https://www.doi.org/10.31918/twejer.2142.13

e-ISSN (2617-0752)   p-ISSN (2617-0744)

پێوانەی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار

توێژینەوەیەکی مەیدانییە لە قوتابخانەکانی پەروەردەی سۆران

د. بارزان کمال حسن

زانکۆی سۆران فاکەڵتی ئاداب

barzan.hasan@soran.edu.iq

ڕەفیق سالح أحمد

توێژەری دەروونی

rsa215@psy.soran.edu.iq

پوختە:

ئامانجی سەرەکیی ئەم توێژینەوەیە، پێوانەکردنی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکارە بە گشتی، بەپێی گۆڕاوی ڕەگەز، گۆڕاوی قەبارەی خێزان و گۆڕاوی باری ئابووری. توێژەران میتۆدی (وەسفی چەندێتی)یان بەکارهێناوە. کۆمەڵگەی ئەم توێژینەوەیە چەند قوتابخانەیەکی حکومی و ناحکومیی پەروەردەی سۆران، نموونەی توێژینەوەکە پێکهاتووە لە (٢٥٠) قوتابی، کە بە شێوەیەکی هەڕەمەکیی مەبەستدار هەڵبژێردراون (١٢٥) قوتابی لە ڕەگەزی نێر و (١٢٥) قوتابی لە ڕەگەزی مێ، دوای ئەوەی داتاکان داخلی بەرنامەی پێشکەوتووی ئاماری SPSS کران، ئامانجەکان دەریانخست، قوتابییانی هەرزەکار بە گشتی ڕەفتاری خودشێوێنیان هەیە، هەروەها ڕەگەزی مێ زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە ڕەگەزی نێر، و قوتابییانی هەرزەکار لە خێزانی گەورە کەمتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە خێزانی بچووک، هەروەها ئەو هەرزەکارانەی باری ئابوورییان باشە زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە وانەی باری ئابوورییان خراپە.

وشە کلیلییەکان: ڕەفتار، ڕەفتاری خودشێوێن، هەرزەکار

پێوانەی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار

توێژینەوەیەکی مەیدانییە لە قوتابخانەکانی پەروەردەی سۆران

بەشی یەکەم

تەوەرەی یەکەم/ چوارچێوەی گشتیی توێژینەوە

پێشەکی

ڕەفتاری خودشێوێن یەکێکە لەو گرفتانەی کە هەموو مرۆڤێک بە گشتی و هەرزەکاران و گەنجان بە تایبەتی ڕووبەڕووی دەبنەوە، کە دەبێتە هۆی زیانگەیاندن بە خودی خۆی کە ئەنجامی نەرێنی دەبێت، زۆرجار ئەگەری خۆکوشتنیشی لێدەکەوێتەوە، توێژەران وا تێبینی دەکەن ئەم گرفتە لە کۆمەڵگەدا زیاتر لە قۆناغی هەرزەکاری بەدەردەکەوێت.

ئەم توێژینەوەیە لە چوار بەش پێکهاتووە لە بەشی یەکەم- تەوەرەی یەکەم باس لە کێشە و گرنگی و ئامانج و سنووری توێژینەوەکە کراوە، هەروەها لە تەوەرەی دووەمدا پێناسەی چەمک و زاراوەکان ڕوونکراوەتەوە، لە بەشی دووەم- تەوەرەی یەکەمدا چوارچێوەی تیۆریی توێژینەوەکە خراوەتەڕوو، کە باسی چەمک و جۆر و هۆکار و نیشانە و چارەسەری ڕەفتاری خودشێوێن کراوە، لە تەوەرەی دووەمدا توێژینەوەکانی پێشوو باسکراون، هەروەها لە بەشی سێیەمدا میتۆد و نموونەی توێژینەوە و کۆمەڵگە و ئامرازەکانی توێژینەوە و کەرەستە ئامارییەکان و کۆکردنەوەی داتاکان خراونەتەڕوو. لە بەشی چوارەمیشدا، بە شێوەیەکی پراکتیکی ڕێژەی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار ڕوونکراوەتەوە، بەپێی چەند گۆڕاوێک وەکو باری ئابووری و قەبارەی خێزان و ڕەگەز، لەگەڵ خستنەڕووی ئامانجەکان و

گفتوگۆکردنیان و بەراوردکردنیان بە توێژینەوەکانی پێشوو، دواتریش چەند ڕاسپاردە و پێشنیازێک خراونەتەڕوو، لە کۆتاییشدا ئاماژە بە لیستی سەرچاوکان کراوە.

کێشەی توێژینەوە

دوای چاودێریکردن و تێبینیکردن بۆ قوتابییانی هەرزەکار کە توێژێکی کۆمەڵگەن، توێژەران تێبینی کێشەیەکی فەرامۆشکراویان لە نێو کۆمەڵگەدا کردووە، کە بە پێویست زانراوە بایەخی پێبدرێت و توێژینەوەی لە بارەوە بکرێت، کە ڕەفتاری خودشێوێنە. ڕەفتاری خودشێوێن بە شێوەیەکی سەرەکی کێشەکانی تەندروستی دەگرێتەوە، کە بەرەنگاربوونەوەیەکی سەرەکییە بۆ فەراهەمکردنی ئارامی لە بارێکی لەناکاودا. (McAlister, 2009, p121)

ڕەفتاری خودشێوێن هەڕەشە لە ژیان و تەندروستیی کەسەکە دەکات و لە سوودوەرگرتن لە بەرنامە پەروەردەیی و ڕێکارییەکان بێبەشی دەکات، کە بۆی داندراوە، هەربۆیەش چەندین پسپۆڕی دەروونی گرنگییەکی زۆر بە گەشەپێدانی ڕێگاکانی چارەسەرکردن دەدەن بە مەبەستی کەمکردنەوەی یان سنووردارکردنی. (شاهین،٢٠١٧،ل ٥١٦) ڕەفتاری خودشێوێن لە ماوەی هەرزەکاریدا یەکێک یان زیاتر لەمانە دەگرێتەوە وەکو دوورکەوتنەوە لە ماڵەوە و هەبوونی خواستی ئازاردانی خود، هەوڵی خۆکوشتنیش دەبێتە سەرەتایەک و ئەگەری بەرزبوونەوەشی دەبێت، نەهامەتی و سەختییەکانی ماوەکە بە گۆڕانێکی بەرچاو لە گەشەی دەروونی و کۆمەڵایەتی دەگونجێنێ. (Janovska,2017,p1) هەروەها دوورکەوتنەوە لە ماڵەوە و هەوڵی خۆکوشتن ڕەفتاری زۆر مەترسیدارن بۆ سەلامەتی و تەندروستیی تاک، کە لە ڕەفتاری خودشێوێندا ئەنجامی توندی لێدەکەوێتەوە. (Kokkevi,2004,p692)

توێژینەوەکان پێشنیازی ئەوەیان کردووە، ئەوانەی ڕەفتاری خودشێوێنیان هەبووە لە نێوانیشیاندا پێشێلکاریی سێکسی و کێشەکانی ژینگەی ناو ماڵ و فەرامۆشکردنیان و لە دەستدانی گرنگی لای کەسانی تر و بریندارکردنی جەستەی خود و پێویستییان بە چاودێریی پزیشکی هەیە. بە ڕێژەی30% یان زیاتر، ئەو کەسانەی خۆیان دەکوژن بەڵگەیەکی مێژووی پزیشکییان هەیە کە ڕەفتاری خودشێوێنیان هەبووە. (Lundgren,2009,p2) توێژەران هەوڵدەدەن بزانن قوتابییانی هەرزەکار تا چەند ڕەفتاری خودشێوێن ئەنجامدەدەن. لە چ ئاستێکیشدایە؟ لە کام ڕەگەز ڕێژەی بەرزترە؟ ئایا باری ئابووری تا چەند کار دەکاتە سەر ئەنجامدانی ڕەفتاری خودشێوێن؟ ئایا جیاوازی بەڵگەداری ئاماری هەیە؟ ئایا ئەو هەرزەکارانەی لە خێزانی بچووک دەژین زیاتر ئەم ڕەفتارە ئەنجامدەدەن یان خێزانی گەورە؟

گرنگیی توێژینەوە

هەر توێژینەوەیەک خزمەت بە زانست بگەینێت گرنگیی خۆی بۆ خودی توێژەر و سامپلەکانی توێژینەوە و سەرجەم تاکەکانی کۆمەڵگە هەیە. ئەم توێژینەوەیەش گرنگیی خۆی لە بواری دەروونزانی بە گشتی و دەروونددروستی بە تایبەتی هەیە. دەتوانین بایەخی ئەم توێژینەوەیە لە دوو لەلایەن دەستنیشانبکەین:

یەکەم: لایەنی تیۆری

١. گرنگیی توێژینەوە لە ڕەفتاری خودشێوێن لەوەدایە، کە توێژەران هەوڵدەدەن تیشکبخەنەسەر سروشتی کێشەکانی ڕەفتاری خودشێوێن و هۆکارەکانی پشت کێشەکە و باگراوندی کێشەکە، بە پشتبەستن بە بەڵگەی زانستی.

٢. له ژێر ڕۆشنایی دەقە زانستییەکان چەندین چارەسەری گونجاو خراونەتەڕوو کە دەبێتە جێگای بایەخ و تێڕامانی کەسانی زانستخواز و خوێنەران.
٣. ئەم توێژینەوەیە دەبێتە سەرچاوەیەکی گرنگی زانستی بۆ ناوەندە ئەکادیمی و کتێبخانە کوردییەکان بە گشتی و زانکۆی سۆران بە تایبەتی، چونکە بۆ جاری یەکەمە بە زمانی کوردی توێژینەوەیەک لە بارەی ڕەفتاری خودشێوێن لە زانکۆی سۆران ئەنجامدەدرێت.

دووەم: لایەنی پراکتیکی

١. گرنگیی ئەم توێژینەوەیە لە لایەنی مەیدانی، دەرخستنی چەند پرسیارێکە بە شێوەیەکی زانستی و پراکتیکی، بە داتا و ئاماری سەلمێندراو، کە داتا و زانیارییە پراکتیکییەکانی ئەم توێژینەوەیە دەبنە ئامرازێکی گرنگ بۆ توێژەران و نموونەی توێژینەوە.
٢. هەروەها بۆ دەستنیشانکردنی گرفتەکە و خستنەڕووی چارەسەری پێویست و دەتوانرێت سوود لە ڕاسپاردە و پێشنیازەکانی وەربگیرێت، بۆ بەرچاوڕوونیی زیاتر.

ئامانجی توێژینەوە

١. زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار بە گشتی.
٢. زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار بە پێی گۆڕاوی ڕەگەز (نێر-مێ).

