Ev kitêba han li ser dê û bavên ku
hincaran bê desthilat dimînin dipeyîve.

Belkî bi temamî; tu ne yek ji wan bî, lê teqez bi tiştekî tuyê xwe ji nû ve nas bikî.

Her tim ne hêsanî ye ku mirov dê û bav be. Li Swêdê bi miloynan dê û bav hene, hewil didin ku hemî tiştî ji bona zarokên xwe bikin. Di eynî demê de hejmara giliyên li ser arandina zarokan pirtir dibin. Bê guman ev nîşanek e; hincaran dijwar e; ku hem mirov bibe dê û bav û mirov, ku bi rastî ew nizane çi bike.

Heye ku hindik li ser tiştên ku mirov divê wan bike tê peyîftin? Kitêbek nikare hemî bersivê bide. Lê belkî kitêbek dikare bi hinek alîkarî pêşkêş bike û dilê dê û bavên ku bi hacetî ne; germ bike.

Bi temamî ev e, ku vê kitêboka han dixwaze li ser bipeyîve.

Komîteya li dijî arandina zarokan .

Kitêba dê û bavan

Kurdisk/??????????

Kitêba dê û bavan

Dema ku mirov pênc salî be, ew di tişteki nagehe, ku ew bi arandina xwestina li paşxistina hesabê elektirkê bihese.

Ger dayîkek berdewam bike
ku xwe bi strêssê bikuje

Martîna Erikssson ji nav wan gelek jinan e, ku ew diya Edgarê pênc salî ye. Mirov dikare bibêje; ku Edgar perçeyekî giring e ji Martîna Erîksson. Paşê tiştên din jî hene, ku ew jî giring in û demê ji jiyana Martînayê dibin, hinek ji wan xweş in û yên din jî pêwîst in. Ew dayîkek tekî bi tenê ye ji Edgar re û bi karê tam yê rojane radibe. Li paşiyê navê pêwîstbûnê lê tê kirin.

Erê. Martîna Erîksson dixwaze bibe şampiyona cîhanê di jugglîng (pehlewaniya avêtin û girtina gelek gokan) de. Hemî jiyana wê li vê yekê diçe, ku ew gelek tiştan bi hev re bi rûyekî li ken di eynî demê de dike.

Ji bona yekî xerîb, diyar dike, ku ew bi ser keve hinekî baş e. Bi rûkenîneke bedew Martîna Erîksson telefonî kompaniya elektirîkê dike û li paşxistina dandina fatûreyê dixwaze. Bi rûkenîneke bedew ew ji sekretêra kaseyê li ICA Esplanadê lavayî dike, ku ew careke din ji qenciya xwe kerta krêdîtê bi kar bîne, belkî ew di

hewildana de sisiyan kar bike? Bi rûkenîneke bedew û li paşiya hemî dê û bavan; ew kurê xwe yê bê vêsîn, westiyayî û rû bi zîwan ji zarokxaneyê tîne. Hema hema ta bi hemî riya malê ve li apartmentê ew dikene, ew li wir li gel Edgar dimîne.

Lê bi rastî Martîna Erîksson xwe dibîne, ku ew yekcar li hemî tiştî bi bin ketiye. Ji bona wê ev binketinek e, dema ku nikaribe hesabê elektirîka xwe di dema wê de bide, û ew her car dibîne ku Edgar bi tena xwe bi qalibên xwe re li hodeya lîstikê li zarokxaneyê dimîne, ji ber vê ew ji mêj ve; gurîzên sarbûnê di zikê xwe de dihese.

Mana li gel jugglîng zehmet bûye, erê; ew ne şaşiya Martîna Erîksson e. Herweha ji bona lîstika matçê jî baweriya wê bi xwe nemaye. Ew xwe bê hêvî dibîne û di xwe re nabîne ku ew tim xwe biguvêşe hevdu û rastiya xwe nede der û dixwaze seriyê ben ji destên xwe bernede.

Ger çawa be jî: dema ku ew li gel Edgar têye malê, bi piranî ew kêfxweş e, ew Martîna vedikêşîne û sed tiştên giring hene ku ew jê re bibêje û hêdîka ew hemî qehra xwe bi serê satileke şuştinê de derdixîne, wê bi ser hemî xaliyê de dirêjîne. Hîngê bi ser Martîna

Erîksson de jî hinek dirije: Di wê gavê de bê dilê xwe sîleyekê bi rûyê Edgar ve dişemirîne.

Bi rastî Edagar Erîksson diya xwe baştirî yên dîtir; diya xwe nas dike, lê ew nikare li bendê be, ku tiştekî li ser şermezariya diya xwe ya ko li ICA Esplanadê pê hesiyabû zanibe. Ew bi tenê niha dizane, ku rûkenîneke hişk û xerîb li rûyê diya wî ye, û paşê bi sîleyekê re wê bawer kir, ku guneh bû, ew gelekî êşiya, ji ber ku wî satileke şuştinê qulibandibû. Edgar pê dihesiya ku Martîna tucarî ji wî ne dûr e, û ji ber vê jî; wî gazind ji xwe dikirin, ew difikirî ka ewê çawa careke din karibe diya xwe dilşad bike, wek ku ji berpirsiyariya pêncsaliyan e, ku divê dayîk kêfxweşbin.

Dema ku mirov pênc salî be, ew di tiştekî nagehe, ku ew arandina xwestina li paşxistina hesabê elektirkê bikêşîne. Lê mirov gelekî baş dizane, dema ku ew dilxemgîn be û dixwaze bi serê xwe be, erê ev hestên ha ji bona hemî mirovan eynî ne, ger çi pênc salî an 32 salî be.

Belkî Martînayê karîba li ser van celeb hestên ha bipeyîfta:

Edgar ev ne şaşiya te ye, lê tam îroj pirtir zehmetir bû, ku navê

min Martîna Erîksson be. Ji ber vê jî taqeta min nîne, ku ez bersiva pirsên te yên bêvac; tam îşev bidim. Ez xwe yekcar ji hundirî ve dilşikestî dibînim. Belkî em xwe hinekî rihet bikin û li wêne an tiştekî binêrin, lê ez hundirî bimalim taqeta min nîne.

Ji bona Edgar; Martînayê Erîksson karîbû li xwe ne, ku ew ne perfêkt e. (Dayîkeke perfêkt û rast li gel rûkenîneke kirêt Edgar hîn wê naxwaze. Ew dayîkeke normal; bi pêştir dibîne).

Zarok ji piraniya hemî mezinan baştir in, ku ew lê biborin. Hin caran jî belkî ew di vî warî de baş jîr in. Teqez di vê rewşê de Edgar dê li Martîna Erîksson bibore, lê hîngê têye xwestin ku ew qehra xwe bi şûn ve vekişîne, hîngê ew di berdewambûnê de dibe karê nav malê. Û ewê ji vir bi şûn ve; bi rêz bi Edgar re bide û bistîne.

Beşê herî giringtir ji jiyanê, erê wek ku ew heye.

Wek ku em dizanin, nîşanên weha tucarî bi hêsanî naçin.

