JinsoYa Kuandika
Kitabu Cha
Kumbukumbu



This version of the original Memory Book was written in October 1999 with the help of many NACWOLA mothers who had made Memory Books for their children. Special thanks to Kayondo Farida, Kyabita Janet, Nabwire Jacqueline, Nakabazzi Rebecca, Nakku-Namagembe Irene, Nankabirwa Eleonor, Nazziwa Yudaya, Oundo Jane, and Were Beatrice.

Tafsiri: Shirika la Kuendeleza Makuzi, Malezi bora, Madili mema na Ustawi wa Familia - Adilisha
Uhariri na Mpangilio: Michael Kimaryo
Vielelezo: Jimmy Kisula
Mwongozo wa Wosia: Chatles Mkude

Carol Lindsay Smith, Rory O'Brine © 2006

Utangulizi

Makala hii ya Kitabu cha Kumbukumbu ni pamoja miongozo kwa wazazi, walezi na wasaidizi, vilevile ni mapendekezo ya kurasa za vichwa vya habari au sura za kutosheleza habari muhimu ambazo watoto wanahitaji kufahamu kutoka kwa wazazi wao.

Kwa busara inashauriwa kwamba, mtu yeyote ambaye angependa kujishughulisha na shughuli hii kama mkufunzi, mhudumu au mwandishi asome maandishi haya kwanza.

- Sehemu ya kwanza inatoa **habari za kusaidia wakufunzi au viongozi wa jumuia kuelezea** mawazo ya Kitabu cha Kumbukumbu kwa familia mbalimbali.
- Sehemu ya pili inatoa **mawazo kwa wazazi au walezi wanaowatunza watoto** kufikiria kabla ya kuanza utengenezaji wa Kitabu cha Kumbukumbu.
- Sehemu ya tatu inahusu mawazo ya **jinsi ya kuanza uandishi wa Kitabu cha Kumbukumbu**.
- Sehemu ya nne inaelekeza kurasa au sura za **vichwa vya habari ili kutosheleza historia ya familia na habari muhimu za kila mtoto.** Sehemu hii inajumuisha mawazo kuhusu vipengele vilivyomo katika kila kichwa cha habari.
- Sehemu ya tano inahusu **UKWELI MUHIMU** ambao watoto wanahitaji kuufahamu zaidi kwenye familia zao na historia binafsi.

1. Habari Kwa Wakufunzi Na Viongozi Wa Vikundi

1.1 KITABU CHA KUMBUKUMBU NI NINI?

Ikiwa wazazi watafariki au watatengana wakati watoto wakingali wachanga kumbukumbu muhimu hutoweka, hii huwafanya watoto kukua bila kujitambua wao ni nani. Siku hizi si rahisi watoto kujifunza habari za familia zao kutoka kwa wazazi wao kama hapo zamani. Hivyo kuandika Kitabu cha Kumbukumbu ni muhimu sana.

> *Kitabu cha Kumbukumbu hutoa mwongozo wa kuwasaidia wazazi, ndugu au marafiki kuhifadhi habari mahususi kuhusiana na chanzo cha familia zao*

Kitabu cha Kumbukumbu hakiwakingi watoto dhidi ya ukiwa wa kifo cha wazazi wao ama walezi wao au mifarakano iliyopo kati ya wazazi wao. Lakini Kitabu hiki kitawaelezea kuhusu asili yao, ukoo, mila, utamaduni, desturi na imani za kifamilia, pamoja na maisha ya utotoni mwao. Watafahamu yaliyopita na kuwawezesha kuwa wajasiri na imara wa kukabili yale yajayo.

1.2 WAZO HILI LILITOKA WAPI?

Wazo la awali la kutengeneza vitabu vya Kumbukumbu lilianzishwa huko Uingereza mnamo mwaka 1993 na shirika la Barnardos lililowafadhili wazazi Waafrika walioishi jijini London. Wazazi hawa waliathirika kwa VVU/UKIMWI hivyo walihofia kufariki wakati watoto wao wangali wadogo. Kwa sababu ya watoto kukulia nchi ya ugenini walihisi kuwa watoto hao watapoteza mahusiano na ndugu zao na nchi zao za asili. Hivyo wazazi walihamasika kuandika mambo ya kihistoria , habari muhimu za kifamilia na mazingira ya ndugu zao mbalimbali wa ukoo. Wazazi hao walitaka kuendeleza imani na tamaduni zao vilevile kuonyesha matumaini yao juu ya hatima za watoto wao.

> *Walidhamiria kuwaachia watoto wao urithi wa maneno ya busara na kumbukumbu muhimu na missing ya kuishi nayo.*

Mnamo mwaka 1995na 1996 wazo la uandishi wa Kitabu cha Kumbukumbu lililetwa Uganda na kuanza kufanyiwa kazi na Bi. Beatrice Were (Mratibu wa Jumuia ya Kitaifa ya wanawake Wanaoishi na VVU/UKIMWI- NACWOLA), kama njia muafaka ya kusaidia wazazi kuzungumzia wazi wazi kuhusu UKIMWI kwa watoto wao. Uzoefu wao ulionyesha kwamba wazo hilo liliweza kueleweka kwa urahisi kwa watu wa tamaduni mbalimbali na viwango mbalimbali vya elimu.

Kitabu cha Kumbukumbu cha sasa kimezingatia mchango wa mawazo na uwazi waliouonyesha akina mama hawa waasisi.

Tangu 1993 pamoja na kazi ya NACWOLA ya mwaka 19995/6, mawazo ya Kitabu cha Kumbukumbu yamesambaa ulimwenguni pote. Mashirika mengi makubwa ya Kimataifa yanayojishughulisha na Watu Wanaoishi na VIRUSI/UKIMWI yamekuwa yakitumia mawazo ya kitabu hiki kwa kukinukuu, kutafsiri ama kuongezea maelezo zaidi kwa yale ya awali ili yaweze kufaa.mazingira yao halisi. Kwa sasa maelfu yawezekana mamilioni ya wazazi na walezi wamekwisha fanya maajabu kwa kutengeneza vitabu vya kumbukumbu, masanduku ya kumbukumbu, vikapu vya kumbukumbu hata mikoba ya kumbukumbu Hii ikiwa ni katika jitihada za kuweza kutunza kumbukumbu,habari, maelezo na vito vya thamani kwa ajili ya kuwahamasisha watoto kuwa na msingi imara juu ya utambulisho wao.

> *Ni muhimu kutosahaurika kwa kazi iliyoanzishwa na familia za Kiafrika walioishi jiji la London na ile ya wenzi wao wa shirika la akina mama la NACWOLA- Uganda ambao ndio walio kuwa wa kwanza kuzungumzia kwa uwazi kuhusu kuathrika kwa afya zao kutokana na janga la UKIMWI.*

1.3 KITABU HIKI NI KWA AJILI YA NANI?

Kitabu cha kumbukumbu kwa mara ya kwanza kiliandikwa kwa ajili ya watoto ambao wazazi wao wameathirika na VVU/UKIMWI hii ilikuwa ni kuwarahisishia wazazi hao kuwapatia watoto wao taarifa muhimu za kifamilia watakazo hitaji wakati wanapokua. Pia wazo la Kitabu cha Kumbukumbu limekuwa ni wazo la msaada kwa watoto waishio katika mazingira magumu hasa yatima na waliotengana na wzazi wao kwa sababu zozote zile. (Ikiwa wazazi au ndugu wakaribu wa ukoo hawapo kwa ajili ya kuandika kitabu, taarifa zinaweza kukusanywa kutoka kwa majirani, wanajamii, walimu ama kwa yeyote yule anayeifahamu familia hiyo).

1.4 KUTAFUTA UELEWA WA WATOTO WANAJUA JAMBO GANI.

Hata hivyo kutengeneza Kitabu cha Kumbukumbu kunahitaji kufahamu au kutafuta kila mtoto anaufahamu gani binafsi juu ya chimbuko la familia yake. Kwa njia moja au nyingine ni muhimu kwa watoto ambao tayari ni yatima au wametengana na wazazi wao kutoka kwenye familia kutafuta wanakumbuka nini kuhusu chimbuko la familia zao. Kazi hii inahitajika kufanyika mapema bila kuchelewa kwa sababu ya kukabili msongo mawazo wa watoto juu ya mifarakano ya wazazi, kufiwa wazazi na uhamaji wao unaweza kuwaacha watoto wamechanganyikiwa kuhusu ukweli wa mambo mbalimbali.

