *Behavior Modification, 17,* 287–313.

Erdley, C. A., and Asher, S. R. (1996). "Children's Social Goals and Self-Efficacy Perceptions as Influences on Their Responses to Ambiguous Provocation." *Child Development, 67,* 1329–1344.

Fabes, R. A., Eisenberg, N., Hanish, L. D., and Spinrad, T. L. (2001). "Preschoolers' Spontaneous Emotion Vocabulary: Relations to Likability." *Early Education and Development, 12,* 11–27.

Fabes, R. A., Eisenberg, N., Karbon, M., Bernzweig, J., Speer, A. L., and Carlo, G. (1994). "Socialization of Children's Vicarious Emotional Responding and Prosocial Behavior: Relations with Mothers' Perceptions of Children's Emotional Reactivity." *Developmental Psychology, 30,* 44–55.

Feshbach, N. D. (1975). "Empathy in Children: Some Theoretical and Empirical Considerations." *The Counseling Psychologist, 5,* 25–29.

Feshbach, N. D., and Feshbach, S. (1969). "The Relationship Between Empathy and Aggression in Two Age Groups." *Developmental Psychology, 1,* 102–107.

Feshbach, N. D., and Roe, K. (1968). "Empathy in Six- and Seven-Year-Olds." *Child Development, 39,* 133–145.

Frey, K. S., Nolen, S., Van Schoiack-Edstrom, L., and Hirschstein, M. (2001, June). Second Step: *Effects on Social Goals and Behavior.* Paper presented at the Ninth Annual Meeting of the Society for Prevention Research, Washington, DC.

Greenberg, M. T., Kusche, C. A., Cook, E. T., and Quamma, J. P. (1995). "Promoting Emotional Competence in School-Aged Children: The Effects of the PATHS Curriculum." *Development and Psychopathology, 7,* 117–136.

Grossman, D. C., Neckerman, H. J., Koepsell, T. D., Liu, P. Y., Asher, K. N., Beland, K.,

Frey, K. S., and Rivara, F. P. (1997). “Effectiveness of a Violence Prevention Curriculum Among Children in Elementary School: A Randomized Controlled Trial.” *Journal of the American Medical Association, 277,* 1605–1611.

Halberstadt, A. G., Denham, S. A., and Dunsmore, J. C. (2001). “Affective Social Competence.” *Social Development, 10,* 79–119.

Hastings, P. D., Zahn-Waxler, C., Robinson, J., Usher, B., and Bridges, D. (2000). “The Development of Concern for Others in Children with Behavior Problems.” *Developmental Psychology, 36,* 531–546.

Izard, C., Fine, S., Schultz, D., Mostow, A., and Ackerman, B. (2001). “Emotion Knowledge and Social Behavior.” *Psychological Science, 12,* 18–23.

Katsurada, E., and Sugawara, A. I. (1998). “The Relationship Between Hostile Attributional Bias and Aggressive Behavior in Preschoolers.” *Early Childhood Research Quarterly, 13,* 623–636.

Kendall, P. C. (2000). “Guiding Theory for Therapy with Children and Adolescents.” In P. C. Kendall (Ed.), *Child and Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* (pp. 3-27). New York: The Guilford Press.

Kendall, P. C. (1993). “Cognitive-Behavioral Therapies with Youth: Guiding Theory, Current Status, and Emerging Developments.” *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 61(2),* 235–247.

Ladd, G. W., and Mize, J. (1983). “A Cognitive Social Learning Model of Social-Skill Training.” *Psychological Review, 90,* 127–157.

Lagattuta, K. H., and Wellman, H. M. (2001). “Thinking About the Past: Early Knowledge About Links Between Prior Experience, Thinking, and Emotion.” *Child Development, 72,* 82–102.

Lemerise, E. A., and Arsenio, W. F. (2000). “An Integrated Model of Emotion Processes and

Cognition in Social Information Processing.” *Child Development, 71,* 107–118.

Litvack-Miller, W., McDougall, D., and Romney, D. M. (1997). “The Structure of Empathy During Middle Childhood and Its Relationship to Prosocial Behavior.” *Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 123 (3),* 303–324.

Luria, A. R. (1961). *The Role of Speech in the Regulation of Normal and Abnormal Behaviors.* New York: Liveright.

Mayer, J. D., and Salovey, P. (1997). “What Is Emotional Intelligence?” In P. Salovey and D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 3–31). New York: BasicBooks.

McMahon, S. D., Washburn, J., Felix, E. D., Yakin, J., and Childrey, G. (2000). “Violence Prevention: Program Effects on Urban Preschool and Kindergarten

Children.” *Applied and Preventive Psychology, 9,* 271–281.

Metcalfe, J., and Mischel, W. (1999). “A Hot/Cool-System Analysis of Delay of Gratification: Dynamics of Willpower.” *Psychological Review, 106,* 3–19.

Miller, P. A., Eisenberg, N., Fabes, R., and Shell, R. (1996). “Relations of Moral Reasoning and Vicarious Emotion to Young Children’s Prosocial Behavior Toward Peers and Adults.” *Developmental Psychology, 32,* 210–219.

Moore, B., and Beland, K. (1992). Evaluation of *Second Step*, Preschool–Kindergarten: A Violence-Prevention Curriculum. Seattle: Committee for Children.

Nelson, W. M., III, and Finch, A. J., Jr. (2000). “Managing Anger in Youth: A Cognitive-Behavioral Intervention Approach.” In P. C. Kendall (Ed.), *Child and Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* (pp. 129–170). New York: The Guilford Press.

Novaco, R. W. (1975). *Anger Control: The Development and Evaluation of an Experimental Treatment.* Lexington, MA: D. C. Heath.

Parker, J. G., and Asher, S. R. (1987). “Peer Relations and Later Personal Adjustment: Are Low Accepted Children ‘At Risk’?” *Psychological Bulletin, 102,* 357–389.

Richard, B. A., and Dodge, K. A. (1982). “Social Maladjustment and Problem-Solving in School-Aged Children.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50,* 226–233.

Rubin, K. H., Bream, L. A., and Rose-Krasnor, L. (1991). “Social Problem-Solving and Aggression in Childhood.” In D. J. Pepler and K. H. Rubin (Eds.), *The Development and Treatment of Childhood Aggression* (pp. 219–248). Hilsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Assoc.

Saarni, C. (1997). “Emotional Competence and Self-Regulation in Childhood.” In P. Salovey and D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 35–66). New York: BasicBooks.

Spencer, L. M., and Spencer, S. M. (1993). *Competence at Work: Models for Superior Performance.* New York: Wiley.

Spivack, G., and Shure, M. B. (1974). *Social Adjustment of Young Children: A Cognitive Approach to Solving Real-Life Problems.* San Francisco: Jossey-Bass.

Underwood, M. K., Coie, J. D., and Herbsman, C. R. (1992). “Display Rules for Anger and Aggression in School-Age Children.” *Child Development, 63,* 366–380.

Van Schoiack-Edstrom, L., and Frey, K. S. (in press). “Changing Adolescents’ Attitudes About Relational and Physical Aggression: An Early Evaluation of a School-Based Intervention.” *School Psychology Review.*

Weissberg, R. P., and Bell, D. N. (1997). “A Meta-Analytic Review of Primary

Prevention Programs for Children and Adolescents: Contributions and Caveats." *American Journal of Community Psychology, 25(2),* 207–214.

Weissberg, R. P., Caplan, M., and Harwood, R. L. (1991). "Promoting Competent Young People in Competence-Enhancing Environments: A Systems-Based Perspective on Primary Prevention." *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 59,* 830–841.

Wentzel, K., and Wigfield, A. (1998). "Academic and Social Motivational Influences on Students' Academic Performance." *Educational Psychology Review, 10,* 155–175.

Youngstrom, E., Wolpaw, J. M., Kogos, J. L., Schoff, K., Ackerman, B., and Izard, C. (2000). "Interpersonal Problem Solving in Preschool and First Grade: Developmental Change and Ecological Validity." *Journal of Clinical Child Psychology, 29,* 589–602.

## پێکهاتەکانی بەرنامەکە

### سێتی فێرکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»

هەر بەرگێکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ئەم بابەتانەی خوارەوە لەخۆ دەگرێت:

**ڕێنامەی بەڕێوەبەر:** ئەم نامیلەکەیە بۆ بەڕێوەبەران و ڕێکخەرانە. پێشنیازی تێدایە بۆ ئافراندنی کەشێکی سەراسەری لە فێرگەدا تێدا هونەری جڤاکی- هەستەکی، چۆنیەتیی پیادەکردن و هەروەها دابینکردنی پشتیوانیی بەردەوام بۆ بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە فێرگە و دامەزراوەکاندا، دەخرێنە ڕوو.

**ڕێنامەی مامۆستا:** ئەمەیان سەرچاوەیە، بەشی «بەسەرکردنەوەی تۆژینەوە» تێدا بناخەی تۆژکارانەی «هەنگاو بە هەنگاو» ڕوون دەکاتەوە. جگە لەوە سامانێکی زانیاری سوودبەخشیشە دەربارەی چۆنیەتیی پێشکەشکردنی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە پۆلدا. لە بەشی «پاشکۆکان» دا سەرچاوەی سوودبەخش دەخرێنە بەردەست.

**کارتی بەش:** هەر پۆلێک بەرگی خۆی هەیە و هەر بەرگێک کراوە بە سێ بەشەوە: بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی، بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە و ئەوجا بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی. سەرەتای هەر بەشێک دەروازەیەکە بۆ بیرۆکە و میتودەکانی ئەو بەشە.

**کارتی وانەی وێنەدار:** ئەم کارتانە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ فێرخواز پێشکەش دەکەن. وێنەی ڕەش و سپی بەکارهاتووە بۆ ئەوەی فێرخواز زیاتر سەرنج بدەنە هەڵسوکەوتی جڤاکیی کەسایەتییەکان نەک خاڵی لاوەکیی وەک ڕەنگی پۆشاک. وانەکان بە شێوازێکی ساکار داڕێژراون.

**پۆستەری نێو پۆل:** سێ پۆستەری «خۆئارامکردنەوە»، «چارەی کێشە» و «جڵەوگرتنی تووڕەیی» بۆ ئەوەن لە پۆلدا هەڵواسرێن و لە وانەکاندا باسیان لێ دەکرێت. ئەم پۆستەرانە، لەبەر ئەوەی بەردەوام بەردیدەن (لەبەر چاون)، دەبنە

ڕاهێزێکی دیدەکی (هۆکارێکی ڕاهێزان لە ڕێی دیتنەوە) بۆ ئەو سێ هونەرە. کۆپیی ئەم پۆستەرانە لە پاشکۆیK دا بۆ خوێنداکار کۆ کراونەتەوە.

**وانەی ڤیدیۆدار:** وانە هەیە کلیپپی ڤیدیۆی لەگەڵدایە بۆ ڕوونکردنەوەی کۆپلەی «چیرۆک و گفتوگۆ». لە «کارتی بەش» - دا زانیاریی دەربارەی ئەم کلیپپانە هەیە. کلیپپەکانی هەر بەرگێک لە یەک سیدیدا کۆ کراونەتەوە.

**ڤیدیۆی: دەربارەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ خێزان:** ئەمیان زانیارییە دەربارەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ خێزانی فێرخوازان بۆ ئەوەی ئاشنا بن ڕەوتی ئەم بەرنامەیە لە پۆلدا.

**تایبەتمەندیی کارتی بەشەکان**

هەر بەرگ (پۆل) یێکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» کراوە بە سێ بەشەوە:

- بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی.
- بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە.
- بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی.

هەر بەشە بە کارتێکی تایبەت پێشکەش دەکرێت، ئەم کارتە دەروازەیە بەرەو بیرۆکە و میتودەکانی ئەو بەشە و لەم چەند کۆپلەیەدا کۆ کراونەتەوە:

- ئاستی ئەم بەرگە،
- ژمارە و سەردێڕی ئەم بەشە،
- مافی کۆپیکردنەوە،
- دەربارەی بەشەکە؛ زانیارییەکی گشتییە دەربارەی بەشەکە.
- خاڵی سەرەکی؛ شاخاڵەکانی بەشەکە ڕوون دەکاتەوە.
- وانەکانی ئەم بەشە؛ سەردێڕ و کورتەباسی وانەکان ڕوون دەکاتەوە.
- چەمکی زمانەکی؛ لیستی چەمک و زاراوەکانی بەشەکە ڕوون دەکاتەوە.

- تێبینی دەربارەی پلەکانی گەشە سەندن؛ ئەم کۆپلەیە پلەی گەشە سەندنی فێرخوازانی پۆلەکە و ئاستی شابیرۆکەی ئەم بەشە ڕوون دەکاتەوە.
- گرینگیی ئەم بەشە؛ ئەمیان زانیارییە دەربارەی گرینگیی بەشەکە.
- گواستنەوەی زانیار؛ لێرەدا پێشنیازی هەمەجۆر دەخرێنە بەر باس بە مەبەستی گواستنەوەی ئەو هونەرانەی فێرخواز فێریان دەبێت بۆ نێو ژیانی ڕۆژانە.
- چالاکیی دیکە؛ لێرەدا پێشنیاز هەیە بۆ ئاوێزانکردنی بیرۆکەی بەشەکە بۆ نێو بابەتی دیکە.
- کتێب؛ گەر هەبێت ناوی کتێبی پەیوەندیدار تۆمار دەکرێت، دەنا وەک تێبینی داوای پێشنیاز دەکرێت.

## تایبەتمەندیی کارتی وانەکان

کارتی وانەی وێنەدار کرۆکی بەرنامەکەن. لە فۆرماتی A3 دان و بەکارهێنانیان ئاسانە. کارتی وانە بریتییە لەم کۆپلانە:

- ئاستی ئەم بەرگە.
- ژمارە و سەردێڕی ئەم بەشە.
- ژمارە و سەردێڕی ئەم وانەیە.
- نیشانەی وانەی ڤیدیۆدار؛ دەڵێت ئەم وانەیە ڤیدیۆی هەیە.
- زانیاری مافی کۆپیکردن.
- ژمارەی زنجیرەی کارتەکە؛ ژمارەی کارتی نێو ئەم بەرگە پێشان دەدات.
- چەمک؛ لێرەدا چەمک و هونەری مەبەست دێنە بەر باس.
- چەمکی زمانەکی؛ لیستەی چەمکی زمانەکی و زاراوەکانی وانەکە ڕوون دەکرێنەوە. ئەم چەمکانە دەستکەلای وانەکەن و دەبنە یاریدەری فێرخواز بۆ وەدەستهێنانی توانای جڤاکدۆستانە.
- **ئامانج؛** ئامانجەکانی وانەکە کە بریتین لەو توانای فێرخواز دەبێت فێریان بێت، لێرەدا ڕوون دەکرێنەوە.

- **پێداویستی؛** پێداویستیی وەک فیلمی ڤیدیۆی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، ئامێری دەنگی و ڕەنگی، پۆستەرەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» یان کاخەزی پۆستەر و هتد لێرەدا ڕیز دەکرێن.
- **ئامۆژگاری بۆ مامۆستا؛** لەم کۆپلەیەدا پاشخانێک دەربارەی توانای مەبەست و ناوەڕۆکی وانەکە فەراهەم دەکرێت. چەند ئامۆژگارییەکیش دەربارەی گەشە سەندنی فێرخواز لە پەیوەندیدا بە هونەری مەبەست و بابەتەکانی وانەکەوە دەخرێنە ڕوو.
- **نیشانەی کاتژمێر؛** لە چەند وانەیەکدا هەیە بۆ ئاماژەدان بەوەی وانەکە لە یەک ڕۆژ زیاتر دەبا.
- **وێنە (فۆتۆگراف) ؛** لە پشتار (دیوی پشتەوە) ی کارتەکەیە.
- **چیرۆک و گفتوگۆ؛** لێرەدا چیرۆک و گفتوگۆی پەیوەند بە توانای جڤاکدۆستیی نیو وانەکە دێنە بەر باس. بۆ ئاسانکاری گوتەی مامۆستا بە پیتی تێرڕەنگ چاپ کراون و تێکستی دیکە بە چاپی ئاسایی.
- **گەشە سەندنی هەنگاوی توانا؛** زۆرینەی وانەکانی بەشی دووهەم و سێهەم داوا لە فێرخواز دەکەن، هەنگاوی تایبەت بە خۆیان داڕێژن بۆ پیادەکردنی توانای جڤاکیی مەبەست لە وانەکەدا. بە مەبەستی ئاسانکاری، هەنگاوی نموونە لە نێو کارتی وانەکەدا دابین کراوە.
- **ڕۆڵوازی؛** ئەم کۆپلەیە، کە نێزیکەی نیوەی کاتی وانەکەیە، تەرخانکراوە بۆ پیادەکردنی توانا تایبەتیەکانی وانەکە. ئەم پیادەکردنە بەشێکی گرینگی بەرنامەکەیە. ڕۆڵوازیی وانەکە بریتییە لە دوو بەش:

  - **ڕۆڵوازیی مۆدێل؛** ئەمیان لە بەشی دووهەم و سێهەمدا باس لە چۆنەتیی نمایشکردنی ڕۆڵوازیی مۆدێل دەکات. مامۆستا بە هاوکاری فێرخوازێکی دڵخوازدا بۆ ڕوونکردنەوەی هونەری مەبەست، هەنگاوەکانی پۆل دەکاتە ڕۆڵوازی.
  - **ڕۆڵوازیی فێرخواز؛** لەمیاندا فێرخواز هەنگاوەکانی پۆل دەکاتە سیناریۆی ڕۆڵوازی بۆ پیادەکردنی هونەری مەبەست.

- **چالاکی؛** ئەم کۆپلەیە لە وانەیەکدا هەیە ڕۆڵوازی تێدا نەبێت. چالاکییەکان پتر ڕاهێنانی فیزیکی و گەمەن.
- **ئەنجامگیری؛** لێرەدا پوختەی ئەنجامگیریی وانەکە ڕوون دەکرێتەوە.
- **بۆماڵەوە؛** لەم کۆپلەیەدا ئەو بابەتانە ڕوون دەکرێنەوە کە دەبێت فێرخواز بیانباتەوە ماڵێ، بۆ نموونە: «نامە بۆ ماڵەوە»، «ئەرکی ماڵەوەی ڕاپۆرتی فێرخواز» و هتد. بڕوانە پاشکۆی L
- **گواستنەوەی زانیار؛** لەم کۆپلەیەدا پێشنیازی ئاسان دەربارەی پیادەکردنی هونەری مەبەست دێنە بەرباس. گەرچی ئەم کۆپلەیە کورتە و لە کۆتای وانەکەدا جێی کراوەتەوە بەڵام بەشێکی زۆر گرینگە.
- **چالاکیی دیکە؛** لەم کۆپلەیەدا پێشنیازی تازە، بە مەبەستی ئاوێزانکردنی چەمک و هونەری نێو وانەکە لەگەڵ بابەتی دیکەدا، باس دەکرێن.

## مەودا و زنجیرە

«شیرازەی باش زەمینەی هەموو کارێکی باشە»،گوتەی Edmund Burke.

## سەرەتاکانی زنجیرە

هەموو وانەیەکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە سەر چەمک و هونەرەکانی باس لێکراوی وانەی پێشووتر هەڵدەنرێن. یەکانگیری و کاریگەریی بەرنامەکە بەندە بە ڕەچاوگرتنی شیرازەی پێشنیازکراو. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» وەها داڕێژراوە کەشێکی دروست بۆ پەرەپێدان و پیادەکردنی توانای جڤاکدۆستانە هەموار بکات. هەموارکردنی کەشی وەها کاتی پێ دەوێت و دەبێت هێدی هێدی ڕەوت بکات. تێکدانی شیرازە و زنجیرەی گوتنەوەی وانەکان ڕێ لە گەشەی ئەو توانایە دەگرن کە پێشمەرجی فێربوونن. ئەمەش بیرۆکەی ساختارە سێ بەشەکە:

- **بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی؛** ئەم بناخەی کار دادەڕێژێت. ئەو هونەرە دەداتە فێرخواز کە پێویستە بۆ ناسینی هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر، بۆ وەرگرتنی ڕوانگەی بەرانبەر و هەروەها بۆ وەڵامدانەوەی هاوسۆزانە. هونەری جڵەوگرتنی تووڕەیی و چارەی کێشە زادەی هاوسۆزین. ئەم هونەرانە بۆ ئەوەیە بەرانبەر بە ڕەفتاری جرپنانە دڵی نەشکێت.

- **بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە؛** بەشی دووهەمی بەرنامەکە سەرنج دەخاتە سەر خۆئارامکردنەوە، ناسینەوەی ڕەفتاری جرپنانە لە بارێکی کێشەداردا و ئەوجا بیرکردنەوە لە سەرجەم کێشەکە نەک خۆ دانە یەکەم بیرۆکەی بە خەیاڵدا دێت. لەم بەشەدا، فێرخواز فێری سێ هونەر دەبێت: هونەری خۆئارامکردنەوە، هونەری چارەی کێشەی جڤاکی و ئەوجا هونەری دۆزینەوەی هەنگاوی ڕەفتارەکیی وەها کێشەی پێ چارە بکات. ئەمانە هونەرێکن ڕەفتاری جرپن و دڕ لە لای منداڵ کەم دەکەنەوە (Spivack and Shure, 1974; Michelson, 1987). ئەم هونەرانەی لەم بەشەدا دێنە بەرباس و فێرکردن پاشان لە سەرانسەری بەرنامەکەدا بەکار دەهێنرێن.

- **بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی؛** تووڕەیی وەک هەست کێشە نییە بەڵام ڕەفتارێک زادەی تووڕەبوون بێت دەشێت کێشەساز بێت. لەم بەشەدا هونەری ناسینەوەی هەستی تووڕە بەکار دەهێنێرێت بۆ کەمکردنەوەی ڕەفتاری تووڕە و پیادەکردنی هەنگاوەکانی چارەی کێشە.

مامۆستا هەیە هەوڵ دەدات بە وانەکانی بەشی سێهەم دەست پێ بکات (لەبەر ئەوەی فێرخوازیان هەیە هونەری جڵەوگرتنی تووڕەییان لە لا کزە) – ئەمە کارێکی باش نییە. وانەکانی جڵەوگرتنی تووڕەیی لەسەر بناخەی توانای هاوسۆزیی بەشی یەکەم و توانای چارەی کێشەی بەشی دووهەم هەڵنراون. ئەگەر فێرخواز ئەو هونەرانە باش نەزانێت هونەرەکانی بەشی سێهەمی پێ هەڵناسووڕێت.

## سیماکانی مەودا و زنجیرە

لاپەڕەکانی داهاتوو گشتە باسێکی هەر سێ بەشەکەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» فەراهەم دەکەن. شاڕیشاڵی هەر بەشێک ڕوون دەکەنەوە و پاشان سەردێڕ وانەکان و کورتە ناساندنێکیان دەخرێنە بەر باس.

**سەرنج:** لە پاشکۆی A دا، مەودا و زنجیرەی هەر بەرگێک بە جودا ڕوون کراوەتەوە. کە زنجیرەی تەواوی وانای هەر تاکە پۆلێکی تێدایە.

## سەرچاوە


Michelson, L. (1987). “Cognitive-Behavioral Strategies in the Prevention and Treatment of Antisocial Disorders in Children and Adolescents.” In J. D. Burchard and S. N. Burchard (Eds.), *Prevention of Delinquent Behavior.* Newbury Park, CA: Sage Publications.

Spivack, G., and Shure, M. B. (1974). *Social Adjustment of Young Children: A Cognitive Approach to Solving Real-Life Problems.* San Francisco: Jossey-Bass.

## بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی

### پێکهاتەی سەرەکی

ئامانجی بەشی یەکەم ڕاهێزانی توانای فێرخوازە بۆ دیاریکردنی هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر، بۆ ڕوانگەگرتنی بەرانبەر و بۆ وەڵامدانەوەی بەسۆزانەی بەرانبەر. وانەکانی ئەم بەشە کار لەگەڵ ئاڵۆزیی دیاریکردنی هەست و دۆزینەوەی شێوازی نەرم بۆ وەڵامدانەوەی بەرانبەر.

### چەمکی زمانەکی

بەشی یەکەم ئەو چەمکە زمانەکییانە فێری فێرخواز دەکات کە وابەستەی بیرکردنەوەی ئاکامگیر و ڕەخنەگرانەن. زۆربەی وانەکان لەسەر شاچەمکی زمانەکیی وەها هەڵنراون کاری دەربڕینی هەستی ئاڵۆز هاسان بکەن.

### دیاریکردنی هەست

دیاریکردنی هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر هەم بناخەی هاوسۆزییە و هەم زەمینەسازی بەشەکانی داهاتووە. گەر مرۆڤ پەرۆشی هەستی بەرانبەر نەبێت چ پێویستی بە چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی نامێنێت. سەرەداوی زارەکی، فیزیکی و دۆخەکی یارمەتی منداڵ دەدەن هەست دیاری بکەن. بابەتەکانی وانەکانی بەشی یەکەم بریتین لە وەرگرتنی ڕوانگەی بەرانبەر، سەرنجدانە لێکچوون و جوداوازییەکان، سازشکردنی هەست، پێشبینیکردنی هەست و دەربڕینی پەرۆشی.

## بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی – مەودا و زنجیرە

### ناونیشانی وانەکان

### بەرگی یەکەم

**1.** دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی – دەربارەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» و گفتوگۆی نێو گرووپ.

**2.** دیاریکردنی هەستی بەرانبەر – سەرنجدانە نیشانە و سەرەداوی فیزیکی و زارەکی بۆ دیاریکردنی هەستی بەرانبەر.

**3.** گەڕان بە دوای نیشانەی دیکەدا - سەرنجدانە نیشانە و سەرەداوی دۆخەکی، فیزیکی و زارەکی بۆ دیاریکردنی هەستی بەرانبەر.

**4.** دیاریکردنی هەستی خۆمان – وردبوونەوە لە چۆنەتیی سوود وەرگرتن لە نیشانەی ناوەکی و دەرەکی بۆ دیاریکردنی هەستی خۆمان.

**5.** گفتوگۆ دەربارەی هەست - دۆزینەوەی کەسێکی گەورەساڵی هاوسۆز و جێباوەڕ، باسی هەستە تاڵەکانی لەلا بکەیت.

**6.** وێکچوون و جیاوازی – پەیبردن بەوەی دەکرێت مرۆڤی جیاواز بەرانبەر هەمان دۆخ هەستی جیاوازیان هەبێت.

**7.** گۆڕانی هەست – وردبوونەوە لە چۆنەتیی گۆڕانی هەست لای مرۆڤ.

**8.** پێشبینیی هەست - پێشبینی لەو هەستەی ڕەفتاری خۆم یان هەر کەسێکی دیکە دروستی دەکات لای کەسی بەرانبەر.

**بەرگی دووهەم**

1. ڕاهێنانی هاوسۆزی / سەرنجێکی گشتی - باس لە شاچەمکە گرینگ و بنەڕەتییەکانی هاوسۆزی دەکات وەک ناسینەوەی هەست، گرتنی ڕوانگەی بەرانبەر، وەڵامدانەوەی هاوسۆزانە.

2. هەستی شانازی – ڕوونکردنەوەی هۆکاری هەستی شانازی و هەروەها پەیبردن بەوەی هەست دێتە گۆڕین.

3. خواست - دەرککردنی ئەوەی خەڵک خواستی جیاوازیان هەیە و ئەو خواستانەش بەدەم کاتەوە دێنە گۆڕین.

4. هۆکار و ئەنجام – دەرکی ئەوەی هەڵسوکەت چۆن کار لە بەرانبەر دەکات.

5. مەبەست – دوور کەوتنەوە لە مەبەستی بەد.

6. ڕەوایەتی - دەرککردنی مافی کەسانی دیکە و پێشنیازکردنی چارەسەری ڕەوا بۆ کێشەیەکی دێتە پێش.

**بەرگی سێهەم**

1. دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی – سەرنجێکی گشتیی هونەرەکانی هاوسۆزی، بۆ نموونە: دیاریکردنی هەست، گرتنی ڕوانگەی بەرانبەر و وەڵامدانەوەی بەسۆزانەی بەرانبەر.

2. هەستی ناکۆک – پەیبردن بەوەی خەڵک هەستی ناکۆکیان هەیە دەربارەی دۆخێک.

3. گوێگرتنی چالاکانە– دیاریکردن و پیادەکردنی هونەری بیستنی چالاکانە.

4. دەربڕینی پەرۆشی– پەرۆشی خۆت بۆ بەرانبەر پێشان بدە.

5. سەلماندنی جوداوازی– تێگەیشتن لەوەی کە هەمان کات خەڵکی جودان دەشێت لێکیش بچن.

## بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە

### پێکهاتەی سەرەکی

ئامانجی بەشی دووهەم بریتییە لە کەمکردنەوەی ڕەفتاری جرپنی و دڕیی منداڵە ئەویش لە ڕێی سێ توانای سەرکەوتووی خۆئارامکردنەوە، چارەی کێشە و ڕاهێنانی توانای ڕەفتارەکی.

(نیشانەی پۆستەری خۆئارامکردنەوە)

1. فێرخواز نیشانەی فیزیکیی هەستی توند دەناسنەوە.
2. بە بەکارهێنانی سکە هەناسە، بە ئارامی لە لووتەوە هەناسە هەڵمژە و لە دەمتەوە هەناسە بدەوە.

(نیشانەی پۆستەری چارەی کێشە)

ڕێگەی چارەی کێشە لە پێنج هەنگاو پێک دێت

1. دیاریکردنی کێشەکە بە بەکارهێنانی سەرەداوی زارەکی، ڕوخسارەکی، لەش و دۆخەکی.
2. «بیرۆکەبارانە» ی ڕێگەچارەکان.
3. هەڵسەنگاندنی چارە بە پێشبینیکردنی دەرئەنجام.
4. جێبەجێکردنی چارەسەرەکە بە بەکارهێنانی هەنگاوی توانای ڕەفتارەکی.
5. هەڵسەنگاندنی داخۆ چارەکە سوودی دەبێت، گەرنا ڕێگەچارەی دیکە پیادە بکە.

## ڕاهێنانی توانای ڕەفتارەکی

ئەم خاڵە ئاماژە بەوە دەکات کە چارەی کێشە بکرێتە سێ تا پێنج هەنگاوی بچووک. لەم بەشەدا، ڕێنوێنی فێرخواز دەکەیت هەنگاوی خۆیان بدۆزنەوە. ئەو هەنگاوانە دەبنە زەمینە بۆ پیادەکردنی هونەری چارەی کێشە و لە بەشی ڕۆڵوازیدا بۆ پێدانی فیدباک بەکار دەهێنرێن.

## بیرکردنەوەی ئاشکرا

بریتییە لە دەربڕینی هەنگاوەکانی خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە بەدەم فێربوون و پیادەکردنەوەوە. سەرەتا، فێرخواز بە ئاشکرا پرسیار و وەڵامەکانی چارەی کێشە دەردەبڕن. پاشان کاتێک باش شارەزای هونەری خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە دەبن، هانیان بدە بە بێدەنگی هەنگاوەکان لە خەیاڵی خۆیاندا بڵێنەوە (Camp and Bash, 1981).

## سەرچاوە

Camp, B. W., and Bash, M. S., (1981). *Think Aloud: Increasing Social and Cognitive Skills—A Problem-Solving Program for Children.* Champaign, IL: Research Press.

## بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە – مەودا و زنجیرە

**وانەکانی بەشی دووهەم**

**بەرگی یەکەم**

**1**- دەربارەی جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە– دیاریکردنی *ڕەفتاری جرپنانە* و زاڵبوون بەسەر بارودۆخی کێشەداری جڤاکیدا لە ڕێی بەکارهێنانی هونەرەکانی چارەی کێشە.

**2**- وچانێک بگرە، ئارام بەوە و بیری لێ بکەوە - کەمکردنەوەی ڕەفتاری جرپنانە بە بەکارهێنانی تەکنیکەکانی خۆئارامکردنەوە بە مەبەستی سازکردنی دەرفەت بۆ دۆزینەوەی چارەی کێشەکە.

**3**- دیاریکردنی کێشە و دۆزینەوەی چارە – دیاریکردنی کێشە و بیرکردنەوە لە ڕێگەچارەی گونجاو.

**4**- هەڵبژاردن، پیادەکردن و هەڵسەنگاندنی چارە – هەڵبژاردنی ڕێگەچارەیەکی ڕەوا، بێمەترسی و کردە، پاشان هەوڵدان بۆ هەڵسەنگاندنی.

**5**- نۆرەبڕین بە ئەدەبەوە – جڵەوگرتنی ڕەفتاری جرپنانە بە هەڵبژاردنی کاتێکی لەبار بۆ قسە پێبڕین.

**6**- وێڵکردنی خافڵاندن – وێڵکردنی خافڵاندن بە بەکارهێنانی هونەری چارەی کێشە.

**7**- چارەی ئارەزووی بابەتێک هی خۆت نەبێت - بەکارهێنانی هونەری بەیەکەوە یاریکردن، گۆڕینەوە و نۆرەکاری وەک شێوازێکی چاکتر بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ کێشەی ویستنی شتێک کە هی تۆ نەبێت.

**بەرگی دووهەم**

**1**- کۆنترۆڵی جرپنی و چارەی کێشە / سەرنجێکی گشتی – باس لە جرپنی، هونەرەکانی خۆئارامکردنەوە و بەکارهێنانی «چارەی کێشە».

**2**- داوای یارمەتی بە شێوەیەکی ڕێزدارانە - فێربوونی ئەوەی بەڕێز و سەبرەوە داوای یارمەتی بکەیت.

**3**- بەگەڵ کەوتن – بە شێوەیەکی دۆستانە و لە کاتی گونجاودا بەشداریی چالاکیی گرووپ بکەیت.

**4**- وازی – دۆزینەوەی گیانی وازیمەندانە.

**5**- داوای ڕوخسەت – لە ڕێی «کۆنترۆڵی جرپنی و چارەی کێشەوە» داوای ڕوخسەت بکەیت.

**6**- داوای لێبوردن – هەڵکردن لەگەڵ بەرانبەردا، داوای لێبوردن و ڕاستکردنەوەی هەڵە.

**بەرگی سێهەم**

**1**- دەربارەی جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە - سەرنجێکی گشتی دەربارەی ڕەفتاری جرپنانە، تەکنیکی خۆئارامکردنەوە و بەکارهێنانی چارەی کێشە.