Ger baweriya bavekî bi hebûna xwe nemabe

Li salonê wêneyek bi darxistî ye, ji ber hin ûştan Ymer Trîbalî hin caran li ber radiweste. Dema ku ew li karuselê li tîvoliya Bakkenê li derî Kopenhagênê siwar dibin, wêne wî û Norayê dide salixdan. Nora di şeşsaliya xwe de ye, serê wê bi ber paş ve xwar bûye û bi dengekî bilind û serberdayî, haya wê ji xwe nîne, ew bi wêne dikene. Ymer bi xwe; qutikekî skotî xetxetî hûnandî li xwe kiriye û rihberdayî, bi destekî xwe bi Norayê girtiye û ji xwe re bi kêfxweşî li kamêrayê dinêre.

Gelek tişt ji vî wêneyê ha; ji nişkê ve; pir ji dûr ve pê tê hesandin: Rihberdayî. Qutikekî xetxetî hûnandî. Lê ji berî her tiştî Ymer Trîbalî ji nişkê ve bawer dike, ku xerîb e, mirov bi xwe pêşwazî awirên xwe be; serbilind, dilşad, vêsiyayî (rihetbûyî) û bavîtî. Ew weha bi tenê ji berî deh salan ve xuya dibû. Belgeya vê yek jî li salonê heye.

Êvara şemiyê Noara çû şadmaniyê û ta roja yekşemê nehate malê. Li pêşiyê wî dixwest dema ku ew têkeve derî wê himbêz

bike, lê paşê weha hêşt. Ew bi rastî ji ber balnerihetbûnê ve bê xew mabû, lê bi rastî jî ew nehatibû ser sozeke xwe. Helbet Norayê tiştek li ser himbêzkirina ku nebûbû nedizanî, wê riya rast girt û bi ber hodeya xwe ve çû û hemî îlhamên wê jê re digotin dev-ji-min-berde. Lê ji aliyê bavê xwe ve bête himbêzkirin, tevî wê jî wê ew nedihêşt.

Li cihekî bi rê ve, tê bawerkirin ku rêzgirtin li ba Norayê ji bona Ymer Trîbalî nemabû. Ji niha û pê ve; ew bi aşkereyî dide diyarkirin, ku ji her tiştê ew pêşkêş dike jê neferetê dike: Ew xeberan jê re dide û navê komeke genî li wî dike. Ew ji xwe re dibêje, ez ji cilên wî, henekên wî, ji ber ku ew nikare komputrekî bi kar bîne, ji Ford Fiestaya wî ya kevin fedî dikim. Dema ku ew dixeyîde, ew yekser kenê xwe li pêş rûyê wî pê dike. Ew navê ehmeqê dîn li wî dike, ta ku xelkên din jî jê bibîsin. Ymer Trîbalî vî hemî tiştî li ser xwe wek bavekî nehêja dizane. Li gel xeyd û bêdesthilatiyê; dê hesta bi binketinê bi lezandina roniyê di ser re derbas bibe. Û hincaran ew bi destên xwe Norayê dihejîne, da ku bi vî awayê ha hewil bide kontrola xwe vegerîne.

Hinekî derengtir li wê yekşema ha, hîn di pêlvedana nimûneyeke provokasiyonê ya Norayê de, Ymer Trîbal bi xurtî bi pişta destê xwe li ser rûçikê keça xwe dixist, lêketineke misoker bi pişta dest, ew bi berpaş bi ber dîwar ve firand û hêdîka radiwestiya, xwîn ji bêvila wê bi ser sermalê ve herikiya. Nora qîriya ku ew ji wî nefret dike, ew tiştan li ser xwe dibîse ku wî tucarî ew berê nebihîstibûn û ewê giliyê wî ji ber lêxistinê bike. Hîngê Ymer Trîbalî diqîre û li xwe vedigere dibêje ne'hle li min be, diviyabû min giliyê wê ji ber kirên wê kiriba, û paşê ew li xwe vedigere û ji wir diçe.

Ymer Trîbalî bawer dike, ku yeka Nora di jiyana xwe de dixwaze bike, ew e; ku ew wî biqehirîne, lê bi rastî belkî ew bervajiya vê jî dixwaze bike. Ew bi xwe li xwe nane, lê ji kûraniya hundirê xwe ve; ew dudilî û bi birîn e, û ji bavê xwe dixwaze ku ew dengê xwe dayîne, hêdîbûna mezinbûna xwe biparêze û bide nîşandan ku ew li ber wê dikeve di riya ku ew jê bipirse: Ma çi dihêle ku tu weha bikî? Ez tênagehim û ez dixwazime tu vê yekê ji min re bidî xuyanîkirin. Ez li ber te dikevim û ez nafikirim ku di vê rewşê de dev ji te berdim, ji berî ku tu ji min re bibêjî ma ka çawa ye.

Herweha li şûnê Ymer Trîbalî ji ber bêdesthilatiyê li rûyê keça xwe dixîne. Bi aşkeretirîn aqilmendiya ku mumkîn e, ew sîgnalê dide ku bi temamî meraqa wî li ser ew bi çi dihese nîne (tevî ku ew ne weha ye) ku ew zarokeke bê hêvî ye, îmkan nîne ku mirov pê re têkeve micadelê (bi rastî tevî ku wî mihawele nekiribû jî), awayê tekane ku mirov dikare xwe pê gihîne, ku ew li wê xîne (tevî ku wî bi vî jî bawer nedikir).

Weha wî ne bi tenê rûçikê çepê yê Norayê sor kir. Ew zextê jî li hestên keça xwe ya sîpe ya ko ji berê ve di nav hejandinê de bû dike. Û wek em dizanin nîşanên weha tucarî bi hêsanî naçin.

Na, yê ko bi îsbat ji nîvê salanên heyştî ve rih berdane, pêdivî ye; ku ew ji yeke16 salên xwe dagirtine aqilmendtir be. Û yê ko pê re aqilmdiya kesên mezin heye, pêdivî ye; li şûna ku ew wan weha pîs bike an li wan xîne, ew xwe bi vê aqilmediyê ji nav derdan bi mirovên din re bi derxîne.

Ger çi be jî, divê hin caran Ymer Trîbalî tiştekî bi wêneyê ku li salonê bi darxistî ve pê rê li xwe bigire: ew pêwendiyekê li gel Norayê ya ko nabe ew bête vegerandin temsîl dike. Ew çi bawer

dike hatiye ji bîrkirin, gelek awayên tiştên din hene, ku mirov dikare pê re mijûl bibe. Xelk mezin dibe, erê û xwe diguhêrin. Dema ku ne xweş be, mirov hîn li karuselê siwar be, divê mirov li awayên din bigere ku ew xwe pê nêzîkî hev du bikin.

Bi rastî Nora ne şeş salî ye, lê hîn ew bi hacetî bavekî serbilind, ewle ye, ku nahêle ew bête sernizimkirin. Yê ko dikare li ser xwe raweste bê ku hin caran ji aliyê xelkê ve hezkirî be û dema ku ew bi xwe kontrola xwe li ser tiştan winda bike, ew dikar destê xwe di ser wê re bigire. Bavekî ku diwêre ji ber cilên xwe yên pîs ve, ji zanîna xwe ya kêm ve li ser ceyberpace (înternêt), ji Forda xwe ya bi zingarî ve fedî neke û ji mafên xwe yên xweser re ku ew xwe têxe nava wan, bi berpirsiyariya xwe rabe û guh bide zarokên xwe.

Ger Ymer Trîbalî di rastkirina baweriya Norayê de bi ser keve, bi rastî jê tê xwestin, ku divê ew bi temamî serê komandoyê bigire destên xwe; çi wek rola bav be û çi bi xwe be, lê ev ne hêsanî ye.