1.5 NANI ANAWEZA KUTENGENEZA KITABU CHA KUM BUKUMBU? NI WAKATI GANI ULIO SAHIHI?

Mtu yeyote anaweza kutengeneza Kitabu cha Kumbukumbu, watu wengi walioshiriki katika mradi huu ushauri kuwa ni suala ambalo watu wote tunapaswa kulifanya.

1. Habari Kwa Wakufunzi Na Viongozi Wa Vikundi

- Hakuna haja ya kusubiri kuugua au kuwepo mifarakano katika familia kabla ya kuanza kuandika.
- Wazazi wanaweza kutengeneza kitabu chao binafsi kwa kila mtoto au kitabu kikubwa cha familia yote na kitunzwa sehemu maalamu inayoeleweka.
- Watoto wakubwa wasichana kwa wavulana wanaweza kusaidia kutengeneza kitabu kwa ajili ya wadogo zao katika familia.
- Ndugu au walezi wanaweza kutengeneza kitabu cha Kumbukumbu kwa yatima au watoto waliotengwa walio chini ya uangalizi wao.
- Utengenezaji wa kitabu cha Kumbukumbu unaweza kuwa mradi kwa ajili ya ukoo au jumuiya.
- Taarifa ndani ya kitabu cha Kumbukumbu zinaweza kuongezewa kadri miaka inavyokwenda.
- Watoto wakielewa kuhusu kitabu cha Kumbukumbu wanaweza pia kushiriki kwa kuuliza maswali, kutafuta picha na kuongezea habari zao kadri wanavyokua na kunapotokea mabadiliko.

1.6 KUJIWEKA WAZI (DISCLOSURE).

Wazazi wengi waishio na VVU/UKIMWI hubeba mzigo mzito wa siri; wanahofia ni lini, kwa namna gani na wapi waweze kuwa wazi kwa watoto wao. Uzoefu wa akina mama wa NACWOLA ni kwamba, wakati walipoanza kutengeneza Kitabu cha Kumbukumbu kiliwasaidia kuanza kuzungumza katika njia ya kawaida kuhusu janga la UKIMWI na matatizo mengine katika familia. Baadaye walipata ujasiri wa kuanza kutengeneza mipango yao ya baadaye na ikawa rahisi kuwaandaa watoto wao kukabiliana na kupoteza wazazi pia mabadiliko yatakayo weza kujitokeza siku za usoni. Mwishowe waligundua kuwa upya huu wa uwazi na uaminifu uliwaondolea mzigo katika mioyo yao. Walipata nguvu na matumaini ya kukabiliana na magumu mbalimbali katika siku zao za usoni.

1.7 WAZAZI WANAWEZA KUPATA MSAADA WAPI WA KUANDIKA KITABU CHA KUMBUKUMBU?

Mnamo mwaka 1996 na 1997 NACWOLA ikisaidiwa na shirika la Save the Children Uganda (UK) walianzisha mradi wa mafunzo ya uandishi wa Kitabu cha Kumbukumbu kwa wazazi waishio na VVU/UKIMWI. Mafunzo hayo ni ya siku 5 yalihusu namna ya uandaaji wa Kitabu cha Kumbukumbu pia yalijumuisha masuala mengine ya malezi kwa wazazi/walezi yakiwemo:

- Habari kwa wazazi juu ya maendeleo ya makuzi ya mtoto;
- Mawazo juu ya namna na lini kuanza kuzungumuza wazi kuhusu maradhi na matatizo mengine katika familia;
- Uhamasishaji wazazi kuhusu kupanga mipango ya baadaye, ushauri, vitendo vya kuandaa wosia na mirathi, mipango ya kuandaa walezi sawia na ulinzi wa mali;
- Mapendekezo ya njia za kurithisha maarifa na stadi zitakazowasaidia watoto kukabili siku za usoni kwa uimara na kujiamini.

Upatikanaji wa taarifa hizi na mafunzo mengineyo yamejumuishwa katika tovuti ya Kitabu cha Kumbukumbu. Vipengele muhimu vya mpango wa mafunzo juu ya Kitabu cha Kumbukumbu pia vimeingizwa katika tovuti. Wakati huo huo mashirika au wazazi binafsi wanaotaka nakala ya Kitabu cha Kumbukumbu Kwa Afrika wanaweza kuwasiliana moja kwa moja na shirika la "Teaching Aids at Low Cost" – TALC P.O Box 49, St. Albans, Herts AL1 5TX UK. Simu + 44 (0) 1727 853869. Barua pepe - talc@talcuk.org au kwenye tovuti www.talcuk.org.

Waweza pia kuwasiliana na Shirika la Malezi bora na Maadili Mema la ADILISHA nchini Tanzania, linatoa mafunzo juu ya uandishi wa Kitabu cha Kumbukumbu.
SLP 11098 Mwanza –Tanzania:-
Simu +255 028 2540864
Barua pepe adilishamza@yahoo.com Tovuti:- www. Adilisha.com

1.8 JE, WAZAZI WANAWEZA KUFANYA KAZI HII PEKE YAO?

Hakuna wasiwasi ni vizuri sana wazazi kufanya kazi hii pekee yao, lakini ni vema zaidi wazazi hawa kupata msaada wakati wa kutengeneza Kitabu cha Kumbukumbu. Kwa sababu ya kuweza kuhimili misisimuko pia majonzi yanayoweza kujitokeza wakati wa uandishi vilevile wakati wa kujiweka wazi kwa kwa watoto. Lakini, hat kama hakuna kikundi cha kijamii wazazi wengi wameonyesha kuwa wanaweza kufanya vizuri kwa kufuata mwongozo huu. Inapobidi wazazi uhitaji msaada kutoka kwa rafiki mwaminifu ama mtu yeyote ambaye humuzungumzia kumbukumbu zenye michomo pia kumsaidia muzazi kutafakari majibu ya maswali ya kitundu ya watoto. Baada ya kazi zao kukamilika watahitaji watu wa kuwasaidia kusheherekea mafanikio yao makubwa waliyo yapata.

1.9 JE , WAZAZI WANAWEZA KUTEKELEZA KAZI HII WAKIWA TAYARI WAGONJWA AU WAMETENGANA NA WATOTO WAO?

Uzoefu unaonyesha kuwa hata wazazi wanapokuwa wagonjwa sana au wana msongo wa mawazo kutokana na kutengana wanaweza kusaidiwa kutoa habari kwa watoto wao. Njia mojawapo ni rafiki au msaidizi, msimamizi/mlezi kupitia vichwa vya habari za Kitabu cha Kumbukumbu kwa kuuliza maswala na kuandika majibu. Rafiki wa karibu na ndugu wa ukoo wanaweza kukumbuka historia na hadithi kuhusu ukuaji wa watoto. Kila habari ina thamani kwa watoto. Wazazi wenyewe wataliwazika kwa sababu watakuwa wamefanya kila wawezalo kuwapatia watoto taarifa za ukweli kuhusu utambulisho wao.

2. Habari Kwa Wazazi Na Walezi Wengine Wanaotunza Watoto

2.1 KWA NI NINI KUANDIKA KITABU CHA KUMBUKUMBU?

Watoto wote wanahitaji kujua kuhusu chimbuko la familia zao na habari binafsi zinazowahusu, Kitabu cha Kumbukumbu husaidia kuandika ukweli juu yako pia matarajio ya mbeleni juu ya wanao. Hiki ni kitu halisi ambacho utawapatia watoto wako. Wakati wowote katika maisha ya usoni mwa watoto, kila mara watakuwa na ukweli utokanao na maneno yako mwenyewe. Hivyo kila mara watajua **WAO NI NANI**. Wataweza kufahamu maelezo ya maisha yao ya utotoni hata kama watakumbwa na migogoro katika familia

2.2 JE, MAMBO GANI YA KUWEKA?

Kurasa muhimu katika Kitabu cha Kumbukumbu ni habari kuhusu taarifa za wazazi wote wawili na maisha ya makuzi ya kila mtoto. Unaweza kuandika kuhusu imani na maisha unayoishi pia matarajio yako kwa wanao hapo mwao. Habari za masikitiko kuhusu maradhi na misiba itashughulikiwa kwa urahisi kama taarifa zimetolewa kwa mlinganisho wa kumbukumbu, habari za vitendo maishani mwako na mipango ya hapo baadaye kwa wanao.