**2**- سازدانی گفتوگۆ - دەست پێکردن، بەردەوامبوون و کۆتاهێنانی گفتوگۆ بە شێوازێکی دۆستانە.

**3**- چارەی فشاری دەوروبەر – بەکارهێنانی هونەری «ڕەتکردنەوەی دابڕانە» و «چارەی کێشە» بۆ بەرگرتن لە فشاری کەسانی بەرانبەر.

**4**- بەرگرتن لە جرپنیی دزی - بەکارهێنانی چارەی کێشە بۆ بەرگرتن لە جرپنیی دزی.

**5**- بەرگرتن لە جرپنیی درۆ – بەرگرتن لە جرپنیی درۆ بە پیادەکردنی هونەری چارەی کێشە.

## بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی

### پێکهاتەی سەرەکی

ئامانجی ئەم بەشە کەمکردنەوەی ڕەفتاری تووڕەیە لای منداڵ، ئەویش بەهۆی یارمەتی منداڵ بۆ ناسینەوەی هەستی تووڕە و بەکارهێنانی هونەری جڵەوگرتنی تووڕەیی. پرۆسەی جڵەوگرتنی تووڕەیی، کە لێرەدا خراوەتە ڕوو، بەتایبەتی بۆ ئەو فێرخوازانە دانراوە کە لە تەمەنی خوێندنی سەرەتاییدان. هەردوو توانای خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە، کە لە بەشی دووهەمدا باسکراون، ئاوێزان دەکات و پێکهاتەیەکی بیردانەوەشی دەخاتەسەر بۆ ئەوەی فێرخواز بیکاتە ئامرازێک بۆ هەڵسەنگاندنی ڕەفتاری خۆی کاتێک دۆخێکی تووڕەیی چارە دەکات.

Thomas Jefferson دەڵێ: «کاتێک تووڕە دەبیت، پێش ئەوەی قسە بکەیت، هەتا دە بژمێرە. گەر زۆر تووڕە بوویت، هەتا سەد بژمێرە!».

پۆستەری: «کاتی تووڕەیی چی بکەم باشە؟»

1- فێرخواز هەستی تووڕەبوون دەناسێتەوە.

2- فێرخواز توانای کەمکردنەوەی تووڕەیی پیادە دەکات.

3- فێرخواز توانای چارەی کێشە پیادە دەکات.

4- فێرخواز دەربارەی ڕووداوەکە بیردانەوەی هەیە و ڕەفتاری خۆی هەڵدەسەنگێنێت.

## بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی – مەودا و زنجیرە

**وانەکانی بەشی سێهەم**

**بەرگی یەکەم**

1- دەربارەی جڵەوگرتنی تووڕەیی – ناسینەوەی نیشانەکانی تووڕەیی و دیاریکردنی هۆیەکان بەمەبەستی جڵەوگرتنی تووڕەیی.

2- دوگمەی تووڕەیی – ناسینەوەی ڕووداوە دەرەکییەکان و بیرۆکە ناوەکییەکان، ئەوانەی دەبنە مایەی دەرهاوێشتنی هەستی تووڕەبوون.

3- «خۆئارامکردنەوە» - پێداچوونەوە و پیادەکردنی هونەرەکانی خاوبوونەوە، ئەوانەی یارمەتیی کەمکردنەوەی هەستی تووڕەبوون دەدەن.

4- خۆدواندن – باسی گەش لەگەڵ خۆتدا بکە بۆ دەروەست هاتنی هەستی پەشۆکان.

5- دوور کەوتنەوە لە شەڕ - بە بەکارهێنانی هونەرەکانی جڵەوگرتنی تووڕەیی و هەنگاوەکانی چارەی کێشە.

6- چارەی توانج – پیادەکردنی هونەرەکانی چارەی کێشە بۆ چارەکردنی گاڵتە پێکردن و توانج تێگرتن.

7- با «هەنگاو بە هەنگاو» بەردەوام بێت - هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە نێو دەوروبەردا پیادە بکە.

**بەرگی دووهەم**

1- جڵەوگرتنی توورەیی / سەرنجێکی گشتی – باسی نیشانەکانی توورەیی، ئەو ڕووداوانەی توورەیی دادەگیرسێنن و هەروەها پرۆسەی جڵەوگرتنی توورەیی دەکات.

2- ڕەخنە وەرگرتن – لە ڕێی پیادەکردنی هونەرەکانی «چارەی کێشە» وە.

3- هەڵکردن لەگەڵ وەدەرناندا - لە ڕێی پرۆسەی «چارەی کێشە» وە.

4- هەڵکردن لەگەڵ دەرئەنجامدا – لە ڕێی وەئەستۆگرتنی بەرپرسایەتیی ڕەفتاری خۆ.

5- با «هەنگاو بە هەنگاو» بەردەوام بێت - هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە نێو دەوروبەردا پیادە بکە.

**بەرگی سێهەم**

1- دەربارەی هونەری جڵەوگرتنی توورەیی – سەرنجێکی گشتی نیشانەکانی توورەیی، ڕووداوی تروکانی توورەبوون و پرۆسەی جڵەوگرتنی توورەیی.

2- چارەی تۆمەت - بەکارهێنانی پرۆسەی جڵەوگرتنی توورەی بۆ چارەی تۆمەت.

3- چارەی ناکامی – دۆزینەوەی وەڵامی ئایەیی (پۆزەتیڤ) بۆ چارەکردنی ناکامی.

4- سکاڵا – سکاڵاکردن و وەڵامدانەوەی سکاڵا بە پیادەکردنی ڕەفتاری ڕێزدارانە و دابڕ.

5- با «هەنگاو بە هەنگاو» بەردەوام بێت – هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە پرۆژەی هاوبەشدا لەگەڵ کەسانی دیکە پیادە بکە.

## ئامادەکاری بۆ گوتنەوەی بەرنامەکە

«گەشتی هەزار میل بە یەک هەنگاو دەست پێدەکات» گوتەی Lao Tzu.

### پرسیاری بنەڕەتی

### چۆن بەشداری بکەم لەم ڕاهێنانەدا؟

بەشداری لە ڕاهێنانێکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا باشترین شێوازی خۆئامادەکردنە بۆ پێشکەشکردنی بەرنامەکە. بەشداربووان سوود لە ئەزموونی هاوکاریانیان وەر دەگرن و فێر دەبن چۆن وانەی ئەم بەرنامەیە دەگوترێتەوە. باشترین کاریگەری لەوەدایە هەر فێرگەیەک چەند کەسێک ڕەوانەی خولی ڕاهێنان بکات بۆ ئەوەی ئەوانیش وەک تیمێکی کارا هاوکارانیان ڕابهێنن. ڕێکخراوی Committee for Children چەند جۆر ڕاهێنان فەراهەم دەکات: ڕاهێنانی ستاف لە شوێنی کار، ڕاهێنانی ڕاهێنەران لە ناوچەیەکدا و هەروەها خولی ڕاهێنانی یەک ڕۆژە بۆ مامۆستایان. بۆ زانیاری زیاتر دەربارەی خولەکانی ڕاهێنان پەیوەندی بگرە لەگەڵ بەشی Client Support Services ی ڕێکخراوەکە بە ژمارە تەلەفۆنی (800) 634-4449 یان سەردانی پێگەی ڕێکخراوەکە بکە www.cfchildren.org .

### کێ باشە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بڵێتەوە؟

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەسەر ئەو گریمانەیە هەڵنراوە کە مامۆستای نێو پۆل زۆربەی جاران وانەکان پێشکەش دەکات. لەبەر چەندین هۆ، ڕێکخراوی Committee for Children ئەم شێوازی پیادەکردنە پێشنیاز دەکات:

- لە ژینگەی فێرگەدا، مامۆستای پۆل بە باشترین شێوە فێرخوازی خۆی دەناسێت و بەو پێیەش دەتوانێت وانەکان بگونجێنێت.

• مامۆستای پۆل بە کاریگەرترین شێوە دەرفەت بۆ پێشنیازەکانی نێو بەشی «گواستنەوەی زانیار» هەموار دەکەن، چونکە ئەوان بە درێژایی ڕۆژەکە ئامادەی «خاڵی فێرکاری» ین.

• مامۆستای پۆل لە هەر گەورەساڵێکی دیکە زیاتر لەگەڵ فێرخوازانە و باشترین کەسیشە بۆ پیادەکردنی ئەو هونەرە جڤاکییەی لە وانەکاندا خراونەتە ڕوو.

• مامۆستای پۆل بە باشترین شێوە هونەرەکانی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەگەڵ چالاکییەکانی دیکە، لە ماوەی ڕۆژەکەدا، تێکهەڵکێش دەکەن.

## چی دەبێت گەر کەسێکی دیکە، نەک مامۆستای پۆل، وانەکان پێشکەش بکات؟

دەشێت کەسێکی دیکە، نەک مامۆستای پۆل، وانەکان پێشکەش بکات، بە مەرجێک مامۆستای پۆلیش ئامادە بێت و بەشداربێت لە وانەکەدا. ئەمە دەبێتە ئاماژەیەکی ئاشکرا بۆ فێرخواز کە مامۆستاکەیان وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بە بەشێکی گرینگی ڕۆژەکە دادەنێت. گەر مامۆستای پۆل وانەکە نەڵێتەوە دەتوانێت بەم ڕێگایانەش بەشداری بەرنامەکە ببن:

• بەشداری بەشی ڕۆڵوازی ببن: بەشداری لە ڕۆڵوازیی وانەکاندا کارێکی گرینگە بۆ پیادەکردنی هونەرەکانی نێو وانە.

• گەڕان لە نێو پۆلدا و کۆمەککردنی فێرخوازان بۆ پیادەکردنی تواناکانی بەرنامەکە.

• دەتوانن لە پوختەی باسدا وەبیری فێرخواز بهێننەوە کە ئەوان بە درێژایی هەفتە چاوەڕێی فێرخوازن توانا و هونەری وانەکان بە شێوازی هەمەجۆر پیادە بکەن.

• دەتوانن پلان بۆ چالاکیی نێو «گواستنەوەی زانیار» دابڕێژن بۆ ڕاهێزانی بیرۆکە و هونەری وانەکان.

سەرنج: لە تەواوی ئەم «ڕێنامەیە» دا وشەی «مامۆستا» ئاماژەیە بۆ ئەو کەسەی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» پێشکەش دەکات.

**زانیاری دەربارەی پیادەکردنی بەرنامەکە لە سەرانسەری فێرگەدا لە کوێ بدۆزمەوە؟**

**«ڕێنامەی ڕێبەران»** ی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» پێشنیازی تێدایە هەم بۆ چاکترکردنی کەشی فێرگە و هەم بۆ پیادەکردنی ئەم بەرنامەیە لە سەرانسەری فێرگەکەدا.

**چی بکەم گەر فێرخوازی نوێم بۆ هات؟**

گەر فێرخوازی نوێ لە ماوەی ساڵەکەدا هاتنە پۆلەکەتەوە، ئەوا:

- دەبێت «ڕێساکانی پۆل بۆ گفتوگۆی نێو گرووپ» بە باشی بزانن بۆ ئەوەی بەشداربن لە گفتوگۆکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا.
- بە وردی سەرنجی توانای فێرخوازەکە بدە بە تایبەتی ئەو سێ خاڵە بەرفرەوانەی هاوسۆزی: جڵەوگرتنی جرپنی، چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی. بزانە فێرخواز لە کام خاڵدا پێویستی بە هاوکاریی زیاتر هەیە، گەر بۆ نموونە هەستت کرد گرفتی لەگەڵ چارەی کێشەدا هەیە پتر کار لەسەر ئەو بوارە بکە.

گەر چەند فێرخوازێک نوێ هاتوونەتە پۆلێکەوە کە لە پارەوە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دەخوێنن، ئەوا:

- کاتی زیاتر بدە بەو پۆستەرانەی لەگەڵ فیلمی ڤیدیۆ باس لە پرۆسەی خۆئارامکردنەوە، چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی
- سەرنج بدە فێرخوازی تازە و بزانە لە چ بوارێکدا پێویستی بە کۆمەک هەیە. گەر بۆ نموونە دەزانی فێرخواز گرفتی لەگەڵ هاوسۆزی هەیە چالاکیی وەها زیاتر بکە کە پەیوەستی هاوسۆزین.

**چۆنە گەر بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە ژینگەیەکی دەرەوەی فێرگە بەکاربهێنم؟**

گەرچی بەرنامەکە بۆ ژینگەی فێرگە داڕێژراوە بەڵام کەسانی کارامە هەیە بەرنامەکەیان لە ژینگەی دیکەشدا بۆ پتەوکردنی توانای جڤاکی- هەستەکی سەرکەوتووانە بەکارهێناوە. بۆ نموونە، بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە ژینگەی وەک «خانەی نەوجەوانان» و ناوەندەکانی چارەسازی بەکار هێنراوە؛ لەگەڵ ئەوەشدا، لەبەر ئەوەی تواناکانی نێو ئەم بەرنامەیە لەسەر یەکتر هەڵدەنرێن، بەکارهێنانی کورتخایەن و کوتوپڕ باش نییە.

**تێبینی:** بۆ پێشنیازی تایبەت بە گونجاندنی بەرنامەی خوێندنەکە لە ژینگەی دەرەوەی فێرگەدا، بڕوانە بەشی **هەموارکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»**.

**خێزان و بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»**

«منداڵ پەیامێکن ئێمە دەیان نێرینە زەمانێکی خۆمان نایبینین». گوتەی Neil Postman.

توندوتیژی تەنها بە بەرنامەی نێو پۆل و بنگەی جەوانان بەری پێناگیرێت. مامۆستا و گەورەی خێزان، خێزان و چاودێران، لە سنووری تواناداو ڕۆڵی گرینگ دەبینن بۆ پەرەپێدانی توانای جڤاکی- هەستەکی منداڵەکانیان.

کار تێکردنە ئایەتییەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەسەر ڕەفتاری منداڵ زۆر زیاد دەکات، گەر خێزان و سەرپەرشتان ئاشنای ناوەڕۆک و ستراتیژەکانی بەرنامەکە بن و بەشداری پیادەکردنی بن. ڕێگە زۆرن خێزان بیگرێتە بەر بۆ پەیبردن بە سوودی هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ بەرژەوەندیی منداڵەکانیان و هەروەها بۆ ڕاهێزانی ئەو هونەرانە لە ژینگەی ماڵدا. ئەمەش چەند پێشنیازێک:

**بەر لە دەستپێکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» خێزانانی لێ ئاگادار بکە.** بۆ نموونە لە ڕێی بڵاوکراوەی «پەیامی فێرگە» یان پێشاندانی **ڤیدیۆیی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»** لە کۆبوونەوەی خێزاناندا.

**«نامە بۆ ماڵەوە» لە کارتی وانەکاندا هاتووە، لەوێدا نامە بنێرە و خێزان ئاگادار بکەوە.** هەر بۆ جوانکاری دەکرێت نامە گشتییەکان لەسەر نامەی تایبەتی فێرگەی خۆتان کۆپی بکەن و بە بەرهەمی فێرخوازەکانی خۆتان نیگارکێشیان بکەن.

**«ڕاپۆرتی فێرخواز» بەکار بهێنن.** لە سەر کارتی وانەکان نیشانەی ڕاپۆرتی فێرخواز هەیە کە دەبێت لەگەڵ نامەی «نامەیەک بۆ ماڵەوە» بنێردرێتە ماڵەوە. ئەم ڕاهێنانە بۆ ئەوەیە فێرخواز ڕاپۆرت ئامادە بکات دەربارەی پیادەکردنی هونەرەکانی هەفتە لە ژینگەی دەرەوەی فێرگە. جگە لەوەش دەکرێت شێوازی دیکەی ئاسان و داهێنەرانە بدۆزنەوە بۆ ئەوەی فێرخواز هونەرەکانی خۆی لە ژینگەی دیکەدا پیادە بکات.

**ڤیدیۆیی «دەربارەی هەنگاو بە هەنگاو بۆ خێزان» پیشانی خێزانەکان بدە.** «دەربارەی هەنگاو بە هەنگاو بۆ خێزان» زانیاری دەداتە خێزان دەربارەی ئەو بابەتانەی فێرخواز لەم بەرنامەیەدا فێری دەبن و هەروەهاش ڕێنوێنی تێدایە دەربارەی پیادەکردنی ئەو هونەرنە لەماڵەوە. دەکرێت ئەو فیلمە بە قەرز بدرێتە فێرخواز بیباتە ماڵەوە بۆ ئەوەی خێزانەکەی سەیری بکەن.

**هەواڵنامەی فێرگە یان هەواڵنامەی نێو پۆل بەکاربهێنن.** ئەو هەواڵنامەیە بکە سەکۆیەک بۆ بڵاوکردنەوەی ئاگاداری دەربارەی هەر نوێکارییەکی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». ڕەفتاری فێرخوازان لەم بوارەدا، گوتاری فێرخوازان و خێزانیان دەربارەی ئەم باسە.

**وێنەی منداڵ بگرن کاتێک هونەرێکی «هەنگاو بە هەنگاو»** ی وەک هاوسۆزی، بەشکردن و گوێگرتنی چالاکانە پیادە دەکەن. ئەو وێنانە لە دیوارنامەی فێرگەدا بڵاو بکرێنەوە و بنێرێن بۆ ماڵی فێرخوازان بۆ ئەوەی ببێتە مایەی باس و گفتوگۆ.

**بەشی «ڕۆڵوازی» نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بەکار بهێنە.** ئێوارەیەک ساز بکە فێرخوازان تێیدا ڕۆڵوازی نمایش بکەن، خێزان پێی خۆشە نمایشی منداڵی خۆیان ببینن.

**خێزان و سەرپەرشتیاران بانگهێشتی نێو پۆل بکە.** داوایان لێبکە تێبینی چالاکییەکانی نێو پۆل بکەن.

**سوود لە کاتی کۆبوونەوەکان وەربگرە بۆ ئاماژەدان بە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو».** بە دەم گفتوگۆ و ڕاوێژەوە هەوڵ بدە سەرنجی خێزان و سەرپەرشتیاران ڕابکێشیت بۆ خاڵی بەهێز و لاوازی منداڵەکانیان لە بواری توانای جڤاکی- هەستەکیدا. پلان دابنێن بۆ چۆنەتی پێکەوە کارکردنی فێرگە و ماڵەوە لەو بوارەدا.

**داوا لە فێرخوازان بکەن پۆستەری خۆیان بۆ هەنگاوەکانی چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی ساز بکەن.** فێرخواز بۆی هەیە ئەو پۆستەرانە ببنەوە ماڵ یان لە «تابلۆی ئاگاداری بۆ خێزان» دا هەڵبواسن.

**سوود لە ڕێکخراوی** Committee for Children **وەربگرە بۆ فەراهەمکردنی پشتیوانی زیاتر بۆ خێزان.** ڕێکخراوی Committee for Children کاری وردی کردووە لەسەر چۆنیەتی هاوکاریی خێزان و سەرپەرشتیاران لە دەرک و پیادەکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا لە ماڵەوە و شوێنەکانی دیکەی دەرەوەی فێرگە. لەم بەرنامەی ڕاهێنانەی خێزاندا ڕێبازی سیستەماتیک پەیڕەوی دەکرێت بۆ ڕاهێنانی بەرگرتن لە توندوتیژی. هونەرەکانی هاوسۆزی کە بریتین لە جڵەوگرتنی جرپنی، چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە لایەن سەرپەرشتیارانەوە دێنە پیادەکردن. ئەم پیادەکردنە خێزان فێر دەکات چۆن لە ژیانی ڕۆژانەدا و لە هەڵسوکەوتی نێوان منداڵ و هەراشدا، هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» ڕاهێزێنن. بۆ زانیاری زیاتر دەربارەی ڕاهێنانی خێزان و پێشنیازی پیادەکردن، تکایە پەیوەندی بگرە لەگەڵ بەشی Client Support Services ی ڕێکخراوەکە بە ژمارە تەلەفۆنی (800) 634-4449 یان سەردانی پێگەی ڕێکخراوەکە بکە www.cfchildren.org .

## چارەکردن و ڕاپۆرتکردنی ئاشکرابوونی بەدکاری

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» منداڵ هان دەدات دەربارەی هەستەکانیان بدوێن و هەروەها مۆدێلی ستاندەردی ڕەفتاریش دەخاتە ڕوو، بۆ نموونە جڵەوگرتنی تووڕەیی. ڕوو دەدات منداڵ لە چێوەی ئەم گفتوگۆیانەدا وێڵکردن، لێدان و دەستدرێژی سێکسی ئاشکرا بکەن، لێرەدا ڕوونی دەکەینەوە گەر لە پۆلدا منداڵ دۆخی وەهای ئاشکرا کرد، مامۆستا چی بکات باشە.

گەر منداڵێک لە کاتی وانەدا، ڕەفتارێکی وەهای ئاشکرا کرد:

- خۆت ئارام بگرە - مەشڵەژێ و مەیکە هەرا.
- ئاماژە بدە بە منداڵەکە کە ئاشکراکردنەکەی ئەو دەرک دەکەیت و بەردەوام بن لەسەر وانەکە، بۆ نموونە «دیارە ئەو ڕەفتارێکە مرۆڤ تووڕە دەکات. پاشان من و تۆ باسی دەکەین».

لەبیرت بێت: کاردانەوەی تۆ جێی سەرنجی منداڵەکە و بیسەرانی دیکەیە. گرینگە ئاماژەی ڕوون و متمانەبەخش بدەیت بەو منداڵەی ڕازی خۆی ئاشکرا دەکات.

**پاش وانەکە**

- ڕەچاوی سیاسەت و ڕێساگەلی فێرگە یان دامەزراوەکەتان بکەن و ڕاپۆرتێک دەربارەی ئەو باسە بدەنە لایەنی پەیوەندیدار.
- شوێنێکی تایبەت بدۆزنەوە بۆ گفتوگۆ لەگەڵ منداڵەکە.
- منداڵەکە دڵنیا بکەنەوە لەوەی کارێکی دروستی کردووە کە ئێوەیان ئاگادار کردۆتەوە.
- منداڵەکە دڵنیا بکەنەوە لەوەی خۆی هیچ هەڵەیەکی لەو باسەدا نییە و کەسێکی «خراپ» یش نییە.
- چی زۆر پێویستە بۆ سەلامەتیی منداڵەکە دەمودەست جێبەجێ بکەن.
- منداڵەکە ئاگادار بکەن لەوەی ئێوە هەموو تواناتان دەخەنە گەڕ بۆ پاراستن و پشتیوانیکردنی ئەو.
- منداڵەکە ئاگادار بکەن لەو هەنگاوانەی دەیگرنە بەر.

گەر دڵنیا نەبوون لەوەی ئەو باسەی منداڵەکە دەیگێڕێتەوە بەدکاری یان فەرامۆشی تێدایە، یان گەر دوودڵن لە چۆنەتی چارەکردنی دۆخەکە، بگەڕێنەوە بۆ ڕێنوێنییەکانی فێرگە یان دامەزراوەکەتان و داوای ڕاوێژ بکەن لە بەڕێوەبەری فێرگە، ڕاوێژکاری فێرگە، پزیشکی دەروونناسی فێرگە، یان ئۆفیسی پاراستنی منداڵی.

گەر «هۆی پەسەندی گومانکردنتان» هەیە لەوەی منداڵێک بەدکاری لەگەڵ کراوە یان فەرامۆش کراوە، ئەوا بەرپرسایەتیی یاسایی ئێوەیە، کە گومانەکانتان بە ڕاپۆرت بدەنە پۆلیس یان لایەنی دیکەی پەیوەندیدار. ئەمەش پرۆسەی تۆژینەوە و کۆمەککردنی منداڵەکە دەچەرخێنێت. لەبیرتان بێت، ڕۆڵی ئێوە تەنها ڕاپۆرتکردنی گومانەکانە، نەک بۆ تۆژینەوەی دۆخەکە.

یاسای زارۆکپارێزی لە وەڵاتان و هەرێماندا جۆراوجۆرن. فێرگە هەیە پرۆسەی ڕاپۆرتدانی تایبەت بە خۆی هەیە. لەبەر ئەوە شارەزابوونی بواری زارۆکپارێزیی نێو یاسا و ڕێسای دەوڵەت و هەروەها ڕێنامەکانی فێرگەکەتان کارێکی پێویستە بۆ چارەکردنی کێشە وەها.

ئاگادار بن لەوەی سەرنەکەوتنی بەرپرسانی باڵا لە بەدواداچوونی ئەو کێشانە نابێتە پاساو بۆ دەربازکردنی مامۆستا لەو بەرپرسایەتییە یاساییەی هەیەتی لە ڕاپۆرتکردنی گومانەکانی خۆی. بۆ ئاشنابوون بە یاسای ڕاپۆرتکردن لە وەڵات یان هەرێمی خۆتدا پەیوەندی بگرە لەگەڵ ئۆفیسی زارۆکپارێزی یان هەر بنگەیەکی دیکەی یاسادەپێن.

## چۆنەتی بەکارهێنانی بەرنامەی خوێندنەکە

«سەرەتا کەمێک کاتێکی زیاد بەکار دێنیت بۆ ئەوەی لە کۆتادا کاتێکی زیاترت دەست بکەوێت» گوتەی Lim Chye Tin.

هەلومەرجی ئەکادێمیی فشاری خۆی هەیە و دوور نییە مامۆستا بپرسێت «**چۆن کاتم دەبێت بۆ گوتنەوەی بەرنامەی هەنگاو بە هەنگاو؟**». گوتنەوەی هەر بەرنامەیەکی خوێندنی نوێ کاتی پێدەوێت، بەڵام بەدەم پیادەکردنەوە مرۆڤ فێر دەبێت چۆن بەرنامەکە ڕێک بخات و تێهەڵکێشی ڕۆتینی پۆلەکەی خۆی بکات. دروستە ئەم کارە کاتی دەوێت بەڵام لە کۆتادا مامۆستا هەست دەکات کارێکی سوودبەخش بووە و کاتی زۆری بۆ گەڕاوەتەوە بۆ چالاکی دیکە. کاتێک فێرخواز، بۆ چارەکردنی ناکۆکییەکانی نێو خۆیان، هونەرەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دەرک و پیادە بکەن ئیدی مامۆستا کەمتر کاتی پۆل بەکار دەهێنێت بۆ چارەی لەمپەر و ناکۆکی. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەگەڵ ڕەوتی خوێندنی سەرەتاییدا کۆک کراوە. وەنەبێت تەنها هونەری جڤاکی فێری منداڵ بکات، بگرە توانای ئەکادیمی و چەمکە گشتییەکانی خوێندن، هونەری زمانەکی، تۆژینەوەی جڤاکی و ماتەماتیکیش پڕ دەکاتەوە. جگە لە فێرکردنی هونەری جڤاکی- هەستەکی، بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ئامرازێکی یاریدەرە بۆ بەدەستهێنانی شائامانجەکانی زانیار.

## دەست پێکردن

بەهەندگرتنی ئەم سەردێڕانەی خوارەوە گرینگە بۆ خۆشڕەوتیی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە پۆلەکەتدا.

## بەرنامەڕێژی وانەکان

کاتی بەرنامەڕێژی وانەکان، کاتی یەکانگیر بۆ گوتنەوەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» تەرخان بکە. بەم کارە وانەکانی بەرنامەکە لە لای فێرخوازەکان دەبنە

بەشێک لە ڕوتینی ڕۆژانەی بەردەوام. لەگەڵ ئەوەشدا بەرنامەکە نەرمەکارە و دەکرێت بە شێوازی جۆراوجۆر بگوترێتەوە.

زۆربەی مامۆستایان هەفتانە یەک وانە بۆ بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» تەرخان دەکەن و لە ڕاستیشدا گەر یەک وانەش کەم بوو نابێت هەفتانە دوو وانە زیاتری هەبێت. مامۆستا هەیە لای باشە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە سەرەتای هەفتەدا بلێنەوە و بەدواداچوونی بەشی ڕۆڵوازی بخەنە کۆتای هەفتە بۆ ئەوەی کاری گواستنەوەی زانیار ئاسانتر بێت. گرینگ ئەوەیە فێرخواز کاتی تەواوی هەبێت بۆ دەرک، پیادە و تێکهەڵکێشکردنی توانا و چەمکەکانی وانەیەک پێش ئەوەی بچێتە سەر بابەتێکی نوێ. دەرفەتەکانی دیکەی ڕاهێزان لە نێوان وانەکاندا بریتین لە خوێندنەوەی کتێب، ڕاهێنانی توانا، پیادەکردنی ئەو هونەرانە لە دەرەوەی پۆل و کاتی پشوودا لە ڕێگەی بەکارهێنانی «مۆدێلەکانی گواستنەوەی زانیار».

لە خشتەبەندیی وانەی نوێدا ڕاوێژ بە فێرخوازەکانی خۆت بکە. گەر ڕەوتی دەرک و فێربوونیان خێرا بوو تۆش زووتر وانەی نوێ پێشکەش بکە. گەر زانیت خاون و پێویستیان بە کاتی زیاتری هەیە ئەوا پەلەیان لێ مەکە و پتریان ڕا بێنە. بە گشتی هەر وانەیەکی سێ بەرگی یەکەم نێزیکەی 30-35 خولەکی گەرەکە. هەڵبەت ژمارەی فێرخوازانی پۆل کار لەم بابەتە دەکات..

کاتی وانە بەم شێوەیە دابەش دەکرێ:

- دەستپێک: 5 خولەک.
- چیرۆک و گفتوگۆ: 10-15 خولەک.
- ڕۆڵوازی (مۆدێلی مامۆستا و پیادەکردنی فێرخواز): 10-15 خولەک.
- ئەنجامگیریی و سازکردنی «گواستنەوەی زانیار»: 5 خولەک.

## خشتەبەندیی گواستنەوەی زانیار

جگە لەو کاتەی بۆ کارتە وێنەدارەکان تەرخانکراوە، کاتی دیکە بۆ پیادەکردنی پێشنیازەکانی «گواستنەوەی زانیار» ی هەر وانەیەک دابنێن. ئەو دانیشتنە کورتە زیادانە، کە هەریەکەیان نێزیکەی پێنج خولەکە، بریتین لە کاتی ڕاهێنانی فێرخواز بۆ پیادەکردنی تواناکانی هەر وانەیەک. «گواستنەوەی زانیار» لە خوارەوەدا بە چڕوپڕی باسکراوە.

## ئامادەکردنی وانە

«ئامادەکردن، ئامادەکردن، ئامادەکردن بریتین لە گرینگترین وشە بۆ مامۆستا»، گوتەی کەسێکی نەناسراو.

شێوازی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» جۆرێکە ئامادەکردنی وانە ئاسان دەکات. ئەمەش پێشنیازی چەند هەنگاوێکی بەر لە دەستپێکی وانەکان:

- بەر لە دەستپێکی وانەی نوێ بە کارتی وانەکەدا بچۆرەوە.
- سەرلەبەری وانەکە بخوێنەوە و دڵنیا بە لەوەی هەموو پێداویستییەکانت لەبەر دەست دایە. وانەکان بە جۆرێکی وەها داڕێژراون چەمک و تواناکان بە زنجیرە گەشە دەکەن.
- جێی دانیشتنی فێرخوازان ڕەچاو بگرە، ئایا لەسەر زەوی یان لەسەر کورسی بە دەوری مێزەوە بازنە دەبەستن؟

- بەر لە دەستپێکی وانەکە، فیلمی ڤیدیۆی ئەو وانەیە هەتا کۆتا سەیر بکە.
- پێشکات خۆت بە بەشی مامۆستا لە ڕۆڵوازیی وانەکاندا ڕابهێنە. لە بەشی دووهەم و سێهەمدا، دەشێت ڕۆڵی مامۆستا لە ڕۆڵوازییەکاندا لە دوا چرکەدا دەستکاری بکرێن بۆ ئەوەی هەموار بێت لەگەڵ توانای فێرخوازاندا.
- لە هەموو وانەیەکدا، بیر لەوە بکە چۆن ڕێ بۆ ڕۆڵوازیی فێرخواز و چالاکییەکانی دیکە خۆش بکەن.
- چالاکییەک نێو پۆل دیاری بکە بۆ ئەوەی لە «گواستنەوەی زانیار» دا بیکەیتە ئامرازێک بۆ پیادەکردنی توانای نوێ.

## دارشتنی ڕێسای گرووپکاری

لە وانەی یەکەمدا، کاتی پێویست تەرخان بکە بۆ باسی گفتوگۆی نێو گرووپ بۆ ئەوەی لە درێژەی بەرنامەکەدا سوودی لێ وەربگرن. هەڵبەت گەر ڕێساکان لەگەڵ ڕێسای گشتی پۆلدا یەکنەواز بن باشترین سوودیان دەبێت. فێرخواز هان بدەن لە دارشتنی ڕێساکاندا چالاکانە بەشداربن. لەم بوارەدا هەوڵ بدە هاندانەکە ئایەتی بێت، بۆ نموونە «دەست هەڵبڕە و چاوەڕوان بە هەتا سەرەت دێ» باشترە لە «وەڵامەکان دەرمەپەڕێنن». ڕێنوێنی دیکە دەکرێت بریتی بن لە «کاتێک کەسێکی دیکە قسان دەکات، تۆ بە وردی گوێ بگرە» و «مرۆڤ دەبێت بە ئارامی چاوەڕێ بکات، دەست و پێ نەجووڵێنێت». سازکردنی کەشێکی پاک بۆ هەموو بەرنامەکە لەم ئاستەدا، یارمەتیمان دەدات کاریگەرانە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» پیادە بکەین.

