شیزۆفرینیا...

تێگەه و هۆکار و چارەسەرییا وێ

شیزۆفرینیا

تێگەه و هۆکار و چارەسەرییا وێ

د. عارف حیتۆ

وەشانێن پالۆ
WEŞANÊN PALO

ناڤێ کتێبێ: شیزۆفرینیا: تێگەهـ و هۆکار و چارەسەرییا وێ
بابەت: نۆژدارییا دەروونی
نڤیسەر: د. عارف حیتۆ
تایپکرنا بەشەکێ کتێبێ: سندس نهێلی
پێداچوونا زمانی و هەڵەچن: هزرڤان
بەرگ و دەرهێنانا هونەری: عبدالرحمن بامەرنی
ژمارا سپاردنێ: (D-/2419/24) ژ پەرتوکخانا بەدرخانیان- دهۆک
تیراژ: ٥٠٠ دانە
نۆبەتا چاپێ: چ١- ٢٠٢٤.
چاپخانە: چاپخانا تەهران- ئیران.

پێشگۆتن

شیزوفرینیا ئێکە ژ کەڤنترین و بەربەلاڤترین ئێشێن دەروونی کو ب درێژاهییا دیرۆکێ جهێ سەرنجراکێشان و پویتەدانەکا بەردەوام بوویە، ژبەرکو دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ کو هەرسێ پێکهاتەیێن هەڤگونجایی یێن کەسایەتییا مرۆڤی ب شێوەیەکێ نەسروشتی بهێنە دیتن. کەسایەتییا جڤاکییا مرۆڤی ژ هزرێ و دلینیێ و رەفتاران پێک دهێت، ئەڤە سێتکە ژی، سێ پێکهاتەیێن سەرەکی یێن هەڤگونجایی و هەڤسەنگن، ب هەڤڕا میناکەکێ قەبوولکری ددەنە کەسایەتییا مرۆڤی دناڤ جڤاکیدا. دەمێ هەڤسەنگی و هەڤگونجانا ڤان هەرسێ ئەلەمێنتان تێک دچیت، هەر لایەنەکێ سێگۆشێ ب خوەسەرییەکا نەجێربانده و مژدار سەرەدەرییێ دگەل بۆیەرێن دەردۆرا خوە دکەت، ئەڤجا ژ لایێ جڤاکی و کەسوکارێن دەوروبەرڤە دبیتە جهێ چریسەتییێ، ترسیانێ یان تڕانەپێکرنێ و پشتگوههاڤێتنێ.

ژبەر مژداری و سەیراتییا نیشان و رەفتارێن دەربڕاندی، حەکیمان ب شێوەیێن هەمەرەنگ و جوداجودا سەرەدەری دگەل کرییە و ل دویف کەلتۆر و تێگەهشتنا هەر سەردەمەکی، شرۆڤەکرنا پێناسە و چییاتییا وێ و هەولدانێن چارەسەرکرنێ بۆ کرییە.

گروڤێن شینواری ددەنە خویاکرن کو ئەڤ حالەتە ل سەدێ ئێکێ ژ چاخێ بەرینی هاتییە دیتن و چارەسەرکرن، ئانکو هەر هەبوویە و دگەل وەرار و گەشەکرنا مرۆڤی، شرۆڤە و دیتنێن هەمەجۆر ل سەر هاتینە دەربڕاندن. ب شێوەیەکێ گشتی، جڤاکێن کەڤن وەسا ددیتن کو سەدەم و چارەنڤیسێ ڤێ ئێشێ ب هێزێن زالدەستێن سروشتی و

میتافیزیکییڤە هەڤبەندن. بابلییان هزر دکر؛ سەدەمێ ڤێ نەساخیێ هەبوونا شەیتان و گیانێن خرابکارن د لەشێ مرۆڤیدا و دبنە ئەگەرێ نەسروشتیبوونا هزر و رەفتارێن وی، چونکو ئەڤ شەیتانێن خرابکار دگەل گیانێ مرۆڤی تێکهەل دبن، کاریگەریێ دکەنە سەر شێوازێ هزرکرنا وی و ب شێوەیەکێ نەسروشتی ددەنە خویاکرن. گریکییان سەدەمێ تۆشبوونێ ژبۆ سەرەدەرییا خوداڤەندان دگەل مرۆڤی دزڤڕاند، ئانکو ئەو رەفتارێن د مرۆڤیدا دهێنە دیتن، رەنگڤەدانا شێوازێ سەرەدەرییا خوداڤەندەکییە دگەل کەسێ تۆشبووی. لێ میسری یێن کەڤن (فیرعەونییان) شێوازێ ڤێ سەرەدەریکرنا دگەل خوداڤەندان دەستنیشانکر و دگۆتن کو گیانێ کەسێ تۆشبووی دگەل گیانێ خوداڤەندان یان فیرعەونان تێکهەلکێش دبن، ئەڤجا هەر هزرەک یان رەفتارەکا ژێ دەرکەڤیت، ئەو فیرعەونە فەرمانان لێ دکەت و ئەو ب جهـ دئینیت. لەوا ب چاڤەکێ مشتی رێزگرتن هێڤ دکرنە ڤی گیانێ کوبار و ب چریسەت. هیندی یێن کەڤن ئەڤ نەسروشتیبوونا هزر، دلینیێ و رەفتاران ژبۆ تێکچوونا گیانی دزڤڕاندن کو ژ ئەگەرێ هەڤرکی یێن دناڤبەرا هێزێن باش و خرابێن دناڤ ناخێ مرۆڤی ب خوەدا پەیدا دبیت. د تەوراتێ و کەلتۆرێ جهوویاندا، دگۆتن کو تۆشبوون ب هەر تێکچوونەکا کەسایەتیێ سزادانا خودێیە ل سەر کەسێ تۆشبوویی، چونکو پێگیری ب راسپاردە یێن رێک و رێبازا خودێ مەزن نەکرییە. کوردان وە هزر دکر کو سەدەمێ سەرەکیێ تێکچوونا شیرازێ کەسایەتییا هەر کەسەکی ژ ئەگەرێ هنگافتنا ژمەچێترانە (ئەجنە) و ئەڤ هنگافتنە دبیتە سەدەمێ تێکچوونا رەوشا وی یا عەقلی و رەفتاری دناڤ جڤاکیدا. ژبەر کاریگەرییا هەرسێ ئایینێن ئاسمانیی کو کوردستان ب جیوگرافییا خوەیا چیایی و ئاسێڤە، پەناگەها هەمی رەوت و رێبازێن ئایینی یێن هەمەجۆر بوو،

ئەڤ تێگەهێ سزادانا خودێ د کەلتۆرێ کوردیدا هاتە چەسپاندن و کۆمەکا سەدەمێن دی یێن مینا درەوکرنێ، خیانەتکرنێ، بێئەختوباریێ و زناکرنێ ژی ل سەر نەپێگیرییا ب راسپاردەیێن خودێ زێدە کرن. ب شێوەیەکێ گشتی، لێدانا هەر پیرۆزییەکا جڤاکی ل دەف کوردان دبیتە سەدەمێ سزادانا خودێ. ئو چونکو کورد پیرۆزییا قورئانێ و مەزارگەهان و هندەک شێخێن تەریقەتێ د ئاستێ پیرۆزییا خودێدا دپەژرینن، ئەڤجا بابەتێ پێڤەدانێ وەکو سزایەکێ خودایی هاتە دناڤ تێگەهێن پەسەندکریدا. هەر کەسەکێ ژ درەو ب قورئانێ سویندخوار با یان بێرێزییەک ل هەمبەری مەزارگەهەکی یان تەکیایەکێ کربا، دگۆتن دێ پێڤەدەت و مرۆڤ ژ ئەگەرێ وێ پێڤەدانێ دین و هار دبیت. وەکو بەرکارێ ڤێ باوەریێ ژی، کورد نەساخێن خوە ل سەر مەزارگەهـ و جهێن پیرۆز دگێرینن، شێخ و مەلا پێڤە دخوینن یان ژی نڤشتی و حەماهیلۆکان بۆ چێدکەن.

ل دویڤ ڤان نموونێن شارستانی یێن جودا جودا، ئەم دشێین بێژین؛ مرۆڤێ کەڤن ل گورەی ئەفسانە و چیڤانۆکێن ژین و دەردۆرا خوە، سەرەدەری دگەل هەموو بۆیەرێن هەڤبەند ب خۆشی و نەخۆشی یێن ژیانا خوەڤە دکر. هەموو بۆیەرێن ژیانێ، هەر ژ بوون و پەیدابوونا مرۆڤی و چێبوونا کەونی، هەتا دگەهتە گوهۆڕینا وەرزان و دیاردەیێن سروشتی، ب ئەفسانە و چیڤانۆک و باوەری یێن خوە یێن سادە شرۆڤە دکرن. ئەڤجا دەمێ هەر تێکچوونەکا کەسایەتیێ بۆ هەر کەسەکی پەیدا ببا، دا پاڵدەنە تووڕەبوونا هێزێن غەیبی و مێتافیزیکی. لەوا چارەسەرکارێن ڤان حالەتان ژی، هەردەم جادوگەر (ساحر) و ئۆڵدار و کاهن بووینە.

لێ کا چەوا ئاڤا رووباری د هەڕکینەکا بەردەوامدایە، وەرار و گەشەیا عەقل و هزرکرنا مرۆڤی ژی د گەشەیەکا بەردەوامدایە. مل

ب ملێ ڤان جۆره هزر و تێگەهێن کەڤن، جارنا هندەک هزرێن دی ژی دهاتنه کرن، هندەک حەکیم و ژیرمەندان هزر دکر کو دبیت ئەڤ تێکچوونه ژ ئەگەرێ تۆڤێ خرابێ زەلامی بیت، ئانکو ب تێگەهشتنا نهۆ؛ ژبۆ سەدەمێن قنێتی دزڤڕاندن.
دگەل سەرهەلدانا شۆڕەشا پیشەسازیێ و پشتبەستنا ب زانستێ بەرهەست، کۆمەکا هزرێن ماددی ژبۆ پڕانییا دیاردەیێن نەشرۆڤەکری پەیدا بوون و ڤەکۆلینا سەدەمێن فیزیکی یێن دیاردەیان دکرن. ئێدی زانا و پزیشکێن سەردەمێ نوو، هەولدان ل میناکەکێ نۆژداری- ماددی بگەرییێن ژبۆ دیتنا سەدەمەکێ بەرهۆزێ پەیدابوونا ڤێ نەساخیێ. پسپۆرێن خواندنگەها ئاڤەرتەیی (الاستثنائية) وە هزر دکەن؛ هەر حالەتەکێ چ شەنگستە یێن ماددی- فسیولۆجی بۆ نەبیت، وەکو نەساخی ناهێتە هەژمارتن. ئەگەر چ سەدەمێن زانستی یێن بەرهۆز بۆ هندەک حالەتان نەهاتنە دیتن ژی، ئەڤ خواندنگەهە پەنایێ نابەتە بەر هێزێن زالدەستێن سروشتی و مێتافیزیکیێ، بەلکو دبێژن کو سەدەمێ هەر حالەتەکێ نەخویاکری، د ئاییندەیدا دێ هێنە دیتن. هەڤدەمێ هزرێن ڤێ خواندنگەهێ، گەلەک هزر و دیتنێن دی ژی هاتنە قادێ و بۆچوونێن جوداجودا ل سەر شیزۆفرینیایێ پەیدا بوون. نێزیکترین و گرنگترین هزرێن نوی، د خواندنگەهێن دەروونی و شرۆڤەکارییا دەروونیدا خویا بوون. پاشی کۆمەکا بۆچوونێن دی یێن جڤاکی، خێزانی، بۆماوەیی، مینەڤی، رەفتاری، دەروونی- بایولۆژی، بایوکیمیاوی، بایو- سایکو- جڤاکی و نە عەقلی...هتد، ل سەر خواندنگەهێن دەروونی و شرۆڤەکارییا دەروونی زێدە بوون و ڤەکۆلینێن زانستی یێن بەرفرەه ل سەر ڤێ ئێشێ هاتنە کرن.
ژ ڤان هەموو خواندنگەهێن زانستی و ڤەکۆلینێن نۆژداری یێن دەربارا دیرۆک و پێڤاژۆیا نەساخیێ، بۆ مە دیار دبیت کو حالەتەکێ

فره سەدەم و فره جۆر و فره نیشانه، ژ لایەکێ دیڤه ژی، کەڤنه و دگەل کەڤناتییا مرۆڤی پەیدا بوویه. لێ تێگەهشتنا سروشت و رێڕەوا وێ و دەستنیشانکرنا وێ وەکو نەساخییەک، هێشتا مژداره و پێدڤی ب زانینا کۆمەکا پێزانینێن دەروونزانیێ و دەمارزانیێ و وەزیفە یێن مەژی هەیه.

ل گورەی راپۆرت و ژێدەرێن بەردەستێن ل سەر پێڤاژۆیا ڤێ نەساخیێ، وەسا خویا دکەن؛ بەربەلاڤبوونا وێ ژ جڤاکەکی بۆ ئێکێ دی جودایه. نیشان و بەرژەنگێن وێ ژی، ژ کەسەکی بۆ ئێکێ دی د جودانه. لەوا ژی، هەر ژ دەستپێکا سەد سالا بۆری (١٩٠٨)، دەمێ زانایێ سویسری یوجین بلولێر ناڤێ شیزۆفرینیایێ دانایه سەر هندەک تێکچوونێن نەرێکوپێکییا هزرکرنێ و رەفتاران و سەرەرای رێزبەندکرنا شەبەنگا وێ دناڤ رێبەرێن جیهانی یێن دەستنیشانکرنا نەساخییان و ئێشێن دەروونیدا، ژبەر نەبوونا سەدەمەکێ دیارکری و هەبوونا کۆمەکا نیشانێن هەمەجۆر و تێکرەس دگەل کۆمەکا ئێش و تێکچوونێن دی یێن دەروونی و مەژی، هێشتا دناڤبەرا لێکۆلینێن دەروونزان و نۆژدارێن دەماران و جڤاکناساندا مژداره. رەنج و دویفچوونا بیاڤێن زانستی یێن فسیولۆژی، پاتولۆژی، سایکولۆژی و سوسیولۆژی، ساخلەت و هۆکار و چارەسەرییا نەساخیێ گەهاندینە ڤێ سەردەمێ نۆکە ئەم ژێ خەبەر ددەین.

د وان سالێن من وەکو نۆژدارەکێ پیشەکار ل خەستەخانێن دهۆکێ کار دکر، مشە جاران کەفتیمە بەرانبەری ڤان حالەتێن زوهانی و تێکچوونا شیرازێ کەسایەتیێ، پرسیارا بەردەواما کەسێن خواندەڤا و رەوشەنبیر بەری کەسێن سادە و نەخواندەڤان ژ من دکرن؛ ئەڤە نە نەساخییا دختورانه و ب رەئیا وە ببەینە دەف کیژ شێخی یان کیژان مەزاری؟! ئو ل وی دەمێ من لەشێن وان دپشکنین، دا کۆمەکا نڤشتی

و حەماهیلۆکان پێڤە بینم و جارنا من ددیت پشتێن وان د رەشوشینن ژ ئەگەرێ لێدانا ب شفتانان کو شەیتان یان ئەجنەیان ژ لەشێن وان دەربێخن. لەوا من هزر د بەرهەڤکرنا نامیلکەکا پێناسەییدا کر ژبۆ کو ببیتە دەرگەهەکێ تێگەهشتنا ڤێ نەساخیێ، فاکتەرێن هۆکار و نیشان و پێکۆلێن چارەسەرییا وێ تێدا خویاکەم. هەرچەندە خواندنا ئێشەکا دەروونییا وەکو شیزۆفرینیایێ ب زمانێ کوردی نە کارەکێ هێسانە، چونکو کۆمەکا تێرمێن نۆژداری یێن نەهێنە پاچڤەکرن و کۆمەکا نیشانێن تێکرەس و تێکهەلە ب خوەڤە دگریت کو نەدووره فەرهەنگا دەڤۆکا بادینیێ تێرا وەرگێرانا وان ژ ژێدەرێن ئینگلیزی و عەرەبی نەکەت. لێ هەروەکو دبێژن پێڤاژۆیا هزار میلی ب پێنگاڤا ئێکێ دەست پێ دکەت، ئەڤجا مە ناڤێ خودێ لێ ئینا و ل سالا ١٩٩٩ێ ئێخستە بەر دەستێ خواندەڤانێن کورد.
سەرەرای کێموکاسی یێن زمانی و رێنڤیسێ و چێکرنا هندەک تێرمێن هێشتا ل دەف خواندەڤانان نەکەهی، دەستپێکەک بوو ژبۆ وەرگێرانا زانستێ نۆژدارییێ کو ب هزرا من گرنگییا وێ نەکێمترە ژ پێزانینێن وێ یێن زانستی، چونکو زمانێ کوردی بۆ چەندین چەرخان ژ بندەستی و پەراوێزخستنێ دنالی، ئەگەر ب وەرگێرانا فەلسەفێ و زانستێن هەمەجۆر نەبیت، گەشە ناکەت و ناڤەگەرێتەڤە سەر خولک و دەولەمەندییا خوە. ژ لایەکێ دیڤە ژی، گەلەک ژ وێژەڤان و جڤاکناس و سیاسییان، تێرمێ شیزۆفرینیایێ د ئاخفتنێن خوە یێن رۆژانەدا، ب شاشی ل جهێ دوبەندییا کەسایەتیێ و دوروییێ بکاردئینن، ئەڤجا من هزرا بەرهەڤکرن و دانانا ڤێ کتێبا ل بەر دەستێ خواندەڤانێ هێژا کر.
ئەڤ کتێبە (شیزۆفرینیا: تێگەهـ و هۆکار و چارەسەرییا وێ)، ژ پێنج پشکێن سنسلەیی پێک دهێت. د پشکا ئێکێدا؛ ژ بلی دیرۆک و چییاتییا شیزۆفرینیایێ هندەک بابەتێن دی یێن مینا دوبەندییا کەسایەتیێ و

دورویاتی و نەشازییا جڤاکی ژی ب خوەڤە دگریت. هەرچەندە د چییاتی و پێناسەکرنا نەساخییێدا، ئاماژەیەکا نەراستەوخۆ ب شاشییا ئاڵوگۆرکرن و ل جهدانانا تێرمێن دوبەندیێ و دورویاتیێ ددەت، لێ من ڤیا ئاماژەیەکا هوورتر بدەمە لایەنێ جڤاکیێ دوبەندبوونا کەسایەتیێ و هەرسێ حالەتان ژێک ڤاڤێرم کو دو ژ وان تێکچوونێن دەروونینە و ئێک ژێ دیاردەیەکا جڤاکییە. د پشکا دوویێدا؛ نیشان و جۆرێن نەساخیێ ل گورەی چاپا نوویا رێبەرێ دەستنیشانکرنا ئێشێن دەروونی هاتییە رێکخستن کو شرۆڤەکرنەکا زانستییا پوخت و باوەرپێکرییە. پشکا سێیێ بابەتێ دەستنیشانکرنێ و دەستنیشانکرنا جوداکاریێ ب خوەڤە دگریت کو کۆمەکا ئێشێن دی یێن وەکهەڤ ل گەل شیزۆفرینیایێ هاتینە پێناسەکرن و رێکێن جوداکرنا وان ژ ڤێ ئێشێ هاتینە بەحسکرن. ئو ئاماژە ب کۆمەکا جۆرێن کەسایەتییا نەجڤاکی ژی هاتییە دان داکو خواندەڤان ب سەر وان جۆرێن کەسایەتیێ هەلببیت و بشێت ژێک بڤاڤێریت. پشکا چوارێ دەربارەی هۆکار و سەدەمێن نەساخییێە و پشکا پێنجێ ژی چارەسەرکرن و رێکێن پێشگرتن و خۆپارێزیێ ب خوەڤە دگریت. چارەسەری ل گورەی نووترین رڤێشتێن دەرمانان و رێبازێن چارەسەرییا دەروونی و جڤاکی هاتییە دارشتن. ل دوماهییا ڤێ کتێبێ، پاشکۆیەکا زێدەبار بۆ هاتییە دانان کو ژ هندەک نموونەیێن تاقیکرنا کەسایەتیێ و هەڵسەنگاندنا هزر و دلینی و رەفتارێن کەسان پێک دهێت.

ئارمانج ژ بەرهەڤکرنا ڤێ کتێبێ راستڤەکرن و پێشکێشکرنا هندەک پێزانینێن هەردو زانستێن دەروونی و جڤاکینە ل سەر ئێشەکا کەڤن و بەرنیاس. دبیت خواندەڤانەک پرسیار بکەت کا بۆچی هەردو زانستێن دەروونی و جڤاکی هاتینە تێکهەلکرن و گەلەک ئاماژەیێن جڤاکی دناڤ شرۆڤەکرنێن دەروونیدا هەنە؟ ئەڤە راستە، لێ من ڤییایە ڤێ

کتێبێ بکەمە کتێبەکا دەروونجڤاکی کو هەردو جوینێن خواندەڤانێن ئەدەبدۆست و زانستدۆست بشێن سەرەدەرییەکا پۆزەتیڤانە ل گەل بکەن. هەموو بابەتێن پێشکێشکری ل گورەی ژێدەرێن زانستی و باوەرپێکری هاتینە دارشتن. ئو مفا ژ هندەک گۆتارێن ئەلیکترۆنی و ویکیپیدیایێ ژی هاتییە وەرگرتن کو دبیت نەباوەرپێکری بن، لێ ژێدەرێن وان جهێ باوەرییێنە.
ئەڤە کتێبەکا رەوشەنبیرییا گشتییە پشتبەستنێ ب پێزانینێن زانستی دکەت. هەرچەندە دویفچوونەکا هووربین و تێروتەسەلە بۆ نەساخییا شیزۆفرینیایێ، لێ هەر بێ کێماسی نابیت. پرانییا تێرمێن زانستی و تێکچوونێن دەروونی و ناڤێ دەرمانان ب ئینگلیزی و جارنا ب عەرەبی هاتینە نڤیسین، داکو هەر خواندەڤانەکێ بڤێت ل پێزانینێن پتر بگەرییێت، ب ساناهی بشێت د سایتێن ئەنتەرنێتێدا ببینیت. هیڤیدارم ئەڤ رەنجا بچووک، جهێ رەزامەندییا خواندەڤانێن هێژا بیت.

د. عارف حیتۆ
هەولێر/ ٢٠٢١

پشکا ئێکێ

شیزۆفرینیا و دوبەندییا کەسایەتیێ

شیزۆفرینیا چییە؟

شیزۆفرینیا نەخۆشییەکا دەروونییا دۆمدرێژ و دژوارە، ژ ئەنجامێ کۆمەکا سەدەمان پەیدا دبیت و کار دکەتە سەر هزرکرنێ- تێگەهشتنێ، دلینیێ، جڤاکیبوونێ و رەفتارێن مرۆڤی، پاشی بەر ب تێکچوونەکا جڤاکی و وەزیفیڤە دچیت. ل گورەی پێناسەیا رێکخراوا جیهانییا ساخلەمیێ؛ "شیزۆفرینیا حالەتەکێ دەروونیێ دۆمدرێژ و دژوارە، ل سەرانسەری جیهانێ، تۆشی بیست ملیۆن کەسان بوویە. ب شێوەیەکێ گشتی، کار دکەتە سەر تێکدانا شێوازێ سروشتیێ هزرکرنێ و تێگەهشتنێ، دروست بکارئینانا زمانی و رەفتارکرنا نۆرمال د جڤاکیدا، هەست و دلینیێ و پێحەسیانا خوەییێ کەسایەتیێ، کو دبیتە ئەگەرێ قرۆمبوون و داکەفتنا کەسێ نەساخ د بیاڤێن فێرکاری و پیشەییدا. هەروەسا یەک ژ نیشانێن وێ یێن بەربەلاڤ بهیستنا دەنگان و هەبوونا وەهمانە. ئو ژبەر ڤان تێکچوونێن هزری، تێگەهشتن، دلینی و رەفتارێ، دبیتە ئەگەرێ شەرمەزاری و جوداکاری و پێشێلکرنا مافێن مرۆڤی[1]."

ڤەکۆلینان خویا کرییە کو ئەڤ حالەتە دناڤ گەنجان و کەسانێن پێگەهشتیدا بەلاڤە و گەلەک ب کێمی تۆشی زارۆکان دبیت. ئەوێن ژ ئەگەرێ ڤێ نەساخیێ دمرن ب رێژەیا (٢- ٣) جاران زووتر ژ خەلکێ دی دمرن. سەدەمێ ڤێ مرنا زوو ژی ژ ئەنجامێ

---

[1] **سەحکە مالپەرێ رێکخراوا ناڤبری** (2019). **ژ سایتێ** (www.who.int).

تۆشبوونێن سەربارە ب هندەک نەساخی یێن لەشی یێن مینا دل و دەماران و هەودانێن هەمەجۆر[2]. ژبەر مژدارییا سەدەم و نیشان و پێڤاژۆک و ئەنجامێن ڤی حالەتی، هەر زانایەکی ل دویڤ هزر و بۆچوونێن خوە حالەت شرۆڤە کرییە و جوداهییەکا بەرچاڤ د ڤان هزر و بۆچووناندا هەیە کو ب زەحمەت خالەکا هەڤبەندیێ بۆ هەبیت، هندەک ژ ڤان هزروبیران وەک:

- شیزۆفرینیا نەساخییەکە وەکو هەر نەساخییەکا دی، هندەک نیشانێن هەڤتەریب دگەل تێکچوونا کاریێ دەماغی هەیە.
- شیزۆفرینیا رۆلەکێ تەڤاییە، پێدڤییە هەر کەسەک ڤی رۆلی د ژیانا جڤاکییا رۆژانەدا ببینیت، دا هەڤسەنگی و بەردەوامییا ژیانێ نەهێتە تێکدان و د ئەنجامدا پاراستنا هەبوونێیە.
- شیزۆفرینیا ب تنێ دەربرینەکا کەسۆکییە مرۆڤ هوی دبیتێ، داکو بشێت دگەل کاودان و ژیارا خوە یا رۆژانەدا بژیت.
- شیزۆفرینیا رەفتارا مرۆڤییە د ڤۆناغێن وەرارکرنێدا.
- شیزۆفرینیا حالەتەکە مرۆڤ مەرجێن کەساتیێ ب ئاوایەکێ هشکباوەری و زێدەرۆییڤە د هەلگریت، لەوا ل هەمبەر خەلکێ دی ب نەسروشتی دهێتە دیتن.

ئو گەلەک پێناسە یێن دی ژی هەنە، لێ هەموو پێناسە و بۆچوون ل سەر هندێ پێک دهێن کو تێکچوونەکا دەروونییە دبیتە ئەگەرێ نەسروشتیبوونا رەفتاران و نەساخ نەشێت ب شێوەیەکێ نورمال د ژیوارێ جڤاکی بگەهیت و ژێکڤاڤێریت. ئەڤجا ل سەر ڤان هزر و

[2] Laura TM, Nordentoft M, Mortensen PB (2014). Excessive early mortality in Schizophrenia. Annual Review of Clinical Psychology: No. 10, an article from (www.who.int).

بۆچوونان، ئەم دشێین بێژین کو هەتا نهۆ ژی مژدارییەکا زانستی ل سەر ڤی حالەتی هەیە، چونکو پرانییا پێناسەیان شرۆڤەکرنا نیشانێن حالەتییە کو د قۆناغێن خوە یێن جوداجودا دا دهێنە گوهۆڕین. هەتا نهۆ ژی هندەک کەس هەنە شیزۆفرینیایێ ب هنگافتنا ئەجنەیان و چاڤینکرنێ و هەر باوەرییەکا دی یا مێتافیزیکیڤە گرێددەن. هندەک جاران نەساخ ژی وە هزر دکەت کو ژ لایێ هندەک بونەوەرێن ئاسمانیڤە هاتییە رەڤاندن و ئێدی نەما ئەو خودانێ کەسایەتی و هەستێن خوە بیت[3]. ئەڤ تێهزرینا گەلێری، نە تنێ ل سەر ڤێ ئێشێ هەیە، بەلکو دەربارەی هەموو نەساخی یێن دەروونی دهێتە گۆتن و پرانییا خەلکی (ئەگەر باوەرییەکا رەها پێ نەکەن ژی) سەرەدەرییەکا رۆژانە دگەل دکەن. ژ گۆتارەکا ناڤ تۆڕا ئەنتەرنێتێ، نڤیسەرەک پێنج باوەری یێن شاش ل سەر تێکچوونێن دەروونی ددەتە خویاکرن[4]:

١. نەساخی یێن دەروونی نەراستەقینەنە وەکو نەساخی یێن ئۆرگانی: راستییا وێ ئەوە کو ڤان نەساخییان ژی وەکو هەر نەساخییەکا دی یا ئۆرگانی کۆمەکا پیڤەر و نیشان و بەرەژەنگێن کلینیکی هەنە. مشە جاران دگەهتە ئاستێ مرنێ (ب شێوەیێ کریارێن خۆکوشتنێ). هەروەسا دبنە ئەگەرێ داکەفتن و ژدەستدانا شیانێن ب رێڤەبرنا ژیانا خوە یا رۆژانە کو ژ جڤاکی ڤەدەر دبیت و نەشێت ئەرکێن

---

[3] www.aljazeera.net/ 2014.

[4] **بتول حبكنة الميداني** (2018). **خمسة معتقدات خاطئة حول الامراض النفسية. مقالة من موقع:** (www.ziid.net).

خوه يێن پەروەردەيی- فێرکاری و پيشەيی ئەنجام بدەت. ئو چ گرنگيێ ب خوەييێ خوه ژی نادەت.

٢. ژ ئەگەرێ لاوازييا کەساتيێ ل هەمبەری خەمێ و بارگرانييا ژيانێ پەيدا دبن: راستييا وێ ژی ئەوە کو نەساخی يێن دەروونی مينا هەر نەساخييەکا ئۆرگانی تۆشی خەلکی دبيت و رۆلێ لاوازييا کەسايەتيێ د پەيدابوونا نەساخييباندا نە ئێکلاکەرە. ليکۆلينان خويا کرييە کو هندەک نەساخييان پاشخانەکا ڤنيێتی- بۆماوەيی هەيە وەکو نەساخييا شيزۆفرينيايێ. دبيت خەم و بارگرانييا ژيانێ هۆکارێن ئازرێنەر بن، لێ نەسەدەمێ سەرەکيێ نەساخييێنە، ژ بلی نەساخييا بێسازی[5] يێن پەستا پشتی ترۆمايێ کو دبيت رۆلێ سەربۆرێن نەخۆش و ژينگەهێ تێدا د ديار بن.

٣. تنێ ب ئاخفتنێ و شيرەتان دهێنە چارەسەرکرن، نە ب دەرمانان: دبيت شيرەتێن پەروەردەيی و کەلتۆری بکەڤنە دناڤ چوارچۆڤەيا چارەسەرکرنا دەروونيدا يان پشکەک بن ژ تەکنيکا پالپشت بۆ چارەسەرکرنا هندەک نەساخييان. لێ فەرە تەکنيکێن چارەسەرکرنا دەروونی ل بن چاڤدێری و سەرپەرشتييا نۆژدارەکێ دەروونی بن و ب پێدانا دەرمانان بهێتە خورتکرن. هندەک نەساخی هەنە (وەکو شيزۆفرينيايێ) بێی دەرمان چارەسەر نابن.

---

[5] **بێسازی: مە بوو تێرمێ** (Disorder) **دانايە، ژ فەرهەنگەکا ئونلاين هاتييە وەرگرتن. د هندەک حالەتاندا پەيڤا تێکچوون جهێ وێ گرتييە.**

٤. کەسێن باوەردار و ئۆلدار تۆشی نەساخی یێن دەروونی نابن: ئەڤ بابەتە جهێ دانوستاندنەکا کوور و بەردەوامە، بێگومان هندەک نەساخی یێن مینا زۆهان و شیزۆفرینیایێ تۆشی کەسێن باوەردار ژی دبن، لێ دبیت ئەو باوەرییا وان هاریکار بیت ژبۆ کێمکرنا دژوارییا هندەک نەساخی یێن مینا خەمگینی و خەمۆکیێ. هەتا نۆکە ژی گەلەک خەلک نەساخێن خوە دبەنە سەر مەزار و ئۆلداران کو نڤشتییەکێ بۆ چێکەن یان ئایەتەکێ پێڤە بخوینن. لێ چونکو ئایینی رۆلەکێ کاریگەر د ژیانا خەلکیدا هەیە، د شیاندا نینە ڤێ تەکنیکێ ب تەمامی پشتگوهـ بهاڤێژین، گەلەک ژ نۆژدار و چارەسەرکارێن دەروونی دکەنە تەکنیکەک ژ تەکنیکێن چارەسەرکرنا پاڵپشت.

٥. دەرمانێن ڤان نەساخییان دبنە ئەگەرێ ئالۆودەبوونێ: ئەڤە باوەرییەکا بەربەلاڤە دناڤ پڕانییا خەلکێ جڤاکیدا. ئالۆودەبوون ب ماددە یێن بێهۆشکەر و بکارئینانا دەرمانێن دەروونی، دو بیاڤێن ژێکجودانە. ئالۆودەبوون ب تەنا خوە حالەتەکە نیشان و پیڤەر و پێڤاژۆیا خوە یا تایبەت ب خوەڤە هەیە[6]. دبیت هندەک نیشانێن خۆڤەکێشانێ ل دەمێ راوەستاندنا ژنشکانڤە پەیدا ببن، لێ ئەڤە نابیتە بەهانە کو بێژین هەموو دەرمانێن دەروونی دبنە ئەگەرێ ئالۆودەبوونێ.

زێدەباری ڤێ چەندێ، گەلەک زانایێن دەروونی شیزۆفرینیایێ وەک نەساخی ل قەلەم نادەن، چونکو هەر نەساخییەکێ توخیبێن خوە یێن دیارکری هەنە کو سەدەم و نیشان و چارەسەری و

[6] **ژبۆ پتر پێزانینان سەحکە: عارف حیتۆ** (2011). **دەستپێکەک دەربارەی ماددەیێن بێهۆشکەر. ژ بەلاڤۆکێن رێکخراوا** (IREX). **چ1، چاپخانا روکسانا- هەولێر.**

ئەنجامە. لێ ئەڤ توخیبە د شیزۆفرینیاییێدا مژدارن و د هەمان دەمدا خویانە ژی. نێ هەموو پێناسە یێن ڤی حالەتی، شرۆڤەکرنا نیشانانە وەک تێکچوونا هزرکرنێ و ئالۆزییا هەڤبەندی یێن هزرکرنەکا بێی تێگەهشتن و پەیڤ و گۆتنان، نەپێگەهشتن و نەدووربینی د هزرکرنێدا، هایدار نەبوونا ب دەردۆران، پویتەنەدانا ب خەلکی و ژیانا دناڤ ئاشۆپێدا... ئەڤە هەمی نیشانێن رەفتارا شیزۆفرینیاییێیە (هەروەکو لێکۆلەرێن پسپۆر ددەنە خویاکرن). هەلبەت ئەڤ نیشانە دگەل ساخلەمی و پێحەسیان و بیرکرنەکا دروست ژی پەیدا دبن، لەورا زانا گەهشتینە وێ چەندێ کو بێژن: شیزۆفرینیا حالەتەکە دبیتە ئەگەرێ پەیدابوونا هندەک گوهۆڕینێن چوارچوڤەکری د بیاڤێن هزرکرنێ و دلینیێ و د هەڤبەندییا دگەل دەوروبەراندا، کو ئەڤ گوهۆڕینە د چ حالەتێن دیدا پەیدا نابن. ب ڤێ چەندێ ژی، ئەم دشێین بێژین شیزۆفرینیا کۆمەکا کارلێککرنێن زۆهانینە، نەساخ پێ ژ ژیواری ڤەدەر دبیت و کەسایەتییا وی پێ تێکدچیت، دگەل هەبوونا تێکچوونەکا دژوار د بیاڤێن هزرکرنێ و وژدانێ و تێگەهشتنێ و ڤین و رەفتاراندا. چ پێناسەیێن ئێکگرتی نینن کو ب یەک شێواز ل سەر هەموو نەساخان بچەسپیت، لەوا وەکو نەساخییەکا لێکدراو (تێکهەلە) دیار دبیت. لێ تشتێ ئاشکرا د ڤێ نەساخییێدا ئەوە کو مرۆڤ نەشێت کار و دیاردەیێن ژیوارکی و نەژیوارکی ژ هەڤ جودا بکەت[7]. ئەڤ تەڤلیهەڤبوونا هزر و رەفتارێن ژیوارکی و نەژیوارکی/ سروشتی و نەسروشتی، یان

---

[7] سەحکە: (التقرير الشامل عن مرض انفصام الشخصية). مقالة من موقع: (www.kutubpdfbook.com).

ژێک نەجوداکرنا وان، نیشانێن زوهانێنە. زوهان ژی، نەساخییەکا دەروونی/ مەژییە، مرۆڤ بابەتێن ژیوارکی و ئاشۆپی تەڤلیهەڤ دکەت. کەسێ زوهانیی ژ کەتوارێ راستەقینە ڤەدقەتییێت و ژیوار وەکو تێکهەلەیەکێ مژدار و مشت هزر و دەنگ و ئاشۆپێن جیاواز دهێتە پێش چاڤان. رەفتارا وان گەلەک سەیر دبیت و هندەک جاران دگەهتە ئاستێ سەتمینێ (Shock). دەمێ گوهۆڕینەکا ژ نشکاڤە د کەسایەتییا نەساخیدا پەیدا دبیت و هەموو پێڤەگرێدانێن خوە یێن ب ژیواریڤە ژدەست ددەت، دبێژنێ نۆبەتەکا زوهانیی[8]. نۆبەتێن زوهانێ هەروەکو ژ ناڤێ خوە دیار بەروەختن (نە بەردەوامن). د ماوەیێ هەبوونا هەر نۆبەتەکێدا، نەساخ نزانیت کو یێ نەساخە و یێ تۆشی حالەتەکێ تێکچوونا دەروونی بوویی. ئەڤ نۆبەتە ل دەڤ نەساخێن شیزۆفرینیا جوداجودانە، دبیت کەسەک بۆ یەک جار تۆشی نۆبەتەکا زوهانی ببیت و هندەک کەسێن دی تۆشی پتر ژ نۆبەتەکێ ببن. لێ دناڤبەرا هەر نۆبەتەکێ و ئێکا دیدا، نەساخ هەست ب باشی و چاکبوونێ دکەت[9].

ئەگەر ل دیرۆک و پێڤاژۆیا ڤێ نەساخیێ بگەڕیێین، دێ کەڤینە بەرانبەر دیرۆکەکا گرچن و مژدار کو نەهێسانە ب شێوەیەکێ سنسلەیی بهێتە ڤەگێران. تۆمارێن نۆژداری یێن بەری سەدێ نۆزدێ، چ پێزانینێن وورد و پشتراستکەر ل سەر حالەتێن زوهان و شیزۆفرینیایێ نادەنە مە، هەرچەندە کۆمەکا راپۆرتێن تۆمارکری

[8] Smitha Bhandari, MD (2020). Schizophrenia: An Overview. An Article from (www.webmd.com).

[9] **هايل الجازي** (2020). **الشيزوفرينيا أو انفصام الشخصية. مراجعة: د. معن العبكي. مقالة من موقع:** (www.mawdoo3.com).

