ንኢሳቕ ምዝንባዕ ጠባይ ኣለዎ፡፡ ንሱ እንታይ ክገብር ይኽእል?

voor kinderen door kinderen KINDERPOSTZEGELS
Pro Juventute
kenniscentrum kinder-en jeugdpsychiatrie
LEVVEL
PHAROS EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN

እዚ ኢሳቑ እዩ

ንኢሳቑ ክልተ ኣሕዋት፣ ኣደን ኣቦን ኣለውዎ።
ንሱ ንሰለስተ ዓመታት ኣብ ኔዘርላንድ ተቐሚጡ።

ኢሳቑ ናብ ቤት-ትምህርቲ ይኸይድ እዩ።
ንሱ ኣብ ጎደና ምስ ኣዕሩኽቱ ብእግሩ ክዛወር ይፈቱው።

ኢሳቕ ቀልጢፉ ይሓርቕ

ኢሳቕ መብዛሕትኡ ግዜ ምስ ሰባት ይገራጨው። እንተድኣ ንሱ ንሓደ ነገር ዘይፈተዎ፣ ንሱ ይሓርቕ። ኣዝዩ ይሓርቕ። ንኣብነት እንተድኣ ሓደ ሰብ ንሱ ገለ ነገር ንምግባር ኣይተኽእልን ኢኻ ኢልዎ። ሽዕኡ ንሱ ይጻረፍ ወይ ይተሃራረም።

ንሱ ንኻልኦት ሰባት ንሶም እዮም በደለኛታት ይብል።
ከምኡ እውን ንሱ ሳሕቲ ንነገራት ይሰብር።

ኢሳቕ ብዛዕባ እዚ ብዙሕ ጸገም ኣለዎ

ነፍስወከፍ ሰብ ሳሕቲ ሓንሳብ ይሓርቕ እዩ። እንተኾነ ግን ኢሳቕ ኣዝዩ ብዙሕ ግዜ እዩ ዝሓርቕ። ንሱ መብዛሕትኡ እዋን ይበኣስ። ብዙሓት ቆልዑት ንሱ ዓንጃል እዩ ኢሎም ይሓስቡ። ወይ ንዕኡ ይፈርሕዎ።

ኢሳቕ ነዚ ብሓቂ ደስ ዝብል ኮይኑ ኣይረኸቦን።
እዚ ንኢሳቕ ቀሳነት ዝኸልእ እዩ።

ኣቦኡ ሓገዝ ደልዩ

ናይ ኢሳቕ ወለዲ እንታይ ክገብሩ ከም ዘለዎም ኣይፈለጡን። ካልኦት ወለዲ ኢሳቕ ሕሱም እዩ ይብሉ። ኢሳቕ ክትገብሮም ዘይብልካ ነገራት ይገብር።

ሓደ ሓደ ግዜ ኣቦኡ ንኢሳቕ ይቖጽዖ። ኢሳቕ በዚ ኣይሰምዕን፣ ከምኡ እውን ኣዝዩ ይሓርቕ።

ንሱ ንኢሳቕ ዝኸውን ሓገዝ ደልዩ። ንኢሳቕ ኣቦኡ ናብ ሓኪም-ገዛ ደዊሉ።

ኢሳቕን ኣቦኡን ናብ ሓኪም-ገዛ ይኸዱ

ኢሳቕን ኣቦኡን ብዛዕባ እቲ ጸገም ነጊሮም። እቲ ሓኪም-ገዛ ጽቡቕ ገይሩ ሰሚዕዎም።
እቲ ሓኪም-ገዛ ንኢሳቕ ሓገዝ ከም ዘድልዮ ተዛሪቡ።

እቲ ሓኪም-ገዛ ንኢሳቕን ኣቦኡን ናብ ሓኪም ኣእምሮ ሰዲድዎም።

እቲ ሓኪም-ገዛን ምምሕዳር ከተማን ንቆልዑት ሓገዝ ከዋዱድሎም ይኽእሉ እዮም።

ሓደ ቆልዓ ኩሉ ግዜ ንሓደ ሰብ ናብ ቆጸራ ክማላእ ይኽእል እዩ። እቲ ቆልዓ ዝኣምኖ
ዝኾነ ሰብ።

ኢሳቕን ኣቦኡን ናብ ሓኪም ኣእምሮ ከይዶም

ሓኪም ኣእምሮ ንሰባት ምስኦም ብምዝርራብ እትሕግዝ ዶክተር እያ። ሓደ ሓደ ግዜ ሓኪም ኣእምሮ መድሃኒታት እውን ትህብ እያ። እታ ሓኪም ኣእምሮ ጽቡቕ ገይራ ሰሚዓቶም። ንሱ ወይ ንሳ ብዛዕባ ጸገማት ዘለዎም ቀልዑት ብዙሕ ኣፍልጦ ኣለዎ/ዋ። እንተድኣ ብቛንቛ ኔዘርላንድስ ክትዛረብ ዘይደለኻ ወይ ክትዛረብ ዘይትኽእል ኮይንካ፣ ሓደ ኣተርጓማይ ንኽግበረልካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ። ኣተርጓማይ ቛንቛ ብምትርጓም ይሕግዝ።

