

## ስለምንታይ መጽናዕታዊ ምርምር?

ነዚ ዝስዕብ ንምፍላጥ/ምርኩብ

- \* እቲ ቁልዓ እንታይ ከገብር ይኸእል እንታይ ከ ከገብር የጸግሞ
- \* እቲ ቁልዓ እንታይ ደገፍን ሓገዝን የድልዮ
- \* እቲ ቁልዓ ናይ ኣእምሮአዊ ዕቤት ስንክልና እንተ ኣለዎ ኮይኑ



# እቲ መጽናዕታዊ ምርምር ነዚ ዝሰዕብ ዘጠቓልል እዩ



ዝርርብ ምስቲ ቁልዓ/መንእሰይ



ገምጋም ምዕባለ ክሳብ  
ሕጂ ግዜ ዝነበረ



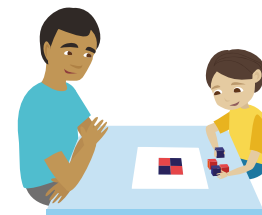
ዝርርብ ምስ ወላዲ



መርመራ ብሓኪም



ሓበሬታ ካብ መውከለ ሕጻናት  
ወይ ቤት-ትምህርቲ

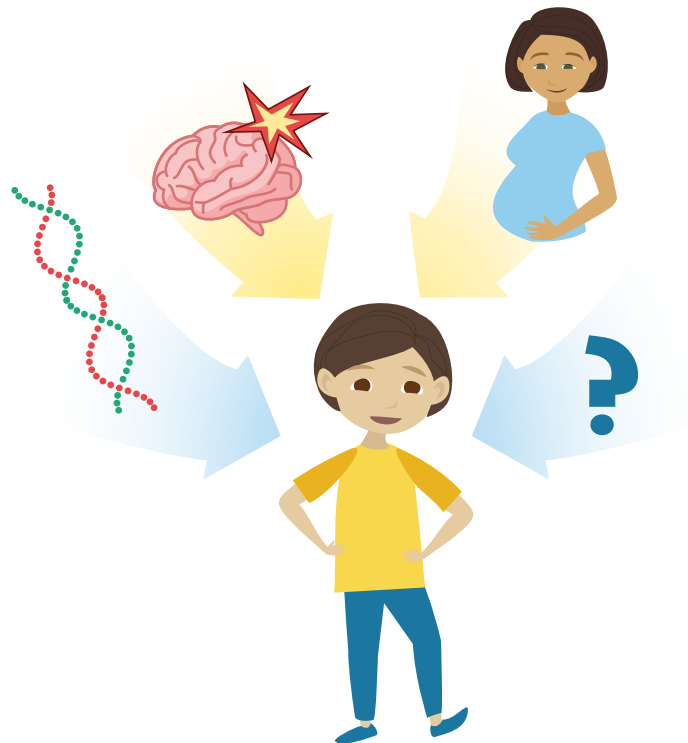


መርመራ ብናይ ስነ-አእምሮ ክኢላ



## ስለምንታይ እዮም ገለ ገለ ሰባት ናይ ኣእምሮኣዊ ዕቤት ስንክልና ዘለዎም፡

- \* ካብ ስድራቤት ዝውረስ (ጂን)
- \* መገዳእቲ
- \* ሕማም



## ኩሉ ሰብ ፍሉይ (unike) እዩ

ኩሉ ሰብ ናይ ገዛእ ርእሱ ባህርይት፡ መንፋዓትን፡ ድኽመትን ድሌትን ኣለዎ



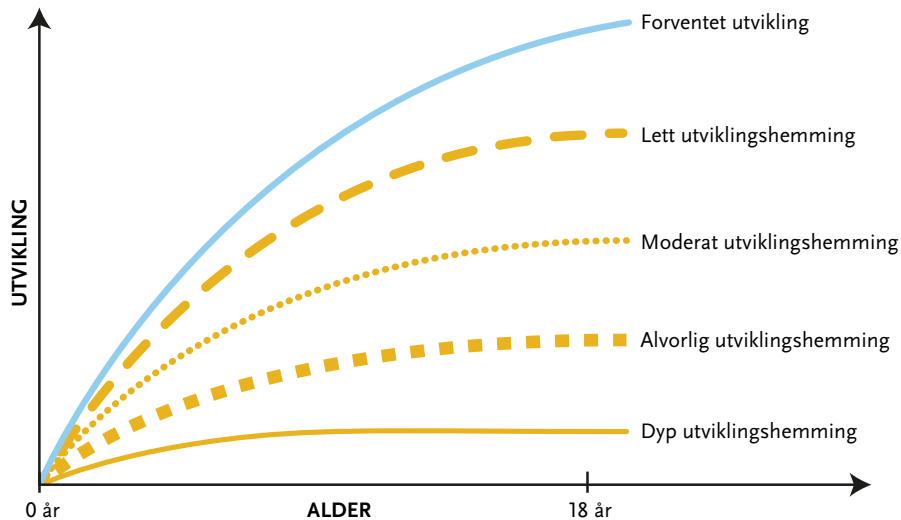
## ምዕባለ

- ✦ ቁልዑ ዝተፈላለዩ ቅልጣፊ ደረጃ እዮም ዝምዕብሉ - ገሊኡቶም ቀልጢፎም ይመሃሩ ገሊኡቶም ከኣ ዝያዳ ግዜ የድልዮም