ل سەر رەفتارێن نەعەقلانی و نەرێکوپێکییا کەسایەتیێ هەبووینە، لێ وەکو تێرم دەستنیشان نەکرینە چ جۆرە نەساخییە یان کێژان جۆرێ تێکچوونێیە. د زۆربەی ئەدەبیاتێن نۆژداری و دەروونییێدا، دبیت راپۆرتێن (جیمس تیلی ماتیۆس- ١٧٩٧) و راپۆرتێن (فیلیپ بینیل- ١٨٠٩) وەکو دەستپێکا ڤی حالەتی بهێنە هەژمارتن. لێ بۆ جارا ئێکێ نۆژدارێ ئەلمانی هینرێخ شۆل (Heinrich Schule)، ل سالا (١٨٨٦)ێ، تێرمێ خەرفتنا پێشوەختە (Dementia Praecox) دانا سەر ڤی حالەتی، وە هزر دکر ئەڤ حالەتە نیشانێن خەرفتنەکا نەپێگەهشتینە. ل سالا (١٨٩١)ێ، ئارنولد پیک (Arnold Pick) هەمان تێرم دانا سەر هندەک حالەتێن زوهانێ. پاشی ل سالا (١٨٩٣)ێ، دەروونزانێ ئەلمانی ئەمییل کریپلێن (Emil Kraeplin) ئەڤ تێرمە ژ (شۆل) و (پیک) وەرگرت و ژبۆ ژێکڤاڤارتنا دو حالەتێن بەرنیاسێن زوهانێ بکار ئینا: خەرفتنا پێشوەختە و تێکچوونا گێولی (مانیا)، کو نهۆ دبێژنێ خەمۆکییا زوهانی یا دوجەمسەر. کریپلین ل وێ باوەرێ بوو کو خەرفتنا پێشوەختە نەساخییەکا دەماغییە و ل سەردەمێ پاش پێگەهشتنێ پەیدا دبیت. ئانکو وەسا هزر دکر ئەڤ حالەتە ب تنێ تۆشی گەنجان دبیت و پاشی دگەل ژیێ مرۆڤی و ل دانعەمرییێ مرۆڤ د هەلوەشییێت و د خەرفیت. ئەڤجا داکو ژ هەر جۆرەکێ دی یێ خەرفتنێ جودا بکەت، ناڤێ پێشوەختە دانا سەر. پاشی ل سالا (١٩٠٨)ێ، زانایێ دەروونی یوجین بلولێر (Bleuler Eugen) بۆ جارا ئێکەم زاراڤێ

شیزۆفرینیا ل شوینا خەرفتنا پێشوەختە بکارهێنا و هەتا نهۆ ژی ل کارە[10].

رەهوریشالێن ڤی زاراڤی (Schizophrenia) ڤەدگەڕیتەڤە سەر تێرمەکێ لێکداییێ یونانی کو ژ دو پەیڤان پێک دهێت؛ شیزۆ (*Skhizein*) ب رامانا دووکەرتبوون (Split)، ئو پەیڤا فرێن (*Phren*) رامانا مەژ (Mind) ددەت. ب ڤێ چەندێ ژی، رامانا حەرفییا شیزۆفرینیا دبیتە دووکەرتبوونا مەژی. هەرچەندە ئەڤ زاراڤە وێ چەندێ دگەهینیت کو کەسایەتی یان مەژێ مرۆڤی دووکەرت دبیت و دبیتە دو پشک. لێ د راستیدا، شرۆڤەکرنەکا چەوتە ژبۆ تێگەهشتنا رامانا دروست یا زاراڤی، چونکو نە کەسایەتییا مرۆڤییە دبیتە دو پشک، بەلکو کەسێ نەساخ هەست ب دو ژیوارێن جیاواز دکەت؛ ژیوارێ راستەقینە، ئەوێ هەموو کەسێن ساخ هەست پێ دکەن و تێدا د ژین. ژیوارێ دووێ ژی، ئەوە یێ نەساخ هەست پێ دکەت کو ژ هندەک سەربۆر و ئینتباعاتێن تایبەت پێک دهێت (ژبلی نەساخی کەسەکێ دی تێ ناگەهیت)[11]. د ڤێ رەوشا ڤەدەربوون و ڤاڕێبوونا نەساخی ژ جڤاکێ دەردۆر، کۆمەکا هزر و دیتن و باوەری یێن شاش ل سەر شیزۆفرینیایێ ژی هاتنە دروستکرن.

---

[10] En.wikipedia.org/wiki/schizophrenia.

[11] **جوزيف بويمل** (2008). **الذهان من مظاهر الفصام: دليل للمرضى والاقارب. دار النشر** (Springer Verlag). **ط2، هايدلبرج. كتاب من موقع:** (www.lundbeck.com).

پسپۆرێن دویفچوونا ڤێ نەساخییێ، هندەک باوەری یێن شاش دیار کرینە، هەتا نهۆ ژی کۆمەکا خەلکێ هەچکوهەیی ب وان شاشییان لێ دنێڕن[12]:

١. **شیزۆفرینیا دوکەرتبوونا کەسایەتییا مرۆڤییە:** تێکچوونا دوکەرتبوونێ یان فرەکەسایەتیێ جۆرەکێ دی یێ تێکچوونێن دەروونییە و ژ ڤی حالەتی جودایە، کێمتر روو ددەت. د شیزۆفرینیاییێدا کەسایەتی دوکەرت نابیت، لێ هەست ب دو ژیوارێن جیاواز دکەت.

٢. **شیزۆفرینیا نەساخییەکا دەگمەنە:** راستییا وێ ئەوە کو نەساخییەکا دۆمدرێژا بەربەلاڤە، دبیت ب درێژاهییا ژیێ خوە، مرۆڤ ب رێژەیا 1% تۆش ببیتێ.

٣. **کەسێن شیزۆفرینیا هەیی ب مەترسینە:** هەرچەندە دبیت هەپارە و هەلوەسەیێن نەساخی، ببنە ئەگەرێ هندەک رەفتارێن توندوتیژ. لێ نەساخ ب خوە، نە توندوتیژن و ل سەر جڤاکی نە دمەترسیدارن.

٤. **کەسەک نەشێت هاریکاری یا نەساخێن شیزۆفرینیا بکەت:** دبیت پرۆسەیا چارەسەریێ تا راددەیەکی یا درێژ بیت. لێ ئەگەر چارەسەرییەکا دروست وەرگریت، بیاڤێ چاکبوونێ گەلەکە. ئو پڕانییا نەساخان دشێن بەرهەمدار بن و ژیانا خوە یا رۆژانە ب رێڤە ببەن.

ب گشتی، شیزۆفرینیا ئێکە ژ ئارێشێن سەرەکی یێن ساخلەمیێ ل سەرانسەری جیهانێ، چونکو تۆشی وان گەنجان دبیت یێن د دەستپێکا نژاندنا کەسایەتی و سەربەخۆییا خوەدا. نەدوورە ببیتە سەدەمێ قرۆمییەکا دۆمدرێژ و ببیتە خاڵەکا رەش یا شەرمەزاریێ

---

[12] Melinda Smith, M.A., Lawrence Robinson, and Jeanne Segal, Ph.D. (2020). Schizophrenia and Coping Tips. An article from (www.helpguid.org).

(ب نەساخی و خێزانا ویڤە). هندەک پسپۆر وەسا هزر دکەن کو شیزۆفرینیا خراپترین نەساخییە تۆشی جڤاکێن مرۆڤایەتیێ دبیت، رێژەیا 5-6% ژ نەساخێن شیزۆفرینیی کریارا خۆکوشتنێ ئەنجامددەن و نێزیکی 20% هەوڵدانا خۆکوشتنێ دکەن، سەدەمێ سەرەکیێ مرنا زوو و کێمکرنا ژیێ گریمانکیێ مرۆڤییە ب راددەیێ دەهـ سالان. هەژی گۆتنە کو خەرجی یێن وێ ب تنێ، نێزیکی 2-3% ژ هەموو خەرجی یێن چاڤدێرییا ساخلەمیێیە ل ئەمێریکا[13].

ژبەر ڤێ چەندێ ژی، پسپۆر و زانا یێن ڤی بیاڤی، د لێگەریانەکا بەردەوامدانە ژبۆ دەستنیشانکرنا هۆکارێن سەرەکی و دیتنا رێکێن چارەسەریێ.

پرانییا زانا یێن دەسپێکا بەربەلاڤبوونا ڤێ نەساخیێ ل سەر وێ چەندێ پێک دهاتن کو نەساخییەکا دەماغییە و چ شیزۆفرینیا بێی تێکچوونا هندەک ئەرک و وەزیفەیێن دەماغی نینن. لێ ئەڤ هزرە مە ناگەهینتە وێ چەندێ کو ببێژین شیزۆفرینیا نەساخییەکا ئۆرگانی یا جهگیرە و وەکو هەر نەساخییەکا دی یا دەماغییە، کو نەساخ د هەمی قوناغێن ژیانا خودا ب هەمان نیشان و کۆژانانداا دبۆریت. لەوا پسپۆرێن دیڤچوونا ڤێ نەساخیێ بووینە دو جوین؛

جوینێ ئێکێ: نەساخیێ ل سەر شەنگستێ تێکچوونا کارێ دەماغی شرۆڤە دکەن و دبێژن ژ کارکەفتنەک د کارێ دەماغیدا هەیە، کار دکەتە سەر وەزیفەیا دەماغی. لێ ئەڤ هزرە گەلەک کەڤنە و هەمی زانایێن ئەڤ هزرە هاژۆتی، نەشیان بگەهنە چ ئەنجامێن نەگوهۆر،

---

[13] **شۆلز، س. چارلز** (2017). **انفصام الشخصية . جامعة منيسوتا. مقالة من موقع:** (www.msdmanuals.com).

چونکو ل گورەی ڤێ بۆچوونێ هەموو ئەلەمێنتێن (ماددی، میتابولیزمی، کیمیاوی و هورمۆنی) د هەموو حالەتاندا وەک هەڤن.

جوینێ دووێ: ل هەمبەری هزرا ماددی یا حالەتی، هزرا دەروونییا مرۆڤی کرن و دگۆتن ئەڤ نەساخییە حالەتەکێ نەساخی یێن دەروونییە و ل سەر دو شەنگستەیان دهێتە شرۆڤەکرن؛ یا ئێکێ: سەرنەکەفتنا دیتنا سەدەمەکێ ماددی بۆ نەساخیێ. یا دووێ ژی: پسپۆر وەسا هزر دکەن کو ئەگەر نیشانێن دەروونی نەبن، ئەڤ نەساخییە ناهێتە دەستنیشانکرن.

ل دویڤ شرۆڤەکرنا تێرمێ وەرگێڕاییێ شیزۆفرینیایێ (فصام العقل)، خویا دبیت کو شیزۆفرینیا مەژێ مرۆڤی ناکەتە دوکەرت، لێ پەرشوبەلاڤ دکەت و دزڤرینتەڤە شەنگستێن سەرەکی (هزر، دلینی، رەفتار)، کو هەر سێ نەسروشتی دبن و هەردو کەتوارێن راستەقینە و گریمانکی ل بەر نەساخی تەڤلیهەڤ دبن. لەوا ئەم دشێین بێژین کو شرۆڤەکرنا ڤی حالەتی ل سەر دو شەنگستەیان رادوەستێت:

- **ئێکەم**: تێکچوونا هزر، دلینی، رەفتار کو دگەل هەڤ ناگونجن.
- **دووەم**: نەمانا هەڤسەنگییا دەروونییا مرۆڤی.

ئانکو ئەڤ حالەتە ژێدەرێن ژیانا دەروونییا مرۆڤی پێشێل دکەت و هەڤبەندییا هەرسێ شەنگستێن سەرەکی (هزر، دلینی، رەفتار) لاواز دکەت. رەفتارا نەساخی دگەل هزرا وی ناگونجیت و هزر دگەل دلینیێ و دلۆڤانیێ ناگونجیت، دلینی و رەفتار ژی نەهەڤسەنگن. ئەڤجا ژ ئەگەرێ ڤان تێکچوونێن ژێگۆتی، هەموو حالەتێن شیزۆفرینیایی نەشێن جڤاکێ راستەقینە و یێ ئاشۆپی ژ هەڤجودا بکەن. لێ د سەر ڤێ چەندێ ڕا، فەرە نەهێتە ژبیرکرن کو هەبوونا

نیشانەکێ یان دووان، نەساخیێ پەیدا ناکەت. بەلکو کۆمەلە نیشانێن کو دهێنە گوهۆڕین و د چەند قۆناغاندا دبۆرن، دبنە ئەگەرێ پەیداکرنا نەساخیێ. هەروەسا مەرج نینە هەر نەساخەکێ شیزۆفرینیا لێ بیت، هەمی نیشانێن وێ لێ دیار ببن. دختۆر و زانایێ سویسری یوجین بلولێر (دانەرێ زاراڤێ شیزۆفرینیاییێ)، نیشانێن نەساخیێ دکەتە چوار پشک:

١. **شەپرزەییا هەڤبەندیاتیێ (اضطراب الترابط)**: کو هزرکرن پەرش بەلاڤ دبیت و هزرێن دووره بابەت و سەیر د مێشکێ نەساخیدا پەیدا دبن.

٢. **شەپرزەییا دلینیێ (اضطراب العاطفة)**: کو هزر دگەل دلینیێ ناگونجیت و د هندەک حالەتاندا دلینی (العاطفة) هەر نینە، هەروەسا د هندەک حالەتێن دیدا، دلینییەکا زێدە هەیە کو پێدڤی ناکەت.

٣. **نیشانێن ئۆتیزمێ (Autism)**: د ڤێ پشکا نیشاناندا نەساخێ شیزۆفرینیا تێک دچیت و تێکهەلیێ دگەل جڤاکی و دەوروبەران ناکەت، هەردەم دناڤ ئاشوپێدا دژیت، ئانکو مرۆڤەکێ فانتازیاییە و شانازیێ ب رەفتار و کەسایەتییا خوە دبەت.

٤. **دوبەندی (الثنائية)**: ل ڤێرە نەساخی هەڤرکییەکا دەروونی دناڤبەرا دو هزرێن هەڤدژێن د ئێکدەم و ئێک بابەتدا هەیە.

ل دەستپێکا سەدێ بیستێ، نۆژدارێ دەروونی (Kurt Schneider) کورت شنایدەر لیستەکا نیشانێن زوهانێ پێشکێشکرن کو شیزۆفرینیاییێ پێ ژ نەساخی یێن دی جودا بکەت، دگۆتێ نیشانێن ئاستێ ئێکێ (First– Rank Symptom) یان **نیشانێن شنایدەر**، وی

هەموو نیشان ل سەر دو جەمسەران دابەشکرن و ب ڤی شێوەیێ ل خوارێ پێشکێشکرن[14]:

جەمسەرێ ئێکێ:

– نەساخی گوهـ ل هزرێن خوە دبیت، هەروەکو ئێک د گوهێ ویدا دبێژیت، یان ئەو هزرن یێن ئێک دکەتە د مێشکێ ویدا، یان هزرێن کەسەکێ دی نە ئەو هزر دکەت.

– نەساخی گوهـ ل هندەک دەنگان دبیت وەکو پرسیار و بەرسڤان (هەلوەسەیێن دەنگی)، هزر دکەت ئەڤ دانوستاندنە بەحسێ وییە. گوهـ ل هندەک تێبینی و پێکەنینان دبیت، هزر دکەت بەحسێ وییە و خەلکەک یێ ترانا پێ دکەت. یان ژی وە هزر دکەت کو ئەڤ تێبینییە ل سەر هزرێن وی دهێنە دان و کاریگەرییەکێ دکەنە سەر بزاڤ و چالاکی یێن وی.

– نەساخ هەست پێ دکەت کو کەسەک دێ زەرگەهان گەهینیتێ یان دێ دربەکی لێ دەت، یان ژی پێ د حەسییێت کو دێ کەڤیت (هەلوەسەیێن لەشی). دیسا دەمێ دبینیت دەستێن وی دلەرزن یان ئەندامەکێ لەشێ وی دلڤیتن، هزر دکەت ئەو کەسەکە وە لێ دکەت.

---

[14] Crowhurst B., Coles E. Michael (1989). Kurt Schneider Concepts of Psychopathology and Schizophrenia: A Review of English Literature. Canadian Journal of Psychiatry. Vol. 34, No. 3 (April) & - Kurt Schneider (1959). Clinical Psychopathology. Translated by Hamilton M.W. New York: Grune and Stratton. a book from (www.researchgate.net).

- هزرا وی پەرش و بەلاڤ دبیت و گەلەک هزران دکەتە دناڤ ئاخفتنێن ئێک بابەتدا کو چ هەڤبەندی پێگڤە نینە. چ هەڤبەندی ب بابەتێ سەرەکیڤە ژی نینە، ئەڤجا هزرا سەرەکی ژبیر دکەت.
- هەر هزرەکا نەساخ بکەت، هەوڵددەت ل ناڤ خەلکی بەلاڤ بکەت.
- نەساخ هەست ب هندەک وەهمان دکەت. مشە خەونرۆژکان دبینیت، یێ هشیار و چاڤ ڤەکرییە، لێ هەردەم وەکو وێ چەندێیە کو یێ د خەونەکێدا دژیت.
- هەر تشتەکێ ب سەرێ نەساخی بهێت، هزر دکەت ئێکی یا وە لێ کری یان پیلانەک یا بۆ دهێتە دانان کو تێ ببەن.

جەمسەرێ دووێ:

ژ بلی هەلوەسەیێن جەمسەرێ ئێکێ، هندەک هەلوەسەیێن دی ژی بۆ پەیدا دبن و نەساخ هەردەم یێ خەمگین و شەپرزەیە، گومان د خوە و هەرتشتەکی دیدا هەیە. وە هەست پێ دکەت چ دلینی (عاطفة) ل دەف نینە و دەردۆرا وی ژی، چ دلینیێ بۆ پێشکێش ناکەت.

هەژی گۆتنە کو ئەڤ نیشانێن شنایدەر پێشکێشکرین، پێنگاڤەکا فرەهـ و بازدانەکا مەزن بوو د خویاکرنا نهێنی یێن ڤێ نەساخییێدا، لێ هێشتا گەلەک نهێنی یێن دی ب مژداری ماینە. پسپۆرێن دەروونزانییێ و ئێشێن دەروونی، د رەنج و خەباتەکا بەردەوامدانە ژبۆ هەلێڤرتنا راستی یێن مایی و رۆژ بۆ رۆژێ پێزانین و دیتنێن نوو یێن زانستی ل سەر دهێنە پێشکێشکرن.

هەروەسا ل دەسپێکا نەساخیێ یان د دەمێ نەساخییا ڤەشارتیدا، گەلەک نیشانێن هەڤپشک هەنە کو ل مرۆڤەک سروشتی ژی دەردکەڤن وەکو **خەونرۆژک** یان **ئاشۆپێن هشیاریێ**، یان **هزرکرنا خۆزیکیی** (Wishful Thinking). د ئاشۆپکرنێ و خەونرۆژکاندا، مرۆڤ د هندەک سەربۆرێن دوور ژ راستی و نەژیوارکییێدا دبۆریت و هندەک میناکێن وەکو هەلوەسەیان بۆ مرۆڤی پەیدا دبن. ئەگەر ئەڤ حالەتە ب شیزۆفرینیا بهێتە هژمارتن، کەواتە مە هەمییان د وەختەکێ دیارکریدا شیزۆفرینیا هەبوویە یان هەیە (ل دەمێ نڤستنێ و دیتنا خەونان، خەونرۆژک، ئاشۆپکرن و هزرکرنا خوزیکیی). لێ جوداهییا مرۆڤێ سروشتی و یێ شیزۆفرینی ئەوە کو ئەڤ نیشانێن شەپرزەییێ (د حالەتێ شیزۆفرینیاییێدا) نە ب تنێ دگەل خەون و خەونرۆژکا دهێن، بەلکو ب ئاوایەکێ بەردەوامی دگەل مرۆڤێ نەساخدا د ژین، یان ژی ل گورەی نۆبەتێن زوهانیێ ئاشکراتر لێ دهێن.

گەلەک نەساخیێن دی یێن (لەشی، دەروونی، دەروونلەشی) هەنە، نیشانێن هەڤپشک دگەل شیزۆفرینیاییێ هەنە، لێ بەری بڕیارا نەساخیێ ل سەر هەر کەسەکی بهێتە دان، پێدڤییە هزرا نەساخی یێن دی ژی بکەن و ژ شیزۆفرینیاییێ جودا بکەن. ئەڤ نیشانە ل وان مرۆڤان پەیدا دبن، ئەوێن د هشیار و زال ل سەر دلینییا خوە. نەساخ دزانیت ل کیڤەیە، دزانیت کا ئەو کییە، هەموو مرۆڤێن ل دۆرێن خوە دنیاسیت و تێکهەلیێ دگەل دکەت، هەروەسا ئاگەهـ ژ رۆژ و دەم و مێژووا نەساخیێ ژی هەیە. بەروڤاژی ئەوێ شیزۆفرینیایی، ڤان شیانان و شارەزاییان هەموویان ژ دەستددەت.

لێ چونکو پرانییا لێکۆلینێن زانستی پشتبەستنێ ب ئاماران دکەن، لەوا ب فەر دبینم ئاماژە ب هندەک ئامارێن دەربارەی ڤێ ئێشا دەروونی بدەم کو میناکێ بەربەلاڤبوونا نەساخیێ پیشان ددەن؛ پرانییا ژێدەران ددەنە خویاکرن کو نێزیکی (0.3- 0.7%) ژ خەلکی د قۆناغەکا ژیانا خوەدا تۆش دبن. ل گورەی ئامارێن سالا 2013ێ، نێزیکی بیست و چوار ملیۆن کەس تۆش بووینە و شازدە هزار کەس پێ مرینە. ئو نێزیکی 20% ژ هەموو کەسێن تۆشبوویی بەر ب چاکبوونێڤە دچن و رێژەیەکا کێمتر ژێ، ب تەڤاڤی چاک دبنەڤە. هەرچەندە رێژا تۆشبوونێ ژ جڤاکەکی بۆ ئێکێ دی جودایە، لێ هەر سالێ نەساخێن شیزۆفرینیی ب رێژەیا (1%) تۆشی قرۆمی و پەککەفتنێ دبن. هەروەسا یا هاتییە زانین کو هەر کەسێ بگەهیتە ژیێ پازدە سالیێ، ب ریژا (45%) تۆشی ڤی حالەتی دبیت، هەلبەت ژ بلی وان کەسێن نیشانێن سڤک هەین و تێکچوونێن کەسایەتیێ و هزرکرنێ، ب ئاشکەرایی لێ دیار نەبووین. دوور نینە ئەڤ رێژەیە ب درێژاهییا ژیانا هەر کەسەکی بۆ (19%) زێدە ببیت.

ئەڤا بۆری، وێ چەندێ خویا دکەت کو ل بەرانبەری هەر کەسەکێ نەساخ (3- 4) کەسێن دی یێن ساخ بەرئاتاڤی ڤێ نەساخیێ دبن. ل ئەمێریکا نێزیکی (1.1%) ژ کەسێن پێگەهشتی تۆشی نەساخیێ دبن و خەرجی یێن چارەسەرکرنا شیزۆفرینیایێ ب تنێ، سالانە دگەهتە سەد ملیار دولاران[15].

---

15 Ar.wikipedia.org/wiki/انفصام الشخصية

د پڕانییا جاراندا، دناڤبەرا ژیێ 15- 35 سالییێدا پەیدا دبیت، لێ (50%) ژ حالەتان بەری ژیێ 25 سالێی پەیدا دبیت. لێ ل دەف زارۆکان، ئانکو بەری ژیێ دەھـ سالێی یان پشتی ژیێ چل سالێی گەلەکا کێمە. نێر و مێ هەردو تۆش دبن، لێ نێر ب ریژەیا (1.4) جاران پتر ژ مێیان تۆش دبن. هەروەسا گەنجێن نێر زووتر ژ مێیان تۆش دبن، کوپیتکا ژیێ تۆشبوونێ ل دەف گەنجێن نێر (٢٥) سالییە و ل دەف مێیان (٢٧) سالییە[16].

بەری بچینە سەر نیشان و جۆرێن نەساخیێ، ب فەر دبینم ل سەر هندەک لایەنێن وێ یێن جڤاکی و حالەتێن وەکو وێ راوەستێم داکو تایبەتمەندی و نیشانێن هەر ئێکێ ب شێوەیەکێ زانستی ژێک بڤاڤێرین و هەر تێرم یان تێگەهەک بکەڤیتە دناڤ خانەیا خوە یا دروستدا.

[16] www.fac.ksu.edu.sa

دوبەندییا کەسایەتیێ و دورویاتی

بۆ ماوەیەکێ دوورودرێژ، خەلکی وەسا هزر دکر، شیزۆفرینیا دوکەرتبوونا کەسایەتییا مرۆڤییە. ئو هەموو نەساخێن شیزۆفرینیی کەسانێن دوروینە یان ئەوێن دوروی نەساخێن شیزۆفرینینە. دبیت ژ ئەگەرێ تێنەگەهشتنا نەساخیێ بیت یان ژ بەر رامانا حەرفییا ناڤێ وێ بیت (Splitting Mind)، کو دوکەرتبوونا مەژییە. نەدوورە، ژ بەر هندەک گۆتار و نڤیسینێن جڤاکی یێن شرۆڤەکرنا کەسایەتیێ بیت، (کو پتر دهێنە خواندن) یان ژی ژ بەر بکارئینانا جەڤەنگییا تێرمێ شیزۆفرینیایێ بیت، کو مشە جاران نڤیسەر دیاردەیا دورویاتیێ پێ وەسف دکەن. هەرچەوا بیت، هەتا نهۆ ژی گەلەک کەس هەنە شیزۆفرینیایێ ب دوکەرتبوونا کەسایەتیێ تێ دگەهن، هەرچەندە کۆمەکا پسپۆر و ڤەکۆلەران دایە خویاکرن، کو شیزۆفرینیا نە دوبەندبوونا کەسایەتییە، بەلکو هەستکرنا ب دو ژیوارێن جیاوازە، بەرهۆز و نەبەرهۆز. هەروەسا هاتییە خویاکرن، کو دوکەرتبوونا کەسایەتیێ، پێشێلبوونەکا دی یا دەروونییە؛ دبێژنێ **بێسازییا فرەکەسایەتیێ** (Multiple Personality Disorder) یان **کەسایەتییا دوبەند**، کو پتر ژ ناسنامەیەکا کەسایەتیێ ل دەڤ نەساخی هەیە و هندەک نیشانێن مینا نیشاندەرێن شیزۆفرینیایێ لێ دەردکەڤن، لێ ناگەهنە ئاستێ ئێشا شیزۆفرینیایێ. ئو ژ بەر کو نەساخ ب کۆمەکا کەسایەتییان سەرەدەریێ د گەل دەردۆرا خوە

دکەت، لەوا هندەک نۆژدارێن سەردەمیی دبێژنێ **بێسازییا ناسنامەیا پەرتبوویی** (Dissociative Identity Disorder- DID).

هەلگرێن دوبەندی یان فرەکەسایەتیێ ب دو شێوازێن جودا یان تێڤەل هزر دکەن یان ژی کۆمەکا کارڤەدانێن جودا و تێڤەل ژبۆ هەمان هەڵوێستی هەنە. ئەڤ هزرکرن و کارڤەدانێن جیاواز، جودانە ژ وێ چەندێ، کو کەسەکی پتر ژ ناسنامەیەکێ هەبیت؛ (کو نیشاندەرەکا گرنگا دوبەندییا کەسایەتییێیە). د حالەتێ تێکچوونا ناسنامەیا پەرتبوویيدا، نەساخ وەسا هزر دکەت، کو دو ناسنامەیێن جودا (یان پتر) هەنە، د دەمەکێ دیارکریدا، هەر ناسنامەیەکا هەیی ب هەموو تێهزرین و ستایلێن رەفتار و دلینیێ، سەرەدەریێ دگەل دەوروبەرێن خوە دکەت.

نیشانێن سەرەکی یێن کەسایەتییا دوبەند، ژبیرکرنەکا بەردەوام و ژ دەستدانا بیردانکێیە؛ وەکو ژبیرکرنا هندەک پێزانینێن تایبەتێن کەسۆکی یان ژبیرکرنا هندەک کەس و بۆیەرێن هەڤبەند ب ژیانا ویڤە، یان ژی هندەک سەردەمێن هەڤبەند ب زارۆکینییا ویڤە. نەدوورە، هندەک بۆیەر و شارەزایی یێن خوە یێن رۆژانە ژی ژبیر بکەت، وەکو وێ چەندێ؛ کو ژ نشکەکێڤە ژبیر بکەت، کا دێ چەوا خشتەیەکی ل سەر کومپیۆتەری چێکەت یان هندەک جاران وە هەست دکەت یێ بەرزە بوویی. ماوەیێ ڤان نیشانان ل گورەی جۆرێ ژبیرکرنێیە، دبیت ژنشکەکێڤە بیت و بۆ ماوەیێ چەندین خولەکان یان دەمژمێران ڤەکێشیت، نەدوورە ژی ب هەیڤان و سالان ڤەکێشیت. د گەل ڤێ ژبیرکرنێ ژی، نەدوورە تۆشی کۆمەکا ئالۆزی و تێکچوونێن هەلچوونێ و رەفتارێن جڤاکی ببیت، رێژەیا خۆکوشتنێ د ڤی جۆرە کەسایەتییێدا بلندە و ل گورەی ئامارا وان

نەساخێن سەرەدانا کلینیکێن تایبەت دکەن، هندەک جاران (70%). جوداهییا وێ د گەل شیزۆفرینیایێ؛ هەبوونا دو کەسایەتییانە، (**د شیزۆفرینیایێ دا یەک کەسایەتییە هەست ب دو ژیوارێن جیاواز دکەت**). ئەو هەلوەسەیێن ژ ڤێ تێکچوونێ پەیدا دبن، نەساخ هزر دکەت هندەک دەنگن ژ کەسایەتی یێن وی یێن جیاواز دەردکەڤن یان د گەل خوە دئاخڤن، لێ هەلوەسەیێن شیزۆفرینیایێ هندەک دەنگێن دەرڤەیینە بۆ دهێنە ئاراستەکرن[17].

نیشانا دووێ یا ڤێ کەسایەتیێ، هەبوونا دو ناسنامەیێن جودایە (یان پتر)، ئو هەر جۆرەکێ ناسنامێ ل دەمەکێ دیارکری ل سەر زاڵ دبیت. ب ڤێ چەندێ، ب دو ناسنامە و کەسایەتی یێن جیاواز (یان پتر) سەرەدەریێ د گەل دەردۆران دکەت. ئەڤ دوبەندی یان فرەناسنامەیە، ب دو شێوازان کار دکەتە سەر کەساتییا نەساخی؛ ب سەرداگرتن و ب سەردانەگرتن.

د شێوازێ ب سەرداگرتنێدا (Possession)؛ ناسنامەیێن کەسی وەسا دەردکەڤن، هەر وەکو فاکتەرەکێ دەرڤەییێ ب سەرداگرتی و ئەو یێ کرییە مولکێ خوە، دبیت ئەڤ فاکتەرە گیانەک بیت یان بونەوەرەکێ دایلان بیت (مینا خودێ یان شەیتانی)، دبیت ژی کەسەکێ مری بیت. (د پڕانییا جاراندا، ب شێوەیەکێ دراماتیکی یێ مری!). هەرچەوا بیت، رەفتارا بەرێ یا ڤان کەسایەتی یێن ناسنامە جیاواز دهێتە گوهۆڕین و خەلک تێ دئینتەدەر، کو رەفتارا دو کەسێن جیاواز دکەت. هەرچەندە د هندەک ئایین و کەلتۆراندا ب سروشتی دهێنە دیتن. لێ ئەڤ ناسنامەیێن شۆنگر، ژ لایێ جڤاکیڤە

---

[17] **صفات الشخصیة المزدوجة** (2021). **مقالة من موقع**: (www.sotor.com).

نەپەسەند و قەبوولکرینە، ئالۆزیێ بۆ خودانێ وان دروست دکەن، چونکو ل هندەک دەم و جهان دەردکەڤن، کو د گەل ئاستێ ئایینی و رەوشەنبیری و جڤاکیێ خودانێ وان کەسایەتییان ناگونجیت. نەساخ ب شێوەیەکێ جودا دئاخڤیت یان ب ئاشکرایی رەفتارێن جودا دکەت، کو خێزانا وی و هەموو دەوروبەر تێ د ئیننەدەر، ئەڤە کەسەکێ دییە دئاخڤیت یان کەسەکی یێ ب سەرداگرتی و ل شوینا وی دئاخڤیت.

د شێوازێ ب سەردانەگرتنێدا (Non Possession)، کەسێ دوبەند هەست ب گوهۆڕینەکا ئاڤەرتەیی و ژ نشکانڤە دکەت، هەروەکو ئەو ب خوەیە چاڤدێرییا ئاخفتن و دلینی و رەفتارێن خوە دکەت، نە بریکار یان شۆنگرەکێ دەرڤەییە. د پڕانییا جاراندا، نە ئاشکرایە و خەلک ب ساناهی تێ نائینتەدەر، کو یێ رەفتارەکا ب ناسنامەکا جودا دکەت[18]. هندەک جاران هەست دکەن، هندەک لایەنێن کەسایەتییا وان یا ژێڤەبوویی (کو حالەتەکە، دبێژنێ فڕین یان **فڕێدانا کەسایەتیێ**) یان وەسا خوە دبینن کو یێن د ناڤ فیلمەکێ سینەماییدا و یێ کەسەکێ جودا ژ خوە دبینن. دبیت هزرەکێ بکەن یان هندەک تشتان بێژن یان ژی هندەک رەفتاران بکەن، کو شیانا کونترۆڵکرنا وان نینە و نە ژ ساخلەتێن کەسایەتییا وان یا سروشتینە. ب مشەیی هەڵوێست و حەز و باوەری یێن وان دهێنە گوهۆڕین، چونکو د هەر حالەتەکیدا کەسەکێ جودا دەربرینێ ژ هەموو هەڵوەستە و حەز و باوەرییان دکەت. هندەک جاران ژی وەسا هەست ب جەستەیێ خوە دکەن، کو یێ هاتییە گوهۆڕین و

[18] **اضطراب الهوية التفارقي** (2019). **مقالة من موقع:** (www.msdmanuals.com).

نەجەستەیێ وانە (بۆ نموونە؛ وەسا هزر دکەن، کو ئەو جەستەیە یێ زارۆکەکییە یان یێ کەسەکییە ژ رەگەزێ بەرانبەر). دبیت ژی، نەساخ هندەک پێزانینێن کەسۆکی یێن گرنگ ل سەر خوە بزانیت، کو کەسایەتی یێن دی یێن د ناڤدا نەزانن یان کەسایەتی یێن وی یێن هەمەجۆر و جیاواز هەڤدو دنیاسن و د ناڤ جیهانەکا نافخۆییا تێروتەسەلدا کارلێککرنێ د گەل هەڤ دکەن. بۆ نموونە؛ دبیت کەسایەتییا (**أ**) هەموو پێزانینان ل سەر کەسایەتییا (**ب**) بزانیت و ئاگەهداری هەموو کار و کریارێن وێ بیت، هەروەکو یا چاڤدێرییا کەسایەتییا (**ب**) دکەت. لێ مەرج نینە کەسایەتییا (**ب**) هەمان پێزانین ل سەر کەسایەتییا (**أ**) هەبن، دبیت ژی ئەو پێزانین و ئاگەهبوونە ل سەر هەبن.

ئەڤ تێکهەلییا د ناڤبەرا کەسایەتی یێن نەساخیدا، ژیانا وی بەر ب مشەوەشی و ئاژاوەبوونێڤە دبەت. ئو ژ ئەگەرێ ڤێ کارلێککرنێ، نەساخی گوهـ ل هندەک دەنگێن نافخۆیی دبیت، کو دانوستاندنە د ناڤبەرا کەسایەتییاندا یان هەڵسەنگاندنا چالاکی یێن رۆژانەیە، یان ژی بەحسکرنا هندەک بیرەهی یێن کەڤنە. دبیت کەسەک ژ ڤان کەسایەتی یێن نافخۆیی ل هەڤالەکێ خوە یێ کاری بخورِیت یان رەفتارەکا نە هەژی د گەل رێڤەبەرێ نەساخی بکەت. ئەڤ جۆرێ کەسایەتیێ تێکچوونەکا دەروونییە و پێدڤی ب چارەسەریێ هەیە. دبیت هندەک نیشان د گەل نیشاندەرێن شیزۆفرینیایێ بگونجن، لێ نەشیزۆفرینیایە.

ئەمما **دوروياتی** بابەتەکێ دیيێ جڤاکییە و چ هەڤبەندی ب ئێشا شیزۆفرینیایێ و ڤێ کەسایەتیێڤە نینە. ئەگەر ئەڤ حالەتێن ژێگۆتی ئێش و تێکچوونێن دەروونی بن، دوروياتی دیاردەکا جڤاکییە ژ

ئەگەرێ دو سیستەمێن هەڤدژ د ناڤ جڤاکەکیدا پەیدا دبیت. خەلکێ وی جڤاکی د هەمان دەمدا گرێدایی هەردو سیستەمان دبن و د هەلویست و ژیانا خوە یا رۆژانەدا بکار دئینن (بێی کو هەست ب هەڤدژیێ بکەن). ئانکو هەر سیستەمەک ل گورەی ئارامییا دەروونی و بەرژەوەندییا کەسۆکی- جڤاکی ل سەر کەسایەتی و بیروباوەرێن مرۆڤی زال دبیت. مرۆڤ ژ بەر دو ئەگەرێن سەرەکی پەناییێ دبەتە بەر ڤێ دیاردێ؛ ئێکەم، تێرکرنا حەز و پێداویستی و پالێنەرێن خوە یێن نافخۆیی، داکو ژیانەکا هەژی و ل ئاستێ پێشبینکری بژیت. دووەم، رازیکرنا جڤاکییە، داکو د چاڤێن ژیوارێ دەردۆردا، یێ قەبوولکری و هەژی بیت.

ب شێوەیەکێ گشتی، ئەڤ هەردو سیستەمە دەربرینێ ژ ژیوارێ بەرهۆز و هزرێن ئیدیالی دکەن یان ژی هەڤرکییەکا نافخۆییە د ناڤبەرا ڤیان و شیانێدا. هەر کەسەک حەز دکەت ژیانەکا خۆش و بێکێماسی بژیت، هەموو پێداویستی یێن ژیانێ بۆ خێزانا خوە و بنەمالا خوە، ب باشترین شێوە دابین بکەت. ژ بۆ ڤێ مەرەمێ ژی، دێ هەموو شارەزایی و شیانێن خوە ئێختە د بیاڤێ کارکرنێدا، کو پێ بگەهتە ئارمانجا خوە یا خواستی. لێ د هەمان دەمدا ژی، حەز دکەت کەسایەتییەکێ هەژی و خۆشەویست بیت، جهێ رێزگرتن و شەهنازیپێکرنا جڤاکی بیت. ئەڤجا دێ بانگەوازیێ بۆ هەموو سنج و رەفتار و باوەری یێن پەسندکری یێن جڤاکی کەت (هەولدانەکە ژ بۆ هندێ، کو کەسەکێ نموونەیی- ئیدیالی بیت). ئو ئەگەر هەردو ئارمانجێن ئیدیالیبوونێ و ژیوارکیێ د هەڤگونجایی و هەڤتەمامکەر بن، هینگی هەرسێ پێکهاتەیێن کەسایەتییا مرۆڤی ژی (**ئەز-** Ego، **ئەو-** Id، **ئەزا بلند-** Super ego) هەڤسەنگ و هەڤگونجایی دبن،

هەماهەنگییە د ناڤبەرا حەز، پاڵێنەر، هزر، رەفتار و وژدانا مرۆڤیدا پەیدا دبیت، ئەڤە ژی دبیتە ئەگەرێ وەرگرتنا شێوازەکێ کاملانیێ د چاڤێن جڤاکیدا. لێ چونکو ئەز (Ego) دەربرینێ ژ جڤاکیبوونێ و هۆشیارییا مرۆڤی دکەت، ئەو (Id) دەربرینێ ژ حەز و پاڵێنەرێن ئاژەلی یێن نەهۆشییا مرۆڤی دکەت و ئەزا بلند ژی (Super ego) مینا چاڤدێر و زێرەڤانەکێ ئەزێیە، کو نەکەفتە بن باندۆرا حەزێن ڤەشارکری، ئەڤجا چ جاران ئەو هەڤگونجانە پەیدا نابیت و هەردەم مرۆڤ دکەفتە د ناڤ هەڤڕکییەکا بەردەواما د ناڤبەرا حەزێن ڤەشارتی و کریارێن ڕێپێدایی‌دا.

