توندو تیژی هەرزەکار لەرووی سایکۆلۆژییەوە

د. محەمەد ئەیمەن

توندو تیژی لە سیفەتەکانی مرۆڤە و تـاك و کۆمەڵی پێ جیـا دەکرێتەوە. لەوکاتـەدا روودەدات کـە ئەقـڵ توانای قەناعەتپێکردنـی نامێنێـت لەگـەڵ هەسـتکردن بەوەی کە پێویسـتی بەوی دیکە نییە، بۆیە مرۆڤ بۆ جەختکردنەوە لەخـۆی پەنـا دەباتە بـەر توندوتیژی لەرێگەیبەکارهێنانیفشارێکیجەستەیی یان مەعنـەوی کە مۆرکێکـی تاکانەیی یان کۆمەڵی هەیەو مرۆڤ بە مەبەسـتی دەسەڵات یان وێرانکاری ئەنجامی دەدات.

هەروەها توندو تیژی پێناسە دەکرێت بە ئەنجامدانی هێز یان رقلێبوونەوە دژی مرۆڤ خۆی یان دژی کەسـێکی دیکە بە مەبەسـت. بەزۆری توندو تیژی دەبێتە هـۆی وێرانـکاری یان ئـازار پێگەیاندن یـان زیانی مـاددی بە مـرۆڤ خۆی یان بەکەسانی دیکە. رەفتاری توندوتیژیش بەناوکی تاوان دادەنرێت.

دیاردەی توندوتیژی لە هەرزەکاریدا بۆتـە یەکێك لـەو بابەتانـەی ناوەندی بایەخپێدانە لەم سەردەمەدا، وایلێهاتووە بەدەگمەن ماوەیەك تێدەپەرێت کە تیایدا رووداوی توندو تیژی لە لایەن تاکەوە یان گروپێکەوە، ئەنجامنەدرابێت.

بۆ نمونە لەوانەیـە رووداوی کورە هـەرزەکارە ئەمریکیەکەتـان لەیـاد بێـت کـە لـە 21/3/2005 دا نەنك و باپـیری و هەندێـك لـە هاورێکانی خۆی کوشـت و دواتر خۆشی کوشت. لەبـەر بڵاوبوونـەوەی ئـەم دیاردەیە بایەخپێدانەکانی دابـەش بوون لەنێو چارەسەرساز و پزیشـکە دەروونیەکان و زانایانی کۆمەڵناسـی و پیاوانی ئاینی و دەزگاکانی راگەیاندن و فەزائییەکان. ئـەم دیاردەیە هەموومـان دەگرێتەوە، چونکـە هەرزەکار کـورِی کۆمەڵگەیەو وێنەیەکـە لـە ئاینـدەی کۆمەڵگـە. لەبەرئـەوەی هـەرزەکار لـە قۆناغی دارشتنی کەسـێتیدایە، ئەوا کۆمەڵێك پرسـیار لەخـۆی دەکات، گرنگترینیان، وەك: پێویستە چ کەسێتییەکی هەبێت؟ لاسایی چ نمونەیەك بکاتەوە تا ناسنامەی نیشـتمانی خـۆی بەدەسـتبێنێت؟ پێویسـتە لەچ وڵاتێك بێـت تا لەگەڵ پێوەرە کۆمەڵایەتییەکانیدا بگونجێت؟ پێویسـتە لاسـایی چ ناسـنامەیەکی سێکسـوال بکاتـەوە تا بچێـت وێنەی ئـەوەوە، ئایـا لەگـەڵ توخمەکـەی خۆیـدا یـان لـە توخمەکـەی خـۆی دوردەکەوێتـەوە؟ لـە ئامادەنەبوونی " برایەکـی پێشـەنگدا کـە وەڵامـی پرسـیارەکانی بداتەوە ئەو هەرزەکارە خـۆی خاوەنی هیـچ گۆشـە نیگایەك نابێت و پەنا دەباتە بەر توندوتیژی و ئالوودەبوون وەك چارەسەرێکی خێرای ئەو حاڵەتەی تیایدا دژی.

