



Ku Dhiiro Geli Ilmahaaga Dhaqan-wanaagga iyo Horumarka Dugsiga

Abaabulka qorsho guriga ee barnaamijka loo yaqaan: Dhaqan wanaag, ka hor-tag iyo taakuleyn dugsiga oo idil

(Encourage Your Child's Positive Behavior and School Success: Creating a Home Plan with School-wide Positive Behavior Interventions and Supports - Somali version)

Waalidku qeyb weyn ayeey ka ciyaran horumarka dugsiga ee ilmahooda. Waalidka qaar ba ku mashquulsan guri xasilooni leh, oo ku dhiira gelinaya ilmaha waxbarashada iyo adaabta munaasabka ah, ama qaar kala shaqeeya dugsiga horumar qaas u ah ilmahooda, wa muhiim in waalidku cawinnad ka geysto waxbarashada ilmahooda. Marka dugaasida iyo walidiinta wada jir u wada shaqeyan, ardeydu guul sare ayeey ka garaan dugsiga.

Habka dugaasida qarkood u saacidan guusha

Barnaamijka la yiraahdo School-wide Positive Behavior Interventions and Supports (SW-PBIS) ee Somaliga lagu fasiri karo; Dhaqan wanaag, ka hor-tag iyo taakuleyn dugsiga oo idil wa xeelad ka mid ah xeeladaha dugsigu isticmaalo, si ay ardeyda u baraan xirfado dhaqan wanaag. Waxa baaris lagu ogaaday, in xeeladani wanaajiso jawiga waxbarasho ee dugsiga. Xeeladda PBIS waxey ku saleysantahay:

- Qeexid ah dhaqanka asaasiga ah ee laga filayo ardeyda (sida,ixtiraam lahow, xasilooni yeelo, masuul noqo). Shaqaalaha iyo ardeyda waxa laga filaya in ay dhaqanada wanagsan hor u kac iyo tusaale u noqdan.
- Bar dhaqanka iyo xirfadaha la xiriiira dhaqan-wanaaga asaasiga ah ee laga filayo.
- Hab abaal marin leh ardeydqa isticmaala xirfadaha iyo dhaqan wanaagaa.

Habka waalidku u caawini kara horumarka

Waalid ahaan, wad ka kheyb qaadan karta guul ka-gaarka dugsiga, ado guriga ku isticmaalaya xeeladaha PBIS. Markaad ilmahaaga guriga ku barto dhaqan wanaaga dugsiga lagu baro, oo aad xoojiso, waxaad ku dhiira gelineysa koboc bulsho la dhaqan iyo waxbarasho wanaag leh.

Waxad ka bilaabi karta:

- Adoo isu barbar dhiga qeynuunka guriga u yaal iyo kuwa dugsiga iyo waxa laga filayo
- Go'aanso sidaad dhaqanada munaasabka ah ee dugsiga laga filo ugu dabaqi laheyd guriga iyo jaaliyadda
- Hel hab xeer joogta ah oo ay racaan oo laga filayo (eeg mitaalada ku qoran bogga dambe)
- Tusaale u noqo dhaqanka aad doneyso in aad aragto, si joogta ah u xooji fulintooda

Baaq ah hab aad ku abaabuli karto qorsho (PBIS) guriga

Abaabulka qorsho guriga ee PBIS waxu ka caawini kara in aad barto dhaqan munaasab ah iyo xirfado bulsho la dhaqan ah. Ka bilow adoo aqoonsanaya qeynuunka qoyskaaga asalka u ah oo aad dooneyso in lagu dhaqmo. Mitalan waxa laga yaba in aad ka dooneyso in ilmahu masuul ahadan, ixtiram lahadan, iyo caawinad yeshan.

Hadi dugsiga ilmahaagu isticmalayo xeladda PBIS, waxa laga yaba in adiguna isticmaasho dhaqanada asaasiga ah ee dugsigu doonayo in ardeydu isticmalaan. Go'aanso sidaad tusaale ugu noqon laheyd, oo aad u qiimeyn laheyd dhaqanada asaasiga muhiimka kula ah, ilmaha markey jogaan meela kala duwan ama waqtiyo kala duwan.