## هاندانی بەشداریکردن

کاتی ئامادەکردنی وانەکان بیر لە شێوازی هاندانی هەموو فێرخوازێک بکەنەوە بەرەو بەشداری لە گفتوگۆ، ڕۆڵوازی و چالاکییەکاندا. منداڵ هەیە هەڵپەیانە بۆ چالاکی فیزیکی و ڕۆڵوازی بەڵام کاتی گفتوگۆ «خۆیان دەدزنەوە». هەیە بە شادییەوە وەڵامی پرسیارەکان دەدەنەوە. بەشی **«ستراتیژی وانەگوتنەوە»** ی **ڕێنامەی مامۆستا** پێشنیازی تێدایە منداڵ هان دەدات بەشداری گفتوگۆ بێت.

## چاودێریکردنی ڕێکردنی بەرنامە

داڕشتنی وانەکان پشوودرێژە. بە دەم کارەوە، کات و جێ تەرخان کراوە بۆ بەشداربوونی فێرخوازان لە گفتوگۆ، ڕۆڵوازی و چالاکیی دیکە. فێرخواز بەگشتی بەپەرۆشن بۆ بەشداریکردن، گرینگ ئەوەیە کاتی پێویست تەرخان بکرێت بۆ بەشداربوونی هەر یەکەیان بێ ئەوەی کاتی تەواوی گرووپەکەش لەدەست بدەین. دەشێت ڕاگرتنی ئەم دوو تای ئەم تەرازووە لە پۆلی گەورەدا ئاسان نەبێت بەڵام هێشتنەوەی گفتوگۆ و ڕۆڵوازی لەسەر بابەتەکانی وانەکە لەگەڵ ڕاگرتنی کاتی وانەگوتنەوە خاڵێکی گرینگە.

## چارەکردنی ڕەفتاری ڕێگرانە

«خولیای گەشەکردن و فێربوون لای کەسی بەرانبەر ماکی بەردەوامبوونی وانەگوتنەوەیە. کەواتە وانەکە هەر چییەک بێت و تۆ هەر چۆنێک خۆت پێشانی پۆل دەدەیت، گرینگ ئەوەیە تۆ لایەنگری فێرخواز بیت و بڕوات هەبێت بەوەی فێرخواز لەو ماوەیەدا کە لەگەڵ تۆیە ویست و توانای گەشەکردنی هەیە.» گوتەی Herbert Kohl.

«هەنگاو بە هەنگاو» بەرنامەیەکە بۆ فێربوونی هونەری جڤاکی. دەکرێت ڕەفتاری ڕێگر لە ماوەی وانەکاندا بکرێنە دەرفەتێک بۆ ڕاهێزانی چەمک و تواناکانی فێرخوازان فێریان دەبن. ئاماژە بە ڕەفتاری جڤاکدۆستانەی فێرخواز بکە و ئامانجی ئایەتی بۆ

گرووپەکە دیاری بکە. هەر ڕەفتارێکی دیتە پێش بکە نموونەی زیندووی بەرباس و لەگەڵ وانەکەدا تێهەڵکێشی بکە.

دەرکردنی فێرخواز بۆ داڵان یان ئۆفیسی بەڕێوەبەری فێرگە لە کاتی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا بێبەشیان دەکات لە دەرفەتی فێربوونی ڕەفتاری نوێ. لەبری ئەوە، گەر بکرێت، «گۆشەی پشوو» ساز بکەن، فێرخواز لێیەوە بە ئارامی چاودێری وانەکە بێت. هەر زووش بانگیان بکەوە نێو گرووپەکە بۆ ئەوەی دەرفەتی پیادەکردنی هونەری وانەکەشیان هەبێت.

گەر فێرخواز لە بابەت لای دا، بە ئاماژە بۆ پرسیاری مەبەست بیانهێنەوە سەر ڕێ. گەر وەڵامێکی «نالەبار» هاتە پێش، بە ڕستەی وەک: «ئەوە دیدێکە بۆ ئەو باسە» یان «ئەوە بۆچوونێکە. بۆچوونی دی هەیە؟» ئەوجا بە سادەیی وەڵامی پێشنیازی نوێ بدەوە. لە هەموو گفتوگۆ و بیرۆکەبارانەیەکدا توونێک ڕاگرن خۆداوەر نەبێت (خۆتی لێ مەکە بە دادوەر و سەرکۆنەی مەکە).

ئاماژە و سەرەداو بەکار بهێنە بۆ ئەوەی فێرخواز بێتەوە سەر ئەو ڕەفتارانەی لە وانەکاندا فێریان بووین و لەسەریان پێک هاتووین.

نیشانەیەک دیاری بکەن بۆ ڕاکێشانی سەرنج لە کاتی ڕۆڵوازیدا. بۆ نموونە «گەر بمەوێت ئێوە لە ڕۆڵوازی بوەستن، هەتا سێ دەژمێرم و دەڵێم: بوەستن». نیشانەی دیکە دەکرێت بریتی بن لە چەپڵە لێدان، زەنگی بچکۆلە، یان سەرەداوی بینراو بۆ نموونە کاتێک مامۆستا دەستی خۆی هەڵدەبڕێ و بێدەنگ چاوەڕێ دەکات هەموو فێرخوازانیش بێدەنگ دەست هەڵدەبڕن. نیشانەکە هەرچیەک بێت پێویستە پێشکات بگوترێت و پیادە بکرێت هەتا لای فێرخوازان ئاشنا بێت.

گەر گرووپەکە کەوتە بزێوی، وانەکە بوەستێنن و پشوویەکی خێرا وەربگرن، پاشان بگەڕێنەوە بۆ وانەکە. دەتوانن وانەکەش بخەنە لاوە و دواتر بۆی بگەڕێنەوە. زۆرینەی وانەکان دەشێن بکرێنە دوو بەشی کورت، بەشێکیان سەرنج بداتە **چیرۆک و گفتوگۆ** و بەشەکەی دیکەش سەرنج بداتە **چالاکی** و **ڕۆڵوازی**. لەگەڵ ئەوەشدا، بۆ سوودمەندیی تەواو لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، دەبێت فێرخواز هەردوو بەشی هەموو وانەیەک ئەزموون بکات. گەر وانەیەکتان کرد بە دوو بەشەوە، هەوڵ بدەن

هەردوو بەشەکە ئەوەندەی دەکرێت نێزیک بن لە یەکتر تاکوو بەدەستهێنان و پاشەکەوتکردنی زانیار باشتر بێت.

## تەکنیکی فێرکاری

«پێم وایە ئەو بۆچوونەی دەڵێ: مرۆڤ لە کاتی خوێندندا تاکە یەک بابەت فێر دەبێت، گەورەترین فێڵە لە فێرکاریدا»، گوتەی B. Bradford Brown.

منداڵ لە ڕێی ڕۆڵوازی، نواندن و ڕاهێزانەوە، چۆن فێری ڕەفتاری جڤاکدۆستانە دەبێت وەهاش فێری ڕەفتاری ناجڤاکی دەبێت. بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» شێوازی هەمەجۆری وانەگوتنەوە بەکار دەهێنێت بۆ ئەوەی منداڵ فێری هونەری جڤاکی-هەستەکی بکات، بۆ نموونە:

- نواندن
- ڕێنوێنی و دنەدان
- چیرۆکخوانی
- گفتوگۆی نێو گرووپ
- ڕۆڵوازی

## نواندن

لە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا نواندن بەهێزترین ستراتیژی وانەگوتنەوەیە. فێرخواز هەموو ساتێکی ڕۆژگار چاوی لە ڕەفتاری منداڵ و گەورەساڵانە و لەو ڕێیەوە فێری هونەری نوێی ڕەفتار دەبێت.

نواندن، لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا، چەندین شێوازی هەیە: **نواندنی مامۆستا** شێوازێکی فەرمییە و لە بەشی ڕۆڵوازی و پیادەکردنی تواناکاندا بەکار دێت. لە دەرەوەی ساختاری وانەکانیش دەکرێت مامۆستا هونەری «گوتار بکە کردار» بەکار بهێنێت بۆ زیاتر نواندنی ڕەفتاری جڤاکدۆستانە. بەم شێوەیە مامۆستا پێشانی

فێرخوازی دەدات کە هەموو کەس، بە گەورەساڵانیشەوە، هونەری جڤاکی بەکاردەهێنن و پیادەی دەکەن. فێرخواز بە بینینی ڕەفتاری هاوسۆزانە لای کەسانی بەرانبەر، هەم مامۆستا و هەم کەسانی هاوتەمەن، باشتر ئەو هونەرانە وەردەگرن.

جگە لە نواندنی مامۆستا، فێرخوازیش لە ڕۆڵوازیدا نواندنی هەیە. منداڵ زۆرجار پتر سەرنج دەداتە ڕەفتاری کەسانی هاوتەمەنی خۆی و لەوانەوە فێری ڕەفتار دەبێت چونکە دۆخ و کاردانەوەکان نێزیکترن و دەتوانێت پیادەیان بکات.

## ڕێنوێنی و دنەدان

مامۆستا ئەم دوو ڕێبازی ڕێنوێنی و دنەدانە لە وانەگوتنەوەدا بەکار دێنن. ئەم دوو هونەرە لە سەرانسەری بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» و هەروەها چالاکییە نافەرمییەکانی ڕۆژانەشدا بەکار هاتووە. «ڕێنوێنی» بۆ ئەوەیە پێشانی فێرخوازی بدەیت «چۆن» ڕەفتار بکات. «دنەدان» بۆ ئەوەیە بە فێرخواز بڵێی «کەی» ئەو هونەرە پیادە بکات.

## چیرۆکخوانی

توانای چیرۆکخوانی بەندە بە توانای گفتوگۆ لای کەسی پێشکەشکاری بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». کرۆکی هەموو وانەیەک ئەو چیرۆکەیە کە بە وێنە ڕوون کراوەتەوە لەسەر کارتی وانەکان (و لە هەندێ باردا، بە ڤیدیۆ). ئەو چیرۆکە بۆ ڕوونکردنەوەی چەمک و تواناکانە. کاتی خوێندنەوەی تێکستی چیرۆکەکە (بە پیتی ڕەش و ئەستوور یان لە نێوان نیشانەی ڕاگواستە «» دا نووسراوە) دەنگ و توونێکی وەها بەکار بهێنە بۆ بیسەرانت خۆشڕەوت و ئارامبەخش بێت.

سەرەتا، وێنەی کارتەکان پێشان بدە و کەسایەتییەکان بناسێنە. کاتێک تۆ تێکستی چیرۆک و گفتوگۆ دەخوێنیتەوە دڵنیابە لەوەی گشت فێرخوازەکان وێنەی کارتەکە دەبینن. گەر پێویستی کرد، بە دەوری پۆلەکەدا بگەڕێت بۆ ئەوەی هەموو فێرخوازێک چاوی لە فۆتۆکە بێت.

گەرچی مەرج نییە، بەڵام گێڕانەوەی چیرۆک و ئەزموونی تایبەت بە خۆت کە پەیوەندیی بە هونەرەکانی وانەکەوە هەیە، سوودی زۆرە.

**گفتوگۆی نێو گرووپ**

بەشی «چیرۆک و گفتوگۆ»، نێزیکەی نیوەی کاتی وانەیەکی «هەنگاو بە هەنگاو» دەبات. ڕەوتی بەرنامەکە بەندە بەوەی تا چ ڕادەیەک زەمینەت بۆ گفتوگۆ خۆش کردووە. پرسیارەکانی بەشی گفتوگۆ لە کارتی وانەکاندا بە کورتە وەڵامی سادەی ئەریّ و نەخێر وەڵام نادرێنەوە. پرسیارەکان دەمفرەوانن، وەک «چی دەبێت گەر ....»، «ڕات چییە بە ...؟» و «چۆن دەزانن...؟». پاش هەر پرسیارێک وەڵامی پێشنیازکراو لە نێوان کەوانەدا ئامادەیە. ئەم وەڵامانە تەنها بۆ ڕێنوێنییە نەک بۆ سەپاندنی وەڵامێکی تایبەت.

فێرخواز هەیە بە پەرۆشەوە بەشداری گفتوگۆی نێو گرووپ دەکەن، هەیشە خۆیانی لێ دەکشێننەوە. بۆ هاندانی بەشداریکردنی چالاکانە لە لایەن هەموو فێرخوازانە ئەمانە چەند پێشنیازێکن بۆ ئاسانکاری:

**دەستەواژەی «چاوەڕوانکردن» بەکاربهێنن.** پاش پرسیارکردن، ماوەی 5-10 چرکە چاوەڕێ بکەن پێش ئەوەی داوا لە فێرخوازێک بکەن وەڵام بداتەوە. ئەمەیان دەبێتە هۆی زۆربوونی بەشداریکردن، چونکە کاتی زیاتر دەداتە فێرخواز بیر لە وەڵامەکان بکاتەوە.

«مامۆستا هەتا هەتایە کاریگەرە، کەس نازانێت کەی کاریگەرییەکەی خامۆش دەبێت.» - گوتەی Henry Adams.

**وەڵامێک بەکاربهێنە بڕیاردەر نەبێت.** گەر بەرانبەر دیدی فێرخوازێک بڵێیت «ئەوە بیرۆکەیەکە، بیرۆکەیەکی دیکەم گەرەکە» ئەوا هانی کەسانی دیکە دەدەیت بەشداربن بەڵام گەر بڵێی «ئەوە بیرۆکەیەکی چاکە! کەسی دیکە بیرۆکەیەکی

دیکەی هەیە؟» بەشدارانی دیکە سارد دەبنەوە، لەوانەیە بترسن لەوەی پێشنیازەکانیان وەک ئەوەی یەکەم «چاک» نەبن. پرۆسەی بیرۆکەبارانە لە مۆدێلی چارەی کێشەدا باشترین سوودی دەبێت گەر بڕیاردەر نەبێت. لە کاتی بیرۆکەبارانەدا، هاتنی هەر بیرۆکەیەک پەسەندە بۆ ئەوەی ڕێ لە کەس نەگیرێت. گرینگ باراندنی بیرۆکەیە، هەڵسەنگاندنی بیرۆکەکان بۆ کاتی خۆی.

**گیر نەخواردن.** کاتێک فێرخواز لە کۆمەڵە بیرۆکەیەکی تایبەتیدا گیر دەخۆن، بۆ نموونە چارەیەکی دڕکارانە بۆ کێشەیەک (پاڵپێوەنان، خۆپێدانان، لێدان)، بڵێت «ئەم بیرۆکانە هەموو لێک دەچن، لە هەمواندا لەش بەکار دێت. کەس هەیە بیرۆکەیەکی *جودای* هەبێت؟».

**شێوازی جودای وەڵامدانەوە.** مەرج نییە وەڵامی هەموو پرسیارێک هەر زارەکی بێت. دەشێت وەڵام لە شێوازێکی فیزیکیدا بێتە دەربڕین، بۆ نموونە گەر بپرسن «لەم وێنەیەدا، لە کوێدا سەرەداو هەیە کە مینا هەست بە خەمباری دەکات؟»، دەکرێت فێرخواز تەنها ئاماژە بە ڕوخساری خەمباری مینا بکات. دەکرێت ڕۆڵوازی کورتخایەنیش بکرێتە گفتوگۆ، بۆ نموونە «پێشانم بدەن، ڕوخساری سەرسوڕماو لە چی دەچێت».

منداڵ هەیە لای سەختە بەرانبەر پۆلێک بێتە گۆ، لەبەر ئەوە جاروبار داوا لە فێرخوازان بکە، هەر یەک لەگەڵ هاوسێی خۆیدا ڕاوێژ لەسەر بابەتی مەبەست بکات، پاشان تەنها ئەوەی خۆی ئامادەیە و دەیەوێت، دیدی خۆی بۆ هەموو پۆلەکە ڕوون بکاتەوە. دەشکرێت پرسیارکە بە شێوەیەکی نوێ داڕێژیتەوە و داوا لە فێرخوازان بکەیت هەر یەکەیان بیر لە وەڵامێک بکاتەوە: «بەرانبەر ئەو کێشەیە جوامێر چ بکات باشە؟ بیری لێ بکەنەوە و پاشان دەستتان بەرز بکەنەوە». کاتێک هەموویان دەست بەرز دەکەنەوە، ئێوە بڵێن: «بابزانین ئاری، جوانڕۆ و سامان وەڵامیان چییە». ئەوجا ئاگادار بە لەوەی لە یەک وانەدا هەموو فێرخوازان بەشداری وەڵامدانەوە بکەیت.

شێوازێکی دیکە بۆ هاندانی بەشداریکردنی چالاکانە بریتییە لە وەرگرتنی دەنگ لە گشت گرووپەکە بە نیشانەی «پەنجەگەورە بۆ سەرەوە / پەنجە گەورە بۆ خوارەوە»، بۆ پرسیاری وەک ئایا ئەمە چارەسەرێکی سەلامەتە؟».

منداڵ هەنە بە جۆرێک گیرۆدەی وەڵامی پرسیارێک دەبێت گەر تۆ بچیتە سەر پرسیارێکی دیکەش ئەو بە نیازی وەڵامی پرسیاری یەکەم دەستی بەرزە و چاوەڕێی نۆرە وەڵامە. بۆ چارەی ئەم دیاردەیە وەها باشە بڵێیت «من ئێستا پرسیارێکی دیکەم هەیە» و ئەوجا پرسیارەکە بدرکێنیت، ئەوسا فێرخواز دوای پرسیارە تازەکە دەکەوێت.

تەکنیکی لەو بابەتە یارمەتیت دەدەن گفتوگۆی گەرم ساز بکەن و بەشداربوونی فێرخوازان بکەنە نەریتێکی باو، بکەنە نۆرم.

«هەر کاتێک مامۆستا وەڵامی یەک فێرخوازی دایەوە، 20 یان 30 فێرخوازی دیکە پەندی لێ وەردەگرن»، گوتەی Daniel Goleman .

**تەکنیکی کاراسانی بخەنە کار.** تەکنیکی کاراسانی بخەنە کار بۆ هاندانی فێرخواز ڕووەو نواندنی توانای ڕەفتارەکیی وەها ببێتە بناخە بۆ ڕۆڵوازییەکانی بەشی دووهەم و سێهەم. لە کارتی وانەکاندا پێشنیازی لەبار هەیە بەڵام پێشنیازی هەرە باش لە ئەزموونی فێرخوازەکانەوە دێت بەدەم گەڕانەوە بۆ چارەسەری کێشەی نێو وانەکان. داوا لە فێرخوازان بکە ئەوپەڕی پێنج هەنگاو دارێژن کە سادە و گشتی بن و هونەری مەبەست پێشان بدەن.

پرسیاری وەک «سامان چی بکاتە باشە؟» یان «سامان، لە هەنگاوی دووهەمدا چی بکات باشە؟» یاریدەرن بۆ بەردەوامبوونی پرۆسەکە. ڕیزبەندیی پێشنیازی فێرخوازەکان رەچاو بگرە. کاتی ڕۆڵوازی، فێرخوازان هان بدە هەنگاوەکانی خۆیان هەڵسەنگێنن، ئایە ئەمە باشترین هەنگاوە یان دەکرا باشتر بێت.

## ڕۆڵوازی

ڕۆڵوازی هونەرێکی کاریگەرە بۆ فێربوونی توانای جڤاکی، چونکە دەرفەت بۆ نواندنی مۆدێل، پیادهکردنی توانا، پیادەکردن و فیدباک فەراهەم دەکات. ڕۆڵوازییەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ماوەیان کورتە (30-45 چرکەن) و جەخت لەسەر ئەو توانایە دەکەن وانەکە باسی لێ دەکات. مەبەستیش لێیان نواندنی سەختی خاوەن دیالۆگ و کردەوەی ئاڵۆز نییە. لە بەشی دووهەم و سێهەمدا، ڕۆڵوازی کار لەسەر ئەوپەڕەکەی پێنج لەو هەنگاوانە هەڵنراوە کە فێرخواز لە ماوەی وانەکاندا ئامادەیان کردووە.

ڕۆڵوازیی، نێزیکەیی نیوەی کاتی وانەیەکی «هەنگاو بە هەنگاو» دەبات. هەر پەردەیەکی ڕۆڵوازی دوو بەشە: ڕۆڵوازیی مامۆستا و ڕۆڵوازیی فێرخواز و هەریەکەیان بەشی ڕێنوێنی خۆی دەبێت..

## مۆدێلی ڕۆڵوازی

پێش ئەوەی فێرخواز ڕۆڵوازیی خۆیان ئەنجام بدەن، سەرەتا مامۆستا مۆدێلی ڕۆڵوازی ئەنجام دەدات. نواندنی مۆدێل، نموونەیەکی ڕوون دەدات بە دەستەوە، دەربارەی ئەوەی کە لە فێرخواز چاوەڕوان دەکرێت ئەنجامی بدەن و لە چۆنەتی بەکارهێنانی هەنگاوی توانای ڕەفتارەکی، کە لە وانەکەدا دەگوترێتەوە.

ڕۆڵوازی هەیە هەر مامۆستای بەسە، بەڵام زۆربەیان پێویستی بە بەشداریی فێرخواز هەیە. لە بەشی یەکەمدا، دەشێت دەستپێک وانەکە بەو ڕۆڵوازییە بێت و تێکستی نێو کارتەکە بۆ ئەو مەبەستە بەکار بهێنیت. لە بەشی دووهەم و سێهەمدا، لە کۆتای وانەکەدا ئەوجا سەرەی ڕۆلوازییە چونکە پێویستت بەو هونەرانەیە کە فێرخواز لە وانەکەدا فێریان دەبن.، مۆدێلێکی سادە و ڕوون، شیمانەی سەرکەوتنی فێرخواز سەر دەخات. دوور نییە مۆدێل نواندن لە سەرەتادا خۆش نەبێت، بەڵام بەدەم کاتەوە هەر زوو دەبێتە چالاکییەکی بەچێژ.

« هەموو کێشەیەک دەرفەتێکی تێدایە»، گوتەی Albert Einstein .

چەند ڕێنوێنییەک بۆ ڕۆڵوازی:

1- با مۆدێلەکە کورت و سادە بێت.

2- خۆتان ڕۆڵی کەسی سەرەکی یان ئەو کەسە ببینن کە توانا جڤاکییەکە پێشان دەدات.

3- نواندنەکە لە کەسایەتییەک و بە زمانێک بنوێنە نێزیک بێت لە فێرخوازانەوە. خۆت لە زمان و ڕەفتاری ئالۆزی گەورەساڵان دوور ڕاگرە.

4- دەربڕینی لەشی خۆت لەگەڵ دۆخەکە بگونجێنە.

5- سەرنجی دیمەنەکە لەسەر ئەو هونەرە بێت کە مەبەستی وانەکەیە، بە دیالۆگ و چالاکی لاوەکی پەرتی مەکە.

6- مۆدیلی هونەرەکان بەو ڕیزبەندییە ئەنجام بدەن کە فێرخواز پێشنیازیان کردوون. پاش ئەوەی بە ڕیزبەندی دروست مۆدێلی هەنگاوەکانت ئەنجام دا، یەک مۆدێل بە شێوەیەکی ڕیزپەڕ ئەنجام بدە و داوا لە فێرخواز بکە هەڵەکە دیاری بکەن. ئەمە دەبێتە ڕاهێزانی ئەو بیرۆکەیەی دەڵێت دەشێت مرۆڤ هەڵە بکات و پاشان هەڵەکەی خۆی ڕاست بکاتەوە. لە کۆتادا ئەو هەنگاوەش لە ڕێزبەندیی دروستی خۆیدا پێشان بدە.

7- پێویستە ئەو کەسەی، کە ڕۆڵی کەسی یارمەتیدەر وازی دەکات، بە تاکە وشەیەک یان ڕستەیەک وەڵام بداتەوە، وەڵامی دووردودرێژ سەرنجی فێرخواز پەرت دەکات.

**بەسەرکردنەوەی پاش ڕۆڵوازی** بۆت ڕوون دەکاتەوە فێرخواز تا چ ڕادەیەک لە هونەرە جۆراوجۆرەکان گەیشتووە و زنجیرەی هەنگاوەکان چەند سەرکەوتوون:

- پرسیار لە فێرخوازان بکە ئایە زنجیرەی هەنگاوەکانیان ڕەچاو گرتووە یان نا، ئایە پێشنیازی باشتریان بۆ زنجیرەی هەنگاوەکان هەیە؟
- داوا لە فێرخواز بکەن ناوی ئەو زمانە لەشەکیە بنێن، کە بەکارتان هێناوە.

- دەرئەنجامی پیادەکردنی ئەو هونەرانە بخەنە بەر باس، بۆ نموونە: «دەستکەوتی کەسایەتی چیرۆکەکە چی بوو؟»
- ڕێی ڕەخنە خۆش بکەن، لە فێرخوازان بپرسە خاڵی گەش کامە بوون و کامە بار پێویستی بە دەستکارییە.
- مۆدێلی خۆهاندان پیادە بکەن، بۆ نموونە «پێم وایە، کارێکی چاکم کرد کە خۆم ئارام کردەوە».

«گرینگ ئەوە نییە مامۆستا چی دەکات، گرینگ ئەوەیە منداڵ فێری چی دەبێت بیکات»، گوتەی Phil Schlecty.

## ڕۆڵوازیی فێرخواز

کاریگەریی هونەری ڕۆڵوازی تەمەنکورتە گەر فێرخواز بۆ خۆی پیادەی نەکات. بۆ ئەم مەبەستەش کەشێکی سەلامەت فەراهەم بکەن.

بە سادەیی و بە بەش بەشی بچوک دەست پێبکەن کە بتوانن جڵەوی بگرن، بەتایبەتی گەر ڕۆڵوازی بۆ خۆتان یان بۆ فێرخواز شتێکی نوێ بێت. سەرەتا ڕێ بدە فێرخواز بە یاوەریی مامۆستا یان هاوپۆلێک لەبەردەم پۆلەکەدا ڕۆڵوازییەکە نمایش بکات. پاشان فێری بکە چۆن سەربەخۆ بکەویتە کار.

بەهۆی جوداوازیی ئاستی گەشە سەندنەوە، فێرخوازی پۆلی یەکەم بۆ نمایشی ڕۆڵوازی پێویستیان زیاتر بە هاوکاریی مامۆستا هەیە. فێرخوازی پۆلەکانی ژووروتر ئەزموونیان زیاترە و باشتر دەتوانن لەگەڵ کەسی هاوکاردا پیادەی بکەن.

بۆ ڕۆڵوازیی سەربەخۆش دیسان بە سادەیی دەست پێبکەن. لە وانەکانی سەرەتادا، فێرخوازان دوودوو دابنێت و داوا لە هەموو دوو فێرخوازێک بکەن، هەمان سیناریۆ ئەنجام بدەن. (ئەگەر فێرخوازێک بە تەنێ مایەوە، گرووپێکیان بکەن بە سێ کەسی.) لە کاتی ڕۆڵوازیدا بە سەر گرووپەکاندا بگەڕێن، هانیان بدەن، ڕایان بهێنن و پێشنیازی باشتریان بدەنێ. دڵنیابن لەوەی هەموو فێرخوازان بەشداری ڕۆڵوازیی مەبەست دەبن. بەدەم کاتەوە، دەتوانن سیناریۆی جودا بۆ گرووپی جودا دیاری بکەن و داوایان لێ

بکەن هاوکات، هەر گرووپەی کاری خۆی بکات. گەر فێرخوازان لە ڕۆڵوازیی خۆیاندا سەرکەوتوو بوون و مامۆستاش لە ڕاهێنان و چاودێریدا ئازمووده (خاوەن ئەزموون)، ئەوسا دەکرێت هەر گرووپێکی دوو فێرخوازی چەندین سیناریۆ پیادە بکەن.

پاش ڕاهێنانێکی 2-3 خولەکی داوا لە کەسانی دڵخواز بکەن لەگەڵ هاوبەشەکانیان نمایش بۆ پۆلەکە بکەن. مەرج نییە هەموو جارێک هەموو فێرخوازان بۆ پۆل نمایش بکەن، هەرچەندە هەموو فێرخوازێک ئارەزوو بکات بچێتە سەر شانۆ، لەبەر ئەوەی کاتی ئێوە و مەودای خۆڕاگریی فێرخوازانیش بەرتەسکە.

مەرج نییە هەموو سیناریۆ پێشنیازکراوەکانی ڕۆڵوازی لە یەک وانەدا پیادە بکرێن. دەکرێت لە ماوەی هەفتەکەدا لە چەند دەرفەتێکدا ئەنجام بدرێن. بەم جۆرە زوو زوو دێنەوە بەر دید و هۆشی فێرخوازان. دەمەو کۆتابوونی وانە، یان کاتی گواستنەوەی لە نێوان دوو باسدا، تەرخانکردنی پێنج یان دە خولەک بۆ پیادەکردنی هونەرەکان کارێکی بەسوودە.

ئەمەش چەند ڕێنوێنییەک بۆ ڕۆڵوازی فێرخواز:

- نموونەی کورت و سادە هەڵبژێرە و سەرنج لە هەنگاوەکانی ئەو هونەرانە گیر بکە کە مەبەستە.
- هەرگیز مەهێڵن فێرخواز پەنا بەرنە بەر ڕەفتاری دژەجڤاکیی وەک پاڵنان، جنێودان یان ترساندن. لە ڕۆڵوازییەکەدا ئەو بەشەیان بە قسە تێپەڕێنە، بۆ نموونە، بە فێرخواز بڵێ: «تازە ڕوبار پاڵی پێوەنایت؛ چۆن چارەی ئەوە دەکەیت؟»
- ئەزموونی ڕۆڵوازی هەستی سەرکەوتن و لێزانین بە فێرخواز دەبەخشێت.
- بۆ ڕاگرتنی ڕۆڵوازی، ئاماژەیەکی هۆشداری بەکاربهێنن، بۆ نموونە زەنگی بچکۆلە یان شێوازێکی چەپڵەلێدان.

- ڕێنوێنیی ڕوون دەربارەی ڕەفتار پێشانی فێرخواز بدە، بۆ نموونە بیسەرێکی باش بە، واتە بە جوانی گوێ بگرە، ڕۆڵوازییەکە بە جیددی بگرە و کاتی ڕۆڵوازی ڕوو لە خەڵکی بکە.
- لە ڕۆڵوازیدا دوور بکەوە لە گفتوگۆی بێنە و بەرەی کاتکوژ. ئەمە کات بەفیڕۆ دەدات و نابێتە دەرفەتێک بۆ ڕاهێنانی توانای مەبەست.
- گەر زانیت پێویستە دوودڵی مەکە لەوەی وەک «فەرماندە» دیمەنێکی ڕۆڵوازییەکە ببڕیت، ڕایگریت و ئەوجا پێشیخەیت تا ئەو خاڵەی پیادەکردنی تواناکانی تێدایە. جگە لەوەش گەر فێرخواز هەبوو لە ڕۆلوازییەکەدا ڕەفتاری بێسەروبەرە دیسان بۆت هەیە دەستی تێوەردێیت.
- گەر سیناریۆیەکی پێشنیازکراوی ڕۆڵوازی لە دەرەوەی چێوەی ئەزموونی فێرخوازاندا بێت، سیناریۆکە لەگەڵ ئەزموونی ئەوان بگونجێنە.
- لە ماوەی ڕاهێنانی ئازاددا، بەسەر گرووپەکاندا بگەڕێ، گوێیان لێ بگرن و تەماشایان بکە و بەپێی پێویست ڕێنوێنییان بکە.
- دڵنیا بە لەوەی هەموو فێرخوازێک توانای مەبەست لەگەڵ هاوپۆل یا مامۆستادا پیادە دەکات.
- دەرفەتی تەواو بڕەخسێنە بۆ فێرخوازی دڵخواز (خۆبەخش) ڕۆڵێک پێشانی پۆل بدات و فیدباکیان وەربگرێتەوە.
- هانی لایەنی دووهەم بدەن گوێگرێکی چالاک بن و بە شێوازی نازارەکیی گونجاو وەڵام بداتەوە، گەر دیمەنی ڕۆڵوازییەکە تەنها یەک ئاخێوەری هەبوو، ئاخێوەری هەموو جووتەکان دیاری بکەن.
- فێرخواز هەیە لای خۆش نییە ناوی خۆی لە ڕۆڵوازیدا بەکار بێنێت. ڕێ بدە ناوێکی دیکەی گونجاو، ناوی کەسی هاوپۆلیان نەبێت، بێتە بەکارهێنان.
- دوور نییە بۆ منداڵی خاوەن پێداویستیی تایبەت، یان بۆ منداڵێک کێشەی زمانی هەبێت، ڕۆڵوازی کارێکی گران. بەکارهێنانی بووکەڵە لەم بارەدا یاریدەرە.

- به نواندنی توانای مەبەست ڕۆڵوازییەکە بوەستێنە.
- فێرخواز ڕابهێنن لە ڕۆڵوازیی دووکەسیدا و لە ڕۆڵوازیی پۆلدا فیدباکی سازەندە ئاڕاستەی کەسی ئەکتەر بکات.

گەر فێرخواز لە ڕۆڵوازیدا سەرکەوتوو بوو، هەر بە دەم ستایش و هاندانەوە ڕایهێزە. هاندانیش دەبێت ورد و دیاریکراو بێت: «ئافەرین، تۆ بەدەم گوتنی هەر هەنگاوێکەوە سەیری منت دەکرد. زۆر باش بوو».

**تێبینیی پاش هەموو ڕۆڵوازییەکی فێرخواز.** گرینگە پاش نمایشی هەر ڕۆڵوازییەک، تێبینی خۆت ئاڕاستەی فێرخواز بکەیت. ئەم پرۆسەی تێبینییە خاڵێکی گرینگە لە هونەری ڕۆڵوازیدا بۆ فێرکردنی هونەری جڤاکی و نابێت فەرامۆش بکرێت. داوا لە فێرخوازانی نمایشکار بکەن فیدباک بدەنەوە بە خۆیان و هەروەها گوێ لە هاوپۆلەکانی دیکەش بگرن. پرسیار بە جۆرێکی سازەندە داڕێژە، بۆ نموونە «بە بۆچوونی خۆت، چیت باش ئەنجام داوە؟»، «ئایا سارا ڕەچاوی سێ هەنگاوەکەی کردووە؟» یان «سارا لە بری ئەوە چی بکردایە باشە؟».