٣. زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار بە پێی گۆڕاوی باری ئابووری (خراپ – ناوەند – باش).
٤. زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار بە پێی گۆڕاوی قەبارەی خێزان (خێزانی گەورە- خێزانی بچووک)

سنووری توێژینەوە

سنووری کاتی: ٢٠١٩/٩/١٥ - ٢٠٢٠/١/٥

سنووری مرۆیی: قوتابییانی قوتابخانەی کوڕەکی ناحکومی، قوتابخانەی دوارۆژی ناحکومی، قوتابخانەی سۆرانی نموونەیی، قوتابخانەی بارزانی تێکەڵاو، قوتابخانەی دواناوەندیی دیلزیانی تێکەڵاو.

سنووری جوگرافی: بەڕێوەبەرایەتیی پەروەردەی سۆران.

تەوەرەی دووەم

پێناسەکردنی چەمک و زاراوەکان

لەم تەوەرەیەدا پێناسەکردنی هەریەک لە چەمکەکانی ڕەفتاری خودشێوێن و هەرزەکار بەپێی بۆچوونی چەند پسپۆڕێک بەم شێوەیەی خوارەوە دەخەینەڕوو:-

ڕەفتاری خودشێوێن

١) Blumer(2004) : ڕەفتاری خودشێوێن لە ڕووی کۆمەڵایەتی و زانستی و سۆزداری و جەستەیی، هەرزەکاران دەخاتە ترسێکی گەورەوە، لە ڕەفتارەکەدا بە شێوەیەکی تایبەت لە ڕووی تێکچوونی

خودی کەسەکە و خواردنی ناڕێک و هەڵچوون و خراپ بەکارهێنانی ماددە هۆشبەرەکان (Blumer,2004.p37).

٢) (Lundgren,2009): بریتییە لە ڕەفتارێکی بە ئەنقەست کە بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ یاخود ناڕاستەوخۆ هەوڵدانە بۆ ڕووخاندنی خود و گۆڕینی خانەکانی جەستە، بەبێ ئەوەی مەبەستی خۆکوشتن بێت. (Lundgren,2009,p2)

٣) (Nock, 2010): بریتییە لە کۆمەڵە ڕەفتارێکی نائاسایی کە وا لە تاک دەکات جەستە و دەروونی خۆی برینداربکات، یاخود زیانی پێبگەیێنێ، ئەو ڕەفتارە ترسناک و نائاسایانە کە زیان بە خودی خۆی دەگەیێنێ. (Nock, 2010, p340)

پێناسەی تیۆری ڕەفتاری خودشێوێن: بریتییە لە ڕەفتارێکی بێئاگا یاخود بە ئەنقەست و هەڵەشە کە بتوانێ خۆی پێ ئازاربدات لە لایەنی دەروونی یاخود جەستەیی.

پێناسەی پراکتیکیی ڕەفتاری خودشێوێن: بریتییە لە کۆی ئەو نمرانەی کە قوتابییانی هەرزەکار بەدەستیدێنن لە ئەنجامی وەڵامدانەوەی بڕگەکانی پێوەری ڕەفتاری خودشێوێن.

هەرزەکار

١) (2014) Kakked, Tvivedi, Raichandani: هەرزەکاری لە تەمەنی (١٠) ساڵی دەستپێدەگات تاوەکو (١٩) ساڵی کە ماوەیەکی زەمەنی دیاریکراوە، هەرزەکار لەو قۆناغەدا تووشی چەندین کێشەی دەروونی دەبێت لە ماوەی پێگەیشتنیدا بەسەری زاڵدەبن لەو قۆناغەدا

ئەگەر چاودێر و کۆنترۆڵ نەکرێت. (Kakked, Tvivedi, Raichandani,2014,p1).

٢) حمداوی، بواعوش (٢٠١٨): هەرزەکاری بریتییە لە تەمەنی تێپەڕبوون و گواستنەوەی قۆناغی منداڵی بۆ پێگەیشتن و گەورەبوون کە تیایدا گرنگی دەدات بە خۆی وئاوێنە و جەستەی بە شێوەیەکی یەکسان و هەرزەکاری سێ لایەن لە خۆدەگرێت: لایەنی بایلۆژی، لایەنی جەستەیی و لایەنی دەروونی. (حمداوی، بولحوش،٢٠١٨،ل٨)

بەشی دووەم

تەوەرەی یەکەم / چوارچێوەی تیۆریی توێژینەوە

چەمکی ڕەفتاری خودشێوێن، السلوک التدمیر الذاتي، Self-destructive behavior:

ڕەفتاری خودشێوێن ئاماژە بۆ ڕێژەیەکی بەرفراوانی خۆئازاردان دەدات، کە بە ڕێژەیەکی بەرز تەمەنی هەرزەکاری دەگرێتەوە، شیکارە گریمانە کۆنەکان، لە گریمانەیەکدا ئاماژەیان بەوە کردووە، کەوا ڕەفتاری خودشێوێن دەگەڕێتەوە بۆ لاساییکردنەوە و خۆئازاردانی خودی خۆی و هەستکردن بە نامۆیی و کەمتەرخەمی، هەروەها کاردانەوەی جیاوازیان لەگەڵ کەسانی دیکە هەیە، بەڵام شیکردنەوە دەروونییەکان بەم دوایانە ئەوەیان دەرخست کە ڕەفتاری خۆکوشتن و خۆبریندارکردن و کەمتەرخەمی پەیوەندی بە ڕەفتاری خودشێوێن هەیە کە لەسەر چەندین هەرزەکاردا سەلمێندراوە بە دیارکراوی شێوازەکانی ڕەفتاری خودشێوین زاڵە بە ڕێژەیەکی زۆر لەناو هەرزەکاراندا لە دواخستن و خۆڕێکخستنەوەی ڕەفتاریان کە ئەمانەش دەبنە هۆی کێشەی دەروونی. (Kerig,2017, p1)

ڕەفتاری خودشێوێن ڕێبازێکی ناڕاست و بڕیاردانی هەڵەیە بۆ ڕووداوەکانی ژیان لە ژینگەی کۆمەڵایەتیدا کە لە ئەنجامدا تاک بەرەنگاری ئامانجی نێگەتیڤ دەکاتەوە. زاراوەیەکە ئاماژە بە پاڵنەرە ناوەکییەکانی تاک و کۆمەڵ دەکات بۆ سووربوونیان لە ئەنجامدانی ئەو ڕەفتارانەی ئارەزووی دەکەن و دەبنە هۆی زیانگەیاندن بە خودی خۆیان. (Thompson, 2014,p2) ڕەفتار بە گشتی لە ڕەفتاری خودشێوێن بۆ دوو کۆمەڵە جیادەکرێتەوە؛ کۆمەڵەی یەکەم سووردەبێت لەسەر خۆکوشتن و هەوڵی خۆکوشتنیش دەدات بۆ ئازاردانی ڕەفتار و بیرکردنەوەکانی. هەروەها کۆمەڵەی دووەم سوورنابێت لەسەر خۆکوشتن و خودئازاردان، خۆکوشتن ڕەتدەکاتەوە، ڕەفتاری تر ئەنجامدەدات، وەکو بریندارکردنی خود و خواردنی ناڕێک و زیاد خواردنی دەرمانی پزیشکی و نینۆک قرچاندن... هتد. (Nock, 2010,p341) بایەخدان بەو کەسانەی پێویستی بە تێگەیشتنی قووڵ و زانیارییە لەسەر هۆکار و ئەنجامەکانی ڕەفتاری خودشێوێن، هەروەها پێویستی بە تێڕامانی دەروونی و جەستەییە کە پێویستە بۆ ئاگاداربوونیان. (Wolde,2014,p12)

ڕەفتاری خودشێوێن لە ئەنجامی کەمی گرنگی پێدان دروستدەبێت، هەروەها هەستکردن بە مەترسییەکانی زیانگەیاندن و کاردانەوەی ڕەفتاری مەترسیدار بێگوێدانە لایەنە خراپەکانی، کە ئەگەری ڕوودانیان دەبێت. بۆ نموونە هەندێک جۆریان مەترسی دەخەنە سەر مرۆڤ ئەگەر توندڕەوبێت و هەندێک لە ڕەفتارەکان دەبنە مەترسی بۆ سەر تەندروستی ئەگەر ماددە قەدەغەکراوەکان بەکاربهێنێت، یاخود بیانخوات، هەندێک ڕەفتاری تر دەکرێ مەترسیی دەستدرێژیی سێکسی لێ بکەوێتەوە یاخود تاوان ئەنجامبدات. (Sadeh & Baskin,2016,p1) ژمارەی تووشبوانی ڕەفتاری خودشێوێن لە ساڵی هەشتاکانەوە بە شێوەیەکی بەرچاو ڕوو لە زیادبوونە بە تایبەت لە وڵاتە پێشکەوتووەکان. ڕێژەیەکی زۆر لە ڕەفتاری خودشێوێن لەناو هەرزەکاران و لاواندایە کە نزیکەی 13% بۆ 45% ی

هەرزەکاران و لە 4% ی توێژی تازە پێگەیشتووان تووشی ڕەفتاری خودشێوێنی بوون لە هەندێ لە ساتەکانی ژیانیاندا. (Nock,2010,p345)

ئەوانەی لاشەی خۆیان دەشێوێنن لە ئەوروپا لە وڵاتێکەوە بۆ وڵاتێکی تر جیاوازە، بۆ نموونە لە هۆڵەندا 4.1% و لە ئێرلەندا 9.1% و لە بەلجیکا 10.4% و لە ئەڵمانیا 10.9% و لە نەرویج و فینلەنداش 12.5% ڕاپۆرتەکانیش وا دەریدەخەن خودشێوێنی جەستەش ئەوەی کە بە شێوەی باو و دیار بەرچاودەکەوێ لەم سەردەمەدا ڕێژەکەی 11.5%. (Rissanen,2011,p577) دەربڕین و لێکدانەوە لە خودشێوێن بە شێوەی زارەکی لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر جیاوازە، هەروەها لە نێوان هەردوو ڕەگەز پیاو و ئافرەت جیاوازە، پیاوان زۆر لە ڕێگاکانی خودشێوێنی بەکاردێنن وەک خراپ بەکارهێنانی ناوەڕۆک و وشەکان بۆ کپکردنەوە و کەمکردنەوەی هەستە ئازاربەخشەکانیان، بەڵام ئافرەتان ڕێگای تر بەکاردێنن وەکو بڕینی پرچ و خواردنی دەرمان. هەروەها دەستدرێژیی سێکسی کردنە سەر ڕەگەزی نێر دەبێتە هۆی ئەوەی تووشی ڕەفتاری خودشێوێنی ببنەوە وەک خودشێوینی جەستەیی یان خۆکوشتن. (Valente ,2005,p12)

