

Dugsiyada Ammaanka ah Waa Kuwa Firfircoon

Xeeladaha ay adeegsan karaan waalidiintu

Ogaanshaha in ilmahaaga loo xoogsheegto ama in ilmahaagu u xoogsheegto ardayda kale waa arrin walaac iyo wareer badan. Badiba waalidiintu marka hore waxay dareemaan caro, buuq iyo dambi.

Macluumaadka soo socda waxaa loo sameeyey si uu kuu siiyo xeelado waxtar leh si aad wax-uga-qabato dhacdooyinka xoogsheegashada.

Maxay tahay xoogsheegashadu?

Xoogsheegashadu waa marka qof amase koox dad ah, kuwaas oo markaas leh xoog badan ay si ula kac ah uga caraysiiyaan ama waxyeelleeyaan qof kale wax ka badan hal mar. Xoogsheegashada waxaa ka mid ah xoogsheegashada dagaalka sida wax ku dhufashada ama xoogsheegashada afka ah sida caydda ama xoogsheegashada sida aan toos ahayn uga faafinta warar-been ah.

Xoogsheegashadu maahan

- xaaladda ay jirto iska hor-imaad is-le'eg – tusaale, xoog is-le'eg halkaas oo ay ardaydu labaduba caraysan yihiin oo ay badanaa doonayaan xalka dhibaataada.
- diidmada bulshadeed ama nacayb (inay soo noqnoqoto ama si toos ah loogu sameeyo qof gaar ah maahee).



- dhacdo hal mar ah oo xummaan iyo yasid ah ama falal talantaali ah oo dagaal iyo cabsiin ah.

Sidee baan ku ogaan karaa haddii ilmahaaga loo xoogsheegto?

Calaamadaha qaarkood lagu garan karo in ilmaha loo xoogsheegto waxaa ka mid ah:

- doonis la'aanta ama diidda inuu aado dugsiiga
- dareenka xannuunsanaan subaxdii
- googoynta dugsiiga
- ku liidashada shaqada dugsiiga
- gooni u socodka, hadal googo'an iyo isku kalsooni la'aanta
- seexashada asagoo ooyaya, iyo asagoo lagu arko salal
- weydiisashada lacagta ama bilaabidda inuu lacagta xado (si uu xoogsheegtaga ugu baado)
- asagoo diida inuu ka hadlo waxa khaldan
- asagoo ay ku yaalliin nabarro, meelo go'an iyo xagatimo aan la aqoon cidda ku dhufatay
- bilaabidda inuu u xoogsheegto carruuraha kale ama walaalihiis
- asagoo noqda mid dagaal badan oo macquul ahayn

Waxaa laga soo qaatay *Kidscape*, oo laga heli karo: www.kidscape.org.uk/parents/signsof.shtml



Maxaan samayn karaa haddii ilmahayga loo xoogsheegto?

Tallaabada 1aad: Si fican u dhagayso ilmahaaga waxaadna u muujisaa danayn iyo taageero.

Tallaabada 2aad: Sii la-talin macquul ah – haku dhiirigelin ilmahaaga inuu dagaallamo, tani xoogsheegashada ayey sii kordhinaysaa.

Tallaabada 3aad: Ku caawi ilmahaaga inuu qaato xeeladaha fican oo ay ka midka yihiin:

- dhihidda I-dhaaf iyo asagoo deggan inuu ka dhaqaaqo xoogsheegtaha
- iska ilaalinta xaaladaha u keeni kara in loo sii xoogsheegto
- inuu yeesho saaxiibo yar

Tallaabada 4aad: Weydii ilmahaaga su'aalaha soo socda si aad u garato inuu jiro falal joogto ah:

- Sidee, halkee iyo goorma ayey dhacdadu dhacday?
- Yaa ku jirey arrinta mar kasta?
- Qof kale ma arkayey, iyo haddii ay sidaas tahay, kumuu ahaa?
- Maxaa xallal ah oo ilaa iyo hadda laga gaarey arrintaas?
- Magacyada wax barayaal ah oo arrintaas ka warqaba.

Tallaabada 5aad: Kala shaqee dugsiga ilmahaaga si loo xalliyo dhibaataada. Dugsiyada xil adag baa ka saran arrimaha falalka xoogsheegashada, waxayna badanaa ku guulaystaan markii waalidiintu ay dugsiga kala shaqeeyaan si loo xalliyo dhibaataada xoogsheegashada.

