



# Goorta Waalidiintu Ay Ka Walwalsan Yihiin Horumarka Bulsho-Dareenka Ilmahooda Xannaanada

(When Parents Should Be Concerned About Their Preschool Child's Social-Emotional Development - Somali version)

Waalid ahaan, waxaad ku jirtaa boos fiican si aad ulasocoto koritaanka jireed ee ilmahaaga iyo koritaanka da'da xirfadaha ku haboon. Sidoo kale waa muhiim inaad la socoto horumarkooda bulsho-shucuureed. Markay waaliddiintu bilaabaan inay ka fikirkaan ubadkooda u diyaarinta xanaanada, badiyaa waxay diiradda saaraan sidii ay uga caawin lahaayeen inay bartaan xirfadaha pre-kindergarten. Shaki kuma jiro inay muhiim u tahay cunugga inuu aqoonsado xarfaha, tirooyinka, iyo midabada, laakiin cilmi baarista ayaa hadda muujineysa in horumarka shucuureed ee cunugga uu sidoo kale muhiim u yahay awooddooda waxbarida iyo ku guuleysiga dugsiga. Waalidiinta waxay door muhiim ah ka ciyaaraan horumarka bulshada iyo shucuurta cunugooda. Abuuritaanka jawi diiran oo nafaqeyn leh iyo xiriir lala yeesho ilmahaaga waxay siinaysaa iyaga dareen amni iyo saadaalin. Markaad ka jawaabto baahiyaha ilmahaaga, waxaad ka caawinaysaa ilmahaaga inuu barto inuu ula dhaqmo si ku haboon shucuurtooda. Barnaamijka Waxbarashada Gaarka ah (IEP) tan waxaa badanaa loogu yeeraa awoodda is-xakamaynta. Is-xakamaynta ayaa muhiim u ah ka caawinta iyaga inay bartaan inay aqoonsadaan oo ay maareeyaan shucuurtooda una fahmaan shucuurta dadka kale.

Waxaa sidoo kale muhiim ah in la xasuusto in canug walba uu leeyahay dabeecad iyo dabeecad gaar ah. Ilmahaagu waxaa laga yaabaa inuu xitaa yahay mid xanaaqsan ama caajis badan, ka socda ama xishood badan. Dabeecaddooda iyo shakhsiyaddooda ayaa saameyn ku leh sida ay uga falceliyaan deegaanadooda. Fahmitaanka dabeecadda ilmahaaga ayaa kaa caawin doonta inaad taageerto oo aad siiso nabadgelyo, kobcin jawi ay u baahan yihiin.

Naafonimada ilmahaagu waxay sidoo kale saamayn ku yeelan kartaa horumarka xirfadahooda bulsheed. Ilmaha qaba baahida wada hadalka waxaa laga yaabaa inay ku adkaato inuu la hadlo ama fahmo asxaabta kale. Natijjo ahaan, cunuggu wuu iska ilaalin karaa inuu la macaamilo carruurta kale. Ilmaha ay ku adag tahay feejignaanta iyo ku sii ekaanta hawsha ayaa ku dhibtoon kara inuu diirada saaro ciyaar ama ciyaar uu ku dhammeeyo asxaabta. Cunug dib u dhac ku yimaada awooddiisa is-xakamaynta ayaa la dhibtoon kara markay niyad jabaan ama aan loo oggolaan inuu xakameeyo waxqabad ama wadahal. Noocyada dib udhaca ah waxaa wax looga qaban karaa iyada oo loo marayo barnaamijka waxbarashada shaqsiyeed ee ilmahaaga (IEP) iyadoo la samaynayo himilooyin iyo ujeedooyin lagu caawinayo ilmahaaga inuu kordhiyo xirfadahooda bulsho iyo shucuureed. Jaantuska soo socda waxaa loogu talagalay inuu ka caawiyo waalidiinta fahamka qaar ka mid ah astaamaha horumarka bulshada iyo shucuurta caadiga ah ee carruurta aan weli gaarin dugsiga. In kasta oo aanu ahayn mid dhammaystiran, jaantuskani wuxuu kaa caawin karaa inaad aqoonsato dabeecadaha welwelka ka qabo in muddo ah. Haddii walaacyadu sii socdaan, waa inaad la xiriirtaa bixiyaha xanaanada caafimaadka ilmahaaga ama aad u gudbisid adoo adeegsanaya barnaamijka [Help Me Grow](#), oo ah kheyraad kaa caawin doona u diritaanka degmadaada dugsiga degmada.

