كات له هه‌موو شوێنیك زێر نیه

وه‌رگێڕانی له‌ ئه‌ڵمانیه‌وه‌: كنێر حه‌سه‌ن خانم
01.09.2006
گۆڤاری Psychologie heute

(ئه‌وان له‌ ڕوانگه‌یه‌كی تره‌وه‌ ده‌ڕواننه‌ كات و هه‌ستی پێده‌كه‌ن) مرۆڤ به‌رده‌وام ئه‌م ڕسته‌یه‌ له‌م گه‌شتیاره‌ ئه‌ڵمانانه‌ ده‌بیستێ ، كه‌ له‌ پشووه‌كاندا به‌ره‌و وڵاتانی خوارو گه‌شت و گوزار ده‌كه‌ن و كاته‌كانیان له‌م شوێنانه‌ به‌سه‌ر ده‌به‌ن. وه‌ ئه‌م چاونه‌ترسانه‌ی زاتی ئه‌وه‌ ده‌كه‌ن كه‌ (خانوی پشوو) له‌یه‌كێك له‌م وڵاتانه‌ بكرن ، كه‌ كاتژمێره‌كانی ئه‌وێ به‌ جۆرێكی ترله‌ كاركردندان، هه‌میشه‌ ئه‌م گۆرانیه‌ گله‌یی ئامێزه‌ سه‌باره‌ت به‌م كرێكارانه‌ی هه‌موو جارێك له‌كاره‌كانیاندا دوا ده‌كه‌ون ده‌ڵێنه‌وه‌ (ئه‌وان ئه‌مرۆ نه‌هاتن .به‌یانیش نایه‌ن). له‌م باره‌یه‌وه‌ ده‌روونزان (Robert Levine) له‌ زانكۆی(California State) له‌ (Frenso)له‌گه‌ڵ هاوكارانی زنجیره‌ لێكۆڵینه‌وه‌یه‌كیان سه‌باره‌ت به‌ (كات) له‌ 31 وڵاتدا ئه‌ نجام دا، كه‌ بوه‌ هۆی سه‌لماندنی ئه‌زمون و به‌سه‌ رهاتی گه‌شتیاران و ئه‌وانه‌ی خانوو له‌م ولاتانه‌ ده‌كڕن یاخود دروست ده‌كه‌ن، كه‌ هه‌میشه‌ ئه‌مه‌ دووپات ده‌كه‌نه‌وه‌ (وڵاتێكی تر ...نه‌ریتێكی تری كات دابه‌ش كردن و باكارهێنان) .

ئه‌م زانایانه‌ هه‌ڵسان به‌ چاودێری كردن و سه‌رنجدانی چه‌ند شتێك له‌ شاره‌ گه‌وره‌كانی ئه‌م31 وڵاته‌دا. وه‌ك خێرایی ڕۆیشتنی پیاده‌ڕۆیه‌كان و وه‌ستانیان... وه‌ خێرایی فرۆشتنی پوول له‌ لایه‌ن كارمه‌ندانی پۆسته‌وه‌... وه‌ هه‌روه‌ها دروستی و ته‌واوی كاتژمێره‌ گشتیه‌كانی ده‌ره‌وه‌ كه‌ له‌ زوربه‌ی شوێنه‌ كان هه‌ڵواسراون. له‌ نێو ئه‌م وڵاتانه‌دا سویسرا پله‌ ی یه‌كه‌می به‌ ده‌ست هێنا به‌ خێراترین وڵات ناسرا. له‌ له‌سویسرادا خه‌ڵك زۆر به‌ خێرایی ڕێئه‌كه‌ن، وه‌ كارمه‌ندانی پۆستیش زۆر خێرا كار ده‌كه‌ن ،وه‌ كاتژمێره‌ گشتیه‌كانیش هه‌میشه‌ راست ودروستن. له‌ دوای سویسرا ئیرلاند دێت دواتر ئه‌ڵمانیا ئینجا یابان ده‌كه‌وێته‌ خانه‌ی چواره‌مه‌ وه‌. ئه‌م وڵاتانه‌ی كه‌ ده‌كه‌ونه‌ دواوه‌ پله‌ هه‌ره‌ نزمه‌كانیان به‌رده‌كه‌وێ ، ئه‌وانه‌ن كه‌ سه‌عات لای ئه‌وان ماناو نرخێكی گه‌وره‌و تایبه‌ت نابه‌خشێ.