ئەڤ هەڤڕکییا نافخۆیی پشکەکا سروشتییا ژیانا مرۆڤانە، ب تیۆرا شرۆڤەکارییا دەروونی هاتییە پەژراندن و ناکەفتە د چوارچۆڤێ دورویاتیێدا، بەلکو پشکەکە ژ چیپاتییا ناخ و دەروونێ مرۆڤی. لێ ئەوا دورویاتی پتر ئینایە د ناڤ بازنەیێ جڤاکیدا، گۆتن و رەفتارێن مرۆڤانە، **ب گۆتن**؛ باوەریێ ب کۆمەکا تێگەهـ و عورفێن پەسەندکری دئینیت، لێ **ب کریار**؛ هندەک رەفتارێن دی یێن ل دژی وان گۆتنان دکەت. دەمێ عەلی وەردی تیۆرا هەڤڕکییا د ناڤبەرا شەهرستانی و بەداوەتێ ژ ئیبن خەلدوون وەرگرتی، کو جڤاکێ عیراقێ پێ شرۆڤە بکەت، وی دڤیا سەرەدەریێ د گەل رەهوریشالێن وێ هەڤڕکییا بەردەواما هەیی د جڤاکێ عیراقێدا بکەت. کۆمەکا عەشیرەتێن کۆچەر و بەدەوی ژ بۆ لێگەریانا ل چەروانە و ئاڤێ، مشەختی نهالا د ناڤبەرا هەردو رووباراندا بوون، ئو پاشی د گەل خۆجهێن باژێران، تۆشی هەڤڕکی یێن بەردەوام بوون. ڤان هەڤڕکییان ئەو ئێخستنە د ناڤ جغزا دو سیستەمێن تێڤەل و هەڤڕکدا؛ سیستەمێ کەڤن (**عەشیرەتی- کۆچەرایەتی**) و یێ نوو (**شەهرەواری**)، ئانکو هەڤڕکییا

دناڤبەرا باوەری یێن رەسەن و رەفتارێن کەتواریدا، کو بەر ب دورویاتییا سەرەدەریکرنێڤە چوون، هەتاکو بوویە پشکەک ژ پێکهاتەیێ کەسایەتییا وان[19].
ژ لایەکێ دیڤە، دبیت ئەڤ هەڤرکییە ب هەمان توندییا خوە د ناڤ جڤاکەکێ شەهرەواردا ژی هەبیت، لێ ب میناکێ هەڤرکییا د ناڤبەرا نوویاتی و شۆپپارێزییێدا دەردکەڤیت. ژیانا مرۆڤی د وەرارەکا بەردەوامدایە و هەر قۆناغەکا وەرارێ هندەک تێگەهێن نوو دهێنە د ناڤ جڤاکیدا، کو خەلک ب ساناهی نەشێت سەرەدەرییێ د گەل بکەت، ئەڤجا خەلک دبنە دو جوین؛ ئالا هەلگرێن نوویاتیێ و ئەوێن شۆپپارێز. ئەڤ هەڤرکییا د ناڤبەرا تێگەهێن کەڤن و نوودا، دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ، کو د ناڤ ژیواری و بیاڤێ پراکتیزەکرنا تێگەهێن جڤاکیدا بەر ب دورویاتییێڤە بچن[20].
لێ ئەوا ئەڤ دورویاتییە کرییە بابەتێ لێکۆلینان و دویڤچوونێ، پەیدابوونا ئایینان بوو. ئایین ل سەر سێ ستوونێن سەرەکی رادوەستێت؛ باوەرداریيا رەهایی ب پەیاما ئایینی، ئەنجامدانا ئاییردەیێن ئایینی، کو ئاستێ پێڤەگرێدانێ پێ دیار دکەت، سنج و رەفتارێن قەبوولکری یێن شەریعەتێ. ئەگەر دشیانا کەسیدا بیت، پێگیرییێ ب هەردو ستوونێن ئێکێ و دووێ بکەت، لێ پێگیرییا ب ستوونا سێیێ نەهێسانە، چونکو ب رەفتارێن نموونەیی یێن ئایینیڤە

---

[19] علي الوردي (1965). دراسة في طبيعة المجتمع العراقي: دراسة تمهيدية لدراسة المجتمع العربي الاكبر في ضوء علم الاجتماع الحديث. ط1- بغداد. الكتاب موجود على موقع: (www.kutub-pdf.net/books).

[20] علي الوردي (1955). مهزلة العقل البشرى. ط1- بغداد. ط2 (1994)، منشورات دار كوڤان- لندن.

گرێدایە و کەسەک نەشێت یێ نموونەیی بیت[21]. ل ڤێرە مرۆڤێ موسلمان دکەفتە دناڤ هەڤڕکییا دناڤبەرا دنیایێ و ئاخرەتێدا، دنیا و ئاخرەت دو جیهانێن ژێکجودانە، ئاخرەتا مرۆڤی نەبەرهەستە و نەبەرچاڤە، سەرکەفتن ب ئاخرەتێ هەردەم یا پاشئێخستییە. لێ دنیا بەرهەست و بەرچاڤە، سەرکەفتنا ب دنیایێ یا هەنۆکەییە. هەرچەندە ئیسلامێ (کو ئایینێ دنیا و ئاخرەتێیە)، ل گورەی دیتنا خوە یا سەردەمەکێ دیارکری، چارەسەری ژ بۆ ڤێ هەڤکێشێ دانایە **(وەسا بۆ دنیایا خوە کار بکە، هەروەکو چ جاران نامری، ئو وەسا بۆ ئاخرەتا خوە کار بکە، هەروەکو سوبە دێ مری- ئیمامێ عەلی)**، لێ ل شوینا ئەڤ گۆتنە ببیتە چارەسەر، رەفتارێن دورویاتیێ بەر ب ئاقارەکێ بەرفرەهترڤە برن. هەموو کریارێن ژیوارکی یێن نەگونجایی د گەل سنجێ نموونەییێ پەژراندی، ل بن ڤێ گۆتنێ و حەلالییا بازرگانیێ دهاتنە کرن. ب ڤێ چەندێ ژی، هەکو دیرۆکا ئیسلامێ دخوینین، دبینین کو کەسێ موسلمان هەتا سەر هەستێ ب هەر پێنج ئاییردەیێن فەرزکریڤە گرێدایە و پاشی ل گورەی حەز و نیاز و بەرژەوەندا خوە کار دکەت. دناڤ جڤاتان و د مزگەفتێڤە، بانگەوازیێ بۆ هەموو سنج و ساخلەتێن موسلمانێ پاقژ دکەت، ئو د ژیانا خوە یا رۆژانەدا، وان هەموو شیرەت و رێنماییان ژ بیر دکەت.

ژێدەرێن دیرۆکا ئیسلامێ دبێژن، ل سەردەمێ دەستپێکا ئیسلامێ، گەلەک سەربازێن لەشکەرێ معاویەیێ کورێ ئەبو سفیان دگۆتن:

---

[21] **علي الوردي** (1965). **دراسة في طبيعة المجتمع العراقي. الكتاب موجود على موقع**: (www.kutub-pdf.net/books).

"دلێ من د گەل دۆزا عەلییە، لێ شیرێ من د گەل معاویەیە"، ئەڤە نموونەیەکا زێندییە ل سەر هەڤڕکییا د ناڤبەرا دنیا و ئاخرەتێدا، شەڕڤانێن هەردو جوینێن هەڤڕک دزانین کا دۆزا کێ رەوایە، لێ پاداشتێن دنیایی یێن معاوییەی خەلک ژ پاداشتێن ئاخرەتی یێن عەلی ددا پاش و بەر ب ئۆردییا لەشکەرێ معاوییەیڤە دبرن[22]. نموونەیێن ژ ڤی جۆری پڕی دیرۆکا ئیسلامێنە.
بابەتێ دییێ ئەڤ دورویاتییە موکمتر لێ کری، هاتنا شەهرستانییا رۆژئاڤایی بوو، کو کۆمەکا تێگەهێن نوو یێن ژیانێ (مینا وەلات، دیموکراسی، مافێن مرۆڤی، مافێن ژنێ و زارۆکان... هتد) و کۆمەکا ئالاڤێن نوو یێن بەرهەمهێنانێ و شێوازێن نوو یێن هەڤبەندی و پەیوەندیکرنێ ئینانە د ناڤ جڤاکێن پاراستیدا. فیلم و دراما یێن میسری، ب بەرفرەهی خوە ل ڤی بابەتی ددەن و پڕانییا جاران کەسایەتییا (سی سەیید) دەربرینێ ژ وی کەسی دکەت، یێ د مالا خوەدا شۆپپارێز و توند، لێ ئەو ب خوە ب دویف هەوایێ دلێ خوە دکەڤیت. ئانکو ئەو کریارێن ئایینی حەرام کرین، هەر ب ناڤێ پاراستنا ڤی ئایینێ پیرۆز، بۆ خوە حەلال دبینیت و ل کەسوکار و خێزان خوە حەرام دکەت! ئەڤ بابەتێ چەواتییا سەرەدەریکرنا مرۆڤی دگەل حەلالی و حەرامیێ (ب دیتنێن خوە یێن کەتوارکی)، بەرێ مە ددەتە دیاردەکا دی یا هەڤبەند ب دوبەندییا کەسایەتیێ و دورویاتییڤە. ئەو ژی نەشازییا جڤاکییە.

[22] **علي الوردي** (1953). **وعاظ السلاطين. ط1- بغداد. ط2** (1995)، **منشورات دار كوڤان- لندن.**

ئەگەر دوروياتی ب شێوەیەکێ نەهۆشیێ بیت و مرۆڤ هەست ب دووانیزما کەسایەتییا خوە نەکەت، نەشازییا جڤاکی ب زانیبوون و پلان دهێتە کرن. دبیت د وەختێ ئەنجامدانا رەفتارێن هەڤدژدا بچیتە د ناڤ پرۆسەیا نەهۆشییەکا کۆمێدا و پێ نەزانیت، لێ دەمێ هزرێن خوە د رەفتارێن خوەدا دکەت، پێ دحەسیێت کو یێ رەفتارەکا نەپەسند و نەقەبوولکری دکەت. ئایینێ مەسیحیەتێ ئەڤ نەشازییە یان دوروياتییە ب جەلسەیێن دانپێدانێ هەڤسەنگ کرییە، کەسێ تاوانبار دێ چیتە دێرێ و دانپێدانێ ب گونەها خوە کەت. هەرچەندە ئەڤە نەچارەسەرییە، لێ خوە قاییلکرنەکە، کو باوەری یێن ئایینی پەرت نەبن و نەبنە پشکەک ژ پرۆسەیا دوبەندییا د کەسایەتییێدا.

د ئیسلامێدا ژی، تۆبەکرن هەیە، کو مرۆڤێ موسلمان دێ ژ وان رەفتارێن ئەنجامدایی تۆبە کەت و ئێدی دێ ڤەگەریتەڤە سەر سنج و رەفتارێن ئایینێ خوە. ئەڤ هەردو نموونەیە وێ ئاماژێ ددەن، کو ئۆلدار و پارێزەرێن ئایینان ژی هەست ب زەحمەتییا نموونەییێ کرییە و ساخلەتێ کاملانییا کەسێ ئۆلدار بەر ب رێژەییێڤە برییە. موسلمان دبێژن: "کاملانی بەس ژ بۆ خودێیە".

دورویاتی و نەشازییا جڤاکی

د ڤان سەد سالێن بۆریدا، کەسەکێ هندی عەلی وەردی، خوە ل بابەتێ سروشتێ مرۆڤی و کەسایەتییا جڤاکی و دورویاتی و نەشازییا جڤاکی نەدایە. هەموو ڤەکۆلینێن خوە یێن ژبۆ شرۆڤەکرنا ساخلەتێن کەسایەتییا مرۆڤێ عیراقی ل سەر سێ مگرتی یێن سەرەکی ئاڤاکرینە. هەرسێ مگرتی کرینە سەدەمێ سەرەکیێ هەموو دوبەندی و دورویاتی و نەشازییان، ئەو هەرسێ مگرتی؛ **هەڤرکییا کۆچەری و شەهرەوارییێ، دوبەندی و دورویاتییا کەسایەتیێ، نەشازییا جڤاکی**([23]). دورویاتییا کەسایەتیێ ساخلەتەکێ مرۆڤییە، کو (بێی پێ بحەسییێت) کۆمەکا رەفتارێن هەڤدژ د گەل بیروباوەرێن خوە دکەت. نەشازییا جڤاکی، هەمان دورویاتییە د رەفتارێن مرۆڤیدا دەردکەڤیت، لێ ژ ئەگەرێ سەرەدەرییەکا هەنۆکەیی یا د گەل تێگەهێن نوو و گوهۆڕینێن جڤاکی پەیدا دبیت. دبیت مرۆڤی ئاگەه ژ مومارەسەکرنا ڤێ نەشازیێ هەبیت و دبیت ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی ببیتە پشکەک ژ ستایلێ کەسایەتیێ. ئەو کەسێ ب شەڤ و رۆژ بانگەوازیێ بۆ ئازادی و مافێن ژنان دکەت، لێ د مالا خوەدا وێ ئازادیێ قورغ دکەت و وان مافان پێشێل دکەت. ئەو دزانیت یێ رەفتارەکا نەشاز دکەت، لێ ژ بۆ رازیکرنا جڤاکی و پیشاندانا مەدەنیبوونا خوە دکەت. هەروەسا ئەو کەسێن هەردەم

---

[23] **علي الوردي** (1969). **لمحات إجتماعية من تاريخ العراق الحديث: المجلد الاول (الملحق الثاني). ط1، بغداد. من موقع:** (https://www.alkottob.com).

گللەییان ژ حکومەتێ دکەن، کو کێمتر ماف بۆ هاتینە پێشکێشکرن، نزانیت کو وی ژی ئەرکێن خوە (ل بەرانبەری مافێن داخوازکری) ئەنجام نەداینە، وەسا هزر دکەت، کەسەکێ هندی وی نەکرییە و تەمەت وی زەحمەت نەدیتییە.
ئەڤ دوبەندییا دهێتە دیتن، ژ ئەگەرێ گوهۆڕینێن هێدی یان بلەز پەیدا دبیت. د گوهۆڕینێن هێدی و بەرەبەرەییدا، مرۆڤ دشێت د گەل بگونجیت و ب بۆرینا دەمی دێ ل گەل راهێت. ئەڤ جۆرێ راهاتنا دگەل گوهۆڕینان، پێدڤی ب دوبەندیێ و دورویاتیێ ناکەت، چونکو رەفتارا گوهارتی دبیتە پشکەک ژ مەنزوومەیا قەبوولکرییا جڤاکی.
بەلێ د گوهۆڕینێن بلەزدا، هەڤڕکی د ناڤبەرا تێگەهێن کەڤن و نوودا پەیدا دبیت و مرۆڤ پێ شەپرزە دبیت، کا دێ تێگەهێن هەیی پارێزیت یان دێ دگەل پێلا هزرێن نوو دەتە رێ. ئو د پڕانییا جاراندا، بەرژەوەندا خوە دهەلبژێریت، کو جار د گەل هزرێن نوویە و جارنا ب پاراستنا هزرێن کەڤنڤە گرێداییە. هەر گوهۆڕینەکا بلەزا شەهرستانیێ، ب هەمان ئاست کار ناکەتە سەر هەموو پشکێن پەیکەرێ جڤاکی. جارنا، هەکو دو بیاڤێن پێکڤەگرێدایی بەرئاتاڤی پێشکەفتنێن نوو دبن، گوهۆڕین د پشکەکێدا دقەومیت و پشکا دی وەکو خوە دمینیت، یان پشکەک ژ یا دی بلەزترە. ئەڤە ژی دبیتە ئەگەرێ شەپرزە بوون و دوبەندییا رەفتارێ و سەرەدەریکرنێ. گوهۆڕینێن شەهرستانیێ (بەری کو هزر و رەفتار بن)، ب کۆمەکا عەدەت و تێگەهانڤە دهێنە د ناڤ جڤاکیدا.
عەدەت ب سروشتێ خوە هشکن و ب رابردوویڤە گرێداینە، مرۆڤ دگەلدا مەزن دبن و ل سەر رادهێن، دەمێ دهێنە گوهۆڕین، ب

شێوەیەکێ بەرەبەرەیی و هێدی هێدی دهێنە پەژراندن. لێ هزر و رەفتارێن رۆژانە، ب ساناهی دهێنە گوهۆڕین و دشیاندایە مرۆڤ ب کریارا چاڤلێکرنێ، هەر رۆژ هزر و رەفتارێن خوە بگوهۆریت. ب ڤێ چەندێ ژی، دێ ب نەچاری سەرەدەرییێ ل گەل هزرێن نوو کەت و ب هەمان نەچارییێ، دێ پارێزگارییا باوەری و عەدەتێن کەڤن ژی کەت، داکو بشێت هەڤسەنگییا خوە د ناڤ جڤاکێ خوە و بنەمالێدا بپارێزیت[24].

ئەگەر سەحکەینە رەفتارێن خوە یێن د ناڤ جڤاکیدا، دێ بینین کو ئەم هەموو حەز دکەین؛ حکومەت باشترین حکومەتا دنیایێ بیت، لێ کەسەک ژ مە پێگیرییێ ب یاسا و رێنمایی یێن ڤێ حکومەتا خوە ناکەت (یان ب کێمی ژێ نەرازییە). ئەم ب مشەیی داخوازا مافان دکەین و ب کێمی ئەرکێن خوە یێن ل هەمبەری مافێن داخوازکری ئەنجامددەین.

- هەتا سپێدێ ل سەر فێسبووکێ خەبەرا دبێژینە بەرپرسان و ل رۆژا پاشتر، وێنەیان ل گەل دگرین و شەهنازییێ ب نیاسینا وان دکەین.
- ل سەر شاشەیێن تەلەفزیۆنێ و کەناڵێن سوشیال مێدیایێ، ل دژی گەندەلییێ و بێقانوونییێ رادوەستیین، لێ هەر ئێکێ پێ چێببیت گەندەلی و بێقانوونییێ دکەت.

[24] علي الوردي (1969). **لمحات إجتماعية من تاريخ العراق الحديث: المجلد الاول (الملحق الأول).**

- ئەم دبێژین؛ فەرە دەنگێن خوە بدەینە کەسێن تەکنوکرات و هەژی، لێ ل سەر سندووقێن دەنگدانێ، دەنگێ خوە ددەینە خزم و هەڤعەشیران.
- پڕانییا خەلکی دیموکراتیخواز و پشتەڤانێن مافێن ژن و زارۆکانن، لێ د ژیانا رۆژانەدا، هەر ئێک دکتاتۆرەکە و پێشێلکرنا ساکارترین مافێن ژن و زارۆکان ب پاراستنا ئایینی و عورف و عەدەتانڤە گرێددەت.
- ل خواندنگەهان، قۆتابی یێن خوە فێری راستگۆییێ و دەستپاکیێ دکەین، لێ ل بەرانبەری پاداشتەکا کێم، وێ راستگۆیی و دەستپاکیێ ژ دەستددەین.
- سەرسامییا خوە ژبۆ زانستێ تەکنەلۆژیایێ نیشا ددەین و بانگەوازیێ بۆ دکەین، لێ ناهێلین کچێن مە موبایل هەبیت.
- ژنان د ماڵڤە زیندان دکەین، لێ هەکو دەرفەتا پۆستەکێ ب پارە و هەژی بۆ هەلبکەڤیت، دێ بنێن هاونان کونکەین، کو ب دەستڤە بهێت.
- رۆژییان دگرین و نڤێژان ل مزگەفتێ دکەین، ل ئێڤاری ژی مەیێ ڤەدخۆین.
- خێر و صەدەقەیان ل سەر خەلکێ هەژار بەلاڤ دکەین، لێ فێلبازیێ د متایێن بازرگانییێدا دکەین.
- ئەم هەموو ل دژی سوحبەتێن سێکسی رادوەستین، لێ چ خەبەرێن مە نینن ئەگەر ئاماژە یێن سێکسی تێدا نەبن.
- سەرا بابەتێن ئەڤینییا د ناڤبەرا گەنجاندا هەڤدو دکوژین و شەهنازیێ ب هژمارا یارێن خوە دکەین... هتد.

ئەڤ هەموو رەفتارێن هەڤدژ و نەگونجایی، ب نەشازییا جڤاکی یان ب دورویاتییا کەسایەتیێ دهێنە نیاسین. رۆژانە د ناڤ جڤاکیدا دهێنە دیتن و خەلک ب زانیبوون یان ب نەهۆشی سەرەدەریێ ل گەل دکەت و هندەک جاران ژی بەهانە دکەت (چ ب عەدەتێن جڤاکی یان ب فەرموودە و پەیامێن ئایینی). خەلکێ هەچکوهەیی و جارنا کەسێن خواندەڤان ژی، ڤان جۆرە کەسان ب کەسایەتی یێن دوبەند یان ب شیزۆفرینیایێ ددەنە نیاسین، لێ ڤان حالەتان چ هەڤبەندی ب تێکچوون و ئێشێن دەروونیڤە نینە، بەلکو دیاردەیێن جڤاکینە و چارەسەرییا وان ب رێکخستنا جڤاکی و سەروەرییا یاسایێ و مافێن مەدەنیڤە گرێدایە.

پشکا دووێ

نیشان و جۆرێن شیزۆفرینیایێ

نیشانێن نەساخیێ

نیشانێن نەساخیێ تێکرەس و هەمەجۆرن. دبیت کۆمەکا نیشانێن جیاواز، ل دەڤ هەمان نەساخ، د دەمێن جیاوازدا پەیدا ببن. دبیت ئەڤ نیشانە ژنشکەکێڤە پەیدا ببن (د ماوەیێ چەند رۆژان یان چەند هەفتییاندا)، دبیت ژی ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی پەیدا ببن. ئانکو د ماوەیێ چەندین سالاندا، دێ هندەک نیشانێن ساکار و دەستپێکێ ل نەساخی پەیدا بن هەتاکو لێ توند و دژوار دبن و ب ئاشکرایی کار دکەنە سەر شیانێن نەساخی کو ئێدی نەشێت بەردەوامیێ ب کار و چالاکی و تێکهەلییا جڤاکی بدەت، جارنا نەشێت ب کریارا خوەسەخبێرکرنێ ژی رابییت. مشە جاران نەساخ بیرییا دەمێ بەری نەساخیێ دکەت کو هندەک نیشانێن دەستپێکی و ساکار لێ هەبوون (نیشانێن پەست و بارگرانییا ژیانا رۆژانە). ئەڤ نیشانەنە ئەوێن دبێژنێ "**نیشانێن ئاگەهدارکرنا پێشوەختە**"، ب شێوەیەکێ نەچوارچۆڤەکری د قۆناغەکا ژیێ مرۆڤیدا پەیدا دبن، وەکو: مەیلێن خوە ڤەدەرکرنێ، ئالۆزی و دودلی، خەمگینی و بێگێولی، ترسیانەکا نەدیار، دبیت ژی هندەک رەفتارێن سەیر بکەت، هندەک کەس تۆشی خەوزڕان و نەمانا شەهیەتا خوارنێ دبن، وەسا ددەنە خویاکرن کو دەردۆر و ژینگەها وان یا هاتییە گوهۆڕین و کەسەک د وی ناگەهیت. ئەگەر دختۆرەکێ تایبەتمەند ببینیت، دوور نینە بزانیت ئەڤە دەستپێکا نەساخییا شیزۆفرینیاییە،

لێ د پڕانییا جاراندا ناهێنە دیتن، چونکو هەمان نیشانێن پەستداری و ماندیبوونا ژیانا رۆژانەنە، لەوا دبیت نەهێنە دەستنیشانکرن تاکو نیشانێن ئاشکرا پێن نەساخیێ لێ دەردکەڤن.

نیشان ل داوییا ژیێ سنێلاتیێ یان ل دەستپێکا بیست سالیێ، ل دەف گەنجێن نێر پەیدا دبن. ل دەف کچان ژی پشتی ژیێ بیست سالیێ و سیھ سالیێ دەردکەڤن. ئەو ماوەیێ ئەڤ نیشانە دەردکەڤن و هەتا دگەهتە دەمێ ئاشکرابوونا نیشانێن تەواوێن زوهانێ- شیزۆفرینیایێ، دبێژنێ **ماوەیێ دەستپێشخەریێ** (Prodromal Period). دبیت بۆ ماوەیێ چەند رۆژان یان چەند هەیڤان ڤەکێشیت، دبیت ژی بۆ ماوەیێ پتر ژ سالەکێ ڤەکێشیت. گرنگترین نیشانێن ئاگەهدارکەر د ماوەیێ دەستپێشخەردا ئەڤەنە[25]:

- ئالۆزییا نافخۆیی، خەوزڕان یان نڤستنەکا زۆر و ترسەکا نەدیار.

- خەمگینی و خوە ڤەدەرکرن ژ جڤاکی، نەمانا باوەریێ ب خەلکی.

- گوماندارى، هەڤڕکی و کارڤەدانا توند ژبۆ رەخنە لێگرتنێ کو دبیتە ئەگەرێ هەبوونا کێشەیان دگەل خێزانێ و هەڤالان.

- گرنگینەدان ب پاقژی و سەروبەرێ خوە، پویتەنەدان ب بابەتێن هەژی پویتە پێکرنێ.

- هزرکرنەکا گرچن و نەمانا شیانێن تەرکیزکرنێ و زوو ژبیرکرن.

- ساویلکەیی و ماوەرکرنەکا (تحدیق) بێ دەربڕین.

- نەبوونا شیانێن گریانێ و دەربرینا خۆشیێ، یان دەربرینا هەستێن وی دگەل رەوشێن خۆش یان نەخۆش د نەگونجایینە.

---

[25] Melinda Smith, M.A., Lawrence Robinson, and Jeanne Segal, Ph.D. (2020). Schizophrenia and Coping Tips. An article from (www.helpguid.org).

- بکارئینانا هەڤۆکێن سەیر و کویڤی: شێوازێ گۆتنێ یان پەیڤ و هەڤۆک ب خوە د سەیرن.
- هەستدارییەکا زێدە ژ قەرەبالغیێ و دەنگێن بلند.

هەلبەت هەر کەسەکێ ئەڤ نیشانە لێ دەرکەفتن، رامانا وێ ئەو نینە کو یێ بەرئاتاڤی نەساخیێ دبیت، چونکو دبیت هندەک حالەتێن بەروەخت بن و دگەل نەمانا پەست و فشارێن ژیانێ ب دوماهی بهێن. لێ د هەموو حالەتاندا، فەرە گرنگیێ پێ بدەن و دویفچوونا نەساخی بکەن، نەکو نیشانێن ئاگەهدارکرنا پێشوەختە بن. لێ ئەگەر ماوەیێ دەستپێشخەریێ بۆ چەندین سالان ڤەکێشا، هینگی نە یا ب ساناهییە کو گوهۆڕینێن هزرکرن و رەفتار و دلینیێ بهێنە دیتن. پرسیارنامەیەک ژ لایێ کۆمەلا بەرنامێن رەوشەنبیرییا دەروونی ل ئەلمانیا هاتە بەرهەڤکرن، کو هەر کەسەکێ د ماوەیێ دەستپێشخەرییێدا دشێت ب یەک جەلسە بەرسڤا هەموو پرسیاران بدەت و ئەڤ بەرسڤە وەکو پاشخانا دەروونییا کەسی، د دەمێن پێدڤیدا، دهێنە بکارئینان (پاشکۆ-1).

لێ ئەگەر نەساخ نەهاتە چارەسەرکرن و بەرەبەرە بەر ب نیشانێن شیزۆفرینیاییڤە بچیت، هینگی دێ نیشانێن زوهانێ ب ئاشکرایی لێ دەرکەڤن، کو هەپارە، هەلوەسە، تێکچوونێن هزرکرنێ و تەرکیزێ و ئاخفتنێ، رەفتارێن سەیر و نەگونجایی ب خۆڤە دگریت.

ب شێوەیەکێ گشتی، پسپۆرێن دەروونی نیشانێن شیزۆفرینیایێ ل سەر دو گروپان دابەش دکەن: کۆما نیشانێن ئەرێنی (پۆزەتیڤ) و کۆما نیشانێن نەرێنی (نیگەتیڤ)[26]:

[26] James H. Scully (1996). Psychiatry. 3rd edition.

کۆما نیشانێن ئەرێنی (Positive Symptoms of Schizophrenia)

مەرەم ب کۆما نیشانێن ئەرێنی (پۆزەتیڤ) نە ئەوە کو ئەڤ نیشانە د باشن، بەلکو مەرەم پێ هەبوونا وان هزر و رەفتار و کریارانە ئەوێن دگەل ژیوارێ ژیانێ نەگونجن، هندەک جاران ژی دبێژنێ نیشانێن زوهانێ. ئەڤ نیشانە وەهم و هەلوەسە و تێکچوونا ئاخفتنێ و رەفتارێنە:

١. وەهم (Delusions):

هندەک باوەری یێن چەوتن یان شرۆڤەکرنا چەوتە بۆ هندەک تێگەهـ و سەربۆران، لێ نەساخ باوەر ژێ دکەت و یێ رژدە ل سەر باوەرییا خوە. ئەو هزرا باوەر پێکری، دبیت هزرەکا چەوت یان تێکهەل یان ژی سەیر بیت کو ب چ تەرزان دگەل کەتواری نەگونجیت، خۆ ئەگەر چەوتییا وێ دیار بیت ژی، نەساخ دەست ژێ بەرنادەت. بۆ نموونە: نەساخێ شیزۆفرینی وەسا هزر دکەت، خەلکی گوهـ ل هزرێن وی دبیت کو ئەو خودێیە یان شەیتانە، یان ژی وە هزر دکەت هندەک کەس هزران دکەنە د سەرێ ویدا یان پیلانان ل دژی وی دگێرن... هتد.

٢. هەلوەسە (Hallucinations):

هەستپێکرنەکا نەراستەقینەیە ب هندەک تشتان کو د راستیدا چ پاڵدەرێن دەرڤەیی بۆ نینن، یان دەربرینەکا چەوتا هەستەوەرانە ژبۆ هندەک هەستپێکرنێن نەیی. هەر پێنج هەستەوەرێن مرۆڤی ڤەدگرن و هەر هەستەوەرەک هندەک هەستپێکرنێن نەراستەقینە

وەردگریت، وەسا ددانیت کو راستەقینەیە و داکۆکیێ ل سەر وێ پێحەسیانێ دکەت. بهیستنا دەنگان گرنگترین و بەربەلاڤترین هەلوەسەیێن شیزۆفرینیاییێنە. ئەڤ دەنگێن بهیستی، تێبینییان ل سەر رەفتارێن نەساخی ددەن، گلەییان ژێ دکەن و پاشڤە دبەن، فەرمانان لێ دکەن و بەر ب سەمتێن دیارکریڤە د هاژۆن، یان ژی گوهـ ل ئاخفتنا خەلکەکێ دی دبیت کو سوحبەتێن رۆژانەییێن هەمەجۆر دکەن یان ییێن بەحسی وی ب خرابی دکەن... هتد.

٣. نیشانێن نەرێکوپێکیێ (Disorganized Symptoms):

ئەڤ نیشانا پۆزەتیڤ کۆمەکا نیشانێن نەرێکوپێکی و تێکچوونا هزرکرن و رەفتاران ب خۆڤە دگریت. نەساخ نەشێت ب دروستی هزر بکەت یان نەشێت کارڤەدانا ژێ پێشبینکری پێشکێش بکەت.

- د بیاڤێ تێکچوونا هزرکرنێدا، دێ بینین هزرکرنەکا مشەوەش هەیە (دبیت یا ساکار بیت و دبیت ژی ب تەواوی یا مشەوەش بیت). بۆ نموونە: ئاخفتنا وی نە ئاشکرایە و هندەک هەڤۆک و پەیڤێن بێ رامان دبێژیت، ژ بابەتەکی بازددەتە سەر بابەتەکێ دی بێی کو چ هەڤبەندییەک پێکڤە هەبیت، زوو ئاخفتنان ژبیر دکەت، تشتێن خوە ب مشەیی بەرزە دکەت، نڤیسینەکا زۆر دکەت لێ چ رامانێ نادەت (ئانکو گوهگر یان خویندەڤان چ تێ ناگەهیت)...هتد.

- دبیاڤێ رەفتارێن سەیردا، دێ هندەک رەفتارێن سەیر و ساویلکەیی ییێن زارۆکینیێ کەت، ب هەلچوون یان ب بێشەرمی و نەهەژیتی رەفتارێ دکەت، چ هەست و کارڤەدان ل هەمبەری میناک و دەنگێن دەردۆرا خوە نینن، دووبارەکرنا لڤینان ب شێوەیەکێ عەشوایی یان ل دۆر خوە زڤڕینەکا بەردەوام، یان ژی

بەروڤاژییا وێ، کو دکەڤیتە د حالەتەکێ جەمەدبوونێدا. د ڤێ رەفتارا سەیردا، نەساخ ژ ئاخفتنێ رادوەستێت و بۆ ماوەیەکێ درێژ لەشێ خوە ل سەر رەوشەکا ئێکانەیا نەلڤدا جهگیر دکەت.

٤. نیشانێن بێسازییا تێگەهشتنێ (Cognitive Symptoms):

ئەڤ نیشانا پۆزەتیڤ تێکچوونا وەرگرتن و تێگەهشتنا بابەتان ب خوەڤە دگریت، وەکو زەحمەتییا تێگەهشتنا پێزانینان و بکارئینانا وان ژبۆ بڕیاردانێ (دبێژنێ: **هەژارییا ئەرکێ ب رێڤەبرنێ**)، یان نەبوونا شیانێن بکارئینانا پێزانینێن وەرگرتی یان تازە فێربوویی (دبێژنێ: **لاوازییا بیردانکا کاری**). نەبوونا شیانێن گشتی یێن تەرکیزکرنێ، پویتەدانێ، بیرئینانێ، رێکخستنێ، پلاندانانێ و چارەسەرکرنا ئارێشەیان. دبیت هندەک نەساخ نەشێن هند تەرکیزێ بکەن کو بابەتەکی بخوینن یان سەحکەنە فیلمەکی یان دویفچوونا بەرنامەکێ تەلەفزیۆنێ بکەن، یان ژی پێگیرییێ ب رێنمایی یێن پێشکێشکری بکەن. ل داوییێ ژی تێ ناگەهن و نەڤێن قەبوول بکەن کو وان ئەڤ ئارێشێن ژێگۆتی هەنە.

کۆما نیشانێن نەرێنی (Negative Symptoms of Schizophrenia)

مەرەم ب کۆما نیشانێن نیگەتیڤ نە ئەوە کو ئەڤ نیشانە د خراب و نەباشن، بەلکو مەرەم پێ نەبوون یان ژ دەستدانا وەزیفە و رەفتارێن هەچکوهەیینە، ئەڤ کۆمە ژ ڤان نیشانێن ل خوارێ پێک دهێت:

- **نەبوونا شیانێن دەربرینا دلینیێ یان نەبوونا دلینیێ**: دەربرینا دلینیێ ل دەف نەساخی کێمە یان هەر نینە، دێمەکێ جەمەدگرتییێ بێ لڤین و دەربرین هەیە (هەروەکو کورد دبێژن یێ بەهیمەیە)، لاوازی یان نەبوونا پەیوەندیکرنا ب چاڤان، بکارنەئینانا سەری و دەستان د دەمێ ئاخفتنێدا کو پەسندکرنێ یان کارلێککرنا دگەل ئاخفتنکەری پیشان بدەت، نەبوونا چ کارڤەدانێن دەربڕاندی ل هەمبەری وان گۆتن و رەوشێن دبنە ئەگەرێ کەنینێ یان گرینێ.

- **هەژارییا ئاخفتنێ**: نەساخ کێم دئاخڤیت، دبیت ب پەیڤەکێ یان دو پەیڤان یان ب دژواری بەرسڤا پرسیاران بدەت، کو نیشانا ڤالاهییەکا نافخۆیی ددەت.

- **نەبوونا خۆشی و لەززەتێ** (Anhedonia): نەساخ نەشێت لەززەتێ ژ رەوشێن خۆش وەرگریت، دبیت زەوقێ چالاکی یێن بەرێ نەمینیت و دەمەکێ درێژ ب هندەک چالاکی یێن بێ مفاڤە ببەت.

- **نەجڤاکیبوون**: خوە ژ خێزانێ و هەڤالان و دەردۆران ڤەدەر دکەت و چ گرنگییێ ب چێکرنا هەڤبەندی یێن هەڤالینی یێن نوو نادەت. هەروەسا نەبوونا تاقەتێ و پاڵێنەران و نەبوونا ئارمانجێن ژیانێ ب نیشانێن نەرێنیڤە دگرێداینە.

هەرچەندە پرانییا پسپۆر و نۆژدارێن دەروونی ل سەر ڤان هەردو جەمسەرێن ئەرێنی و نەرێنی هەڤڕانە و د هەموو کتێب و گۆتار و لێکۆلینان‌دا ئاماژە پێ هاتییە کرن، لێ ئەگەر نەساخیێ بزڤریننەڤە سەر هەرسێ شەنگستێن سەرەکی یێن کەسایەتییا مرۆڤی (هزر، هەست- دلینی، رەفتار)، دێ بینین کو زێدەباری هەبوونا هەلوەسە و وەهمان، هەموو نیشانێن دی، د چوارچۆڤێ ڤان هەرسێ چوکلێن سەرەکی یێن د کەسایەتییا مرۆڤیدا خرڤە دبن. ئەڤجا ژبۆ ڤاڤارتن و رێکوپێککرنا نیشانێن نەساخیێ، دێ ڤان ئەلەمێنتان ئێک ئێکە ب ئاوایەکێ پوخت و گوگراندی شرۆڤە کەین کو خواندەڤان ژێ بێزار نەبیت.

