

AKADEMI BILIMON



Littafin Koyar da Matasa domin Horon Y an Kasancimai amfani

Noglo, Koffi Emmanuel da Stein, Margit

31/12/2022

Tare da tallafin Jami'ar Vechta da Gwamnatin Jaha ta Basse Saxe a kasar Jamus

Littafin koyo na Matasa domin Bada horon Y an Kasanci mai amfani



Hoton zango na farko na bada horo a Lome, Togo, 2022

Aiwatawa daga "Akademi Bilimon"
(www.bilimonacademie.org), tare da tallafin Hukumar
Gama-garin Hanyar koyarwa ta Jam'i'ar vechta da kuma
tallafin kudi na Gwamnatin Jahar Basse Saxe.

Lome (Togo), oktoba 2022.

Fassarar hausa daga zubin faransanci

Abubuwan da ke ciki

Bayanan share-fage.....	5
1. Tarihin kafuwar „Akademi Bilimon“	7
1.1. Gabatarwa game da „Akademi Bilimon“	7
1.2. Akademi Billimon da dubarar koyarwa ta Paolo Freire.....	8
2. Ginshikan wannan littafi	9
2.1. Muhimmancin sha'anin adalcin jinsi , da bambance-bambance da shigar da kowa cikin Bada horo na yau da kullum	9
2.2. Dangantakar magance rikitta da sadarwa ta ruwan sanyi a matsayin su na tushen horon da za a bada.....	10
2.3. Gabatarwa game da tanadin doka a kan sha'anin sha'anin bai wa matasa horon yau da kullum.....	10
3. Tubalolin tsare-tsaren zauren aiki da dubarun mizantawa.....	11
3.1. Tsarin zauren bada horo	13
3.2. Ra'ayoyi game da hulfodi tsakanin masu bada horo(jikadodi maza da mata) da mahalarta horon).....	15
3.3. Dubararin mizantawa.....	16
3.4. Misali na rahoton taro.....	17
4. Dubaru domin sanya himma ga mahalarta taron a lokacin bada horon.....	17
Darasi na 1: Horo game da tantance masiffanta/mafayyata ko salsalar mutum daya ko wadda ke ta kowa/ ta gama-gari.	22
4.1. Darasi na 1: Horo game da tantance salsalar mutum daya da ta gama-gari.....	22
Dubaru/hanyoyin aiki domin gudanar da darasi na 1	22
Dubaru/hanyar aiki ta 1: Mine ne ke fayyace ni ?	22
Dubaru ta 2: Ginin rukunoni	25
Yadda za a gudanar:.....	25
TAKARDAR KACICI: „RUKUNONIN SALSALOLI “	26
Dubaru ta 3: Yaya salsala take yin tasiri ga rayuwar yau da kullum?	26
Hanyar aiki ta 4: Tebirin salasalar wafanda suka san /saba da juna.....	29
Dubaru ta 5: Tasiri.....	31
Ire-iren tasiri:.....	32
Hanyar aiki ta 6: Magudin ra'ayi /Mallaka/jijjuya ra'ayi	33
Misali na jenogaram:	34
Hanyar aiki ta 7: Gwaje-gwaje game da nuna wariya	40
Hanyar aiki ta 8: Kariya daga hari	42
Tsarin aiki na 9:Yaki da nuna wariya	43
Hanyar aiki ta 10:Kira ga tallafin domin yaki da nuna wariya /Neman goyon baya akan nuna bambanci.	44
Darasi na 2: Horo domin sanin ciwon kai game da sha'anin jima'i	49
4.2. Darasi na 2 : Rakiyar horo domin fuskantar batun jima'i	50
Hanyoyin darasi na 2	56
Hanya ta 1: Matakai huɗu na shakuwa.....	56

Hanyar aiki ta 2: Hanyoyi huɗu na shaƙuwa.....	58
<i>Hanyar aiki ta ta 2</i>	59
Hanyar aiki ta 3: Gane abubuwan da ke sosa rai	60
Dubara ta 4: Tattaunawa ta hanyar katoci.....	62
Hanyar aiki ta 5: Ra'ayoyin da ke kewaye da mutum.....	65
Hanyar aiki ta 6: Gidan Soyayya	66
Hanyar aiki ta 7: Macen da ake fatan samun – Namijin da ake fatan samu.....	68
Tsari:	68
Hanyar aiki ta 8: Mata masu ciki suna bada labari.....	69
Hanyar 9: Bitoci game da batuwan ciki, jarirai da zama iyaye	73
"AUREN YARA DA AUREN WURI"	74
Hanya 10: Hotunan Masoya.....	75
<i>Tsarin gudanarwa:</i>	76
Hanyar aiki ta 11: Riga-kafin muzantawar da ta shafi jinsi.....	77
Hanyaraiki ta 12: "Duk, ..."	79
Hanyar aiki ta 13: minene VIH Sida.....	80
Hanyar aiki ta 14: Kayyade Haihuwa.....	82
Hanyar aiki ta 15: Mi zai faru idan...	84
Darasi na 3: Rakiyar horo don gano guririkan da mutum ke son cimma na fannin sana'a da na keɓabbun fannonin rayuwarshi da kuma yanda za ya tafiyar da sha'anin sana'a da na ala'amuran rayuwarshi da ya sanya gaba	86
<i>4.3. Darasi na 3: Bada horo don gano guririkan sana'a da na rayuwa kuma domin koyon yadda ake tafiyar da guririkan da suka shafi sana'ar yi</i>	87
<i>Ta yaya kuke samun burin rayuwa?</i>	87
<i>Hanyoyintantance manufofi</i>	89
Hanyar aiki ta 1: Guririkan rayuwa. Fanni.....	89
Hanyar aiki ta 2: Tambayoyi game yadda ake kallon rayuwa	91
Hanyar aiki ta 3: Tambayoyi game da halin rayuwa da guririkan rayuwa.....	92
Hanyaraiki ta 4: hangen gaba.....	94
Hanyar aiki ta 5: Hanyar aiki ta SMART	95
Hanyar aiki ta 6: Tattarar rubutattun bayanai game da guririkan rayuwa	97
Hanyar aiki ta 7: Littafin ci-gaba	98
Hanyar aiki ta 8: Guririkana fitar hankali da gurrikan da hankali ke d'auka.....	99
Hanyar aiki ta 9: Ma'anar guririka.....	100
Hanyar koyarwa ta 10	103
Darasi na 4: Horo don hulɗar zamantakewa	105
<i>4.4. Darasi na 4: Horo don hulɗar zamantakewa</i>	106
<i>Hanyoyin aiki/Dubaru domin darasi na 4</i>	107
Dubara ta 1: Nawa ne muke bukata?	107
<i>Manufofin 17 na Ci gaba Mai Dorewa guda 17:</i>	114
Dubara ta 2: Waccan fuskar ta madubi	115
„Hanyar 3: "Abin da nake so da abin da nake yi..."	117
Hanya raiki ta 4: Rubutun Kai (Na kanka).....	121
Hanyar aiki ta 5: zanen shammata	125
Hanyar 12: Tsarin mataƙai huɗu	129
Marshall B. Rosenberg ya bambanta tsakanin mataƙan sadarwa guda uku:	132
Hanyar aiki ta 6: Rayuwar Kasa	136
Hanyar 7: Gidan Yanar Gizon gizo-gizo	139
Hanyar 8: Nunin Magana	141

Hanyar 9: Komawa Matsayi	142
Hanyar 10: Muhawara ta riba da rashin amfani	144
<i>Ta yaya rikici ke tasowa?</i>	148
<i>Menene sarrafa rikici?</i>	149
<i>Tashin hankali</i>	150
<i>Nau'in tashin hankali mai yiwuwa</i>	150
Hanyar 11: Tsangwama da Hanyoyi Daga Tashin hankali	152
<i>Sadarwa</i>	154
<i>Ta yaya sadarwa ke aiki?</i>	154
<i>Me muke nufi da sadarwa ba tare da tashin hankali ba?</i>	155
<i>Yaya muke inganta sadarwa ba tare da tashin hankali ba?</i>	156
<i>Marshall B. Rosenberg - Sadarwa ba tare da tashin hankali ba</i>	156
<i>Samfurin Eisberg Sadarwa</i>	162
<i>Bayanin Harvard Concept</i>	164
Hanyar 13: Daidaita Rikici: Samfurin Magance Rikici	164
Mataki na 6: Yi shawara don mafi kyawun kuduri	166
<i>Kammalawa</i>	166
Rataye	167
Rataye	177
<i>Darasi na 4 kayan aiki: don sarrafa rikici</i>	185
<i>Rubuta takardar neman wani abu</i>	189
<i>Fahintar rikici</i>	191
Jerin littatafan da aka duba kuma suka dace da tushen bayani mai inganci	194

Bayanan share-fage

An samar da wannan littafin jagora na bada horo domin jikadodi mata da maza na “Akademi Bilimon” kuma domin kungiyoyi masu kula da bada horo na yān kasanci. Wannan gudummawa wadda ta samu ta hanyar haɗin gwiwa tsakaniin Hukumar Salon gama-garin ilimantarwa (Vechta) da ‘ „Akademi Bilimon“, za ta taimakawa wajen yin saiti ga aikin bada horon yān kasanci ga matasa tare da matasa. Tsarin wannan littafin koyarwa ya kunsu kimanin bayanan darasi 4 domin ya zama kayan aiki zuwa ga yān kasa mata da maza ; Wannan horo ya hana aniyar wariya (ba wai ta addini kawai ba) domin aikin ginin yān kasa da dān kasa ya zama gurin da kowa ya sa gaba.

Saboda haka, za a iya cike giɓin wannan littafi cikin “ilimin tattaunawa“, (Hartkemeyer, 2016) wanda ya dace da yanayin waje da kuma yanayin al’adu domin horon yānkasanci ya samu hujjar aiwatuwa cikin yanayinta, dangance da dokoki kamar yanda Montesquieu ya ce.

Za a iya wallafa waɗansu littatafai nan gaba domin la’akari da manufar Paulo Freire (Salon koyarwa domin dogaro da kai) wadda ke kambacin aikin tarbiyya na „Académie Bilimon“.

Cikin aikin samar da wannan littafi, akwai gudunmawar mutane da dama(maza da mata) waɗanda ba za a iya kawo sunayensu ba a nan. Amma duk da haka za a zana waɗansu daga cikin su waɗanda in ba don sun sa hannu ba, da wannan guri na tattara dubarori yana nan dinkime cikin ma’ajin wata kwaba .

Malama Parofesa Margit Stein, malama yān majalisar dokoki ta tararayya Susanne Menge, jakadodi maza da mata na « Akademi Bilimon », kamar su Kokou Adjim, Mawuli Assimadi, Hervé Awui Talla, Dominique Kwassi Edoh, Jean-Mari Lawson, Immaculée Sambiani, Emmanuel Magar Yyoune, da kuma dālibai maza da mata na jami’ar Vechta irin su Merit Beckmann, Meawiya Othman, Yasima Köhne, Sikran Agirman, Vanessa Strieker, Aileen Gewohn, Katharina Wilke, Stefan Rösecke, Franziska Baven diek, Malte Kotmann, Deliah Toma, Adrian Kroop, Martha Niebisch, Michelle Sauer, Jana Golak, Chantal Wellmeyer, Amy Ellis, Nico Richter, Thi Thuy Nhung Bui, Jana Naibauer, Sönke Peinz, Jonathan Kolks, Birte Grote, Sophia Wienhold, Tatjana Wiechers, Tobias Arfmann, Anneke Harland, Lena Spanjer, Julia von der Ohe et Franziska Baumeister .

Godiya ta musamman zuwa ga Jahar Basse Saxe wadda ta dauki nauyin wannan aiki ta fuskar kudi .

Ƴan gwagwarmayar « Fridays-for-future » (wadda daga bisani ta gama nahiyoyi) hujja ce mai nuna cewa sun yi niyyar karɓar ragamar wasu nau'oin sarrafa duniya ko kuma a su nuna ma junansu kyakkyawar alkibla wadda za su iya bi .

„Dubarar koyarwa ta dogaro da kai “ ta Paulo Freire Paulo, tubalin „Salon OLGON“ (wani nau'i mafi tsaruwa na wannan dubarar bada horo) mai jagorantar aikin bada horon ƴan kasanci na „Academi Bilimon“ yana taimakawa wajen sanya matasa cikin wani irin tsarin da tasirinshi za ya bazu kamar wutar daji, domin su kawo gudunmawarsu haikan wajen gina rayuwar da ke jiran su .

Tare da fatan a yi ta samun Karin mutane , maza da mata da za su kawo goyon baya ga wannan ka'ida ta demokaradiyya daga tushe domin a fahinci cewa alwashin zamantakewar al'umma ya samu karɓuwa a idon „ masu mulki“ kuma ya je nesa har ya kai ga rukunin matasa.

Dr. Koffi Emmanuel Noglo

Bamako, 24/09/2022

1. Tarihin kafuwar „Akademi Bilimon“

1.1. Gabatarwa game da „Akademi Bilimon“

Kafa “Akademi Bilimon” ya samo asali ne daga wasu tsoffin dalibai biyu da ma’aikatar kiristanci ta ci-gaba (Brot für die Welt) ta tallafa ma kuma ƴan asalin kasar Togo waƙanda suka yi karatu tare da rubuta kundin digirin digirgir a kasashen Faransa da Jamus . Waƙannan dalibai sun yi matuƙar kawo ƙoƙarin su wajen bada horon ƴan kasanci a Togo kuma ta yin hakanan suka kawo gudunmawarsu ga ciyar da kasarsu gaba. Jigajigan mambobi biyun da suka kafa wannan ƙungiya (Dr. Koffi Emmanuel Noglo da Kossi Gbati Agbo) suna aiki ne a Bamako (Mali) da Abja (Kasar Kwaddiwari) a halin yanzu. Bayan ofishin Lome (Togo), Akademi Bilimon tana da kamfaninta a Munich (Jamus) da kuma tashar yanar gizo (www.bilimon.de).

„Akademi Bilimon“ ta samo sunanta daga kalmar „Bilimon“ wadda aka samo daga harshen Bassar, wanda ake magana da shi a arewacin Togo. „Bilimon“ na nufin „Ingancin rayuwarmu zai ƙaru idan muna tunkarar zuwa nesa“. Kalmar „Bilimon“ tana bayyana manufar taimakon juna da kuma daratta juna , game da abubuwan koyin da ke cikin Akademi Bilimon waƙanda kuma da su ne za a yi ma matasa hannunka mai sanda domin su koya su da kansu yanda ake taimakon juna da kuma yanda za su aikata hakanan tsakanin juna . Matasan da suka girma cikin kakkausan horon ubantaka wanda ya cusa aƙidar muzgunawa ta fuskar zamantakewar al’adu da tattalin arziki , sukan rasa fahintar cewa suna iya zama masu dogaro da kansu kuma sukan rasa iya yin walwala cikin rukunin al’umma. Saboda haka, „Bilimon“ ta kasance, ba wai kawai suna ba, a’a har ma alama ce domin (sake) samar da yanayin zamantakewa mai manufar dogaro da kai tare da taimakon juna , abin da zai zama tushe na samar da ci-gaban al’umma mai dorewa .

« Akademi Bilimon » na da hangen nesa game da abubuwa kamar haka :

- ✓ Kasancewa fagen haɗuwa na matasa domin matasa ;
- ✓ Ƙarfafa yarda da kai ga daidaiƙu ko gungun matasa ;
- ✓ Wayewar kan dukkansu , ba tare da nuna bambancin matsayi cikin al’umma ba ko asalin addininsu ko tabi’arsu ba ko iliminsu ba ;
- ✓ Ka’idar sa-kai domin tallafawa da kuma bunkasa himmar kishin al’umma ta hanyar koyo ga juna wato jakadai maza da mata na « Akademi Bilimon ».

Nuna keƙaƙƙun guririka kai da na sana’a

Dangance da ma’anarta da kuma haƙikanin gaskiya, « Akademi Bilimon » na nufin fage na haɗuwa domin samun horon ƴanƙasanci ga matasa ko kuma ta samar da

fage makamancin wannan wanda a cikinshi za a yi ma matasa hannunka mai sanda domin su tabbatar ma kansu ribar «sqni ko kwakwalwa » ko kuma zirga-zirgar « sqni ko kwakwalwa cikin nahiyarsu. Ta haka , ana iya hana «kaurar masana » wadda yawaitar gudun hijira ke haddasawa. Idan aka yi haka, matasa suna iya kuButa daga jin kamar suna tsakanin katangu na iyakoki , kuma su ji kansu tamkar yƙan asalin kasashen duniya , a shirye domin zama yƙan kishin al'ummarsu ta asili kuma su kawo mata gudummawarsu na ci-gaba mai dorewa daga duk inda suke rayuwar wucin gadi a halin yanzu , Munic, Paris, Vechta,Marburg, Jeneva, Yamai,ko kuma wani wuri .

Domin cimma wadannan guririka da matsayinta, « Akademi Bilimon » ta yi alkawalin bada horo ko koyar da sana'a ga matasa cikin wani irin tafarkin bincike- maso-aikatawa a fannin siyasa da zamantakewa ta yanda za su zama su ne mau samar da ci-gaban kansu da kansu tare da da samar da ci-gaba mai dorewa ga al'ummarsu. Dukkanin ayyukan furoje da tsarukan aiki na « Akademi Bilimon » suna kiyaye wannan muhimmin matsayi na dogaro da kai da kuma ayyukan karfafawa.

A fahinci nauyin da ya rataya a wuyan « Akademi Bilimon » a siyasance, ta hanyar tubarau na hulƙar samar da ci-gaba mai laƙabin « tallafin taimakon kai da kai », abin da ake iya takaicewa cikin jimlolin nan masu zuwa «yi koƙarin taimaka ma kanka kuma ka taimaka ma wasu , ta yanda idan ka yi haka za ka kawo gudummawarka ga al'umma ko tsarin zamantakewa maisamarwa tare da kare walwalar mutum da kuma bunkasarshi ».A nan, ya kamata a nuna cewa aikin taimakon al'umma na « Akademi Bilimon » ya dogara ne ga sakamakon wani aikin bincike , na Koffi Emmanuel Noglo, marubucin wannan gudummawa, wanda aka gabatar a 2012 cikin littafi mai taken *„Die Legitimität des Staates im multiethnischen Kontext – Der Fall Togo‘* (halarcin hukumar kasa cikin yanayin yawan kabilu – Misalin kasar Togo) wanda kuma shi ne ya bada tubalin kimiyya na aikin « Akademi Bilimon ».

1.2. Akademi Billimon da dubarar koyarwa ta Paolo Freire

„Dubarar koyarwa maso-dogaro da kai“ ta Paulo Freire (2013) ita ce tushen aikin bada horo na „Akademi Bilimon“. Muhimmin abun da za a a fahinta game da wannan ka'idar, shi ne cewa za a kai dƙalibai daga neman ganin kwam irin ta jahilci zuwa kishirwar sani ta² bagonen karagandinsu zuwa ganin kwam irin na ilimi wanda ta hanyarshi ne yƙan makaranta za su gina saninsu su da kansu. Wannan matsayi yana taimaka ma „Akademi Bilimon“ ta rusa sababbar matattakalar

shugabanni sannan ta kawo gudummawa ga babbar wayewar kai. Tana sanyawa „Akademi Bilimon“ ta samu gindin zama tsakanin hanyar koyo ta gargajiya ta makarantu da jami'o'i na hukuma da kuma rayuwar matasa ta fannin sana'a ko rayuwarsu yau da kullum .

An sassabto wannan „Dubarar koyarwa maso dogaro da kai“ don ta yi daidai da yanayin al'adun wuri, kamar dai yanda manufar Freire take, abin da ake kira „Salon OLGON“: ²Wannan nau'i mafi zama tsararre na „Dubarar Dogaro da kai“ yana jingina ne ga yi ma matasa rakiyar horo domin taimaka masu su tafi daga kwankwanton jahilci zuwa kwankwanton ilimi . Wannan ya hada da yawaita fuskantar rayuwar yān makaranta ta yau da kullum, misali a gudanar da bada horon cikin inuwar wani icce ko a wani dandalin haɗuwar kungiyar matasan yankin. Manufar wannan sassautawa daidai da wajeko da yanayin waje, ita ce a (sake) gina haƙikanin gaskiyar zamantakewar al'umma ta yadda hukumarsu ba za ta zama baƙon abu ba ga halin rayuwarsu. Ta hakanan, mahalarta horon za su zama su ne wuƙa su ne nama game da ci-gabansu da ci-gaban al'ummarsu domin daratta ilimin da ya wanzar shi da kanshi kuma domin a samar da tattaunawa tsakaningurin ci-gaba da kuma rukunonin al'ummar da ake sake ginawa.

2. Ginshikan wannan littafi

2.1. Muhimmancin sha'anin adalcin jinsi , da bambance-bambance da shigar da kowa cikin Bada horo na yau da kullum

Cikin wannan duniyar da tabi'ar nuna wariya(ba wai kawai ta fuskar addini ba) ta sake zama batun da ake yawan tattaunawa a kai cikin falolin gidaje, musamman ma kasar Togo inda matsalolin kabilanci suke da wani muhimmanci a siyasance da kuma a hukumance, al'amura na gama-gari irin su jinsi , da yawaitar bambance , da kuma shigar da kowa tsari , suna da muhimmanci na musamman.

A daidai tubalin darussannan huɗu na zauren aiki, musamman ma a daidai batun salsalar (wadda ta shafi mutum ko al'umma), za a yi yanda rukunonin da abin ya shafa za su ɗauki darussa game da cewa « yin gaba » cikin tarihi bai taBa haddasa komi ba illa yinkurin hallaka juna . Ganin cewa dalilai iri ɗaya ke haddasa sakamako daidai su, kar da su dakanci wani sakamako na daban idan suna gaba da juna(cikin sun sani ko cikin ba su sani ba). A nan, ya kamata a tabbatar da cewa »Akademi Bilimon » ba za ta cilasta ma rukunonin ba cewa sais un aikata haka ko haka. Za ta dai ja hankalinsu cewa duk wani abu da mutum ya aikata yana sakamako. Wannan

na nuna cewa kenan mutum ya yi tunane da kyau kafin ya aikata wani abu sannan kuma nauyi ya rataya a wuyanshi game da sakamakon, wato ya amince kuma ya rungumi kaddara.

2.2. Dangantakar magance rikitta da sadarwa ta ruwan sanyi a matsayin su na tushen horon da za a bada

„ kwarya biyun da ke bilbishin ruwa ba za su kauce ma taBa juna ba “ inji wani karin maganar ewe. Ba ya yiwuwa a hana rikitta tsakanin mutane. Wurin bada horon da “Akademi Bilimon“ za ta yi , za tabbatar da cewa rukunonin da abin ya shfa za su koyi yadda ake warware rikici cikin ruwan sanyi. Abun da “Akademi Bilimon“ za ta kawo ma mahalarta bada horon shi ne cewa har kullum mutum ya binciki kanshi don nemo gudummawar da za ta sanya a warware rikici maimakon ya dora ma wasu laifin. Sannan kuma mahalarta taron samun horon za fara koyon sadarwa ta ruwan sanyi (dangance da kalmomin da suka dace a yi amfani da su) don kar da a rura wutar rikicin.

2.3. Gabatarwa game da tanadin doka a kan sha’anin sha’anin bai wa matasa horon yau da kullum

A Togo, yara kanana da matasa suna karkashin kariyar doka mai lamba 2007-017 ta 6 yuli 2007 (wadda ta maye gurbin dokokin da da ke aiki har zuwa wancan lokacin). Bugu da kari, doka ta yi tanadin cewa a samar ma yara ci-gaba. A sakin layin da ke maganar hakkin samun suna (Lamba ta 10), hakkin samun shaidar zama dan kasa – sharadi a nan shi ne kawai ayaro ya zama haifaffen Togo (Lamba ta 18), hakin samun mahalli (Lamba ta 25, 26 da 27), hakkin samun gado ga kowane yaro ba tare da nuna wariya ba ta fuskar jinsi (Lamba ta 114), hakkin samun tarbiyya (Lamba ta 149), da kiwon lafiya (Lamba ta 240), da Kariya cikin al’umma (Lamba ta 244), da abinci nagartacce (Lamba ta 245), da koyon sana’a (Lamba ta 256), da koyon al’adu, da shakatawa (Lamba ta 259), d.d .S na wannan doka su ne tushen aikin bada horon na « Akademi Bilimon ».

Ko da yausha a san cewa jakadai maza da mata na “Akademi Bilimon“ suna aikinsu cikin wannan tafarki na doka wanda b aya nuna ma kowa wariya.

Yanzu, ganin cewa an gabatar da „Akademi Bilimon“ da tsarin aikinta cikin bada horon yankasanci/horon koyon da’a, ya kamata a dubi tsrarar bayan sakonsu cikin matasa.

3. Tubalolin tsare-tsaren zauren aiki da dubarun mizantawa

Tsarin zauren aiki na « Akademi Bilimon » ya dogara ne a kan wannan hasashen : A wurin ɗan kasa ko yɓar kasa wanda ya yarda da kanshi, wanda yake kiyaye mutuncin al'aurarshi, kuma yake da wani guri game da tarkar sana'a sannan ya fahinci ma'anar dokoki cikin rukunin al'umma, akwai yiwuwar ya yi tasiri ga ci-gaba mai ɗorewa na al'ummarshi.

Hasashen ya dogara ne da larwai na tare da juna da aka yi a kasar Togo cikin matakan neman digiri na biyu (2007) da kuma loakcin da aka kai ziyarori uku a fagen bincike (cikin damanar 2009/2010, da damanar 2010/2011, da kuma damanar 2011) a wani mataki na ayyukan neman digiri na uku na Koffi Emmanuel Noglo. Da yawa daga cikin sakamakon binciken suna cikin littafin nan na *'Die Legitimität des Staates im multiethnischen Kontext – der Fall Togo'* (Halarcin Hukuma cikin yanayi na kabilu dabam-dabam – misalin Togo) (Noglo, 2012). A nan ana iya zana sakamako kamar haka:

Batun salsalar mutum a Togo abu ne da ake tattaunawa dangance da al'amarin kabila da kuma tarihin nan mai tayar da hankali wato bauta da mulkin mallaka . A kalla akwai yinkurin tattauna mannan matsala a wani mataki na ayyukan yankasanci waɗanda za su taimaka fuskanci alkibla fayyatatta game da wani gurinsa na ci-gaban kasa ko wata niyyarshi ta hukumanci.

Halayen mutum game da al'aurarsa b aya samuwa daga wata alaƙa tsakanin dalili da sakamako . Galibi matasa ba su da masaniya game da sakamakon yin jima'i (kamar misali ɗaukar ciki da kananan shekaru , cutocin da ake iya ɗauka daga jima'i ko makamantansu) sannan kuma iyali ko al'umma suna maida martani mai tsanani, ba wai lalle don sun fahinci cewa wannan sakamako ya auku saboda matasan ba su samu tsarre kuma cikakken hannunka mai sanda ba cikin tarihin sha'anin al'aurarsu.

Ba a yi saurin kawo maɗalibai ko matasa **batun hangen sana'ar yi ba**. Wannan batu zai bijiro a wasu kwanaki lokacin da suka kai ajin share fagen shiga jami'a . Wannan Bata lokaci yana da nashi sakamako cikin makomar mutane da yawa game da sana'ar yi ko ci-gaban su a fuskar tattalin arziki.

Abu ne mai wuya a ki amincewa dadokokin al'umma kuma ana bin su ne sau da kafa ko a'a. Hakan na haifar da ta lalacewar al'umma,abin da kowa suka daga nashi gefe .

Duk wafannan bayanai su ne tushen hasashen da ke cikin tubalolin darussa guda huɗun nan da ke nan kasa :

- **Tubalin darussa na 1:** Rakiya ta horo domin tantance salsalar kowanne da ta gama-gari (wato tantance kai wane ne da kuma abinda ke nakowa ne : Mine ne al'akar biyun ? Yaya ake rayuwa cikin ja-in-ja /yaya ake jure ma hakan ?);
- **Tubalin darussa na 2:** Rakiya ta horo a kan kula da al'aura ko jima'i. Wannan tubalin darussa yana da muhimmancin gaske ganin irin yanda « Akademi Bilimon » ke aiki cikin al'ummu inda bunkasar yawan al'umma ke na ganganci a dalilin karancin kiyayewa game da tsarin hayayyafa, abin da ke haifar da daukar ciki ga kananan yara da kuma auren wuri sannan ga karancin wayewa da karanci nuna adalci game da kiyaye hakkin mata ; abin da ke da mummunan sakamako ga ci-gaban tattalin arziki.
- **Tubalin darasi na 3:** Rakiya domin tantance guririkan mutum na sana'a da na rayuwarshi ta daban. Wannan darasi yana nuna hanayarbda za ta taimaka ma matasa su yi amfani da da madafan ilimin shugabancin aikin da aka sa gaba domin amfanin guririkansu na fannin sana'o'i..
- **Tubalin darasi na 4:** Rakiya domin jagorancin aikin zamantakewa. Cikin wannan darasi na karshe, za a yi ma matasa rakiyar horon da za ta sanya su fahinci ma'ana da muhimmancin ka'idodi da dokokin al'umma ko kasa sannan su fahinci yanda za su bin su sau da kafa. Muhimmancin wannan darasi shi ne ya farado da amincewar mats agame da tsarin siyasa,da na zamantakewa, sannan ya tabbatar da samar da kariya ga dukkanin mutanen da ke raye cikin tsarin zamantakewar domin su rika girmama albarkatu masu amfanin kowa. allakar al'umma. Cikin wannan darasi, an sanya koyon yaƙi da nuna wariya, da horo game da yin yafiya ko rangwame, da kuma tarbiyya a fannin ci- gaba mai dorewa.

Domin sakamakon da ake jira ya yi tasiri cikin lokaci mai tsawo kuma ya kasance mai wanzuwa ko dorewa cikin rukunonin da abin ya shafa,za a yi wani aiki, musamman ma ta hanyar abin da ake ce ma « horon masu bada horo ». a nan, matasan da dattawa ta hanyar sakamakon da wancan horon zai haifarwa, za a samu bazuwar samun ilmi zuwa wasu matasan cikin hikimar « koyo ta koyo daga abokai ». « Akademi Bilimon » kuma ta fuskanci manufar nan ta « Koyo a tsawon

rayuwa », wato horo horon da zai dauki tsawon rayuwar ruknonin da abin ya shafa, a duk lokacin da suka bukaci yin hakan.

3.1. Tsarin zauren bada horo

In an bi ka'ida, zauren bada horo yana kai tsawon mako guda. Kafin shiga zauren bada horon, gungun jikadun, maza da mata , masu jagorancin aikin bada horon, suna gudanar da taron tattaunawa domin fayyace muhimman bututuwa, kamar haka :

- ✓ Wane rukunin mutane ne ake jira (shekarunsu, da nisan karatunsu)
- ✓ Yaushe, a ina, kuma cikin wane? Harshe za a bada horon
- ✓ Yaya aka tsara shirin daukar nauyin ?
- ✓ Wa za ya daukar nauyin aikin ta fuskar kudl ?
- ✓ Wane abun hawa ne z aya kawo mahalartan wurin horon ?
- ✓ Wa zai yi mi a lokacin bada horon, da dai sauransu ?

Bayan an fayyace komi, sai a shiga tsare-tsaren abinda za a koyarwa. Galibi, kowane darasi yana da kwararren shi cikin jikadodin bada horo. Saboda haka sai su raba darussan nan huɗu a tsakaninsu .

Galibi, gungun jagororin zauren bada horo, ya kunshi kimanin jakadi ko jakadiya 5 masu taimaka ma juna lokacin bada horon.

Wannan allo yana nuna misalin yadda ake tafiyar da zauren bada horo:

Rana/kwan an wata	Awa	Abin da za a yi	Kayan aiki	Wanda za ya aikatawa
Rana ta 1		Fadakarwa tare da gabatar da mahalarta	Wasan jan hanjali na jagoran matasa	Jakadai maza da mata na bada horon Akademi Bilimon
Rana ta 1		Gabatarwa game da "Akademi Bilimon "	Majigin Power-Point- Gabatarwa game da « Akademi Bilimon » ko kuma gabatarwar barkwanci tare da hasashen aiki na »Akademi Bilimon » a matsayin masomin aiki.	

Rana ta Ra 2		Darasi na 1: salsala da mizantawa a karshen ranar.	Gabatar da Dubaru da Hanyoyin aiki na wannan jagora zuwa ga matasa sannan a yi wsannin jan hankali /kwadaitarwa.	Jakadai maza da mata na bada horon Akademi Bilimon
Rana ta 3		Darasi na 2: Bayanai game da jima'i tare da sanin ciwon kai sannan mizantawa a karshen ranar	Gabatar da Dubaru da Hanyoyin aiki na wannan jagora zuwa ga matasa sannan a yi wsannin jan hankali /kwadaitarwa.	Jakadai maza da mata na bada horon Akademi Bilimon
Rana ta 4		Darasi na 3: Horo domin tantancewa da tafiyar da gurin sana'a sannan da mizantawa a karshen ranar.	Gabatar da Dubaru da Hanyoyin aiki na wannan jagora zuwa ga matasa sannan a yi wsannin jan hankali /kwadaitarwa.	Jakadai maza da mata na bada horon Akademi Bilimon
Rana ta 5		Darasi na 4: Ma'anar dokoki cikin rukunin al'umma sannan da mizantawa a karshen ranar	Gabatar da Dubaru da Hanyoyin aiki na wannan jagora zuwa ga matasa sannan a yi wsannin jan hankali /kwadaitarwa.	Jakadai maza da mata na bada horon Akademi Bilimon
Rana ta 5		Gayyatar mahalarta su yada akidodin domin a ji dadin	Gabatar da Dubaru da Hanyoyin aiki na wannan jagora zuwa ga matasa sannan a yi	Jakadai maza da mata na bada horon Akademi Bilimon

		yin aiki tare Fasalin ayukkan wayar da kai domin sa-kan matasa domin ƴankasanci	wsannin jan hankali /kwadaitarwa.	
--	--	--	--------------------------------------	--

A lura da kyau: An bada dama ga kowane rukunin aiki, shi ke da nauyin cike allon/jadawalin, ko kuma ya maida shi yanda ya fi dacewa da yanayin wuri. a kowace rana, yana da kyau a tanadi wani lokaci na karin kumallo, da na abincinrana, da na abincin marece da kuma lokuta na sararawa/shakatawa (da safe, da kuma da marece).

Rukunin aikin zai zauna a karshen kowane yini domin mizanta aikin ranar tare da gabatar da shawarwari domin aikin rana mai zuwa. Za a auna aikin jagorancin ranar cikin jagororin aikin , da kuma yanayin walwalar cikin rukunin mahalarta taron, yanda aka koyar da sakon darasin da aka gabatar , da dai sauransu.

3.2. Ra'ayoyi game da hulfofi tsakanin masu bada horo(jikadodi maza da mata) da mahalarta horon)

A farkon littafin jagoran, an yi bayanin cewa hulɗar koyo mai suna 'DD « salon OLGON » tana dogara ne da «Hanyar koyarwa maso dogaro da kai » (Paulo Freire).Hujjojin da ke kare yin hakaka su ne cewa masu koyo maza da mata suna gina iliminsu su da Kansu.

Saboda haka, abinda kawai ake jira daga masu koyo/masu bada horo, shi ne a samar da yanayi na yarda da juna domin tafiyar da aikin koyon. A nan, ba ana so ba ne a cilasta ma mahalarta wani abu da aka riga aka kirƙira ba, amma dai ana son a ba su horo ta yanda za su karu ta hanyar kokarinsu, a lokacin da suke koyon nau'o'in ilimi(sabi) waɗanda mai yiwuwa su buƙace su cikin rayuwarsu ta yau da kullum. Saboda haka, misali ana jiran a ga cewa a karshen darussan , mahalarta sun haƙiƙance game da :

- **Darsi na 1** : Wajibi ne salsalata/mafayyatata ta tafi tare da salsalar wasu domin samar da rayuwar tare cikin lumana ;
- **Darsi na 2** : Yanda na fuskanci al'amarin jima'i yana iya yin tasiri mai kyau ko maras kyau ga gurina na fannin sana'a;

- **Darsi na 3** : Rayuwa maras fasalin sana'a, maras aikakata komi, marasmizani, tana iya haddasa mummunan sakamako ga gamsuwar mutum a rayuwa. A wannan mataki, za a nuna ma mahalarta hanyoyin gudanar da gurin sana'a, domin su aikata su a rayuwarsu.

- **Darsi na 4** : Rayuwar tare tana iya kaiwa ga halaka da kuma rashin jin daɗin kowa, muddin rukunonin mutane ko al'umma ba su fahinci cewa ba wajibi ne gare su su amince da dokokin da za su hau kan kowa, sannan a riƙa aiki da su.

Babban aikin masu bada horo shi ne su raka mahalartan a tafarkin fahintar gaskiya ba tare da an cilasta wannan fahintar gaskiyar ba. Akidar « demokaradiyya » ta hulɗar koyo ita ce ginshikin aikin bada horo na yƙan kasanci na "Akademi Bilimon".

Mai yiwuwa, wasu rukunonin su kasa kaiwa ga wannan fahintar gaskiya, a karshen koyon. Ko da kuwa hakan zai sanya damuwa ga masubada horon, wajibi ne a yarda da waɗannan nau'o'in fahinta kamar yanda suke, tare da kyautata zaton cewa wannan irin rukuni yana buƙatar lokaci domin ya fahinci ma'anar sanin ciwon kai don ci-gaban kanshi da kuma ci-gaban kowa. Abin da kawai za ayi shi ne a yawaita bada horo ga wannan rukuni.

Dalili kuwa shi ne, ba a cilasta ma mutum ko al'umma yanda za su yi su ci-gaba. Abu ne da ya kamata mutum ya fare shi, shi da kanshi.


3.3. Dubarorin mizantawa

Domin a lura da abinda da rukunonin suka koya, za a amfani da dubarori iri-iri : rubutattun tambayoyi (share-fagen tambayoyi, da bayan tambayoyi game da abin da zauren taron ya kunsu), tattaunawa cikin rukuni game da abinda zauren taron ya kunsu, sannan da gabatarwar sakamako a babban taro.)

A karshen kowane taron bada horo, gungun masu bada horo za ya rubuta rahoton da ake tanada domin a aika ma "Akademi Bilimon" shawarwari na ganin an kawo gyara ta fuskar abinda aka koyar, da kuma tsarin aikin. Allon jadawali na kasa yana nuna wani misali na rahoton taron bada horo wanda ake buƙatar kar da ya yi tsawo kwarai : kimanin shafi 5.

3.4. Misali na rahoton taro

Domin matasa su samu samfarin rahoto a aikace domin yin nasu rahoto, “Akademi Bilimon” ta tanadi wannan allon jadawali :

 <p>Akademi Bilimon domin bincike da samar da ci-gaba na tare da juna (ABREDEP)</p>	Nau'in bada horo	
	Rukunin da horon ya shafa	
	Yawan mahalartan(a yi dalla-dalla mata da maza)	
	Yawan shafufukan rahoton	
	Wanda ya rubuta rahoton(e)	
	Ranar da aka rubuta rahoton	
	Wurin da aka bada horon	

Abin da rahoton ya kunsu
Takaitaccen bayanin abin da darasin ya kunsu
Yarjejeniya game da ayYukan bi-baya:
Wasu muhimman batutuwan taron:
Shawarwari zuwa ga „Akademi Bilimon“:
Rataye (Hoton zauren taron bada horon):

4. Dubaru domin sanya himma ga mahalarta taron a lokacin bada horon

Wasannin sanya himma suna da muhimmancin gake ga aikin bada horon matasa saboda su himmatu a kowane lokaci domin su aje hankali, su yi sauraro da kyau a duk tsawon lokacin bada horon. Matasa suna yaba wannan nau'i na bada horo tare da wasanni , ba kamar yanda aka saba ba. Kowace rana, rukunonin suna samar da wasannin zaburar da mahalarta wafanda akwatin wasannin bada himma na “Akademi Bilimon” ke ingantawa.

Cikin shafufukan da ke tafe, za a gabatar da misalai na wasu wasannin bada himma. Daliban Jami'ar Vechta suka tsara su kuma suka rarraba su cikin darussa 4 wani bayan wani.

Wasannin bada himma da wasanni na gama –gari da wasannin gabatarwa

Wasannin gabatarwa su ne wadanda a mafi yawan lokuta ake farawa idan tun da farko mambobin rukuni ba su san juna ba tukuna. Muhimmin abu a nan shi ne manufar da nike son cimma tare da rukunin. Wajibi ne mahalartan su saba da rukuninsu a mataakai daban-dabam na rayuwa tare. A kwar da shamaki sannan a gina wata irinmarikidar (dandamalin/waibuwar) rukuni. Wannan baya da dangantaka da na nau'in rukunin da abin ya shafa. Ya kamata yara da matasa da dattawa su sake gabatar da kansu idan mambobin rukunonin baki ne. A nan, ana kaddara cewa kowane rukuni shi kadai yake kuma aikin da za ayi na tsawon lokaci ne har sai rukunin ya cimma cikakkar jituwa.

Wasannin gabatarwa suna samun karɓuwa da sauri a lokacin haɗuwar farko ta sabin rukunoni. Hakanan kuma, ana iya tsara su ta hanyar kayan aiki yān kaɗan. Ana iya yin amfani da su a ko'ina. Ana iya yin irin wannan wasan a fili, ko a ciki sannan kuma, uwa uba, domin kusan kowane rukunin shekaru.

Wasannin ilimi sukan iya bada damar yin abubuwa da yawa kuma su bada bayanai da yawa. Wasannin ilimi masu sauki ne sosai kuma galibi ba su bukar kayan aiki. Haka zalika, ana iya amfani da su a lokacin balaguro. Amma galibi suna dacewa da guririka da yawa. Saboda haka wasu wasannin na yara suna iya aiwatuwa tare da manya. Ko wasa na fili ko na ciki, shawa iri ɗaya ce yake bada kuma yawan mutanen, rukunoni kanana ko manya suna iya karuwa da abubuwa da dama daga wasannin. Wasannin ilimi sun fi dacewa domin horar da mtunane a fannin tuni. Yawan matsalolin ya danganta da lokacin yin wasan kuma ana iya sanyawa su yi daidai da ajin shekaru. Ba rashin mantuwa kadai ba ne ake bukata, har da baiwar motsawa.

Wasan ilimi

Rukunonin shekaru : Ba ya da muhimmanci

Idan matsayin ilimi karami ne

Lokacin da ya dace :Kimanin minti15

Shirye-shirye /kayayyaki: Takarda, biro, kwali

Zagayen gabatar da juna – Taimako lokacin farawagirman wahala: mai sauƙi

Manufofi: Karfafa sani game da yadda ake iya tunowa/tuni da kuma yadda ake sada hoto da magana.Gina sanin yadda ake magana da wayayyen saurare . Bayan hakanan, mahalartan na rabuwa da tabi'ar ky'aluwa, ta hanyar mallakar yancin yin magana cikin rukunin.

Rukunin shekaru : adadin shekaru ba ya da muhimmancia nan

Matsayin sarkakkiya : sarkakkiyar kaƙan ce.Wahalar tana nan cikin irin yanda mahalartan za su buƙe cikinsu cikin rukunin, da kuma irin yanda ya kamata su bada labarin kansu a gaban jama'ar. A wannan mataki, ana iya sauƙaƙa wahalar ta hanyar bai wa mahalartan nau'o'i kayyadaddu da kuma tambayoyi wafanda a cikinsu za a zaBi nau'o'i daga 1 zuwa 3.

Tsawon lokacin da ya dace: Lokacin yana kaiwa kimanin minti 15 dangance da girman rukunin da kuma matsayin sadarwa

Girman rukunonin: Ya dace da rukunoni da suka kama daga mutum 8.

Matakan koyo: dubarar tana iya aiki a matsayin wasan somin-taBi domin samar da dangantaka tsakanin mahalarta sannan a san dukkanin rukunonin

Shirye-shirye/ Kayan aiki: Domin shirya wasan, ana buƙatar nau'o'i da ire-iren tambayoyi da ake iya amfanida su a matsayin yan rakiya. Ana iya rubuta su cikin yan takardu naɗaɗɗu da za a sanyawa cikin kwali. Dangance da hakanan,a tanadi takarda, da alkalami da karanyo da kuma kwali.

. **Tafiyar da aiki/ Umurni :** Yaya ake fara yin zagayen gabatarwa ?Galibi, abu ne mai wuya ga yara kanana su bada labarin wani abu game da rayuwarsu.A mafi yawan lokuta, a karshe dai, sai a ga cewa kowannensu yana bada labarin abu iri daya da wanda yaron farko ya fada.A gaskiya, zagayen gabatar da juna, ya fi dacewa da manya domin matakan ilimin mutane. Lalle, akwai mahalarta da dama da ba su san ba cewa suna iya bada labari fiye da faɗin sunansu da shekarunsu. Saboda haka, za a yi amfani da **yan kananan tanade-tanaden taimakawa** domin a zaƙulo wasu karin bayanai daga mahalartan.

Saboda haka, a rubuta tambaya a kan takarda, kuma a naɗe takardar don kar da mahalartan su karanta ta da wuri. Daga nan, sai kowane mahalarci ya zaɓo takarda guda sannan ya bada amsar lokacin da ake yin zagayen gabatarwa..

A yi amfani da tambayoyi iri-iri ta yadda tambayoyin da za a maimaitawa ba za su yawaita ba. Ta haka, mahalartan za su samu labarin juna. Misalan tambayoyin da za a iya yi su ne kamar haka:

- ✓ Wace mafi girman kara ce ka taɓa ji a rayuwarka?
- ✓ Mine kake tunawa da shi a nan kusa-kusan nan?
- ✓ Mine ne fatanka game da wannan rukuni?
- ✓ Wace kyakkyawar rayuwa ce ka taɓa shiga a duniya ?
- ✓ Mi kake fata game da wannan rukuni?
- ✓ Wace kyakkyawar rayuwa ce ka taɓa yi a wani wurin nishaɗi na dabam?
- ✓ Fadi wani ɓangare na wani fim wanda ya fi baka mamaki?
- ✓ Wane irin abinci ya fi birge ka?
- ✓ Wane kifi ne ka fi so?
- ✓ Wane ne mafi kyawon halin rayuwar da ka taɓa shiga ?
- ✓ Nawa ne mafi girman makin da ka taɓa samu a sakamakon makaranta kuma a wane fanni?
- ✓ Idan ka samu damar ka zama wani abu, mi ka fi son ka zama?
- ✓ Wane irin abinci ka fi so?
- ✓ Kana da wani suna wanda ba na zane ba? Wane suna ne?
- ✓ Wane kifi ka fi so?
- ✓ Wane shirin fim ka fi so?
- ✓ Wane furucin magana ya fi burge ka a fim?
- ✓ A ina da ina ka taɓa zama?
- ✓ Mine ne abin shaƙatawarka ?
- ✓ Kana da dabbobin da kake rayuwa da su ?Yaya ne sunayensu yake?
- ✓ Wane littafi ka fi so?
- ✓ Mi kake fata a wannan taron bada horo?
- ✓ Idan kana son/ko kana da ikon ka sa a yi wani abu da kake shawa, wane abu ne wannan?
- ✓ Wace kala ce ka fi so?
- ✓ Wane kyakkyawan abu na yarintarka ka fi tunawa da shi?
- ✓ Duwatsu ko teku? Don mi?

- ✓ Littafi ko shirin fim?Don mi?
- ✓ Damana ko rani ? Don mi i?
- ✓ Kana da wani taken rayuwa ? Idan kana da shi, wanne ne ?
- ✓ Wane wuri ne ka fi son ka je ka yi babban hutu ?
- ✓ A ina aka haife ka ?

Wani salo / wasu nau'o'in: A matsayin wasu nau'o'i, ana iya rubuta tambayoyi tun da farko a kan wata babbar takardar buge (affiche) ko a babban allo . Ya kamata dukkan mahalarta, maza da mata su bada amsar waƙannan kayyadaddun tambayoyi .

Nazari / Mizantawa / Shirye-shiryen bayan horo / sharhin fannin koyarwa commentaire didactique: A nan ana iya nuna hanyoyi domin bayan fannin koyarwa , domin tambayoyi na zahiri , abunda zai sanya a yi tunani, da dai sauransu..

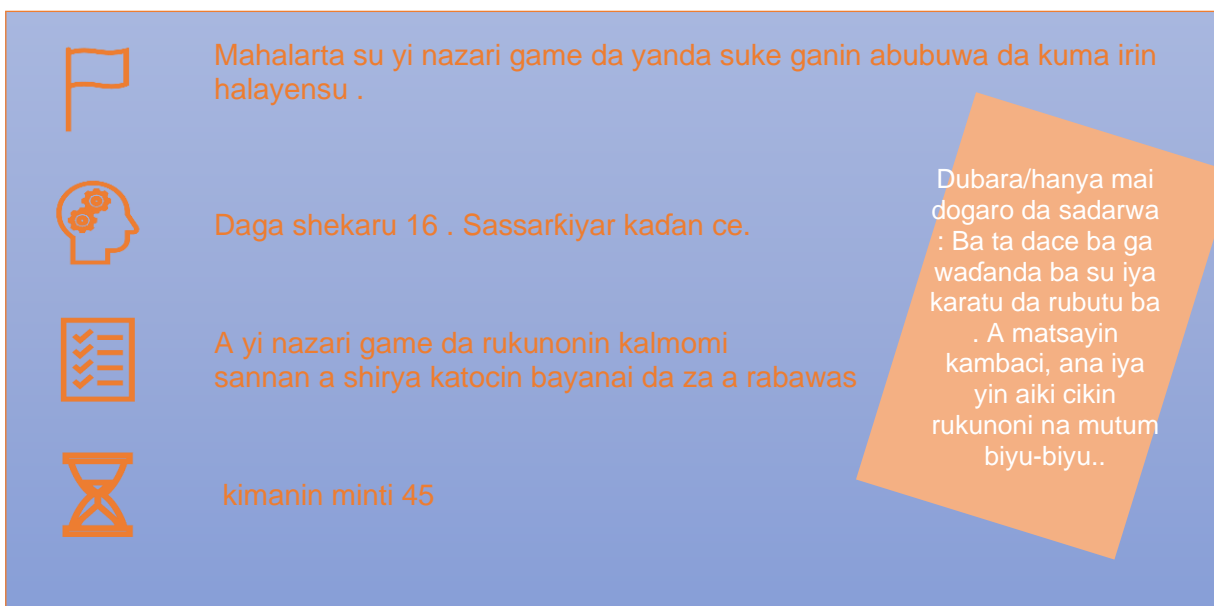
Takardun da za a buga : Idan kacinku yana bukata, kuna iya ɗaukar waƙannan zayyane-zayyanen nuna (graphiques), da taswirori, da takardun kaicici, da dai sauransu, waƙanda za a cikawa a matsayin mataimakan bayanan koyar da fannin(auxiliaire didactique.)

Darasi na 1: Horo game da tantance masiffanta/mafayyata ko salsalar mutum daya ko wadda ke ta kowa/ ta gama-gari.

4.1. Darasi na 1: Horo game da tantance salsalar mutum daya da ta gama-gari

Dubaru/hanyoyin aiki domin gudanar da darasi na 1

Dubara/hanyar aiki ta 1: Mine ne ke fayyace ni ?



The infographic is set against a blue background. It features four orange icons on the left: a flag, a head with gears, a checklist, and an hourglass. To the right of these icons is a tilted orange box containing text. The text describes the objectives of the lesson, including the target age group (16 years), the duration (45 minutes), and the focus on understanding the structure of the game and the role of the referee.

Maharlarta su yi nazari game da yanda suke ganin abubuwa da kuma irin halayensu .

Daga shekaru 16 . Sassarkiyar kafan ce.

A yi nazari game da rukunonin kalmomi sannan a shirya katocin bayanai da za a rabawas

kimanin minti 45

Dubara/hanya mai dogaro da sadarwa : Ba ta dace ba ga waƙanda ba su iya karatu da rubutu ba . A matsayin kambaci, ana iya yin aiki cikin rukunoni na mutum biyu-biyu..

Matakan taron bada horon : Wannan dubara/hanya ta fi dacewa ga lokacin fara taron. Domin a karfafa ikon kowane a fannin iya yiin tunani da kanshi.

Yanda za a gudanar da darasin: Kowane/ce mahalarcin/ciya horon ya/ta karbi takardar kacici ta 1, sannan cikin minti 5, ya karanta ya gane aikin da za a yi, tare da yin tambayoyin neman karin haske. Bayan wannan kuma, cikin minti 15 kowane mahalarci, ya ga abinda zai iya yi sannan ya rubuta shi a takarda. Idan malarcin ya kasa samun wani ra'ayi, ana iya nuna mashi wasu hanyoyin yin tunani. A karshen lokacin da aka kayyade sai a raba ma mahalartan takardar kacici ta 2. A nan ma, za a bai wa mahalartan minti 5 domin su karanta aikin kuma su yi tambayoyi. Wannan karon, za a kara ba su minti 20, domin su tantance abubuwan da suka fi iyawa sannan su rubuta su cikin mahangin salsala. Idan suna bukatar karin lokaci, yana da kyau a yi la'akari da hakan, kuma a kara masu minti 5 zuwa 10 na aikin.

Nazari: Za a taru cikin rukuni, a tattauna sakamakon da mahalartan suka samu. Mahalartan za su kai wani mataki na iyawa iri dabam-dabam. Hakan yana sanya a lura da bambancin nau'o'in iyawa da kuma ire-iren ragowa/yafiya da

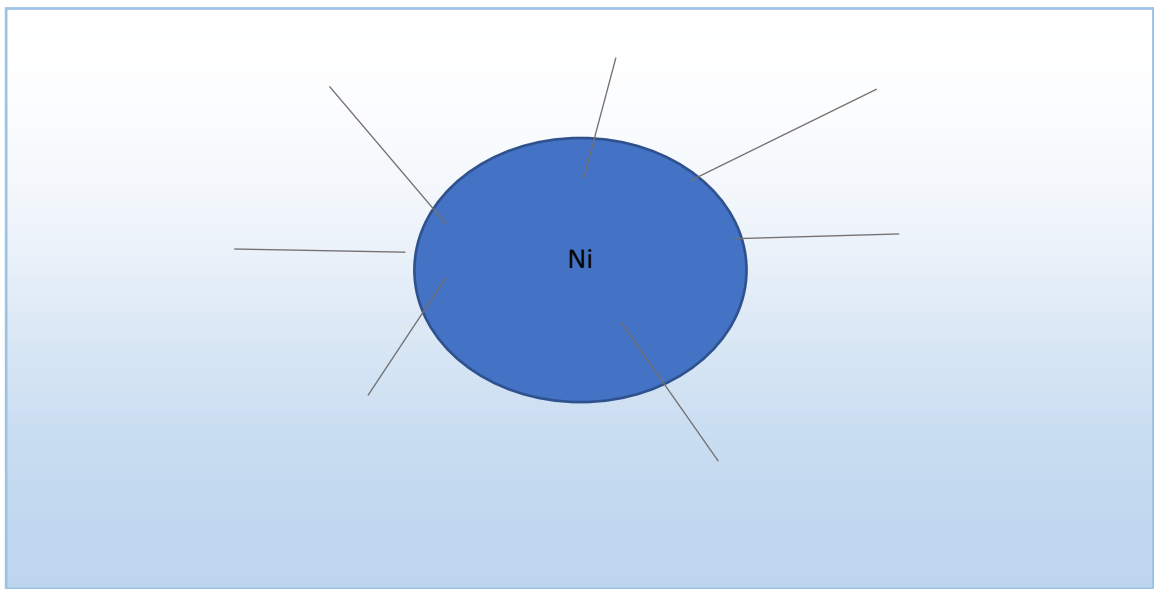
kowanne yake da ita. Hakan yana sanya a lura game da bambancin da ke tsakanin juna. ¹

Taswirar tunani

Wannan dubarar tana amfani da kusan dukkanin ayyukan kwalwar dan Adam kuma tana sanyawa a bijiro da matsalolin cikin kananan jiga-jigan kalmomi, kuma a bayyana su a idon kowa.²

Takardar kacici ta 1: Alamomin salsala “ Kana iya kamanta salsalarka? Wadanne alamomi ne suke bambanta ka da sauran mutane? Idan za ka kamanta kanka gaban wani bako, yaya za ka yi?

Alamomin da suka zo maka a kai, rubuta su a kan kibiyyin TaswirarTunani. Kana iya kara wasu kibiyyoyin matuƙar kana da bukatar yin haka .



