پاڵنەرەکانی خۆسووتاندنی
ژنان لەکۆمەڵگای کوردیدا

توێژینەوەیەکی مەیدانییە
لەناو شاری سلێمانیدا ئەنجامدراوە

یەکێتی ژنانی کوردستان
بەشی تەندروستی

ئامادەکردنی
ئاواز عەبدوڵڵا

ناوی کتێب:	پاڵنەرەکانی خۆسووتاندنی ژنان لەکۆمەڵگای کوردیدا
ئامادەکردنی	ئاواز عەبدوڵڵا
مۆنتاژو بەرگ:	ئومێد محەمەد
تیراژ:	٥٠٠
چاپخانە:	تەوار
چاپی یەکەم	٢٠٠٨
ژمارەی سپاردن:	(٢٠٩٢)ی ساڵی ٢٠٠٨ی پێدراوە

لەبڵاوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان
زنجیرە-٢٩-

پێشکەشە بە :-

سکرتێری یەکیێتی ژنانی کوردستان بەڕێز خاتوو (کافیە سلێمان) ، ماندوونەناسانە هەوڵ دەدات بۆ هێنانەدی مافەکانی ژن

سوپاس و پێزانین

*بەڕێز دکتۆر (شێرکۆ عبدالله) هاوکاری کردین کە ڕێگە بدرێت نوێنەری یەکێتی ژنانی کوردستان لە نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی فۆرمەکان پڕبکاتەوەو خاتوو (رووناك فرج ئاغا) لێپرسراوی بەشی تەندروستی هاوکاری وکارئاسانی بۆ پەیوەندی وکۆبونەوەکان لە بەڕیوەبەرایەتی تەندروستی سلێمانی و نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی بۆئەم مەبەستە.

*هاوڕێ ی بەڕێز (سۆران سعید) هاوکاری کردین وەك توێژەرێکی کۆمەلأیەتی لە هەندێك گۆڕانکاری لە توێژینەوەکەدا.

*بەڕێزان(مامۆستا)سەرۆکی بەشی کۆمەڵناسی،(دکتۆر ئەفرام) پزیشکی دەروونی، (تەلار لەتیف) پارێزەر. بە سەیرکردنەوەی فۆرمی توێژینەوەکەوتوێژینەوەکە بەگشتی و ڕاوبۆچونیان.

*لقی سلێمانی یەکیێتی ژنانی کوردستان- لە پڕکردنەوەی فۆرمەکان و کۆکردنەوەی داتاوزانیارییەکانی فۆرمەکە بە کۆمپیوتەر.

پێشەکی :-

ئەمرۆ کە دنیا گەیشتۆتە جەنجاڵترین ساتەکانیو چەندین چەمکی جۆراوجۆر رۆژانە پەیدا دەبنو هێندەی تر سەرقاڵبوون زیاتر دەکەن، هێشتا هەندێك دیاردە ماون کە لەسەردەمانێکی پێشترەوە سەریان هەڵداوەو بەردەوامیان گەیشتۆتە ئەمرۆ. ئەگەر کەمێك وورد بڕوانین بە ناو کۆمەڵگەی کوردیدا، یەکێك لەو دیاردانەی ڕەنگی داوەتەوەو قسەو باسی لەسەر دەکرێت بووە بەدیاردەیەکی کۆمەڵایەتی خۆسوتاندنەو سووتانە، کە هەردوو ڕەگەزی گرتۆتەوە بەڵام بەرێژەیەکی زیاتر لەناو ڕەگەزی مێینەدا. ڕاستە لەهەموو وولاّتانی جیهاندا پەنا بردن بۆ خۆکوشتن دیاردەیەکەو بەداخەوە ڕێژەکەی لەزیاد بوندایە ئەوەی جیاوازە لە وولاّتاندا بۆ خۆکوشتن پەنا بۆ ئاگر نابەن .

دیارە هەندیٚ لەو ڕووداوی سووتاویانە بەرێکەوتو بەهۆی بەکارهێنانی ئامێرو کەلوپەلی پێویستی رۆژانەوەیە، هەندێکیشیان هۆکاری تاوانیان لە پشتە کەم تا زۆر مێرد یان کەس‌وکاری مێرد یان ئەندامانی خێزان بەشێوەیەك لەشێوەکان هۆکارێك بوون لە ڕوودانی ئەو جۆرە ڕووداوە خامناکانەی بە خۆسوتاندنی ژنان ناسراوە .بۆیە زۆرجار حاڵەتی سووتاوی بۆ هەندێك دیاردەی کۆمەڵایەتی وەکو (هەڵچوون‌وگرفتە دەروونی یەکان، فشاری کۆمەڵایەتی) دەگەڕێتەوە وا دەکات کۆنترۆڵ‌وهاوسەنگی عەقڵی تێدا لەدەست دەچێت.

کەوابێ گریمان حاڵەتەکە بێ هیچ پلانێکی پێشووترە بەهۆی هەلچوونی دەروونی کتو پڕەوەیە و توشبوون بە حاڵەتێکی نامۆ بوون لە ژیاندایە. تێڕوانینو بۆچونمان بۆ ئاگر تا ئەو ئە ندازەیەی هەست دەکەین هیچ ئازارێك هێندەی ئازاری سووتانو ئاگر بەهێز نیە، سووتاوی قورسترین برینەو ئازارەکانی ئاگر لە هەموو ئازارەکانی تر زیاترو ناخۆشترە، زامەکانی

سووتان لەهەموو زامەکانی تر قوڵترە، ئاگر ترسناکە ترسناکتر لە فیشەك،چەقۆولەمەرگی خنکانی ئاوو هەموو ژانەکانی تری مەرگ. ئایا هەڵچوونی دەروونی بەسە بۆ کۆتایی هێنان بە ژیان؟ وە بۆچی لە ڕێگاکانی خۆکوشتن دا پەنا دەبرێت بۆ ئاگر؟ دیارە ئاگر لەو پیاوانە فێنکترو بە بەزەیی ترە.

لەو ساتەی کە مرۆڤێك بڕیارێکی توند وەرئەگرێو خۆی ئەسوتێنێ، پاشان کاتێك هەست بە ئازاری سووتان ئەکات بەخێرایی بەرەو نزیکترین جێگا ڕا ئەکات بۆئەوەی یەکێك بدۆزێتەوە ئاگرە کڵپە گرتووەکەی بۆ بکوژێنێتەوەو ڕزگاری بکات، هەرچەندە ئەو ڕاکردنە ئاگرەکە زیاتر خۆش دەکاتو مەترسی زیاتر ئەبێ و چارەسەرکردنیشی قورستر ئەبێ.

کەواتە ئەوانە کێن کە وا لەژنان دەکەن جەستەی خۆیانو سۆزی مناڵەکانیان بەئاگر بسپێرن، ژن دایکە لەهەموو مەخلوقێك بەسۆزترەو میهرەبان ترە، ئەو ئەژدیهایانە کێن؟ لەجێی گوڵو شوشەی عەتر شقارتەیەكو گالۆنێك نەوت ئەکەنە دیاری ئەو مەخلوقانەی بەهەشت لەژێر پێیاندایە، کەی ژن وەك مرۆڤ سەیر دەکەن؟ کێ حەز دەکات بسوتێتو بشێوێت؟ کێ ئەیەوێت جەستەی ببێتە سوتماك؟ ئایا ئەو ئازارە چرکە ساتەکانی تووڕەبون دروستی دەکات؟ ئایا بۆ تۆڵەسەندنەوەو ئازاردانی ئەوی ترمان پێ دەبەخشێت؟ ئەمانە پرسیار گەلێکن کە سانا نیە سەرپێی وەلاّمیان بدرێتەوە بۆیە ئەم توێژینەوەیە دەیەوێت کە بەشێوەیەکی زانستی ڕونکردنەوەیان لەبارەوە بدات وە لەهەمان کاتدا هەوڵدەدات داتایەکی باوەڕپێکراو بخاتە ڕوو وە ڕاپرسیدیاردەکە بکاتو دەرئەنجامەکان بەدیار بکات.

پێرست- ناوەڕۆک

هەوڵەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان بۆ کەمکردنەوەی ڕێژەی خۆسوتاندن

دەروازەی یەکەم/لایەنی تیۆری

بەشی یەکەم:

تەوەری یەکەم

١-ئامانجی توێژینەوە

٢-گرنگی لێکۆڵینەوە

٣-ئاستەنگەکانی توێژینەوە

٤-بواری توێژینەوە

تەوەری دووەم

دیاریکردنی چەمكو زاراوەکان

١-خۆکوشتن

٢-مەرگ

٣-خێزانو ژینگەی دەروونی

٤-پەروەردە

٥-کۆمەڵگا

٦-دامەزراوە کۆمەڵایەتیەکان

٧-گرفتوگرێ دەروونیەکان

٨-توڕەبوونو هەڵچونەکانی مرۆڤ

٩-پاڵنەرەکان

١٠-بڕیار وەرگرتن

بەشی دووەم:

تەوەری یەکەم

★ئامارەکانو سەرژمێری سووتانوخۆسوتاندن .

★پلەکانی سووتاوی

تەوەری دووەم

توێژینەوەی پێشوو

بەشی سێیەم:

تەوەری یەکەم

★هۆکارەکانی خۆسوتاندن

★کاریگەریو خەتەرییەکانی خۆسوتاندن لەسەر کەسێتی ژن

تەوەری دووەم

★هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژنان بۆمەرگ

★ڕۆڵی دامەزراوەکانو کاریگەری لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن

دەروازەی دووەم/ لایەنی مەیدانی

بەشی یەکەم:

تەوەری یەکەم

سنوری توێژینەوە

نمونەی توێژینەوە

ئامرازی توێژینەوە

میتۆدی توێژینەوە

کەرەستەی توێژینەوە

تەوەری دووەم

خستنە ڕووی گریمانەکان

بەشی دووەم:

تەوەری یەکەم

خستنەڕووی زانیارییەکانو شیکردنەوەی خشتەکان

تەوەری دووەم

★ئەنجامەکان

★پێشنیارو چارەسەرەکان

★سەرچاوەکان

★پاشکۆکان

هەوڵەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان
بۆ کەمکردنەوەی ڕێژەی خۆسوتاندن :-

لە دوای زیاد بونی ڕێژەی خۆسوتاندنو سووتاوی لە سلێمانیو دەوربەری بەتایبەت وەك لە ئامارەکاندا هاتووە لە دوای ساڵی ١٩٩٦ بەگشتی ڕێژەیەك لە ژنان بۆ خۆکوشتن پەنا بۆ جۆری خۆسوتاندن دەبەن بەتایبەت ئاماری ساڵی ٢٠٠٦ کە گەورەترین دەنگدانەوەی لەسەر ئاستی میدیاو ڕاکەیاندنەکان بووە هۆی قسەو مشتو مڕێکی زۆر لەسەر بوونی دیاردەکە کە ئەم ئامارە لە تەمەنی (١ ساڵ بەرەو خوار تا سەروو ٥٠ ساڵ) کۆی گشتی وەرگیرابوو بێ ئەوەی جۆرو هۆکارو پلەی سوتاوییەکان دیاریی بکرێت لە نێوان هەردوو ڕەگەزدا.

بۆیە یەکێتی ژنانی کوردستان وەك بەردەوام لەهەوڵی کەمکردنەوەی دیاردە ترسناکەکانی کە کاریگەریی لەسەر بارودۆخی ژنان هەیە لەبەرنامەو پلانی کاری خۆیدا لە ساڵی ٢٠٠٧ دا ئەم پێشنیارانە لەلایەن خاتوو (ڕووناك فرج ئاغا) خرانە بەردەست لایەنە پەیوەندیدارەکان لەلایەن بەشی تەندروستی جێبەجێکرا .

– پێشنیار بۆ جێبەجێکردنی بەرنامەی هەڵمەتێکی هۆشیاری کە پرۆژەیەك بوو بۆماوەی (٦) مانگ بەهاوکاری بەڕێوەبەرایەتی گشتی پەروەردەی سلێمانی کە لەنێو خوێندنگە (ناوەندیو دوا ناوەندییەکان)ی شاری سلێمانی (٢٥) خوێندنگە سوودمەند بوون کۆی گشتی بریتی بوو لە (٥٥١٦) کچوژن کە ستافی پرۆژە بریتی بوو لە (١٠) ئەندامی یەکێتی ژنانی کوردستان کە لەکۆڕوسیمینارەکان دا لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن کە ژنانوکچان هۆشیاربکرێنەوە لەڕووی تەندروستیو کۆمەڵایەتی یەوەو ئاکامە خراپەکانی دوای سووتان وە خۆپاراستن ئەو هۆکارانەی دەبنە هۆی سووتان لە نێو خێزانو کۆمەڵگەدا وە فۆرمێکی ئیستبیانی دابەشکرا بۆوەرگرتنی

ڕاپرسی لەسەر بوونی دیاردەکەو ئاستی ڕۆشنبیری خوێندکار لەسووتانو تاچەند ڕوویداوە یەکێك لەئەندامی خێزان سووتابێت.

– سیمینار بۆ سەرجەم ڕێکخراوەکانی ژنانو کۆمەڵگەی مەدەنی کە تیایدا (٢٥) ڕێکخراو نوێنەریان بەشداری کرد بەسەرپەرشتی پزیشکی پسپۆر بۆ باسکردنی خۆسوتاندنو خۆکوژی وە نمایشکردنی کورتە فلیمێك کە لە نەخۆشخانە وێنەی چەند سووتاوێك لەلایەن ڕاگەیاندنی یەکێتی ژنانی کوردستان ئامادەکرابوو پێشکەش کرا.

– پێشنیار بۆ وەرگرتنی ئامارو داتای ئەو کەسانەی ڕووبەڕوی سووتان دەبنەوە لە نەخۆشخانە بەشێوەی فۆرمێك بێت کە زانیاری گشتیو تایبەت بەنەخۆش وەربگیرێت کە هۆکاروجۆرو ڕادەی سووتاویەکە دیاری بکرێت نەك تەنها ناوەکانیان و چەند پرسیارێکی سەرەتایی تۆمار بکرێت. ئەم فۆرمە لەسەرەتای ساڵی ٢٠٠٧ تایبەت بوو بەو کەسانەی ڕوودەکەنە نەخۆشخانەی ئیمیرجینسیو ئەم توێژینەوەیە ئەنجامی ئەو ڕاپرسیە یە.

دەروازەی یەکەم

لایەنی تیۆری

بەشی یەکەم:

تەوەری یەکەم- چوارچێوەی گشتی توێژینەوە

١-ئامانجی توێژینەوە

٢-گرنگی لێکۆڵینەوە

٣-ئاستەنگەکانی توێژینەوە

٤-بواری توێژینەوە

تەوەری دووەم

دیاریکردنی چەمكو زاراوەکان

١-خۆکوشتن

٢-مەرگ

٣-خێزانو ژینگە

٤-پەروەردە

٥-کۆمەڵگا

٦-گرفتوگرێ دەروونیەکان

٧-تورەبوونو هەڵچونەکانی مرۆڤ

٨-پاڵنەرەکان

٩-بڕیار وەرگرتن

بەشی دووەم:

تەوەری یەکەم

٭ئامارەکانو سەرژمێری سووتانوخۆسوتاندن .

٭پلەکانی سووتاوی

تەوەری دووەم

توێژینەوەی پێشوو

بەشی سێیەم:

تەوەری یەکەم

٭هۆکارەکانی خۆسوتاندن

٭کاریگەریو خەتەرییەکانی خۆسوتاندن لەسەر کەسێتی ژن

تەوەری دووەم

٭هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژنان بۆمەرگ

٭رۆڵی دامەزراوەکانو کاریگەری لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن

دەروازەی یەکەم

بەشی یەکەم:-

تەوەری یەکەم /چوار چێوەی گشتی توێژینەوە

١- ئامانجی توێژینەوە:-

ئەم لێکۆڵینەوەیە تایبەتە بە دیاردەی خۆسوتاندنو سووتاوی، لەسنوری شاری سلێمانیو دەوربەری، بۆیە ئامانجەکانی بەشێوەیەکی گشتی لەوەدا خۆی دەبینێتەوە کە :-

أ- زانینی جۆرو ڕادەی سووتاوی کە بەهۆی ڕووداوی جۆراوجۆر ڕۆژانە تووشی تاکەکانی کۆمەڵ دەبێت بە تایبەت ژنان.

ب- دەرخستنی پاڵنەرەکانو ئەو هۆکارەکانی وا دەکات ژنان پەنا بۆخۆسوتاندن بەرێت لە خێزانوکۆمەڵدا .

ت- دیاریکردنی ئاسەوارو کاریگەرییەکانی سووتان کە دەبێتە هۆی پەشیمانی و دابڕان لە کۆمەڵ و پەنابردن بۆنەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتاوی .

پ- ئامانجی بە ئاگا هێنانەوەی ژنو پیاوانی کۆمەڵگەیە بۆ هەستکردن بە گەورەیی ئەم کێشەیە وە تاچەند کۆمەڵگەی پیاو سالاری ڕەنگدانەوەی لەسەر خێزانەکان هەیە.

٢- گرنگی لێکۆڵینەوە:-

لێکۆڵینەوە لەسەر دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی وەك خۆسوتاندنو سووتان کە زۆرترین زیان لەسەر ژنان بەجێ دەهێڵێت لە ڕووی جەستەییو دەروونی لەم ڕوانەوە گرنگە:-

یەکەم/ ناسینی ڕادەو پلەی سوتانو ژمارەی سووتانەکان لەنێو ژناندا، هەولێکە بۆ دەرخستنی قەبارەی دیاردەکە.

دووەم/ کەمی لێکۆڵینەوەوسەرچاوەوداتا لەم بوارەدا وەك پێویست ئاوڕی لێنەدراوەتەوە.

سێیەم/ ڕوونکردنەوەوزانینی هۆکارو پاڵنەرەسەرەکیەکان کە وا لەژن دەکات پەنا بۆخۆسوتاند ببەن.

چوارەم/ زانینو هەست کردن بە گرنگترین ئەو گیروگرفتانەی دەبنە هۆی خۆسوتاندن.

پێنجەم/ زانینی کاریگەری‌و خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن وە بۆچوونی ژنان لەسەر دیاردەکە.

٣. ئاستەنگەکانی توێژینەوە:-

دیاردەی خۆسوتاندنو سووتاوی یەکێکە لەو دیاردە کۆمەڵایەتیانەی کە ئەمرۆ لە کۆمەڵگەی کوردیدا هەستی پێ دەکرێت، ئەمرۆ هەست بەکاریگەرییەکانی دەکرێت لەسەر بارودۆخی ژن لە خێزانو کۆمەڵگەدا، لێرەوە ئەو کۆسپانە دیاری دەکرێت :-

یەکێك لەو کۆسپانەی گرفتی سەرەکی توێژینەوەکەیە لەوەدا خۆی دەبینێ کەمی سەرچاوەو زانیاری لەسەر خۆسوتاندن بەهۆی وەرگرتنی ئامار ئاسان نیە لای ئێمە چونکە سەرچاوەکانی زانیاری لاوازن یا نهێنیە بەناوی پاراستنی حاڵەتی تایبەت دەکرێت .

پێویستە باسی ئەوەش بکەین کە هەندێك لە ژنان بەهۆی ئازارو زۆری سوتاوییەکەیان نەیانتوانیوە وەڵامبدەنەوەبە ئاماژەی دەست یا سەرلەقاندن وەیاخود بەهۆی وەرگرتنی زانیاری لە کەس‌وکاری نەخۆش وەڵام وەرگیراوە.

وە ڕێگری لەلایەن بەشی سووتاوی کە دەیانەوێت کەمترین زانیاری بچێتە دەرەوەو بەناوی پاراستنی بەرژەوەندی تایبەت ئەم کارە دەکرێ، بەڵام ئەوانە نازانن چ کاریگەری خراپ دەبێ لەسەر سەرچاوەی زانیاری.وە پاڵنەرێکە بۆئەوەی ئەم دیاردەیە بەشاراوەیی بمێنێتەوەو تەشەنەبسێنێت.

٤- بواری توێژینەوە:-

بواری شوێن/ ئەم لێکۆڵێنەوەیە لە ناو نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی سلێمانی

ئەنجامدراوە ئەو کەسانەی ڕوویان کردۆتە ئەم نەخۆشخانەیە.

بواری مرۆیی/ بەپێی ئەو سەرچاوانەی زانیاری ژمارەی سووتاوەکانی ساڵی ٢٠٠٧ کە سەردانی نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی کراوە بریتیە لە (٢٦٦) کە (٢٦٠)فۆرم شیاویبەکار هێنان بوو بۆ شیکردنەوەکان،(٦) فۆرم تەنها ناوەکانیان تۆمار کراوە لەبەرئەوەی نەخۆشەکان وەڵامی هیچ زانیارییەکیان نەداوەتەوە.

بواری کات/ لەسەرەتای ساڵی ٢٠٠٧ دا دوای ڕەزامەندی لایەنی پەیوەندیدار لەسەر پێشنیارەکەی یەکێتی ژنانی کوردستان بۆ وەرگرتنی ئاماری مانگانەی ڕووداوی سووتانو پڕکردنەوەی فۆرمی زانیاری تایبەت بە سووتان مەبەستمان بوو داتاکان لە ماوەی ساڵێکدا کۆبکەینەوە بۆ ئەوکەسانەی ڕوودەکەنە نەخۆشخانەی ناوبراو،داغڵکردنو تفریغکردنی فۆرمەکانو ئامادەکردنی خشتەوشیکاری سادەو لایەنی تیۆری-سەرجەم چەمكو زاراوەکان دیاریکراوە،پلەوجۆری سوتان لەگەڵ ئاماری سووتان لەساڵانی پێشوتردا دیاریکراوەو دواتر هۆکارەکانو خەتەرییەکانی خۆسوتاندن باسکراوە بەدوایدا ئەنجامەکانو پێشنیارەکان خراوەتە ڕوو.

بەشی دووەم

چەمكو زاراوەکان

١-خۆکوشتن:-

پرۆسەیەکە کە تاك لەناو دەچێت لەلایەن خۆیەوە پێشی دەوترێت خود کوشتن، وەڵامێکە بۆ نارازی بوون وە دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی یەو لە مێژەوە هەیە کە بەڕێژەی دیاریکراو خۆکوشتن هەیە لەهەر نەتەوەو کۆمەڵگەیەکدا جیاوازی ئەوەیە لەکوردستاندا خۆکوشتن لەجۆری خۆسوتاندن پەنای بۆ دەبرێت ئەمەش ڕەنگە بۆ چەند پاڵنەرێك بگەرێتەوە لەوانەش ئاسان دەستکەوتنی ماددەی خۆکوشتنەکە کە پاڵنەری سووتەمەنی یە لەنێو ماڵدا،یا مانەوەی کاتی زۆر لەگەڵ ئاگر لەکاتی کاری نێوماڵدا کە وا دەکات پاڵنەرێك بێت ژن کەمتر بترسێت لەخودی ئاگرو بەکاری بێنێت بۆ خۆسوتاندن .

(دورکهیم) لە لێکۆڵینەوەیەکدا لەسەر دیاردەی خۆکوشتن بە چەندین شێوەو هۆکارەوە گرێ دەدات یەکێك لەوانە دەڵێت" پەیوەندی بە کەسێتیەوە هەیە، هەندێکی تر پەیوەندی بە دەوروبەرو ژینگە کۆمەڵایەتیەکەیەوە هەیە".

زانای کۆمەڵناسی فەرەنسی وە امیل دورکاهیم لە کتێبی (خۆکوشتن)دا باس لەجۆری خۆکوشتن دەکات بەهۆی ئەوەی کە تاك لەگەڵ کۆمەڵوکۆمەڵگەدا بەهەر هۆیەك بێت ناتوانێت ئەو پەیوەندییە گەشەپێبدات لە کۆمەڵگەدا، کە ئەو کۆمەڵگەیە ناهێڵێ تاك بەشداری لەچالاکیو حەزوئارەزووەکانی دا بکاتوهەلی بۆ نارەخسێنێ بۆهێنانە دی ،بۆیە تاك هەست دەکات دوورەپەرێزە لەئامانجوئاواتوئارەزووەکانی لەکۆمەڵگەدا کە ئەم جۆرە لە بەتەمەنەکان ،نەخۆشو بێوەژن دا ڕوودەدات.

وە جۆرێکی تر لە خۆکوشتن باسی دەکات بەهۆی لەدەست دانی کۆنترۆڵی

پەیوەندییەکانی تاك کاتێك ناشرین کردنی خوورەوشتوهەڵسوکەوتو بەهای کۆمەڵگە لەڕەوشتو لاوازکردنی دابونەریتی کۆمەڵایەتی دروستکردنی ئاژاوەو فساد لەکۆمەڵگەدا ڕوودەدات وا دەکات ئەو کەسانەش کە تووشی خەمۆکیو نەخۆشی دەروونی ببن لەم جۆرە کۆمەڵگەیەدا بەتەمەنەکانو تەلاقدراو بەڕێژەی زیاترە. (د.احسان، ساڵی ١٩٩٩ ،موسوعه العلم الاجتماع ،لا لا٧٦-٧٨) [١]

بەپێی ئەم بیروڕایە تاکەکانی کۆمەڵگە کە پەنا دەبەنەبەرخۆکوشتن بەدوو شێوەی جیا دەگەڕێتەوە سەر کاریگەرییەکانی کۆمەڵگە لەسەر ژیانی تاك وەك باسکراوە لەبەتەمەنەکان،نەخۆش،بێوەژن دا هەلی گەشەپێدانی پەیوەندییەکانیو نەرەخساندنی بواری بەشداریکردن لەکاروچالاکی کۆمەڵایەتیدا ئەمەش وا دەکات ئەم کەسانە دووە پەرێزبنو تووشی دابڕان لە کۆمەڵ دەبن. وە بەهەمان شێوە بەهاوداب ونەریتی کۆمەڵایەتی کاریگەریی دەخاتە سەر لەدەستدانی کۆنترۆڵی پەیوەندیەکانی تاك هەر لەهەڵبژاردنی هاوڕێ لە ژیانی کۆمەڵایەتیدا کۆمەڵێك سنور دانراوە کە ناتوانێ پەرەبەو پەیوەندیانەبدات ئەمەش تەنها لەنیۆ گەنجاندا ڕوونادات بەڵکو بەهۆی قۆناغی تێپەڕاندنی تەمەنی تاك لە کۆمەڵگەدا و دابونەریت ڕەنگدانەوەی دەبێت لەسەر فۆناغی پیربوون وادەکات تووشی خەمۆکی ببن لەهەمان کاتدا لە کۆمەلگەدا ژنێك کە قۆناغی ژیانی هاوسەری نەگونجاو بێت و هەڵوەشانەوەی خێزانی بەدوا بێت ئیتر لەکۆمەڵگەی ئێمەدا بەناشرین کردنی خوڕەوشتو هەڵسوکەوتی وا ناودەبرێت تەلاقدراوە ئەمانەش کاریگەری خراپ لەسەر کەسێتی ئەو ژنە بەجێدەهیلێتو تووشی خەمۆکیونەخۆشی دەروونی دەکات کە بۆچی ئەم ژنە تەلاقدراوە؟.

خۆکوشتن لەهەموو تەمەنێکدا ڕوودەدات،هەرزەکاریوسەرەتای لاوێتی ترسناکترین قۆناغن هەروەها لەدوای تەمەنی (٦٥)ساڵی زۆر زیاد دەکات

بەتایبەت لەوپیرانەی کە بەتەنیا دەژینو نەخۆشی درێژخایەنیان هەیەولە ڕابردوویان ڕازی نین،وە ڕێژەی خۆکوشتن لەمنالأندا زیاتر دەبێ لەنێوان تەمەنی (١٣-١٥)ساڵی بەچەند هۆکارێك لەوانەش (دڵەڕاوکێ،هستریا،خەمۆکی،هەڵوەشانەوەی خێزان،مردنی کەسێنزیك)ڕێژەی خۆکوشتن زیاددەکات. زۆرینەی خۆکوشتنی گەنجان بەهۆی هۆکاری زروفی دەرەکییە وەك (فەشەل، ئیفلاس،ناپاکی هاوسەریی،ماددەبێهۆشکەرەکان، نەخۆشی دەروونیوبیکاریی)هەندێجار هۆکاری خۆکوشتن لە ژناندا بەهۆی خۆپارێزی یان کامڵێیەوەیە وەك (بەردەوام مانەوەی هاوسەر شەوانە لەدەرەوەیماڵ،تەلاقدان،دەرنەچوون لە خوێندن...هتد) (د.ناجی،الانتحار،دراسه نفسیه-اجتماعیه للسلوك الانتحاری،ص١٥٨) [٢].

لەڕوانگەی ئایینەوە خۆکوژی دەرکردنی گیانە لەجەستە بەبێخواستو داوای خاوەن گیانە دیارە ئەمەش هەڵوێستێکی ناڕەوایە دژ بەو چارەنووسە کەلە دەرەوەی مرۆڤ دیاری ئەکرێ.خۆکوژی بەتەواوی مانا کافرەو ئەچێتەدۆزەخ ئەمە لەڕوانگەی ئاینەوە. بەلأم وێڕای ئەمانەش کۆمەڵێك هۆکاری تری کەلتوریوفەرهەنگی بۆ دزێوی ئەم کردەیە لەناو کۆمەڵگادا هەیەخۆکوژی وەك هەموو جۆرێکی تری قەتڵیو مرۆڤکوژی ئەوپەڕی توندوتیژییە، وەخۆکوژی تەنیا نموونەی توندوتیژی مرۆڤ نیە بەرامبەر بەخۆی. ئەوەی کە هەموو جۆرەکانی توندوتیژی مرۆڤ بەرامبەر بەخۆی لەدوو ڕستەی سەرەکی دا کۆبکاتەوە ، توندوتیژییە کە لە ئومێدەوارییەوە سەرچاوە ئەگرێو توندوتیژییەك کە بەهۆی نائومێدی داماوییەوە کە ئومێد چاوەڕوانیو داخوازی مرۆڤە بۆ ژیان لەداهاتوودا . (عەتا نەهایی،گۆڤاری ڕەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور ڕاڤەکردن لا ٢٣٧) [٣].

(ڕێگاکانی خۆکوشتن:-

-خۆخنکاندن

- بەدەرمان
- خۆفڕیدان لە شوێنی بەرزەوە
-ژەهراوی بوون بەدوکەڵی یەکەم ئۆکسیدی کاربۆن
- خۆسوتاندن
-بەهۆی چەکەوە

کەواتە خۆسوتاندن یەکێکە لەڕێگەکانی خۆکوشتن کە لە کۆمەڵگەی کوردەواریدا زیاتر قسەوباس لەسەر ئەم ڕێگەیە دەکرێت بۆ مەرگ کە ئەمەش بۆ چەند گریمانەیەکی دەگەڕێنینەوە وەکو ڕەنگە ئەو کەسە بەهۆی دابونەریتی کۆمەڵایەتی لە کۆمەڵگەی کوردیدا کە زۆرجار بۆ دەربڕینی نارەزایەتی کەسانێك دەچنە سەرجادەو خۆیان دەسوتێنن، لەکاتی بەهارو نەورۆزدا خۆشی دەربڕین بە کردنەوەی ئاگر لەبەرامبەر کەسی ناحەزدا، بیروڕای زەردەشتی بە ئاگر وە زۆر کات دەستەواژەی کلپەی ئاگر بە بلێسەی ئاگر،لەشیعرەکاندا بەکاردێت بۆ دەربڕینی لایەنی خۆشی یا ناخۆشی و وەسفکردن بە ئاگر،لەلای ژنی کوردیش هۆکاری هەڵبژاردنی ئاگر هەردوو مانای خۆشی‌وناخۆشی (خێروشەڕ)ی پێدەبەخشێت بۆ خۆلەناوبردن. یاخود بەهۆی بەکارهێنانی بەردەوامی ئاگر لەکاری ڕۆژانەدا دەبێتە هۆی ئەوەی ئاشنایی لەگەڵ ژن ئاسان بکاتو یا ئەو کەسە نایەوێت بسوتێتو بشێوێت بەڵکو دەیەوێت تەنها بۆ ترساندنی بەرامبەرو بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر لەکاتی کێشەدا دەستەواژەی "لەداخی تۆ خۆم دەسوتێنم" بەکاردێنێ ئەمەش پاڵنەرێکە بۆئەوەی لە دووبارەبونەوەی کێشەکەداو پەنا بۆ خۆسوتاندن بەرێت بۆیە لەم کاتانەدا ئاسانترین شت کە لە بەردەستدایە نەوتو شقارتەکەیە بۆ لەناو بردنی خۆی.خۆسوتاندن پاڵنەرێکە لە بێئومێدییەوە لە ژیان بۆ ئومێدەوارییەوە سەرچاوە ئەگرێ لە ژیانی داهاتوودا.

(سووتاندن) لەئاستی جیهاندا بە پلەی چوارەم دێت بەڵام لە کوردستان بەپلەی یەکەم دێت. چونکە نزیکترین و ئاسانترین ڕێگایە دەتوانن وەکو چەکێکی ئاسان بەکاریبهێنن. (ڤیان دزەیی، خۆسوتاندنو تێڕوانینو چارەسەر ، هەولێر ٢٠٠٨، لا ٣٩) [٤].

ڕەفتاری خۆکوشتن دەکرێت بە پێنج ئاست ئەوانیش (بیری خۆکوشتن، هەڕەشەکردن بەخۆکوشتن، ڕەفتاری خۆکوژی، هەوڵی خۆکوشتن، خۆکوشتنی تەواوەتی) لێرەدا باسی پێنجەمین ڕەفتار دەکەین کە کەسەکە بەتەواوی کۆتایی بەژیانی خۆی دێنێت، بەهەر ڕێگەیەك بێت ،سوتان،دەرمان خواردن، دەمانچە...هتد) .

لەکۆمەڵگەی خۆماندا مێینە زیاتر پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن کە هۆی سەرەکی ئەوەش دەگەڕێتەوە بۆ ئاسانی و دەستکەوتنی نەوت زۆرجار هۆیەکەشی دەگەڕێتەوە بۆ بوونی کێشەی کۆمەڵایەتی ئەوەشمان بیرنەچێت کە خۆسوتاندن مەرج نیە زۆرینەی حاڵەتەکان بێت چونکە بەکارهێنانی دەرمانیش ڕێژەیەکی بەرچاو پێك دەهێنێت بەڵام لەبەرئەوەی خۆسوتاندن ماکەکانی دەمێنێتەوە زیاتر هاوڵاتیان ئاگاداری دەبن و دەزگاکانی ڕاگەیاندن زیاتر لەسەری دەدوێن وا دێتە بەرچاو لەهەموو ڕێگاکانی تر زیاتر بێت یا هەندێ جار تاکە ڕێگە بێت. (د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥، لا ٤٤) [٤].

لەم توێژینەوەیەدا ئەو ڕێگەیەی پەنای بۆدەبرێت باسی لێوەدەکرێت خودکوژی سووتانە بە ئاگر.

٢. مەرگ (مردن):-

مردن یەکێکە لە گەورەترین نهێنیەکانی ژیان ،زۆربەمان حەز دەکەین بزانین دوای مردن چی ڕوودەدات، بیروڕای جیاواز لەسەردوای مردن هەیە، شتەکان بەلێلی دەمێنێتەوە بۆ مرۆڤێك کە هێشتا ئەم قۆناغەی نەدیوە

لەگەڵ ئەمەشدا زۆرکەس پەلە لەوە دەکەن بگەنە مردن ،بەواتایەکی تر دەیانەوێت خۆیان بکوژن‌و خۆیان دەسوتێنن.

مەرگ گۆڕانی شکڵ‌و شێوازی ژیانی مرۆڤ لەسەر زەوی کۆتایی پێدێت‌و لەئاسمان دەست پێئەکات، بەپێی تێگەیشتنی کۆمەڵگای کوردی کەسەرچاوەی لەفەرهەنگی ئایینی‌و بەتایبەت ئیسلامیدایە،مەرگ هەقە.

بەلآم ئەم هەقبونەی مەرگی مرۆڤ بەمانای ناهەقی ژیان‌وبەرابەریی لەگەڵ نەبوندانییە.بەم تێگەیشتنە مەرگی مرۆڤ ئەوەیە مرۆڤ ئەمرێ واتە لەژیان‌و بونی ناو ئەم دنیا مادییە ئەپەڕێتەوە بۆ ژیان‌وبوون لە جیهانێکی ماددی‌ومەعنەوی. ئەم بۆچونە ساتەوەختی مردن، ساتەوەختی جیابونەوەی گیانە لە لەش .

مەرگ واقیعێکی حاشا هەڵنەگرەو بەدووجۆری سەرەکی ڕووبەڕوی مرۆڤ دەبێتەوە یەکێکیان مەرگێکە کە خۆیمان بەسەردا فەرزدەکات بە بێ ئەوەی کات‌وشوێن وشێوازەکەی لەلایەن مرۆڤەوە بێت پێی دەوترێت مەرگی ئاسایی ئەویتریان کە مرۆڤ بەڕادەیەکی کەم یا زۆر ڕۆڵی هەیە لە دیاریکردنی کات‌وشێوەو شێوازیدا.

ئەم مەرگی نائاساییە لەفەرهەنگ‌وکەلتووری کۆمەڵگەی ئێمەدا دووجۆری مەرگی دزێوومەرگی پیرۆز ئەگرێتەوە. مەرگی پیرۆز بەکورتی، هەڵبژاردنی مەرگە لەپێناوی ڕزگاری مرۆڤ لەقۆناغی دووهەمی ژیانیدا کە ژیان لەو دنیایەی دیکەیە. بەم بۆچوونە ڕزگاری مرۆڤ بەستراوەتەوە بە ڕزگاری کۆمەڵ‌وکۆمەڵگاوە. ئەمە لەڕوانگەی ئایین‌و ئایدیۆلۆژییە زەوینیەکانیشەوە.

هەڵبژاردنی مەرگی دزێو لەکۆمەڵگەی ئێمەدا خۆ کوژییە،لەم جۆرەدا مەرگ ڕاستی لەبەرامبەر و دژی ژیان ئەوەستێتەوە مەرگی خۆکوژی مەرگە لەپێناوی مەرگدا،نەك لەپێناوی ئاین‌وبەهائایینی و کۆمەڵایەتیەکان.

لەخۆکوژیدا مەرگ‌وژیان پێکەوە نەبەستراونەتەوە و هیچ ئومێدێك بۆ

ژیانی کۆمەڵ‌و ژیانەوەی دووبارەی کەسی خۆکوژنییە کەلە کۆمەڵگەی ئێمەدا ترۆپکی نائومێدییە بۆ هەموو جۆرە ژیان‌و ژیانەوەیەك. (عەتا ناهی ،گۆڤاری ڕەهەند ،ژمارە ١٦-١٧ ،تیۆر کلتور ڕاڤەکردن لا ٢٣٤ -٢٣٥) [٥].

هەڵبژاردنی مەرگ لە کۆمەڵگەی ئێمەدا بەهۆی خۆسوتاندنەوە ئەوپەڕی دابڕانە نەك هەر لەئێستادا بەڵکو لەژیانی داهاتوویشدا بەهۆی ئەوەی ئەوپەڕی بێزارییە لە ژیانی خێزان‌وکۆمەڵگە، وە پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانی لەدەست دەدات لە پێش خۆسوتاندن‌و بەهەمان شێوە لە دوای خۆسوتاندن کە وەکو نەخۆشیەکی ترسناك تێڕوانینی بۆ ژیان دەگۆڕێت بەوەی ڕەشبینەو هەموو شتێك بەڕەنگی خەمباری و بێئومێدی‌و بێزاری دەبینێ.

گومانی تێدانیە سەرجەم ئایینەکان پەیامی ژیانیان پێیەو دژی خۆکوشتن،بەپێی ئاینی هیندۆسەکان ئەوەی دەمرێ تەنها لاشەیەگیان نامرێ، لەتەوراتدا باس لەوە دەکات کە خواوەند مرۆڤی ئازاد کردوە بۆ هەڵبژاردن لەنێوان خواردنی بەری درەختی نەمری‌و بەری درەختی زانیاری بۆ زانینی چاکەوخراپە لە گەڵیدا مردن‌وبەرپرسیارێتی مرۆڤیش زانیاری هەڵبژارد،لەمەسیحیەتدا باس لەوە دەکات کە هەڵبژاردنی ئەم درەختە هەر دەمەکی نەبووە،بەڵکو زەروورییەتێکی مەوزوعیە چونکە مرۆڤ پێویستی بە ئازادییە و ئازادیش ئەگەری گوناحکردن دروست دەکات‌و گوناه کردنیش بنەمایە بۆمردن،بۆیە دەبێ مرۆڤ کاربکات بۆ لەناوبردنی گوناهەکانی لەڕێی لەناوبردنی مردنەوە،ئیسلامدا باس لە حەتمیەتی‌مردن دەکات‌وهەموو نەفسێ دەبێ بمرێت، هەموو مردنێ بەفرمانی خواوەندەو خۆکوشتنیش گوناهێکی گەورەیە. هەرەشە لە خودکوژی دەکەن بە دۆزەخ،بەلآم گەرمردنەکەی لەپێناوی پاراستنی گیانی هاوڵەکانی بێ ئەوا مژدەی

بەهەشتی دەدرێتێ،کافرەکان بۆدۆزەخ‌وبڕوادارەکانیش بۆ بەهەشت؟!!(د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥،لا٤٢) [٦].

مرۆڤ بەدرێژایی مێژوو ومومارەسەی ئەم کارەی کردووە، جگە لە بۆچوونی ئایینی،پیاوانی فەلسەفیش پانتاییەکی فراوانیان بۆ ئەم دیاردەیەی مرۆڤ تەرخان کردووە،چونکە ئەمە تەنها پەیوەندی بەخودی کەسەکانەوە نیە بەڵکو چەندین پرسی مۆراڵی‌و کۆمەڵایەتی دەگرێتەخۆی کە لە هەموو ئایینەکاندا خۆکوشتن بەتاوان دەزانن وەزۆر ڕاو گفتوگۆی فەلسەفیانە هەیە یەکێك لە ڕایە باوەکان ئەوەیە زۆر لەوهۆکارانە دەبنەهۆی مەرگ وەك (دڵتەنگی، ئازاری دەروونی، شکستی ئابوری،هۆکاری بایالۆژی‌وئایین) و دەتوانرێت لەڕێگەی گۆرینی شێوازی ژیان چارەسەربکرێن، قسەیەکی باو لەم بارەیەوە هەیە دەڵێ خود کوژی ڕێگا چارەیەکی ئەبەدییە بۆ گرفتێکی کاتی . ئەو ڕێبازە فەلسەفیانەی دژ ە بیرۆکەی خود کوژین (لیبرالیزمی کلاسکی، ڕێبازی سوودگەرایی، زانستی رەوشت‌وئەرکە ئەدەبیەکان، فەلسەفەی وجودیەت)لەهەمانکاتدا هەندێ ڕیبازی فەلسەفی بەکارێکی ئەقلانی دادەنێن لەوانە (ریبازی ئایدیالی‌و ڕێبازی لیبرالی نوێ)و تەنها بەهانەی ئەمانە کە پێیان وایە چارەسەری گرفتێکی راستەقینەیە ئەوەی کە باس لەسەربەستی تاك دەکەن بۆ هەڵبژاردنی جۆری ژیان. (د.ڕێدار، ساڵی ٢٠٠٦، گۆڤاری سایك، ژمارە ٥ لا ١٨-٢٠). [٧].

٣. خێزان‌و ژینگە:-

بێگومان بۆ پێناسەکردنی خێزان چەندین بیروڕای جیاوازو بۆچوون‌و پێناسەی جۆراوجۆر هەیە بەپێی کات‌وشوێن‌وکلتوری کۆمەڵگە دەگۆڕێت ، کەئاستی پێشکەوتنی کۆمەڵگەکان پەیوەستە بە ئاستی پێشکەوتنی خێزانەکانەوە،سەبارەت بەخێزان دەوترێت:

خێزان: بچوکترین یەکەی کۆمەڵایەتی‌یەو شانۆی کارلێك‌و پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانە، تێیدا تاکەکەس لەدایك دەبێت‌و گەشە دەکات‌و پێدەگات‌و دەبێتە ئەندامێکی پشت بەخۆ بەستوو ، بەهۆی خێزانەوە تاکەکەس ڕۆڵە کۆمەڵایەتیەکان لەناوەوەو دەرەوەی وەردەگیرێت‌و فێریان دەبێت." (عونی‌القیصر،ملیحعبدامنعم،و.سابیر ساڵی٢٠٠٢،سۆسیۆلۆژیای خێزان، لا ١٠). [٨].