وەهم

وەهم تێکچوونەکا گشتییا هزرکرنێیە کو هندەک هزر و باوەری یێن چەوت ل دەف مرۆڤی پەیدا دبن و جڤاک و دەردۆر باوەر ژێ ناکەت، لێ ئەو یێ رژدە ل سەر وێ هزرا چەوتا بۆ چێبوویی. بۆ نموونە: "**ل سالا (٢٠٠١)ێ، نەساخەکێ شیزۆفرینیایی دناڤ دانوستاندنێدا، ب ئێقینی و ژ خوە باوەر نهێنییەکا گرنگ بۆ من ئاشکرا کر و گۆت:**

- **ئەز دزانم کا بکەرێن پەڤاندنا هەردو تاوەرێن ئەمێریکا کی بوون.**
- **تە چەوا زانین؟**
- **چونکو من هنارت بوون!**
- **بۆچی تە هنارت بوون؟**
- **دا جیهانێ ژ زولم و ستەما ئەمێریکا رزگار بکەم!....**"

هندەک جاران ژی، وە هزر دکەن شرۆڤەکرنەکا چەوتە ژبۆ هندەک بابەت و دیاردەیان کو چ بنەما ییێن زانستی و لۆژیکی و کەتوارکی بۆ نینن. ئانکو هەر بابەتەک یان دیاردەکا د جڤاکیدا هەیی، نەساخ شرۆڤەیەکا چەوت ددەتێ. بۆ نموونە: "**جارەکێ نەساخەکا شیزۆفرینی ژ من خواست کو هاریکارییا وێ بکەم، ژبۆ ئاگەهدارکرنا گەنجەکێ خەلکێ دهۆکێ، دا بەلا خوە ژێڤەکەت. دەمێ من پرسیارکری کا چ د کەت؟ گۆت: ئەو نامەیان ب رێکا تەلەفزیۆنێن عەرەبی بۆ من دهنێریت، سترانان بۆ من دکەتە دیاری و ئەز پێ ئیزعاج دبم! (ل وی سەردەمی، هندەک کەنالان ل شوینا شریتا نۆچەیان، سلاڤ و داخوازی ییێن بینەران بەلاڤ دکرن). لێ پشتی من پەیوەندی ب وی کەسی کری، گۆت نە ئەز نامەیان فرێدکەم و نە ئەز سەح دکەمە تەلەفزیۆنێن عەرەبی. ئو راستە بنەمالا وێ جیرانێن مە بوون ژ مێژە، لێ ئەصلەن ئەو کچک ل بیرا من نەمایە کو نامەیان بۆ فرێکەم!**

زانا و لێکۆلەرێن ڤێ ئێشێ، وەهمان ب گرنگترین و بەرچاڤترین نیشانێن نەساخیێ دادنن و ددەنە خویاکرن کو (90%) ژ نەساخێن شیزۆفرینیایێ وەهم هەنە. فەیلەسۆف و دختۆرێ دەروونی کارل جاسپێرس (Karl Jaspers)، ل سالا (١٩١٧)ێ، سێ پیڤەرێن سەرەکی بۆ پێناسەکرنا وەهمان دانان، ئەڤ هەرسێ پیڤەرە ژی ئەڤێن ل خوارێنە[27]:

- **ئێقینی:** نەساخی ئێقینەکا رەهایی ب هەبوونا وان هزرێن چەوت هەیە.

[27] Ar.wikipedia.org/wiki/أوهام

- **نەراستڤەکرن**: تێگەهشتن و هزرێن هەیی (یان یێن بۆ چێبوویی)، ب چ تەرزان راستڤە نابن، خۆ ئەگەر گرۆڤ و دانوستاندنێن زانستی ژی بۆ خویا کەن، نەساخ یێ رژدە ل سەر هزر و باوەرییا خوە و لێڤە نابیت.
- **چەوتی یا ناڤەرۆکێ**: ناڤەرۆکا هزرێ، شاش و نەشازە یان چ راستی یێن لۆژیکی بۆ نینن، لەوا ژ لایێ دەردۆرا نەساخیڤە ناهێتە باوەرکرن.

وەهمێن بارکری ب ڤان هەرسێ پیڤەرێن ژێگۆتیڤە، قورسترین نیشانێن رەفتاری یێن زوهانێنە. نە ژبەر هندێ کو نەساخ یێ رژدە ل سەر باوەری یێن خوە یێن رەها و چەوت، لێ هەروەسا ب هەموو شیانێن خوە هەوڵددەت خەلک ژێ باوەر بکەت. ناڤەرۆکا وەهمان دەولەمەند و هەمەجۆرە، د پڕن ژ دیتنان و ئاشۆپکرنێ و بژاردەیان. هەرچەندە ئەڤ ناڤەرۆکە نەبەرهۆز و نەلۆژیکینە، لێ مشتی هزرن.

ل ڤێرە فەرە جوداهییەکێ بێخینە دناڤبەرا وەهمێ و ئاشۆپێدا؛ وەهم هەر هزرەکا چەوتا بێی هیچ شەنگستەیەکێ زانستی و لۆژیکی کو نە نۆکە و نە ل پاشەرۆژێ ب جهـ ناهێت. لێ ئاشۆپ یان ئاشۆپکرن هێزەکا عەقلییا داهێنەرە، بازدانێ ل سەر دیاردە و بابەتێن کەهی دکەت و میناکەکێ شیاو ژێ دئافرینیت، نەدوورە ل پاشەرۆژێ ب جهـ بهێن، ئاشۆپکرن رەوشەنبیرییەکا گیانی و ڤین و ئەڤینا دیتنێ پێشکێشی جڤاکێن مرۆڤایەتیێ دکەت. ئەڤ جۆرێ ئاشۆپکرنێ د وێژە، فەلسەفێ، هزرێن جڤاکی و سیاسیدا هەیە[28].

[28] **أحمد برقاوي** (2015). **الوهم والخيال. مقالة من موقع**: (www.albayan.ae).

زانایێ سویسری بلولێر وەسا ددەتە خویاکرن کو وەهم یان بێ سەدەم و سەرەتایینە، یان ژی رەهێن سەدەمەکێ دیارکری هەنە. ئەوێن سەرەتایی وەکو وێ چەندێنە کو ژنشکەکێڤە و بێی هەبوونا سەدەمەکی پەیدا ببن. بۆ نموونە، نەساخ ژنشکەکێڤە هزر دکەت دنیا دێ خراب بیت یان دەزگرا وی یا مری، یان ژی رۆژا قیامەتێ یا نێزیک بووی. لێ وەهمێن ژ ئەگەرێ هەبوونا سەدەمەکی پەیدا دبن، ئەون کو رەهوریشالێن پەیدابوونا وێ بۆ هۆکارەکێ دناڤ ژیان و سەربۆرا نەساخیدا دزڤڕیت. بۆ نموونە: دوور نینە هزرێن ستەملێکرنێ ژبەر بۆیەرەکێ دیارکری دناڤبەرا نەساخی و هەڤاڵەکێ ویدا پەیدا بوو بیت، کو لێککەفتینە یان ژێک دلمایی بووینە، ئەڤجا ئەڤ بۆیەرە دگەل تێکچوونێن هزرکرنێ و دلینیێ دبیتە سەدەمێ پەیدابوونا وەهمێ[29]. ب شێوەیەکێ گشتی، وەهم ل سەر چوار جۆران دابەش دبن[30]:

- **وەهمێن سەیر**: ئەو وەهمن یێن گەلەک سەیر کو ب چ تەرزان باوەر ژێ ناهێتە کرن، بۆ نموونە: نەساخ وەسا هزر دکەت هندەک هێرشکەرێن فەزائی مەژێ وی یێ رەڤاندی.
- **وەهمێن نەسەیر**: ئەو وەهمن یێن ناڤەرۆکەکا شاش هەیی، لێ ب کێمی بیاڤەکێ باوەرپێکرنێ هەیە، بۆ نموونە: نەساخ تێدگەهیت (هەلبەت ب چەوتیڤە) کو ئەو یێ دبن چاڤدێری و دویفچوونا پۆلیسانڤە.

[29] **علی كمال** (1987). **فصام العقل أو الشيزوفرينيا. ط1، لندن.**

[30] Ar.wikipedia.org/wiki/ **أوهام**

- **وەهمێن گونجایی دگەل میزاجی:** ئەو وەهمن یێن ناڤەرۆکا وان یا شاش دگەل رەوشا هەوەس و خەمۆکییا نەساخی دگونجیت، بۆ نموونە: نەساخێ خەمۆکی وە هزر دکەت بێژەرێن تەلەفزیۆنێ رەخنێ لێ دگرن و بەحسی وی دکەن، یان وە تێ دگەهیت کو هێز و دەستەلاتەکا مەزن هەیە و چ کەس ناگەهنە وێ هێزا وی هەیی.

- **وەهمێن ڤەدەر ژ میزاجی:** ئەو وەهمن یێن چ هەڤبەندی ب رەوشا دلینی و گێولێ (میزاجێ) نەساخیڤە نەیی، بۆ نموونە: نەساخ وە هزر دکەت کو پشکەکا زێدە یا ژ پاتکا وی شین دبیت، یان دەستێ وی یێ درێژتر لێ دهێت.

لێ ژبەرکو وەهم د چوارچۆڤێ هزرەکا دیارکریدا دەردکەڤیت و هەموو پشکێن وێ دناڤ پەروازێ گشتییێ هزرێدا د هەڤگونجایینە، لەوا پڕانییا ڤەکۆلەران ل گورەی هزرا ناڤەرۆکێ پۆلێن دکەن. هەرچەندە وەهم گرێدایی چ هزرێن دەستنیشانکری و دیارکری نینە، لێ هندەک هزر بەربەلاڤترن ژ یێن دی. نووترین پۆلێکرنێن وەهمان ب ڤی شێوەیێ ل خوارێیە[31]:

---

[31] **قاسم حسين صالح** (2015). **الاضطرابات النفسية والعقلية: نظرياتها، أسبابها، طرائق علاجها. دار دجلة للنشر والتوزيع، عمان. ط1، المملكة الأردنية الهاشمية. كتاب من موقع:** (www.books4arab.com).

١. وەهمێن چەوساندنەوێ (Delusion of persecution):

ئەڤ جۆرە وەهمە بەربەلاڤترین جۆرێ وەهمێیە کو نەساخ هەست دکەت یێ دبن چاڤدێرییێ و دویڤچوونێڤە، پیلان ل دژی وی دهێنە دانان و گەف لێ دهێنە کرن. هەست دکەت کو دەزگەهێن ئاساییشێ دێ وی زیندانکەن، یان ژی دڤێن ژنا وی بکاربینن ژبۆ کوشتنا وی (کو ژنا وی دێ ژەهرێ کەتە دناڤ خوارنا ویدا). یان هزر دکەت کەسەک یان هندەک کەس دویفچوونا وی دکەن و ئاستەنگان بۆ پەیدا دکەن داکو بگەهنە ئارمانجێن خوە.

مشە جاران ئەڤ وەهمە ب پەرش و بەلاڤی بۆ دهێن، وەکو وی کەسێ هەست دکەت کو هوگرێن وی یێن کاری هەردەم ل دژی وینە. لێ هندەک جاران ژی، وەهم ب شێوەیێ سیستەمەکی کاملان دهێت و ب تەڤاڤی نەساخی کونترۆڵ دکەت، دبێژنە ڤان جۆرە وەهمان "**وەهمێن رێکخستی**" یان "**وەهمێن رێکوپێک**"، نەساخ هزر دکەت رێکخراوەکا حکومەتێ دویفچوونا وی دکەت و وی ب سیخورییێ گونەهبار دکەت. ئو نەدوورە بیاڤێ ڤان هزرێن هەپارەیی بەرفرەهتر لێ بهێت و نەساخ هەموو بۆیەرێن ژیانا خوە ل بەر رۆناهییا ڤێ هزرکرنا شاش شرۆڤە بکەت.

٢. وەهمێن کونترۆڵکرنێ (Delusions of control):

نەساخ وە هزر دکەت کەسەک یان کۆمەکا کەسان، یان ژی هەر هێزەکا دەرڤەیی هزر و هەست و پاڵێنەر و رەفتارێن وی یێن کونترۆڵ کرین. ئو ب رێکا ئالاڤێن ئەلکترۆنی، هندەک ئاماژەیان بۆ مەژێ وی دهنێرن. یان هندەک کەسێن فەزائی وی نەچار دکەن داکو هندەک لڤینێن دیارکری بکەت و ئەو نەشێت لڤینێن خوە

کونترۆڵ بکەت. هندەک ژێ هزر دکەن یێ دبن ئەگەرا سحرەکێڤە، یان هێزەکا کارەبێ یان یا موگناتیسی ئەو یێ داگیرکری و چ رێ نینن خوە ژێ رزگار بکەت. بۆ نموونە: "**د سەرەدانەکا قوتابی یێن پشکا دەروونزانییێ بۆ نەخۆشخانەکا دەروونی، نەساخەکێ شیزۆفرینی دگۆت کو وی هەڤبەندی دگەل هەیڤێ هەیە و هندەک ئاماژەیان ژێ وەردگریت، ئەو ژی هندەک ئیشارەتان بۆ هەیڤێ دهنێریت. د دەمێ ئاخفتنێدا رەجفکەک ڤێ کەفت (پرانییا قوتابییان ژێ ترسیان، ب تایبەتی قوتابی یێن کچ)، وی گۆت ئەو ئیشارەتەک بوو، بۆ وی ژ هەیڤێ هاتییە هنارتن....**".

هندەک جاران، وە پێدحەسییێن کو هزرێن وان یێن ئاکامدار بووین و د بن کاریگەرییەکێڤەنە، مینا ڤان حالەتێن ل خوارێ:

- **هەپارەیا بەلاڤکرنا هزران**: نەساخ وە هزر دکەت کو هزرێن وی وەکو رادیۆیێ دهێنە بەلاڤکرن و هەموو خەلک دبهیسیت، بۆ نموونە: "**قوتابییەکێ بیست و ئێک ساڵێ زانینگەهێ دگۆت؛ دەمێ هزر دکەت، هزرێن وی وەکو کاسێتەکا تۆمارکری لێ دهێن و هەر کەسەکێ د مەژیێ خوەدا کار پێ بکەت، دێ هەموو هزرێن من زانیت**". هندەک جاران ژی، وەسا هزر دکەت کو وی ب دەنگەکێ بلند گوهـ ل هزرێن خوە دبیت.
- **هەپارەیا رێژتنا هزران**: ئەڤە بەروڤاژی یا ئێکێیە، نەساخ وەسا هزر دکەت کو کەسێن دی هزرێن خوە یێن نەهەژی درێژنە دناڤ دەماغێ ویدا، ئانکو هزرێن خەلکەکێ دییێ دەردۆرە درژێێنە دناڤ دەماغێ ویدا. بۆ نموونە: "**کابانییەکا 29 ساڵی دبێژیت، ل بەر پەنجەرێ دبینم بەخچە و گیا د جوانن، لێ تنێ هزرێن وی (ناڤێ کەسەکییە) دهێنە دناڤ مەژێ مندا و دبیتە شاشەیەکا رەنگڤەدانا هزرێن وی، هەروەکو تیرۆژکێن رۆژێ دکەڤنە سەر میناکەکێ بەرجەستە...**".

- **هەپارەیا راکێشانا هزران:** نەساخ وە هزر دکەت کەسەک یان کۆمەکا کەسان هزرێن وی ژ سەرێ وی دەردئێخن. بۆ نموونە: "**ژنەکا بیست و دو سالی دگۆت، دەمێ ئەز هزرا دایکا خوە دکەم، دبینم کەسەک یێ هزرێن من ژ سەرێ من دەردئێخیت و وەسا هەستپێدکەم کو سەرێ من یێ ڤالایە...**".

هەروەسا **هەپارەیا خواندنا هزران**، وەهمەکا دییە کو نەساخ هزر دکەت خەلک دزانیت کا چ هزر دکەت و چ د مەژێ ویدا هەیە. ئەڤە جودایە ژ بەلاڤکرن یان راکێشانا هزران، چونکو نە هزر ب دەنگەکێ بلند بۆ خەلکەکێ دی دهێنە بەلاڤکرن و نە ژ سەرێ وی دهێنە راکێشان، بەلکو تنێ وەسا هزر دکەت کو خەلک پێ دزانیت، لەوا هندەک لێکۆلەر ب جۆرەکێ خوەسەر ددەنە نیاسین.

٣. وەهمێن ژێدەری یان رەوانەکرنێ (Delusions of reference):

د ڤی جۆرێ وەهماندا، هەر بۆیەر یان ئیشارەتەکا هەچکوهەیی یا نەگرێدایی ب نەساخیڤە، دێ وەسا هزر کەت بەحسی وییە و ب شێوەیەکێ تایبەت پێڤە گرێدایە. دبیت وەسا هزر بکەت کو ژیانا وی یا بوویە فیلمەکێ سینەمایی یان زنجیرەیەکا درامایی یا تێلەفزیۆنێ. دبیت وە هزر بکەت کو ئەو نۆچەیێن دهێنە بەلاڤکرن، بەحسی وییە یان دناڤ رێزکێن رۆژنامەیاندا نامەیێن تایبەت بۆ وی هاتینە ئاراستەکرن. ئەگەر ببینیت دو کەس دئاخڤن، دێ هزر کەت بەحسی وییە و ئەگەر ئێکی سەرێ خوە خوراند، دێ هزر کەت ئەڤە نامەیەکا تایبەتە ژبۆ سنج و رەفتارێن وی دهێتە ئاراستەکرن. بۆ نموونە: "**ماموستایەکێ زانینگەهێ دەست ژ کارێ خوە بەردا، چونکو دەمێ قوتابی لڤی بان، دا هزر کەت لڤینا قوتابیان ژبەر بیێهنا وی یا**

نەخۆشە". ب کورتی، هزرەکا چەوت ل دەف هەیە کو هەموو لڤین و کارێن دەردۆرا وی ژبەر وی و ژبۆ وی دهێنە کرن.

٤. وەهمێن خوە تاوانبارکرنێ (Delusions of guilt or sin):

نەساخ وەسا هزر دکەت تاوانەکا مەزن یا کری و هەست ب پەشێمانی و گونەهکرنێ دکەت، ئەڤ هەستە ل سەر زالّ دبیت تاکو دبیتە تێکچوونەکا هەپارەیی. دبیت وەسا بدەتە خویاکرن کو وی تاوانەکا مەزن یا ئەنجامدایی و فەرە بهێتە سزادان، یان وەسا خوە قاییل دکەت کو ئەو بەرپرسیارە ژ هەر کارەساتەکا قەومیی (وەکو ئاگربەربوونەکا مەزن، لێهمشت، بیڤەلەرز... هتد). هندەک جاران ژی، کەسێن شیزۆفرینی ددەنە خویا کرن کو وان زارۆکێن خوە یێن کوشتین.

٥. وەهمێن مەزناهیێ (Delusions of grandeur):

نەساخ وە هزر دکەت وی هێزەکا راددەبەدەر و شیانێن سنووربڕ هەنە، چارەنڤیسێ هەموو خەلکی د دەستێ ویدایە و هەر تشتێ وی بڤێت دشێت بکەت. جارنا هزر دکەت کەسەکێ ناڤدار و گرنگە، وەکو ستێرێن سینەمایێ یان پەهلەوانێن شەڕان، لێ د پڕانییا جاراندا، کەسایەتییا وی دچیتە دناڤ کەسایەتییەکا دیرۆکی یان ئایینیدا، وەکو وێ چەندێ ببێژیت کو ئەو محەمەد پێغەمبەرە یان ئیمام عەلییە، یان ژی ناپلیۆنە، هەکو دبێژیت، باوەر دکەت کو ب دروستی ئەو یێ بوویە ئەو کەسایەتیێ دیرۆکی یان ئایینی. نەدوورە ژی هزر بکەت کو ملیۆنێرە یان مەلیکە و دکاریت هزرێن خەلکی ژێ وەرگریت و خەلکی بێ هزر بهێلیت. بەربەلاڤترین هزرا

هەپارەیی یێن ڤان جۆرە وەهمان، نەساخ هزر دکەت داهێنانەکا مەزن و کاریگەر یا کری، وەکو داهێنانا تیۆرەکا زانستییا نوو یان بەلیکرنا راستییەکێ کو هەموو جیهان نەشیایە وێ راستیێ ببینیت، لەوا پێدڤییە خەلک سوپاسدار و منەتبارێن وی بیت.

٦. وەهمێن هەستکرنا ب چننەبوونێ (Delusions of nihilism):

تەوەرێ سەرەکیێ ڤێ وەهمێ ئەوە؛ نەساخ هەست ب چننەیی و نەبوونا خوە دکەت، ئانکو کەسەکێ کێم و بێ مفایە د جڤاکیدا. وەسا دبینیت کو ئەندامەکێ لەشێ وی یێ کێمە یان چ خەلک ل دەردۆرێن وی نینە. وە هزر دکەت ئەو و خەلکێ دی و هەموو جیهان د راوەستاینە و چ هەبوون نینن. یان هەست دکەت رۆژا قیامەتێ یا نێزیکە و ئەڤ جیهانە دێ فەنا بیت. دبیت ژی بێژیت کو ئەو گیانەکە یێ ژ مرنێ زڤڕی.

٧. وەهمێن نەساخیێ (Hypochondriac Delusion):

هندەک دبێژنێ وەهمێن لەشی، چونکو ب وەزیفە و هەستەورێن لەشی و روخسارێ دەرڤەییڤە دگرێداینە. د پڕانییا جاراندا، نەساخ هزر دکەت کو نەساخییەکا لێ یان هندەک ئەندامێن جەستەیێ وی هاتینە گوهۆڕین و نە د سروشتینە. ئەڤ وەهمە ژ وەسواسییا نەساخیێ د جیاوازن، نە ژبەر هندێ کو ئاماژە ب چ ئێشێن دیارکری و راستەقینە نادەت، لێ ئەو ئێشێن ئەو ژێ خەبەر ددەت د سەیر و نەبەرهۆزن. بۆ نموونە: ئەگەر کەسێ وەسواس هزرکەت پەنجەشێر یا ل مێلاکا وی یان وەرمتنەکا کەفتییە سەر دەماغێ وی، نەساخێ شیزۆفرینی دێ بێژیت مێلاکا وی یا پرت

پرت بوویی و یا ژ لەشێ وی دەرکەفتی، یان دەماغێ وی یێ مشتی ئاخە. دبیت ژی هزر بکەت دەماغێ وی یێ ڕزی و یێ پڕی ئاڤ بووی، یان مارەکێ د زکێ ویدا دلڤلڤیت، یان رویڤیکێن وی د کونکون و پێکڤە گرێداینە. هندەک جاران ژی، وە هەست دکەت کو لەشێ وی ژ لایێ هندەک گیاندارێن هوورێن وەک کرمێن مشەخۆر و بەکتریا و مێری و سپەهـ و تەڤنپیرکانڤە دهێتە داگیرکرن و ئەڤ گیانەوەرە لەقا ل جەستەیێ وی ددەن. هەرچەندە ئەڤ هزر و هەستێن چەوت ب وەهمێن لەشیڤە دگرێداینە، لێ هندەک پسپۆرێن بیاڤێ وەهمان، ب **وەهمێن مشەخۆران** (Delusions of parasites) ددەنە نیاسین.

٨. وەهمێن گوهنێلیێ (Sexual Delusion):

نەساخ هزر دکەت کو ئەندامێ وییێ گوهنێلیێ گەلەک بچووکە یان هەر پێڤە نینە، ئەگەر نەساخ ژن بیت دێ هزر کەت یا رویسە و ئەو زەلامێن دەوروبەرێن وێ، دێ خوە تێوەرکەن و دێ سێکسی ل گەل کەن. هەروەسا هندەک نەساخێن کور هزر دکەن کچن و هندەکێن کچ ژی هزر دکەن کورن. ژ لایەکێ دیڤە، ئەوێن زگورد هزر دکەن ب ژن و زارۆکن و ئەوێن ب ژن، هزر دکەن هێشتا زگوردن. ئو دەمێ نەساخ دکەڤتە داڤێن عەشقا کەسەکی یان کەسەکا ناڤدارا مینا ستێرێن سینەمایی یان هەر هونەرمەندەکێ دی یێ/ یا ناڤدار، دێ هەموو یاسایێن دانایی و جڤاکی پێشێلکەت هەتاکو دگەهتێ. د پڕانییا جاراندا، ئەڤ وەهمە ب سێکسیڤە دگرێداینە، لەوا دبێژنێ **هەپارەیێن شەبەقیی**. هەر د ڤی بیاڤیدا، هندەک لێکۆلەر جۆرەکێ دی یێ وەهمان ب ناڤێ وەهمێن هەوەسا عەشقێ

ل سەر زێدە دکەن. ل ڤێرە نەساخ وە هزر دکەت کو کەسەکێ دی یێ لێ عاشق بووی و هەردەم ب رێکا نامەیان و ئاماژەیان و هندەک لڤینێن تایبەت پەیوەندیێ پێ دکەت. هەروەسا هەردەم وەسا ددەنە خویاکرن کو لایەنێ دی دەستپێشخەر بوویە و داخوازا عەشق و ئەڤینیێ ژێ کرییە. وەهمەکا دی ژی هەیە دبێژنێ **وەهما خیانەتکرنێ**، کو نەساخ هزر دکەت هەڤژینا وی یان وێ خیانەتێ لێ دکەت و هەموو پێکۆلێن وی/ وێ دێ ئەو بن گرۆڤێن ڤێ خیانەتێ کۆم بکەت و ل ناڤچاڤێن لایێ بەرانبەر بدەت. ئەڤ حالەتە ژ گومان و گڕداریێ (غیرة) جودایە، چونکو ل ڤێرە نەساخ ب ئینانا گرۆڤێن نەخیانەتکرنێ قاییل نابیت و یێ رژدە ل سەر وێ وەهما د سەرێ ویدا چێبوویی.

دبیت گەلەک جۆرێن دی یێن وەهمان هەبن، ئو هێشتا لێکۆلەرێن تێکچوونا وەهمان ب سەر هەلنەبووینە. لێ ب شێوەیەکێ گشتی، ئەم دشێین بێژین کو **جۆرێ نەدەستنیشانکری** وان وەهمان ب خوەڤە دگریت ئەوێن چ نیشانێن ئاشکرا نەبن و نەکەڤنە دبن چ پۆلێنێن دەستنیشانکریڤە. لێ **جۆرێ تێکهەلە**، وان وەهمان ب خوەڤە دگریت ئەوێن پتر ژ نیشانەکا دیارکری هەبن، بێی کو نیشانێن هیچ جۆرەکی ل سەر یێ دی یا زال بیت[32].

[32] Ar.wikipedia.org/wiki/**اضطراب الاوهام**

هەلوەسە

هەلوەسە ئانكو هەستپێكرنا مرۆڤییە ب هندەک تشتان کو د راستیدا چ پاڵدەرێن دەرڤەیی بۆ نینن. لێ نەساخ هەست پێ دکەت و یێ رژدە ل سەر هەبوونا ڤان جۆرە بەرهەستان. ساکارترین پێناسەیا هەلوەسێ: ئێقینا هەستپێکرنێیە ب هەبوونا تشتەکێ بەرهەست کو کەسێن نەساخ د حالەتێ هشیارییێدا هەست پێ دکەن و کەسێن سروشتی هەست پێ ناکەن[33]. لێ ئەو هەلوەسەیێن دێ د ڤێ نەساخییێدا بەحسکەین، جودانە ژ هندەک حالەتێن دی یێن وەکو هەلوەسەیان، لێ ئەو ب خوە نەهەلوەسەنە. **خەون** ب هندێ دهێتە جوداکرن کو د حالەتێ نەهشیارییێدا دهێت. خەون ئێکە ژ وان بۆیەر و دیاردەیێن دبنە ئەگەرێ چێبوونا هندەک بیروباوەرێن شاش و نەبەرهۆز، دەمێ خەونبینەر هشیار دبیت، وە هزر دکەت کو پێشبینییەکا ژیوارەکێ راستەقینە یا هاتییە کرن، وەکو ل دەڤ وان کەسێن بانگەوازییا پێغەمبەراتیێ دکەن[34]. خەون ژی ژ ئاشۆپ و ئاشۆپکرنێ جودایە. **ئاشۆپکرن** د دەمێ هۆش و هشیارییێدا دهێت و رەفتارەکە ب هندەک میناکێن بەرهەستێن ژیوارکیڤە گرێدایە، مرۆڤ ب ڤین و زانینبوونا خوە یا ژیوارکی ئەنجامددەت. **رەشە** یان **هەپارە** (Illusions) هەستەکا پێشێلبوویی و شرۆڤەکرنەکا چەوتە

---

[33] Ar.wikipedia.org/wiki/**هلوسة**

[34] **محمد عثمان الخشت** (2001). **مدخل الى فلسفة الدين. دار قباء للطباعة والنشر. ط1، القاهرة.**

ژبۆ تشتەکێ هەییێ گوهارتیی (ئانکو تشتەکێ هەییە مرۆڤ ب تەرزەکێ دی یێ نەراستەقینە دبینیت یان رامانەکا زێدەتر ددەتێ). **پێحەسیانێن هەپارەیی** هەستپێکرنەکا دروست و ساخلەمە ب هندەک تشتێن بەرهەستێن ژیوارکیی، لێ رامان و مەرەمێن زێدەبارێن سەیر ددەتێ، دبیت تشتەکێ هەییێ بچووک بیت، لێ نەساخ دێ ب مەزن بینیت. جوداهییا دناڤبەرا ئاشۆپکرنێ و پێحەسیانێن هەپارەییدا ئەوە کو ئەڤا داوییێ ب خۆنەویستی پەیدا دبیت[35].

پڕانییا ڤان هەلوەسەیان ژ ئەنجامێ کۆمەکا نەساخی و تێکچوونێن دەماری- دەماغی پەیدا دبن. جارنا **هەلوەسەیێن ژ درەو** ژی هەنە کو مرۆڤ تێدا سەرەدەرییێ دگەل بەرهەستێن ژیوارکی ناکەت و بێی ڤین و حەزا مرۆڤی پەیدا دبن (Pseudohallucination). د راپۆرتەکا سایتێ (اليوم السابع)دا هاتییە نڤیسین کو ئەڤ جۆرێ هەلوەسەیان میناکەکێ تێکچلبوونێن نڤستنێیە کو کەسێ نڤستی بەری بکەڤیتە دناڤ کووراتییا نڤستنێدا یان ئێکسەر پشتی هشیار دبیت، هندەک تشتان دبینیت یان دبهیسیت، هەرچەندە مرۆڤ داکۆکییێ ل سەر دیتن و بهیستنا وان دکەت، لێ د راستیدا چ ژبۆ نینە و تنێ هندەک هەلوەسەیێن ژ درەون، د کەسێن ساخ و سروشتیدا ژی روو ددەن[36]. هەر ژ کەڤندا، ئەڤ هەلوەسە هەبووینە و ل گورەی تێهزرین و باوەری یێن هەر سەردەمەکی هاتینە شرۆڤە کرن. رۆمان و گریکان تۆمارەکا تێروتەسەل ب

---

[35] **محمد عثمان الخشت** (2020). **ضد التصور الأسطوري للشيطان. مقالة من موقع:** (www.gate.ahram.org.eg/news).

[36] **أميرة شحاتة** (2018). **الهلاوس الكاذبة .. ليست مرض نفسي. تقرير من موقع:** (www.youm7.com).

هندەک جۆرێن هەلوەسەیان هەیە، راڤەکرنا وان بۆ هەلوەسەیێن دیتن و بهیستنێ ئەوە کو نامەیێن خوداوەندانە ژبۆ مرۆڤێن فانی دهێنە هنارتن یان شێوازەکێ سزایێ خوداوەندانە ژبۆ شاشی و گونەهێن مرۆڤان[37].

ب نێرینەکا گشتی، هەلوەسە تەصەورا هندەک بۆیەر و بونەوەرێن بەرهەست و ژیوارکییە، لێ کەسێ هەلوەسەدار د دەم و جهەکێ وەسادا دبینیت یان دبهیسیت کو ئەو بۆیەر و بونەوەر لێ نینن، هەروەکو کەسەک پشیکەکێ د ژوورا خوەڤە ببینیت و چ پشیک لێ نەبن، یان کەسەکی گوهـ ل دەنگێ پەقینەکێ ببیت و چ پەقین نەقەومی بن.
دەروونزانێ ئەمێریکی رۆنالد سیگل، ل سالا (١٩٧٧)ێ، کەسێ هەلوەسەدار ب ڤی شێوەیێ ل خوارێ وەسف دکەت: "**هەلوەسە وەکو وی کەسییە یێ ب درێژاهییا رۆژێ د جاما پەنجەرکێ ڕا هێڤ د کەتە سروشتێ ژ دەرڤە، لێ دەمێ رۆژ ئاڤا دبیت و تاری داددەت، رەنگڤەدانا ژوورا وی دێ کەڤیتە سەر جاما پەنجەرکێ و دێ وەسا دیارکەت کو ژوورا وی ل بەرانبەری وییە، نە ل پشت وییە**"[38].
ئامارێن کەڤن ددەنە دیارکرن کو پتر ژ (10%) ژ خەلکی تۆشی هەلوەسەیان دبن، لێ د هندەک رووپیڤێن دناڤبەرا (١٩٩٦- ١٩٩٩)دا کو پتر ژ سێزدە هەزار کەسان ب خوەڤە گرتبوو، وەسا خویاکر

[37] **محمد يوسف** (2019). **معتقدات خاطئة صدقها البشر حول الامراض النفسية والعقلية. مقالة من موقع:** (www.popsci.ae).
[38] **سارة منصور** (2020). **الهلوسة بين الخرافة والتفسير العلمي. مقالة من موقع:** (www.altibbi.com).

بوو کو (39%) سەربۆرێن هەلوەسەیی هەبوون و (27%) ژ وان کەسێن هەلوەسەدار، د دەمێ رۆژێدا بوون.
بەربەلاڤترین هەلوەسەیێن نەساخییا شیزوفرینیاییێ، هەلوەسەیێن بهیستنێ و پاشی یێن دیتنێنە. هەلوەسە ل گورەی هژمارا هەستەوەرێن مرۆڤی دهێنە پۆلێنکرن (بینین، بهیستن، بهێنکرن، تامکرن، دەستکرن- هەستکرن).
ئەڤێن ل خوارێ بەرچاڤترین جۆرێن هەلوەسەیانن:

١. هەلوەسەیێن بهیستنێ (Auditory Hallucination):

ئەڤ جۆرە بەربەلاڤترین و گرنگترینن د شیزۆفرینیاییێدا، وەک دەنگێن کز یان خشخشا تشتەکی دهێنە بەر گوهێ وی و هندەک جاران ژی گوهـ ل دەنگەکی یان کۆمەکا دەنگان دبیت، کو هندەک پەیڤێن پەسندارییێ یان کێمکرنێ و تڕانەپێکرنێ دبهیسیت، دبیت ژی ب شێوەیێ دانوستاندنەکا گەرم بهێنە گوهی. دبیت ئاخفتن یا پێکڤەگرێدایی بیت و دبیت یا ژێکڤەقەتیایی بیت. چەند دانوستاندن یا کاملان و رێکوپێک بیت، ئەگەرێ ئاشۆپکرنێ پترە ژ تێگەهشتن و تەصەورکرنێ. نەدوورە ژی ئەو دەنگێن بهیستیی ڤەدەر بن ژ ژیواری و سیستەمێ پێحەسیانێن هەپارەیی و نیشانێن دی، سەرەدەریکرنا دگەل سروشت و ناڤەرۆکا وێ ئاخفتنا دگەهتە نەساخی، دبیت دەرگەهێن ب سەرهەلبوونا نەساخیێ ل بەر مە ڤەکەن، ئانکو نەدوورە بگەهینە نیشاندەرێ هەلوەسێ یان نەساخیێ ب خوە، چونکو هندەک جاران نیشاندەرێن هەلوەسێ رێنیشاندەرن بۆ گەهشتنا دەستنیشانکرنێ، وەکو؛ دەنگێن فەرماندەر (Ordering)

ئاماژەیە ژبۆ نێگەتیڤیزمێ، دەنگێن تێبینیدەر ژی (Commenting) ئاماژەیا زوهانێن چالاکن و دکەڤنە دناڤ نیشانێن شنایدەردا.
هەروەسا ب رێکا هندەک ناڤەندێن راگەهاندنێ دهێن کو دەنگێن هەلوەسەیی دگەل بەرنامەیەکێ تێلەفزیۆنێ تێکهەل دبن (د پرانییا جاراندا هەواڵن). جارنا بۆیاغەکا گیانی یان ئایینی و سۆفی پێڤە هەیە، وەکو وێ چەندێ کو گوهـ ل دەنگێ شێخێ خوە ببیت یان گوهـ ل دەنگێ خودێ ببیت، یێ هندەک پەیامێن دیارکری بۆ فرێ دکەت، یان ژی یێ دگەل خودێ دئاخڤیت بێی کو چ پەیام هەبن. هندەک جاران هەلوەسە و پێحەسیانێن هەپارەیی و دەنگێن ناخێ مرۆڤی، تەڤلیهەڤ دبن و فەرە ژێک بهێنە جوداکرن. ئەگەر نەساخەک بێژیت: "**من بهیست دو کەسان سوحبەت ل سەر بابەتێ من دکر، ئێکی دگۆت: ئەڤە ساویلکەیە و نزانیت سەرەدەریێ دگەل ژنکا بکەت. یێ دی دگۆتێ: ما تو چ ژێ دزانی؟ پا وی پێنج زارۆک ژ کیڤە ئینان؟!**". ئەگەر ل قەهوەخانێ وی ب گوهێن خوە بهیست بن یان هەردەمێ ل وێ قەهوەخانێ درووینیت ببهیسیت، ئەو **هەلوەسەیە**. ئەگەر ئەڤە دەنگەک بیت د سەرێ ویدا، نە تنێ هزر و وەسوەسە بن، هینگی دەنگێ ناخێ وییە (Inner voice). لێ ئەگەر ب گوهێن خوە نەبهیست بیت و تنێ د دەمێ چوونا وی یا قەهوەخانێدا تێ ئێنابیتەدەر، ئەو دێ چیتە دچوارچۆڤەیێ **پێحەسیانێن هەپارەییدا**[39].
ئەڤ تەڤلیهەڤبوونا هەلوەسە و وەهمان، وە کرییە کو هندەک بێژنە هەردویان پێحەسیانێن هەپارەیی، ئەگەر هەپارەیێن مەژی بوون،

[39] **یحیى الرخاوي** (2013). **اضطراب الادراك: انواع الهلاوس. مقالة من موقع**: (www.rakhawy.net).

دێ بنه وەهم و ئەگەر هەپارەیێن لەشی بوون، دێ بنه هەلوەسە. بۆ نموونە، ئەڤە هەلوەسەیەکا بهیستنێیە ل دەف نەساخەکێ ئەمێریکی کو ژ وەهمێن مرنێ و تەرتیلان دنالیت، دەنگەکێ نەدیار دهێتێ و دبێژتێ: "**تو دزانی فرجینیا یا مری، تو دزانی بابێ تە یێ مری، تو دزانی چ ژ جیهانێ نەمایە و تو ژی یێ مری یی، تو دزانی کو تە گەلەک خەلک یێ کوشتی، تو دزانی تو بەرپرسی ژ بیڤەلەرزا ل کالیفورنیا دای و مرنا پلانێتا عەردی، تو دزانی کو تو خودان پەیامی، تو دزانی کو تو مەسیحی!!...**"[40].

