Region Gävleborg

እብ’ዚ ብዛዕባ ዓመጽ ንሕትት

ኣካላዊ ዓመጽ

ንኣብነት ምድፋእ፡ ጽፍዒታት፡ ምሽንዳሕ፡ ምንካስ፡ ጸጉሪ ምምንጫጭ፡ ኣትሪርካ ምሓዝ፡ ብኽሳድ ሓኒቕካ ምትሓዝን ምጉሳጥን ክኸውን ይኽእል። ዓመጽ ብበሊሕ ነገር ጌይርካ ምውጋእ፡ ካራ ወይ ብረት እውን የጠቓልል እዩ።

ስነ-ኣእምሮኣዊ ዓመጽ

ንኣብነት ምግሃስ፡ ምሕሳር፡ ምግዳድ፡ ምጽቃጥ፡ ምፍርራሕ፡ ምንጻልን ምስርጣይን ክኸውን ይኽእል።

ጾታዊ ዕመጽ

ንኣብነት ገሃስትን ኣነኣኣስትን ርእይቶታት፡ ክኸውን ይኽእል፡ ዘይተደልየ ምቕራብ፡ ግዱድ ጾታዊ ፍጻሜታት፡ ዓመጽ፡ ጾታዊ ምሕሳርን ምስርጣያትን ክኸውን ይኽእል።

ቁጠባዊ ዓመጽ

ንኣብነት ናብ ናይ ሓባር ወይ ግላዊ ገንዘብ ድሩት ናይ ምቕራብ ኣኽእሎ፡ ቁጠባዊ ምፍርራሕ፡ ጸለመ ከም’ውን ብግዴታ ቁጠባዊ ገበን ናይ ምፍጻም ክኸውን ይኽእል።

ዕሽሽታ

ንኣብነት ክንክን ጥዕና፡ ክንክን ስኒ፡ መድሃኒት ወይ ሓገዝቲ መሳርሒታት ከምኡ’ውን ኣብ ውልቃዊ ጽሬትን መሰረታዊ ክንክን ሓገዝ ምኽልካል ክኸውን ይኽእል።

ዲጂታላዊ ዓመጽ

ንኣብነት ዘፈራርሑ መልእኽትታት፡ ኣብ ማሕበራዊ መራኺቢታት ንጥፈታትን ርክባትን ምቁጽጻር፡ ናይ ብሕቲ ስእልታት ምዝርጋሕ ወይ ሓደ ሰብ ኣበይ ከምዝርከብ ምቁጽጻር ክኸውን ይኽእል።

ድጉል ዓመጽ

እዚ ድማ ብዛዕባ ዓመጽ ዝምልከት ምፍርራሕ ቀጻሊ ህላዌ ኣሎ ማለት እዩ። እዚ ድማ እቲ ግዳይ ኣብ ፍርሒ ይነብር፡ ባህርያቱ የመዓራርይን ዓመጽ ከጋጥም ንዝኽእል ተኽእሎ ኣብ ቀጻሊ ተዳላውነት ይህሉ።

ምስ ክብሪ ዝተዛመደ ዓመጽን ጭኮናን

እዚ ድማ ግዳይ ናይ ቁጽጽር፡ ምፍርራሕ፡ ናይ ስድራ ቤት ወይ ኣዝማድ ክብሪ ንምሕላው፡ ናብ ምግዳድ ወይ ናብ ዓመጽ ምቅላዕ ማለት እዩ። ብእኩባዊ ዝፍጸም፡ ንኣብነት ብዙሓት ሰባት ኣብ ውሽጢ ስድራ ቤትካ ነቲ ምቁጽጻር ዝሳተፉ ወይ ዝድግፉ።

ኩሉ ሰብ ካብ ዓመጽ ነጻ
ዝኾነ ህይወት ክነብር
መሰል ኣለዎ