Kila Kitabu cha Kumbukumbu kitakuwa na taarifa tofauti kwa kila mtoto na kadri utakavyo endelea kuandika utakuwa unapata uzoefu na mawazo mapya na sahihi juu ya kutengeneza Kitabu chako cha Kumbukumbu.

2.4 NITAJISIKIAJE?

Wakati unapokuwa unaandika Kitabu cha Kumbukumbu, baadhi ya maelezo yatakuwa yanakukumbusha vipindi vya wakati mzuri na mbaya. Unatakiwa kutafuta maneno ya kuelezea hali yako ya sasa, matumaini yako na hofu zako juu ya maisha ya mbeleni ya wanao. Kumbuka maisha yako ya nyuma na kuandika ukweli wake wakati mwingine kutakutia huzuni, na ikawa kazi ngumu kwako, hasa





baadaye. Unaweza pia kueleza mila na matukio yaliyo muhimu katika familia na kwenye ukoo. Unaweza kukumbuka nyakati za furaha na mizaha ya kifamilia. Unaweza kuongezea methali, misamiati, vitendawili na misemo muhimu itumikayo katika familia na kwenye ukoo wenu kwa jumla. Aidha elezea njia zitumikazo kuadilisha watoto, kuwafundisha majukumu yao mbali mbali ya kifamilia hasa maarifa ya upishi, kilimo na ufugaji. Toa taarifa za ndugu zako wa ukoo na marafiki, tengeneza mti wa familia pia chora ramani kuonyesha mahali ulipo zaliwa pia ulipohamia, sehemu za makaburi ya wanafamilia. Maelekezo na ushauri jinsi ya kukamilisha mada zote uko katika sura ya 5.

2.3 KUKABILI MADA NGUMU.

Kumbukumbu hizi hazilengi kukumbusha vifo au majanga bali kuwasaidia watoto kujitambua wao ni nani na kuwapatia taarifa sahihi zitakazowasidia wafanikiwe maishani endapo maisha yako yote hayakukuendea kama ulivyokuwa umekusudia. Lakini wazazi wengi wamewahi kusema kwamba kukumbuka, kuzungumza na hatimaye kuandika kitabu cha kumbukumbu kumeweza kuwapatia amani akilini mwao. Mwishowe wameweza kuwa huru kabisa kuendelea na maisha yaliyobaki.

2.5 JE, NI NANI ANAYEWEZA KUNISAIDIA KUCHAMBUA VIZURI HABARI ZANGU?

Wakati utakapoanza kuandika kitabu hiki, mawazo mengi yatajaa kichwani mwako, hata kukuchanganya. Itakuwa vigumu kwako kuelewa uanzie wapi na wazo lipi. Katika hali hii unashauriwa kumweleza rafiki yako wa karibu juu ya mawazo hayo, ili aweze kukusaidia kukumbusha matukio yaliyopita na kuyapanga katika lugha itakayoweza kueleweka kwa watoto watakapokuwa wakiyasoma.

2. Habari Kwa Wazazi Na Walezi Wengine Wanaotunza Watoto

2.6 JE, LINI NINAWEZA KUANZA KUANDIKA KITABU CHA KUMBUKUMBU?

Kazi hii haiwezi kumalizika kwa siku moja, hivyo usipende kusubiri hadi ukapatwa na tatizo. Anza kuandika mapema iwezekanavyo, ukikumbuka kuwa utakapokamilisha kuandika utakuwa umejipunguzia mzigo mzito ulioubeba.

2.7 JE, NINAWEZA KUANDIKA KITABU CHA KUMBUKUMBU IKIWA SIJUI KUANDIKA?

Watu wengi inawawia vigumu sana kuandika kitabu cha kumbukumbu, na hasa wanapokuwa na maradhi waliyonayo pamoja nahisia zenye maumivu. Wazo moja ni kuwa wanashauriwa kumwona rafiki au mtoto wao aweze kukusaidia kuandika. Mtu huyu atakuuliza maswali kulingana na kurasa au sura zilizomo kwenye mwongozo huu. Ni muhimu umjibu kwa sauti kubwa ili aandike yale unayoyasema mwenyewe.

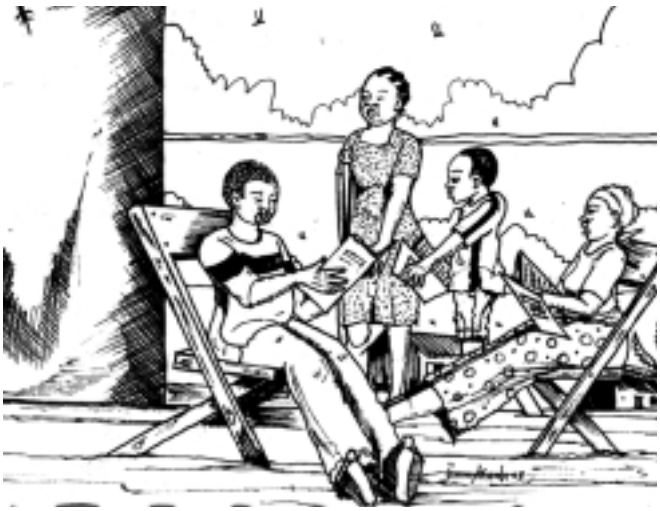
2.8 JE, NI SAHIHI WATOTO KUSHIRIKI KATIKA KUANDAA KITABU CHA KUMBUKUMBU?

Wazazi wengi wamesema inasaidia endapo utawafahamisha watoto wako unachokifanya na kuwashirikisha katika uandaaji wa kitabu hicho. Wanaweza kukusaidia kutafuta picha za foto, kuchora picha ndani ya kitabu, pia kuandika habari mbalimbali za familia. Hii inawapa pia fursa ya wao kukuuliza maswali yatakayowaondolea hofu walizo nazo na kuhusu mambo yatakavyokuwa siku za usoni. Maisha ya familia yanakuwa na unafuu pale mnapoweza kuongea kwa uwazi miongoni mwenu. Watoto wanapoelewa matatizo ya familia, mara nyingi huwawezesha kuchukua majukumu zaidi. Hata watoto wadogo kabisa wanaweza kuchangia kwa kukumbushia nyakati za furaha, watu waliowafurahisha na kuchora picha zitakazoingizwa kwenye kitabu.

Wakati mwingine watoto watapendelea kutengeneza kitabu chao wenyewe. Hali hii itawasidia sana kwani watoto wanaweza kuongeza habari zao zitakazowasaidia kubadilisha maisha yao. Ni jambo jema wakalinganisha maisha ya wakati uliopita na yale ya ule ujao.

2.9 JE, NI LINI WATOTO WATAKIONA KITABU CHAO CHA KUMBUKUMBU?

Kama watoto waliwasaidia wazazi wao kuandika kitabu, hakuna siri tena.Lakini baadhi ya wazazi wanaamua kukitunza Kitabu cha Kumbukumbu mpaka baada ya vifo vyao au mpaka watato watakapo kuwa wakubwa. Kama unaogopa kwamba unaweza kufa au kutengana na watoto wako kabla hawajakiona Kitabu cha Kumbukumbu,



unahitaji kumkabidhi mtu ambaye unamwamini atakitunza hadi muda utakapofika.Huyu anatakiwa kuwa mtu makini, anayekufahamu vizuri na ambaye ataweza kujibu maswali yatakayoulizwa na watoto baada ya kusoma historia ya familia. (Maelekezo megine yako sura ya 5)

2.10 JE, NIFANYE NINI NA TAARIFA NGUMU?

Unaweza ukadhani kuwa mambo mengine yanaumiza sana au ni ya binafsi sana kuweza kuyaandika kwenye Kitabu cha Kumbukumbu ambacho kitasomwa na watoto wako. Au kinaweza kuwa na taarifa za siri ambazo hutaki zijulikane kwa watu wengine ambao watasoma kitabu hicho. Mathalani, taarifa kuhusu kilichosababisha kifo cha mzazi au kuvunjika kwa ndoa.Unachoweza kufanya ni kuandika kumbukumbu za matukio ya huzuni kwa kifupi sana kwenye kitabu. Halafu andika barua tofauti yenye taarifa za kina zaidi na umkabidhi mtu unayemwamini aitunze hadi watoto wakue vya kutosha kuweza kusoma wenyewe. (Hakikisha unadokeza kwenye Kitabu cha Kumbukumbu ukionesha nani mwenye barua hiyo). Hata hivyo, watoto wako ikiwa ni wakubwa vya kutosha ni vizuri zaidi ukawaeleza wewe mwenyewe. Kitu muhimu ni kutafuta njia ya kuwaeleza watoto ukweli katika maneno yako wakati huo huo ukijaribu kutokutoa maamuzi au kuwalaumu wengine maamuzi.

