

ድሉዋት ኢና

ቴሌፎን
+49 (0)40 8901 215

ሶኒ 5 ድ.ቀ. – 7 ድ.ቀ.
ሶሉስ 10 ቅ.ቀ. – ሰዓት 12 ቀትሪ
ሮቡሶ 1 ድ.ቀ. – 3 ድ.ቀ.
ዓርቢ 10 ቅ.ቀ. – ሰዓት 12 ቀትሪ

እታ መላሰት ማሸን ጸውዒትኩም እንተድኣ ተቐቢላቶ፡ ቁጽር ኹም ግደፉ ጥራይ፡ ብዝተኻእለ መጠን ብቕልጡፍ ክንድውለልኩም ኢና።

ኣጼይል
info@zuendfunke-hh.de

ብእንላይን ምኽሪ ምሃብ

ኣጼይል ውሑስ ኣገባብ ርክብ ስለዘይኮነ፡ ብመንገዱ እቲ ብፍሉይ ንፍሉያት ማእከላት ምኽሪ ዝተዳለወ መርበብ ምኽሪ DGfPI እውን ምኽሪ ንህብ።



ኣድራሻ
Zündfunke e.V.
Hospitalstrasse 111
22767 Hamburg
zuendfunke-hh.de



ምክልኻል

ምክልኻል ኣብ ምምካት ጾታዊ ዓመጽ ሓደ ባእታ እዩ። ህጻናት ኣብ ልዕሊ ድሌታቶምን ኣካላቶምን ርእሰ-ምሕደራ ክህልዎም ሓይሊ ምሃብ፡ ከምኡ'ውን ብዛዕባ መሰላቶም ምምሃር፡ ናይዚ ወሳኒ ባእታ እዩ። ምክልኻል ማለት ህጻናት ናይ ዓርሶም ሓለዋ ብሕታዊ ሓላፍነት ክወስዱ ምግባር ማለት ኣይኮነን፤ ይኹን እምበር፤ እዚ ሕብረተሰባዊ ግዴታ ኮይኑ ኩሉ ግዜ ንዓበይቲ ይሕተት።

ኣብ ዕድመ መዋእለ ህጻናትን መባእታ ትምህርትን ንዝርከቡ ህጻናት ዝተፈለለዩ ናይ ምክልኻል ፕሮጀክታት ነቕርብ።

ናይ ወለዲ ምሽታት ብፍሉይ ቴማታት ነኣንግድ፣ ኣብዚ እዋን'ዚ ብዛዕባ ጾታዊ ዓመጽ መሰረታዊ ሓበሬታ ንህብን ብዛዕባ ምክልኻልን ምትእትታውን ስትራተጂታት ንዛተ።

ስልጠና

ካብ ዝተፈለለዩ ሞያዊ ዓውድታት ንዝመጹ ሰራሕተኛታት ሞያዊ ስልጠና ንህብ፡ ከም ስነ-ኣእምሮኣዊ ማሕበራዊ፡ ስነ-ምምሃር፡ ፍወሳዊ ወይ ተመሳሳሊ። እዚ ስልጠና እዚ ከም ትርጉም(ታት)ን ዝርገሐን ጾታዊ ዓመጽ ኣብ ቁልዕነትን ጉርዝውናን፡ ጾታዊ ምዕባለ ህጻናት፡ ስትራተጂታት ገበነኛታት፡ ሓደጋን መከላኸልን ረቓቒታት ንዝተጎድኡ ህጻናት፡ ዕድላት ምክልኻልን ምትእትታውን፡ ከምኡ'ውን ኣማራ ጺታት ሓገዝን ደገፍን ዝኣመሰሉ ዛዕባታት ዝሸፍን እዩ።

ጾታዊ ዓመጽ እንታይ እዩ?