**ڕۆڵوازیی پێشکەوتوو.** پاش ئەوەی فێرخواز ڕا دێ بە ڕۆڵوازی، لە کۆتای بەشەکانی دووهەم و سێهەمدا هونەری چارەی کێشەی جڤاکیی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بخە کار.

ڕۆڵوازییەکە وەها داڕێژە سەرەتا هونەری پیادەکراو بۆ چارەسەری کێشە سەرکەوتوو بێت. پاشان سیناریۆ بگۆڕە - وەها بێت ئەو هونەرەی پیادە دەکرێت بێسوود بێت و ئەوجا داوا لە فێرخوازان بکە هونەرێکی دیکە لە لیستی چارەسەرە پەسەندکراوەکان هەڵبژێرن. لە کۆتادا داوایان لێ بکە ئەو هونەرە بکەنە ڕۆڵوازی.

**گواستنەوەی زانیار**

«مرۆڤ تا گیر بێت لەوەی چۆن کارەکەی خۆی پیادە بکات ناگاتە ئاستی بەرزی پیادەکردن»، گوتەی William Hazlitt.

دوا ئامانجی فێربوونی هەر چەمک و توانایەکی نوێ بریتییە لەوەی کەسی فێرخواز بتوانێت ئەو هونەرە نوێیە لە دۆخگی نوێدا بەکاربهێنێت. ئەو دەم مرۆڤ دەگاتە ئاستی گواستنەوەی زانیار.

ڕۆڵی ئێوە لە فێرکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا دوو پشکە. یەکەم بەکارهێنانی کارت و فیلمەکانە بۆ فێرکردنی وانەکان، پشکی دووهەم، کە سەختترە بریتییە لەوەی یارمەتیی فێرخواز بدەیت توانا و هونەری نوێی فێریان دەبێت بگوێزێتەوە دەرەوەی سنووری وانەکان. هاندانی گواستنەوەی زانیار کارێکی گران نییە بەڵام پێویستی بە چاودێریی ورد، هونەری تایبەت و پابەندبوون هەیە تاکوو پێشەمی پێ بدرێت لە ژیانی ڕۆژانەی پۆلدا. وردەکاریی زیاتری ئەم باسە لە خوارەوە - لە بەشی «بەردەوامبوونی توانای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»» ی ئەم **ڕێنامەی مامۆستایە**دا، باسکراوە.

لە هەردوو بەشەکانی «**چالاکیی دیکە**» و «**گواستنەوەی زانیار**» لە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا، پێشنیازی تایبەت هەیە بۆ شێوازی گواستنەوەی توانای نوێ بۆ دۆخی دەرەوەی وانەکە. دەکرێت کاتی پیادەکردنی ئەو پێشنیازانە سوود لەو مۆدێلەی گواستنەوەی زانیارە وەربگریت کە سێ خاڵە و لە لایەن دکتۆر Zoe A. N. Jenkins پێشنیاز کراوە.

**مۆدێل**

1. **خەیاڵی ئەمڕۆ**: سەرەتای هەر ڕۆژێک:

- خشتەی چالاکیی ڕۆژەکە ڕوون بکەوە و ئاماژە بە دەرفەتەکانی پیادەکردنی هونەری نوێ بکە.
- کۆمەکی فێرخواز بکە خۆی کاتی پیادەکردنی توانای نوێ بدۆزێتەوە.

2. **ڕاهێزانی ڕەفتار**: لە ماوەی ڕۆژەکەدا، دەتوانن:

- گەر دەرفەتی خۆڕسک هاتە پێش سوودی لێ وەربگرە بۆ ڕاهێزانی ڕەفتار.
- هاندان و ستایش لە جێی پێویستدا بەکار بهێنە.

3. **یادی ڕۆژەکە**: لە کۆتای هەموو ڕۆژێکدا:

- داوا لە فێرخواز بکە باس لەو توانا جڤاکییانە بکات لە ڕۆژەکەدا پیادەی کردوون.
- دەستخۆشی لەو پیادەکردنانە بکە.

**ئاسانکاریی مۆدێلەکە**

1. **خەیاڵی ئەمڕۆ:** فێرخواز پێویستی بەوە هەیە هاوکاریی بکەیت بۆ دیاریکردنی ئەو کات و دەرفەتانەی لە ڕۆژەکەدا دێنە پێش بۆ پیادەکردنی هونەری نوێ. بۆ نموونە «خەیاڵی ئەمڕۆ» دەشێت وەها بێت:

لە سەرەتای ڕۆژەکەدا، مامۆستا دەڵێت: «با پێکەوە باس لە بابەتەکانی ئەمڕۆ بکەین». باس لە چالاکییەکانی ڕۆژەکە دەکرێت، بۆ نموونە بازنەی خوێندنەوە، چیرۆک، ماتەماتیک، کاتی چالاکی، هونەر و پشوو. مامۆستا دەڵێت: «وانەی «هەنگاو بە هەنگاو» ی دوێنێمان دەربارەی بەشداری بوو لە کاتی خۆیدا. لە بەرنامەی ئەمڕۆدا کەی باشە بەشداریی گرووپ بین؟ ئایا کاتی چالاکی کاتێکی گونجاوە؟» فێرخوازەکان دەڵێن: «ئەریّ». مامۆستا: «ئەی کاتی پشوو چۆنە؟ دەست دەدات؟». فێرخواز: «ئەریّ». مامۆستا: «دەکرێت بیر لە کاتی دیکەش بکەنەوە؟». ئەم شێوازی پرسیارکردنە بەردەوام دەبێت هەتا مامۆستا کۆمەکی فێرخواز دەکات چەندین دەرفەتی ئەو ڕۆژە دیاری بکەن بۆ پیادەکردنی هونەری نوێ. ئەوجا مامۆستا دەڵێ: «ئەمڕۆ، من چاو دەگێرم بزانم کێ هونەری بەشداریی گرووپ پیادە دەکات».

دوور نییە ماوەیەک بخایەنێت هەتا فێرخوازان لەگەڵ پرۆسەی پرسیارەکانی «خەیاڵی ئەمڕۆ» ڕادێن. سەرەتا مامۆستا خۆی زۆربەی پرۆسەی خەیاڵەکە ئەنجام دەدات. بە دەم ڕاهێنانی بەردەوام «خەیاڵی ئەمڕۆ» دەبێتە چالاکییەکی ناسراو و داهێنەر منداڵ تێیدا خەیاڵ لەو کات و دەرفەتانە دەکاتەوە هونەری نوێی تێیاندا پیادە بکات.

2. **ڕاهێزانی ڕەفتار:** ئەمەش شێوازێکی دیکەیە بۆ ڕاهێنان لەسەر بابەتەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». کاتێک منداڵ ڕەفتارێکی نوێ دەنوێنێت تۆ ئاماژەی پێ دەکەیت و تیشکی دەخەیتە سەر. بەوەش ئەو ڕەفتارە بەهێز دەکەیت. کاتێک منداڵ توانای نوێ پیادە دەکات و تۆش جەختی لەسەر دەکەیت گواستنەوەی زانیار «لە ساتی خۆیدا» ڕوو دەدات.

گەر زیادەڕۆیی نەکرێت، ستایشکردن و هاندان سوودبەخشن. هەموو منداڵێک لە ژیانیدا دەیەوێت هەست بە بەهای بکرێت و لە لایەن گەورەساڵانەوە پەسەند بکرێت.

ستایشکردنی زارەکی – بەتایبەتی گەر پەیوەند بێت بە ڕەفتارێکی جوانی نوێی منداڵەکە - بەتایبەتی لە ئاستە سەرەتاییەکانی فێربوون و پیادەکردندا، زۆر کاریگەرە بۆ ڕاهێزانی ئەو هونەرە تازەیە. بۆ نموونە دەکرێت بڵێین: «ئافەرین جوامێر، تۆ چاوەڕێت کرد، هەتا شیرین لە قسەی خۆی بۆوە ئەوجا هاتیتە گۆ. زۆر باش بوو».

شێوازێکی دیکەی ڕاهێزانی سروشتی ئەوەیە منداڵ فێر بێت سوودی ڕەفتارەکەی بناسێتەوە. بۆ نموونە: لەبەر ئەوەی کاتی گونجاوی هەڵبژاردووە بۆ چوونە پێشەوە لە دۆستان و داوای بەشداری لە چالاکیدا – لە نێو گرووپدا پەسەند دەکرێت. ناسینەوەی ئەم جۆرە سوودە: «پەسەندکردنی نێو گرووپ» بۆ ڕاهێزانی ڕەفتاری جڤاکدۆستی بەهێزترە لە ستایشی مامۆستا و پاداشتی ماددی. تۆ دەتوانیت هاوکاری منداڵ بکەیت ئەو سوودە بدۆزێتەوە، بۆ نموونە:

«مامۆستا تێبینی دەکات، ڕەوەند سەرکەوتووانە بەشداری چالاکییەکی کردووە لەگەڵ دوو فێرخوازی دیکەدا. مامۆستا دەپرسێت: «ڕەوەند، ئەوەی تازە کردت چی بوو؟» ڕەوەندیش وەڵام دەداتەوە کە داوای لەو دوو منداڵە کردووە ڕێگەی بدەن بەشداری کار بێت. مامۆستا جەخت لەو ڕەفتارە دەکات و دەڵێت: «کەواتە تۆ لە کاتی گونجاودا داوای بەشداریت کرد؟»، منداڵەکە سەری ئەرێ دەلەقێنێت. مامۆستا دەڵێت: «بە ڕای تۆ، ئێستا ئەوان هەست بە چی دەکەن؟» ڕەوەند بە بزەیەکەوە دەڵێت: «شادن!». مامۆستا بەردەوام دەبێت و دەڵێت: «کەواتە، ئەوان پێیان خۆش بووە ڕێ بدەن تۆ بەشداریان بکەیت چونکە چاوەڕێت کرد چاودێریت کرد و لە کاتی خۆیدا داوا بەشداریی کرد. ئەم کارەی خۆتت پێ باشە؟ چارەیەکی باشت هەڵبژارد؟»».

لە نموونەکەی سەرەوەدا، مامۆستا ستایشی ڕاستەوخۆ ناکات. ئاماژەدان بە سوودی ئەو ڕەفتارە - داوای بەشداری لە کات و جێی گونجاودا – کە دەکاتەوە پەسەندکردن لە نێو گرووپدا ڕاهێزانێکی سروشتییە بۆ ڕەفتارەکە. ڕاهێزانی سروشتی وەها دەکات منداڵ کەمتر پێویستی بە پەسن و پاداشتی گەورەساڵان بێت و زیاتر متمانەی بە خۆی بێت.

زۆرجار، ئەو منداڵەی توانای جڤاکی لاواز پێشان دەدات، ڕاهێزانی کەمیان پێگەیشتووە دەربارەی ڕەفتاری باش (ئایەتی) و تەنانەت ناتوانن ئەو چەشنە ڕاهێزانەش، بناسنەوە کاتێک ڕوو دەدات. لەبەر ئەوەیە مامۆستا دەبێت لە ساتی خۆیدا تێبینی ڕاهێزانی سروشتی بکات. سەرنج بدەن کە هاوکاریی منداڵەکە بۆ دۆزینەوەی ئەو سوود و ڕەفتارە جودایە لەوەی کە ڕاهێزانەکەیان بۆ دەستنیشان بکەن. لەو نموونەیەی سەرەوەدا، کاریگەرییەکە کەمتر دەبوو، گەر مامۆستا تەنها بیگوتبایە: «کارێکی چاکە، کە داوای بەشداریکردنی نێو گرووپت کردووە». گەر منداڵ خۆی دەرک بەو هونەرە و بە سوودی ئەو هونەرە بکات کاریگەری باشترە.

3. **یادی ڕۆژەکە:** ئەمەیان دەرفەت ساز دەکات منداڵ باس لەوە بکات ئەمڕۆ چۆن ئەو توانایەی پیادە کردووە. بۆ نموونە، «یادی ڕۆژەکە» دەشێت ئەم شێوازە وەربگرێت:

«چارەکە کاژێرێکی دیکە کاتی فێرگە تەواو بێت. مامۆستا دەڵێت: «ئەم بەیانیە باسمان لەوە کرد چۆن هونەری بەشداریکردن لە گرووپدا پیادە دەکەین». لە وەڵامی پرسیارەکانی مامۆستادا، فێرخوازان باس لە ئەزموونی خۆیان دەکەن، ئەمڕۆ بۆ پیادەکردنی ئەو هونەرە چییان کردووە. گەر ئەزموونی ناسەرکەوتووش هەبێت دەشێت مامۆستا بڵێت: «بە بۆچوونی تۆ، بۆچی سوودی نەبوو؟ لە ئایەندەدا چی بگۆڕین باشە؟». لە میانەی ئەم دانیشتنەدا، ئەو فێرخوازەی سەرکەوتوو بووە و لە گرووپدا پەسەند کراوە بە سەرنجدان و خۆشەویستی هاوپۆلەکانیان ڕاهێزانی ئایەتی وەردەگرن. لەوەش بترازێت، دەشێت مامۆستا پێشنیاز بکات فێرخواز ئەزموونی ڕۆژانی دیکەی زووتری باس بکات لەم بوارەدا. بۆ نموونە لە دەرەوەی فێرگە لەگەڵ خوشک و برادا یاری کردووە».

### ئامادەکاریی

مۆدێلی گواستنەوەی زانیار پێویستی بە ئامادەکاریی زۆر نییە، دەکرێت باس لەو هونەرانە بکرێت کە لەم ڕۆژەدا پیادە کرابن دەشکرێت هونەری زووتر بخرێتە بەر

باس. بۆ نموونە، پاش هەفتەیکە لە وانەی «گوێگرتنی چالاک» بە دەنگی بەرز چیرۆک بۆ فێرخوازان بخوێنەوە و داوایان لێ بکە کورتەیەکی ئەو چیرۆکە بگێڕنەوە. ئەم کارە دەبێتە پیادەکردنی سروشتییانەی ئەو هونەرانەی پێیان گوتراوەتەوە.

بەسەرکردنەوەی وانەکانی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، وەبیرهێنانەوەی توانای جۆاکیی وانەکان، باسکردنی سوودی سروشتیی ئەو هونەرانە کەڵکی زۆرە. بۆ نموونە، هونەری «قسە پێبڕین بە ئەدەبەوە» لەچاو ئەوەی قسە پێبڕینی کەسانی گەورەساڵ سوودی ئەوەیە هونەری یەکەم دەگاتە ئەنجامی مەبەست چونکە کەسی گەورەساڵ هەست بە شادییە وەڵام دەداتەوە گەر هەست بە هەراسانی نەکات. بە کەمێک ئامادەکارییەوە، چەندین دەرفەت دەرەخسێت بۆ مامۆستا ڕێبەرایەتیی فێرخواز بکات بەرەو ڕاهێزانی سروشتی.

گەر ئەو سێ هەنگاوەی مۆدێلی گواستنەوەی زانیار بە شێوەیەکی یەکنەواز پیادە بکرێت توانا و هونەری نێو «هەنگاو بە هەنگاو» لای فێرخوازان پتەوتر دەکات.

**بەردەوامبوونی توانای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»**

بۆ تیژکردنەوەی کاریگەریی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دەبێت هونەری نێو وانەکان هەم پاش وانەکەی پیادە بکرێت هەم پاش سەرجەم وانەکان. ئەم پێشنیازانەی خوارەوە لە تەک سێ هەنگاوەکەی مۆدێلی «گواستنەوەی زانیار» یارمەتیی فێرخواز دەدەن توانا و هونەری خۆی سەر بخات.

### ڕاهێنان و ڕێنوێنیکردن لە کاتی خۆیدا

- سەرنج بدەنە فێرخواز کاتێک هونەرێکی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، وەک گوێگرتنی چالاک یان «پشتەوژمێری خاو» (ژماردنی پێچەوانە بە هێواشی) بۆ خۆئارامکردنەوە، پیادە دەکات. بە مەبەستی دیاریکردن و ڕاهێزانی ئەو هونەرە لای منداڵەکە، هانیان بدەن ئەو هونەرە نێو بنێن و باس لە سوودەکانی بکەن.

- ستایش سوودبەخشە کاتێک تواناکان نوێن یان فێرخواز تێدەکۆشن بۆ گونجاندنی خووی جڤاکدۆستی. لەگەڵ ئەوەشدا، بیرتان بێت ستایشی کاری دیاریکراو بکەن، کردەوە و دەرئەنجام پێکەوە ببەستنەوە. وردە وردە ستایش کەم بکەنەوە.

- سوود وەربگرن لەو دەرفەتانەی فێرکاریی لە ڕۆژەکەدا دێنە ڕێ. گەر ناکۆکییەک کەوتە نێوان دوو منداڵەوە دەرفەت وەربگرە و سەرەداویان بەرێ بۆ پیادەکردنی هونەری جڵەوگرتنی تووڕەیی و چارەی کێشە، گەر پێویستیشی کرد لە تەواو پرۆسەکەدا ڕێنوێنییان بکە. تۆ چارەسەری کێشەکە مەکە، ڕێیان بدە خۆیان فێر بن ئەو هونەرانە پیادە بکەن.

- زمانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» (هاوسۆزی، پنتی تووڕەیی) وەک خۆی لە پۆلدا بەکاربهێنن. فێرخواز بە پەرتوبڵاوی چەمک سەری لێ دەشێوێت. گەر مامۆستا بە شێوەیەکی یەکنەواز چەمک بەکار بهێنێت هەم پەیامەکەی باشتر دەگاتە جێ و هەم ئەو چەمکانەش فێری منداڵ دەکات.

## گرووپکاری

- کۆبوونەوەی نێو پۆل، سەکۆی کاریگەرن بۆ گەشەدان بە فێربوونی هونەری جڤاکی- هەستەکی. کۆبوونەوەی نێو پۆل یارمەتیت دەدات کەشێکی ئایەتی (پۆزەتیڤ) ساز بکەیت بەر لەوەی بچنە باسی سەختەوە.
- دەفتەری پۆل دابنێن بۆ فێرخوازان کێشەی خۆیانی تێدا بنووسن (بۆ نمونە، ناکۆکی لە کاتی پشوودا) و ئەگەر کەسانی تێوەگلاوی ناکۆکییەکە ڕازی بن، ڕێگە بدەن فێرخوازان لە کۆبوونەوەیەکی پۆلدا بینە گرووپی چارەی کێشەکان. لە سەرەتاوە، ئەم پرۆسەیە پێویستی بە کەمێک ڕاهێنان و پیادەکردنە، بەڵام ئەوە گوزارشتی دینامیکی توانای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ە.
- مۆدێلی «خەیاڵی ئەمڕۆ»، «ڕاهێزانی ڕەفتار» و «یادی ڕۆژەکە» بەردەوام بەکار بهێنە بۆ هاندانی «گواستنەوەی زانیار».

## چاودێریی ڕەفتار

- سیستەمی «خۆ-ڕاپۆرت» پیادە بکەن بۆ ئەوەی بتوانن ڕەفتارێکی تایبەتی فێرخوازێکی تایبەت بخەنە ژێر سەرنج. بۆ نموونە، لاپەڕەیەک لەسەر مێزی فێرخوازەکە دابنێن، تایبەت بە ڕەفتارێکی دیاریکراو کە منداڵەکە بە ئامانجی گرتووە، وەک: «پیادەکردنی هەنگاوی خۆئارامکردنەوە». ئەو سەردێڕەی لەسەر بنووسن و داوا لە فێرخواز بکە هەر جارێک ئەو هەنگاوەی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بەکار دێنن نیشانەیەک لەسەر ڕاپۆرتەکە زیاد بکەن.
- لەسەر خشتەیەکی هێڵکاریی، تۆماری ئەو جارانە هەڵگرن کە خۆتان یاخود ستافی دیکە تێبینی فێرخواز دەکەن لە پۆلەکەتدا ڕەفتارێکی دیاریکراوی جڤاکدۆستی بەکار دەهێنن، بۆ نموونە قسە پێبڕین بە ئەدەبەوە.

- داوا لە فێرخواز بکەن، گەر تێبینیان کرد کەسێکی دیکە هونەرێکی تایبەتی «هەنگاو بە هەنگاو» پیادە دەکات، لەسەر «تابلۆی ئاگاداری» یان نۆتبوک (دەفتەری یاداشت)، تۆمار بکەن. داوا بکەن فێرخواز کات و شوێنی ئەو باسە تۆمار بکەن و ئەوجا و ستایشی ئەوانە بکەن کە چاودێرییەکەیان کردووە.
- بەر لە پیادەکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» چاودێرێک بانگهێشت بکە بۆ پۆلەکەت بۆ ئەوەی وردەکاریی ڕەفتاری جڤاکدۆستی و دژەجڤاکی فێرخوازانی پۆل تۆمار بکات. لیستی ڕەفتاری دیاریکراو، کە پەیوەندیان هەیە بەو هونەرانەی لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا دەگوترێنەوە بدە بەو چاودێرە. پاش هەر وانەیەکی ئەو هونەرانە داوا لە چاودێرەکە بکە بێتەوە لە جێ و کاتی خۆیدا تێبینی تازەی پاش وانەکە تۆمار بکات. داوا لە چاودێرەکە بکە ڕاپۆرتی وردی خۆی دەربارەی ڕەفتای منداڵەکان پێش و پاش وانەکان پێشکەش بکات.
- فێرخواز هان بدەن بە نووسین باسی ئەو هەنگاوانە تۆمار بکەن کە پیادەی دەکەن بۆ چارەی کێشەیەکی جڤاکی- هەستەکی دیاریکراو. ئەم کارە پێش و پاش ئەنجامدانی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ساز بکەن. بەم کارە داتای پێش و پاش وانەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» دەربارەی توانای فێرخواز بۆ چارەی کێشەی جڤاکی دیاری دەکات.

### نواندنی مۆدێل

- «کار بە ئیشە نەک بە ڕیشە!» بە قسە نابێت، بە کارە! ڕەفتاری ئێوەی ستافی فێرگە نموونەن بۆ فێرخواز. منداڵ جگە لەوەی سەرنج دەداتە ئەوەی ئێوە چی دەڵێن و چی دەکەن، سەرنجیش دەداتە ئەوەی ئێوە چۆنی دەڵێن و چۆن ڕەفتار دەکەن. هونەری نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بە جۆرێک بۆ منداڵەکان بنوێنە ئەوان جوان لە مەبەستی تۆ بگەن.

- لەگەڵ مامۆستایەکی هاوڕێدا، دیمەنێکی «نابێت وەها ڕەفتار بکەین» پێشان بدە. فێرخواز هان بدە بە گفتوگۆ ڕێنوێیتان کات بەرەو ڕەفتاری دروست.

**پلانی پێشکات**

- کات بۆ بەسەرکردنەوەی هونەرەکانی نێو «هەنگاو بە هەنگاو» لە بەرنامەی کاری خۆتدا دیاری بکە.

**تێهەڵکێشکردنی هونەری کەسایەتیی لەگەڵ بەرنامەی** «هەنگاو بە هەنگاو» **دا**

زۆر لە فێرگەکان دەستپێشخەریەکانی هونەری کەسایەتییان پیادە کردووە.

- وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» جەخت لەسەر بەهای ئاکاریی بنەڕەتی دەکەن، وەک ڕەوایەتی، ڕاستگۆیی، میهرەبانی، بەرپرسایەتی، ڕێز و خۆڕاگری.
- پلان داڕێژە بۆ پیادەکردنی چەند چالاکییەکی «گواستنەوەی زانیار» بە مەبەستی پتەوکردنی چەمک و توانای نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». ئەم کارە دەبێتە هۆی ڕاهێزانی هەوڵەکانتان بۆ فێرکردنی هونەری کەسایەتی.
- داوای نامیلکەی بەرنامەی « فێرکردنی هونەری کەسایەتی و هەنگاو بە هەنگاو: دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی» بکەن لە بەشی Client Support Services سەر بە ڕێکخراوی Committee for Children. پەیوەندی بکەن بە ژمارە تەلەفۆنی(800) 634-4449 .

«ماکی فێرکردن هەر ئەوەیە، لەپڕێکدا، پەی بە باسێک دەبێت هەموو تەمەنت تێی گەیشتووبیت، بەڵام ئەمجارەیان بە شێوەیەکی نوێ»، گوتەی Doris Lessing.

«فێرکردن تەنها بۆ فێربوونی کار نییە، بۆ فێربوونی ژیانە»، گوتەی W. E. B. DuBois.

**تێهەڵکێشکردنی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لەگەڵ خشتەی خوێندنی فێرگەدا**

- داوا لە هەموو فێرخوازێک بکەن یاداشتنامەیەکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ی هەبێت. پاش هەموو وانەیەک، داوایان لێبکەن لە یاداشتنامەکەدا چی فێربوون تۆمار بکەن، چۆن ئەو توانایە پیادە دەکرێت، هەست بە چی دەکەن و ئایە دەیانەوێت لەگەڵ مامۆستا زیاتر لە بابەتەکە بدوێن. نووسینەوەی یاداشت دەرفەت دەداتە فێرخواز هەردوو توانای هونەری زمان پیادە بکەن و توانای بیردانەوەش گەشە پێبدەن. هەروەها دەرفەتی زیاتریش دەداتە فێرخوازی دوورەپەرێز دیدی خۆی ڕوون بکاتەوە.
- سوود لە توانای فێرخوازی ئاستەکانی دیکەش وەربگرن بۆ ڕاهێزانی توانای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». دەکرێت فێرخوازی گەورەتر هاوکاری پۆلەکەت بکات لە نمایشکردنی ڕۆلوازییەک بۆ پیادەکردنی تواناکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو».
- کتێبی گونجاو بۆ ئەم مەبەستانە پەیدا بکە (بڕوانە لیستی تەواوی کتێبە دیاریکراوەکان لە پاشکۆی B دا).
- لەسەر کارتی بەشەکان و کارتی وانەکان لەژێر «چالاکیی دیکە» دا، پێشنیازی زیاترتان دەست دەکەوێت بۆ تێهەڵکێشکردنی توانای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە نێو خشتەی خوێندنی فێرگەدا. بڕوانە سایتی Committee for Children بە ئادرەسی www.cfchidren.org بۆ بەدەستهێنانی پێشنیازی زیاتری چالاکی (مانگانە ئەپدەیت دەکرێت).

ناو پۆل هەڵسوکەوتی جڤاکیی زۆرە و دەرفەتیش بۆ ڕاهێزانی توانای جڤاکی-هەستەکی گەلێکن. هەتا زیاتر پیادەکردنی تواناکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» تێهەڵکێشی ژیانی ڕۆژانە بکەن هەم لە فێرگە و هەم لە ماڵ، کاریگەریی تواناکان باشتر دەچەسپن.

## هەمواركردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»

## هەمواركردنی بەرنامە بۆ پۆلی هەمەڕەنگ

### ئەو پۆلانەی لە ڕووی فەرهەنگییەوە جیاوازن

ناوەڕۆكی هەموو وانەیەكی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ئەزموونی منداڵیی جیهانی ڕەچاو دەكات، بۆ نموونە ترسان، نۆرەگرتن و چارەكردنی گاڵتە پێكردن. شێوازی «چیرۆك و گفتوگۆ» بۆ بەشداریی فێرخواز دانراوە. منداڵی نێو وێنەكان گرفتی ڕاستینەی هەست و كێشەی جددیان هەیە. ڕاستە خشتەی بەرنامەكە ڕوانگەیەكی جیهانیی هەیە بەڵام ئاگاتان لەوە بێت كە دەشێت ناوەڕۆكی وانەكە بكەوێتە بەر شرۆڤەی فەرهەنگیی جیاواز.

ئێمە هەموومان ناسنامەی فەرهەنگیمان هەیە. فۆرمی ئەو ناسنامە فەرهەنگییەش ڕەفتار و بەهای خۆمان دایدەڕێژێت. ئەمانەش پەیوەیستن بە گشت ئەم خاڵانەوە: خێزان، دین، زایەند، تەمەن، پیشە، ئاستی جڤاكی - ئابووری، زمان، ڕەچەڵەكی نەتەوەیی یان ئیتنی، ناوچەی جوگرافی، توانا و مەیلی زایەند (Gollnick and Chinn, 1990). ئەم خاڵانە ڕەچاو بگرە و ئەوجا سەرنج بدە كار لێككردنی فەرهەنگی خۆت لەگەڵ فەرهەنگی فێرخواز و ئەوجا فەرهەنگی فێرگەش.

هەر یەك لە ئێمە چاوەڕوانیی دیار و دیاریكراوی خۆی هەیە لە چۆنییەتی پۆشاك، شێوازی فێربوون، هەڵسوكەوت و ڕەفتاری جڤاكیی فێرخواز. ئەوانە چاوەڕوانییەكن فەرهەنگ بڕیاریان دەدات و جڤات پتەویان دەكات (Gopaul-McNicol and Thomas-Presswood, 1998)، بەتایبەتی لە ڕێگەی سیستەمی فێركارییەوە. لە ئەمریكای باكوور، بەهای زاڵی تایبەت هەیە لە فەرهەنگی دیكەدا بەو جۆرە جێیان نابێتەوە، بۆ نموونە ڕكابەریی، خزمەتی-خۆ-كردن و تاكگەرایی. گرینگە مامۆستا پەرۆشی هەم فەرهەنگی فێرخواز و هەم نێوەڕۆكی «هەنگاو بە هەنگاو» بێت، پەرۆشی بەها و چاوەڕوانیی نەگوتراوی خۆیان و بەرنامەكەش بێت. گرینە هەموو

ڕۆڵیان هەبێت لە ئافراندنی پرۆسەیەکی فێرکاریی شاددا. ئەم پرۆسەیەش بە سەلماندنی پاشخانی فەرهەنگی فێرخواز دەست پێدەکات (Manning and Baruth, 1996).

ڕەفتاری فەرهەنگیی جیاواز ناکاتەوە کەموکوڕیی توانای جڤاکی. ئامانج لە فێرکردنی توانای جڤاکی بۆ گۆڕینی ڕەفتاری فەرهەنگی نییە، بەڵکوو هاوکاری فێرخوازە - لە تەک پاراستنی فەرهەنگی خۆی - ئەوپەڕی سوود وەربگرێت لە فێرگە و هەڵکردن لەگەڵ بەرانبەراندا (Cartledge and Milburn, 1996). بۆیە گرینگە چیرۆکەی ڕاستینەی منداڵان ڕاپێچی نێو وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بکەیت. گفتوگۆ دەربارەی کێشەی منداڵانی نێو وێنەکان، زۆربەی جار زیندوو و ئاشکران، بەڵام بەهێزترین هۆکاری فێرکردن لەوەدایە ئەو دۆخانە تێهەڵکێشی ئەزموونی فێرخوازانی خۆتان بکەن.

وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» تێکستی تێدایە لە فەرهەنگی جیاوازدا لێکدانەوەی جیاوازی لێ دەزێت. ئەمانە چەند پێشنیازێکی گشتین بۆ هەمووارکردنی تێکستی لەو بابەتە بۆ پۆلی خاوەن فەرهەنگی جیاواز:

- کاتی بۆ تەرخان بکە و سەرلەبەری وانەکە بخوێنەوە. ئەوجا وانەکە بگونجێنە لەگەڵ ژیانی منداڵەکانی پۆلەکەت. بۆ نموونە، گەر لە وەڵاتێکی گەرمدا دەژیت و سیناریۆی وانەکە باس لە وازی نێو بەفر دەکات، بیگۆڕە بە یارییەکی لای خۆتان باوە.
- سەرنج بدەنە ئەوەی بابەتەکە چەند گونجاوە. گرینگە فێرخواز کەڵک لە بابەتەکە وەربگرێت لە ژیانی ڕۆژانەیدا.
- لە ڕۆڵوازیدا گرووپی هەمەفەرهەنگ پێک بێنە بۆ ئەوەی هۆشیاریی فەرهەنگیی هەموو فێرخوازان بەرفرەوان بێت.
- فەرهەنگی جودا لێکدانەوەی جودای هەیە بۆ ڕەفتاری جڤاکی، بۆ نموونە نیگای چاو، ستایشکردنی کەسێک، یان دانوستانی نازارەکی. بزاوت و ڕەفتاری باوی ڕۆژانە دەشێت واتای زۆر جودایان هەبێت لە فەرهەنگی دیکەدا.
- سەرنج بدە ئەو سەرەداوانەی جیاوازیی فەرهەنگی پێشان دەدەن.

- جێ بۆ پاشخانی فەرهەنگی فێرخوازان بڕەخسێنە. بۆ نموونە لە وانەیەکدا کە لێکدانەوەی فەرهەنگیی جیاواز هەڵدەگرێت، وەک گوێگرتنی گونجاو، فێرخوازان هان بدەن ڕوونی بکەنەوە لە ماڵ و جڤاتی خۆیاندا ئەو هونەرە چۆن پیادە دەکەن. بە وەڵامی دروستی دوور لە پێشداوەری پێشانی بدە کە ئەوانە جیاوازیی پەسەندن.
- لە پاشخانی فەرهەنگیی تایبەتی فێرخواز ورد بەوە. دەکرێت پرسیار لە خۆی بکەیت یان گفتوگۆ لەگەڵ خێزانەکەی بکەیت، کامیان بۆ منداڵەکە ئاسوودەترە ئەویان هەڵبژێرە.

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بە شێوازێک داڕێژراوە بۆ مامۆستا ئاسان و خۆشجڵەو بێت. بیر لە جیاوازیی فەرهەنگیی بەرفرەوان کراوەتەوە لەگەڵ ئەوەشدا هەموارکردن و گونجاندنی پێویست لە هەندێ جێی تایبەتدا سوودی هەیە.