¹(cf. Meinert, Stollt2009)

²(cf. Bundesverwaltungsamt 2012)

Takardar kacici ta 2: Mahangin salsala/mafayyata“

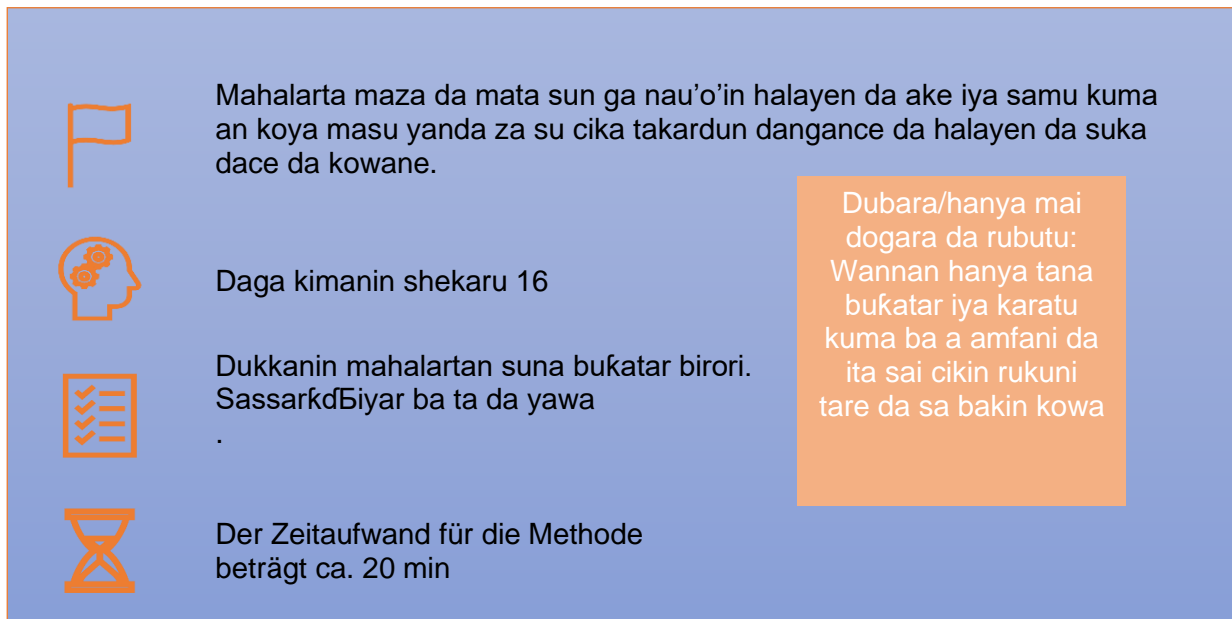
Sake duba nau'o'in iyawar da ka nuna, sannan ka jera su daya bayan daya dangance da muhimmancin kowane. Mi ka fahinta? Mi salsalarka ta fi fayyacewa sosai ko ta fayyace kafan? Jera nau'o'in iyawarka cikin mahangi. Gwargwadon muhimmancin nau'o'in iyawarka, gwargwadon yadda suke kusanto tsakiyar mahangin.




3


³(cf. Meinert, Stollt 2009)


Dubara ta 2: Ginin rukunoni




The infographic is set against a blue background. It features four orange icons on the left: a flag, a head with gears, a checklist, and an hourglass. To the right of these icons is text in Hausa and German. A separate orange box on the right contains Hausa text.

 Mahalarta maza da mata sun ga nau'oin halayen da ake iya samu kuma an koya masu yanda za su cika takardun dangance da halayen da suka dace da kowane.

 Daga kimanin shekaru 16

 Dukkanin mahalartan suna buƙatar birori. Sassarƙaƙƙiyar ba ta da yawa .

 Der Zeitaufwand für die Methode beträgt ca. 20 min

Dubara/hanya mai dogara da rubutu: Wannan hanya tana buƙatar iya karatu kuma ba a amfani da ita sai cikin rukuni tare da sa bakin kowa

Matakin Taron samun horon: Yana ɗaya daga matakan shiga . Domin karfafarukunonin/nau'oin halaye da kuma halaye makamantansu .

Yadda za a gudanar: Kowane/ce mahalarcin/ciya horon ya karɓi takardar kacicin « Alamomin salsala ». Cikin minti 5 kowane mahalarci ya karanta aikin, ya nemi karin haske game da aikin kuma ya yi tambayoyin da yake son yi.

Bayan an yi mashi bayani game da aikin da kuma tambayoyin da ya yi, sai a ba shi karin minti 5 domin ya jera bayanai dangance da rukunoni.

Wata hanyar gudanarwa : Matuƙar dai mahalartan suna da ra'ayoyinsu nasu na kansu, tare da faɗaɗawa da kuma bada shawarwarin yin gyara game da jerin sunayen rukunoni, ana iya kara wannan jerin sunaye a cikin aji a lokacin da ake bada horon.⁴

⁴(cf. Meinert, Stollt, 2009)

TAKARDAR KACICI: „RUKUNONIN SALSALOLI “

Wadanne bayanai ke ga wannan rukunin? Rukunoni suna a nan hannun hagu, su kuma bayanai suna a hannun dama. Jera bayanan dangance da rukunonin ta hanyar sanya kibiya mai sada su.

Rukuni:

Bayanai:

Addini:

Launin gashi

Asali:

Shakatawa:

Ingilishi

jinsi:

Launin idanu?

Yin waka

Mai son mutane

Kwallon kafa

Musulmi

Kirista

Dubara ta 3: Yaya salsala take yin tasiri ga rayuwar yau da kullum?

Shirye-shirye:Wurin wannan aiki, za a raba mahalartan gida biyu. Sannan sai a samar da yanayin hira ta yau da kullum wadda za a rubutawa cikin takarda. A dauki kamar misalin wani mai neman hanyar da zai bi, wato mai bukatar a taimaka mashi. Bayan haka, za a yi jerin sunayen nau'oin nagartattun halayen mutanen biyu. Ta hanyar amfani da rukunoni irin su:

- ✓ Jimami/kaduwar zuciya/emotion
- ✓ Addini
- ✓ Asali, da sauran su.



Tambayoyi game da tsare-tsare da dokokin siyasa da na zamantakewar al'umma



Daga kimanin shekaru 16 ana ganin cewa matsayin sarkakiya madaidaici ne Aikin hadin gwiwa tare da mutum 2 kowane rukuni.



Alkaluma



Sai an yi kimanin mintuna 35 .

Matakan taron bada horon : Matakin bayyana matsala

Yadda abin ke gudana: A bai wa mahalarta takardar kacicin "hanyar tattaunawa" wadda

cikin ta aka kwaikwayi tattaunawatsakanin mutane biyu. Na farko, a raba mahalarta zuwa rukunoniin da aka riga aka tsara. Bayan haka, kowane abokin aiki zai kasance tare da mutum mai takardar kacicina lamba 1 da na lamba 2. Sannan a bai wa mahalarta damar karanta aikin tare da yin tambayoyi don samun karin bayani. Saboda haka, za su sami kimanin minti 5 na yin aiki. Da zaran dukan mahalarta sun fahimci aikin da za a yi, abokan aikin biyu za su karanta kowane sakin layi na rubutun, cikin babbar murya, daya bayan daya. A wannan lokacin, abokan aikin suna yin la'akari da halayen dayan, da aka jera a kasa, wafanda suke da mahimmanci a gare su don tattaunawa kuma su kewaye bayanan da kowane alkalami suka ga dama. Mahalarta za su sami mintuna 25 domin yin karatun da kuma sanya shaida ga mahimman halaye,.

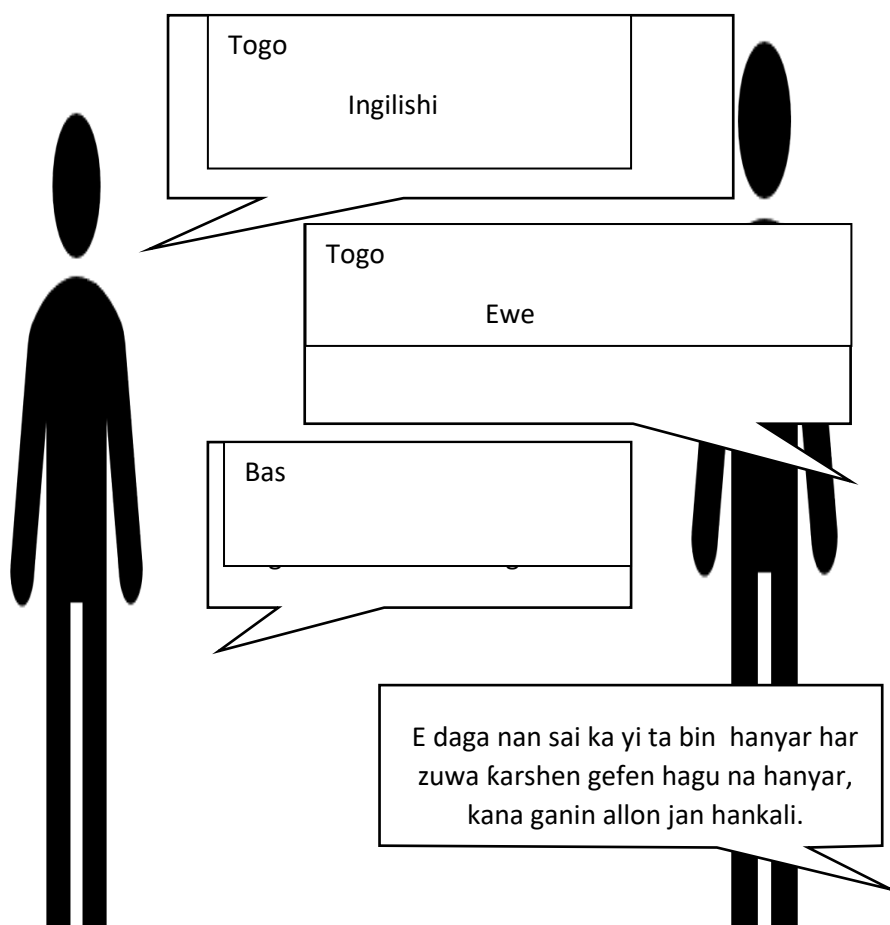
Nazari: Idan dukan rukunonin sun gama, za a tattauna sakamakon mahalarta tare a cikin aji. Za a sami wasu bambance-bambance game da ra'ayi na gaba daya domin har yanzu ana daukar wannan kacici a matsayin guri ko manufa. Mahalartan da sakamakonsu ya sha bamban kafin a bayyana su, za su sami damar kare hujjoinsu don haka a ba wa ajin damar wasa kwakwalensu, watau a sanya su yi muhawara.⁵

⁵ (Diaconu 2008, p.60 suiv.)

Takardar kacici ta 1: "yadda ake gudanar da tattaunawa"

Wani ɗan Togo ya tafi dogon hutu zuwa Togo kuma yana so ya samu labari a kan hanyar zuwa "tashar mota" ta gaba. Saboda haka, a kan hanyarsa , zai tambayi wani mazaunin yankin .

Da farko, ka bibiyi sassan tattaunawa na mutanen biyu. Ka yi la'akari da halayen da aka danganta su da su. Mi ne ne ra'ayinka? Waɗanne halaye ne ke da mahimmanci ga yanayin tattaunawa? Kewaye muhimman halaye.



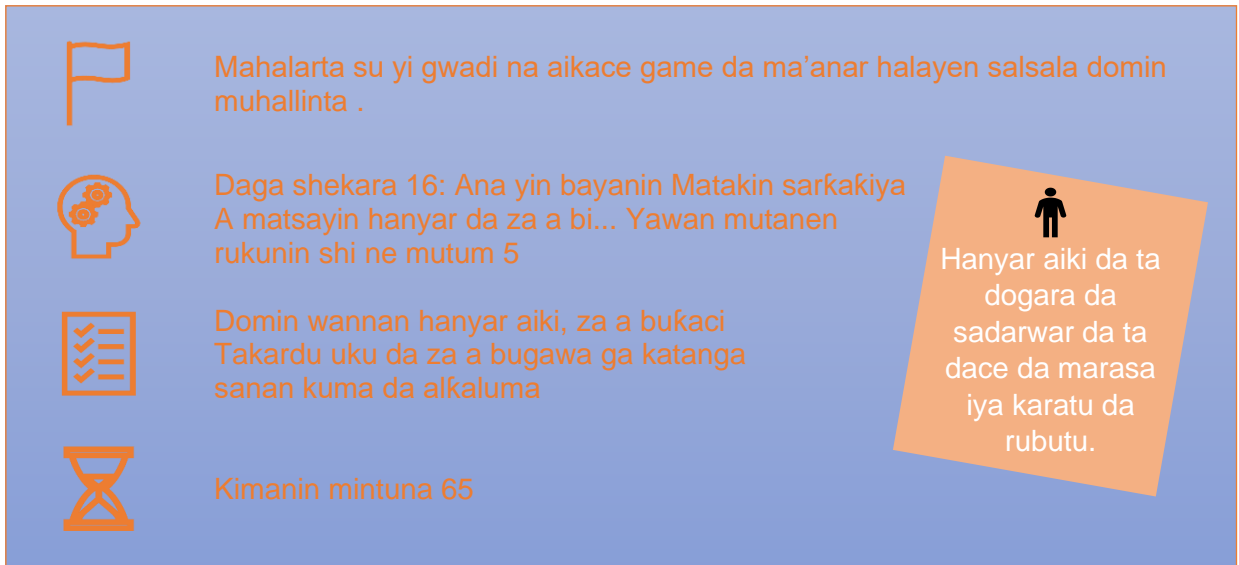
Mutum na 1:


Siriri
Kirsta
Ma'aikacin gidan renon yara
bafaranshe
yana shawar balaguro


Mutum na na 2:


Mai sakin fuska
Mai son mutane
mai yare biyu
yana kada gita
Matukin tasi


Hanyar aiki ta 4: Tebirin salasalar wadanda suka san /saba da juna




 Mahalarta su yi gwadi na aikace game da ma'anar halayen salsala domin muhallinta .

 Daga shekara 16: Ana yin bayanin Matakin sarkakiya A matsayin hanyar da za a bi... Yawan mutanen rukunin shi ne mutum 5

 Domin wannan hanyar aiki, za a buƙaci Takardu uku da za a bugawa ga katanga sanan kuma da alkaluma

 Kimanin mintuna 65

 Hanyar aiki da ta dogara da sadarwar da ta dace da marasa iya karatu da rubutu.

Matakan taron kara sanin: Matakin bincike

Shiri: Don wannan hanyar, wajibi ne a bai wa mahalarta damar aikata abinda ake koyawai. Yana da kyau a nan a samar ma mahalarta kayayyakin zama da kayan ado, da yanayi na yin mahawara. A tanadi aji guda wanda za a jera teburori 3 ciki da kuma isassun kujeru..A sanya ma teburin ado kamar misali na yadin shimfiɗa. A kaddara cewa shugabannin rukuni uku sun kasance zaune bisa ɗaya daga cikin teburorin a duk tsawon lokacin da aka yi na wasan kama da wane. A sanya ma kowane teburi kati 4 daidai wadanda a jikinsu aka rubuta nau'o'i na misalan halaye kamar yadda aka ambata a nan:

- ✓ Addini
- ✓ Kamanni
- ✓ jimami

Gudanarwa: A farkon sashen koyo, ana rarraba shugabannin rukunonin a kan tebur uku kuma ga kowane tebur ana naɗa jagora. Shugabannin rukuni suna karɓar takardar fosta (affiche) da alkalami. Bayan haka, za a tattaunatare da shugabannin rukunonin game da mahallin da za a gudanar da kacicin cikinshi kuma a yi tambayoyi . Tawagar bitar/taron kara ilimin ta bayyana cewa tattaunawa ce ta rukunoni wadda ta yi kama da tattaunawa tsakanin abokai a kan wani tebur inda aka saba haɗuwa. Kowane mahalarci ya yi la'akari da matsayin da aka ba shi dangance da katocin tebur. Wadannan nau'o'in matsayi suna wakiltar halayen nagartaccen

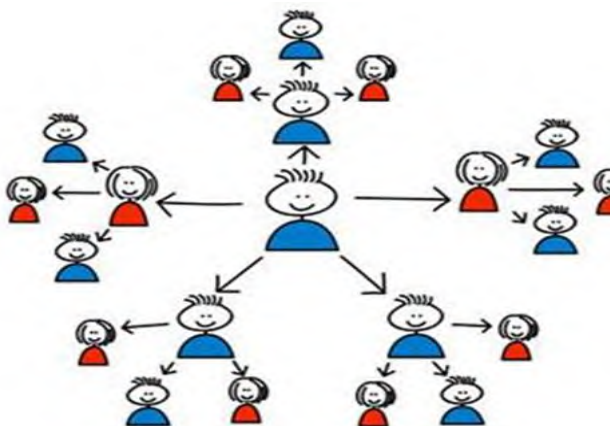
hali. Bayan mintuna 20, kowane mahalarci ya canza tebur kuma ta haka ya canza hali mai inganci. Shugabannin rukunoni ne kawai za sutsaya inda suke sannan kuma su fadakar da Yan rukunin yadda tattaunawar da aka yi ta gudana. Domin mambobin rukononin su ji daɗin tafiyar da tattaunawar yadda ya kamata, shugaban rukuni ya rubuta muhimman abubuwan da suka shafi halaye a kan fastocin. Mahalarta su canza tebur sau 2 ta yadda kowane zai hau waNI tebur sau guda. Bugu da kari, tawagar bitar/taron bada horo ta yi bayanin ka'idojin tattaunawa ta yadda tattaunawar za ta gudana cikin nutsuwa.

Nazari: A karshen sashen koyon,, za a gabatar da abubuwan da ke cikin tattaunawar da shugabannin rukunin suka takaita. Takardun fastocin za su bayyana bambance-bambancen da za a tattauna a gaba ɗaya.

Bambance-bambance: Ana iya samun canji a cikin aiwatarwa, ganin cewa kowane tebur yana da tambaya-jagora. Hakazalika, ana iya sauya shugaban rukuni har ta yanda za a canza kowane mamba na rukuni in an kai ga rukunoni masu zuwa. Har ila yau, ana iya jingina halaye kai tsaye ga wasu mutane maimakon a cancanza daga wani zuwa wani mutum..⁶

Tasiri:

Samun tasiri da kuma yin tasiri, abubuwa biyu ne mabambanta ko da yake sun samo asali ne daga abu guda:



Tasiri :
Wanda ke da tasiri ko yin tasiri, yana iya yin tasiri (canza) matsayoyi, da kudurori da ayyuka, ta yanda tunani yakan iya canzawa ko ya sake ginuwa, cikin

Tushen bayani: dreamstime/ influence






Kasancewa da tasiri, abu ne da mutum ke samun kanshi ciki, kuma ma ba tare da ya sani ba.

Shi kuma yin tasiri abu ne da mutum ke yi da kanshi, cikin ya sani.

Misali: Klaus nakokarin ya sanya Max ya sayo mashikankara

⁶ (cf. Brown 2001)

Dubara ta 5: Tasiri

	Sabawa da kalmar tasiri da kuma ma'anarshi	 Dubara mai dogara da sadarwa, ba ta dace ba da wanda ya jahilci karatu da rubutu rubutuon, inappropriate pour les analphabètes
	Daga shekaru 12-16. sarkakiyar babba ce. Har ta kai matsakaicin mataki. Aikin mutum guda ko na rukuni.	
	Farar takarda , Biroris, Babban allao	
	Kimanin mmintuna 15-20	

Matakan taron bita : Gabatar da jigon tasiri

Yadda ake gudanarwa: Ya kamata a dan wasa kwalwa game da batun/theme/jigon « Tasiri » tare da rubuta bayanankewayen kalmar »Tasiri « cikin siffar hikimar Taswirar bayanai.

Nazari/ Mizantawa: Mahalarta su gabatar da sakamakon su ,yayin da shgaban rukuni zai yi babbar taswirar bayanai ta hanyar ire-iren sakamakon.

Aikin da za a yi(Kacici) : Ka yi taswirar bayanai game da batun ko jigon. Wane tunani ke fara zo maka game da tasiri?

Gudunmawar taimakawa: Wa/mi ke yin tasiri a kan ka ? Wa kake iya yi ma tasiri? Mi kake iya yi ma tasiri? Yaya kake iya yin tasiri ?⁷

Amsoshun da ake iya badawa: Yin tasiri ga kanka, magabata, malaman makaranta, iyali, abubuwa na waje, wurin aiki.

⁷<https://www.palverlag.de/lebenshilfe-abc/beeinflussung.html> Mäs, M.: Modelle sozialer Beeinflussung

Ire-iren tasiri:

A cewar Meier da Tilman Slembeck (Shehunan malamai masu wasu matsayoyi na digiri na 3 a fannonin tattalin arziki na siyasa, fannin Tattali, Fannin ilimin tattalin arziki, da dai sauransu,)akwai dalilai iri-iri na tasiri masu sanyawa a kai ga sakamako iri-iri na tasiri.

A cewar Meier da Slembeck, tasiri yana da dalilai guda 6 daidai.

Su ne :

1. Yin amfani da yanci da kuma yadda ake fahintar iya wani abu :

Wato shi ne yanci na son rai, wanda ya haifar da kariya ga yancin mutum na gaske domin ya cimma wani guri nashi.

2. son zuciyar:

Alama ce ta bada tukwici “

3. Sadarwa domin gamsarwa :

Ciyo kan wani ta hanyar kyawawan hujjoji ko halayen mutum ko kuma ta hanyar gamsarwa.

4. Jijjuyawa/cusa ra'ayi/jan akala :

Boyewar niyyoyi daga mai jijjuya ra'ayi don wata manufa tashi.

5. Badawar tantancewa daga « mafi karfi » zuwa ga rukunin da aka nufa da aikin:

Sanya daidaito tsakanin mafi girma da mafi rauni domin a samar da mizanin akidodi.

6. Karon hujjoji :

Karon hujjoji tsakanin ire-iren furuci, da ra'ayoyi, dasauransu masu sanya ma mutum damuwa kuma da mutum ba ya da niyyar ya sanya su dace da juna.

Ba a ce ba shi kenan duk wadannan bayanai suna cikin « dalilai na tasiri ». ana iya fahintar wadannan bayanai da ma'anar sassa na furucin kalmar « taisiri ».



Tushen bayani: istockPhoto/tasiri

Hanyar aiki ta 6: Maguɗin ra'ayi /Mallaka/jijjuya ra'ayi

Tantancewar tasiri daga halayen rayuwa

Daga shekaru 12 ans. Sassarkiya kaɗan da matsakaiciya

A bada jaridu, da matanoni, da fostocin bugawa da maliki da almasai

Awa biyu zuwa uku

Hanyar aiki mai dogara da rubutu .
Ta dace da wadanda ba su iya karatu da rubutu ba amma sai idan an li ka fastocin da hotunan a kamabacin rubutaccen take

Matakan taron bitar : Jimlar gabatarwa bayan an ga fa'idar/Bayanan farko kan fannin

Yadda za a gudanarwa :

Mahalarta su yi kallon ana bada bayani game da takardun kacirin nau'o'in tasiri. Za a karantawa kuma a bada ayyukan jarrabawa.

Madadin/wasu nau'o'in:

Ana iya barin kacici na 3 da 4 dangane da lokaci da bukata tunda kacirin 1 da na 2 sun wadatar don gabatarwar jigon. Sai dai kuma, ana iya amfani da kacirin 3 da na 4 domin shiga jigon Genogram⁸ don karfafa kwarewar da aka samu.

Tushen bayanai: <https://www.lernen.net/artikel/manipulation-7-strategien-einflussnahmen-3198/>

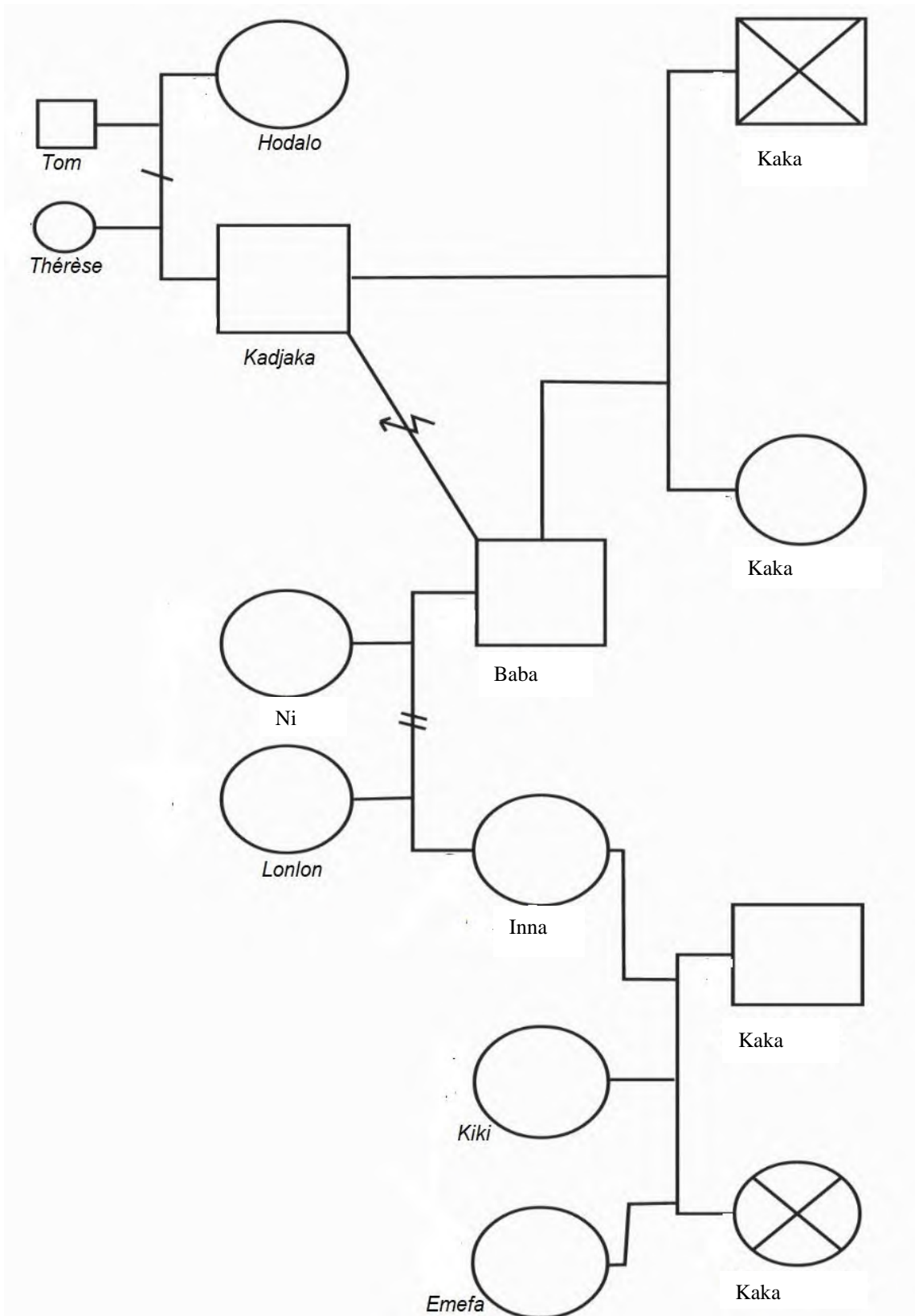
<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/manipulation-38607/version-262028>

<https://arbeits-abc.de/psycho-tricks-im-job/>

⁸Jenogaram wata irin siffantawa ce da ake zanawa domin nuna dangantaka cikin iyali. A nan sharadin shi ne a kalla gida uku na iyaye da kakanni cikin zanen. Ta hanyar wannan siffar zane, ana saukaƙe dangantakar da ke tsakanin yaƙn gida guda a. Saboda haka, ana amfani da alamomi iri-iri da kibiyoyi iri-iri wadanda ake ce ma kibiyoyin dangantaka. Da farko dai zanen jenogaram yana nuna yanda wasu iyalai suke da kuma dangantakar da ke tsakanin yaƙn gidan.

Misali na jenogaram:

MAGUDIN RA'AYI /MALLAKA/JIJJUYAWA



Mutane daga rukuni ɗaya na iya samun tasiri ko kuma, da niyya, su kansu su yi tasiri ga wasu.

Nau'in maganganu kamar....

- "Ya sanya na yi kaza"

"Na yi haka ne kawai saboda ita"

- "Kuna da mummunan tasiri a kaina"

Misalai ne na takamaiman ma'anar tasiri. wato kuma na maguɗn ra'ayii. Mun san wannan nau'i na tasiri sosai daga rayuwarmu ta yau da kullum..

Ma'anar Mallakar hankali ko jujjuya ra'ayi, ko maguɗn ra'ayi tana nuna

„Wani irin tasiri na wasu mutane ta yadda yin hakan zai amfane su“.

Yayin da muke yara, muna fara jin kunya tare da durkusawar neman yarda lokacin da iyayenmu suka ce "a'a" game da kuma na sauka tare da bacin rai lokacin da iyaye suka ce "a'a" b aza je kasuwa ba neman kayan tande-tande ko kayan wasan yara. Don haka muna kofari mu yi yaudari ra'ayin iyaye ta hanyar bege don su su yarda mu sami abin da muke so.

A matsayin shugaban ma'aikata wanda ke son karfafa kwarin gwiwar ma'aikaci da kuma sanya shi cikin yanayin karin albashi.

Ko kuma a matsayin daliban da suka ji malaminsu ya ce babu aikin gida idan kowa ya tsayaan yi aiki tare a lokacin aji.

Shin ashe maguɗn ra'ayi bai kasance ba abu marar kyau? Ana iya cewa kalkashin kowane aiki da mutum zai yi da wata manufa, yana boye wani nau'i na maguɗn ra'ayi. Kenan b aza mu sanya wani ya yi tunane ba da kyau idan muka dawwama cikin aikatawar da ke dogaro da wani 100% .

Hannu ga ga gaba: Abu ne da kuke amafani da shi? Don haka ba abin kunya ba ne idan ba ka amafani da hakan. Wataƙila, da wuya a sami mutanen da za su bada amsa ga wannan tambayar ba tare da yin karya ba.

Aikin matani a kan batun Magudīn ra'ayi – Takardar kacici, Matani na 1

Aikin da za a yi :

1. Fito da wanda ke yin tasiri da wanda aka yi ma tasiri.
2. Ta yaya ya rinjayi mutumin?
3. Zana sifar jenogram mai sauƙi wanda ke nuna ire-iren alaƙa da niyyoyi daban-daban (+ tabbatattu, - korarru) na mutane tsaninsu da wasu. Don yin wannan, yi aiki tare da mutanen da suke da matani iri ɗaya da kai.
4. Yi amfani da "ƙananan" -jenogram da aka zana a cikin kacici na 3 a cikin babban jenogram kuma ida ta kama ka yi ciko da wasu jengaram.

Essozimna yana tare da yān ajinsu cikin filin kwallon kafa kuma yana so lalle ya buga wasan kwallon tare da abukkanshi. Edem, babban abokinshi, kamar kullum yana tare da shi. Tulu ita ma tana son kai tsaye ta shiga wasan ganin irin yadda take son wannan wasan. Ganin cewa ba za su iya yin wasan ba su uku, saisun nemi wasu abokan yi, Edem ya tafi yaga Akono da Zola domin ya ciyo kansu su yi wasa tare. Idan sun amince da hakan, Essozimna da shi za su yi wasan Boyoyoniya bayan an gama wasan kwallon kafar .domin ya san cewa Zola da Akono su ma suna da niyyar tambayar su domin su yi wasan Boyoyoniya. Essozimna da Zola suka amince, suka ruga take-yanke har filin wasan kwallon kafar. Edem ya samu ya ciyo kan Aluna a kan lokaci. Nio da Abeni su ma an ciyo kansu. Ganin cewa Tulu tana da sani a fannin lissafi, ta yi masu alkawarin yi masu jarrabawarsu ta gida ta fanninn lissafi idan sun uka yi wasan kwallon tare da su.

Aiki a kan matanin Magudi – Takardar kacici, Matani na 2

Aikin da za a yi:

1. Fito da wanda ke yin tasiri da wanda aka yi tasiri.
2. Ta yaya ya rinjayi mutumin?
3. Zana sifar genogram mai sauƙi wanda ke nuna alaƙa da niyya daban-daban (+ tabbatacce, - korau) na mutane ga wasu. Don yin wannan, yi aiki tare da mutanen da suke da rubutu iri ɗaya da ku.

Kiano yana cikin wani filin wasa tare da yān ajinsu, kuma yana son yin wasan shillo. Amma , da yake dukkanin shillolin suna hannuwan su Mara, Tayo da Lamia, b aya da damar yin shillo. Kiano ya samu wata dubara, ya je y aga Tayo , ya ce mashi zai ba shi salkar cakwala idan ya , idan zai iya yin shillon minti 30 daga yanzun nan. Tayo ya yarda ya bar ma Kiano shillon. Wani lokacin kuma, Tayoya tafi bisa yashi wajen su Amari da Simba inda suke gina gidan bisa na yashi. Tayo ya tambaye su ko zai iya taimaka masu su gina gidan bisan na yashi. Niyyar Amari da Simba shi ne su gina gidan bisan su biyu. Sai Tayo ya fara cewa bai yarda ba kuma yana neman a yarde mashi amma duk da hakanan bai ciyo kan Amari da Simba ba. Daga baya dai sai Tayo ya nufi malamarsu malama Azikiwe, ya ce wai su Amari da Simba sun hana shi ya gina gidan bisa tare da su. Malama Azikiwe ta ba shi hakuri , ta ce ya tafi wajen Aluna inda ke da abin hawa , ya tsallata. Tayo ya gilgiza kai , ya ce shi kawai ginin babban gidan bisan yashi kawai yake so ya yi tare da su Simba da Amari. Sai wata dubara ta zo mashi. Tayo ya ruga wwajen Malaika wadda ke da wanni helo, ya ce ta ara mashi. Ganin cewa Malaika ba ta da bukatar helon a lokacin, sai ta ba shi. Tayoya ga yi mata godiya, ya koma saman yashi wurin su Amari da Simba. Da ya je can, sai ya nuna m ama abokanshi helon, ya ce yana iya cika bokicin da yashi da sauri fiye da su su biyun su da ke cikawa da hannu. Daga nan sai Simba da Amari suka bar shi ya gina gidan yashin tare da su..

Aiki a kan matanin Magudi – Takardar kacici, Matani na 3

Aikin da za a yi:

1. Nuna wanda yake tasiri da wanda ake tasiri a kan shi.
2. Ta yaya ya rinjayi mutumin?
3. Zana sifar genogram mai sauƙi wanda ke nuna alaƙa da niyya daban-daban (+ tabbatacce,- korau) na mutane ga wasu. Don yin wannan, yi aiki tare da mutanen da suk da rubutu iri ɗaya da ku.

Aluna yana cikin wani filin wasa tare da ƴan ajinsu kuma yana yin wasa a kan mahayi , har lokacin da Yaris ya tambaye ta ko za ta zo su yi wasan kwallon kafa da su da wasu , ganin cewa ba su samu wanda za su yi manyan kungiyoyin wasa ba. Da yake Aluna ba ta iya wasan kwallon ba, sai ta kiya. Yaris dai ya ci gaba da magiya, ya ce mata zai aza kyakkyawar kalma bisa r, wurin Simba, da yake ya san cewa Aluna na son Simba. Aluna ta yarda, ta tafi filin wasan kwallon tare da Yaris.

Yaris da Bijan suka tsara kungiyoyin cikin adalci. Kungiyar Yaris ta kunshi su Aluna, Zola da Nio. Kungiyar Bijan ta kunshi su Abeni, Akonoque da kuma Tulu. Aluna ba ta son shiga filin wasan sai dai ta tsare gida . Amma tun da yake kungiyarsu na da mai tsaron gida , wato Nio, sai ta tattauna da shi , ta ce ai ya fi ta iyawa cikin filin wasa da kuma ga tsaron raga. Kuma Aluna ba ta iya buga kwallon. Ta ce zai fi kyau a ce ta tafi tsaro raga da tunda tana iya tare kwallon da kyau. Nio ya amince ya tafi cikin rukunin ya ba ba Aluna ta tsare raga.

Aiki a kan matanin

Magudi – Takardar kacici,

Matani na 4

Aikin da za a yi:

1. Fito da wanda ke yin tasiri da wanda aka yi tasiri.
2. Ta yaya ya rinjayi mutumin?
3. Zana sifar genogram mai sauƙi wanda ke nuna alaƙa da niyya daban-daban (+ tabbatacce, - korau) na mutane ga wasu. Don yin wannan, yi aiki tare da mutanen da suke da rubutu iri ɗaya da ku.



Zola da Akono suna cikin filin wasa tare da yƙan ajinsu, suna yin shilKiano ne ke bisa shillo na uku kuma na karshe. Zola da Akono cikakkin abukkan juna ne da ba su rabuwa tun suna aji na na ɗaya. Kiano baya iya jurewa da Akono, tun da ya fi maida hankali ga Zola fiye da gare shi. Tun da Zola ta san abinda Kiano ke j igame da ita, sai ta bar shi ya tafi ya nemo masshi abinci da abin sha. Zola yana wasa da hankalinshi ba tare da ya sani ba. Lokaci zuwa lokaci, takan wurga ma Kiano wani irin kallo mai sanyawa ya ji yana da muhimmanci ggare ta. Akono ta ga cewa ba daidai ba ne yanda take wasa da hankalin Kiano, ta ja ta daga wurin shillon, sannan ta ce mata ba a wasa da hankalin mutane. Zola shi ma , b aya son ya ga ana wasa da hankalin wanda ake ganin darajarshi..Amma Zola bai damu ba da abin da Akona ke cewa game da batun. Lalle su abukkan juna ne, amma Zola na yin abinda ta ga dama. Akono ya ɗan fusata, kuma ya daina yin shillo tare da Zola, sannan ya juya wajen Malaika. Ya tambaye ta in tana shawar ta yi ginin gidan bisan yashi tare da shi .Malaika ta ce ta yarda amma ta bada aron helonta ga Tayo. Akono ya ɗaga kafadu sannan ya ja Malaika wajen tulin yashi, don su gina gidan bisan yashidomin tana da lafiyayyun hannuwa kuma ba dole ba ne sai ta yi amfani da helo. Da Tayo ya gane su su biyun, sai ya ce su shiga cikin aikinsu na ginin gidan bisa na yashi. Amari da Simba ba su gamsu da zancen ba, suka yi watsi da buƙatar Tayo, suka ce ai sun ma yi yawa kuma ɗin na musamman ne. Tayo ta tashi ta yi nufi Malaika da Akono, ta ce masu su uku suna iya fara wani gidan bisa na yash mai girma, mai kyau fiye da su Amari, Simba da shi. Akono da Malaika suna murna da Tayo ta juya ma Amari da Simba baya.

Hanyoyin yin tasiri


Ta yaya ake yin tasiri?

- jan hankali (saboda yabo, tsokana, rudani, da sauransu).
- Kira zuwa mataki
- Nuna ji
- Dauki abin koyi, jin dadin kyawawan halaye
- Harshen hoto, matsayi na jiki, matakin harshe
- Tada bukatsu da ko buri, barazana, tsoratarwa, kwararar tsoro.


Misali: Wata tawagar kamara tana yin fim din wata tunkiya mai taurin kai akan wani jirgin ruwa da ba ta motsa ba duk da kiraye-kirayen da tafa hannu.

Wani ma'aikacin da ya yi wayo a hankali ya matso kusa da tunkiya cikin tunani da 'yar ciyawa a hannunsa kuma ya yaudare tumakin a inda ake so. Nan da nan dabbar ta tashi daga ma'aikatan kyamarar, ba shakka tana tafiya a kan hanyar da dabbar ta ki a baya.


Hanyar aiki ta 7: Gwaje-gwaje game da nuna wariya




Ku tuno da wasu lokutan da aka nuna wariyar jinsinku da waninsa. ;
Cikakkar rabawa tsakanin wariyar mata da maza.




Daga shekara 12



Fastocin buge da alkaluma.



Minti 70



Dubarar ta dogara da
rubutu :
Cikin wannan siffar,
dubarar ba ta dace ba da
wafanda ba su iya karatu
da rubutu ba..

Matakin taron bitar/: Ya dace da wannan matakin na koyo.

Tsarin gudanarwa:

Babban rukunin mahalarta sun rabu zuwa kananan rukunoni biyu. Manufar ita ce a haɗa mahalarta maza da mata cikin an sani.. Sannan kuma, aikin kananan rukunoni biyu shine samar da ra'ayi game da wuraren da suka taɓa jin ana nuna musu wariya a rayuwar yau da kullum. Ya kamata a tattara waɗannan ykowane rukuni bisa fosta.

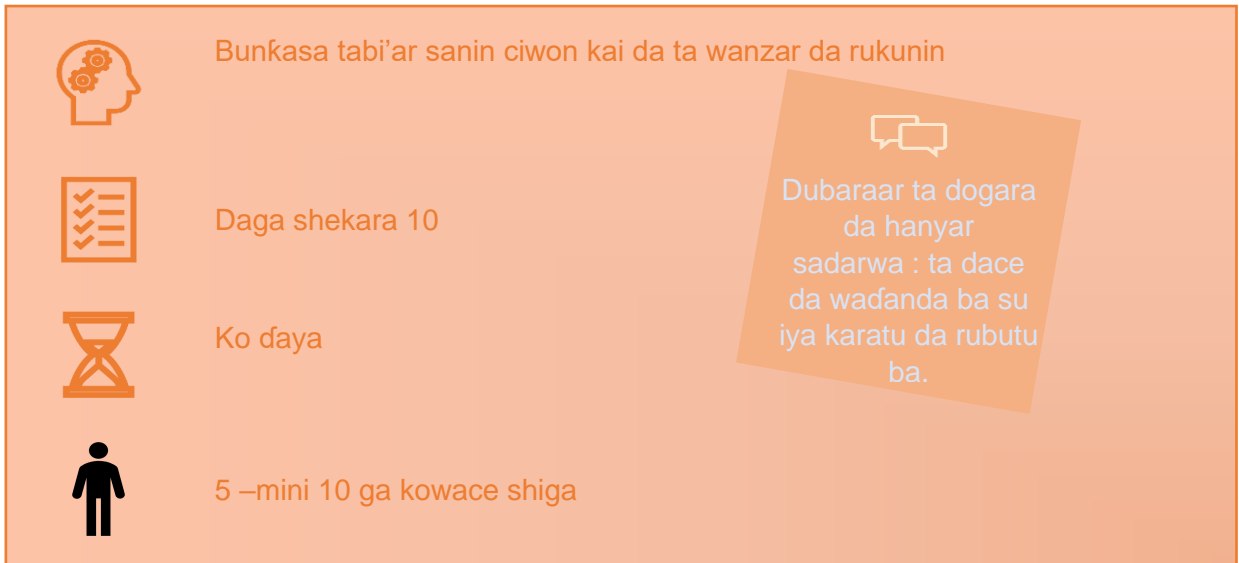
Zana iya tattara abubuwan da suka fi dacewa akan nuna wariya akan fastocin. Bayan mintuna 40 na lokacin aiki, za a gayyaci mahalarta don gabatar da fastocin su ga wasu kananan kungiyoyi. Gabatarwar rukuni na farko za a tattauna nan da nan a bayyane a cikin babban rukuni. Sa'an nan kuma kashi na biyu za su gabatar da hoton su kai tsaye bayan haka. Sannan za a sake yin muhawara kan gabatar da rukuni na biyu ba tare da na farko ba. Bayan wannan mataki, za a sami haɗin kai tsakanin gabatarwa biyu na fastocin, a nan ya kamata a sami wasu kamanceceniya da kungiyoyin biyu suka kawo misali. Manufar ita ce a kawo, ta hanyar sakamakon kananan kungiyoyin biyu, ta yadda duk babban rukuni na mahalarta za su iya gane tare da sauran kuma su ga cewa matsalolin daidaike su ma suna nuna matsalolin wasu. Wannan shi ne yadda jin kamanni da zama ke tasowa.

Dole ne hotunan biyu a matsayi na karshe su kasance a bayyane a fili a gaban dukan kungiyar mahalarta. Yanzu za a shirya tattaunawa don kawowa mahalarta su sake nuna wasu tsararrun kamanceceniya da watakila ma bambance-bambance tsakanin fastocin biyu. Hakanan yana da mahimmanci cewa mahalarta su kuma iya gane abubuwan da suka faru na wariya na ɗayan kungiyar.





Mahimman alamomi ga wannan hanya:

- Faɗa wa mahalarta cewa duk abubuwan da suka shafi wariya suna da tsanani kuma mutanen da ke da wasu alamu ba za su iya boye su cikin sauƙi ba.

Hanyar aiki ta 8: Kariya daga hari



The infographic is set against an orange background. It features four icons on the left side, each corresponding to a point:

-  Bunkasa tabi'ar sanin ciwon kai da ta wanzar da rukunin
-  Daga shekara 10
-  Ko ɗaya
-  5 –mini 10 ga kowace shiga

On the right side, there is a tilted white box with a speech bubble icon at the top and the following text:

Dubaraar ta dogara da hanyar sadarwa : ta dace da waɗanda ba su iya karatu da rubutu ba.

Matakan taron bitar: Dubarar ta dace da matakin lokacin koyo.

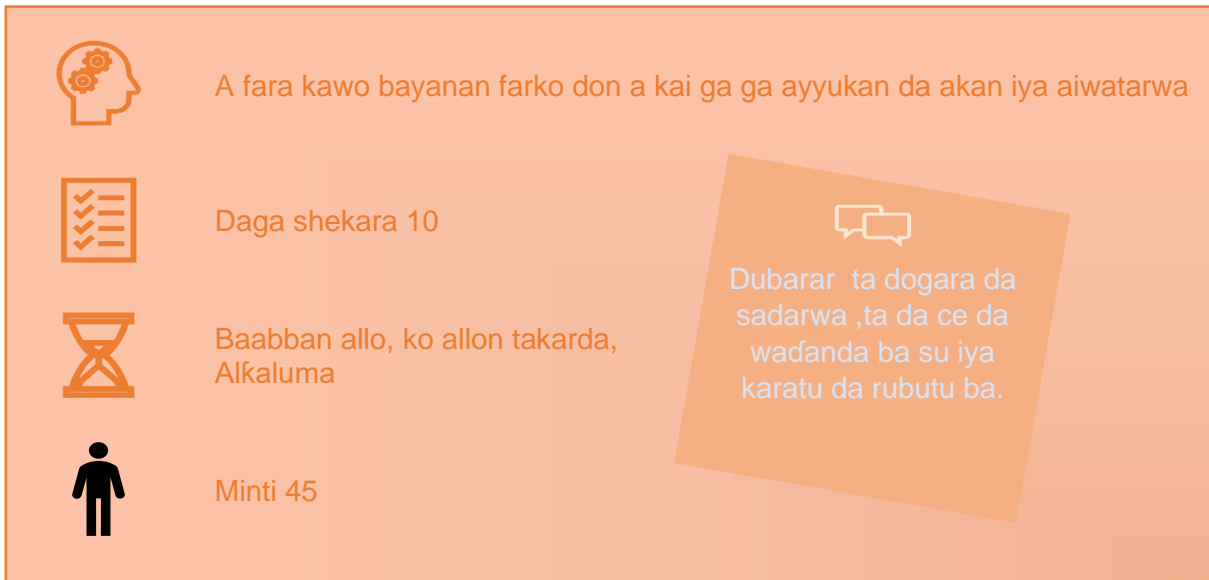
Tsarin gudanarwa:

Mahalarta taron sun zaɓi mutane uku: Wanda ya gabatar da kansa a matsayin wanda za a ba da kariya, wanda a zahiri ya “kai hari” da kuma wanda ke jagorantar sauran mutane, watau kungiyar.

Na farko, kungiyar tana rike hannuwa. Shugaban kungiyar shine mahadɓin farko, wanda za'a kiyaye shi shine mahadɓin karshe a cikin sarkar. Mutanen ukun da aka zaɓa su fara sanya kansu a cikin ɗaki ko, dangane da yuwuwar da aka bayar, suma a cikin iska. An kai harin da kansu a gefe na dakin ko kuma a cikin yanayi a gaban rukunin mutumin da za a kare, kimanin mita 5 daga nesa. Da zarar shugaban kungiyar ya ba da sigina, misali ta hanyar tafa hannuwa, motsa jiki ya fara. Mutumin da aka “kai wa hari” sai yayi kofarin kama mutumin da aka kare. Ya kamata wanda ke jagorantar kungiyar a yanzu ya yi kofari ya nisantar da mai zalunci daga wanda za a ba shi kariya tare da taimakon wasu. Manufar ita ce mutanen da ke tsakanin direba da wanda za a kare su tsaya a matsayin wani nau'i na bango tsakanin maharin. Dole ne direban, duk da haka, ya sanar da sauran membobin kungiyar duk wannan don su bi umarnin. A zahiri, motsa jiki shine kowa yana da takamaiman rawar da yake takawa kuma yana kofarin hada kai don kare mutumin da za a ba shi kariya, tare da taimakon umarnin direba. Hakazalika mahalarta za su gudanar da

ayyuka daban-daban. Mutumin da ya "kai hari" a zagaye na farko zai iya, alal misali, mutumin da za a kare shi a karo na biyu.⁹

Tsarin aiki na 9:Yaki da nuna wariya



A fara kawo bayananku farko don a kai ga ga ayyukan da akan iya aiwatarwa

Daga shekara 10

Baabban allo, ko allon takarda, Alkaluma

Minti 45

Dubarar ta dogara da sadarwa, ta da ce da waƙanda ba su iya karatu da rubutu ba.

Matakan taron bitar: Wannan dubarar ta fi dacewa da lokacin da ake koyo. Akwai matakin sassauyar da sani da ake samu ta hanyar tattaunawar da ke tafe .

Tsarin gudanarwa:

Mahalarta taron sun taru gabaɗaya, ta hanyar sabani ko sanarwa, bincike da tunani wanda, a cewarsu, zai haifar da haɓaka yaƙi da ɗabi'ar wariya. Tambayoyi irin waƙannan suna buƙatar fayyace don wannan dalili¹⁰:

- A ina ya kamata a canza wani abu?

- Waɗanne ra'ayoyi kuke da su?






Jagoran aikin yana tattara sakamakon a kan babban allo ko a kan allon takarda kuma ya hango ra'ayoyin da aka riƙe, yana rarraba su jigo-jigo da kuma cikin tsari na. Lokacin da aka tattara dukkan ra'ayoyin mahalarta, za a ci gaba dab matakai huɗu waƙanda ke zuwa kamar haka:

⁹cf. (Regenbogenschutzbereich, 2012)

¹⁰cf. (Forschungsinstitut betrieblicher Bildung, 2018, p. 20)

1. A cikin kashi na farko, za a tattara ra'ayoyin.
2. A cikin kashi na biyu, za a yi nazarin ra'ayoyin bisa ga tasirinsu, kuma a kan wannan batu, yana iya faruwa cewa wasu da aka fi sun sake fi.
3. A cikin kashi na uku, mun yanke shawarar wane daga cikin ra'ayoyin ne mafi kyau. Sharuɗɗa masu mahimmanci don wannan sune, alal misali: Wadanne ra'ayoyin ne aka fi fassara su a aikace kuma waɗanda kuma za su ci gaba da tasiri a cikin dogon lokaci?
4. A kashi na huɗu, sauran ra'ayoyin za a daidaita su ta hanyar yin jigo a kan tambayoyi masu zuwa: Wanene zai yi menene, yausha kuma ta yaya? Ina, tare da wa?

Hanyar aiki ta 10:Kira ga tallafin domin yaƙi da nuna wariya /Neman goyon baya akan nuna bambanci.

	Yawaita amfani da bayanar dubarar da aka gabatar a baya cikin mataki huɗu. A samu yanda za a aikata ra'ayoyin mahalartan .Ra'ayoyi da da akidodi da dama na zamanin da ne, kuma ba su yin daidai da na wannan zamani.	 <p>Dubarar ta dogara da rubutu tCikin wannan siffa, dubarar ba ta dace da waɗanda ba su iya karatu da rubutu ba.</p>
	Daga shekara 12	
	Fastuna/fastoci, kartuna/kwalaye	
	Minti 90	

Matakan karawa juna sani: Wannan hanya ta dace da lokacin koyo. Ana samun lokacin sauye bayanai ta hanyar tattaunawa mai zuwa

Tsarin gudanarwa:

Mahalarta su samu tushen bayanai masu zuwa a cikin bugu ko, idan zai yiwu, sigar dijital. (Don ainihin alamar tushe, duba littafin tarihin):

- Sadaqi and Diekhans, (2021)
- Mattig (2020)

- Majalisar Dinkin Duniya - Shekaru Goma na Duniya don Mutanen Asalin Afirka (2015-2024)

Ayyukan mahalarta yanzu shine yin aiki a kan abubuwan da ke cikin rubutun da aka gabatar da kuma sanya su a kan takarda. Ya kamata a mayar da hankali kan abun ciki mai zuwa:

- Menene hakkin mutanen da ake nuna musu wariya bisa ga majiyoyin da aka samu?
- Domin wadanne hakkoiki / abubuwan da ake bukata har yanzu ana bukatar tallafi?
- Wadanne za buɓɓukan hannun jari ke akwai?
- Ta yaya za a iya kalubalantar kwararrun wadannan za buɓɓukan aikin don tallafawa?

Da zarar mahalarta sun gama fastocin su, sai a gabatar da sakamakon da aka samu ga sauran, a fili. An nuna jama'a da kyau don jawo hankali ga fastoci da jigon. Hakanan, kowa zai iya gane jigon kuma yana da wani abu da ya shafi jigon don haka yana son yin canji.

Za buɓɓuka masu yuwuwar aiwatar da aikin da za a iya gabatar da su shine, alal misali, daidaita hakkin mata da hakkin maza tun daga makarantar firamare don yara su koya tun farko cewa kowane jinsi na da hakkin iri daya. Har ila yau, tunani game da rayuwar yau da kullum na iyalai zai dace, da yin la'akari da daidaitattun hakkoikin da aka koya a makaranta. Zai zama da amfani ga yara su koyi a makaranta cewa duk jinsi suna da hakkin iri daya, amma wannan ba zai sami aikace-aikacen a cikin ainihin duniya ba, misali a cikin iyali. A dabi'ance don irin wadannan matakan, sauye-sauyen zamantakewa-jihar su ma sun zama dole, wadanda ke da mahimmancin mahimmanci don cimmarwa, wanda wannan hanyar dole ne ta ba da gudummawa don yanke shawara kan zabin farko na farko da kuma shawo kan sauran mutane daga cikinsu.

Dole ne tuntubar mutane daga wasu kungiyoyin al'umma ko al'ummomi su lalata son zuciya kuma wannan dole ne ya haifar da sauye-sauyen halaye da matsayi, dangane da al'adun mutum da na waje. Amma tsarin ilmantarwa tsakanin al'adu ba ya faruwa kai tsaye ba tare da matsala ba. Wannan zato na butulci yana cin karo da juna idan ana maganar saduwa inda son zuciya ya fi karfi. Diether Breitenbach ya iya tabbatar da hakan a cikin 1975 a cikin wani bincike ta hanyar cewa tsarin ilmantarwa da ake

so ba ya faruwa kai tsaye kamar yadda aka yi niyya a haduwar kasashen duniya. A cikin binciken da Ma'aikatar Matasa, Iyali da Lafiya ta Tarayya ta fara, an tantance tasirin ayyukan musayar kasashen duniya. Duk da haka, ya kamata ya zama makasudin cewa ilmantarwa tsakanin al'adu yana faruwa a cikin ayyukan soyayya na duniya. (duba Gebbert 2007)

A cikin 1990 an sami cikakkiyar bunkasa a cikin sabbin dabarun gudanarwa, hanyoyin da samfura. Duk da sukar da ake yi na cewa kalubalen zama tare an fi la'akari da su ne kawai ta fuskar al'adu kuma ta hanyar yin hakan an cire tambayoyin siyasa da matsalolin zamantakewa, har yanzu akwai hanyoyi daban-daban na horar da al'adu. Sabili da haka kuma ka'idoji sun daidaita kan bambancin ra'ayi tare da manufar kafa al'ummomin dimokiradiyya ta jam'i.