- ✦ ቁልዑ ከሳብ ከንደይ ከበድቲ ዝኾኑ ሜላታት ክመሃሩ ይኽእሉ ይፈላለ እዮ።



## ደረጃታት ናይ ምዕባለ ስንክልና

- \* ናይ ኣእምሮአዊ ምዕባለ ስንክልና ካብ ቀሊል ክሳብ ልዑል ደረጃ ይግለጽ
- \* እቲ ሓገዝ ኣብ ደረጃ እቲ ናይ ምዕባለ ስንክልናን ከምኡ ውን እቲ ሰብ ካልእ ተወሳኺ ሕግማት ወይ ጸገማት እንተ ሃልይዎ ዝምርከቡ እዩ



# መንእሰይን ዓቢን ትኽኑሉ ግዜ

ብዙሓት ብዛዕባ መጻኢ ሕቶታት ኣለዎም

- ✦ ትምህርቲ
- ✦ ስራሕ
- ✦ ናይ ዕረፍቲ ግዜ
- ✦ ኣዕሩኽ/መሓዙት
- ✦ ኣፍቃሪ/ት
- ✦ ባዕልኻ ምውሳን
- ✦ ቁጠባ/ኤኮኖሚ
- ✦ መንበሪ ገዛ
- ✦ ጥዕና
- ✦ ፍቓድ መምርሒ መኪና
- ✦ ጸታዊ ስምዒት



## ነባሪ ኹነት

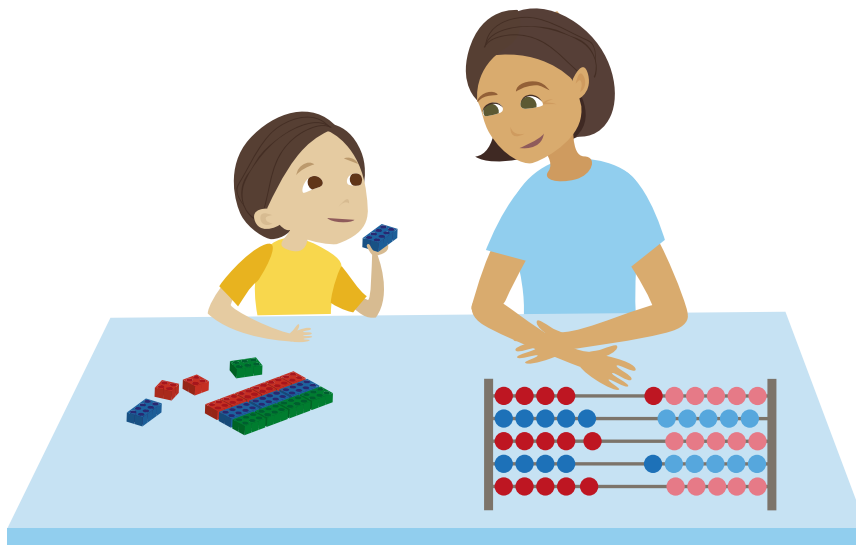
- ✦ ናይ ኣእምሮኣዊ ምዕባል ስንክልና ኣብ ሕይወት ክሳብ ዘለኻ ምሳኻ ዝነበር እዩ
- ✦ እዚ ሕማም ኣይኮነን፡ ከም ጉንፋዕ ዝገድፍ ኣይኮነን
- ✦ ናይ ኣእምሮኣዊ ምዕባል ስንክልና ኩሉ ብግዳም ዝርእ ክኸውን ግድን ኣይኮነን
- ✦ ጽቡቕ ሓገዝ ምርካብን ባይታ ምጥጣሕ ጽቡቕን ንጡፍን ህይወት ንኺህሉ ኣገዳሲ እዩ