خێزان: یەکەیەکی دامەزراوەیە کە لەژن‌ومێردو منداڵەکانیان پێکدێت،کەبەهۆی خوێن‌و ئامانجی هاوبەشەوە پێکەوە بەستراون،کارێك‌وپیادەی چەند ڕۆڵێکی کۆمەڵایەتی دەکەن،وەك ڕۆڵی دایك‌وباوك‌وخوشك‌وبراورۆشنبیرییەکی هاوبەشیان هەیەوبەتوخمی کۆمەڵایەتی ناودەبرێت،بەهۆی دانانی بە بچوکترین یەکەی کۆمەڵایەتی پێکەوە بەستراووبەهێز،جگەلەوەی بەرپرسی یەکەمیشە لەگەشەپیکردنی کۆمەڵایەتیدا. (کنێرعەبدوڵلاّ،ساڵی٢٠٠٥،پێگەی ژن لەکۆمەڵگەی کوردەواریدا، لا ١٨). [٩].

خێزان یەکەیەکی سەرەکی‌و گرنگە کە کۆمەڵگای لێ پێکهاتووە، کە ئەم خێزانە لە دایك‌و باوك‌و مناڵەکانیان پێکهاتووە، لە هەندێ شوێنی جیهاندا، لەکۆمەڵگەیەکەوە بۆ کۆمەڵگەیەکی‌تر ،خێزان بەر فراوانترە واتە چەند نەوەیەك لەیەك ماڵدا پێکەوە دەژین‌و پەیوەندی‌و بەرژەوەندی هاوبەشیان هەیە.

خێزان ناوکێکی سەرەکی بنەمای هەموو کۆمەڵگەیەکە کە چەند بنەمایەکی سەرەکی باوەڕپێکراوی هەیە لەناوکۆمەڵگەدا.(د.وهیبە شکر،١٩٩٠،العوامل النفسیە فی جنوح الاحداپ،ص١٧) [١٠].

مەلیحە عەونی "بەم شێوەیەپێناسەی خێزان دەکات : یەکەیەکی کۆمەڵایەتی ڕێکخراوو وابەستەیە بە داب‌ونەریت‌و یاساوە بەو پەیوەندییە

جیاكاریانەش جیا دەكرێتەوە كە لەنێوان بەشداربوان و پێكهێنەرەكانی ئەو یەكەیەدا هەن" (كنێرعەبدوڵلا،ساڵی٢٠٠٧،توندوتیژیی وەزیفی دژی ژنان لە فەرمانگە حكومیەكاندا، لا ٢٥).[١١].

دووهۆكاری سەرەكی كە كاریگەریی خۆیان لەسەركەسێتی مرۆڤ هەیە بریتین لە هۆكاری بۆماوەوژینگە، مەبەست لە بۆماوە گواستنەوەی خاسیەتوسیفەتەكانە لەباوكودایكەوە بۆ منداڵەكانیان لە ڕێگەی كرۆمۆسۆمەكانەوە،لەدوای ئەوەی هێلكۆكەو سپێرم یەك دەگرن،ئیتر كاریگەری بۆماوە نامێنێت و هۆكاری دووەم دەردەكەوێت كە ئەویش ژینگەیە،مەبەست لە ژینگەش سەرجەم ئەوهۆكارە جوگرافیومێژووییوكۆمەڵایەتیوئابووری و رامیاریودەروونییانەن كە كاریگەرییان لەسەر كەسایەتی مرۆڤ و گەشەكردنی هەرلەدوای یەكەم چركەی دروست بوونیەوە لەناو منداڵدانی دایكدا تاوەكو ئەو چركەیەی كە دواهەمین هەناسەی ژیانی دەدات، وە زۆر جۆری هەیە لەوانەش(ژینگەی جوگرافی، ژینگەیمێژوویی، ژینگەیكۆمەڵایەتی، ژینگەیدەروونی). (د.كەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایكۆلۆژیای گشتی، لا ٤٥).[١٢].

ئەو ئاووهەواو كەشە دەروونیەی كە تاك تیایدا دەژی كاریگەری خۆی لەسەر كەسایەتی بەجێدەهێڵێ، دامەزراوە كۆمەڵایەییەكان (خێزان،خوێندنگا،كۆمەڵ،ئامرازەكانی ڕاگەیاندن،خانەی خوداپەرستی...هتد) بەشێوەیەكی گشتی بارودۆخی جیاجیا بۆتاكەكانیان دەخولقێنن،هەندێك جار لەباروگونجاون بۆ گەشەكردنیوهەندێجار دژواردژێوەوباری دەروونی ئاڵۆز لەلای تاكەكانی كۆمەڵدروست دەكات. (منصور،١٩٧٨،اسس العلم النفس اللعام، ص٩٥).[١٣].

بۆئەوەی ژینگەیەكی دەروونی لەنێوان تاكەكانی خێزان لە یەكتر نزیك بێت پێویستە خاڵی بیركردنەوەی هاوبەش لەنێوانیاندا زیاتر بێت و گیانی

پێكەوە ژیان و لێبوردن دروست بكات ، بەدوو شێوازی جیاواز بەهاكانیان و دیاردەو بابەتەكانیان لێك نەدەنەوە، چونكە ئەگەر هەر لایەك خۆی بەراست بزانێت ئەوا زەمینە خۆشە بۆ شەڕو ئاژاوە لە خێزان.وە گەلێك هۆكار لەپشت ئاژاوەی خێزانیەوەیەوەك (ئابوری،كۆمەڵایەتی(دەستتێوەردانیكەسانیتر ،ناپاكی لەژیانی هاوسەرێتی..بێكاری،گرێیدەروونی..هتد ژینگەی دەروونی ئەو بارودۆخ كەشوئاووهەوا تایبەتیەیە كە تاك لەناو خێزانو كۆمەڵەكەیدا بەرەنگاری دەبێتەوە. ئینجا ئەگەر ژینگە دەروونیەكە ئاساییوپەروەردەیی بێ گرێوگرفت بێت ئەوا بەشێوەیەكی پۆزەتیف لەهەڵسوكەوتوبیروهەڵچوونی تاكدا ڕەنگدەداتەوە، بەڵام ئەگەر پڕبوو لە گرفتو ئەندێشەو بێ بەش بوونو جیاوازیو كۆسپ، ئەو كاتە بەشێوەیەكی خراپ لەسەر كەسایەتی تاك دەكەوێتەوە و ژینگەیەكی ئاڵۆزی دەروونی بۆ دەخولقێنێت كە جیاواز بێت لە تاكێكی تر لەهەمان ژینگەی جوگرافیو مێژووییو كۆمەڵایەتیئەوەدا دەژی. (د.كەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایكۆلۆژیای گشتی، لا ٥١).[١٤].

لەبەر ئەوەی" لەزۆربەی وڵاتانی دنیاو لە وڵاتی ئێمەشدا وێنای سەرەكی بۆ خێزان ئەوەیە كەباوكێكی نان پەیداكەرو دایكێكی میهرەبان و نەرمو نیان كە ئامێزی ئاواڵا بۆ منداڵانو هاوسەرەكەی وەكو نموونەی هەرە ئایدیای دایك خراوەتە ڕوو بەهەردوكیان منداڵەكانیان بەباشترین شێوە پەروەردە دەكەنو دەیانكەن بە كەسانی سوودبەخش بۆخۆیانو كۆمەڵگە." (ئەكرەمی میهرداد ،گۆڤاری تەوارساڵی٢٠٠٧،كۆمەڵناسیخێزان، لا ٣٨).[١٥].

كەواتە خێزانو ژینگەكەی كاریگەری هەیە لەسەرئەندامەكانیو تاكەكانی كۆمەڵ ، كە كێشە خێزانیدەروونیەكانە وە باڵادەستی یەكێك لە ئەندامانی خێزان كە سنور بۆ هەموو هەڵسوكەوتەكانی تری ئەو خێزانە دادەنێت كە لەكۆمەڵگەی ئێمەدا پیاو باڵادەستە و ژنو منداڵەكان پاشكۆن

دەبێتە هۆی هەڵوەشاندنەوەی خێزان یاخود کۆنتڕۆڵ نەکردنی ئەو شەڕوئاژاوانە دەبنە هۆی هەڵچوونوتێکچوونی دەروونی کە زۆر جار بەخۆکوشتن لەجۆری خۆسوتاندن کۆتایی دێت بەهۆی ئەوەی کێشەی خێزانیوکۆمەڵایەتی لە ژیانی ڕۆژانەیاندا ڕووبەڕویان دەبێتەوەو ڕێگە چارەی گونجاو وەرناگرن بۆ چارەسەرکردنی گرفتو کێشەکانیان.

٤. پەروەردە:

شێوازێکە بۆ دروست بوونی کەسێتی، لەڕێگەی دەزگا کۆمەڵایەتیە جیاوازەکان وەك خێزان، قوتابخانە، پەیمانگا پیشەییوتایبەتمەندەکان، ئەرکی سەرەکی پەروەردەکردنی بریتییە لە پێکهێنانی توانا کۆمەڵایەتیەکان چونکە تاکەکانی کۆمەڵ لەڕێگەی فێرکردنو پەروەردەکردنی زانیاری وەردەگرنو ئاراستەیان فراوان دەبێتو بەشداری بوارە جیاجیاکانی ژیان دەکەن، پەروەردەکردن پەرە بە ناواخنی مرۆڤ دەدات لە باوەڕ بەخۆبوون بەهاکانی ژیان (نەسرین جمال،نیان عزیز ،ساڵی٢٠٠٤،ڕۆڵی شێوازی پەروەردە لەگەشەپێدانی کۆمەڵایەتی لەخێزانی کوردیدا، لا ١٢).[١٦]. پەروەردە لەهەموو دەزگا کۆمەڵایەتیەکانو بوارەکانی ژیانەوە بەرجەستە دەکرێت، دیارە زۆر دیاردەو فاکتەر هەن کە کاردەکەنە سەر جۆرو شێوازی پەروەردەکردن لەڕووی شێوەو ئامانجو هەلومەرجی دەوروبەر وە پەروەردەکردن لەسەرەتای ژیانی تاکەکانی یەوە دەست پێدەکات واتە لەخێزانەوە دەبێت.

پەروەردە:- پرۆسەیەکی کۆمەڵایەتی بەئەنجامە کە خاوەنی چەندین قۆناغی بە ئەنجامە کەپێشکەش دەکات لە ناوەندێکەوە بە شێوەیەکی نارەسمی وەکو خێزانو هۆکارەکانی ڕاگەیاندن، وە بەشێوەیەکی ڕەسمی وەستاوە لەسەر ئامانجە دیاری کراوەکانو ئاشکراکان، وە لەلایەن هۆکارەکانی گەشتن بەو ئامانجە وەکو دامەزراوە پەروەردەییە ڕەسمیەکان. (احمدالسید،د.سمیرە

١٩٧٧،مصطلحات علم الاجتماع، ص٥٥).[١٧].. ئامانج لە پرۆسەی پەروەردە ئەوەیە کە ئامادەکردنو ڕێکخستنی تاکەکان بۆ هەستان بەکارو فرمانی کۆمەڵایەتی لەهەر شوێنو کاتێکدا بێ، لەسەر بنچینەی ئەوەیە کە هەستی پێ ئەکەن لە کۆمەڵگەکەماندا.

یەکێك لەشێوازەکانی پەروەردە توندوتیژی:- کە ڕەفتارو کردەوەیەکە بە شەرانگێزی دەناسرێتو لەلایەن کەسێکەوە یا کۆمەڵە کەسێکەوە یا کۆمەڵێکەوەو یا چینێکی کۆمەڵایەتی یا لەلایەن دەوڵەتێکەوە پیادە دەکرێت بەمەبەستی قۆستنەوەو ملکەچ پێکردنی لایەنێکی دیکە لەچوارچێوەی پەیوەندی هێزێکی ناتەواو لەڕووی ئابوری،کۆمەڵایەتیو سیاسیەوە کە دەبێتە هۆی زیان پێگەیاندنی مادی یا مرۆیی یا دەروونی کەسێك یا کۆمەڵێك یا چینێکی کۆمەڵایەتی یا لەلایەن دەوڵەتێکەوە پیادە دەکرێت . ((جارفر دەڵێت: توندوتیژیی خێزانی دەست بەسەراگرتنو نەهێشتنی تواناو مافەکانی کەسێك دەگرێتەوە لە بڕیارێکدا تایبەت بە جەستەو ژیانو ڕەوشتی)) جۆرێکی تر لەپەروەردە توندوتیژی کۆمەڵایەتیە: خۆی لەزەوت کردنی پراکتیزەکردنی مافە کۆمەڵایەتیەکانو کەسێتیی ژن دا دەبینێتەوە لەلایەن مێردەکەیەوە. نەسرین جمال،نیان عزیز ،ساڵی٢٠٠٤،ڕۆڵی شێوازی پەروەردە لەگەشەپێدانی کۆمەڵایەتی لەخێزانی کوردیدا، لا ١٠-١٥).[١٨]. هەروەها وابەستە کردنی ژن بە داواکاری فیکریو سۆزدارییەکانی مێردەکەیەوە تەنانەت ڕێگە نەدان بەتێکەڵبوونی لەگەڵ کۆمەڵو ڕێگرتن لە پراکتیزەکردنی ڕۆڵوتواناکانی لە ئەرکومافدا و هەموو ئەمانە کاریگەری خراپ لەسەر گەشەکردنیو سۆزداریو پێگە کۆمەڵایەتیەکانی ژنو مندالْ بەجێدەهێڵێت.

بەو پێیە پەروەردە لەسەرەتای لەدایك بونی مرۆڤەوە دەست پێدەکات کەیەکەم دامەزراوە خێزانە تاکو فێری پرۆسەیەکی کۆمەڵایەتیوبنیاتنانی

کەسێتی بۆ پەرەپێدانی تواناکانی لە خێزانو کۆمەڵ دا لەهەر قۆناغێکی تەمەنیدا بێت. بەڵام ئەو کەسانەی پەنا بۆخۆسوتاندن دەبەن گومانی تێدا نیە کە پاڵنەری پەروەردەکردنی لەشێوازی توندوتیژیی بەرامبەر بەخودی خۆیی‌وئەوپەڕی بێزارییە لەژیان یا پاڵنەری توندوتیژیی کۆمەڵایەتییە کە بێبەشکردنی تاکی کۆمەڵگەیە لەپەیوەندییەکۆمەڵایەتیەکان .

کەوابێ لەنێوان کۆمەڵگەو دامەزراوەی کۆمەڵایەتی پەروەردەیی کە دەزگای جیاجیادەگرێتەوە لەوانە (خێزان، قوتابخانە، پەیمانگا پیشەیی‌وتایبەتمەندەکان) پەیوەندیەکی بەهێز هەیە، بە ڕێژەی جیاواز کاریگەری دەبێت لەسەر تاکی کۆمەڵگەی کوردی لەبەرامبەر دیاردەی خۆسوتاندن‌وخەتەرییەکانی لەسەر تاکی کۆمەڵ لەهەمان کاتدا رۆڵی دامەزراوەکانی حکومەتو دەوڵەت بۆ هەوڵی کەمکردنەوەی خۆسوتاندن بە بەرنامەوپاسای گونجاویاخود زیاد بوونی ڕێژەکە لەنێو ژنان دا بەپەراوێز خستنو بەهەند وەرنەگرتنی ژمارەی ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن کە وەك مردنی ئاسایی لەلایەن کۆمەڵو پاساوە ئەژمارد کرێت.

٥. کۆمەڵگا:-

چەندین پێناسە هەیە بۆ زاراوەی کۆمەڵگا لەوانە:-

بەبیروڕای کونت، کۆمەڵگا پێکهاتەیەکە لەوکەسانەی کە لەڕاستیدا درێژەی هەمان ژیانی ئینسانانی پێش خۆیانو لەمێشك‌وزەینیاندا چەقیان داکوتاوە، بەکورتی کۆمەڵگە پێکهاتەیەکە لە کەڵەکەبونی ئەزموون‌وئەو زانستانەی کەوەچەکان پێکەوە دەبەستێتەوە. بەڵام کۆمەڵگە لەهەموو بوونەوەران بگۆڕترە، چونکە دەتوانێت خۆی لەگەڵ هەموو جۆرە دیاردەیەکی دەرەکی بگونجێنێت. هیچ بونەوەرێك تواناى ئەو جۆرە پێشکەوتنەخێرا و بەتایبەت بەردەوامەی نییە، چونکە بەهۆی دوابەدوای یەك هاتنی وەچەکانەوە

بەسەرزەمەندا زاڵە(د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف سالی٢٠٠٥، دامەزرێنەرانوسەرهەڵدانی کۆمەڵناسی، لا ٧٥).[١٩]

لەبەرئەوەی کۆمەڵگە پێکهاتەیەکە لە ئەزموونی وەچەکانی پێشتر کە بەوەچەکانی ئێستاوە دەبەستێتەوە کەوابێ کۆمەڵگە زاراوەیەکە کە پەیوەندی تاکەکانی کۆمەڵ وە هەڵسوکەوتی زۆربەی زۆری تاك جێبەجێدەکات لەڕووی کۆمەڵایەتیەوە کە بەهۆی دوا بەدوای یەك هاتنی وەچەکانەوە، کۆمەڵگە زاڵ بێت بەسەر گۆڕانکارییە بەردەوامەکانو پێشکەوتنی خێرا.بۆیە ڕێگروبەربەست دروست دەبێت لەنێوان بونەوەرەکان دا لە پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان دا.

رۆبسۆن کرۆنۆ دەڵێ: کۆمەڵگە بریتیەلەومرۆڤانەی پێکەوە دەژینو هەڵسوکەوتیان وەك یەك لێدەکەن‌وچالاکیەکانیان بەهۆی چەند مرۆڤێکەوە دەبێت کە پێکەوە پەیوەندییان هەیە،ئەمەش لەوەدا خۆی دەبینێتەوە کاتێك مرۆڤەکان بەرژەوەندی هاوبەشیان هەبێت. (پیتەرکلۆس ،و.خلیل محمد سالی٢٠٠٠، ئەنترۆپۆلۆژیای کولتوری، لا ٤٨).[٢٠]

کۆمەڵگە ئەو کۆمەڵە خەڵکە دەگرێتەوە کە پێگەیەکی جوگرافی دیاریکراویان هەیەو پێی دەناسرێتەوە پەیوەستن بە کۆمەڵێك لە بەهاوڕێساوداب‌ونەریت وە پەیوەندی کۆمەڵایەتی و ئامانجی هاوبەش کۆیان دەکاتەوە لەسەر بنەمای زمان،مێژوو،یەك چارەنوسی هاوبەش کەئەمە بەکۆمەڵگەی مرۆڤایەتی پێناسە دەکرێت لە گرنگترین عناصری دروستبونی کۆمەڵگە مرۆڤایەتیەکان بریتیە لە کۆمەڵگەی ناوەکی‌و ڕێکخراوەکان کە کۆمەڵگای ناوەوە لەکۆمەڵە کەسانێك لەیەك پێگەی دیاریکراوی جوگرافیدا کاردەکەن سیستەمێکی ڕێکخراوی هاوبەشیان هەیە لەیاساکانی ژیانی کۆمەڵایەتی تایبەت پێکدێت. بەڵام ڕێکخراو پێك دێت لە کۆمەڵێك کەس کاردەکەن بۆ جێبەجێکردنی کاروچالاکی دیاریکراو وەك

سەندیکا،جەماوەری، حیزبی...هتد وە ڕێکخراوی کۆمەڵایەتی دابەش دەبێت بۆ چەند شێوەیەکی جیاواز بەپێی سروشتی ئامانجومەبەستی یا شوێنی جوگرافی . وە جیاوازی لەنێوان ڕێکخراوو دامەزراوەدا هەیە ئەویش ئەوەیە کە دامەزراوەی کۆمەڵایەتی برتییە لە کۆمەڵە یاساوڕێسا کە پەیوەندیەکانی نێوان تاکەکانو کۆمەڵگە ڕیکدەخات دەتوانرێ بوترێت دەوڵەت دامەزراوەیەکی کۆمەڵایەتیە لەهەمانکاتدا ڕێکخراوێکی کۆمەڵایەتیشە لەبەرئەوەی پێك دێت لە تاکەکان کە هەوڵ بۆ جێبەجێکردنی کاروئەرکی دیاریکراو دەدەن لەپێناو هێنانەدی حەزوئارەزووەکانی کۆمەڵگە.   .

(د.احسان، ساڵی ١٩٩٩ ،موسوعە العلم الاجتماع ،ص ٥٥٠ -٥٥١)[٢١]

لەم پێناسانەوە دەتوانرێت بوترێ کە پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانو هەڵسوکەوتی تاكو خۆگونجاندنی لەگەڵ ڕێساوداب‌ونەریتو ئامانجی هاوبەش دەبەستێتەوە بە پەیوەندییەکانی کۆمەڵگەی مرۆڤایەتی کە زمانی تێگەیشتنی هاوبەش، پەیوەندی کۆمەڵایەتیو مێژوویی‌و هەمان پێگەی جوگرافی‌و نەتەوەیی بۆهێنانەدی ئامانجی کورتخایەن‌ودرێژخایەن لەڕێگەی دامەزراوە(کۆمەڵایەتی‌ودینی‌وسیاسیەکان‌ورۆشنبیری‌و خێزانی دەبنە هۆی پێشکەوتنی کۆمەڵگە کە لەهەموو بونەوەران بگۆرترە بۆ هاتنە ئارای گۆرانکارییەکان. لەبەرئەوەی کە ئەو دامەزراوانە رۆڵێ کاریگەری دەبێت لە کۆنترۆڵکردنی هەڵسوکەوتی تاك بەپێی ئەویاساوڕێسایانەی کە کۆمەڵگە بۆی دیاریکردووە لەسەربنەمای پێکەوە ژیان بۆ هێنانەدی ئامانج‌وحەزوئارەزووەکانی تاك لە کۆمەڵگەدا وە لەبەرامبەر دیاردەی خۆسوتاندن دا ئەوڕیکخراوو دامەزاوانە رۆڵی جیاوازیان هەبووە بەشێوەی جیاجیا دەکرێت بوترێت ئامانجی کورتخایەنی هێناوەتە دی پێویستە لەسەر دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی وەك خۆسوتاندن دامەزراوەوڕێکخراوەکان ئامانجی درێژخایەنی بۆ دابڕێژرێت   .

کەواتە هەروەك بیروڕای کونت ، تەنها ڕێگەچارەی چارەسەرکردنی کێشەکانی کۆمەڵگە،ئەوینێکی گشتی‌وجیهانی‌و یەکجار بەهێزە کە تاکەکان بەرەولایەکی‌تری ڕابکێشێت‌ولەپلەی یەکەمدائەبێ مرۆڤ ببێتە ئامانجی ئەم ئەوینە. (د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف،ساڵی٢٠٠٥، دامەزرێنەران‌وسەرهەڵدانی کۆمەڵناسی، لا ٧٨).[٢٢]

هەرئەمەشە دەبێتەهۆی بچڕانی پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان کاتێك کە ئەم ئەوینە لەمرۆڤدا نەبێت بۆ چارەسەرکردنی گرفت وکیشەکانی تاك لەکۆمەڵگەدا و وا دەکات تاك دوورەپەرێزوگۆشەگیر دەبێت لەخێزان‌و ئەو دەروبەروژینگەیەی تێیدا دەژی تووشی دابڕان لەکۆمەڵ دەبن وکاردەکاتە سەر دەروونی مرۆڤ وە هەستکردن بەبێزاری،دڵتەنگی،ڕەشبینی لە ژیاندا کە دواتر بەلەناوبردنی خود کۆتایی بەم ژیانە دەهێنێ.

مرۆڤ حکومەتی داهێنا تاکو ئەو توندوتیژییە کۆنترۆل بکات، کە زادەی نێوان کەسەکان‌وگروپەکانە کە هەمیشە دەرگیرییەك هەیە وحکومەت بەئەرکی خۆی دەزانێ کۆنترۆڵێ بکات‌و هەمیشە لەپانتای کۆمەڵگەدا چاودێروئامادەن لە م کێشەودەرگیرییانە لە بنەماڵە، شوێنی کاروگشتی، ئەو شوێنانەی کە لە وێدا پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان هەیە، دەرکەوتەی هەیە بۆیە دەوترێت دەوڵەت،حکومەت دامەزراوەیەکی کۆمەڵایەتی‌یە لەهەمانکاتیشدا ڕێکخراوێکی کۆمەڵایەتیە. (مەسعودسەفیری ،و.بەیان عەزیزی،ساڵی٢٠٠٧، ئاناتۆمی‌توندوتیژی، لا ١٣١).[٢٣]

٦. دامەزراوە کۆمەڵایەتیەکان:-

بریتی‌یە لە کۆمەڵە ئەحکام‌و دیسپلین‌و یاسایەکی جێگیر کە رەفتاری‌و پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان لە کۆمەڵگادا دیاری دەکات. (طبار،علی راز علوی،کۆمەڵگەی مەدەنی چیە،و. ابوبکر خۆشناو، ساڵی ٢٠٠٠ ،زنجیرە کتێبی

ڕووناکبیری مەکتەبی ڕێکخستنی یەکێتی نیشتمانی کوردستان ،ژمارە ٨، لا٤)[٢١]

توێژەران پێیان وایە دەزگای کۆمەڵایەتی هەموو ئەو گروپە تۆکمەو ڕێکخراوانە دەگرێتەوە کە لە کۆمەڵگادا هەڵدەستن بە ڕێکخستنو سەر ڕێگا خستنی ئەندامانی کۆمەڵگا وەك (خێزان، قوتابخانە، یانەی وەزرشیو ڕۆشنبیرییەکان،حیزبیەکان، دەزگای سەرپەرشتی منداڵوگەنجانوژنان...هتد) (سۆران سعید،تارا صبحان، ابوبکر علی،ساڵی٢٠٠١، ئەرك‌و ڕۆڵی دەزگا کۆمەڵایەتیەکان لەبەرەو پێشبردنی ڕەوشی گەنجان، لا ٤).[٢٣]

سەرەڕای ئەمانەش دەزگا کۆمەڵایەتیەکان بەشێوەیەك لەشێوەکان دەزگای مەدەنین. بۆیە هەریەك لەم دەزگایانە بەشێوەیەکی کەم تا زۆر کاریگەرییان هەیە لەسەر کەسێتی تاکەکانی کۆمەڵگا بۆ بنیاتنانی کەسێتیەکی پشت بەخۆ بەستوو لە چالاکیوئەرك‌و ڕۆڵی لەپێگەی کۆمەڵ دا و لەپەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانی کۆمەڵگادا ،وە لەتوانایدا هەیە کەسێتیەکی تۆکمەو بەهێز بێنێتە ئاراوە بەڵام کاتێك ئەم دەزگایانە ئەو کاریگەرییانە بەشێوەیەکی سلبی بەجێدەهێلێت لەسەر تاکی کۆمەڵ ،و بەپێ یدابونەریتی کۆمەڵایەتیوئاینی سنوربۆ ئازادییەکانی تاك دادەنرێت لە گەشەپێدانی تواناکانیو وا دەکات بناغەی کەسێتیەکی ئاراستە کراو دروستا بکات کە ئەمەش لە کۆمەڵگەی کوردیدا ڕەنگدانەوەی دەبێت بۆ قۆناغەکانی ژیانی ئەو کەسە لە پێگەیاندنی خۆی دا و چارەسەرکردنی کێشەکانولە ڕووبەرو بونەوەی گرفتوکێشەی کۆمەڵایەتیوئابوریوسیاسییەکاندا پشت بەکەسانی تر دەبەستێت، یەکەم دامەزراوەودەزگای کۆمەڵایەتیش کە ڕۆڵی سەرەکی هەیە لە دروست کردنی کەسێتی مرۆڤەکان دا لەسەرەتای دروست بوونی کۆرپەلەسکی دایك داوهاتنە ژیانی بۆ نێو کۆمەڵگە دا ئەویش بریتیە لە خێزان بەدوایدا کە هەڵسوکەوتوڕەفتاری بۆماوەییو

وەرگرتوولەژینگەیدەوروبەر بەپێی قۆناغەکانی تەمەنی لەگۆڕاندا دەبێت بەتایبەت تا تەمەنی هەرزەکاریی کە قۆناغی گەشەوپێگایەندنی کەسێتیە کاریگەری دامەزراوەکانی تر ڕۆڵی دەبێت بۆئەوەی مرۆڤێکی باشوتەندروست بتوانێ کۆمەڵگا پێشبخات .

٧. گرفتە دەروونیەکان:-

گرێی دەروونی بەهۆی هەڵسوکەوتو بیروبۆچوونی هەڵە لەدوای کارەساتو ڕوودانی کێشەودڵەڕاوکێ یە وە دەبێت کە بێ هیوایی‌ونائومێدیو بێزاری لەژیانیدا ڕەنگدانەوەی دەبێت بۆیە پاڵنەرێکە بۆ پەنا بردن بۆ خۆسوتاندن.

گرێی دەروونی ئامادەبوونو حاڵەتێکی نەستیە مرۆڤ پەی بە پاڵنەرو سەرچاوەکانی ناکات بە داینەمۆو ڕێکخەرەی زۆر هەڵسوکەوتو بیروبۆچوونی هەڵەو دژواری تاك دادەنرێتو لە ئەنجامی ڕوودانی کارەساتی دڵ تەزینو کۆبونەوەی کۆمەڵێك پاڵنەرو هەڵچوونی جیاواز کە ئاوێتەی یەکتر دەبن وەك خەموخەفەت، ترسو دڵەڕاوکێ، سوکایەتی پێکردنو بێبەش بوون و گرژیەوە دروست دەبێ مانەوەی لەبواری هەستی مرۆڤدا هەڕەشە لەبوونو کەسایەتی تاك دەکاتو بەردەوام ئازاری دەداتو ژیانی لێ تاڵ دەکات. بەردەوام گرفتو گرێ دەرونیەکان بەزەرەروزیانی ئەو کەسە خۆی تەواو دەبێت نەك بەقازانجو چارەسەری کێشەکانی، زۆرجار ململانێی دەروونی کە مرۆڤ دەکەوێتە بەردەم دوو ڕووداوی ناخۆش هەر کامیان هەڵبژێرێت زیان بەخۆی دەگەیەنێت. هۆکاری دروست بوونی گرێی دەروونی کۆمەڵێك هۆکارن، لەوانە (پەروەردەی هەڵەی ناو خێزان، سوکایەتی پێکردن،لێدانو توندوتیژی بەردەوام، تیروتوانج تێگرتن،نەبونی

دادگـــــەری کۆمەڵایـــــەتی لـــــەناو خێـــــزان و کۆمـــــەڵ) (د.کـــــەریم
شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای گشتی، لا ٣٧١_٣٧٢).[٢٤].

سەرجەم ئەم شێوازی مامەڵانەو بەردەوامیان دەبنە هۆی گرێی دەروونی وقەیرانی بە دوادا دێت وژیانی لێ دەکات بە دۆزەخو رۆژ لەدوای رۆژ نا ئومێد دەبێت لەو ژیانە تووشی رەشبینی دەبێتو بێزاری دەکات لەو ژینگەیەی تێیدا دەژی بۆیە پێیان وایە هەر ئاگرە فریایان دەکەوێت.

گرفتەدەروونیەکان لەپلەیەکی بەرزدا ئەبێتە هۆی توندوتیژی ، کەهەندێ جار ئەم توندوتیژییە بەرامبەری خودی خۆی ئەنجامی دەدات بەتایبەت لەژنان دا، وە زۆرجار ئەو توندوتیژییە بەرامبەر دەوروبەر دەکرێت کە زیاتر پیاو ئەنجامی دەدات.

ئاشکرایە کە ئەو خێزانانەی پرکێشەوگرفتوئاژاوەن هەمیشە رەوشێکی نائاسایی باڵ بەسەریاندا دەکێشێت لەجێی ئارامی..دڵەڕاوکێولەجێی سۆزوخۆشەویستی. قینوحەزی تۆڵەسەندنەوەو لەجێی جێگیری..پەرتەوازەبوونوحەز بەهەڵهاتن، ئامادەییان دەبێت.ئەمەش خۆی لەخۆیدا منداڵ دەخاتە کێشمەکێشێکی دەروونی زیان بەخشەوە. دەروونناسان لەسەرئەوە کۆکن کە ئەو منداڵانەی لەم جۆرە خێزانانەدا گەشە دەکەن تووشی تێکچوونە دەروونیەکان دەبنونابنە خاوەنی کەسێتیەکی ئاسایی و هاوسەنگی دەروونی لەژیانی دەروونیاندا،لەزۆربارادا هەست بەکەمی دەکەن لەناو هاوەڵەکانیانداوگۆشەگیردەبن لە قوتابخانەوهەڵوێستەکۆمەڵایەتیەکاندا. (سامان سیوەیلی،ساڵا٢٠٠٧،سایکۆلۆژیا، لا ٤٤).[٢٥].

وە هۆکاری زۆرێك لەکێشەدەروونیوهەڵچوونییەکانی منداڵ بریتیە لەشێوازی پەروەردەو پێگەیاندنی منداڵ لەنێو دەزگا کۆمەڵایەتیەکاندا بەگشتیو ژینگەی خێزان بەتایبەتی،لەبەرئەوەی لەم بوارەداخێزان پشکێکی گەورەی

بەردەکەوێت، کێشەکانی نێو خێزان دایكوباوك تێیدا بەشدارنوکاریگەری وزیانەکانی تەنها بۆخۆیان نیە بەڵکو کاریگەری گەورە لەسەرمنداڵەکانیان بەجێدەهێڵێت،کە گەنجێك پێدەگەیەنێت گرفتارە بەچەندین گرێی دەروونی و لەداهاتوودا دەبێتەهۆی لادانونەخۆشی دەروونی. (صلاح حسن، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، ساڵا ٢٠٠٦، هژمار ٥،لا٢٥).[٢٦].

بەپێی فرۆید لەناخی تاکدا دوو غەریزە هەیە،یەکەمیان غەریزەی بونیادنان پێی دەڵێن (ئیرۆس)،دووەمیان غەریزەی لەناوبردنە وە پێی دەڵێن (ساناتۆس) هەرکاتێ دووەمیان زاڵ بێت بەسەر رەفتاری تاك لەبری ئەوەی توندوتیژەکەی ئاراستەی دەرەوەی بکات ئاراستەی ناخی خۆی دەکاتو زیان بەخۆ دەگەیەنێت ئەمەش هۆکاری دەروونیە کەوا دەکات پەنابۆخۆکوژی بەرێت. (د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، ساڵا ٢٠٠٦، هژمار ٥،لا٤٣).[٢٧].

٨. تورەبوونو هەڵچونەکانی مرۆڤ:-

هەڵچونەکان بەشێکن لە ژیانمانو رزگاربوون یان راکردن لەدەستیان مەحاڵەوکەس نییە هەموو یادگارییە تاڵوشیرینەکانی ژیانی لەبیر بکات .لەبەرئەوەی عەقڵ بەبێ سۆزو خۆشەویستیو هەڵچونەکان هیچ تامێکی نییەو دەبێت بەژیانێکی بێرەنگوتاموبۆن.هەڵچونەکان تەنها تاموچێژو رەنگ نادەن بەژیان بەڵکو لەهەمان کاتدا یارمەتی مانەوەمان دەدەنو ناهێڵن بەئاسانی لەناوبچینو لەکاتی ترسوهەرەشەو حاڵەتەنائاساییەکاندا فریامان دەکەونو لەوترسو هەرەشەوحاڵەتە نائاساییەدا رزگارمان دەکەن. لە حاڵەتێکی ویژدانی بەهێزی کتوپری لەناکاوەوە روودەدات رەنگدانەوەی لەسەر کۆئەندامی جەستەییودەروونی تاك دەبێت. (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای گشتی، لا ١١٣-١١٤).[٢٨].

هەڵچوونەکان دوو جۆری سەرەکین یەکەم پۆزەتیڤەو خۆشە بۆ مرۆڤ وەك بونی سۆزوخۆشەویستیو گەشبینی،دووەم نیگەتیڤەو واتە ئەگەر زیاد

لەپێویست بوو زیان بەمرۆڤ دەگەیەنێ. کە بەبۆچونی گیلفورد مرۆڤ بەهۆی بارودۆخی تایبەتەوە تووشی هەڵچونەکان دەبێت.وە بەهۆی کۆمەڵێك هۆکاری ناوەکیودەرەکییەوە ڕوودەدات لەوانە (کاتێك پاڵنەرەکانمان بەهێز بێت، یا کاتێك حەزو ئارەزوویەکی نا ئاسایی کتو پڕمان هەبێت، کاتێ بەربەستو ڕێگر لەبەردەم ئامانجەکانیاندا بێ یا تووشی بێ هیوابوون)وەك کاتێك خوێندکارێك چاوەڕێی دەرچوونی کردبێ، بەڵام دەرنەچوبێت لەم کاتەدا تووشی هەڵچونی نائاساییو بەهێز دەبێت ، یا ژنێك لەلایەن خێزانو خزموکەسی هەست بکات سوکایەتی پێدەکرێت تووشی هەڵچونی بەهێزی دەکات. ئەمانە هەڵچونەکان زیاد دەکاتو نیگەتیڤە بۆ ژیانی مرۆڤو قەیرانی بەدوادێت لەوانە حاڵەتی شپرزەیی لە کەسێتیو بیرکردنەوە لەخۆکوشتنو خۆسوتاندن.

لەبەرئەوەی پەیوەندی بەهێز لەنێوان عەقڵو جەستەیمرۆڤدا هەیەو هەریەکەیان کاریگەری لەسەر ئەوی تریان هەیە بۆیە کاتێك مرۆڤ خەموخەفەتو تووڕەبونی زۆرەو بێزارییو دڵتەنگی لەناوەوە دەیانهێڵێتەوە کە دەبێتەهۆی نەخۆشی دەروونی وەك(دڵەڕاوکێ،غیرە،رقوکینە...هتد) کە پاش ماوەیەك کار دەکاتە سەر جەستەو تووشی سەرئێشەو هەوکردنو ئازاری جەستەیی دەبێتەوە. (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا ١٢٠).[29] .

ئەوکەسانەی تووشی هەڵچونی بەهێز دەبنو وا دەکات پەنا بۆخۆسوتاندن بەرن لەوانەن کە زیاتر بیر دەکەنەوەو خەفەت لەژیان دەخۆنو کێشەوگرفتەکان زۆر گەورە دەکەن بەردەوام لەگەڵ خۆیانوکەسانیتردا ململانێ و کێبڕکێ دەکەن ، یەکێك لەنمونە گرنگەکانی هەلچوونەکان بریتیە لە خەمۆکیودڵتەنگی کە بەهۆی کارەساتی ناخۆشولەدەستدانی کاروپلەوپایەی کۆمەڵایەتی دروست دەبێت.

بەبڕوای جیمس-لانج هەڵچونەکان لە ئەنجامی وروژێنەری جەستەییو دەروونیەوەیە، مەنتیقێك هەیە کە دەوترێت سەروەتەکەم لەدەستچوو بۆیە خەفەت دەخۆم، ڕادەکەین ئینجا دەترسین،یاخود دەڵێ وورچێکم بینی بۆیە ترسامووڕامکرد، دەکەوینەلێدانوپێیاکێشانی بەرانبەرەکەمان ئینجا تورەدەبن ،کە ڕووبەڕوی سەرزەنشتو سوکایەتی بویەوە لە کێبڕکێ دا بۆیە تورە دەبێو لێی دەدات لەڕووی دەرونیەوە دەڵێین (هەست بەپەشیمانی دەکەین لەبەرئەوەی هاوار دەکەین، تورە دەبین لەبەرئەوەی لێیداین، ئەترسین لەبەرئەوەی دەتۆقین) کەواتە ناڵێین دەقیژێنینو لێیدەدەنودەتۆقین لەبەرئەوەی پەشیمانینوتورەینوئەترسین کەوابێ گۆڕانکارییە فسیۆلۆژیوجەستەییەکان بەهۆکاردادەنێنو حاڵتە هەڵچونیەکانیش بە دەرئەنجام . (د.سارجنت، ١٩٩٩ ،علم النفس الحديث ،ص ٦٧) [30]

کاتێك هەڵچونەکانو تورەبوون لە سنورو ڕێژەی خۆی دەردەچێو زیاد لەپێویست بەردەوام بێت بەهۆی هۆکاری جیاجیاوە دەبێتەهۆی تێکچوونی پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان وەك هەڵوەشانەوەی خێزان، دابڕان لەکۆمەڵ. بە دووبارەبونەوەی ڕوودانی هەلچونەکان بەناخۆشی دەبێتەهۆی نەخۆشی دەروونی لەشێوەی جیاوازدا.هەڵچونەکانو گۆرانکارییەکانی لەش کە ڕوودەدات زۆرجار ناتوانرێت کۆنترۆل بکرێت، بۆیە پێویستە ڕێگەی گونجاو چارەسەری باش بۆ ڕووبەڕوبونەوەی کێشەکان دابنرێت کە کاریگەری لەسەر هەڵچونە زیانبەخشەکان دەکات وە بەشێوەیەکی خراپ لێکدانەوە بۆ هەڵچونەکان نەکرێت لەکاتی گرفتوکێشەدا

زانایانی ئەمریکی دەریانخستووە کە (٩) هەڵچوونی سەرەکی هەیە کە ئەم هەڵچونانە بە ڕێژەی جیاواز ڕوودەدات بەپێی توندییەکەی ئەوانیش (تورەبوون، ترس، خۆشی، ناخۆشی، بێزاری،سەرسوڕمان، گرنگیپێدان...هتد) هەروەها زاناکان گەیشتونەتە ئەوەی کە دوو هۆکار

هەستەكان‌و هەڵچونەكان دیاری دەكەن كە گۆڕانكاری فسیۆلۆجی كەلەلەشی مرۆڤدا ڕوودەدات ئەویتریان هۆكاری تواناولێهاتووی كەسەكەیە بۆ ئەو گۆڕانكارییە.

. ص٣ نیت برنامج دلیل الگب البدیل برعایه مرکز الگب البدیل بگنگا الحزن والکابه الاصدار الاول. [٣١]

وە پەیوەندییەك لەنێوان تووڕەبون‌و دڵەڕاوكێ دا هەیە ، دەركەوتووە كە دڵەڕاوكێی زۆر، توڕەیی بەرهەم دێنێ و دەبێتە هۆی لەدەست دانی كۆنترۆڵی تووڕەبونی خۆمان ئەمەش دەرئەنجام توندوتیژیی لێدەكەوێتەوە ، ئیتر ئەو توندوتیژییە بەرامبەر خودی خۆمان بێت یاخود بەرامبەر دەوروبەر بكرێت.

هەركات كەسێك توندوتیژی بەرامبەر خۆی دەكات‌و خۆی دەسوتێنێت بەهۆی پاڵنەری توڕەبون‌وهەڵچونەكانە وە دەبێت ئەوەی لەلا ئاشكرا بێت لەڕووی جەستەییەوە دەشێوێن‌و هەندێكیان هەست بە پەشیمانی دەكەن و كاردەكاتە سەر باری دەروونی كەوابێ ئەو هەڵچوونانەی كە دەبنە فاكتەر بۆ خۆسوتاندن لەدوای پرۆسەكە كۆتایی نایەت بەڵكو كاریگەری سلبی زیاتر دەكات لەڕووی جەستەیی‌و دەروونیەوە.

كاتێك مرۆڤێك یا ژنێك بەهۆی توڕەبوون‌ودڵەڕاوكێوە پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات ئەوە لەدەرئەنجامی هەڵچوونی نیگەتیڤو لەڕادەی ئاسایی خۆی زیاترە وە بەشێوەیەكی بەردەوام بیری لێكردۆتەوەو كاردەكاتە سەر كەسێتی ئەو كەسەبەوەی ڕێگری هەیە لەبەردەم حەزوئارەزووەكانی بۆنمونە كاتێ كچێك پەیوەندی هاوڕێیەتی‌و خۆشەویستی لەگەڵ كوڕێكدا ئاشكرا بێت وە لەئێستا زیاترئەم پەیوەندیانە بە مۆبایل ئەنجام دەدرێت بۆ قسەكردن لەلایەن باوك‌وبراوە پێبزانرێت ئەوا لەكلتوری كۆمەڵگەی ئێمەدا بەم شێوەیە قسەوباس لەسەر ئەو كچە دەكەن كە بەكارێكی خراپ ناو دەبرێت‌و

پێی دەڵێن بێدەنگ بە ڕووت یەت قسە بكەیت،یا ڕووت هەیە سەرت بەرزبكەیتەوە یا دەوترێ شەرم ناكەیت‌و هیچ پێ عەیب نیە بێشەرم‌وڕوو ئەمانە وا دەكات ببنە پاڵنەری بەهێزو كەسێتی ئەو ژنە یا كچە لاواز دەكات بۆیە كاردەكاتە سەرژیانی‌و بیزارو ڕەشبین دەبێت و پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات بۆتۆڵەكردنەوە بەرامبەر ئەو هەڵسوكەوتەی بەرامبەری دەكرێت.

