

ነቶም ህጻናትን ትሕቲ አርባዕተ ዓመት ቆርታ ዘለዎም ወለዲ ዝኾኑ አገዳሲቲ ምኽርታት።

# በዚ መንገዲ ድማ ደቀይ ብኣተሓሳስብኦም ኣያላት ኸኾኑ ይኸእሉ!

## አነ ከም ወላዲ መጠን ብኸመይ ከተሓገዝ ይኸእል?



ብኣተሓሳስባይ ኣያል ንክኸውን ምእንቲ ኩሉኹም ከትተሓገዙ ይግባእ!

ብኣተሓሳስባ ኣያል ክበሃል ከሎ ድማ እቶም ደቀይ ሙሉእ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣለዎም ማለት እይ። እቶም ደቀይ ሙሉእ ናይ ኣእምሮን ኣካልን ጥዕና ምስዝህልዎም፡- በዘይጸገም ከምዕብሉ ይኸእሉ። ደቀይ ኣድሻ ነገር ይመሃሩ። ኣደሓደ እዋን ድማ ዘሽግርዎም ኩነታት ኣለው። ደቀይ ብኣተሓሳስብኦም ኣያላት እንተኾይኖም፡ ዝኾነ ዘጋጥምም ጸገማት ከይተሸገሩ ክፈትሖ ይኸእሉ።

ብኣእምሮ ኣያል ምዃን ኣብ ዝተፈላለዩ ክሊ ዕድመ ዝተፈላለዩ ከምዝኾነ ንርዳእ፣ ንኡብነት፡

- ውላደይ ኣብ ዝጸወተሉ እዋን ነጻ ኮይኑ ይጸወት።
- ውላደይ ህንጡይን ክፉት ኣተሓሳስባ ዘለዎ እዩ።
- ውላደይ ሓንሳብ ክጽበ ይኸእል እዩ።
- ውላደይ ናቱ/ናታ ዕላማ ክኸተል ዝኸእል እዩ።
- ደቀይ ተበላሓቲ እዮም፡ ይስእሉ፣ ሙዚቃ ይጻወቱ፣ ኢደ ጥበባት ይሰርሑ።

ደቀይ ብኣተሓሳስብኦም ኣያላት ክኾኑ እዮም ምኽንያቱ ባዕሎም ብዘኹ ነገራት ይገብሩ እዮም። ንኡብነት፣ ህጻናት ምስ ካልኣት ሰባት ጽኑዕ ዝኾነ ዝምድና ከምስርቱ ይኸእሉ እዮም። ከምእውን ኣደሓደ እዋን ህጻናት ባዕሎም ንነብሶም ክጸናንዑ ይኸእሉ እዮም። ምስ ወለዲ፣ የሕዋቶምን ካልኣት ሰባት ኣብ ዝጸወትሉ እዋን ደቀይ ዝበለጸ ብኣተሓሳስባ ኣያላት ክኾኑ ይኸእሉ።

**ብኣካል ምህላው**  
 ደቀይ ድሕነቶም ዝተሓለወ ከይኑ ክስምዖም ይደሊ። እዚ ስለዝኾነ እዩ ድማ ኩሉ ግዜ ዝፈልጥዎም ሰባት ኣብ ጥቅኡም ክህልዉ ክገብር ዝጸዕር። ውላደይ እንታይ የድልዮ ይፈልጥ እዩ። ንውላደይ ብደንቢ ይንከባኸብ እዩ።



**ኣጎስካ ምግላጽ**  
 ምስ ደቀይ ምዃን ከምዘሕጉሰኒ ንደቀይ የርእዮም እዩ። በቲ ዝገብርዎ ነገራት ኣዘዩ ይግደስ እዩ። ስለዝኾነ ድማ ደቀይ ክቡራት ምዃኖም ይፈልጡ እዮም።



**ነንሕድሕድካ ምዝራብ**  
 ምናልባት ውላደይ ኣብዚ እዋን ክርድኣኒ ኣይክእልን እዩ። እዚ እኳ እንተኾነ፣ ይዛረቦም እዩ። እንታይ ዓይነት ስሚዒት ከምዘለዎም ይፈልጥ እዩ። ንኡብነት ገጸም ብምርኣይ። ከምእውን ነቲ ዝገብርዎ ድምጽታት ይከታተሉ እዩ። ይምልሱሎም እዩ።