**ئەو پۆلانەی کە فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەتیان تێدایە**

وانەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بەتایبەتی ڕەچاوی فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت دەکات. کار دەکات بۆ فەراهەمکردنی کەشێکی پەروەردەیی کە هەموو منداڵێک تێیدا دەرفەتی گەشە و سەرخستنی توانای جڤاکیی هەبێت. دەرفەت ساز دەکات بۆ بەشداری کەسانی خاوەن توانای جیاواز لە گرووپی کاردا بۆ پیادەکردنی توانای جڤاکییان. مەبەستیش دەوڵەمەندکردنی ئەزموونیانە ( Gager, Kress, and Elias 1996) وانەی «هاوسۆزی» بەتایبەتی بۆ گەشە سەندنی توانای فێرخوازە لە هەڵسوکەوت لەگەڵ کەسانی خاوەن توانا و پێداویستیی جودا.

فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت زۆرجار لە هەڵسوکەوتدا لەگەڵ بەرانبەردا توشی کۆسپ دەبن لەبەر ئەوەیە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» کار دەکات بۆ گەشە سەندنی توانا و هونەری جڤاکیی — هەستەکی بە مەبەستی ڕاهێزانی بڕوابەخۆبوونیان. بە بەراورد لەگەڵ فێرخوازی دیکە، فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت (کەسانی خاوەن گرفتاریی فێربوون، گرفتاریی ڕەفتار و گرفتاریی ژیری

بەگشتی ڕەفتاری (learning disabled, behaviorally impaired and mildly retarded جڤاکدۆستانە کەمتر پێشان دەدەن، لە هەڵسوکەوتدا لەگەڵ بەرانبەر، کەمتر دەستپێشخەرن و کەمتر هاوکارانە دێنە پێش (Elliot and Gresham, 1993).

فێرخوازی خاوەن گرفتاریی فێربوون کاتێک تووشی کێشە دەبن سەختە هونەری جیاواز پیادە بکەن، چارەسەر بدۆزنەوە و هەڵسەنگێنن. ( Conte, Loomer, and Hutton, 1995). زۆر فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت سەختە لایان پەی بەرن بە سەرەداوی جڤاکیی بەرانبەر و هەراسانیی خۆیان جڵەوگیر بکەن. گرینگە ڕێنوێنیەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بەپێی پێداویستییە تایبەتییەکانی فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت بگونجێنن. فێرخوازێک گرفتی بیستنی هەبێت پێداویستیی جودایە لەوەی گرفتی مێشک Cerebral palsy (CP) ی هەبێت و کورسی چەرخە بەکار بێنێت.

بەگشتی، فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت پتر تووشی ڕەتکردنەوە دەبێت. لەبەر ئەوەشە وانەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ ئاستی 1 تا 3، بۆ نموونە «چارەکردنی توانج»، «بەشداریی گرووپ»، «چارەکردنی وەدەرنان» و «پەسەندکردنی جوداوازیی» بەتایبەتی پێویستن.

وانەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» شێوازێکی کاریگەر دەگرێتە بەر بۆ تێهەڵکێشکردنی فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت لە پۆلی خوێندنی گشتیدا. بەتایبەتیش جەخت دەکاتە سەر چەند خاڵێک، وەک:

- کاتێک ڕەفتارێکی دیاریکراو نمایش دەکەن، ورد بن لە ڕوونکردنەوەی دەنگ و ڕەنگی ئەو ڕەفتارە (Prater, Bruhl and Serna, 1998). بۆ نموونە لە وانەی «چۆنەتی قسە پێبڕین بە ئەدەبەوە»، سێ هەنگاوەکە بە ڕوونی ئاشکرا بکە: (1) وچانێک بگرە، (2) بڵێن «بە یارمەتییت» و (3) پاشان داواکەتان دەربڕن.
- دەرفەت بڕەخسێنە بۆ چەندپاتکردنەوە و پیادەکردنی هونەری نوێ.
- بەر لە گوتنەوەی هەر وانەیەکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بیرۆکە، وشەی تایبەت، شاچەمکی زمان و ڕۆڵوازییەکانی وانەکە لەگەڵ مامۆستای

تایبەتی ئەو فێرخوازانە باس بکە بۆ ئەوەی مامۆستای تایبەت ئاگادار بێت و ئاسانکاری ئامادە بکات.

- فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت لەگەڵ فێرخوازی خاوەن توانای جڤاکی- هەستەکیی بەرز بکە گرووپی دوو کەسی. کاتی زیاتر بدەنە ئەو گرووپە دوو کەسیانە بۆ پرۆڤەکردنی ڕۆڵوازیەکەیان و خۆئامادەکردن بۆ ڕۆژێکی دیکەی کار.
- ڕۆڵوازیی ساکار هەڵبژێرن، کە فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت بتوانن ژیرانە ئەنجامی بدەن. نمایشی واتادار بەرانبەر هاوکار و هاوپۆل ئەزموونێکی بەهێزە بۆ هەموو فێرخوازان (Farmer, Pearl and Van Acker, 1996). لەگەڵ ئەوەشدا، ڕۆڵوازیی لە بەردەم گرووپەکەدا بۆ فێرخوازی خاوەن پێداویستیی تایبەت ئەستەمترە. ڕێگەچارەی دیکە ئەوەیە ڕێ بدەین ئەو فێرخوازانە بۆ بەشی «ئاخاوتن» لە ڕۆڵوازییەکەدا، بووکەڵە بەکار بهێنن، دۆستێکی دیکە ئاخاوتنەکە بگرێتە ئەستۆ، یان بەشێکی بێ ئاخاوتنیان بدرێتێ وەک ڕۆڵی مامۆستای نێو ڕۆڵوازییەکە. ئەمە هەمووی بۆ بەشداریی منداڵەکەیە لە چالاکیی گشتیدا و هەروەها بۆ کەمکردنەوە سترێسی ئەو منداڵەیە. گەر هەر هەراسان بوو لە ڕۆڵوازییەکەدا ڕێگەی بدە پشووی خۆی وەربگرێت.
- داوا لە مامۆستایانی گشتی و هەروەها مامۆستایانی تایبەت بە کەسانی خاوەن پێداویستیی تایبەتی بکەن ویکڕا بەشدار بن لە گوتنەوەی چەند وانەیەکی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا. دەشتوانن شوێنی وانەکانیش لە نێوان پۆلی مامۆستاکاندا ئاڵوگۆڕ بکەن.

«کوڕەکەم، کە ناوی ویند وۆلف - ـە، پەرداخێکی خاڵی نییە بۆ پڕکردنەوە بێتە پۆلەکەتانەوە. کوڕەکەم سەبەتەیەکی پڕە، دێتە ژینگە و جڤاتێکی جیاوازەوە و بابەتی تایبەتی خۆی هەیە دەیەوێت بۆتانی باس بکات. تکایە ڕێگەی بدەن زانیاری خۆی، کەلەپووری خۆی و فەرهەنگی خۆی بۆ ئێوە و بۆ هاوپۆلانی خۆی باس بکات»، گوتەی Robert Lake.

## پۆلی خاوەن فێرخوازی ESL (ئینگلیزی وەک زمانی دووهەم)

زۆربەی پێکهاتەکانی وانەکان، بۆ نموونە دووپاتبوونەوەی شێواز، بابەتی بینراو (وێنە و ڤیدیۆ)، پیادەکردنی ڕۆڵوازیی، بەکارهێنانی سیناریۆی ڕاستینە و ئاوێتەکردنی زمانزانی لە ناوەڕۆکی وانەدا، بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دەکەنە ئامرازێکی کاریگەری فێربوونی زمانی ئینگلیزی بۆ ئەو فێرخوازانەی ئینگلیزی زمانی دووهەمیانە English as a Second Language - ESL.

دابینکردنی دەرفەت بۆ پیادەکردنی چالاکی چارەی کێشە بەتایبەتی سوودبەخشە بۆ ئەو فێرخوازانە (Reyes and Molner, 1991). پێویستە مامۆستای فێرخوازانی ESL ئەمانەیان لەبیر بێت:

- ئاخاوتن ڕەوان و ئارام بێت. دووپاتکردنەوە، داڕشتنەوە و بزاوت (جووڵە)ی لەش بەکاربهێنن.
- پاش پرسیار، پەلە لە وەڵام مەکەن، کاتی تەواو بدەن بە چاوەڕێی وەڵام.
- سەرچاوەی بەرجەستە بەکار بهێنن. بۆ ڕوونکردنەوە چەمکی ئەبستراک (مەجازی) پەنا بەرنە بەر نموونەی ڕۆشن و دیاریکراو. بۆ نموونە، بۆ ڕوونکردنەوەی چەمکی وەک «ڕەوا»، دابەشکردنی کێک بە پارچەی یەکسان بەکار بهێنن.
- بۆ ڕوونکردنەوەی بیرۆکەی جیاواز کەلوپەلی بەرجەستەی ئاشنای وەها بەکار بهێنن بیرۆکەکە زیندوو بکاتەوە. ئاشنایەتی، هێما و وێنەی ئاشکرا، یاریدەرەن (Gonzalez, Brusca-Vega, and Yawkey. 1997). بۆ نموونە، بۆ شرۆڤەی بیرۆکەی هەستی ناکۆک، دەتوانن دڵێکی دووکەرت بەکار بهێنن، ڕوخسارێکی شاد لەمیان و ڕوخسارێکی ترساو لەویان بکێشن.
- وشە لە گەشە سەندنی هاوسۆزی و تواناکانی دیکەدا کە پێویستن بۆ چارەی کێشە نۆرە (ڕۆڵ) ی تایبەتیان هەیە. زۆرجار وانەکان لە سەر وشەی سەرەکیی دیاریکراو بنیات نراون. دووپاتکردنەوەی باسی ئەم وشانە سوودی هەیە. بۆ ڕوونکردنەوەی چەمکێکی نوێ، دەتوانن ئەو وشە هاوواتا و دژەواتایانە بەکاربهێنن کە فێرخواز دەیانزان. بۆ نموونە، بۆ شرۆڤەی «نیشانەی ڕوخسارەکی» دەشێت مۆنیی بەوە ڕوون بکەنەوە کە دژی بزەیە.

- جەخت بکەنە سەر تێگەیشتن زیاتر لە گۆکردن (تلفظ). بۆ نموونە، فێرخوازێکی زمانی ئینگلیزی دڵخوازانە وەڵامێک دەڵێت چەندین وشەی تێدایە گوتنیان دروست نییە بەڵام لێت ڕوونە لە پرسیارەکە گەیشتووە و وەڵامەکەی دروستە، دەستخۆشی لێ بکە و ئاخاوتنەکەی بۆ ڕاست بکەوە بە جۆرێک هەموو فێرخوازان لە وەڵامەکە بە دروستی بگەن.
- بەستنەوەی چەمکی نوێ بە چەمکی کۆنتر زنجیرەی فێربوون ڕێک دەخات. لە پۆلدا بە گراف (خشتە) ئەو پێکەوە بەستنە پێشان بدە (Reyes and Molner, 1991).
- لەگەڵ مامۆستای فێربوونی ئینگلیزی وەک زمانی دووهەم ESL هاوئاهەنگی بکەن. بەر لە گوتنەوەی هەر وانەیەکی «هەنگاو بە هەنگاو» چەمک، وشە و سیناریۆی ڕۆڵوازیی وانەکان لەگەڵ ئەو مامۆستایەدا باس بکەن بۆ ئەوەی ئەویش ئاگادار بێت.

## پۆلی فرەتەمەن یان فرەئاست

ئەو مامۆستایانەی ئاستی 1 هەتا 3 ی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە پۆلی فرەتەمەن یان فرەئاستدا دەڵێنەوە، دەبێت شێوازی گونجاو بدۆزنەوە بۆ ئەم دۆخە ناوازەی خۆیان. ئەمەش چەند پێشنیازێکی ڕێنوێن:

- پاش ناسینی پۆلەکەی خۆت، ئەو بەرگەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەڵبژێرە کە باشتر لەگەڵ ئاستی گشتیی منداڵەکان دەگونجێت. گەر پۆلەکەتان گرووپێکی گەورەساڵ بێت، وانەی پۆلی پێشکەوتوو هەڵبژێرە. گەر دوودڵیت، ئاستێکی پێشکەوتوو هەڵبژێرە چونکە هەموو شاچەمکەکان لە زنجیرەی بەرنامەکەدا لێک بەستروان. بەگشتی، گەر هەڵەش بێت هەروا چاکترە هەورازتر بگریت.
- ڕێگەیەکی دیکەش ئەوەیە وانەی هەڵبژاردە لە بەرگی جیاواز دیاری بکەن بۆ بەسەرکردنەوەی هەموو شاچەمکەکان. بۆ نموونە، گەر وانەی «ڕاهێنانی هاوسۆزی» بە پۆلێک دەڵێیتەوە هەردوو ئاستی 2 و 3 ی هەبێت، دەتوانن سێ وانەی بەرگی 2 و سێ وانەی بەرگی 3 هەڵبژێرن تاکوو شاچەمکی ئەو بەشە بخوێنن. گەر فێرخوازی پۆلی 2 ساڵی ئایەندە هاتنەوە لای ئێوە ئەوسا بەشەکەی دیکەی وانەکان دەخوێنن.
- وانە گشتییەکانی «دەربارەی ...» بۆ نموونە «دەربارەی هاوسۆزی» لە بەرگەکانی 2 و 3، شاچەمکەی وانەی بەرگی پێشوو بەسەر دەکەنەوە. ئێوە دەتوانن ئەو وانە گشتییانە بۆ پتەوکردنی کاری خۆتان بەکار بهێنن.
- لەگەڵ مامۆستایانی دیکەی «هەنگاو بە هەنگاو» ی فێرگەکەی خۆتان ڕاوێژ بکەن. دوور نییە فێرخواز هەبێت لای ئەوان هاو ئاستی فێرخوازانی پۆلەکەی تۆ بن و بە پێچەوابەش. ئەوسا دەکرێت فێرخواز جێگۆڕکێ بکەن بۆ ئەوەی ئاستێک لای تۆ بن و ئاستێکی دیکە لای مامۆستایەکی دیکە. گەر ئەمەیان ساز بوو ئاوڕێک لەو بابەتانە بدەنەوە کە خوێندوویانە و نەیانخوێندووە بۆ ئەوەی نە دووبارە بێت و نە فەرامۆشکردن.

- دەکرێت بە شێوەیەکی کاتی پۆلەکەی خۆت دابەش بکەیت، تۆ لەگەڵ بەشێکیان بیت و کارمەندێکی دیکەی فێرگە بۆ نموونە ڕاوێژکار، بەڕێوەبەر یان هەر پسپۆڕێکی دیکەی کارامە بەشی دووهەم بگرێتە ئەستۆ.

هەر چارەیەک دەگرنە بەر، پۆل دابەش دەکەن یان نا، گرینگ ئەوەیە هەموو سوود لە ئەزموونی یەکتر وەربگرن. لەئەستۆگرتنی پۆلی فرەتەمەن یان فرەئاست لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا، توانا و هەوڵی زیاتری دەوێت بەڵام پاداشتەکەشی هەڵدەگرێت ئەوەی بۆ بکرێت.

**پۆلی خاوەن فێرخوازی بەهرەدار و هەڵکەوتوو لە خوێندندا**

فێرخوازی بەهرەدار و هەڵکەوتوو لە خوێندندا زۆر جار لە لایەن هاوپۆلانەوە وەلا دەخرێن و دوورەپەرێزیان لێ دەکرێت. فێرخوازی بەهرەدار هەیە هەست دەکات بەهرەی خوێندنی لێ بۆتە گرفتاریی جڤاکی. (Coleman and Cross, 1988). گرینگە فێرخوازی لەو جۆرە بەشداری وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بن. خشتەی وەها ڕێک بخە جێی ئەوانیشی تێدا بێتەوە.

بە مەبەستی هاندانی فێرخوازی بەهرەدار ڕووەو دڵسۆزی و بەشداریی بەردەوام، سەرنج بدە ڕەوتی گەشەکردنیان، گەر زانیت لایان پەسەندە ئەم ئەرکانەیان پێ بسپێرە:

- دارشتنی سیناریۆی ڕۆڵوازی و سکێتش (یان پەردە) ی دیکەی «هەنگاو بە هەنگاو».
- دۆزینەوەی هەنگاوی دیکەی زیاتر لەوەی لە بەرنامەکەدا هەیە بۆ پیادەکردنی توانای ڕەفتارەکیی نێو «هەنگاو بە هەنگاو».
- گەڕان بەدوای کتێب و گوتاری پەیوەست بە توانای جڤاکی.

تۆی مامۆستا دەتوانیت پێناسەی فێرخوازی بەهرەدار و هەڵکەوتوو فرەاونتر بکەیت تا ئەوەی بواری جڤاکی و هەستەکیش بگرێتەوە. گەر فێرخواز هەیە لە ڕووی جڤاکییەوە توانایە، هەر بە مەبەستی هاندان و پشتیوانی، ڕۆڵی ڕێبەریان بدەنێ. ئەمەش پێشنیاز:

- نۆرەی هاوکاریان بدەیە بۆ ئەو فێرخوازانەی زمانی ئینگلیزی لایان دووهەم زمانە ESL یان بۆ ئەو فێرخوازانەی گرفتاریی فێربوونیان هەیە.
- داوایان لێبکەن ببنە ڕێنوێنی هاوپۆلێکی جرپن.

بیرۆکەی دیکەش هەیە بۆ هەموارکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، بڕوانە سایتی www.cfchildren.org یان پەیوەندی بکە بە بەشی Client Support Services ی سازمانەکەمان بە ژمارە تەلەفۆنی(800) 634-4449 .

## هەموارکردنی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ ژینگەی فێرگەبەدەر

گەرچی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ ژینگەی فێرگە داڕێژراوە بەڵام پیشەوەر (کەسانی حیرەفی / پرۆفیشیونالْ / ڕاهێنەر) هەیە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە ژینگەی دیکەی نا– فێرگەش بەکار دەهێنێت بۆ پتەوکردنی زەمینەی کار بۆ سەرخستنی توانای جڤاکی- هەستەکی. ئەمەش چەند پێشنیازێک بۆ هەموارکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ ژینگەی فێرگەبەدەر (دەرەوەی فێرگە / نافێرگە).

## هاندانی فێرخواز

گەر بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» وانەیەکی خۆویستە (واتە بە ئارەزووە نەک مەرج) ئەوا ڕێگە هەی بۆ هاندانی فێرخواز بۆ بەشداری، بۆ نموونە:

- دیپلۆم (بڕوانامە) بدەنە ئەو بەشداربووانەی هەموو وانەکانی نێو بەشێک تەواو دەکەن.
- لەگەڵ خەڵاتکردنی مانگانە و ساڵانەدا، پیادەکردنی سەرکەوتووی تواناکانی «هەنگاو بە هەنگاو» خەڵات بکەن.
- گەر پۆلەکەتان فرەتەمەنە، چەند فێرخوازێک لە گەورەکان ڕابهێنن بۆ نۆرە (ڕۆڵ) ی ڕاهێنەری بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» یان هاوکاری فێرخوازی دیکە لە وانەکانی «چارەی کێشە» و «جڵەوگرتنی تووڕەیی». نۆرەی

ڕێبەرایەتی بۆ منداڵی گەورە دەبێتە مایەی شانازی، لەوەش بترازێت، هەڵسوکەوت لەگەڵ فێرخوازی گەورەتردا، بۆ منداڵی بچوکیش هاندەرە.

- خەڵات و دیاریی هەمەجۆری وەک خاڵی زیادە بۆ گەشت و چالاکیی هاوکۆ، وردە وێنەی ڕەنگین و بلیت.

**کۆککردنی توون**

لە پشووخانە (خانەی فێرخوازانی پاش فێرگە)، بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» جۆرێک هەموار بکە هەستێک ببەخشێت جودا لە فێرگە. ئەمەش پێشنیاز:

- تەواو زاڵ بە بەسەر وانەکەدا بۆ ئەوەی بتوانیت بە خۆشی و نەرمی لەم ژینگە ئارامەدا بیڵێیتەوە.
- کاتێک فێرخواز لە فێرگە دێت بۆ پشووخانە، ڕاستەوخۆ مەیانخە بەر وانەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». ماوەیەک بە وەرزش و چالاکی دیکەوە خەریکیان بکە تا لە ژینگەی فێرگەوە دەیانگوێزیتەوە بۆ ژینگەی پشووخانە.
- لە وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ەوە گەمەی تایبەت بە خۆتان ڕێک بخەن.
- سوود لە ئەزموونی تایبەتی فێرخوازان وەربگرن. بۆ نموونە گەر وانەیەک دەربارەی چارەکردنی دڵشکان بێت، داوا لە فێرخواز بکەن ئەزموونی خۆیان لەو بوارەدا بەسەر بکەنەوە.
- لە گونجاندنی ڕۆڵوازیدا و سوود وەرگرتن لە ئەزموونی فێرخوازان هەردەم وریا هەست و کەسایەتی ژیانی تایبەتی فێرخوازان نەبەزێنرێت. لەبەر ئەوە گرینگە سیناریۆکان وەها بگۆڕیت کە دۆخ و کەسان نەناسرێنەوە.
- پاش سەیرکردنی کارتی فۆتۆ داوا لە فێرخوازان بکە ناو لە کەسایەتییەکان بنێن.

**ئامۆژگاریی سوودبەخشی دیکە**

- گەر بە ڕۆڵی مامۆستایەتی ڕانەهاتوون، بەر لەوەی ڕۆڵوازی لەگەڵ فێرخوازاندا ڕێک بخەیت، لەگەڵ کارمەندێکی دیکەدا پیادە بکە. دەشکرێت وانە لەگەڵ کارمەندی دیکەدا ئاڵوگۆڕ بکەن.
- گەر بارەکە جۆرێکە ماوەماوە فێرخوازی نوێ دێتە لاتان، بەر لەوەی فێرخواز تێکەڵی گرووپی منداڵان بێت، وانە گشتییەکانی «دەربارەی ...» - بۆ نموونە «دەربارەی هاوسۆزی» - ی نێو بەرگی 2 & 3 ی بۆ ڕوون بکەنەوە. ئەم وانە گشتییانە لە هەموو بەشەکانی هەموو بەرگەکاندا هەن و باشترین یاریدەرن بۆ ناسینی شاچەمک و توانا سەرەکییەکانی ئەم بەرنامەیە.

**«گواستنەوەی زانیار» لە دەرەوەی پۆلدا**

بەشی «گواستنەوەی زانیار» لە ژینگەی دەرەوەی فێرگە بەشێکی گرینگ و سەختە چونکە کات لێرەدا سنووردارە. مامۆستا گەر ڕۆژانە و هەفتانە دەرفەتی تەواوی نەبێت بۆ ڕاهێزانی توانای و هونەری نوێی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» کارەکەی سەختتر دەبێت. لەگەڵ ئەوەشدا چارە هەیە، فەرموون لەگەڵ چەند پێشنیازێک:

- هەموو کارمەندان بەشداری ڕاهێنانەکە بکەن، ڕاستە هەموان وانە ناڵێنەوە بەڵام هەموان بەشدارن و بەرپرسن لە نواندن و ڕاهێزانی تواناکان. ئەمەش پەیامێکی ئاشکرا دەداتە فێرخوازان کە تواناکان کاریگەر و گرنگن.
- هانی بەشداربوان بدەن بەسەرهاتی ڕۆژانەی فێرگە و ماڵەوەی خۆیان باس بکەن و ڕوونی بکەنەوە چۆن هونەرەکانی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» یان پیادە کردووە.
- خێزانی فێرخوازان تێهەڵکێشی ئەم پرۆسەیە بکە. «نامە بۆ ماڵەوە» و فیلمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ خێزان بەکاربهێنن بۆ ئاگادارکردنی خێزان دەربارەی بەرنامەکە.

بۆ زانیاریی زیاتر دەربارەی پیادەکردنی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە ژینگەی تایبەتدا، تکایە پەیوەندی بگرن لەگەڵ بەشی Client Support Services ی سازمانەکەمان بە ژمارە تەلەفۆنی(800) 634-4449 .

Cartledge, G., and Milburn, J. F. (1996). *Cultural Diversity and Social Skills Instruction: Understanding Ethnic and Gender Differences.* Champaign, IL: Research Press.

Coleman, L. J., and Cross, T. L. (1988). "Is Being Gifted a Social Handicap?" *Journal for the Education of the Gifted, 11,* 41–56.

Conte, R., Andrews, J. J. W., Loomer, M., and Hutton, G. (1995). "A Classroom-Based Social Skills Intervention for Children with Learning Disabilities." *Alberta Journal of Educational Research, 41,* 94–102.

Elliott, S. N., and Gresham, F. M. (1993). "Social Skills Interventions for Children." *Behavior Modification, 17,* 287–313.

Farmer, T. W., Pearl, R., and Van Acker, R. M. (1996.) "Expanding the Social Skills Deficit Framework: A Developmental Synthesis Perspective, Classroom Social Networks, and Implications for the Social Growth of Students with Disabilities." *Journal of Special Education, 30,* 232–236.

Gager, P. J., Kress, J. S., and Elias, M. J. (1996). "Prevention Programs and Special Education: Considerations Related to Risk, Social Competence, and Multiculturalism." *Journal of Primary Prevention 16(4),* 395–412.

Gollnick, D. M., and Chinn, P. C. (1990). *Multicultural Education in a Pluralistic Society.* Columbus, OH: Merrill.

Gonzalez, V., Brusca-Vega, R., and Yawkey, T. (1997). *Assessment and Instruction of Culturally and Linguistically Diverse Students with or At-Risk of Learning Problems: From Research to Practice.* Boston: Allyn and Bacon.

Gopaul-McNicol, S., and Thomas-Presswood, T. (1998). *Working with Linguistically and Culturally Different Children.* Boston: Allyn and Bacon.

Kavale, S., and Forness, S. R. (1996). "Social Skills Deficits and Learning Disabilities: A Meta-Analysis." *Journal of Learning Disabilities, 29,* 226–237.

Manning, M. L., and Baruth, L. G. (1996). *Multicultural Education of Children and Adolescents.* Boston: Allyn and Bacon.

Prater, M. A., Bruhl, S., and Serna, L. A. (1998). “Acquiring Social Skills Through Cooperative Learning and Teacher Directed Instruction.” *Remedial and Special Education, 19,* 160–172.

Reyes, M., and Molner, L. A. (1991). “Instructional Strategies for Second-Language Learners in the Content Areas.” *Journal of Reading, 35,* 96–103.

## ژینگەی پۆل

### پۆلی پەسەند، بەڕێز و میهرەبان

ئەم چەند ڕاگواستەیەی خوارەوە گرینگیی پێکهێنانی پۆلی پەسەند، بەڕێز و میهرەبانمان وەبیر دێنێتەوە. تۆژینەی زانستی پێشانی داوە کە پۆلی وەها نەک تەنها خۆشترە بگرە هاوکارە بۆ پتەوکردنی بەشداریی زۆرتری فێرخواز، پەیوەندیی دۆستایەتیی دروست و دەستکەوتی ئەکادیمی زۆرتر (فێربوونی زیادتر) (Bernieri, 1991; White and Kistner, 1992; Elliott, 1999)

- لە مامۆستایەک دەگێڕنەوە: «من گەیشتوومەتە دەرئەنجامێکی ترسناک. منم لایەنی یەکلاییکەرەوە لە پۆلدا. هەڵسوکەوتی منە ژینگەی پۆل بڕیار دەدات. مەزاجی ڕۆژانەی منە کەشی پۆل ساز دەکات. من وەک مامۆستا، توانایەکی مەزنم هەیە بۆ شادکردنی فێرخواز یان تێکدانی ژیانی. دەتوانم ببمە ئامێری ئەشکەنجە یان ئامێری ئیلهام. دەتوانم مرۆڤ شاد یان خەفە بکەم، ئازاری بدەم یان زامی سارێژ بکەم. لە هەموو بارێکدا بەرسقی منە بڕیار دەدات کێشەیەک هەڵکشێت یان دامرکێتەوە، منداڵ ببێتە مرۆڤ یان لە مرۆڤایەتی داشۆرێ» (Ginott, 1972).

- لە فێرخوازێک دەگێڕنەوە: «بۆ نموونە، خاتوو ئاشتی... دەڵێت، دەی تۆ دەدوێنێت. ئەو ناتشکێنێت، ئەو تۆ دەدوێنێت و دەڵێت «ئەرێ، تۆ دەزانیت من تۆم خۆشدەوێت. دەزانی کە دەمەوێت ببیتە کەسێک بۆ خۆت، لەبەر ئەوە لە پۆلەکەدا کات بە فێڕۆ مەدە»» (Phelan, Davidson, and Cao, 1992).

- «پێویستە مامۆستا لێرە، بڵێم چی؟ پێویستە زیاتر کراوە بن و باسی هەستی خۆیان بۆ فێرخوازان بکەن. کاتێک تۆ دەدوێنن هەر دەڵێی ڕێکۆردەرن» (Phelan, Davidson, and Cao, 1992)

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هونەر فێری فێرخواز دەکات بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی توانای جڤاکی منداڵ، بەڵام وانەکان تەنها دەستپێکن. مامۆستا بۆ نمایش و ڕاهێزانی

ڕۆژانەی ئەو هونەرانە دەبێت ژینگەیەکی فیزیکی و هەستەکیی وەها فەراهەم بکات هاندەر و دەفەرتساز بێت.

لەبەر ئەوەی بواری فێرکاریی جڤاکی- هەستەکی زۆرن ئەرکی مامۆستا و ڕاهێنەر سەخت ڕادەنوێنێت. بۆ ئاسانکاری دەتوانن مانگانە سەرنج لە یەک بابەت گیر بکەن، بۆ نموونە «قسە پێبڕین بە ئەدەبەوە» و لە فێرکردنی ئەو توانا جڤاکییە گرینگەدا سەرکەوتوو بن.

لێرەدا چەند نموونەیەک ڕیز دەکەین لەو بیرۆکانەی مامۆستایان پیادەیان کردووە بۆ سازکردنی کەشی پۆلی ڕێکوپێک بە مەبەستی پەرەدان بە فێرکردنی هونەرەکانی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو».

«من ئەوپەڕی زانین و ئەوپەڕی توانای خۆم دەخەمە کار و هەر وەهاش بەردەوام دەبم».

*I do the very best I know how—the very best I can; and I mean to keep on doing so until the end.*

گوتەی Abraham Lincoln

## هەڵسوکەوت لەگەڵ فێرخوازدا

«هەڵسوکەوتی باش ئەوەیە لەگەڵ فێرخوازدا نەرم بیت؛ گوێی بۆ ڕادێرە، تەنانەت گەر کارێکیشی کرد بە دڵی تۆ نەبوو ڕەخنەی لێ مەگرە. ڕووشکێنی مەکە. توانجی لێ مەگەرە». گوتەی W. Glasser.

## نواندنی هونەری نێو «هەنگاو بە هەنگاو» و توانای جڤاکدۆستی دیکە لە ژیانی ڕۆژانەتدا

- پەرۆشی خۆت جوان پێشان بدە، بۆ نموونە بڵێ «بەبیرم دێت جارێکیان لە گەمەیەکدا وەلا نرام. بەڕاستی هەستی بریندار کردم. دەرکت دەکەم، دەزانم چەند هەراسانیت».
- تۆنێکی دەنگی بەڕێز و جددی بەکار بهێنن.
- لە هەڵسوکەوتدا لەگەڵ گەورەسالانی دیکە، توانای جڤاکدۆستی بنوێنن، بەتایبەتی لە بەردەم فێرخوازاندا.
- کاتێک بۆ چارەسەرکردنی کێشەیەک دەگەڕێی، یان خەریکیت هەنگاوەکانی جڵەوگرتنی تووڕەیی پیادە دەکەیت، بەدەنگی بەرز بیربکەوە؛ بۆ نموونە بڵێ «کێشەیەکم هەیە: دەتوانم تەنها یەک فێرخواز هەڵبژێرم بەیانیان ئاڵام لەگەڵ بەرز بکاتەوە، ڕێگەم بدەن چەند چارەیەکی پەسەند بۆ ئەم کێشەیە ڕیز بکەم».
- گەر هەڵەت کرد داوای لێبوردن بکە.
- کاتی شۆخی و گاڵتەوگەپیش هەر ڕێز ڕاگرە.

**پیشاندانی گرینگی تایبەتی و دروستکردنی پەیوەندی تایبەتی لەگەڵ فێرخوازانتاندا**

- پێشوازی لە یەکبەیەکەی فێرخوازان بکە کە دێنە پۆلەوە.
- لە پێشوازیدا تەوقەیان لەگەڵ بکە و بە ناوی خۆیانەوە بانگیان بکە.
- فێرخواز بانگهێشت بکە و بیدوێنە بۆ یەکتر ناسین.
- دەربارەی ڕووداوی دەرەوەی گوزەرانی فێرگە بیدوێنە، بۆ نموونە پاش فێرگە ئارەزووی لە چییە، تۆپی باسکە یان ئاهەنگ و سەما.
- دەرفەت ساز بکە فێرخواز تۆ لە ڕۆڵی دیکەشدا ببینێت نەک تەنها وەک مامۆستا، بۆ نموونە لەگەڵیان بچۆ بۆ شانۆگەری و گەمەی فوتبۆڵ.

**دانوستان لە ڕێی پەیامی ئایەتیی نازارەکییەوە**

- تەوقەکردن، دەست لە دەست دان و دەست خستنە سەر شان پەیامی ئایەتی پەرۆشی دەگەیەنن.
- دەرفەت ساز بکە فێرخواز بەرهەمێک نمایش بکات خۆی پێی شاناز بێت.
- بۆردی ئاگاداری بەکاربهێنن بۆ پێشاندانی کەسایەتی و بەرهەمی فێرخوازان؛ بۆ نموونە، فێرخواز دەتوانن «درەختی خێزان» ی خۆیان دروست بکەن کە ئەندامانی خێزان و ئارەزووە تایبەتیەکانیانی لەسەر نووسرابێت.

