

ትሕቲ 12 ወርሒ

(Under 12 Months)

ምኽርታት ዘረባን ቋንቋን

(Speech and Language Tips)



ዕሸላት ይዛረቡ ድዮም? ምናልባት ዘይከዛረቡ ይኸእሉ ይኹኑ፤ እንተኹን ግን ብዙሕ ይነግሩኻ!

(Do babies talk? Maybe not, but they tell you so much!)

ሓደ ህጻን ንኣስታት ሓደ ዓመት ናይ መጀመርታ ቃሉ ከይዛረብ ይኸእል እዩ፤ ግን ብዙሕ ከነግረካዝደልዮ ነገራት ኣሎ። ወለድን ኣለይትን ውላዶም እንታይ ከም ዝደሊ ወይ ከም ዘድልዮ ብኸመይ ከም ዝፈልጡ ብኣግኡ ይመሃሩ። ስቕ ኢሎምን ንቑሓት ምስ ዝኹኑን ሕጉሳት ምዃናምን ከትጻውተሉ እትኸእል ጽቡቕ ግዜ ምዃኑን ይነግሩኻ። ድሕሪ ሓደ ወርሒ ኣቢሉ፤ ፍሽኽ ይብሉ። እቲ ትገብሮ ዘለኻ ምስ ዝፈትውዎ ይሕጎሉ። ብድሕሪኡ ከምዘይፈትውዎ ይሕብሩኻ። ምስ ጠመዩ፡ ምስ ደኸሙ፡ ምስ ተጎድኡ ወይ ክቕየሩ ምስ ዘድልዮም ይበኽዩ። ምሳኻ ይረዳድኡ ኣለዉ።

ውላድካ ኣብ 3 ወርሒ ዕድሚኡ ናይ ምጉርምራም ድምጺ የስምዕ። ቀጺሎም ብመልሓሶምን ከንፈሮምን ራስቤሪ ይሰርሑ። ካብ 6 ክሳብ 8 ወርሒ ኣቢሎም፡ ከም “ባባባ” ወይ “ማማማ” ዝእመሰሉ ናይ መጀመርታ ድምጽታቶም ይዛረቡ። እዚ ናይ ድምጺ ጸወታ ኣብ ምምሃር ምዝራብ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። ቅድሚ ምፍላጥኪ ውላድኪ ናይ መጀመርታ ቃሉ ከዛረብ እዩ።

ህጻናት ከመይ ጌሮም ቋንቋ ከም ዝመሃሩ

(How children learn language)

ውላድኪ ካብታ ዝተወልደላ መዓልቲ ጀሚሩ ቋንቋ ከመሃር ይጀምር። ብምርኣይ፡ ብምትንካፍ፡ ብምጥዓም፡ ብምስማዕን ብምስራሕን ብዛዕባ ዓለሞም ይመሃሩ። ዝኹኑ ብሓባር እትገብሮ ንጥፈት ቋንቋ ንክትመሃር ዕድል እዩ። ምስ ውላድኪ በቲ ኣብ ገዛ እትጥቀሙሉ ቋንቋ ወይ ቋንቋታት ተዘራረብ፤ ኣንብብ፤ ዘምር።

ከም ወላዲ ወይ ኣላዩ መጠን፡ ናይ መጀመርታ መምህር ውላድካ ኢኻ። ድሮ ንውላድኪ ንኸመሃር ዝሕግዝ ብዙሕ ነገራት ትገብር ኣለኻ። ንድምጽታትን ምንቅስቃሳትን ውላድኪ ብኸመይ ትዛረቡን ትምልሱን ለውጢ የምጽእ እዩ። ዕሸላት ብቑድሚትን ንድሕሪትን ብዝግበር ርክብ ምዝራብ ይመሃሩ። መዓልታዊ ንጥፈታት ናብ ምትእስሳር ቀይሮ ውላድካ ቋንቋኡ ንኸሃንጽ ሓግዞ። ኣብ መዓልታዊ ልምድታት ከም ምምጋብ፡ ግዜ ምሕጻብ፡ ምኽዳንን ምቕያር ዳያፕራን ምዝራብ፡ ምዝማር ወይ ድምጺ ምግባር። ዕሸላት እንታይ ክጽበዩ ከምዘለዎም ምስ ዝፈልጡ ሕጉሳትን ዝያዳ ይመሃሩን።



ንዝያዳ ሓበሬታ ነዚ QR ኮድ ስካን ግበሩ ወይ ድማ ኣብዚ ዝስዕብ መርበብ ሓበሬታ ተወከሱ፤ ahs.ca/talkbox

ንውላድካ ክትሕግዞ ኣንጊህካ ኣይፈልጥን። ምዕባለ ዘረባን ቋንቋን ምዃኑ'ዩ።

ወለድን ኣለይትን ርኡይ ለውጢ ከምጽኡ ይኸእሉ።

(Parents and caregivers make the difference.)