جۆرەکانی ڕەفتاری خودشێوێن Types of self destructive behavior

ڕەفتاری خودشێوێن چەندین جۆری هەیە لێرەدا باس لە گرنگترین و دیارترین جۆرەکانیان دەکەن:-

١) **ئازاردانی جەستە Self-harm**: ئەو جۆرە ڕەفتارە لە زۆربەی بارودۆخە ناخۆش و خراپەکاندا ڕوودەدات، ڕەنگە ببێتە هۆی خۆکوشتن یاخود تەنیا ئازاردانێکی جەستەیی کەم بێت، ئەو ڕەفتارە

کاتێک دروست دەبێت، کەسێک کاردانەوەیەکی خراپی ڕووبەڕوو دەبێتەوە یاخود تووشی نەخۆشییەک دەبێت لە بارودۆخێکی ناجێگیردا. (Ranzcp,2009,p5)

٢) **خۆکوشتن Suicide** : بە یەکێک لە مەترسیدارترین جۆرەکانی ڕەفتاری خودشێوێن دادەنرێت، کە بیرکردنەوەیە لە خۆکوشتن هەروەها پلاندانان و هەوڵدان بۆی. ئەم جۆرەی خۆکوشتنە، زۆرجار پەیوەندی بە خۆکوشتنی ڕاستەقینەوە نییە، چونکە بە زۆری گەنجان سەرکەوتوو نابن لە هەوڵدانی تەواو لە خۆکوشتندا. (Kerig,2017,p1)

٣) **خواردنی ناتەندروست Unhealthy eating**: ئەم جۆرەیان لە ڕەفتاری خودشێوێندا کەسەکە خواردنی گەلەک زۆرە یان خواردنی زۆر کەمە، کە دەبێتە هۆی نارێکی لە خواردندا وەکو نەمانی ئارەزووی خواردن یانیش بە پێچەوانەوە برسیبوونی لە ڕادەبەدەر، سەرەڕای کاریگەریی خراپی بۆ سەر جەستەی کەسەکە بە هەمان شێوەش دەبێتە هۆی کێشەی دەروونی وەکو نائارامی.

٤) **خۆتێکدان Self-sabotage** : ئەم جۆرەیان لە خۆتێکدان یان خۆوێرانکردن دروستدەبێت، کاتێک کەسێک هەر لە سەرەتای ژیانەوە خۆی دەڕووخێنێ و هیچ بەهایەک بۆ کەسایەتیی خۆی دانانێت، لە هەمانکاتدا ڕەنگە هەست نەکات شایەنی شتی باش بێت یاخود بارودۆخێکی پۆزەتیڤ لە ژیانیدا دروستبکات، خۆتێکدان دەبێتە هۆی لەدەستدانی پەیوەندییەکان و کار هەروەها دەرفەتەکانی تر کە. (Nollan,2019)

٥) **دەرمان Drug** : یەکێکی تر لە جۆرەکانی ڕەفتاری خودشێوێن زیاد بەکارهێنانی ئەو دەرمانانەیە کە کار لە دەروونی تاک دەکەن، دەبنە هۆی ڕەفتاری خودشێوێن و ئالۆدەبوون پێیانەوە بە یەکێک لە نیشانەکانی لەناوبردنی خود دادەنرێت. لەلایەکی ترەوە، بەکارهێنانی ئەو جۆرە دەرمانانە چەندین کاریگەریی نەرێنی لەسەر دەروونی تاک دروستدەکەن. Tsirigotis & Gruszczynski & Maniecka, (2015,p119)

٦) **ڕەفتاری شەڕانی Aggression** : ڕەفتاری شەڕانی جۆرێکی ترە لە ڕەفتارەکانیی خودشێوێن، کە تاک لەم جۆرەیاندا هەست بە تاوان دەکات یاخود بە ئامانجی قەرەبووکرنەوەی پێداویستییەکی ڕەفتاری شەڕانگێزی ئەنجامدەدات، زۆربەی جاریش لە ئەنجام کەمی گرنگیپێدانەوەیە لەلایەن خێزان و کۆمەڵگە (Robert & Yates,2016,p521) چەند جۆرێکی تر لە ڕەفتاری خودشێوێن هەن لەوانە: شەڕانگێزی و خواردنەوە کحولییەکان و قومارکردن و سێکسی و کەمتەرخەمی... هتد.

هۆکارەکانی ڕەفتاری خودشێوێن Causes of self destructive behavior :-

هۆکارەکانی ڕەفتاری خودشێوێن تەواوی لایەنەکانی ژیان دەگرێتەوە، وەکو هاوڕێکان و خێزان و پەیوەندیی خۆشەویستی و پیشە و خواردن و چەندانی تر. زۆرێک لە ڕەفتارەکانی خودشێوێن هۆکارەکەی چێژوەرگرتنە، لە وانەیە کەسێک دەستبکات بە دەرمان خواردن یاخود خواردنەوەی زۆر بۆ ئەوەی بتوانێت هەست بە باشی بکات و چێژی لێ ببینێ ئەگەر بۆ ماوەیەکی کەمیش بێت. هەروەها هەموو ڕەفتارێکی

خودشێوێنی چێژبەخش نین، بۆ نموونە ئەوانەی زاڵنابن بەسەر تورەیی خۆیان و کۆمەڵێک بەرپرسیاریەتییان لە ئەستۆدایە وەک ئەرک و فەرمان و پەیوەندی و ئەمن و ئاسایش وادەبینن کە ئەمانە هۆکارێکن بۆ ئەوەی زیان بە خۆشگوزەرانییان بگەیەنێت ئەمەش دەبێتە هۆکارێک کە واز لە ڕەفتاری خودشێوینی نەهێنن. (Nollan,2019)

هۆکارێکی تر ئەوانەی کە هەندێک خووی ناتەندروستیان هەیە و بە درێژاییی ژیانیان ڕووبەڕووی هەندێ کێشە دەبنەوە لە کاتی بە هاناوەچوونیان هەست بە دڵخۆشی ناکەن، هەمیشە وا بیردەکەنەوە کە ناخۆشییەکانیان بەهۆی جەنجاڵی و قورسییەکانی ژیان ڕوودەدات، ئەوە لاوازیی خودی نییە یاخود حەزێکی ڕووکەشی لای هەندێک کەس ئەوە پێویستییەکی گشتییە و بە زۆری لێرەدا هۆکارەکەی ڕوون نییە یاخود مەبەستی دیار نییە لە ئەنجامدانی ڕەفتاری خودشێوێن. (Yeong & Shuen & Kim ,2017,p38)هەروەکو چۆن ڕەفتاری خودشێوین هەمەجۆرە، کەواتە دەکرێت خودشێوێنی تایبەتمەندبێت بە هەندێک جۆری تاقیکردنەوە، وەکو دڵتەزێنی بۆ نموونە مردنی کەسێکی نزیک، یاخود جیابوونەوە لە کەسێکی خۆشەویست، کارەساتی دڵتەزێن دەکرێت ببێتە هۆکارێک کە خەڵک تووش بکات بە تێکدانی تەندروستی کەسەکە بە بەکارهێنانی دەرمان و کحول و جگەرەکێشان کە وا لە کەسەکە بکات هەستێکی باشی پێ ببەخشێ، یاخود سڕی بکات و دوورکەێتەوە لە ئازارە هەستییەکانی. هۆکارێکی تر لە ڕەفتاری خودشێوێن دەکرێ بیبەستینەوە بە بەهای خودی هەستیی کەسانێک کە ڕووخابێتن وەکو ئەوەی کەسێک کردەوەیەکی ناشیرینی بەرانبەر کرابێت، بۆ نموونە جنێوی پێدرابێت، ئەمەش زیاتر لای هەرزەکاران و گەنجان بەدیاردەکەوێت، هەروەها زۆر لە کەسە پێگەیشتووەکان کە ڕەفتاری خودشێوێن داگیریکردوون زیاد لە مێژوویەکیان هەیە کە کارەساتێک لە منداڵی ڕووی دابێت و لە هەرزەکاری بەدیارکەوتبێت وەکو فیسۆلۆژیی جەستەی کەسەکە یاخود

گرنگیپێنەدانی باوان. (Puskar,2019) هۆکارێکی تر لە ڕەفتاری خودشێوین هۆگربوونی باوەڕپێنەکراوە کە دەبێتە هۆی خۆتێکشاندن و خۆکوشتن، (ئادەم و شیلدۆن و کیلیر) پێشنیازیان کرد کەوا بەهۆی هۆگربوونی باوەڕپێنەکراو ڕێژەی خۆکوشتن بەرزدەبێتەوە هۆگربوونی باوەڕپێنەکراو دەبێتە هۆی ئەوەی هەرزەکاران ڕەفتاری خودشێوێن بە خوویەکی نەرێنی بنیادبنێن ، ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی ڕێزلەخۆگرتن کەم بێت و بێ هیوا ببێ، ئەمەش وا دەکات هەستەکان بەزەحمەت ڕێکبخرێن و پەیوەندی کردن بە کەسانی تر کەم بێتەوە ئەمەش دەبێتە هۆی ڕەفتاری خودشێوێنی. (Sadeh & Baskin,2016,p3)

لێرەدا بە گرنگی دەزانین جیا لەم هۆکارانەی سەرەوە بە جیاواز باس لە هۆکارەکانی خێزان بکەین، چونکە هۆکارێکی گرنگ و سەرەکییە بۆ تووشبوونی هەرزەکار بە ڕەفتاری خودشێوێن، چونکە کاتێک تاک پەنا دەباتە بەر ڕەفتاری خودشێوێن لەوانەیە پەیوەندی هەبێت، بەو تێگەیشتنە خراپەی کە لەنێو خێزاندا هەیە، بە تایبەت ئەو دایک و باوکانەی کە پەیوەندیی سۆزداری و پشتگیریيان لەگەڵ منداڵەکانیان نییە، چونکە ئەو خێزانەی بایەخ بەمنداڵەکانیان دەدەن و پشتگیریی تەواویان دەکەن کەمتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبنەوە. هەروەها کۆنترۆڵنەکردنیش دەبێتە هۆی ئەنجامدانی ڕەفتاری خودشێوێنی، واتە چۆن منداڵ و هەرزەکار کۆنترۆڵبکەین و بەسەریاندا چاودێر و خەمخۆربین، ئەگەر هاتوو خێزان بە گشتی و دایک و باوک بە تایبەتی بە دووربن لەو جۆرە هەڵسوکەوت و چاودێرییە بەسەر منداڵ و هەرزەکاراندا ئەوا هەرزەکاران تووشی جۆرەها کێشە و گرفت و ناڕەحەتی دەبنەوە تاوەکو وایان لێدێت پەنا ببەنە بەر شەقام و کۆڵان و شوێنە نەشیاوەکان، بەمەش سەرەنجام تووشی پەنا بردنەبەر جگەرە و مادە هۆشبەرەکان و کحوڵ دەبن کە لە کۆتاییدا تووشی گۆشەگیری و خەمۆکی دێن و پەنا دەبەنە بەر خۆفەوتاندن، کە ئەمەش هەندێکجار کاریگەریی کۆمەڵگەی بەسەرەوەیە تا