٢. هەلوەسەیێن بینینێ (Visual Hallucination):

ئەڤ هەلوەسەیە وەک پێژنێن ئاژەلان یان مرۆڤێن نەسروشتی یان ژی هندەک میناکێن سەیر یان رۆناهی یێن مژدار دهێنە پێش چاڤێن مرۆڤی و وەسا هزر دکەت ئەڤە دیتنەکا راستەقینەیە، لێ ئەوێن دەوروبەران چ تشتێن دیتیی نابینن. ئەڤ جۆرە هەلوەسەیە د شیزۆفرینیاییدا دکێمن، ب تایبەتی د قۆناغێن دەستپێکی یێن شیزۆفرینیایەکا دژواردا. مشە جاران ئەڤ جۆرە هەلوەسەیە دگەل دیتنا رەشەیان و پێحەسیانێن هەپارەیی تێکهەل دبن. ئەگەر دیتن یا کاملان بیت، دو رەهەند هەبن و نەساخی گوهـ ل هەموو دەنگ و بۆیەران ببیت، ئەڤە دێ پتر نێزیکی رەشە و پێحەسیانێن هەپارەیی بیت ژ هەلوەسێ. هندەک جاران ژی، هەلوەسەیێن بینینێ ژ ئەگەرێ خەوزڕانێ و کێم نڤستنێ پەیدا دبیت، ئەو هەلوەسەیێن د

---

[40] **قاسم حسين صالح** (2015). **الاضطرابات النفسية والعقلية: نظرياتها، أسبابها، طرائق علاجها. دار دجلة للنشر والتوزيع. ط1، عمان.**

قۆناغا ڤەگوهاستنا دناڤبەرا نڤستنێ و هشیارییێدا (Hypnogogic hallucination) و ئەوێن د قۆناغا ڤەگوهاستنا دناڤبەرا هشیاری و نڤستنێدا (Hypnopompic hallucination)، پەیدا دبن، دیاردەیێن سروشتینە و ناچنە دناڤ پۆلێنێن هەلوەسەیێن نەساخییاندا. هەروەسا هەلوەسەیەکا دی یا دیتنێ ل دەف کەسێن کوورە هەیە دبێژنێ حالەتێ **چارلز بۆنێت** (Charles Bonnet Syndrome)، یان هەلوەسەیێن کوورەیان، کو پشتی کوورەبوونێ ب چەندین رۆژان یان ب چەند هەیڤەکا، نەساخ دێ هندەک میناکان بینیت کو ژ چێکرنا عەقلینە و ژبۆ پڕکرنا وان ڤالاهییانن ئەوێن ژ ئەنجامێ کوورەبوونێ پەیدا بووین. ئەڤە نە حالەتەکێ نەساخییێە، بەلکو ئێکە ژ نیشانێن بەربەلاڤێن کوورەبوونێ. ئەڤ جۆرە هەلوەسەیە ل سالا (١٧٦٠)ێ، ژ لایێ زانایێ سویسری (چارلس بۆنێت)ڤە هاتینە دیتن کو پشتی نەشتەرگەرییەکا چاڤی، داپیرا وی هەستەوەرێ بینینێ ژ دەستدا بوو، ئەڤجا هندەک میناکێن نەسروشتی و کەشەفرێت ددیتن، پاشی زانستێ نۆژدارییێ ب سیندرۆم دا نیاسین[41].

٣. هەلوەسەیێن بێهنکرنێ (Olfactory Hallucination):

ئانکو بێهنێن جوراوجۆر دهێنە نەساخی کو ئەڤ بێهنە ل دەردۆرا وی نینن، لێ نەساخ هەست ب هەبوونا ڤان بێهنا دکەت. ڤان هەلوەسەیان هەڤبەندییەکا موکم ب هەلچوونێن سەرەتایی و غەریزا سێکسیڤە هەیە. هاتییە زانین کو هەستەوەرێ بێهنکرنێ

[41] **أميرة حسن** (2019). **ثلاثة أخطر أنواع الهلاوس التي تهاجم الانسان. مقالة من موقع**: (www.sasapost.com).

کەڤنترین هەستەوەرە د وەرارا هەستەوەراندا و هەڤبەندییەکا موکم ب بنگەهێن هەلچوونێ د دەماغیدا هەیە، کو ل داویێ دێ ب دلینی یێن سەرەتایی و هەستێن گونەهبارکرنێ ژی هەڤبەند بن. ب ڤێ چەندێ، دێ بینین نەساخەکێ پارانۆیا یان مانیا هەست دکەت بێهنەکا نەخۆش ژێ دهێت و ئەو بێهن ب راستی دهێتێ (هەرچەندە ئەو بێهنا نەخۆش ناچیتە کەسەکێ دی). یان کەسەکێ شیزۆفرینی دێ هەستپێکەت بێهنەکا نەخۆش ژ هەڤژینا وی دهێت، یان ژی گەنجەک هەست ب بێهنەکا نەخۆش دکەت کو ژ پانییا دەستێ وی دهێت، ئەو وەسا هزردکەت کو ئەو بێهنە ژبەر خوەڤەڕساندنێ ژ پانییا دەستێ وی دهێت (دبیت پێڤەگرێدانەک ب هەستا تاوانکرنێڤە ژی هەبیت!). هەموو هەلوەسە دگەل وەهم و هەپارەیان تەڤلیهەڤ دبن، ئەگەر فەرمانگەهەکا گەندەل ب شێوەیەکێ مەجازی وەسف بکەین و ببێژین؛ بێهنا گەنیبوونێ یا ژ فلان فەرمانگەهێ دفڕیت، نەساخێ زوهانێ هەست ب وێ بێهنا گەنی دکەت و ژبەر وێ بێهنا نەچیتە چ کەسێن دی، ئەو نەشێت بچیتە د ژوورا ڕێڤەبەریڤە. ئو نەتنێ بێهنێن نەخۆش دهێنێ، جارنا دبیت هەست ب هندەک بێهنێن خۆش ژی بکەت. لێ د هەموو رەوشاندا، نەساخ ب تنێیە هەست ب وێ بێهنێ دکەت.

٤. هەلوەسەیێن تامکرنێ (Gustatory Hallucination):

د پڕانییا جاراندا، ئەڤ جۆرە دگەل هەلوەسەیا بێهنکرنێ ب هەڤدەمی دهێت. د ڤی جۆرێ هەلوەسێدا نەساخ وە هەست دکەت تامێن جوداجودا (شرین، ترش، تەحل، مز...هتد) دناڤ دەڤێ ویدا هەنە، یان ژی وە هزر دکەت کو چ تام د خوارنێدا نینە.

ئەڤ جۆرە ژی دگەل پێحەسیانێن هەپارەیی و وەهمان تێکهەلی هەڤ دبن و هندەک جاران ئەو تاما سەیرا بۆ نەساخی پەیدا دبیت، ب وەهمەکێڤە دهێتە گرێدان کو کەسەکی ژەهر یا بۆ کرییە دناڤ خوارنێدا. هەڤژینا هەڤالەکێ من چیرۆکا خوە دناڤ تازیيا کەسەکێ نیاسدا ڤەدگێرا: "**پشتی مە خوارن بۆ هەموو بەهیڤانان ئامادەکری و هەمی ئامان شووشتین، ل ئێڤاری کچا رەحمەتی ئەم هەموو ژنێن بنەمالێ کۆمکرین و ژ مە پرسیارکر کا بۆچی مە هندەک دەرمانکێن زیانبەخش کرینە دناڤ سێنیکا وێدا، پاشی ئاماژە کرە دوتمامەکا خوە و د گۆتێ: بۆچی تە دڤێت من بکوژی؟ تە ژەهر یا کرییە دناڤ خوارنا مندا و ئەز ژ تاما وێ دزانم کو ژەهرە.. دەمێ خوارن ئینای و ب تەعدا دایە وێ دوتماما خوە، مە هەمیا تامکرێ و چ تامێن جودا یان سەیر تێدا نەبوون، لێ هەر یا مجد بوو کو تامەکا نەخۆش و سەیر یا دناڤ خوارنا وێدا هەی**". هەلبەت ئەو نەساخە زوهانی بوو، دبیت ژی شیزۆفرینیا بیت و هەلوەسەیێن تامکرنێ ل دەف هەبوو بن.

٥. هەلوەسەیێن دەستکرنێ/ هەستپێکرنێ (Tactile Hallucination):

د ڤی جۆرێ هەلوەسەیاندا، نەساخ هەست ب دەستکرنێ و لڤینێن لەشی دکەت. وە هەست پێ دکەت کو دەرزیک یێ د لەشێ وی دچن، یان هزر دکەت کرم یان مێری یێ ل سەر لەشێ وی ب ریڤە دچن، یان ئەندامێن لەشێ وی/ وێ یێن دلڤلڤن، یان ژی وە هەست دکەت کو کەسەک یێ دەستێ خوە دکەتە هندەک ئەندامێن لەشێ وی/ وێ.

مشه جاران دێ بینین نەساخ یێ ل دۆر خوە دزڤریت، یا ژ ویڤە کەسەکی دەستێ خوە یێ دانایە سەر ملی[42]. هندەک جاران ژی نەساخ وە هەست پێ دکەت کو پرتەک ژ لەشێ وی یا فالنجبوویی، کو زەحمەتە ژ حالەتێن فالنجبوونا ئۆرگانی (Paresthesia) بهێتە جوداکرن، چونکو هەست د تێکرەس و گرچنن، هندەک ڤەکۆلەر دبێژنێ هەستێن لێکدایی یێن دەستکرنێ کو نەساخ هەست دکەت کەسەک یێ گونێن وی دگڤێشیت یان هندەک مێری یێن د بن پیستێ ویڤە و یێ فالنجکری. د. یحیی الرخاوی، هەمان تێرمێ ئینگلیزی ژبۆ ڤان هەلوەسەیێن لێکدایی بکار دئینیت (**هەلوەسەیێن هاپتیک**)، کو ب ئینگلیزی ژی دبێژنێ (Haptic hallucination)[43].

هندەک ڤەکۆلەر ڤان هەلوەسەیێن دەستکرنێ ب هەلوەسەیێن هەستپێکرنێ ددەنە نیاسین و کۆمەکا هەلوەسەیێن هەڤبەند ب دەستکرنێ و هاپتیکڤە، وەکو هەلوەسەیێن خوەسەر ددەنە نیاسین، بۆ نموونە:

- **هەلوەسەیێن هەستپێکرنا گشتی**: ب هەستپێکرنێن گشتی یێن لەشیڤە گرێداینە (د پرانییا جاراندا سەر و مەژە)، نەساخ وە هزر دکەت کو خوین ژ راددەیێ خوە پتر دچیتە سەرێ وی، یان هەست ب سوهتنا مەژێ خوە دکەت، یان ژی دەزگەهێ سوورا خوینا وی یا راوەستایی و رویڤیکێن وی یێن پرت پرت بووین.

[42] **نهير عبدالنبي** (2020). **سؤال و جواب: كل ما تريد معرفته عن أعراض الهلوسة و طرق العلاج. مقالة من موقع:** (www.youm7.com).

[43] **يحيى الرخاوي** (2013). **اضطراب الادراك: انواع الهلاوس. مقالة من موقع:** (www.rakhawy.net).

- **هەلوەسەيێن هەستپێکرنا کوورتر:** ئەڤە هندەک هەستپێکرنێن هەلوەسەيينە، ب ماسۆلکەيێن کوور و کوورترێن لەشی و فالنجبوونا وانڤە هەڤبەندن، مەرەم پێ ئەو ماسۆلکەيێن دناڤ هناڤێن مرۆڤيدانە.

- **هەلوەسەيێن هەستپێکرنێ/ لڤينێ:** ئەڤ جۆرە ب لڤينێ و گوهارتنا جهيڤە دگرێدانە، بۆ نموونە: هەستێن فڕينێ يان بنئاڤبوونێ کو نە تنێ هەستپێکرنێن کوورن، لێ دگەل پێحەسيانێن هەپارەيی ژی تەڤليهەڤ دبن. دەمێ نەساخ دبێژيت: "**ئەز هەست دکەم لەشێ من يێ سڤک دفڕيت، يان لەشێ من ب ساناهی ژ من دفڕيت...**"، نيشانا وێ چەندێيە کو هەلوەسەيا فڕينێ و پێحەسيانا هەپارەيی ب وێ فڕينێ ل دەف نەساخی يا تێکهەلکێش بوويی.

هەروەسا دو هەلوەسەيێن دی ژی ب ڤی جۆريڤە هەڤبەندن يان دکەڤنە د چوارچۆڤێ هەلوەسەيێن هەستپێکرنێدا:

- **هەلوەسەيێن هناڤکی** (Visceral Hallucination)؛

ل ڤێرە نەساخ هەست دکەت تشتەکێ وەکو مارەکی يێ د هناڤاندا دلڤلڤيت. دبێژن سەدەمێ خۆکوشتنا ئەحمەدێ نالبەند ژی، ئەو بوو کو هزر دکر شەيتان يێ چوويە دناڤ هناڤێن ويدا و بەلا خوە ژێڤە ناکەت.

- **هەلوەسەیێن سێکسی** (Sexual hallucination)؛

جۆرەکێ دییە گرچنترە ژ دەستکرنێ یان هەستپێکرنێ. ئەڤ جۆرێ هەلوەسەیان تێکهەلەیەکە ژ هەلوەسێ و ئاشۆپکرنێ و پێحەسیانێن هەپارەیی کو هندەک جاران دگەهتە راددەیێ ئەنجامدانەکا کاملان بۆ کریارا سێکسی. ژبەر تەڤلیهەڤبوونا هەپارە و هەست و وەهمان دگەل ڤی جۆرێ هەلوەسێ، نەدوورە وەکو وەهمێن هەوەسا عەشقێ ب هونەرمەندەکێ ناڤدار، یان ب رابەر و سەرکردەیەکێ سەرنجڕاکێش و لاو دهێتە دیتن.

تێکچوونێن هزرکرنێ

دەمێ ئەم بەحسێ تێکچوونێن هزرکرنێ دکەین، بێگومانە کو دێ سەرەدەریێ دگەل سێ یەکەیێن پێکڤەگرێدایی و هەڤتەمامکەر کەین: **هزرکرن، زمان، تێگەهشتن**. پرۆسەیا هزرکرنێ کو ئێکگرتنا هزران، ناڤەرۆک و روخسارا وان، شێوازێ دەربڕینێ و بکارئینانا کەنالێن پەیوەندیکرنێ ب خوەڤە دگریت. زمان کو ئەو ئامانە یێ هزر تێدا دکەلن و پێ دهێنە خویاکرن. تێگەهشتن ژی کارلێککرنەکا دەماغییا گرچنە ژبۆ کارڤەدانا وان ئازرێنەرێن دەرڤەیی یێن دهێنە دناڤ دەماغیدا، ئو ل گورەی سەربۆرێن پێشینێن هەمان پرۆسە، سەرەدەرییەکا جڤاکی دگەل دکەت.

ئەڤجا تێکچوونێن هزرکرنێ ل دەف نەساخێ شیزۆفرینی ب هەمەجۆری و جوداجودا و تێڤەل دیار دبن. هزرکرن یا نەدیار و مژدارە، نەساخ نەشێت ب ئاوایەکێ خەست و کوور هزرا خوە د بابەتاندا بکەت، چونکو چ هەڤبەندی و هەماهەنگی دناڤبەرا هزرێن تێڤەلێن جوداجودا و وەزیفەیێن هەمەجۆرێن دەماغیدا نینە. ئەڤجا ئێکگرتوویا بابەتێ هزرکرنێ ل بەر نەساخی بەرزە دبیت و هندەک ئاخفتنێن نەلێکدایی و پەرش و بەلاڤ ژێ دەردکەڤن، دێ ژ بۆیەرەکی چیتە سەر ئێکی دی و ئەڤ کۆما بۆیەرێن نەپێکڤە گرێدایی یێن دەربڕاندی، دبنە ئەگەرێ دوورکەفتنا وی ژ بابەتێ سەرەکی. لێ ئەڤە رامانا وێ ئەو نینە کو چ جاران کەسێن شیزۆفرینی نەشێن بەرسڤێن دروست بۆ پرسیارێن ئازرێنەر بدەن،

هندەک ڤەکولەران دایە خویاکرن کو نەساخ دکارن هندەک پێکڤە گرێدانێن سەرەکی ژبۆ هندەک ئازرێنەرێن دیارکری دروست بکەن و بەرسڤێن لۆژیکی بدەن. لێ داکەفتنا وان د چێکرنا هەڤبەندی یێن لاوەکیدایە کو ئاخفتنا دەربڕاندی ب پەرشوبەلاڤی و نەئێکگرتی ژێ دەردکەڤیت[44].

هەژارییا ناڤەرۆکا هزرێن دەربڕاندی، ئارێشەیەکا دی یا نەساخییە ئەگەر بشێت کۆمەکا پەیڤ و هەڤۆکان دەرببڕیت یان بنڤیسیت ژی (نەدوورە رێنڤیس ژی یا دروست و رێکوپێک بیت)، لێ ناڤەرۆکا هزرییا هەڤۆکان یا هەژارە. دبیت نەساخەک بۆ ماوەیێ یەک دەمژمێر ل سەرێک بۆ تە باخڤیت و ل داوییێ چەند پەیڤ یان چەند هەڤۆک ژ ئاخفتنا وی بهێنە بشافتن. ئو ئەڤ هەژارییا ناڤەرۆکێیە دبیتە ئەگەرێ تێنەگەهشتنا یێ بەرانبەر. د پڕانییا جاراندا، کۆمەکا پەیڤێن ژێکجودا و هەڤۆکێن ژێکڤەقەتیایی دناڤ ئاخفتنا ویدا دهێن کو چ رامانێن دیارکری بۆ نینن، ئەڤ ئاخفتنە ب زمانەکێ پەرتوبەلاڤ و بێ هەبوونا هیچ هەڤبەندییەکێ دناڤبەرا پەیڤ و هەڤۆکاندا دهێتە دەربڕاندن، مینا پێکهاتەیێن زەلاتێ لێ دهێن، لەوا دبێژنێ **ئاخفتنا زەلاتە** (Word Salad)، نێ هەر پەیڤەک جودا ژ هەڤالا خوە دهێتە دناڤ ئاخفتنێدا. د ڤێ شەپرزەییا پەیڤێن تێڤەل و نەلێکدایی و هندەک جاران هەڤدژ، دوور نینە هندەک پەیڤێن نوی داڕێژیت کو کەسەک تێ نەگەهیت و ئەو ب خوە ژی تێ نەگەهیت، ئانکو هندەک پەیڤان بکار دئینیت د چ فەرهەنگێن زمانیدا نینن، لەوا

---

[44] **قاسم حسين صالح** (2015). **الاضطرابات النفسية والعقلية: نظرياتها، أسبابها، طرائق علاجها. دار دجلة للنشر والتوزيع. ط1، عمان.**

دبێژنێ **زمانەکێ نوو** (Neologism). جار ژی کۆمەکا پەیڤێن ئێک سەلیقە و ئێک دەنگ و ل دویف ئێک دبێژیت، بێی کو سەلیقە و لۆژیکییا گۆتن و ب لیڤکرنێ ل بەر چاڤ وەرگریت. کو مینا دەنگێ وەردەک و هندەک باڵندەیانە، دبێژنێ **دەنگێ زەنگێ** (Clanging).

ئەگەر پێکڤە گرێدانەکا ساکار دناڤبەرا پەیڤێن زمانێ نوودا هەبن ژی، لێ د حالەتێ کلانگینگدا تنێ ل سەرێک بازدانا پەیڤانە و ژ بلی سەروا و سەلیقێ و دەنگێن وەکهەڤ، چ هەڤبەندی پێکڤە نینە. بۆ نموونە: "**من گۆتە مریشکێ کا نیڤشکێ ل بەر دوپیشکێ سەر هشکێ کرییە مەشکێ پاشی کشکێ ئەوێ کچکا مەژی رەشکێ...هتد**". ل دەمێ ئاخفتنێ ژی، مشە جاران بلەز و بێی راوەستیان دئاخڤیت، پاشی ژ نشکەکێڤە بۆ ماوەیەکێ کورت یان درێژ بێدەنگ دبیت کو ئاماژەیا بلۆکبوونا مەژێ وییە.

ئەلەمێنتێ سێیێ د ڤی بابەتیدا، تێکچوونا تێگەهشتنێیە. هەرچەندە ژ بەر وەهم و هەلوەسەیان، تێگەهشتنا وی بۆ هەموو بابەت و دەوروبەران و جیهانێ یا جودایە (ئەگەر نەبێژین یا سەیرە). دشێن بۆ ماوەیەکێ درێژ بەحسی تێگەهشتنا خوە یا نەشاز یان سەیر و سەمەرە بکەن، دبیت تێگەهشتنەکا ڤالیکی و ساویلکە بیت، دبیت ژی بەحسی هندەک بابەتێن زانستی یێن نەپێکڤەگرێدایی بکەت.

ب شێوەیەکێ گشتی، ئەو نەشێن تەرکیزێ ل سەر بابەتان بکەن، نەشێن ب ساناهی خەلکی بنیاسن، نەشێن مەرەم و ئاخفتنێن وان دەستنیشان بکەن کو دبیتە ئەگەرێ نەتێگەهشتنا وان بۆ هەر ئاخفتنکەرەکێ دگەل باخڤیت. نەشێن قەبارەیێ تشتان ب دروستی بزانن، نەشێن وەختی ژێکڤاڤێرن و شیانێن دەستنیشانکرنا ئاراستە یێن جهان نینن. هندەک ڤەکۆلەران خویا کرییە کو ئەڤ بێهێزییا

تێگەهشتنێ ل دەف نەساخان بۆ هندەک سەدەمێن سەرەکی دزڤڕیت، مینا: ژ دەستدانا ئاگەهبوونا هەلبژاردەیی.

مەرەم ب **ئاگەهبوونا هەلبژاردەیی** ئەوە کو مرۆڤ بێی هزرکرن مومارەسەیا ئاگەهبوونا هەلبژاردەیی بکەت، دەمێ دکەڤیتە هەمبەر بابەتەکی یان بۆیەرەکێ دیارکری، ئێکسەر بڕیارێ ددەت کا دێ تەرکیزێ ل سەر چ کەت، ئەڤجا هەموو تەرکیزا خوە دێ بەر ب وی بابەتێ هەلبژارتیڤە ئاراستە کەت و دێ هەموو تشتێن دی یێن لاوەکی پشتگوهـ هاڤێت. بۆ نموونە: دەمێ کەسەک پرسیارەکا دیارکری ژێ دکەت، دێ تەرکیزێ ئێختە سەر بەرسڤدانەکا لۆژیکی، لێ چ پویتەی ب دەنگێ سشوارێ، یان رۆناهییا دژوارا ژوورێ، یان رەنگێ وی جلکێ دبەر پرسیارکەری نادەت... هتد.
ئەمما د حالەتێ کەسانێن شیزۆفرینیدا، پویتە ب هەموو تشتێن سەرەکی و لاوەکی ددەن، ئەڤجا دێ کۆمەکا پێزانینێن پێدڤی و نەپێدڤی چنە دناڤ مەژێ ویدا و نەشێت ب شێوەیەکێ ژیوارکی و دروست ژێکڤاڤێریت. لەوا دێ جیهانەکا دی یا جودا ژ وان پێزانینان دروست کەت و دێ ب ئاخفتنەکا نەشاز و ساویلکە دەربڕینێ ژ وان پێزانینێن نەئێکگرتی کەت.
جارنا نەساخ هەست ب ڤێ چەنداتییا مەزنا پێزانینان دکەت و دبێژیت کو مەژێ وی یێ تژی هزرە و ئەڤ تژیبوونەیە دبیتە سەدەمێ تێکچوونا هزرێن وی و پەیدا بوونا هزرێن نەرائێک و ئاژاوەیی. لێ د راستیدا، نەشێت ب شێوەیەکێ کاریگەر د ئاخفتنێن رۆژانە یێن سەرەدەریکرنێ بگەهیت و نەشێت رامانەکێ بدەتە گۆتنێن کەهی یێن مەزنان و هەڤۆکێن مەجازی، بۆ نموونە: ئەگەر

بێژنە کەسەکێ شیزۆفرینی "**نەئاخڤە دیوار بگوهن!**" یان "**رەشۆ ب دەستێن خوە ئەگەر دێ ئاڤ تە بەت!**" نەساخ تێ ناگەهیت کا مەرەم پێ چییە. دێ هزر کەت مەژێ وی یێ ڤالایە و هێزا وەرگرتن و تێگەهشتنێ نەمایە. لاوازی و مژدارییا د هزرکرن و تێگەهشتنا نەساخیدا، دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ کو نەشێت د خواندن و کار و پشکدارییا جڤاکیدا ب سەرکەڤیت.

هەروەسا نەمانا پالێنەر و ئازرێنەرێن ژیانێ دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ کو نەشێت پێداویستی یێن ژیانا خوە یا رۆژانە ژی ئەنجام بدەت، وەکو سەرشووشتنێ و جلک گوهۆڕینێ و بەرهەڤکرنا خوارنێ و خوە پاقژکرنێ... هتد[45].

---

[45] **أميرة عبدالرازق** (2019). **الفصام مرض الهلاوس والاوهام. مقالة من موقع:** (www.elconsolto.com).

تێکچوونێن دلینی و وژدانی

نەساخی شیزۆفرینی (هەروەک مە ل گەلەک جهان خویاکری) دلینییەکا هەلوەشیایی و مژدار هەیە. خەلکی هەچکوهەیی؛ هەردەم هەست ب گەرمی و هەڤسەنگییا نافخۆیی و هەڤگونجانا دگەل جیهانا دەردۆر هەیە، گەلەک هێسانە مرۆڤ بزانیت کا کەنگی دلخۆشە و کەنگی خەمگینە. لێ ژ بەر نەهەڤسەنگییا نافخۆیی و نەهەڤگونجانا هزر و هەست و رەفتارێن وی دگەل دەردۆران، گەلەک زەحمەتە مرۆڤ بشێت دەربڕینێن هەستپێکرنێن کەسێن شیزۆفرینی بخوینیت.

هەردەم یێ بەهتی و هشکە، دەمێ دبێژیت: ئەز یێ کەیفخۆشم، چ نیشانێن کەیفخۆشیێ ل دێم و رەفتارێن وی نینن. کارڤەدانێن وی ژبۆ ئازرێنەر و ئاگەهێن دەرڤەیی و نافخۆیی نەهەڤسەنگ و نەگونجایینە، چونکو هەردەم هەلچوونێن خوە ب هندەک شێوەیێن نەگونجایی دەردبڕیت و دبیتە ئەگەرێ نیشاندانا دلینییەکا ڤالیکی و بێ ڕامان (Flat affect).

ل دەسپێکا تێکچوونا دلینیێ، نەساخ ئالۆز و خەمۆکی و شەپرزەیە. هندەک گوهۆڕینێن وەک بلەز داخباربوون و ئازریان، خەمساری و پویتەنەدانا ب کەسوکار و دەردۆران، ل دەف نەساخی پەیدا دبن. هەستدارییەکا زێدە و ئالۆزییەکا بەردەوام هەیە، مشە جاران هەستیاری و شەپرژەیی ل پەی هەڤ دهێن. دوور نینە ژی، دو

هەستێن هەڤدژ د ئێک دەمدا بۆ نەساخی پەیدا ببن، وەک؛ نەساخ مرۆڤەکی بئەڤینیت و د هەمان وەختدا کەربێن وی ژێ ڤەببن.
ب شێوەیەکێ گشتی، نەساخ هەمبەری دو تێکچوونێن دلینیێ دبیت:

- **دلینییا ساویلکە و ڤالیکی:** کو نەساخی خەمسارییەکا بێقام هەیە و پویتە ب چ نادەت، بۆ نموونە: ژوورا خوە دسۆژیت، ب ئارامی جگارا خوە دکێشیت و هێڤ دکەتێ، ئەگەر کەسەک ژێ بپرسیت ئەڤە چییە؟ ب هەمان ئارامی و گەلەک ب ساناهی و ساری، دێ بێژیت؛ ئەڤە ژوورا منە و من یا سۆتی، هەروەکی دبێژیت ئەڤە خولییا جگارێیە ئەز یێ دهاڤێژم. ئەڤ خەمساری و هشکییا هەلچوونان دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ کو نەساخ هەڤاڵێن خوە بهێلیت و تێکهەلییا کەسێ نەکەت و گرنگیێ ب چ تشت و بۆیەران نەدەت.

- **کارڤەدانێن هەلچوویی یێن نەگونجایی:** کارڤەدانێن نەساخی ژبۆ هەلویست و بۆیەرێن دەردۆرێ، نەدگونجایینە دگەل سروشت و جۆرێ بۆیەرێ ئازراندی، بۆ نموونە: ل تازیێ خەلک هەموو خەمگین و ب گرینە، نەساخ دکەتە کەنی. دبیت ل شەهیانەکێ ژی، هەلچوونا وی بەرۆڤاژییا خەلکی بیت، ل وی دەمێ کو هەموو دلخۆش و دەواتینە، ئەو دکەتە گری.

ئو دەمێ دگەل خوە ب تنێ ژی دمینیت، هەلچوونێن وی دگەل خوەییێ وی ژی مژدار و نەگونجایینە. ژ نشکەکێڤە دکەنیت یان ژنشکەکێڤە و بێ ئەگەر دکەتە گری. هندەک جاران حەز و ڤینێن

وی تێک دچن و نزانیت کا حەز ژ چ (یان کێ) دکەت و کەربێن وی ژ چ (یان کێ) ڤەدبن. ئەڤ تێکچوونا حەز و ڤینێن نەساخی، ژ وەستیان و خەمساریێ دەست پێ دکەت، هەتا دگەهتە ئالۆزیێ و نەهەڤسەنگیێ. نەساخ هەردەم دودلە و سەرێن رێکا ل بەر بەرزە دبن. شیانێن بڕیاردانێ ل دەف نامینن، ئەگەر بڕیارەکێ بدەت ژی، زوو لێڤە دبیت یان بلەز دگوهۆریت. بۆ نموونە: دبیت بڕیارێ بدەت کارێ ئاسنگەریێ بکەت، پاشی دێ لێ ڤەبیت و دێ بێژیت دێ خواندنا خوە تەڤاڤکەم، چەندەک پێ ناچیت دێ بڕیارەکا دی دەت...هتد. جارنا د رازێت و هێڤ دکەتە ئەسمانا بێی کو هیچ حەز یان ڤینەک د هزرێدا هەبیت.

ژ ئەنجامێ هەلوەسە و پێحەسیانێن هەپارەیی یان وەهمان، هەست دکەت، هەر تشتەکێ کری یان دکەت، نە ب دلێ وییە. بەلکو هێزەکا دەرڤەیی ل سەر د سەپینیت و ل سەر مەژێ وی زال دبیت. ئو پێڤاژۆیا ژیانا وی، ب ڤێ هێزا مژدارا دەرڤەییڤە ب رێڤە دچیت.

تێکچوونێن رەفتاران

د شیزوفرینیاییێدا، نیشانێن تێکچوونا رەفتاران بەری هەموو نیشانێن دی دەردکەڤن. رەفتارا نەساخی، ژ نشکەکێڤە یان ژی بەرەبەرە دهێتە گوهۆڕین. د ڤێ رەوشا گوهۆڕینێدا، دوور نینە کارێ خوە بهێلیت یان ژ مال دەرکەڤیت و نەزڤڕیت، یان ژی دەست ژ خواندنا خوە بەردەت. خوە ئەگەر خواندنێ نەهێلیت ژی، چ پویتە ب ئەرکێن خواندنێ نادەت. هەردەم بەهانەییێن خوە نەساخکرنێ بۆ ڤان رەفتارێن خوە یێن نەجڤاکی دئینیت. پڕانییا نەساخان گوهـ نادەنە جلک و پاقژی و نڤستن و خوارن و ڤەخوارنێن خوە. هەروەسا پڕانییا نەساخان د دەسپێکا ژیانا خوەدا، باوەردار و ژ خودێ ترسن، هەموو هەولا وان ئەوە کو خەلکەکێ دی بکێشنە دناڤ بازنەیێ ئاییندارى و ئۆلپەروەرییێدا.

لێ هەکو ئەم بەحسی تێکچوونێن رەفتاران دکەین، ژ بلی هندەک رەفتارێن هەڤبەند ب هەلوەسە و وەهمانڤە، یان رەفتارێن ژ ئەنجامێ تێکچوونێن هزرێ و دلینیێ پەیدا دبن، دێ سەرەدەرییێ دگەل دو رەفتارێن گرنگ و بەربەلاڤ کەین: تێکچوونێن لڤینان و تێکچوونا خۆڤەکێشانا ژ جڤاکی. مەرەم ب **تێکچوونا لڤینان** ئەوە کو نەساخ هندەک لڤینێن سەیر دکەت:

- **رەفتارا دوبارەکرنا لڤینان** (Stereotype): کو ب هندەک کریارێن بێ رامانێن لڤینا ئەندامەکێ جەستەیێ خوەڤە دهێتە گرێدان و ب بەردەوامی ئەنجامددەت. بۆ نموونە: بۆ ماوەیێ چەندین کاتژمێران

دێ سەرێ خوە هژینیت، یان دێ ب بەردەوامی نافتەنگا خوە دالەقینیت، یان دێ دەستێن خوە لێک زڤرینیت، یان ژی دێ ملێن خوە بادەت. ئەڤ رەفتارە ب بەردەوامی دهێنە ئەنجامدان هەتاکو دبنە پشکەک ژ رەفتارێن کەسایەتییا وی و د پرانییا جاراندا خەلک ل سەر رادهێن.

– **رەفتارا شەماکرنا جومگە و ماسۆلکەیان** (Waxy flexibility): ئەڤە رەفتارەکا سەیرە، نەساخ هندەک ماسۆلکە و جومگەیێن لەشێ خوە ب نەرمی دلڤینیت هەروەکو ئەو ماسۆلکەیە شەمانە (نەخوین و گوشتە)، دەمێ نەساخ لەشێ خوە مینا شەمایێ ل قالب ددەت، خەلک ب سەیری لێ دنێریت.

– **رەفتارا دەپاندنێ** (Catatonia): دژوارترین رەفتارە، کو نەساخ بۆ ماوەیێ چەندین کاتژمێران یان رۆژەکا کاملان وەکو دەپەکێ هشک ل سەر پییەکی یان د رەوشەکا دیارکریدا دمینیت، بێی کو بلڤیت یان یەک پەیڤ ژ دەڤی دەربکەڤیت.

– **رەفتارا ئازراندن و تووڕەبوونێ** (Excitement): د رەوش و حالەتێن تووڕەبوونێدا یان ژ ئەگەرێ هەر ئازراندنەکا دی یا ژبەر هەر هۆکارەکی بیت، لڤینێن وی زێدەتر لێ دهێن و دەست ب قیژاندن و گەفلێکرنێ دکەت، دبیت تووڕەبوونا وی بگەهتە راددەیەکی کو تشتێن نافماڵێ بشکێنیت و هێرشێ بکەتە سەر خەلکی و تەعداییێ لێ بکەت. نەدوورە هندەک جاران، تاوانێن راستەقینە ل هەمبەر دەردۆران ئەنجام بدەت.

ب نسبەت **خۆڤەکێشانا ژ جڤاکی** ژی، نەساخ هەردەم یێ ڤەدەرە ژ جڤاکی و سەرەدەرییەکا کاریگەر دگەل دەردۆرێن خوە ناکەت. ل دەستپێکا تۆشبوونێ یان د سەردەمێ نیشانێن پێشوەختەدا، ل دەستپێکێ نەساخ خوە ژ خەلکی دوور دکەت، پاشی ئاگەهـ ژ جیهانا دەرڤەیی نامینیت و بەرەبەرە خوە ژ دەردۆران و مایتێکرن و گرنگیپێدانا ژینگەهێ ژی ڤەدکێشیت. ئەم دشێین بێژینێ خۆجوداکرن یان خۆڤەکێشانا هەلچوویی. د ڤێ قۆناغێدا، نەساخ ب کێمی تێکهەلییا خەلکی دکەت، چ سەرەدەری و کارلێککرنا جڤاکی دگەل کەسێن دی نامینیت. چ گرنگییێ ب هەبوونا کەسێن دی نادەت و وەسا رەفتارێ دکەت هەروەکو کەسەکێ دی (ژبلی وی) ل سەر ڤی عەردی ناژیت.

لێ د حالەتێن کەڤنار و دۆمدرێژدا، نەساخ حەز دکەن هەردەم ژ خەلکی د دوور بن و کێمتر ژ خەلکێ هەچکوهەیی سەرنجێ ددەنە بەرێخوەدانا کەسانێن دی، ئەڤ رەفتارە ژی ب ڤەدەرییا جڤاکی دهێتە نیاسین. هندەک ڤەکۆلەر وەسا ددانن کو نەساخێن شیزۆفرینی خوە ژ بەرێخوەدان و ماوەرکرنێن خەلکێ ددەنە پاش. هەروەسا دبێژن کو ئەڤ خوەدانەپاشە، نە تنێ ژ ئازرێنەرێن دەردۆرە، بەلکو ژ خوەییێ کەسانە ژی. هەرچەندە د تێکچوونێن هزرکرنێدا مە دابوو خویا کرن، کو کەسێن شیزۆفرینی ئارێشە د ئاگەهبوونا هەلبژاردەییدا هەیە، لێ ئەو ب سەربۆر و فیترەیا خوە دزانن کو کەسێن دەردۆر پێکۆلا تێگەهشتنا وان دکەن، لەوا ئەو خوە ژ بەرێخوەدانا کەسان ددەنە پاش و ب دلخۆشی سەح دکەنە تێلەفزیۆنێ. لێ ئەڤ خۆڤەکێشان و ڤەدەرییا ژ جڤاکی، رێ ل وێ

چەندێ ناگریت، د هندەک رەفتارێن دیارکریدا چاڤلێکرنا کەسێن ل دەوروبەرێن خوە بکەت.
مشە جاران ئاخفتنێن خەلکی وەکو بەبەغای جاری دکەت و دوبارە دکەتەڤە، دبێژنە ڤێ دیاردێ **دەنگڤەدانا ئاخفتنێ** (Echolalia). وەلێ ئەگەر چاڤلێکرنا رەفتار و کریارێن خەلکی بکەت، دبێژنێ **دەنگڤەدانا کریاران** (Echopraxia).

ب ڤێ چەندێ ژی، بۆ مە خویا دبیت؛ نەساخییا شیزۆفرینیایێ ب هەبوونا وەهم، هەلوەسە، تێکچوونا هزران و تێگەهشتنێ، تێکچوونا دلینی و وژدانێ و رەفتارانڤە گرێدایە کو د ئەنجامدا دبیتە ئەگەرێ تێکچوونا ستایلێ جڤاکیێ کەسایەتیێ و نەشێت سەرەدەریێ دگەل کەسوکار و دەردۆرا خوە بکەت. ئەڤەیە دبیتە ئەگەرێ داکەفتنێ د چالاکی یێن پیشەیی و هزری و ئەکادیمیدا.
ئەڤ نیشانێن ژێگۆتی و پۆلێنکرنا وان، ڤەرێژا کۆمەکا ڤەکۆڵین و دویفچوونا دختۆر و پسپۆرێن دەروونییە، لێ ئەگەر ئەم هەموویان ب شێوەیەکێ گشتی کۆمکەینەڤە و ژێکڤاڤێرین، دێ ئەڤ نیشانێن ل خوارێ ژێ پەیدا بن:

- گوتنێن پەرشوبەلاڤ و ژێکڤەقەتیای دکەت.
- دلینییەک کێم یان زێدە، لێ پرانییا جاران دلینی یا کێمە و نەساخ د سەروچاڤ سارن، وەک کورد دبێژن دبەهیمەنە.
- هزرێن هەوارکی، هەروەکو هزرێن وی د پەیڤن و ب دەڤێ ئێکێ دی بۆ دهێنە گوتن.
- نەساخ هزر دکەت ئەندامەکێ لەشێ وییێ رزی یان یێ مری.
- ئاخفتنێن نەساخی گەلەک درەو تێدا هەنە.