ነዞም ምክርታት ብቋንቋኻ ፈትኖ

(Try these tips in your language)

ኣብ እትዛረበሉ እዋን

- ኣብ ድምጽኻ ብዘሕመግለጹ ተጠቐም። እዚ ድማ ኣቓልቦኡም ንኸቐጽል ክሕግዝ እዩ።
- ቀስ ኢልካ ተዛረብ። ንውላድኪ ድምጺ ወይ ፍሽኽታ ንኸገብር ዕድል ሃቦ።
- ውላድኪ ድምጺ ምስ ኣስምዑ ቅዳሕ።
- ንውላድኪ ምላሽ ሃቦ። ናይ ሓቂ ቃላት ከም ዝዛረቡ ጌርካ ተዋስኡ።
- ፊት ንፊት ተራኽቡ። ኣብ መሬት ኮፍ ኢልካ ወይ ተንበርኪኽካ ናብ ቁመት ቆልዓኻ ውረድ። ንውላድኪ እውን ናብ ደረጃኻ ከተብጽሖ ትኸእል ኢኻ።

ኣብ እትጻወተሉ ወይ መዓልታዊ ንጥፊታት ኣብ እትገብረሉ እዋን

- ውላድኪ መራሒ ይኹን። ኣብ ጣውላ ብሎክ ከሃርሙ ከለዉ ቅዳሕዎም።
- ብዛዕባ ዝኾነ ነገር ተዛረብ። ብዛዕባ መዓልታትኻ፡ ወይ እንታይ ትገብርን ትርእዮን ዘለኻ ተዛረብ። ዕሸላት ድምጽኻ ከስምዑ ይፈትዉ።
- በብተራ ይኸዱ። ብሎኩታት ኣብ ልዕሊ ነንሕድሕዶም ወይ ቅርጽታት ኣብ ባልጃ ከተቐምጥ ፈትን። መጠወሪ ከትገብር ከለኻ፡ “ኣብ”፡ “ላዕሊ” ወይ “ውሽጢ” በል።

ዛንታታት ክትነግርን ከተንብብን ከለኻ

- መዓልታዊ መጽሓፍቲ ርኡይ ዛንታታት ድማ ኣዘንቱ።
- ዝኾነ ነገር ኣንብብ። ውላድኪ ትሕቲ 6 ወርሒ ምስ ዝኸውን፡ መጽሓፍ ህጻናት፡ መጽሔት ወይ ኣስራርሓ መግቢ ከይተረፈ ከተንብብ ትኸእል ኢኻ። ድምጽኻ ከስምዑ ጥራይ እዮም ዝፈትዉ።
- ቀለልቲ መጻሕፍቲ ምረጽ። ውላድኪ ልዕሊ 6 ወርሒ ምስ ዝኸውን፡ ቀለልቲ ስእልታት ዘለዎምን ኣብ ነፍሲ ወከፍ ገጽ ውሑዳት ቃላት ጥራይ ዘለዎምን መጻሕፍቲ ምረጽ።
- ድልዱላትን ነዊሕ ዝጸንሑን መጻሕፍቲ ምረጽ። ዕሸላት ሒዞም ክድርብይዎምን ኣብ ኣፎም ከእትዎምን ይፈትዉ።
- ናይ ባዕልኻ ዛንታ ፍጠር። ኣብቲ ገጽ ዘሎ ቃላት ኣብ ክንዲ ምንባብ፡ ምስቲ ስእልታት ክትከይድ ናይ ገዛእ ርእሶኻ ዛንታ ንገር።

ዛንታ ምዝንታውን መጽሓፍ ምንባብን ንውላድኪ ቋንቋ ንኸመሃር ይሕግዞ። ጽቡቕ ናይ ቋንቋ ክእለት ንባብን መጽሓፍን ከመሃሩ ይሕግዞም። ክትጅምር ኣንጊህካ ኣይትፈልጥን።