وایان لێدێت تەنانەت بیر لە خۆکوشتنیش بکەنەوە. (Randell, 2006,p78)

هەروەها توێژینەوەیەک کە لەسەر هەرزەکارانی تەمەن ١٢ بۆ ١٣ساڵی کراوە بە شێوەیەکی سەرەکی جەخت لەسەر ئەوە دەکاتەوە کە هۆکاری ڕەفتاری خودشێوێن لای هەرزەکار گوێپێنەدانە پێیان و وەکو پێویست بەدەم داواکاری و گیروگرفتەکانیانەوە ناچن، ئەمەش بۆ نەبوونی هۆشیاریی خێزانی دەگەڕێتەوە لە نێو کۆمەڵگە و تاکی خێزاندا واتە هۆشیاریی خێزانی لە بۆشاییەکی گەورەدایە و نەیتوانیوە ڕۆڵێکی کاریگەر و کارا و تەندروست ببینێت بۆ پەروەردەکردن و ڕێنمایی کردن و ئاراستەکردن، (Steinhausen,2004,p441) پشتگیریکردن بۆ گرنگیدان و وابەستەیی هەرزەکاران بە دایک و باوکیانەوە لە حاڵەتی تاکە کەسی کە خۆی جیادەکاتەوە لە قۆناغەکانی ژیان و بە پێچەوانەشەوە نەبوونی شێوازەکانی ناسەقامگیری و ئاسایش و ئارامی لەناو خێزاندا کە هەرزەکار خۆی پێ دەبەستێتەوە، هەروەها نیشانەکانی ڕاڕایی و گۆشەگیری بە تایبەت پەیوەندی بە ناسەقامگیری و سۆزداریی دایک و باوکەوە هەیە، کە ئەم دیاردەیەش کاریگەریی نەرێنی لەسەر هەرزەکاردا بەجێدێڵن و لە ئەنجامدا پەنا دەبەنە بەر ڕەفتاری خودشێوێن. (Cruz,2013,p274)

نیشانەکانی ڕەفتاری خودشێوێن Symptoms of self destructive behavior:-

نیشانەکانی ڕەفتاری خودشێوێن ئازاردانی جەستەیی و دەروونی دەگرێتەوە، ئەو ڕەفتارە خودشێوێنییانەی نیشانەکانیان جەستەین، وەکو برین و دەستکاریکردنی برینەکانی جەستە و لێدان لە ئەندامەکانی جەستەی خۆت و پرچ ڕاکێشان و زۆر لە خۆکردن و قومارکردن و زۆر خواردن و دەرمان و بەکارهێنانی مادده بێهۆشکەرەکان و جگەرەکێشانی

زۆر و سێکیس کردنی زۆر. هەروەها ئەو ڕەفتارانەی کە دەبنە هۆی ئازاردانی دەروونی، وەکو هەستکردن بە نائارامی و هەبوونی پەستان و ڕووگرژی و ئارەزووی بەدەستهێنانی چێژی سێکسیی زۆر و فەرامۆشکردن لە لایەن کەسانی تر، نەبوونی پارە و خەرجی بۆ پێداویستییەکان و خەمۆکی و هەڵنەگرتنی بەرپرسیاریەتی و ڕێگەدان بە کەسانی تر تا خراپ لەگەڵت بجوڵێنەوە. (Griffin,2019)

دەرکەوتنی ئەو نیشانانە دیارکەرێکی بەهێزن بۆ ڕەفتاری خودشێوێن بە تایبەتی نیشانەکانی خەمۆکی و نائارامی (Hetrick,2012,p16). هەروەها بێهیوایی و ڕێزنەگرتن لە خۆی نیشانەیەک دەبن، کە بە شێوەیەکی خراپ مامەڵە لەگەڵ خۆیدا بکات کە بێڕێزیکردن بەرانبەر خۆتە، وا دەناسرێت کە هۆکارێک بێت کە تاک نەتوانێت گونجان دروستبکات، سەرەڕای ئەوەش بێڕێزیکردن لەناو هەرزەکار و گەنجان دەکرێ کاریگەریی خێزان بێت یانیش کەمیی گرنگی پێدانی لەلایەن خێزانەوە، هەروەها جیاوازیش هەیە لە نێوان هەردوو ڕەگەزدا، ئافرەتان زیاتر لە پیاوان حەزیان بە دەرخستنی نیشانەکانی ڕەفتاری خودشێوێن هەیە بە تایبەتی نیشانەی خەمۆکی، (Cruz,2013,p275) نیشانەیەکی تر لە ڕەفتاری خودشێوێن کەسەکە خاوەنی سۆز و عاتیفەیەکی زۆرە و هەستیارە بە شتەکان، چونکە کاتێک هەست بە سەرزەنشتکردنی زۆر دەکات یاخود کەمتەرخەمیی کەسانی بەرانبەر ئەوا ڕەفتاری خودشێوێن ئەنجامدەدات بە تایبەتی دوورکەوتنەوە لە ماڵەوە و دەوروبەری. (Quist,2019)

تیۆری دەروونشیکاری/ سیگمۆند فرۆید Theory psychoanalysis/ Sigmund freud(1856-1939) :-

بەگوێرەی بیردۆزی فرۆید خودشیۆیێنی وا لە مرۆڤ دەکات بگاتە ئەو پەڕی بێهیوایی و خۆکوشتن، ئەم پڕۆسەیەش ڕەگ و ڕیشە دادەکوتێ و دەبێتە نەخۆشیی خەمۆکی. ئەم جۆرە لە نەخۆشیی خەمۆکی وا لە مرۆڤ دەکات دوو هەستی (ڕق و خۆشەویستی) دژ بەیەکی هەبێت، لە هەمان کاتدا لەو پەیوەندییەی هەیبووە بەرانبەر ئەو کەسە نزیکەی لەدەستیداوە، ئەو ڕقەش کە هەیەتی بەرانبەر ئەو کەسەی کە لەدەستیچووە کاریگەری لە ناخی مرۆڤەکە دەکات وای لێدەکات ببێتە شێوازێک لە ئازاردانی خۆی. هەروەها فرۆید پێیوایە ویژدان و هەستی مرۆڤ بە بێئاگایانە ئازاری خۆی بدات بە هەستکردن بە تاوان و هاندانی خودی کەسەکە بۆ مردن. ئاواتخواستن بە مردن، بیردۆز و بیروباوەڕی فرۆید لەسەر ئەوەیە کە ڕەفتاری ئاواتخواستن بە مردن ڕەنگدانەوەی لەسەر ئەوانەیە کە ڕەفتاری خودشێوێنیان هەیە وەکو هەستکردن بە تاوانباری و خۆکوشتن و ڕەشبینی و خەمباری. واتە لەزەتوەرگرتن لە خەمباریی خۆت لەزەتوەرگرتن لە ئازاری کەسانی تر. ئەم جۆرە هەستانە هەمیشە نوێ دەبنەوە لە ڕێی هێزی هاندانەوە لەلایەن خودی ئەو کەسانە خۆیانەوە و کارکردن لەسەر هەمان ئەو ڕێچکە و ڕێککارانەی کە ئەمەش زۆر لێکردنە لە خودی کەسەکە خۆی کە بەردەوام دووبارە دەبێتەوە تا وای لێدێت لە هەموو ڕوویەکەوە وێرانبێ. (Orbach,2007, p266)

هەروەها فرۆید پێیوایە بەشە هەرە گرنگ و گەورەکەی پێکهاتەی کەسایەتی ئەو بەشە نەبیندراوەیە کە لە ژێرەوەیە ئەویش نەستە، کە شتە قووڵ و تاریکەکان دەگرێتە خۆی وەک: ڕەمەکەکان و حەز و ئارەزووەکان و خۆزگەکان کە ئەمانە ئاراستەی ڕەفتارمان دەکەن، سنووردارییشی دەکەن. پاڵنەری شەڕانگێزی تاک ناچاردەکات کاری خراپ

بکات له چەشنی کوشتن و بڕین و تێکدان. (مستەفا،٢٠١٩،ل٤٠-٤١)
تیۆرییە کەسییەکان شێوازێکی تازە بە ڕەفتاری خودشێوین دەدەن، کە بەشێکیان پێچەوانەی بیروبۆچوونەکانی فرۆیدن بۆ نموونە (ستۆلۆرۆStolorow) پێیوایە هەستی دژبەیەکی و ڕەفتاری خودشێوێن دەبێتە هۆی بەهێزبوون و پاڵپشتی و بەرزبوونەوەی بەهای کەسەکە بە شێوازێک کە هەستەکە بۆ ماوەیەک لە ژیانیدا بەردەوام بێت کە ئەزموونی ئازاردانی خۆت ببێتە یارمەتیدەر لە خۆبنیادنان لە جیاوازییە کەسییەکان. پێکەوە گونجاندنی هەستەکان و هەستکردن بە ژیان لە ڕێگەی ئەزموونی ئازاربەخشەوە، هەروەها (ساکستێدەرSacksteder) پێیوایە کە ڕەفتاری خودشێوێنی شێوازێکە لە شێوازەکانی پێناسە و ناسنامەی خودی خۆت بە شێوازێکی نەرێنی و پێیوایە پێناسەی نەرێنی لە خودی مرۆڤ خۆیدا گەلێک باشترە لەوەی مرۆڤ بێ پێناسە بێت یاخود هێشتا خۆی نەناسیبێ، هەروەها (مینینگێرMenninger) درێژە بە بیروباوەڕی فرۆید دەدات و دەڵێت: بە دڵنیاییەوە ئاواتخواستن بەوەی بکوژرێی مانای ڕازیبوونە بە مەرگ لە بەرانبەر هەستکردن بە تاوان، لە سێکسی ڕێگەپێنەدراو و هەستی دوژمنکاری نائاگایانە، ئاواتخواستن بە مردن واتە ئارەزوو دەکەیت بگەڕێیەوە ئەو جێگا هێمن و بێدەنگەی ناوسکی دایک. ئاواتخواستن بە مردن لە ڕێی هەندێ لەو چالاکییە خودشێوێنانە دێن کە دەچێتە قالبێک گەر خۆکوژیی ڕاستەوخۆ نین و تەنیا خۆخستە حاڵەتە ترسناکەکانە بۆ نموونە سەرکەوتن بەسەر چیادا یان پێشبڕکێی سەیارە هەندێک شتی تریش. (Orbach,2007, p267-268)

پڕۆسەکانی خۆئەشکەنجەدان کە ڕەشبینەکان پیادەی دەکەن و سەرچاوەی چێژە بۆیان، وەک ئەوەی لە نیرۆسی خۆسەپێندا دەبیندرێت ئاماژە بۆ خواستێکی سادە و ڕقلێبوونەوەیەک دەکات بە شێوەیەک ئاراستەکان بەرەو خود دەچن کە ڕێگای خۆئازاردان و سزادانی خود بەهۆی نەخۆشییەوە دەگرنەبەر. وەک دەبینین لە خۆیاندا گەشە بە

نەخۆشی دەدەن. پەیمان بە خۆشەویستییەک بۆ خود بردووە کە خۆشەویستییەکی زۆرە و لە ترس و مەرگدا دەبیندرێت ئەمەش بۆتە هۆی ڕەهاکردنی بڕێکی زۆر لە لیبیدۆی نارسیسی و بە ئەندازەیەک بەربڵاوە کە ناتوانین وێنای ئەوە بکەین ego چۆن دەبێتە پیلانگێڕ بۆ لەناوبردنی خۆی. (فرۆید،٢٠١٥،ل١١٥) گرنگیی تیۆرەی دەروونشیکاری بۆ ئەم توێژینەوەی ڕەفتاری خودشێوێن، لەوەدا خۆی دەبینێتەوە، کە فرۆید بە ڕوونی باس لە ڕەفتاری خودشێوێنی دەکات لە ڕێگای چەند چەمکێکەوە، وەکو ساناتۆس و ماسۆشیزم، کە باس لەو غەریزەیی مرۆڤ دەکات کە دەبێتە هۆی دروست بوونی مەیلی شەڕانگێزی و تاک مەرگدۆست بێت لە ژیانیدا، کە لە ئەنجامی ئەو هەستە نەرێنییانە تووشی چەند لادانێکی ڕەفتاری دەبێت و دەبێتە هۆی زیان گەیاندن بە خودی خۆی و کەسانی دەوروبەری، هەروەها فرۆید ئەمەش دەگەڕێنێتەوە بۆ کپکردنی هەموو ئەو حەز و ئارەزووانەی کە تاک ناتوانێت بە ئازادی دەریببڕێت، کە لە ئەنجامدا هەموو لە کۆگای نەستدا کۆدەبێتەوە و لە بارودۆخی گونجاو و هەڵکەوتە، بە شێوازێکی تر دەریدەبڕێت کە زیان بە خودی خۆی بگەیەنێ.

تەوەرەی دووەم

توێژینەوەکانی پێشوو

توێژینەوەی (Yeong & Shuen & Kim, 2017):

توێژەران لە ساڵی (2017) توێژینەوەیەکیان لە زانکۆی (Tunku Abdul Rahman) ئەنجام دا لە ژێر ناونیشانی (The risk factors of self destructive behaviors among Malaysian young adults) کە کۆمەڵگەی ئەم توێژینەوەیە (531) قوتابیی زانکۆ بوون لە مالیزیا، تەمەنیان لە نێوان 18 بۆ 25 ساڵیدا بوو، ئامانجی ئەم

توێژینەوەیە بریتییە لە هۆکارە مەترسییەکانی خۆکوشتن پەیوەندی بە ڕەفتاری خودشێوێن لەنێو گەنجەکانی مالیزیا، ئەنجامی ئەم توێژینەوەیە ئەوە دەردەخات کە خۆکوشتن پەیوەندی بە ڕەفتاری خودشێوێن هەیە هەروەها خەمۆکی و فشارە دەروونییەکان کاریگەریان لەسەر ڕەفتاری خودشێوێن هەیە، لەم توێژینەوەیە ئەوەشی دەرخست کە کێشی جەستەش هۆکارێکە بۆ ئەنجامدانی ڕەفتاری خودشێوێن، توێژەران پێشنیازی ئەوەیان کردووە کە مەترسییەکانی ڕەفتاری خودشێوێن لەنێو گەنجانی مالیزیا کێشەیەکی مەترسی و یەکجار گەورەیە (Yeong & Shuen & Kim ,2017,p37)

توێژینەوەی (Lee, 2010)

توێژینەوەیەک لە زانکۆی (Glasgow) ئەنجامدرا بە ناونیشانی (Self destructive behavior among Taiwanese young people) ئامانجی ئەم توێژینەوەیە بریتیبوو لە دۆزینەوەی هۆکارەکان و میکانیزمی کەسی ڕەفتاری خودشێوێن لە لای گەنجانی تایوان، ئەم توێژینەوەیە شێوازناسینێکی تێکەڵاوە لە هەردوو ڕووی چەندیەتی و چۆنیەتیی ڕێگاکانی توێژینەوە. لە ڕووی چەندیەتییەوە پێوانەی ڕاپرسییەکی کەسی ئەنجامدرا بۆ دۆزینەوەی کاریگەرییە تاکی و کۆمەڵایەتییەکان لەسەر ئەنجامدانی ڕەفتاری خودشێوێن لەنێو چینی گەنجان کە تەمەنیان لە 14 بۆ 18 ساڵیدا بوو، لە ڕووی چۆنیەتیشەوە 20 چاوپێکەوتن ئەنجامدراون بۆ دۆزینەوەی ڕەفتاری خودشێوێنی. ئەنجامەکان ئەوەیان دەرخست ڕەفتاری خودشێوێن لای ڕەگەزی مێ زیاترە و ئاسانتر ئازاری خۆیان دەدەن لە ڕەگەزی نێر، بەڵام هەوڵدان بۆ خۆکوشتن لە ڕەگەزی نێر لە بەرزبوونەوەدایە کە ئەمەش هۆکارەکەی کلتووری و کۆمەڵایەتییە و هۆکارە کەسییەکانیش دەگەڕێتەوە بۆ

تەندروستیی ئەقلیی گشتی و بیروباوەڕی کەسەکە دەربارەی مردن کە پەیوەندییان بە خودشێوێنەوە هەیە. (Lee, 2010, p2)

توێژینەوەی (Thomsen & Stander & McWhorter & Rabenhorst & Milner 2011)

توێژەران توێژینەوەیەکیان ئەنجامداوە لە زانکۆی (Nebraska) لە ساڵی 2011 بە ناونیشانی (Effects of combat deployment on risky and self-destructive behavior among active duty military personnel) ئەم توێژینەوەیە لەسەر کەسانی مەدەنی و کەسانی سەربازی ئەنجامدراوە، کە بە شێوەیەکی هەڕەمەکی هەڵبژێردراون. توێژینەوەکە چەند ئامانجێکی هەبوو کە ئەنجامەکان ئەوەیان دەرخست ڕەفتاری خودشێوێن لەنێو کەسانی مەدەنی زۆر باوترە لە کەسانی سەرباز و ڕەفتاری مەترسیدار وەک ئەوانەی ئاڵوودەی ماددەکان دەبن زیاتر لەناو کەسانی مەدەنین، لە هەمانکاتدا دەشێ ئەم ماددانە کار بکەنە سەر سەرباز. هەروەها توێژینەوەکە ئەمەشی دەرخست، کە شەڕانگێزی هۆکار و کاریگەرییەکی نەرێنی هەیە لەسەر دروستبوون، یان زیادبوونی ڕەفتاری خودشێوێن هەروەها ئەم ڕەفتاری خودشێوێنە پشتدەبەستێت بە مێژووی بڵاوبوونەوەی ڕەفتارەکە، هەروەها دەکرێ حەبە دەروونییەکانیش ببنە هۆکارێک بۆ دروستبوونی ڕەفتاری خودشێوێن. توێژینەوەکە ئەوەش دەڵێت کە ڕەفتارەکە لەو کاتەدا دروستدەبێت کە کەسەکە لە حاڵەتی خەمۆکی یان لەژێر فشار یاخود سێ جار زیاتر هەوڵی بۆ شتێک دابێت و پێی نەگەیشتبێت. (Thomsen & Stander & McWhorter & Rabenhorst & Milner,2011,p1321)

گرنگیی توێژینەوەکانی پێشوو بۆ ئەم توێژینەوەیە خۆی لەوە دەبینێتەوە کە پێشتر توێژینەوەیەکی هاوشێوە لە کۆمەڵگەی کوردیدا

نەکراوە و تاکی کوردی سەرپشک نەکراوە بۆ دیراسەکردن لە بابەتێکی گرنگ و باوی کۆمەڵگە کە ڕەفتاری خودشێوێنە، بە دڵنیاییەوە توێژینەوەکانی پێشوو دەبنە پاڵپشتییەکی گرنگ بۆ ئەم توێژینەوەیە بە مەبەستی پشتڕاستکردنەوەی ئەنجامەکان یاخود بەراوردکردنیان.

بەشی سێیەم

ڕێباز و میتۆدی توێژینەوە

میتۆدی توێژینەوە

میتۆد کۆمەڵێک تەکنیکی سیستماتیکە کە لە توێژینەوەکەدا بەکارهاتوون، ڕێبازێکە بۆ چۆنیەتیی ئەنجامدانی توێژینەوە و باس لە شیکردنەوەی میتۆد دەکات، ڕوونکردنەوەی پێشوەختەیە، پێشبینیکردنی ئەنجامەکانی پەیوەست بە تواناکان بۆ سنوورەکانی مەعریفە و کۆنترۆڵکردنیەتی (Lgwenagu,2016,p5) بۆ ئەنجامدانی ئەم توێژینەوەیە توێژەران پشتیان بە میتۆدی (وەسفی چەندیەتی) بەستووە، کە بە یەکێک لەو میتۆدانە دادەنرێت کە زیاتر لە میتۆدەکانی تر ورد و بڵاو و زانستیترە. دەکرێ لە گرنگترین میتۆدەکانی لێکۆڵینەوە بێت، چونکە داتای چەندی و ئاماری و ئامرازەکانی شیکردنەوەی ئاماری بۆ ڕوونکردنەوەی پرۆسەکان و دیاردە کۆمەڵایەتییەکانی ناو چوارچێوەی لێکۆڵینەوە و شیکردنەوەی تێدا بەکاردێن. (الحسن،٢٠٠٥،ل٦٠٨)

کۆمەڵگەی توێژینەوە

کۆمەڵگەی توێژینەوە بریتییە لە دانیشتووانی ناو چوارچێوەی توێژینەوە کە هەموو یەکەکانی کۆمەڵگە و ناوچەیەکی دیاریکراوی لەخۆگرتووە. بۆیە کۆمەڵگەی توێژینەوە چوارچێوەیەک دروستدەکات یاخود زۆرجار پێی دەگوترێت چوارچێوەی نموونەیی. (خمیدی،١٩٩٩،

(٢٧٣٧) كۆمەڵگەی ئەم توێژینەوەیە پێکهاتووە لە قوتابییانی هەرزەکاری سنووری بەڕێوبەرایەتیی پەروەردەی سۆران.

