

ተስፋ/HOPE (ከመልካም ልምድ የተገኙ የጤና ውጤቶች/Healthy Outcomes from Positive Experiences) የልጆችን 4 ቁልፍ የሆኑ የልጅነት ልምዶችን/Includes 4 key Positive Childhood Experiences (PCEs) የልጅነት አሉታዊ ውጤቶችና ልምዶች እንዲታዩ የሚከላከል/Adverse Childhood Experiences (ACES).

መጋቢ፣ደጋፊ ግንኙነት ልጆች ጠንካራና ጤናማ ጎልማሳ እንዲሆኑ ወሳኝ ነው.



- ወላጅ/ተንከባካቢ ለልጆች ጥያቄ መልስ የሚሰጡ መልካምና ፈጣን ምላሽ እንድሁም ግንኙነት ያላቸው።
- ከቤተሰብ ውጭ ያሉ አዋቂ ሰዎች የልጆችን እድገትና ልማት ለመደገፍ እወነተኛ ፍላጎት ያላቸው።
- ከጓደኞቻቸው ጋር ጤናማ፣የቅርብና አወንታዊ ግንኙነት መኖሩ።

Relationship- ዝምድና

የተረጋጋ፣ደህንነቱ በተጠበቀና ፍትሃዊ በሆነ አካባቢ የሚኖሩ፣የሚማሩና የሚጫወቱ ልጆች ጎልማሳ በሚሆኑበት ጊዜ የአካላዊና የአእምሮ የጤና ችግር ላያጋጥማቸው ይችላል።



- ተስማሚ፣የተረጋጋ አካባቢ፣ የልጆችን መሰረታዊ ፍላጎቶች ያሟላ፤ በቂ ምግብ፣መጠለያ እና የጤና አገልግሎት ማሟላት።
- እንክብካቤ ያለው ቤት ልጅ ስሜቱ የሚጠበቅበት።
- የተረጋጋ የትምህርት ቤት አካባቢ ልጆች የሚደመጡበትና ከፍተኛ ጥራት ያለው ትምህርት የሚያገኙበት።
- ከሌሎች ልጆች ጋር ለመጫወት አስተማማኝና ፍትሃዊ ማህበረሰብ መኖሩ።

Environment: አካባቢ

ልጆች ከማህበረሰባቸው ጋር በአድናቆትና በፍቅር ለመተሳሰር ይፈልጋሉ. በአካባቢያዊና ማህበራዊ ጉዳዮች መሳተፍ፣ስለ ባህላቸውና ልምዶቻቸው እና ስለ የተለያዩ ጉዳዮች ያላቸው የእኔ ነው የማለት ስሜት ስፈጥሩ ልጆች አስተማማኝና የማይበገሩ አዋቂ ይሆናሉ።

Engagement- መሳተፍ



- በጥርጀክት ውስጥ መሳተፍ፣ጓደኞቻቸውን መምከር በትምህርት ቤት፣በማህበረሰብና የሃይማኖት ድርጅቶች ውስጥ የማህበረሰብ ድጋፍ አገልግሎት መስጠት።
- በየቤተሰብ ባህላዊ ልምዶች ላይ መሳተፍ።
- በሙዚቃ፣ጥበብና ስፖርት ላይ መሳተፍ።

እድገት ለመሳተፍ እድል ሊያገኙ ይገባል።

Opportunity- እድል



- የራሳቸውን ስሜትና ጸባይ የሚቆጣጠሩበትን ሁኔታ ማሳደግ።
- ለተግዳሮቶች ምላሽ የመስጠትን ችሎታ ወጤታማ በሆኑ መልኩ ማሳደግ።
- ቁልፍ የሆኑ ማህበራዊና ባህላዊ የእርስበርስ ክህሎቶችንና ግንኙነቶችን ማዳበር።

የበለጠ ላማወቅ ይህን ይጎብኙ positiveexperience.org or contact us at HOPE@tuftsmedicalcenter.org