- چ پویته ب پاشەرۆژا خوه نادەت و گوهـ نادەته جلک و سەروبەرێ خوه. بەرسڤا گەلەک پرسیاران نادەت، یان ژی هندەک بەرسڤا ددەت کو چ هەڤبەندی ب پرسیارێڤە نینە.
- هەست دکەت هندەک کەس یێ گونەهبار دکەن و گەفان لێ دکەن.
- هەست دکەت هندەک بهێن یێ دهێنێ یان یێ د هەلنگڤیت، لێ د راستیدا چ تشتێ وەسا نینە و نەبوویە.
- هزر دکەت مرۆڤەکێ هەلبژارتییە و خودێ یێ هنارتییە ناڤ خەلکی، دا ل شوینا پێغەمبەران پەیاما راستیێ بگەهینیت. هەروەسا هەست ب هەبوونا هێزەکا مەزن دکەت. وە تێ دگەهیت گەلەک ناڤدارە و خەلک ب مەندەهۆشی بەحسێ وی و کارێن وی یێن پیرۆز دکەن. ئو وەسا ددەتە خویاکرن کو د حالەتێن پیدڤیدا خودێ دگەل د ئاخڤیت.
- راوەستیان و روینشتنا وی نە د سروشتینە، هندەک لڤینێن سەیر ژی دکەت.
- گوهدانا وی بۆ دختۆری یا کێمە و چ پویتەی ب شیرەتێن دختۆرێ دەروونی نادەت.

هەژی گۆتنە، چ نیشانێن ئاشکرا یێن توندوتیژیێ ل دەف نەساخێن شیزۆفرینیێ نینن، ژ بلی زێدەبوونەکا کێم د رەفتارا توندوتیژدا. لێ گەفلێکرن ب توندوتیژیێ و هندەک نۆبەتێن دژمنکارییا ساکار ل دەف هندەک نەساخان دهێنە دیتن. وەکو ئەوێن توندوتیژیێ ل دژی ریڤەبەرێن خوە یان هەر کەسایەتییەکا دی یا ناڤدار دکەن، ئەوێن خەمۆکییەکا دژوار هەین، یان ئەوێن جۆرێ پارانۆیا هەین و

بۆ ماوەیەکێ درێژ د ڤەدەربوویی، ئەو ژ ئەگەرێ هەلوەسە و وەهمێن چەوساندنەوەییێ هێرش دکەنە سەر خەلکی، چونکو ل وێ باوەرێنە ئەون یێن بووینە سەدەمێ هەموو کۆژان و تێکچوونێن وان یێن بەردەوام[46].

بەرۆڤاژی ڤێ چەندێ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانێ ددەتە خویاکرن کو د پرانییا جاراندا، جوداکاری و پێشێلکرنێن مافێن مرۆڤی ل دژی نەساخێن شیزۆفرینیا دهێتە کرن، چ دناڤ دەزگەهێن چارەسەرکرنا دەروونی یێن حکومەتێدا بن یان دناڤ کۆمەلگەهێدا بیت. ئو چەند کۆژان و نیشانێن وان دژوارتر بن، پتر دهێنە جوداکرن و کێمتر دگەهنە خزمەتگوزاری یێن چارەسەرکرنا دەروونی[47].

ل داویێ ژی، دشێین بێژین کو نیشان ل دەف سنێلەیان هەروەکو کەسانێن گەنج و پێگەهشتینە، لێ ژبۆ دەستنیشانکرن و نیاسینێ، ب زەحمەتترە. سەدەمێ ڤێ چەندێ ژی، نیشانێن پێشوەختەنە کو مینا نیشانێن گەلەک نەساخی یێن دی یێن پێڤاژۆیا وەرارا مرۆڤینە، یان وەکو نیشانێن وەرگرتنا ماددەیێن بێهۆشکەر و دەرمانێن هێزبەخشن: خۆڤەکێشان و ڤەدەربوون ژ هەڤال و خێزانێ، خوە ڤەدزین ژ خواندنگەهێ، هەبوونا ئاریشەیێن نڤستنێ، توورەبوون، گێولەکێ دامایی و خەمگین، نەمانا حەز و ئازرینەرێن ژیانێ، ئەڤە

---

[46] **شۆلز، س. چارلز** (2017). **انفصام الشخصية. كلية الطب في جامعة منيسوتا. مقالة من موقع:** (www.msdmanuals.com).

[47] **سەحکە مالپەرێ رێکخراوا ناڤبری** (2019). **ژ سایتێ** (www.who.int).

هەمی نیشانن کو ژ ئەگەرێن هەمەجۆرێن ژیانا کەتواری پەیدا دبن. ئەگەر نیشانێن سنیلەیان دگەل نیشانێن پێگەهشتییان هەڤبەر بکەین، دێ بینین کو وان کێمتر وەهم و پتر هەلوەسەیێن دیتنێ هەنە[48].

جۆرێن نەساخیێ

هەروەک مە ل پێشییێ گۆتی، گەلەک بۆچوونێن هەمەجۆر و جوداجودا ل سەر نیشان و پێڤاژۆک و سەدەم و چارەسەرکرنا ڤێ نەساخیێ هاتینە پێشکێشکرن. ئەڤجا ل گورەی دیتن و بۆچوونێن پسپۆران، کۆمەکا جۆرێن لاوەکی یێن ڤێ نەساخیێ هەنە و هەر ڤەکۆلەرەکی ل گورەی لێکۆلین و دویفچوونێن خوە پۆلێن کرییە. هندەک ڤەکۆلەر وەسا ددەنە خویاکرن کو ئەڤ نەساخییە یەک جۆرە؛ یان **دژوارە** یان **کەڤنارە**، ئەڤە ژی ژ وێ چەندێ هاتییە کو د پێڤاژۆیا نەساخییێدا، نەساخ د پڕانییا جۆران ڕا دەرباز دبیت و نەدوورە د یەک نەساخدا، نیشانێن دو سێ جۆران لێ پەیدا ببن.

هەر ژ سەردەمێ (کریپلن) و (بلولێر)، هزر د پۆلێنکرنا نەساخییێدا هاتییە کرن، چونکو وەسا تێبینی کر بوون کو هندەک نیشان ل هندەک نەساخان هەنە و هندەک نیشانێن دی لێ نینن. ڤێ چەندێ وە کر هزر د هەمەجۆرییا نەساخییێدا بکەن. لێ کێشەیا سەرەکییا

[48] www.myoclinic.org (Jan. 07. 2020).

پۆلێنکرنێ، پشتبەستنێ ب نیشانێن بەلیکرى دکەت. ئەڤە ژى ئاستەنگەکە د رێکا دەستنیشانکرنێدا، چونکو دبیت نیشانەک ل نەساخەکى هەبیت و پشتى هەفتییەکێ یان دووان، ئەو نیشان نەمینیت و ئێکا دى ل جهێ وێ دەرکەڤیت. بۆ نموونە: دبیت نەساخەک ل گورەى وەهمێن خوە، هزر بکەت پیلانەکا ل دژى وى دهێتە دانان و پۆلیسێن شارەوانیێ ب هاریکارییا کەسوکارێن وى، دێ وى تێ بەن. ئەڤە وێ ئاماژێ ددەتە مە دبیت جۆرێ پارانۆیا بیت. لێ دبیت پشتى هەفتییەکێ دەست ژ ڤێ سوحبەتێ بەردەت و بێدەنگ بمینیت و بۆ ماوەیێن درێژ ماوەر بکەتە ئاسمانى یان هەر جهەکێ دى. ئەڤە ژى دێ بەرێ مە دەتە جۆرێ کاتاتۆنیا. د ڤێ نموونێدا دو جۆرێن نەساخیێ د ئێک نەساخدا هاتنە دیتن. ئەڤە ژى وێ رامانێ ددەت کو نەدووره نەساخەکى کۆما نیشانێن هەموو جۆران (د دەمێن جیاوازدا) هەبن. لێ دبیت ژى، نیشانێن یەک جۆر ل نەساخى هەبن و دگەل بمینن هەتا سەردەمێ ساخبوونێ. هەرچەوا بیت، ب درێژییا دیرۆکا شیزۆفرینیایێ، گەلەک پۆلێنکرنێن هەمەجۆر هاتینە کرن و هەموو پۆلێنکرن ژى جهێ دویفچوون و هەموارکرنێنە.

د رێبەرێ ئەمێریکیێ دەربارەى ئامار و دەستنیشانکرنا ئێشێن دەروونیدا، ئاماژە ب پێنج جۆرێن سەرەکى یێن ڤێ نەساخیێ هاتییە دان (DSM-IV-TR)[49]. ئەم ژى ل بەر سیبەرا ڤى رێبەرێ باوەرپێکرى، دێ سەرەدەریێ دگەل جۆرێن نەساخیێ کەین و

[49] American Psychiatric Association- APA (2000). Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorders- IV revision. DSM-IV-TR. Worth publishers.

پاشی دێ ئاماژه ب پۆلێنکرنێن هندەک ژێدەرێن دی ژی دەین. ل گورەی ڤێ کتێبا ناڤبری، سێ جۆرێن سەرەکی د قۆناغێن دژوار و کاریگەردا دەردکەڤن، ئەو ژی (پارانۆیا و هێبیفرینیا و کاتاتۆنیا)نە. ئەڤە وەکوز جۆرێن سەرەکی یێن نەساخیێ دهێنە هژمارتن. لێ هندەک نیشانێن دی هەنە کو د جۆرێن دیدا نەهاتینە ڤاڤارتن و ب نەساخییڤە دگرێداینە، دبێژنێ شیزۆفرینیا نەڤاڤارتی. هەروەسا هندەک نیشانێن پشتی ساخبوونێ دەردکەڤن و وەسا نیشا ددەن هەروەکو نەساخییە ڤەگەڕایەڤە، لەوا دبێژنێ جۆرێ بەرمایی. ب ڤێ چەندێ، ئەم دشێین بێژین پێنج جۆرێن سەرەکی یێن شیزۆفرینیایێ هەنە:

١. هێبیفرینیا (Hebephrenia):

ئانکو شیزۆفرینیا پەڕتبوویی یان نەرێکخستی، کو پتر تۆشی گەنجان دبیت، لەوا هندەک دبێژنێ شیزۆفرینیا گەنجان. تێرمێ هێبیفرینیا، پەیڤەکا گریکییە، ژ دو پەیڤێن پێکڤە گرێدایی پێک دهێت: هێبی (*Hebe*) ئانکو گەنج کو ئاماژەیە بۆ خوداوەندێ گەنجان، یێ هەردەم حەز ژ کەیفێ و روونشتنێن پیشاندانا خۆشییا ژیانێ و رەفتارێن چڤێلێن زارۆکینیێ دکەت. ئو فرێنیا (*phrenia*) ئانکو مەژ. ئەڤجا رامانا حەرفییا پەیڤێ دبیتە مەژێ گەنجان.
ئەڤ جۆرە د ژیێ بەرهەمهێنانێدا پەیدا دبیت (٢٠- ٣٠ سالی)، پتر تۆشی رەگەزێ نێر دبیت ژ یێ مێ. هەموو نیشانێن وێ وەکو رەفتارێن زارۆکەکێ حەفت سالینە کو دڤێت خوە ژ بن دەستەڵاتا دایبابێن خوە دەربێخیت.

نیشان ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی لێ پەیدا دبن و ل دەستپێکێ خۆڤەکێشانا ژ خێزانێ و جڤاکی لێ دیار دبیت. ئەو ژ جیهانا راستەقینەیا دەردۆران بەر ب هندەک ئاشۆپێن زارۆکینیێ و نەشاز و نەبەرهۆزڤە دچیت. پاشی دو کلەستەرێن سەرەکی یێن نیشانان لێ دەردکەڤن و پێ دهێتە جوداکرن ژ جۆرێن دی یێن نەساخیێ: نە هەڤگرتنا هزران و تێکچوونا دلینیێ. د پڕانییا جاراندا، هزر و ئاخفتنێن وی د پەرش و بەلاڤ و نەئێکگرتینە، مشە جاران کۆمەکا هەڤبەندی یێن بێ رامان و زەلاتەیا پەیڤان و زمانێ نوو د ئاخفتنێن ویدا دهێنە دیتن. ل دەسپێکێ نیشانێن تێکچوونا کەسایەتیێ پەیدا دبن و پاشی ئێکگرتنا دلینیێ د هەلوەشییێت و چ سیماییێن دلینییەکا هەڤسەنگ بۆ نامینن. نەساخ ژ نشکەکێڤە د کەنیتن (کەنیەکا نەشاز) یان دگریتن، یان ژی دێ دگەل خوە یان دگەل بای ئاخڤیت و گەلەک جاران بێی پێ بحەسییێت، هندەک کریارێن کومیدی یێن مینا رەفتارێن زارۆکان دکەت، ب تایبەتی ئەوێن ساویلکە و چڤێل.

زێدەباری ڤان هەردو کلەستەرێن نیشانان، جارنا هندەک رەفتارێن سەیرێن لڤینێ دکەت و دگەل هەبوونا هندەک وەهم و هەلوەسەیان بەر ب تێکچوونا هزر و تێگەهشتنێڤە دچیت. پڕانییا وەهمێن وی ل سەر سێکسی و ئایینی و چەوساندنێ و خوە ئازاردانێنە. وەهمێن بهیستنێ ژ هەموو جۆرێن دی پتر بۆ پەیدا دبن و نەساخ بلەز ژ قۆناغا دژوار دچیتە د قۆناغا کەڤناردا. دایکەکێ ب هۆسا بەحسی کورێ خوە یێ تازە ب کارکەفتی دکر: "**ئەز گەلەک ژ رەفتارێن نەجڤاکی یێن کورێ خوە بێزار ببووم، لێ من وەسا هزر دکر دبیت ژبەر فشارێن کاری بیت و هێشتا فێری کارکرنێ نەبوویە. چەند من دڤیا خوە نێزیک بکەم، ئەو هەر ژ من دوور دکەفت. رۆژەکێ من دگەل ئاخفت و کۆمەکا شیرەتان لێ کرن، لێ پاشی**

من وە تێ ئینادەر هزرا وی ل جهەکێ دی بوو، یەک پەیڤ ژی وەرنەگرت. هەردەم د خەمێن ویدا بووم کا بۆچی باشتر لێ ناهێت دا بۆ ژنەکێ بینم. شەڤەکێ ل بەرێ سپێدێ، دەمێ من دەرگەهێ ژوورا وی ڤەکری، من دیت نە ل سەر جهێن خوەیە. ئەز وەکو دینان لێ هاتم و من بابێ وی هشیار کر دا لێ بگەرییێن، پاشی مە ل ناڤ باخچەی دیت یێ روونشتی بوو. وەسا دیار بوو وی نەدزانی کا بۆچی ل وێرێیە و چ دکەت. یا سەیر ئەو بوو کو رۆژا پاشتر چ بەحسێن وێ شەڤێ نەکرن. پشتی دو هەفتییان، شەڤەکێ پۆلیسان ل سەر رێکا ئاخێ دیت، ترۆمبێلا بابێ خوە ل سەر 120ێ دهاژۆت، دەمێ ژێ پرسیار کرین کا بۆچی ترۆمبێلا بابێ خوە ژێ دزییە و دێ کیڤە چیت؟ گۆت: ئەز یێ بلەزم چونکو رێکا من یا دوورە، دێ چمە سەر بانێ هەیڤێ. پشتی مە برییە دختۆری، گۆتبوو دختۆرێ خوە ئەو سەلاحەددینێ ئەیۆبییە و دێ قودسێ رزگار کەت. ئو وی باوەر دکر یێ بوویە سەلاحەددینێ ئەیۆبی...".

هەژی گۆتنە، هندەک جاران نەساخ تۆشی بکارئینانا ئالاڤێ پاشکەشیێ دبیت (Regression)[50]، کو دزڤریتەڤە سەر رەفتارێن سەردەمێ زاروکینیێ، یان قۆناغێن ئاژەلاتیێ. بۆ نموونە: نەساخ د میزتە ب خوەڤە یان ژی د جهدا خوە پیس دکەت. ب شێوەیەکێ گشتی، تۆشی تێکچوونێن نەرێکوپێکییا هزران و رەفتارێ و هەلچوونان دبیت. پێگیریێ ب پرۆسەیا چارەسەرکرنێ ناکەت و چارەسەرکرنا وان یا ب زەحمەتە. پشتی (٢٠٠٠)ێ، د ئەدەبیاتێن دەروونی و پزیشکیدا، ناڤێ **جۆرێ نەرێکخستی** (Disorganized) بۆ هاتییە دانان، وەکو ئاماژەیەک بۆ نەرێکخستن و پەرتبوونا هزران و دلینیێ.

[50] **عارف حیتۆ** (2020). **هزرێن گەریدە: خواندنێن دەربارەی هزر و رەفتارا کەسێ کورد. چ1، چاپخانا پارێزگەها دهۆکێ. بپ:** 186- 188.

٢. كاتاتونيا (Catatonia):

ئەڤ جۆرێ نەساخیێ، پشتی ژیێ (٢٥-٣٠) سالیێ پەیدا دبیت و پیچەکێ پتر تۆشی رەگەزێ مێ دبیت ژ یێ نێر. نیشان ب ئاوایەکێ دژوار دەست پێ دکەن، ب تایبەتی تێکچوونا رەفتارێن لڤین و ئازراندنێ؛ ئانکو دەزگەهێ لڤینێ ل دەڤ دئازرییێت و لڤینێن وێ زێدەتر لێ دهێن، د پرانییا جاراندا ئەو هندەک لڤینێن سەیر دکەت. ئو هەر ژ ئەگەرێ ئازریان و تووڕەبوونێ، هندەک رەفتارێن نەجڤاکی ئەنجام ددەت وەکو: قیژاندن و هاوارکرن و شکاندنا دەرگەهـ و پەنجەران، یان کەلوپەلێن دی یێن نافماڵێ دشکێنیت و تەڕاوبەرا دکەت. د گەرمە گەرما هەیەجان و ئازراندنێدا، نەدوورە دەستدرێژیێ بکەتە سەر کەسێن دەردۆر و تەعداییێ لێ بکەت.

دبیت ژی، بزاڤ و لڤینێن نەساخی کز و کپ ببن و هندەک رەفتارێن وەک خۆڤەکێشانێ، ڤەدەرییێ، خەمۆکیێ، بێدەنگیێ و نەخوارنا خوارنێ ل نک پەیدا ببن. نەساخ د گەلەک قۆناغان ڕا دبۆریت و ڤەگوهاستنا وی ژ هەر قۆناغەکێ بۆ ئێکا دی بلەز و ژ نشکانڤەیە، ب تایبەتی ئەگەر ژ رەوشا ئازریانێ بەر ب رەوشا متی و مەندەهۆشییێڤە بچیت. بەرچاڤترین و بەربەلاڤترین نیشانێن ڤی جۆرێ نەساخیێ تێکچوونێن لڤینێنە، کو هندەک لڤینێن سەیرێن وەکو لێڤ مۆچکرنێ، رەقکرن و نەرمکرنا ماسۆلکەیان ب مشەیی دکەت.

د بیاڤێ **رەقکرنا ماسۆلکەیێن لەشیدا**، ئەو دشێت وەکو دەپەکێ هشک لێ بهێت و بۆ ماوەیێ چەندین هەفتەیان بێدەنگ و بێ ئاخفتن وەسا بمینیت، هەروەکو ب تەمامەتی ژ ژیوارێ دەردۆر هاتییە

ڤەقەتاندن. ناڤێ ڤی جۆری ژ رەوشا بارێ رەفتارا دەپاندنێ هاتییە (Postural Catatonic)، کو دشێت بۆ ماوەیەکێ درێژ ل سەر سەرێ خوە راوەستیت، یان ب مەندەهۆشی و د راوەستیانەکا دیارکریدا هێڤکەتە ئاسمانی یان هەر تشتەکێ دی بێی کو سەرێ خوە بلڤینیت یان هەست ب وەستیانێ بکەت.
ئو د بیاڤێ **نەرمکرنا ماسۆلکەیاندا**، ئەو دشێت ماسۆلکەیێن خوە مینا هەڤیری نەرم بکەت (Waxy Flexibility)، کا چەوا زارۆک یارییا ب شەمایێ دکەن، ئەو ژی وەسا یاریا ب میناکێ ماسۆلکەیێن خوە دکەت. ئەو دشێت ملێن خوە وەسا نەرم کەت کو رەوشەکا دی یا نوو بدەتە ملێن خوە و ل سەر وێ رەوشێ بمینیت. لێ تشتێ گرنگ د ڤی جۆریدا ئەوە؛ د هەموو قۆناغێن نیشانان‌دا، نەساخی های ژ خوە هەیە و دزانیت کا چ رویددەت و چ ب سەری دهێت. لەوا هندەک جاران ژبۆ فێلبازی و د سەردابرنێ وان رەفتاران دکەت، یان هەکو بڤێت خوە ژ ئەنجامدانا ئەرکەکی ڤەدزیت، دێ پەنایێ بەتە بەر ڤان جۆرە رەفتارێن سەیر و مشتی حەیرین. نەساخێن ڤی جۆری، ب شێوەیەکێ کاریگەرتر پێگیریێ ب رێنمایی یێن چارەسەرکرنێ دکەن و زووتر چاک دبنەڤە.

٣. **پارانۆیا** (Paranoia):

ئەڤ جۆرە پشتی ژیێ (٢٥) سالیێ دژوار دبیت، رێژا تۆشبوونێ د هەردو رەگەزاندا وەکهەڤە. پڕانییا نەساخێن ڤی جۆری، کەسایەتییەکا پێکڤەگرێدایی و سروشتی هەبوویە و دشێن ڤێ کەسایەتییا خوە ژ ئالیێ ڤالیکیڤە بپارێزن. یێ هشیارە و های ژ خوە هەیە، شیانێن دانوستاندنێ و بەرگریکرنێ هەنە، شیانێن

تێگەهشتنا خەلکێ دەردۆر ژی هەیە. بەری تۆشبوونێ هندەک نیشانێن ترس و گومانێ ل دەف نەساخی پەیدا دبن و بەرەبەرە دبنە ئەگەرێ تێکچوونا کەسایەتییا وی یا جڤاکی. پشتی تۆشبوونێ نیشانێن هەرە سەرەکی یێن ڤی جۆری وەهم و هەلوەسەنە. پرانییا وەهمان ب چەوساندنێ و مەزناهییێڤە گرێداینە. ئەڤ وەهمێن چەوساندنێ ژ هندەک گومانێن ساکار و مژدار و هەڤدژ دەست پێ دکەن هەتا دگەهنە هندەک تێهزرین و پلانێن رێکخستی کو ب شێوەیەکێ موکم هاتینە دانان ژبۆ پیلانگێرییا ل دژی وی/ وێ. ئو دەمێ هندەک هەلوەسەیێن دەنگی و بهیستنێ یان دەسکرنێ-هەستپێکرنێ دهێنە سەر وەهمێن وی (بۆ نموونە: بهیستنا دەنگان ب شەڤێ، یان دیتنا پێژنەکێ ل بەر پەنجەرکێ، یان هەست دکەت کەسەکی دەستێ خوە یێ دانایە سەر ملی... هتد)، ئەڤ وەهمە خورتتر لێ دهێن. لەوا چ جاران باوەری ب خەلکێ دەوروبەران نینە و هەردەم ل رەوشت و رەفتار و گۆتنێن خەلکی ب گومانە. نەدوورە ژی، هەردەم ل دژی کەسێن بیانی بئازرێیت و ل سەر وان توورە ببیت. هەڵبەت ئەڤ توورەبوونا وی، نە ژبەر هندێیە کو بیانینە، بەلکو وەسا هزر دکەت کو سیخۆرن و ژبۆ بەرژەوەندا لایەنەکێ دی کار دکەن. بۆ نموونە چیرۆکا دانییل[51]:

"دانییێل گەنجەکێ (٢١) سالی بوو، ل زانینگەهێ یێ زیرەک بوو و کۆمەکا هۆگرێن خواندنێ هەبوون. کارەکێ ئێڤارییان ل کۆگەهەکێ دیت و دەست ب کارێ خوە یێ نیڤ شەفتی کر. لێ رۆژ بۆ رۆژێ هندەک گوهۆرینێن سەیر ل رەفتارێن

---

[51] Melinda Smith, M.A., Lawrence Robinson, and Jeanne Segal, Ph.D. (2020). Schizophrenia and Coping Tips. An article from (www.helpguid.org).

وی دیار دبوون، هەردەم یێ بەهتی و مەندەهۆش بوو، گومان ژ هەر تشتەکی هەبوو. ل دەستپێکێ وە هزر دکر کو ماموستا حەز ژێ ناکەت، چونکو مەدحێن کارێ وییێ مەزن نەکرن. پاشی دگۆتە هۆگرێن خوە یێن زانینگەهێ کو کۆمەکا قوتابییان یێ پیلانەکێ ل دژی وی دگێرن. ژبەر ڤێ چەندێ زانینگەهـ هێلا، داکو ژ پیلان و دژمنداریا قوتابییان دوور ببیت. رەوشا وی بەر ب نەباشیێڤە چوو، ئێدی خوە نەدشووشت و ریهێن خوە نەدتراشین و چ گرنگی ب جلک و سەروبەرێ خوە نەددا. ل جهێ کاری ژی، ئەو هزرە بۆ چێبوو کو بەرپرسێ وی هندەک کامیرێن چاڤدێریێ دناڤ شاشەیێن تێلەفزیۆناندا چاندینە و چاڤدێریا وی دکەت. ئەڤجا دەنگەک دهاتە گوها و دگۆتێ: فەرە تو وان کامیرێن چاڤدێریێ ببینی و نەهێلی. لێ رەوش خرابتر لێ هات دەمێ وی گوهداریا دەنگان کری و کۆمەکا شاشەیێن تێلەفزیۆنێن کۆگەهێ شکاندین و ب دەنگەکێ بلند دکرە هاوار: ژ نهۆ پاشڤە نابیت سیخۆریا نەیاسایی بهێتە کرن. بەرپرسێ وی یێ بزدیایی ژ ڤێ رەفتارێ، تەلەفۆنا پۆلیسان کر و پاشی دانییێل د خەستەخانێڤە هاتە نڤاندن...".

د پرانییا جاراندا، وەهمێن چەوساندنێ ب وەهمێن مەزناهییێڤە گرێداینە، جار هەست ب چەوساندنێ و پیلانگێریێ دکەت، جار ژی هەست ب مەزناهی و رزگارکرنا مرۆڤایەتیێ دکەت. د نۆبەتێن مەزناهییێدا، نەساخ هزر دکەت خودانێ هێزەکا مەزنە یان دەستەلاتدارەکێ ناڤدارێ وەلاتییە. پاشی بەرەبەرە ئەڤ وەهمە ل دەف وی دچەسپیت و وەسا هزر دکەت کو گیانێ وی یێ چوویە دناڤ گیانێ کەسانەکێ هێزدار و ناڤدارێ مینا (ناپلیۆن، محەمەد پێغەمبەر، ئیمامێ عەلی یان ژی ئەسکەندەرێ مەسیدۆنی)دا، لەوا پتر بەرئاتاڤی بکارئینانا توندوتیژیێ دبن ژ جۆرێن دی.

ئەڤ جۆرێ نەساخان زیرەکن د چێکرنا چیروکێن وەهمیدا، بۆ نموونە: دوور نینە نەساخەک بەحس بکەت کا چەوا مرۆڤێن وی و دەسەلاتێ پێکڤە پیلانەک ل دژی وی دانا و هەمی ئەملاک و زەڤی و میراتێ وی ژێ ستاندن، پاشی دێ ب درێژی بەحسکەت کا چەوا ب دیناتیێ هاتییە گونەهبارکرن و برییە خەستەخانا چارەسەرکرنا دەروونی، هەروەسا یێ رژدە کو ئەو عەردێ خەستەخانە ل سەر هاتییە ئاڤاکرن ملکێ وییە[52].

جۆرێ وەهمان ل دەف کەسێن مێ، ئاراستەیەکا دی یا هەڤبەند ب مێیاتییا وێڤە وەردگریت، بۆ نموونە: دێ وە هزر کەت کو هندەک کەسان تیشکەکا کارەبێ یا ئێخستییە سەر ئەندامێ زانێ و کارێ مالبچویک و هێلکەدانێن وێ یێ تێکدای. ژ ئەنجامێ ڤان وەهمان، نەدوورە هندەک تێکچوونێن دلینیێ ژی دگەل بهێن.

دو جوینێن تێکچوونان، ب هەمان نیشان و هەمان ناڤەرۆک دگەل ڤی جۆری دەردکەڤن: **کارڤەدانا زوهانییا کورت** (Brief reactive psychosis) و **فۆرمێ شیزۆیی** (Schizophreniform) کو حالەتەکێ بێسازیێیە ب میناکێ شیزۆفرینیایێ. ژێکجوداکرنا ڤان حالەتان ژ جۆرێ نەساخییا پارانۆیا، تنێ ل سەر ماوەیێ مانا نیشان و بۆیەران رادوەستیت. ئەگەر بۆیەر کێمتر بیت ژ دو هەفتییان و پاشی هندەک فشارێن سڤک ل دەف بمینن، ئەو جۆرێ ئێکێیە، وەکو وان وەهم و گومانێن هەڤژین ل سەر خیانەتا هەڤژینیێ ژ هەڤ دکەن. لێ ئەگەر ماوەیێ بۆیەری پتر بیت ژ دو هەفتییان و کێمتر بیت ژ شەش هەیڤان، ئەو جۆرێ دوویێیە. ئو ئەگەر بۆیەری

---

[52] **فخري الدباغ** (1977). **أصول الطب النفساني. ط2، الموصل.**

بۆ ماوەیێ پتر ژ شەش هەیڤان ڤەکێشا، هینگی دێ بیتە جۆرێ پارانۆیا ژ نەساخیێ. هەرچەندە ئەڤە ژی هەر شیزۆفرینیایە، لێ پیچەکێ سڤکترە. ئەگەر نیشانێن گومانێ و وەهمێن چەوساندنێ د هەردو جۆراندا هەبن، د پارانۆییێدا گومانا نەساخی ژ کەسێن راستەقینەییێن دەردۆرانە، نە ژ هندەک کەسێن ل سەر مەریخێیە!

دوور نینە پارانۆیا هەتا هەتایێ بمینیتە ل مرۆڤی، ئانکو دۆمدرێژ و کەڤنار ببیت. لێ هەڤبەندی یێن کەسایەتیێ هەر پاراستی دمینن، لەوا نەساخ دشێت بمینیتە ل سەر کارێ خوە و تا راددەیەکی دشێت یێ سروشتی بیت د سەرەدەریکرنا خوە یا دگەل هەڤاڵ و دەردۆرا خوەدا.

٤. شیزۆفرینیا نەڤاڤارتی (Undifferentiated Schizophrenia):

ڤی جورێ نەساخیێ دبێژنێ نەڤاڤارتی یان نەجوداکری، چونکو بەرەژەنگێن جوداجودا بلەز لێ پەیدا دبن و بلەز دهێنە گوهۆڕین. نیشانێن پتر ژ جۆرەکێ لاوەکییێ شیزۆفرینیایێ ل دەڤ نەساخی پەیدا دبن کو نەشێن ل بن چ جۆرێن دیارکری بدانن. پڕانییا نەساخان، نیشانێن هەمەجۆر و تێکهەلە ژ هەموو جۆران هەنە. نەشێن ژ ئازراندن و تێکچوونێن مەژی جودا بکەن، لەوا دبێژنێ نەجوداکری.

ب شێوەیەکێ گشتی، ئەڤ جۆرە ژبۆ پرۆسەیا دەستنیشانکرنێ هاتییە پۆلێنکرن، ئەگەر نیشانێن نەساخەکی تێکهەلە بن و د شیاندا نەبیت بداننە دگەل چ جۆرێن دی یێن دیارکری، دێ بێژنێ شیزۆفرینیا نەڤاڤارتی- نەجوداکری.

نیشانێن ڤی جۆری ژی، دژوارن یان کەڤنارن. نیشانێن دۆخێ دژوار، بلەز دەست پێ دکەن و زوی دهێنە گوهۆڕین، پڕانییا جاران ل وان مرۆڤان پەیدا دبن، ئەوێن هەستدارییەکا زێدە هەی یان ئەوێن هەست ب بەرپرساتییێ دکەن، ترسەکا مەزن بۆ پەیدا دبیت و هەلوەسە و وەهم دهێنێ، پاشی هەست ب جڤاکیبوونێ و ڤالاتییا کەسایەتییێ دکەن. لێ دلینییا وان، تا رادەیەکی سروشتییە. ئەگەر نیشان بۆ ماوەیەکێ درێژ ل نەساخی مان، چ کاریگەرییەکا زێدەتر ناکەنە سەر ژیان و کەسایەتییا وی، تنێ دێ دۆخێ نەساخیێ بەر ب کەڤنارییێڤە چیت. دوور نینە ب نەساخییەکا مەژی یان خەرفتنێ ب دوماهیک بهێت.

٥. شیزۆفرینیا بەرمایی (Residual Schizophrenia):

ئەگەر نیشانێن هەرسێ جۆرێن پێشین د قۆناغا دژواردا بن، ئەڤ جۆرە وان نەساخان ب خوەڤە دگریت، ئەوێن ژ قۆناغا دژوار دەرباز بووین. لێ پشتی ساخبوونێ، هندەک نیشانێن نەساخیێ د نەساخیدا دمینن و د هەردەمەکێ بەرئاتاڤدا دبیت پەیدا ببنەڤە. ئەڤ نیشانێن مایی، دگەل دەمی، دبیت بەرەبەرە کێم ببن یان ژی زێدە ببن.

ئەڤە هەر پێنج جۆرێن لاوەکی یێن شیزۆفرینیایێ بوون ل گورەی رێبەرێ ئەمێریکیێ ئامار و دەستنیشانکرنا نەساخی یێن دەروونی (DSM-IV). لێ ل گورەی رێبەرێ ئورۆپییێ پۆلێنکرنا ئامارییا نێڤدەولەتی ژبۆ دەستنیشانکرنا نەساخی و ئاریشێن هەڤبەند ب

ساخلەمیێڤە (ICD-10)، دو جۆرێن دی ل سەر جۆرێن هەیی زێدە کرینە، ئەو دو جۆرە ژی ئەڤێن ل خوارێنە[53]:

٦. شیزۆفرینیا ساکار (Simple Schizophrenia):

ئەڤ جۆرە تۆشی گەنجێن (١٥- ٢٥) سالی دبیت و بارا پتر تۆشی نێر و مێ یێن ساویلکە و کێمئاقل دبیت. ب هندەک نیشانێن ساکارێن لەشی دەست پێ دکەت، وەکو سەرئێشان و بەدهەرسی و بێهێزییا گشتی و خاڤبوونا لەشی و بێگێولی و کێم تەرکیزکرنێ...هتد. پاشی بەرەبەرە و هێدی هێدی، هندەک نیشانێن دی یێن دلینیێ لێ دەردکەڤن کو پویتەی ب چ نادەت و یێ/ یا خەمسارە، حەز ژ ڤەدەریێ و تنێیاتیێ و دووربوونا ژ خێزانێ و هەڤالان دکەت. حەز و ڤین ل دەف نەساخی د کێمن و پشتا خوە ب خەلکی گەرم دکەت. ب کورتی کەسایەتیی تێک دچیت و ل هەمبەر خەلکێ دەردۆر ب بێهێزی و لاوازی دیار دبیت.

ئەڤ نیشانە وەکو نیشانێن نەرێنی یێن شیزۆفرینیاییێنە کو چ نۆبەتێن زوهانێ و وەهم و هەلوەسە دگەلدا نینن. جارنا نەساخ هەست پێ دکەت کو هندەک ئێشێن لەشی هەنە، لێ د راستیدا چ ئێشێن لەشی لێ نینن. بەلکو بێتاقەتی و نەبوونا حەز و ڤینانە ڤێ هزرێ بۆ پەیدا دکەت. ئەو گەنجێن ئەڤ جۆرە لێ، مەیلا نێران پتر بەر ب گونەهباری و ئالۆودەبوونێڤە (ئیدمان) دچیت. مەیلا مێیان زێدەتر بەر ب لادان و لەش فرۆشیێڤە دچیت. لێ کارێ وان یێ

---

[53] WHO (2016). ICD-10, Classification of Mental and Behavioral disorders: clinical descriptions and diagnostic guidelines. A book from (www.who.int).

لەشفرۆشیێ، نە ئەگەرێ نەساخییێیە هەروەکو گەلەک کەسێن سادە و ئۆلدار بۆ دچن (کو ژ ئەگەرێ هەستکرنا ب گونەهێ بەر ب نەساخییێڤە دچن)، بەلکو نەساخییە بەرێ ژنان ددەتە ڤی کارێ نەجڤاکی. چارەسەرکرنا ڤی جۆرێ ساکار و نەڤاقارتی، دەمەکێ دۆمدرێژ و دویفچوونەکا بەردەوام پێ دڤێت.

هەژی گۆتنە د پۆلێنکرنا بلولێردا، شیزۆفرینیا ساکار ژ جۆرێن سەرەکی یێن نەساخیێ دهێتە هەژمارتن. ل جەم بلولێری، چوار جۆرێن سەرەکی هەنە: شیزۆفرینیا ساکار، شیزۆفرینیا گەنجان (هێبیفرینیا)، کاتاتۆنیا و پارانۆیا[54]. لێ د هندەک پۆلێنکرنێن نوودا، شیزۆفرینیا ساکار نەدایە دگەل جۆرێن سەرەکی، ل شوینا وێ شیزۆفرینیا نەڤاقارتی هاتییە دانان.

٧. خەمۆکییا پشتی شیزۆفرینیایێ (Post- schizophrenic depression):

د ڤی جۆریدا، ئاماژە ب وێ خەمۆکییا پشتی شیزۆفرینیایێ دهێتە دان. ئەو خەمۆکییا ژ ئەگەرێ شیزۆفرینیایێ پەیدا بووی، کو نەساخ یێ خەمۆکییە و هێشتا هندەک نیشانێن شیزۆفرینیایێ ل دەف ماینە.

ژ بلی ڤان حەفت جۆرێن کلاسیکی، ڤێ نەساخیێ هندەک جۆرێن دی ژی هەنە کو ل گورەی تەمەنێ نەساخان یان ل گورەی نیشانێن وان یێن نەکاملان ب شیزۆفرینیاییێڤە هاتینە پۆلێنکرن و د گەلەک نامیلکە یێن هەمەجۆردا هاتینە بەحسکرن. لێ وەکو جۆرێن

---

[54] **فخري الدباغ** (1977). **أصول الطب النفساني. ط2، الموصل.**

سەرەکی یێن نەساخیێ ناهێنە هژمارتن، چونکو ل دەف پرانییا ڤەکولەرێن جیهانێ، تنێ هەردو رێبەرێن سەرەکی یێن ئوروپی و ئەمێریکی، ژێدەرێن باوەرپێکری یێن دەستنیشانکرن و پولێنکرنا نەساخی یێن دەروونینە. ئەو ب خوە ل گورەی نیشان و پێڤاژویا هەر جورەکی، دبیت د چوارچوڤێ جورەکێ سەرەکیێ ڤان حەفت جورێن ژێگوتیدا بهێنە دیتن. لێ ژبو پێزانینێن خواندەڤانان، دێ ئاماژەیەکا بلەز دەینە ڤان جورێن زێدەبار ژی[55]:

* **شیزوفرینیا گێولویی** (Moody Schizophrenia):

ئەڤە ژ ناڤێ خوە دیارە، کو حالەتەکێ تێکهەلەیە ژ شەپرزەییا هزرکرنێ و گێولی، ئانکو نەساخ یێ گێولوییە. گێولێ وی دناڤبەرا خەموکیێ و ئازراندنێدا د گوهورینەکا بازنەییدایە. لێ پرانییا جاران نەساخی گێولەکێ خەموکی هەیە و وەهمێن چەوساندنەوێ بو پەیدا دبن. دوور نینە ئەڤ حالەتە ب تەڤاڤی ساخ ببیت، ساخبوون یا هەڤبەندە ب پێگرییا بکارهێنانا دەرمانانڤە.

