چەند بیرو باوەڕێکی هەڵە لە بارەی نەخۆشییە دەروونیەکان

د. ئازاد مستەفا دەینووسێت

بڕوای بڕێك خەڵك بەوەی هاوسەرگرتن چارەسەرییە بۆ نەخۆشییە دەروونیەکان:

زۆر لەتوێژینەوە دەروونییەکان سەلماندوویانە کەوا هاوسەردارەکان (خێزاندارەکان) کەمتر تووشی زۆر لە نەخۆشییە دەروونییەکان دەبن بە بەراورد لەگەڵ ڕەبەن و قەیرە کچ و بێوەژن و تەلاق دراوان لەپیاوان و لە ژنان، بەڵام هەموو بارێك ئەوەی لێ ناکەوێتەوە، چونکە توێژینەوەی دیکە هەن سەلماندوویانە کە هاوسەرگیری تەنانەت سەرکەوتووەکەشی لەوانەیە ببێتە هۆی هەرەسێکی نەخۆشی (انتکاسە المرچ) لەو نەخۆشانەی تووشی شیزۆفرینیا بوون چونکە هاوسەرداری خۆی لەخۆیدا ئەرك و یەکێك لە پاڵەپەستۆیەکانی ژیانە.
لەوانەی لەهۆیەکانی مکوڕ بوونی دایبابان بۆ بەهاوسەرکردنی کوڕو کچی تووشبوویان بە نەخۆشی ئەقڵی . بەشێوەیەکی تایبەتی . ئەوە بێت کە لە ئایندەیان دەترسن دوای مەرگی خۆیان و هەندێ کات گەڕان بەدوای کۆمەکێك
بۆ ئەوەی نەخۆشەکەیان چاودێری بکرێ تەنانەت پێش مردنی خۆشیان.
ئەمەش لەوانەیە لە هەندێك کاتدا ببێتە هۆی شاردنەوەی ڕاستیی نەخۆشیی ئەقڵی کوڕ یان کچیان لەپێش دەزگیرانەکەی لەلایەن دایبابەوە تا هانیان بدەن کە بەهاوسەرگیرییەکە ڕازی بن، جا پاشان ئەگەر ڕاستیی نەخۆشییەکە بۆ بەرامبەرەکە دەرکەوت دایباب لێکدانەوە و بیانگەی جیاجیا دەهێننەوە کە ڕەنگە بڕێکی بگاتە ڕادەی درۆکردن وەکو پەیوەست کردنی دەرکەوتن و توندبوونی نەخۆشییەکە بەهاوسەرەکە. واتە بەهۆی لایەنەکەی دی!! . و ئەوەی کە پێش هاوسەرداری هەبووە چەند نیشانەیەکی کەم بوون و هیچی دی!!
لێرەوە ناتەبایی لەنێوان هەردوولا دروست دەبێت، لایەنەکەی دی دایباب بە فرۆفێڵ تاوانبار دەکات و داوای مارەیی و تەلاق دەکات ئەگەر ژن بێت و، دایبابیش نکوڵی دەکەن و هەندێك جار کاردەگاتە دادگایەکان. عادەتیشم وایە ئەگەر دایباب پرسیارم لێ بکەن: ئایا بە کەسوکاری دەزگیرانی کوڕیان یان کچیان کە نەخۆشییەکەی ئەقڵیان هەبێ ڕابگەیەنن یان نا دەربارەی نەخۆشییەکە؟ لە وەڵامدا پێیان دەڵێم: ئایا ڕازی دەبیت بۆ کوڕە ساغەکەت کچێ بخوازیت وەکو کچی خۆت نەخۆشی ئەقڵی هەبێت...؟ بێ ئەوەی کەسوکاری کچەکە پێت ڕابگەیەنن بە ڕاستی نەخۆشییەکەی؟ هەردەم وەرام بە نەرێ دەدەنەوە، جا منیش پێی دەڵێم: بەهەمان شێوەش خەڵکی بۆ کوڕ و کچی خۆیان ڕازی نابن.
دوای ئەوە یەکسەر ئەو پرسیارە دەکەن: ئایا بێ هاوسەر لێیان گەڕێم؟ منیش وەرامی دەدەمەوە: دەتوانیت هاوسەریان بۆ داوا بکەیت وەلێ دەبێت چەند مەسەلەیەك ڕەچاو بکەیت کە گرنگترینیان ئەمانەنە:
1-هاوسەرێکی وای بۆ بدۆزنەوە کەوا لەچینێکی کۆمەڵایەتی ژێروتر بێت لەچینی نەخۆش چونکە وا خوازیارم ئەمە پتر دەگەڵ بەردەوامی هاوسەرییەکە بێت.
2-زۆر دانەنانی مەرج بۆ زاوا یان بووك و بەشداریکردن لە چارەسەرکردنی خەوشەکانیان وەکو باری ماددی چونکە ئەمە لەکۆتاییدا بەخێر دەگەڕێتەوە بۆ کوڕ یان کچی نەخۆش ئەقڵیان.
3-پێشکەش کردنی باربووی یەکبینە بۆ هاوسەری کچ یان کوڕ لەڕووی مەعنەوی و ماددی.
4-هەوڵدان بۆ جێنشین کردنیان لە خانوێکی زۆر نزیك تاخۆت و خێزانت لەگەڵتدا بەشداری بکەن لە پلەیەکی بەرزتر لە چاودێری کردن، ئەگەر ئەوەش لەبەر هەرهۆیەك هەبێت نەگونجا بەلای کەم نێزیك لەیەکێك لەمنداڵەکانت کە زگیان بەو برا یان خوشکە نەخۆشە دەسووتێ.
هەرچی بەگوێرەی نەخۆشییە دەروونییەکانیشە وەکو خەمۆکی و دڵەڕاوکێ و ئیدیکەش، ئەوە هاوسەرداری ناسەرکەوتوو ڕەنگە زیادیان بکات و ڕەنگە ژیانی نەخۆش شێوەی وەربگرێت و وا تێبگات کەژیان ئیتر ئاوا سروشتیە و بە نیشانەی نەخۆشیی دەروونی دانەنێت. خۆ ئەگەر هاوسەرگرتنەکەش سەرکەوتوو بوو ئەوە مانای ئەوە نییە کەوا ئەو هاوسەردارییە بەشداری لەچاکبوونەوەی نەخۆش دەکات چونکە نەخۆشی هۆی دیکەش هەیە کە بەعادەت بە هاوسەرداری چارەسەر ناکرێت وەکو ئامادەیی بۆ ماوەیی لەلای نەخۆش و هەروەها پەشێوی کیمیایی کەوا پێویست دەکات هەندێك جار پەنا بریێتە بەر دەست تێوەردان بە داو و دەرمان.

