

# ልቦና ዝመልኦ ውሳኔ ድዩ ንደቀንስቲዮ ደቅኹም ምክንያት?



እዚ ጽሑፍ ብሃገራዊ ማእከል ፍልጠት ብዛዕባ ጎነጽን ስምባደን (NKVTS) ዝተዳለወ እዩ።  
እዚ ጽሑፍ ብኮምፕዩተር ውን ኣብ ኢንተርኔት ኣብዚ ዝስዕብ ኢድራሻ [www.nkvts.no](http://www.nkvts.no)

### 3. ሕታም, 2019 ተኣሪሙ

ሕቱም ቅዳሓት በዚ ዝስዕብ ኢሞይል ክእዘዝ ይከኣል  
[postmottak@nkvt.no](mailto:postmottak@nkvt.no)  
ወይ ብ ተሌፎን 22 59 55 00.

ምስ ውጥን መንግስቲ ኣንጻር ምኽንሻብ 2008-2011 ዝተኣሳሰረ NKVTS ብሃገር ደረጃ ዓቕምን ክእለትን ዘለዎ ጉጅለ ኣንጻር ምኽንሻብ ዝነጥፍ ክምስርት ስራሕ ተዋሂቡዎ ኣሎ። NKVTS ክመራመርን ምኽሪ ክህብን ከምኡውን ኣብዚ ዓውዲ ንዝሰርሑ ፍልጠት ከመሓላልፍን እዩ።

ዲዛይንን ኮሙኒኬይሽንን፡ ክሪስቲነ ኢስታድ ስኢሊ፡  
Luth & co AS (ሉት ኦግ ኩ ኣስ)

ሕትመታዊ ስራሓት [o7 Media – o7.no](http://o7Media.no)



# ቕጢ ከመይ ጌርካ ትጻወሮ

ከም ኣገዳሲ ትፈልጦ ልምዲ ክትገድፎ ከቢድ ክኸውን ይኸእል እዩ።

እንተ ደኣ ዝኾነ ሰብ ጓልካ ኣኸንሽብ ኢሉ ጸቕጢ ገይሩልካ ክትጻወሮ ኣጸጋሚ ክኸውን ይኸእል እዩ።

ብጸቕጢ ተደራሽካ ንህጻንካ ክጎድእ ዝኸእል መጥባሕቲ ኣብ ግብረ ክውዕል ኣይተፍቅድ።

እዚ ጽሑፍ :

- ጓልካ ንኸተከንሽብ ዝግበረልካ ጸቕጢ ክትጻወሮ ይሕግዝ።
- ጓልካ ንኸተከንሽብ ዝግበረልካ ጸቕጢ ዝጻረር መርትዖታት የስንቐካ።



ሰብነትና ፍጹም ኮይኑ እዩ ተፈጢሩ።

# ውላድኪ ሰብነታ ክትውንን መሰላ እዩ

ጻልካ ምሉእ ሰብነታ ክትከላኸል ክትሕግዛ ኣለካ።

ዝኾነ ሃይማኖት ክርስትና ኮነ ምስልምና ንወላዲ ካብ ደቆም ጥዑይ ክፋላት ሰብነት ከልግሱ ኣየፍቅድን እዩ።

ንውላዲ ክሃሲ ዝደሊ ወላዲ የለን። እኹል ፍልጠት ብዛዕባ ሳዕቤናት ምክንያብ ኣዋልዶም ምስ ደለቡ እቲ ልምዲ ክገድፍዎ ክደልዩ እዮም።

ኩሎም ወላዲ ጽቡቕ ደቆም እዩም ዝደልዩ።





# ጸቕጢ ክትጻወር ሓገዝ ክትረክብ እዚ ዝስዕብ ክትገብር ትኽእል ኢኻ

- ምስ ከማኻ ምክንያብ ዝጻረር ምዝርራብ
- ምስ ትኣምኖም ኣዕሩኽ ስድራ ቤትካ ከመይ ጌራ ክትጻወር ከምትኽእል ምዝታይ
- ናብ ሃገርካ ክትበጽሖ ኣዋልድካ ሒዝካሉ ኣብ ትኸደሉ ግዜ ጥንቃቕታት ምግባር