هۆکارەکانی رەفتاری توندوتیژی:

هۆکارەکانی کە دەبنە هۆی رەفتاری توندوتیژی لە منداڵ و هەرزەکاراندا بۆ شەش گروپ دابەش دەبن، بەمشێوەیە:

a. **هۆکارەکانـی رەفتـاری توندوتیژی کە بۆ کەسـێتی تـاك دەگەرێتەوەو ئەویش ئەمانە دەگرێتەوە:**

1. هەسـتکردنی زۆر بـە شکسـت هێنان.
2. لاوازی متمانە کردن بە خۆ.
3. سروشتی قۆناغی رەسیوبوون و هەرزەکاری.
4. شانازییکردن بە کەسێتییەوە کە لەوانەیە لەسەر حیسابی کەسانی دیکەو ئارەزووکردنـی رەفتـاری توندوتیژی بێت.

5. پشێوی هەڵچوونی دەروونی و لاوازی کاردانەوە بۆ بەهاو پێوەرە کۆمەڵایەتییەکانی ناو کۆمەڵگە.

6. یاخیبوونی هەرزەکار لە سروشتی ژیانی لەناو خێزان و لە خوێندنگە.

7. ئارەزووکردنی پەیوەندیکردن بە گرووپ و کۆمەڵە لقییەکانەوە.

8. نەبوونی توانای رووبەڕووبوونەوە بەشێوەیەکی راشکاوانە.

9. تێرنەبوونی پێداویستییە راستەقینەکانی خوێندکاران.

b. **هۆکارەکانی رەفتاری توندوتیژی کە بۆ خێزان دەگەڕێنەوە و ئەویش ئەمانە دەگرێتەوە:**

1. لێکترازان و پەرتەوازەبوونی خێزان.

2. نازپێدانی زۆری دایك و باوك.

3. بەرەقی و توندی مامەڵەکردنی زیادی دایك و باوك.

4. بێ ئاگایی و چاودێرینەکردنی منداڵ لە لایەن خێزانەوە.

5. فشارە ئابوورییەکان.

c. **هۆکارەکانی رەفتاری توندوتیژی کە بۆ هاوڕێ دەگەڕێتەوە:**

1. هاوڕێی خراپ.

2. ئارەزووکردنی دەسەلات بەسەر کەسانی دیکەدا.

3. هەستکردن بە شکستهێنان لە بەردەوامبوونی پەیوەندی هاوڕێیەتی.

4. راکردنی دووبارە بۆوە لە قوتابخانە.

5. لاوازی متمانە بە مامۆستا.

6. شێوازی لۆمەکردنی بەردەوام لە لایەن مامۆستایانەوە.

d. **هۆکاری رەفتاری توندوتیژی کە بۆ کۆمەڵگەی قوتابخانە دەگەڕێتەوە:**

1. لاوازی لیستەکانی قوتابخانە.

2. لاوازی چالاکییەکانی قوتابخانە.

3. زیادبوونی چڕی پرۆگرام و وەرزەکانی خوێندن.

e. **هۆکارەکانی رەفتاری توندوتیژی کە بۆ سروشتی کۆمەڵگە دەگەڕێنەوە:**

1. بڵاوبوونەوەی رەفتارەکانی فەرامۆشکاری.

2. بوونی کاتێکی زۆری دەستبەتاڵی و سوود وەرنەگرتن لێی بەشێوەیەکی پۆزەتیڤانە.

3. لاوازی دیسپلینی کۆمەڵایەتی.

4. لاوازی یاسا کۆمەڵایەتیەکان.

5. بڵاوبونەوەی فیلمەکانی توندو تیژی.