## ምምሃር

- ✦ ክብደት ዕዮታት ምስ ዓቕሚኻ ዝመጣጠኑ ክኾኑ ኣለዎም
- ✦ ዝያዳ ግዜ የድልዮ
- ✦ ንሓደ ነገር ብተደጋጋሚ ብምግባር ዝሓሸ ክመሃር ይኽእል
- ✦ ብግብራዊ ተመክሮ ብቐሊሉ ክመሃር ይኽእል



## ምሕሳብን ጸገማት ምፍታሕን

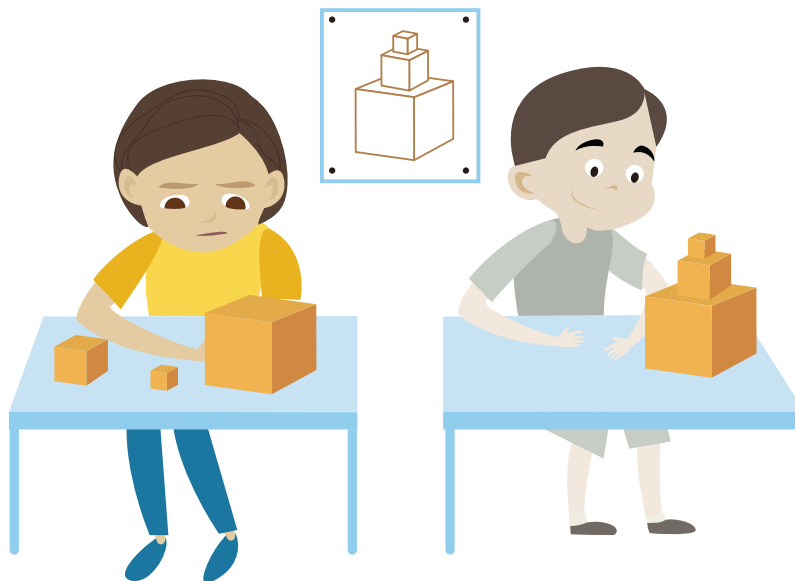
እቶም ዘጸግሙ ክኾኑ ዝኽእሉ

- \* ነቲ ኣቐዲሙ ዝተመሃሮ ብሓዲሽ መንገዲ ወይ ብኻልእ ኮነታት ምጥቃም
- \* ንሓደ ዕዮ ኣብ መደምደምታ ንምብጻሕ/ምውዳእ መደብ ምውጻእ
- \* ንክርእዮ ወይ ክሕዞ ዘይክእል ነገር ምርዳእ



# ደረጃ ቅልጣፊ

ንሓደ ነገር ንምግባር ምሕሳብ፡ ምርዳእን ምትግባሩን ንውህ ዝበለ ግዜ የድልዮም



## ኢቻልቦ

እቶም ዘጸግሙ ክኾኑ ዝኽእሉ

- \* ኣብ ሓደ ዕዮ ነዊሕ ግዜ ምውሳድ
- \* ኣብ ሓደ እዋን ብዛዕባ ዝተፈላለዩ ነገራት ምሕሳብ
- \* ኣብ ሓደ እዋን ብዙሕ መልእኽትታት ምቕባል ምኽኣል