1. ኢሳቕ መጀመርታ ምስታ ሓኪም ኣእምሮ ክላለይ እዩ።
2. ድሕሪኡ እታ ሓኪም ኣእምሮ መርመራ ትገብር። ንሳ ንኢሳቕን ኣቦኡን ሕቶታት ትሓቶም። ከምኡ እውን ንቤት-ትምህርቲ። ንኢሳቕ ኣየኖት ጸገማት ከም ዘለውዎ ንምርኣይ።
3. ብድሕሪኡ እታ ሓኪም ኣእምሮ ንኢሳቕ ክትሕግዞ እያ።

እታ ሓኪም ኣእምሮ ንኢሳቕ ምዝባዕ ጠባይ ከም ዘለዎ ነጊራቶ።

ኢሳቑ ምዝባዕ ጠባይ ኣለዎ

ምዝባዕ ጠባይ እንታይ እዩ? ጠባይ ማለት፡ እቶም እትገብሮም ነገራት ማለት እዩ። ምዝባዕ ማለት፡ ገለ ነገር ብጽቡቕ ይኸይድ የለን ማለት እዩ።

ምዝባዕ ጠባይ ዘለዎ ነፍስወከፍ ሰብ ሓደ ዓይነት ኣይኮነን።

ብዙሓት ምዝባዕ ጠባይ ዘለዎም ቆልዑት ቀልጢፎም ይሓርቑ። ስለዚ ንሳቶም ንኣብነት ይጻረፉ። ሓደ ሓደ ግዜ ንሳቶም ይሰርቁ።

ንሳቶም ኣብ ቤት-ትምህርቲ ናብ ዝወሃብ ትምህርቲ ኣይከዱን። ንሳቶም ንኻልኦት የጋፍዑ። ወይ ንሳቶም ንነገራት ይሰብሩ። ወይ ንሳቶም ይተሃራረሙ።

ኣብ ምሉእ ዓለም ዝርከቡ ቆልዑት ምዝባዕ ጠባይ ክህልዎም ይኽእል እዩ

ኣብ ነፍስወከፍ ቤት-ትምህርቲ ምዝባዕ ጠባይ ዘለዎም ቆልዑት ግን ኣለዉ።

ገሊኦም ቆልዑት ብተፈጥሮ ምስኡ ዝተወልዱ እዮም። ሓደ ሕማቕ ኣጋጣሚ የሕሊፍካ ክትከውን ትኽእል ኢኻ፣ ንኣብነት ኣብ ገዛ ወይ ኣብቲ ዝመጻእካሉ መበቆልካ ዝኾነ ሃገር። እንተድኣ ኣብ ገዛ ቀሳነት ዘየለ ኮይኑ፣ እቶም ጸገማት ክገዱ ይኽእሉ እዮም። ወይ እንተድኣ ሓደ ቆልዓ ሒደት ኣዕሩኽ/መሓዙት ዘለውዎ ኮይኑ።

ኢሳቕ ሓገዝ ይቕበል

እቲ ምዝባዕ ጠባይ ንኢሳቕ ኣጸጋሚ እዩ።

እታ ሓኪም ኣእምሮ ንዕኡ ሓጊዛቶ። ንሳ ንኢሳቕ እንተድኣ ሓሪቑ እንታይ ክገብር ከም ዝኽእል ምሂራቶ። ከምኡ እውን ብኽመይ ንሱ ንጸገማቱ ክፈትሖም ከም ዝኽእል። ከምኡ እውን ብኽመይ ንሱ ብዝሓሸ ኣገባብ ኣዕሩኽ ክገብር ከም ዝኽእል።

እቶም ናይ ኢሳቕ ወለዲን መምህርን እውን ሓገዝ ተቐቢሎም።
ንሳቶም ብኸመይ ንኢሳቕ ክሕግዝዎ ከም ዝኽእሉ ተማሂሮም።

ንኢሳቕ ዝያዳ ዝሓሸ ኮይኑ

ሳላ እቲ ሓገዝ ንኢሳቕ ዝያዳ ዝሓሸ ኮይኑ።

ንሱ ገና ይሓርቕ እዩ፣ እንተኾነ ግን ሽዕኡ እንታይ ክገብር ከም ዝኽእል፣ ንሱ ሕጂ ተማሂሩ እዩ። ከምኡ እውን ንሱ ጸገማት ብዝሓሸ ክፈትሕ ይኽእል።

ንሱ ሕጂ ዝያዳ ኣዕሩኽ ኣለውዎ።

Tekst: Nienke Bekkema, Sara El Abbassi, Irma Hein, Anna de Haan en Marjolijn van Leeuwen
Illustraties: Monica Hajek
Klankbordgroep: Marzouka Boulaghbage, Meron Tewelde, Iyad Abdullah, Ouardia Sojah en Gülsen Baygül.
M.m.v.: Karin Egelmeer, communicatieadviseur Pharos.
Onmisbare steun: De jongeren die ons hielpen deze beeldverhalen te testen.

© Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, Pharos en Levvel, 2020.

Animaties van deze uitgave in het Nederlands, Pools, Tigrinya en Arabisch vind je op de websites van het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie en Pharos.

De beeldverhalen en animaties zijn mogelijk gemaakt door Stichting Kinderpostzegels en Stichting Steunfonds Pro Juventute.

voor kinderen door kinderen KINDERPOSTZEGELS · Pro Juventute · kenniscentrum kinder-en jeugdpsychiatrie · LEVVEL · PHAROS EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN