

# RÊNIMÛNA DÊBAVAN JIBO CUDABÛNA HÊDÎ HÊDÎ



## Bi Xêr Hatî Bo Bernameya Çavdêrî û Xweyîkirina Zarokên Tezehatî (Care For Newcomer Children – CNC)

*Bi xêr hatî bo bernameya meya ya CNC'yê!*

*Bo ku em bikarin alîkariyê bikin ku zarokê te hesta ewlehiyê bike û eva ku tu bikarî bêyî dilgiraniyê dersa xwe bidomîmî, eva girîng e ku demekê terxan bikî da ku nêzikî bername û kedkarên me bibî.*

*Carna dema ku dêbav bo cara yekê neçar dibin ku zarokê xwe tenê bihêlin, zarok digirîn, hesta şerpezetîyê dikin an bertekeka tund nîşan didin. Ev bêhedariya cudabûnê rewşeka xwezayî ye – bi taybet heke cara yekê ye ku zarokê te beşdarî bernameya xweyîkirina komkî dibe. Bona alîkariya we her duyan jibo derbasbûna serketî ji vê qonaxê, em ji riya cudabûna hêdî hêdî (Gradual Separation), cudabûnên seretayî bi baldarî bi rêve dibin.*

## Cudabûna hêdî hêdî çî ye?

Cudabûna hêdî hêdî yanî hevdem digel hesta rihetiya zêdetir a zarok li nav bernameyê, dema cudabûnê navbera dêbav û zarokan zêde dibe. Ev kara hewcedara hevkariya te bi kedkarên bernameyê ra û amadekirina zarok jibo yekem cudabûna pêşerojê ye.

### Cudabûna hêdî hêdî:

- Rêzê li hewcetiyan zarokan digire,
- Alîkariya zarok dike ku hesta ewlehî û parastîbûnê bike,
- Bona veguhestina bê kêşe ya zarok bo bernameya me alîkariyê dike, û
- Hevdem digel mezinbûna zarok, rewşê jibo cudabûnên serketî û girêdayîbûna saxlem amade dike.

Li bara kesên ku cudabûnên seretayî yên wan bandorên nerênî li wan kirine, dê demeka zêdetir pêwîst be da ku nêzikî bernameyê bibin, lewma bila ev amadetiya te hebe ku heke pêwîst bike li cem zarokê xwe bimînî. Her zarokek cihê ye, lê ya girîng ev e ku tu leza me li warê cihanîna pêvajoyê tunebe.

## Cudabûna hêdî hêdî çawa ye?

### Beriya destpêkirina polê:

- Heke mumkin e hevrê digel zarokê xwe seredana bernameya me bike.
- Li bara zarokê xwe, bername û plandarêştina cudabûna ji zarok, bi kedkarên me ra bipeyive. Ev kar alîkariya zarok dike ku kedkarên bernameyê wek kesin pêbawer kirî binase.
- Heke pêkan e, pola xwe nîşanî zarokê xwe bide.

### Rojên destpêkê yên amadebûna zarokê te

- Hewil bide ku aram û bi meraq bî.
- Here cihekî ku fikr dikî zarokê ted ê zêdetir lezet bibe û lîstika hezkirî bo zarokê xwe ragihîne kedkaran.
- Bala xwe tam bide ser zarokê xwe. Pêra biaxive, pêlîstokan nîşanî wî/ê bide û bi wan ra bilîze.
- Zarok renga meyla xwe bo pişkên din ji nîşan bide, van pişkan ji berçav bigire û meyl û hezên wî/ê bişopîne.
- Amaje û îşareyan kedkaran berçav bigire.
- Dema ku zarok amade bû, wî/ê jibo lîstina digel zarokên din û kedkaran han bide. Heke fikir dikî zarok hîn amade nîne, baştir hinekî zêdetirê sebr bikî.
- Dema ku zarokê te bikare bi tenê bi yên din ra bilîze, ev nîşaneyek baş e ku yekem cudabûn ceribandîye! Pêngavekê paşve bikişe da rewşê bixî bin çavdêriya xwe.