قوتابخانەکان	ڕەگەز		کۆی گشتی
	نێر	مێ	
کوڕەکی ناحکومی	25	25	50
دواڕۆژی ناحکومی	25	25	50
سۆرانی نموونەیی	25	25	50
بارزانی تێکەلاو	25	25	50
دیلیزیانی تێکەلاو	25	25	50
کۆی گشتی	125	125	250

نموونەی توێژینەوە

نموونەی ئەم توێژینەوەیە بریتییە لە قوتابییانی هەرزەکار کە لە (٢٥٠) قوتابی پێکهاتبوون بە شێوەیەکی مەبەستدار هەڵبژێردراون کە (١٢٥) قوتابی لە ڕەگەزی نێر و (١٢٥)قوتابی لە ڕەگەزی مێ بوون، کە بەپێی گۆڕاوی باری ئابووری و قەبارەی خێزان وەرگیراون، وەک لەم خشتەیە ئاماژەی پێکراوە.

ژمارە	پسپۆڕان	بڕگەکان	گونجاو	نەگونجاو	ڕێژەی سەدی
١	د. ئاراز حکیم رضا		١٩	٢	%٩٠
٢	د. هۆشنگ فەرهاد عبدالله		١٩	٢	%٩٠
٣	م. کامەران مجید علی		٢٠	١	%٩٥
٤	م. کاروان محمد عزیز	٢١	١٨	٣	%٨٥
٥	د. کاروان کاکەبرا کاکەمەند		٢٠	١	%٩٥
٦	د. کارزان حسن عبدالرحمن		١٨	٣	%٨٥
٧	د. سعید محمد نوری		١٢	٩	%٥٧
٨	د. ڕووناک حمید		١٧	٤	%١٠٠
کۆی گشتی			١٤٣	٢٥	%٨٤،٦٢

ئامرازەکانی توێژینەوە

لەم توێژینەوەیەدا پشتمان بە ئامرازی ڕاپۆرتی خودی بەستووە (self report)، کە خۆیان بڕگەکانیان بنیادناوە بە پشتبەستن بە پێوەری (Sommers, 2016)، چونکە ئەم پێوەرە بۆ کۆمەڵگەی ئەمریکی بەکارهاتووە و لەگەڵ کۆمەڵگەی کوردیدا ناگونجێت، بڕگەکانی (١تا١٠) لە Sommers وەرگیراون، و (١١تا٢١) توێژەران بڕگەکانیان بنیادناوە کە لە (٢١) بڕگە پێکهاتووە.

ڕاستگۆیی ڕووکەشی

مەبەست لە ڕاستگۆیی بریتییە لە دڵنیابوون لە ڕاست و دروستیی بڕگەکان لە ڕووی ڕێزمانی و گونجان لەگەڵ گۆڕاوەکان، بۆ ئەم مەبەستە توێژەران فۆڕمێکی تایبەت بە ناوی (فۆرمی شارەزایان)یان دروستکرد، کە بەسەر (٨) کەسی شارەزا و پسپۆڕ دابەشکران، دوای وەرگرتنی ڕای

شارەزایان دەرکەوت کە ڕێژەی ڕاستگۆیی بریتییە لە (84,62%) دواتر بڕگەی (٣) لابرا و ڕێژەی ڕاستگۆیی زیاتر بەرزبوویەوە بوو بە (87,00%) ئەمەش ڕێژەیەکی باشە و توانای فۆڕمەکە دەسەلمێنی بۆ ئەنجامدانی توێژینەوە، وەک لەم خشتەیە ئاماژەی پێکراوە.

جێگیری

مەبەست لە جێگریی فۆڕم بریتییە لە دڵنیابوون لە گونجانی فۆڕمەکە لەگەڵ کۆمەڵگەی توێژینەوەکە، بۆ ئەم مەبەستە توێژەران (١٥) فۆڕمیان بەسەر قوتابییانی هەرزەکار دابەشکرد دواتر داتاکان داخلی بەرنامەی SPSS کران و بەتاڵکرانەوە، دەرکەوت جێگیری بۆ فۆڕمەکە بەهۆی (Cronbach's Alpha) دەکاتە (%91) a=0,91 ئەمەش ڕێژەکەی جێگای متمانە و دڵنیایی دەدات بە فۆڕمەکە.

شیکردنەوەی داتا

توێژەران لەم توێژینەوەیە پشتیان بە کۆمەڵێک کەرەستەی ئاماری بەستووە ئەوانیش:- ڕاپۆرتی خودی کە زانیاری دەگۆڕێت بۆ ژمارە، هەروەها بەشێک لە ئامرازەکانی بەرنامەی SPSS وەکو Cronbach's Alpha کە بەکاردێت بۆ دەرهێنانی جێگیریی ناوەوە، و T-test بەکاردێت بۆ جیاوازیکردنی نێوان دوو ئاست، هەروەها ANOVA کە بەکاردێت بۆ ئەو گۆڕاوانەی زیاترن لە دوو ئاست، هەروەها بەکارهێنانی ناوەندی ژمێریاری و ناوەندی گریمانی بۆ دیارکردنی ڕێژەی بەرزی و نزمیی ئاستەکان.

کۆکردنەوەی داتا

مەبەستی توێژینەوەکەیان بۆ ڕوونکردنەوە و داوای لێکردن کە بەشداری توێژینەوەکە بکەن. ئەوانیش ڕەزامەندییان دەربڕی بە خۆبەخشانە بەشداری توێژینەوەکە بکەن، توێژەران تەواوی بڕگەکانی بۆ نموونەی توێژینەوەکە ڕوونکردەوە و ڕێنمایی پێویستی لەم بارەوە خستەڕوو، ئەوانیش ئارەزوومەندانە وەڵامی تەواوی بڕگەکانیان دایەوە بەو جۆرەی کە لەناو ژیانیان ڕەنگدەداتەوە.

بەشی چوارەم: ئەنجامەکان و شیکردنەوەی داتاکان

لەم بەشەدا ئەنجامەکان دەخەینەڕوو و شیکردنەوەیان بۆ دەکەین بە گوێرەی ئامانجەکان بەم شێوەیەی خوارەوە:-

ئامانجی یەکەم/ زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن لای قوتابییانی هەرزەکار بە گشتی:

بە گوێرەی ئامانجی یەکەم دەرکەوت کە بەهای T دەکاتە (4,10) بە قەبارەی نموونەی (250) قوتابی، ناوەندی ژمێریاری دەکاتە (63,23) بە لادانی پێوەری (12,47)، لە کاتێکدا ناوەندی گریمانی دەکاتە (60) هەروەها بەهای sig دەگاتە (0,0) بە ئاستی گوزارشتی (0,05) ئەمەش دەریدەخات کە بەڵگەداری ئاماری هەیە و قوتابییانی هەرزەکار بە گشتی ڕەفتاری خودشێوێنیان بە ڕادەیەکی کەم هەیە، چونکە ناوەندی ژمێریاری و ناوەندی گریمانی لە یەکتر نزیکن. وەک لە خشتەی ژمارە (١) ئاماژەی پێکراوە.

خشتەیی ژمارە (١) زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن بەگشتی

قەبارەی نموونە	ناوەندی ژمێریاری	ناوەندی گریمانەی	لادانی پێوەری	نمرەی ئازاد	بەهایT دەرهێندراو	بەهای (sig)	ئاستی گوزارەشت 0,05
250	63,23	60	12,47	249	4,10	0,0	بەڵگەداری ئاماری هەیە

ئامانجی دووەم/ زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن بەپێی گۆڕاوی ڕەگەز (نێر-مێ):

ئەنجامەکان بۆ ئامانجی دووەم بە پێی یاسای (T-Test) دەریانخست کە ناوەندی ژمێریاری بۆ ڕەگەزی نێر (59,95) بە لادانی پێوەری (11,48) بۆ قەبارەی نموونەی (125) قوتابی، هەروەها ناوەندی ژمێریاری بۆ ڕەگەزی مێ دەکاتە (66,52) بە لادانی پێوەری (12,60) بۆ قەبارەی نموونەی (125) قوتابی لە ڕەگەزی مێ. هەروەها بەهای T دەکاتە (4,30)، و بەهای (sig) دەرهێنراو دەکاتە (0,0) و لە ئاستی گوزارشتی (0,05) ئەمەش دەیسەلمێنێت کە بەڵگەداری ئاماری هەیە، و قوتابییانی هەرزەکاری ڕەگەزی مێ زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە ڕەگەزی نێر، چونکە ناوەندی ژمێریاری ڕەگەزی مێ زیاترە لە ناوەندی ژمێریاری ڕەگەزی نێر، وەک لە خشتەی ژمارە (٢) ئاماژە پێکراوە

خشتەیی ژمارە (٢) زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن بەپێی گۆڕاوی ڕەگەز

خێزان	قەبارەی نموونە	ناوەندی ژمێریاری	لادانی پێوەری	نمرەی ئازاد	بەهای (sig)	بەهای T دەرهێندراو	ئاستی گوزارشت لە 0,05
خێزانی بچووک	136	63,35	12,90	248	0,01	0,04	بەڵگەداری ئاماری هەیە
خێزانی گەورە	114	60,27	13,33				

ئامانجی سێیەم/ زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن بەپێی گۆڕاوی قەبارەی خێزان (خێزانی گەورە - خێزانی بچووک):

بۆ ئامانجی سێیەم دەریخست کە ناوەندی ژمێریاری بۆ خێزانی بچووک (60,35) بە لادانی پێوەری (12,90) بۆ قەبارەی نموونەی (136) قوتابییانی هەرزەکار، هەروەها ناوەندی ژمێریاری بۆ خێزانی گەورە دەکاتە (60,27) بە لادانی پێوەری (13,33) بۆ قەبارەی نموونەی (114) . هەروەها بەهای T دەکاتە (0,04) و بەهای (sig) دەرهێنراو دەکاتە (0,01) و لە ئاستی گوزارشتی (0,05) ئەمەش دەیسەلمێنێت کە بەڵگەداری ئاماری هەیە و قوتابییانی هەرزەکاری لە خێزانی گەورە کەمتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە خێزانی بچووک چونکە ناوەندی ژمێریاری خێزانی بچووک زیاترە لە ناوەندی ژمێریاری خێزانی گەورە، وەک لە خشتەی ژمارە (٣) ئاماژە پێکراوە.