٩. پاڵنەرەكان:-

پاڵنەر گرنگیەكی زۆری لە ژیانی مرۆڤدا هەیە، لەبەرئەوەی هیچ هەڵسوكەوت‌و بیركردنەوەو هەڵچونێك بەبێ پاڵنەر ڕوونادات (د.كەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایكۆلۆژیای گشتی، لا ٨١).[٣٢]

كاتێك ژنێك خۆی دەسوتێنێ هۆكارێك یا پاڵنەرێك هەیە پاڵ بەو كەسەوە دەنێت ئەو هەڵسوكەوتەبكات یا ئەم كارە ئەنجام بدات چونكە هیچ هەلچونێك لەخۆیەوە بەبێ هۆ ڕوونادات بۆیە پێشتر ئەو پاڵنەرە دیاری بكات تاكو بزانرێ بۆ ئەم كێشەیە تووشی ڕەشبینی‌و بێزاری كردوە بەرامبەر ژیان‌و هەست دەكات گۆشەگیرە وحەز بەتێكەڵاوبوون ناكات.

پاڵنەر حاڵەتێكی (جەستەیی-دەروونییە) لەناوەوەی مرۆڤو هەڵسوكەوت(ڕەوشت) لەباردوۆخێكی تایبەتیدا دەجوڵێنێ‌و ئاراستەی دەكات بەرەو ئامانجێكی دیاریكراو(راجح،احمدعزت، ١٩٨٥ ،اصول علم النفس ،ص ٧٣) [٣٣]

پاڵنەرەكان هەندێكی مرۆڤ هەستی پێدەكات وە پێویستە مرۆڤ شتێك دەربارەی پاڵنەرەكان بزانێ بۆنموونە كاتێ ژنێك خۆیدەسوتێنێ تاكو بەرەو نەوت یا بەنزین نەڕوات هەست ناكەین ئەیەوێ چی بكات ئایا ئەیەوێت ئەو نەوتەیا بەنزینە بۆ زۆپا،پەرەمێز یا مولیدە بەكاری دەهێنێت ئامەنجەكەی دیاری كرد بۆ داگیرساندنی ئەو ئامێرەیە كەوابێ پاڵنەری نەمانی نەوت یا بەنزین لەو ئامێرەدا كەئەمە لایەنێكی باشی پاڵنەرە. بەهەمان شێوە كاتێ

دەبینرێت نەوت یا بەنزین دەکات بەگیانی خۆیدا ئەو کاتە دەزانرێت ئاراستەی بەرەو ئامانجی خۆسوتاندنە واتە پاڵنەری گڕبەردانە لەجەستەی خۆی کە ئەم پاڵنەرەیان بەشێوەی سلبی کاریگەری هەیە لەسەر مرۆڤ.

پاڵنەرەکانیش چەند جۆرێکن لەوانە پاڵنەری بۆماوەیی کەلەیەکەم چرکەی ژیانەوە لای مرۆڤ هەن وەك برسێتی،خەو،ئێداویستیەهەواوئۆکسجین، پاڵنەرە وەرگیراوەکان لەو ژینگەیەی کە مرۆڤی تێدا دەژی وەریدەگرێت وەك پاڵنەری کۆمەڵایەتیەگشتیەکان واتە ژیان لەناو کۆمەڵ داو بەرگەنەرگرتنی تەنیایی‌و گۆشەگیری،پاڵنەرە کۆمەڵایەتیە شارستانیەکان کەتایبەتە بەشارستانیەتێك‌و لەشارستانیەتێکی تردا نیە وەك زاڵبون‌وکۆنترۆڵکردنی هەڵسوکەوتی کەسانی تر،دەستدرێژی‌وشەڕخوازی..هتد، وە پاڵنەرە کۆمەڵایەتییە تاکەکان کە ئەم پاڵنەرە تایبەتە وتەنها مولْکی تاکەکەسن وەك سۆز،ئاستی خۆشی‌وهیوایی،حەزوئارەزوو. (راجح،احمدعزت، ١٩٨٥ ،اصول علم النفس ،ص ١١٥) (٣٤)

پاڵنەری خستنە پاڵ ئەمەش گرنگی بە ئەو سەرچاوەو هۆکارانە دەدات کە دەبن بەبنەما بۆ وەرگرتنی بڕیار(د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای‌گشتی، لا ١٠٠). (٣٥) .

خۆسوتاندن بەهۆی هۆکاری ناوەکی‌و دەرەکی‌یەوە دەبێت‌و کاریگەری پاڵنەرەکان زیاد دەکات لەژیانی ئەو کەسە بۆنمونە کە خوێندکارێك خۆی دەسوتێنێ بەهۆی دوو پاڵنەرەوەیە یا ئەوەیە کە هۆکاری ناوەکی‌یە تایبەتە بە تواناو لێهاتویی‌وکەسایەتی ئەو خوێندکارە لەگەڵ خوێندن دا یا هۆکاری دەرەکی‌یە کەپەیوەندی بە دەوروبەروژینگەوبارودۆخی ژیانی ئەو خوێندکارەوەهەیە و توانای ژیانی لەناو ئەو کۆمەڵەدا نامێنێ کە دەبینێت وەك پێویست پاڵپشتی نیە بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانی.

کەوابێ ئەو ژنەی خۆی دەسوتێنێ ئەگەر بەهۆی بێدەسەڵاتی خۆی لە چارەسەرکردنی کێشەکانیدا خۆی سوتاند ئەوا هۆکاروپاڵنەرەکەی پەیوەندی بەکەسایەتی ئەو ژنەوەهەیەو ناوەکی‌یە، بەڵام ئەگەر لەبەرئەوەی هاوسەرەکەی غیرەی لێ دەکات ئەوا بارودۆخەکە فاکتەری دەرەکیە پاڵنەرە بۆ خۆسوتاندنی کەواتە پاڵنەرە دەرەکیەکان وەك کێشەی خێزانی، کۆمەڵگەودەوروبەر...هتد . کە پاڵنەری کۆمەڵایەتی زاڵبوون وکۆنترۆڵکردنی کەسێتی ئەو ژنە لەلایەن هاوسەرەوە. لەهەمان کاتدا ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن لە بێدەسلاتیان نیە لەچارەسەرکردنی کیشەکانیدا چونکە ڕەنگە چەند ڕێگا چارەسەرێکی هەبێ بۆ کۆنترۆڵکردنی گرفت‌وکێشە بەڵام بەهۆی ئەو کۆمەڵگە باوکسالاریەی تێدا دەژی بەهەند وەرناگیرێت کەوابێ'هۆکارە دەرەکیەکان زاڵ دەبن بەسەر کەسێتی ئەو ژ نەدا زۆرجاریش هۆکاروپاڵنەرە دەرەکیی و ناوەکیەکان یەك تەواو دەکەن‌و پێکەوە مرۆڤەکە ئاراستە دەکەن بەرەو بڕیاری خودکوژی‌وخۆسوتاندن . بۆیە پێویستە ئەو ژنە تێبگەیەنرێت کە بەرپرسە لەچارەسەرکردنی گرفتەکانی‌و چارەسەرکردنی هۆکارە دەرەکییەکان چونکە گرفت‌وکێشە بونیان بەشێکە لە ژیاندا.

ماسلۆ دەربارەی پاڵنەرو پێداویستیەکانی مرۆڤ بەم شێوەیە پۆلین دەکات – پێداویستی فسیۆلۆجییەکان (خواردن‌وخواردنەوە)پێداویستی ئاسایش‌ودڵنیایی بۆئەوە ی مرۆڤ دووربێ لە دڵەڕاوکێ‌و ترس‌و شڵەژان ئیسراحەت، پێویستی بە دڵنیایی‌و سەلامەتی هەیە، پێداویستی خۆشەویستی، بۆ تێرکردنی ئەم پێداویستیە مرۆڤ تێکەڵ بە کۆڕوکۆبونەوەی کۆمەڵایەتیەکان دەبێت بۆیە کاتێك دووربخرێتەوە لە کەسانی ئازیزوتێکەڵاوەبونی بە خەڵکی وا دەکات هەست بە ناخۆشی‌و دڵتەنگی‌و بێزاری‌بکات، پێداویستی ڕێزگرتنی خود، ئەم جۆرە حەزو ئارەزووی مرۆڤە بۆئەوەی کەسایەتی سەربەخۆی هەبێت کەس سوکایەتی

پێـدەكات كاتێـك لـەم پێداویـستیە بـێ بـەش دەبێـت هەسـت بـە كـەمیو بێتوانـــایی و لاوازی كەســێتی دەبێـــت ڕووبـــەڕوی كێـــشەی دەروونـــیو كۆمەڵایەتی دەكاتەوە پێداویستی هێنانەدی خود ئەم پێداویستیە مانای وایە مرۆڤ دەیەوێت حەزوئارەزووی لـە ژیـانی واقیعیـدا بهێنـە دی ، كـە بـەبڕوای ماسـلۆ، ئـەم پێداویـستییە تایبەتـە بەكەسـانی كامـڵو پێگەیـشتوو چـونكە منداڵو نەوجەوانان ناتوانن بیهێننە دی لەبەرئـەوەی تواناكانیـان بەتـەواوی گەشەی نەكردووە بۆیە نـاتوانن خـودی خۆیـان بهێننـە دیو بـبن بـەخاوەنی ناسنامەوهاوڕێوپیشەوهاوسەروخێزانی تایبـەتی بـە خۆیـان. وە پێداویـستی زانینو تێگەیشتن وێڵ بوونە بـەدوای زانـینو تێگەیـشتن لـەدیاردەكانی ژیـان (د.كەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایكۆلۆژیایگشتی، لا ١٠٤-١٠٧).[٣٦] .

لێرەوە ئەو پێداویستیو پاڵنەرانەی وا دەكات ببنـە هۆكـار بـۆ خۆسـوتاندنی ژنان بەهۆی یەكێك یاخود نەبوونی چەند پێداویستیەكەوە دەبێـت بۆنمونـە هۆكـــاری خراپـــی ئـــابوری دەبێـــتەهۆی دابـــین نـــەكردنی پێداویـــستی (خواردنوخواردنەوەو پۆشاك ...هتد) كەبەهۆی نەبوونی ئابووری سەربەخۆ لەژنانـدا لـەنێو خێزانەكانـدا بەدیـدەكرێت نـەبونی پێداویـستی ئاسایشو دڵنیایی لەخێزاندا هۆكارێكە بۆ ناسەلامەتی ژیانی ژن چونكە لەژینگەیـەكی نائارامدا دەژی وا دەكات خۆی بسوتێنێ.

بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر لەئەنجامی نەبوونی پێداویستی خۆشەویستی لەلایەن دەوروبەرو كۆمەڵەوە وا دەكات هەست بـە بێـزاریو ڕەشـبینی بكـات لــەژیانو گڕلەجەســتەی خــۆی بەربــدات بــەهۆی نــەبوونی پێداویــستی خۆشەویـستیو جوانكـاری لەجەسـتەیدایە. بـەهۆی ئـەوەی لەكۆمەڵگـەی ئێمەدا ژنان كەسایەتیەكی سەربەخۆیان نیە بەڵكو لەلایـەن ڕەگـەزی نێـرەوە بناغـەی كەسـێتی بـۆ دارێـژراوە ئەبێتـە پاڵنـەر بـۆ خۆسـوتاندن لەئـەنجامی

سـوكایەتی پـێ كـردنو ڕێـز نـەگرتنی لەلایـەن بـاوكوبراو هاوسـەرەكەیەوە. بڕواو متمانەی بەخۆیو دەوروبەر لاواز دەبێت.

بەهۆی پاڵنەری پێداویستی هێنانەدی خود لەژیانی واقیعیـدا هۆكـارێكی تـرە وا دەكـــات كـــچ یـــان ژن خـــۆی بـــسوتێنێت چـــونكە وەك ماســـلۆ دەڵێـــت لەنەوجەوانان دا ناتوانرێ ئەم پێداویستیە بێتەدی ڕەنگە بەحەزو ئارەزووی خۆیـــان هاوڕێوهاوســـەر دیـــاری بكـــەن بـــەڵام لەبەرئـــەوەی پێنەگەیـــشتووە تواناكانیان ئەوا ناتوانن خـودی خۆیـان لـە واقیعـدا بهێننـە دی بۆیـە ڕێـژەی زۆری ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن لەتەمەنی هەرزەكاریدایەو نەوجەوانن.

١٠-بڕیار وەرگرتن

بــەبڕوای هــەردوو زانایــان (ئــۆدەڵو دانیــاڵ) وەرگرتنــی بڕیــار بەشــێكە لەئیـستراتیجیەتی بیركردنـەوە لەبەرئـەوەی بڕیـار وەرگـرتن پێویـستی بـە ژمارەیـــەك پرۆســـەی عـــەقڵیو بیركردنـــەوەی وەك (شـــیتەڵ كردنـــەوە، هەڵسەنگاندنو هەڵهێنجانویادكردنەوەوبەراورد كـردن) هەیـەو دەبێـت تـاك لـــەكاتی بڕیـــاردان دا ئاگـــاداری ئـــەو پرۆســـەی عەقڵییانـــەبێت. (الجـراح ،عبدالناصرذیاب، ٢٠٠٤ ، علم النفس العام ،ص ٣٣١)[٣٧]

كەوابێ ئـەو ژنـەی بڕیـاری خۆكوشـتن یـا خۆسـوتاندن دەدات بەپرۆسـەیەكی عەقڵی بڕیار نادات چونكە بـەهۆی هەڵچونەكانو توڕەبونەكانیـەوە بڕیـاری داوەو بـەهۆی هۆكـاری ڕاڕایی،دوودڵـی یـاخود بـڕوا بـەخۆ نـەبوون بـەتواناو لێهانووی خۆی بۆ چارەسەركردنی گرفتوكێشەكانی ، هەندێ جار كەسایەتی لاوازەوبەردەوام بیر لەكێشەكانی دەكاتەوە وگەورەیان دەكاتو خەفەت زیـاتر دەخواتوناتوانێـت خـۆی یـەكلایی بكاتـەوە. كاتێـك خـۆی دەسوتێنێ بـڕوای وایە چاری ناچار بووە بۆیە ئەو بڕیارەی داوە، دەرئەنجام بڕیارە لە ئەستۆی خۆی دایە و پێی ڕازییە وە هەندێ جار پەشیمانی بەدوادا دێت.

لەئەنجامی ئەوەی کە پێشبینی ئەوەی کردووە بەخۆسوتاندن دەمرێت‌و مەرگی هەڵبژاردووە بەلاّم بەپێچەوانەوە دەبێت سەرەڕای مانەوەی لەوژیانەدا کە بەتاریکی دەبینێت دەکەوێتە ژێر فشاری دەروونی زۆرو گرفتی زیاتری بۆ دروست دەکات‌و تێکچونی جەستەیی بەدوا دێت بۆیە پەشیمانی و زیانی زۆری لێدەکەوێت. بۆیە لەکاتی ڕووبەڕوبونەوە لەکێشەوگرفتی رۆژانە کە تایبەت بێ بەژیانی خێزان یا پەیوەست بووە بە کاروپیشەیەك گەر تووشی دوو دڵی بوون ببێت پێویستە ڕأوبۆچونی کەسانی‌دڵسۆزوشارەزاو پسپۆڕ پرسیار بکرێت بۆ وەرگرتنی چەند گریمانەیەك بۆ چارەسەرکردنی ئەو کێشەو گرفتە وە بڕیاری کۆتایی لەهەڵبژاردنی ڕێگا چارەسەرەکان بۆخۆمان بێ‌و ڕەنگە ئەو کەسانەی کە خۆیان دەسوتێنن بڕیارەکەیان "ستایڵی بڕیاری بەناچاری بێت کە بەهیچ شێوەیەك بی لە ئاکام‌و دەرئەنجامی بڕیارەکەیان ناکەنەوە و بۆ قەدەرو بارودۆخی بەجێدەهێڵن دەڵێن خوا چی کردبێ‌و چی نوسیبێ هەر ئەوەدەبێ یا لەجۆری بڕیار دەری بە ئیلهام کە ئەم جۆرەیان لەمیانەی هەست پێکردن‌و ئیلهام‌و بیروبۆچونی کورت‌وپڕولەناکاوەوە بڕیار دەدەن بەلاّم ناتوانن بەدەست گوزارشت لەوشتانەبکەن کە هەستی پێبکەن‌و بەردەوام دەڵێن ((واهەست دەکەم کە ئەمە ڕاستە)) "(د.کەریم شەریف،ساڵی۲۰۰۷،سایکۆلۆژیای‌گشتی، لا۲۷۳ -۲۷٤ . .[٣٨].

کەوابێ ئەو ژنانەی خۆیان دەسوتێنن لەژێرکاریگەری دوو ستایلی بڕیار وەرگرتن دان ئەوانیش ستایلی بڕیاری بەناچاری‌و بڕیاری بەئیلهام، بەپرۆسەی بیرکردنەوەی شیتەڵکردن‌وهەڵسەنگاندن ،هەڵهێنجان‌ویادکردنەوەوبەراورد کردن دا بڕیارەکەیان نەداوە.لەهەمان کاتدا بەشێوەیەکی گونجاو بیریان لە ئاستەنگەکان‌و خاڵە ئیجابیەکانی چۆنیەتی چارەسەرکردنی کێشەکانی خۆیانیان نەکردۆتەوە.

بەشی یەکەم:

تەوەری دووەم\ توێژینەوەی پێشوو:-

١. لە لێکۆڵینەوەیەکی برۆفیسۆر (سانزبری) لەژێر ناوی (خۆکوشتن لە لەندەن) هۆکاری سەرەکی‌و لاوەکی دیاریکردووە کەلەسەر (٣٩٠) حاڵەت لەساڵی ١٩٣٦-١٩٣٨ ە کە دەڵێت لەزۆربەی حاڵەتەکانی خۆکوشتن دا زیاتر لەهۆکارێك هەیەپاڵنەرە بۆ ڕوودانی خۆکوژی، هۆکارەکان دابەش دەکات بەسەر پێنج هۆکار ئەوایش (هۆکاری کۆمەڵایەتی، لەدەستدانی کۆنترۆڵی عەقڵ، هۆکاری تایبەتی تاکەکەس، نەخۆشی فسیۆلۆجی،تێکچوونی کەسێتی) وە باس لەپاڵنەری خۆکوشتن دەکات کە پەیوەندی بەبێ کاری هەیە بەتایبەت لەکاتی ئەم توێژینەوەیەدا کە لەئەوروپادا بێکاری ڕێژەی زیادی کردبوو وەلەم ٣٩٠ حاڵتەدا دەریدەخات کە هۆکاری ڕاستەوخۆ بریتیی‌یە لە لەدەستدانی خۆشەویستی رۆمانتیکی،سکپڕیی بە ڕێگەی ناشەرعی، دەرنەچوون لەتافیکردنەوەی کۆتایی ساڵدا. (د.احسان، ١٩٩٩ ،موسوعه العلم الاجتماع ،ص٧٥)[٣٩]

٢. بەپێی لێکۆڵینەوەکان هاتووە کە لەسەردەمی ئەمرۆدا زۆرترین حاڵەتەکانی خۆکوشتن لە نێوان تەمەنی ١٤-٤٤ ساڵیدان. لەم چەند ساڵەی دوایشدا (لەم بیست ساڵەی دوایدا) گۆڕانێکی گەورە لەپەیوەندی نێوان تەمەن‌و دیاردەی‌خۆکشتن هاتۆتە ئاراوە ، بەجۆرێك ڕێژەی خۆکوشتن لەنێوان گەنجاندا زۆر زیادی کردووە. Companion to psychiatry studies , 2004, p 662 ([٤٠]

٣. لەمانگی ٣ی ٢٠٠٢ دا لە مازندەران ئەنجامی توێژینەوەیەك لەسەر ٣١٨ حاڵەتی سووتان لەڕێگەی پشکنینی شیکاریی جەستەیی لەماوەی ٣ ساڵدا لە ئێران بەم شێوەیە بوو ، ناوەندە تەمەن بریتی بوو لە ٢٧ ساڵ، ڕێژەی ٨٣٪ ی نمونەکە شوویان کردووە واتە زۆرینەیان خێزاندار بوون، لە ڕووی

ڕۆشنبیرییەوە ژنی ماڵەوەو ئاستی ڕۆشنبیری بەرزیشی تێدابوو،ڕێژەی ٦٢٪ نیەتیخۆکوشتنیان هەبووە بەتوندی، پێشتر بیریان لە خۆکوشتن کردۆتەوە، پاڵنەری سەرەکی بریتی بووە لەکێشەو ئاژاوەی نێو خێزانەکان ، ڕێژەی ٪ ٧٥ خۆیان کەسێتیەکی شپرزەیان هەبووە، ٪٣٠ بەهۆی نەخۆشی درێژ خایەنو دەروونیەوە پەنایان بۆ خۆسوتاندن بردووە، ڕێژەی ٪٧٩ مردوون، زۆربەی ئەوانەی خۆیان سووتاندووە گەنجنو لەچوارچێوەی کێشەخێزانیەکاندا بووە بۆیە پێویستە زیاتر گرنگی بدرێت بە خێزان بەتایبەت هەڵبژاردنی هاوبەشی ژین بۆ پێکهێنانی خێزان بە شێوەی دروست. (Mehran Zarghami, Alireza Khalilia , Deliberate self-burning in Mzandaran, Iran, March 2002, page 115-119)

٤. ئەگەرچی دیاردەی خۆسوتاندن لەکوردستاندا دیاردەیەکی کۆنەو بەردەوامی هەیە و لەئێستادا ژمارەیان ڕوو لەزیادبووونە بەڵام بەداخەوە کە متر بۆتە جێی باس‌وگفتوگۆی ناوەندەکانی لێکۆڵینەوە،یان بەشێوەیەکی زۆر کەم لێکۆڵینەوەیان لەبارەوە کراوە،لەنێوەند زانکۆوخوێندنی باڵادا ڕەنگە لێکۆینەوە کرابێت لەسەر خۆکوشتن ،یا ئەگەر خوێندکاری دواقۆناغ لێکۆڵینەوەیان لەم بارەیەوە کردبێ ئەوا بەمەبەستی دەرچوونودەرەجە بووە بۆیە نەیانتوانیوە سنوری زانکۆ ببڕێتو ببێتە لێکۆڵینەوەیەکی دیار لەوبوارەدا ڕێکخراوەکانیش کەمتر بایەخ‌وگرنگیان بەم دیاردەیە داوە وەك توێژینەوەئەگەر هەشبێ‌وەك ئەوا دوای هەوڵدان بەردەستمان نەکەوتووە بۆنمونە ڕێکخراوی (ئاسوودە)لێکۆڵینەوەیەکی ئەنجامداوەبەڵام دوای ، بینرا ئامارەکان بەم شێوەیە بوو(ساڵی ٢٠٠٣ (٣٢٩)ژن سوتاوەو ساڵی ٢٠٠٤ (٢٩١)ژن سوتاوەلە ساڵی ٢٠٠٥ (٧٧٨)ژن سوتاوە ئەوەش ئەو حاڵەتانەیە کە لەنەخۆشخانەی ئیمیرجینسی تۆمارکراوە هەر بەپێی ئامارەکانی هەمان دەزگا دەرکەوتوە (٢٢٢٢)ژن سوتاوەو لەئەنجامی توێژینەوەیەکی زانستی کە لەکۆتایی ساڵی ٢٠٠٥ دا ئەنجامدراوە دەرکەوتووە لەسنوری شاری سلێمانی دا

لەهەموو ڕۆژێکدا (٥) ژن خۆی سوتاندووە) .بەڵام جیاوازییەك هەیە لەنێوان هەردوو ئامارەکەدا کە لە سەرچاوەی جیاواز وەرگیراوە لەم بارەشدا دەکرێت دوو گریمانە هەبێ یان ئەوەتا ئامارەکان بەنادروستی لەلایەن سەرچاوەکان ئینتەر نێت بلاّودەکرێتەوە یا ئیمیرجینسی بەهەڵەو هەر جارەو ئامارێك بدات بەو کەسانەی کە داوای دەکەنو لێکۆڵینەوەی لەبارەوە دەکەن. بەدواداچون نەتوانرا وێنەیەك لەو لێکۆینەوەیەمان بدرێتێ ئەگەرچی کورتەیەکی ئەو توێژینەوەیە لە سایتی(http://www.denegakan.com)باسکراوە.

٥. ئەگەر باسی کوردستان بکەین دەبینین زۆربەی حاڵەتەکانی خۆکوشتن لەنێوان گەنجاندایە و کەمتر پیرەکان خۆیان دەکوژن. (د.ڕەوشت ڕەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥)[٤١]

بەشی سێیەم/ ئامارەکانو سەرژمێری سووتانوخۆسوتاندن

ئامار کە لقێکە لەزانستی ماتماتیك بەشێوەی جیاجیا لە کۆمەڵناسیولقەکانیتری زانستە کۆمەلاّیەتیەکاندا بەکاردەهێنرێت.زیادبوونی سوودوەرگرتن لە تەکنیکە ئامارییەکان بۆتە هۆی ئەوەی ئاماری کۆمەلاّیەتی (الاحصاو الاجتماعی) بەشێوەیەکی بەرچاو پەرەبسێنێ. ئامار بنەمای توێژینەوەی گشت زانستە مرۆییەکان،زانستە مرۆییەکان،زانستە سروشتیەکان، زانستە بایالۆژییەکانو زۆربەی زانستەکانی ترە.چونکە بۆ ئەنجامگیری واقیعیانە هەموویان پێویستیان بە ژمارە،ژمێریاریوئەزموونکردن هەیە، ئەم لقەی فێری گرنگیی گۆڕینی تایبەتمەندییە چۆنایەتییەکان بۆ چەندایەتییەکان لە شیکردنەوەدا کردووە. (د. مەنوچێەر موحسن،و. موسڵح ئیروانی،٢٠٠٥،کۆمەڵناسی گشتی لا ٦٧)[٤٢]

ڕەنگە بوترێت کە خودکوژی یا خۆسوتاندن بۆچی لەساڵانی پێش ڕاپەرین دا نەبووە، بەڵێ ئەوکاتانەش هەبووە لەکۆنەوە ئەم دیاردەیە بوونی هەبووە

بەلاّم دەرنەکەوتوونو کەس نەیزانیوە، کەناڵێکی ڕاگەیاندن یا ڕێکخراوێك نەبووە هەواڵەکەی بە خەڵك بگەیەنێت، پاشان فراوانی دانیشتوانو چڕی شاروشارۆچکە کە بەوهۆیەوە ڕێژەیەکی زۆری ئەو کارەی تێیدا ڕوودەداتو لەئێستادا کەناڵی ڕاگەیاندنوئینتەرنێت هەواڵوڕووداوەکان بلاّودەکەنەوە هەر بەوهۆیەشەوە بەناو خەڵك دا وەك پەتا بلاّو دەبێتەوە.

– ئاماری هەندێك دیاردەی خۆسوتاندنو سووتاوی بەپێی ئەو سەرچاوانەی زانیاری لە ئینتەر نێت /http://www.krg.org ، بەم شێوەیەی لای خوارەوەیە:-

ساڵی ۱۹۹۱ بریتی بووە لە (۱۲۸)کەس ، ساڵی ۱۹۹۲ بریتی بووە لە (۳۹)کەس، ساڵی ۱۹۹۳ بریتی بووە لە (۷۹)کەس، ساڵی ۱۹۹٤ بریتی بووە لە (۱۱۳)کەس، ساڵی ۱۹۹٥ بریتی بووە لە (۱٥۸)کەس، ساڵی ۱۹۹٦ بریتی بووە لە (۱٥۳)کەس، ساڵی ۱۹۹۷ بریتی بووە لە (۲۱۳)کەس، ساڵی ۱۹۹۸ بریتی بووە لە (۳۷۷)کەس، ساڵی ۱۹۹۹ بریتی بووە لە (۳٤۹)کەس، ساڵی ۲۰۰۰بریتی بووە لە (۲۳٦)کەس، ساڵی ۲۰۰۱ بریتی بووە لە (۲۰۲)کەس، ساڵی ۲۰۰۲ بریتی بووە لە (۳۰۳)کەس، ساڵی ۲۰۰۳ بریتی بووە لە (۳۲٥)کەس، ساڵی ۲۰۰٤ بریتی بووە لە (۸۳۱)کەس، ساڵی ۲۰۰٥ بریتی بووە لە (۳۰۰)کەس، ساڵی ۲۰۰٦ بریتی بووە لە (۳۳٥)کەس، ساڵی ۲۰۰۷ بریتی بووە لە (۲٦۰)کەس. سەرنج بدەین لەو ئامارانەدا دەردەکەویێت کە ساڵی ۱۹۹۱ بەبەراوردکردن بە ساڵەکانی ۱۹۹۲-۱۹۹۳ ژمارەی خۆسوتاندن یا سووتاویزۆر زیاترە دەکرێت لەوەوە هاتبێت کە لەوکاتەدا بەهۆی ئەو بارودۆخەی کە باری سیاسی کوردی پێدا تێپەڕیو ڕاپەڕینو چارەنوسی میللەتی کورد بەرەو گۆران لە ژیانی ئابووری ،سیاسی،کۆمەلاّیەتی ناجێگیر بووەو گۆڕانەکان بەشێوەیەکی خێرا تێدەپەڕنو ڕوودەدەن مرۆڤی کورد لەوپەستانەی کەهەبوو لەساڵانی پێشتردا کە حکومەتی بەعس دەسەلاّتدار بوو کاریگەری لەسەر گۆڕانکارییەکان لە کوردستان داتا چەند

ساڵێك دوای ڕاپەرین بەجێهێشتوو لەهەمان کاتدا ترسی گەڕانەوەی بەردەوام هەبووە لەسەر مرۆڤی کورد ئەم زروفە ناجێگیرە بێهیوایوترسوتۆقانێکی دروسنکردووە لەسەرتاکەکانی کۆمەڵگا. ئەمە بەدەر لەوەی کە لەوکاتەدا پێویستیەکانی وەك کارەبا لە وولاّتدا بوونی نەبوو خەڵکی بەگشتی پشتی بەئاگر بەستووە بۆ ئامادەکردنی پێویستیەکانی وەك (ڕووناکی،خواردن،گەرمکردنەوە)بۆیە دەکرێت لەوساڵانەدا سووتاوی زۆربێت ئەگەرچی ڕوونکردنەوەی وورد نیە لەسەرئەوەی کە حاڵەتەکان خۆسوتاندنە یان سووتان کەئەمەیان جیاوازەو بابەتی لێکۆڵێنەوەکەی ئێمە نیە. وە دواتر لەساڵی ۱۹۹۲-۱۹۹۳ ووردەووردە زروفی کورستان بەرەوجێگیری رۆیشتوو حکومەتی هەرێمی کوردستان جێی دەسەلاّتی داگیرکەری گرتەوە ،هیواوخۆزگەکانی تاکی کورد نزیکتر بوو لە هێنانەدی. ۱۹۹٤-۲۰۰٦ جارێکی تر دیاردەکە ڕوو لەزیابوون کردووە ،ژمارەی سوتان زیاد دەکات ،ئەمەش بەهۆی گەمارۆی سەر عێراق بووە هۆی باری گوزەرانو ژیانی خەڵك ڕوو لە خراپی بکات رەنگە هۆکاری ئەمەش بۆ خراپی ئابوری خێزانەکان بگەڕێتەوە کە بۆتە هۆی خۆسوتاندن، وە شەڕناوخۆو هەرەشەکانی دەرەوە کاریگەریی زۆری هەبووە نائارامی دەروونیوکۆمەلاّیەتی تاکەکانی کۆمەڵگا، لەنێوان ساڵەکاندا ڕێژەکە گۆڕانی بەسەر دا هاتووە ،وە لەساڵی ۲۰۰٤ دا ئەم ژمارەیە دەگاتە بەرزترین ئاست کە ۸۳۱ کەسە پەنایان بۆ خۆکوشتن لەجۆری خۆسوتاندن بردووە بەهۆی رژێمی ڕووخاوی صدام لەهەموو عێراقدا چەندین گۆڕانکاری (سیاسی،کۆمەلاّیەتی،ئابوری)بەشێوەیەکی خێرا کاریگەرییان هەبووە لەسەر رۆڵی کۆمەلاّیەتی ژنان لەخێزانو کۆمەڵدا، بەناوی شەرەفپارێزی یەوە ژنان ڕووبەڕوی کوشتن بونەتەوە

– لەئامارێکی تردا لەشاری سلێمانی ساڵی ٢٠٠١ لە نەخۆشخانەی فێرکاری (٢٣٦) کەس ناویان تۆمارکراوە. (ئاوات محمد،لێکۆڵینەوەیەك لەسەر دیاردەی خۆسوتاندنی ژنان،ڕێکخراوی ئاسودە،٢٠٠٤، لا ٥)

– لەساڵی ٢٠٠٥ دا ئاماری ئەوانەی بەهۆی سوتاندنەوە مردون بریتییە لە (٢٠٣) کەس لە هەولێر. کە (٩٧٪)یان گەنجن، لەم ئامارەدا ئاماژەبە رەگەز نەدراوە.

– لەساڵی ٢٠٠٦ دا هەر لەهەولێر(٥٤٥)کەس خۆیان سوتاندووە کە نیو ملیۆن ژمارەی دانیشتوانەکەیەتی (٣٣٣) ژن،(٢١٢) پیاو "الحیاە ٢٠٠٧"

– لەلێکۆڵینەوەیەکدا لەلایەن (مرکزحمایة المراة العراقیة) فی العرق لەماوەی ١٢ ساڵی رابردودا کۆی گشتی خۆکوشتن لە کوردستانی فیدراڵ دا (٢٦٠٤) ژنە، لەم ژمارەیەدا (٢٠٩٥) ژن پەنایان بۆ خۆسوتاندن بردووە بۆ خۆکوشتن.

– ساڵی ٢٠٠٦ ژمارەی سووتان لە شاری سلێمانی بەپێی ئاماری نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی کە لێپرسراوی بەشی تەندروستی (رووناك فرج) لە یەکێتی ژنانی کوردستان وەرگیراوە بەبێ ئەوەی پلەی سوتاوی و هۆکاری خۆسوتاندن دیاری کرابێ تەنها رەگەزو تەمەن دیاریکراوە بەم شێوەیە بووە:

(٧٥٩) کەس سووتاون لە نێوان تەمەنی(١ ساڵ کەمتر تا زیاتر لە ٥٠ ساڵ) ، (٦١٥)مێ ، (٦٠٩)نێر.،٢٢١ کەس بەهۆکاری سوتان مردوون کە (١٦٤) کەسیان رەگەزی مێبووە، وە زۆرترین ژمارە کە رووبەڕوی سوتان بونەتەوە لەنێو ژنان دا لەکۆی(٦١٥)، (٣٢٦) کەسیان لە تەمەنی (١٥-٤٩) ساڵن.

– بەپێ ی ئامارێکی تر لەماوەی یەك مانگ دا لە (٢٠٠٧/١/١-٢٠٠٧/١/٣١) لەهەولێرو دەوروبەری بریتی بووە لە (١٤٩) حاڵەتی سووتان تۆمار کراوە،(٥٣) ژنیان مردووە، (١٠٩) حالەت بەقەزاوقەدەر تۆمارکراوە،(٤٠)ژن بە خۆسوتاندن تۆمارکراوە. ئاماری دهۆك و دەوروبەری

لەهەمان ماوەدا (٦٣) حالەتی سووتان هەبووە کە (١٢) ژن مردووە، (٥٣) ژن بەقەزاوقەدەر وە (١٠) حالەتیش بەخۆسوتاندن تۆمارکراوە.

بەپێی ئامارێکی رەسمی وەزارەتی تەندروستی، تەنها لەساڵی ٢٠٠٧، ئەو کەسانەی کە بەهۆکاری سووتان (جا خۆسووتاندن بوو بێت یان سووتانی ئاسایی)مردوون، کەبەشێکی زۆری خۆسووتاندنەکان لەبەرئەوە بووە کە مافەکانیان پێشێل کراوە، ٥٩٠ حالەت بووە، کە زیاتر لە ٤٤٥ حاڵەتیان لە رەگەزی مێ بوون، ئەو جگە لەوەی کەزیاتر لە ٥٥٠ کەس دیکەش سووتاون، بەڵام نەمردوون. http://www.rozhnama.com[٤٢]

ئەوە ماوە بوترێت ئەوەیە کە لە سەرجەم ئامارەکانی ڕابردووو ئێستاشدا هەست دەکرێت کە کەسی سووتاو نەیتوانیوە یان نەیویستوە ڕاستی ڕووداوی سووتاویەکە ئاشکرا بکات بۆیە ئامارەکان وورد ناتوانن حاڵەتەکانی خۆسوتاندنوسووتاوی دیاری بکەن.

پلەکانی سووتاوی :-

ئاشکرایە پێست لەشی مرۆڤ لە هەموو کاریگەرێکی دەرەکی کە لەوانەیە زیان بە مرۆڤ بگەیەنێ ئەپارێزێ، یەکەم بەشێکیش کە سووتاوی بەرئەکەوێت پێستەو ئەویش پڕە لە دەماری هەستیار، بۆیە مرۆڤ یەکسەر لەو کاریگەری دەرەکیە دوور ئەکەوێتەوە هەر کاتێك هەستکردن بەو کاریگەرە بە چەقە دەمارەکان بگات. ئەو پلە سووتاوییەی کار لەبەشی دەرەوەی ڕووی پێست ئەکات ئەبێتەهۆی دەرخستنی دەمار و بەشە هەستدارەکان بەوەش هەستکردن بە ئازار زیاد دەکات بەڵام کاتێك ئاگر هەموو چینەکانی پێست دەگرێتەوە ئەو کاتە هەموو بەشە هەستدارەکان ئەمرن و هەستکردن بە ئازار کەم ئەبێتەوە.

لە زۆربەی کاتدا قوڵیی برینی سووتاوی، پشت بە پلەی گەرمی سووتێنەرەکەو کاتی سوتانی مرۆڤەکە ئەبەستێ. سووتاویش کە لەئەنجامی

ئاگر یان شلەو شتە گەرمەکان پەیدا ئەبێ لە سێ شێوەدا دەرئەکەوێ، لە سووتاویی پلەیەکدا پێست تەنها سوورئەبێتەوە، لە سووتاویی پلە دوودا پێست دائەماڵرێو بڵقی پڕ لە ئاو دروست ئەبێ بەهۆی تەقینی ئەو بڵقانەشەوە ئاو لە پێست بەفیڕۆ ئەچێو بەردەوام ڕووی دەرەوەی پێست تەڕ ئەبێت، لەسووتاوی پلە سێدا برینەکە قوڵترەو پێست ووشك هەڵئەگەڕێ و مێواوی دەرئەکەوێ، هەروەها هەست و ڕەنگی سرووشتی پێست نامینێو ڕەنگێکی سپی بێخوێنی مردوو وەرئەگرێ، هەندێ جاریش ڕەش هەڵئەگەڕێ.

سووتاویی پلە دوو لە سووتاویی پلەسێ جیاوازە، یەکێك لە جیاکەرەوەکانیان لە سووتانی پلە دوودا موو بە پێستەوە جێگیر ئەبێ و هەر هەوڵدانێك بۆ لێکردنەوەی موو لە پێست ئازارێکی زۆری ئەبێ. بەڵام لە سووتاوی پلەسێدا بەئاسانیو بەبێ ئازار موو لە شوێنی سووتاوییەکە لێئەبێتەوە، ئەویش بەهۆی گەیشتنی سووتاوی بە ناوچەی مۆرەگ. پلە گەرمییە زۆر نزمەکان ئەبنە هۆی سوتان ئەو ئەنسیجانەی بەری ئەکەون، بەڵام ئەم جۆرە سوتاوییە جیاوازە لەگەڵ ئەو سوتاوییەی لەئەنجامی پلە گەرمییە بەرزە جۆراوجۆرەکان پەیدا ئەبێ، ئەو بەشەی بە پلە گەرمییە نزمەکان ئەسووتێ بەشێوەی سرووشتی خۆی ئەمێنێتەوە بەڵام ئەو بەشە ئەمرێو ئەرك‌و توانای لەسەر جوڵەو زیاد بوون نامێنێ تایەك لە دوای یەك ئەنسیجەکان لەبەریەك هەڵئەوەشێنێ. پاشان پلە گەرمییە بەرزە جۆراوجۆرەکان (٩٥٪) ی هۆکارەکانی سووتان پێکئەهێنن، لەهەموو جۆرەکانیش بلاَوترە سووتانی ئاگرە مردنیش بە سووتان ڕێژەییەکی بەرزی هەیە، ئەو سووتاوییەی زیاتر لە (٤٠٪) ی ڕووی دەرەوەی لەش ئەگرێتەوە
http://www.bangewaz.com

پلە جیاوازەکانی سووتاوی هەر جۆرەو کاریگەری خۆی لەسەر پێست بەجێدەهێڵێت شێوەوشکڵی جوانی مرۆڤ دەشێوێنێت کاتێك ئەو مرۆڤە

سووتان کۆتایی بەژیانی ناهێنێت ئیدی کەسێکی ڕووخسار شێواوەو هەموو کات هەست بە خەفەت‌ودڵتەنگیو بارێکی دەروونی خراپ دروست دەکات‌و مرۆڤێکی کەنارگیرەو گۆشەگیرو دوورەپەرێز دەبێت لە دەوروبەر وکۆمەڵگە ،بۆیە یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان دەبێتەوە. خۆسوتاندن هەموو کات کۆتایی ژیان نیەو نابێتە هۆی مردن یا مەرگ کە هەندێك ژن وەك بێزاری لەژیان هەڵیدەبژێرن بەڵکو زۆرجار ئەو مرۆڤە دەژیوکێشەدەروونیوکۆمەڵایەتیەکانی ڕوو لەزیادبوون دەکات‌و شوێنەواری ئەو سووتاویە ئەبێت چەند نەشتەرگەرییەکی بۆبکات لەگەڵ ئەوەشدا هەندێجار لەپلە سووتاوییە بەرزەکاندا کاریگەری خراپ لەڕووی تەندروستیەوە لەسەر جەستەی ئەو کەسە بەجێدەهێڵێت .

بەشی سێیەم:

تەوەری یەکەم

٭هۆکارەکانی خۆسوتاندن:

هۆکارەکـانی سـووتاوی؛ کاتێـك سـەیری ئـەو کتێبانـە دەکـەین کـە لەزانـستی پزیشکدا نووسراوە بۆمان دەرئەکەوێ هۆکارەکانی سووتان تـەنها لـە هۆکـاری سروشتیو هۆکاری کیمیاییەوە ڕوودەدات . هۆکارە سرووشتیەکان هـەتا ئـەم کاتەی ئێستا، تەنها بریتییـە لـەو بارگە کارەباییانـەی ئەکەونـە سەرشـتەکان هـەروەها تیـشکە جۆراوجۆرەکـانیش لـە خـۆ ئـەگرن. لێـدانی کارەبـایی ئـەو سـووتانەی لێئەکەوێتـەوە کـە پێـی ئـەوترێ سـووتانی کارەبـایی. پاشـان هـەردوولای پلـەی گـەرمی پلە گەرمییـە بـەرزەکانو نزمـەکان ئەبنـە مایـەی پەیدابوونی سووتاوی. ئەو سووتانەش کە لە ئەنجامی پلە گەرمییە بەرزەکان پەیـدا ئـەبێت ئـەکرێ بەسـێ بەشـەوە: سـووتاوی ئـاگر کـە هۆکـاری زۆربـەی زۆری ئەو سووتانەیە کـە دێنـە نەخۆشـخانە، پاشـان سـووتاوی کـولآوییی یـان داماڵراو کە بەهۆی شلەی گەرمو کولآو پەیدا ئـەبێ ڕێـژەی ئـەم سـووتانەش بــەزۆری لــەنێو منالآنــدا ڕووئــەدات، هۆکــاری کیمیــایی کــە لــەمادده سـووتێنەرەکانی وەك تفـتو ترشـە سـووتێنـەرەکانو هەنـدێك لەڕەگـەزەکانی وەك فۆسفۆر پەیدا ئەبێت." http://www.bangawaz.com [٤٣]

خۆکوشتنو خۆسوتاندن بەهەر هۆو بیانویەکەوە بێت دەچێتە نێو خانـەو چوار چێوەی توندوتیژییەوە.

هۆکارەکانی سووتانی ژنان بۆ سێ بنەما دەگێڕینەوە:-

١-ئەوانەی لە ئاکامی دەستە پاچەیی و گیروگرفتەکانـدا بێـزار دەبـنو خۆیـان بڕیاری مەرگی خۆیان بەو شێوە تراژیدییە دەدەن.

٢-ئەوانەی کەسوکاریان لەپشت پەردەی ڕەوشت پارێزیو قسەو قسەڵۆکی بـێ بنـەماوە بڕیـاری مــەرگیان دەدەنو خۆیـان بەهـەر بیانویـەك بێـت دەبنـە

هۆکاری سوتاندنەکەو دواتر پڕوپاگەنـدەی ئـەوە بـڵاو دەکەنـەوە کەلـە کـاتی کاردا سووتاوە.

١-ئەوانـەی بـەهۆی کەرەسـەکانی ئـیشکردنەوەی دەسـوتێن. (لـەتیف فـاتح ، گۆڤاری تەوار، ٢٠٠١ ،ژمارە ٥ ، لا١٠) [٤٤]

ئەوەی لێرەدا باسی لێوە دەکەین بریتییە لە هۆکاری سروشتی لەجۆری ئـاگر کە ژنان بۆ مردن پەنای بۆدەبەن کە ژتێك یا کـچێك خـۆی دەسـوتێنێ و گـر لەجەستەی بەردەدات لەوانەیە لەبری پاڵنەرێك یا هۆکارێك چەند هۆکارێك هـەبێت وا لـەو ژنـە دەکـات ئـەم ڕێگایـە بـۆ خۆکوشـتن هەڵبـژێرێت کـە لەئەنجامی ئەم کێشەو هۆکارانەی خوارەوە کە بە مەبەستی چارەسەر بۆ ئەو کێشەیە یە:-

١-کێشەی خێزانی:

نکۆڵی لەوە ناکرێ کـە خێـزان وەك لـە زاراوەکـان دا باسمـان کـرد یەکەیـەکی سـەرەکیو گرنگـەو کۆمەڵگـەی لـێ پێکهـاتووە بـەپێی گۆڕانکـاریو پێشکەوتنەکانی لایەنی ئابوریوسیاسـیو کۆمەڵایـەتی لەهـەر کۆمەڵگەیەکدا دەبێتە هـۆی پێشکەوتنی خێـزانو کۆمەڵگـە وە بەپێچەوانەشەوە. بـەڵام لـە کۆمەڵگـەی ئێمـەدا تـا ئێـستاش بنیاتنـانی خێـزان پێـوەرێکی لاوازە ئەمـەش کاریگـەری دەبێـت لەسـەر ژینگەیـەکی خێزانــی کــە بــەردەوام لــە دڵەڕاوکێ،نائارامیو پشێویو ململانێی ئەندامانی خێزان.

لەشاردا دیاردەی تێکەڵاوبوونی نەریتی خێزانو هۆزەکانی هەیە کە زۆرجار بەریەککەوتن ڕوودەداتو لەو دەرئەنجامانـەش کێبڕکێی شـەرەفو کەرامـەت پارێزی دێتە پێشێ ئـیتر لێرەشـەوە ژن دەکوژرێو کـچ خـۆی دەسـوتێنێ یا دەسوتێنرێت ئەوساش سەرگەردانیو خانە خراپی ڕوودەکاتە وولآت.

ئـەو دابونەریتانـەی کـە هـۆزو خـێزان دەیسەپێنێ بەسـەر کـچو ژنـدا لـە دواجـاردا دەبنـە توندوتیـژیش هـەر ژنو کـچێکیش لـە چوارچـێوەی ئـەو

دابونەریتە دەربچێت ئەوا لە دۆڵێك یا قەراخ شار دەیدۆزنەوە. لە حاڵەتێکی تریشدا گەر ئەوە نەکرا وا لەو کچە یا لەو ژنە دەکرێت خۆی هەستیّ بە سوتاندنی جەستەی خۆی ئەو کاتەش تەنیا ژن ناسوتێنرێت بەڵکو کۆمەڵگە دۆخی شلۆق دەبێتو پێشکەوتنو گەشەسەندن لەو کۆمەڵگەیەدا سست دەکات. (جەبارسابیر ، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەکانی ژن، ٢٠٠٤ ، لا٢٧)[٤٥]

هەربۆیە خێزانی ئێمە پڕە لە گرفتوکێشەی جۆراوجۆر هەر لەسادەترین مافەکانی ئەندامانی خێزان لەڕووی (شوێن،تەندروستی،دەروونی،خۆراكوپۆشاك...هتد) دابین ناکریّ وەك پێویست بە تایبەت بۆ ژنان جگە لەوەی خۆی لە گەورەترین (کبت) دا دەبینێتەوە لە ئاستی دەربڕینی هەستی ژناندا بەوەی ناتوانن ئازادانە گوزارشت لە هەستونەستی خۆیان بکەن بێگومان ئەوانەش دەرئەنجامی ئەو بارە نائاساییە دەروونیانەن کە لەڕابردووەوە تیایدا خێزان سەرچاوەی گرتووەو کاریگەرێتی خۆی لەسەر عەقڵیەتی تاکەکانی کۆمەڵگەکەمان ڕەنگیداوەتە. (کنێر عەبدوڵلاّ ، ژن لەبازنەیەکی داخراودا، ٢٠٠٥ ، لا٤٤)[٤٦]

کێشەیەکی تر کە دەبێتەهۆی کێشەوگرفتوشەڕوئاژاوەی خێزانی ئەوەیە کە تا ئێستاش لە کۆمەڵگەی ئێمەدا یەکێك لەو جیاکارییانەی دەرهەق بەزۆبەی کچان دەکرێت بەهەندوەرنەگرتنی ڕاو بۆچونیانە لەزۆربەی خێزانەکاندا لە هەڵبژاردنی هاوسەردا،زۆرجار وا بووە بەهۆی دەستێوەردانی خزمانوکەسانی دەوروبەربەری کچەکە وەك (باوك،دایك،برا،خاڵو مام) . کچان بوونەتە قوربانی حەزوئارەزووەکانی ئەو کەسانەو لە درێژەی ململانیّو مامەڵەکردنە ئاڵۆزانەدا کچان ناچار دەبن دووجۆر شێواز بگرنەبەر یان چارەنوسیان بەقەدەرە وە بسپێرنو دەبنە قوربانی بەرژەوەندییەکانی دەوروبەرو

ملکەچی بڕیارەکانیان دەبن چەندین ڕووداووکارەساتی سلبی لێدەکەوێتەوە وەك(خۆکوشتن، خۆسوتاندن، تەلاّقدان،لێك جیابونەوە) یا لەبەرئەوەی کچەکە ملکەچی بڕیاری خزمو کەسوکار نەبووە بەیەکێك لە ئاقارەکانی کوشتن یا دەربەدەری یا حاشا لێکردن لەلایەن کەسوکارەوە دەبێت. ئەمەش وادەکات کە خێزان بەشێوەیەکی بنەمای لاوازی خۆشەویستیو لێك تێنەگەیشتن بەهەند وەرنەگرتنی رای بەرامبەر لەیەکتریو گەورەکردنی قەبارەی ئەو کێشانە وە بەردەوام دەستێوەردانی خزموکەسوکاریان لە ژیانیاندا.

بۆیە ئەو کاتەی پەیوەندی نێوان ژیانی دوو هاوسەر مەحاڵ دەبێت پرسیارێك دیّتە ئاراوە تاچەند کەسوکار رۆڵی چارەسەر دەبینیّ لە کەمکردنەوەی ڕادەی کێشەکان؟ یەکێك لەو هەلاّنەی کە پێویستە لەو کاتەدالیّی ئاگاداربن ڕاوێژکردنە بەکەسانێك کە پێویست بەبونی ناکات بۆنمونە لەوانە بەهۆی رەوشتو خەتایەکی پیاوەکە کێشەلەنێوانیاندا ڕوودات والەژنەکە بکات کە خەمەکانیو سکالاّکانی بگەیەنێتە هەریەکە لە دایكوباوکیخۆیو ئەوانەش بۆداکۆکیکردن لە کچەکەیان دەکەونە سەرزەنشتی کورەکەو کێشەکەیان ڕوو لەزیاد بوون دەکات(کنێر عەبدوڵلاّ ، ژن لەبازنەیەکی داخراودا، ٢٠٠٥ ، لا٨٦)[٤٧] . دەرئەنجامی لێك جیانەبونەوەو تەلاّق ڕوودەدات هەندیّ جار دەبێتەهۆی دروستبونی ڕقو کینە لە نێوانیانداو پیاوەکە لێك هەڵوەشانەوەی خێزانەکەی قبوڵنیە بۆیە کچەکە ژیانی ناخۆش دەبێتو پەنا بۆ خۆکوشتن یا خۆسوتاندن دەبات لەبەرئەوەی ناتوانن قبوڵی زاڵبونو ژیان گوزەرانە بکەن لە چوارچێوەی خێزاندا بەو شێوەیە دەنگی نارەزایی خۆیو هەڵوێست وەردەگرێتو تەحەمولی بڕیارەکەی خۆی دەکات ئەگەر لەدوای خۆسوتاند لە ژیاندا بمێنیّ وە زۆربەشیان پەشیمان نین ئەیانەوێت لە ژیان ڕزگاریان بێت چونکە ژیانی مەترسیدارترو

کیشەکانی ئالۆزتر دەبێت لەلایەن کەسوکارییەوە بەهۆی نەبونی ماڵی جیاوە یاخود بەهۆی لاوازی کەسێتی هەریەك لەو دوو هاوسەرە، ئەگەر چی لەکۆمەڵگەی ئێمەدا پیاو خاوەن دەسەڵاتی یەکەمە بۆ بڕیاردان بۆیە زۆرجار کە ژنەکە ئارەزووی ئەوە دەکات داوای جیایی بکات بەهۆی ئەوەی ناتوانێت لەگەڵیدا بژی ناچار بۆچارەسەری کێشەکەی توشی گرێی دەروونی دەکات پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن . هەندێك لەنموونەی کێشەی خێزانی:-

١-کێشەی ژن‌و مێرد:بەهۆی نەبوونی متمانە لەناو خێزاندا تا ئەندامانی خێزان لەناو خۆیاندا کێشەکانیان چارەسەر بکەن وەنەبوونی ڕاستگۆیی لەنێوانیاندا وەنەگێڕانەوەی ڕووداو پێشهاتەکان بۆ یەکتری، دڵپیسی نێوان ژن‌و مێردو ئەندامانی خێزان‌و خیانەت کردن.

٢- کێشەی بوك‌و خەسوو: لەبەر ئەوەی ژنان لەڕووی بیرکردنەوەو ڕۆشنبیرییەوە جیاوازی ناکرێت هەموو ژنان وەك یەك تەماشا بکرێت لەم ڕووەوە کێشەیەکی‌تری خێزانەکان بەهۆی پەیوەندی نێوان بوك‌و خەسوەو کە تداخل لە ئیش‌وکاری یەکترداو ژیانی ڕۆژانە بەردەوام دەبێ‌و ژن مەحروم دەبێت لەمافە سەرەتایەکانی لە چواردەوری ماڵدا دەبەسترێتەوە وەکاردانەوەی لێدەکەوێتەوە نەفرەت لەژیان بکات‌و لەجەستەی کەبۆتە هۆکاری نەگبەتی ئەویش بەخۆسوتاندنی جەستەیی کێشەکە کۆتایی پێدێنێت.

٣-خوشك‌وبرا: ئەمەش هۆکارێکی‌تری نێوان خێزانەکانە کەبەهۆی ئەوەی کۆمەڵگەی ئێمە کەهۆکاری کلتورو داب‌ونەریتی کۆمەڵایەتی وەزاڵێتی دەسەڵاتی پیاو سالاری لەنێوان خوشك‌و برادا هەر لەمناڵیەوە وافێرکراوە کەئەو کوڕەو دەبێت دەسەڵاتی هەبێت بەسەر خوشکەکانیدا وەبەپێی ئەوو باوك هەموو سنورێکی بۆ دانراوە هەڵسوکەوتی لەژێر چاودێری‌دا تائەو کاتەی وا لەژن‌و کچ دەکات لەژیان بێزاردەبێت خۆشیە دنیایەکانی

لەبیردەکات تەحەمولی بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی کێشەکانی نێوان خۆی‌و براکەی کەمەو پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن.

٤-کوڕ،کچ‌و دایك: زۆربەی کات ئەو کێشانەی کە ڕۆژانە لەنێوان کوڕ یا کچ‌و دایك کەهەردووکیان ڕەگەزی مێیە بەڵام بەهۆی ئەوەی کە ئەم دایکە بەهۆی دەسەڵاتی پیاوەوە لەنێو ماڵدا کاریگەری کردۆتە سەر هەڵسوکەوتی ئەویش کە بەردەوام چاودێری زۆر توند دەخاتە سەر قۆناغەکانی تەمەنی مناڵیەوە بۆ هەرزەکاری تا دوای کەبەهۆی داب‌و نەریتەوە هەموو شتێك بۆ ئەم کچە بڤەو قەدەغەیە سنوری بۆ دانراوە والەدەرونی ئەو کچە دەکات نەتوانێت بەسەر بۆچونەکانیدا زاڵ بێت وەزاڵ نابێت بەسەر عەقڵی خۆیدا لەماوەیەکی کەمدا بیر لەخۆسوتاندن دەکاتەوە. ئەمە لە کێشەی نێوان دایك‌و کوڕدا پێچەوانە دەبێتەوە دایکەکە لەداخی کوڕەکەی خۆی دەسوتێنێ.

٥-کچ‌و باوەژن: زۆر جار کچان لەگەڵ دایك دا دەمە قاڵێ و کێشە دروست دەبێت بەڵام ئەم کێشانە لە گەڵ باوە ژندا زۆر جار هۆکاری پاڵنەرە بۆ ئەوەی زوتر کاریگەری بکاتە سەر ژیان ولە ڕۆحی خۆی بێزار دەبێت چونکە وابیر دەکاتەوە ئەگەر دایکی خۆی بوایە وانەدەبوو ئیتر لە جەستەی خۆی بێزار دەبێت هەوڵی خۆسوتاندن دەدات .

کەواتە هەموو هەڵسوکەوتێکی رۆژانەی ناو خێزان بەهۆی نایەکسانی و نا دادپەروەری‌و قەدەغەکردنی چالاکی،ترسان لەبڕیاردان،باوەڕبەخۆنەبوون‌و خەمۆکی ئاکامی ئەو سەپاندنەن کە وایان لەژن کردووە هەستی‌بێدەسەڵاتی و بێهودەیی و بێمانایی ژیانیان لادروستبێت، چونکە توانای دیاریکردنی سەرئەنجامی ژیان‌و دوا رۆژی خۆی نیە هەر لەوەرنەگرتنی بیروڕای لەکاتی شوکردندا وەناتوانێ بەئارەزووی خۆی‌و بەئاشکرا هاوڕێی لەرشەگەزی بەرامبەر دیاری بکات بۆیەدەرئەنجام لە ماوەیەگکی کەمی ژیانیاندا نا ئومێد

دەبێت لەژیانو بەخۆسوتاندن کۆتایی بەو ژیانەدەهێنێت کە هەموو شتەکان بۆ ئەو ژنە سنوری بۆدانراوەوبڤەوقەدەغەکراوە.

٢_ هۆکاری کۆمەڵگەو دەوروبەر :

تەنها هۆکارێکی ڕاستەوخۆ نیە بۆ ڕوودانی سووتانو خۆسوتاندن، لە ئەنجامی کێشەی نێوان تاکەکانی کۆمەڵگەدا لە پەیوەندیە کۆمەلأیەتیەکاندا لەدەرەوەی خێزان ڕوودەدەن . مرۆڤ یەکێکە لەبوونەوەرە هەستیارە کۆمەلأیەتیەکانو لەماوەی ژیانیدا چەندین پەیوەندی کۆمەلأیەتی ئەبەستێتو ناتوانێت بەتەنها بژی . یەکێك لەو پەیوەندییانە نموونەی ئەو پەیوەندیانە(پەیوەندی نێوان دووکەس لەرەگەزی جیاواز، پەیوەندی نێوان دوو هاوڕێ لەهەمان ڕەگەز، پەیوەندی نێوان مامۆستاوخوێندکار،پەیوەندی نێوان خێزانێك لە بنەماڵەونەوەیەك لەگەڵ خێزانێکی تر لە بنەماڵەیەکیتر...هتد) .ئەم پەیوەندییانە هەستیارەو زۆر لایەنی چاكو خراپی تێدایە. کاریگەریان بۆسەر پێکهاتەی کۆمەلأیەتیو ڕۆڵی کۆمەلأیەتی ژن لەکۆمەڵگەدا هەیە.

لەبەرئەوەی مرۆڤ بونەوەرێکی کۆمەلأیەتیەو هەموو هەڵسووکەوتەکانی لەئەنجامی تێکەڵبوونی لەگەڵ دەوروبەردا دەبێت بۆیەش لێکترازانی خێزانو نەمانی پەیوەندییە ڕۆحیەکان لەنێوانیاندا یارمەتی ئەوە دەدات کەوا مرۆڤ هەست بە نامۆیی بکاتو گۆشەگیر بێتو لە دوایش دا دور نییە پەنا بباتە بەر ڕێگاکانی خۆکوشتن بۆئەوەی لەم بارودۆخە ئالۆزە رزگاری بێت.
(عزەدین ئەحمەد، حوزەیرانی ٢٠٠٦،سایك ژمارە ٣ ،لا٤٠)[٤٩]

بەپێی واقیعی کۆمەلأیەتی، لە کۆمەڵگەی ڕۆژهەلأتیدا ژنان تیایدا دەست بەستراون، پێویستە مرۆڤەکان بەکەسایەتیوکاروخودی خۆیان بناسرێتەوە لەنێو ئەو ڕێساویاساوداب‌ونەریتی کۆمەلأیەتیانەی کەچەندین کێشەوگیروگرفتو ململانێی دەروونی ناخۆش ڕووبەروویان دەبێتەوە

چونکە گۆڕانکاریەکان گەر بەو ئاراستەیەش بێتو باش هەنگاو نەنێت بێگومان کێشەوگرفتە کۆمەلأیەتیەکان پەرەدەستێنێ، لەو کۆمەڵگایەشدا بەپێی داب‌ونەریتی سەپاو وباوی پیایدا تێ پەڕیوە مەودای فراوان دەخەنە نێو پەیوەندییەکان.

گەر تاکەکانی کۆمەڵگە توانای خۆگونجاندنیان نەبێت بۆچۆنیەتی مامەڵەکردنو هەڵسوکەوت کردن لەگەڵ کەسی بەرامبەردا لەژیانی ڕۆژانە دا تووشی جۆرەها مامەڵەو هەڵسوکەوتی جیا دەبێت لەگەڵ کەسایەتیدا جیاوازە پێویست بەوە دەکات بتوانرێ زمانی لێك تێگەیشتن بۆ دەربڕینی ڕاوبۆچونەکانی یەکتر لە بواری (خوێندن،کارکردن،فەرمانگەکان) دا بێ یا هەر جۆرە پەیوەندیەکی کۆمەلأیەتی ئەوا دەبێتە هۆی کێشەی کۆمەلأیەتیو تاك ناڕازی دەبێت لەو ژینگەیەی تێیدایەو تووشی دڵەڕاوکێو خەمۆکی تەنانەت دابڕان لەکۆمەڵ دەبێت کە ئەمەش بەرەو نائومێدی لەژیان دەیباتو پەنا بۆ چارەسەری ئەم گرفتوکێشە دەروونیانەی کە بەهۆی هەڵسوکەوتی تاکەکانی ناو کۆمەڵگە تووشی هاتووە بۆ خۆسوتان دەبات.

گلاین لەو باوەڕەدایە نیشتمانی مێیەتی پاڵنەرە شاراوەکانی ناو دەروونە کە مەبەستی لەفاکتەرە بایالۆژییەکانە نەك کولتوریو کۆمەلأیەتیەکان. زاراوەی نوێ بەناوی فالۆگۆسینتریزم کە لە ئەدەبیاتی ڕزگارکردنی ژنان دا ئەم زاراوەیە بەرزرکردنەوەی پایەی نێرینە دەگەیەنێتو بەپێی ئەو بەرزکردنەوەیە زۆربەی کارە هونەریوهەڵوێستە کۆمەلأیەتیەکان ئامانجیان بەدەستهێنانی دەسەلأتی نێرینەو ملکەچکردنی مێینەیە، ملیت پێی وایە جیاوازییەکان لەنێوان ژنو پیاودا جیاوازی بایالۆژی نین بەڵکو دروستکراوی کولتورن. (سۆزان جمال، ٢٠پایزی ٢٠٠٧،تەوار،لا٤٢)[٤٨]

بەهۆی ئەوەی کۆمەڵگەی ئێمە کەهۆکاری کلتورو دابونەریتی کۆمەڵایەتی وەزاڵێتی دەسەڵاتی پیاو سالاری لەنێوان خوشکو برادا هەر لەمناڵیەوە وافێرکراوە کەئەو کوڕەو دەبێت دەسەڵاتی هەبێت بەسەر خوشکەکانیدا وەبەپێی ئەوو باوك هەموو سنورێکی بۆ دانراوە هەڵسوکەوتی لەژێر چاودێریدایە ، تائەو کاتەش وا لەژنو کچ دەکات لەژیان بێزاردەبێت خۆشیە دنیایەکانی لەبیردەکات تەحەمولی بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی کێشەکانی نێوان پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانی کەمەو پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن.

فاکتەری هەستکردن بەسەربەخۆییو پشت نەبەستن بەکەسانی دی لەکوڕدا بەئاسانی دروست دەبێت ، چونکە تەماحی لەگەڵ ئازادی باوکی دەکاتو لەکێشکردنی سەرنجی پەیوەندیەکانی لەگەڵ دەوروبەردا لاسایی باوکی دەکاتەوە، بەڵام لەکچدا ئەم ئەرکە بەو ئاسان نیە بەڕێوە ناچێت، چونکە تەماحی لەگەڵ دایکیدا ئەستەمە، کچ دووچاری سەرسوڕمانو دڵەڕاوکێ دەبێت لە پەیوەندیەکانیدا لە دەرەوەی خێزان . لەکۆمەڵگەی کوردیدا تەنها خێزان چاودێر نابێت لەسەر تاکی مێینە بەڵکو کەسی بەرامبەر لە دەوروبەروکۆمەڵگەشدا ئەو هەڵسوکەوتە دەکات بەهۆی زۆری پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان و چاودێری توندی کۆمەڵگا لەسەر تاکەکانی خزموکەس،دراوسێوهاوڕێ...هتد،هەریەکەوڕاو بۆچوونی خۆی هەیەو هەرلایەنەو داواکاری خۆی هەیە لەسەرتاکی بەرامبەر بەتایبەتی ڕەگەزی مێینە کەئەمانە بارگرانی قورس دەبێ لەسەر شانی .

لەبەرئەوەی هەندێ پیاوان لەکۆمەڵگەی ئێمەدا دەڵێن بەپێی پەندێك " ژن لەژیانیدا تەنها دووجار بۆی هەیە دەرەوەی ماڵ ببینێ، یەکەم لەکاتی چوونی بۆماڵی مێرد، دووەمیان لەکاتی بردنی بۆ سەرقەبران" دا بۆیە ژن هەست بەکەمیو نەبوونی خۆیان دەکەن بۆیە بەدوای شتێکدا دەگەڕێن

بوونی خۆیان بسەلێنن دەیانەوێت بەئاگر ئەو ژیانە تاریکەیان ڕۆشن کەنەوە. لەو نموونانەش:-

_ خوێندنگا (مامۆستاو بەڕێوەبەر)؛

چۆنێتی هەڵسوکەوتی مامۆستاو بەڕێوبەر لە خوێندنگەکاندا بەرامبەر خوێندکار یا خود بە پێچەوانەوە بەهۆی ئەوەی کەهەووڵ بدەن بۆ فێربونو بڕینی قۆناغی خوێندن کەئەو مامۆستایە ئەو هەڵسوکەوتە دەکات بەبڕوای خۆی باشە بەڵام ئەو هەڵسوکەوتە خراپانە لەقۆناغی تەمەنی کچدا لەناو خوێندنکاراندا بەشکاندنو لەکەسێتی کەم کردنەوەی دادەنرێت بەو شێوەیە بیرئەکەنەوە لەبەرژەوەندی ئەودا بێت لەکاتێکی تردا بەجنێو قسەی ناشرینو ڕق لێهەڵگرتنەوەی ئەو خوێندکارە ئەمانە هەمووی دەبنە هۆی بیرکردنەوە لەخۆسوتاندن. چونکە هیچ کات خێزان ڕازی نابێت بەدەرنەچوونی یان مامۆستاکانی ناڕای دەبن لەخوێندکارەکە بۆیە هەست دەکات توشی هەڕەشە دەبێ ئەو لەترساندا پەنا دەباتەبەر خۆسوتاندن بۆترساندنی دەوروبەر.

فەرمانگە(فەرمانبەرو بەڕێوەبەر)؛

بەهۆی هەندێك لەعاداتو تەقالیدی کۆمەڵگا لەنێو فەرمانگەکاندا کەڕۆژانە ڕووبەڕووی ژنانو کچان دەبنەوە ئیتر ئەو کێشانە یان لەگەڵ بەڕێوەبەر بێت یان فەرمانبەر یان مراجع والەو کەسە دەکات کە کاردانەوەی خراپی لێدەکەوێتەوە دەگاتە قۆناغێك کەنەفرەت لە مێینەی خۆی بکاتو ئاگر لەجەستەی خۆی بەربدات.

ئەمانەش هۆکاری ترن کە وا لەژنان دەکات پەنا بۆ خۆسوتاندن بەرن ، کە لای ئافرەتی کورد بریتییە لە پەراوێزکردنو گوێ لێنەگرتنی ئافرەت لەلایەن کۆمەڵگاوڕەگەزی بەرامبەر، بەدرێژایی مێژوو ئافرەت لە فەرهەنگی کۆمەڵگەی ئێمەدا بوونەوەرێکی گوێگر بووە نەك قسەکەر، ئەگەر قسەشی

كردبێت یان گوێی لێنەگیراوە یانیش ڕاو بۆچوونەكانی پەراوێزكراون ،ئەمەش دووبارە هەستی خۆ بەكەمزانین لای ئافرەت گەورە دەكات و وا دەكات هەمیشە خۆكوشتن وەك ڕێگە چارەیەك یان ڕێگەیەك بۆ رزگاربون لەو هەستی خۆبەكەمزانینە لە هزری ئەو ئافرەتەدا ئامادەبێت. (د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥)[٤٩]

٣- هۆكاری ژن خۆی:

مرۆڤ كاتێك دەبینێ هەندێك لەحەزو ئارەزوو بیروكردارەكانی ناشیرین و بە ئازارو دژ بە دابونەریتی كۆمەڵایەتین و دەبنە مایەی ئازاردانی ویژدان لەم كاتەدا بۆئەوەی لەئازاروترس ودڵەڕاوكێ رزگاری بێت چونكە ناتوانن حەزو ئارەزووەكانی راستەوخۆ تێر بكات وپەروەردەكردنیشی هاوكارنەبووە بەوەی كە متمنە بەخۆی كات بۆیە پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات .

جگە لەمەش داخراویی كۆمەڵگەی باوكسالاری كوردی كە تیایدا ئافرەت مەحكومە بەوەی زۆربەی كات لەماڵەوە بێت و لەژێرچاودێریدا بێت و خەریكی پەیوەندی دروست كردن بێت لەگەڵ دیوارو پەنجەرەوموتبەق و شتە بێگیانەكانەكاندا و زۆربەی كات لە پەنجەرەیەكی بچووكەوە بڕوانێتە ژیان و ئاسۆكانی دەرەوەی ماڵ (د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥)[٥٠] ئەمانەش دەبنە هۆی نەبوونی پەیوەندییە كۆمەڵایەتیەكان و زۆربوونی پاڵەپەستۆ و گیروگرفتەكانی ژیان لەسەرخودی مرۆڤ كە هەرەشە لەبوونی دەكەن لەوانەش:-

١-پێشكەوتن و گۆڕانكاری كەوڵات بەخۆیەوە بینیوە :-

لەگەڵ خراپی باری ئابووری نەبونی هەندێك لە پێداویستی ژیان وای لەژن كردوە كە وەك هاوتەمەنەكانی ئەم ژیانی بۆ دابین نەكراوە هیچ كام لە ئاواتەكانی نەهاتۆتە دی لە ژیاندا، كێشەی بچوك گەورە دەكات لەلای خۆی و چاولێكەری هەموو شتەكانمان بیردەباتەوەو هۆكارێكە بۆ خۆسوتاندن.

٢- بۆ ترساندنی دەوروبەر:-

هەندێك جار ژنان بەهۆی نائارامی دۆخی خێزان و هاروهاجی منداڵەكانیان كە بەقسەی ناكەن بەگاڵتەوە دەیەوێت منداڵەكانی بترسێنێت یان پیاوەكەی لەقسە پێوتن بوەستێت شقارتەیەكەو تۆزێك نەوت بەكاردێنێت كەبەبڕوای خۆی هەر ماكسیەكەی دەسوتێ بەڵام دەبێتە هۆی سوتانی جەستەی.

٣- بۆ ڕاكێشانی سۆزو بەزەیی:

هۆكارێكیتری خۆسوتاندن ژنان بەومەبەستە ئەنجامی دەدەن كەسۆزو خۆشەویستی بەرامبەرەكەیان بۆخۆیان ڕابكێشن زیاتر لەو ژنانە دائەبێت بەهۆی هۆكاری دەرونی و نائومێدی بونی لەژیان و هەڵسوكەوت لەگەڵ بەرامبەردا پێویستیان بەسۆز هەیە كەدەبینن بێبەشن لێی پەنا دەبەنەبەر ئەم كارە تاكو بۆیان بگەڕێتەوە.

٤- بۆ تۆڵەكردنەوە:

هەندێجار پەنا دەبرێتە بەرخۆسوتاندن بەمەبەستی تۆڵە سەندنەوە كەئەمەش زیاتر لەو كاتانەدا ڕوودەدات كەئەو كەسە هەندێك كێشەو هەڵسوكەوتی لەلایەن دەوروبەرەوە بەرامبەر كراوەو دەسەڵاتی نیە ڕووبەڕوو ببێتەوە بۆیە بەناچاری و بۆ تۆڵە كردنەوەی ئەو ناهەقیانەی كەبەرامبەریان كراوەو بۆئەوەی ببێتە باری سەرشانی خێزانەكەی یان بۆئەوەی لەنێو كۆمەڵگادا لەكەداریان بكات پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن.

٥- كەمی رۆشنبیری ژنان: لەئەنجامی ئەو پەروەردە خراپەی كە هەیە لە كۆمەڵگەی كوردیدا ژنان زۆرینەیان ئاستی رۆشنبیریان كەمەو هەندێ جار خێزان خۆیان ڕێگر دەبن لەبەردەم تەواونەكردنی قۆناغەكانی خوێندنی ژنان و بەمەش ژنان تواناوئاستی رۆشنبیریان لاواز دەبێ ناتوانن بە عەقڵێكی فراوانەوە ڕووبەڕوی كێشەكانی بێتەوە بۆیە زۆر جار كێشە كۆمەڵایەتی یەكان گەورە دەكەن ، بەمەرگی خۆیان چارەسەری كێشەكە دەكەن.

٤_ هۆكاری ئابووریو شوێنی نیشتەجێبوون:-

خراپی باری ئابوری ژنان دەگەڕێتەوە بۆ ماوەی دەسەڵاتی ڕژێمی بەعس، چونكە نەیاندەتوانی لە فەرمانگەودامودەزگاكانیتری حكومەت دابمەزرێن ، لەبەرئەوەی دەبوو بەعسی بوایەو لە دوایشدا چەندین توهمەیان بۆ دروست دەكردو تووشی دەردەسەرییان دەكرد. . (جەبارسابیر ، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەكانی ژن، ٢٠٠٤ ، لا١٨) [51] تەنانەت ئەو ڕێژەی نەخوێندەوارییەی لەنێو ژنی كوردا هەیە بۆئەو بارودۆخە سیاسیە دەگەڕێتەوە كە لە خوێندن دابڕاون. ڕاستە لە دوای ڕاپەرینی گەلی كورد لە ساڵی ١٩٩١ دا ژنان توانیویانە بێنە مەیدانو داواكردنی مافەكانیانو شانبەشانی پیاوان لە فەرهەنگی كلتوریو كۆمەڵایەتیدا كار بكەن، لە دوای ڕووخانی ڕژێمی بەعسی ژنان داواكاریەكانیان زیاتربووەو بواری هێنانەدی خەونو مافەكانی ژنان فراوانترە بۆئەوەی پێشكەوتنو گوزەرانی باشتر ببینێت لەنیوەندەكانی بڕیاردا دەسەڵاتی خۆی هەبێت ، ئەگەر كۆمەڵگە لەدەسەڵاتی ڕەهای پیاوسالاری بنیات بنرێت ئەوا شەڕوئاژاوەی خێزان وخراپی باری ئابوری ژنان زیاد دەكات بەهەمان شێوە لەكۆمەڵیشدا دووبارە دەبێتەوە.

ئەو بیروباوەڕانەی كە بۆ سەربەستی ئابووری ژنان لە ڕووی مادییەوە دەبنە بەربەست بۆسەربەخۆی ئابوری ئەوەیە كە هەندێ: بڕوای وایە ژن دەبێ بەوكارەی ڕازی بێت كە بۆی دانراوە لە پەروەردەكردنی منداڵو كاروباری ناوماڵدا، هەندێكیتر بڕوایان وایە كە ژن خاوەنی ئابووری خۆی بوو دەبێتە منافسێك لەبەرامبەر پیاوداو هەوڵدانێكە بۆ كەمكردنەوەی ڕۆڵی پیاو بۆ ئیشكردن.

لەكاتی دارمانی باریئابووری یان هەڵئاوسان و پەرەسەندنی باری ئابووری (وەك ئەوەی لەدوای ڕاپەرینی ١٩٩١ و دوای ڕووخانی سەدام ٢٠٠٣ ڕوویدا) كاتێك بارودۆخێكی نوێ دێتە كایەوەو دەبێتەهۆی لەناوچوونی بەها

مرۆییەكانو لاوازبوونی پێكهاتەی كۆمەڵگە،تاك هەست بەگۆشەگیریو نامۆبوون دەكاتو ئەگەری لادانو یاسا شكاندن زیاددەكات و بەڕای دۆركهایم ئەوانە كاری تێكدەرانە دەكەن لەوانەش خۆكوشتن . (د.ڕەوشت ڕەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٣١) [52]

یەكێكی تر لە هۆكارەكانی ئەم دیاردەیە بۆ خراپی باری ئابوری خێزانەكان بەتایبەت ژن دەگەڕێتەوە، لەبەرئەوەی ژنان تا ئێستا خاوەن ئابوورییەكی سەربەخۆ نین لەگەڵ ئەوەی ژمارەیەكی زۆر لەئەنجامی سەربەخۆیی ووڵات لە نێوەندەكانی كاركردندا داهاتێكی هەیە، بەڵام ڕەنگە بەداهاتێكی زۆر كەم ژمارەیەكی زۆری لەسەر خێزان بەخێو بكرێت .

شوێنی نیشتەجێبوون گرنگە بۆ مرۆڤ ، خێزانی كوردی كە خێزانێكی گەورەو ژمارەی تاكەكانی بەگشتی لەسەرو پێنج كەسەوەیە ئەم ژمارە زۆرەی ئەندامانی خێزان پێویستی بە شوێنی نیشتەجێبوونی گونجاوە دەبینین خێزانی كوردی بەشێوەیەكی گشتی تا ئێستا كوڕانو كچان لە ژوورێك دا كاتی خەووحەوانەوەیان بەسەردەبەن وئەم گەورەیەش گەر ئەو ژنە یا ئەو كچە لەخێزانەكەدا كاری دەرەوە نەكات ئەوا ئەم بارە ناڵەبارەی ئابوری زیاتر كاریگەری سلبی لەسەر هەموو ئاستەكانی تری ژیان ڕەنگدانەوەی ئەبێ ، واتە ململانێی دەروونی، كەسایەتیو هەڵچوونو فشاری تورەبوون ئەمانە بوون بەهۆی زیادبونی دیاردەی خۆسوتاندن.زانا هۆنك كۆنگی (یاب) دەڵێت (هەژاریونبوونیوبرسیەتیو تێكچوونی پەیوەندییە كۆمەڵایەتیەكان هۆكاری گرنگن بۆبەرزبونەوەی ڕێژەی خۆكوژیو پێچەوانەشی ڕاستە.) (عزەدین ئەحمەد ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٤٠) [53]

هەندێ جار ئاستەنگەكانی ئابوری ،تێزی كۆمەڵایەتیو باری تقلیدی كۆمەڵگا بۆ ژن هۆكاری سەرەكی ئەم دیاردەیەنو وا بیر دەكەنەوە ژیان هیچ

فرسەتێکی پێ نەبەخشیون و ژیان لە ژورێکی تاریك دەچێت کە رووە تاریکەکەی زیاتر هیچی لێوە دیار نیە.

٥_ هۆکاری دەروونی:-

مرۆڤ بەهۆی کەموکورتی لە کۆئەندامی دەماری ناوەندی بەتایبەتیش مێشك، سەرەرای هۆکاری بۆماوەیی و کارەسات و ناخۆشیەکانی سەردەمی منداڵی(بەتایبەت پێنج ساڵی یەکەم) ، دەبنە هۆی دروست کردن و خولقاندنی کەش و هەوای گونجاو(واتە ئامادەباشی) بۆ تووش بوون بە نەخۆشی عەقڵی و دەروونی، بەڵام ئەو ئامادەباشی و کەش و هەوایە تەنها رێخۆشکەر دەبن و بەتەنها نابنە هۆی سەرهەڵدانی نەخۆشی دەروونی، بەڵکو سەرچاوەی نەخۆشی و گرفتە دەروونی و عەقڵییەکان هەمەجۆرن و لە ئەنجامی کارلێکردن کۆمەڵێك فاکتەری بۆماوەیی و بایالۆژی و فسیۆلۆجی و دەروونی و کۆمەڵایەتییەوە سەرهەڵدەدەن.

"(لازاروس،ریتشارد،١٩٨١،الشخصیه، ص٥١ . . [٥٤].

لەوانەیە ئازاری دەروونی لە منالڵدا دەربکەوێت و ئەمەش رەنگدانەوەی بۆ سەر رەفتاری هەبێت لەشێوەی رەفتاری شەرانگێزی و عینادی و ئاژاوە نانەوە و شەرکردن دا وە لە دوای قۆناغی منالی فرسەتی زیاد بوونی نەخۆشیە دەروونیەکان زیاد دەبێت کە دەبنە هۆی شەکەت بوونی دەماری وکەوتن. بەڵام لە ژیانی هاوسەرێتیدا گرفتەکانی ساڵی یەکەم،گرفتی شوێنی نیشتەجێبوون و ململانێی نێوان هاوسەرەکان و خەسوو و کەس وکار، خراپی باری دەروونی لەدوای منالبوون.ئەم گۆرانکاری و بارودۆخانە دەبنە هۆی نەخۆشی دەروونی و لەدەستدانی بەختیاری و هەستکردن بە ناخۆشی ژیان و دۆزەخی ماڵ وهەندێجار نەخۆشخانەی نەخۆشیە عەقلیەکان دوا شوێن ئەبێت بۆ ئەوجۆرە کەسانەوە یاخود پەنا دەبەنە بەر

خۆسوتاندن بۆ رزگاربوون لەو نەهامەتی و گیروگرفتانەی کەیەکێك نیە پاڵپشتی بکات بۆ چارەسەرکردنی.

بۆ نموونە ئەو کەسەی ئامادە باشی تووش بوونی بەیەکێك لە نەخۆشیە عەقلی یا دەروونیەکان هەبوو، سەرەرای ئەوەش لەناو خێزان یا کۆمەڵ رووبەرووی سوکایەتی پێکردن و کێشەوگیروگرفتی کۆمەڵایەتی یا سیاسی یا ئابوری لەوانەش(لێدان وئەشکەنجەدان،تەلاق یا لێك جیابونەوە،توندوتیژی...هتد) بووەوە ئەو کاتە زۆر بەئاسانی ئەم کەش و هەوایە دەبن یاریدەدەر بۆ ئامادەباشی و توشبوون بە نەخۆشیە عەقلیەکان یا دەروونیەکان، کەئەمەش وا دەکات خۆی بسوتێنێت.

بەشێك لەدەوونزانەکان بروایان وایە ئەو کەسانەی پەنا بۆ خۆسوتاندن یا جۆرەکانی تری خۆکوشتن دەبەن کۆمەڵێك گرفتی دەروونیان هەیە، بۆ نموونە فرۆید دەڵێت ئەو کەسانەی پەنا دەبەنە بەر خۆکوشتن ، لە ئەنجامی زاڵبونی (الانا العلیا- منی باڵا) بەشێوەیەکی لە رادەبەدەر بەسەر (الهو-ئەو) ئەمەوا لەمرۆڤ دەکات هەموو هەڵەیەکی بچووك بە تاوان بزانێ،و بەردەوام بوون و دووبارەکردنەوەی ئەم هەڵانە وای لێدەکات تووشی خەم و خەفەت خەمۆکی بێت وە ناچاری دەکات پەنا بباتە بەر خۆکوشتن، بۆئەوەی خۆی لەگوناهەکانی بشواتەوە. (عزەدین ئەحمەد ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٣٩)[٥٥]

نەخۆشیە دەوونیەکان زۆرن وەك بیرکردنەوەی رەشبینانەن نائارامی،خەمۆکی،لاواز بوونی دەمارەکان ، رووخانی وورەو ئابلۆقەی دەروونی، ترس لە نەخۆشی، هستریا...هتد . لە واقیعدا ئەو کەسەی تووشی نەخۆشی دەروونی دەبێت لەلایەن هێزێکی نادیار و دەسەڵاتدارەوە بەرێوە دەبرێت و کۆنترۆڵ دەکرێت وەك لەباری گرێ دەروونیەکاندا بۆنموونە ترسی ناسروشتی لە تاریکی ،بەرزی،ئاو ،ئاگر، شوێنی بەربلاویا تەسك یا بەرز .

دیارترین سیفەت کە نەخۆشی دەروونی پێ جیا دەکرێتەوە نەگونجاندنیەتی لەگەڵ ژینگەدا، ئەو کەسە لە گونجاندنیدا لەگەڵ بوارە کۆمەڵایەتییەکان دا و واقیعو دەوروبەرەکەی و کارەکەیدا شکست دەهێنێت .(ن. محمد نەبیە، پسپۆری نەخۆشیە بۆماوەییەکان، گۆڤاری سەردەم پەرچەڤەی:ساکار جمال، لا ١٣٤) [٥٦]

بۆ نمونە یەکێك ناونیشانی ماڵەکەی خۆی بیردەچێتەوە ئەو کەسە عەقڵی ساغە بەلام کێشەی دەروونی هەیە هۆکەشی دەگەڕێتەوە بۆ بوونی ململانێی ناخی خۆی لەگەڵ ئەو ژینگەیە یا ئەو بوارە کۆمەڵایەتیەیەی کەلێرەدا ماڵەکەیە یا ئەو شوێنەیە کە تیایدا دەژی ، کە ئازارێکی شاراوەیە بۆ لەبیر کردنی ئەو ئازارو ململانێو نەگونجاندنەی کە ئەو ماڵە بۆ کەسەکەی دروست کردووە.وە نەخۆشی دەروونی لەوانەیە ئازارێك بۆ نەخۆش دروست بکات و لەوانەیە هەندێك جار ببێتەهۆی نەخۆشی عەقڵی کە لەبواری قەیرانی کارکردن دا بێت یاخود لەژیانی رۆژانەی ماڵەوەدا بێت واتە ژینگەی کۆمەلایەتیوخێزان کاریگەرییان هەیە لەسەر نەخۆشیە دەروونیەکان.

نەخۆشی دەروونی بەچەندەها سیفەت لەنەخۆشی عەقڵی جیادەکرێتەوە لەوانە نەخۆشی دەروونی هەست بە نەخۆشیەکەیو بارە دەروونیە ناسروشتیەکەیو رەفتارو چالاکیە تایبەتیو کۆمەلایەتیەکان دەکات ، لەوانەیە هەندێك شت ببینێو ببیستێ لە واقیعدا بوونی نەبێت،بەلام دەزانێت کە ئەم شتانە بە هیچ شێوەیەك بوونیان نیە لەواقیعدا ،بەلام لەنەخۆشیە عەقڵیەکاندا بە پێچەوانەوەیە، لەهەندێك جۆری نەخۆشی دەروونی نەخۆش دەلێت گوێی لەهەندێك دەنگە یا کەسێکە لە دوورەوە بۆلای دێت ، لەبەرئەوە گوێ بۆ دەنگەکە شل دەکات کە لەراستیدا بوونی نیە بەلام نەخۆشی عەقلی درك بەوە ناکاتو باوەڕی تەواوی بەراستی بونی

ئەو شتانە لە واقیعدا هەیە و واتە شتی ناراست بەمێشکی دا دێت و باوەڕی تەواوی پێیەوبەو پێیەش ڕەفتار دەکاتو چالاکی دەنوێنێ.

لەکۆمەلگای کوردیدا ئافرەت چانسی ژیانو بڕیاردانی کەمترە لەپیاو لەزۆربەی هاوکێشەو گرفتە کۆمەلایەتیەکاندا ئافرەت ڕێگەی پێنادرێت وەکو پیاو بیربکاتەوەو بڕیار بدات ئەمەش وا دەکات بارێکی دەروونی وەها لای ئافرەت دروست ببێت کە زۆربەی جار ژیان بەتاریکی دەبینێتو جگەلە خۆکوشتن چارەسەرێکی تری دی نەیەت بەخەیاڵیدا (د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥) [٥٧]

هەموو ئەمانەش دەرئەنجامی نەبوونی خۆگونجاندن کە بریتیە لەقسەکردن لەگەڵ هاوڕێیەکی متمانە پێکراو بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ ، خۆ دورخستنەوە لە حاڵەتە ئازاربەخش و تەنگەژاوییەکان ، ڕوبەڕوبوونەوەی سەرچاوەی کێشەکان. بۆئەمەش پاڵپشتیکردن و بوونی کەسێکی تر لە دەستێوەردانی چارەسەری گرفتەکانی تاك کارێکی زۆر گرنگە بۆ بەکارهێنانی خاڵە بەهێزەکانی و ئەو شارەزاییانەی خۆگونجاندن کە هەیەتی و یارمەتیدانی بۆ پەرەپێدانی خاڵی بەهێز و شارەزاییی تری نوێ بۆ فێربوونی شتە ئاسانەکان کە دەتوانن ئەنجامی بدەن بۆ خۆگونجاندن لەگەڵ تەنگژە و هەستکردن بە باشتربوون لە ناوەڕاستی قەیراندا ، بۆ نموونە دۆزینەوەی کات بۆ خۆیان ، وەرزشکردن یاخود نوێژکردن. هەروەها فێربکرێت دەربارەی شارەزاییەکانی چارەسەرکردنی کێشە تاکو یارمەتی بدات لە خۆگونجاندن لە گەڵ کێشەکانی و چارەسەرکردنیان. لەبەر ئەوەی خەلکی هەندێك جار خاڵە بەهێزەکان و سەرچاوەکانی خۆیان لەبیردەکەن کاتێك گیرۆدەی گرفتوکێشەو قەیرانێك دەبن.

لە ژیانی ڕۆژانەدا زۆر هەلوێست و ڕووداو هەن کە مرۆڤ توشی دڵتەنگی دەکەن ، بەلام لەوانەیە تەنها بۆ ماوەیەکی کورتی چەند ڕۆژی بەردەوام بن

و نەگەنە ئاستی خەمۆکی و مرۆڤی ئاسایی بتوانێت مامەڵەیان لەگەڵدا بکات و توشی پەکخستنی نەکەن.ئەو شتانە ئەنجام بدرێت کە خۆشی بەخشن (بۆنموونە: گوێگرتن لە مۆسیقا ، هۆنراوە ، خوێندنەوە ، ڕێکردن ، باخەوانی ، سەماکردن ، خواردن دروستکردن ، سەردان لەگەڵ هاوڕێ و خێزاندا).

بەشیسێهەم- تەوەری یەکەم:

*کاریگەریو خەتەرییەکانی خۆسوتاندن لەسەر کەسێتی ژن

کۆمەڵگەو ڕوانینی تاکەکانیەتی کە واڕاهێنراوین کە ژن بێتوانایە دەنا ئەگەر هەموو ژنێك ئەو ڕاستیە بزانێ کە لەڕووی فیزیکیو عەقڵیەوە ژنان لە پیاوان بەهێزترن وەك فزیۆلۆژی ئەمریکی د. ئیلیۆن دەریبڕیوە ئەوەی کە سروشت بەژنی بەخشیوە نەك کەموکوڕی نییە بەڵکو خاڵی بەهێزییە بۆ ژن ئەو هێزەی سروشت بەژنی بەخشیوە.نارەوایيو نادادپەروەرییە کۆمەڵایەتی،ئابوری،سیاسیيەکانە لێیان سەندۆتەوە ئەوەی بەچاو دەبینرێتو لەهەموو کلتوروکۆمەڵگەیەکدا تێڕوانینی چەواشەیە کە سروشت ستەمی لەژن کردووە. (ئارام صدیق،خۆکوژی، لێکۆڵینەوەیەکی سۆسیۆ سایکۆلۆژی، لا٤٥)[٥٨]

پێکهاتنی کەسێتی پەیوەندی بەسیستمی کۆمەڵایەتیو ئەو توانایانە کە بۆ پەرەسەندنی تاکەکانی دیاریکراوە. تەمەنی هیچ کێشەیەك هێندەی کێشەی ژن درێژ نیەو باری هیچ کێشەیەکیش هێندەی باری کێشەی ژنان ئالۆز نیە ، ئەوەی بەخێرایی بە هزردا بێت داماڵینێتی لەمافەکانیو بریندارکردنی مرۆڤایەتی ئەو و سنوردارکردنی جوڵەو تەسککردنەوەی بواری بیروخەیاڵیو زۆری تریش، ئەمانە تێکڕا کارەسات ئامێزن بۆ ژنو کەسایەتی ئافرەتیش دەشێوێنن.

لە کۆمەڵگای ئێمەدا بەهەموو دابونەریتێکی کۆن کاریگەریی هەیە لەسەر خەفەکردنی توانای ژن لەگۆشکردنی هزری دەروونی کەوابێ چۆن خاوەنی کەسایەتیو ناسنامەی خۆی بێت؟

جگە لەوەش چۆنیەتی پەروەردەکردنی ژنان هەر لە منداڵیەوە پشت بەکەسانی تر دەبەستن بەتایبەتی لە قۆناغی یەکەم دا وەك منالێك گەشە دەکات دوور لە دەربڕینی ڕاوبۆچونی لە بوارەکانی کەتایبەتە بەخۆی،خێزانو کۆمەڵگەش.   بەشێوەیەك کە توانای بیرکردنەوەو هەڵسەنگاندنی سەرجەم کێشەوگرفتەکانی ژیانی نەبێتو تا ئەو ڕادەیەی متمانە بەخۆی نەکات نەوێری پەل بۆ سەرجەم بوارەکان بهاوێژێتو نەوەك شکست بهێنێ کەواتە سلبیەتی لاوازی کەسێتی ژن سیفەتێکی سروشتی نیە بەڵکو بەهۆی فشاری کۆمەڵەوە خەفەکراوەو ڕەنگدانەوەی زیاتر دەبێت لە دوای خۆسوتاندن.

(هێربرت مارکۆز) دەڵێت (ئافرەت لەباری کپ بوون داپلۆسین دا دەژێت تاوای لێدێ مرۆڤ بەگشتیو ئافرەت بەتایبەتی نەتوانێت تۆزقالێك ویستوئارەزوەکانی بهێنێتەدی دوا جاریش جۆرەها نەخۆشی دەروونی توشی دەبێو لەئەنجام دا تووشی لادان دەبێت (عوسمان یاسین،سالّی ١٩٩٦ لێکۆڵینەوەیەك لەسەر ئافرەتو کێشەی کۆمەڵایەتی لەڕوانگەی (نەوال سەعداوی)یەوە ،گۆڤاری رەوشەن ، ژمارە ٢-٣)[٥٨]

هەر کاتێك مرۆڤ پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات کە بەچەند قۆناغێك هەوڵی جێبەجێکردنی دەدات یان بێ هیچ پلانێکی پێشوترەو هەڵچونێکی کتو پڕە پەیوەستە بە جۆری پەروەردەی خێزانیو شێوازی بەکۆمەڵایەتی کردن کە کاریگەرییان لەسەر دروست کردنی جیاوازی ڕەگەزیی لەنێوان تاکەکانی کۆمەڵ بۆیە ئەو کەسە توانای دیاریکردنی خاڵە نادیارو شاراوەکانی ئەم خود کوژییە لەدەست دەداتو ناتوانێت بەشێوازو ڕێگا چارەی گونجاو هەوڵی

چارەسەرکردنی گرفتەکان بدات واتە ئەو گرفتە شیتەڵکردنەوەی هۆکارو ڕەگەزو پێکهاتەیی بۆناکات تا بتوانێ لەم ڕێگەیەوە تێگەیشتنی گرفتەکەو تێگەیشتنی جیاوازی کۆکردنەوەی هۆکارەکان بۆ درك پێکردنی مانا شاراوەکانی گیروگرفتەکەی بڕیاردان لەسەر شێوەی باش‌و خراپ نیە. کە بەهۆی توشبوون بەحاڵەتێکی نامۆبوون لە ژیاندایە کە ژن یا کچ یا ئەو مرۆڤە خۆی بە پلەی یەکەم کاریگەری وزیانەکانی سوتان لە ڕووی دەروونی وجەستەییەوە بە جێدەهێڵێت لەم ڕووەوەخەتەرە .

یەکێکیتر لەخەتەریەکانی خۆسوتاندن لەگەڵ ئەوەی دەبێتە هۆی شێواندنی شێوەی ڕوخسارو جەستەو ناشرین بوونی بەچەندین نەشتەرگەری چاك نابێتەوەو ناچێتەوە شێوەی پێشوتری کەزۆرترینیان بەنەوت یان بەنزین خۆیان دەسوتێنن.

لەگەڵ ئەوەی خەتەری خۆسوتاندن تەنها بۆ ئەو کەسەیە کەخۆی دەسوتێنێت کێشەکانی زیاتر ئاڵۆز دەکات لەبەر ئەوەی چارەسەری کێشەکانی بۆ بکات و یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمانی لەدوایەت.

دەبێتەهۆی هەڵوەشاندنەوەی خێزان زیاتر بێدەسەڵاتی ژن بەرامبەر بە پیاو، وەئەوکەسە زیاتر متمانەی بەخۆی نەمێنێت هەروەها بە دەوروبەرەوە خۆی بەکەمتر دەزانێت.

خودکوژی یا خۆسوتاندن کە وەك ڕێگەیەکە بەگشتی ڕەگەزی مێ دەیگرێتەبەر بۆ لەناو بردنی جەستەو لەوێشەوە بۆ خۆقوتارکردن لە دەست (باوك پاشان براو دواتر مێردو دوا جاریش لەهەمووی قورسترو دڕندەتر کۆمەڵگەیە مەبەست ئەو داب‌و نەریتانەی وەك قەفەزێکی ئاسنین بێ دەرگەوپەنجەرەیە، لێرە هەموو مرۆڤێك بەگشتی تووشی دەمارگرژی‌و نائومێدی‌وهەڵچوونی بەردەوام دەبێت.

کۆمەڵگەی کوردی بەهۆی ئەو بارودۆخەی بەدرێژایی چەندین سەدە کاریگەری بەجێ هێشتووە لەسەر کەسایەتی تاکەکانی بەتایبەت نوخبەی ژنان، لەو کۆمەڵگەیەدا ژن ئەرکی وەك دایك بووەو خوشك بوە دواجار مێردیشی کردووە لەهەموو حاڵەتەکانیش دا دەبوو هەر بڵێت ئا...ئەمانەش وا دەکات دواجار گڕ لەجەستەی بەربدات کە بەقۆناغی (دابڕان لە کۆمەڵ، دابڕان لەخێزان، لەقۆناغی کۆتایدا دابڕانە لەخود) کە کۆتایی بە ژیانی خۆی دێنێت‌و بێ ئەوەی کەس بزانێ تا دەقەومێت. ئەو کەسە تەنها بیر لەبێزاری ژیان‌و بێمانایی‌و بێهیوایی لەژیان دەکاتەوە کە ژیان هیچ فرسەتێکی بۆ نەڕەخساندووە . (جەبارسابیر ، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەکانی ژن، ٢٠٠٤ ، لا٣٩)[٥٩]

بەرئەنجامی پاڵنەرەکان لەسەر کەسێتی وا دەکات کاریگەری لەسەر ژیانی‌و کەسێتی ژن بەجێ دەهێڵێت دەبێتەهۆی زیاتر لاوازی‌و بێدەسەڵات بێت لەبەرامبەر پیاودا، کە مانای ژیان تەنها بەشێوە خراپ‌وتاریکی بێت و باری ئابوری خراپتر دەکات‌و دواتر دابڕانی کۆمەڵی بەدوادا دێت هەتا دابڕان لە خودیش دەگرێتەوە . ئەمە جگە لەوەی کۆمەڵگەی ئێمە بەهۆی بارودۆخی میللەتی کوردی پێدا تێپەڕیوە وایکردووە ژنان لە نێوەندی چوار دیواری تەسکی خێزاندا تەنها ئەرکی بەخێوکردنی منداڵ‌و کارکردنی ناوماڵ،پلەدوو مامەڵەیان لەگەڵدا بکرێت بۆیە لەژێر باری ئابوری بەپێی باڵادەستی پیاو لەنێو خێزاندا ڕەنگیداوەتەوە وا ئەکات ژنان خاوەن کەسێتیەکی بەهێز نەبێ لە خێزان‌و کۆمەڵ دا.

هەندێجار ئەو ژنەی کە خۆی دەسوتێنێ ڕەنگە پێشتر کەسێتیەکی خۆڕاگرانەی هەبێ بەرامبەر زۆرینەی گرفت‌وکێشەکانی بەبەراورد لە دوای خۆسوتاندن چونکە جەستەو دەروونی دەشێوێنێت کە ڕەنگدانەوەی لەسەر کەسێتی بەشێوەیەکی سلبی دروست دەکات .

لەئەنجامی بەریەککەوتن لە ڕەهەندەکانی دابونەریتی کۆمەلایەتیو ئاینی دا بەهۆی سروشتی گەشەسەندنی پرۆسەی پەیوەندییەکانی تاك لەکۆمەڵگەدا بەرەنجامی قۆناغێکی سەردەمیانەو ژیانی پێشکەوتوو و هاوچەرخ لەکۆمەڵگەدا کە دواجار بەهۆیەوە تاك کەسێکی ناسەقامگیرو ئالۆزو چەندین گرفتوکێشەی بۆ دەخولقێنێت کە کاریگەری سلبی(نەرێ) بەجێ دێلێ لەسەر تاك بەتایبەت نوخبەی ژنان لەخێزانو کۆمەڵگەدا . هەر ئەم کەسێتییە ناسەقامگیرە لەدوای خۆسوتاندن ڕەنگدانەوەی زیاتر دەخاتەسەر کەسێتی ئەو ژنەی کە خۆی دەسوتێنێ کە چەندین گرفتوکێشە کە لەپێشتردا بیری لێنەکردۆتەوە ژیانی ئالۆزترو نامۆتر دەکات کە دەبێتە هۆی دابڕان لە کۆمەڵو نەمانی بڕواو متمانە بەخۆی.

هۆکاری ئەوەی کە لە کەسێتی خۆمان ڕازی نەبینو ڕای خراپمان هەبێت لەسەری دەگەڕێتەوە بۆ بیروباوەڕی ئەوانی دیکە لەسەر خۆمان، جگە لە بەراوردی خۆمان بەوانی دیکە. ژینگەی ناومالْ یەکەمین شوێن وا دەکات مرۆڤ لەکەسێتی خۆی ڕازی بێت یا لەخۆرشازی بوونی تێدا دروست نەبێت ، دایكو باوکی دورە پەرێزو سەرکز دەبنە نمونە بۆ منداڵەکانیان لەوانەیە لاساییان بکەنەوەو خوی ئەوان بگرن. هەندێك کەس بەهۆی ڕێنمایی ئاینی یا هەر بیروباوەڕێکی تر وا پەروەردە دەکرێت کە پیشاندانی کەسێتی بەهێزوە متمانەو بڕوا بەخۆ بوون گوناهە یا بەهۆی ژینگەو کەلتوری کۆمەڵگەی پیاوسالارییە .(ویندیگرانت،پەرچەزەی شیرزادحسن،سالّی ، بڕوابەخۆبوون ڕازی بوو لەخودی خۆت ،گۆڤاری زانستی سەردەم ، ژمارە)[٦٠] کەسایەتی وەسواسی ، هستیری ، توندوتیژ ئەگەری زیاتر تووشبونیان بە خەمۆکی هەیە کە لەئەنجامی چارەسەرنەکردن، کارەساتی سووتانی بەدوادێت ئەمانەش نیشانەی جیاجیایان لێ دەردەکەوێت لە کاتی خۆسوتاندنو دوای خۆسوتاندن وەك زۆربەی کاتەکانی ڕۆژ دلتەنگە

بەتایبەت بەیانیان ، بەلام دەمەو ئێواران کەمێك هەست بە باشبوون دەکات، هەست دەکات ژیان خۆشی تیانەماوە ، ناتوانێت چێژ لەخۆشییەکانی ژیان و ئەنجامدانی چالاکییەکان وەربگرێت، ئارەزووی خواردنی نامێنێت یان کەم دەبێتەوە، هەستکردن بە بێهیوایی و نەبوونی یارمەتی ، ڕەشبینی ، خۆ سەرزەنشتکردن ، متمانەبەخۆ نەکردن، لەهەندێك حالەتدا نیشانە (زهانییەکان) دەردەکەون کە بریتین لە وەهم و هەلوەسە ، نەخۆشەکە لەناو مێشکیدا گوێی لە دەنگەدەنگ و قسەکردن دەبێت بێ ئەوەی دەنگەکە هیچ سەرچاوەیەکی هەبێت ، یاخود وێنە و تارمایی دێنە بەرچاوی بێ ئەوەی لە ڕاستیدا بوونیان هەبێت. دواجار بێزاربوون لە ژیان و بیرکردنەوە لە خۆکوشتن بەسەریاندا زالْ دەبێت بۆیە هەندی جار لەبری جارێك چەند جار هەولّی خۆکوشتن دەدەن.

لەڕووی سایکۆلۆژییەوە لە دۆخی ژن پاش خۆسوتاندن بکۆڵینەوە دەبینین هەموویان لە دۆخێکی نالەباری دەروونی نائارامو داڕووخاودانو زۆریش هەست دەکەن تازە ژیانیان لەدەستداوە ئەم بوونەش تەنها جەستەییەو رۆحیان مردووە. (ئارام صدیق،خۆکوژی، لێکۆلینەوەیەکی سۆسیۆ سایکۆلۆژی، لا٧٢)[٥٨]

تەوەری دووەم

★هەلبژاردنی ئاگر لەلای ژنان بۆمەرگ

وەك پێشتر باسمان کرد تێڕوانینو بۆچونمان بۆ ئاگر تا ئەو ئە ندازەیەی هەست دەکەین هیچ ئازارێك هێندەی ئازاری سووتانو ئاگر بەهێز نیە، سووتاوی قورسترین برینەو ئازارەکانی ئاگر لە هەموو ئازارەکانی تر زیاترو ناخۆشترە، زامەکانی سووتان لەهەموو زامەکانی تر قولترە، هەلبژاردنوبەکارهێنانی ئاگر ترسناکە ترسناکتر لە هەلبژاردنو بەکارهێنانی فیشەك بۆ مێشك،چەقۆ،پەت بۆ خۆهەلۆاسین ولەمەرگی

خنكانی ئاوو هەموو ژانەكانی تری مەرگ. هەڵبژاردنی بەئازارترین جۆری مردنە، ئایا هەڵچوونی دەروونی بەسە بۆ كۆتایی هێنان بە ژیان؟ وە بۆچی لە ڕێگاكانی خۆكوشتن دا پەنا دەبرێت بۆ ئاگر؟ دیارە ئاگر لەو پیاوانە فێنكترو بە بەزەیی ترەكە ژنبونی ژنو نمایشی ژنایەتی بەهۆی جەستەیەوە لەكۆمەڵگەی ئێمەدا وێنا دەكەنو هەموو ناتەواوییە كانی كە ئەدرێتە پاڵی بەهۆی ناتەواوی جەستەیە كە ژن بەهۆیەوە وەرگرتنو وەرنەگرتنی لەلایەن كۆمەڵەوە و ڕەگەزی بەرامبەر لەبەر جەستەیە ئەو كاتە زیاتر لەهۆكاری هەڵبژاردنی ئاگر بۆ مەرگ و نەفرەتكردنی لەجەستە ئەگەین.كاتێك جەستە بۆ ژن ڕێگرێكی سەرەكی‌یە لەبەردەم مرۆڤبوون .

لەم جۆرە كۆمەڵگانەی ئێمەدا مرۆڤ بەر لەمرۆڤبونی ژن یا پیاوە بەزمانێكی تر ئەوە ژنبوون یا پیاوبوونی مرۆڤە كە بەرلە تواناكانی جێگەو ئاستو ڕادەی مرۆڤبونی لە كۆمەڵگەدا دیاری دەكات ژن یا پیاو بوون وەك سەرەكیترین شوناس بۆ وەرگرتنو بۆ دیاریكردنی جێگەی كۆمەڵایەتی تێگەیشتنێكە لەسەر بونیادی روانینی بەرهەستوعەینی (قۆناغی یەكەمی ناسینن قۆناغی كۆنكرێت) كەواتە ئەوە تەنیا جەستەیە كە نمایشی ڕەگەزولە ئاستێكی تردا نمایشی بوون ئەكات.

هەڵبژاردنی ئاگر بۆخۆكوژی ژنان هەڵگری كۆمەلێك پەیامی تایبەتیترە كە پەیوەندی بە خودی هەڵبژێردراوەكەوە هەیە واتە ئاگر و تایبەتمەندییە دیاروشاراوەكانی و دەوری ئاگر لە ژیانی بەرهەستونابەرهەستی مرۆڤوبەگشتی پەیوەندی بەسەرجەمی ئەو مانایانەوە هەیە كە ئاگر لەناخوجەوهەری خۆیدا هەڵیگرتون كە چەند پەیوەندی بە دەوروپلەوپایەی كۆمەڵایەتی‌و دەروون شیكاری كەسی خۆكوژیا خۆسوتێنەوە هەیە ئەوەندەش پەیوەندی بە دەروون شیكاری خودی ئاگرەوە هەیە،باشلار لە كتێبیكیدا بەناوی ٠دەروون شیكاری ئاگر) بەم شێوەیە لە ئاگر ئەدوێت

ئاگر دیاردەیەكی شازە كە توانای شەرحو گێرانەوەی هەموو شتێكی هەیە،ئەگەر ژیان نمایشی هەموو ئەو شتانە ئەكات كە گورجو بە پەلە دەگۆڕێن ،ئەوە ئاگرە كە ئەتوانێ گۆرانی گورجو بە پەلەی ئەو شتانە بگێڕێتەوە. لەناو هەموو دیاردەكاندا ئاگر تەنیا دیاردەیەكە ئەتوانێ زۆر بە ئاشكرا دوو جۆرە ئیعتیباری دژیەك وەربگرێ واتە هەم نمایشی خێر بكات هەم شەڕ . لەبەهەشتدا بدرەوشێتەوەو لە دۆزەخدا بسووتێنێ . ئاگر لەلایەكەوە تینو گەرماورووناكی بلاٌوئەكاتەوە رەمزو هێمای پاككردنەوەوسرینەوەی هەموو خەوشێكە، مەیلی جنسی و سێكسو سۆزو عاتفە ئەبزوێنێ (بەتایبەت لای ژن چونكە ئاگر بە پێچەوانەی ئاو نێرە) لەلایەكیترەوە ئەسوتێنێ (لەش ئە سوتێنێ كە خەوشی گیانە) . باشلار یەكەم كەسە كە پەی بردووە بە گرێی پرۆمتەوئامپدۆكلیس كە راستەوخۆ ئەمانبەنەوە بۆسەر زەمینە كۆمەلاٌیەتیەكانی خۆسوتاندن . بڤەی ئاگر بڤەی نەهێشتنی نزیك بونەوە لەهەموو ئەو شتانەیە كە مرۆڤ حەز بە لێ نزیك بونەوەیان ئەكات ،بڤە هەرەشەیەكی ترسناكی سەردەمی منالیوگاگۆڵكە كردنە كە یەكەمین سنور بەدەوری ئازادی مرۆڤدا ئەكێشی. یەكەمین مەیلی نافەرمانیو پشتكردن لەسەد و سنوورە دیاریكراوەكانی باوك مەیلی نزیك بونەوەی بڤەی ئاگرە . وە ئەم مەیلی نافەرمانیە بە گرێی پرۆمتە ناوبردە دەكات بەم بۆچوونە خۆسوتاندنی ژنان یان هەلبژاردنی ئاگر بۆ خۆكوشتن ،نەوەك هەر سەرپێچی كردنە لەئەمرو خواستی باوك بەڵكو دزینی ئاگرە لەخاوەنەكەی كە خاوەنی وەچاخی (ئاگردان) ماڵە كە دواهەمین سەرپێچی كردنە لە ئەمروخواستی باوك ،برا،مێرد یان بەگشتی پیاوانی كۆمەڵ سیستەمی كۆمەلاٌیەتی كە دەسەلاٌتی ژیان دەسەلاٌتێكی پیاوانەیە بەیەكەم سەرپێچی كردنیەوە ئەبەستێتەوە. كەئەمەش لەراستیدا گەرانەوەیەتی بۆ تافی منالیو كردنی یەكەم كاری نەكردووی ،ژنی

خۆسوتێن زیئۆس ئاسا ئاگر لەخاوەنەکەی ئەدزێو خۆی ئەکاتە خاوەنی . (عەتا ناهی خۆکوژی ژنانوڕازی هەڵبژاردنی ئاگر،،گۆڤاری ڕەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن لا٢٤٣-٢٤٤)[٦١]

بەم جۆرە هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژن بەپێچەوانەی هەموو ڕێگەکانی تری خۆکوشتن پشت هەڵکردنە لەدەسەلاتی ژیان کە دەسەلاتێکی پیاوسالارییە و هەموو شتەکان بڤەو قەدەغەکراوە بۆیە جگەلەوەی نەفرەت لەوژیانە دەکات کە پیاو دەسەلاتدارە لەهەمان کاتدا نەفرەت لەجەستەش دەکات کە حەزو ئارەزووەکانی پیاو تێر دەکات . سەرەڕای ئەوەی هەلوەشانەوەی ئەو دەسەلاتەی ژیانە خۆبەخاوەن کردنی خێرو شەڕی ئاگرە لە لای ژنی خۆسوتێن.

گرێیەکی تر کە باشلار لەهەمان کتێبدا باسی دەکات –گرێی ئامپدۆکلیس-لەم سیفەتە دوو لایەنەو دژ بەیەکانەی ئاگرەوە سەرهەڵدەدات .مرۆڤ بوونەوەرێکە هەم خەون ئەبینێو هەم خەیاڵ ئەکاتەوە. خەیاڵ بە پێچەوانەی خەونەوە ئالۆزوبێناوەندە ،زیاتر لەسەر شتێك یان بابەتێك کۆئەبێتەوە . بەوتەی باشلار خەیاڵ بردنەوەی گوێ ئاگردان هەندیك تەوەری فەلسەفیشی هەیە (ئاگر نمایشکەری گەشتو جمەی گورجی زەمانو ناپایەداری جیهانو پەرینەوە لە فەنا بۆ بەقایە) کەواتە خەیاڵبردنەوەی گوێ ئاگر گرێیەك ساز دەکات کەخۆشویستنی ئاگرو ترس لە ئاگر ،غەریزەی ژیانو غەریزەی مەرگ تێکەڵو ئاوێتە ئەکات. لەساتەوەختی خەیاڵبردنەوەی گوێ ئاگردانو ووردبونەوە لە ئاگر عەشقومەرگو ئاگر یەك ئەگرنەوە.

بەسەرنجدان بە واقیعی ژیانی ژنان ، بەتایبەت لەکۆمەڵگەی ئێمەدا کە زیاترینو نزیکترین پەیوەندیو نزیکایەتیان لەگەڵئاگرو ئاگردان دا هەیەو زیاتر لەهەموو شوێنێك لەگوێ ئاگروئاگردانی ماڵەکانیان بەخۆیاندا ئەچنەوەو بەر بۆخەیاڵیان شل ئەکەن کاریگەری ئەم گرێیە لەسەر بڕیاری

خۆسوتاندن،کاریگەریەکی جدیو شایەنی لێکۆڵینەوەیە. لەئەنجامی لێکۆڵینەوەی لەم ڕوانگەیەوە کە پەردە لەسەر ڕازی هەڵبژاردنی ئاگر بۆ خۆکوژی ئاگرو جیاوازەکانی مانای خۆسوتاندن لەگەڵ بێ مانایی جۆرەکانی تری خۆکوژی هەڵدەدرێتەوە.

(عەتا ناهی ،خۆکوژی ژنانوڕازی هەڵبژاردنی ئاگر،گۆڤاری ڕەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن لا٢٤٥-٢٤٦)[٦٢]

یاخود لەبەرئەوەیە کە لەکۆمەڵگەی ئێمەدا زیاترینو زۆرترین ئامێروپێویستیەکانی ماڵ پێویستی بەنەوتوبەنزینە وە بەهۆی بەکارهێنانی بەردەوامی ئاگر لەکاری ڕۆژانەدا دەبێتە هۆی ئەوەی ئاگر ئاشنایی لەگەڵ ژن ئاسان بکات، هۆیەکیتری سەرەکی هەڵبژاردنی ئاگر دەگەڕێتەوە بۆ ئاسانیودەستکەوتنی نەوتو بەنزین کەزۆرینەی ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن ئەم دوو ماددەیە بەکاردەهێنن یا ئەو کەسە نایەوێت بسوتێتو بشێوێت بەڵکو دەیەوێت تەنها بۆ ترساندنی بەرامبەرو بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر ئەم ڕێگەیە هەڵببژێرێت، لەکاتی کێشەدا دەستەواژەی "لەداخی تۆ خۆم دەسوتێنم" بەکاردێنێ ئەمەش پاڵنەرێکە بۆئەوەی لە دووبارەبونەوەی کێشەکەدا و پەنا بۆ خۆسوتاندن بەرێت بۆیە لەم کاتانەدا ئاسانترین شت کە لە بەرستدایە نەوتو شقارتەکەیە.

لەڕوانگەی سۆسیۆلۆژیەوە هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژن شتێکی ڕەوایە چونکە ئاگر بەرپەرچدانەوەی بەرپەککەوتنێکی ڕاستەوخۆی هەیە لەنێو ژیانی مرۆڤدا بەگشتیو ژن بەتایبەت. . (ئارام صدیق،خۆکوژی، لێکۆڵینەوەیەکی سۆسیۆ سایکۆلۆژی، لا٦٩)[٦٠]

لەکۆمەڵگەی کوردەواریدا ئەم دیاردەیە زیاتر کە لەلای ژن باوە کە ئەویش تاکو ئێستا بەکێشەیەکی کۆمەلایەتی دەژمێردێت. ڕەنگە هۆکارەکەشی بگەڕێتەوە بۆئەوەی کەپیاوی کۆمەڵگەی کوردی زاڵن بەسەر ژندا، ئەوەی

بارودۆخەکە ئالۆزتر دەکات ئەوەیە کاتێك پیاو وەك چەوسێنەرێك مامەڵە لەگەڵ ئافرەت دەکات، جا ئەو ئافرەتە (خێزانی بێت،خوشکیبێت،کچیبێت یا دایکی بێت) لەدیوەکەی تر ژن ناتوانێ هیچ شتێك بکات بەرامبەر بە چەوساندنەوەی ، بۆیە یەکێك لەرێگاکانی وەلآمدانەوەی ئەو چەوساندنەوەیە کە ئەویش رێگەیەکی هەڵەیە کە پەنا بردنە بەر خۆسوتاندن. (عزەدین احمد ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٣٩)[٦٣]

کەوابێ دیاردەی خۆسوتاندن کە کێشەیەکی کۆمەلآیەتیەو هەڵبژاردنی ئاگر بۆ کۆتایی هێنان بە ژیان لەئەنجامی چەوساندنەوەو زاڵێتی دەسەلآتی پیاو لەخێزانو کۆمەڵگەدایە بۆنیوەی کۆمەڵگە کەژنە (دایك،هاوسەر،خوشك،کچ) ە ئەمیش بۆ وەلآمدانەوەی ئەم چەوساندنەوەو زاڵبونەی پیاو بەسەر کەسێتیو کۆنترۆڵکردنی ژن دا وەرگرتنەوەی ئاگرە لەخاوەنەکەی وە بەکارهێنانی بۆ نەفرەت کردن لەجەستەی کە بووە بە موڵکی پیاو.کاتێك ژن جەستەی خۆی دەسوتێنێت وەلآمدانەوەیەك دەدات بەپیاو کە ئیدی تەواو ئەو جەستەیەی لەکاتی شەهوەتبازی پەنای بۆدەبەیتو لەئامێزی دەگریت بەلآم دواتر تۆ نەبوویتو بەردەوام ئازاری دەدەیتو توندوتیژی دەنوێنیت . لەم کاتەدا ژن بەخۆسوتاندنی جەستەی پێی وایە گەورەترین تۆڵەیە لەپیاو دەکاتەوە هەست دەکات توانیویەتی موڵکی خۆی وەرگرتەوە بەلآم بەشێواوی.

★رۆڵی دامەزراوەکانو کاریگەری لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن

هەروەك لەچەمكو زاراوەکان باسکرا کە دامەزراوەی کۆمەلآیەتی برتییە لە کۆمەڵە یاساورێسا کە پەیوەندیەکانی نێوان تاکەکانو کۆمەڵگە رێکدەخات دەتوانرێ بوترێت دەوڵەت دامەزراوەیەکی کۆمەلآیەتیە لەهەمانکاتدا رێکخراوێکی کۆمەلآیەتیشە لەبەرئەوەی پێك دێت لە تاکەکان کە هەوڵ بۆ جێبەجێکردنی کاروئەرکی دیاریکراو دەدەن لەپێناو هێنانەدی

حەزوئارەزووەکانی کۆمەڵگە. وە کۆمەڵگە لەهەمو بونەوەران بگۆڕترە بەردەوام و بەخێرایی گۆڕانکاریەکان ڕوودەدات خۆی دەگونجێنێ لەگەل دیاردە دەرەکیەکاندا کە هیچ بوونەوەرێك توانای ئەو گۆرانکارییە خێراو بەردەوامەی نابێت بۆیە زەمەن بەسەریدا زاڵ دەبێت وە پەیوەندییەکی بەهێز لەنێوان دامەزراوەی کۆمەلآیەتیو کۆمەڵگەدا هەیە هەریەکەیان کاریگەری باشوخراپ بەجێدەهێڵێت لەسەرتاك ،لەسەرەتای لەدایکبوونی مرۆڤ پێویستی بە فێربوون هەیە بۆ ناسینو تێکەلآو بوونی لەگەڵ دەوروبەردا کە یەکەم دامەزراوە لە کۆمەڵگەدا گرنگی خۆی هەیە لە شێوازی پەروەردەکردنی ئەم کۆرپەیە بۆ دانانی بناغەیەکی باشو تۆکمەوتەندروست لە پەروەردەو فێرکردن بەشێوەیەکی نارەسمی دواتر بەشێوەیەکی ڕەسمی دامەزراوەکانی تر وەك (خوێندنگا، پەیمانگا،زانکۆ...هتد) کە وەستاوە لەسەر ئامانجە دیاریکراوەکانی دەزگا پەروەردەییەکان. بۆیە کاتێك لەرێگەی ئەم دامەزراوانەوە بمانەوێت دەوروبەر بگۆڕین وا دەکات هەردوو هەستی ئیجابیو سلبی دروست بکات ، کە بەشێوەی سلبی کاریگەری هەیە و ئەبێتە هۆی نیگەرانی لایەنی سۆزداری یا جەستەیی یا ئەبێتە هۆی نەخۆشی وەك (خەمۆکی، تورەبون، ترس،سەرئێشە، بێباوەڕی، تێکچوونی خەو، بەرزبونەوەی فشاری خوێن ...هتد) .گرفتو کێشەکانی رۆژانە کاتێك کەڵەکە دەبێتو دووبارە دەبنەوە لەماوەیەکی کەمو کورتدا، کۆمەڵێك ڕووداوی قورس لەیەك کاتدا دروست دەکات کە ئەمەش وادەکات کەسێتی ئەو کەسە شپرزە بکاتو تێکی بشکێنێ و قەیرانی خۆکوشتن یا خۆسوتاندنی بەدوا دێت. ئەم ڕووداوانەش لەدەرەوەی ئەزمونە ئاساییەکانی تاکەوەیەو ناتوانێ چارەسەری بکات لەم حالەتەشدا کاتێکی کەمتر هەیە بۆ بیرکردنەوە بۆیە بڕیاری سلبی دەدرێتو کاریگەری لەسەر دەروونیو جەستەی تاك دەبێت، یەکێك لەو قەیرانانە قەیرانی گەشەکردن بۆنمونە

لەقۆناغێکی ژیان بچیتە قۆناغێکیتری ژیان وەك (قۆناغی منالی‌و هەرزەکاری کاتێك دەچێتە قۆناغی خویندنگەو زانکۆ)(قۆناغی ڕەبەنی کاتێك دەچێتە قۆناغی هاوسەرگیری) لەم کاتانەدا پێویستە سیستمی پشتیوانیکردن‌و یارمەتیدانی کەسەکەو ئەو سەرچاوانەی هەیەتی لەڕێگەی (پشتیوانییە خێزانیەکان، پشتیوانیەکانی کۆمەلگە) وە سەرچاوەی خودی تاك خۆیشی گرنگە وەك کەسێك لە دامەزراوەکانی کۆمەلگەدا بۆ تێپەڕاندنی ئەو گرفت‌و کێشەو نەهامەتیانەی ڕۆژانە ڕووبەڕوی تاکەکانی کۆمەلگە دەبنەوە واباشترە دامەزراوە کۆمەلایەتیەکان کاریگەرییان هەبێت لەسەر کەمکردنەوەی خۆکوشتن‌و خۆسوتاندن بە ڕێگەگرتن لەم کارەی ئەنجامی دەدەن

هەموو کۆمەلگەیەك جۆرە کۆمەلناسێکی نهێنی تێدایە کە بایەخی یەکجارکەمی پێ ئەدرێت ، پێدەچێت داب‌ونەریت،مافە (یاساوحوکمەکان)،ڕێکخراوە بنەمالەیی‌و کۆمەلایەتیەکانی هەر کۆمەلگەیەك ، کەم تا زۆر، ڕاستەوخۆ بەهۆی هەندێك لە "بدیهیات" و پرنسیپەکانەوە هاتبێتە ئاراوە. کەواتە یەکێك لە ئەرکە بنەڕەتیەکانی کۆمەلناسی‌و مێژوو،جیاکردنەوەی ئەو پرنسیپانەیە، لەو کۆمەلە بابەتانەی کە لێکۆلینەوەیان لەسەر ئەکەن. (د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف،سالی٢٠٠٥، دامەزرێنەران‌وسەرهەلدانی کۆمەلناسی، لا ٥).(٦٤)

لێرەدا بوونی کۆمەلناس بۆ لێکۆلینەوە لەسەر دیاردەکان کە بەهۆی گۆڕانکارییەکانەوە لە کۆمەلگەدا ڕوودەدات لە داب‌ونەریت‌ومافەکان لەلایەن ڕێکخراوودامەزراوە کۆمەلایەتیەکان بە یەکێك لەئەرکی کۆمەلناسی نهێنی دا دادەنرێت. کەوابێ کۆمەلناس وەك تاکێك لە دامەزراوەیەکی کۆمەلایەتی دەولەت و لەهەمان کاتدا وەك ئەندامێکی سەندیکاکەی کاربۆجێبەجێکردنی چارەسەی گونجاو لە گۆڕانکارییە باش‌وخراپەکان دا

دەکات . ژن وەك نیوەی کۆمەلگە لەودامەزراوەو ڕێکخراوانەدا ڕووبەڕوی دوو کێشەی سەرەکی دەبێتەوەیەکێکیان ئەو زولمەزۆرەیە کەبەهۆی ژنبونیەوە بەسەریدا ئەسەپێ دووەمیان ئەوەیە کە لەلایەن زۆرینەی جەماوەرەوە بەژن‌وپیاوپیر‌ومنالەوە بە بێدەسەلاتی ناو کۆمەلگە ناودەبرێت لەمەشەوە جارێکی تر کێشەکانی ژن دەچێتەوە ژێر دەسەلاتی پیاو بۆچارەسەرکردنی لە خیزان‌و دامودەزگاکان دا . کە لەگەل ئەمەشدا گرفت‌وکێشەی ژن تەنها کێشەیەکی تاکەکەسی نیە لەگەل باوك،مێرد،برا یا بنەمالەکەی بەلکو کێشەیەکی گشتی کۆمەلە کە لەم کۆمەلگەیەدا دەژی‌و هەموو دەسەلاتەکەی دژ بە بونی ڕەگەزی مێینەیەو ژنبونیەتی کە لە کۆمەلگەیەکی وەك کۆمەلگەی ئێمە وا دەدات ئەو ژنە کەسێتیەکی خەمۆك‌و نائومێدو تەنیایە کە بەقەیرانی وەك دابڕان لەکۆمەلگەودابڕانی ئێجگارەکی لەژیان و خۆکوژی‌وخۆسوتانی بەدوادێت.کە ئەمەش دەریدەخات کە کێشەکە لە کێشەی تاکەکسیەوە دەبێتە کێشەیەکی کۆمەلایەتی کاریگەرییەکانی تەنها لەسەر تاك نامێنیتەوە بەلکو دەگوازرێتەوە ناو کۆمەل بۆئەمەش دەمەزراوە کۆمەلایەتیەکان بە شێوەیەك لە شێوەکان تێگەیشتن‌و ڕێگەچارە بۆ دیاردەی خۆسوتاندن دەستنیشان دەکەن.

دەروازەی دووەم/ لایەنی مەیدانی

بەشی یەکەم:

تەوەری یەکەم

سنوری توێژینەوە

نمونەی توێژینەوە

ئامرازی توێژینەوە

میتۆدی توێژینەوە

کەرەستەی توێژینەوە

تەوەری دووەم

خستنە رووی گریمانەکان

بەشی دووەم:

تەوەری یەکەم

خستنەرووی زانیارییەکانو شیکردنەوەی خشتەکان

تەوەری دووەم

*ئەنجامەکان

*سەرنجوپێشنیار

*سەرچاوەکان

*پاشکۆکان

دەروازەی دووەم/

بەشی یەکەم/ لایەنی مەیدانی-کەرەستەو ڕێوشوێنەکانی بەجێهێنانی توێژینەوە:-

میتۆدی توێژینەوە:- میتۆدی وەسفی کە گرنگی دەدات بە لێکۆڵینەوەی واقعی دیاردەکان وەك ئەوەی سروشتدا هەن، هەڵدەستێت بە پەسەندکردنی بەشێوەیەکی ورد لەڕووی چەندێتیو چۆنیەتیەوە. گوزارشتی لێدەکاتو وەسفی دیاردەکە دەکات، تایبەتمەندییەکانی ڕووندەکاتەوە وەسفێکی ئاماری بۆدەکات گەورەیی قەبارەی دیاردەکە، ئەرکی پۆلێنکردنی زانیارییەکانو ڕێکخستنیان دەگرێتە ئەستۆ. لێرەدا شێوازو ستایلی داماڵینی کۆمەڵایەتی وەرگیراوە چونکە ئامرازێکی باشی پێوانەیی واقیعی.

وەلێکۆڵینەوەی باری(کەیس):- لەتوێژینەوەی کۆمەڵایەتیدا ئەم ڕێگەیە دادەنرێت بە ڕێگایەکی گشتی بە ئامانجی وەرگرتنی زانیاری جۆراوجۆر، گرنگی بە لێکۆڵینەوەی بارودۆخی ئەو کەسانە یا ئەو دەزگایانەی کۆمەڵگەکەمان دەدات، بەمەبەستی گەیشتن بە ئامانجی پوختو دیاریکراو(فتحی هلال،وسەنتەری ژینیا،٢٠٠٨،ڕێبەری توێژەبۆتوێژینەوەی زانستی،لا١٦٧- ٢٢)

چەند نموونەیەك لەباری کەیسی (حالە دراسیە) دەخەینەڕوو کە بەهۆکاری خێزانیوکۆمەڵایەتیو ئابووریو دەروونی پەنایان بردۆتە بەر خۆسوتاندن.

١.   هـ. ف کە تەمەنی ٢٠ ساڵەوسەڵتە، دانیشتووی شارە پلەی خوێندنی ٤ی سەرەتاییەو خێزانەکەم(٨)کەسە، لەخانووی کرێداینو باری ئابووریشمان خراپ بوو باوکم ئەنفالەولەگەڵ ماڵی مامم دەژین لە ژوورێکی ئەو خانووە ، کێشەو ئاژاوەی خێزانی زۆرمان هەبوودایکیشم نەماوە بۆیە کێشەکەم لەلای خوشکە گەورەکەم باس کرد کە ئەو شویکردووە ووتم کە مامم تۆمەتی پیاوی خستۆتە پاڵم ووتی تۆ حەزت لەو کوڕەیە ؟کەسیان

بڕوایان پێ نەدەکردمو پاڵپشتم نەبوو هیچ کەس وەك دایكو باوك نیە، بۆئەوەی وازبێنن لەو قسەیەی بۆم دروستکراو بۆ ترساندنی دەوروبەر ئەم کارەم ئەنجامدا بۆئەوەی کۆتایی بێت ئەو قسانە کە پێیاندەگوتم، وەبەنیازم لە دوایدا کە چاکبومەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتاویەکە بکەم. شەو درەنگ بوو کاتژمێر ١٢ خۆم سوتاندوو، ئێستاپەشیمانم چونکە ئزاری سوتان زۆر زۆرەو کێشەکەشم بۆچارەسەر ناکات ، بۆیە دەڵێم هەر کەس کێشەیەکی هەبوو با نوێژبکات دڵی چاك دەکات.پلەی سوتاویەکەی پلە دوو بوو.