هۆکـــاری تەنگژە دەررونیـــەکـــان

گۆڤاری سایك

سەرچـاوەی تەنگـــژە دەروونیـــەکان زۆرن و پـــشت دەبەسـتن بـەو چوارچێوە کۆمەڵایەتیـەو ئـەو ئاستەی کـە تـاك پێـی گەیـشتووە لـە نێـو ڕۆشـنبیری گـشتی و ئـــەو شـــارەزاییەی لـــەماوەی گەشـــە ســـەندنی کۆمەڵایـــەتی پیـــچیدا تێپـــەڕیوە,ئەمـــەش لـــە کۆمەڵگەیـەك تـا کۆمەڵگەیـەکی تـر جیـاوازی هەیـە,لـە گـرنگترین تەنگــژە دەروونیــەکان(ئــەو هەڵوێــستانەی کاردەکەنـە سـەر ویـژدان و کەرامـەتی مـرۆڤ , ڕێزنـانی لـــە خـــودی خـــۆی و ترســـان لـــە پایـــە کۆمەڵایەتیەکـەی,هەسـتکردن بـەبێ توانـایی وریگـرتن لە بە دیهێنانی ئامانج و ئارەزووکانی).

دەتـوانین هۆکارەکـانی تەنگـژە دەروونیـەکانی تـاك بەم شێوە دیاری بکەین:

1-بەربەســـــتە ماددیـــــەکان :وەك نـــــەتوانینی

دابینکردنـــی پێداویـــستیە ســـەرەتاییەکانی تـــاك بـــۆ نمونـە(خـواردن و خواردنـەوە لـە ژینگەیـەکی ئاسـاییدا کاتێك مرۆڤ برسیە و خۆراکی دەست ناکەوێت)

2-بەربەسـتە کۆمەڵایەتیـەکان:وەکـو ناچـارکردنی منـداڵ کـە زوو بخـەوێ و قەدەغـەکردنی یـاریکردن لـە کـاتی زوودا,ئەویش لە ڕێگەی بەکارهێنانی شێوازی سزادان

3-فاکتـــەرە ئابووریـــەکان:وەك ئـــەوەی تـــاك ناتوانێـــت دەرامـــەتێکی دارایـــی بـــە دەســـت بکـــەوێ بۆبـــەدیهێنانی ئارەزووەکانی لە بواری ماددیدا.

4-کـەموکوڕی کەسـایەتی:ئەیـشخۆی لـە بـێ توانـایی تـــاك دەبینێتـــەوە بـــۆ بـــەجێ گەیانـــدنی ئـــەو کـــارەی پێویـستی بـە توانـای جەسـتەیی هەیـە بـە هـۆی کـەم ئەندامی یان لاوازی لە تەندروستی گشتیدا.

5-ململانێـــی پاڵنـــەرەکان:بریتیـــە لـــەو ململانێیـــە دەرونیـــەی لـــە نێـــوان پاڵنـــەرە جیاوازەکانـــدا هەیـــە,تـــاك ناتوانێـت لەیـەك کاتـدا هـەموویان ڕازی بکـات,بـەهۆی بـە هێـزی ئـەو بـارە دەروونیـەی کـە لـە نێـوان ململانێیەکانـدا ڕوودەدات.

لەوانەیـە ململانێیـەکان کتـوپڕو کـاتی بـن وکاریگـەری کـەمیان لەسـەر تـاك هـەبێت وەك ئـارەزووی قوتـابی لـە چـونی بـۆ سـینەماو ئـارەزووی بـۆ ئەنجامـدانی کـاری ماڵــەوە,یــان بەشــێوەیەکی بــەردەوام بــن,ئەمــەش کاریگــەری زۆری لەســەر ڕەفتارەکــانی تــاك هەیــە وەك ئـەو ململانێیـەی هـەر لـە منداڵیـەوە دروسـت بـووە,یـان ئـەو ململانێیـەی کـە لەنەسـتی مـرۆڤ دروسـت بـووە,ئـەم ململانێیـە قـوڵ و کاریگـەرە بـێ ئـەوەی تـاك هەسـتی پێبکات لە ڕەفتارەکانی ڕەنگ دەداتەوە

ژیانی منداڵی، قۆناغێکی ناسك و شووشەییە، هەمووومان بەم قۆناغە تێپەڕیوین بەڵام زۆر کەم وایە پەی بەوە ببەین چی لەمێشکی منداڵەکانمدا هەیە، ئەمەی خوارەوە چیرۆکێکە لەم بارەیەوە دەدوێت، بەرائەتی منداڵ، توانا سەیر و سەمەرەکانی بۆ دەربڕین

منــــداڵ

نووسینی: موهەند سلاحات / ئەندامی نووسەر و ئەدیبانی فەلەستین.
و/ ڕازاو ڕەشید سەبری/ قوتابی ماستەر لە ئەدەبی کوردی

پاش ئەوەی گەڕایەوە ماڵەوە پەرتووکەکانی دەستی لەسەر ئەم مێزە دانا، کە لەناوەڕاستی هۆڵەکەیە، خۆی پاڵخستە سەر کورسیەکە و هەردوو باڵەکانی بە هەردوو لای کورسیەکە شۆڕ کردەوە، تاکو پشوویەکی تەواو بدات پاش ڕۆژێکی پڕ لە شەکەت و ماندووبوون لەوانە وتنەوەو ئاپۆڕەی قوتابیان و پرسیارەکانیان. ماندووبوونی دەروونی و مێکشیش تووشی ئەم شەکەتیەی کردووە، پاش وتنەوەی چەندین وانە لە دەروونناسی و ئەو پرسیارە سەیر و سەمەرانەی بە مێشکی قوتابیان دادێت، لەبارەی دەروونناسیەوە.

