

دادا بولۇش

Being a Dad

ئۇيغۇرچە/Uyghur



دادىلار بارلىق جەمئىيەت ۋە مەدەنىيەتلەردە ئائىلىنىڭ ئىنتايىن مۇھىم قىسمىدۇر. دادا بولماقلىقنىڭ كۆپ خىل يوللىرى بار. ئاۋسترالىيەدە دادىلارنىڭ تۇتىدىغان يوللىرى بەلكىم سىزگە يېڭىچە بولۇشى مۇمكىن.

دادا ۋە ئائىلىلەر

دادىلارنىڭ ئائىلىلەردە ۋە پەرزەنتلەرنىڭ ئۆسۈشى ۋە ئىلگىرلىشىدە چوڭ رولى بولىدۇ.

دادىلارنىڭ تۆۋەندىكى ئىپادىلىرى ئائىلىگە مەنپەئەتلىكتۇر:

< مېھرىبان ۋە سەبىرچان بولۇشى

< ئائىلىدە ھەممەيلەنگە ھۆرمەت كۆرسىتىشى

< بالىلارغا قاراشقا ھەمدەمدە بولۇشى

< بالىلارنى خەتەردىن قوغدىشى

< لازىم بولغاندا ياردەم ئىستىشى.

بەزى دادىلار ئاۋسترالىيەگە كەلگەندە ئۆزلىرىنىڭ رولىدا پەرقلەرنىڭ بارلىقىنى بىلىشىدۇ. بولۇپمۇ ئائىلىلىرى ئىلگىرىكىدەك جىق ياردەمگە ئېرىشەلمىگەندە ئۇلارنىڭ پەرزەنت تەربىيەسىگە كۆپرەك ئارىلىشىشى كېرەك بولىدۇ.

مېھرىبان ۋە كۆيۈمچان دادا بۇتۇن ئائىلىنى ساغلام قىلالايدۇ.



دادا بولماقلىق سىزگە زور خۇشاللىقلارنى ئېلىپ كېلىدۇ. سىز ئائىلىڭىزنىڭ تۇۋرۇكسىز.

باللارنىڭمۇ سىزگە
ياردەمدە بولۇشىغا يول
قويۇڭ. بۇ گەرچە ۋاقىت ئالسىمۇ
باللارنىڭ ئىلگىرىلىشىگە زور
پايدىلىقتۇر.



سىز نىمىلەرنى قىلالايسىز

ئاۋسترالىيەدە دادىلار تۆۋەندىكىلەر بىلەن پەرزەنتلەرنىڭ ئۆسۈشى ۋە ئىلگىرىلىشىگە ياردەم قىلىشى تەۋسىيە قىلىندۇ:

< باللارغا ۋاقىتنى بېرىش ، پاراڭلىشىش ، ئوينىتىش ۋە باللار بىلەن تاماشا قىلىش

< باللارنىڭ كۈندىلىك ھاياتىغا كۆڭۈل بۆلۈش:

— تاماقلاندۇرۇش ، يۇيۇپ-تاراش ۋە كېيىندۈرۈش

— باللارنى مەكتەپكە ۋە دوختۇرغا ئاپىرىش

— باللارنىڭ تەنتەربىيە ۋە باشقا جىسمانىي ھەرىكەتلىرىدە

تەشەببۇسچان بولۇش

< باللار بىلەن ئىنگىلىز ۋە باشقا تىللاردىكى كىتابلارنى بىرگە ئوقۇش

< ئۆز ھاياتى ۋە مەدەنىيىتى توغرىلىق باللارغا سۆزلەپ بېرىش.

دادىلار ئوغۇللىرىغا مېھرىبان ۋە كۆيۈمچان بولۇشىنى ، قىزلىرىغا مۇناسىۋەتلىرىدە ھۆرمەتكە ئېرىشىلىشىنى ئۆگەتەلەيدۇ.