# ዝኾነ ሰብ እንተደኣ ጓልካ ከተኸንሽባ ጸቕጢ ገይሩልካ እዚ ዝስዕብ መልስታት ክትህብ ትኽእል ኢኻ

- ሂወት ጓለይ ኣብ ሓደጋ ከእቱ ወይ ሂወታ ምሉእ ንቓንዛ ከቃልዓ ኣይደልን እዩ።
- እዚ ባህሊ ከወግድ ኣብ ኖርወይ ዕድል ረኺቦ ኣለኹ። ስለዚ ድማ ኣንጻሩ ክንገጥም ቆይመ ኣለኹ።
- መሰል ደቂ ሰባት የኸብር እዩ።
- ገበን ክገብር ኣይደልን እዩ።
- ኣብ ቤት ማእሰርቲ ናይ ምእታው ዕድል ክቃላዕ ስለዘይደለ። ኣብ ቤት ማእሰርቲ ከይነ ንስድራ ቤተይ ክሕግዝ ኣይክእልን እዩ።
- ውላይይ ምስ ዓቦዮት ክትከሰኒ ንዘሎ ዕድል ክቃላዕ ስለዘይደለ።
- ጓለይ ንነፍሳ ዝምልከት ባዕላ ክትውስን ስለዘይደለ።
- ንኣምላኽ (ኣላህ) ንጓለይ ፍጹም ሰብነት ዝሃበ የኸብር እዩ።
- ንጓለይ ጽቡቕ ልምድታትን ክብርታትን ከልብሳ እዩ ዝደለ ምእንታን ብዘየገድስ ጥዕይቲ ሰብ ክትከውን።
- ጓለይ ምስ ንብምሉኡ ሰብነት ክብሪ ዝህብ ሰብኣይ ክትምርጎ እዩ ዝደለ እምበር ምስ ካብ ነፍሳ ከልግስ ድሌት ዘለዎ ኣይኮንኩን።
- መበቆል ሃገረይን ባህሊይን ይፈቱ እዮ፡ እዚ ባህላዊ ልምዲ ግን ኣይፈትዎን እዩ።.
- ምኽንሻብ ኣብ 25 ናይ ኣፍሪቃ ሃገራት እጉድ እዩ።.
- 30 ሃገራት ኣፍሪቃ ኣንጻር ምኽንሻብን ካልእ ጎዳኢ ባህላዊ ልምድታትን ዝሰርሓ ሃገራዊ ኮሚተታት መስሪተን እዩን።
- እዚ ባህላዊ ልምዲ ዘለወን ኩለን ሃገራት፡ኣብኣን ኣንጻር ምኽንሻብ ይስራሕ ኣሎ።

# መንግስት ኖርወይ በመንገድ ሕጋዊ እገዳን ናይ ግዜ ገደብን ነታ ቆልዓ ካብ ምኽንሻብ ክከላኸለሉ ይደሊ።

## እቲ ሕጊ

ኩሉ ዓይነት ምኽንሻብ ደቂ ኣንስትዮ የቕጽዕ እዩ። እቲ መቕጻዕቲ ቤት ማእሰርቲ ክሰጥ 6 ዓመት የቕጽዕ። ግን እቲ መጥባሕቲ ሕግም ወይ ድማ ን ነዊሕ ዝጸንሕ ስንክልና ኣኸቲሉ ወይ ድማ ዘይሓወጥ ጸገም መጉዳእቲ ወይ ማህሰይቲ እንተ ኣኸቲሉ። እቲ መጥባሕቲ ሞት ወይ ድማ ብጣዕሚ ከቢድ ኣካላዊ መጉዳእቲ እንተ ኣኸቲሉ ድማ መቕጻዕቲ እሱርቤት ክሰጥ 15 ዓመት የቕጽዕ። (ሕጊ መቕጻዕቲ 284 ን 285)

እቲ መጥባሕቲ ዝፍጽምን ንዕኡ ዝተሓበበርን ክቕጽዑ ይኸእሉ።ኩሉ ዓይነት ምኽንሻብ ከምኡውን ሱና-ምኽንሻብ ጎዳኢን እጉድን እዩ።

## ናይ ግዜ ገደብ

ጓልካ ክሰጥ 38 ዓመት ትመልእ ክትከሰካ ትኸእል እያ።

እቲ ሕጋዊ ናይ ግዜ ገደብ እታ ጓል 18 ዓመት ምስ መልኣት ክቐጽር ይጅምር። ካብኡ 10 ዓመት ኣለዎ ክትውስን ንወለዳ ክትከስስ (እንተ ደኣ ተኸንሺባ ኮይና) ወይ 20 ዓመት (እንተ ደኣ እቲ ምኽንሻብ ኣዝዩ ብርቱዕ ዝኾነ ምኽንሻብ እንተ ኮይኑ) ስለዚ ጓልካ እንተደኣ ኣኸንሺብካ ኮይንካ ብውሳኔኣ ወለዳ ክትከስስ ትኸእል ኢያ።

