

Ku socota waalidka

Multisystemisk terapi (MST) waa hab daryeel caafimaad oo hawl badan, waxaa loogu talagalay in habkan qosasku ay ku isticmaalan gurigooda. MST ma aha wax khasab ah waxaana ogolaansho bixinaya *socialtjänsten* [xafiiska bulshada ee degmada]. Kooxaha shaqada MST waxaay ka kooban yihiin 3 ilaa 4 daryeelayaal iyo hogaamiyehooda. Qoys walba oo aqabala daryeelka nooca MST waxaa u si joogta ah ula shaqayn doona hal qof oo daryeela. Shaqada waxaa lagu qabanaya qoska gurugiisa, wakhtiga reerka u habon iyo goobaha ay dhibaataadu ka taagantahay sida iskoolka oo kale. Waxaanu shaqayndoona waktiyada reeraha u habon sida maalinti, fiidki, iyo maalmaha fasaxa haddii loo baahdo. Daryeelka MST waa daryeel hawl badan, waxaa daryeelayashu lala kulmaya dhowr jeer todobaadki muddo 3 ilaa 5 bilood ah. Dhamaan kooxda ka shaqeeya daryeelku waxaay imaan karan marki loo baahdo haddii ay wax dhacan maalinti oo dhan, maalin kasta ee todobaadka. Haddii la soo koobo shaqada badan waxaa laga raba waalidka iyo kooxda xiriirka ayadoo markaas laga helayo taakulayn daryeelayaasha.

Dadka la abaarayo

Dadka la abaarayo waa qoysaska caruurta leh, caruurta oo u dhaxaysa 12 ilaa 17 sano oo lagu arkay cilado xaga dhaqanka sida iskoolka oo loo gambiyay, falal danbi, balwad, dabeecad kulul lagana yaabo in la geeyo meel guriga ka baxsan. Waa muhiim in ugu yaraan hal qof oo xil waalid qaadi kara u ka qayb galo hawsha badan ee loo baahanyahay.

Habka shaqada

MST waxaa sal u ah baaritaano cadaynaya in horumarka dhalinyarada xaga bulshada iyo dhaqankoodu in ay saamayn ku leedahay waxyaalo kala duwan sida, qoyska, saaxibada, iskoolka, dariska, iyo waxyaalaha kale oo agagaarka dhalinta laga helo oo ayana samayn ku yeelan kara dhalinta waxqabadkooda iyo dhaqankooda. Daryeelaha ka socda MST waxaa u la shaqayndoona waalidka, waxaana sal u ah fikradaha iyo dhibaatooyinka iyo xalka waalidku ay soo gudbiyaan daryeelka MST. MST waxaay sababi karta in durba isbadal la dareemo. MST waxaa sal u ah baaritaano cadaynaya in hadii sharciyo nidaamsan oo ay dhalinto wax ka dajiyeen lo soo bandhigo, hadana si joogta ah dhib loo raaco in ay isbadalo wakhti gaban lagu arki karo. MST waxaay rabta in ay xoojiso qofka waalidka iyo xilkiisa waalidnimo waxaayna sidokale isku dayaysa in ay hormariso wadashaqaynta xaga qaybta xiriirka iyo dadka kale ee agagaarka jooga.

Shaqada waxaa la qabanaya qoska oo noloshodi si caadi ah u sii wata, waxaana la raba in dhibaatooyinka lagu xaliyo ayadoo la kaabayo waalidiinta iyo dadka xiriirka si loo helo hab cusub oo loogu wajaho dhalinta. Daryeelaga ka socda MST waxaa uu caawinaya qoska si ay u samaystaan bartilmaalmayaal la gaari karo, waxaana waalidka laga cawinaya sidi loo qorshayn laha hawlaha loo baahanyahay in laga soo baxo. Todobaad kasta waalidku waxaay ka shaqaynayan in ay gaaraan bartilmaalmeed soke si aya kolkaas ugu dhawaadan bartilmaalmeedka fog. Waxaa si wadajir ah loo eegaya waxyaalaha ay dadka qoyska ka kooban ku fiicanyihiin waxaana la eegaya in waxyaalaha lagu daro shaqada. Hawl muhiim ah oo shaqada kamid ah waxaa weeye in la sirraadiyo waxyaalaha shaqada horistaagikara iyo sidi looga tilaabi laha. Daryeelkan waxaa u ku tiigsanyahay in wanaga la eego oo markasta la eego waxyaalaha wanaagsan ee qoyska iyo xiriirada qoyska.

Iskoolka iyo saaxibada waa dadka ugu muhiimsan waalidka ka dib marka la eego qorshaha MST. Wadashaqaynta guriga iyo iskoolku waa mid markasta awood la saaraayo. Dhalintu marka ay iskoolka joogan waxaay la kulmi karan dad bulshu ah. MST waxaay taageeraysa waalidka in ay ayagu ka fikradooda ka dhiibtan saxiibada dhalintooda, baaritaanadu waxaay muujinayan in dhalinta markaas ay xiiro badan dadka la samaynaayan iyo bulshadaba. Xiriir wacan ee xagaa bulshada wuxuu u baahanyahay in xirii joogta lala abuurdo dadka muhiimka u ah dhalinta oo agagaarkooda jooga.

Bartilmaalmedka daryeelka

Bartilmaalmedka daryeelka MST waa in dhalinta dhibaatiyinka xaga dhaqanka in ay joogsato. Iyo in qoyska la siiyo farsamadi ay ayaga oo kaashanaya xiriiradooda caadiga ah si gaar ah u isticmaalikaraan si ay marki uu dhamaado wakhtiga daryeelka ay wax ka qabtan dhibaatooyinka imaan kara mustaqbalka.