دادىلار ۋە ئانىلارنىڭ ئورتاق

تىرىشچانلىقى

دادىلار ۋە ئانىلارنىڭ مۇناسىۋەتلىرىنىڭ ياخشى بولۇشى ، ھەتتا ئۇلار بىرگە ياشىمىغان تەقدىردىمۇ ئائىلىنىڭ ساغلاملىقى ئۈچۈن پايدىلىقتۇر. دادىلارنىڭ ئائىلىلەردە ئانىلارنى ھۆرمەت قىلىشى بەكمۇ مۇھىم.

تۆۋەندىكىلەر ئىنتايىن پايدىلىق:

< دادىلارنىڭ كۆيۈنۈشى ، ئانىلارنىڭ ئارام ئېلىشى ، راھەتلىنىشى ۋە دەم ئېلىشىغا ياردەملىشىشى

< پەرزەنت تەربىيەسىدە ماسلىشىشى ۋە قارار ئېلىشتا مەسلىھەتلىشىشى.

ھەر قانداق ئىش بولسىمۇ باللارنىڭ ئالدىدا جىدەل قىلماسلىق ، باللارغا ئانىلىرى توغرىسىدا يامان گەپ قىلماسلىق لازىم. ئائىلە مۇناسىۋەتلىرىدە مەسلىھەت كۆرۈلسە ياردەم قىلىدىغان مۇلازىمەتلەر باردۇر.

تۈزۈمچۇ؟

تۈزۈم - باللارنى يېتەكلەش ۋە باللاردا ئارزۇ قىلىنىدىغان ئەخلاق ۋە ئەدەبلەرنىڭ يېتىلىشىگە ياردەم بېرىشتۇر.

تۆۋەندىكى ئىشلار باللارنىڭ ئۆگىنىشىگە پايدىلىقتۇر:

< سەبىرچان بولۇش ، مەقسەتنى ۋە بۇنىڭ مۇھىملىقى سەۋەبىنى

تەكرار ۋە قايتىلاپ چۈشەندۈرۈش

< ئاچچىقىڭز كەلگەندىمۇ تەمكىن بولۇش

< باللارنىڭ 'سەۋەنلىكلىرىنى' چۈشىنىشىگە تىرىشىش

< ئۇلار بىلەن سۆزلىشىش ۋە مەسلىھەت ئورتاق يول ئىزلەش.

باللارنى چاكانتاش ۋە جازا بېرىش ئۇلارغا پايدىسىز. ئۇلار گەرچە

بويىسۇنغاندەك قىلىسىمۇ ، باللار مەسلىھەتنى ھەل قىلىش

پۇرسىتىدىن مەھرۇم قالدۇدۇ. باللارغا ئېغىر جىسمانىي ئازار بېرىش

قانۇنغا خىلاپ. ھەل قىلالىمىغان مەسلىھەت بولسا ياردەمدە

بولمىدىغان مۇلازىمەت ئورۇنلىرى باردۇر.

دادىلار-ئۆز بالىلىرىنىڭ

ھەرىكەت ئۈلگىلىرىدۇر.

بالىلىرىڭىزنىڭ قانداق خۇلۇقتا

بولۇشىنى كۈتسىڭىز سىزمۇ شۇ

تەرىقىدە ئىش تۇتۇڭ.



دادىلارمۇ
قەدىرلىكتۇر. ئارام ئېلىش ،
خۇش بولىدىغان ئىشلارنى قىلىش ،
ساغلاملىقىڭىزغا كۆڭۈل بۆلۈڭ. دائىم
چارچاش ، ئاغرىش ھىس قىلىشىڭىز ،
كۆڭلىڭىز يېرىم بولسا ياكى ئاچچىقىڭىز
كەلسە دوختۇرغا كۆرۈنۈڭ.