Herçiqas ji vê dijwartir tucarî nabe.

Ji ber ku yekî mezin û nas şaşiyek kiriye, bavê Tomas temriya wî kêşandiye?

Ger bavekî nexwestibe
bibe wek bavê xwe

Ger mirov cihê avakirinê ji Tomas Bengtssson re gotiba, diviyabû ew hatiba, li yekî fikirîba, ku wî xwe tam li nêzîka devera vîlayan dirêj kiribû, li wir ew mezin bûbû.

Dê vîlayên nuh li gewra ku ew berê berdilka wî bû, bêne avakirin, û lê hate qedexekirin ku ew biçe wir jî. Bavê Tomas Bengtsson hostayê avahiyan (arşîtekt) bû, belkî ji ber vê jî wî didît ku nabe zarok têkevin ser riya ku xaniyê lê bêne avakirin. An jî weha wî didît ku dibe xeterî lê hebe, dibe ku li wir kort hebin mirov tê werbe û makîneyên kolanê hebin, ew têkevin bin wan.

Helbet bi çi awayî be, Tomas bi wir de bazda. Û helbet çavên bavê wî lê ketin, ne xerîb e, dema ku wî hêvarekê pênc singên avakirinê yên purtuqalî yên ko bavê wî li vir û wir çikandibûn hanîne malê. (Bi hêviya ku dê xaniyê nuh sê koşeyî be.) Bavê Tomas Bengtsson awqas negot, ewî bi çinîkên Tomas girt û çend caran ew li dora xwe doş kir.

Ger mirov ji Tomas re bibêje çinîk, dê gelek tişt bi vê minasebê bi bîra wî bên, hîngê temriya wî ji aliyê bavê ve hate kêşandin, dikir ku mêjiyê wî biteqiya, mirûzê wî hate guhartin û dilê wî kêliyekê rawestiya. Piştî cezakirinê wek adet ew bi hodeya wî ve dihete şandin. Bi bîra wî tê, çawan ew bi sa'etan li sermalê rûdinşt û bi awirên xwe qula darikekî li esrexa xanî çê dikir, biriyara xwe ya hişk dida, ger ew rojekê bibe xwedî zarok, ewê tucarî porê wan nekêşîne.

Lê wek adetî; bi temenê meziniyê Tomas Bengtsson nedfikiriya, ku ev ewqas bi xeter e. Niha ji nişkê ve ew têdigehe çima bavê wî di wan minaseban de nerihet û xeyîdî bû û xwe mecbûr dît, ku ew dersekê bo nimûne bide wî. Tomas Bengtsson difikirî, ku vê yekê ez gelekî neêşandim.

Bi rastî mirov dixwaze ji Tomas Bengtsson bipirse ma ew bawer dike çi qazenca wê hebû. Her cara dema ku ew bi tiştekî xirap radibû bavê wî lêdixst, teqez ewê vê carê nema tiştên xirap bike. Ji ber ku bavê wî her gav bi temrîkêşandina wî radibû, bi berfirehî hîç tu alîkariyeke wê xuyane tune bû.

Dema ku bavê Tomas Bengtsson temriya yekî mezin û nas bikê-

şîne, ji ber ku wî şaşiyek kiriye? Bi guman na, pêdivî ye, ku ew bi vê yekê; xwe û wî mirovî bi xwe jî nizim bike. Di riya temriya Tomas bête kêşandin de, têye nîşandan ku bavê wî ew wek mirovekî tam ne dihejmart. Ewî ew wek morovekî nebikêrhatî dihejmart, û mirovên weha mirov dikare çi bi serê wan bike, ewê bike. Li şûnê ku mirov hewil bide ku çareyekê ji vê yekê re di navbera du kesan de heye bibîne, di riya ku ew li ser vî tiştê ha bipeyîvin, bavê tomas Bengtsson pişta xwe da kurê xwe û hilwest jê wek kes girt.

Tomas Bengtsson dikare wek ew dixwaze di temenê mezinbûnê de bifikire, lê pirs ew e, ku ev yeka ha bi ziyaneke mezin ranebe. Ma mirov çi bi şe dike, dema ku temriya zarokên xwe dikêşîne? Da ku ew li cihê avakirinê baznedin? Na, mirov wan fêr dike, ku yê şaşiyê bike divê ew bête êşandin.

Rojekê ji rojan kurê Tomas Bengtsson, Peder hevaleî xwe bi piskulêtê digihande cihekî bê ku xoz li serê wî hebe (Tevî ku gelekî ji Peder re li ser vê yekê hatibû gotin.) Tomas bi tepa xwe li qûna wî da, da ku bi bîra Peder bîne û têbigehe, ku çi qasî bi xeter e, ku mirov yekî bê xoz bi cihekî gihîne. Ew hinekî teplêdaneke sivik bû, lê

Peder awira xwe bi ber erdê ve guhart û hemî hêvara xwe di hodeya xwe derbas kir. Mirov dikare ferz bike, ku ew li wir rûnişt û qula derikekî minasib bi awirên xwe durist kir, tevî ku biriyar girtibû, ku ewê tucarî li qûna zarokên xwe nexîne.

Ji aliyekî ve mirov dixwaze têbigehe ku Peder dikarî xwe ji nizimbûnê rizgar bike, ku ji aliyî bavê xwe ve lêdanê bixwe. Ji aliyê din ve mirov dixwaze wê hestê ji mêj ve bi bîra xwe bîne ku wê nimûneyê biqetîne, dema ku dora wî tê û ew dibe bav.

Bi guman Tomas Bengtsson mirovekî ne xirap e. Şaşî ew e, ku ew naxwaze hewil bide, ku silûka xwe biguhêre, ya ko dema ew biçûk bû bi xwe jê fêrbûye. Ger divê dawî ji vê yekê re bête danîn, pêdivî ye, ku yek ji mala Bengtsson bibe yê dawiyê yê ko cara paşîn e, li zarokên xwe dixîne. û divê Tomas Bengtsson ew kes bi xwe be.

Tucarî ne hêsanî ye; ku mirov silûkên xwe yên fêrbûyî wan biguhêre. Lê bi rastî gelekî giring e, dema ku mirov bifikire û wan derbasî nifşên din û din û din bike. Ji berî her tiştî, dibe ku hinekî mirov cîhanê baştir bike. Bi taybetî hemî dê û bav dema ku ew biçûk bûn, ji destên vê yekê xwarine.

**Johanna 13 salî ye,
prînsîpên wê yên gelekî hişk
hene; ji nav wan ew
li dijî şîr, berbisk û hemî
pêlavên meşqbaziyê
(jîmnastîk) yên ko binê
wan ji duwanzdeh
santîmetran tenktir in.**

Ger dayîkek bi rastî nizanibe çawa

Johanna Dahlberg 13 salî ye, prînsîpên wê gelekî hişk hene; ji nav wan ew li dijî şîr, berbisk û hemî pêlavên meşqbaziyê (jîmnastîk) yên ko binê wan ji duwnzdeh santîmetran tenktir in. Diya Johannayê ji mêj ve dibêje; ku berbisk gelkî ne xweş û ne mode ne. Bi rastî ta ku katalogeke xwendegehê bi destên wê ket û karîbû bala xwe bide ser, ku ji hemî keçan re li xwendegehê baştir e, ji bilî Johanna Dahlberg ku ew berbiskan bi kar bînin.