2.11 JE, NIFANYE NINI KAMA SINA MAJIBU YOTE?

Kama baadhi ya taarifa zinakosekana, ni vizuri kuacha nafasi wazi kama lilivyo au kusema sina uhakika wa ukweli wa habari. Vinginevyo kama watoto wakigundua baadaye kuwa baadhi ya vipengele vilivyoandikwa vimekosewa, watashindwa kujua kipi cha kuamini. Inawezekana kwa wakati huo usiwepo pale kutoa ufafanuzi.

3. Mawazo Halisi Ya Kutengeneza Kitabu Chako Cha Kumbumbu

3.1 KURASA ZIPI ZA KUTUMIA?

Mwongozo huu unahusisha mawazo ya kurasa au sura zitakazoweza kujumuisha matukio yote katika maisha ya familia. Hata hivyo unaweza ukaondoa baadhi ya sehemu na kuweka za kwako mwenyewe kulingana na jinsi historia ya familia yako ilivyo.

Watoto wako pia wanaweza wakaongezea kurasa za kwao nyingine. Kama inawezekana durufu kurasa zenye vichwa zilizotolewa katika sehemu ya 6 na kuzikata kwa kufuata misitari.

3.2 NIANZIE WAPI.

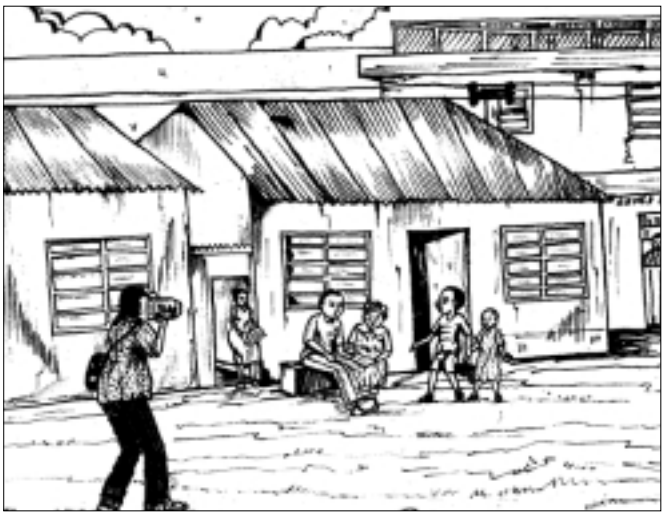
Hakuna utaratibu maalumu wa mahali pa kuanzia wakati wa kuandika Kitabu cha Kumbukumbu,unaweza ukaanzia na sehemu nyepesi, unaweza kuchagua sehemu ambayo unajisikia amani kuandika habari zake mfano ukurasa kuhusu kijiji au mji uliokulia. Utakavyokuwa unaendelea utajisikia jasiri na kuendelea kuandika kuhusiana na habari nyeti au zenye hisia kali zaidi. Kidogo kidogo Kitabu cha kumbukumbu kitaanza kupata mwelekeo mzuri.

3.3 MAMBO MENGINE YA KUONGEZA KWENYE KITABU CHA KUMBUKUMBU.

Unaweza kuweka picha zako, maelezo ya namna ya kutengeneza vitu mbalimbali, beti za nyimbo au mashairi, picha za watoto walizochora shuleni, kadi maalumu au hata barua muhimu. Unaweza kuweka vitu hivi karibu na maandishi yako mwenyewe ili kuwasaidia watoto kukumbuka maisha yao ya kawaida ya kila siku. Endapo huna picha nyingi za watoto wako unaweza kutumia picha za watoto wa umri mbali mbali kutoka kwenye magazeti na kuziwekea maelezo yanayoonyesha uhusiano wake na watoto wako. Kwa mfano “picha hii inanikumbusha wewe ulivyokuwa mdogo”.

3.4 3.4 KUTUMIA KINASA SAUTI AU KAMERA YA VIDEO.

Kama unaweza hata kuazima kinasa sauti utakuwa umewapa watoto wako zawadi kubwa! Sauti ya baba au mama akisimulia hadithi, akiimba nyimbo au sehemu ya majadiliano kati ya wazazi na watoto- ni hazina kubwa sana ya baadaye. Ukiweza pia kuazima kamera ya video muombe rafiki yako achukue picha za shughuli au matukio ya kawaida katika familia kwa dakika chache.



3.5 THE MEMORY BASKET.

Unapoanza kutengeneza Kitabu cha Kumbukumbu unaweza kuanza kufikiria vitu vidogo vidogo ndani ya familia ambavyo vinathamani. Hazina hii inaweza kuwa kitambaa cha baba kilichopambwa, shuka lililopambwa, shanga za mama, nguo za watoto, kitabu ulichokipenda, kikombe au sahani ambazo watoto walitumia kila siku. Hata mawe, mbegu na majani makavu ya bustanini vinaweza kurejesha kumbukumbu. Vifaa hivi vidogo vinaweza kutunzwa kwa usalama katika sanduku la chuma au kikapu cha asili" ukielelezea watoto wako watataka kuongeza yanayopendeza katika mkusanyiko huo. Kila kitu kidogo kitasaidia kuelezea historia ya familia.

3.6 HIFADHI YA NYARAKA ZA KISHERIA ZA KIAFYA NA VITO VYA THAMANI.

Si vema kutunza kumbukumbu zako ndani ya Kitabu cha Kumbukumbu au katika kikapu cha kumbukumbu vitu vyako vya thamani ndani ya kikapu cha Kumbukumbu. Vitu kama cheti cha kuzaliwa, hati ya ndoa, vyeti vya hospitali, hati za mikataba, kitabu cha benki na wosia vinatakiwa kutunzwa sehemu nzuri na salama. (Kwa mfano benki, kwa mwanasheria, kiongozi wa jumuia, kanisani, msikitini, ndugu wa karibu au rafiki mwaminifu). Ndani ya kitabu chako cha kumbukumbu weka taarifa kuwa hati hizo na vitu vyako vya thamani vimetunzwa na nani au wapi.

3.7 JE, NANI ZAIDI ATASAIDIA KUANDIKA KITABU CHA KUMBUKUMBU ?

Kama inawezekana, wazazi wote wawili yaani baba na mama kila mmoja aandike habari zake mwenyewe na baadaye ziunganishwe pamoja kwenye kitabu kimoja. Hata hivyo, endapo mmoja au wote wameishafariki dunia, au kama watoto wao wametengana, bado habari za familia zinaweza kukusanywa kutoka kwa babu au bibi, kaka, dada, ndugu wengine, marafiki wa karibu, walimu, viongozi wa jamii n.k hawa wanaweza kuulizwa na wakatoa habari kuhusu wazazi hao. Baada ya habari hizo kupatikana watoto wenyewe wanaweza kusaidia kuandika kadri wanavyoweza kukumbuka. Kama kitabu cha kumbukumbu kimeaandikwa kwa njia hii mtu mmoja wa kutumainiwa anaweza kukusanya taarifa kutoka katika vyanzo mbalimbali mfano. Hata kama baadhi ya taarifa sahihi zinzkosekana watoto watakuwa na kitu ch kuwasaidia wao cha kukumbuka katika uwasilia wao.

3. Mawazo Halisi Ya Kutengeneza Kitabu Chako Cha Kumbumbu

3.8 JE, KITABU NI KWA KILA MTOTO?

Kila mtoto anahitaji kumbukumbu zake binafsi. Lakini inachukua muda mwingi na pesa nyingi kutengeneza kitabu cha kila mmoja. Wazazi ambao wamekwisha tengeneza kitabu cha watoto wao wanashauri ifuatavyo:



- Kwanza andika kurasa za mwanzoni zenye mambo ya jumla kuhusu historia ya familia, ukoo, uzoefu katika ukuaji wao, ramani na mtiririko wa vizazi katika ukoo. Haya yanaweza kunakiliwa kwa ajili ya kila mtoto.
- Kisha andika kurasa zenye habari za kila mtoto: kuzaliwa kwake, mambo anayoyapenda na asiyoyapenda, na uzoefu wake kwa ujumla katika makuzi.
- Baada ya hapo tayarisha muhtasari kuhusu habari za kaka na dada, na endapo watoto wana baba tofauti, ni muhimu sana kuainisha wazi kuhusu wazazi wao na uhusiano wao kwa kila mmoja.hii itawasaidia watoto kuelewa muundo mzima wa familia hata kama huwa mara kwa mara hawaishi pamoja.
- Toa nakala ya muhtasari huu kwa kila mtoto.
- Wakati kunapojitokeza uhaba wa picha ili kuokoa gharama inapendekezwa kuweka picha zote kwenye karatasi moja, toa nakala.
- Halafu gawa nakala hizo kwa watoto wote.