# RÊNIMÛNA DÊBAVAN JIBO CUDABÛNA HÊDÎ HÊDÎ

- Heke zarokê te bilez li pey te hat, û wer xûya kir ku hewcedara hebûna te li kêleka xwe ye, di vê rewşê da renga hîn amade nebûye.
- Bo zarokên ku liv û tevgrên tund û tecrube û serpêhatiyên bibandor ên nerênî hebûne renga cudabûn hewcedara pêvajoyeka dirêjtir be.

## Cudabûnên seretayî

Dema ku te û kedkaran dît ku zarokê te meyl û meraqa xwe bo lîstinê nîşan dide û rihettir xûya dike, dikarî bo demeka kurt ji bernameyê derkevî.

- Ji zarokê xwe ra bêje ku diçî destavê û heta du deyqeyên din dê vegeerî.
- Nema bêyî ragihandina kedkaran ji odeyê derkeve.
- Here destavê û teqez wisa ku te pêra gotibû, vegere.
- Heke ev cudabûna seretayî bo zarokê te tecrubeyeka dijwar bû, renga zarok hîn amade nebûye.

Piştî wê yekê ku yekem cudabûn bi başî pêk hat, wê demê dikarî duyem cudabûnê ku dema wê hinekî zêdetirê ye, biceribînî (5-15 deyqe). Û piştra cudabûna sêyem, ku dema wê heta ji ya pêşîn zêdetir e (10-20 deyqe).

Ev cudabûnên kurt dê hesta pêbaweriyê li zarokê te xurtir bikin û dê alîkariya wan bikin ku fêhm bike ku tu yê hertim vegeerî ba wî/ê. Li bara her cudabûnê:

- Cûrek tevbigere.
- Ji zarokê xwe ra bêje ku tu yê biçî. Hêdî derketinê dê bibe sedema qutbûna pêbaweriyê û dê cudabûnên pêşerojê diwartir bike.
- Heta radeya pêkan xatirxwestina xwe kurtir bike û hertim bila endamekî nasyar / neguhêrbar a kedkaran li kêleka te hebe da ew piştî çûyîna te, alîkariya zarok bike.

- Piştî vegeeriyana ba zarokê xwe, bala xwe bide ser babetên erênî. Ji zarokê xwe bipirse bi kîjan pêlîstokî lîstiyê an kêfa wî/ê ji çi hatiye.

Dema ku zarokê te bêyî nerihetiyê gellek zêde karî vê cudabûna kurt tehemul bike, amadetiya wî/ê bo çûyîna te heye! Dema ku bo cara yekem bo tevahiya bernameyê ji bernameya zarok derdikevî, hewil bide ku ji yekem kesan bî ku bona birina zarokê xwe vedigerî da ev fikr li zarokê te xurt bibe ku tu yê hertim vegeerî.

## Heke zarokê min xemgîn û nerihet bû, çi bikim?

Heke hela jî kêşeya zarokê te bi cudabûna ji te ra heye, hewil bide xwe nerihet nekî. Renga hewce be ku demeka zêdetir bi zarokê xwe ra derbas bikî da alîkariya wî/ê bikî ku hesta rihetî û dilniyayiyê bike. Anîna pêlîstok, lihêf û petû, an danîna şal an kirasê xwe li ba zarok ji renga alîkariya wî/ê bike ku hesta rahetiyê bike.

Kedkarên bernameyê alîkariya gellek ji malbatan kirine ku vê pêvajoyê serketî derbas bikin; Ewna dê rê nîşanî te bidin û pişta te bigirin.



ALÎKARIYA BO XWEYÎKIRIN Û BICIBHÛNA  
ZAROKÊN KOÇBER

Jibo wergirtina çavkaniyên agahiyan serilî malpera:  
[www.cmascanada.ca](http://www.cmascanada.ca) bide



Care for  
Newcomer  
Children