Helbet divê dê û bavên Johannayê ji bona keça xwe ya eynat û 13 salî; da ku por nekeve çavên wê bi her tiştî rabin. Hefteyê sê caran ew wê ji bona antermana fotbolê, xwendegha siwarbûna hespan û cem hevalan dibin û tînin. Bavê wê nikare kaseyeke vînê hêvara îniyê vexwe, da ku here Johannayê ji dûr ve; bi dil-xemgnî raweste û wê ji dîskotekên cuda cuda bîne. Diya wê dev ji xwe berdide û çavên wê bar nabin ku bi pereyên gihandibûn hev li dawiya hefteyê li şadiyeke muzîkê beşdar bibe, ew li şûnê; qutikekî

pirtikan ji Johannayê re yê ko ew gelekî bi dilê wê bû; jê re dikire.

Johanna pirê caran bê deng bi pêlavên xwe yên bi heybet ve rûniştiye û ew naxwaze şîr vexwe. Dê û bavên wê nikarin bawer bikin; ji bilî ku ew hinekî bê spasî; ku ew her tiştekî ji bona Johanna Dahlberg bikin. Bi giştî di van demên dawiyê de li malê kerbûneke bi tirs hebû, ev tirşbûna ku Johannayê peydakiribû dest bi vegirtinê kiribû. Divê ne ji adetîbûnê be, ku hemî firavîna yekşemê bête xwarin, ji bilî peyva ma tu dikarî xoyê bidî min û spas, xwarin xweş bû pê ve; tiştek nehatiye gotinê.

Hêvarekê mamostayê Johannayê telefon dike û dipirse, ma Johanna çawa ye, ev du rojin e ku ew nayê xwendegehê. Dema ku diya Johannayê ji keça xwe dipirse, ma tu li kû bûyî, dema ku tu ne li xwendegehê bûyî, Johanna bersivê dide, divê tu pê de gû bikî. Piştî wê; ewê dîsan terqîniyek bi deriyê hodeya xwe xist û dema ku diya wê li derî xist; ku jê re bibêje; dema şîvê ye, ew têdigehe; ku ew cehzî ye û Johanna nefreta wê dike.

Diya Johannayê tucarî li keça xwe naxîne. Li şûnê; ew deriyê hodeyê çend sa'etan li ser wê kilît dike, da ku ew li karê xwe yê kirî û

li ser reva xwe ji xwendegehê bifikire. Paşê tê biriyarkirin ku Johanna ta mehekê neçe dîskoyê. Di nav eynê demê de, divê ew bi makîneya xwe biçe cem hevalan, axura hespan û antermana fotbolê. Dê û bavên Johannayê dixwazine ku ew bi vê yekê tiştekî ji van bûyeran fêr bibe, ji ber vê jî ew bi hev re li ber maseya şîvê dipeyîvin û hewil didin, ku bidine nîşandan wek ku Johanna ne li wir e.

Erê; nabe ku mirov ji xwendegehê bireve. Ger kitêbeke qaîdeyan heba ji bona ku çawan zarokên 13- salî û dê û bavên wan; divê tesrifê bikin, diviyabû sedî sed li wir hatiba nivîsîn ku nabe zarok ji xwendegehê birevin. Yên ko keçeke wan 13- salî heye, dev ji xwendegehê berdide û du rojan ew naçe wê û paşê jî ji yekê re dibêje pê de gû bike, bi guman miwafeqeya kitêba qaîdeyan rê dide wan, ku ew gelekî bixeyêdin.

Lê bi guman divê di wir de jî bête danîn ku dê û bav wek şehîdên sar negerin û keça xwe ji ber şaşbûnekê ve bi kerbûn û bêdengiyê nekujin. Dema ku dê û bavên Johannayê derî li ser wê kilît dikin û wê li ber maseya şîvê sar dikin, ew dijatiyekê didine nîşandan, ger ku ew çiqasî ji reva xwendegehê jî hez nekin. Ew didine nîşandan

ku çi qasî ew ji Johannayê hez nakin. Û mirov dipirse ger kitêba qaîdeyan wê bi sûcekî xiraptir dibîne.

Ew ne bi tenê bi lîstika desthilatdariyê bi hestên sûcdariyê yên keça xwe lîstin û kirin ku ew xwe her tim bi tenê bibîne, lê belê bê ku haya wan jê hebe, wan xwe fêrî awayekî xirap kirin, ku pê derdên ku bi Johannayê re hene çareyan jê re bibînin, ewê wan derdan bi xwe re hilîne, çi ew bixwaze an na. Û tiştên ku di nav kitêbên qaîdeyan de hene, ew jî cureyekî ji arandina zarokan in.

Na, hîngê baştir bû; ku mirov hinekî bi rastî bixeyîde û li ser hemî tiştî bipeyîve. Bi rastî ku mirov bixeîyde, ew ne tiştekê qedexe ye. Bi kêmanî yê ko sebeb heye ku bixeyîde û ji berî ku qehra wî di ser re birije, karibe wê di demê de bigire. Belkî ew bi hinek qehir di nav kulfeta Dahlberg de safî û zelal bibûya, divê li bîra me be, ku ew çawan bêdawî li vê dawiyê gelekî ker û bêdeng bûn - bi rastî reva ji xwendegehê karîbû tiştekî bide Johannayê û dê û bavên wê ku ew li ser bi sa'etan bipeyîvin.

Lê ne hêsanî ye; ku mirov ji Johanna Dahlberg re dê û bav be. Dema ku diya Johannayê li ber qutikê pirtikî yê ko li salonê darve-

kirî bû, ew pê hesiya wek ku ew ji bona xatirê keça xwe xwe diarîne, û tevî vê jî hîn têra nake. Hin caran diya Johannayê hêvî dike, ku xwazî kitêbek ji bona yên 13- salî hebûya, ku ew çawan wek dê û bav kar bikin, lê helbet tiştekî weha nîne. (divê çawan mirovên din jîna xwe ya kulfetî bidine sazkirin, erê tu kitêb nikarine biriyarê li ser vê yekê jî bidin)

Destûr ji her yekî re heye, ku ew riyekê ji xwe re bigire. Û ger mirov carekê riya xwe winda bike, divê ew li çavên 13-saliyê/dê û bavên wê binêre û lêborînê bixwaze, bixawze hewil bide, ku dayîk careke din bi eynî şaşiyê ranebe.

Tê bawerkirin ku gelek tişt bi kesên heyşt salî re qewimîne, ku berê Peter jî yek ji wan bû.

Ger kulfetê zirbavekî û dêmariyekê
hinekî zehmet be ku cih bigire

Cara pêşîn Peter; Magdalena li matçke îshokiyê dît. Dema ku pêşbirka derbiyê (cirîta hespan) bû; keçek ji karê wî bi Magdalenayê û kurê wê re hatibû. Dema ku bayê sar dihat Peter macbûr dibû ku serê xwe bi aliyê rastê de ber bi jor ve bide û li Magdalenayê binêre. Kumê wê yê Brynäs hûnandî li serê wê bû û rûyê çepê ji ber vekenînê ve kort dibû. Peter ji îshokiyê hez dike, tevî vî jî ew li benda vêsînê bû, da ku ji nêzîk ve li vê kortika vekenînê binêre û heye ku mazarînekê (ke'ke) jî ji wê firoşyarê bikire.