بانگی هاوسەرەکەی کرد و لێی پرسی: توانا لە کوێیە....دەڵێی لەماڵ نییە؟ وەڵامی دایەوە: ئەو لە ژوورەکەی خۆیەتی..هەروەك هەموو ڕۆژ، گشت پێنووسەکانی ناو ماڵی کۆکردۆتەوە و کاغەز و پەڕاوی پێ پڕ دەکاتەوە. تەکانی دا خۆی تا هەڵبستێتەوە و بەرەو ژووری منداڵەکە ڕۆیشت و دەرگای کردەوە، بینی منداڵەکەی لەسەر زەوی لەسەرسینگ ڕاکشاوە و پێنوسێکی لە دەستە و لەسەر کاغەزێکی سپی وێنە دەکێشێت، لەدەوری ئەویش چەند پێنوسێك بڵاوبوونەتەوە. سورێکی بەدەوری ژوورەکەدا، پاشان لەسەر تەختەی نووستنەکە، لەتەنیشت منداڵەکەیەوە دانیشت، کەوا نقووم ببوو لە خەیاڵ و وێنەکێشان و لەسەر کاغەزەکە دەری دەبڕین. لەدڵی خۆیدا گوتی: ئەم منداڵە وێنەی چی دەکێشێت و چی لە خەیاڵدا هەیە؟! پاشان پرسیاری لێکرد: ئەمڕۆ وێنەی چی دەکێشیت؟ ...ئادەی پیشانم بدە؟ لاپەڕە وێنەدارەکەی سەر زەوی هەڵگرتەوە و پرسیاری لێکرد: ئەم بازنەیە چیە کەوا سەری پێوەیە؟

وەڵامی دایەوە: ئەوە دراوسێکەمانە دایکی سەردار.

پێی گوت: ئەی ئەم هەموو هێڵ و بازنە وێنە کێشراوانە چین بەدەوریدا؟

وەڵامی دایەوە: ئەمە بەرخۆلەیەکە لەگەڵ کیسەیەکی گەورە، نان و سەوزەواتی تێدایە. سەرسام بوو بەوەڵامی منداڵەکە و پێی گوت: بەرخۆلە....بەڵام بۆ ئەو بەرخۆلە و ئەم هەموو شتانە هەڵدەگرێت و چیان لێدەکات؟

بە بەرائەتێکی منداڵانەوە گوتی: تۆ نابینیت دایکی سەردار چەندە زلە..! ئەو لە ئۆتۆمبێلیش زلترە. ئەو بەرخۆلەیە و هەموو شتەکانی هەر بەتەنها دەخوات، بزەیەکی درێژخایەنی کەوتە سەر لێوان بەهۆی ئەم وەڵامە و چۆنیەتی ڕاڤەکردنی دیاردەکانی، هەروەك لەدڵی خۆیدا بڵێ ئەم منداڵە چۆن بیر دەکاتەوە بۆیە دووبارە لێی پرسی: ئەم وێنەیە مانای چییە؟

وەڵامی دایەوە: ئەمە وێنە نییە، ئەمە نامەیە من نووسیومە بۆ قوتابییەکانت دووبارە بەم وەڵامە سەرسام بوو گوتی: قوتابیاکانی من! دەتەوێ چیان پێ بڵێیت؟

وەڵامی دایەوە ئایا لەبیرتە کە دواجار منت بردە کۆلێژ و لەنێوان ئەواندا دانیشتم، کاتێك لە هۆڵەکە چووینە دەرەوە، گوتت: تۆش قسە مەکە و وەك ئەوان ماندووم مەکە، بۆیە من نامەیەکم بۆ نووسیون و داوایان لێدەکەم چیتر پرسیارت لێ نەکەن و ماندوو و وەڕست نەکەن.