دادىلاردا مەسىلە كۆرۈلگەندە

ھەرقانداق بىر مەسىلەنىڭ كۆرىلىشى دادا بولغۇچىغا قىيىنچىلىق تۇغدۇرىدۇ.

بەلكىم تۆۋەندىكى سەۋەبلەر بولۇشى مۇمكىن:

- < ئۆزىنىڭ بۇرۇنقى كەچىشلىرى
- < ئارقىدا قالغان ئەقراپلىرى ئۈچۈن ئەندىشىلىرى
- < ساقلىق ، خىزمەت ، ۋىزا مەسىلىلىرى ، ھاراققا ، قىمارغا ۋە چېكىملىككە بېرىلىش ئەھۋاللىرى.
- تۆۋەندىكىلەرنىڭ ياردىمى باردۇر:
- < ياردەم ئورۇنلىرىغا مۇراجەت قىلىش. مەخسۇس دادىلار ئۈچۈن تەسىس قىلىنغان ياردەم تۈرلىرى باردۇر
- < بالىلىرىڭىزغا ئۆزىڭىزنىڭ ئۆزگەرگەنلىكىڭىزنى ھىس قىلدۇرۇڭ. ئۇلار سىزگە قاراپ مەسىلە ھەل قىلىش يوللىرىنى ئۆگىنىدۇ.
- مەيلى نىمىلەر بولمىسۇن ، سىز يەنىلا بىر ئېسىل دادا بولالايسىز. بالىلىرىڭىز سىزنىڭ مۇھەببىتىڭىزنى بىلسۇن.

ئائىلىدىكى زوراۋانلىق

بەزىدە دادىلار ۋە باشقىلار ئۆيدە زوراۋانلىق قىلىشى مۇمكىن. ھىچقانداق مەدەنىيەت ۋە جەمئىيەتتە زوراۋانلىققا يول يوق. بۇنداق قىلمىشلار ئاۋسترالىيەدە قانۇنغا خىلاپتۇر.

زوراۋانلىق تۆۋەندىكى شەكىللەردە ئىپادىلىنىشى مۇمكىن:

- < تەن ئازارى ، مەسىلەن - ئۇرۇش ، ئىتتىرىش
- < روھىي جەھەتتە قورقۇتۇش ، ۋارقىراش ، بوھتان چاپلاش ۋە باشقىلارنىڭ غۇرۇرىغا تېگىش
- < باشقىلارنىڭ ئىشلىرىنى باشقۇرۇۋېلىش.
- زوراۋانلىق ئائىلىدە ھەر كىمگە زىيانلىقتۇر. بالىلار بۇ قىلمىشلارنى بىۋاسىتە كۆرمىگەن ۋە ئاڭلىمىغان ھالدىمۇ ، بۇ شۇ ئۆيدىكى بالىلارغا زىيانلىقتۇر. بۇ بالىلارنىڭ مېڭىسىنىڭ ئىشلىشىگە يەنى پەرزەنتلەرنىڭ ساغلام ئۆسۈش ۋە ئۆگىنىشىگە تەسىر قىلىدۇ. ئائىلىدىكى زوراۋانلىق چوڭلارنىڭ پەرزەنتلەرنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئېلىشىنى قىيىنلاشتۇرىدۇ.

غەزەپلەنگەندە ئائىلىڭىزدىكىلەرنى زەخمىلەندۈرۈپ قويىشىڭىز مۇمكىن ، پەسكويغا چۈشكەنگە قەدەر ئايرىلىڭ. بالىلارنىڭ بىخەتەرلىكىنى بىرىنچى ئورۇنغا قويۇڭ. ياخشىلىق يوللىرىنى تېپىشقا تىرىشىڭ.

زوراۋانلىقتىن ساقلىنىش
ئارقىلىق ئائىلىڭىزنى ساغلام ۋە
بىخەتەر تۇتۇڭ.