ከትዝምር ከለኻ

- መዝሙራት ደጋጊምካ ዘምር። ንውላድኪ ዳግማይ ከሰምዕም እንተደልዮም ሕተቶ። ፍሽኽ ክብሉ፡ ክሸቐረሩ ወይ ድምጺ ክገብሩ ተጸቡ።
- ፍጥነት መዝሙርካ ቀይሮ። ሓንሳብ ነታ መዝሙር ቀስ ኢልካ ትዝምራ ሓንሳብ ድማ ቀልጢፍካ ትዝምራ።
- ናይ ባዕልኹም መዝሙራትት ፍጠር። ስም ውላድኪ ኣብቲ መዝሙር ኣእቱ።
- ተግባራት ተጠቐም። ኣእዳው ውላድኪ እናገበርካሮ ሒዝካ ምሓዝ። ዕሽላት ምጥምዛዝን ቅኒትን ደርፍን ይፈትዉ እዮም።
- ብቲ ኣብ ዝሃኻ እትዛረቦ ቋንቋ ወይ ቋንቋታት ደርፍታት ዘምሩ።



ዕሽላት ብምግባርም ይመሃሩ

(Babies learn by doing)

ከትፍትኖም ዘለካ ንጥፈታት

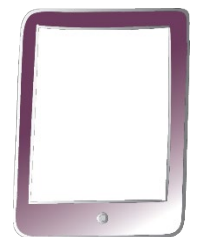
(Activities to try)

- ንውላድኪ ከትሕጸቦ ከለኻ፡ ብዛዕባ እንታይ ትገብር ከም ዘለኻ ተዘራረብ። ነቲ ትሓጽቦ ዘለኻ ክፍሊ ኣካላት ስመዮ። ብዛዕባ እቲ ክዳውንቲ እናለበስካሮ ተዛረብ።
- ናይ ውላድኪ ዳያፐር ከትቅይር ከለኻ፡ ቅድሚ ሕጂ ክዛረብ ዝሰማዕካሮ ድምጺ፡ ከም “ቦቦ” ዝኣመሰለ ድምጺ ኣውጽእ። ድምጺ ክዛረቡ ተጸቡዮም፡ ድሕሪኡ ቅዳሕዎም።
- ከትጽሪ ከለኻ ብዛዕባ እትገብር ዘለኻ ተዘራረብ። ብዛዕባ ካልሲ ምልዓል፡ መጽሓፍቲ ኣብ መደርደሪ ምቕማጥ ወይ መጻወቲ ምቕማጥ ተዛረብ።
- ውላድኪ እኹል ከም ዝረኸበ ፍንጪ ንምርካብ ተኸታተል። ክበኽዩ፡ ክጭድሩ ወይ ክሸቐረሩ እንተጀሚርኩም፡ ድሕሪ ሕጂ ክጻውቱ ወይ ክዛረቡ ከምዘይደልዩ ክነግሩኻ ይፍትኑ ክኾኑ ይኽእሉ። ምሉእ ንጥፈት ከትውድእ፡ ምሉእ መጽሓፍ ከተንብብ፡ ወይ ምሉእ ደርፊ ከትደርፍ ከም ዘይብልካ ኣይትረስዕ።

ስክሪናትን ውላድካን

(Screens and your child)

ዕሽላት ቋንቋ ዝበለጸ ዝመሃሩ ምስ ካልኣት ብምትሕብባርን ክዛረቡ ካብ ምስማዕን እዩ። ኣብ ስክሪን ዘሕለፍካሮ ግዜ ኣብ ሓቀኛ ህይወት ክትሰምዕ ዝስእን ዕድል እዩ። ናይ ስክሪን ግዜ ኣብ ጣብላ፡ ቴለፎን፡ ተለቪዥን ወይ ካልእ ስክሪን ዘሕልፎ ግዜ እዩ። ትሕቲ 2 ዓመት ዝዕድሚኡም ህጻናት ናይ ስክሪን ግዜ ኣይምከርን። ብዛዕባ ናይ ስክሪን ግዜ ዝያዳ ክትፈልጡ እንተደለኹም፡ ንወሃቢ ክንክን ጥዕና ሕተት ወይ ኣብ caringforkids.cps.ca ተወከሱ