«وانەی خوێندنی هەستەکیی ڕۆژانە ڕۆتینائاسا ڕادەنوێنن، بەڵام دەرئەنجامیان - کە مرۆڤی ژیارمەندە - بۆ پێشەڕۆژمان یەکجار گرینگە»، گوتەی Daniel Goleman.

**مەرجی بەرز و سنووری ڕوونی ڕەفتار**

- بە سەرداوی بینراو و دواندن هاوکاریی فێرخواز بکەن بگاتە ئەو مەرجانەی لێی چاوەڕێ دەکرێت.
- جەخت لەسەر پەیامی وەها بکەن کە فێرخواز هان دەدات ڕووەو مەرج و چاوەڕوانیی بەرز.

- بەردەوام دەرئەنجامی خۆڕسک و ژیرانەی ڕەفتاری جوان بەسەر بکەوە.

**فێرخواز نەخشی هەبێت لە داڕشتنی ڕەوتی پۆل و لە بڕیارداندا**

- لە سەرەتای ساڵەوە، داوا لە فێرخوازان بکە چالاکانە بەشداری بکەن لە داڕشتنی ڕێسا و شیرازەی پۆلدا.
- داوا لە فێرخوازان بکەن ڕێسای هەڵسوکەوت نێو پۆل و چۆنیەتی مامەڵەی مامۆستا داڕێژن و لە شوێنێکی بەرچاودا هەڵبواسن.
- لە داڕشتنی ڕێسای ڕەفتاردا ورد بە، بۆ نموونە لە بری «ڕێزی خۆ و بەرانبەر بگرن» بنووسە «من دەستدرێژی ناکەم».
- هەتا دەکرێت ڕێسای ڕەفتار لەگەڵ توانای نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بگونجێنە، بۆ نموونە دەشێت «چارەی ئاشتیخوازانەی کێشە» یەکێک بێت لە ڕێساکان.
- ڕێوشوێن دیاری بکەن بۆ کۆبوونەوەی ڕێکوپێکی پۆل.

**سازدانی کەشی متمانە بۆ هاندانی ڕیسکگرتن (وێران) لە چالاکیی نێو پۆلدا**

- چالاکییەکان وەها ڕێک بخە بە چەندین شێواز هانی بەشداریکردن بدات.
- بێ حوکمدان و پێشداوەری گوێ لە فێرخواز بگرن.
- ڕوونی بکەوە بۆ فێرخوازان کە هەڵەکردن بەشێکی ئایەتییە لە فێربووندا. گەر خۆت هەڵەیەکت کرد ڕاستگۆیانە بۆ فێرخوازانی باس بکە و پیشانی بدە چۆن بە گیانی لەخۆبوردن لەگەڵ هەڵەکەدا ڕەفتار دەکەیت.
- گیانی هاوکاری ڕاهێزە وگیانی ڕکابەریی داهێزە.

«هەر کاتێک مامۆستا وەڵامی یەک فێرخواز دەداتەوە، 20 تا 30 فێرخوازی دیکە فێری وانەیەک دەبن»، گوتەی Daniel Goleman.

## سەرنجدانە خاڵی بەهێز و جوداوازییەکانی فێرخواز

- ڕێگەچارەی جیاواز بخەنە بەردەم فێرخواز؛ بۆ نموونە، کاتێک داوای لێ دەکەیت ڕاپۆرت دەربارەی کتێبێک پێشکەش بکات، ڕێ بدە ئەو ڕاپۆرتە بە زارەکی، نووسراو یان موزیکی پێشکەش بکەن.
- تەکنیکی فێربوونی هاوکارانەی وەها بەکاربهێنن توانای هەموو فێرخوازانی بەشدار ڕاهێزێت.
- ماوەماوە گرووپی فێرخوازان بگۆڕن بۆ ئەوەی ئاشنا بن بە شێوازی فێربوون، جێندەر و نەتەوەیی جیاواز.
- هانی فێرخوازان بدەن پەیامی بڕیاردەر بدەنە یەکتر.

## سازدانی پەیوەندیی لە نێوان فێرگە، خێزان و جڤاتدا:

- هانی فێرخوازان بدەن بەشداری بکەن لە چالاکیی دەرەکیی بەرنامەی خوێندندا. بەشداریی لە چالاکییەکانی موزیکی، دراما، وەرزش و ئەوانی دیکە پەرە بە دەرکی هۆگربوون دەدات.
- دەرفەت بدەنە فێرخواز بەشداری بکەن لە ئەرکی پڕمانای وەهادا سوودی بۆ سەرلەبەری فێرگە هەبێت، بۆ نموونە هاوکاریی خزمەتگوزار و کۆکردنەوەی خاشاک.
- دەرفەت بدەنە فێرخواز بەشداری بکەن لە پرۆژەی هاوکاریی جڤاکیدا، بۆ نموونە سەردانێک ساز بکەن بۆ خانەی تەمەندار و پەککەوتە، لەوێ فێرخواز چیرۆکی نووسراوی خۆیان بۆ دانیشتوانی خانەکە بخوێننەوە.
- کاتێک فێرخواز کارێکی باش دەکات، بە تەلەفۆن یان بە کورتەنامە خێزانەکەی لەو کارە ئاگادار بکەوە.
- پۆلنامەی بەردەوام لە مامۆستاوە بۆ خێزانی فێرخواز دەبێتە هۆی پتەوبوونی پەیوەندی و متمانەی نێوان هەردوو لا. (پۆلنامە: نامەی مامۆستا دەربارەی کاروباری پۆل)

«خولەکان [ی هەستناسی] کۆمەکی منداڵ دەکەن نۆرەی خۆیان لە ژیاندا باشتر بگێڕن، ببنە هاوڕێ، فێرخواز، کوڕ و کچی باشتر - و لە پیشەڕۆژیشدا ببنە هاوسەر، کارمەند و بەڕێوەبەر، دایکوباوک و وەڵاتیی باشتر»، گوتەی Daniel Goleman.

**داڕشتنی مەودای فیزیکی**

«ئێمە گەر پەرۆشدار و جێی پەرۆشی بەرانبەر بین باشتر کار دەکەین، فێرخوازیش هەروەها»، گوتەی Maurice Elias.

«لە ئامریکا ڕۆژانە چەندین ملیۆن فێرخواز دەچنە پۆلی فێرگەوە و مەبەستیان تەنها خوێندنەوە و ماتەماتیک نییە. ئەمانە لە نێو تاریکیی ژیانی خۆیاندا بە دوای ڕووناکیدا دەگەڕێن، بە دوای فریادڕەسێکدا وێڵن گیانێکی زامدار و دڵێکی شکاو سارێژ بکات»، گوتەی Jim Trelease.

ڕێکخستنی پۆل ڕەنگدانەوەی فەلسەفە و باوەڕی مامۆستایە دەربارەی فێرکردن و فێربوون. دەشێت ڕێکخستنی پۆل بەپێی چالاکیی ڕۆژ و دینامیک (جووڵە) ی گرووپەکانی پۆل بێتە گۆڕێن. لەبیرتان بێت هەموو لایەنێکی پۆل کار لە کەشی پۆل دەکات. ئەمەش چەند پێشنیازێک بۆ مامۆستا، مەوادی پۆل باشتر بەکاربهێنن بۆ پتەوکردنی گەشەی توانای جڤاکیی ئایەتی.

**نێزیک دەرگەی پۆل**

- پۆستەرێکی بەخێرهاتن یان تابلۆیەکی ئاگادارنامە هەڵبواسە ڕەنگدانەوەی توونی جڤاکیی ئایەتی پۆلەکەتان بێت؛ بۆ نموونە، دەتوانن سڵاو بە هەموو زمانەکانی نێو پۆلەکە پێشان بدات.
- یەکەم ڕۆژ، ناوی هەموو فێرخوازان لەسەر دەرگەی پۆل هەڵواسن.

- دروشم و دەستەواژەی وەها هەڵواسن ئەو بەهایانە پێشان بدات کە فێرخوازان هەڵیانبژاردووە. بۆ نموونە، بەهای وەک «ڕێز» یان «بەرپرسایەتی» ی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو».

### لەسەر دیواری پۆل

- لەسەر دیوار یان تابلۆی ئاگادارنامە بوار فەراهەم بکەن بۆ ئەو کارانەی فێرخواز پێیان شانازە.
- بە کامێرا وێنەی ڕەفتاری جڤاکدۆستانەی فێرخواز بگرە و لەسەر دیوار یان تابلۆی ئاگادارنامە پێشانیان بدە.

### مەودای مامۆستا

- مێزی مامۆستا لە شوێنێکدا بێت هەموو فێرخوازانی لێ دیار بێت، تەنانەت گەر پێویست بوو مێزەکە لە تەنیشتار یان پشتاری پۆل دابنێ. [تەنیشتار: لاتەنیشت، پشتار: لای پشتەوە].
- مێزەکەتان وەها دابنێن فێرخوازان دەستیان پێڕا بگات.
- بوار دابین بکەن بۆ کۆبوونەوەی تایبەتی لەگەڵ تاکە فێرخوازدا.

### مەودای فێرخواز

- گرینگە هەر فێرخوازێک بورای تایبەتی خۆی هەبێت. بۆ نموونە، بۆکس یان پۆستەری تایبەتی خۆی هەبێت.
- مەودا فەراهەم بکەن بۆ کاتی بیردانەوەی ئارام.
- مێزی فێرخوازی شەرمن و دوورەپەرێز لە جێیەکی بەرچاوی خۆتدا بێت.
- مەودا بۆ چالاکی و گفتوگۆی گرووپکاری فەراهەم بکەن. شێوازی بازنەیی و هێشوویی باشترین مەودا دەدەن بەدەستەوە ( Rosenfield, Lambert and Black, 1985)
- مێزەکان وەها ڕێک بخەن بە سانایی گرووپی فێربوونی هاوکارانە لێ ساز بێت.
- دڵنیابە لەوەی هەموو فێرخوازان نمایشەکان دەبینن.
- کاتی کاری ئارام و گۆڕانکاری، موزیکی هێمن لێبدە. لە هەڵبژاردنی موزیکدا ڕێز لە فەرهەنگی جیاواز بگرە.

بۆ سەرچاوەی زیاتر دەربارەی بابەتەکانی نێو ئەم بەشە، بڕوانە پاشکۆی**D** . دەشتوانن سوود لە «سەنتەری زانیاریی سەرچاوەی فێرکاری» Educational Resources Information Center - ERIC وەربگرن، کە سیستەمێکی زانیاریی میللییە چەندین بەرهەمی فێرکاریی چڕوپڕ دەخاتە بەردەستتان. لە ڕێی سایتی www.eric.ed.gov دەستتان بەو داتابەیسە دەگات و لەوێش بگەڕێن بە دوای شاوشەی وەک:

"classroom climate", "school climate", "classroom management", "social and emotional learning"

کە دەکاتەوە «کەشی پۆل»، «کەشی فێرگە»، «ڕێکخستنی پۆل» و «خوێندنی جڤاکی و هەستەکی».

## سەرچاوە

Bernieri, F. J. (1991) “Interpersonal Sensitivity in Teaching Interactions.” *Personality and Social Psychology Bulletin, 17(1),* 98–103.

Elliott, S. N. (1999). *A Multi-Year Evaluation of the Responsive Classroom® Approach: Its Effectiveness and Acceptability in Promoting Social and Academic Competence.* Greenfield, MA: Northeast Foundation for Children.

Ginott, H. G. (1972). *Teacher and Child: A Book for Parents and Teachers.* New York: Macmillan.

Glasser, W. (1990). *The Quality School: Managing Students Without Coercion.* New York: Harper and Row.

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence.* New York: Bantam Doubleday Dell Publishing Group.

Phelan, P., Davidson, A. L., and Cao, H. T. (1992). “Speaking Up: Students’ Perspectives on School.” *Phi Delta Kappan, 73 (7),* 695–704.

Rosenfield, P., Lambert, N. M., and Black, A. (1985). “Desk Arrangement Effects on Pupil Classroom Behavior.” *Journal of Educational Psychology, 77,* 101–108.

White, K. J., and Kistner, J. (1992). “The Influence of Teacher Feedback on Young Children’s Preferences and Perceptions.” *Developmental Psychology, 28,* 933–940.

پاشکۆ

**پاشکۆی Appendix A**

## مەودا و زنجیرە بۆ بەرگی 1 هەتا 3

بەرگی 1 مەودا و زنجیرە

بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی (ئیمپاتی)
وانەکانی بەشی یەکەم

1- دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی – دەربارەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» و گفتوگۆی نێو گرووپ.

2- دیاریکردنی هەستی بەرانبەر – سەرنجدانە نیشانە و سەرەداوی فیزیکی و زارەکی بۆ دیاریکردنی هەستی بەرانبەر.

3- گەڕان بە دوای نیشانەی دیکەدا - سەرنجدانە نیشانە و سەرەداوی دۆخەکی، فیزیکی و زارەکی بۆ دیاریکردنی هەستی بەرانبەر.

4- دیاریکردنی هەستی خۆمان – وردبوونەوە لە چۆنەتیی سوود وەرگرتن لە نیشانەی ناوەکی و دەرەکی بۆ دیاریکردنی هەستی خۆمان.

5- گفتوگۆ دەربارەی هەست - دۆزینەوەی کەسێکی گەورەساڵی هاوسۆز و جێباوەڕ، باسی هەستە تاڵەکانی لە لا بکەیت.

6- وێکچوون و جیاوازی – پەیبردن بەوەی دەکرێت مرۆڤی جیاواز بەرانبەر هەمان دۆخ هەستی جیاوازیان هەبێت.

7- گۆڕانی هەست – وردبوونەوە لە چۆنەتی گۆڕانی هەست لای مرۆڤ.

8- پێشبینیی هەست - پێشبینی لەو هەستەی ڕەفتاری خۆم یان هەر کەسێکی دیکە دروستی دەکات لای کەسی بەرانبەر.

**بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە**

**وانەکانی بەشی دووهەم**

1- دەربارەی جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە– دیاریکردنی *ڕەفتاری جرپنانە* و زاڵبوون بەسەر بارودۆخی کێشەداری کێشەداری جڤاکیدا لە ڕێی بەکارهێنانی هونەرەکانی چارەی کێشە.

2- وچانێک بگرە، ئارام بەوە و بیری لێ بکەوە - کەمکردنەوەی ڕەفتاری جرپنانە بە بەکارهێنانی تەکنیکەکانی خۆئارامکردنەوە بە مەبەستی سازکردنی دەرفەت بۆ دۆزینەوەی چارەی کێشەکە.

3- دیاریکردنی کێشە و دۆزینەوەی چارە – دیاریکردنی کێشە و بیرکردنەوە لە ڕێگەچارەی گونجاو.

4- هەڵبژاردن، پیادەکردن و هەڵسەنگاندنی چارە – هەڵبژاردنی ڕێگەچارەیەکی ڕەوا، بێمەترسی و کردە، پاشان هەوڵدان بۆ هەڵسەنگاندنی.

5- نۆرەبڕین بە ئەدەبەوە – جڵەوگرتنی ڕەفتاری جرپنانە بە هەڵبژاردنی کاتێکی لەبار بۆ قسە پێبڕین.

6- وێڵکردنی خافڵاندن – وێڵکردنی خافڵاندن بە بەکارهێنانی هونەری چارەی کێشە.

7- چارەی ئارەزووی بابەتێک هی خۆت نەبێت - بەکارهێنانی هونەری بەیەکەوە یاریکردن، گۆڕینەوە و نۆرەکاری وەک شێوازێکی چاکتر بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ کێشەی ویستنی شتێک کە هی تۆ نەبێت.

**بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی**

**وانەکانی بەشی سێهەم**

1- دەربارەی جڵەوگرتنی تووڕەیی – ناسینەوەی نیشانەکانی تووڕەیی و دیاریکردنی هۆیەکان بەمەبەستی جڵەوگرتنی تووڕەیی.

2- دوگمەی تووڕەیی – ناسینەوەی ڕووداوە دەرەکییەکان و بیرۆکە ناوەکییەکان، ئەوانەی دەبنە مایەی دەرهاوێشتنی هەستی تووڕەبوون.

3- «خۆئارامکردنەوە» - پێداچوونەوە و پیادەکردنی هونەرەکانی خاوبوونەوە، ئەوانەی یارمەتیی کەمکردنەوەی هەستی تووڕەبوون دەدەن.

4- خۆدواندن – باسی گەش لەگەڵ خۆتدا بکە بۆ دەروەست هاتنی هەستی پەشۆکان.

5- دوور کەوتنەوە لە شەڕ - بە بەکارهێنانی هونەرەکانی جڵەوگرتنی تووڕەیی و هەنگاوەکانی چارەی کێشە.

6- چارەی توانج – پیادەکردنی هونەرەکانی چارەی کێشە بۆ چارەکردنی گاڵتە پێکردن و توانج تێگرتن.

7- با «هەنگاو بە هەنگاو» بەردەوام بێت - هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە نێو دەوروبەردا پیادە بکە.

**بەرگی 2 مەودا و زنجیرە**

**بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی**
**وانەکانی بەشی یەکەم**

1- ڕاهێنانی هاوسۆزی / سەرنجێکی گشتی - باس لە شاچەمکە گرنگ و بنەڕەتییەکانی هاوسۆزی دەکات وەک ناسینەوەی هەست، گرتنی ڕوانگەی بەرانبەر، وەڵامدانەوەی هاوسۆزانە.

2- هەستی شانازی – ڕوونکردنەوەی هۆکاری هەستی شانازی و هەروەها پەیبردن بەوەی هەست دێتە گۆڕین.

3- خواست - دەرککردنی ئەوەی خەڵک خواستی جیاوازیان هەیە و ئەو خواستانەش بەدەم کاتەوە دێنە گۆڕین.

4- هۆکار و ئەنجام – دەرکی ئەوەی هەڵسوکەت چۆن کار لە بەرانبەر دەکات.

5- مەبەست – دوور کەوتنەوە لە مەبەستی بەد.

6- ڕەوایەتی - دەرککردنی مافی کەسانی دیکە و پێشنیازکردنی چارەسەری ڕەوا بۆ کێشەیەکی دێتە پێش.

**بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە**
**وانەکانی بەشی دووهەم**

1- کۆنترۆڵی جرپنی و چارەی کێشە / سەرنجێکی گشتی – باس لە جرپنی، هونەرەکانی خۆئارامکردنەوە و بەکارهێنانی «چارەی کێشە».

2- داوای یارمەتی بە شێوەیەکی ڕێزدارانە - فێربوونی ئەوەی بەڕێز و سەبرەوە داوای یارمەتی بکەیت.

3- بەگەڵ کەوتن – بە شێوەیەکی دۆستانە و لە کاتی گونجاودا بەشداریی چالاکیی گرووپ بکەیت.

4- وازی – دۆزینەوەی گیانی وازیمەندانە.

5- داوای ڕوخسەت – لە ڕێی «کۆنترۆڵی جرپنی و چارەی کێشەوە» داوای ڕوخسەت بکەیت.

6- داوای لێبوردن – هەڵکردن لەگەڵ بەرانبەردا، داوای لێبوردن و ڕاستکردنەوەی هەڵە.

**بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی**

**وانەکانی بەشی سێهەم**

1- جڵەوگرتنی تووڕەیی / سەرنجێکی گشتی – باسی نیشانەکانی تووڕەیی، ئەو ڕووداوانەی تووڕەیی دادەگیرسێنن و هەروەها پرۆسەی جڵەوگرتنی تووڕەیی دەکات.

2- ڕەخنە وەرگرتن – لە ڕێی پیادەکردنی هونەرەکانی «چارەی کێشە» وە.

3- هەڵکردن لەگەڵ وەدەرناندا - لە ڕێی پرۆسەی «چارەی کێشە» وە.

4- هەڵکردن لەگەڵ دەرئەنجامدا – لە ڕێی وەئەستۆگرتنی بەرپرسایەتیی ڕەفتاری خۆ.

5- با «هەنگاو بە هەنگاو» بەردەوام بێت - هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە نێو دەوروبەردا پیادە بکە.

**بەرگی 3 مەودا و زنجیرە**

**بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی**

**وانەکانی بەشی یەکەم**

1- دەربارەی ڕاهێنانی هاوسۆزی – سەرنجێکی گشتیی هونەرەکانی هاوسۆزی، بۆ نموونە: دیاریکردنی هەست، گرتنی ڕوانگەی بەرانبەر و وەڵامدانەوەی بەسۆزانەی بەرانبەر.

2- هەستی ناکۆک – پەیبردن بەوەی خەڵک هەستی ناکۆکیان هەیە دەربارەی دۆخێک.

3- گوێگرتنی چالاکانە– دیاریکردن و پیادەکردنی هونەرگەلی بیستنی چالاکانە.

4- دەربڕینی پەرۆشی– پەرۆشی خۆت بۆ بەرانبەر پێشان بدە.

5- سەلماندنی جوداوازی– تێگەیشتن لەوەی کە هەمان کات خەڵکی جودان دەشێت لێکیش بچن.

**بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە**

**وانەکانی بەشی دووهەم**

1- دەربارەی جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە - سەرنجێکی گشتی دەربارەی ڕەفتاری جرپنانە، تەکنیکی خۆئارامکردنەوە و بەکارهێنانی چارەی کێشە.

2- سازدانی گفتوگۆ - دەست پێکردن، بەردەوامبوون و کۆتاهێنانی گفتوگۆ بە شێوازێکی دۆستانە.

3- چارەی فشاری دەوروبەر – بەکارهێنانی هونەری «ڕەتکردنەوەی دابڕانە» و «چارەی کێشە» بۆ بەرگرتن لە فشاری کەسانی بەرانبەر.

4- بەرگرتن لە جرپنیی دزی - بەکارهێنانی چارەی کێشە بۆ بەرگرتن لە جرپنیی دزی.

5- بەرگرتن لە جرپنیی درۆ – بەرگرتن لە جرپنیی درۆ بە پیادەکردنی هونەری چارەی کێشە.

## بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی

## وانەکانی بەشی سێهەم

1- دەربارەی هونەری جڵەوگرتنی تووڕەیی – سەرنجێکی گشتی نیشانەکانی تووڕەیی، ڕووداوی تروکانی تووڕەبوون و پرۆسەی جڵەوگرتنی تووڕەیی.

2- چارەی تۆمەت - بەکارهێنانی پرۆسەی جڵەوگرتنی تووڕەی بۆ چارەی تۆمەت.

3- چارەی ناکامی – دۆزینەوەی وەڵامی ئایەیی (پۆزەتیڤ) بۆ چارەکردنی ناکامی.

4- سکاڵا – سکاڵاکردن و وەڵامدانەوەی سکاڵا بە پیادەکردنی ڕەفتاری ڕێزدارانە و دابڕ.

5- با «هەنگاو بە هەنگاو» بەردەوام بێت – هونەرەکانی «هەنگاو بە هەنگاو» لە پرۆژەی هاوبەشدا لەگەڵ کەسانی دیکە پیادە بکە.

**Appendix B**

**Books for Children in Grades 1–3**

*Alexander and the Terrible, Horrible, No Good, Very Bad Day* by Judith Viorst. Illustrated by Ray Cruz. New York: Atheneum, 1973. Some days, nothing goes right for Alexander, and he thinks about going to Australia. (identifying feelings, feelings change, calming down, anger buttons) Available in Spanish: *Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso.*

*Amanda Pig on Her Own* by Jean Van Leeuwen. Illustrated by Arnold Lobel. New York: Puffin, 1991. Amanda discovers the troubles and joys of being by herself. (reflection, cause and effect, communicating feelings, problem solving, expressing concern, anger buttons)

*Amelia's Notebook* by Marisa Moss. Berkeley, CA: Tricycle Press, 1995. Amelia records her feelings about moving to a new town and leaving her best friend behind. (identifying feelings, reflection, joining in at the right time, feelings change)

*Angel Child, Dragon Child* by Michele Maria Surat. Illustrated by Vo-Dinh Mai. Milwaukee: Raintree, 1983. Going to a new school in America is difficult for Ut, a Vietnamese girl who misses her mother back in Vietnam. (accepting differences, reflection, dealing with criticism)

*The Ant Bully* by John Nickle. New York: Scholastic, 1999. Lucas learns a lesson about bullying when he is pulled into the ant hole he has been tormenting. (identifying feelings, feelings change, reflection)

*A Bad Case of Stripes* by David Shannon. New York: Blue Sky Press, 1998. Camilla is so concerned about what others think that she is untrue to herself and comes down with a bizarre illness. (dealing with peer pressure, identifying feelings, feelings change, problem solving)

*Baseball Saved Us* by Ken Mochizuki. Illustrated by Dom Lee. New York: Lee and Low Books, 1993. A Japanese-American boy learns to play baseball when he and his family are forced to live in an internment camp; his ability to play helps him after the war is over. (identifying feelings, dealing with name-calling and teasing, joining in at the right time, problem solving)

*Be Good to Eddie Lee* by Virginia Fleming. Illustrated by Floyd Cooper. New York: Philomel Books, 1993. Although Christy considered him a pest, Eddie Lee, a boy with Down's Syndrome, shares several special discoveries with her. (identifying feelings,

feelings change, similarities and differences, accepting differences, dealing with being left out)

*Believing Sophie* by Hazel Hutchins. Illustrated by Dorothy Donohue. Morton Grove, IL: Albert Whitman and Co., 1995. After she is wrongly accused of shoplifting, Sophie must explain her side of the story to a shopkeeper. (identifying feelings, reflection, problem solving, fairness, communicating feelings, perspectives, dealing with an accusation)

*Black, White, Just Right* by Marguerite W. Davol. Illustrated by Irene Trivas. Morton Grove, IL: Albert Whitman and Co., 1993. A girl explains how her parents are different in color and have different tastes in art and food, and how she herself is also different but just right. (accepting differences, similarities and differences, reflection)

*The Blushful Hippopotamus* by Chris Raschka. New York: Orchard Books, 1996. Roosevelt's self-image improves as he begins to listen to his friend, instead of his negative older sister. (identifying feelings, feelings change, dealing with criticism)

*The Brand New Kid* by Katie Couric. Illustrated by Marjorie Priceman. New York: Doubleday, 2000. When Lazlo transfers to a new school, he is teased by his classmates until two girls find the compassion to befriend him. (reflection, dealing with name-calling and teasing, dealing with peer pressure, identifying feelings, feelings change, accepting differences) Available in Spanish: *El niño nuevo.*

*Crickwing* by Janell Cannon. San Diego: Harcourt, 2000. A lonely cockroach named Crickwing has a creative idea that saves the day for the leaf-cutting ants when their fierce forest enemies attack them. (dealing with being left out, dealing with name-calling and teasing, identifying feelings, feelings change, fairness, problem solving)

*A Day's Work* by Eve Bunting. Illustrated by Ronald Himler. Boston: Houghton Mifflin, 1994. Francisco, a young Mexican-American boy, tries to help his grandfather find work and discovers that even though his grandfather can't speak English, he has much to teach Francisco. (reflection, apologizing, identifying feelings, asking for help in a positive way, fairness)

*Dora's Box* by Ann-Jeanette Campbell. Illustrated by Fabian Negrin. New York: Alfred A. Knopf, 1998. In order to protect her, Dora's parents put anything that might frighten or hurt her into a box and tell her never to open it, but when she eventually does, her life is enriched by what she finds. (identifying feelings, reflection, expressing concern)

*Eagle Song* by Joseph Bruchac. Illustrated by Dan Andreasen. New York: Puffin,

1997. After moving from a Mohawk reservation to Brooklyn, fourth-grader Danny Bigtree encounters stereotypes about his Native American heritage. Advanced reading. (making conversation, joining in at the right time, anger buttons, problem solving, dealing with being left out, identifying feelings)

*Elizabeth Imagined an Iceberg* by Chris Raschka. New York: Orchard Books, 1994. Elizabeth encounters Madame Uff Da when out riding her bicycle. Madame Uff Da intimidates Elizabeth, but she is able to draw on her inner resources and model the assertiveness skills that bring her to safety. (problem solving, self-talk)

*Enemy Pie* by Derek Munson. Illustrated by Tara Calahan King. New York: Chronicle Books, 2000. When Jeremy Ross moves into the neighborhood and becomes enemy number one, a boy's father helps him by making his famous enemy pie. (identifying feelings, feelings change, problem solving, fairness)

*Finding the Green Stone* by Alice Walker. Illustrated by Catherine Deeter. San Diego: Harcourt Brace Jovanovich, 1991. After saying unkind things to family and friends, Johnny loses both his green stone and his interest in life, and he only recovers them when he discovers love within his heart. (reflection, identifying feelings, cause and effect, active listening, expressing concern, problem solving, dealing with wanting something that isn't yours, asking for help in a positive way, apologizing, resisting temptation to steal, making a complaint)

*Freedom School, Yes!* by Amy Littlesugar. Illustrated by Floyd Cooper. New York: Penguin Putnam, 2001. When her house is attacked because her mother volunteered to take in a young white woman who has come to teach black children at the Freedom School, Jolie is afraid, but she overcomes her fear after learning the value of education. (identifying feelings, feelings change, problem solving, accepting differences, fairness)

*A Friend Like Ed* by Karen Wagner. Illustrated by Janet Pedersen. New York: Walker and Company, 1998. Mildred accepts her best friend Ed even though he is sometimes eccentric. (reflection, accepting differences, similarities and differences)

*The Gardener* by Sarah Stewart. Illustrated by David Small. New York: Farrar, Straus and Giroux, 1997. A series of letters relate what happens when, after her father loses his job, Lydia Grace goes to live with her Uncle Jim in the city and takes her love for gardening with her. (identifying feelings, reflection)

*Going Home* by Eve Bunting. Illustrated by David Diaz. New York: HarperCollins, 1996. Carlos's parents moved to the United States for their children's sake; on a visit back to Mexico, Carlos realizes his parents still consider Mexico home. (reflection, identifying feelings)

*Hey, Little Ant* by Phillip Hoose and Hannah Hoose. Illustrated by Debbie Tilly. Berkeley, CA: Tricycle Press, 1998. An ant pleads with a boy not to squash him. Can be read as a story, comes with musical notation. (reflection, identifying feelings, dealing with peer pressure, perspectives, fairness)

*The Honest-to-Goodness Truth* by Patricia C. McKissack. Illustrated by Giselle Potter. New York: Atheneum, 2000. After Libby is caught in a lie, she makes the decision to always tell the truth. After alienating all of her friends, she learns how to tell the truth without hurting other people's feelings. (identifying feelings, problem solving, cause and effect, intentions, resisting the impulse to lie)

*Hooway for Wodney Wat* by Helen Lester. Illustrated by Lynn Munsinger. Boston: Houghton Mifflin, 1999. Rodney's speech impediment initially makes him the target of the class bully; later it makes him a hero. (dealing with name-calling and teasing, identifying feelings)

*How to Lose All Your Friends* by Nancy Carlson. New York: Viking Children's Books, 1994. Making its point through opposition, this humorous book shows children the importance of friendship. (fairness, dealing with wanting something that isn't yours, cause and effect)

*The Hundred Dresses* by Eleanor Estes. Illustrated by Louis Slobodkin. San Diego: Harcourt Brace and Company, 1944. When Wanda, a shy girl from Poland, claims to have a hundred dresses at home, the other girls begin to tease her every day. It is only after Wanda moves away that the girls start to understand those hundred dresses and about the effects of their teasing. Advanced reading. (identifying feelings, predicting feelings, cause and effect, intentions, taking responsibility for your actions, dealing with peer pressure, dealing with being left out) Available in Spanish: *Los cien vestidos.*

*I, Amber Brown* by Paula Danziger. New York: Penguin Putnam, 1999. After Amber's parents decide to share custody of her, she struggles to understand how to live in two homes with two different sets of rules. (identifying feelings, apologizing, anger buttons, self-talk, feelings change)

*I Speak English for My Mom* by Muriel Stanek. Illustrated by Judith Friedman. Morton Grove, IL: Albert Whitman Company, 1988. Mexican-American Lupe has mixed feelings about helping her mom with English. (conflicting feelings, predicting feelings, expressing concern, problem solving, feelings change)

*The In-Between Days* by Eve Bunting. Illustrated by Alexander Pertzoff. New York: HarperCollins, 1994. Reluctant to see any changes in his life on Dove Island, George

tries to get rid of his father's girlfriend. Advanced reading. (anger buttons, dealing with disappointment, making conversation, identifying feelings, feelings change)

*Ira Says Goodbye* by Bernard Waber. Boston: Houghton Mifflin, 1988. Ira's best friend is moving to a neighboring town. Both Ira and Richie struggle to process what it means to lose a best friend. (problem solving, dealing with name-calling and teasing, reflection, communicating feelings)

*It's Mine!* by Leo Lionni. New York: Alfred A. Knopf, 1986. Three selfish frogs fight until a toad helps them realize that getting along and sharing is more fun. (identifying feelings, feelings change, problem solving, fairness)

*Jake Drake, Bully Buster* by Andrew Clements. Illustrated by Amanda Harvey. New York: Simon and Schuster, 2001. When Link Baxter moves into his neighborhood, Jake becomes the target of bullying until he finds a way to relate to Link. Advanced reading. (identifying feelings, feelings change, dealing with name-calling and teasing, problem solving)

*Jeremiah Learns to Read* by Jo Ellen Bogart. Illustrated by Laura Fernandez and Rich Jacobson. New York: Orchard Books, 1999. Although Jeremiah is talented at many things, he doesn't know how to read. When he decides to learn, he not only excels, but teaches his teacher and students to do many new things. (reflection, self-talk)

*Judy Moody* by Megan McDonald. Illustrated by Peter Reynolds. Cambridge, MA: Candlewick Press, 2000. Judy is prone to grouchiness, but the process of working on her "Me" collage helps her focus on the positive aspects of her life. Advanced reading. (identifying feelings, accepting differences, feelings change, anger buttons, calming down)