هۆکارەکانی دارشتنی کەسێتی توندو تیژ:

لێکۆڵینەوەکان دەربارەی چۆنێتی فۆرمەلەبوونی کەسێتی توندو تیژ زۆرن و هەوڵدراوە ئەو فاکتەرانە دیاری بکرێت کە لە کەسێتیە تاوانکاری یان توندو تیژەکاندا زیاتر دووبارە دەبنەوە، گرنگترین دەرئەنجامی دەستکەوتووش لەم لێکۆڵینەوانە ئاماژە دەدات بەوەی ئەو کەسەی دەشێت کاری توندو تیژی بکات کێشەی کارلێکردنی هەیە لەگەڵ هاوتاکانیداو کارامەییە کۆمەڵایەتییەکانی لاوازن و زۆر جار ئارەزووی دوورکەوتنەوە لە واقیع دەکات و هەڵچوون و هەڵپەی زۆرەو کەللە رەقەو هەمیشە هەست بە کەمی بەهای خۆی دەکات، بۆیە هەست بە بێزران و پەشۆکان و نەبوونی توانای مامەڵەکردن لەگەڵ فشارەکاندا، دەکات، وێڕای دابەزینی ئاستی زیرەکی گۆیی و کۆمەڵایەتی و خوێندن و هەستکردن بە نەبوونی دڵنەوایی و چەوساندنەوە، چونکە هەمیشە تێکچوونێك هەیە لە هاوسەنگکردنی نێوان پاڵنەر و رێگر لە ژیانی تایەتیدا، بۆیە هەندێك بیرۆکە لە لای زیاد دەبن، تۆڵە کردنەوە، ئازار دان بەهۆی ئەوەی کە حەزی لە ئازاردانە، غیرە، هەستکردن بە کەموکوری جەستەیی یان دەروونی، لەخۆبایی بوون، دەمارگیری بۆ توخمێك یان جۆرێك یان مەزهەبێك .....

هەندێك لەو تیۆرانەی رەفتاری تاوانکاری یان توندوتیژی لێکدەدەنەوە، پێیان وایە رەفتاری تاوانکاری یان توندوتیژی لە دروستبوونیدا بۆ ئەم فاکتەرانە دەگەڕێتەوە:

1. لادانی کەسی کە خۆی دەنوێنێت لە شکستهێنانی تاك لە خۆگونجاندن لەگەڵ بەهاو پێوەری شێوە جیاوازەکانی رەفتاری شیاو کە دەبێتە هۆی دەرچوون لێیان بەشێوەی لادانێکی ئاشکرا.

2. ململانێی بەهایی کە لە رێگەی ململانێی نێوان بەها دژ بەیەکەکان لە کۆمەڵگەدا سەرهەڵدەدات دەربارەی هەندێك لایەنی رەفتاری لادان دەردەکەوێت لەرێگەی گرتنە بەری هەندێك رێوشوێنی خۆپارێزی یان چارەسەری یان سزایی بەرامبەر ئەو رەفتارانە.

3. لێکترازانی کۆمەڵایەتی کە خۆی دەنوێنێت لە بەرزبوونەوەی رێژەکانی گۆرانی کۆمەڵایەتی، هۆکارێکی راستەوخۆیە بۆ سەرهەڵدانی توندوتیژی و تاوان و بڵاوبوونەوەی . خێرایی گۆران لە کۆمەڵگەدا پابەند بوونی تاك بە بەهاو دابونەریتەوە کەمدەکاتەوە و ئەمەش دەبێتە هۆی روودانی لێکهەڵوەشان و لێکترازان لە بونیادی کۆمەڵگەو مۆدێلەکانی

پەیوەنـدی بـاو تیایـدا. هەڵوێسـتی نـوێ دەردەكەوێـت كـە دەبێتـە هۆی لەكاركەوتنی دیسـپلەینی كۆمەڵایەتی و گۆڕانی كلتـوری رووەو بیروباوەڕێكی رەگەزپەرسـتانەو خۆپەرستانە هەنگاو دەنێت و بڕوای بە (خۆم لە سـەرەتادا) زیاتر دەبێت، ئەمانە كار دەكەنە سـەر ئاسـتی تاكەكان و یارمەتیـدەر دەبێت لە زیادبوونـی ڕێژەكانی توندو تیژی و تاوان لە كۆمەڵگەدا .