# ቋንቋ

- ✦ መብዛሕትኡ ግዜ ሓደ ነገር ንምባል ዝያዳ ግዜ የድልዮም
- ✦ ውሑድ ከበድቲ ቃላት ይጥቀሙ
- ✦ ሓጻርቲ ምሉእ ሓሳባት ይጥቀሙ
- ✦ ካልኣት ነዊሕ ምሉእ ሓሳባትን ከበድቲ ቃላትን ክጥቀሙ ከለዉ ንምርዳእ የጸግሞም
- ✦ ካልኣት ሓደ ነገር ክብሉ ከለዉ እቲ ዝብልዎን እቲ ዝሓሰብዎን ካልእ ትርጉም ዘለዎ፣ ንኣብነት "ምዝላል ምሳሕ" ንምርዳእ የጸግሞም
- ✦ ገሊኦም ድማ ከም ብስእሊ፡ ብኡድ ምልክት ብምግባር ወይ ካልእ መንገድታት ዝረዳድእሉ የድልዮም



## ምስ ማሕበራዊ ከባቢኻ ምልምማድ

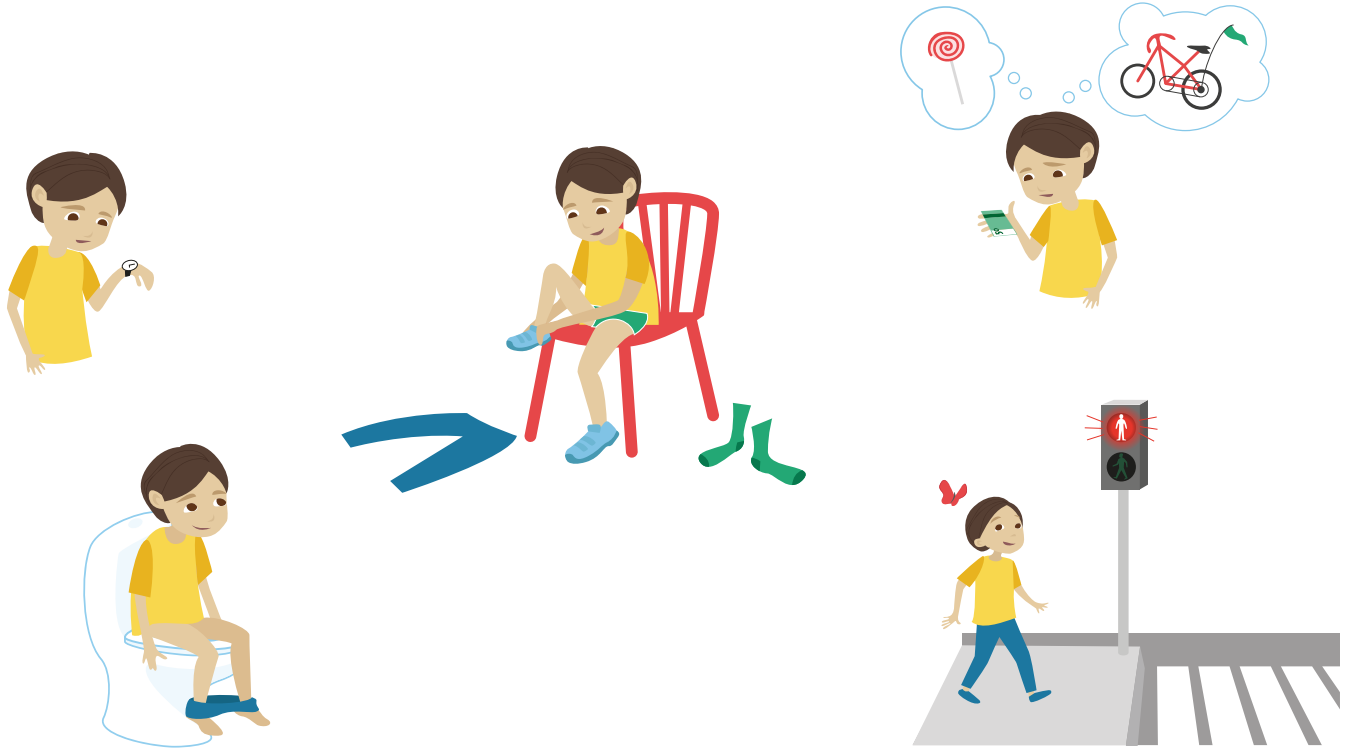
እቶም ዘጸግሙ ክኾኑ ዝኽእሉ

- ✦ ኣብ ጸወታ ምስ ካልኣት ብኸመይ ከም ትሕወስ ምፍላጥ
- ✦ ሕግታት ጸወታ ምርዳእን ምምሃርን
- ✦ ኣዕሩኽ ምጥራይን ምዕቃብን
- ✦ ንኸይትታለል ወይ ንኸይትምዘመዝ ደረት ምግባር



