حکومەتی هەرێمی کوردستان – عێراق

وەزارەتی خوێندنی باڵاو توێژینەوەی زانستی

سەرۆکایەتی زانکۆی سلێمانی

فاکەڵتی زانستە مرۆڤایەتییەکان

سکوڵی زمان/ بەشی کوردی

ڕۆڵی زمان لەئاڕاستەکردنی لایەنی دەروونیی تاکدا
(لێکۆڵینەوەیەکی زمانەوانیی دەروونییە)

نامەیەکە

دەرون عەبدولڕەحمان ساڵح

پێشکەشی فاکەڵتی زانستە مرۆڤایەتییەکان/ سکوڵی زمانی زانکۆی سلێمانی کردووەو بەشێکە لەپێویستییەکانی پلەی دکتۆرا لە زمانی کوردیدا

بەسەرپەرشتی

پ.ی.د. عەبدولواحید موشیر دزەیی

(2714) ی کوردی   (2014) ی زایین

پێشکەشە بە

ئازیزان ...

دەرون

سوپاس و پێزانینی

- یەزدانی مەزن دەکەم بۆ ئەم قۆناغەی پێی گەیشتوم.
- سەرپەرشتیارەکەم (پ.ی.د. عبدالواحد مشیر دزەیی)دە کەم، کە سەرپەرشتی نامەکەی گرتەئەستۆ، و بەردەوام بە شێوەیەکی هێمن و دڵسۆزانە ڕێنمایی بەسودیکردوم، هیوای تەمەن درێژی بۆ دەخوازم.

پێڕست

لاپەڕە	بابەت
	پێشەکی
1	(1/0) ناونیشان و بواری نامەکە
1	(2/0) هۆی هەڵبژاردنی ناونیشانەکە
1	(3/0) کەرەستەی نامەکە
1	(4/0) ڕێبازی لێکۆڵینەوەی نامەکە
2	(5/0) ئامانجی نامەکە
3 - 2	(6/0) بەشەکانی نامەکە
4 - 3	(7/0) گرنگی نامەکە
	بەشی یەکەم: زانستی زمانی دەرونیی و دەماریی
5	(1/1) زانستی زمانی دەرونیی
8 - 5	(1/1- 1) ناساندنی زانستی زمانی دەرونیی
11 - 8	(1/1- 2) بوارەکانی زانستی زمانی دەرونیی
23 - 11	(1/1- 3) تیۆرەکانی زانستی زمانی دەرونیی
23	(2/1) زمان و مێشك
28 - 23	(2/1 - 1) کۆئەندامی دەمار
36 - 29	(2/1 - 2) لای ڕاست و چەپی مێشك
36	(2/1 - 3) پەیوەندی نێوان دەماخ و زمان
38 - 36	(2/1 - 3- 1) ناوچەی برۆکا
39 - 38	(2/1 - 3- 2) ناوچەی ڤێرنیکا
39	(2/1 - 3 - 3) ناوچەی بیستن
40	(2/1 - 3 - 4) ناوچەی جووڵە
40	(2/1 - 3 - 5) لۆچی گۆشە
40	(2/1 - 3 - 6) ناوچەی بینینی سەرەکی
42 - 41	(2/1 - 4) جیاوازی نێوان مێشکی ژن و پیاو
43 - 42	(3/1) زمان و بیر
47 - 43	(3/1 - 1) ناساندنی هەریەکە لە زمان و بیر (+ کردنەوە)

(3/1 - 2) زمان و بیر، کامیان پێش کامیانن	50 - 48
(3/1 - 3) زمان و بیر یەك شتن، یاخود جیاوازن لە یەکتری	58 - 50
(3/1 - 4) کاریگەریی زمان لەسەر بیر	61 - 58
(3/1 - 5) کاریگەریی بیر لەسەر زمان	61
(3/1 - 6) ئایا ئەتوانین بێ زمان بیربکەینەوە	63 - 62
(3/1 - 7) تاقیکردنەوەی تایبەت بە پەیوەندی نێوان زمان و بیر	63
(3/1 - 8) ئایا قسەپێکەرانی زمانی جیاواز بە ڕێگای جیاواز بیردەکەنەوە	66 - 63
(4/1) یادگە	66
(4/1 - 1) ناساندنی یادگە	66
(4/1 - 2) جۆرەکانی یادگە	67 - 66
(4/1 - 2 - 1) یادگەی هەستیی	68 - 67
(4/1 - 2 - 2) یادگەی کورتخایەن یان یادگەی خێرا	69 - 68
(4/1 - 2 - 3) یادگەی درێژخایەن	74 - 69
بەشی دووەم: ڕۆڵی زمان لە ئاڕاستەکردنی لایەنی دەروونیی تاکدا	
(1/2) پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی و تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلێس و زانستی زمانی دەروونیی	76 - 75
(2/2) پرۆسەی پەیوەندیکردن	77 - 76
(2/2- 1) بنەماکانی پەیوەندیکردن	78 - 77
(2/2- 2) جۆرەکانی پەیوەندیکردن	78
(2/2- 3) مەبەستەکانی پرۆسەی پەیوەندیکردن	79 - 78
(2/2- 4) شێوەکانی پەیوەندیکردن	81 - 80
(2/2- 5) باشترین شێوازەکانی پەیوەندی بەستن و مامەڵەکردن لەگەڵ بەرامبەردا	82 - 81
(2/2- 6) پۆلێنکردنی پەیوەندیکردن لەبواری کارکردندا	82
(3/2) کەسایەتی	85 - 83
(3/2 - 1) تیۆری شیکردنەوەی دەروونیی	87 - 85
(3/2 - 2) تیۆرەکانی جۆر	88
(3/2 - 2- 1) تیۆری جۆری فسیۆلۆجی	88
(3/2 - 2- 2) تیۆری جۆری جەستەیی	88
(3/2 - 2- 3) تیۆری خەسڵەتەکان	89 - 88
(3/2 - 2- 4) تیۆری خود	90 - 89

91 - 90	(3/2 - 2- 5) تیۆری جۆری دەرونیی
91	(3/2 - 3) تیۆری ڕەفتاریی
94 - 92	(3/2 - 4) پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی بۆ سیستمی نواندن
96 - 95	(3/2- 4 - 1) سیستمی نواندن
97	(3/2- 4 - 1- 1) سیستمی بینراوەیی
97	(3/2- 4- 1- 1 - 1) کەسایەتی بینراوەیی
98 - 97	(3/2- 4- 1- 1 - 2) ئەدگارو تایبەتمەندییەکانی کەسایەتی بینراوەیی
98	(3/2- 4- 1- 1 - 3) کەموکوڕییەکانی کەسایەتی بینراوەیی
99 - 98	(3/2- 4- 1- 1 - 4) چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی بینراوەییدا
99	(3/2- 4 - 1- 2) سیستمی بیستراوەیی
100 - 99	(3/2- 4 - 1- 2 - 1) کەسایەتی بیستراوەیی
101-100	(3/2- 4 - 1- 2 - 2) ئەدگارو تایبەتمەندییەکانی کەسایەتی بیستراوەیی
101	(3/2- 4 - 1- 2 - 3) کەموکوڕییەکانی کەسایەتی بیستراوەیی
102	(3/2- 4 - 1- 2 - 4) چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی بیستراوەییدا
103-102	(3/2- 4 - 1 - 3) سیستمی هەستیی
103	(3/2- 4 - 1- 3 - 1) کەسایەتی هەستی
104-103	(3/2- 4 - 1- 3 - 2) ئەدگارو تایبەتمەندییەکانی کەسایەتی هەستیی
104	(3/2- 4 - 1- 3 - 3) کەموکوڕییەکانی کەسایەتی هەستیی
105	(3/2- 4 - 1- 3 - 4) چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی هەستییدا
107-105	(3/2- 4 - 2) کارلێکردن لە هەرسێ جۆری سیستمی نواندن
109-107	(3/2- 4 - 3) ڕێکەوتن و ڕێکنەکەوتنی نێوان سیستەمەکان
110-109	(3/2- 4 - 4) دۆزینەوەی سیستمی نواندنی تاکەکان
112-111	(3/2 - 5) تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی ڕەفتاریی
114-112	(3/2 - 5 - 1) بنەماکانی تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلێس سەبارەت بە کەسایەتی
117-115	(3/2 - 5 - 2) پرنسیپەکانی تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی ڕەفتاریی
118-117	(3/2 - 5 - 3) مۆدێلی (A.B.C) ڕوداو - بیرکردنەوەو بیروباوەڕ - ئەنجام
119-118	(3/2 - 5- 4) مۆدێلی (D.E.F) وتووێژو ڕەتکردنەوە - جێبەجێکردن - دەرەنجام
120-119	(3/2 - 5 - 5) ڕاستکرنەوەی ڕەفتار
121-120	(3/2 - 5 - 6) چارەسەری مەعریفی ڕەفتاریی

123-121	(3/2 - 5 - 6 - 1) چارەسەری دەرونیی عەقلانیی
158-123	(4/2) زمانی جەستە
158	(5/2) پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی (NLP)
159-158	(5/2 - 1) سەرەتایەکی مێژوویی
161-159	(5/2 - 2) پێناسەی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی
162-161	(5/2 - 3) بناغەکانی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی
162	(5/2 - 4) یاساکانی پرۆگرامکردنی عەقڵی بێئاگا
165-163	(5/2 - 5) پرۆگرامی پێشوو و پەرچەکرداری نائاگایی
167-165	(5/2 - 6) پوچەڵکردنەوەی هەڵچونە نەرێنیەکان
167	(5/2 - 7) پرۆگرامکردنی هەستە ئەرێنیەکان
169-168	(5/2 - 8) پرۆگرامکردنی خود
169	(5/2 - 9) سودەکانی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی
171-169	(5/2 - 10) پراکتیزەکردنی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی
172	(6/2) عەقڵی بەئاگا و بێئاگا
174-172	(6/2 - 1) عەقڵی بەئاگا
181-174	(6/2 - 2) عەقڵی بێئاگا
182-181	(7/2) ڕازیکردن
182	(7/2 - 1) فاکتەرە کاریگەرەکانی سەر پرۆسەی ڕازیکردن
184-183	(7/2 - 2) ستراتیجییەتی ڕازیکردن
185-184	(7/2 - 3) ڕێگرییەکانی بەردەم پرۆسەی ڕازیکردن
187-185	(7/2 - 4) جۆرەکانی کەسایەتیو چۆنیەتی کارکردنەسەریانو ڕازیکردنیان
187	(7/2 - 5) زمانی میلتۆنی
190-188	(7/2 - 5 - 1) بەشەکانی زمانی میلتۆنیی
191	(7/2 - 5 - 2) ڕازیکردن لەڕێگەی بەکارهێنانی وشەی (لەبەرئەوەی)
192	(8/2) شێوازی ز مانی و ناز مانی لە د یاریکردنی کە سایەتی و گۆڕینی ئاڕا ستەی تاکدا
194-192	(8/2 - 1) ئاوازەی دەنگ
196-194	(8/2 - 1 - 1) شەپۆلەکانی مێشك
198-197	(8/2 - 1 -1 - 1) هەڵبژاردنی میلۆدی دەنگ

200-199	(8/2 - 2) هەڵبژاردنی وشە
203-200	(8/2 - 3) ڕێکخستنی ڕستەو گوتن
204-203	(8/2 - 4) شێوازی قسەکردن
	بەشی سێیەم: پراکتیزەکردنی پرۆگرامکردن و گۆڕینی ئاراستەی تاك
206-205	(1/3) خستنەڕوی نمونەکان بەشێوەیەکی پراکتیکی
221-206	(1/3 - 1) ئالودەبوون بە جگەرەکێشان
236-221	(1/3 - 2) ئالودەبوون بە خواردنەوەی مادە کهولیەکان
249-236	(1/3 - 3) متمانەبەخۆنەبوون
266-249	(1/3 - 4) ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین
282-267	(1/3 - 5) ترس و دڵەڕاوکێ لە تاقیکردنەوە
303-282	(1/3 - 6) کێشەی خێزانیی
306-304	ئەنجام
314-307	سەرچاوەکان
316-315	ملخص البحث
318-317	Abstract

پێشەکی

پێشەکی

(1/0) ناونیشان و بواری نامەکە:

ڕۆڵی زمان لەئاڕاستەکردنی لایەنی دەرونیی تاکدا (لێکۆڵینەوەیەکی زمانەوانیی دەرونییە) بۆ ناونیشان و بواری نامەکە تەرخانکراوە، مەبەستی سەرەکی نامەکە ئەوەیە ڕۆڵی زمان لە پرۆگرامکردن و بنیاتنانەوەی کەسایەتی تاك دەخاتەڕوو، لەگەڵ گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەبیروبۆچونو ڕەفتاری نەرێنیەوە بۆ بیروبۆچونو ڕەفتاری ئەرێنی لەڕێگای پرۆگرامکردنی زمانەوانی دەماریی (N.L.P) و زانستی زمانی دەرونیی و تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی ڕەفتاریی ئەلبێرت ئەلیس.

(2/0) هۆی هەڵبژاردنی ناونیشانەکە:

زانستی زمانی دەرونیی لقێکە لەلقەکانی زانستی زمانی پراکتیکی، کە کارکردن لەبواری زانستی زمانی دەرونیی و بەتایبەتی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی (N.L.P) هێشتا لەزمانی کوردیدا لەقۆناغەکانی سەرەتاو چەکەرەکردندایە، ڕۆڵی زمان لە دروستکردنی کەسایەتی و بنیاتی تاك و گۆڕینی ئاڕاستەی بیروباوەڕو ڕەفتاری، هۆکاری سەرەکی هەڵبژاردنی ناونیشانی نامەکەبوو.

(3/0) کەرەستەی نامەکە:

لەم لێکۆڵینەوەیەدا کەرەستەی زمانی کوردی □ دیالێکتی کرمانجی ناوەڕاست □پەیڕەوکراوەو نمونەکانیشی بەزمانی ئاخاوتنی ڕۆژانە ئەنجامدراوە.

(4/0) ڕێبازی لێکۆڵینەوەی نامەکە:

لەم نامەیەدا پەیڕەوی ڕێبازی (وەسفی شیکاری - سینکرۆنی) کراوە.

(5/0) ئامانجی نامەکە:

ئامانجی سەرەکی ئەم نامەیە خۆی لەوەڵامی ئەم پرسیارانەدا دەبینێتەوە:

- ئایا زانستی زمانی دەرونیی بەتەنها توانیویەتی کەسایەتی تاك دەستنیشان بکات و ببێتەهۆی گۆڕینی ئاڕاستەی بیروباوەڕو ڕەفتارەکان، یاخود بەهەماهەنگی لەگەڵ زانستی زمانی دەماریی پێکەوە ئەو کارەیان ئەنجامداوە؟
- دەستنیشانکردنی کەسایەتی و پێشاندانی بەرنامەو تیۆری گونجاو بۆ پرۆگرامکردن و گۆڕینی بیروبۆچونەکان بەشێوەیەکی تیۆریی دەبێتەهۆی جێبەجێکردنی بەشێوەیەکی پراکتیکی؟

(6/0) بەشەکانی نامەکە:

نامەکە لە پێشەکییەك و سێ بەش و ئەنجامەکان پێکهاتوە:

بەشی یەکەم: لەژێر ناونیشانی (زانستی زمانی دەرونیی و دەماریی)دا خراوەتەڕوو، ئەم بەشەی نامەکە وەك دەروازەیەك وایە بۆ ناساندنی بابەتی زانستی زمانی دەرونیی و دەماریی و خستنەڕوی پەیوەندی زمان بەمێشکەوەو پاشان پەیوەندی زمان بەبیرەوە و لەکۆتاییشدا ناساندنی یادگەو جۆرەکانی.

بەشی دووەم: بریتییە لە (ڕۆڵی زمان لەئاڕاستەکردنی لایەنی دەرونیی تاکدا)، ئەم بەشە بەبەشێکی سەرەکی نامەکە دادەنرێت لەڕووی تیۆرییەوە، کە هەریەکە لەم بابەتانە بەوردی تێیدا خراونەتەڕوو: پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی و تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلێس و زانستی زمانی دەرونیی، پرۆسەی پەیوەندیکردن، دەستنیشانکردنی جۆرەکانی کەسایەتی و هەڵبژاردنی تیۆری چارەسەری عەقڵانی هەڵچونیی ڕەفتاریی ئەلبێرت ئەلێس بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان، زمانی جەستە، پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی، عەقڵی بەئاگاو بێ ئاگا، ڕازیکردن، شێوازی زمانی و نازمانی لەدیاریکردن و گۆڕینی ئاڕاستەی کەسایەتیەکاندا.

بەشی سێیەم: بۆ (پڕاکتیزەکردنی پڕۆگرامکردن و گۆڕینی ئاڕاستەی تاك) تەرخانکراوە، ئەم بەشە خۆی لەپڕاکتیزەکردنی بەشی دووەمدا دەبینێتەوە بەسەرجەم وردەکارییەکانیەوە، بەرەچاوکردن و جێبەجێکردنی بەرنامەی پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریی (N.L.P) و زانستی زمانی دەرونیی و تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی ڕەفتاریی ئەلبێرت ئەلیس بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان و گۆڕینی بیرو ئاڕاستەی تاك لەو بیروبۆچون و ڕەفتارە نەرێنیانەی ڕوبەڕوی بونەتەوە، ئەمەش بەوتووێژەی بەردەوام و پڕکردنەوەی فۆڕمی ڕاپرسی لەلایەن تاکی خاوەن گرفتەوە، دواجاریش زاڵبونی تاك بەسەر گرفتەکەیدا بەپێشاندانی ئەنجامەکان بەڕێژەی سەدی لەپێش و لەپاش چارەسەرکردن، نمونەکانیش خۆیان لەشەش جۆردا دەبیننەوە کە بریتین لە: ئالودەبوون بەجگەرەکێشان، ئالودەبوون بەخواردنەوەی مادە کهولیەکان، متمانە بەخۆنەبوون، ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین، ترس و دڵەڕاوکێ لە تاقیکردنەوە، کێشەی خێزانیی.

(7/0) گرنگی نامەکە:

بایەخی ئەم نامەیە خۆی لەچەند خاڵێکدا دەبینێتەوە:

1- گونجاندن و نەگونجاندنی تاکەکان و هەروەها تێگەیشتن و لێکتێنەگەیشتنیان لەنێوان خۆیاندا ئەو گرفت و ئاستەنگە یەك لەدوای یەکەیە کە ڕۆژانە مرۆڤەکان پێوەی دەناڵێنن و دواجار دەبێتەهۆی شکستهێنانی پەیوەندییەکان، دۆزینەوەی سیستمی نواندنی کەسایەتی تاکەکان و هەڵسوکەوتکردن بەپێی ئەو سیستمەی کەسایەتیەکە هەیەتیو گەڕان بەدوای ڕێگەچارەی گونجاو دەبێتەهۆی خۆشگوزەرانی و کەمکردنەوەی گرفتەکان. ئەم نامەیەش هەوڵێکە بۆ خستنەڕوی سەرجەم وردەکارییەکانی کەسایەتی تاکی بەرامبەر.

2- هاوکاریکردن لەچارەسەرکردن و بنەبڕکردنی کێشەکانی ڕۆژانەی مرۆڤەکانی دەوروبەرمان ئەرکی سەرشانی هەموانە بۆ فەراهەمکردنی ئاسودەیی دەرون و خۆبەدورگرتن لە ڕوبەڕوبونەوەی نەخۆشی دەرونیی و جەستەیی. خستنەڕو و جێبەجێکردنی هەریەکە لە پڕۆگرامی زمانەوانی دەرونیی (N.L.P) و تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونی ڕەفتاری ئەلبێرت ئەلیس و زانستی زمانی دەرونیی بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان و پێشاندانی هەنگاوەکانی چۆنیەتی کارکردن لەم بوارەدا بەشێوەیەکی پڕاکتیکی.

3- کۆنترۆڵکردن و پرۆگرامکردنی بیری نابەجێ و نەرێنی و گۆڕینی ئاڕاستەی بیروبۆچوونەکان بۆ بیری ئەرێنی هیوایەکە بۆ گەشبینی. (بەو هیوایەی ناوەڕۆکی بابەتەکانی ئەم نامەیە بەشێوەیەکی پێچەوانەو هەڵە بەکارنەهێنرێت، تاوەکو لەڕێگەیەوە ئازارو زیان بە تاك و دواجار بە کۆمەڵگاش نەگات، ئەویش بەگۆڕینی هزری تاکەکان لە ئەرێنییەوە بۆ نەرێنی).

تێبینی:

لەبەر زۆری لیستی زاراوەکان بەپێویستمانزانی هەریەك لەو زاراوانە لەشوێنی تایبەتی خۆیداو لەناوەڕۆکدا ئاماژەی پێ بکەین بەبێ پەنابردنەبەر دروستکردنی لیستی زاراوە بەشێوەیەکی سەربەخۆ.

بەشی یەکەم

زانستی زمانی دەروونیی و دەماریی

(1/1) زانستی زمانی دەروونیی و دەماریی:

(1-1/1) ناساندنی زانستی زمانی دەروونیی:

زمان ئامرازێکە بۆ پەیوەندیکردن لە نێوان مرۆڤەکا ندا بەکاردەهێنرێت، هەر چی دەروونزانیشە "زانستی لێکۆڵینەوەی ڕەفتارە، یان لێکۆڵینەوەی چالاکی عەقڵییە بە ڕێگا یەکی زانستی، زمانیش ڕەفتارێکی مرۆڤایەتییە، کە پەیوەندییەکی بەتینی هەیە بە چالاکییە عەقڵییەکانەوە"[1].

زانستەکان بە شێوەیەکی گشتی زۆر تا کەم پەیوە ندییان بەزما نەوە هە یە (زمان لەبنچینەی زۆربەی زانستە مرۆڤایەتییەکاندا بەشداریدەکات، هەربۆیە وەك ڕەگەزێکی سەرەکی وا یە لەبواری لێکۆڵینەوەدا، یان وەك ئامرازێك بەکاردێت بۆ گوزارشتکردن لەبە شە پێویستییەکانی ئەم زانستە یان ئەوانی تر)[2]، زانستی زمان بەهۆی ئەو پەیوەندییە بەهێزەی لەگەڵ زانستە مرۆڤایەتییەکا ندا هەیەتی، لەئەنجا مدا کۆ مەڵێك تەوژمی فیکری و زانستی تازە سەریهەڵدا، یەکێك لەو زانستانە زانستی زمانی دەروونییە (Psycholinguistics)*. زانستی زمانی دەروونیی یەکێکە لەلقەکانی زانستی زمانی پڕاکتیکی (Applied Linguistics)، کە گرنگی بە زمان و ڕەفتاری مرۆڤا یەتی دەدات. پەیوە ندی نێوان زانستی زمان و زانستی دەروونزا نی دەگەڕێتەوە بۆ (سرو شتی زمان، بەوپێیەی کە زمان بەیەکێك لەدیاردەکانی ڕەفتاری مرۆڤایەتی دادەنرێت، بەگشتی ئەگەر زانستی دەروونزا نی لێکۆڵینەوەبێت لەڕەفتاری مرۆڤا یەتی، ئەوە لێکۆڵینەوە لەڕەفتاری زمانی بە یەکێك لەبوارەکانی بەیەکگەیشتنی نێوان زانستی زمان و زانستی دەروونزا نی دادەنرێت، یاخود بڵێین بەپردی پەیوە ندی نێوان هەردوو زانستەکە دادەنرێت)[3]، کەوا تە لێکۆڵینەوە لەڕەفتاری زمانیی (Language Behaviour) بەپردی پەیوەندی نێوان هەردوو زانستی زمانەوانی و دەروونزا نی دادەنرێت، کەوا تە پێویستییەکی زۆر بۆ ڕونکردنەوەو تێگەیشتنی زمان لەوەوە سەرچاوەی گرتووە، کە زمان بەکلیلی تێگەیشتنی ڕەفتاری مرۆڤا یەتیی تایبەت بەتاك دادەنرێت، هەر ئەمە شە بۆ تە هۆ کاری بایە خدانی زانا یانی دەروونزا نی بە زمان، چونکە زمان یەکێکە

---

[1] د.موفق الحمدانی (1982: 13).

[2] د.جمعة سید یوسف (1990: 15).

* لە لێکۆڵینەوە زمانیەکاندا بەم زانستە نوێیە دەوترێ (زانستی زمانی دەروونیی/ psycholinguistics) و هەندێ لە زانا یانی دەروونزانی بە (سایکۆلۆژیای زمان/psychology of language) ناویدەبەن. زانا یانی دەروونزا نی (سایکۆلۆژی زمان) بەلقێك لەلقەکانی دەروونزانی دادەنێن، هەروەها زمانەوانەکانیش بەلقێکی زانستی زمانی دائەنێن. وەرگیراوە لە: جودث جرین (1993: 21).

[3] د.محمود فهمی حجازی (1973: 48 50).

لەڕەفتارەکانی مرۆڤا یەتی. زاذ ستی ز مانی دەروذ یی لەو ڕوانگە یەوە باس لە ز مان دە کات کە (دیاردەیەکی دەرونییەو پەیوەندییەکی بەتینی لەگەڵ ناخی دەرونی مرۆڤایەتـیدا هە یە، هەربۆ یە لایەنی دەرونیی و زمانەوانی یەکدەگرنەوە)[1]. دەرونزانەکان بەوجۆرە هەڵسوکەوت لە گەڵ زما ندا دەکەن، وایدادەنێن کە (ز مان ڕەفتارێکە دەتوانر ێت ملکە چی لێکۆڵیـنەوە بکر ێت، بە بەکارهێنانی بەرنامەو شێوازی دەرونزانی جیاواز)[2].

پەیوەندی نێوان هەردوو زانستی زمان و دەرونزا نی (پەیوەندیـیەکی ڕا ستەقینەیە، دوو زاذ ستی دوورنین لەیەك، بەڵکو دوو زاذ ستی خز می یەکن /وا تە پەیوەندیـیەکی خزمایەتیـیە/، بەڵام دوو بواری جـیاوازن لەگۆڕەپانی لێکۆڵیـنەوە مرۆڤایەتییەکا ندا. ئەگەیـنە ئەو ئەنجا مەی بیر، ز مانی دروستکردوە، و زانستی زمان /سایکۆلۆژیای زما نەوانی/ی درو ستکردوە، هەربۆ یە هەردووکیان بە باوك و کوڕی یەکتر دادە نرێن، هەر لە بەر ئەمە شە خزمایەتیە کەیان دەگێڕێـتەوە بۆ پەیوەندییەکی ڕاستەقینە)[3].

زانستی زمانی دەرونیی لەڕوانـگەی زمانەوانا نەوە بەلقێك لەلـقەکانی زاذ ستی ز مانی پڕاکتیـکی دادەنر ێت، بەڵام لەڕوانـگەی زانا یانی دەرونیـیەوە بەلقێك لەلـقەکانی سایکۆلۆژیای درکپێـکردن (cognitive psychology)*دادەنرێت، هەر زمانەوانێك بەپێی بیروبۆ چوونی تایـبەتی خۆیی و بوارەکەی پێناسەی ئەم زانستەی کردووە، بەڵام گشت زمانەوا نەکان کۆکن لە سەر ئەوەی "ز مان کاریگەری لایەنی عەقڵی و دەرونی تاکەکانی بەسەرەوەیە"[4].

زانستی زمانی دەرونیی بەلقە زانستێکی سەربەخۆ دانانرێت لەلێکۆڵینەوەدا، چونکە لەپەیوە ندی هاوبەشی نێوان هەردوو زانستی زمان و دەرونزانی پێکهاتوە، هەربۆ یە ناتواذ ێت بێ هیچ کام لەم دوو زانستە کاربکات، یاخود یەکێکیان پشت گوێ بخات، هەندێ لەزاناکان بۆ چوونیان وا یە (ئە گەر لێکۆڵیـنەوە زمانەوانیـیەکان پـشت بە ست نەبن بەلێکۆڵیـنەوەی هـێزە دەرونیـیەکان ئەوە بەلێکۆڵینەوەی ناتەواو هەژمار دەکرێن، هەروەها پێویـستە لێکۆڵیـنەوە دەرونیـیەکانیش پـشت بە

---

[1] عزیز کعواش (2010، 1).

[2] د.جمعة سید یوسف (1990، 16).

[3] د.غازي مختار طلیمات (2007، 28).

* سایکۆلۆژیای درکپێـکردن (cognitive psychology) بریتییە لە: لێکۆڵینەوەیە لە پرۆ سە عەقڵیـیە جیاوازەکان، کە لەناو عەقڵ یان دەماغدا ڕوودەدات بەمەبەستی تێگەیشتنی ڕەفتاری مرۆڤایەتی. وەرگیراوە لە: د.رافع النصیرالزغلول، د.عماد عـبدالرحیم الزغلول (2011، 11).

[4] د. مزوز برکو، محاضرات في اللسانیات و علم النفس اللغوي: http://maamri-ilm2010.yoo7.com/t1598-topic

ئەنجامەكانی زانستی زمان ببە ستن)[1]. لێكۆڵینەوەكانی زانستی زمان بە ستراوە بەلێكۆڵینەوەكانی دەرونزانییەوە "زۆر بەی ئەو مە سەلانەی كە ڕو بەڕوی زانستی زمان دەبێتەوە لەڕووی ڕا ڤەو تێگەیشتنی و ڕونكرد نەوەی یا ساو ڕێ ساكانیی و هۆكارە كانیی پەیوە ستە بەگەڕا نەوەی بۆ ئەو دیاردە دەرونییانەی كە پێوەی دەبەسترێتەوە، هەروەها دەگەڕێتەوە بۆ ئەو وتا نەی كە دەرونزا نی لەبارەی زانستی زمانەوە دەیلێت"[2].

بەهۆی چوار بوارەوە دە توانین زانیاریی زما نەوانی بە دە ستبهێنین لەڕێگای تێبینیكرد نی ڕەفتارەوە: واتا سازی (semantics) كە وا تای و شەو ڕ ستەكان لەخۆ دەگر ێت، ڕستە سازی (syntax) كە ئەمیش ڕێكخ ستنی ڕێز مانی و شەكان لەناو ڕ ستەكان دەگرێ تەوە، مۆرفۆلۆژی(Morphology) ئەو زانستەیە لەپێكهاتنی ناوەوەی وشەو پۆلێنكردنی مۆرفێمەكان و دەستنیشانكردنی پێكها تەو ئەركی دەكۆلێ تەوە، فۆنۆ لۆژی(phonology) یا ساو ڕێ سای دەنگەكان لەزما ندا لەخۆ دەگر ێت، پڕاگماتیكسیش (pragmatic) بریتیە لە پەیوە ندیی نێوان زمان و دەوروبەر، كە گرنگن بۆ تێگەیشتن.

پەیوە ندی نێوان هەردوو زانستی زمان و دەرونزا نی پەیوەندییەكی بەهێزو تۆكمەو بەڵگە نەویستە، بەڵام لەهەمانكاتدا لێرەدا نمونە یەكی زۆر سادەو ساكار دەخەینەڕوو: كاتێك مرۆڤێكی توشبوو بەنەخۆشی دەرو نی سەردانی پزیشكی دەرو نی دە كات، ئەوكا تە پزیشكەكە بڕیار لە سەر نەخۆ شەكە دەدات بەپێی ئا خاوتن و هەڵ سوكەوتەكانی، بۆ نمو نە كاتێك پزی شكەكە داوا لەنەخۆشەكە دەكات كە خەونەكەی بگۆڕێت بەڕەفتاری زمانی، یاخود داوای لێدەكات بیگێڕێتەوە، دواجار پزیشكەكە بڕیار لەسەر جۆری خەونەكە نادات، بەڵكو بڕیار لە سەر چۆنیەتی گێڕا نەوەی خەونەكە دەدات، یاخود بەجۆرێكی تر بڵێین لێكۆڵینەوە لە ئا خاوتن و دەربڕینەكانی نەخۆشەكە دەكات نەك خەونەكە[3].

زانستی زمانی دەرونیی ئەو زانستەیە كە با یەخ بە (مە سەلەی زمان دەدات لەڕووی دەرونییەوە)[4]، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت كە زانستی زمانی دەرونیی زانستێكە بەدوای تو خمەكانی زمانی واتاداردا دەگەڕێت، واتە زانستێكە كە هەموو پڕۆسە عەقڵییەكانی لای قسەكەر دەگرێتەوە.

---

[1] د. حاتم صالح الضامن (1989: 40).

[2] د. على عبدالواحد وافى (2004: 31).

[3] د. محمد حسن عبدالعزيز (1983: 86).

[4] د. المجيد سيد أحمد منصور(1982: 367).

زاندستی زمانی دەروندیی یەکێکە لەو لقانەی کە دەبێتە (پاشکۆی زاندستی زمان و، زاندستەکەی چڕدەکاتەوە لەسەر پەیوەندیی ندێوان قسەکەرو ئەو قسانەی کە دەینێرێت، پەیوەندیی ندێوان زانستی زمان و دەرونزانی پەیوەندییەکە کە لەکۆنەوە ڕەگی داکوتاوە، بەتایبەتی لەنێوان ئەوانەدا کە بۆ لێکدانەوەی ڕاستییە زمانیەکان پشت بەبنەما عەقڵی و دەروونییەکان دەبەستن)[1].

زانستی زمانی دەرونیی بریتیەلە لێکۆڵینەوە لەبارەی زمان و مێشکەوە، کە دەبێتە دۆزینەوەی ئەو شتانەی کە لەمێشکی مرۆڤدا ڕوودەدەن وەکو داواکراوی تایبەت بەتاکەکەسی لەبەر هەمهێنان و خەزنکردنی زماندا[2].

دیڤد کریستاڵ (David Crystal) بەمجۆرە زانستی زمانی دەرونیی دەناسێنێ و دەڵێ: (زاندستی زمانی دەروندیی لقێکی زاندستی زمانە، کە لێکۆڵینەوە لەپەیوەندیی ندێوان ڕەفتاری زمانیی و پرۆسەو پرۆسە عەقڵییەکان دەکات)[3].

(1/1- 2) بوارەکانی زانستی زمانی دەرونیی:

کاری هەردوو زاندستی زمان و دەرونزانی لەڕووی لێکۆڵینەوەیان لەزمان لە یەکتری جیاوازە، (زاندستی زمان گرندگی بەگوزارشتە دەربڕاوەکان دەدات، هەر لەکاتی دەرچونیەوە لەکۆئەندامی دەندگی قسەکەرەوە، هەروەها لەکاتی ڕۆیشتنی بە هەوادا، پاشان لەکاتی وەرگرتنی لەلایەن کۆئەندامی بیستنی گوێگرەوە، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە پرۆسە عەقڵییەکانی پێشوو بەشێوەی دەرچونی گوزارشتی دەربڕاو ناچێتە ناو چوارچێوەی زاندستی زمانەوە)[4]، کەواتە زاندستی زمان گرندگی بەو پەیامە دەدات کە (قسەکەر دەیەوێت بیگوێزێتەوە بۆ گوێگر، بەڵام ئەو پرۆسە عەقڵییانەی کە دەکەوێتە پێش پەیامەکەوە یان دوایەوە، لەدەرەوەی تواناى زاندستی زماندایە، جا ئەمەش هەندێکە لەو بابەتانەی کە زاندستی دەرونزانی گرندگی پێدەدات کاتێك کە باسی زمان دەکات. لەکاتێکدا هەندێك پێیانوایە کە کاری زمان بریتییە لەگوزارشتکردن لەبیر، ئەوا لەم کاتەدا دەتوانرێت زمان بەبەشێك لەزانستی دەرونزانی دابنرێت)[5].

---

[1] د. عامر الزناتي الجابري (1429 ه 1430ه: 15).

[2] Jean Aitchison (1999: 124).

[3] David Crystal (1997:418).

[4] بڕوانه: د. حاتم صالح الضامن (1989: 40، 41)، د. محمود السعران (د ت: 72).

[5] د. جمعة سيد يوسف (1990: 15).

لێکۆڵینەوەی زانستی زمانی دەروونیی جەخت دەکاتە سەر دوولایەن (یەکێکیان لەسەر بنەمای فیزیکی و کۆئەندامیی و دەماریی زمانە، لایەنەکەی تریشیان لەسەر بنەمای دەروونیی زمانە. بنەمای یەکەمیان ئەمانە دەگرێتەوە لایەنی دەنگی و نوسین و هەست، کە زمان ئەگوێزنەوە بۆ مرۆڤ، کە ئەویش هەستی بیستن و بینین و هەروەها بەرکەوتن بۆ نابیناکان، هەروەها لایەنەکانی بایۆلۆجی و فیزیایی زمانیش ئەگرێتەوە، لەگەڵ ئەوەی بنەمای دەماریشی هەیە لای قسەکەرو وەرگرو خوێنەر، بەڵام بنەمای دەرونی تەنها پابەند دەبێت بەپرۆسە عەقڵیە جۆراوجۆرەکان کە فێربونی زمانی تێدا ڕوودەدات هەر لە منالییەوەو لە پلیکانەکانی تەمەنی دواتریشیەوە، هەروەها فێربونی زمانی بیانی و زمانی دایکیش دەگرێتەوە)[1].

پیشەی زانستی زمانی دەرونیی وەسف یان لێکدانەوەی زانستی بۆ ئاخاوتن نییە، بەڵکو پیشەکەی بایەخدانە بەو پەیوەندییانەی کە پەیامی ئاخاوتن و ئاك بەیەکەوە دەبەستێتەوە، کە تاك دەینێرێت یان بەکار یدەهێنێت: واتە لێکۆڵینەوە لەڕێچکەی بەیەکگەیشتنی ئاخاوتن و بەدوایەکداهاتنی وێنەی ئاخاوتنەکە دەکات[2].

زانستی زمانی دەرونیی لێکۆڵینەوە لەتوانای مرۆڤ دەکات بۆ فێربونی زمان و توانا عەقڵی و زانیارییەکانی پێش ئەوەی زمان لەقسەکەرەوە دەرچێت، هەروەها لێکۆڵینەوە لەتوانا عەقڵی و زانیارییەکانی گوێگر بۆ زمان دەکات لەکاتی دەرچونیەوە لەقسەکەرەوەو، تێڕامانی لە عەقڵی گوێگردا. زمانەوانیی دەرونیی لێکۆڵینەوەیەکی پراکتیکیە بۆ پرۆسە دەرونییەکان، کە سستمی زمانی سروشتی بە مرۆڤ دەبەخشێت و مرۆڤیش جێبەجێی دەکات. ئەم زانستە لەڕوانگەی دەرونزانییەوە تەماشای زمان دەکات، وایدادەنێت زمان دیاردەیەکی دەرونییە چ لای قسەکەر یا گوێگر بێت بەبێ جیاوازی. قسەکەر بیرو واتاکانی لە قاڵبی زمانەوانی و دەستەواژەدا دادەڕێژێت و بەقسەکردن گوزارشتیان لێ دەکات، کە دەگاتە گوێی گوێگرو درکی پێدەکات و لێی تێدەگات و شیدەکاتەوەو پاشان ئەیپارێزێت لەمێشکیدا[3].

بوارە سەرەکییەکانی کارکردنی زانستی زمانی دەرونیی ئەوەیە کە گرنگی دەدات بەو بابەتانەی پەیوەندی نێوان زمان و عەقڵی مرۆڤایەتی دەگرێتەوە، وەك:[4]

---

1 د. عبدالستار الضاهر، علم اللغة النفسي، www.arab-ency.com/index.php?

2 د. عامر الزناتي الجابري (1429 ه 1430 ه: 16).

3 د. صادق يوسف الدباس (2012: 155- 156).

4 بڕوانە: د.نايف خرما (1978: 74 - 75)، د.حاتم صالح الضامن (1989: 42)، د.جمعة سيد يوسف (1990: 17)، داود عبدة (2010: 9 -10)، د. عبدالستار الضاهر، علم اللغة النفسي، http:// www.arab-ency.com/index.php?

1- فێربونی زمان بەوپێیەی کە پرۆسەیەکی عەقڵی دەرونییە بۆ تێگەیشتنی ئاخاوتن.
2- درکپێکردنی ئاخاوتن.
3- سروشتی پەیوەندی نێوان زمان و بیر.
4- پەیوەندی زمان بەکەسایەتییەوە.
5- ئەرکەکانی زمان لەحاڵەتە تایبەتەکاندا، وەك کەڕی.
6- لێکۆڵینەوە لەخەوشەکانی دەربڕین وەك: دواکەوتنی قسەکردن، زمانگرتن، دەنگدانەوە (الجلجلة/stuttering)، زمان تەتەڵەکردن (اللعثمة/stammering).
7- سایکۆلۆژییەتی خوێندنەوە.
8- فێربونی زمانی بیانی.
9- گرنگی دەدات بەفۆڕمی گوزارشتە جیاوازەکانی مرۆڤ، چ دەربڕاو یان دەرنەبڕاو بێت، کە پشت دەبەستێت بەئیشارەت و جوڵە جەستەییەکان، بەو پێیەی کە هەموویان ڕەنگدانەوەی پاڵنەرە شاراوەکانی قوڵای ناخی مرۆڤن.
10- لێکۆڵینەوە لەپێکهاتەی یادگە لەڕووی زمانەوانیی و سروشتی وەبیرهاتنەوەو چۆنیەتی پاراستنی وشەکان لە یادگە (واتە فەرهەنگی بیر) و هۆکارەکانی ئاسانی یان قورسی و یادهێنانەوەیان لەکاتی پێویستداو چۆنیەتی پاراستنی ڕستەکان لەیادگە لەڕووی واتاو دەربڕین و لێکۆڵینەوەکردن لە فێربونی زمان هەموو ئەمانە لە پسپۆڕی زانستی زمانی دەرونییدان.
11- چۆنیەتی تێگەیشتنی گوێگر لە قسەکەر، بەمانای چۆن ئەو زنجیرە دەنگانەی گوێی لێدەبێت، بۆ مۆرفیمی شیبکاتەوە، کە ئەو واتایانەی لێ بەرهەمبهێنێت کە قسەکەر ویستویێتی بیگوێزێتەوە بۆ بەرامبەر.
12- قسەکەر چۆن نەخشە دەکێشێت بۆ دەربڕینی ئەو ڕستەو دەستەواژانەی گوزارشت لە بیرو بۆچوونەکانی دەکەن.
13- قسەکەر چۆن وشە پێویستەکان هەڵدەبژێرێت.
14- ئەو ئاستەنگانەی کە لەکاتی قسەکردندا ڕوبەڕوی قسەکەردەبنەوەو هەڵەکانیش کە دەیکات.

زانستی زمانی دەرونیی هەوڵدەدات وەڵامی سێ پرسیارە بداتەوە، ئەوانیش بریتیین لە:[1]

پرسیاری یەکەم: ئەو پرۆسە عەقڵییانە چین کە مرۆڤ بەهۆیانەوە دەتوانێت ئەوەی کە دەیەوێت بیڵێت؟ (واتە: بەرهەمهێنانی زمان).

[1] د. جمعة سيد يوسف (1990: 19).

پر سیاری دووەم: ئەو پرۆ سە عەقڵییا نە چین کە بەهۆیا نەوە مرۆڤ دەتواذ یّت درك و، وەبیرهاتنەوەو تێگەیشتن لەوەی کەبەر گوێی دەکەویّت؟ (واتە: درکپێکردن و تێگەیشتنی زمان).

پر سیاری سێیەم: ئەو ڕێگایا نە کاما نەن کە مـ ندالآن دەیانگرنە بەر بۆ چۆنیەتی فێر بون و تێگەیشتن و بەرهەمهێنانی زمان لەقۆناغە سەرەتاییەکانی تەمەنیاندا؟ (فێربون و گەشەکردن).

(3 -1/1) تیۆرەکانی زانستی زمانی دەرونیی:

لێکۆڵینەوە ز مانی و دەرونیەکان لە چارەکی کۆ تایی سەدەی بیستەم بەرەو پێشەوە ڕۆیشت و پەرەیسەند، تابووە هۆی درو ستکردنی لقێکی سەربەخۆ و تایبەت کە ئەویش: زانستی ز مانی دەرونییە[1]. بەدرێژایی مـێژو هەر لە سالآنی شە ستەکانەوە ئەم پەیوەندییە شوێنی خۆی گرت و لەئەنجامدا کێڵگەیەکی گرنگی تایبەت بەخۆی دروستکرد لەبواری خوێندندا کە هەردوو لایەنە کە پێکەوە کۆدەکا تەوەو، بووە جێی بایەخی تو ێژەران، هەتابوو بەزانستێك کە سنورو ڕەهە ندو پرۆگرامی تایبەت بەخۆی هەبێت[2].

شایەنی ئا ماژە پێکرد نە کە زانستی ز مانی دەرونیی بەهیچ جۆر ێك بیری (دی سۆ سێر)ی داگیر نەکردووە هیچ جێگا یەکی داگیر نەکردوە لەپرنسیپەکانی، بە هەمان شێوە سەرجەم بونیادگەرەکانی تریش بەمـشێوەیە بوون، لەبەر ئەوەی هەموویان بایەخیان بەڕۆنان و هەیکەلی زما نەوانی دەدا، دور لەڤ سەکەر یان هەر هۆ کارێکی دەرە کی، وەك دە قی ناز مانی، لای ئەوان سەیرکردنی مرۆڤ دە چێتە بواری دەرونزانییەوە، هەروەها سەیرکردنی دە قی ناز مانی لەپسپۆری کۆمەڵناسی یان زانستی زمانی کۆمەلآیەتییە[3].

زمانەوانی دەرونیی دوو جار گە شەیکرد: جارێکیان لە سەرەتای سەدەی بیستەمدا لە ئەوروپا و جارێکی تریشیان لەناوەڕا ستی هەمان سەدە لەویلایە تە یەکگرتووەکانی ئەمریکا، لەدە یەکانی یە کەمی سەدەی بی ستەمدا زمانەوا نەکان پ شتیان بەدەرونزا نەکان بە ست دەر بارەی چۆنیەتی بەکارهێنانی ز مان لەلا یەن مرۆ ڤەوەو دوا تریش دەرونزا نەکان پ شتیان بەزمانەوا نەکان بە ست دەربارەی سروشتی ز مان، لەنێوان ئەم دوو ماوە یەدا ڕەفتاریـیەکان (Behaviorisme) زاڵبوون بەسەر هەردوو لایەنەکەداو لەئەنجامدا هەریەکەیان ئەویتریانی فەرامۆشکرد[4].

---

[1] د. حاتم صالح الضامن (1989: 42).

[2] د. عامر الزناتي الجابري (1429 ه 1430ه: 15).

[3] سەرچاوەی پێشو (16).

[4] http:// www.hia6.com/forum/hia635650

سەرەڕای گر ێدانی بیروبۆ چوونە ئاڵوگۆڕکراوەکان لەنێوان زانستی زمان و دەرونزانیدا، بەڵام ئەم دوو زانستە بۆ ماوەی چەند دەیە یەك بە سەربەخۆی مانەوە، تاوەکو لە ساڵی (1950)دا ئەنجومەنی توێژینەوەی کۆمەڵایەتی کۆنفرانسێکی بە بەشداریکردنی زمانەوان و دەرونناسەکان ڕێکخست و لەمیانەیدا بەرنامەیەکی هاوبەش ئامادەکرا تایبەت بەزانستی زمانی دەرونیی، کە ڕەنگدانەوەی ڕێکەوتنێکی گشتی بەشداربووان بوو بەوەی ڕێکارە مەنهەجیی و تیۆرییەکان کە دەرونناسەکان پشتی پێ دەبەستن دەکرێت ئەو پێکهاتە زمانەوانیانەی کە زانستی زمان نەیتوانیوە چارەسەریان بکات لەڕێگای ئەم ڕێکارانەوە بدۆزرێنەوەو پاشان شیبکرێنەوە، هەروەها پاش دوو ساڵی تر کۆنفرانسێکی دیکە بە بەشداری زمانەوان و دەرونناسان و ئەنثرۆپۆلۆجییەکان* و ئەندازیارانی پەیوەندی بەسترا، کە پاش ئەم کۆنگرەیە ئینجا زاراوەی (زانستی زمانی دەرونیی) بە تەواوەتی سەریهەڵدا.[1]

پرۆگرامی زانستی زمان و دەرونزانی لێك جیاوازن، یەکەمیان ڕێوشوێنی پرۆگرامی عەقڵگەرایی (Rationalism) گرتەبەر و دووەمیان ڕێوشوێنی پرۆگرامی ئەزمونگەرایی (Empiricism) گرتۆتەبەر، بەڵام زانستی زمانی دەرونیش ڕێوشوێنی هەردوو پرۆگرامەکەی گرتەبەر بۆ گەیشتن بەچۆنیەتی تێخزانی بیرۆکەکانی زمان بۆ ناو مێشك. عەقڵانیەکان وایدەبینن کە زانیاری سەرەکی لەدێر زەمانەوە لەمێشکدایەو زانیاری زگماکین، بەڵام ناکۆکن دەربارەی جۆری ئەو زانیارییانەی کە بەزگماکی هاتون و هەروەها ناکۆکن دەربارەی چۆنیەتی بەکارخستنی ئەو زانیارییانە[2].

سەرجەم تیۆرەکانی دەرونزانی کەم تا زۆر گرنگییان بەزانستی زمانی دەرونی داوەو کاریانکردووە بۆ لێکدانەوەی بیرو ڕەفتاری مرۆڤایەتی و ڕونکردنەوەو بەدەستهێنانی زانیاری دەربارەی زمان و بوارەکانی زانستی زمانی دەرونیی بەتایبەتی فێربونی زمان. گرنگیدان بەمەسەلەی ڕەفتاری زمانەوانی، کە یەکێکە لە سیفەتە دیارەکانی دەرونزانی هەر لە سەرەتای دروستبوونیەوە لەلایەن زانای ئەڵمانی (ویلهیلم فوندت/Wilhelm Wundt) بوو کە بەیەکەم زانای دەرونزانی دادەنرێت، وتاری دورو درێژی دەربارەی سایکۆلۆژییەتی زمان، و کاریگەریی زمان لەسەر بیر نوسیوە، سەرەڕای ئەو هەموو گفتوگۆ و لێکدانەوە چڕوپڕانەی بۆ بواری ڕەفتاری زمانەوانی کردووە، بەڵام زمانەوانەکان وەك پێویست گرنگییان پێنەدا[3].

---

* ئەنثرۆپۆلۆجی (علم الانسان/anthropological): ئەو زانستەیە کە لە مرۆڤ دەکۆڵێتەوە لە هەموو ئەو لایەنانەی کە پەیوەستە بەمرۆڤەوە.

[1] www.hia6.com/forum/hia635650

[2] سەرچاوەی پێشو.

[3] بڕوانە: د. موفق الحمدانی (1982: 10) و عزیز کعواش (2010: 5).

قوتابخا نەی ڕەفـ تاری (Behaviorism) بەیە کەم قوتابخا نە دادەنر ێت یەکێ کە لەو قوتابخانانەی کە بایەخێکی بەرچاوی داوە بە زمان، لەهەمانکا تدا گرنگیـ یەکی تایـ بەتی بەڕەفتاری زمانەوانی داوە، کە ئەمەش کاریگەریـ یەکی د یاری لە سەر لێکۆڵیـ نەوە زمانەوانیـ یە ئەمریکیـ یەکان لە سەرەتای سەدەی بیـ ستەمدا هەبوو. پاش ئەوەی لە ئەمریکا گرنـ گی تەواو بەدەرونزانی دراو، گۆڤارێکی تایبەت بەو زانستە دەرچوو کە تێیدا باس لەکێشەکانی زمان و ئاخاوتن کرا هەر لـ ێرەوە پێشبینی بەیەکگەشتنی هەردوو زانستی زمان و دەرونزانی کرا لەو چوارچێوەیە شدا پاش ئەوەی زا نای دەرونزا نی دامەزرێ نەری قوتابخا نەی ڕەفـ تاریی واتـ سن (Watsan) بیرۆ کەکانی لەبارەی دەرونزا نی ڕەفتاریـ یەوە خـ ستەڕوو، ڕەفـ تاری د یارو بەر چاوی کرد بەبـ نەماو ناخ و خود شی (الاستبطان) ڕەتکردەوە[1]. واتسن بەردەوام بوو لە سەر ڕەتکرد نەوەی لێکۆڵیـ نەوە " لەناو عەقـ ڵدا چ لای ئاژەڵ بـ ێت یان مرۆڤ، تەنا نەت چەمکەکانی (هە ست، پاڵـ نەر، ئارەزو و ها ندان) یـ شی ڕەتکردەوە"[2] باشترین پێنا سەی دەرونزا نی لای واتـ سن بریتیـ یە لەوەی: "لقێکی ئەزمونی تەواوە لەزانـ ستە سرو شتییەکان، ئا مانجی تیۆریـ شی بریتـ یی بوو لەپێـ شبینیکردنی ڕەفـ تارو کارکردن پێوەی"[3].

واتسن بەشێوەیەکی ڕوون و ئاشکرا باسی لەپەیوەندیی نێوان زـ مان و دەرونزا نی نەکردوە، بەڵام ئامانجی سەرەکی واتسن بریتی بوو لەپشبینیکردنی ڕەفـتاری مرۆ ڤەکان و کۆنتڕۆڵکردنـ یان[4]، بۆ یە دوو زارەوەی نوێی تایبەت بەخۆی هێنایەکا یەوە کە بریـ تی بوون لە وروژا ندن (Stimulus) و کاردانەوە (Response)، کە (وروژاندن) "ماناى هەموو ئەو شتانەیە کە لە ژینـ گەدا ڕوودەدەن، یان هەر گۆڕانکایەك کە لەو شتانەدا بکر ێت بەئارا ستەی ئەرێنی یان نەرێنی، بەڵام (کاردا نەوە) بریتیـ یە لەو شتانەی کە مرۆڤ ئەنجامیان دەدات وەك دورکەوتـ نەوە، یاخود نزیکبو نەوە لەڕوناکی"[5]، لێرەوە واتسن وشەی (ڕەفتار)ی بەوە شیکردەوە کە (پێکهاتوە لەڕەگەزەکانی کاردانەوە کە دەتوانرێت لەڕێگەی توێژیـ نەوەی زانـ ستی بابەتیا نە شیبکرێنەوە، هەروەك ڕەفـ تار لای واتـ سن پێک هاتووە لەکۆ مەڵێك دەرهاویـ شتەی ڕژێـ نی (غددی) و جوـ ڵەی ما سولکەیی)[6]. واتـ سن بەهیـچ شێوەیەك دان بە چەمکی غەریزەو دیاردەی ڕەفتاریدا نانێت، کە لەشێوەی غەریزەدان لەڕوکە شدا،

---

[1] عزیز کعواش (2010: 6).

[2] د.جلال شمس الدین، ج1 (2003: 54).

[3] سەرچاوەی پێشو (54).

[4] عزیز کعواش (2010: 7).

[5] د. جلال شمس الدین، ج1 (2003: 55).

[6] سەرچاوەی پێشو (56).

هەروەها نكۆڵی لە تایبەتمەندی خۆڕسك كردووەو جەختی خستەسەر ئەوەی دەتوانرێت لەڕێگەی مەشق پێكردنی مندا ڵەوە هەر شتێكمان بو یت فێری بكەین)[1]. لە سەر بنەمای ئەم بۆ چوونانەی واتسن "زمان بەو پێ یەی ڕەفتارێكی ئا شكرایە، لە سەر بنەمای ئەم قوتابخانە ڕەفتاری یە بە شێوەیەكی زۆر ئا سان شیكرایەوە، بەوەی تەنها بریتییە لە كۆ مەڵێك پەر چەكرداری مەرجدار(الافعال المشروطة)"[2].

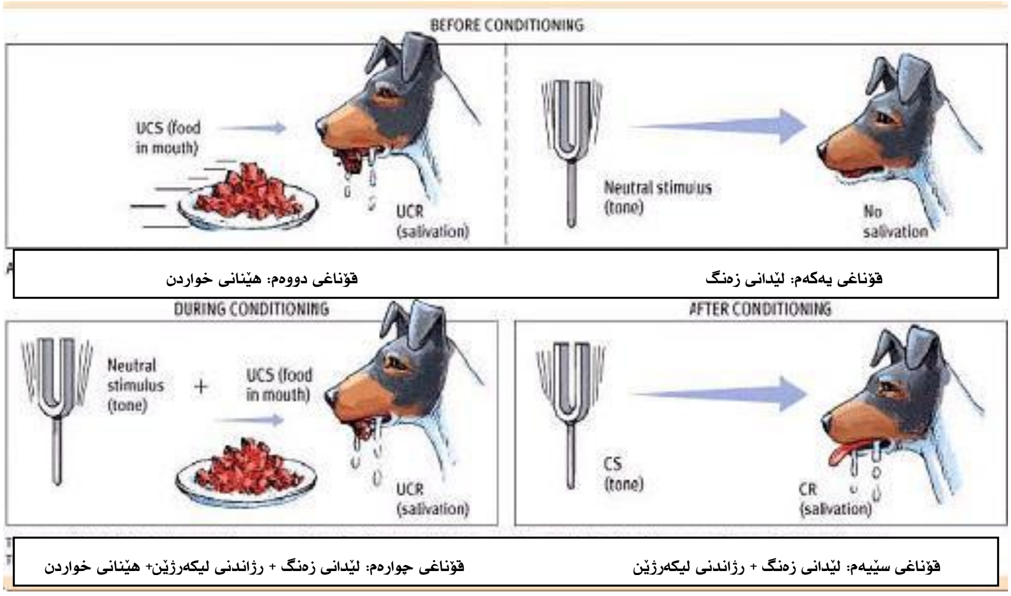
لەلای واتسن (بیر) ئەركێكی گشتییە كە لە شێكی زیندو جێ بەجێی دە كات، دەر بڕینیش تەنها كارێكە كە مرۆڤ لەڕێگەی قورگەوە ئەنجامی دەدات. كاری قورگیش گوزار شتێكی ڕەفتاری یە بۆ ئەركی ڕە مزی / بیر وا تە قسەكردن لە گەڵ خود یاخود لە گەڵ بەرامبەر/ بیر زما نە، زمانیش جوڵەیە[3] واتسن وایدەبینێت كە بیركردنەوە هیچ نییە جگە لەڕەفتاری جو ڵەیی ناوەكی، هەروەها ئاماژەشی بەوە كردوە كە بیركردنەوە كاری وەك هەموو كارە كانی تری ئەر كە دەرونییەكا نە، كە ئەویش بەجۆرێك لەجۆرەكان ڕەفتارێكی جو ڵەیی هە ستییە، بەڵگە شی بۆ ئە مە ئەوە یە كە ڕەفتاری بیركردنەوە لەناو جو ڵەی قسەكردندایە[4]. بیركرد نەوەی زارە كی دەكر ێت لەچوار چێوەی فۆڕمی جوڵەی ماسولكەیدا قەتیس بكر ێت، ئەم جو ڵە ما سولكەییانەش كە دەبێت بەپیشەیەكی بەردەوام جوڵەیەكی نەبیستراون. پاش ئەوەی فێری چۆنیەتی قسەكردن دەبین، ئینجا بیركرد نەوە دەبێ تە قسەی بێ دە نگ كە لە گەڵ ناخما ندا قسەی پێ دە كەین ... قوڕگیش ئامرازێكی بیركردنەوەیە[5]، هەروەها چەند جوڵەیەكی تریش هەیە كە ئاماژەن بۆ پرۆسەی بیركرد نەوە، ئەم جولا نەش بریتین لەئاماژەكانی ڕوخسارو شان تەكاندن، ئەما نەش هەموویان ئاماژە یەكن بۆ پەرچەكرداری ڕووداوە جیاوازەكان[6].

یەكێكی تر لەزانایانی قوتابخانەی ڕەفتاری پاڤلۆڤ (I.pavlov) بوو، كە بۆ چوونی دەر بارەی زمان ئەوە یە كە بریتی یە لەكۆ مەڵێك پەر چەكردارو كاردا نەوە بۆ بۆ وروژێنەری دەرە كی، كە دەبێ تە فۆڕمێكی پە سەندكراو لەڕووی كۆمەڵایەتی یەوە، كە ئەویش لەڕێ گەی ئەو پادا شتەی كۆمەڵگا پێشكەش بەتاكی دەكات، چ ئەو كۆمەڵگەیە بریتی بێت لەدایك و باوك لەسەرەتاوە، یاخود كەسانی تر، كاتێك مندا ڵ بەڕێگەی پادا شت فێری زمان دەبێت لەكۆتاییدا فێری لە بەركردن و

---

[1] د. جلال شمس الدين، ج1 (2003: 56).
[2] عزيز كعواش (2010: 6 7).
[3] علي راجع بركات (د- ت: 11).
[4] د. جلال شمس الدين، ج1 (2003: 57).
[5] سەرچاوەی پێشو (57، 58).
[6] علي راجع بركات (د- ت: 12).

خەزنکردنی ژمارە یەکی سنوردار لەنمو نەی ڕ ستەی ج یاواز لەڕووی مۆرفۆ لۆژی و ڕێزماذ یەوە دەبێت، کە دەکرێت فراوان بـکرێن، لەکاتێکدا وێـنەی یە کەمی ئەو ڕ ستانە وەك خۆی بهێڵێـتەوە. کاتێکیش کە تاك کاریگەر یەکی دەرە کی لە سەر دەبـێت، ئەوە بە یەکێك لەم نمو نە پارێزراوا نەی لەمێشکیدا وەڵامی دەداتەوە[1].



وێنەی تاقیکردنەوەکەی پاڤلۆڤ

شوێنکەوتوانی ئەم قوتابخانە یە بە شێوەیەکی ڕوکە شی د یار لەسرو شتی زماذ یان دەڕوا نی، کە لەگەڵ پرنسیپ و ڕێکارە دەرونزانییە ڕەفتارییەکان دەگونجا، کە تەنها گرنگی بەڕوکە شی شتەکان دەدا کە دە توانرا بپێور ێت و تاقیکرد نەوەی لە سەر بکر ێت. بەم شێوەیە پرۆ سەی قـسەکردن و فێربونی زمانیان گۆڕی بۆ پرۆسەی میکانیزمی کە کاریگەریی عەقڵی بە سەرەوە نـی یە، هەربۆ یە با سەکەیان بە نی سبەت زما نەوە بە با سێك دانانر ێت کە لەناوەڕۆکی ز مانی کۆڵیبێ تەوە، لەبەرئەوەی تەنها پشتیان بەلێکۆڵینەوەی ڕوکەش دەبەست[2].

پەیوەندی باوەڕپێکراوی نێوان زانـستی ز مان و دەرونزا نی دەگەڕێـتەوە بۆ زما نەوانی ئەمریکی لیۆنارد بلومفیلد (L.Bloom field)، کە هەڵگری ئاڵای قوتابخا نەی ڕەفتاری یە، کە دەرونزا نی تێکەڵ بەلێکۆڵینەوەی زمانیی کرد. لەکتێبەکە یدا کە بەناوی (زمان)ەوە یە، یەکێك لەبـنەماکانی قوتابخانەی ڕەفتاری ئەوە بوو کە هەموو لا یەنێکی ڕەفـتاری مرۆڤ لەناو چوار چێوەی وروژا ندن و

[1] د. نایف خرما (1978: 114، 115).
[2] سەرچاوەی پێشو (115).

کاردانەوەدا لێکدەدرێتەوە[1]. بلومفیلد پێی وایە دەتوانرێت وەسفی ڕەفتاری مرۆڤ بکرێت لەڕێی تەماشاکردنی دیاردە فیزیولۆژییەکان و ئەو دیاردانەی کە هاوشانی ڕەفتاری تاکەکانن، مادەم زمان لەلای بلومفیلد وەك دیاردە مرۆڤایەتییەکانی تر دەچێتە خانەی دیاردە ڕەفتارییەکانەوە، بۆیە ئەوەی بەسەر لێکۆڵینەوە ڕەفتارییەکاندا جێبەجێ دەکرێن بەسەر زمانیشدا بە هەمان شێوە[2]. بەپێی بیروبۆچونی قوتابخانەی ڕەفتاریی ئەتوانین فێری ڕەفتار ببین بەڕێگای بەرنامە و تێبینی بەبێ گرنگیدان بەبارودۆخە دەروونییە ناوەکییەکان.

یەکێك لەبنەماکانی قوتابخانەی ڕەفتاریی ئەوەبوو کە هەموو لایەنێکی ڕەفتاری مرۆڤ لەناو چوارچێوەی وروژاندن و کاردانەوەدا لێکدەدرێتەوە، بلومفیلد بۆ ڕونکردنەوەی بیرو بۆچوونەکەی کە باس لەڕوداو دەکات لەشێوەی گوتندا، ئەم بیرۆکەیەی خوارەوە دادەڕێژێت:[3]
گریمان جاك و جیڵ بەڕێگایەکدا دەڕۆن، جیڵ برسییەتی و سێوێك دەبینێ بەدارێکەوە، دەنگێکی لێوە دێت. جاك بەدارە کەدا هەڵئەگەڕێت و سێوەکە لێدەکاتەوەو دەیهێنێ بۆ جیڵ، جیڵیش سێوەکە دەخوات.
لێرەدا ئەگەر جیڵ هەر خۆی بوایەو ئەوا ئەوکاتە خۆی سێوەکەی لێدەکردەوەو دەیخوارد، بەڵام لەبەر ئەوەی خۆی تەنها نەبوە، بۆیە ڕوداوێك لە شێوەی گوتندا دێتە نێوان وروژاندن و کاردانەوەکەوە.

یەکێك لەوانەی ڕۆڵیان هەبوو لەچەسپاندنی کۆڵەکەی زانستی زمانی دەروونیی و دامەزراندنی پاش بلومفیلد زانای دەرونزانی ئەمریکی بەناوبانگ سکینەر(Skinner) بوو، کە لەڕێگەی کتێبەکەی کە بەناونیشانی ڕەفتاری دەربڕین (verbal behavior)ەوە بوو، بایەخی بەشیکردنەوەی ئەرکیدا (وظيفي) بۆ ڕەفتاری ئاخاوتن، واتە دیاریکردنی ئەو گۆڕانکارییانەی کە ڕەفتار ڕێکدەخەن (ضبط)، هەروەك وەسفکردنی چۆنیەتی ئاوێتەبوونیان بەئامانجی دیاریکردنی ئاخاوتنە وەڵامدانەوەکان و پێشبینیکردنیان، ئەو گۆڕانکارییانەش لەگەڵ سروشتی ئاوێتەبونیان بەیەکەوە لەڕێگەی چەمکە ڕەفتارییەکانی دەرونناسیەوە وەسفدەکرێن وەکو: وروژاندن و کاردانەوە و هاندان[4].

---

1 جودث جرین (1993: 3).

2 عزیز کعواش (2010: 8).

3 جودث جرین (1993: 3 - 4).

4 سەرچاوەی پێشو (8).

تێڕوانینی سکینەر بۆ گوتە (کلام) ئەوەیە کە ڕەفتارێکی فێرکراوە، بەڵکو سەرجەم ڕەفتارە فێرکراوەکان لەلای ناوبراو پەیوەستە بەبنەما سەرەکییەکانی فێرخواز یان مەرجەکانی بەجێهێنان (الاشتراط الاجرائي/Operant Conditioning) لەڕێگەی هەوڵەکانی سکینەرو تیۆرەکەی لەبواری فێربوندا لێکۆڵەران بۆچوونیان وابوو، کە ئەو زانا دەرونزانانەی لێکۆڵینەوەیان لەبواری زماندا کردوە کاریگەربوون بە دوو خاڵی سەرەکی کە بریتیین لە: تیۆری فێربون (نظریة التعلم -Learning theory) تیۆری زانیاری (نظریة المعلومات/information theory)*. بەپشت بەستن بەم دوو تیۆرە دامەزراندنی زانستی زمانەوانیی دەرونی کۆتایی پێ هات[1].

سکینەر بەوشێوەیە لە زمان دەڕوانێت کە نەریتێکی وەرگیراوە وەکو هەر نەریتێکی تر کە مرۆڤ فێری دەبێت لەکاتی پێگەیشتنی لەمنداڵییەوە تاگەورەبونی، وایدەبینێت منداڵ کە لەدایکدەبێت مێشکی پەڕەیەکی سپییە بەتاڵە لەزمان بەتەواوەتی، هەروەها بۆچوونی وایە سەرکەوتنی منداڵ لەفێربونی نەریتی زمانی ئاڵۆزدا بۆ پەراوەکردنێکی بەردەوام و بەڕیوەبراو دەگەڕێتەوە، کە وایلێکرد نەریتی ئاڵۆزی ئاژەڵان فێرببێت وەك مشك و ئاژەڵی تر کە لەتاقیگەکاندا تاقیکردنەوەی لەسەریان ئەنجام دەدا[2].

سکینەر دان بەوەدا دەنێت کە کۆرپە لەکاتی لە دایکبونیدا کۆمەڵێك جیناتی بۆماوەیی دیاریکراو هەڵدەگرێت، و چەندین فاکتەری دیاریکراوی تری هەڵگرتووە کە ناکرێت بگۆڕدرێن، چونکە

---

* تیۆری فێربون (نظریة التعلم): لەڕوانگەی ئەم تیۆرەوە کاردانەوە ئاخاوتنییەکان جۆرێکی لاوەکییە لە کاردانەوە سەرەکییەکان، بۆنمونە سکینەر وایدەبینێت کە کاردانەوە ئاخاوتنییەکان پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆیان بە وروژێنەرەکانەوە هەیە بێ ئەوەی پێویست بەدەستوەردانی گۆڕاوەکان (متغیرات) بۆ نمونە: (واتا و بیرو یاسا ڕێزمانییەکان). وەرگیراوە لە: جودث جرین (1993: 22).

تیۆری زانیاری (نظریة المعلومات): گرنگی بە لایەنی بیرکاری زمان دەدات کە پەیوەندی بە ئاستی ئەو زانیارییانەوە هەیە کە ڕستە یان وشە لە ڕستەدا پێکیدەهێنن. ئەم تیۆرە هەندێ کات بە تیۆری پەیوەندیکردن (نظریة الاتصال/ communication theory) ناودەبرێت، کە هێماکانی هاتوچۆ و ئامێری گەرمی پێوو ئامێری ئاگادارکردنەوە بە بەشێك لەم سیستمە دادەنرێت، هەروەها گرنگی تایبەت دەدات بەپێوانەکردنی بڕی ئەو زانیارییانەی لەهێمایەکی دیاریکراودا هەن، زانیارییەکانیش بەپێی فراوانبون و زۆربونی هێماکان زیاد دەکەن. وەرگیراوە لە: د. نایف خرما (1978: 27، 28).

تیۆری زانیاری لەسەر دەستی (شانون وویفر/Shannon et weaver) سەریهەڵدا، کاریگەری تەواوی هەبوو لەسەر زانستی زمان، ئەو کاریگەریەش پەیوەندی بەوەوە هەبوو کە بەکارهێنانی زمان لە لایەن بەکارهێنەریەوە پێویست بەوە دەکات درکپێکردن و ئەزمونی هەبێت، کە لەڕێگەیانەوە بتوانێت دوای هەموو ئەو خاڵانە بکەوێت کە لە پەیام (الرسالة)ی ئاخاوتندا هەیە، واتە زانینی گریمانە یەك لەدوای یەکەکان بۆ هەموو ئاستە زمانییەکان، هەروەها دەبێت پەیامەکە (الرسالة) واتاداربێت، ئینجا وەرگر دەتوانێت ئەو پەیامە درکپێکراوە وەربگرێت لەڕێگەی سیستمی هێماییەوە (code). وەرگیراوە لە: جودث جرین (1993: 21، 22).

[1] عزیز کعواش (2010: 10).

[2] د. نایف خرما (1978: 114).

کۆرپە دەنگی هەڕەمەکی دیاریکراو دەردەکات و ئەو دەنگانەش پەیوەست نین بەدیالێکتی ڕەسەنی دایك و باوکەوە، بەڵکو لەهەموو زمانەکاندا هەیە، بەڵام دواتر منداڵ هاندەدرێت بۆ ئەوەی دەنگی نزیك لەوشە گەلێکی بەسود لەزمانی دایکیدا دەربڕێت، دواتریش تەنها هاندەدرێت بۆ قسەی بەسود، کە پاشان پەرەدەسێنێت بۆ فێر بونی ئاخاوتن، هەروەها فێر بونی چەندین ڕەفتاری مرۆڤایەتی[1].

سکینەر گرنگی بەلێکۆڵینەوەی ڕەفتاری دەربڕیندا، دانی بەبوونی جیاوازی لەنێوان مرۆڤ و مشکدانا، بۆچوونیشی وایە ئەو دەنگانەی کە لەمرۆڤەوە دەردەچن و دەبنە هۆی دروست بونی ئاخاوتن سەرجەمیان کاردانەوەن و، دەکرێت تۆکمەتر بکرێن لەڕێگای قسەو ئاماژەکانی کەسانی ترەوە، دەکرێت تێبینی ئەم حاڵەتە بکەین کاتێك منداڵ فێری قسەدەبن بەبینین و گوێگرتن لەپەرچەکرداری باوکان کاتێك وشەی هەڵە بەکاردەهێنن، یان وشەی نەشیاو بەکاردەهێنن، ئالێرەوە منداڵان لەباوکانەوە فێری قسەکردن دەبن[2].

قوتابخانەکەی پاڤلۆڤ کاریگەریی لەسەر هەردوو زانای دەرونزانی (فیگۆتسکی/Vygotsky) و (لوریا/ Luria) هەبوو، کە هاوڕابوون لەگەڵ سکینەرو شوێنکەوتوەکانی لەویلایەتە یەکگرتوەکانی ئەمریکا[3]. فیگۆتسکی و لوریاو سکینەر کۆکن لەسەر ئەوەی کە زمان پێکهاتوە لەپەرچەکردار یان کاردانەوەی کارلێکەرە دەرەکییەکان. فیگۆتسکی جیاوازی لەنێوان دوو ئاستی ئاخاوتن دەکات، یەکەمیان شێوەی ناوەوە (واتای ئاخاوتن)، دووەمیان شێوەی دەرەوە (دەنگ) کە ئەم شێوەیەیان لەلای منداڵ لەوشەیەکەوە دەستپێدەکات و پاشان منداڵ ئەو وشەیە لەگەڵ دووسێ وشەی تر لێکدەدات و ڕستەی کورت پێکدێنێت دواتریش لەگەڵ گەشەکردندا ڕستەی درێژ دروست دەکات و دواجار لەم ڕێگەیەوە منداڵ کۆمەڵێك ڕستە لەمێشکیدا خەزن دەکات[4] .

ئەوەی ڕۆڵ و سەقامگیربوونی زانستی زمانی دەروونی زیاتر کردو کەرەستەی زانستیو لایەنی پراکتیکی بۆ دەستەبەرکرد دەرکەوتنی تیۆری (بەرهەمهێنان و گواستنەوە)ی چۆمسکی بوو لەڕێگەی کتێبەکەی کە بەناونیشانی ڕۆنانە سینتاکسیەکان (Syntactic Structures) بوو

---

[1] علي راجع بركات (د ت: 17).

[2] سەرچاوەی پێشو (21).

[3] د. نايف خرما (1978، 114).

[4] د. عبدالستار الضاهر، علم اللغة النفسي، http:// www.arab-ency.com/index.php?

دەرگایەکی بەڕووی تێڕوانینی نوێ بۆ ڕەفتاریی زمانەوانی کردەوە[1]، کە ئەم تیۆرە بەتیۆری عەقڵگەرایی (Theory of Rationality) ناسراوە. لە سەرەتای ئەو ساڵانەدا لە گەڵ ئەو گۆڕانکارییەدا هاوتەریب بوو، کە تیۆری بەرهەمهێنان لەبوارەکانی زانستی زماندا هێنایەکایەوە، بۆ یە مەیلی بەرەو ئاراستەی کاریگەربوون بەفۆتابخانەی درکپێکردن، یان زانیاری ڕۆیشت. لەوکاتەدا گرنگیدان بەواتا لەڕووی تێگەیشتن و گوزارشتکردنەوە سەریهەڵدا، هەروەها بایەخدان بەفێربونی زمان لای منداڵ زیادیکرد[2].

بیروبۆچوونەکانی چۆمسکی(Chomsky) لەتیۆری (ڕێزمانی بەرهەمهێنان و گوێزانەوەدا)* ، لەکتێبی ڕۆنانە سینتاکسییەکان (Syntactic Structures) لە ساڵی (1957)دا، کاریگەریەکی گەورەی لە سەر دەرکەوتنی سایکۆلۆژیی زمانەوانی هەبوو، ئەمەش لەکاتێکدا بوو کە زاراوەی سایکۆلۆژیای زمان (Psychology of language)ی گۆڕی بەزانستی زمانی دەروونیی (Psycholinguistics)، کە ئەمەش جۆرێك لەگۆڕانکاری دەگەیەنێت لەئاراستەکانی زانایانی دەرونزانی سەبارەت بەبابەتی ڕەفتاری زمانەوانی و دیاردە زمانەوانییەکان[3].

چۆمسکی گرنگییەکی تایبەتی داوە بەزانستی زمانی دەرونیی، تیۆرییەکەی لەبواری زانستی زماندا بەوە کۆتایدێت کە: بەهێزترین ئیش کە بتوانرێت بەشداری تێدابکرێت لەبواری زانستی زماندا، ئەوەیە کە لێکۆڵینەوە لەمێشکی مرۆڤ بکرێت، بەمشێوەیە زانستی زمان زیاتر وردترو ڕوونتر دەبێت، ئەگەر بەبەشێك لەبەشەکانی سایکۆلۆژیای درکپێکردن دابنرێت[4] ، چۆمسکی بۆچوونی وایە کە زمانەوانیی دەرونیی لێکۆڵینەوە لەپەیوەندیی نێوان زمان و بیرو عەقڵی مرۆڤایەتی دەکات یەکێك لەو پاڵنەرە بەهێزانەی کەبووە هۆی گرنگیدان بەم زانستە و پشت بەستن بەپرنسیپەکانی لەم ساڵانەی دواییدا دەگەڕێتەوە بۆ دەرکەوتنی چەند ئاراستەیەکی تازە

---

[1] عزیز کعواش (2010: 10).

[2] داود عبدة (2010: 9).

* چۆمسکی لە تیۆرەکەی ساڵی (1957)دا، ئەوە دەخاتەڕوو کە قسەکەر لەڕستەی سەرەکیدا گۆڕانکاری ئەنجامدەدات بۆ ئەوەی بگاتە ئەو ڕستەیەی کە دەریدەبڕێت، کە ئەمەش بووە هۆی وروژاندنی زانایانی دەرونزانی و دروستبوونی مەسەلەیەك لایان ئەویش بە (ڕاستی سایکۆلۆژی/ الحقیقة السیکولوجیة/psychology Reality) ناسراوە. ئەم مەسەلەیە دوو لایەن لەخۆ دەگرێت: یەکەمیان: ئایا قسەکەرە ڕەسەنەکان لە مێشکیاندا، یان لەڕووی فسیۆلۆژی دەمارییەوە کۆمەڵێك یاساو ڕێسایان پاراستوە لە مێشکیاندا لەو جۆرەی زمانەوانەکان لە نمونەی بەرهەمهێنانی سستمی زمانی دایانڕشتوە؟ دووەمیشیان ئەو ڕۆڵە چییە کە ئەم یاسایانە دەیبینن لەبەرهەمهێنانی قسەو تێگەیشتنیدا؟، وەرگیراوە لە: جودث جرین (1993: 10).

[3] جودث جرین (1993: 21).

[4] David Crystal (1968.254,255).

لەلێکۆڵینەوەی زماندا، ئەویش لە بیرو پرۆگرامەکانی چۆمسکیدا خۆی دەبینێتەوە لەلێکۆڵینەوەی زماندا.

ئەو وەرچەرخانەی تیۆرەکەی چۆمسکی هێنایەکایەوە ئەوە بوو کە چەمك و پێناسەیەکی تری بۆ زمان دانا کە پەیوەندیی نێوان شیکردنەوەی زمانەوانیو چەند لایەنێکی دیاریکراوی تردا لەهەریەك لە تیۆرەکانی فێربونو زانیاری بەیەکەوە بەستەوە. چۆمسکی پێی وایە تیۆری فێربون کە باس لەپەیوەندیی مەرجداری نێوان وروژاندنو کاردانەوە دەکات بە کەڵکی ڕاڤەکردن یان لێکدانەوەی توانای قسەکەر نایەت لە بەکارهێنانی زماندا[1]. بە بۆچوونی چۆمسکی زمان "پرۆسەیەکی عەقڵیی ئاڵۆزەو مرۆڤ لەگەڵ لەدایکبوونیدا توانایەکی زمانەوانی سنورداری هەیە، کە یارمەتیدەریەتی بۆ فێربوونی هەر زمانێك کە لەناو کۆمەڵگەکەیدا بژی. چۆمسکی سیفەتێکی گرنگی تری خستەپاڵ زمان، کە بریتیە لە توانای قسەکەر بۆ ڕێکخستنی ڕستەو دەستەواژەی نوێ بەزمانێکی دیاریکراو، کە هیچ کەس پێش ئەو بەکاری نەهێناوەو داینەهێناوە یان خودی خۆی پێشتر لەکەسی تر گوێی لێ نەبووە"[2]. لەڕووی دەرونیشەوە کە پەیوەندی بەپرۆسەی فێربوونی زمانەوە هەیە لای منداڵ، چۆمسکی پێی وایە عەقڵی منداڵ کۆمەڵێك تایبەتمەندی خۆڕسکیی هەیە کە توانای فێربوونی زمانی پێ دەبەخشن، بۆیە منداڵ ئامادەیە لەڕێگەی ئەو قسانەی دەیبیستێت ڕێساکانی زمانی خۆی بە شێوەیەکی داهێنەرانە بنیات بنێت نەك لە شێوەی لاسایی کردنەوەدا، ئەمەش مانای ئەوەیە کە منداڵ توانای پێکهێنانی ڕستەی ڕاستو دروستی زمانەوانی هەیە کە پێشتر نەیبیستووەو نەبووە[3].

چۆمسکی بەرپەرچی قوتابخانەکەی سکینەری داوەتەوە، چۆمسکی دەڵێت: منداڵ هەر لەسەرەتاوە بە شێوەیەکی ئیدراکی، یاخود بەئاگایی زمانی دایك وەردەگرێت، کە دەگاتە ئەوەی یاساو ڕێسا جیاوازەکانی زمان فێرببێت ئەوکات توانای دروستکردنی زمانی دەبێت، کە لەڕێگەیەوە دەتوانێت ڕستەو دەستەواژەکان دروست بکات لە هەر کات و ساتێکدا بیەوێت بێ ئەوەی پشت بەلایەنی دەرەکی ببەستێت کە ببنە هۆی فێرکردنی، چۆمسکی دەڵێت منداڵ کە لەدایکدەبێت مێشکی پەڕەیەکی سپی نییە، بەڵکو توانایەکی خۆڕسکی هەیە، کە توانای فێربونی هەموو زمانێکی هەیە. منداڵ لای چۆمسکی فاکتەرێکی نەرێنی نییە بەڵکو فاکتەرێکی ئەرێنییە، پەنادەباتە بەر عەقڵ لەکاتی فێربونی زماندا[4].

---

[1] عزیز کعواش (2010: 11).

[2] د. نایف خرما (1978: 116).

[3] عزیز کعواش (2010: 11).

[4] د. نایف خرما (1978: 96).

چۆمسکی ڕەخنەی توندی لەو لاسایی کردنەوەیە گرت، کە تیۆری ڕەفتاریی بانگەشەی بۆ کردو، پاشان بیری زمانەوانی لەسەر بنیات نرا لەڕووی لێکدانەوەی دروست بوو پرۆسەی فێر بونی زمان. تیۆرە کەی چۆمسکیو لێکدانەوە دەروونیو هەو ڵەکانی بۆ بەستنەوەی زمان بەلێکۆڵینەوە دەرونیەکانو وروژاندنی مشتومڕو گفتوگۆی توندو سەخت، چ لە ڕووی ڕەگو ڕیشەی دەرونی یان عەقڵیی یان تێڕوانینەکانی بۆ پرۆسەی فێر بوونی زمان، هەموو ئەمانە بیرۆکەی لاسایی کردنەوەیان هەژاند کە ڕەفتاریەکان هێنایانەکایەوە، تا وای لێهات ئاستەنگ بوو ئەو لاسایی کردنەوەیە بەیەکێك لەفاکتەرە گرنگەکانی پرۆسەی فێربونی زمان هەژمار بکرێت، لەبەر ئەوەی چەندین لایەنی سەرەکی لەزماندا هەیە، کە ناکرێت ڕاستەوخۆ تێبینیان لەسەر بکرێت، تا ملکەچی لاسایی کردنەوە بن[1]. چۆمسکی توانی بەم تێڕوانینەی لێکۆڵینەوەی زمانەوانی لەسنوری وەسفو شیکردنەوە بگوێزێتەوە بۆ هەوڵی لێکدانەوەی دیاردەو جیاوازیەکانی نێوان تواناى زمانەوانیو ئەداکردن، شوێنکەوتووانی ئەم ڕێبازەش گرنگییان بەلێکۆڵینەوەی عەقڵی مرۆڤایەتی داو ڕۆڵی ئەم ڕێبازە لەپرۆسەی زمانەوانیدا وەك هەوڵێك بۆ لێکدانەوەی دیاردە زمانەوانیەکان بوو[2].

لە گرنگترین ئەو کارانەی چۆمسکی لەساڵی (1959)دا لە سەرەتای ژیانی زانستیدا لەبوارەکانی زانستی زمان بە ئەنجامی گەیاند، بەگژداچونەوەی سەختی بیروبۆچوونەکانی (سکینەر) بوو، کە لەکتێبی ڕەفتاری دەربڕین (verbal behavior) دا خستبوونییەڕوو، سکینەر تاقیکردنەوەکانی لەسەر ئاژەڵ ئەنجامدابوو، کە بۆ چوونی وابوو کە زمان بە نەریتێکی کۆمەلایەتی دانرێت وەك سەرجەم نەریتە کۆمەڵایەتیەکانی ترو، فێربونی زمانیش بە هەمان شێوە دەستەبەردەکرێت لەڕێگەی هەوڵدان و هەڵەکردنەوە، چومسکیش لە بەگژداچونەوەکەیدا دوو خاڵی خستەڕوو[3]:

<u>**خاڵی یەکەم**</u>: هیچ پەیوەندیەك نییە لەنێوان ڕەفتاری مشك لە سندوقی تاقیکردنەوە لەگەڵ زمانی مرۆڤایەتیدا، هۆکارەکەشی زۆر سادەو ساکارە ئەوەیە کە زمان خاسیەتێکی تایبەت بەمرۆڤە، و هەموو هۆکارەکانی تری پەیوەندیکردن کە ئاژەڵەکان بەکاریدەهێنن، کە ئێمە بەلادانی دادەنێین هۆکارێکن کەموکورتی زۆریان تێدایەو هیچ لەو خاسیەتانەیان تێدانیە، کە زمانی مرۆڤ دروستدەکەن.

---

[1] عزیز کعواش (2010، 11).

[2] سەرچاوەی پێشو (11 - 12).

[3] د. نایف خرما (1978، 92، 93).

خاڵی دووەم: تێگەیشتنی سکینەر بۆ سروشتی زمان لەبنەڕەتدا تێگەیشتنێکی هەڵە یە، کاتێك سکینەر وایدەبینێت کە زمان کۆمەڵێك لەداب و نەریتی ئاشکران کە لەلای مرۆڤ دروست دەبن لە ئەنجامی وەڵامدانەوە بەردەوامەکانی بۆ وروژێنەرە دەرەکییەکان بێ ئەوەی پێویستی بەئامێرێکی خۆڕسکی یان عەقڵی تایبەت بەو مەسەلەیە بێت، واشی دەبینێت کە دەکرێت پێشبینی ڕەفتاری زمانەوانی تاکەکان بکرێت لەڕێگەی لێکۆڵینەوەی ئەو وروژێنەرە دەرەکییانەی لەدەوریدان، بەڵام چۆمسکی ڕوونی دەکاتەوە کە سکینەر ناتوانێت باس لەهۆکارەکانی ڕەفتاری زمانەوانی بکات، بەو پێیەی هیچ لەبارەی سروشتی ئەو ڕەفتارانەوە نازانێت.

چۆمسکی لێرەدا دەیەوێت ئەوە بخاتەڕوو کە سکینەر لایەنی داهێنانی زمانی فەرامۆشکردوە، چونکە کاردانەوەکان پیشبینی ناکرێت بۆ وروژێنەرەکان، لەبەرئەوەی کاردانەوەکان لە بارێکەوە بۆ بارێکی تر دەگۆڕێت، وا تە بەپێی بارودۆخە کە دەگۆڕێت. هەندێ کاردا نەوە هە یە کە پێشتر نەبیستراوەو نەخویندراوەتەوە، بەڵام لەو کاتەدا بەکاردەهێنرێت، کە ئەمەش بۆ داهێنانی زمان دەگەڕێتەوە[1].

(چۆمسکی) لەبارەی زمانەوە دەڵێ: "زمان لەدەرەوەی چوارچێوەی پێشبینییە عەقڵییەکان بوونی نییە، ئەگەر تایبەتمەندییەکانی هەر چۆنێك بێت ئەوە تایبەتە بە خۆیەوە، چونکە پەیوەستە بەڕێڕەوی عەقڵیی زگماکی بۆ کۆئەندامی بەشەکانی لەش کە دۆزییەوەو دەیدۆزێتەوە لە هەموو نەوەیەکدا، کە لەهەمانکاتدا تایبەتمەندییە پەیوەستەکان بەمەرجەکانی بەکارهێنانیشی تێدایە"[2].
لە سایەی ئەم تێڕوانینە بۆ زمان ئاسایییە گریمانەی بوونی پەیوەندییەکی پتەو لەنێوان تایبەتمەندیی عەقڵی زگماکیی و سستمی زمانەوانی بکەین[3].

چۆمسکی و زانای دەروونزانی سویسری جان بیاجێیە (Jean piaget) کە خاوەنی تیۆری درکپێکردنە (Cognitive theory)، کۆکن لە سەر ئەوەی زمان بەر هەمی ژیرییە، بۆ بەرهەمهێنانی فێربوون لەڕووی ڕەفتارییەوە، بەڵام هەردووکیان ناکۆکن لەڕووی خۆڕسکیی زمانەوە، بیاجە پێی وایە ڕێڕەوی ژیری تەنها بۆماوەییە، بەڵام چۆمسکی پێی وایە زمانی مرۆڤ ئەندامێکە وەك هەر ئەندامێکی تری جەستە، خاوەنی پێکهاتەیەکی خۆڕسکییە. بیاجێیە بایەخی ئەوتۆی بەفێربوونی زمان لەلای منداڵ نەدا، بەڵکو هەموو هەوڵەکانی بۆ بایەخدان بوو

---
[1] جودث جرين (1993: 9).
[2] د. خالد عبدالرازق السيد (1999: 143).
[3] سەرچاوەی پێشو (143).

بەلێکۆڵینەوەو گەڕان بەدوای گەشەی زانیاری لای منداڵ. گەشەی زمانی منداڵ لەلای بیاجە بریتییە لەڕوکەشێکی ڕەمزی، ئەگەر زمان سیستمێك بێت لەناو کۆمەڵگەداو ئامرازی بیرکردنەوە (و سائل فکریة) بەو کەسانە دەبەخشێت کە فێری دەبن، ئەوە زمان بیر ناهێنێتەکایەوە لەهەمانکاتدا مەرجێکی تەواوەتی نییە بۆ فێربونی پرۆسە فیکرییەکان، بەڵکو بەپێچەوانەوە زمان بە تەواوەتی بەکارناهێنرێت تا ئەم پرۆسە فیکرییانە پێکنەهێنرێن. فێربونی زمان لەلای منداڵ لەدوای ئەوە دێت کە منداڵ توانای ئاماژەکردنی لەلا دروست دەبێت، ئەرکی ڕەمزی ئەنجامی گەشەی دەرونیی تاکە هەر ئەو ئەرکەشە ڕێگە بەفێربونی زمان دەدات، بیاجیە پێی وایە کە گەشەی فیکری سەربەخۆیانە دەبێت پاشان گەشەی زمانی دێت[1].

(2/1) زمان و مێشك (Language and the brain):

(2/1 ￼ 1) کۆئەندامی دەمار (Nervous System):

کۆئەندامی دەمار یەکێکە لەگرنگترین کۆئەندامەکانی مرۆڤ، هەر بیرێك یان هەر کارێك، یاخود هەر هەستێك یان جوڵەیەکی جەستەیی، یاخود مێشکی ئەوا ڕاستەوخۆ پەیوەندی بەکۆئەندامی دەمارەوە هەیە[2]. کۆئەندامی دەمار لەلای مرۆڤ لە دوو بەشی سەرەکی پێکهاتوە کە بریتییەلە:

1- چێوە کۆئەندامی دەمار (Peripheral Nervous System):

چێوە کۆئەندامی دەمار لە: کاسە دەمار(Cranial) و دڕکە دەمار(Spinal) پێکدێت. ئەرکی ئەم دوو بەشەی چێوە کۆئەندامی دەمار بریتییەلە: گواستنەوەی زانیارییە هەستییەکانە لەبەشەکانی لەشی مرۆڤ بۆ دەماخ، بەپێچەوانەش گواستنەوەی زانیارییە جوڵەییەکانە لەدەماخەوە بۆ ماسولکەکانی لەش. کاسە دەمارییەکان ژمارەیان (12) جووتە لەدەماخەوە دروستدەبن و لەوێشەوە بەرەو دەم وگوێ و لووت درێژ دەبنەوە، بەڵام دڕکە دەمارییەکان ژمارەیان (31)جووتە ڕاستەوخۆ بەدڕکە پەتك بەستراون، لەوێشەوە بۆ ناوچەکانی مل و سنگ و سگ درێژ دەبنەوە[3].

2- کۆئەندامی دەماری ناوەند (Central Nervous System):

کۆئەندامی دەماری ناوەندیش پێکدێت لە: دەماخ (Brain) و دڕکە پەتك (Spinal cord):

---

[1] د. خالد عبدالرازق السید (1999: 135 - 140).

[2] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان ساڵح (2013: 37).

[3] سەرچاوەی پێشو (37).

أ- درکە پەتك (Spinal cord) :

ئەم بەشەی کۆئەندامی دەماری ناوەند بەدرێژکراوە و تەواوکەری دەماخ دادەنرێت، دەکەوێتە ناو بڕبڕەی پشت. لەڕووی پێکها تەو ئەر کدا دڕ کە پەتك سادە و ساکارترە لەدەماخ، ئەرکی سەرەکی پاراستنی لەشە لەڕێگای هەڵسان و بەئاکام گەیا ندنی ژمارە یەك لەپەر چەکردار، سەرەڕای بە شدار بوون و هاوکاریکردنی دەماخ لە بەئاکام گەیاندنی هەندێك جوڵە و چالاکی بەمەبەست، وا تە دڕ کە پەتك ناوەندێکە لەنێوان دەماخ و ئەندامەکانی تری لەشی مرۆڤ[1].

ب- دەماخ (Brain):

دە ماخ بەمەڵبە ندی رێکخ ستنی وەڵامدا نەوە خۆوی ست و خۆی یەکانی وریا کەرەوە هە ستییەکان دادەنرێت، لەناو یدا مەڵبە ندی کۆنتڕۆڵی کرداری هەنا سەدان وگوا ستنەوەی مادە کان لەناو لە شدا هەیە، سەرەڕای مەڵبەندەکانی کۆنتڕۆڵی جوڵە خۆوی ستەکان و ناو چە هە ستییەکان وەك: بینین و بیستن... هتد. دە ماخ بەپەیوەندی یە زۆرە هەمەچە شنەکان و توێ کاری فەرما نە جۆربەجۆرەکانی یەوە دەنا سرێتەوە لەنێوان بە شە جیاوازەکانی یدا[2]، بەم پێ یەش دە ماخ لە سێ ناوچەی سەرەکی پێك دێت:[3]

1- مێشك (Cerebrum).

2- مێشکۆکە (Cerebellum).

3- قەدی دە ماخ (Brain stem). ئە مەش بە شبەحاڵی خۆی لە: ناوە ندە دە ماخ ، پرد، لاکێشە مۆخ، داینسفالۆن پێك دێت.

ناوچەوانە پل

دیوارە پل

لاجانە پل

پشتە پل

پرد

مێشکۆلە

لاکێشەمۆخ

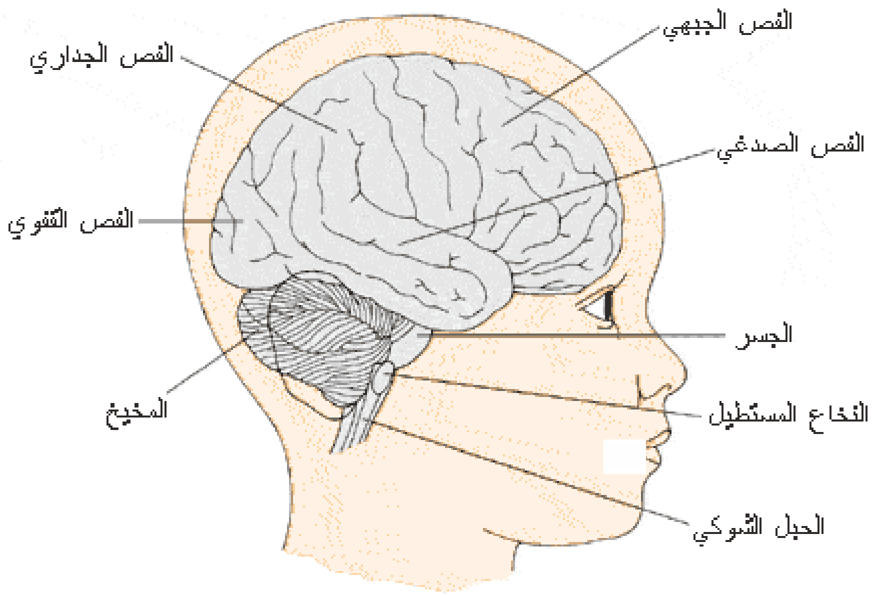
درکە پەتك

---

[1] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان ساڵح (2013: 37 - 38).

[2] سەرچاوەی پێشو (38).

[3] سەرچاوەی پێشو (38).



هێڵکاری ژماره (1)*

- مێشکۆکە:

مێشکۆکە شێوەکەی تاڕادەیەك هێلکەییە، لەناوەڕاستدا تەسك بۆتەوە، لە سەرەوە و خوارەوە پا نە، هەردوو لاتەنیـ شتەکانی بەنیوەگۆی مێ شکۆکە ناودەبرێن. لەناو مێ شکۆکە مەڵبە ندەکانی ڕێکخ ستنی وردی جو ڵە خۆیـ ستەکان هە یە، هەروەها مێ شکۆکە ئەرکی گوا ستنەوەی تر پە دەماری یەکان (شەپۆلە دەنگیـ یەکان) لەگوێی ناوەوە بۆ ناو چەی سەرەکی بیـ ستن لە مێ شك دەبیـ نێت[1]. مێ شکۆکە لەبـ چینەی مێ شکدا زۆر گەورەترە بەپەیوە ندی لە گەڵ قەبارەی مۆ خدا لەجۆرەکانی تر کە لێپرسراوە لەڕێکخستنی هەموو جو ڵەکانی ما سولکە کە بە شێوەی ئۆتۆ ماتیکی ڕوودەدەن. مێشکۆکە ڕۆڵێکی گەورە دەبینێت لەکۆنترۆڵ و ڕێکخستنی جوڵەی زما ندا، گوا ستنەوەی زانیاری لەمێشکدا ڕوودەدات بەهۆی خانەکانی مێشك و نیرۆن (neurons)ەوە[2].

- لاکێشە مۆخ:

بە شی کۆ تایی دەما خە، لەڕوخ ساردا لەدرِ کە پەتك دە چێت، هەروەها دە ماخ بەدرِ کە پەتك دەگەیەنێت. لاکێشە مۆخ مەڵبەندی کۆمەڵێك دەمارە کە هە ندێك کردار دەکەوێـ تە ژ ێر ڕکێـ ف یان. وەك: کرداری هەناسەدان، ڕێکخستنی لێدانی دڵ... هتد[3].

---

* ئەم هێڵکارییە وەرگیراوەلە: سەرچاوەی پێشو (39).

[1] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان سالح (2013: 39).

[2] John Field (2004: 42 , 45).

[3] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان سالح (2013: 39).

- مێشك:

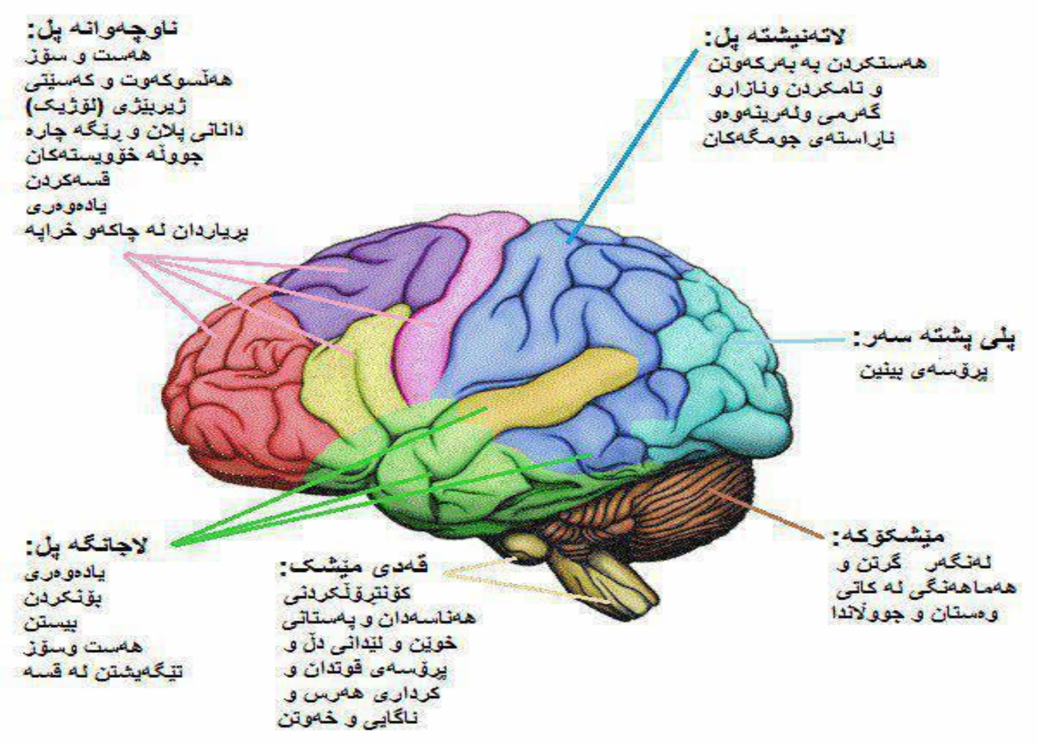
مێشك گەورەترین بەشی دەماخە، نزیکەی 90٪ دەماخ پێکدێنێت. مێشك بەهۆی درزێك کە پێی دەگوترێت درزە درێژ(Longitudinal fissure) کراوە بەدوو بەشەوە یاخود دوو نیوە گۆ: نیوەگۆی ڕاست و نیوەگۆی چەپ، هەروەها چەند درزێکی تر هەن کە مێشك دەکات بە چەند بەشێك. ئەو درزە گەورە درێژەش کە بەرەو پێشەوە و خوارەوە شۆڕ دەبێتەوە و مێشك دەکات بەناو چەوانەپل و دیوارەپل لەوە پێی دەگوترێت درزی رۆلاندۆ (Fissure of Rolando)، هەروەها درزی سلڤیاس (Fissure of Sylvius) لاجانەپل لەدیوارەپل جیادەکاتەوە و درزی پلی لاجانە پشتیش پشتەپل لە دیوارە و لاجانەپل جیادەکاتەوە[1]. هەر نیوە گۆیەك دەکرێت بە چوار پل:[2]

1- ناوچەوانەپل (الفص الجبهی- Frontal lobe).

2- دیوارەپل (الفص الجداری- Parietal lobe).

3- لاجانەپل (الفص الصدغی- Temporal lobe).

4- پشتەپل (الفص القفوی- Occipital lobe).



---

1 سەرچاوەی پێشو (40).

2 د. موفق الحمدانی (1982: 68 - 70).

به شێوەیەکی گ شتی مێ شکی مرۆڤ وه کو قۆخ سەیر دەکر ێت، که به شی دەرەوەی گەوره یه (Cerebrum) و به شی ناوەوه دادەپۆ شێت (brainstem)، که بەو شێوەیه مرۆڤ بەزیندویەتی دەمێنێتەوه. توێکڵی دەرەوه بەشێوەیەکی چڕوپڕ چرچ و لۆ چی تێدا یه سەر چاوەی هەموو بیرو جوڵه خۆویستەکانه، لەدوای مردن ڕەنگی دەگۆڕێ بەڕەنگی خۆڵەمێشی هەروەك چۆن ڕوندەبێتەوه لەم وتەیەدا (ئەو پارچه خۆڵەمێشیه بەکاربهێنه بۆ بیرکردنەوه)[1] .

پرۆفیسۆرو مامۆستای پزیشکی دەمارزانی له زانکۆی بر یمەنی ئەڵمانیا (گێرد هاردوس) پەڵه یەکی ڕەشی لەمێشکی مرۆڤدا دۆزییەوه که دەکەوێ ته به شی سەرەوەی ناوەڕا ستی مێ شك که بەرپر سه لەها ندانی مرۆڤ بۆ ئەنجا مدانی کاری شەڕانگێزانەو ئەنجا مدانی تاوان، ئەو ناو چەیەی ناو ناوه (هێلانەی شەیتان) یان (حەشارگەی شەیتان). ئەم زانایه توێژینەوەی لەسەر ژمارەیەك لەخەڵکانی تاواڼ بار کردوەو ئەو تاوانا نەی ڕێ کۆرد کردووه که ئەنجامیا نداوه، لەهەمانکاتیـ شدا کاردا نەوەی مێشکی وێنەگرتووه بەرامبەر بەئەنجامدانی ئەو تاوانانه، بەوتەی ئەم زانا یه سەرجەم به شەکانی مێشك کاردانەوەیان بەرامبەر بەڕوداوەکان هەبووه، جگه لەیەك ناوچه نەبێت، که بەبێ کاردا نەوه ماوەتەوه که ئەو ناوچەیەش هێلانەی شەیتانه، بەوتەی خۆی ئەو ناوچەیه سەر چاوەی دەرکرد نی بڕیارو فەرمانه شەڕنگێزییەکانەو بەرپرسه لەهاندانی مرۆڤ بۆ ئەنجامدانی تاوان، چ لەسەر ئا ستی تاك یان کۆ مەڵ، هەر چەنده ئەو هێلانه یه دەکەوێ ته ناو چەیەکەوه که بۆهێ ڵەکانی وا لەمرۆڤ دەکەن هەست بەغەمباری و سۆزو بەزەیی بکەن، بەڵام بەهیچ شێوەیەك کاردانەوەی بەرامبەر ئەو دیمەنانه هەست وروژێنەرانه نەنواندوه. گێردهارد دەڵێ: دیکتاتۆرو ستەمکارەکان مەتر سیدارترین ئەو که سانەن که هەڵگری ئەو بۆهێ ڵه شەیتانیەن، بەڵام کاردا نەوەی تاوانباره کان بەرام بەر ڕوداوەکان وەك یەك نین، لەبەرئەوه بەسەر سێ گروپدا دابەشکراون، سەلامەترینیان ئەو که سانەن که لەژینگەیەکی توندوتیژداو بەجەستەیەکی ساغەوه گەوره بووه، بەدوای ئەوانیـ شدا ئەو که سانه د ێن که کاردا نەوەی خێرا یان بەرام بەر هەر کارێکی خراپ هه یه که لەدژیان ئەنجام بدرێت و تەنا نەت بەر گەی گاڵتەپێکردنی کەمیش ناگرن. به شی سێیەم و مەتر سیدارترین گروپ یان ئەو کەسانەن که دیکتاتۆرو ستەمکارن، هاوشێوەی هیتلەر، ستالین، سەدام حسێن و قەزافی و زۆری تر، که سانێکی سەرنجڕاکێ شن و لەڤ سەکردندا زماڼ یان لو سه، بەڵام درۆز نن و خاوەنی ناو بانگێکی خراپن، تەنا نەت هیچ یەکێکیان ڕۆژ ێك لەڕۆژان دان بەوەدا ناڼ ێت که کارێکی هه ڵەو خرا پی ئەنجامدابێت و توشی نەخۆشی شێتی خۆ بەگەوره زا نین بوون[2]. خوای گەوره له سورەتی العلق

Jean Aitchison (1999: 136). [1]

[2] عالم ألماني يكتشف (وكر الشيطان) الذي ذكر في القران ، http://www.te3p.com/2013/02/10/6350.html

دەفەرموێ: ﴿كَلَّا لَئِن لَّمْ يَنتَهِ لَنَسْفَعًا بِالنَّاصِيَةِ ﴿١٥﴾ نَاصِيَةٍ كَاذِبَةٍ خَاطِئَةٍ ﴿١٦﴾﴾.خوای گەورە لەم ئایەتە پیرۆزەدا مەبەستی لەناوچەوانە پلی هەموو مرۆڤێکە کە بەپێی زانستی نوێ دەرکەوتوە کە ئەو بە شەی پ ێی دەوتر ێت (ناو چەوانە پل) ئەرکی بەڕێوەبردنی کارو باری مرۆ ڤی لەئە ستۆیە لەڕێ گەی فەرمان پێکرد نی بە شەکانی تری مێ شك بۆ ڕاییکرد نی کارە کانی ڕۆژا نە، جا کاری جەستەیی یان بیرۆکەیی بێت. زانایان وایدەبینن مەبە ستی ئەم ئایە تە دەرخ ستنی وا تای زاد ستی ڕا ستەقینەیەتی کە ئە ستەم بووە بەلای زانا یانی ئاینیو موفە سرینەوە ڕونیبکە نەوەو نەگەیشتونەتە مەبەستی تەواوەتی خۆی، زا نای بواری زاد ستی سرو شتی (أ.د. صبري ا لدمرداش)[1] کە مامۆ ستایە لەزانکۆی کو یت سەلماندێتی کە مەبە ستی ئەم ئایە تە لەوەدا ڕووندەبێ تەوە کە پەیوە ندیی ڕا ستەوخۆی بەبە شی ناو چەوانە پ لەوە هە یە کە لەلای هە ندێ کەس ڕا ستیەکان بەناڕاستیو ناڕاستیەکانیش بەڕاست دەخوێنێتەوە، وەك ئەوەی هۆکاری دابەزاندنی ئایەتەکەیە کە بۆ (ئەبو جەهل) دابەزیوە کە هەموو ڕاستیەکانی بەپێچەوانەی حەق دەزانیو زانستی نوێیش ئەم ڕاستیەی سەلماندوە، وەك چۆن لەئێستا شدا لە ئەمریکا ئەو تاوانبارا نەی بەهۆی کو شتنەوە سزای زی ندانی دراون دەنێردرێن بۆ نەخۆ شخانەکانی چارە سەری دەرونی یی تا لەوێ ئەو بە شەی پ ێی دەوترێت ناوچەوانە پل لەمێشکیاندا لاببەن بەڕێگەی زانستیو نەشتەرگەری تا ئەو تاوانبارە وەك کەسێکی ئاسایی دەگەڕێتەوە بێ ئەوەی چیتر بە شی ناو چەوانەپلەکەی فەرمانی ناڕەوای پێ نەدات تا ڕاستیەکان بشێوێنێتو بەپێچەوانە بیخوێنێتەوەو هەڵەکانی ڕابردو دوبارە بکاتەوە، کە ئە مەش بەهیچ شێوەیەك کارناکا تە سەر ئا سایی بەڕێوە چونی کارە کانی تری ئەو مرۆ ڤە لە هەردوو ڕوی جەستەییو بیرکردنەوەدا، چونکە تەنها ئەو بە شەی پەیوە ندی هەبووە بەلا یەنی شەڕانگێزیەوە دەردەکرێت.

سایکۆلۆژیای زمانەوانی سودی زۆری لە دەرونزا نی دە ماریی (neuropsychoilogy) وەر گرت، کە لێکۆڵینەوە لەپەیوەندی نێوان مێشك و ڕەفتار دەکات، هەروەها سودی لەزانستی زمانی دە ماریی (nearolinguistics) وەرگرت کە بوارێکی نوێیەو بایەخ بەتێگەیشتن لەپەیوەندی نێوان زما نە جیاوازە کان و هەروەها گرن گی بەکاری مێ شك و پەیوە ندی ز مان بەتوانا مەعریف یەکان دەدات لەپێناو لێکۆڵینەوەکردن لەبناغەی دەماری بۆ زمان[2].

---

[1] Youtube: أ.د. صبري الدمرداش، ناصية كاذبة خاطئة سورة العلق.

[2] د. جمعة سيد يوسف (1990، 162).

پەیوەندیی نێوان عەقڵ و جەستە بە یەکێك لەگرانترین کێشەی زانستی دادەنرێت لەبەیەکگەیشتنی زانستی مەعریفی بەزانستی دەمارییەوە (neuro science)[1]، دەماغی مرۆڤ کەیانێکی سروشتیە، کە کێش و قەبارەو ڕەنگی تێدایە، بەم شێوەیە دەتوانرێت دابنرێت بەبەشێك لەلەشی مرۆڤ. تێکەڵاوبونی جەستەو عەقڵ لەگەڵ یەکدا، بۆ نمونە: کاتێك کە جەستە کاردەکاتەسەر عەقڵ لەبارودۆخی چالاکبوونی وەرگر بەئازار کاتێك دەرزییەك لێدەدەن کە هەستی ئازار دروست دەکات[2].

زاناکان لەسەر ئەوە کۆکن کە عەقڵ هەیە لای مرۆڤ، لەبەرئەوەی زانست و بیرۆکەکان لەعەقڵدایە، بەڵام ئەو شتەی کە کۆك نین لەسەری ئەوەیە چۆن ئەو بیرۆکانە گەیشتونەتە ئەوێ؟ ئایا ئەم بیرۆکانە داڕێژراوە هەموی لەڕێگەی ئەزمونەوە (بیرۆکەی تاقیکردنەوەکان)؟ یان ئایا ئەم بیرۆکانە هەیە لەعەقڵدا هەر لەکاتی لەدایکبونیدا (بیرۆکەی زاناکان)؟[3]

(2/1 – 2) لای ڕاست و چەپی مێشك:

مێشك دەبێت بە دوو بەشەوە(cerebral hemispheres): بەشی لای چەپ (Left hemispheres) ئەم بەشە کۆنترۆڵی لای ڕاستی (right hemispheres) مرۆڤ دەکات، بەهەمان شێوە لای ڕاست بۆ لای چەپ[4].

مێشك بەبناغەی پڕۆسە زانیارییەکان (مەعریفیەکان) و هەموو پڕۆسە سایکۆلۆجیەکانی تر دادەنرێت[5]، بەشی لای چەپی مێشك چەند توانایەکی هەیە کە لەبەشی لای ڕاستدا نییە بەپێچەوانەشەوە[6]. لێرەدا دەردەکەوێت کە هەریەك لەم دوو بەشە کاری تایبەت بەخۆیان هەیە کە لەگەڵ لەدایکبووندا دەست پێدەکەن و بەپێچەوانەی ئەو بیروباوەڕانەی کە دەوترێن هەردوو بەشەکە هاوشێوەی یەکن و جیاوازییان نییە[7]. زۆربەی لێکۆڵینەوەکان و تاقیکردنەوەکان گەیشتنە ئەو ئەنجامەی کە کارکردنی ئەو دوو بەشەی مێشك لەیەکتری جیاوازن. هەر بەشێکی مێشك

---

1 سەرچاوەی پێشو (162).
2 Danny D.steinberg (1982: 117).
3 سەرچاوەی پێشو(117).
4 Jean Aitchison (1999: 136).
5 د. جمعة سيد يوسف (1990: 162).
6 د. جلال شمس الدين، الجزء الثانى (2003: 11 - 17).
7 د. جمعة سيد يوسف (1990: 162).

کۆ مەڵێ کاروکردەوەی هە یە، کە ناکر ێت لە بارودۆخی ئا سایی و نۆرما ڵدا هەریە کەو لەبری ئەویتریان ئەرکەکانی جێبەجێ بکات[1].

مێشك ژمارەیەك چالاکی پەیوەست بەزما نەوە هە یە، کۆنترۆڵی ئەو پرۆ سانە دە کات کە تایبە تە بەتێگەیـشتنی ز مان کە دەبێـتە بزوا ندنی ز مان، لێوە کان و تاڵی دەنـگەژێکان (vocal cords)، هەروەها بەشێوەیەکی ناخۆویست وەکو هەناسە، کە پێویستە ڕێکبخرێت لەگەڵ قسەکردن، مێ شکی مرۆڤ پێکهاتووە لەدوو نیوە بازنە کە بەیەکەوە بەستراون بەتۆڕێکی ئاڵۆزی پەیوەندیی دەمارە کان، یاخود دەمارە ڕیشاڵەکان پێیان دەوترێت تەنەڕەقە (الجسم الصلب-corpus callosum) هەردوو نیوە بازنەکە پەیوەندییەکی پێچەوانەیان هەیە لەگەڵ بەشەکانی لەشدا، بە شی لای ڕا ستی مێ شك کۆنترۆڵی بە شی چەپی لەش دە کات و بەپێ چەوانەوە، ئەو ئـی شارەتانەی وەردەگیر ێت لەگوێی ڕاستەوە پەیوەندییەکی زۆری بەنیوە بازنەی چەپەوە هەیە (بەپێچەوانەشەوە)[2].