دەستی بەسەر قژە خاوەکەی منداڵەکەی داهێناو کاغەزەکانی دایەوە دەستی و وازی لێ هێنا تاکو ئەوەی لەمێشکیدا وێنای کردووە بیخاتە سەر کاغەز و ژوورەکەی بەجێهێشت. پاش چەند چرکەیەك گەڕایەوە ژوورەکە و بە تووڕەییەوە هاواری کرد: توانا...من پێم نەگوتیت، دەستکاری کاغەزەکانی من مەکە، بۆچی دووبارە دەستکاریت کردن؟

منداڵەکە بەبێ دەنگی بەرامبەر بە باوکی ڕاوەستا و لەڕوخساری وێنەی سەرسامی و ترس و هەستکردن بەگوناه

دەخوێنرایەوە، بەدەنگێکی نزمەوە: گوتی دەمویست هەندێك کاغەز ببەم چونکە ئەوانەی لای خۆم تەواو بوون.

ئەو پێی گوت: بەڵام من ئاگادارم کردیتەوە کە نزیکی ژوورەکەم و مێزەکەم بەتایبەتی کتێبەکانم نەکەویت..بۆچی گوێ بەقسەکانم نادەیت؟! یان دەتەوێت هەر لاسار بیت؟

ئم تورەییەی باوك بەمە نەوەستا و شەقا زللەیەکی لەڕوومەتی منداڵەکە دا و گوتی: دەبێت فێربیت چۆن ڕێز لە قسەی باوکت دەگریت، پاشان دەرگاکەی داخست و گەڕایەوە بۆ هۆڵەکە تاکو سەیری دوا هەواڵەکان بکات لە تەلەفزیۆندا.

کاتێك فراقین ئامادەبوو بە هاوسەرەکەی گوت: توانا بانگ بکە با خواردنەکەی بخوات. دایکی دووبارە گەڕایەوە ژوورەکە و سەیری کرد منداڵەکە هێشتا دەگری و لەسەر سنگ ڕاکشاوە و وێنەش دەکێشێت، بانگی کرد...توانا ..بەڵام ئەو وەڵامی نەدایەوە و لەوێنەکێشان بەردەوام بوو.

دایکی دووبارە گەڕایەوە هۆڵەکە و بەباوکی گوت: ئەو گوێ ناداتە قسەکانی من...هەردەگری و وێنە دەکێشێت.. تۆ بڕۆ بەڵکو گوێ بداتە تۆ.

باوکەکە چووە ژوورەکەی توانا و لەتەك قەرەوێڵەکە دانیشت و سەیری ئەو وێنانەی دەکرد، کە منداڵەکە دەیانکێشێت. کاغەزەکەی لەبەردەمی هەڵگرت و هەستی بە تەزوویەکی سارد کرد، کاتێك بینی فرمێسکەکانی منداڵەکەی کاغەزەکەیان تەڕ کردووە، کەوا وێنەی چەند بازنەیەکی تێدا کێشرابوو، بە چەند هێڵێکی سەیر بەیەکتر گەیەنراون. لێی پرسی: ئەم بازنەیە و ئەم هێڵانە چین؟

وەڵامی دایەوە: ئەمە ئاگرێکی گەورەیە و لەناویدا باوکێك هەیە کوڕەکەی خۆی خۆش ناوێت بۆیە دارکاری دەکات... بەڵام منداڵەکەی ئەوی خۆش دەوێت و دەگری، بۆیە فریشتەکان دێن و باوکەك دەبەن و فڕێی دەدەنە ناو ئاگر.

چاوی باوکەکە پڕ بوو لە فرمێسك و منداڵەکە خستە باوەشی و پێی گوت: ڕۆڵەکەم من ئەمڕۆ لە تۆ وانەیەك فێر بووم لە دکتۆراش نەم خوێندبوو، لێم ببورە ڕۆڵەکەم منیش تۆم خۆش دەوێت.