3.9 KITABU CHA FAMILIA NZIMA?

Kama haitawezekana kuandika kitabu kwa kila mtoto, unaweza kutengeneza kitabu kimoja kwa watoto wote ambacho watakitumia kwa pamoja. Amua nani atakitunza Kitabu hicho cha Kumbukumbu na mpe kila mtoto barua inayoelezea nani aliyekitunza kitabu hicho au kimetunzwa wapi.

3.10 KUHIFADHI KITABU CHA KUMBUKUMBU SALAMA.

Kitabu hiki kitasomwa kila wakati, kwa kipindi cha miaka mingi ya mbeleni, hivyo kurasa zilizoandikwa na picha zilizomo vinahitaji kutunzwa na kuhifadhiwa vizuri na kwa uangalifu.

Yafuatayo ni baadhi ya mapendekezo:

- Tumia kalamu yenye wino mzuri ili maandishi yasififie au kufutika;
- Kila utakapo andika jitahidi kuacha sehemu ndogo wazi katika kitabu chako cha kumbukumbu. Nafasi au kurasa za zaidi utazitumia kuandika habari nyingine utakazo kumbuka au kuongezea picha;



- Ukimaliza kitabu hakikisha hakinyeshewi au kuliwa na wadudu kwa kuweka karatasi hizo ndani ya vifuko vya plastiki;
- Hakikisha watoto ndugu wa familia au walezi wanajua sehemu uliyotunza Kitabu cha Kumbukumbu!

3.11 KUANZA UANDISHI.

- **JE NINAANDIKA KITABU HIKI KWA AJILI YA NANI?** Kitabu hiki kitakuwa kimoja kwa familia nzima au ni kwa kila mtoto binafsi?

- **NANI ATAANDIKA KITABU HIKI?** Utaandika peke yako? Au utataka kusaidiwa na familia yako au rafiki zako?

- **JE, WATOTO WAKO NI WAKUBWA KUWEZA KUSHIRIKISHWA?** Ikiwa utawashirikisha itakuwa ni fursa nzuri ya kuwaelezea masuala muhimu kadri utakavyokuwa unaendelea.
- **KAMA WATOTO WAKO BADO WADOGO…** utatumia lugha gani rahisi ili waweze kuelewa? Au utawaandikia ili waje wakasome miaka michache ijayo?

- **JE, UNAANDIKA KITABU KWA AJILI YA WATOTO AMBAO TAYARI NI YATIMA?** Nani atakayekusaidia kupata habari muhimu za familia hiyo na za kila mtoto binafsi?

- **KAMA WEWE SIYO MZAZI?** Lakini unaandika kitabu kwa ajili ya watoto ambao tayari ni yatima au wametengana na wazazi wao. Nani atakaye saidia kutafuta taarifa muhimu na ukweli kuhusu watoto.

- **JE HABARI NI SAHIHI?** Kama kitabu kinaandikwa na mtu zaidi ya mmoja **(mf. Wazazi wote au mama na ndugu mwingine)** ni muhimu kukubaliana juu ya majina, tarehe na matukio.

4. Kurasa Za Kitabu Cha Kumbukumbu

Sehemu hii inatoa mawazo yanayosaidia kutengeneza aya mbalimbali au sura za kitabu chako cha kumbukumbu unaweza kuacha mada au kuongeza ukurasa kama utakavyoona inafaa. Kama unatengeneza kitabu cha kila mtoto unaweza kuokoa muda kwa kuandika nakala moja ya ukurasa zinazoelezea (habari za jumla kuhusu familia imeelezwa chini katika aya ya 4. 2- 4.6) halafu durufu nakala ya uliyoandika au nakiri kwa mkono kwa kila mtoto.

4.1 KURASA ZA SHUKURANI (UKURASA WA MBELE)

Kwenye ukurasa huu unaweza kuandika (au kutumia kichwa cha habari kilichochapwa) kuelezea yafuatayo:

- Kitabu hiki ni kwa ajili ya
- Kitabu hiki kimeandikwa na……(mama, baba, malezi n.k.)
- Tarehe na mahali kilipoandikiwa Kitabu cha Kumbukumbu.

4.2 HISTORIA YA FAMILIA YETU.

Hii itawasadia watoto wako kuelewa yaliyomo katika Kitabu cha Kumbukumbu ikiwa utaanza na maelezo juu ya familia kwa muhtasari wa matukio muhimu. Wape tarehe na eleza sababu za mabadiliko makubwa katika njia zako za maisha. Mathalani familia kuhamia mjini kutoka vijijini au nchi nyingine. Elezea jinsi na wapi familia inaishi kwa wakati huu.

4.3 TAARIFA SAHIHI ZA NDUGU WA FAMILIA YETU.

Tegeneza orodha ya ndugu wote wa karibu katika familia. Andika majina yao kamili, tarehe zao za kuzaliwa, na anwani zao. Hii huwasaidia watoto kuwakumbuka watu muhimu katika familia. Hata kama wamekwisha fariki au hawaishi karibu . Katika orodha hiyo andika wafuatao.

- Baba wadogo/mama wadogo/ wajomba/shangazi/binamu /wapwa,
- Kaka na dada zako (kama kaka na dada wana baba tofauti ni muhimu kuweka wazi ili watoto waelewe uhusiano wao na ukubwa wa familia yao.)
- Ndugu wengine wa karibu unaowalea nyumbani kwako na nasaba zao;
- Kama kuna watoto wa ndugu wa familia waliofariki, andika majina yao, tarehe za vifo vyao na sehemu walipozikwa ili wasisahaulike;
- Marafiki zako wa karibu sana;
- Wasimamizi wa dini/ndoa nk.ili wasisahulike.

4.4 NYUMBANI KWETU.

Elezea nyumbani kwenu na mazingira na weka picha au michoro hii itawasaidia watoto wako kuelewa yaliyomo katika kitabu cha kumbukumbu, kama utaanza kuelezea kuhusu familia na maelezo mafupi kuhusu matukio muhimu. Andika tarehe na elezea sababu ya mabadiriko makubwa yaliyojitokeza katika maisha yako – kwa mfano, mara ya kwanza familia ilipohamia mjini kutoka kijijini au kwenye nchi nyingine. Elezea jinsi familia ilivyoishi na sehemu unayoishi kwa sasa.



4.5 IMANI YETU- (VITU TUAMINIVYO).

Kama watoto wako bado wadogo, ni muhimu kuwaelezea kuhusu imani yako, taja kama ni dhehebu au kanisa na toa jina la kiongozi wa thehebu ama kanisa hilo. Kama watoto wako wamebatizwa au ameshiriki katika ibada nyingine yoyote ya dini, ni muhimu kujumuisha maelezo ya kina ya kumbukumbu hizi na weka katika sehemu ya salama pamoja na nyaraka nyingine muhimu.

4.6 UTAMADUNI WA FAMILIA NA MATUKIO MUHIMU.

Kama kuna uwezekano wa watoto kutengana na wazazi au ndugu zao wa karibu (kwa sababu ya ugonjwa au matatizo muhimu) ni muhimu sana wakue wakijua mila, desturi na utamaduni wa ukoo wao. Sehemu hii ina kupatia fursa ya kuandika juu ya mila, miiko na desturi ambazo ni muhimu katika ukoo wako wa baba na mama.

Unaweza kuongeza habari juu ya:

- Sherehe na taratibu wakati mtoto anapozaliwa katika familia;
- Jinsi jina la mtoto linavyochaguliwa;
- Taratibu za kijadi juu ya makuzi ya wasichana na wavulana;
- Taratibu za kijadi juu ya utunzaji wa wazee na kuwaheshimu wakubwa katka jamii;
- Mila na desturi za mazishi na namna ya kuwakumbuka marehemu katika familia.