# ኑብሰኻ ምኽኣል

ብዝተኻእለ መጠን ርእሶም ንምኽኣል ባይታ ክጥጥሉሎምን ዝያዳ ልምምድ ክገብሩን የድልዮም



## ስምዒታት

ገለጻም ስምዒታት ምልላይን፡ ምግላጽን ምቀጽጻርን አጸጋሚ ኮይኑ እዩ ዝመስሎም



ስምዒታትን ደረጃ ንጥፊታት ምቀጽጻር ዘጸገማት፡ ናብ ናይ ጠባይ ጸገማት ወይ ናብ ኣእምሮአዊ ጸገማት ወይ ናብ ክልቴኡ ከምርሖም ይኸእል





## ደረጃ ንጥፈታት

ገሊላቶም ደረጃ ንጥፈታቶም ከመጣጥኑን ከስተካኹልን የጸግጥም ፣ ገሊላቶም ኣዝዮም ንቑሓት ከኾኑ ከለዉ ገሊላም ከኣ ኣዝዮም ህዱኣት እዮም



ስምዒታትን ደረጃ ንጥፈታት ምቀጽጻር ዘጸገማት፡ ናብ ናይ ጠባይ ጸገማት ወይ ናብ ኣእምሮአዊ ጸገማት ወይ ናብ ክልቴኡ ከምርሖም ይኸእል



## ምምሃር

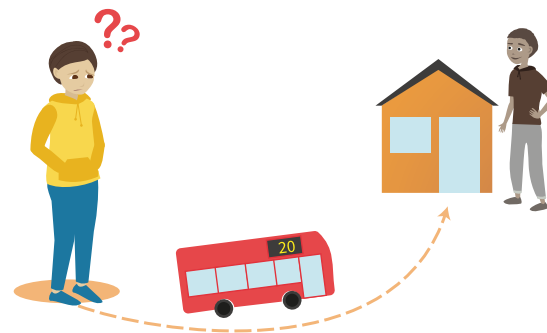
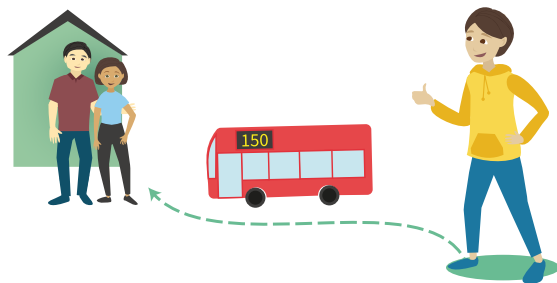
- \* ክብደት ዕዮታት ምስ ዓቕሚኻ ዝመጣጠኑ ክኾኑ ኣለዎም
- \* ዝያዳ ግዜ የድልዮ
- \* ንሓደ ነገር ብተደጋጋሚ ብምግባር ዝሓሸ ክመሃር ይኽእል
- \* ብግብራዊ ተመክሮ ብቐሊሉ ክመሃር ይኽእል



