Warbixinta Kooban ee Hirgelinta Washington SEL: ee Waalidiinta iyo Qoysaska

Barashada Dareenka Bulshada: Qoysaska, Dugsiyada, iyo Bulshooyinka oo Wadashaqaynaya

Social emotional learning (Barashada dareenka bulsho, SEL) waxay ka bilaabmataa guriga. Waalidiinta iyo qoysasku waa macallimiinta ugu horreeya ilmaha ee SEL. Markay carruurtu koraan, waalidiinta iyo qoysasku waxay udub dhexaad u yihiin taageerada nolosha dareenka bulsho ee carruurtooda.

SEL way sii socotaa marka la joogo dugsiga. Carruurta da'da dugsiga gaadhay, fasallada iyo deegaanka dugsiga oo dhan waxay siiyaan fursad ay ku dhisaan wacyiga dareenkooda, tusaan dareenka dadka kale, oo ay gacan ka geystaan wanaagga bulshada.

Maxay diirada SEL u saaraysaa marka la joogo dugsiga? Waxbarashadu waa mid Dhaxal Bulsheed iyo Dareen. Marka ardaydu dareemaan inay ku xidhan yihiin macalimiintooda, asxaabtooda, iyo dugsiga, shabakadaha neerfaha ee maskaxdooda ayaa sii xoogaysanaya. Dareenka iyo xidhiidhadu waxay ku dhiirigelin karaan ardayda inay kala shaqeeyaan waxbarashada ama, haddii aan la kobcin, lala shaqayn waxbarashada, xusuusta, iyo dabeecadaha togan. Tobanaan sanno oo cilmi-baadhisuhu inoo sheegayeen in xirfadaha dareenka bulsho ay muhiim u yihiin barashada aqoonta iyo awoodaha caruurteenu u baahan doonto si ay u noqdaan kuwo ku guulaysta xirfada iyo nolosha rayid ahaanba. Kobcinta dareenka bulsho ee caruurtu waxa ay si fiican u kaalin galaysaa marka waalidka, qoysaska, dugsiyada, iyo shuraakada bulshadu wada shaqaynayaan dhammaantood.

SEL waxay sii wadaa arrimaha bulshada dhexdeeda. Ururada bulshada ayaa kaalin muhiim ah ka ciyaara kaalmaynta ilmo caafimaad qaba oo u ogolaanaya caruurta waxbarashada si uu usii wado ardaygu guud ahaan goobaha kala duwan ee uu marayo.

Waa maxay Barashada Dareenka Bulshadu?

Social emotional learning (Barashada dareenka bulshada, SEL) waxaa si weyn loo fahamsan yahay inay tahay hab ay dadku ku dhistaan wacyiga iyo xirfadaha maaraynta dareenka, dejinta yoolalka, samaynta xidhiidhada, iyo samaynta go'aamo masuuliyadeed oo taageeraya guusha dugsiga iyo nolosha. (Dheeho Hagaha Hirgelinta SEL ee gobolka Washington)

SEL **maaha** nidaam lagu gaadho "fasal" ama lagu aqoonsado hoos u dhaca, oo kaliya maaha manhaj ama waxyaabo dheeraad ah. Laakiin, SEL waa hab si kutalagal ah oo lagu dhisayo hantida ardayga.

SEL waxa ay u taageertaa **sinnaanta waxbarashada**[1] siyaabo badan: xoojinta horumarka ilmaha oo dhan, soo jiidashada dareenka dabeecadda bulsheed ee waxbarashada, horumarinta aaminaadda in carruurta oo dhami wax baran karaan, horumarinta xirfadaha dhalinyarada si ay

---

[1] Sinnaanta waxbarashada macnaheedu waa in ilmo kastaa helo waxa uu u baahan yahay si uu u horumariyo awoodiisa aqooneed iyo baahida bulsho. Waxa laga soo xigtay wabsaaytka Mashruuca Sinaanta Qaranka: https://www.nationalequityproject.org/education-equity-definition

ugu dhex noolaadaan xaaladaha bulshada, iyo hagaajinta xidhiidhka ka dhexeeya ardayda iyo macalimiinta —Qodobka ilaalinta waxyaabaha muhiimka ah ee **dhammaan** ardayda.[2]

Heerarka SEL ee Gobolka Washington [3]