4. پەیوەندییـە خێزانییـەكان، فەراموش كردنی منداڵ لە لایەن باوانەوە یان جیاوازی كردن لەنێوانیاندا یان كەم ئەزموونی هەندێك خێـزان لە پەیڕەو كردنی شێوازی پاداشت و سزا، لەوانەیە ببێتە هۆی نواندنی رەفتاری توندوتیژی و تاوانـكاری. كەواتـە كێشـەكە لێرەدا بەهۆی لەدەستدانی باوكەوە نییەبەڵكو بەهۆی شكسـتهێنانی بەهاكانەوەیە لە فێركردنی منداڵان و دەرئەنجامی كار و دەرهاویشتەی كارەكانیانەوەیە.

5. پێكهاتـەی بایۆلـۆژی و زیرەكی و توخمـی تـاك و ئاسـتی پەروەشـی و شـێوازی پێكهاتـەی جەستەسـیی، لەو فاكتەرانـەن كـە یارمەتیـدەر دەبن لە دەركەوتنـی رەفتـاری توندوتیـژی، چونكە پەیوەندییان بـە توانای تاكەوە هەیـە بـۆ تێگەیشـتن لـە یاسـاكانی كۆمەڵگـەو لە دەرئەنجامـی كارەكانیان چـی چاوەڕێیان دەكات و هەڵپەیان واتە بێ تواناییان لە دواخسـتنی تێركردنی پێداویسـتییەكانیاندا بە بەراورد كردن لەگەڵ زۆربەی خەڵكدا.

فاكتەرە هاندەرەكان بۆئەنجامدانی توندو تیژی:

■ راهێنانـی كۆمەڵایەتـی هەڵـە یـان كەموكـورت، لـەو كۆمەڵگایانەدا دەردەكەوێـت كـە بەهـاو ئامانجـە پەروەردەییـە گشـتییەكان كەموكورت و ناتەواون و خێزانەكان بەشـێوەیەكی تێبینیكراو لێكترازاون.

■ سزاو پاداشتەكان لاوازن بە نیسبەت گوێڕایەڵی یان لادانەوە، ئەمەش دەبێتە هـۆی خولقاندنـی حاڵەتێكی ناتۆكمەو بێ بڕوایی لای تاكەكان، هەروەها لاوازی چاودێـری ، كاریگـەری خـۆی هەیـە، چونكـە لەوانەیـە سـزاكە تونـد بێت بەڵام جێبەجێكەری بە وردی ئەنجامی نەدات.

■ ئاسانی بەهانە هێنانەوەو پاساودان، ئەمـە ڕوودەدات كاتێـك كۆمەڵێـك دەیانەوێـت لـە تونـدی دەسـتدرێژی كردنـە سـەر پێوەرێك یان یاسـایەك ، كەمبكەنـەوە، ئەمـەش بەشـێوەیەكی خۆویستانە ڕوودەدات لە لایەن هەندێك لـە تاكەكانی كۆمەڵگەوە بە مەبەسـتی تێكدانی كۆمەڵایەتی.

■ نا ئاشكرایی پێوەرەكان دەبێتە هۆی سەرلێشواوی هزر و ڕێبازەكان بە تایبەتی لە كاتێكدا پێـوەرەكان لای دوو تاك یان زیاتر مانای جیاواز دەبەخشێت.

■ لەوانەیـە هەندێـك لایەنەكانـی دیسـپلەینی كۆمەڵایەتـی دوچـاری دژ بەیەكـی ببنـەوەو لێرەوە یاسـاكان كاریگەرییـان نامێنێـت و گۆڕانـی كۆمەڵایەتی و رۆشنبیری بەرێوەناچێت بە شێوەیەك لەگەڵ یاساكاندا شانبەشانی یەكدی برۆن.

■ هەندێك لە گروپـە لادەرەكان لە كۆمەڵگەدا ئەوەنـدە بەهێزن كلتورێكی تایبەت بە خۆیان دادەنێن و ئەو لادانەی كەدەینوێنـن بەهۆیـەوە دەرازێننەوەو هەسـتی پابەندبـوون لای ئـەو تاكانە دەچێنن كەدێنە ناو گروپەكەیان.