Xusuusnow, haddii aadan ka warqabin in ilmahaaga loo xoogsheegto, waxaa dhici karta inaysan barayaashuna ayaguna ka warqabin arrintaas.

Waa inaad:

- Ballan la samaysataa baraha ilmahaaga, waana inaad qoraal ka samaysataa qoddobada aad doonayso inaad kala hadasho kulanka ka hor.
- Marka kulanku socdo isku day inaad isdejiso oo aad macluumaadka u gudbiso si cad si adiga iyo dugsiyada isaga kaashataan inaad xallisaan dhibaataada.

Dugsiyada wuxuu u baahan yahay waqti uu ku baaro oo uu kula hadlo barayaasha iyo ardayda kale.

Tallaabada 6aad: Waxaad samayn kartaa taleefoon dabagal ah si aad u ogaato wixii laga qabtay arrinta ama sidaas baddalkeeda weydii dugsiga marka ay kula soo xirriiri doonaan.



Safe schools are
effective schools

Tallaabada 7aad: Kala shaqee dugsiga sidaad ugu samayn lahaydeen in wax laga qabto xaalladda jirta iyo wixii dhacdooyin xoogsheegasho ah oo mustaqbal dhaca. Ka hor intaadan tegin, weydii inay caddahay tallaabada xigta ee qorshahan.

Tallaabada 8aad: Haddii loo baahdo, weydii in la-taliyaha dugsigu uu arrinta ka qaybqaato.

Tallaabada 9aad: Ku dhiirigeli ilmahaaga inuu u soo sheego wixii dhacdooyin xoogsheegasho kale ah baraha ay dugsiga ugu kalsoon yihiin.

Maxaanan samayn karin haddii ilmahaaga loo xoogsheegto?

- Si toos ah ha u qaabilin ardayga kale kaas oo aad u malaynayso inuu ka qaybgalo xoogsheegashada ilmahaaga.
- Ha isku dayin inaad arrinta ku xalliso adoo la hadla waalidkooda. Arrintan ma shaqaynayso wayna ka sii daraysaa arrintu.

Maxaan samayn karaa haddii uu ilmahaagu u xoogsheegto ardayda kale?

- Si deggan wax uga qabo oo aan is-difaac ahayn, iskuna day inaad dugsiga kala shaqayso siduu ugu maarayn lahaa arrinta si waxtar leh.
- Arrinta u arag si fursad ah oo ilmahaagu ku baran karo casharro horumarineed oo muhiim ah.

Waxa AANAN samayn karin haddii ilmahaagu u xoogsheegto ardayda kale?

- Si toos ah ha u qaabilin ardayga kale ee loo xoogsheegtay ama waalidkiisa iskuna day in waalidiinta kale ay la saftaan ilmahaaga.

Maxaan samayn karaa si aan u yareeyo xoogsheegashada ka jirta dugsiga?

- U soo sheeg dugsiga dhammaan dhacdooyinka xoogsheegashada, oo keliya aan ahayn kuwa ku dhaca ilmahaaga.
- U ogolow ilmahaaga inuu ogaado sida aad u neceb

tahay xoogsheegashada iyo sababta aad ku neceb tahay.

- Wax kasta oo xoogsheegasho ah oo guriga ka dhacda waa in layska ilaaliyaa, ixtiraamka dadka kale waa in la bartaa oo la dhiirigeliyaa.
- Kala hadal ilmahaaga wixii astaamooyin ah ee la xirriira saaxiibtinimada runta ah, hana ku dhiirigelin inay sii wadaan 'saaxiibtinimada' lagu xumeeyo ama aan lagu ixtiraamin.

Website-yada waxtarka ah:

Dugsiyada Ammaanka ah Waa Kuwa Firfircoon:
(Safe Schools are Effective Schools):

www.sofweb.vic.edu.au/wellbeing/safeschools/bullying/index.htm

Xeerka Asluubta ee Ardayda:
(Student Code of Conduct):

www.sofweb.vic.edu.au/wellbeing/welfare/conduct.htm

Xoogsheegashada. Maya mar kasta!
(Bullying. No Way!):

www.bullyingnoway.com.au



Safe schools are
effective schools