## ምሕሳብን ጸገማት ምፍታሕን

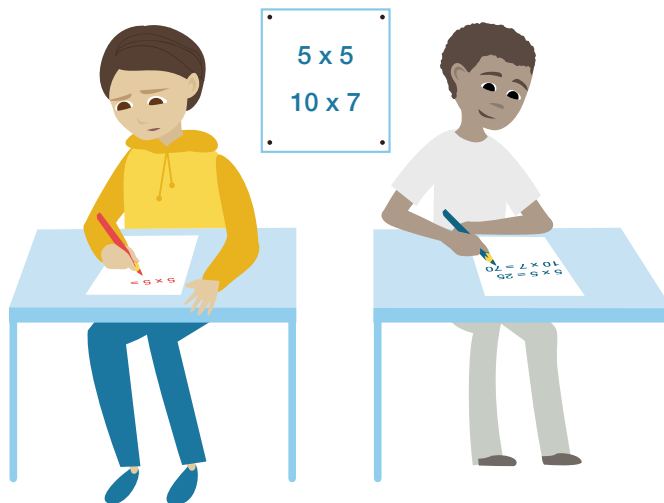
እቶም ዘጸግሙ ክኾኑ ዝኽእሉ

- \* ነቲ ኣቐዲሙ ዝተመሃሮ ብሓዲሽ መንገዲ ወይ ብኻልእ ኮነታት ምጥቃም
- \* ንሓደ ዕዮ ኣብ መደምደምታ ንምብጻሕ/ምውዳእ መደብ ምውጻእ
- \* ንክርእዮ ወይ ክሕዞ ዘይክእል ነገር ምርዳእ



# ደረጃ ቅልጣፊ

ንሓደ ነገር ንምግባር ምሕሳብ፡ ምርዳእን ምትግባሩን ንውህ ዝበለ ግዜ የድልዮም



## ኢቻልቦ

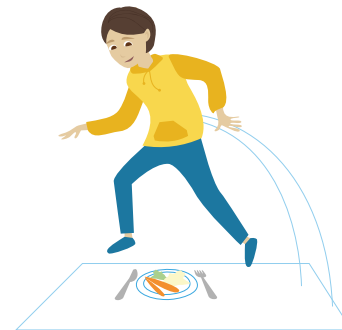
እቶም ዘጸግሙ ክኾኑ ዝኽእሉ

- \* ኣብ ሓደ ዕዮ ነዊሕ ግዜ ምውሳድ
- \* ኣብ ሓደ እዋን ብዛዕባ ዝተፈላለዩ ነገራት ምሕሳብ
- \* ኣብ ሓደ እዋን ብዙሕ መልእኽትታት ምቕባል ምኽኣል



# ቋንቋ

- ✦ መብዛሕትኡ ግዜ ሓደ ነገር ንምባል ዝያዳ ግዜ የድልዮም
- ✦ ውሑድ ከበድቲ ቃላት ይጥቀሙ
- ✦ ሓጻርቲ ምሉእ ሓሳባት ይጥቀሙ
- ✦ ካልኣት ነዊሕ ምሉእ ሓሳባትን ከበድቲ ቃላትን ክጥቀሙ ከለዉ ንምርዳእ የጸግሞም
- ✦ ካልኣት ሓደ ነገር ክብሉ ከለዉ እቲ ዝብልዎን እቲ ዝሓሰብዎን ካልእ ትርጉም ዘለዎ፣ ንኣብነት "ምዝላል ምሳሕ" ንምርዳእ የጸግሞም
- ✦ ገሊኦም ድማ ከም ብስእሊ፡ ብኢድ ምልክት ብምግባር ወይ ካልእ መንገድታት ዝረዳድእሉ የድልዮም