ئائىلىڭىزگە

زوراۋانلىق كۆرۈلسە دەرھال
ياردەم يوللىرىنى ئىزلەڭ. جىددىي
خەتەر ئەھۋالدا 000 نۇمۇرى
ئارقىلىق ساقچىغا تېلپون
قىلىڭ.

ئالاقىدار مۇلازىمەتلەر

جىددىي ئەھۋالدا

000 نۇمۇرى ئارقىلىق ساقچى ، ئوت ئۇچۇرۇش ۋە جىددىي قۇتقۇزۇشقا
131444 نۇمۇرى ئارقىلىق ، خەتەرلىك بولمىغان ئەھۋالدا ساقچىنىڭ كېلىشىگە ئېھتىياجىڭىز بولسا

تەرجىمە مۇلازىمەتلىرى

ئېغىزچە ۋە يېزىقچە تەرجىمانلار مەركىزى

1800280203 نۇمۇرى بىلەن ھەپتە كۈنلىرى سائىت 8:30 دىن 5:00 گىچە
تېلپون ۋە يۈز تۇرانە تەرجىمانلار مۇلازىمىتى www.translate.sa.gov.au

يېزىقچە تەرجىمانلىق ۋە ئېغىزچە تەرجىمانلىق مۇلازىمىتى (TIS)

131450 نۇمۇرى ئارقىلىق 24 سائىت تېلپون تەرجىمانلىقى www.tisnational.gov.au

پەرزەنت تەربىيەسى

ئاتا-ئانىلار ياردەم لىنىيەسى

1300364100 بالىلار ساغلاملىقى ۋە پەرزەنت تەربىيەسى مەسلىھەتلىرى

بالىلار ۋە ئائىلىلەر ساغلاملىق مۇلازىمىتى (CaFHS)

1300733606 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 4:30 گىچە كۆرۈشتۈرۈمە ئېلىش. 0 ياشتىن
5 ياشقىچە بولغان بالىلارغا ھەقسىز ساغلاملىق مۇلازىمىتى . سېستىرالار بالىلارنىڭ ساقلىقى ، ئوزۇقلىنىشى ،
ئۇيغۇنىشى ۋە باشقا تېمىلىرى توغرىسىدا ياردەمدە بولىدۇ . بالىلار ساغلاملىقى ۋە پەرزەنت تەربىيەسى
مەلۇماتلىرى ئۈچۈن www.cyh.com

Lutheran Community Care Family Zone

83496099 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 4:00 گىچە

Belalie Road, Ingle Farm 2

www.lccare.org.au دادىلار گورۇپپا پائالىيەتلىرى ، ئويۇنلار ۋە دادىلارغا ياردەم تۈرلىرى

پەرزەنت تەربىيەش ئالاقە تورى Raising Children Network

نۇرغۇن تىللاردا تەييارلانغان پەرزەنت تەربىيەسىگە ئالاقىدار مەلۇمات ۋە مۇجەتتىك فىلىملەر
<http://raisingchildren.net.au>

جەنۇبىي ئاۋستىرالىيە پەرزەنت تەربىيەسى ئىدارىسى Parenting SA

كۆپ مەدەنىيەتلىك ئاتا-ئانىلار قوللانمىلىرى ۋە 'دادا بولۇش' ، 'پەرزەنت تەربىيەش ئۇسۇلىڭىز قايسى؟'
قاتارلىق كۆپ خىل مەزمۇنلاردىكى نورمال تەربىيە قوللانمىلىرى بىلەن تەمىنلەيدۇ
www.parenting.sa.gov.au

ئائىلە مۇناسىۋەتلىرىگە دائىر مۇلازىمەتلەر

ئاۋستىرالىيە ئەركەكلەر قىزىق لىنىيەسى

1300789978 ئارقىلىق كىچە-كۈندۈز ھەر ۋاقىت
ئائىلە مۇناسىۋىتى ، ساقلىق ۋە باشقا ئائىلى مەسلىھەتلىرىدە ئىر مەسلىھەتچىلەردىن مەسلىھەت سوراڭ
www.mensline.org.au