Piştî çend hefteyan Peter û Magdalenayê dîsan hevdu dîtin û ji wê demê ve, wan bi hev re bi kêfxweşî taştî -her sibe ta ku nîv salê li ber xwe da- dixwarin. Herweha bi kêfxweşî her sibe ta nîv salê wan taştî bi Oskar re jî dixwarin.

Oskar kurê Magdalenayê ye, Ew heşt salî ye û Magdalena li ser wî ji sê saliyê ve rûniştiye.

Tê bawerkirin ku gelek tişt bi kesên heyşt salî re qewimîne, ku

berê Peter jî yek ji wan bû. Ew bi îngilîzî dipeyîvin, li înternêtê dinêrin û gelekî li ser zarokan dizanin; ku ewê çawa cihê xwe bigirin. Heye ku ji ber vê jî Peter bê gotin dima, dema ku ew bi tenê li gel Oskar ba. An jî heye ku ji ber Peter nizane bi rastî Magdalena dixwze ku ew çawa be: Bavekî ekistra ji Oskar re? Hevalê Oskar? Ev hinekî qut û bir e, divê ew çi hilwestê bigire. Ji ber vê jî bi piranî Peter bê deng e. Bi vî awayî bi kêmanî ew dikare xwe wek kesekî matmayî xerîb bibîne û bi tenê ew xwe wek xerîb dibîne.

Ne derengtir piştî ku Peter bar kir û tev li Magdalenayê bû, wê dît ku Oskar hatiye guhartin. Ew wek adetî hêvaran li ser çonga wê; li ser kenebê rûdinşt. Lê ji nişkêve ew dixwaze bi tena xwe li hodeya xwe bimîne. Ew wek adetî hêdî bû û mirov dikarî bi hêsanî pê re bide û bistîne, lê ji nişkê ve wî dest pê kir û her tim bi dijatiyê radibû. Dema ku ew bi seyrana daristanê li pengavekê bi xwendegehê re radibûn, ewî nedixwest cîzmeyan bike pê. Tevî ku sa'et dibûn deh, ewî nedixwest here razê. Ewî nedixwest porê xwe pak bike. Ewî nedixwest taştiyê bixwe. Û dema ku daxwazên wî bi cih nehatibana, xwe li sermalê dirêj dikir û diqêriya ta ku camên

penceraya hodeya Magdalenayê dihejiyan.

Magdalenayê dixwest van derdan bi diplomasî bê ku haya Peter jê bibe, çareyekê jê re bibîne. Wê didît ku çawan ew ji hemî rewşê aciz e, dema ku xiraptir dibû, ewî her tim hode diguhart. (Bi rastî wî tucarî nedixwest ku bibe bavê heyştsaliyekî çeled.) Magdalena difkiriya ku bi qasî dibe, ew di hêdîbûna malê de bi ser keve û wê rast bike, heye ku pêwendî di navbera Peter û Oskar de bi demê re winda bibin – ger ew bi tenê bi ser keve ku Peter ji sûcê dînîtiya Oskar û Oskar ji ewlenebûna Peter biparêze. Ji ber vê hemî şer li gel Oskar li gor xwestina wî bi dawî dibûn. Piştî hin bi serketinan û lê.

Lê hêvarekê dema ku Oskar ne diwest diranên xwe firçe bike û diqîriya ta ku camên pencereyê dihejiyan û pêdivî bû, ku Peter hodeyê biguhêre – hîngê ji nişkê ve Magdalena di xwe re dît, ku sîleyekê li ser rûçikê heyştsaliyê xwe xîne. Ji ber hin tiştan ve wê dest jê berda. Ev têvedan bi lez wek rengvedana birûskekê ji kûraniya bêdesthilatbûna giştî ve hat, lê bi alîkariya hêzeke kûr ku hin caran û caran ew ji hundirî ve tê dê û bavan; ew di rawestandina wê de bi serdiket.

Magdalena li Oskar nedixist. Li şûnê wê kurê xwe li ser çongên xwe dihejand û hêdîka wê didît ku çiqasî wê ew arandiye. Di eynî demê de, wê nema dikarî bi vir û wê de here, ku berberiya di nav endamên kulfetê xwe de bidine rakirin. Ew nema dikare xwe bi tenê ji bona mala heyştsaliyan û bavên êkistra çawan pê dihesin berpirsiyar bibîne. Ev yeka ha nema dihete tehemilkirin. Pêdivî bû; tevî ku Peter ne bavê Oskar e, ew destûrê wek rola mirovekî mezin bigire û pêdivî bû; ku Oskar jî wek yekî heyştsalî adî bibe, dema ku daxwazên wî bi cih nebûna, ew hin caran dixeyîdî.

Bo nimûna niha yekcar bilintir Oskar diqîre, lê nema ji bona diranfirçekirinê tiştekî pir tê kiriın, ew jî ji ber ku vê dawiyê, dê çi bi serê kulfetê wî bê, bala xwe ne rihet dikir. (Dema ku wî xwe bi dirêj-pehinkiyê dirêj dikir, belkî ewî dixwest xurtbûnê di hevgirêdna nuh ya kulfet de biceribîne. Ewî xwe ne ewle didît, ji ber ku ewî pê nedizanî ma ka Peter ewê wek kesekî ji vir winda bibe an ewê wek kesekî li vir bimîne.)

Dema ku bavekî mirov zêde hebe bi rastî ew hinekî xweş e, bi guman; piraniya heyştsaliyan ewê li binê vê yekê îmza bikin.

Mirov dikare bi wan re biçe îshokiyê. Mirov dikare kitêban bixwîne an pirsên dijwar li ser zarokan bipirse. Hin caran bavên êkistra ewê bê guman ji yekî re bibêjin cîzmeyan têxîne lingên xwe û heye ku hin caran mirov ji wan jî bixeyîde, lê dema ku zarok û mezin bi hev re dimînin, zehmet e, ku mirov têkeve navbera wan. Divê mirov xwe li gor vê yekê biguncîne. Peter baş Peter e, û Oskar jî Oskar e. Peter mezin e û Oskar biçûk e û kesek nikare vê yekê biguhêre – lê şerên ku diqewimin, pêdivî ye; yê ko mezin e, ew wêribe rahêje wan û li ser bipeyîve.

Magdalena jinek e, ji bilî kumê Brynäs; şîneke ku çavên mirov lê bar nabe li cem wê heye, dema ku ew dikare bi kontrola xwe di hêrişkirina acizbûnê de rabe. A niha ew li sermala serşokê westiyaî rûniştiye û li Peter dinêre, yê ko hewil dide diranên kurê wê firçe bike, lê ew bi destên xwe wî nahêle û dest bi giriyekî mezin kiriye.

Û ji çend rojan ve ye, kortika vekenînê li rûyê wê yê çepê diyar nebûye.

Tucarî bavê Johan
li wî nexistiye û bi tu
navên din jî gazî wî
nekiriye. Lê wî kiriye
ku Johan xwe

nekêrhatî bibîne,
lê tevî vê jî ew bi
awayê mirovekî kêlek
seqet ji aliyê din
ve bi derket.

Ger yek zanibe ku
ew bi kêr nayê.