Is-wacyigelinta:	Shakhsigu waxa uu awood u leeyahay in uu aqoonsado dareenkooda, hantidooda gaarka ah, meelaha u baahan koriinka, iyo ilaha iyo taageerada dibadda ee iman kara.
Is-maamulida:	Shaqsigu wuxuu awood u leeyahay in uu xakameeyo dareennada, fikradaha, iyo dabeecadaha.
Is-aaminsanaanta:	Shakhsigu waxa uu awood u leeyahay in uu naftiisa dhiirrigeliyo, uu adkaysto, oo uu isu arko qof karti leh.
Wacyigalinta Bulshada:	Shakhsigu waxa uu awood u leeyahay in uu aragtidiisa qaato oo uu u damqado dadka kale ee ka soo jeeda meelo kale iyo dhaqamo kala duwan.
Maaraynta Bulshada:	Shakhsigu wuxuu awood u leeyahay inuu sameeyo doorashooyin badbaado leh oo wax dhisi kara oo ku saabsan dabeecadda shakhsi ahaaneed iyo isdhexgalka bulshada.
Lashaqaynta Bulshada:	Shakhsigu waxa uu awood u leeyahay in uu tixgeliyo dadka kale oo uu muujiyo rabitaan ah inuu gacan ka geysto wanaagga dugsiga iyo bulshada.

Qaabdhismeedka SEL ee Gobolka Washington: Qodobbada Muhiimka ah iyo Xeerarka Hagidda

1. Samee shuruudo si loo taageero ardayga SEL iyadoo loo marayo cimilada iyo dhaqanka.
2. SEL waxay u baahan tahay wada shaqayn dhex marta qoysaska, macalimiinta, shuraakada bulshada, iyo dhalinyarada qaabayntooda iyo hirgelintooda.
3. Dhis awoodda dadka waaweyn.

Sinnaanta: Ilmo kastaa waxa uu helayaa waxa ay u baahan yihiin si ay u horumariyaan awoodooda maqan.

Joogtaynta dhaqanka: Dhaqanka waxaa loo arkaa kheyraad waxbarasho, ee looma arko caqabad.

Nashqada caalamiga ah: Kala duwanaanshaha waxbarashada waa la qorsheeyay waana la waafajiyay.

Kawarqabka dhibaatada: Aqoonta saamaynta dhibaatada waxa lagu daraa siyaasadda iyo qabashada.

Sidee ayay Qoysasku u Taageeri Karaan SEL?

- ✓ La samee xidhiidh shuraakada dugsiga, xubnaha bulshada, iyo qoysaska kale si ay u wada bartaan oo u dhisaan dhaqamo taageeraya SEL oo qof kasta helo.
- ✓ Weydii macalimiinta iyo maamulaha dugsiga ilmahaaga waxa ay samaynayaan si ay u taageeraan kartida dareenka bulshada ee ardayda. Ma jiraan fursado ay waalidiintu kula macaamilaan dugsiga si ay u taageeraan SEL ee dugsiga oo dhan?

---

[2] Jones, S. M., & Kahn, J. (2017). *Gundhiga caddaynta sida aan wax u baranno: Caawinta ardayda horumarkooda bulsho, dareen, iyo waxbarasho. Bayaanada caddaynta la isku raacsan yahay ee ka soo baxay Golaha Saynisyahannada Sharafta leh*. Washington, DC: Machadka Aspen.

[3] Barashada Bulshada iyo Shucuurta Kooxda Shaqaynta Baranaamijyada. (2016). *Wax ka qabashada barashada dareenka bulshada ee dugsiyada dawlada ee K-12 ee Washington.* Waxa lagasoo xigtay https://ospi.k12.wa.us/sites/default/files/2022-12/selbworkgroup2016report.pdf

- ✓ Wax badan ka baro SEL ee gobolka Washington. Booqo bogga agabka SEL ee ku jira wabsaaytka Office of Superintendent of Public Instruction (Xafiiska Kormeeraha Guud ee Waxbarashada Dadweynaha).
- ✓ La xidhiidh waalidiinta kale si aad ugala hadasho sida loo taageero waxbarashada iyo wanaaga bulsheed ee caruurtaada.
- ✓ Kor u qaadista SEL waxa sameeyay Washington State Parent Teacher Association (Ururka Macalimiinta iyo Waalidka ee Gobolka Washington, WSPTA) tixgalinta koowaad ee qolada fulinta sanadihii 2018–20. Ka baadh WSPTA.

Kor u qaadista SEL marka la joogo Guriga

Waxaad ku taageeri kartaa horumarinta xirfadaha SEL marka la joogo guriga adiga oo ku dhiirigelinaya ilmahaaga inuu:

- Aqoonsado oo magacowdo shucuurtooda, dareenkooda, iyo fikradahooda.
- Aqoonsado cawaaqibka togan iyo kuwa taban ee tallaabooyinka.
- Muujiyo kartida uu ku raacayo hawlaha joogtada ah oo soo saara fikrado lagu xalliyo dhibaatooyinka.
- Abuuro hadafyo oo uu la socdo horumarka uu ku gaadhayo yoolkaas.
- Aqoonsado dareenada ay sharaxayaan dadka kale.
- Aqoonsado hababka dadka iyo kooxuhu ay iskaga midka yihiin iyo waxyaabaha ay ku kala duwan yihiin.
- Muujiyo xirfado dhagaysi oo soo jeed leh iyadoo aanu iska jiidhin.
- Aqoonsado oo uu qaado tallaabooyinka si loo xaliyo xilaafaadka gudaha iyadoo loo marayo hab wax dhisaya.
- Muuji dareenka mas'uuliyadda bulshada.