*Julian's Glorious Summer* by Ann Cameron. Illustrated by Dora Leder. New York: Scott Foresman, 1987. When his best friend Gloria receives a new bike, Julian spends the summer avoiding her because of his fear of bikes. Advanced reading. (identifying feelings, resisting the impulse to lie, feelings change, preferences, conflicting feelings, problem solving, accepting consequences)

*The Kid in the Red Jacket* by Barbara Park. New York: Bullseye Books, 1987. When Howard moves across the country, he is befriended by a six-year-old neighbor, and he worries that the friendship might interfere with his making friends his own age. Advanced reading. (identifying feelings, feelings change, reflection, fairness, accepting differences)

*Leo the Late Bloomer* by Robert Kraus. Illustrated by Jose Aruego. New York: HarperCollins, 1971. Leo the lion can't seem to do anything right, but with time, and

his mother's understanding, he blooms. (identifying feelings)

*A Letter to Amy* by Ezra Jack Keats. New York: HarperCollins, 1968. Peter accidentally bumps into Amy when he rushes out to mail an invitation to her. (identifying feelings, intentions)

*Lilly's Purple Plastic Purse* by Kevin Henkes. New York: Greenwillow Books, 1996. Lilly loves everything about school, especially her teacher, but when he asks her to wait a while before showing her purse, she does something for which she is later very sorry. (anger buttons, calming down, identifying feelings, problem solving, apologizing) Available in Spanish: *Lily y su bolso de plástico.*

*The Magic Fan* by Keith Baker. New York: Harcourt Brace, 1989. Despite being laughed at by fellow villagers, Yoshi uses his building skills to make a boat to catch the moon, a kite to reach the clouds, and a bridge that mimics the rainbow. (identifying feelings, dealing with name-calling and teasing, feelings change, dealing with peer pressure)

*Max* by Bob Graham. Cambridge, MA: Candlewick Press, 2000. Max, the son of superheroes, is late in learning how to fly. (accepting differences, dealing with name-calling and teasing, dealing with criticism)

*The Meanest Thing to Say* by Bill Cosby. New York: Scholastic, 1997. When a new kid at school tries to get other students to put each other down, Little Bill turns to his father and learns a way to stop the situation. (dealing with name-calling and teasing, identifying feelings, fairness, problem solving)

*The Mommy Exchange* by Amy Hest. Illustrated by DyAnne DiSalvo-Ryan. New York: Simon and Schuster, 1988. After concluding that each other's home life is more appealing than their own, two young friends decide to swap homes and mothers. (dealing with wanting something that isn't yours, feelings change, reflection, identifying feelings)

*My Two Uncles* by Judith Vigna. Morton Grove, IL: Albert Whitman Company, 1995. Elly's grandfather has trouble accepting the fact that his son is gay. (accepting differences, feelings change, communicating feelings)

*Nadia's Hands* by Karen English. Illustrated by Jonathan Weiner. Honesdale, PA: Boyds Mills Press, 1999. When her hands are painted with henna for her aunt's wedding, Nadia worries about how her classmates will respond. (identifying feelings, accepting differences, feelings change)

*Odd Velvet* by Mary E. Whitcomb. Illustrated by Tara Calahan King. San Francisco:

Chronicle Books, 1998. Although she dresses differently from the other girls and does unusual things, Velvet eventually teaches her classmates that even an outsider has something to offer. (similarities and differences, dealing with peer pressure, dealing with being left out, identifying feelings, feelings change)

*Oliver Button Is a Sissy* by Tomie dePaola. New York: Harcourt Brace Jovanovich, 1979. His classmates' taunts don't stop Oliver from doing what he likes best. (accepting differences, similarities and differences, dealing with peer pressure, dealing with name-calling and teasing, dealing with disappointment)

*The One in the Middle Is the Green Kangaroo* by Judy Blume. Illustrated by Amy Aitken. New York: Bradbury Press, 1981. Freddy hates being the middle one in the family until he gets a part in the school play. (identifying feelings, feelings change, dealing with being left out, reflection)

*Onion Tears* by Diana Kidd. Illustrated by Lucy Montgomery. New York: Orchard Books, 1991. A Vietnamese girl tries to come to terms with her grief over the loss of her family and her new life with an American family. (reflection, similarities and differences, identifying feelings, feelings change, emotions, active listening, expressing concern, accepting differences, joining in at the right time, dealing with name-calling and teasing)

*The Pain and the Great One* by Judy Blume. Illustrated by Irene Trivas. New York: Bradbury Press, 1974. Written from the perspectives of a brother and sister, two siblings describe each other and explain why the other gets preferential treatment. (identifying feelings, dealing with being left out, anger buttons, fairness)

*Peach and Blue* by Sarah S. Kilborne. Illustrated by Steve Johnson and Lou Fancher. New York: Alfred A. Knopf, 1994. A frog helps Peach see the world, while Peach helps the frog see things he hasn't noticed. (problem solving, reflection)

*Ramona Forever* by Beverly Cleary. Illustrated by Alan Tiergreen. New York: William Morrow and Company, 1984. Third-grader Ramona has to deal with being a latchkey kid, fighting with a sibling, waiting for a new baby, and more. Advanced reading. (identifying feelings, fairness, making a complaint, problem solving, interrupting politely, dealing with name-calling and teasing, intentions, apologizing) Available in Spanish: *Viva Ramona.*

*Ronald Morgan Goes to Bat* by Patricia Reilly Giff. Illustrated by Susanna Natti. New York: Viking Children's Books, 1988. Although he can't hit or catch, Ronald loves to play baseball, and he's got a lot of spirit. (self-talk, joining in at the right time, reflection, dealing with criticism, dealing with name-calling and teasing)

*The Rooster's Gift* by Pam Conrad. Illustrated by Eric Beddows. New York: HarperCollins, 1996. A rooster thinks his "gift" of crowing in the morning makes the sun rise until one morning when he accidentally oversleeps and the sun rises without him. (similarities and differences, feelings change, reflection, identifying feelings)

*The Saturday Kid* by Edward Sorel. New York: Margaret K. McElderry Books, 2000. Leo wonders why Morty always causes him trouble, but after spending a Saturday with his violin teacher and then seeing himself in a newsreel at the movies, Leo doesn't worry anymore. (dealing with name-calling and teasing, identifying feelings, feelings change)

*A Sister's Wish* by Kate Jacobs. Illustrated by Nancy Carpenter. New York: Hyperion Books for Children, 1996. A girl with six brothers wishes for a sister, then discovers that brothers will do in the meantime. (problem solving, feelings change, identifying feelings)

*Staying Nine* by Pam Conrad. Illustrated by Mike Wimmer. New York: HarperCollins, 1988. Nine-year-old Heather doesn't want to turn ten until wacky Rosa Rita shows her that growing up isn't so bad. Advanced reading. (reflection, identifying feelings, similarities and differences, feelings change, preferences, conflicting feelings, expressing concern)

*The Stories Huey Tells* by Ann Cameron. Illustrated by Roberta Smith. New York: Alfred A. Knopf, 1995. Huey problem solves his fear of the dark, tries new foods, and earns his brother's respect in this collection of humorous stories. Advanced reading. (problem solving, identifying feelings, reflection, feelings change)

*Stranger in the Mirror* by Allen Say. Boston: Houghton Mifflin, 1995. When a boy wakes up looking like his grandfather, he must come to terms with his stereotypes. (identifying feelings, feelings change, reflection)

*The Summer My Father Was Ten* by Pat Brisson. Illustrated by Andrea Shine. Honesdale, PA: Boyds Mill Press, 1998. A father tells the story of how he damaged a neighbor's tomato garden when he was a boy and what he did to make amends. (identifying feelings, reflection, cause and effect, dealing with peer pressure, problem solving, accepting consequences, apologizing)

*Sunshine Home* by Eve Bunting. Illustrated by Diane DeGroat. New York: Clarion, 1994. When Tim and his parents visit his grandmother in the nursing home where she is recovering from a broken hip, everyone pretends to be happy until Tim helps them express their true feelings. (identifying feelings, reflection, expressing concern, problem solving)

*Surviving Brick Johnson* by Laurie Myers. Illustrated by Dan Yaccarino. New York: Clarion Books, 2000. When Brick, the big new kid at school, catches Alex imitating him, Alex is sure he will be bullied. Advanced reading. (identifying feelings, feelings change, reflection, accepting differences, problem solving, making conversation)

*The Table Where Rich People Sit* by Byrd Baylor. Illustrated by Peter Parnall. New York: Charles Scribner's Sons, 1994. A girl discovers her impoverished family is rich in things that matter in life. (identifying feelings, reflection, feelings change)

*Tales of a Fourth Grade Nothing* by Judy Blume. Illustrated by Roy Doty. New York: E. P. Dutton, 1972. Peter tells about school, his family, and his troubles with his two-year-old brother Fudge. Advanced reading. (reflection, identifying feelings, problem solving, anger buttons)

*Three Cheers for Catherine the Great!* by Cari Best. Illustrated by Giselle Potter. New York: D. K. Publishing, 1999. When her grandmother announces she doesn't want gifts for her birthday, Sara struggles to figure out what she has of herself to give. (reflection, identifying feelings, preferences)

*Verdi* by Janell Cannon. San Diego: Harcourt, 1997. A young python does not want to grow slow and boring like the older snakes he sees in the tropical jungle where he lives. (identifying feelings, feelings change, dealing with being left out, reflection)

*Weslandia* by Paul Fleischman. Illustrated by Kevin Hawkes. Cambridge, MA: Candlewick Press, 1999. When Wesley plants a garden, he is transformed from an outcast to a leader in his community. (identifying feelings, dealing with being left out, problem solving)

*What Newt Could Do for Turtle* by Jonathan London. Illustrated by Louise Voce. Cambridge, MA: Candlewick Press, 1996. After Turtle saves his life several times, Newt wonders how he can repay him. (problem solving, identifying feelings)

*Wilfrid Gordon McDonald Partridge* by Mem Fox. Illustrated by Julie Vivas. Brooklyn, NY: Kane/Miller Book Publishers, 1985. A small boy tries to discover the meaning of "memory" so he can restore that of an elderly friend. (reflection, problem solving, perspectives, friendship) Available in Spanish: *Guillermo Jorge Manuel Jose.*

*Yoko* by Rosemary Wells. New York: Hyperion, 1998. When her teacher realizes that the handmade sushi Yoko's mother packs for her lunch set her apart from other students, she organizes an international potluck. (similarities and differences, dealing with peer pressure, dealing with being left out, problem solving)

Chapter books that can be used by the skilled reader or read aloud by the classroom teacher.

**Appendix C**
**Books for Parents**


Bloomquist, M. L. (1996). *Skills Training for Children with Behavior Disorders: A Parent and Therapist Guidebook.* New York: Guilford.

Canter, L. (1993). *Homework Without Tears: A Parent's Guide for Motivating Children to Do Homework and to Succeed in School.* New York: HarperCollins.

Clark, L. (1985). *SOS! Help for Parents.* Bowling Green, KY: Parents Press.

Coles, R. (1998). *The Moral Intelligence of Children: How to Raise a Moral Child.* New York: Dutton/Plume Publishing.

Declaire, J., and Gottman, J. M. (1997). *Raising an Emotionally Intelligent Child.* New York: Simon and Schuster.

Diamond, M., and Hopson, J. L. (1999). *Magic Trees of the Mind: How to Nurture Your Child's Intelligence, Creativity, and Healthy Emotions from Birth Through Adolescence.* New York: Penguin.

Elias, M. J., Tobias, S. E., and Friedlander, B. S. (1998). *Emotionally Intelligent Parenting: How to Raise a Self-Disciplined, Responsible, Socially Skilled Child.* New York: Harmony Books.

Faber, A., and Mazlish, E. (1998). *Siblings Without Rivalry.* New York: Avon Books.

Faber, A., and Mazlish, E. (1999). *How to Talk So Kids Will Listen and Listen So Kids Will Talk.* New York: Morrow/Avon Books.

Garbarino, J. (1999). *Raising Children in a Socially Toxic Environment.* San Francisco: Jossey-Bass.

Glenn, H. S., and Nelsen, J. (2000). *Raising Self-Reliant Children in a Self-Indulgent World: Seven Building Blocks for Developing Capable Young People.* Rocklin, CA: Prima Publishing.

Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ.* New York: D.G. Bantam Books.

Hall, D. C. (2001). *Stop Arguing and Start Understanding: Eight Steps to Solving Family Conflicts.* Seattle: Montlake Family Press.

Kabat-Zinn, J. (1990). *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness.* New York: Dell Publishing.

Kabat-Zinn, M., and Kabat-Zinn, J. (2000). *Everyday Blessings: The Inner Work of Mindful Parenting.* Collingdale, PA: Diane Publishing.

Kurcinka, M. S. (1998). *Raising Your Spirited Child: A Guide for Parents Whose Child Is More Intense, Sensitive, Perceptive, Persistent, and Energetic.* New York: Harper.

Lowe, P. C. (1993). *CarePooling: How to Get the Help You Need to Care for the Ones You Love.* San Francisco: Berrett-Koehler.

McKay, M., Fanning, P., Paleg, K., and Landis, D. (1997). *When Anger Hurts Your Kids: A Parent's Guide.* Oakland, CA: New Harbinger Publications.

Phelan, T. W. (1996). *1-2-3 Magic: Effective Discipline for Children 2–12.* Carol Stream, IL: Child Management.

Pipher, M. (1999). *The Shelter of Each Other: Rebuilding Our Families.* New York: Ballantine.

Samalin, N., and Whitney, C. (1992). *Love and Anger: The Parental Dilemma.* New York: Viking Penguin.

Saunders, C. S. (1999). *Safe at School: Awareness and Action for Parents of Kids Grades K–12.* New York: St. Martin's Press.

Seligman, M. E. P. (1996). *The Optimistic Child.* New York: Harper.

Shure, M. (1996). *Raising a Thinking Child: Help Your Young Child to Resolve Everyday Conflicts and Get Along with Others.* New York: Henry Holt.

Turecki, S., and Tonner, L. (2000). *The Difficult Child.* New York: Bantam Doubleday Dell Publishing.

Webster-Stratton, C. (1992). *The Incredible Years: A Trouble-Shooting Guide for Parents of Children Aged 3–8.* Toronto: Umbrella Press.

Visit the Committee for Children Web site at www.cfchildren.org for an up-to-date list. You may wish to include titles from this list in a letter to parents.

**Appendix D**
**Books for Teachers**

Armstrong, T. (2000). *Multiple Intelligences in the Classroom.* Alexandria, VA: ASCD.

Berman, S. (1997). *Children's Social Consciousness and the Development of Social Responsibility.* Albany, NY: State University of New York Press.

Cartledge, G. (1996). *Cultural Diversity and Social Skills Instruction.* Champaign, IL: Research Press.

Cohen, J. (Ed.) (2001). *Caring Classrooms/Intelligent Schools: the Social Emotional Education of Young Children.* New York: Teachers College Press.

Coles, R. (2000). *The Moral Life of Children.* Boston: Atlantic Monthly Press.

Curwin, R. L., and Mendler, A. N. (1997). *As Tough As Necessary: Countering Violence, Aggression, and Hostility in Our Schools.* Alexandria, VA: ASCD.

Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. B., Kessler, R., Schwab-Stone, M. E., and Shriver, T. P. (1997). *Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators.* Alexandria, VA: ASCD.

Gardner, H. (1999). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice.* New York: Basic Books.

Gay, G. (2000). *Culturally Responsive Teaching: Theory, Research, and Practice.* New York: Multicultural Education Services.

Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ.* New York: D.G. Bantam Books.

Goleman, D. (2001). *Schools with Spirit: Nurturing the Inner Lives of Children and Teachers.* Boston: Beacon.

Johnson, D. W., and Johnson, R. T. (1998). *Learning Together and Alone: Cooperative, Competitive and Individualistic Learning.* Boston: Allyn and Bacon.

Kalb, J., and Viscott, D. (1992). *What Every Kid Should Know.* Boston: Houghton Mifflin.

Kendall, F. E. (1995 ). *Diversity in the Classroom: New Approaches to the Education of Young Children.* New York: Teachers College Press.

Manning, M. L., and Baruth, L. G. (1999). *Multicultural Education of Children and Adolescents.* Boston: Allyn and Bacon.

Shade, B. J., Kelly, C. A., and Oberg, M. (1997). *Creating Culturally Responsive Classrooms.* Washington, DC: American Psychological Association.

Shinn, M. R., Stoner, G., and Walker, H. M. (Eds.) (2002). *Interventions for Academic and Behavior Problems II: Preventive and Remedial Approaches.* Bethesda, MD: NASP.

Walker, H. M., Colvin, G., and Ramsey, E. (1994). *Antisocial Behavior in School: Strategies and Best Practices.* San Francisco: Brooks/Cole.

Walker, H. M., Epstein, M. H. (Eds.) (2001). *Making Schools Safer and Violence Free: Critical Issues, Solutions, and Recommended Practices.* Austin, TX: Pro-Ed.

## Appendix E
## Further Resources

Several organizations serve as excellent clearinghouses for up-to-date information about prevention curricula, safe schools, and the social-emotional development of children. Many of the following organizations review prevention curricula or offer guidelines for reviewing materials, which will help you make decisions about what your school needs to fully address the social-emotional development of its children. For an updated list of these links, please visit the Committee for Children Web site at www.cfchildren.org.

Canadian Safe School Network
www.cssn.org/home.htm
(905) 848-0440

Character Education Partnership
www.character.org
(800) 988-8081

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)
www.casel.org
(312) 413-1008

Drug Strategies
www.drugstrategies.org
(202) 289-9070

Educational Resources Information Center
www.eric.ed.gov
(800) 538-3742

National Clearinghouse on Child Abuse and Neglect Information (NCCAN)
www.calib.com/nccanch/
(703) 385-7565
(800) 394-3366

National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information
www.health.org
(800) 729-6686

National Resource Center for Safe Schools
www.safetyzone.org
(503) 275-0131
(800) 268-2275

Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention
www.ojjdp.ncjrs.org
(202) 307-5911

Prevent Child Abuse America
www.preventchildabuse.org
(312) 663-3520

U.S. Department of Education, Office of Safe and Drug-Free Schools
www.ed.gov/offices/OESE/SDFS/
(202) 260-3954

U.S. Department of Health and Human Services, Center for Substance Abuse Prevention (CSAP)
www.samhsa.gov/centers/csap/csap.html
(301) 443-0365

**Appendix F**
**Committee for Children Programs**

***Talking About Touching™: A Personal Safety Curriculum***
**Preschool/Kindergarten–Grade 3**
The *Talking About Touching* curriculum teaches skills for sexual abuse prevention as well as lessons on traffic safety, fire safety, and gun safety. Related videos include *What Do I Say Now?™ How to Help Protect Your Child from Sexual Abuse* for parents, and *Yes You Can Say No* for the classroom.

***Second Step®: A Violence Prevention Curriculum***
**Preschool/Kindergarten–Middle School/Junior High**
This research-based program is designed to help reduce impulsive and aggressive behavior in children. Social-emotional skills addressed include empathy, impulse control, problem solving, and emotion management. The program comes in grade-level kits and includes a staff training component. Also available: *Second Step* Family Guide and *Segundo Paso,* a Spanish-language supplement to the program.

***Steps to Respect®: A Bullying Prevention Program***
**Grades 3–5 or Grades 4–6**
The *Steps to Respect* curriculum is a school-based, social-emotional learning program designed to decrease bullying and help children build more respectful, caring peer relationships. The program is intended for use in elementary schools and includes training components for teachers, staff, and parents, and curriculum components for students in Grades 3–5 or Grades 4–6.

**پاشکۆی G**
**فەرهەنگۆک**

**دوگمەی تووڕەیی:** بریتین لەو دۆخ، کردار، وشە و ڕووداوەی دەبنە هۆی تووڕەبوونی مرۆڤ. دەشێت ئەمانە هۆکاری دەرەکی بن، وەک گوتار یان ڕەفتاری کەسێک، یان هۆکاری ناوەکی بن، وەک خۆترووکاندن یان خۆدواندن بە شێوەیەک وەهات لێبکات هەست بە تووڕەیی بکەیت.

**پرۆسەی جڵەوگرتنی تووڕەیی:** بریتییە لە بەکارهێنانی هونەری خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە بۆ جڵەوگرتنی هەستی تووڕەیی و دەربڕینیان بە شێوازێکی پەسەندی جڤاکی.

**نیشانەی تووڕەیی:** بریتین لەو نیشانەگەلەی لەش - ناوەکیانە یان دەرەکیانە - پێشانی دەدات بۆ ئاماژە بە بە هەستی تووڕەیی. بۆ نموونە: گۆڕانکاریی ترپەی دڵ یان پلەی گەرمی لەش، گرژبوونی ماسوولکە و شەویلگە. ناسینەوەی نیشانەی تووڕەیی لە خۆماندا یاریدەرە بۆ بەربەستن لەوەی تووڕەیی بەرەو ڕەفتارێکی زیانبەخش پەرەبستێنێت، خۆمان ئارام بکەینەوە و جڵەوی ڕەفتارمان بگرین. نیشانەی دەرەکیی وەک دەربڕینی ڕوخسار کۆمەکی بەرانبەر دەکات هەستی تووڕەیی مرۆڤ بناسنەوە.

**هەنگاوی توانای ڕەفتارەکی:** بریتین لە سێ بۆ پێنج هەنگاوی بچووکی دیاریکراو، کە بەکاردێت بۆ جێبەجێکردنی چارە بۆ کێشەیەک. ئەم هەنگاوانە لە ماوەی ڕۆڵوازیدا پیادە دەکرێن.

**سکەهەناسە:** بریتییە لە وەرگرتنی هەناسەی قووڵ بە بەکارهێنانی ماسوولکەکانی ناوپەنچک زیاتر تا بەکارهێنانی ماسوولکەکانی سنگ. هەناسەیەکی هێواش لە ڕێگەی

لووتەوە وەردەگیرێت وەک ئەوەی بۆنی شۆربایەکی گەرمی خۆش بکەیت: پاشان بەهێواشی هەواکە لە ڕێگەی دەمەوە دەر دەکەیت، وەک ئەوەی فوو بە شۆرباکەدا بکەیت بۆ ئەوەی سارد ببێتەوە.

**خۆئارامکردنەوە:** پرۆسەی گواستنەوەیە لە دۆخی شڵەژان و دڵگەرمییەوە، کە زادەی هەستی توندە، بەرەو دۆخێکی ئارامتر. توانای خۆئارامکردنەوە و جڵەوگرتنی هەست، بۆ نموونە هەناسەدانی قووڵ یان ژماردنی خاو، وچانێک فەراهەم دەکات بۆ بەربەستن لە پەرەسەندنی هەستی توند و ڕێگرتن لە ڕەفتاری ناپەسەند.

**هاوسۆزی:** توانای دیاریکردنی هەستە، ڕوانگەگرتنی بەرانبەرە و وەڵامدانەوەی هەستیارانەی بەرانبەرە.

**جڵەوگرتنی جرپنی:** بریتییە لە توانای چارەکردنی هەستی توند و دەربڕینیان بە شێوازی پەسەندی جڤاکی. ناسینەوەی ڕەفتاری جرپنانە، سەرنجدان لە سەرەدوای لەش و بەکارهێنانی توانای خۆئارامکردنەوە یاریدەرن بۆ جڵەوگرتنی جرپنی.

**باسکردنی بێلایەنانەی کێشە:** باسکردنی کێشەیە بە شێوەیەک لۆمەی تێدا نەبێت و بۆچوونی هەموو لایەنەکانی کێشە بە هەند وەربگرێت؛ بۆ نموونە باسکردنی کێشەی «جوانرۆ ناهێڵێت لەسەر جۆلانەکە وازی بکەم» دەبێتە «جوانرۆ و من دەمانەوێت لەسەر ئەو تاکە جۆلانەیە وازی بکەین».

**توانای چارەی کێشە:** پرۆسەیەکە بۆ چارەی کێشەی جڤاکی کە پێکدێت لە دیاریکردنی کێشەکە، بیرۆکەبارانەی چارەسەری پەسەند، هەڵسەنگاندنی چارەسەرەکان، هەڵبژاردن و بەکارهێنانی چارەسەرێک، هەڵسەنگاندنی ئاخۆ چارەسەرەکە کەڵکی هەبووە و گەرنا هەڵبژاردنی چارەسەرێکی دیکە.

**بیردانەوە:** بریتییە لە بەسەرکردنەوەی کێشە و ئەو چارەسەری مرۆڤ هەڵیبژاردوە و پیادەی کردووە. بیرکردنەوەیە لەو بارودۆخە و هەڵسەنگاندنە بە نیازی سوود لێ وەرگرتن. لە دواهەمین هەنگاوی پرۆسەی جڵەوگرتنی تووڕەییدا، فێرخواز وەڵامی پرسیاری بیردانەوە دەدەنەوە.

**خۆدواندن:** پرۆسەیەکە بۆ ڕاهاتن بە خۆدواندن بە گوتەی وەها ببێتە هاندەر بۆ هەڵوێستی ئایەتی و یاریدەر بۆ سەرنج گیرکردن لە کێشەکە. بۆ نموونە: بە خۆت بڵێ «ئارام بەوە، وچانێک بگرە و بیر بکەوە. من ئەم کێشەیەم پێ چارە دەکرێ».
خۆدواندن وەک بەشێک لە هونەری خۆئارامکردنەوە بەکار دەهێنرێت. ئەمیان جودایە لە بیرکردنەوە بەدەنگی بەرز، کە بەشێکە لە فێربوونی هەنگاوەکانی نێو بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو».

**بیرکردنەوە بە دەنگی بەرز:** بریتییە لە گوتنەوەی هەنگاوەکانی پرۆسەی خۆئارامکردنەوە، چارەی کێشە و جڵەوگرتنی تووڕەیی، لە کاتی فێربوون و پیادەکردنی ئەو هەنگاوانە. پاش ئەوەی فێرخواز باشتر فێری ئەو هونەرانە دەبێت ئەوسا فێر دەکرێت زیاتر بیر لە هەنگاوەکان بکاتەوە نەک بە دەنگی بەرز بیانڵێتەوە. بیرکردنەوە بە دەنگی بەرز جودایە لە خۆدواندن، ئەویان بەشێکە لە هونەری خۆئارامکردنەوە.

**گواستنەوەی زانیار:** پرۆسەیەکە بۆ پیادەکردنی هونەری نوێ لە بارودۆخی جیاوازدا. بەرنامەکە مۆدێلی سێ-پارچە و هونەری دیکە بەکار دەهێنێت بۆ گواستنەوەی زانیار.

**پاشکۆی H**
**تێکستی بووکەڵە پۆلی 1، بەشی یەکەم، وانەی یەکەم**

بووکەڵەی توولەی جرپن وەها بجوڵێنە ڕەفتاری منداڵێکی بچووکی دڵگەرم پێشان بدات. فێرخواز هان بدەن بەشداری گفتوگۆکە بن و بیر لە شێوازێک بکەنەوە بۆ ئارامکردنەوەی توولە. پێشنیاز بخەنە نێو ڕێسای پۆلەکەوە بۆ گفتوگۆکردنی نێو گرووپ. بۆ بەکارهێنانی توولە و ئەم تێکستە، بەر لە پرسیاری ژمارە 1 ناو بەشی «چیرۆک و گفتوگۆ» ئەم دیمەنەی خوارەوە پیادە و پرسیارەکانی 1-3 لادە:

با توولە جرپنەکە لەسەر کۆشت بازبازێن بکات، بە گوێتدا بچرپێنێت و پەل درێژ بکات بۆ جلوبەرگی منداڵەکانی تەنیشتت.

توولە ئەوەندە دڵگەرمە بۆ بەشداری لە «بازنەی بەیان» دا نازانێت لە کوێوە دەست پێبکات. چاوتان لێیە توولە ناتوانێت ئارام دانیشێت و چۆن کەسانی نێزیک خۆی بێزار دەکات؟ داوای لێ دەکەم ئارام بێتەوە و گوێ بگرێت، بەڵام لەوە ناچێت توولە لە داواکەی من بگات. کاتێک یەکێک دەست بە ئاخافتن دەکات، توولەش دێتە گۆ. ئایا هیچ دەم توولەتان دیوە وەها ڕەفتار بکات؟

توولە بەردەوام دەبێت لە بزێوی و بازبازێن.

**چیرۆک و گفتوگۆ**

لەوە ناچێت توولە ڕێسای «گفتوگۆ» ی نێو گرووپ بزانێت، لەبەر ئەوە دەبێت ئێمە کۆمەکی بکەین. «ڕێسا» پێمان دەڵێت چۆن لە نێو گرووپدا ڕەفتار بکەین. چی بە توولە بڵێین دەربارەی چۆنەتی ڕەفتارکردنمان لە نێو گرووپەکەی خۆماندا؟

منداڵ هان بدەن بیر لە ڕێسای وەها بکەنەوە کۆمەکی توولە بکات. پاش ئەوەی فێرخوازان ڕێسای گفتوگۆی نێو گرووپ پێشنیاز دەکەن ئەوجا توولە ڕەفتاری نوێ دەنوێنێت.

توولە جرپنەکە فێری ڕێساکانمان دەبێت. تەماشا بکەن توولە چۆن بە هێمنی دانیشتووە. توولە دەزانێت کە دەبێت دەست و پێمان لای خۆمان ڕاگرین. کاتێک من دەدوێم توولە سەیرم دەکات و چاوەڕێی نۆرەیە. سوپاستان دەکەم بۆ هاوکارییکردنی تولە.

**پاشکۆی I**

**تێکستی بووکەڵە پۆلی 2، بەشی سێهەم، وانەی پێنجەم**

دەنگەدەنگی شکانی کووپی قاوە یان بەربوونەوەی پەرداخێک ساز بکەن.

دلێری بووکەڵە، خۆی دەدوێنێت و دەڵێ: «ئۆی!»

بە «پەڵەبیر» پێشانی بدە: «کێشەکە چییە؟»

دلێری بووکەڵە دەڵێت: «لە دەستم دەرچوو، بێمەبەست کووپەکەی خاتوو __________ (ناوی بەڕێوەبەری کتێبخانە) — م بەردایەوە. ئۆی، ئەوە باش نەبوو! بەڕاستی پێم ناخۆشە. دەبێت ئەم کێشەیە چارە بکەم. چی بکەم باشە؟»

بە «پەڵەبیر» پێشانی بدە: «چارەسەر چییە؟»

دلێری بووکەڵە دەڵێت: «دەتوانم بڕۆم و باسەکە وێڵ بکەم. یان دەتوانم داوای لێبوردن لە خاتوو __________ بکەم و پێی بڵێم کووپێکی دیکەی بۆ دەهێنم. یان دەتوانم پێی بڵێم من ئامادەم پاش کاتی فێرگە هاوکاریی بکەم. یان دەتوانم بەردانەوەی کووپەکە بخەمە ئەستۆی کەسێکی دیکە... دەی، یەک لەم چارەسەرانە دەبێت سوودی هەبێت».

بە «پەڵەبیر» پێشانی بدە: «ئایا چارەسەرەکە سەلامەتە؟ خەڵک چۆنی لێک دەدەنەوە؟ ئایا ڕەوایە؟ ئایا کەڵکی هەیە؟»

دلێری بووکەڵە دەڵێت: «چی دەبێت گەر داوای لێبوردن بکەم؟ لەوانەیە خاتوو __________ (ناوی بەڕێوەبەری کتێبخانە) هەر تووڕە بێت. بەڵام من هەست دەکەم ئێستا باشترم. پێم وایە لێم دەبوورێت و تووڕەش نابێت. گەر پێشنیازی

ئەوەش بکەم دوای تەواوبوونی کاتی فێرگە هاوکاریی بکەم، لەوانەیە هێندە تووڕە نەبێت. داوای لێبوردن ڕەوایە و سەلامەتە و لەوانەیشە کەڵکی باشی هەبێت»

بە «پەڵەبیر» پێشانی بدە: «چارەسەرێک هەڵبژێرە و پیادە بکە».

دلێری بووکەڵە دەڵێت: «من بەرپرسایەتیی لە ئەستۆ دەگرم و داوای لێبوردنیش دەکەم» دلێری بووکەڵە بەڕێوەبەری کتێبخانە دەبینیت و دەڵێت: «ئەوەتا خۆی هات، چاکە، ئەمەم پێدەکرێ».

«پەڵەبیر» دوور بخەوە.

دلێری بووکەڵە بە بەڕێوەبەری کتێبخانە دەڵێت: «خاتوو ___________ (ناوی بەڕێوەبەری کتێبخانە)، من بێمەبەست کووپەکەتم بەردایەوە و شکا. داوای لێبوردن دەکەم. دەکرێت دوای تەواوبوونی کاتی فێرگە هاوکاریت بکەم بۆ ئەوەی قەرەبووی شکانی کووپەکەت بکەمەوە».

بەڕێوەبەری کتێبخانە دەڵێت: «پێم ناخۆشە کووپەکەم شکاوە، دلێر، بەڵام پێم خۆشە خۆت پێت گوتم. کووپێکی دیکەی هاوشێوەم هەیە لە ماڵەوە، لەبەر ئەوە زۆر پەست نیم. گەر دەتەوێت دوای تەواوبوونی کاتی فێرگە هاوکاریم بکەیت، ئەوا هەمیشە هاوکاریی تۆ پەسەند دەکەم».

## پاشکۆی J
## ڕێنامەی هەست

باسی شەش هەستی سەرەکی سەرچاوە لە ڕێنوێنیی زانایان Ekman و Friesen ی ساڵی 1975 گرتووە. ئەم لیستە وەک ڕێنامەیەک بۆ گفتوگۆ دەربارەی نیشانە و سەرەدوای ڕوخسارەکی لەگەڵ فێرخوازدا بەکاردێت. سەرەداوەکان بە زمانێکی سادە نووسراون و باشتر کاریگەرییان دەبێت گەر کاتی باسکردنیان بە کردەوەش پێشان بدرێن. بۆ ئاسانکاری مەرج نییە هەموو سەرەداوەکان بەکار بێنیت، دەتوانیت کار لەسەر ئەوەیان بکەیت کە سوودی زیاترە و هاسانتر دێتە باسکردن.