*ناوی منداڵەکە لەدەقە عەرەبییەکە (بەعەرەبی هاتووە) بۆ ئاسانکاری کردوومانە بەکوردی.

سەرچاوە: www.watan.com

نوکتە

*پزیشکەکە بە نەخۆشەکەی گوت، ئەم حەبانەم بۆ نووسیویت پێنج ڕۆژ لەسەریان بڕۆ ئینجا وەرەوە لام بزانم چۆن دەبێ...دوای پێنج ڕۆژ نەخۆشەکە گەڕایەوە لای پزیشك و پێی گوت هیچ فەرقم نەکردووە، بگرە خراپتریش بوومە، پزیشکەکە پێی گوت، وەك پێم گوتی ئاوا حەبەکانت بەکارهێنا؟

نەخۆشەکەش گوتی، وەك جەنابت پێنج ڕۆژ حەبەکانم بەسەر زەوی بڵاوکردەوە و لەسەری دەڕۆیشتم.

*پیاوێك چوو بۆ دەرمانخانەیەك و بەخاوەنەکەی گوت: نیو حەبی ڤیاگرام بدەرێ، خاوەنی دەرمانخانەکەش گوتی جا بۆ نیو حەب؟ پیاوەکە گوتی: ئاخر من دەمەوێ تەنها بۆ ماچ کردن بەکاری بێنم.

*پیاوێکی تەمەن 70 ساڵ چووە لای پزیشکێك بۆ ئەوەی هۆی ئازار و بێ تاقەتیەکەی بزانێت و چارەسەری بکات، دوای ئەنجامدانی زنجیرەیەك پشکنینی پزیشکی و تاقیگەیی ئەم دەمەتەقێیە لەنێوانیاندا ڕوویدا:

پزیشك: دوو هەواڵم پێیە، هەواڵێکی زۆر ناخۆش و هەواڵێکی زۆر خۆش.

نەخۆشەکە: جارێ هەواڵە ناخۆشەکەم پێ بڵێ.

پزیشك: بەداخەوە ئەنجامی پشکنینەکان وا پیشان دەدەن کە جەنابت نەخۆشی شێرپەنجەی سیەکان و گیرانی شادەماری دڵ و هەوکردنی درێژخایەنی گورچیلە و هەڵئاوسانی پرۆستاتت هەیە.

نەخۆش: جا بوار بۆ هەواڵی خۆش ماوە دکتۆر گیان؟

پزیشك: بەڵێ، لە هەمان کاتدا تۆ نەخۆشی لەبیرچوونەوە و تێکچوونی یادەوەریت هەیە (Dementia)، واتە ئەو هەواڵە ناخۆشانەی کە پێم گوتی بۆ ئێوارە هەمووی لەبیر دەکەیت.

نەخۆش: کام هەواڵ دکتۆر گیان!!!

وەلاّمیك بۆ هەورامان محەمەد

سەرەتا دەستخۆشی بیٚ پایان ئاراستەی دەرکردنی گۆڤارەکەتان لیٚ دەکەین کەوەك پێویستییەك لەدەرگای گۆڕەپانی زانستی و لێکۆڵینەوەی کوردی داوە. گۆڤارێکە لە ئاستێکی بەرزدایە خوێنەر سوود لە خوێندنەوەی وەردەگرێت. بەهیوای بەردەوام بوون و گەشەپێدانی گۆڤارەکەتانین. وەك دڵسۆزیەك بۆ ئەم بوارە پێمان خۆشە ئەو تێبینیەی هەمانە، کە لەسەر بابەتی کاك (هەورامان محەمەد) لەلاپەڕە (39)ی ژمارە دووی گۆڤارەکەتاندا لەژێر ناونیشانی (هەرمن) بلاّوکراوەتەوە، بۆتانی ڕەوانە بکەین.