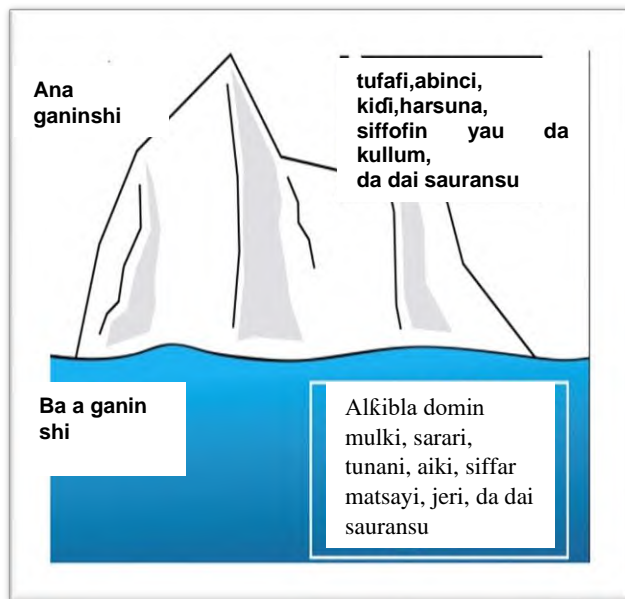
Ginawa, nazarí da shayar da ilimi
Ganewa da bayyana abin da ke na mutum daya na da abin da ke na gama gari. Gane ci-rani a matsayin bangarori da yawa game da al'amura da yawa tare da misalai masu goyan baya. Daidaita darajar harsuna da misalan da aka kawo cikin tallafi.
Yi nazarin yanayin rayuwar mutum, bincika gano masu iya canzawa da gyarawa, sabunta matsayi na sirri. Kalubalanci ra'ayoyin da aka sani kuma kuyi la'akari da wasu ra'ayoyi. Gane kuma ku fadi son zuciya
Habaka matsayi
Nuna yarda da jin dadin sauran al'adu Kasance a matsayin babban matsayi ka'idar daidaito tsakanin dukkan mutane
kimantawa, yanke shawara ne
Daukar matsayi iri-iri, kimanta bisa ga ma'auni daban-daban. Amsa ga Kwararriyar Wariyar launin fata da Kwararriyar Yuro Shirya matakan ya'ki da wariyar launin fata, aiwatar da su, bincika su kuma kiyaye su

Tushen bayani, taswirar iyawa game da mahaɗar al'adu

www.bmb.gv.at/schulen/unterricht/uek/interkult_kl_25729_pdf?4dzgm2

Abubuwan ilmantarwa na koyon sha'anin tsakanin al'adu sun haɗa da bangarorin fahimi da kuma abubuwan alaƙa masu tasiri (misali, karfin tausayawa da canza ra'ayi, juriya don rashin fahimta) da kuma kwarewar psychomotor (misali, samun damar daidaitawa da salon sadarwa daban-daban).

Sanannen samfuri a ilmantarwa tsakanin al'adu shine kirar kankara. Ya kunshi abubuwan bayyane da ganuwa na al'ada (Surface da zurfin Tsarin) (cf. Zentrum polis, 2016).



Wariyar launin fata da riga-kafinta

Wariyar launin fata wani nau'i ne na wariya. Des Rassismus shine Art von Diskriminierung. Ana nuna wa mutane wariya saboda asalinsu, launin fatarsu, gashin kansu, sunansu ko yarensu, kebewa da kaskanci. Wariyar launin fata ita ce ra'ayin cewa akwai jinsi daban-daban a tsakanin maza kuma abin da aka kirkiro shi ne cewa wadannan "jin" suna da matsayi ko matsayi. (cf. bpb o. D.) Akwai hanyoyi da yawa don hana wariyar launin fata. Game da wariyar launin fata, rigakafi na iya nufin hana tasirin tunanin launin fata da tsarin launin fata da kuma kawar da irin wannan tunani da tsarin. Misali, tsarin launin fata na iya zama hanyoyin kasuwanci wadanda ke sa ya fi wahala ga wanda aka azabtar ya sami aiki a wurin. Masana ilimin tarbiyya galibi suna magana akan bambancin gaskiyar da ke da alaƙa da raini ga maza, wariya da wariyar launin fata a cikin azuzuwa da wuraren samari. Daga cikin wadannan hujjojin, mun sami mafi yawan lokuta rage darajar kungiyoyin mutane da kuma nuna

wariya a bangaren matasa. Babu shakka, ana kuma kara yin tambayoyi game da kimar dimokradiyya, game da malamin da kansa da kuma kayan aikin sa. Jawabin na yanzu da suka shafi manufofin zamantakewa, gami da dangantaka da 'yan gudun hijira da muhawara game da 'yancin ra'ayi, suna da tasiri a wuraren ilimi kuma suna wakiltar kalubale ga malamai. Daga nan, a bayyane yake cewa dalibai suna ba da labarin abubuwan da suka faru na wariya kuma ta haka ne suke bayyana kansu. A sakamakon haka, wasu dalibai suna tambayar kwararren masanin ilimin koyarwa a kan matsayinsa game da abubuwan da suka faru kuma su tambaye shi don bayani kan jigogi da aka ayyana. (duba Georg 2021).

Misalin yadda wariyar launin fata zai bayyana sau da yawa shi ne yadda bakar fata da/ko yara musulmi ake kaskantar da su a makaranta akai-akai. Irin waɗannan lokuta na wariyar launin fata sau da yawa suna adawa da mutum don haka dole ne a bayyana su a matsayin nuna wariya na tsarin rayuwa . A saboda wannan dalili ne aka yanke shawarar ayyukan matukin jirgi (a Jamus) ta hanyar shirin tarayya "Demokratie leben!" (dimokiradiyya mai rai!), karkashin taken: "wariyar launin fata da wariyar launin fata". Dole ne waɗannan samfuran su habaka da gwaji tare da sabbin ka'idoji da hanyoyin don:

1. Karfafa karfin aiki na cibiyoyi da makarantu.
2. Kowannensu yana karfafa iya aiki na wanda aka azabtar da wariyar launin fata (Empowerment),
3. Ba da gudummawa don wayar da kan wariyar launin fata a matsayin matsalar zamantakewa (cf. Bmfsfj 2018).

Darasi na 2:
Horo domin sanin ciwon kai game da sha'anin
jima'i

4.2. Darasi na 2 : Rakiyar horo domin fuskantar batun jima'i

Daya daga cikin sakamakon kai tsaye na rashin goyon baya ga jima'i mai alhakin shi ne "cikin da ba a so" tare da sakamakonsa kamar haka.

"Cikin da Ba a so"

A cewar WHO, 'yan mata miliyan 16 da ke tsakanin shekaru 15 zuwa 19 ne ke haihuwa a kowace shekara. Miliyoyin 'yan mata ma ba su kai 15 ba tukuna. 'Yan mata a wannan shekarun ba su da isasshen shiri a jiki don daukar ciki, duk da balaga. Misalin kashin kashinsu har yanzu yana da kunkuntar sosai. Matsalolin da ake fuskanta a lokacin daukar ciki da haihuwa a lokacin da suke karami na daya daga cikin abubuwan da suka fi kashe yara mata masu shekaru tsakanin 15 zuwa 19. Ba wai kawai mahaifiyar ba, har ma yaron zai iya sha wahala daga irin wadannan matsalolin. Saboda har yanzu kashin kugu yana da kunkuntar, ba za a iya ba wa jariri isasshiyar iskar oxygen ba. Har ila yau, iyaye mata sun fi samun jariran da ba su da nauyi ko kuma ba su kai ba. Adadin mace-macen wadannan jariran ya haura kashi 50 bisa dari fiye da na jariran da aka haifa a tsakanin shekaru 20 zuwa 30¹¹.

Uwayen da ba su kai shekaru ba suna yawan daukar nauyi tare da abubuwa na zamantakewa da zamantakewa da yawa saboda balaga. Mai yiwuwa ciki da kuma sakamakon canjin hormonal yana kara wadannan a cikin mummunan shugabanci. Yiwuwar faruwar cutar tabin hankali yana da yawa. Bugu da kari, lokacin samartaka lokaci ne mai haɗari lokacin da cututtuka na kwakwalwa suka bayyana kansu. Wadannan ma suna shafar lafiyar yara¹² akai-akai. Ta hanyar ciki da haihuwa, aikin makaranta ya katse. An tilasta wa iyaye mata su yi fatan samun tallafin kuɗi daga iyaye kuma dole ne a tallafa musu a Jamus ta asusun taimakon matasa da kuma ayyukan zamantakewa na jiha¹³.

A cewar wani bincike da Cibiyar Kula da Lafiya ta Tarayya (BZgA) ta yi mai taken "Ita kanta har yanzu rabin yaro ne", yawancin mata masu ciki da ba su kai shekaru ba suna fama da lamurra masu yawa tunda suna fama da rashin barci, gajiya, iyakancewa. na ayyukan zamantakewa, matsin tattalin arziki da rashin tsaro na matsayi. A nan ma, a bayyane yake cewa an gwada haɗin gwiwa da yawa da kuma dangi. Duk da haka, bisa ga binciken, uban da ba su kai shekaru ba sun fi rokon su

¹¹cf. (Plan International)

¹²cf. (Haerty, Hasbargen& Anthuber, 2004)

¹³cf. (Sexualaufklärung, p. 14)

haifi da saboda haka suna nan, har ma fiye da na da. A mafi yawan lokuta, buri na haihuwa yana zuwa daga gare su¹⁴.

Bisa kididdigar da WHO ta yi, mata 830 ne ke mutuwa a kowace rana daga matsalolin da za a iya hana su a ciki da haihuwa. Kashi 99% na wadannan mutuwar suna faruwa ne a kasashe masu tasowa. Ingantacciyar kulawar likita kafin, lokacin da kuma bayan haihuwa na iya ceton rayukan iyaye mata da jarirai¹⁵.

Wadannan bayanai sun nuna gaggawar wayar da kan jama'a. A wannan matakin, yana da kyau a kai ga samari musamman, don tada hankalinsu ga sauran jima'i da kuma fadakar da su alhakin da ya rataya a wuyansu na hana juna biyu da tsarin iyali da kuma mata.

A wannan bangare na sake fasalin hanyoyin, tambaya ce ta wayar da kan matasa da manya su san abin da ake nufi da zama uwa ko uba. Suna bukatar su kasance cikin shirye-shiryen motsin rai don wannan shari'ar kuma su san matsayi masu kyau da mara kyau don samun damar tattaunawa da shi sosai. Samun yaro ba abu ba ne da za ku iya jefarwa cikin sauiki ko komawa. Wannan yana nufin alhakin, balaga da damuwa! Yaro yana bukatar gidaje, abinci, kulawa, kauna kuma a cikin wannan yanayin duka iyaye wadanda ke yin komai don dansu. Musamman ma matasa iyaye mata da uba matasa sau da yawa ba su san abin da ke jiransu ba. Har yanzu ba su gama kuruciyarsu ba kuma an riga an ja su cikin "yanayin manya". Duk da haka, yana yiwuwa a girma yaro a cikin mafi yawan yanayi matakin rayuwa.

Ga sauran kuma, an tsara wannan bangare ne domin ma'aurata su san juna ta wata hanyar. Dole ne su bayyana ra'ayi da fahimta game da batun ciki kuma su ayyana kansu daga wannan sabon ra'ayi a ra'ayi. Tare da wannan repertoire, dole ne mu yi aikin rigakafi don shirya matasa da matasa masu hankali don fuskantar yiwuwar ciki. Hankali kan ingantaccen rigakafin yana da mahimmanci a nan (unabdinglich) domin a kallo na farko da kuma kimantawa na sirri, matasa da matasa gabafaya suna ganin sun sami wayewa sosai, ba shakka, amma duk da haka, a cikin cikakkun bayanai, wannan yakan haifar da gazawa.

Idan aka kwatanta da mafi bambancin hanyoyin, akwatunan bayanai akan batutuwan rigakafin, ciki da iyaye suna samuwa don amfani da su azaman kayan koyarwa.

¹⁴cf. (Sexualaufklärung, p. 7)

¹⁵cf. (Unicef, www.unicef.de)

Abin da ke da mahimmanci ga amfani da hanyoyin da aka bayar a nan shi ne samar da yanayi mai annashuwa wanda ke ba da damar yin tambayoyi kan batutuwan jima'i. Anan ana ba da wasu wasannin shiga. Dole ne a yi zabin hanyoyin ta hanyar da za a karfafa jakadu da masu halartar taron don yin sha'awar sha'awa ga batutuwa na jima'i, ciki da kuma "kasancewar iyaye".

Don tabbatar da ingantaccen amfani da hanyoyin, yakamata a amince da waƙannan ka'idodi a gaba:

- Matsakaiciyar darajar ɗabi'u
- Abin da aka ce, ya tsaya a cikin ganuwar huɗu
- Sa kai yayin kacici
- An halatta dariya - izgili ya haramta!

shakuwa

A matsayin gabatarwa ga jigon, da farko za mu shiga fagen haɗe-haɗe na ɗan adam. Muna la'akari da abin da aka makala a cikin ma'ana mai faɗi. Lokacin da muke magana game da abin da aka makala, sau da yawa muna komawa ga dangantakar iyaye da yara na farko. A cikin wannan shine ginshiki na abubuwan haɗin kai da alaƙa da za mu samu a tsawon rayuwarmu. Waƙannan abubuwan da suka faru na farko suna da tasiri mai tasiri akan yadda mu kanmu za mu kasance da kuma wane matsayi da tsammanin za mu sadu da duniya da yaƙan uwanmu - wannan kuma a cikin dangantakar iyaye.

Cikin wannan sashen, za mu koyar da ilimin farko game da shakuwa ta yarinta sannan mu sanya a yi tunani game da kowane mutum ya mu'amulanci shakuwa a rayuwarshi. Yana da kyau a tattauna game da wannan butu domin mutum ya san kanshi da kyau kuma ya san wasunshi da kyau, ya iya mallakar abin da ya wuce sannan ya bada kanshi ga diyanshi domin kyakkyawar shakuwa.

Nau'o'in shakuwa suna iya yin tasiri ga hulɗa tsakanin abokan mu'amula. Wasu tsofaffin munanan tunane-tunane da suka wuce suna iya kawo cikaskas ga sabin mu'amaloli. Amma akwai yiwuwar a cansa tsofaffin samfarorin, misali ta hanyar sabuwar alaka ta shakuwa cikin mu'amula da iyaye wadda ke cike da da soyayya.

Quelle: vgl. (Berger, 2018, S. 70)

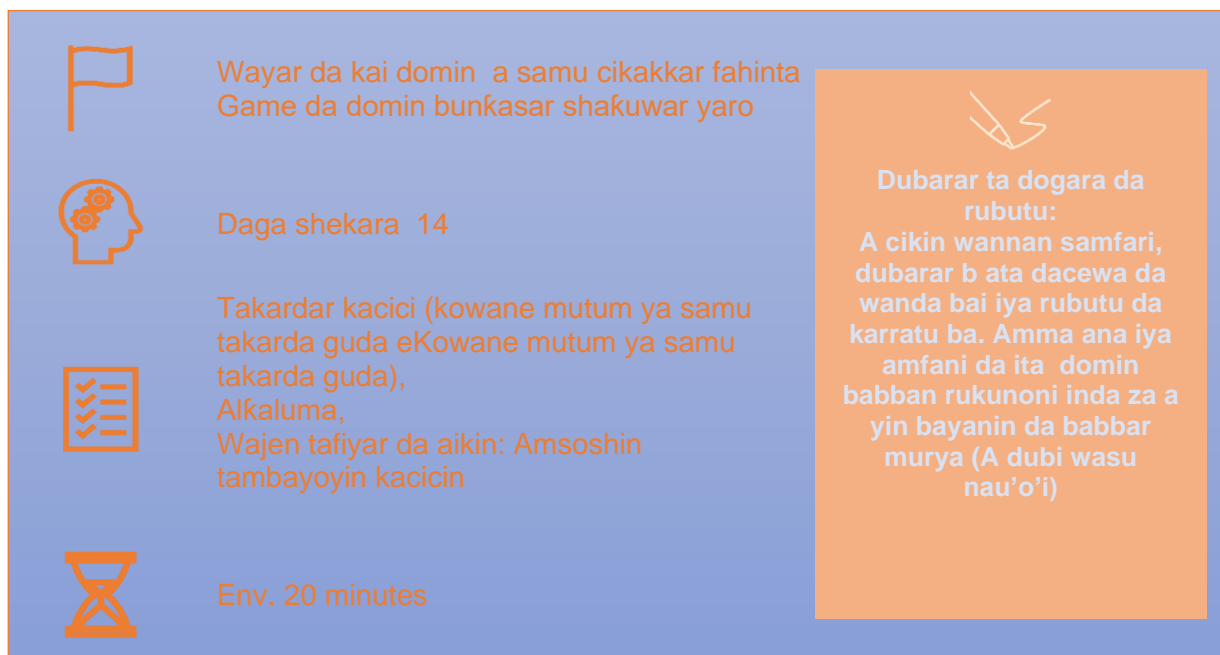
Samuwar shakuwa, abu ne da ake haifuwar mutum da shi. Ingancin shakuwar yaro da mutanen da suka jiBince shi tana iya canzawa. Wadannan canje-canje suna yin tasiri ga baki dayan rayuwar yaro .Abun da ya taba abkuwa game da shakuwa yana kme ma mutum cikin zuciya, kuma yana da illoli ga yanda mutane suke jin zafi ko dadi a rayuwa, haka zalika ga halayensu da kuma gurrikansu .


Source: cf. (Grossmann & Grossmann, 2012, p. 31)


Shakuwa wata irin mu'amala ce ta kut da kut wanzazza ga wasu mutane na musammam wadda, gwargwadon hali za ta samar da kariya da taimako". Muhimmin mutanen da ke samun shakuwai shi ne wanda ya fi kula da yaron. Wajibi ne gares shi ya taimaka ma yaron wajen daidaita jimamin zuciarshi sannan ya tallafa mashi lokacin da yake cikin rashin tsaro ko damuwa .


Hanyoyin darasi na 2


Hanya ta 1: Matakai huɗu na shakuwa




 Wayar da kai domin a samu cikakkar fahinta Game da domin bunkasar shakuwar yaro

 Daga shekara 14

 Takardar kacici (kowane mutum ya samu takarda guda eKowane mutum ya samu takarda guda), Alkaluma, Wajen tafiyar da aikin: Amsoshin tambayoyin kacicin

 Env. 20 minutes


Dubarar ta dogara da rubutu:
A cikin wannan samfari, dubarar b'ata dacewa da wanda bai iya rubutu da karratu ba. Amma ana iya amfani da ita domin babban rukunoni inda za a yin bayanin da babbar murya (A dubi wasu nau'o'i)

Matakanntaron bitar: Ana iya shigar da dubarar lokacin gabatarwa matakan shakuwa ta lokacin yarinta..

Tsarin gudanarwa:

Za a ba kowane mutum takardar motsa jiki. Ana iya samun wadannan darussan a cikin kari. Dangane da fifiko da girman kungiyar, ana iya yin aikin rarrabuwa ɗaya ɗaya ko a cikin rukuni. A kan takardar motsa jiki, an kwatanta matakai huɗu na abin da aka makala da kuma misalai guda huɗu, waɗanda kowannensu an sanya su zuwa wani lokaci na abin da aka makala, ya bayyana. Mahalarta suna da kusan mintuna 10 na lokaci don yin odar misalan cikin matakai. Bayan haka, ana tattauna sakamakon tare da kowa da kowa kuma idan aka kwatanta da mafita. Bayan haka, ana iya sake duba aikin.

Bambance-bambance:

Idan mahalarta ba za su iya karantawa ba, ana iya amfani da hanyar a farkon: mutum ɗaya ya karanta da karfi bayanin bayanin kashi na farko na abin da aka makala sannan kuma misalai huɗu. Mahalarta taron za su iya yin tunani kuma su ba

da baki wane misali ne ya dace da wannan lokaci. Ga sauran matakan haɗe-haɗe, za mu ci gaba ta hanya ɗaya.

Tunani/Nazarii:

Bayan tattauna sakamakon, za mu iya yin tunani tare. Shin wani abu ya ba ku mamaki? Ka taɓa fuskantar yanayi irin waɗanda aka kwatanta a cikin misalan?

Jarirai suna da **wani irin tsarin shakuwa da aka halicce su da shi** su kuma mutanen da suka jibance su (misali uwa **suna da tsari n abada kulawa** wadda ta dace da hakan. Kenan jariri yana bada labari ne game da bukatunshi, da abin da yake ratsa zuciyarshi, ta hanyar wasu dabi'o'i na musamman.



Hanyoyin halayen haɗin kai da tsarin kulawa ¹⁶

Tsarin shakuwa (ta yaro)

Nema
tsotsa
Tsaya
Zanga-zangar yayin rabuwa

Tsarin daina dogaro (na mutumin alaƙa, kamar misali uwa)

murmushin zamantakewa
Ci gaba Maraba
Ciyarwar nono
Kula
Console
Rock
Yi waƙa
Don yin magana da
Kofa
Don ciyarwa
Magani

¹⁶cf. (Henzinger, 2017, p. 197 f.)

Tsarin nan biyu suna yin aiki da kyau musamman ma idan mutanen da ke da alakar suna nuna kyawawan halayen jibintar juna. **(Kyakkyawar jibinta** ita ce idan mutummen da ke da alakar yake hango bukatun jaririn, ya fahince su, da kyau, sannan ya tunkare su take-yanke kuma gwargwadon yanda ya kamata. Jariran da ake yi ma irin wannan , ba su yawan kuka kuma suna da zaɓi da yawa. Waɗannan jarirai suna gusawa yanda suka ga dama kuma suna fara gano yanayin da ke zagaye da su. A kusa da amsa ta kyakkyawan jimami, yara suna bukatar ɗauke su, a cancane su, a sumbace su, tare da tabbatar masu cewa an gan su an fahince su .lokacin da ake hira da su. Tun wurin hauhuwa, yara suna da babbar baiwar shakuwa. Domin su ci-gaba da kasancewa cikin shakuwa, suna bukatar mutum sahihi wanda zai basu kariya da tsaro rayuwarsu. .

Tushen bayani: cf. (Henzinger, 2017, p. 197 ta gaba)

„Dangance da irin yanda iyaye ke maida martani game da biyan bukatun yaro, sai yaron ya ɗanɗani yanda kariya da tsaro suke da daɗi, sannu har ya zama mai dogaro da kanshi., mai zaman kansh“

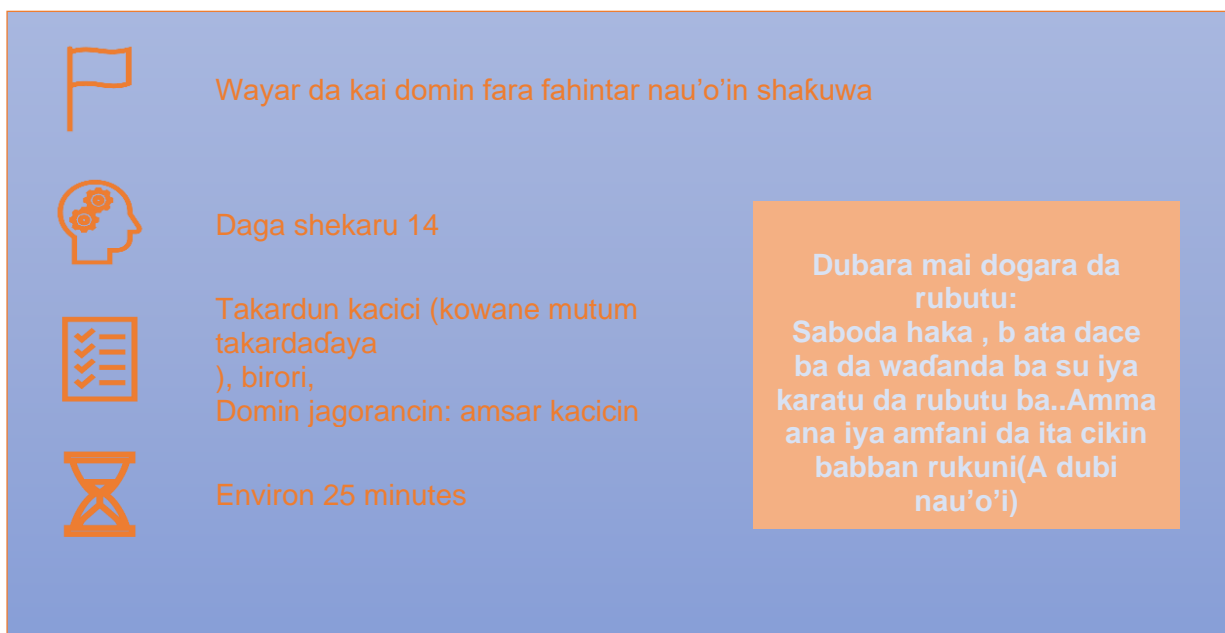
Tushen bayani: (Henzinger, 2017, p. 200)

Hanyar aiki ta 2: Hanyoyi huɗu na shakuwa


Abubuwan shakuwa da yaron ya yi tare da mutanensa na haɗin gwiwa (misali uwa), zai kasance cikinsa ta hanyarsa kuma zai ci gaba zuwa samfurin abin da aka makala. Dangane da ingancin waɗannan abubuwan haɗe-haɗe, yaron zai haɓaka (1) haɗe-haɗe amintacce, (2) rashin tabbas, (3) rashin tabbas, ko (4) haɗe-haɗe marar tsari¹⁷. (Duba Julius et al. 2009: 14).


¹⁷(Julius, Gasteiger-Klicpera, & Kißgen, 2009)


Hanyar aiki ta ta 2




The infographic is set against a blue background. It features four orange icons on the left: a flag, a head with gears, a checklist, and an hourglass. To the right of these icons is a white text box with an orange border containing a warning message.

 Wayar da kai domin fara fahintar nau'o'in shakuwa

 Daga shekaru 14

 Takardun kacici (kowane mutum takardadaya), birori,
Domin jagorancin: amsar kacicin

 Environ 25 minutes

Dubara mai dogara da rubutu:
Saboda haka , b ata dace ba da waƙanda ba su iya karatu da rubutu ba..Amma ana iya amfani da ita cikin babban rukuni(A dubi nau'o'i)

Matakan taron bitar: Ana iya amfani da wannan dubara a lokacin gabatar da jigon. Tana yin cikakken bayani game da ire-iren shakuwar yaro..

Tsarin gudanarwa: Kowane mutum yana karbar takardar motsa jiki. Dangane da fifiko da girman kungiyar, ana iya yin aikin da ya dace da daidai ko a cikin rukuni. A kan takardar motsa jiki, an kwatanta nau'ikan haɗe-haɗe guda huɗu kuma an ba da misalai huɗu, kowannensu ya yi daidai da kirar haɗe-haɗe. Ana bai wa mahalarta kusan mintuna 15 na lokaci don sanya misalan ga matakan. Bayan haka za a tattauna sakamakon tare da kowa da kowa kuma a kwatanta shi da mafita. Motsa jiki na iya karshe zama batun tunani.

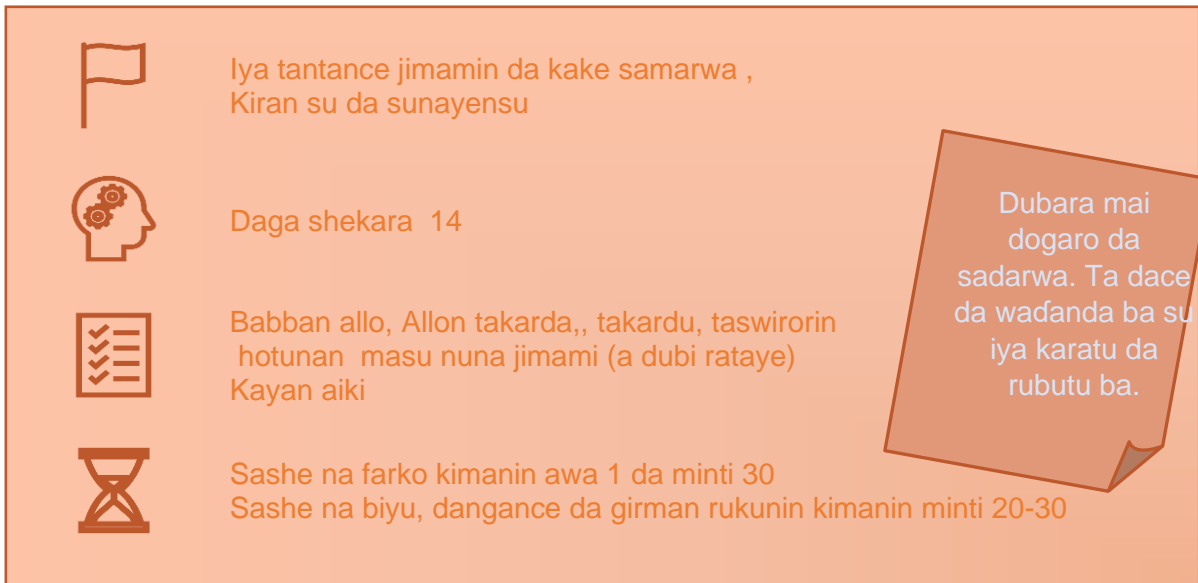
Bambance-bambance:

Idan mahalarta ba za su iya karantawa ba, ana iya amfani da hanyar a farkon farkon a cikin babban rukuni: mutum ɗaya ya karanta bi da bi bayanin samfurin abin da aka makala da misalai guda huɗu. Mahalarta za su iya yin tunani a hankali su ce wane misali ne ya dace da wannan tsarin haɗe-haɗe.

Bayan shiri:

Bayan tattauna sakamakon, zamu iya yin tunani tare: menene ya ba ku mamaki? Shin kun taɓa fuskantar irin wannan yanayi kamar a cikin misalan da aka kwatanta?

Hanyar aiki ta 3: Gane abubuwan da ke sosa rai



Iya tantance jimamin da kake samarwa ,
Kiran su da sunayensu

Daga shekara 14

Babban allo, Allon takarda,, takardu, taswirorin
hotunan masu nuna jimami (a dubi rataye)
Kayan aiki

Sashe na farko kimanin awa 1 da minti 30
Sashe na biyu, dangance da girman rukunin kimanin minti 20-30

Dubara mai dogaro da sadarwa. Ta dace da waƙanda ba su iya karatu da rubutu ba.

Mataka Ana iya amfani da dubarar tun farkon jigon jimami, da kuma lokacin tilawa.

Tsarin gudanarwa:

Kashi na farko: A kashi na farko, dole ne mu yi magana tare game da ainihin motsin zuciyarmu. Muna ba da shawarar: farin ciki, kauna, tsoro, fushi da bakin ciki. Amma kuma za a iya yin wani zaɓi (duba shafi). Za a sake nazarin ji ɗaya bayan ɗaya kuma za a iya kafa taswirar ra'ayoyi ɗaya bayan ɗaya akan ji. Mahalarta suna iya faɗin abin da suke dangantawa da jin daɗi da yardar rai (misali ji, dannawa, tunani, amsawar jiki, sha'awar aiki) kuma za a tattara maki a taswirar ra'ayi. A kashi na biyu, mahalarta sun karɓi bayyani na kari a matsayin taimakon daidaitawa dangane da rayuwar yau da kullun da mahallin kungiyar.

Kashi Na Biyu: Yana da kyau a farkon tarukan kungiya a kafa wani taron gaisuwa wanda kowa zai iya bayyana yadda yake ji a yau. Don wannan, yana da amfani don kowane motsin rai, an zana taswirar hoto. Ko dai a yi amfani da hotunan misalin a cikin kari, ko kuma mahalarta zasu iya yin katunan da kansu (misali mai zane, sana'a, yanke hotuna ko kirƙirar irin.



Nau'o'i:

Idan mambobin rukunin ba su san juna ba sosai, ana iya gabatar da sashen farko na kacicin . Zagayen gabtar da juna zai iya biyowa daga baya kauna:

Abubuwan da jimami ya kunsu

Jimami ya kunshi sassa da dama. Karfin jimami ya danganta kuma da yawan wadannan sassan wadanda ke falke a lokaci guda .

Ta gefe guda ya danganta da **jin zucishi** kanshi (kamar misali jin tsoro, jin yin ba daidai ba , jin kunya, jin dafi).

Na biyu kuma, ya danganta da **yadda ake hangen abubuwa**, domin muna samun bayanai kayyadaddu kuma masu karfi masu zowa daidai da abin da muke ji a zuciyarmu . Misali idan muna jin tsoro kuma muka kasance kewaye da mutane da yawa, sai mu ga tsoron yana barazana gare mu.

Abu na uku kuma shi ne **tunane-tunane** da kuma tuna baya game da rayuwar da ta wuce, duk suna ciki. Galibi ba mu la'akari da wadannan abubuwan-ama kuma kau suna iya iyakance tunaninmu.

Abu na huɗu shi ne maida martani daga jiki domin muna bayyana wata alama ga fuska da kuma wata siffar jiki da ta yi daidai da abinda muke ji a rai. Gwargwadon yawan abin da ake ji a rai gwargwadon yawan yanda jiki yake bayyana shi kamar misali ta hanyar bugawar zuciya da sauri,, ko yin zufa ko kuma jin ciwon cikir.

Bugu da kari, akwai **wata tunzura zuwa aikata wani abu** , da ta yi daidai da abin da ke bayyana daga abin da ake ji a rai– Daga nan sai waniabu ya tunzura mu don yin abinda ya kamata mu yi . Misali, lokacin jin tsoro, tunzurar tana sanya mutum ya tsere, jdan kuma fushi ne mutum ya yi sai mutum ya tunzura ya nemi kare kanshi ko ya rama abinda aka yi mashi.

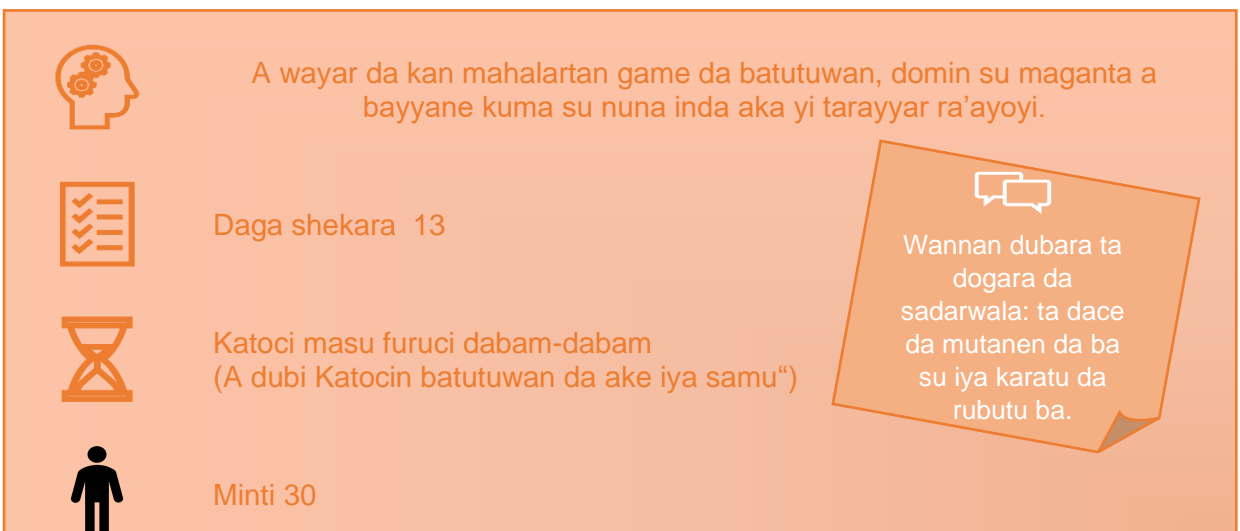
Source: cf. (Bohus & Wolf, 2009, p. 185 et suivante)

„kauna tana da muhimmanci ga iyawar mu’amala tsakanin abokan hulfa saboda an fi iya fahintar wasu halayen rayuwa ta hanyar mu’amamala sannan kuma a yi wani abu game da su. Idan an san don mi abokin hulfa yake yin kaza ko kaza ana iya magance rikici cikin sauki.

Kauna tana da bayyana abinda ake ji cikin rai na daganjimamin daga wani mutum. . Yanda mutum yake ji cikin wani yanayi, abu ne da sai wanda taBa jin shi zai gane shi.

Bayan wannan, kauna wata irin iyawa ce da ba kowa ke da ita ba kuma yanda ake yawan jin ta yana bambanta daga wani zuwa wani.. Karfin wannan tasiri yana danganta ne da dalilai da dama, kamar su shakuwa da iyaye lokacin yarinta sannan kuma da danganta da wasu mutane. Daga ciki akwai karkata zuwa ga wasu mutane ko kuma wasu misalai da ke akwai. Tushen bayani: A dubi. (Altmann, 2021)

Dubara ta 4: Tattaunawa ta hanyar katoci



A wayar da kan mahalartan game da batutuwan, domin su maganta a bayyane kuma su nuna inda aka yi tarayyar ra’ayoyi.

Daga shekara 13

Katoci masu furuci dabam-dabam (A dubi Katocin batutuwan da ake iya samu“)

Minti 30

Wannan dubara ta dogara da sadarwala: ta dace da mutanen da ba su iya karatu da rubutu ba.

Matakan taron bitar: Ana iya yin amfani da dubarar a farkon aiki.

Tsarin gudanarwa:

Katunan sama wadanda aka rubuta jimloli daban-daban, za a shirya su. Za a rarraba wadannan katunan a kasa. A siginar, kungiyar ta fara yawo a cikin dakin. A wata sigina, mutane biyu sun haɗu kusa da taswira. Sannan ana tattaunawa akan katunan akan jigogi daban-daban. Kowannensu dole ne yayi magana da mutane uku akan batutuwa akalla uku. Ra'ayoyin daban-daban da suka shafi batutuwan da aka tattauna suna ba mahalarta wasannin damar yin la'akari da wasu ra'ayoyi don sanin batutuwan. Bayan haka muna iya tattauna wasu maganganun da ke cikin babban rukuni ko kuma a fayyace tambayoyi. Idan wani bai ji daɗi ba, ana iya magance damuwa kuma a kawar da su¹⁸.

Bambance-bambance:

Idan wasu mahalarta ba za su iya karantawa ba, ana iya amfani da hanyar ta hanyar karanta katunan ko ta amfani da alamomi.

Batutuwan da ke yiwuwa game da katoci

- Ina shawar nuna soyayya.
- Sha'anin jima'ai babu sosyayya abu ne babba.
- Yana da muhimmanci iyaye su yi ma yaransu bayani.
- Kayyade haifuwa abu ne da ya shafi ƴan mata kawai.
- Matas aba su da cikakken labari.
- Ina da ciki kuma ban shaida ma babana ba .
- Tun shekar 15 ne jima'i na farko ke farawa.
- Idan saurayina/budurwata ta ci amanata zan rabu da ita.
- Na fi son zama ni kaɗai da in ce ina son wani ko wata.
-

¹⁸cf. (Klee, 2006, p. 3)

A karo na farko

- Yan mata na iya riga kafin farkon haila (dokokin).
- yān mata kuma za su iya yin ciki kai tsaye a lokacin jima'i na farko.
- Tattauna maganin hana haihuwa kafin jima'i na farko.

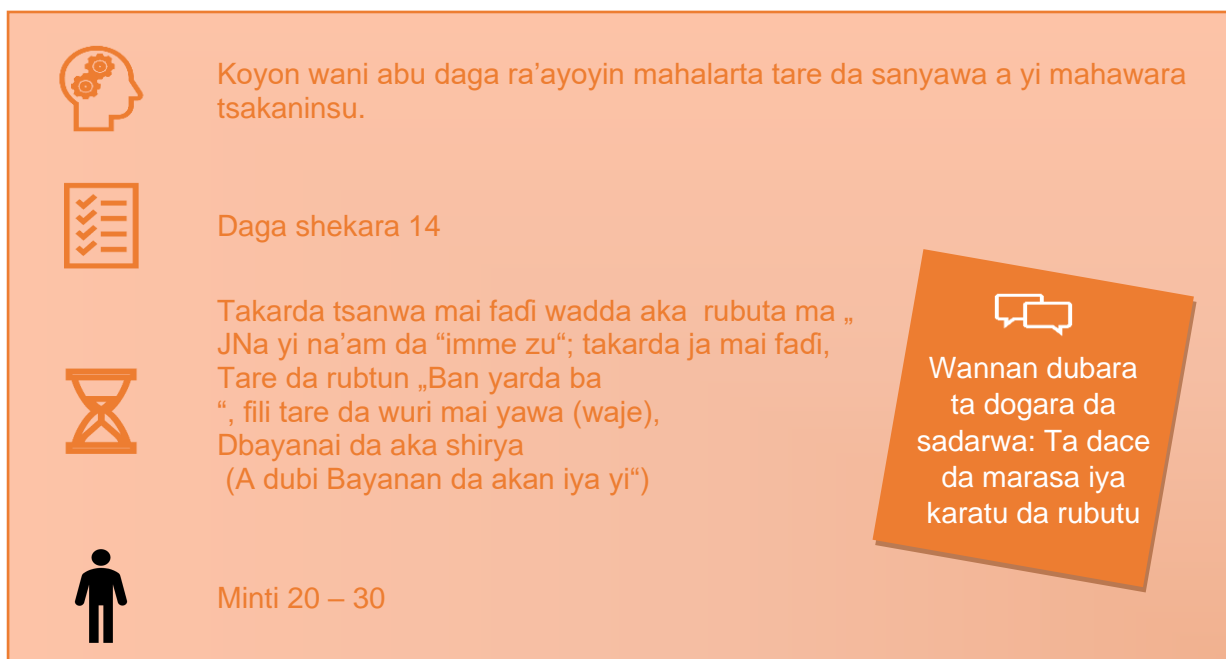
Tushen bayani: www.loveline.de


Babu wata hanyar kayyade haifuwa


- Samari da yān mata ba su da tabbas game da lissafin kwanukansu na girkin kwai ballantana su kiyaye kansu.
- Yin inzali bah anyu ba ce ta kayyade haifuwa.
- La "Kwayar jinkirtar da haifuwa" ba hanya ba ce ta kayyade haifuwa.


Tushen bayani: www.loveline.de


Hanyar aiki ta 5: Ra'ayoyin da ke kewaye da mutum




 Koyon wani abu daga ra'ayoyin mahalarta tare da sanyawa a yi mahawara tsakaninsu.

 Daga shekara 14

 Takarda tsanwa mai faɗi wadda aka rubuta ma „JNa yi na'am da "imme zu"; takarda ja mai faɗi, Tare da rubtun „Ban yarda ba“, fili tare da wuri mai yawa (waje), Dbayanai da aka shirya (A dubi Bayanan da akan iya yi“)

 Minti 20 – 30

 Wannan dubara ta dogara da sadarwa: Ta dace da marasa iya karatu da rubutu

Jimlolin taron bitar: Wannan dubara ta dace musamman ma ga mataki na farko

Tsari:


Za a rataye koren ganyen kore da jajayen a kusurwoyi biyu masu gaba da juna na sararin samaniya. Ana karanta bayanan ciki, hana haihuwa da tsarin iyali da karfi kuma wadanda ke wurin za su sanya kansu dangane da ra'ayinsu: ko dai a daya daga cikin kusurwoyin dakin da ya dace da koren takardar "Na yarda" ko kuma a daya daga cikin sasann da aka sadaukar don jan takardar "Ban yarda ba". Mutanen da ba su da tabbacin ra'ayinsu suna sanya kansu a tsakiya, watau a cikin hanyar "Na yarda" ko "Ban yarda ba". Bayan haka za a tambayi ra'ayoyin da ke fitowa daga kowane kusurwa na dakin ko daga tsakiya. Za a iya tattauna matsayi daban-daban da juna¹⁹.

Bayan shiri:


Don tattaunawar jerin tattaunawa, ana iya amfani da wadannan tambayoyin: Menene ra'ayoyin da suka bambanta a cikin rukuninku? Menene dalilai? Shin dayan rukuni zai iya yarda da dayan sabanin sa'ad da tattaunawar ta gudana?

¹⁹cf. (Haasler, 2015, p. 13)

Hanyar aiki ta 6: Gidan Soyayya




Kananan rukunoni su kai ga yin tattaunawa mai zurfi tare da juna . A yi mahawara kan ire-iren ra'ayoyi, sannan a yi la'akari da su. Hakan kuma a yi la'akari da ire-iren abubuwan da aka guraci yi nan gaba.





Daga shekara 14

Rukuni-rukuni: takarda bakwai masu tauries
Na karto ko ??; Fasta buge samfarin A2
Ko makamancinsu
Papierstreifen aus Tonkarton oder Pappe; Edding alkaluma masu ruwan tawa tare da danko



minti 60





Wannan dubara ta dogara da rubutu:
Wannan dubara ba ta dace ba da marsa iya karatu da rubutu. Sai dai, ana kuma iya maganta ta ko a saurare ta . (A dubi nau'o'in)

Matakan taron bitar:Wannan mataki, mataki ne na koyo. Ta hanyar salon nazari, wannan dubara ta kunshi wasu sassa na jimlar juye ilimi ga yin makarantar.

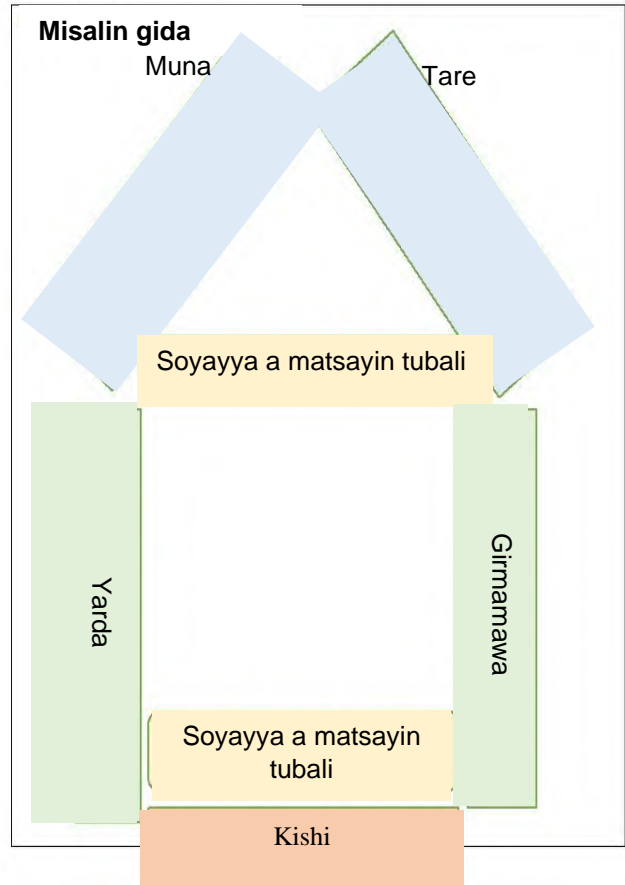
Tsari:

Ta wannan hanyar, za a gina gidan soyayya a cikin kananan kungiyoyi. Mahalarta za su iya kawo wasu wakilai da dabi'u masu mahimmanci a gare su a cikin dangantaka, tsakanin abokan tarayya ko iyali. Kungiyoyin kanana za su amince da ra'ayoyin da za su rubuta sassan bakwai na gidan. Mahalarta za su lika takaddun kwali da aka kammala don gida a kan allo mai girman girman A2. A mafi kyau gidan ya kamata a yi shi da wani cellar, tushe, bango biyu, rufi da kuma sassa biyu na rufin. Wannan hanya tana ba da damar yin gudu tare da jinsin da aka raba don bayyana bambance-bambance mafi karfi. Daga baya, kowa zai iya gabatar da gidan soyayya a zauren majalisa. A wannan lokacin, ana iya tattaunawa da gabatar da bambance-bambance²⁰.

²⁰Cf. (Lindinger & Breitwieser, 2013, p. 1 suite.)

Bambance-bambance:

Za a iya raba jahilai zuwa kananan kungiyoyi kuma a hada su cikin su ta hanyar ba da bayanan baka da sa wani ya rubuta musu. Hakanan za'a iya aiwatar da hanyar gaba ɗaya ta baki ta yadda babu kwata.








Mu'amaloli tsakanin abokan hulɗa

- Kishi ba laifi ne ba. Amma idan kishi ya yi yawa yana iya kai mutane ga yin fushi da juna har su takaita yancinku
- Idan babu yarda, babu wata mu'amala da za ta yiwu.
- Cikin kowace mu'amala, akwai faɗa da tanka in tanka .
- Ku tattauna game da abin da zukatanku ke jida kuma matsalolinku.
- Ku samu matsakaitan hanyoyin bi da kuma yanda za ku warware matsaloli domin ku ji daɗin zama tare da juna.

Tushen bayani: www.loveline.de

Hanyar aiki ta 7: Macen da ake fatan samun – Namijin da akefatan samu

	Koyon yadda mutum ke fahintar shigar d zai yi (role)i, tantance abinda ake jira na shigar mace da namiji sannan A yi tambaya.	 <p>Wannan dubara ta dogara da rubutu: Saboda haka wannan dubara ba ta dace ba da marasa iya rubutu da karatu. Amma ana iya yin amfani da amfani da ita da baki ko kuma a yi amfani da alamomi. (A dubi nau'inta)</p>
	Daga shekara 14	
	Rukuni-rukuni: Aikin/shigar takalama y'an soso (Tapetenrolle) tan da tsayin mutane (Personengröße); Edding ko alkalami mai gwabi	
	Minti 60	

Matakan Taron bitar: Taswirar ra'ayoyi ta dace cikin jimlar juyar ilimi . "Idan aka yi nazari, ana iya samun wasu sassa na jimlar zube ilimi.

Tsari:

Za a raba kungiyar zuwa kananan kungiyoyin jinsi daban-daban na kusan mutane 5. Mutum mafi kankanta a cikin kowace kungiya yana daukar aikin shimfidar wuri kuma sauran mahalarta suna zana tafsirin mutumin. Bayan haka, mahaifiyar da ta dace / na kwarai za a iya zana ko fenti bayan gabatar da mahalarta. Anan ya kasance kasa da kamanni fiye da halaye da halaye wadanda kowannensu ke so ga dansa na abokin tarayya. Sannan ya biyo bayan gabatar da hotunan a cikin kungiyoyi masu adawa da jima'i tare da tattaunawa don kammalawa²¹.

Bambance-bambance:

A cikin wanda aka zana, ana iya zana halayen halayen maimakon a rubuta. Abin da ke da mahimmanci a nan shi ne tabbatar da cewa ba a fentin halayen jiki ba (misali launin gashi) amma ana magana da halayen halayen.

²¹Cf.(Vie d'amour, exploration sexuelle et travail de prévention)

Mu'amuloli na soyayya


- Mu'amala tana yin fanko idan an yarda da juna kuma ana magantawa da juna.
- Da farko dai, ya kamata mutum ya yarda da abokin huldarshi mace ko namiji kamar yanda yake ko yanda take. Ta wani bangaren kuma mutumm yana iya faɗin abin da ke damun shi sannan kuma kuma ka binciki kanka domin kasancewa shirye ta fuskar mu'amala.

Tushen bayani: A dubi. www.loveline.de


Bayan shiri:

Tambayoyin tattaunawa masu zuwa za su iya jagorantar tattaunawar: Menene mahimmanci a gare ni. Menene bambance-bambance da kamanceceniya da ke sa jinsin su zama abin ban mamaki? Menene mafarki, menene gaskiyar? Ta yaya duk da bambance-bambancen da ke tsakaninmu za mu kasance da haɗin kai kuma mu sami sulhu?


Hanyar aiki ta 8: Mata masu ciki suna bada labari




Tattaunawar zahiri a kan wani batu na daukar ciki.




Daga shekara 14



Takaitaccen tarihi tare da tambayoyin da aka tanada a takarda samfarin A4; alkaluma masu jikar tawada Edding; biruruka; fastuna ; ciko; allura samfarin pin.



Kimanin mint 90



Wannan dubara ta dogara da rubutu: Saboda haka ba ta dace ba ga marsa iya rubutu da karatu . Amma ana iya yin amfani da ita da bakita hanyar yin tambayoyiga mahalartan don a san wace amsa za su bada wa ga tambayoyin.

Matakan taron bitar: Wannan dubara ta dace a matsayinta na matakin koyo. Ta hanyar mahawara da za biyo baya, jimlar zube ilimice ya kamata ta

Tsarin gudanarwa:

Za a karanta gajerun labarai daban-daban ga mahalarta game da ciki. Ya kamata samari da samari su yi kokarin sanya kansu cikin halin da maza da mata suke ciki, kuma su yi kokarin sanya kansu cikin halin da mata ke ciki. A cikin kananan kungiyoyi (kowace takamaiman zaɓi na jinsi) ko a cikin babban rukuni, mahalarta za su tattauna abubuwan da suka faru kuma su yi muhawara da kansu tambayoyin buɗe ido a kasa. A madadin haka, ana iya gabatar da gajerun labarai a rubuce ga kananan kungiyoyi kuma suna aiki akan gajeriyar labari ɗaya kawai kuma su gabatar da shi a cikin cikakken bayani. Bayan kusan mintuna 15 na karamin aikin rukuni, za a gabatar da sakamakon. A yayin da ake rarrabuwar jinsi zuwa rukuni, ana iya riƙe wasu kalmomi masu mahimmanci akan fastocin (blue, ruwan hoda) don haskaka bambance-bambance.²²

Tambayoyi

- Ga 'yan mata/mata: Yaya zan ji idan na zama uwa ba zato ba tsammani? Wadanne tunani da tsoro ne za su mamaye ni? Yaya zan yi?
- Ga yara maza: Yaya zan ji idan na zama uba ba zato ba tsammani? Wadanne tunani da tsoro ne za su mamaye ni? Yaya zan yi?
- Wanene zan faɗa game da ciki?

Zagayen hails

Zagayowar wata na iya samun lokuta daban-daban a kowace yarinya. Yawanci yana wucewa tsakanin kwanaki 25 zuwa 32. Za a iya raba zagayen zuwa mataƙai biyu:

- Mataƙi na farko: Kwai ya balaga kuma sakinsa yana haifar da shi.

- kashi na biyu: an shirya bangon cikin mahaifa don karɓar kwai da aka yi. Idan kwai mai taki bai zo gida ba, rufin mahaifa ya narke kuma hails ta fara zuba. Don jinin hails yana kwanaki 28, kwan haifuwa na iya shiga a kusa da tsakiyar zagayowar. Hakanan kuma yana iya zuwa ƴan kwanaki daga baya ko kuma kafin hakanan.

²² cf. (Haasler, 2015)

Tambayoyi

- Ga 'yan mata/mata: Yaya zan ji idan na zama uwa ba zato ba tsammani? Wadanne tunani da tsoro ne za su mamaye ni? Yaya zan yi?
- Ga yara maza: Yaya zan ji idan na zama uba ba zato ba tsammani? Wadanne tunani da tsoro ne za su mamaye ni? Yaya zan yi?
- Wanene zan fada game da ciki?

Zagayen hails

Zagayowar wata na iya samun lokuta daban-daban a kowace yarinya. Yawanci yana wucewa tsakanin kwanaki 25 zuwa 32. Za a iya raba zagayen zuwa mata kai biyu:

- Mata kai na farko: Kwai ya balaga kuma sakinsa yana haifar da shi.

- kashi na biyu: an shirya bangon cikin mahaifa don karbar kwai da aka yi. Idan kwai mai taki bai zo gida ba, rufin mahaifa ya narke kuma hails ta fara zuba. Don jinin hails yana kwanaki 28, kwan haifuwa na iya shiga a kusa da tsakiyar zagayowar. Hakanan kuma yana iya zuwa yƙan kwanaki daga baya ko kuma kafin hakanan.

Takaitattun labaran rayuwa

Takaitaccen labarin rayuwa: Luena da Anani

Luena, yƙar shekara 18, tana tare da saurayinta tun wani ɗan lokaci. Anani shi ma ɗan shekara 18 ne. Kenan ba karo na farko ba ne suke cikin hannuwan juna. Amma wannan gamin harakokin sun dagule. Kwaroron robar ya tsage. Su biyun suka yi biris da al'amarin kuma suka tabbatar ma kansu cewa babu abin da zai faru. Ana nan, sai Luena rate ta tsallake watanta kuma washegari ta fara jin tashin zuciya. Za ta labarta ma Ani wannan al'amarin.

Takaitaccen labarin rayuwa: Sira

Sira, yƙar shekara 24, tana da ciki. To amma wane ne? Tana tune da ba da dadewa ba, ta halarci wani shagalin raye-raye kuma ta samu kanta cikin wata fitar hanya tare da wani saurayi wanda ranar nan ne suka san juna kuma yanzu ta mance sunanshi. Ta nemi ta gano shi ta hanyar wasu mutanen da suka halarci daren raye-rayen. Ta yi sa'a, ta sanar da samarin mai suna Ayo cewa tana da ciki.