Levine ووتی: (مه‌كسیك ، كه‌ له‌م لێكۆڵینه‌وه‌یه‌دا ده‌كه‌وێته‌ دوای هه‌موو وڵاته‌كانه‌وه‌ دانانی كاتی د یاری كراولەم وڵاته‌دابۆ هه‌ر شتێك به‌ پێ ی كاتژمێر واته‌ كاتژمێرێكی دیاركراو ، كارێكی بێزاركه‌ره‌). وه‌ Levine هاوكارانی خێرایی و له‌سه‌رخۆیی ژیانیان له‌ كلتوره‌ جیاوازه‌ كاندا بۆ پێنج هۆكار گه‌ڕانده‌وه‌.

1. خۆشگوزه‌رانی: خێرایی ژیان به‌ پێی ده‌وڵه‌مه‌ندی وڵاته‌ كه‌ ده‌گۆڕێ، تا وڵات ده‌وڵه‌مه‌ند تر بێ ، خێرایی ژیان له‌وێ زیاتره‌ ئابووری و خێرایی ژیان هه‌میشه‌ به‌ یه‌ كه‌وه‌ به‌ندن و كار له‌ یه‌ كتر ده‌كه‌ن.

وه‌ك. L. ڕوونی كردوه‌: ئه‌م وڵاتانه‌ی كه‌ خاوه‌ن ئابووریه‌كی به‌ هێزن وله‌ لایه‌نی ئابوریه‌وه‌ ئاكتیڤن (كات) لای ئه‌وان نرخ وبه‌هایه‌كی گه‌وره‌ی هه‌یه‌ وه‌ له‌م شوێنانه‌دا كه‌ هه‌ست به‌ گرنگی (كات) ده‌كرێت ئه‌گه‌رێكی زۆر هه‌یه‌ كه‌ ببن به‌ خاوه‌نی ئابوریه‌كی به‌هێز.

2. ڕاده‌ی وه‌به‌رهێنان: دانیشتوانی ئه‌م وڵاتانه‌ی كه‌ پێشكه‌وتوون وگه‌شه‌یان كردوه‌ كه‌متر كاتیان هه‌یه‌ له‌ دانیشتوانی وڵاته‌ دواكه‌وتوه‌كان تا وڵات پێشكه‌وتوتر بێت كاتی به‌رده‌ست كه‌متره‌ (سه‌ره‌ڕای كاربه‌ده‌ست بوونی هاوڵاتیان له‌ هه‌موو ڕویه‌كه‌وه‌ وه‌ كه‌متر كات به‌فیرۆدانیان، ئامێره‌ نوێكانیش زیاتر كات له‌ هاوڵاتیان ده‌گرن..وه‌رگێر

(بە بڕوای Levine ئەم ئامێرە تازانەی کە بە (کات پاشەکەوتکەر) ناسراون بە هیچ شێوەیەک کات لە ژیانی مرۆڤدا زیاد ناکەن بەڵگەش بۆ ئەمە کە نەوەکانی پێشوو سە رەڕای نە بوونی ئەم ئامیرانە کاتیان لە ئێمە زیاتر بوو . لە زۆر حاڵەتدا ئەم ئامێرانەی بە (کات پاشەکەوتکەر) ناسراون لە ڕاستیدا زۆر جار کات بە هۆی ئەوانەوە بە فیڕۆ دەدرێ.گشت هەنگاوە تەکنیکیە پێشکەوتوەکان چاوەڕێی شتی زیاتریان لێ دەکرێ بۆ نموونە ئەم ماڵەی زیاتر لە گسکێکی کارەبایی لێ یە، لەوانەیە بە هیچ شێوەیەک تەنانەت دانە تۆزێکی بچووک لەو ماڵەدا نەبینرێ(زێدە ڕۆیی لە بەکارهێنانی گسکی کارەبایی کە لێرەدا وەک نموونە هێنراوەتە بە هۆی دەرچوونی شێوەی نوێ و وە جۆری باشتر وە بە کارهێنانی چەند جۆرێکی لە یەک کاتدا دە بێتە هۆی کات بە فیڕۆدان کە لە وانەیە شوێنێک بە هیچ شێوەیەک پێویستی بە پاک کردنەوە نەبێت بەڵام بە هۆی بوونی ئەم ئامێرە چەند جارێک پاک بکرێتەوە..وەرگێر)