بە شی سەرەوەی مێ شك کە پ ێی دەوتر ێت توێ کڵ (cortex) پەیوە ندی تای بەتی بەپرۆ سەی زمانەوانـ یەوە هە یە. بەو شێوەیە ناو چەی (sub-cortical) ئەویش بە شداری هە یە، توێ کڵ (cortex) لە شێوەی گردو دۆڵدا یە[3]. توێکڵی دەرەوە (Cortex) گەورەترە لەمرۆ ڤدا، ئەم ناو چەیە کە کۆنترۆڵی هەموو کردارە ئاڵۆزە کان دە کات تیا یدا پەیوە ندیکردن لە گەڵ زانـ یاری خەزنکراوو شیکردنەوەی هەموو هاتوو (input) بەرێکخـستن لە گەڵ جو ڵەی ما سولکەکان. بە شی پێشەوەی مێشکی مرۆڤ شەش جار گەورەترە لەشەمپانزی لەڕووی قەبارەی لە شەوە. ئەم ناو چانە وا دەردە کەوێت کە بەرپر سیاربن لەنا سینەوەی هاو شێوەی لەنێوان شتەکاندا (دابە شکردنیان و پۆلێنکردنیان) بۆ پۆ لەکان. هەموو تێکشکاندنێك لەو ناو چەیەدا دەبێ تەهۆی کەمبو نەوەی ئەو توانایانەی کە پەیوەندی بەبینینی شتەوە هەیە لەڕوانگەی خەڵکی ترەوە[4].

1- نیوەبازنەی لای چەپی مێشك:

نیوە بازنەی لای چەپی مێشك تایبەتمەندی هەیە لەسەر زۆر بەی کرداری زما نەوانی خـێرا، بەڵام لای ڕا ست پەیوە ندیی بەئا ستە بەرزەکانی پرۆ سەی شیتەڵکردنی وا تا کرد نەوە هە یە. هە ندێك

---

[1] ویندی گرانت (2000، 6).

[2] John Field (2004: 42).

[3] John Field (2004: 42).

[4] سەرچاوەی پێشو (44 45).

لەشارەزایان وای دابەشدەکەن کە بەشی چەپ بۆ زمانی دایك بەکاردێت و بەشی ڕاست بۆ زمانی دووەم بەکاردێت بەم شێوەیە پارێزگاری لەهەردوو زمانەکە دەکەن بەجیاوازی[1].

هارنت (Harnett) چەند ئەرکێکی بۆ بەشی لای چەپی مێشك دەستنیشانکردوە کە بریتین لە:[2]

1- بیرکردنەوەی مەسەلەیی (propositional thought) کە بڕیاردان لەخۆدەگرێت.

2- بڕیارەکانی پەیوەندیدارە بەکاتەوە.

3- چارەسەرکردنی نوسراوەیی (linear processing).

4- بنەما تەجریدیەکان.

5- شیکردنەوە.

ئاشکرایە کە هەر بەشێك زانیاری لەبەشەکەی ترەوە وەردەگرێت، لەبەر ئەوەی پەیوەندی لەنێوان هەردوو بەشەکەدا هەیە، ئەوە هەر بەشەو ئاگاداری بەشەکەی دیکەیە. ئەگەر شوێنی زمان لەبەشی لای چەپدا بێت، ئەوە بەپێی زانست گوێچکەی لای ڕاست بەشێوەیەکی زۆر باش ڕاهێنراوە بۆ چارەسەرکردنی زمان بەبەراورد لەگەڵ گوێچکەی چەپدا[3].

مۆلفێز (Molfese) لە ساڵی (1977)دا لەلێکۆڵینەوەیەکیدا دەریخستووە کە بەشی لای چەپ هەر لەگەڵ لەدایکبوندا هەستیارە سەبارەت بەبابەتی زمان بەوپێیەی مندالآنی تەمەن یەك ڕۆژ چالاکی کارەبایی زیاتر یان هەبووە سەبارەت بەدەنگە دەربڕاوەکان لەلای چەپدا، هەروەها وەلأمدانەوەیان بۆ دەنگە دەربڕاوەکان کەمێك زیاتر بووە لەلای ڕاستدا. لەکاتێکدا کۆرتێس (curtiss) پێیوایە لای چەپ پاش قۆناغی کامڵبون ئینجا ئامادەیی تەواوی دەبێت بۆ وەرگرتن و فێربونی زمان، واتە فێربونی قسەکردن پەیوەستە بەنەخشەیەکی کاتیی ئاڵۆزەوە[4].

بەشی لای چەپی مێشك بەرپرسە لە: بیرکردنەوەو هۆشیاری، مەنتیق، ئاخاوتن، هەڵسەنگاندنێکی ڕەخنەگرانەی شتەکان و ڕووداوەکان، هەروەها توانای نوسین و بیرکردنەوە بە وشە[5].

ئەمەش بەوە دەنرێت کە بەشەی لای چەپ پێی دەوترێ (عەقڵی هۆشیار و بەئاگا)، چونکە لەو ڕێگەیەوە بە بەکارهێنانی وشەکان دەتوانین بیربکەینەوە، لەڕێی ئاگایەوە، لەڕێی بیرکردنەوە یەك کە

---

[1] سەرچاوەی پێشو (48).

[2] د. جلال شمس الدين، الجزء الثانی (2003: 16).

[3] د. جلال شمس الدين، الجزء الثانی (2003: 16).

[4] سەرچاوەی پێشو (17 ، 21).

[5] ویندی گرانت (2000: 7).

لەوشەو قسەدا خۆی دەنوێنێ: هەست بەخۆمان دەکەین. هەر ئەو جۆرە بیرکردنەوە یە (بەو شە) کە وامان لێدەکات هەست بەخودی خۆمان و دەوروبەرمان بکەین. ناتوانین بڵێین ئاگاداری بوونی خۆمانین، هەتا ئەگەر بەئاگاش بین، ئەگەر نەتوانین لەڕێی وشەوە گوزارشت لەو بوونە بکەین[1].
زمان پەیوەندییەکی تایبەتی بەلای چەپی مێشکەوە هەیە، بەڵگەکان لەمانەوە دێت:[2]

1- شێواندنی مێشك (Brain damage) کاتێك نیوەباز نەی چەپ بەهۆی ڕوداوێکەوە یان جەڵتەی دڵ یان بەهۆی نەشتەرگەرییەوە کاریگەرییەکی زۆر توند دەکاتە سەر زمانی قوربانیەکە.

2- دەرزی لێدانی وادە لە سۆدیۆم ئەمیتۆل (wada injections of sodium amytol) جارێك بەکارهاتووە بۆ لە چالاکی خستنی بەشێك لەمێشك لەپێش نەشتەرگەری بۆ دڵنیابوون لەوەی چ نیوە بازنە یەك دەسەڵاتی هە یە بە سەر زمانەدا بە شێوەیەکی هەمیشەیی، دەرکەوت کە نیوە بازنەی چەپ بووە.

دەرەنجامەکانی ڕودانی کێشە لەبەشی لای چەپی مێشکدا:[3]

1- لە دەستدانی توانای قسەکردن.
2- لەدەستدانی توانای تێگەیشتن.
3- کۆنترۆڵنەکردنی جوڵەی جەستە لەگەڵ لەدەستدانی توانای ئەژمارکردن.
4- لەدەستدانی توانای نوسین.
5- لەدەستدانی توانای خوێندنەوەی ئاماژەکانی دەموچاوی بەرامبەر.
6- لەدەستدانی توانای ناسینەوەی ڕەنگ و کەلوپەلەکان.
7- شڵەژانی لایەنی هەستی و خەمۆکی.
8- نەناسینەوەی تۆن و ئاواز.

2- نیوەبازنەی لای ڕاستی مێشك:

بەشی لای ڕاست لەتوانا یدا نییە لەڕێگەی گوتەوە گوزارشت لەخۆی بکات لەلای ئەو کەسانەی مێشکیان دوولەت بووە، بەڵام بەشی لای ڕاست توانای خوێندنەوەی نامە نوسراوەکانی هەیە کە

---

[1] سەرچاوەی پێشو (7).
[2] John Field (2004:46 - 47).
[3] د. جمعة سيد يوسف (1990: 168).

به تەنها بۆ ناو چەی بینیـنی لای ڕا ستی مێ شك دەبێـنرێن كه به شێوەیەكی گو نجاوو چالاك تێگەیشتنی بۆی هەیە، هەروەها توانای وەڵامدانەوەی بۆ پەیامە بیستراوەكانیش هەیە[1].

لێكۆڵیـنەوەكان دەریانخـستوە كه به شی لای ڕا ست و شەی كه مەو توا نای ڕۆ نانی زۆر د یاریكراوی هەیە. سەبارەت به كەسانی ئاسایی لەش ساغیش بەشی لای ڕاستی مێشك هەر له لەدایكبوونـیەوە ئا مادەیی كەمتری هه یه بۆ وەرگرتـنی ز مان و تەنها به شێكی سەرەكی له ز مان پارا ستوە كه بریتییە له و شەو وا تاو كەمێك ڕێز مان، كەوا تە به شی لای ڕا ست توا نای چارە سەركردنی لایە نە نازمانییەكانی قسەكردنی هەیە وەك مۆسیقا[2].

به شی لای ڕا ستی مێ شك بەرپر سه له: سۆز ، داهێـنان ، به سەلیقەیی و مەزە ندە، خەو نەكان، خەیاڵ: بەرجەستەكردن به دیدەی خەیاڵ، شوێن و كات هێنانەوە: هەر لەڕێی خەیاڵ كرد نەوەدا. ناتوانین ئەم شتانە له ڕێی ئاگاییەوە بكەین یان كۆنترۆڵیان بكەین[3].

به شی لای ڕا ستی مێ شكه وەك (عەقڵی نائا گایی) خۆی دەنا سێنێ، چونكه بەو پەڕی ئاگایـیەوە بەئەركەكانی خۆی هەڵناسێت، ئەو وەخـتەی كه لەڕێی بیركرد نەوەو وردبونەوە یەكی هۆ شیارانە كارەكانی خۆی ڕادەپەڕێنێت، بەڵام ئەوەش بەو مانایە نایەت كه مرۆڤ بەتەواوی بێ هۆش و گۆ شە ئەو وەختەی بەشی ڕاستی دەماغ كارو كردەوەكانی خۆی جێبەجێ دەكات[4].

دەرەنجامەكانی ڕودانی كێشە له بەشی لای ڕاستی مێشكدا:[5]

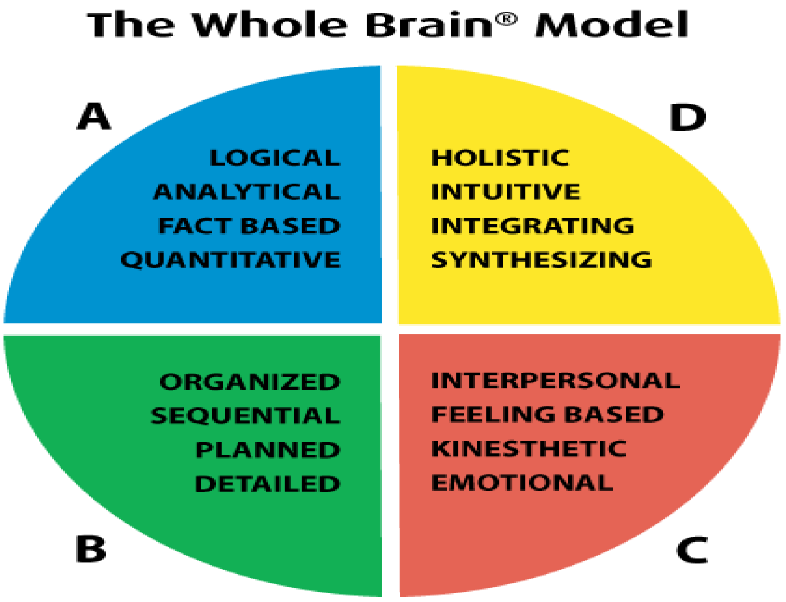
1- لەدەستدانی توانای ناسینەوەی شوێنەكان (زەین كوێری).
2- لەدەستدانی توانای ناسینەوەی ڕوخسارەكان.
3- لەدەستدانی توانای حل لەبەركردن.
4- لەدەستدانی توانای ناسینەوەی شەقام و كوچەو كۆڵانەكان.
5- نەناسینەوەی تۆن و ئاواز.
6- لەدەستدانی هەستكردن و خۆشی بینین.

---

[1] د. جلال شمس الدین، الجزء الثانی (2003: 19).
[2] سەرچاوەی پێشو (17 ، 19).
[3] ویندی گرانت (2000: 7).
[4] ویندی گرانت (2000: 8).
[5] د.جمعة سید یوسف (1990: 168).

هەندێ جار پێویستە بۆ هەردوو بەشەکەی مێشك بۆ ڕاپەڕاندنی هە ندێ کارو کردەوە کە پردو ڕا یەڵیان لەنێوا ندا هەبێت. هە ندێ جار پێویست بەوەدەکات کارێکی یان ئەرك و فەرمانێکی دیاریکراو بۆ بە شی ڕا ستی دە ماغ بنێرین، پا شان ئەو بیدا تەوە بە(لای چەپ)ی دە ماغ، تاوەکو بتوانین لەرێی وشەکانەوە دایبرێژین، دڵنیا بین لێی، پاشانیش بە شێوەیەکی هۆشیارانەو بەو پەڕی ئاگاییەوە کەڵك لەو زانیارییانە وەربگرین[1].

لێکۆڵینەوە نوێکان ئەوەیانخ ستەرو کە ئێ ستا مێ شك دابە شدەکرێت بۆ چوار پار چە کە پ ێی دەوتر ێت (پە نجەمۆری بیر) بەپێی لێکۆڵینەوەی تو ێژەرێکی ئەمریکی (ن ید هێر مان Ned Herrmann) کە دامەزرێنەری زانستی دە سەڵاتی دەما غە، لەتوێژینەوەی بەردەوامی بۆ ماوەی (20) ساڵ بۆی دەر کەوتووە کە هەردوو بە شەکەی دە ماغ پێکهاتووە لە چوار بەش، یەکێك لەو چواربەشە کە زۆر جەختی دەکرێتە سەر لە سێیەکەی تر ئەم بە شەی کە ز یاتر لە سیانەکەی تر جەختی لەسەر دەکرێت کە سایەتی و جۆری ژ یان و توا نای کە سی دیار یدەکات، چوار بە شەکەش بریتین لە:



هێڵکاری ژمارە (3)*

A- بەشی سەرەوەی لای چەپ (لۆجیك و شیکردنەوە):[2]

---

[1] ویندی گرانت (2000: 8).

* نظریة هیرمان (معرفة بصمة الفکریة للشخص) و ادارة الموارد البشریة، http://www.hrdiscussion.com/hr28638.html

[2] سەرچاوەی پێشو.

به شی سەرەوەی لای چەپی دە ماغ دەگرێ تەوە، ئەم به شەی دە ماغ ئەر کەکانی بریتین لە: شیکردنەوە، لۆجیك، پ شت بە ڕا ستی بە ستن، ژ مارە، ڕەخ نە، هەڵسەنگاندن، واقیع، درکپێکەر بەهو نەری هەڵسوکەوتکردن لە گەڵ پارە، با شترین پیـ شە بۆ ئەم بە شەی دە ماغ : دادوەری و ڕەخنەگرتن و کارگێرییە و شیکردنەوە و فەلسەفەیە.

ئەم بەشە دەتوانرێت پەرەی پێبدرێت و بارگاوی بکرێتەوە بە :

(خوێند نەوەی مە تەڵ، خوێند نەوەی پەڕتوکی فەلـسەفی و لۆجیك و بیرو باوەڕ و شیکردنەوەی دەرو نی و ژمێر یاری، ڕا مان و دوا ندنی خود بەپۆزەتیف و شیکاری ، ئا مادەبون لەدانی شتنە دادوەری یەکان و خۆڕاهێ نان لە سەر ڕەخ نەگرتن، هاوڕێ یەتیکردنی ئەو کە سانەی کە چالاکی زیادییان هەیە لەم بەشە) .

B- بەشی خوارەوەی لای چەپ (ڕێکخستن):[1]

بەشی دووەمی لای چەپی دەماغە، ئەم بەشەی دەماغ ئەرکەکانی بریتین لە: ڕێکخستن، پلاندانانی کارەکی، ڕاپەڕا ندن، هەڵسوکەوت، چاککردنەوە، کات ڕێکخ ستن، ڕێککاری، زنجیرە یی، پلا ندانانی باش، درێژەپ ێدەر و ورد، نەجولاٰ نەوەی هەڕە مەکی و هەژمارکردنی هەنگاوەکانی بەوردی و پابە ندبوون بەکات و ئامادەبا شی کردن و خۆپارا ستن پێش هەنگاونان. با شترین پیـشە بۆ ئەم بە شەی دە ماغ : کارگێڕی و پیـ شەی سەربازی و وردبیـ نی دارا یی و بەرێوە بەری کارگێڕی و سکرتارییەتی ڕاپەڕاندن.

ئەم بەشە دەتوانرێت پەرەی پێبدرێت و بارگاوی بکرێتەوە بە:

خۆڕاهێنان لەسەر کردنەوەی کۆدی مەتەڵەکان، جەختکردن لەسەر یاری جـیاواز، ڕاهێـنان لە سەر ژمێر یاری، بەتایـ بەتی یەك لەدوای یە کەکان و ڕیکخ ستنی ڕۆژا نەی کانتۆڕی جلو بەرگ و پۆلینکردن بەڕەنگ و گو نجاوی بەکارهێنان، ڕێکخ ستنی ڕۆژا نەی نوو سینگە و زۆر لە سەرخۆی پێش بازارکردن، دانانی بوجەی پێویست، دانانی خشتە بۆ ئەرکەکانی ڕۆژا نە و پابە ندبوون پـێی، دانانی کاتژمێری زۆر بۆ بەبیرهێنا نەوەی بەردەوامی کات، تۆ مارکردنی ڕۆژا نە یان هەفتا نە بۆ ئەو ڕووداوا نەی کە بە سەریدا تێ پەڕیوە، د یاریکردنی کات بۆ نوو ستن و لەخەوهەڵ سان و وەرزشکردن، خوێندنەوەی کەتەلۆك، خوێندنەوەی پەڕاوێزی پەرتوك و پابە ندبوون بە دە ستوور و ئەتەکێت .

D- بەشی سەرەوەی لای ڕاست (داهێنان):[2]

[1] سەرچاوەی پێشو.

[2] نظرية هيرمان (معرفة بصمة الفكرية للشخص) و ادارة الموارد البشرية، http://www.hrdiscussion.com/hr28638.html

بەشی سەرەوەی لای ڕاستی دەماغە، ئەم بەشەی دەماغ ئەرکەکانی بریتین لە: بیرکردنەوەی ستراتیجی، بیرکردنەوەی داهێنەرانە، دۆزینەوەی ئەگەری جیاواز، ئەزموون، گشتێنەرە، بیر تیژ و وردە، لێکدەر و تێکەڵکەرە، کۆکەرەوەیە، بزێوە، گیانبازە و پابەند نابێت بە یاسا و ئارەزوی زانین دەکات و هەوڵدەدات بزانێت لە دەوروبەرەکەی چ دەگوزەرێت و ئەندێشەییە و پلانی درێژخایەنی هەیە، باشترین پیشە بۆ ئەم بەشەی مێشك: نوسینی چیرۆکی پۆلیسی و ئەندێشەیی زانستی و ئەندازیاری دیکۆر و تەلار سازی و داهێنەر و هونەرمەند و وێنەکێش و دروستکەری بۆن و پارێزەرە و نەخشەسازی جلوبەرگ و ئێکسواراتە .

ئەم بەشە دەتوانرێت پەرەی پێبدرێت و بارگاوی بکرێتەوە بە:

کردنەوەی کۆدی مەتەڵ بە شێوەیەکی نائاسایی، خوێندنەوەی چیرۆکی ئەندێشەیی و پەرتوکی ئەندێشەیی زانستی، سەیرکردنی فلیمی ئەندێشەیی و وێنەکێشان و ڕەنگکردن و وێنەگرتن، دانانی پەڕتوك و چیرۆك بۆ منالان، نەخشەکێشان بۆ یاریکردنی بەکۆمەڵ، سەردانی وڵاتانی تر و شارەزایبون لە خو و داب و نەریتیان لە خواردن و جل و بەرگ ، خوێندنەوەی پەڕتوکی گەشتیارەکان، یاریکردن بە چوارگۆشە و مەتەڵ ....هتد .

C- بەشی خوارەوەی لای ڕاست (مرۆڤایەتی):[1]

بەشی خوارەوەی دەماغە لەلای ڕاست، ئەم بەشەی دەماغ ئەرکەکانی بریتین لە:

پەیوەندیی لەگەڵ کەسانیتر، مرۆڤایەتی نواندن، پشت بەهەست و سۆز بەستن، چاودێریکردن، گرنگی دان بەدایك و باوك، زۆر هەڵچوناوییە و هەستیارە بەرامبەر بەکەسانی تر، تایبەتییەکانی بریتین لە: حەز بەوانەوتنەوە دەکات و یارمەتی خەڵك دەدات و پاڵپشتییان دەکات و زۆر قسەدەکات و توانای دەربڕین لەخودی خۆی هەیە، باشترین پیشە بۆ ئەمجۆرە بەشەی دەماغ : وانەوتنەوە، هەڵسوکەوتکردن لەگەڵ کەمئەندامان و خانەی بێ نەوایان و بەساڵاچوان و نوسینی چیرۆکی مرۆڤایەتی، چێشت لێنان .

ئەم بەشە دەتوانرێت پەرەی پێبدرێت و بارگاوی بکرێتەوە بە :

سەردانیکردنی خانەی بێنەوایان، سەردانی خزمو کەس و دۆستان، خوێندنەوەی شیعر، سەردانیکردنی بنکەکانی کەمئەندامان، گوێگرتن لەمۆسیقای کپ و بەخێوکردنی ئاژەڵی دەستەمۆ و چاندنی ڕووەك و چێشت لێنان .

---

[1] نظرية هيرمان (معرفة بصمة الفكرية للشخص) و ادارة الموارد البشرية، http://www.hrdiscussion.com/hr28638.html

له لێکۆڵنەوەیەکدا بەپێی پ یوەری هیر مان که (سلێمان عه بدولاّ و پاول تۆرنس) ئەنجامیا ندا دەر کەوت که قوتابیـ یەکانی ژا پۆن با شترین نمرەی بیرکرد نەوەیان لەبه شی ڕا ستی مێ شك بەدەستهێناوە، کە تایبەتە بەبیرتیژی و داهێنان، بەلام عەرەبەکان کۆنترۆڵی بەشی چەپ دە کەن و هەڵسوکەوت لەگەڵ زانیاری دەربڕاو دەکەن و بۆچوونیان لەچورچێوەی کاردا نەوە دەبێت، کە چی قوتابییە ئەمریکییەکان باشترین نمرەیان هێنا لەسەر تەواوی کۆنترۆڵکردنی مێشك .

هێرمان لە راپرسییەك کە لەنێوان (500000) کەس دا ئەنجامیدا بۆ زانینی ڕێژەی بەکارهێنانی هەریەك لەچواربەشەکەی مێشك لەئەنجامدا بۆی دەرکەوت:

3٪ بیر بەهەر چوار بەش دەکەنەوە .

30٪ بیر بە سێ بەش دەکەنەوە

60٪ بیر بە دوو بەش دەکەنەوە

7٪ بیر بە یەك بەش دەکەنەوە .

(2/1 3) پەیوەندیی نێوان دەماخ و زمان:

شارەزایانی بواری دەمارنا سی ز مان چەند ناو چەیەکیان لەدەماخ بەتای بەتی لەنیوەگۆی چەپی مێشك دیاریکردووە کە پەیوەندیی بەزمانەوە هەیە. ناوچەکانیش ئەمانەن:

(2/1 3- 1) ناوچەی برۆکا(Broca’s Area):

ئەو ناوچەیە دەکەوێتە پێشەوەی نیوە گۆی چەپی مێشك. بە شی زۆری ئەم ناو چەیە دەکەوێ تە ناوچەوانە پل. کاتێك ئەم ناو چەیە تو شی کێ شە دەبێت و خوێن بەرەکانی دەگیر ێن و دوو چاری ئیفلیجبوونێکی جزئی دەبن، ئەوە کێشەی زمانەوانی دەست پێدەکات وەك ئەوەی جۆری قسەکردن بەشێوەی ڕ ستەی کورتکراوەی دێدێت و توا نای ڕێکخ ستن و ڕستەکانی شی نامێن ێت، بەلام ئە گەر کێشە لەلای ڕاستدا دروستبوو، ئەوە هیچ جۆرێك لە کێشەی ڕۆنان ڕوونادات، بۆ یە ناو چەی بر ۆ کا زۆر گرنگە بۆ بەرهەمهێنانی گوتەو دانانی نەخ شەی ڕێز مان و مۆرفۆ لۆژی و هیچ کاریگەری یەکی نەرێنی لەسەر تێگەیشتن نابێت[1].

ئەو کەسانەی کە کێشەیان هەیە لەقسەکردندا بۆ نمو نە (ڕێز مان)دا هە یە، زۆر بەیان بری نداریان هەیە لەبەشی پێشەوەی مێشکدا ئەو کەسانەی کە کێشەی تێگەیشتنیان هە یە بری نداریان لەبە شی دواوەی مێشکدا هەیە. ئەم کێشانە لەسەدەی نۆزدەهەمدا دەستی پێکرد کاتێك (پۆل برۆ کا/ paul

[1] د. جلال شمس الدين، الجزء الثاني (2003: 11).

(Broca) پزیشکی نەشتەرگەری فەرەنسی شوێنێکی دیاریکراو لەپێشەوەو تۆزێك سەروو گوێی چەپ، بەپێی ئەم پزیشکە ئەو ناوچەیە تێکشکاوە لە مێشکی دوو نەخۆشدا کە نایانتوانی قسەبکەن تەنانەت تائێستاش ئەو شوێنەی کە تێکشکاوە بەناوچەی برۆکا (Broca s'area) دادەنرێت کە بە تەواوەتی دەبێتەهۆی کێشەی قسەکردن بە هەمان شێوە ئەو جۆرە قسەکردنەی پێی دەوترێت ئەفازیای برۆکا (Broca s' aphasia)[1].

بەم شێوەیە ئەگەر هاتوو مرۆڤێك بەشی لای ڕاستی توشی شەلەل بوو لەدوای خوێن مەینی بۆرییەکان (جلطة)، ئەم (جلطة) یە کاریگەریی هەیە بۆ سەر بەشی چەپی مێشکی، کاتێك کە سەیری هەردوو بەشەکەی مێشك دەکەین وادەزانین چوونیەکە، بەڵام ئەمە هەڵەیەو خەیاڵە، چونکە یەکێکیان بۆ نمونە بەشی چەپ زۆر زاڵ و بەهێزە، ئەمە نەك لەبەرئەوەی کۆنترۆڵی بەشی لای ڕاستی مرۆڤ دەکات یان زۆربەی خەڵك لای ڕاست بەکاردەهێنن، بەڵکو کۆنترۆڵی قسەکردن و زمان دەکات نزیکەی (٪90)ی مرۆڤ وا لەدایکدەبن کە بەشی چەپی مێشکیان کۆنترۆڵی زمان دەکات، هەندێ جار مرۆڤەکان بەشی زمانیان لای چەپی مێشکیان نییە، بەڵام شتێکی جێگیر نییە وەکو ئەوانەی دەستی چەپ بەکاردەهێنن، بەڵام کێشمە کێش لەکاتێکدا دروست دەبێت کە هەموو هەوڵەکان دەخرێتەگەڕ بۆ ئەوەی بڵێین زمان بەتەنها لەلای چەپی مێشکی مرۆڤدایە[2].

ئەگەری گێڕانەوەی توانای قسەکردن لەپاش توشبونی لای چەپی مێشك بە کێشە زۆر لاوازە بەتایبەتی ئەگەر کێشەکە لەپاش تەمەنی کامڵبونەوە ڕوو بدات، بەڵام گێڕانەوەی پێویستی بەمومارەسەکردن هەیە[3]، لێکۆڵەرەوان پێیانوایە گەشەکردنی زمان لەدوا قۆناغەکانیدا دەگەڕێتەوە بۆ گەشەکردنی هەردوو ناوچەی برۆکاو ڤێرنیکا، بۆیە ئەو نەخۆشانەی کێشەیان لەناوچەی برۆکا هەیە ئاستی تێگەیشتنیان زۆرباشە، بەڵام توانای بەرهەمهێنانی قسەیان کەمدەبێتەوە، ئەو نەخۆشانەشی کێشەیان لەناوچەی ڤێرنیکادا هەیە ئەوەوشەو قسەکانیان هیچ گرفتێکی نییە، بەڵام ئاستی تێگەیشتنیان لاوازە[4].

(2/1 ‌ 3- 2) ناوچەی ڤێرنیکا(Wernike's Area):

لەچەند ساڵێك دوای بانگەشەکەی برۆکا زانایەکی مێشکی ئەڵمانی بەناوی (کارڵ ڤێرنك/ karl wernicke) تێبینی کرد زۆر بەی ئەو نەخۆشانەی کە بەخێرایی قسەی پڕو پوچ دەکەن

---

[1] Jean Aitchison (1999: 136 - 137).

[2] سەرچاوەی پێشو (136).

[3] د. جلال شمس الدين، الجزء الثانی (2003: 20).

[4] د.جمعة سيد يوسف (1990: 166 - 167).

شكاوییەكی بەهێزیان هە یە لەبە شی پ شتەوەی مێ شكیان لەناو چەیەك لەژێر گوێی چەپدا (ئەو ناو چەیە دەكەوێ تە نز یك ناو چەی بیـ ستنی سەرەكی لەبە شی دواوەی لاجا نە پل) ئەم شوێنە ناسراوە بەپەڵە یان ناو چەی ڤێرنیـكا (wernicke s’ area) ئەو كە سانەی ناتوانن ڕێكوپ ێك ڤ سەبكەن كێ شەیان هە یە لەو شوێنەی كە پ ێی دە ڵێن (wernicke s’ aphasia)، بەڵام ناوچەكانی مێشك ناتوانین بە شێوەیەكی ورد شوێنەكانیان د یاری بـكەین وە كو دڵ و جـگەر، بۆ یە نەخۆ شەكان كە چەندەها ساڵ بەڕێكوپێكی ڤ سەدەكەن، بەڵام ناو چەی برۆكا یان تێك شكابوو لەكاتێكدا هەندێ كەس ناتوانن قسەبكەن ناو چەی برۆكا شیان ساغە. زانا یانی دە ماری زما نەوانی مێ شك گفتو گۆی ئەوە دە كەن كە ڤ سەكردن ئەكەوێ تە شوێنی ج یاوازتر لە مرۆڤەكا ندا (لەمرۆڤێ كەوە بۆ مرۆڤێ كی تر دە گۆڕێ)، بەڵام هە ندێ لەزانایان بانگە شەی ئەوە دە كەن پەیوەندییەكانی ناو مێشكی مرۆڤ كاریگەری زۆرترە وەك لەناوچەیەكی دیاریكراوی مێشك[1].

توشبوان بەم نەخۆشیە لەم ناوچەیەدا تێگەیشتن لێ یان ئە ستەمە، چونكە و شەگەلێك بەكاردێنن كە هیچ واتایەكیان نیـیە یان نەگونجاون بۆ درو ستبوونی ڕ ستەكان، تەنا نەت ئە گەر و شەكانیش گونجاوبوون ئەوە واتایەكی باش و ڕوون بەدەستەوە نادات، بەڵام بە شێوەیەكی گ شتی ڕ ستەكانیان لەڕوی ڕۆنانەوە دروست دەكەن[2].

هەردوو ناو چەی برۆ كا و ڤێرنیـكاش بەهۆی كۆ مەڵێك لە ڕیـ شالە دەماریـ یەكان بە سترِاون كە بەڕیـ شاڵە كەوانەیـ یەكان (الألـ یاف المقو سة- Arcuate Fasciculus) نا سراون و ئەركیان دروستكردنی پەیوەندییە لەنێوان هەردوو ناوچەكەی مێشك. هەندێك لەزانایانی ئەڵمانی هۆ كاری سەرهەڵدانی نەخۆشی زمانگرتن لەلای مرۆڤ دەگەڕێنەوە بۆ بوونی كەم و كورتی لەم ڕیشاڵانە كە ناتوانن بەشێوەیەكی گونجاو پەیوەندی لەنێوان هەردوو ناوچەكەی زمان لە مێشك دروست بكەن[3].

نوێترین بەڵ گەش بۆ سەلماندنی پ سپۆرییەتی هەر نیوەگۆ یەك ئەو نەخۆ شانەیە كە توو شی حا ڵەتێكی تر سناك بوو نە لە نەخۆ شی فێ (گە شكە)، دە كرێ ئەو كە سانە بەهۆی بڕیـنی تە نە ڕە قەی كە لەنێوان هەردوو نـیوە گۆیە كەیان هە یە چارە سەر بـكرێن. ئەم نە شتەرگەرییە هیچ كاریگەرییەكی ئەو تۆی نییە لەسەر ژیانی ئەو كەسانە تەنیا ئەوە نەبێت ئەگەر هەر شتێكت دا یە دەستی چەپی هەریەكێك لەمانە و چاویشت داخستبوو ئەوا ناتوانێت ناو لە شتەكە بنـێت، لە گەڵ ئەوەی دەتوانێت شتەكە لەشتی تر جیابكا تەوە، بەڵام ناتواندـێت ناوی لێبنـێت، چونكە نـیوە گۆی ڕاستی مێشك ناتوانێ ئەو شتەی كە هەستی پێكردوە بیگوازێتەوە بۆ نیوەی گۆی چەپی مێ شك بۆ

---

[1] Jean Aitchison (1999: 137).

[2] د. جلال شمس الدین، الجزء الثانی (2003، 11).

[3] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان ساڵح (2013، 43).

ئەوەی ناوی لێبنێت، لە هەمانکاتیشدا شتێکی تر خستە دەستی ڕاستی ئەوا یەکسەر دەتوانێت ناو لەشتەکە بنێت[1].

(2/1 □ 3- 3) ناوچەی بیستن (Auditory Centre):

ناوچەی بیستنی سەرەکی یاخود لۆچی هە شل (Heschl’s Gyrus). ئەم ناو چەیە دەکەوێتە تەنیشت ناو چەی ڤێرنیکا، شێوەکەی وەك پەنجە یەکی دە ست وا یە. ئەم ناو چەیە بەرپر سە لەوەرگرتنی ئەو دەنگا نەی کە دەبیسترێن. هەر تێک چوونێك لەم ناو چەیە دەبێ تە هۆی نەخۆ شییەك کە بە (کەڕی و شەکان- Word Deafenss) نا سراوە. تووشبووی ئەم نەخۆشییەش دەنگەکان بەو شێوەیەی (بەو ڕیزبەند یەی) کە لە دە می قسەکەر دەر چووە ناگا تە گوێی گوێگر، بەڵکو پاش و پێشی دەکات. زانایانی دەمارناسی ئەمریکی باوەر یان وا یە کە گەورە و بچووکی ئەم ناوچەیەش کاریگەری خۆی هە یە لەفێربوونی ز مانی تر، هەر چەند ئەم ناو چەیە گەورە بێ ئەوا ئەو کە سە توا نای فێر بونی ز مانی تر ز یاتر دەبێت. ئە مەش بوونی پەیوە ندیی نێوان دەماخ و فێربوونی زمان دەسەلمێنێت[2].

(2/1 □ 3- 4) ناوچەی جوڵە (Motor Cortex):

ئەم ناوچەیە دەکەوێتە ناوچەوانە پل نزیك ناوچەی برۆکا لەپێش درزی رۆلاندۆ. ئەم ناو چەیە بەرپرسە لەکۆنترۆڵکردنی جوڵە خۆویستەکانی لەش وەك: جوڵەی لێوەکان، جو ڵەی ز مان، جو ڵەی ماسولکەکانی تری دەم و چاو، هەروەها ڕێڕەوی هەناسەو قسەکردن ڕێکدەخات[3].

(2/1 □ 3- 5) لۆچی گۆشە (Angular Gyrus):

ئەم ناو چەیە دەکەوێ تە نێوان خوارەوەی د یوارە پل، دواوەی ناو چەی ڤێرنیکا، ئەم ناو چەیە بەرپرسە لەگۆڕینی ورووژێنەرە بینینەکان بۆ شێوەی بیستن وەك گۆڕینی نووسین بۆ دە نگ تاکو ڤێرنیکا لێی تێ بگات[4].

(2/1 □ 3- 6) ناوچەی بینینی سەرەکی:

---

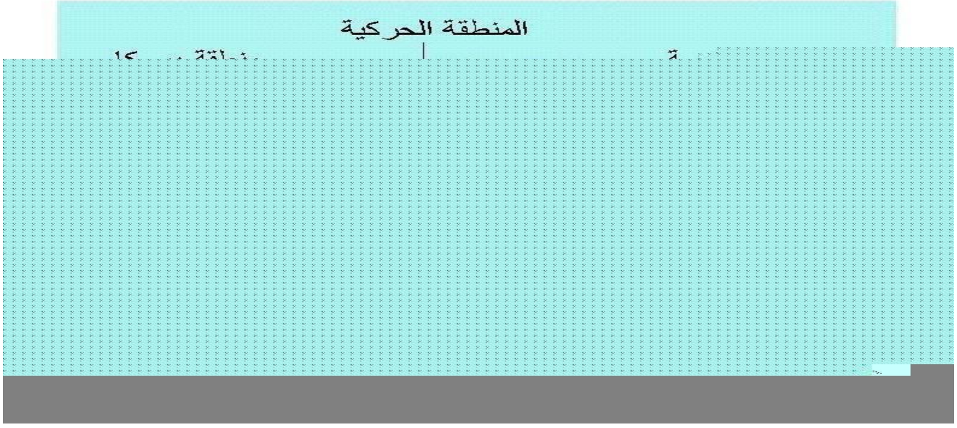
[1] سەرچاوەی پێشو (41 - 42).

[2] سەرچاوەی پێشو (43 - 44).

[3] John Field (2004: 45)

[4] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان ساڵح (2013: 44).

ئەم ناوچەیە دەکەوێتە پشتە پل کە بەرپرسە لە بینین. ئەم ناوچەیە ئەرکی خوێند نەوەی وشە و ڤاکۆبلەری یەکان دەبینێت کە بە شێوەی تیـشکەوە لە چاوەوە بەڕێگای دەماری بینی نەوە گواستراوەتەوە ئەم ناوچەیە، ئەرکی ناسینەوەی شتەکانیش دەبینێت وەکو هەنگاوێکی سەرەتایی بۆ ناولێنانی شتەکان. تێکچوونی ئەم ناوچەیەش دەبێتە هۆی کوێری وشەکان (Word blindnees). کەسی توو شبوو بەو نەخۆشییە هەر چەندە توانای خوێندنەوەی هەیە و خۆی لەخوێندنەوەی خۆی تێدەگات بەلاّم لە کاتی گۆکردنی وشەکان (خوێندنەوە بۆ کەسێکی تر) ئەوا گوێگر لێی تێناگات، چونکە لەوانەیە یان پیتێك بە پیتێکی تر بگۆڕێت یان شوێنی پیتەکان بگۆڕێت[1].



هێلکاری ژمارە (4)*

(2/1 □ 4) جیاوازی نێوان مێشکی ژن و پیاو:

زانا ئەمریکییەکانی زانستی مێشك یان زانستی لێکۆڵینەوەی مێشك لەدوایین لێکۆڵینەوەیاندا جەخت لەسەر ئەوە دەکەنەوە کە جیاوازییەکی گەورە لەنێوان مێشکی ئافرەت و پیاودا هەیە، لەئەنجامی ئەمەشەوە بەشێوەیەکی زۆر جیاواز بیردەکەنەوە. زانایان گەیشتنە ئەم ئەنجامە پاش ئەوەی کە لێکۆڵینەوەیان لە سەر مێشکی زیاتر لە هەزار پیاو و ژن ئەنجامدا، ئەمەش بە بەکارهێنانی ئامێری وێنەگرتنی (بواری کردەی هاتو چۆی دەمارەکان(FMRT) و ئامێری تیشکی موگناتیسی ئەتۆمی (PET) لە هەموو قۆناغەکانی بیرکردنەوەو یادکردن و فێربون و هەست و سۆزەکاندا. پرۆفیسۆر (ڕیتشارد هیر) لە زانکۆی کالیفۆرنیا، بەهاوەڵی پرۆفیسۆر (ڕو بین جون) هەردوکیان پێکەوە سەرپەرشتی یەکەم لێکۆڵینەوەی زانستییان لەم بارەیەوە کرد، ئەو ڕاستیە زانستیانەی بۆ یەکەمجار لەجیهاندا بەدەستیانهێنا بریتیەلە:[2]

[1] سەرچاوەی پێشو (44).

* سەرچاوەی پێشو (45).

[2] د. أحمد شفيق الخطيب (2006: 30 - 31).

بیرکردنەوەو قسەکردن بوو)، هەربۆیە پێویست بە پرسیارکردن نا کات دەر بارەی پەیوە ندیی هیچ شتێك بە خودیەوە[1].

(واتسن) پێی وا یە: ئەوەی مرۆڤ لە هەموو گیانلە بەرەکانی تر جیادەکا تەوە ئەو گەشە سەندنە بەردەوامەیە، کە لە سێ سستمی نەریتدا خۆی دەبینێتەوە، کە ئەوانیش:[2]

1- زۆری نەریتی هەڵچوونەکانی هەست و سۆزو وردییان.
2- زۆری نەریتی گەرو، وشەی دەربڕاو ، ئاڵۆزییان و وردییان.
3- زۆری نەریتی جوڵەی مرۆڤ و وردییان.

(واتسن) جەخت لەسەر ئەوە دەکاتەوە کە مرۆڤ هەموو کات لەڕێگای زما نەوە بیرناکا تەوە، بۆ یە دەڵێ: "هەرکاتێك تاك کاردانەوەی بەرامبەر ڕوداو یان شتێکی د یاریکراو دەبێت، ئەوکا تە هەموو جە ستەی وەلامدا نەوەی بەرام بەر ئەو ڕوداوە دەبێت"[3]. بۆ نمو نە ئە گەر ل ێت بپر سن چۆن (بۆینباخ) دەبە ستیت، تێبی نی دە کەین و شەی تەواوت پێ نی یە بۆ وە سفی ئەم کارە، بۆ یە پەنادەبەی تە بەر بە ستنی بۆینباخە کە بە شێوەیەکی پراکتیکی بۆی بۆ مان ڕونکەیتەوە چۆن دەیبەستیت. لێرەدا ڕوندەبێتەوە کە"هەموو سستمەکانی جەستە بەشێوەیەکی شاراوەیی کاردەکات، ئە مەش ئەوەمان بۆ لێکدەدا تەوە کە چۆن بە بێ پەنابرد نە بەر بەکارهێنانی و شە، بیردەکەینەوە"[4].

قوتابخانەی ڕەفتاریی پێیانوا یە بەڵگە زۆرە لە سەر ڕا ستی و درو ستی تێڕوانینە کەیان، بۆ نمو نە یەکێك لەو بەڵگانە کە لەتێبینیکردنی ڕەفتاری مندا لەوە وەردەگیر ێت، کە مندا ڵ بەدەنگی بەرز بیردەکە نەوە، بەلام خا نەوادەکانیان داوا لەمندا ڵەکان دە کەن کە ب یدەنگ بن و ژاوەژاو درو ست نەکەن، بەگشتی کۆمەڵگاش سەرزەنشتی تاك دە کات ئە گەر لە گەڵ خۆ یدا بەدەنگەوە قسە بکات، بۆیە تاك هەنگاو بە هەنگاو هەو ڵدەدات قسەکردن لە گەڵ خۆ یدا کەم بکا تەوە، وا تە کاردا نەوەی خۆی کەم بکاتەوە، کە دەبێت بەمشێوە زنجیرەییە بەڕێوەبچێت: (گوا ستنەوە لەدەنگ بەرزییەوە - چپەچپ □ قسەکردنی شاراوە) [5].

---

[1] سەرچاوەی پێشو (144).
[2] د. موفق الحمدانی (1982: 186).
[3] د. موفق الحمدانی (1982: 188).
[4] سەرچاوەی پێشو (188).
[5] سەرچاوەی پێشو (188).

سکینەر(Skinner)یش کە یەکێکە لە پێشەواکانی زانستی زمانی دەروونیی لەبارەی پەیوەندی زمان بە بیرەوە پێیوایە کە:" ئاسانترین و باشترین چارەسەر ئەوەیە کە بەپێی ئەو بنەمایە تەماشای بیرکردنەوە بکرێت کە ڕەفتارە، لەوانەیە ڕەفتارێکی درکاوی ئاشکرا یان شاراوە بێت، یان لەوانەیە ڕەفتارێکی نەدرکاوی ئاشکرا یان شاراوە بێت"[1]. بە دەربڕینێکی تر: "بیرکردنەوە جۆرێکە لە ڕەفتاری مرۆڤ، وەك ڕەفتاری زمانەوانی، بۆیە ئاماژەی بەوەکرد کە پێویست بەجیاکاری ناکات لە نێوانیاندا وەك دوو شتی جیاواز"[2].

ئەم بیرۆکەیەی (سکینەر) خرایە ژێر ڕەخنەو تاقیکردنەوەوە، لەتاقیکردنەوە زانستیەکەدا دەرکەوت کە ئیفلیجبونی جولەی هەموو ئەندامەکانی ئاخاوتن بەهۆی مادەیەکی سڕکەرەوە، کاریگەریەکی تەواوی لەسەر لەکارخستنی ئەو ئەندامانە دەبێت، بەڵام بەهیچ جۆرێك کاریگەریی لەسەر بیرکردنەوە جێناهێڵێت[3]، ئەمەش ئەیسەلمێنێت کە بۆچوونەکەی سکینەر تەواو نییە، چونکە تەنها لە ڕوانگەی فسیۆلۆجیەوە لێی ڕوانیوە.

(پاڤلۆڤ)یش لەم هاو شێوانەوە دەست پێدەکات کە لەبنەڕەتدا فێر بوونی مەرجایەتییە، گریمانەکانی لەسەر چالاکی کۆئەندامی دەماریی و بەتایبەتی توێکڵی دەماغەوە سەرچاوەی گرتووە. پێی وایە: زمان سستمێکە لە سستمەکانی ڕەفتار کە ناوزەد دەکرێت بەسستمی ئیشارەتی دووەم(Second Signal System) کە لەپرۆسەی گشتاندنی سستمی ئیشارەتی یەکەم - سستمی فێربوونی مەرجایەتی هەستی- ەوە وەرگیراوە[4]، زمان سستمێکی مەرجایەتییە ملکەچی یاسا مەرجدارەکانە، بەڵام ئاستەکەی لەئاستی مەرجێتی هەستی بەرزترە، هەربۆیە ناوی سستمی ئاماژەی (ئیشارەت) دووەمی لێنراوە[5].

پاڤلۆڤیەکان پێیانوایە لێکدانەوەی پەیوەندی نێوان زمان و بیرو لایەنە فسیۆلۆجیەکان پێویستە لە بەربونی ژمارەیەکی زۆر لەبەڵگەی ئیکلینیکی، کە جەخت لەسەر پەیوەندی نێوان زمان و

---

[1] سەرچاوەی پێشو (189).

[2] د. نایف خرما (1978: 177).

[3] د. نایف خرما (1978: 177).

[4] د. موفق الحمدانی (1982: 189). بۆ ڕونکردنەوەی زیاتر دەربارەی سستمی ئیشارەتی یەکەم و دووەم بڕوانە هەمان سەرچاوە (189 194).

[5] سەرچاوەی پێشو (186).

مێ شك له لايه كەوەو بيرو مێ شك له لا يەكى ترەوە دەكا تەوە، پا شان پەيوە ندى ز مان و بير هەردوكيان بە مێشكەوە[1].

مامۆستای پاڤلۆڤ (سيشنۆف) دەڵێ: "كاتێك منداڵ بيردەكاتەوە، ئەوە لە هەمانكاتدا قسەش دە كات. ئەو بيركردنەوە يەى لە تە مەنى پ ێنج ساڵيدا ڕودەدات بەهۆى و شەو لەڕێ گەى جو ڵەى ز مان و لێوەكا نەوە دەگوێزرێ تەوە، هەر ئەمە شە لەلاى مرۆ ڤە بەتەمە نەكان ڕودەدات"، ما ناى ئە مەش ئەوەيە كە تێڕوانينى زانا ڕوسيەكان بۆ كێشەكە ئەوە يە كە ز مان و بيركرد نەوە تەواو بە ستراون بەمنداڵ يەوە، بەڵام لە گەڵ بەرەو پێش چوندا بە شێوەيەك لە شێوەكان بيركرد نەوەى گەورەكان جيادەبێتەوە لە زمان □ بەلايەنى كەمەوە □ لە كاردانەوەكانى قسەكردنى ڕاشكاو و شاراوەدا[2].

ئاڕاستەى دووەم: ئەم ئاڕاستەيە خۆى لە بۆ چوونەكانى (فيگۆتسكى و بياجيه)دا دەبينێ تەوە، كە زمان و بيركردنەوە لەيەكتر جيادەكەنەوە: زاناى دەروننا سى ڕو سى (فيگۆتسكى/Vygotsky) لە كتێبەكە يدا بەناوى (بيرو ز مان/Thought and Language) كە لە ساڵى (1934)دا نو سيويەتى، بەڕا شكاوانە دە ڵێ: هەڵقولاَنى بيركرد نەوە لە هەمان ساتدا ق سە بەدواى خۆ يدا ناهێنێت، بەڵكو ئەو دوو پڕۆ سەيە لە يەكتر جودان، لەبەر ئەوەى يەكانگير يەكى چە سپاوو نەگۆڕ لەنێوان يەكەكانى بيركردنەوەو قسەكردندا نييە[3].

(فيگۆتسكى) گرنگترين شيكاريى سەبارەت بە ئاوێتەبونى نێوان بير و زمان خستەڕو، كە پ ێى وا يە ز مان دوو ئەركى سەربەخۆى هە يە: يە كەميان پەيوە نديكردنى "دەرە كى ن ێوان مرۆ ڤەكان" ، ئەركى دوە ميش بريتيە لە بەكارهێنانى " ناوەكى" بۆ بيرە كانى مرۆڤ، موعجيزەى دركپێكرد نى مرۆڤا يەتى ئەوە يە كە هەر يەك لەم دوو سـ ستمە يەك جـفرەى زما نەوانى بەكاردەهێنن، پا شان دەتوانرێت تاڕادەيەك بەسەركەوتويى هەريەكەيان بۆ ئەويتريان وەربگێڕدرێت[4].

ئەم دوو سستمەش ئەمانگەيەنێ تە ئەو بيرۆكا نەى دەكر ێت ببـ نە هۆ كارى درو ستبونى پەيوە ندى نێوان زمان و بيركردنەوە وەك ئەوەى:□

1- زمان جێ بايەخەو دياريكەرى بيرە.

2- بير پێش زمان دەكەوێت، و گرنگيشە بۆ گەشەپێدانى.

---

[1] سەرچاوەى پێشو (194).

[2] د. جمعة سيد يوسف (1990، 144).

[3] د. خالد عبدالرازق السيد (1999، 121).

[4] جوديث جرين (1992، 114).

[5] سەرچاوەى پێشو (115).

3- هەریەك لە زمان و بیر ڕەگ و ڕیشەی سەربەخۆیان هەیە.

فیگۆتسکی لەو کتێبەیدا هەوڵیدا گرێی پەیوەندی و کاریگەری نێوان زمان و بیر بکاتەوە، لەتیۆرەکەیدا باس لەوە دەکات کە بیر و زمان دوو جۆر چالاکی جوداو سەربەخۆن، پێی وایە لەلای هەموو منداڵێکی تازە لە دایکبوو پرۆسەی بیرکردنەوە بەردەوامە، بەڵام بەبێ بەکارهێنانی زمان نمونەشی بۆ ئەم تێڕوانینە لەوەوە بەرجەستە دەبێت کە منداڵ لەچەند مانگی سەرەتایی ژیانیدا هەوڵی بەردەوام دەدات بۆ تێگەیشتن لەو شتانەی بەردەستی دەکەون وەك دەست لێدانی شتومەکی ناو ماڵ و کردنەوەی دەرگاو... هتد. فیگۆتسکی پێی وایە بە هەمان ئەم پلەیەی منداڵ بیری پێدەکاتەوە دەکرێت بڵێین، دەنگە هەڕەمەکیەکانیشی کە هیچ پەیوەندییەك نایانبەستێتەوە بۆ خۆیان گوتەیەکی بێ بیرکردنەوەن، کە لەڕێگەیانەوە هەوڵی تێرکردنی مەبەستە کۆمەڵایەتییەکانی دەدات وەك سەرنجڕاکێشانی بەرامبەرو ڕازیکردنی گەورەکان، بەڵام ساتەوەختی یەکلاییکەرەوە لەلای فیگۆتسکی خۆی لەتەمەنی دوو ساڵی مندالدا دەبینێتەوە کاتێك بیری سەربەخۆ لەپێش قۆناغی قسەکردن و هەروەها زمانی سەربەخۆ پێش قۆناغی پرۆسە عەقڵییەکان یەکدەگرن، لێرەوە سەرەتای جۆرێکی نوێ لە ڕەفتار دەست پێدەکات و لەم خاڵەشەوە بیر لەلای منداڵ دەبێتە زارەکی و قسەکردنیشی لەڕێگای عەقڵەوە دەبێت[1].

فیگۆتسکی لە تیۆرەکەیدا ڕونیدەکاتەوە کە مەرج نییە مرۆڤ بە هەموو قۆناغەکانی بیرکردنەوەی نازارەکیدا تێپەڕێت بۆ قسەکردنێکی ئاشکرا، بەڵگەشی بۆ ئەمە ئەو هەستە ناخۆشانەیە کە مرۆڤ بەهۆی قسەکردنی بێ بیرکردنەوەوە (لە دەم دەرچون) دوو چاری دەبێتەوە یان پۆ چەڵبونەوەی بیرۆکەکانی بەرلەوەی وشەو دەستەواژەی گونجاوو شیاو بۆ گوزارشتکردنیان بدۆزێتەوە[2].

فیگۆتسکی پێی وایە: پەیوەندی نێوان بیرو گوتە پرۆسەیەکی زیندوە، بیر لە وشە لەدایکدەبێت، وشەی خاڵی لە بیر وشەیەکی مردوە، ئەو بیرەی لە نێو وشەشدا هەیە وەك سێبەرێك دەمێنێتەوەو پەیوەندی نێوان بیرو وشەکان لەڕێگەی گەشەکردنیانەوە دەردەکەوێت[3]، هەروەها وا یدەبینێت: بیرکردنەوە بەو شە گوزارشتی لێناکرێت، بەڵام لەڕێگای ئەو وشانەوە بەرجەستە دەکرێت. مۆنۆلۆگیش بەلای فیگۆتسکییەوە تەنها دەربڕینی دەنگیی نییە بۆ ڕستەکان، وەك واتسن دەڵێ،

---

[1] جودیث جرین (1992: 124).

[2] سەرچاوەی پێشو (126 - 127).

[3] د. خالد عبدالرازق السید (1999: 141).

بەڵکو وێنە یان شێوەیەکی تایبەتیە لە شێوەکانی قسەکردن، ئەکەوێتە نێوان بیرکردنەوەو قسەکردنی دەربڕاوەوە[1].

پەیوەندیی چییە لە نێوان بیر یان بیرۆکە لەلایەك و قسەو و شەکان کە بۆ گوزارشتکردن لەو بیرە یان بیرۆکەیە بەکاریدەهێنین لەلایەکی ترەوە؟

فیگۆتسکی وەڵامی ئەم پرسیارە دەداتەوەو دەڵێ: بیر جیاوازە لە گوتە، چونکە لەیەکەی جیاواز پێکنەهاتوە، بۆ نمونە کاتێك ئەمەوێت بیرۆکەیەك بگەیەنم کە ئەمڕۆ منداڵێکی پێ پەتیم بینی، کراسێکی شینی لە بەردابوو لە سەر شەقامەکان دەڕۆیشت. هەموو شتەکان لە یەك بیرۆکەدا کۆبونەتەوە نەك بەش بەش، بەڵام بە چەند و شەیەك گوزارشتیان پێدەکرێت. زۆر بەی جار قسەکەر چەند خولەکێك دەخایەنێت، تاوەکو گوزارشت لەبیرۆکەیەك بکات. بیرۆکەکە هەموی لەمێشکیدا ئامادەیە، ئەتوانین بیرۆکە بە هەور بشوبهێنین کە بەهۆیەوە وشە گەلێك وەك باران دەبارێنێت[2].

زۆرێك لە سەر ئەم بۆچوونەی فیگۆتسکی کۆك نین بەتایبەتی (بیاجیە)، چونکە فیگۆتسکی گریمانە دەکات کە گوتە بەگشتی پرسی فۆڕمێکی ناوەکی کۆمەلآیەتیە، سەرەڕای هەمیشە بەکارنەهێنانی وەکو ڕێگەیەکی گفتوگۆکردن لەگەڵ کەسانی تردا[3].

دیستۆفسکی (Dostoevski) یش پێی وایە بیرکردنەوە تێکەڵ بەگوتە ناکرێت، بیرکردنەوە پێکهاتەی تایبەتی خۆی هەیە، بازدان لە سنوری بیرکردنەوە بۆ سنوری گوتە پرسێکی هەروا ئاسان نییە[4].

بیاجیە (piaget) بۆچوونێك پێشکەشدەکات کە پێچەوانەی بۆچوونی ڕەفتاریەکانە، قوتابخانەی بیاجیە وایدەبینن یە کەمجار بەرەوپێشچونی زانیاری ڕودەدات و پاشان بەرەوپێشچونی زمانیی بەدوایدا دێت، یان ڕەنگدانەوەی دەبێت لە سەر زمانی منداڵ. بیرکردنەوەی منداڵ لەماوەی ئاوێتەبونی لەگەڵ شتەکان و مرۆڤ لەژینگەدا گەشەدەکات، زمانیشی بەکاریگەری ئەو جۆرە شتو کەسانەی لەژینگەکەدا هەیەو ئاوێتەیان دەبێت کاردەکرێتە سەری، بەڵام لەڕێگەی گەشەکردنی زانیاریەوە زمانەکەی گەشەناکات[5].

---

[1] د. جمعة سيد يوسف (1990: 145).

[2] د. أحمد شفيق الخطيب (2006: 15).

[3] د. خالد عبدالرازق السيد (1999: 121).

[4] سەرچاوەی پێشو (121).

[5] د. جمعة سيد يوسف (1990: 145).

(بیاجیه) ڕەتی دەکاتەوە کە زمان بەگشتی بەرپرس بێت لە بیر، لە سەرەتای کارەکانیدا ئەو ڕێچکەیەی گرتە بەر کە زمان ڕەنگدانەوەی ڕاستەوخۆی بیرکردنەوەی مندا لە لەڕێگای ئاڕاستەکردنی چەند پرسیارێك بۆیان وەك پرسیاری: چی وا لە هەورەکان دەکات بجولێتەوە؟ یان بۆچی هەندێ شت سەرئاو دەکەون؟ ئەمە لەو سەردەمەدا، بەڵام دواتر لەساڵی (1968)دا کە باسی لەڕۆڵی زمان کرد لەگەڵ شەکردنی بیردا، ئاماژەی بۆ ئەوە کردوە کە زمان تەنها جۆرێکە لەجۆرەکانی ئەرکی ڕەمزی کە کۆنترین ئەرکە ڕەمزییەکان و هەروەها کۆنترین فۆڕمەکانی ڕەمزی و خەیاڵی ڕەمزی لەخۆدەگرێت. تێڕوانینی بیاجیە بۆ زمان ئەوەیە کە زمان ڕۆڵی ئاسانکاری دەگێڕێت سەبارەت بە بیرکردنەوەی ڕەمزی هەروەها پێی وایە پڕۆسە لۆجیکیەکان ڕەگ و ڕیشەی قوڵتریان هەیە کە شێوەی چالاکی خەزنکراوەکان وەك پڕۆسەی عەقڵی وەردەگرن، ئەو ئامانجە سەرەکییەی بیاجیە و هاوەڵەکانی هەوڵی بۆ دەدەن ئەوەیە کە منداڵ مەحاڵە لەدەستەواژەیەك یان گوزارشتێکی زارەکی تێبگات بێ ئەوەی بیرۆکەی پشت ئەو گوتەیەی لەلا ڕون بێت[1].

ئاڕاستەی قوتابخانەی بیاجیە کە زمان لە بیر جیادەکاتەوە، باشترین و نمونەترین ئاڕاستە نەبوو، ئەوانەی وایدەبینن کە گوتە گوزارشتێکی دەرەکییە بۆ بیر، یان هەوڵدەدەن بۆ جیاکردنەوەی بیرکردنەوە لەهەموو پێکهاتە هەستییەکان بەوشەکانیشەوە، وایدەبینن پەیوەندی نێوان بیرۆکەو وشە پەیوەندییەکی دەرەکی تەواوەتیە. ئەمان بەمشێوەیە کێشەکە چارەسەر ناکەن، لەبەر ئەوەی تایبەتمەندی بیرکردنەوە جیادەکەنەوەو سەربەخۆ لێکۆڵینەوەی لەبارەوە دەکەن، پاشان تایبەتمەندی گوتە لە بیرکردنەوە جیادەکەنەوەو لێکۆڵینەوەی لەسەر دەکەن، دواتر پێشبینی بونی پەیوەندی دەکەن لە نێوان زمان و بیردا، بەو پێیەی کە پەیوەندییەکی ئۆتۆماتیکی دەرەکییە بۆ دوو پڕۆسەی جیاواز[2].

هەندێك پێیانوایە کە هاوسەنگییەك هەیە لەنێوان بیرکردنەوەو زماندا، پێویست ناکات پەیوەندییەکەیان بەوجۆرە تەماشا بکرێت کە پەیوەندییەکی هۆکارییە، بەڵکو لەوانەیە زمان بەشێوەیەك دابڕێژرێت لەڕێگای بارودۆخی ژینگەیی، و سیستمی کۆمەڵایەتی، و شێوازە بەربلاوەکانی بیرکردنەوە، ئەمەش ڕێگری لەزمان ناکات بۆ کارتێکردن لەبیرکردنەوە، سەرەڕای ئەوەی ناتوانین بڵێین لێکۆڵینەوە لە زمان ئەبێتە هۆی ڕونکردنەوەی تایبەتمەندی گشتی بیرکردنەوە لەلای بەکارهێنەرانی[3].

---

[1] جودیث جرین (1992: 122 - 123).

[2] د. جمعة سید یوسف (1990: 148).

[3] سەرچاوەی پێشو (149).

ئارِاستەی سێیەم: لەبەرامبەر ئەم دوو ئارِاستەیەی پێشودا: ئارِاستەی سێیەمیش هەیە کە وایدەبینن زمان و بیرکردنەوە پەیوەندییەکی پتەو لەنێوانیاندا هەیە، بەوپێیەی کە زمان ئەو جێگەیەیە یان رِوکەشێکی دەرەکییە کە لەرِێگەیەوە بیر دەخرێتەرِو[1].

ئەمجۆرە ئارِاستەیە چارەسەرێکی مامناوەند بۆ پەیوەندی زمان بەبیرکردنەوەوە دەخاتەرِو، خۆی لەو رِەخنانە دەپارێزێت کە ئارِاستەی دوو لایەنەکەی تر دەکرێت. شوێنکەوتوانی ئەم ئارِاستەیە پێیانوایە پەیوەندی نێوان زمان و بیرکردنەوە پەیوەندییەکی دینامیکی ئالوگۆرکراوە لە رِوی کاریگەری و کارتێکردنەوە، هەردوکیان کاردەکەنە سەر یەکتری، ئێمە ناتوانین لەبارەی ئەو شتانەوە قسەبکەین کە ناتوانین بیر یان لێ بکەینەوە، هەروەها ناتوانین دور لە تواناکانی زمانەوانیەکانمان بیربکەینەوە. ئەم ئارِاستەیە بەربلاوترین و پەسەندترین ئارِاستەیە لەلای لێکۆلەرەوانی ئەم سەردەمە[2].

ئەگەر سەرنجی ئەم سێ خالە بدەین بۆمان دەردەکەوێت کە زمان یارمەتیدەری بیروهۆشەو ناتوانین لێکیان جیابکەینەوە[3]:

1- زانایان دەلێن ئەگەر لە سەرەتاوە بیرکردنەوە بەبێ زمان هەبوبێت، ئەوە بیرکردنەوەیەکی سادەو سەرەتایی بووە تەنها لە ئاستی هەستکردندا بووە وەك ئاژەل، بەلام بیرکردنەوەی رِاستەقینە و گەیاندنی بە کەسانی تر بەبێ زمان ناکرێت. تەنانەت دەنگە ژێیەکان یارمەتیدەرن بۆ دروستکردنی بیروبۆچوونەکان، هەر چەندە ئەگەر بەبێ زمان بتوانین بیربکەینەوە، ئەوە ناتوانین دەریببرِین، ئەگەر بیرکردنەوە زمانێکی تایبەتی بێت، ئەوە ئاخاوتن و دەربرِین زمانێکی گشتییە.

2- ئەگەر بمانەوێت زمان بەخزمەتکارێکی بیرکردنەوە دابنێین و بیرکردنەوە لەرِێگەیەوە دەربرِین، ئەوە دەبێت بزانین کە زمان بیروبۆچوونەکان رِوندەکاتەوەو گرنگییان پێدەدات، هەروەها ئەگەر زمان نەبێت ئەوە بیروبۆچونەکانیش ناتوانن رِۆلی خۆیان بگێرِن لەناو کۆمەلگادا.

3- زۆرجار زمان مەترسی دروستدەکات و هەلەش دەکات لەوتنەوەی وشەکان وەك (توتی)، یان بەکارهێنانی هەلەی وشەکان دەبێتە هۆی دروستکردنی کێشەو مەترسی لە نێوان خەلکدا.

---

[1] سەرچاوەی پێشو (149).

[2] د. جمعة سید یوسف (1990: 150 - 153).

[3] د. فاخر عاقل (1978: 174 - 175).

(3/1 4) کاریگەری زمان لەسەر بیر:

هەندێ لەتوێژەران پێیانوایە زمان کاریگەری زۆر تری لە سەر بیرکرد نەوە هە یە بەتایبەتی لەلای کۆمەڵ. زمان خز مەتی چەند نە سەقێکی تر دە کات لە عەقڵی مرۆ ڤدا کە کاریگەرییان لە سەری دەب ێت، لەبەر ئەوەی بۆ گوا ستنەوەی بیر یش بەکاردەهێنرێت، ئەوە پێوی ستە درو ستبوون و کارەکەی ڕەنگدانەوەی ئەم بیرانە بێت، هەروەها لەبەر بەکارهێنانی بۆ پەیوەندیکردن لەناو بواری کۆمەلأیەتی و ڕۆشنبیری ئالۆزدا، ئەوە ئەرك و درو ستبونی ئەو بوارا نەی لە سەر دەب ێت. دوا جار تەنها بەفێربونی چۆنیەتی بەکارهێنانی ز مان ئەوە دەبێ تە هێز ێك کە یارمەتیدەر دەب ێت بۆ بیرکردنەوەی مرۆڤەکان. فۆرمی زمانەوانی تەنها کەرەستەیەك نییە بۆ دو بارە بەرهەمهێنا نەوەی بیرە دەربڕاوەکان، بەڵکو پێکهێنەری بیرەکانە، هەروەها پرۆگرامکەرو ئاڕا ستەکەری چالاکی عەقڵی تاك، و شیکەرەوەی بۆ چون و تێڕوانینەکا نە، و داڕ ێژەرەوەی یە کەکانی بیرکردنەوە یە. ئەم داڕشتنەوەیە پرۆسەیەکی سەربەخۆ نییە، بەڵکو بەشێکە لەڕێزمان، و لەزمانێکەوە بۆ زمانێکی تر دەگۆڕێت[1].

هەندێك لە توێژینەوەکان پاڵپشتی ئەم تیۆرە دەکەن و هەندێکی تریشیان پشتیوانی ناکەن، لێرەدا هەندێکیان دەخەینەڕو:

لۆفتس و پاڵمەر(Loftis & palmer) لەساڵی (1974)دا لێکۆڵینەوەیەکیان ئەنجا مدا لەڕێگەی نمایشکردنی فلیمێکی سینەمایی دەربارەی دوو ئۆتۆمب ێل لەکاتی بەریەککەوت ندا، کە دوو کۆمە ڵە خەڵکیش ئامادەبون لەکاتی ئەم ڕوداوەدا، کاتێك کە پرسیار لەکۆمە ڵەی یە کەم کرا: بە بۆ چوونی تۆ پێوانەی ت یژڕەویی ئۆتۆمبی لەکان چەند بوو، کات ێك یەکێك لەئۆتۆمبێ لەکان بەویتری کێ شا؟ هەمان پر سیار لەکۆمە ڵەی دووە میش کرا: بۆ چوونی تۆ بۆ پێوا نەیی ت یژڕەویی ئۆتۆمبێ لەکان چەند بوو کاتێك یەکێك لە ئۆتۆمبێ لەکان ئەویتریانی تێکشکاند؟ هیچ جیاوازی یەك لەنێوان دوو پر سیارەکەدا نەبوو، ج گە لە و شەی (پێداکێ شان) لەکۆمە ڵەی یەکە مداو و شەی (تێک شکاندن) لەکۆمەڵەی دووە مدا، بەلأم جیاوازی یەکی گەورە بەدیکرا لەنێوان بۆ چوونی دوو کۆمەڵە کەدا بۆ ت یژڕەویی ئۆتۆمبێ لەکان. کۆمە ڵەی دووەم کە پر سیاری (تێک شکاندنی دوو ئۆتۆمبیلە کەیان لێکرا بوو) بۆ چوونیان وا بوو کە دوو ئۆتۆمبێلە کە زۆر ت یژڕەو بوون، بەلأم کۆمە ڵەی یە کەم کە پرسیاری (پێداکێشانی دوو ئۆتۆمبێلەکەیان لێکرابوو) تیژڕەویی ئۆتۆمبێلەکانیان پێ کەمتر بوو لە کۆمە ڵەی دووەم. لێکۆ ڵەرەوان هۆ کاری ج یاوازی ن ێوان ئەو دوو بۆ چوونە لەپێوا نەی ت یژڕەوی

[1] د. جمعة سيد يوسف (1990: 150 - 153).

هەردوو ئۆتۆمبێلەکەدا بۆ کاریگەری زمانەوانی لەپرسیارەکەدا دەگێڕنەوە، بە دەربڕینێکی تر: کۆمەڵەی دووەم هەستیان بەخێرایی زۆری هەردوو ئۆتۆمبیلەکە کرد، لەبەر ئەوەی توێژەر وشەی (تێک شکاندن)ی بەکارهێناوە، بەلأم کۆمەڵەی یەکەم هەستیان بەوە کرد تێژڕەوی هەردوو ئۆتۆمبێلەکە کەمتربوە، لەبەرئەوەی توێژەر وشەی (پێداکێشان)ی بەکارهێناوە. بەدەربڕینێکی تر: کۆمەڵەی دووەم بەهۆی وشەی (تێک شکاندن)ەوە بۆیاندەر کەوت کە تێژڕەوی ئۆتۆمبێلەکان زۆر بووە، بەلأم کۆمەڵەی یەکەم بەهۆی وشەی (پێداکێشان)ەوە بۆیاندەر کەوت کە تێژڕەوی ئۆتۆمبێلەکان زۆر نەبووە[1].

کاریگەری زمان لە سەر بیر ئەو ڕێچکەیەیە کە دەبێت تاك پەنای بۆ بەرێت بەمەبەستی پرۆگرامکردن و داگیرکردنی بیرکردنەوەی بەرامبەر، بێگومان ئەمەش بەتیشك خستنە سەر وشەو دەستەواژە بریقەدارەکانی فەراهەم دەکرێت. ئەم پرۆگرامە نیشانەکانی جێبەجێکردنی زۆر بەهێزدەبێت ئەگەر ئاخێوەر تاکێکی ژیرو لێهاتوو بێت لە دەربڕین و خستنەڕووی بەڵگەو دەستەواژەکانی، ئەوەش لەڕێگەی پەنابردنە بەر هەڵبژاردن و بەکارهێنانی وشەی بەهێزو دورکەوتنەوە لەوشەی بێهێزو لاواز، هەروەها لەڕێگەی بەکارهێنانی ڕستەو دەستەواژەی پڕ لە مانا بە شێوازێکی کاریگەرو دور لە دوبارەکردنەوەیان، کە ڕێکخستنی یاسا زمانەوانیەکانی تیادا پارێزراوبێت و بەشێوەیەك گونجاوبێت لەگەڵ ئاستی ڕۆشنبیری بەرامبەردا، بەمانایەکی تر دەبێت ئاخێوەر هۆشیاربێت و بزانێت باشترین و کاریگەرترین ئەو وشەو ڕستەو دەستەواژانە چین کە گوێگر سەرسام دەکەن و سەرنجی ڕادەکێشن بەلای خۆیاندا (بەشێوەیەك ڕەچاوی ئاستی تاکی بەرامبەر بکات بەپێی کاروپیشەکەی)، کە دەبێتە هۆی لەکارخستن و لاوازکردنی بیرکردنەوەو تێڕوانینی بەرامبەر سەبارەت بەو مەسەلەیەی باسی لێوەدەکرێت کە ئاخێوەر دەیەوێت لەڕێگەیەوە ئامانجەکەی بپێکێت و بۆچوونی بەرامبەرەکەی بگۆڕێت، چونکە ئاخێوەر لەو کاتەدا خاوەن دەسەڵاتێکی باڵا دەبێت و دواتر ئەو هەلەی بۆ دەڕەخسێت کە جڵەوی بیرکردنەوەی بەرامبەر بگرێت، بێگومان هەڵسەنگاندنی ئەم کارەش بە دەستەبەرکردنی ئامانجەکەی مەزندە دەکرێت.

یەکێك لە بەڵگە هەرە بەهێزەکان بۆ پەیوەندیی نێوان زمان و بیر لەڕوانگەی ئاینی ئیسلامەوە ئەوەیە کە بیرکردنەوەی خراپی مرۆڤ بەبێ دەربڕینیان، لەلای پەروەردگار لێپرسینەوەی لەسەر ناکرێت، بەلأم کە ئەو بیرۆکانە بوون بەڕەفتارو قسەی دەربڕاو ئەوە دەقە ئاینیەکانی لەسەر جێبەجێ دەبێت و ئاخێوەرەکەشی سزای خوایی دەدرێت، ئەمە لەلایەك، لەلایەکی ترەوە تەنها

[1] د. موفق الحمدانی (1982: 195). بۆ زانیاری دەربارەی بیروبۆچونی دژ بە تیۆرەکەی (ورف) بڕوانە هەمان سەرچاوە: (195 – 198).

لەکاتێکدا بیرەکانمان لەلای پەروەردگار ئەژمار دەکرێت کە نیەتی بیرکردنەوەکەمان بە شێوەیەکی ئەرێنی بێت، جا ئەگەر ببێتە قسەو ڕەفتاریش ئەوە بەقازانجی مرۆڤەکان دەشکێتەوە، لەوبارەیەشەوە پێغەمبەر محمد (د. خ) دەفەرمویێت:" إِنَّمَا الأَعْمَالُ بِالنِّيَّةِ وَإِنَّمَا لِامْرِئٍ مَا نَوَى"[1].

ئاشکرایە زمان کاریگەری هەیە لەسەر چۆنیەتی بیرکردنەوەی تاك کە بەزمانێکی دیاریکراو قسە دەکات، بەلأم لەگەڵ ئەوەشدا پەیوەندی نێوانیان ڕون نییە، وەك ئەوەی لەسەرەتاوە بیر دروست ببێت و پاشان بەزمان گوزارشتی لێ بکرێت یان بەپێچەوانەوە. وابا شترە بوترێت کە زمان و بیر هەردوکیان پشت بە یەکتر دەبەستن و ئێمەش ناتوانین لەتوانا زمانەواذ یەکانمان دور تر بیربکەینەوە، هەروەها ناتوانین هیچ شتێك بلێین کە پێشتر بیرمان لێ نەکردبێتەوە[2].

(3/1 5) کاریگەریی بیر لەسەر زمان:

شوێنکەوتوانی ئەم بۆ چوونە وا یدەبینن کاریگەری لا یەنی بیرکردنەوە بەسەر زمانەدا زاڵ بوە. (برونو/Brunot) پێی وایە: بیرکردنەوە پێش زمان دێت، کە ڕۆ لی تەنها گوزارشتکردنە لەبیر، لەبەرئەوەی هەر ڕوداوێکی بیری لەگەڵ ڕوداوێکی زمانیدا دەگونجێت[3].
ئەم لێکۆڵەرەوانە وا یدەبینن کە بیر دیاردەیەکی لاوەکییە بە بەراورد بەواقعێکی بابەتیانە، کە دیاردەیەکی سەرەکییە، بۆیە بیر ڕەنگدانەوەی ڕاستییە، ڕاستیەکانیش بۆ هەموو خەڵك وەك یەك نییە، چونکە هەر گەلێك مێژویەکی جیاوازی هەیە، لەبەرئەوەی لە شوێنی جیاوازدا دەژین، و هەڵسوکەوت لەگەڵ ئاژەڵ و ڕووەك و شتی جیاوازیشدا دەکەن، هەروەها لەڕووی ماددی و گوزەرانیانەوە جیاوازییەکی زۆریان هەیە، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە ئەزمونی گەلان وەك یەك نین. لێرەدا دەگەینە ئەو ڕاستییەی کە سستمێکی جیهانی گشتگیرمان بۆ چەمکەکان نییە[4]، هەروەها وا یدەبینێت کە هەموو چەمکەکانی مرۆڤ و چۆنیەتی بیرکردنەوەی، لەئەزمونەکانی ژیانی ڕۆژانەیەوە سەرچاوەی گرتوە، بۆیە کاتێك بارودۆخی ژیان زۆر جیاواز دەبێت بەجیاوازی بارودۆخی گەلەکان، ئەو کاتە چەمکی گەلەکانیش جیاواز دەبێت، و یەکانگیر نابێت لەگەڵ چەمکی گەلانی تردا کە خاوەنی مێژو و ئەزمونی جیاوازن، لەمەوە ئەوە هەڵدەهێنجین کە خەسڵەتی دەرونیی بۆ بیرکردنەوە دەگۆڕێت بەگۆڕانی گەلەکان[5].

---

[1] أبي الحسين مسلم بن الحجاج (2012: 738).
[2] د. نايف خرما (1978: 178).
[3] د. جمعة سيد يوسف (1990: 150).
[4] د. موفق الحمداني (1982: 198 - 199).
[5] سەرچاوەی پێشو (198 - 199).

لایەنێکی تری گرنگ لە لایەنەکانی بابەتێتی بۆ بیرو زمان، ئەوەیە کە بۆ یەك شتی با بەتی ناوی جۆراو جۆر دەنێین، بۆ نمونە: جاری وا هەیە بە گوڵێك دە ڵێین (قرنفل)، جارێکی تر بە (گوڵ) ناویدەبەین، یان بە(ڕووەك)... هتد، گوڵ هەر ئەو گوڵە یە نەگۆڕاوە، بەڵام هەر جارەو دەیخەینە پۆلێکی ج یاوازەوە. ئەم نمونە یەش ئەی سەلمێنێت کە ناوەڕۆکی بیری با بەتیی جێگیرە، بەڵام ناوەڕۆکی خودیی دەگۆڕێت بەفراوانبونی ئەو پۆلەی تیایدا دامان ناوە یان تە سکمانکردۆتەوە یان جۆرەکەیمان گۆڕیوە[1].

بیر لە دوو لایەنەوە کاریگەریی لەسەر ڕەفتاری زمانی هە یە کە بەگرنگترین لایە نەکانی ڕەفتاری زمانی دادەنرێت ئەوانیش بریتین لە تێگەیشتنی زمان و پلا ندانان بۆ ئەو شتانەی ئاخێوەر دەریدەبڕێت[2].

(3/1 6) ئایا ئەتوانین بێ زمان بیربکەینەوە:

دوو گروپ هەیە بۆ وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارە:

گرو پی یە کەم: لە زا نا دێری نەکان وەك (ئەفلاتۆن)ی ئەغریقی و زا نای ئەمریکی (جۆن واتسون/John Watson) نوێنەرا یەتیان دە کەن. ئەم گرو پە پێیانوا یە بیرکرد نەوە لە شێوەی زمانێکی نەدرکاو (صامت) ڕودەدات، وەك ئەوەی کەسێك قسە لەگەڵ کەسێکی تردا بکات، ئە مەش ئەوە دەگەیەنێت کە فێربونی زمان مەرجێکی سەرەکیە بۆ بیرکردنەوە[3].

گروپی دووەمیش بە نوێنەرایەتی زانا (هوتسینو فندلر) کە پێی وا یە فێر بونی زمان مەرجێکی سەرەکی نییە بۆ دروستبونی بیرکردنەوە[4]. بەڵگەیشی بۆ بۆ چوونەکەی ئەوە یە کە مرۆ ڤی کەڕو لاڵ توا نای بیرکرد نەوەی هە یە، لەبەر ئەوەی هە ست بە شتەکانی دەورو بەری دە کات و دەتواند ێت بڕیاربدات و تەنانەت بڕیارەکانیشی بگۆڕێت، سەرەڕای ئەوەی یەك تا کە و شە لەزمان نازانێت، و هەر لە سەرەتای لەدایکبونی شیەوە یەك و شەی گوێ لێ نەبووە و نەیدرکا ندوە. (ف ندلر) ئەو بەڵگەیە دەهێنێتەوە کە ئافرەتێکی ئەمریکی بەناوی (هێلین کیلەر/Helen Keller)ەوە کە کەڕولاڵ و نابی ناش بوو، بەیار مەتی دایەنە کەی توانی ف ێری خوێند نەوەو نو سین بب ێت و بڕوانا مەی بەکالۆریۆ سیش بەدە ست بهێن ێت و دوا تر کاری وانەوت نەوەو تو ێژەری و نو سەرییش بکات[5].

---

[1] سەرچاوەی پێشو (201).

[2] سەرچاوەی پێشو (201).

[3] د. أحمد شفيق الخطيب (2006: 10).

[4] سەرچاوەی پێشو (11).

[5] سەرچاوەی پێشو (11).

زمانەوانی ئەمریکی (لانجاکار/Langacker) ئاماژە بۆ چەند جۆرێکی بیر دەکات کە لەوانە یە بەدەر لەزمان درو ست بب ێت. بەڵگەی شی بۆ ئەم بۆ چوونە ئارەزوی تا کە لەگوزار شتکردنی بیرۆکەیەك، کە نەتوانیت بەهۆی وشەکانەوە دایبڕێژیت - ئەمەش لەوە دەچێت کاتێك هەو ڵدەدەین ناوی کەسێکمان بیربکەوێتەوە کە دەیناسین - ئەگەر بیرکردنەوە بەبێ بوونی ز مان مەحاڵ بوا یە، ئەوە هەرگیز ئەم کێشەیە سەریهەڵنەئەدا[1].

هەندێك لەمۆزیکژەنەکان کە پشتی ئەم بۆچوونە دەگرن ئاماژە بەوە دەکەن کە دە توانن گوێ لەو مۆسیقایەی خۆیان بگرن کە سەرقاڵی داهێنانین، بەر لەوەی بە ئامێری موسیقی بیژەنن، هەروەها پێش ئەوەی نۆ تەکان لە سەر کا غەز بنو سرێت. ئەتوانین ئەمجۆرە چالاکیە زەین یە بەبیرکردنەوە یەکی نازما نەوانی و پێش زما نەوانی وە سفبکەین. د یارە هەر ئەمجۆرە بیرکردنەوەیەشە کە مۆزیکژەنی بەناوبانگی جیهانیی (بیتهۆڤن) توانی بەهۆ یەوە بەردەوام بێت لەسەر ژەندنی مۆسیقا پاش لەدەستدانی هەستی بیستن لە کۆتاییەکانی ژیانیدا[2].

(3/1 - 7) تاقیکردنەوەی تایبەت بە پەیوەندی نێوان زمان و بیر:

تاقیکردنەوەیەکی تایبەت بە پەیوەندی نێوان زمان و بیر:[3]
هەردوو زانا (کیرتز/Kurtz) و (هوڤلاند/Hovland) پۆلێنی کۆمەڵە منداڵێکیانکرد بە سەر دوو دەستەدا، بۆ دەستەی یەکەمیان بازنەیەکیان لەسەر فۆڕمێك کێشا کە ناوی کۆمەڵێك شتی تێدا بوو کە پێ یان نیشاندرابوو، بۆ دە ستەی دووە میش بازنە یەکیان بەدەوری وێنەی کۆمە ڵە شتەکاندا کێ شابوو کە پێ یان نی شاندرابوو. دوای تێ پەڕبونی هەفتە یەك تێبین یانکرد دە ستەی یە کەم لەدەستەی دووەم با شتربوون لەیادهاتنەوەی شتەکان کە پێ یان نیشاندرابوو، هەردوو زانا کە لەم تاقیکردنەوە یەوە گەی شتنە ئەو ئەنجا مەی کە ز مان یان و شە ئا سانکاری بۆ چەند جۆرێکی بیرکردنەوە دەکات[4].

(3/1 - 8) ئایا قسەپێکەرانی زمانی جیاواز بە ڕێگای جیاواز بیردەکەنەوە:

هە ندێ لەزاناکان وەك (ساپیر/Sapir) و بنز یامین ورف (Benjamin Lee Whorf)ی ئەمریکی بۆچوونیانوایە کە ئەو زمانەی پێی دەدوێین ڕێگای بیرکردنەوەمان دیاریدەکات، هەروەها

---

[1] سەرچاوەی پێشو (11).
[2] د. أحمد شفيق الخطيب (2006: 12).
[3] بۆ زانینی نمونەی زیاتر دەربارەی تاقیکردنەوەکان بڕوانە: سەرچاوەی پێشو (16 - 17).
[4] سەرچاوەی پێشو (16).

ئەو زمانانەی کە مرۆڤ قسەی پێدەکات، بەپێی جیاوازی زمانە کە شێوازی تێگەیشتنی جیاواز یان دەبێت بۆ ئەو جیهانەی کە دەورەی داون[1].

(ورف) کە خوێندکاری (ساپیر) بووە، خاوەنی تیۆرێکی ڕونە سەبارەت بە پەیوەندیی نێوان زمان و بیر، ئەو کارەکەی لەسەر زمانی هندییە سورەکان ئەنجامداوە بە بەراورد بەزمانە ئەوروپییە نوێکان، لەتیۆرە بەناوبانگەکەیدا بەناوی (Whorf Hypothesis) دەڵێ: پێکهاتەی زمانەوانی بیر دیاریدەکات و بەتەواوەتیش جڵەویدەگرێت، بۆیە زانیاری مرۆڤ بەم جیهانەو ئەزمونەکانیان تیایداو تێڕوانین و هەڵوێستەکانیان لەبارەیەوە بەجیاوازی نێوان زمانەکان دەگۆڕێت، وا تە جیهانبینینی لە کۆمەڵێکەوە بۆ کۆمەڵێکی تر جیاوازە ئەگەر ئەو دوو کۆمەڵە دوو زمانی جیاواز یان هەبوو[2].

ورف پێیوایە هەر تاکێك لە هەر کۆمەڵگایە کدا بەپێی تێگەیشتن و تێڕوانینی بۆ شتەکان پێداویستییەکانی ژیانی پۆلێن دەکات وەك ئەوەی لەهۆزی هۆبییەکاندا هەیە، لەسەر ئەم بنەمایەش هەر منداڵێکی تازە لەدایکبوو لە هەر کۆمەڵگایەکدا شێوەکانی پۆلێنکردنی شت و مرۆڤەکان لەڕێگای ئەو زمانەی لەکۆمەڵگەکەیدا دەیبیستێت دەگوێزێتەوە بۆ لایەنی بەرامبەرو ئەم کارەش بەردەوامی دەبێت لەگەڵ گەورەبوونیدا[3]. بۆ نمونە: ئەوروپییەکان بەپێی تێڕوانینیان بۆ مرۆڤی ڕۆژهەڵاتی بە (سەر ڕەش) ناوزەدیان دەکەن، هەروەها ئەمریکیەکان لە سەدەی نۆزدەو بیستدا مرۆڤە ڕەش پێستەکانیان بە (زنجی) ناودەبرد، هەروەك دانیشتوانە ڕەسەنەکانی ئەمریکایان بە (هندییە سورەکان) ناودەبرد، ئەمەش بەڵگەیە لەسەر ئەوەی جیاکارییان کردوە لەپۆلێنکردنی مرۆڤەکان کە هەمویان لە ڕەچەڵەکدا هەر مرۆڤن.

ئەم تیۆرەش کەوتە ژێر ڕەخنەو تاقیکردنەوەوە، ئاشکرایە کە (بیر)مان هەیە بەبێ زمان، بەڵگەش بۆ ئەو قسەیە بوونی بەرهەمی هونەرییە لەوێنەو پەیکەرتاشی و وێنەگرتن و مۆسیقا، کە پێویستیان بەزمان نییە، هەروەها هەندێ زانستمان هەیە وەك بیرکاری و لۆجیکی ڕەمزی، کە هیچ پەیوەندییەکی بەو زمانەوە نییە کە قسەی پێدەکەین، بەڵام ئەمانەش ئەگەر بمانەوێت قسەیان لەبارەوە بکەین ئەوە هەر پێویستمان بە زمان دەبێت، بۆیە زۆرینەی مرۆڤەکان - جگە لەوانەی خاوەنی بەهرەیەکی داهێنەرانەن لەبوارێك لە بوارەکانی ژیاندا - ناتوانن لەسنورێکدا بیربکەنەوە کە دورتر بێت لەوەی توانا زمانەوانیەکەیان ڕێگەیان پێدەدات[4].

[1] سەرچاوەی پێشو (18).
[2] د. نایف خرما (1978: 177).
[3] جودیث جرین (1992: 121).
[4] د. نایف خرما (1978: 178).

هەندێك لە لێكۆڵەرەوان پێیانوایە زمان بەرهەمی شارستانی نەتەوەییە، هەروەك ئەو هۆكارەیە كە لەڕێگەیەوە پڕۆسەی گواستنەوەی شارستانی بۆ نەوەنوێكان دەگوێزێتەوە، بەم شێوەیە بەرامبەرییەك لەنێوان جیاوازی شارستانی و جیاوازی زمانەوانیدا ڕوودەدات، كە زمانەكانیش خاوەنی سیفەتی تایبەتی خۆیانن[1]، لێرەدا دەتوانین بپرسین: ئایا مرۆڤەكان بەڕێگای جیاواز لەشتەكان دەڕوانن، یان ئەوان تەنها قسە لەسەر شتەكان دەكەن بە شێوازی جیاواز؟ هەندێ لەو نمونەنانە دەخەینەڕو كە یارمەتیمان دەدەن بۆ وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارە:

- هۆزی (هۆبی) هەندێیە سورەكان یەك وشە بەكاردەهێنن بۆ گوزارشتكردن لە زیندەوەرو فڕۆكەو فڕۆكەوان[2].
- لە شارستانیەتی هۆزی (بورورو)دا (توتی) خاوەنی بایەخێكی زۆرە، و ژمارەیەكی زۆر ناوی بۆ بەكاردەهێنرێت، بەڵام یەك ناوی گشتگیری نییە كە گوزارشت لەسەرجەم جۆرە جیاوازەكانی توتی بكات. گریمانەی هەندێ لەزاناكان بۆ ئەم دیاردەیە ئەوەیە كە لەیەكچون لەنێوان توتیەكاندا هێندە گرنگ نییە بۆ ئەو شارستانیەتە، بەڵكو گرنگی لە خاڵی جیاوازیاندایە نەك لەیەكچونیان[3].
- بەهەمان شێوە بۆ زمانی (ئەسكیمۆ) كە تاكە وشەیەكیان نییە گوزارشت لە لەیەكچونی بەفر بكات، بەڵام چەندین وشەیان هەیە كە گوزارشت لە جۆرە جیاوازەكانی بەفر دەكات، ئەمەش شتێكی ئاساییە بۆ وڵاتێك كە بە بەفر داپۆشرابێت[4].

بیلاییر(Belyayer) پێی وایە بۆ تێگەیشتن لە پەیوەندی نێوان بیر و زمان پێویستە جیاوازی لەنێوان دوو لایەنی گرنگی بیردا بكەین، كە ئەوانیش: لایەنی ڕوكەش، و لایەنی ناوەڕۆكە. لایەنی ڕوكەش ئەمانە دەگرێتەوە: چەمك و یاساو ئەنجامەكان و بیركردنەوەكانی تریش دەگرێتەوە وەك: بەراوردكاری و شیكاریی و ڕێكخستنەوەی پێكهاتەو گشتگیركردن ... هتد، ئەم لایەنە ڕوكەشیانە هەر یەك شتە بۆ هەموو مرۆڤایەتی جا لەهەر شوێنێك بن، چونكە مرۆڤ لەگشت جێگایەك بەراورد دەكەن و دەیگشتێنن و ئەنجامەكان دەردەهێنن و دەگەنە یاسای جیاواز، بەم مانایە

1 د. موفق الحمدانی (1982: 194).

2 بۆ زانینی نمونەی زیاتر بڕوانە: جودیث جرین (1992: 104).

3 د. موفق الحمدانی (1982: 194).

4 سەرچاوەی پێشو (194).

دەتوانین بلێین کە لۆجیك یەك شتە بۆ سەرجەم گەلانی جیهان، یا سای بیرکرد نەوەش هەر یەك شتە ئەگەر مرۆڤ لە هەر شوێنێکی دنیا بێت[1].

پێویستە ئاماژە بە خەسڵەتێکی تری بیرکرد نەوەی دەرونیی بکەین کە ئەویش ناوەڕۆکە، یان خودی ناوەڕۆکی بیرکردنەوە کە. بیرکرد نەوە دەبێت بەپێی سستمێك لە سستمەکانی هێما بەڕێوەبچێت، جا ئەگەر ئەو هێمایا نە هاوکێشەی بیرکاری، یان هاوکێشەی کیمیایی، یان زمانێك لەزمانەکانی جیهان بێت، فەوتاو یان زیندو بێت، یان داهێنراو بێت، شتێکی ئاساییە ناوەڕۆکی بیرکرد نەوە بگۆڕێت بەگۆڕانی ئەزمونی گەلان، ناکرێت بیرکرد نەوەی گەلانی سەرەتایی شتی دەربارەی کارکردنی کۆمبیوتەر لەخۆ گرتبێت، هەروەك چۆن ناکرێت بیرکرد نەوەی (ئەسکیمۆ) شتی دەربارەی ئەزمونی ژیانی بیابانی لەخۆ گرتبێت... هتد. لە ڕاستیشدا هەر ئەمەیە بۆتە هۆی ناڕەحەتی وەرگێڕان لە زمانێکەوە بۆ زمانێکی تر[2].

تیۆرەکانی هردر(Herder) و همبولت (Humboldt)، و ساپیر(Sapir) یش کە دەڵێن: زمان کاریگەریەکی گەورەی هەیە لەسەر چۆنیەتی بیرکردنەوەی تاك لە یەك کۆمەڵگادا کە بە هەمان زمان قسەدەکەن، هەروەها جیاوازی هەیە لەگەڵ چۆنیەتی بیرکردنەوەی تاکی کۆمەڵگایەکی تر کە بەزمانێکی جیاوازتر قسەدەکەن. ئەما نە هەموو نەیانتوانی بە شێوەیەکی ڕون بۆ چوونی خۆیان لەبارەی جۆری پەیوەندی نێوان زمان و بیر بخەنەڕوو[3].

(4/1) یادگە (Memory)

(4/1 ‐ 1) ناساندنی یادگە:

یادگە بریتیە لە"میکانیزمێکی تۆمارکردنو پاراستنو پۆلێنکردنی زانیارییەکان لەمێشکدا، پاشان ڕێگە بە وەبیرهێنا نەوەیان دەدرێت"[4]. یان بریتیە لە"پرۆسەیەکی عەقڵی ئاوێتەیی بەرهەمهێنەریی، بەردەوام کاردەکات بۆ پاراستنو گێڕانەوەی زانیاریو ئەزمونەکانی ڕابردو"[5]،

---

[1] سەرچاوەی پێشو (199).

[2] د. موفق الحمدانی (1982: 199).

[3] د. نایف خرما (1978: 177).

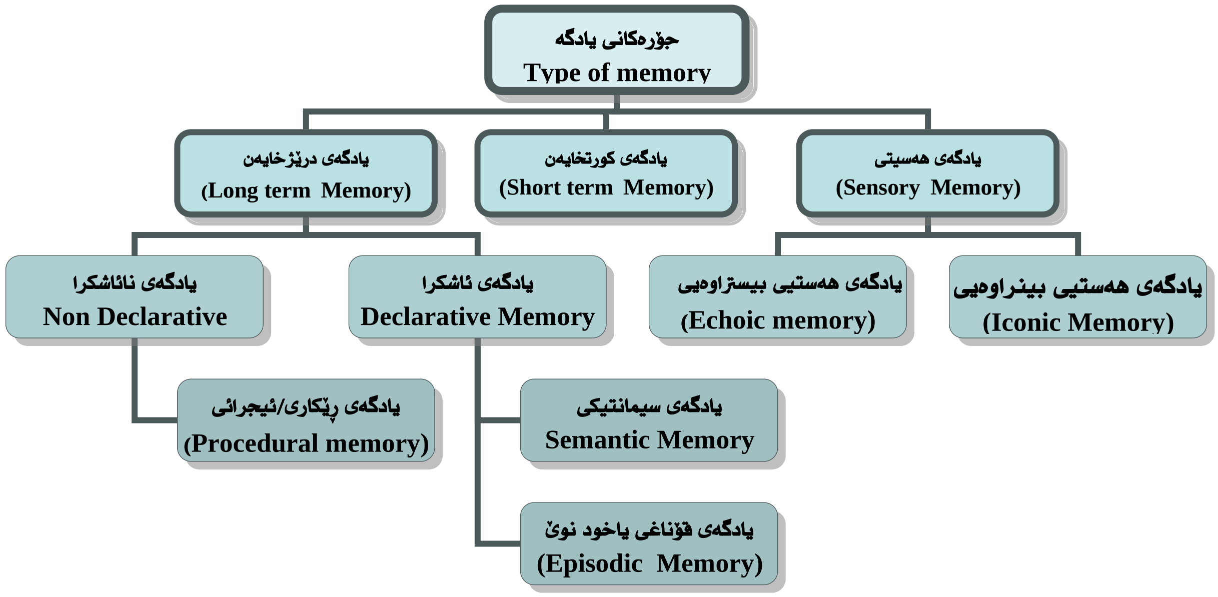
[4] ماریا جوزەی (2012: 6).

[5] عبدالمنعم الدردیر و جابر عبدالله (2005: 61).

كەوا تە ياد گە ئەو مەڵبەندە يە كە مرۆڤ گ شت زاذ يارى و يادەوەرى يەكانى تـ يێدا دەپارێز يێت، بەمەبەستى بەكارخستنەوەيان لەكاتى پێويستدا.

(4/1 2) جۆرەكانى يادگە (Type of Memory):

بەپێى پۆلێنى هەردوو زاناى دەروونناس ئەتكنسۆن (Atkinson) و شيفرين (Shiffrin) ياد گە دابەشدەبێت بەسەر سێ جۆردا:[1]



(4/1 2 1) يادگەى هەستيى (Sensory Memory) :

ئەم يادگە يە ڕۆڵێ كى گەورە دەبينێت لەگوا ستنەوەى وێ نە ڕا ستەقينەكانى جيهانى دەرەوە بە شێوەيەكى زۆر خێراو وردو بێ دەستكارىو كەموكورتى بۆ ناو مێشكى مرۆڤ لەڕێگەى هەر پێنج هەستەكەيەوە، كە بەوەرگرى هە ستيى ناودەبرێنو هەر يەكيان تايبەتمە ندىو كارى خۆى هە يە جێبەجێ يدەكات، بەڵام تەنها دوو جۆر لەو هە ستانەبون بەجێ گەى با يەخى زانا يان هۆكارەكەشى بۆ ئەوە دەگەڕێتەوە كە زۆر ترين زانيارى لەڕێگەى ئەو هە ستانەوە وەردە گرين كە بريتين لە هەستى بينينو بيستن[2].

---

[1] (ماريا جوزەى) جۆرێكى تريشى يادگەى زيادكردووە كە ئەويش يادگەى ناوەند مەودايە: ئەو زانياريانەى بۆ ماوەيەكى تاڕادە يەك زۆرتر وەك چەند كاتژمێر يان چەند ڕۆژێك لە مێشكى مرۆڤدا دەپارێزرێن لەم يادگەيەدا هەن، لەبەرئەوەى زانيارييەكان زۆرو بێ سنورن، ئەوە ناتوانر يێت بە شێوەيەكى ڕا ستەوخۆ لـ يێرەدا بـ پارێزرێن، بەڵكو لەڕێ گەى پەيوە ندييان بەزانيارى يەكانى ترى هاوشێوەيانەوە لەمێشكدا دەپارێزرێنو پاشان وەياد دەهێنرێ نەوە، و گوا ستنەوەى زانيارى يەكان لەياد گەى كورتخايە ندا بۆ ياد گەى ناوەند مەودا بەشێوەيەكى بێئاگايى ئەنجامدەدرێت. بڕوانە: ماريا جوزەى (2012: 12 - 19).

[2] د. رافع النصير الزغلول و د. عماد عبدالرحيم الزغلول (د.ت: 52 53).

أ/ یادگەی هەستیی بینراوەیی (Iconic Memory):

ئەمجۆرە یادگە یە تایبە تە بەو زانیاریا نەی لەرێ گەی بینی نەوە بەدە ستدەهێنرێن. تێخزاوە کان لە شێوەی خەیا ڵدا وەردەگر ێت، بەڵام چارە سەریان نا کات، بەڵکو تەنها بە شێوەیەکی کاتیی دەیانپارێز ێت بۆ ئەوەی بگوازرێ نەوە بۆ یاد گەی کارکردن (Working Memory)، ئەمجۆرە تەنها هەندێ لەتێخزاوەکان چارەسەر دە کات، وەك ڕە نگ و وێ نە کە تەنها بۆ چارەکە چرکەیەك دەمێنێ تەوە، ئەو مانەوە یەش پەیوە ستە بەکاریگەری وێ نەو ڕەنگەکان لەمێ شکی کە سەکەدا، بۆ نمونە: کاتێك فیلمێکی سینەمایی دەبینین کۆمەڵێك وێ نەی نەجوڵاو لەبەر چاومان درو ستدەبێت، کە تەنها چەند بەشێکی زەمەنی لەیەکیان جیادەکاتەوە، کاتێکیش ئەو وێنانە لەبەر چاومان جو ڵە دە کەن هۆکارە کەی دەگەڕێ تەوە بۆ بە ستنەوەیان بەیە کەوە، کە لە شێوەی گرتە یەکی جوڵاو بەرجەستەدەبێت. بەڵام هەردوو زانا (برتیمایەر جانز) پێ یان وا یە ما نەوەی زانیاری یەکان لەو یادگەیە پەیوەندی بەوەرگرتنی وێنەو ڕەنگی نوێوە هەیە کە تا چەند زۆر تر وەربگر ێت ئەوە ندە ماوەی پاراستنیان کەمتر دەبێتەوە[1].

ب/ یادگەی هەستیی بیستراوەیی (Echoic Memory):

بە یاد گەی دەنگدا نەوە دەنگی یەکان نا سراوە (Echoic Memory)، چونکە بەرپر سە لەوەرگرتنی تایبەتمەندییە دەنگییەکان بۆ وروژێنراوەکان (مثیرات)، ئەم یادگەیە هاووێنەی دەنگە بیستراوەکان وەردەگرێت، لەڕێگەی وەبیرهاتنەوەی هەندێ لەزانیارییە بیستراوەکانو بۆ ماوەی دوو چرکەش دەیانپارێز ێت، هەروەها دەتوان ێت لەیەککا تدا چەند دەنگێ کی جی یاواز وەربگر ێتو بەپشتبەستن بە ئاوازەو جۆرەکانیشی لێکیان جیابکاتەوە[2].

یاد گەی بینراوە یی و بیستراوەیی سودی تای بەتی خۆ یان هە یە، هەریە کەیان لەڕوانگە یەکی تایبە تەوە یار مەتی یاد گە ئەدەن بۆ وەبیرهات نەوەی زانیاری یەکان، یاد گەی وێ نەیی ڕۆ ڵی خۆی دەبینێت لەکاتی وەبیرهاتنەوەی وێنەی مرۆ ڤەکان و سەرجەم ئەو شتانەی پەیوە ستن بەوێ نەوە. یادگەی بیستراوەیش بۆ ناساندن و جیاکردنەوەو هەڵگرتنی هەموو ئەو دەنگە جیاوازا نە لەیاد گەدا سودبەخشە. هەریەك لەم دوو جۆرە کەلێنێك لەیادگەدا پڕدەکەنەوە.

---

[1] محمد صبحي و لارا بصير (2009: 15).

[2] سەرچاوەی پێشو (15).

(4/1 2 2) یادگەی کورتخایەن (Short term Memory/STM):[1]

ئەم یادگەیە بەکۆگا یەکی کاتیی بۆ پارا ستنی زانیار یەکان دادەنر ێت[2]، کە بۆ ماوەی (5 30) چرکە زانیاریـ یەکان دەپارێز ێت، وا تە بەخێرای یەکی زۆر، بەلاّم بە شێوەیەکی جـ یاوازتر لەوەی لەیادگەی هەستییدا دەپارێزرێت، بۆ نمو نە: دەکر ێت بیـ نینی ڕوخـ سارێك یان بیـ ستنی ژمارە یەکی مۆبا یل لەو ماوە یەدا بە شێوەیەکی کۆ تایی لەبیرب چێتەوە ئە گەر کۆشـ شی جددی نەکرێت بۆ وەبیرهاتـ نەوەیان، چونکە لەم یادگە یەدا وا تا پەیوەند یدارەکان بەزانیاریـ یە پارێزراوە کان لە یەك جیادەکرێـ نەوە، ئەم یادگە یە هەڵدە ستێ بەجفرەکردن‌و پا شان چارە سەرکردنی زانیاریـ یەکان بەشێوەیەکی سەرەتاییو بڕیاریشیان لە سەر دەدات سەبارەت بە بەکارهێنانی ئەو زانیاریا نە یان وەلا نانیان یان ناردنیان بۆ یادگەی درێژخایەن بۆ پاراستنیان بەشێوەیەکی هەمیـ شەیی[3]، هەروەك زانـ یاریی لەیاد گەی درێژخا یەن وەردەگر ێت بۆ ئەوەی کار لە سەر دەرکرد نی واتا کان بـ کاتو دوا تریش بە ستنەوەو گۆڕینـ یان بۆ ئەدا یەکی یاد گەیی[4]، هەروەها بەیاد گەی زارە کی ناودەبر ێت بەوپێیەی وشەکان بەدەر لەواتاکانیان وەیادی ئاخێوەر دێنێتەوە[5].

- بیرچونەوە لە یادگەی کورتخایەندا:

ڕێژەی بیـرچونەوە لەم یادگە یەدا زۆر زۆرە هۆکارەکە شی بۆ کەمی ئەو پانتایـ یە دەگەڕێـ تەوە کە هە یەتی بۆ پارا ستنی زانیاریـ یەکان لەلا یەكو، کەمیی ئەو ماوە زەمەنـ یەی کە دەتوانر ێت زانیارییەکانی تێدا بپارێزرێت لەلایەکی ترەوە، هۆکارەکانیشی ئەمانەن:[6]

أ- فەرامۆ شکردن‌و موماره سەنەکردن: ئەو زانیاریا نەی دوو بارە نەدرکێنرێن‌و نەوترێـ نەوە بەشێوەیەکی ئاسان لەم یادگەیەدا لەماوەی تەنها (15) چرکەدا لەبیـردەچنەوە.

ب- تێکەڵبوون یان جێگرتنەوە: ئەم یادگە یە پانتایـ یەکی کەمی هە یە بۆ پارا ستنی زانیار یەکان، زۆرجار وەرگرتنی زانیاری نوێ کار لەتواناکەی دەکاتو دەبێتە هۆی سڕینەوەی زانیاریـ یە کۆ نەکان بەتەواوەتیو جێگرتنەوەیان بەزانیاری تازە، کە هەرگیز زانیاریـ یە سڕاوەکان جارێکیـتر ناتوانر ێت بگەرێندرێنەوە.

---

[1] یادگەی کورتخایەن چەند ناوێکی تریش لەخۆ دەگرێت: یادگەی (سەرەکی سەرەتایی خـ ێرا کۆ گای کورتخا یەن یاد گەی کارکردن/Working Memory).

[2] John field (2003: 38).

[3] محمد صبحي و لارا بصير (2009: 15).

[4] John field (2003: 109).

[5] شيخ كامل محمد محمد عويضة (1996: 123).

[6] د. رافع النصير الزغلول و د. عماد عبدالرحيم الزغلول (د.ت: 58).

بیر چونەوە لەم یادگە یەدا سوودی زۆری هە یە، چونکە ئە گەر بیر چونەوە نەبێت ئەوە ز یاد لەتوانا کەی زاذ یاری ت ێدەخزێنرێت ئەوەش کاری گەریی لە سەر درو ستدەکاتو رێ گر دەب ێت لەوەرگرتنی زاذ یاری نویێ، چونکە وەبیرهات نەوەی هەموو و شەو ر ستەیەك لەم یادگە یەدا کێشەوگرفت بۆ مرۆڤ دروستدەکات[1].

(4/1 2 3) یادگەی دریژخایەن (Long term Memory/LTM):

ئەم یادگە یە بەکۆگا یەکی هەمیی شەیی (یان بۆ ماوە یەکی زۆر) بۆ پارا ستنی زانیاری یەکان دادەنرێت[2]. یادگەی درێژخایەن پانتاییەکی فراوانی هەیە بۆ پارستنی زانیارییە جۆراوجۆرەکان بۆ چەند مانگ یان سالأنێكو تا ئێستاش ئەو پانتایی یە دیاری نەکراوەو زانیاری یەکانیش تا کۆ تایی هاتنی ژ یانی مرۆڤە کە دەمێنێ تەوە[3]، و توا نای وەبیرهێنا نەوەی ڕوداوە کانی ژ یانی هە یە ئە گەر سالأنێکی زۆریشیان بەسەردا ڕۆیشتبێت، هەروەها بە (یاد گەی عەقڵیی) ناو دەبر ێت کە گرنگی بەواتا درکپێکراوە کان دەدات، وەك وەبیرهات نەوەی وێ نەو گر تە ڤیدیۆی یەکانی چیرۆکی ز نجیرە دراما یەك یان فیلم ێك یان ڕوداوێکی واقیعی بێ ئەوەی و شە دەربڕاوە کان وەبیربێ تەوە[4]، بەلأم سەرەڕای ئەما نە کەموکورتی هە یەو هە ندێ جار ڕا ستیەکان دە شێوێنێتو پێدە چێت بە بەرەوپێش چونی تە مەن چالاکییەکانی لاواز بب ێت، دەکر ێت بوتر ێت کە ئەم یادگە یە وەك زنجیرە یەکی زەمەنی یە بۆ سێ پرۆ سەی گەورە کە بەمیکانیزمی کارکردنی یاد گە ناودەنرێنو بریتین لە: بەهێماکردنو پاراستنو گێڕانەوە، بۆ نمو نە دەکر ێت و شەی (لیمۆ) بەمشێوەیە هێما بکەین کە میوەیەکی هێلکەییو زەردە، ئەگەر وشەکەمان ناهاتەوەیاد، ئەوە لەرێگەی هێنا نەوەیادی هێمای (لیمۆ)کەوە بیرمان دەکەوێ تەوە[5]. بە شێوەیەکی ئۆتۆ ماتیکی هەریە کە لە تواذستی ز مان و لێکسیکۆن و زانیاری دەربارەی سستمی سینتاکسی لە یادگەی درێژخایەندا دەپارێزرێت[6].

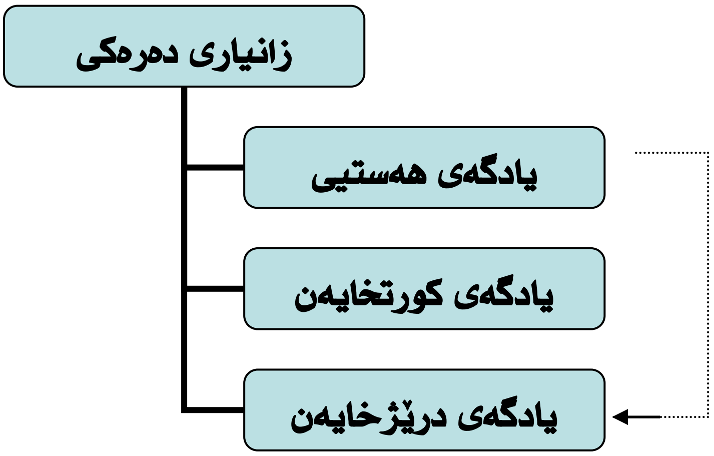
سەبارەت بە پاراستن، دەکرێت بە پرۆسەیەکی چالاك ناوبنر ێت بۆ چە سپاندنی زانیاری یەکان کە یادەوەرییەکان بەدور دەخا تەوە لەبیر چونەوە، پێدا چونەوەش با شترین ڕۆ ڵدەبینێت بۆ ما نەوەی زانیاریو وێنەکان بۆ هەمیشەیی، بەلأم گێڕا نەوەی یادگاری یەکان جا ئیرادی یان نائیرادی بێت،

---

[1] د. مدحت محمد ابو النصر (2009: 64).
[2] John field (2003: 109).
[3] محمد صبحي و لارا بصير (2009: 16).
[4] شيخ كامل محمد محمد عويضة (1996: 123).
[5] لورون بوتي (2012: 37).
[6] John field (2003: 39).

ئەوە پەنادەبرێ تە بەر بەکارهێنانی هێ ما لەڕێ گەی کۆپیکردنی زانیار یەکان لەیاد گەی درێژخایە نداو پا شان گوا ستنەوەیان بۆ یاد گەی کورتخا یەن بەمەبە ستی سود ور گرتن لەو زانیاریانە[1].

بەگوێرەی ئەو پۆلێنە زنجیرەییە ڕوندەبێتەوە کە زانیارییەکان لەسەرەتادا لە یاد گەی هە ستییەوە دەخزێ نەناو ناو یاد گەی کورتخایە نەوە، ئەو یادگە یەش پێ شوازی لە زان یاریی هەڵێنجراوەکان دەکات، پاشان لە یادگەی کورتخایەنەوە زانیارییەکان دەخزێنە ناو یاد گەی در ێژ خایە نەوە کە بۆ هەمیشەیی دە پارێزرێن، بۆ یە ئەم سێ قۆنا غە زۆر گرنگن بۆ ما نەوەی زانیار یەکان لەیاد گەی مرۆڤدا.



نەخشەی پێکهاتەی یادگە بەپێی ئەتکنسۆن و شیفرین*

زانایانی دەروونناسی یادگەی درێژخایەن دەکەن بەدوو جۆرەوە کە بریتین لە: یاد گەی ئا شکرا، کە هەریەك لەیادگەی واتایی (Semantic) و یاد گەی نوێ یان قۆ ناغی (Episodic) دەگرێ تەوە، یاد گەی دووە میش بریتـ یە لەیاد گەی نائا شکرا کە ئەویش لەیاد گەی ڕێ کاری (ئیجرا ئی/ Procedural) پێکهاتوە[2] .

یادگەی ئاشکراش گرنگی بەو زانیاریانە دەدات کە بەئاسانی بواری دوو بارە داڕشتنەوەی گو تەییان هەیە و لەحا ڵەتی ئاگای یدان، کەوا تە یادگە یەکی کرداری یە سەبارەت بە یاد گەی قۆ ناغیی، بەڵام یادگەی ڕێکاریی گرنگی بە فێربون‌و وەرگرتنی پلەپلەیی تایبەت بە بەهرەو پاراستنیان‌و پاشانیش گێڕانەوەیان دەدات بێ پەنابردنە بەر ئەزمونەکانی ڕابردو[3].

---

1 لورون بوتي (2012: 38).

* لورون بوتي (2012: 28).

2 د. مدحت محمد ابو النصر (2009: 66).

3 لورون بوتي (2012: 43 - 44).

یادگەی واتایی(Semantic Memory)و یادگەی نویَ یان قۆناغی (Episodic Memory):

بۆ یەکەمجار لەمێژو لەساڵی (1972)دا ئەندڵ تۆلفینگ (Endel Tulving) جیاکاری لەنێوان یادگەی درێژخایەندا دۆزیەوەو دابەشیکرد بۆ دوو جۆر کە بریتیبون لە: یادگەی واتایی کە گرنگی بەتێگەیشتن لە زمانو بەکارهێنانەکانی دەدا[1]، و "گرنگی بە ڕاستیەکان و ئەو چەمکانەش دەدات کە تایبەتن بەجیها نەوە"[2]، "یاد گەی قۆ ناغیش گرنگی بە ڕوداوە تایبەتیەکان دەدا"[3]، بەلاَم لەماوەی ساڵانی دواتردا تا سەدەی بیستویەك واتای ئەم دوو چەمکە بەرەوپێشچونیان بەخۆوە بینی کە ئەمڕۆ یادگەی واتایی بە مانای پەیوەندی دێت بە چەمكو زانیاریە تایبەتەکان بەجیهانی دەرەوە بەگشتیو، یادگەی قۆناغییش ڕێگە بە تاك دەدات ڕوداوەکانی ڕابردوی بیربکەوێتەوە ئەگەر بەشێوەیەکی پچڕپچڕیش بێت. تۆلفینگ لەساڵی (1983)دا تێبینی کرد کە یادگەی قۆناغیی ئەو شتانە جێبەجێدەکات کە جۆرەکانی تری یادگە لە توانایاندا نیە جێبەجێیان بکەن، ئەوەش لە ڕێگەی دەرگا والاَکردن لەبەردەم تاك تا لەرێگەی زەینەوە لەناو ڕابردویدا گوزەر بکات کە هەموو ساتەکانی ئەو ڕابردوەی بیردەهێنێتەوە، واتە گەشتێکە بەناو شوێن و کاتی تایبەت بە ڕابردو کە ڕێگە بەدرکپێردنی ڕوداوەکان دەدات[4].

- یادگەی ڕێکاری (ئیجرائی/ Procedural Memory):

ئەم یادگەیە تایبەتە بەفێربونو چۆنیەتی کارکردنی مرۆڤەوە، وەك فێربونی کارکردن لەسەر کۆمپیوتەر یان فێربونی شوفێریی یان شیکردنەوەی ڕاهێنانێکی فیزیایی ... هتد، هەرکات مرۆڤ بەتەواوەتی فێری ئەم زانیارییانە بوو، ئەوە دەتوانێت بۆ ماوەیەکی دورودرێژ بیریبکەوێتەوەو کاریان لەسەر بکات[5].

یادگەی واتایی ⟵ **زانیاری لەسەر کاتی ئێستا**

یادگەی نویَ یان قۆناغیی ⟵ **وەبیرهاتنەوەی ڕابردوو**

یادگەی ڕێکاری/ئیجرائی ⟵ **فێربونو چۆنیەتی کارکردن**

---

[1] سەرچاوەی پێشو (39 - 41).

[2] John field (2003: 39).

[3] سەرچاوەی پێشو (39).

[4] لورون بوتي (2012: 39 - 41).

[5] د. مدحت محمد ابو النصر (2009: 66).

- **بیرچوونەوە لە یادگەی درێژخایەندا:**

سەرەڕای بەهێزیی و بەردەوامیی ئەم یادگە یە، بەڵام هە ندێ جار زانیاری یەکانمان تیا یدا بیردەچێتەوە، کە لەوانەیە پاش چەند کا تژمێرێك هەموو زانیاری یە خوێندراو و بیستراوەکانمان بیربچێتەوە، بۆیە بیرچونەوە لەم یادگەیەدا یەکێکە لەدیاردە گرنگەکان کە سودی زۆری بۆ مرۆڤ هەیە، چونکە بەبێ بیرچونەوە، بیرکردنەوەی مرۆڤ توشی شڵەژان و ناڕێکوپێکی دەبێت[1].

هە ندێك لەزانایان پێیانوا یە پەیوە ندیی بیر چونەوە بەیاد گەی درێژخایە نەوە لەوانە یە پەیوەندییەکی زۆر لاوازبێت، هەروەك بێ توانایی لە وەبیرهاتنەوەی ڕوداوە کانی ڕا بردو لەزۆر بەی کاتەکا ندا دەگێڕ نەوە بۆ شکستهێنان لە بەهێماکردن یان پارا ستنی زان یاریو ڕوداوە کان بەشێوەیەکی گونجاو. ئەوان پێیانوایە ئە گەر تاك بە ور یایی و وردی یەوە ئا گاداری ئەو زانیاریا نە نەبێت کە خوا ستی بەهێماکردن و پارا ستنیان هە یە لە سی ستمی چارە سەری زانیار یەکان لەم یادگەیەداو، میکانیزمی گونجاو نەگرێتەبەر بۆ وەبیرهێنا نەوەیان، ئەوە هەرگیز ئەو زانیاریا نەی وەبیرنایە تەوە. لە ێرەدا دەکر ێت ئەو پر سیارە بوروژێنر ێت کە ئا یا زانیاری یە بەهێماکراو و پارێزراوە کان لە یاد گەی درێژخایە ندا بە هەمی شەیی دەمێنێ تەوە یان پەر تەوازە دە بن و بیردەچنەوە؟

بەڵگەی زانایان ئەیسەلمێنێت کە بەشێکی کەم لەو زانیاری یە بەهێماکراو و پارێزراوا نە پەر تەوازە دە بن و بیردە چنەوە، بە مەرجێك ئە گەر ئەو هۆ کارە وەلا ب نێین کە پەیوە ندی بە خراپ بەهێماکردن و پارا ستنی زانیارییەکا نەوە هە یە، چونکە کۆ گای یاد گەی درێژخا یەن توا ناو پانتاییەکی زۆری هە یە بۆ پارا ستنی زانیاری یەکان و بیرچونەوە شیان پەیوە ندی بەشکستهێنانەوە هەیە لە دووبارە گێڕانەوەی ئەو زانیارییانەدا، بەڵام ئەگەر دۆخی گونجاو و لەبار برەخسێت ئەوە ئەکرێت زانیارییەکان بەشێوەیەکی ورد وەبیربهێنرێنەوە. لێکۆڵینەوە دەرونییەکان ئاماژە بۆ ئەوە دەکەن کە مرۆڤ دەتوانێت سەرجەم ئەو ڕوداو و زانیارییا نەی لە ساڵانی ڕا بردودا فێر یان بووە بە وردی و تێروتە سەلی بگێڕێ تەوە، بەڵام لە بارودۆخێکی واقع یدا، هەروەها لێکۆڵی نەوەکان دەریانخستوە کە جگە لەم هۆ کارە مرۆڤ دەتوان ێت لەڕێگەی بەردە ستبونی بەڵگەی زی ندو ئەو ڕوداوانە بە تێروتە سەلی بگێڕێ تەوە[2]، بۆ نمو نە: ئە گەر لە منداڵیدا سەردانی قەڵای هەولێرت کردب ێت، ئەوە لە ئێستادا دەتوان یت وەك کا سێتێکی ڤیدیۆیی هەموو ئەو یادەوەریی و ڕوداوا نە

[1] د. محمد قاسم عبدالله (2003: 66).

[2] د. محمد قاسم عبدالله (2003: 68).

وەبیربێنیتەوە کە ئەوکات ڕویا نداوە، وا تە قەڵای هەولێر بەڵگە یەکی زیندوە بۆ وەیادهاتنەوەی زانیارییەکانی ڕابردو.

- فاکتەرە یارمەتیدەرەکان بۆ کەمکردنەوەی ڕێژەی بیرچونەوە:[1]

1- وەلانانی ترس‌و دڵەڕاوکێ.
2- دورکەوتنەوەی لە شڵەژان.
3- متمانە بەخۆبوون.
4- پێداچونەوە بە زانیارییەکان.
5- گرنگیدان بە زانیارییەکان.
6- ئاگاداربوون.
7- گوێڕایەڵیی.
8- تەرکیزکردن.
9- بەشداریکردن لە دیالۆگ.
10- تێگەیشتن لەو قسەو گوفتارانەی دەوترێن.
11- بەستنەوەی زانیارییە درکاوەکان لەلایەن کەسانی بەرامبەر بەزانیارییەکانی خۆت.
12- پەیوەندی بەستنی زارەکی‌و نوسراوەیی‌و جەستەیی لەگەڵ بەرامبەردا.
13- بەباشی بەکارهێنانی دەرمان بۆ چارەسەربوون.
14- دورکەوتنەوە لەخواردنەوە کحولی‌و مادە بێهۆشکەرەکان.

[1] د. مدحت محمد ابو النصر (2009: 106).

بەشی دووەم

ڕۆڵی زمان لەئاڕاستەکردنی لایەنی دەروونیی تاکدا

(1/2) پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریی و تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلیس و زانستی زمانی دەرونیی:

بەشێوەیەکی تیۆریی و پراکتیکی لەم نامەیەدا زانستی زمانی دەرونیی و پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریی و تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچوونیی ڕەفتاریی ئەلبێرت ئەلیس خراوەتەڕوو بۆ چارەسەری کێشە دەرونییەکان.

پڕۆگرامی زمانەوانیی دەماریی چارەسەری لایەنی دەرونیی دەکات و هاوکاریمان دەکات بەمەبەستی بەدەستهێنان و سەرکەوتنی باشتر لەژیاندا، ئەم قوتابخانەیە بەوە جیادەکرێتەوە کە پێویستی بەچارەسەری دەرەکیی - پزیشکی - نییە، بەڵکو دەتوانێت هۆکارێك بێت بۆ چارەسەری بیروبۆچوون و ڕەفتاری دەرونیی تاك، هەروەها بەبەکارهێنانی هۆکاری دەرونیی بۆ هاندانی ڕەفتار بەرەو باشتر، بەپێی پڕۆگرامی زمانەوانیی دەماریی هیچ مرۆڤێك نەخۆش یان شڵەژاو نییە، بەڵکو بەهەڵە پرۆگرامکردن یان پرۆگرامکردنی نادروست هەیە، کە هەموو بوارەکانی ژیان دەگرێتەوە. پڕۆگرامی زمانەوانیی دەماریی کاردەکات بۆ دروستکردنی مرۆڤێکی ئاسایی خاوەن توانای عەقڵیو دەرونی دروست، دواجاریش ئەم پرۆگرامکردنی عەقڵە لەڕێگەی زمانەوە جێبەجێ دەکرێت.

تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلیس- یش بە یەکێك لە ڕێگە چارەی شڵەژانی دەرونیی دادەنرێت، کە ئەلبێرت ئەلیس پێیوایە: هەریەك لە بیرو هەستو هەڵسوکەوتی مرۆڤ ئاوێتەی یەکن، بۆیە لەڕێگەیەوە دەتوانرێت بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ و پراکتیکیانە لایەنی بەرامبەر ئاڕاستەبکرێت بۆ گۆڕینی بیروباوەڕە ناعەقلانیو ڕەفتارە نادروستەکانی بۆ بیروباوەری عەقلانیو ڕەفتاری دروست، کە دواجار کاریگەریی زۆر بەهێز لەسەر لایەنی دەرونیی تاك جێدەهێڵێتو لەزۆر بەی بوارەکانی ژیانیشدا سودی هەیە لەپێناو چارەسەرکردنی ئەو کێشەو گرفتانەی دێنە بەردەم بیرکردنەوەو ڕەفتارەکانمان.

بەوپێیەی پڕۆگرامی زمانەوانیی دەمارییش یەکێکە لەو شێوازانەی پەنای بۆ دەبرێت بەمەبەستی چارەسەرکردنی لایەنی دەرونیی‌و ڕەفتاریو بیرکردنەوەی تاك، بۆیە پەیوەندییەکی بەهێز لەنێوان ئەم پڕۆگرامەو تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلیسدا هەیە. ئەم پڕۆگرامە تەرکیز دەخاتەسەر لێکۆڵینەوە لە ئەزمونی تاك، هەروەها بەڕێگە چارەیەکیش بۆ شڵەژانە دەرونیو عەقلانیو ڕەفتارییەکان دادەنرێت، کەواتە هەریەك لە پڕۆگرامی زمانەوانیی دەماریی‌و تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلیس کاردەکەن لەسەر نەهێشتنو سڕینەوەی بیرو باوەڕو ڕەفتاری نەرێنیو جێگرتنەوەیان

بەبیروباوەڕو ڕەفتاری ئەرێنی، چونکە پرۆگرا می زما نەوانی دە ماریی کاردە کات لە سەر گۆڕینی ئاڕاستەی تیڕوانینو بۆچوونی بەرامبەرو تیۆرەکەی ئەلیس- یش کاردەکات بۆ چەسپاندنی لۆژیکی دروستو ڕەفتاری پەسەندکراو لەلایەن کۆمەڵو خودی تاکدا.

زاد ستی ز مانی دەرو نیش کار لە سەر ناخ و عەقڵ و ڕەف تاری مرۆڤا یەتی دە کات، کە ئەمیش یەکدەگرێ تەوە لە گەڵ هەر یەك لەو دوو زاد ستەی پێ شودا. لەم نامە یەدا دوو جۆر ڕازیـ کردن ڕە چاوکراوە، یەکێکیان ڕازیکرد نی ڕەوانبێژیـ یە کە ئە چێتە خا نەی زاد ستی ز مانی دەرونیـ یەوە، لەگەڵ بەکارهێنانی شێوازی زمانی و نازمانی لە دیاریکردن و گۆڕینی ئاڕاستەدا.

(2/2) پرۆسەی پەیوەندیکردن (Communication Process):

پەیوە ندیکردن پرۆ سەیەکە لەڕێگە یەوە ئاوێ تەبوونو بە شداریکردن لەنێوان ن ێرەرو وەر گرو پەیامدا دروست دەبێت بۆ ئاڵوگۆڕکردنی بیرۆکەو زاد یاریو ما نا لەنێوان تا کەکانی کۆمەڵگە یەکی د یاریکراودا. مرۆڤ بو نەوەرێکی کۆمەڵایەت یە، بەبێ پەیوە ندیکردن ناتواد ێت ژ یانی ڕۆژا نە بەڕێبکات. پرۆسەی پەیوەندیکردن لەڕێگەی نێرەرەوە ئەنجا مدەدرێت، کە پەیامێکی دەنگیی یان نو سین ئاڕا ستەی وەر گر دە کات ئەویش وەڵامدا نەوەی بۆی دەبـ ێت، هەر لەبەرئەوە شە پەیوە ندیکردن بەپرۆ سەیەکی سەرەکی ن ێوان مرۆڤ دادەنر ێت، کە پەیام لە ناوەندێ کەوە بۆ ناوە ندێکی تر دەگوێزێ تەوە. یە کەم هەنگاو بۆ دە ستپێکردن بەداگیرکردنی بیری بەرامـ بەر پەیوەندیکردنە، گەیاندنی پەیامی قسەکەر کارێکی سانایە لەچاو گەیا ندنی ئەو پەیا مە سەرەکیی و شاراوەیەی کە لەپ شتی ئاخاوتنەکەوە یە، چونکە لە پرۆ سەی پەیوەندیکرد ندا کاری سەرەکی ق سەکەر ڕازیکرد نی گوێگرەو، دەبـ ێت کاریـ گەری تەواوی لە سەر بەرامـ بەر هەبێت و گوێگر لەسنورێکی دیاریکراوی بیردا بهێڵێتەوە، کە ئە مەش تەنها بەئاخاوتن بەدە ست ناهێنر ێت، بەڵکو ئاماژە کانی چاو و ز مانی جە ستەو لەرەی دە نگ و هەڵبژاردنی و شەو ڕ ستەکان ڕۆ ڵی سەرەکی دەگ ێڕن لەکۆنتڕۆڵکردنی بیری تا کدا. لێکۆ ڵەرەوان پێ یان وا یە کە "85٪ ی سەرکەوتنی تاکی قسەکەر دەگەڕێتەوە بۆ توانای گەیاندن و شارەزایی قسەکەرو، 15٪ پشت بەزانیاری تاکی قسەکەر دەبەستێت"[1]. لەگشت بارەکاندا پێویـ ستە پەنابرێتە بەر ئا خاوتن، یاخود پەیوە ندیکردن، چونکە لەڕێ گەی پەیوەندیکرد نەوە ق سەکەر دەتواد ێت کە سایەتی گوێگرو بارودۆخی دەرونیـ شی بۆ دەربکەوێت، دوای دەرکەوتنی ئەو لایەنانە، ئینجا قسەکەر دەتوانێت شێوازی ئاخاوتنە کەی بەپێی

[1] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی (2013: 15).

كه سايەتی گوێگر بگونجێنێت بۆ بەدەستهێنانی ئامانجەكەی. لەرێگەی پەیوەندیكردنەوە تاك ئاراستە دەكرێت بۆ گۆڕینی بیر، دواتریش ئەو تاكە كۆمەڵگا ئاراستە دەكات بەرەو ئەو رێڕەوە. هەر هەڵەو كەموكورتیەك لەم پرۆسەیەدا ڕوو بدات، ئەوە ئەبێتە هۆی شكستهێنان لەگەیاندنی پەیامەكەدا، هەربۆیە ئەم قۆناغە پێویستی بە وردبینی و وریایەكی تەواو هەیە.

(2/2- 1) بنەماكانی پەیوەندیكردن (Elements of the communication process):

ئەو بنەمایانەی كە سەرەكین و مامەڵەكردن پێیانەوە بەندە بریتین لە:[1]

1- **نێرەر (Sender)**: ئەو كەسەیە كە پەیامەكە دروستدەكات لەرێگەی ئاخاوتن، نوسین، و جوڵە، پاشان ئاراستەی وەرگری دەكات دوای ئەوەی زانیاری لەسەر خەسڵەتو سروشتی بەرامبەر وەردەگرێت.

2- **پەیام (Message)**: بنەمای پرۆسەی پەیوەندیكردنە كە بریتیە لە بابەتێكی زارەكی، دەنگیی، نووسراو، چاپكراو، هێما و جوڵە، كە واتا یان بیرۆكەیەكی هەڵگرتووە.

3- **كەناڵ (Channel)**: ئەو ئامرازەیە كە پەیامەكە لە نێرەر بۆ وەرگر دەگوێزێتەوە، ئەم كەناڵە بەسەر سێ جۆردا دابەشدەبێت:

أ- **ئامرازی كەسیی**: لەنێوان تاكەكاندا دروست دەبێت لەرێگەی ڕووبەڕووبوونەوە.

ب- **ئامرازی نێوانگەریی**: وەك مۆبایل، ئینتەرنێت، فاكس.

ج- **ئامرازی جەماوەری**: وەك تەلەفزیۆن، ڕۆژنامە، گۆڤاروكتێب.

4- **وەرگر (Receiver)**: ئەو كەسەیە كە پەیامەكەی ئاراستە دەكرێت جا ژن، پیاو، مندال، و جەماوەر بێتو هەر كەس لەرێگەی خۆیەوە وەریدەگرێت بۆ كردنەوەی كۆدو تێگەیشتن لەمەبەست.

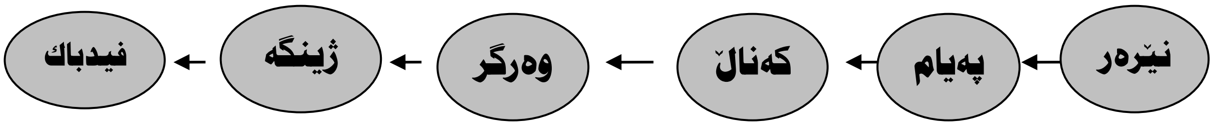
5- **ژینگە (Environment)**: ئەو شوێنەیە كە پرۆسەی پەیوەندیكردنەكەی تیادا ئەنجام دەدرێتو یارمەتیدەرە بۆ تێگەیشتنو دیاریكردنی شێوازو ئامرازو قەبارەو جۆری پرۆسەكە.

6- **فیدباك (Feedback)**: كاردانەوەی وەرگرە لەسەر پەیامی نێرەر بە ئەرێنی یان نەرێنی، واتا قبوڵكردنی پەیامەكە یان ڕەتكردنەوەی، كاردانەوەكەش بەشێوەی خێرا یان لەسەرخۆ دەبێت، چونكە پەیوەستە بە ئاستی تێگەیشتنی وەرگرەوە.

---

[1] صالح خليل ابو اصبع (1998: 54) ، احمد بن عبدالله بن صقير العريني (2011: 14).

لەم هێڵکاریەدا بنەماکانی پەیوەندیکردن دەخەینەڕوو:



(2-2/2) جۆرەکانی پەیوەندیکردن(Type of Communication):

پەیوەندیکردن لەچەند جۆرێك پێکهاتوە، کە بریتین لە:[1]

1- پەیوەندیکردنی خودی (Intrapersonal Communication).

2- پەیوەندیکردنی کەسیی: ئەم پەیوەندییە لەنێوان دوو کەس یان کۆمەڵە کەسێك ڕوو بەڕوو دروستدەبێت، کە هەموویان بەیەکەوە بەشداردەبن لەخستنەڕووی بیروبۆچوون و تێروانینیان بۆ بابەت و مەسەلەکان. لەڕێگەی ئەمجۆرە پەیوەندییەوە پڕۆگرامی هزری تاکەکان دەکەین.

3- پەیوەندیکردنی بەکۆمەڵ (Communication Collective).

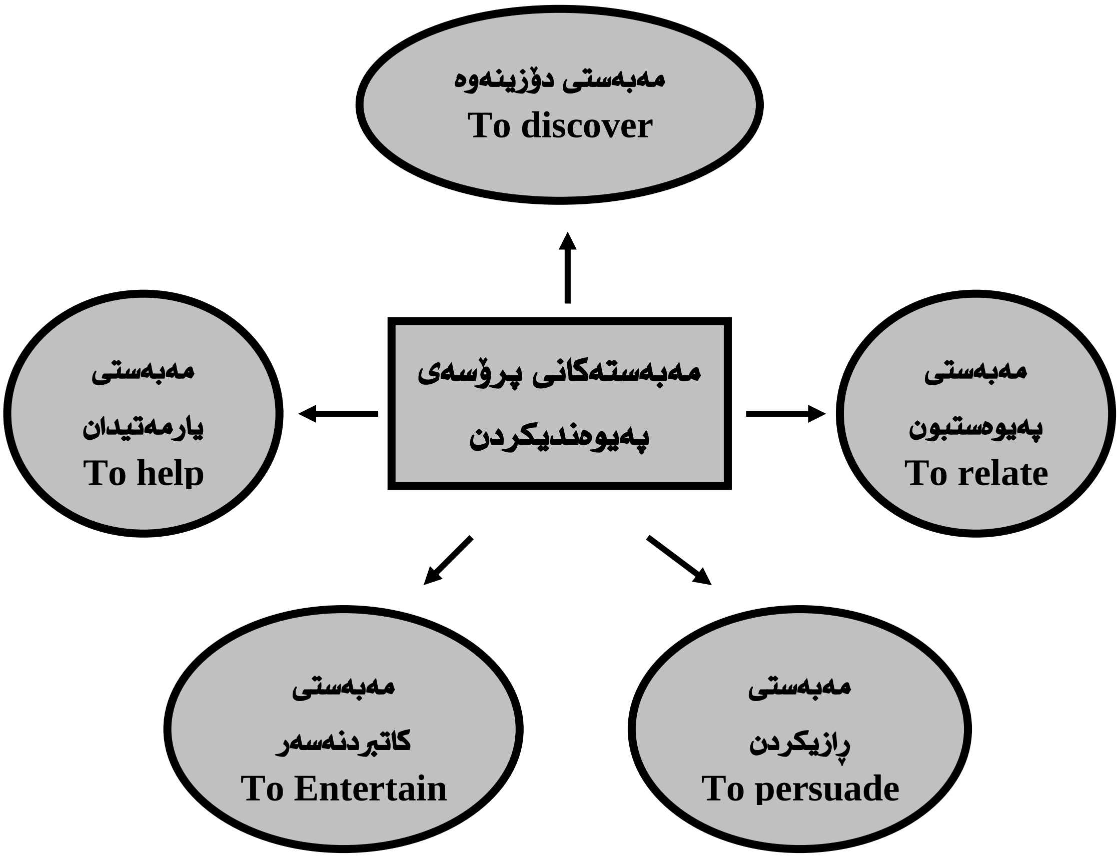
4- پەیوەندیکردنی جەماوەری/ڕاگەیاندن (Mass Communication).

(3 -2/2) مەبەستەکانی پڕۆسەی پەیوەندیکردن:

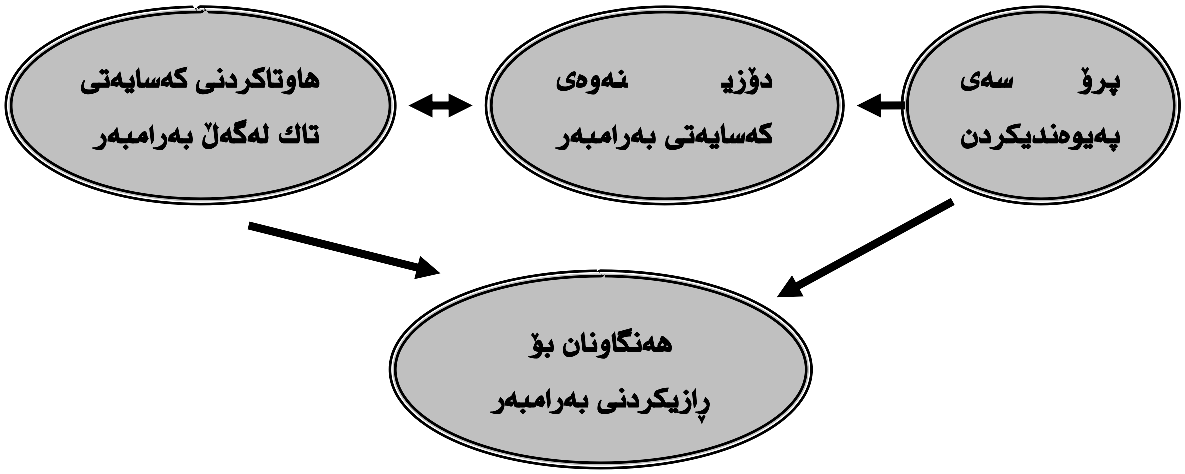
پەیوەندیکردن کۆمەڵێك مەبەستی سەرەکی لەخۆ دەگرێت، بەڵام ئەوەی تایبەتە بەکارەکەی ئێمەوە بریتیەلە مەبەستی دۆزینەوەو ڕازیکردن، سەرەتا بەهۆی مەبەستی دۆزینەوەوە کەسایەتی بەرامبەر ئاشکرا دەبێت و پاشان کەسایەتی خۆمان ئاوێتەدەکەین لەگەڵ کەسایەتی بەرامبەر، تاوەکو متمانەی تەواو بەدەستدەهێنین و هیچ بوارێك بۆ گومان نەهێڵینەوە لای بەرامبەر سەبارەت بە دڵسۆزی و خۆشەویستیمان بۆی، پاشان ڕۆڵی مەبەستی ڕازیکردن دەست پێدەکات، کە بەرەو ئەو مەبەستە هەنگاو دەنێین کە بەرامبەر بەکەمترین کات و کورتترین ماندوبون قایل بکەین.

[1] صالح خلیل ابو اصبع (1998: 54).

لەم هێڵکارییەی لای خوارەوەدا مەبەستەکانی پەیوەندیکردن دەخەینەڕوو:[1]



کاری پرۆسەی پەیوەندیکردن لەسەر ئاڕاستەگۆڕینی تاك لەم هێڵکاریەدا دەخەینەڕوو:



[1] مەبەستەکانی پەیوەندیکردن وەرگیراوە لە: کاوە عەبدولکەریم (2007: 161 162)، بەڵام هێڵکارییەکە خۆمان کێشاومانە.

(4-2/2) شێوەکانی پەیوەندیکردن (Type of communication):

دووجۆر گەیا ندنمان هە یە کە بریتین لە: پەیوە ندیکردنی زارە کی (گو تەیی) و پەیوە ندیکردنی نازارەکی (نا گوتەیی) کە نوسینو زمانی جەستە دەگرێتەوە.

1- پەیوەندیکردنی زارەکی/گوتەیی (Verbal Communication):

لەڕێ گەی بەکارهێنانی و شەوە دەب ێتو بە فراوانترینو کاریـ گەرترین جۆری پەیوە ندی ئەژماردەکرێت، کە ڕا ستەوخۆ لە گەڵ کەس یان کە سانی تردا ڕووبەڕووبو نەوە ڕوودەدات، کاریـگەری ئەمجۆرە پەیوەندیـ یە پەیوە ستە بەئا ستی زاذ یاریو لێ هاتوییو ز مانزانیی نـ ێرەر کە دەتوانێت لەڕێگەی ئەم ئاستانەوە بیروباوەڕی کەسانی بەرامبەری بگۆڕ ێت، لەهەمانکا تدا دە توانین لەڕێ گەی (سیـ ستمی نواند نەوە پەیوە ندی لە گەڵ خەڵکـ یدا ببە ستین ئەوەش بەئا شکراکردنی سیستمی کەسی بەرامبەر لەڕێگەی وتوو یژکردنو پا شان بەکارهێنانی هەمان و شەو دە ستەواژەی کە سی بەرام بەر لەکاتی ڤ سەکردندا)[1]، هەروەها پرۆسەیەکیـ شە لەکە سێکەوە بۆ کە سێکی تر دەگوڕێت، بۆیە هەرکەس دەتوانێت بەپێی تێگەیشتنی خۆی گوزارشت لە بیرۆ کەکانی بـکات، بەڵام بەبەکارهێنانی وشەی جیاواز لە وشەو دەر بڕینی کە سێکی تر، وا تە ئە گەر بیرۆکە یەکمان هەبوو ئەوە دەکرێت بەچەندین شێوازی جۆراوجۆر بخرێ تەڕوو بەگەڕا نەوە بۆ جـیاوازیی تا کەکان، بۆ یە "زمان تەنها ئامرازە کە دەتوانێت بیرۆکە لە ئاخێوەر (نـێرەر)ەوە بۆ گوێگر (وەر گر) بەئا سانی و خێرایی بگوێزێتەوە، چونکە بە بەتواناترین ئامرازەکانی ئاگاداریو گەیاندن ئەژماردەکرێت"[2] .

پەیوە ندی زارە کی (گو تەیی) بەدەر لە ئامرازە کانی تری پەیوە ندیکردن ڕوو نادات وەك ئا ماژەو جو ڵەکانی جە ستە کە بەزمانی جە ستە نا سراوە، لەبەر ئەوەی بەکارهێنانی ڤ سەو ئا خاوتن لەپرۆسەی پەیوەندیکردندا زۆر ترین واتا مان بۆ ڕووندەکا تەوە، بۆ یە و شەی دەر بڕاو گرنگـ یەکی تەواوەتی هەیە لەدروستبونی پەیوەندیی مرۆییدا، هەر لەبەرئەوە شە دەبـێت بە ز مانێکی ڕوونو ئاشکرا قسەبکرێت دوور لە ئاڵۆزیو هێما تا گوێگر لە قسەو و شەکان تێبـگاتو دوو چاری بـێزاریو ناڕەحەتی نەبێت، بە پێچەوانەشەوە توانای پەیوەندیکردن لەگەڵ کەسی بەرامبەر یان گروپ یان جەماوەر لەدەست دەدرێت.

---

[1] کینیث بلانشارد (2012: 72 73).

[2] حاتم صالح الضامن (1989: 137).

پەیوە ندی زارە کی رێڕەوێ کە ئەو واتا یە دەخولقێنێت کە نێرەر(قسەکەر) دەنگەکانی پێ دروستدەکاتو هەمان ئەو واتایەشە کە وەر گر (گوێگر) دەنگەگانی پێ دەبیستێت، بۆ یە دەبینین ئاخێوەرانی زمانێکی دیاریکراو پەیوە ندییان لەناویە کدا ئا سایيە، لەبەر ئەوەی هەمان ئەو یا ساو رێسا زمانەوانییانە بەکاردێنن کە لەزمانەکەیاندا هەیە، لەو رێگەیەشەوە پرۆ سەی پەیوە ندیکردن دروستدەبێت، چونکە قسەکەر پەیامێك ئاڕا ستەی لا یەنی بەرامبەر (گوێگر) دە کات کە لە سەر بنەمای هەمان یاساو رێسای ز مانی گوێگر بنیاتنراوە بەمەبە ستی تێگەیا ندنی[1]. پەیوە ندیکردنی زارە کی خۆی لە یەك ئا ستدا دەبینێتەوە لەناو فۆرمی رۆ شنبیریو ئەنترۆپۆ لۆجی ئاخێوەرو گوێگردا، بەدرو ستبونی تەنها یەك کەموکوڕی لەو نێوە ندەدا، ئەوە دەبێتە هۆی کەموکورتی لەپرۆسەی پەیوەندیکردنی لەلا یەكو لەنێوان تێگەیا ندنو تێگەیشتنی لەلا یەکی ترەوە، درو ست دەبێت[2].

2- پەیوەندیکردنی نازارەکی/نا گوتەیی (Non-verbal communication):

ئەمجۆرە پەیوەندییە دەکرێت بە دوو جۆرەوە:[3]

أ- پەیوەندیکردنی نوسراو(Written Communication):

نوسین هۆیەکە بۆ گوا ستنەوەی پەیام لەنێوان نو سەرو خوێنەر لەڕێگای و شەو ڕ ستەی نو سراو بەهۆی پێشنیازو داواو پەڕتوكو گۆڤار... هتد، کە هە ندێکیان لە فەرمانگەکان بەکاردەهێنرێتو هەندێکیشیان لەناوەندەکانی تردا.

ب- پەیوەندیکردنی جەستەیی (Body Communication):

گەیاندن بەزمانی ئاماژەو ڕەفتار دەگرێتەوە، وەك باری دەمو چاو و دە ستو شێوەی دانیشتن ... هتد[4].

(5-2/2) باشترین شێوازەکانی پەیوەندی بەستنو مامەڵەکردن لەگەڵ بەرامبەردا

لێرەدا شێوەی مامەڵەو ڕازیکردنی ڕەوانبێژی دەخەینەڕوو:[5]

1- ڕێز لەکەسایەتیو شتە پیرۆزەکانی بەرامبەر بگرە.

2- گرنگیو بایەخی ڕاستەقینەو خۆشەویستی بۆ کەسی بەرامبەر دەربڕە.

---

[1] د. میشال زکریا (1985: 82).

[2] د. ابراهیم خلیل (2010: 39).

[3] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی (2013: 20 - 21).

[4] لە لقەکانی داهاتودا بە لقێکی تایبەت لەژێر ناونیشانی (زمانی جەستە) ئەم بابەتە بەوردی خراوەتەڕوو.

[5] د. کینیث بلانشارد (2012: 75 79).

3- لەبواری پیشەکەیاندا لەگەڵیان بدوێ.

4- شێوازی دەستخۆشیو پیاهەڵدان بەکاربێنە لەکاتی بەباشی جێبەجێکردنی ئەرکو کارەکانیا ندا، بەلأم خۆت لە زیادەڕۆیی بەدوور بگرە.

5- بەشداری خۆشیو ناخۆشی خەڵکی بە.

6- ڕێز لە وادەی خۆت بگرە لەگەڵ خەڵکیدا.

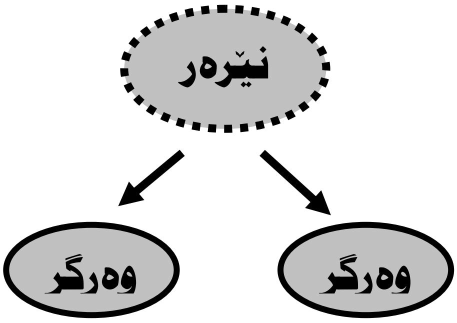
7- درێژ دادڕ مەبە لە داواکردنی پێداویستیەکانتدا.

8- وشە دەربڕاوەکانت بەباشی دەستنیشان بکە کە لەگەڵ هەستو مەزاجی بەرامبەر بگونجێن.

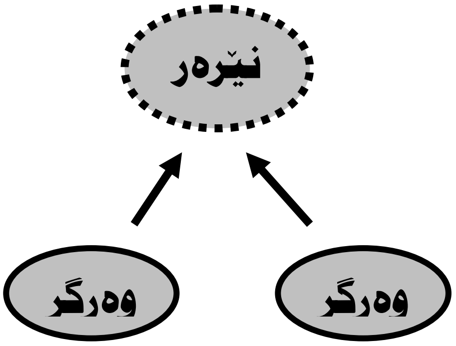
(2/2- 6) پۆلێنکردنی پەیوەندیکردن لەبواری کارکردندا:

لەبواری کارکردندا پرۆسەی پەیوەندیکردن دابەشدەبێت بەسەر دوو جۆردا کە بریتین لە:

1- **پەیوەندیکردنی نزمبۆوە:** ئەم پەیوەندیکرد نە لە سەرەوە بۆ خوارەوە ئەنجا مدەدرێت، وا تە لە بەرزترین پ لەی کارگێڕ یەوە بۆ نزمترین پ لە بە ئا مانجی فەرما ندان و ئارا ستەکردن و بڕ یاردان... هتد، لەپێناو جێ بەجێکردنی کارو ئەر کەکان لەڕێگای کەناڵی جۆراو جۆرەوە وەك: یاداشت، ڕێنمایی، گشتاندن، بلأوکراوەکان و چاوپێکەوتنی بەکۆمەڵ[1].



2- **گەیاندنی بەرزبۆوە:** ئەم پەیوەندیکرد نە لەپ لەی نز مەوە بۆ بەرز ئەنجام دەدر ێت، وەك پەیوەندیکردنی فەرمانبەرێك لە گەڵ بەڕێوەبەرە کەی، ئە مەش لەڕێگای ڕا پۆرت یا سندوقی پێشنیازەوە دەبێت[2] .



---

[1] برنامج تنمية مهارات الاتصال www.khieronline.com/upload/AlAtsal.doc

[2] سەرچاوەی پێشو.

(3/2) کەسایەتی (Personality):

پەیوەندی زمانبەکەسایەتیەوە یەکێکە لەکایەکانی زمانەوانی دەروونیی، کە سایەتی مرۆڤ ئالۆزترین جفرەیە، کە هەمیشە مرۆڤ لە هەوڵدایە بۆ تێگەیشتن لێی بەمەبەستی پەیبردن بەنهێنیەکانی، دواجار ئەمە دەبێتە هۆی بەهێزکردنی پەیوەندی نێوان سەرجەم مرۆڤەکان. تا ئێستا پێناسەیەکی جێگیرمان نییە تایبەت بە کەسایەتی، بەڵکو پێناسەکان لە بوارێکەوە بۆ بوارێکی ترو لە زانایەکەوە بۆ زانایەکی تر دەگۆڕێت، بەوپێیەی کەسایەتی بەشێکە لە ڕەفتاری مرۆڤایەتی، بۆیە یەکێك لە زانایانی دەرونزانی بەمشێوەیە پێناسەی دەکات، کە بریتیە لە "لێکۆڵینەوە لە پێکهاتەو پرۆسە سایکۆلۆژییە نەگۆڕەکان، کە ئەزمونی مرۆڤایەتی ڕێکدەخات، هەروەها هەڵسوکەوتەکانی تاك و وەڵامدانەوەکانی بۆ ئەو ژینگەیەی تێیدا دەژی پێکدەهێنێت"[1].

پێشتر لە (پەیوەندیکردن)دا ئاماژەمان بەوە کرد کە سەرەتا بەهۆی پەیوەندیکردن و تێبینیکردنی ئاخاوتن و ڕەفتاری تاکەوە دەست پێدەکەین بۆ ناسینی کەسایەتی تاك، کە ئەمەش بەگرنگترین و قورسترین قۆناغ ئەژماردەکرێت، لەبەر ئەوەی تاك ئیش لەسەر تایبەتمەندی و جۆری کەسایەتیەکە دەکات، تێنەگەیشتن لە کەسایەتی بەرامبەر، ئەبێتەهۆی بەدەستنەهێنانی مەرام و بەفیڕۆدانی کات. لەم قۆناغەدا پێویستە بە تەواوەتی بیرمان چڕبکەینەوە و داڵغەمان لانەچێت لەسەر ئاخاوتن و هەڵسوکەوت و ڕوخساری قسەکەر، هەروەها کاتی تەواوی بۆ دواندن بۆ تەرخان بکەین و و تەکانی پێ نەپچڕێنین، تاوەکو هەست بە نائارامی نەکات و بەردەوامی وەربگرێت لە ئاخاوتندا بەجۆرێك پەیوەندیکردنە کە بەڕێژەی (80٪) بەوەوە بەسترابێتەوەو (20٪) یش بەو تاکەی کە مەبەستی ناسینی کەسی بەرامبەری هەیە، کە ئەم ڕێژەیەش تەنها بۆ دروستبوونی پەیوەندییەکەو وروژاندن و ئاڕاستەکردنی هەندێ پرسیارو بابەتە بۆ زیاتر خستنەڕوی نهێنیە شاراوەکانی کەسایەتی قسەکەرە. گۆڕینی ئاڕاستەی تاك وەك زنجیرەیەکی ئەڵقە ئەڵقەوایە کە گشتیان وابەستەی یەکترین، ئەگەر کەلێن بکەوێتە یەکێکیانەوە، بەدڵنیاییەوە هەموو ئەوانی تریش ڕو بەڕوی دارمان دەبنەوە و دواجاریش زنجیرەکە تووشی لێك ترازاندن دەبێت.

هەرتاکێك لەم جیهانەدا خاوەنی کەسایەتی تایبەت بەخۆیەتی کە لەکەسانی تری جیادەکاتەوەو مەحاڵە دوو تاك ببینین کە هاوشێوەی تەواوی یەکبن، بەڵام خاڵی لێکچون و جیاوازی لەنێوان مرۆڤەکاندا بەدیدەکرێت لەڕوی کەسایەتیەوە. دۆزینەوەی کلیلی ناسینی کەسایەتی هەرتاکێك

---

[1] ریتشارد لازاروس (1989).

کارێکی ئا سان نی یه، لەبەر ئەوەی هەرتاکێك کلیلێکی تای بەت بە خۆی هە یە، هەروەها گوفتارو هەڵسوکەوتکردن لەگەڵ کەسانی بەرامبەردا دەبێت بەپێی بیروباوەڕو ئاستی زانیاری‌و رۆشنبیری‌و تەمەن‌و ڕەگەزی ئەو کە سایەتیە بێت، وا تە دەبێت هە مەڕەنگی لە هەڵسوکەوتکردن لە گەڵ مرۆڤەکاندا پەیڕەوبکرێت‌و نابێت تەنها یەك جۆر گوفتارو هەڵسوکەوتکردن بکرێتە بنەما یەکی سەرەکی بۆ پەیوەندیکردن لە گەڵ هەموو تاکێکدا، هەروەك چۆن پێویستە مرۆڤ - بۆ نموونە بەرپێوەبەر- شێوازی خۆی بگۆڕێت لە گەڵ ئەو کە سانەی کاری لەگە ڵدا دەکەن. لەهەڵە باوەکان ئەوە یە کە تاك دە یەوێت تەنها بە شێوازە دیاریکراوە کەی خۆی هەڵسوکەوت لە گەڵ گشت کەسایەتیەکان بکات بەبێ ئەوەی ئامادەبێت هیچ گۆڕانێك لەخۆیدا ئەنجامبدات، تا لەگەڵ کە سانی دەورو بەردا خۆی بگونجێنێت‌و شێوازەکەی خۆی بە باشترین و پێشەنگترین شێواز دەزانێت، هەروەك لەم وتەیەدا هاتووە: ^ |] » f \ ÷ Ā] ã ø ď : ï ¢ ¥ : ã ð Ĉ 5 ý < ، هەربۆیە ئەو مرۆڤەی دە یەوێت پەیوەندی لە گەڵ مرۆڤەکانی تردا بەهێزبێت و کاربکا تە سەر بیرکردنەوەکانیان، پێویستە سەرەتا کەسایەتی و سروشتی کەسانی بەرامبەر بناسێت لەڕووی دەرونی و تواناو شێوازی بیرکردنەوەیان، پاشان هەڵسەنگاندنیان، دواجاریش باشترین شێواز هەڵبژێرێت بۆ پەیوەندیکردن لەگەڵیاندا، وا تە خۆ گونجاندن بەپێی سروشتی کەسی بەرامبەر نەك بەپێی سروشتی خۆی. یەکێك لەخاڵە هەرە ئەستەمەکان لەپەیوەندیکردن ئەوە یە کە (کەسایەتی) هەرگیز لەحاڵەتی جێگیربوندا نابینرێت، بەڵکو بەپێی ڕوداوە جیاوازەکانی ژینگەی دەوروبەر یەوە هەڵسوکەوتی دەگۆڕێت. تێگەیشتن لە کەسایەتی پێویستی بەکاتی تەواو هە یەو نابێت هەر لە سەرەتاوە بەپەلە بڕیار بدەین لە سەر کەسێتی تاکی بەرامبەر، بۆ نموونە، ئەگەر کەسی بەرامبەر لەکاتی پەیوەندیدکردن لەگەڵیدا توڕە دیاربوو، ئەوە نیشانەی ئەوە نییە ئەو کەسە کەسایەتیەکی توڕەو ملهوڕە، بەڵکو پێدەچێت ئەو کەسە لەو کاتەدا باری تەندروستی ناجێگیربێت بەهۆی کاریگەریی ڕوداوێکی نەخوازراوەوە، کە ڕەنگدا نەوەی لە سەری هەبوە لەو کاتەدا. پشودرێژی یەکێکە لە مەرجەکانی سەرکەوتنی ئەم پرۆسەیە، کە پێویستە خاڵی جیاوازی نێوان تاکەکان لەبەرچاو بگیرێت، تاوەکو گەیشتن بەو مەرامەی هەوڵی بۆ دەدەین.

یەکێك لە ئەرکە جێگیرەکانی زمان دۆزینەوەی ناسنامەی کەسایەتییەکانە ئەوەش لەڕێگەی شیکردنەوەو دەرخستنی بنەما زمانەوانیەکانەوە یە، بۆ یە هالیدای (Halliday) پێی وا یە "یەکێك لە ئەرکەکانی زمان ئەرکی دۆزینەوەیە (heuristic function)"[1]، "ئێمە ڕاستەوخۆ ناتوانین بگەینە ناخی مرۆڤ تەنها تارادەیەك لەڕێگای هەڵسوکەوتەکانی دەتوانین کەسایەتی تاك دیاریبکەین و ئاشکرا شە نا شتوانین بەردەوام چاودێری تاکێك بکەین و جگە لە مەش زۆر بەی

[1] د.جمعة سید یوسف (1990: 22).

زانياريي يەكان له ناخی مرۆ ڤدان و دە سمان نای گاتێ، كەوا تە تا كە ڕێ گا بۆ نا سینی كەس و دەستنيشانكردنی كە سايەتی وەلاّ مەكانی ئاخێوەرو تێبينيكرد نی هەڵسو كەوتنەكاذ يەتی لەكاتی ئاخاوتندا بۆ بەدەستهێنانی زانياری پێويست"[1]، چونكە گوتنەكان ڕەنگدانەوەی ڕەو شتو دەبنە هۆی پێ شاندانی كە سايەتی كە سی ڤ سەكەر لەڕێ گەی زمانەكە يەوە، هەروەها مرۆڤ بەهۆی ئاخاوتنەوە، بەتايبەتی لەكاتی قسە لەدەم دەرچوندا (زلة اللسان) قسەكەر بە بێ ئاگايا نە هە ندێ شت دەدركێنێت، كە هەرگيز كاتی ڤسەكردنی ئا سايی ئەو ڕا ستيانە دەرنابڕێت، هەروەها ز مان كاريگەری هەيە بەسەر كەسايەتی مرۆڤەوەو لەڕێگای زمانەوە دەتوانرێت كاريگەری لە كە سايەتی بكرێتو ئاڕاستەی بگۆڕێت بەرەو ئامانجێكی ديار كە لايەنی بەرامبەر كاری بۆ دەكات.

سەبارەت بە كە سايەتیو تيۆرە كانی، هەر زانا يەك بەپێی تێگەی شتنی لە كە سايەتی مرۆ ڤەكان تيۆرێكی بۆ داناوەو باسی لەلايەنێكی پێكهاتەی كەسايەتييەكان كردوە، بەلاّم هيچ كام لەو زانايا نە نەيانتوانيوە بە شێوەيەكی يەكلايكەرەوە باس لە سەرجەم پێكها تەی ناوەوەو دەرەوەی كە سايەتی ب كات، بۆ يە تا ئێ ستاش چەمكێكی گ شتگير نەهاتووە تە كا يەوە تا پ شتی پێ ببە سترێت لەلێكۆڵينەوەكاندا. لێرەدا هەندێك لەو تيۆرە سەرەكيانە دەخەينەڕو:

(3/2 1) تيۆری شيكردنەوەی دەروونيی (نظرية التحليل النفسي/ Psychoanalysis):

ئەم تيۆرە بەيەكێك لەتيۆرە سەرەكييەكان و بگرە هەرە سەرەكيترين تيۆر دادەنر ێت، كە تاوەكو ئێستا زۆربەی زانستەكان (ئەدەب، سايكۆلۆژی، نەخۆشی دەروونيی) پشتی پێ دەبە ستن بۆ نا سينی كەسايەتی.

يەكەم: كەسايەتی

(فرۆيد) پێی وايە كەسايەتی لەسێ سستم پێكهاتووە كە بريتين لە: ئەو (هو)، من (الانا)، منی بالاّ (الانا العليا)، كە دوا جار كە سايەتی دەرهاويشتەی ئاوێ تەبوونی ئەم سێ سستمە جياوازە يە، وا تە ئەگەر ئەم سێ لايەنە تەبايیو گونجان لەنێوانيادا هەبوو، ئەوە كە سەكە دەتواذ ێت بە ئەر كەكانی هەڵبسێتو بە پێچەوانەشەوە ناتوانێت ئەركەكانی جێبەجێ بكات.

★ **ئەو (هو)**: لايەنی بايۆلۆجی مرۆڤ دەگرێتەوە و پەيوە ستە بەبێئاگايی كە لەژێر هەلو مەرجی چێژ كاردەكات بێ گوێدان بە واقيعو ڕەوشتو ڕێسا كۆمەلاّيەتييەكان، كە دوا تر هەر يەك لە منو منی بالاّی لێ بەرهەم دێتو لە دوو بەش پێكدێت كە بريتين لە:[2]

أ- خۆڕسكيی (فطري): كە غەريزەی بۆماوەيی كەسايەتی بە وزە تێردەكات.

[1] د. عبدالواحد مشير محمود دزەيی (2010: 14).

[2] د. باربرا انجلر (1991: 35).

ب- وەرگیراو (مکتسب): هەموو پرۆسە عەقڵیە مەڵسدراوەکان دەگرێتەوە.

★ **من (الا نا)**: بە چەقی ئا ستی ئا گایی دادەنر ێت، بەڵام زۆر بەی پرۆ سەکانی لەپێش ئا ستی ئاگایی یەوە هەن، بۆ تێرکرد نی پێداوی ستیەکانی (ئەو) کاردە کات بەپێی هەلو مەرجی واق یعو بارودۆخە کۆمەڵایەتیەکانو تێکەڵبونی مرۆڤ لەگەڵ ژینگەدا، هەروەك گوزار شت لە درکپێکردنو بیرکردنەوەو دانایی دەكات. ئەم بەشە هاوسەنگیی لەنێوان (ئەو ، من) و داخوازی یەکانی جیهانی دەرەوە دروستدەکات، کەواتە لایەنی سایکۆلۆژی مرۆڤ دەگرێتەوە[1]، هەروەها مامەڵەی (من) لە گەڵ پێداویستیەکانی (ئەو) بەم شێوەیە دەبێت:[2]

1- داخوازیو پێداویستیەکانی (ئەو) جێبەجێدەکات ئەگەر لەگەڵ جیهانی دەرەوەدا گونجاوبوون.

2- داواکارییەکانی ڕەتدەکاتەوە ئەگەر لەشوێنی خۆیاندا نەبوونو لادان دروست بوو.

3- داخوازییەکانی دوا دەخات ئەگەر کاتو شوێنیان گونجاو نەبوو.

★ **مني بالا (الا نا العل یا)**: گوزار شت لە و یژدان دە کاتو لایە نەکانی کۆمەڵا یەتیو ئا کارو ڕەوشتی مرۆڤ دەگرێتەوە، ئەو ڕەفتاو ئاکارانە دەگرێتەوە کە مـندالْ لەدایکو باوكو قوتابخا نەو کۆمەڵگا فێریان دەبێت. منی باڵا لەدوو بەش پێکدێت کە بریتین لە (و یژدان، منی نمو نەیی). منی باڵا دژی (من ، ئەو) کاردە کات بەو پێ یەی نمونەی یە نەك واقی عی، بەم شێوەیەش دەردەکەوێت ئەگەر (من) توانی هاوسەنگیی لەنێوان (ئەو، منی باڵا) و واقیع درو ستبکات ئەوە مرۆڤ ژیانێکی ئاسایی دەگوزەرێنێت، بەڵام ئەگەر ئەو یان منی باڵا زاڵبوون بە سەر کە سایەتیدا، ئەوە ئەو کەسایەتییە دووچاری شڵەژان دەبێتەوە[3] .

★ فرۆید کەسایەتی بەسەر شەش جۆردا دابەشکردووە کە ئەمانەن:[4]

1- **کەسایەتی نێرگزیی**: ملکەچبوون بۆ کەسانی تر ڕەتدەکاتەوەو (من) باڵی بەسەر ڕەفتارەکانیدا کێشاوەو کۆنترۆڵی کردووە بەشێوەیەك کە هیچ ململانێیەك لەنێوان (من، منی باڵا)یدا نییە.

2- **کە سایەتی ڕاڕا**: ئەم کە سایەتیە منی باڵا بە سەریدا زا ڵە، بۆ یە بەهیچ شێوەیەك سڵ لە لەدەستدانی کەسانی دەورو بەر ناکا تەوە، بەڵام کاردە کات بۆ پارا ستنی و یژدانو ڕەو شتو بەهای کەسێتی خۆی.

---

[1] د. باربرا انجلر (1991: 35).

[2] محمد احمد النابلسي (1988: 47).

[3] د. باربرا انجلر (1991: 45).

[4] د. عبدالرقیب احمد البحیري (1987: 9 12).

3- كه سايەتى ئارەزو كارى (شهوانى): ئەمجۆرە كە سايەتييە تەنها خەياڵى لاى حەزو ئارەزوە كپكراوەكانيەتى.

4- كه سايەتى ئارەزو كارى ڕاڕا: ئەمجۆرە لە يەك كا تدا دوو جۆر ململا نێ لەناخ يدا ڕوودەدات، يەكێكيان بريتييە لەپێكدادانى نێوان (منى باڵآ) لەگەڵ (من)، دووەميشيان ململانێى نێوان (ئەو) و (من).

5- كەسايەتى نێرگزيى ڕاڕا: ئەمجۆرە كە سايەتيە بەتواناى پارا ستنى (من) بەكاريگەرى لە سەر (منى باڵآ) دەناسرێتەوە.

6- كه سايەتى نێزگز يى ئارەزو كارى: ئەمجۆرە لە كۆى هەردوو خە سڵەتى (نێر گزى) و (ئارەزوكارى) پێكهاتوە، ئەمجۆرە بەباوترين جۆر دادەنرێت.

دووەم: ئاستي ئاگايى و بێئاگايى و پێش ئاگايى

فرۆيد ناخى مرۆڤى دابەشكرد بۆ سێ ئاست كە ئەمانەن:

أ- **ئا ستى ئا گايى:** لايە نە ئا شكراو ڕوو نەكانى كە سايەتى دەردە خات، وا تە ئەو كاروبارا نە دەگرێتەوە كە هەنوكە لەبيريەتى و لێيان بەئاگايە[1].

ب- **ئاستى بێئاگايى:** زۆربەى لايەنەكانى كەسايەتى پێكدێنێت و بيرو حەزو ئارەزوە كپكراوە كانى مرۆڤ دەگرێ تەوە كە لەئا ستى ئا گايى مرۆ ڤدا نەماون و لەڕێ گەى خەون و نيشانەكانى نەخۆشيە دەمارييەكان بەتاڵيان دەكاتەوە، لەبەرئەوەى ئەستەمە بە ئاسانى بيانهێنيتە ياد تا جێبەجێيان بكات[2].

ت- **ئاستى پێش ئاگايى:** ئەو شوێنەيە كە مرۆڤ هەموو ئەزمون و بيرەوەرييەكانى تێدا پارا ستوەو لەكاتى پێويستدا وەيادیان دەهێنێتەوە، وەك شوێن و كات و قسە...هتد[3] .

سێيەم: غەريزەى مرۆڤ

فرۆيد غەريزەكانى مرۆڤى بۆ دوو جۆرى سەرەكى دابەشكردوە:[4]

1- غەريزەى ژيان (Eros): بريتيە لە پێداويستيە جە ستەيى و بايۆلۆجى و دەرونيي يەكان، كە هۆكارن بۆ ما نەوەو ز يادبوونى ژ مارەى مرۆڤ لەژيا ندا، ئە مەش دوو پاڵنەر دەگرێ تەوە، كە بريتين لە پاڵنەرى من و پاڵنەرى ليبيدۆ واتە (وزەى زيندەگى/ حيوي).

---

[1] ليلى شحرور (2009: 88).

[2] سەرچاوەى پێشو (88).

[3] د. نبيل سفيان (2004: 74).

[4] د. باربرا انجلر (1991: 50 - 62).

2- **غەریزەی مردن** (Tanatos): سەرجەم ئەو غەریزانە دەگرێتەوە کە دەبنە هۆی هاندانی مرۆڤ بۆ ئەوەی وێنەیەکی شەڕانگێزی بنوێنێ .

(3/2 □ 2) **تیۆرەکانی جۆر** (Type Theories):

ئەمجۆرە تیۆرە تایبەتە بەزانستی دەرونزانیەوە بۆ دەستنیشانکردنی کەسایەتی مرۆڤەکان، کە تیۆرەکانی جۆر دابەشدەبێت بۆ:

1- جۆرە فسیۆلۆجیەکان (هیبۆقرات)

2- جۆرە جەستییەکان (کرچمەر - ئەلبۆرت □ ڕۆجەرز)

3- جۆرە دەرونیەکان (کارڵ یۆنگ)

(3/2 □ 2– 1) **تیۆری جۆری فسیۆلۆجی**:

(هیبۆقرات) کە پزیشکێکی یۆنانیە کەسایەتیەکانی بەسەر چوار جۆر دابەشکرد کە بریتین لە:[1]

أ- کەسایەتی خوێنی: کەسانی چالاكو دڵخۆشو گەشبینو بابەتیو نەرمونیانو خۆپەرستن.

ب- کەسایەتی ڕەشۆکی: کەسانی گۆشەگیرو خەیاڵاویو بیرتەسكو تووندو کەللەڕەقن.

ج- کەسایەتی زەردباوی: زۆر تووڕەو توندوتیژو کەللەڕەقن.

د- کەسایەتی لیمفاوی: شلوشاوو لاملو خاوو خلیچكو چاوچنۆکن.

(3/2 □ 2– 2) **تیۆری جۆری جەستەیی**:

(کرچمەر) کەسایەتی بەپێی جەستەی مرۆڤ دابەشدەکات بۆ چوار جۆر کە ئەمانەن:[2]

أ- کەسایەتی قەڵەو.

ب- کەسایەتی لاواز.

ج- کەسایەتی وەرزشەوان.

د- کەسایەتی شێواو.

(3/2 □ 2– 3) **تیۆری خەسڵەتەکان** ÷ ª ü] k l (Traits Theory):[3]

---

[1] د. نبیل سفیان (2004: 39).

[2] سەرچاوەی پێشو (43 - 44) ، بۆ زانیاریی زیاتر بڕوانە هەمان سەرچاوە.

[3] سەرچاوەی پێشو (58 - 59).

1- کەسایەتی لەلای تیۆرەکەی (ئەلبۆرت) ڕێکخستنێکی دینامیکییە بۆ سەرجەم خەسڵەتەکانی تاك کە لەکەسانی تر جیای دەکاتەوە. خەسڵەتەکانیش بریتین لە:

أ- خەسڵەتی جەستەیی: ئەو خەسڵەتانە دەگرێتەوە کە پەیوەندی ڕاستەوخۆیان بەڕوخساری گشتی تاکەوە هەیە لەڕووی درێژیو کێشو تەندروستیو چالاکی...هتد.

ب- خەسڵەتی عەقڵیی: بریتین لەئەرکە عەقڵیەکان وەك ژیریو تواناو پرۆسە عەقڵیە باڵاکان وەك درکپێکردنو لەبەرکردنو بیرکردنەوەو بەئاگابونو خەیاڵکردنو ئاخاوتن....هتد.

پ- خەسڵەتی هەڵچوون: شێوازەکانی چالاکیی پەیوەند یدار بەهەڵچوونە جیاوازەکان لەخۆ دەگرێت وەك خۆشەویستیو ڕقوکینەو ترسو توڕەیی...هتد.

ت- خەسڵەتە کۆمەڵایەتییەکان: بریتیەلە ژینگەی تاکە کەس کە تیایدا گەورە بووە وەك ماڵو خێزانو قوتابخانە.

ئەلبۆرت پێی وایە هەریەك لەو خەسڵەتانە لە پشتی ڕەفتاری کەسایەتییەوەنو ڕۆڵیان هەیە لە دیاریکردنی توانا جیاوازەکانی کەسایەتی کە لەڕێگەیانەوە جۆری کەسایەتیەکەمان بۆ دەردەکەوێت، هەروەها پێی وایە هەرکەس لە ئێمە کۆمەڵێك خەسڵەتی تایبەت بەخۆی هەیە کە هەندێکیان سەرەکینو ئەوانی تریش لاوەکی کە کاریگەرییان لەسەر کەسایەتییەکە کەمترە بە بەراورد لەگەڵ خەسڵەتە سەرەکییەکاندا کە لەڕێگەیانەوە دەتوانین تاکەکان بناسینەوە، جا لە هەر کۆمەڵگایەك بن.

(3/2 2- 4) تیۆری خود

تیۆری خود ڕاستەوخۆ پەیوەستە بەزانستی دەرونزانییەوە بۆ دەستنیشانکردنی کەسایەتی. ئەم تیۆرە بەپێویستی دەزانێت تاكو کەسایەتی تەنها پشت بەئەزمونەکانیان ببەستن، هەروەها پێی وایە ڕەفتاری تاك بریتیەلە چالاکی ئاڕاستەکراو بۆ ئامانجێك لەپێناو جێبەجێکردنو تێرکردنی پێویستیەکانی تاك لەخۆشەویستیو ڕێزو هاوسۆزی. بە گوێرەی ئەم تیۆرە تاك بە چەندین ئەزمونو تاقیکردنەوەدا تێپەڕدەبێتو درکیان پێدەکات، لەچوارچێوەی بنەما کۆمەڵایەتیەکانیشدا ئەگەر ئەو ئەزمونانە لەگەڵ کەسایەتیو ناخیدا گونجا، ئینجا پەسەندیان دەکات، ئەگەر نەگونجان ڕەتیاندەکاتەوە. ئەو ئەزمونو کردەوانەی لەگەڵیدا دەگونجێن ڕەنگدانەوەی ئەرێنی لەسەر دەرونی ئەو کەسە دەبێتو ئارامی پێ دەبەخشێت، بەڵام بەپێچەوانەوە ئەگەر نەگونجان توشی شڵەژانی دەکات[1].

---

[1] محمود محمد الزيني (1984: 110 118).

(رۆ جەرز) پ ێی وا یە خود ڕەو شتی مرۆڤ و کە سایەتی دیار یدەکاتو چوار ڕەهە ندی بۆ دیاریدەکات:[1]

- **خودی ڕە سەن:** ئەو کە سە وەك خۆی وا یە، وا تە لەڕا ستیدا چۆنە هەر بەوجۆرە یە، هەر کەسێك لێی نزیکبێتەوە بۆی دەردەکەوێت.
- **خودی درکپێ کراو:** ئەو خودە یە کە لە بەر ڕۆ شنایی درکپێکراوەکاذ یدا خۆی دەنا سێت لەڕێگەی ئاوێتەبوونی لەگەڵ دەوروبەرو ژینگەدا.
- **خودی کۆمەڵایەتی:** ئەو خودیە کە لەکۆمەڵگادا وێنەی بۆ کێشراوە.
- **خودی نمونەیی:** ئەو خودەیە مرۆڤ هیوای بۆ دەخوازێتو هەوڵی پێگەیشتنی دەدات.

(3/2 2- 5) تیۆری جۆری دەرونیی

(کارڵ یۆنگ) کەسایەتی دابەشکرد بۆ دوو جۆر (کراوە، گۆشەگیر):

-1 کە سایەتی کراوە (Extravert / ċ »] [ ]: چالاکەو بە شداریی لە چالاکی کۆمەڵایەتی یدا دە کات، با یەخ بە خەڵکی دەداتو دۆ ستو هاوڕێ یانی زۆرنو حەز لە تێکەڵاوی دەکات، ژیانی خۆشدەوێتو بەرەوپیریەوە دە چێتو ڕا شکاوانە مامە ڵەدەکاتو ئا سوودەن لەژیا ندا. ئەمجۆرەش چوار لقی لێدەبێتەوە کە بریتین لە:[2]

1) **کەسایەتی کراوەی بیر کەرەوە:** ئەو کە سانە دەگرێتەوە کە بیرمە ندو گرنگیی بەڕا ستیەکان دەدەن، پراکتیکیینو بیری نوێ بەرهەم دێنن.

2) **کەسایەتی کراوەی ویژدانی:** کەسێکی کۆمەڵایەتیە، بە ئاسانی تێکەڵ بەخەڵکی دەبێتو خۆی لەگەڵیاندا دەگونجێنێت، بەڵام هەڵەشەیە.

3) **کەسایەتی کراوەی هەستیی:** خۆشی تەواوەتی لەئەزمونە هە ستییەکانیەوە وەردەگرێتو حەز لەتازەگەری و هەمەجۆریی دەکات، بەڵام زوو بێزارو بێتاقەت دەبێت.

4) **کە سایەتی کراوەی ئی لهامی:** پ شت بەهە ستەکانی دەبە ستێت، حەزی لەتازەگەری یە، بوێرو سەرکێشەو ڕێز لە دابونەریت ناگرێت.

-2 کەسایەتی گۆشەگیر (Introvert : I ċ ÷ کە سێکی ناکۆمەڵا یەتیو گۆ شەگیرو دورەپەرێزەو حەز لە تەنیایی دەکات، هەمیشە بیر لەخۆی دەکا تەوەو هەڵسوکەوتو ڕەفتارە کانی دەخاتە ژێر یاساو ڕێسای توندو گوماناوییەوە. ئەمجۆرەش چوار لقی لێدەبێتەوە:[3]

---

[1] د. باربرا انجلر (1991: 72 80).

[2] د. نبیل سفیان (2004: 48 - 49).

[3] سەرچاوەی پێشو.

1) کە سایەتی گۆ شەگیری بیر کەرەوە: فەیلە سوف یان تو یژەرە، گرنگ یی بە بیرو ناخ دەدات، شەرمن‌و بێدەنگە.

2) کەسایەتی گۆشەگیری ویژدانی: زوو هەڵدەچێت‌و پەنا بۆ دورە پەرێزی دەبات.

3) کەسایەتی گۆشەگیری هەستیی: حەز لە سروشت‌و هەستپێکراوەکان دەکات.

4) کەسایەتی گۆشەگیری ئیلهامی: بایەخ بەلایەنی نەرێنی‌و نامۆو نائاسایی دەدات.

کەسایەتی لای (یۆنگ):

کەسایەتی لەلای (یۆنگ) لەم سێ ئاستە پێکدێت:[1]

1- ئاستی من (الانا/ Ego): بریتیەلە عەقڵی بە ئا گا وەك درکپێکردن‌و وەبیرهاتنەوەو هە ست‌و بیرکردنەوە، ئەمەش وەك (من)ەکەی فرۆید وایە.

2-ئاستی بێ ئاگایی تاکە کەسی: ئەم خاڵانە لەخۆ دەگرێت:

- ئەو ئەزمونا نەی ڕۆژ یك لە ڕۆژان هە ستپێکراوبوون دوا تر کپ کران یان لەناوبران یان لەبیرکران.
- ئەزمونە لاوازەکان کە ناتوانن بەشێوەیەکی ئاگایی کارلێکەربن.
- گرێی دەرونیی: بریتیەلە هەست‌و بیرۆکەو بیرەوەری.

3- ئاستی بێئاگایی بەکۆمەڵ: هەموو ئەو ئەزمونە کەڵەکەبووە بۆ ماوەییا نەی مرۆڤ دەگرێتەوە، کە سەدان ساڵە بە سەریدا تێ پەڕیون، بەڵکو لە گەڵ بوونی مرۆ ڤدا لە سەر زەوی هەبوون، هەروەها بریتیە لە لاسایی‌و زیندوکردنەوەی ئەو ئەزمونە ڕابردوا نەی کەبە سەر باوباپیرا نمان تێپەڕیوەو لەئێستادا دووبارە دبنەوە[2].

(3/2 □ 3) تیۆری ڕەفتاریی

ئەم تیۆرەش تایبەتە بەزانستی دەرونزانی بۆ دیاریکردنی کەسایەتی تاکەکان. کە سایەتی لای ئەم تیۆرە بریتیە لە شێوازی ڕەفتاریی فێرکراوی چە سپاو کە تاك لە کە سانی تر جیادەکا تەوە، بۆ نمونە: ئەگەر کەسێکمان بینی لەحاڵەتی هەڵچوندا بوو، ئەوە مانای ئەوە نیە ئەو کە سە کە سێکی توڕەیە، تا ڕاستەوخۆ ئەو بڕیارەی لەسەر بدەین، بەڵکو ئەگەر کەسەکە حاڵەتەکەی بە بەردەوامی دوو بارەبۆوە، ئینجا دە توانین بڕ یار بدەین کە کە سێکی توڕە یە، چونکە ڕەفتارە کەی چە سپاوو جێگیردەبێت[3].

---

[1] د. نبیل سفیان (2004: 83).

[2] سەرچاوەی پێشو (84).

[3] محمود محمد الزيني(1984: 107).

(4 - 3/2) پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی بۆ سیستمی نواندن:

سیستمی نواندن بەشێکە لە بەشەکانی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی، کە ئەم پرۆگرامەش هەڵدەستێ بە "وەرگرتنی زانیاریەکانمان و پاراستنیان و پاشان چۆنیەتی بەکارهێنانی لە شێوەی ڕەفتاردا"[1] ، هەر چی سیستمی نواندنشە: ئەو بەشەیە کە: " عەقڵی بەئاگایی دەتوانێت درك بەزانیارییە پارێزراوەکان بکات"[2]، هەموو ئەزمونەکانمان بەدرێژایی ژیانی ڕۆژانەمان دەرەنجامی بینین، بیستن، هەست، بەرکەوتن و بۆنکردنە، لەپرۆگرامی زمانەوانیی دەماریشدا هەموو ئەم هەستانە دەگێڕێنەوە بۆ سیستمی نواندن. لەم پرۆگرامەدا کرداری وەرگرتنی زانیاریەکان لە ڕێگای هەستەکانەوە بەسیستمی نواندن ناو دەبرێت. سیستمی نواندن ڕێگایە کە بۆ دەستنیشانکردنی کەسایەتی مرۆڤەکان، هەربۆیە لەم نامەیەدا پەنابراوەتەبەر سیستمی نواندن بۆ دیاریکردنی کەسایەتی و پاشان دووبارە بنیاتنانەوەی.

هەستەکانی مرۆڤ پێنج جۆرە، هەریەکەیان کارو تایبەتمەندی خۆی هەیە و، پەیوەندی ڕاستەوخۆیان بەدەمارەکانی مێشکەوە هەیە، کە لەڕێگایانەوە مرۆڤ فەرمان وەردەگرێت و زانیارییە پارێزراوەکانی لەشێوەی ئاخاوتن و ڕەفتاردا دەخاتەڕوو، بۆیە (کاتێك زانیاریەکانمان لەڕێگەی هەستەکانمانەوە وەردەگرین مێشك هەڵدەستێ بە کرداری کۆدکردنی ئەو زانیاریانە بەهەمان ئەو شێوەیەی کە هەیەتی، بۆ نمونە کاتێك زانیاری وێنەیی وەردەگرین ئەو کات مێشك لەشێوەی وێنە ئەو زانیارییانە کۆد دەکات، هەروەها زانیاری بیستن لەشێوەی دەنگ و شە کۆد دەکات و زانیاریەکانی هەستکردنیش لەشێوەی هەست و سۆز کۆد دەکات، بۆیە هەر کات زانیارییمان بوێت ئەوە مێشك بەهەمان ئەو شێوەیەی زانیاریەکانی تێدا پارێزراوە گوزارشتیان لێدەکات)[3].

هەر مرۆڤێك سروشت و ڕەفتاری تایبەت بەخۆی هەیە، کە ئەمیش دوو خەسڵەتی دێرینی هەموو تاکێکن، دەتوانرێت لەڕێگەی تەکنیکی مامەڵەکردنەوە گۆڕانکارییان بەسەردا بهێنرێت، ئەم تەکنیکەش بریتییە لەپرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی کە (لێکۆڵینەوە لەبارەی سروشتی مرۆڤ و

[1] البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423 هـ. http:// www.nlpnote.com

[2] سەرچاوەی پێشوو.

[3] سەرچاوەی پێشوو.

ڕەفتاریان دەکات‌و چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ مرۆڤدا بە شێوەیەکی ڕون و ئاشکرا دەخاتەڕوو، بەجۆرێك خۆشەویستی‌و لێکتێگەیشتن لەنێوان هەردوولا دێنێتە کایەوە، وەك ئامرازێك وایە مرۆڤ پشتی پێ دەبەستێ بۆ ئەنجامدانی گۆڕانکاری لە ناخ‌و ڕەفتاریدا)[1]، بۆ نمونە "باشترکردنی بیرکردنەوەو ڕاستکردنەوەی ڕەفتارو گەشەپێدانی توانا و بەهرەکانی‌و ڕاستکردنەوەی سیفەتی تاك"[2] ، لەهەمانکاتدا ئامرازێکە بۆ کارلێکردن لە کەسی بەرامبەر، واتا ئەم زانستە دوو ئەرکی هەیە کە بریتین لە: "گۆڕین‌و کارلێکردن (گۆڕینی ناخ‌و کارلێکردن لە بەرامبەر)"[3] بێ ئەوەی دەسەڵاتی بەسەر ئەنجامدەری کارەکەدا هەبێت.

لە دیارترین دۆزینەوەکانی ئەم زانستە (پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی) ئەوەیە کە پێی دەوترێت ئاماژەکردن بۆ گەیشتن بەچاو (اشارات الوصول العینی/ Eye Accessing Cues) کە شۆڕشێکی گەورەی بەرپاکرد و بوارێکی فراوان‌و وانەی پڕاکتیکی زۆری هێنایەکایەوە بۆ ناسینەوەی کەسایەتی بەرامبەر، لەڕووی چۆنیەتی بیرکردنەوەو پاراستنی زانیاری‌و وەبیرهێنانەوەی زانیارییەکانی، هەروەها لەڕووی درۆکردن یان هەوڵدان بۆ دروستکردنی وێنەیەك لەمێشکیدا. یەکێکی تر لە لایەنە پڕاکتیکییەکانی ئەم زانستە ئەوەیە، کە چاودێری چۆنیەتی بیرکردنەوەی کڕیار دەکات بەر لەوەی بڕیار لەسەر کڕینی شتومەك بدات، بەڵکو ئامانجی سەرەکی ئەم زانستە بریتییەلە باشترکردنی جۆری پەیوەندی لەگەڵ کەسانی ترو تێگەیشتن لە بەرامبەرو کارلێکردنیان[4].

ڕووداو و قسەو ئەندێشەی مرۆڤەکان بە بەراورد لەگەڵ ژمارەیان لەسەر گۆی زەوی یەکجار زۆرترن، بۆیە لەگەڵ هەریەك لەم سێ فاکتەرە هەستی بینین بەجۆرێك دەبێت کە جوڵەکانی دەگونجێنێت‌و وای پیشان دەدات کە ئاوێتەیان بووە، ئەوەش زۆر بەڕوونی دەردەکەوێت لەڕێگەی جوڵەکانی چاوەوە (Eye Movements) کە پەیوەستن بە بیرکردنەوە لە شتێك یان دروستکردن یان وێناکردنی (تخیل) شتێك، هەروەها پەیوەستن بە هەستی ناوەکی‌و قسەی ناخەوە، بۆیە لەڕێگەی زانستی پرۆگرامی زمانەوانی دەمارییەوە دەردەکەوێت کە جوڵەکانی چاو مانای تایبەتیی خۆیان هەیە[5]، بۆ نمونە:[6]

---

[1] أ. محمد الطيارة (د ت: 1) http://www.altanmiya.org

[2] د. محمد يوسف الهاشمي (2006: 7)

[3] أ. محمد الطيارة (د ت: 1) http://www.altanmiya.org

[4] أ. زراق العصيمي (2006: 3) http://vb.arabseyes.com/t22124.html

[5] سەرچاوەی پێشو(3 - 4).

[6] سەرچاوەی پێشو (4 - 5) .

ئەگەر جوڵەی چاو هەمیشە لەئاستی گوێچکەدا بوو ئەوە ئاماژەیە بۆ شتێك کە پەیوەندی بە بیستنەوە هەیە.

ئەگەر جوڵەی چاو لە ئاستی بەرزتر لەگوێچکەدا بوو ئەوە ئاماژەیە بۆ شتێك کە پەیوەندی بە وێنەوە هەیە.

ئەگەر جوڵەی چاوەکان لەخواروی ئاستی گوێچکەوە بوو ئەوە ئاماژەیە بۆ هەستو نەستو قسەی ناخ.

هەندێ لەو کەسانەی دەستی چەپ بەکاردێنن لەکاتی دروستکردن یان ڕێکخستن یان وێناکردنی دیمەن یان دەنگێك لە مێشکیاندا جوڵەی چاویان ڕووەو لای ڕاست دەچێت.

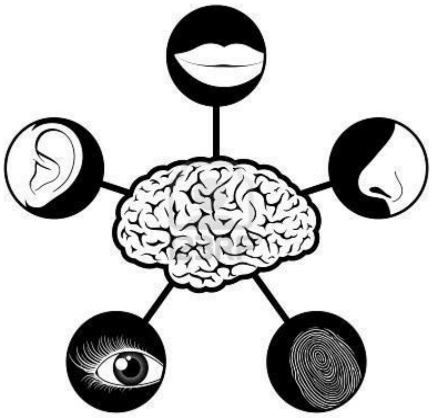
بەڵام لەکاتی وەبیرهاتنەوەی وێنە یان دەنگێك ئەوە ئاڕاستەی جوڵەی چاویان ڕووەو لای چەپ دەچێت.

لێرەشدا ڕوبەڕوی دوو حاڵەت دەبینەوە سەبارەت بە خاڵی سێیەم کە جوڵەی چاو ڕووەو خوار ئاستی گوێچکەوەیە، ئەو دوو حاڵە تەش بریتیین لەوەی جوڵەی چاو ڕووەو لای ڕاستو چەپ دەبنەوە کە جوڵەکان (سەبارەت بەهەستو نەست ڕووەو خوار بۆ لای ڕاست دەبێت، بەڵام سەبارەت بە قسەی ناخ ڕووەو خوار بۆ لای چەپ دەبێت)[1].

---

[1] أ. زراق العصيمي (2006، 3 - 6) http://vb.arabseyes.com/t22124.html

(3/2-4-1) سیستمی نواندن (Representation systems)



سی ستمی نوا ندن بریتییە لە شێوازێك کە (گوزار شت لە وا قع دە کات لە مێ شکماندا لەڕووی پێشوازیکردن‌و پاراستن‌و ئاڕاستەکردندا، واتە کاتێك مرۆڤ هەر زانیاری یەکی دەرە کی وەردەگر ێت ئەوا لەڕێگەی یەکێك لە هە ستەکانییەوە ئەو زانیاری یە وەردەگر ێت، بۆ نمو نە: ئەو زانیاری یەی لەوێستگەی بیستنەوە وەریدەگریت زانیارییەکی بیستراوەییە، هەروەها ئەوەی لەڕێگەی بینی نەوە وەریدەگریت زانیاریی بینراوەییەو ئەوەشی لە ڕێگەی بۆن یان تام یان بەرکەوتنەوە وەر یدەگریت زانیارییەکی هەستییە، کەوا تە ئەو زانیاریيا نەی لەڕێگەی هە ستەکانەوە وەر یدەگریت دەخزێ نە ناو عەقڵەوە کە لێی تێدەگات‌و پا شان دەیپارێز ێت دوا تر کە بیەوێت زانیارییە کە بۆ بەرامبەر بنێرێت ئەو کات لەڕێگەی هەست یان بیستن یان بینینەوە گوزارشتی لێدەکات)[1]، بۆ نمونە:[2]

کاتێك گوێت لە وشەی (دەریا) دەبێت، کام لەمانەت بە مێشکدا دێت؟

1. دیمەنی ڕەنگی شین‌و شەپۆلی دەریا.
2. گوێت لە دەنگ‌و شەپۆلی دەریا دەبێت.
3. هەست بە گەرمی لی کەنار دەریا دەکەیت.

بێگومان هەریەك لە ئێمە یەکێك لەم خالآ نە هەڵدە بژێرێت کە بە مێ شکیدا د ێت، بۆ یە ئە گەر خالّی یە کەمی هەڵبژارد ئەوا کە سێکی بینراوەی یە، بەلاّم ئە گەر خالّی دووە می هەڵبژارد ئەوا کەسێکی بیستراوەییە، وە ئەگەر خالّی سێهەمی هەڵبژارد ئەوا کەسێکی هەستییە.

---

[1] أ. زراق العصيمي (2006، 4) http://vb.arabseyes.com/t22124.html

[2] سەرچاوەی پێشو .

هەریەکێك لەئێمە هەستەکانی کاراو چالاکن بە بەردەوامیی، بەلاّم هەر یەکێکمانو سیستمێکی نواندن تایبەت بەخۆی هەیە، کە بەسەر سیستمەکانی تردا زالّترەو لە ڕێگەی ئەو سیستمە زالەوە مامەلّە لەگەلّ ڕووداوەکاندا دەکەین (هیچ کەس 100٪ بینراوەیی یان بیستراوەیی یان هەستیی نیە، بەلّکو هەموو کەسێك ئەو سێ سیستمەی تێدا یە، بەلاّم بەڕێژەیەکی جیاواز بە مەرجێك یەکێك لەو سیستمانە بەسەر ئەوانی تردا زالّترە، لە ئەنجامی ئەو زالّبونە سیستمی کەسەکە دیاریدەکرێت)[1].

مرۆڤ لە سەرەتای ژیانیەوە تا فەنابوون بە بەردەوامی زانیاری لەزۆر بەی بوارەکاندا کۆدەکاتەوە بۆ بەڕێوەبردنی کاری ڕۆژانەی سودیان لێ وەردەگرێت، ئەو زانیارییانەش لە خۆوە وەدەست نایەن، بەلّکو پێویستیان بە گەڕان هەیەو پاش وەرگرتنیان لە یادگەدا دەپارێزرێن تا لە کات و شوێنی پێویستدا سود بەخاوەنەکەی بگەیەنن، چونکە (هەموو ئەو زانیاریو ئەزمونانەی لەڕێگەی زمانی وتراو (verbal) یان نەوتراو (nan-verbal) وەدەستی دەهێنین لەڕێگەی هەر پێنج هەستەکەمانەوە (بیستن، بینین، بۆن، تام، هەست) وەر یدەگرینو لەڕێگەی دەمارەکانەوە (neruo) دەگوێزرێنەوەو لەمێشکدا چارەسەر دەکرێنو بەپرۆگرام دەکرێن، وەك شیکردنەوەو لێکدانەوەو بەراوردکردنو پاراستن کە لەبەر ڕۆشناییاندا پەرچە کردارو کاردانەوەیان بەسەر دێت. هەر شتێك لەمانەی باسکران کاری تایبەت بەخۆیان هەیەو لە شێوەیەکی دیاریکراوو سنورداردا شتەکان (مدخلات) وەردەگرن کە بەهیچ شێوەیەك تێکەلّ بە یەك ناکرێنو نابن، بۆ نمونە: هەستی بەرکەوتن (لمس) لەڕێگەی هەستکردن بە گەرمی یان فشار یان ئازار شتەکان وەردەگرێت، چونکە وەرگری دەماریی تایبەت بەخۆی هەیە، بۆیە ناکرێت یەکێك لە شتە تایبەتەکانی پەیوەندیدار بەهەستی بۆن لە ڕێگەی هەستی بەرکەوتن بخزێنرێتە ناو مێشکەوە، هەروەها بۆ هەستەکانی تریش، چونکە ئەم شتانە لەڕێگەی دەمارەوە دەگوێزرێنەوەو لەمێشکدا چارەسەر دەکرێن واتە پرۆسەی پرۆگرامکردنی دەمارییان بۆ دەکرێت)[2].

---

[1] أ. محمد الطيارة (د ت: 1 - 2) http://www.altanmiya.org

[2] أ. زراق العصيمي (2006، 2) http://vb.arabseyes.com/t22124.html

(3/2-4-1- 1) **سیستمی بینراوەیی** (**بصری**/ visually)

سیستمی بینراوەیی جۆرێکە لەجۆرەکانی سیستمی نواندن، کە ئەم سیستمە درکپێکردنە لەڕێگەی بەکارهێنانی هەستی بینینەوە کە هەموو ئاگاییەکەی لەسەر وێنەو ڕەنگەکان چڕدەکاتەوە[1].

(3/2-4-1-1-1) **کەسایەتی بینراوەیی** ÷ e ² ¦ ĉ Ď B:

بەدر ێژایی ژ یانی هەموو تاک ێك چەندین کە سی جۆراو جۆر لەڕووی ڕوخ سارو ڕەف تارو کەسایەتیەوە دەناسێت، هەموشمان بێ جیاوازی ئەوجۆرە مرۆڤا نەمان هاتۆ تەڕێ، کە کە سانێکن تیشکی چاویان بۆ بینینی کەس و شت و ڕا ستیەکان زۆر ت یژە، کە سەرجەم وردەکارییەکان لەڕێگەی چاویانەوە دەبینن، ئەمجۆرە کەسایەتیەش پێیان دەوترێ بینراوە یی کە (جیهانی ناوەو دەرەوەی لە شێوازی وێنەو دیمە ندا دێتە مێشكو بەر چاو. زۆر بەی کات زانیارییەکان لەڕێگەی ب ینینو چاو وەردەگر ێتو جیهان لە شێوەی وێ نە دەبینێتو جیهانی لە شێوەی وێ نە بیردەکەوێتەوە، هەروەها زۆر ورد دەبێت لەتێبینیکردنی ڕەنگەکانو تەنسیقکردن لەنێوانیاندا، ڕەنگەکان بەشێوەیەکی بەرچاو جیا دەکاتەوەو بەزۆری وشەی تایبەتمەند بەواتای بینین بەکار دێنێت)[2]، بۆ نمونە دەڵێت:" من وای دەبینم ، من دەیبینم کە پێویستە وا بکرێت، بینیت چۆن قسەی دە کرد، دەبینیت، دەڕوانیت، تێبینی دە کەم، ڕەنگی جوان و درەو شاوە، نا ڕوون (غیر واضح)"[3]، واتا ئەگەر وشەکان بە زۆری باسی لە بینین کرد ئەوا کەسێکی بینراوەییە.

(3/2-4-1-1-2) **ئەدگار و تایبەتمەندییەکانی کەسایەتی بینراوەیی:**

- (خێرا قسە دەکات.
- زۆر دەجوڵێت.

---

[1] د. ابراهیم الفقی (2009: 83).

[2] سعید بن محمد آل ثابت، الأنماط التمثیلیة، http://www.saaid.net/Doat/thabit/3.htm

[3] Gerry Murray& Bryce Redford (13)

- تەماشای سەرەوە دەکات.
- کە گوێ دەگرێت تەماشای قسەکەر دەکات.
- لە سەروی سنگەوە هەناسە دەدات)[1].
- (بە پەلە بڕیار دەدات.
- توانای پلان دانانی هەیە.
- توانای پێشبینیکردنی دەرەنجامەکانی هەیە.
- کەسێکی چالاکە.
- دەنگی گڕە.
- حەز لە ڕێکخستنی شتومەك دەکات)[2].

(3-1-1-4-3/2) کەموکوڕییەکانی کەسایەتی بینراوەیی:[3]

- بەوێنەو دیمەنەکان هەڵدەخڵەتێت.
- زیاتر پشت بەزانیارییە وێناکراوەکان دەبەستێت.
- هەست بەنارەحەتی دەکات کاتێك لەگەڵ بابەتە ناوێنەییەکاندا مامەڵە دەکات.
- لەکاتی قسەکردندا وشەکانی پێش ماناکان دەکەون.
- بیرۆکەی جوانی هەیە، بەڵام جێبەجێیان ناکات.

(4-1-1-4-3/2) چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی بینراوەییدا:

سەرەتا لە قۆناغی یەکەمدا پێویستە مرۆڤە کە هەڵبسەنگێنیت، تاوەکو بزانیت کام جۆری سیستمی نواندنەیە، پاشان پێویستە وەکو خۆیان مامەڵەیان لەگەڵدا بکرێت بۆ سەرنجڕاکێشانیان و کارلێکردنیان، بۆ نمونە ئەگەر کەسەکە لە جۆری بینراوەیی بوو ئەبێت تۆش ڕەفتاری خۆت بگۆڕیت بۆ بینراوەیی، بۆ نمونە:[4]

- قسەکردن بە دەنگێکی کەمێ بەرز.

---

[1] د. محمد يوسف الهاشمي (2006: 38)

[2] البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423هـ.
http:// www.nlpnote.com

[3] أ. محمد الطيارة (د ت: 3) http://www.altanmiya.org

[4] سعود الجذلي، أساسيات في فن الإتصال اللا محدود، http://www.bluwe.com

- خێرا هەڵسوكەوتكردن بۆ جێبەجێكردنی كارەكان.
- دەرخستنی تواناو چالاكیی لەكاتی مامەڵەكردن لەگەڵیاندا.
- بەكارهێنانی شێوەی وێنەو خەیاڵ لەكاتی قسەكردن لەگەڵیاندا.
- بەكارهێنانی زمانی جەستەو گوزارشتە جەستەییەكان لەكاتی قسەكردن.
- باسكردنی ئەو بابەتانەی جێگەی سەرنجی ئەم جۆرەن بەمەبەستی دروستكردنی دۆخێكی لەبارو پاشان ڕاكێشانیان بۆ ئەو مەبەستەی قسەكەر دەیەوێت.

(3/2-4-1- 2) **سیستمی بیستراوەیی** (**سمعی**/ Auditory):

سیستمی بیستراوەیش جۆرێكی تری سیستمی نواندنە، ئەم سیستمەش" لە ئەنجامی درككردن بەبیستن یان قسەكردنی ڕاستەوخۆ یان پارێزراو لەیادگەدا یان قسەی ناڕاستەوخۆ بەرهەمهاتوە، وەك گوێگرتن لەڕادیۆ یان تەلەفزیۆن كە بیستنێكی ڕاستەقینەی دەرەكی ناڕاستەوخۆیە، كاتێك لەمێشكدا دەیپارێزێت و دواتر وەیادی دێنیتەوە، و پاشان دەبێتە دەنگێك لەیادگەدا"[1].

(3/2-4-1-2-1) **كەسایەتی بیستراوەیی** (\ ÷ ª ü ä Ċ Ď):

هەروەك چۆن كەسایەتی بینراوەیی هەموو نهێنیەكانی ژیان لەڕێگەی بینینەوە بەرجەستە دەكات، بەهەمان شێوە كەسایەتی بیستراوەیش پەنادەباتە بەر دەرخستنی وردەكارییەكانی ژیان، بەڵام بەجۆرێكی جیاواز لەگەڵ كەسایەتی بینراوەییدا، چونكە كەسایەتی بیستراوەیی لەڕێگەی بیستنەوە ڕاستییەكان دەستەبەر دەكات، هەر بۆیە كەسایەتی بیستراوەیی ئەو كەسەیە كە (لەڕێگای دەنگەوە لە دونیای دەرەوەو ناوەوە تێدەگاتو هەموو تەركیزكردنی لەسەر هەستی بیستن دەبێتو بەشێوەیەكی بەرچاو دەنگو ئاوازەكان لەیەكتر جیادەكاتەوە)[2] .

---

[1] البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423 هـ. http:// www.nlpnote.com

[2] أ. محمد الطيارة (د ت: 11) http://www.altanmiya.org

بیستن چەند بەشێکی لێ دەبێتەوە کە ئەمانەن:[1]

1- بیستنی ڕاستەقینە (سمع حقيقي/ Peal Auditory): ئەو دەنگە ڕاستەقینەیەیە کە ڕاستەوخۆ ڕووبەڕوو گوێت لێ دەبێت.

2- بیستنی وەبیرهێنانەوە (سمع تذكري/ Remember Auditory): ئەو دەنگەیە کە پاش گوێگرتن لێی لەعەقڵماندا دەیپارێزینو دوای ماوەیەك وەبیرماندێتەوە، لەوانەیە بە وشەیەك یان ڕووداوێك یان ڕەمزێکی دیاریکراو بیرمان بکەوێتەوە.

3- بیستنی دروستکراو (سمع انشائي/ Construct Auditory): ئەو دەنگەیە کە پێشتر گوێمان لێ نەبووە یان لە یادگەدا نەپارێزراوە (خەزن نەکراوە)، وەك دروستکردنی دەنگی ئادەم (د.خ) کە ئێمە گوێمان لێ نەبووە تادەنگێکی دیاریکراوی بۆ دروست بکەین.

4- بیستنی ژمارەیی (سمع رقمي/ Auditory Digital): بریتییە لە قسەی ناخ، یان بیستنی ناخ (سمع داخلی)، واتە کەسێك کە دەیەوێت بڕیارێك بدات، یان کارێك بە ئەنجام بگەیەنێت، پێشتر لەگەڵ خۆیدا قسە دەکات جا ئەو قسەکردنو دەنگە بیستراو بێت یان نەبیستراو.

(2-2-1-4-3/2) ئەدگار و تایبەتمەندییەکانی کەسایەتی بیستراوەیی:[2]

- حەز لە ناوچە بیابانەکان دەکات.
- چەند جۆرە تۆنێك (طبقة) لەکاتی قسەکردندا بەکاردەهێنێت.
- بەشێوەیەکی زۆر خێرا دەنگەکان لەیەکتر جیادەکاتەوە.
- لەکاتی قسەکردن یان بیرکردنەوە یان بڕیارداندا کات بەخۆی دەداتو قسەکانی لە عەقڵەوە هەڵدەقوڵێت.
- لەکاتی ڕاوەستاندا کەمێك سنگی دێنێتە پێشەوە.
- کەسانێکی زۆر عەقڵانین.
- جوڵەو خێرایی کەمترە لە کەسی بینراوەیی.
- پرسو ڕاوێژ دەکات پاشان بڕیاری گونجاو دەدات.
- ئارامو لێبوردە دەبێت پاش ئامۆژگاریکردنی.
- (گوێگرێکی زۆر باشەو قسە بە بەرامبەرەکەی نابڕێت، بەڵام زوو زوو دەبێت کاتێك بەرامبەرەکەی قسەی پێ ببڕێت.

---

[1] البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423هـ. http:// www.nlpnote.com

[2] سعيد بن محمد آل ثابت، الأنماط التمثيلية، http://www.saaid.net/Doat/thabit/3.htm

- بەشێوەیەکی زۆر لەسەرخۆ هەناسە دەدات.
- لەسەر بنەمای بیستن یان لێکدانەوەی ڕووداوەکان بڕیار دەدات.
- هەرچیەك بڵێت مەبەستیەتی.
- دانایی‌و تێڕوانین‌و ڕێکخستن‌و عەقڵانیەتیان تێدایە لە ڕێکخستنی کارو بیرۆکەکانیان.
- لەکاتی قسەکردندا تەماشای قسەکەر ناکات.
- زۆر تەماشای ناوچاوی قسەکەر ناکات.
- لاسایی کەسەکان دەکاتەوە بە تایبەتی لەکاتی گاڵتەپێکردندا.
- حەزی لە دیالۆگ هەیە)[1].
- بە زۆری لە قسەکانیدا ئەم و شانە بەکاردێنێت " گوێبگرە، ئەڵێم، بە وردی گوێبگرە، دیالێکت، بێزارکەر، هاوار، چپە، پرسیارو وەڵام، دیالۆگ، بێ دەنگ بە، ئاواز، موزیك..."[2].

(3-2-1-4-3/2) کەموکوڕییەکانی کەسایەتی بیستراوەیی:[3]

- بێ توانایی لەمامەڵەکردن لەگەڵ قەیرانەکاندا.
- قسەی بەرامبەر کاری لێدەکات.
- قسەی زۆرە و کرداری کەمە.
- شەیدای دەنگە.
- کەسێکی ناواقعیە سەرەڕای ئەوەی عەقلانیە، هەمیشە خۆی بەکەسێکی سەرکەوتوو دادەنێت و باوەڕی بەشکستهێنان نییە.
- دیمەنە جوانەکان سەرەنجی ڕاناکێشن‌و بایەخیان پێ نادات.
- ڕونکردنەوەی بابەتەکانی بەقسەکردن لەلا ئاسانترە وەك لەنوسین.
- کێشەی لە گەڵ تافیکردنەوەی زارەکیدا هەیە، چونکە کە هەڵە دەکات ئیتر زنجیرەی بیرۆکەکانی دەپچڕێن‌و بەئاسانی نایەتەوە دۆخی جاران.
- زیاتر ئارەزوی فەلسەفەو دیالۆگ‌و وتووێژ دەکات[4].

---

[1] د. شریف عرفة (د ت: 3)

[2] سعيد بن محمد آل ثابت، الأنماط التمثيلية، http://www.saaid.net/Doat/thabit/3.htm

[3] أ. محمد الطيارة (د ت: 12) http://www.altanmiya.org

[4] سعيد بن محمد آل ثابت، الأنماط التمثيلية، http://www.saaid.net/Doat/thabit/3.htm

(4-2-1-4-3/2) **چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی بیستراوەییدا**:

سەبارەت به مامه ڵەکردن له گەڵ که سایەتی بیستراوەییدا، پێویسته به هەمان شێوەی خۆی مامەڵەو هەڵسوکەوتی لەگەڵدا بکرێت بۆ سەرنجڕاکێشانیو پاشان کارلێکردنی، بۆ نمونه:[1]

- هاوسەنگی لەهەموو شتێکدا، خێرا قسەکردن، دەنگ بەرزکردنەوە، جوڵەی جەستە، جوڵەی چاو، زمانی جەستە.
- بەکارهێنانی لێکدانەوەی عەقلانیو لۆژیکی لەکاتی قسەکردنو دیالۆکدا بەشێوەیەك لەگەڵ بیروبۆچوونو ئاستی ڕۆشنبیری بەرامبەر بگونجێت، هەروەها ئیکتیفا نەکردن بەوەسفی ڕوکەشی هەر بابەتێك یان وەسفی هەستەکانمان لەکاتی خستنەڕووی بابەتێكو ڕادەربڕین لەسەری.
- گۆڕینی ئاوازەی (نبرة) دەنگو بەکارهێنانی و شەگەلی دەنگییو قسەنەکردن بەیەك جۆر ڕیتموتۆن، چونکه بەرامبەر توشی خاوبونەوەو بێزاری دەکات، بۆیه ژن دەتوانێت لەڕێگەی دەنگەوە کار له پیاوی بیستراوەیی بکات بەشێوەیەك زۆر له ڕوخسارو خۆڕازاندنەوە کاریگەری زیاتر دەبێت.
- بەکارهێنانی وشەگەلی بیستراوەیی یان عەقلانی لەکاتی قسەکردنی لەگەڵیدا.

(3-1-4-3/2) **سیستەمی هەستیی** (Kinaesthetic / ċ ª Ã \ : þ):

ئەو سیستەمەیه که"له ئەنجامی درککردن به هەست، جا هەستی ڕاستەقینه بێت یان خەیاڵیی دێتەکایەوە، ئەوەش لەڕێگەی هەستی بەرکەوتن وەك دەست لێدانی قوماشێکی نەرم یان سۆز وەك وەبیرهاتنەوەی هەستی خۆشی یان ناخۆشی".[2]

---

[1] أ. محمد الطيارة (د ت: 14) http://www.altanmiya.org

[2] البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423 هـ. http:// www.nlpnote.com

ئەمجۆرە دەبێتە سێ بەشەوە (هەستی ڕاستەقینە (حقیقی)، هەستی وەبیرهاتنەوە (تذكري)، و هەستی دروستكراو (انشائی):[1]

1- **هەستی ڕاستەقینە** (حقیقي/ Real Kinaesthetic): ئەو هەستەیە كە دەبێتە دوو بەشەوە (دەرەكیو ناوەكی)، بۆ نمونە، هەستكردن بەگەرما یان سەرمای كەشو هەوا هەستی دەرەكیە، هەستكردنیش بەئازاری ناو سك ئەوە هەستی ناوەكییە.

2- **هەستی وەبیرهاتنەوە** (تذكري/ Remember Kinaesthetic):

بۆ نمونە: وەبیرهاتنەوەی شەوێكی یەكجار ساردی سالأنی ڕابردو، ئا لەم كاتەدا تۆ هەستێكی ئازار بەخشت وەیاد دێتەوە. ئەم حاڵەتەش بەستراوە بە ئەزمونی تایبەتی تاكەكانەوە كە پێ دەچێت لەلای كەسێكی تر ئازار بەخش نەبێت.

3- **هەستی دروستكراو** (انشائي/ Constructed Kinaesthetic): نمونەی ئەمجۆرە ئەوەیە، كاتێك پێت دەڵێن چ هەستێكت هەیە ئەگەر ئێستا لەسەر هەسارەی مەریخ ژیانت بەسەر بېردایە، ئا لەم حاڵەتەدا هەستێكی تازەت بۆ دروست دەبێت كە پێشتر دركت پێ نەكردووە.

(1-3-1-4-3/2) **كەسایەتی هەستیی**: T B Ď Ċ ª Ã \

كەسایەتی هەستی پشت دەبەستێت بەدنیای هەست و نەست، نەرم و نیانی ئەمجۆرە مرۆڤانە لەڕادە بەدەرن، و " زۆر هەست ناسكن، بەڵكو هەستو سۆزیان بە شێوەیەكی بەرچاو كۆنترۆڵی ڕەفتارەكانیان دەكاتو كەسانێكن لەسەر بنەمای هەڵوێست شێوەی مامەڵەیان لەگەڵ بەرامبەردا دەگۆڕن، بۆ نمونە: ڕۆژێك لێت ڕازیەو ڕۆژێكیش زیز، ئەگەر باسی ڕووداو یان بەسەرهاتێكیشی بكات، ئەوە لەڕێگەی هەستكردن بەو ڕووداوو بەسەرهاتەوە بۆت دەگێڕێتەوە، بۆیە هەموو بریارەكانیان لەسەر بنەمای هەستو سۆز دەدەن"[2].

(2-3-1-4-3/2) **ئەدگار و تایبەتمەندییەكانی كەسایەتی هەستیی**:

- (زۆر هێمنو لەسەرخۆیە بەئەستەم گوێت لەپێكەنینی دەبێت.
- جوڵانەوەی زۆر لەسەرخۆ و هێمنەو زۆربەی كات بێ دەنگە.
- لەسەرخۆ هەناسە دەدات.

---

[1] البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423 هـ. http:// www.nlpnote.com

[2] د. محمد بن عبدالعزيزالعقيل (1430هـ: 36). بڕوانە: أ. زراق العصيمي (2006: 17)

- بە شێوەیەکی بەر چاو هە ستی بری ندار دەب ێت لەو مە سەلانەی پەیوە ندییان بەهە ستو سۆزەوە هەیە، چونکە قسە زیاتر بریندارى دەکات وەك لێدان.
- بڕیاردانی کاتێکی زۆر دەخایەنێت، چونکە هەستو نەستی تەحەکومی پێوە دەکەن)[1].
- (کرداری دەوێت نەك قسە.
- بڕیارەکانی لەسەر بنەمای هەستو سۆز دەدرێن.
- حەزی لەکۆڕو کۆبونەوە نیە، بەلاَم بڕیارەکانی بەوردی جێبەجێدەکات.
- نەخشەو پلان دەکات بەواقیع.
- ئاوێتەی ڕووداوەکان دەبێتو تەنها تەماشاکەر نییە.
- خۆی بەدوور دەگرێت لەفەلسەفەو خەونو خەیاڵو شتە تیۆرییەکان)[2].
- (باس لەوردەکاری بابەتەکان دەکات ئینجا هێڵە گشتییەکان.
- دابەشکردنی دەستەواژەکان لەکاتی قسەکردنو، درێژو یەکسانکردنیشیان لەخێراییدا.
- زۆر هەستیارەو ڕووداوە خۆشو ناخۆشەکان بەئاسانی کاری لێدەکەن.
- هەمیشە بیر لەڕابردوو دەکاتەوەو وەیادی دێنێتەوە.
- کەسێکی دڵپاكو بێگەردە لەمامەڵەکردندا.
- بەزۆری لەقسەکانیدا ئەم و شانە بەکاردێنێت: هە ست ئە کەم جوا نە، پێم وا یە، پێ شبینی دەکەم، سۆزداری، ڕێکوپێك، بەهێز، ڕەق (صلب)، شەرمن، پ شوو، هێمنی، هەژار، دە توانم، خۆشی، خەفەت، نەرم، ئازار، نەهامەتی)[3].

(3-3-1-4-3/2) کەموکوڕییەکانی کەسایەتی هەستیی:

- (لەسەرخۆیی لە بڕیاردان.
- کەسێکی نالۆژیکیە، چونکە لەسەر بنەمای هەست مامەڵە دەکات.
- کەسێکی نادوور بینە.
- وانە لە هەڵەی ڕابردوو وەرناگرێت)[4].

---

[1] أ. سعاد عثمان، تعرفي على زوجك هل هو حسي سمعي بصري الترجمه اللغويه العصبيه، http://alfrasha.maktoob.com/archive/index.php/t-1082403.html

[2] د. محمد يوسف الهاشمي (2006، 44 – 45). بۆ زانیاری زیاتر بڕوانە: أ. محمد الطيارة (د – ت: 12)

[3] د. شريف عرفة (د – ت: 3) ، أ. محمد الطيارة (د – ت: 18) http://www.altanmiya.org

[4] أ. محمد الطيارة (د – ت: 19 - 20) http://www.altanmiya.org

(4-3-1-4-3/2) چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی هەستیدا:

سەبارەت بەمامەڵەکردن لەگەڵ کەسایەتی هەستیدا بەهەمان شێوەی هەردوو کەسایەتیەکی تر وەکو خۆیان ڕەفتاریان لەگەڵدا دەکرێت، بە لەبەرچاو گرتنی ئەم خاڵانەی لای خوارەوە:[1]

- لەسەرخۆ قسەکردنو دەنگ بەرز نەکردنەوەو کەمکردنەوەی جوڵەی جەستەو چاو داگرتن لەکاتی قسەکردندا.
- لەکاتی باسکردنی بابەتێك یان بیرۆکەیەك بەهەستەوە باسبکرێت، وا تا بابەتەکە تێکەڵ بەهەست بکرێت.
- قسەکردنی بەیەك ئاوازە (نەبرە) بەدەنگێکی نەرمو نیانو نزم.
- لەڕاوەستان یان دانیشتندا دەبێت سەر بەلای ڕاست یان چەپدا خوار بکرێت بەشێوەیەك بەرامبەر هەست نەکات کە لاسایی دەکرێتەوە.
- بەکارهێنانی وشەی پڕ لەهەست لەکاتی قسەکردن لەگەڵیدا.
- لەکاتی ڕازیکردنی دەبێت لایەنی هەستو بابەتی پڕ لەهەستو سۆز بەکار بهێنرێت.
- پێدانی کات بەتەواوەتی بۆ بڕیاردان یان گوزراشتکردن لەڕاوبۆچوونەکانیان، چونکە حەز لەفشارخستنەسەر ناکەن.
- بەخشینی هەستو سۆزو خۆشەویستیو ڕێز.
- زۆر بەکارنەهێنانی ئاماژە هێما لەکاتی قسەکردن لەگەڵیاندا.

(3/2- 4 -2) کارلێکردن لە هەرسێ جۆری سیستمی نواندن :

سەرەتا ئاماژەمان بەوە کرد کە لەقۆناغی یەکەمدا دەبێت کەسایەتی مرۆڤەکان لەڕووی سستمی نواندنیەوە دیاریبکرێت، پاشان لەقۆناغی دووەمدا وەك خۆیان مامەڵەو هەڵسوکەوتیان لەگەڵدا بکرێت، لە قۆناغی سێیەم و دوا قۆناغیشدا کارلێکردن و ڕاکێشانی بەرامبەرە بۆ لای خۆت.

بۆ ڕاییکردنو کارلێکردنی بەرامبەر سێ یاسا هەیە دەبێت لەبەرچاو بگیرێن، کە بریتین لە:[2]

یەکەم: دۆزینەوە

دووەم: هاوتاکردن

سێیەم: ڕابەرایەتی یان پێشەوایەتیکردن

---

[1] أ. محمد الطيارة (د ت: 19 - 20) http://www.altanmiya.org بۆ زانیاری زیاتر بڕوانە: سعود الجذلي، أساسيات في فن الإتصال اللا محدود، http://www.bluwe.com/bluwe/f160/21301/

[2] Gerry Murray& Bryce Redford (13-15).

بۆ ڕونکردنەوەی ئەم سێ یاسایەش دەتوانین بڵێین کە:

یەکەم: یاسای (دۆزینەوە) بەواتای ئەوە دێت قسەکەر دەبێت سیستمی بەرامبەرەکەی بدۆزێتەوە، کە لەکام جۆرە ئەوەش لەڕێگەی وتەو ئەو وشانەی بەکاریان دێنێت.

دووەم: یاسای (هاو تاکردن) بەمانای خۆ گونجاندن دێت لەگەڵ کەسی بەرامبەرو بەکارهێنانی هەمان ئەو شێوازو و شانەی ئەو بەکاریان دێنێت، بە مەرجێك وا هەست نەکات کە لاسایی دەکرێتەوە لەو شەو دەستەواژەو جولەی جەستەدا[1]، وا تە دەبێت ڕەفتاری ڕو کەش یەکانگیرو هاوتای ڕەفتاری بەرامبەری لێ بکرێت، کە ئەمەش لە ڕێگەی چەند خاڵێکەوە دەبێت، لەوانە:[2]

1- هەوڵبدە وەك بەرامبەرەکەت هەناسە بدەیت، هەرچەندە ئەم هەنگاوە لەوانەیە نارەحەتت بکات، وەك یەك هەناسە هەڵکێشان جۆرێك لەخۆشەویستی دروست دەکات.

2- هەوڵبدە دەنگت هاوتای دەنگی کەسی بەرامبەر لێ بکەیت لەڕووی خێرایی یان لەسەرخۆیی، هەروەها لەڕووی تۆن و گڕیی یان ناسکیی.

3- هەوڵبدە جوڵەی دەستو قاچو سەرت وەك کەسی بەرامبەر لێ بکەیت.

4- هەوڵبدە لەکاتی دانیشتن یان دەست لەسەر ڕومەت یان دەست لەسەر دەست یان پەنجە لەیەك ئاڵان لاسایی کەسی بەرامبەر بکەیتەوە بەشێوەیەك هەستی پێ نەکات.

5- بەنزیکترین شێوە دەربڕین لەگەڵ کەسی بەرامبەر بدوێ، ئەگەر کەسێکی بینراوەیی بوو، ئەوا لەکاتی قسەکردن جەخت بکەرە سەر هێنانەوەی نموونەی ڕوون و ئاشکرای وێنەدار، بەڵام ئەگەر بەرامبەرەکەت کەسێکی بیستراوەیی بوو، ئەوا هەوڵبدە جەختبکەیتە سەر ئاوازەی (نبرة) دەنگ و بەوردیی باسکردنی بابەتەکەو واتاو وشەکان، بەڵام ئەگەر کەسی بەرامبەریش هەستیی بوو، ئەوا پێویستە وای لێبکەیت کە هەست بەو تەو ئاوێتەبونت بکات لە گەڵ بابەتەکەدا.

پاش ئەوەی کەسایەتی بەرامبەرت دۆزییەوەو خۆشەویستی و هاوتاکردنێکت لەنێوانتان دروستکرد، ئینجا ئەرکی یاسای سێیەم دەست پێدەکات کە بریتییە لە (ڕابەرایەتی یان پێشەوایەتیکردن): بەواتای کۆنترۆڵکردنی کەسی بەرامبەرو پەلکێشانی بۆ ئەو شێوازەی خۆت دەتەوێت ئەوەش لەڕێگەی کارلێکردنێیەوە، کە بەهۆیەوە ملکەچی فەرمانەکانت دەبێت و دوات دەکەوێت، بۆیە دەتوانیت لەو حاڵەتە چەقبەستوەی کەسی بەرامبەری تێیدایە دەریبکەیت و بەو ئاراستەو ئامانجەی ببەیت کە خۆت ئارەزوت لێیەتی[3]، بەڵام ئەگەر کەمێك گۆڕانکاری بەسەر ڕەفتارەکانمان

---

[1] Gerry Murray& Bryce Redford (13-15).

[2] سەرچاوەی پێشو (13 – 15).

[3] سەرچاوەی پێشو (15).

بهێنین ئەوە ڕاستەوخۆ کاردا نەوەی نەرێنی لە سەر بەرامبەر دروست دەکاتو لەفەرمانەکان لادەدات.

گۆی زەوی چەندەها مرۆڤی جۆراو جۆر لەخۆ دەگرێت، چ لەڕووی ڕەنگ و شێوەو هەڵسوکەوت و... هتد، بەڵام ئەوەی ئێمە لێرەدا مەبەستمانە جیاوازی مرۆڤەکانە لەڕوانگەی کە سایەتیەوە (ئاشکرایە جیاوازی کەسایەتیش دەبێتە هۆی جیاوازی بیرکردنەوە)، بێگومان ناسین و دۆزینەوەی ئەم کە سایەتیانەش لەڕوانگەی زمانەوە دەستەبەر دەبێت، چونکە لەڕێگەی و شەو دەربڕین و ئاوازەی دەنگ و ڕستەکانەوە جۆری مرۆڤەکان دەناسین لەسیستمی نواندندا، لەهەمانکاتدا زمان بەتەنها نابێتە هۆی دەرخستنی سیستمی نواندنی تاکەکان، بەڵکو دوای دۆزینەوەیان دەتوانێت کاریان لێ بکات و ئاڕاستەی بیرکردنەوەیان بگۆڕێت بەو شێوەی کە مەبەستمانە، کە ئەمەش بەهۆی بەکارهێنانی چەند وشەو دەستەواژەیەکی تایبەت و دیاریکراو لەگەڵ دەنگ و ئاوازەیەکی جیاوازو کاریگەر، هەروەها ڕێکخستنیان بەپێی ئەو شێوازەی قسەکەر یاخود گوێگر مەبەستێتی بەرهەمدێت. لەقۆناغی مامەڵەکردن و ڕاکێشانی گوێگردا بەو جۆرە دەدوێین کە گوێگر خواستێتی، بەڵام دواتر لەقۆناغی دووەم و کارکردنە سەر گوێگر ئەم کارە پێچەوانە دەبێتەوە و بەوجۆرە دەبێت کە قسەکەر مەبەستێتی.

(3/2- 4- 3) ڕێکەوتن و ڕێکنەکەوتنی نێوان سیستەمەکان:

سیستمی نواندن یەکێکە لەڕێگا سەرکەوتووەکانی بەدەستهێنانی خۆشەویستی و نەهێشتنی کێشە لەنێوان تاکەکاندا، بەمەش ئاشنایەتی تەواو لەگەڵ کەسانی بەرامبەرو تاکەکان دروستدەکات، لەهەمانکاتدا ڕۆڵی هەیە لەبوارێکی گرنگی ژیاندا کە بریتییە لەپڕۆسەی هاوسەرگیری، کە کاریگەری هەیەو دەیبێت لەسەر پڕۆسەکەو لەسەر مەوداو ئاستی گونجاندنی هەردوو هاوسەر لەسەر کارو باری ژیانو بەڕێوەبردنی ماڵو منداڵو لێك نزیکردنەوەی بیرو بۆچوونەکانیان.

لێرەدا بە پێویستی دەزانین کە چۆنیەتی گونجاندنی جۆرەکانی سیستمی نواندن بخەینەڕو:[1]

× **بینراوەیی x بینراوەیی**: کە سێکی خاوەن سیستمی بینراوەیی هاوسەرگیری لەگەڵ کەسێکی خاوەن هەمان سیستم بکات، بێگومان ئەم پڕۆسەیە شکست دەهێنێت، چونکە

[1] أ. سعاد عثمان، تعرفي على زوجك هل هو حسي سمعي بصري الترجمة اللغوية العصبية، http://alfrasha.maktoob.com/archive/index.php/t-1082403.html

هەردوولا ناکۆك دەبن لەگەڵ یەکتری بەو پێیەی هەردوکیان دەنگی بەرزو دەرفەت نەدانی بەرامبەر بۆ قسەکردنو قسە بڕینو بڕیاردانی پێچەوانەو سازش نەکردنیان بۆ یەکتری، هەموو ئەم هۆکارانەو هۆکاری تریش دەبنە ڕێگریەك بۆ سەرنەکەوتنی ئەو پرۆسەیە.

- **بینراوەیی x بیستراوەیی**: هاو سەرگیری کە سێکی بینراوەیی لەگەڵ کەسێکی بیستراوەییدا ئەوە پرۆسەیەکی سەرکەوتو دەبێت، چونکە هەردوولا گونجاون، لەبەر ئەوەی کەسی بینراوەیی حەز لەقسەکردن دەکاتو بیستراوەییش حەز لەگوێگرتن دەکات، هەروەها بینراوەیی حەز بەقسە پێبڕین ناکاتو بیستراوەییش قسە بڕین سیفەتی نییە، ئەمە جگە لەچەندین خاڵی هاوبەشی تر کە بەیەکیان دەبەستێتەوە.
- **هەستیی x هەستیی**: هاو سەرگیری کە سێکی هەستیی لەگەڵ کەسێکی هەستیی پرۆسەیەکی سەرکەوتو دەبێتو هەموو تەمەنیان خۆشەویستیو بەختەوەری دەبێتو هەردوولا ڕێز لەهەستی یەکدەگرن.
- **بینراوەیی x هەستیی**: هاو سەرگیری کە سێکی بینراوەیی لەگەڵ کەسێکی هەستیدا پرۆسەیەکی شکست خواردو دەبێت.
- **بیستراوەیی x هەستیی**: هاو سەرگیری کە سێکی بیستراوەیی لەگەڵ کەسێکی هەستیی پرۆسەیەکی سەرکەوتو دەبێت، چونکە دەتوانێت بەرامبەرەکەی ڕازیبکات تارێکبکەون لەسەر مەسەلەکان.
- **بیستراوەیی x بیستراوەیی**: هاو سەرگیری کە سێکی بیستراوەیی لەگەڵ کەسێکی بیستراوەیی سەرکەوتو دەبێت، چونکە لەهەموو شتێکدا عەقڵ دەکەنە سەنگی مەحەكو نەوەکانیشیان بەهەمان شێوەی دایكو باوکیان دەبنو سەرکەوتو دەبن لەژیانیاندا.

لەڕێگەی ئەم حاڵەتانەی باسمانکردن دەردەکەوێت کە هەر سیستمێك چەند ئاستێکی هەیە، کە بەتوندڕەوی دەست پێدەکاتو بەهاوسەنگی بەرابەری (اتزان) کۆتایی دێت. لەسیستمی بینراوەییدا کەسی توندڕەو و هاوسەنگمان هەیە، هەروەها بینراوەیی زۆر نزیك لەبیستراوەیی و لەهەستیی هەیە، هەروەها بۆ دوو سیستمەکەی تریش.

هۆکاری نەگونجانی کەسی بینراوەیی توندڕەو لەگەڵ کەسی هەستیی توندڕەو دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی بینراوەیی توندڕەو هەستو نەست لەکۆتا بەرنامەکانیدا دێت، بەڵام لەلای بەرامبەرەکەی هەستو نەست لەسەرو هەموو شتێکەوە دێت، بۆیە کێشەو گرفتی زۆر گەورە دروست دەبێتو هەریەکیان ئەویتر تۆمەتبار دەکات بەدڵڕەقیو خۆپەرستیو ڕێزنەگرتن، بەڵام لەڕاستیدا هەردوولا هەڵەنو تۆمەتەکانیشیان بێبنەمان، چونکە سیستمی ژیانیان ئەو جۆرە ڕەفتارەیان بەسەردا

دەسەپێنێت. سەبارەت بە دوو سیستمەکەی تریش لەکاتی نەگونجا ندا هەمان ئەم هۆکارا نەن کە خرانەڕوو.

هەموو مرۆڤێك ئەم سێ جۆرە سیستمەی تێدایە، بەلاّم یەکێکیان بەسەر ئەوانی تردا زا لّترەو پ ێی دەنا سرێت، ئە مەش ئەوە ناگە یەنێت ئە گەر کە سێك سی ستمی بینراوە یی بوو، بەدوور دەب ێت لەسیستمەکانی بیستراوەیی و هەستیی یان ئەم دوو سی ستمەی لاوازە، بەڵکو ئەو دوو سیستمەی شی تێدایە بەڕێژە یەکی کەمتر[1]، بەلاّم زالّبوونی سی ستمەکانیش بەپێی پلەبە ندی تە مەن دە گۆڕێن، واتە پێ دەچێت لەتەمەنی بیست ساڵیدا بینراوە یی ب یت، بەلاّم لەتە مەنی سەروو سی ساڵییەوە بگۆڕیت بۆ سیستمێکی ترو بە سەریدا زالّب یت، بەلاّم لە هەموو با شتر ئەو کە سەیە کە دەتوان ێت خۆی لەگەڵ سیستمەکاندا بگونجێنێت و مامەڵەو ڕەفتاریان لەگەڵدا بکات.

(3/2- 4- 4) **دۆزینەوەی سیستمی نواندنی تاکەکان**:

هەموو تاکێکی کۆمەڵگا پێویستە جۆری کەسایەتی خۆی لەڕوانگەی سیستمی نواندنیەوە بزان ێت، ئەمەش لەڕێگەی چەند پرسیارو وەلاّمێکەوە دە ستەبەر دەکر ێت و دەردە کەوێت کە چ سی ستمێك زا لّدەبێت بە سەر تاکەکا نداو ئا ستی زنجیرە یی بە چ شێوازێك دەب ێت لەڕووی هەر سێ سی ستمی (بینراوەیی، بیستراوەیی، هەستیی)یەوە.

هەر پر سیارێك لە سێ وەلاّم پێك هاتووە (1 - 2 - 3)و تەنها یەك وەلاّم دەستنی شان دە کەیت، لەکۆتاییشدا هەموو ژمارەکان کۆبکەرەوە ئینجا سیستمی خۆت بزانە:[2]

پرسیارەکان	وەلاّمی 1	وەلاّمی 2	وەلاّمی 3
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کە سێك دە کەوێت ئا یا بەکام لەما نە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی (نبرة)ی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخ ساو قیا فەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.
سەرنج ڕاکێ شترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخ سارو بزەی سەر لێوان.	هە ستو نە ستی ڕاستەقینە.
ئەگەر ڕو بەڕوی کێ شەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێ شەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کە سێك دەکەیت.	بیر لە کێ شەو چارەسەرکردنی دەکەیتەوە تاچارە سەری گو نجاوی بۆ	لەنا خدا بیری لێ دەکەی تەوە تا با شترین چارەسەری بۆ ئەدۆزیتەوە.

[1] د. محمد يوسف الهاشمي (2006، 32)

[2] ئەم ڕاپرسییە وەرگیراوە لە: أ. زراق العصيمي (2006، 7 - 9) http://vb.arabseyes.com/t22124.html

		ئەدۆزیتەوە.	
با شترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موزیكو تێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێشان یان نوسین یان دیزاینکردن یان درووومان دەبم.
لەسەر بنەمای کام لەمانە کراس یان کەلو پەل دەکڕیت؟	ئامۆژگاریو ڕاوبۆچوونی کەسانی تر یان بەهۆی ناو بانگ یان مارکەی کەلوپەلەکان.	بەدڵداچونی کەلوپەلەکەو گونجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قوماشو جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.
ئەگەر گەشتێکت ئەنجامدا یان چویت بۆ باخچەیەك مەیلت بەلای کام لەمانەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەنگی باڵندەو سروشت.	خۆشی بینین لە تەماشاکردنی دیمەنە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵو هەڵمژینی هەوای سازگار.
زۆرترین ئەو شتانەی کاریگەری نەرێنی ئەکەنە سەرت کاتێك چاوت بەکەسێك دەکەوێت و وتوێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	لۆژیکی کەسی بەرامبەرو چۆنیەتی سەرپەرشتکردنی وتووێژەکە.	ناڕوونی لە تێڕوانینی بەرامبەر لەکاتی وتووێژکردندا.	هەست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.
پێت وایە کاریگەریت لەسەر خەڵکی زیاتر دەبێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی وشەی نەستەق.	جلو بەرگو ڕوخسار.	بەشداریکردنت لە خەمو پەژارەو خۆشییەکانیان.
زۆرترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕەحەت بوون بە ژاوە ژاو یان وتنی گۆرانی یان لاسایی کردنەوەی دەنگەکان.	ناڕە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنەچونەوەی شوێنو ڕوخساری کەسانی تر بە ئاسانی.	ناڕەحەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبونەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.
زۆرترین ئەو شانەی بەکاریان دێنیت هاوشێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەماشاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخسار، وا دیارە.	گریمان، هەست، هەست دەکەم، وا بزانم، پێشبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.

وەلامی (1= بیستراوەیی)یە، وەلامی (2= بینراوەیی) یە، وەلامی (3= هەستیی)یە، ئەگەر سێ هەڵبژاردنت لە وەڵامی (1) بوو، وەڵامی دووەمیش (5) هەڵبژاردنو سێ یەمیش (2) هەڵبژاردنت هەبوو، ئەوە کەسێکی بینراوەییت، هەروەها بۆ وەلامەکانی تریش، ئەمە تاقیکردنەوە یەکی سەرەتاییە، تا ژمارەی پرسیارەکان زۆرتربێت ئەوە سیستمی نواندنی خۆت باشتر دەناسیتەوە بە مەرجێك وەڵامەکانت بێ دوو دڵیو بیرکردنەوە بێت.[1]

[1] بۆ ئەنجامدانی تاقیکردنەوەی زیاتر بڕوانە: د. محمد یوسف الهاشمي (2006: 33 37)

(3/2 - 5) تیۆری چارەسەری عەقلآنی هەڵچونیی ڕەفتاریی (نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي/ The theory of rational emotive Behavior therapy):

تیۆرە کەی ئەلبێرت ئەلێس[1] لە سەرەتای درو ستبونیەوە تا گەیشت بەدوا پلە بە سێ قۆنا غدا تێ پەڕی، لە ساڵی (1955)دا یە کەمین ئاڕا ستەی تیۆرە کەی دا نا کە بریتیبوو لە (چارە سەری عەقلآنی)، لە ساڵی (1961)دا و شەی (هەڵچونیی) بۆ ز یادکردو لە ساڵی (1993)یشدا و شەی (ڕەفتاریی) بۆ زیادکرد و بوو بە (تیۆری چارەسەری عەقلآنی هەڵچونیی رەفتاریی). ئەم هەو ڵەی ئەلێس سەرەتایەك بوو بۆ پەنابردنە بەر لۆژیکی عەقڵ لەچارە سەرکردنی بیروبۆ چونی هە ڵەی تا کەکان کە کەموکوڕی هەڵچونیو ڕفتاریی نەرێنی بەدوای خۆ یدا دەهێنێت بۆ بیروبۆ چونی ڕاستودرو ست کە هەڵچونو ڕەفتاری جێگیری ئەرێنی لێدەکەوێتەوەو ئاڕا ستەی بیروبۆ چوونو هەڵچونو ڕەفتاری تاکەکان دەگۆڕێت.

ئەلبێرت ئەلێس (Albert Ellis) کە خاوەنی ئەم تیۆرەیە جەخت لەسەربوونی پەیوەندی پتەو دەکا تەوە لەنێوان ڕەفتارو هەڵچونو بیرکرد نەوەی شڵەژاودا، هەورەها پێی وا یە مرۆڤ ڕۆ ڵی سەرەکی هەیە لەدروستکردنی کێشەی هەڵچونیی بۆ خۆی لەسەر بنەمای بیرکردنەوەی ناعەقلآنی، هەربۆیە توانای کەمکردنەوەی ئەو گرفتانەشی هەیە[2].

ئەلبێرت ئەلێس (Albert Ellis) جیاوازی لەنێوان دوو جۆری بیروباوەڕ لەلای تاك دۆز یەوە کە بریتین لە:[3]

1- بیرکردنەوەی ناعەقلآنی (Irrational Beliefs):

ئەلبێرت ئەلێس (Albert Ellis) پێی وا یە بیرکرد نەوەی نا عەقلآنی بریتیە لە کۆ مەڵێك بیری هە ڵەو نادرو ستو نالۆژیکی، کە بەهیچ شێوەیەك مۆرکی بابەتیا نەیان پێوە دیارنییەو لە سەر بنەمای پێشبینی و گشتاندنی هە ڵەو گو مان بنیاتنراونو ڕێگر یی لە بەردەم ئاما نجەکانی تاك دروستدەکەنو لەگەڵ توانا کردارییەکانی تاك ناگونجێنو ڕێکناکەون.

ئەلێس پێی وایە بیروباوەڕە ناعەقلآنیەکان بریتین لەبیروباوەڕی چەقبەستوو کە داوا کاریی ڕە هاو بێ بنەما بە سەر تا کدا دە سەپێنن و، لەکاتی جێبەجێ نەکردنی داواکاریەکانیشدا ئەوە ئەو

---

[1] ئەلبێرت ئەلێس لەساڵی (1913) لەئەمریکا دایکبووە، لەساڵی (2007) یشدا کۆچی دوایی کرد.

[2] Ellis. A & Dryden.W. (1997: 1 - 3).

[3] Ellis. A (1977 B: 2 - 20).

بیركردنەوە ناعەقلآنیانە دەبنە هۆكاری دروستبونی هەڵچونو شڵەژانی دەرونیی وەك (دڵەڕاوكێ، خەمۆكی، توڕەیی ... هتد)، كە ڕێگردەبن لەبەردەم تاكدا بۆ گەیشتن بەئامانجەكانی، لەم كاتەشدا تاك هەستدەكات دوچاری غەمو ناڕەحەتیو كۆستكەوتن بۆتەوە، بۆیە كاتێك تاك تاوانبار یان شڵەژاو یان توڕەیە یان خەمۆكی دایدەگرێت، پێشبینی دەكرێت بەشێوەیەكی نالۆژیكیو ناعەقلآنی بیربكاتەوە[1]، و شڵەژانی هەڵچونیی كاتێك ڕودەدات كە تاك لەگەڵ ناخی خۆیدا قسەدەكات، ئەمەش هۆكارەكەی دەگەڕێتەوە بۆ سوربونی مرۆڤ لەسەر تێركردنی حەزو ئارەزووەكانی، بەڵام كە بۆی ناچێتەسەر ئینجا هەست بەنائومێدی دەكات و دەبێتە هۆی دروستبونی شڵەژانی هەڵچونیی وەك توڕەیی، یان شڵەژانی جەستەیی وەك دووچاربون بە نەخۆشی، یان شڵەژانی دەرونیی وەك دڵەڕاوكێو خەمۆكی.

(3/2 5- 1) بنەماكانی تیۆرەكەی ئەلبێرت ئەلیس سەبارەت بە كەسایەتی:[2]

1- **بنەما بایۆلۆجیەكان**: ئەلیس پێی وایە هەموو مرۆڤێك خواستێكی بایۆلۆژییان هەیە بۆ بیركردنەوە بە شێوەیەكی ناعەقلآنیو سوربون لەسەر جێبەجێكردنی داواكاری نالۆژیكی بەبێ گوێدان بەدەرەنجامە نەرێنیەكانی، كە ئەو بیركردنەوە هەڵەیەش دەبێتە هۆی دروستبونی شڵەژانی دەرونیی كە فاكتەرە كۆمەڵایەتیەكان ڕۆڵی تیادەبینن، هەروەك ئەلبیرت دەڵێت: ئەو كەسانەی سورن لەسەر وابەستەبون بەبیروباوەڕەكانیانەوە، لەڕێگەی فێركردنو ئاڕاستەكردنیانەوە دەتوانن ئەو بیروباوەڕو هەڵچونو ڕەفتارە ناعەقلآنانەیان بگۆڕن[3].

2- **بنەما دەرونییەكان**: بریتیە لەسوربونی تاك لەسەر ئەوەی هەموو شتێك دەبێت بە ویستیو حەزی ئەو بێت، بۆیە پەنا دەباتەبەر بەكارهێنانی وشەگەلی وەك (پێویستە ، دەبێت ... هتد) كە ئەمەش دەبێتە هۆی دروستبونی شڵەژانی هەڵچونییو دواجار مرۆڤ دووچاری خەمۆكیو دڵەڕاوكێ دەكات.

3- **بنەمای كۆمەڵایەتی**: ئەلبێرت ئەلیس پێی وایە هەڵچون بریتیە لەهاوسەنگیەكی ورد لەنێوان گرنگیدانی تاك بەپەیوەندیەكانی لەگەڵ خەڵكی لەلایەك، و زیادەڕۆیكردن لەو گرنگیدانە لەلایەكی ترەوە.

---

[1] Ellis. A. The philosophical basis of rational emotive therapy (1990:169 – 193)
[2] Ellis. A (1993: 257 - 258).
[3] Ellis. A (1991: 97-106).

4- **ئاوێتەبونی نێوان بیرو هەڵسوکەوتکردن**: ئەلیس پێی وایە کە سانی ئاسایی هەڵسوکەوتو هەستو بیرو بیرکردنەوەیان هەیە لەچوار چێوەی وێنەیەکی ئاوێتەکاری کە تیایدا بیرۆکەکانیان کاردەکەنە سەر هەستو ڕەفتارەکانیان، هەروەها هەڵچونەکان کاردەکەنە سەر بیرو ڕەفتارەکان، هەروەك هەڵسوکەوتەکان کاردەکەنەسەر بیرو هەڵچونەکان، وە لەگەڵ گۆڕینی یەکێك لەمجۆرانە، ئەوە گۆڕینی دوو جۆرەکەی تر ئەنجامی باشی لێدەکەوێتەوە.

5- **هێزی کاریگەری چارەسەری مەعریفی**: چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی، کۆمەڵێك ڕێگەی مەعریفی دەگرێتەبەرو، تەرکیز دەکاتەسەر لەناوبردنی بیرۆکە ناعەقلانیەکانو گۆڕینیان بە بیرۆکەی عەقلانی لەپێناو یارمەتیدانی کەسی بەرامبەر بۆ گۆڕینی فەلسەفەی ژیان.
ئەلیس بیرۆکە ناعەقلانیەکانی بۆ یانزە بیر دابەشکردوە، کە مرۆڤی خاوەن بیروباوەڕی ناعەقلانی بە بەردەوامیی بەکاریان دێنێتو کاریگەریی نەرێنی لە سەر هەڵسوکەوتی درو ستدەکەن، کە ئەمانەن:[1]

1- پێی وایە کە پێویستە هەموو کەس مرۆڤی خۆشبوێتو لێی ڕازیبێت.
2- پێویستە مرۆڤ زۆر لێهاتوو ڕکابەر بێتو ئەو کارانە جێبەجێ بکات کە بەهای کەسێتی بەرز دەکەنەوە.
3- هەندێ کەس تاوانبارو خراپەکارن، بۆیە پێویستە بە توندی سزا بدرێن.
4- ئەمە چ کارەساتێکە کە دۆخەکە پێچەوانەی خواستو ئارەزوەکانی تاك دەچێت.
5- بەلاو نائومێدی هۆکارەکەی بارودۆخی دەرەکییە کە مرۆڤ توانای جڵەوکردنی نییە.
6- شتە مەترسیدارەکان هۆکاری سەرەکی هەموو ناڕەحەتیو بیرکردنەوەی بەردەوامەکانی تاکە، بۆیە پێویستە تاك هەمیشە لە ئامادەبێت بۆ ڕوبەڕوبونەوەو مامەڵەکردن لەگەڵیاندا.
7- باشترین و ئاسانترین ڕێگە بۆ ڕوبەڕوبونەوەی ناڕەحەتیەکانی ژیان خۆدزینەوەو خۆ بەدور گرتنە لێیان.
8- پێویستە تاك پشت بەکەسانی تر ببەستێت، هەروەها پێویستە کەسێکی بەهێزترو بەتواناتر هەبێ تا پشتی پێ ببەستێت لە جێبەجێکردنی ئامانجو دەستکەوتەکانیدا.
9- ئەزمونو ڕوداوەکانی ڕابردوو بنەمای سەرەکی ڕەفتاری هەنوکەیین، بۆیە ناتوانرێت ڕیشەکێش بکرێن.
10- پێویستە مرۆڤ خەفەتبارو ناڕەحەت بێت بەو ڕوداوو نەهامەتیو کێشەو ئازارانەی بەسەر کەسانی تردا دێت.

---

[1] Ellis. A (1977 A: 60 - 88).

11- هەمیشە چارەسەر بۆ کێشەکان هەیەو پێویستیشە ئەو چارەسەرە بدۆزرێتەوە ئەگینا دەرەنجامی باشی لێناکەوێتەوە.

هەموو ئەم بیرکردنەوە ناعەقلانیانە بەڕێژەی جیاواز لەلای خەڵك هەیەو لەکەسێکەوە بۆ کەسێکی تر ڕێژەکەی دەگۆڕێت.

2- بیرکردنەوەی عەقلانی (Rational Beliefs):

بریتییە لە بیرو باوەڕو بیرکردنەوەی واقیعیو لۆژیکیی کە یارمەتیدەری تاك دەبێت بۆ بەدەستهێنانی ئامانجەکانی لەسەر بنەمای خواستو گونجانو پێ باشبوون نەك لەسەر بنەمای پێویستیو چەسپاندن، کە ئەنجامی هەڵچوونییو ڕەفتاریی ئەرێنیی دروست لەگەڵ خۆی دێنێت[1] .

ئەلیس پێی وایە هەموو مرۆڤێك توانای بیرکردنەوەی عەقلانی هەیە، هەروەها توانای ڕاهێنانی خودی خۆی هەیە بۆ گۆڕینی بیروباوەڕە ناعەقلانیەکان لەڕێگەی دان بەخۆداگرتنو دورکەوتنەوە لەپەر چەکردارەکان[2]، هەروەها ئەلبیرت دەڵێت: بیرۆکە عەقلانیەکان لەژینگە یەکی گونجاودا دێنەکایەوە کە دورن لەهەڵچون، دواجاریش دەبنەهۆی ڕێککەوتنی لەنێوان خودی تاكو کەسانی تردا، خاوەنی ئەم بیرکردنەوانە کەسانێکن ڕۆحی یارمەتیو هاوکاریکردنیان هەیە[3]. بیرکردنەوەی عەقلانی دەبێتە هۆی دڵخۆشیی تاكو ڕزگاربونی لە ململانێ دەرونیەکان، هەروەها یارمەتیدەری دەبێت بۆ جێبەجێکردنی ئامانجەکانی[4].

تایبەتمەندییەکانی بیرۆکە عەقلانییەکان لەلای ئەلبێرت ئەلیس بریتین لەم خەسڵەتانە:[5]

1- بیرو باوەڕی نەرمونیانن لە شێوەی ئارەزو و ئاوات کە بەگوێرەی بارودۆخی ژیان گۆڕانیان بەسەردا دێتو ئەنجامی بابەتیانەی لێدەکەوێتەوە، و لەکاتی ڕودانی هەر هەڵەیەکیشدا لە کەسەکە یان لە کەسانی دەوروبەر، ئەوە نەخۆیو نەدەوروبەر بە شکستخواردو وەسف ناکات.

2- یارمەتیدەرن بۆ ئەوەی لەشێوەی گریمانەیی بیربکەیتەوە.

3- بیروباوەڕی لۆژیکینو لەگەڵ بیرۆکەو بیروباوەڕی کەسانی دەوروبەر یەکدەگرنەوە.

4- یارمەتی خەڵکی دەدات بۆ جێبەجێکردنی خواستو ئارەزووەکانیان.

---

1 Ellis. A. Rational And Irrational In Counseling British sychological Association (1990: 232).

2 سەرچاوەی پێشو (232).

3 Ellis. A (1995: 105) .

4 Ellis. A (2003: 183) .

5 Ellis. A (1993: 257) .

(3/2 ✓ 5- 2) پرنسیپەکانی تیۆری چارەسەری عەقڵانی هەڵچونیی ڕەفتاریی:
گریمانەکانی پەیوەندیدار بە تیۆری (A.B.C) دەوە:[1]

- **گریما نەی یە کەم:** بیرکرد نەوە، هەڵچون درو ست دە کات: بیرکرد نەوەو هەڵچون دوو کردەی لەیەك جیانەبوەو پێکەوە لکاون، بۆیە پەرچەکردارەکانی مرۆڤ بەرامبەر بە ژینگە تەنها بە ند نین بەهەڵچونەوە، بەڵکو پەیوەستیشن بەبیرکردنەوەو بیروباوەڕو تێڕوانینەکان بەرامبەر بەو ژینگەیە.
- **گریمانەی دووەم:** مەنەلۆگی مرۆڤو ئەو واتاو قسانەی بەبەردەوامی لەناخیدا دەربارەی شتەکان دەیڵێتەوە کاریگەریی لەسەر هەڵچونی تاکەکان دروست دەکات، واتە ئەو قسانەی کە نابا بەتیو نالۆژیکین کاریگەرییان لەسەر هەڵچونو ڕەفتار دەبێت.
- **گریمانەی سێیەم:** زانستو بیروباوەڕی تاك کاریگەری لە سەر حا ڵەتی مەزاجی درو ست دە کات، واتە ئەو بیرۆکەو بیروباوەڕانەی کە تروسکایی گەشبینیو هیوای ئاینەدەیان لێ بەدی دەکرێت دەبنە ما یەی هێنانەکا یەی خۆ شی، و بەپێچەوانە شەوە دەبنە ما یەی ناخۆ شیو ناڕە حەتیو خەمۆکی.
- **گریما نەی چوارەم:** هۆ شیاریو درككرد نی پێ شوەخت (استبصار)و ئاگادارکرد نەوەی خود کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتاری تاك دروست دەکات.
- **گریمانەی پێنجەم:** پێشبینیەکانی تاك کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار درو ست دە کەن، وا تە بیرکرد نەوەی تاك لەو شتانەی لە چواردەوریدا ڕودەدەن، جا لە شێوەی ئا خاوتن بێت یان لە شێوەی خەوبینینو پێشبینیکردن، ڕۆ ڵی ناو بژیوانێکی مەعریفی دەبینێت کە کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار دروست دەکات.
- **گریمانەی شەشەم:** پەیوەندییەکی ئەڵوگۆڕکراو لەنێوان مەعریفەو هەڵچونو ڕەفتاردا هە یەو هەر یەك لەما نەش کاریگەری لە سەر ئەویتریان درو ست دە کات، وا تە ئە گەر گۆڕانکاری لە یەکێکیان ڕویدا ئەوە دەبێتە هۆی گۆڕانکاری لە دوانەکەی تر.
- **گریمانەی حەوتەم:** بیرکردنەوەی ناعەقڵانی کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتاری تاك درو ست دەکات، هەروەها شڵەژانی هەڵچونی کاریگەری لەسەر حاڵەتی فسیولۆجی دەبێت.
- **گریما نەی هە شتەم:** ئارەزوە خۆڕ سکییەکان (المیول الفطریة) کاریگەرییان لە سەر هەڵچونو ڕەفتار هەیە، واتە ئارەزوە خۆڕسکیو وەرگیراوو فێرکراوەکان ڕۆڵیان هەیە لە ڕودا نی شڵەژانی هەڵچونی.
- **گریمانەی نۆیەم:** سەنتەری جڵەوگیری تاك کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار دروست دەکات.

---

[1] Ellis, A. (1977 B :2 – 20) .

- **گریمانەی دەیەم:** بەهەڵەداچون لە شیکردنەوەی بابەتەکان لەڕووی پاڵنەرو مەبەستو هۆکار کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار هەیە.

گریمانە تایبەتەکانی پەیوەندیدار بە کردارە نێوەندگیرییەکان[B Ď Ĭ Ċ لە شڵەژانی هەڵچوونیدا:[1]

- **گریمانەی یانزەیەم:** بیرکردنەوەی ناعەقلانی شڵەژانی هەڵچونیو ڕەفتاری دروست دەکات.
- **گریمانەی دوانزەیەم:** خراپ هەڵسەنگاندنی خود کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار دروست دەکات.
- **گریمانەی سیانزەیەم:** شاردنەوەی شێوەکانی بەرگریکردنی بێئاگایی لەخود کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار دروست دەکات.
- **گریمانەی شانزەیەم:** بەرگەنەگرتنی تاك لەبەرامبەر نەهامەتیو ئازارو بێئومێدیی کاریگەری لەسەر هەڵچونو ڕەفتار دروست دەکات.
- **گریمانەی حەڤدەیەم:** پێشبینیکردنی هەڕەشەلێکردن بەبێ بونی مەترسی ڕاستەقینە هۆکارە بۆ دروستبونی شڵەژانی هەڵچونیو ڕەفتاری.

گریمانەکانی پەیوەندیدار بە میکانیزمی چارەسەرکردن:[2]

- **گریما نەی هەژدە یەم:** چارە سەری کارای ئاڕا ستەکراو (الـ علاج الـ شط الموجه) یەکێکە لە چارەسەرەکانی هەڵچونو بەدرڕەفتاری.
- **گریمانەی نۆزدەیەم:** بەدرۆخستنەوەو ڕازیکردن، واتە بەدرۆخستنەوەی بیرۆکە ناعەقلانیەکانی تاكو ڕازیکردنی بە بیرۆکە عەقلانی نوێ.
- **گریما نەی بیستەم:** سپاردنی تاك بۆ ئەنجا مدانی ئەرکی ما ڵەوە وەك: ڕاهێنانی لە سەر بیرکردنەوەو درککردن لەپێناو گەشەپێکردنی بیری عەقلانی لە بوارە جیاجیاکانی ژیانی ڕۆژانەیدا.
- **گریما نەی بیستویەك:** کەمکردنەوە لەبایەخو کاریگەری سەرزەنشتکردنی تاك لەبەرامبەر چاندنی تویێی باوەڕبون بەکەسانی دەوروبەر.
- **گریما نەی بیستو دوو:** خۆخاڵیکردنەوە لە هەڵچونە کرداریە جیاوازەکان وەك: توڕەبونو ناڕەحەتیو بێزاری.

---

[1] Ellis, A. (1977 B :2 – 20) .

[2] سەرچاوەی پێشو (2- 20).

- **گریمانەی بیستو سێ:** ڕێنوێنیکردنی تاك بە گرتنەبەری باشترینو کاراترین ڕێگاکان بۆ گۆڕینی ڕەفتارەکانی.
- **گریمانەی بیستو چوار:** پەرەپێدانی توانای تاك بۆ دان بەخۆداگرتن.
- **گریمانەی بیستو پێنج:** پەرەپێدانی تواناکانی تاك بۆ مامەڵەکردن لە گەڵ سەر چاوەکانی هەڕەشەلێکردن لەڕێگەی زیادکردنی هەستی متمانەبەخۆبونەوە.
- **گریمانەی بیستو شەش:** بەکارهێنانی ڕێگەی پەروەردەییو پێدانی زانیاری بە کەسی بەرامبەر.
- **گریمانەی بیستو حەوت:** کەمکردنەوەی کاریگەریەکانی دەورو بەر لە سەر تاك لەڕێگەی زیادکردنی هەستی متمانە بەخۆبونو گەشبینی.
- **گریمانەی بیستو هەشت:** پێویستە تاك فێری هەڵبژاردنی نموونەی ڕەفتاری ئەرێنیو لاساییکردنەوەی بکرێت.
- **گریمانەی بیستو نۆ:** پێویستە تاك فێری شارەزایی بکرێت لە بەکارهێنانی شێوازی چارەسەرکردنی کێشەکان.
- **گریمانەی سی:** ڕۆڵبینینو ڕاهێنانی ڕەفتاریی، کە خۆی لە بنیاتنانەوەی پرۆسەی مەعریفی و یارمەتیدانی تاك دەبینێتەوە لەلایەن کەسی شارەزا بۆ گۆڕینی ئاڕاستەو هەستو سۆزو ڕەفتاری ئەو تاکە.
- **گریمانەی سیو یەك:** ڕاهێنانی تاك لە سەر شارەزایی بون لە کۆنترۆڵکردنی خودو، ئاساییکردنەوەی پەیوەندی کۆمەڵایەتیو، دیاریکردنی بەهاکان، یارمەتیدەری دەبێت بۆ گۆڕینی بیروباوەڕو هەڵچونو ڕەفتارەکانی.

(3/2 – 5 – 3) مۆدێلی (A.B.C) ڕوداو – بیرکردنەوەو بیرو باوەڕ – ئەنجام: (Activating_Beliefs_Consequences) تایبەت بە کەسایەتی:[1]

لەم مۆدێلەدا فاکتەرە سەرەکییەکانی دوو چاربون بە شڵەژانی هەڵچونیی دەستنیشاندەکرێن، ئەم مۆدێلە لەسەر بنەمای ئەوە دامەزراوە کە کۆمەڵێك بیروباوەڕو بیرۆکەی ناعەقڵانی لەناخی تاکدا هەیەو دەرەنجامەکانی دەبنە هۆکاری سەرەکی بۆ دروستبونی شڵەژانی هەڵچونیی، هەر یەك لەم پیتانەش مانای خۆیان هەیە کە کورتکراوەی ئەم وشانەن:

---

1. Ellis. A. The Revised A.B.C Of R.E.T (1991: 172) .

1- ڕوداو و ئەزمونەکان (A) Activating Event :

بريتى يه له ڕوداو يان ئەزمو نەكانى ژ يانى ڕۆژا نه - جا ڕوداوى دەره كى بن يان ناوەكى وەك (بيركردنەوەو هه ست) - كه دەبنه هۆ كارى درو ستبونى شلەژانى هەڵچونيى وەك هه ستكردن به پشوودان يان ناڕەحەتى بۆ نمونه: كاتێ بەيانيان له خەو هەڵدەسيتو تەما شاى كا تژمێر دەكەيت كه دواكەوتويت له دەوام، هەست به ناڕەحەتى دەكەيت، ئەمه ڕوداوه كاريگەرەكەيه.

2- بيركردنەوەو بيروباوەڕ (B) Beliefs :

بريتى يه لەو بيركرد نەوەو بيرو باوەڕه هه له ناعەقڵيا نه وەك بەكارهێنانى و شەى "دەبێت، پێويسته...هتد"، كه دووچارى شلەژانى دەرونى دەكات، يان بيركرد نەوه درو ست (عەقلانى)يا نەى لەگەڵ ناخدا تاوتوێدەكرێت ئەوەش لەدەرەنجامى ئەو ڕوداوه كه تاك پێى وا يه ڕۆژگاره كەى دور لەخواست يان لەگەڵ خواستەكانيدا بەڕێوەدەچێت.

3- ئەنجامەكان/ پەرچەكردار (C) (ردة الفعل/ Consequences) :

بريتيه له ئەنجامو كاريگەرييەكانى ئەو ڕوداوه بەسەر تاكدا كه پێى وا يه هۆكاره كەى ڕوداوەكه يه وا ته A ، بەلآم لەڕا ستيدا هۆكاره كەى بيركرد نەوەو لێكدا نەوه هەڵەكانيەتى وا ته B، ئينجا پێده چێت ئەو ئەنجا مه كاردانەوه يەكى هەڵچونيى بێت يان ڕەفتاريى كه پێده چێت له شێوەى بێتا قەتىو دەمو چاو بەيه كدادان دەربكەوێت، بۆ نمو نه: ئه گەر لەو كاتا نەدا بەو شێوەيه هاوڕێيەكى ببينێت، ئەوه هاوڕێكەى وا هەست دەكات كه ڕقى لێيەتىو چيتر خۆشى ناوێت.

3/2) دەرەنجام، جێبەجێكردن، وتووێژو ڕەتكردنەوه (D.E.F) مۆديلى (4 –5):[1]

(Disputing- Enactment- Feed Back)

لەم مۆدێلەدا چارەسەرەكان بۆ كەسى بەرامبەر دەخرێنەڕو لەڕێگەى تاوتوێكردنى پەيوەند يەكانى نێوان ڕوداوو بيركردنەوه ناعەقلآنيەكانو ڕەتكردنەوەيانو جێگرتنەوەيان به بيرۆكەى عەقلآنىو لۆژيكيى.

1- وتووێژو ڕەتكردنەوه (D) Disputing :

بريتيه له وتووێژكردن لەگەڵ كەسى بەرامبەر بۆ ڕەتكرد نەوەى بيرۆ كەو بيرو باوەڕه نا عەقلآنىو هەڵەكانىو يارمەتيدانى بۆ زاڵبون به سەرياندا لەڕێگەى جێگرتنەوەيان به بيرۆ كەو بيرو باوەڕى دروستو عەقلآنى.

---

[1] Ellis. A. The Revised A.B.C Of R.E.T (1991: 172 - 175) .

2- جێبەجێكردن (E) Enactment :

لەم هەنگاوەدا كاردەكرێت بۆ چەسپاندنی بیرۆكەو بیروباوەڕی عەقلآنی لەمێشكی كەسی بەرامبەر بۆ دووبارە بنیاتنانەوەی فەلسەفەی ژیانیو گۆڕینی ئاڕاستەی ئەو ژیانە لە نەرێنیەوە بۆ ئەرێنی.

3- دەرئەنجام (F) Feed Back :

لێرەدا یارمەتی كەسی بەرامبەر دەدرێت بۆ ئەوەی هەوڵی جێبەجێكردنی ئەو بیركردنەوەو هەڵسوكەوتانە بدات كە فێری كرا بەشێوەیەكی بابەتیانە لەڕێگەی سوربون لەسەر ڕەتكردنەوەی بیرۆكەو بیروباوەڕەكانی ڕابردویو بەهەڵە زانینیان.

(3/2 5-5) ڕاستكرنەوەی ڕەفتار (تعدیل السلوك/Behavior Modification):

بریتیە لە بەهێزكردنی ڕەفتاری شیاو لەلایەكو لاوازكردنو وەلانانی ڕەفتاری نەشیاو لەلایەكی ترەوە[1]، یاخود بریتیە لە هەموو ئەو چالاكیانەی لەلایەن مرۆڤەوە ئەنجامدەدرێن، وەك قسەو كارو كردار، جا ئیرادی یان نائیرادی یان شاراوە بێت، وەك: بیركردنەوەو وەبیرهاتنەوەو ڕاڕایی...هتد، یان ڕەفتاری ئاشكرابێت وەك هەستان لەخەو و نانخواردن[2].

هەندێ لە زانایان (ستولز، واینكوسكی، بڕاون) وای دەبینن كە جیاوازی لەنێوان (ڕاستكردنەوەی ڕەفتار)و (كاركردنەسەر ڕەفتار) هەیە، بەڕای ئەو زانایانە ڕاستكردنەوەی ڕەفتار تەركیز دەكات لەسەر بەدواداچونێكی ڕێكخراو و هەڵسەنگاندنێكی بابەتیانەی دووبارەبۆوە بۆ كارایی ڕێو شوێنە بەكارهاتوەكان، هەروەها شێوازەكانی ڕاستكردنەوەی ڕەفتار بەگشتی ئامانج لێی باشتركردنی دان بەخۆداگرتنی خودی تاكو گەشەپێدانیەتی لەڕێگەی باشتركردنی تواناو لێهاتوییو ئاستی سەربەخۆیی ئەو تاكەو، فاكتەری هاندانیش (تعزیز) بە گرنگترین بنەماكانی ڕاستكردنەوەی ڕەفتار ئەژمار دەكرێت، بەڵام سەبارەت بە كاركردنەسەر ڕەفتار ئەو زانایانە دەڵێن، لەكاتێكدا ئەم كاركردنە دروستدەبێت كە كەسێك كردارێك ئەنجام دەداتو كاریگەری لەسەر كەسی بەرامبەر دروستدەكات، بۆ نمونە ئیدیەمێكمان هەیە دەڵێت:"ئەگەر دوو كەس لەدۆڵێكدابوون، ڕەنگی یەك نەگرن ئەوە خوی یەك دەگرن". بەبڕوای ئەم زانایانە ئەم حاڵەتە لەچەندین بواردا بەدیدەكرێت وەك: مامۆستایی، ڕێكلامكردن، بەخێوكردنی منداڵ، هەڵمەتی هەڵبژاردن، تێكەڵبونی كۆمەلآیەتی[3]، واتە كاریگەری پەیوەستە بە شتە نابایۆلۆجیەكان بەپێچەوانەی ڕاستكردنەوە كە پەیوەستە بە لایەنی بایۆلۆجی تاكەكان. بەشێوەیەكی گشتیش ڕاستكردنەوەی ڕەفتاری مەعریفی

---

[1] احمد عبداللطیف ابو اسعد (2011: 30).

[2] سەرچاوەی پێشو (21).

[3] د. جمال محمد الخطیب (2012: 13 ، 25).

تەرکیز دەکاتە سەر لێکۆڵینەوەکردن لەبارەی بیرو باوەڕو هەستو فاکتەرە بایۆلۆجیەکان کە هەموویان بەهۆکارەکانی ڕەفتار ئەژماردەکرێن، هەر چەندە شێوەکانی ڕاستکردنەوەی ڕەفتاری مەعریفی زۆرو هەمەجۆرە، بەلاّم هەموویان بەو ئاڕاستەیە دەچن کە هەوڵی گۆڕانکاری دەدەن لەپرۆسە مەعریفیەکانو جۆرەکانی بیرکردنەوەی هەڵە لەلای تاکو، دوا جاریش دوو بارە دروستکردنەوەی زانیاری لەلای ئەو تاکە کە هاوتاو پەیوەندیداربێت لەگەڵ واقیعدا[1].

دەبێت بزانین کە ڕەفتار دەبێتە دوو بەشەوە کە بریتین لە (ڕەفتاری زارەکی ، ڕەفتاری کرداری):[2]

- ڕەفتاری زارەکی: بریتیەلەو وشەگەلانەی لەلایەن تاکەوە دەدرکێندرێت لەکاتو شوێنی جیاوازدا.
- ڕەفتار کرداری: ئەو ڕەفتارو هەڵسوکەوتانە دەگرێتەوە کە لەلایەن تاکەوە ڕودەدات لەدەرەنجامی ئەو کردارانەی ڕووبەڕوی دەبنەوە.

ئەدای تاک جەختدەکاتەوە لەسەر ئەو ڕەفتارو هەڵسوکەوتانەی لەدەرەنجامی ڕوداوە جیاوازەکاندا دێنەکایەوە، بۆیە پەیوەندی نێوان ڕەفتاری زارەکیو ڕەفتاری کرداریی یەکێکە لە گرفتەکانی کەسایەتی کە ڕەنگدانەوەی لەسەر ئەدا هەیە، بۆ نمونە: بەڕێوەبەر کاتێك داوا لە فەرمانبەر یان کارمەندەکانی دەکات کە بەیانیان زوو بێن بۆ دەوام، بەلاّم خۆی درەنگ دێتو پابەندی بڕیارەکەی نابێت[3]، هەروەك خودای گەورە دەفەرموێت:﴿ياايّها الذين امنوا لِمَ تقولون مالاتفعلون﴾ ، ﴿كَبُرَ مقتاً عند الله ان تقولوا مالاتفعلون﴾[4]، مەبەستیش لەم دوو ئایەتە پیرۆزە ئەوەیە کە مرۆڤ ئەگەر هانی خەڵکیو بەرامبەرەکەی بدات لەقسەو ڕەفتاری خراپ دوربکەونەوە، ئەوە دەبێت خۆی دەستپێشخەربێت لەپابەندبونی پێوەی، نەك بەپێچەوانەوە، بۆیە یەکانگیربونی ڕەفتاری زارەکی لەگەڵ کرداریی ئەدای تاك بەهێزترو ڕاستگۆتر دەکاتو دەبێتە جێی متمانەی بەرامبەرەکەیشی.

(3/2 □ 5– 6) چارەسەری مەعریفی ڕەفتاریی (Cognitive Behavior Therapy):

ئەم تیۆرە بە نوێترین تیۆرەکانی تایبەت بە بواری چارەسەری ڕەفتاریی ئەژماردەکرێتو پشت دەبەستێت بەگرنگی پرۆسە عەقڵیەکان لەگەشەپێکردنی ڕەفتارو جێگیرکردنو پاشان ڕاستکردنەوەیدا. ئەم تیۆرە پێی وایە کە ڕەفتاری تاك تەنها لەدەرەنجامی ئاوێتەبونی نێوان کارلێکردنی ژینگەو تاکدا نەهاتۆتەکایەوە، هەروەك دەڵێت وەلاّمدانەوەکان (استجابات)ی تاك

---

1 د. جمال محمد الخطيب (2012: 267 - 268).

2 رائد يوسف الحاج (2009: 36).

3 سەرچاوەی پێشو (36).

4 سورة الصف، الاية 2 - 3

تەنها بەرپەرچدانەوەی کارلێکراوە ژینگەییەکان نی یە، بەڵکو مرۆڤ چەندین فاکتەری مەعریفی هە یە کە بەرپر سیارە لەرەفتارو هەڵسوکەوتەکانی وەك فاکتەری رۆ شنبیری‌و تێگەی شتنی تاك لەخودی خۆی‌و ئەزمون‌و شێوازەکانی پەروەردەکردن‌و بیرکردنەوە یەدا، جا عەقلانی یان نا عەقلانی بێت، هەروەها بەرپر سە لەئا ستی ئاوێتەبونی نێوان قسەو زانیاری یەکانی‌و رێگا کانی وەرگرتنیان بۆ فێربونی رەفتاری خراپ‌و نابەجێ‌و نەشیاو[1].

قوتابخانەکەی ئەلبێرت ئەلیس بە یەکێك لەگەورەترین‌و گرنگترین قوتابخانەکانی ئەم تیۆرە ئەژماردەکرێت لەئاستی جیهاندا، کە بنەماکانی بریتین لە قایلکردنی تاك بەوەی بیروباوەڕەکانی نالۆژیکین‌و ئەو بیرو باوەڕو بیرکردنەوە نەرێنیانەی شی دەبنەهۆی نا ئارامبون‌و ناجێگیری تاك لەبەسەربردنی ژیانی رۆژانەداو پاشان دروستبونی حالەتی نەگونجان لەگەڵ واقیعدا، بۆیە ئا مانجی ئەم تیۆرە راستکردنەوەی ئیدراکی شێواوی تاك‌و گۆڕینیەتی بەرێگەی گونجاوتر بۆ بیرکردنەوە کە دەبێتە هۆی دروستبونی گۆڕانکاری مەعریفی رەفتاری‌و هەڵچون لەلای تاك[2].

(3/2 □ 5- 6 – 1) چارەسەری دەرونیی عەقڵانی (Rational Psycho Therapy):

بریتیەلە چارەسەرێکی ئاراستەکراوی راستەوخۆ کە تەکنیکی مەعریفی هەڵچونیی بەکاردێنێت بۆ یارمەتیدانی تاك لەپێناو راستکردنەوەی (راستاندن/ تصحیح) بیرو باوەڕە ناعەقلانیەکانی کە گرفتی هەڵچونی‌و رەفتاریی بەدوای خۆیدا دێنێت بۆ بیرو باوەڕی عەقلانی، کە ئەو هەلانە وەلادەنێت، بۆیە پێویستە رێگری لە هەموو بیرۆکەو هەڵچونە نەرێنییەکان بگیرێت کە خود دە شێوێنن ئەوەش لە دو بارە رێکخستنەوەی ئیدراك‌و بیری تاك بە شێوەیەك کە بەرەو عەقلانیبونی ببات.

ئەلیس پێی وایە کە فاکتەرو گۆڕانکارییە ژینگەییەکان رۆڵی بالا دەگێڕن لەکارکردنەسەر بیری تاك، بۆیە گەیشتە ئەو ئەنجامەی کە ئەو رووداوانەی بەسەر مرۆڤدا دێن هەڵگری فاکتەری دەرەکین‌و دەبنە هۆکار، بەلام مرۆڤ لەتواناییدا یە بەسەر کەموکورتییە بایۆلۆجی‌و کۆمەلایەتی‌و بیرکردنەوەی نادروستدا زالبێت‌و بە شێوەیەك هەڵسوکەوت‌و رەفتار بکات کە دوا رۆژو ئاییندەی بەرەو باشتر بگۆڕێت. لەهەمانکاتدا هۆکاری سەرەکی کێشە رەفتارییەکان ناگێڕێتەوە بۆ فشاری

---

[1] احمد عبداللطيف ابو اسعد (2011 :44).

[2] سەرچاوەی پێشو(46).

دەره کی، بەڵکو دەیگێڕێتەوە بۆ بیرۆ کەی نا عەقلانی تاك کە خۆی پ ێوە پەیوە ست کردووەو لەڕێگەیەوە سورە لەسەر جێبەجێکردنی ئارەزووەکانی کەپێی وایە خۆشحاڵی دەکات[1].

سەرجەم تیۆرەکان هەوڵی خستنەڕوی وردەکارییەکانی جۆرە جیاوازەکانی کەسایەتیان داوە، لە گەڵ دۆزینەوەی ڕێگەچارەی گونجاو بۆ ئەو کێشانەی ڕوبەڕوی کەسایەتی مرۆڤ دەبێ تەوە. ئەو تیۆرەی تایبەتە بە جێگە لەفکردن بە بیرۆ کە ناعەقلانیەکان و جێگەگرتنەوەی بە بیرۆ کەی عەقلانی و لۆژیکی بریتیە لە (تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی ڕەفتاریی)، دانەری ئەم تیۆرە (ئەلبیرت ئەلیس) ە، کە لە مۆدێلی (A.B.C) دا ئاماژە بۆ ڕەفتارو بیرکردنەوەی شڵەژاو دە کات، کە هەموو کارە نەرێنییەکان دەگێڕێتەوە بۆ خودی بیرکردنەوەی ناخی تاك، کە لەسەر بنەمای بیرکرد نەوەی نادرو ست و نا عەقلانی بنیاتنراون، دوا جار تاك خۆی بەرپر سیارە لەو ئەنجاما نەی بەدە ستی دەهێنێت.

هەربۆیە ئەلبێرت لە مۆدێلی (D.E.F)دا پ ێی وا یە هەر خودی تاك خۆ شی توا نای چارە سەری گۆڕینی ئاڕاستەی بیرۆکەی نالۆژیکی بۆ لۆژیکی هەیە، دەتوانرێت ئەو گۆڕانکارییا نەش بەیار مەتی فێر کردن و ئارا ستەکردنی خودی ئەو تا کە بەدە ست بهێنر ێت، کە دوا جار دەبێ تە هۆی بەدەستهێنانی خۆشبەختی لە ژیانی تاکدا. پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆ لەنێوان بیرو ڕەفتاردا هە یە، بە دەوڵەمەندکردنی بیر بە بیرۆکەی ڕاست و دروست ئەو کاتە ڕاستەوخۆ ڕەفتار ڕێگا یەکی ڕا ست دەگرێتەبەرو بەپێچەوانەشەوە. پێویستە تاك جڵەوی بیرەکانی بەئاڕاستەیەکی دروستتدا ببات.

ئەلبیرت لە مۆدێلی چارە سەرکردندا (D.E.F)دا ئا ماژە بۆ ڕازیکردن و ئاڕا ستەکردنێکی ڕا ستی تاك دە کات، ئەویش بەپێ شاندانی چەوتی بۆ چونەکانی، بەڵام بەجۆرێك کە تاك هە ست بەسەرزەنشتکردن نەکات، هەروەها ڕێ نوێنیکردنی بەرامبەر بۆ ز یاتر متما نە بەخۆبون و پ شت بەستن بەخۆ بۆ چارەسەرکردنی ئەو کێشانەی ڕۆژانە ڕوبەڕوی دەبێتەوە، لە گەڵ پ ێدانی با شترین زانیاری بە بەردەوامی. لێرەدا بەپێویستی دەزانین نمونەیەك بۆ خ ستنەڕوی کارکردنی مودێلەکان بهێنینەوە:

(مۆدێلی A.B.C تایبەتە بە خستنەڕوی کێشەکان):

فەرمانبەرێك بەهۆی گرفتی قەرەباڵغی ڕێگاوە درەنگ گەیشتە شوێنی کارەکەی، تێبینی کرد کلیلی ژورە کەی بیر چوە، پا شان لە فەرمانگە کە کلیلی یەدەگی ژورە کەی دە ستکەوت، کە چوە ژورەوە سەیری کرد نوسراوەکەی کە ڕۆژی پێشتر ئامادەیکردبوو بۆ بەڕێوبەرە کەی د یار نەماوە (کە ئەو ڕۆژە بەڕیوبەرەکەی ئەو نوسراوەی لێ داوا ئەکرد، چونکە پێویستی پ ێی بوو بۆ کۆبو نەوەی ئەو

---

[1] احمد عبداللطيف ابو اسعد (2011، 300 305).

ڕۆژه)، هەربۆیە فەرمانبەرەکە پێی وابوو ئەو ڕۆژە ڕۆژێکی شوم و بەدبەختییە بۆ ئەو. **(ئەمە مۆدێلی(A) ڕوداو ئەزمونەکانە).** لە ئەنجامی ئەو ڕوداوە فەرمانبەرەکە پێی وایە ئەگەر ئەو نوسراوە نەدۆزێتەوە، ڕەنگە لە کارەکەی دەربکرێت، یاخود سزای بدەن، جگە لە توڕە بون و شکاندنی، هەروەها وا بیردەکاتەوە کە ئەمە هەموی بەهۆی نەزانی خۆیەوە ڕو یداوە. **(ئەمە مۆدێلی(B) بیرکردنەوەو بیروباوەڕە).** کە ئەمەش ئەبێتە هۆی بێتاقەتی و شڵەژان و هەستکردن بە خۆ بە کەمزانین، کە ئەم هەستانە ناعەقڵیانە وادەکات کە هەست بە خۆشی و ئاسودەیی نەکات. **(ئەمە مۆدێلی(C) ئەنجام/ پەرچەکردارە).**

(مۆدێلی D.E.F تایبەتە بە چارەسەرەکان):

لەم قۆناغەدا پێویستە گرفتی فەرمانبەرە کە بەجۆرێك چارەسەر بکرێت ئەویش لەڕێگای وتوێژکردنەوە لەگەڵ فەرمانبەرەکەدا بە نەهێشتنی ئەو بیرۆکە ناعەقڵیانەی بیری لێدەکاتەوە و جێگەگرتنەوەی بە بیرۆکەی عەقلانی کە ئەو کەسێکی کەم بایەخ نییە، بەڵکو ڕێکەوتە کە ئەو ڕوداوانە ڕودەدات ئەمەش بەمەبەستی دورکەوتنەوەی لە شڵەژانی دەرونیی و هەستکردن بە گرنگی خۆی. **(ئەمە مۆدێلی(D) وتووێژو ڕەتکردنەوەیە).** لێرەدا پێویستە ڕێگە چارەی شیاو ئاڕاستەی فەرمانبەرەکە بکرێت بەوەی کەمێك وردتر بە دوای نوسراوەکەدا بگەڕێت، کە ڕەنگە لە شوێنی تر دایبنابێت و لەبیری چوبێتەوە لە کوێدا دایناوە. **(ئەمە مۆدێلی(E) جێبەجێکردنە).** لەم هەنگاوەدا یارمەتی فەرمانبەر دەدرێت بە شێوەیەکی پراکتیکی کاربکات، هەروەك چۆن بە شێوەیەکی تیۆریی ڕێنوێنی کراوە، بۆ هێوربونەوەو نەهێشتنی دڵەڕاوکێ و گەڕان بەدوای نوسراوەکەدا. **(ئەمە مۆدێلی(F) دەرئەنجامە).**

4-B-C: زمانی جەستە Body language:

زمانی جەستە ڕەنگدانەوەی دەرەکی هەستپێنەکراوە (بێ ئاگایی) بۆ هەستە ناوەکیەکان، یاخود زمانی جەستە پەیامێکی گەیاندنەو ئەستەمە ساختەکاری تێدا بکرێت، بۆیە دەکرێت پشتی پێ ببەسترێت بۆ تێگەیشتنی سروشتی تاکەکان. زانایانی دەرونناسی پێیانوایە (کە (60٪ - 80٪) هەڵسوکەوتو ڕەفتاری مرۆڤ بەشێوەیەکی بێ ئاگایانەو بریتین لە هێماو ئاماژەکان، کە بەهێزترو کاریگەرترن لە خودی وشەو ڕستەکان، کە تەنها (7٪ - 10٪)ی هەڵسوکەوتو ڕەفتارەکانی مرۆڤ پێکدێنن)[1]، هەروەها لێکۆڵەری ئەمریکی لەبواری زمانی جەستە (ئەلبێرت مهربیان/ Albert Mehrabin) پێی وایە کە دیالۆك و ئاخاوتنی ڕوبەڕوی نێوان دوو کەس تەنها لە (7٪)ی وشەی

[1] لیلی شحرور (2008: 9).

تێدا بەکاردێت، بەڵام لە (55٪)ی ئا خاوتنی نێوان ئەو دوو کەسە لەڕێگەی جەستەوە دەبێت و، (38٪) یش بەهۆی ئاوازەی دەنگەوە یە[1]. دەروننا سەکان بۆ چوونیان وا یە ئەم ڕێگا یە زۆر کاریگەرەو بەڕێژەی 5 جار لە ئا خاوتن زیاتر ئا سەوار جێدەهێڵێت. زمانی جەستە بە شێکی سەرەکییە لەزانستی پارا لینگویستیک (para linguistics)، کە ئەم زانستەش لقێکە لە لقەکانی زانستی زمان، لەو ئیشارەتانە دەکۆڵێتەوە کە بەشداریدەکەن لە پەیوەندیکردنی نازمانیدا، وەسفی ئەو فاکتەرانە دەکات کە لە دەرەوەی زمانی زارەکین، واتە دیاردەی نازمانین و پەیوەستن بە زمانەوە. وەك: زمانی جەستە، ئەکسێنت، ئاوازە، جەختکردنەوە (پێداگرتن) لەسەر هەندێ وشەو دەستەواژە بە بەرزکردنەوەی دەنگ یان نزمکردنی یان خێراکردنی و خاوکردنەوەی یان زۆر بەکارهێنانی هەندێ وشەو دەستەواژە، کە ئاماژە بۆ شڵەژان و تەمەڵی دەکەن، هەروەها هەڵبژاردن و دەستنیشانکردنی وشەو دەستەواژەی جوان و ڕازاوە، کە هەموو ئەمانە پەیوەندییان بە لایەنە جیاوازەکانی ژیانی تاکەوە هەیە بۆ تێگەیشتن لە هەڵچون و هەڵوێست و بیرکردنەوە ... هتد. پارا لینگویستك(para linguistics) وەکو پردێك وایە لەنێوان پێکهاتە نازمانیەکان وەك (ڕەفتاری پەیوەندیکردن) و پێکهاتە زمانیەکان (زارەکییەکان) وەك: (مۆرفۆلۆژی و سینتاکس)[2] .

بەکارهێنانی زمانی جەستە پێویستی بەچەند شارەزاییەکە وەك:[3]

1- شوێنی دانیشتن کاریگەرییەکی زۆری هەیە بۆ ڕازیکردن، بۆ نمونە لە ڕوو بەڕوو دانیشتن مرۆڤ وا هەستدەکات لەشەڕدایە، هیچ ئازادییەکی جوڵانەوەی نییە، بۆیە باشترین شێوە بۆ دانیشتن، ئەو دانیشتنەیە کە بە گۆشەی (45) پلە دانیشتبن دوای ئەمیش لە تەك دانیشتنە کە هاوڕێیەتی و هاوشانیکردن نیشاندەدات.

2- دابەشکردنی سەیرکردنمان بۆ خەڵك، نەك تەنها یەك کەس، یا چەند کەسانێك.

3- ناردنی چەند پەیامێکی جەستەیی لەماوەی تێڕوانین و سەیرکردنمان.

4- خۆدورخستنەوە لە ڕووگرژی و، زیادەڕۆیی نەکردن لە ڕوخۆشی.

5- گرنگیدان بە ڕیکوپێکی جل و بەرگ و خاوێنی و دروستیی هەڵبژاردن.

6- دەستەکانت جوڵانەوەیان کۆنتڕۆڵ بکرێت ئاماژە بۆ دەربڕینی خراپ نەکەن.

7- جوڵانەوە لە شوێنێکەوە بۆ شوێنێکی تر ئەنجام بدرێت بە چالاکی و باوەڕ بەخۆبوون، نا شبێت دەستەکانت بەخۆتدا شۆڕبکەیتەوە یا بازووەکانت لەیەك بئاڵێنیت و نا شبێت زۆر سەیری سەرەوە، یا خوارەوە بکەیت.

---

[1] الان و باربرا بییز (2008: 9 - 10).

[2] بڕوانە: David Crystal& Randolph Quirk (1964: 162 – 174) ، John Lyons (2002)

[3] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی (2013: 30 31).

8- بەرکەوتنی دەست، وەك تەوقە یان دەستخستنەسەرشان، کاریگەری ئەفسوناوی زۆری هە یە، بە تایبەتی بۆ مرۆڤە هەستیارەکان، کە ئاسودەیی و دڵنیای دەبەخشێت.

زۆربەی لێکۆڵەرەوان هاوڕان لە سەر ئەوەی بەکارهێنانی و شە لە بنەڕە تدا تەنها بۆ گوا ستنەوەو گەیاندنی زانیاریەکانە، بەڵام بەکارهێنانی زمانی جە ستە بۆ یەکلاییکرد نەوەی کاری تایبە تە بە پەیوەندیە یەکانی نێوان کە سایەتیەکانو هە ندێ جاریش وەك ئەڵتەرناتیڤێکی پەیامی دەنگ یی بەکاردەهێنرێت، بۆ نمونە کاتێ ئافرەتێك بە نیگایەکی ڕقەوە تەماشای پیاوێك دەکات، ئەو نیگا یە لەخۆیدا پەیامێکی ڕوونو ئاشکرایە بۆ بەرپەرچدانەوەو ڕەتکردنەوەی بەرامبەر بێ ئەوەی و شە بەکاربهێنرێت[1].

زمانی جەستە یەکێکە لەو هۆکارە گرنگانەی کە بەهۆیەوە دەتوانین پەی بە نهێنیە نەدرکاوەکانی ناخی بەرامبەر بەرین، چونکە هەندێ جار مرۆڤ خۆی پڕۆگرامکردوە لە سەر کۆ مەڵێك و تە، کە بەگشتی بریقەدارەو نیشانەیە بۆ توا ناو بەهێزیی ئەو مرۆ ڤە، یاخود هە ندێ کات ئەو مرۆ ڤە ئارەزووی درکا ندنی ئەو زانیارییا نە نا کات کە دەیزانێت، یان لەکاتی نەخۆ شیدا وەك جەڵتەی دەماغ، کە مرۆڤ لە زمان دە خات، یان مرۆ ڤی کەڕولاڵ، هەربۆ یە لەو کاتا نەدا پەنا دەبا تە بەر زمانی جەستەو لەو ڕێگەیەوە بە هێماو ئاماژە گوزارشت لە مەبە ستەکەی دە کات بۆ ئەو کە سەی دەیەوێت زانیاری یان بیرۆکەکەی پێ بگەیەنێت، زمانی جەستە ڕێگایەکی خێراو ئا سانترە، تاوەکو ببێ تە هۆی هاوکاریکرد نمان بۆ تێگەیشتن لە هە ستە نادیارە کانی کە سایەتی بەرامبەر. پاش د یاریکردنی بیرکرد نەوەی بەرامبەر بەپێی جو ڵەکانی جە ستەی، لەقۆناغی دووە مدا پەنادەبەینە بەر کارکردن بەپێی بیرکرد نەوەی بەرامبەر، کە ئێ مەش دەبێ نە پاڵپ شت بۆی و پ شتگیری خۆ مانی نیشاندەدەین سەبارەت بەبیرکرد نەوەکانی کە هاوڕاین لە گەڵی، و پا شان وردە وردەو بە شێنەیی جو ڵە جە ستەییەکان و و تەکانمان هاو تا دە کەین لە گەڵ جو ڵە جە ستەیی و بیرکردنەوەکانی بەرامبەر (ئەگەر هەر کاتێك لەگەڵ کەسێك یان کۆمەڵە کەسێك ڕاوەستابووی یان دانیشتبووی هەوڵبدە هەمان جوڵەی ئەو کەسە یان کۆمەڵەکە لاسایی بکەرەوە، چونکە ڕا ستەوخۆ کاریگەری دەبێت لە سەر وەڵامدا نەوەی بەرامبەر بۆ بۆ چوونو تێڕوانینەکانت کە هاودەنگو هاوهەڵوێستی لەگەڵیدا، بەو شێوەیەش ڕێزی نێوانتان زیاتر دەبێت)[2]، چونکە لا سایی کرد نەوەی جو ڵەی جە ستەی کە سی بەرامبەر ئەوە دەگە یەنێت کە ئەو کە سە جۆرە مەیلێکی هە یەو

[1] الان و باربرا بییز (2008، 10).

[2] سەرچاوەی پێشو (250 □ 264).

بەرامبەرەکەی خۆشدەوێت[1]. واتە لەم قۆناغەدا دەبێت ئارادە یەك بە هەمان شێوەو وەستان و بەکارهێنانی زمانی جەستەی بەرامبەر هەڵسوکەوت بکەین، واتە وەك ئاوێنە یەك وا بین بۆ بەرامبەر، لە ئەنجامدا بێ ئاگایانە هەست بە ئارامی دەکەن و خۆی لە تۆدا دەبینێتەوە. بێگومان ئەم کارەش پێویستی بە وردبینی و زیری هەیە، چونکە نابێت بەرامبەر هەست بکات کە تۆ لاسایدەکەیتەوە، چونکە ئەو کات بەرامبەر هەست دەکات کە تۆ ڕاستگۆنیت لەگەڵی و ئەمەش ئەبێتە هۆی ئەوەی کارەکە شکست بهێنێت. دوو بارە بۆ دڵنیابوون لە بارودۆخی بەرامبەرو ئاسودەیی لەگەڵماندا پەنادەبەینەوە بەر تێبینیکردنی زمانی جەستەی تاکی بەرامبەر. لەقۆناغی سێیەمیشدا کار لەسەر گۆڕینی ئاڕاستەی بەرامبەر دەکەین بەو جۆرە ئاڕاستەیەی کە خۆمان مەبەستمانە. لەم قۆناغەشدا بە هەمان شێوەی دوو قۆناغی سەرەتا بەهۆی سەرنجدان لە زمانی جەستەی بەرامبەر دڵنیادەبین کە سەرکەوتنمان بەدەستهێناوە. بێگومان هەر سێ قۆناغەکە تەواوکەری یەکترین، ناتوانین دەستبەرداری هیچ یەکێکیان بین، ئەو دڵنیاییەی کە بەرامبەر بەدەستی دەهێنێت لە قۆناغی دووەمدا ڕاستەوخۆ دەبێتەهۆی ئاسانکاری بۆ قۆناغی سێیەم بۆ تێخزانی بیرەکانمان بۆ ناو مێشکی بەرامبەرو کارکردن لەسەری بۆ گۆڕینی ئاڕاستەی بیرکردنەوەکانی.

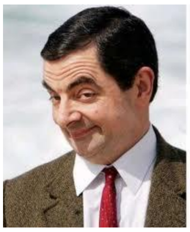
زمانی جەستە یەکێکە لە زانستە هەرە سەرەکییەکان لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا، کە میللەتە پێشکەوتوەکان بایەخێکی تایبەتی پێ ئەدەن، چونکە دەتوانن پشت بەم زانستە ببەستن بۆ دەرخستنی ڕاستیەکان، بۆنمونە: لەهەندێ وڵاتدا ئەم زانستە دادوەر پشتی پێ دەبەستێت بۆ بڕیاردان لەسەر لایەنی ڕاستی و ناڕاستی و تەکانی تۆمەتبارو ئەو بارە دەروونییەی پێیدا تێپەڕ دەبێت، هەروەها سود لەم زانستە وەردەگرن بۆ کاری دەزگای زانیاری (مخابرات/Intelligence)، کە لەڕێگەی سەرنجدانی جوڵە جەستەیەکانی تاکەوە دەزانن کە ئایا ئەو جوڵانە هاوتایە لەگەڵ ئاخاوتنەکانی یاخود نەخێر.

هەر میللەتێك کۆمەڵێك ڕەمزی زمانی جەستەی تایبەت بەخۆی هەیە و، هەموو کۆکن لەسەری، کە ئەمەش زیاتر پەیوەستە بە ژینگەو دەورو بەرەوە، بەڵام ئێمە لێرەدا بە دەگمەن مەبەستمان لەمجۆرەیە، بەڵکو مەبەستمان جۆرەکانی تری زمانی جەستەیە کە گوزارشت لە ڕەفتاری تاکەکەس دەکات، لەڕێگەی (چاو، لوت، دەست، قاچ ... هتد). ڕاستگۆترین مرۆڤیش لە خستنەڕووی

[1] د.لیلیان جلاس (2008: 174).

زمانی جەستەدا مندالْ بەراورد بە تەمەنەکانی تر سەبارەت بە نواندنی هەستەکانی، مندالْ لەڕێگەی زمانی جەستەوە بە باشترین شێوەو ڕاستەوخۆ هەستە ناوەکییەکانی ئاشکرادەبێت.

تەلەفزیۆن ئامرازێکی زۆرباشە بۆ تێگەیشتنی زمانی جەستە لە ڕێگەی کەمکردنەوەی دەنگو تەماشاکردنی وێنەکان، هەروەك فێری هەستیاریمان دەکات بەرامبەر بە هەستو سۆزی کەسانی تر. لە ئەکتەرە بەناوبانگەکانی فیلمە بێ دەنگەکان وەك (شارلی شاپلن) و (مستربن)، کە پێشەنگبوون لە بەرجەستەکردنی زمانی جەستە، چونکە ئەو شێوەیە تەنها ڕێگەیەك بوو بۆ نواندن و پەیوەندی بەستن لەگەڵ خەڵك لەسەر شاشەی تەلەفزیۆن و لێهاتوویی هەر ئەکتەرێکیش لەسەر بنەمای بەکارهێنانی ئاماژەو جوڵەی جەستە هەڵدەسەنگێنرا.



مرۆڤ پەنا بۆ هێما دەبات لە کاتو شوێنی جیاوازدا، ئەمەش بەمەبەستی تێگەیاندنی بەرامبەر، یان ڕوونکردنەوەی مانایەك بەبێ وشە، تەنانەت ڕوخساری بێژەرو پێشکەشکاری کەناڵە ئاسمانیو ناوخۆییەکانیش لەکاتی باسکردنی هەواڵ، یان بەرنامەکاندا گۆڕان یان بەسەردا دێت بەپێی بابەتەکەو بیروباوەڕیان بەناوەڕۆکەکەی.

لە قورئانی پیرۆزیشدا چەندین ئایەتمان هەیە کە ئاماژە بۆ زمانی جەستە دەکاتو لە بابەتی جیاجیادا باسی لێوەکراوەو بۆ مەبەستی تایبەتیش هێنراونەتەوە، کە ئەمانەن:

1- وێنەکردنی دیمەنەکانی ڕۆژی دوایی.

2- وێنەی هونەریی بۆ چیرۆکەکانی قورئان.

3- ئاشکراکردنی خەسڵەتەکانی موسڵمان کە دەبێت مرۆڤ پێوەی پابەندبێتو دورکەوتنەوەی لەڕەفتارە نەرێنیەکان.

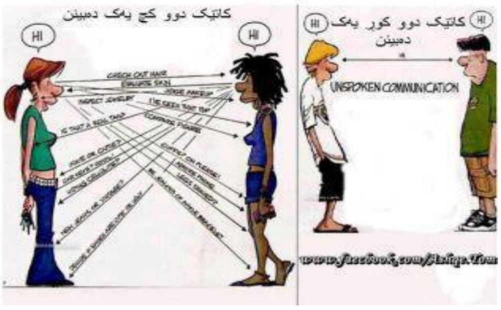
بۆ نمونە خوای گەورە دەفەرموێت: ﴿وتولّى عنهم وقال يا أسفى على يوسف وابيضّت عيناه من الحزن وهو كظيم﴾[1]، هەروەها دەفەرموێت: ﴿يا بني آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد وكلوا واشربوا ولا تسرفوا﴾[2]. لەشوێنێکی تریشدا دەفەرموێت: ﴿فأشارت اليه قالوا كيف نكلّم من كان في المهد صبياً﴾[3].

---

[1] سورة يوسف، الآية: 12

[2] سورة الاعراف، الآية: 31.

ئافرەت بە بەراورد لە گەڵ پ یاودا هە ستی تێبینیکرد نی ز یاترەو، هێزێ کی خۆڕ سکیی هە یە بۆ کردنەوەی کۆدی ئیشارەتو بینینی وردەکارییەکان، هەر ئەم هەستەشە وایکردووە کەم لە پ یاوان بتوانن درۆ لە گەڵ هاو سەرەکانیاندا بکەن بەبێ ئەوەی درۆکانیان ئا شکرابێت، هەروەك ئافرەت دەتوانێت بەبێ ئەوەی پیاو هەستی پێ بکات، هەڵیخەڵەتێنێ.



هە ستی ئافرەت بە ڕونیی لەلای ئەو کە سانە دەردە کەوێت کە سەرقاڵی بەخێوکردنی م ندالن، چونکە لەماوەی چەند ساڵی یە کەمی تە مەنی ئەو مندا ڵە، دا یك تەنها لە ڕێگەی ئیـ شارەتەوە پەیوە ندیی لەگە ڵدا دەبە ستێت بەبێ ئەوەی هیچ و شەیەك بەکاربهێنێت، ئە مەش هۆ کارێکی سەرەکییە بۆ ئەوەی ژنان لە پیاوان زیاتر توانای خوێندنەوەی زمانی جەستەیان هەبێت[2].

زۆربەی ئاماژە بنەڕەتیەکانی پەیوەندیکردن لەهەموو جیهاندا یەك شتن، بۆ نمونە کاتێك خەڵکی دڵخۆ شن ئەوە زەردەخە نە دە کەن، کاتێکیش هە ست بە ناخۆ شیو دڵ تەنگیو توڕەیی دە کەن ڕوخساریان گرژ دەکەن، سەر ڕاوەشاندنیش لەسەرەوە بۆ خوار بە واتای (بەڵێ) یان بە دڵنیابون و چەسپاندن دێت، بەڵام ئەگەر ڕاوەشاندنەکە بەرەو لای ڕاستو چەپ بوو ئەوە بەمانای (نەخێر) دێت، هەروەها ڕاتەکاندنی هەردوو شانی مرۆڤ هێمایە بۆ ئەوەی ئەو کەسە لە قسەکانت تێدەگات یان نا[3]. لە ڕێگەی هە ندیٚ ئیـ شارەتەوە وەك: (زەقبو نەوەی چاو و ئارەقکرد نەوەو سوربونەوەی ڕوخسار کەسی سەر ڕاست لەگەڵ درۆزن جیابکرێتەوە)[4].

---

1 سورة مريم، الآية: 29.

2 الان و باربرا بييز (2008: 13 - 14).

3 الان و باربرا بييز (2008: 18).

4 سەرچاوەی پێشو (28).

زمانی جەستە ڕەنگدانەوەی ئاشکرای باری دەرونیی تاکە، هەر هێما یان جوڵە یەك بنەمایە کە بۆ یەکێك لەو هەستانەی تاك لەو ساتەدا هە ستی پ ێدەکات، بۆ نمو نە: ئە گەر ئافرەت ێك هە ستیکرد کێشی زیادیکردوە، ئەوە ڕەچاوی مۆدێلی جلوبەرگەکەی دەکات لەو کاتەدا[1].

لێرەدا ئاماژە بە بەشێك لە زمانی جەستە دەکەین کە پەیوەستە بە ئەندامەکانی لەشی مرۆڤەوە:

سەر

سەر گرنگترین ئە ندامی لە شی مرۆ ڤە کە خوای گەورە پ ێی بەخ شیوین، هەرلە بەر ئەو گرنگییەشی لەبەرزترین لە شی مرۆ ڤدا دای ناوە، کە نی شانەی ئەوە یە بەپلەی یە کەم د ێت، بۆ یە ئێمەش وەك یەکەم ئەندام باسی دەکەین لەڕوانگەی زمانی جەستەوە.

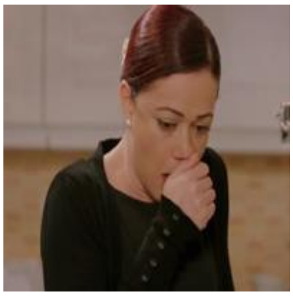
<u>سەر بەرزکردنەوە بۆ لای پشتەوە:</u> هەر کات ئەو کەسەی لەبەرامبەرتدا یە سەری بۆ لای پ شتەوە بەرزکردەوە بەبێ ئەوەی بیجوڵێن ێت، ئەوە دەگە یەنێت کە خۆی بەبێ لا یەن پیـ شاندەدات لەبەرامبەر وتەی کەسی قسەکەر، هەروەها بەمانای خۆ بەزلزانو چاونەترسو لەخۆبایی بوون د ێت. بۆنمو نە لەم وێ نەی لای خوارەوەدا تێبین ی دە کەین سەرۆکی پێ شوی لیب یا (موعە ممەر قەزافی) بەمشێوەیە هەڵسوکەوت دەکات.

---

[1] الان و باربرا بييز (2008: 11).

سەر لارکرد نەوە: سەر لارکرد نەوە بەرەو لای چەپ یان ڕا ست، ما نای ملکە چبوون دەگە یەنێت، ئافرەتیش پەنا بۆ ئەم هێما یە دە بات کاتێك با یەخ بەو پیاوە دەدات کە دە یەوێت ڕازی د ڵی بۆ دەربڕێت[1].

سەر خوارکردنەوە: ئەگەر سەر بەرەو خوارکرا ئەوە مانای بوونی حاڵەتێکی نەرێنی، یان ڕەخنە، یان هەستکردن بە خەمۆکی دەگەیەنێت[2].



سەر خوراندن: بەو واتایە دێت کە ئەو کە سە هە ست بە شڵەژانو دڵنیا نەبوون لە مە سەلەیەك دەکات، یان ڕازی نیە بەو شتەی بیری لێدەکاتەوە[3].

هێماکانی چاو

مرۆڤ بەدر ێژایی مێژو با یەخی بە چاوو کاریگەریی لە سەر ڕەفتاری مرۆڤا یەتی داوە، چونکە پەیوە ندیکردن لەڕێگەی چاو شێوەی گفتو گۆ و د یالۆگ ڕێکدەخاتو گوزار شت لەخۆ سەپاندن دە کات، بۆ یە هێما کانی چاو بەبە شێکی سەرەکی دادە نرێن بۆ خوێند نەوەی ناخو بیری کە سی

---

[1] الان وباربرا بييز (2008: 233).

[2] سەرچاوەی پێشو (233 235).

[3] د.ليليان جلاس (2008: 178).

بەرامبەر، بۆ نمونە: (دەوری حەڵقەی چاو فراوانو تەسك دەبێتەوە بەگۆڕینی هەڵوێستو بارودۆخی مەزاجی تاك لەبارودۆخی ئەرێنی بۆ نەرێنیو بە پێچەوانەشەوە. ئەگەر کەسێك هەستی بەوروژاندن کرد ئەوە قەبارەی چاوی بۆ چوار هێندە فراوانو گەورەدەبێتو دەکرێتەوە)[1].

بە پێچەوانەشەوە ئەگەر هەستی بەتوڕەبوونو ناڕەحەتی کرد ئەوە چاوی تەسکدەبێتەوە[2].

چاوەکان ئاماژەیەکن بۆ سەرنجڕاکێشانی بەرامبەر، جا چ کچ، یان کوڕ بن و لە کۆمەڵگەیەکیشەوە بۆ کۆمەڵگەیەکیتر ماناکانی دەگۆڕێن، بۆیە ئەگەر (پیاو چاوی ڕاستی هەڵتەکاند ئەوە کەسێکە هەستی هەرزەکاریی تێدا ماوەو هەستو سۆزی بەسەر عەقڵیدا زاڵترەو ڕاوەدوی ئافرەت دەکەوێت[3].

چاوبڕینە ناو چاوی کەسێکی ناسراو مانای خۆشەویستی دەگەیەنێتو، ئەگەر کەسەکەش نەناسراوبوو ئەوە مانای ڕووبەڕووبونەوەیە، بۆیە کاتێك تەماشای کەسێکی خۆشەویست دەکەین

---

[1] الان و باربرا بییز (2008: 166).

[2] سەرچاوەی پێشو. بۆ زانیاری زیاتر لەسەر هێماو جۆرەکانی چاوو برۆ بڕوانە هەمان سەرچاوە (166 - 183).

[3] جوزیف میسینجر(2006: 68).

بیبیی لەی چاوەکانمان فراوان دە بن، لەکاتێ کدا ئەو کە سانەش سەرنجمان ڕادەکێ شن کە بە بیبیلەیەکی فراوا نەوە تەما شامان دە کەن، بەپێچەوانە شەوە ئە گەر بیبیلەی چاوەکان تە سکبوون ئەوە جوانیو سەرنجڕاکێشانی کەمتر دەبێت[1].

دەموچاو خوراندن

ئەگەر لەکاتی قسەکردندا قسەکەر بە پەنجەی بالآ بەرزە دەمو چاوی خورا ند، ئەوە لەمێ شکیدا لە ڕێ گەی باشو کاری گەر دە گەڕێت بۆ بەرپەر چدانەوەی ڕاوبۆ چونەکانی بەرام بەر، چونکە ئەو پەنجەیە هێمایە بۆ ڕێکخستنی بیرۆکەو ناوەندی چەسپاندنی بیرۆکە دەربڕاوەکانە[2].

لوت خوراندن

ئەگەر لەکاتی قسەکردندا بەرامبەرکەت بەپشتە پەنجەی شایەتمان بە بەردەوامیی لوتی خورا ند، ئەوە دەریدەخات کە کەسێکە حەز لەزۆربلێی دەکات[3].

---

[1] موفق الحمداني (2007: 227 – 228).

[2] جوزيف ميسينجر(2006: 99).

[3] سەرچاوەی پێشو (209).

هێماکانی دەست[1]

- **دە ست شاردنەوە:** ئە گەر کە سێك لەکاتی قـ سەکردندا دە ستەکانی شاردەوەو خـ ستیە ناو گیرفانەکانیەوە، مانای ئەوەیە کە ڕەنگە زانیاری گرنگی لەلابێتو بیـشارێتەوە، یان نا یەوێت باس لەشتێکی گرنگی تایبەتیی خۆی بکات.

- **دەست نوقاندن:** مانای ئەوەیە ئەو کەسە زانیاری یەکی لا یەو بەقـسە نا یدرکێنێت، کە هە ستی پـێدەکات، ئە گەر کە سێك لەکاتی قـسەکردندا دە ستەکانی نوقا ندبوو ئەوە تورە یە، و ئە گەر پەنجە گەورەکەی دەستی شاردبۆوە مانای ئەوە دەگەیەنێت کە هەست بەهەڕەشە یان ترس یان دوودڵی دەکات.

- **دە ستە درۆز نەکان:** ئەو کە سەی لەکاتی قـ سەکردندا ڕا ستییەکان ناڵـێت، دە ستەکانی زۆر بەکارناهێنێت، لەوانەیە بینوقێنێت، یان بیانخاتە گیرفانەوە، هەرکات کەسەکە زۆر دە ستەکانی خستەناو یەكو تێکیانی ئالأند مانای ئەوەیە کە زۆر هەست بە شڵەژان دەکات.

---

[1] د. لیلیان جلاس (2008: 184 – 188).

- **دە ستی کراوە:** ئە گەر کە سەکە ڕا ستگۆبێت ئەوە بە بەردەوامیی هەردوو دە ستەکانی دەکاتەوەو ناو لەپی بەباشی دیارە، ئەوەش مانای گرنگیدان دەگەیەنێت بە لایەنی بەرامـبەر، هەروەك ما نای ڕازیـبوون‌و ئا مادەیی دەگە یەنێت بۆ گوێگرتن لە قـسەو بیرۆ کەی کە سی بەرامبەر، جگە لەوەی دەکرێت متمانەی پێبکرێت.

- **دەستی گوزار شتکار:** ئە گەر کە سەکە گوزار شتی لەناخی کرد، یان لەحا ڵەتێکی هەڵچوون بوو سەبارەت بەباری تەندروستیی، ئەوکات بە زۆری دەستو بازو و قۆڵەکانی بەکاردێنێت لەکاتی قسەکردندا، وەك گوزارشتێك بۆ ئەو شتانەی هەستیان پێدەکات.

- **دەستی ئارامنەگر:** تەقە تەقکردن بەپە نجە لە سەر مـێز، یان کور سی ما نای نەمانی ئارامی‌و توڕەیی ئەو کەسە دەگەیەنێت.

× **<u>دەستی متمانەبەخۆبوو:</u>** هەمیشە ئەو کەسەی متمانەی تەواوی بەخۆی هەیە دەستەکانی بەشێوەیەك دەجولێنێت، کە ڕەنگدانەوەی متمانەبەخۆبوونی دەسەلمێنێت، وەك لکاندنی نوکی پەنجەکانی هەردوو دەستی بەیەکەوە، کە ئەو جولەیەش بەزۆری مامۆستاو وەزیرو سیاسەتمەدارو یاساناسانو دانوستکاران بەکاری دێنن.

× **<u>دەستخستنە ناو گیرفان:</u>** ئەگەر کەسێك چووە دوکانێك و هەردوو دەستی لەگیرفانیدا بوو، ئەوە هێمایە بۆ ئەوەی شت ناکرێت، هەروەك دەستخستنە ناو گیرفان مانای متمانەبەخۆنەبوون و ناجێگیری دەرونیی دەگەیەنێت[1].

× **<u>دەستخستنە سەر باڵی بەرامبەر:</u>** ئەگەر لەپاش مشتومڕێکی زۆر لەنێوان دوو هاوڕێدا یەکێکیان باڵی چەپی خستە سەر شانی ڕاستی هاوڕێکەی، ئەوە مانای هێورکردنەوەی بارودۆخەکەو ڕەواندنەوەی ئەوگرژییەیە کە کەوتۆتە نێوانیانەوە[1].

---

[1] جوزیف میسینجر(2006: 108 – 109).

× **دەست دانان لەسەر هەردوو ڕان:** هێمایەکە بۆ شەڕانگێزیو ڕووبەڕووبو نەوەو ئارامنەگرتنو توڕەیی[1].

× **دەستخستنە نێوان هەردوو قاچ:** ئه گه‌ر لەکاتی قسەکردن له گه‌ڵ هاوڕێیه کدا (قا چی ڕا ستی خستە سەر ڕا نی چەپیو دە ستێکی خ ستە نێواذ یان، ئەوە هێما یە بۆ مەتر سی ئەو کە سە لەشکستهێنان[2].

× **نەجوڵاندنی دەستەکان:** نەجوڵاندنی دەستەکان لەکاتی قسەکردندا ئا ماژە بۆ کە سایەتیەکی وریا دەکات، کە سورە لەسەر نەدرکاندنی هەستی دەرونو بیرو بۆچوونەکانی، ئەو کە سە خۆی لە هەموو ئەو شتانە بەدوور دەگرێت کە لەلای بەرامبەرەکەی بە لاوازی دەریدەخەن[3].

---

[1] سەرچاوەی پێشو (89).

دیارترین هێماکانی درۆکردن بریتین لەمانە:[1]

1- داخستنی دەم.

2- دەستبردن یان دەستهێنان بە لووتدا.

3- خوراندنی لووت.

4- چاو هەڵفلیقاندن.

5- گرتنی گوێچکە.

6- ملخوراندن.

[1] بۆ زانیاری زیاتر بڕوانە هەمان سەرچاوە (149 159).

7- پەنجەخستنە ناو دەم.

8- چەناگە خوراندن.

هێماکانی چاویلکە لەچاوکردن

زۆرن ئەو کەسانەی چاویلکە لەچاو دەکەن، جا بۆ مەبەستی خوێندنەوە بێت یان دا بەزینی ئا ستی بـ ینینو لاواز بوونی چاو یان بەمەبە ستی چاو پارا ستن بـ ێت لە خۆرە تاو، لەکاتێـکدا هەر جۆرە لەچاوکردنێك مانا دەبەخشێتو کەسایەتی بەرامبەر ئاشکرا دەکات، بۆ نمونە:[1]

- **تەماشاکردن لە سەر چاویلکەوە: ما نای خۆ بەزلزانو، کۆنتڕۆڵکردنی مە سەلەکان، و ز یادرۆیی کردن لەمتمانە بەخۆبوون دەگەیەنێت.**

[1] ایناس ناصر ابوزر (2011: 127 - 128).

- **دانانی چاویلکە لەسەر (قژ):** هێمایە بۆ هێمنیو، مەیلکردن بۆ گرتنەدەستی دەسەلآت.

- **دا نانی چاویلکە لە سەر سەری لووتو تەما شاکردن:** خاوەنی ئەم جولە یە کە سێکی زۆر گوماناویو ڕەشبینە کە متمانەی بەو بابەتانە نیە کە خەڵکی دەیخەنەڕوو یان باسی دەکەن.

- **لادانی چاویلکە بەر لە قسەکردن:** مانای ئەوەیە کە لەکاتی قسەکردنتدا دە تەوێت بەوردیيەوە باس لە بیرۆکەکانت بکەیت.

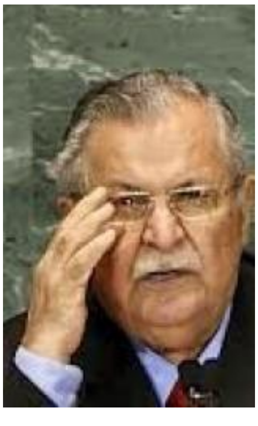
- **لەدەمکردنی لاباڵی چاویلکە:** هێمایە بۆ قوڵیی بیرکردنەوەو لەسەرخۆبون، هەروەها ئا ماژە بۆ زوو تورەبون دەکات.

- **لەچاوکردنی چاویلکە لەناو بیناو باڵەخانەکاندا:** مانای شەرمکردنو خۆشاردنەوەیە.

- **داکه ندنی چاویلکه له پڕداو خستنه ناو کیفه کەی:** بەمانای کۆتایی هاتنی چاوپێکەوتن و قسەکردن دێت کە هیچی تر نەماوە بوترێت.

- **لێکخشاندنی هەردوو باڵی چاویلکه بەیه کدا:** ئاماژه یه بۆ جەختکرد نه سەر ئەو کێشەو گرفتەی هەیە لەپێناو دۆزینەوەی چارەسەر بۆیان، هەروەك مانای دوودڵیەکی زۆر دەگەیەنێت.

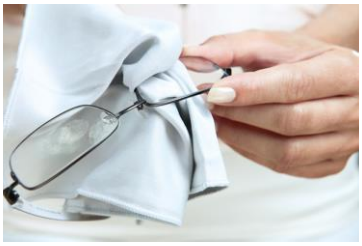
- **بەردەوام دەست بە چاویلکەدا هێنان لە چاودا (لمس النظارة باستمرار):** مانای دڵنیایی و بە ئاگاداربوون دەگەیەنێت.



- **چاویلکە پاککردنەوە لەکاتی قسەکردندا:** بە مانای خۆ ئامادەکردن دێت بۆ وەڵامدانەوەی کەسی بەرامبەر[1].

---

[1] جوزیف میسینجر(2006، 356).



هێماکانی قاچ

قاچو پێی مرۆڤ چەندین مانای لێدەبێتەوە کە یەکێکیان بریتیە لە خواستی بەرامبەر بە کۆتاییهێنان یان بەردەوامیدان بە گفتوگۆ.

دانانی قاچ بەشێوەیەکی ئاسایی و بەکراوەیی: مانای ئەوەیە کە بارودۆخەکەی لە کۆنترۆڵدایە.

قاچ لەسەر قاچ دانان: ئەوە بەمانای دڵنیانەبوون دێت.

ئەو ژنەی لەکاتی گفتوگۆکردنو دانیشتن لەگەڵ پیاودا قاچەکانی لەسەر یەک دادەنێتو ڕووی وەردەگێڕێت: ئەوە ئاماژەیەکە بۆ ڕازی نەبوون.

بەلاٌم ئەگەر قاچەکانی بەپێچەوانەوە دانابوو ئەوە بەمانای ڕازیبوون دێت[1].

جوڵەکانی قاچ

- **قا چی متمانە بەخۆبوو:** دوورخ ستنەوەی قا چەکان و نزیکرد نەوەی هەردوو ئەژنۆ لە یەکتری لەدانیشتندا مانای کرانەوەو متمانەبەخۆبوون و ڕاشکاوی و دەستپاکی دەگەیەنێت.

- **قاچی درۆزنە:** ئەگەر قاچ لەسەر قاچ دانرا مانای ئەوەیە ئەو کەسە متمانەی بەخۆی نیە، یان لەوانە یە ڕا ستی نەڵێت سەبارەت بە مە سەلەیەك، هەروەها ما نای سەربەخۆبون و ئازادی و پابەندنەبون بە ڕەسمییات و بەهێزیی و لەخۆباییبون و سەرنجڕاکێشان دەگەیەنێت.

---

[1] الان و بابرا بییز(2008، 211). بۆ زانیاری ز یاتر لە سەر شێوازی دا نان و هێمای قا چەکان بڕوا نە هەمان سەر چاوە (212 227).

- **قاچ ڕاکێشان:** ئەو کەسەی قاچ ڕادەکێشێت هەست بە دەسەڵات و باڵا دەستی دەکاتو کەسێکی ڕەفتار توندو خۆپەرست دیارە.

- **ڕاوە ستان لە سەر یەك قاچ:** ئەو کە سەی لە سەر یەك قاچ ڕادەوە ستێت هە ست بەمتما نە بەخۆبوون ناکات.

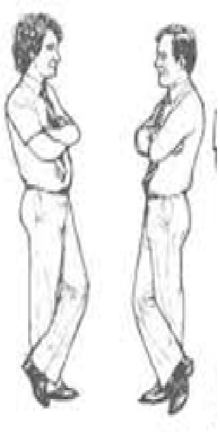
جوڵەکانی پێ[1]

- **ڕێی بڕێوەی:** ئە گەر قاچ و پێ یەکان لەتەنیشت یە کەوەبوونو ڕوو یان لە کە سی بەرامبەر کردبوو، مانای ڕاستگۆیی و کۆمەڵایەتیو هاوسەنگیی ئەو کەسە دەگەیەنێت.

---

[1] د.لیلیان جلاس (2008: 192 195).

- **پێ کوتین به زەویدا:** ئەم حاڵەتە گوزارشت لە نیگەرانیو دوودڵیو ئارام نەمانو بێزاریی دەکات.
- **پێ تێکئاڵان:** جوڵەیەکی نائیرادییە، گوزارشت لە تورەبوونو نائارامیی کەسەکە دەکات.



- **پاژنە تێکئاڵان:** هەرکات پەنا بۆ پاژنە خستنەسەر قاچ برا، مانای ئەوەیە کە ئەو کەسە شت، یان زانیاریی تایبەت دەشارێتەوەو نایەوێت بیدرکێنێت، هەروەها مانای شڵەژان دەگەیەنێت.

ڕۆیشتن

شێوازەکانی ڕۆیشتنی مرۆڤ مانای تایبەت بە کەسەکان دەگەیەنێتو لەڕێگەیەوە دەتوانرێت خوێندنەوەیان بۆ بکرێت بەدەر لەوەی ئەو کەسانە ناسراو بن یان نەناسراو:[1]

[1] ایناس ناصر ابوزر (2011: 97 - 98).

- **ڕۆیشتن به خێرا یی‌و قاچ کوتانه سەر زەوی:** ما نای هه ستی بالأده ستی‌و، سەربەخۆیی‌و، خۆپەرستی‌و، گوێنەدان دەگەیەنێت.

- **ڕۆیشتن به نەرمی‌و بێدەنگیی:** ما نای هێمنی‌و، نا سکی‌و، ڕەو شتبەرزی‌و، خۆش مەعشەرو، خۆشەویستی بۆ ماڵ‌ومناڵ و، ئارامیی دەگەیەنێت.

- **هەروەلەکردن:** ئاماژە بەبوونی وزه یەکی جه ستەیی‌و فیکر یی بەرزو چاره سەرکردنی گرفته سۆزداریەکان‌و نەهێشتنی دڵەڕاوکێ دەکات.

- **ڕۆیشتن بەناڕێکی:** بۆنمونه به دەم ڕۆشتنەوه خوێندنەوەی ڕۆژنامه یان گۆ ڤار یان کتێب یان قۆڵخستنه دەستی هاوڕێ، ماناى هەست نەکردن به ئاسایش‌و ئارامیی دێت.

ئه گەر له گەڵ خۆشەوی ستەکەتدا بەڕێگادا دەڕۆی شتن‌و بەردەوام خۆشەوی ستەکەت تەما شای پێڵاوەکانتی دەکرد، ئەوە سەر تا پێ کەسێکی نێرگزی‌و مەزاجی‌و خۆپەرستەو تەنها بۆ خۆی دەژی[1].

به چەندین جۆری جیاوازی تر زمانی جەستە خۆی دەنوێنێ، بۆ نمونە:

__قژ شانەکردن بە پەنجە:__ ئەگەر گەنجێك دەستی بەسەریدا هێناو بە پەنجەکانی قژی شانەکرد، ئەوە کە سێکی نێرگزی یەو دە یەوێت وێ نەی خۆی لەبەر چاوی خەڵک یدا جوان ب کات‌و بەردەوامیدانیش بەم جوڵەیە مانای متمانەنەبون بەخۆ دەگەیەنێت[2].

__نی نۆك گە ستن:__ ئەو کە سەی بە بەردەوامی نینۆ کەکانی دە گەزێت‌و توا نای کۆنترۆڵکردنی ئەو نەری تەی ن یە، ئەوە کە سێکە پڕە لە هە ستی توندوتیژی لەناخ یداو تو شی شڵەژانێکی دەرو نی وێران کەر بووە، کە هۆکارە کەی خەڵک یە، بەڵام ناکر ێت هەموجار هۆ کاری نی نۆك گە ستن بگەڕێنی نەوە بۆ حا ڵەتی د ڵەڕاوکێ، لێکۆڵی نەوەکان دەریانخ ستوە ئەو کە سانەی تە مەنی لاوی یان تێپەڕا ندوە هۆ کاری نی نۆك گەزتنیان لە (90٪) دەگەڕێ تەوە بۆ ناجێگیربونی هە ستی خۆشەویستی‌و نەگونجانیان لەگەڵ ئەو ژینگەیەی تیایدا دەژین کە ئارامییان پێ نابەخشێت[3].

__مستیلە لەدەستکردن:__ ئەگەر ژن دوو م ستیلەی لە هەردوو پە نجە تو تەو ئە سپێ کوژەی دە ستی ڕاستی کرد ئەوە کەسایەتیەکە ئامادەیە سەرکێشی بکات، بەڵام لەناخیدا هێشتا کەسێکی هەرزەکارە

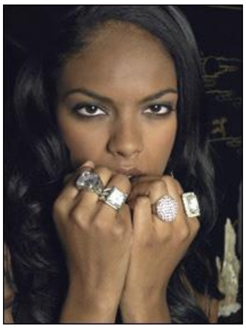
---

[1] جوزيف ميسينجر(2006: 60 – 61).

[2] جوزيف ميسينجر(2006: 60).

[3] ايناس ناصر ابوزر (2011: 97).

دەیەوێت دژ بە داب‌ونەریتە کۆمەڵایەتی‌و ئامۆژگاری‌یەکانی خانەوادەکەی بوەستێتەوەو لەبواری سۆزداریشدا هەرگیز کەسێکی جێگیر نابێت. ئەگەر مستیلەی کردە هەردوو پەنجە ئەسپێ کوژەی دەستی ڕاست‌و چەپ، ئەوە دەریدەخات کە کەسێکی لەخۆ ڕازیە تا ئەندازەی شێتیی‌و هیچ سڵ ناکاتەوە لەدەرخستنی ئەو لەخۆ ڕازیبونە، جا بە لەبەرکردنی جلوبەرگی تەسك یان ئابڕو بەر بێت[1] .



<u>سمت خوراندن:</u> ئەگەر لەکاتی قسەکردندا بەرامبەرەکەت بەزۆری سمتی دەخوراند ئەوە نیشانەی ئەوەیە کەسێکە هەست بە دڵەڕاوکێ دەکات[2].

<u>جگەرە:</u>

ئەگەر کەسی بەرامبەر کە جگەرکێشە دووکەڵی جگەرەکەی کردە سەر ڕوخساری بەرامبەرەکەی، ئەوە مانای ڕووبەڕووبونەوە دەگەیەنێت‌و هێمایەکیشە بۆ ئارەزوی ملکەچکردنی بەرامبەر کە دەیەوێت بیخاتە ژێر ڕکێفی خۆیەوە[3].

---

[1] جوزیف میسینجر(2006، 53 □ 54).

[2] جوزیف میسینجر(2006، 235).

[3] سەرچاوەی پێشو (101).

تێکدان یان شێواندن لەسەر کاغەز (الخربشة على الورقة):

هەندێ کەس ناتوانن لەکاتی قسەکردنندا کۆنترۆڵی خۆیان بکەن‌و شت نەنووسن لەسەر کاغەز، یان وێنە دروست ئەکەن، بۆیە ئەنجامدانی ئەم کارە لەڕووی کردەوە هێمایە بۆ ڕەتکردنەوە، چونکە کەسەکە هەست دەکات زوڵم لێکراوە، یان لەوانەیە کەسەکە لەکاتێکدا پەنا بباتەبەر ئەم حاڵەتە کە کەسێکی تر ڕووبەڕوو ، یان لە ڕێگای پەیوەندی تەلەفۆنیەوە بیوروژێنێت (استفزاز) یان تووڕەی بکات، یان لەکاتی هەستکردنی بە یەکنەگرتنەوەی بۆچوونی تایبەتی خۆی لەگەڵ ئەو ئەرکەی پێی سپێردراوە پەنا دەباتەبەر ئەم حاڵەتە[1].

بەشێوەیەکی گشتی لەکاتی توڕەبوون یان هەڵچوون کەسی قسەکەر دەنگی بەرز دەکاتەوەو زیاتر پەنا دەباتە بەر ئاماژەو هێما، وە لەکاتی دڵنیانەبوونیشی لەوتەکانی ئەوە ئاماژەو هێماکانی کەمدەبنەوە، کە ئەوەش ڕەنگدانەوەی لەسەر گوێگر دەبێت. نابێت بیرمان بچێت کە باری دەرونیی کاریگەریی لەسەر دەربڕینەکانمان هەیە، بۆیە لەکاتی توڕەبووندا "دەنگەکان گڕ و قورس دەبن بەهۆی گەرمیی ناو لەشی مرۆڤ کە کاردەکاتەسەر فراوانکردنی بۆڕی هەوا یان بۆڕی هەناسە، بەڵام لەکاتی ترسدا دەربڕینی دەنگەکان بەشێوەیەکی تیژو سووک دەبێت، چونکە لەو کاتەدا گەرمیی ناو لەش کەمدەبێتەوەو کاریگەریی نابێت لەسەر بۆری هەناسە، یاخود بۆری دەربڕینی دەنگەکان"[2]. جگە لەوەی باسکرا "ئەو کەسەی بە دەنگی بەرز قسە دەکات ڕاستگۆیی لەلای گوێگر کەمدەبێتەوەو متمانەی لەدەست دەدات، لەکاتێکدا ئەگەر لەسەرخۆبێت‌و بە هێمنی قسەکانی بکات ئەوە زیاتر متمانەی گوێگر بەدەست دێنێت، هەر ئەوەشە وایکردووە ئامۆژگاری سەرۆکی وڵاتان بکرێت بەهێمنی‌و لەسەرخۆیی قسەبکەن لەکاتی چاوپێکەوتنە تەلەفزیۆنیەکانیاندا"[3].

---

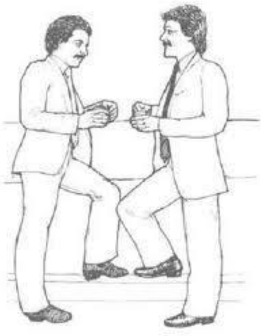
[1] جوزيف ميسينجر(2006، 255).

[2] فخرالدين الرازى (د ت، 61).

[3] موفق الحمداني (2007، 235).

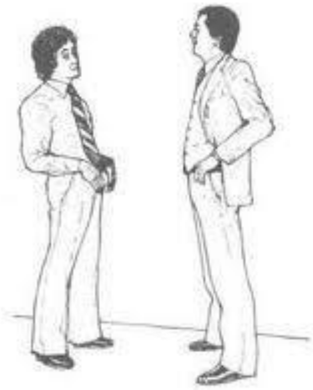
- **ڕووکردنە بەرامبەر لەکاتی قسەکردندا**

کاتێك کەسێکت خۆ شدەوێت ڕووی تێ ئە کەی، ئەوەش هێمایە کە ما نای ئەوە دەگە یەنێت کە گرنگی پێدەدەیت، ئەوکات بە شی سەرەوەی جە ستە دێتەپێش‌و هەردوو قا چەکانیش بەرەو دوا وەردەگێردرێن، بەڵام ئە گەر جە ستە بەلاتەنیشتدا کەوت لەکاتی دانیشتندا، ئەوە گوزار شت لە هە ستی دۆ ستایەتی‌و هاوڕێ یەتی دە کات، ئە گەر کە سی بەرام بەر بێزار کەربوو، ئەوە جە ستە بەرەوپشت دەکەوێت‌و دوور دەکەوێتەوە[1].



ڕاوەستان لە دوورەوە:

ئەو کەسانەی لەکاتی ڕاوەستان‌و قسەکردندا پانتایی یەکی زۆر جێدەهێڵن لەنێوان خۆ یان‌و گوێگر، کەسانێکی خۆبەزلزان‌و ناڕەسەنن، یان خۆیان بە باشتر لە کەسی بەرامبەر دەزانن‌و نایانەوێت لێی نزیکببنەوە، یان کەسانێکن هەست بە هەڕەشەو مەترسی‌و نائارامیی دەکەن[2].



سەر دانەوا ندن بۆ خوارەوە: ما نای ڕازی بون دەگە یەنێت لەلای مرۆ ڤی نیشتەجێی خۆر هەڵاتی ناوەڕاست‌و هەندێ لە وڵاتانی تری جیهان[3].

---

[1] د.ليليان جلاس (2008: 171- 172).

[2] د.ليليان جلاس (2008: 173- 174).

[3] ايناس ناصر ابوزر (2011: 107).

حەبەشییەکان وا تا خەڵکی (ئەسیوبیا) هێمای ڕازیبوونیان سەر وەرگێڕانە بۆ دواوە لەگەڵ برۆ بەرزکردنەوە بۆ سەرەوە. لە ولاتی (بۆرینۆ)ش هێمای ڕازیبون بریتیە لە بەرزکردنەوەی برۆ و چەناگە بۆ دواوە[1].

ئەگەر ژنو پیاو هەردوکیان دەستو باڵیان لە کەمەری یەك کردبوو لەکاتی ڕۆیشتندا: ئەوە مانای ئەوەیە کە پەیوەندی خۆشەویستی ئەو دوو کەسە زیاتر پەیوەندیەکی جەستەییە[2].

ئەگەر ژنوپیاو یان دووخۆشەویست بە ڕێگادا بڕۆنو پەنجەکانیان لە پەنجەی یەکتر ئالاندبوو: ئەوە مانای ئەوە دەگەیەنێت کە هەردوکیان پێویستیان بەوە یە لە هەستو سۆزی بەرامبەر دڵنیابن[3].

(ئەگەر کەسێك یان هاوڕێیەك لەکاتی ڕۆیشتندا دەستی ڕاستی خستەسەر پشتەملی هاوڕێکەی ئەوە دەیەوێت زاڵبێت و خۆی بەسەریدا بسەپێنێت، بەلاَم ئەگەر دەستی چەپی لەسەر پشتەملی دانا ئەوە مانای پێویستی ئەو کەسە دەگەیەنێت کە دەیەوێت پەیوەندیەکی خۆشەویستی پتەو

[1] سەرچاوەی پێشو (107).

[2] جوزیف میسینجر (2006: 41).

[3] جوزیف میسینجر (2006: 41).

لەنێوانیان دروستبێت)[1]، چونکە ئەو کەسەی دەست لەسەر شانی هاوڕێیەکەی دادەنێت کەسێکی خاوەن دەسەڵاتەو دەیەوێت بەرامبەرەکەی تێبگەیەنێت کە ئەو دەسەڵاتی بەسەریدا هەیە.

دەر کەوتنی کەسانی سیاسەتمەدار لە کۆڕو کۆبونەوەو بۆنەسیاسی و کۆمەڵایەتیەکان و ئەنجامدانی چاوپێکەوتنی تەلەفزیۆنی، بێگومان کاریگەری لەسەر بینەرو بیستەر جێ دەهێڵێت، کە ئەمەش تەنها بەهۆی وتەکانیەوە نییە، بەڵکو بەهۆی ئەو جوڵە جەستەیانەشەوە کە کەسی سیاسەتمەدار ئەنجامی دەدات. بینەر دەتوانێت بەیارمەتی جوڵە جەستییەکانی سیاسەتمەدارەکانەوە ڕاستی و درۆستی و تەکانیان هەڵبسەنگێنێت و ناخ و بیرکردنەوەیان بەرجەستە بکات. بۆ نمونە: داخستنی قۆپچە چەند مانایەك لەخۆ دەگرێت:[2]

<u>**کاتێك سیاسەتمەدارێك تەنها بە دەستی چەپی قۆپچەی چاکەتەکەی دادەخات:**</u> ئەوە مانای ناڕەحەتبونی تەواوەتی دەگەیەنێت.

<u>**ئەگەر تەنها بە پەنجەی ڕاستی قۆپچەکەی داخست:**</u> ئەوە مانای دڵخۆشیو ڕازیبوونی دەگەیەنێت لە ناوەڕۆکی کۆبونەوەکەی.

<u>**ئەگەر بە هەردوو دەستی قۆپچەکانی داخست:**</u> ئەوە مانای دلگرانیو ناڕەحەتبوون دەگەیەنێت.

[1] سەرچاوەی پێشو (41 -42).
[2] جوزیف میسینجر (2009: 74 75).

- **<u>دەست بەرزکردنەوە:</u>**

ئەو سیا سەتمەدارانەی لەکاتی دیالۆ گدا دە ستیان بەرزدەکە نەوە بەڕووی ڕکابەرە کەیان، ئەوە کەسانێکی شەڕانگێزن، بەلاّم خەونەکانیان بەدیناهێنن[1].

هە ندێ لەجو ڵە جە ستەییەکان لەڕێ گەی (لا سایيکردنەوەو چاولێکەری وەر گیراون وەك ئەو جولاّ نەی گوزار شت لەخۆ شیو ناخۆ شیو ترسو توڕەییو سەر سورمان دە کەن، هەندێکي شیان لەڕێ گەی مە شقو ڕاهێنا نەوە وەر گیراون وەك سلاّوی سەربازییو چاوداگرتنو هێما کانی کە سی لاڵ)[2]. ناتوانین بە ڕەهایی بلێین کە زمانی جەستە گوزراشت لە کە سایەتی تا کەکان دە کات، بەڵکو تەنها گوزراشت لەبارێکی دەرونیی کاتیی دەکات کە ئەو کە سە پێ یدا تێ پەڕ دەبێت. لەهەمانکا تدا خوێندنەوەی زمانی جەستە ڕۆڵی هەیە لەنزیککرد نەوەی تا کەکان لەڕێگەی تێگەیشتن لێ یان بێ ئەوەی هیچ وشەیەك بەکاربێنێت.

ئەو مرۆڤا نەی خواز یارن باری دەروونیی خۆ یان بگۆڕن لەڕێ گەی دووبارەکرد نەوەی بەردەوامی جوڵە جەستەییەکانەوە، بێگومان ئەمە ئەبێ تە هۆی گۆڕانی کە سایەتی ئەو مرۆ ڤە بەو ئا کارەی خۆی مەبە ستێتی، چونکە ئەو مرۆ ڤە ئا مادەیی تێدا یە بەرەو گۆڕان هەنگاو بنێت، بۆ نموو نە: ئەگەر مرۆڤێك متمانەی بە خۆی نەبێت، دەکرێت هەوڵبدات لەڕێگەی جو ڵەکانی جە ستەیەوە کە تايبەتن بە متمانە بەخۆبوون ئەو جولاّ نە دووبارەبکا تەوە، بێگو مان بەردەوام کارکردن بۆ ئەو مەبەستەش کاریگەری ئەرێنی دەبێت لەسەر لایەنی دەروونیی تاك، کە هەنگاو بە هەنگاو بەرەو

---

[1] جوزیف میسینجر (2009: 75). بۆ زانیاری زیاتر لەسەر جوڵەی سیاسەتمەدارەکان بڕوانە هەمان سەرچاوە (75 165).

[2] باکو نتالي (د.ت: 19).

ئەو ئاڕا ستەیە دەڕوات کە خۆی کاری بۆ دە کات، بەڵام بەردەوامبوون لە سەر ئەو جولاَ نە بەشێوەیەکی نائاسایی ڕەنگدانەوەی هەڵەی لەسەر ئەو تاکە دەبێت.

(ئەرغایل/ Argyle) (1975) چوار ئا مانجی دەستنیشانکرد تایبەت بە بەکارهێنانی هێما لەجیاتی ئاخاوتن کە بریتین لە:[1]

1- یارمەتیدانی قسەکەر بۆ گوزار شتکردن لەو شتەی دە یەوێت بە و شە بیلێت، وەك جەختکردنەوە لەسەر وشە گرنگەکان لەڕێگەی دەربڕینیان بە ئاوازە یان وتنیان بە شێوەیەکی لەسەرخۆ بەبەراورد لەگەڵ وشەکانی تردا.

2- بەکارهێنانی هێما لەجیاتی ئا خاوتن، بۆ نمو نە ڕاتەکا ندنی سەر شان بۆ گوزار شتکردن لە بێباکی، یان ڕاوەشاندنی سەر بۆ گوزارشتکردن لە ناڕازیبون.

3- بەکارهێنانی هێما بۆ گوزار شتکردن لە لایە نە دەرونیەکان وەك ئەوەی لە ڕوخساری تاك دەردەکەوێت کاتێك ناچاری دەکەن گوێ لە هەندێ قسەبگرێت کە توشی بێزاربونی دەکات.

4- بەکارهێنانی هێما بۆ گوزارشتکردن لە هەستو سۆزو هەڵچون، وەك لەئامێزگرتنی هاوڕێیەکی خۆشەویست کە ماوەیەکی دورودرێژ نەتبینیبێت.

جیاوازی نێوان میللەتی کوردو میللەتانی خۆرئاوا لە هەندێ جولەدا، بۆ نمونە:

1- (تبت)یەکان بە گشتی لەکاتی بینینی کەسێکی بێگا نە زمانی لێدەردەهێنن وەك ئاماژەیەك بۆ نیەت پاکیو بێوەیی[2]، بەلاَم لەلای کورد ئەو هێمایە بە گاڵتەپێکردن لێکدەدرێتەوەو لەوانەیە ئەنجامی باشی نەبێت.

2- بەریتانیەکان ئە گەر لەئا هەنگێکی مۆ سیقی، یان شانۆگەرییدا ئا مادەبونو پاش پێشکەشکردنی نمایشەکە بە سووکیو هیمنی چەپڵەیان لێدا ئەوە مانای بێزاریو ناڕەحەتبوون دەگەیەنێتو چەپڵەکە بە واتای پێویستی جێهێشتنی سەر شانۆ دێت[3]، بەلاَم لەلای میللەتی کورد هەموو جۆرە چەپڵەلێدانێك بە واتای دەستخۆشی دێت.

(5/2) پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی (Neuro Linguistic Programming (NLP:

(5/2 1) سەرەتایەکی مێژویی:

---

[1] موفق الحمداني (2007: 222).

[2] ستيلا النيكوفا (1995: 9).

[3] سەرچاوەی پێشو (9).

ئەم زانستە لەسەرەتای حەفتاكانی سەدەی بیستەم سەریهەڵدا لەسەر دەستی هەردوو زانای ئەمریكی (ڕیچارد باندلەر) زانای ماتماتیك‌و بواری پرۆگرامكردنی كۆمپیوتەرو، (جۆن گریندەر) زانای زمانەوان، كە خواست‌و ئارەزوی فێربونی زانستی دەرونیشیان هەبوو، ئەم دوو زانایە بۆ گەیشتن بەو ڕاستیە دەگەڕان، كە بریتی بوو لەئاشكراكردنی هۆكاری سەركەوتویی‌و ناسەركەوتووی كەسەكان، بۆ گەیشتن بەوەڵامی ئەو پرسیارەشیان دەستیانكرد بەئەنجامدانی توێژینەوە لەسەر شێوازی ڕەفتاری جیاوازی هەریەك لە (فرجینیا ساتیر) شارەزا لەبواری چارەسەری خێزانیی‌و، (گریگۆری باتیسۆن) فەیلەسوفی ئینگلیزی‌و، (ملتۆن ئەریكسۆن) شارەزای دەرونی‌و خەوێنەری موگناتیسی‌و، (فێرتز بێرلز) دامەزرێنەری چارەسەر بەجەشتالت، پاشان دەستیانكرد بە كۆپیكردنی ستراتیجیەت‌و جۆری ڕەفتارو زمانی جەستەی هەریەك لەو زانایانەو جێبەجێكردنی لەسەر كەسانی تر، ئەوەی جێگەی خۆشحاڵی ئەو دوو زانایە بوو، ئەوەبوو كە لە ڕێگەی لاساییكردنەوەی ئەو كەسایەتیانە هەمان ئەنجامیان بەدەستهێنا كە بە ئەرێنی لەقەڵەمیانداو بووە هەوێن و بنەمای سەرهەڵدانی زانستی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی، پاشان هەردوو زانا لە ڕێگەی پێشكەشكردنی وانەی تایبەت بەو بابەتە لەهەموو بۆنەیەكدا، ئەم زانستەیان بەخەڵكی ناساند، تا سەرەنجام كۆمپانیایەكیان بەناوی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی دامەزراندو، لەساڵی (1975)دا زانستەكەیان لە كتێبێكی دووبەرگدا بەناوی (Structure of Magic) بلاوكردەوە، لە ئێستاشدا ئەم زانستە لە زۆربەی وڵاتەكان لە بوارەكانی كارگێڕی و پەروەردەو تەندروستی‌و كڕین‌و فرۆشتن ... هتد بەكاردەهێنرێت[1].

(2 - 5/2) **پێناسەی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی** (N.L.P):

بەو پێیەی ئەم زانستە هەمەلایەنەو لەسێ چەمكی جیاواز پێكهاتوە، بۆیە پێناسەیەكی تایبەتی نییە، بەڵكو چەندین پێناسەی بۆ كراوە لەلایەن زانایانەوە هەریەك بەگوێرەی بوارەكەی، بەلأم ئەو واتایەی هەموان لەسەری كۆكن ئەمەیە:[2]

- **دەماریی** (Neuro): ئاماژەیە بۆ كۆئەندامی دەماریی كە پێنج هەستەكەمان دەگرێتەوە (بۆن، بینین، بیستن، تامكردن، هەستكردن).
- **زمانەوانیی**(Linguistic): بریتیەلە توانای سروشتیی تاك بۆ بەكارهێنانی زمانی دەبڕاوو جەستەیی.

[1] د. ابراهيم الفقي (2009، 11 - 14) ، Jamie smart (2006: 5 , 20)
[2] Jamie smart (2006: 5)

- **پرۆگرام** (Programming): ئاماژەیە بۆ بیرو هەستوسۆزو هەڵسوکەوتەکانمان، کە دەکرێت لە ڕێگەی پرۆگرامکردنیانەوە بە بیرو هەستوسۆزو هەڵسوکەوتی ئەرێنی بگۆڕدرێن.

(باندلەرو گریندەر) بەمشێوەیە پێناسەی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی دەکەن کە بریتیە لە: "هونەرو زانستی لێهاتوی"[1]، چونکە سەرەتاکەی لەگەڕان بەدوای ڕەگەزی ئەزمونی عەقڵی کەسایەتییە لێهاتوەکان وەك (فرجینیا ساتیر، میلتۆن ئەریکسۆن، گریگۆری باتیسۆن، فێرتز بێرلز) دەستیپێکرد، تا خەڵکانی تری لەسەر بنیات بنرێت بۆ ئەوەی لێهاتوبن.

(د. ئیبراهیم الفقی) بەمشێوەیە پێناسەی دەکات: "هونەرو زانستی گەیاندنی مرۆڤە بە پلەی لێهاتویی کە لەڕێگەیەوە دەتوانێت ئامانجەکانی وەدیبهێنێتو هەمیشە ئاستی ژیانی بەرزبکاتەوە"[2].

پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی (چۆنیەتی بەکارهێنانی عەقڵە بە زمانێکی تایبەت بە بەردەوامی، بۆ بەدەستهێنانی ئەنجامە دیاریکراو و داواکراوەکانمان. پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی تەکنەلۆجیایەکی بەهێزە، بۆیە پێویستە بەشێوەیەکی بەرپرسانە بەکاریبهێنین)[3]. پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی ڕێنوێنی مرۆڤ دەکات بۆ ئەوەی جڵەوی ناخی کۆنترۆڵ بکاتو تواناکانی بخاتەکار لەپێناو گەیشتن بەو ئامانجانەی سودی بۆی هەیە. ئەم زانستە پەردە لەسەر شتە شاراوەکانی کەسانی بەرامبەر هەڵدەماڵێتو ڕێگامان بۆ ئاسان دەکات کە لە چۆنیەتی بیرکردنەوەو نهێنییەکانی سەرکەوتنیان تێبگەین، هەروەك بۆمان ڕوندەکاتەوە کە هەر شتێك لەتوانای کەسانی سەرکەوتودابێت، ئەوە لەتوانای کەسانی تریشدا دەبێت کە هێشتا سەرکەوتنیان بەدەست نەهێناوە.

پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی سستمێکە مرۆڤ ڕێنوێنی دەکات بۆ گۆڕینی خودو ڕیفۆڕمکردنی بیرو، جوانکردنی ڕەفتارو، چالاککردنو گەشەپێدانی بەهرەو تواناکان لەلایەكو، کارکردنەسەر کەسانی بەرامبەریش لەلایەکی ترەوە، کەواتە ئەم پرۆگرامە دوو ئەرکی هەیە کە بریتین لە ئەرکی گۆڕین (گۆڕینی خودو تاکی بەرامبەر)، لەگەڵ ئەرکی کارکردنەسەر بەرامبەر، هەر کاتێکش

---

1 Richard Bandler & John Grinder (1979: 9).

2 ابراهیم الفقي (2009: 17).

3 Gerry Murray& Bryce Redford, Discover NLP, www. Gerrymurray.com (2 , 4)

مرۆڤ ئەم دوو بەهرەیەی تێدابوو ئەوە ئامانجەکانی بەدەست دەهێنێت. هەروەك خوای گەورە دەفەرموێت: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾[1].

بیرۆکە خراپەکان هۆکارن بۆ 75٪ ئەو نەخۆشییانەی کە رو بەڕوی مرۆڤ دەبنەوە[2]. پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی چارەسەری هەریەك لەنەخۆشیانە دەکات: ململانێی دەرونی، دوودڵی و ڕاڕایی، هەستکردن بە لاوازی، ترسی خەیاڵاوی، لاوازیی گوڕوتین، نەریتە ڕەفتاریە نەرێنیەکان، یادەوەریە ناخۆشەکان، تەمەڵی لە خوێندندا، کێشە خێزانی و کۆمەڵایەتیەکان، و بیرو باوەڕە نادروستەکان ... هتد.

ڕۆڵی (چۆمسکی)ی زمانەوان لەم زانستەدا لە دابەشکردنی پێکهاتەی زمانەوانیی دیاریدەدات، کە بەسەر دوو جۆردا دابەشیکردون:[3]

1. **ئاستی ڕوکەش:** بریتیەلە قسەی درکاو کە ئەم قسانەش لەپێکهاتەی زمانەوانی (بکەرو کردارو بەرکارو ئامرازەکان... هتد) پێکدێت.
2. **ئاستی قووڵ:** پەیوەندییان بەئاستی واتاوە هەیە.

لەم ڕوانگەیەوە چۆمسکی دەڵێت: هەریەك لە ئاستی سەرەوەو ئاستی ژێرەوە زۆربەی کات ئاخێوەر دایدەهێنێت یان دروستی دەکات، لێرەشەوە کارەکانی چۆمسکی ڕاستەوخۆ چونە ڕیزی پرۆگرامی زمانەوانیی دەمارییەوە[4].

توێژینەوە زمانەوانیەکان کاریگەریی گەورەیان هەبوو لەسەر ئەم زانستە، لەم چوارچێوەیەشدا کاڕۆڵ هاریس (Carol Harris) ئاماژە بۆ ئەوە دەکات کە زۆرێك لە پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی دەرەنجامی توێژینەوە زمانەوانیی‌و بنەماکانیەتی، چونکە هەندێ لە ئامرازەکانی پەیوەندگیری کە لەچوارچێوەی ئەم زانستەدا دروستکراون ڕونیدەکەنەوە کە چۆن زمان بریتیە لە ئەزمون نواندن بە تایبەتیش هەستکردنی مەجازی، هەروەها زمان نواندنی ئەو شێوازانەیە کە بنەمای پاڵنەرەکانی خەڵکی‌و نمونە ڕەفتارییەکانیانی پێ ڕەنگدەداتەوە[5].

---

[1] سورة الرعد: الاية 11.

[2] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی (2013: 64).

[3] Miller G.f & Meneill, D. (1975: 676).

[4] Miller G.f & Meneill, D. (1975: 676).

[5] Carol Harris (1999: 24).

(ستيڤ ئه ندرياس) دا نەری كتێ بی (پرۆگرا می زما نەوانی دە ماریی تەكنەلۆجيای نوێی جێبەجێكردنە) پێی وایە پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی بریتیە لە "لێكۆڵینەوە لەبارەی لێهاتویی مرۆڤ، و توانای خستنەگەڕی ئەوپەڕی هەوڵەكان، وخستنەڕوی ئەو ڕێگەو پرۆسەیەیە كە بەرەو گۆڕینی كەسێتیمان دەبات بەتەكنەلۆژیای بەرهەمی نوێوە"[1].

(5/2 3) بناغەكانی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی (the fundamentals of NLP):

پرۆگرا می زما نەوانیی دە ماریی لە سەر چوار بنا غەی سەرەكی بە ندەو ناتوانرێت دە ستبەرداری هیچ كامیان بین، چونكە هەموویان بەیەكەوە تەواوكەری یەكترن، كە بریتین لەمانە:[2]

1- بزانيت چيت دەویت (ئەنجام/ئاڕاستە)/ Know what you want (Outcome/ Direction):

یەكێك لە كلیلەكانی پرۆگرا می زما نەوانی دە ماریی ئەو پر سیارەیە: (چیت دەو یت)، وا تە ئامانجێكی دیاریكراوت هەبێت و بتەوێت بە دەستی بهێنیت. میكانیزمێكی زۆر هە یە كە یار مەتی مرۆڤ دەدەن بۆ ئەوەی بزانێت چی دەوێت، چی بۆی گو نجاوە، هەروەها ئەو میكانیزما نە بەخێرایی و بەئاسانی هەموو بەربەستەكانی بەردەم ئامانجەكانی مرۆڤ لادەدەن لە ترس و ڕاڕایی و گومان و ململانێی دەرونیی، كە بارێكی هۆشەكی جێگیری لەلا دروست دەكەن بەرامبەر بە ئاما نجە چاوەڕوانكراوەكانی، تا وای لێدەكات پێشبینی ئایندە بكات بۆ ئەوەی هەست بە ئامانجە كەی بكات و باوەڕی شی بە هاتنەدی هەبێت، بە ڕوو نی بڕیار و هەنگاوەكانی ببینێت، كە پێویستە بیانگرێتەبەر بۆ ئەوەی شوێنەوار و ئەنجامە پێشبینیكراوەكانیان ببینێت.

2- بە دە ستهێنانی ئا گایی لە عەقڵی بێ ئا گادا (تەبایی)/ Get the attention of the unconscious mind (Rapport): پێویستە لەو كە سەوە دە ست پێبكەین كە ئارەزوی كاریگەری خستنەسەریمان هەیە، تەبایی و لێك نزیكی پرۆسەیەكە بۆ بەدەستهێنانی گرنگی پێدان و متمانە بەدەستهێنانی عەقڵی بێ ئاگایی.

3- زانینی ئەو شتەی دە تەوێت بەدە ستی بهێنیت، ئا یا دەتوانیت بەدە ستی بهێنیت (لێهاتویی هە ست)/ Know whether you're getting what you want (Sensory Acuity):

---

[1] د. ابراهيم الفقي (2009: 15).
[2] Jamie smart (2006: 5 - 6).

تەنها بە زانینی ئەوەی دەتەوێت بۆ کوێ بچیت، پێویستە بەتوانابیت بۆ ئاگادارکردنەوەی یەکێك یان زیاتر لە یەك هەستو، تیژیی هەستەکانیش دەمانگەیەنێتە ئەو ڕاستیەی کە تێبینی ئەوە بکەین ئەو ئاڕاستەیەی پێیدا دەڕۆین دەمانگەیەنێتە ڕێگا ڕاستەکە یان بە پێچەوانەوە.

4- **ڕێکخستنی ئەو کارەی ئەنجامی دەدەیت (نەرمونیانی لە ڕەفتاردا)/** Adjust what you 're doing accordingly (Behavioural Flexibility)؛ "شێتی بریتیە لە چەند جار دوبارەکردنەوەی شتێك بەمەبەستی بەدەستهێنانی ئەنجامی جیاواز"، بۆ نمونە ئەگەر تێبینی بەدەست نەهێنانی ئەو شتەت کرد کە ئەتەوێت، ئەوە پێویستت بە نەرمونیانییە بۆ گۆڕینی و بەدەستهێنانی ئەنجامی جیاواز.

(5/2 – 4) یاساکانی پرۆگرامکردنی عەقڵی بێئاگا:[1]

1- پێویستە پەیامەکەت ڕوونو ئاشکراو دیاریکراو بێت.

2- پێویستە پەیامەکەت ئەرینی بێت، بۆ نمونە: من بەهێزم، من ژیرم، من ئازام، من تەندروستم.

3- پێویستە پەیامەکەت گوزارشت لەکاتی ئێستا بکات، بۆ نمونە نابێت بڵێی: من ئیتر دەبێت ئازابم، بەڵکو دەڵێیت: من ئازام.

4- پێویستە هەستوسۆزت لەگەڵ پەیامەکەدا ئاوێتەی یەکبن بۆ ئەوەی عەقڵی بێئاگا وەریبگرێتو پرۆگرامی بکات.

5- پێویستە پەیامەکە بۆ چەند جارێك دووبارە بکەیتەوە، تا ئەو کاتەی بە تەواوەتی پرۆگرام دەکرێت.

(5/2 – 5) پرۆگرامی پێشوو و پەرچەکرداری نائاگایی:

خەڵکی لەکاتی ڕوبەڕوبونەوەو لە دواتریشدا هەموو بەپێی بەهاو بیروباوەڕو پرۆگرامی پێشویان هەڵسوکەوتدەکەن، بۆ ئەمەش دوو فاکتەر ڕۆڵی گرنگ دەبینن کە بریتین لە:[2]

1- **فاکتەری فیزیۆلۆجی:** پەیوەندی پتەوی هەیە بەهەندێ دیاردەی جەستەیی کە بە شێوەیەکی بێئاگایی ڕوو دەدەن وەك (خێرا لێدانی دڵ، زەقبونەوەی چاو، هەنا سەبڕکێ، عارەقکردنەوە، دان بەیەکدادان).

2- **مۆنۆلۆگ:** ڕەفتارکردن لەگەڵ خود پەیوەندی بە زۆرێك لەو شتانەوە هەیە کە لەگەڵ ناخدا باسی دەکەیت، بۆ نمونە لەکاتی مۆنۆلۆگدا دەڵێیت: ئەمە کەسێکی گەمژەیە، یان، ڕقم

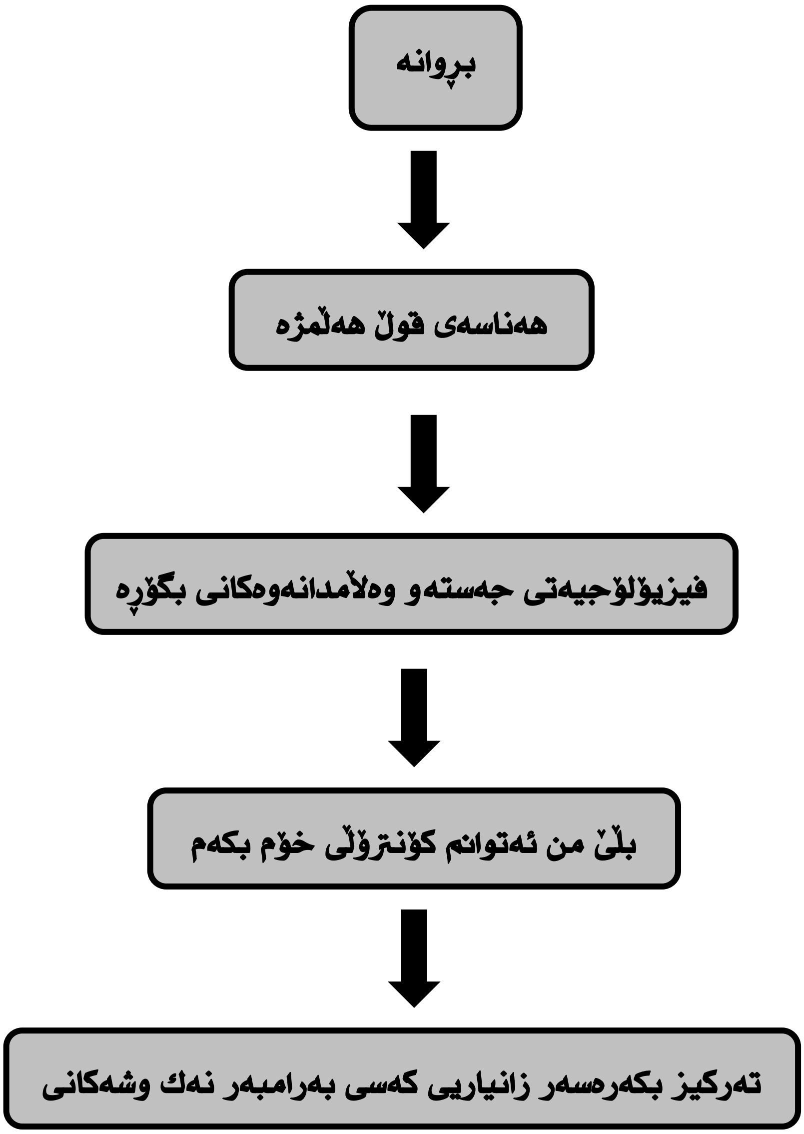
---

[1] مدحت رمضان (2011: 21).

[2] د. ابراهيم الفقي (2009: 48).

لێیەتی، کە ئەمانەش هەموو پەرچەکرداری بێئاگایین، بۆ کۆنترۆڵکردنی ئەو پەر چە کردارا نەش کە ئەنجامی پڕۆگرا می پێ شون، هەستە سەر پێ، ئینجا بڕوا نە ئەو شتانەی بەخودی خۆتی دەڵێ یت، پا شان هەنا سەیەکی قوڵ هەڵ مژەو فیزیۆلۆج یەتی خۆت ب گۆڕە، وا تە وەڵامدا نەوە جەستەییەکانت بگۆڕە، بەخۆت بڵێ: من ئەتوانم کۆنترۆڵی پەر چەکردارەکانم بکەم، ئینجا تەنها جەخت بکەرەسەر زانیاری کەسی بەرامبەرت نەك وشە دەربڕاوەکانی.

ئەم تاقیکردنەوە یە هەموو کە سێك دەتوان یت لە کاتی ڕوبەڕوبو نەوەدا لە گەڵ هەر کە سێك جێ بەجێی ب کاتو ئەنجامی ئەرێنی شی دەب یتو بیرۆ کە نەرێنی یەکان وەلادە نرێن. بەپێی ئەم خشتەیە مامەڵەبکە:[1]



[1] ئەم هێڵکارییە وەرگیراوە لە: د. ابراهیم الفقي (2009: 49).

زۆر بەی خەڵكی هەر لەمنداڵ یەوە بە شێوەیەكی نەرێنی پڕۆ گرام دە كرێن كە ئە مەش لە هەڵسوكەوتو ڕەفتارەكان یان بەدی دەكر ێتو پا شان لە گەڵیان بەردەوام دەب ێت تا خووی پ ێوە دەگرن، ئەمەش وا دەكات زۆر شتیان لەم ژیانەدا لەدەست بچێت، بۆ نمو نە: هە ندێ كەس دەڵێت: (من كەسێتیم لاوازە، یان، ناتوانم واز لە جگەرەكێشان بێنم) ئەم ڕەفتارە نەرێنیا نەش لە خێزان یان قوتابخانە یان هاوڕێ یان هەمووان وەرگیراوە، بەڵام ئا یا دەتوانر ێت ئەم پڕۆگرا مە نەرێنیا نە بگۆڕدرێت بۆ پڕۆگرامێكی ئەرێنی؟ بێگو مان بەڵێ، ئێمە پێویستمان بەوە یە پڕۆگرا می ئەرێنی خۆمان بكەین بۆ ئەوەی بەخۆ شیو شادیو سەركەوتوویی ژ یان بگوزەرێنین كە تیا یدا خەونو ئا مانجو ئارەزوەكا نمان بهێنیـ نەدی، یە كەمین ڕێ گەش بۆ پڕۆگرامكرد نی ئەرێنی خود بریتـ یە لەقسەكردن لەگەڵ خودی خۆماندا بۆ گۆڕینی هەموو بیرۆكەو تێڕوانینە نەرێنیەكان بۆ ئەرێنی[1].

پڕۆگرامی زمانەوانیی دەماریی تەكنیكو شێوازێكی زۆرت دەخاتەبەردەست كە یارمەتیدەرت دە بن بۆ خ ستنەڕوی توا نا شاراوەكانتو ئەنجا مدانی گۆڕانێكی ئەرێنیو كاری گەر لەژیانی خۆتو دەرفەتێكیشت بۆ دەرەخسێنێت بۆ ئەوەی كاریگەریی ئەرێنیت لەسەر دەوروبەر هەبێت[2].

لەڕاستیدا هەر شتێك بلێین یان ئەنجامی بدەین كاریگەریی لە سەر خەڵكی تر هە یە، ڕونیـشە كە ئاڵوگۆڕكردنی قسەودە ستەواژە لەنێوان تا كەكان لەوانە یە پەیوەندی یەكان پ تەوبكات یان تێك یان بدات[3]. بۆ ئەوەی دوو چاری تێك چونی پەیوەندی یەكانمان نەبی نەوە ئەوە پێوی ستە   لە كە سی بەرام بەر تێب گەیت لە ڕێ گەی وردبو نەوە لەو جو ڵەو و شەو دە ستەواژانەی لەكاتی ئاخاوت ندا بەكاریان دێنیت، ئینجا مامە ڵەكردنی بەپێی ئەو تایبەتمەندیا نەی خۆی كە لەڕێ گەی سی ستمی نواندنەوە بۆ مان دەردە كەوێت، ئە مەش با شترین ڕێگە یە بۆ در ێژەدانو درو ستكردنی پەیوە ندی نوێو ئەرێنی لەگەڵ كەسانی تردا.

(5/2 6) پوچەڵكردنەوەی هەڵچونە نەرێنیەكان:

مامەڵەكردن لە گەڵ كە سانی تورەدا ما نای مامەڵەكرد نە لە گەڵ هەڵچونەكانیاندا، بۆ یە هەمیـشە لە سەرەتاوە مامە ڵە لە گەڵ هەڵ چونەكانیاندا ب كە بەر لەوەی پەنا ببەیتە بەر لۆژ یك بۆ هێوركرد نەوەیان، چونكە لە زۆر بەی كاتەكا ندا هەستو سۆزی مرۆڤ نەرێنینو هیچ بۆ شایەك جێناهێڵێت بۆ ئەوەی بەپێی لۆژیك لەگەڵ ئەو كەسەدا بدوێیت، بەڵام كلیـلی مامە ڵەكردن لە گەڵ

---

[1] مدحت رمضان (2011: 7).

[2] مدحت رمضان (2011: 18).

[3] د. ابراهیم الفقي (2009: 81).

ئەم هەڵچونانەدا بە پۆ چەڵکردنەوەیانە، بۆ جێ بەجێکردنی ئەم هەنگاوەش پێ شەکی زانیاریی لە سەر کێ شەوگرفتی کە سی بەرامبەر وەربگرە ئینجا هاو سۆزی بۆ دەر ببڕەو پا شان بە شداری هەستوسۆزو خەمەکانی بە. مەبەستیش لە زانیاریی پەیداکردن لەسەر کێشەکە ئەوەیە کە دەبێت ئاخێوەر بەرامبەرەکەی وا تێبگەیەنێتو ئەو هە ستەیان لەلا درو ست بکات کە گوێی لێیا نەو لە بارودۆخەکەی تێدەگات، سەبارەت بەهاوسۆزی دەربڕینو بە شداریکردنی خە مەکانی پێی بڵێ: لە کێشەکەت تێدەگەم، ئەزانم ، هەست بەو ئازارەت دەکەم. ئەوەی گرنگە لەم هەنگاوەدا ئەوە یە کە دەب ێت هەمی شە خۆت دووره پەرێزو بێلا یەن پی شان بدەیت، چونکە ئە مە دەبێ تە هۆی دوورکەوتنەوەت لەکێشەی بەرامبەرو پوچەڵکردنەوەی هەڵچونەکانیشی[1].

کاتێك ئا مانجێکی مەبە ستدار دیاریدە کەیت ئەو کا تە دەتوانیت ئەو خالاّنە دابنێیت کە ڕێگای پێشکەوتنت بەرەو ئامانجە کەت دیاریدە کەن، بەلاّم دڵنیا بە لە دارشتنی ئامانجە کە بە شێوەیەکی ئەرێنی کە بەرەو ئارا ستەی درو ستت دە بات. با شترین ڕێگاش بۆ یارمەتیدانی کە سانی تر بۆ باشترکردنی ئەدای ڕۆژانەیان ئەوەیە کە سەرپشکیان بکەیت لە جێبەجێکردنی ئەو کارا نەی لە بواری حەزو ئارەزویان دەیانەوێت، بەلاّم بەشێوەیەکی دروست[2].

خەڵکی هەموو ئامرازو کەرەستەکانی سەرکەوتنیان هە یە، ئە مەش بە بەردی بنا غەی پرۆگرا می زما نەوانیی دە ماریی و بە یەکێك لە گرنگترین کەرە ستەکانی بەهێزبوون دادەنر ێت. ئەتوانیت هەر شتێك کە حەزت لێ یەتی جێ بەجێی ب کەیت بە مەرجێك باوەڕت پ ێی هەبێت، ئە گەر بەشێوەیەکی تەواوەتیو بەبێ دوودڵی ئەو شتەت ویست ئەوە بێگو مان ڕێگە یەك بۆ هێنا نەدی دەدۆزیتەوە[3].

لە هەموو هەوڵێکدا گریما نەی سەرکەوتنو وەدە ستهێنانی ئامانجە کەت بکە بۆ نمو نە: لەکاتی سەعیکردندا بەشێوەیەك ڕەفتاربکە کە سەرکەوتنی ڕەها بەدە ست دەهێنیت، ئە مەش بەو مانا یە دێت کە ئەو زما نەی بەکاری دەهێنیت دەبێت ز مانێکی پاراو و بێ کەموکورتیو وردو دوور لە گومان بێت[4]، تا بەهیچ شێوەیەك ڕێگە بە عەقڵی بێئا گا نەدرێت ما نای نەرێنی تێ یا بخز ێت، کە دوا تر ڕەنگدا نەوەی نەرێنی لە سەر ئاما نجەکان دەب ێت، وا تە ناب ێت بڵ ێی: ئە گەر لە

[1] سەرچاوەی پێشو (133 - 134).

[2] آن واتسون (2011: 15 ، 39).

[3] سەرچاوەی پێشو (55).

[4] سەرچاوەی پێشو (59).

تاقیکردنەوەکا ندا دەرب چم، بەڵکو دەب ێت بە هەموو متمانەیە کەوە بڵ ێی: لەتاقیکردنەوەکا ندا دەردەچم.

لێرەدا هیچ پانتاییەك بۆ گومان ناهێڵێتو عەقڵی بێئاگاش ئەو ئەنجامە ئەرێنیە دەچەسپێنێت.

بۆ پەرەپ ێدانی ئەدای کە سانی ترو کارکردنە سەریان بەمەبە ستی گۆڕینی بیروبۆ چونە نەرێن یەکانیان بۆ بیروبۆ چونی ئەرێنی، پێوی ستە ئاخێوەر دەستپێ شخەری ب کات لە ڕێ گەی ئاڕاستەکردنی چەند پرسیارێك بۆ ئەو کە سەی ورەی ڕووبەڕوبو نەوەو خۆ بەرەوپێ شبردنی نی یە، بۆ نمو نە پر سیاری لێب کەو ب ڵێ: ئەو بەربە ستانە چین کە ڕێ گرن لە بەردەم توا نای بەرەوپێشەوە چونو ڕووبەڕوبو نەوەت لە گەڵ ناحەزەکان تدا؟ لە وەڵا مدا کە سی بەرام بەر چەند هۆکارێك دەخاتەڕو کە بریتین لەوەی: من ئا ستو ورەم بەرز نی یە، بێ دە سەڵاتم بەرام بەر بە خەڵکی، ناتوانم ڕووبەڕوی کەس بوەستمەوە.

بەبی ستنی ئەم جۆرە وەڵاما نە هەلێکی باش بۆ ئاخێوەر دەرەخ سێت بۆ ئەوەی کار لە سەر نەهێ شتنی ئەو بیرۆ کە نەرێنیا نە بکاتو بە ئاڕا ستەی بیرۆ کەی ئەرێنی بیانگۆڕ ێت بەوەی بە متمانەوە پێی بڵێ: بە پێچەوانەوە تۆ ورەت زۆر بەرزەو بێ دەسەڵاتیش نیت، کە ئەم شێوە وەڵامە وزەبەخ شانە لەمێ شکی بەرامبەرە کەدا چە سپاند، ئیتر ئەویش ئاڕا ستەی بیرکرد نەوەی لەم ڕوانگەیەوە سەبارەت بەخودی خۆی بەرەو لایەنی ئەرێنیو ئەنجا مدانی گۆڕانکاری دە بات لەبیرو ڕەفتار یدا[1]، بۆ یە دە توانین ب ڵێین کە ئەم زان ستە هەوڵی پڕۆگرامکرد نی مرۆڤ دەدات لەڕێ گەی ز مانی در کاو یان نەدرکاو (جە ستە) کە بۆ پەیوە ندی بە ستن لە گەڵ خودو کە سانی تردا بە شێوەیەکی ئا گایی یان بێئا گایی بەکاردێت، هەروەها بۆ دۆزی نەوەی ئەو پڕۆگرا مە عەقڵ یە عەمبارکراوانەی لەناو مێشکی مرۆڤدا هەیە کە ڕەنگدانەوەی شێوازی بیرکردنەوەو بیروباوەڕما نەو دووبارە پڕۆگرامکردنەوەیان بەمەبەستی گەیشتن بەئامانجەکان.

(5/2 7) پڕۆگرامکردنی هەستە ئەرێنیەکان:

ئەو شتانەی کە پێویستە ئەنجامی بدەین بۆ پڕۆگرامکردنی هەستە ئەرێنیەکانمان ئەمانەن:[2]

1- هەمیشە با زەردەخەنە بە ڕوخسارتەوە دیاربێت.

2- لەکاتی دیالۆگدا ناوی کەسی بەرامبەر بێنە.

3- موجامەلە بکە.

---

[1] آن واتسون (2011: 81).

[2] مدحت رمضان (2011: 22 25).

4- کەسانی خۆشەویست لە ئامێز بگرە.

5- سوپڕایس بۆ خانەوادەکەت دروست بکە.

6- هەوڵبدە هەموو ڕۆژێك زەردەخەنە بخەیتەسەر ڕوخساری کەسانی تر.

7- کەسێکی بەخشندەبە.

8- هەمیشە وشەی بێ زەحمەت یان زۆر سوپاس بەکاربێنە.

(5/2 8) پرۆگرامکردنی خود (N.LP):

ئەم گریمانا نە هاوکاریما ندەکات، تاوەکو ب توانین خۆ مان و کە سانی تر ب گۆڕین بەئاڕا ستەی ئەرێنیدا، ئەوانیش بریتین لە:[1]

1. ڕێزگرتن لە بۆچوونی کەسی بەرامبەر.
2. نەخشەی زەینی واقع نی یە: مەرج نی یە ئەوەی بەبیرما ندا ب ێت وا قع ب ێت، بەڵکو بەگۆڕینی بیروباوەڕمان بۆ مەسەلەیەك ئەوا ژیانمان لەگەڵ ئەو گۆڕانە نوێیەدا دەگۆڕێت.
3. لەدوای هەر ڕەفتار ێك ن یاز پاکی ئەرێنی هە یە: ئە گەر بێ تو هاوڕێ یەکمان بەدەر لە هەموو ڕەفتارە باشەکانی ڕەفتارێکی نەرێنی نواند، ئەوە پێویستە لەسەر بنەمای ئەو ڕەف تارە نەرێن یە حوکمی لەسەر نەدەین و دورکەوی نەوە لە هاوڕێ یەتی کرد نی، چونکە لەوانە یە لە پ شت ئەو ڕەف تارە نەرێن یەی بەلای کە سی بەرام بەرەوە ن یاز پاک یەکی ئەرێنی هەبوبێت کە لە گەڵ بارودۆخی دەرونیی ئەو کەسە لەو کاتەدا یەکانگیربوبێت.
4. خەڵکی هەموو توانا یەکیان دەخەنە گەڕ بە پ شت بە ستن بە سەر چاوەکانی بەردە ستیان، مەبەست لەم خاڵە ئەوەیە یەکێك لە یادەوەرییە تاڵەکانی ڕۆژگارێکی ڕا بردوت بکەوێ تەوە یاد، ئینجا بەخۆت بڵێیت من کەسێکی گەمژە بوم کە ئەو ڕەف تارە هەڵە یەم کرد، وا تە هە ستکردن بە پەشیمانی و شەرمەزاری سەبارەت بەو بڕیارە هەڵانەی پێشوتر داوتە دەرهەق بە خود.
5. بڵێ هیچ کەسێك بەرگریکار نییە، بەڵکو کە سانی پەیوە ند بە ست و زاڵ بوون لە خ ستنەڕوی بۆ چونەکانیان، وا تە ڕەتکرد نەوەی پەیوەندی یەك لە لا یەن کە سێکەوە ما نای دڵڕە قی و کەڵ لەڕەقی ئەو کە سە ناگە یەنێت بە هەمی شەیی، بەڵام ئەوە دەگە یەنێت کە ئەو کە سە بەرامبەر ڕوداوێکی تایبەت توندی دەنوێنێت.
6. وا تای پەیوە ندیکردن بریت یە لەو ئەنجا مەی بەدە ستی دەهێن یت، سەرنجڕاکێ شانی کە سێك و نزیکبونەوەی لێی پەیوەستە بەجۆری ئەو ئەنجامەی چاوەڕێی لێدەکەی.
7. ئەو کەسەی زیاتر نەرمو نیان بێت، ئەوا زیاتر جڵەوی کارەکانی دەگرێت.

[1] Gerry Murray& Bryce Redford, Discover NLP, www. Gerrymurray.com (8)

8. شکستهێنان بونی نییە، بەڵکو سەرنەکەوتن لەکارێکدا دەبێتە ئەزمون بۆ ڕۆژانی داهاتومان.
9. هەموو تاقیکردنەوەیەك ڕوکە شێکی هە یە، ئە گەر ڕوکە شەکەت گۆڕی ئەوا تاقیکردنەوە کەش دەگۆڕێت.
10. گەیاندنی مرۆڤ خۆی لەدوو ئاستدا دەبینێتەوە، ئاستی ئاگایی و نائاگایی.
11. هەموو مرۆڤێك زانیاری پێویستی هە یە لەبارەی ڕا بردووەوە، کە دەتوانێت بە هۆیانەوە گۆڕانکاری لە ژیانیدا بکات.
12. جە ستەو عەقڵ ئاوێ تەی یەکترین و کاریگەرییان لە سەر یەك هە یە، ڕوخ سارو جو ڵەی جە ستەمان ئاوێ نەی بیرەکانما نە بە پێچەوانە شەوە بیر مان ئاوێ نەی ڕوخ سارو جو ڵەی جە ستەمانە، بۆ نمو نە: ئە گەر بیرت لە شتێکی ناخۆش کردەوە ئەوە ڕا ستەوخۆ ڕوخسارت مۆرکی ئەو ناخۆشیەی پێوە دیارە، بەپێچەوانەشەوە.
13. من بەرپرسم لە هۆشم هەر منیش بەرپرسم لەو ئەنجامانەی بەدەستی دەهێنم.
14. ئەگەر کەسێك لە بوارێکدا یان شتێکدا سەرکەوتو بوو، ئەوە هەموو کە سانی تریش لە توانایا ندا هە یە هەمان ئەو سەرکەوتنەی ئەو مرۆ ڤە بەدە ستی هێ ناوە ئەوانیش بەدە ستی بهێنن.

(5/2 9) سودەکانی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی:

سودەکانی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی خۆی لەم چەند خاڵەدا دەبینێتەوە:[1]

1- چۆنیەتی دانانی ئامانج و ئاڕاستە ڕونەکان.
2- چۆنیەتی دروستکردنی بارودۆخێکی بەهێز بۆ خۆت.
3- چۆنیەتی گۆڕینی پەیوەندییە دژوارەکان.
4- چۆنیەتی داخستنی گفتوگۆی ناخ.
5- دروستکردنی پەیوەندی گونجاو لەگەڵ کەسانی تردا بەشێوەیەکی ئاسان.
6- کۆنترۆڵکردنی شێوەی بیرکردنەوەو جڵەوگرتنی بەپێی بیروباوەڕ.
7- پەرەپێدانی لێهاتویی پەیوەندیکردن بەشێوەیەکی تۆکمەو بەهێز.
8- زاڵبون بەسەر کێشەکاندا لەبواری کارە بازرگانیەکان و ژیانی تایبەتیدا.
9- یارمەتیدانی کەسانی تر بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئەنجامانەی مەبەستیانە.

---
[1] Jamie smart (2006: 6 , 28).

(5/2 10) پراكتيزەكردنی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی (N.L.P):

پرۆگرا می زما نەوانی دە ماریی بەكاردێت بۆ گ شت هەڵسوكەوتەكانی ڕەو شتی مرۆڤ و هەموو بوارێك دەگرێتەوە، ئەم زانستە كاریگەرییەكی بەهێزی هە یە بۆ گۆڕینی هۆ شی مرۆڤ، گرنگترین پڕاكتیزەكانی بریتییەلە:[1]

أ- كارگێڕی خود: بریتیـ یە لە تواندستی تێركرد نی ئارەزوە سەرەكییەكانی دەرون بۆ هێنا نەدی هاوسەنگی ژیان لە نێوان ئەرك و ئارەزو و ئامانج كە بریتین لە:

- پێداویستی مانەوە.
- پێداویستی هاوبەندبون (الانتماء).
- پێداویستی هێز.
- پێداویستی ڕابواردن.

ب- كارگێڕی هۆش :

بریتییە لە توا نای تاك بۆ كۆنترۆڵكردن و كارگێڕیكردنی زانیاری یە كۆكراوە كانی مێ شكی و كۆنترۆڵكردنی هەست و سۆز و كاردانەوە بێ ویستییەكان كە پێویستی بەم هەنگاوانە هەیە:

1- بیروباوەڕە كەت بـگۆڕە لەڕێگای دەستنیـشانكردنی ئەو بیروباوەڕا نەی كە ڕێـگری دە كەن لە سەركەوتنت .

2- واز لە بۆچوونەكانی پێشترت بێنە و بڵێ: من دەتوانم .... من دەتوانم ئەم كارە بكەم .....هتد.

3- خەون و خەیاڵ بە سەركەوتنەوە ببینە.

4- نەخشەی زەینیت پاككەرەوە .

بۆچوونی زەینی وەك نەخشەیەكە كە داورۆژ و واقیعی تێدا دەبینی بەمەش پاكدەبێتەوە و پەرە بە نەخشەی زەینی دەدرێت بەم شێوەی خوارەوە :

- تێڕوانینت بۆ ئەو كەسانەی تێكەڵاوتن بگۆڕە .
- نەخشەی زەینیت پاك و بێگەرد بكە لە گومان و كینە هەڵگرتن.

5- هەڵگری بەرپرسیارییەتی.

6- سود لە تاقیكردنەوەكانت وەرگرە.

7- نەرمبە لە هامشۆكردنی كەسانی تر.

8- كاركردن بە گیانی هەرەوەزی و گروپ.

9- چێژ لە كارەكەت وەرگرە و پابەندبە پێی .

---

[1] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی (2013: 75 79).

10- له ڕەتکردنەوە مەترسە .

ج- کارگێڕی بیرکردنەوە: بریتییە لە چالاکی هۆشەکی کە مرۆڤ هاندەدات بە کارەکانی ڕۆژانەی هەڵبستێت پشت بەستوو بە توانایی خۆی. تاك توانای ئەوەی هەیە کە بیرکردنەوەی خراپ بگۆڕێت بۆ بیرکردنەوەی باش لە ڕێگای ئەم هەنگاوانەوە:

- دروستکردنی پەیامێك بۆ ژیان بە شێوەیەك کە دەربڕی ئەم بیرو باوەڕ و ئامانجە بێت کە تاك هەوڵی بۆ دەدات.
- لە خەڵك ببورە و لەگەڵیاندا نەرم و نیان بە.
- ئەو کەسانە هەڵبژێرە کە لە ڕێزی پێشەوەت دادەنێن.
- خۆت لەگەڵ قسەی باش ڕابێنە.
- خۆت خەڵات بکە و سوپاسی بکە.
- خێرا مەبە لە بڕیاردان.
- ستراتیجییەتی خۆت بگۆڕە.

د- کارگێڕی توڕەبوون: بریتییە لە توانای تاك بۆ کۆنترۆڵکردنی هەست و سۆزی لەکاتی توشبوونی بە کێشەیەك، ئەم کارگێڕییە پێویستی بە چەند هەنگاوێکە لەوانەش:

1- قسەی ناشیرین مەکە .

2- هەوڵبدە دانیشیت و خاوبیتەوە .

3- تۆزێك پشوو بدە .

4- هەوای پاك هەڵمژە .

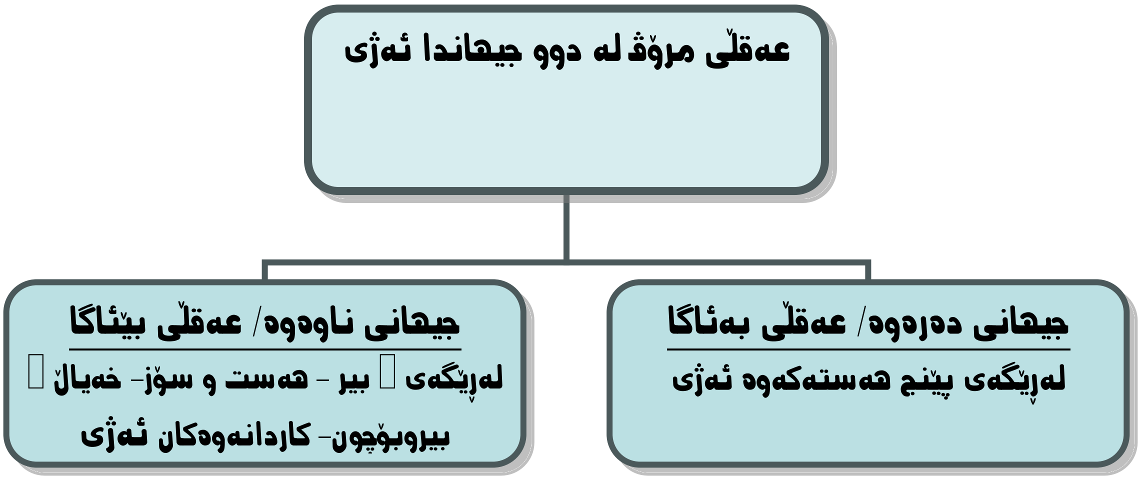
5- چارەسەرکردن بە هێڵی کات: بریتییە لە هێڵێکی نادیار دەگاتە نێوان شوێنەکانی ڕێکخستنی زانیارییە کۆکراوەکان لە کۆندا و درێژ دەبێتەوە بۆ پلانی ئێستا و درێژتر دەبێتەوە بۆ داهاتوو، ئەم فەلسەفەی هێڵی کاتە، کات دەچەسپێنێت لە شوێنەکەی، کاتێك کە ئەمە ڕودەدات دەتوانین خۆمان بگوازینەوە بۆ ڕابردو یان بۆ داهاتو، بەمەش هۆشی بێ ئاگایی دەتوانین بۆ شوێنی مەبەست ببەین و بەکاریبهێنین بۆ لادانی هەست و سۆزی خراپ لە هەر کاتێکدا بێت. لە فەرمودەیەکی پێغەمبەر محەمەد (د.خ) هاتوە: (اذَا غَضِبَ أحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِع).[1]، واتە ئەگەر یەکێکتان لەکاتی توڕەبووندا بەپێوە وەستابوو با دابنیشێت، ئەگەر توڕەیەکەی نەڕۆیشت ئەوە با پاڵبکەوێت.

---

[1] سنن أبي داود (ج 12 / ص 402 ▯ رقم الحديث 4151)، ومسند أحمد (ج 43 / ص 352 ▯ رقم الحديث 20386).

(6/2) عەقڵی بەئاگا و بێئاگا

عەقڵی مرۆڤ بەسەر دوو جیهاندا دابەشدەبێت:[1]



(6/2 1) عەقڵی بەئاگا (Conscious Mind):

بریتیەلە جیاکردنەوە یان وەڵامدا نەوەی وروژێنەرە دەرەکییەکان، واتە گرنگترین تایبەتمەندی ئەمجۆرە عەقڵە بە توانایەتی بۆ وەر گرتنو وەڵامدا نەوەی خەسڵەتە پەیوەندیدارەکان بە وروژێنەرە دەرەکییەکانەوە، کەواتە ئەم عەقڵە لەڕێگەی تایبەتمەندییەکانەوە دەناسرێتەوە[2] .
دەتوانین بڵێین کە عەقڵی بەئاگا ئەو ئاڕاستەکارەیە کە بیرۆکەکان پەسەند دەکات، یان ڕەتیان دەکاتەوە، بەڵام عەقڵی بێئاگا تەنها جێبەجێکاری بڕیارەکانی عەقڵی بەئاگایە کە ئەو بڕیارانە پەیوەندییان بە بابەتو لۆژیکەوە هەیە، واتە درك بە هۆکارو ئەنجامەکان دەکاتو زانیارییەکانیشی لەڕێگەی هەر پێنج هەستەوەرەکەوە وەردەگرێت، خەسڵەتەکانی عەقڵی بەئاگا بریتین لە:[3]

1. بیرمەند، لۆژیکی و شیکەرەوەیە.
2. تەرکیزی سنوردارە.
3. پرۆگرامی عەقڵی بێئاگا دەکات، بە ئەرێنی بێت، یان نەرێنی.
4. بەشێوەیەکی ورد بیردەکاتەوە، واتە هەنگاو بەهەنگاو.

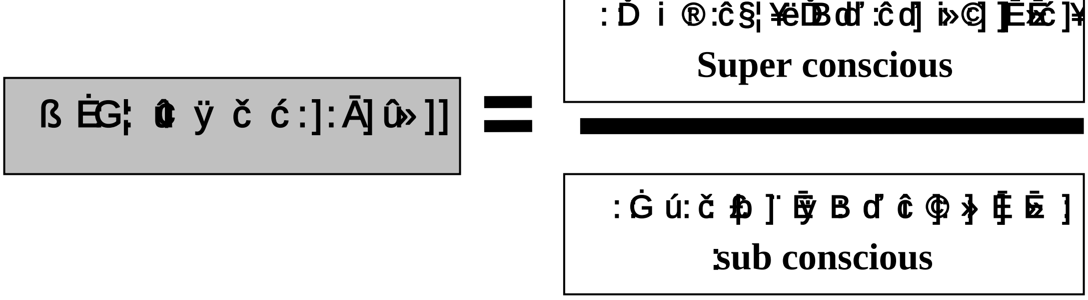
---

[1] د. جوزيف ميرفي (د.ت: 19).
[2] د. ابراهيم الفقي (2011: 4).
[3] د. أحمد توفيق حجازي (2011: 11).

عەقڵی بەئاگا سامانێکی مەزنی مرۆڤە، بۆیە هەرکات ئاستی ئەو عەقڵە زیادیکرد ئەوە مرۆڤ دەتوانێت بگاتە لوتکەی پلەکانی ژیان. عەقڵی بەئاگا ئەو تایبەتمەندییە کە مرۆڤ لەئاژەڵ جیادەکاتەوەو ڕێگەدەدات لۆژیکییانە بیربکاتەوەو تێڕوانینی بۆ خودی خۆی هەبێت[1].

لەڕێگەی دیاریکردنی ئاستی ئاگایی و توانای بیرکردنەوەو ڕەنگدانەوەیان لەسەر دەروونی مرۆڤو توانای تێڕامانی لەسروشتی ناوەوەی تاکدا، دەتوانین پلەی ئاگایی مرۆڤ بپێوین، بۆیە دەکرێت بڵێین هەرکات توانای بیرکردنەوەی خودیی یان توانای ئاگایی زیادیکرد، ئەوە ئاستی ئاگایی لەلای تاك بەرەوپێش دەچێت، واتە ئەگەر دەتەوێت لەخودی ڕاستەقینەی خۆت تێبگەیت، ئەوە پێویستە کاتێکی زۆر تەرخان بکەیت بۆ بیرکردنەوە لەناخی خۆت تا بەباشی ئەو ناخەت بۆ ئاشکرا دەبێت، هەر ئەم ڕێگەیەش بووە کە زۆربەی بیرمەندە مەزنەکانی جیهان ڕۆژانە گرتوویانەتەبەر[2].

سێ ئاست یان جۆری ئاگایمان هەیە کە پەیوەستن بە ئاستی گەشەکردنەوەو بریتین لە پلەی بەرز، مامناوەند، نزم. هەریەك لەم ئاستانە تایبەتن بە قۆناغێك لەژیانی مرۆڤدا، بۆ نمونە: مندالی تازە لەدایکبوو ئاستی ئاگایی مامناوەندە، کە لەنێوان ئاستی ئاگایی مرۆڤو ئاژەڵدایە ئەوەش ئاستێکی زۆر سەرەتاییە، بۆیە لەپاش دوو ساڵ لەتەمەنی مندالیدا ئاستی ئاگایی زیاد دەکاتو زیاتر هەست بەخۆی دەکات، بۆیە ئەبینین وەك کەسێکی سەربەخۆ ڕەفتاردەکات، پاشانیش خەسڵەتەکانی مرۆڤ هەڵدەگرێت کە زیاتر تیایدا پەرەدەسێنێتو دەبێتەهۆی زیاتر گەشەکردنی ئاستی ئاگایی[3]، بۆیە ئەو کاتەی ئاستی ئاگایی ڕووی لەگەشەکردنکرد بەپشتبەستن بە تواناو بیرە داهێنەرەکانی مرۆڤ، چەندین جۆر نەخۆشی ڕووی تێکردن کە هۆکارەکەی کێشەی دەروونیو کۆمەلایەتی بووە، وەك نەخۆشیەکانی دڵو شێرپەنجە...هتد[4].



[1] د. ابراهيم الفقي (2011: 9).

[2] سەرچاوەی پێشو (10).

[3] سەرچاوەی پێشو (12).

[4] سەرچاوەی پێشو (13).

مرۆڤ کاتێك بە عەقڵو غەریزەکانی بیردەکاتەوە، ئەوە دەیسەلمێنێت کە هاوکاریەکی تەواو لەنێوان عەقڵی بەئاگاو بێئاگا یان عەقڵی مۆدێرنو کۆندا هەیە، کە لەبەرژەوەندی تاکە کەسدایەو مەبەستیش لێی جێبەجێکردنی ئەو ئامانجەیە کە خاوەنی عەقڵەکە کۆششی بۆ دەکات، بەلام هەر کەسو بەشێوازی تایبەتی خۆی، بۆیە عەقڵی بەئاگاو مۆدێرن واتە (عەقڵی پێشکەوتو) دەیەوێت لەرێگەی زانستو لۆژیكو ئاشتی ئاماجەکانی خاوەنەکەی جێبەجێ بکات، بەلام عەقڵی بێئاگاو کۆن (عەقڵی سەرەتایی) دەیەوێت لەڕێگەی شەڕانگیزیو دڕندەیی‌و بەبێ ئاگایانە ئەو ئامانجانە جێبەجێ بکات، بەلام سەرەڕای ئەم جیاوازییە هەردوو عەقڵی بەئاگاو بێئاگا هاریکاری یەکدەکەن، بۆیە زۆربەی کات زانایان چارەسەری کێشەیەکی زانستی لەکاتی خەو یان زیندەخەودا دەبیننەوەو لە ڕاستیدا جێبەجێی دەکەن، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە ئیرادەی بەهێزو دروست تەنها بە یەکگرتنی هەردوو عەقڵی بەئاگاو بێئاگا دێتەدی[1]. هەر ئەمەش وایکردوە عەقڵی بێئاگا بەراورد بە عەقڵی بەئاگا زیاتر گوزارشت لە نیازەکانی بکات، بۆیە زۆر بەی کات لەدەمدەرچونێك (زلة لسان) نیازە ڕاستەقینەو شاراوەکانمان ئاشکرا دەکات، چونکە لەڕێگەی عەقڵی بێئاگاوە دەردەچێت بەبێ ئەوەی هەستی پێبکرێت، لەم ڕێگەیەشەوە بۆمان دەردەکەوێت کە ئەو کەسەی بەرامبەر ڕاستگۆیە یان نا، لەبەرئەوەی هیچ وشەیەك لەدەمەوە دەرنا چێت ئەگەر هۆکار یان مەبەستێکی لەپشتەوە نەبێت، چونکە عەقڵی بەئاگا تەنها ئەو شتانە ئەدرکێنێت کە خۆی مەبەستێتی[2]، بۆیە زۆر بەی کات مرۆڤ لەعەقڵی بێئاگادا قین لەکەسێك هەڵدەگرێت، بەلام لە ڕاستیدا نایدرکێنێتو خۆی وەك کەسێکی دڵساف پیشاندەداتو درۆ دەکات، تا هەستی ڕاستەقینەی بەرامبەر بەو کەسە ئاشکرا نەبێت، بەلام لەناکاو و لەدەمدەرچونێکدا ئەو نیازە شاراوەیەی ئاشکرادەبێت.

بوونی زانیاری لەبارەی ئاوێتەبونی عەقڵی بەئاگاو بێئاگا واتلێدەکات توانای گۆڕانکاریکردنت هەبێت لەژیانتدا، بۆ ئەوەی بارودۆخی ژیانیشت بگۆڕیت پێویستە هۆکارەکان بگۆڕیت[3] ، ئەوەش لەڕێگەی ئاراستەکردنی عەقڵی بێئاگا بۆ چەسپاندنی شتە ئەرێنیەکان کە ڕۆڵیان دەبێت لەو گۆڕانکارییانەی بەسەر ژیانو گوزەرانو بیروباوڕەکاندا دێت.

(2-6) عەقڵی بێئاگا: (The unconscious mind/ ċ ã \ ć ę):

بریتیە لەو هێزە ڕۆحیەی کە لەناخدا هەیەو نە ئەبینرێتو نەشوێنیشی دیارە، بەڵکو تەنها شوێنەواری لەسەر بونو جیهاندا دیارەو، بەهیچ جۆرێك ملکەچی زۆرەملی بوون نابێت، بەڵکو

---

[1] سلامة موسى (1928: 21).

[2] سەرچاوەی پێشو (74 - 75).

[3] د. جوزيف ميرفي (د.ت: 8).

دەبێت مرۆڤ لەحالەتی هێوربوونەوەدا بێت، ئینجا دەکەوێتە ژێر باری جێبەجێکردنی فەرمانەکانیەوە[1]. خەسڵەتەکانی عەقڵی بێئاگا ئەم چەند خاڵەی لای خوارەوەن:[2]

1.دروستکەرە، شتەکان لەیادگەدا دەپارێزێت، وزە دابەشدەکات، بزواندنی هەست و سۆزە.
2.پاراستنی هەموو هەستەکان.
3.ڕێکخستن و پاراستنی یادەوەرییەکان.
4.دروستکەری نەریتەکەسیەکانەو پێویستی بەدووبارەکردنەوەیە (16 بۆ 21) جار هەتاوەکو دەبێت بە نەریتێکی جێگیر.
5.بەبەردەوامی (24) سەعات کاردەکات و چارەسەر بۆ بڕیارەکانی عەقڵی بەئاگا ئەدۆزێتەوە.
6.هەتاوەکو ماندوبون کەمتربێتەوە بەشێوەیەکی چالاکتر کاردەکات، فشارمەخەرە سەر عەقڵی بێئاگات بەمەبەستی داهێنان. لەبارودۆخی هێمنی و پشوداندابە. لەکاتی پشوداندا بیرۆکەی چارەسەرەکانت بۆ دێت.
7.چەند متمانەمان بە تواناکانی هەبێت و زیاتر بەکاریبهێنین چالاکتر دەبێت.

عەقڵی بێئاگا کە (90٪)ی عەقڵی مرۆڤی داگیرکردوە کۆنترۆڵی هەموو پرۆسە چالاکو ئەرکەکانی جەستە دەکاتو چارەسەری کێشەکانیشی لەلایە. ئەم عەقڵە ڕێنوێنی دەکاتو پەردە لەسەر ناو و ڕاستیو وێنەو دیمەنە خەزنکراوەکانی ناو یادگە هەڵدەماڵێت، هەروەها ڕۆڵی سەرەکی هەیە لە لێدانی ترپەکانی دڵو سوڕی خوێنو ڕێکخستنی کاری پرۆسەی هەرسکردنو پاشەڕۆ فڕێدان، کاتێك مرۆڤ لەتەنادێك دەخوات ئەم عەقڵە بێئاگایە ڕاستەوخۆ کاردەکات بۆ هەرسکردنی ئەو لەتەنانەو سود لێوەرگرتنی بۆ دروستکردنی ئێسکو گۆشتو خوێن. ئەگەر عەقڵی بێئاگا لەکاربکەوێت ئەوە مرۆڤەکە دەمرێت، چونکە فەرمانکردن بۆ کارکردنی گشت ئەندامەکانی لەش لەڕێگەی عەقڵی بێئاگاوەیە[3].

عەقڵی بێئاگا توانای مشتومڕکردنی نییە، بۆیە هەموو فەرمانێکی عەقڵی بەئاگا جێبەجێ دەکات، واتە تەنها ئەو فەرمانانە جێبەجێ دەکات کەپێی دەکرێتو ئەو بڕیارو ئەنجامانە پەسەند دەکات کە عەقڵی بەئاگا دەریاندەکات یان پێیان دەکات، چونکە هەر بیروبۆچونەکانتە دەبنە ئەزمونی داهاتوت، وەك (والدۆ ئیمرسۆن) دەڵێت: مرۆڤ ئەو عەقڵەیە کە بەدرێژایی ڕۆژ بیردەکاتەوە[4]، واتە

---

[1] د. احمد توفيق حجازي (2011: 20).
[2] سەرچاوەی پێشو (11).
[3] د. جوزيف ميرفي (د.ت: 35).
[4] د.احمد توفيق حجازي (2011: 21).

عه‌قڵی به‌ئاگا چۆن بیربكاته‌وه‌، عه‌قڵی بێئا گا ئاوا ته‌كانی ده‌دات‌و ئاوا ته‌كانی له‌كاتی بێئاگای یدا جێبه‌جێ ده‌كات، هه‌ربۆیه عه‌قڵی بێئاگا ژیریی‌و داناییه‌كی بێسنوری هه‌یه[1].

هه‌ر شتێك كاردانه‌وه‌ له‌ عه‌قڵی بێئاگای مرۆڤ دروستبكات، له‌ ڕاستیدا گوزارشتی لێده‌كرێت، وا ته‌ هه‌موو به‌شێك له‌ مرۆڤ گوزارشت له‌ بیرو هه‌ستی خودی مرۆڤه‌كه‌ ده‌كات، بۆیه‌ جه‌سته‌و باری ئابوری‌و كۆمه‌لایه‌تی‌و هاوڕێ ڕه‌نگدانه‌وه‌ی بیری ئه‌و مرۆڤه‌ن له‌سه‌ر خودی خۆی، هه‌ر ئه‌مه‌شه‌ له‌ عه‌قڵی بێئاگای مرۆڤدا ده‌چه‌سپێت‌و به‌ درێژایی قۆناغه‌كانی ژیان گوزارشتیان لێده‌كرێت[2] .
پێویسته‌ مرۆڤ بیری ئه‌رێنی له‌عه‌قڵی بێئاگای بچێنێت، له‌به‌رئه‌وه‌ی ڕۆڵی ده‌بێت له‌ قوتاربوون له‌و بیره‌ نه‌رێنیانه‌ی له‌ناخیدا هه‌یه‌و[3]، جێگه‌یان ده‌گرێته‌وه‌ كه‌ ئه‌مه‌ش ڕه‌نگدانه‌وه‌ی ده‌بێت له‌سه‌ر به‌خشینی خۆشگوزه‌رانی به‌ مرۆڤه‌كه‌و ئاسوده‌بونی له‌ژیاندا، ئه‌مه‌ش به‌ئاسانی نایه‌ته‌دی، به‌ڵكو ده‌بێت بۆ گۆڕینی بیری نه‌رێنی به‌ ئه‌رێنی به‌رده‌وام بیری ئه‌رێنی بوترێته‌وه‌، تا له‌ عه‌قڵی بێئاگادا جێگه‌ی خۆی ده‌كاته‌وه‌و ده‌چه‌سپێت‌و ده‌بێته‌هۆی دروستبونی ڕه‌فتاری نوێ، پێویسته‌ ئه‌وه‌ بزانین به‌گشتی هه‌ركاتێك (خه‌بات و ململانێ له‌ نێوان هه‌ریه‌كه‌ له‌ عه‌قڵی به‌ئاگاو بێ ئاگا □ مێشك و دڵ □ عه‌قڵی به‌ئاگا و هه‌ست و سۆز)دا ڕوبدات، ئه‌وه‌ هه‌میشه‌و به‌ به‌رده‌وامی عه‌قڵی بێ ئاگا شه‌ڕه‌كه‌ ده‌باته‌وه‌)[4]
عه‌قڵی بێئاگا خاوه‌نی كۆمه‌ڵێك توانای زۆر به‌رزه‌، كه‌ هه‌تا ئێستا زاناكان دركیان پێ نه‌كردوه‌، جگه‌ له‌ ژماره‌یه‌كی كه‌می نه‌بێت. خوای گه‌وره‌ ده‌فه‌رموێت: ﴿وفي أنفسكم أفلا تبصرون﴾[5] یه‌زدانی مه‌زن له‌ مێشكی مرۆڤایه‌تیدا كۆمه‌ڵێك تواناو وزه‌و سه‌رچاوه‌ی به‌رزێتی و داهێنانی داناوه‌، ته‌نها ئه‌وه‌مان له‌سه‌ره‌ كه‌ بیدۆزینه‌وه‌و له‌هه‌مانكاتدا خستنه‌ڕوی شته‌ به‌نرخ و به‌ها شاراوه‌كانی ناخمان.
له‌ ژیانی تایبه‌تی مرۆڤدا پێویست به‌وه‌ ده‌كات كه‌ بیروبۆچونه‌كان بگۆڕیت له‌ پێناوی گۆڕینی هه‌ڵسوكه‌وتێكی دیاریكراودا، بۆنمونه‌: توڕه‌بونێكی زۆر بۆ ڕوداوێكی ئاسایی، یاخود خه‌فه‌تێكی زۆر بۆ شتێكی كه‌م بایه‌خ. بیروڕاكان گرنگترین شتن بۆ پرۆگرامكردنی عه‌قڵی بێئاگا و نوێكردنه‌وه‌ی بیروبۆچونه‌كان. عه‌قڵی بێئا گا به‌ شێوه‌یه‌كی سیحری شته‌كان جێبه‌جێده‌كات، بۆیه‌ هه‌میشه‌ پێویسته‌ بیر له‌ نمونه‌ی به‌رزو بالا بكه‌ینه‌وه‌، تاوه‌كو به‌ده‌ستی بهێنین، هه‌روه‌ك ئیدیه‌مێكی كوردیمان هه‌یه‌ كه‌ ده‌وترێت: (چی بچێنیت، ئه‌وه‌ ئه‌دوریته‌وه‌)، به‌لام ئه‌بێت به‌ بڕوای ته‌واوه‌ (100٪) بڕوات پێی بێت ئینجا عه‌قڵی بێئاگا وه‌ریده‌گرێت.

---

[1] د.احمد توفيق حجازي (2011: 21).
[2] سه‌رچاوه‌ی پێشو (22).
[3] سه‌رچاوه‌ی پێشو (23).
[4] سه‌رچاوه‌ی پێشو (19).
[5] سورة الذاريات الاية (21).

عەقڵی بێئاگا پێویستە بەشێوەیەکی ڕاست و دروست پەروەردە بکەین، لەبەر ئەوەی هەمیشە ئەو براوە یە، کەوا تە با شتە ڕا ستەکان بیبە نەوە، هەربۆ یە پرۆگرامکرد نی هزر بە سەرجەم بیرە ئەرێنیەکان و نەبینینی شتە نەرێنیەکان. عەقڵی بێئا گا لە توانا یدا هە یە کاربکا تە سەر بیروبۆچونە چەوتەکانمان و بە ئاراستەیەکی ئەرێنیاندا بیبات، بۆ نمونە:

1- هەندێ جار نەخۆشیەکان لە عەقڵی بێئاگاوە سەر چاوەی گر توە، کە هۆکارەکەشی ترس و دڵەڕاوکێیە لە نەخۆشی، کە لە توا نای مرۆڤدا یە ڕێگە لەو نەخۆ شیانە بگرێت بۆ بەدەستهێنانی جەستەیەکی تەندروست. بۆ نمونە: نەخۆشیەکانی (قۆڵۆن کێشەکانی دڵ گرژ بونی دەمارەکان د ڵەڕاوکێ - ئەکزیما ...) هۆ کاری هەر یەك لەم نەخۆ شیانەو خراپتربوذ یان دەگەڕێ تەوە بۆ بیروبۆچونە نەرێنیەکان وجێگیربونیان لە عەقڵی بێئاگادا[1].

2- ئەگەر کەسێکی هەژاربویت و بەردەوام بیرت لە هەژاریکردەوە لەجیاتی دەوڵەمەندی، هەمان شت ڕوودەدات، کە عەقڵی بێئاگا کاردانەوەی بۆ ئەو بیرانە دەبێت لە نزیك و دورەوە.

3- ئەگەر بەردەوام ئاماژەت بەوەکرد کە بەد بەختی و دوبارەکرد نەوەی ئەو جۆرە دەستەواژانە، ئەوە عەقڵی بێئاگا بێ دوودڵی قبوڵی دەکات.

4- هەندێ مرۆڤ بەردەوام ئاماژە بەوە دەکەن کە ژمارە یەکی دیاریکراو یان پێوە نا یەت و دەبێتە هۆی بەد بەختی بۆ یان، یاخود ڕەنگێکی د یاریکراو لە جلوبەر گدا، یان ڕۆژێکی د یاریکراو لە ڕۆژەکانی هەفتەدا، کە خۆ یان دەبنەهۆی درو ستکردنی ئەمجۆرە بیروبۆ چونە چەوتانەو هەروەها جێبەجێکردنیشیان لە ڕاستیدا.

5- هەندێ خوێندکار پێش تاقیکردنەوەکان ئاماژە بەوە دەکەن کە لەو وانە یەدا دەرنا چن، یاخود هیچ تێناگەن، ئەوە ئاخاوتنەکانت دەبنە ڕاستی.

عەقڵی بێئاگا دابەشدەبێت بەسەر دوو ئاستدا:[2]

---

[1] لە ناوچەی (لوردزی فەرەنسی) حاڵەتێکی بەناوبانگی پزیشکی تۆمارکراو هەیە، ئەویش بارودۆخی ژنێکە بەناوی (بییری)، کە کوێربوو لەدوای لاوازبونی دەماری بینینی، بەڵام دوای ئەوەی (بییری) سەردانی (لوردز)ی کرد توانی بە شێوەیەکی سەر سوڕهێنەر بینایی بەدەست بهێنێتەوە، پاش ئەوەی زۆرینەی پزیشکەکان چەندین جار پشکنینیان بۆ ئەنجامدابوو، کە دوای مانگێك کە پشکنینیان بۆ ئەنجامدا یەوە تێبینیانکرد کە دەماری بینینی کەوتۆتەوە ئیش و بینایی بەدەستهێناوەتەوە، کە ئەمەش بەهۆی عەقڵی بێئاگای ئەو ژنەوە بوو کە کاردانەوەی هەبوو بۆ بیروبۆچونە ئەرێنیەکانی بۆ چاکبونەوە کە باوەڕی تەواوی بەخۆی هەبوو، و دڵی پڕبوو لە ئیمان کە چاکدەبێتەوە، کە ئەمەش بوە هۆی ئەوەی کە عەقڵی بێئا گا هەموو توا نای چاکبونەوەو وزەی شاراوەی ناخی دەربکات. د. جوزیف میرفي (د.ت: 43 - 44).

[2] د.احمد توفيق حجازي (2011: 43).

1- **خواروو بێئا گایی** (Lower unconscions)؛ گرنگترین بواره کانی ژ یانی زەیـ نی پێکدێنێت، کە بریتین لە دابو ئامادەکاریو ئارەزو و غەریزەو سرو شتو بیرو باوەڕو ئەندێشەو یادگەو خۆشەویستی.

2- **سەروو بێئاگایی** (Super unconscions)؛ بریتیە لە ویژدانو ناخی پاکی ڕاستەقینەو ئەو وێنەیەی کە دەمانەوێت بینوێنینو چاکەو خراپەو جوانیو لەخوا ترسی...هتد. ئەم ئاستەیان تەنها لەکاتی بەئاگابونو باوەڕبو نمان پـێی کاردە کات، بۆ نمو نە: ئە گەر بە شەقامێکدا ڕۆیـ شتمو کەسێکم بینی کە دەیناسم، بەلاَم ئەو من ناناسێت، ئەوکات من کە سێکی نەبووم لەلای ئەو، تەنها لەکاتی ناسینمدا، من بۆ ئەو کەسێکی هەبووم.

		Super unconscions : l] »
:The unconscious mind :l:] »] ē	=	――――――
		Lower unconscions l] »]

کاتێك عەقڵ بەشێوەیەکی دروست بیردەکاتەوەو لەڕاستی تێدەگاتو، بیری بنیاتنەرو دور لە شڵەژان لە عەقڵی بێئا گا درو ست دەبـێت، ئەوکات هـێزی عەقڵی بێئا گا وەلاَ می دەبـێتو دۆ خی درو ستو گو نجاو دەخولقێنـێت، بۆ یە کاتـێك کۆنترۆڵی پرۆ سەی بیرکرد نەوەت دە کەیت، ئەوکات دەتوانـیت هێزی عەقڵی بێئاگا بەکاربێنیت بۆ چارەسەرکردنی هەرکێشەو گرفت، یان ئاستەنگێك[1].

عەقڵی بێئاگا تایبەتمەندی ئاوێتەبونی هەیە لەگەڵ سروشتی بیرکردنەوە، کاتێك عەقڵی بەئاگا پڕە لە ترسو دڵەڕاوکێو دوودڵیو شڵەژان، ئەوکات هەڵچونە نەرێنـیە خولقێنراوە کانی عەقڵی بێئا گا دەردەخات، ئینجا عەقڵی بەئاگا قا ندەدات لە هە ستکردن بەترسو ملکە چبوون، کاتێکیش ئە مە ڕوودەدات زۆر بەمتما نە بەخۆبوونو بەهە ستێکی پڕ لە بەرپر سیارێتیەوە ڤ سەبکە تا ئەو هەستکردنە نەرێنییە بڕەوێنرێتەوە[2].

هەموان دەتوانین پرۆگرامی عەقڵی بێئاگا مان بـکەین بە ڕێگا یەکی تایـبەتی، هەتاوەکو ئاگادار مان بکاتەوەو بیرمان بخاتەوە بە کارو فەرمانێکی دیاریکراو، بۆ نمونە: هەندێ کەس فەرمان بە مێـشکی دەکات کە لە کاتژمێرێکی دیاریکراودا لە خەو خەبەری بکا تەوە، بەبێ ئەوەی یەك خو لەك هە ڵە بکات، بەبێ ئەوەی پێویستی بە سەعاتی ئاگادارکەرەوە هەبێت.

---

[1] د. جوزيف ميرفي (د.ت: 8).

[2] سەرچاوەی پێشو (د.ت: 10).

لەپێناوی پرۆگرامکردنی بیری مرۆڤ پێویستمان بە ڕازیکردنی عەقڵی بە ئاگای تاکە بەو شتانەی کە خۆمان مەبەستمانە، هەتاوەکو عەقڵی بە ئاگای ئەو مرۆڤە فەرمان بە عەقڵی بێئاگای بکات بۆ جێبەجێکردنی بیروبۆچونەکان، چونکە (عەقڵی بەئاگا وەك دەرگاوانێك وایە بۆ عەقڵی بێئاگا)[1]، هەروەها لەبەرئەوەی عەقڵی بێئاگا هیچ ڕەتناکاتەوە، هەربۆیە ڕاستەوخۆ بە ئەنجامی دەگەیەنێت. بێگومان پرۆگرامکردنەکە بە مەبەستی گۆڕینی ئاڕاستەیە لە نەرێنیەوە بۆ ئەرێنی. ئاشکرایە کە سیفەتی کەسە ناودارو سەرکەوتوەکان ئەوەیە کە عەقڵی بێئاگا یان پرۆگرامکردوە بە فەرمانی ئەرێنی دروستکەر، بۆیە پێویستە مرۆڤەکان ئاگاداری ئەو شتانە بن کە بە بەردەوامی بیری لێدەکەنەوە، لەپێناو بەدەستهێنانی خواستەکانیاندا.

پێویستە بزانرێت کە عەقڵی بەئاگا و بێئاگا دوو عەقڵی جیاوازنین، بەڵکو دوو بواری چالاکن لەناو یەك عەقڵدا، بەڵام عەقڵی بێئاگا هەموو شتێك بە ڕاست وەردەگرێت، واتە ڕاستو هەڵە جیاناکاتەوە، هۆکارەکەشی بۆ عەقڵی بەئاگا دەگەڕێتەوە، چونکە کاتێك کە شتێکی هەڵە بەڕاست بزانێت ئەوە عەقڵی بێئاگا هەمان ئەو هەستەی بۆ دروست دەبێتو لەناخی ئەو مرۆڤەدا وەك ڕاستیەك دەچەسپێت[2] .

عەقڵی بێئاگا توانای بینینی هەموو شتێکی شاراوەی هەیە، هەروەك دەتوانێت لەڕێگەی خەیاڵەوە مرۆڤ بۆ دورترین شوێن بگوێزێتەوە، هەروەها توانای پەیداکردنی زانیاریی هەیە لە سەر ڕاستگۆترین کەسایەتیو توانای خوێندنەوەی بیرو پشتی قسەو وتارو دەقەکانیشی هەیە[3] .

(ویلیەم جەیمس) زانای دەروونناسی ئەمریکی دەڵێت: ئەو هێزەی جیهان دەجوڵێنێت لە عەقڵی بێئاگادایە، بۆیە ئەم عەقڵە ژیریو داناییەکی بێسنوری هەیەو، هەر شتێك ڕەنگدانەوەی لەسەر عەقڵی بێئاگادا هەبوو ئەوە ئەو عەقڵە هەموو هەوڵو توانایەکی دەخاتەگەڕ بۆ جێبەجێکردنی ئەو ڕەنگدانەوەیە لەژیانی ڕۆژانەدا، بۆیە پێویستە بیری ئەرێنیو دروست لەمێشکدا بچەسپێنیت[4].
عەقڵی بێئاگا شەوو ڕۆژ بەخەبەرەو کاردەکات، بۆیە زانستی دەروونناسی مۆدێرن سەلماندویەتی کە هەر هەڵەیەك مرۆڤ دەیکات و هۆکارەکەی بیرچونەوەبێت، مەحاڵە ڕەگێکی لەناو عەقڵی بێئاگادا نەبێت[5] .

---

[1] د. جوزیف میرفي (د.ت: 21).

[2] سەرچاوەی پێشو (18).

[3] سەرچاوەی پێشو (20).

[4] سەرچاوەی پێشو (38).

[5] سلامة موسى (1928: 77).

خەواندنی موگناتیسی بریتییە لەوەی کە عەقڵی بە ئا گای ئەو مرۆ ڤە دەخەوێ ندرێت و کارە کان لەڕێ گەی عەقڵی بێئا گاوە جێبەجێ دەکرێت، وا تە بەهۆی عەقڵی بێئا گاوە مرۆ ڤەکان ڕەوا نەی شوێنەکان دەکرێت، شتە نهێنی و نادیارەکان ئاشکرا دەکرێن.

سەبارەت بە نوێژکردنیش ئەگەر ویستت لەڕێگەی نوێژکردنەوە کێشەیەك چارە سەربکەیت یاخود چارەسەر بۆ نەخۆشیەکەت بدۆزیتەوە ئەوە دەبێت لەو کا تەدا تەنها بیر لە شێوەی چارە سەرەکە بکەیتەوە لە عەقڵی بە ئا گا کە ڕا ستەوخۆ فەرمان بە عەقڵی بێئا گا دە کات چارە سەریان بۆ بدۆزێتەوە بەو مەرجەی لە کاتی نوێژکردنەکەدا هەر بۆچونێکی هەڵە یاخود نەرێنی بێتە بەردەم عەقڵی بەئاگا کۆنترۆڵیان بکەیت و ڕەتیان بکەیتەوە، کەواتە گرتنەبەری هەر ڕێگەیەك بۆ گۆڕینی حا ڵەتی ترس و د ڵەڕاوکێ بۆ حا ڵەتی متما نە بەخۆبون دەر فەتی چاکبونەوەت بۆ دە ستەبەر دەکات[1].

هەرکات مرۆڤ خەوتو عەقڵی بەئاگای چووە حا ڵەتی متبوو نەوە، ئەوە عەقڵی بێئا گا بەخە بەر دێت، مەبەستیش ئەوە نیە کە ئەو عەقڵە لەحاڵەتی متبوون بووە، بەڵکو مەبە ستەکە ئەوە یە کە لەژێر ڕکێ ڤی عەقڵی بەئاگا بووە، بۆ یە دە سەڵاتی بە سەر مرۆڤە کەدا نابێت لەو کاتا نەدا، بەڵام لەکاتی زیندە خەو یان نو ستندا عەقڵی بێئا گا باڵادە ست دەبێت، بۆ نمو نە: ئە گەر لە ڕا ستیدا لەکەسێك توڕە بوویت یان شەڕت کرد، ئەوە مادام لەحا ڵەتی بەئاگایی دای بیر لە ئا شتکردنەوەی دەکەیتەوە، بەڵام لەکاتی نو ستندا کە عەقڵی بێئا گا زا ڵدەبێت خۆت دەبینی یەوە کە ئەو کە سە دەکوژیت یان لێیدەدەی یان جنێوی پێ دەدەی، ئەوەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی عەقڵی بێئا گا بە بیری ئاژەڵانە ڕەفتار دەکاتو نییەتی خراپی خۆی بەرامبەر بەو کەسە جێبەجێ دەکات، بەڵام ئەم قسەیە ئەوە ناگە یەنێت کە هەموو بیرکرد نەوەکانی عەقڵی بێئا گا بیری خراپنو چاکەیان تێدا نییە، بەڵگە ئەمەش ئەوەیە کە هەندێ جار لە خەو یان لە زیندە خەودا خۆت دەبینیت پۆ ستی باڵات هەیە یان بوویت بە زانایەکی بەناوبانگو هیچ ڕەفتارێکی خراپ نانوێنیت[2].

پزیشکی نەشتەرگەری سکۆتلەندی (د. جەیمس ئیزرا یل) لەنێوان ساڵانی (1843 □ 1846) بەر لەوەی دەرمانی سڕکردنی تایبەت بە نە شتەرگەری بدۆزرێتەوە، تەنها لەژێر کاریگەری سڕبونی زە ین چوار سەد نە شتەرگەری ئەنجا مدا، وەك نە شتەرگەری بڕی نەوەی ئە ندامی جە ستە (قاچ، دەست، پەنجە)و بنبڕکرد نی خا نەی شێرپەنجەو هەروەها نە شتەرگەری چاو و گوێ و قوڕگ، کە نەخۆشەکان هەستیان بەهیچ ئازارێك نەدەکرد لەکاتی ئەنجا مدانی نە شتەرگەریەکەدا. د. ئیزرا یل هۆکاری ئەم کردەیەی بۆ ئەوە گێڕاوەتەوە کە لە ساتەوەختی نەشتەرگەریەکەدا ئاماژەی بۆ عەقڵی

---

[1] د. احمد توفيق حجازي (2011: 31).

[2] سلامة موسى (1928: 20).

بێئا گای نەخۆ شەکان ناردووە کە لە حا ڵەتی خەوا ندنی موگناتیز سیدابون بەوەی ئەنجا مدانی نە شتەرگەریەکە بەو شێوەیە هیچ کاریگەری یەکی نەرێنی نابێت لە سەر تەندرو ستییان‌و نابێ تە هۆی هەلاوسانی شوێنی برینەکەو خوێن بەربوونی، پەنابردنەبەر ئەم ڕێگەیەش باشترین ئەنجامی بەدەستەوەدا لەو سەردەمەو ئەوەی سەلماند کە دەکر ێت لەڕێگەی قسەو ئا ماژەی ئەرێنی یەوە کار بکرێتەسەر عەقڵی بێئاگای مرۆڤ، تا ئەنجامی ئەرێنی لێبەرهەمبێت[1].

کارکردنە سەر عەقڵی مرۆڤەکان بە وشەو دە ستەواژە گونجاوە کان و ناو بە ناو دوبارەکرد نەوەیان بە دەنگێکی نەرم و ن یان و پڕ لە هە ست و سۆز، وا تە سڕبونی عەقڵی مرۆڤ بە و تەی شیاو، ئەبێ تەهۆی ئەوەی کە هەنگاو بە هەنگاو، جێ گەی خۆت بکەی تەوە لەناو عەقڵی بێئا گای بەرامبەردا، لەم ساتانەدا تۆ دەبیتە فەرمانڕەواو بڕیاردەری ئەو مرۆڤە لە عەقڵی بێئاگایدا، دوا جار ئەبێتە هۆی پێکاندنی ئامانجەکە.

(7/2) ڕازیکردن (الاقناع/Persuasion):

ڕازیکردن چەندین پێناسەی هە یەو لەکە سێکەوە بۆ کە سێکی تر دەگۆڕ ێت بەپێی تێگەی شتن‌و تێڕوانینی بۆ ئەو چەمکە، لەو پێناسانەش:

1- بریتیە لە کارکردنە سەر باوەڕی بەرام بەر لەڕێ گەی خ ستنەڕوی بەڵ گەی حا شاهەڵنەگر بەمەبەستی گۆڕینی هەموو یان بەشێك لە باوەڕەکانی ئەو کەسە[2] .

2- جۆرێ کە لە ئا خاوتنی ن ێوان دوو کەس یان ز یاتر کە لەمیانە یدا ق سەوباس ئاڵوگۆڕ دەکر ێت‌و لا یەنێکیان هەوڵی کارکردنە سەر لایەنە کەی تر دەدات، بەلام لەکە شێکی هێمن‌و ئارامدا دوور لەبەکارهێنانی توندوتیژی یان دەمارگیریی[3].

ڕازیکردن یەکێکە لە پرۆ سە هە ستیارەکان، پرۆ سەی ڕازیکردن سەرەتا لە بیرۆکەیە کەوە دە ست پێدەکات و هەروەها چۆنیەتی گوزارشتکردن لەو بیرۆکەیە، کە بەردەوام ڕۆژا نە مرۆ ڤەکان پەنای بۆ دەبەن، جا بۆ بەڕێکردنی ژیانی ئاسایی ڕۆژانەبێت، یاخود بۆ مەبە ست و مەرامێکی تای بەتی بێت. لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا بە ڕێژەیەکی زۆر پشت بەم پڕۆسەیە دەبەسترێت بەهۆی دورکەوت نەوە لە چارەسەرکردنی کێ شەکان بە ڕێگای جەنگ، بەڵکو مرۆ ڤەکان لە بری شەڕ پەنادەبە نە بەر گفتوگۆ و ڕازیکردنی بەرامبەر. ڕازیکردن بۆ پڕۆگرام کردن و گۆڕینی ئاڕا ستەی تاکی بەرام بەر بەستراوەتەوە بە بە توانایی کەسی ئاخێوەر لە هەڵبژاردنی وشەو ڕستە و ز مانی جە ستەو ئاوازی

---

[1] د. احمد توفيق حجازي (2011: 20 21).

[2] مدحت خليل (2012: 26).

[3] محمد راشد ديماس (1999: 46).

دەنگ کە بەهۆیەوە دەتوانرێت عەقڵ و د ڵی تاکی بەرام بەر کۆنترۆڵ بکر ێت، چونکە ڕازیکردن هونەرە، کە هەموو کەس ئەو بەهرەیەی تێدا نییە، لەبەرئەوەی وتووێژکردن لەگەڵ عەقڵ و د ڵی بەرام بەر کارێکی هەروا ئا سان نی یە. بێگو مان ژ یان بەگ شتی بە پرۆ سەی ڕازی کردن بەڕێوە دەچێت، کە لە گشت بوارەکان و پیشەکاندا پێویستمان پێی دەبێت. ئەم پرۆ سەیە زۆر تا کەم لە زانستەکانی شدا ڕەن گی داوە تەوە، بۆ نمو نە پی شەی پزی شکی و مامو ستایی و یاسانا سی و سیاسەتمەداریی و پیاوانی ئاینی ... هتد. ئە گەر ڕازیکردن بە شێوەیەکی زان ستی و بەرنا مە بۆ داڕێژراو بەڕێوەبچێت ئەوە بە دڵنیاییەوە پرۆسەکە سەرکەوتو ئەبێت، بەڵام ئە گەر بە شێوەیەکی هەڕەمەکی و نازانستی بەڕێوەبچێت ئەوە دوا جار پرۆ سەکە نەك هەر شکست دەهێن ێت، بەڵکو ڕەنگە بەشێوەیەکی خراپ و هە ڵە بە سەر کە سەکە خۆ یدا ب شکێتەوە. پێوی ستە لەم پرۆ سەیەدا ئەوە ڕەچاوبکرێت کە بیرکردنەوەو عەقڵی مرۆڤەکان لێك جیاوازەو هەر مرۆڤ ێك دەب ێت بەپێی ئاستی عەقڵی گفتوگۆی لەگەڵ بکرێت.

(7/2 1) فاکتەرە کاریگەرەکانی سەر پرۆسەی ڕازیکردن:

فاکتەرە سەرەکییەکانی پرۆسەی ڕازیکردن بریتین لە:[1]

1- **سەرپشکبوونی تاك لەڕازیبون یان ڤایلکردن:** پرۆسەی ڕازیکردن پێویستی بەوە یە تاك بەبێ ئەوەی فشار بخرێتە سەری و سەرپشك بێت لە ڕازیبون بەو پەیامەی ئاخێوەر ئاڕا ستەی دە کات، چونکە ف شار خستنە سەر بە مەبە ستی ڕازی کردن ناخی کە سی بەرام بەر دەوروژێن ێت بۆ ڕەتکرد نەوەی پەیامە کە، کە ئە مەش کاری ئاخێوەر (ڕازیکەر) قورس دە کات، بۆ یە پێوی ستە ڕازیکەر یارمەتیدەری بەرامبەربێتو ئاسانکاری بۆ بکات لەپێناو ڕازیبون بە پەیامەکەی.

2- **کاری گەریی کۆ مەڵ لە سەر تاك:** ئەو کۆمە ڵەی تاك لەناو یدا دەژی یان پەیوە ندی پ تەو بە یەکیان دەبە ستێتەوە، کاری گەریی بەهێزی هە یە لە سەر ڕازیکرد نی تاك، بۆ یە دەکر ێت ڕازیکەر ئەم هەلە بقۆزێتەوەو لەڕێگەی کۆمەڵەوە هەوڵی ڕازیکردنی کەسی مەبەست بدات.

3- **کاری گەریی کە سانی سەرکردەو دا نا:** کە سانی دا نا کاری گەریی تەواویان هە یە لە سەر تاك لەڕێ گەی ئامۆژگاری یەکانیان بۆ ڕازی بونی بەو پەیا مەی ئاڕا ستەی دەکر ێت، ئەوەش بە ڕونکرد نەوەی لایە نە ئەرێنیو نەرێن یەکان، بۆ یە زۆر جار بۆ چونی کە سی دا نا و سەرکردە کاریگەریی لە ئامرازەکانی ڕاگەیا ندن ز یاترە بۆ گۆڕینی بۆ چونی تاکی بەرام بەر، ڕازیکەریش دەتوانێت لەڕێگەی دانایی سەرکردەکانەوە پەیامەکەی بە تاك بگەیەنێت.

---

[1] مدحت خليل (2012: 15 ، 45).

(7/2 2) ستراتیجیەتی ڕازیکردن:

ستراتیجیەتەکانی ڕازیکردنی هێزی ڕەوانبێژی بریتیە لە:[1]

1- **بەکارهێنانی و شەی پڕ لەهەستو سۆز (Use Emotive Language)**: وروژاندنی هەستو سۆزی بەرامبەر بە شێوەیەکی گونجاو کاریگەریی دەبێت لە سەر سەرکەوتنی پرۆسەی ڕازیکردنو پاشانیش ژمارەی گوێگر زیاد دەکاتو پەیامە کە بە شێوەیەکی ئاسانتر پەسەند دەکرێت، کەواتە کارکردنە سەر هەستو سۆزی بەرامبەر پێگەی ڕازیکەرو پەیامەکەی بەهێزتر دەکات لەلای وەرگر، بۆیە بەکارهێنانی وشەگەلی هەستو سۆز وروژێنەر هێزی کاریگەریی لەلای وەرگر زیاتر دەکات.

2- **تێگەیشتن لەبەهاکانی جەماوەر (Tap Audience Values)**: پێویستە بەشێوەیەکی ورد لە بەهای بەرامبەر تێبگەیتو لەو ڕێگەیەوە بخزێیتەناو ناخیەوەو گرنگیو بایەخی زیاتر بەو بەهایا نە بدەیت کە کاریگەریی دەبێت لە سەر وروژاندنی هەستو سۆزی بەرامبەرو ڕەنگدانەوەیشی لەسەر بەهێزکردنی پێگەی ڕازیکەر دەبێت.

3- **بەکارهێنانی نمونەی زیندو (Use Vivid Examples)**: بەکارهێنانی نمونەی زیندو، کە هەستو سۆزی بەرامبەر داگیربکات، بەڵام پێویستە ئەو نمونا نە ناوەڕۆکو مەبەستی سەرەکی بابەتە کە زیاتر ڕونبکە نەوە بە شێوەیەك کە هیچ ناڕونیەك لە گەیاندنی پەیامە کەدا بەدی نەکرێت لەلای کەسی بەرامبەر.

4- **بەکارهێنانی شێوەوتنی کاریگەر (Use Effective Delivery)**: بۆ زیاتر وروژاندنی هەستوسۆزی بەرامبەرو ڕازیکردنی، پێویستە ڕازیکەر پەنا بباتە بەر شێوە ئاخاوتنێکی کاریگەر لەڕێگەی دەربڕینو جوڵەی جەستەوە بەمەبەستی دروستکردنی متمانە لەلای بەرامبەر بەو پەیامەی ئاڕاستەی دەکات بەمەرجێك زیادەڕۆیی لەبەکارهێنانی وشەو جوڵە نەکرێت.

5- **دیاریکردنی کاتی گونجاو بۆ خستنەڕوی بۆچونو پەیامەکان**: ئەگەر ڕازیکەر یان وەرگر لە بارودۆخێکی نەگونجاو یان نەشیاو بون، ئەوە پرۆسەی ڕازیکردنەکە شکست دێنێت بەو پێیەی هیچ لایەك ئامادەی گەیاندن یان وەرگرتنی پەیامەکەی نەبووە[2] .

6- بانگکردنی بە خۆشترین ئەو نازناوانەی دڵخۆشی دەکات.

---

[1] مدحت خلیل (2012: 45).

[2] محمد عبدالحلیم (2013: 16).

7- **خستەڕووی بەهێزترین بەڵگەکان:** کە پەیوەندی تۆکمەو ڕاستەوخۆیان لەگەڵ ناوەڕۆکی پەیامەکەدا هەیە، بە پەنا بردنەبەر هەڕەشەو تۆقاندنی بەرامبەر هەندێ جارو دورکەوتنەوەش لێیان لەهەندێ جاری تردا[1].

8- گرتنە بەری شێوازو ڕێو شوێنی جیاواز بۆ گەیشتن بەمەبەستی دیاریکراو بۆ ڕازیکردنی بەرامبەر[2].

9- گەیاندنی ڕاستەوخۆ باشترینو نزیکترین ڕێگایە بۆ ڕازیکردن، بەلاّم نابێت بە خاوی قسە لەگەڵ وەرگردا بکرێتو دەبێت خۆشمان لە خۆبەزلزان بەدور بگرین.

10- پێویستە بە شێوەیەکی کاریگەر قسەبکەین، نابێت قسە لەبیربکەین یان بوەستین، چونکە ئەمە ئەبێتە هۆی بێزاربونی بەرامبەر.

11- پێویستە تاکۆتایی گوێ لەبەرامبەر بگرین، ئینجا ڕای خۆمان دەربڕین.

12- پێویستە بیرۆکەکەمان دابەشبکەین بۆ چەند خاڵێکی گرنگو دواتریش باسی هەریەك لەو خالاّنە بکەین و ڕونیانبکەینەوە.

13- پێویستە پشوو درێژبینو پەلە نەکەینو بەرامبەر بریندار نەکەین[3].

ئاخێوەر دەبێت خاوەنی کۆمەڵێك سیفەتی تایبەتی بێت، تاوەکو بتوانێت پرۆسەکە بە سەرکەوتویی بەڕێوە بەرێت، سەرەتاو گرنگترین خاڵ ئەوەیە کە ئاخێوەر هەڵگری ڕەفتارو ئاکارێکی بەرزبێت، و هەوڵی ڕازیکردنی بەرامبەر بۆ ئەو کارانە بدات کە بە ئاڕاستەیەکی ڕاست و ئەرێنیدا بڕبات، نەك ببێتەهۆی تێکشکاندنی وەرگر لە ژیانی تایبەتیدا. سیفەتەکانی قسەکەر ئەوەیە کە بڕوای تەواوی بەخۆی هەبێت، و لەکاتی ئاخاوتندا بەڵگەی ڕاست و دروستی پێ بێت، یاخود ئەو بەلگانەی بە نمونە دەیانهێنێتەوە ڕاست بن، و خاوەنی ئاستێکی ڕۆشنبیری بەرزبێت، هەروەها دەبێت قسەکەر خۆی لە ژیانی تایبەتیدا سەرکەوتوبێت، تاوەکو بەرامبەرەکەی قایل بکات بۆ ئەوەی ڕێچکەی بیروبۆچونەکانی ئەو بگرێت، یاخود نابێت هەوڵی ڕازیکردنی بەرامبەر بۆ کارێك بدات، کە خۆی تێیدا شکستی هێناوەو سەرکەوتو نییە، هەروەها دورکەوتنەوە لە تەمومژی و ئالۆزی ئەو بیرۆکانەی دەیانخاتەڕو، و خۆ بەدورگرتن لە توڕە بون و هەڵچون و دەنگ بەرزکردنەوە، پێویستە ئاخێوەر تاڕادەیەکی زۆر ئارام و خۆڕاگربێت.

---

[1] سەرچاوەی پێشو (16).

[2] محمد عبدالحليم (2013، 17).

[3] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی (2013، 39 40).

(7/2 3) ڕێگرییەکانی بەردەم پرۆسەی ڕازیکردن:

لە کاتی جێبەجێکردنی پرۆسەی ڕازیکردندا (ڕازیکردنی ڕەوانبێژی) پێویستە ئاخێوەر خۆی لەم خاڵانەی لای خوارەوە بەدور بگرێت:[1]

1- درێژدادڕی لەخستنەڕوی وردەکاری ئەو بابەتەی باسی لێوە دەکرێت بۆ ڕازیکردنی بەرامبەر.
2- خۆسەپاندنو خۆ بەزلزانین لەکاتی ئاڕاستەکردنی پەیامەکەدا.
3- هەڵەکردن لەڕەفتارو هەڵبژاردنی وشەی بێهێزو لاواز لە دەربڕینی واتادا.
4- بەکەم تەماشاکردنی بۆچوونی بەرامبەر.
5- بەکارهێنانی هەندێ سەرچاوە وەك بەڵگەو ڕەتکردنەوەی هەمان ئەو سەر چاوانە لە شوێنێکی تر لەکاتی باسکردنی بابەتێکدا.
6- بەکارهێنانی هەندێ شێوازو مامەڵەی نەگونجاو لەگەڵ کەسایەتی و پێگەو پرنسیپی خودی ئاخێوەر.
7- بەکارهێنانی وشەی نەگونجاو لەگەڵ بابەتی مەبەست یان ئاستی زانستیو کەسایەتی بەرامبەر.
8- سروشتی کەسی بەرامبەر، چونکە ڕازیکردنی کەسی نەفامو کەللەڕەق زۆر ئەستەمە[2].

(7/2 4) جۆرەکانی کەسایەتیو چۆنیەتی کارکردنەسەریانو ڕازیکردنیان:

دابەشکردنی کەسایەتیەکان بەپێی سستمی نواندن و چۆنیەتی ڕازیکردنیان:[3]

یەکەم: کەسایەتی بیستراوەیی:[4]

ئەمجۆرە کەسایەتیە دەنگ و ئاوازو ئاخاوتنەکان کاریگەریەکی باڵای هەیە لەسەریان، بۆیە پێویستە ڕازیکردنیشیان هەر لەو ڕێگەیەوە بێت، ئەویش بە بەکارهێنانی ئەو وشەو ڕستانەی جەخت لەسەر بیستن و دەنگ دەکەنەوە، بۆ نمونە: گوێم لێ بوو، بیستم ... هتد.

دووەم: کەسایەتی بینراوەیی:

ئەم کەسایەتیە پشت بە بینین دەبەستێت لە ژیانیدا، واتە بەڕێژەیەکی زۆر زانیاریەکان لە ڕێگەی بینینەوە وەردەگرێت، هەربۆیە سەبارەت بە ڕازیکردنی کەسایەتی بینراوەیی پێویستە

---

[1] مدحت خليل (2012، 37).

[2] محمد عبدالحليم (2013، 16).

[3] مدحت خليل (2012، 137 138).

[4] بۆ بەدەستخستنی زانیاری تەواو دەربارەی کەسایەتیەکان بەپێی سستمی نواندن بگەڕێرەوە بۆ لقی (سستمی نواندن).

پەناببەینە بەر وێنەو بەڵگە بینراوەی یەکان، هەروەها لە ئاخاوتنەکانما ندا و شەکانی (بینیت، بینیم، سەیرکە... هتد) بەکاربهێنین.

سێیەم: کەسایەتی هەستی:

کەسایەتی هەستی کار بە هەست و سۆز دەکات بۆ بەڕێکردنی ژیانی ڕۆژانەی، بۆیە پێویستە ئێمەش ڕەچاوی ئەم زانیاریە بکەین و بەو پێیە مامەڵەی لەگەڵدا بکەین، هەمیشە لە ئاخاوتنەکانما ندا ئەو وشەو ڕستە هەست وروژێنانە دووبارە بکەینەوە لەگەڵیا ندا، بۆ نمونە: (هەست ئەکەم ئەمڕۆ ڕۆژێکی خۆش بێت، هەست بە ئاسودەیی ئەکەم، من تۆم زۆر خۆشدەوێت ... هتد)، هەروەها واباشترە لەکاتی ئاخاوتندا پەنابەینەبەر دەستگرتنیان و باوەش پێداکردنیان ... هتد، تاوەکو ئاخاوتنەکان بەخێرایی بە ئاڕاستەی ڕازیکردنیاندا ببات.

توێژەری ئەمریکی (کیڤن دۆتۆن Kevin Dutton) پێی وایە ناسینی کەسی بەرامبەر لەلایەن ئاخێوەرەوە زۆر گرنگە بۆ ڕازیکردنی لەسەر بابەتی مەبەست، بەڵام ئەگەر بەهیچ شێوەیەك لەبارەی ئەو کەسایەتیەوە زانیاریت نەبێت ئەوە هەموو هەوڵەکان بەبا دەچن، چونکە ئەو کەسەی بەرامبەریش تۆ ناناسێت، بۆیە پێویستە بیرمان نەچێت کە ڕازیکردنی کەسێك تا باوەڕمان پێبکات مەسەلەیەکی هەروا ئاسانو سادەو ساکار نیە، بەڵکو سەرەڕای ئەمانە دەبێت ڕەچاوی باری دەرونیی ئەو تاکەش بکرێت لەکاتی ئاڕاستەکردنی پەیامەکەدا[1]، هەروەها گرنگیدان بە ئاماژەکانی جوڵەی چاو، واتە گرنگیدان بە زمانی جەستەو شێکپۆشیی لەلایەن ئاخێوەرەوە، ڕۆڵی گەورەو کاریگەری هەیە لەڕازیکردنی بەرامبەر[2]، بەو مەرجەی ئەو کەسە ئامادەیی تێدابێت بۆ گوێگرتن لە ئاخێوەر بەوردی.

تێگەیشتنو ناسینی کەسی بەرامبەر پێویستیی بەوەیە بەشێوەیەکی ورد گوێی لێبگرێت، چونکە هەرکات ئاخێوەر ئارەزوی گوێگرتنی دەربڕی ئەوە بێ دوودڵی متمانە لەلای بەرامبەر دروست دەکات بەوەی ڕێزی لێدەگرێتو خوازیاری بیستنی هەڵوێستو پێداویستیەکانیەتی، ئەمەش وا لە بەرامبەر دەکات متمانەی بە ئاخێوەر زیاتر بێتو هەنگاوێکیشە بۆ باوەڕبون بە بۆچونەکانیو پاشان وردە وردە پرۆسەی ڕازیکردن جێبەجێدەبێت لەڕێگەی بەکارهێنانی وشەگەلێکی کاریگەرو نەستەق، کە لەگەڵ بارودۆخی تایبەتی کەسی بەرامبەر بگونجێت، هەروەها پەنا بردنە بەر هێنانەوەی نمونەی زیندوو کاریگەرو بەڵگەدار لەسەر بابەتی مەبەست بۆ تۆکمەکردنی بابەتەکەو دورخستنەوەو پاراستنی لە هەر تێڕوانینێکی هەڵە کە لەلای کەسی بەرامبەر دروست دەبێت.

---

[1] Kevin Dutton, Wisdom from Psychopaths, Magazine of Scientific American Mind,4-1-2013

[2] محمد راشد دیماس (1999، 68).

دەتوانین بڵێین پرۆسەی ڕازیکردن لەبیرۆکەو شێوازی دەربڕین و گواستنەوەی ئەو بیرۆکانە بۆ بەرامبەر، هەروەها لە دروست بونی پەیوەندی نێوان بیرۆکەو شێوازی دەربڕینەکە دروستدەبێت.
بە مەبەستی ڕازیکردنی کەسی بەرامبەر دەبێت ئاخێوەر متمانەی تەواوی بە خۆی و بەو قسانە هەبێت کە دەیڵێت و ڕووبەڕووی تاکی بەرامبەر دەکاتەوە، کە پێویستە خۆی پڕ چەك کردبێت لە زانیاری وردو وشەگەلێکی زۆر لەسەر ئەو بابەتەی لە هەگبەکەیدا یەو بەنیازە بەرامبەر پێ ڕازی بکات، ئەمە سەرەڕای ئەوەی پێویستە ئاخێوەر ڕاستگۆبێت لە دەربڕینی هەستو نەستی لە هەموو ئەو قسەوباسانەی لە یەکەم ساتەوەختدا دەیخاتەڕو بۆ ڕازیکردن لەپێناو دروستکردنی متمانە لەلای ئەو تاکە، هەروەها دەرکەوتن بە شێوەیەکی ڕێکوپێك لە پۆشینی جلو بەرگ(شیکپۆشی)و ڕەفتار کاریگەری تەواوی هەیە لەسەر تێڕوانینی تاکی بەرامبەرو گوێڕایەڵیی ئاخێوەر کە دەبێتە یەکێك لە هۆکارەکانی ڕازیکردن.
ناسینەوە یان ناسینی جۆری کەسایەتی بەرامبەر ڕۆڵی گەورەی هەیە لە شێوەی خستەڕوی زانیارییەکان لەلایەن ئاخێوەرەوە، هەروەك باشترین ڕێگەیە بۆ ڕازیکردنی تاکی بەرامبەر، بەو مەرجەی ئاخێوەر جەخت بکاتەسەر بەکارهێنانی وشەگەلی بەهێزو ڕستەی نەستەق و ڕەفتارو ئاوازی دەنگی ... هتد، کە بەرامبەرەکەی پێی خۆشەو بێزاری ناکات کە هۆکارێکە بۆ گوێلێگرتنی و پاشان ئەنجامی ئەرێنی بەدەستەوە دەدات، بۆ نمونە: ئەگەر بمانەوێت کەسێکی تەمەڵ چالاك بکەین بۆ ڕاپەڕاندنی کارەکانمان، ئەوە لەجیاتی ئەوەی پێی بڵێین: (ئەگەر ئەمشەو کارەکانت تەواوبکەیت ئاهەنگت بۆ دەگێڕین)، پێی دەڵێین: (کە ئەمشەو کارەکانت تەواوکرد ئاهەنگت بۆ دەگێڕین)[1]، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە دوردەکەوینەوە لە وشەی (ئەگەر) وڕاستەوخۆ پاش ئەنجامدانی کارەکەی پادا شتەکەی مەسۆگەر دەکات، چونکە وشەی (ئەگەر) گریمانەی جێبەجێنەکردنی هەیە .

(7/2 5) زمانی میلتۆنی (Melton Model) *:

زمانێکی سەرسامکەرە بۆ خزانەناو عەقڵی بێئاگای مرۆڤەوە بە خەواندنی موگناتیسی ناو دەبرێت. ئەم زمانە دیالۆگ لەگەڵ عەقڵی بێئاگا دەکاتو لەڕێگەی عەقڵی بەئاگاوە دەخزێتەناو

[1] هاري ميلز (2001: 178).

* پزیشکی چارەسەری دەرونیی (میلتون ئەریکسۆن) ئەو مرۆڤەیە کە لەگەڵ لەدایکبونیدا دوو چاری ئیفلیجی بوو، پاشان بەهۆی بەکارهێنانی زمانەوە توانی چاکبێتەوەو لە ئیفلیجی رزگاری بێت، دواتر بەردەوامبوو لەچارەسەرکردنی خەڵك بۆ ماوەی (60) ساڵ لەڕێگای زمان و بەکارهێنانی شێوەکانیەوە بەمەبەستی دۆزینەوەی هۆکارەکان بۆ چونە ناو مێشکی مرۆڤەکانەوەو کارکردنە سەریان. بڕوانە: د. محمد يوسف رجب الهاشمي (2006: 50)، د. مريد الكلاب (د. ت: 4- 5).

بێئاگاییەوە، هەروەها زمانێکی ئیحائیەو کاریگەری لە سەر کە سانی تر جێدێڵێت، سەر چاوەیەکی بەپیتیشە بۆ کارکردنەسەر کەسی بەرامبەر لەسەرجەم بوارەکاندا[1] .

(2/7 ـ 5 ـ 1) بەشەکانی زمانی میلتۆنیی:

زمانی میلتۆنیی پشت بە چەند بەشێك دەبەستێت:[2]

1- خوێند نەوەی بیرۆ کەکان (Mind reading): کات یَك لە گەڵ کە سی بەرام بەردا د یالۆگ دەکەیت وا خۆتی پیشان بدە کە ئەزانیت چی لەناخیدا دەگوزەر یَت بێ ئەوەی هیچی تری پێ بڵێیت، ئەمەش ڕێگەیەکە وا لە کەسی بەرامبەر دە کات د ڵی خۆ یت بۆ واڵا بکاتو باس لە ناخی خۆی بکات، وەك:

- من دەزانم ئێستا تۆ سەرسامیت.

- تۆ ئێ ستا بیر لە ڕێ گەو پلا نی نوێ دەکەی تەوە بۆ ڕاییکرد نی کارەکا نتو زاڵ بون بە سەر گرفتەکانتدا.

2- شاردنەوەی سەرچاوەی بڕیاردان (Lost Per Formative): ڕوبەڕوبونەوە لە گەڵ کە سی بەرامبەر زۆر جار شتگەلێك دێنێ تە کا یەوە کە پێویستە ببێ تە سەنگی مە حەك بۆ دەرخستنی با شیو خراپیی یەکانی گوێگر، بۆ یە لێرەدا دەکر یَت ئاخێوەر بڕ یاری ئەرێنی خۆی لە سەر ئەو گوێگرە بدات بێ ئەوەی پێی بڵێت کە ئەم بڕیارە هی ئاخێوەرە، بەڵکو بەشێوەیەك پێی دەڵێت کە بڕیارەکە هی کەسانی دەوروبەرە، بۆ نمونە:

- کارێکی باشت ئەنجامداوە.

- بەردەوامبونت لەخوێندنو بەدەستهێنانی بڕوانامەی باڵا جێگەی ستایشە.

3- گریمانە پێشوەختەکان (Presupposition): لێرەدا ئاخێوەر گریما نەی پێ شوەخت دە کات کە بەرامبەرەکەی باوەڕ و حەزی لە شتێکە کە خۆیشی دەیەوێت، بۆ نمونە ئاخێوەر دەڵێت:

- ئەوەی لەم وانەیەدا فێری دەبیت ئایندەی ژیانت دەگۆڕێت.

ئاخێوەر بیر وبۆچونی پێشوەخت دەخاتەڕو کە ئاوێتەی بۆچونی دواتری گوێگری دە کات و هەمان هەستی خۆی لەلای گوێکر دەچەسپێنێت.

- حەزدەکەم وردتر گوێم لێبگریت.

---

[1] سەرچاوەی پێشو (1- 2).

[2] تەنها ناونیشانی خاڵەکان لەم سەرچاوەیەوە وەرگیراوە: د. محمد یوسف رجب الهاشمي (2006: 50 ـ 66).

لێرەدا ئاخێوەر دەزانێت کە بەرامبەرەکەی گوێی لێ نەگرتوەو سەرقاڵی شتی ترە، بەڵام بەشێوەیەك بۆچونەکەی دەخاتەڕو کە گوێگرتنی بەرامبەرەکەی وەك پێویست نیە، کەواتە لەم ڕێگەیەوە بیری ئاگایی بەرامبەر ڕادەچڵەکێنیت تا بخزێتە ناو بیری بێئاگاییەوە.

4- بە ستنەوەی ئەنجام و هۆ کار(Cause & Effect): ئاخێوەر بۆ چونێك دەخا تەڕو لەهەمانکاتدا ئاماژە دەکات بۆ ئەو ئەنجامەکە، کە لەبەرژەوەندی بەرامبەردایە، بۆ نمونە:

- لەم کۆبونەوەیەدا فێری زانیاری زۆرو بەپیت دەبیت.

واتە کۆبونەوەکە هۆکارەو فێربونی زانیاریش ئەنجامەکەیەتی.

5- ئامرازە کانی گ شتاندن (Universal quantifier): پێویستە ئاخێوەر پەنا بباتە بەر بەکارهێنانی وشەگەلێك کە چەمکی گشتگیری یان گشتاندنی تیا یە، بۆ نمونە کە قسە لەگەڵ بەرامبەردا دەکەیت بەم شێوەیە:

- خەڵکیی هەموو دەیانەوێت فێری زانیاری بن.

- زۆربەی خەڵکیی ڕێز لەو کەسانە دەگرن کە گوێرایەڵیان دەبن.

6- بنەمای ئەگەرو پێویستیی (Modal operator): بەکارهێنانی وشە زۆر جار هۆکارێکی سەرەکیە بۆ سەرنجڕاکێشانی بەرامبەر بەتایبەت ئەگەر ئەو وشانەی دەردەبڕدرێن پەیوەندییان بەژیانی ئەو تاکەوە هەبێتو دەرفەتێکی بۆ بڕەخسێنن تا بارو پێگەی خۆی لەژیاندا بەرەوپێش ببات، وەك بەکارهێنانی وشەی (پێویستە، ئەتوانی، ئەکرێت... هتد)، بۆ نمونە:

- تۆ لەئێستادا و بۆ جڵەوگرتنی خۆت، ئەتوانیت دان بەخۆدا بگریتو ئارامبیت.

- مرۆڤ پێویستە گوێڕایەڵی کەسانی لەخۆ زاناتربیت .

7- شاردنەوەی وتەبێژ (Lock of referential index): لەکاتی قسەکردنی ئاخێوەردا پێویستە بەشێوەیەك ڕستەکان بخاتەڕو کە پەنا نەباتەبەر شێوازی تاك، بەڵکو دەکرێت سەر چاوەی قسەو بۆ چونەکانی خۆی بدا تەپاڵ کەسانی تر، تاوەکو ئەوە دەربکەوێت کە ئەوەی دەیڵێت ڕاوبۆچونی خۆی نیە، بۆ نمونە:

- دەوترێت مرۆڤ توانایەکی عەقڵیی بەهێزی هەیە کە لە بونەوەرەکانی تر جیایدەکاتەوە.

- ئەڵێن کەشوهەوای وڵات بەرەوپیسبوون دەچێت .

8- شاردنەوەی بەراوردپێکراو (Comparative deletion): بۆ ڕازیکرد نی بەرام بەر، ئاخێوەر دەتوانێت بەشێوەیەك گفتوگۆی لەگەڵ بکات کە وشەیەکی بەراوردکاری بەکاربهێنێت بێ ئەوەی ناوی کەسی بەراوردپێکراو بدرکێنێت، بۆ نمونە:

- تۆ هەست دەکەی تەندروستیت باشترە (ئایا باشترە لە کێ؟).

- تۆ ئەتوانیت بەرهەمی زانیارییەکانت زیاتر بکەیت (لە کێ زیاتری بکەیت؟).

- تۆ خۆشەویستیت بۆم زیاتر بوە.

9- هەڵبژاردە یەکسانەکان (Double bind): ئەگەر دوو هەڵبژاردەی یەکسان یان زیاتر بۆ کەسی بەرامبەر بخەیتەڕو، ئەوە هەر یەکێکیان بەشیاو بزانێتو دەستنیشانی بکاتو هەڵیبژێرێت لە قازانجی ئاخێوەر دەبێتو ئامانجەکەی دەپێکێت، بۆ نمونە:

- دەکرێت لەڕێگەی بەکارهێنانی وزەی عەقڵەوە ئاما نجەکانت دیاریبکەیتو دەستکەوتی باش بەدەستبێنێت لەبواری ڕۆشنبیریو فێربونەوە، ناکرێت هەمیشە کەسانی دەوروبەر هانت بدەن بۆ وەدەستهێنانی زانیاری، هەر ڕێگەیەك دەگریتەبەر بۆ بەدەستهێنانی زانیاری ئەوە سەربەستی، جا ڕێگەی خێرابێت یان نا.

10- بڕیاردان (Judgement): ئاخێوەر لەڕێگەی بڕیاردانی ئەرێنی لە سەر کارێکی ئەنجا مدراوی گوێگر دەتوانێت دڵی بەرامبەرەکەی ڕازیبکاتو بیگەیەنێتە ئەو باوەڕەی کە ئامانجەکەی بۆ دەستەبەر بکات، بۆ نمونە:

- کارێکی زۆرباشە سەردانیکردنت بۆلای خزمان تا لە دڵیاندا شیرینتربیت.

- ئەو هەڵسوکەوتو ڕەفتارەی نواندت شایانی ستایشەو سەرسامی کردم.

11- بەکارهێنانی دوو ڕستە لەیەك ڕستەدا (Punctuation ambiguity): لێرەدا ئاخێوەر دوو ڕستەی جیاواز لە یەك ڕستەدا بۆ بەرام بەر دەخاتەڕو و بەیەکەوە دەیانبەستێتەوە، بەڵام جیاکردنەوە یان بڕیاردان لەسەریان کاتێکی گونجاوی دەوێت تا یەکلاییدەکرێتەوە، بۆ نمونە:

- شتگەلێکی زۆر هەیە کە دەبێت فێریان بیت، ئەمڕۆ نازانم کاتت دەبێت سەردانی ئازاد بکەین؟

- ژیان پڕە لەسەرکەوتنو دەرفەت، تۆ ئەتوانیت بە ژیرییەکەت بڕوانامەی بالاّ بەدەستبێنیت.

12- جەختکرنەوەی ئەرێنی: لەڕێگەی جەختکردنەوەی جوڵەو ئەو وشانەی لەتاکی بەرام بەرەوە دەردەچن کە لەگەڵ بیروبۆچونو هەڵسوکەوتی ئاخێوەردا دەگونجێن، بۆ نمونە پێی بڵێی (زۆر باشە، دەستخۆش...هتد) لەبەرامبەر هەر جوڵەو وشەیەك کە لەگەڵیدا کۆکیت.

13- تیشك خستنەسەر ناوەڕۆك (Scope): بۆ سەرنجڕاكێشانی زیاتری گوێگرو هەڵوێستەكردن لەسەر ڕستە ئاڕاستەكراوەكانی، ئاخێوەر وشەی فرەواتا بەكاردەهێنێت لەناو ڕستەكەدا، بۆ نمونە:

- وەك كەسێكی ڕێزدار لە گەڵت دەدوێم. (گوێگر نازانێت ئایا مەبەستی لە ڕێزدار خۆیەتی یان ئەو).

(7/2 5 – 2) ڕازیكردن لەڕێگەی بەكارهێنانی وشەی (لەبەرئەوەی):

وشەی (لەبەرئەوەی) هێزێكی تایبەتی هەیە، بۆیە لە باوترین و زۆرترین ئەو وشانەیە كە لە پرۆسەی خەواندنی موگناتیسیدا بەكاردەهێنرێت، چونكە زۆربەی كاتەكان بەبێ ئەوەی بیر لە هۆ كاری دوای دركاندنی ئەو و شەیە بكەینەوە ڕاستەوخۆ ڕازیدەبین بەو پرسەی بۆمان خراوەتەڕو.

بەپێی لێكۆڵینەوەیەك كە زانای دەروونناسی (ئەلێن لانگەر)و هاوەڵەكانی ئەنجامیانداوە دەركەوتوە، كە وشەی (لەبەرئەوەی) كاریگەریی زۆر لەسەر تاكی بەرامبەر جێدەهێڵێت لەڕێگەی ئەنجامدانی تاقیكردنەوەیەك لەیەكێك لە ڕیزەكانی فۆتۆكۆپی كە بەم ڕستانە دەستیان پێكرد:

- ئەتوانم فۆتۆكۆپیەكە بەكاربێنم؟ لەبەرئەوەی زۆرم پەلەیە.
- ببورە پێنج لاپەڕەم هەیە ئەتوانم كۆپییان بكەم؟
- ئایا ئەتوانم فۆتۆكپیەكە بەكاربێنم؟ لەبەرئەوەی دەبێت چەند لاپەڕەیەك كۆپی بكەم.

لەڕێگەی ئەم تاقیكردنەوەیەوە بۆیان دەركەوت كە لە بەكارهێنانی شێوازی یەكەمدا (94٪) لە ئامادەبوان ڕازیبون پێشیان بكەوێت و كارەكەی ئەنجام بدات، بەڵام لە شێوازی دووەمدا (60٪) ی ئامادەبوان ڕازیبون. لە شێوازی سێیەمیشدا (93٪) ڕازیبون.

دەبینین بە بەراورد لەگەڵ شێوازی یەكەمدا، شێوازی سێیەم هۆكارەكەی ئەوەندە بەهێز نییە، بەڵام سەرەڕای بێهێزییەكەی هێشتا ئەنجامی باشی بەدەستەوەداوە، چونكە وشەی (لەبەرئەوەی) تیادا بەكارهێنرا[1].

لە دامو دەزگا فەرمیەكانی حوكمەتدا ڕۆژانە لای خۆمان ئەم دیاردەیە بەدیدەكەین، كە مرۆڤەكان بۆ ڕاپەڕاندنی كارەكانیان پەنادەبەنە بەر بیانویەك یاخود چەند بیانویەك، ئەتوانین بڵێین بەكارهێنانی وشەی (لەبەرئەوەی) سەرجەم چین و توێژەكان بە بێ جیاوازی پەنای بۆ دەبەن بۆ پێشخستن و بەڕێكردنی كارەكانیان، ئەمەش هەندێ كات بەستراوە بە بارودۆخی ڕاستەقینەی مرۆڤەكە، یاخود تەنها بیانویەكە بۆ تەواوكردنی كارەكەی بە زویی و ماندونەبونی، بۆ نمونە:

---

[1] طوني رايتون (2011: 14).

هەموان تێبینیمانکردوە کە لە نەخۆشخانەو سەرجەم دامو دەزگاکانی تردا ئەو مرۆڤانەی لە دانیشتوی (دەرەوەی شار)ن سەردانی شوێنەکان دەکەن، داوا دەکەن زوو بکرێنە ژورەوەو کارەکانیان بۆ ڕاپەڕێنرێت بەو بیانوەی دانیشتوی دەرەوەی شارن و کاتە کە درەنگە دەبێت بگەڕێنەوە بۆ گوندەکانیان.

(2/ 8) شێوازی زمانی و نازمانی لە دیاریکردنی کەسایەتی و گۆڕینی ئاڕاستەی تاکدا:

دەر بڕین ئەو ڕێگایە یە کە بەهۆ یەوە دە توانین ڕووی نهێ نی ڕا ستیەکان ئا شکرابکەین و هەر لە هەمان ڕێگە شەوە بیری بەرام بەر داگیربکەین. لەم قۆنا غەدا جۆری کە سایەتیەکە دەسنیشاندەکرێت لەڕوانگەی دەنگ و و شەو ڕستەو شێوازی ئاخاوتنەوە، کە هەریە کە لەم لایەنانەش خۆی لە دوو بواردا دەبینێتەوە، لا یەنی زمانی و لا یەنی نازمانی، کە پێکەوە هاو شان دە بن بۆ خستنەڕوی نهێنیەکانی دەرو نی تاك، شانبە شانی ئە مەش دە ست دەکرێت بە جێبەجێکردنی بێهێزکردن و گۆڕینی ڕەو تی تاك و لادانی ئەو ڕێڕەوەی کە گرتویێتیە بەر. بۆ ئەوەی پەیامە دەنگیی و نادەنگیەکانیشمان بەبا شترین شێواز بەلا یەنی بەرامبەر بگەیەنین، ئەوە پێویستە بە دوو شێوە ڕەچاوی یا ساکانی زمان بکرێت یەکەم لەڕووی پێکهاتەوە، دووەمیشیان لەڕووی واتا و ئاوازەو هێماو ئاماژەوە، کە بەهۆیەوە بیرۆکەکانمان دەگوێزرێتەوە بۆ گوێگر.

(8/2 - 1) ئاوازەی دەنگ:

زۆربەی کات ئاوازەی دەنگ ڕێگەیەکە بۆ دیاریکردنی ناسنامەی کەسایەتی بەرامبەر، جا لەڕێگەی دیالۆگی ڕاستەوخۆ یان تەلەفۆنەوە بێت، کە ڕوخسار تێیدا ڕۆڵی خۆی ناگێڕێت، بەڵکو تەنها دەنگ دەبێتە سەنگی مەحەك بۆ بڕیاردان لەسەر کەسایەتی قسەکەرو ناسینەوەی، بە تایبەتیش ئەم هە ستی جیاکردنەوە یە لەلای مرۆ ڤی نابینا بەهێزە، کە دەتوانێت پاش ساڵانێکی زۆر لەنەبیستنی دەنگێك بیناسێتەوە، هەر ئەو دەنگو ئاوازەشە کە گوێگر دەتوانێت لەڕێگەیەوە لەمەبەستی بەرامبەرەکەی تێبگات، بۆیە هەر یەك لە لایەنەکانی بەرزیو نزمی پلەی دەنگو خێرایی قسەکردنو پێداگرتن لەسەر هەندێ وشەو دەستەواژە ئەمانە هەموویان تایبەتی دەنگین و پارا لینگویستکن. هەروەك پێشتر ئاماژەمان پێکرد کە (38٪) زانیارییەکان لە ڕێگەی ئاوازەی دەنگەوە دەگوێزرێتەوە. کەسایەتیەکان چەندین جۆر دەنگو ئاوازەی جیاواز یان هەیە کە کەمجار لێکچوونیان تیادا ڕوودەدات، هەروەها لە ڕووی بایۆلۆجیشەوە دەنگەژێکانی ژن و پیاو و مندالّ لێك جیاوازە، جگە لەمانەش دەنگەکان بۆمان ڕووندەکەنەوە کە (کەسەکە لە چ بارێکی دەروونیدا

دەژی یان نەخۆ شی دەرو نی هە یە یان نا یان نەخۆ شی ز مانی هە یە)[1]. وە ستان لە ئاخاوتـندا یەکێکی ترە لەو لایەنانەی کە بەهۆ یەوە باری دەرو نی قـسەکەرمان بۆ ڕوندەبێـتەوە، هە ندێ لە توێژینەوەکان ئەوەیانخستۆتەڕو کە (ئاخێوەران لەکاتی ئاخاوتندا ئارەزوی وە ستان دە کەن لە سێ شوێنی جیاوازدا ئەوانیش سەرەتای ڕستە، لەنێوان گرێکان و نـێوان و شەکاندا)[2] ، ئەم سێ شوێنە شتێکی ئاساییەو لە هەموو ئاخاوتنەکاندا ڕودەدات و دو بارە دەبێـتەوە، (ڕ ێژەی وە ستان لە نـێوان ڕ ستەکاندا بریـتـ یە لە (1,03) چرکەیە و ڕ ێژەی وە ستانیش لە شوێنەکانی تریـ شدا (0,75) چرکەیە)[3] ئەمە ڕێژەی وەستانی سروشتیە، بەلاّم لەوە بترازێت ئەوە ئەچێتە خانەی نائا سابیەوەو گو مان درو ستدەکات (وە ستانی قـسەکەر لە ئاخاوتـندا ئەبێـتەهۆی ئەوەی شوێنەکانی دوود ڵی و تێڕامانەکانی دەربکەوێت)[4].

ئاوازەی دە نگ (tone voice) لقێکە لەزانـستی پارا لینگویـستك (para linguistics)، کە بریتیە لە ڕوکەشێکی لاوە کی بۆ پەیوە ندیکردن، زیادە یەکی ئارەزومەندانە یە کە کارناکا تە سەر بنا غەکانی وا تا یان قـ سەکردن. لەم سالاّنەی دوا یدا هەریە کە لە زانـ ستەکانی دەرونزا نی کۆمەلاّیەتیی، پزیشکی دەرونیی و زانستی زمانی کۆمەلاّیەتیی و هەندێکی تریش جەختیانکردەوە لە سەر هە ندێ کاریـگەری دەنگـ یی کە ناودەبر ێت بە (پارالینگویـ ستیك) پێیانوا یە دە نگ ز یاتر کاریگەری دەبێت لەسەر پەیوەندیکردن وەك لە بیر. بە دڵنیاییەوە بەهۆی تێبینیکرد نی خەڵکەوە هەموو ڕۆژێك لە وەلاّمدانەوەکانیان لەسەر ز مان ئاماژە یە بۆ د یاردەی پارالینگویـستیك، کە دورە لەوەی ئەم زانـ ستە بـ چێتە پەراوێزەوە. ئە گەر ئێـ مە دە ست بـ کەین بە شیکردنەوەی حا ڵەتی پەیوەندیکردن ئەویش بە پرسیارکردن، کە ئایا ئەو خەسڵەتانە چین کە لە هاندەری دەنگیدا(the vocal stimulus) هەن، کە ڕا پۆرت ئەدەن لە سەر وەلاّمدا نەوەی ڕەفتارەکانـ یان، ئە مەش لە نمونەکاندا ڕوندەبێتەوە کە پارالینگویستیك ڕۆڵێکی سەرەکی دەگێڕێت[5] .

بلاّوترین پیشەی پارالینگویستك بریتیە لە گوزارشتکردن لە سۆز، ئەو شتانەی کە پەیوە ندی بە سۆزەوە هەیە ئەمانەن: توڕەبون، گاڵتەپێکردن، سوپرایس، دڵنیاکردنەوە، گوڕوتین. ئەمە دەورێکی زۆر کاریگەری هەیە بۆ پارالینگویـستك، لەوانە یە ڕۆڵێکی زۆر ئا شکرابێت تێ یدا، بەلاّم ڕەنـگە بە هەڵەدا بچین ئەگەر وەك هەندێ لە زا نا کۆ نەکان بیربکەیـنەوە کە وتویا نە پارالینگویـستك ئە مە

---

[1] د. عبدالواحد مشیر محمود دزەیی (2010: 20).

[2] داود عبدە (2010: 44 – 45).

[3] سەرچاوەی پێشو (44).

[4] د. موفق الحمدانی (1982: 236).

[5] David Crystal& Randolph Quirk (1964: 164)

تەنها پیشەکەیەتی. لە لایەکی تریشەوەو لەمانە هەموی گرنگترو بەرفراوانتر ئەوەیە کە کاری پارا لینگویستك دور لە هەستی سۆزایەتی، ئەویش بەکارهێنانی خاسیەتی پارا لینگویستکە بۆ قسەکردن لە ڕوی پێکهاتەی ڕێزمانیەوە[1].

لێرەدا جۆرە جیاوازەکانی کەسایەتی بەپێی ئاوازەی دەنگیان دەخەینەڕو:[2]

کەسایەتی خاوەن دەنگی خێرا: ئەم کەسایەتیە بێ ئارامەو هەست بە ئاسایش ناکات، لە پەیوەندیکردندا کەسێکی شڵەژاوەو هەست بە نامۆییو تەنیایی دەکات. ناتوانێت بەئاسانی گوزارشت لە هەستی ڕاستەقینەی بکات، بەڵام سەرەڕای ئەمانە کەسێکی دڵسۆزو بە ئەمەکەو حەز لە نارونیی ناکات.

کەسایەتی دەنگ ناسکی منداڵانە: ئەم کەسایەتیە هەستی منداڵی هەیەو لە پەیوەندییەکانیدا لەگەڵ خەڵکی نارەحەتە، چونکە توانای هەڵگرتنی بەرپرسیارێتی نییە. لەسەرخۆ قسەدەکاتو وشەکانی بەر لە دەربڕینیان لەمێشکیدا دەستنیشاندەکات، متمانەی تەواوی بەخۆیەتیو کەسێکی کراوەو گەشبینە.

کەسایەتی دەنگ نەرم: هەست بە ئارامی دەرونیی دەکات، پێکەنین لەکاتی قسەکردندا نەریتێکی باوو بەردەوامیەتی، بەتایبەتیش کاتێك بۆ یەکەمجار قسە لەگەڵ کەسانێکی نەناسراو دەکات. لە ڕوبەروبونەوە دەترسێتو حەز لە دڵشکاندن ناکات، ڕۆحی ڕۆمانسیەتی نییە بەڵکو زیاتر کەسێکی زانستییە.

کەسایەتی دەنگ ئاڵۆزی نووساو: خاوەنەکەی کەسایەتیەکی دەنگ بەرزەو هەموو کەسێك لە یەکەم ساتەوەختەوە دەیناسێت. لەناخدا هەست بە ئارامی ناکات، بۆ یە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی شڵەژانیان پێوەدیارە، کەسایەتییەکی دڵسۆزەو هەست بە بەرپرسیارێتی دەکات.

کەسایەتی خاوەن دەنگی یەك ئاوازەی بێزارکەر: ئاوازەی دەنگی زۆر نزمە، بەڵام کۆنترۆڵی وشە دەربڕاوەکانی دەکات، حەز لە هاوڕێیەتی دەکاتو بە پێویستی دەزانێت رابەرایەتی گروپەکەی بکات چونکە زۆر بەخشندەیە.

کەسایەتی دەنگ گڕ: هەرچەندە پەیوەندی بەستنی لەگەڵ خەڵکیدا کەمێك قورسە، بەڵام زۆر حەز لە تێکەڵبوون دەکات لەگەڵ کۆمەڵگەداو حەز لە دوورە پەرێزی ناکات، کەسایەتییەکە توانای سەرکردایەتی کردنی هەیە.

---

[1] سەرچاوەی پێشو (165).

[2] تحليل الشخصية من خلال نبرات الصوت http://www.radiodijla.com/forums/showthread.php

(8/2 □ 1 □ 1) **شەپۆلەکانی مێشك (Brain waves):**

زانایان گەیشتوون بەو ئەنجامەی کە مێشکی مرۆڤ بەندە بە چوار ئاستی لەرەوەو بەهۆیانەوە کاردەکات کە بریتین لە: لەرەی ئەلفا (alpha)، لەرەی بیتا (beta)، لەرەی ثیتا (theta)، لەرەی دەلتا (delta)، ئەم لەرانەش لەڕێگەی خولانەوە لە چرکەیەکدا دەپێورێن. لەرەکانی مێشك بریتین لە:

لەرەی بیتا (beta): **باری ئاگایی**

ئەو قۆناغەیە کە لە ڕێگەیەوە هەمیشە قسە لەگەڵ خەڵکیدا دەکەین‌و خراپترین جێگەیە بۆ بڕیاردان لەژیاندا. لەنێوان (14 □ 28) هێرتز لەیەك خول لە چرکەیەکدا پلە تۆمار دەکات. ئەمجۆرە هاوشانە لەگەڵ باری ئاگایی مرۆڤو یارمەتیدەرە بۆ بیرکردنەوەی لۆژیکی‌و شیکردنەوەو بەئاگابون‌و چالاکی‌و دۆزینەوەی چارەسەر[1].

لەرەی ئەلفا (alpha): **باری خاوبونەوە**

لە فریکوێنسی نێوان (7□ 14) هێرتز لە یەك خول لە چرکەیەکدا کاردەکات‌و زۆر خاوە، لەکاتی زیندەخەو یان خەیاڵبون یان تێڕوانینی ئەفراندن یان بێدەنگی‌و حەسانەوەدا ڕودەدات، ئەمجۆرە لەرەیە زۆر سودبەخشە بۆ پرۆسەی فێربون‌و هاوشانە لەگەڵ تەمەنی مرۆڤدا، واتە بە درێژایی تەمەنی لەگەڵیدایە، بۆیە پێویستە مرۆڤ بڕیارەکانی لەم قۆناغەدا بدات، چونکە هەردوولای ڕاست‌و چەپی مێشك لەم کاتەدا لەپشودایەو ئامادەیە بۆ بڕیاردانی دروست[2]. ئەو کاتەی مرۆڤ لەباری ئەلفا دەبێت هەردوو بەشی مێشکی بەیەکەوە کاردەکەن و یارمەتیمان دەدات بۆ:[3]

تێڕوانینێکی گشتی و ڕون بۆ شتەکان.

کۆنترۆڵکردنی بەشێوەیەکی ئاگایی.

کۆنترۆڵکردنی ئەو نەریتانەی دەمانەوێت بیگۆڕین یان باشتری بکەین.

داهێنانی ڕەفتاری باش‌و پۆزەتیڤ.

دەتوانین زیاتر گوێ بگرین‌و هەستیارتربین‌و بیرمان تیژبێت.

باری ئاگایی عەقڵ دەخاتە نیمچە خەوتو کە ڕێگا خۆشکەرە بۆ ئەوەی عەقڵی بێئاگایی سەرکردەی بیر وەربگرێت.

---

[1] ابراهيم الفقي (2010: 70).

[2] سەرچاوەی پێشو (71).

[3] د. عەبدولواحید موشیر دزەیی، شەپۆلەکانی دەماغ: https://www.facebook.com/pages/DrAbdulwahid-dezye/238243156316174?fref=t

ئا ستەکانی شەپۆلی ئەلفا چوار ئا ستن:[1]

ئا ستی4 : نزیکە لە ئا گایی، کاتێك ڕوودەدات کە بارێکی خاوبو نەوەی ئا سودە وەردە گرین لە گەرمای یەکی مامناوە ند و چاونوقاندن، لەم بارەدا مێشك ژ مارەی کاردا نەوەکانی (cerebral wave) کەمدەکا تەوە . ئە گەر لەم بارەدا بەردەوام بین لە خاوبو نەوە و چاو نوقاوبێت و ئەندامەکانی جەستەمان توندنەکەین وەك دەست و قۆڵ و قا و ما سولکەکانی روو و سك و ز مان و برۆ و ....هتد. ئەوە بۆ ئاستی سێیەم هەنگاو دەنێین.

ئاستی3 : لەم ئاستەدا ئەقڵی ئاگایمان بە ئاگایە و دەتوانین دە یەها بیرکرد نەوە ئەنجام بدەین لە یەك کا تدا، بەردەوامبون لەم ئا ستەدا دە مان گەیەنێ تە ئا ستی دووەم.

ئاستی 2: لەم ئاستەدا لە خاوبونەوە بەردەوام دە بین و وادەزا نین لە سەر هەورین و دە توانین بە وردی ئەوەی بیری لێدەکەینەوە دیاری بکەین. بەردەوامبون لەم ئاستە نزیکمان دەکاتەوە لە ئا ستی یەکەم.

ئاستی 1 : لەم ئا ستەدا لەرە لەرەکان کەمدەبێ تەوە و بەرە بەرە بە مەش هە ستکردن وندە کەین و دەکەوینە خانەی نوستو کە باری ڤیتایە.

لەرەی [(theta): باری نوستن

فریکوێنسی ئەمجۆرە لەنێوان (3 7) هێر تز لە یەك خول لە چرکەیەکدا کاردە کات، هەمیشە لەگەڵ هەستی شەشەمدا دێتو ڕێگەمان دەدات بۆ چونە ناو عەقڵی بێئا گایی مرۆ ڤەوە، لەکاتی خەوالوبونو خەوبینینو پا شان هە ستان لە خەو کاردە کات، هەروەها لەکاتی نە شتەرگەریو چارە سەرکردنی کێ شەیەکی را بردوو بەکاردەهێنرێت، و ڕێ گە دەدات سوود لە داهێنا نەکانمان وەربگرینو لەلای منداڵانی تەمەن چوار ساڵ بۆ هە شت ساڵ کارا یە، بۆ یە دەبینین منداڵان زوو فێری زانیاریو ڕەفتار دەبنو ئاستی داهێنەرانەو ژیرییان هەیە[2].

لەرەی دەلتا (delta): باری نوستنی قوڵ

ئەمجۆرە کەمترین فریکوێنسی هە یە کە لەنێوان (0 3) هێر تز لە یەك خول لە چرکەیەکدا دەبێتو، لەکاتی خەوی قوڵ یان لەهۆشچون ڕودەدات، بەتایبەتیش لەلای منداڵانی ساوا، تا دەگا تە تە مەنی چوار ساڵان، بۆ یە دەبینین منداڵان بەهیچ شێوەیەك ڕوداوە کانی ڕۆژا نە کاریگەریی لە سەریان جێناهێڵێتو دوو چاری شڵەژانو دڵەڕاوکێو خەمۆکیو دڵتەنگی نابن. لەم قۆنا غەدا

---

[1] سەرچاوەی پێشو.

[2] ابراهیم الفقي (2010: 71).

مرۆڤ هەست بەهیچ شتێك ناكات بۆیە بە قۆناغی چارەسەر ناودەبرێت، و پاشان كەسەكە هەست بە ئارامی دەكات[1].

(8/2 □ 1 □ 1– 1 1) هەڵبژاردنی میلۆدی دەنگ:

گوڵبژێركردنی وشەو ڕستەكان بە تەنها بەس نییە بۆ كاركردنە سەر بەرامبەر، بەڵكو لەپاڵ ئەمانەشدا دەبێت ئاوازەی دەنگمان لە پلە یەكی دیاریكراودابێت، هەروەها ئاوازەی دەنگی بەرامبەرەكەمان یارمەتیماندەدات بۆ خوێندنەوەی ئەو بارە دەروونییەی پێدا تێپەڕ دەبێت، زانینی ئاوازەی دەنگیش بەیار مەتی بەرنامەی (praat) دەبێت، كە بەهۆیەوە دەزانین شەپۆلەكانی مێشكی كەسەكەر لە چ پلەیەكدایە. پێویستە ئەو تاكەی هەوڵی قایلكردنی بەرامبەر دەدات شەپۆلەكانی مێشكی لە قۆناغی ئەلفادابێت، لەهەمانكاتدا پێویستە شەپۆلەكانی مێشكی بەرامبەریش وردە وردە بگەیەنینە قۆناغی ئەلفا، كەواتە لەئاستی دەنگدا سودمان لە قۆناغی ئەلفا وەرگرتوە بۆ هێوركردنەوەی بەرامبەر.

هەنگاوەكانی گەیشتن بە قۆناغی ئەلفا:[2]

1- **قورسایی پارسەنگی دەرونیو پاشان هێوربونەوە:** بۆ نمونە ئەگەر دوچاری بارێكی دەرونی ناجێگیرو توڕەبون بویت، ئەوە لەڕێگەی گرتنی شتێك بەمشتو گوشینی هەموو هێزی توڕەبون لەناو لەپی دەست كۆدەبێتەوەو لەماوەی چەند چركەیەك یان خولەكێك ئەو هێزی توڕەبونە بەرەو كەمبونەوەو نەمان دەچێتو كەسەكە دەگەڕێتەوە باری ئاسایی.

2- **تەركیز:** واتا دەست دانان لەسەر چەقی ناوچەوان كە بە خاڵی هێوربونەوە دادەنرێت، چونكە لەو كاتەدا بیر لای هیچ شتێك نابێو لەهەمانكاتدا هەردوو بەشی لای ڕاستو چەپی مێشك تەركیزیان لە سەر ئەو خاڵە دەبێت، ئینجا بارێكی هێمن بۆ مێشكو جەستەی كەسەكە دروستدەبێت.

3- **هەناسەدان:** تا ژمارە چوار دەژمێردرێت لەكاتی هەناسە هەڵكێشانو هەوای هەڵمژراو لە سیەكاندا بۆ ماوەی دوو چركە دەپارێزرێت، و پاشان لەگەڵ هەناسە دەرداندا تا ژمارە هەشت دەژمێردرێت، چونكە كاتێك ماوەی هەناسەدەردان لە هەناسە هەڵكێشان زیاتر دەبێت هەست بە پشوو هێوربونەوەی دەكرێت.

---

[1] سەرچاوەی پێشو (71).

[2] د. ابراهیم الفقي (2010: 71 - 72).

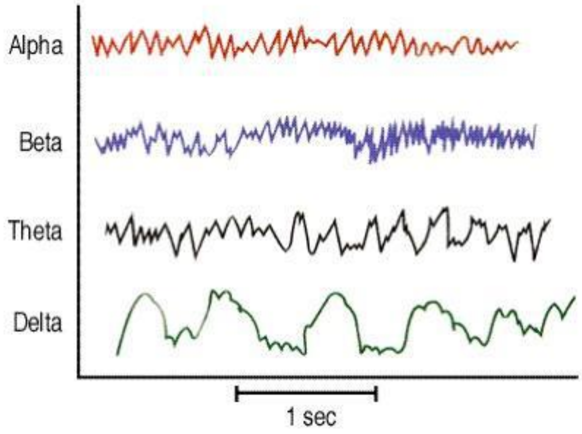
4- خاوبو نەوەی ما سولکەکانی چاو: کات یێك ما سولکەکانی چاو خاودەبێ تەوە، هەردوو چاوەکان هەست بە ئارامی دەکەن، کە دەبێتە هۆی ئارامبونی دەمو چاو، چونکە دەمو چاو (80) ما سولکەی تێدا یەو لە کاتی خاوبونەوە یدا تەنها سود لە (14) ما سولکە وەردەگیر یێت کە هەر یەك لەو ماسولکانە بەستراوە بە بەشێك لە مێشك، و لەبەر ئەوەی هەموو بە شەکانی مێ شك بە ستراوەتەوە بە جەستەوە، بۆیە لەو کاتەدا مێشك هەست بە پشوو ئارامی دەکات.

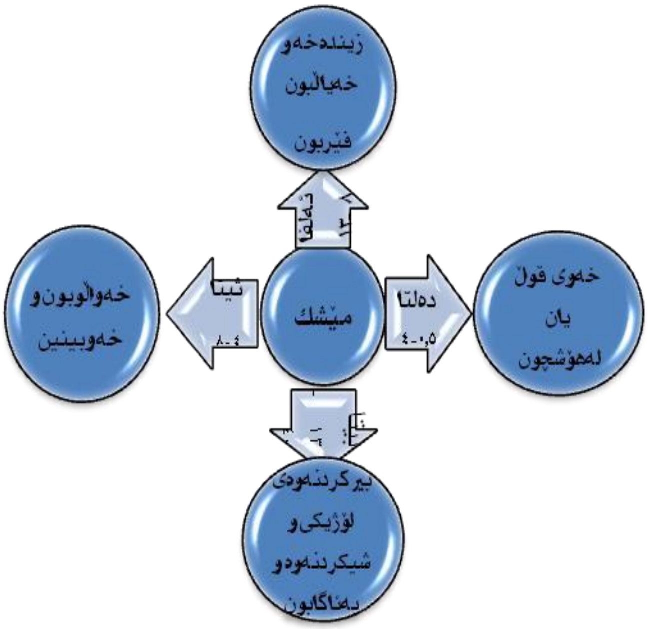
5- خاوبو نەوەی جە ستە: سەرەتا لە پە نجە تو تەی ڕا ستی قا چەکان دە ستپێدەکرێتو فەرمانی هێوربونەوەیان پێدەدرێت کە هەست بەئارامی دەکات، پاشان بەهەمان شێوە لە قا چی چەپدا ئەو کردارە دوبارە دەکرێتەوە، ئینجا هەردوو قاچەکان هەست بە ئارامبونەوە دەکەن، دواتر کار لە سەر هەموو جەستە دەکرێت تاوەکو ئارامبێتەوە تا دەگاتە سەر، بە پێچەوانەشەوە لە تەوقی سەرەوە تا دەگاتە پە نجەکانی پێ کردارە کە دو بارە دەکرێ تەوە ئینجا هەموو جە ستە هە ست بە ئارامبوون دەکات.

6- خاوبونەوەی مێشك: وەك ئەوەی خەیاڵ بکەیت کە لەشوێنێکی زۆر دڵگیریت، بۆ نمو نە خەیاڵ بکەیت کە ئێستا لە کەنار دەریایەکیو گوێت لە دەنگی شەپۆلەکانەو بە سەر لمی کەنار دەریا کەدا دەڕۆیتو بای شەماڵ ڕوخسارت فێنك دەکاتەوە، ئەو کات مێشك هەست بە ئارامی دەکات.

7- دڵنیابونەوە (ئێستا ئارام بە): وەك ئەوەی ڕاستەوخۆ فەرمان بە خودی خۆت بکەیت کە بڵێی پشوو بدە لەگەڵ هەناسە هەڵکێشاندا.

لەم دوو و هێڵکارییەدا جۆری لەرەو باری مێشكو فریکوێنسەکانی ڕونکراوەتەوە:





(2 8/2) هەڵبژاردنی وشە:

ئاخێوەر پێویستە ئەو وشانە گوڵبژێر بکات کە کاریگەری لە سەر گوێگر دەبێت و بەهۆیەوە دەتوانێت بچێتە ناو هەست و نەستییەوە، دوا جار ئەمەش ئەبێتە هۆی بەدەستهێنانی متمانەی بەرامبەرو کەوتنە ژێر ڕکێفی بیرو باوەڕی ئاخێوەرەوە. پەنابردنە بەر دانوستان و گفتوگۆ وەك ڕێگەیەك بۆ نزیککردنەوەی بیروبۆچون و نەهێشتنی ناکۆکییەکان ئەمانگەیەنێتە لوتکەی دەستەبەرکردنی هیواو ئاواتەکانمان کە کاریان بۆ دەکەین و دوا جار دەبێتە هۆی ئەنجامدانی گۆڕانکاری بەرەو باشتر. هەموو تاکێك عەمباری وشەی تایبەت بەخۆی هەیە، یاخود بلێین فەرهەنگێکی تایبەتی خۆی هەیە، کە لەگەڵ ئاستی خوێندەواری و ڕۆشنبیری یەکدەگرێتەوەو دەبنە هەوێنی ڕەنگدانەوەی ناخی لە ژیانی ڕۆژانەیدا، چونکە دەربڕینەکانی وەلامێکی ڕاستەوخۆن بۆ ئاشکراکردنی ئاستی زانیاری و کۆمەڵایەتی کە لە ئەزمون و کارو ژینگەو هەستوسۆز و بیرکردنەوەو لۆژیکەوە سەرچاوەیان گرتووە، جا لەڕێگەی ئەو وشەو دەربڕینانەوە کەسایەتی و ئاستی خوێندەواری و کاروپیشەی بەرامبەر دەردەکەوێت،"قسەکەر وشەی گونجاو هەڵدەبژێرێت بۆ گوزارشتکردن لەو بیرۆکەیەی کە دەیەوێت بۆ گوێگری بگوێزێتەوە"[1] بۆ نمونە لەکاتی بانگکردندا پەنا بۆ بەکارهێنانی وشەی (بەڕێز ، هێی کورە) ببرێت کە هەر یەکیان کاریگەری خۆی هەیە لە سەر بەرامبەر، ئەگەر لەلایەن هەریەکە لە ئاخێوەر یان گوێگرەوە دەربڕابێت، چونکە یەکەم دەربڕین یان (بەڕێز) ئاماژەیە بۆ ئاستبەرزیی و پلەی ڕۆشنبیری کەسەکەو ڕەچاوکردنی پێگەی تایبەتی خۆی لەناو کۆمەڵگەدا، بەڵام دەربڕینی دووەم (هێی کورە)

[1] داود عبده (2010: 44).

ئاماژە یەکی حا شاهەڵنەگرە لە سەر لاوازیو ئا ستی ڕۆ شنبیری کە سەکە کە بە و شەیەکی بازاڕی هێ مای بۆ دەکر ێتو لەناو کۆ مەڵی خوێ ندەواردا هەرگیز بەکارناهێنرێت. لـ ێرەوە دەب ینین بەکارهێنانی ئەم دوو و شەیە هەر یەك کاریـ گەریی خۆی لە سەر لا یەنی بەرام بەر هە یە کە کەسایەتیو هەڵوێستی ڕونو ئاشکرای پیشاندەداتو لەهەمان کاتیـ شدا بەکارهێنانیان بێ مەبە ست نییە، جگە لەمانە"زۆر جار دەستەو چینێك جۆرە زماذ ێك دێننەکا یەوە بۆ ئەوەی کە سانی تری کۆمەڵگە تییان نەگات، کە پـێی دەوتر ێت ز مانی تایـ بەت کە لەلا یەن چینوتوێژێكو دە ستەیەك بەکاردێت بۆ مەبە ستو ئا مانجێکی د یاریکراو، ئەوەی لەنێوانو دەوروبەرە کەیان نەبێت لێ یان تێنا گات، چونکە و شەو زاراوە کان چەمکێکی پڕ لەنهێنی خۆ یان هە یە وەك چەتەو ڕێگرە کانو بازرگانەکانی ماددە بێهۆشکەرەکانو باندە تایبەتییەکان سەرەڕای ئەما نەش خاوەن پیـ شەو چینە تایبە تەکانی وەك هونەرمە ندو شاعیرو ڕۆماننو سان...هتد. هە ست بە جیاواز یەکی زۆر دەکر ێت لەنێوان ز مانی ڕۆژا نەو زمانە کەیان، ئەم جۆرە و شەو زاراوا نە لەلای مرۆ ڤی ئا سایی جێـ گەی پر سیارە، چونکە واتا کەی تەمومژاویـ یەو لـ ێی تێنا گاتو تەنها چینێکی تایـ بەت نەبێت، ئەم داهێنانو لادانانەش لەخۆوە نـ یە، بەڵکو بۆ مەبە ستی جیاجـ یا ئەم کارا نە کراوە جا بۆ هە ست دەر بڕین بـ ێت وەك ز مانی شیعر یان بۆ ڕاپەڕا ندنی کاربـ ێت وەك خاوەن پیـ شەکان یان بۆ سەرلێ شێواندنی بەرام بەر و نەپ چڕانی پەیوە ندی نێوواذ یان بـ ێت وەك با ندەکانی دزیو لەشفرۆشیو بازرگانییە قەدەغەکراوەکان... هتد"[1].

بۆ خستنەڕوی ڕۆڵی زمان لە پڕۆگرامکرد نی تا کدا لەئا ستی و شەدا سودمان لەو شەی وروژێ نەرو بار گاوی وەرگر توە، لەئا ستی واتا شدا سودمان لەواتای دەروذ یی و شێوازی وەرگر توە، لەئا ستی پراگماتیکیـ شدا سودمان لە لە پا شخان و گریما نەو دەرکەو تەو ز مانی جە ستە وەرگر توە. ئەو گفتوگۆ یەی کە لەنێوان تو ێژەرو ئامانجدا یە پـ شت بەهە ندێ و شەی وروژێ نەر دەبە ستێت کە لەئاستی سیمانتیکدا بەواتای دەرونی ناودەبرێت و هەڵگری پەیامێکی دەرونییە بۆ تو ێژەرو دوا تر توێژەر پرسیارەکانی لەسەر بنچینەی گریمانە کردووەو دواتریش ئەو ئەنجا مەی بەدە ستی هێ ناوە لەڕێگای دەرەنجام و دەرکەوتەی پڕاگماتیکی بووە، هەموو وەڵا مەکانیش پـشت بە دوو جۆرە وا تا بەستراوە فەرهەنگیی و واتای دەوروبەریی.

[1] د. عبدالواحد موشیر دزەیی (2010: 17).

(8/2 3) ڕێکخستنی ڕستەو گوتن:

مرۆڤ بەر لە گوتن‌و دەربڕینی دەستەواژەکانی بۆ خستنەڕوی بیرۆکەو ناخی دەرو نی بە شێوەیەکی ڕێکوپێك کە لەگەڵ یاسا زمانەوانییەکاندا بگونجێت، پەنا دەباتەبەر ڕێکخستنی و شەکان تا بەپێی یەکانگیربونیان لە گەڵ شێوازی بیرکرد نەوەو بیرۆکە کەی یەکبگرێ تەوەو بگونج ێت‌و ئامانجە کەی بپێکێت، هەندێ جاریش ناڕێکی ڕستەو دەستەواژە دەربڕاوەکان مرۆڤ دووچاری کێشە دەکاتەوە بە تایبەتی ئەگەربێت‌و لەکاتی لێکۆڵینەوەکردندا (التحقیق)بێت، چونکە بۆ لا یەنی لێکۆ ڵەر ئا شکرا دەبێت کە قسەکانی سەروبەریان نییەو تێکەڵبونێکیان پێوە د یارە، کە ئە مەش بە ئاماژە یەك بۆ ناڕاستیی قسەکەر وەردەگیرێت، و هەروەها گومان لە بەرامبەر قسەکانیشی دەکرێت، بۆ نمونە:

نانم خواردو ڕۆیشتم بۆ زانکۆ .

ڕۆیشتم بۆ زانکۆ، نانم خوارد.

لەم دوو ڕستەیەدا جیاوازییەکی تەواوەتی لە واتادا بەدیدەکرێت، چونکە لە ڕ ستەی یەکە مدا نان خواردنەکە بەر لە ڕۆیشتنی بۆ زانکۆ بووە، بەڵام لە ڕستەی دووەمدا گومان دەکرێت ئا یا پاش یان پێش ڕۆیشتنی بۆ زانکۆ نانی خواردبێت، ئایا لە زانکۆ نانی خواردوە یان نا، کە دەلا لەت لەکاتی ئێ ستا دە کات، ئەو دوو دە ستەواژەیە پێ چەوانەی یەکتڕن لەڕووی وا تاوە، چونکە ئە گەر لە بیرکردنەوە یدا بە کرداری ڕ ستەی یە کەم هەڵ سابێت‌و لەکاتی ق سەکردندا ڕ ستەی دووە می بەکارهێنابێت، ئەوە هەڵە یەکی وا تایی گەورە یەو لە مەبە ستی سەرەکی‌و ئامانجە کەی زۆر دورکەوتۆتەوە.

ڕ ستەی باسمە ند (Topicalization) تی شك خستنە سەر و زەقکرد نەوەی و شەیەکە، یاخود مەبەستێکە لەسەرەتای ڕستەدا، هۆکارەکەی دەگەڕێتەوە بۆ بەگرنگ زانیـنی ئەو و شەیە لەلا یەن قسەکەر، یاخود گوێگرەوە، بەڵام لەم قۆنا غەدا پێویـستە ئەو و شەیە بخرێ تە سەرەتاوە کە بەلای گوێگرەوە گرنگترە، چونکە لـ ێرەدا ئێ مە مەبە ستمان پرۆگرامکرد نی کە سی بەرامـ بەرە، تاوەکو بتوانین سەرنجی بەلای خۆماندا ڕابکێشین و دواتریش هەر لەو کونجەوە هەنگاو بـ نێین بۆ زاڵبون بەسەر بیرەکانیدا، بۆ نمونە:

دیارییەکە جوان بوو؟

جوان بوو دیارییەکە؟

لێرەدا ئەو ڕستەیەیان بەکاردەهێنین، کە ئایا گوێگر وشەی (دیاری) یان (جوان)ی لا گرنگە، تاوەکو ئەو وشەیە بخەینە سەرەتاوە. دەستنیشانکردنی ئەو ڕ ستەیەش لە لای ئاخێوەرەوە پەیوە ستە بە بارودۆخی کەسی بەرامبەرەوە.

میتازمانی (Meta Language) واتای لەسەرووی یان دوای شتێك (Above or beyond) دەگە یەنێت ، یان بەرزترین نموو نەی ز مان (Meta Model) دەگە یەنێت، میتاز مانی ز مانی وردبینییە و لە ڕێگای پرسیارەوە ئەنجامدەدرێت، بۆ نەهێشتنی لێڵی و پڕکرد نەوەی کەموکوڕی و بۆشایی، پرسیارەکان ئەو زانیاریانە دەگێڕنەوە، کە ڕاستکراوەتەوە یان لادراوە یان گشتێندراوە بەم شێوەیە دەگەێ نە ڕۆ نانی ژ ێرەوەی تاقیکردنەوە کە، کەوا تە ز مانێکی تایبە تە و بەرزترین نیشانەکردنی کات و شوێن و کەسی تێدایە[1].

بەشێوەیەکی گشتی پرسیار دابەشکراوەتە سەر چەند جۆرێك یەکێك لەوانە بریتیە لە پر سیاری لێکۆڵینەوە (پڕۆب/ probing): پرسیاری لێکۆڵینەوە کردە یەکی وەرگرتنی وەڵا مە لە شێوەی چەند پرسیارێکی بەدواداچوون، کە بەدوادا چوون و لێکۆڵینەوە دە کات بۆ گەیشتن بەڕا ستی، وا پێویست دەکات پرسیارکەر لە پرسیارکردندا بواری ئەوە بدا تە بەرامبەرە کەی وەڵام بە ئازادی بداتەوە و دواتر لە رێگای ئەو کەلێنا نەی کە پرنەکراونە تەوە، پر سیارەکان بەردەوام دەبێت تا دەگەینە ئەنجامێکی رازیکەر[2] .

پرسیاری لێکۆڵینەوە بەدوایەکداهاتنی پرسیارە کە بە شێوەیەکی پلە بە پلە ئەنجا مدەدرێت، کە بەهۆ یەوە ئەو زانیارییا نەی لای بەرام بەر قەتیس کراوە دەخرێ تەڕوو بەمەبە ستی گۆڕینی بیروباوەڕی نەرێنی و ڕازیکردنی بەرامبەر، ئەم شێوە پرسیارە یەك لەدوای یەکە یارمەتیدەرە بۆ ڕونکردنەوەو درککردنی تاك بەڕاستی بیروباوەڕە هەڵەکانی، و هەوڵدان بۆ ڕاستکردنەوەی.

میتازمانی ز مانێکی بەرزی گفتو گۆی وردە کە جەخت لە سەر چەمك و روونکرد نەوەی وا تای ز یاتر دە کات، کە لە رێگای پر سیارەوە ئەنجام دەدر ێت بۆ روونکرد نەوەی ز یاتری مەبە ست. زانیاری دەر براو ئە گەری فلتەرکردنی هە یە لە بەر زۆر هۆ وەك ترس و خۆ بەدوورگرتن لە بەرپر سیاریەتی ....هتد، بەڵام پر سیاری لێکۆڵی نەوە زانیاری فلتەرکراو دەستنیشان دە کات و هەو ڵدەدات بیگێڕێنێ تەوە و زان یاری لەبارە یەوە بزان ێت، هەر بۆ یەش دە توانین پر سیاری لێکۆڵینەوە بە زمانێکی میتا وا تە وردبینی دابنێین، کە زانیاری وردی دەر بارەی کەس و کات و شوێن و تەواوی زانیاری دەرنەبڕاوی تێدایە[3].

---

[1] د. عبدالواحید موشیر دزەیی (2014: 2).

[2] د. عبدالواحید موشیر دزەیی (2014: 3).

[3] سەرچاوەی پێشو (11 - 12).

مرۆڤ ئەوەی دەریدەبڕێت ڕەنگدانەوەی ئەو چەمکە نییە کە هەڵیگرتوە، بەڵکو دەربڕینەکانمان بە سێ فلتەر تێپەڕ دەبن کە (گشتاندن و سڕینەوەو شێواندنە)، میتاز مانیش کار لە سەر گەڕاندنەوەی ئەو زانیاریانە دەکات کە بەسێ ڕێگا فلتەرکراون و بریتین لە:[1]

1- گشتاندنی بریار (Generalization)

2- سڕینەوە (Deletion)

3- شێواندن (Distortions)

بەشێوەیەکی گشتی (گشتاندن) بریتیە لەوەی قسەکەر بۆچونەکەی دەخاتە قاڵبی گشتیەوە، بۆ لێرەدا بەرپەرچدانەوەی ئەم وتەیە پێویستە لەڕێگەی گۆڕینی بیروباوەڕەکە لە گشتەوە بۆ تاك، نمونە:

- هەموو ڕقیان لە منە.
- یەك کەسیش نیە تۆی خۆش بوێت؟

هەرچی (سڕینەوە)شە بریتیەلە گۆڕینی بیروباوەڕەکە لە گشتەوە بۆ دیاریکردن، بۆ نمونە:

- من بێزارم
- لەچی بێزاری بەدیاریکراوی؟

(شێواندن)یش خوێندنەوەی بیری بەرامبەرە کە لەسەر بنەمای بۆچونی تایبەتی بنیاتنراوە نەك بۆچونی ڕاستی، بەرپەرچدانەوەی ئەم بۆچونانەش لەڕێگەی داواکردنی بەڵگەوە بەدەستدەهێنرێت، بۆ نمونە:

- تۆ منت خۆشناوێت.
- بەڵگەت چییە کە من تۆم خوش ناوێت؟
- چۆن ئەزانیت کە من تۆم خۆش ناوێت؟

(4 ـ 8/2) شێوازی قسەکردن:

شێوازی ئاخاوتن بەهاو گرنگی خۆی هەیە لە پرۆسەی کۆنترۆڵکردنی تاکدا، ئەگەر گشت پلانەکانمان بەشێوەیەکی ڕێکوپێك و بەرنامە بۆ داڕێژراو بڕوات، بەڵام تەنها شێوازی ئاخاوتنە کە لەنگی تێدابێت، ئەوە دواجار هەموو پلانەکانمان شکست دەهێنێت، هەربۆیە پێویستە بایەخێکی تایبەتی بدەین بە ئادابی قسەکردن و ئەتەکێتی هەڵسوکەوتەکانمان. هەر مرۆڤێك شێوازێکی

[1] ابراهیم الفقی (2009، 115 ـ 125).

ئاخاوتنی تایبەت بە خۆی هە یە کە جیایدەکا تەوە لە گەڵ یەکێکی تردا، پێویستە ئەو شێوازەی دەیگرینەبەر بەجۆرێك بێت کە تاکی بەرامبەر هە ست بە ئارامی بکات، چ لەڕوی نەرمونیانی و ڕێزگرتنەوە. ڕێز گرتن هۆکارێکی سەرەکیە بۆ دروستبونی ئارامی دەرونی بەرامبەر، هەربۆیە پێویستە بەڕێزەوە مامەڵە بکەین، بۆ نمونە بانگکردنی تاك بەناوی تایبەتی خۆیەوە، هەروەها لەگەڵ ناوەکەشیدا هەریەك لەوشەکانی (کاك، خان) بەکاربهێنین، بۆ زیاتر بەدەستهێنانی متمانەی تاك بەخۆی، ئەگەر ناوی کەسەکەشمان نەزانی، ئەوە ئەتوانین هەر یەك لەو شەکانی (بەڕێز، خاتون، کاکی برا، کاکە گیان، خانم، ... هتد) بەکاربهێنین. نۆرەی گوتن یەکێکی ترە لە خاڵە سەرەکیەکان کە پێویستە ڕە چاوی بکەین، وا تە کە سەکان بواری یەکتر بدەن تاوەکو بدوێن و لەهەمانکاتدا هەردولا گوێ لەیەکتریش بگرن. ڕەچاوکردنی شێوازی نەرمونیانی لە ئاخاوتندا ڕۆڵی تایبەتی خۆی دەگێڕێت لە پرۆگرامکردنی تاکدا.

بەکارهێنانی هەندێ ڕستەو دەستەواژە دەبێتە هۆی ترازاندنی پەیوەندیی نێوان کەسەکان ئەمەش لەوەوە سەر چاوەی گرتوە، کە ئاخێوەر پەنادەبە نە بەر گوتنی ڕ ستەو دە ستەواژەی نە شیاو کە لەگەڵ باری دەرونی بەرامبەردا ناگونجێت، بۆ نمونە ڕستەیەکی وەك:

تۆ هەمیشە درەنگ دێی بۆ دەوام.

پابەندبوون بە دەوامەوە جێگەی بایەخی هەموانە، وانیە!

ئەمجۆرە ڕەفتارو دەربڕینا نە (ڕ ستەی دووەم) بوار ێك بۆ بەرامبەر دەڕەخسێنێت کە دا کۆکی لەخۆی بکاتو بەرپەرچی و تەو تۆمە تەکان بدا تەوە لەڕێگەی خستنەڕوی دە یان بەڵگەی حا شا هەڵنەگر کە پێچەوانەی ئەو تۆمەتا نە دە سەلمێنێت، لەهەمانکا تدا بۆی دەردە کەوێت کە قسەکەر کە سایەتیەکی ناجێگیرە لە ڕووی دەرو نیو ئا ستی ڕۆ شنبیریو شێوەی بیرکرد نەوەی بۆ ئا شکرادەبێت، لێرەدا دەبینین کە دە ستەواژەی یە کەم ز مانێکی ز برو بە بێبا یەخ تەما شاکردنی لایەنی بەرامبەری تێدا ڕەنگدراوەتەوەو لەڕێگەی هەست نەکردنو سفرکردنەوەی پابەندبو نەکانی بە دەوام لەڕۆژانی ڕا بردودا، کە ئە مەش نیگەرانیو هەڵوێستێکی نەرێنی بەرامبەر بە ئاخێوەر دروستدەکاتو دەبێتە هۆی پچڕاندنی پەیوە ندیو نا نەوەی ئاژاوە لەنێوانیا ندا، بۆیە چاکتر وا یە بەشێوەیەك ڕستەو دەستەواژەکان بخرێنەڕو کە بەرامبەر بریندار نەکاتو نەبێتە هۆی شێواندنو پچڕانی ئەو پەیوەندییانە.

بەشی سێیەم

پڕاکتیزەکردنی پڕۆگرامکردن و گۆڕینی ئاراستەی تاك

بەشی سێیەم: پڕاکتیزەکردنی پڕۆگرامکردن و گۆڕینی ئاڕاستەی تاك

(1/3) خستنەڕوی نمونەکان بەشێوەیەکی پراکتیکی:

لەم بەشەدا بەشێوەیەکی پراکتیکی و ڕاستەوخۆ کار لەسەر پڕۆگرامکردن و گۆڕینی ئاڕاستەی تاك دەکرێت بەپێی (زانستی زمانی دەرونیی، پڕۆگرامی زمانەوانی دەمارییی و تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونیی ڕەفتاریی ئەلبێرت ئەلیس) هۆکارەکەشی ئەوەیە کە بەهەماهەنگی ئەم سێ زانستە توانیومانە پڕۆگرامی عەقڵی بەرامبەر بکەین و ڕێژەی گرفتەکان تا ئاستێکی زۆر باش نزم بکەینەوە، کە بەیارمەتی پڕۆگرامی زمانەوانی دەمارییی کارمان لەسەر ناخی تاکەکان کردوەو لەڕێگەی زانستی زمانی دەرونیەوە زمانی جەستەی تاکمان دیاریکردوە لەگەڵ تێگەیشتن لە شەپۆلی دەنگیی بەرامبەر، هەروەها چۆنیەتی هەڵسوکەوتکردن لەسەرەتاو ناوبەندو کۆتا لەگەڵ تاکی خاوەن گرفتدا، هەرچی تیۆری ئەلبێرت ئەلیسیشە بەچاکترین و گونجاوترین تیۆر ئەژماردەکرێت بۆ چارەسەرکردنی ئەمجۆرە گرفتانە.
لەم بەشەدا شەش نمونەی جیاوازمان هەڵبژاردوە، کە تەمەنیان لەنێوان (22 □ 34) ساڵاندایەو خۆیان لە (4 کچ) و (2 کوڕ)دا بینیوەتەوە، جگە لە جیاوازییان لەئاستی خوێندەواریو پیشەو باری کۆمەلایەتیاندا، کێشەو گرفتی نمونەکان بریتین لە:

- **نمونەی یەکەم:** ئالودەبوون بە جگەرەکێشان
- **نمونەی دووەم:** ئالودەبوون بە خواردنەوەی مادە کهولیەکان
- **نمونەی سێیەم:** متمانە بەخۆنەبوون
- **نمونەی چوارەم:** ترس لە ئۆتۆمبیل لێخوڕین
- **نمونەی پێنجەم:** ترس و دڵەڕاوکێ لە تاقیکردنەوە
- **نمونەی شەشەم:** کێشەی خێزانیی

کەرەستەی ئەنجامدانی لێکۆڵینەوەکە:

کەرەستەی لێکۆڵینەوەکە بەپێی ئامانجەکانی توێژینەوەکەو ستراتیجیەتی پڕۆگرامی زمانەوانی دەمارییو تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلیس دەستنیشانکراوە بەو پێیەی مۆدێلێکە بۆ چارەسەرکردنی گرفتی ئەو نمونانەی هەڵمانبژاردون، کە بەپێی ئەم هەنگاوانە کاردەکەین:

- قۆناغی پێش چارەسەرکردن کە ئەمانەی تێدا جێبەجێدەکرێت:

- چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ.
- فۆڕمی ڕاپرسی کە تێیدا ناو و تەمەنو ڕەگەزو ئەو گرفتە دەستنیشاندەکرێت کە تاك دوچاری بووە لەسەرەتای دروستبونیەوە تا کاتی ئەنجامدانی توێژینەوەکە، هەروەها ئەو هەنگاوانەی پێشتر گرتویێتەبەر بۆ زاڵبون بەسەر گرفتەکەیدا.
- قۆناغی چارەسەرکردن کە لەمیانەیدا ستراتیجیەتی زانستی زمانی دەرونیی و پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریی‌و تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلێس جێبەجێدەکرێت.
- قۆناغی پاش چارەسەرکردن کە دوبارە لەڕێگەی فۆڕمی ڕاپرسیەوە گۆڕانکارییەکانی تاك دەستنیشاندەکرێت لەبەر ڕۆشنایی ئەو پرسیارانەی تێیدا خراونەتەڕوو.

جێبەجێکردنی ئەم پلانە بەگشتی بەدرێژایی یەك ساڵ و سێ مانگ بەردەوام بووە بۆ هەر (6) نمونەکە، کە لەشێوەی دیداری تایبەتیدا بووە لەگەڵ هەریەك لە خاوەن گرفتەکان، کەهەر دیدارێکیان ماوەی (45 60) خولەکی خایاندوە بۆ هەر تاکێك، کاتی خایاندراو بۆ هەر نمونەیەك جیاواز بووە لەوانی تر، لەهەمانکاتدا ژمارەی دیداری خاوەن کێشەکانیش لەیەکتر جیاوازبووە. لەدیدارەکاندا چاوپێکەوتن‌و فۆڕمی ڕاپرسی پرسیارەکان خراونەتەڕوو بۆ جێبەجێکردنی پلانەکە، هەروەها ستراتیجیەتی پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریی و زانستی زمانی دەرونیی جێبەجێکرا کە بریتی بوو لە گونجاندنی شێوەی ئاوازەی دەنگی دەربڕاو و دیاریکردنی سستمی نواندنی تاکەکان (بیستراوەیی، بینراوەیی، هەستیی)و خستنەڕوی جوڵەی جەستەی کەسی بەرامبەرو، پاشان گفتوگۆکردن بەپێی تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلێس، لەگەڵ جێبەجێکردنی سەرجەم ئەو وردەکارییانەی بەشێوەیەکی تیۆری لەبەشی دووەمدا باسکرابوو.

لێرەدا نمونەکان دەخەینەڕوو:

(3/1 – 1) نمونەی یەکەم/ ئالودەبون بە جگەرەکێشان

نمونە	ڕەگەز	تەمەن	باری کۆمەڵایەتی	ئاستی خوێندەواری	پیشە
ئالودەبون بە جگەرەکێشان	نێر	34 ساڵ	خێزاندار	ئامادەیی	فەرمانبەر

فۆڕمی ڕاپرسی:

ئەم پرسیارانە ئاڕاستەی کەسی ئالودەبوو بە جگەرەکێشان دەکرێت پێش دەستپێکردن بە قۆناغی چارەسەرکردن. ئەم پێوەرە لە پانزە پرسیار پێکدێت کە ڕێژەو ئاستی ئالودەبوون لەلای کەسەکە ڕوندەکاتەوەو بەپێی ئەم ڕاپرسیە کەسی ئالودەبوو وەڵامی پرسیارەکان دەداتەوە بۆ دەستنیشانکردنی ڕێژەی ئالودەبونی بەجگەرەکێشان، کە یانزە ئاستیان لە دوو وەڵام پێکهاتوەو بەپێی زنجیرە وەڵامی یەکەم (0) نمرەو وەڵامی دوەمیش (1) نمرە وەردەگرێت، چوار ئاستەکەی تریش لە چوار وەڵام پێکهاتوە کە ژمارەی زنجیرەییان لە (0، 1، 2، 3) دەبێت، ئینجا پاش زانینی ڕێژەی ئالودەبونەکەی دەستدەکەین بە پڕۆسەی چارەسەرکردن، لەڕێگەی خستنەڕوی (15) پرسیارو (38) وەڵام کە سەرجەم وەڵامەکان (23) نمرەیان بۆ دیاریکراوە، بەمەبەستی بەدەستهێنانی ئەنجامەکە خاڵەکان کۆدەکەینەوە کە بەرزترین ڕێژە، ڕێژەی زۆری ئالودەبونەکە دەگەیەنێت کەلەنێوان (0 □ 23) نمرەدایە، تۆمارکردنی کەمترین ڕێژەش ئاماژەیە بۆ کەمیی ڕێژەی ئالودەبونی تاکەکە. لەئەنجامی ئەو ڕاپرسیەی خستومانەتەڕو بۆمان دەرکەوت کە ڕێژەی ئالودەبون کۆنمرەی پێش چارەسەرکردن بەلێکدانەوەی ڕێژەی سەدی، پاش چارەسەرکردنیش بەهەمان لێکدانەوە گەیشتینە ئەو ئەنجامەی کە خراونەتەڕوو.

فۆرمی ڕاپرسی

لەم فۆرمەدا ژمارەیەك پرسیار خراوەتەڕو داواكارین لە بەڕێزتان بەڕاستگۆیی‌و بەرپرسیارانە وەڵامیان بدەنەوە بە دانانی نیشانەی (×) لەسەر وەڵامی هەڵبژێردراو.

زانیاری گشتی

ناوی سیانی: أ . أ . ص

تەمەن: 34 ساڵ

ڕەگەز: نێر

باری كۆمەڵایەتی: خێزاندار

ئاستی خوێندەواری: ئامادەیی

پیشە: فەرمانبەر

پرسیارەكان

1- كە لەخەو هەستای پاش چەند خولەك یەكەم جگەرە دەكێشیت؟

- لەدوای (60) خولەك
- لەدوای (31 60) خولەك
- لەدوای (6 30) خولەك
- لەدوای (5) خولەك (×) (3 خاڵ)

2- ئایا هەست بەناڕەحەتی و بێزاری دەكەیت لەقەدەغەكردنی جگەرەكێشان لەو شوێنانەی جگەرەكێشان تیایدا قەدەغەیە؟

- نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

3- حەز دەكەی چەندەم جگەرە فڕێدەی لە دوای داگیرسانی؟

- یەكەم جگەرەی بەیانیان
- جگەرەی ئێواران
- هیچ جگەرەیەك (×) (2 خاڵ)
- هەر جگەرەیەك بێت‌و لەهەر كاتێكدا بێت.

4- لە ڕۆژێكدا چەند جگەرە دەكێشیت؟

- 10 یان كەمتر
- 11 20
- 21 30 (×) (2 خاڵ)

- زیاتر لە 30

5- ئایا لە بەیانیاندا جگەرەی زیاتر دەکێشیت؟

- نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

6- ئایا لەکاتی نەخۆشیدا جگەرە دەکێشیت؟

- نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

7- ئایا هەوڵی وازهێنانت داوە لە جگەرەکێشان؟

- بەڵێ - نەخێر (×) (1 خاڵ)

8- ئایا هەست بە ئارامی دەکەیت کاتێك جگەرەدەکێشێت؟

- نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

9- کاتێك جگەرە بەدەست کەسێکی تری جگەرەکێشەوە دەبینیت، تۆش ئارەزوی کێشانی دەکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

10- ئامادەیت ملکەچی کەسێك بیت لەپێناو پێدانی جگەرەیەك؟

- نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

11- ئایا بەمەبەستی چارەسەرکردنی کێشەو گرفتەکانت پەنا بۆ جگەرەکێشان دەبەیت یان بۆ ئارەزو یان تەنها ئالودەبونە؟

- بۆ ئارەزوو
- بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان
- بۆ هەردوکیان
- ئالودەبونە (×) (3 خاڵ)

12- ئایا دەتەوێت جگەرەی ئەلیکترۆنی لەجیاتی جگەرەی ئاسایی بکێشێت بۆ کەمکردنەوەی زیانەکانی؟

- بەڵێ - نەخێر (×) (1 خاڵ)

13- هەست دەکەیت جگەرەکێشان زۆر بێتاقەتی کردوی لەژیانی ڕۆژانەدا؟

- بەڵێ - نەخێر (×) (1 خاڵ)

14- ئایا باری داراییت زیانەبەخش بوە بەهۆی جگەرەکێشانەوە؟

- بەڵێ - نەخێر (×) (1 خاڵ)

15- ئایا دەتەوێت پەنا بۆ نێرگەلە یان سیغار ببەیت لەجیاتی جگەرە بەمەبەستی چێژوەرگرتن؟

- بەڵێ - نەخێر (×) (1 خاڵ)

- **ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پێش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (%91,304)**

جێبەجێکردنی ستراتیجیەتی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی لەسەر تاکی ئالودەبوو بە جگەرەکێشان:

1- دۆزینەوەی کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لەمیانەی ئەو ڕێوشوێنانەی گیراوەتەبەر بۆ چارەسەری تاکەکان، گەیشتینە ئەم ڕاستیانەی لای خوارەوە دەربارەی تاکی خاوەن گرفتی ئالودەبوو بە جگەرەکێشان:

1- سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (بیستراوەیی)، کە (6) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1)بوو، (1) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، (3) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆڕمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کەسێك دەکەوێت ئایا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخساو قیافەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	1
سەرنجڕاکێشترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخسارو بزەی سەر لێوان.	هەستو نەستی ڕاستەقینە.	3
ئەگەر ڕووبەڕووی کێشەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێشەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێشەو چارەسەرکردنی دەکەیتەوە تا چارەسەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەیتەوە تا باشترین چارەسەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	1
باشترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موزیك و دێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێشان یان نوسین یان دیزاینکردن یان درووومان دەبم.	2
لە سەر بنەمای کام لەمانە کراس یان کەڵوپەل دەکڕیت؟	ئامۆژگاری و ڕاوبۆچوونی کەسانی تر یان بەهۆی ناوبانگ یان مارکەی کەڵوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەڵوپەلەکەو گونجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قوماشو جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	2
ئەگەر گەشتێکت ئەنجامدا یان چویت بۆ باخچەیەك مەیلت بەلای کام لەمانەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەنگی باڵندەو سروشت.	خۆشی بینین لە تەماشاکردنی دیمەنە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵو هەڵمژینی هەوای سازگار.	2
زۆرترین ئەو شتانەی کاریگەری نەرێنی ئەکەنە	لۆژیکی کەسی بەرامبەرو جۆنیەتی	ناڕوونی لە دێروانینی بەرامبەر لەکاتی	هەست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	1

سەرت کاتـ یێك چاوت بە کەسێك دە کەوێت و وتو یێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	سەرپەر شتکردنی وتووێژەکە.	وتووێژکردندا.		
پێت وایە کاریگەریت لە سەر خەڵکی ز یاتر دەبـ یێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی و شەی نەستەق.	جل‌و بەرگ‌و ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەم‌و پەژارەو خۆشییەکانیان.	1
زۆر ترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو یان و تنی گۆرانی یان لا سایی کرد نەوەی دەنگەکان.	نا ڕە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنە چونەوەی شوێن‌و ڕوخساری کە سانی تر بە ئاسانی.	نا ڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبو نەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	1
زۆر ترین ئەو و شانەی بەکاریان دێـ یت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەما شاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخ سار، وا دیارە.	گر یمان، هە ست، هە ست دە کەم، وا بزانم، پێ شبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	1

2- بە تێبینیکردنی زمانی جەستەی گەیشتینە ئەم ڕاستیانەی لای خوارەوە:

- **سەرخوراندن: نیشانەیە بۆ ئەوەی ئەو کەسە هەست بە شڵەژان و دڵنیانەبوون دەکات، دەربارەی ئەو قسانەی خۆی باسی دەکات.**
- **دەموچاوخوراندن: لەکاتی قسەکردندا بەپەنجەی باڵا بەرزە دەموچاوی دەخوراند، کە ئەمەش نیشانەیە بۆ ئەوەی لە مێشکیدا بەدوای ڕێگەی باش و کاریگەر دەگەڕێت بۆ بەرپەرچدانەوەی ڕاوبۆچونەکانی بەرامبەر.**
- **دەست شاردنەوە: تاك لەکاتی قسەکردندا دەستەکانی دەشاردەوە دەیخستە ناو گیرفانیەوە، مانای ئەوەیە کە زانیاری گرنگی لایەو نایەوێت بیدرکێنێت، نایەوێت باس لە شتێکی تایبەتی خۆی بکات.**
- **دانانی چاویلکە لەسەری لوت و تەماشاکردنی (کەسی ئالودەبوو چاویلکەی پزیشکی لەچاودایە): خاوەنی ئەم جوڵەیە کەسێکی زۆر گوماناوی و ڕەشبینە کە متمانەی بەو بابەتانە نیە کە خەڵکی دەیخەنەڕو یان باسی دەکەن.**
- **لێکخشاندنی هەردوو باڵی چاویلکە بەیەکدا (هەندێك کات کەسی ئالودەبوو ئەم ڕەفتارەی ئەنجامدەدا): ئاماژەیە بۆ جەختکردنەسەر ئەو کێشەو گرفتەی هەیە لەپێناو دۆزینەوەی چارەسەر بۆیان، هەروەك مانای دوودڵیەکی زۆر دەگەیەنێت.**

3- دەنگی تاکی دەربڕاو دەمانگەیەنێتە ئەم وردەکارییانەی لای خوارەوە:

دەنگی کەسی ئالودەبوو خاوەنی دەنگێکی نەرم بوو، کە نیشانەیە بۆ ئەوەی کە هەست بە ئارامی دەرونیی دەکات، کە ئەمەش یارمەتیدەرێکی باش بوو بۆ ئەوەی لێکۆڵەر کەمتر ماندبێت بەئارامکردنەوەی مرۆڤەکە، چونکە سروشتی مرۆڤەکە خۆی ئارام بوو، سەرەتا لێکۆڵەر دەستیکرد بە ئارامکردنەوەی خۆی تا دوا پلەو گەیشتن بە قۆناغی ئەلفا (ئەویش بەجێبەجێکردنی ئەو هەنگاوانەی لە بەشی دووەمدا ئاماژەمان پێکرد) بەمەبەستی کارکردنەسەر بیروبۆچونەکانی کەسی ئالودەبوو، پاشان لێکۆڵەر بەردەوام لە هەوڵی ئەوەدا بوو کە تاکی بەرامبەر بگەیەنێتە قۆناغی ئەلفا، واتە دوا پلەی هێوربونەوە، تاوەکو تاك هەست بە ئارامیەکی تەواو بکات، بۆی بتوانین تاك قایل بکەین بەمەبەستی گۆڕینی بیروبۆچونی سەبارەت بەجگەرەکێشان و کەمکردنەوەو نەهێشتنی ئەو خوەی پێوەی ئالودەبوە، هەروەها توێژەر بەیەك ئاوازە نەئەدوا، بەڵکو ئاوازەی دەنگی دەگۆڕی، لەبەرئەوەی کەسی ئالودەبوو سیستمی نواندنەکەی بیستراوەیی بوو، هەربۆیە بەیەك ئاوازەی دەنگیی نەئەدوا.

2- هاوتاکردنی کەسایەتیمان لەگەڵ کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لەڕوی سیستمی نواندنەوە توانیمان ئاوێتەی جوڵەی جەستەو ئاوازەی دەنگە دەربڕاوەکانی بەرامبەر ببینو کۆنترۆڵی ئەو وێنەو بیرۆکەو کردارە نەرێنیانە بکەین کە لەمێشكو ڕەفتاری بەرامبەردا دروستبونو چەسپابون، واتە توانیمان بەهاوشێوەی ئاوازەی دەنگو سیستمی نواندنو جوڵەی جەستەی بجوڵێینەوە کە کاریگەری ئەرێنی لەسەر بەرامبەر دەبێت، لەگەڵ ڕەچاوکردنی شێوەی دانیشتن و سەرجەم ئەو وردەکاریانەی کە لە بەشی دووەمدا بەشێوەیەکی تیۆری خراونەتەڕوو، هەروەها بەڕەچاوکردنی ئەو تایبەتمەندییەی کە سیستمی نواندنی بەرامبەر (بیستراوەیی) بوو، سیفەتی ئەم سیستمەش ئەوەیە کە حەز بە دیالۆگ دەکات.

3- پێشەوایەتیکردن:

لەم قۆناغەدا کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە ڕابەرایەتی تاکی بەرامبەر بکرێت، بەتیشك خستنەسەر کۆنترۆڵکردنی عەقڵی بێ ئاگایی بەرامبەر، ئەمەش بە لەکارخستنی عەقڵی بەئاگای، کە لەم ڕێگەیەوە بیرۆکەکانمان دەخزێنینە عەقڵی بێ ئاگایەوە، ئەمەش بە چەند جار دووپاتکردنەوەی وتەو دەستەواژەکانمان بە شێوازی جیاواز، بەڵام جەختکردنەوە لەسەر هەمان مەبەست، لەگەڵ ڕەچاوکردنی بەکارهێنانی وشەو ڕستەی کاریگەرو پڕ ڕێز لەبەرامبەر، کە ئەمەش لەڕێگەی چەندین دانیشتنەوە ئەنجامدەدرێت، بەڵام ئێمە لێرەدا تەنها کۆی گشتی گفتوگۆکان دەخەینەڕوو.

دەقی چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ و گفتوگۆکردن بەجێبەجێکردنی پڕۆگرامی زما نەوانی دە ماریی لەسەر کەسی ئالودەبوو بە جگەرەکێشان:[1]

توێژەر: ئەتوانیت کێشەکەی خۆتم بۆ باس بکەیت؟

کەسی ئالودەبوو بە جگەرەکێشان: من جگەرەکێشم، بەلاٚم خۆم ئەمە بە کێشە و گرفت نازانم، بەلاٚم دەوروبەرەکەم پێیانوایە کێشەیە.

توێژەر: هەست ناکەیت بە جگەرەکێشانت کەسە نزیکەکانت توشی ترس و دلەڕاوکێ دەکەیت؟

کەسی ئالودەبوو: نەخێر، ئەو کارە تەنها تایبەتە بە خۆمەوە.

توێژەر: بۆچی دەوروبەرەکەت جگەرەکێشان بە کێشە ناوزەد ئەکەن؟

کەسی ئالودەبوو: پێیانوایە کە جگەرە زیانی تەندروستی و مادی هەیە بۆ خۆم و ئەوانیش.

توێژەر: ڕاوبۆچونی تۆ چییە لە بارەی قسەکانیانەوە، ئایا دەوروبەرەکەت قسەکانیان ئەگەری ڕاستی تێدایە؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ.

★ لێرەدا ئەم وتەیەی کەسی ئالودەبوو نیشانەیە بۆ دانپێدانانی کەسی ئالودەبوو بە کێشەکەی، هەر ئەمەش ئەبێتە سەرەتایەك بۆ چارەسەرکردن.

توێژەر: کاتێك کەسە نزیکەکانت ئەو کێشەو نەخۆشیانە دەبیستن کە پەیوەندی بەخراپی جگەرەکێشانەوە هەیە، ئەوانیش لە خەمی تۆدان، ئایا ئەوکاتە جگەرەکێشان پەیوەندی تەنها بەتۆوە هەیە یان ئەوانیش؟

کەسی ئالودەبوو: پەیوەندی بەوانیشەوە هەیە.

توێژەر: بەڕێزت کەسە نزیکەکانت خۆشدەوێت؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ.

توێژەر: ئەی خەمی کەسە نزیکەکانت ئەخۆیت ئەگەر ناساغ بن؟

کەسی ئالودەبوو: بەدڵنیاییەوە

توێژەر: ئەی ئەوانیش بە هەمان شێوە خەمی تەندروستی تۆ ئەخۆن؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ، زۆریش.

توێژەر: حەز بە ژیان دەکەیت؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ

توێژەر: ئاسودەیی ژیان لەچیدا دەبینیت؟

[1] دەیان چاوپێکەوتن لەگەڵ کەسی ئالودەبوو بە جگەرەکێشان و سەرجەم نمونەکانی تر ئەنجامدراوە، بەلاٚم ئەم چاوپێکەوتنەو چاوپێکەوتنی نمونەکانی تریش تەنها گوڵبژێرێکە لە کۆی گشتی چاوپێکەوتنەکان.

کەسی ئالودەبوو: تەندروستیەکی باش.

توێژەر: ڕۆژانە زیانەکانی جگەرەکێشان لە تەلەفزیۆن و ڕادیۆو زمانی خەڵکەوە دەبیستیت؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ، زۆریش.

توێژەر: پێت وایە پزیشکەکان زیادەڕۆیی دەکەن لە خستنەڕوی زیانەکان، یاخود ڕاستیەکان دەڵێن؟

کەسی ئالودەبوو: ڕاستیەکە دەڵێن.

توێژەر: پزیشکەکان بە زیرەکتر دەبینیت یان خۆت؟

کەسی ئالودەبوو: بە پێکەنینەوە... پزیشکەکان

توێژەر: تکایە بەڕاستی وەڵامم بدەرەوە، لەناخی خۆتدا هەست بەوە دەکەیت کە کێشانی جگەرە زیانت پێدەگەیەنێت؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ، جار جار ترس و دڵەڕاوکێیەك دا مدەگرێت لەو بارەیەوە، بەڵام دواتر بەهۆی جەنجاڵی ژیانەوە ئەو هەستەم بیردەچێتەوە.

توێژەر: بەڕێزت سەرجەم ئەم ڕاستیانەی سەرەوە دەزانیت و نکۆڵی لێ ناکەیت، کە چی هەر بەردەوامیشت لەسەر جگەرەکێشان و وازی لێ ناهێنیت؟

کەسی ئالودەبوو: ناتوانم وازی لێ بهێنم.

توێژەر: بۆ؟

کەسی ئالودەبوو: ناتوانم و تەواو. (لێرەدا روخساری گرژی پێوە دیاربو، هەروەها هەردوو دەستی خستەسەر قاچی ڕاستی وەك سوربونی لەسەر جگەرەکێشان)

توێژەر: هێندە کەسێکی لاوازیت لەژیاندا؟

کەسی ئالودەبوو: مەسەلە لاوازی نییە، هۆگری بووم.

توێژەر: ئەگەر جگەرە نەکێشیت ئەمریت؟

کەسی ئالودەبوو: نەخێر نامرم، بەس بێتاقەت دەبم و سەرم دەیەشێت و هەست دەکەم شتێکی گرنگم ونکردوە، جگەرەکێشان بەشێکی سەرەکییە لەژیانم.

توێژەر: جگەرە سەرەکیە لەژیانتدا، ئایا سەرەکیترینیانە؟ چی سەرەکیترینە لەژیانتدا؟

کەسی ئالودەبوو: جگەرە سەرەکیترین نییە، بەڵکو تەندروستی خۆم و خانەوادەکەم سەرەکیترینن لەژیانمدا.

توێژەر: ئەی چۆن بەدەستی خۆت زیان بە خۆت و خانەوادەکەت دەگەیەنیت، بەهۆی دووکەڵی جگەرەکانتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: دەسەڵاتم نییە، چی بکەم.

توێژەر: بۆ ئەبێت ئەو کەسانەی تۆیان خۆش بویت باجی هەڵەکانی تۆ هەڵبگرن؟

کەسی ئالودەبوو: وەڵامم پێ نییە (بە سەر سوڕمانەوە سەری بەلای ڕاستو چەپدا ڕاوەشاند وەك ئاماژەیەك بۆ نەبونی وەڵام)

توێژەر: تۆ ئەڵێیت ناتوانم واز لە جگەرەکێشان بێنم، ئەی ئەتوانی کەمی بکەیتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ.

توێژەر: ئەتوانی ڕاستەوخۆ لە ئێستاوە دەست بکەیت بە کەمکردنەوەی کێشانی جگەرە؟ تاوەکو لەڕێگە یەوە بیسەلمێنیت بۆ دەوروبەرەکەت کە تۆ کەسێکی خاوەن ئیرادەیت و لاواز نیت، و لەتوانادا هەیە لەپێناوی خۆت و ئەوانیشدا بەرگری بکەیت لەکێشانی جگەرە.

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ.

توێژەر: ئەگەر بتوانیت جگەرەکێشان کەمبکەیتەوە، پێت وانییە ئەمە سەرەتایەکیش بێت بۆی دواتر بە تەواوەتی دەست بەرداری بیت؟

کەسی ئالودەبوو: ئەی بۆ نا، پێدەچێت وابێت. (گەشبینیەك بە دەموچاویەوە دیاربوو).

جێبەجێکردنی تیۆری ئەلیس بەشێوەیەکی پراکتیکی:

- لەڕوانگەی تیۆری ئەلبێرت ئەلیسەوە دەتوانین بەرامبەر فێری ئەوە بکەین کە بەشێوەیەکی دروست بیربکاتەوە لەڕێگەی:
- قایلکردنی خودی خۆی بەشێوەی زارەکیو عەقلانی.
- ئاشنابونی بەبیرۆکە نەرێنیەکانی لەڕێگەی چاودێریکردنی خۆیو ڕونکردنەوەی پەرچەکردارەکانی.
- ڕوبەروبونەوەی ڕاستەوخۆی بیرۆکە ناعەقلانیەکانیو لێکدانەوەی ڕوداوەکان بەشێوەیەکی عەقلانی.
- دوبارەکردنەوەی وشەو وتە عەقلانیەکان لەجیاتی وشەو وتە ناعەقلانیەکان.
- ئەنجامدانی ڕەفتاری عەقلانی تا جێگەی ڕەفتارە ناعەقلانیەکان بگرێتەوە.
- دانپێدانانی تاك بەوەی دوچاری بیرۆکەو ڕەفتاری ناعەقلانی بۆتەوە، کە ئەو دانپێدانانە هۆکارە بۆ گۆڕینی ڕەفتارو بیرۆکە ناعەقلانیەکانیو ڕەتکردنەوەیان.

زانایان پێیان وایە کە پەیوەندییەکی بەتین لەنێوان ئالودەبون بە جگەرکێشانو شڵەژانە دەرونیەکان هەیە، هەروەها پێیان وایە گەشەکردنی جەستەو گەشەی هەڵچونیو عەقڵیو کۆمەڵایەتی تاك هاندەدات بۆ ئەوەی لەململانێدا بژی، بۆ تێپەڕاندنی ئەو ململانێیانەش زۆربەی مرۆڤەکان پەنا بۆ جگەرەکێشان دەبەن، کەواتە لایەنی دەرونیو کۆمەڵایەتیو دەوروبەر ڕۆڵی

سەرەکی دەگێڕن لە فێربونی جگەرەکێشان، بۆیە تیۆری چارەسەری عەقڵانی هەڵچونی ڕەفتاریی هاوکارە لە نەهێشتنی دیاردەی ئالودەبون بە جگەرەکێشان لەڕێگەی گۆڕینی تێڕوانینی ئەرێنی جگەرەکێش بەتێروانینێکی نەرێنی بەرامبەر بەجگەرە لەلایەك‌و، ڕاهێنانی لەسەر بەرزکردنەوەی تواناکانی بۆ چارەسەرکردنی ئەو کێشەو گرفتانەی دێنەبەردەمی بەپشتبەستن بەو بیرۆکە ئەرێنی‌و عەقلانیانەی لەمێشکیدا دروستدەکرێن‌و جێگەی بیرۆکە ناعەقلانیەکان دەگرنەوە کە دەبنەهۆی متمانە بەخۆبون‌و دورکەوتنەوە لەو دیاردەیەو زاڵبونیان بەسەر ئاستەنگەکانی بەردەمیان‌و سەرکەوتنیان لە ژیانی ڕۆژانەدا. بەر لەدەستپێکردنی بەرنامەکەش توێژەر فۆرمێکی ڕاپرسی پێشکەش بە کەسی ئالودەبو کرد بەمەبەستی ڕونبونەوەی ئاستی ئالودەبونی.

جێبەجێکردنی پرۆسەکە بەشێوەیەکی پلە بە پلە بوو لەڕێگەی ئەنجامدانی دەیان دیدارو چاوپێکەوتنی هەفتانە کە لەمیانەیاندا باس لە خراپی‌و زیانە مادی‌و مەعنەویەکانی جگەرەکێشان کرا لەڕێگەی خستنەڕوی نمونەی وێنەیی‌و ڤیدیۆیی‌و زانستی لایەنە نەرێنیەکانی ئەو دیاردەیە لەسەر ئاستی هەرێمی کوردستان‌و جیهان کە ڕەنگدانەوەی لەسەر هۆشیاربونەوەی بەرامبەر هەبوو، هەروەها کەسی ئالودەبو هاندرا بەوەی هۆکارو پاڵنەرەکانی ئالودەبونی بخاتەڕوو. ئینجا توێژەر دەستیکرد بە جێبەجێکردنی بەرنامەکەی کە ماوەیەکی زۆری خایاند تا گەیشت بەو ئەنجامەی وردە وردە ئاستی ئالودەبونی بەرامبەر بەجگەرەکێشان کەمبۆوە، تا گەیشتە قۆناغی ڕاستکردنەوەی بۆچوونە نەرێنیەکانی، ئینجا لەڕێگەی پێشکەشکردنی فۆرمێکی ڕاپرسی بە کەسی ئالودەبوو لەسەر ناوەڕۆکی ئەو بابەتانەی پێشتر باسی لێوەکرد لەگەڵیدا بەرنامەکە هەڵسەنگێندراو لەڕێگەی بەراوردکردنەوە جیاوازی‌و ئاستی سودوەرگرتن لەپێش‌و لەپاش بەرنامەکە دەرکەوت.

خشتەی چارەسەرکردنی کەسی ئالودەبوی جگەرەکێشان بەپێی تیۆرەکەی ئەلبێرت ئەلێس:[1]

A ڕوداوەکان	B درو ستبونی بیرو باوەڕە هەڵەکان	C پەر چەکردار (دەرە نجامی بیرو باوەڕە هەڵەکان)	D بەدرۆخ ستنەوەو ڕا ستکردنەوەی بیروباوەڕە هە ڵەو ناعەقلاَنیەکان	E جێگرتنەوەیان بە بیرو باوەڕی دروستو عەقلاَنی
بەکورتی باس لەو مەسەلانە بکە کە پێتوا یە هۆ کارن بۆ ئالودەبونت بە جگەرەکێشان.	ئەو بیرو باوەڕە هە ڵەو نادرو ستو ناعەقلاَنیا نە باس ب کە کە لەدەرەنجامی ئالودەبو نت هاتنەکایەوە.	جۆری ئەو پەر چەکردارە د یاری ب کە کە لەدەرەنجامی بیروباوەڕەکا نت هاتەکا یەوە، لە گەڵ دیاریکردنی ر ێژەی هەڵ چونە دەرونـ یەکانت بەرێژەی 1٪ - 100٪	داوا لە کە سی ئالودەبو دەکر ێت بەرەنگاری بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلاَنـ یەکان ببێ تەوە لەڕێ گەی بەکارهێنانی وشەی (بۆچی؟).	ئەو بیرو باوەڕە عەقلاَنیو دروستە بخەڕو کە پێ چەوانەی بیرو باوەڕە هە ڵەو نا عەقلاَنیەکانە.
ناتوانم واز لەجگەرەکێ شان بێنم.	وای دەبـ ینم کە جـگەرە تەنها شتە بۆم دەسوتێت.	وازهێـ نانی تو شی تورەییم دە کات لە 100٪	بۆچی نابێت کەس ئامۆژگار یت بـکات تا واز لەجگەرەکێ شان بێنیت؟.	جگەرەکێشان تەنها خوە، بۆ یە ورەم بەرزەو دە توانم وازی لێبێنم.
پێویستە بەردەوام بم لە سەر جگەرەکێشان.	باوەڕم وا یە کە جگەرەکێ شان توا نای پـ یاوەتیم زیاد دەکات.	هاوڕێ کانم وا یان تێگەیا ندبوم بۆ یە دڵـ یام لە قسەکانیان. ر ێژەی باوەڕبون 95٪	بۆ چی هە ست دە کەیت توا نای جە ستەییت ز یاد دەکات؟	دوای تاقیکردنەوە بۆم دەر کەوت کە قـ سەی هاوڕێ کانم هەموی دوربون لە ڕا ستی بەڵکو توانای جە ستەییم کەمبۆوە.
ز یادەڕۆیی کردنم لە جگەرەکێشان.	بەهۆی چێژ وەر گرتنم لە تامو بۆنەکەی.	هەستم بە لاوازیو بێدەسەلاَتی دە کرد بەرێژەی 90٪.	بۆ چی لەجیاتی دو کەڵی پیـ سی جـ گەرە عەتر	پێویستە لەمەو دوا سنورێك بۆ ئەو زیادە ڕۆییە دابنێم

[1] ئەم خشتەیە کۆکراوەیەکە لە کۆی گـشتی تیۆرە کەی ئەلبیرت ئەلێس سەبارەت بەکە سی ئالودەبوو بەجگەرەکێشان. سەرجەم نمونەکانی تریش بەم چەشنەیە.

			لەخۆت نادەیت؟.	.
زۆری کێ شەو گرفتم لە گەڵ خ ێزان‌و دەوروبەردا.	دورکەوت نەوەی خ ێزانم بەهۆی بۆ نمەوە ز یان بە پەیوە ندی خێزانیی مان ناگەیەنێت.	هە ست بە نیی گەرانی‌و لەدە ستدانی سۆزی خێزانەکەم دە کەم. بەرێژەی 100٪	بۆ چی کێ شە دەکەی تە هۆ کار بۆ ئەوەی ج گەرە بب یێت بە ئامرازی لەدە ستدانی سۆزی هاوسەرو لاواز بونی پەیوەندیتان؟.	هەمو هەوڵێك دەدەم بۆ ئەوەی خۆشەوی ستی بگێڕمەوە ناو ماڵ‌و خێزانەکەم.
خۆشەوی ستیم بۆ ج گەرەو دوکەڵەکەی.	زۆر ئا سابیە بۆ یەك ج گەرەوە دە ست لە هەمو کەس پان بکەمەوە.	هە ست بە شەرمەزاری دە کەم. بەرێژەی 90٪	بۆ چی لەئا ستی کە سایەتیت کەمدەکەی تەوە لەپێناو تەنها جگەرەیەك؟	چیتر رێگە بەخۆم نادەم سەر شۆڕی کەس بم بۆ جگەرە.
نەبونی هیچ شتێکی تر کە بۆ شایی ژ یانم پڕبکاتەوە.	جگەرە لە دۆ ست‌و هاوڕێی ئەمڕۆژە باشترە.	هە ست بە بێتاقە تەتی‌و ب ێزاری دە کەم بەرێژەی 85٪	بۆچی کەسانی ترت پێ خرا پە، بەڵکو دۆ ست‌و هاوڕێی باش‌و دڵسۆز زۆرن باوە شت بۆ بکە نەوە، لەخۆ مەوە بڕوا نە وایە؟	چیتر گۆ شەگیر نابم‌و لە مەودوا متما نەی هەموو کە سێکش لەدە ست نادەم، بۆ ئەوەی هاوڕێی باش‌ودڵسۆز بۆخۆم بدۆزمەوە.

 سەبارەت بە (Feed back) واتە (F) بەپێی تیۆرەکەی ئەلیس خۆی لە بەدواداچونی بەردەوامماندا دەبینێتەوە بۆ سەرپەرشتیکردنی گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەباری نەرێنیەوە بۆ باری ئەرێنی، کە توانی ڕۆڵی خۆی هەبێت لە چەسپاندنی بیرۆکە ئەرێنیەکان و دورکەوتنەوە لە ڕاوبۆچونانەی کە بونەتەهۆی لادانی تاك لە ڕاستەڕێگەو گەڕاندنەوەی بۆ باری ئاسایی و دروست.

لەم قۆناغەدا فۆڕمی ڕاپرسی کە لەپێش چارەسەرکردندا ئاڕاستەی کەسی ئالودەبومانکرد، سەرلەنوێ هەمان فۆڕم ئاڕاستەی کەسی خاوەن گرفت دەکەینەوە بە مەبەستی گەیشتن بە دوائەنجام و قۆناغی پاش چارەسەرکردن:

فۆڕمی ڕاپرسی پاش چارەسەرکردن

پرسیارەکان:

1- کە لەخەو هەستای پاش چەند خولەك یەکەم جگەرە دەکێشیت؟

- لەدوای (60) خولەك (×) (0 خاڵ)
- لەدوای (31 □ 60) خولەك
- لەدوای (6 □ 30) خولەك
- لەدوای (5) خولەك

2- ئایا هەست بەناڕەحەتی و بێزاری دەکەیت لەقەدەغەکردنی جگەرەکێشان لەو شوێنانەی جگەرەکێشان تیایدا قەدەغەیە؟

- نەخێر (×) (0 خاڵ) - بەڵێ

3- حەز دەکەی چەندەم جگەرە فڕێدەی لە دوای داگیرسانی؟

- یەکەم جگەرەی بەیانیان
- جگەرەی ئێواران
- هیچ جگەرەیەك
- هەر جگەرەیەك بێتو لەهەر کاتێکدا بێت (×) (3 خاڵ)

4- لە ڕۆژێکدا چەند جگەرە دەکێشیت؟

- 10 یان کەمتر (×) (0 خاڵ)
- 11 □ 20
- 21 □ 30
- زیاتر لە 30

5- ئایا لە بەیانیاندا جگەرەی زیاتر دەکێشیت؟

□ نەخێر (×) (0 خاڵ) - بەڵێ

6- ئایا لەکاتی نەخۆشیدا جگەرە دەکێشیت؟

□ نەخێر (×) (0 خاڵ) - بەڵێ

7- ئایا هەوڵی وازهێنانت داوە لە جگەرەکێشان؟

- بەڵێ (×) (0 خاڵ) - نەخێر

8- ئایا هەست بە ئارامی دەکەیت کاتێك جگەرەدەکێشێت؟

□ نەخێر - بەڵێ (×) (1 خاڵ)

9- كاتێك جگەرە بەدەست كەسێكی تری جگەرەكێشەوە دەبینیت، تۆش ئارەزوی كێشانی دەكەیت؟

 نەخێر (×) (0 خاڵ) - بەڵێ

10- ئامادەیت ملكەچی كەسێك بیت لەپێناو پێدانی جگەرەیەك؟

 نەخێر (×) (0 خاڵ) - بەڵێ

11- ئایا بەمەبەستی چارەسەركردنی كێشەو گرفتەكانت پەنا بۆ جگەرەكێشان دەبەیت یان بۆ ئارەزو یان تەنها ئالودەبونە؟

- بۆ ئارەزوو (×) (0 خاڵ)

- بۆ چارەسەركردنی كێشەكان.

- بۆ هەردوكیان

- ئالودەبونە

12- ئایا دەتەوێت جگەرەی ئەلیكترۆنی لەجیاتی جگەرەی ئاسایی بكێشێت بۆ كەمكردنەوەی زیانەكانی؟

- بەڵێ (×) (0 خاڵ) - نەخێر

13- هەست دەكەیت جگەرەكێشان زۆر بێتاقەتی كردوی لەژیانی ڕۆژانەدا؟

- بەڵێ (×) (0 خاڵ) - نەخێر

14- ئایا باری داراییت زیانەبەخش بوە بەهۆی جگەرەكێشانەوە؟

- بەڵێ نەخێر (×) (1 خاڵ)

15- ئایا دەتەوێت پەنا بۆ نێرگەلە یان سیغار ببەیت لەجیاتی جگەرە بەمەبەستی چێژوەرگرتن؟

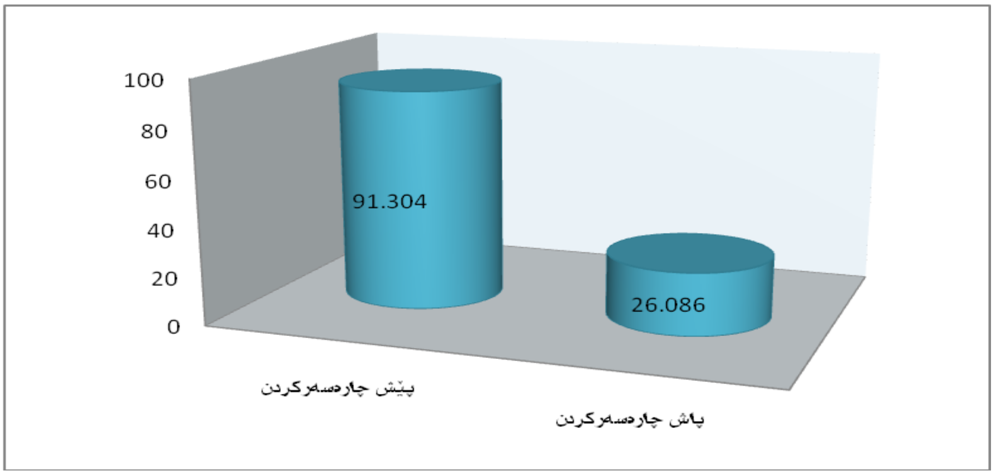
- بەڵێ نەخێر (×) (1 خاڵ)

- **ئەنجامی كۆی خاڵەكانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە كە پاش چارەسەركردنە بریتیەلە:** (%26,086)

- **شیكردنەوەی ئەنجامەكان:** بەپێی خشتەی سەرەوە تایبەت بە پێوەری ئالودەبون بەجگەرەكێشان بۆمان دەركەوت كە بە بەراورد لەگەڵ حاڵەتی پێش دەستپێكردنی تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونی ڕەفتاری گۆڕانكاری لە ڕەفتاری كەسی ئالودەبوو ڕویدا بەوەی ئاستی ئالودەبونی لە ڕێژەی (91.304٪) بۆ ڕێژەی (26.086٪) كەمبۆوە.

خشتەی ڕێژەی ئالودەبون بەجگەرەکێشان لەپێش‌و پاش چارەسەرکردن:

پێوەر	جیاوازی ڕێژەیی
ئالودەبون بە جگەرەکێشان	پێش چارەسەرکردن %91,304 پاش چارەسەرکردن %26,086



- لەپاش جێبەجێکردنی پرۆسەی چارەسەرکردن، ئالودەبووەکە هەستی بە ئارامی کردو جەختیکردەوە لەسەر ئەوەی کە لەئێستادا زاڵە بەسەر ڕەفتارو بۆچوونە نەرێنیەکانی.

- دوای بەدواداچونمان بۆ ڕەفتاری کەسی ئالودەبوو بەجگەرەکێشان لەماوەی (3 مانگ) بۆمان دەرکەوت کە ئەنجامی ئەم ڕاپرسیە کە لەبەر ڕۆشنایی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی و تیۆری چارەسەری عەقلانی ڕەفتاریی جێبەجێکرا، کاریگەریەکی زۆری هەبوو لەسەر کەمکردنەوەو نەهێشتنی دیاردەی ئالودەبون بە جگەرەکێشان لەلای کەسەکە.

(1/3 2) نمونەی دووەم/ ئالودەبوون بە خواردنەوەی مادە کهولیەکان:

نمونە	ڕەگەز	تەمەن	باری کۆمەڵایەتی	ئاستی خوێندەواری	پیشە
خواردنەوەی مادە کهولیەکان	نێر	32 ساڵ	خێزاندار	بەکالۆریۆس	کاسب

فۆڕمی ڕاپرسی

داوا لە بەڕێزتان دەکەین ئەم فۆرمە کە تایبەتە بەڕێژەی ئالودەبون بەخواردنەوە مادە کهولیەکان پڕبکەنەوە لەڕێگەی دانانی نیشانەی (√) لەبەرامبەر وەڵامی دروست، تکایە وەڵام بۆ سەرجەم پرسیارەکان هەڵبژێرە.

ناو: س. أ. س

تەمەن: 32 ساڵ

ڕەگەز: نێر

باری کۆمەڵایەتی: خێزاندار

ئاستی خوێندەواری: بەکالۆریۆس

پیشە: کاسب

1- هۆکاری پەنابردنت بۆ خواردنەوەی مادەی کهولی چییە؟

- ئارەزوو
- کەمکردنەوەی کێش
- کێشەو گرفتو بێزاری
- ئالودەبون (√) (3 خاڵ)

2- حەز دەکەیت لە چ کاتێکدا مادە کهولیەکان بخۆیتەوە؟

- هیچ کات
- رۆژ
- شەو (√) (2 خاڵ)

3- هەست بە خۆشیو ئارامی دەکەیت کاتێ دەخۆیتەوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

4- لەکاتی خواردنەوەدا هەست دەکەیت توانای عەقڵێت لەدەست دەدەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

5- خواردنت بەلاوە گرنگو پێویستە یان مادە کهولیەکان؟

- خواردن
- مادە کهولیەکان (√) (1خاڵ)

6- ئامادەیت واز لە کەسوکارو هاوڕێیانت بهێنیت لەپێناو خواردنەوەی مادەی کهولی؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

7- ئامادەیت لەپێناو بەدەستهێنانی مادەی کحولی دزی بکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

8- بۆ دەستکەوتنی مادەی کهولی ئامادەی قەرز بکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

9- چەند ڕۆژ جارێك دەخۆیتەوە؟

- هەفتەی یەك جار

- هەفتەی دوجار

- هەمو ڕۆژێك (√) (2خاڵ)

10- هەر جارەو چەند پێك دەخۆیتەوە؟

- کەمتر لە پێنج - زیاتر لە پێنج (√) (1خاڵ)

11- لەکاتی چێژوەرگرتن لەخواردنەوە ئارەزوی خواردنەوەی زیاتر دەکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

12- ئامادەیت لەدوای خواردنەوەی مادەی کهولی بەتەنها، ڕاستەوخۆ لەگەڵ بانگهێشتی خوانێکدا دوبارە دەست بەخواردنەوە بکەیتەوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

13- کە دەخۆیتەوە کەی مەست دەبیت؟

- هەرگیز مەست نابم

- درەنگ مەست دەبم

- زوو مەست دەبم (√) (2خاڵ)

14- هەست بە لەش سوکی دەکەیت کاتێك دوری لە خواردنەوە؟

- بەڵێ

- نەخێر (√) (1خاڵ)

15- لەکاتی خۆشیو ناخۆشیدا وەك یەك پەنا بۆ خواردنەوە دەبەیت؟

- نەخێر (√) (0خاڵ) - بەڵێ

16- لەکاتی نەخۆشیدا پەنا بۆ خواردنەوە دەبەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

17- کاتێك ناخۆیتەوە هەست بە بێزاریو نارەحەتی دەکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

18- کاتێك بۆ ئەنجامدانی کارێك یان ئەرکێك دەردەچیت لەماڵ، کهول دەخۆیتەوە بەر لە دەرچونت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

19- ئەگەر بڕێکی زۆر کهولت لەبەردەستدا بێت، ئایا لە قەبارەی پێویست زۆرتر دەخۆیتەوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

20- ئایا خواردنەوەت کاریگەری لەسەر لاوازکردنی بیرکردنەوەت دروستکردوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

21- هەست دەکەیت خواردنەوە لە کەسانی دەوروبەر دوریخستویتەتەوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

22- دورکەوتنەوەت لە خواردنەوە هەستی توڕەبونت زیاد دەکات؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

23- کڕینی مادە کهولیەکان کاریگەریی لەسەر باری داراییت دروستکردوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

24- خواردنەوەت بۆتەهۆی بێزارکردنی هاوپیشەکانتو لەدەستدانی کارەکەت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

25- خواردنەوە کێشەی خێزانیی بۆ دروستکردویت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

26- ئایا خواردنەوە کاریگەریی لەسەر ڕەفتارت دروستکردوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

27- ئایا لەکاتی خواردنەوەدا پارە، یاخود هەر شتێکی ترت لێ بەجێماوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

28- کاتێك ناخۆیتەوە هەست بە خەمۆکی دەکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

29- پەنا بۆ وەرزش دەبەیت بۆ لەبیرکردنی خواردنەوە؟

- نەخێر (√) (0خاڵ) - بەڵی

30- ئایا لەکاتی مەستبون ئۆتۆمبێل لێدەخوریت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1خاڵ)

31- بیرت لەوازهێنانی خواردنەوە کردۆتەوە؟

- بەڵێ (√) (0خاڵ) - نەخێر

- ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پێش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (91,666%)

جێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی لەسەر تاکی ئالودەبوو بە مادە کهولیەکان:

1- دۆزینەوەی کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

أ. سیستمی نواندن:

سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (بینراوەیی)، کە (3) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1) بوو، (6) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، (1) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆڕمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کەسێك دەکەوێت ئا یا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخ ساو قیا فەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	1
سەرنجڕاکێ شترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخ سارو بزەی سەر لێوان.	هە ستو نە ستی ڕاستەقینە.	2
ئە گەر ڕو بەڕوی کێ شەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێ شەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێ شەو چارە سەرکردنی دەکەیتەوە تا چارە سەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەی تەوە تا با شترین چارە سەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	2
با شترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موز یكو دیل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێ شان یان نو سین یان دیزاین کردن یان درووومان دەبم.	2
لە سەر بنەمای کام لەما نە کراس یان کەڵو پەل دەکرێت؟	ئامۆژ گاریو ڕاوبۆ چوونی کە سانی تر یان بەهۆی ناو بانگ یان مار کەی کەلوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەلوپەلە کەو گو نجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قو ماشو جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	1
ئە گەر گە شتێکت ئەنجا مدا یان چویت بۆ باخ چەیەك مەیلت بەلای کام لەما نەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەن گی باڵندەو سروشت.	خۆ شی ب ینین لە تەما شاکردنی دیمە نە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵو هەڵمژینی هەوای سازگار.	2
زۆر ترین ئەو شتانەی کاری گەری نەرێنی ئەکە نە سەرت کات ێك چاوت بە کەسێك دەکەوێت و وتو ێژی	لۆژیکی کە سی بەرامبەرو چۆنیەتی سەرپەر شتکردنی وتووێژەکە.	نا ڕوو نی لە ت ێڕوانینی بەرام بەر لەکاتی وتووێژکردندا.	هە ست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	1

لەگەڵدا دەکەیت؟				
پێت وایە کاریگەریت لە سەر خەڵکی ز یاتر دەبێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی و شەی نەستەق.	جلو بەرگو ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەمو پەژارەو خۆشییەکانیان.	2
زۆر ترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو یان وتنی گۆرانی یان لا سایی کرد نەوەی دەنگەکان.	نا ڕە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنە چونەوەی شوێنو ڕوخساری کە سانی تر بە ئاسانی.	نا ڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبو نەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	3
زۆر ترین ئەو و شانەی بەکاریان دێنیت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەما شاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخ سار، وا دیارە.	گر یمان، هە ست، هە ست دە کەم، وا بزانم، پێ شبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	2

ب. زمانی جەستە:

به تێبینیکردنی زمانی جەستەی گەیشتینە ئەم ڕاستیانەی لای خوارەوە:

- **دەست دانان لەسەر هەردوو ڕان:** هێمایەکە بۆ شەڕانگێزیو ڕووبەڕووبونەوەو ئارامنەگرتنو توڕەیی.
- **دەستخستنە نێوان هەردوو قاچ:** ئەگەر لەکاتی قسەکردن لەگەڵ هاوڕێیەکدا (قاچی ڕاستی خستەسەر ڕانی چەپیو دەستێکی خستە نێوانیان، ئەوە هێمایە بۆ مەترسی ئەو کەسە لە شکستهێنان.
- **لادانی چاویلکە بەر لە قسەکردن(کەسی ئالودەبوو چاویلکەی ئاسایی لەچاودابوو بۆ جوانی و پاراستن لە تیشکی خۆر):** مانای ئەوەیە کە لەکاتی قسەکردندا دەیەوێت بە وردییەوە باس لە بیرۆکەکانی بکات.
- **قاچ ڕاکێشان:** ئەو کەسەی قاچ ڕادەکێشێت هەست بە دەسەڵات و باڵا دە ستی دە کاتو کە سێکی ڕەفتار توندو خۆپەرست دیارە.

ت. دەنگ:

کەسی ئالودەبوو خاوەنی دەنگێکی خێرابوو، کەئەمەش نیشانەیە بۆ ئەوەی ئەم کەسایەتیە بێ ئارامەو هەست بە ئاسایش ناکات، لە پەیوەندیدا کەسێکی شڵەژاوەو هەست بە نامۆییو تەنیایی دەکات. ناتوانێت بەئاسانی گوزارشت لە هەستی ڕاستەقینەی بکات، بەڵام سەرەڕای ئەمانە کەسێکی دڵسۆزو بە ئەمەکو حەز لە ناڕونیی ناکات.

توێژەر بەشێوەیەکی نەرم و نیان و دەنگێکی شێنەیی (کە لە قۆناغی ئەلفادا بوو) گفتوگۆی لەگەڵ خاوەن گرفت دەکرد و پاشان کاری لەسەر هیورکردنەوەو ئارامکردنەوەی بەرامبەر دەکرد، تاوەکو هەنگاو بە هەنگاو بەرامبەریشی گەیاندە قۆناغی ئەلفا لەمیانەی چاوپێکەوتنەکاندا.

2- هاوتاکردنی کەسایەتیمان لەگەڵ کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لەڕوی سیستمی نواندنەوە توانیمان ئاوێتەی جوڵەی جەستەو ئاوازەی دەنگە دەربڕاوەکانی بەرامبەر ببینو کۆنترۆڵی ئەو وێنەو بیرۆکەو کردارە نەرێنیانە بکەین کە لەمێشكو ڕەفتاری بەرامبەردا دروستبونو چەسپابون، واتە توانیمان بەهاوشێوەی ئاوازەی دەنگو سیستمی نواندنو جوڵەی جەستەی بجوڵێینەوە کە کاریگەری ئەرێنی لەسەر بەرامبەر دەبێت. لەگشت نمونەکاندا هەموو لایەنە تیۆریەکانی بەشی دووەم بەشێوەیەکی پراکتیکی لەبەرچاوگیراوە. پێشاندانی چەندین وێنەو ڤیدیۆ دەربارەی زیانی مادەی کهولیەکان بە بەرامبەر، لەبەرئەوەی تاك سستمی نواندنەکەی بینراوەیی بوو، بۆیە زیاتر وێنەو دیمەنەکان کاریگەری هەبوو لەسەری.

3- پێشەوایەتیکردن:

لەم قۆناغەدا کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە ڕابەرایەتی تاکی بەرامبەر بکرێت، بەتیشك خستنەسەر کۆنترۆڵکردنی عەقڵی بێ ئاگایی بەرامبەر، ئەمەش بە لەکارخستنی عەقڵی بەئاگای، کە لەم ڕێگەیەوە بیرۆکەکانمان دەخزێنینە عەقڵی بێ ئاگایەوە، ئەمەش بە چەند جار دووپاتکردنەوەی وتەو دەستەواژەکانمان بە شێوازی جیاواز، بەڵام جەختکردنەوە لەسەر هەمان مەبەست، لەگەڵ ڕەچاوکردنی بەکارهێنانی وشەو ڕستەی کاریگەرو پڕ سۆزو ڕێز لەبەرامبەر، کە ئەمەش لەڕێگەی چەندین دانیشتنەوە ئەنجامدەدرێت، بەڵام ئێمە لێرەدا تەنها کۆی گشتی گفتوگۆکان دەخەینەڕوو.

دەقی چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ و گفتوگۆکردن بەجێبەجێکردنی پرۆگرامی زما نەوانی دە ماریی لەسەر کەسی ئالودەبوو بە مادە کهولیەکان:

توێژەر: لەکەیەوە دەستت بە خواردنەوە کردوە؟

کەسی ئالودەبوو بە مادە کهولیەکان: لە ساڵی یەکەمی وەرگرتنم لە زانکۆ ئەوکات تەمەنم 20 ساڵ بوو.

توێژەر: هۆکاری دەستکردنت بە خواردنەوە چی بوو؟

کەسی ئالودەبوو: هاوڕێکانم لە بەشی ناوخۆیی زۆر تامەزرۆی خواردنەوە بون، منیش ڕۆژێکیان هەستم بە ئازاری گورچیلەم کرد، بۆیە لەجیاتی ئەوەی دەرمانی پزیشکیم بدەنێ وتیان بیرە

بخۆرەوە چاکدەبیتەوە، چونکە بۆ گورچیلە زۆر باشە، منیش بەقسەمکردن، کە ئەوەش یەکەم هەنگاوم بوو بۆ پەنابردنەبەر خواردنەوە.

توێژەر: بۆچی بەقسەت کردن؟

کەسی ئالودەبوو: پێموابوو کاریگەرییان لەسەرم هەبوو، چونکە ئەوان هەمویان ئەیانخواردەوە، ئیتر لەو ڕۆژەوە منیش بوم بەهاوڕێی سەر مێزو خواردنەوەیان. پاش دەرچونیشم لە زانکۆ هەر بەردەوامبوم لە خواردنەوە، بەڵام زۆربەی کاتەکان بە تەنها ئەخۆمەوە.

توێژەر: پاش ئەوەی فێری خواردنەوە بویت، لەچ کاتێکدا زیاتر پەنات بۆ دەبرد، مەبەستم زیاتر ئەوەیە بە ڕۆژ یان بە شەو؟

کەسی ئالودەبوو: بە ڕۆژ ئەخۆمەوە، بەڵام زیاتر لە شەواندا، چونکە بەتەنها دەبم.

توێژەر: چ جۆرە مەشروبێك ئەخۆیتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: زۆربەی جۆرەکان ئەخۆمەوە وەك بیرەو ویسکیو فۆدگاو عارەق.

توێژەر: لە شەو و ڕۆژێکدا چەند ئەخۆیتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: لەماوەی 24 کاتژمێردا نیو بوتڵ ئەخۆمەوە.

توێژەر: لە چ شوێنێك دەخۆیتەوە، لە مەیخانەکان یان لەماڵ یان شوێنی تر؟

کەسی ئالودەبوو: زۆربەی کات لەماڵ ئەخۆمەوە، چونکە زۆرخۆشەو چێژی زۆرم پێ دەبەخشێت بەبێ ئەوەی کەس بێزارم بکات.

توێژەر: چۆن ئەزانیت کە ئالودەی خواردنەوەیت؟

کەسی ئالودەبوو: لەبەرئەوەی هەرکات هەست بە بێتاقەتی یان بێزاری بکەم ڕاستەوخۆ پەنا بۆ خواردنەوە ئەبەم ،چونکە هێزم پێ ئەداتەوەو کەیفخۆشم ئەکات.

توێژەر:چۆن دەتوانی لەگەڵ ئەوەی زۆربەی کاتەکان مەست بیت بەردەوامی لەهەمانکاتدا کارەکانت بەڕێبکەیت؟

کەسی ئالودەبوو: لە ڕاییکردنی کارەکانم زۆر سەرکەوتو نیم، لەبەرئەوەی لەهەر بوارێکدا کاربکەم ناتوانم بەردەوامبم.

توێژەر: پارەت هەیە مەی بکڕیت؟

کەسی ئالودەبوو: هەندێ جار پارەم پێیە، بەڵام جارجاریش بە قەرز ئەیکڕم.

توێژەر: ئایا خواردنەوە کاریگەریی لەسەر پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانت دروستکردوە؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ، لەبەرئەوەی زۆربەی کاتەکان ئەخۆمەوە، بۆیە ناتوانم بەشداریی لە هیچ بۆنەیەکی خێزانی یان دەوروبەر بکەم، لەبەرئەوەی هەمیشە بۆنم دێت، ئەوەش ڕەنگدانەوەی هەیە لەسەر ئەوەی هەست بە کەمیی بکەم.

توێژەر: خواردنەوە کاریگەریی لەسەر تەندروستیت دروستکردوە؟

کەسی ئالودەبوو: بێگومان بەڵێ، چونکە نانخواردنم زۆر کەمبۆتەوە ئەوەش وایلێکردوم بێهێزیم پێوەدیاربێت.

توێژەر: هەست دەکەیت خواردنەوە کاریگەریی لەسەر لایەنی عەقڵیت دروستکردوە؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ، چونکە زۆرجار شتم بیردەچێت تەنانەت هەندێ کات ناوی هاوڕێکانیشم بیردەچێتەوە، بۆیە بەر لەوەی قسە بکەم لەسەر بابەتێك کەمێ ئەوەستم تا بیربکەمەوە چی بڵێم بۆ ئەوەی نەکەومە هەڵەوە.

توێژەر: هەوڵت داوە واز لە خواردنەوە بێنیت؟

کەسی ئالودەبوو: چەندین جار هەوڵمداوە بەڵام سەرکەوتو نەبوم.

توێژەر: هۆکارەکەی چیبوو؟

کەسی ئالودەبوو: لەبەرئەوەی جەستەم زۆری پێویستەو ناتوانێت بەبێ مەی هەڵکات.

توێژەر: هەست بە شەرمەزاری دەکەیت کە کەسێکی مەشروبخۆریت؟

کەسی ئالودەبوو: نەخێر، چونکە تەنها کەس نیم کە پەنای بۆ خواردنەوە بردوە.

توێژەر: کەواتە ناتەوێت واز لە خواردنەوە بێنیت؟

کەسی ئالودەبوو: نەخێر، چونکە لەئێستادا هەر ئەو تاکە هاوڕێمە.

توێژەر: ئەی هەڵوێستت چۆنە کە هەستدەکەیت کەسانی بەرامبەر لێت دور ئەکەونەوە؟

کەسی ئالودەبوو: دورکەوتنەوەی کەسانی تر زیاتر تەنهام دەکاتو پاڵنەرێکیشە بۆ بەردەوامبونم لە خواردنەوە.

توێژەر: دەتەوێت لەئێستادا جارێکیتر هەوڵی وازهێنان بدەیتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: هەرچەند بڕیارێکی لەوجۆرە قورسەو جێبەجێکردنیشی زەحمەتە، بەڵام ئەگەر قەناعەتم بەرامبەر بە سودەکانی مەی بگۆردرێت پێدەچێت هەوڵی وازهێنانی بدەمەوە.

توێژەر: ئەوەی ئێمە ئەیزانین مەی خواردنەوە تەنها زیانی هەیەو سودی نیە؟

کەسی ئالودەبوو: من بەپێچەوانەی ئێوەوە بیری لێدەکەمەوە بەوپێیەی کێشەو گرفتەکانم بیردەباتەوە.

توێژەر: ئەوە بزانە کە خواردنەوەو خۆدزینەوە کێشەو گرفتەکان چارەسەر ناکەن، بەڵکو ڕۆژ بە ڕۆژ ئاڵۆزتری دەکەنو دواجار چارەسەرکردنیان زۆر ئەستەم دەبێت، ئەوەش دوچاری نەخۆشی قورست دەکاتەوە.

کەسی ئالودەبوو: ئەی چارەسەری من چیە؟

توێژەر: ئەتوانیت بەپێی بەرنامە وردە وردە ڕێژەی خواردنەوەت کەمبکەیتەوە.

کەسی ئالودەبوو: با دەست پێبکەین.

توێژەر: زۆرباشە، یەکەم هەنگاو ئەوە لە مێشکی خۆت لێکدەرەوە کە خواردنەوە دێوەزمەیەکەو پێستت لە لاشەت دەکاتەوە، کە توشی دەیان نەخۆشیت دەکاتو دواتر چارەسەرکردنیان نیە بەرەو مەرگت دەبات، ئایا تۆ ئامادەی بەویستو ئیرادەی خۆت بەرەوپیری مەرگ هەنگاو بنێیت بێ ئەوەی خۆشی لە بەهاری تەمەنت ببینیت؟ (لەم کاتەدا نەخۆش بەبێ دەنگیی چاوی بڕیوەتە ڕوخسارم و بەوردی گوێی لێگرتوم).

کەسی ئالودەبوو: نەخێر، ئەمەوێت وەك هەر کەسێکی ئاسایی ژیان بەسەر ببەمو خەڵکی بەسوك تەماشام نەکەنو ڕێزم لێبگرن.

توێژەر: کەواتە دەتەوێت گوێرایەڵم بیت بۆ ئەوەی لە مەیخواردن دورکەویتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ ئامادەم، ئەوەی تۆ لە بەرژەوەندی منی دەزانیت، منیش بە قسەت ئەکەم.