دیاردەی توندوتیـژی لە هۆیەكانی راگەیاندندا:

لـەم سـەردەمەدا ڕووبـەڕووی هەڵمەتێكـی راگەیاندنـی شـەرعی بووینەتەوە لەلایەن هۆیە جەماوەری و تەلەفزیۆنیەكان بەشێوەیەكی تایبەتی، چونكـە راگەیاندنـەكان لـە ئێسـتادا پڕن لـە دیمەنی تۆقـین و توندوتیژی و تـاوان و سـادی و شـەڕانگێزی، كـە لەئاسۆدا ئومێدی داكشانی ئەم دیمەنانە بەدی نەكەیـن. دیمەنەكانـی نواندنی توندوتیژی جەستەیی و ئازار گەیاندن، بەتێپەڕبوونی كات لەوانەیە وا لە مرۆڤ بكـەن وەك هۆكارێكـی كاردانەوەیـی بەشـیاوی بزانـن و پەنـای بـۆ ببەن لەكاتـی ڕووبەڕووبوونـەوەی هەندێك هەڵوێست یا ململانێ یا نواندنی رەفتاری توندوتیژی.

كاریگەری توندوتیژی لەسەر منداڵ:

■ بـێ توانایـی لـە مامەڵەكردنـی پۆزەتیڤانـە لەگـەڵ كۆمەڵگـەدا و وەبەرهێنانـی نمونەیـی وزە تایبەتـی و ژینگەییـە دەسـت كەوتووەكانـی بۆ دەستكەوتنی باشترین بەرهەم.

■ هەسـت نەكردن بەرەزامەندی و تێربـوون و دڵنەوایی لە ژیانی خێزانی و خوێندنگەیـی و كارو پەیوەندییـە كۆمەڵایەتیەكان.

■ تـاك ناتوانێـت ڕێبازی دروسـت بگرێتەبەر بەشێوەیەك خۆی قبوڵ بكات و لە خۆی رازی بێت.

■ بێ توانایی لە ڕووبەڕووبونەوەی گرژی و فشارەكان بە ڕێگەی پۆزەتیڤانە.

■ بـێ توانایـی لە چارەسـەركردنی كێشەكان كەتووشی تاك دەبن بێ دوودڵی یا خەمۆكی.

- تاك لـە بەڕێوەبردنی كاروبارەكانی

ژیانی سەربەخۆیی بەدیناهێنێت.

شێوەکانی رەفتاری توندوتیژی:

■ شێوەکانی رەفتاری توندوتیژی وەك هەڵچوونی سادە کە هاوکات دەبێت لەگەڵ تورەبوون بۆ حاڵەتەکانی هێرش بردن و پەلاماردانی کەسانی دیکە.

■ دەنگی بەرزی هاوکات بە هاوارو دروستکردنی ژاوەژاو.

■ بەکارهێنانی وشەو دەستەواژەی ناشرینی وەك تانەو تەشەرو جنێو.

■ ئاماژەدان بەبەکارهێنانی توندوتیژی.

■ شکاندنی شتومەك و پێداویستیەکان.

■ ئاگرکردنەوەو سوتان و شکاندنی کەلوپەلەکان.

■ ئازار گەیاندن لە رێگەی بریندارکردنی پێست بە ئامرازی تیژ یان قژراکێشان.

■ دەست کێشان بەسەردا یان سەر کێشان بە ئامرازی زیان بەخش.

■ سوتانی پێست بە جگەرە یان بەئاگر.

■ زیان گەیاندنی کەسانی دیکە بە پاڵپێوەنانیان یان پیاکێشانیان و ئازاردانیان.

■ هێرش بردن تا ئاستی ئازار گەیاندن یان کوشتنیان.

پزیشکی دەروونی حاڵەتەکانی توندوتیژی بەم شێوەیە، پۆلێن دەکات:

a. **توندوتیژی راشکاوانە کە دابەش دەبێت بۆ:**

■ توندو تیژی جەستەیی (پیاکێشان، بریندارکردن، شکاندن، ... هتد).