## ምስ ማሕበራዊ ከባቢኻ ምልምማድ

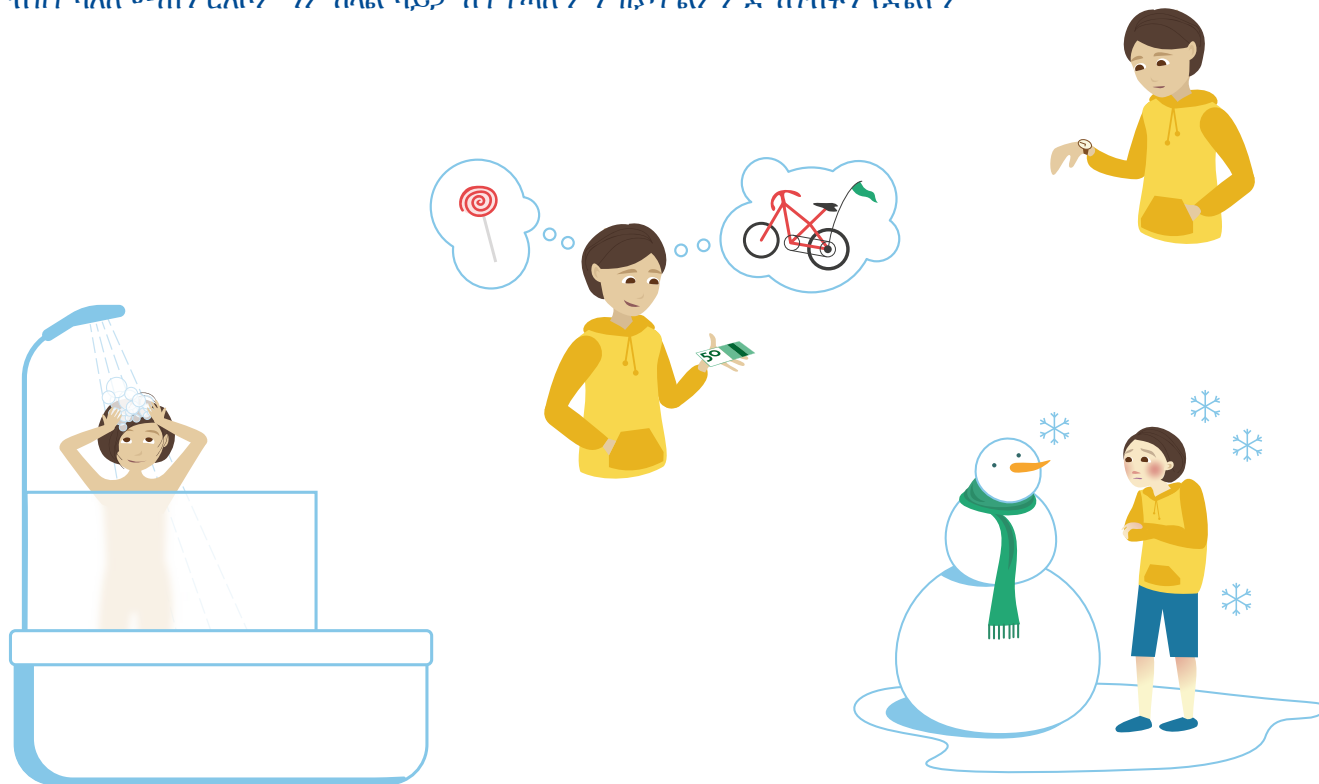
እቶም ዘጸግሙ ክኾኑ ዝኽእሉ

- ✦ ማሕበራዊ ሕግታት ምርዳእን ንናይ ካልኦት ምልክታት ምትርጓምን
- ✦ ኣዕሩኽ ምጥራይን ምዕቃብን
- ✦ ብዛዕባ እንታይ ክትዘራረብ ከም ዘለካ ምፍላጥን ንኻልኦት ከ እንታይ ተካፍል ምፍላጥ
- ✦ ንኸይትታለል ወይ ንኸይትምዘመዝ ደረት ምግባር



# ኑብስኻ ምኽኣል

ብዙተኻእለ መጠን ርእሶም ንምኽኣል ባይታ ክጥጥሓሎምን ዝያዳ ልምምድ ክገብሩን የድልዮም





# ስምዒታት

ገለጻም ስምዒታት ምልላይን፡ ምግላጽን ምቀጽጻርን አጸጋሚ ኮይኑ እዩ ዝመስሎም



ስምዒታትን ደረጃ ንጥፊታት ምቀጽጻር ዘጸገማት፡ ናብ ናይ ጠባይ ጸገማት ወይ ናብ ኣእምሮአዊ ጸገማት ወይ ናብ ክልቴኡ ከምርሖም ይኸእል



## ደረጃ ንጥፈታት

ገሊላቶም ደረጃ ንጥፈታቶም ከመጣጥኑን ከስተካኹልን የጸግሞም ፣ ገሊላቶም ኣገዢቶም ንቑሓት ከኹኑ ከለዉ ገሊላም ከኣ ኣገዢቶም ህዱኣት እዮም



ስምዒታትን ደረጃ ንጥፈታት ምቀጽጻር ዘጸገማት፡ ናብ ናይ ጠባይ ጸገማት ወይ ናብ ኣእምሮአዊ ጸገማት ወይ ናብ ክልቴኡ ከምርሒም ይኸእል