4.7 TAARIFA ZA KILA MTOTO.

Aya ya 4.8 – 4.17 zinataka kumwandikia kila mtoto kitabu cha kumbukumbu peke yake.

4.8 KUZALIWA KWAKO.

Taarifa hii inarejea katika kuzaliwa kwa mtoto. Watoto wote wanapenda kujua sehemu, muda na tarehe walipozaliwa na walikuwaje ndani ya saa moja baada ya kuzaliwa kwao.Andika kila jambo unalokumbuka. Nani alikuwepo? Je, mtoto mwenyewe alilia vizuri wakati alipozaliwa katika dunia hii. Uzito wake ulikuwaje, labda ulikuwa na jina lake kabla ya kutoka hospitali. Kuna picha zake zilizo chukuliwa baada ya kuzaliwa. Kama hauna picha za utoto unaweza kuangalia pia za mtoto mwingine aliyezaliwa kutoka kwenye magazeti. Hii ni kumpa mtot wako taswira ya jinsi alivyokuwa akifanana wakati wa kuzaliwa kwake.

4. Kurasa Za Kitabu Cha Kumbukumbu

4.9 NAMNA ULIVYOPATA JINA LAKO.

Watoto wanapenda kujua jinsi majina yao yalivyochaguliwa, na kama waliitwa baada ya ndugu au rafiki kuwasili, ni nani aliwaita majina hayo. Pia wanapenda kujua kama jina hilo ni la ukoo wake. Je kuliwa na ubatizo au sherehe ya kupewa jina? Je, ni nani mzazi wa ubatizo au mdhamini?

4.10 WAKATI ULIPOKUWA MTOTO.

Simulia kidogo maisha ya utotoni ya mwanao.Je mtoto alikuwa akitembeatembea na mama yake. Je kaka, dada wakubwa au bibi walimlea wakati mama akiwa kazini. Kama alikuwa mkali, analia au mpole wa kulala sana na kama alifanana alifanana na yeyote katika familia. Je, aliishi na wazazi wake au alipelekwa kwa ndugu wengine kama babu au bibi? Alipatwa na magonjwa katika umri wa utotoni, kama nindiyo yapi yaliyokuwa yakimsumbua? Ni chakula gani mtoto alichokuwa akipendelea? Husisha picha zake za utotoni.

4.11 MARA YAKO YA KWANZA.

Unakumbuka ni lini mtoto wako alipochukua hatua ya kwanza, alipozungumza maneno ya kwanza na yalikuwa maneno gani? Nini ulikuwa uzoefu wako wa kwanza uliougundua alipotengana na mama yake, alipoenda shuleni mara ya kwanza, alipoenda hospitali au alipotembelea nyanya /babu yake? Kila mara ulifanyaje wewe kumtia moyo mtoto wako.

4.12 SIKU ZAKO UKIWA SHULENI NA MAKUZI YAKO.

Eleza maisha ya mwanao alipokuwa akisoma. Taja majina ya shule alizokuwa akisoma, masomo aliyoyapenda, walimu aliokuwa akiwaogopa au kuwapenda na matukio mengine kama ushiriki wake katika michezo. Ni zipi zilikuwa sare za shule, masomo gani yalikuwa mazuri au magumu sana, taja matukio pekee.

4.13 UPENDELEO WAKO NA SHUGULI ZAKO.

Simulia mambo au shughuli mtoto wako alizopendelea kufanya. Elezea kuhusu marafiki zake tabia ya kufuga wanyama, kusaidia wazazi, chakula alichokipenda, uhusiano wake na wadogo zake na maisha yake kwa ujumla.

4.14 KUMBUKUMBU ZANGU KWAKO.

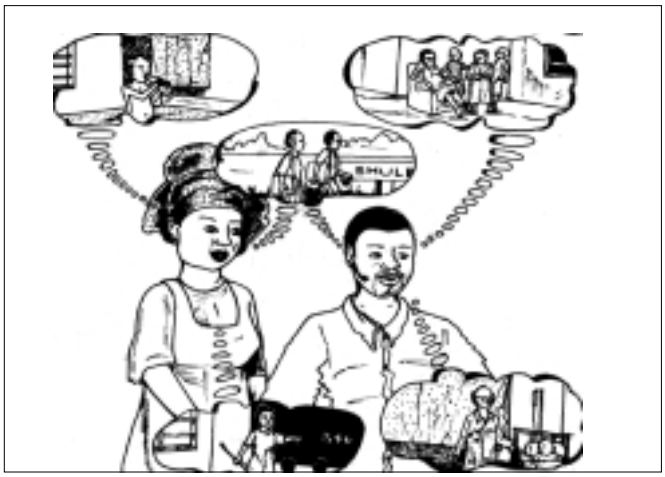
Ni kitu gani cha pekee kuliko vyote unacho kikumbuka maneno ya mwanao wakati anajifunza kusema huyo? Kinaweza kuwa cha kufurahisha au kuhuzunisha. Lakini kuandika vitu vidogovidogo kuhusu tabia na mwenendo wa mwanao ni jambo kubwa sana kwake.

4.15 MATEGEMEO NA MATARAJIO YANGU KWAKO.

Hapa ni mahali pa kuandika unayoyatarajia kwa mtoto wako kwa siku za baadaye. Unaweza pia kutoa ushari au nasaha juu ya namna anavyopaswa kuishi, mathalani umuhimu wa kuzingatia elimu, umuhimu wa kujiwekea malengo, kujiepusha na marafiki wabaya, kuepuka vishawishi akiwa kijana na uwajibikaji atakapokuwa mzazi. Ni vizuri ukatoa uzoefu wako mwenyewe katika kumwelekeza.

4.16 WATU MUHIMU KATIKA MAISHA YAKO.

Andika maelezo mafupi kuhusu watu muhimu au wa pekee kwa huyu mtoto. Pamoja na ndugu au walezi unaweza pia ukataja wengine kama vile majirani, viongozi wa dini, walimu, wataalamu wa afya n.k. hawa ni watu



wanaomfahamu mtoto kwa undani na wanaoweza kumsaidia au kumshauri katika maisha yake ya kila siku.

4.17 TAARIFA KUHUSU AFYA YAKO.

Toa maelezo mafupi kuhusu afya ya mtoto. Andika kuhusu maradhi au maumivu yaliyowahi kumpata siku za nyuma. Pia taja hali au tatizo lolote la kiafya aliloweza kurithi kutoka kwa ndugu zake. Orodhesha majina ya zahanati/hospitali pamoja na watendaji wa afya ambao wamekuwa wakimhudumia mtoto ili aweze kuomba maelezo zaidi au ushauri utakapohitajika. Karatasi za kumbukumbu za afya, kama vile chanjo kamwe isiwekwe kwenye kitabu cha kumbukumbu bali zihifadhiwe mahali pa salama.

4.18 TAARIFA KUHUSU WAZAZI.

Watoto wote wanahitaji kuwa na taarifa sahihi na za wazi kuhusu wazazi wao wote. Endapo mmojawapo wa wazazi amefariki au hayupo ili aweze kuandika kurasa hizi itakuwa ni lazima kupata taarifa kutoka kwa ndugu au jamii, hata kama taarifa si za kutosha, chochote kitakachopatikana bado ni muhimu kwa huyu mtoto katika kumpa hisia za kutambulika.

4. Kurasa Za Kitabu Cha Kumbukumbu

4.19 TAARIFA KUHUSU MAMA.

Ikiwa watoto wote wamezaliwa na mama mmoja, taarifa za aya ya 4.20- 4.28 ziandikwe mara moja tu na kutolewa nakala kwa ajili ya kila mtoto.Iwapo watoto wamezaliwa na mama tofauti au wamelelewa na familia nyingine, taarifa itabidi iandikwe ikielezea hali halisi ya kila mtoto.

4.20 TAARIFA ZA MAMA.

Anza na mambo yafuatayo:

- Jina lako kamili, kabila lako na ukoo,
- Tarehe na mahali pakuzaliwa ,
- Kama umeolewa, tarehe na mahali ulipofungia ndoa,
- Mahali unapoishi sasa.

Halafu simulia kidogo ilivyokua: ulikuwaje ulipokutana na huyo mmeo/ baba wa mtoto huyo? Ulijisikiaje kwa mara ya kwanza? Baadaye nini kilifuata? Ulikuwa ukiishi wapi wakati ulipo wazaa watoto wako?