٢. ش.غ تەمەنی ١٦ساڵەو کچیماڵەوەیە لە شار دادەنیشن وقۆناغی سەرەتایی تەواو کردووەو (٩)سەر خێزانن، ماوەی ٣ مانگە تووشی نەخۆشی دەروونی بووە سەردانی پزیشکی کردووە بۆ چارەسەرکردن،ئەم کچە بەردەوام ترسی هەبووە لە شتەکانی دەوروبەریو خەوی بینیوەو بەبەردەوامی گوێی لە دەنگو تارمایی کەسانێك بووە کە لەگەڵی بوونو کەسانی تر نە ئەیبینن‌ونە گوێشیان لەو دەنگانە بووە. گرفتی خەوی هەبووە بۆیە بەشەو هەستاوە کاسێتی ئاهەنگی داگیرساندووەو هەڵپەڕیوە و لەخەیاڵدا ژیاوە بەقسەی ئەو تارماییو دەنگانە هەڵسوکەوتی کردووە ،پێش خۆسووتاندنەکە یەکێك لەو دەنگو تارماییانە قسەی لەگەڵ کردوەوەو وەکو خۆی دەڵێت "دەنگێك کە هی ژنێکی ڕەش بووە پێی ووتوم بچۆرە حەمامەکەو ئاو بۆ باوکت گەرم بکە خۆی ئەشواتو ئەبێت خۆشت بکەی بەئاگر بۆ ئەوەی ئاوەکە زۆر گەرم بێت بۆئەمەش ماکسیەکەشت بنێ بەئاگرەکەوەو دوایی خۆت" ئەم بێ ئەوەی هۆشی بێتەوە بەپێی قسەکانی تارماییەکە هەڵسوکەوت دەکاتو دەسوتێت .

٣. (ه.ح)تەمەنی ٢٨ ساڵە ،دانیشتووی شار، بڕوانامەی دبلۆمم هەیەو شوومکردووەو (٥)سەرخێزانینو کرێچین،بە بەنزین خۆم سووتاند

لەداخی هاوسەرەکەم کە زۆر خراپ بوو لەگەڵمو بەردەوام قسەی ناشرینی پێدەوتمو هەندێ جارلێی ئەیام،کە شووم پێکرد ماوەی دەستگیرانیو گواستنەوەمان ٣ مانگ بوو زۆر شت هەبوو لە دوایدا دەرکەوت کە زۆر جیاواز بوو لەگەڵ مندا، چەند جارێك کێشەکەم لای کەس‌وکارم باسکردووە ووتویانە بڕۆرەوە بێدەنگ دانیشە ئاقڵمان کردووە،بۆیە دواجار ڕۆیشتمەوەولەماڵی باوکم لەژووری میوان بەیانی زوو کاتژمێر ٩ خۆم سوتاندوو لەبەرئەوەی هیچ ڕێگەیەکی تر نەبوو بۆ خۆڵەناوبردن ئەمە ئاسانترین ڕێگەبوو، وە دان بەوەدائەنێت کە پەشیمانە چونکە لای وابوو چارەسەرە بۆ کێشەکەی بەڵام ئێستا تێکچوونی جەستەییودابڕان لەکۆمەڵ بەدوایدا دێت بۆیە بۆچارەسەری کێشە باشترە پەنا بۆ ڕێکخراووو دادگا ببرێت. پلەی سوتاویەکەی پلە دوو بوو.

٤. (ڕ. ق) تەمەنی ١٣ ساڵە وسەڵتەکە دانیشتووی شارە و خوێندکاری ناوەندییە باوکی دوو ژنی هێناوەو لەدایکی ئەم کچە جیابۆتەوە .(٥)سەر خێزانن، لەدوای ئەوەی باوکم دایکمی تەلاقدا هەڵسوکەوتی زۆر خراپ بوو لەگەڵ مندا نەك هەر خۆی بەڵکو ژنی دووەمی کە پێی دەڵێم باجی بۆمن زۆر خراپ بوون وە بەردەوام کچەکەی دەمەقاڵی بووە لەگەڵم و شەڕو ئاژەوەی بۆ دەنامەوەو هەموو کاتێك قسەی ناشرینو لێدانم دەخوارد چونکە ئەیان ووت خەتای تۆیەو تۆ گەورەتری . منیش زۆر هەستم بەتەنیایی دەکردوو باوکم جیاوازی زۆر دەکردین و ئەم کێشەیەم بۆ دایکم باس دەکرد کە ئەمبینی بەڵام باوکم زۆر کەم ڕێگەی ئەدام بچمەلای دایکم ، دایکم دەسەڵاتی نەبوو هەر دەگریا، ڕۆژێك خوشکەکەم وەك هەموو جار قسەی بۆ دروست دەکردمو بۆبەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر ئەم کارەم ئەنجامداوە بەهۆی کێشەی خێزانی کە کچی باجیەکەم قسەی بۆدروست دەکردمو لەسەر مۆبایل بەمامم بەلێدانیان دامو هەڕەشەی کوشتنی لێکردم ئەگەر حەزم لە

کوڕ کردبێ بۆیە کە ئەوان ڕۆیشتنە دەرەوە لە ئێوارەدا خۆم سووتاند لەبەرئەوەی کەسیان پاڵپشتی من نەبوون‌و دایکیشم دەسەڵاتی نەبوو، ئێستاپەشیمانم وامزانی کێشەکەم چارەسەر دەکات بەڵام لەگەڵ ئەوەی ئازاری سوتان زۆرە، خەتەری دوای خۆسوتاندن تێکچوونی باری دەروونی‌و دابڕان لەکۆمەڵ دروست دەکات. پلەی سوتاویەکەی پلە سێ بوو.

٥. (پ.ج.ع) ١٨ساڵەوسەڵتە، دانیشتووی ناحیەیە پلەی خوێندنم٢ی ناوەندییەو (٨)کەسین،لەخانووی کرێدابین‌و باری ئابووریمان خراپە. خۆم سووتاندوو لەبەرئەوەی دەرنەچووە لە تاقیکردنەوەکانی کۆتایی ساڵ دا ،سێ ساڵ لەپۆلی دوو دەرنەئەچوم، پێشتر هانام بۆ مامۆستاکانم بردووە بۆچارەسەری کێشەکەم‌و بەڵام سوودی نەبووبۆیە کە ڕۆیشتمەوە نیوەڕۆبوو بڕیارم دا خۆم بسوتێنم ، بڕوام وایە خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن دابڕانە لەکۆمەڵ بۆیە ئێستا پەشیمانم، لەگەڵ ئەوەی خۆی ئەیویست دوای چاکبونەوە نەشتەرگەری جوانکاری بۆ شوێنەواری سووتاویەکە بکات بەڵام پاش چەند ڕۆژێك گیانی لەدەست دا پلەی سووتاویەکەی زۆر بوو، ڕێنمایی بۆکەسانیتر ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ ڕێکخراوودادگا ببەن.

٦. (ش.أ) ١٩ساڵەوژنی ماڵەوەیە، دانیشتووی لادێیە ، تا پۆلی یەکی ناوەندییەو (٨)سەر خێزانین،لەخانووی موڵکداین‌و لەگەڵ ماڵی خەزورانم دادەنیشن. خۆم سووتاندووە لەبەرئەوەی مێردەکەم زۆردڵی پیس بوو،ماوەی هاوسەریم ٨ مانگ بووەو هانام بۆکەس نەبردووە بۆئەوەی سەرم لێنەشێوێت! سکم هەیە کە لەقۆناغی ٢مانگی دووگیانیدام ، شەو درەنگ خۆی سووتاندووە چونکە کەس ئاگادار نابێت ،بۆیە ئەم کارەم ئەنجام داوە بۆئەوەی دەوروبەرومێردەکەم بترسێنم چونکە ماڵی خەزورانم پاڵپشتی مێردەکەمیان دەکرد کەبڕیاری خۆکوشتنم دا سەرەتا لەبەر مناڵەکەی سکم نەمئەتوانی دوایی وتم تەنها ئەوان ئەترسێنم بیرم لەوەش کردەوە ئەگەر

مردیشم با ئەو مناڵەم لە دایك نەبێت بۆ خەم‌و خەفەتی ئەم دنیایە، بەڵام نەمزانی کە وام لێبەسەردێت بۆیە پەشیمانم لەم کارەی کردومە چونکە خۆسوتاندن دەبێتەهۆی دابڕان لەکۆمەڵ ، کە چاکبومەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتاویەکە دەکەم بەس ئایا وەك پێشترم لێیەتەوە؟!ڕێنمایی بۆکەسانیتر ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ ڕێکخراوودادگا ببەن. پلەی سوتاویەکەی پلە سێ بوو.

٧. (خ.س) ٢٠ساڵەوژنی ماڵەوەیە، دانیشتووی شارە پلەی خوێندنی تا پۆلی سێی سەرەتاییەو ژمارەی خێزانەکەی بریتیە لە (٥)کەس،لەخانووی موڵکدان‌و لەگەڵ ماڵی خەزورانی دادەنیشن. خۆی سووتاندووە لەبەرئەوەی مێردەکەی خراپ بووە لەگەڵیدا ، هانام بۆشوبرا گەورەکەم بردووە لەسەرەتادا پاڵپشتی کردم بەڵام دوایی لایەنی براکەی گرت، ٧ی ئێوارە خۆم سووتاندووە پەشیمان نیم لەم کارەی کردومە ئەلێم (ئێوە ئەڵێن چی ئێستاش خواخوامە نەجاتم بێت) هەر ئاگرە فریامان دەکەوێت بۆیە ئەم کارەشەم کردووە نەجاتم بێت‌و بۆتۆڵەکردنەوە لەبەرمبەرەکەم ئەم ڕێگەیەم هەڵبژاردووە ، ڕێنمایی بۆکەسانیتر ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ دادگا ببەن. پاش یەك ڕۆژ لە نەخۆشخانەمایەوەو گیانی لەدەستدا پلەی سوتاویەکەی پلە سێ بوو.

٨. (ش.ع) ٤٢ساڵەوفەرمانبەرەن بێوەژنە، دانیشتووی شارە ،ژمارەی خێزانەکەم (٦)کەسین،لەخانووی موڵکدابووین. خۆم سووتاند لەداخی کوڕەکەم بەهۆی کێشەی خێزانیەوە بۆیە ئەم ڕێگەیەم هەڵبژاردووە چونکە مەسیری ترم نەبوو واتە چارەی ترم نەبوو ، لە نیوەڕۆدا ئەم کارەم ئەنجامداوەو ئێستا پەشیمانم ، چونکە خۆسوتاندن دەبێتەهۆی دابڕان لەکۆمەڵ ،لای کەس کێشەکەم باس نەکردووە بۆیە ئەم کارەم ئەنجام داوە بۆترساندنی کوڕەکەم . ڕێنمایی ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ

ڕێکخراوودادگا ببەن. بەنیاز بوو دوای چاکبونەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سوتاوی بکات بەلاَم پاش چەند ڕۆژێك گیانی لەدەستدا بەهۆی زۆری ڕێژەی سووتاویەکەی.

بەکارهێنانی میتۆدی ئەم توێژینەوەیەش بریتییە لە ڕێژەی سەدی، گۆراوێك لە گۆراوەکان یا هۆکارێك لە هۆکارەکان.

نمونەی توێژینەوە:- بریتییە لە بەشێکی دیاریکراو لەڕووی چەندێتیو چۆنیەتیەوە کە نوێنەرایەتی کۆمەڵە کەسێك دەکات، ئەو سیفەتانەی لەو بەشە دیاریکراوەدا هەمان ئەو سیفەتانەیە لەو کۆمەڵەدا کە لێکۆڵینەوەکەی لەسەر دەرکرێ. (نەسرین جمال، نیان عزیز، بەسەرپەرشتی د.ئاسۆ ابراهیم،٢٠٠٤، رۆڵی شێوازی پەروەردە لە گەشەپێدانی کۆمەلاَیەتی خێزانی کوردیدا ،لا ٦)

نمونەی توێژینەوەکە لەنێو نەخۆشخانەیەکی شاری سلێمانی کە بەمەبەستی چارەسەر کردن ناویان تۆمار کراوە فۆرمەکان پڕکراوەتەوەو بەشێوەی هەڕەمەکی پڕکراوەتەوە.

سنوری توێژینەوە:- بواری مرۆیی توێژینەوەکە بریتییە لە (٢٦٠) کەس لەناو نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی، شوێن ئەو شوێنە جوگرافیەی سنوری توێژینەوەکەی گرتۆتەوە لەناو سلێمانیو دەوروبەری دەگرێتەوە.

ئامرازی توێژینەوە:- چەند ئامرازێك بەکارهاتووە بۆ کۆکردنەوەی زانیاریو داتا:-

- ئاراستەکردنو دابەشکردنی فۆرمی دانراو کە پرسیارو دەستەواژەی سادەو دیاریکراو دەگرێتەوە.

-چاوپێکەوتنو ئاراستەکردنی پرسیاری تایبەت بۆ چەند ئەندامێکی نموونە.

کەرەسەی توێژینەوە:-

کەرەستەی ژمێریارییەکان:- بەکارهێنانی کەرەسەی ژمێریاری ڕاستی لێکۆڵینەوە دەردەخات چونکە لێکۆڵینەوەکە تاڕادەیەك دەکات بە لێکۆڵینەوەیەکی زانستی لەبەرئەوە لەم لێکۆڵینەوەیەدا ڕێگەیەکمان بەکارهێناوە لەگەڵ شیکردنەوەی وەڵامەکاندا بگونجێت ئەو ڕێگەیەش بریتییە لە بەها/کۆیگشتی X ١٠٠

خستنە ڕووی گریمانەکان:-

کەمی تەمەن کاریگەری ڕاستەوخۆی هەیە لەسەر پەنابردن بۆ خۆسوتاندن.

زۆری کێشەی خێزان دەبێتەهۆی توندوتیژی‌وهاندان بۆ خۆسوتاندنی ژن.

ئەوپاڵنەرانەی والەژن دەکات بۆخۆسوتاندن، بێزاربوون لەژیان، بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر،تۆڵەکردنەوە لەکەسی باڵادەست.

کلتوری داخراو پێکهاتەی کۆمەڵایەتی کۆمەڵگەی کوردەواری وا دەکات ژن کەسایەتی لاوازوداخراو شاردنەوەی هەبێت بۆ چارەسەری کێشە کەمتر پەنا بۆ دامەزراوەو دەزگای‌کۆمەڵایەتی‌ویاسایی دەبات.

ئەو ژنەی خۆی دەسوتێنێ تووشی دابڕان لەکۆمەڵ‌و گۆشەگیری دەبێت لەڕووی کۆمەڵایەتیەوە.

ئەو ژنانەی خۆیان دەسوتێنن تووشی تێکچوونی جەستەیی دەبن‌و پەنا بۆ نەشتەرگەری دەبەن.

نەوت ئەو سوتەمەنیە کە لەماڵاندا وەك ئامرازێك بەکاردێت‌و زۆربەی حاڵەتەکان پەنای بۆدەبەن بۆ خۆسوتاندن وڕووداوی سوتانی لێدەکەوێتەوە تاکو ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆر بێت ڕێژەی سووتان‌وسووتاوی زیاد دەکات.

بەشی دووەم/ شیکردنەوەی خشتەکان

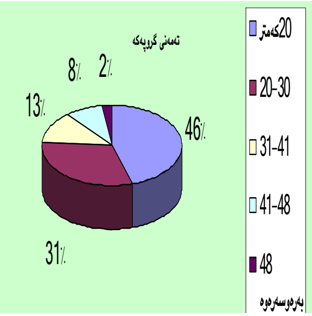
*ژمارەی ئەو کەسانەی کە سووتاون بریتییە لە (٢٦٠) ، تەنها لێرەدا قسە لەسەر ئەو کەسانە دەکەین کە ناویان لە نەخۆشخانەی ناوبراو تۆمارکراوە، وەك باسێکی گشتیگر ڕێژەو هۆکارو حاڵەتی سووتان دیاری دەکات کە لەم ئامارەدا دەرکەوتووە:-

زانیارییە گشتیەکان دەریدەخات :-

خشتەی ١ تەمەنی گروپەکە دەردەخات

تەمەن	ژمارە	ڕێژە
20کەمتر	118	46%
20-30	80	31%
31-41	34	13%
41-48	22	8%
48 بەرەوسەرەوە	6	2%
کۆی‌گشتی	260	100%

بەپێ ی تەمەنی گروپەکە دەردەکەوێت کە زۆرترین ژمارەیان لەتەمەنی (٢٠ کەمترە) ژمارەیان (١١٨) بەڕێژەی (٤٦٪) وەك تێبیی کراوە تەمەنەکە لەنێوان (١٣-١٩)ساڵبوون ، کەمترین ڕێژە سەرو تەمەنی ٤٨ساڵ بریتیە لە (٦) کەس بەڕێژەی (٪ ٢) . زۆرترین ئەوانەی کە تووشی ڕووداوی سوتاندن بونەتەوە لەلایەن گەنجانی تازە پێگەیشتووەوە چونکە ترسناکترین قۆناغی تەمەنەو لێرەدا مرۆڤ لەکەسێکی وابەستەوە دەبێتە کەسێکی سەربەخۆو داواکاری‌وفشار لەسەری زیاد دەکات لەرووی بەکارهێنانی کەرەستەی ناوماڵ بە سووتەمەنی و پەیوەندییەکانی تاك



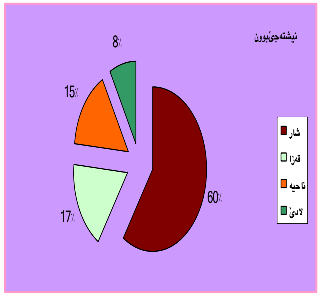
لەگەڵ خێزان و کۆمەڵگەدا بەشێوەیەکی گشتی لەسەردەمی ئەمڕۆدا زۆرترین حالەتەکان کەڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە لەنێوان (١٣-٤١) ساڵیداین.

ئـەوەش دەردەخـات کـە کـەمتر لەپیرکانـدا ڕوودەدات بـەهۆی ئـەوەی لـە کۆمەڵگەی کوردیدا بە پێچەوانەی ڕۆژئاوا زاتر ڕێزیان لێدەگیرێت و هەست بەتـەنیایی‌ونامۆیی ناکـەن ،بـەڵام گەنجـەکان لەگـەڵ ئـەوەی لـەرووی بایالۆجی‌وفسیۆلۆجیەوە لەم تەمەنەدا هەڵچوون و بڕیارەکان کتوپڕ زیاتر لـەبارە هـەر لـەم تەمەنـەدا ڕووبـەڕوی ژیـانێکی ئـاڵۆز دەبێتـەوە لەزۆربـەی حـەزوئارەزووەکنی هـەڵی بـۆ نارەخسێنێ بـەدی بهێنێ کەواتـە لەهـەموو تەمەنیکدا ڕوودەدات کە ترسناکترین قۆناغ بریتییە لە قۆناغی هەرزەکاری سەرەتای و لاویتی. ئەمەش ڕاستی گریمانەی یەك دەردەخات کە تاکو تەمەن کەمتر بێت ڕێژەی سووتان‌وخۆسوتاند زیاد دەکات.

خشتەی ٢ شوێنی نیشتەجێبوونی گرووپەکە دەردەخات

تەمەن	ژمارە	ڕێژە
شار	154	60%
قەزا	45	17%
ناحیە	40	15%
لادێ	21	8%
کـۆی گشتی	260	100%

بەپێی شوێنی نیـشتەجێبوونی گرووپەکە دەریـدەخات کـە زۆرتـرین ژمـارە لـەنێو شـارەکاندا کۆدەبنـەوە (١٥٤) کـەس واتـە (٦٠٪) ، کـەمترینیان لـە لادێکانـدا (٢١) کەس بەڕێـژەی (٩٪). ئـەوەی جێی سـەرنجە کـە زۆرتـرین ڕێـژە بـەپێی ناوچـەی جـوگرافی شـوێنی نیـشتەجێبونیان لـە نێـو شـارەکاندا کۆبونـەوە کەواتـە جگـە لەجـەنجاڵی

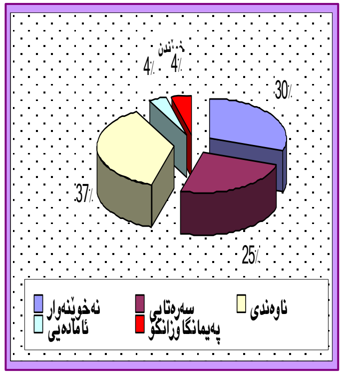


دانیـشتوان لەشـاردا وە کرانـەوەی شار بـەدونیای دەرەوەدا بەشـێوەیەکی زۆر خێرا تیدەپەڕێت بۆتەهۆی ئەوەی جیاوازییەك لە نێوان شێوازوداب‌ونەریتی کۆمەڵایـەتی دەکەوێـتە نیوانیـان بـەهۆی ئـەو گۆڕانکارییانـەی کـە لـەناو شـارەکاندا ڕوودەدات‌و بـەناوی گـۆڕانی سـەردەمەوە پێناسـە دەکرێت هاتنـە نـاوەوەی تەکنـەلۆژیای پێـشکەوتوو وایکـردووە توانـای جیاکردنـەوەی حەقیقەت‌وخـەیاڵیان نـامێنێ. شـێوازی ژیـان لەشـاردا ڕوو لەئاڵۆزییـەو تـاك بەشێوەیەکی خێرا ماندو دەبن و لەرووی جەستەیی‌و دەروونیـەوە کاریگـەری سلبی هەیە وە هەروەها ژیانی شار ژیانێکی سەختە و ڕۆژانە پێویستی تـاك

بۆ تێرکردنی حەزوئارەزووەکانیو گۆڕانکاریوشتەکانی دەوربەری زیاد دەکات . لەهەمانکاتدا گرانی بەدەستهێنانی ئەو پێویستیانە لەلای تاك و کەمی داهاتی خێزان بەتایبەت داهاتی ژن بەهۆی زۆری ڕێژەی نەخوێندەواری لەنێو ژناندا، لەگەڵ ئەوانەدا بەبەراورد بە لادێکان ،شار کەمتر دەتوانێ دەوروبەر بناسێت و پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان کەمترە واتە پەیوەندی دراوسێ کەمتر بەخەڵکەوەن وەك لە لادێکن بۆیە زۆرجار دراوسێ و دەوروبەر کێشەکان بۆ خێزان دروست دەکەن و دەستێوەردانی کەسانێتر لە دەرەوەی خێزان بۆ چارەسەرکردنی گرفتوکێشەکان دەبێتەهۆی زیاتر گەورەکردنو ئاڵۆزکردنی ڕێگاکانیچارەسەریکێشەکان چونکە وا دەکات ئەو کەسەی ڕووبەڕوی گرفتو قەیران بۆتەوە نەتوانێت بەشێوەیەکی گونجاو بیر لە ڕێگەی چارەسەر بکاتەوەو بڕیارەکانی بەشێوەیەکی وەرگیراو دەبێت وە نەبوونی کەسێکی متمانە پێکراو کە پاڵپشتی لە کێشەکەی بکات لە نێو ئەندامانی خێزان دا هۆکاێکیترە بۆ بڕیاردانی بە پەلە هەندێجارپاڵپشتی دەکرێت لەلایەن ئەندامێکی خێزانەوە بەلاّم ئەو کەسەش تەنیا دەتوانێ گوێ بگرێتو دڵنەوایی دەکات. بەهەمان شێوە لەدوای شارەکان بەپێی دیموگرافیای دانیشتوان ئەم ڕێژەیە لە قەزاو ناحیەکان لەیەکەوە نزیکە کە زیاتر هۆکارەکانی بۆ شێوەی نیشتەجێبوون،ژمارەی ئەندامانی خێزان، باری ئابووری خێزان، هۆکاری بۆماوەیی دەگەڕێتەوە.

خشتەی ٣ ئاستی خوێندنی گروپەکە دەردەخات

ئاستی خوێندن	ژمارە	ڕێژە
نەخوێنەوار	77	30%
سەرەتایی	65	25%
ناوەندی	97	37%
ئامادەیی	10	4%
پەیمانگاوزانکۆ	11	4%
کۆی گشتی	260	100%

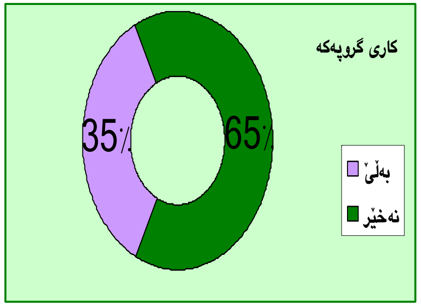


بەپێی ئاستی خوێندن دەرکەوتووە زۆرترینیان بەڕێژەی (٣٧٪) بریتی یە لە (٩٧) کەس پلەی خوێندنیان ناوەندییە ، کەمترینیان پلەی خوێندنیان لەئاستی پەیمانگاو زانکۆدایە بەڕێژەی (٤٪). هەر بەو پێیەش ناکرێت بووترێت تەنها لەنێو نەخوێندەواردا ئەم حاڵەتە ڕوودەدات بەڵکو کەسانی جیاجیا دەگرێتەوە لەپلەو ئاستی ڕۆشنبیری جیاوازدا هەر لە نەخوێندەوارەوە تاکو پلەی ئاستی خوێندەواری بەرزی پەیمانگاو زانکۆ، بەلاّم ڕێژەی زۆری لەنێو ئەوانەدا ڕوودەدات کە ئاستی ڕۆشنبیریان کەمەو ئاستی بیرکردنەوەیان نزمە بۆ چارەسەرکردنی گرفتوکێشەکانیان وە

لەبڕیارداندا بەشێوەی کتوپڕ پەنا دەبەنە بەر خۆسوتاندنو بیر لەختەریو ئاکامە خراپەکانی دوای خۆسوتاندن ناکەنەوە تەنها ئەوەندە دەزانن کە ناتوانن ئەو کێشەیە چارەسەر بکەنو ژیانیان لێ بۆتە دۆزەخ و ڕەشبینانە دەڕواننە سەرچاوەکانی پاڵپشت بۆ چاککردنی بارودۆخی ژیانیو متمانەو بڕوا بەخۆبونیان لەلا کەم دەبێتەوەوهەروەها بەکەسانی دەوروبەر ئەمەش زیاتر بەهۆی بنیاتنانی کەسێتیو ژینگە دەروونیەکەی کە تیایدا دەژی دەگۆڕێت بۆیە پەنا بردن بۆ خۆسوتاندنو هەڵبژاردی ئاگر بۆ مەرگ زۆرجار پەیوەندی بە باری ئابووریو ئاستی خوێندنو بروانامە نیە.

خشتەی ٤ پیشەی گروپەکە دەردەخات

کاردەکەیت	ژمارە	ڕێژە
بەڵێ	92	35%
نەخێر	168	65%
کۆیگشتی	260	100%

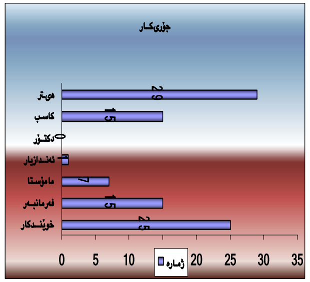


لەڕووی جۆری کارکردنو باری کۆمەڵایەتییەوە ، ئەوانەی کاردەکەن (٩٢) کەسن بەڕێژەی (٣٥٪)، وە ئەوانەن کارناکەن (١٦٨) کەس بەڕێژەی (٪ ٦٥). . ئەوەی جێی سەرنجە کە زۆرترین ڕێژە بریتییە لەو کەسانەی کە کارناکەن ڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە ، ئەمەش دەریدەخات ئێستاش لەنێو شارەکاندا ژمارەیەکی زۆر لەگەنجان لە خوێندن دابڕاون و تەنها کاریان نێو ماڵەکانە لە چوارچێوەیەکی داخراودان کەمتر تێکەڵ بە کۆمەڵ دەبن و پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان لەم ناوەندەدا کەم دەبێتەوە تەنها پابەند دەبن بە کلتورونەریتی خزمایەتی جێبەجێدەکەنو پەیوەندییان لەدەرەوەی ئەو بازنە داخراوەدا دەخولێتەوەو تەنها خۆشیەکانی ژیان لەپەنجەرەیکی بچووکی ماڵەکەیاندا دەبینن چونکە ئەو لەژینگەیەکی خێزانیو کۆمەڵایەتی وا دا دەژی کە ناتوانێ و نازانێ بەتەنهابچێتە بازار بۆ کڕینی پێویستیەکانیو بۆیە زۆرجار لەلایەن کەسانی ترەوە حەزو ئارەزووەکانی بۆ دەستنیشان کراوەو پێویستە ڕازی بێت بەو جۆرە هەڵبژاردنو دیاریکردنەی

کە لەلایەن خێزانەوە بۆی دابین دەکرێت واتە بوونی باوکسالاری لە کۆمەڵگەی ئێمەدا تا ئێستاش بۆتە هۆی ئەوەی مرۆڤەکان خاوەن متمانە نین بەخۆیانو پشت بەخۆیان نابەستن بەڵکو مرۆڤێکی ئاراستەکراوە.

خشتەی ٥ جۆری کاری گروپەکە

جۆری‌کار	ژمارە	ڕێژە
خوێندکار	25	27%
فەرمانبەر	15	16%
مامۆستا	7	7%
ئەندازیار	1	1%
دکتۆر	0	0%
کاسب	15	17%
هی‌تر	29	32%
کۆی‌گشتی	92	100%



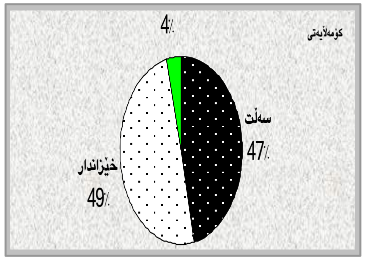
زۆرترین ئەو کەسانە جۆری کارەکەیان دیاری نەکردووە بەڕێژەی(٣٢٪)بەدوایدا خوێندکاران بەڕێژەی (٢٧٪). لەمەشەوە دەرکەوتووە کە زۆرترین ئەوکەسانەی کە ڕووبەڕوی سووتان دەبنەوە ئەوانەن کە تەمەنیان کەمەو ئاستی خوێندەوارییان لە پلەیەکی کەمدایە وە زۆرترینیان خوێندکارن دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە ئەو کەسانە لەڕووی تێگەیشتنو کامڵبوونی جەستەییو فیکریو ڕۆشنیری لەئاستی نزمدان وەك لەخشتەی ٣ دا ئاماژەمان پێدا. ئەمەش چەند هۆکارێکی لە پشتە لەوانە نزمیوخراپی ئابوری کە وا دەکات هەستکردن بە خۆبەکەم زانینین هەبێت لەکاتی

پۆشینی پۆشاكو پێوستەیەکانی بەرامبەری بەبەراورد بەخۆی کە هاوتەمەنن وەکو پێویست پێداویستیەکانی ۆ دابین نەکراوە ، وە لەڕووی دەروونیەوە دەریدەخات کە مرۆڤ لەم قۆناغەی خوێندندا خاوەنی خولیاو ئاواتی تایبەتی خۆیانو لە دنیای فەنتازیادان هەر لەهەڵبژاردنی هاوڕێ، بەکارهێنانی مۆبایل،وهۆکارە ساکارەکانی تری ژیان بێ بەش دەبن کە لەخوێندن دادەبڕێنو دەکەونە پرۆسەی سەختی هاوسەرگیری، ئەوانە لەگەڵ باوكو برایەکی تورەدا مامەڵە دەکەن، بەهۆی کەمی ئاستی هۆشیارییەوە وا دەکات نەتوانن بەشێوەیەکی جوان بیر لە ژیان بکەنەوە بەتایبەتی کە هیچ هەستێکی مرۆیی و خۆشەویستیو ئازادی لە هەڵبژاردن دا تیا نەبێت دەرئەنجام بە کارەسات ڕوودەدات.

خشتەی ٦ باری کۆمەڵایەتی گروپەکە دەردەخات

باریکۆمەڵایەتی	ژمارە	ڕێژە
سەڵت	121	47%
خێزاندار	129	49%
بێوەژن	10	4%
کۆی گشتی	260	100%

خێزانـدار ،سـەڵت، بێـوەژن(١٠،١٢١،١٢٩) بەڕێـژەی (٪.49 ، ٪47،٪4). لێـرەدا ئەوە دەردەخات ڕووداوی سووتاوی لـە خێزانـدا زیـاتر ڕوودەدات وەك لەسـەڵت ئەمـەش بـۆ دوو بنـەمای سـەرەکی دەگەڕێتـەوە یـەکێکیان ئەوەیە لە خێزان دا کـەمتر سـەڵت کـاری نێـو مـاڵ ئـەکات بەتایبـەت



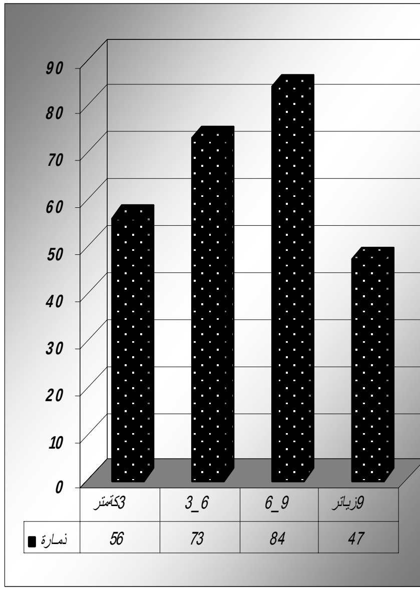
ئەو شتانەی پەیوەندی بە نەوتو بەنزینەو ەیـە وەك (پـەرمێز داگیرسـاندن، بەنزین بەکارهێنان بۆ مۆولیدە ، نەوت بەکارهێنان بـۆ تـەباخو زۆپـا...هتـد) واتـە بـەکارهێنانی سووتەمەنی بـۆ ئامێرەکـانی نـاو مـاڵ. ئەمـەیان لـەخۆوە سووتان دەگرێتـەوە، وە ئـەوی تریـان ئەوەیـە وەك تێبینـی کـراوە ئەوانـەی خۆیان دەسوتێنن کە لەم گروپـەدا (٥٣)کەسـن ئەوانـەی سـەڵتن بریتیـیە لـە (٣٦) کەس،خێزاندار(١٩)کەسـن واتـە زیـاتر گـەنجو سـەڵتو خوێنـدکارن کـە خۆیـان سـووتاندووە ئەمـەش دەگەڕێتـەوە بـۆ پەیوەندییـەکانی نێـوان ئەنـدامانی حێـزان بەشـێوەیەکی لاوازەو ناتـەبان کەواتـە لـەتاکی سـەڵت دا زیاترە وەك لەخاوەن خێزان بەهۆی ناسەقامگیری ژیانی تاکە کـەس لـە نێو خێزانـدا لەمەشـەوە ئـەوەمان بۆدەردەکـەوێت تاکەکانی نێـو خێـزان لـە دوو

خولگەوتەوەرەی جیـاوازدا بەچـواردەوری بازنەیـەکی داخـراودا دەخولێنـەوە کە هەردوو تەوەرەکە لەژێر چاودێری ئەندامانی خێزان دا خۆی دەبینێـەوە یەکێکیان ئەوەیە کە دورخستنەوەی گەنجو سەڵتەکانی خێزانـە لـە لایـەنی شەڕی ئاگرو هەر لەمنداڵیەوە وا فێرکراوە کە نزیك کەوتنەوە لـەئاگر بڤـەو خراپە تەنها نابێتە هۆی شێواندنی جەستە بـەڵکو ئـابڕووی خێـزان نـاهێڵێ چونکە کۆمەڵگەکەمان ئەگەر ئـەو کەسـە بەتایبـەت ژنـان ڕووبـەڕوی سـوتان ببنەوە بەشێوەی تر باسی دەکەن کە خۆی سووتاندوە بۆیە نـاهێڵن بـە هـیچ شێوەیەك کاری سووتەمەنی بەکارهێنان بۆ ئامێرەکانی ناو ماڵ ئەنجام بدەن، وە لەلایـەکی تـرەوە ئـەو گەنجانـەی پـەنا دەبەنـە بـەر ئـاگر بـۆ هەڵبـژاردنی مەرگ لەبەرئەوەی لەقۆناغی منداڵیدا نزیـك کەوتنـەوە لـەئاگر قەدەغـەکراوە بۆیە دەیانەوێت ئەم قەدەغەکردنە کە بەهۆی خراپـیو شـەڕی ئـاگر سـنوری بـۆدانراوە دەیـەوێت لـەو فەرمانـە دەردەچـێتو سـنورە قەدەغـەکراوەکان کەیەکـەم شـت نزیـك بونەوەیـە لـەئاگر نـەهێڵێتو لایـەنی خێـری ئـاگر کەبەبڕوای ئەو ڕزگارکردنە لەو ژیانەی کە هیچ مانایـەکی خێروخۆشی بۆ نەهێـشتۆتەوە وەك تـاکێکی نـاو کۆمەڵگـە نـاتوانێ مومارەسـەی حـەزو ئارەزووەکانی بکات. دەبینین ڕێژەی کەسی خۆسـوتێن لەسـەڵتو خێزانـداردا دەردەکەوێت، کەمتر ژنێك خۆی دەسوتێنی کە بێوەژنـەو دەسـەلآتی پیـاوی بەسەرەوە نیە تەنها لەبارێکدا نـەبێت کە کوڕی گـەورەی هەیـەو دەیـەوێت خـۆی هـەموو شـتێك بێـت لـەنێوماڵ.بەبـەراورد بـە سـەڵت کـە ئەنـدامی خێزانێکەو لەژێرکاریگەری باوكوبرای گەورەدا دەچەوسێتەوە یان ژنێك کە خێزاندارەو لەژێر دەسەلآتی پیاودایە.

خشتەی ٧ ژمارەی ئەندامانی خێزان دەردەخات

ژمارەی‌خێزان	ژمارە	ڕێژە
3کەمتر	56	22%
٣-٦	73	28%
٦-٩	84	32%
9زیاتر	47	18%
کۆی گشتی	260	100%

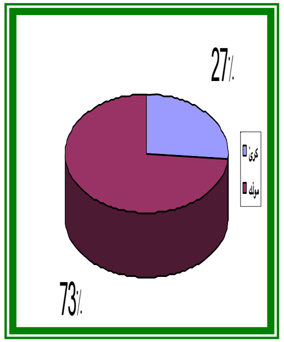
سەبارەت بەئەندامانی خێزان لە گروپەکەدا ئەوەمان بۆ ڕوون دەبێتەوە کە زۆربەی ئەوانەی تووشی حاڵەتی سووتان بوون لە خێزانێکدا گەورەو پەروەردە بوون کە ژمارەیەکی زۆری تر منالی تری تێدایە کە ژمارەیان لەنێوان (٦-٩) کەسن کەواتە ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆرە لەنێوان ئەوانەدا کە سووتاون بۆیە کێشە کۆمەلایەتی‌وئابووری وەگرفتە دەروونیەکان زیاتر دەبێ چونکە دابین کردنی ژیانێکی باش بۆ ئەندامانی خێزانەکە



کەمترە. هەمووئەمانەش دەبێتە هۆی سەرچاوەی سەرهەڵدانی دیاردەی خۆسوتاندن وەك تێبینی کراوە زۆرینەی ئەوانەی خۆیان سووتاندوە کە لە خشتەی (٦) دا باسکرا سەڵتو خێزاندارن، لەخێزانێکدا دەژین کە ژمارەیان لە (٦-٩) کەسن لەگەڵ ئەوەی لێکۆڵینەوەکان دەریانخستووە خۆکوشتن‌و خۆسوتاندن لە ڕەبەن دا زیاترە وەك لە خێزاندار بەهۆی سەقامگیری لایەنی خێزانی بەلاَم زۆری ژمارەی خێزان لێرەدا هۆکارە بۆ هەڵوەشانەوەی خێزان‌و لەناوچوونی ئەندامەکانی ئەمەش ڕەنگە بەهۆی ئەوەی باوك‌ودایك ناتوانن بەشێوەیەکی دروست هەموو منالەکان پەروەردە بکەن‌و پێویستیەکانیان بۆ دابین بکەن ،کەسانێتر دەستێوەردانیان دەبێت. کەواتە(گریمانەی ٧) لە لێکۆڵینەوەکە ڕاستە ،تاکو ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆر بێت ئەگەری حالەتی سووتان زۆر دەبێت.

خشتەی ٨ شێوەی نیشتەجێبوون

نیشتەجێبوون	ژمارە	ڕێژە
کرێ	69	27%
موڵك	191	73%
کۆی گشتی	260	100%

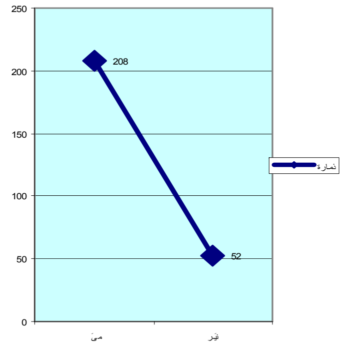


شێوەی نیشتەجێبوون بریتیە لە کرێ(٦٩) بەرێژەی (٢٧٪) وە موڵك (١٩١) بەرێژەی (٧٣٪) ، زۆرترین ژمارەی ئەندامانی خێزان لەم گروپەدا بریتییە لە (٦_٩) کەس بەرێژەی (٪ ٣٢) ، وەك لای خۆمان تۆمارکراوە ئەوانەن نیشتەجێی گەرەکە میللیو هەژار نشینەکانن،دیارە ئێستا بەهۆی باری ئابووری بەشێکی زۆر لەچینی ناوەند لەم شوێنانەدا نیشتەجێبوون ئەوەتا لە ئامارەکەدا دەریدەخات تەنها (٦٩) کەسیان لەشێوەی کرێ دا بەرێژەی (٢٧٪) وە زۆرترینیان کە (٧٣٪) موڵکە لەگەڵ ئەوەشدا هەندێك لەوانەی کە خانووی موڵکیان هەیە وەکو لە کۆمەڵگەی ئێمەدا باو بووە وسروشتی ژیانی هاوسەریتی زۆربەی کۆمەڵگاکەمان بەهۆی کەمدەرامەتیو گرانی خانوو بەکرێ گرتن واتە نەوونی ماڵی جیاوە وایکرووە ڕێگر بێت لەسەربەخۆ بوونیانو بۆتەهۆی دەستێوەردانی کەسانی تر بۆ نێوژیانیان تا ئێستاش بەردەوامە دوو خێزان یا سێ خێزان لەماڵێك دا پێکەوە دەژین وەك لەگەڵ ماڵە خەزوران ئیتر (دایکی کوڕ،باوکی کوڕ،دایكوخوشکی کوڕ،دایكوبرای کوڕ وە یاخود دایكو براوخوشکی کوڕ)پێکەوە دەژین لەیەك خانوودا کە لە کوردەواریدا دەوترێت لەسەر ماڵە واتە سەربەخۆ نین لە ژیانی خێزان دا.

خشتەی ٩ ڕەگەزی نموونەکە دەردەخات

ڕەگەزیئەوانەیسووتاون	ژمارە	ڕێژە
مێ	٢٠٧	80%
نێر	٥٣	20%
کۆی گشتی	260	100%

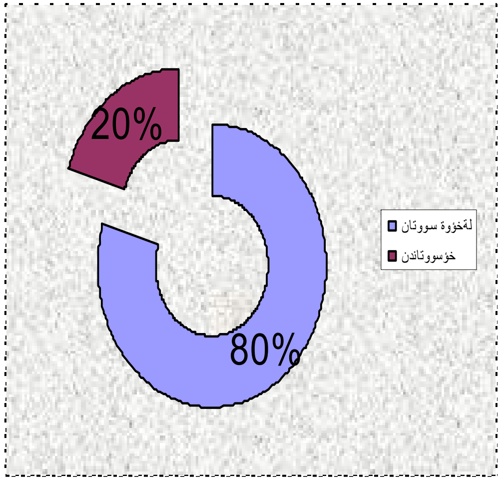
ئەو کەسانەی ڕووبەڕوی سووتان بونەتەوە ڕەگەزی مێ (٢٠٧) بەرێژەی (٪ ٨٠) ، ڕەگەزی نێر (٥٣) بەرێژەی (٪ ٢٠) واتە بەرێژەیەکی فراوان حالەتی سووتان لە نێو ڕەگەزی مێ بەدیدەکرێت ئەمەش دەکرێت هەموو ئەوهۆکارانەی کە پێشتر باسی لێوەکراون ڕێخۆشکەربێ بۆ ئەوەی ئافرەتان زۆرتر پەنابەرنە بەر خۆسوتاندنو ڕووبەڕوی سووتان ببنەوە لەچاو ڕەگەزی نێردا وە بەکارهێنانی سوتەمەنی زیاتر لەلایەن ڕەگەزی ژنەوە بەکاردێت بەپێچەوانەوە پیاوان تەنها وەك کارێكو پیشە بۆ بژێوی ژیان مامەڵەی لەگەڵ دا دەکەن وەك لەم گروپەدا دەرکەوتووە هەر بەپێی ئەم ڕێژەیە ژنان چوار ئەوەندە بەقەد پیاوان تووشی ڕوودانی سووتان دەبن دیاردەی سووتان لەکۆمەڵگەیەکەوە بۆ کۆمەڵگەیەکی تر بەپێی فەرهەنگی سیاسیوکۆمەڵایەتیو ئابوری ڕێژەکەی دەگۆڕێت .مامەڵەکردنی ژنان لەکاری ڕۆژانەدا بەزۆری کە دەبێتە هۆی لەخۆوە سوتانو خۆسوتاندنیش لەیەك ژینگەدا ڕوودەدات ئەویش نێو ماڵەکەیەتی



بەپێچەوانەی پیاوان لەخۆوە سووتان لەدەرەوەی ماڵ ڕوودەدات   .