3. ژمارەی دانیشتوان: دانیشتوانی شارە گەورەکان خێراتر ڕێئەکەن و وە خێراتریش کار دەکەن لە شارەکانی تر.

4. ئاوو هەوا: لە م ولاتانەی کە پلەی گەرما بەرزە خێرایی ژیان نزمترە. لەم ڕووەوەئامارژە بە چەند هۆکارێکی جیاواز کراوە سەبارەت بە لەسەرخۆیی ژیان لە ولاتەکانی هێڵی ناوەڕاستدا. هەندێ لە زانایان لەسەر ئەمە کۆکن کە پلەی بەرزی گەرمی ئە بێتە هۆی دابەزینی وزەو توانا(energy) لە مرۆڤدا. وە هە ندێ لە زانایان لەم بڕوایە دان کەوا مرۆڤ لە ولاتە زۆر گەرمەکاندا پێداویستی ژیانیان کەمترە لەم ولاتانەی کە بە سەرماو سۆڵێکی سەختی زستاندا تێدەپەڕن. دانیشتوانی ولاتە گەرمەکان ئەتوانن لە خانووی سادەو جل وبەرگی کەمەوە ژیان بەسەر بەرن بۆیە هاولاتیان وا ڕاهاتوون کە زۆری لە خۆیان نەکەن و لە کاتی ڕاپەڕاندنی کارەکانیانداو ساردی بنوێنن لە بە دەست هێنانی بژێوی ژیان. وە بیروڕای سێ یەمیش بەم شێوەیە خراوتە ڕوو: پلەی گەرما دەبێتە هۆی بەرزکردنەوەو زیادکردنی شادی و دڵخۆسی لە مرۆڤدا ، بۆیە ئەم مرۆڤانە زیاتر نرخ بۆ ئەم شتانە دادەنێن کە دڵخۆشیان دەکات.

5.گرنگی بیرو ڕای تاک و بەها دانان بۆ کاری تاک .: Levine و هاوکارانی دەریانخست کە ئەم ولاتانەی تاکەکان تیایدا ئازادن و بیرو ڕای تاکەکان لە هەموو ڕویەکەوە بە های خۆی پاراستوە کاری باشتر ئەنجام دەدەن بەرهەمی باشتر دەبەخشن لەم کۆمەڵگایانەی کە هێشتا تاکەکان پەیوەستن بە یەکتری ولە زۆر ڕووەوە بە یەکەوە بەستراونەتەوە. وردبونەوە لە بەرهە می باش لە کاتێکی دیارکراودا (لە هەموو ڕوویەکەوە) بۆتە هۆی ئەوەی بوترێت کات زێڕە بۆیە لە کۆمەڵگا پێشکەوتوەکانا هەوڵ دەدرێ تەنانەت سوود لە چرکە ساتێکیش ببینرێ جا گەر بە زۆر لەخۆکردن و خۆ هیلاک کرنی زۆریشەوە بێت. وە لەم کۆمەڵگایانەی کە تاکەکان پەیوەندی کۆمەڵایەتیان لەگەڵ یەکتردا بەهێزە(کات)ی زۆر بەسەربردن لە گەڵ یەک بە کارێکی شایستە دادەندرێ، لە ئەفریقای ڕۆژهەلاتدا لە Burkina Faso کاتی بە فیڕۆچوو لای ئەوان بوونی نیە لەم شوێنەدا ئەم (کات) ە بە کاتێکی بە فێڕۆ چوو دادەنرێ یاخود بە گوناە لە قەڵەم دەدرێ. گەر هاولاتیان (کات)ێکی زۆریان بۆ یەکتری نەبوو لە کاریکی تردا کاتەکەیان بەسەر برد.