خشتەیی ژمارە (٣) زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن بەپێی گۆڕاوی قەباری خێزان

ئاستی گوزارشت لە 0,05	بەهای T دەرهێندراو	بەهای (sig)	نمرەی ئازاد	لادانی پێوەری	ناوەندی ژمێریاری	قەبارەی نموونە	ڕەگەز
بەڵگەداری ئاماری هەیە	4,30	0,0	248	11,48	59,95	125	نێر
				12,60	66,52	125	مێ

ئامانجی چوارەم/ زانینی ئاستی ڕەفتاری خودشێوێن بەپێ گۆڕاوی باری ئابووری:

ئەنجامەکان بۆ ئامانجی چوارەم بە داخلکردن و بە تاڵکردنەوەی بە یاسای (ANOVA) دەریانخست کە ناوەندی ژمێریاری بۆ ئەو خێزانەی باری ئابوورییان باشە دەکاتە (66,24) بە لادانی پێوەری (12,83) هەروەها بۆ ئەو خێزانەی باری ئابوورییان ناوەندە، ناوەندی ژمێریاریان دەکاتە (57,25) بە لادانی پێوەری (11,67) هەروەها بۆ ئەو خێزانەی باری ئابوورییان خراپە ناوەندی ژمێریاری دەکاتە (48,83) بە لادانی پێوەری (10,11). هەروەها بەهای (sig) بریتییە لە (0,0) و ئاستی گوزارشت دەکاتە (0,05) ئەمەش دەیسەلمێنێت کە بەڵگەداری ئاماری هەیە، هەروەها ئەو هەرزەکارانەی باری ئابوورییان باشە زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن بەراورد بەو هەرزەکارانەی کە باری ئابووریان خراپە، هەروەها ئەو قوتابییانەی باری ئابوورییان ناوەندی بە ڕادەیەکی مامناوەندە، چونکە ناوەندی ژمێرياریی ئەو خێزانەی باری ئابووری باشە

زیاترە لەو خێزانەی باری ئابووری ناوەندە. وەک لە خشتەی ژمارە (٤) ئاماژە پێکراوە.

باری ئابووری	قەبارەی نموونە	ناوەندی ژمێریاری	لادانی پێوەری	بەهای (sig)	ئاستی گوزارشت لە 0,05
باش	101	66,24	12,83	0,0	بەڵگەداری ئاماری هەیە
ناوەند	131	57,25	11,67		
خراپ	18	48,83	10,11		

گفتوگۆی ئامانجەکانی توێژینەوە بە پێی ئەنجامەکان و بەراوردکردنی لەگەڵ توێژینەوەکانی پێشوو:

لە ئامانجی یەکەم قوتابییانی هەرزەکار بە گشتی ڕەفتاری خودشێوێنیان بە ڕادەیەکی کەم هەیە، چونکە ناوەندی ژمێریاری و ناوەندی گریمانی لە یەکتر نزیکن، بەڵام ئەم ڕادە کەمەش مەترسیدارە بۆ هەرزەکاران، چونکە دەبێتە سەرەتایەک بۆ خۆکوشتن کە لە توێژینەوەکانی پێشوو سەلمێندراوە وەکو توێژینەوەی (Yeong & Shuen & Kim, 2017) کە دەریدەخەن خۆکوشتن پەیوەندی بە ڕەفتاری خودشێوێن هەیە و خەمۆکی و فشارە دەروونییەکان کاریگەرییان لەسەر ڕەفتاری خودشێوێن هەیە.

بۆ ئامانجی دووەم قوتابییانی هەرزەکاری ڕەگەزی مێ زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە ڕەگەزی نێر چونکە ناوەندی ژمێریاری ڕەگەزی مێ زیاترە لە ناوەندی ژمێریاری ڕەگەزی نێر، کە توێژینەوەکانی پێشوو پشتڕاستی ئەم ئامانجە دەکەنەوە وەکو

توێژینەوەی (Lee,2010) کە دەریخست ڕەفتاری خودشێوێن لای ڕەگەزی مێ زیاترە و ئاسانتر ئازاری خۆیان دەدەن لە ڕەگەزی نێر. بۆ ئامانجی سێیەم قوتابییانی هەرزەکار لە خێزانی گەورە کەمتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن بەراورد بە خێزانی بچووک، قوتابیی توێژەر وا تێبینی دەکات ئەمەش بۆ ئەوە بگەڕێتەوە کە تاک زیاتر ئەو کاتانە ڕەفتارێکی خودشێوێن ئەنجامدەدات کە بەتەنیایە، بۆیە لە خێزانی گەورە تاک زیاتر توانای بەکۆمەڵایەتیبوونی هەیە لە کەسێک کە لە خێزانی بچووکە.

بۆ ئامانجی چوارەم ئەو هەرزەکارانەی باری ئابوورییان باشە زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن، ئەو هەرزەکارانەی کە باری ئابوورییان خراپە کەمتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێن دەبن هەروەها ئەو قوتابییانەی باری ئابوورییان ناوەندە بە ڕادەیەکی مامناوەند تووشی دەبن، ناوەندی ژمێریاریی ئەو خێزانەی باری ئابووری باشە زیاترە لەو خێزانەی باری ئابووری ناوەندە و ناوەندی ژمێریاریی خێزانی ناوەندیش زیاترە لەوانەی باری ئابوورییان خراپە، دەکرێت ئەمەش بەراوردبکەین بە توێژینەوەی (Thomsen & Stander & McWhorter & Rabenhorst & Milner 2011) کە پێچەوانەی ئەنجامەکانی ئەم توێژینەوەیە بێت، چونکە دەیسەلمێنێت ڕەفتارەکە کاتێک دروستدەبێت کە کەسەکە لە حاڵەتی خەمۆکی یان لەژێر فشار یاخود سێ جار زیاتر هەوڵی بۆ شتێک دابێت و پێی نەگەیشتبێت. چونکە ئابووریی خراپ فشاری زۆر لە سەر هەرزەکار دروستدەکات لە خوێندن و پڕکردنەوەی پێداویستیەکانی هەرزەکار، بەڵام لەم کۆمەڵگەیەدا ئەنجامەکە پێچەوانەبوو کە ئەو هەرزەکارانەی باری داراییان باشە زیاتر تووشی ڕەفتاری خودشێوێنی دەبن، دەکرێت ئەمەش وا تێبینی بکەین دەستکەوتنی پارە بە شێوەیەکی ئاسان وا بکات هەموو شتەکان بە سانایی بکەوێتە بەردەست بە تایبەت کەرستە زیانبەخشەکان، چونکە توێژینەکەی (Thomsen &

Stander & McWhorter & Rabenhorst & Milner 2011) ئەمەش دەسەلمێنێت کە شەڕانگێزی هۆکار و کاریگەرییەکی نێگەتیڤانەی هەیە لەسەر دروستبوون یان زیادبوونی ڕەفتاری خودشێوێن.

لێرەدا ڕێکارەکانی خۆپارێزی لە ڕەفتاری خودشێوێن یاخود چارەسەرەکان دەخەینەڕوو، دەکرێت زیاد لە چارەسەرێک هەبێت و بۆ تێگەیشتن لە ڕەفتاری خودشێوێن بە شێوەیەکی باشتر و بتوانین یارمەتییان بدەین و چارەسەری هەرزەکاران بکەین لە کۆمەڵگەدا پێویستە سەرەتا لە پاڵەپەستۆ و فشاری کۆمەڵگە تێبگەین، دەستنیشانیانبکەین لەناو خێزان و ڕاگەیاندن و ئەو چین و توێژانەی کە کاریگەریی ناچاریی ڕەفتاری خودشێوێنیان لەسەر هەرزەکاران هەیە، هۆشیارکردنەوە یەکەم هەنگاوە بۆ هەر چارەسەرێک و یارمەتیمان دەدات لە بەدەستهێنانی زانیاری لەبارەی کاریگەرییە کۆمەڵایەتییە دەرەکییەکان لە بەهێزکردن و هاندانی تاکەکان کە هەوڵی لە ناوبردنی خود دەدەن بەهۆی ڕەفتاری خودشێوێنەوە. (Blood,2005,p47)

چارەسەر بە ڕێگای پزیشکی؛ بۆ نموونە بەکارهێنانی دەرمانی دژە خەمۆکی کە بەکاردێت بۆ چارەسەرکردنی ئەو کەسانەی تووشی خەمۆکی بوون و نیشانەیان لێ بەدەرکەوتوون. ڕێنماییکەرانی دەروونی لە یەکەم شێواندنەوە زیاتر لە پزیشک دەتوانێت یارمەتی بدرێت بە گۆڕینی ئەو بیرکردنەوەی هەیەتی دەربارەی ژیان. سەرەڕای ئەوەش ئەو کەسانەی نزیکن لەو کەسانەی ڕەفتاری خودشێوێنیان هەیە وەکو دایک و باوک دەتوانن سوود ببینن لە گفتوگۆ یاخود دانیشتن و ڕاوێژکردن لەو شوێنانەی دەتوانن بە ئازادی قسە بکەن و لە هەستەکانیان تێبگەن و فێربوونی ڕێگاکانی گرنگیدان و تێگەیشتن لە هەستە شاراوەکانیان، نیشانەکانی ڕەفتاری خودشێوێن هەمیشە لە تاکدا بەدەرناکەون، بۆیە ئەگەر گومانت کرد کەسێک لە مەترسیدایە دەبێت یارمەتی بدەی و بە

شێوەی ڕاستەوخۆ بەدوای چارەسەردا بگەڕێی چونکە ژیانی کەسێک ڕزگاردەکەی (Nollan2019). توێژەر یاخود ڕێنماییکەری دەروونی پێویستە پرسیار لە ڕەفتارە کۆن و تازەکانی کەسەکە بکات لەبەرئەوەی وا خەملێندراوە کە لە ژیاندا ڕەفتاری خودشێوێن دووبارە دەبێتەوە. (Sadeh & Baskin,2016,p2) توێژەران لەو باوەڕەدان کە دەبێت دایکان و باوکان و مامۆستایان و سەرپەرشتیاران دەرفەتی زیاتر بدەن بە قوتابییانی هەرزەکار بۆ ئەوەی چالاکییەکانی خۆیان و وزە شاراوەکانیان بە ڕێگای دروست دەربڕن نەک بە شێوەی توندوتیژی و شەڕانگێزی، چونکە کاتێک تاک ناتوانێ چالاکییە جەستەیی و دەروونییەکانی خۆی بە شێوەی ئازادانە دەرببڕێت، ئەوا ئارەزووە کپکراوەکانی دەچنە نەست و لە کاتێکی تر بە شێوازێکی تر دەردەکەونەوە، بۆیە پێویستە هەمیشە گوێیان لێ بگرین و گرنگیان پێبدەن.