خشتەی ١٠   چۆنیەتی ڕوودانی سووتاندنەکە دەردەخات

سووتان	ژمارە	ڕێژە
لەخۆوەسووتان	207	79%
خۆسووتاندن	53	21%
کۆی گشتی	260	100%



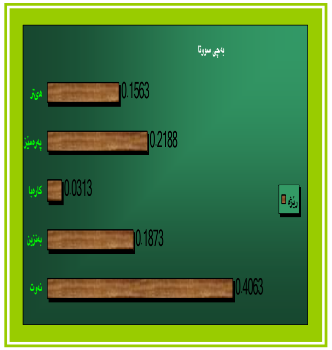
وە چـــــۆنیەتی ســــــووتاندنەکە بەشێوەی لـەخۆوە سووتان (٪ ٧٩) وە خۆســــــوتاندن بەڕێـــــژەی (٪٢١) ئەمـــەش ئـــەوە دەردەخـــات کـــە هـەموو ژمارەکـە خۆسـوتاندن نیـە، بـــەڵکو حاڵـــەتی ترەو ڕووداوی کارکردنو ڕۆژانەش تێدایە. لە ژمارەی (٥٣) کەس کە خۆیـان سووتاندوە تـەنها (٣) کـەس لەڕەگـەزی نێـرە، (٥٠) کەسـیان ڕەگـەزی مێـیـە. جارێکی تر ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت ژمارەی ڕەگەزی مێ زیاترە لـە ڕەگـەزی نێر کە خۆیان سووتاندوە لەگـەڵ ئەمەشـدا هـەر ڕەگـەزی مێـیـە ڕووبـەڕوی حاڵەتەکانی سووتان دەبنەوە لـە کـاری ڕۆژانـەدا بـە بـەراورد لەڕەگـەزی نێـر

کـە ئـەوان بـەهۆی جـۆری کارەکـەیان لـەدەرەوەی مـاڵ بـژێوی پەیـدا کـردن ڕووبـەروی سـوتان بونەتـەوە. واتـە شکسـتو نائومێـدی بەشـێکە لـە ژیـانی ڕۆژانەی ژن لەنێو خێزانەکاندا کە کراونەتە پاشکۆ وە ئـەم نـا ئومیدییـە بـۆ منداڵان دەگوێزرێتەوە وەك لەڕێژەکەیخشتەی (٦)دا دەرکـەوتووە کـەم نـین ئەو کەسـانەی کـە کـە رووبـەڕووی سـووتان بونەتـەوە سـەڵتنو لەخێزانێکدا دەژین پاشـکۆی بـاوكو بـران . گرنگـە لێـرەدا بـاس لـەوە بکـەین کـە زۆرێـك لەژنان کە خۆیان دەسوتێنن ناتوانن راستی ڕوودانـی سـووتانەکە بـاس بکـەن ئەمەش لەبـەر ئـەوەی نـەوەك کێـشە بـۆ خێزانەکـەی زیـاد بکـات یـان لەبـەر خـاتری منالـەکانیو دواتـر لەبـەر ناموسوشـەرەفی خێـزان کـە لەکۆمەڵگـەی کوردیدا گرنگی زۆری پێدەدرێت وە یاخود لەژێر کاریگەری هەڕەشـەکردن دا ناتوانن ڕاستی بدرکێنن چونکە ئـەم کەسـە پێـشتر پاڵپـشتێکی نـەبووە ئـستا لەدوای ئەو ڕووداوە بارودۆخەکە خراپتر دەبێـت کـەوا دەکـات ئەوەنـدەی تـر سەری خۆیان کز بکەنو بێدەنگ بن تـاکو بـاوكوبرا چارەنوسی ژیانیـان بـۆ دابین بکـەن لـەدوای خۆسـوتاندن ئەمـەش لـەکاتی پڕکردنـەوەی فۆرمـەکانو چاوپێکەوتنەکاندا بۆمان دەرکەوت کە (٣)کەس خۆیان نایـانووت کـە خۆیـان سـووتاندوە ئـەیان ووت قەزاوقـەدەربوو بـەڵام لەڕێگـەی کەسـی نزیکیـەوە باسیان لەچۆنیەتی ڕوودانی سووتانەکە کـرد و دەیـانووت خـۆی سـووتاندووە یا هەندێکیان دەیان ووت بەهیـچ شێوەیەك وەڵامی هیـچ پرسیارێك نادەمـەوە ئەگەر نزیك ببنەوە قسەی ناشـرینتان پێـدەڵێمو تفتـان لێ دەکـەم! ئەمـەش دەگەڕێتەوە بۆئەوەی لەگەڵ ئەوەی بـاری دەروونـی تێـك دەچـێت ولەهـەمان کاتـدا کـەس نـەیتوانیوە چارەسـەری کێـشەکەی بکـات پێـشتر ئێـستا ڕقـی لەهەموو کەس دەبێتـەوە ئەگەر بیانەوێـت هاوکاری بکەن .

بەهۆی چیەوە سووتا خشتەی ١٠-١

بەچیسوتا	ژمارە	رێژە
نەوت	109	%٤٢
بەنزین	50	%١٩
کارەبا	6	2.50%
غاز	19	7%
تەقینەوە	7	3.5%
هیتر	69	26%
کۆیگشتی	260	100%

ژمارەی ئەوانەی بەنەوت سووتاون بریتییە لە (١٠٩)کەس بەرێژەی (٪ ٤٢)، بەنزین (٥٠)کەس بەرێژەی (٪ ١٩) ، غاز (١٩) بەرێژەی (٪ ٧) ، تەقینەوە (٧) بەرێژەی (٣,٥٪)، کارەبا(٦) بەرێژەی (٢,٥٪) وە هیتر بەرێژەی (٢٦٪).وە ئاسانترین شت کە لەبەر دەستدا بووە بریتییە لە بەکارهێنانی نەوت، وە ئاماژش بەوە دەدات کە هەندێکیان لە ئەنجامی سەرقاڵی و

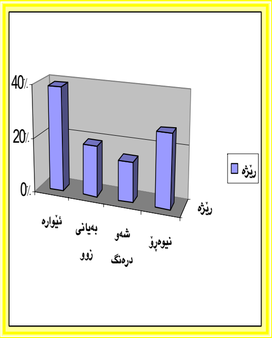


نەبوونی شارەزایی لە چۆنیەتی بەکارهێنانی نەوت، تووشی حاڵەتی سووتان بوون، بەتایبەتی لەکاتی نەوت و بەنزین بەکارهێنان بۆ (تەباخ،پەرەمێز،موەلیدەو شتەکانی تر)، یاخود جۆری کارەکەیان ئەم دوو ماددەیەیە. کە دەبێتە هۆی شێواندنی دەم وچاو جەستەو ناشرین بوونی

بەچەندین نەشتەرگەری چاك نابێتەوەو ناچێتەوە شێوەی پێشوتری کەزۆرترینیان بەنەوت یان بەنزین خۆیان دەسوتێنن. بۆیە دەتوانرێت بوترێت سوتاندن بێ هیچ پلانێکی پێشوترەوە بەهۆی هەڵچونی دەروونی کوتوپڕەوە توشبوونی بەحاڵەتێکی نامۆبوون لە ژیاندایە کە ژن یا کچ یا ئەو مرۆڤە خۆی بە پلەی یەکەم کاریگەری وزیانەکانی سوتان لە ڕووی دەروونی وجەستەییەوە بە جێدەهێڵێت. لێرەدا دەبینین گریمانەی (٨) راستیەکی حاشا هەڵنەگرەوە زۆرترین حاڵەتەکانی سووتان وخۆسووتان بە بەکارهێنانی نەوت بووە.

کاتی ڕوودانی سووتاندنەکە خشتەی ١٠-٢

کاتیسوتانەکە	ژمارە	رێژە
ئێوارە	105	39%
بەیانی زوو	48	19%
شەو درەنگ	38	15%
نیوەڕۆ	69	27%
کۆی گشتی	260	100%



زۆرترین کاتی ڕوودانی سووتانەکە ئێواران بەرێژەی (٣٩٪) ، کەمترین رێژە بە رێژەی (٪ ١٥) شەو درەنگ سووتاون دەریدەخات، ئێواران لەکاتی بەکارهێنانی سووتەمەنی بۆ (تەباخ، پەرمێز،زۆپا، موەلیدە)تووشی ڕووداوی سووتان بونەتەوە، لەهەمان کاتدا وەك تێبینی کراوە ئەوانەی خۆیان

سـووتاندووە زیـاتر لـە بـەیانی زووشـەو درەنـگ دا بـووە کـە کـاتێکی هێمنوئارامەو دووربەر بێئاگا دەبن، وە تاریکە دەیانەوێت کێشەکانی ڕۆژ لە تاریکی شـەودا چارەسـەر بکەنو لەگەڵ هاتنی ڕۆژێکی نوێدا کێشەکانیان چارەسەر کردبێ چونکە نازانن لەگەڵ کێشە ڕۆحیوەدەروونیـەکان دا کێشەی شێواندنو ئازاری جەستەش زیاد دەکات بەم کارەی ئەنجامیان داوە .

پەشیمان نیت کە خۆت سووتاندووە ؟ خشتەی ١٠_٣

پەشیمانی	ژمارە	ڕێژە
بەڵێ	26	49%
نەخێر	27	51%
کۆی گشتی	53	100%

لەوەلامی ئایا ئـەو کەسانەی کـە خۆیان سووتاندوە پەشیمانن یاخود نا ئێستاش ئەیانەوێت لە ژیان نەجاتیان بێت بەم شێوەیەیە (٢٦) کەسیان پەشیمانن بەڕێژەی (٪ ٤٩) یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان بونەتەوە، (٢٧) کەسیان پەشیمان نین بەڕێژەی (٪ ٥١) . دەبینین ڕێژەی ٤٩٪ پەشیمانە لەخۆسووتاندن چونکە دوای خۆسووتاندن ئازاری سووتان هەست پێدەکات کە برینی قوڵەوسووتان گەیشتۆتە سەر ئێسقانیو ئەو حاڵەتە دەروونیە کتوپڕەی کە بڕیاری خۆسووتاندنی تێداوە لەدوای سووتان کاریگەرییە سلبیەکانی دەبینێتو هەست دەکات چ هەڵەیەکی گەورەی کردووە لەبری ڕزگار بوون لەژیان ئێستا جگە لەوەی جەستەوەدەروونی دەشێوێتو خراپە لەهەمان کاتدا دەبێتەی هۆی دابڕان لەکۆمەڵ. دێتە هۆش خۆی کە هەڵەیەکی کوشندەی کردووە لەبەر هەڵەیەك لەلایەن دەوروبەرەوە ئەم گەورەترین توندوتیژی بەرانبەر بە خودی خۆی کردووە کە رووخسارو جەستەشی شێواندووە وە یاخود بەپێی چاوپێکەوتنەکان کە دەوترێت پەشیمانە چونکە نەیویستووە بسوتێت بەڵکو تەنها ویستوویەتی ماڵی

خەزورانیو هاوسەرەکەیو دەوروبەر بترسێنێت وابکات سۆزو خۆشەویستی بگەڕێنێتەوە بەلام لەم کاتەدا ئەوانە زۆر دڵرەقانە ووتویانە چاوت دەرێ خۆت بسوتێنە! ئەمیش بۆ پیشاندانی سووربونی لەسەر بڕیارەکە خۆی سووتاندووە. وە لێرەشدا ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت کە ٥١٪ پەشیمان نین لەم بڕیارەی کە پێشتر داویانە بۆ خۆسوتاندن ئەوەتا لەدوای خۆسوتاندنەکەش بەو ئێشو ئازارەوە کە جەستەی گرتۆتەوە کە لەچاوپێکەوتنەکاندا باسی ئەوە دەکەن و ئەیانووت ئەوە ئەڵێیت چی ئێستاش خواخوامە نەجاتم بێتو هەر ئاگرە فریامان ئەکەوێت ئەمەش وەك لەپێشتردا باسمان کرد دەگەڕێتەوە بۆئەوەی کە هەست دەکات توانیویەتی ئاگر لەخاوەنەکەی وەربگرێتەوەو بەخێروشەڕەوە ئاگری پێ باشە، چونکە پێشتر هەموورۆژێکی مردن بووەو ئێستا نەجاتی ئەبێت لەم ژیانودنیایە

پەشیمان نیت کە خۆت سووتاندووە ؟ خشتەی ١٠_٤

بۆچی پەشیمان نیت	ژمارە	ڕێژە
بەئارەزووی خۆم بووە	3	11%
خەتای خۆم بوو	1	3%
بۆئەوەی نەجاتم بێت	5	19%
هەموو ڕۆژێکم مردن بووبۆئەوەیبمرم	10	37%
لەبەرئەوەی ئازاروتوندوتیژی هەبوو	2	8%
بێزارو بێهیوا بووم لەژیان	6	22%
کۆی گشتی	27	100%

خشتەی (١٠-٤) لەم خشتەی خوارەوەدا ڕێژەی پەشیمان نەبونیان دیاری دەکرێت کە بۆچی پەشیمان نینبۆچی پەشیمان نیت لەوەی کە خۆت

سووتاندووە لەوەڵامی ئەم پرسیارەدا دەردەکەوێت ئەوانەی کە پەشیمان نین لەوەی کە خۆیان سووتاندووە دەڵێن چونکە بەئارەزووی خۆم بووە بەرێژەی (١١٪)، خەتای خۆم بووە بەرێژەی (٪ ٣)، بۆئەوەی نەجاتم ببێت بەرێژەی (١٩٪)، هەموو رۆژێکم مردن بوو بۆئەوەی بمرم بەرێژەی (٪ ٣٧)، لەبەرئەوەی ئازاروتوندوتیژی هەبوو بەرێژەی (٪ ٨)، بێزارو بێهیوابوون لەژیان بەرێژەی (٪ ٢٢) تەنها رێژەی (١١٪،٣٪) دەڵێن بەئارەزووی خۆمان و خەتای خۆمان بوو واتە هۆکارەکە دەگەڕێننەوە بۆخۆیان ئیدی ئەوانی تر کەسانی تر پاڵنەر بوون و یا ناچار کراون کە ئەم رێگەیە هەڵبژێرن یا هەڕەشەیان لێکراوە کە دەبێت بیانکوژن ئەمانە بونەتە هۆکاروپاڵنەر بۆ پەنا بردن بۆ ئاگرو خۆسوتاندن واتە کەسانێك کە سەرچاوەی کێشەبوون بەرامبەری بەهۆی کێشەی خێزانیوئابوریو کۆمەڵایەتی.

خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن چیە   خشتەی ١١

دوای خۆسوتاندن چی ڕوودەدات	ژمارە	رێژە
کێشەکان زیاد دەکات	63	24%
تێکچوونی جەستەیی	87	34%
تێکچوونی باری دەروونی	30	12%
دابران لە کۆمەڵ	80	30%
کۆی گشتی	260	100%

لەگەڵ ئەوەی خەتەری خۆسوتاندن تەنها بۆ ئەو کەسەیە کەخۆی دەسوتێنێت زۆرترینیان پێیان وایە دەبێتە هۆی تێکچوونی جەستەیی بەرێژەی (٣٤٪)، دابران لە کۆمەڵ بەرێژەی (٣٠٪)، تێکچوونی باری دەروونی بە رێژەی (٪ ١٢)، کێشەکانی زیاتر ئاڵۆز دەکات بەرێژەی (٢٤٪) لەبەر ئەوەی چارەسەری کێشەکانی بۆ بکات. هەموو ئەمانەش دەبێتەهۆی

هەڵوەشاندنەوەی خێزان زیاتر بێدەسەڵاتی ژن بەرامبەر بە پیاو، وەئەوکەسە زیاتر متمانەی بەخۆی نەمێنێت هەروەها بەدەوروبەرەوە خۆی بەکەمتر دەزانێت.

دەبینین راستی گریمانەی (٥) دەردەکەوێت کە ئەوانەی تووشی رووداوی سوتان دەبن کاریگەری دەبێت لەسەر تێکچوونی جەستەو بەدوایدا دابڕان

خشتەی (١٢) دوای چاکبونەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتان دەکەیت

نەشتەرگەری جوانکاری دەکەن	ژمارە	رێژە
بەڵێ	١٧٣	%٦٦,٥
نەخێر	٢٩	11.2%
وەڵامیان نەداوەتەوە	٥٨	22.3%
کۆی گشتی	٢٦٠	100%

لەکۆمەڵ.

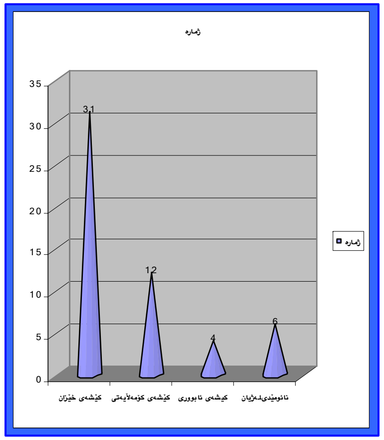
لەخشتەی (١٠-٣)دا دەرکەوتووە کە بەرێژەی (٪ ٤٩) یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان بونەتەوە دیارە ئەمەش بۆئەوە دەگەڕێتەوە جگە لەوەی ئازاری سووتان زۆرە شێوەو روخساری جەستەییان تێك چووەو پێویستیان بە نەشتەرگەری هەیە بۆشوێنەواری سوتاویەکە کەئەمەش لەرووی ئابوریشەوە زۆری تێدەچێت، ئەو ژنانەی خۆیان دەسوتێنن وەك لە خشتەی (١١) دەرکەوتووە زۆرترینیان بەرێژەی (٣٤٪) پێیان وایە خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن دەبێتەهۆی تێکچوونی جەستەیی دەبن و وەك لەم خشتەیەدا دەرکەوتووە بەرێژەی (٪ ٦٦,٥)پەنا بۆ نەشتەرگەری دەبەن کەئەمەش لەرووی ماددیەوە زۆری دەوێت و ڕەنگە کۆمەڵێك

گرفتوكێشەی تـر دروست بكات كە لـەڕووی دەروونیـەوە كاریگـەری خـراپ دروسـت دەكـات ئەگـەر هـاتوو نـەیتوانی ئـەو نەشـتەرگەرییەی بۆبكـەن دەبێتەهۆی ئەوەی بەردەوام بیر لە هۆكاری سووتانەكەی بكاتـەوە هەنـدێجار وا دەكـات دووبـارە هـەوڵی خۆكوشـتن بـدەن و ئەگـەر پێـشتر بۆترسـاندنی دەوروبەر ئەم كارەی كرد بێت ئـەوا لـەم بـارەدا بۆتۆڵەكردنـەوە دەبێت لـە دەوروبەر وە هەندێجار كەسێكی شەرانگێزی لێدەردەچێت ئەگەر یـەكێك لـە ئەندامەكانی جەستەی بەهۆی سووتانەكەوە لە دەست بدات . بۆیە پێویستە ئـاوڕێ جـدی و بـوونی سـەنتەرێك بـۆ نەشـتەرگەری ئـەو كەسـانە لەلایـەن وەزارەتـی تەندروسـتی بخرێـە بەرنامـەو پلانـی تەندرسـتیەوە . ڕێـژەی ئەوانەی وەڵامیان نەداوەتەوە یان نایانـەوێت نەشتەرگەری جوانكاری بكـەن دوای چاكبونەوە بریتیە لـە (٢٢،٣٪)،(١١،٣٩٪) لێـرەدا ناتوانرێت بووترێـ كە ئەوانەی خۆیان سووتاندووە هەموویان نەشتەرگەری دەكەن یا هەموویان نەشتەرگەری ناكەن چونكەهەندێكیان یەكسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان بونەتـەوە و بـیر لـەوە دەكەنـەوە دوای چاكبونەوەیان نەشـتەرگەری بكـەن بەتایبـەت ئەوانـەی كـە بۆترسـاندنی دەوروبـەر پـەنایان بردۆتـە بـەر ئـاگر.بەپێـچەوانەشەوە ئەوانـەی پەشـیمان نـین لـەو بڕیـارەی كـە خۆیان سـوتاندووە بـۆ تۆڵەكردنـەوە لەبەرامبـەر هـەوڵی خـۆ لـەناوبردنی داوە ئێـستاش دوای سـووتان نایانـەوێت بـژین بۆیـە بیریـان لـەوە نەكردۆتـەوە نەشتەرگەری بكەن چونكە ئەمانە نەفرەت لەمێینـەیی‌و جەستەیی خۆیـان دەكەن‌و لە ژیان بێزارن ئەیانەوێـ كۆتـایی پـێ بهێـنن. لێـرەدا گریمانـەی (٦) راسـتە كـە زۆرینـەی ئەوانـەی دەسـوتێن دوای چـاكبونەوە نەشـتەرگەری جوانكاری بۆ شوێنەواری سووتاویەكە دەكەن.

خشتەی (١٣) هۆكاری خوسوتاندن چیە

هۆكارەكانی‌خۆسوتاندن	ژمارە	ڕێژە
كێشەی خێزان	31	58%
كێشەی‌كۆمەڵایەتی	12	22%
كیشەی ئابووری	4	8%
هی‌تر	6	12%
كۆی گشتی	53	100%

خۆسوتاندن لەنێو ئەو (٥٣) كەسەی كە خۆیان سـووتاندووە بـەهۆی كێـشەی خێزانـی (٣١) بەڕێـژەی (٥٨٪)، كێـشەی كۆمەڵایـەتی (١٢) بەڕێژەی (٢٢٪)، كێشەی ئـابووری (٤) بەڕێـژەی (٨٪)، (٦) بەڕێـژەی (١٢٪) هی‌ـتر. كـە هۆكارەكـانی خێزان وەك كێشەی(ژن‌و مێرد) ، (بـوك‌و خەسـوو). (خوشك‌وبرا)(كچ‌وباوك) ئەمەش هۆكارێكی‌تری نێوان خێزانەكانـە كەبەهۆی ئەوەی كۆمەڵگەی ئێمە



كەهۆكاری كلتورو داب‌ونەریتی كۆمەڵایەتی وەزاڵێتی دەسەڵاتی پیـاو سـالاری لـەنێوان خوشـك‌و بـرادا هـەر لەمناڵیـەوە وافێركـراوە كەئـەو كـوڕەو دەبێـت

دەسەڵاتی هەبێت بەسەر خوشکەکانیدا، کاتێك کوڕەکە خۆشەویستی بکات ئاسایییە لەلای خێزان بەلاّم لەکاتێك دا کچەکەیان خۆشەویستی بکاتو بیەوێت شوو بکات بەو کەسە ڕێگر دەبنو هەڕەشەی کوشتنی لێدەکرێت، وە دڵپیسیوخراپی هەڵسوکەوتی مێرد بەرامبەر بە ژنەکەی، خراپی هەڵسوکەوت کوڕ بەرامبەر دایك، نەگونجاندن لەنێوان بوكو خەسوو دا تەلاّقدان ئەمانەن کێشەکانی نێو خێزان کە پاڵ،ەر بوون بۆ خۆسوتاندنی کچانوژنان وەك لە چاوپێکەوتنەکانو لەفۆرمەکاندا وەك تێبینی باسکراوە.

لەلایەکی ترەوە هۆکاری هەڵوەشانەوەی خێزان یا نەبونی دایكو بەخێوکردنی ئەم کچە لەلایەن ماڵی مام، باوەژن کە تۆمەتی خراپ دەخرێتە پاڵ ئەم کچە بەناوی خۆشەویستیو بەکارهێنانی مۆبایل ،ئەمانەش هۆکارن بۆ ئەوەی کە وا لەژنو کچ دەکات لەژیان بێزاردەبێت نائومێدەلە ژیان خۆشیە دنیایەکانی لەبیردەکات تەحەمولی بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی کێشەکانی نێوان (خۆیو باوکی ،برا،مامی ، خاڵی،باوەژن) کەمەو پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن. کێشە کۆمەلأیەتیەکانوهۆکاری کۆمەڵگەو دەوروبەر وەك لە چاوپێکەوتنەکانەوە وەرگیراوە کاریگەری هەیە لەسەر خۆسوتاندنی ژنان یەکێك لەوانە وەك خوێندنگا (مامۆستاو بەڕێوەبەر) ئەو خوێندکارەی لە کۆتایی ساڵ دا لەوانەکانی دەرناچێت کێشەکەی لەلای مامۆستا باس دەکاتو چارەسەر ناکرێت وا دەکات خۆی بسوتێنێت چونکە لەلایەن خێزانەوە سەرزەنشت دەکرێتو سوکایەتی پێدەکرێت ، فەرمانگە(فەرمانبەرو بەڕێوەبەر) بەهۆی هەندێك لەعاداتو تەقالیدی کۆمەڵگا لەنێو فەرمانگەکاندا کەڕۆژانە ڕووبەڕووی ژنانو کچان دەبێتەوە ئیتر ئەو کێشانە یان لەگەڵ بەڕێوەبەر بێت یان فەرمانبەر یان مراجع والەو کەسە دەکات کە کاردانەوەی خراپی لێدەکەوێتەوە. کێشەی ئابوریش بۆ تاکی کورد گرنگەو دەبینین بە ڕێژەی ٨٪ی لەبەر کێشەی ئابووری بووە بەهۆی قەرزداری کە

ڕێژەیەکی زۆر لە ژنان خاوەن موچەی تایبەتی خۆیان نین لەخێزانو کۆمەڵگەدا بۆیەبۆ دابین کردنی پێویستیەکانی پەنا دەباتە بەر قەرزکردنو دواتریش ناتوانێت ئەو قەرزە بداتەوە بەخاوەنەکەی بۆیە هەوڵی خۆسوتاندن دەدات .

وە(٦) کەس ڕێژەیەکی ترە ئاماژەیان بە هیتر داوە کە خۆیان سووتاندوە وەك بەتێبنی نوسراوە (٣) کەسیان بەهۆی چەند حالەتێك کە تووشی نەخۆشی دەروونی بوون یەکێك لەوانە ژنیك دوای منالبون تووشی نەخۆشی دەروونی بووە خۆی سوتاندووە کەوابێ چارەسەرنەکردنی نەخۆشیە دەروونیەکان هۆکارە بۆ پەنا بردن بۆ خۆکوشتنو خۆسوتاندن.

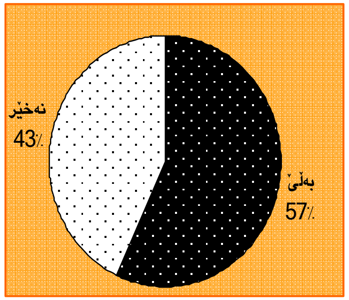
دەبینین زۆرترین ڕێژە کێشەی خێزان سەرچاوەی نائومێدیی بۆ کەسەکەو پێی وایە بۆئەبەد ناتوانێت ڕووبەڕوی ئەو کێشەیە بێتەوە دەگاتە قۆناغێك کەنەفرەت لە مێینەی خۆی بکاتو ئاگر لەجەستەی خۆی بەربدات. کەواتە دەبینین راستی گریمانەی (٢) دەردەکەوێت کە پەنابردن بۆ خۆسوتاندن لەنێو کچانو ژناندا بەهۆی زۆری کێشەی خێزانیەوەیە وە بە پاڵنەری سەرەکیی دادەنرێت.

خشتەی ١٤ هانات بۆكەس برد بۆچارەسەری كێشەكەت

ڕێژە	ژمارە	هانات بۆكەس برد
57%	30	بەڵێ
43%	23	نەخێر
100%	53	كۆی گشتی

ئەگەر بەڵێیە ئەو كەسە چیتۆیە

ڕێژە	ژمارە	هانات بۆكێبرد
27%	8	خێزان
3%	1	كەسی هاوسەر
33%	10	خزموكەسی خۆم
13%	4	هاوڕێ
20%	6	ڕێكخراو
3%	1	دادگا
100%	30	كۆی گشتی



پێش خۆسوتاندن هانات بۆكەس برد بۆچارەسەری كێشەكەت لەوەڵامدا بەڵێ (٣٠) بەڕێژەی (٪ ٥٧)، نەخێر هانای بۆكەس نەبردووە (٢٣) بەڕێژەی (٪ ٤٣) ، ئەو كەسە چیت بووە كە هانات بۆ بردووە ؟ خێزان (باوكوبرا،دایك وخوشك) (٨) بەڕێژەی (٢٧٪)، كەسی هاوسەرەكەی (١) بەڕێژەی (٣,٣٪)، خزموكەسی خۆی(١٠) بەڕێژەی (٪ ٣٣)، هاوڕێ(٤٪) بەڕێژەی (١٣٪)، ڕێكخراو (٦) بەڕێژەی (٢٠٪)، دادگا (١) بەڕێژەی (٣٪). مەسەلەی خێزان لە

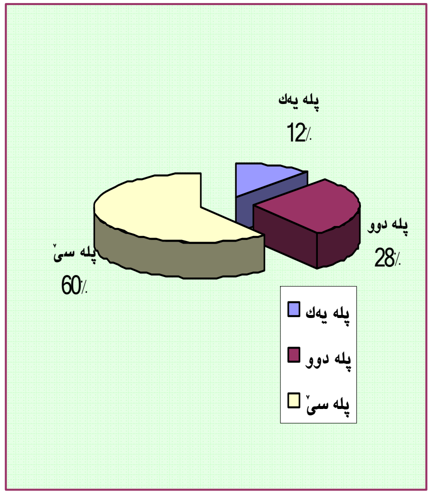
كۆمەڵگەی كوردیدا پرسی ژیانو گوزەرانە هەر بۆیە ئەركی ژن لەخێزاندا وەكو هاوسەرودایك دەبێت كە تەنها خستنەوەی وەچەی زۆرە ئەمەش دەركەوتووە لەم گروپەدا ژمارەی ئەندامانی خێزان (٦-٩) كەسن ئەمەش كاریگەری دەبێت لەسەر مافە سەرەتاییەكان، هاتنە كایەی كێشەی (شوێنی ژیان، پەروەردە،ئارامی،تەندروستی، خواردنوپۆشاك،ژیانی سۆزداری). لەگەڵ ئەوەی كە لە پێشتر ئاماژەمان پێكرد ئەوانەی كەتووشی ڕووداوی سوتان بونەتەوە شوێنی نیشتەجێبوونیان شێوەی (موڵك)ەوە كەمترینیان بەهۆی كێشەی ئابووریەوە خۆیان سووتاندوە بەلاّم زۆرترینیان بەهۆی كێشەی خێزانی خۆیان سووتاندوە ، ئەوەتا زۆربەی ئەوانەی كە خۆیان سووتاندوە پێش خۆسوتاندنەكە هانایان بردووە بۆ ئەوكەسانەی پێشتر لەژیانی تایبەتیدا پرسی سەرەكیان پێكردوون وەك ماڵی باوك كە لێپرسینەوەی (باوكوبرا،دایكوهەندێ جارخوشكیگەورە) ، وە لەهەندێ خێزاندا لێپرسینەوە لەلایەن (واموخاڵ)یش بووە بۆیە هانایان بۆ خزموناسیاو بردووە بۆ چارەسەری كێشەكانیان ، هەروەها تاكەكانی كۆمەڵگەی ئێمە نەیانتوانیوە قۆناغە جیاجیاكانی گەشەسەندنی كۆمەلاّیەتی ببڕن بۆیە كەم نین ئەوانەی كە لەسەرەوە ئاماژەمان پێكردوون بەهۆی كێشەی كۆمەلاّیەتی خۆیان سووتاندووە. دواجار بێزاریونائومێدی لە ژیانو شكستی متمانە كردنیان بەو كەسانەی كێشەكانیان لا باسكردوون و كێشەكەیان بۆ چارەسەر نەكراوە پەنایان بردۆتە بەر خۆسوتاندن كە پێیان وایە كێشەكەنیان زیادی كردووە بەڕێژەی (٢٤٪) هەربۆیە ئەوانەی كە خۆیان سووتاندوە كە جەستەیان بۆتە خۆڵ'مێش داوادەكەن لەژیان ڕزگاریان بێت و پەشیمان نینو پێیان وایە خۆیان مەسلەحەتی خۆیان دەزانن بۆیە ئەم ڕێگەیەیان هەڵبژاردووە.. كەواتە وەك كۆمەڵناسانی فیمینیست بڕوایان وایە خێزان شوێنی سەرەكیە بۆ چەوساندنەوەی ژنان، توندوتیژیوبالاّدەستی پیاوان

که باوكوبراو مێرد دەسەڵاتدارو ژنو منداڵان پاشكۆن . ئەگەر چی ڕێژەی زۆرترینیان بە ٥٧٪ پەنایان بردۆتە لای کەسانیتر بۆئەوەی کێشەکانیان بۆچارەسەر بکرێت لە خێزانوخزموکەس،هاوڕێو دامەزراوەی پەروەردەوڕێکخراوو دادگا،بەڵام بێئومێدیو بەهەند وەرنەگرتنی کێشەی ئەو ژنە وایکردووەکە بێهیوایی لەچارەسەرکردنی کێشەکەیو دوابڕیاری خۆسوتاندنە کە ئەوکەسانەی هانایان بۆبردون ڕەنگە هەندێکیان تەنها توانیبێتیان گوێ لەکێشەکانیان بگرن بەڵام زۆرترینیان دەیانتوانی کێشەکەیان بۆ چارەسەر بکەنوبڕیاری ئەوەیان داوەتێ کە ئەو گرفتە نامێنێ، لێرەدا پێویستە هەڵوێستەیەك بکەین لەسەر کاری ڕێکخراوەکان چونکە ئەگەر ئەولایانانەی کە ئاماژەی پێدراوە بۆهاوکاری کەمی پسپۆڕیو دەکرێت تواناوشارەزاییان سنورداربێ بۆچارەسەرکردنی کێشەکان.

کەوابێ ئەو گریمانەیە ڕاستە کە توێژینەوەکە ئاماژەی پێداوە ژنان لەکۆمەڵگای کوردەواریدا بەهۆی عەیبوشەرمکردن ناتوانن کێشەکانیان بەشێوەی یاسایی یاخود لەڕێگەی دامەزراوەو ڕێکخراوەوە چارەسەربکەن.

ڕێژەیسووتاوویەکە خشتەی ١٥

ڕێژەی سووتان	ژمارە	ڕێژە
پلە یەك	31	12%
پلە دوو	72	28%
پلە سێ	157	60%
کۆی گشتی	260	100%



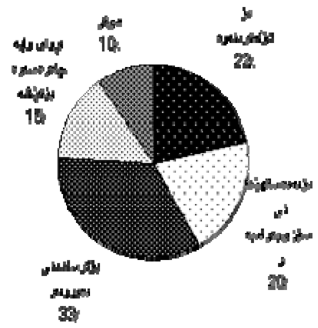
ڕێژەو پلەی سووتاویەکە لەم فۆرمانەدا دەریدەخات کە یەکێك بوو لە پێشنیارەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان لە کاتێکدا کە پێشتر لە ئامارەکاندا ئاماژە بەم ڕێژەیە نەدراوە دەرکەوتووە پلەیەك (کە سووربونەوەی پێستەکە دەگرێتەوە) ژمارەیان (٣١) بەڕێژەی (٪ ١٢)، پلە دوو (کە پێست دەسوتێ لەگەڵ ژێر پێست) ژمارەیان (٧٢) بەڕێژەی (٪ ٢٨)، وە پلە سێ (کە سووتاویەکە ئێسقان دەگرێتەوە) ژمارەیان (١٥٧) بەڕێژەی (٪ ٦٠) دەگرێتەوە کەواتە زۆرترینیان ڕێژەی سوتاوییەکەیان پلە سێیە وە لەم ژمارەیەش (٧٧) کەس مردوون.لێرەدا دەکرێت گومانی لەخۆوە سوتانەکە کەم ببێتەوەو ئەو بۆچوونە ئەگەری ڕاست بوونی زۆربێ کە ئەوکەسانەی خۆیان سوتاندووە نەتوانن دانی پێدابنێن چونکە سوتانی پلە سێ پێویست بە سوتەمەنی زیاترو ئامادەکردنی شوێنوکاتی سوتانەکە هەیە ئەمەش لە سوتفەوقەزاوقەدەرەوە دوورە کە ٦٠٪ سووتاوەکان بەو قووڵییەو زۆرە بسوتێن وەك لەپێشتردا باس کرا زۆرترینیان لە شەو درەنگو بیانی زوودا سووتاون کەئەمەش کاتێك بووە کەسانی تر ئاگایان لەڕوودانی سوتاویەکە نەبووەو بۆیە درەنگ پێیان زانیوەو شڵەژانی کاتی ڕووداوەکە بۆ کوژانەوەوفریا کەوتنی ئەوکەسە وایکردووە سووتاویەکەیان پلە سێ بێت.وەك تێبینی کراوەلە چاوپێکەوتنەکاندا دەرکەوتووە ئەوانەی کە خۆیان

سووتاندووە زۆرترینیان لەجۆری پلەسێیەو بۆتەهۆی ئەوەی گیان لەدەست بدەنو لەژیان نەمێنن.

بەڕای تۆ بۆچی ئەو کەسانە ڕێگای خۆسوتاندن بەکاردێنن بۆ خۆکوشتن

خشتەی ١٦

بۆچی خۆسوتاندن بەکاردێنن	ژمارە	ڕێژە
بۆ تۆڵەکردنەوە	56	22%
بۆبەدەستهێنانی سۆزیبەرامبەر	52	20%
بۆترساندنی دەوروبەر	89	33%
بڕوای وایە چارەسەرە بۆکێشە	38	15%
هیتر	25	10%
کۆی گشتی	260	100%



ئەوانەی کە خۆسوتاندنیان وەك ترساندنی دەوروبەر بەکارهێناوە بەڕێژەی (٪ ٣٣) ، کەواتە هەندێك جار ژنان بەهۆی نائارامی دۆخی خێزانو هاروهاجی مناڵەکانیان کە بەقسەی ناکەن بەگاڵتەوە دەیەوێت مناڵەکانی بترسێنێت یان پیاوەکەی لەقسە پێوتن بوەستێت شقارتەیەکەو تۆزێك نەوت بەکاردێنێت کەبەبڕوای خۆی هەر ماکسیەکەی دەسوتێ بەڵام دەبێتە هۆی سوتانی جەستەییو پەشیمان دەبێتەوە لەم ڕێگایەی گرتویەتی وە لەلایەکی ترەوە کاتێك ئافرەت پەنا

دەباتەبەر خۆسوتاندن بۆئەوەی دەوروبەر بترسێنێت ئەوا ئەو ژنە هەست بەوە دەکات کە بەردەوام خێزانو دەوروبەر مەترسین بۆسەر ژیانی ئەو یان ڕێگرن لەبەردەم هێنانەدی ئاواتەکانی هەروەك یەکەم شت کە لەسەرەتای ژیانیەوەو لەکاتی گاگۆلکێدا ڕیگری لێدەکرێتو بە بقە دەست پێدەکات ئەوەیەکە لەمناڵیەوە نزیك بونەوەی لەئاگر بە بقە دانراوەو بۆئەوەی چیتر ڕیگر نەبن کاری خۆسوتاندن لەجۆری ئاگر هەڵدەبژێرن وە زیاتر ئەو ژنانە ئەم ڕێگەیە هەڵدەبژێرن کە لەخێزانی محافیزکاردانو بەردەوام خەمی شەرەف لەهەموو خەمێکیتر لەپێشترە بەشێوەیەکی بەرفراوا ڕێگرن لەبەردەم حەزوئارەزووەکانی ژناندا بۆیە هەر زوو ژن لەم خێزانانەدا بێزار دەبنو پێی وایە بەخۆسوتاندن دەیان ترسێنن ، ئەوانەی کە بۆ بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر خۆیان سووتاندوە بەڕێژەی (٪٢٠)، هۆکارێکیتری خۆسوتاندنی ژنان بەومەبەستە ئەنجامی دەدەن کەسۆزو خۆشەویستی بەرامبەرەکەیان بۆخۆیان ڕابکێشن زیاتر لەو ژنانە دائەبێت بەهۆی هۆکاری دەرونیو نائومێدی بونی لەژیانو هەڵسوکەوت لەگەڵ بەرامبەردا پێویستیان بەسۆز هەیە کەدەبینن بێبەشن لێی پەنا دەبەنەبەر ئەم کارە تاکو بۆیان بگەڕێتەوە.وە ئەوانەی بۆتۆڵەکردنەوە ئەم ڕێگایە بەکاردێنن بەڕێژەی (٪٢٢) هەندێجار پەنا دەبرێتە بەرخۆسوتاندن بەمەبەستی تۆڵە سەندنەوە کەئەمەش زیاتر لەو کاتەنەدا ڕوودەدات کەئەو کەسە هەندێك کێشەو هەڵسوکەوتی لەلایەن دەوروبەرەوە بەرامبەر کراوەو دەسەلاتینیە ڕووبەڕوویان ببێتەوە بۆیە بەناچاریو بۆ تۆڵە کردنەوەی ئەو ناهەقیانەی کەبەرامبەریان کراوەو بۆئەوەی ببێتە باری سەرشانی خێزانەکەی . وە بەڕێژەی (٪١٥) بڕوای وایە چارەسەرە بۆکێشەکان، هیتر بەڕێژەی (٪١٠).کەواتە ژنان لەکۆمەڵگەی کوردیدا ئەو پاڵنەرانەی وا دەکات پەنا بۆمەرگ لەجۆری خۆسووتاندن ببەن وەك لەگریمانەی (٣) دا

دەریـدەخات بـریتین لـە بێزاربـوون لـەژیانو دەیانـەوێت تۆڵـە لەبەرامبـەر بکەنەوەو لەگەڵ ئەوەشدا بۆترساندنی دەوروبەر کە دەیەوێ ژیانی بۆ خۆش بکاتو توندوتیژی بوەستێنن.!

ڕێنمایت چیە بۆکەسێك کە دەیەوێت خۆی بسوتێنێ   خشتەی١٧

ڕێنماییتبۆدوورکەوتنەوەلەخۆسوتاندن	ژمارە	ڕێژە
هانابردن بۆ ڕێکخراوی ژنان لە کاتی کێشەدا	87	34%
باسکردنی کێشەکەی لای کەسێکی متمانە پێکراو	84	32%
خۆ مەشغول کرد بەشتێکیترەوە خوێندنەوە گۆرانی	35	13%
هیتر(دادگا)	54	21%
کۆی گشتی	260	100%

وە دواجـار وەك ئـەم گروپـە ڕێنماییـان بـۆ ئـەوە کەسـانەی دەیانەوێ خۆیـان بسوتێنن بـەم جۆرەیە ، هانا بردن بۆ ڕێکخراوی ژنـان لـەکاتی کێـشەدا بەرێـژەی (٣٤٪)، باسـکردنی کێـشە لای کەسێکی متمانە پێکراو بەرێژەی (٣٢٪) ، خۆمەشغولکردن بەشتێکی تـر تـا بـاری هەڵچونی دەروونـی

نامێنێ بەرێژەی (١٣٪)، هیتر (دادگا) بەرێژەی (٢١٪). بۆیە چارەسەر بۆ ئـەو کێشەیە دەبێت هەموو پێکهاتەکانی کۆمەڵگە تێیدا بەشداربێت وەکو چینی خوێنـدکار کەعەدالـەت پیـادە بکرێـت لـە هـەموو ئاسـتەکاندا وە ڕێنمایمـان ئەوەیـە کـە زوو ڕۆشـتن بـەدەم گرفتەکانـەوە بـۆ چارەسـەرکردنیو نەهێشتنەوەی لـەناو نـاخو دەروونـی کەسـەکەدا. پێویـستە پەنـد وەربگرین

لەژیانی ئەوانەی کـەخۆیان سـوتاندووە چونکە نەکێشەی چارەسـەر کـردووە لەگـەڵ ئەوەشـدا بـاری دەروونـیو جەسـتەیو تەندروسـتی خـراپتر دەکـات. دروست کردنی متمانە لەناو خێزانەکانـداو پتـەوکردنی خۆشەویستی نێـوان خێزان،لەگـەڵ ئـەوەی کاری خۆکوشـتن ئەگـەر ئـەو کەسـە بمرێت کۆمـەڵێك کێشە بۆ خێزانەکەی بەجێدێڵێت بەتایبـەتی ئەگـەر منـاڵی هـەبێت لـەڕووی دینیشەوە خۆکوشتن بەتاوانی گەورە دەزانرێت بۆیە ڕێنمایمان ئەوەیـە دوور بکەوینەوە لە خۆسوتاندن.