Markad inta sameyso, waxaad qorta hab fal raac, oo kaga dheji guriga meel ilmaha oo idil arkayan. Dabadeed go'aanso habka aad u calameeyneyso ama u abal marineyso waraaqda fal raaca ah mar walbood aragto ilmahu iyago dhaqan wanaagsan sameynaya. Mitalan, ilmaha waxey helayan waqti dheraad ah oo ay ku qabtan waxey jecelyihin maalmaha ay dugsiga fasaxa ka yihin; ama rashinka ay jecelyihin helan. Hab walbo abaal marin ah ama xoojin ah oo aad doorato, si joogto ah u isticmal, mid sahlan ha ahaado, xaqiiji in aad dhaqanada wanaagsan aqoonsigooda ka badiso kuwa xun. Eeg mitaalada PBIS ee qorshaha guriga ee ku qoran qoraalkan dhamaadkiisa.

Xasuusnow, cawinaadda dhaqan wanaagga ilmaha wa go'aan qoyska oo dhan looga baahan yahay. Tani micnaheeda wa in waalidka oo idil xoojiyan go'aanada laga filayo ilmaha, isla markana tusaale bixiyan dhaqanka la doonayo.

Markad isticmaasho xeeladda PBIS, oo aad tusaalo dhaqan wanaaga asalka ha muujiso, ilmahaagu waxey baranayan dhaqan wanaaga guriga iyo dugsigaba. Tani waxey u sahleysa ilmaha in ay dhaqanada xun iska bdelan, waxeyna saacideysa horumarka dugsiga.

Kani wa titaal ah qorshaha PBIS ee guriga.

QORSHAHA GURIGA EE PBIS				
LAGA DOONAYO	Dugsiga ka hor	Dugsiga kadib	Maalmaha fasaxa	Jaaliyadda
Ixtiraam lahow	Qof walba doorkisu suuliga sugaya. Xita hadaadan eheyn dadka subaxi furfuran, ixtiram yeelo	Guriga toos u imow dugsiga kadib. Xasuusnow xeerka guriga markad ka tegeyso	Qorshaha la socodsi hooyo iyo aabe	Hadaad leedahay telefoonka gacanta, horey u khaado markad guriga ka tegeyso
Masuul ahow	Saacadda subaxi buuxso. Toos markey saacadu yeerto. Khuraacda cun. Buska raac	Hadii lo baahan yahay, wac Hooyo iyo Aabe markad guriga timaado. Casharka dugsiga ka shaqee	Ha bedelin qorshahaga adigon la socodsiin Hooyo iyo Aabe.	Raac qeynuunka baskiilka iyo wadada markaad baskiilka kaxeyneyso (Sharciyada tabeloyinka wadad, koofidda baaskiilka)
Qof caawinad leh noqol	Sariirtaada hagaaji	Saxuunta raashinka wax ka qaad, ama caawi nadiifintooda	Nadiifi qolka aad seexato. Dharkaaga dhaqo.	Qashinka halka lagu rido ku tuur, raxmad yeelo.

Kheyraad siyaada ah

Wax siyaada ah ka ogow SW-PBIS khadka boggaan hoos ku qoran:

PACER Center's Children's Mental Health and Emotional or Behavioral Disorders Project ([PACER.org/cmh](https://www.pacer.org/cmh))

Khadkan waxad ka heleysa akhbaaro ku saabsan PBIS, oo ay ka mid yihiin kuwa qoraal ah iyo kuwa la dhegeysto, oo waalidka loogu tala galay in ay ka saacidaan xiriirinta PBIS dugsiga, guriga iyo jaaliyadda.

Kansas Institute on Positive Behavior Support ([Kipbs.org](https://www.kipbs.org))

Khadkan waxu leeyahay akhbaaro mowduucyo badan, oo uu ka mid yahay Dhaqan wanaaga dugsiga oo idil, gobolka iyo cawinaad qoyska.

Minnesota School-wide Positive Behavioral Intervention and Supports (SW-PBIS) ([pbismn.org](https://www.pbismn.org))

Khadkan waxad ka heleysa akhbaaro ku saabsan SW-PBIS ee Minnesota.

Positive Behavioral Intervention and Supports ([pbis.org](https://www.pbis.org))

Khadkan waxaad ka heleysa akhbaaro balaaran oo loogu tala galay waalidka iyo shaqaalaha dugaasida ee xiseynaya in ay isticmalaan xeeladda SW-PBIS. Waxa abaaabulay Technical Assistance Center ee Positive Behavioral Intervention and Supports, oo laga soo saaray xafiiska dowliga ee Waxbarashada Qaaska ah ee Wasaaradda Tacliinta ee U.S.

Technical Assistance Center on Social Emotional Intervention for Young Children ([challengingbehavior.org](https://www.challengingbehavior.org))

Waxad ka heleysa akhbaaro sida looga hortago dhaqanada xun iyo waxad qaban karto markey dhacan dhaqanadaa.