ئاۋستىرالىيە ئائىلى مۇناسىۋەتلىرى ئىدارىسى (كۆپ مەدەنىيەتلىك مۇلازىمەتلىرى)

1300364277 ياكى 1800182325 (چەت رايۇنلار ئۈچۈن) ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن
كېيىن 5:00 گىچە

< ئائىلە مۇناسىۋەتلىرى ، ئۆسمۈر بالىلار ، قىمارۋازلىق ، زوراۋانلىق ، ئىدىز يۇقۇملىقى ۋە جىگەر
كېسەللىكلىرىگە ئالاقىدار ياردەملەر www.rasa.org.au

< ئايرىلىپ كەتكەندىن كېيىنكى ئائىلە ياردەملەر ئۈچۈن

www.rasa.org.au/services/post-separation/family-dispute-resolution

AC Care بالىلار ئۈچۈن جەمئىيەت خىزمەتلىرى (CfC)

1800880913

Murraylands ۋە Riverland ,Limestone Coast رايۇنلىرىدىكى 0 ياشتىن 12 ياشقىچە بولغان بالىلار
ئۈچۈن مۇلازىمەت تۈرلىرى ۋە دادىلار ئۈچۈن پروگراممىلار www.accare.org.au/family-children

ھىسسىي ساقلىق ۋە ئومۇمىي ساغلاملىق

قىيىنچىلىق ۋە ئاسارەتتىن ساق قالغانلارغا ياردەم ۋە ئەسلىگە قايتۇرۇش مۇلازىمىتى (STARS)

82068900 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 5:00 گىچە

Angas Street, Adelaide; 11 Wehl Street, Mt Gambier 81

ئاۋستىرالىيەگە كېلىشتىن بۇرۇن ئۇرۇش ، زوراۋانلىقنىڭ قۇربانى بولغۇچىلار ، يېقىنلىرىدىن ئايرىلىپ
قالغۇچىلار ئۈچۈن www.stars.org.au

Beyond Blue

1300224636 نۇمۇرى ئارقىلىق كىچە-كۈندۈز ھەر ۋاقىت ياكى تور ئارقىلىق تەشۋىشتە ۋە ئەندىشىدە
قالغانلارغا ياردەم ۋە بىلگىلەر

ھەر خىل تىلدىكى مەلۇماتلار www.beyondblue.org.au

ھاياتلىق قىزىق لىنىيەسى Lifeline

131114 نۇمۇرى ئارقىلىق كىچە-كۈندۈز ھەر ۋاقىت ، غەمدە قالغان ، تەشۋىشتە قالغان ۋە ئۆزىنى

زەخمىلەندۈرۈش خەۋىي بارلارغا مەسلىھەت www.lifeline.org.au

ئائىلىدىكى زوراۋانلىق

غەزەپ ۋە زوراۋانلىققا دوچ كەلگەندە ياردەم تەلەپ قىلىش

ئائىلىۋىي زوراۋانلىق كىرىزىس لىنىيەسى

1800800098 ئارقىلىق كىچە-كۈندۈز ھەر ۋاقىت ياردەمگە ئېھتىياجىڭىز بولغاندا
<http://www.womenssafetyservices.com.au>

بۇ بەتتىكى Australian Refugee Association ، Australian Migrant Resource Centre ۋە
Relationships Australia مۇلازىمەتلىرىگە قاراڭ.