Bavê Johan her tim digot, ku mirov dikare her tiştî bi serî bike, bi tenê dema ku ew biriyara xwe li ser bide. Ewî xwe wek nimûne dida pêşandan. Şagirtê ber destan bibe wek serdoktor – bi awayekî giştî spas ji bona viyana baş, û pereyên stîpendiumê. Kurê min yê mezin ew dikare gelekî bi rê ve biçe, bi tenê dema ku tu jê re nîşanekê dayînî, hin caran dema ku mêvan bi serîlêdanekê dihatin; bavê Johan pesina xwe dida. Dema ku Johan cara pêşîn bihîst, ew ji mehneya wê ecêbmayî dima: ku nîşanekê jê re dayîne. Ewî ji birayê xwe yê biçûk dipirsiya. Ewî jî hîç bi kûrahî nedizanî.

Dema ku Johan çû sinifê yekê, diviyabû hemî zarok bi prova xwendegeha muzîkê ya komûnal rabin. Yên ko di provê baş bi serketin, wan karîbû dest bi lêxistina kemnçeyê bikin. Yên ko kêmtir baş di provê de bi serketibûn, wan dikarî li trumpetê an li klarîntê xînin. Paşê yekser serberjêr li pey hev dihatin: piyano, gîtar, defik û pîk. Johan piştî ku li bendê- bi maneke dirêj û bi êş li

korîdorê ma, biriyar jê ra hat ku ew li pîkê xîne. Ta îroj tê bîra wî; ku çawan ew di otomobîlê de li ser riya malê ji xwendegeha muzîkê ya komûnal de giriya, tevî ku tucarî ne di bîra wî de bû jî; ku ew ta li kemançeyê jî xîne. Û bi bîra wî tê ku bavê wî jê re got; ewê baştir bibûya, ger nîşan jê re hatiba danîn.

Mirov dikare di her tişî de bi serkeve bi tenê dema ku mirov biriyarê li ser bide.

Dema ku Johan deh salî bû, ew bi bavê xwe re çû nêçîra gakoviyan. Ev bûyera ha di nava kulfet de; ji mêj ve; cihê li ser peyîftinê bû, bavê Johan di beşê paşin de ji êlûnê, dawiya gelek hêvaran bi peyîftina çîrokên nêçîrê ji Johan û birayê wî yê biçûk re dihanî.

Ji nêçîra gakoviyan bi xwe; çar tişt bi bîra Johan tên: Ku daşhund (cureykî seg e) ji hişkirinê dilerziya. Ku zehmet e; mirov bêdeng be. Ku dema yekî cerg û hinavên koviyeke çav mezin jê bi derxistana, ew vedirşiya. Lê ji hemî tiştî aşkeretir tê bîra wî, ku çawan bavê wî bi sarî lê dinêrî û digot; erê baştir e, ku em bi te re herin malê.

Mirov dikare her tiştî bi serî bike, bi tenê dema ku ew biriyara xwe li ser bide.

Dema ku Johan 13 salî bû, divîyabû banê xaniyê havînê bête nûjenkirin. Bavê Johan, Trä-Janne û bavpîrê Johan li ser banê xanî bûn, ji erka Johan û birayê wî yê biçûk bû, ku bi tiştên nêzîkî erdê rabin. Birayê biçûk yê Johan tehtikên banê xanî hildigirtin û bi nêrdewanê ve hildikêşiya û bavê wî ji dest digirtin, lê ji erka Johan bû , ku plastîkê tehtikan bibire û binêre ka ji birayê wî re çiqas têne xwestin. Bi vî awayî ew pê ve mijûl dibûn. Li dawiya piştî nîvro, ev hêrarkiya ha qetiya. Birayê biçûk yê Johan bêhn-vedanek girt, û Johan di riya nêrdewanê re tehtik yekser didane bavê xwe. Ev kar baş derbas dibû. Cara dudiyan wî tehtik bi xwe re biribûn û di nêrdewanê re bi ber ban ve hilkişiya. Trä-Janne li herî jor bû û destê xwe yê jar dirêjî ber bi Joahan kir. Lê Johan negihîşte wî, bi pêpêlakek din ve bi ber jor ve hilkişiya û tehtikek ji dest wî bi ser yên berê çêkirî de ket. Helbet mebesta wî ne weha bû. Lê hîn ew gava ha di bîra wî de ye; dema ku ew li wir rawestiy-abû, li ser textên bi sê metiran ji erdê ve bilind, çav li çavan, ku çawan bavê wî li wî bi qehir dinêriya û bi hêdîka digot: Ma tu dikarî ji kerema xwe ji ser xanî dakevî.

Mirov her tiştî bi serî dike bi tenê dema ku ew biriyarê li ser bide.

Ger mirov ji bavê Johan li ser zarotiya Johan bipirse, bê guman ewê bibêje ku wî hewli dida, ku piştvanî li kurê xwe dikir û di nav hevalên xwe de pesina wî dida. Ger mirov ji Johan bipirse, ewê bibêje tucarî, ne carekê jî, bavê wî nîşan pê nedaye, ew bawer dike, ku Johan tucarî bi kêr nehatiye. Û tevî ku Johan mezin e jî, ew hîn ditirse ku bi ser nekeve – bi rastî: ji ber vê; gelekî ji bona Johan giring e, ku ew bi ser keve.

Tucarî bavê Johan li wî nexistiye û bi tu navên din jî gazî wî nekiriye. Lê wî kiriye ku Johan xwe nekêrhatî bibîne, lê tevî vê jî ew bi awayê mirovekî kêlek seqet ji aliyê din ve bi derket. Mirov guman dike ku bavê Johan bi xwe; dema ku ew zaro bû, bi ber sernizimkirinê ketiye û ew niha jî eynî hilwesta dê û bavên xwe yên sar dubare dike.

Bi rastî ji bona ku mirov nikare her tiştî bi serî bike, tevî ku mirov biriyara xwe jî li ser dabe. Mirov nikare bi serî bike, ger ew ji xwînê bitirse, ku li cerg û hinavên koviyekê binêre. Û ger mirov nikaribe wêrabûnê û viyanê di kurê xwe de biçikîne, ger mirov maf

nede wî ku bi suxtekarî bistirê, verişe an banê xaniyekî bide çêkirin. Di rewşeke din de mirov bawer dike ku bi tenê ew tiştekî bi serî bike, û tevî wê jî mirov naxwaze.

Dema ku Johan 15 salî bû, ewî pîkek danî ser refikê. Hîngê wî dikarîbû wek ava herikî bi hemî tiliyên xwe li hemî pîkên pifkirinê xîne. Ew li dawîhanîna xwendagehan solîst û lîstikvanê cejina zayînê bû, ew li gel hemî taximên muzîkê bû. Lê pifkirina pîkan sal li pey salê li ber xwe neda, ji ber ku Johan bawer dikir, ku ew bi berhem û xweşbû, lê belê ewî dixwest raberî bavê xwe bike, ku ew dikare nîşanekê jê re dayîne. Sebeba êşeke biçûk, û kar jî nedikir - vê hîn pirtir rê li pêş bavê Johan vedikirin, ku ew kurê xwe biêşine di riya ku ew tu pesinê jê re nede.

Bê şek ew awayekî jîr bû ji êşandinê re, ji ber ku hîn piştî 20 salan jî; ew cihê dax û êşê ye.

16 şîret ji bona te yê ko bawer dike, hin caran dijwar e, ku mirov dê û bav be

1. GER BALA TE NERIHET BE; KU TU HIN CARAN NEBÎ DÊ Û BAVEKÎ BAŞ: Bila li bîra te be, ku tucarî ne dereng e, ku mirov xwe baştir bike. Zarok her tim li dora xwe hevjiyanê dicivînin, lê di eynî demê de şîneke wan ya bêhempa heye ku ew xwestina te ji bona guhartinê bibînin.