بێگومان ئاماژەکردن بەو بابەتە بەهەر شێوازێك لە شێوازە زانستی و ئەدەبیەکان زۆر گرنگە، چونکە ئەو بابەتەی کە ناودەبرێت بە (قەیرەیی) بۆتە دیاردەیەك و ڕێژەیەکی بەرزیشە لە کۆمەڵگاکەماندا، بۆیە چەند بەهەستیاری لێی نزیك ببینەوە ئەوەندە هەستیاری نووسەر نیشان دەدات بۆ ئەو ڕێژە بەرزە لەکچانی ولاّتەکەمان. بەلاّم بەداخەوە برای نووسەر زۆر نادروستانە و بیٚ ڕەچاوکردنی لایەنی دەروونی و کۆمەلاّیەتی (لەکاتێکدا لە گۆڤارێکی دەروونی دەنووسێت)، بابەتێك دەوروژێنی کەکێشەی هەزاران کەسی کۆمەڵگاکەیەتی و چەندین هۆکار لەپشت ئەو دیاردەوەیە. گەر لێکۆڵینەوەی زانستی و ئەکادیمی بۆ بکرێت ئەوە زیاتر لەهۆکارێك دەردەکەوێت و ناکرێت لە گۆڤارێکی ڕۆشنبیری دەروونیدا بەو شێوە ڕووخێنەرە باس لەدیاردەیەکی کۆمەلاّیەتی بکرێت، بمانەوێت و نەمانەوێت کاردانەوەیەکی زۆر نێگەتیڤانەی دەبێت لەسەر دەروونی هەردوو ڕەگەز یان بەواتایەکی تر ئەگەر تروسکەیەك هیوا هەبێت لە ژیانیاندا مابێت تۆ بەتەواوی فوو لەم چرا کزەش دەکەیت و ئەو تروسکەیەش خامۆش دەکەیت و دەست دەخەیتە برینەکان و دەیانکولێنیتەوە لەجیاتی هەتوان و سارێژکردنیان. کاك هەورامان زۆر تاك لایەنە و بە دیدگایەکی پیاو سالاریەوە لەسەر بابەتەکە دواوە و بەشێوەیەکی ئەدەبی نووسیویەتی، کەدەکرا وێنەیەکی جوانتری بنەخشاندایە و هۆکارێکی زیاتری دەستنیشان بکردایە، نەك بەو شێوازە دەستی تاوان بۆ ئەو ڕێژە زۆرە لەکچان درێژ بکات وەك ئەوەی کە هۆکارە (ئابووری، ڕامیاری، کۆمەلاّیەتی)یەکانی تر زۆر بێلایەن بن لەم دیاردەیەدا. چونکە بەڕای ئێمە خودی کچان خۆیان پێویستە دوا هۆکاربن کە دەستی تاوانیان بۆ درێژ بکرێت لەدروستکردنی ئەم دیاردەیەدا. جا لەبەرئەوەی گۆڤارەکە زیاتر لایەنی زانستی ڕەچاو دەکات بۆیە هەتا بابەتەکەش ئەدەبی بیٚ پێویستە ڕەنگدانەوەی زانستی تێدا بێت و پێویستە بیر لەتوێژینەوەی زانستی بکاتەوە بۆ هەموو کێشە و دیاردە کۆمەلاّیەتیەکان و دەستنیشانکردنی هۆکارەکان و چۆنیەتی چارەسەرکردنیان بەرزکردنەوەی ئاستی هۆشیاری تاکەکانی کۆمەڵ لەئاست کێشەو دیاردەکان. لەکۆتاییدا دەپرسین ئاخۆ چ هۆکارێك پاڵی بە نووسەر نا بۆ نووسینی بابەتێکی لەو چەشنە؟ بەهیواین تێبینیەکەمان بە دڵێکی گەرم و فراوانەوە لیٚ قبوڵ بکەن. بەهیوای سەرکەوتن بۆ گۆڤارەکەتان.