* **شیزوفرینیا گەروک** (Ambulatory Schizophrenia):

دبێژنی گەروک چونکو نەساخ دناڤ جڤاکیدا دگەرییێت و ب ئاوایەکێ سروشتی کارێ خوە ئەنجام ددەت، بێی کو کەسەک بزانیت ئەڤ مروڤە یێ نەساخە. لێ ل دەمێ وەستیانێ و ل بن پەستێن دژوار، نیشانێن تێکچوونا رەفتاران و شەپرزەییا هزرکرنێ بو پەیدا دبیت. رەهێن شیزوفرینیایێ د مروڤیدا هەنە، لێ ئەگەر

---

[55] **علي كمال** (1987). **فصام العقل أو الشيزوفرينيا. ط1، لندن.**

ژیانەکا سروشتی بژیت و چ پەستێن دژوارێن دەروونی بۆ پەیدا نەبن، چ نیشان لێ دەرناکەڤن.

زانایێ سویسری (بلولێر) دبێژیتە ڤی جۆرێ نەساخیێ **شیزۆفرینیا ڤەشارتی** (Latent Schizophrenia). هندەک ژی ب **شیزۆفرینیا توخیبی** ددەنە نیاسین و هندەکێن دی دبێژنێ (Pre- psychotic schizophrenia)، ئانکو **شیزوفرینیا بەری زوهانێ** کو هندەک نیشانێن پێشێلبوونا رەفتارێ و هزرکرنێ ل هندەک کەسێن دیارکری و د هندەکێن بۆیەرێن دیارکریدا دەردکەڤن، بێی کو مرۆڤ ب دروستی یێ نەساخ بیت. ئو د کوپییا رۆسی یا رێبەرێ پۆلێنکرنا ئامارییا نێڤدەولەتی ژبۆ نەساخییان و ئارێشێن ساخلەمیێ، ئاماژە ب جۆرەکێ نەساخیێ کرییە دبێژنێ **شیزۆفرینیا نەکاریگەر یان خاڤوخرچ** (Inactive Schizophrenia)[56]، دبیت ئەڤە ژی هەمان جۆرێ ڤەشارتی بیت (یێ بلولێر ناڤلێنای)، چونکو هەروەکو ژ ناڤێ خوە دیار؛ نیشان د خاڤوخرچن و چ کاریگەری ل سەر تێکدانا ژیانا نەساخی نینە، تنێ د دەمێن فشارێن دەروونی و وەستیانێدا دیار دبن.

* **شیزوفرینیا خەونۆکی** (Oneiric Schizophrenia):

د ڤی جۆرێ شیزۆفرینیاییێدا نەساخ هزر دکەت یێ د خەونەکێدا دژیت. هەرچەندە ب تەڤاڤی های ژ ژیوارێ خوە یێ جڤاکی هەیە. لێ هەکو دچیتە دناڤ هزراندا، جیهانەکا دی یا مشتی وەهم و

[56] Ar.wikipedia.org/wiki/ **الفصام**

هەلوەسە، مینا بۆیەرێن فیلمەکی د مەژیێ ویدا دهێتە چێکرن و ویێ هەستێ ددەتە نەساخی کو ژیانا وی هەمی خەونەکە.

* **شیزوفرینیا درەنگ** (Late Schizophrenia):

ئەگەر ئەڤ نەساخییە د ژیەکێ درەنگدا یەپدا بوو، وەکو د ژییێ (٥٠–٧٠) ساڵییێ، دبێژنێ شیزۆفرینیا درەنگ. نیشانێن ڤی جۆری وەک نیشانێن پارانۆیانە (Paranoid)، نەساخ د هەموو تشتان و د هەموو کەساندا، هەردەم یێ ب گومانە. هەروەسا هندەک وەهمێن بێ بنیات ژی بۆ دروست دبن.

* **شیزۆفرینیا زارۆکینیێ** (Childhood Schizophrenia):

ئەو شیزۆفرینیا بەری پێگەهشتنا زارۆکی پەیدا دبیت، دبێژنێ شیزۆفرینیا زارۆکینیێ. هەرچەندە گەلەک کێم رویددەت، لێ دەمێ رویددەت پتر ل زارۆکێن نێر پەیدا دبیت. نیشانێن نەساخیێ ل دەف زارۆکان ئەڤەنە: تێکهەلییا دەوروبەران ناکەت، یارییان دگەل هەڤژیێن خوە ناکەت، چ پویتەی ب دلینی و دلۆڤانییا دایبابێن خوە نادەت، گەلەک دنڤن، لڤینێن بێ رامان و بێ ئارمانج دکەن و دوبارە دکەنەڤە، ئاخفتنا وان گیرۆ دبیت. ئەگەر ئەڤ نیشانە ل زارۆکەکی پەیدا بوون، ساخبوونا وی نە یا ب ساناهییە.

پشکا سێ

دەستنیشانکرن و
دەستنیشانکرنا جوداکاریێ

قۆناغێن وەرارا نەساخیێ

هەروەکو مە ل دەستپێکێ گۆتی، ئەڤ نەساخییە ب شێوەیەکێ سەرەکی تۆشی گەنجان دبیت و د دەستپێکا قۆناغا پێگەهشتن و خوە ئاڤاکرنا واندا پەیدا دبیت. دبیت نیشانێن نەساخیێ ژ نشکەکێڤە پەیدا ببن و نەدوورە د ماوەیێ چەند رۆژاندا، مرۆڤەکێ سروشتییێ ژیر و گونجایی، ببیتە کەسەکێ دییێ زوهانی کو نەسروشتی و نەژیر و نەهەڤگونجاییە دگەل جڤاکێ دەوروبەر. دبیت ژی ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی پەیدا ببیت، ب کۆمەکا نیشانێن بارگرانییا ژیانا رۆژانە و هندەک تێکچوونێن دلینیێ و گێولی دەست پێ بکەت و بۆ ماوەیێ چەندین سالان ڤەکێشیت، هەتاکو نیشانێن زوهانێ ب ئاشکرایی لێ دەردکەڤن.

هەرچەندە ڤەکۆلەر ڤی شێوازێ بەرەبەرەییێ پێڤاژۆیا نەساخیێ ب نیشانێن پێشوەختە ددەنە نیاسین، لێ ئەڤە وێ چەندێ ناگەهینیت کو هەموو نیشانێن پێشوەختە بەر ب زوهان و شیزۆفرینیایێڤە بچن. لەوا ڤەکۆلەر و پسپۆرێن ڤی بیاڤی، پێڤاژۆیا نەساخیێ ل سەر سێ قۆناغان دابەش دکەن[57]:

---

[57] **فیرلر کیسلینج و جابریلا بیتشل** (2003). **الحیاة مع الفصام: معلومات للمرضی وأقاربهم. اتحاد برنامج التثقیف النفسي. دار النشر** (Springer Verlag). **ط2، شتوتگارت. کتاب من موقع:** (www.lundbeck.com).

١. قۆناغا دەستپێکێ- سەرەتایی:

مەرەم ب ڤێ قۆناغێ دەستپێکا پەیدابوونا هندەک نیشانێن سەرەتاییە، بێی نەساخیی ب ئاشکرایی دیار ببیت. د ڤێ قۆناغێدا کۆمەکا نیشانێن گێولی و دلینیێ و هزرکرنێ ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی وەرارێ دکەن و رۆژ بۆ رۆژێ پتر لێ دهێن و کار دکەنە سەر ژیانا سروشتییا مرۆڤی. دبیت چەند هەیڤان ڤەکێشیت و دبیت ژی ب سالان ڤەکێشیت. گرنگترین نیشانێن ڤێ قۆناغێ خۆڤەکێشان و ڤەدەرییا جڤاکییە، ئانکو گوهۆڕینەکا بەرەبەرەیی د گێول و رەفتارێن نەساخیدا روو ددەت. گرنگیێ ب روخسار و ساخلەمییا خوە نادەت، ژبیر دکەت خوە بشۆت، ب جلکڤە دنڤیت، درەنگ ژ خەو هشیار دبیت و کۆمەکا دی یا نیشانێن ژ ڤی چەشنی لێ دیار دبن. تشتێ دبیتە ئەگەرێ سەرنجڕاکێشانا خەلکێ دەردۆر، لاوازییا ئەنجامدانا ئەرکێن خواندنگەهێ و کارییە، دهێتە دیتن کو خەمسارییەکا بەرچاڤ پێڤە دیار بوویە و ئێدی وەکو جاران پویتە ب کار یان خواندنا خوە نادەت.

ئەڤ رەفتارێن نوو، پویتە و سەرنجراکێشانێ ل دەف دەردۆران و نەساخی ب خوە ژی پەیدا دکەن، بێگێولی و دامایییەکا بەردەوام و بەرەبەرەیی هەیە، هەروەسا دلینی و هەلچوونا وی ژی یا ساویلکە و نەگونجاییە.

گەلەک جاران خەلک ڤان جۆرە نیشانان ب چ ڤە وەرناگریت و وان کەسان ب خەمسار یان نەگوهدار وەسف دکەت، جارنا ژی دبێژن ئەڤە سروشتێ دایباب و بنەمالا وییە. لێ ئەڤ نیشانێن سەرەتایی، د وەرارەکا بەردەوامدانە و خەلک هەست ب نەساخییا وی/ وێ ناکەت تاکو هندەک رەفتارێن سەیر و نەبەرهۆز دکەت، وەکو

کۆمکرنا گلێشی، یان دگەل خوە ئاخفتن یان هەر رەفتارەکا دی یا نەجڤاکی، کو ببیتە جهێ ژێ ترسیانا خەلکێ دەردۆرا وی (خەلکێ هەچکوهەیی ژ کەسانێن نەسروشتی و سەیر دترسن). ئەڤجا، رەوشا نەساخی بەر ب خراپتریێ و قۆناغا دوویڤە دچیت.

٢. قۆناغا کاریگەر یان دژوار:

ئەڤ قۆناغە ب دەرکەفتنا هندەک رەفتارێن زوهانی دەست پێ دکەت، کۆما نیشانێن پۆزەتیڤ ب ئاشکرایی لێ دەردکەڤن، وەکو وەهم و هەلوەسە، نەئێکگرتنا ئاخفتنێ، نەرێکوپێکییا هزرکرنێ و تێگەهشتنێ، ئو خۆڤەکێشان و ڤەدەرییا وی ژی دژوارتر لێ دهێت. دبیت خێزان و کەسوکاران ژی رۆلەکێ بەرچاڤ د ڤێ ڤەدەرکرنێدا هەبیت. مەرج نینە هەموو نیشان پێکڤە دەرکەڤن، یان هەموو نەساخان هەمان نیشان هەبن. لێ مەرجە کو رەوشا گشتی و کەسایەتییا نەساخی تێک بچیت کو ئێدی نەشێت وەکو کەسەکێ سروشتی سەرەدەریێ دگەل هزر و رەفتار و دلینییا خوە بکەت.

گرنگترین نیشانێن جوداکەرێن ڤێ قۆناغێ؛ وەهم و هەلوەسەنە. دایباب و کەسوکار ب مجدی ل چارەسەریێ دگەڕێێن و دێ بەنە نک کۆمەکا نۆژدارێن جوداجودا. دبیت ژبەر وەهم و هەلوەسەیێن هەمەجۆر، نەساخ نەزانیت کو ساخلەمییا وی یا دەروونی تێکچوویيە، لەوا باشترین جهـ بۆ پاراستنا وی خەستەخانەیە.

٣. قۆناغا بەرمایی:

د دەمێ قۆناغا دژواردا، کەسوکارێن نەساخی هەموو شیانێن خوە بکار دئینن ژبۆ چارەسەریێ و دێ ل گەلەک شیرەتێن چەوایەتییا چارەسەرکرنێ گەڕیێن. هەکو نەساخ دکەفتە بن چارەسەرییا دەروونی و چارەسەرییا ب دەرمانان، هندەک نیشانێن پۆزەتیڤ (ب تایبەتی وەهم و هەلوەسە) ل دەڤ کێم دبن و دبیت نەمینن. لێ هندەک نیشانێن کۆما نێگەتیڤ هەر لێ دمینن، بۆ نموونە: دێ رەفتارێن وی هەر وەکو رەفتارێن قۆناغا ئێکێ بن، دلینییەکا سار و هەلچوونێن ساویلکە و نەبەرهۆز دێ دبەردەوام بن. سەرەرای نەمانا وەهم و هەلوەسەیان، پەرشوبەلاڤییا هزران، یا بەردەوامە و ساخلەمییا گشتی ژی یا تێکچوویيە.

ئەگەر کەسەک تەنا دگەل نەساخی باخڤیت، دێ وە تێ ئینتە دەر کو ئاستێ تێگەهشتنا وی، نە یا سروشتییە و هندەک هزرێن سەیر ل دەڤ هەنە، دبیت ببێژیت کو دشێت پێشبینییا روودانێن پاشەرۆژێ بکەت، یان ب هزرکرنەکا جادۆیی، دێ شێت هەموو بۆیەران کونترۆڵکەت. ب ڤێ چەندێ ژی، نەشێت ڤەگەڕیتەڤە سەر کار و ئەرکێن خوە یێن بەری نەساخیێ. د هندەک حالەتاندا، نەساخ باشتر لێ دهێت و تا رادەیەکی دشێت هەموو کارێن خوە یێن جڤاکی ئەنجامدەت و بزڤڕیتەڤە سەر ژیانا خوە یا سروشتی. لێ پشتی دەمەکێ کورت، دێ تێکچیتەڤە. ئەڤ حالەتە د جڤاکێ مەدا ب مشەیی روو ددەت، دبیت ژبەر هندێ بیت کو هەردەمێ نەساخ باشتر لێ بهێت، ئێکسەر دەرمانێن چارەسەریێ رادوەستینن، ئەڤجا نۆبەتێن زوهانێ لێ دزڤڕنەڤە و رەوشا وی خراپتر لێ دهێت. ئەڤ

قۆناغا نیشانێن بەرمایی دبیت سالەکێ یان پتر ڤەکێشیت، لێ ئەگەر نەساخێ ڤێ قۆناغێ ل سەر دەرمانان و جەلسەیێن چارەسەرییا دەروونی و پالپشتییا دەردۆران یێ بەردەوام بیت، نەدوورە رەوش بەر ب باشترییێڤە بچیت.

مانفرێد (Manfred) کورێ بلولێرێ زانایێ ناڤدارێ شیزۆفرینیایێ، ل سالا (١٩٧٨)ێ، لێکۆلینەکا دویفچوونا ڤێ قۆناغێ ل سەر هزار نەساخان کر بوو، وەسا خویاکر کو (10%) ژ نەساخان وەکو خوە ما بوون، (20%) ب تەڤاڤی چاکببوون و ڤەگەریا بوونە سەر کارێن خوە، ئو (50- 60%) ژ نەساخان دناڤبەرا هەردو قۆناغێن دژوار و بەرماییدا بوون[58].

[58] **قاسم حسين صالح (2015). الاضطرابات النفسية والعقلية: نظرياتها، أسبابها، طرائق علاجها. دار دجلة للنشر والتوزيع. ط1، عمان.**

دەستنیشانکرنا نەساخیێ

د قۆناغا دژواردا، دەستنیشانکرنا شیزۆفرینیایێ ب ساناهییە و هەر نۆژدارەکێ پسپۆر دشێت ب ساناهی دەستنیشان بکەت. لێ هەمەجۆرییا نیشانان و تێکهەلییا وان دگەل کۆمەکا تێکچوونێن دی یێن زوهانی و دەروونی، کارێ دەستنیشانکرنا دروست ب زەحمەت دئێخیت. هەروەسا د قۆناغا دەستپێکێ و سەردەمێ نیشانێن پێشوەختەدا ژی، دەستنیشانکرنا وێ کریارەکا نەهێسانە. پرانییا دەستنیشانکرنان پشتبەستنێ ب نیشانان و ماوەیێ مانا وان دکەن. چەند نیشانێن نەساخیێ بەرچاڤتر و ئاشکراتر بن، کریارا دەستنیشانکرنێ ب ساناهیترە. لەوا فەرە نۆژدار پرسیارێن ڤەکری و گرێدایی بابەتی ژ نەساخی بکەت و ب ووردی تێبینییا رەفتارێن وی بکەت، هەروەسا تێبینی و پێزانینێن خێزانێ و دەردۆران ژی، رۆلەکێ گرنگ د تێگەهشتنا نۆژداریدا دبینن. هەرچەندە چ تاقیکرنێن لابۆری یێن تایبەت نینن کو نەساخیێ دەستنیشان بکەت، لێ ئەنجامدانا هندەک تێستێن تایبەت، هاریکارییا نۆژداری دکەن ژبۆ دوورکرنا هندەک تێکچوونێن ئۆرگانی یێن دەماغی.

پیڤەرێن دەستنیشانکرنێ ل هەمی جیهانێ وەکهەڤن، د چوارچۆڤێ دو رێبەرێن گرنگ و بەربەلاڤ و باوەرپێکریدا هاتینە وەشاندن. یەک ئەمێریکییە ب ناڤێ رێبەرێ ئامار و دەستنیشانکرنا ئێشێن دەروونی (DSM)، ژ لایێ کۆمەلا ئەمێریکی یا نۆژدارێن دەروونی هاتییە پەسەندکرن. یا دی ئورۆپییە ب ناڤێ رێبەرێ پۆلێنکرنا

ئامارییا نێڤدەولەتی ژبۆ دەستنیشانکرنا نەساخی و ئارێشێن هەڤبەند ب ساخلەمییێڤە (ICD)، ژ لایێ کۆمەکا نۆژدارێن دەروونی یێن کۆمەکا وەلاتان هاتییە پەسەندکرن و ژ لایێ رێکخراوا ساخلەمییا جیهانێڤە هاتییە وەشاندن. وەلاتێن ئەمێریکی پشتبەستنێ ب رێبەرێ خوە دکەن و رێبەرێ ئورۆپی ژی ل هەموو وەلاتێن ئورۆپا ل کارە[59]. وەلاتێن وەکو مە ژی، ل گورەی پێدڤی و تایبەتمەندییا دویفچوونێ، پشتبەستنێ ب هەردو رێبەران دکەن.

د ڤێ کتێبێدا، دێ پشتبەستنێ ب رێبەرێ (DSM-V) کەین ژبۆ نیشاندانا پیڤەرێن دەستنیشانکرنێ و دەستنیشانکرنا جوداکار. لێ هندەک جاران دێ ئاماژە ب (ICD-10) کەین، ب تایبەتی ژبۆ وان حالەتێن رێنیشاندەرێ ئەمێریکی گرنگی پێ نەدای. پیڤەرێن دەستنیشانکرنا شیزۆفرینیایێ ل گورەی رێبەرێ (DSM-V)[60] ل بن کۆدێ (F20.9) ب ڤی شێوەیێ ل خوارێ هاتینە وەشاندن:

(أ) هەبوونا دو نیشانان (یان پتر) ژ ئەڤێن ل خوارێ، هەر ئێک ب کێمی بۆ پرانییا دەمی ژ ماوەیێ یەک هەیڤ لێ بیت (یان کێمتر

[59] **رێبەرێ ئەمێریکی تایبەتمەندە ب ئێشێن دەروونیڤە، لێ رێبەرێ ئورۆپی هەموو ئێش و ئارێشێن هەڤبەند ب ساخلەمییێڤە ب خۆڤە دگریت. ل سالا 2013 کوپییا پێنجێ ژ رێبەرێ ئەمێریکی هاتە وەشاندن (DSM-V). لێ رێبەرێ ئورۆپی هەر کوپییا دەهێیە (ICD-10)، چاپا پێنجێ ل سالا 2016ێ ژێ وەشاندییە. ژ بلی شێوازێ هندەک پۆلێنکرنێن کێم، هەڤگونجان دناڤبەرا هەردو رێبەراندا گەلەک یا بلندە.**

[60] American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorders (DSM-V). New school library, 5th edition. Washington-DC.

ئەگەر ب سەرکەفتییانە هاتبیتە چارەسەرکرن). فەرە ب کێمی نیشانەک ژ خالێن (١)، (٢)، یان (٣) دگەلدا بیت.

1. وەهم.
2. هەلوەسە.
3. ئاخفتنا نەرێکخستی (ئانکو؛ نەئێکگرتی و نەرێکوپێک بیت).
4. رەفتارا کاتاتونیا یان نەرێکوپێکییەکا ئاشکرا د رەفتاراندا.
5. کۆما نیشانێن نەرێنی (ئانکو نەمانا دەربرینێن دلینیێ یان نەمانا حەز و شیانان).

(**ب**) پرانییا دەمی ژ ماوەیێ پشتی نۆبەتا تێکچوونێ، ئاستێ ئەنجامدانا یەک یان پتر ژ بیاڤێن سەرەکی یێن وی ب ئاشکرایی د بن ئاستێ ئەنجامدانا وی یا بەری نۆبەتا نیشانان بیت، وەکو بیاڤێ کارکرنێ، هەڤبەندی یێن کەسۆکی، یان خوە سەخبێرکرن (یان ئەگەر نۆبەت ل سەردەمێ زارۆکینێ و سنێلاتیێ بیت، ئاستێ ئەنجامدانێن پێشبینکری ژبۆ رێڕەوا کەسایەتیێ، فێرکاری و پیشەییێ دێ داکەفتی بیت).

(**ج**) نیشانێن تێکچوونێ ب کێمی بۆ ماوەیێ شەش هەیڤان دبەردەوام بن. د ڤان شەش هەیڤاندا، ب کێمی بۆ ماوەیێ یەک هەیڤێ (یان کێمتر ئەگەر ب سەرکەفتییانە هاتبیتە چارەسەرکرن) نیشانێن پیڤەرێ (أ) ل دەف هەبن (ئانکو؛ کۆما نیشانێن پۆزەتیڤ)، ئو فەرە نیشانێن ماوەیێن بەرمایی ژی دگەلدا بن. د دەمێ ماوەیێن بەرماییدا، نیشانێن تێکچوونێ ب کۆما نیشانێن نێگەتیڤ دەردکەڤن؛

دو نیشان (یان پتر) ژ پیڤەرێ (أ) دێ ب شێوەیەکێ لاواز دیار بن (وەکو؛ باوەری یێن سەیر، تێگەهشتنەکا نەسروشتی).

(د) فەرە نیشانێن زوهانی یێن حالەتێ شیزۆفرینیا دلینیێ یان خەمۆکیێ یان ژی خەمۆکییا دوجەمسەری ڤەدەر بکەن، چونکو: ١) چ نیشانێن خەمۆکییا سەرەکی یان نۆبەتەکا مانیایێ د هەمان دەمدا دگەل نیشانێن قۆناغا کاریگەر دەرناکەڤن، یان ٢) ئەگەر نۆبەتەکا گێولی د قۆناغا کاریگەردا پەیدا بوو، دێ د کێمترین ماوەیێ قۆناغێن کاریگەر و بەرمایی یێن نەساخییێدا بیت.

(ه) ئەڤ تێکچوونە نە پشکەکە ژ کاریگەرییا فسیولۆژییا ماددەیان (نموونە: ماددەیێن بێهۆشکەر) و حالەتێن دی یێن نۆژداری.

(و) ئەگەر دیرۆکا شەبەنگێ ئۆتیزمێ یان تێکچوونێن پەیوەندیکرنێ د زارۆکاندا هەبیت، ب تنێ د حالەتێ هەبوونا وەهم یان هەلوەسە و نیشانێن دی یێن شیزۆفرینیاییێدا، دێ دەستنیشانکرنەکا زێدەبار بۆ هێتە کرن.
ئانکو ب کورتی ئەم دشێین بێژین، ژبۆ دەستنشانکرنا نەساخیێ، فەرە دو پیڤەرێن دەستنیشانکرنێ د پرانییا دەمیدا بۆ ماوەیێ هەیڤەکێ (ب کێمی) ل دەف نەساخی هەبن کو ئاکامەکا مەزن بکەنە سەر ئاستێ ئەنجامدانا ئەرکێن جڤاکی یان پیشەیی بۆ ماوەیێ شەش هەیڤان ب کێمی. لێ فەرە وەهم یان هەلوەسە یان هزر و زمانەکێ نەرێکخستی دگەلدا بن.

هەروەسا هەبوونا نیشانێن نەرێنی یێن مینا دلینییەکا سار و هشک، گێولەکێ دامایی و خەمگین، خۆڤەکێشان و هندەک نیشانێن دی یێن ڤێ کۆمێ، یان رەفتارێن سەیر و نەرێکخستی دگەلدا بن.
هەژی گۆتنە کو جۆرێن سەرەکی یێن شیزۆفرنیایێ ژی، پیڤەرێن خوە یێن دەستنیشانکرنێ ب شێوەیێن جوداجودا هەنە و ب ڤی تەرزێ ل خوارێیە:

پیڤەرێن دەستنیشانکرنا پارانۆیا: ئەڤ جۆرە ب هەردو نیشاندەران دهێتە نیاسین:
(**أ**) هەبوونا یەک یان پتر ژ وەهمان، یان دوبارەبوونا هەلوەسەیێن بهیستنێ.
(**ب**) چ ژ ڤان نیشانێن هەنێ ئاشکرا و بەردەوام نینن: ئاخفتنا نەرێکخستی، رەفتارا نەرێکخستی یان کاتاتۆنیا، یان دلینییا سار و نەگونجایی.

پیڤەرێن دەستنیشانکرنا هێبیفرینیا: ئەڤ جۆرێ نەساخیێ ب ڤان هەردو نیشاندەران دهێتە نیاسین:
(**أ**) ئەڤ نیشانێن ل خوارێ هەموو هەنە و ئاشکرانە:
1. ئاخفتنا نەرێکخستی و نەرێکوپێک.
2. رەفتارا نەرێکخستی و نەرێکوپێک.
3. دلینییا سار و نەگونجایی.

(**ب**) چ نیشاندەرێن کاتاتۆنیا ل دەف نینن.

پیڤەرێن دەستنیشانکرنا کاتاتۆنیا: ئەڤە ب ڤان هەر پێنج نیشاندەران دهێتە نیاسین:

1. دەپبوونا لڤینێن موتۆرکی کو ب هۆشچوونا دەپبوونێ یان شەماکرنا ماسۆلکەیان یان مەندەهۆشیێ دهێتە دیتن.
2. زێدە چالاکی د لڤینێن موتۆرکیدا (کو بێ مەرەمن و چ ئازرێنەرێن دەرڤەیی بۆ نینن).
3. نەرێنییەکا زێدەرۆ (ئانکو؛ ب مجدی بەرگرییا هەموو شیرەتان دکەت، یان رەوشەکا رەقکرنێ ل هەمبەر هەولدانێن لڤینێ دپارێزیت) یان لالبوون.
4. تایبەتمەندییا لڤینێن موخەیەر هەروەکو د هندەک هەلوێستاندا خویا دبیت (نیشادانا رەوشەکا سەیر و نەگونجاییا راوەستیانێ)، لڤینێن دوبارەکری و لڤینێن تایبەت و هندەک وەربادانێن ماسۆلکەیان.
5. دەنگڤەدانا ئاخفتنێ (Echolalia)، چاڤلێکرن و ڕەنگڤەدانا کریاران (Echopraxia).

پیڤەرێن شیزۆفرینیا نەڤاڤارتی: د ڤی جۆریدا نیشانێن (أ) یێن دەستنیشانکرنا شیزۆفرینیایێ هەنە، لێ ئەو نیشانە دگەل پارانۆیا و کاتاتۆنیا و هێبیفرینیا ناگونجن.

پیڤەرێن شیزۆفرینیا بەرمایی: ئەڤ جۆرە ب ڤان هەردو نیشاندەران دهێتە نیاسین:

(أ) نەبوونا وەهمان و هەلوەسەیان و ئاخفتنا نەرێکخستی و رەفتارێن ئاشکراییێن نەرێکوپێک یان کاتاتۆنیا.

(**ب**) نیشانێن تێکچوونێ د بەردەوامن و نیشانێن کۆما نێگەتیڤ لێ دیارن، یان دو نیشانێن هاتیی د پیڤەرێ (أ) یێ شیزۆفرینیاییێدا کو ب شێوەیەکێ لاواز و بێهێز دیار دبن (بۆ نموونە؛ باوەری یێن سەیر، تێگەهشتنەکا نەسروشتی).

د رێبەرێ ئوروپیدا، هەمان پیڤەرێن دەستنیشانکرنێ ب شێواز و دەربرینەکا جودا هاتینە بەحسکرن. لێ ئەگەر ب هووری و ژ لایێ تیۆرییڤە سەحکەینە شێوازێ دەربرینا هەردو رێبەران، دێ بینین کو رێبەرێ ئەمێریکی، وێ گرنگییا (د چاپێن پێشیندا) ب رێبازا نیشانێن ک. شنایدەر نادەت. لێ رێبەرێ ئوروپی پیڤەرێن دەستنیشانکرنا نەساخیێ د چوارچۆڤێ نیشانێن جەمسەرێ ئێکێ یێ شنایدەردا دارشتینە. ئو ئەگەر ژ لایێ پراکتیکیڤە سەحکەینێ، پیڤەرێن هەردو رێبەران هەمان ئارمانجێ ب جه دئینن. لێ د (ICD-10)دا[61]، پیڤەرێن دو جۆرێن دی یێن نەساخیێ ل سەر هەر پێنج جۆرێن سەرەکی یێن رێبەرێ ئەمێریکی زێدەکرینە؛ شیزۆفرینیا ساکار و خەمۆکییا پشتی شیزۆفرینیایێ.

پیڤەرێن خەمۆکی یا پشتی شیزۆفرینیایێ: ئەڤ جۆرە ب ڤان هەر سێ پیڤەران دهێتە نیاسین:

(**أ**) نەساخی نیشانێن شیزۆفرینیایەکا دەستنیشانکری هەبووینە.

(**ب**) هندەک نیشانێن شیزۆفرینیایێ هێشتا لێ ماینە.

---

[61] WHO (2016). International Statistical Classification of Diseases and related health problems (ICD-10th revision). Volume 1, 5th edition. France.

(**ج**) هەموو پیڤەرێن دەستنیشانکرنا خەمۆکیێ ب ئاشکرایی لێ هەنە و دبنە ئەگەرێ شەپرزەییا نەساخی. فەرە ئەڤ نیشانێن ژێگۆتی ب کێمی بۆ ماوەیێ دو هەفتییان د بەردەوام بن.

پیڤەرێن شیزۆفرینیا ساکار: جۆرەکێ نەبەربەلاڤە و دەستنیشانکرنا وێ یا ب زەحمەتە، چونکو پشتبەستنێ ب وەرارا هێدی و بەرەبەرەیی یا کۆما نیشانێن نێگەتیڤ و نیشانێن قۆناغا بەرمایی دکەت، بێی هەبوونا هیچ سەربۆرەکا هەبوونا هەلوەسە و وەهمان، یان هەر نۆبەتەکا دی یا زوهانێ. لێ هندەک گوهۆڕینێن کەسایەتیێ ل دەف هەنە وەکو نەمانا حەز و ڤینان، بێتاقەتی و ڤالاهی، خۆڤەکێشانا ژ جڤاکی کو ب کێمی بۆ ماوەیێ یەک سال ڤەدکێشیت.

دەستنیشانکرنا جوداکاریێ

مەرەم ژ دەستنیشانکرنا جوداکاریێ ئەوە کو دبیت هندەک نیشانێن وەکو نیشانێن نەساخیێ د هندەک ئێشێن دی یێن جودا دا هەبن و ببنە سەدەمێ وێ چەندێ کو نۆژدار هزرێ د کۆمەکا حالەتێن دی یێن (تا رادەیەکی وەکهەڤ)دا بکەت، هەتاکو بشێت دەستنیشانکرنەکا دروست بکەت. هەرچەندە د چوارچۆڤێ نیشان و پێناسەکرنا شیزۆفرینیاییێدا، مە ئاماژە ب گەلەک حالەتێن وەکهەڤ کرییە و ب راستەوخۆیی یان نەراستەوخۆیی ژێ جوداکرییە، لێ د ڤێ بابەتیدا دێ سەدەرێ دگەل وان نەساخی یێن دەستنیشانکری

کەین ئەوێن د کتێبا (DSM-V)دا وەکو دەستنیشانکرنێن جوداکار دگەل شیزۆفرینیایێ هاتینە تۆمارکرن[62]:

١. خەمۆکییا سەرەکی یان تێکچوونا دوجەمسەرییا دگەل زوهانێ یان نیشانێن کاتاتۆنیا:

جوداکرنا شیزۆفرینیایێ ژ خەمۆکییا سەرەکی، ژ دوجەمسەرییا دگەل زوهانێ (Bipolar disorder with psychosis)، ژ نیشانێن کاتاتۆنیایێ (Catatonia) ل سەر دو فاکتەران رادوەستێت؛

أ) وێ هەڤبەندییا بەروەختا دناڤبەرا تێکچوونا گێولی و زوهانێدا.

ب) توندی و دژوارییا نیشانێن خەمۆکیێ یان مانیایێ.

ئەگەر وەهم و هەلوەسە ل سەردەمێ هەبوونا نیشانێن خەمۆکییا سەرەکی یان دوجەمسەرییا زوهانی پەیدا بوون، هینگی دەستنیشانکرن دێ بەر ب خەمۆکیێ و دوجەمسەرییا زوهانیڤە چیت. لێ ئەگەر وەهم و هەلوەسە یان نەرێکخستنا هزرکرنێ و ئاخفتنێ هەبن و چ پیڤەرێن دەستنیشانکرنا خەمۆکییا سەرەکی دگەل نەبن، هینگی دێ وەکو شیزۆفرینیایێ هێتە دەستنیشانکرن.

٢. شیزۆکییا دلینیێ (Schizoaffective disorder):

شیزۆکییا دلینیێ حالەتەکە کو د هەمان دەمدا، نیشانێن نۆبەتەکا خەمۆکییا سەرەکی یان نۆبەتەکا مانیایێ دگەل نیشانێن قۆناغا دژوار یا شیزۆفرینیایێ پەیدا دبن، وەلێ ب درێژاهییا نۆبەتێ، نیشانێن تێکچوونا گێولی ل سەر نەساخی د زالن. هندەک جاران

[62] APA (2013). DSM-V. New school library, 5th edition. Washington-DC. P;104-5.

وەهم و هەلوەسە ژی بۆ پەیدا بن. ب شێوەیەکێ گشتی، ناڤێ دلینیێ هاتییە سەر، چونکو ب درێژاهییا نۆبەتێن نیشانان، تێکچوونا گێولی و دلینیێ پێڤە دیارە.

٣. بێسازییا ب میناکێ شیزۆفرینیایێ و بێسازییا زوهانییا کورت:

نۆبەتێن ڤان هەردو بێسازییان کورتترن ژ نۆبەتا نیشانێن نەساخیێ کو بۆ ماوەیێ شەش هەیڤان ڤەدکێشن (پیڤەرێ- ج). نیشانێن بێسازییا ب میناکێ شیزۆفرینیایێ (Schizophreniform Disorder) کو ژ پیڤەرێن (أ، ج، ھ) پێک دهێن، د هەرسێ قۆناغێن سەرەتایی و دژوار و بەرماییدا ئاشکرانە، لێ ئەڤ نیشانە بۆ هەیڤەکێ ڤەدکێشن (د ماوەیێ کێمتر ژ شەش هەیڤاندا). ئو نیشانێن **بێسازییا زوهانییا کورت** (Brief Psychotic Disorder) کو هەر چوار خالێن پیڤەرێ (أ) ب خۆڤە دگرن، رۆژەکێ ب تنێ ڤەدکێشن (بۆ ماوەیێ کێمتر ژ هەیڤەکێ).

٤. بێسازییا وەهمیی (Delusional disorder):

د ڤێ نەساخیێدا، چ نیشانێن شیزۆفرینیایێ ل نەساخی دیار نینن و نەساخ ژ لایێ جڤاکی و رەفتاران و ئێکگرتنا هزرانڤە د ساخلەمن، تنێ هندەک وەهم هەنە کو ژ ئەگەرێ رەوشێن ژیانێ (نە یێن شیزۆفرینیایێ) بۆ پەیدا دبن، وەکو قاچاغچیاتی و فیلاریێ، ژەهراویبوونێ، کولبوونێن هەمەجۆر، ئەڤینداری یا ئێکسەمتییا ژ دوورڤە، خیانەتکرنا هەڤژینیێ، ژێکڤەبوونا ب نەچاری یا عاشقان، یان هەبوونا نەساخییەکێ.. هتد، کو ب کێمی بۆ ماوێ هەیڤەکێ

ڤەبکێشن. دبیت هندەک جاران هەلوەسەیێن دەستکرنێ و بێهنکرنێ بۆ پەیدا ببن، ئەگەر ب جۆر و رەوشا وەهمێڤە یا گرێدایی بیت.
رەفتار و شیانێن جڤاکی یێن نەساخی د دروستن و دشێت کار و ئەرکێن خوە یێن جڤاکی و پیشەیی و فێرکاری ب دروستی ئەنجام بدەت. ئەگەر هندەک نۆبەتێن تێکچوونا گێولی بۆ پەیدا ببن، د ماوەیەکێ کورتدا ب دوماهی دهێن، یان ب هەبوون و کاریگەرییا وەهمێڤە دگرێداینە، دگەل وەهمێ توند د بن و ب نەمانا وەهمێ ئەو نیشانێن گێولی ژی نامینن.

٥. بێسازییا کەسایەتییا شیزۆکیی:

(Schizotypal personality disorder):

ئەڤ بێسازییە ب ماوە و توندییا نیشانێن وێڤە ژ شیزۆفرینیایێ دهێتە جوداکرن. هەروەسا ب جۆر و پێکهاتەیێ کەسایەتییێڤە گرێدایە. دبیت مینا دەستپێکا نەساخیێ بهێتە دیتن و هندەک نیشانێن قۆناغا دەستپێکیێ هەبن. لێ ئەڤ حالەتە، بێسازییەکا دییە ل سەردەمێ زارۆکینیێ و د ژیێ (٥- ٧) سالێیدا پەیدا دبیت یان دەست پێ دکەت.

٦. بێسازییا وەسواسێ و تێکچوونا جەستەی:

مە ناڤێ وەسواسێ (Obsessive- Compulsive Disorder- OCD) ژبۆ بێسازییا خولیاییا جەبری بکار ئینا (ژبۆ کورتکرن و ب ساناهیکرنێ)، ئەو ب خوە نەخۆش یێ وەسواسە و هندەک هزرێن جەبری (نەچارکرنێ) بۆ پەیدا دبن کو کارەکێ دیارکری ب بەردەوامی دوبارە بکەت، بۆ نموونە رۆژێ پێنجی جاران دەستێن

خوه بشۆت، یان بۆ چەندین جاران دەستێ خوه بکەتە قفلا دەرگەهی کا گرتییە یان هێشتا نەهاتییە قفلدان...هتد.
ئو بێسازییا تێکچوونا جەستەی (Body dysmorphic disorder) کو مەرەم پێ دیتنا هندەک نیشانێن نەسروشتینە د جەستەیێ مرۆڤیدا، یان وەکو کورد دبێژن یێ عەیبەلۆیە. دبیت ئەڤ عەیبدارییا نەسروشتی راستەقینە بیت و دبیت ژی ژ چێکرنا مرۆڤی بیت کو دبیتە سەدەمێ ڤەدەری و شەرمەزارییا وی ژ جڤاکی، ئانکو کەسایەتییا وی پێ تێک دچیت و نەشێت ب شێوەیەکێ سروشتی سەرەدەرییێ دگەل دەردۆرێن خوه بکەت. ئەڤ هەردو پێشێلبوونە دبنە ئەگەرێ لاوازی یان نەبوونا تێدیتن و تێهزرینێن کاریگەر، دئەنجامدا نەساخ ب دروستی د بابەتان ناگەهیت، ئانکو؛ تێگەهشتنەکا هەژار هەیە.
هندەک جاران ژی، دەمێ نەساخ هزرا خوه د خولیاییبوون و نەسروشتییا جەستەیێ خوەدا دکەت، دبنە وەهم یان رەهەندەکا وەهمیی ب خۆڤە دگریت. ئەڤ هەردو حالەتێن پێکڤە گرێدایی، ب هەبوونا خولیاییێ و هزرێن جەبری ژ شیزۆفرینیاییێ دهێتە جوداکرن، یان نەساخ هەست ب بێهنەکا سەیرا لەشێ خوه دکەت، یان ژی هندەک رەفتارێن لەشی ب بەردەوامی دوبارە دکەت، کو د شیزۆفرینیاییێدا نینە.