Ka-qeybgalka Waalidiinta iyo Qoysaska ee SEL

Waxbarto — La xidhiidho — Ka qeybqaato — U dabaal dego

⇒ U samee macluumaadka ku saabsan SEL ardayda si ay ula wadaagaan waalidkood iyo qoysaskooda.

⇒ Ilaali xidhiidhka furan ee hababka kala duwan: Isticmaal qoraalo, samee wicitaano telefoon, qabso shirar muuqaal ah, oo asaas kooxaha taageerada waalidka iyo qoyska.

⇒ Samee waraaqaha wararka SEL oo ay ku xusan yihiin tallooyin ku saabsan ka qeybgalka, ciyaaraha iyo hawlaha, dhacdooyinka dugsiga iyo bulshada ee waalidiinta iyo qoysaska, iyo xeeladaha lagaga hadlo dareenka, shucuurta, iyo dabeecadaha.

⇒ Samee dhaqamo ama caadooyin joogto ah si aad ugu dabaaldegto guulaha koritaanka, la shaqaynta, iyo ka qeybgalka.

Khayraadka loogu talagalay Dhisida SEL ee Qoysaska

EQ 101 ee Waalidiinta
Qeyb onlaayn ah oo ay waalidiintu qaadan karaan si ay u fahmaan waxa SEL yahay iyo siyaabaha lagu taageero SEL.

Wadnaha Waxbarashada
Ilaha waalidiinta iyo macalimiinta ka wada hadla sida loo taageero qalbiga iyo maskaxda.

Kaadhadhka Tilmaamaha Waalidka
Kaadhadhka wax ka qabta caqabadaha caadiga ah ee waalidiinta laga yaabo inay ku hareeraysan yihiin arrimo dareemo bulsho oo kala duwan.

NBC Qalabka Waalidka
Wabsaayd bixiya agabka, agabka, aqoonta, iyo tallada horumarka ilmaha da' kasta oo ku jiro.

Qoysaska Ku Sugan Kursiga Darawalka: Casharrada Waalidku Riixayo iyo Tilmaamaha Ka qeybgalka Wadajirka ah
Manhaj dhaqan ku salaysan, hanti ku salaysan oo ay habayn karaan dugsiyadu si loo dhiso awooda iyo xidhiidhka ka dhexeeya waalidiinta iyo macalimiinta.

Xeeladaha Wada-shaqeynta Qoyska ee loo siman yahay
Ilaha bixiya dulmar xeelado ku salaysan caddaynta ee dugsiyada iyo degmooyinku u isticmaali karaan si ay u horumariyaan hawlaha ka qeybgalka qoyska ee loo siman yahay. Waxa ku jira tusaalayaal ku saabsan dhaqanka dugsiga iyo degmada ee dalka oo dhan, oo leh xog laga helay todobo degmo oo gobolka Washington ah.

Sharciga

Marka laga reebo meel kale oo lagu xusay, *Sharaxaada Bulshada iyo Ururada Dhalinyarta oo ay* sameeyeen Washington Office of Superintendent of Public Instruction (Xafiiska Kormeeraha Guud ee Waxbarashada Dadweynaha) ee ay Kooxda Shaqada SEL taasoo ku hoos jirta sharciga Astaanta Sharciga ee Hal-abuurka Guud 4.0 Sharciga Caalamiga ah. Dhammaan astaamaha iyo calaamadaha ganacsiga waa hantida milkiilayaashu leeyihiin.

Khayraadkan waxaa laga yaabaa inuu ka koobnaado linkiyo wabsaaydada ay maamulaan dhinacyo saddexaad. Linkiyadan waxa loo bixiyay in lagugu hagaajiyo oo kaliya kamana dhigna ama ma maldahdo wax taageero ah ama la socodka OSPI.

Haddii shaqadan la waafajiyo, ogow isbeddellada la taaban karo oo dib-u-noqoshada, ka saarida astaan kasta oo ah Washington Office of Superintendent of Public Instruction (Xafiiska Kormeeraha Guud ee Waxbarashada Dadweynaha) Sii sifada soo socota:

Kheyraadkan waxaa laga soo minguuriyay agabkii asalka ahaa ee ay bixisay Washington Office of Superintendent of Public Instruction (Xafiiska Kormeeraha Guud ee Waxbarashada Dadweynaha). Qalabka asalka ah waxaa laga yaabaa in si xor ah loo galo OSPI Wabsaaytka Barashada Dareenka Bulshada.