توێژەر: باشە. ئایا لەئێستادا هیچ مەشروبێك لەماڵەوەتان هەیە؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ.

توێژەر: ڕێژەکەی چەندە؟

کەسی ئالودەبوو: یەك بوتڵ.

توێژەر: بەشی چەند ڕۆژت ئەکات؟

کەسی ئالودەبوو: دوو ڕۆژ.

توێژەر: کەواتە ئەمەوێت ئەو ڕێژەیەی لەماڵەوە هەڵتگرتوە لەماوەی چوار ڕۆژدا بیخۆیتەوە، ئەتوانیت ئەو کارە بکەیت؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ ئەتوانم.

توێژەر: دوای ئەوەی ئەو بڕە مەشروبەت تەواوکرد چیتر مەشروبی تر ئەکڕیتەوە؟

کەسی ئالودەبوو: بێگومان ئەیکڕمەوە، چونکە ناتوانم بەبێ مەی شەوگارم بەڕێوەببەم.

توێژەر: باشە، بەڵام ئەمەوێت ڕێژەیەکی کەمتر بکڕیت بەبەراورد لەگەڵ جاران؟

کەسی ئالودەبوو: زۆرباشە.

توێژەر: ئەمەوێت لەکاتی خواردنەوەتدا ئەوە بیری خۆت بێنیتەوە کە ئەو مەشروبەی لەبەر دەستدایە کاسەی مەرگە.

کەسی ئالودەبوو: دوای بەسەربردنی شەوو دوبارە مەی خواردنەوە. بەدەنگێکی نزم وتی: هەستمکرد کەسێکی زۆر لاوازو بێ دەسەلاتم لەبەرامبەر ڕێگرتن لە مەرگی خۆمو ماڵوێرانکردنم. (هەردوو دەستی لەسەر ئەژنۆکانی داناو سەری بەرەو خوارکردەوە)

توێژەر: چی وایلێکردی هەست بەو ناڕەحەتیو بێدەسەلاتیە بکەیت؟

کەسی ئالودەبوو: بێ ئیرادەم، ورەم ڕوخاوە، توانای ململانێیم نیە.

توێژەر: کەواتە توانای بەرگریکردنت نیە لەژیان، وانیە؟ (بەدەنگێکی پڕ لەچۆش کە هەستی بەرامبەری وروژاند).

کەسی ئالودەبوو: نەخێر، ئەمەوێت ژیانم ئاسایی بێتەوە، نامەوێت کۆیلەی کاسەی مەی بم. ئەمەوێت وەك کەسێکی باوەڕبەخۆ بو بژیم‌و چیتر لە کونجی ژورەکەم سەرگەرمی خۆکوشتن نەبم. (بە دەنگێکی خەفەتبارەوە).

توێژەر: کەواتە باوەڕت بەوەیە دەبێت بە یەکجاری واز لە خواردنەوە بێنیت؟

کەسی ئالودەبوو: بەڵێ، چونکە ئەزانم لە زیان گەیاندن زیاتر هیچ سودێکی تری نیە. (سەری بە ڕاست‌و چەپ ڕاوەشاند وەك ئاماژەیەك بۆ پەشیمانی لەو ڕەفتارەی کردویەتی).

توێژەر: پێویستە لەئێستاوە خۆت ڕابهێنیت لەسەر کەمکردنەوەی خواردنەوە لەڕێگەی خۆ مەشغوڵکردن بە ئەنجامدانی ئیش‌وکاری ڕۆژانەو دورکەوتنەوە لە تەنهایی و تێکەڵبون لەگەڵ دەوربەردا، هەروەها ڕوکردنە خوداو جێبەجێکردنی فەرزەکان کە هۆکاری سەرەکین بۆ دورکەوتنەوە لە مەیخواردنەوە.

کەسی ئالودەبوو: خواردنەوە تاك بەرەو جیهانێکی خەیاڵاوی ئەبات کە هەرگیز هیچی لێ نایەتە بەرهەم‌و پاش ئەوەی لەو خەیاڵە بەئاگادێتەوە ڕوبەڕوی ڕاستیەکی تاڵ ئەبێتەوە، ئینجا دەزانێت کە پەنابردنەبەر خواردنەوە سودی نیە، بۆیە پێویستە ڕوبەڕوی ژیان بوەستیتەوە. (دوای ماوەیەك لە کەمکردنەوەی خواردنەوە توانی بە هۆکاری گۆڕینی بیروباوەڕی ئاینی واز لە خواردنەوە بهێنێت‌و ڕوو لە جێبەجێکردنی فەرزەکانی بکات).

توێژەر: ئێستا هەست بەچی دەکەیت؟

کەسی ئالودەبوو: هەست بەخۆشییەکی زۆر ئەکەم کە ژیانم ئاسایی بۆتەوەو لەسەر کارەکەم بەردەوامم‌و وەك هەر تاکێکی ئاسایی ناو کۆمەڵگە ڕەفتار لەگەڵ دەوروبەردا دەکەم‌و ئەرکی خزمایەتی جێبەجێدەکەم.

جێبەجێکردنی تیۆری ئەلبێس بەشێوەیەکی پراکتیکی:

لەم قۆناغەدا گشت ئەو هەنگاوانە جێبەجێدەکرێت کە لە نمونەی یەکەمدا خستمانەڕوو دەربارەی تیۆرەکەی ئەلبیرت ئەلیس. لێرەدا چارەسەرکردنی ئەلبیرت ئەلیس بەشێوەیەکی پڕاکتیکی و خشتە دەخەینەڕوو:

خشتەی چارەسەرکردنی کەسی ئالودەبوو بەمەی بەپێی تیۆری ئەلبیرت ئەلیس

A ڕوداوەکان	B دروستبونی بیروباوەڕە هەڵەکان	C پەرچەکردار (دەرەنجامی بیروباوەڕە هەڵەکان)	D بەدرۆخستنەوەو ڕاستکردنەوەی بیروباوەڕە هەڵەو ناعەقلانیەکان	E جێگرتنەوەیان بە بیروباوەڕی دروستو عەقلانی
- باس لەو مەسەلانە بکە کە پێتوا یە هۆ کارن بۆ ئالودەبونت بە مەی خواردنەوە.	- ئەو بیرو باوەڕە هە ڵەو نادرو ستو ناعەقلانیا نە بخەڕو کە لە دەرە نجامی ئالودەبو نت بەمەیخوارد نەوە هاتنەکایەوە.	- جۆری ئەو پەر چەکرداره د یاری بکە کە لەدەرەنجامی بیروباوەڕەکا نت هاتەکایەوە.	- داوا لە کە سی ئالودەبو دەکر ێت بەرەنگاری بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلانـ یەکانی ببێ تەوە لەڕێ گەی بەکارهێنانی و شەی (بۆچی؟).	- ئەو بیرو باوەڕە عەقلانیو درو ستانە بخەڕو کە پێ چەوانەی بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلانیەکانە.
مەی خوارد نەوە چارە سەرێکی باشەو ئازارشکێنی نەخۆشیەکانە.	هەموجار کە ئەخۆ مەوە ئازاری گور چیلەم نامێنـ ێت، مەی باشترین دەرمانە.	هە ست بەئارامی دە کەمو هە ندێ جاریش خەمۆکی دامدەگرێت .	بۆچی نارۆی بۆ لای پزیـ شك تا کێ شەی ئازاری گور چیلەت چارەسەربکات؟	مەی خوارد نەوە تەنها ئازار شکێنێکی کاتـ یەو پێویـ ستە پزیـ شك چارەسەرم بکات.
جەنجاڵی ژ یان پێویـ ستی بەوە یە هەمیـ شە مە ست بیت.	ئە گەر نەخۆ مەوە وا ئەزانم خۆشەویـ سترین کە سم لەدەستداوە.	هە ست بە بار سوکی ئەکەم.	بۆ چی هاوڕێ یەتی کەسانێك ناکەیت کە لەو ئافا تە دورت ئەخەنەوەو رێ نوێنی ژیا نت ئە کەن تا تو شی روداوی نەخوازراو نەبیت؟	پێویـ ستە چیتر ئەوە ندە خۆم بە خوارد نەوە سەرقاڵ نەکەم، لەوانە یە تو شی نەخۆ شی مەتر سیدارم بـ کات، یان بە روداوی هاتو چۆ لەناومبات.
هەر کات بەنیاز بوبێتم واز لە خوارد نەوە بهـ ێنم هاوڕێ کانم رەخـ نەیان	لە بەر ئەوەی ناتوانم د ڵی هاورێکانم بشکێنم بۆ یە بڕیار مداوە بەردەوامبم لە	ئەو هەڵوێ ستەی هاوڕێ کانم بێ ئیرادە ییم ئەسەلمێنێت.	بۆ چی دەبـ ێت ملکە چی هاوڕێکا نت بی، ئەوان بەرژەوە ندی تۆ یان ناوێت ئیتر بۆ لێ یان	زۆر بەی خەڵکی واز لە خوارد نەوە د ێنن‌و باری دەرونیـ شیان زۆر ئارا مە، ئیتر مـ نیش واز د ێنم‌و ناکەومە ژ ێر کاریگەریی

لێگرتوم	خواردنەوە.		دورناکەویتەوە؟	هاورێکانمەوە.
هەندێ جار بەهۆی کێشەی خێزانیەوە پەنام بۆ مەیخواردنەوە بردوە.	جا چیە، ئەبێ دەستبەرداری هەموو کەس بم تەنها مەیم بۆ بمێنێت بەسمە.	غەموخەفەتم بیردەباتەوە، بەڵام نائومێدی کردوم.	بۆ چی دەبێت هەموو کەس بکەیت بە قوربانی مەی، ئەی لەکاتی تەنگانەدا کێ فریادرەست دەبێت، مەی یان خێزانەکەت؟	نابێت چیتر پەیوەندی خێزانیم بکەمە قوربانی کاسەیەك مەی، پێویستە دەست لەماڵو منالم هەڵنەگرمو ئیتر گرنگیی زیاتریان پێ بدەم بۆ ئەوەی سەرگەردان نەبن‌و، ئەو پارەیەی بە مەشروبی ئەدەم بۆ ئەوانی خەرج ئەکەم زۆر باشترە.
خۆهەڵقورتاندنی کۆمەڵگا لەسەرجەم لایەنە تایبەتیەکانی ژیانی تاکدا.	من کەسێکم سەربەخۆ دەژیمو حساب بۆ دەوروبەر ناکەم چی ئەڵێن با بڵێن.	هەرچەند گوێ بەقسەی خەڵکی نادەم بەڵام هەست بە نامۆیی ئەکەم.	بۆچی دەبێت حساب بۆ دەوروبەر نەکەیت، تۆ لەناو کۆمەڵگا دەژیتو ژیانت بەوانەوە بەندە، ئەگەر نا بڕۆ بۆ بیابان ئینجا بزانە دەتوانیت بە تەنها هەڵکەیت؟	من لەوجیهانە خەیاڵیەی دروستمکردوە خۆم رزگارئەکەمو ئیتر واقعیانە بیر لەژیان ئەکەمەوە چونکە ناکرێت چیتر دورە پەرێزبم با ڕێزی کۆمەڵو کەسوکارم بۆ خۆم بگێڕمەوە تا متمانەم بۆ بگێڕنەوە.

- سەبارەت بە (Feed back) واتە (F) بەپێی تیۆرەکەی ئەلیس خۆی لە بەدواداچونی بەردەوامماندا دەبینێتەوە بۆ سەرپەرشتیکردنی گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەباری نەرێنیەوە بۆ باری ئەرێنی.

 لەم قۆناغەدا فۆڕمی ڕاپرسی کە لەپێش چارەسەرکردندا ئاڕاستەی کەسی ئالودەبومانکرد، سەرلەنوێ فۆڕمێکی تری ڕاپرسی ئاڕاستەی کەسی خاوەن گرفت دەکەینەوە بە مەبەستی گەیشتن بە دوائەنجام و قۆناغی پاش چارەسەرکردن:

فۆڕمی ڕاپرسی دووەم (پاش چارەسەرکردن)

1- لە ئێستادا هەست بەزاڵبون دەکەیت بەسەر مەیخواردنەوەدا؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

2- هەست بە خۆشیو ئارامی دەکەیت کە دوریت لە مەیخواردنەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

3- خواردنت بەلاوە گرنگو پێویستە یان مادە کحولیەکان؟

- خواردن (√) (0 خاڵ) - مادە کحولیەکان

4- ئامادەیت واز لە کەسوکارو هاورێیانت بهێنیت لەپێناو خواردنەوەی مادەی کحولی؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

5- ئامادەیت لەپێناو بەدەستهێنانی مادەی کحولی دزی بکەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

6- بۆ دەستکەوتنی مادەی کحولی ئامادەی قەرز بکەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

7- هەست بە لەش سوکی دەکەیت کاتێك دوری لە خواردنەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

8- لەکاتی خۆشیو ناخۆشی پەنا بۆ خواردنەوە دەبەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

9- لەکاتی نەخۆشیدا پەنا بۆ خواردنەوە دەبەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

10- کاتێك ناخۆیتەوە هەست بە بێزاریو ناڕەحەتی دەکەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

11- ئەگەر بەلای دوکانێکی مەی فرۆشتندا تێپەڕیت حەز لە کڕینی مەی دەکەیت وەك جاران؟

- نەخێر

- بەڵێ

- دڵم بۆی لێئەدا بەس نایکرم (√) (2 خاڵ)

12- ئایا توانای بیرکردنەوەت گۆڕانکاری بەسەردا هاتوە بە بەراورد لەگەڵ کاتی خواردنەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

13- هەست دەکەیت دورکەوتنەوەت لەخواردنەوە لەکەسانی دەوروبەر نزیکی کردویتەتەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

14- دورکەوتنەوەت لە خواردنەوە هەستی توڕەبونی لەلات زیادکردوە؟

- نەخێر

- بەڵێ

- کەمێك (√) (2 خاڵ)

15- باری داراییت بەرەو باشبون ڕۆیشتوە دوای دورکەوتن لە مەیخواردنەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

16- دورکەوتـنەوەت لە خوارد نەوە بۆ تە هۆ کار بۆ گەڕا نەوەت بۆ سەر کارو بەردەوامبونت لەپیشەکەت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

17- ئایا کێشەوگرفتە خێزانیەکانت لەئێستادا بەرەوچارەسەر ڕۆیشتون؟

- بەڵێ

- نەخێر

- تا ڕادەیەك (√) (2 خاڵ)

18- کاتێك ناخۆیتەوە هەست بە خەمۆکی دەکەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

19- توانای جەستەییت باشتر بوە بۆ ئەنجامدانی وەرزش لەدوای دورکەوتنەوەت لە خواردنەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

20- هەست بە ئارامیو ئاسودەیی ئەکەیت لەئێستادا؟

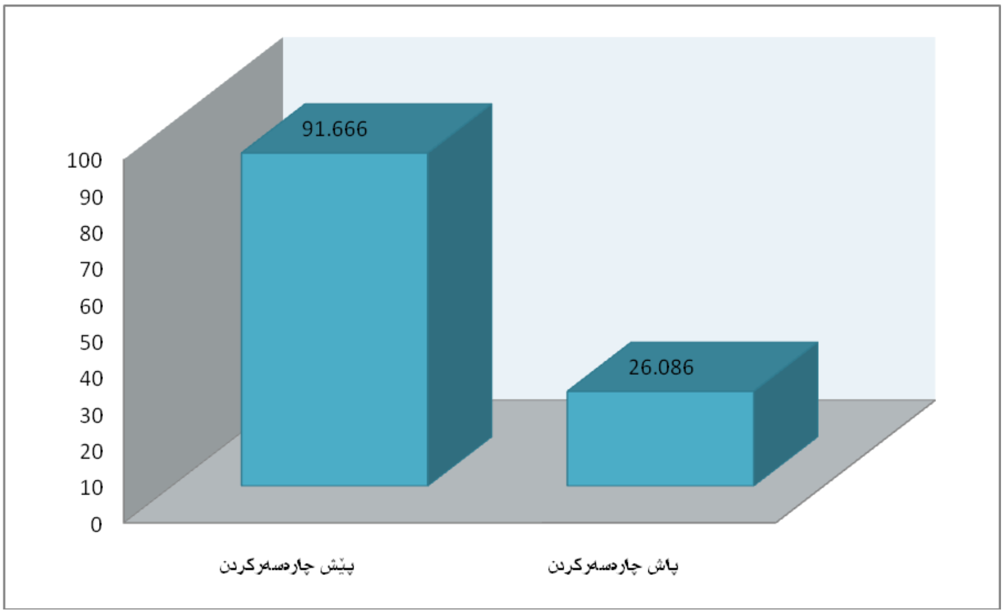
- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

- **ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆرمی ڕاپرسییە کە پاش چارەسەرکردنە بریتیەلە:** (%26,086)

- **شیكردنەوەی ئەنجامەكان:** بەپێی خشتەی سەرەوە تایبەت بە پێوەری ئالودەبون بە خواردنەوەی مادە كهولیەكان بۆمان دەركەوت كە بە بەراورد لەگەڵ حاڵەتی پێش دەستپێكردنی تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچونی ڕەفتاریی و پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی گۆڕانكاری لە ڕەفتاری كەسی ئالودەبوو ڕویدا بەوەی ئاستی ئالودەبونی لە ڕێژەی (91.666٪) بۆ ڕێژەی (26.086٪) كەمبۆوە.

خشتەی ڕێژەی ئالودەبون بەجگەرەكێشان لەپێش و پاش چارەسەركردن:

پێوەر	جیاوازی ڕێژەیی	
ئالودەبون بە خواردنەوەی	پێش چارەسەركردن	(%91,666)
مادە كهولیەكان	پاش چارەسەركردن	(%26,086)



4) دوای بەدواداچونمان بۆ ڕەفتاری كەسی ئالودەبوو بەخواردنەوەی مادە كهولیەكان لەماوەی مانگ) بۆمان دەركەوت كە ئەنجامی ئەم ڕاپرسیە كە لەبەر ڕۆشنایی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی و تیۆری چارەسەری عەقلانی ڕەفتاریی جێبەجێكرا، كاریگەریەكی زۆری هەبوو لەسەر كەمكردنەوەو نەهێشتنی دیاردەی ئالودەبون بە مادە كهولیەكان لەلای كەسەكە.

(3 - 1/3) **نموونەی سێهەم/ متمانەبەخۆنەبوون**

پیشه	ئاستی خوێندەواری	باری کۆمەڵایەتی	تەمەن	ڕەگەز	نمونه
فەرمانبەر	بەکالۆریۆس	سەڵت	33 ساڵ	مێ	متمانه بەخۆنەبون

*** کێ شەی مرۆ ڤی متمانەبەخۆ نەبوو ئەوەبوو کە هەر لەتە مەنی (5) ساڵیەوە چۆتە قۆ ناغی سەرەتایی و پا شان هەموو قۆنا غەکانی خوێ ندنی لەکاتی خۆ یدا تەواوکردوەو هیچ ساڵێك دوانەکەوتوە، لەهەمانکاتدا هەموو ساڵێك بەخ شراو بووە لە تاقیکرد نەوەی کۆ تایی ساڵ بەهۆی زیرەکیەوە، بەڵام لەقۆناغی شەشەمدا نمرەکەی (87٪) بوو، ئەو ساڵەش نمرە بەگ شتی بەرزبۆوەو لە ئەنجامدا کۆلێژەکانیش نمرەی بەرزتریان وەر گرت لە ساڵانی پێ شتر، دوا جار لە کۆل یژی زان ست بەشی جیۆلۆجی وەرگیرا، کە هەر لە سەرەتای چونە ئەو کۆل یژەی تاوەکو تەواوکردنی و تاوەکو ئێ ستاش، هەمی شە بەخە مەوە ئەژی، هەموو ساڵێك لە گەڵ ناوهات نەوەی خوێ ندکارانی قۆ ناغی شە شەمی ئا مادەیی هە ست بەناڕە حەتی و دڵ تەنگی دە کات، وا تە هەمی شە برینێ کی زی ندوە لەناخیدا. گرفتەکەش لەوەدایە تاکی بەرامبەر هەوڵی ڕزگاربوونی نەدەدا لەو گرف تەی هە یەتی و بەو بە شە ڕازی ب ێت کە تەواویکردوە، یاخود سەرلەنوێ بەش و کۆل یژێکی تر بخوێنێ تەوە، هۆکارەکە شی هەمووی بۆ ئەوە ئەگەڕێ تەوە کە هیچ متما نەی بە خودی خۆی و زیرە کی و تواناکانی نەبوو، هەربۆیە نەیدەتوانی بڕیاری ئەوەبدات کە سەرلەنوێ دەست بە خوێ ندن بکا تەوە لەبە شێکی تر، لە گەڵ هەوڵ و ما ندوبونێکی زۆر مان بۆ ڕازیکرد نی خاوەن گر فت بۆ ئەوەی سەرلەنوێ دەستبکاتەوە بەخوێ ندن. ئەم حاڵە تە قور سترین و ناڕە حەترین نمو نەبوو کە کار مان لەسەر کرد کە ماوەی (یەك ساڵ و سێ مانگ)ی خایاند، خاوەن گرفت کە سێکی زۆر کە لەڕەق بوو، لەهەمانکا تدا زۆر سوربوو لە سەر بۆ چوونە تایبەت یەکانی خۆی. ئەوەی زۆر هاوکار مان بوو لە ڕازیکرد نی بەرام بەر بە ڕاوبۆ چوون و ڕێگا چارەکەمان بۆی ئەوەبوو کە کە سی خاوەن گر فت خاوەنی بڕواو ئیمانێکی زۆربوو بە ئاینی ئی سلام و بەردەوام ئەر کە ئاین یەکانی خۆی بەبا شترین شێوە بەج ێدەهێناو باڵا پۆش بوو، کە ئە مە وەك دەروازە یەکی سەرەکی وا بوو بۆ ئێ مە کە لەڕێگەیەوە بتوانین کار لە عەقڵی بێ ئاگای بکەین و دواجار کارەکەمان سەرکەوتو بێت.**

فۆرمی ڕاپرسی

لەم فۆرمەدا ژمارەیەك پرسیار خراوەتەڕو داواكارین لە بەڕێزتان بە ڕاستگۆییو بەرپرسیارانە وەڵامیان بدەنەوە بە دانانی نیشانەی (√) لەسەر وەڵامی هەڵبژێردراو.

ناو: ب. م. ح

تەمەن: 33 ساڵ

ڕەگەز: مێ

باری كۆمەڵایەتی: سەڵت

ئاستی خوێندەواری: بەكالۆریۆس

پیشە: فەرمانبەر

پرسیارەكان:

1- بۆچی ئەو بەش و كۆلێژەت قبوڵ نییە كە تەواوتكردوە؟

- دەرچوانی ئەو بەشە دانامەزرێن
- ئاستی نزمە
- هاوئاستی خۆم نییە (√) (2 خاڵ)

2- هەوڵتداوە قەناعەت بەخۆت بكەیت بۆ ئەو بەشەی تەواوتكردوە؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

3- هیچ هیوایەك هەیە بۆ ئەوەی ڕۆژێ لە ڕۆژان قەناعەت بەو بەشە بكەیت كە تەواوتكردوە؟

- بەڵێ - نەخێر (√) (1 خاڵ)

4- ئەو هۆكارە چی بوو كە بوەهۆی ئەوەی ئەو كۆلێژو بەشە بهێنیت؟

- كۆششی باشم نەكرد
- بێ متمانەیی خۆم (√) (1 خاڵ)

5- تۆ خۆت بە كەسێكی بەدبەخت دادەنێیت، لەبەرئەوەی ئەو بەشەت بەدەستهێناوە؟

- نەخێر
- تاڕادەیەك
- بەڵێ، زۆریش (√) (2 خاڵ)

6- هۆكاری خراپی ئەو بەشە چییە لە هەرێمی كوردستاندا؟

- ئاستی نزمی بەشەكە
- دەرچوانی دانامەزرێن
- حكومەت ئەم بەشەی فەرامۆشكردوە. (√) (2 خاڵ)

7- بواری کارکردنی بەشی جیولۆجی هەیە لە هەرێمی کوردستاندا؟

- نەخێر   - بەڵێ، زۆریش   (√) (1 خاڵ)

8- نمرەی قۆناغی شەشەمی ئامادەییت بەرزبوو بۆ ئەو کۆلێژو بەشەت هەڵبژاردو کۆلێژو بەشێکی ترت هەڵنەبژارد؟

- فۆڕمەکەم بە هەڵە پڕکردەوە

- ئەو کاتە نەمدەزانی ئەم بەشە هێندە نزمە

- بەپێی بەرزی کۆلێژەکان پڕمکردەوە   (√) (2 خاڵ)

9- بۆچی لە بەشی جیۆلۆجی نەتتوانی لە (دە یەکەمەکە) بیت؟

- قورس بوو

- زوڵمیان لێکردم

- قەت حەزم لێی نەبوە، تاوەکو هەوڵبدەم لە (دە یەکەمەکە) بم.   (√) (2 خاڵ)

10- تۆ کە دەرچوی ئەو بەشەیت دامەزراویت؟

- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

11- لە بەرنامەتدا هەیە بیر لە بەدەستهێنانی ماجستێر بکەیتەوە لەبەشی جیولۆجی؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√) (1 خاڵ)

12- حەزدەکەیت ئێستا بگەڕێیتەوە بۆ سەردەمی پێشوو بۆی ئەمجارە بڕیارێکی دروست بدەیت و فۆڕمەکە بەجۆرێکی تر پڕبکەیتەوە؟

- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

13- بۆچی ئەوکاتە کۆلێژی زمان بەشی ئینگلیزیت هەڵنەبژارد؟

- چونکە ئەوکاتە کۆلێژی زانست بەرزتربوو   (√) (0 خاڵ)

- چونکە ئەوکاتە بەشی ئینگلیزیم لەلا گرنگ نەبوو، چونکە خۆم لە ئینگلیزیدا باش بووم.

- حەزم لە ئینگلیزی نەبوو

14- بۆچی بیر لەوە ناکەیتەوە کە بۆ جارێکی تر کۆلێژێکی تر بخوێنیتەوە؟

- بەئارەزوو

- سەعیم پێ ناکرێت

- چیتر تاقەتی خوێندنم نەماوە   (√) (2 خاڵ)

15- حەز دەکەیت بڕوانامەکەت بگۆڕیت؟

- نەخێر   - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

16- ئێستا پەشیمانی کە کۆلێژی زانست (بەشی جیۆلۆجی)ت هەڵبژاردوەو کۆلێژی زمان (بەشی ئینگلیزی)ت هەڵنەبژاردوە؟

- نەخێر   - بەڵێ   (√) (1 خاڵ)

17- ئەگەر ئێستا بگەڕێیتەوە بۆ ئەو قۆناغەی پێشوو، چ بەشێك هەڵدەبژێریت؟

- هەمان بەش

- کۆلێژێکی نزمتر

- کۆلێژی زمان (بەشی ئینگلیزی)   (√) (2 خاڵ)

18- ئەگەر یەکێك لەم ڕێگا چارانەت لەبەردەستدابێت کامیان هەڵدەبژێریت؟

- قەناعەت بەو بەشە دەکەم کە تەواومکردوە

- سەرلەنوێ دەچم کۆلێژو بەشێکی تر دەخوێنم

- هیچیان   (√) (2 خاڵ)

19- ئەگەر بەشێکی تر بخوێنیت، بیر لەوە دەکەیتەوە ماجستێر بخوێنیت؟

- نەخێر   (√) (0 خاڵ)   - بەڵێ

20- بۆچی ناتەوێت ماجستێر بخوێنیت؟

- حەزم لێی نییە

- حەزم لەپیشەی مامۆستایی نییە   (√) (1 خاڵ)

●ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پێش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (%82,758)

جێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی لەسەر تاکی متمانەبەخۆنەبوو:

1- دۆزینەوەی کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

أ- سیستمی نواندن:

سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (هەستیی)، کە (5) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، (4) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، (1) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆرمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کەسێك دەکەوێت ئا یا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخ ساو قیا فەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	3
سەرنجڕاکێ شترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخ سارو بزەی سەر لێوان.	هە ستو نە ستی ڕاستەقینە.	3
ئە گەر ڕو بەڕوی کێ شەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێ شەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێ شەو چارە سەرکردنی دەکەیتەوە تا چارەسەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەی تەوە تا با شترین چارە سەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	1
با شترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موز یك‌و تێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێ شان یان نو سین یان دیزاین کردن یان درووومان دەبم.	2
لە سەر بنەمای کام لەما نە کراس یان کەڵو پەل دەکڕیت؟	ئامۆژ گاری‌و ڕاوبۆ چوونی کە سانی تر یان بەهۆی ناو بانگ یان مار کەی کەڵوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەڵوپەلە کەو گو نجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قو ماش‌و جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	2
ئە گەر گە شتێکت ئەنجا مدا یان چویت بۆ باخ چەیەك مەیلت بەلای کام لەما نەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەن گی باڵندەو سروشت.	خۆ شی ب ینین لە تەما شاکردنی دیمە نە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵ‌و هەڵمژینی هەوای سازگار.	2
زۆر ترین ئەو شتانەی کاری گەری نەرێنی ئەکە نە سەرت کات ێك چاوت بە کەسێك دەکەوێت و وتو ێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	لۆژیکی کە سی بەرامبەرو چۆنیەتی سەرپەر شتکردنی وتووێژەکە.	نا ڕوو نی لە ت ێڕوانینی بەرام بەر لەکاتی وتووێژکردندا.	هە ست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	3
پێت وایە کاریگەریت لەسەر خەڵکی ز یاتر دەب ێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی و شەی نەستەق.	جل‌و بەرگ‌و ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەم‌و پەژارەو خۆشییەکانیان.	3

زۆر ترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو یان و تنی گۆرانی یان لا سایی کرد نەوەی دەنگەکان.	نا ڕە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنە چونەوەی شوێنو ڕوخساری کە سانی تر بە ئاسانی.	نا ڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبو نەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	2
زۆر ترین ئەو و شانەی بەکاریان دێنـ یت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەما شاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخ سار، وا دیارە.	گر یمان، هە ست، هە ست دە کەم، وا بزانم، پێ شبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	3

ب. زمانی جەستە:

بە تێبینیکردنی زمانی جەستەی گەیشتینە ئەم ڕاستییەی کە کەسی خاوەن گرفت هەندێ جار پەنای بۆ نینۆك گەستن ئەبرد، کە ئەمەش نیشانەیە بۆ ئەوەی کە ئەو کەسەی بە بەردەوامی نینۆکەکانی دەگەزێتو توانای کۆنترۆڵکردنی ئەو نەریتەی نیە، ئەوە کەسێکە پڕە لە هەستی توندوتیژی لەناخیداو توشی شڵەژانێکی دەرونی وێرانکەر بووە، کە هۆکارەکەی خەڵکیە، بەڵام ناکرێت هەموجار هۆکاری نینۆك گەستن بگەڕێنینەوە بۆ حاڵەتی دڵەڕاوکێ، لێکۆڵینەوەکان دەریانخستوە ئەو کەسانەی تەمەنی لاوییان تێپەڕاندوە هۆکاری نینۆك گەزتنیان لە (90٪) دەگەڕێتەوە بۆ ناجێگیربونی هەستی خۆشەویستیو نەگونجانیان لەگەڵ ئەو ژینگەیەی تیایدا دەژین کە ئارامییان پێ نابەخشێت.

ت. دەنگ:

کەسی خاوەن گرفت خاوەنی دەنگێکی خێرابوو، کەئەمەش نیشانەیە بۆ ئەوەی ئەم کەسایەتیە بێ ئارامەو هەست بە ئاسایش ناکات، لە پەیوەندیدا کەسێکی شڵەژاوەو هەست بە نامۆییو تەنیایی دەکات. ناتوانێت بەئاسانی گوزارشت لەهەستی ڕاستەقینەی بکات، بەڵام سەرەڕای ئەمانە کەسێکی دڵسۆزو بە ئەمەكو حەز لە ناڕونیی ناکات.

توێژەر بەشێوەیەکی نەرم و نیان و دەنگێکی شێنەیی (کە لە قۆناغی ئەلفادا بوو) گفتوگۆی لەگەڵ خاوەن گرفت دەکرد و پاشان کاری لەسەر هیورکردنەوەو ئارامکردنەوەی بەرامبەر دەکرد (چونکە دەنگی خاوەن گرفت شڵەژاو و ناڕێك بوو)، تاوەکو هەنگاو بە هەنگاو بەرامبەریشی گەیاندە قۆناغی ئەلفا لەمیانەی چاوپێکەوتنەکاندا.

2- هاوتاکردنی کەسایەتیمان لەگەڵ کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لەڕوی سیستمی نواندنەوە توانیمان ئاوێتەی جوڵەی جەستەو ئاوازەی دەنگە دەربڕاوەکانی بەرامبەر ببینو کۆنترۆڵی ئەو وێنەو بیرۆکەو کردارە نەرێنیانە بکەین کە لەمێشكو ڕەفتاری

بەرامبەردا دروستبونو چەسپابون، واتە توانیمان بەهاوشێوەی ئاوازەی دەنگو سیستمی نواندنو جوڵەی جەستەی بجولێینەوە کە کاریگەری ئەرێنی لەسەر بەرامبەر دەبێت.

3- پێشەوایەتیکردن:

لەم قۆناغەدا کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە ڕابەرایەتی تاکی بەرامبەر بکرێت، بەتیشك خستنەسەر کۆنتڕۆڵکردنی عەقڵی بێ ئاگایی بەرامبەر، ئەمەش بە لەکارخستنی عەقڵی بەئاگای، کە لەم ڕێگەیەوە بیرۆکەکانمان دەخزێنینە عەقڵی بێ ئاگایەوە، ئەمەش بە چەند جار دووپاتکردنەوەی وتەو دەستەواژەکانمان بە شێوازی جیاواز، بەلاَم جەختکردنەوە لەسەر هەمان مەبەست، لەگەڵ ڕەچاوکردنی بەکارهێنانی وشەو ڕستەی کاریگەرو پڕ سۆزو ڕێز لەبەرامبەر، کە ئەمەش لەڕێگەی چەندین دانیشتنەوە ئەنجامدەدرێت، بەلاَم ئێمە لێرەدا تەنها کۆی گشتی گفتوگۆکان دەخەینەڕوو.

دەقی چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ و گفتوگۆکردن بە جێبەجێکردنی پرۆگرامی زما نەوانی دە ماریی لەسەر کەسی متمانەبەخۆنەبوو:

توێژەر: ئەتوانی کێشەکەی خۆتمان بۆ باس بکەیت؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: من لەقۆناغی سەرەتاییەوە یەکێك بووم لە خوێ ندکارە ز یرەك و سەرکەوتوەکان، هەموو ساڵێك بەخشراوی گشتی بووم لە سەرجەم وانەکا ندا، هەموو قۆنا غەکانی خوێندنم لەکاتی خۆیدا بڕی، جگە لەوەی لە تەمەنی (5) ساڵیەوە خراومە تە بەرخوێ ندن، بەلاَم لە ساڵی (1995)دا لەقۆناغی شە شەمی ئا مادەیی نمرەی (87)م بەدە ستهێناو کۆلـێژی زاذ ست (بە شی جیۆ لۆجی) وەریـگرتم، ئەوکات لە فۆڕمەکە مدا تەنها ئەو کۆلێژا نەم پڕ کردەوە کە لە سنوری سلیمانیدابون، هەربۆ یە لە ساڵی (1999)ەوە تاوەکو ئێـستا من دڵـتەنگ و نیگەرانم بەو بڕوانامەیەی بەدەستم هێناوە، چونکە هەرگیز حەزم لێی نەبوە.

توێژەر: هۆکاری چی بوو کە ئەو نمرەیەت هێنا؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: هۆکارەکەی ئەوەبوو متمانەم بەخۆم نەبوو، هەمیشە وەلاَ مە ڕا ستەکەم ئەنوسی و ئەمکوژاندەوە.

توێژەر: خۆت حەزت لە چ کۆلێژێك بوو؟

کەسی متمانە بەخۆنەبوو: هەموو مامۆستاکان دەیانوت تۆ ئاستی کۆلێژی پزیـشکیت هە یە و ئەو کۆلێژە بەدەستدەهێنیت، بەلاَم من هەرگیز حەزم لە کۆلـێژی پزیـشکی نەبوەو حەزم لە کۆلـێژی ئەندازیاری بوو.

تو یژەر: بۆ چی لەفۆڕمەکە تدا کە کۆل یژی زانستت پڕ کردەوە یە کەم شوێن بە شی جیۆلۆج یت نوسی و بەشی بایۆلۆجی یان کیمیا یان بەش و کۆلێژەکانی ترت نەنوسی کە بەرزتر بوو؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: لەبەر ئەوەی خو شکەکەم فۆڕمە کەی بۆ پڕکرد مەوەو و تی بە شی جیۆلۆجی لە کۆلێژی ئەندازیارییەوە نزیکە.

تویژەر: تۆ کە ئەوەندە خوێندکارێکی بلیمەت بویت، بۆچی لە (دە یەکەم)ەکەی بە شی جیۆ لۆجی نەبویت کە چوارساڵەکەت تەواوکرد؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: چونکە زۆرم ڕق لەبە شەکەم بوو، بۆ یە هەرگیز حەزم نەکردوە بەردەوامی بە خوێندن بدەم لەو بەشەدا.

تو یژەر: هەوڵتداوە قەنا عەت بەخۆت بکەیت و دوا جار ڕازی ب یت بەو بڕوانامە یەی بەدە ستت هێناوە؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: بەڵێ، زۆریش، بەڵام بێ سودە، چونکە نەك تەنها هەر حەزم لێی نی یە، بەڵکو زۆریشم ڕق لێیەتی.

تویژەر: تۆ ئێستا کە فەرمانبەرێکی حکوم یت، خاوەنی کارو پیشەی خۆت یت، ئیتر بۆ بیر لەوە دەکەی تەوە کە چ بە شێکت هێ ناوە، چونکە هەر بە شێکت بهێنا یە ئەوە هەروەك ئێ ستا فەرمانبەرێکی حکومی ئەبویت؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: ئاخر ئێ مە ئێ ستا تەنها وەك فەرمانبەرێك وا ین لە فەرمانگە حکومیەکاندا، بەڵام ئە ندازیارەکان بەو چە شنەنین، ئێمە هەمی شە خوار ئە ندازیارەکان مامە ڵە دەکرێن.

تویژەر: گرفتی ئەو بەشە چییە کە تەواوتکردوە؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: دەرچوانی ئەو بە شە دانا مەزرێن و هەروەها ئەو کارا نەی تایبە تە بە دەر چوانی بە شی جیۆ لۆجی نادر ێت بەوان و ئە سپێردرێت بە ئە ندازیارەکان، وا تە بە هەموو شێوەیەك حکومەت مافیان دەخوات و ئاستی بەشەکەی نزمکردۆتەوە.

تویژەر: تۆ کە هێندە ڕە شبینیت بەرامبەر ئەو بە شەی تەواوتکردوە، بۆ چی سەرلەنوێ دە ست بەخوێندن ناکەیتەوە لە بوارێکی تردا؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: چیتر تاقەتی سەعیکردن و تاقیکردنەوەم نەماوە.

تویژەر: کەواتە تۆ ناتەوێت چارەسەری کێشەکەت بکەیت؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: بەڵێ ئەمەوێت، بەڵام تازە کات بەسەرچوە.

تو یژەر: لەبری ئەوەی هەموو کا تەکانی ژیا نت بە پە شیمانی و خە مەوە بە سەربەریت، بۆ سەرەتایەکی نوێ دەست پێناکەیتەوە؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: دەستپێکردنەوە لەسەرەتاوە هەروا ئاسان نییە.

توێژەر: بۆچی ئاسان نییە؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: لەبەر ئەوەی من تە مەنم لە خوێ ندکارەکانی تر گەورەترەو لەهەمانکاتدا بەدڵنیاییەوە ئەوان لە من زیرەکتر ئەبن.

توێژەر: تۆ هەست ناکەیت هەرجارەو پاساوێك ئەهێنیتەوە بۆ خۆدزینەوە؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: (هیچ وەڵامێکی نەبوو، هەروەها غەمگینی باڵی بە سەر ڕوخ ساریدا کێشابوو)

تو ێژەر: ئەتوانی ڕا ستی د ڵی خۆ تمان پێ بڵێ یت و هەموو ئەو بیانوا نەم لە خاڵێ کدا بۆ کۆبکەیتەوە، کە تۆ ترسی ڕاستەقینەت لەچییە؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: متمانەم بەخۆم نییە

توێژەر: ئەگەر دووبارە بخوێنیتەوە ئەوە چ بەشێك هەڵدەبژێریت؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: بەشی ئینگلیزی

توێژەر: ئەی بۆ کۆلێژی ئەندازیاری هەڵنابژێریت کە سەرەتا ئاواتەخوازی بویت؟ ئەی بۆ سەرەتا بەشی ئینگلیزیت هەڵنەبژارد کە خوار کۆلێژی زانست بوو؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: لەئێستادا هەرگیز بیر لە کۆلێژی ئەندازیاری ناکەمەوە، چونکە بەهۆی کارەکەمەوە لە ئەنجامی مامەڵەکردنم لەگەڵیاندا ئاسودەنەبووم بە هەڵسوکەوتیان، هەروەها بۆ یە بەشی ئینگلیزیم هەڵنە بژارد، چونکە کۆلێژی زانست بەرزتر بوو، وە ئەوکات بە شی ئینگلیزی هێندە گرنگ نەبوو، وە خۆشم لە ئینگلیزیدا باشم.

توێژەر: بۆچی ئەو هەموو غەم و خەفەتە لەیادناکەیت و بە گە شبینیەوە دە ست پێ بکەیتەوەو ئەمجارە تۆڵەی ئەو خەفەتەی پێشوت بکەیتەوە، لە هزری خۆ تدا وا یدابنێ کە تۆ خوێ ندکارێکی یەکەمجارتە ئەچیتە زانکۆ؟

کە سی متمانەبەخۆ نەبوو: (خاوەن گر فت هیچ وەڵامێ کی نەدا یەوەو ب ێدەنگ بوو، کە ئە مە سەرەتایەك بوو لە لا یەن تو ێژەرەوە بۆ وردە وردە دزەکرد نە ناو هە ست و نە ستی خاوەن گرف تەوە، کە سی خاوەن گر فت سوربونی لەسەربۆ چونە بێ ب نەماکانی کەمێك بەرەو کزی ڕۆی شتبوو، هەربۆ یە ل ێرەدا تو ێژەر بەردەوام ئەو ڕ ستەو دە ستەواژانەی دووپا تدەکردەوە کە کاریگەری هەبوو لەسەر پرۆگرامکردنی عەقڵی بەرامبەر، هەروەها ئا ماژەکردن بۆ ئەو ڕا ستیەی ئەگەر پێشتر بیری لەو چارەسەرە بکردایەتەوە ئێستا دەرچوی ئەو بەشە نوێیە ئەبوو، بۆ یە تاکی بەرام بەر بڕیار یدا دوو بارە خوێند نەوەی لە بە شی ئینگلی یزی لە زانکۆ یەکی ئەهلی دە ست پێبکاتەوە، کاری توێژەر لێرەدا کۆتایی پێ نەهات، بەڵکو ئەمجارە هەوڵی دەدا بەرامبەر قایل بکات تاوەکو نمرەی بەرز بەدە ستبهێنێت و ریزبە ندەکانی پێ شەوە بەدە ستبهێنێت، ئەویش لەڕێگەی

هاندانێکی زیاد لەپێوست، چونکە خاوەن گرفت کێشەکەی ئەوەبوو متمانەی بەخۆی نەبوو، بۆ یە پێویستی بەهاندانێکی زۆر بوو).

تو یژەر: ئێ ستا تۆ کە لە سەرەتاوە دە ست پێدەکەی تەوەو خوێ ندکاری قۆ ناغی یە کەمی بە شی ئینگلیزیت، ئامانجت لەم بڕیارەت چییە؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: ئامانجم ئەوەیە دواجار بڕوانامەکەم بگۆڕم.

توێژەر: ئەی بۆ ئا مانجێکی مەزنتر لەوە بەخۆت نابەخشیت، ئەویش ئەوە یە کە نمرەی بەرز بەدەستبهێنیت و دواجار بەرەو خوێندنی بالآ پەل بکێشیت؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: سەرەتا من ناتوانم نمرەی بەرزتر لەخوێندکارەکانی تر بەدە ستبهێنم، چونکە من بەیانیان لەدەوامم و زۆر ماندوئەبم چونکە کارەکەم مەیدانییە، هەروەها لە دەوا مەوە ئەڕۆم بۆ زانکۆ و سەعات (9)ی شەو ئەگەڕێمەوە، جگە لەوەش من حەز بە پیشەی مامۆ ستای ناکەم، تاوەکو نمرەی بەرز بەدەستبهێنم بۆ ئەوەی بڕوانامەی بەرزتر بەدەستبێنم.

توێژەر: هەرگیز بەدە ستهێنانی نمرەی بەرز بە سەعی زۆر نەبوە، مرۆڤ ئە گەر مەبە ستی بێت ئامانجێك بەدە ستبهێنێت، ئەوە بە سوربون و کۆشـ شکردنی خۆی لە سەر ئەو ئاما نجە بەدە ستی دەهێنێت... تۆ ئەڵێیت من حەز بە مامۆستای ناکەم، بەڵام ئایا ڕازیت بەو ژێر دە ستیەی کە وەك فەرمانبەرێك وایت، لەکاتێکدا مامۆستا خۆی گەورەی خۆیەتی؟

کەسی متمانەبەخۆنەبوو: ڕاستە

*** دوا جار کە سی خاوەن گر فت قۆ ناغی یە کەمی بە شی ئینگلیزی تەواوکرد بە ڕیزبە ندی سێهەم، کە بەهۆی چەند پۆینتێکی کە مەوە ئەو ڕیزبە ندەی بەدە ستهێناوەو لەپێشتر نەبوە، و ئێستاش خوێندکاری قۆناغی دووەمە، وە لە ئێستادا کار لەسەر ئەوە دەکات کە ئەمساڵی خوێندنی ڕیزبەندی یەکەم بەدەستبهێنێت، هەروەها لەبەرنامەیدا هەیە کە دوای تەواوکردنی بەکالۆریۆس ما ستەر بخوێنێت، هەروەها خاوەن گر فت تەواو پەیوە ست بوە بە خوێندنەکە یەوە، تەنا نەت ئەگەر ناساغ بێت مۆڵەت لە دەوامی بەیانیان وەردەگرێت، بەڵام دوانیوەڕوان ئە چێت بۆ زانکۆ، تاوەکو هیچ ڕۆژێکی لەدە ست نە چێت، تەنا نەت لە و تەو ئا خاوتن و دە نگ و پێکەنینەکە یەوە تێبینی دەکرێت کە تاك زۆر ئاسودەیەو خاوەنی ئامانجێکی ڕونەو تا لە توانا یدا هەبێت کۆشـ شی بۆ دەکات، هەروەها لە ئێستادا خاوەنی متمانە یەکی تەواوە بەخۆی کە ئەزانیت ئا ستی زیرە کی خۆی سەرباری نەبونی کاتیش، لە هاوپۆلەکانی بەرزترە.

جێبەجێکردنی تیۆری ئەلبیرت ئەلیس بەشێوەیەکی پراکتیکی:

لەم قۆناغەدا گشت ئەو هەنگاوانە جێبەجێدەکرێت کە لە نمونەی یەکەمدا خستمانەڕوو دەربارەی تیۆرەکەی ئەلبیرت ئەلیس. لێرەدا چارەسەرکردنی ئەلبیرت ئەلیس بەشێوەیەکی پڕاکتیکی و خشتە دەخەینەڕوو:

خشتەی چارەسەرکردنی کەسیمتمانەبەخۆنەبوو بەپێی تیۆری ئەلبیرت ئەلیس

A ڕوداوەکان	B دروستبونی بیروباوەڕە هەڵەکان	C پەرچەکردار (دەرەنجامی بیروباوەڕە هەڵەکان)	D بەدرۆخستنەوەو ڕاستکردنەوەی بیروباوەڕە هەڵەو ناعەقلانیەکان	E جێگرتنەوەیان بە بیروباوەڕی دروستو عەقلانی
- باس لەو مە سەلانە بـ کە کە پێتوایە هۆ کارن بۆ متما نە بەخۆنەبونت.	- ئەو بیرو باوەڕە هە ڵەو نادرو ستو ناعەقلانیانە بخەڕو کە لەدەرەنجامی متما نە بەخۆ نەبونت هاتنەکایەوە.	- جۆری ئەو پەرچەکرداره دیاری بـ کە کە لە دەرە نجامی بیروباوەڕەکا نت هاتەکایەوە.	- داوا لە کە سی متمانەبەخۆ نەبوو دەکر ێت بەرەنگاری بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلاّنـ یەکانی ببێ تەوە لەڕێ گەی بەکارهێنانی و شەی (بۆچی؟)	- ئەو بیرو باوەڕە عەقلانیو درو ستانە بخەڕو کە پێ چەوانەی بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلانیەکانە.
دوو بارە دە ست پێکرد نەوە بە خوێ ندن کارێکی قورس و مەحاڵە.	کێ توانای هەیە بە تەمەنێکی گەورەوە دووبارە لە گەڵ ئەو تە مەن منالا نەدا بخوێنێتەوە.	ئە گەر دوو بارە بخوێنم و شک ست بەدە ستبهێنم بەدڵنیاییەوە ئە بمە گاڵتەچی هاوڕێکانم.	بۆچی دەبێت هەموو تە مەنت بەخە فەت و پە شیمانیەوە بە سەربەریت، لەبری ئەوە بۆ بیر لەگۆڕینی بڕوانامە کەت ناکەیتەوە؟	چیتر خە فەت ناخۆم و ژ یانم بە پە شیمانیەوە بەسەرنابەم، سەرلەنوێ دە ست بەخوێ ندن دەکە مەوە لەبە شێکی ترو هەمو هەوڵێك ئەدەم بۆ ئەوەی سەرکەوتوبم .
کەسێکی بەد بەخت بووم لە خوێند ندا، مرۆڤیش یەکجار بەختی خۆی تاقیدەکاتەوە.	تا ماوم ئەم بە شی جیۆلۆجـ یە لەمن نابێ تەوە، بۆ تە سەرابێك بەشوێنمەوە.	هەست بە نیـگەرانی دە کەم چونکە چەندین بڕوانا مەی تریش بەدە ست بهـ ێنم ناتوانم ئەو	بۆ چی بە شی جیۆ لۆجی لەکۆڵت نابێ تەوە؟ بەڵکو دە ست پێکرد نەوەت بە خوێ ندن دەبێ تە	خۆم ڕزگاردە کەم لەو بڕوانامە یەی پێ شترم و لەبری ئەوە بە بڕوانامە یەك شوێنی ئەگر مەوە کە ئەویش

		ڕا ستیه ب گۆڕم كه من دەر چوی ئەو به شەم و سەرەتا ئەو به شەم بەدەستهێناوه.	هۆی گۆڕینی بڕوانامەکەت.	زمانی ئینگلیزییه.
بەیانیان لەدەوامی فەرمیم و ئەوکات دواڼ یوەڕوانیش خوێ ندکار دەبم، بۆ یه خوێ ندنم پێ تەواوناکرێت و شکست دەهێنم.	ئه گەر دو باره بخوێن مەوه هیچ کاتم ناب یت بۆ سەعیکردن و تاقیکرد نەوه، بەدڵنیاي یەوه شکست دەهێنم.	نەبونی کات نی گەرانی کردوم، بەلام گرنگ ئەوه یه که لەدەوام دەگەڕێمەوه هه ست بەخۆ شی دە کەمو بەدڵی خۆم پ شوو دەدەم.	بۆ چی دەوا مه فەرمیەکەت دەکەیت بەکێ شه، چەندین خوێ ندکار لەیەککا تدا کار ده کەن و دەشخوێنن؟	ئەبێت ورەم بەرزبێتو نەتر سم، م نیش وەك سەرجەم ئەو خوێندکارا نەی تر که دەوام دە کەن و ده شخوێنن و سەرکەوتنیش بەدە ست دەه ێنن جارێکی تر دە ست بەخوێ ندن دەکەمەوه.
خوێ ندکاری لەمن زیرەکتر هەیه.	ئەو خوێندکارا نەی تە مەنیان له من م ناڵتره دڵن یام سەرکەوتن بەدە ستدەهێنن، چونکه ئەوان مێ شکیان سافەو ماندونەبوه.	زۆر نی گەرانم چونکه هەر شتەو لەکات و تە مەنی خۆیدا خۆشه، کاتی م نیش بەسەر چوو بۆ خوێندن.	بۆ چی سەرکەوتن بەدە ست ناهێن یت؟! لەگەڵ ئەوەی خۆت ئینگلیزییه کەت با شه، ئەزمونی شت له خوێ ندکاره تازەکان زیاتره؟	کەوا تە ئیتر پەره به ز مانی ئینگلا یزی دەدەمو، دەب ێت سەرکەوتنی شی ت یادا مسۆگەر بکەم.
سەعی کردنو تاقیکرد نەوه زۆر ناخۆشو جێ گەی سڵەمینەوەن.	کێ توا نای هه یه سەرلەنوێ خۆی گیرۆده ب کات به سەعی و تاقیکرد نەوەوه، هەرگیز جارێکی تر خۆم توش ناکەمەوه.	شکور بۆ خودا زۆر ئا سودەم که خوێندنم تەواوکردو ڕز گارم بوو له تاقیکرد نەوەو سەعیکردن.	بۆ چی لەتاقیکرد نەوه دەترسیت، لەکاتێکدا ئه گەر به شەکه بەدڵی خۆت ب یت و زاڵ ب یت به سەر بابەتەکاندا؟	مادام خۆم که سێکی جددیم لەکارەکا نمداو ئینگلیزییەکه شم با شەو، به شەکەش بەدڵی خۆ مه ئیتر بۆ بتر سم، هیچ پێوی ست به ترسو د ڵەڕاوکێ ناکات.

ڕە شبینی بەرامبەر بە هەمو بوارێکی خوێندن.	ئە گەر بە شێکی تریش بخوێنمەوە دوو بارە شکست دەهێنمەوە، ئەوکا تە بەر گەی دوو شکست ناگرم.	شک ستهێنان هەروا ئا سان نی یە، بۆ یە ئەمجارە ئەمرم.	بۆ چی متما نەت بەخۆت نی یە، ئەوا نەی سەرلەنوێ دەخوێنەوە و سەرکەوتن بەدە ستدەهێنن هیچیان لە تۆ ز یاتر نیە؟	ئەمجارە بە ئارەزوی خۆم و بەو پەڕی قەناعە تەوە بە شەکەم هەڵدەبژێرم، بۆیە هیچ بەربە ستێك ڕێ گە لە سەرکەوتنم ناگرێت.

- سەبارەت بە (Feed back) واتە (F) بەپێی تیۆرەکەی ئەلیس خۆی لە بەدواداچونی بەردەوامماندا بینیوەتەوە بۆ سەرپەرشتیکردنی گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەباری نەرێنیەوە بۆ باری ئەرێنی.

- ئەم نمونەیە پێویستی بە فۆڕمی ڕاپرسی پاش چارەسەرکردن نییە، لەبەرئەوەی بەشێوەیەکی دیارو ئاشکرا خاوەن گرفت گۆڕانی بەسەرداهاتووەو ڕێگایەکی نوێی هەڵبژاردوە بۆ چارەسەرکردنی کێشەکەی، ئەنجامەکەش بەڵگەیە بۆ ئەم ڕاستییە.

(1/3 4) نمونەی چوارەم: ترس لە ئۆتۆمبیل لێخوڕین

نمونە	ڕەگەز	تەمەن	باری کۆمەڵایەتی	ئاستی خوێندەواری	پیشە
ترس لە ئۆتۆمبیل لێخوڕین	مێ	25 ساڵ	سەڵت	بەکالۆریۆس	مامۆستا

★ کێشەی تاکی خاوەن ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین ئەوەیە کە بەردەوام ترس‌و نیگەرانی هەیەو هەستدەکات ئۆتۆمبێل لێخوڕین بەرەو مەرگی دەبات، بۆیە هەرگیز هەوڵی نەداوە فێری لێخوڕینی ببێت، هەروەها پەنای بۆ هیچ کەسیش نەبردوە بۆ ئەوەی چارەسەرێکی بۆ بدۆزێتەوە تا بەسەر ترس‌و دودڵێدا زاڵبێت. کەسی خاوەن گرفت هۆکاری ئەو بارە دەرونیەی بۆ ساڵانێك گەڕاندەوە کە

لەدوای کۆچی دوایی باوکی بە ڕوداوی هاتوچۆ دوچاری بۆتەوەو بەوهۆیەوە ڕقی لە لێخوڕینی ئۆتۆمبێل بوە، ئەو ڕوداوەش بۆتە گرێیەکی ناخۆش لەژیانیدا کە هەمیشە ترسی لا دروستکردوە . لەڕێگەی فۆرمێکی ڕاپرسیەوە کە لەپێش‌و لەپاش قۆناغی چارەسەرکردن پێشکەش بەکەسی خاوەن گرفت کرابوو، کەسی خاوەن گرفت گوزارشتی لە ترسی خۆی کرد بەر لە دەستپێکردنی قۆناغی چارەسەرکردن، کە لەگەڵ بینینی هەر ڕوداوێکی هاوچەشن کە بەسەر باوکیدا هاتوە ترسەکەی بەڕێژەیەکی بەرچاو زیادیکردوەو تا توانیبێتی فێربونی لێخوڕینی ئۆتۆمبێلی لە هزری خۆیدا سڕیوەتەوە، هەروەك لەکاتی تەنهاییدا نەیتوانیوە وێنەی ڕوداوەکە لەمێشکیدا بسڕێتەوە، بەڵکو بەبەردەوامی هاتۆتەوە بەرچاوی، ئەوەش بۆتە دیوەزمەیەك لەناخیدا کە هەرگیز ڕێگەی نادات بەسەر ترسەکەیدا زاڵبێت، بەڵام لەپاش قۆناغی چارەسەرکردن گۆڕانکاریەکی بەرچاو لە بیرکردنەوەی کەسی خاوەن گرفتدا ڕویدا، چونکە وەڵامی باش‌و ئەرێنی بۆ ئەو هەنگاوانە هەبوو کە لەمیانی دیدارەکانماندا لەگەڵی دەمانخستەڕوو، کە ئەنجامێکی باشی بەدەستەوەدا لەڕووی هەستکردنی بەئارامیی زیاترو کەمبونەوەی ڕێژەی ترس‌و زیاتر متمانە بەخۆبونی، ئیتر هەوڵەکانی خستەکار بۆ ئەوەی لە ڕێگەی نوسینگەکانی فێربونی ئۆتۆمبێل خۆی فێری لێخوڕین بکات، چونکە بەپێویستیەکی ژیانی زانی کە بەبێ بونی ئەو ئامرازە دوچاری زەحمەتکێشانی زۆر بۆتەوەو ئاستەنگیشی بۆ دروستبوە لە ڕاییکردنی کارو ئەرکەکانیدا. ئەم نمونەیە ماوەی (پێنج مانك و نیو)ی خایاند.

فۆڕمی ڕاپرسی

فۆڕمی ڕاپرسی پێش چارەسەرکردن:

ئەو پرسیارانەی لەم فۆرمی ڕاپرسیەدا هاتووە تایبەت نین بەکەسێکی دیاریکراو، بەڵکو زۆرن ئەو کەسانەی دوچاری هەمان حاڵەتی ترس بونەتەوە، بۆیە داوا لە بەڕێزتان دەکەین بەشێوەیەکی ڕاستو دروست وەڵامی گونجاو لەگەڵ باری دەرونیتان هەڵبژێرن بەدانانی نیشانەی (√) لەبەردەم وەڵامی دروستدا.

ناو: ش. م. ع

تەمەن: 25 ساڵ

رەگەز: مێ

باری کۆمەڵایەتی: سەڵت

ئاستی خوێندەواری: بەکالۆریۆس

پیشە: مامۆستا

1- تاچەند ڕوداوی هاتوچۆ ترسی لە ناخت دروستکردوە؟

- هیچ ترسی دروست نەکروە
- ترسی کەمی دروستکردوە
- ترسی زۆری دروستکردوە
- ناخی هەژاندوم (√) (3 خاڵ)

2- ئایا توانیوتە بەسەر ترست لە ئۆتۆمبێلدا زاڵبیت؟

- بەڵێ
- کەمێك
- نەخێر (√) (2 خاڵ)

3- ئایا هیچ پلانێکت داڕشتوە بۆ ڕوبەڕوبونەوەی ئەو ڕوداوانەی هەستی ترسی لەناختدا دروستکردوە؟

- بەڵێ - نەخێر (√) (1 خاڵ)

4- هەموو ڕوداوێکی هاتوچۆ ترسو کاریگەری لەناختدا دروست ئەکات؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

5- حەز لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین ئەکەیت؟

- بەڵێ - نەخێر (√) (1 خاڵ)

6- ئایا لەکاتی بینینی ئۆتۆمبێل ڕوداوی پێکدادانت دێتەبەرچاو؟

- نەخێر

- هەندێ جار

- بەڵێ (√) (2 خاڵ)

7- لەکاتی سەرکەوتنی تاکسی هەست بە ترس ئەکەیت لە ئەگەری ڕودانی پێکدادان؟

- هەندێ جار

- نەخێر

- بەڵێ (√) (2 خاڵ)

8- ئایا هەست بە دڵتەنگی ئەکەیت کە ڕوداوێکی دڵتەزێن ئەبینی؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

9- هەست ئەکەیت ئۆتۆمبێل هۆکارێکە بۆ گیان لەدەستدانی زۆربەی خەڵك؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

10- پێتوایە ئۆتۆمبێل ئامرازێکی پێویستە لە ژیانی ڕۆژانەدا کە دەبێت هەموو کەس هەیبێت؟

- بەڵێ

- نەخێر

- هەندێ جار پێویستە (√) (2خاڵ)

11- هەست بەنیگەرانی ئەکەیت کە ئەبیستی کەسێك بە ڕوداوی هاتوچۆ گیانی لەدەستداوە ئەگەر کەسەکەش نەناسیت؟

- هەندێ جار

- نەخێر

- بەڵێ (√) (2 خاڵ)

12- ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین کاری کردۆتەسەر متمانە بەخۆبونت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

13- لەکاتی پەڕینەوە بەسەر شەقامدا ترست هەیە لەوەی ئۆتۆمبێل بتشێلێت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

14- کە ئۆتۆمبێل ئەبینیت لەسەر شەقامو کۆڵانو شوێنە گشتیەکان پێشبینی ڕودانی کارەساتی دڵتەزێن ئەکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√)(1 خاڵ)

15- ئەگەر ئۆتۆمبێلێکی مۆدێل بەرز ببینیت یان لەناوی دابنشیت حەزی خاوەنداریێتیت لەناخدا بۆ دروست ئەبێت؟

- هەندێ جار

- بەڵێ

- نەخێر   (√) (2 خاڵ)

16- ئایا ڕۆژێك لەڕۆژان بە مێشكتدا هاتوە خۆت فێری ئۆتۆمبێل لێخوڕین بكەیت؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√) (1 خاڵ)

17- لەكاتی پێویستدا پەنات بۆ كەسانی خاوەن ئۆتۆمبێل بردوە تا كارو ئەركەكانت جێبەجێ بكەیت؟

- بەڵێ

- نەخێر

- زۆر جار   (√) (2 خاڵ)

18- هەست ئەكەیت بەبێ ئۆتۆمبێل كارەكانت قورس ئەڕوات‌و زۆر ماندو ئەبیت؟

– نەخێر   - بەڵێ   (√) (1 خاڵ)

19- هەست ئەكەیت نوسینگەكانی فێربونی شۆفێری ڕۆڵی ئەرێنی ئەگێڕن لەڕەواندنەوەی ترس‌و دڵەڕاوكێ لەلای فێرخواز؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√)(1 خاڵ)

20- ئەگەر ئۆتۆمبێلێكت بدرێتە دەست جورئەت ئەكەیت لێی بخوڕیت؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√)(1 خاڵ)

21- باوەڕت بە قەزاو قەدەر هەیە كە هۆكاری سەرەكییە بۆ ڕودانی هەر پێكدادانێك یان كارەساتێك؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√)(1 خاڵ)

22- كە سواری ئۆتۆمبێل ئەبیت ناوی خوای گەورە ئەهێنیت‌و وردی پارێزگاری ئەخوێنێت؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√)(1 خاڵ)

23- ئەگەر لەكاتی باو بۆراندا سەفەرت لەپێش بوو بۆ شارێكی تر، ئەو سەفەرە ئەنجام ئەدەیت؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√)(1 خاڵ)

24- پەنابردنی بەردەوامت بۆ كەسانی دەوروبەر بۆ ڕاییكردنی كارەكانت بە ئۆتۆمبێلەكانیان هەستی شەرمەزاریت لەلا دروست ئەكات؟

- بەڵێ

- نەخێر

- هەندێ جار   (√)(2 خاڵ)

25- بڕوات بەخۆت هەیە كە ڕۆژێك بێت ترست نەمێنێت‌و ئۆتۆمبێلی خۆت لێبخوڕیت؟

- بەڵێ

- نەخێر (√)(1 خاڵ)

- لەوانەیە

26- ئەگەر لەشوێنی شۆفێر دابنشیت‌و دەستەکانت بە سوکانەوە بگریت، هەست ئەکەیت چیت بەسەر دێت؟

- زۆر ئاسایی ئەبم

- هەست بە شڵەژان ئەکەم

- کۆنترۆڵی خۆم لەدەست ئەدەم

- هەموو لەشم ئەلەرزێ (√) (3 خاڵ)

27- خواستی فێربونی لێخوڕینی ئۆتۆمبێل ئەکەیت لە ڕێگەی نوسینگەکانی فێربونی شۆفێرییەوە؟

- بەڵێ - نەخێر (√)(1 خاڵ)

28- هەست ئەکەیت لێخوڕینی ئۆتۆمبێل لەزەتی هەیەو ئاسودەیی ئەبەخشێت ئەگەر پابەندی ڕێنمایەکانی هاتوچۆ بیت؟

- بەڵێ - نەخێر (√)(1 خاڵ)

29- ئۆتۆمبێل چی ئەگەیەنێت لەلای تۆ؟

- ئامرازی جوانی‌و خۆلەبایی بونە

- پێویستی ڕۆژگارە

- کەرەستەی گواستنەوەیە

- مەرگ بەخشە (√)(3 خاڵ)

- **ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پێش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (%100)**

جێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی لەسەر تاکی خاوەن ترس لە لێخوڕینی ئۆتۆمبێل:

1- دۆزینەوەی کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

أ. سیستمی نواندن:

سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (هەستی)ی، کە (5) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، (2) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، (3) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆڕمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کە سێك دە کەوێت ئا یا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخ ساو قیا فەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	3
سەرنجڕاکێ شترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخ سارو بزەی سەر لێوان.	هە ستو نە ستی ڕاستەقینە.	3
ئە گەر ڕو بەڕوی کێ شەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێ شەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێ شەو چارە سەرکردنی دەکەیـتەوە تا چارە سەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەیـتەوە تا با شترین چارە سەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	1
با شترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیـشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موز یكو ت ێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێ شان یان نو سین یان دیزاین کردن یان درووستکاری دەبم.	3
لە سەر بـ نەمای کام لەما نە کراس یان کەڵو پەل دەکڕیت؟	ئامۆژ گاریو ڕاوبۆ چوونی کە سانی تر یان بەهۆی ناو بانگ یان مار کەی کەڵوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەڵوپەلە کەو گو نجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قو ماشو جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	2
ئە گەر گە شتێکت ئەنجا مدا یان چویت بۆ باخ چەیەك مەیلت بەلای کام لەما نەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەن گی باڵندەو سروشت.	خۆ شی بـ ینین لە تەما شاکردنی دیمە نە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵو هەڵمژینی هەوای سازگار.	3
زۆر ترین ئەو شتانەی کاریـ گەری نەرێنی ئەکە نە سەرت کات ێك چاوت بە کەسێك دە کەوێت و وتو ێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	لۆژیکی کە سی بەرامـبەرو چۆنیەتی سەرپەر شتکردنی وتووێژەکە.	نا ڕوو نی لە تـ ێڕوانینی بەرامـ بەر لەکاتی وتووێژکردندا.	هە ست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	1

پێت وایه کاریگەریت لە سەر خەڵکی ز یاتر دەبێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی و شەی نەستەق.	جلو بەرگو ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەمو پەژارەو خۆشییەکانیان.	1
زۆر ترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو یان و تنی گۆرانی یان لا سایی کرد نەوەی دەنگەکان.	نا ڕە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنە چونەوەی شوێنو ڕوخساری کە سانی تر بە ئاسانی.	نا ڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبو نەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	2
زۆر ترین ئەو و شانەی بەکاریان دێنیت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەما شاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخ سار، وا دیارە.	گر یمان، هە ست، هە ست دە کەم، وا بزانم، پێ شبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	3

ب. زمانی جەستە:

بە تێبینیکردنی زمانی جەستەی گەیشتینە ئەم ڕاستیانەی لای خوارەوە:

هەروەك ئاماژەمان پێکرد کە سیستمە نواندنی تاك سیستمی هەستییە، هەروەها ئاماژەکانی چاوی لەکاتی وەیادهێنانەوەی ڕوداوو یادەوەریە تاڵەکان بەئاڕاستەی گۆشەی نزمی لای (چەپ) دەچونو، لەکاتی باسی هەستکردنی بەترسو زاڵبونیشی بەسەریدا چاوەکانی بەلای گۆشەی بەرزی (ڕاست)دا دەجولاً، ئەمە جگە لەوەی لەکاتی قسەکردنیدا لێوەکانی دەگەست کە ئاماژەبون بۆ ترسو نیگەرانی. لەهەمانکاتدا زۆربەی کات تاك لەکاتی ئاخاوتندا پەنای بۆ ئەوە دەبرد کە سەری دادەنەواند (سەرخوارکردنەوە) کە ئەمە لێرەدا ئاماژەیە بۆ بوونی حاڵەتێکی نەرێنی، یان هەستکردن بە خەمۆکی دەگەیەنێت.

ت. دەنگ:

ئەم کەسایەتیە خاوەنی دەنگێکی ئاڵۆزی نووساو بوو، کە ئەمەش نیشانەیە بۆ ئەوەی کە خاوەنەکەی کەسایەتیەکی دەنگ بەرزەو هەموو کەسێك لە یەکەم ساتەوەختەوە دەیناسێت. لەناخدا هەست بە ئارامی ناکات، بۆیە پەیوەندییە کۆمەلایەتییەکانی شلەژانیان پێوەدیارە، کەسایەتییەکی دڵسۆزەو هەست بەبەرپرسیارێتی دەکات، بەلأم ئاوازەی دەنگی هەندێ کات و بەپێی هەندێ لە پرسیارەکان لەپلەیەکی زۆر نزمدا بوو کە هەستی غەمباری پێوەدیاربوو.

توێژەر بەشێوەیەکی نەرم و نیان و دەنگێکی شێنەیی (کە لە قۆناغی ئەلفادا بوو) گفتوگۆی لەگەڵ خاوەن گرفت دەکرد و پاشان کاری لەسەر هێورکردنەوەو ئارامکردنەوەی بەرامبەر دەکرد، تاوەکو هەنگاو بە هەنگاو بەرامبەریشی گەیاندە قۆناغی ئەلفا لەمیانەی چاوپێکەوتنەکاندا، چونکە

خاوەن گرفت دەنگی لە قۆناغی بێتادا بوو، بۆیە پێویستی ئارامکردنەوەو هێورکردنەوەیەکی تەواو بوو.

2- هاوتاکردنی کەسایەتیمان لەگەڵ کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لێکۆلەر لەکاتی جێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانی دەمارییدا، هەوڵیدا بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ لەگەڵ سیستمی نواندن و جوڵەو وشەو ئاوازەی دەنگی تاکی خاوەن گرفت خۆی ئاوێتەبکات، تا بتوانێت کاریگەری لەسەر دروست بکاتو پاشان ئەو وێنەو دیمەنە ناشرینو نەرێنیانەی لەمێشکیدا دروستبون بسڕێتەوەو بە ئاڕاستەی وێنەی دەنگیو زەینی جوانتریان ببات، کە ئەمەش ڕۆڵی هەبوو لە کەمکردنەوەی ڕێژەی ترس لەلای تاکەکەو بەخشینی هەستی ئارامی لەبەرامبەردا، ئەوەش لەڕێگەی دانانی دەستی چەپی لێکۆلەر لەسەر ئەژنۆی چەپی تاك تا هەست بە ئاسایشو ئارامی بکات.

3- پێشەوایەتیکردن:

لەم قۆناغەدا کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە ڕابەرایەتی تاکی بەرامبەر بکرێت، بەتیشك خستنەسەر کۆنترۆڵکردنی عەقڵی بێ ئاگایی بەرامبەر، ئەمەش بە لەکارخستنی عەقڵی بەئاگای، کە لەم ڕێگەیەوە بیرۆکەکانمان دەخزێنینە عەقڵی بێ ئاگایەوە، ئەمەش بە چەند جار دووپاتکردنەوەی وتەو دەستەواژەکانمان بە شێوازی جیاواز، بەلاَم جەختکردنەوە لەسەر هەمان مەبەست، لەگەڵ ڕەچاوکردنی بەکارهێنانی وشەو ڕستەی کاریگەرو پڕ ڕێز لەبەرامبەر، کە ئەمەش لەڕێگەی چەندین دانیشتنەوە ئەنجامدەدرێت، بەلاَم ئێمە لێرەدا تەنها کۆی گشتی گفتوگۆکان دەخەینەڕوو.

دەقی چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ و گفتوگۆکردن بەجێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانی دەماریی لەسەر کەسی خاوەن گرفت:

توێژەر: تۆ ڕیزبەندت چەندە لەناو خێزانەکەتدا؟

کەسی خاوەن گرفت: چوارەم کەسم، دوو براوو خوشکێکم لەخۆم گەورەترن.

توێژەر: ئەتوانیت پێم بڵێیت لە کەیەوە ڕقت لە ئۆتۆمبێل لێخوڕینە؟

کەسی خاوەن گرفت: لەڕاستیدا کاتێك تەمەنم 20 ساڵ بوو کە مۆڵەتی شوفێریشم نەبوو، باوکم بەهۆی وەرگەڕانی ئۆتۆمبێلەکەیەوە گیانی لەدەستدا، ئیتر کە شێوەی ڕوداوەکەو تێکشانی ئۆتۆمبێلەکەم بینی زۆرم ڕق لە ئۆتۆمبێل بوو لەو ڕۆژەوە ترس لە ئۆتۆمبێلو دڵەڕاوکێ ناخمی

داگیرکرد. (لێرەدا نیشانەی شڵەژانو ترسو ناڕەحەتی دەردەکەوێتو هەردوو دەستەکانی دەکەونە لەرزین).

توێژەر: ئەو ڕوداوە تەنها کاریگەری نەرێنی لەسەر تۆ هەبوو یان براکانی تریشت وەکو تۆ دوچاری ترس بون؟

کەسی خاوەن گرفت: براکانم هیچ کێشەیەکیان نیە، تەنها من نەبێت، کە بە حوکمی ئەوەی زۆر نازدار بەخێوکراوم کاریگەری زۆری لەسەرم جێهێشتو ترسێکی زۆری خستە دڵمەوە کە لەو ڕۆژەوە نەمتوانیوە بەسەریدا زاڵبم، تەنانەت براو هاوڕێکانیشم هەوڵی زۆریانداوە لەگەڵم کە خۆم لەو ترسە ڕزگاربکەم بەلاَم نەمتوانیوە.

توێژەر: واتە لەو ڕۆژەوە نەتوانیوە سواری ئۆتۆمبێل بیت؟

کەسی خاوەن گرفت: نەخێر، سواری ئۆتۆمبێل بوم، چونکە کارەکانم لەڕێگەی تاکسیەوە بەڕیوەبردوە، بەلاَم هەرگیز لەجێگەی شوفێر دانەنیشتوم بۆ ئەوەی فێربم جورئەت ناکەم.

توێژەر: ئەی لەکاتی سەرکەوتنی ئۆتۆمبێلی تاکسی ترست هەبوە؟

کەسی خاوەن گرفت: بەڵێ.

توێژەر: بۆچی؟

کەسی خاوەن گرفت: لەبەرئەوەی هەمیشە وێنەی ڕوداوەکەی باوکم لەمێشکمدا ماوەتەوەو ترسم لە دوبارەبونەوەی هەیە بەسەر خۆمدا. (لێرەدا دەنگی توشی لەرزۆکی بوو جەستەیشی بەیەکدا دەهێناو خۆی گورمۆڵەکردەوە).

توێژەر: ئایا بەخواستی خۆت هەوڵتداوە لە شوێنی شوفێر دابنشیت؟

کەسی خاوەن گرفت: نەخێر، ورەی ئەوەم نیە، هەرگیز بە نیازیش نیم لەو شوێنە دابنیشم، چونکە هەست بە ترسو تەزویەکی زۆر سارد ئەکەم لەو کاتەدا بەناو لەشمدا دەڕوات.

توێژەر: ئایا ئەو هەستە لە ئەنجامی تاقیکردنەوە بوە یان هەر هەستی ناختەو پێشبینی دەکەیت؟

کەسی خاوەن گرفت: نەخێر هەر هەستی ناخم نیە، بەڵکو تەنها یەکجار تاقیمکردۆتەوە ئەویش بە هەوڵێکی زۆر لەلایەن براکانمەوە، بەلاَم سەرکەوتو نەبون.

توێژەر: تەنها هۆکار بۆ ئەو حاڵەتەی بەسەرتدا دێت هەر ڕوداوەکەی باوکتە؟

کەسی خاوەن گرفت: نەخێر هەر ئەوە نیە، بەڵکو ڕوداوە بەردەوامو دڵتەزێنەکانی ڕۆژانەو قەرەباڵغی شەقام ترسو دڵەڕاوکێی زۆری لەناخمدا دروستکردوە، تائێستاش چەندین ڕوداوی هاتوچۆم بینیوە، کە وایلێکردوم زۆرم ڕق لە ئۆتۆمبێل بێت، بۆیە هەرگیز بیر لە فێربونی ناکەمەوە، با نەبم بە هۆکاری مردنی خەڵکانی تر. (لێرەدا بە دەنگێکی نزمو پڕ لەحەسرەتو ڕوخسارێکی ماندوئاسا ئەو قسانەی کرد)

توێژەر: ئەی کارەکانی ڕۆژانەت چۆن ڕایی ئەکەیت؟

کەسی خاوەن گرفت: پەنا بۆ تاکسی ئەبەم.

توێژەر: ئایا سەردانی پزیشکت کردوە بۆ ڕەواندنەوەی ئەو ترس‌و دڵەڕاوکێیە؟

کەسی خاوەن گرفت: نەخێر، چونکە لە بنەڕەتدا حەز ناکەم خۆم فێربکەم.

توێژەر: هەست بەکەموکورتی ناکەیت کە ناتوانیت هاوشانی براو هاوڕێکانت ئۆتۆمبێل لێبخوڕیت؟

کەسی خاوەن گرفت: لەڕاستیدا زۆرجار ئەو هەستەم هەیە، بەڵام کاتێك ڕوداوی وەرگەڕان‌و مردنم وەبیردێتەوە پەشیمان ئەبمەوە، بۆیە ئەوەندە گوێی پێنادەم‌و لەبیری خۆمی ئەبەمەوە.

توێژەر: تۆ ئەزانیت ئۆتۆمبێل لێبخوڕیت؟

کەسی خاوەن گرفت: تەنها کەمێك.

توێژەر: بەر لە کۆچی باوکت بە ڕوداوی هاتوچۆ حەزت لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین هەبوو یان لێتخوڕیبو؟

کەسی خاوەن گرفت: بەڵێ، جار بەجار ئۆتۆمبێلەکەم دەرئەکرد لە ماڵەوە، بەڵام لەبەرئەوەی مۆڵەتی شۆفێریم نەبوو نەمدەتوانی لە شەقامی گشتیدا لێیبخوڕم تەنها لە کۆڵانەکان ئەمویست خۆم بەباشی فێربکەم. (لێرەدا ڕوخساری کەمێك گەشاوە دیاربوو وەك ئەوەی بیەوێت جارێکی تر ئۆتۆمبێل لێبخوڕێتەوە)

توێژەر: ئەگەر ئێستا ئۆتۆمبێلت بۆ بکڕدرێت ئایا هەوڵ ئەدەیت خۆت فێری لێخوڕین بکەیت؟

کەسی خاوەن گرفت: (کەمێ بەبێ دەنگی مایەوەو سەری بۆ خوارەوە دانەواندو بۆ ماوەی چەند خولەکێك تەماشای سەر زەوی کرد ئینجا وەڵامی دایەوە). لەوانەیە هەوڵبدەم.

لە ئەنجامی ئەم هەڵوێستەیەی کەسی نەخۆش‌و وەڵامە نیمچە ئەرێنیەکەی، توێژەر بۆی دەرکەوت کە دەیەوێت بەسەر ئەو ترس‌و دڵەڕاوکێیەی زاڵبێت، ئینجا شێوەی پرسیارەکانی بەو ئاڕاستەیە گۆڕی کە کاربکاتەسەر خاوەن گرفتەکەو بیروبۆچونەکانی سەبارەت بەخراپی ئۆتۆمبێل بگۆڕێت بەخستنەڕوی لایەنە ئەرێنی‌و بەسودەکانی ئۆتۆمبێل‌و پێویستی هۆشیاریی شۆفێرو متمانە بەخۆبون‌و جورئەتی بەرەچاوکردنی ڕێنماییەکانی هاتوچۆو پابەندبون بە سەرجەمیانەوە.

توێژەر: ئەگەر هیچ کام لە براکانت لەماڵ نەبون‌و لەنیوە شەودا دایکت باری تەندروستی لەپڕدا زۆر تێکچوو پێویستیکرد بیگوازیتەوە بۆ نەخۆشخانە، لەو ساتەدا کە شۆفێری نازانیت‌و ئەترسیت چۆن فریای ئەکەویت؟

کەسی خاوەن گرفت: بە سەرسوڕمانەوە وتی (پەنا بۆ دراوسێکانمان ئەبەم).

توێژەر: لەو کاتەدا هەست بە شەرمەزاری ناکەیت کە دەستەوەستانی لەبەرامبەر ئۆتۆمبێلێك کە لە ماڵەوە دانراوەو دراوسێکان لەخەو ئەکەیت‌و بیزاریان ئەکەیت؟

کەسی خاوەن گرفت: (زۆر بە داماوی دەستەکانی لەسەر هەردوو ئەژنۆی دانابوو بێ ئەوەی قسە بکات، ئینجا پاش چەند خولەکێك لەپڕدا ئاهێکی هەڵکێشاو وتی) تۆ ڕاست ئەکەیت.

توێژەر: ئەی کەواتە بۆ خۆت فێرناکەیت؟

کەسی خاوەن گرفت: جورئەت ناکەمو باوەڕی تەواوەتیم بەخۆم نیە، ئەترسم ببمە هۆی ماڵوێرانکردنی خۆمو خەڵکی تریش.

توێژەر: ئەتەوێت لە یەکێك لەنوسینگەکانی فێربونی شۆفێری خۆت ناونوس بکەیت؟ ئەوان مامۆستای زۆر باشیان هەیەو هێدی هێدی فێرت ئەکەن تا ئەو ترسەی لە ناختدایە برەوێتەوە؟

کەسی خاوەن گرفت: دەرفەتم ئەدەیت کەمێك بیری لێبکەمەوە. (لێرەدا بۆ ماوەی نزیکەی 15 خولەك سەری لەنێوان هەردوو دەستی دانابوو و لەهەمانکاتدا هەردو چاوی داخستبوو بێ ئەوەی جەستەی بجوڵێنێتەوە، ئینجا سەری هەڵبڕیو هەناسەیەکی قوڵی هەڵمژی).

توێژەر: ها! گەیشتیە هیچ بڕیارێك؟

کەسی خاوەن گرفت: بەڵێ، ئەمەوێت سەردانی یەکێك لە نوسینگەکان بکەم.

توێژەر: زۆرباشە، خۆشحاڵم کە گەیشتیتە ئەو ڕاستییە.

پاشان ناوی یەکێك لە نوسینگەکانی شۆفێریمان پێدا و پێمان وت بەزوترین کات پەیوەندییان پێوەبکات بۆ بەشدارییپێکردنی لە خولی فێربوندا. پاش ناونوسکردنی تا ماوەی یەك هەفتە کەسی نەخۆشمان نەبینیەوە، بۆیە پەیوەندی تەلەفۆنیمان لەگەڵدا کردو دوای بینینیو قسەکردن لەگەڵیدا هەستمان بە گۆڕینی بۆچونەکانی کرد لەبارەی پێویستی فێربونی شۆفیری لەئێستاو داهاتودا ئەوەش لەڕێگەی دواندنو باسکردنی لەزەتو خۆشی لێخوڕینی ئۆتۆمبێل. لەماوەی چوار مانگی خوێندنو مومارەسەی شۆفێری لەو نوسینگەیەدا، کەسی خاوەن گرفت تا ئاستێکی زۆرباش ترسو دڵەڕاوکێی کەمبۆوەو مۆڵەتی شۆفێریشی بەدەستهێنا، ئێستاش خۆشحاڵە بەو گۆڕانەی بەسەریدا هاتوە، چونکە هەستدەکات ئەركو کارەکانی بەشێوەیەکی ئاسانتر بەڕێوەئەچێتو هیچیشی لە کەسانی دەوروبەر کەمتر نیە.

جێبەجێکردنی تیۆری ئەلبیرت ئەلیس بەشێوەیەکی پراکتیکی:

لەم قۆناغەدا گشت ئەو هەنگاوانە جێبەجێدەکرێت کە لە نمونەکانی تردا خستمانەڕوو دەربارەی تیۆرەکەی ئەلبیرت ئەلیس. لێرەدا چارەسەرکردنی ئەلبیرت ئەلیس بەشێوەیەکی پڕاکتیکی و خشتە دەخەینەڕوو:

خشتەی چارەسەرکردنی کەسی خاوەن گرفت بەپێی تیۆری ئەلبیرت ئەلیس

A ڕوداوەکان	B دروستبونی بیروباوەڕە هەڵەکان	C پەرچەکردار (دەرەنجامی بیروباوەڕە هەڵەکان)	D بەدرۆخستنەوەو ڕاستکردنەوەی بیروباوەڕە هەڵەو ناعەقلانیەکان	E جێگرتنەوەیان بە بیروباوەڕی دروستو عەقلانی
- باس لەو مە سەلانە ب کە کە پێتوا یە هۆ کارن بۆ ئەوەی تر ست هەبێت لە ئۆتۆمبیل لێخوڕین.	- ئەو بیرو باوەڕە هە ڵەو نادرو ستو ناعەقلانیا نە بخەڕو کە لەدەرەنجامی تر ست لە ئۆتۆمب یل لێ خوڕین هاتۆتەکایەوە.	- جۆری ئەو پەر چەکردارە د یاری بکە کە لە دەرە نجامی بیروباوەڕەکا نت هاتەکایەوە.	- داوا لە کەسی خاوەن ترس دەکر ێت بەرەنگاری بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلانە یەکانی ببێ تەوە لەڕێ گەی بەکارهێنانی و شەی (بۆچی؟)	- ئەو بیرو باوەڕە عەقلانیو درو ستانە بخەڕو کە پێ چەوانەی بیرو باوەڕە هە ڵەو ناعەقلانیەکانە.
مردنی باوکم بەهۆی ڕوداوی هاتوچۆوە.	ئۆتۆمب یل لێ خوڕین هەمیـ شە هۆ کاری سەرەکی مرد نی مرۆڤەکانە.	دو چاری د ڵەڕاوکێو نائارامی بومەتەوە.	- بۆ چی پێتوا یە ئۆتۆمب یل لێ خوڕین نا سنامەی مەرگی هەڵگرتوە، خۆ هەمو کەس بە روداوی هاتو چۆ نامر ێت، وایە؟!	- زۆر ڕا ستە، مەرج ن یە هەمو شۆفێرێك تو شی روداوبێتو بمرێت، ئەگەر واب ێت ئەوە هیچ کەس ئۆتۆمبێل لێناخوڕێت.
- ڕوداوە بەردەوامو دڵتەزێ نەکانی ڕۆژا نەو قەرەباڵغی سەر شەقامەکان.	- زۆرم ڕق لە ئۆتۆمب یل ئەبێ تەوە، بۆیە هەرگیز بیر لە فێر بونی ناکە مەوە، تا نەبم بە هۆ کاری مردنی خەڵکانی تر.	- ترسو د ڵەڕاوکێی زۆری لەناخم دروستکردوە.	- بۆ چی ڕ قت لە ئۆتۆمب یل ئەبێ تەوە، ئا یا لەم ڕۆژ گاردا بەبێ ئەو ئامرازە ژیان بەڕێوەدەچێت؟	- کاروباری ڕۆژا نەم بەبێ ئۆتۆمب یل بەڕێوەنا چێت، بۆیە ناکرێت هەمیشە بە پشتبە ستن بە تاک سی کارەکانم ئەنجام بدەم.
- بێ وره یی‌و متما نە بەخۆ نەبونم.	- ئا سایە بەلا مەوە ئەگەر تا لەژیان مابم ئۆتۆمبێل لێ نەخوڕم، خۆ بەدورگرتن ل ێی لە مەرگی ناوادە باشترە.	- هەمیـ شە مەرگی ناوادە وەك مۆتە کە لەبەر چاومە.	- بۆ چی و شەی ئۆتۆمبێلت بە مەرگ بە ستوەتەوە، ئەی هە ست نا کەیت هاوڕێکا نت گاڵ تەت پێدەکەن کە ئەوە ندە سڵ لە لێ خوڕینی	- نا مەوێت چیتر بب مە گاڵ تەجاڕی هاوڕێ کانم، ئەبێت خۆم ف ێری شۆفێری ب کەم تا وا نەزانن لەوان کەمترم.

			ئۆتۆمبێل دەکەیتەوە؟	
- شۆفێری تازەو نەشارەزا.	- ئۆتۆمبێل لێخوڕین تو شی پێ کدادانم دە کات لە گەڵ تازە شۆفێری نا شارەزا کە زیانی گیانیو ماددیم پێدەگەیەنێت.	- ترسو د ڵەڕاوکێی بەردەوام.	- بۆ چی روداوی پێ کدادان لەمێ شکتدا دەچە سپێنیت؟ بە بیرکرد نەوەی تۆب ێت نابێت کەس شۆفێریی ب کات، تۆ زۆر بە وریای یەوە ئۆتۆمب ێل لێب خوڕەو ئیتر مەترسە.	- فێر بونی شۆفێریی زۆر پێوی ستە، ناکر ێت ئیتر لە یەك باز نەی بیرکردنەوەدا بخولێمەوەو تەنها لا یەنی خراپو روداوی دڵتەزێن ببینم.
- شکاندنەوەی شۆفێرانی تر لەکاتی لێ خوڕین بە سەر ئۆتۆمبێلەکاندا.	- پێم با شترە بەر لەوەی شۆفێرانی تر دە ستیان ب شکێننەوە بە سەر ئەو ئۆتۆمبێ لەی منی ت یدام، مەرگی خۆم ببینم.	- توو شی توڕەییو ترسو شڵەژان دەبم.	- هەمو شۆفێران وەکو یەك نین لەکاتی ئۆتۆمب ێل لێخوڕی ندا، ئیتر بۆ چی رەف تاری خراپی هەندێ شۆفێر ئە کەیت بە پ ێوەرو ئۆتۆمبێلی شت لەبەر چاو کەوتوە؟ ئا یا ئەتوانیت بەبێ ئۆتۆمب ێل کارەکا نت جێبەجێ بکەیت؟	- مرۆڤ لەژیان یدا توو شی باشو خراپیش دەب ێت، خۆ ئە گەر دو چاری ئەو حاڵە تەش بو مەوە ئەوا دەب ێت ورەم بەرزبێتو نە شڵەژێم تاوەکو ز یان بەخۆم بگەیەنم.

- سەبارەت بە (Feed back) واتە (F) بەپێی تیۆرەکەی ئەلیس خۆی لە بەدواداچونی بەردەوامماندا بینیوەتەوە بۆ سەرپەرشتیکردنی گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەباری نەرێنیەوە بۆ باری ئەرێنی.

فۆرمی راپرسی پاش چارەسەرکردن:

1- تا چەند ڕوداوی هاتوچۆ ترسی لە ناخت دروستکردوە؟

- ترسی کەمێك دروستکردوە (√) (0 خاڵ)
- ترسی زۆری دروستکردوە
- هیچ ترسی دروست نەکروە
- ناخی هەژاندوم

2- ئایا توانیوتە بەسەر ترست لە ئۆتۆمبێلدا زاڵبیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- کەمێك
- نەخێر

3- ئایا هیچ پلانێکت دارشتوە بۆ ڕوبەڕوبونەوەی ئەو ڕوداوانەی هەستی ترسی لەناختدا دروستکردوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

4- هەموو ڕوداوێکی هاتوچۆ ترس‌و کاریگەری لەناختدا دروست ئەکات؟

- بەڵێ - نەخێر (√) (1 خاڵ)

5- حەز لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین ئەکەیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

6- ئایا لەکاتی بینینی ئۆتۆمبێل ڕوداوی پێکدادانت دێتەبەرچاو؟

- نەخێر
- هەندێ جار (√) (1 خاڵ)
- بەڵێ

7- لەکاتی سەرکەوتنی تاکسی هەست بە ترس ئەکەیت لە ئەگەری ڕودانی پێکدادان؟

- هەندێ جار (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- بەڵێ

8- ئایا هەست بە دڵتەنگی ئەکەیت کە ڕوداوێکی دڵتەزێن ئەبینی؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

9- هەست ئەکەیت ئۆتۆمبێل هۆکارێکە بۆ گیان لەدەستدانی زۆربەی خەڵك؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

10- پێتوایە ئۆتۆمبێل ئامرازێکی پێویستە لە ژیانی ڕۆژانەدا کە دەبێت هەموو کەس هەیبێت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- هەندێ جار پێویستە

11- هەست بە نیگەرانی ئەکەیت کە ئەبیستی کەسێك بە ڕوداوی هاتوچۆ گیانی لەدەستداوە ئەگەر کەسەکەش نەناسیت؟

- هەندێ جار
- نەخێر
- بەڵێ (√) (2 خاڵ)

12- ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین کاری کردۆتەسەر متمانە بەخۆبونت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

13- لەکاتی پەڕینەوە بەسەر شەقامدا ترست هەیە لەوەی ئۆتۆمبێل بتشێلێت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

14- کە ئۆتۆمبێل ئەبینیت لە شەقام و کۆڵانو شوێنە گشتیەکاندا پێشبینی ڕودانی کارەساتی دڵتەزێن ئەکەیت؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

15- ئەگەر ئۆتۆمبێلێکی مۆدێل بەرز ببینیت یان لەناوی دابنشیت حەزی خاوەندارێتیت لەناخدا بۆ دروست ئەبێت؟

- هەندێ جار
- بەڵێ (√) (1 خاڵ)
- نەخێر

16- ئایا ڕۆژێك لەڕۆژان بە مێشکتدا هاتوە خۆت فێری ئۆتۆمبێل لێخوڕین بکەیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

17- لەکاتی پێویستدا پەنات بۆ کەسانی خاوەن ئۆتۆمبێل بردوە تا کارو ئەرکەکانت جێبەجێ بکەیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- زۆر جار

18- هەست ئەکەیت بەبێ ئۆتۆمبێل کارەکانت قورس ئەڕواتو زۆر ماندو ئەبیت؟

– نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

19- هەست ئەکەیت نوسینگەکانی فێربونی شۆفێری ڕۆڵی ئەرێنی ئەگێڕن لە ڕەواندنەوەی ترس‌و دڵەڕاوکێ لەلای فێرخواز؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

20- ئەگەر ئۆتۆمبێلێکت بدرێتە دەست جورئەت ئەکەیت لێی بخوڕیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

21- باوەڕت بە قەزاو قەدەر هەیە کە هۆکاری سەرەکیە بۆ ڕودانی هەر پێکدادانێك یان کارەسات؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

22- کە سەر ئۆتۆمبێل ئەکەویت ناوی خوای گەورە ئەهێنیت‌و وردی پارێزگاری ئەخوێنێت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

23- ئەگەر لەکاتی باو و بۆراندا سەفەرت لەپێش بوو بۆ شارێکی تر، ئەو سەفەرە ئەنجام ئەدەیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

24- پەنابردنی بەردەوامت بۆ کەسانی دەوروبەر بۆ ڕاییکردنی کارەکانت بە ئۆتۆمبێلەکانیان هەستی شەرمەزاریت لەلا دروست ئەکات؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- هەندێ جار

25- بڕوات بە خۆت هەیە کە ڕۆژێك بێت ترست نەمێنێت‌و ئۆتۆمبێلی خۆت لێبخوڕیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- لەوانەیە

26- ئەگەر لەشوێنی شۆفێر دابنشیت‌و دەستەکانت بە سوکانەوە بگریت، هەست ئەکەیت چیت بەسەر دێت؟

- زۆر ئاسایی ئەبم (√) (0 خاڵ)
- هەست بە شڵەژان ئەکەم
- کۆنترۆڵی خۆم لەدەست ئەدەم
- هەموو لەشم ئەلەرزێ

27- خواستی فێربونی لێخوڕینی ئۆتۆمبێل ئەکەیت لە ڕێگەی نوسینگەکانی فێربونی شۆفێرییەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

28- هەست ئەکەیت لێخوڕینی ئۆتۆمبێل لەزەتی هەیەو ئاسودەیی ئەبەخشێت ئەگەر پابەندی ڕێنمایەکانی هاتوچۆ بیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

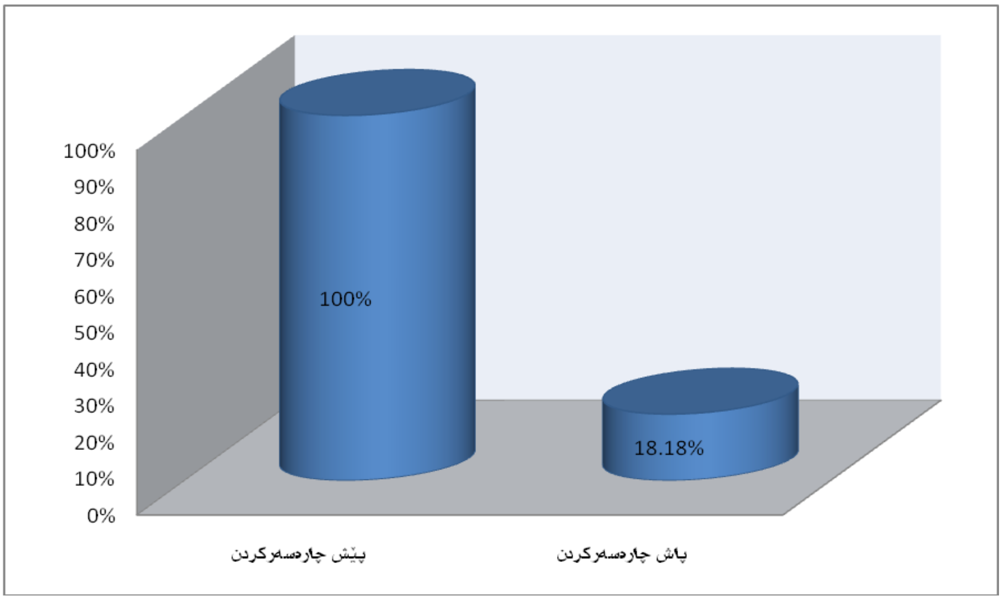
29- ئۆتۆمبێل چی ئەگەیەنێت لەلای تۆ؟

- ئامرازی جوانیو لەخۆبایی بونە
- پێویستی ڕۆژگارە (√) (1 خاڵ)
- کەرەستەی گواستنەوەیە
- مەرگ بەخشە

ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پاش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (%18, 181)

خشتەی ڕێژەی ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین لەپێشو پاش چارەسەرکردن

پێوەر	جیاوازی ڕێژەیی	
ترس لە ئۆتۆمبێل لێخوڕین	پێش چارەسەرکردن	%100
	پاش چارەسەرکردن	%18, 181



(1/3 5) نمونەی پێنجەم: ترس و د ڵەڕاوكێ لە تاقیكردنەوە

نمونە	ڕەگەز	تەمەن	باری کۆمەڵایەتی	ئاستی خوێندەواری	پیشە
ترس و دڵەڕاوكێ لەتاقیكردنەوە	مێ	30 ساڵ	سەڵت	خوێندكاری زانكۆ قۆناغی دوو	خوێندكار

فۆڕمی ڕاپرسی

فۆڕمی ڕاپرسی پێش چارەسەركردن:

داوا لە بەڕێزتان دەكەین بەشێوەیەكی ڕاستو دروست وەڵامی گونجاو لەگەڵ باری دەرونیتان هەڵبژێرن بەدانانی نیشانەی (√) لەبەردەم وەڵامی دروستدا.

ناو: ب. أ. م

تەمەن: 30 ساڵ

ڕەگەز: مێ

باری كۆمەڵایەتی: سەڵت

ئاستی خوێندەواری: خوێندكاری زانكۆ (قۆناغی دوو)

پیشە: خوێندكار

1- بۆچی لە تاقیكردنەوە ئەترسیت؟

- متمانەم بەخۆم نییە

- كۆششی باشم نەكردوە

- ئەترسم ڕیزبەندی دووەمم لەدەست بدەم

- هەر ترسێكەو لە دڵمدایە (√) (3 خاڵ)

2- پێش هەموو تاقیكردنەوەیەك ئەترسیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

3- لەهەموو تاقیکردنەوەکان دەترسیت، یان هەندێکیان؟

- هەندێك - هەموو (√) (1 خاڵ)

4- دوای ئەوەی لە تاقیکردنەوەکان دێیتە دەرەوە هەر هەمان ترسی پێش تاقیکردنەوەکانت ماوە؟

– نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

5- بۆچی بیرت لەوە کردەوە سەرلەنوێ لەزانکۆ بخوێنیتەوە، دوای ئەوەی پەیمانگات تەواوکرد؟

- زۆرم حەز لە خوێندنە (√) (0 خاڵ)

- تەنها لەبەر بەدەستهێنانی بڕوانامەی زانکۆ

- چونکە دوای ئەوەی پەیمانگام تەواوکرد دانەمەزرام ، بۆیە بێتاقەت بووم لەماڵەوە

6- دوای ئەوەی نمرەی وانەکانت وەردەگریتەوە کە ئەزانیت نمرەی بەرزت بەدەستهێناوە، کەمێك ترست لە تاقیکردنەوە ئەڕەوێتەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)

- تاڕادەیەك

- نەخێر

7- ئەترسیت خوێندکارێکی تر ڕیزبەنییەکەت بگرێت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

8- بۆچی ئەتەوێت ڕیزبەندی دووەمیەکەت لەدەست نەدەیت؟

- تەنها بۆ خۆشی

- بۆی دامەزرێم

- بۆ خۆبایی و ڕیایی

- بۆ ئەوەی ماستەر بخوێنم (√) (3 خاڵ)

9- بۆچی ئەتەوێت ماستەر بخوێنیت؟

- تەنها لەبەر پلەو پایە

- بۆ خۆبایی و ڕیایی

- بۆ بەدەستهێنانی پارەو پوڵ

- بۆ بەدەستهێنانی زانیاری زیاترو خزمەتکردنی وڵات (√) (3 خاڵ)

10- تۆ خۆت بە شایستەی ڕیزبەندی دووەم دەزانیت لەناو هاوپۆلەکانتدا؟

– بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

11- پێتوایە کەسی تر لەناو پۆلەکەتدا شایستەی ڕیزبەندی دووەمە لەڕووی ئاستی زانیارییەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

12- ڕێژەی ترسەکەت لەتاقیکردنەوە چەندە؟

- کەم
- مامناوەند
- زۆر   (√) (2 خاڵ)

13- کاتێك دەچیتە تاقیکردنەوەکانەوە کۆشش‌و سەعی باشتکردوە؟
- بەڵێ   (√) (0خاڵ)   - نەخێر

14- ئەو ترسەی لە تاقیکردنەوە هەتە لەسەرجەم بوارەکانی تری ژیانیشتدا هەتە؟
- نەخێر   (√) (0خال)   - بەڵێ

15- ئامادەیت خوێندنەکەت بکەیتە قوربانی هیچ شتێکی تر ؟
- بەڵێ   - نەخێر   - دایکم   (√) (2 خاڵ)

16- ئایا خواستی بەدەستهێنانی ڕیزبەندی یەکەمت هەیە ؟
- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

17- بۆچی ڕیزبەندی یەکەمت بەدەستنەهێناوە؟
- متمانەم بەخۆم نەبوو.
- خۆم حەزم لە ڕیزبەندی دووەمەو بەو ڕیزبەندیە ڕازیم
- هاوئاستی خوێندکارە یەکەمەکە نیم
- هەوڵم بۆداوە، بەڵام چارەنوس پێی نەبەخشیوم.   (√) (3 خاڵ)

18- ئایا توانای ڕکابەریت هەیە لەگەڵ هاوپۆلەکانتدا ؟
- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

19- لەتاقیکردنەوەکاندا لەچی ئەترسیت ؟
- تێنەگەیشتن لە پرسیارەکان
- ترسم لەوەیە خوێندکارەکانی تر لە من باشتر وەڵام بدەنەوە
- متمانەم بەخۆم نیە
- ئەترسم ناوەڕۆکی بابەتەکانم بیربچێتەوە   (√) (3 خاڵ)

20- پێت وایە ترسەکەت لەسەر بنەمایە یان بێ بنەمایە؟
- بنەمای هەیە (√) (0 خاڵ)   - بنەمای نییە

21- هاوڕێکانت هیچ هاوکاریت دەکەن لە ڕەواندنەوەی ئەو ترسەت؟
- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

22- خێزانەکەت هیچ هاوکاریت دەکەن لە ڕەواندنەوەی ئەو ترسەت؟
- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

23- قسەی کێ زۆر کاریگەری هەیە لەسەرت بۆ ڕەواندنەوەی ئەو ترسەت؟

- خێزانەکەم

- هاوڕێکانم

- مامۆستاکەم

- هەمویان (√) (3 خاڵ)

24- دوای ئەوەی ئەو کەسانەی کاریگەرییان هەیە لەسەرت بۆ ڕەواندنەوەی ترسەکەت قسەت بۆ دەکەن، هەست بە ئارامی دەکەیت و هەست دەکەیت کەمێك ترسەکەت شکاوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

25- خەودەبینیت بەتاقیکردنەوەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

26- لەچ کاتێکدا ترسەکەت زۆر زیاد دەکات؟

- لەگەڵ دانانی خشتەی تاقیکردنەوەکاندا

- هەفتەیەك پێش تاقیکردنەوە

- ڕۆژی پێش تاقیکردنەوە

- چەند خولەکێك پێش تاقیکردنەوە (√) (3 خاڵ)

27- مرۆڤێکی چۆنیت لە کاتی ڕوبەڕوبونەوەی کێشەکانتدا؟

- زۆر بەهێزم

- زۆر لاوازم

- مامناوەندم (√) (2 خاڵ)

28- لەکاتی تاقیکردنەوەدا شتت بیردەچێتەوە؟

- بەڵێ

- نەخێر

- هەندێ کات (√) (2 خاڵ)

29- هۆکاری لەبیرچونەوەکەت چییە؟

- ئەترسم

- متمانەم بەخۆم نییە

- تەنها لەبەرمکردوەو لێی تێنەگەیشتوم

- لەبیرچونەوە شتێکی سروشتیە (√) (3 خاڵ)

30- لەناخدا پێت قبوڵە لە ڕیزبەندی دووەمەوە پاشەکشێ بکەی بۆ ڕیزبەندی سێهەم؟

- بەڵێ - نەخێر (√) (1 خاڵ)

• ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پێش چارەسەرکردنە بریتیەلە : (%69.230)

جێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانیی دەماریی لەسەر تاکی خاوەن ترس و د لەڕاوکێ لە تاقیکردنەوە:

1- دۆزینەوەی کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

أ. سیستمی نواندن:

سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (هەستی)ی، کە (6) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، (2) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، (2) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆڕمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کەسێك دەکەوێت ئا یا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخسار و قیافەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	3
سەرنجڕاکێشترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخسارو بزەی سەر لێوان.	هەستو نەستی ڕاستەقینە.	3
ئەگەر ڕو بەڕوی کێشەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێشەکە لەگەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێشەو چارەسەرکردنی دەکەیتەوە تا چارەسەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەیتەوە تا باشترین چارەسەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	1
باشترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موزیك و تێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێشان یان نوسین یان دیزاینکردن یان دروومان دەبم.	3
لە سەر بنەمای کام لەمانە کراس یان کەڵوپەل دەکڕیت؟	ئامۆژگاریو ڕاوبۆچوونی کەسانی تر یان بەهۆی ناوبانگ یان مارکەی کەڵوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەڵوپەلەکەو گونجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قوماشو جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	2
ئەگەر گەشتێکت ئەنجامدا یان چویت بۆ باخچەیەك مەیلت بەلای کام لەمانەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەنگی باڵندەو سروشت.	خۆشی بینین لە تەماشاکردنی دیمەنە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵو هەڵمژینی هەوای سازگار.	2
زۆرترین ئەو شتانەی کاریگەری نەرێنی ئەکەنە	لۆژیکی کەسی بەرامبەرو چۆنیەتی	ناڕوونی لە تێڕوانینی بەرامبەر لەکاتی	هەستنەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	3

سەرت کاتێک چاوت بە کەسێک دەکەوێت و وتووێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	سەرپەر شتکردنی وتووێژەکە.	وتووێژکردندا.		
پێت وایە کاریگەریت لەسەر خەڵکی زیاتر دەبێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی و شەی نەستەق.	جل و بەرگ و ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەم و پەژارەو خۆشییەکانیان.	3
زۆر ترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	نارەحەت بوون بە ژاوە ژاو یان وتنی گۆرانی یان لا سایی کرد نەوەی دەنگەکان.	نا رە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنە چونەوەی شوێن و ڕوخساری کە سانی تر بە ئاسانی.	نا رە حەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبو نەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	1
زۆر ترین ئەو و شانەی بەکاریان دێنیت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەما شاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخ سار، وا دیارە.	گر یمان، هە ست، هە ست دە کەم، وا بزانم، پێ شبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	3

ب. زمانی جەستە:

بە تێبینیکردنی زمانی جەستەی گەیشتینە ئەم ڕاستیانەی لای خوارەوە:

کەسی خاوەن گرفت هەندێ کات لەکاتی ئاخاوتندا پەنای دەبرد بۆ (دە ست نوقا ندن)، وا تە پە نجە گەورەکەی دەستی دەشاردەوە، کە ئەمەش مانای ئەوە دەگەیەنێت کە هەست بە ترس یان دوود ڵی دەکات، هەروەها لەهەندێ کاتی تردا لەکاتی ئاخاوتندا خاوەن گر فت (دە ستی دە کردەوە) ئە گەر کەسەکە ڕاستگۆبێت ئەوە بە بەردەوامیی هەردوو دەستەکانی دەکا تەوەو ناو لەپی بەبا شی د یارە، ئەوەش ما نای گرنگ یدان دەگە یەنێت بە لا یەنی بەرام بەر، هەروەك ما نای ڕازی بوون و ئا مادەیی دەگە یەنێت بۆ گوێگرتن لە قـ سەو بیرۆ کەی کە سی بەرام بەر، جگە لەوەی دەکر ێت متما نەی پێبکرێت.

لەکاتی ئاخاوتندا بەپێی پێویست هەندێ کات توێژەر پەنای بۆ (دەستخستنە سەر باڵی بەرام بەر) دە برد، وا تە دە ستی چەپی دەخ ستە سەر شانی ڕا ستی کە سی خاوەن ترس بەمەبە ستی هێوڕکردنەوەو ئارامکردنەوەی.

ت. دەنگ:

ئەم کەسایەتیە خاوەنی دەنگێکی نەرم بوو کە ئەمەش ئاماژە یە بۆ ئەوەی کە هە ست بە ئارامی دەرونیی دەکات، پێکەنین لەکاتی قسەکردندا نەریتێکی باوو بەردەوامیەتی، بەتایبەتیش کاتێك بۆ یەکەمجار قسە لەگەڵ کەسانێکی نەناسراو دەکات. لە ڕووبەروبونەوە دەترسێت و حەز لە دڵشکاندن ناکات، ڕۆحی ڕۆمانسیەتی نییە، بەڵکو زیاتر کەسێکی زانستییە.

تایبەتمەندی ئەم مرۆڤە لەوەدابوو کە هەمیشە دەم بە پێکەنین بوو، واتە زەردەخەنە لەسەر لێوەکانی بوو (ڕۆح سوك بوو)، لەهەمانکاتدا مرۆڤێکی زۆر هەست ناسك بوو، هەروەها مرۆڤێکی گوێڕایەڵ بوو لەکاتێکدا کە زانیارییەکت پێ دەوت دەربارەی گرفتەکەی خۆی ئەگەر بیزانیایە تۆ لە قازانجی ئەو ئەدوێیت و وتەکانت ڕاستە، ئەوە ڕاستەوخۆ بەبێ دوودڵی و کەلەڕەقی دەستبەجێ بەقسەی ئەکردیت، ئەمانەش هەموی وەك یارمەتیدەرێك و هاوکاربوون بۆ توێژەر بەمەبەستی گۆڕینی بیروباوەڕی تاکی خاوەن گرفت.

توێژەر بەشێوەیەکی نەرم و نیان و دەنگێکی شێنەیی (کە لە قۆناغی ئەلفادا بوو) گفتوگۆی لەگەڵ خاوەن گرفت دەکرد و پاشان کاری لەسەر هێورکردنەوەو ئارامکردنەوەی بەرامبەر دەکرد، تاوەکو هەنگاو بە هەنگاو بەرامبەریشی گەیاندە قۆناغی ئەلفا لەمیانەی چاوپێکەوتنەکاندا، هەرچەندە خاوەن گرفت خاوەنی دەنگێکی هێمن و نەرمونیان بوو، بەڵام لەناخەوە ئارام نەبوو، هەربۆیە توێژەر لەم ڕوانگەیەوە کاری لەسەر هێورکردنەوەی ناخی بەرامبەر دەکرد بەدەربڕینی وشەو ڕستەی پڕ سۆزو بەرزکردنەوەی ورەی بەرامبەر.

2- هاوتاکردنی کەسایەتیمان لەگەڵ کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لێکۆلەر لەکاتی جێبەجێکردنی پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریيدا، هەوڵیدا بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ لەگەڵ سیستمی نواندنی (هەستی) و جوڵەو وشەو ئاوازەی دەنگی تاکی خاوەن گرفت خۆی ئاوێتەبکات، تا بتوانێت کاریگەری لەسەر دروست بکاتو پاشان ئەو وێنەو دیمەنە ناشرینو نەرێنیانەی لەمێشکیدا دروستبون بسڕێتەوەو بە ئاڕاستەی وێنەی دەنگیو زەینی جوانتریان ببات، کە ئەمەش ڕۆڵی هەبوو لە کەمکردنەوەی ڕێژەی ترس لەلای تاکەکەو بەخشینی هەستی ئارامی لەبەرامبەردا.

3- پێشەوایەتیکردن:

لەم قۆناغەدا کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە ڕابەرایەتی تاکی بەرامبەر بکرێت، بەتیشك خستنەسەر کۆنترۆڵکردنی عەقڵی بێ ئاگایی بەرامبەر، ئەمەش بە لەکارخستنی عەقڵی بەئاگای، کە لەم ڕێگەیەوە بیرۆکەکانمان دەخزێنینە عەقڵی بێ ئاگایەوە، ئەمەش بە چەند جار دووپاتکردنەوەی وتەو دەستەواژەکانمان بە شێوازی جیاواز، بەڵام جەختکردنەوە لەسەر هەمان مەبەست، لەگەڵ ڕەچاوکردنی بەکارهێنانی وشەو ڕستەی کاریگەرو پڕ ڕێزو سۆز لەبەرامبەر، هەروەها ڕەچاوکردنی هەستی ناسکی بەرامبەر، هەربۆیە پێویست بوو زۆر وردو وریایانە وشەو

ئاخاوتنەکانمان هەڵبژاردایە، تاوەکو پرۆگرامی تاکی خاوەن گرفت بکەین، کە ئەمەش لەڕێگەی چەندین دانیشتنەوە ئەنجامدەدرێت، بەلاّم ئێمە لێرەدا تەنها کۆی گشتی گفتوگۆکان دەخەینەڕوو.