2. GER TE CAREKÊ JI CARAN BI ZAROKÊN XWE RE BI AWAYEKÎ ŞAŞ DABE Û STANDIBE: Bibêje bibore. Pir caran mirov biçûk dibe û ji xelkê tikaya lêborînê di demê an ne demê de dixwaze. Mirov wek kesekî mezin kêmcaran lêborînê dixwaze, tevî ku ew ji bona rêzgirtina yên din awayê herî baş e. Bi taybetî kêmcaran kesên mezin li deriyê yên biçûk dixînin, da ku lêborînê ji ber kirên xwe yên nebaş ji wan bixwazin. Mirov ji zarokên xwe lêborînê bixwze ew "ne rijandina ava rû ye", li şûnê tu wek mezin mezin dibî.

3. GER TU XWE GELEKÎ STRÊSS Û DILXEMGÎN JI BER HIN TIŞTAN DI JIYANA XWE DE XWE BIBÎNÎ: Vê yekê ji bona zarokên xwe bide aşkerekirin. Erê mirov nikare li hemî aliyan bigere û her tim ji hemî mirovatiyê re bibe nimûne. Heyanî bi zarokên biçûk gihîne, ew dikarine têbigehin, ku çiqasî mirov pê dihese dema ku ew dilxemgîn be, û erê hacet nîne tu wê bike bi awayekî dramatîkî an têkevî nava tiştên hûr. Bila li bîra te be ku tu bala xwe bidî ser: Erê li dawiyê ew ne sûcê te ye. Helbet peyv ji her tiştî giringtir in: Ne sûcê te ye. Ji bona te wek kesekî mezin , belkî tu adî pê dihesî, lê ji bona zarokên te; ew hêsanîkirineke ku mirov wê bibîse. Lê wekî din gelekî hêsanî ye, ku mirov berpirsiyariyê hilgire ser xwe.

4. GER TU BI BÊDESTHILATDARIYÊ JI KIRÊN ZAROKÊN XWE LI PÊŞ YÊN DIN MEZIN PÊ DIHESÎ: Bila li bîra te be hemî dê û bav bi ber vê yekê dikevin. Erê bê desthilatdariya pir û bo nimûne dema ku zarokên te dest

bi qîrînê dikin û tu bi awayekî cuda tesrif dikî, hîn zarok xwe pirtir bê ewle dibînin. Tuyê çawan ji vê rewşê re çareyekê li malê jê re bibînî? Hewil bide ku tu bi eynî awayî pê rabî, bê ku tu gelekî guh bidî mirovên din ku ewê çi bifikirin. Zarokên wan jî hincaran diqîrin.

5. GER BI RASTÎ NABE KU BI ZAROKÊN TE RE BÊTE PEYÎFTIN: Careke din hewil bide. Dengê xwe nizim bike, hêdîbûna mezinbûna xwe biparêze û bibêje tu çi mehneyê didî. Bi vî awayî tu giraniyekê didî tiştên ku tu dixwazî wan bibêjî, tevî ku tu nikarî yekser li benda bersivdanê bimînî. Ger tu xwe di nav bi hêrsbûna xwe de winda bikî, rewş hîn xiraptir dibe.

6. GER TU PÊ DIHESÎ KU TU JI ALIYÊ ZAROKÊN XWE VE TÊYÎ PROVOKASIYONKIRIN KU TU BI VÊ YEKÊ KONTROLÊ WINDA DIKÎ: Da ku xeyda hin dê û bavan rabe, bi piranî tam zarokek dizane ku li kî derê bi provokasiyonê rabe. Ku mirov kontrola xwe ragire ne hêsanî ye, lê mirov wek dê û bav; şîretek lê tê kirin: Di rewşeke weha de tiştê ku zarok dibêje ji bîra bike, û li şûnê hewil bide ku ew weha ne: ew gelekî ji bona te wek mirov giring in, lê di vê gavê de ew ji bona te bi xwe dijwar in. Û tiştê ku bi rastî ji te tê xwestin, ku tu bi piştgîriya wan rabî, tevî ku sîgnalên ji wan tên li dijî vê yekê bin jî.

7. GER ZAROKÊ TE BI TENÊ DIQÎRE Û DIGIRÎ Û NAYÊ HÊDÎKIRIN: Teqez ew ji ber westê ye, ku zarok nikare çareyekê jê re bibîne. Belkî hîngê zarok bi hacetî hêdîbûn û bêhnvedanekê ye. Hewil bide ku bila bê bîra te, dema ku tu bi xwe şeş salî bûyî û te bîra çi dikir û tu hêdî nedibûyî? Çîrokek? Kêliyekê hêdîbûn? Bi serê xwe hêştin? Mezinek li ber destan be? Bi guman hesta te bi xwe ji bona rastiyê, ew çêtirî her tiştekî din e.

8. GER LI BA ZAROKÊ TE YÊ SÎPE HÎÇ JI BONA TE RÊZGIRTIN NEMABE: Bi xwe bi bîra xwe bîne, ew bi tenê weha ye. Zarokên sîpe wek hemî zarokan bi hacetî serpêhatiyên me mezinan in, lê divê ew serbixwebûna xwe jî bidine diyarkirin. Di hemî zemanan de weha bûye. Lê helbet nabe ku tu hema bi çi awayî be; çareyekê bibînî.

9. GER ZAROKÊ TE TIˆTEKÎ BIKE Û TU JÊ GELEKÎ BI HÊRS BIBÎ: Ne qedexe û ne xerîb e, ku mirov bixeyîde, lê divê hêrsbûn li ber xwe nede û tucarî bi ber sarbûnê an sînîsma sar û şerxwestinê ve neçe. Tiştekî weha dihêle ku zarok li ser dudil bibin, ku bi rastî ew hîjayî çi ne, û ev celeb hestên ha gelekî dijwar e, ku mirov xwe ji wan bike.

10. GER ZAROKÊ TE SÎNOR FIREH BIKE Û ZEXTÊ BIDE SER TE: Guhpêdayîn jî wek nabûnê ye. Ji zarokan nayê hêvîkirin ku ew baweriya xwe bi mezinekî ku nikare bibêje na, bînin – ew bi hacetî sînorên xuya ne. Sînor di kû re têne kêşandin, tu bi xwe biriyara wê didî, û paşê tu wek mezin lê dinêrî ka çiqasî li pey wê tê çûn.

11. GER TU BAWER BIKÎ KU ZAROKÊ TE ŞAŞIYEK KIRIYE: Divê tu çareyekê ji şaşiyê bi xwe re bibînî, ne ji kesê zarok bi xwe re. Pêdivî ye, ku rêzgirtina te ji zarokê te re hebe û ji ber tiştê wî/wê kirî re tu xwe şermezar dibînî

12. GER ZAROKÊ TE ALÎDARIYA YÊ DIN DIKE; DÊ AN BAVÊ KU NE BEŞDAR E: Bila li bîra te be, ku dê û bavê din ji te ne giringtir e. Dema ku zarok bavekî an dayîkekê ku nema ew ji kulfet tê hejmartin, îdiyalîze dike, ew bi vê yekê dixwze ji xwe re riyeke derktinê ji bona yê windabûyî bibîne. Mehêle ku ev yeka ha dilê te biêşîne. Bi rastî hîç tiştek ji bona te bi xwe nîne, yê ko amade ye, ew di bîra mirov de ye.