| Dabeecadda Caadiga ah ee Carruurta Da'da 3-5            | Dabeecadaha walwalka leh   | Tiro talooyin ah ee uu waalidku qaban karo   |
|---|--|--|
| Waxay ku habeysaa xaalado cusub iyadoon qof weyn joogin | Wuxuu noqdaa mid walwalsan marka waalidku la joogin, xitaa hadi ay jogaan jawi ama goob ay garanayan | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ku taageer ilmahaaga iney kalsooni ku lahaadaan dadka waaweyn ee sida joogtada ah ula shaqeeya</li> <li>Ka caawi cunugaada inuu udiyaar garoobo xaaladaha cusub adoo ka dhigaya inuu ciyaar, waxa laga yaabo inuu ka walwalsan yahay sida aadista dugsiga, barbaarinta</li> </ul> |

| Dabeecadda Caadiga ah ee Carruurta Da'da 3-5   | Dabeecadaha walwalka leh   | Tiro talooyin ah ee uu waalidku qaban karo   |
|--|--|--|
| Aqoonsado oo ka jawaab celiso muujinta shucuurta dadka kale  | Waxay umuuqataa ineysan ka warqabin dareenka dadka kale iyo sida ficilladooda ay saameyn ugu yeelan karaan dadka kale ee hareerahooda ah | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adeegso buugaag iyo fiidiyowyo si aad uga hadasho dareenka dadka kale. Weydii sida qof ka mid ah buugga ama fiidiyowga</li> <li>• Aqoonso dareenka iyo shucuurta aad ku aragto ilmahaaga kalana hadal iyaga</li> <li>• Ka hadal dareenkaaga gaarka ah iyo sababta aad u dareemeyso sida.</li> <li>• Tus ilmahaaga inay fikirradooda iyo dareenkoodu muhiim yihiin. U oggolow iyaga inay muujiyaan dareenno togan iyo kuwo taban labadaba</li> </ul> |
| Wuxuu bilaabayaa inuu fahmo goorta la isticmaalo ilaha bulshada /shucuurta sida dadka waaweyn, facooda, ama waxyaabaha taageerada  | Wuxuu noqdaa mid jahwareersan oo ay ku adkaato is-xakameynta   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ku boorri cunugaaga inuu adeegsado ereyo uu ku codsado caawimaad</li> <li>• Ka caawi ilmahaaga inuu barto xeelado lagula macaamilo jahwareerka</li> <li>• Bar ilmahaaga siyaabo ay isku dejiyaan markay dareemayaan shucuur xoog leh</li> <li>• Ka caawi ilmahaaga inuu barto xirfadaha xalinta dhibaatooyinka</li> <li>• Ku ammaan ilmahaaga markay u maareeyaan jahwareerka sida ugu habboon</li> </ul>   |
| Wuxuu baranayaa inuu door sugo, wax la qaybsado, lana shaqeeyo dadka kale  | In ay awoodin ku biirida iyo la ciyaarida caruurta kale  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bar ilmahaaga sida loo ciyaaro, fahmo qawaaniinta, oo u noqdo mid guusha iyo guul la'aantaba is xakameyn kara. Tani sidoo kale waa fursad lagu barayo ilmahaaga inuu la shaqeeyo asxaabta, xalliyo khilaafaadka, iyo dhisida iyo joogteynta saaxiibtinimada</li> </ul>  |
| Wuxuu adeegsadaa ereyo ama calaamado si uu u muujiyo shucuurta, intuu dagaalami lahaa (sida marku caroodo ama uu jahwareero)   | Waxu leeyahay camal xun ama dabeecad xun marka uu xanaaqo  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ku taageer muujinta dareen habboon</li> <li>• Si xasilooni ah oo joogto ah uga caawi cunugaaga dareenka iyo xakameynta dabeecadda. Ka caawi ilmahaaga inuu barto erayada ama calaamadaha si uu u muujiyo dareenkiisa</li> <li>• Bar ilmahaaga siyaabaha loola macaamilo shucuurta kala duwan. Ka hadal habab ku habboon iyo kuwo aan habboonayn si loola macaamilo</li> </ul>   |
| Waxay muujinayaan koritaan ah karti iyo xirfad ku biirida iyo isdhexgalka wanaagsan iyo waxqabadyada asxaabta iyo dadka waaweyn (Si fudud ayey ugu biirayaan dadka kale howlaha) | Si aan caadi ahayn ayu u bah-go'an yahay ama murugo la moodo. Wey ku adagtahay ku biirista iyo la dhaqanka dadka kale                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hubso in ilmahaagu xiriir joogto ah la yeesho carruurta kale ee isku da'da ah, mid mid iyo kooxda</li> <li>• Haddii ilmahaagu xishood badan yahay, sii waqti ay kooxda ugu biiraan. U sharax xaaladda, kana caawi ka mid noqoshada kooxda.</li> <li>• Ku taageer cunugaaga barashada sida loogu biiro xarakadaha kale ee ilamahu qabanayaan</li> <li>• Bar ilmahaaga sida weydiyo ilmaha kale inuu la ciyaaro</li> </ul>                            |

## Kheyraad Dheeraad ah

Haddii aad su'aalo qabtid, fadlan wac Xarunta PACER lambarka 952-838-9000 oo weydii inaad la hadasho u-doodaha carruurnimada hore ama iimayl u soo dir PACER@PACER.org si aad ugu xidho u-doode.

Waxaad marin ka heli kartaa Qoraalka PACER Center [“Haddii Aad Ka Welwelsan Tahay: Goorma iyo Sida Loo Weydiisto Qiimeynta Waxbarashada Gaarka ah ee Ilmahaaga Xanaanada”](#).