كۆپ مىللەتلىك مۇلازىمەت ئورۇنلىرى

AMES Australia

72248550 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 5:00 گىچە
Ground floor, 212 Pirie Street, Adelaide

72248500 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 5:00 گىچە

Commercial Road, Salisbury 2/59 كەلگەن مۇھاجىرلار ئۈچۈن
جايلىشىش مۇلازىمەتلىرى www.ames.net.au/locations/find-sites

پاناھلىق مۇھاجىرلىرى ساغلاملىق مۇلازىمىتى

82373900 ياكى 1800635566 (چەت رايۇنلار ئۈچۈن) نۇمۇرىدا ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن

چۈشتىن كېيىن 5:00 گىچە

Market Street, Adelaide 21 يېڭىدىن ئورۇنلاشتۇرۇلغان مۇھاجىرلار ۋە سىياسىي پاناھلىق تىلگۈچىلەر
ئۈچۈن ھەقسىز ساغلاملىق مۇلازىمىتى

ئاۋستىرالىيە مۇھاجىرلار خىزمەت مەركىزى (AMRC)

82179500 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 5:00 گىچە

Coglin Street, Adelaide 23 كۆچمەنلەر ، پاناھلىق تىلگۈچىلەر ۋە مۇھاجىرلار ئۈچۈن جايلىشىش ،
ئائىلى مۇناسىۋەتلىرى ۋە ئائىلىدىكى زوراۋانلىق توغرىسىدىكى مۇلازىمەتلەر www.amrc.org.au ئارقىلىق
شەھەر ۋە چەت رايۇنلاردىكى خىزمەت ئورۇنلىرىغا قارالسۇن

ئاۋستىرالىيە پاناھلىق كۆچمەنلىرى بىرلىكى

83542951 ھەپتە كۈنلىرى 9:00 دىن چۈشتىن كېيىن 5:00 گىچە

Henley Beach Road, Underdale 304

82812052 ھەپتە كۈنلىرى 9:30 دىن چۈشتىن كېيىن 4:30 گىچە

Brown Terrace, Salisbury 1

پاناھلىق كۆچمەنلىرى ئۈچۈن ياردەم مۇلازىمەتلىرى www.australianrefugee.org

مەزكۇر ئاتا-ئانىلار ئىچىل قوللانمىسى جەنۇبىي ئاۋستىرالىيەدىكى يېڭىدىن ئولتۇراقلاشقان ۋە كۆچمەنلەر ئۈچۈن جەنۇبىي ئاۋستىرالىيە پەرزەنت تەربىيەسى ئىدارىسى
تەرىپىدىن تۈزۈپ چىقىلغان 9 قوللانمىنىڭ بىرىدۇر. بىز بۇ قوللانمىنى تۈزۈپ چىقىش جەريانىدا بىزنى قوللانغان مۇلازىمەت ئورۇنلىرىغا ۋە ئۆزلىرىنىڭ ئىشلىرى ۋە كەسپىي ئىقتىدارلىرىنى يېغىلىغان ئائىلىلەرگە ، بولۇپمۇ
مەزكۇر قوللانمىدا رەسلىمىلىرى ئىشلىتىلگەن ئائىلىلەر ۋە خىزمەتچىلەرگە ئالاھىدە رەھىمىتىزنى بىلدۈرىمىز.

پەرزەنت تەربىيەسى ئىدارىسى مەزكۇر خىزمەتتە مائارىپ مىنىستىرلىكى ۋە ئاتا-ئانىلار ساغلاملىق تورى بىلەن ھەمكارلاشقاندۇر.

تېلپون : 8303 1660 (08)

www.parenting.sa.gov.au

ئاتا-ئانىلار ئىچىل قوللانمىسى جەنۇبىي ئاۋستىرالىيەدە ھەقسىز تارقىتىلىدۇ
مۇھىم ئىزاھات: بۇ قوللانمىدىكى ئۇچۇرلار سالماھىيەتلىك كەسپىي خادىملارنىڭ مەسلىھەتى ئورنىدا مۇئامىلە قىلىنغانلىقى لازىم.
© جەنۇبىي ئاۋستىرالىيە ھۆكۈمىتى 2019 يىلى يانۋاردا تۇنجى نەشر قىلىندى.



Government of South Australia