Takaitaccen labarin rayuwa: Adisa

Adisa, tana da cikin da wani mai aure da yaya ya yi mata ba tare da ya rabu da su ba. Bugu da kari, ba a son iyalin mutumen su samu labarin abin da ya faru. Wani lokaci ya ce yana son yaron, wani lokacin kuma ya ce ba ya son shi. Adisa ta rufe game da wannan al'amari. Ta yi fatan samun da ammma ba wai tare da kin amincewar uban yaron ba. ! Bugu da kari kuma wai ba a son ta bayyana cewa tana da cikin. Rayuwarta na fuskantar barazana kuma b'ata da tabbashin zama uwa ta gari. Ta sake neman yin magana da uban yaron da ke cikinta wanda a karshe ya amince ya taimaka mata ba tare da ya rabu da iyalinshi ba.

Yaya mace ke iya daukar ciki?

Bayan sakin namijin kwai, sai kwan mace ya kama hanya daga bututun mahaifa zuwa mahaifa inda za a yin kwaninshi cikin awowoyi 6 zuwa 24. A daidai wadannan kwanakin ne kadai ake iya yin kwancin kwan kuma ana iya daukar ciki a lokacin. . diyan maniyyisuna iya ci gaba da rayuwa har fiye da kwana 5cikin mahaifa da cikin bututunta. Sannan kuma lokacin sakin kwan yana iya canzawa. Kenan mace tana iya daukar ciki idan ta yi jima'i kwanaki kafan kafin nasa kwai ko kwana guda bayan haka.

Wa'adin fitar jinin haila

Lokacin haila yana da tsawon da ya bambanta daga mace zuwa mace.. A ka'ida yana kamawa daga tsawon kwana 25 zuwa tsawon kwana 32. Ana iya kasa wannan lokacin haila cikin zango biyu:

- Zango na farko: Lokacin da kwai ya kosa kuma a soma sako shi.
- Zango na biyu: rigar mahaifa ta shirya domin karɓar kwan da ya kosa . Idan babu wani kwai da ya zo maBoyar, sai rigar mahaifar ta fashe kuma sai jinin haila ya zubo .

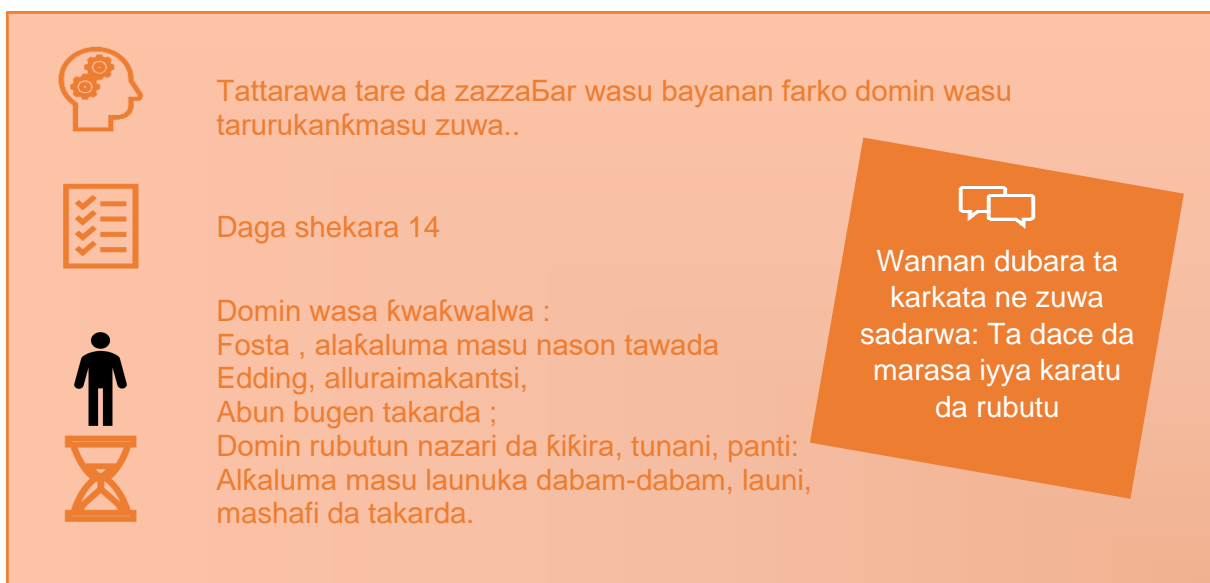
Idan wa'adin fitowar hailar kwana 28 ne, kosawar kwai na abkuwa a wajejen tsakiyar wa'adin. Kosawar tana iya abkuwa kwanaki kafan kafin wannan lokaci ko kuma daga baya.

Hanyar 9: Bitoci game da batuwan ciki, jarirai da zama iyaye

Don tarurrukan bita na gaba, za a raba mahalarta zuwa kananan kungiyoyi kuma daidaiƙun bita za su yi aiki bi-da-biyu ta yadda duk tarurrukan su kasance cikin shagaltuwa. Duk suna iya aiki a hankali.

Madadin bitar kere-kere ita ce rera waka, rubuta wakoki, tunani da fenti ta hanyar kirkira. A wannan yanayin, kwarewar rubutu ba dole ba ne.

Gaba dayarmotsa kwakwalwa



The infographic is set against a light orange background. It features three main sections on the left, each with an icon: a head with gears, a checklist, and a person standing on a sand hourglass. To the right, there is a tilted orange box with a speech bubble icon and text. The text in the sections is as follows:

- Tattarawa tare da zazza** Bar wasu bayanan farko domin wasu tarurukanƙmasu zuwa..
- Daga shekara 14**
- Domin wasa kwakwalwa :**
Fosta , alƙaluma masu nason tawada
Edding, alluraimakantsi,
Abun bugen takarda ;
Domin rubutun nazari da kirkira, tunani, panti:
Alƙaluma masu launuka dabam-dabam, launi,
mashafi da takarda.

The tilted box contains the text: **Wannan dubara ta karkata ne zuwa sadarwa: Ta dace da marasa iyya karatu da rubutu**

Tsari:

Tare a cikin babban rukuni ko kuma a madadin a cikin kananan kungiyoyi, za a iya tsara kwakwalwar kwakwalwa akan batun ciki. Abubuwan da aka tattara a nan za a rubuta su, zana ko alama a kan fosta domin mahalarta su kasance a gabansu. Kwakwalwar kwakwalwa yana ba da damar tattara ra'ayoyi. An haɗa kai tsaye da wannan darasi, kowane ɗan takara yana rubuta rubutu ko zana hoto akan jigon bisa ra'ayoyin da aka tattara. Ana iya gabatar da sakamakon. Gabatarwa na son rai ne kuma dole ne a mutunta kin gabatarwa.

Aikin da za a yi:

Rubuta rubutu, waka, labari ko zana hoto akan batun ciki. Don yin wannan, yi amfani da ra'ayoyi da ra'ayoyin da aka tattara daga tarin ra'ayoyin (Brainstorming). Duk kalmomi ba lallai ba ne a yi amfani da su.

"AUREN YARA DA AUREN WURI"

A lokaci guda kuma habakar haɗin gwiwar duniya yana hulɗar da rikice-rikice na duniya game da daidaikun mutane, jihohi, cibiyoyi da al'ummomi, al'amuransu na al'adu, wakilcin dabi'u da haƙƙinsu su ma sun shiga karo. Haka kuma ana samun irin wannan karo a cikin nakudar auren kananan yara da auren wuri a duniya. Ga jihohi da yawa da mazaunansu 'ya'yan amarya a zamanin yau ba su da wuya a iya tunanin su, duk da haka kusan sun zama masu ruwa da tsaki a wasu jihohin da al'amuran addini da al'ada, al'adu ko zamantakewa ke daidaita auren yara. A duniya baki daya, an kiyasta adadin yaran da aka yi aure kafin su kai shekaru 18 zuwa kusan miliyan 765 mata da maza²³. Adadin 'yan matan da suka yi aure yana da yawa musamman miliyan 650 kuma a kowace shekara wasu 'yan mata miliyan 12 'yan kasa da shekara 18 ke aurarwa. Kowace rana, wannan ya yi daidai da kusan 'yan mata 33,000 da suka yi aure, sau da yawa ba tare da izininsu ba.





Babu wata ma'anar da aka saba yarda da ita ta batun auren yara. UNICEF ta ayyana yaro/auren farko a matsayin "ƙallacewar aure wanda aƙalla abokin aure ɗaya ke kasa da shekara 18". Don haka ma'anar auren 'ya'ya/auren wuri yana daidai da ma'anar auren dole. Ana aiwatar da auren dole ko auren dole a yayin da aƙalla ɗaya daga cikin ma'auratan aka tilasta wa yin aure na yau da kullun ko na yau da kullun (haka ta wurin bikin addini ko na zamantakewa) ta hanyar amfani da tashin hankali ko barazana tare da jin mugunta. Nemo mai shiga tsakani don kin amincewarsa ko kuma bai kuskura ya bijirewa hakan ba." Ta hanyar auren dole, hakkin dan Adam na wadanda abin ya shafa da aka rubuta da kuma rubuta su a cikin Yarjejeniyar Jihohi, musamman a cikin labarin na 16 wanda ya tanadi 'yancin yin zabi na 'yanci. Abokan tarayya, ana cin zarafi da tattake su. Bugu da kari, auren dole shi ma babban take hakkin yara ne, domin ta hanyar wannan auren wadanda abin ya shafa sun rasa yarinta tun kafin su kai ga rinjaye. Akwai dalilai da yawa na soke dokar auren yara. Bikin aure na yara kanana yakan faru ba bisa ka'ida ba a duk duniya da ma a

²³cf. (Unicef)

kasashen da suka fito don haka ba tare da son kananan yara ba²⁴. Ko da tare da amincewar kanana ga aure, wannan na iya haifar da mummunan sakamako da kima ga ci gaban wadanda abin ya shafa, haifar da ciki mai haɗari a cikin mata, ko kuma yana nufin karshen kuruciya²⁵. Ta hanyar dakatar da kuruciya da kuruciya, jin daɗin ruhi da gajiyar hankali na iya yin lahani ga lalacewa²⁶. Hakanan akwai haɗarin cutar da jiki ta hanyar jima'i ko ta cikin gida²⁷. Duk wannan, duk da haka, yana haifar da keta haƙƙin haƙƙin mutum na gaba ɗaya na Mataki na 2 na Kundin Tsarin Mulki (Jamus), da kuma - idan ana iya fahimtar dokokin Jamus a nan da takamaiman - na Mataki na 12 na ayyana haƙƙin ɗan adam, na fannin 'yancin ɗan adam²⁸ da kuma jin daɗin ɗan yaro wanda ya samo asali daga labarin 3 da makasudin batutuwa na 19 da 34 na UN-KRK²⁹. Waɗannan mataakai da dokoki game da haƙƙokin ɗan adam masu muhimmanci da duniya ta yarda da su , ba su samun fahinta gaban gama garancin kabilanci a matsayinshi na yanci na tushe da ake iya dagulawa,wadanda suna da muhimmanci ba tare da la'akari da al'ada ko addini ko wata siffantawa ta kabila ba .³⁰A cewar binciken kabilu ta fuskar tunanin duniya,, auren yara ba abu ba ne da aka yarda da shi, wato abu ne maras kyau.

Hanya 10: Hotunan Masoya

The infographic is set against an orange background. It features four icons on the left side, each with corresponding text to its right. The icons are: a head with gears, a checklist, an hourglass, and a person silhouette. To the right of these is a tilted orange box with a person silhouette icon and text. At the bottom, there is a dark orange bar with white text.

-  Wannan dubara ko salon koyarwa tana bai wa mahalartan damar shiga cikin matakin farko ta hanyar batun da ya shafi auren yara da auren wuri.
-  Daga shekara 14
-  Hoton masoya biyu masu son juna da aure kamar yanda ake gani a nan kasa Cikin siffar bayyanawa; katoci, tare da siffatau ec des adjektifs.
-  Minti 5-10

Wannan salon koyarwa ko dubara ta dogara da sadarwa: Ta dace da marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bitar: Matakin shiga aiki

²⁴cf.(Heiderhoff, p. 255)

²⁵cf. (unicef.de, 2020)

²⁶cf.(Weltgesundheitsorganisation)

²⁷cf. Idem

²⁸cf. (International)

²⁹cf. (unicef.de, 2020)

³⁰cf. (Nida-Rümelin)

Tsarin gudanarwa:





Jami'an taron karawa juna sani sun ajiye hotunan kusa da juna tare da yin kira ga mahalarta taron da su duba da kyau da kwatanta su. Bayan ɗan lokaci kaɗan, jami'ai sun tambayi don bayyana hotunan. Mahalarta wanda ke bi da bi zai iya yin oda, idan zai yi wu, sifa ɗaya ko biyu ga hotuna na ma'auratan da aka yi aiki da kuma sanya katunan da aka shirya kusa da hoton da ya dace.




Ire-iren siffatau da za a iya amfani da su:

damuwa, cikin farin ciki, mai ban mamaki , na al'umma , masoyi, isa aure ,annashuwa , maingodiya , mai haske, mai duhu, rashin isa aure, mai motsa rai , mai jin ɗi, cikin jituwa da juna, mai ɗaukar hankali , kamar a mafarki , mai kyautata(zatoà,mai munana(zato) , soyayyar wutar ɗari, mai sakin fuska, mai game fuska, na tsakanin mutane , mai fitar kai , mai sauna , mai jin nauyi, wanda aka kunyata, wanda aka hana , cikin yarda, rashin sanin yanda za a,yi, yanke kauna désespéré,maras rai, mai fushi, mai tunani

Hanyar aiki ta 11: Riga-kafin muzantawar da ta shafi jinsi

	Tattaunawa da tallafi da suka shafi dubarun aiki cikin halin muzantawa, fadadar jerin isassun ayyuka
	Daga shekara 13
	Jadawalin keBancewa (ko makamancinshi), birori ,katoci, gammo /ruban danko
	Kimantin minti 60



Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu :
Cikin wannan siffar salón koyarwa bai da ce ba da marasa iya karatu da rubutu. Amma ana iya amfani da shi lokacin taruwar rukunoni /babban taro , da baki durchgeführt werden.

Matakan taron bitar: matakin koyo

Tsarin gudanarwa

Kowa yana zaune a zagayen kujeru. Daya daga cikin mahalarta taron ya ajiye kujerarsa ya nufi tsakiyar da'irar kujeru. Sai mutumin yayi amfani da kalmar "kowa". Mahalarta waƙanda za su iya yarda da wannan jumla, tashi da sauri da sauri kuma su canza wurare. Mahalarcin da ya rage a tsakiya yana da alhakin zama a kan ɗaya daga cikin kujerun da suka zama 'yanci. Mutumin da ya rage ba kujera ya zo a tsakiya zuwa na gaba.

A Tsari:

Da farko ya kamata a raba kungiyar zuwa kananan kungiyoyi masu raba jinsi don samar da damar yin magana kan abubuwan da suka shafi tashin hankali. Kowane karamin rukuni yakamata ya kasance mai jagoranci: mai gudanarwa.³¹



Da farko mutum yayi aiki akan abubuwan da suka faru da kansa ko kuma wanda yake kusa da shi, dole ne a yi. Dole ne a yi amfani da waƙannan abubuwan a cikin katunan fihirisa..



Sa'an nan kuma ya kamata a bayyana waƙannan abubuwan ga kungiyar. A wannan matakin, yana da mahimmanci cewa wanda ke kula da shi ya tabbatar da cewa sauran mahalarta kananan kungiyar ba su bayyana matasa masu daraja ba. Ya kamata a bai wa mahalarta damar bayyana kwarewa da kwarewa na sirri ba tare da maganganu ba.



Bayan kwatancin abubuwan da ke cikin sirri da / ko wasu, ya kamata a tattauna wasu halayen halayen, da sakamakon sakamakon da aka lura a kan teburin raba.(1-3).



A cikin cikakken, za a tantance tebur. Ya kamata a mai da hankali kan bambance-bambancen abubuwan da suka faru na tashin hankali da aka yi rayuwa da kuma a cikin halayen da suka biyo baya don samun damar yin magana game da hanyoyin da aka zaɓa. Lokaci-lokaci, ya kamata a tattauna ribobi da fursunoni na halayen sannan kuma a cika su akan teburin raba (4+5)

Bayan shiri:


Don kammalawa, mahalarta dole ne su fadɓi a cikin zagaye na ra'ayi abin da ya bayyana a gare su a cikin aikin saye ko yadda suke son tattaunawar, da sauransu.

³¹cf. (Landesjugendring Niedersachsen e.V., p. 48)


Misali

1. Halin rayuwa	2. martanin mutum	3. sauran martanoni	4. Amfaninsu	5. Illolinsu
Muna tofa wa yara maza miyau	a) shi ma ya tofa miyau	b) neman taimako c)kauda da kai d) shiga tarayya	a) Nuna inda aka fi gwanancewa b) Kin tafiya c) Babu matsaloli d) jajircewar jama'a	a) wasu rikitan b)subewar mutunci/rashin kima a idon wasu c) Babu d) Shiga cikin rikicin da dai sauransu
Da dai sauransu.				


Hanyaraiki ta 12: "Duk, ..."




Gano abinda ake iya cimma a rayuwa.




Daga shekara 14



Da'irar kujeru



10-15 minutes



Wannan salon aiki ya dogara da sadarwa: Ya dace da marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bitar: Matakin shiga aiki (gabatarwa)

Tsarin gudanarwa:

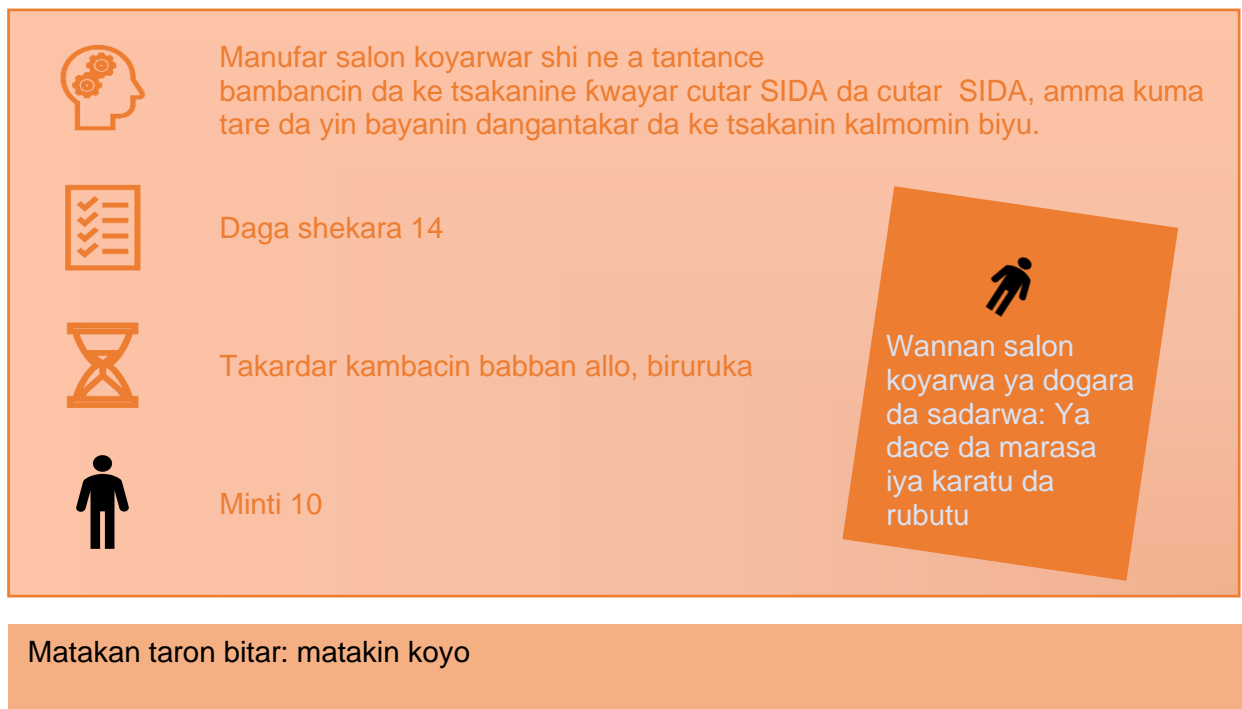
Kowa yana zaune cikin wata da'irar kujeru . Daya daga cikin ya maida kujerarshi gefe guda sannan ya nufi tsakiyar da'irar kujerun . Sannan sai mutumen ya yi amfani da jimlar „kowa“. Mahalartan da suke iya yarda da wannan jimlar, su tashi da sauri, su

sake wuri. Wajibi ne mahalarcin da ya tsaya tsakiya, ya zauana a kan daya daga cikin kujerun da aka bari. Mutumen da ba ya da kujera, sai ya zo tsakiya.

Batutuwan da ake iya amfani da su game da wasan jimlolin « Duk »

- Duk waƙanda suka taƙa halartar bikin aure .
- Duk waƙanda suka taƙa jin wani abu game da kalmar « aurar da yara “.
- Duk waƙanda suka kasance sun taƙa yin aure.
- Duk waƙanda suke son su yi aure gobe.
-

Hanyar aiki ta 13: minene VIH Sida



Manufar salon koyarwar shi ne a tantance bambancin da ke tsakanine kwayar cutar SIDA da cutar SIDA, amma kuma tare da yin bayanin dangantakar da ke tsakanin kalmomin biyu.

Daga shekara 14

Takardar kambacin babban allo, biruruka

Minti 10

Wannan salon koyarwa ya dogara da sadarwa: Ya dace da marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bitar: matakin koyo

Yadda ake gudanarwa rubuta SIDA gwaro-gwaro a saman juna a kan takarda. Mutumin da ke kula da taron ya sanar da mahalarta cewa gajarta ce. Muna tambaya idan wani ya san gajarta. Kanjamau: Cutar Kwayar cuta ta Dan Adam; AIDS: Ciwon Immunodeficiency Syndrome. A kan wannan, za mu yi magana game da tsarin rigakafi na mutum. An rubuta ra'ayi a tsakiyar sama akan ra'ayoyin SIDA da kwayar

cutar SIDA. Yanzu ya kamata a mai da hankali kan alakar da ke tsakanin hiv da kayan taimako da za a nuna a kan kwatancen tare da wasu tambayoyi da aka haifar a cikin cikakken bayani da kuma riƙe mahimman ra'ayoyi.

Bambance-bambance:

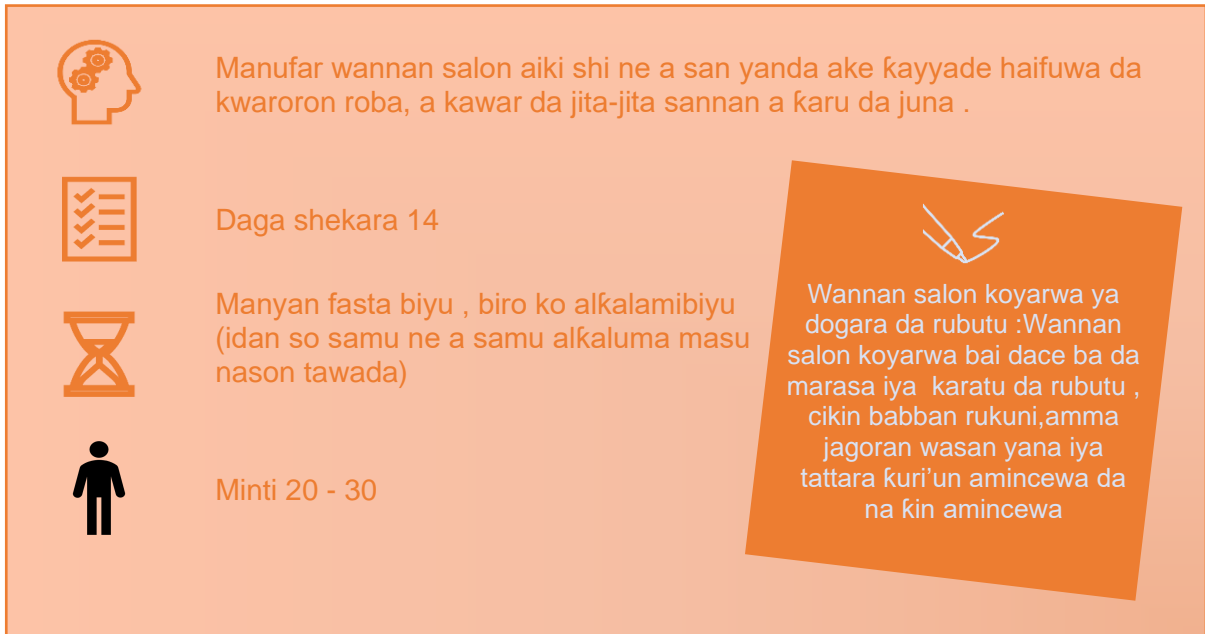
Hakanan za'a iya yin aikin a cikin kananan kungiyoyi daga tambayoyin da aka tsara a sama, buga da rarrabawa ga kananan kungiyoyi. Mahalarta za su gyara ra'ayoyinsu daga fastocin. Gabatarwa ga jigon tare da bayanin ra'ayoyin dole ne a yi da gaske.

Bayan shiri:

Damar tattaunawa:

1. Menene tsarin rigakafi kuma ta yaya yake aiki?
2. Wace rawa tsarin garkuwar jiki ke takawa kuma ta yaya yake tabarbarewa a cikin aikinsa ta hanyar kamuwa da kwayar cutar SIDA?
3. Ta yaya Cutar SIDA take tasowa daga kwayar cutar SIDA?
4. Shin duk mai cutar kanjamau shima yana kamuwa da cutar kanjamau?
5. Yaya alamun "cututtuka" guda biyu suke?
6. HIV shine kwayar cutar, AIDS cuta ce. Me kuke tunani?

Hanyar aiki ta 14: Kayyade Haihuwa



Manufar wannan salon aiki shi ne a san yanda ake kayyade haifuwa da kwaroron roba, a kawar da jita-jita sannan a karu da juna .

Daga shekara 14

Manyan fasta biyu , biro ko alƙalamibiyu (idan so samu ne a samu alƙaluma masu nason tawada)

Minti 20 - 30

Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu :Wannan salon koyarwa bai dace ba da marasa iya karatu da rubutu , cikin babban rukuni,amma jagoran wasan yana iya tattara kuri'un amincewa da na kin amincewa

Matakan taron bitar: Wannan salon aiki ya kunshi matakin bayyana matsala da matakin koyo

Tsari:

Ta wannan hanyar, tambaya ce ta gano yanayin kariyar kwaroron roba, da tattara ra'ayoyi tare, na kawar da son zuciyar da raba sabon ilimi. Jagoran bita yana zana babban kwaroron roba akan kowane fosta. Dayan fastocin ya karbi murmushin murmushi, dayan kuma murmushin bakin ciki. Masu murmushi suna ba da kowace kungiya waɗanda dole ne su tattara hujjoji masu kyau da waɗanne munanan muhawara kan yanayin kariyar kwaroron roba.

Zane ya yanke shawara. Kungiyoyin suna da minti uku don tattara dukan kungiyoyi.

Yiwuwar bambance-bambance:

Gabatar da zanga-zangar kwaroron roba a farkon ko karshen hanyar.

Bayan shiri:

A cikin layukan da ke biyowa, an jera wasu taimakon kimantawa da yuwuwar tattaunawa.

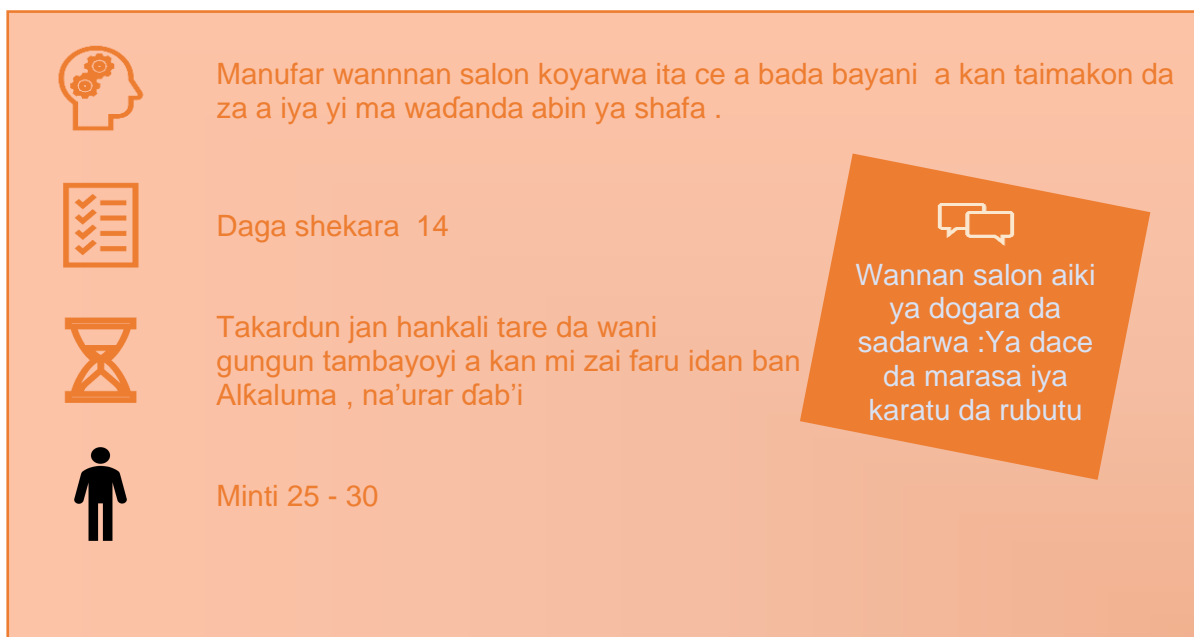
- Wace kungiya ce ta tattara karin muhawara? Ta yaya hakan ya faru?

- Me yasa akwai ra'ayoyi masu kyau / ra'ayi mara kyau da yawa?
- Shin hujjar da ake da ita daidai ne?
- Shin waƙannan abubuwan naku ne ko kuma daga ina waƙannan gardama suka fito?
- Waƙanne wasu hujjoji ne akwai don amfani da kwaroron roba?
- Ta yaya za a raunana muhawarar da ake da ita?
- Waƙanne hanyoyin hana haihuwa ne aka ba da shawarar ga taron farko kuma wanne a cikin dangantaka mai dorewa?

A ina za ku sami taimako da shawara game da kwaroron roba/maganinhana haihuwa?



Hanyar aiki ta 15: Mi zai faru idan...



The infographic is set against a light orange background. It features four icons on the left side, each corresponding to a line of text. From top to bottom: a head with gears, a checklist, an hourglass, and a person silhouette. To the right, there is a tilted orange box containing a speech bubble icon and text. The text in the infographic is as follows:

- Manufar wannan salon koyarwa ita ce a bada bayani a kan taimakon da za a iya yi ma wafanda abin ya shafa .
- Daga shekara 14
- Takardun jan hankali tare da wani gungun tambayoyi a kan mi zai faru idan ban Alkaluma , na'urar d'ab'i
- Minti 25 - 30

Wannan salon aiki ya dogara da sadarwa :Ya dace da marasa iya karatu da rubutu

Tsarin gudanarwa:

Jagoran bita yana samar da katunan daidaitawa a gaba tare da tambayoyi ko bayanai akan jigon: menene zai faru idan na kamu da kwayar cutar SIDA. Manufar tambayoyin shine don ba da haske ga wafanda abin ya shafa. Wannan hanyar tana haifar da karin budewa da aminci a cikin kungiyar. Mahalarta taron suna zana kati daya bayan daya kuma su yanke shawara da kansu ko suna son amsa tambayar ko za su tattauna bayanin, in ba haka ba za a mayar da katin a tsakiyar da'irar kujeru ko kujeru da kuma harbi na gaba (da) mahalarta na gaba. . Lokacin da aka amsa tambaya, makasudin shine habaka tattaunawa a cikin kungiyar.

Yiwuwar bambance-bambance:

Kowane dan takara yana bi da bi yana ba da amsa ga katin daidaitawa da dan takara ya zana domin kowa ya sami ciki. Ana iya karanta taswirori ga jahilai.

Tambayoyi/ ire (iren bayanai da akan iya yi:

1. Yaya ake gane kamuwa da kwayar cutar SIDA?
2. Wa zan shaida ma idan ina zaton na kamu ?
3. Yau da yān makwanni kenan wani wani amini na kusa yake yin bayanin wasu alamomi da suka yi kama da alamomin majina kuma yana da karancin kuzari. Na san da mutumen ya yi wani jima'i maras kariya . Yaya ya kamata a ce masshi ya tafi a binciki lafiyarshi wajen likita ba tare da ya samu damuwar kamuwa da cutar jima'i ba ta hanyar yin jima'i.

Batu: Hani na al'adance

4. Na kasance ina yin jima'i marar kariya tare da muatne dabamdabam.. Anya ban dauko cuta ba, ban sani ba . Lafiya kalau nika. Kwayar Cutar SIDAKULLUM tana nuna alamomi .
5. Ina jin wuyar in tafi ganin likita , da yake ina zaton na kamu da cutar jima'ai. Saboda haka ne na fi son in ki tafiya . Zan samu sauki.
6. Kwaroron roba cirewa yake yi lokacin yin jima'i . Yaya ya kamata a yi ?

Darasi na 3:Rakiyar horo don gano guririkan da mutum ke son cimma na fannin sana'a da na kebabun fannonin rayuwarshi da kuma yanda za ya tafiyar da sha'anin sana'a da na ala'amuran rayuwarshi da ya sanya gaba

4.3. Darasi na 3: Bada horo don gano guririkan sana'a da na rayuwa kuma domin koyon yadda ake tafiyar da guririkan da suka shafi sana'ar yi

Burin rayuwa shine burin da dole ne a magance matsaloli da wahalhalu da kuma shawo kansu. Tambayar abin da mutum zai so ya yi kuma ya cimma a nan gaba yana daga cikin mafi mahimmanci kuma mafi ban sha'awa tambayoyi da za a iya yi wa mutum. Duk da haka, yana da wuya mutane da yawa su amsa wannan tambaya ko tunanin yadda aka tsara ta.³²

Makasudin rayuwa suna ba da tsarin rayuwar wani mutum da kuzarin sa da kuma hangen nesa..³³

Makasudin rayuwa suna da muhimmanci a rayuwar mutum don ya san da kansa kuma ya yanke shawarar yadda rayuwa za ta kasance. Hakanan, za su iya taimakawa a cikin yanke shawara mai kyau ko na gaske a rayuwa.³⁴

Neman makasudin rayuwa yana taimakawa wajen yanke shawara da kuma mayar da martani ga damar da burin rayuwa ba shi da tasiri kai tsaye. Bugu da kari, za mu kuma aiwatar da ayyukan da ba su da dadi sosai, amma waƙanda suke da mahimmanci. Makasudin rayuwa suna aiki don tsara rayuwa don samun damar gudanar da rayuwa tare da gamsuwa, kudirin kai ba tare da damuwa ba. ³⁵

Ta yaya kuke samun burin rayuwa?

Don samun damar cimma burin mutum a rayuwa, yana da fa'ida a yi imani da kudirin kai da kuma cewa mutum zai iya yanke wa kansa yadda aka tsara rayuwa. Domin idan muka fara da cewa rayuwa ta ginu akan kaddara da kaddara, don haka zamu fara ne daga ganin cewa cimma manufofin rayuwa ba za a iya kayyade shi da kansa ba, domin kuwa rayuwar nan ta ginu ne a kan kaddara da karma. Wannan shine dalilin da ya sa duk mahalarta sun fahimci cewa za su iya yanke shawarar yadda za mu yi aiki ta hanya mai mahimmanci a kan manufofi kuma a shirye suke su saka hannun jari don hakan.³⁶

³²cf. (Reichert, 2021, p. 5)

³³cf. idem

³⁴cf. (Däfler, 2018, p. 151)

³⁵cf. (Däfler, 2018, p. 153)

³⁶cf. (Soier, 2015, p.paragraphe 4)

Don nemo makasudin kansa a rayuwa, dole ne mutum ya ba da karin lokaci don su. Wannan tsari ne mai tsawo don sanin abin da ke da mahimmanci a rayuwar mutum da abin da ake bukata a cimma.³⁷

Idan yana da wahala mutum ya kafa makasudi a rayuwa, yana da amfani a yi la'akari da karfinsa da abubuwan da suke so. Idan, alal misali, manufa ɗaya kawai aka zaɓi wanda takwarorinsu ke bi, wanda ba ya la'akari da iyawar mutum da sha'awa, to, nasara ba zai yuwu ba. Wannan yana nuna a tsakanin sauran abubuwa cewa yana da wahala a kiyaye filin jigo na tsawon lokaci muddin babu wanda ke sha'awar shi da kansa.

Bayan an ayyana makasudin rayuwa kuma an fara cimma burin, mahalarta yakamata su kasance masu buɗewa ga canje-canje na kwatsam kamar yadda a cikin rayuwa abubuwa sukan faru waɗanda ba ku yi tsammani ba kuma waɗanda ba za a iya tsara abubuwan da suka faru ba dangane da tsara manufofin. Abubuwa masu kyau da marasa kyau na iya faruwa a rayuwa waɗanda ke canza shirye-shiryen manufa. Wannan shine dalilin da ya sa yana da mahimmanci kada a "gyara" da yawa akan manufofin sabili da haka a bude ga canje-canje da sauran manufofi.³⁸




³⁷cf. (Däfler, 2018, p. 154)

³⁸cf. (Däfler, 2018, p. 158 et suite)

Hanyoyintantance manufofi

Hanyar aiki ta 1:Guririkan rayuwa. Fanni

Matakan taron bitar: Ana iya amfani da wannan salon koyarwa lokacin koyo

-  Daga shekara 10 (ta hanyar zaɓen bayanai , Wannan salon aiki yana iya dacewa ga kowane rukunin shekaru ; a nemi bayanai masu sauki, idan yaran masu shekaru 10 zuwa 14 ne)
-  Takarda da alƙaluma , babɓana allona ciko makantsayya , Babbar takardar kambacin babban allo Biro mai gwabi rarrabewa /Edding
-  Kimanin minti 20-30

Wannan salon koyarwa ya dogara da sadarwa:ya dace da marasa iya karatu da rubutu

Tsarin gudanarwa:

Na farko, mahalarta dole ne su gano a wanne fanni na rayuwa maza za su iya ko suke so su kafa makasudi. Ta wannan hanyar, za su yi bayyani kafin ma'anar daidaitattun manufofinsu kan abubuwan rayuwa da suke son kafa manufa. Don haka ya kamata su yi la'akari da duk fagagen rayuwa da ake da su daban-daban da kuma burin rayuwa da za a iya cimma. Ya kamata a yi motsa jiki tare da rukuni na biyu, ko kuma idan bai dace ba, mutane uku. Ta haka ne matasa za su iya tattaunawa da juna da nasiha ga juna. Wasu ba za su rinjaye su da yawa ba. Ta hanyar mu'amala ta kud-da-kud a cikin rukuni, mahalarta kuma za su iya zaburar da juna, ta hanyar tattaunawa za a iya samar da sabbin dabaru.³⁹

³⁹ cf. (Däfler, 2018, p. 155)

Bambance-bambance:

Hakanan za'a iya amfani da wannan hanyar a cikin babban rukuni maimakon kanaanan kungiyoyi a cikin babban taswirar ra'ayi. Wannan yana da amfani musamman ga jahilai domin suna iya shiga tunani da sauraron kansu amma ba a buƙatar rubuta ko karantawa.

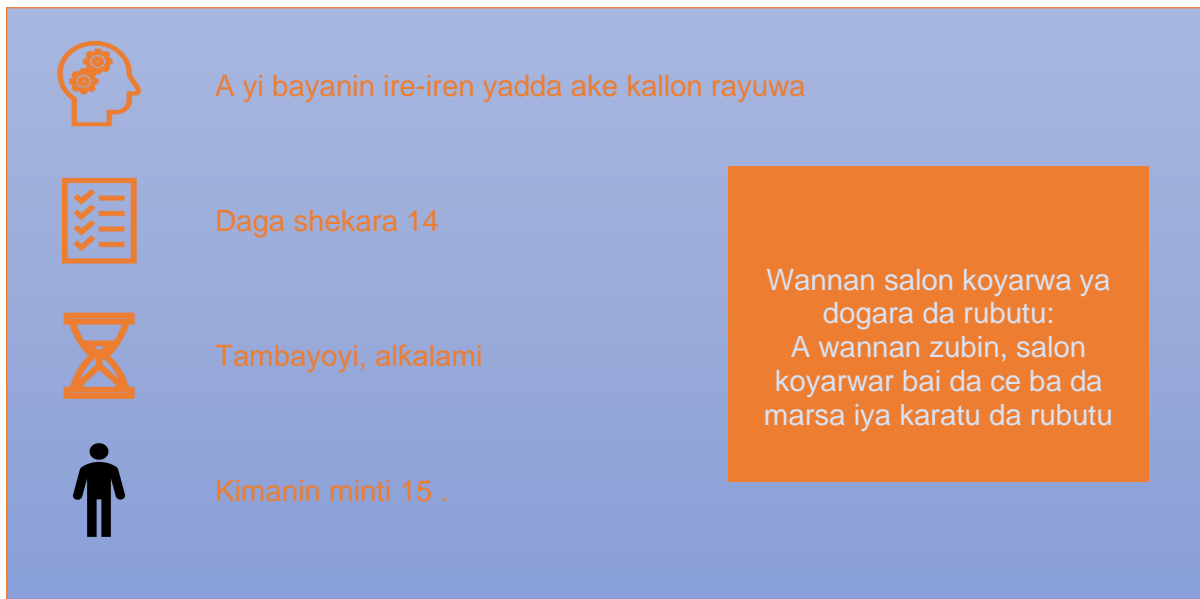
Misali

Fannonin da ake samu na guririkan rayuwa :





- ✓ Iyali (yin iyali, kyautata mu'amaloli ...)
- ✓ Sana'a (neman aikin yi ko koyon wata sana'a, samun aikin yi , Shiga koyon yau da gobe domin karfafa sani ...)
- ✓ Aminnai (samun sabin aminnai , daukar lokaci ana tare da su ...)
- ✓ Jiki (yawaita motsa jiki , rage kiba ,yin wasan motsa sassan dambubai...)
- ✓ Ababen sararawa/shakatawa (daina yawaitar abubuwan sararawa , samun sabin hanyoyin samun sararawa ...)
- ✓ ...

A nan , ana iya samun wasu fannoni da yawa kamar dai yadda abin yake game da ɗan Adam , ana iya samun guririka dabam-dabamcikin halin rayuwa irir-iri . Kenan babu amsa da ta fi wata.

Hanyar aiki ta 2: Tambayoyi game yadda ake kallon rayuwa



The infographic is set against a light blue background. It features four orange icons on the left side, each with a corresponding text label to its right. The icons are: a head with gears, a checklist, an hourglass, and a person silhouette. To the right of these items is a large orange rectangular box containing white text.

-  A yi bayanin ire-iren yadda ake kallon rayuwa
-  Daga shekara 14
-  Tambayoyi, alkalami
-  Kimanin minti 15 .

Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu:
A wannan zubin, salon koyarwar bai da ce ba da marsa iya karatu da rubutu

Tsarin gudanarwa:

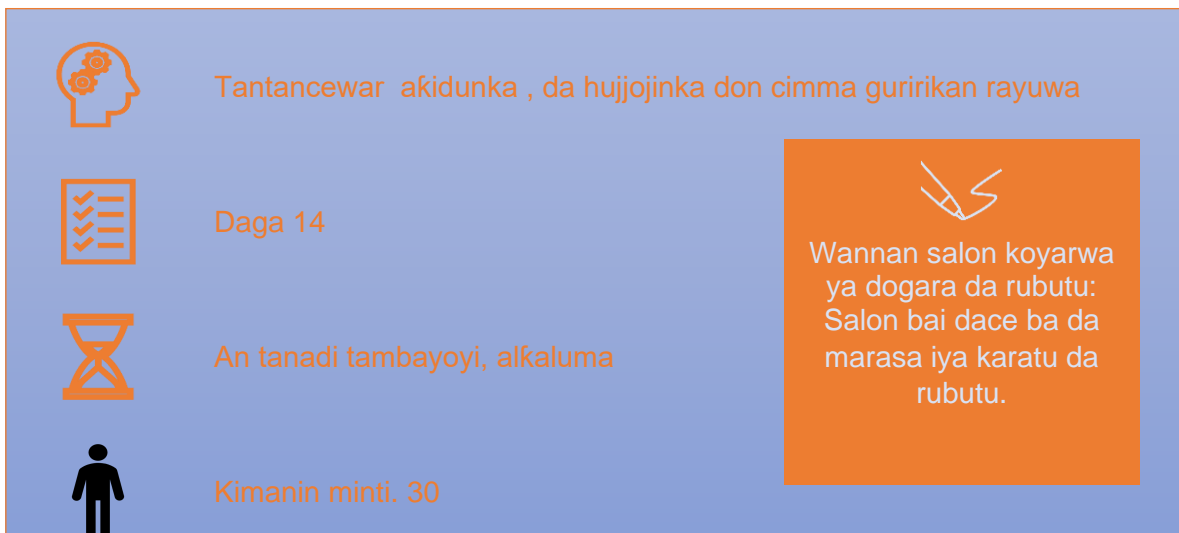
Don gano abubuwan da abubuwan da ke da mahimmanci ga mutum, akwai takardar tambaya mai tambayoyi da yawa game da yanayi daban-daban wadanda kowane dan takara zai amsa wa kansa dalla-dalla. Ya kamata a lura da mahimman abubuwan da ke cikin takardar lissafin. Wannan hanya ya kamata ta tallafa wa matasa da matasa don su kasance da kyakkyawan hoto na makomarsu. Ta wannan hanyar, za a iya bayyana makasudin da kyau kuma mahalarta za su sami kwarin gwiwa. wannan hanyar ba ta bukatar kowane shiri na wajibi ba. Tambayoyi don la'akari ne na mutum daya kuma baya bukatar tattaunawa. Duk da haka, ya kamata a ba da taimako a kowane lokaci kuma duk wanda ke bukatar magana zai iya shiga cikin al'amura a kowane lokaci.

Misali


Tambayoyi:


- Mi kake ganin za ka iya canzawa a rayuwarka idan hakan ta kama?
- Mi za yi idan da a ce komi ba laifi ba ne?
- Mi za ka yi idan ka san cewa shekara guda ne ya yi maka saura a duniya?
- Shin yadda ka so ka zama ne kake yanzu ? Mi za ka iya canzawa game da hakan?
- Wa/yaya ka fi son ka zama?
- Mi kake son ka kara jarrabawa ko ta halin kaƙa?
- Mi kake son cimma a shekaru masu zuwa?
- Wadanne misalai gare ka?
- Lokacin wane aiki kake iya yinkurawa ko kake mance komi?
- Yaya za ka maida duniya kyakkyawan mazauni idanda za ka iya?


Hanyar aiki ta 3: Tambayoyi game da halin rayuwa da guririkan rayuwa





The infographic is set against a blue background. It features four icons on the left: a head with gears, a checklist, an hourglass, and a person silhouette. To the right of these icons are four lines of text. A separate orange box on the right contains a hand icon and a paragraph of text.

 Tantancewar akidunka , da hujjojinka don cimma guririkan rayuwa

 Daga 14

 An tanadi tambayoyi, alkaluma

 Kimanin minti. 30


Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu: Salon bai dace ba da marasa iya karatu da rubutu.

Matakan taron bitar: Wannan salon koyarwa Ya dace da lokacin da ake koyo.

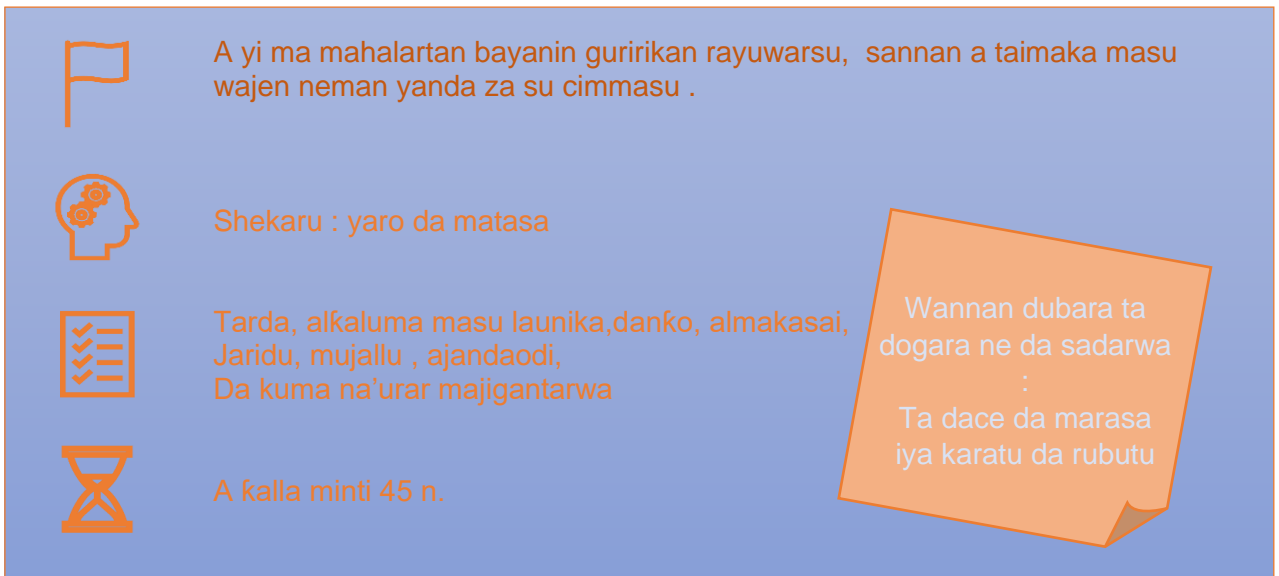
Tsarin gudanarwa:

Don nemo burin rayuwa, yana da mahimmancin sanin kanku, san dabi'un ku kuma ku san abin da ke motsa wani kuma yana rinjayar su. Wannan hanya tana aiki a matsayin fuskantarwa kuma hanya ce ta sanin kai da kuma matsayinsa na ciki. A matsayin misali, an gabatar da takardar tambaya. Dole ne a yi aiki ɗaya ɗaya. Don yin wannan, akwai takardar tambayoyin da aka sake bugawa a shafi na gaba wanda za a iya gano waɗanne dabi'u suke da mahimmanci ga mahalarta. Wannan hanyar ba ta buƙatar kowane shiri na wajibi ba. Tambayoyin don tunani ne na mutum ɗaya kuma baya buƙatar tattaunawa. Ya kamata a ba da taimako a kowane lokaci, duk da haka, kuma duk wanda ke son yin magana zai iya shiga cikin tambayoyi⁴⁰.

Misali							
Nau'in akida	Fannonin akida	...yana da muhimmanci gare ni	1	2	3	4	5
G: Akidodin nishaɗi	kayatarwa	In bunkasa hazakata da tunanina.					
	Jiki	In mori rayuwa yadda ya kamata.					
	Tunani	In samu al'amauran da za su fadada ilimina.					
	Abokani	In yi aminnai na gaske.					
N: Akidodi masu amfani	Tsaro	Buƙatar tsaro					
	Matakin halin rayuwa	Cimma babban matakin halin rayuwa.					
	Tattalin arziki	In yi kyakkyawan amfani da ilimina.					
	Kayan jama'a	In yi wani abun da zai amfani mutane .					
E: Akidodi na addini	Iyali	In samu kyakkyawar rayuwa da iyalina.					
	Muradu	In aikata abin da ya dace da muraduna.					
	Sanin ya kamata	Buƙatar ilimi da kuma gaskiya.					
	Wasu abubuwan	Samun ikon yin taimako da kuma yarda da taimako.					

⁴⁰ cf. (Erpenbeck, 2018, p. 233)

Hanyaraiki ta 4: hangen gaba



A yi ma mahalartan bayanin guririkan rayuwarsu, sannan a taimaka masu wajen neman yanda za su cimmasu .

Shekaru : yaro da matasa

Tarda, alkaluma masu launika,danko, almakasai, Jaridu, mujallu , ajandaodi, Da kuma na'urar majigantarwa

A kalla minti 45 n.

Wannan dubara ta dogara ne da sadarwa :
Ta dace da marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bita: Matakin koyo

Tsarin gudanarwa: Mahalarta suna katin takarda da umarni don zana hoto, lika hotuna daga mujallu, nuna ko fastoci. A cikin wannan hoton, alamar dole ne su yi tunanin yadda za su so su kasance a nan gaba ko abin da suke son motsa jiki a nan gaba. Anan masu kula zasu iya sake da tunani a tsakanin alama, kamar: wane aiki kuke so ku motsa daga baya? Shin ina kuke tare? Me kuke so a kusa da ku daga baya? Me zai kawo muku farin ciki a nan gaba?...

Lokacin wasanni ra'ayoyi, yana da karfin a la'akari da cewa kada a nuna da nunaccen bayani don aikin su amfani da burinsu da burinsu. Gudanarwa ya kamata ya yi hankali don kada ya yanke ma'amala. Tunda ya kamata a bikin mafarkin.

Nau'o'i

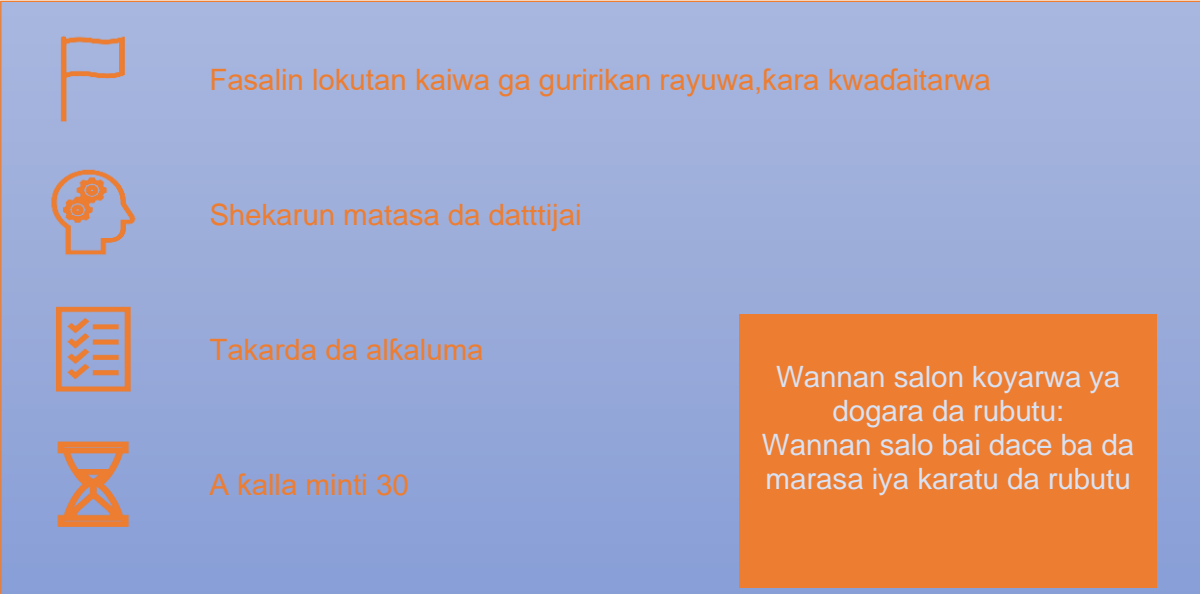
Kamar yadda yakamata yakamata su hango mafarkinsu ba tare da nuna son kai ba idan zai yiwu, ana ba da shawarar kada a ba da kayan aiki. Wasu malaman, alal misali, ba ruwansu da aikin da za su yi daga baya kuma za su nuna da kansu cikin yanayin iyali.

Bayan Shiri:

A cikin tunanin da zai biyo baya, nuni yakamata su nuna da kansu tare da bayyana hotunan da suka zana da kansu. Ya kamata yarinya su sami damar lika labari a cikin hoton su, ta yadda za a iya ganin duk abin da ke cikin mafarkin su a fili.

Idan za ta yiwu, na iya sanya hotuna a kan faifai (kwafe su) kuma su ba alamar su tafi da su gida don su rataye su a gida. Yana da ilimin ga maza suyi motsa jiki lokacin da suke jin dalili na asali. Ta hanyar hoto, ana iya kuskure da wani dalili na.