4.21 MAKUZI YA MAMA.

Watoto wako watahitaji kujua historia ya nyuma ya familia yao. Kama mmekulia maeneo au jamii tofauti, ni muhimu kuwaeleza utamaduni wenu, maisha yenu yote kwa ujumla kama uliishi mjini au kijijini. Nyumbani kwenu kulifananaje? Mlipanda nini katika eneo linazunguka nyumba? Familia yenu walikuwa wakifuga mifugo gani? Nani walikuwa wakiishi kwenye mji huo – kaka na dada,babu, bibi? Kazi zako zikuwa ni zipi pale nyumbani – kulea watoto, kuchota maji. Au kumsaidia bibi yako kutayarisha chakula cha familia? Ulikwenda shule? Ulipenda masomo gani na yapi uliyachukia? Ulikuwa unacheza michezo yoyote au kushiriki katika kikundi chochote cha burudani? Usisite au kuona aibu kutaja mambo yako ya shuleni na usichana wako.

4.22 KIPINDI CHA KUKUA NA UTU UZIMA WA MAMA.

Je, ulienda shuleni na uliendelea na masomo au mafunzo yoyote baada ya shule ya msingi /sekondari? Umeajiriwa- unaenda kazini – au muda wako mwingi unautumia kulea watoto na kutunza nyumba? Ukiangalia nyuma, matarajio yako uliyafikia? Changamoto gani uli-zokabiliana nazo na mbinu gani ulizotumia kupambana nazo?

Eleza kama wewe mama ulichukua mafunzo/kozi yoyote baada ya siku za shule yako.Maeneo ambayo umewahi kuajiriwa, mafanikio ambayo uliyowahi kuyapata pia changamoto ulizokutanazo. Je malengo yako uliyokusudia umeyafikia na umeyatekeleza? Na ndoto yako umeifikia?

4.23 SHUGHULI NA MAMBO MUHIMU ANAYOPENDELEA MAMA.

Hii ni sehemu ya kuelezea mambo na shughuli una-zopenda kufanya ukiwa nyumbani hasa wakati ukiwa



huru. Je unao muda wa kupumzika? Je unasaidia jamii/familia/shule? Unashiriki katika shughuli za dini? Ni jambo gani unalolifanya ambalo linawavutia watu hadi wakakusifia? Kama vile kupika chakula cha asili, kusitawisha maua ambayo ni ya pekee, ufinyanzi au ufumaji, kuimba au kuchezaq katika kikundi Je mwanachama katika kikundi cha kijamii.

4.24 MAMBO AMBAYO MAMA ANAYAPENDELEA NA ASIYO YAPENDELEA.

Unaweza kutaka kuandika jinsi gani unavyo sherehekea sikukuu za kidini kama vile: Krismas, Pasaka, Maulidi ama mfungo wa Ramadhani vilevile wakati ambao familia hukutana pamoja. Nyimbo ama mashairi uliyojifunza shuleni; aina za vyakula ambavyo bibi yako alikufundisha jinsi ya kupika. Aina gani ya vitu vinavyokufanya ukasirike au ujisikie huna furaha: watu - wakiwemo wanasiasa wasiojali ahadi? Watoto wasiotii? Wanyama waharibifu walioharibu bustani yako? Majirani wenye majungu ama wanaoingilia mambo ya familia yako?

4.25 KUMBUKUMBU MAALUMU ZA MAMA.

Fikiria kuhusu baadhi ya siku za furaha maishani mwako. Kumbuka jambo maalum au tukio muhimu katika familia lililoleta furaha au majonzi. Kumbuka kwamba vitu vidogo vidogo vinaweza kuwa na uzito sawa na tukio kubwa katika familia. Mfano, suala la mtoto kushangaa anapoona yai likitoa kifaranga, linaweza kuwa na umuhimu kama wa sherehe ya kumaliza shule.Wazazi wengine wanaweza kuamua kuelezea nyakati ngumu walizowahi kukutana nazo na jinsi walivyoweza kupambana na changamoto hizo.

4.26 IMANI YA MAMA NA MTAZAMO WAKE KATIKA MAISHA.

Inawasaidia watoto kukuelewa na kuheshimu maadili yako kama utawafahamisha mambo yaliyokuongoza maishani. Hili si swala tu la imani ya dini bali pia msukumo kutoka kwa wazee wa ukoo, walimu, babu na bibi na watu wengine wote waliokusaidia kupambana katika maisha yako.

4. Kurasa Za Kitabu Cha Kumbukumbu

4.27 AFYA YA MAMA.

Hii ni sehemu ya kuandika hali ya afya yako ili watoto waweze kuelewa ukweli na hali halisi juu ya afya yako kwa maneno yako mwenyewe. Andika habari kuhusu hali yoyote ya kiafya inayoweza kurithishwa. Ikiwezekana elezea kwa kina kwenye karatasi tofauti majina ya madaktari na hospitali ambazo umekuwa ukitibiwa ili watoto wako waweze kwenda kupata habari zaidi kama zitahitajika baadaye.

4.28 MAISHA YA MAMA KWA SASA.

Ni muhimu kuelezea hali ya maisha yako kwa sasa na kama familia imewahi kukumbwa na balaa la kifo ama wewe kutengana na mwenzako. Kama sasa uko peke yako unaweza kuelezea jinsi unavyoweza kujikimu na maisha ya kila siku. Endapo umepata mwenza mpya, pengine unaweza ukawafahamisha wanao jinsi maisha yako yalivyobadilika na nafasi yao katika familia kwa sasa.

4.29 TAARIFA KUHUSU BABA.

Kama kuna uwezekano kurasa (zinazoelezea masuala ya aya 4.30-4.38) ziandikwe na baba mzazi wa mtoto mwenyewe.Ikiwa baba huyo hapatikani ili aandike mwenyewe, au ameisha aga dunia, ni muhimu kwa mama au mwanafamilia kutoa taarifa sahihi kadri anavyozifahamu. Ikiwa watoto wote wamezaliwa na baba mmoja, taarifa ziandikwe mara moja tu na kutolewa nakala kwa ajili ya kila mtoto.Iwapo watoto wamezaliwa na baba tofauti, taarifa itabidi iandikwe ikielezea hali halisi ya kila mtoto.

4.30 TAARIFA ZA BABA.

Anza kwa mambo yafuatayo:

- Jina lako kamili ,
- Tarehe na mahali pa kuzaliwa ,
- Kama umeoa, tarehe na mahali ulipofungia ndoa ,
- Unapoishi sasa.

Halafu endelea kuandika hadithi (maelezo) yako. Unaweza kuweka namna ulivyo kutana na mama watoto wako. Upi ulikuwa mtazamo wake? Ulifanikiwaje kumpata? Uliishi wapi watoto walipozaliwa?

4.31 MAISHA YA UTOTO WA BABA.

Watoto wako watapenda kujua maisha ya familia. Kama umeishi katika eneo tofauti na hapo ulipo sasa elezea mazingira yake kiutamaduni na kijamii. Uliishi kijijini au mjini? Nyumbani kwenu kulifananaje? Mlikuwa mnapanda nini kwenye eneo linalozunguka nyumba yenu? Familia yenu ilikuwa ikifuga wanyama? Ulikuwa ukiishi na nani – kaka na dada, babu na bibi? Ulijifunza nini kutoka katika familia? Ulikuwa ukifanya kazi gani nyumbani – kuwatunza wadogo zako, kuchota maji, kulima, kupika, kuchunga, uvuvi n.k. Ulienda shule? Ni masomo gani ulikuwa ukipendelea na yapi hukuyapenda? Ulipenda kushirikisha katika mambo gani – kuimba, kucheza au burudani gani nyingine? Watoto wako watapenda kujua mafanikio yako shuleni – kufaulu mitihani au kuwa bingwa katika michezo.

4.32 MAISHA YA MAKUZI NA UTU UZIMA WA BABA.

Elezea kama ulisoma shule masomo gani uliyoyapendelea na yapi uliyachukia na toa sababu zake. Pia elezea masuala muhimu uliyoyapenda : kama ulikuwa mwanakwaya? Mcheza ngoma? Ulikuwa katika chama cha maskauti?, Mwanamichezo? Watoto wako watataka kuelewa juu ya mafaniko yako kama ulikiwa ukifauli katika mitihani au ulikuwa mkibiaji sana. Eleza mafunzo uliyopata baada ya kumaliza shule. Wafahamishe watoto kuhusu ujuzi wako na kazi uliyokuwa ukifanya – ulikuwa ukijishughulisha na kazi za nyumbani au ulikuwa ukienda kufanya kazi nje ya nyumbani? Ukifikiria kipindi cha nyuma, matarajio yako yalikuwa yapi – na je, yamefikiwa?