### 1. شاد

- گۆشەکانی دەم بە بزەوە بەرەو سەرەوە دەچن.
- ڕەنگە ددان دەربکەوێت یان دەرنەکەوێت.
- هێڵێک (چرچییەک) لە لووتەوە بەرەو گۆشەکانی دەم دەڕوات.
- کوڵمەکان بۆ سەرەوە و ڕووەو دەرەوە دەچن.
- ژێر چاو چرچ دەبێت.
- چرچی دەکەونە گۆشەکانی چاو.

### 2. خەمبار

- گۆشەکانی دەم بە مۆنیەوە بەرەو خوارەوە دەچن.
- ڕەنگە گۆشەکانی ناوەوەی برۆ بەرەو سەرەوە بڕۆن.
- ڕەنگە چاوەکان بەرەو خوار بڕوانن و/یان ئاویان لێ بێت.

### 3. تووڕە

- لێو بەیەکدا لکاون یان بە مۆنیەوە ڕوو لە خوارەوەن.
- برۆ بەرەو خوارەوەن.
- چرچی دەکەوێتە نێوان هەردوو برۆوە.
- ڕەنگە چاوەکان کەمێک داخراو بن.
- ڕەنگە چاوەکان نیگای تیژیان هەبێت.

- ڕەنگە کونی لووت ئاواڵە ببن.

### 4. سەرسوڕماو

- دەم بەکراوەیی داپچڕاوە.
- چاوەکان بەکراوەیی زەقن (جاروبار ڕەنگی سپی لە دەوروبەری ڕەشێنەدا پێشان دەدەن).
- برۆکان چەماوەن و بەرەو سەرەوە دەچن.
- چرچی دەکەوێتە درێژایی ناوچەوانەوە.

### 5. ترساو

- دەم کراوەیە و بەرەو دواوە کشاوە.
- چاوەکان کراوەن و گۆشەکانی ناوەوەیان بەرەو سەرەوە دەچن.
- برۆکان پێکەوە بەرز و کشاوەن.
- چرچی دەکەوێتە درێژایی ناوچەوانەوە.

### 6. بێزار

- لێوی سەرەوە بەرەو سەرەوە دەچێت.
- لێوی خوارەوە بۆ سەرەوە پاڵ دەدات یان بۆ خوارەوە دەچێت و دەردەپەڕێت.
- لووت چرچ دەبێت.
- کوڵمەکان بۆ سەرەوە دەچن.
- برۆکان بەرەو خوارەوە دەبن.

**سەرچاوە**

Ekman, P. and Friesen, W. V. (1975). *Unmasking the Face: A Guide to Recognizing Emotions from Facial Clues.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

## پاشکۆی K
## نامیلکەی فێرخواز

### خۆئارامکردنەوە

(پۆستەری «خۆئارامکردنەوە» دابنێ)

## پاشکۆی K

## نامیلکەی فێرخواز

## چۆنەتی چارەی کێشە

(پۆستەری «چارەی کێشە» دابنێ)

**پاشکۆی K**

**نامیلکەی فێرخواز**

**چی بکەیت کاتێک تووڕەبوون**

(پۆستەری «چارەی تووڕەبوون» دابنێ)

**پاشکۆی K**

**نامیلکەی فێرخواز**

## کلێشەی پەڵەبیر

(نیگار کێشی)

**پاشكۆی K**

**ناميلكەی فێرخواز**

**كلێشەی بووكەڵە**

(نیگار كێشی)

**پاشکۆی L**

**بابەت بۆماڵەوە**

**منداڵ، لە ژیانی ڕۆژانەیاندا، پێویستیان هەیە بە پیادەکردنی ئەو هونەرانەی لە پۆلدا فێری دەبن بۆ ئەوەی زۆرترین کەڵک لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» وەربگرن. بۆ هاندانی دانوستانی بەردەوام لەگەڵ خێزان و پیادەکردنی ئەو هونەرانە لە ماڵەوە، کلێشەی «نامە بۆ ماڵەوە» و بابەتی دیکە دابینکراوە دەتوانی گۆڕانکاری لەسەر بکەیت. دیزاینی نامەکان وەهایە «وەک نموونە» فۆتۆکۆپی بکرێتە سەر کاخەزی نووسراوی فێرگە.**

لە کارتی وانەکاندا نووسراوە ئاماژە هەیە بۆ «نامە بۆ ماڵەوە» یان بە بابەتی دیکەی وەک «ئەرکی ماڵەوەی فێرخواز» یان «ڕاپۆرتی خێزان». نامەکان زانیاری دەدەن لەسەر ئەو ئەوەی منداڵ فێری دەبن لە وانەکاندا و هەروەها ئامۆژگاریشی تێدایە چۆن خێزان یان کەسانی سەرپەرشتیار کۆمەکی منداڵەکانیان بکەن بۆ پیادەکردنی هونەری نوێ. بە وردی سەرلەبەری هەموو نامەیەک و وانەی پەیوەست بە نامەکە بخوێننەوە پێش ئەوەی بینێرنە ماڵەوە تاکوو دڵنیابن لەوەی کە هەموو بابەتەکانتان داناوە کە ئاماژەی پێدراوە (بۆ نموونە: پێویستتان بەوە دەبێت پۆستەری پاشکۆی K هاوپێچ بکەن).

زۆربەی کات نامەی «ڕاپۆرتی خێزان» لەگەڵ «ئەرکی ماڵەوەی فێرخواز» دا دەنێردرێت بۆ خێزان کە تێیدا وردەکاریی بۆ توانایەکی تایبەتی دیاریکراو ڕوون دەکرێتەوە (بۆ نموونە: قسە پێبڕین بە ئەدەبەوە) کە لەو هەفتەیەدا فێر دەکرێت. بۆ ئەو وانانەی لە پۆلدا هەنگاوی توانای جڤاکی بۆ سازکراوە، خۆتان هەنگاوەکان پڕ بکەنەوە یان داوا لە فێرخواز بکەن هەنگاوەکان لەسەر هەردوو شێوازەکە پڕ بکاتەوە. دەبێت فێرخواز هەردوو شێوازەکە لەگەڵ خێزانەکانیاندا باس بکەن، هەنگاوەکان لە ماڵەوە پیادە بکەن و فۆرمی ئەرکەکەش پڕ بکەنەوە. پاش ئەوەی خێزان یان کەسی سەرپەرشتیار نامەکە (ئەگەر نامەکەی تێدابێت) بە ناوی خێزانەکەوە واژوو دەکات، ئەو کاتە دەبێت فێرخواز هەردوو فۆرمەکە بگێڕنەوە بۆ پۆل تاکوو دواتر گفتوگۆ بکرێن.

**پاشکۆی L**

**نامەیەک بۆ ماڵەوە، ژمارە 1، دەروازەیەک ڕووەو «هەنگاو بە هەنگاو»: دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی.**

خێزانی بەڕێز

ئەم ماوەیە منداڵ لە فێرگە فێری چەندین هونەری نوێ دەبن. فێری خوێندنەوە دەبن، دەست دەکەن بە نووسین، وێنە بەکار دەبن یان دەست بە ژەنینی ئامێری موزیک دەکەن. ئەمانە بەلای منداڵەوە هونەری گرینگن فێریان ببن.

بوارێکی دیکەی فێربوون، کە توانای تایبەتی گەرەکە، بریتییە لە فێربوونی جڤاکی-هەستەکی. ئەم تواناگەلە گرینگە زۆرجار فەرامۆش دەکرێن. منداڵ لەم ماوەیەدا فێر دەبێت هەستی خۆی دەرک بکات، هەستی خۆی ڕاگرێت. فێر دەبێت چۆن دۆست پەیدا بکات و چۆن دۆستایەتی بپارێزێت. فێر دەبێت کێشەی جڤاکی چارە بکات. بە درێژایی ڕۆژ لە پۆلدا، لە گۆرەپانی یاری و لە ماڵەوە فێری ئەم بابەتانە دەبن. منداڵان لە ڕێگەی سەرنجدانە هەڵسوکەوتی مامۆستایان، ئەندامانی خێزان و هاوڕێیان، لەگەڵ یەکتریدا فێر دەبن.

ئێمە بەرنامەیەک بەکار دەهێنین نێونراوە «هەنگاو بە هەنگاو - دەربارەی بەربەستن لە توندوتیژی» بۆ ئەوەی یارمەتیمان بدات لە فێربوون و پیادەکردنی توانای جڤاکی-هەستەکیی ئایەتی. تۆژینەوەکان پێمان دەڵێن، ئەو منداڵەی فێری ئەم هونەرانە دەبن و بەکاریان دەهێنن، لەگەڵ خەڵکیدا باشتر هەڵدەکەن و لە خوێندندا سەرکەوتووتر دەبن.

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دابەش کراوەتە سەر سێ بەش:

- **بەشی یەکەم: ڕاهێنانی هاوسۆزی؛** منداڵ فێر دەبن چۆن هەست بناسنەوە و چۆن دەرک و پەرۆشیی خۆیان بۆ بەرانبەر پێشان بدەن.

- **بەشی دووهەم: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە؛** منداڵ شێوازی نوێ بۆ چارەی کێشە و پیادەکردنی هونەری وەک خۆئارامکردنەوە، داوای لێبوردن، قسە پێبڕین بە ئەدەبەوە و پەیداکردنی دۆستی نوێ، فێر دەبن.
- **بەشی سێهەم: جڵەوگرتنی تووڕەیی؛** منداڵ فێر دەبن بە شێوازێکی وەها جڵەوی تووڕەییان بگرن کە ئازاری بەرانبەر نەدات.

وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، بە سوود وەرگرتن لە فۆتۆ و ڤیدیۆ، گشت ئەو هونەرانەی سەروە فێری منداڵ دەکات. لە بەشی «ڕۆڵوازی» ـدا دەرفەت دەدرێتە هەموو فێرخوازێک تواناکان پیادە بکات.

خێزان بەشێکی گرینگن لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». لەم نامانەدا زانیاریتان بۆ دەنووسین دەربارەی ئەوەی منداڵ فێری دەبێت لە فێرگە و دەربارەی ئەوەش کە ئێوە دەتوانن لە ماڵەوە یارمەتیی منداڵەکە بدەن بۆ تێگەیشتن و پیادەکردنی توانای نوێ. هەر کاتێک پێتان خۆشە بۆتان هەیە بێن و لە نزیکەوە بەرنامەکەمان ببینن. هەر پرسیارێکتان هەیە، تکایە بێ دوودڵی فەرموون پرسیاری خۆتان بکەن. بە خۆشییەوە گوێڕادێرین.

شاد و سەرفراز بن،

## پاشکۆی L

## نامەیەک بۆماڵەوە، ژمارە 2، بەشی یەکەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»: ڕاهێنانی هاوسۆزی

خێزانی بەڕێز

پۆلەکەمان دەستی کردووە بە فێربوونی هاوسۆزی. هاوسۆزیش بە مانای دیاریکردن و تێگەیشتنی هەستی خۆ و هەستی کەسانی دیکەیە بۆ ئەوەی باشتر جێی خۆمان لەناو خەڵکیدا بکەینەوە. ئەمە لیستێکە بەو هونەرانەی منداڵ لە فێرگە فێری دەبن و پێشنیازیشی لەگەڵدایە بۆ ئێوە بە هۆیانەوە دەتوانن یارمەتی منداڵەکەتان بدەن لە فێربوونی ئەو هونەرانە. فێرخواز، بە هۆی ئەمانەوە، فێری پیادەکردنی توانای هاوسۆزی دەبن:

- دیاریکردنی هەستی خۆ و هەستی بەرانبەر لە ڕێگەی تەماشاکردنی ڕوخسار، ناسینەوەی نیشانەی لەشەکی، گوێگرتن لە دەنگ و سەرنجدان لە ڕووداو (بۆ نموونە بە منداڵەکەت بڵێ «تۆ زەردەخەنەت لەسەر لێوە» ئەوجا بڵێ «دڵت خۆشە؟ بۆچی؟» بەوجۆرە منداڵ فێر دەبێت هونەری ناسینەوە هەست پیادە بکات).
- پەیبردن بەوەی مرۆڤ بەرانبەر دۆخی جیاواز، هەڵسوکەوتی جیاوازی هەیە (یارمەتی منداڵەکەت بدە و بڵێ «تۆ پێت خۆشە لە دارستانەکە گەمان بکەیت بەڵام هاوڕێکەت لە دارستان دەترسێت. چۆنی چارە بکەین؟»).
- پێشبینی هەست (یارمەتی منداڵەکەت بدە و بڵێ: «بە بۆچوونی تۆ هەستی دۆستەکەت چۆن دەبێت گەر پرسیارت لێبکات و نەزانی وەڵامی بدەیتەوە؟»).

- فێربوونی جوداوازیی لە نێوان پێشهات و ڕووداوی مەبەستکرد (ڕووداوی بێ مەبەست و ڕووداوی بە مەبەست) (یارمەتی منداڵەکەت بدەن و بڵێ «بە بۆچوونی تۆ، کوڕەکە مەبەستی بوو بەسەر بایسیکلەکەتدا بکەوێت؟»).
- باسی هەست (یارمەتی منداڵەکەت بدەن و بڵێ: «شاد دەبم - هەست بە دڵخۆشی دەکەم - کاتێک پێشنیاز دەکەیت هاوکاریم بکەیت لە ڕێکخستنی مێزەکەدا»).
- پەیبردن و پەسەندکردنی جوداوازیی بەرانبەر (یارمەتی منداڵەکەت بدە و بڵێ: «کارێکی ئاساییە هاوڕێکەت جودایە لە تۆ. هەردووکیشتان لە چەندین لایەندا وێک دەچن. چۆن؟»).

بە شێوەیەکی گشتی، گفتوگۆ دەربارەی هەست، یارمەتی منداڵ دەدەن باشتر دەرکی بەرانبەر بکەن. هاوکاریشە بۆ سازکردنی ژینگەیەکی باشتر لە پۆلدا.

گەر هەر پرسیارێکتان دەربارەی توانای هاوسۆزی یان بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەیە، تکایە بێ دوودڵی فەرموون پەیوەندیم لەگەڵ بگرن.

شاد و سەرفراز بن،

## پاشکۆی L

## نامەیەک بۆماڵەوە، ژمارە 3، دانوستانی هەست (بەرگی 1، بەشی یەکەم، تەنها وانەی پێنجەم)

خێزانی بەڕێز

لە بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» ی ئەم هەفتەیەدا، گفتوگۆمان هەبووە دەربارەی چارەی هەستی هەراسانی بکەین کە لە فێرگە تووشی دەبین. ڕاستە بەرنامەکە منداڵ فێر دەکات لە چارەی کێشەدا پشت بە خۆیان ببەستن، بەڵام کارێکی یارمەتیدەریشە گەر منداڵ باسی هەستەکانی خۆی لەگەڵ گەورەساڵاندا بکات. لە وانەی ئەم هەفتەیەدا، چەند کەسێکی گەورەساڵمان دیاری کردووە منداڵ لە فێرگەدا دەیانناسان و جێمتمانەن. منداڵ لایان باشە باسی هەستی خۆیان بۆ ئەو کەسانە ڕوون بکەنەوە. لە تەک ئەمانەشدا، کەسانی دیکەشمان وەک ڕاوێژکاری فێرگە، ڕاهێنەر، پەرستاری فێرگە و خوشک و برای گەورە لە فێرگە، وەک گەورەساڵی جێمتمانە دیاری کردووە.

جار هەیە منداڵ هەروەک گەورەساڵ، لای سەختە هەستی خۆی ڕوون بکاتەوە. لە وانەکەماندا، کارمان لەسەر ئەو وشانە کردووە کە بەکار دەهێنرێن بۆ دەربڕینی هەست، بۆ نموونە «کاتێک داوام لێ کرا بە دەنگی بەرز بخوێنمەوە، هەستم بە ترس کرد» یان «کاتێک مامۆستا ڕێبوار بە هەڵە ناوم دەهێنێت، هەست بە تووڕەیی دەکەم». بۆکردنەوەی گفتوگۆ لەگەڵ منداڵ، دەتوانن بەسەرهاتێکی منداڵی خۆتان کە پەشێوی تێدا بێت بکەنە دەروازە. باسی ئەوە بکە هەستتان بە چی کردووە و لەگەڵ کێ دواون (یاخود خۆزگەتان خواستووە لەگەڵ کێدا بدوێن). ئەم چەشنە گفتوگۆیە ڕێ بۆ منداڵەکەتان خۆش دەکات باشتر پەی بەرێت بەوەی هەستی هەراسانی گشتییە و هەروەها بەرانبەریش ببینن چۆن ئەو هەستە تێیدا بەرجەستە دەبێت.

هەروەها دەشتوانن یارمەتی منداڵەکەتان بدەن هەستی خۆی دیاری بکات، لە ڕێی پرسیارکردن لەوەی هەست بە چی دەکات دەربارەی دۆخێکی دیاریکراو. گەر

منداڵەکەتان تووڕە بێت، پێشانی بدە کە گوێی لێدەگرن بە دووپاتکردنەوەی ئەوەی ئەو گوتویەتی و بە پرسیارکردن. زۆرجار منداڵ چاوەڕوانی ئەوەتان لێ ناکەن هەستیان «چاک بکەن». تەنها دەیانەوێت گوێیان لێ بگیرێت.

گەر هەر پرسیارێکتان هەبوو، تکایە ئاگادارمان بکەنەوە و سوپاسی پشتیوانیتان دەکەین.

شاد و سەرفراز بن،

هەموو خێزانێک تایبەتمەندە و بیرۆکەی تایبەتی خۆی هەیە بۆ باسکردنی هەست. لەگەڵ منداڵەکەتان گفتوگۆ بکەن دەربارەی ئەوەی کامە گەورەساڵی خێزان جێمتمانەیە و دەکرێت باسی هەستی لەگەڵدا بکرێت.

## پاشکۆی L

## نامەیەک بۆ ماڵەوە، ژمارە 4، بەشی دووهەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»: جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە

خێزانی بەڕێز

پۆلەکەمان دەستی کردووە بە خوێندنی بەشی دووهەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». ئەم بەشە سەرنج لە «جڵەوگرتنی جرپنی» و «چارەی کێشە» گیر دەکات. «جڵەوگرتنی جرپنی» واتە خۆئارامکردنەوە و بیرکردنەوە نەک ئەنجامدانی یەکەم بیرۆکەی بە خەیاڵتدا دێت. «چارەی کێشە» هونەرە بۆ چارەی ئەو کێشەیانەی دێنە ڕێ لەگەڵ دەوروبەردا. هونەری «خۆئارامکردنەوە»ش منداڵەکەت فێر دەکات لە کێشەیەکی دیاریکراودا چۆن خۆی بنوێنێت و کێشەکە بە باشترین شێوە چارە بکات.

پۆلەکەمان هەنگاوی خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە فێر دەبن و پیادەیان دەکەن. ئێوەش لە ماڵەوە دەتوانن یارمەتیی منداڵ بدەن ئەو هونەرانە پیادە بکات. بۆ نموونە:

منداڵەکەتان دێتە ژوور و پەستە لەوەی برا یان خوشکەکەی وازی بە لیستۆکی ئەم دەکات. دەتوانن بڵێن، «ئۆی! دەزانم کە پەستی. سێ هەناسەی قووڵ هەڵمژە، پاشان بکەوە پشتەوژمێری خاو (بەرەو دوا بە هێواشی بژمێرە) پێش ئەوەی بڕیاری خۆت ئەنجام بدەیت».

پاش ئەوەی منداڵەکەتان ئارام بۆوە، دەتوانن ئەو کاتە یارمەتی بدەن هەنگاوی چارەی کێشە پیادە بکات، ئەویش بە گوتنی «ئێستا ئارام بوویتەوە، پێم بڵێ کێشەکە چییە. چۆن چارەی ئەم کێشەیە بکەین؟ با پێکەوە تەماشای هەموو چارەسەرە پەسەندەکانت بکەین و بپرسین: «ئایا سەلامەتە؟ خەڵک هەست بە چی دەکات دەربارەی ئەو چارەسەرە؟ ئایا ڕەوایە؟ ئایا کەڵکی دەبێت؟» ئێستا چارەسەرێک هەڵبژێرە و هەڵیسەنگێنە. گەر کەڵکی هەبوو، ئەوە زۆر باشە! گەرنا، ئەوا چارەیەکی دیکە هەڵبژێرە».

وێنەی پۆستەرەکانی «خۆئارامکردنەوە» و «چارەی کێشە» هاوپێچەی ئەم نامەیەن. لە میانەی وانەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» دا، پۆستەرەکان بەکار دەهێنین. ئێوەش دەتوانن ئەم پۆستەرانە لە ماڵەوە هەڵبواسن.

لەم بەشەدا، منداڵەکەتان هونەری وەک داوای لێبوردن، فەرامۆسکردنی بابەتی سەرنجبەر و خۆڕاگری بەرانبەر پەستان (فشار) ی دۆستان پیادە دەکات. لەگەڵ بەشێک لە وانەکاندا، هەنگاوی پیادەکردنی چەند هونەرێک لە ڕێی فۆرمی «ئەرکی ماڵەوەی فێرخواز» دەنێرمە ماڵەوە بۆ ئەوەی منداڵەکەتان بتوانێت لە ماڵەوە پیادەیان بکەن. گەر لە خێزانی ئێوەدا هەنگاوی جودا بەکار دەهێنن، تکایە لەگەڵ منداڵەکەتان باس بکەن و دوایی ئێمەش ئاگادار بکەنەوە. ئەم هەنگاوانە ڕێنوێنین بۆ سەلامەتی و ڕەوایی نەک مەرجی ڕەها، لەبەر ئەوە پێشنیازەکانی ئێوەش جێی ڕێزن.

ئەگەر هەر پرسیارێکتان دەربارەی وانەکانی جڵەوگرتنی جرپنی، توانای چارەی کێشە یان بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەیە، دەرگەمان ئاواڵەیە.

شاد و سەرفراز بن،

**پاشکۆی L**

## نامەیەک بۆماڵەوە، ژمارە 5، بەشی سێهەمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»: جڵەوگرتنی تووڕەیی

خێزانی بەڕێز

پۆلەکەمان دەستی کردووە بە خوێندنی سێهەمین و دواهەمین بەشی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو». ئەم بەشە سەرنج لە هونەری «جڵەوگرتنی تووڕەیی» گیر دەکات. وانەکان فێرمان دەکەن هەستکردن بە تووڕەیی کارێکی دروستە، خراپ نییە، بەڵام دەبێت کاتی تووڕەبوون مرۆڤ ڕەفتاری ڕێکوپێک بێت. هەنگاوی جڵەوگرتنی تووڕەیی بۆ ئەوەیە منداڵ فێر بێت هەستی تووڕەبوون بناسێتەوە، دەرکی بکات و جڵەوی بگرێت. ئەمەش پێشنیازە بۆ ئێوە هاوکاری منداڵەکەتان بکەن ئەو هونەرانە پیادە بکەن:

گوێت لە هاوارێک دەبێت لە هەیوانەکەوە دەبینی منداڵەکەتان خەریکە دەگری چونکە «هەڵۆ»، کە سەگی خێزانەکەیە، بە ناو تەختەی وازیی منداڵەکەتاندا ڕای کردووە. ئێوە دەڵێن، «بیرت بێ وچانێک بگریت و بیر بکەیتەوە. پرسیار لە خۆت بکە لەشت هەست بە چی دەکات. دەزانم تۆ تووڕەی. خۆت ئارام بکەوە. بیرتە چیت بە خۆت گوت ڕۆژەکەی دی کاتێک پێویستیت بە خۆئارامکردنەوە هەبوو؟ هەوڵ بدە ئەو گوتانە دووپات بکەیتەوە. ئێستا ئارام بوویتەوە، با تەماشای هەنگاوی چارەی کێشە بکەین، کە فێریان بوویت، بۆ ئەوەی بزانین ئاخۆ «هەڵۆ» دوور دەخاتەوە لەوەی جارێکی دیکە گەمەکەت تێک بدات».

وێنەی پۆستەری «چارەی تووڕەبوون»، کە لە پۆلدا بەکاردێت، دەکەمە هاوپێچەی ئەم نامەیە. گەر لاتان باشە لە ماڵیشەوە هەڵیبواسن.

«بیرۆکەی چالاکیی ماڵەوە»: هەموو شێوازەکانی خۆئارامکردنەوە لەسەر پارچە کاخەزی بچووک بنووسن. هەر یەکەیان لوول بکەن و هەموویان لەناو پاکەتێکدا کۆ بکەنەوە. وەهای ساز بکەن منداڵەکە بە باسێک تووڕە بووە (بۆ نموونە فڕاندنی

دواهەمین کولیچە لە لایەن برا / خوشکەوە). پاشان منداڵەکەتان پارچەیەک کاخەز لە پاکەتەکە دەردەهێنێت و ئەو هونەرەی خۆئارامکردنەوەیەی نێو کاخەزەکە پیادە دەکات.

لەگەڵ چەند وانەیەکدا، «ئەرکی ماڵەوەی فێرخواز» دەنێرمە ماڵەوە تاکوو یارمەتی منداڵەکەتان بدات لە ماڵەوە پیادەی بکەن و ڕێگەتان بدات بزانن ئێمە چی دەکەین لە پۆلدا. ئەگەر هەر پرسیارێکتان دەربارەی توانای جڵەوگرتنی تووڕەیی یان بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەیە، دەرگەمان ئاواڵەیە.

شاد و سەرفراز بن،

## پاشکۆی L

## نامەیەک بۆ ماڵەوە، ژمارە 6: بەردەوامبوونی هونەرەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»

خێزانی بەڕێز

وانەی فەرمی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» مان تەواو کردووە. پرسیار لە منداڵەکەتان بکەن دەربارەی ئەو چالاکییانەی پیادەمان کردوون بۆ بەسەرکردنەوەی هونەرە جڤاکییەکان.

بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» بۆ فێرکردنی توانای جڤاکی وەها دارێژراوە منداڵ بە درێژایی ژیان سوودی لێ وەربگرێت. گەرچی وانەکان کۆتابوون، فێربوون و پیادەکردنی هونەرەکان ناوەستێت. زۆر دەرفەتی دیکە دێتە ئاراوە بۆ منداڵەکەتان تواناکانی ئەم وانەگەلە پیادە بکەن. لە فوتبۆڵێن، لە گۆڕەپان یاریدا پیادە دەکرێن. لە دراما، لەسەر تەختەی شانۆدا پیادە دەکرێن. هونەرەکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە جێ و کاتی خۆیدا پیادەی دەکرێن. دەکرێت منداڵ ئەو هونەرە جڤاکییە ئایەتییەی فێری بووە. لە هەڵسوکەوتدا لەگەڵ دەوروبەر، پەرەی پێ بدات.

تکایە، کاتێک دەرفەتێک دەرەخسێ بۆ پیادەکردنی تواناکانی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»، وچانێک بگرن و یارمەتی منداڵەکەتان بدەن ئەو هونەرە پیادە بکەن. ئەمەش چەند نموونەیەک:

- **ڕاهێنانی هاوسۆزی؛** منداڵەکەتان لەگەڵ هاوڕێیەکدایە و هەردووکیان هەوڵ دەدەن بڕیار بدەن چ وازییەک بکەن. منداڵەکەتان دەیەوێت یاری فریسبی Frisbee بکات و هاوڕێکەشی دەیەوێت سواری بایسیکل بێت. ئەمە کاتێکی باشە ئاماژە بەوە بدەیت کە تەنانەت هاوڕێی نزیکیش خواستی جودای هەیە. تێگەیشتن لەوەی دەکرێت خواست جودا بێت، بەشێکی گرینگە لە توانای ڕاگرتنی پەیوەندی بە شێوازێکی پەرۆشدارانەوە.

- **جڵەوگرتنی جرپنی و چارەی کێشە؛** منداڵەکەتان زۆر دڵگەرمە و دەیەوێت پەلاماری کولیچەکان بدات کە خوشکەکەی بۆ هاوڕێکانی خۆی ساز کردووە. ئەمە دەرفەتە بۆ ڕاهێنانی منداڵەکەتان لەسەر هەنگاوی خۆئارامکردنەوە و چارەی کێشە. چارەسەرێک ئەوەیە یەک کولیچە وەربگرێت بێ بەرپاکردنی شەڕێکی گەورە.
- **جڵەوگرتنی تووڕەیی؛** کەسێک شەربەت دەڕژێت بەسەر کتێبەکەی منداڵەکەتاندا. منداڵەکەتان خەریکە تووڕە ببێت. لێرەدا کاتیەتی هەنگاوەکانی «جلەوگرتنی تووڕەبوون» وەبیر منداڵەکەتان بێنیتەوە.

وانەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» تەنها سەرەتایە. بەردەوامبوونی توانای بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» لە ڕێگەی یارمەتیدانی منداڵەکەتان بۆ پیادەکردنی توانای جڤاکیی ئایەتی، ڕێ خۆش دەکات بۆ ساڵانی داهاتوو.

گەر هەر پرسیارێکتان دەربارەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەیە، دەرگەمان ئاواڵەیە.

شاد و سەرفراز بن،

**پاشکۆی L**

**بابەت بۆ ماڵەوە**

**ئەرکی ماڵەوەی فێرخواز - ی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»**

ناو:                                                        مێژوو:

توانای جڤاکیی پیادەکراو:

هەنگاوی توانا:

1. کەی تواناکەت بەکارهێنا؟

2. چی ڕوویدا؟ تکایە ناو بەکار مەهێنن.

3. چۆنتان ئەنجام دا؟ (بازنە بە دەوری یەکێکیاندا بکێشە)

زۆر باش!                    باش.                    دەکرا باشتر ئەنجامی بدەم.

4. جاری داهاتوو، چی دەگۆڕیت؟

5. نیگارێکی خۆت بکێشە کە پیادەی توانا جڤاکییەکە دەکەیت. دیوی پشتەوەی ئەم کاخەزە یان پارچە کاخەزیکی دیکە بەکار بهێنە بۆ ئەو مەبەستە.

**پاشکۆی L**

**بابەت بۆ ماڵەوە**

**ڕاپۆرتی خێزان - ی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو»**

ناوی فێرخواز: میژوو:

خێزانی بەڕێز

ئەم هەفتەیە، منداڵەکەتان ئەم هونەرە جڤاکییەی خوارەوەی پیادە کردووە. تکایە تواناکە و هەنگاوی توانا لەگەڵ منداڵەکەتاندا لە ماڵەوە پیادە بکەن. گەر ئەم هەنگاوە جودایە لەوانەی خێزانەکەتان بەکاری دەهێنن، لەگەڵ منداڵەکەتان دەربارەی جوداوازییەکان گفتوگۆ بکەن. ئەم پێشنیازانە باشتر نین لە هەنگاوەکانی خۆتان، بەڵکوو توانای زیاتر بۆ منداڵەکەتان فەراهەم دەکەن.

توانای جڤاکیی پیادەکراو:

هەنگاوی توانا:

کاتێک دەبینن منداڵەکەتان تواناکە بەکاردەهێنن یان ڕەچاوی هەنگاوەکان دەکەن، هانیان بدەن و دەستخۆشییان لێ بکەن. منداڵ دەبێت فۆرمی «ئەرکی ماڵەوەی فێرخواز» پڕ بکەنەوە.

تێبینی مامۆستا

گەر هەر پرسیارێکتان دەربارەی بەرنامەی «هەنگاو بە هەنگاو» هەیە، دەرگامان ئاوەڵایە. سوپاس بۆ پشتیوانیی بەردەوامتان.

شاد و سەرفراز بن،

پرسیار یان لێدوانی خێزان

واژووی خێزان: میژوو:

**Acknowledgments**

Original material by Kathy Beland, M.Ed.

Special thanks to the following advisors to the first and/or second editions: Karen Bachelder, M.S.W.; David Brubakken, Ph.D.; Vivian Chavez; John DeNinno, Ph.D.; Helen Fung, M.S.; Steve Goldenberg; Linda Powers, M.S.W.; and Lynn Pruzan.

Special recognition is extended to Alice Ray-Keil for her insight and guidance in initiating this curriculum project.

Special recognition is extended to Zoe A. N. Jenkins, Ph.D., for designing the transfer-of-learning model.

**The *Second Step* Program Third Edition Development Team**
The *Second Step*® Grades 1–3 Third Edition development team would like to thank the following people and organizations for their invaluable contributions to the program.

**Committee for Children Staff**

**Consultants and Contributors**
Rochelle Abraitis, Cynthia Ahlquist, Bridgit Baldwin, Melissa Barkley, Lois Braender, Kathy Bruner, Jim Buckwalter, Jean Dahme, Bob Evans, Donna Gallison, April Grady, Dora Graye, Pat Hart, Sandy Hauck, Frank Kleyn, Cynthia Kline, Paula Kressley, Cathy MacDonald, Sandy Madden, Lisa Mohr, Julie Morefield, Organizational Research Services, Stacy Peal, Elizabeth Pekins, Nora Pettebone, Lindsay Strachan-Baker, and Marsha Ventura.

**Pilot Teachers**
Christy Buren, Margret Diede, Monica Donovan, Carla Gross, Katy Hanson, Emily Huff, Robin Kanev, Lisa Mohr, Sue Rappleyea, Linda Smith, and Shannon Tyler.

**Video Production and Photography Contributors**
All the actors, models, and their parents; ABC Model/Talent/Sport Management; American Production Services; Colleen Bell Agency; Fairmont Park Elementary School, Seattle, WA; Flying Spot Inc; Ford Video; Idyllwild

Films; IN Inc.; Kid Biz Talent Agency; Kings Elementary School, Shoreline, WA; Pioneer Elementary School, Auburn, WA; Roxhill Elementary School, Seattle, WA; Seattle Parks and Recreation Department; and Whittier Elementary School, Seattle, WA.