ئه نجامه‌كان

- بەپێ ی زانیاری گشتی دەرکەووتوە کە تەمەنی گروپەکە کە توشی سوتان بوو بریتیە لە زۆرترین ژمارەیان لەتەمەنی (٢٠ کەمترە) بەرێژەی (٤٦٪) وەك تێبینی کراوە تەمەنەکە لەنێوان (١٣-١٩)ساڵبوون، وە زۆرترین ژمارە لەنێو شارەکاندا کۆدەبنەوە واتە (٦٠٪) ، کەمترینیان لە لادێکاندا بەرێژەی (٩٪). بەپێی ئاستی خوێندن دەرکەوتووە زۆرترینیان بەرێژەی (٣٧٪) بریتی یە لە پلەی خوێندنیان ناوەندییە ، بەدوایدا نەخوێندەوار لە(٣٠٪)پێك دێنێ،کەمترینیان پلەی خوێندنیان لەئاستی پەیمانگاو زانکۆدایە بەرێژەی (٪ ٤).

- باری کۆمەڵایەتی گروپەکە دەرئەنجام ئەوەیە کە خێزاندار ،سەڵت، بێوەژن بەرێژەی (49.٪ ، 47٪،4٪). لێرەدا ئەوە دەردەخات ڕووداوی سووتاوی لە خێزاندا زیاتر ڕوودەدات وەك لەسەڵت وەك تێبینی کراوە ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن کە لەم گروپەدا (٥٣)کەسن ئەوانەی سەڵتن بریتیە لە (٢٦) کەس،خێزاندار(١٩)کەسن واتە زیاتر گەنجو سەڵتو خوێندکارن کە خۆیان سووتاندوون

- ئەوەمان بۆ دەردەخات کە زۆربەی ئەوانەی تووشی حاڵەتی سووتان بوون لە خێزانێکدا گەورەو پەروەردە بوون کە ژمارەیەکی زۆری تر منالی تری تێدایە کە ژمارەیان لەنێوان (٦-٩) کەسن کەواتە ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆرە لەنێوان ئەوانەدا کە سووتاون بۆیە کێشە کۆمەڵایەتیوئابوری وەگرفتە دەروونیەکان زیاتر دەبێ وە چۆنیەتی سووتاندنەکە بەشێوەی لەخۆوە سووتان (٪ ٧٩) وە خۆسوتاندن بەرێژەی (٢١٪) ئەمەش ئەوە دەردەخات کە هەموو ژمارەکە خۆسوتاندن نیە، بەڵکو حاڵەتی ترەو ڕووداوی کارکردنو ڕۆژانەش تێدایە. لە ژمارەی (٥٣) کەس کە خۆیان سووتاندوە تەنها (٣) کەس لەرەگەزی نێرە، (٥٠) کەسیان رەگەزی مێیە.

جارێکی تر ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت ژمارەی رەگەزی مێ زیاترە لە رەگەزی نێر کە خۆیان سووتاندوە لەگەڵ ئەمەشدا هەر رەگەزی مێیە ڕووبەڕوی حاڵەتەکانی سووتان دەبنەوە لە کاری ڕۆژانەدا بە بەراورد لەرەگەزی نێر کە ئەوان بەهۆی جۆری کارەکەیان لەدەرەوەی ماڵ بژێوی پەیدا کردن ڕووبەروی سوتان بونەتەوە. واتە شکستو نائومێدی بەشێکە لە ژیانی ڕۆژانەی ژن لەنێو خێزانەکاندا کە کراونەتە پاشکۆ وە ئەم نا ئومیدییە بۆ منداڵان دەگوێزرێتەوە وەك لەرێژەکەیخشتەی (٦)دا دەرکەوتووە کەم نین ئەو کەسانەی کە کە ڕووبەڕووی سووتان بونەتەوە سەڵتن‌و لەخێزانێکدا دەژین پاشکۆی باوك‌و بران . گرنگە لێرەدا باس لەوە بکەین کە زۆرێك لەژنان کە خۆیان دەسوتێنن ناتوانن راستی ڕوودانی سووتانەکە باس بکەن،

- ئەنجامە گشتیەکان دەریدەخات ژمارەی ئەوانەی بەنەوت سووتاون بریتییە لە رێژەی (٪ ٤٢)، بەنزین بەرێژەی (٪ ١٩) ، غاز بەرێژەی (٪ ٧) ، تەقینەوە بەرێژەی (٣،٥٪)، کارەبا بەرێژەی (٢،٥٪) وە هیتر بەرێژەی (٢٦٪).وە ئاسانترین شت کە لەبەر دەستدا بووە بریتییە لە بەکارهێنانی نەوت، وە ئاماژەش بەوە دەدات کە هەندێکیان لە ئەنجامی سەرقاڵیو نەبوونی شارەزایی لە چۆنیەتی بەکارهێنانی نەوت، تووشی حاڵەتی سووتان بوون، بەتایبەتی لەکاتی نەوت و بەنزین بەکارهێنان بۆ (تەباخ،پەرەمێز،مولیدەو شتەکانی تر)، یاخود جۆری کارەکەیان ئەم دوو ماددەیەیە.

-دەرئەنجامێکی تری ئەم توێژینەوەیە ئەوەمان بۆ دەردەخات ئەو کەسانەی کە خۆیان سووتاندوە پەشیمانن یاخود نا ئێستاش ئەیانەوێت لە ژیان نەجاتیان بێت بەم شێوەیەیە پەشیمانن بەرێژەی (٪ ٤٩) یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان بونەتەوە، پەشیمان نین بەرێژەی (٪ ٥١) . دەبینین رێژەی ٤٩٪ پەشیمانە لەخۆسووتاندن چونکە دوای خۆسووتاندن ئازاری

سووتان هەست پێدەكات. دێتە هۆش خۆی كە هەڵەیەكی كوشندەی كردووە لەبەر هەڵەیەك لەلایەن دەوروبەرەوە ئەم گەورەترین توندوتیژی بەرانبەر بە خودی خۆی كردووە . ئەوانەی كە پەشیمان نین لەوەی كە خۆیان سووتاندووە دەڵێن چونكە بەئارەزووی خۆم بووە بەرێژەی (١١٪)، خەتای خۆم بووە بەرێژەی (٪ ٣)، بۆئەوەی نەجاتم ببێت بەرێژەی (١٩٪)، هەموو رۆژێكم مردن بوو بۆئەوەی بمرم بەرێژەی (٪ ٣٧)، لەبەرئەوەی ئازاروتوندوتیژی هەبوو بەرێژەی (٪ ٨)، بێزارو بێهیوابوون لەژیان بەرێژەی (٪ ٢٢) تەنها رێژەی (١١٪،٣٪) دەڵێن بەئارەزووی خۆمانو خەتای خۆمان بوو واتە هۆكارەكە دەگەڕێننەوە بۆخۆیان ئیدی ئەوانی تر كەسانی تر پاڵنەر بوونو یا ناچار كراون كە ئەم رێگەیە هەڵبژێرن یا هەڕەشەیان لێكراوە كە دەبێت بیانكوژن.

-دەرئەنجامێكیتری توێژینەوەكە دەریدەخات خۆسوتاندن لەنێو ئەو (٥٣) كەسەی كە خۆیان سووتاندووە هۆكارەكان بریتین لە (كێشەی خێزانی بەرێژەی (٥٨٪)، كێشەی كۆمەڵایەتی بەرێژەی (٢٢٪)، كێشەی ئابووری بەرێژەی (٨٪)، بەرێژەی (١٢٪) هیتر كەرێژەیەكی دیارە كەخۆیان سووتاندوە وەك بەتێبنی نوسراوە (٣) كەسیان بەهۆی چەند حالەتێك كە تووشی نەخۆشی دەروونی بوون كەوابێ چارەسەرنەكردنی نەخۆشیە دەرونیەكان هۆكارە بۆ پەنا بردن بۆ خۆكوشتنو خۆسوتاندن. ئەوەش دەردەخات كەزۆرترین رێژە كێشەی خێزانوكۆمەڵایەتییەكە ئەمانەن سەرچاوەی نائومێدیی بۆ كەسەكەو پەنا دەباتە بەر مەرگ.

-دەرئەنجامێكیتر لەم تویژینەوەیدا دەركەووتوە كە پێش خۆسوتاندن هانایبردووە بۆ كەسانی تر بۆچارەسەری كێشەكە لەوەڵامدا بەڵێ بەرێژەی (٪ ٥٧)، نەخێر هانای بۆكەس نەبردووە بەرێژەی (٪ ٤٣)یە ، ئەو كەسە چیت بووە كە هانات بۆ بردووە ؟ خێزان (باوكوبرا،دایك وخوشك)

بەرێژەی (٢٧٪)، كەسی هاوسەرەكەی بەرێژەی (٣,٣٪)، خزموكەسی خۆیبەرێژەی (٪ ٣٣)، هاوڕێ(٤٪) بەرێژەی (١٣٪)، رێكخراو بەرێژەی (٢٠٪)، دادگا بەرێژەی (٣٪). زۆربەی ئەوانەی كە خۆیان سووتاندوە پێش خۆسوتاندنەكە هانایان بردووە بۆ ئەوكەسانەی پێشتر لەژیانی تایبەتیدا پرسی سەرەكیان پێكردوون وەك ماڵی باوك كە لێپرسینەوەی (باوكوبرا،دایكوهەندێ جارخوشكیگەورە) ، وە لەهەندێ خێزاندا لێپرسینەوە لەلایەن (مامو‌خاڵ)یش بووە بۆیە هانایان بۆ خزموناسیاو بردووە بۆ چارەسەری كێشەكانیان.بەڵام هیچ دەر ئەنجامێكی نەبووە، رێكخراوەكانیش یەنێكی تربوو كە كەس خۆسوتێن بەرێژەی(٪٢٠)هانایان بۆ بردووە پێش خۆسوتاندن، هەروەك پێشتریش ئاماژەمان پێداوە گرنگە رێكخراوەكان بكاری خۆیاندا بچنەوەو سیستمی نوێ دابنێن وە كادری شارەزاەتوانا ئاماجە بكەن بۆئەوەی ئەگەر كەسێ هانای بۆ برد بتوانن لایەنیكەم كەسەكە وا لێبكەن كە بڕواومتمانەی بەخۆی هەبێتو پەنا بۆ خۆكوشتن نەبەن.

- رێژەو پلەی سووتاویەكە لەم توێژینەوەیدا دەریدەخات كە پلەیەك بەرێژەی (٪ ١٢)، پلە دوو بەرێژەی (٪ ٢٨)، وە پلە سێ بەرێژەی (٪ ٦٠) دەگرێتەوە كەواتە زۆرترینیان رێژەی سوتاوییەكەیان پلە سێیە وە لەم ژمارەیەش (٧٧) كەس مردوون.لێرەدا دەكرێت گومانی لەخۆوە سوتانەكە كەم ببێتەوەو ئەو بۆچوونە ئەگەری راست بوونی زۆربێ كە ئەوكەسانەی خۆیان سوتاندووە نەتوانن دانی پێدابنێن چونكە سوتانی پلە سێ پێویست بە سوتەمەنی زیاترو ئامادەكردنی شوێنوكاتی سوتانەكە هەیە ئەمەش لە سوتفەوقەزاوقەدەرەوە دوورە كە(٪٦٠) سووتاوەكان بەو قووڵیەو زۆرە بسوتێن وەك لەپێشتردا باس كرا زۆرترینیان لە شەو درەنگو بەیانی زوودا سووتاون كەئەمەش كاتێك بووە كەسانی تر ئاگایان لەڕوودانی سوتاویەكە

نەبووەو بۆیە درەنگ پێیان زانیوەو شڵەژانی كاتی ڕووداوەكە بۆ كوژانەوەوفریا كەوتنی ئەوكەسە وایكردووە سووتاویەكەیان پلە سێ بێت.وەك تێبینی كراوەلە چاوپێكەوتنەكاندا دەركەوتووە ئەوانەی كە خۆیان سووتاندووە زۆرترینیان لەجۆری پلەسێیەو بۆتەهۆی ئەوەی گیان لەدەست بدەنو لەژیان نەمێنن وە هەندێكیان لە ژیان ماون

-بەشێوەیەكی گشتی لەم تویژینەوەیەدا ئەوەمان بۆ دەردەكەوێت كە خەتەرییەكانی سووتان كاریگەری دەبێت لەسەر ژیانی داهاتووی ئەو كەسە بۆیە زۆرترینیان پێیان وایە دەبێتە هۆی تێكچوونی جەستەیی بەڕێژەی (٣٤٪)، دابڕان لە كۆمەڵ بەڕێژەی (٣٠٪)، تێكچوونی باری دەروونی بە ڕێژەی (٪ ١٢)، كێشەكانی زیاتر ئاڵۆز دەكات بەڕێژەی (٢٤٪) . هەموو ئەمانەش دەبێتەهۆی هەڵوەشاندنەوەی خێزان زیاتر بێدەسەڵاتی ژن بەرامبەر بە پیاو، وەئەوكەسە زیاتر متمانەی بەخۆیوبەدەوروبەرەنەمێنێت

-جگە لەوەی ئەم توێژینەوەیە هۆكاروخەتەرییەكانی خۆسوتاندنی ژنان ڕوون كردۆتەوە باس لەوەش دەكات كە پاڵنەری هەڵبژاردنی خۆسوتاندن لەوانەی خۆیان سوتاندووە بەڕێژەی (٪ ٣٣) وەك ترساندنی دەوروبەر بەكارهێناوە ، كەواتە هەندێك جار ژنان بەهۆی نائارامی دۆخی خێزان، شقارتەیەكەو تۆزێك نەوت بەكاردێنێت كەبەبڕوای خۆی هەر ماكسیەكەی دەسوتێ بەلاَم دەبێتە هۆی سوتانی جەستەییو پەشیمان دەبێتەوە لەم ڕێگایەی هەلیبژاردووە بەهی هەلچونێكی كتوپڕەوە بووەبڕیاركەی بەپەلەداوە، وە لەلایەكی ترەوە كاتێك ئافرەت پەنا دەباتەبەر خۆسوتاندن بۆئەوەی دەوروبەر بترسێنێت ئەوا ئەو ژنە هەست بەوە دەكات كە بەردەوام خێزانو دەوروبەر مەترسین بۆسەر ژیانی ئەو یان ڕێگرن لەبەردەم هێنانەدی ئاواتەكانی و بۆئەوەی چیتر ڕیگر نەبن كاری خۆسوتاندن لەجۆری ئاگر هەڵدەبژێرن .ئەوانەی كە بۆ بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر

خۆیان سووتاندووە بەڕێژەی (٢٠٪)، هۆكارێكیتری خۆسوتاندنی ژنان بەومەبەستە ئەنجامی دەدەن كەسۆزو خۆشەویستی بەرامبەرەكەیان بۆخۆیان ڕابكێشن پەنا دەبەنەبەر ئەم كارە تاكو سۆزوخۆشەویستیان بۆیان بگەڕێتەوە ئەمانەش زیاتر لەو كەسانەدا دەردەكەوێت كە هەر لەمناڵیەوە لەسۆزوخۆشەویستی بێبەش كراون وەك نەمانی دایك یا باوك یا جیابونەوەی دایكوباوك .وە ئەوانەی بۆتۆڵەكردنەوە ئەم ڕێگایە بەكاردێنن بەڕێژەی (٢٢٪) هەندێجار پەنا دەبرێتە بەرخۆسوتاندن بەمەبەستی تۆڵە سەندنەوە كەئەمەش زیاتر لەو كاتەنەدا ڕوودەدات كەئەو كەسە دەیەوێ هاوسەری ژیانی خۆی دیاری بكات و مافی پێشێل دەكرێتو شتی خراپ دەخرێتە ئەستۆ بۆیە بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی ئەودەسەلأتەی كە زاڵە بەسەریدا بۆیە بەناچاریو بۆ تۆڵە كردنەوەی ئەو ناهەقیانەی كەبەرامبەریان كراوەو بۆئەوەی ببێتە باری سەرشانی خێزانەكەی یان ناوزڕاندنیان لە كۆمەڵدا. چونكە خێزانی خۆسوتێن لەناو كۆمەڵدا دەبێتە جێی قسەو باسی خەڵكی تووشی جۆرێك لەشكاندن دەبن بۆیە پەنا دەباتەبەر خۆسوتاندن . وە بەڕێژەی (١٥٪) بڕوای وایە چارەسەرە بۆكێشەكان، هیتر بەڕێژەی (١٠٪).

- وە دواجار لەم توێژینەوەیەدا ئەوە دەردەخات لەكۆی گشتی ٣٦٠ كەس لەم گروپە ڕێنماییان بۆ ئەو كەسانەی دەیانەوێ خۆیان بسوتێنن بریتیە لە زۆرترینیان پێیان باشە(هانا بردن بۆ ڕێكخراوی ژنان لەكاتی كێشەدا بەڕێژەی (٣٤٪)وە باسكردنی كێشە لای كەسێكی متمانە پێكراو بەڕێژەی (٣٢٪)).

سەرنج :-

یاسای (٤٢)ی پەرلەمان رۆژی ٢٠٠٤/١٠/١٣ دا دەرچووە و دەقی یاساكە تیایدا هاتوە:

پشت بەستن بە حوكمی برگە (١) مادده(٥٦)و مادده(٥٣)ی یاسای ژمارە(١)ی ساڵی ١٩٩٢ی هەموار كراو، هەروەها ئەوەی لەسەر ئەوەی ئەنجومەنی وەزیران خستیانە ڕوو، هەروەها ئەوەی كە ئەنجومەنی نیشتمانی لە كوردستانی عێراقدا یاسا ڕێژی كردووە لە دانیشتنی ژمارە (٥٠) ی رۆژی ٢٠٠٤/١٠/١٢، هەروەها بەپێی ئەو دەسەڵاتەی پێماندراوە بەپێی برگە (٣)ی ماددەی دووەمی یاسای ژمارە (١٠)ساڵی ١٩٩٧، بڕیاری دەركردنی ئەم یاسایەمان دا:

یاسای ژمارە (٤٢)ی ساڵی ٢٠٠٤

جێبەجێكردنی

ماددەی یەكەم:

جێبەجێبونی برگەی (١)ی مادده (٤٠٨)ی یاسای سزادانی عێراقی ژمارە (١١١)ی ساڵی ١٩٦٩ی هەمواركراو دەوەستێنرێت لە هەرێمی كوردستان/عێراقداو ئەو دەقە جێگەی دەگرێتەوە:

سزا دەدرێت بە بەندییكردن بۆماوەیەك زیاتر نەبێت لە حەوت ساڵ، هەر كەسێك هانی كەسێكی تر بدات یان كۆمەكی بكات بەهەر هۆیەك بۆ خۆكوشتن یا بووە هۆی ئەو خۆكوشتنە، ئەگەر هاتوو خۆكوشتنەكە بینا لەسەر ئەو هاندانە ئەنجامدرا، هەروەها سزاكە (گرتن) دەبێت ئەگەر هاتوو هەوڵی تاوانەكە درا.

ماددەی دووەم:

كار بەهیچ دەقێكی دژ بە ئەحكامەكانی ئەم یاسایە ناكرێت.

ماددەی سێیەم:

پێویستە لەسەر ئەنجومەنی وەزیران ئەحكامەكانی ئەم یاسایە جێبەجێبكات.

ماددەی چوارەم:

ئەم یاسایە لە رۆژی بڵاوكردنەوەیەوە لە رۆژنامەی (وەقایعی كوردستاندا) جێبەجێدەكرێت.

د. كمال عبدوالكریم فوئاد

سەرۆكی ئەنجومەنی نیشتمانی كوردستان/عێراق

وەك ئاشكرایە زۆرن ئەو كەس‌وكارانەی سكالاَ تۆمار دەكەن‌و داوای سزا دانی ئەو هاوسەرانە دەكەن كە دەبنە هۆكاری خۆسوتاندنی كچەكانیان ،بەلاَم قسەی ئەو ژنە بەرلەمردن ناوی كەسێك دەهێنن كە بۆتە هۆی پاڵنەری خۆسوتاندنكەیان بە بەلگە ئەژمارد ناكرێت ،ئەمەش وا دەكات كەس بە تاوانی خۆسوتاندنی كچەكەی یا خوشكەكەی یان ژنەكەی سزا نادرێت ، چونكە ئەو سوتاوانە چەند سەعاتێك یا چەند رۆژێك پێش مردن ناوی كەسێك دەهێنن كە بۆتە پاڵنەری خۆسوتاندنەكەیان بەلاَم بەهەند وەرناگیرێ بەبیانوی ئەوەی كە سووتاوەكە دەزانێ دەمرێت ناوی كەسێك كە پێشتر ڕقی لێیە دەڵێت ، یاخود هەندێجار ژنەكان بەهۆی ئەوەی كێشەی بنەماڵەو خێزان دروست نەبێت‌و منداڵەكانی سەری لێنەشێوێت ناوی ئەو كەسە ناهێنێ بۆئەوەی بگیرێت. كەواتە پێویستە پسپۆری یاسایی ،دەروونی‌وكۆمەلاَیەتی بەدواداچوون بۆ ئەم حاڵەتانە بكەن تاكو بەپێی یاسا كە ئێستا پەرلەمان بەرنامەی داڕشتنی یاسایەك بۆ ئەم مەبەستە دەدات بەشێوەیەكی گونجاو هەموار بكرێت.

پێشنیارو چارەسەرەکان

- ڕاگەیاندن:-

١-بڵاوکردنەوەی بەرنامەی فکریو ڕۆشنبیری لەکەناڵەکانی ڕاگەیاندن تایبەت بە خۆسوتاندن بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی زانیاری ژنان لەبواری کۆمەڵایەتیو زیاتر تێگەیشتن لەدابو نەریتیو بەها ئاکارییەکانی کۆمەڵگە.

٢-پێویستە توێژینەوەی زانستی زیاتر لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن بکرێت بۆئەوەی لەرێی توێژینەوەوە بتوانرێ ڕێگە چارەی گونجاو دیری بکرێتو دیاردەکە وەك خۆی لەکۆمەڵگەدا دەربکەوێت.

٣-بەستنی کۆڕوسیمینار لە شاروشارۆچکەکان بۆ ڕۆشنبیر کردنی مامۆستایانو پیشەواکانی دیکەی کۆمەڵگە بۆ هۆشیارکردنەوەو بەرزکردنەوەی ئاستی ووشیاری دەروونیو کۆمەڵایەتی گەنجەکانو ژنان کاراکردنی ڕۆڵیان لەکەمکردنەوەی دیاردەکە.

- دەزگاکۆمەڵایەتیەکان:-

٤-بنیاتنانی سەنتەری تایبەت بەو ژنانەی کە خۆیان دەسوتێننو ئەمێنن واتە نامرن واتە بۆ پاراستنی قوربانیانی سووتان وە گرنگی پێدانیانو تێکەڵاوکردنیان بە کۆمەڵ تاکو دانەبڕێن لەکۆمەڵ واتە ڕاهێنانەوەی تواناوکەسێتی ژنان لەدوای خۆسوتاندن لەلایەن ڕێکخراوو دەزگاکۆمەڵایەتیەکان.

٥-خولقاندنی دەروازەی پێویست بۆ رادەربڕینو خاڵی کردنەوەی فشارە دەروونیەکانی ناوەوەو و پاراستنی تاکەکانی کۆمەڵ لەلادانو نەخۆشیوگرفتیدەروونیوکۆمەڵایەتی. وە چارەسەرکردنی کێشە کۆمەڵایەتیو دەروونیەکان لەلایەن توێژەرەکان.

١-بوونی سەنتەرێکی ڕاوێژکاری خێزان بۆ گرنگی دانو هۆشیارکردنەوەی تاکەکانی کۆمەڵگە لەپێکهێنانی خێزاندا پێش قۆناغی هاوسەرگیریو دوای قۆناغی هاوسەرگیری کە ستافی لێهاتوو و پسپۆر ڕێنماییو ڕێگا چارەی

گونجاو بخاتە پێشچاو گەنجان لەپرۆسەی خێزانداو مافەکانی ئەندامانی خێزان پێشێل نەکرێت بۆکەمکردنەوەی کێشەی خێزانی .

-دەزگا تەندروستیەکان:-

٢-کردنەوەی سەنتەری نەشتەرگەریوجوانکاری تایبەت بەو ژنانەی کە ڕووبەڕوی سووتان دەبنەوە بۆ چارەسەرکردنی کێشەتەندروستیەکانیانو جوانکاری لەجەستەو ڕووخساری تێکچووی ژنان لەدوای سووتان لەلایەن دەزگاتەندروستیەکانەوەبە هاوکاری حکومەتو ڕێکخراوەکانی ژنان بۆئەوەی نەشتەرگەرییەکەی تێچوونی زۆری تێنەچێت و بتوانرێت چارەسەریان بۆبکرێت لەم سەنتەرەدا.

٣-پێویستە تۆڕی گونجاووشیاو هەبێت لەنەخۆشخانەی ئیمیرجینسی،فێرکاری یا هەر بنکەیەکیتر بۆئەو کەسانەی کە خۆیان دەسوتێنن بۆ ئەوەی ئامارەکان بەشێوەیەکی ووردو دروست کۆبکرێتەوە.

٤-ئەکتیف کردنو دانانی لیژنەی تایبەتمەند لە (توێژەری کۆمەڵایەتی،توێژەری دەروونی،پزیشکی پسپۆڕ) لەنەخۆشخانەکان بەتایبەت لەنەخۆشخانەی ئیمیرجینسیو فێرکاری بۆئەوەی بەدواداچوونی تەواو بکرێت بۆ کەسی سووتاو لەدیاریکردنی ڕوودانی لەخۆوەسووتانە یا خۆسوتاندنە چونکە زۆرێك لەوانە راستی ڕووداوەکە ئاشکرا ناکەنو نازانرێت هاندەروپاڵنەرەکان کێ یە؟

٥-بەرنامەی هۆشیارکردنەوەی گەنجان لەکاتی ڕووداوی سووتان کە پێویستە بەلایەنی کەمەوە لەهەموو ماڵێك یەکێکیان بزانێت فریاکەوتنی سەرەتایی بۆ کەسێك دەسوتێت چی یە؟ باشترین نوخبە بۆوەرگرتنی ئەم ووشیارییە خوێندکارانن.

-ڕێکخراوەکان:-

١.	دابین کردنی شوێنێك یا پەناگەیەك لەلایەن ڕێکخراوەکانیژنانەوە بەهاوکاری حکومەت، بۆئەو کچوژنانەی کە لەدوای خۆسوتاندن نایەنەوێت بگەڕێنەوە نێو خێزانەکانیان ئیتر ئەو خێزانە

مالّی(باوك،هاوسەر،مام،...هتد)بێت واتە بۆئەوەی کێشەکانیان زیاتر نەبێتو لەژینگەیەکی‌تردا بژین کەبتوانرێت توانای خۆگونجاندنو متمانەکردنیان بۆ دروست بکرێت وە لەکاتێکدا ئەو ژنەی دەمرێت منالّەکانی لەم شوێنە دا بەخێووپەروەردە بکرێت نەدرێتەوە بەکەس‌وکاری چونکە کاریگەری خراپ دەخاتە سەر ژیانی ئەو منالاّنە بە نەمانی دایك .

٢. پێویستە بەرنامەی هۆشیارکردنەوەو بەرزکردنەوەی توانای ژنان بۆچارەسەر کردنی گرفت‌وکێشەکانیان لەخێزانو کۆمەلگەدا پشت ببەستن بەخۆیانو دوور بکەونەوە لەرێگەچارەیەك کە خۆسوتاندن بێت کە بەزیانی خۆی تەواو دەبێت.

٣. پێویستە هۆشیاری تەواو بدرێت بەخێزانی کوردی لەسەر چۆنیەتی خۆپاراستن لە سەرجەم سەرچاوەو ئامێرەکانی بەکارهێنانی ئاگر و سوتەمەنی.

٤. هەولّدان بۆهاندانی خێزانەکان لە نەهێشتنی (پەرەمێزو تەباخی نەوت) لەنێو مالّی کوردیداو ئاشکراکردنی مەترسیەکانی بۆسەر ئەندامانی خێزان.

دەسەلاّتو یاسا:-

٥. دەسەلاّت پێویستە بەشێوەیەکی یاسایی وبەفەرمی داکۆکی بکاتو پشتگیری لە خواستی ژنان بکەن لەکاتی هەولّدان بۆخۆسوتاندن بە بەهاناوەچوونو چارەسەرکردنی گرفت‌وکێشەکانیان لەرووی دەروونی‌وکۆمەلاّیەتی‌وئابوورییەوە ئەویش بەدابین کردنی جێگاوشوێنی گونجاووشیاو بۆ پارێزگاری کردن لەو ژنانە.

٦. هەموار کردنی یاسایەك بۆ ئەوکەسانەی کە هاندەرن وەهۆکارێك دەبن بۆ خۆسوتاندنی رەگەزی مێینە چونکە نەبوونی یاسایەکی تۆکمە بۆ ئەم مەبەستە وادەکات مانەوەی دیاردەکە بەردەوام بێ ،یاسای پەرلەمانی

ژمارە ٤٢ ماددەی ٤٠٨ دەبێت کارا بکرێتو پیادەو جێبەجێ بکرێت لەلایەن داواکاری گشتی پێویستە رۆلّی خۆی ببینێ ،پۆلیس‌وئاسایش وە دادگا سزای هاندەری کەسی خۆ سوتێن بدات.

٧. پێویستە حکومەت لەرێگەی وەزارەتەکانی (مافی مرۆڤ،کاروباری ژنان، کاروکاروباری کۆمەلاّیەتیو تەندروستی) ئامانجی درێژخایەن بەپلانی بەرنامەدانان بۆ بنەبڕکردنی دیاردەی خۆسوتاندنو کەمکردنەوەی خۆکوشتن لەلایەن تاکەکانی کۆمەلگەوە وە دەرخستنی ئامارەکان بەشێوەیەکی دروستو رەسمی.

٨. ناوەندی زانکۆ ببێتە مەیدانی لێکۆلّینەوە لە هەموو بوارەکاندا چونکە لێکۆلّینەوەو توێژینەوە رۆلّی گرنگیان هەیە بۆ گۆڕانکارییەکانی ناو کۆمەلگە ،بۆئەم مەبەستەش کردنەوەی سەنتەری (توێژینەوەو لێکۆلّینەوە تەندروستی،کۆمەلاّیەتی،دەروونی)بەشێوەی ئەکادیمیو زانستی بێت پێویستە راسپاردەو رێنماییەکان بچنە بواری خوێ،دنو جێبەجێکردنەوە.

٩. پێویستە گروپێك دروست بکرێت بۆ بەدواداچوونی حالّەتی سووتانو دیاریکردنی هۆکاروپالّنەرەکان بە ووردی لێبکۆلّرێتەوە لەلایەن ئەندامانی رێکخراوەکانی ژنان،بەرێوەبەرایەتی توندوتیژی ژنان، بەرێوەبەرایەتی چاودێری‌وکۆمەلاّیەتی کەسانی پسپۆری یاساییو پزیشك کە بەدواداچوون بکەن بۆ خۆسوتانی ژنان لەهەر خێزانێکی کوردیدا. لەهەمان کاتدا ئەم لیژنەیە کاری جدی بکات بۆ بەدواداچوونی کاری کارگەکانی سووتەمەنی غاز دروستکردن لە کوردستان بۆئەوەی چیتر بتلّی خراپ‌وجۆری غازی خراپ بەرهەم نەهێنرێ لەپێناو سەلامەتی خێزان دا چونکە جاری وا هەبووە حالّەتی لەوجۆرە هەبووە کەبتلّی غازەکە خراپ بووە بۆتە هۆی روودانی سووتان دیسان ژن زەرەرمەند دەبێت کاری بەکارهێنانی ئەو غازە بۆپێویستی رۆژانە هەر لەلایەن ژنانەوەیە.

سەرچاوەکان

سەرچاوەی کوردی:-

١. كنێرعەبدوڵلاّ،سالّی٢٠٠٥،پێگەی ژن لەکۆمەلّگەی کوردەواریدا ،لەبلاّوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان،چاپی یەکەم، چاپخانەی تەوار.

٢. د.کەریم شەریف،سالّی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی. چاپی دووەم، چاپخانەی حاجی هاشم.

٣. كنێرعەبدوڵلاّ،سالّی٢٠٠٧،توندوتیژیی وەزیفی دژی ژنان لە فەرمانگە حکومیەکاندا، لەبلاّوکراوەکانی دەزگای چاپ‌وپەخشی سەردەم

٤. د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف،سالّی٢٠٠٥، دامەزرێنەران‌وسەرهەڵدانی کۆمەڵناسی، لەبلاّوکراوەکانی دەزگای چاپ‌وپەخشی سەردەم

٥. پیتەرکلۆس ،و.خلیل محمد،سالّی٢٠٠٠، ئەنترۆپۆلۆزیای کولتوری.

٦. مەسعودسەفیری ،و.بەیان عەزیزی،سالّی٢٠٠٧، ئاناتۆمیتوندوتیژی، چاپی یەکەم، لەبلاّوکراوەکانی دەزگای چاپ‌وپەخشی سەردەم

٧. جەبارسابیر ، ٢٠٠٤، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەکانی ژن.

٨. کنێر عەبدوڵلاّ ، ٢٠٠٥،ژن لەبازنەیەکی داخراودا،لەبلاّوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان،چاپی یەکەم، چاپخانەی تەوار.

٩. عونیالقیصر،ملیحەعبدالمنعم،و.سابیر بکر،سالّی٢٠٠٢،سۆسیۆلۆژیای خێزان،چاپی یەکەم،چاپخانەی داناز ٢٠٠٢

.١٠ فتحی هلال،و،سەنتەری ژینیا،٢٠٠٨،ڕێبەری توێژەر بۆتوێژینەوەی زانستی.

.١١ طبار،علی رەزا علوی، و. ابوبکر خۆشناو، کۆمەلگەی مەدەنی چیە، سالّی ٢٠٠٠ ،زنجیرە کتێبی روناکبیری مەکتەبی رێکخستنی یەکێتی نیشتمانی کوردستان.

.١٢ سۆران سعید،تارا صبحان، ابوبکر علی،سالّی٢٠٠١،ئەرك‌و ڕۆڵی دەزگا کۆمەلاّیەتیەکان لەبەرەو پێشبردنیڕەوشی گەنجان لە کۆمەڵگەدا، لێکۆڵینەوەی دەرچوون،بەسەرپەرشتی برۆفیسۆری یاریدەدەر عبدالحمید بەرزنجی، زانکۆی سەلاحەدین،کۆلیژی ئاداب-بەشی کۆمەڵناسی.

.١٣ نەسرین جمال،نیان عزیز ، سالّی٢٠٠٤، رۆڵیشێوازی پەروەردە لەگەشەپێدانی کۆمەلاّیەتی لەخێزانی کوردیدا. لێکۆڵینەوەی دەرچوون ،بەسەرپەرشتی د.ئاسۆ ابراهیم ، زانکۆی سلێمانی،کۆلیژی ئاداب-بەشی کۆمەڵناسی.

.١٤ئاوات محمد،لێکۆڵینەوەیەك لەسەر دیاردەی خۆسوتاندنی ژنان،ڕێکخراوی ئاسودە،٢٠٠٤

.١٥ (ڤیان دزەیی، خۆسوتاندن‌و تێڕوانین‌و چارەسەر ، هەولێر ٢٠٠٨،چاپی یەکەم، لەچاپکراوەکانی ئەنجومەنی نیشتمانی کوردستان-عێراق (لیژنەی داکۆکیکردن لەمافی ئافرەتان‌و ژنان.

سەرچاوەی عەرەبی:-

١. د.ناجی،الانتحار،دراسة نفسية-اجتماعية للسلوك الانتحاري.

٢. د.احسان، ساڵی ١٩٩٩ ،موسوعة العلم الاجتماع.

٣. د.وهيبة شكر،١٩٩٠،العومل انفسية في جنوح الاحداث.

٤. منصور،١٩٧٨،اسس العلم النفس العام.

٥. احمدالسيد،د.سميرة ،١٩٧٧،مصطلحات علم الاجتماع.

٦. د.سارجنت، ١٩٩٩ ،علم النفس الحديث.

٧. راجح،احمدعزت، ١٩٨٥ ،اصول علم النفس.

٨. الجراح ،عبدالناصرذياب، ٢٠٠٤ ، علم النفس العام.

٩. لازاروس،ريتشارد،١٩٨١،الشخصية.

گۆڤارەکان:-

١. لەتیف فاتح، گۆڤاری تەوار، یەکێتی ژنانی کوردستان٢٠٠١، ژمارە (٥) چاپخانەی تەوار.

٢. عەتا ناهی خۆکوژی ژنانوڕازی هەڵبژاردنی ئاگر، گۆڤاری رەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن.

٣. د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥.

٤. د.ڕێدار، ساڵی ٢٠٠٦، گۆڤاری سایك، ژمارە٥.

٥. صلاح حسن، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمارە٥

٦. ئەکرەمی میهرداد ،گۆڤاری تەوار، یەکێتی ژنانی کوردستان ساڵی٢٠٠٧،کۆمەڵناسیخێزان، چاپخانەی تەوار.

٧. سامان سیوەیلی،ساڵ٢٠٠٧،سایکۆلۆژیا.

٨. د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە٣

٩. عزەدین ئەحمەد، حوزەیرانی ٢٠٠٦، گۆڤاری سایك، ژمارە ٣

١٠. سۆزان جمال، ٢٠پایزی ٢٠٠٧، گۆڤاری تەوار.

١١. ن. محمد نەبیە، پسپۆری نەخۆشیە بۆماوەییەکان، پەرچەڤەی:ساکار جمال ، گۆڤاری زانستی سەردەم.

١٢. ن. ویندیگرانت،پەرچەڤەی شیرزادحسن، بڕوابەخۆبوون ڕازی بوو لەخودی خۆت ،گۆڤاری زانستی سەردەم

١٣. عوسمان یاسین،ساڵی ١٩٩٦ لێکۆڵینەوەیەك لەسەر ئافرەتو کێشەی کۆمەڵایەتی لەڕوانگەی (نەوال سەعداوی) ،گۆڤاری رەوشەن

ئینتەرنێت:

١٠. . نیت برنامج دليل الطب البديل برعاية مركز الطب البديل بطنطا الحزن والكابة الاصدار الاول

Companion to psychiatry studies , 2004, p 662 –

(Mehran Zarghami, Alireza Khalilia , Deliberate self-burning in Mzandaran, Iran, March 2002, page 115--119)

http://www.bangewaz.com -http://www.rozhnama.com

فۆرمی زانیاری بۆ ئەوکەسانەی ڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە

زانیاری گشتی

ناوی سیانی.................................... رەگەز.........

١.تەمەنت چەندە؟٢٠ساڵ کەمتر ☐ ٢٠-٣٠ ☐ ٣٠-٤٠ ☐ ٤٠-٥٠ ☐ ٥١ بەرەوسەر ☐ ☐ ☐

٢.شوێنی نیشتەجێ بوون؟ شار ☐ قەزا ☐ ناحیە ☐ لادێ ☐ ☐

٣.ئاستی خوێندەواری؟نەخوێندەوار ☐ نوسین و خوێندنەوە ☐ سەرەتایی ☐ ناوەندی ☐ ئامادەیی ☐ پەیمانگا ☐ زانکۆ ☐ خوێندنی باڵا ☐

٤. کاردەکەیت؟ بەڵێ ☐ نەخێر ☐

٥.جۆری کارەکەت؟ خوێندکار ☐ فەرمانبەر ☐ مامۆستا ☐ ئەندازیار ☐ دکتۆر ☐ ڕێکخراو ☐ هیتر ☐

٦- باری کۆمەڵایەتی: ☐ سەڵت ☐ خێزاندار ☐ بێوەژن ☐

٧.ژمارەی ئەندامانی خێزان: ٣کەمتر ☐ ٣-٦ ☐ ٦-٩ ☐ ٩زیاتر ☐

٨- جۆری نیشتەجێ بوون: کرێ ☐ موڵک ☐ هیتر ☐

زانیاری تایبەت :

٩- چۆنیەتی ڕوودانی سوتانەکە : خۆم سوتاند ☐ لەخۆوە سوتاند ☐

١٠. بەچی سوتایت ؛ نەوت ☐ بەنزین ☐ کارەبا ☐ پەرمیز ☐ هیتر ☐

- بۆئەم جۆرەت هەڵبژارد : ....

١١. هۆکاری سوتاندنەکە چی بوو؟ کێشەی خێزانی ☐ کێشەی کۆمەڵایەتی ☐ کێشەی ئابووری ☐ هیتر ☐

١٢- کاتی سوتانەکە کەی بوو؟ بەیانی زوو ☐ نیوەڕۆ ☐ ئێوارە ☐ شەو درەنگ ☐

١٣- ئایا پەشیمان نیت لەوەی کەسوتاویت؛ بەڵێ ☐ نەخێر ☐

١٤.ئەگەر (نەخێر)ە بۆچی پەشیمان نیت؟...

١٥. خەتەریەکانی دوای خۆسوتاندن چیە؟

کێشەکان زیاد ئەکات ☐ تێکچوونی جەستەیی ☐ تێکچوونی باری دەروونی ☐ دابڕان لەکۆمەڵ ☐ کاریگەری لاوەکی ☐ هەمووی ☐

١٦- دوای چاکبونەوەی سوتاندنەکە نەشتەرگەری بۆ جوانکاری ئاسەواری سوتاندنەکە دەکەیت؟ بەڵێ ☐ نەخێر ☐

١٧- ئایا پێش خۆسوتاندنت هانات بۆ کەس برد بۆچارەسەری کێشەکەت بەڵێ ☐ نەخێر ☐

١٨- ئەگەر بەڵێ ئەو کەسە چی تۆیە؟...

١٩-ڕێژەی سوتاوییەکەت چەندە؟ پلە یەک ☐ پلەدوو ☐ پلە سێ ☐

٢٠-بەڕای تۆ بۆچی ئەوکەسانە ڕێگەی خۆسوتاندن هەڵئەبژێرن بۆ خۆکوشتن؟

بۆتۆڵە کردنەوە بۆبەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر ☐ بۆترساندنی دەوروبەر ☐

بڕوای وایە چارەسەرە بۆکێشەکانی ☐ هیتر ☐

٢١- پێش خۆسوتاندنت هانات بۆ کێ برد بۆچارەسەری کێشەکەت دادگا ☐ پۆلیس ☐ ڕێکخراوی ژنان ☐ خزم ☐

٢٢. ڕێنماییت چیە بۆئەوکەسانەی ئەیانەوێت خۆیان بسوتێنن؟

هانابردن بۆ ڕێکخراوی ژنان لەکاتی کێشەکانیاندا ☐ باسکردنی کێشەکەی لای کەسێکی متمانەپێکراو ☐ خۆ مەشغوڵکردن بەشتێکی ترەوە وەک گوێگرتن لەمۆسیقاوگۆرانی ☐ هیتر ☐

ئیمزا

خۆی .... هاوڕێ....................

یەکێتی ژنانی کوردستان

بەشی تەندروستی

لەزنجیرە بڵاوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان

*ژن لەسەردەمی دیموکراسیدا- و/ سۆزان جەمال

*ئەنفالی سێو کاریگەرییەکانی لەسەر ژنی پاشماوەی ئەنفال

توێژینەوەی/ هێمن باقر عەبدول بەرهەم عومەر عەبدوڵڵا

*روخساری ژن لەئوستراليا

*روخساری ژن لەتالەند

*روخساری ژن لەژاپۆن

و/ شەیدا سەلاّح

*حەریم لەکۆشکەکانی عوسمانیدا- و/ لەیلا عەلی

*گوناهەکانی ژن بوون و ستەمەکانی جەستە- و/ لەیلا عەلی

*عەشق وخۆشەویستی لەنێوان وەهم و واقیعدا- نووسینی: سەروەر کەریم

*ژن لەبازنەیەکی داخراودا- نووسینی: کنێر عەبدوڵڵا

*جەلاد ستەم دەکات قوربانی لۆمە دەکرێت- و/ شۆڕش محەمەد حسێن

*پێگەی ژن لەکۆمەڵگەی کوردیدا- نووسینی: کنێر عەبدوڵڵا

*بێ یاریی هیچ گەشەکردنێك نییە- و/ سەمەدی مەلا ئەحمەد

* فەرهەنگی ژن لەنێوان کۆیلەبوون و شیعردا- نووسینی: شیرین تاهیر

*تابەیانی- نووسینی: لەیلا سیمایی

* کارابوونی ژنان لەبواری کاری بەرهەمهێنەردا- و/ کامیل قەرەداخی

*کاریگەریی ژینگەکانی کارکردن لەسەر کچانی ئیشکەر- کاروان نوورەیی

*گوانەهە سپییەکانی باران- ئاورین فەرەیدون

ئازارەکانی من- پرۆژەی بەشی تەندروستی یەکێتی ژنانی کوردستان

بیرەوەرییەکانی ژنانی شاخ

ژن و سۆسیایزم – وەرگێڕانی: ماردین جەلال

*قاقڕ_ وەرگێڕانی: عەلی بیروەندیی

* زیندەسوتێنراو- وەرگێڕانی: نوری کەریم

*ئایدز- ئامادەکردنی: د.عبدالفتاح حمه رحیم هەورامی

*گولێك لەبیابانی ئەفریقا- وەرگێڕانی: نوری کەری

*کوشتنی ژنان لەئاماری میدیاکانەوە – کنێر عەبدوڵڵا