دەقی چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ و گفتوگۆکردن بەجێبەجێکردنی پڕۆگرامی زما نەوانی دەماریی لەسەر کەسی خاوەن گرفت:

توێژەر: ئەتوانی باس لە گرفتەکەی خۆت بکەیت؟

خاوەن گر فت: من پەیمانگام تەواوکردوەو دانە مەزراوم، بۆ یە بڕیار مدا سەرلەنوێ لە زان کۆ بخوێنمەوە، تاوەکو ئاستی زانستی و بڕوانا مەی خۆم بەرزبکە مەوەو بەردەوام بم لە سەر خوێ ندن تاوەکو پ لەی ما ستەرو دک تۆرا، هەربۆ یە بڕیار مدا لەبە شی کوردیی دێواران بخوێن مەوە، چونکە هە ستم کرد ئەم بە شە لە گەڵ ئا ست و حەزی م ندا یەکدەگرێ تەوە، دوا تر فۆ ناغی یەکم بڕی بەڕیزبەندی دووەم، هەربۆیە ئە مە بوە سەرەتایەك بۆی بیر لەوە بکە مەوە بەردەوام بم لە سەر خوێ ندن بەمەبە ستی بەدە ستهێنانی پ لەی ما ستەرو دک تۆرا، بەلاّم گرفتە کەم ئەوە یە کە ز یاد لەپێوی ست تر سم هە یە لە تاقیکرد نەوە، هەربۆ یە ئە مەش د ڵەڕاوکێ و ناڕەحەت یەکی زۆری بۆ دروستکردوم، کە ترسەکەم لەسنوری ترسی ئاسایی چۆتە دەرەوە، هەربۆیە پێویستم بەچارەسەرە.

- (تاکی خاوەن گرفت بە پەرۆشیەکی زۆرەوە ڕویکردە تو ێژەرو چەند جار ێك وت یەوە: (مامۆ ستا گیان لەدوای خوا تۆ شك ئە بەم کە هاو کاریم بکەیت) کە ئە مە ل ێرەدا ئاماژە یەکی ئەرێن یە بۆ بارودۆخی خاوەن ترس، لەبەر ئەوەی خۆی پەنای هێناوە بۆ تو ێژەرو داوای ڕێگە چارەی گو نجاو دەکات، لەگەڵ ئەوەشدا چەند جارێك چەند هاوڕێیەکی دڵسۆزی خاوەن ترس پەنایان بۆ تو ێژەر هێ ناوە، تاوەکو هاو کاری تاکی خاوەن ترس ب کات، لەبەر ئەوەی تر سەکە تەواو باڵی بە سەردا کێ شابوو، ئە مەش بو بوە هۆی ئەوەی ژ یانی ئا سایی لێ ت ێك بدات، هەروەها ئا ماژەکردنی تاکی خاوەن ترس بەوەی کە دوای خوا (تو ێژەر) شك دە بات کەهاوکاری ب کات لەکاتێ کدا کە هە ندێ لەهاوڕێکانی و خێزانەکەی بەردەوام هاوکاری دەکەن و ورەی بەرزدەکە نەوە، کە ئە مەش ئاماژە یە بۆ ئەوەی کە خاوەن گرفت متمانەی بە توێژەرە بۆ چارە سەرکردنی گرفتە کەی، هەروەها عەقڵی کەوتۆتە ژێر کۆنترۆڵی توێژەرەوە.

توێژەر: هۆکاری ترسەکەت ئەوەیە متمانەت بەخۆت نییە؟

خاوەن گرفت: نەخێر ئەوە هۆکاری ترسەکەم نییە، بەڵکو هۆ کاری سەرەکی تر سەکەم ئەوە یە کە من هەرخۆم بەردەوام لە تاقیکرد نەوە ئەتر سم، و جگە لەوە ئەوەی تر سەکەمی زۆر ز یادکردوە ئەوە یە کە تاقیکرد نەوەی کۆر سی یە کەممان ئەنجا مداوە هەموو نمرە کانم دابەزا ندوە بەهۆی

خراپی باری تەندروستی دایکمەوە، بۆیە تەواو بێ هیوا بوم و پێم وایە تازە شکستم هێناوەو ناتوانم نمرەکانم بەرزبکەمەوەو ڕیزبەندیەکەی خۆم بپارێزم.

توێژەر: ئایا تۆ لەقۆناغی یەکدا مامۆستاکان هیچ هاوکارییەکیان کردویت، واتە نمرەیان پێداویت، تاوەکو پلەی دووەمیت بەدەستهێناوە؟ یاخود هیچ کام لەمامۆستاکان ئەناسیت لەنزیکەوە؟

خاوەن گرفت: نەخێر

توێژەر: قسەکانت نیشانەیە بۆ ئەوەی تۆ خۆت کەسێکی سەرکەوتویت و بەبێ هیچ هاوکارییەک تەنها بە توانای زیرەکی خۆت ئەو پلەیەت بەدەستهێناوە، کەواتە تۆ شایەنی ئەو ڕیزبەندیەیت، هاوڕایت لەگەڵم؟

خاوەن گرفت: بەڵێ، زۆر ڕاستە (لێرەدا هەستمانکرد تاکی خاوەن ترس کەمێك ئارام بووەوەو تاڕادەیەك هەستی ترسەکەی بەرەو لاوازبون ڕۆیشت)

توێژەر: هەستدەکەیت تۆ زیادەڕۆیی دەکەیت لەو ترس و دڵەڕاوکێیەت لەتاقیکردنەوە، بەمەرجێکیش زۆر باش کۆشش دەکەیت؟

خاوەن گرفت: بەڵێ وایە، بەلام بەدەست خۆم نییە، جگە لەوە ئەو ترسەم لەوەیە کە خەممە ڕیزبەندی دووەم لەدەست بدەم.

توێژەر: ئەو تاقیکردنەوانەی تۆ نمرەکانت تێدا دابەزاندوە، هەر وانەیەك تەنها (15) نمرەی لەسەرە، کەواتە تۆ هێشتا (85) نمرەت ماوە، هەروەها تۆ تەنها لەم کۆرسەدا بارودۆخی تایبەتیت هەبوە، کەواتە تۆ بەهۆی بارودۆخی تایبەتی (نەخۆشی دایکتەوە) نمرەکانت دابەزاندوە، واتە تۆ خۆت تەمەڵ نیت و هۆکارت هەیە بۆ ئەو دابەزاندنە، کەواتە ئێستا پێویست ئەکات تۆ ورەت بڕوخێت؟

خاوەن گرفت: قسەکانت زۆر ڕاستە، بەلام گوێم لێیە هەندێ لەخوێندکارەکان دەڵێن تازە مەحاڵە (ب) بتوانێت ڕیزبەندیەکەی بپارێزێت و ئەمساڵ دووەم بێت، ئەم وتانەش شکستی تەواوی بە من هێناوە.

توێژەر: هەست ناکەیت ئەو خوێندکارانە ئیرەیت پێ دەبەن و مەبەستیانە تۆ ورەت بڕوخێت؟

خاوەن گرفت: بەڵێ وایە، تەنانەت هەندێکیان ئاواتەخوازن ئەو پلەیەم لەدەست بدەم، بەمەرجێك من زۆر هاوکاری هەمویان ئەکەم بەبێ جیاوازی، هەم لەڕوانگەی دەفتەرەو هەم لەڕوانگەی سەعی پێکردنەوە.

توێژەر: ئەی تۆ چۆن ورەت بەوجۆرە مرۆڤانە ئەڕوخێت کە ئیرەیت پێدەبەن و چاکەیان لەبەرچاو نییە؟

خاوەن گرفت: ئاخر من بەڕاستی نمرەکانم دابەزاندوە، بۆیە ورەم ڕوخاوە، بۆیە و تەکانیان کاریگەری هەیە لەسەرم.

تو یژەر: ئە گەر خویێ ندکارێك باش لەوانە كە گە شتبێت و كۆش شی با شی كردب یت بۆ چی ئەبێت لەتاقیكردنەوە بترسێت؟

خاوەن گرفت: هەر بەدەست خۆم نییە ئەترسم

توێژەر: بۆچی كۆرسی دووەم ناكەیت بەپێوەر بۆ دیاریكردنی ئاستی خۆت لەڕوی زانستیەوە، وا تە لەئێستاوە خۆت ئامادەبكەیت بۆ كۆرسی دووەم؟

خاوەن گرفت: ئیشەلا وائەكەم، بەمەرجێك من قەت لە هەوڵ و كۆششی خۆم نەكەوتوم و ناكەوم.

(كاری توێژەر لێرەدا تەنها ئەوەبوو كە ورەو متما نەی خاوەن گر فت بەرزبكا تەوە بۆی بە گوڕو تینێكی زۆرەوە خۆی ئامادەبكات بۆ تاقیكرد نەوەكانی كۆر سی دووەم، لا یەنی ئەرێنی خویێ ندكار لەوەدابوو كە ئەو هەمی شە لە كۆش شێكی بەردەوا مدابوو، وا تە لەڕواند گەی كۆش شكردنەوە كۆڵی نەدابوو، بەلاَم ڕێژەی ترسەكەی لەم قۆنا غەدا زۆر ز یادیكردبوو، هەروەها ئەوەی ما یەی دڵخۆ شی بوو ئەوەبوو كە هە ندێك هاوڕێی دڵسۆزی هەبوو بەپێی توا نا كار یان لە سەر ڕەواند نەوەی ئەو تر سە ئەكرد، كە ئە مەش لەڕواند گەی دەروون یەوە ئارام یان بە خویێ ندكار بەخ شی بوو، پا شان خوێندكار تاقیكردنەوەكانی كۆرسی دووەمی ئەنجامدا و سەرجەم نمرەكانی بەرزكردەوە)

توێژەر: ئێستا هەستت چۆنە كە نمرەكانت بەرزكردۆتەوە؟ واتە ئەو ترسە زۆرەی جارانت ماوە؟

خاوەن گرفت: ئێستا هەست بە ئارامی ئەكەم، هەست ئەكەم خوای گەورە هاو كارم بوە، ئەو تر سە زۆرەی جارانم كەمبۆتەوە، بەلاَم هەر ترسەكەم ماوە.

توێژەر: هۆكاری چییە ئەو ترسەت بەردەوامە؟

خاوەن گرفت: هێشتا تاقیكردنەوەی سەری ساڵ ماوە، ئەتر سم خویێ ندكارەكانی تر لە سەری ساڵدا زۆر لە من باشتر بن و ڕیزبەندیەكەم بگرن.

توێژەر: ڕیزبەندی دووەم چی ئەگەیەنێت لای تۆ؟

خاوەن گرفت: ئاسودەیی و هەستكردن بە متمانە

توێژەر: بڕوات بەوە هەیە كە لەژیاندا (چی بچێنیت ئەوە ئەدوریتەوە)، واتە كۆششی باش بكەیت ئەنجامەكەشت باش دەبێت؟

خاوەن گرفت: بەڵێ، زۆر دڵن یام، م نیش هەمی شە بە كۆش شی با شەوە بە شداری تاقیكرد نەوەكان دەكەم.

توێژەر: چ كاتێك تۆ ڕزگارت ئەبێت لەو ترسە؟

خاوەن گر فت: من ئەو تر سە بەردەوا مە لە گەڵم هۆكارەكە شی ئەوە یە كە ئەو تر سە لە خەمخواردنمەوە یە بۆ گەی شتن بە سەركەوتن، بەلاَم ئەوە نائا سایيە كە ڕ یژەی تر سەكەم ز یاد لەپێویستە.

توێژەر: پێتوانیە دوای ئەوەی نمرەكانت بەرزكردەوە پێویستە ئەو ترسەت كەمیكردبێتەوە؟

خاوەن گرفت: ترسەکەم زۆر کەمیکردوە لەچاو سەرەتادا کە هاتمە لای بەڕێزت.
(لەم قۆنا غەدا تو یژەر کاری لە سەر بەرزکرد نەوەی ورەی خوێندکارە کە کرد، تاوەکو خۆی ئامادەبکات بۆ قۆناغی داهاتو، واتە بۆ تاقیکردنەوەکانی سەری ساڵ، پا شان تاقیکرد نەوەکان کۆ تای پێ هات و خوێندکارەکە سەرکەوتو بوو بە پلەی ڕیزبەندی دووەم)
توێژەر: ئەی ئێستا ترسەکەت گەیشتۆتە کوێ
خاوەن گر فت: هەنگاو بە هەنگاو بەبەدە ستهێنانی سەرکەوتنم تر سەکەم کەمتردەبێ تەوە، بەڵام هەرماوە.

(لێرەدا ئەوەی تێبینیمانکرد، کە هۆ کاری تر سی ئەم خوێ ندکارە لەتاقیکرد نەوە ئەگەڕێ تەوە بۆ خەمخۆر یەکی زۆر بۆ بەدە ستهێنانی سەرکەوتن، ئە مەش شتێکی سرو شتیە بۆ هەر مرۆڤێ کی ئاسایی کە کەمێك تر سی هەبێت لە بەڕێکردنی ژ یانی ڕۆژا نەداو گەیشتن بە لوتکە لەبوارێ کدا، بەڵام ئەوەی ڕێژەی ترسەکەی زیادکردبوو ئەوەبوو کە کۆرسی یە کەمی تاقیکرد نەوەکان نمرە کانی زۆر دابەزاندبوو، کە ئەمەش بێ هۆ نەبوو، بەڵکو بارودۆخی تایبەتی خێزا نی هەبوو، پاش ورد بونەوەو تاوتوێکردنی ترس و دڵەڕوکێی ئەم خوێندکارە لە تاقیکردنەوە گەیشتینە ئەو ئەنجا مەی کە چارە سەری ئەم خوێ ندکارە قۆ ناغ بە قۆ ناغ و پ لە پلە یە، وا تە لە گەڵ هەر سەرکەوتنێکدا تر سەکەی بە ڕێژە یەك کەمتر دەبێ تەوە، ل ێرەدا ئێ مەش هەنگاو بە هەنگاو کار مان لە سەرکرد، تاوەکو تر سەکەی لە ڕێژە یەکی زۆرەوە بگا تە ڕێژە یەکی ئا سایی، ماوەی چارە سەرکردنی ئەم نمونەیە (5) مانگی خایاند لەگەڵ بەدواداچونی بەرامبەر لەسەر حاڵەتەکە).

خشتەی چارەسەرکردنی کەسی خاوەن ترس بەپێی تیۆری ئەلبێرت ئەلیس

A ڕوداوەکان	B دروستبونی بیروباوەڕە هەڵەکان	C پەرچەکردار (دەرەنجامی بیروباوەڕە هەڵەکان)	D بەدرۆخستنەوەو ڕاستکردنەوەی بیروباوەڕە هەڵەو ناعەقلانیەکان	E جێگرتنەوەیان بە بیروباوەڕی دروستو عەقلانی
- باس لەو مەسەلانە ب کە کە پێتوا یە هۆ کارن بۆ ئەوەی ترس و د لەڕاوکێت هەبێت لە تاقیکردنەوە.	- ئەو بیرو باوەڕە هە لەو نادرو ستو ناعەقلانیا نە بخەڕو کە لەدەرەنجامی تر ست لە تاقیکرد نەوە هاتۆتەکایەوە.	- جۆری ئەو پەر چەکردارە د یاری بکە کە لە دەرە نجامی بیروباوەڕەکا نت هاتەکایەوە.	- داوا لە کەسی خاوەن ترس دەکر ێت بەرەنگاری بیرو باوەڕە هە لەو ناعەقلانە یەکانی ببێ تەوە لەڕێ گەی بەکارهێنانی و شەی (بۆچی؟)	- ئەو بیرو باوەڕە عەقلانیو درو ستانە بخەڕو کە پێ چەوانەی بیرو باوەڕە هە لەو ناعەقلانیەکانە.
متمانە بەخۆنەبون.	وا بڕوات ڕیزبە ندی دووەمیەکەم لەدەست ئەدەم.	ورەم زۆر دا بەزیوەو هە ست بە خەمباری ئەکەم.	بۆ چی درک بەو ڕاستیە ناکەیت کە تۆ بەتوانایت و زیرەک یتو بەرەوپێ شتریش ئە چیت، ئیتر بۆ چی ئەبێت بترسیت؟	من شایستەی ڕیزبە ندی دووە مم، بۆ یە پارێز گاری لێدە کەمو ناهێڵم ترس بە سەرمدا زاڵب ێت تا لەدە ستمی دەربکات.
کەمبو نەوەی ڕ ێژەی نمرەی وانەکان.	ئە گەر نمرە کانم بەرزیش بکە مەوە، تازە نمرەی کۆر سی یە کەمم هەر لە ركا بەرەکانی ترم نزمترەو ئەوان پێشم کەوتونو پێ یان ناگەمەوە.	هە ست بە شەرمەزاری ئە کەمو ڕ قم لە خۆم ئەبێتەوە.	ئەگەر ئاوا زوو چۆك دادە یت هەرگیز ناتواند یت ریزبەندیە کەت بپارێز یت، بۆ چی هەوڵنادەیت بۆ کۆر سی دووەم و سەری ساڵ نمرەکا نت بەرزتربکەی تەوە خۆ مەحاڵ نیە؟	پێوی ستە لە مەودوا متما نەی ز یاترم بەخۆم هەبێت، تەنها (15) نمرەی کۆر سی یە کەم پێوا نە نی یە بۆ ئەوەی پ لەی دووە می لەدە ستبدەم، هەموو هەوڵێك ئەدەم بۆ ئەوەی کۆر سی دووەم و سەری ساڵ نمرە کانم بەرزتربکەمەوە.

ڕووخانی ورەو نابوێرەی‌و بەرگە نەگرتنی شکستهێنان.	من کەسێکی بێسودم چونکە نمرەکانم دابەزاندوە، تازە سەعیکردن‌و هەوڵدانی زۆریش فریام ناکەوێت.	بێ ئومێدم لەوەی شکستم هێناوە.	بۆ چی خۆت بە شکستخواردو ئەزانیت لەکاتێکدا پێشتر زۆر بە ئاسانی نمرەی بەرزت هێناوە، ئێستاش بە هەمان ورەو بوێرییەوە هەوڵ‌و کۆشش بدە، پێتوایە کارێکی قورسە؟	ئیتر هەوڵەکانم زیاتر ئەکەم‌و شەونخونی ئەکەم، ناهێڵم هیچ شتێک کارم تێبکات تا بەرەو دواوە نەگەڕێمەوە.
هەندێ لە هاوپۆلەکانم زیرەکن و هەوڵدەدەن نمرەی بەرز بەدەستبهێنن.	ئەو خوێندکارە زیرەکانەی هەوڵدەدەن ڕکابەریم بکەن‌و دڵنیام ڕیزبەندیەکەم دەگرن.	هەست بە دڵەڕاوکێ‌و بێ هیوایی دەکەم.	بۆچی هەموو بیرۆکە نەرێنی‌و ڕەشبینیەکانت وەلانانێیت‌و سوربیت لە سەر پاراستنی ڕیزبەندیەکەت، بیرت نەچێت کە لەقۆناغی یەکەمدا دووەم بویت و کەس نەیتوانی پێشت بکەوێت؟	ئیتر ئەوەندە ڕەشبین نابم بەرامبەر بە تواناو متمانە بەخۆبونم، هەوڵی جددی ئەدەم بۆ ئەوەی کەس نەتوانێت ڕیزبەندیەکەم داگیربکات.
لەدەستدانی ڕیزبەندی دووەمیی.	ناتوانم ئەوترسەی لەناخمدایە بەرامبەر بە تاقیکردنەوە دابمرکێنمەوە، ئیتر ورەم ڕوخاوەو کۆڵ ئەدەم.	هەست بە دودڵی‌و نائارامیی دەکەم.	بۆ چی ئەترسیت‌و ئەبێت کۆڵبدەیت کە تۆ هەمیشە کۆششی باشتکردوەو مامۆستاکانیش بڕوایان بەوە هێناوە کە تۆ خوێندکارێکی زیرەکیت؟	هەرگیز ناهێڵم مامۆستاکانم لێم نائومێدبن‌و باوەڕو متمانەیان بەرامبەر بە تواناکانم نادۆڕێنم‌و بە هەدەر نادەم، چیتر تاقیکردنەوەش ناکەم بە دێوەزمە لەژیانی خوێندکاریمداو ئەبێت بەسەریدا زاڵبم.

- سەبارەت بە (Feed back) واتە (F) بەپێی تیۆرەکەی ئەلیس خۆی لە بەدواداچونی بەردەوامماندا بینیوەتەوە بۆ سەرپەرشتیکردنی گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەباری نەرێنیەوە بۆ باری ئەرێنی.

فۆرمی ڕاپرسی پاش چارەسەرکردن

1- دوای ئەوەی لە کۆرسی دووەمدا نمرەکانت بەرزکردەوە ڕێژەی ترسەکەت چەندە؟

- کەم

- مامناوەند (√) (1 خاڵ)

- زۆر

2- ئامۆژگاری کەسە دڵسۆزەکانت چەند دەوری هەبوە لە ڕەواندنەوەی ترسەکەتدا؟

- زۆر (√) (0 خاڵ)

- مامناوەند

- کەم

- هیچی دەوری نەبوە

3- دوای ئەوەی لە تاقیکردنەوەکان دێیتە دەرەوە هەر هەمان ترسی پێش تاقیکردنەوەکانت ماوە؟

– نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

4- دوای ئەوەی نمرەی وانەکانت وەردەگریتەوە کە ئەزانیت نمرەی بەرزت بەدەستهێناوە، کەمێك ترست لە تاقیکردنەوە ئەڕەوێتەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)

- تاڕادەیەك

- نەخێر

5- ئەترسیت خوێندکارێکی تر ڕیزبەنییەکەت بگرێت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

6- تۆ خۆت بە شایستەی ڕیزبەندی دووەم دەزانیت لەناو هاوپۆلەکانتدا؟

– بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

7- بەگشتی ئێستا ڕێژەی ترسەکەت لەتاقیکردنەوە چەندە؟

- کەم

- مامناوەند (√) (1 خاڵ)

- زۆر

8- ئایا توانای ڕکابەریت هەیە لەگەڵ هاوپۆلەکانتدا ؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

(لێرە بەدواوە کۆمەڵێك پرسیاری تر ئاڕاستەی خوێندکارەکە دەکەین دوای ئەوەی تاقیکردنەوەی کۆتای ساڵی ئەنجامداوەو سەرکەوتوبوە بە پلەی دووەم)

9- ڕێژەی ترسەکەت چەندە دوای ئەوەی لەتاقیکردنەوەی کۆتای ساڵدا سەرکەوتوبویت و ڕیزبەندیەکەی خۆتت پاراستوە؟

- کەم (√) (0 خاڵ)
- مامناوەند
- زۆر

10- ڕێژەی ترسەکەت دەربارەی ئەو بیروبۆچونەی خۆت چەندە کە پێتوابوو هاوپۆلەکانت ڕیزبەندییەکەت دەگرن؟

- کەم (√) (0 خاڵ)
- مامناوەند
- زۆر

11- پێتوانیە هەستکردن بە ترسێکی زۆر مایەی بێهێزی و لاوازییە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

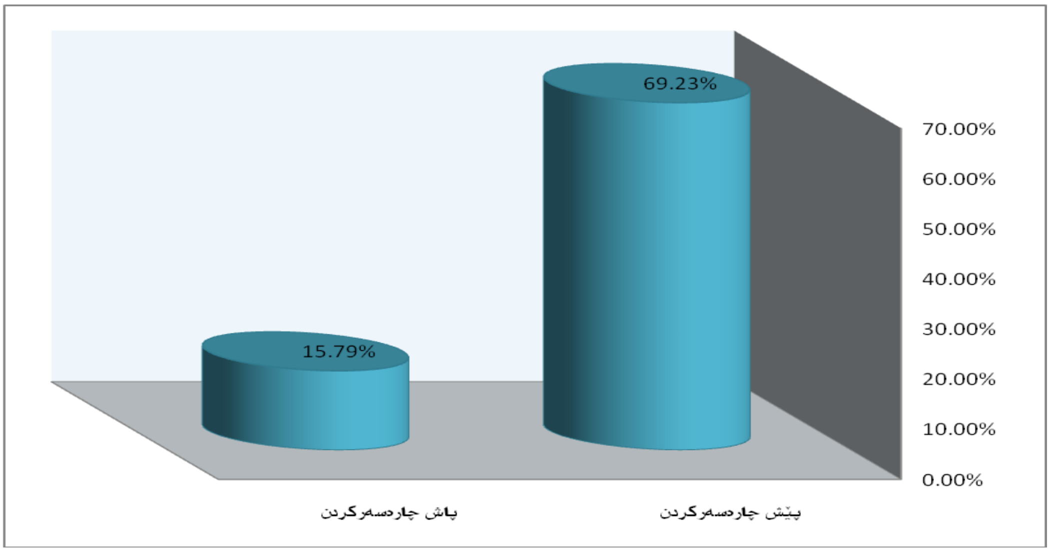
12- پێویست ئەکات لەم قۆناغەدا زۆر بترسیت دوای ئەوەی سەرکەوتنت بەدەستهێنا؟

- نەخێر (√) (0 خاڵ) - بەڵێ

- **ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پاش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (%15.789)**

خشتەی ڕێژەی ترسو دڵەڕاوکێ له تاقیکردنەوە لەپێش‌و پاش چارەسەرکردن

پێوەر	جیاوازی ڕێژەیی	
ترسو د ڵەڕاوکێ له تاقیکردنەوە	پێش چارەسەرکردن	(%69.230)
	پاش چارەسەرکردن	(%15.789)



(1/3 6) نمونەی شەشەم: کێشەی خێزانیی

نمونه	ڕەگەز	تەمەن	باری کۆمەڵایەتی	ئاستی خوێندەواری	پیشه
کێشەی خێزانیی	مێ	22 ساڵ	خێزاندار	خوێندکاری زانکۆ	خوێندکار

فۆڕمی ڕاپرسی

ناو: س. ك. ل

تەمەن: 22 ساڵ/ 1991

ڕەگەز: مێ

باری کۆمەڵایەتی: خێزاندار

ئاستی خوێندەواری: خوێندکاری زانکۆ

پیشە: خوێندکار

لەکەیەوە هاوسەرگیریت کردوە: ساڵی (2011) ، واتە (دوو ساڵە)

فۆڕمی ڕاپرسی پێش چارەسەرکردن

داوا لە بەڕێزتان دەکەین بەشێوەیەکی ڕاستو دروست وەڵامی گونجاو لەگەڵ باری دەرونیتان هەڵبژێرن بەدانانی نیشانەی (√) لەبەردەم وەڵامی دروستدا.

1- بەویست و ئارەزوی خۆت شوتکردوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

2- ئەوکاتەی شوت پێکرد خۆشت ئەویست؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

3- کە شوت پێکرد ئاستی خوێندەواری ئەوت ئەزانی؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

4- گرفتت لەگەڵ هاوسەرەکەتدا چییە؟

- ڕەزیلی
- نەبوونی خۆشەویستی
- بێباکی
- دڵپیسی (√) (3 خاڵ)

5- ئێستا پەشیمانی لەو هاوسەرگیرییەی کردوتە؟

- بەڵێ
- نەخێر
- هەندێ جار
- زۆرجار (√) (3 خاڵ)

6- هاوسەرەکەت خیانەتت لێ دەکات؟

- بەڵێ - نەخێر (√) (1 خاڵ)

7- سەرەتای هاوسەرگیری خۆشەویستی لەنێوانتاندا هەبوو؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

8- بۆچی بیر لەمنداڵ دروستکردن ناکەیتەوە؟

- مێردەکەم حەزی لێی نییە
- خۆم حەزم لە منداڵ نییە
- لەبەرخوێندنەکەم
- دڵم بە هاوسەرگیرییەکەم خۆش نییە (√) (3 خاڵ)

9- ئەتەوێت لەهاوسەرەکەت جیاببیتەوە؟

- بەڵێ
- نەخێر
- تارادەیەك (دوودڵم) (√) (2 خاڵ)

10- بۆچی ئەتەوێت لەهاوسەرەکەت جیاببیتەوە؟

- ئاستی من لەو بەرزترە
- خۆشم ناوێت
- دڵپیسە
- لەیەکتر تێناگەین (√) (3 خاڵ)

11- پێت وایە جیابونەوە چارەسەرە؟

- بەڵێ
- نەخێر
- نازانم (√) (2 خاڵ)

12- پێتوایە بەردی بناغەی هاوسەرگیری سەرکەوتو چییە؟

- بڕوانامەی خوێندن
- پارە
- خۆشەویستی

متمانەبوون بەیەکتر (√) (3 خاڵ)

13- هاوسەرەکەت خۆشدەوێت؟

- بەڵێ
- نەخێر

- کەمێك   (√) (2 خاڵ)

14- کەس هەیە قسەت بۆ بکات و هانت بدات بڕیاری جیابونەوە بدەیت؟

- بەڵێ   - نەخێر   (√) (1 خاڵ)

15- پێتوایە عاقڵی ئافرەت ڕۆڵی هەیە لە دروستکردنی خێزانێکی سەرکەوتودا؟

- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

16- هاوسەرەکەت ڕێگرە لەبەردەم خوێندنەکەتدا؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

17- جیابونەوە بەکارێکی ئاسان ئەبینیت؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

18- پێتوایە سەرلەنوێ دامەزراندنەوە (شوکردنەوە) کارێکی هەروا ئاسانە دوای جیابونەوە؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

19- کۆمەڵگای کوردی چۆن لە ژنێك دەڕوانێت کە مێردەکەی ڕەزیل نەبوبێت و خۆشیویستبێت‌و بەد ڕەوشت نەبوبێت، کەچی ژنەکە داوای جیابونەوەی لێکردبێت و لێی جیابوبێتەوە؟

- ئاساییە، ئەڵێن لێك تێ نەگەیشتون

- بەچاوێکی خراپەوە لە ئافرەت و پیاوەکەش دەڕوانن

- بەچاوێکی خراپەوە لە پیاوەکە دەڕوانن

- بەچاوێکی خراپەوە لە ئافرەتەکە دەڕوانن   (√) (3 خاڵ)

20- مێردەکەت پێی ناخۆشە هاوڕێیەتی کوڕ بکەیت؟

- نەخێر   - بەڵێ   (√) (1 خاڵ)

21- ئەی کە مێردەکەت پێی ناخۆشە هاوڕێیەتی کوڕ بکەیت بۆ هاوڕێیەتی ئەکەیت؟

- هەر بۆ خۆشی

- لەڕقی مێردەکەم

- هاوڕێیەتی کوڕان لە کچان خۆشترە

- تەنها هاوڕێیەتیەو هیچ مەبەستێکی تری لە پشتیەوە نییە   (√) (3 خاڵ)

22- پێتوایە تۆ وەك ژنێك لە کچان زیاتر لەسەرت دەکەوێت ئەگەر هاوڕێیەتی کوڕ بکەیت؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

23- ئەتوانی دەستبەرداری هاوڕێیەتی کوڕان بیت ئەگەر کێشەی خێزانیت بۆ دروست بکات؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

24- پێت ئاساییە مێردەکەت ئامۆژگاریت بکات؟

- بەڵێ   (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

25- پێت ئاساییە مێردەکەت هاوڕێی کچی هەبێت؟
- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر
26- پێت ئاساییە مێردەکەت بە تەنها وێنە لەگەڵ کچێکدا بگرێت؟
- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر
27- پێت ئاساییە ئەگەر هەڵەیەکت کرد داوای لێبوردن لەهاوسەرەکەت بکەیت؟
- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر
28- مێردەکەت وەك هاوسەرێك ئەرکەکانی سەرشانی خۆی جێبەجێکردوە لە ماڵەوە؟
- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر
29- ئەو بڕیارەی کە داوتە جیابیتەوە تەواو لێی دڵنیایت؟
- بەڵێ
- نەخێر (√) (1 خاڵ)
- دوودڵم
30- ماڵی باوکت چۆن لە هاوسەرەکەت دەڕوانن؟
- کەسێکی ئاساییە
- کەسێکی مامناوەندە
- کەسێکی باشە
- کەسێکی خراپە (√) (3 خاڵ)
31- پێت ئاساییە هاوسەرەکەت هاوئاستی خۆت نییە لەڕووی زانستیەوە؟
- بەڵێ (√) (0خاڵ) - نەخێر
32- ئەگەر ئێستا کچ بویتایەو هەمان کوڕ بهاتایەتەوە بۆ داوات شوت پێ ئەکرد؟
- بەڵێ
- نەخێر
- نازانم (√) (2 خاڵ)
33- پێتوایە چ شتێك ڕۆڵی هەیە لە ڕەواندنەوەی کێشەکان؟
- توندوتیژی
- وتەی شیرین
- گوێڕایەڵی
- بێدەنگی (√) (3 خاڵ)
34- پێتوایە هاوسەرگیری پێویستیەکی ژیانەو پێویستە هەموو کچێك بیکات؟
- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

35- هاوسەرکەت قەت پێی وتویت لێت جیادەبمەوە؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)   - نەخێر

36- بەگشتی ئەو کێشانەی لە نێوانتاندا دروست دەبێت هۆکارە سەرەکیەکەی کامتانن؟

- خۆمم

- هاوسەرەکەمە

- هەردوکمان (√) (2 خاڵ)

37- دوای دروستبونی کێشەکان کامتان یەکتری ئاشتدەکەنەوە؟

- من ئاشتی ئەکەمەوە   - ئەو ئاشتم ئەکاتەوە (√) (1 خاڵ)

38- ماڵی باوکت خۆشحاڵدەبن ئەگەر جیابیتەوەو بگەڕێیتەوە ناویان؟

- بەڵێ

- نەخێر

- هەندێکیان (بەڵێ) و هەندێکیان (نەخێر) (√) (2 خاڵ)

39- هیچ کام لە هاوڕێ کوڕەکانت بەچاوێکی ترەوە لێت دەڕوانن جگە لە خوشکایەتی و هاوڕێیەتی؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

40- تۆ بەچاوێکی ترەوە لە هیچ کام لە هاوڕێ کوڕەکانت دەڕوانی جگە لە برایەتی و هاوڕێیەتی؟

- بەڵێ   - نەخێر (√) (1 خاڵ)

41- خاوەنی چ سیفەتێکی خراپیت لە کەسایەتیتدا؟

- دڵپیسی

- کەلەڕەقی

- ڕەزیلی

- توڕەیی (√) (3 خاڵ)

- **ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پێش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (%79,411)**

جێبەجێکردنی پڕۆگرامی زمانەوانیی دەماریی لەسەر تاکی خاوەن کێشەی خێزانی:

1- دۆزینەوەی کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

أ. سیستمی نواندن:

سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (هەستی)ی، کە (7) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، (2) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، (1) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆڕمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یەکەم جار چاوت بە کە سێك دە کەوێت ئا یا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قسەو ئاوازەی دەنگی بەرامبەر.	بە ڕوخ ساو قیا فەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	3
سەرنجڕاکێ شترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخ سارو بزەی سەر لێوان.	هە ستو نە ستی ڕاستەقینە.	1
ئە گەر ڕو بەڕوی کێ شەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێ شەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێ شەو چارە سەرکردنی دەکەیـتەوە تا چارە سەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەیـ تەوە تا با شترین چارە سەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	3
با شترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیـشیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موز یكو تـێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێ شان یان نو سین یان دیزاین کردن یان دروومان دەبم.	3
لە سەر بـ نەمای کام لەما نە کراس یان کەڵو پەل دەکڕیت؟	ئامۆژ گاریو ڕاوبۆ چوونی کە سانی تر یان بەهۆی ناو بانگ یان مار کەی کەڵوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەڵوپەلە کەو گو نجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قو ماشو جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	2
ئە گەر گە شتێکت ئەنجا مدا یان چویت بۆ باخ چەیەك مەیلت بەلای کام لەما نەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەنـ گی باڵندەو سروشت.	خۆ شی بـ ینین لە تەما شاکردنی دیمە نە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵو هەڵمژینی هەوای سازگار.	2
زۆر ترین ئەو شتانەی کاریـ گەری نەرێنی ئەکە نە سەرت کاتـ ێك چاوت بە کەسێك دە کەوێت و وتو ێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	لۆژیکی کە سی بەرامـبەرو چۆنیەتی سەرپەر شتکردنی وتووێژەکە.	نا ڕوو نی لە تـ ێڕوانینی بەرامـ بەر لەکاتی وتووێژکردندا.	هە ست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	3
پێت وایە کاریـگەریت لە سەر خەڵکی ز یاتر دەبـ ێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی و شەی نەستەق.	جلو بەرگو ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەمو پەژارەو خۆشییەکانیان.	3

زۆر ترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو یان و تنی گۆرانی یان لا سایی کرد نەوەی دەنگەکان.	ناڕە حەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنە چونەوەی شوێنو ڕوخساری کەسانی تر بە ئاسانی.	نا ڕە حەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبو نەوەی لە کەسانی ترو بەر کەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	3
زۆر ترین ئەو و شانەی بەکاریان دێنـ یت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەما شاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخ سار، وا دیارە.	گر یمان، هە ست، هە ست دە کەم، وا بزانم، پێ شببینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	3

سیستمی نواندنی هاوسەری خاوەن گرفت:

ناو: هـ. ج . س

تەمەن: 1989/5/25 (24 ساڵ)

باری خێزانی: خێزاندار

ڕەگەز: نێر

پیشە: کاسب

ئاستی خوێندن: سەرەتایی

سیستمی نواندنەکەی بریتیە لە سیستمی (هەستی)ی، کە (6) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (3) بوو، (3) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (2) بوو، (1) هەڵبژاردنی لە جۆری وەڵامی (1) بوو، بەپێی پڕکردنەوەی ئەم فۆڕمی ڕاپرسیەی لای خوارەوە:

پرسیارەکان	وەڵامی 1	وەڵامی 2	وەڵامی 3	هەڵبژاردن
کاتێك بۆ یە کەم جار چاوت بە کە سێك دە کەوێت ئا یا بەکام لەمانە کارت لێدەکات؟	بە قـسەو ئاوازەی دەنـگی بەرامبەر.	بە ڕوخ ساو قیا فەتی بەرامبەر.	بە هەستی ناخی خۆت.	3
سەرنجڕاکێ شترین شتی خەڵکی لای تۆ چییە؟	قسەو دەستەواژەی جوان.	جوانی ڕوخ سارو بزەی سەر لێوان.	هە ستو نە ستی ڕاستەقینە.	3
ئە گەر ڕو بەڕوی کێ شەیەك بویتەوە ئەوا:	تاوتوێی کێ شەکە لە گەڵ کەسێك یان چەند کەسێك دەکەیت.	بیر لە کێ شەو چارە سەرکردنی دەکەیـ تەوە تا چارە سەری گونجاوی بۆ ئەدۆزیتەوە.	لەنا خدا بیری لێ دەکەیـ تەوە تا با شترین چارە سەری بۆ ئەدۆزیتەوە.	3
با شترین ئەو شتانە چین لەکاتی بێ ئیـ شیدا ئارەزوت لێیانە؟	گوێگرتن لە موز یكو دێل کردن بۆ هاوڕێیان.	تەماشاکردنی تەلەفزیۆن.	سەرقاڵی وێنەکێ شان یان نو سین یان دیزایـ ـکردن یان درووماو دەبم.	2

له سەر بنەمای کام لەمانە کراس یان کەڵو پەل دەکڕیت؟	ئامۆژگاریو ڕاوبۆچوونی کەسانی تر یان بەهۆی ناو بانگ یان مارکەی کەڵوپەلەکان.	بەدڵدا چونی کەڵوپەلە کەو گونجانی لەگەڵ ڕوخسار.	بەهۆی نەرمی قوماش‌و جۆری ئەو مادەیەی تیایدا بەکارهاتوە یان بەهۆی هەستی ناخ.	2
ئەگەر گەشتێکت ئەنجامدا یان چوویت بۆ باخچەیەك مەیلت بەلای کام لەمانەدا دەچێت؟	گوێگرتن لە دەنگی باڵندەو سروشت.	خۆشی بینین لە تەماشاکردنی دیمەنە دڵڕفێنەکانی سروشت.	بۆنکردنی گوڵ‌و هەڵمژینی هەوای سازگار.	2
زۆرترین ئەو شتانەی کاریگەری نەرێنی ئەکەنە سەرت کاتێك چاوت بە کەسێك دەکەوێت و وتوێژی لەگەڵدا دەکەیت؟	لۆژیکی کەسی بەرامبەرو چۆنیەتی سەرپەرشتکردنی وتووێژەکە.	ناڕوونی لە تێڕوانینی بەرامبەر لەکاتی وتووێژکردندا.	هەست نەکردن بە ڕاو بۆچوونەکانت.	3
پێت وایە کاریگەریت لەسەر خەڵکی زیاتر دەبێت لە ڕێگەی:	بەکارهێنانی وشەی نەستەق.	جل‌و بەرگ‌و ڕوخسار.	بە شداریکردنت لە خەم‌و پەژارەو خۆشییەکانیان.	3
زۆرترین ئەو شتانەی لەگەڵتدا دەگونجێن کامانەن؟	ناڕەحەت بوون بە ژاوە ژاو یان وتنی گۆرانی یان لاسایی کردنەوەی دەنگەکان.	ناڕەحەت نەبوون بە ژاوەژاو و بیرنەچونەوەی شوێن‌و ڕوخساری کەسانی تر بە ئاسانی.	ناڕەحەت بوون بە ژاوە ژاو و نزیکبونەوەی لە کەسانی ترو بەرکەوتنیان لەکاتی قسەکردندا.	1
زۆرترین ئەو شانەی بەکاریان دێنیت هاو شێوەی کام لەمانەن:	گوێبگرە، گوێم لێبوو کە، دەنگ ئەداتەوە، لە گوێمدا ئەزرنگێتەوە.	تەماشاکە، ڕوون، بەم شێوەیە، ڕوخسار، وا دیارە.	گریمان، هەست، هەست دەکەم، وا بزانم، پێشبینی دەکەم، ئەزانم، ئەخوازم.	3

★★★ لێرەدا وەك تێبینیمانکرد هەردوو هاوسەرەکە سیستمی نواندنەکەیان لەجۆری (هەستی)یە، کە پەیوەندی نێوان دوو هاو سەری هەستی (هەستیی X هەستیی) بەمجۆرە یە: هاو سەرگیری کەسێکی هەستیی لە گەڵ کەسێکی هەستیی پرۆسەیەکی سەرکەوتو دەبێت‌و هەموو تەمەنیان خۆشەویستی‌و بەختەوەری دەبێت‌و هەردوولا ڕێز لە هەستی یەکدەگرن.

ب. زمانی جەستە:

بە تێبینیکردنی زمانی جەستەی تاکی خاوەن گرفت (ش) گەیشتینە ئەم ڕاستیانەی لای خوارەوە: سەرەتا لەبەرئەوەی خاوەن گرفت جۆری کەسایەتیەکەی (هەستیە)، بۆیە تێبینیمانکرد لەکاتی باسکردنی گرفتەکەیدا زۆر بەی جار لە ئاخاوتنەکانیدا جولەی چاوەکان لە خوارەوی ئاستی گوێچکەوە بوو، ئەوە ئاماژەیە بۆ هەست‌و نەست‌و قسەی ناخ.

تاکی خاوەن گرفت لەکاتی گوێگرتنیدا لە توێژەر (دەستەکانی دەنوقاند) کە ئەمەش مانای ئەوەیە کە ئەو مرۆڤە تورەیە، هەروەها شاردنەوەی پەنجە گەورەکەی دەستی نیشانەیە بۆ دوودڵی خاوەن گرفت لەبڕیارەکەی، بەڵام لەکاتێکدا کە خاوەن گرفت باسی لە کێشەکەی دەکرد هەندێ جار پەنای دەبرد بۆ بەکارهێنانی دەست و بازو قۆڵەکانی بۆ گوزارشتکردن لەناخی و ئەو شتانەی هەستیان پێدەکات. سەبارەت بەدانیشتنی تاکی خاوەن گرفت بەم شێوەیە بوو: دوورخستنەوەی قاچەکان و نزیکردنەوەی هەردوو ئەژنۆ لەیەکتری لەدانیشتندا مانای کرانەوەو متمانەبەخۆبوونو ڕاشکاویو دەستپاکی دەگەیەنێت.

لەکاتی ئاخاوتندا بەپێی پێویست هەندێ کات توێژەر پەنای بۆ (دەستخستنە سەر باڵی بەرامبەر) دە برد، وا تە دە ستی چەپی دەخ ستە سەر شانی ڕا ستی کە سی خاوەن ترس بەمەبە ستی هیۆرکردنەوەو ئارامکردنەوەی. توێژەر لەکاتی ئاخاوتندا ڕەچاوی ئەوە یدەکرد کە ئەوکا تەی قسە لەگەڵ تاکی خاوەن کەسایەتی هەستی دەکەیت دەبێت چاوەکانت داگریت بۆ خوارەوە.

ت. دەنگ:

ئەم کەسایەتیە خاوەنی دەنگێکی نەرم بوو کە ئەمەش ئاماژە یە بۆ ئەوەی کە هە ست بە ئارامی دەرونیی دەکات، پێکەنین لەکاتی قسەکردندا نەریتێکی باوو بەردەوامیەتی، بەتایبەتیش کاتێك بۆ یەکەمجار قسە لەگەڵ کەسانێکی نەناسراو دەکات. لە ڕوبەروبونەوە دەترسێتو حەز لە دڵشکاندن ناکات.

تایبەتمەندی ئەم مرۆ ڤە لەوەدابوو کە هەمیـشە دەم بە پێکەنین بوو، وا تە زەردەخە نە لە سەر لێوەکانی بوو (ڕۆح سوك بوو)، لەهەمانکاتدا مرۆڤێکی زۆر هە ست نا سك و هێمن بوو، هەروەها مرۆڤێکی گوێڕایەڵ بوو لەکاتێکدا کە زانیاری یەکت پێ دەوت دەر بارەی گرفتە کەی خۆی ئە گەر بیزانیا یە تۆ لە قازانجی ئەو ئەدوێیت و و تەکانت ڕا ستە، ئەوە ڕا ستەوخۆ بەبێ دوود ڵی و کەلەڕەقی دەستبەجێ بەقسەی ئەکردیت، هۆکاری ئەم سیفەتانەی تاکیش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە سیستمی نواندنەکەی هەستییە، ئەمانەش هەموی وەك یارمەتیدەرێك و هاوکاربوون بۆ توێژەر بەمەبەستی گۆڕینی بیروباوەڕی تاکی خاوەن گرفت.

توێژەر بەیەك ئاوازەو دەنگێکی نەرمونیان و نزم (کە لە قۆ ناغی ئەلفادا بوو) گفتو گۆی لە گەڵ خاوەن گرفت دەکرد و پاشان کاری لەسەر هێورکردنەوەو ئارامکردنەوەی بەرام بەر دە کرد، تاوەکو هەنگاو بە هەنگاو بەرامبەری شی گەیا ندە قۆ ناغی ئەلفا لەمیا نەی چاوپێکەوتنەکاندا لەڕوانگەی ئەو سیفەتە تایبەتەی کە خاوەن گرفت هەیبوو کە ئەویش تورەیی بوو، بەڵام ئاوازەی دەنگی بە یەك ئاواز نەبوو، چونکە هەندێ کات ئەو هێمنیەی لەدەستدەداو تورەدەبوو.

خاوەن گرفت خاوەنی دەنگێکی هێمن و نەرمونیان بوو (بەڵام کە توڕەدەبوو یان هەڵدەچوو ئەو هێمنیەی لەدەستدەدا) وەك پێشتر ئاماژەمان پێکرد، هۆکارەکەی ئەوەیە کە کەسایەتی هەستی خۆی خاوەنی دەنگێکی هێمنە، بۆیە توێژەر لەم ڕوانگەیەوە تەنها لەو کاتانەدا کاری لەسەر ئارامکردنەوەو هێورکردنەوەی خاوەن گرفت دەکرد کە لەحاڵەتێکی هەڵچوندابوو.

2- هاوتاکردنی کەسایەتیمان لەگەڵ کەسایەتی تاکی بەرامبەر:

لێکۆلەر لەکاتی جێبەجێکردنی پرۆگرامی زمانەوانی دەمارییدا، هەوڵیدا بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ لەگەڵ سیستمی نواندن (کەسایەتی هەستی) و جوڵەو وشەو ئاوازەی دەنگی تاکی خاوەن گرفت خۆی ئاوێتەبکات، تا بتوانێت کاریگەری لەسەر دروست بکاتو پاشان ئەو وێنەو دیمەنە ناشرینو نەرێنیانەی لەمێشکیدا دروستبون بسڕێتەوەو بە ئاراستەی وێنەی دەنگیو زەینی جوانتریان ببات، کە ئەمەش ڕۆڵی هەبوو لە نەهێشتنی ئەو بیرۆکەیەی لەلای بەرامبەر دروست پەیدابوو بوو.

3- پێشەوایەتیکردن:

لەم قۆناغەدا کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە ڕابەرایەتی تاکی بەرامبەر بکرێت، بەتیشك خستنەسەر کۆنترۆڵکردنی عەقڵی بێ ئاگایی بەرامبەر، ئەمەش بە لەکارخستنی عەقڵی بەئاگای، کە لەم ڕێگەیەوە بیرۆکەکانمان دەخزێنینە عەقڵی بێ ئاگایەوە، ئەمەش بە چەند جار دووپاتکردنەوەی وتەو دەستەواژەکانمان بە شێوازی جیاواز، بەڵام جەختکردنەوە لەسەر هەمان مەبەست، لەگەڵ ڕەچاوکردنی بەکارهێنانی وشەو ڕستەی کاریگەرو پڕ هەست و سۆز لەبەرامبەر، هەروەها ڕەچاوکردنی هەستی ناسکی بەرامبەر، هەربۆیە پێویست بوو زۆر وردو وریایانە وشەو ئاخاوتنەکانمان هەڵبژاردایە، تاوەکو پرۆگرامی تاکی خاوەن گرفت بکەین، کە ئەمەش لەڕێگەی چەندین دانیشتنەوە ئەنجامدەدرێت، بەڵام ئێمە لێرەدا تەنها کۆی گشتی گفتوگۆکان دەخەینەڕوو.

دەقی چاوپێکەوتنی ڕاستەوخۆ و گفتوگۆکردن بەجێبەجێکردنی پرۆگرامی زما نەوانی دەماریی لەسەر کەسی خاوەن کێشەی خێزانیی:

توێژەر: ئەتوانی باس لە کێشەکەی خۆت بکەیت؟

خاوەنی گرفتی خێزانی: مامۆستا گیان من کێشەیەکم هەیەو ئەمەوێت بەڕێزت هاو کاریم بکەیت، سەرەتا من باس لەکێشەکەی خۆمت بۆ دەکەم، بەڵام هەڵەی منیشی تێدا یە، یاخود ڕەنگە هە ڵەی من بێت. من ماوەی دووساڵە هاوسەرگیریم کردوە، لەم ماوەی پێشودا لەگەڵ هاوپۆلەکا نمدا هەموو پێکەوە چوین بۆ سەیران، دوا تر کە گەڕاینەوە وێ نەکانم خ ستە سەر کومبیوتەرە کە، پا شان

هاوسەرەکەم وێنەکانی بینی، یەکێك لەوێنەکان لەگەڵ هاوڕێیەکی کوڕمدا (یەکێك لەهاوپۆ لەکانم) بە تەنها گرتبوم، ئەو وێنەیە بوە سەرەتایەك بۆ دروستبونی کێشەکانمان کە هاو سەرەکەم ئە مەی پێ قبوڵ نەکراو کەوتە ناڕەزایی دەربڕین بەرامبەر ئەو ڕەفتارەم، هەربۆیە لەم قۆنا غەوە دڵپیـسی دەستی پێکردو چیتر متمانەی پێم نەما.

توێژەر: دوای ئەوە هاوسەرەکەت ڕێگەی لێنەگرتی لەچونت بۆ زانکۆ؟

خاوەن گرف تی خێزا نی: ڕا ستەوخۆ ڕێ گەی لێ نەگرتم، بەلاَم بە شێوەیەکی ناڕا ستەوخۆ ڕێ گەی لێگرتم، ئەویش بەوەی چەند ڕۆژێك پێش ئەوەی بێم بۆ زانکۆ تێبینم ئەکرد هەموو پێلاَوە کانم لێ ئەشارێتەوە، تاوەکو نەیەم بۆ زانکۆ.

توێژەر: دوای ئەوەی هاوسەرەکەت بەوجۆرە هەڵسوکەوتی دەکرد، هەڵویستی تۆ چۆن بوو؟

خاوەن گرف تی خێزا نی: زۆر پ ێی ناڕە حەت بووم، چونکە ئەوە تەنها وێنە یەکی ئا ساییەو هیچ واتایەکی تر هەڵناگرێت، وەك هەر هاوڕێیەکی کچم ئەو وێنەیەم لەگەڵ ئەو هاوڕێ کوڕەم گر توە، بەلاَم ئەوە نیشانەی ئەوەیە هاوسەرەکەم هیچ متمانەی پێم نییە.

توێژەر: دوای ئەم ڕوداوە تۆ چ بڕیارێکت داوە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: بڕیارمداوە جیاببمەوە، بەلاَم دوودڵم، بۆ یە هاتوم بۆ لای بەڕێزت تاوەکو هاوکاریم بکەیت و پێم بڵێت چی بکەم.

توێژەر: ئەم گرفتەت لای کەس باسکردوە؟

خاوەن گرف تی خێزا نی: تەنها لای هاوڕێ یەکم باسمکردوە، بەلاَم خو شکێکم هە یە هاو سەرگیری کردوە هەر لەسەرەتاوە هەمیشە پێی ئەوتم چ گرفتێکت هەبوو وەرە لای من باسی بکەو من پ شتت ئەگرم بۆ ئەوەی لەهاوسەرەکەت جیابیتەوە، بەلاَم من سەرەتا کە کێشەی بچوکم توش ئەبوو، کە ڕوبەڕوی هەموو هاوسەرێك ئەبێتەوە هەرگیز لای ئەو خوشکەم و کەس با سم نەکردوە، ئێستاش تەلەفۆنم بۆ خوشکەکەم کردوە کە بیبینم و بۆی باس بکەم تاوەکو پشتم بگرێت لەجیابونەوەدا.

تو ێژەر: هاو سەرەکەت هیچ هەڵ سوکەوت و خو یەکی خرا پی هە یە (خوارد نەوە، جگەرەکێ شان، ڕەزیلی، خیانەت ... هتد)؟

خاوەن گرفتی خێزانی: نەخێر، تەنها دڵی پیسە

توێژەر: بۆ ناوی ئەنێیت (دڵپیسی) بۆ ناوی نانێیت (غیرە)؟

خاوەن گرفتی خێزانی: نازانم

توێژەر: بەهاوسەرەکەتت وتوە بەنیازم جیاببمەوە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: بەڵێ

توێژەر: ئەی ئەو ئەڵێت چی کە تۆ وائەڵێیت؟

خاوەن گرفتی خێزانی: ئەڵێت کەیفی خۆتە برۆ

توێژەر: کەواتە تۆ سەرەتا بڕیاری جیابونەوەت داوە، نەك ئەو، جگە لەوە کە تۆ پێی ئەڵێیت جیائەبمەوە، ئەو یەکسەر نەیوتوە باش و با دەست بکەین بە مامەڵەی جیابونەوە، وایە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: بەڵێ، وایە

توێژەر: بارودۆخی ئابوریتان چۆنە؟

خاوەن گرفت: باشین، بەردەوام هاوسەرەکەم کاسپی ئەکات.

توێژەر: ئاستی خوێندەواری تۆ و هاوسەرەکەت دورە لەیەکتریەوە، پێت وانیە پێویستە تۆ ئەو خاڵە لەبەر چاو بگریت، چونکە هاوسەرەکەت ئەو قۆناغەی خوێندنی نەبینیوە کە کوڕو کچ پێکەوە بن لە پۆل و نانخواردن و سەعیکردن و گەشتدا؟

خاوەن گرفت: بەدڵنیاییەوە ئەوە زۆر کاریگەری هەیە کە ئەو نەیخوێندوە، وە خۆشی لەناخیدا ئەو جیاوازییەی نێوانمانی پێناخۆشە، بەڵام دەرینابڕێت.

توێژەر: تۆ وەك خوێندکارێکی باڵاپۆش، ئەزانیت کە لەڕوی دینەوە پیاو مافی هەیە بەسەر خێزانەکەیدا؟

خاوەن گرفتی خێزانی: بەڵێ ئەزانم

توێژەر: بەلاوازی دائەنێیت ئەگەر هاوسەرەکەت شتێکی پێ ناخۆش بوو تۆ ئەو شتە نەکەیت؟

خاوەن گرفتی خێزانی: نەخێر

توێژەر: دەکەوا تە دەستبەرداری ئەو هاوڕێ کوڕەت بە کە وێنەت لەگەڵ گرتوە، مادەم هاوسەرەکەت ئەو هاوڕێیەتی قبوڵ نییە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: ئاساییە ئەتوانم لەو هاوڕێیەم دوربکەومەوە.

توێژەر: ئەو هاوڕێ کوڕەت هیچ هەوڵێکی داوە بۆی ئەو گرژی و ئاڵۆزییەی نێوان تۆ و هاوسەرەکەت بڕەوێنێتەوە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: ئەیەوێت بە تەلەفۆن بێت یان بینین قسە لەگەڵ هاوسەرەکەم بکات و بۆی ڕون بکاتەوە، بەڵام من ڕێگەم نەدا، چونکە هاوسەرەکەم قبوڵی نییە قسەی لەگەڵ بکات و گرفتەکەش گەورەتر ئەبێت.

توێژەر: پێتوایە جیابونەوە چارەسەرە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: نازانم، بۆیە هاتوم بۆ لای تۆ تا ڕێگە ڕاستەکەم پێ بڵێیت.

توێژەر: باوکت ئاسودە ئەبێت بەوەی جیاببیتەوەو بگەڕێیتەوە؟ (خاوەن گرفت برای لەخۆی بچوکتری هەیەو برای گەورەی نییە)

خاوەن گرفتی خێزانی: نەخێر، باوکم هیچ پێی خۆش نابێت

توێژەر: لەم ڕۆژگارەدا هاوسەرگیری کچان چۆن ئەبینیت؟ واتە کچان زۆر هاوسەرگیری ئەکەن، یاخود هاوسەرگیری کچان لاوازبوەو ڕێژەیەکی زۆری کچان ماونەتەوە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: هاوسەرگیری کچان زۆر قور سە لەم ڕۆژەدا، تەنا نەت هە ندێ لەهاوڕێکانم ئیرەیم پێ دەبەن کە هاوسەرگیریم کردوە.

تو یژەر: ئەی هاو سەرگیری ئەو ژنا نە چۆن ئەبینیت کە لە گەڵ هاو سەرەکانیان جیابونە تەوەو هۆیەکی گەورەشیان نەبوە بۆ ئەو جیابونەوەیە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: زۆر قورس و دەگمەنە دووبارە هاوسەرگیری بکەنەوە

توێژەر: کچان پێش ئەوەی هاوسەرگیری بکەن خاوەنی بەهای خۆ یانن لەماڵی باوکیان، ئەی دوای ئەوەی جیادەبنەوە لەهاو سەرەکانیان (لە سەر کێ شەیەکی بچوك) ئا یا هەر خاوەنی هەمان ئەو بەهایەی سەرەتا دەبن کە هەیانبوە؟

خاوەن گرفتی خێزانی: نەخێر، ئەو ڕێزەی سەرەتای نامێنێت و ئەو ئازادیەی سەرەتاشی نامێنێت.

توێژەر: تۆ ئێستا لەماڵی خۆتدا وەك سەرگەورەیەك وایت، ئەگەر جیاببیتەوەو بچیتەوە بۆ ماڵی باوکت ئەو سەرگەورەیەت نامێنێت، ئایا بەرگەی ئەوە ئەگریت؟

خاوەن گرفتی خێزانی: نەخێر

توێژەر: پێتوایە کە زانکۆت تەواوکرد یەکسەر لەدامودەزگاکاندا دادەمەزرێیت؟

خاوەن گرفتی خێزا نی: نەخێر، ئەبێت هەر لەما ڵەوە بم و وە کو ژ نی ما ڵەوەم لێدێت، ئەوکا تە بڕوانامە هیچ بایەخێکی نامێنێت.

توێژەر: ئەی کە هەموو ئەم ڕاستیانە ئەزانیت ئیتر چۆن بڕ یاری جیابو نەوە ئەدەیت لە سەر ئەو کێشە بچوکە؟ لە گەڵ نەبوونی کەمتەر خەمی لەهاو سەرەکەتەوە لە بەڕێوەبردنی ماڵ و لا یەنی ئابور یدا، هەروەها هیچ هەڵسوکەوتێکی خرا پی نی یە، جگە لەوەی ئا ستی خوێ ندەواری لە تۆ نزمترە، کە ئەمەش شتێکی ئاساییە، چونکە تۆ سەرەتاو کۆتا کەس ن یت کە ئا ستی خوێ ندەواریت لە گەڵ هاو سەرەکەتدا جیاوازب ێت، کە ڕەن گە ئەویش بارودۆخ ڕێ گەی پێ نەدابێت خوێندنە کەی تەواو بکات .

خاوەن گرف تی خێزا نی: (بێدەنگ یەکی تەواو باڵی بە سەردا کێ شا و بە ئا شکرا پە شیمانی پێوەدیاربوو)

توێژەر: ئەم کێشەیە تایبەتە بە خۆت و هاو سەرەکەتەوە با شتر نی یە ئە گەر نە یەڵیت کە سوکاری خۆت و ئەویش پێی بزانن و خۆ تان لە بەینی خۆتا ندا چارە سەری بکەن، چونکە دوا تر کە ئێوە پێکەوە ئاشتدەبنەوە، کەسوکارتان لەیادیان ناچێت و چەشنێك ڕق لەدڵ ئەگرن بەرامبەرتان؟

خاوەن گرفتی خێزانی: یەعنی مامۆستا گیان تۆ پێت باشە خۆم چارە سەری بکەم و کێ شەکەم لای خوشکەکەم باس نەکەم؟ بەڵام خۆم چۆن چارەسەری بکەم؟

توێژەر: پێویست ناکات خوشکەکەت ئاگاداربکەیتەوە، خۆت و هاوسەرەکەت چارەسەری کێ شەکەتان بکەن بەوەی کە تۆ دە ست پێ شخەری بکەو بەهاو سەرەکەت ب ڵێ ئە مەوێت کەمێك قسەبکەین و

کێشەکەمان چارەسەر بکەین، پاشان تۆ داوای لێبوردن بکەو بڵێ من هیچ مەبەستێکم لە پشت ئەو هەڵسوکەوتەمەوە نەبوەو دووبارەی ناکەمەوەو هاوڕێیەتی ئەو کوڕە هاوپۆلەشم ناکەم، جگە لە سەلام نەبێت. (هەمیشە ئەو داوای لێبوردن لە تۆ دەکات، ئەمجارە تۆ دەست پێشخەری بکە و داوای لێبوردن بکە)

خاوەن گرفتی خێزانی: چیم پێ بڵێیت بەڤسەت ئەکەم مامۆستا گیان (جۆرێك لە ئارامی و دڵخۆشی و گەڕانەوە لە بڕیارەکەی بە بەرامبەرەوە دیاربوو، هەربۆیە زۆر بەوردی گوێی ئەگرت)

تویژەر: ئەتوانی ڕێژەی ئەو توڕەیەت کەمبکەیتەوە لەگەڵ هاوسەرەکەتدا بە هێمنا نە بدوێیت بێ ئەوەی توڕەبیت ئەگەر هەرچیەکیشی وت؟

خاوەن گرفتی خێزانی: بەڵێ

(پاش ئەوەی تاکی خاوەن گرفت گفتوگۆی لەگەڵ هاوسەرەکەیدا کرد بوو، گەڕا یەوە بۆ لای توێژەر بۆ باسکردنی وردەکارییەکان)

توێژەر: وتوویژت لەگەڵ هاوسەرەکەت کرد؟ توانیت کۆنترۆڵی توڕەیی خۆت بکەیت؟

خاوەن گرفتی خێزانی: بەڵێ چیت پێ وتم بەو شێوەیەم کرد، هەر چەندە هاوسەرەکەم لەناوبەندی ئاخاوتنەکەماندا توڕە بوو شتی فڕێداو شتی شکاند، بەڵام من هەر هێمن بووم و توڕەنەبووم

توێژەر: دواجار گەیشتنە چ ئەنجامێك؟

خاوەن گرفتی خێزانی: دواجار گفوگۆمان لەسەر هەموو وردەکارییەکان کردو ئاشت بوینەوەو هیچ لە دڵماندا نەماو کێشەکە چارەسەر بوو.

★★ کێشەی ئەم هاوسەرگیریە لەوەدابوو کە هاوسەرە ژنەکە لەبەر ئەوەی خوێندکاری زانکۆ بوو خۆی بەزیاتر ئەبینی لەهاوسەرەکەی، واتە هیچ بیرێکی لەدواڕۆژ نەدەکردوە (نادوربینی پیشەی خاوەن کەسایەتیە هەستیەکانە) کە ئێستا دامەزرا ندن لە دامودەزگاکاندا زۆر دەگمەنەو دواجار ئەبێت لەماڵەوە دابنیشێت و ئەو کەشو هەوایەی زانکۆ هەمیشەی نییە، بەڵکو کاتییەو نامێنێت. سیفەتێکی سەرەکی تری بریتی بوو لەوەی کەسێکی توڕە بوو، کە لەگەڵ هاوسەرەکەیدا گرفتیان ئەبوو یەکسەر توڕەدەبوو، نەیدەتوانی خۆی بگرێت، هەروەها سەرەتای ئاخاوتنەکانی بەوە دەستی پێکرد کە وتی (لەوانەیە ئەم کێشەیە هەڵەی من بێت) دانپێدانانی خۆی بەم ڕاستیە نیشانەیە بۆ ئەوەی کە خۆشی ئەزانێت کە زۆرینەی هەڵەکان لەخۆیەوەیەتی. چارەسەری بنەبڕی ئەم کێشەیە ئەوکاتەیە کە خوێندکارەکە زانکۆ تەواو دەکات، ئەوکات بەهای ئەو شتانە ئەزانێت و ئەبینێت کە هەیەتی و لەئێستادا هەستیان پێ ناکات. لەهەمانکاتدا خاڵی گرنگ و پڕبایەخ لەم هاوسەرگیرییەدا ئەوەیە کە هەردوو هاوسەرەکە سیستمی نوا ندنیان هەستی بوو، کە ئەمەش

نیشانەیە بۆ ئەوەی ئەو دوو هاوسەرە دەتوانن ژ یانێکی خۆش و پڕ ئا سودەیی بە سەربەرن، بەلاّم پێویستیان بەوەیە هەردوکیان ڕێز لەهەست و سۆزی یەکتر بگرن. ماوەی چارە سەری ئەم نمونە یە (یەك) مانگی خایاند.

خشتەی چارەسەرکردنی کەسی خاوەن گرفتی خێزانیی بەپێی تیۆری ئەلبێرت ئەلیس

A ڕوداوەکان	B دروستبونی بیروباوەڕە هەڵەکان	C پەرچەکردار (دەرەنجامی بیروباوەڕە هەڵەکان)	D بەدرۆخستنەوەو ڕاستکردنەوەی بیروباوەڕە هەڵەو ناعەقڵانیەکان	E جێگرتنەوەیان بە بیروباوەڕی دروستو عەقڵانی
- باس لەو مەسەلانە بکە کە پێتوایە هۆکارن بۆ ئەوەی بڕیاری جیابونەوە بدەیت لەهاوسەرەکەت.	- ئەو بیرو باوەڕە هەڵەو نادروستو ناعەقڵانیانە بخەڕو کە لەدەرەنجامی ئەو بڕیارەت هاتۆتەکایەوە کە دەتەوێت لەهاوسەرەکەت جیابیتەوە.	- جۆری ئەو پەرچەکردارە دیاری بکە کە لە دەرەنجامی بیروباوەڕەکانت هاتەکایەوە.	- داوا لە کەسی خاوەن ترس دەکرێت بەرەنگاری بیرو باوەڕە هەڵەو ناعەقڵانیەکانی ببێتەوە لەرێگەی بەکارهێنانی وشەی (بۆچی؟)	- ئەو بیرو باوەڕە عەقڵانیو دروستانە بخەڕو کە پێچەوانەی بیرو باوەڕە هەڵەو ناعەقڵانیەکانە.
دڵپیسی هاوسەرەکەم وایلێکردوم بیر لە جیابونەوە بکەمەوە.	کە هاوسەرەکەم متمانەی پێم نەبێت ئیتر بۆ لەگەڵیدا بژیم.	نائومێدی لەژیاندا.	بۆچی ئەو ڕەفتارەی هاوسەرەکەت ناودەنێیت بێ متمانەیی، ئەی بۆ ناوی نانێی غیرەو خەمخۆری بۆ تۆ؟	پێویستە ئیتر ڕێز لەهەست و نەستی هاوسەرەکەم بگرم و هاوڕێیەتی کەسانێك نەکەم کە ئەو پێی ناخۆشەو پەیوەندیم لەگەڵیان هەبێت.
نەگونجاندن‌و لێك تێنەگەیشتن لەیەکتری.	زۆر هەوڵدەدەم لێی تێ بگەم بەڵام ئەو هەرگیز لێم تێناگات و هەستم پێناکات، جا ژیانێکی ئاوام بۆ چییە جیابونەوەم باشترە.	هەمیشە هەست بەدڵتەنگی دەکەم.	بۆچی بەوردی گوێ لە هاوسەرەکەت ناگریت تا بە تەواوەتی تۆش لێی تێ بگەیت بۆ ئەوەی بزانیت چی لێت ئەوێت، بیانوی دروستی بۆ بهێنەرەوە تا بەهەڵەدا نەچیت؟	پێویستە لە مەودوا کەمێك لە توڕەییم کەمبکەمەوە تاوەکو دوچاری هەڵچونی دەرونیی نەبم‌و ڕاستەوخۆ هاوسەرەکەم تۆمەتبار بکەم بەوەی هەستم پێناکات‌و گوێم لێناگریت، ئەبێت بەخۆمدا بچمەوە.

ج ياوازى ئا ستى خوێندەواريمان.	له گەڵ كه سێكى نەخوێ ندەواردا ژ يان به ئا سانى بەڕێ ناكر ێت، جياواز يمان ل ێك نزيكرد نەوەمان دورتر دەخاتەوە.	هه ست به شەرمەزارى دە كەم كه من ئا ستى خوێ ندم زۆر لەو بەرزترە.	بۆچى تەنها بير له ج ياوازى ئا ستى خوێ ندەوارى نێواذ تان دەكەي تەوە لەكاتێ كدا تۆ سەرەتاو كۆ تا كەس ن يت كه هاو سەرەكەت بێ بڕوانا مەبێت، ئەى بۆ بير له سيفەته با شەكانى ناكەيتەوە؟	مادام هاو سەرەكەم سيفەتەكانى ترى زۆر جوان و بێ كەموكورتين، ئيتر بۆ ئا ستى خوێ ندەوارى بكه مه بەربه ستو ته گەره له بەردەم خۆشى ژيانمان.
پ شتگيريكردنى خو شكەكەم بۆ ئەوەى لەهاو سەرەكەم جياببمەوە.	ڤ سەو بيرۆ كەكانى خوشكەكەم هەموى ڕا ستە، بۆ يه نا هەقى ني يه پشتگيريم بكات لێى جياببمەوە، چونكه ئەو بەرژەوە ندى منى ئەوێتو لەخۆم با شتر ئەزانێت كەهاو سەرەكەم كەسێكى باش نييە.	هه ست به بێ ئيرادە يى خۆم دە كەم كه توا ناى بڕ ياردانم ن يه له ژيانمدا.	بۆ چى ئەبێت كه سانى تر بڕ يار لەجياتى تۆ بدەنو ما ڵت و ێران ب كەن، كه دوا جار تەنها خۆت زەرەرمە ند ئەبيت نەك خوشكەكەت؟	ئەبێت با شتر بير له بەرژەوە ندى خۆم بكه مەوەو چارەنو سى ژ يانم نەخه مه بەردە ستى كه سانى تر با نزيكترين كەسي شم بن، چونكه دوا يى پەشيمانى دادم نادات.
كەمبو نەوەى خۆشەويـ ستيم بۆ هاوسەرەكەم.	وەكو جاران خۆ شم ناو ێتو ئارەزوم بۆى كاڵبۆ تەوە، چيتر ناتوانم تامردن لەگەڵ يدا بژيم.	نائوم ێدم به ئاي ندەى ژ يانمو خەفەتبارم.	تۆ له سەرەتاى ژيانتدا هاوسەرەكەت زۆر خۆشوي ستوه ئيتر بۆ چى ئێ ستا بەهۆى كێ شەيەكى ب چوكەوە ئەو خۆشەوي ستيەى جارا نت لەگۆڕ ئەنێيت، پێوي ستە قوڵترى بكەي تەوەو	نابێت خۆم لەو راستيه بدزمەوە كه سونەتى ژ يان وا يه لەنێوان هەموو ژن و مێردێكدا كێ شه ڕودەدات، بۆ يه ژ يان زۆرى به بەرەوە ماوەو نابێت به بونى تەنها كێ شەيەك خۆشەوي ستى جارانم بير بچێتەوە.

			هەوڵی ز یادکردنی بدەیت؟	
هاوڕێ یەتی کرد نی رەگەزی کوڕ.	ئەبێت به ڤ سەی هاو سەرەکەم نە کەمو سوربم لە سەر هاوڕێ یەتیکردنی کوڕانی دڵ سۆز لە زانکۆ.	تورەیی دام.ئەگرێت کات ێك ئامۆژ گاری دە کریم لەلا یەن هاوسەرەکەمەوە.	بۆ چی ئەبێت د ڵی هاو سەرەکەت لەخۆت بڕەنجێنیت‌و کێ شە بۆ ژیا نت درو ست ب کەیت بەهۆی بەردەوامیی هاوڕێ یەتی کوڕەوە، دڵنیا بە دوای تەواوکردنی زاڵ کۆ پە شیمان ئەبیێ تەوە لەو هەڵ سوکەوتەی جارانت؟	ئیتر هاوڕێ یەتی کوڕ سنوردار ئەکەم لەپێناو هاو سەرەکەم، چیتر ژ یانی تای بەتی خۆم نا کەم بەقوربانی هاوڕێ یەتی کوڕان، لەکاتێ کدا ئەوان ئامادەنین ژیانی خۆیان بکەنە قوربانی بۆ من.

- سەبارەت بە (Feed back) واتە (F) بەپێی تیۆرەکەی ئەلیس خۆی لە بەدواداچونی بەردەوامماندا بینیوەتەوە بۆ سەرپەرشتیکردنی گۆڕینی ئاڕاستەی تاك لەباری نەرێنیەوە بۆ باری ئەرێنی.

فۆرمی ڕاپرسی پاش چارەسەرکردن

داوا لە بەڕێزتان دەکەین بەشێوەیەکی ڕاستو دروست وەڵامی گونجاو لەگەڵ باری دەرونیتان هەڵبژێرن بەدانانی نیشانەی (√) لەبەردەم وەڵامی دروستدا.

1- ئێستا پەشیمانی لەو هاوسەرگیرییەی کردوتە؟

- بەڵێ
- نەخێر (√) (1 خاڵ)
- هەندێ جار
- زۆرجار

2- بۆچی بیر لەمنداڵ دروستکردن ناکەیتەوە؟

- مێردەکەم حەزی لێی نییە
- خۆم حەزم لە منداڵ نییە
- لەبەرخوێندنەکەم (√) (2 خاڵ)
- دڵم بە هاوسەرگیرییەکەم خۆش نییە

3- ئەتەوێت لەهاوسەرەکەت جیابیتەوە؟

- بەڵێ
- نەخێر (√) (1 خاڵ)
- تاڕادەیەك (دوودڵم)

4- پێت وایە جیابونەوە چارەسەرە؟

- بەڵێ
- نەخێر (√) (1 خاڵ)
- نازانم

5- هاوسەرەکەت خۆشدەوێت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- کەمێك

6- مێردەکەت پێی ناخۆشە هاوڕێیەتی کوڕ بکەیت؟

- نەخێر - بەڵێ (√) (1 خاڵ)

7- ئەتوانی دەستبەرداری هاوڕێیەتی کوڕان بیت ئەگەر کێشەی خێزانیت بۆ دروست بکات؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

8- ئەگەر ئێستا کچ بویتایەو هەمان کوڕ بهاتایەتەوە بۆ داوات شوت پێ ئەکرد؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ)
- نەخێر
- نازانم

9- پێتوایە چ شتێك ڕۆڵی هەیە لە ڕەواندنەوەی کێشەکان؟

- توندوتیژی
- وتەی شیرین (√) (1 خاڵ)
- گوێڕایەڵی
- بێدەنگی

10- دوای دروستبونی کێشەکان کامتان یەکتری ئاشتدەکەنەوە؟

- هەرجارەو یەکێکمان ئەویترمان ئاشتدەکاتەوە (√) (0 خاڵ)
- من ئاشتی ئەکەمەوە
- ئەو ئاشتم ئەکاتەوە

11- پێتوایە توڕەیی تۆ دەوری هەیە لە گەورەکردنی کێشەکاندا؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

12- ئەتوانیت لەپێناو پاراستنی هاوسەرگیرییەکەتدا کۆنترۆڵی توڕەیی خۆت بکەیت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

13- ئێستا هەڵسوکەوتی هاوسەرەکەت لەگەڵتدا چۆنە لەچاو جاراندا؟

- باشە (√) (0 خاڵ)
- خراپە
- مامناوەندە
- وەك جارانە

14- هەردوکتان ڕێز لەیەکتری دەگرن؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

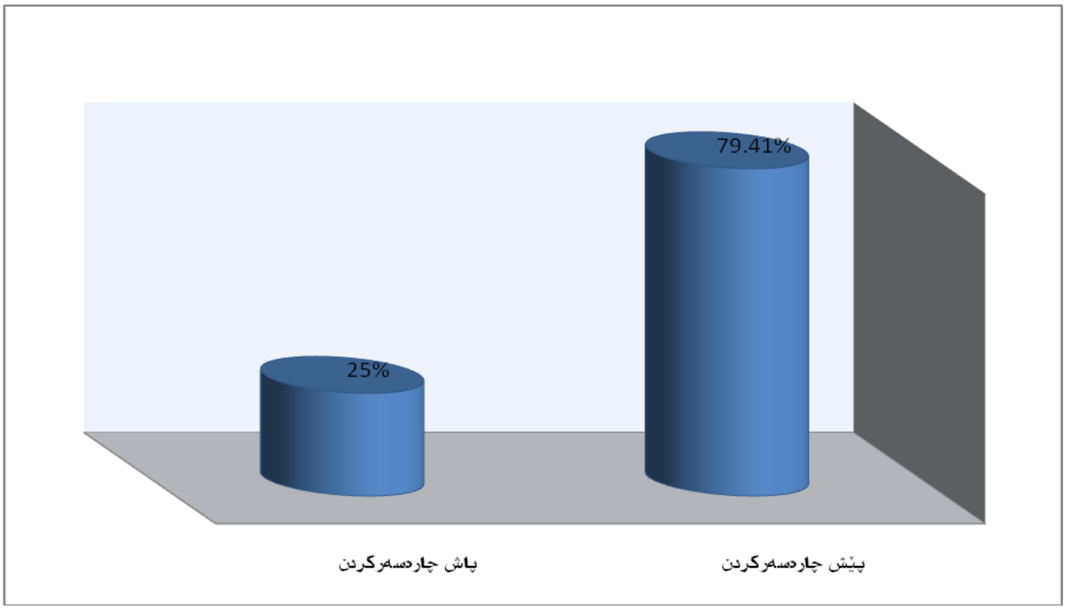
15- هاوسەرەکەت تۆی خۆشدەوێت؟

- بەڵێ (√) (0 خاڵ) - نەخێر

- **ئەنجامی کۆی خاڵەکانی ئەم فۆڕمی ڕاپرسییە کە پاش چارەسەرکردنە بریتیەلە: (25%)**

خشتەی ڕێژەی کێشەی خێزانیی لەپێش‌و پاش چارەسەرکردن:

پێوەر	جیاوازی ڕێژەیی	
کێشەی خێزانیی	پێش چارەسەرکردن	(%79,411)
	پاش چارەسەرکردن	(%25)



:

ئەو گفتوگۆیەی کە لەنێوان توێژەرو ئامانجدایە پشت بەهەندێ وشەی ووروژێنەر دەبەستێت، کە لەئاستی سیمانتیکدا بەواتای دەرونی ناودەبرێت و هەلگری پەیامێکی دەرونییە بۆ توێژەرو دواتر توێژەر پرسیارەکانی لەسەر بنچینەی گریمانەکردووەو دواتریش ئەو ئەنجامەی بەدەستی هێناوە لەڕێگای دەرەنجام و دەرکەوتەی پڕاگماتیکی بووە، هەموو وەلامەکانیش پشت بەدوو جۆرە واتا بەستراوە فەرهەنگی و واتای دەوروبەری.

:

:

:

:

ئەنجام

þ] È Ď Ē

:

ئەنجامەکانی نامەکە لەچەند خاڵێکدا دەخەینەڕوو:

1- بۆ ڕەنگدانەوەی ڕۆڵی زمان لە پڕۆگرامکردنی تاکدا پەنامان بردۆتەبەر سەرجەم ئاستەکانی زمان، لەئاستی دەنگدا سودمان لە فۆناغی ئەلفا وەرگرتوە بۆ هێورکردنەوەی بەرامبەر، لەئاستی وشەدا سودمان لەوشەی وروژێنەرو بارگاوی وەرگرتوە، لەئاستی ڕستەشدا سودمان لە میتازمانی و ڕستەی بەدواداچون وەرگرتوە بەمەبەستی ڕازیکردنی بەرامبەر، لەئاستی واتاشدا سودمان لەواتای دەرونیی و شێوازی وەرگرتوە، لەئاستی پراگماتیکیشدا سودمان لە لە پاشخان و گریمانەو دەرکەوتەو زمانی جەستە وەرگرتووە. ئەو گفتوگۆیەی کە لەنێوان توێژەرو ئامانجدایە پشت بەهەندێ وشەی وروژێنەر دەبەستێت کە لەئاستی سیمانتیکدا بەواتای دەرونی ناودەبرێت و هەڵگری پەیامێکی دەرونییە بۆ توێژەرو دواتر توێژەر پرسیارەکانی لەسەر بنچینەی گریمانە کردووەو دواتریش ئەو ئەنجامەی بەدەستی هێناوە لەڕێگای دەرەنجام و دەرکەوتەی پراگماتیکی بووە، هەموو وەڵامەکانیش پشت بە دوو جۆرە واتا بەستراوە فەرهەنگیی و واتای دەوروبەریی.

2- پڕۆسەی پڕۆگرامکردنی تاك بە شێوەیەکی سەرەکی لەڕێگەی پڕۆگرامی زمانەوانی دەماریی‌و، تیۆری چارەسەری عەقلانی هەڵچوونیی ڕەفتاریی ئەلبێرت ئەلیس و، زانستی زمانی دەرونیی ئەنجامدراوە، کە بە هەماهەنگی ئەم سێ زانستە جڵەوی تاك گیراوەتەدەست.

3- کاریگەری زمان لەسەر بیر ئەو ڕێچکەیەیە کە پێویستە تاك پەنای بۆ بەرێت بە مەبەستی پڕۆگرامکردن و داگیرکردنی بیرکردنەوەی بەرامبەر، بێگومان ئەمەش بە تیشك خستنەسەر وشەو دەستەواژە بریقەدارەکان فەراهەم دەکرێت. ئەم پڕۆگرامە نیشانەکانی جێبەجێکردنی زۆر بەهێزدەبێت ئەگەر ئاخێوەر تاکێکی ژیرو لێهاتوو بێت لە دەربڕین‌و خستنەڕووی بەڵگەو دەستەواژەکانی.

4- دەستپێکی زنجیرەی گۆڕینی ئاڕاستە بە پڕۆسەی پەیوەندیکردن دەست پێدەکات، بەڵام دیاریکردنی کەسایەتی تاك و هاوتاکردنی کەسایەتی خود لەگەڵ ئەو تاکەدا بە سەختترین و دژوارترین هەنگاو ئەژماردەکرێت، هەربۆیە ئەم هەنگاوە پێویستی بەوریاییەکی لەڕادەبەدەر هەیە.

5- بەردی بناغەی هەموو پەیوەندییەکی سەرکەوتو پەیوەستە بە ناسین و تێگەیشتنی کەسایەتی بەرامبەرەوە، کە بەهۆیەوە کەمترین ڕووبەڕوبونەوەو بەریەککەوتن لەنێوان مرۆڤەکاندا ڕوودەدات، دواتریش کۆششکردن بۆ کۆنترۆڵکردنی بیرو ڕەفتاری تاك بە ئاڕاستەیەکی ئەرێنی زۆر ساناتر دەبێت. پڕۆگرامکردن تەنها بۆ فەراهەمکردن و ئاڕاستەگۆڕینی بیری تاك نییە، بەڵکو بۆ خۆگونجاندنە

لەگەڵ تاکەکانی کۆمەڵگاشدا، چونکە گرنگ نییە لەگەڵ مرۆڤی خاوەن سروشتی ئاساییدا ڕێکبکەویت، بەڵکو ئەوە گرنگە کە لەگەڵ کەسە سروشت ئاڵۆزەکاندا خۆت بگونجێنیت و تەبابیت.

6- سیستمی نواندن بۆ دەستنیشانکردنی کەسایەتی لە هەر شوێنێکی ئەم جیها نە بێت هەر هەمان شتە، کە مرۆڤەکان سروشتی بیرکردنەوەو هەڵسوکەوتیان خۆی لە چەند سسیستمێکدا دەبینێتەوە، بێگومان ئەمەش وایکردوە کە چەند ڕێگایەکی دیاریکراو بەکاربهێنین بۆ کارکرد نە سەر مرۆ ڤەکان بەگ شتی بەمەبە ستی گۆڕینی ئاڕا ستەیان، بەڵام ناب ێت ئەوە لەبیر بکەین کە داب و نەریت و بیروباوەڕی ئاینی لە وڵاتێکەوە بۆ وڵاتێکی تر جیاوازە، کە ئەمەش وایکردوە لە کاتی جێ بەجێکردنی پرۆگرام کردن و ڕازیکردنە کە بە شێوەیەکی پراکتی کی ئەبێت ئەو لایەنا نەی سەرەوە لەبەر چاو بگیرێت، واتە گۆڕین و ڕازیکردنەکە بۆ سەرجەم میللە تەکان وەك یە کەو بەپێی سی ستمەکانە، وا تە گشتیە، بەڵام جیاوازی لە کۆمەڵگایەکەوە بۆ کۆمەڵگایەکی تر تایبەتیەو دەبێت ڕەچاوی ئەوە بکر ێت لە پرۆ سەکەدا، لە گەڵ ڕە چاوکردنی ج یاوازی مرۆ ڤەکان لە ئا ستی ڕۆ شنبیری و تە مەن و ڕە گەزو لایەنی کۆمەڵایەتیاندا.

7- پرۆگرامکرد نی عەقڵی بێ ئا گا بە شێوەیەکی ڕا ست و درو ست، و بەئاڕا ستەی ئەرێنی، کە ڕەنگدانەوە لەسەر بیرو ڕەفتارەکانی تاك بەجێدەهێڵێت، و دورکەوتنەوە لە بیرکرد نەوەی ڕە شبینانە و نەخوازراو، کە ئەمەش دەبێتەهۆی بەدەستهێنانی ئاسودەیی و تەندروستیەکی باش.

8- کۆنترۆڵکردن لەڕێگەی زمانی ئاخاوتنەوە جێبەجێدەکرێت، نەك زمانی نوسین، چونکە لە ز مانی ئاخاوتندا پەنادەبەینەبەر سودوەرگرتن لە دەربڕینی زمانی و نازمانی (پارا لینگوی ستیك)، کە ئە مە لە زمانی نوسیندا بەدیناکرێت، تەنانەت ئەگەر توێژەر کەسایەتی تاکی پێ شتر هەڵسەنگاندبێت ئەوە هەر ناگونجێت بەتەواوەتی و پڕاوپڕ کارتێکردنە کە ئەنجام بدات لەڕێگەی ز مانی نو سینەوە، چونکە ئاوازەی دەنگ و زمانی جەستە لە بارێکەوە بۆ بارێکی تر دەگۆڕێت، بۆیە هەر با بەتێك بە شێوەیەکی هەنوکەیی بڕیاری لەسەر دەدرێت.

9- پرۆگرامکردنی ڕە گەزی ن ێرو مێ لە یەکتر ج یاوازە، بۆ یە پێوی ستە ڕە چاوی ئەوەبکرێت کە لە سرو شتی ڕە گەزی م ێدا هە ست و سۆز باڵادە ستە، کە دە توانین لەڕێ گەی ز مانی سۆزەوە هە ست و نە ستی ڕە گەزی مێ ب هەژێنین بەمەبە ستی داگیر کردن و کۆنترۆڵکردنی هزری مێ، هۆکارەکە شی دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی ئەو ڕەگەزە هەردوو بەشی لای مێشکی بەکاردەهێنێت (لای ڕاست و لای چەپ)، کە لای ڕاست تایبەتە بە سۆزەوە، بەڵام ڕەگەزی نێر خاوەنی بیرکردنەوەیەکی عەقڵانییە و تەنها لای چەپی مێشکیان بەکاردەهێنن کە تایبەتە بە زمانەوە، بۆیە دواندن بە ز مانی عەقڵ لە گەڵ ڕە گەزی ن ێردا بەبا شترین ڕێگە چارە دادەنر ێت بەمەبە ستی ڕازی کردن و کۆنترۆڵکردنی. پرۆگرام کردن و گۆڕینی ئاڕاستەی ڕەگەزی مێ بەشێوەیەکی گشتی ساناترو سادەترە بەبەراورد لەگەڵ ڕەگەزی نێردا.

10- بەیار مەتی پرۆگرا می زما نەوانی دە ماریی سی ستمی نوا ندنی کە سایەتی تا کەکان د یاریکراوەو گفتو گۆ لە گەڵ خاوەن گر فت ئەنجا مدراوە بەپ شت بە ستن بە ڕازیکرد نی پرۆگرا می زما نەوانی

ده ماریی، هەروەها بەهۆی تیۆرە کەی ئەلبێرت ئەلێسی شەوە فۆڕمی ڕاپر سی پێش و پاش چارە سەرکردن ئاڕا ستەی خاوەن گر فت کراوە، لە گەڵ پەنابردنە بەر جێ بەجێکردنی تیۆرە کە بە شێوەیەکی پراکتی کی بۆ چارە سەری کێ شەکان، هەر چی زاذ ستی ز مانی دەرونی شە بەکارهێنراوە لەڕواذ گەی ز مانی جە ستەو ڕازیکرد نی ڕەوانب ێژی و بەکارهێنانی شێوازی ز مانی و ناز مانی لە دیاریکردن و گۆڕینی ئاڕاستەدا.

11- پرۆگرام کردن و بنیاتنا نەوەی کە سێتی تاك وەك زنجیرە یەك ئەڵقە ئەڵقە وا یە، کە گ شتیان وابە ستەی یەکترین، ئە گەر کەلێن بکەوێ تە یەکێکیا نەوە، بەدڵنیا یەوە هەموو ئەوانی تریش ڕووبەڕووی داڕمان دەبنەوە و دواجاریش زنجیرەکە توشی لێك ترازاندن و شکست هێنان دەبێت.

12- گۆڕینی ئاڕا ستەی بیرکرد نەوەکان کە دوا تر دەبێ تەهۆی گۆڕینی ڕەفتارە کان، لە نەرێذ یەوە ئەنجامدەدرێت بۆ ئەرێنی بەمەبەستی فەراهەمکردنی خو شگوزەرانی تاك و دوا جاریش کۆ مەڵ، کە لەئەنجامدا کۆمەڵگایەکی تەندروست دێتەئاراوە.

13- کارکردن لە سەر کێ شەو گیروگرف تەکانی تاك بە شێوەیەکی پڕاکتی کی ئەمانگەیەنێ تە ئەو ئەنجامەی کە بەڕێژە یەکی بەر چاو تاك هێوردەبێ تەوەو ڕ ێژەی گرفتە کەی لەئا ستێکی بەرزەوە بۆ ئاستێکی زۆر نزم دادەبەزێت و هەنگاو بەهەنگاو بەرەو نەمان دەچێت .

14- ئەو گفتوگۆیەی کە لەنێوان توێژەرو ئامانجدایە پشت بەهەندێ وشەی وروژێنەر دەبەستێت، کە لەئاستی سیمانتیکدا بەواتای دەرو نی ناودەبر ێت و هەڵگری پەیامێکی دەرونی یە بۆ تو ێژەرو دوا تر تو ێژەر پر سیارەکانی لە سەر بذ چینەی گریما نەکردوەو دوا تریش ئەو ئەنجا مەی بەدە ستی هێ ناوە لەڕێگای دەرە نجام و دەرکەو تەی پڕاگ ماتیکی بووە، هەموو وەڵا مەکانیش پ شت بەدوو جۆرە وا تا بەستراوە فەرهەنگی و واتای دەوروبەری.

سەرچاوەکان

کوردی:

1- عبدالواحد مشیر محمود دزەیی (2010)، رۆڵی زمان لە دەستنیشانکردنی کەسایەتی تاکدا، لێکۆڵینەوەیەکی واتاسازی ڕەوشتییە، گۆڤاری زانکۆی سلێمانی، ژمارە (30)، بەشی زمانی کوردی، کۆلێژی زمان، زانکۆی سەلاحەددین، هەولێر.

2- □□□□□□□□□□□□□□□□ (2013)، رازیکردنی خێرا لە چوار هەنگاودا، ، چاپخانەی ماردین- هەولێر.

3- □□□□□□□□□□□□□□□□، دانا تەحسین محەمەد و دەرون عەبدولڕەحمان ساڵح (2013)، فۆنەتیك و فۆنۆلۆجی، چاپی یەکەم، چاپخانە: ناوەندی ئاودێر، هەولێر.

4- □□□□□□□□□□□□□□□□(2014)، میتازمانی پرسیاری لێکۆڵینەوە لە بەدواداچوونێکی رۆژنامەوانیدا، مجلة جامعة كركوك الدراسات الانسانية، المجلد (9)، العدد (4).

5- کاوە عەبدولکەریم (2007)، زمان و پرۆسەی پەیوەندیکردن، گۆڤاری ڕامان، ژ (118)، چاپخانەی خانی، دهۆك.

6- ویندی گرانت (2000)، وەرگێڕانی لە ئینگلیزییەوە: شێرزاد حەسەن، چۆن مێشکت کاردەکات؟، گۆڤاری زانستی سەردەم، دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم، ژمارە (3)، سلیمانی.

عەرەبی:

القران الكريم

1- ابراهيم خليل (2010)، مدخل الى علم اللغة، دار المسيرة للطباعة والنشر، عمان □ الاردن.

2- ابراهيم الفقي (2009)، البرمجة اللغوية العصبية و فن الاتصال اللا محدود، ابداع للاعلام والنشر، الجزة □ مصر.

3- □□□□□□□ (2010)، علم التنويم بالايحاء، الطبعة الاولى، العالم مؤسسة بداية، القاهرة □ مصر.

4- □□□□□□□□ (2011)، قوة العقل الباطن، ثمرات للنشر والتوزيع، مصر.

5- أبى الحسين مسلم بن الحجاج ابن مسلم القشيرى النيسابورى (2012)، صحيح مسلم، المكتبه العصريه، صيدا □ بيروت □ لبنان.

6- احمد بن عبدالله بن صقير العريني (2011)، مدى توافر مهارات الاتصال غير اللفظية لدى هيئة التدريس في كلية العلوم بجامعة القصيم من وجهة نظر الطلبة، رسالة ماجستير، السعودية.

7- احمد توفيق حجازي (2011)، العقل الباطن قوة خارقة في اعماق الانسان، دار كنوز المعرفة العلمية، ط2، عمان □ اردن.

8- احمد شفيق الخطيب (2006)، قراءات في علم اللغة، دار النشر للجامعات، مصر.

9- احمد عبدالرحمن حماد (1985)، العلاقة بين اللغة و الفكر دراسة للعلاقة اللزومية بين الفكر و اللغة، مطبعة دارالمعرفة الجامعية، الاسكندرية - مصر.

10- احمد عبداللطيف ابو اسعد (2011)، تعديل السلوك الانساني النظرية والتطبيق، دار المسيرة، عمان □ الاردن.

11- الان و باربرا بييز (2008)، المرجع الاكيد في لغة الجسد، مكتبة جرير، الرياض- السعودية.

12- آن واتسون (2011)، البرمجة اللغوية العصبية، تر: عبدالحكيم احمد الخزامي، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة □ مصر.

13- ايناس ناصرابوزر (2011)، علم الفراسة لغة الجسد، دارغيداء، عمان □ الاردن.

14- باربرا انجلر (1991)، مدخل الى نظريات الشخصية، تر: د.فهد بن عبدالله بن دليم، دار الحارثي للطباعة، الطائف - السعودية.

15- باكو نتالي (د □ ت)، لغة الحركات، تر: سمير شيخاني، دار الجليل للنشرن بيروت □ لبنان.

16- جلال شمس الدين (2003)، علم اللغة النفسي مناهجه و نظرياته و قضاياه، الجزء الاول، توزيع مؤسسة الثقافة الجامعية، منتدى سور الازبكية، مطبعة الانتصار، الاسكندرية.

17- □□□□□□□□□ (2003)، علم اللغة النفسي: مناهجه و نظرياته و قضاياه، الجزء الثاني، مطبعة الانتصار، الاسكندرية □ مصر.

18- جمال محمد الخطيب (2012)، تعديل السلوك الانساني، ط5، دار الفكر، عمان □ الاردن.

19- جمعة سيد يوسف (1990)، سيكولوجية اللغة و المرض العقلي، سلسلة عالم المعرفة، العدد (145)، الكويت.

20- جوديث جرين (1992)، التفكير و اللغة، ترجمة و تقديم: د. عبدالرحيم جبر، مطبعة الهيئة المصرية العامة للكتاب، مصر.

21- □□□□□□□□□ (1993)، علم اللغة النفسي تشومسكي و علم النفس، ترجمة و تعليق: د. مصطفى التوني، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

22- جوزيف ميرفي (د. ت)، قوة عقلك الباطن، مكتبة جرير، السعودية.

23- جوزيف ميسينجر (2006)، المعاني الخفية لحركات الجسد، تر: محمد حسين شمس الدين، دار الفراشة للطباعة والنشر، بيروت- لبنان.

24- □□□□□□□□□ (2009)، المعاني الخفية لحركات السياسين، تر: د. عقيل الشيخ حسن، عبير منذر، دار الفراشة للطباعة و النشر، بيروت □ لبنان.

25- حاتم صالح الضامن (1989)، علم اللغة، مطبعة التعليم العالي، الموصل – العراق.

26- خالد عبدالرازق السيد (1999)، اللغة بين النظرية و التطبيق، مطبعة حورس، القاهرة – مصر.

27- داود عبده (2010)، دراسات في علم اللغة النفسي، الطبعة الاولى، دارجرير، عمان – الاردن.

28- رائد يوسف الحاج (2009)، ادراة السلوك الانساني والتنظيمي، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان – الاردن.

29- رافع النصير الزغلول و د. عماد عبدالرحيم الزغلول (2011)، علم النفس المعرفي، دار الشروق، عمان – الاردن.

30- ريتشارد لازاروس (1989)، الشخصية، ترجمة: د. سيد محمد غنيم، دار الشروق، القاهرة – مصر.

31- ستيلا النيكوفا (1995)، لغة الاشارة، جريدة الرياض، العدد 9754، الخميس 9 مارس.

32- سلامة موسى (1928)، العقل الباطن او مكنونات النفس، دار الهلال، مصر.

33- سنن أبي داود (ج 12 / ص 402 – رقم الحديث 4151)، ومسند أحمد (ج 43 / ص 352 – رقم الحديث 20386)

34- سهير محمد سلامة شاش (2006)، علم نفس اللغة، الطبعة الاولى، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة - مصر.

35- شريف عرفة (د – ت)، التنمية البشرية: برمج عقلك، مصر.

36- شيخ كامل محمد محمد عويضة (1996)، سيكلوجية العقل البشري، دار الكتب العلمية، بيروت – لبنان.

37- صادق يوسف الدباس (2012)، دراسات في علم اللغة الحديث، دار أسامة للنشر و التوزيع، الطبعة الاولى، عمان.

38- صالح خليل ابو اصبع (1998)، العلاقات العامة والاتصال الانساني، دار الشروق، عمان – الاردن.

39- طوني رايتون (2011)، قوة الاقناع في دقيقة واحدة، مكتبة جرير، الرياض – السعودية.

40- عامر الزناتي الجابري (1429هـ – 1430هـ)، اللغويات، جامعة الملك سعود. وەرگیراوە لە: faculty.ksu.edu.sa/amer%20elzanaty

41- عبدالرقيب احمد البحيري (1987)، الشخصية النرجسية دراسة في ضوء التحليل النفسي، دار المعارف – مصر.

42- عبدالمجيد سيد أحمد منصور(1982)، علم اللغة النفسي، ط 1، عمادة شوئون المكتبات، جامعة الملك السعود، الرياض.

43- عبدالمنعم الدردير و جابر عبدالله (2005)، علم النفس المعرفي، عالم الكتب، مصر.

44- عزيز كعواش (2010)، علم اللغة النفسي بين الادبيات اللسانية و الدراسات النفسية، مجلة كلية الاداب و العلوم الانسانية و الاجتماعية، العدد السابع، دورية علمية محكمة تصدرها كلية الاداب و اللغات، جامعة بسكرة، الجزائير.

45- علي راجع بركات (د ت)، نظريات التعلم السلوكية. وەرگیراوەلە:
faculty.kfupm.edu.sa/ME/.../Arabic%20**learning**%20**theories**.pdf

46- على عبدالواحد وافى (2004)، علم اللغة، الطبعة التاسعة، نهضة مصر للطباعة و النشر و التوزيع، قاهرة.

47- غازي مختار طليمات (2007)، في علم اللغة، دار طلاس للدراسات و الترجمة و النشر، سورية.

48- فاخر عاقل (1978)، أصول علم النفس و تطبيقاته، الطبعة الثالثة، دارالعلم للملايين، بيروت لبنان.

49- فخرالدين الرازى (د ت)، الفراسة، اعداد و تقديم: د. عبدالحميد صالح حمدان، عالم الكتب، بيروت لبنان.

50- كينيث بلانشارد (2012)، فن التواصل مع الاخرين، تر: محمد كامل عبدالحافظ، الدار المصرية للعلوم، مصر.

51- لورون بوتي (2012)، الذاكرة اسرارها والياتها، تر: د. عزالدين الخطابي، هيئة ابو ظبي للسياحة والثقافة.

52- ليلى شحرور (2008)، لغة الجسد لسيدات و رجال الاعمال، الطبعة 1، الدار العربية للعلوم ناشرون، بيروت لبنان.

53- (2009)، فن التواصل والاقناع، الطبعة الاولى، دار النهضة العربية، بيروت لبنان.

54- ليليان جلاس (2008)، اعرف ماتفكر فيه، مكتبة جرير، ط 10، الرياض السعودية.

55- ماريا جوزەى (M. Jose T.Molina) (2012)، الذاكرة اللغة وقدرات عقلية اخرى، تر: ا.د. سميرة موسى البدري و ا.م.د. ضحى عادل محمود، ط2، الفراهيدي للنشر والتوزيع، بغداد العراق.

56- محمد احمد النابلسي (1988)، فرويد والتحليل النفسي الذاتي، دار النهضة العربية، بيروت لبنان.

57- محمد بن عبدالعزيز العقيل (1430 هـ)، حقيبة مهارات التصال، مركز التنمية الاسرية بالاحساء، السعودية.

58- محمد حسن عبدالعزيز(1983)، مدخل الى علم اللغة، دار الفكر العربي، القاهرة- مصر.

59- محمد راشد ديماس (1999)، فنون الحوار والاقناع، دار بن حزم، بيروت لبنان.

60- محمد صبحي و لارا بصير (2009)، نظرية جانييه ونموذج معالجة المعلومات، جامعة بيرزيت، فلسطين.

61- محمد عبدالحليم (2013)، فن الاقناع، الدار المصرية للكتاب، القاهرة مصر.

62- محمد قاسم عبدالله (2003)، سيكلوجيه الشخصيه، عالم المعرفه، الكويت، العدد (290) .

63- محمد يوسف الهاشمي (2006)، البرمجة اللغوية العصبية والاثر النفسي للالوان، الاهلية للنشر والتوزيع، الاردن.

64- محمود السعران (د- ت)، علم اللغه مقدمه للقارىو العربى، دار النهچه العربيه، بيروت، لبنان.

65- محمود فهمى حجازى (1973)، علم اللغة العربية، وكالة المطبوعات، الكويت.

66- محمود محمد الزيني (1984)، سيكلوجية الشخصية بين النظرية والتطبيق،)، دار المعارف مصر.

67- مدحت خليل (2012)، مهارات الاقناع، الدار المصرية للكتاب، القاهرة مصر.

68- مدحت رمضان (2011)، المدخل الى البرمجة اللغوية العصبية، الدار المصرية للكتاب، القاهرة مصر.

69- مدحت محمد ابو النصر (2009)، قوة التركيز وتحسين الذاكرة، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة مصر.

70- مريد الكلاب (د.ت)، مهارات الاقناع بالا يحاء اللغة الملتونية، اعداد و ترتيب راشد نا صر غرسان، وەرگیراوە لە: www.saaid.net

71- موفق الحمدانى (1982)، اللغة و علم النفس (دراسة للجوانب النفسية للغة)، مطبعة مديرية دار الكتب للطباعة و النشر جامعة الموصل، بغداد.

72- (2007)، علم نفس اللغة من منظورمعرفي، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان الاردن.

73- ميشال زكريا (1985)، الالسنية علم اللغة الحديث قراءات تمهيدية، ط2، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر، بيروت لبنان.

74- نايف خرما (1978)، أضواء على الدراسات اللغوية المعاصرة، عالم المعرفة، سلسلة عالم المعرفة، العدد (9)، المجلس الوطنى للثقافة و الفنون و الاداب، الكويت.

75- نبيل سفيان (2004)، المختصر في الشخصية والارشاد النفسي، ايتراك للنشر والتوزيع، القاهرة مصر.

76- هاري ميلز (2001)، فن الاقناع، مكتبة جرير، الرياض السعودية.

سەرچاوە ئینگلیزییەکان:

1- Albert Ellis (1977 A.). Reason And Emotion In Psychotherapy . The Citadel Press . New Jersey.□

2- □□□□□□□□ (1977 B) : Rational - Emotive Therapy : The Clinical And Personality Hypotheses Of R.E.T. And Other Models Of Cognitive Behaviour Therapy, Journal of Counseling Psychologists . Vol. 7 No. (1).□

3- □□□□□□□□ (1990) Is Rational Emotive Therapy (RET) Rationalist or Constructivist. Journal of rational emotive and cognitive behavior therapy.

4- □□□□□□□□ (1990) : Rational And Irrational In Counseling British sychological Association . Journal Of Rational Emotive And Cognitive Behaviour Therapy .Vol. 8 No . (4).

5- □□□□□□□□ (1991) The philosophical basis of rational emotive therapy. Psychotherapy in private practice, 8(4) the Haworth press Inc.

6- □□□□□□□□ (1991) : The Revised A.B.C Of R.E.T . Journal Of Rational Emotive And Cognitive Behaviour Therapy . Vol . 9 .

7- □□□□□□□□ (1993) : Changing rational emotive therapy (RET) to rational emotive behavior therapy. Behavior therapist, 16.

8- □□□□□□□□ (1995) Thinking Processes Involved In Irrational Beliefs And Their Disturbed Consequences . Journal Of Cognitive Psychotherapy . Vol . 9 No . (2).

9-□□□□□□□ & Dryden.W. (1997).The Practice of Pational Emotive Behavior Therapy. Springer Puplishing Company.Inc. New York. second edition.

10-□□□□□□ (2003). Discomfort Anxiety : A new Cognitive Behavioural Construct. Journal of Rational-Emotive&-Behavior Therapy،Vol.21، No 3/4. Part 1.

11- Carol Harris (1999), NLP: An introductory guide to the art and science of excellence Element book Limited, Shaftesbury, Drest, Boston Massachusetts.

12-Danny D.steinberg (1982), Psycholinguistics: language, mind and world, publisher: Longman, London.

13- David Crystal & Randolph Quirk (1964), systems of prosodic and para linguistic Features in English,The Hague : Mouton.
14- David Crystal (1968), Linguistics, penguin Books. 14-
15- ______ (1997), The Cambridge encyclopedia of language, second edition, Cambridge university press.
16- Jamie smart (2006), 10 of the Coolest, Most Powrful & Useful NLP Techniques I′ve Ever Learned. www. Saladltd.co.uk.
17- Jean Aitchison (1999), Linguistics, teach yourself books, fifth edition, typeset by transet Limited, Coventry, England.
18-John Field (2003), Psycholinguistics: A resource book for students, London and New york: Routledge.
19- ________ (2004), Psycholinguistics, the key concepts, Routledge: taylor and francis group, London and new york.
20- John Lyons (2002), language and linguistics: An introduction, Cambridge university press, UK.
21- Kevin Dutton (2013), Wisdom from Psychopaths, Magazine of Scientific American Mind
22- Miller, G.f & Meneill, D.(1975), Psycholingustics In: G.Lindzey (ED), Hard book of social psychology , American.
23- Richard Bndler & John Grinder (1979), Forgs into princes: Neuro Linguistic Programming.

- **پێگەی ئینتەرنێت:**

1- سعود الجذلي، أساسيات في فن الإتصال اللا محدود، http://www.bluwe.com/bluwe/f160/21301
2- سعيد بن محمد آل ثابت، الأنماط التمثيلية، http://www.saaid.net/Doat/thabit/3.htm
3- أ. سعاد عثمان، تعرفي على زوجك هل هو حسي سمعي بصري الترجمه اللغويه العصبيه، http://alfrasha.maktoob.com/archive/index.php/t-1082403.html
4- البرمجة اللغوية العصبية الانماط التمثيلية، مذكرات اسبوعية في علم البرمجة اللغوية العصبية وتطبيقاتها، السنة الاولى 1423هـ. http:// www.nlpnote.com
5- أ. محمد الطيارة (د- ت)، الدورة الكتابية للانظمة التمثيلية، http://www.altanmiya.org
6- أ. زراق العصيمي (2006)، دورة أنماط البشر، http://vb.arabseyes.com/t22124.html
7- تحليل الشخصية من خلال نبرات الصوت http://www.radiodijla.com/forums/showthread.php
8- برنامج تنمية مهارات الاتصال، من الموقع: www.khieronline.com/upload/AlAtsal.doc
9- عەبدولواحید موشیر دزەیی، شەپۆلەکانی دەماغ:
https://www.facebook.com/pages/DrAbdulwahid-dezye/238243156316174?fref=t

10- عبدالستار الضاهر، علم اللغة النفسي، http:// www.arab-ency.com/index.php?
11- مزوز بركو (2009)، محاضرات في اللسانيات و علم النفس اللغوي، http://maamri-ilm2010.yoo7.com/t1598-topic
12- www.hia6.com/forum/hia635650
13- عالم ألماني يكتشف (وكر الشيطان) الذي ذكر في القرآن؛ http://www.te3p.com/2013/02/10/6350.html
14- Youtube: أ. د. صبري الدمرداش، ناصية كاذبة خاطئة سورة العلق.
15- كارل فون فريش http://ar.wikipedia.org/wiki:
16- نظرية هيرمان (معرفة بصمة الفكرية للشخص) و ادارة الموارد البشرية، http://www.hrdiscussion.com/hr28638.html
17- Gerry Murray& Bryce Redford, Discover NLP, www. Gerrymurray.com

ملخص البحث

دور اللغة في توجيه الجانب النفسي للفرد - دراسة لغوية نفسية

للغة دور اساسي و مؤثر في بناء الشخصية الانسانية، و لها القدرة والقابلية على تحوير وتحويل مفاهيم و اعتقادات الفرد وتغييرها. هذا البحث يسلّط الضوء على الدور المهم الذي تضطلع به اللغة في برمجة و بناء شخصية الفرد من جديد فضلاً عن تغيير توجهاته الفكرية قدْر الامكان.

أنجز هذا البحث تحت ضوء المنهج (التحليلي الوصفي)، ويرجع سبب اختيارنا لهذا الموضوع الى ان علم اللغة النفسي و بالاخص البرمجة اللغوية العصبية (N.L.P) مازال في اللغة الكوردية في طَور تكوين مراحل نموه الأولى، لذلك تناول البحث، الحديث عن دور اللغة في تشخيص الجانب النفسي ومن ثم تغيير التوجهات الفكرية والسلوكية للفرد.

الهدف الرئيس من كتابة هذا البحث يتلخص في: هل ان علم اللغة النفسي وحده قادر على تحديد شخصية الفرد ليكون سببا في تغيير توجهاته الفكرية والسلوكية، ام انه من خلال التفاعل والاحتكاك بعلم اللغة العصبي يستطيع تحقيق ذلك؟ و هل ان الخطط المتبعة في هذا البحث استطاعت بشكل عملي ان تكون سبباً في تقليص و التخلص من الافكار السلبية لدى الفرد؟

يتكون هذا البحث من مقدمة وثلاثة فصول وخاتمة، اذ حمل الفصل الاول منه عنوان (علم اللغة النفسي والعصبي) حيث يمثل هذا الفصل مدخلاً للتعريف بموضوع علم اللغة النفسي والعصبي فضلاً عن بيان العلاقة بين اللغة والدماغ، و العلاقة بين اللغة والفكر، والتطرق الى موضوع الذاكرة وانواعها.

اما الفصل الثاني و الذي هو بعنوان (دور اللغة في توجيه الجانب النفسي للفرد)، فيعدّ فصلاً مهماً واساسياً من الناحية النظرية، وقد اشتمل على العناوين التالية: عملية الاتصال، و تحديد انواع الشخصيات، ونظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لألبيرت اليس، والنظام التمثيلي للافراد، ولغة الجسد، والبرمجة اللغوية العصبية (N.L.P) ، والاقناع، والمظاهر اللغوية الملفوظة و غير الملفوظة في تحديد و تغيير توجهات الفرد.

اما الفصل الثالث فجاء تطبيقا لِما ورد في الفصل الثاني من البحث بالاعتماد على تطبيق نظرية البيرت اليس في العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي، والبرمجة اللغوية العصبية N.L.P لعلاج المشكلات، حيث اشتمل على تطبيق ستة نماذج اخترناها من البيئة المحيطة بنا، وتمثلت النماذج في: الادمان على التدخين، والادمان على الكحول، وعدم الثقة بالنفس، والخوف من قيادة السيارة، والقلق والخوف من الامتحانات، والمشكلات الزوجية.

من اهم النتائج التي توصلت اليها الباحثة هي، ان برمجة و بناء شخصية الفرد من جديد يتم من خلال تطبيق علم اللغة العصبي اولاً، ونظرية البيرت اليس ثانياً، وعلم اللغة النفسي ثالثاً.

Abstract

¢ ĸ Ŝ ǋ ƻ ƭ Ŝ ƻ Ŧ ƭ ŀ ƴ Ǝ dz ŀ Ǝ Ŝ ƛ ƴ Ř ƛ ǋ Ŝ Ŏ ű ƛ ƴ Ǝ

(A psycholinguistics study)

Language has an obvious and effective role in constructing personality and the building of an individual. It is also language that can weaken an individual’s concept and beliefs and alter them.

This study presents the important role of language in programming and reconstructing the individual’s personality along side with the changing of the individual’s direction as much as it is needed.

In this study, the analytical descriptive movement is depended on. The main reason behind selecting this title was that psycholinguistics, and specially, the neuro linguistic programming (NLP) is in its beginning phase of its development in the Kurdish language; as a result, in this study, the role of language in diagnosing the psychological quantity and changing the individual’s direction, belief and manner is dealt with.

The main aim of the study is: Was the psycholinguistics able to diagnose the individual’s personality by its own and be a reason of changing the direction of the beliefs and the manners or it accomplished that mission with the help of neuro linguistic programming? Also, were the plans that used, able to lessen and end the negative beliefs, which an individual is used to, practically?

This study consists of an introduction, three units and the results:
Unit one: The title of this unit is (the science of psycholinguistics and neuro linguistics). This unit of the study is considered as a gate for introducing the subject of psycholinguistics and neuro linguistics and presenting the relation between language and the brain, then the relationship between language and thought, finally, introducing memory and its types.

Unit two: the title of this unit is (the role of language in directing the individual’s psychological side). Concerning the theoretical side, this

unit in considered as a major unit of the study and it consists of consists of each of these subjects: Neuro linguistic programming , Albert Ellis's theory, psycholinguistics, communication process, diagnosing the types of personality, selecting the theory of rational emotive behavior therapy for solving problems, body language, neuro linguistic programming, the conscious the unconscious mind, persuasion, the linguistic and non-linguistic way in appointing and changing the personality's direction.

Unit three: This unit is written to talk about the use of programming and changing the individual's direction. This unit is practicing the second unit, buy using neuro linguistic programming, Albert Ellis's theory of rational emotive behavior therapy, and using of psycholinguistics to solve the problems. The examples are within six types: smoking addiction, addicting to drinking alcohol, lacking of self-confidence, being afraid of driving car, being afraid of exam and domestic problem.

The most important result of this study is that programming and reconstructing the individual's personality is accomplished by using neuro linguistic programming in the first place, Albert Ellis's theory in the second place and psycholinguistics in the third place.