እዚ ማለት ድማ ጓልካ ወለዳ ነቲ ምኽንሻብ ሕጋዊ ሓላፍነት ከተሰክሞም ትኸእል።





ብባህልኻን መንነትካ ኩራዕ ግን  
አንጻር ጎዳኢ ባህላዊ ልምድታት  
ተቻለስ



# ጓልካ ምኽንሻብ ናይ ለባማት ስራሕ ኣይኮነን፣ ምኽንያቱ፡

- ምኽንያቱ ውላድካ ንጸገማት ከምኡውን ኣካላውን ስነኣእምራውን ማህሰይትን ማሕበራዊ ጸገማትን ኣይተቃልዕን። ውላድካ ምሉእ ነፍሳ ክትዕቅብ ኣፍቅድ።
- ምኽንያቱ እታ ጓል ምስ ዓበየት እንታይ ከምዝተወስደላ ምስተረድአት ካብ ክመጽእ ዝኸእል ግርጭትን ምፍልላይን ኣብታ ስድራ ቤት ትድሕን። ጸቕጢ ክትጻወር ሓገዝ ሕተት።
- ምኽንያቱ ወለዲ ብዛዕባ ዝገበርዎ ገበን ከቢድ ምስጢር ጸይሮም ካብ ምኽድ ይድሕኑ ከምኡውን ብወገን መንግስቲ ኖርወይ ዋሕስነት ይስምዖም። ጓል ምኽንሻብ ኣንጻር ሕጊ ኖርወይ ዝፍጸም ገበን እዩ። ኣብ ቤት ማእሰርቲ ኮይንካ ንስድራቤትካ ክትሕግዝ ኣጸጋሚ እዩ።
- እታ ጓል ብዛዕባ ወለዳ ዝፈጸምዎ ገበን ከቢድ ምስጢር ጸይራ ካብ ምኽድ ትድሕን። ረብሓታት ውላድካ ምሕላው ናትካ ሓላፍነት እዩ፣ ናይ ሰብነታ ወሳኒት ክትከውን ሓግዛ።



ውላድካ ሰብነታ ክትከላኸል ሓግዛ

# ብባህልኸ ኩራዕ

ባቲ ኣውንታዊ ወገናት ናይ ባህልኸ ርእሰ ምትእምማን ፍጠር ከምኡውን መንነትካ ህነጽ። ምኽንሻብ ጎዳኢ፡ ኣገዳስነት ዘይብሉን ዘይሕጋዊን እዩ። ነቲ ጽቡቕን ኣርባሕን ባህላዊ ልምድታት ተኸናኸን።

ምስ ደቅኸ ብዘዕበ ክብርታትን ስነ-ምግባርን ተዘራረብ። ምእንታን ጥዑያት ሰባት ክኾኑ ስነ-ምግባራዊን ስነ-ምግባራዊን ምርጫታት ክወስዱ መሃሮም።

ዳልካ ነቲ ቃንዛን ጸገምን ዝፈጥረላ ዘሎ ናይ ምኽንሻብ ጸገም መጥባሕቲ ክትገብር እንተ ደልዩ ክትድግፋ ኣለካ፣ ምኽንያቱ ካብቲ ዘላዩ ቃንዛ ክትገለገል ምእንቲ።

ክብረት ዘለዎ ዳል ግድን ዝተኸንሸበት ክትከውን ዮብላን። ምቕጣብን እምነትን ብጠባይን መሰረታዊ ክብርታትን እዩ ዝምራሕ።

---

## እንተደኣ ደገፍ ዘድልዩካ ኮይኑ ወይ መዘርብቲ ደሊኻ፡ ምዘን ዝስዕባ ማሕበራት ክትራኸብ ትኽእል ኢኻ።

ቴሌፎን ቀይሕ መስቀል ብዘዕበ ምግዳድ መርዓን ምኽንሻብን, ተሌ. 815 55 201

Kompetanseteamet mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og negative sosial kontroll, ተሌ 47 80 90 50

Amathea ኣማተኣ, [www.amathea.no](http://www.amathea.no), ተሌ. 815 32 005.

SEIF (Selvhjelp for innvandrere og flyktninger), [www.seifnorge.wordpress.com](http://www.seifnorge.wordpress.com), kontor i Oslo, Trondheim, Ålesund, Kristiansand og Bergen, tlf. 22 03 48 30.

PMV (Primærmedisinsk verksted), መድሃኒታዊ ማእከል <https://kirkensbymisjon.no/pmv-flerkulturelt-ressurscenter-i-oslo/>, ተሌ. 230 60 380.

Tverrkulturell Helseinfo (ባህላዊ ሓበሬታ ጥዕና) (THI) <http://tverrkulturellhelse.info/>

Regionale ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging: [www.rvts.no](http://www.rvts.no), ምዕራብ, tlf. 55 97 66 95, ምብራቕ, tlf. 22 58 60 00, ማእከላይ tlf. 72 82 20 05, ደቡብ, tlf. 22 58 60 00, ሰሜን, tlf. 77 75 43 80

ንውሊድካ ምሉእ ሰብነታ ክትውንን ሓግዛ



**NASJONALT KUNNSKAPSSENTER  
OM VOLD OG TRAUMATISK STRESS**

[kjonnsllestelse.nkvts.no](http://kjonnsllestelse.nkvts.no)