■ توندتیژی مەعنەوی (لەرێگەی قسەکردن و جنێوەوە .... هتد)

■ رەفتاری گاڵتەپێکردنی هاوکات لەگەڵ زیان پێگەیاندن.

■ هەڵوێستی نێگەتیڤی زیان بەخش (رەتکردنەوەی خواردن یان قسەکردن).

b. **حاڵەتەکانی توندوتیژی دا پۆشراو دابەش دەبێت بۆ:**

■ توندوتیژی داپۆشراو لەرێگەی هەوڵدان بۆ گاڵتەپێکردن و رق لێبوونەوە.

■ لە رێگەی هەوڵەکانی پاراستنەوە.

■ توندوتیژییەك ئەستەمە پێشبینی بکرێت و لەناکاو دەردەکەوێت.

هەندێك لە شێوازەکانی خۆپاراستن لە توندوتیژی و بناغەکانی چارەسەرکردنی:

شێوازی بەگژداچوونەوەی توندوتیژی لەدوورەهەندی سەرەکییەوە، دەست پێدەکات:

یەکەم: رەهەندی خۆپاراستن.

دووەم: رەهەندی چارەسەرکردن.

یەکەمیان ئەمانە دەگرێتەوە:

■ پرۆسەکانی نەشونماکردنی کۆمەڵایەتی و فێربوون.

■ پەرەپێدانی پرۆسەی هۆشیاری بەرامبەر مەترسی توندوتیژی و ئاگادارکردنەوە لێی.

■ دەرخستنی بایەخی خۆشەویستی و سۆز و رێزگرتن لە مامەڵەکردن لەگەڵ خەڵکدا.

■ دانانی رێساو یاسای دژبەتوندوتیژی و تاوان.

■ بیناکردنی ئەو چەمکە دەروونی و کۆمەڵایەتیانەی دژ بە هەموو جۆرەکانی توندوتیژین بۆ بنبڕکردنی هەموو شێوەکانی زوڵم.

■ چالاککردنی ئەو چەمکانەی رێگە دەگرن لەتوندوتیژی وەك چارەسەرکردنی ناکۆکییەکان بەشێوازی دیکەی بەدەر لە توندوتیژی.

■ هۆشیارکردنەوەی تاکەکان بەرامبەر زەرەرو زیانە تەندوستی و دەروونی و کۆمەڵایەتیەکانی بەهۆی توندوتیژییەوە پەیدا دەبن.

رەهەندی چارەسەرکردن:

1. دانانی هەموو شێوەکانی توندوتیژی بەتاوان و زامنکردنی ئازادی مرۆڤ و رێزگرتن و بەهادانان بۆی.

2. بەکارخستنی شێوازەکانی کاری دەروونی و کۆمەڵایەتی بۆ وردبوونەوەو لێکۆڵینەوەو بەدواداچوونی هۆکارەکانی توندوتیژی و رووداوەکانی بەشێوەیەکی بەردەوام و دۆزینەوەی چارەسەر بۆ یەك بەیەکەیان.

3. زامنکردنی چارەسەری دەروونی و جەستەیی و کۆمەڵایەتی بۆ قوربانیانی توندوتیژی.

4. زامنکردنی دامەزراوە یان سیستەمە جێگرەوەکان لەو حاڵەتانەدا کە بۆچارەسەرکردن وا پێویست دەکات قوربانی لە خێزانەکەی جیابکرێتەوەو دانانی سستەم بۆ بەیاساکردنی ئەم شوێنانە.

5. زامنکردنی ناوەندەکانی چارەسەرکردن.

6. هیچ ئاسانکارییەك لەگەڵ تاوانبارانـدا نەکرێت و ئەنجامدەرانی توندوتیژی سزا بدرێن و هۆکارەکانی و دەرئەنجامەکانیشی بلاوبکرێنەوە.

وەرگێرانی: سۆزان

سەرچاوە:

almostshar