Hanyar aiki ta 5: Hanyar aiki ta SMART



The infographic is set against a light blue background. It features four orange icons on the left, each paired with text. From top to bottom: a flag icon with the text 'Fasalin lokutan kaiwa ga guririkan rayuwa, kara kwadaitarwa'; a head with gears icon with 'Shekarun matasa da dattijai'; a checklist icon with 'Takarda da alkaluma'; and an hourglass icon with 'A kalla minti 30'. To the right of these items is a solid orange box containing white text: 'Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu: Wannan salo bai dace ba da marasa iya karatu da rubutu'. Below the entire infographic is a solid orange horizontal bar with the text 'Matakan taron bitar: Matakin koyo'.

Fasalin lokutan kaiwa ga guririkan rayuwa, kara kwadaitarwa

Shekarun matasa da dattijai

Takarda da alkaluma

A kalla minti 30

Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu:
Wannan salo bai dace ba da marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bitar: Matakin koyo

Tsarin gudanarwa:

A matakin SMART, kowane harafi yana wakiltar kalma ta musamman. Haruffa na tsaye don Takamaiman, Mai Aunawa, Mai jan hankali, Mai yiwuwa, da Lokaci. Lokacin tsara manufofin rayuwarsu, mahalarta yakamata suyi la'akari da abubuwan da aka ambata. A matakin kayyadaddun al'amari, yana da mahimmanci cewa an tsara makasudin, idan zai yiwu, ta hanya mai mahimmanci. Ma'anar Ma'auni yana nufin cewa yana da mahimmanci don saka idanu ko an cimma nasarar cimma burin. Idan mahalarta sun cimma manufa, zai fi bayyana a gare su cewa sun yi nasara

kuma wannan yana sake motsa su don saita sabbin manufofi. Harafi na uku wanda ke tsaye da Kauna yana nufin cewa lokacin da ba a kafa makasudi tare da kalubale ba, suna ba wa mahalarta wani ɗan gunaguni don cimma su. Idan kuma, a daya bangaren, an saita manufofin a hanya mai ban sha'awa, suna da kuzari. Lokacin zayyana manufofin, dole ne mutum ya ɗauki kari ga sha'awar aunawa kuma. Kamar yadda aka riga aka rubuta, R a cikin kalmar SMART tana nufin Achievable. Manufofin da suka yi yawa suna haifar da bacin rai ta hanyar rashin nasara akai-akai, wanda zai iya haifar da watsi da burin. Ya kamata makasudai su kasance masu matuƙar bukata, amma ba zai yiwu ba. Harafin T na karshe da aka sanya don lokaci yana nufin a nan ba a jinkirta manufofin ba. Don hana wannan, ana saita burin koyaushe a takamaiman lokaci.

Kowane ɗan takara yana karɓar takardar takarda wanda aka lura da manufofin la'akari da hanyar SMART.

Bayan shiri:

A cikin tunanin da zai biyo baya, dole ne mahalarta su gabatar da manufar da aka tsara da kanta kuma su fitar da nau'ikan hanyar SMART. Dole ne shugabannin kungiyoyi su tabbatar da cewa duk makasudin mahalarta sun inganta, kada su ayyana munanan manufofin. Idan mahalarta suna jin cewa ba a ɗauki manufarsu da mahimmanci ba, wannan zai zama mai haɓakawa. Kungiya za ta iya tantance gwargwadon yadda aka yi amfani da hanyar SMART ko abin da za a iya kirƙira daidai don kiyaye ka'idodin hanyar SMART..⁴¹

⁴¹(Camerin, 2017, p. 29 ta gaba)

Hanyar aiki ta 6: Tattarar rubutattun bayanai game da guririkan rayuwa

Aiki gani da ido a kan guririkan da aka sa gaba a rayuwa

Daga shekara 14

Babban allo/ Kambacin babban allo , takarda, alƙaluma, danƙo, alƙasai, zaɓaɓɓun mujallu da hotuna .

Kimanin minti.45

Wannan dubara ta dogara da sadarwa :
Ta dace da marasa iya karatu da rubutu





Matakan taron bitar : Wannan dubara tana tafiya tare da matakin koyo.

Tsarin gudanarwa:

Domin adana guririkan da aka tanada kuma aka fayyace a rubuce kuma a jerarrun lokuta , mahalarta za su samar da alluanan hangen nesa.

Sai kowa ya samar da jadawalin aiki,a kan abun da yake so ya yi bayan wani kayyadadden lokaci.A adana wannan abus osai a kan babbar takarda Domin nuna guririkan a kan takardar, ana iya samar da zane-zane, a yayyanka hotuna,ko kuma a yi amfani da taken matani.Babu takardu takamaimAmfaninsu shi ne suna taimakawa wajen nuna abubuwa masu muhimmanci game da wani batu.Ana iya buga jadawalolin hangen nesa cikin wani ma'adani na daban,sannan a rika tunatarwa game da abin da ya kamata a cimma.A wannan hali, suna tunarwa game da guririkan da ya kamata a cimma.

Hanyar aiki ta 7: Littafin ci-gaba

	Takaitawa da kammalawa game da ire-iren salon koyarwar da aka samar
	Shekarun matasa da dattijai
	Takarda, alkaluma, danko , almakasai ,hotuna,, takarda mai launuka da yawa da kuma tarkacen kayan aiki,littatafan rubutu
	Kimanin minti 45

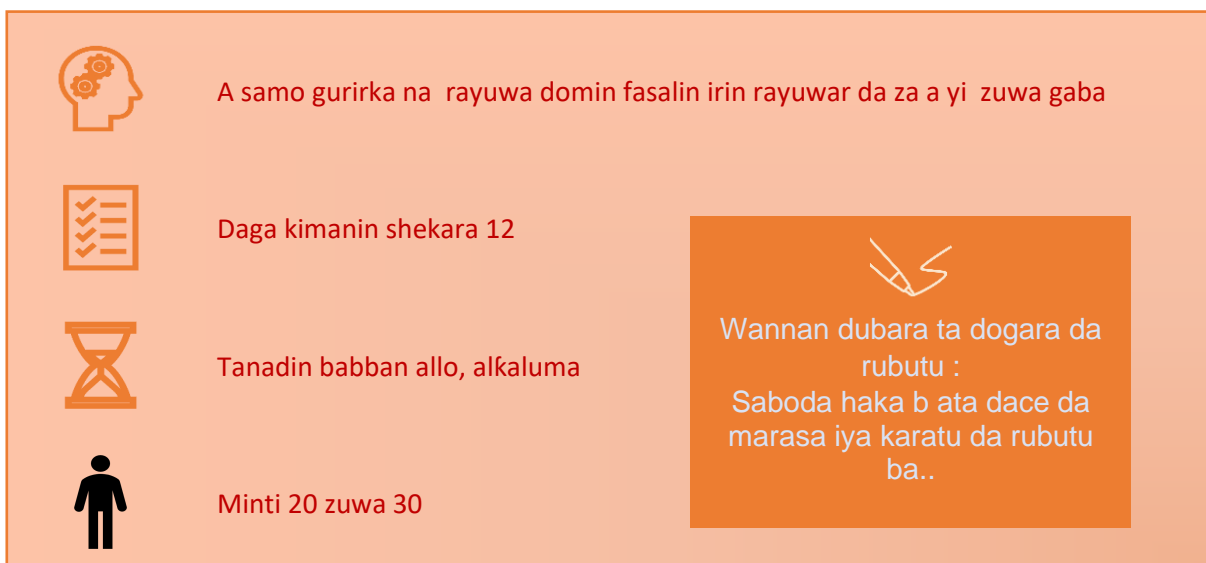
Wannan salon koyarwa ya dogara da rubutu: Ana iya amfani da wannan salon koyarwa ga marasa iya karatu da rubutu ta hanyar fasahar nuna guririka da nasarori da kuma fasahar kamanta su . A nan babu sharadin rubutu . Kowa ya tsaya ga littafin rubutunsa.

Matakan taron bitar: Mataki na karshe

Tsarin gudanarwa

A matakin wannan hanyar, mutum zai iya daukar karamin littafi na sirri ko kuma idan wannan ba zai yiwu ba, mutum zai yi amfani da littafin rubutu da aka saya. A shafi na farko, za ku rubuta cikakkun manufofin rayuwa wadanda aka lura yayin darussan da suka gabata. Kowace kalma, dole ne mu kara sabon shafi wanda za a lura da abin da aka yi don cimma manufofin da aka tsara. Bugu da kari, su rubuta wadanne bangarori na manufofin da aka riga aka cimma don cimma babbar manufa. A karshe, wajibi ne a yi tunani don ganin ko wani abu ya canza a kan manufofin da aka tsara, ko dai saboda abubuwan da aka yi, ko kuma saboda canjin abubuwan da suka fi dacewa.

Hanyar aiki ta 8: Guririkana fitar hankali da gurrikan da hankali ke dauka



The infographic is set against a light orange background. It features four rows of icons on the left, each with a corresponding text block to its right. The first row has a head with gears icon and the text 'A samo gurirka na rayuwa domin fasalin irin rayuwar da za a yi zuwa gaba'. The second row has a checklist icon and 'Daga kimanin shekara 12'. The third row has an hourglass icon and 'Tanadin babban allo, alkaluma'. The fourth row has a person icon and 'Minti 20 zuwa 30'. To the right of these rows is a darker orange box containing a hand icon and the text: 'Wannan dubara ta dogara da rubutu : Saboda haka b'ata dace da marasa iya karatu da rubutu ba..'

A samo gurirka na rayuwa domin fasalin irin rayuwar da za a yi zuwa gaba

Daga kimanin shekara 12

Tanadin babban allo, alkaluma

Minti 20 zuwa 30

Wannan dubara ta dogara da rubutu :
Saboda haka b'ata dace da marasa iya karatu da rubutu ba..

Matakan taron bitar: Matakin koyo

Tsarin gudanarwa: Za a gudanar da atisayen ne a cikin wani aiki na daidai domin kowa ya mai da hankali kan kansa da manufofinsa. Don samun damar rarraba ra'ayoyi daban-daban akan manufofin rayuwa na sirri waƙanda aka riga aka tattara, za a cika tebur yayin wannan darasi. Za a wakilta yankuna daban-daban ko "filaye" a cikin tebur. A kowane yanki, za a iya ba da rahoton raga shida inda za a kebe wurare uku don burin da ba na gaskiya ba da uku don cimma burin da za a iya cimma.


Bayan shiri:

Bayan cika teburin, kowane ɗan takara wanda yake so, zai iya gabatar da manufofinsu na gaskiya da kuma abubuwan da za su iya cimma. Bayan haka, za a iya yin tattaunawa ta rukuni kan gabatarwa. Ana iya ba da shawara don cimma manufofin, alal misali. Bugu da kari, tattaunawar kungiya tana ba da sarari don shawarwari don ingantawa, ta yadda ta hanyar gyare-gyaren gyare-gyaren da ba na gaskiya ba za su zama burin da za a iya cimma.⁴²


⁴²cf. (Gerstner, 2013, p. 223 suiv.)

Misali		
Jadawali:Fanni	Guri na fitar hankali	Guri daidai da hankali
Iyali		
Sana'a		
Kudfi		
Wasannin motsa jiki/ lafiya		
Tunani/ al'ada		
Hanyoyin shakatawa iri-iri		


Hanyar aiki ta 9:Ma'anar guririka




Gane ma'anar guririka




Daga kimanin shekara 14



Takarda , alkaluma da tambayoyi



Kimanin minti 10 - 15.



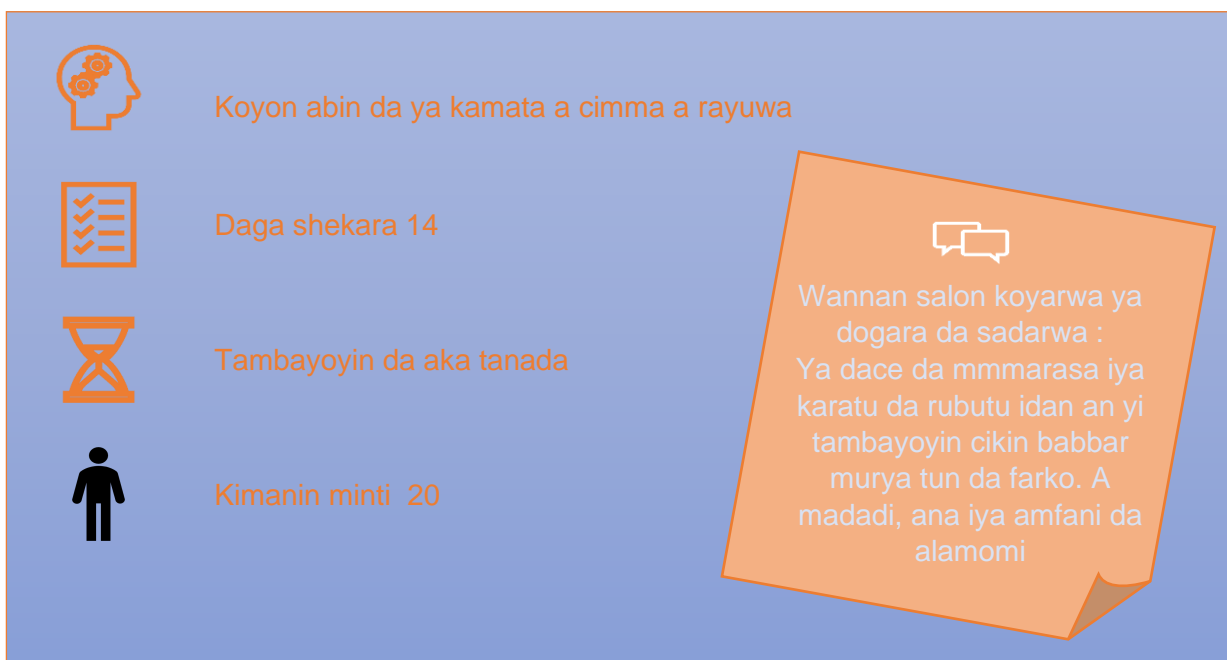
Wannan salon koyarwa ya dogara da sadarwa : Marasa iya karatu da rubutu suna iya tattaunawa game da guririkkan da kuma tambayoyin da suka dangance su sannan a bi ta hanyar hotuna ko alamomi

Matakan taron bitar : Matakin koyo da na karfafa sani





Tsarin gudanarwa: A yayin wannan atisayen, tambaya ce ta duba da kyau kan jigon burin rayuwa da yin tunani kan manufofin da mahalarta taron suka sanya kan su a rayuwarsu. Za a yi motsa jiki a daidai mutane. Hukumar za ta raba takarda da alkaluma. A gefen hagu na takarda, ya kamata a ambaci manufofin sirri da wani ya rigaya ya kasance da kansa ko kuma ya kamata a ambata, ko manufofin da suka tashi ba tare da bata lokaci ba yayin aikin. A gefen dama, ya kamata a ambaci shi ga kowane makasudi, abin da mutum yake tunani. Alal misali, idan mutum ya ji cewa don wannan manufar, akwai sauran muhawara da za a yi, ko dai don ainihin ma'anar kalmomi ko don kaddamarwa mai zurfi. A gefe guda, dole ne a amsa tambayar ko wadannan manufofi ne wadanda ke da alaƙa kai tsaye da fayyace fagage na rayuwa, ko kuma makasudin da aka fi sani da su ba kawai ga wani ɓangare na rayuwa ba amma kuma dole ne su taka muhimmiyar rawa. rawar a duk rayuwa. A karshe, dole ne a ba da amsar tambayar game da lokacin da za a iya la'akari da manufar da wani ya cimma da kansa da kuma yadda za a iya ganin an cimma shi.⁴⁸

Misali			
Guri	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?
	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?
	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?
	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?
	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?
	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?
	Bayanai game da guririka	Gurin ya shafi wani fannin rayuwa ne?	Yaushe ne aka cimma gurin kuma yaya ake iya gane haka ?

Hanyar koyarwa ta 10



The infographic features a blue background with four orange icons on the left, each with a corresponding text label in orange. The icons are: a head with gears, a checklist, an hourglass, and a person silhouette. To the right, an orange callout box with a speech bubble icon contains text in white.

-  Koyon abin da ya kamata a cimma a rayuwa
-  Daga shekara 14
-  Tambayoyin da aka tanada
-  Kimanin minti 20

Wannan salon koyarwa ya dogara da sadarwa :
Ya dace da mmmarasa iya karatu da rubutu idan an yi tambayoyin cikin babbar murya tun da farko. A madadi, ana iya amfani da alamomi

Matakan taron bitar: Matakin shiga darasi da na koyo

Tsarin gudanarwa 1. Gwaji:

Za a yi wannan motsa jiki ɗaya-ɗayan. Kowannensu yana daukar lokacin da ya dace (ita) don aiwatar da gwajin tunani a cikin tunaninsa da lura da wadannan tunani. Shi ne mahalarta su yi tunanin cewa sun kasance misali a cikin shekara 60th. Kamar yadda bayan shekaru 60 ga mafi yawan, yawancin rayuwa sun wuce, za su yi wani tunani na baya-bayan nan a rayuwarsu. Dole ne mahalarta su amsa tambayoyi da yawa dalla-dalla da kansu..⁴³

⁴³ cf. (Münster, 2021)

Misali

Tambayoyi:

- Mi ka yi fatan ka cimma a rayuwarka ?
- Wace irin rayuwa ka so samu ?
- Mi ka so ka yi ko ta halin kaka?
- Wa ya kamata ya zo wurinka a karshen rayuwarka? (su wa daga cikin iyalanka, su wa daga cikin aminnanka, daga cikin sanayya sanayya , daga cikin abokan aiki, ...?)
- Mi kake so makusantanka su ce game da kai? (game da halyenka na gari , game da ayyukanka , ...)

Tsarin gudanarwa 2. Gwaji: Wannan kuma gwaji ne na tunani wanda dole ne a aiwatar da shi a cikin aikin mutum ɗaya wanda za'a iya lura da mahimman tunani.

Dole ne mu fara daga ra'ayin cewa samun kudin shiga mai kyau ya kasance, a gaskiya ba dukiya ba. Don yin wannan, akwai ranar da za ku iya yin abin da matasa da matasa suke so, a tsakanin sauran abubuwa kuma aiki ko kara ilimi. Don haka bai kamata ya zama ranar da mutum ya huta ba.

Bayan haka, dole ne a lura da dukan tafiyar rana ko kuma a zahiri. Bayan haka, za a tattauna sakamakon a matsayin rukuni. A karshe, ya kamata masu gabatarwa su yi tunani a kan abin da ya fi muhimmanci a gare su game da ranar da abin da zai iya zama manufa a gare su. Har ila yau, za mu iya magana game da abin da za a iya yi don cimma wadannan manufofi a nan gaba.⁴⁴

Bayan shiri:

Bayan gudanar da gwaje-gwajen tunani da kuma tattauna su, mahalarta dole ne su yanke shawara da kansu ko wane yanki na gwaje-gwajen tunani suke da mahimmanci a gare su da abin da suke son cimma daga wannan. Idan aka kwatanta da gwaji na biyu, dole ne su bambanta ko wadannan muhimman manufofi ne a gare su ko kuma ayyukan da su ma suke yi sau da yawa kuma wadanda ke ba su jin daɗi, wanda tsarin ayyukan nishaɗi kuma zai iya zama manufa..

⁴⁴ cf. (Münster, 2021)





Darasi na 4:
Horo don hulɗar zamantakewa

4.4. Darasi na 4:Horo don hulɓar zamantakewa

Wanzuwa tana da alaƙa da kusanci da manufofin "Ilimi don Ci gaba mai dorewa" (ESD). A cikin 2015, an yi karin haske game da burin 17 na "Ilimi don Ci gaba mai dorewa" a taron Majalisar Dinkin Duniya. Jihohi 193 ne suka amince da cimma waɗannan manufofin. Sun mai da shi aikinsu don cimma nan da 2030 "kwangilar nan gaba don duniya" da kuma tabbatar da cewa duk mutane a wannan duniyar suna rayuwa cikin mutunci cf. O.A. (O.J.) a) Jigogi na jin kai kamar sauyin yanayi, yunwa, talauci da ƙaura wasu jigogi ne da suka sami ma'ana mai yawa a waɗannan kwanaki kuma waɗanda dole ne a magance su ta hanyar manufofin ESD. (duba idem). Don haka dorewa ba ta iyakance ga kariyar yanayi da kare muhalli ba. Yana da ƙari game da ra'ayoyin duniya na rayuwa tare. Fiye da duka, dole ne mu yi tunani game da makomar tsararraki masu zuwa don tabbatar da su duniyar da kowa zai iya rayuwa cikin mutunci. (cf. Kühnert, T. (16.09.2019)). Don cimma wannan, dole ne a sanar da waɗannan tsararraki yadda ya kamata game da bangarorin dorewa, manufofin ESD da abubuwan da ke cikin su. A matakin makasudin, ba tambaya ba ne na abubuwan da ke cikin siyasa kawai amma game da jigogin da mutum ya ci karo da su a kullun kuma suna da ma'ana. Saboda wannan dalili, za a yi nazari sosai kan manufofin tare da gabatar da su ta hanyar tsari tare da ƙarin madaidaici ta yadda za a iya watsa su tare da ma'auni. A cikin abubuwan da za su biyo baya, ba duk manufofin za su kasance masu alaƙa ba, amma wasu za a zaɓa kuma dole ne su kasance a tsakiyar sha'awa kamar gurɓataccen yanayin mu ta hanyar yin amfani da samfuran filastik da za a sake yin amfani da su. Bugu da ƙari, wasu daga cikin waɗannan hanyoyin za a iya canza su don su dace da abubuwan da ke cikin manufofin da ba a ambata ba. Har ila yau, ya kamata a tuna cewa za a gabatar da manufofin a nan daban da juna da kuma hanyoyin da aka gabatar a cikin tsari mai dorewa. Koyaya, dole ne a koyaushe a ga manufofin dangane da juna.

Hanyoyin aiki/Dubaru domin darasi na 4

Dubara ta 1: Nawa ne muke bukata?

	Fadafa sani game da ci-gaba mai dorewa (ODD), samar da hanyoyin bi don warware matsalolin tunai mai zurfi , bunkasa taiimakon juna da kwadaitarwa Warware matsaloli na bai daya .
	Daga shekara 14 . Girman rukunin shi ne kowane ya kunshi mahalartta 5 zuwa 6 . An bayyana matsayin sarkakiyar Zaman mai wuya
	Kudin wasa , takarda tamkar babban allo, alkaluma kwafofin Muradun karni domin wanzuwa a kowane rukuni
	Kimantin minti .15 – 20

Wannan dubara ta dogara da sadarwa :Ta dace da marsa iya karatu da rubutu. A rarraba rukunonin ta yadda za a iya taimaka ma marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bitar: Ana iya amfani da dubarar a lokacin shiga aikin koyarwa ko kuma tare da batutuwan da ake gani a baya . Ana kuma iya amfani da ita lokacin karfa sani.

Tsarin aikin:

1. Gudanar da taron ya tambayi mahalarta abin da suka sani game da Muradun karni na ci-gaba mai dorewa . Manufofin dorewa nawa mahalarta zasu iya zanawa?
2. Daga baya, za a gabatar da Muradun karnin ta hanyar amfani da fosta. Ya kamata a bayyana a fili cewa a matakin Muradun kuma game da habaka iya aiki, kasuwanci da matsalolin tsari. Amma kacicin zai mayar da hankali ne kan batun samar da kudade.
3. Za a kafa kananan kungiyoyi biyar zuwa shida. Za a sami gwajin yiwuwa kamar haka: kodayake kwararrun kudi sun yi aiki tukuru don samun tallafin kudi don Muradun, har yanzu akwai ramuka da za a rufe. Kungiyoyin kanana suna wakiltar kungiyoyin aiki na Majalisar Dinkin Duniya wanda dole ne su yi la'akari da ko dalar Amurka biliyan 1750 a kowace shekara sun isa don cimma buri na 2 (karshen yunwa), Buri na 3 (tsarin ingantaccen kiwon

lafiya), Manufa ta 4 (Ingantacciyar Ilimi) da kuma manufa ta 6 (Ruwan sha da wuraren tsafta). Idan aka kwatanta da adadin biliyan 1750 kadan, za a sanar da mahalarta taron cewa yawan amfanin cikin kasa a kowace shekara ya kai dala biliyan 77,000 a shekarar 2014. Amfanin cikin kasa na Amurka ya kai zuwa biliyan 15,500 a shekarar 2014, na Jamus na da dala biliyan 3.850, na Somaliya dala biliyan 5.7 sai na Togo na dala biliyan 4.575.

“Kudin shiga na cikin kasa, ma’auni ne na aikin tattalin arziki na manufofin tattalin arziki a cikin wani lokaci. Yana auna darajar kayan da ake samarwa a cikin kasa da kuma ayyukan biya.”

Daga: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Wirtschaft/Volkswirtschaftliche->

4. Za a yi bayanin cewa kashi 1 na kudin wasa ya yi daidai da dalar Amurka biliyan 1 ta yadda mahalarta taron za su iya kashe dalar Amurka tiriliyan 1.5 idan sun ga ya dace.
5. Ya kamata kananan kungiyoyi su tattauna Muradun kuma su kididdige nawa zai yiwu don kowace manufa.
6. Jimlar kudin da aka samu yanzu za a saka su a kan katunan haƙiƙa. Mahalartan ba dole ba ne su kashe duk kudin - sauran Muradu 13 tabbas suna buƙatar karin kuɗaɗe.
7. Sannan kungiyoyi za su bayar da rahoto daya bayan daya kan adadin da suka tsara don kowace manufa kuma za su nuna gudunmawarsu a kan takarda. A cikin wannan lokaci, ba dole ba ne mu tattauna ba, za a kebe yanke shawara a tattaunawa ta gaba ɗaya. Wannan zai wadatar idan jagorancin taron ya nuna bambance-bambancen da ke tsakanin kuɗaɗen.
8. Za a gaya wa mahalarta karin adadin kudin da cibiyar bincike ta Burtaniya ODI ta kiyasta da gaske.

Muradi na 2: dala biliyan
50 \$
Muradi na 3: dala biliyan
40 \$
Muradi na 4: dala biliyan
40 \$

9. Kowane kiyasi za a rubuta shi bisa takardar kambacin babban allo ta hanyar amfani da alkalami na wata kalar sannan a ce ma rukunoni su adana takardun kudinsu ta yanda zai dace sannan a ce su kirga dala nawa ne zai yi saura.
10. Dala biliyan 1750 da ake da su, ba su fito daga komai ba, wannan
11. jimlar a zahiri ta yi daidai da kashe kudaden duniya kan kayan yaki. (Matsalar 2017).

Nazari: na farko yanke hukunci yadda aikin ya gudana kuma ku tattauna abubuwan koyo bisa tambayoyi masu zuwa:

-Yaya kungiyoyin suka yi aiki? Shin yana da sauki a yarda a kan abubuwan da suka fi fifiko da hasashen? Ta yaya aka warware sabanin ra'ayi?

- Shin akwai wasu maganganu kan irin gudummawar da ake bukata kuma wa ya kamata yayi amfani da ramin tallafin SDG?

-Me game da karin albarkatun da dole ne a kebe ga sauran manufofin 13? Shin mahalarta zasu yi amfani da dalar Amurka tiriliyan 1.58 don wannan?

- Tsaro yana da mahimmanci a fili. Wadanne manyan barazana ne ga tsaron dan Adam a gida da duniya a yau?

-Ta yaya za a yi amfani da dala biliyan 1750 da aka ware domin kashe kudaden soja ta hanya mai ma'ana?

-Wanne 'yancin dan adam ke da mahimmanci ga Buri na 16 na SDGs, zaman lafiya ko adalci? Kuma don manufofin 2, 3, 4 da 6?

- Menene kungiyar za ta iya yi a cikin gida da na kasa don tallafawa SDGs?

Nau'o'i: Hakanan ana iya yin atisayen ta hanyar wasan kwaikwayo inda za mu tattauna kashe kudi akan makamai da SDGs. Za a ba kungiyoyin ayyuka daban-

daban, misali membobin gwamnati, talauci, HIV ko kungiyoyi masu zaman kansu na ilimi, masu magana da yawun masana'antar makamai, membobin kungiyar cinikin makamai, mutane a cikin soja da sauran kungiyoyi masu sha'awa. Kowace rawar tana bukatar wasu jagorori kamar misali:

Gwamnati: fifikonta shine inganta rayuwar al'ummarta amma harma da tsaron kasarta.

Kungiyoyi masu zaman kansu: Babban abin da suka sa gaba shi ne rage kashe kashen makamai da kuma yafe basussuka ga kasashe matalauta.

Masana'antar makamai: fifikonta shine samun kasuwanninta da ribar da aka samu, amma akwai don tattaunawa.

Kungiyar mutanen da ke aiki a masana'antar makamai: fifikonta shine ingantacciyar rayuwa cikin kwanciyar hankali amma kuma suna tsoron asarar ayyukansu.

Bayanai : Muradu na 2,3,4 & 6

Dukkanin Manufofin Ci Gaba Mai Dorewa an tsara su a cikin kananan maki tare da makasudai daban-daban wadanda dole ne a cimma su da kayyadaddun lokuta. A cikin wadannan layukan, an ba da misalai daban-daban na manufofin 2 (babu yunwa), 3 (lafiya da walwala), 4 (ilimi mai inganci) da 6 (wuraren shan ruwa da tsaftar muhalli) a matsayin wadanda suke da mahimmanci ga hanyar aiki ta sama. Ana iya samun bayyani na duk makasudin akan fosta a cikin kayan aikin . Ana iya samun karin bayani akan gidan yanar gizon Ma'aikatar Tarayya ta hulfa da kasashen waje.

- MURADI NA 2:

- 2.1: Nan da shekarar 2030, kawo karshen yunwa da tabbatar da samun damar duk mutane, musamman matalauta da mutanen da ke cikin mawuyacin hali, gami da jarirai, zuwa abinci mai aminci, mai gina jiki a duk shekara kuma ya wadatar.
- 2.2: Nan da shekarar 2030, za a kawo karshen duk wani nau'i na rashin abinci mai gina jiki, ciki har da cimma burin nan na shekarar 2025 da kasashen duniya suka amince da su kan matsalar tsuke bakin aljihu da almubazzaranci a tsakanin yara 'yan kasa da shekaru 5, da biyan bukatun abinci na matasa, masu ciki ko masu shayarwa da kuma tsofaffi.
- 2.3: Nan da shekarar 2030, noma zai ninka sau biyu, da samun kudin shiga na masu samar da abinci, musamman mata, 'yan asalin kasar, manoma iyali, makiyaya da masunta, gami da tabbatar da samun daidaiton filayen noma, sauran albarkatu masu albarka da kayan aiki, ilimi, kudi. ayyuka, kasuwanni, da ayyukan da ba na gonaki ba da damar karin kima.
- 2.4: Ya zuwa shekarar 2030, tabbatar da tsarin samar da abinci mai dorewa da aiwatar da ayyukan noma masu juriya da ke kara yawan aiki da samarwa, da ba da gudummawa ga kiyaye muhalli, gina karfin da zai dace da sauyin yanayi, matsanancin yanayi, fari, ambaliya da sauran bala'o'i da sannu a hankali ya inganta. ingancin kasa da kasa.
- 2.5: Nan da shekarar 2020, kiyaye nau'ikan nau'ikan nau'ikan iri, amfanin gona da dabbobin da ake noma ko na gida da danginsu na daji, gami da sarrafa iri da bankunan shuka iri-iri a matakin kasa, yanki da na duniya, da habaka damar samun fa'idodin da ke tasowa. daga yin amfani da albarkatun halittu da ilimin gargajiya da ke da alaka da raba gaskiya da daidaito na waɗannan fa'idodin, kamar yadda aka amince da su a duniya.

SDG 4

- **4.1:** D• 4.1: Nan da shekarar 2030, tabbatar da cewa duk 'yan mata da maza sun kammala cikakken karatun firamare da sakandare kyauta, mai inganci, daidai gwargwado, wanda ke haifar da samun koyo mai fa'ida.
- • **4.2:** Nan da shekarar 2030, a tabbatar da cewa dukkan 'yan mata da maza sun samu ingantaccen ci gaban yara kanana da kulawa da karatun gaba da sakandare wanda ke shirya musu ilimin firamare.
- • **4.3:** Nan da shekarar 2030, tabbatar da cewa dukkan mata da maza sun sami damar samun daidaito da kuma araha ga ilimin fasaha, koyo ko manyan makarantu, gami da jami'a.
- **4.4:** Nan da shekarar 2030, za a kara yawan matasa da manya masu fasaha, gami da fasahohin fasaha da na sana'a, da ake bukata don aikin yi, kyakkyawan aiki da kasuwanci.
- • **4.5:** Nan da shekarar 2030, kawar da rashin daidaito tsakanin jinsi a cikin ilimi da tabbatar da samun daidaito ga masu rauni, ciki har da nakasassu, yān asalin kasa da yara a cikin mawuyacin hali, zuwa kowane matakan ilimi da horar da sana'a.
- **4.6:** Nan da shekarar 2030, tabbatar da cewa dukkan matasa da kuma manya, maza da mata, za su iya karatu da rubutu da kirga.
- • **4.7:** By 2030, tabbatar da cewa duk dalibai sun sami ilimi da basira da ake bukata don bunkasa ci gaba mai dorewa, ciki har da ilimi don ci gaba da rayuwa mai dorewa, 'yancin dan adam , daidaiton jinsi, inganta al'adun zaman lafiya da rashin tashin hankali, zama dan kasa na duniya da kuma godiya ga bambancin al'adu da gudummawar al'adu don ci gaba mai dorewa.

SDG 6

- **6.1:** Nan da shekarar 2030, tabbatar da samar da ruwan sha a duniya da adalci a kan farashi mai sauki
- **6.2:** Nan da shekarar 2030, tabbatar da samun isasshiyar tsaftar tsaftar muhalli da tsafta ga kowa da kowa da kuma kawo karshen bahaya a fili, da kula da bukatun mata da 'yan mata da mutanen da ke cikin mawuyacin hali.
- **6.3:** Zuwa shekarar 2030, inganta ingancin ruwa ta hanyar rage gurbatar yanayi, kawar da zubar da juji da rage hayakin sinadarai da abubuwa masu hadari, da rage rabin yawan ruwan da ba a kula da su ba da kuma kara yawan sake yin amfani da ruwa da aminci a duniya.
- **6.4:** Nan da shekarar 2030, za a kara yawan amfani da albarkatun ruwa a dukkan bangarori da tabbatar da dorewar janyewar ruwa da samar da ruwa don magance karancin ruwa da rage yawan mutanen da ke fama da karancin ruwa a fili.
- **6.5:** Nan da shekarar 2030, aiwatar da hadaddiyar sarrafa albarkatun ruwa a dukkan mata kai, gami da hadin gwiwar kan iyaka yadda ya dace.
- **6.6:** Zuwa 2020, kare da maido da yanayin da ke da alaka da ruwa, da suka hada da tsaunuka, dazuzzuka, dausayi, koguna, ramukan ruwa da tafkuna.

Manufofin 17 na Ci gaba Mai Dorewa guda 17:

1. Kawar da matsanancin talauci da yunwa;
2. Karshen yunwa, samun isasshen abinci, inganta abinci mai gina jiki da inganta aikin noma mai dorewa;
3. Samar da lafiyayyun rayuwa da inganta walwala ga kowa a kowane zamani;
4. Tabbatar da daidaitattun damar samun ingantaccen ilimi ga kowa da haɓaka damar koyo na rayuwa (aikin Kwalejin Bilimon shima yana da wannan mayar da hankali)
5. Samun daidaiton jinsi da karfafawa dukkan mata da 'yan mata (aikin Kwalejin Bilimon shima yana da wannan mayar da hankali)
6. Ba da garantin samun ruwa da tsaftar muhalli ga kowa da kuma tabbatar da dorewar sarrafa albarkatun ruwa;
7. Tabbatar da damar kowa ya sami amintaccen sabis na makamashi na zamani akan farashi mai araha;
8. Haɓaka ci gaban tattalin arziki mai dorewa, rabawa kuma mai dorewa, cikakken aiki mai inganci da aiki mai kyau ga kowa;
9. Gina ababen more rayuwa masu juriya, inganta masana'antu masu dorewa da ke amfanar kowa da kowa, da samar da sabbin abubuwa;
10. Rage rashin daidaito a ciki da tsakanin kashashe (aikin Bilimon Academy shima yana da wannan mayar da hankali)
11. Sanya birane da matsugunan mutane su zama masu haɓaka, aminci, juriya da dorewa;
12. Samar da ci gaba mai dorewa da tsarin samarwa;
13. A dauki matakin gaggawa don yakar sauyin yanayi da illolinsa;
14. Tsare-tsare da dorewa amfani da tekuna, tekuna da albarkatun ruwa don samun ci gaba mai dorewa;
15. Kiyaye da dawo da yanayin halittun kasa, tabbatar da cewa ana amfani da su yadda ya kamata, kula da dazuzzuka masu dorewa, yaki da kwararowar hamada, dakatar da kawar da barnar kasa da kuma kawo karshen asarar rayayyun halittu;

16. Habaka kungiyoyin zaman lafiya da haɗin kai don samun ci gaba mai dorewa, tabbatar da samun adalci ga kowa da kuma gina cibiyoyi masu inganci, masu ba da lissafi da haɗa kai a kowane mataki (aikin na Bilimon Academy shima yana da wannan fifiko).

17. Haɗin gwiwa don cimma burin (aikin Bilimon Academy shima yana da wannan mayar da hankali).

Daidaiton jinsi:

Manufar daidaiton jinsi ita ce a samu adalci da cin gashin kai ga mata da 'yan mata.

Tushen: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Wirtschaft/Volkswirtschaftliche-Gesamtrechnungen-Inlandsprodukt/Methoden/bjp.html>

Dubara ta 2: Waccan fuskar ta madubi

Shirye-shirye: A samu kayan aiki, a shirya da'ira ta kujeru

Bayani: Mahalarta su yi tunane game da jita-jita da su shafi jinsi sannan su kalubalanci wannan ta'bi'a.



Wayar da ka igame da jita-jita. A gano haƙƙokin maza na wuce gona da iri sannan a yi tattaunawa mai zurfi a kai.



Daga kimanin shekara. 14 . Matakin sassarkiyar yqng tsqkqtsqki .
Yawan mahalartan da za a tanada zai kama ne daga mutum 5 zuwa mutum 20 personnes



Labari biyu na katoci ta hanyar bandir collantes



minti 30 zuwa miniti 60

Wannan dubara ta dogara da sadarwa:
Ta dace da marasa karatu da rubutu

Matakan taron bitar : Tattaunawar rukuni game da Muradu na ODD 5,10,16

Tsarin aiki:

Saurari gajerun labarai inda bai kamata su yi magana yayin karatu ko kuma sadarwa ba (misali ta hanyar hada ido). A cikin da'irar zaune zai zama da amfani a nan don mahalarta su rufe idanunsu lokacin sauraro.

1. Za a sanar da mahalarta cewa za su bi labarai guda biyu
2. Jagoran taron karawa juna sani ya karanta labaran biyu a bayyane. A wannan lokacin, mahalarta suna saurare ba tare da sadarwa ba.
3. Bayan karatun ne kawai mahalarta za su iya tattauna abin da ya fi dacewa da su. Ya kamata zagayen tattaunawar ya kasance a takaice kamar yadda zai yiwu kuma kada a yi cikakken bayani. Wannan shine kawai ra'ayi na farko.
4. Yanzu za a sake karanta labaran biyu da babbar murya. A wannan karon, a hankali a hankali tunda mahalarta a yanzu suna da damar yin ihu "tsaya" da zaran wani ra'ayi na musamman na jinsi ya nuna musu. Mahalarci ne ya kebe wannan kuma an lura da shi ga kowa a bayyane ta hanyar mai kula da taron.

Nazari:

Idan an sami duk stereotypes, kungiyar za ta iya tattauna su. Anan gudanar da taron karawa juna sani yana daukar ra'ayi daya bayan daya yana yin tambayoyi:

Zuwa Me yasa wannan stereotype ya wanzu?

b. Shin wannan stereotype yana aiki?

vs. Wannan stereotype ya dace?

d. Shin muna so mu kiyaye wannan ra'ayin?

Akwatin bayanai : jita-jita

Jita-jita siffofi ne ake dangantawa da wani rukuni na mutane masu siffofi iri ɗaya ko suka yi kama da juna . Galibi ire-iren jita-jita ba su dogara ba da hujjoji . Jiiita-jita sun yi sayu cikin al'umma kuma suna da wuyar canzawa.

Cikin tsarin daidaton jinsuna, jita-jita na iya nufin cewa siffar „ sauri karayar zuciya “ hali ne na mata duk da yake akwai mata da yawa da ba su da saurin karayar zuciya kuma akwai maza masu saurin karayar zuciya .

Tushen bayani: Cf. Giddens, Anthony and Phillip W. Sutton (2017): *Sociology, eighth édition. Polity Press, Cambridge, p. 1016*

„Hanyar 3: "Abin da nake so da abin da nake yi..."



Gano gwargwadon abin da ake iyawa sannan da Tanatnace iliminsa da ilimin da ke ga wasu Tantance tasirin Mummunan zato game da jinsi.



Daga Kimanin shekara 1 Rukunoni na kimanin mutum 8-20



Takarda da alƙalumma , da kuma rubutattun tamaboyin in da hali



Lokuacin zai isa :minti 45

Wannan dubara ta dogara da rubutu: Ba ta dace da marasa karatu da rubutu ba. Amma ana iya amfani da wannan dubara cikin rukunoni ta yanda kowane rukuni zai samu wani mahalarci ko shugaba da zai kula da rubutun jimlolin.

Matakan taron bitar : Tattaunawa cikin rukunonii da kuma sauran nazarce-nazarce , ciki har da Muradu masu lamba ODD 5,10,16

Tsarin aiki:

Shiri: Idan zai yiwu: Kwafi takardar tambayoyin

Bayani: Yara suna faɗin abin da suke so su yi, abin da ba sa son yi, ko abin da suke so su yi amma abin da ya zama "bai dace ba" ko "bai dace" don jima'i ba. Suna magana game da clichés na shigar da jinsi da kuma sanya rahoton game da hakkin dan adam.

1. Don gabatar da maudu'in, yadda ake gudanar da taron karawa juna sani yana gabatar da tambayoyi masu zuwa ga kungiyar: Shin akwai hanyoyin da'a da kuma yin aiki da suka kasance "na al'ada ga 'yan mata" ko "na al'ada ga maza?" a nan, mahalarta su ma su ba da misalai na musamman inda zai yiwu.

2. Yanzu kowane ɗan takara yana karɓar alkalami da takarda ko takardar tambayoyin da aka makala idan zai yiwu don samun damar amsa tambayoyin nan:

- Faɗi abubuwa huɗu da kuke yi kuma waɗanda suka dace da ku, waɗanda kuke so kuma waɗanda aka ce suna da kyau ga jima'i.

- Ka faɗi abubuwa huɗu da kake yi ko waɗanda suka dace da kai, waɗanda ba su dace da kai ba, waɗanda ba ka so da kuma waɗanda mutane suka ce za su "yi kyau ga jima'i".

- Ka faɗi abubuwa huɗu da ba ka yi ko ba ka da su, waɗanda su ma ba ka so kuma aka ce "daidai ga kishiyar jinsi".

3. Gudanar da taron karawa juna sani yana lura da abubuwan da aka fi kawowa akai-akai kuma akai-akai, misali a cikin tebur wanda zai sake haifar da zagaye na tunani. Teburin na iya zama kamar haka:

Abin da nake so in yi kuma wanda ya dace da ni, wanda nake so kuma wanda aka ce yana da kyau ga jima'i na. Abin da nake so in yi kuma wanda ya dace da ni, wanda ba na so ko da yake mutane sun ce yana da "mai kyau ga jima'i na".

Abin da nake so in yi kuma wanda ya dace da ni, wanda nake so ko da yake mutane sun ce yana da kyau ga sauran jima'i "Abin da ba na so in yi kuma wanda ba ni da shi wanda suka ce yana da kyau ga kishiyar jima'i. "

Samari

'Yan mata

	Abin da nake son yi kuma ya dace da ni , ina son shi, ina son shi kuma wanda ake cewa « yana da kyau ga jinsina ».	Abinda nake son yi kuma ya dace da ni , wanda ba ni so duk da yake ana cewa « ya dace da jinsina »	Abin da nake son yi , wanda ya dace da ni , kuma ina son shi, kuma ake cewa « ya dace da wani jinsi“	Abin da ba ni son yi, wanda ba ni da shi kuma ake cewa « ya dace da wani jinsi “
Samari				
Yan mata				

Aikin kowane jinsi:
 Ayyukin kowane jinsi ya danganta da al'adar kasa, kenan abu ne dabam-dabam ne. Amma suna iya tafaita shigar mata cikin al'amura.

Tunani:

1. A matsayin bayan shiri yi, alal misali, tambayoyi masu zuwa:

Zuwa Shin dayan abubuwan da sauran mahalarta suka ambata sun ba ku mamaki?

b. Lokacin da kuka kalli jerin abubuwan da masu halarta za su so su yi a nan ko su samu, amma ba za su iya ba, menene ya faru a matsayin tsari?

vs. Menene ya faru da yarinyar da ke nuna "kamar saurayi"? Me yasa hakan ke faruwa?

d. Shin 'yan uwanku suna da wakilci iri ɗaya na abin da ke "mai kyau" ga maza da maza ko ga mata da 'yan mata?

2. Hada ayyukan zuwa hakkin ɗan adam, misali akan batutuwa masu zuwa:

Zuwa mene ne illar gazawa kan halayen yara maza da mata a kan daidaiƙun mutane? Ta yaya za su shafi iyali? Kuma a kan kamfani?

b. Kuna tsammanin matsayin jinsi (ko clichés) yana canzawa a yanzu? Idan eh, ta yaya?

vs. Shin kun taɓa kofarin kare kanku daga matsayin jinsi ko clichés? Me ya faru to?

d. Me yasa ake rage yancin ɗan adam ga mutum ta hanyar matsayin jinsi ko ra'ayi?

e. Ta yaya za mu iya kare kanmu a cikin kungiyarmu daga matsayin jinsi?

Shiga cikin al'amura:

Shiga cikin al'amura tana nufin mutum ya iya yanke shawara shi da kanshi , tsinkayen hanyoyin bi domin shiga ko domin a shigar da shi cikin lamurra .
Karfafuwa da shiga cikin lamurra suna da dangantaka (a dubi: waccan fuskar ta madubi. Nazari: „Karfafuwa“) sannan kuma suna da guririka iri ɗaya .
Tushen bayani: cf. Schönhuth, Michael und Maja Tabea Jerrentrup (2019). Partizipation und nachhaltige


Tambayoyi:

Suna: _____


Jinsi: _____

Abin da nake so in yi kuma wanda ya dace da ni, wanda nake so kuma wanda aka ce yana da kyau ga jnsina.“	
Abin da nake so in yi kuma wanda ya dace da ni, wanda ba na so ko da yake mutane sun ce yana da "mai kyau ga jnsina“	
Abin da nake so in yi da kuma wanda ya dace da ni, wanda nake so duk da cewa an ce "yana da kyau ga wancan jinsi" “	
Abin da ba na so in yi da abin da ba ni da shi, abin da nake so, wanda aka ce yana da kyau ga wancan jnsin .	


Hanya raiki ta 4: Rubutun Kai (Na kanka).




Bunkasa kaunar mutane , hikimarsu , da yafiyarsu ,
Da kuma iya magana da iya tuhumar ka igame da fannonin dabam-dabam .



Daga shekara 14 zuwa 18 . Domin rukunin da mutm
4 zuwa 20
Sassarkiyarshi tana da matsayain mai wuya ce est évalué comme.



Hoto ko majigi game da batun
Amfana da samarwa masu dorewa



Kimanin minti 60 ko fi .

Wannan dubara ta dogara da sadarwa :
Ta dace da marasa iya karatu da rubutu idan an karanta katocin tun da farko . A Comme alternative, les symboles peuvent être utilisés.

Matakan taron bitar : Matakin shigar aiki , na bayyana matsala, da na mizantawa

Shiri: Zabin hoto ta hanyar jagorancin taron karawa juna sani

Bayani: Mahalarta suna jin kamar mutum a cikin hoto kuma suna rubutu daga wannan hangen nesa

Tsarin gudanarwa:

A zauren taron, za a gabatar da hoto ta hanyar jagorancin taron karawa juna sani. Bayan haka, za a tattauna abubuwan da ke cikin wannan hoton tare da dukan kungiyar kuma za a yi tambayoyi masu yiwuwa. Abin da ke da mahimmanci shi ne cewa an san babban bayanin hoton ga kowane ɗan takara. Bayan wannan zagaye na haɗin gwiwa, mahalarta za su fara yin ayyuka na daidai. Yanzu za a bar wa kowane ɗan takara ya zaɓi wa kansa wanda mutum a cikin hotunan zai rubuta rubutun sirri (ta amfani da je). A wannan matakin, ba shi da mahimmanci ko ya zaɓi babban mutumin da aka buga a cikin hoto ko kuma ya zaɓi mutumin da ke cikin hoton kadan a gefe kuma ba ya aiki kai tsaye a cikin taron. A cikin hoton da aka sare dazuzzuka, mahalarta za su iya ko dai su nuna kansu a cikin mutumin da ke zangazangar, mutumin da ke aiwatar da umarnin, ko ma wanda ya dauki nauyinsa idan dai duk mutanen sun bayyana a cikin hoton. A matsayin madadin, kuma zai yiwu a rubuta ta fuskar dabba ko ma itace.

Mahalarta yanzu suna rubuta l-rubutu daga hangen wanda aka zaɓa. Wannan yana iya samun nau'i daban-daban kamar wasikar da mutum ya rubuta, kalmar monologue wanda mutumin yake riƙe da shi ko kuma shigar da diary. An bar nau'in rubutun zuwa kyakkyawar kulawar mahalarta da kansu. Yana da game da ganin abin da suke tunani game da wanda zai iya zama daidai da wanda aka zaɓa. A cikin rubutu a cikin "I", yana da sama da duka tambaya game da maido da halin da ake ciki a kan hoton, amma kuma na kaddamar da kai a cikin mutum. Tambayoyi masu zuwa zasu iya taimakawa wajen samar da rubutun "nawa":

Menene za ku yi a yanayin da aka nuna a hoton?

Yaya kuka shiga lamarin?

Yaya kuke ji a cikin lamarin?

Me kuke tunani?

Ta yaya yanayin da aka kwatanta a hoton zai iya shafan makomarku?

Tunani:

Za a sake yin kima na wannan hanyar a cikin cikakken. Mahalarta taron sun gabatar da bincikensu ga kungiyar sannan su bayyana ra'ayoyinsu. Abin da ke da mahimmanci shi ne cewa babu daidaitattun ra'ayi ko kuskure. Wadannan ra'ayoyi ne na zahiri wadanda aka fito da su ta hanyar l-rubutu kuma wadannan ba za a tantance su ba. Dangane da jagorancin taron, duk da haka, ya biyo baya daga duk wadannan abubuwan da mahalarta suka riga suka yi game da batun da kuma inda aka riga aka sami manyan ilimi. Jagoran taron karawa juna sani na iya kwatanta rubutun da ke cikin l na mahalarta tare da gaskiyar kuma idan ya cancanta abubuwan da mahalarta ba su fahimta ba har zuwa lokacin da aka kara su a cikin sa'o'i na gaba na taron kuma sun sake yin aiki.

Bambance-bambance:

Hanyar da aka bayyana ba dole ba ne a yi ta bisa hoto, bidiyo ko fina-finai kuma za su iya zama tushen abin da mahalarta zasu iya zana dan wasan kwaikwayo kuma su rubuta rubutun hangen nesa l. Bugu da kari, rubutun na ba dole ba ne a rubuta su a cikin aikin mutum ɗaya, ana iya rubuta su a cikin haɗin gwiwa ko aikin rukuni wanda mahalarta suka tattauna halin da ake ciki kuma suna kwatanta ra'ayoyin juna da kuma rubuta rubutu mai alaka. Musamman ma wannan na iya zama muhimmin batu lokacin da kungiyoyin ke magana game da fassarori daban-daban da kuma batutuwan da suka cimma matsaya ɗaya a kai.

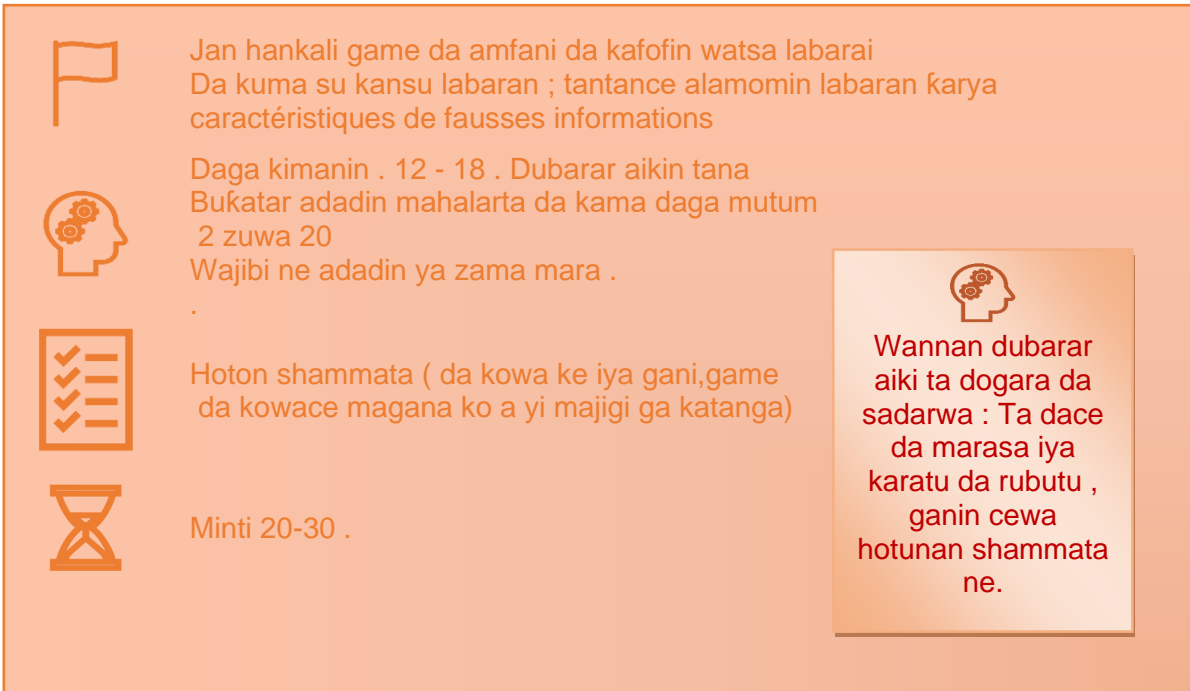
Bambanci ba tare da wajibcin rubutawa ba

A matsayin madadin samar da rubutu a cikin l, mahalarta kuma za su iya sanya kansu cikin mahangar magana ɗaya da bayyana baki. Dole ne mahalarta su fara amsa tambayoyin da aka kwatanta da kansu sannan su iya bayyana gaba ɗaya yadda za su amsa tambayoyin game da mutumin da ke cikin hotonet *écrivent un texte commun y afférent*. Surtout ceci pourrait devenir un point significatif quand les groupes parlent de leurs interprétations diverses et les points sur lesquels ils sont tombés unanimes..

Abu:



Hanyar aiki ta 5: zanen shammata



Jan hankali game da amfani da kafonin watsa labarai
Da kuma su kansu labaran ; tantance alamomin labaran karya
caractéristiques de fausses informations

Daga kimanin . 12 - 18 . Dubarar aikin tana
Bukatar adadin mahalarta da kama daga mutum
2 zuwa 20
Wajibi ne adadin ya zama mara .

Hoton shammata (da kowa ke iya gani,game
da kowace magana ko a yi majigi ga katanga)

Minti 20-30 .

Wannan dubarar
aiki ta dogara da
sadarwa : Ta dace
da marasa iya
karatu da rubutu ,
ganin cewa
hotunan shammata
ne.