ጾታዊ ዓመጽ ብዙሕ መልክዕ ኣለዎ። ንኣብነት፡ ዘይተሓተተ ስእሊ፡ ዘሕርቕ ወይ ዝሕብር መግለጺ፡ ምጥማት፡ ምሕቋፍ ወይ ድማ ጾታዊ ተግባራት ክትዕዘብ ምግዳድ ወይ ንኽትፍጽሞ ጸቕጢ ምግባር ማለት እውን ክኸውን ይኽእል። ጾታዊ ዓመጽ ዝፍጠር ንጾታዊ ተግባራት ፍቓድ ምስ ዘይወሃብ ወይ ክወሃብ ምስ ዘይክእል እዩ። ሓደ ሓደ ግዜ፡ ዋላ 'ውን ብፍቓድ፡ ነገራት ቅኑዓት ኮይኖም ኣይስምዑን'ዮም፤ ሓደ ሓደ ግዜ እዚ ስምዒት እዚ ድሕሪ ወይ ገለ ግዜ ምስ ሓለፈ ጥራይ እዩ ዝፍጠር። እዚ እውን ጾታዊ ዓመጽ እዩ። ጾታዊ ዓመጽ ግድን ኣካላዊ ክኸውን የብሉን፤ ብቓላት ወይ ብመልክዕ እውን ክፍጽም ይኽእል እዩ። ብኢንተርኔት ክኸሰት ይኽእል፣ ብኻልእ ዓይነት ዓመጽ ክስነ ይኽእል። ኣብ ከምዚ ኩነታት ስልጣን ኩሉ ግዜ ብዘይግቡእ ይጥቀመሉን ናይ ጽግዕተኛነት ዝምድና ይምዝመዝን። እቲ ሓላፍነት ኣብቶም ገበነኛታት ጥራይ እዩ። መብዛሕትኡ ግዜ፡ እቲ ገበነኛ ምስቲ ግዳይ ዝፍለጥን ቅርበት ዘለዎን እዩ። እዚ ድማ ብዛዕባኡ ንምዝራብን ነቲ ተግባራት ዓመጽ ኢልካ ንምጽዋዕን ኣዘዩ ከጸግመካ ይኽእል። እቶም ዝተጠቓቡ ሰባት ሕፍረት ወይ ናይ ገበነ ስምዒት ክስምዖም ይኽእል እዩ፤ ንነዊሕ እዋን ዘጸንሕ ስነ-ኣእምሮኣዊ ሳዕቤናት ድማ ከጋጥሞም ይኽእል።

ኣብ ልዕሊ ህጻናትን መንእሰያትን ዝፍጽም ጾታዊ ዓመጽ ከብቕዕ ኢና ንደሊ። ነዚ ንምግባር ድማ መዋቕራዊ ጠንቅታት ዓመጽን ኣድልዎን ዘይምንጻግ ወሳኒ እዩ። የግዳስ ኣቓልቦ ክንህብን ክንስምዕን ክንኣምንን የድልየና።



ኣብ እዋን ቁልዕነት ወይ ጉርዝውና ንዝፍጽም ጾታዊ ዓመጽ ዝምልከት ፍሉይ ማእከል ምኽሪ

ተልእኾ Zündfunke e.V. ኣብ ልዕሊ ህጻናትን መንእሰያትን ዝፍጽም ጾታዊ ዓመጽ ንምክልኻል፡ ንምዝራግን ንምብዳህን እዩ።

Zündfunke ኣብ ግዜ ንእስነቶም ወይ ጉር ዝውናኑም ጽታዊ ዓመጽ ዘጋጠሞም ሰባት ዝሕግዝ ማእከል ምኽሪ እዩ። ኣብዚ፡ ንዝተጎድኡ ህጻናትን መንእሰያትን፡ ወለድን ካልኣት ኣለይትን፡ ከምኡ'ውን ንሰብ ሞያ ከም መምህራን ደገፍ ንህብ።

ምኽርን ደገፍን ንህብ፤

- ህጻናት፡ መንእሰያትን መንእሰያት ዓበይትን (ካብ ኣርባዕተ ክሳብ 27 ዓመት ዝዕድሚኦም)
- ኣለይቲ ሕሙማት
- ሰብ ሞያ

ብተወሳኺ ንህብ፤

- መደባት ምክልኻል
- ተወሳኺ ትምህርቲ
- ቴማ ዝቐንጐ ጉጅለ ፍወሳ

ምኽሪ ንህጻናት፡ መንእሰያትን መንእሰያት ዓበይትን ጽታዊ ዓመጽ ዘጋጠሞም ወይ ኣብዚ እዋን'ዚ ዘጋጥሞም ዘሎ

ንኣምነኩም ኢና። እዚ ድማ እንታይ ከም ዘጋጠመ ብልክዕ ክትነግረና ኣየድልየካን ማለት እዩ። እንተደሊኻ ግን ትኽእል ኢኻ።

ብዙሓት ካብቶም ዝተጠቐሙ ሰባት ዘይርጉጽነት ወይ ዝተሓላለኹ ስምዒታት ከጋጥሞም ከምዘለዎ ንፈልጥ ኢና። ብዛዕባኡ ምዝራብ ክሕግዝ ይኽእል እዩ።