ڕاسپاردە

لێرەدا کۆمەڵێک ڕاسپاردە دەخەینەڕوو بە ئامانجی گرنگیدانی زیاتر بە هەرزەکاران بە گشتی و قوتابییانی هەرزەکار بە تایبەتی ئەوانیش :-

١. گرنگترین شت بایەخدانی دایک و باوکانە بە ڕۆڵەکانیان و هەست و سۆزی پێویستیان پێ بدەین، چونکە زۆرجار لە ئەنجامی کەمیی بایەخدانی خێزان، تاکەکان تووشی ڕەفتاری خودشێوین دەبن.
٢. هۆشیارکردنەوەی زیاتری هەرزەکاران لە ڕێگای سیمینار و کۆڕ و کۆبوونەوە کە تێیدا بە چەمکی ئەرێنیبوون ئاشنایان بکەن وابکەین بە شێوەیەکی فراوانتر لە ژیان بڕوانن.

٣. پێویستە توێژەرە دەروونی و کۆمەڵایەتییەکان زیاتر جەخت لەسەر ڕەفتارەکانی هەرزەکاران بکەنەوە، بۆ ئەوەی هەر نیشانەیەکیان تیا بینی، ڕێنماییان بکەن و چارەسەری پێویستی بۆ بدۆزنەوە.

پێشنیاز

توێژەران کۆمەڵێک پێشنیاز بۆ توێژەرانی دوای خۆیان دەخەنەڕوو بە ئامانجی زیاتر بایەخدان بەم بابەتە ئەوانیش:-

١. توێژینەوەیەک ئەنجامبدرێت سەبارەت بە ڕەفتاری خودشێوێن و پەیوەندی بە بیرکردنەوەی خۆکوشتن.
٢. توێژینەوەیەک ئەنجامبدرێت سەبارەت بەفشاری دەروونی پەیوەندی بە ڕەفتاری خودشێوێن.
٣. توێژینەوەیەک ئەنجامبدرێت سەبارەت بە پێوانەی ڕەفتاری خودشێوێن لە نێوان قوتابییانی قوتابخانەی کوڕان بەراورد بە قوتابخانەی کچان.

لیستی سەرچاوەكان

سەرچاوەی كوردی

- فرۆید، سیگمۆند (٢٠١٥). *ڕامان لە سەروەختەكانی جەنگ و مەرگ*. وەرگێڕانی لە عەرەبییەوە ئارام حاجی، چاپی یەكەم چاپخانەی تاران/سلێمانی.
- مستەفا، یوسف حەمەسالح (٢٠١٩). *كەسایەتی و سروشتی مرۆڤ*. چاپی یەكەم چاپخانەی ئەندێشە، ناوەندی ڕۆشەنبیری و هونەری ئەندێشە/سلێمانی.
- **مصدر عربي:**
- حسن، محمد الحسن (٢٠٠٥). *مناهج البحث ألاجتماعی*. الطبعة ألاولی، دار وائيل للنشر، عمان.
- حمداوي، بولحوش. جميل، فاطمة (٢٠١٨) *المراهقة في علم النفس*. الطبعة الأولي٢٠١٨م، حقوق الطبع محفوظة للمؤلف.
- خميدی، مجدالدين عمر (١٩٩٩). علم الاجتماع. الموضوع و المنهج، ط١، عمان، دار المجد لاوی.
- شاهين، د.ايمان فوزي (٢٠١٧) *الخصائص السيكومترية المقياس تقدير سلوک الیذاء الذات لدي عينة من الأطفال الذاتويين في دولة الكويت*. يصدرها مركز الأرشاد النفسی جامعة عين شمس، ابريل، الكويت.

English References

- Blood, S. (2005) Body work: *The social construction of women's body image Rutledge: New York*

- Blumer, H. (2004) *George Herbert mead and human conduct. Morricone*, T. (ed.) Altamira press: California.
- Cruz, D. (2013) *Adolescents and self destructive behavior: an exploratory analysis of family and individual correlates. University of Lisbon. 21(271-288)*
- Heinssen, R. Yates, B. (2016) *Psychosis, aggression, and self destructive behavior in hospitalized and adolescent.* American journal of psychiatry. 10(146-521)
- Hetrick S. (2012) *Predicting suicidal rick in a cohort of depressed children and adolescents.* Crisis 33, (13-20)
- Janovska, A (2017) *factors associated with self destructive behavior among school pupils.* Department of educational psychology and health psychology faculty of arts PJ Safari university in Kosice.
- Kakked, T. Raichandani, A. Monika, A (2014) *study for adolescent problem and psychology.* Original article. Journal of Evolution of Medical and Dental sciences
- Kerig, P. (2017). *Self destructive behavior.* University of Utah, chapter; Chapter: November 2017
- Kokkevi, A (2014) *Adolescents self-reported running away from home and suicide attempts during a period of economic recession in Greece.* Child youth care forum. 43(6) 691-704
- Lee, I-Ling (2010) *self-destructive behavior among Taiwanese young people.* PhD thesis. University of Glasgow.

- Lundgren, T (2009). *Self destructive behavior, ACT and functional analysis self-destructive behavior* . Karolinska institutet, chapter2009
- McAlister, M. (2009). Use of a think aloud procedure to explore the relationship between clinical reasoning and solution- focused training in self-harm for emergency nurses. *Journal of psychiatric & mental health Nursing*.
- Nock, M. (2010). Self-Injury. *Article Annual review of clinical psychology*. Harvard university
- Oebach, L (2007) *self destructive processes and suicide.* Department of psychology Bar-Ilana university, vol 44NO. 4(266-279)
- Randell, B. (2006) *family factors predicting categories of suicide risk.* Journal of child and family studies, 15(255-70)
- Ranzcp (2009) *Self harm, Austranlian treatment guide for consumers.* The Royal Australian and New Zealad college of psychiatrists, August 2009
- Rissanen, M. (2011) A systematic literature review: self mutilation among adolescent as a phenomenon and help for it-what kind of knowledge is lacking?. *Issues in mental health nursing 32(9), 575-583.*
- Sadeh, N. Baskin, A (2016) *Risk, impulsive and self destructive behavior questionnaire (RISQ);A validation study.* Yale university, assessment 1-15
- Steinhausen, H (2004) *the impact of suicidal in preadolescence, adolescence, and young adulthood on*

psychosocial function ad psychopathology in young adulthood. Act Psyquiatrica Scandinavia 110(438-445)

- Thompson, S (2014) *Encyclopedia of diversity and social justice.* Copyright 2015 by Rowman & Littlefield
- Thomsen, C. Stander, V. McWhorter, S. Rabenhorst, M. Milner, J (2011) *Effects of combat deployment on risky and self-destructive behavior among active duty military personnel*. Journal of psychiatric research 45(1321-1331)
- Tsirigotis K, Gruszczynski W, Maniecka M. (2015) *Drug addiction and manifestation of indirect self destructiveness.* J Reward Deific sundry 1(4): 119-123
- Valente, S. (2005), sexual Abuse of Boys. *Journal of child and adolescent psychiatric nursing.* 18,10-16
- Wolde, Y.S (2014) *A temporary solution to a permanent problem- how to care for individuals with self destructive behavior in open-care.* Degree problem in nursing. Vasa 2014. Novita University of Applied sciences
- Yeung, L. Shuen, p. Kim, L S. (2017) *the risk factors of self destructive behaviors among Malaysian young adults: a preliminary finding.* Journal psychology Malaysia 2(37-44)
- Lgwenagu, C. (2016) *fundamentals of research methodology and data collection,* Enugu state university of science and technology. Book-april 2016

References internet

- Griffin, T (2019) *how to stop self destructive behaviors*, online(6-10-2019) visited at (20-10-2019) cities: https://www.wikihow.com/Stop-Self-Destructive-Behaviors

- Nolan, J (2019) *The causes traits and types of self destructive behavior*, online (24-5-2019) visited at (12-10-2019) cities: https://www.aconsciousrethink.com/9153/self-destructive-behavior/

- Puskar, M (2019) *Recognizing the signs of self destructive behavior*, online (10-5-2019) visited at (12-10-2019) cities: https://www.betterhelp.com/advice/behavior/recognizing-the-signs-of-self-destructive-behavior/

- Quist, M (2019) *self destructive behavior, signs, causes & effects video*. Online(15-3-2019) visited at (14-10-2019) cities: https://study.com/academy/lesson/self-destructive-behavior-signs-causes-effects.html#

ملخص: يهدف البحث المعنون ب : قياس سلوك التدمير الذاتي من قبل طلاب المراهقين

الى قياس سلوك التدمير الذاتي من قبل طلاب المراهقين بشكل عام،حسب متغيرات (الجنس، حجم العائلة، والحالة الاقتصادية)، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي. فيما ركز مجتمع البحث حول عدد من المدارس الحكومية والاهلية في مديرية تربية سوران، وتكونت عينة البحث من (٢٥٠) طالب وطالبة، الذين تم اختيارهم وفق نمط العينة العشوائية القصدية، تمثلت ب (١٢٥) طالب و ١٢٥ طالبة، بعد ادخال البيانات في البرنامج الاحصائي المتقدم SPSS، اظهرت النتائج المستقاة منها بان الطلاب المراهقين لديهم سلوك التدمير الذاتي، وتزداد وتيرة هذا السلوك عند الاناث مقارنة بالذكور، كما ان الطلاب المراهقين المنتمين الى العائلة الكبيرة أقل تأثرًا بسلوك التدمير الذاتي مقارنة بالعائلة الصغيرة، فضلا عن ان المراهقين المنتمين الى الاسر الغنية اقل تأثرًا بموضوع البحث مقارنة بالمنتمين الى الاسر الفقيرة.

الكلمات المفتاحية: سلوك، سلوك التدمير الذاتي، المراهقين، طالب.

Abstract

This research is entitled: the measuring of self-destructive behavior in adolescent students

The main goal of this study is to measure the behavior of adolescents in general. Depending on the gender, family number members and economic status, the researchers have used the method (description of the how many) the community of this research includes several government and non-government schools in Soran. The sample of the study consisted of (250) students who were randomly selected from each of the relevant subjects, (125) male students and (125) female students .After the data was entered into the SPSS Advanced Statistics Program for Objectives, it was revealed that adolescent students generally behave in a self-destructive manner, also female gender more affects the behavior of self-destructive compared to male gender .And the students of the big family are less affected by the behavior compare to the little family, Also, those who are good at economics are more likely to self- destructive behave compared to those who are worse off in economics.

Keywords: behavior, self-destructive behavior, adolescent, student