Matakan taron bitar : Dubarar aikin tana kula ne da Muradi mai lamba l'ODD 14
(Tekuna, da albarkatun cikin teku)

Tsarin gudanarwa:

Jagoran taron karawa juna sani yana zabar zane mai ban dariya a kan fannin jigon da za a bi da shi, sannan za a yi nazari kan wannan a zauren taron. Yana da mahimmanci a nan cewa duk mahalarta suna da kyakkyawan ra'ayi game da zane mai ban dariya don su iya shiga cikin bincike. Binciken caricature yana tafiya ta mata kai da yawa:

1. lokacin bayanin da tsarin lokaci. A cikin wannan lokaci, kawai bayanin caricature ne. Dole ne jagorancin makarantar hauza ya jinkirta duk wani kokari na tafsiri don guje wa fassarar gaggawa. Wannan yana da mahimmanci tunda fassarar da aka yi da sauri ana yawan yin alama da kurakurai.
2. lokaci kafin tafsiri. A cikin wannan lokaci, damar farko da suka shafi jigon za a iya sanya su bisa ga caricature. Yanzu, za mu dogara sosai kan abubuwan da ke ciki kuma za mu fassara abin da alamar da abin da ke ciki za su kasance da ma'ana. Bai kamata a nakalto ra'ayi na sirri ba a nan tun da farko bayanin zane mai ban dariya ne kawai kuma bai kamata a kimanta wannan ba.

3. ainihin lokacin fassarar. Don wannan batu, za a kwatanta ra'ayin masu zane-zane da ra'ayinsa na sirri (na mahalarta). A wannan matakin, ra'ayin mai zane-zane ba dole ba ne ya dace ba, duk da haka ra'ayi na sirri dole ne ya kasance a koyaushe bisa hujja.

Don aiwatar da waɗannan matakan, za mu iya jagorantar kanmu da tambayoyi masu zuwa:

Lokacin siffantawa da tsarin lokaci:

Menene nake gani a cikin hoton / zane mai ban dariya?

Wace shekara aka fara zane mai ban dariya?

Wadanne mutane/abubuwa ne aka kwatanta?

Ta yaya ake gabatar da mutane/abubuwa (misali dogaye ko gajere)?

Menene waɗannan mutane ko abubuwa suke yi (aiki)?

Yaya kuke kallon motsin mutane da yanayin fuskarsu?

Akwai abubuwa masu ban mamaki?

Matakin riga-kafi:

Menene batun zanen?

Menene ma'anar alamomi da abubuwa daban-daban a cikin zane mai ban dariya?

Su wane ne mutanen da ke cikin wannan zane mai ban dariya (shahararrun mutane)?

Shin akwai dangantaka tsakanin hoto da rubutu? Me game da shi?

Menene ma'anar caricature?

Lokacin fassarar daidai:

Me yasa wannan jigon caricature ya dace?

Menene ra'ayin mai zanen zane? Menene ra'ayin ku?

Matsalolin kurakurai masu yiwuwa

Don tallafa wa mahalarta taron, ya kamata masu gudanar da taron karawa juna sani su san wadannan hanyoyin da za su iya haifar da kuskure ta yadda za su iya daukar mataki a kansu idan ya yiwu. Sau da yawa kurakurai suna tasowa yayin nazarin zane mai ban dariya ta hanyar yin aiki da sauri ko a zahiri. Laifi akai-akai yanzu an jera su:

- Ba a la'akari da bayanin hoton da ba daidai ba na hoto / motsin rai da kwaikwayi abubuwan da aka zana

o Wannan na iya sa a yi kuskuren fassarar zane mai ban dariya

- Rashin yarda da kowane lokaci, fassarar da wuri ko bayanin ya makara

o Zai iya haifar da farkon fassarar da ba ta la'akari da muhimman al'amura

- Rashin yin la'akari da babban bayanin zane mai ban dariya

o Mai yiyuwa ne ba za a iya tsinkayar bakin ciki da aka nuna a cikin zanen ba, wanda zai iya zama saboda rashin bayanai.

Nazari:

Don wannan hanya, yana yiwuwa a bincika ra'ayin yadda hanyar caricature ta faranta wa mahalarta rai. Bugu da kari, dole ne ya yiwu mahalarta su ba da shawarwari don canji. Ana iya hada wannan ta hanyar jagorancin taron kuma a yi la'akari da shi a cikin zane mai ban dariya na gaba. Wadannan tambayoyin za su iya taimaka a lokacin tantancewar:

Ta yaya kuka sami hanyar nazarin caricature?

Shin kun sami wasu matsaloli wajen aiwatar da hanyar?

Me kuka samu musamman sauki?

Me zaku canza a gaba?

Bambance-bambance:

A madadin, ana iya yin nazarin fim din bisa ga wannan makirci. A yin haka, ko dai za mu iya magance wani takamaiman yanayi a cikin fim din, ko kuma a dakatar da fim din a wani wuri da aka ayyana kuma a bincika hoton da aka nuna. Wani yuwuwar bambancin zai kasance don nazarin zane-zane a cikin kananan kungiyoyi. Wadannan za su kunshi mahalarta 2 zuwa 4 a kowace kungiya. Wannan bambance-

bambancen yana ba da damar mahalarta su sami damar bayyana tafsirinsu akai-akai, tunda babu abin da za a ki musu kamar yadda yake faruwa a zauren majalisa. Bugu da kari, ana iya amfani da caricatures daban-daban a kowace kungiya kuma an gabatar da su daya bayan daya. Wannan bambance-bambance, duk da haka, yakamata ya biyo baya bayan maimaitawa da yawa na hanyar don mahalarta su san abin da ake ciki a lokacin

zane mai ban dariya bincike. In ba haka ba, mutum zai iya isa kan nauyin mahalarta.

Wata yuwuwar kuma ita ce a sa mahalarta da kansu su gabatar da zane mai ban dariya a wani mataki na gaba. Wannan zai zaburar da kirkiira na mahalarta kuma zai ba da karfi sosai wajen samar da nasu ra'ayi. Wannan bambancin zai yiwu duka a cikin aikin mutum daya da kuma cikin tsarin rukuni.

Sadarwa

Marshall B. Rosenberg - Sadarwa ba tare da tashin hankali ba

Masanin ilimin halayyar dan adam Marshall Bertram Rosenberg ya kirkiro manufar sadarwa ba tare da tashin hankali ba (CsV), wanda dole ne sadarwa ta gudana cikin nasara. Ya bambanta tsakanin nau'ikan sadarwa guda biyu: sakonnin da aka tsara a cikin ku da sakon da aka tsara a cikin I. Ta hanyar sakonnin da aka tsara a cikin ku, Rosenberg na nufin fofarin sadarwa wanda ya kunshi hukunce-hukuncen dabi'a ko kimanta dabi'a da kuma takaitaccen bayani, fassarori, halayen kuskure, da bukatun. Don sadarwa mai nasara, yana da matuƙar mahimmanci don share yuwuwar toshewar hanyar sadarwa ta hanyar watsi da waƙannan sakonnin da aka kirkiira a cikin ku. Sakonnin da aka jera a matsayin "kai" na iya zama hukunce-hukuncen dabi'a ko kimantawa na dabi'a kamar "ba ku da wani abin dogaro" ko gabaɗaya kamar "Shin kun sake? Ba za ku taɓa yin shi cikin lokaci ba." Har ila yau, bukatun kamar "idan ba ku canza halinku ba, za ku jawo sakamakon!" na iya haifar da matsin lamba akan mai karɓa kuma ya zama marar amfani don sadarwa. Sakonnin da aka kirkiira a cikin "kai" na iya haifar da toshewar sadarwa wanda ke sa warware rikici cikin wahala.

A gefe guda kuma, a matakin sakon da aka tsara a cikin "I", tambaya ce ta fahimta da fahimta. Don yin wannan, dole ne ku iya bayyana ra'ayoyin ku da bukatunku kuma

ku saurari takwaran ku da fahimta. Manufar ita ce a guje wa toshewar sadarwa, fahimta da fahimta. (duba Rosenberg, 2016)

Shammata :

Shammata wani irin bayanin ra'ayi ne da ake yi game da wasu bututuwa na musamman ko a kan wasu mutane. Masu shammata sukan wuce gona da iri da gangan don su isar saƙo ko don su zargi batutuwan. Wuce gona da iri cikin shammata ab une da ke da tasiri na biyu game da darajanta barkwanci.

Tushen bayani: cf. O.A. (14.08.2013). Bundeszentrale für politische Bildung. Karikaturen <https://m.bpb.de/lernen/grafstat/grafstat-bundestagswahl-2013/166831/karikaturen-z7>

Hanyar 12: Tsarin mataƙai huɗu

Rosenberg ya kirƙira samfurin mataƙi huɗu wanda dole ne sadarwa mara tashin hankali ya gudana cikin nasara.

Mataƙi 1: Lura

Da farko, dole ne mu lura da yanayin. A nan, dole ne a fahimci yanayi da vis-à-vis da kyau kuma za mu gano ainihin abin da ke faruwa a cikin wannan yanayin. Saboda haka yana da mahimmanci a yi la'akari da abin da mai magana ya ce da kuma yadda yake aiki (Mimics, gestures, irin sautin). Yana da mahimmanci musamman a ba da duk bayanai ga mai shiga tsakani ta hanyar tsaka tsaki gaba ɗaya ba tare da kimantawa ko hukunci ba. Don haka muna kwatanta abin da mutum yake yi da ko muna so ko ba mu so. Bayan wannan mataƙi, da farko za mu kafa tushe guda don tattaunawa.

Gabaɗaya kamar "ko da yausha, ba, sake riga, da dai sauransu."

Mataki na 2: Ji

A mataki na biyu, zai zama bayyanar da nasa ji da motsin zuciyarsa dangane da halin da ake ciki. Wannan yana da mahimmanci don mai shiga tsakani na ya fahimce ni da kyau kuma zai iya fahimtar aikina da kalmomi na daidai. Bayyana ji na na iya ba da gudummawa ga raguwa. Anan ma, yana da mahimmanci a raba ra'ayi na da tunanin da ke tattare da zargi. Yana iya faruwa cikin sauki cewa ana fassara tunani da kuma ji kuma cikin sauri mutum yayi hadarin cewa mai shiga tsakani na ya fahimci wannan a matsayin hari.

Bari mu dauki dan karamin misali a nan don kwatanta:

Maimakon "Ina jin cewa ba ku dauke shi da mahimmanci ba", ya kamata mutum ya jagoranci mayar da hankali ga tunanin mutum kuma yayi kokarin bayyana wadannan. "Ba na jin nutsuwa kuma na fusata".

Mataki na 3: Bukatu

A mataki na uku, yana da mahimmanci a gano bukatun ku kuma ku bayyana su ga mai shiga tsakani. Wannan bayyanar da bukatun mutum yana ba da damar da za a fi fahimtarsa a cikin yanayin rikici. An hada jerin bukatun dan adam. Ana iya nunawa don ba da takaitaccen bayani. Don sanin bukatun mutum, dole ne mutum ya yi magana da abin da yake ji. Don wannan, za mu sami jeri a cikin shafi akan yiwuwar ji da rashin gamsuwa. Ana daukar kowane mataki na dan adam don biyan bukata. Duk maza suna da bukata iri daya. Gamsar da bukata don haka ya zama mai cin gashin kansa daga mutane da ayyuka. Rarraba bukatun su da ba a biya su ba yana taimaka wa mai magana don fahimtar mutumin sosai. Abin da ke da mahimmanci shi ne raba bukatun ku daga tsattsauran ra'ayi wanda kawai kuke so ku biya bukatun ku. Za mu dawo cikin rikice-rikice akan dabarun da suka shafi kai. Wannan shine dalilin da ya sa dole ne ji da bukatun dayan su kasance masu alaƙa da juna.

Anan ga takaitaccen takaitaccen bayani game da ainihin bukatun maza:

Mataki na 4: Aiki / Bukatun / Fata

Mataki na huɗu ya kunshi yin bukatun da ke bayyana hanyar da za a iya biyan bukatata. Yana da mahimmanci a mutunta bukatun mai magana da ni kuma a yi la'akari da su. Abin da ake bukata don ci gaba da sadarwa mai nasara shine kuma yarda da "a'a" a matsayin amsa kuma a maraba da ita. Bugu da kari, dole ne mutum ya tabbatar da cewa kalmomin bukatarsa ba su yi ba

ana ganin bukatu ko barazana daga mai shiga tsakani. Bukatu tana bayyana dabarun yadda zan so a sami biyan bukatata mafi kyau. Wannan ba yana nufin cewa ita ce kawai kuma hanya ta gaskiya don biyan wannan bukata ba. Bugu da kari, wannan ba yana nufin cewa dole ne a biya wannan bukatar ta kowane farashi ba. Dole ne mu yarda da bukatun ɗayan don yankewa kansa, saboda haka muke karɓa da yuwuwar abin da muke so. Babu wani yanayi da ya kamata a jawo mummunan sakamako ga ɗayan daga "a'a".

Ji yana nuna ko an biya bukatu ko a'a.

Yin amfani da waɗannan abubuwa guda huɗu, kowa ya kamata ya iya saurare tare da tausayawa. Ana iya amfani da CSV a kowane fanni na rayuwa a kowane yanayi. Ba shi da mahimmanci ko akwai mu'amala a cikin iyali, a makaranta, a cikin kusancin dangantaka ko kuma a makarantar shawarwarin kasuwanci, cikin kusanci ko kuma a cikin tattaunawar kasuwanci. Ana iya amfani dashi a cikin rikice-rikice da kuma a cikin tattaunawa ta kowane nau'i. Yana taimaka mana a kowane yanayi don kaddamar da damarmu don tausayawa kuma mu kasance da masaniya game da yanayin furcinmu. Saboda haka zai iya inganta rayuwarmu ta wajen sa a shirye dukan bangarorin biyu su ba da kyauta daga zuciya.

Marshall B. Rosenberg ya bambanta tsakanin matakan sadarwa guda uku:

Selbst-Einführung:

Fahimtar Kai:

Idan za mu iya sanin yadda muke ji da bukatunmu da ji da bukatun 'yan'uwanmu su ma, za mu kalli dangantaka ta sabon salo. Ana iya rage halayen tashin hankali ga rikice-rikice zuwa mafi kankanta. Tun da hankalinmu ya dogara ne akan yuwuwar tausayawa, za mu yi watsi da bincike da yanke hukunci.

Maganar kai:

Gane ji na ku shine mabudin don sanin abubuwan da ba a biya ku ba. Bayyana wadannan abubuwan ba tare da sanya dayan bangaren alhakin ba kuma ba tare da yanke hukunci ba yana daya daga cikin mahimman abubuwan da ake bukata don sadarwa mara karfi (CsV).

Fahimtar Sauraron:

Don sadarwa mai nasara, sauraro mai zurfi ya zama dole. Yana nufin iya fahimta da rungumar gogewa da ra'ayoyin wasu mutane. Don wannan, muna sauraron abin da dayan ya lura, ji, nema da tambaya. Fahimtar sauraro (ayyukan aiki) yana ba da damar zurfafa hadin kai da habaka dangantaka da juna. (duba Rosenberg, 2011)

Amincewa tana aiki a nan a matsayin babban abin da ake bukata

Ta yaya za a iya sanya sarrafa rikice-rikice don nuna sadarwa ba tare da tashin hankali ba?

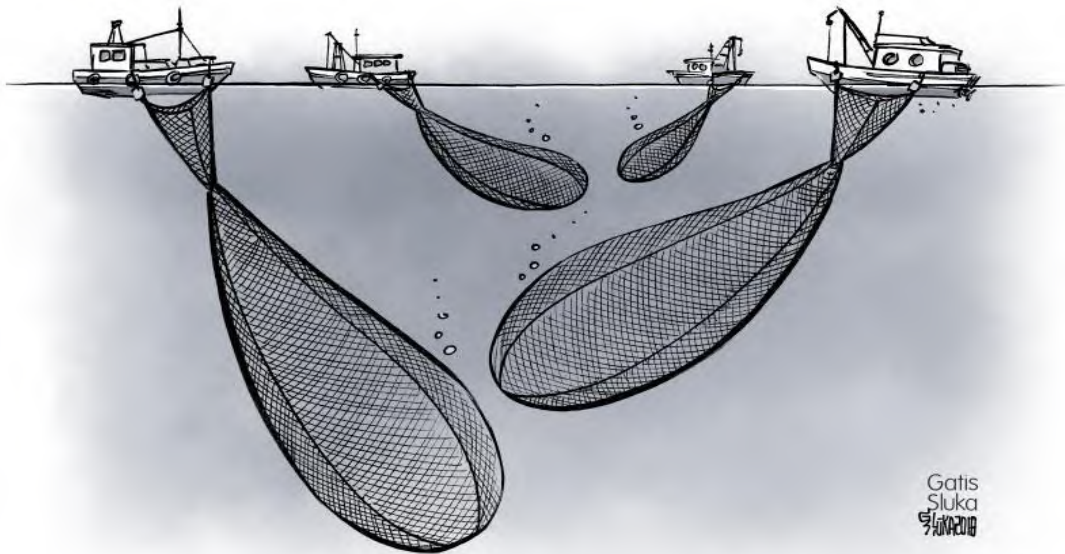
Ana iya aiwatar da sarrafa rikice-rikice don kwantar da rikice-rikicen da ke akwai, yayin da samfurin CsV za a iya aiwatar da shi da kariya da kuma rayayye a cikin yanayin rikici. Gudanar da rikice-rikice sai ya shiga tsakani lokacin da rikici ya taso daga ra'ayoyi daban-daban wafanda suke da alama ba za su iya daidaitawa ga bangarorin biyu ba. Don gudanar da nasara mai nasara, bukatun masu ruwa da tsaki guda uku sun zama dole: karfin rikici, sadarwa da shirye-shiryen sasantawa. (duba Jiranek & Edmüller, 2021)

Model Eisberg

Samfurin Eisberg ya dogara ne akan ka'idar Sigmund Freud na mutuntaka. Yana nuna cewa a matakin sadarwa tsakanin dan adam, akwai matakin hakika da matakin alaƙa. saman eisberg sama da saman ruwa shine 20% na tsayin duka. Sauran kashi 80% na boye a karkashin ruwa. Zamu iya tunanin taron kolin eisberg a matsayin matakin sadarwa na hakika. A wannan matakin, ana ba da bayanai na hakika da bayanai magana. Matakin hakika ya haɗa da daukacin abin da ake faɗa yayin sadarwa. Sauran kashi 80% na wakiltar matakin alaƙa na boye da rashin sani. Wani ɓangare na wannan matakin shine tunani da ji, wakiltar kima da dalilai. Ana iya haɗa waɗannan al'amura a matakin hakika ta fuskar fuska, motsin rai da sautin murya kuma wani ɓangare ne na sadarwar da ba ta magana ba. Koyaya, abokan tattaunawar ba za su taɓa fahimtar waɗannan bayanai ba. Bayanai da bayanai kawai a matakin hakika ne ke isa ga mai karɓar bayanai cikin hankali da manufa.

Kayan aiki:





Hanyar aiki ta 6: Rayuwar Kasa

1. **Shiri** : Shirya kayan, samar da da'irar mahalarta
2. Bayani: Mahalarta suna kafa sarkokin abinci kuma suna koyi game da abubuwa masu kyau da mara kyau wafanda ke tasiri sarkoki.
3. Tsari:

Kashi na farko: Samar da hanyar sadarwar rayuwa

1. Duk mahalarta sun tsaya a da'irar.
2. Jagoran taron karawa juna sani ya bayyana cewa ta hanyar igiyar dole ne a wakilci sarkar abinci.
3. Bayan haka, gudanar da taron karawa juna sani ya fara sarkar. Jagoran taron karawa juna sani yana daukar tsibi kuma ya sanya shuka (misali magrovier). Yanzu shi ko ita yana riƙe ƙarshen kwallon da ƙarfi kuma ya jefa shi ga wani ɗan wasan a gefe. Don haka, akwai igiya tsakanin alkiblar taron karawa juna sani da mahalarta taron.
4. Mahalarcin yanzu ya sanya sunan dabbar da ke ciyar da shukar da aka ambata (misali Saurian). Ana sake kama igiyar kuma a jefa kwallon ga ɗan takara na gaba.
5. Sai mahalarci ya ambaci sunan dabbar da ta cinye dabbar da ta gabata (misali maciji). Ana riƙe igiyar kuma an jefa kwallon ga wani ɗan takara.
6. Mahalarta suna maimaita wannan sau da yawa har sai an kafa gidan yanar gizon rayuwa. Idan babu wani sashi na sarkar da zai zo, za a iya fara wani sabo. Yi ƙoƙarin yin la'akari da cewa mahalarta suna amfani da wuraren zama daban-daban don sarkoki (dazuzzuka, tsaunuka, fadama, hamada, koguna...) Bayyana idan ya cancanta alakar da ke tsakanin sassa daban-daban na sarkar abinci. Lallai ba za a katse igiyar ba yayin sabuwar sarkar, amma ta ci gaba. Za mu yi wasa muddin kowane ɗan takara ya riƙe ɓangaren igiya a hannu.

Kashi na 2: Rushewa

1. Mahalarta yanzu suna bi da bi suna nuna abubuwan da za su iya lalata wannan hanyar sadarwa. Misali wuce gona da iri na kamun kifi, kwararowar hamada, zaizayar kasa da dai sauransu. Kowane ɗan takarar da ya buga misali sai ya sauke sashin igiyar.

2. Mahalarta suna kallon tarin igiyar yanzu a gabansu.

3. Kashi na 3: Karfafa tunani akan ayyukan kare muhalli

1. Duk mahalarta suna yin tunani tare a kan abin da su da kansu za su iya yi ta hanyar da ta dace don inganta yanayin rayuwa ga tsire-tsire, dabbobi da mutane. Misali, kar a zubar da datti a yanayi, kar a ɗora ruwan sharar gida da kayan guba ko karfafa nau'ikan nau'ikan da ke cikin lambun makaranta. Kowane ɗan takara yana neman wani aiki da yake son aiwatarwa a rayuwarsa a nan gaba.

2. Kowane ɗan takara wanda ya yanke shawara akan wani aiki, dauka kuma ya daga wani zabi na igiya.

3. Mahalarta suna kallon sabuwar hanyar sadarwa a karshen minti ɗaya. Ka sa ta daina cibiyar sadarwa iri ɗaya kamar yadda take a farkon. Ba za a iya yin hare-hare da sakamako ba tare da wata alama ta sake juyewa a yanayi ba, amma za a iya samar da madadin mafita da wani nau'i na daidaitawa.

Tunani:

Da farko ka tambayi yadda mahalarta suka ji sa'ad da suka ga yadda aka lalata cibiyar sadarwa kuma an kirkiri wani sabo. Sa'an nan kuma magana game da batutuwan da aka tattauna da abin da ya kamata a yi don kare muhalli. Bugu da kari, ya kamata a tattauna sarkokin abinci tare da bayyana mahimmancinsu (duba akwatunan bayanai).

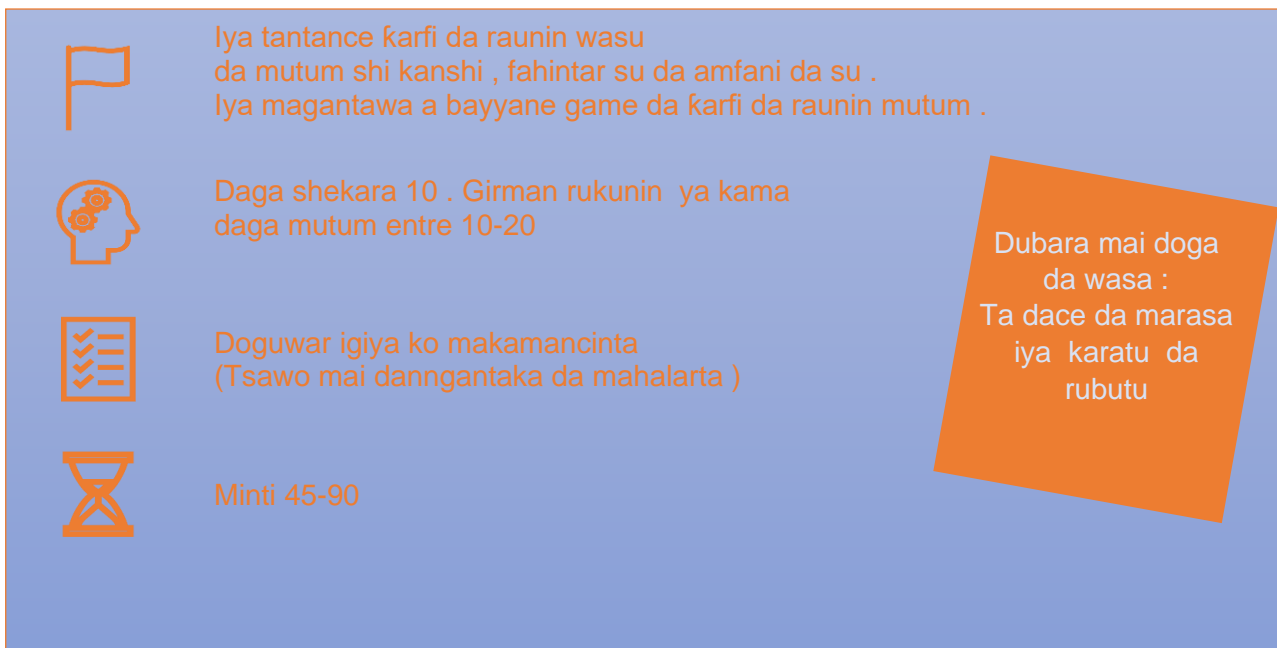
Tambayoyi masu yiwuwa don tunani:

- Wane irin ji ne aka gani ganin yadda hanyar sadarwar ke faɗuwa a hankali?

4. - Shin yana da sauƙin gane dabbobi da tsire-tsire a wurare daban-daban a cikin sarkar abinci? Nawa muka sani game da mataƙai a cikin yanayi?
5. - Shin wannan yana taka rawa ga mahalarta taron da mukarrabansu idan halittun da ke zaune a wasu yankuna na duniya, ta polar bears a cikin Antarctic sun mutu a cikin shekaru goma masu zuwa? Wane tasiri wannan zai haifar?
6. - Yaya mahalarta suka ji lokacin da aka haifi sabuwar hanyar sadarwa?
7. - Shin yana da sauƙin haɓaka ra'ayoyi don rage lalacewar muhalli da mutane ke haifarwa?
8. - Yaya tasiri ayyuka na mutum ɗaya? Menene ayyukan da ke buƙatar sa hannun mutane da yawa, wanda mutane da yawa za su iya motsawa da yawa? Ta yaya za a iya sanar da maza game da wannan kuma a motsa su?
9. - Wanene ke da alhakin muhalli?
- 10.- Ta wace ma'auni ya kamata a yanke shawara game da amfani da albarkatu da amfani da su a cikin daji? Misali, idan za a share gandun daji don amfani da filin noma?⁴⁵

⁴⁵Bildquelle: <https://www.wald.de/waldwissen/die-nahrungskette-im-wald/>

Hanyar 7: Gidan Yanar Gizon gizo-gizo



The infographic is set against a light blue background. It features four orange icons on the left, each with corresponding text to its right. The icons are: a flag, a head with gears, a checklist, and an hourglass. To the right of these is a tilted orange box containing text. The text in the box is: 'Dubara mai dogo da wasa : Ta dace da marasa iya karatu da rubutu'.

Iya tantance karfi da raunin wasu da mutum shi kanshi , fahintar su da amfani da su . Iya magantawa a bayyane game da karfi da raunin mutum .

Daga shekara 10 . Girman rukunin ya kama daga mutum entre 10-20

Doguwar igiya ko makamancinta (Tsawo mai dangantaka da mahalarta)

Minti 45-90

Dubara mai dogo da wasa :
Ta dace da marasa iya karatu da rubutu

Matakan taron bitar : Matakin gabatarwa da na bayyana matsala

Shiri: rataya "gizo gizo-gizo", tsakanin bishiyoyi biyu ko wani abu makamancin haka. Dole ne a sami ramuka da yawa kamar yadda akwai mahalarta idan zai yiwu, zane dole ne ya kasance mai karfi.

Tsarin gudanarwa:

Bayani: Ya kamata kungiyar tare ta yi tunani kan yadda duk mahalarta zasu je wancan gefen gidan yanar gizo gizo-gizo. Don yin wannan, suna aiki tare, suna sadarwa a fili kuma suna ganin karfi da raunin juna a matsayin wata dama da kuma amfani da shi.

1. Kungiyar ta tsaya tare a gefe daya na gizo-gizo gizo-gizo. Jagoran makarantar hauza yana ba da umarni masu zuwa:

Zuwa Kowane rami a cikin zane yakamata a yi amfani da shi sau daya kawai.

b. ba lallai ne ya kasance yana hulfa da zaren zane ba saboda a lokacin za a dauki aikin a matsayin gazawa kuma duk wafanda suka riga sun ketare zane dole ne su koma wurin farawa.

vs. Idan wani ɗan takara kuma ya taɓa zanen ka'ida ɗaya ta shafi kamar da.

d. Tsaro na farko: guje wa faɗakarwa da motsi masu haɗari kuma ka katse su idan ya cancanta.

2. Jagoran taron karawa juna sani dole ne kawai ya kiyaye da kuma da'awar mutunta ka'idoji: haka nan idan mai halarta ya karya doka, duk za a sake mayar da shi zuwa wurin farawa. Wannan na iya haifar da takaici da tashin hankali, duk da haka yana da kyau idan komai ya kare cikin nasara.

3. na farko, wasu mahalarta suna wucewa ta cikin mafi sauƙi ramuka don isa wancan gefe. Sannan ana tilasta wa sauran mahalarta jigilar su ta cikin ramukan. Har ila yau, a wannan lokacin, kada a yi hulɗa tare da masana'anta. Ya kamata kungiyar ta yi tunani cikin lokaci cewa kuma mahalarta na karshe yakamata su sami damar hawa da kansu ta cikin ramuka.

Waiwaye: Jagoran taron karawa juna sani ya jagoranci kungiyar ta wadannan tambayoyi da zasu kai ga tattaunawa:

Shin tun farko kun sha wahala wajen jin kanku a cikin rukunin, wanda ya ratsa ta wanne rami na zane? Idan haka ne, ta yaya kuka fita daga ciki?

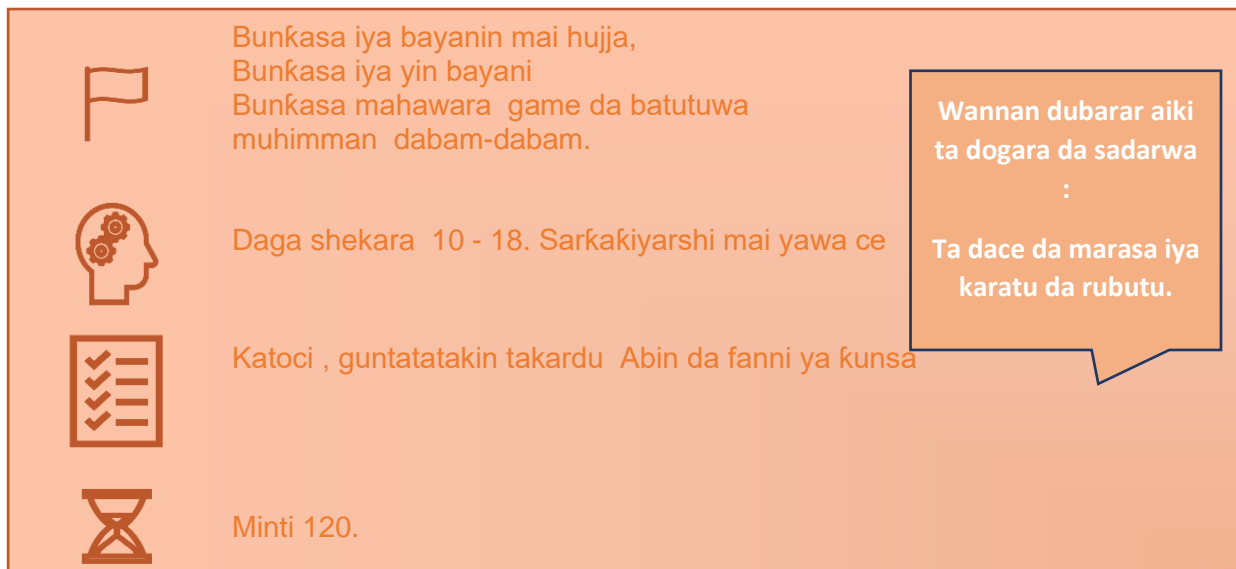
Shin bayan haka kun ji cewa karfi da raunin kowane ɗan takara ya taimaka muku samun mafita?

Shin za ku iya tunanin cewa akwai mutanen da ba za su sami isasshen tallafi don ketare "gizo-gizo gizo-gizo" ba?

Ko za ka iya ba da misalan yadda ake cudanya mutanen da ba su da karfi a cikin al'umma?

Hanyar 8: Nunin Magana

Idan mahalarci ya taba zane, alkiblar taron karawa juna sani zai ba shi nakasa. Misalan nakasassu masu yiwuwa: rufe ido ko ci gaba da wasan ba tare da magana ba.



The infographic is set against a light orange background. It features four icons on the left side, each corresponding to a line of text. From top to bottom: a flag icon, a head with gears icon, a checklist icon, and an hourglass icon. To the right of these icons is a white speech bubble with a blue border containing two lines of text. The text in the infographic is as follows:

- Flag icon: Bunkasa iya bayanin mai hujja, Bunkasa iya yin bayani Bunkasa mahawara game da batutuwa muhimman dabam-dabam.
- Head with gears icon: Daga shekara 10 - 18. Sarkaƙiyarshi mai yawa ce
- Checklist icon: Katoci , guntatatakin takardu Abin da fanni ya kunsu
- Hourglass icon: Minti 120.

Speech bubble text:

- Wannan dubarar aiki ta dogara da sadarwa :
- Ta dace da marasa iya karatu da rubutu.

Matakan taron bitar :

Tsarin aiki:

Hanyar tattaunawa hanya ce da aka tsara a cikin wasan kwaikwayo. Da farko, kananan kungiyoyin mutane biyu zuwa shida suna haɗuwa. A cikin wannan karamin rukuni, ana yin aiki akan batun da aka zaɓa kafin ko aka bayar ta hanyar gudanar da taron. Gudanar da taron karawa juna sani yana ba da bayanai da suka shafi batun. Ana aiwatar da waɗannan a cikin karamin rukuni kuma za a gane matsayi daban-daban daga matani. Daga matsayi daban-daban ne ayyukan tattaunawar yadda za su haifar daga baya. Taken tattaunawar ta yaya zai iya zama, alal misali, ci gaba mai dorewa, tare da kyakkyawar hanyar sake amfani da shi da kuma hana bambaro robobi a duniya. Sakamakon matsayi daban-daban zai kasance misali gaba da ko don igiyoyin bambaro na filastik. Matsayi daban-daban na iya sake tasowa daga wannan. A gefe guda kuma, matsayin masu amfani da /masu amfani waɗanda ba za su iya amfani da igiyoyin filastik ba, rawar da masana'antun da suka yi amfani da roboƙin da kuma aikin kwararru wanda ya ba da haske game da shan roboƙin da maza ke yi da shi. sakamakon duniya. Dangane da matsayin, mahalarta suna rubuta gardama ga junansu kuma su rubuta su a kan katunan don amfani da su a nunin

magana na gaba. Wata rawar da ko da yausha ake shagaltar da ita kuma wajibi ne a kiyaye ta a gaba ita ce ta tsaka-tsaki. Wannan dole ne ya sarrafa "baki" ta hanyar tsaka tsaki kuma kada ya gabatar da ra'ayi na kansa. Yana da mahimmanci a tsaya kan ka'idojin hira da tabbatar da cewa duk mahalarta zasu iya gabatar da ra'ayoyinsu. Bugu da kari, ya kamata a yi tambayoyi masu fayyace don tada muhawara/tattaunawa. Don karshe, daidaitawa yana da alhakin yin lissafin abubuwan da aka gabatar da kuma fallasa hakan ga jama'a. Ta wannan hanyar, duk masu ruwa da tsaki ana bi da su daidai, tun da mahalarta wadanda ba sa cikin kungiyar da ke gabatarwa a yanzu, suna zama masu kallon yadda za a tattauna kuma suna da alhakin kiyaye taron (idan kuma suna son yin tambayoyi don fayyace).

Hanyar 9: Komawa Matsayi

Matsakaici: yana da alhakin jagorantar muhawara da ba da kuzari. Tabbatar da bin ka'idojin muhawara. Yana buƙe tattaunawar yadda ake gaisawa da gabatarwar baki kuma ya kare tattaunawar yadda ake tattaunawa tare da takaitawa.

Baki: taka rawa daban-daban wadanda mahalarta suka karɓa. Yi bayani a kan batun kuma ku kasance da madaidaicin matsayi a cikin muhawarar.

Jama'a: sune mahalarta wadanda basa cikin kungiyar. Wajibi ne ku bi hanyar tattaunawa kuma kuna iya yin tambayoyi masu fayyace idan sun ga dama.

Tsari:

1. Gaisuwa da gabatarwar baki da batun (ana la'akari da su ta hanyar daidaitawa, baki suna da damar yin bayani kan batun)
2. Tattaunawa daga baki daban-daban (ana jagoranci ta hanyar daidaitawa, mutunta ka'idojin muhawara)
3. Bayanin rufewa daga baki (samun karramawa ko sanarwa na iya sake yin ta kowane bako)
4. Synthesis (an yi ta hanyar daidaitawa).

Tunani:

Binciken hanyar zai sake faruwa a cikin duka da baki. Tare da mahalarta, za mu yi magana game da irin rawar da mahalarta daban-daban suka taka da kuma matsayin da suka dauka a muhawarar. A wannan matakin, za mu sake nazarin muhawarar daaka yi a yayin tattaunawar. Wata yuwuwar ita ce bayar da ra'ayi ga membobin kungiyoyin idan sun sami damar shawo kan matsayinsu. Duk da haka zai kasance game da hanyar gardama kuma ba game da yarda ba ko ki vis-à-vis gardamar. Wannan ra'ayin zai iya taimakawa a cikin tattaunawa na gaba don tsara muhawarar daidai da sanya su a wuraren da suka dace.

Bambance-bambance:

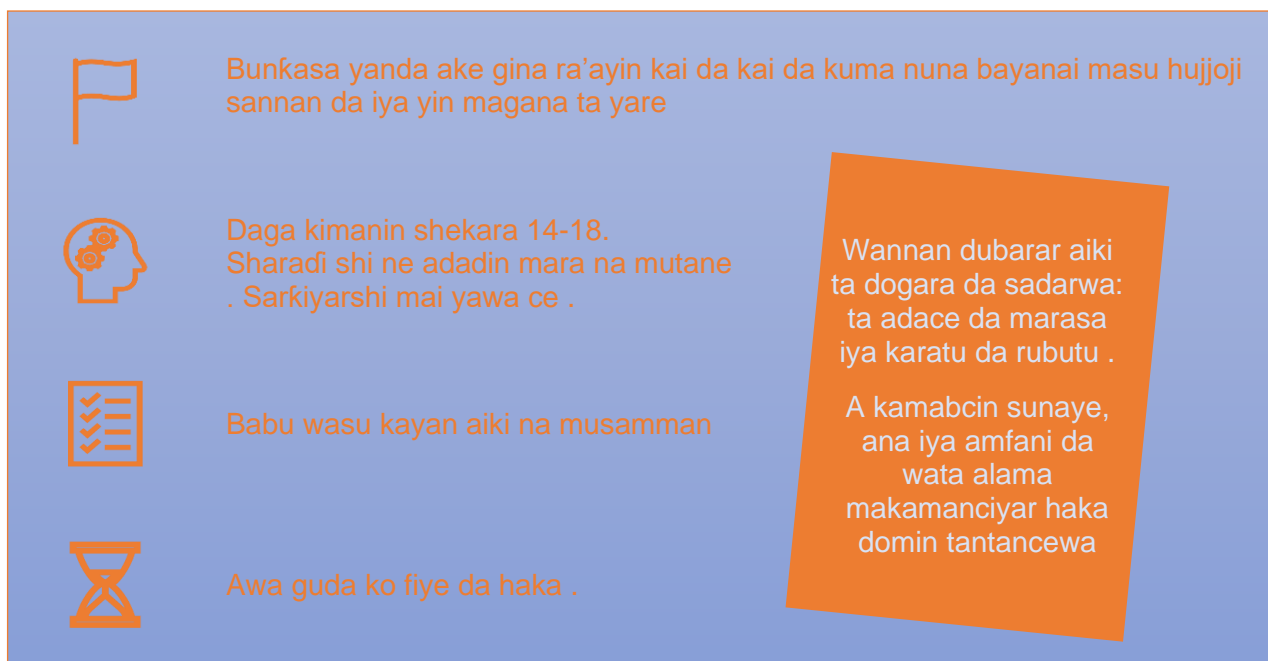
Bambancin sarrafa bayanai kai:


Mahalarta kuma za su iya aiwatar da bayanai da suka dace da magana ta nuna kansu. Wannan yana karfafa muhawara kan batun jigo kuma yana tallafawa mahalarta don samar da bayanai don muhawarar nan gaba. Abin da za a yi la'akari da shi shi ne cewa binciken mai cin gashin kansa zai dauki lokaci mai yawa kuma dole ne a shirya tsawon lokaci biyu don wannan kawai. Wata yuwuwar ita ce mahalarta su rubuta shirin ba da jawabi tukuna a matsayin wani nau'in rubutu na wasan kwaikwayo domin su sami kwarin gwiwa kuma za su iya karanta rubutunsu. Duk da haka babban tunani yana farawa ne daga gaskiyar samar da kansa a cikin dakika masu dacewa kuma wani bangare na wannan ya bace.


Bambanci ba tare da ka'idar rubutu ba:


Wata yuwuwar ita ce daina rubutawa akan katunan. Za a iya fara tattauna jigogi daban-daban a gaba daya kuma mahalarta za su nemi matsayinsu a kan haka. Bayan haka za su ci gaba da yin wani zagaye na tattaunawa da kuma jagorantar muhawara ta 'yanci. Koyaya, wannan ya dan fi wahala kuma yana bukatar karin tallafi daga gudanarwar seminary dangane da yanayi..


Hanyar 10: Muhawara ta riba da rashin amfani



 Bunkasa yanda ake gina ra'ayin kai da kai da kuma nuna bayanai masu hujjoji sannan da iya yin magana ta yare

 Daga kimanin shekara 14-18. Sharadi shi ne adadin mara na mutane . Sarkiyarshi mai yawa ce .

 Babu wasu kayan aiki na musamman

 Awa guda ko fiye da haka .

Wannan dubarar aiki ta dogara da sadarwa: ta adace da marasa iya karatu da rubutu .

A kamabcin sunaye, ana iya amfani da wata alama makamanciyar haka domin tantancewa

Matakan taron bitar

Shiri: Gabatarwa a cikin kungiyoyi, zabi na daidaitawa, idan ana so, ainihin ilimin yankin batun.

Bayani:

Ana bai wa mahalarta wani jigo ko rawar da aka ba su ga jigo kuma su gina hujja bisa rawar da aka samu.

Bambanci idan aka kwatanta da yadda za a tattauna ya kunshi sama da duka a cikin gaskiyar cewa wannan tattaunawa ce mai tsafta, yayin da tattaunawar kuma tana iya samun dabi'a mai fa'ida da koyarwa.

Tsari:

A cikin wannan hanya, shi ne sama da duka tambaya na tsara hujjoji da bayyana su. Da farko dai za a fayyace jigon muhawarar ta hanyar jagorancin taron. Wannan na iya zama tass ko bayanin matsala. Misali: "hadin gwiwar dukkan kaseshe don cimma burin ci gaba mai dorewa ya zama dole!" ko ma "Me ya sa kaseshe da yawa ke taka

rawa wajen cimma muradun ci gaba mai dorewa?" Dukansu suna ba da damar haifar da muhawarar riba da rashin amfani. tsakanin mahalarta wafanda ke la'akari da hadin gwiwar kashashe kamar yadda ya zama dole kuma mai mahimmanci (ga) da wafanda ba su gan shi ba (aka). Dole ne a kula don tabbatar da cewa sansanin ribobi da fursunoni ya daidaita kuma ba mahalarta 5 wafanda suka zaɓi gefe da 12 wafanda ke gefe. Idan rabon ba zai iya daidaitawa ta hanyar matsayi mai mahimmanci ba, jagorancin taron taron dole ne, misali ta hanyar raguwa a gefe ɗaya, tabbatar da cewa akwai ma'auni. Bugu da ƙari, za a zaɓi daidaitawa, wannan rawar za ta iya takawa ta hanyar daidaitawa ko ɗaya daga cikin mahalarta. Matsakaici yana da alhakin tabbatar da cewa an kiyaye ka'idojin muhawara, an tsara gardama ta hanyar da ta dace, kuma babu wani rikici da ya taso amma a maimakon haka ya zama muhawara mai ma'ana. Hakazalika, daidaitawa na iya yin aikin tallafi ta hanyar yin tambayoyi don bayani da sauransu. Bayan gano kungiyoyi biyu daban-daban, daidaitawa ya buɗe muhawara. Wannan kuma ya sake bayyana tambaya ko kasida wacce mahalarta daban-daban za su iya yin muhawara akai. Abin da ya fi mahimmanci shi ne, abubuwa su ma suna da nasaba ne da mahawara ba wai kawai hujja da ikirari da za a bayyana wa jama'a ba. Lokacin da A ya ce hadin gwiwa yana saukake cimma burin ci gaba mai dorewa, dole ne mutum B ya yi kokarin ganin an sake duba wannan bayani ba kawai ya gabatar da sabuwar sanarwa mai zaman kanta ba. A dabi'ance, daidaitawa ya kamata kuma ya tabbatar da cewa mutum bai dade da yin dogon bayani kan magana ɗaya ba, amma ana tafka muhawara kan wasu hujjoji da ikirari. Dangane da ko duk mahalarta sun shiga cikin aikin ko kaɗan sun yi aiki a matsayin masu sauraro, masu sauraro za su iya zaɓar mai nasara a ƙarshe. Amma wannan dole ne ya samo asali ne daga iyawar kungiyar ta yin jayayya ba ta hanyar ra'ayi na sirri kan batun ba.

Tambayoyi masu yiwuwa:

- Kasashe masu karfin tattalin arziki dole ne sama da kowa su dauki matakin taimakawa kasashe matalauta.
- Ya kamata a cire kasashe “masu talauci” daga hadin gwiwa?
- Ya kamata dukkan kasashe su hada kai daidai gwargwado ba tare da la'akari da adadin albarkatunsu ba.
- Mabambantan ra'ayoyin kasashen na haifar da rashin jituwa, saboda haka kasashen ke aiki daban da juna.
- Ya kamata kananan kasashe su tsaya kan matakan kare yanayi ne kawai idan manyan jihohi ma suka yi, wani abu kuma ba zai yi wani tasiri ba.
- Shin kariyar yanayi ta cimma wani abu yayin da Rasha, Sin da Amurka ba su shiga cikin ayyuka ba?

Tunani:

- Wadannan tambayoyi na tunani suna taimakawa wajen tantance wannan hanyar:
- Yaya ka gamsu da matsayinka (na gaba ko adawa)?
- Menene wahalarku ko sauƙi wajen ganowa da kuma samar da hujja akan wannan tambaya/tassin?
- Za ku iya yin tambaya/kasidu daban lokaci na gaba?
- Menene ya kasance mai wahala ko mai sauƙi a gare ku yayin wannan hanyar?
- Me kuke so ku canza a lokaci na gaba?

Bambance:

Hakanan zaka iya wasa tare da duka rukuni ba tare da masu sauraro ba. Bugu da kari, nau'i-nau'i guda ɗaya kuma za su iya yin zagaye na tattaunawa, daidai da ɗan takara ɗaya da wani. Koyaya, wadannan muhawarar dole ne su kasance gajarta.

Kwarewar asali don sarrafa rikici

Da yake manufar rikice-rikice ta kasu kashi-kashi, akwai rikice-rikice iri-iri da yawa da suka taso. Lokacin da dukkan bangarorin biyu ke cikin rikici sun sani, irin wannan rikici shi ake kira rikici a bayyane. Lokacin da ya bayyana a fili cewa daga wani yanayi rikici zai iya tashi, amma cewa babu wani rikici har yanzu, muna magana game da rikici mai boye.

Lokacin da 'yan wasan biyu suka dogara da juna, amma duk da haka suna bin wasu manufofi, akwai rikici na manufofin. Na a Rikici na kimantawa ana kimanta hanyoyin nemo manufar daban-daban. Lokacin da aka gano halaye daban-daban na yanke shawara da dabi'a, rikici ne na sirri. Idan muka zo ga rashin jituwa a cikin dangantakar dan adam, muna magana game da rikici na dangantaka. Rikicin rawar yakan taso ne lokacin da maza suka taka rawa daban-daban kuma suka fuskanci abin da ake tsammani a wannan rawar.

(<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/konflikt-41120>)

· <https://blog.codecentric.de/2018/11/konflikte-in-teams->

[loesen/](#)

Ma'anar rikici:

Rikici wani tsarin tattaunawa ne mai dogaro da abinkaruwa na mutum a matsayinshi na sashe na rukunin jama'a. Abin da ya kamata a ja hankali a nan shi ne cewa ba kullum ba ne rikici yake mummunan abu.



Ta yaya rikici ke tasowa?

Rigingimu koyaushe suna farawa da sabani da aka bayyana wanda ke biyo bayan tayin sadarwa. A cikin dangantakar jama'a, wadannan rikice-rikice kuma galibi suna tasowa ne daga rashin cika tsammanin dayan bangaren ko kuma daga ki da ba a bayyana ba. Rikici yana farawa ne idan muna hulɗa da juna. A kan wannan batu, daidai yake idan sadarwar da aka samar ta kasance kalmomi, yanayin fuska ko motsin motsi. (Thiel, 2003)



<https://www.in-stability.de/de/entwicklungsberatung/leistungen/konfliktmanagement-und-meditation/>

Menene sarrafa rikici?

Ta yaya za a iya magance rikice-rikice da kuma hana su?

Wata yuwuwar warware rikice-rikice ita ce shiga tsakani da ke neman mafita don warware rikici. Wata hanya mai inganci ita ce shigar da wani ɓangare na uku wanda ba ruwansa da shi. Dole ne wannan mutumin ya lura da rikicin ba tare da nuna son kai ba kuma ya taimaka a sami mafita. Ana iya kiran wannan shigar da wani ɓangare na uku don magance rikice-rikice kamar yadda ya kamata, tun da ma'anar kaddamarwa ya ce don a tsara tsarin tsarin rikici. Domin rage girman aiki, dole ne a rage yawan motsin rai. Har ila yau, bai isa a kawo yanayin da ake ciki ba a matsayin abin da ya kasance kafin rikici da kuma kafin tashin hankali. Fiye da haka, dole ne a tabbatar da cewa motsin zuciyarmu ya fi kwanciyar hankali da kuma cewa akwai kwanciyar hankali a cikin halin da ake ciki fiye da yanayin kafin rikici. Akwai hanyoyi guda uku da de-escalation ke faruwa. Siffa ta farko tana faruwa ne bayan tunanin kai wanda ke faruwa akan abubuwan da ke faruwa a ciki da wajen wani yanki na mutum. Siffa ta biyu tana faruwa bayan tasiri da tsara mahallin ta wani mutum. Siffa ta karshe ta biyo bayan lalata tsarin rikici. Wannan tsoma baki mai tada hankali yana sanya mafi ma'ana mai yiwuwa idan aka yi amfani da shi don sa bangarorin da ke cikin rikici su san halinsu.

Wata yuwuwar warware ko hana rikice-rikice shine shiga tsakani na rigakafi. A wannan matakin, za mu tabbatar da cewa babu wani rikici da ya taso sama. Ana samun wannan ne ta hanyar, a tsakanin sauran abubuwa, a kai a kai lura da yiwuwar rikici da warware shi kafin rikici ya taso.

Hakanan ana iya amfani da shisshigi don magance rikice-rikice. Sashin magani yana shiga lokacin da muke cikin rikici. Za a bincika a cikin ganewar asali waɗanne wuraren rikici sun riga sun taso da kuma bukatu da bukatun da aka riga aka gabatar ga ɗayan ɓangaren. Ta yin haka, za a iya samun mafarin sasanta rikicin bisa muradun bangarorin biyu.

Wani batu kuma shi ne kara shiga tsakani. Mun fara daga gaskiyar cewa akwai yiwuwar magance rikice-rikice ta hanyar haɓaka. A wannan ma'anar akwai matakan da za a dau matakin da gangan don tayar da rikici wanda kuma tabbas zai iya kawo karshensa cikin dogon lokaci. (Meyer, 2011)

Tashin hankali

Ma'anar hargitsi:

Hargtsi ba ya faruwa ne kawai tare da nuna karfin jiki. Har ila yau, ya haɗa da ayyuka kamar su barazana, zagi, cin zarafi da tilastawa wani mutum yin wani abu. Tashin hankali yana shafar dukan mutane na kowane zamani dangance da salon rayuwa

<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/gewalt-33514>



<https://selam.berlin/gewalt-im-kontext-schule/>

Nau'in tashin hankali mai yiwuwa

Don ba da haske a kan abin da gaskiyar za ta iya zama wani ɓangare na babban ra'ayi na tashin hankali, da farko ya zama dole a bayyana irin nau'in tashin hankali.

Daya daga cikin sanannun nau'in tashin hankali shine tashin hankali na jiki ko na jiki. Duk hare-haren da ake yi wa jikin mutum da lafiyarsa ana lissafta haka. Rikicin jiki ya haɗa da komai daga saukafan turawa zuwa hari da makami. A wannan matakin, dole ne a bambanta tsakanin tashin hankali maras ji da tashin hankali. Rikicin rashin hankali shine misali naushi, yayin da tashin hankali na iya zama soka. Ana yin irin wannan bambanci tsakanin cin zarafi na bayyane da ganuwa. Rikicin jiki sau da yawa yana faruwa a cikin ma'aurata, tsakanin abokan tarayya da iyalai, tsakanin yara da matasa, tsakanin baƙi, a cikin gidajen kulawa da cibiyoyin kiwon lafiya, a kan 'yan sanda da ma'aikatan kashe gobara da kungiyoyin ceto da ke aiki da kuma a kan ma'aikata a cikin ayyuka da hukumomi.

Wani nau'in tashin hankali shine tashin hankali na tunani. Ba kamar tashin hankali na jiki ba, tashin hankali na tunani da sakamakonsa ba a bayyane. Rikicin hankali ya haɗa da bayanai kamar zagi, izgili da fallasa ga barazana da baƙar fata. Bugu da kari, zage-zage da tada kayar baya suma wani ɓangare ne na tashin hankali. Daya daga cikin mafi munin sakamakon tashin hankali shine cewa ba a iya gani ba, amma

ana iya gano shi. Don haka yana iya cutar da maza sosai kuma yana jawo sakamakon lafiya a kan kansa. Makamin da ake amfani da shi don wannan dalili shine magana.

Abin da ke da mahimmanci kuma shine cin zarafin jima'i. A cikin wannan kuri'a, akwai duk wasu ayyukan jima'i da suke faruwa ba da son ran mutum ba ko kuma aka yi wa mutane masu shekaru 14 ko kasa da haka, ko da sun yarda da wannan aikin. Kada mu manta da gaskiyar da aka yi wa wadanda ba za su iya yin adawa da kin yarda ba. Rikicin jima'i yana farawa da maganganun da ba su dace ba kuma an hana tabawa mara jituwa kuma yana kare a mafi munin yanayi tare da tashin hankali. Har ila yau, ya kamata a lura da cewa cin zarafi na jima'i da ake yi wa yara da matasa ya fito ne daga yanayin da ke kusa. Yawancin su suna tare da sanannun kuma a wasu lokuta ma wanda aka sani.

Rikicin cikin gida ko da yausha yana faruwa ne tsakanin mutanen da suke aure/aboki ko zamantakewa, wadanda suke cikin dangi ko al'umma mai rai, wadanda suka rabu/suka. Manufar sau da yawa ana nema shine yin amfani da iko da kuma samun iko akan abokin tarayya. A nan, ya kamata a lura da cewa ba mai kara kuzari ba ne (Ausrutscher) a lokacin tashin hankalin gida, amma jerin abubuwan da suka biyo baya. Rikicin cikin gida yakan haɗa da duk sauran nau'ikan tashin hankalin da aka ambata.