እንህቦ ምኽሪ ብወለንታና እዩ።

እቲ ምኽሪ ኣብቲ ዘድልየካን እትደልዩን ዘተኮረ እዩ።

ምስቶም ዝተጎድኡን ንዓኣቶምን ንሰርሕን ቀዳምነትና ንገብርዎን።

እቲ ምኽሪ ምስጢራዊ እዩ - ማለት ብዘይ ኣፍልጦኻ ናባና ከም ዝመጸእኻ ወይ ዝተዘራረብናሉ ሰብ ኣይንነግርን ኢና።

እንተደሊኹም ስሞም ከይገለጽኩም እውን ክትጸንሑ ትኽእሉ ኢኹም፡ ስምኩም ክትህቡ ድማ ኣየድልየኩምን።

ልዕሊ 27 ዓመት ዲኻ? ካብ ሓደ ክሳብ ሰለስተ ናይ ምኽሪ ክፍለ ግዜታት ዝሓቐፈ ናይ መጀመርታ መምርሕን ደገፍን ንህብ፤ ኣብዚ እዋን እዚ ግቡእ ኣማራጺታት ኣብ ምርካብ ሓገዝ ንገብር።

ህጻናትን መንእሰያትን ንበይኖም ክከላኹሉ ኣይክእሉን እዮም። ገበነኛታት ከመይ ከም ዝገብሩ ዝፈልጡ፡ ህጻናትን መንእሰያትን ዝልእኹም ምልክታት ዘለልዩን ብዛዕባ ናይ ደገፍ ኣማራጺታት ዝፈልጡን ናይ ዓበይቲ ርክባት የድልዮም።

ንውልቃዊ ኣለይቲ ሕሙማት ምኽሪ ምሃብ

ሓደ እትቐርቦ ቆልዓ ወይ መንእሰይ ብጽታዊ ዓመጽ ከምዝተሃሰየ ወይ ከምዝተሃሰየ ምጥርጣር ወይ ምፍላጥ ክትስከሞ ከቢድ ጸር ክኸውን ይኽእል።

ነቲ ኩነታት ኣብ ምግምጋምን ነቲ ህጻን ንምክልኻል ዝሕግዝ ውጥን ስራሕ ኣብ ምድላውን ክንድግፈኩም ኢና። ባዕልኻ ደገፍ ምድላይ ነቲ ዝተጎድኦ ህጻን ቀጻሊ ክንክን ክትገብረሉ ንምኽኣል ወሳኒ ስጉምቲ እዩ።

እቲ ምኽሪ ብነጻን ኣድላዪ እንተኾይኑ ድማ ስሙ ዘይተገልጸን እዩ።

ምኽሪ ንሰብ ሞያ

ኣብ ልዕሊ ህጻናትን መንእሰያትን ዝፍጽም ጽታዊ ዓመጽ ክትገጥም ወይ ክትገጥም ምግዳድ፡ ንሰብ ሞያ ስነ-ኣእምሮኣዊ ማሕበራዊ ናብ ደረቶም ክደፍኑም ወይ ክዓብጦም ይኽእል። ርግጻኛ መርበብን ከመይ ጌርካ ከም እትዋሳእ ዝሕብር መምርሕታትን ንዝተጎድኡ ህጻናትን መንእሰያትን ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ።

ኣብ ውሽጥኻ ስምዒት እንተሃልዩካ ብዘየገድስ፡ ናይ መጀመርታ ስዉር ጥርጣረ ወይ ጽታዊ ዓመጽ ይፍጽም ከምዘሎ ጭቡጥ ፍልጠት ብዘየገድስ ምኽርን ደገፍን ንህብ።



“Zündfunke
Hospitalstrasse 111
22767 Hamburg