ገለ ቆልዑ ንኸረዳድኡ ኣጥ ወይ መሳርሒታት ይጥቀሙ፤ እዚ ድማ Augmentative (ኣግመንታቲቭ)ን ኣልተርናቲቭን ኮሚዩኒኬሽን ይበሃል። እዞም መደባት እዚኦም ንርክብ ንምድጋፍ ዝተዳለዉ ኮይኖም ከም ናይ ስክሪን ግዜ ኣይቁጸሩን።

እንታይ ትጽበ

(What to expect)

ነፍሲ ወከፍ ቋንቋ ናይ ገዛእ ርእሱ ናይ ኣዘራርባን ቋንቋን ምዕራፋት ኣለዎ። ቶክ ቦክስ ናይ እንግሊዝኛ ምዕራፋት ጥራይ እዩ ዘጠቓልል። ነዚኦም ኣብቲ ናይ ምዝራብን ምስማዕን ዝርዝር መፈተሺ ኣብ ahs.ca/talkbox ርኽቦም

መዓስ ሓገዝ ክትረክብ

(When to get help)

ውላድካ እንተድኣ ኮይኑ ሓገዝ ንምርካብ ኢድካ ዘርግእኻ፤

- ኣይዛረብን ወይ ብዙሕ ድምጺ ኣይገብርን እዩ።
- ገለ ድምጽታት ተጠቒሙ ግን ዝረሰዎም ወይ ምጥቃም ዘቋረጸ ይመስል።
- ብዓው ዝበለ ድምጺ ኣየሰንብድን እዩ።
- ርእሶም ናብ ጫውጫው ወይ ድምጺ ኣየቐንዑን እዮም።

ኣበይ ሓገዝ ትረክብ

(Where to get help)

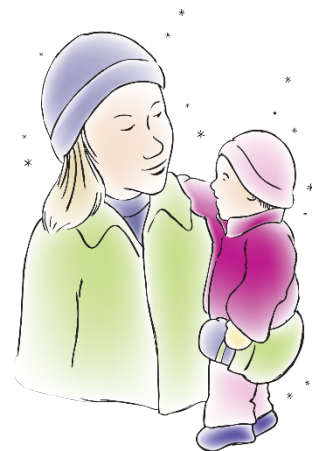
ብዛዕባ ዕቤት ኣዘራርባን ቋንቋን ውላድካ ትሻቐል ዲኻ? ናይ ዘረባን ቋንቋን ፓቶሎጂስት ክሕግዙ ይኽእሉ። ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብ ahs.ca/pedrehab ተወከሱ

ን 24/7 ምኽሪ ነርስን ሓፊሻዊ ሓበሬታ ጥዕናን ንምርካብ ናብ Health Link ብ 811 ደውሉ። ተርጓሚ እንተድኣ ደሊኹም፡ ዘድልዩኩም ቋንቋ ጥራይ ተዛረቦም።

ንዝያዳ ሓሳባት ኣብዚ ዝስዕብ ተወከሱ

(For more ideas)

- hanen.org
- firstwords.ca



እዚ ጽሑፍ እዚ ንምኽሪ ብቐዕ በዓል ሞያ ጥዕና መተካእታ ኣይኮነን። እዚ ጽሑፍ ንሓፊሻዊ ሓበሬታ ጥራይ ዝዓለመ ኮይኑ "ከምዘለዎ"፡ "ከምዘኾነ" ብዝበል መሰረት እዩ ዝቐርብ። ዋላ እኳ ትኽክለኛነት ናይቲ ሓበሬታ ንምርግጽ ርትዓዊ ጻዕርታት እንተተገብረ፡ Alberta Health Services ንልክዕነት፡ ተኣማንነት፡ ምሉእነት፡ ተግባራዊነት ወይ ንፍሉይ ዕላማ ናይ ከምዚ ዝኣመሰለ ሓበሬታ ብቐዓት ዝምልከት ዝኾነ ውክልና ወይ ውሕስነት፡ ግሉጽ፡ ብተዘዋዋሪ ወይ ሕጋዊ ኣይገብርን። Alberta Health Services ንኣጠቓቕማ እዞም ንዋት፡ ከምኡ'ውን ካብ ከምዚ ዓይነት ኣጠቓቕማ ንዝፍጠር ዝኾነ ይኹን ክሲ፡ ተግባራት፡ ጠለባት ወይ ክስታት ኩሉ ተሓታትነቱ ብግልጺ የልዕል።