Wani sabon nau'in tashin hankali shine tashin hankali na dijital. Duk inda za ku iya mu'amala ta kan layi, akwai tashin hankali na yau da kullun. Rikicin dijital ya haɗa da abubuwa kamar cybermobbing, cyberstalking, maganganun kiyayya, da cin zarafin jima'i. Babban batu a cikin tashin hankalin yanar gizo shine cin zarafin manya da matasa da yara. Suna kofari su yaudare su da hotuna da alkawura da kuma amfani da bangaskiyar matasa marasa kunya.

Wani muhimmin nau'in tashin hankali da za a ambata shi ne auren dole. A kullum auren dole ne, musamman da yake akalla daya daga cikin biyun bai yarda da auren ba. Sau da yawa muna ci gaba da barazanar cewa za mu yi aure ko kuma an tsoratar da bangarorin har ba za su iya hamayya da danginsu ba kuma ba za su iya yanke shawarar cewa ba su yarda da auren ba. Tabbas, ana samun farin shari'o'in auren dole, amma alkalumman da aka yi kiyasin sun fi haka.

Hanyar 11: Tsangwama da Hanyoyi Daga Tashin hankali

Dangane da neman mafita game da halayen tashin hankali, horar da tsaurin ra'ayi da horar da sanyi (natsuwa) da alama suna samun babban nasara a tsakanin matasa. A fili sun fi dacewa fiye da sauran hanyoyin kawo canjin dabi'a daga mashahuran masu laifin tashin hankali zuwa matasa masu tsauri. A kowane hali, ra'ayi ne da za a yi aiki akai-akai, wanda ya kamata ya taimaka wa matasa su yi kira ga kwararrun lamiri da aiki mai kyau a nan gaba a irin wannan yanayi. Dole ne a habaka tausayawa musamman ga wanda aka azabtar ta amfani da waƙannan hanyoyin kuma haka nan za a yi cikakken bayanin abin da ya faru. Irin wannan ma'auni ya zama mafi hankali fiye da tsarewa ba tare da ilimin tunani ba tun da waƙanda ke da alhakin aikata laifuka ba su san yawan ayyukansu ba tare da taimakon warkewa ba kuma suna komawa da sauri da zarar an bar su.

https://www.researchgate.net/profile/Albert-Scherr/publication/242675979_Mit_Harte_gegen_Gewalt_Kritische_Anmerkungen_zum_Anti-Aggressivitaets-und_Coolness_Training/links/0a85e537b356e14a3f000000/Mit-Haerte-gegen-Gewalt-Kritische-Anmerkungen-zum-Anti-Aggressivitaets-und-Coolness-Training.pdf

Wata yuwuwar magance tashe tashen hankula ita ce hukumomin da ke tunkarar lamarin.

Akwai kungiyoyin tallafi waƙanda galibi suna hulƙa da matasa waƙanda ke bukatar taimako a yanayi daban-daban. A duk lokacin da bukatar hakan ta taso, za mu iya komawa ga waƙannan cibiyoyi kuma za mu yi kokarin taimaka wa wani don hana matasa neman taimako a wuraren da ba a nuna ko ba su zame ko kadan a cikin haramtattun makirci. Abin da ya kamata a yi la'akari da shi musamman a cikin wannan jigon shi ne batun tashin hankali.

Sun kirkiro wata dabara wacce ta fi dacewa ga yaran firamare, a gaskiya, dole ne mu tabbatar da cewa waƙannan yaran ba su da alaka da tashin hankali a lokacin samartaka ko girma. Wani dalili na yin magana da daliban firamare shi ne, ta hanyar karatun tilas, za mu kai ga adadi mai yawa musamman.

Horon da dole ne a yi a cikin tsarin ra'ayi, an tsara shi a mata kai shida:

1. Shiri

Kociyan tuki ya bayyana a sarari a fili menene manufofin da aka sa a karshen horon.

2. Tuntubi gini da fuskantarwa

Yana da mahimmanci a matsayin kwararren bakon yara ga yara su bar kyakkyawan ra'ayi yayin tuntuɓar su don tabbatar da cewa daliban sun amince da shi.

3. Fadakarwa

Za a kusantar da jigon ga dalibai kuma za a fadakar da su da bayanai da adadi.

4. Dabarun Dabi'a A Lokacin Katangar Cin Hanci da Tashe-tashen hankula

Yara za su shiga cikin wannan mawuyacin hali da gangan don tuntuɓar su da wuri da kuma koyan hanyoyin aiki na gaba.

5. Kammalawa da rabuwa

Wannan zangon bai dauki lokaci mai yawa ba kuma dalibai za su tuna cewa an kammala sashin horarwa.

6. Canja wurin yau da kullun, bibiya da tasiri

Yana da kyau malamai da iyaye su kara ba da himma bayan horar da su don riƙe abin da aka koya. In ba haka ba horon ba zai yi tasiri na dogon lokaci ba.

Abin da ake buƙatar tabbatarwa shine cewa ainihin horo yana faruwa a cikin lokaci na 2 zuwa 5.

https://wellenbrecher.de/?gclid=CjwKCAiAvaGRBhBIEiwAiY-yMIWAB1ji2x6lQkndkn2le85laTu0jQBjd98R7xYSnxkG4byDmLMlyhoCgz4QAvD_B.

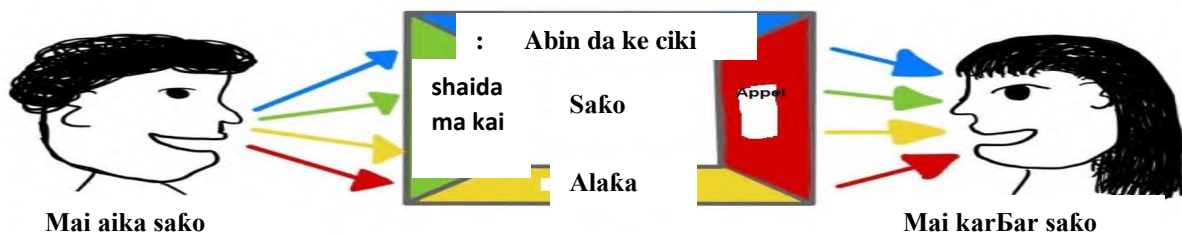
Sadarwa



<https://pixabay.com>

Ma'anar sadarwa:

Sadarwa hanya ce ta musanya tsakanin mutane ta inda aka ba da bayanai tsakanin mai aikawa da/ko masu karɓa da yawa. Ana iya yin hakan ta hanyoyi daban-daban. Ana iya raba shi zuwa sadarwa mara magana da ta baki. Sadarwar magana tana faruwa ta hanyar harshe kuma sadarwar da ba ta fadi ba tana faruwa ta hanyar harshe na jiki kamar maganganun fuska da motsin motsi.



Ta yaya sadarwa ke aiki?

Masanin sadarwa na kasar Jamus Friedemann Schulz von Thun ya samar da samfurin sadarwa, wanda kuma ake kira "samfurin kunnuwa hudu", wanda ya kamata ya bayyana yadda sadarwa ke aiki. Don wannan samfurin, akwai mai watsawa da mai karɓa. Kowace magana ta mutum tana daukar sakonni huɗu daban-daban a lokaci guda. Wadannan sakonni kuma suna zuwa wurin mai karɓa a mataƙai hudu da ake kira kunnuwa hudu. Ana wakiltar wannan kirar a cikin murabba'in da ke nuna matakan sadarwa guda huɗu. A matakin farko na ainihin abun ciki, akwai bayanai da yanayi. Matsayin bayanin kai koyaushen yana kunshi wani abu na sirri kamar ji, kima, bukatar ko halaye na mutum. Ana iya bayyana wannan a sarari ta hanyar sakon I, ko kuma a fakaice. Dangane da matakin dangantaka, ya bayyana a fili yadda mutum yake matsayin kansa dangane da wani da kuma abin da mutum yake tsammani daga gare su. Ana iya watsa wadannan

umarnin ta amfani da yanayin fuska, motsin rai, karanci da kalmomi. A matakin roko, ana ba da buri, shawara, umarnin aiki ko roko (von Thun et al., 2012).

Me muke nufi da sadarwa ba tare da tashin hankali ba?

ra'ayi / ra'ayi na sadarwa marar tashin hankali yakan haifar da rashin fahimta. Yawancin lokaci ana rufe shi da cikakkiyar jituwa da sadarwa ba tare da wani rikici ko jayayya ba. Wannan ba duk ɗaya ba ne abin da ake fahimtar sadarwa ba tare da tashin



hankali ba. Ya fi game da magance rikice-rikice a hankali maimakon danne su gaba ɗaya. Dole ne a samo hanyoyin da za su gamsar da bangarorin biyu. Rikicin ban sha'awa da kuma bambance-bambancen ra'ayi wani abu ne na al'ada kuma yana cikin rayuwar yau da kullum kuma yana da matukar muhimmanci ga ci gabanmu. Don haka ne ma ya zama wajibi a yi mu'amala daidai a cikin wadannan rikice-rikice, da tausayawa, da la'akari da 'yan uwanmu. Ga rikici, akwai ko da yaushe akalla bangarori biyu. Bangarorin biyu masu ra'ayi daban-daban, ji da bukatu. Yana iya zama da amfani a zabi canjin hangen nesa wanda mutum ya sanya kansa cikin yanayin jin dadin wani. Tare da neman ingantattun hanyoyin samun nasara, sadarwa ba tare da tashin hankali ba na iya yiwuwa. Don tabbatar da wadannan hanyoyin su yi aiki, ana bukatar hadin gwiwar bangarorin biyu. Hadin kai tare da budadɗen matsaya ga abokan tattaunawarsa da ji da bukatun sa. Don ɗaukar irin wannan matsayi na gaskiya, ana iya amfani da hanyar Marshall B. Rosenberg.

Sadarwar da ba ta da tashin hankali saboda haka ba yana nufin "Muna jin dadin junanmu koyaushe", "Ba za mu sake yin jayayya ba" ko "Na isa tare da ayyukana a lokacin kowa zai yi abin da nake so". Ya fi batun tunkarar rikici tare da yin la'akari da juna ta yadda bangarorin biyu za su iya fita daga rikicin ko kadan ko kadan. (Basu & Faust, 2015)

Yaya muke inganta sadarwa ba tare da tashin hankali ba?



Tausayawa - Ma'ana:

Tausayawa tana bayyana iyawa da tsinkaya don ganewa da fahintar abin da wasu mutane ke ji ko suke tunani . Tausayawa ita ce shine abin da ake bukata don aikin dabi'a

Sadarwar da ba ta tashin hankali ba ta Rosenberg tana taimakawa wajen tsara bukatun mutum ta yadda takwarana ta fahimce ni, za a iya kaucewa rikice-rikice da warware rikice-rikice, ana iya yin musanyar juna ta hanyar kallon juna cikin ido da kuma yanayin da ke damun mutum za a iya magance shi. Babban ginshikin wannan hanya shine tausayawa. (nach Rosenberg, 2016)

Marshall B. Rosenberg - Sadarwa ba tare da tashin hankali ba

Masanin ilimin halayyar dan adam Marshall Bertram Rosenberg ya kirkiro manufar sadarwa ba tare da tashin hankali ba (CsV), wanda dole ne sadarwa ta gudana cikin nasara. Ya bambanta tsakanin nau'ikan sadarwa guda biyu: sakonnin da aka tsara a cikin ku da sakon da aka tsara a cikin I. Ta hanyar sakonnin da aka tsara a cikin ku, Rosenberg na nufin kokarin sadarwa wanda ya kunshi hukunce-hukuncen dabi'a ko kimanta dabi'a da kuma takaitaccen bayani, fassarori, halayen kuskure, da bukatun. Don sadarwa mai nasara, yana da matuƙar mahimmanci don share yuwuwar toshewar hanyar sadarwa ta hanyar watsi da waɗannan sakonnin da aka kirkiro a cikin ku. Sakonnin da aka jera a matsayin "kai" na iya zama hukunce-hukuncen dabi'a ko kimantawa na dabi'a kamar "ba ku da wani abin dogaro" ko gabaɗaya kamar "Shin kun sake? Ba za ku taɓa yin shi cikin lokaci ba." Har ila yau, bukatun kamar "idan ba ku canza halinku ba, za ku jawo sakamakon!" na iya haifar da matsin lamba akan mai karɓa kuma ya zama marar amfani don sadarwa. Sakonnin da aka kirkiro a cikin "kai" na iya haifar da toshewar sadarwa wanda ke sa warware rikici cikin wahala.

A gefe guda kuma, a matakin sakon da aka tsara a cikin "I", tambaya ce ta fahimta da fahimta. Don yin wannan, dole ne ku iya bayyana ra'ayoyin ku da bukatunku kuma ku saurari takwaran ku da fahimta. Manufar ita ce a guje wa toshewar sadarwa,

fahimta da fahimta. (duba Rosenberg, 2016) Marshall B. Rosenberg - Sadarwa ba tare da tashin hankali ba

Masanin ilimin halayyar dan adam Marshall Bertram Rosenberg ya kirkiro manufar sadarwa ba tare da tashin hankali ba (CsV), wanda dole ne sadarwa ta gudana cikin nasara. Ya bambanta tsakanin nau'ikan sadarwa guda biyu: sakonnin da aka tsara a cikin ku da sakon da aka tsara a cikin I. Ta hanyar sakonnin da aka tsara a cikin ku, Rosenberg na nufin kokarin sadarwa wanda ya kunshi hukunce-hukuncen ɗabi'a ko kimanta ɗabi'a da kuma takaitaccen bayani, fassarori, halayen kuskure, da bukatun. Don sadarwa mai nasara, yana da matuƙar mahimmanci don share yuwuwar toshewar hanyar sadarwa ta hanyar watsi da waɗannan sakonnin da aka kirkiro a cikin ku. Sakonnin da aka jera a matsayin "kai" na iya zama hukunce-hukuncen ɗabi'a ko kimantawa na ɗabi'a kamar "ba ku da wani abin dogaro" ko gabaɗaya kamar "Shin kun sake? Ba za ku taɓa yin shi cikin lokaci ba." Har ila yau, bukatun kamar "idan ba ku canza halinku ba, za ku jawo sakamakon!" na iya haifar da matsin lamba akan mai karɓa kuma ya zama marar amfani don sadarwa. Sakonnin da aka kirkiro a cikin "kai" na iya haifar da toshewar sadarwa wanda ke sa warware rikici cikin wahala.

A gefe guda kuma, a matakin sakon da aka tsara a cikin "I", tambaya ce ta fahimta da fahimta. Don yin wannan, dole ne ku iya bayyana ra'ayoyin ku da bukatunku kuma ku saurari takwaran ku da fahimta. Manufar ita ce a guje wa toshewar sadarwa, fahimta da fahimta. (duba Rosenberg, 2016)

Hanyar 12: Tsarin mataƙai huɗu

Rosenberg ya kirkiro samfurin mataki huɗu wanda dole ne sadarwa mara tashin hankali ya gudana cikin nasara.

Mataki 1: Lura

Da farko, dole ne mu lura da yanayin. A nan, dole ne a fahimci yanayi da vis-à-vis da kyau kuma za mu gano ainihin abin da ke faruwa a cikin wannan yanayin. Saboda haka yana da mahimmanci a yi la'akari da abin da mai magana ya ce da kuma yadda yake aiki (Mimics, gestures, irin sautin). Yana da mahimmanci musamman a ba da duk bayanai ga mai shiga tsakani ta hanyar tsaka tsaki gaba ɗaya ba tare da kimantawa ko hukunci ba. Don haka muna kwatanta abin da mutum yake yi da ko muna so ko ba mu so. Bayan wannan mataki, da farko za mu kafa tushe guda don tattaunawa.

Gabaɗaya kamar "ko da yausha, ba, sake riga, da dai sauransu."

Mataki na 2: Ji

A mataki na biyu, zai zama bayyanar da nasa ji da motsin zuciyarsa dangane da halin da ake ciki.

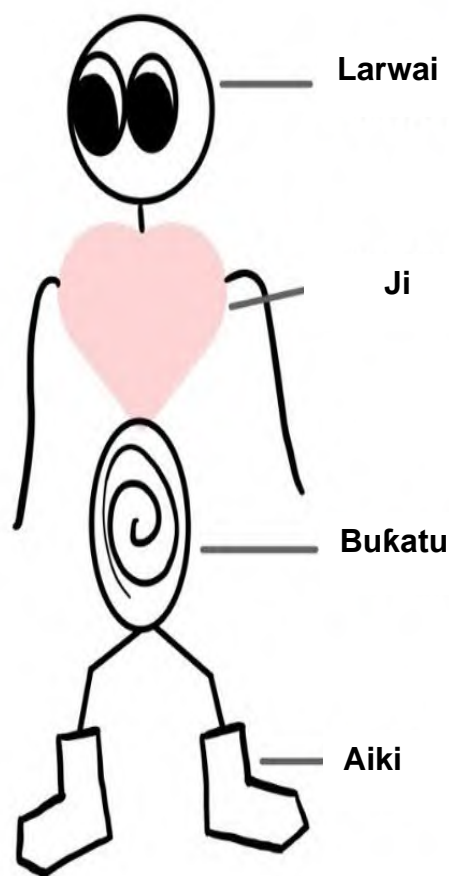
Wannan yana da mahimmanci don mai shiga tsakani na ya fahimce ni da kyau kuma zai iya fahimtar aikina da kalmomi na daidai. Bayyana ji na na iya ba da gudummawa ga raguwa. Anan ma, yana da mahimmanci a raba ra'ayi na da tunanin da ke tattare da zargi. Yana iya faruwa cikin sauki cewa ana fassara tunani da kuma ji kuma cikin sauri mutum yayi hadarin cewa mai shiga tsakani na ya fahimci wannan a matsayin hari. Bari mu dauki ɗan karamin misali a nan don kwatanta: Maimakon "Ina jin cewa ba ku ɗauke shi da mahimmanci ba", ya kamata mutum ya jagoranci mayar da hankali ga tunanin mutum kuma yayi kokarin bayyana waɗannan.

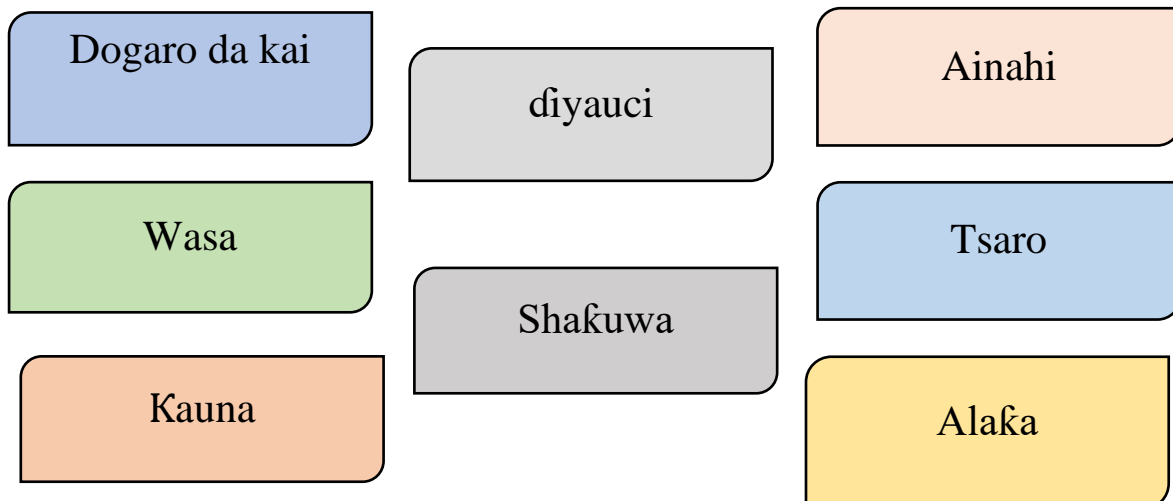
"Ba na jin nutsuwa kuma na fusata".

Mataki na 3: Bukatu

A mataki na uku, yana da mahimmanci a gano bukatun ku kuma ku bayyana su ga mai shiga tsakani. Wannan bayyanar da bukatun mutum yana ba da damar da za a fi fahimtarsa a cikin yanayin rikici. An haɗa jerin bukatun ɗan adam. Ana iya nunawa don ba da takaitaccen bayani. Don sanin bukatun mutum, dole ne mutum ya yi magana da abin da yake ji. Don wannan, za mu sami jeri a cikin shafi akan yiwuwar ji da rashin gamsuwa. Ana ɗaukar kowane mataki na ɗan adam don biyan bukata. Duk maza suna da bukatu iri ɗaya. Gamsar da bukatu don haka ya zama mai cin gashin kansa daga mutane da ayyuka. Rarraba bukatun su da ba a biya su ba yana taimaka wa mai magana don fahimtar mutumin sosai. Abin da ke da mahimmanci shi ne raba bukatun ku daga tsattsauran ra'ayi wanda kawai kuke so ku biya bukatun ku. Za mu dawo cikin rikice-rikice akan dabarun da suka shafi kai. Wannan shine dalilin da ya sa dole ne ji da bukatun ɗayan su kasance masu alaƙa da juna.

Anan ga takaitaccen takaitaccen bayani game da ainihin bukatun maza:





Mataki na 4: Aiki/Tambaya/ Bukata

Mataki na huɗu ya kunshi yin bukatun da ke bayyana hanyar da za a iya biyan bukatata. Yana da mahimmanci a mutunta bukatun mai magana da ni kuma a yi la'akari da su. Abin da ake bukata don ci gaba da sadarwa mai nasara shine kuma yarda da "a'a" a matsayin amsa kuma a maraba da ita. Bugu da kari, dole ne mutum ya tabbatar da cewa kalmomin bukatarsa ba su yi ba

ana ganin bukatu ko barazana daga mai shiga tsakani. Bukatu tana bayyana dabarun yadda zan so a sami biyan bukatata mafi kyau. Wannan ba yana nufin cewa ita ce kawai kuma hanya ta gaskiya don biyan wannan bukata ba. Bugu da kari, wannan ba yana nufin cewa dole ne a biya wannan bukatar ta kowane farashi ba. Dole ne mu yarda da bukatun dayan don yankewa kansa, saboda haka muke karɓa da yuwuwar abin da muke so. Babu wani yanayi da ya kamata a jawo mummunan sakamako ga dayan daga "a'a".

→Ji yana nuna ko an biya bukatu ko a'a.

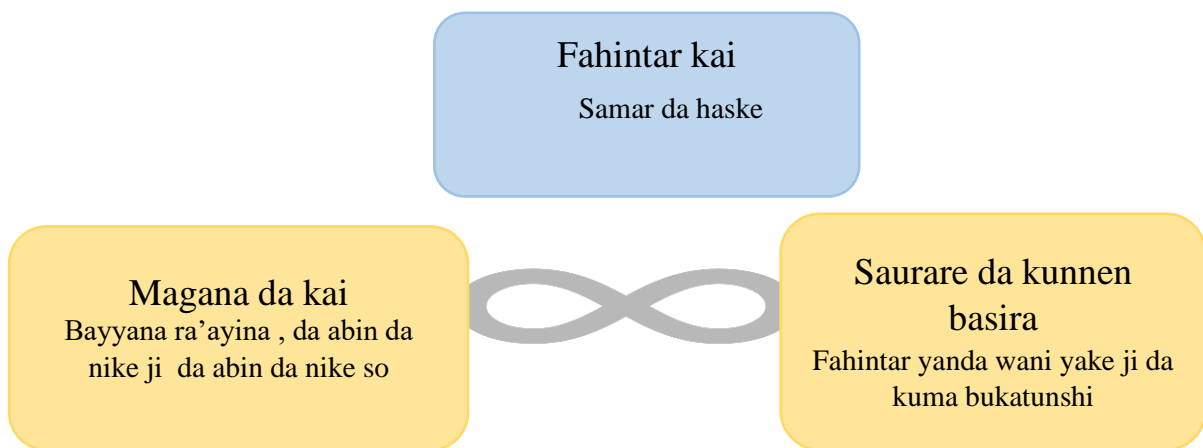


<https://pixabay.com>

Yin amfani da waƙannan abubuwa guda huɗu, kowa ya kamata ya iya saurare tare da tausayawa. Ana iya amfani da CsV a kowane fanni na rayuwa a kowane yanayi. Ba shi da mahimmanci ko akwai mu'amala a cikin iyali, a makaranta, a cikin kusancin dangantaka ko kuma a makarantar shawarwarin kasuwanci, cikin kusanci ko kuma a cikin tattaunawar kasuwanci. Ana iya amfani dashi a cikin rikice-rikice da kuma a cikin tattaunawa ta kowane nau'i. Yana taimaka mana a kowane yanayi don kaddamar da damarmu don tausayawa kuma mu kasance da masaniya game da yanayin furcinmu. Saboda haka zai iya inganta rayuwarmu ta wajen sa a shirye dukan bangarorin biyu su ba da kyauta daga zuciya.

Marshall B. Rosenberg ya bambanta tsakanin **mataki uku na sadarwa:**

Mataki guda huɗu na Sadarwar Rashin Tashin hankali bisa ga Marshall B. Rosenberg ana iya kallon shi azaman tsari inda lura da yanayin ke haifar da jin dadi dangane da buƙatar da ba ta dace ba kuma wannan yana buƙatar gamsuwa da buƙata. A cikin wannan tsari, dole ne a rabu da sanadi da tsokana.



Selbst-Einfühlung:

Idan za mu iya sanin yadda muke ji da bukatunmu da ji da bukatun 'yan'uwanmu su ma, za mu kalli dangantaka da sabon salo. Ana iya rage halayen tashin hankali da rikice-rikice zuwa mafi kankantar adadi . Tun da hankalinmu ya dogara ne a kan yuwuwar tausayawa, za mu yi watsi da bincike da yanke hukunci.

Maganar kai:

Gane ji na ku shine mabuɗin don sanin abubuwan da ba a biya ku ba. Bayyana waƙannan abubuwan ba tare da sanya ɗayan ɓangaren alhakin ba kuma ba tare da

yanke hukunci ba yana daya daga cikin mahimman abubuwan da ake bukata don sadarwa mara karfi (CsV).

Fahimtar Sauraron:

Don sadarwa mai nasara, sauraro mai zurfi ya zama dole. Yana nufin iya fahimta da rungumar gogewa da ra'ayoyin wasu mutane. Don wannan, muna sauraron abin da dayan ya lura, ji, nema da tambaya. Fahimtar sauraro (ayyukan aiki) yana ba da damar zurfafa haɗin kai da haɓaka dangantaka da juna. (duba Rosenberg, 2011)

Amincewa tana aiki a nan a matsayin babban abin da ake bukata



Ta yaya za a iya sanya sarrafa rikice-rikice don nuna sadarwa ba tare da tashin hankali ba?

warware rikici - Ma'a na:

Warware rikice-rikice shi ne iya shiga tsakani a cikin rikice-rikicen da ake ciki da kuma warware su ta hanya mai kyau da inganci.

Ana iya aiwatar da sarrafa rikice-rikice don kwantar da rikice-rikicen da ke akwai, yayin da samfurin CsV za a iya aiwatar da shi da kariya da kuma rayayye a cikin yanayin rikici. Gudanar da rikice-rikice sai ya shiga tsakani lokacin da rikici ya taso daga ra'ayoyi daban-daban waɗanda suke da alama ba za su iya daidaitawa ga bangarorin biyu ba. Don gudanar da nasara mai nasara, bukatun masu ruwa da tsaki guda uku sun zama dole: karfin rikici, sadarwa da shirye-shiryen sasantawa. (duba Jiranek & Edmüller, 2021)

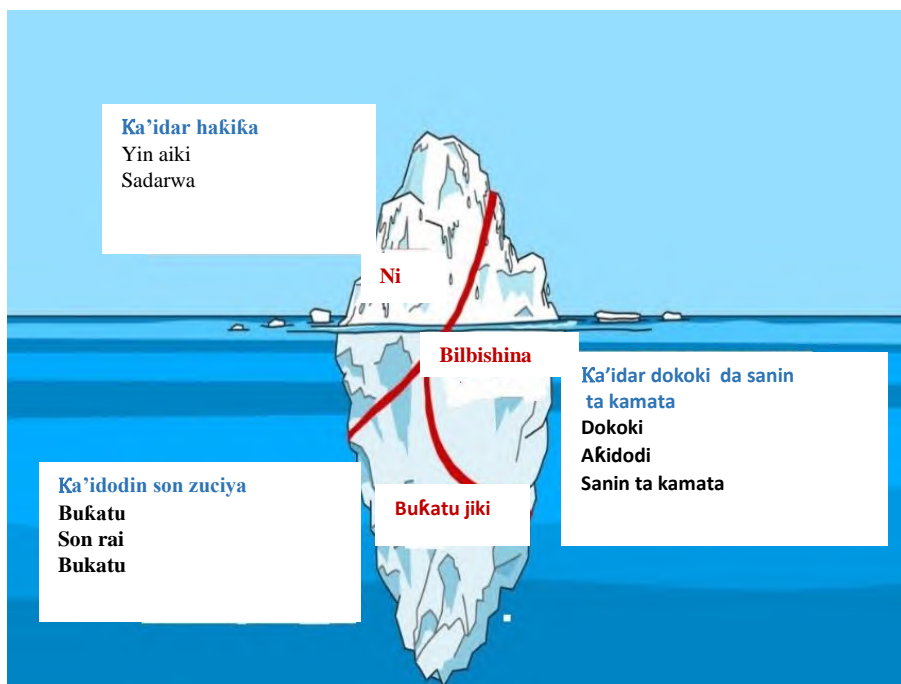
(cf Jiranek & Edmüller, 2021)

Samfuri Eisberg Sadarwa



Samfuri Eisberg ya dogara ne akan ka'idar Sigmund Freud na mutuntaka. Yana nuna cewa a matakin sadarwa tsakanin dan adam, akwai matakin hakika da matakin alaka. Saman eisberg sama da saman ruwa shine 20% na tsayin duka. Sauran kashi 80% na boye a karkashin ruwa. Zamu iya tunanin taron kolin eisberg a matsayin matakin sadarwa

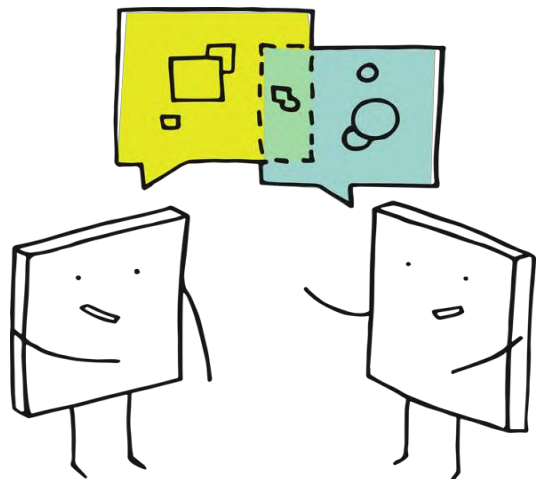
na hakika. A wannan matakin, ana ba da bayanai na hakika da bayanai magana. Matakin hakika ya haɗa da daukacin abin da ake faɗa yayin sadarwa. Sauran kashi 80% na wakiltar matakin alaka na boye da rashin sani. Wani bangare na wannan matakin shine tunani da ji, wakilcin kima da dalilai. Ana iya haɗa waɗannan al'amura a matakin hakika ta fuskar fuska, motsin rai da sautin murya kuma wani bangare ne na sadarwar da ba ta magana ba. Koyaya, abokan tattaunawar ba za su taɓa fahimtar waɗannan bayanai ba. Bayanai da bayanai kawai a matakin hakika ne ke isa ga mai karɓar bayanai cikin hankali da manufa.



<https://pixabay.com>

Wannan samfurin yana da alaƙa da tsarin tsarin Sigmund Freud na psyche. A cikin wannan samfurin akwai lokuta uku: superego, ego da id. Superego yana wakiltar ka'idodin dabi'a kamar ka'idodi da kimar duniyar waje kuma yana sanya buƙatu akan 'ego'. Wannan na iya zama alama akai-akai ta ainihin halayen iyaye kuma yana wakiltar tayi da hani na al'umma a lokaci guda kamar yadda yake wakiltar misali bisa dalili. Ido yana dafukar matsayin ayyuka masu inganci, don haka ya dogara da ka'idar gaskiya kuma yana wasa tsaka-tsaki tsakanin superego na hankali da buƙatun id. Yana aiki a kan tsarin wakilci na yau da kullun na waje na waje kuma an yi masa alama ta kwayoyin halitta da al'umma. Manufar kai ita ce kirƙirar misalan daidaitacce, tare da iko akan sauran al'amura biyu. Kai yana aika ta hanyar halayensa zuwa duniyar waje. Id dɓin yana nuna buƙatun mutum, buƙatunsa, da ilhami. Don haka misali ne na kasa wanda ke kaddamar da buƙatu akan son kai bisa ga ka'idar jin dadi kuma yana aiki akan laya na waje. Wannan ana yi masa alama da mahimman sigogin kwayoyin halitta.

A cikin hulɗar dɓan adam da dɓan adam, rashin fahimta da rikice-rikice na iya tasowa cikin sauri. Waɗannan na iya faruwa ko dai a matakin haƙiƙa ko kuma a matakin alaƙa. Ana iya magance rikice-rikicen da ke faruwa a matakin haƙiƙa cikin sauri ta hanyar sauraro mai karfi, amsa ko amsa tambaya. Abubuwan da ke haifar da rikice-rikice a matakin haƙiƙa na iya zama wani ɓangare na fahimtar kansa kasa da dɗayan akan jigo ko kuma bayanan da ba a samu ba. Rikice-rikice a matakin alaƙa sun fi wahalar warwarewa. Don warware rikice-rikice, ana buƙatar a nan don yin la'akari da mai shiga tsakani ta hanyar yuwuwar tausayawa da fahimta. Don sadarwa mai nasara, yana da mahimmanci cewa an warware rikice-rikice a kan matakin alaƙa tunda wannan kuma yana yin mummunan tasiri ga sadarwa a matakin haƙiƙa. Lokacin da matakin alaƙa ya ɓoye, kashi 80% na ainihin bayanan ba a fahimta ba ko kafan. (cf. Abels & König, 2010)



Bayanin Harvard Concept

Manufar Harvard, wadda Roger Fisher da William Ury suka kirkira, ta kunshi ka'idoji guda huɗu waɗanda mutum zai iya warware rikice-rikice cikin lumana da nufin samun nasara ga kowane bangare.

1. Raba namiji da matsalar

Za a bi da mutane da matsaloli dabam da juna kuma za a tattauna su ta hanya mai ma'ana.

2. Samar da sha'awa

Yana da mahimmanci kada a sanya matsayi na zahiri amma a maimakon haka tushen bukату da bukату masu mahimmanci.

3. Bincika zabuka masu yiwuwa

Dole ne mu nemo hanyoyin da za mu amfana da kowane bangare.

4. Kafa ma'auni na gaskiya

A karshe, dole ne dukkan bangarorin su amince da ɗaya daga cikin shawarwarin mafita waɗanda duk dole ne su amince da su. Dole ne a ɗauki wannan matakin bisa ka'idoji kawai don yanke shawara na tsaka tsaki. (duba Schäfer, 2017)

Hanyar 13: Daidaita Rikici: Samfuri Magance Rikici

Wannan samfuri don warware rikici ya kunshi jerin mata kai shida waɗanda dole ne duk masu ruwa da tsaki su bi su. Zato guda biyu na asali sune tushen wannan kirar.

1. rage saurin warware rikici ta hanyar shigar da duk masu ruwa da tsaki.

2. shigar da masu ruwa da tsaki cikin tsari ta hanyar bukату, bayani, yarda da bukatar da kuma samun mafita. Wannan hanya tana bukatar mai gudanarwa wanda



ke jagorantar duk masu ruwa da tsaki ta hanyar aiwatar da rikice-rikice kuma ya dauki matsayin tsaka tsaki a wannan lokacin.

Mataki na farko: Bayyana matsayi

Ana buƙatar amsa tambayoyin masu zuwa: Menene? Menene aka haskaka? Yaya masu ruwa da tsaki ke ji game da lamarin? Yaushe aka yi arangama ta farko? Me yasa muka zo wannan yanayin? A lokacin wannan matakin, yana da mahimmanci cewa an sanar da dacewa da damuwa na sirri ga mai shiga tsakani.

Mataki na 2: Bayyana buƙatun da ke bayan matsayi

A cikin wannan mataki na biyu, ya shafi maslaha, buri, tsoro da fatan duk masu ruwa da tsaki. Anan za a bayyana yadda duk bangarorin da ke cikin rikici suka sanya kansu da kuma abin da ke da mahimmanci a gare su su bayyana.

Mataki na 3: Yi amfani da babbar tambaya

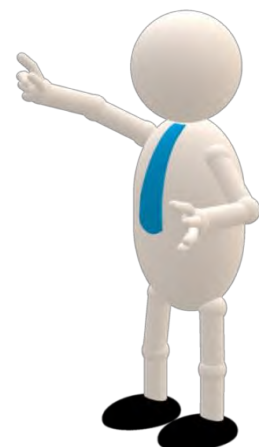
A mataki na gaba, za mu yi amfani da abin da ainihin rikici ya dogara da shi. A wannan matakin, dole ne a samar da fahimta daga ra'ayi da matsayi na wasu. Manufar wannan mataki ita ce kawar da zato da zato da kuma mai da hankali kan muhimman abubuwa. Abin da ke da mahimmanci a nan shi ne yin takaitaccen duk abubuwan da aka ambata haifaffen hana rashin fahimta.

Mataki na 4: Bayyana mahimmancin buƙatar

Na farko, sake duba manyan buƙatun, dacewarsu da mahimmancinsu ga duk masu ruwa da tsaki. A wannan matakin, yana da mahimmanci cewa fahimtar juna ta fito ga duk masu ruwa da tsaki a kan shawarar da aka yanke.

Mataki 5: Kirƙirar shawarwarin tushen tambaya

Bayan tabbatar da manyan buƙatun da kuma yarda da waƙannan buƙatun daga duk masu ruwa da tsaki, kalubalen ya zo ne daga haɓakawa da tattara kuduro masu yiwuwa. Wannan matakin ba zai iya haifar da gagarumin sakamako da ke taimakawa wajen magance rikice-rikice ba



Mataki na 6: Yi shawara don mafi kyawun kuduri

A cikin wannan mataki na karshe, mun yanke shawara akan mafi kyawun kuduri kuma mun yarda akan aiwatar da wannan dabarun kuduri.

- Dokokin daidaitawa:
- Yana da mahimmanci a matsayin mai gudanarwa ya kasance da tsaka-tsakin kallon abin da ke ciki.
- Ya kamata mai shiga tsakani ya gabatar da rigingimu ta yadda za a iya banbance kowane bangare da juna da kuma bayyana wa kowa.
- Za ku iya zuwa mataki na gaba ne kawai idan dukkan bangarorin suka amince da kammala matakin kuma sun gamsu da sakamakon. (cf. Jinarek & Edmüller, 2021)

Kammalawa

Wannan littafin koyarwar jagoran matasa yana aiki da farko a matsayin jagora don horar da 'yan kasa ga matasa da kuma tsakanin matasa. Yana da mahimmanci a yi la'akari da cewa babu wata kungiya da za a kai hari yayin amfani da ita. Domin horar da jama'a (musamman a Afirka ta Faransanci) galibi ana daukarsa a matsayin "siyasa" na matasa akan al'adun da aka kafa. Don haka, yana da mahimmanci a sami fahimtar masu aikin gwamnati kan cewa dole ne a ba masu yanke shawara a nan gaba dabi'u waɗanda ke tabbatar da rayuwa tare cikin aminci.

Wannan jagorar ba aikin gamawa bane. Yana aiki a matsayin daftarin farko wanda masu horarwa za su yi nazari da kuma kammala su domin horar da al'umma su tabbatar da kansu a tsakanin matasa don gina al'ummomi a duk faɗin duniya waɗanda ke da abu ɗaya kawai: gina rayuwa tare a duniya kuma mai dorewa

Rataye

Kayan aiki na darasi na 1:

Hanyoyi huɗu na shakuwa ⁴⁶: Yi oda misalai huɗu (a gefen dama) bi da bi dangane da kashi ɗaya na abin da aka makala (a gefen hagu) ta hanyar haɗa filayen rubutu da juna.

1. Share fagen matakin shakuwa

Makonni 6

Ya zuwa yanzu ba a haɓaka shakuwa ba tukuna. Saboda haka, jaririn ba ya jin kunya ya kasance tare da manya da ba a sani ba. Jaririn yana magana da alamunsa na asali (misali kuka, murmushi, ido) don biyan bukatunsa.

James yana jin yunwa kuma ya karɓi yawur a matsayin abinci daga mahaifiyarsa Thérèse. Yana jin cikin mahai fiyarsa yana hayaniya ya tambayi "Mama, kina jin yunwa?" Ya miqa mata cokali ɗaya na yogurt nasa. Mahaifiyar ta yi dariya ta ce "A'a na gode, ina shan miya."

erci, je suis en train de prendre un peu de soupe."

2. Farkon shakuwa

Makonni 6 - watanni 6-8

Jaririn yanzu zai iya bambanta tsakanin mutane - misali tsakanin 'yan uwa da sauran mutane. Yanzu yana nuna karin halayen haɗin kai kuma yana iya fifita mutum ɗaya (misali uwa/uba) akan wasu.

Mahaifiyar Jua ta sami karo na farko tun bayan haihuwar ɗan uwanta Sada. An haifi Jua makonni kadan da suka gabata. Mahaifiyar Jua ta nemi ɗan uwanta ya ajiye yaron a hannunta kuma ta bar ɗakin na ɗan lokaci don yin shayi. Yayin da uwar ke waje, Jua ta dubi fuskar Sada daga manière intéressée et sourit pendant que celle-ci lui parle amicalement.

⁴⁶ cf. (Lengning & Lüpschen, 2019, p. 14 suiv)

3. Shakuwa mai fuska biyu cikin rashin tabbas

Yaran da ke haɗe da yanayi a cikin yanayin rashin tabbas sun kware mutanen da aka fi so kamar yadda ba za a iya faɗi ba ta fuskar kusanci da samuwa. Don haka iyaye suna amsa bukatun abin da aka makala yaron ta hanyoyi marasa tabbas - misali. wani lokacin da dabara, wani lokacin tare da rashi. Wadannan yaran galibi har yanzu suna da sha'awa na dogon lokaci kuma suna nuna karancin sha'awar bincika wuraren su. Sai dai ba wai kawai neman kusanci da wanda suke ciki ba ne, a'a suna nuna (a fili) fushin su ga wanda ke jawo rashin gamsuwa da bukatunsu.

yaro Iliya yana gida tare da mahaifiyarsa. Uwar tana bayan gida don shanya tufafi. Iliya ya koyi tafiya ya bi mahaifiyarsa waje. Nan ya zauna a kasa ya rik'e kan mahaifiyarsa sosai. Murmushi tayi tana masa magana sannan ta cigaba da ayyukanta. Bayan wani lokaci, Elias ya tashi don buga kwallon da ke kasa a kusa. A tsakani ya kalli mahaifiyarsa ya hada ido da ita.

4. Shakuwa marar tsari

'ya'yan da ba su da tsari sun wakilci kansu a watsar da su bisa la'akari da yanayi masu ban tsoro da kuma mai kula da su a matsayin wanda ba ya ba da tsaro a cikin wadannan yanayi. 'Yan uwansu sun yi watsi da yaran, ana yi musu barazanar rabuwa ko kuma a ci zarafinsu. Mutanen da suke cikin su na iya zama abin tsoro. A cikin yanayi na ban tausayi (misali lokacin rabuwa da mutumin da suke ciki), sukan nuna hali mai ban mamaki da ban mamaki (misali ko da yausha suna yin motsi iri

Yaro Amanuel ya haye dakin yana jin dadi ya ja abin wasa a bayansa yayin da mahaifiyar ke shirya abinci a kusa. Nan da nan ya yi tuntube ya faɗi ya fara kuka. Cikin kuka ya ruga wajen mahaifiyarsa nan da nan ta dauke shi a hannunta, ta yi masa magana tana jajanta masa sannan ta duba ko ya cutar da kanshi. Nan da nan, Amanuel ya huce kuma yana son sake fara wasa.

Le petit David est assis au sol à la maison et joue seul avec quelques figurines de jeu. Son père est assis à côté de la fenêtre et lit un journal. Soudain, David se coince le doigt en jouant avec les figurines et cela lui a fait mal. David a fait l'expérience que son père réagit de manière réservée et gronde quand David se met à pleurer. C'est pourquoi il ne montre pas ses sentiments, ignore son père et continue de s'occuper de son jouet.

1. L'attachement certain

les enfants attachés avec certitude ont une perception de leurs personnes préférées en termes de sentiments d'affinité, de disponibilité, de confiance et de soutien. C'est pourquoi, ils se sentent assurés à proximité et peuvent sonder librement leur environnement tant que la situation émotionnelle n'est pas dérangée. Comme ils ont été aussi traités avec estime lors des circonstances sentimentales négatives, ils peuvent montrer ouvertement toutes leurs émotions (par ex. La colère, la peur)

2. Shakuwa mai gujewa lokacin rashin tabbas

Yaran da aka haɗe suna guje wa rashin tabbas suna nuna mutanen da aka makala a matsayin ba su da goyon baya. Don gudun kada a sake ki su, suna guje wa dangantaka kuma ba sa neman kusanci da wanda suka fi so a cikin yanayi mara kyau. Maimakon haka, sai su bincika muhallinsu (misali abin wasa). Kamar yadda suka koyi kada a tallafa musu idan akwai mummunan ra'ayi, suna da iyakacin damar yin amfani da tunanin su kuma ba sa nuna shi lokacin da misali. Suna jin haushi, tsoro ko bakin ciki.

²²²² Little Yilma na son shiga hannun mahaifinta. Wani lokaci yakan so ya ba ta kusancin da take bukata, amma shi ma yana jin haushin abin mallakarta kuma yana amsawa da rashin zuwa. Lokacin da Yilma ya nuna mata bukatunta, ba ta taba sanin yadda mahaifinta zai yi ba. Ta manne da kafar babanta ya kalleta, "Barshi, wasa yanzu." Yilma bai da sha'awar wasa ita kadai, sai ta fara kuka mai karfi da kururuwa lokacin da mahaifinta ya kau da kai daga gare ta. Da gudu ta bi ta tana kuka, bayan wani lokaci ya d'auke ta a hannunsa. Tana bukatar lokaci mai yawa don ta huce.

Yarinya Talisa tana dakin jira da mahaifiyarta. Nan ta zauna a kasa ta buga k'afar sark'a da wani abin wasa. Nan da nan, mahaifiyarta ta tashi a fusace, ta yi barazanar "idan kun ci gaba, zan bar ku a nan!" kuma ta bar dakin na 'yan mintuna don yin waya. Talisa ta fara girgiza saman jikinta gaba da baya. Lokacin da mahaifiyar ta dawo, Talisa ta fara daukar mataki zuwa gare ta sannan ta dawo ta zauna a kas

Dubi a guurguje : Muhimman jimamin zuciya ⁴⁷

Ji a zuci	Muhimmi	Hangen zuci	Martanin sassan jiki	Tunzurar aikatawa
Farin ciki	Murna tana sa mu ji daɗin nan da yanzu, yana da wani abu mai haske kuma galibi yana yaduwa.	Sa'ad da muka cika da farin ciki, mukan fahimci abubuwa da karfi kuma muna mamakin kananan abubuwa waɗanda yawanci muke mantawa da su.	Akan ji rashin natsuwa kaɗan, aiki kuma wani lokacin "na nesa". Mukan yi dariya wani lokaci kuma mukan zama masu yawan magana ko raha da wawa.	Babu wata hanyar da aka nuna - kuma wannan shine kyawun farin ciki. Muna son jin daɗin lokacin kuma mu raba farin cikinmu tare da wasu.
So/kauna	Kauna ta kunshi ji daban-daban, kamar kasancewa cikin soyayya, sha'awar jima'i da zurfin kusanci ga maza da manyan halittu kamar abin bautawa. mu mayar da hankali a nan kan soyayya.	Hangen zucimu ya zama kaɗan saboda galibi muna ganin kyawawan bangarorin rayuwarmu mu da kanmu	Martani daga sassan jiki jiki ba takamaiman ba ne. Fadawa cikin soyayya yana barin mu kuzari, haske da rashin natsuwa.	Muna so mu ba da kusanci ga wanda muke kauna. Kuma muna so mu sami ma'ana ga wannan mutumin kamar yadda yake da m
Murna	Muna alfahari lokacin da mu - ko wani da muke jin alaka da shi - ya yi wani irin aiki.	Farin ciki yana sanya mutum cikin yanayi mai girma kuma yana daga jin darajar kansa. Kuna jin rashin damuwa, da jin karfi da iya aiki.	Ana jin hasken rai, farin ciki da cike da kuzari. Jiki yana so ya huɗe ya rike kansa sama.	Lokacin da muke cikin murna, muna so mu nuna kuma a gane mu don aikin.
Shawa da gurin yin wani abu / "Craving"	Sha'awa ba kawai ta iyakance ga jima'i ba. Har ila yau, alal misali, abinci, kiɗa, kwayoyi, rawa da wasanni na iya ba da sha'awa. Muna ba da kanmu gaba ɗaya ga kwarewar sha'awa na farin ciki na	Da kusancin jin sha'awarmu, mafi karancin fahimtarmu. Muna mai da hankali kan tunaninmu da kuzarinmu akan sha'awa mai gamsarwa. Zai iya sa mu zama masu rauni da	Abubuwan da ke cikin jiki suna kunnawa: wurare dabam-dabam na mu suna motsa jiki, zuciya ta yi sauri, hawan jini ya tashi kuma za mu iya jin dadi kuma mu ji "wani tsam a cikin ciki".	Tunzura zuwa aiki ya dogara ne akan ko abin da ya haifar da sha'awar ne da kuma. Mafi karfin waɗannan ji, yana da wahala a sarrafa su.

⁴⁷ cf. (Bohus & Wolf, 2009, p. 200-244)

	lokacin.	wauta		
Tsoro	Tsoro shine muhimmin tsarin fadakarwa don rayuwa: Yana taimaka mana mu gane hadari kuma mu hana su. Daga nan sai ya shiga lokacin da kuka ji barazana da kanku ko kuka tsoratar da wanda ke tsaye a kusa.	Muna mai da hankali kan alamomin hadari kuma za mu iya fahimtar bayyanar da ba ta da lahani a matsayin hadari sosai. Tunaninmu yana tafiya da sauri kuma muna tuna yanayin da tsoro ya mamaye.	Tsoro yana aiki tare da halayen jiki masu karfi wafanda yakamata su gabatar da yaki ko tashi ko taurin kai (matsayin mutuwa). Jiki yana amsawa, a tsakanin sauran abubuwa, tare da bugun zuciyar, kirji a cikin kirji, kwayar tsoka, bukatar fitsari da rikicewar magana. A lokacin da ya fi karfin tsoro, jiki zai iya fadawa cikin yanayin rabuwa inda muka tsinkayi kanmu ko kuma mun fahimci kebewar duniya.	A shirye muke don shawo kan barazana. Muna da matsi don gudu, yin gwagwarmaya da neman taimako. A cikin yanayin rabuwar kai, har yanzu ba mu da ikon yin aiki.
Kunya	Muna jin kunya lokacin da muke tsoron rasa mutuncin zamantakewa. Haka lamarin yake idan aka wulakanta mu kuma muka ji an fallasa. Za mu iya kunyatar da kanmu ko kunya ga kaunatattunmu yayin da da'awarmu ba ta isa ba.	Mukan mai da hankali ga kasawarmu kuma muna tunawa da wulakanci da suka gabata.	Jikinmu yana nuna alamar ji. Wannan na iya faruwa ta hanyar bakar fata, hargitsin magana, karkatar da kallo da ketare kafafu.	Muna so mu boye daga kallon wasu. Muna so mu ware kanmu, amma kuma mu mika wuya. Yana da mahimmanci a bambanta kunya da wulakanci. Kunya ta shafi kanmu da wulakanci ga abin da wasu suka yi mana. Sau da yawa wulakanci na iya hadawa da dabi'u masu tayar da hankali.
Laifi	Yawanci kamar kunya, laifi yana da alaƙa da ra'ayin yin wani	Muna mai da hankali kan cewa mu "marasa kirki"	Yana iya faruwa da halayen jiki daban-daban kamar kunci cikin kirji, game	A wasu lokatai muna son mu azabtar da kanmu ko kuma

	<p>abu da ya saba wa wakilcin dabi'a. A matakin laifi, a zahiri ayyuka ne da za mu iya tasiri. Sau da yawa muna kuma jin laifin rashin hankali: muna zargin kanmu akan abubuwan da ba za mu iya tasiri ba.</p>	<p>kuma mun sami dalilan da suka sa mu kasancewa marasa kirki koyaushe kuma mun gaza. Muna jin cewa wasu suna kallon mu daga munanan halayenmu kuma muna jin ana biye da mu wasu lokuta ana tsananta mana.</p>	<p>fuska, rikicewar harshe, ciwon tsoka, gudawa, jin fitsari.</p>	<p>mu yi kokari mu yi aikin da kyau ta hanyar saudaukar da kanmu, alal misali.</p>
Hassada	<p>Hassada tana tasowa lokacin da kake jin cewa wani yana da wani abu da za ka danganta ga kanka. Ana jin wannan yanayin rashin adalci ne. Hassada na iya alaka da halaye na jiki, matsayi na zamantakewa, ko mallaka.</p>	<p>Muna mai da hankali kan gaskiyar cewa muna "marasa kyau" kuma mun sami dalilan da suka sa mu kasance marasa kyau koyaushe kuma mun gaza. Muna jin cewa wasu suna kallon mu ta hanyar munanan halayenmu kuma muna jin ana binmu wasu lokuta ana tsananta mana. Mutum yana mai da hankali kan rashin amfanin kansa. Idan za ta yiwu, mutum ya jagoranci tunaninsa don tozarta gasar da cutar da ita.</p>	<p>Martanin jiki ba takamaiman ba ne; yana iya kasancewa muna cikin damuwa kuma mu amsa da fushi.</p>	<p>Muna so mu sami abin da muke so ko kuma idan akwai garaje mu lalata shi don kada abokin hamayya ya kasance da shi.</p>

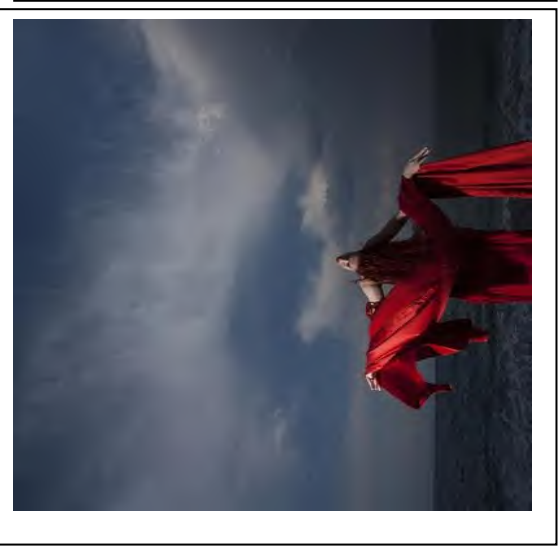
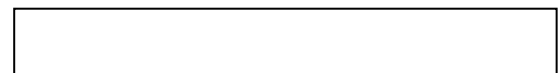
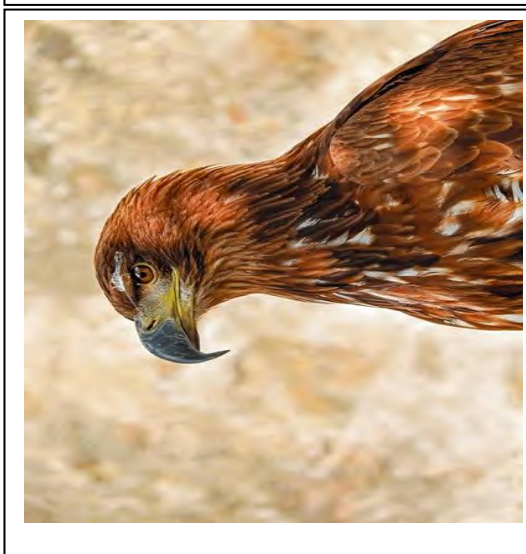
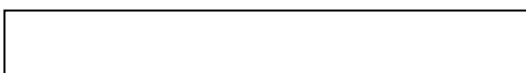
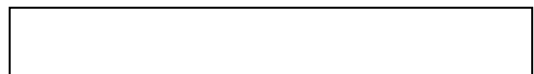
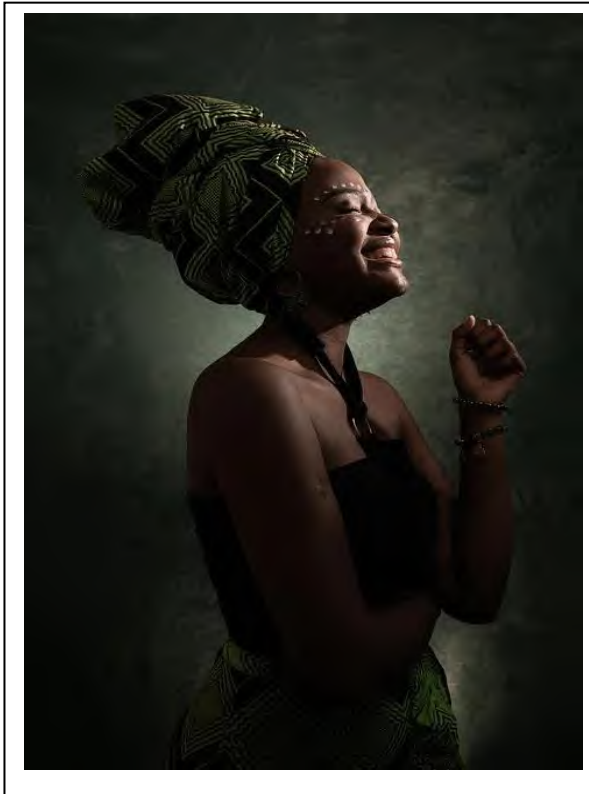
kishi	Kishi yayi kama da hassada. Yana tasowa lokacin da ka ga cewa dangantaka tana tasowa a cikin rukuni ko tsakanin mutane biyu waƙanda kake son samun wa kanka.	Sau da yawa tunani yana tafe akan yadda zamu iya cutar da gasar. Hakanan yana iya tasowa sha'awar sarrafa mutumin da ake tunani kuma muna duba ko'ina don shaidar kafirci.	Ba ma so mu yi magana da kishi kuma shi ya sa ba a tantance halayen ba. Muna jin tashin hankali har sai da karfi mai karfi kuma yana iya kaiwa ga halayen fushi da rashin taimako.	On essaie de créer une proximité à la personne de préférence et une relation exclusive. On peut être enclin à accrocher, montrer une dépendance grandissante qui limite la liberté de mouvement de la personne de préférence et dévalorise la concurrence.
Jin haushi da fusata	Wadannan abubuwan suna faruwa ne sa'ad da wani da ba ya da nisa da mu ko kuma burinmu ya yi mana barazana. Wajibi ne su sami damar kare kansu da cimma manufofinsu. Tabbas, wajibi ne don sarrafa tashin hankali da ya haifar.	Muna mai da hankali kan kanmu kuma idan zai yiwu a shirye mu ke mu cutar da wasu. Bugu da kari, mutum yana neman tabbaci don fahimtar kansa kuma a karshe ya sami asarar iko.	Dambubun tsokar mu yana da karfi, musamman a yankin cinya da mukamuki. A karshe, muna yin dunkule, daga kafadunmu kuma muna jin bukatar yin kuka ko kururuwa. Muna nuna halin ko in kula, muna zagi kuma muna suka.	A lokacin da ya fi karfin fushi, muna shirye mu kai farmaki (a zahiri ko da baki) mu yi mugun nufi ko jefa abubuwa da karya mu fara buga kasa, murkushe kofofi, ihu kuma muna so mu bar halin da ake ciki. Idan zai yiwu, mutum yana da tunani, tsare-tsare da ayyukan fansa.
Kyama/Fita daga kai	Abin kyama yana tasowa lokacin da muka haɗu da abubuwan da za su iya cutar da mu, masu guba ko masu yaduwa a gare mu. Hakanan maza na iya tayar da kyama lokacin da suka haye kofa kuma suka zo kusa da mu.	Lokacin da, alal misali, a gaban jikinmu, mun fuskanci abin kyama, sau da yawa muna daukar shi a matsayin bazuwar. Lokacin da muka sami abubuwa masu bankyama	Muna jin tashin zuciya, rashin lafiya, kuma muna jin rashin lafiya.	A lokacin kyama, muna jin sha'awar yin amai, wanka, canza tufafi, guje wa abinci, gudu, kai hari ko kawar da wani abu.