گرووپێك لە خوێندکاری ماستەر
زانکۆی سلێمانی 2006/6/21

فایلی داهاتووی گۆڤاری سایك تایبەت دەبێت بە

ئالوودە بوون بە ماددە هۆشبەرەکان

بابەت و نوسینەکانتان فایلەکە دەوڵەمەنتر دەکات

فەرهەنگی سایك

***نیۆرۆسیس (دەمارگرژی) ـ عصابی**

Neurosis

بریتیه لە حاڵەتێکی تێکچوونی دەروونی، لەگرنگترین نیشانەکانی دڵەڕاوکێیە، هەر حاڵەتێکی دەروونی بە نیۆرۆسیس دادەنرێت گەر مرۆڤەکە هەست بەبێزاری و نارەحەتی بکات، لەگرنگترین خاسیەتەکانی نیۆرۆسیس ئەوەیە کە مرۆڤەکە پەیوەندی بە واقیع نەپچڕاوە (ئاگاو زەینی) لەخۆیەتی.

زانایانی دەروونناسی پێیان وایە نیۆرۆسیس دەرەنجامی چەند گرفتێکە کەوا لەنەستی مرۆڤ پەنگی خواردۆتەوە و بەشێوەی دڵەڕاوکێ و چەند نیشانەیەکی تری جەستەیی و دەروونی سەرهەڵدەدات وەك خەمۆکی، فۆبیا، هیستیریا، هایپۆکۆندریا، ئازار، دوودڵی و وەسواسی.

***سایکۆسیس (دێوانە) ـ ذهان، الهوس**

Psychosis

حاڵەتێکی نەخۆشی دەروونی ترسناکە، کە مرۆڤەکە ئاگا و زەینی لای خۆی نامێنێت، ئەو کەسە پەیوەندی لەگەڵ جیهانی واقیع دەپچڕێت و دەکەوێتە خەیاڵاتەوە، شێوەی بیرکردنەوەی دەگۆڕێت و قسەکانی پچڕپچڕ و تێکەڵ و پێکەڵ دەبن بەجۆرێك کەس تێیان ناگات و لەوانەیە زمانێکی تایبەت بەخۆی دروست بکات، لەوانەیە تووشی واهیمەی خۆ بەزلزانین بێت وەك ئەوەی بڵێ من کەسێکی زۆر گرنگم و کەس لەمن باڵاتر نییە، یان بڵێت ئەم خەڵکە هەمووی پیلانم بۆ دادەنێن، من لەگەڵ کەسانێك قسە دەکەم لەسەر هەسارەی مەریخن ...هتد، ئەو هەندێك شت دەبینێت لای ئێمە بوونی نییە، هەندێك قسە دەبیستێ و کەس دیار نییە، هەڵسوکەوتی سەیر دەکات وەك ئەوەی ماوەیەك بێ دەنگ دەبێت، یان پێدەکەنێ و دوایی دەگری یان خۆی ڕووت دەکاتەوە، یانیش ڕەفتاری توند و تیژ و نابەجێ دەکات... بەکورتی سایکۆسیس ڕەفتاری کەسێکە لەگەڵ هیچ هەڵسوکەوتێکی سروشتی مرۆڤ ناگونجێن.

***وەئاگابوون (بینایی)، بصیرە،**

Insight

وشەی Insight لە زانستی دەروونی و نەخۆشییە دەروونیەکاندا زۆر بەرکاردێت مەبەست لەم وشەیە ڕادەی ئاگابوونی کەسی نەخۆشە لە جۆر و شێوە و ڕادەی توندی نەخۆشییەکەی، چونکە زۆربەی جار نەخۆش نکوڵی لە نەخۆشبوونی دەکات یان هۆکاری گرفتەکە دەگەڕێنێتەوە بۆ خەڵکانی دیکە و هۆکاری دەرەکی یان بۆ ماندووبوونی جەستەیی یاخود زۆرجار گرفتەکە بە حاڵەتێکی ڕۆحی و ئایینی لێك دەداتەوە ئیناسایت Insight دوو جۆرە: (Insight)ی زیرەکانە واتە نەخۆش تەواو تێدەگات لە جۆر و هۆکاری نەخۆشی. (Insight)ی سۆز واتە نەخۆش ئاگای لە سۆز و هەست و پاڵنەرەکانی ناخ هەیە..هەبوونی وەئاگابوون Insight نیشانەیەکی باشە بۆ کەسی نەخۆش، بەڵام نەبوونی زەنگێکی مەترسیدارە.