4.33 SHUGHULI NA MAMBO MUHIMU BABA ANAYOPENDELEA.

Hapa ni mahali huru pa kusema jinsi ulivyotumia muda wako wa mapumziko. Ulijifunza maarifa gani kutoka kwa wazazi wako na ni ujuzi gani unaoweza kuurithisha kwa watoto wako? Je, mtazamo wa watu kwako ukuje – wanakuona kama mwanaume anayewajibika katika familia yake? Unashiriki kikamilifu katika shughuli za kijamii au za dini. Kuna vitu unavyopendelea au michezo yoyote unayoshiriki?

4.34 MAMBO ANAYOYAPENDELEA NA ASIYOPENDELEA BABA.



Unaweza kuelezea jinsi ulivyokuwa ukisherehekea sikukuu za kidini au sherehe nyingine za kifamilia. Unaweza pia ukaandika kumbukumbu za vitu vingine vya zamani kama vile chakula alichokuwa akipika bibi, ulivyokuwa ukiangalia mpira, ukiimba au kucheza. Lakini pia usisahau kuandika juu ya vitu ulivyokuwa vikikuuthi au kukuchanganya! Wanaweza kuwa watu kama wanasiasa wasiotekeleza ahadi zao, watoto wasiokuwa watii, au majirani wambea na wenye majungu. Au labda wanyama waliokuwa wakiharibu mazao?

4.35 KUMBUKUMBU MAALUM ZA BABA.

Fikiria matukio yaliyokusisimua maishani mwako hususani mambo mazuri ambayo umekuwa ukifurahia na watoto wako. Kumbuka kwamba vitu vidogovidogo vinaweza kuwa na uzito sawa na tukio kubwa katika familia.mfano, kitendo cha mtoto wako kushangaa anapoona mbegu aliyopanda imechipua kinaweza kuwa na uzito kama sherehe fulani ya ndoa! Yote haya ni kukifanya kitabu cha kumbukumbu kivutie na kisiwe mara zote kinamsononesha mtoto.

4. Kurasa Za Kitabu Cha Kumbukumbu

4.36 IMANI NA MTAZAMO WA BABA KATIKA MAISHA.
Inawasaidia watoto kukuelewa na kuheshimu maadili yako kama utawafahamisha mambo yaliyokuongoza maishani. Hili si kuhusu imani ya dini pekee bali ushauri uliokuwa ukipata kutoka kwa wazee wa ukoo, walimu, babu na bibi na watu wengine wote waliokusaidia maishani kwa namna moja au nyingine.. hii pia ni nafasi yako kuwaeleza watoto kuhusu msimamo wako juu ya maswala ya siasa, mila na desturi.

4.37 AFYA YA BABA.
Hapa ni mahali pa kuandika afya yako ili watoto watapate fursa ya kufahamu hali halisi ya afya yako kwa uwazi na kwa maneno yako mwenyewe. Wafahamishe watoto kwa ufasaha (ikiwezekana tumia karatasi tofauti) majina ya madaktari na wahudumu wengine wa afya waliokuwa wakihudumia, pamoja na hospitali au zahanati kuulizia taarifa zaidi kama zitahitajika hapo baadaye.

4.38 MAISHA YA BABA KWA SASA.
Ni muhimu kuelezea mazingira yako kwa sasa. Hii itawasaidia watoto kuelewa kwa nini mambo yako hivi kwa sasa na kwa jinsi gani yanaweza kuathiri mahusiano yako na wao.

5. Taarifa Nyingine Muhimu

(Sehemu ya mwisho inatoa nafasi ya taarifa ambazo hapo awali hazikuwekwa katika kitabu cha kumbukumbu. Pia inatoa nafasi ya kuweka majina na taarifa mbalimbali muhimu kutoka katika sehemu zilizotangulia. Taarifa hizo ni pamoja na ramani za maeneo na michoro inayoonyesha mtiririko wa vizazi katika ukoo ili kuwasaidia watoto kuelewa muundo mzima wa familia na kufahamu ndugu walikotokea au walipokwenda endapo hawaonekani)

5.1 MAJINA NA ANWANI ZA WATU MUHIMU KATIKA FAMILIA.

Hii ni muhimu sana kama watoto wametengana au wametawanyika. Orodhesha majina kamili na anwani za watu muhimu kwa watoto na maeneo wanapoishi watu wafuatao:

- kaka na dada pamoja na ndugu wengine wa karibu
- wakuu wa ukoo:ndugu wa karibu
- wanajamii, walimu na viongozi wa dini
- mashirika au vikundi vya msaada
- marafiki na majirani wakutumainiwa
- Wanaukoo wakongwe



5.2 TAARIFA KUHUSU MATUKIO MENGINE MUHIMU NA WATU.

Hizi ni pamoja na:

- Maelezo kuhusu kifo cha ndugu wa karibu au marafiki na mahali walipozikwa
- Taarifa kuhusu ndoa au talaka
- Maelezo ya kina ya ndugu au marafiki ambao wako mbali au wanaishi nje ya nchi
- Taarifa nyingine yoyote muhimu ambayo haikuandikwa awali katika Kitabu cha Kumbukumbu.

5.3 RAMANI YA TAIFA NA KIMATAIFA.

Unaweza kutumia ramani kuonesha jinsi ndugu mbalimbali wanavyohama kutoka sehemu moja hadi nyingine, mahali walipozaliwa, mahali walipokwenda,makazi yao ya sasa au walipozikwa endapo wamefariki.

5.4 MCHORO WA MTI WA FAMILIA (family tree).



Kama watoto ni lazima waende mahali fulanai au kuishi na watu wengine mara nyingi huwa wanachanganyikiwa juu ya uhusiano wa familia. Mchoro huu unatakiwa kuonyesha na kuelezea msingi wa familia yenu. Mti huu unatakiwa kuanzia kwa babu na bibi wa kwanza hadi kwako wewe baba/mama pia kwa watoto. Hii itasaidia watotokufahamu kwa usahihi ni naniwazazi waona ni nani babu/bibi zao, na kufahamu uhusiano wao wa kweli, kaka, dada, mjomba, shangazi na binamu.

5.5 MTI WA MWEMBE.

Huu unatoa nafasi kwa wazazi kujaza majina ya watu wa karibu na muhimu kwa mtoto, wanaweza kuwa ndugu, marafiki au wanajumuia. Baadhi ya wazazi wanabandika picha za watu hawa kwenye matunda katika familia nyingine watoto wanachagua watu wanaowahitaji na hata kuchora picha zao katika matunda.

5.6 WAPI PA KUPATA NYARAKA NA KUMBUKUMBU.

Kitabu cha kumbukumbu si mahali sahihi panapofaa kutunza nakala halisi za nyaraka au vitu vyovyote vya thamani, unahitaji kutafuta mahali salama au watu wanaoaminika kutunza nyaraka za familia na vitu vingine muhimu hadi watoto watakapokuwa wamejitegemea. Mahali salama ni pamoja na jamaa mashuhuri, benki, mwanasheria kiongozi wa jumuiya au kanisa, mwana kamati wa kikundi fadhili au rafiki mwaminika.

Ni muhimu kutengeneza orodha ya yaraka na vitu na kupata risiti. Ndipo watoto watajua kilichotunzwa na wapi kitapatikana.

Nyaraka muhimu zinaweza kujumuisha:

- Vyeti vya kuzaliwa na ubatizo
- Vyeti vya ndoa (na kama inafaa vyeti vya talaka.)
- Vyeti vya hospitali pamoja na chanjo.
- Wosia na nyaraka zao kumilki mali
- Maandishi ya maelekezo au makubaliano ya kawaida kuhusu ulezi au mtunzo ya watoto mbeleni.
- Pasi za kusafiria na nyaraka zingine kuhusu utaifa na kisheria.

Sasa umekamirisha kitabu cha kumbukumbu.

Lakini maelezo yanaendelea.…..na inawezekana wewe au watoto wako wataalam kuweka rekodi kulingana na wakati wa kuongezea habari mpya na mawazo kadri miaka inayopita..

"Maandishi yako ni hazina kubwa kwa kizazi chako" - Adilisha 2005
"Usemi wako kwa leo waweza kutothaminiwa bali kwa usoni utakuwa ni lulu" Adilisha 2007