**ምእባድ**  
 ውላደይ ኣብ ዝበኸየሉ እዋን፣ ይእብዶ እዩ። ምስኡም እንዳተዛረብኩ፣ እንዳደረገዝኩ ብምሕቓፍ ይእብዶም እዩ። ኣብ ሕቁፎይ ድማ ይሓቅፎም እዩ።



**ነገራት ይገጸሎም**  
 እቲ ኣብ ከባቢኦም ዝፍጸም ኣገደስቲ ነገራት ወላውን ንኣሽቱ ነገራት ንውላደይ ይገልጻሉ እዩ። እንታይ ይገብርን እንታይ ይስመዓንን ከምዘሎ ይገልጻሉ እዩ።

ኣብዚ ጽሑፍ ሓበሬታ እንተደኣ ንወዲ ተባዕታይ ዝገልጽ መጻውዒ ወድኻ ተባሂሉ እንተተገለጹ ንምምባብ ክጥዕም ተባሂሉ እምበር ንኹሉ ውላድ ንወዲ ንጓልን ዘጠቓልል እዩ።





**ምስ ካልኣት ሰባት ምርኻብ**

ደቀይ ምስ ካልኣት ሰባት ክራኸቡ የተባብዮም እየ፡ ቆልዑን ዓበይትን፡፡ ውላደይ ብ ዝደልየኒ እዋን ኩሉግዜ ኣለኹ፡፡



**ምጽዋት**

ምጽዋት ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ፡፡ ደቀይ ኣብ ዝጻወትሉ እዋን ንክባቢኡምን ንኵብሶምን ኣዝዮም ይፈልጡ፡፡ እዚ ስለዝኾነ ድማ ደቀይ ክጻወቱ ዘፍቅደሎም፡፡ ሓደሓደ እዋን ድማ ምስኡም ይጻወት፡፡



**ነገራት ምፍታን**

ውላደይ ነገራት ክፍትን ይፍቅደሉ እየ፡፡ ደቀይ ናቶም ተመኩሮ ክህልዎም ይፈቅደሎም እየ፡፡ ከምእውን ንደቀይ ብግልጽን ብዝርድኡም መንገዲ እንታይ ክገብሩ ዝፍቀደሎምን ዘይፍቀደሎምን ይገልጻሎም እየ፡፡

**ብኣካላትካ ሕጉስ ምዃን**

ንደቀይ ብኣካላቶም ሕጉሳት ክኾኑ ከምዘለዎም ይገልጻሎም እየ፡፡ በዚ ምኽንያት ድማ እኹል ኣካላዊ ምንቅስቃስን ከምዝገቡኩን ናይ ደገ ንፋስ ከምዝወስዱ የረጋግጽ፡፡ ንደቀይ ደስ ዝብሎም መኣዘዊ ዝኾነ መግቢ ይምግብም፡፡



**ነንሕድሕድካ ምትሕግጋዝ**

ውላደይ ጥዕንኡ ክሕለው፣ ኣነውን ጥዕናይ ክሕሉ ይግባእ፡፡ እቲ ዝድለ ዕረፍቲ ክወስድ ከምዘለኒ የረጋግጽ፡፡ ካልኣት ሰባት ክሕግዙኒ ሓገዝ ይሓትት፡፡

**ህድእ ምባል**

ደቀይ ኩሉ መዓልቲ ሓድሽ ነገር ይመሃሩ እየም፡፡ ስለዝኾነ ዝድለ ዕረፍቲ ክወስዱ ይግባእ፡፡ ደቀይ እኹል ድቃስን ዓረፍትን ከምዝወስዱ የረጋግጽ እየ፡፡ ኣብቲ ናይ መዓልታዊ ተግባራቶም እኹል ዕረፍቲ ከምዝወስዱ የረጋግጽ እየ፡፡



**ምህላውን ምስታፍን**

ደቀይ ምስ ካልኣት ህጻናትን ዓበይትን ቦታ ከምዘለዎም ክፈልጡ ከምዘለዎም ይገልጻሎም እየ፡፡ ብዝተኻለለ መጠን፤ ውላደይ ኣብኡ ክህሉ ይፍቀደሉን ክሳተፍ ከምዝኽእልን ይፈቅደሉ እየ፡፡ ብዝተኻለለ መጠን፤ ውላደይ ክሳተፍን ክተሓወስን ከምዝኽእልን ይፈቅደሉ እየ፡፡