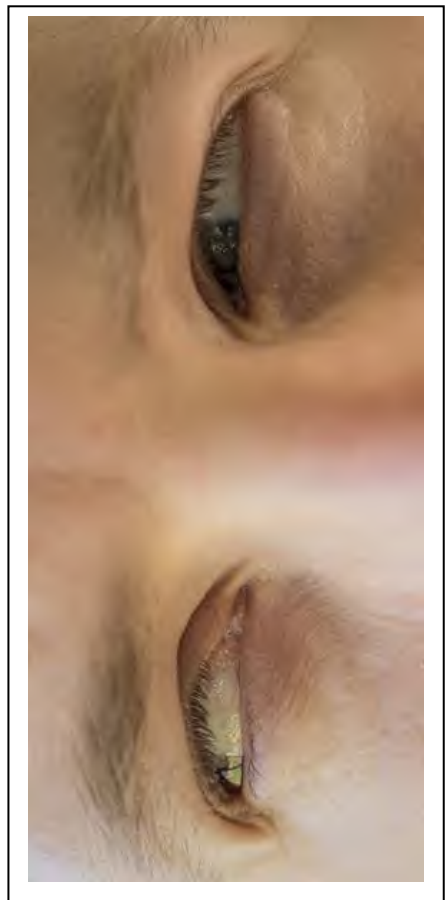
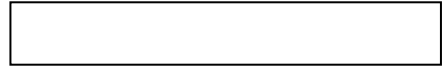
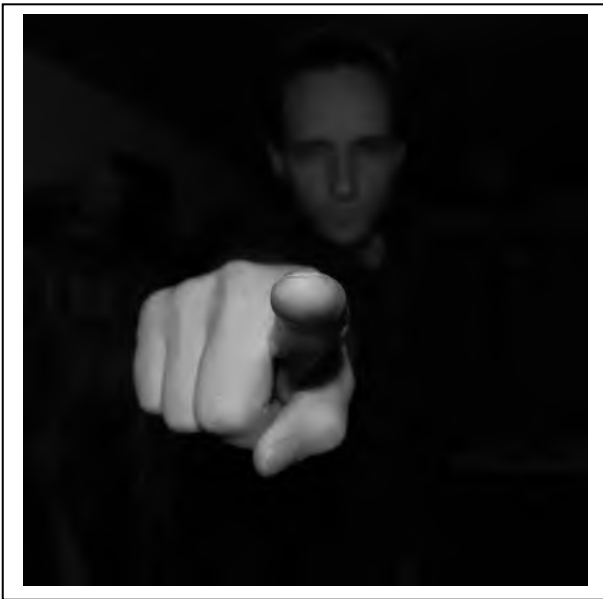
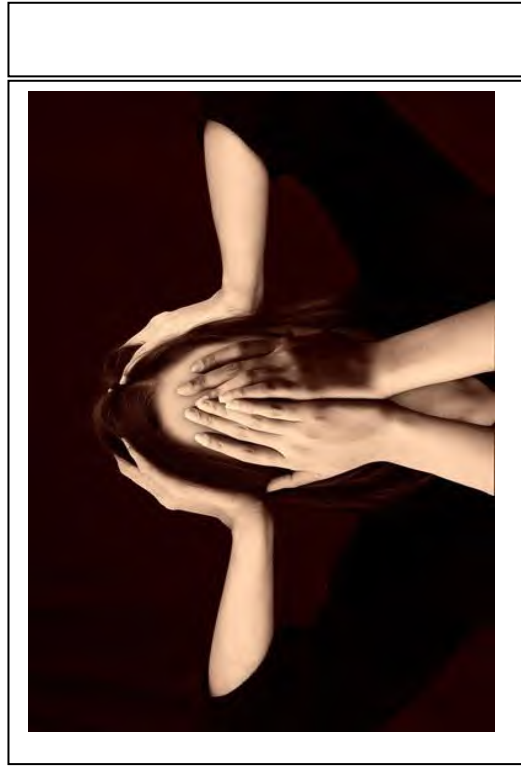
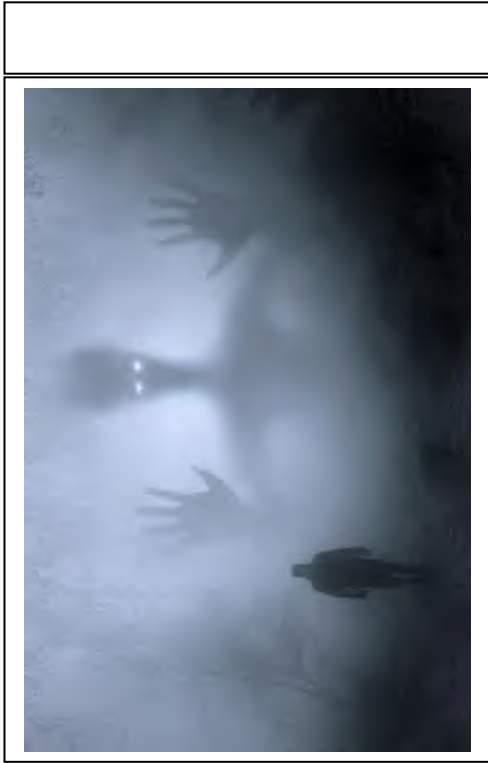
		wadanda ke tunatar da mu yanayi mai tsanani, za mu iya gane gurbatattun kamshi da dandano.		
Ki	Nuna kiyayya yana da alaƙa da kyama kuma yana jin daɗin jin daɗin jama'a - "jin kyama na zamantakewa" don magana. Sai ya taso mu tantance wani mutum ko wata kungiya ta hanyar cewa shi ko ita ba daidai ba ne dangane da dabi'unmu ko na al'ada kuma wannan ba shi da ma'ana. Yin raini na iya haifar da hadari. Wasu mazan kuma suna jin raini idan sun ji an rage su, misali.	Lokacin da muka raina wani ko kanmu, muna mai da hankali ga bangarorinsu marasa kyau. Haka kuma mutanen da suke kewaye da mutum suna tausaya masa, ana ganin su a idon raini.	Martanin sassan jiki ba takamaiman bane kuma yana iya kama da alamun kyama (misali tashin zuciya) da kiyayya (misali tashin hankali na tsoka.	Muna so mu guji ko halakar da abin raini (da mutanen da ke kusa da shi). Haka kuma a lokacin raini mutum yakan ji sha'awar halaka kansa da kuma nuna kansa.
ƙacin rai/bakin ciki	Muna fuskantar bakin ciki (makoki) lokacin da muka yi bakin ciki na ɗan gajeren lokaci ko na dogon lokaci. Yana iya alaƙa da kaunataccen, wani abu da aka sani ko mahimmanci, kasar haihuwa, lafiyar jiki da sauran abubuwa da yawa.	Muna jin rashin bege, rashin taimako, fushi da kuma ni Babu komai kuma mara ma'ana. Kuna iya jin kamar ba za ku daina kuka ba.	Muna ɗaukar matsayi mai laushi, muna kuka kuma mun gaji, muna jin komai a cikin kirji da ciki, muna da damuwa na numfashi ko juwa. Sau da yawa tafiya yana jinkirin, yanayin fuska yana da karfi kuma muryar ta kasance mai ɗaci.	A gefe guda muna so mu yi rarrafe, don haka don janyewa ta hanyar alhakin da dangantaka. Muna guje wa yin abubuwan da suka faranta wa mutum rai a da, muna yin abin da ba a taimaka mana ba kuma muna yin batanci kuma muna jin haushi. A gefe guda,

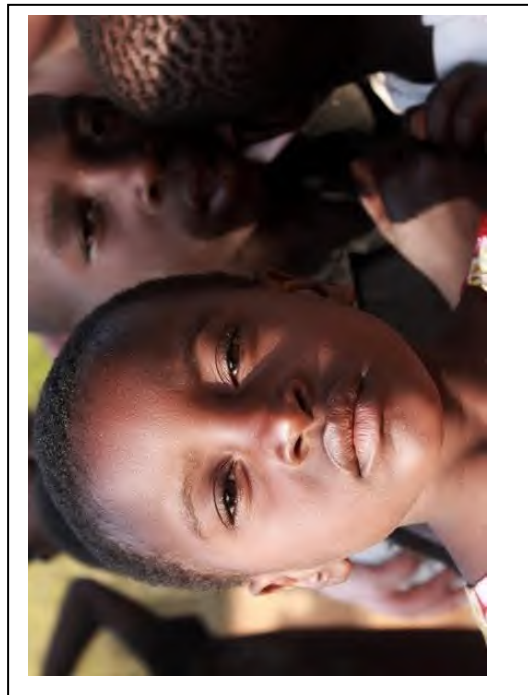
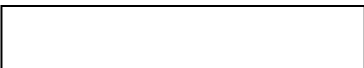
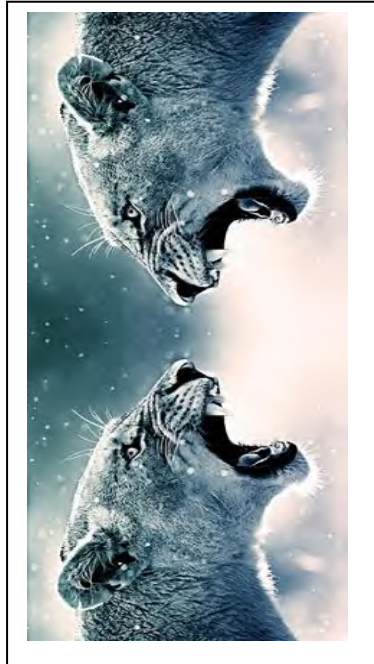
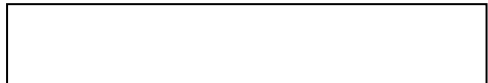
				kuna son amfana daga tallafin wafanda ke kewaye da ku.
kadaici	Mutum ma'abucin zamantakewa ne kuma ya dogara ga dan uwansa. Jin kadaici yana kaddara ta hanyar tunani kamar "Ni daban ne kuma ba ni cikinsa" "Ba ni da dangantaka da wasu". Hakanan wannan jin zai iya tashi a rukuni.	Sau da yawa hasashe yana rushewa: mutum yana daukar wasu a matsayin kungiya mai kusanci, kungiya mai fara'a kuma mutum ya rasa damar da ba da damar yin hulfa.	Halin jikin ba takamaiman ba ne - ya fi tashin hankali da rushewa.	Muna so mu kirkiri lambaar wani a gaskiya ko a cikin tunani.
Damuwa	Damuwa ya fi yanayi tun lokacin da ya dade fiye da jin dadi kuma baya kawo sha'awar yin aiki. Abubuwan da ke haifar da tashin hankali na iya zama, alal misali, rikici, fiye da kima, rabuwa da hanyoyin bakin ciki da ba a warware su ba.	Muna fahimtar duniya ba tare da launi ba - har ma abubuwan da suka taba ba mu farin ciki. Watakila mu sami matsala wajen maida hankali kuma mu sami matsala wajen fahimtar yadda muke ji.	A matakin jiki, mutum yana jin ba tare da kuzari ba. Ba mu da wani yunkuri kuma dole ne mu tilasta kanmu cikin karamin ayyuka don samun damar aiwatar da su.	Babu wani motsi na hakika - akasin haka: mutum baya son wani abu a zahiri.
Kaka-nika-yi	Kaka-nika-yi yana tasowa lokacin da ba za mu iya taimakawa babban ji cikin ko kuma narkar da su ba. Wannan ke zuwa duka tabbacin da kuma dandan ji.	Rashin taimako yana jin kamar gaurayawan canza ji: misali. Bacin rai, damuwa da launi. Muna cikin tashin hankali sosai kuma mun kasance gurgu a lokaci guda - kamar dai muna shirin kai hari na karshe.	Bugawar zuciya na karuwa, zuciya yana bugawa, tsokoki suna da karfi, kuna jin rashin natsuwa kuma kuna shawagi tsakanin tashin hankali mai karfi da gajiya.	Ana yin komai don kawo karshen rashin karfi da wuri-wuri. Muna so mu yi aiki ko ta yaya kuma muna yin motsi tsakanin tashi, fada da murabus.

<p>Cin mutunci</p>	<p>In mutunci yana tasowa lokacin da muka fahimci cewa muhimman abubuwan da ake tsammanin zamantakewa na wasu ba su cika ba. Hakanan ana iya siffanta murkushewa a matsayin girman kai da aka samu rauni ko girman kai.</p>	<p>An karkatar da tunanin dayan. Muna ganin zalunci da wahala kuma muna barin tayin dangantaka.</p>	<p>Martanin sassan jiki ba takamaiman ba ne, yana da tsauri kuma ya rarrabu kashi-kashi.</p>	<p>Yawancin lokaci, muna fushi kuma muna so mu kai hari, mu dauki fansa ko lalata vis-à-visabokin hamayya kuma mu ji rauni.</p>
---------------------------	---	---	--	---

Rataye







[Empty box]

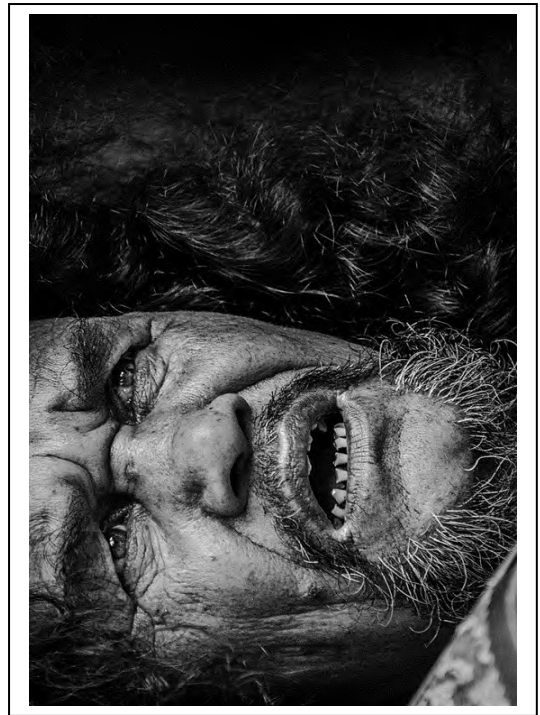


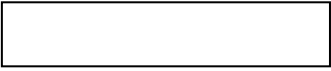
[Empty box]



[Empty box]

[Empty box]





Bulus ya kasance tare da Hannatu kwanan nan. Yawancin abokansu da abokansu, amma har ma da baki suna daukar su a matsayin cikakkiyar ma'aurata kuma za su dace da juna. Wannan a zahiri ya sa su biyu su yi farin ciki sosai kuma Bulus yanzu ma yana son Hannatu ta sadu da babbar aminiyarsa Rifkatu. Shi da Rifkatu sun san juna tun suna kindergarten. Bayan su ukun sun hadu a gidan shan shayi ga Hannah da Rifkatu ta farko, duk suka tafi gida kai tsaye kuma kowannensu ya kwatanta la'asar kamar yadda ya samu a cikin diary.

Ra'ayin Hannah

Ya kai littafin kai ,

Yau rana ce ta gaske a gare ni! Na hadu da babban abokin Paul... Ban san ainihin abin da zan ci gaba da kasancewa a wannan taron ba... Paul ya riga ya gaya mani cewa za mu je dakin shayin da aka fi so na biyun, da ma ya tambaye ni inda zan so lafiya, amma ya riga ya yi kyau. ... lokacin da Rebecca ta zo, ba ta yi mini farin ciki sosai ba kuma ina mamakin ko saboda ni ne... Ina tsammanin ba mu taɓa ganin juna ba kuma ta riga ta kasance kai tsaye.... rashin abokantaka? Ban san ainihin yadda zan kwatanta wannan ba... Daga nan na yi kokarin daukar motar a hannuna in yi mata tambayoyi da yawa, amma sau da yawa irin wadannan gajerun amsoshi suna fitowa daga gare ta... da gaske ba ni da dadi a gare ni lokacin da Bulus ya je wurinta. ban daki na yan mintuna kuma mu biyu muka zauna a wurin ba wanda ya ce uffan...Ban san abin da zan faɗa ba. Kuma na shayar da wasu tambayoyi daga yatsana... Ban tabbata ba abin da zan dauka daga taron... Idan Bulus ya sami jituwa sosai da Rebecaca, to ya kamata in yi tare da ita ta hanya. ... Ko ita ma tana iya kishina? Ban san ainihin abin da zan yi tunani ba a yanzu ... Ina sake rubutawa Bulus kai tsaye, Na riga na sha'awar sanin yadda ya sami maraice kuma idan ya lura da wannan duka.!

Ra'ayin Rebecca

Salut journal intime,

aujourd'hui j'ai eu une journée très pénible. D'abord le matin, il y avait beaucoup de choses à faire au travail mais le pire était que qu'une cliente très inamicale était venue dans la boutique... Comme j'étais seule le matin parce que ma collègue était malade, je l'ai prise en conseil et elle m'a servi tout le temps des bêtises et dit des choses comme „je ne crois pas que tu serais d'une grande utilité pour moi avec les choses que tu portes là en ce moment“ et des choses pareilles... j'étais véritablement contente lorsque j'étais arrivée à la maison jusqu'à ce qu'il me souvienne que j'allais rencontrer aujourd'hui Paul et sa nouvelle amie. J'attendais impatiemment la rencontre mais j'étais vraiment épuisée. Eh bien, je me suis rendu naturellement malgré tout au lieu, je sais comme Paul est quand on décommande des rencontres... La rencontre fut aussi tout à fait bien au fait, hannah a posé beaucoup beaucoup de questions même si j'avais parfois le sentiment que c'était beaucoup Trop de questions, mais cela peut aussi dépendre du fait que je fus si fatiguée et cassée et que je n'ai pas beaucoup parlé ... Mais de la première impression, j'aime bien Hannah et je me rejouirai de la revoir bientôt, j'espère que le jour-là je serai alors de'une meilleure humeur. Maintenant je vais aller dormir. A bientôt! 😊

Bulus ya kasance tare da Hannatu kwanan nan. Yawancin abokansu da abokansu, amma har ma da baki suna daukar su a matsayin cikakkiyar ma'aurata kuma za su dace da juna. Wannan a zahiri ya sa su biyu su yi farin ciki sosai kuma Bulus yanzu ma yana son Hannatu ta sadu da babbar aminiyarsa Rifkatu. Shi da Rifkatu sun san juna tun suna kindergarten. Bayan su ukun sun hadu a gidan shan shayi ga Hannah da Rifkatu ta farko, duk suka tafi gida kai tsaye kuma kowannensu ya kwatanta la'asar kamar yadda ya samu a cikin diary.

Ra'ayin Bulus

Ya kai Littafin kai Diary,

Dole ne in gaya muku game da ranar yau! Ta kasance mai ban mamaki !!! Ina kawai farin ciki sosai. Da farko, kamar yadda kuka riga kuka sani, ina da aboki mai ban sha'awa wanda nake kauna fiye da komai kuma yau a karon farko ta haɗu da Rebecca. Mun sami babban rana a ɗakin shayi na da Rebecca da aka fi so. Rebecca ta ɗan yi shiru amma sau da yawa haka ta ke sa'ad da ta sadu da sababbin mutane, ina iya tunanin ita ma tana son Hannatu kuma su biyun sun yi kyau. Lokacin dana shiga bandaki na dan wani lokaci nima na dawo yanda su biyun suka ci gaba da magana duk da komai kuma sun iya yin magana ba tare da ni ba, dama alama ce mai kyau ko? Hannah ta kuma yi tambayoyi da yawa kuma da alama tana son ta kasance a can don sanin Rebecca sosai, hakan ya sa ni farin ciki sosai, ina son ta sosai kuma na yi farin ciki da su biyun sun fahimci juna. Har yanzu ina rubuta masa wani abu, da sannu za ku sake ji daga gare ni!!

Darasi na 4 kayan aiki: don sarrafa rikici

jerin jimami

Jimamin alheri bayan an samu biyan bukata.	Jimamin assa bayan rashin samun biyan bukata
Haushi	girman kai
burge	m
buga	tashin hankali
sha'awa	mai tsoro
nutsuwa	bacin rai
godiya	zagi
m	wulakanci
annashuwa	m
murna	mamaki
an sassauta	tawayar
yayi haske	rude
karfafa	kishi
burgewa	kadaici
m	m
m	rashin cancanta
cikin tsaro	karaya
placid	a firgice
farin ciki	takaici
cikin yanayi mai kyau	takaici
rashin bege	gundura
wahayi	a fusace
mai rai	mara iko
ban dariya	haushi
m	rabin zuciya
m	gajiya
mai kyakkyawan fata	hassada
mai mutuntawa	cikin damuwa
kwantar da hankali	cikin bacin rai
rashin kulawa	matsorata
rashin kunya	mai shakka
farkawa	bakin ciki
gamsu	kuka

Jerin bukату

Bambance-bambance	Lafiya	La'akari
Ayyuka	Farin ciki	Kaddamar da kai
Yabo	Harmony	Selbstverantwortung
yarda	Kalubale	Tsaro
Ikhlası	samuwa	Kariya
Musanya	Abin dariya	Wasanni
Mulkin kai	Gane	Harkokin zamantakewa
Motsi	Amincin ciki	Karfi
Fadakarwa	Kwarewa	Tsarin
Ilimi	Tuntubar	Karfin aiki
Ladabi	Hankali	Hakuri
Gaskiya	Karfi	Taimako
Buga	Kirƙirar halitta	Nauyi
sassauci	Murnar rayuwa	Nishadi
'Yanci	Rayuwa	Amincewa
ba da farin ciki	Soyayya	Gaskiya
Abotaka	Dan Adam	Bambance-bambance
Aminci	Tausayi	A gani
Baki	Jajircewa	Zafi
Tsaro	kusanci	Kimar kima
Don saurare	Yanayi	Yi amfani da lokaci cikin hikima
Zazzagewa	Budewa	Don tafiya kai tsaye zuwa batu
Jin dadi	Kyakkyawan fata	Memba

(cf. Holler, 2016, p.85)

Tantance bukату

Takardar kacici :Samfarin harshe	
Kirkirar halayen laifi a cikin kirar harshe masu dacewa da bukату.	
1. Ina jin matsi da yawan lokutan kari da zan yi aiki.	na jin matsi saboda ina bukatar lokacin hutu/na shakatawa.
2. Ina takaicin yadda tsarin aikina bai yiwa maigidana dadi ba.	
3. Yana ba ni haushi cewa kuna bukatar lokaci mai yawa.	
4. Yana sa ka shakku kada ka gaya mani abin da kake so.	
5. Ina jin haushi don ba ku saurare ni.	
6. Ina jin haushi lokacin da kuke son mamaye komai a nan.	
7. Yana ba ni tsoro idan kowa a nan ya yi abin da yake so.	

Jadawali in ji: Holler, 2016, p.82

Maballin Maganin Aiki: Samfurin Harshe	
1. Ina jin matsi da yawan lokutan kari da zan yi aiki.	1. Ina jin matsi da yawan lokutan kari da zan yi aiki.
2. Ina takaicin yadda tsarin aikina bai yiwa maigidana dadi ba.	2. Ina takaicin yadda tsarin aikina bai yiwa maigidana dadi ba.
3. Yana ba ni haushi cewa kuna bukatar lokaci mai yawa.	3. Yana ba ni haushi cewa kuna bukatar lokaci mai yawa.
4. Yana sa ka shakku kada ka gaya mani abin da kake so.	4. Yana sa ka shakku kada ka gaya mani abin da kake so.
5. Ina jin haushi don ba ku saurare ni.	5. Ina jin haushi don ba ku saurare ni.
6. Ina jin haushi lokacin da kuke son mamaye komai a nan.	6. Ina jin haushi lokacin da kuke son mamaye komai a nan.
7. Yana ba ni tsoro idan kowa a nan ya yi abin da yake so.	7. Yana ba ni tsoro idan kowa a nan ya yi abin da yake so.

Jadawalin nach Holler, 2016, S.100

Duk hanyoyin magance su sun haɗa da amsoshi kawai, misali.

Duk hanyoyin magance su sun haɗa da amsoshi kawai, misali.

Duk mafita da aka gabatar sun haɗa da amsoshi kawai, misali.

Don haka ne ma bai kamata a kalli sauran amsoshi a matsayin karya ba kuma a yi la'akari da su daidaiƙun mutane kuma a tantance su.

Labari don fahimtar jimami

Lokacin da na fara zuwa nan yau, na ga wasu abubuwa. A gefe guda, wani kare ya zo wurina don shafa masa gashin kansa, yana da daɗi sosai. Sai na sake yin magana da wani game da yanayin yau kuma mun yarda cewa mako mai zuwa dole ne a yi ruwan sama. Lokacin da na ci gaba da hanyar zuwa nan, na yi murmushi, na yi farin ciki, ni ma na dan tashi.

Byanin kai na de Holler, 2016, p.96

Wasan kama da wane

asa ta 1: Abota

A: "Ya ya aka yi ba ka yi magana da ni tsawon makonni ba?"

B: "Ina da ɗan lokaci kaɗan."

(cf. Winter, Taubner und Krause, 1997, p.109-111)

Tsanantawa da kuma zargies




"Kin sake yanke shawara ba tare da kun fara tambayara ba."	"Makon da ya gabata ma kun sanya kanku cikin sauki."
"Ina so in yanke shawara lokaci na gaba."	"Ban taɓa yanke shawara ba tare da fara tambayar ra'ayin ku ba."
"Baka saurareni ba."	"Ban damu da ra'ayina ba."
"Ina so in sake yin wani abu."	"Kuna da laifin gaskiyar cewa muna jayayya koyaushe."

(cf. Holler, 2016, p.30)

Rubuta takardar neman wani abu

Tkardar kacici: Wace tambaya ce aka yi a nan ?

Yi tunani a hankali a cikin yanayin da aka nuna game da abin da za a iya yi a nan.

<p>J'écoute votre musique dans mon appartement. Cela me stresse un peu parce que je suis en train d'écrire un livre et je dois me concentrer.</p> 	1)
<p>Vous m'avez dit que les images ne vous plaisent pas. Je m'étonne et je voudrais bien comprendre cela</p> 	2)
<p>La semaine dernière, tu as travaillé tous les soirs jusqu'à 20h et nous n'avons pas eu du temps l'un pour l'autre. Je suis simplement frustrée parce que le vivre-ensemble est important pour moi.</p> 	3)




<p>Le programme ne marche pas. Je suis épuisé et j'ai besoin de soutien.</p> 	<p>4)</p>
<p>Quand la fenêtre est ainsi ouverte, je me fais des soucis parce je voudrais bien être de nouveau en bonne santé</p> 	<p>5)</p>
<p>J'ai acheté cette veste hier. Je suis fâché parce qu'elle est aujourd'hui déjà abîmée à la manche.</p> 	<p>6)</p>

Illustration de Holler, 2016, p. 107-108

655 / 5 000

Maballin bayani don takardar motsa jiki "Wace bukata ta dace a nan?"

"1. Yaya kake jin wannan? 2. Da fatan za a fadi dalla-dalla menene ainihin abin da kuke so game da hotuna, lafiya? 3. Fada mani yanzu don Allah idan kuna shirye kuyi magana akan yadda zamu canza wannan, ok? 4. Don Allah za a iya nuna mani da rana yadda zan iya saka imel a cikin rubutun? 5. Ina so in yi magana da ku yau yayin hutun kofi game da yadda za mu sarrafa buɗe taga, lafiya?" (Holler, shafi na 120) 6. Ina so in tambaye ka ko za ka iya dinka ramin da ke han

Fahintar rikici

Takardar kacici :fahintar rikicit

Game da rikicin da za a gabatarwa, ku fahinci abubuwa kamar haka:

1. Mine ne ya faru? (Lura)

2. Yaya za ku ji idan da kuna cikin halin? (Jimami)

3. Wadannan bukату ke boye cikin rikicin ? (Bukatu)

4. Mi wani zai iya yi domin biyan bukатуn? Tambaya)

Tarihin rikicin

Abokai biyu sun hadu kuma suna son yin kwana ɗaya tare. A baya dai sun amince za su yi yawo, su yi la'asar tare. Yanzu wani ya gaya wa ɗayan cewa ba shi da lokaci don ya share gidansa. Saboda wannan dalili, dole ne ya dawo bayan sa'a daya a gida kuma ba shi da daraja kula da hanyar tafiya da aka shirya a baya. Dayan biyun ya ce a fusace: To kai ma za ka iya shiga yanzu, ba shi da daraja!”

1. Taron da aka shirya bai iya faruwa ba kamar yadda aka yi yarjejeniya a baya tunda har yanzu dole ne mutum ya tsaftace. Dayan kuma ya fusata da wannan.
2. bacin rai, bacin rai, bacin rai.... Wadannan ji suna boye a bayan bayyanar fushi saboda budurwa tana jin abubuwa masu zuwa ta hanyar rashin nasara.
3. Abota, al'umma, yanayi... Wadannan bukatun suna boye ne a bayan bayyana fushi saboda budurwa tana son biyan bukatun da aka ambata ta wurin taron zubar da ciki.
4. Zan yi farin ciki a nan gaba idan kun sanar da ni farkon lokaci na gaba kuma za mu iya yin karin lokaci tare.

Ketarar ruwan Teku

					X	
			x	x		
		x				
		x				
			x	x		
				x		
	x					
			x			
		x	x	x		
					x	
				x		
			x			
			x			
		x				
			x			
			x			
				X		
			x			
			x			
		x				
		x				

Jerin littatafan da aka duba kuma suka dace da tushen bayani mai inganci

Abarello, F.; Crocetti, E. & Rubini, M. (2017): I and Us: A Longitudinal Study on the Interplay of Personal and Social Identity in Adolescence. Springer Science + Business Media

Abels, H., König, A. (2010). Sigmund Freud: Über-Ich und Einschränkung der Triebbedürfnisse

Albert Scherr: Anti Aggressionstraining und Coolness Training: https://www.researchgate.net/profile/Albert-Scherr/publication/242675979_Mit_Harte_gegen_Gewalt_Kritische_Anmerkungen_zum_Anti-Aggressivitaets-_und_Coolness_Training/links/0a85e537b356e14a3f000000/Mit-Haerte-gegen-Gewalt-Kritische-Anmerkungen-zum-Anti-Aggressivitaets-und-Coolness-Training.pdf (letzter Zugriff 28.02.22)

Altmann, T. (2021). Empathie. In M. A. Wirtz, Dorsch Lexikon der Psychologie. Bern: Hogrefe

Arten von Gewalt: <https://bayern-gegen-gewalt.de/gewalt-infos-und-einblicke/formen-von-gewalt/> (letzter Zugriff: 28.02.22)

Basu, A. & Faust, L. (2015). Gewaltfreie Kommunikation (3. Aufl.). Freiburg: Haufe Verlag

Berger, J. (2018). Liebe, die immer noch schöner wird: Wie Paare ihr Potential besser ausschöpfen. Berlin, Heidelberg: Springer

Bierhoff, H. (2019). Dorsch Lexikon der Psychologie. Von Kommunikation: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/kommunikation> abgerufen

Bmfsfj: Projekte zur Prävention von Rassismus und rassistische Diskriminierung: <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/130892/7230b66ab6286c1784b3abb79ace884d/projekte-zur-praevention-von-rassismus-und-rassistischer-diskriminierung-data.pdf> (abgerufen am 26.02.2022)

Bohus, M., & Wolf, M. (2009). Interaktives Skillstraining für Borderline-Patienten im Set: Manual zur CD-ROM für die therapeutische Arbeit. Akkreditiert vom Deutschen Dachverband DBT: Schattauer Verlag

Bpb (o.D.): Rassismus, bpb, (online) <https://www.bpb.de/kurz-knapp/lexika/lexikon-in-einfacher-sprache/322448/rassismus/> (abgerufen am 28.02.2022)

Brown, Juanita (2001): „The World Café: Living Knowledge through Conversations that Matter“, unter www.theworldcafe.com/key-concepts-resouces/world-cafe-methode/# letzter Zugriff 27.08.2021

Bundesministerium für Arbeit und Soziales (2020): Behindertenrechtskonvention der vereinten Nationen. Im Internet: < <https://www.bmas.de/DE/Soziales/Teilhabe-und-Inklusion/Politik-fuer-Menschen-mit-Behinderungen/un-behindertenrechtskonvention-rechte-von-menschen-mit-behinderungen.html> > (Aufruf: 6.12.2021)

Bundesverwaltungsamt (2012): „Handbuch für Organisationsuntersuchungen und Personalbedarfsermittlung“ Hrsg.: Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat, unter https://www.orghandbuch.de/OHB/DE/Organisationshandbuch/6_MethodenTechniken/64_Kreativtechniken/643_MindMapping/mindmapping-node.html;sessionid=BA77F2ADFC0B370B3E4293B24A24236D.2_cid322#Start letzter Zugriff 30.08.2021

Bundeszentrale für politische Bildung (2009): Allgemeine Erklärung der Menschenrechte. Im Internet: <<https://www.bpb.de/internationales/weltweit/menschenrechte/38624/erklaerung-der-menschenrechte?p=all>> (Aufruf: 16.12.2021)

Camerin, M. (2017). Mit Dienstleistungen wachsen - Wie Sie mit der 5-Schritte-Methodik die Wettbewerbsposition ihres Unternehmens spürbar verbessern. Wiesbaden: Springer

CIA (2021): Explore All Countries-Burkina Faso. Im Internet: <<https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/burkina-faso/>> (Aufruf: 6.12.2021)

CIA (2021): Explore All Countries-Cameroon. Im Internet: <<https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/cameroon/>> (Aufruf: 6.12.2021)

CIA (2021): Explore All Countries-Niger. Im Internet: <<https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/niger/>> (Aufruf: 6.12.2021)

CIA (2021): Explore All Countries-Togo. Im Internet: <<https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/togo/>> (Aufruf: 6.12.2021)

Compasito: <https://www.compasito-zmrb.ch/> (Letzter Zugriff: 17.02.22)

Collatz, A. (2019). Lebensbalance finden - Wege für mehr Zufriedenheit in Beruf und Privatleben - ein Ratgeber. Göttingen: Hogerfe Verlag

Dahm, M. H. (2021). Kooperationsmanagement in der Praxis. Lösungsansätze und Beispiele erfolgreicher Kooperationsgestaltung. Essen: Springer Gabler Verlag

Däfler, M. N. (2018). Gib mir Geduld - aber flott! - 222 Anregungen für mehr Gelassenheit und weniger Stress. (2. Aufl.). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH

Diaconu, Monica (2008): „Der Dialog als Unterrichtsmethode, Neue Didaktik“ Hrsg.: peDOCS, Deutsches Institut für Internationale Pädagogische Forschung (DIFF), Frankfurt am Main, unter

Dühlmeier, Bernd/ Sandfuchs, Uwe (2015): interkulturelles Lernen im Sachunterricht. In: Kahlert et. al. (Hrsg.): Handbuch Didaktik des Sachunterrichts, 2. Auflage. Verlag Justus Klinghardt. S.179-183

Eder, A., & Brosch, T. (2017). Emotionen. In J. Müsseler, & M. Rieger, Allgemeine Psychologie. Berlin, Heidelberg: Springer

Edmüller, A. & Jinranek, H. (2021). Konfliktmanagement. Konflikte vorbeugen, sie erkennen und lösen (6. Aufl.), Freiburg: Haufe Verlag

Erpenbeck, J. (2018). Wertungen, Werte - Das Buch der Grundlagen für Bildung und Organisationsentwicklung. Berlin: Springer-Verlag GmbH

Franke, M. (2020): Manipulation im Job: So durchschauen Sie die fiesen Psycho-Tricks der Chefs

Gebbert, Heidi (2007): Ansätze internationaler Schülerbegegnungsprojekte und interkulturelles Lernen, Oldenburg, Deutschland: BIS-Verlag: (online) <http://oops.uni-oldenburg.de/818/1/gebans07.pdf> (abgerufen am 21.02.2022)

Georg, Eva (2021): Haltung zeigen: reagieren auf Diskriminierung, Rechtspopulismus und Rassismus in der Schule, Frankfurt, Deutschland: Wochenschau Verlag (online)

Gerstner, T. (2013). con-Sept - Übungen für ein verändertes Leben ... zu Klarheit und Lebensfreude finden - mit Konzept. Norderstedt: Books on Demand

Grossmann, K., & Grossmann, K. (2012). Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta

Gesang, Johanna/ Besa, Kris-Stephen/ Röhrig, Ernst-Daniel (2021): Inklusionsdidaktik. Inklusionsdidaktik – eine eigene Didaktik?. In: Hericks, Nicola (Hrsg.): Inklusion, Diversität und Heterogenität. Begriffsverwendung und Praxisbeispiele aus multidisziplinärer Perspektive. Springer VS: Wiesbaden. S. 225-240

Hammel, S., Hürzeler, A., Lamprecht, K., & Niedermann, M. (2016). Wie das Krokodil zum Fliegen kam. München: Ernst Reinhard Verlag

Heidenreich, T. (2013). Die "dritte Welle" der Verhaltenstherapie: Grundlagen und Praxis. Weinheim, Basel: Beltz.

Henzinger, U. (2017). Bindung und Autonomie in der frühen Kindheit: humanethologische Perspektiven für Bindungstheorie und klinische Praxis. Gießen: Psychosozial-verlag

Hempel, Marlies/ Coers, Linya (2015): Gender in Lehr-Lernprozessen. In: Kahlert et. al. (Hrsg.): Handbuch Didaktik des Sachunterrichts, 2. Auflage. Verlag Justus Klinghardt. S. 366-371.

Hericks, Nicola (2021): Einleitung. In: Hericks, Nicola (Hrsg.): Inklusion, Diversität und Heterogenität. Begriffsverwendung und Praxisbeispiele aus multidisziplinärer Perspektive. Springer VS: Wiesbaden. S. 1-10

<https://pixabay.com>

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/hsvechta-ebooks/reader.action?docID=6564646> (abgerufen am 24.02.2022)

<https://www.sos-kinderdoerfer.de/informieren/wo-wir-helfen/afrika/armut-in-afrika>
abgerufen

https://pedocs.de/volltexte/2013/7330/pdf/NeueDidaktik_1_2008_Diaconu_Dialog_al_s_Unterrichtsmethode.pdf letzter Zugriff 28.08.2021

<https://www.gemeinsam-fuer-afrika.de/afrikas-zukunft-ist-jung/>. gemeinsam-fuer-afrika.de. abgerufen

<https://www.gfk-info.de/wp-content/uploads/2018/07/GFK-845x321.jpg>

<https://blog.codecentric.de/2018/11/konflikte-in-teams-loesen/>

<https://www.in-stability.de/de/entwicklungsberatung/leistungen/konfliktmanagement-und-meditation/>

<https://selam.berlin/gewalt-im-kontext-schule/>

<https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/nicht-verbale-kommunikation-nonverbale-kommunikation> abgerufen

<http://www.locker-bleiben-online.de/spielesammlung/64-namensduell> [abgerufen am 28.02.2022]

<https://www.fundmate.com/kennenlernspiele-gruppenspiele-jugendgruppen#spinnennetz> [abgerufen am 24.02.2022]

<https://www.gruppenspiele-hits.de/index.html> [abgerufen am 28.02.2022]

<https://workshop-helden.de/teambuilding-spiele/#namensimpuls> [abgerufen am 28.02.2022]

<https://www.gruppenspiele-hits.de/kennenlernspiele/Namensball.html> [abgerufen am 28.02.2022]

<https://www.meinunterricht.de/blog/kennenlernspiele-schule-ersten-stunden-ferien-neue-klasse/> [abgerufen am 28.02.2022]

<https://www.workingoffice.de/motivationsspiele/> [abgerufen am 24.02.2022]

<https://www.workingoffice.de/motivationsspiele/> [abgerufen am 24.02.2022]

https://www.spielewiki.org/wiki/Schwebende_Stange [abgerufen am 28.02.2022]

<https://schnitzeljagd-ideen.de/kooperationsspiele/> [abgerufen am 25.02.2022]

<https://www.praxis-jugendarbeit.de/jugendleiter-schulung/spiele-paedagogik.html>
[abgerufen am 28.02.2022]

https://www.kljb-muenster.de/site/assets/files/7816/das_kljb-gruppenspiele-alphabet_web.pdf

https://www.internationale-katholische-jugendarbeit.de/fileadmin/jugendarbeit/VHA_IJA_Methodenkoffer_Gesamt_Digital_2021_FINAL.pdf

<https://www.noel22.at/feuerwehrjugend-ausbildung/fj-gruppen-und-kooperationsspiele-2017.pdf>

<https://www.liveworksheets.com/zt531279je> letzter Zugriff 06.09.2021

https://schulportal.de/064305-051974/alle_Bundeslaender/Gymnasium_FOS/Katholische_Religionslehre-Klasse_7-Arbeitsblatt.html letzter Zugriff 06.09.2021

<https://www.bpb.de/veranstaltungen/netzwerke/teamglobal/67631/warm-up-wer-bin-ich> letzter Zugriff 26.08.2021

<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/konfliktmanagement-41409> (letzte Abfrage 04.06.2021)

<https://www.super-sozi.de/das-spinnennetz-2/> (Zuletzt aufgerufen: 30.08.2021)

<https://17ziele.de/info/was-sind-die-17-ziele.html>. (Zuletzt aufgerufen: 09.06.2021)

http://www.theater-in-der-schule.de/spieluebungen/Spieluebungen_fuer_Theatergruppen.pdf (Zuletzt aufgerufen: 16.08.2021)

<https://www.bpb.de/lernen/digitale-bildung/werkstatt/296913/bildung-fuer-nachhaltige-entwicklung-eine-einfuehrung>. (Zuletzt aufgerufen: 09.06.2021)

<https://www.kinderweltreise.de/kontinente/afrika/togo/alltag-kinder/kinder-in-togo/>(Zuletzt aufgerufen: 30.08.2021)

<https://lexikon.stangl.eu/8073/beziehungsfahigkeit>

<https://www.welt.de/kmpkt/article189216139/Psychologie-Wie-sich-Lebensziele-im-Laufe-der-Zeit-veraendern.html>. welt.de

<https://www.pixelio.de/index.php>

<https://karrierebibel.de/4-ohren-modell>

https://jrk-bayern.de/sites/default/files/downloads/03_methodenheft_wir_sind_vielfalt.pdf,
Zuletzt besucht 23.08.2021

https://socius.diebildungspartner.de/schnecken-selbstvertrauen-und-vorbilder/1912_schnecke-selbstvertrauen_00/ zuletzt zugegriffen am 26.08.2021

https://ssl2.cms.fu-berlin.de/ewi-psy/einrichtungen/arbeitsbereiche/entwicklungswissenschaft/media/media_pw/lehre_pw/PM_2005_06/12526/entwicklung_identitaet_praesentation_ws0506.pdf

<https://selbstlaut.org/wp-content/uploads/2016/11/modul02.pdf>, zuletzt aufgerufen am 23.08.21

https://api.politischbilden.de/documents/5dd501b5d92c3_Methode%20Identit%C3%A4tswiebel.pdf, zuletzt aufgerufen am 23.08.2021

<http://www.buntstattbraun.de/wp-content/uploads/2017/06/A.pdf>, zuletzt aufgerufen am 20.08.2021

<https://www.bpb.de/veranstaltungen/netzwerke/teamglobal/67628/warm-up-meetgreet>, zuletzt besucht am 25.08.2021

<https://www.wissensagentur.net/wie-du-dich-vom-einfluss-anderer-befreien-kannst-und-wieso-das-dein-leben-in-hoechstem-masse-veraendern-wird-2663.html>

<https://g-wie-gastro.de/mitarbeiter/probleme-konflikte-streit/die-kontrolle-zurueckerlangen-.html>

Julius, H., Gasteiger-Klicpera, B., & Kißgen, R. (2009). Bindung im Kindesalter: Diagnostik und Intervention. Hogrefe Verlag

Jennewein, A. (2021). Wege aus dem Konflikt: Geschichten, Impulse und Übungen für erfolgreiches Konfliktmanagement, Heidelberg: Springer Verlag

Klaus, Hans/ von Kajdacsy, Sylvia/ Heverbier, Jana (2015): Einstellungen Personalverantwortlicher zur Beschäftigung von Menschen mit Behinderungen. Springer VS: Wiesbaden.

Kopp, Bärbel/ Martschinke, Sabine (2015): heterogene Lernvoraussetzungen. In: Kahlert et. al. (Hrsg.): Handbuch Didaktik des Sachunterrichts, 2. Auflage. Verlag Justus Klinghardt. S. 361-366

Lengning, A., & Lüpschen, N. (2019). Bindung. München: Ernst Reinhardt Verlag

Lohenschreit, Claudia, 2009: Unterrichtsmaterialien für die Menschenrechtsbildung an Schulen, 2. Aufl. Berlin, Deutschland: Deutsches Institut für Menschenrechte (online) <https://www.institut-fuer->

menschenrechte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/unterrichtsmaterialien_zweite_fassung_2009.pdf (abgerufen am 27.02.2022)

https://brainworker.at/wp-content/uploads/brainworker-Whitepaper_Interkultureller_Methodenkoffer.pdf

Lorenz, Susanne (2019): „Transaktionsanalyse nach Eric Berne“ unter <https://wirksam-kommunizieren.de/transaktionsanalyse-nach-eric-berne/> letzter Zugriff 26.08.2021

Maaß, Christiane/ Rink, Isabell (2020): Barrierefreiheit. In: Hartwig, Susanne (Hrsg.): Behinderung. Kulturwissenschaftliches Handbuch. J.B. Metzler Verlag: Berlin. S. 39-43.

Mahnert, Judith (2017): Performative und ambiguoese Konstruktionen von Behinderung. In: Puhr, Kirsten/ Geldner, Jens (Hrsg.): Eine inklusionsorientierte Schule. Erzählungen von Teilhabe und Ausgrenzungen, Verschiedenheiten und Behinderungen. Springer VS: Wiesbaden. S. 269- 287

Marcia, James E. (1993): „The status of the statuses,“Hsrg.: Marcia, J.E., Waterman, A.S., Matteson, D.R., Archer, S.L., Orlofsky, J.L., Ego Identity, A Handbook for Psychosocial Research, S.22-41, Springer

Markowetz, Reinhard (2021): Freizeitpädagogik. Freizeit inklusiv? In: Hericks, Nicola (Hrsg.): Inklusion, Diversität und Heterogenität. Begriffsverwendung und Praxisbeispiele aus multidisziplinärer Perspektive. Springer VS: Wiesbaden. S. 135-158

Markowetz, R. (2020): Soziale Identität. Erschienen In: Hartwig, S. (2020): Behinderung, kulturwissenschaftliches Handbuch. Berlin: J.B. Metzler, S. 64

Meinert, Sascha; Stollt, Michael (2009): „Wer bin ich und wenn ja wie viele?“ Team-GLOBAL – Ausbildungsworkshop Teikyo-Campus Berlin, Bundeszentrale für politische Bildung, unter <https://www.bpb.de/veranstaltungen/netzwerke/teamglobal/67631/warm-up-wer-bin-ich> letzter Zugriff 26.08.2021

Meyer, B. (2011): Konfliktregelung und Friedensstrategien, VS Verlag

Nießeler, Andreas (2015): Lebenswelt/Heimat als didaktische Kategorie In: Kahlert et. al. (Hrsg.): Handbuch Didaktik des Sachunterrichts, 2. Auflage. Verlag Justus Klinghardt. S. 27-30.

Polis aktuell, Transkulturelles und Interkulturelles Lernen: https://www.politiklernen.at/dl/qOINJMJKomLNIJqx4KJK/pa_2016_2_trans_interkulturelles_lernen_web.pdf (abgerufen am 25.02.2022)

Puhr, Kirsten (2017): Verhältnisse von teilhabe und Ausgrenzungen, Verschiedenheiten und Behinderungen. In: Puhr, Kirsten/ Geldner, Jens (Hrsg.): Eine inklusionsorientierte Schule. Erzählungen von Teilhabe und Ausgrenzungen, Verschiedenheiten und Behinderungen. Springer VS: Wiesbaden. S. 288-324

Rogge, K. E. (2016). Systemkompetenz und Dynamiken in Partnerschaften: Fähigkeiten zum Aufbau und Erhalt von Paarbeziehungen. Berlin, Heidelberg: Springer

Rosenberg, M.B. (2012). Konflikte lösen durch Gewaltfreie Kommunikation. Freiburg im Breisgau: Herder Verlag

Rosenberg, M.B. (2016). Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens (12. Aufl.). Paderborn: Junfermann Verlag

Scherr, Albert (2016): Diskriminierung/Antidiskriminierung – Begriffe und Grundlagen. Im Internet: <<https://www.bpb.de/apuz/221573/diskriminierung-antidiskriminierung-begriffe-und-grundlagen>> (Aufruf:16.12.2021)

Schneider, S. (2000): Mein Körper ist mein Haus. Christophorus Verlag, Freiburg i. Breisgau

Soier, M. (2015). Wege zur Selbstverwirklichung: Wo Wohin Wie. Deutschland: Books on Demand

Sawizki, E. R. (2011). 30 Minuten NLP im Alltag (5. Aufl.), Offenbach: GABAL Verlag

Schäfer, C.D. (2017). Einführung in die Mediation. Ein Leitfaden für die gelingende Konfliktbearbeitung, Wiesbaden: Springer Verlag

Schildberg, C.: Politische Identität und Soziales Europa. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, S. 47-59

Schmitz, B. Handout. Grundlagen Konfliktbearbeitung/Konfliktmanagement. Stuttgart: EFAS. https://www.efas-web.de/files/teges/Teges_Handout_Konflikt_FINAL_SCREEN.pdf

Schultheis, Claudia (2015): erfahrungsorientierter Sachunterricht. In: Kahlert et. al. (Hrsg.): Handbuch Didaktik des Sachunterrichts 2. Auflage. Verlag Justus Klinghardt. S. 393-397.

Vereinte Nationen (2020): UN-Mitgliedsstaaten. Im Internet: <<https://unric.org/de/mitgliedstaaten/>> (Aufruf: 6.12.2021)

Thiel, A. (2003): Soziale Konflikte, transcript Verlag

von Thun, F. S., Zach, K., Zoller, K. (2012). Miteinander reden von A bis Z. Lexikon der Kommunikationspsychologie (4. Aufl.). Rowohlt Verlag

Wellenbrecher e.V.: hler, Lars: Diplom Sportwissenschaftler, systemischer Berater, Anti-Gewalt-Trainer; Fachbereichsleiter Prävention/Training/Beratung bei Wellenbrecher e.V., Euskirchen, mechler@wellenbrecher.de. (aus den Bereitgestellten Unterlagen entnommen)

Westphal, Manuela (2010): Gender und Heterogenität in der politischen Bildung mit eingewanderten Frauen und Männern. In: Hagedorn, Jörg et al. (Hrsg.): Ethnizität,

Geschlecht, Familie und Schule. Heterogenität als erziehungswissenschaftliche Herausforderung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 189-216

Wiemann, Caroline (2019): „Arm an Rechten, Chancen, Macht“. Im Internet: <<https://www.spiegel.de/politik/ausland/geschlechtergerechtigkeit-frauen-werden-weltweit-benachteiligt-a-1280543.html>> (Aufruf: 16.12.2021)

Wirtschaftslexikon Definition Konflikt:

<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/konflikt-41120> (Letzter Zugriff: 27.02.22)

Wirtschaftslexikon Definition Konfliktmanagement:

<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/konfliktmanagement-41409> (letzter Zugriff: 27.02.22)

Wirtschaftslexikon Definition Gewalt:

<https://wirtschaftslexikon.gabler.de/definition/gewalt-33514> (letzter Zugriff 27.02.22)

World Health Organization (2011): World Report on Disability Summary

Yousefi, Hamid Reza/Braun, Ina (2011): Interkulturalität: eine interdisziplinäre Einführung, Darmstadt, Deutschland: WBG, (online) https://content-select.com/media/moz_viewer/5e4d0005-6a98-450f-b980-1897b0dd2d03/language:de (abgerufen am 20.02.2022)

Zips, Werner/ Marte, Angelica V. (2021): Inklusion: (Sprach)Spiel, Satz und Gewinn? Zur notwendigen Theoretisierung eines populären Begriffes. In: Hericks, Nicola (Hrsg.): Inklusion, Diversität und Heterogenität. Begriffsverwendung und Praxisbeispiele aus multidisziplinärer Perspektive. Springer VS: Wiesbaden. S. 11-42

Liste des sentiments

(cf. Holler, 2016, p.71; Boyke, 2019)

Liste des besoins

(cf. Holler, 2016, p.85)

Reconnaître les besoins

(cf. Holler, 2016, p.30)