13. GER ZAROK LI GEL ZIRBAV/DÊMARIYA XWE YÊ/YA NUH NE KÊFXWEŞ BE: Zarok bi hecetî ewlebûnê ye , ka çi yê bi serê kulfetê wan bê. Mirov bawer dike, ku zarok bi taybetî yekcar xwe aciz li gel zirbav an dêmariya nuh nabînin, lê mirov dikare bibêje ku bala wan ne rihet e û ew dixwazine pêwendiya te dayînin ber provê. Ma ev kesê nuh ewê bimîne an ewê biçe? Hûn mezin di derbara vê yekê de pêdivî ye; li pêş zarokan aşkere bin.

14. GER HINCARAN JI BONA FEDKARIYÊ SPAPSBÛN NEBÊ: Bila li bîra te be, ku zarokê te ne li bendê ye, ku divê tu xwe ji bona daxwaza wî/wê ji binî ve bidî rakirin. Lê tevî vê jî ew ji bona dê û bavên westiyayî û

dest ji xwe berdayî ne dilşad in. Hin caran li xwe jî bifikire.

15. GER TU XWE WEK DÊ Û BAV BÊ DESTHILAT BIBÎNÎ: Giring e ku mirov têbigehe ku bêdesthilatbûn ji kû ve tê, hîngê li pêşiyê mirov dikare tiştekî jê re bike. Dema ku mirov rewşa pêşiya xwe bibîne, hema hema her tim hêsanî dibe, ger ew fikrên xwe xwe bi yekî din mezin re par ve bike; dostek, dê û bav, hevrûniştî, hevkar. Ger tu bixwazî telefonî yekî xerîb bikî, gelek rêxistin hene, ku ew bi telefonê bi alîkariya dê û bavan radibin. (Numreya telefonê li vê goleka teniştê heye.) Da ku tu şîret û alîkariyê wergirî; tu dikarî her tim riya xwe bi cihê wergirtina psîkiyatriyê yê zarok û xortan, lênêrîna laşsaxiyê ya xwendegehan an bi xizmeta civakî xînî.

BRIS, MAFÊ ZAROKAN DI CIVATÊ DE. Telefona – mezinan: 077-150 50 50. Bihayê telefonkirinê 1 kron, deqîqeyekê, Alîkariya professiyonel. Hemî rojên dewamê 11.00 – 13.00 vekirî ye.

PARASTINA ZAROKAN; Dê û bavên nediyar: 020-786 786. Belaş. Vekirî duşem 12.00 – 12.30, sêşem-înî 18.00 – 21.00, şemî-yekşem 13.00 – 16.00.

XAÇA SOR, Nobetdariya bi kes: 020-220 006. Belaş. Her şev vekirî ye 11.00 – 13.00.

SFPH, Komeleya Swêdî ji bona Laşsaxiya psîkî Weqfa Ester Bohlman. Telefona dê û bavan: 020-854 000. Belaş duşem. Înî 10.00 – 14.00.

EMERGENCY COUNSELLOR:
08-702 14 80 or 112
(emergency services).
Always open.

16. GER TU GUMAN BIKÎ KU ZAROKÊN LI NÊZÎKA TE DI XETERA ARANDIN AN ÊŞANDINÊ DE NE: Bê ku tu hîç tiştekî nekî, her tim baştir e, ku tu bi yekî re li ser gumanên xwe bipeyîvî. Li cihê ku tu li dimînî, dan û standinê bi xizmeta civakî re dayîne, li wir personalên perwerdekirî hene, ew dikarin şîretan li te bikin ku tu çawan kar bikî. Hacet nîne ku tu bibêjî ew çi zarok in an navên wan çi ne. Hevpeyîftina te awtomatîkî nabe sebeba giliyekî.

Bi rastî arandina zarokan çî ye?

Çi bi serê mirov tê, ger mirov li zarokekî xîne, zarokekî bide sarkirin, zarokekî têxîne bin kilîtê, navan li zarokan bike an bi awayekî din zarokekî sernizim bike?

Mirov ji zarok re diyar dike, ku ew bi kêrî tiştekî nayê. Mirov li şûnê berê xwe dide alî da ku xwe nêzîk bike. Mirov zarok wek mirovekî kêm dibîne. Mirov hestên zarok dixîne hêlandinê. Mirov xwe li ser hesabê zarok giring dibîne. Mirov zarok fêr dike, ku hezkirin ji yê dide natê birin, ku pêdivî ye kara wî tê hebe (ta bihayê qelandina wî bi xwe be jî). Mirov sîgnalê dide, ku ew guh pê nade.

Ev hestên ha pişt re dihêlin, heye ku ta di salên mezinbûnê de jî; bi zarok re dijwarî peyda bibin,. Gelek ji zarokên ku hatine arandin, bi tiştê herî xirap re jiyanê dikin: tiştên nerxweş, bi tenêbûn, ne guhdayîna temamî ya dê û bavan di hevjiyana dayîmî de.

Tevî vê mirov kirên xwe dide fêrkirin. Ew weha dibe dema zarok bi xwe biriyara xwe dide ku çi rast e û çi şaş e: Dê û bav bi fêrkirinê di riya xwe re radibin. Ku mirov bi zarokekî re bipeyîve, ku divê ew

çawan bi yekî din re tesrifê bike, ger mirov piştî wê bi xwe pê re nejî, ew bi piranî bê mehne ye. Bi piranî zarok dê ji tiştên ku dê û bav pê radibin birevin û ewê bi xwe bê ku haya wî/wê jê hebe moralekî li derveyî vê yekê ji xwe re bide hûnandin.

Nayê wê mehneyê ku hemî zarokên ku di biçûkaniya xwe de lêdan xwarine, ew jî yê li zarokên xwe xînin. Lê bi rastî tê wê mehneyê; ger ew bihêlin wek xwe bimîne, ewê mecbûr bin, ku modêla hatiye fêrkirin biqetînin, û helbet dema ew modêl ji destpêkê ve tune bû.

Tevî vê tê wê mehneyê jî; em dê û bav ne bi tenê zarokên xwe perwerde dikin, lê belê ta radeyekê hemî nifşên ku li paş me tên jî.

Hîn berpirsiyariyeke mezintir dikeve ser milên me; dê û bavan. Û tam em dikarine wê bibînin: hîn keyseke mezintir.

©Komîteya li dijî arandina zarokan
Wizareta civakî 1999

Raman & danîn:
TBWA STHLM & Leg psîkolog Bengt Grandelius

Hevkarê nivîsînê & konsultê psîkologî:
Leg psîkolog Bengt Grandelius

Art Direktor: Henrik Delehag
AD-asistent: Emma Ludvigsson
Skribent: Anna Qvennerstedt
Proje sorumlusu: Cecilia Winbladh
Prodüksiyon sorumlusu: Jenny Meckbach
Korrektur: wergerandin Eqvator AB

Orîjînal: Hunkydory Communication

Kontrolkirina rastiyan:
Chrisrina Beck, sosyolog/Psikoterapi uzmanı

Kontakt:
mot barnmisshandel@social.ministry.se

Translation from Swedish: Clare James

Original title: Föräldraboken