٧. بێسازى يێن پەستا پشتى ترۆمايێ (PTSD):

د ڤى جۆرێ بێسازییێدا هندەک فلاشباک هەنە د جۆراتییا خوەدا وەکو هەلوەسەیانن، هەروەسا نیشانەکا دى هەیە، دبێژنێ زێدە هشیارى (Hyper arousal symptoms) یان هەستدارییا زێدەرۆ (Hypervigilance)، کو هندەک رەهەندێن پارانۆیایى ب خۆڤە دگریت. لێ د حالەتێ (PTSD)دا سێ کلەستەرێن سەرەکى یێن نیشانان هەنە[63]: **دوبارەبوونا بۆیەرێ سەربۆرێ، خوەدانەپاش/ سڕبوون، زێدە هشیارى**، کو هەموو نیشانان هەڤبەندییەکا راستەوخۆ یان نەراستەوخۆ ب ڤەژاندن و ناڤەرۆکا بۆیەرێ قەومییڤە هەیە. ئەڤ پیڤەرێن داویێ ژبۆ دەستنیشانکرنا (PTSD)، د شیزۆفرینیاییێدا نینن.

٨. شەبەنگا ئۆتیزمێ یان بێسازى یێن پەیوەندیکرنێ:

ڤێ بێسازییێ هندەک نیشانێن وەکو نۆبەتێن زوهانێ هەنە، شەبەنگا ئوتیزمێ (Autism spectrum disorder)، ب وێ چەندێ دهێتە نیاسین کو لەنگى و ژ کارکەفتنەکا بەرچاڤ د کارلێککرن و پەیوەندیکرنێن جڤاکیدا هەیە، هندەک رەفتارێن دیارکرى ب دوبارەیى دکەت و ئاستێ تێگەهشتنێ و شیانێن پەیوەندیکرنێ و ئاخفتنا نەزارەکى گەلەک یا نزمە. هەموو نیشان و پیڤەرێن دەستنیشانکرنا شیزۆفرینیایێ ل دەف نەساخێن ئۆتیزمى یان

---

[63] **عبدالباقى عبدالرحمن أحمد** (2007). **زارۆکێن ترۆمادار و پێشێلبوونێن پەستا پشتى ترۆمایێ. وەرگێران ژ ئینگلیزى: عارف حیتۆ. ژ وەشانێن کۆڤارا مەتین-** 16. **چ**1، **چاپخانا هاوار. دهۆک.**

بێسازییا پەیوەندیکرنێ (Communication disorder) هەنە و فەرە هەبوونا وەهم یان هەلوەسەیان ب کێمی بۆ ماوێ هەیڤەکێ ڤەکێشیت، هەتاکو وەکو نەساخییەکا هەڤبار دگەل شیزۆفرینیایێ بهێتە هەژمارتن. تنێ دەرکەفتن و ئاشکرابوونا نیشانان خالا جوداکارییێیە دگەل شیزۆفرینیایێ، چونکو ئۆتیزم و بێسازی یێن پەیوەندیکرنێ ل سەردەمەکێ زوو ژ ژیێ نەساخی دیار دبن، ئانکو ل سەردەمێ زارۆکینیێ دهێنە دەستنیشانکرن.

٩. بێسازی یێن دی یێن دەماغی کو ب زوهانێڤە هەڤبەندن:

دەستنیشانکرنا شیزۆفرینیایێ ب هەبوونا نۆبەتێن زوهانێڤە گرێدایە، ب مەرجەکی چ هۆکارێن فسیولۆژی یان ئاکامێن دەرمانێن نۆژداری و یێن بێهۆشکەر بۆ نەبن. لێ حالەتێن دی یێن وەکو وڕێنە- هذیان (Delirium) و بێسازی یێن درککرنا دەماریی (Neurocognitive disorder)، ژ ئەگەرێ تێکچوونا فسیولۆژییا دەماغی پەیدا دبن. یان حالەتێن وەکو کولبوونێن مەژی و پەردا دەماغی، کو هندەک نیشانێن دی یێن مینا تاییێن گەرم و ژبەرئاخفتن و نەهشی و تێکچوونا هزرکرن و بیرئانینێ دگەلدا هەنە. ئو **تەبگرتن**، کو ئێشەکا دەماغییە، نەساخ د سەرسۆرمانەکا سەیردا دبۆریت وەک حالەتێ شیزۆفرینیایێیە. ب تنێ تێکچوونێن هشیارییێ ژێ جودا دکەت. لەوا فەرە د دەمێ دەستنیشانکرنێدا، هندەک تاقیکرنێن دەماغی بۆ نەساخی بهێنە کرن داکو ئەڤ جۆرە نەساخی یێن ئۆرگانی ژ شیزۆفرینیایێ بهێنە جوداکرن.

حالەتێن هەڤبار دگەل شیزۆفرینیایێ

پەیڤا هەڤبار مە بۆ تێرمێ (Comorbidity) دانایە کو مەرەم پێ هەبوونا حالەتەک یان ئێشەکا دییە دگەل ئێشا هەیی دەردکەڤیت و دبیتە بارگرانییەکا زێدەتر بۆ نەساخی، ئانکو هەر نەساخییەک بارێ یا دی گرانتر لێ دکەت. دبیت ئێشا هەڤبار ئازرێنەرێ ئێشا هەیی بیت و رەوشا نەساخی بەر ب خراپترییڤە ببەت، یان ژی دبیت ئەنجامێ نەساخیێ بیت و ژ ئەگەرێ دژوارییا نیشان و کۆژانان پەیدا بوو بیت. ئەگەر کۆمەکا ئێشان د هەمان دەمدا د ئێک نەساخدا پەیدا بوون، دبێژنێ **فرەهەڤباری** (Multi comorbidity). هەروەسا چەند رێژەیا هەڤبارییێ بلندتر بیت، رێژەیا ساخبوونێ کێمترە. شیزۆفرینیایێ وەکو هەر نەساخییەکا دی، هەڤباری دگەل هندەک حالەتێن دی هەیە؛

- هەڤباری دگەل بێسازی یێن دەروونی یێن ژ نەساخییەکا ئەندامی- لەشی:
وەک تێکچوونا دەزگەهێ دەماری کو دبیتە سەدەمێ پەیدابوونا وەهم، هەلوەسە، هەلوەشیانا کەسایەتیێ، هزرکرن و دلینیێ (وژدان). ژەهراویبوون ب ماددەیێن (زێئبەق و زەرنیخ)، تاییێن بلند وەک تیفۆ و مەلاریا، نەساخی یێن پەریزادێ، تێکچوونا رژێنێن ل سەر گولچیسکان، نەساخی یێن بەدخوراکی و کێمبوونا ڤیتامینێن لەشی، تاییێن چلکا د ژنێن زارۆکبووییدا...هتد، هندەک نیشانێن مینا

نیشانێن نەساخیێ پەیدا دکەن. لێ ئەڤ نیشانە نەدبەردەوامن، بەلکو دگەل نەمانا سەدەمێ نەساخیێ ئەو نیشانە ژی نامینن.

- هەڤباری دگەل بێسازی یێن بکارئینانا ماددەیێن هۆشبەر:
(Substance- related disorder):

یا بلندە، پتر ژ نیڤەکا نەساخان بەر ب جگارەکێشان و بکارئینانا کحوولێ و دەرمانانڤە دچن. هندەک دەرمان هەنە وەک ماددەیێن (مەسکالین، هیروپین و ئەمفیتامین)، ب دەرمانێن هەلوەسەچێکەر (Hallucinogens) دهێنە نیاسین، ئەڤ جۆرێن ماددەیان دبنە سەدەمێ تێکچوونێن وەزیفەیا مەژی و چێکرنا هەلوەسەیان، کو رەفتارەکا نێزیک ژ رەفتارێن شیزۆفرینیایێ پەیدا دکەن.

- هەڤباری دگەل بێسازی یێن ئالۆزیێ (Anxiety disorder):

ئەڤە ب ئاوایەکێ بەرەبەرەیی دگەل نەساخیێ زێدە دبیت. رێژەیا **بێسازییا خولیایی یا جەبری** (OCD) و **تۆقینەوێ** (Panic disorder) ل دەف نەساخێن شیزۆفرینی بلندترە ژ تەخێن دی یێن جڤاکی. هەردو بێسازی یێن **کەسایەتییا شیزۆکی** (Schizoid personality) و **کەسایەتییا گومانکی** (Paranoid personality)دا، رەوشا نەساخیێ بەر ب خراپتربیڤە دبەن و دبنە ئازرێنەر بۆ دەرکەفتن و توندییا نیشانان. هەروەسا هندەک حالەتێن هیستریایی یێن مینا شیزۆفرینیایێ هەنە کو ب شێوازێ **کەسایەتییا هیستیری** دەردکەڤن، نیشانێن نەساخیێ توندتر لێ دکەن. دوور نینە، شیزۆفرینیا ب دروستی د کەسایەتییا هیستیریدا پەیدا ببیت و ببیتە ئەگەرێ

پەیدابوونا تێکهەلەیەکێ گرێچن ژ نۆبەتا هیستیریایەکا سەیر و شیزۆفرینیایەکا ساکار.
هەژی گۆتنە کو ژیانا کەسێن شیزۆفرینی کورتترە ژ خەلکێ دی ژبەر پەیدابوونا کۆمەکا حالەتێن دی یێن نەساخلەم، وەکو؛ قەلەوبوونێ، پەیدابوونا ئێشا شەکرێ، ئێشێن دلی و دەمارێن خوینێ، ئێشێن پشان... هتد. زێدەباری ڤان حالەتێن ژێگۆتی، ڤەکۆلەر ددەنە خویاکرن کو هندەک حالەتێن دی یێن وەک هەستا دژمنکاری و هاڤیبوونێ و ستەملێکرنێ، ب تایبەتی دناڤ مشەختان و ئەوێن قرۆم و ڤەدەر و ئەوێن گوهگراندا پەیدا دبن، یان ئەگەر کەسەک بۆ ماوەیەکێ درێژ دگەل کەسەکێ نەساخ بژیت، دوور نینە هندەک نیشانێن نەساخیێ ل مرۆڤێ ساخ ژی دەرکەڤن، هەروەکو دناڤبەرا ئەندامێن مالێدا کو هەموو ئەندامێن مالێ، ل سەر نیشانێن نەساخیێ رادهێن و پاشی مرۆڤ وە هزر دکەت کو نیشانێن نەساخیێ ل دەف وان ژی هەنە. دبیت ژی، ژ ئەگەرێ بۆماوەییێ زەمینەخۆشکرنەک بۆ نەساخیێ هەبیت، دەمێ کەسەکێ مالێ تۆش دبیت، دگەل وەختی و سەرەدەرییەکا رۆژانە یا بەردەوام، شیزۆفرینیا ل ئەندامێن دی ژی دەردکەڤیت.
ل داوییا ئەڤێ پشکێ هەژییە ئاماژە پێبدەین کو تێکچوونێن کەسایەتیێ، تەرزەکێ هەست و رەفتارێن نەگونجایینە دگەل جڤاکی و خەلکێ دەردۆر، لێ ل دەف خوەییێ کەسایەتییان گونجایی و بەهانەدارن. ئەڤ جیاوازییا شێوازێ دەربڕینا دلینیێ، یان تێهزرین و رەفتاران دناڤبەرا نەساخی و خەلکێ دەردۆردا، جیاوازییە دناڤبەرا کەتوارێ و نەکەتوارییێدا (پاشکۆ-2). ئو ئەڤا داویێ شەنگستەیێ هەموو نیشانێن زوهانی و شیزۆفرینیاییێیە.

هەرچەندە بێسازی یێن کەسایەتیێ و دەروونی، بابەتەکێ خوەسەر و بەرفرەهە، لێ دبیت نیشانێن هندەک بێسازییان ببنە ئازرێنەر یان هەڤبار بۆ نیشانێن نەساخیێ و رەوشا نەساخی بەر ب خراپتربێڤە بچیت. ناڤێ هەر بێسازییەکا کەسایەتیێ ل گورەی نیشانێن وێ یێن سەرەکی و بەرچاڤ دهێنە دانان.
کۆمەکا بێسازییان د ڤی بیاڤیدا هەنە کو وەکو جۆرێن کەسایەتیێ هاتینە نیاسین، لێ کار دکەنە سەر پێڤاژۆک و رێڕەوا نیشانێن نەساخیێ، دێ ب کورتی ئاماژە ب جۆرێن هندەک کەسایەتییان دەین کو هەڤبارییەک دناڤبەرا نیشانێن وان و یێن نەساخییێدا هەیە.

کەسایەتییا شیزۆکی

هەرچەندە تێرمێ شیزۆکی (Schizoid)، هزرا مرۆڤی بەر ب حالەتەکێ بەری پەیدابوونا شیزۆفرینیاییێڤە دبەت، هەروەسا ناڤێ وێ ژی ئاماژەیەکە ژبۆ شیزۆفرینیایەکا کێم یان بچووک. لێ نە مەرجە خودانێن ڤێ کەسایەتیێ د ئاییندەیدا تۆشی شیزۆفرینیایێ ببن، چونکو ئەڤە دەستپێک یان ئازرێنەرێ نەساخییێ. دبیت هندەک نیشانێن وەکو نیشانێن دەستپێکی یێن شیزۆفرینیایێ هەبن و ئەو ب تەنا خوە، بێسازییەکا دبیە ل سەردەمێ زارۆکینیێ و د ژیێ (٥– ٧) سالییێدا پەیدا دبیت یان دەست پێ دکەت.
د ڤێ قۆناغا ژیێ زارۆکیدا، دو قەبخواستنێن گرنگ د ژیانا ویدا روودەدەن، وەکو؛ خۆگونجاندنا دگەل بۆیەر و هەلوێستان، ئو خوە

هەڤبەرکرنا دگەل هەڤژی یێن خوە. ئەڤجا سروشتییە یێ هەستیار و نازکتر بیت، لەوا وەسا دهێتە دیتن کو دبیت ئەڤ حالەتە پتر ل دەف زارۆکێن هەستیار و نازدارکری هەبیت. پڕانییا ئاماران بەر ب وێ چەندێڤە دچن کو د زارۆکێ ئێکێ یان یێ ئێکانەدا پەیدا دبیت. ژینگەها خێزانێ و دەوروبەران، رۆلەکێ گرنگ و کاریگەر ل سەر ئاراستەکرنا کەسایەتییا زارۆکان هەیە، لەوا ئەو زارۆکێن نەساخەک د مالدا هەیی، یان ئەوێن دووری مال، یان ئەوێن مالێن وان ڤەدەر ژ جڤاکی، پتر تۆشی ڤی حالەتی دبن.

نیشانێن سەرەکی یێن ڤێ کەسایەتیێ تا رادەیەکی مینا کۆما نیشانێن نیگەتیڤێن شیزۆفرینیاییێ یە. گرنگترین نیشانێن بەرچاڤێن ڤێ کەسایەتیێ ئەڤێن ل خوارێنە[64]:

- دلینییەکا سار و بێ رامان هەیە، د پڕانییا جاراندا نەشێت دەربڕینێ ژ هەست و دلینییا خوە بکەت یان ب زێدەرۆییڤە دەربڕینێ ژ هەلچوونان دکەت.
- هەردەم یێ ئالۆز و وەستیایی و نێگەتیڤە، مشە جاران لادانا هزرکرنێ ل دەف پەیدا دبیت و هەردەم یێ ڤەدەر و ب تنێیە. گەلەک دناڤ هزرێن مژدار و خەونرۆژکاندا دژیت.
- نەشێت هەڤبەندی یێن جڤاکی چێکەت و نەشێت سەرەدەریێ دگەل هەلویستێن نوو بکەت. ب کێمی تێکهەلییا خەلکێ دەردۆر دکەت و بزاڤ و چالاکی یێن وی د کێمن.
- خوە ژ خەلکێ بیانی ددەتە پاش و حەز تنێیاتیێ دکەت. هەموو حەز و ڤینیارێن خوە ب تنێ ئەنجام ددەت، هەڤڕکییا

---

[64] **فخري الدباغ** (1977). **أصول الطب النفساني. ط2، الموصل.**

خویشک و برایێن خوە ناکەت و نەڤێت پشکدارییا چالاکی و یاریکێن هەڤژی یێن خوە بکەت.

- حەز ژ چالاکی یێن جڤاکی یێن وەکو سەیران و فیستەڤالێن هونەری و ئاییردەیێن ئایینی ناکەت و پێ تووڕە دبیت، چونکو دبنە هۆکارێ ئالۆزی و شەپرزەییا وی. لەوا هەردەم هەولددەت ب ڕێکا نەپشکداریکرنێ، خوە ژ ڤێ ئالۆزی و تووڕەبوونێ رزگار بکەت.
- گەلەک حەز ژ خواندنا کۆڤار و کتێبێن چیرۆکا و بەرێخوەدانا بەرنامە و فلمێن تێلەفزیۆنێ دکەت.

هەرچەندە د ڤی سەردەمێ تەکنەلۆژیاییدا، پڕانییا سنێلە و گەنجان ب ئایپاد و تەلەفۆنێن دیجیتال و کۆما ئالاڤێن دی یێن یاریکرنێ و سوشیال مێدیاییڤە دهێنە گرێدان، ئەڤجا ب شێوەیەکێ ئوتۆماتیکی بەر ب ڤان نیشانانڤە دچن، لێ هەتاکو نیشان ب ئاشکرایی و جهگیری لێ دەرنەکەڤن، نابیتە کەسایەتییا شیزۆکی.

ئەگەر کەسەکێ شیزۆکی دناڤ ژینگەهەکا ساخلەمدا بژیت و چ تێکچوون و بۆیەرێن دلتەزینێن جڤاکی بۆ چێنەبن، دێ ژیانەکا ساخلەم بۆرینیت و چ ترسێن تۆشبوونێ ل سەر نابن. لێ ئەگەر نیشانێن شیزۆکیێ دژوارتر بن، کو زێدەباری ڤان نیشانێن ژێگۆتی، هندەکێن دی یێن سەیر و نەبەرئاقل ژی دگەلدا بن، وەکو هەبوونا هەڤبەندییەکا نەشاز دگەل دەوروبەران، رەفتارێن سەیر و نەبەرهۆز، هزرێن لادایی و ئاخفتنێن پەلەتیق، یان ژی هندەک هەستپێکرنێێن هەپارەیی و وەهم و هەلوەسە دگەلدا بن، لێ چ نەساخی یین دەماغی ل دەڤ نەبن، هینگی دێ بەر ب حالەتەکێ

دناڤبەرا شیزۆکیێ و کەسایەتییا شیزۆفرینیڤە چیت. ئەڤا داویێ ژی جۆرەکێ دی یێ کەسایەتییا هەڤبەندە ب نەساخییڤە.

کەسایەتییا شیزۆفرینیی

کەسایەتییەکا نێزیکە ژ نەساخییا شیزۆفرینیایێ، لێ نیشانێن وێ سڤکترن و هێشتا نەگەهشتینە ئاستێ نەساخیێ. ئەم دشێین بێژین کو ئەڤ کەسایەتییە شێوازێ توند یان خراپترێ کەسایەتییا شیزۆکییە. هەمان نیشانێن شیزۆکیێ ل دەف هەنە، وەکو نازداری و نازاندنێ، بێدەنگی و کێمئاخفتنێ، شەرمینیێ، نەپویتەپێدانا ب دەردۆران و ڤەدەریێ، هەستێن سار و هشک...هتد، لێ هندەک نیشانێن توندتر ژی لێ دیار دبن، وەکو: رەشبینی و گەشبینییا وی ژ هندەک تشت و بابەتێن سەیر، هەبوونا ئاشۆپکرنێ و حەزا بابەتێن ئاشۆپی، هەبوونا هەلوەسەیێن بینینێ، قورنەتگیری و دگەل خوە ئاخفتن، هەبوونا وەهم و پێحەسیانێن هەپارەیی (کو هەردەم هزر دکەت خەلک یێ ب دویفڤە و یێ چاڤدێرییا وی دکەن)، دودلی و مژداری و لاوازی ل هەمبەری خەلکێ دی، ژ رەخنەگرتنێ و سزادانێ دترسیت...هتد[65].

هەرچەندە ئەڤ جۆرێ کەسایەتیێ د گەلەک ژێدەرێن باوەرپێکریدا نەهاتییە بەحسکرن، نەدوورە دەسپێکەکا سروشتییا بێسازییا ب میناکێ شیزۆفرینیایێ بیت. لێ ڤەکۆلەر و پسپۆرێن دویفچوونا ڤی

---

[65] رزان صلاح (2017). أنواع الشخصية في علم النفس العام. مقالة من موقع: (www.mawdoo3.com).

حالەتی، وەسا ددەنە خویاکرن کو پێدڤییە خودانێ ڤێ کەسایەتیێ چوار نیشان ژ ڤان هەر هەشت نیشانێن ل خوارێ هەبن هەتاکو ببیتە کەسایەتییا شیزۆفرینیی:

- هزرکرنەکا جادۆگەر هەیە و باوەر ژ بۆیەرێن چیڤانۆکان دکەت، هندەک جاران ژی هەلوەسەیێن دیتنێ هەنە، یان هەستا شەشێ هەیە.
- وە هزر دکەت هەر تشتەکێ روودایی یان روو بدەت ژبەر وییە و ب ویڤە گرێدایە.
- باوەرییا وی ب کەسێ ناهێت، هەردەم یێ ڤەدەرە ژ سەرەدەری و چالاکی یێن جڤاکی.
- هزر دکەت هێزەک یان کەسەک ل سەر وی زالە و وی ئاراستە دکەت. جارنا هزر دکەت ئەو چ نینە و هەبوونا وی تشتەکێ زێدەیە د ژیانێدا. هەروەسا کەسایەتییەکا ڤالا هەیە و هەردەم هزرێ د نەبەرهۆزییا ژیواریدا دکەت.
- ئاخفتنا وی پەرشوبەلاڤ و نەرێکخستییە، هندەک گۆتنێن لاوەکی دئینتە دناڤ ئاخفتنێدا کو چ هەڤبەندی ب بابەتیڤە نینە. هندەک جاران مشە دئاخڤیت و ژ بابەتێ سەرەکیێ دانوستاندنێ دەردکەڤیت.
- دلینییەکا سار هەیە، زوی ب زوی دگەل خەلکی ناگونجیت و مایێ خوە د خەلکی ناکەت، خەلک وەسا هزر دکەت یێ خوە ل سەر سەرێ وان مەزن دکەت.
- هزرێن گومانکی هەنە، گومانێ ژ هەموو خەلکی دکەت و باوەری ب کەسێ ناهێت، گومان د هەبوون و کاریگەرییا خوەدا ژی هەیە.

- سەرا تشتێن نەبەرکەفتی توورە دبیت و گەلەک ئالۆزی یێن جڤاکی بۆ پەیدا دبن، نەشێت ب ساناهی رەخنەیێن خەلکی قەبوولکەت.

هندەک رووپیڤەرێن ڤان جۆرە حالەتان وەسا ددەنە خویاکرن کو پرانییا هەلگرێن ڤێ کەسایەتیێ کەسانێن زەعیفن، لێ ئەڤە وێ چەندێ ناگەهینیت کو کەسێن قەلەو تۆش نابن. ژ لایەکێ دیڤە ژی، ئەڤ ئامارە ل سەر چەندایەتی و جۆراتییا سامپلێن وەرگرتی رادوەستێت، دبیت وەسا بیت و نەدوورە وەنە بیت (پاشکۆ- 3).

هەژی گۆتنە شەرمینی ژی نیشانەکە ژ کۆما وان نیشانێن مە ئاماژە پێکرین، لێ هندەک ڤەکۆلەر **کەسایەتییا شەرمین** ب خوەسەری ددەنە نیاسین و دکەنە دناڤ جۆرێن کەسایەتییاندا. وەسا ددەنە خویاکرن کو هەلگرێ کەسایەتییا شەرمین باوەری ب خوە نینە و ئەڤ کێم باوەرییە دبیتە سەدەمێ تێکچوونا خوەییێ وی و دەرکەفتنا هندەک نیشانێن هەڤبەند ب خۆڤەکێشانێ و ڤەدەرییێ و ترسیانا ژ تێکهەلی و روو ب رووبوونا خەلکی، پرانییا جاران هەوڵددەن تێکهەلییا خەلکی نەکەن یان کێم بکەن، چونکو دزانن شەرمینییا وان ناهێلیت بشێن سەرەدەرییەکا کارا دگەل ئاخفتنکەرێن خوە بکەن. د ئەنجامدا، تۆشی ڤەدەری و تنێیاتیێ دبن، ئەڤە ژی دبیتە خاڵەکا پاڵدەر بۆ کۆمەکا بێسازی یێن دی یێن دەروونی و جڤاکی.

کەسایەتییا توخیبی

ئەڤ جۆرێ کەسایەتیێ هەروەکو ژ ناڤێ خوە دیار، نەساخی دهێلتە ل سەر توخیبێ دناڤبەرا نەساخیێ و ساخلەمیێدا، ئانکو نە نەساخەکێ تەمامە و نە ساخلەمەکێ تەمامە. جوانترین وەسفا ڤی جۆری ئەوە یا هندەک زانایان بۆ دانایی: "**نەساخەکێ ساخلەمە یان ساخلەمەکێ نەساخە**". ئەڤ جۆرێ بێسازیێ دبیتە ئەگەرێ هندەک کارڤەدانێن نەگونجایی یێن دلینیێ، رەفتارێن نەپەسەند و سەیر، تێکچوونا هزرکرنێ و ژ دەستدانا پەیوەندی یێن جڤاکی، ئەڤ نیشانێن ژێگۆتی د پڕانییا تێکچوونێن دەروونیدا هەنە (پاشکۆ- 4). نیشانێن ڤی جۆرێ کەسایەتیێ ئەڤێن ل خوارێنە[66]:

- تێهزرینەکا نەجهگیر یان تێکچوویی ژ خوەییێ خوە دکەت، یان هەستەکا خوەییا نەرائێک ل سەر خوە و شیانێن خوە هەیە.
- شیانێن هەڤسۆزیێ دگەل خەلکی نینە و هەردەم هەست ب ڤەدەری و بێزاری و ڤالاهیێ دکەت.
- هەبوونا هەڤبەندی یێن نەجهگیر کو ب ساناهی و بلەز دهێنە گوهۆڕین، بۆ نموونە دشێت ژ بیاڤێ ئەڤینییەکا نموونەیی بەر ب کەربوکینەکا دژوارڤە بچیت.

[66] أضطراب الشخصية الحدية: الأسباب والأعراض والعلاج. مقاله من موقع: (www.hopeeg.com).

- گوهۆڕینێن گێولی ژنشکانڤە بۆ پەیدا دبن، دبیت بۆ چەند کاتژمێران یان چەند رۆژان ڤەکێشیت.
- هەردەم ژ فیراق و رەتکرنێ دترسیت، ئو هەستکرنەکا توند ب ئالۆزی و خەمۆکییێ هەیە.
- هندەک رەفتارێن پڕ مەترسی و وێرانکەر ئەنجامددەت، وەکو بلەز هاژۆتنا ترۆمبێلێ، بکارئینانا مادده یێن بێهۆشکەر، یان مەیڤەخوارن، یان ئەنجامدانا کریارێن سێکسی یێن نەئەمین.
- یێ توندتیژە ل هەمبەر خەلکێ بەرانبەر.

ئەڤ جۆرێ کەسایەتییێ پتر ل دەف ژنان هەیە و (80%) ژ ڤان کەسایەتییان رەفتارێن سەیرێن خۆکوشتنێ هەنە، وەکو بکارئینانا رێکێن دەماربرینێ یان خۆسۆهتنێ. لێکۆلینان خویاکرییە کو رێژەیا خۆکوشتنێ د ڤی جۆرێ کەسایەتییێدا دگەهتە (4- 9%).

کەسایەتییا گومانکی

من پەیڤا گومانکی بکار ئینا، چونکو خودانێ ڤێ کەسایەتییێ گومانەکا بەردەوام د هزر و ئاخفتن و رەفتارێن خەلکێ دیدا هەیە، ئانکو کەسەکێ گوماندارە ژ هەموو کەسان و ژ هەموو تشتان، بێی کو چ راستییەکا ژێوارکی بۆ هەبیت. ئەگەر دو کەس بۆ خوە باخڤن، دێ هزرکەت بەحسێ وییە. د پڕانییا جاراندا، باوەری ب ئەختوبارییا نێزیکترین کەسێن خوە نینە، لەوا هەردەم خوە ژ هەمی خەلکێ دوور و نێزیک دپارێزیت.
ب مشەیی گێنگەشێ و هەڤرکییێ دکەت، هەموو شاشی یێن خوە پالددەتە کەسانێن دی. ب زێدەرۆییڤە بەحسی شیانێن خوە یێن

سنووربڕ دکەت و گەلەک یێ توندە د بڕیاردانێن خوەدا. شیانێن گوهدانێ هەنە، لێ هەردەم داکۆکیێ ل سەر شاشی یێن خەلکی دکەت و گرۆڤێن ئیدانەکرنا وان خرڤە دکەت. حەز دکەت پێزانینان ل سەر هەموو بڕیاران و سیستەمان کۆم بکەت. گەلەک ب کێمی ترانا دکەت، هەردەم یێ هشک و بێ دلینییە[67].

لێ ئەگەر هەست ب زۆرداریێ و ستەملێکرنێ بکەت، کو هەردەم هزر بکەت یێ د بن چاڤدێرییا دژمنانڤە و خەلکەک دێ زەرگەهان گەهینتێ یان یێ هەولددەن وی تێ ببەن، هینگێ دبێژنێ **کەسایەتییا گومانکی یا چەوساندنەیی** (الشخصية الشكاكة- الاضطهادية). ئانکو زێدەباری گومانێن وی ژ خەلکی، هەست ب چەوساندنێ و زۆرداریێ ژی دکەت. گومان و هەستێن وی یێن مەزلوومیێ وە لێ دکەت کو ژ خەلکی دوور بکەڤیت، خوە ژ هەڤژینا خوە ژی نەیێ پشتراستە. لەوا حەزێن ب سەرداگرتن و کونترۆلکرنێ بۆ پەیدا دبن. نیشانێن ڤێ کەسایەتیێ دگەل هەپارە و هەلوەسەیێن شیزۆفرینیایێ دگونجن، لەوا وەسا دهێتە هزرکرن کو دبیت ئەڤ کەسایەتییە د وان مالاندا پتر بیت، ئەوێن نەساخەکێ شیزۆفرینیی هەی. دوور نینە ژی، هەلگرێ ڤێ کەسایەتیێ ببیتە شیزۆفرینیا، ب تایبەتی ئەگەر پاشخانەکا بۆماوەیی و کارتێکرنێن دەروونی و جڤاکی بۆ هەبن. هندەک ڤەکۆلەر، هەردو کەسایەتی یێن گومانکی و چەوساندنەیی ب دو جۆرێن خوەسەر ددەنە نیاسین.

---

[67] **عبدالكريم الصالح** (2006). **تحليل الشخصيات وفن التعامل معها. كتاب من موقع:** (www.Noor-Book.com).

نیشانێن **کەسایەتییا چەوساندنەیی** تا رادەیەکی نێزیکی گومانکی-چەوساندنەییە، لێ پتر داکۆکیێ ب هەستێن ستەملێکرنێ و چەوساندنێ دکەت. کەسەکێ توندوتیژ و دژمنکارە، رەخنەیێن بریندارکەر ئاراستەی خەلکی دکەت و چ پویتە ب هەستێن وان ناکەت، لێ ئەو ب خوە نەشێت رەخنەگرتنێ ژ چ کەسان قەبوول بکەت، کێم هەڤال هەنە و هەردەم قورنەتگیرە، هەست ب جوانیێ و ستاتیکا هونەری ناکەت.
دەروونزان دبێژن ئەڤە کەسایەتییا هشکباوەران و شۆفینیزم و ژن بەردایانە، فەرە ب هشیاری سەرەدەری دگەل بهێتە کرن، چونکو هەردەم زەرگەهان دگەهینتە هەڤرک و هەڤدژێن خوە[68].

کەسایەتییا سایکوباتی

مەرەم ژ پەیڤا سایکوبات، دژە جڤاکییە. هەموو رەفتارێن ڤێ کەسایەتیێ پێشێلکرنا مافێن خەلکی و دژایەتیکرنا جڤاکییە، هندەک رەفتاران دکەت دگەل یاسا و رێسا و عورفێن جڤاکی ناگونجن.
ساخلەتێن ڤێ کەسایەتیێ ل سەر سێ تەوەران دابەش دبن:
ساخلەتێ دلینیێ: نیشانێن نەهەڤسۆزیێ، نەبوونا هەڤبەندی یێن دلینیێ، هەست نەکرنا ب گونەهباریێ ل دەف هەنە.
ساخلەتێ کەسۆکی: نیشانێن خوە ئەڤاندنا نێرسیسیزمی دگەل پویتە و سەرنجراکێشانا کەسایەتیێ ل دەف هەنە.

[68] **مجد خضر** (2018). **أنواع الشخصيات فیٚ علم النفس. مقالة من موقع**: (www.mawdoo3.com).

ساخلەتێ رەفتارێن دژەجڤاکی: نیشانێن درەوکرنێ، یاریکرنا ب ژیانا خەلکێ بێگونەهـ ئەنجامدانا کریارێن مەترسیدارێن ل دژی جڤاکی ل دەف هەنە[69].

لێ ب شێوەیەکێ گشتی، هەموو نیشانێن ڤێ کەسایەتیێ ل دۆر هۆڤاتیێ و تەعداییێ و ئەنجامدانا کریارێن دژەجڤاکی دزڤڕن. بەرێ ژیێ (١٦) سالێ پەیدا دبیت و ئەڤ نیشانێن شەڕانی و خرابکار هەتا پشتی ژیێ (٦٠) سالێ ژی ل دەف دمینن، پاشی بەرەبەرە هێور دبیت.

هەلگرێن ڤێ کەساتیێ هەردەم توندوتیژ و هێڕشکەرن، ب پلان و زانیبوون کریارێن خوە یێن نەجڤاکی ئەنجام ددەن. ئو د دەمێ ئەنجامدانا تاواناندا، چ دلینی و هەلچوونێن وژدانیی ل دەف نینە. چ پویتەی ب بها یێن جڤاکی و سنجی و ئایینی نادەن. باوەری ب چ عورف و عەدەت و یاسایان نینە، تنێ باوەری ب خوەییێ خوە یێ نەسروشتی هەیە، کەسێ سایکوبات وەسا هزر دکەت کو هەموو کریارێن وی دبەرژەوەندا جڤاکیدانە. هەرچەندە چ هۆکارێن دیارکری ژبۆ دژمنکارییا وی نینن و دبیت چ هەڤبەندی دگەل قوربانی یێن خوە نەبیت ژی، لێ دشێت ژبۆ هەر کریارەکا خوە یا هۆڤانە کۆمەکا بەهانەیێن بەرهۆز بینیت، چونکو چ ئالۆزی و شەپرزەیی یێن دەروونی ل دەف نینن. پسپۆرێن دویفچوونا ڤێ بێسازیێ، چوار ستایلێن ڤێ کەسایەتیێ ددەنە خویاکرن[70]:

---

[69] **الشخصية السيكوباتية** (2021) **مقالة من موقع:** (www.layalina.com).

[70] **كارل البرت** (2014). **انماط الشخصية : أسرار وخفايا. ترجمة : حسين حمزة. منشورات كنوز المعرفة. ط1، عمان.**

أ. سایکوباتێ گێول گرتیی: د ڤی ستایلیدا، کەسێ سایکوبات هەردەم تووڕەیە و ب ساناهی دهێتە ئازراندن، هندەک جاران هند دئارییێت مینا کەسێن تەبگرتی لێ دهێت. حەزەکا دژوارا سێکسی ل دەف هەیە کو هەردەم یا ل سەر هزرا وی، مەیلەکا بلند ژبۆ نەشازییا سێکسی و ئالۆدەبوونێ و دزیکرنێ هەیە. یێ موغامەرەچییە د کریارێن کوشتن و ئیغتصابکرنێدا.

ب. سایکوباتێ کاریزمایی: د ڤی ستایلیدا، کەسێ سایکوبات فێلباز و درەوینەکێ مەزنە، لێ جهێ سەرنجڕاکێشان و پێداخباربوونا خەلکییە. کەسەکێ ژیرمەندە و ڤێ ژیرمەندییا خوە ب شێوەیەکێ بەرهۆز ژبۆ گەهشتنا مەرەم و ئارمانجان بکاردئینیت. شیانەکا مەزنا قاییلکرنێ هەیە، هەموو پێرینەیێن مرۆڤایەتیێ و ئایینی و سیاسەتێ و سنجی د پرۆسەیا قاییلکرنێدا بکار دئینیت، دشێت خەلکی وەسا قاییل بکەت کا وی چ بڤێت بۆ بکەن، خۆ ئەگەر ژیانا وان ب خوە بیت ژی. ئەو رێبەر و سەرکردە یێن دشێن خەلکی بەر ب مرنێ و وێرانکرنێڤە پاژۆن، ژ ڤی ستایلینە.

ج. سایکوباتێ سەرەکە: د ڤی ستایلیدا، کەسێ سایکوبات ناترسیت و چ گرنگیێ ب سزای نادەت، چ فشارێن دەروونی ل سەر نینن. دشێت پالێنەرێن خوە یێن دژمنکاریێ براوەستینیت یان راگریت، لێ نە ژبەر هەبوونا وژدانێیە (چونکو وان چ وژدان نینە!)، بەلکو هەتا دەمەکێ گونجایی بۆ دبینیت.

د. سایکوباتێ لاوەکی: د ڤی ستایلیدا، کەسێ سایکوبات کەسەکێ موغامەرەچییە و ب فشارێن دەروونی یێن ژیانا رۆژانە داخبار دبیت. نەدوورە ئالۆزی یان شەپرزەییەک ل دەف هەبیت، لێ یێ وێرەکە و چ گرنگیێ ب عورف و عەدەت و رەفتارێن جڤاکی نادەت. هەر تشتەکێ دلێ وی چوویێ لازمە بکەت. چەند گەهشتنا مەرەمێ ب زەحمەتتر بیت، پتر گرنگیێ ددەتێ و مجدتر لێ دهێت.

کەسایەتییا هیستیری

ناڤێ کەسایەتییا هیستیری ژ حالەتێ هیستیریایێ هاتییە کو بێسازییەکا هەلچوونێیە کار دکەتە سەر تێکچوونا هندەک جهێن بنگەهێ دەمارێن ناڤین کو هەردو دەزگەهێن هەستەوەران و لڤینێ پێ ئاکامدار دبن. ئەو نیشانێن ژ ڤی حالەتی پەیدا دبن، دبێژنێ "**نیشانێن ڤەگوهاستیی**"، ئانکو ڤەگوهاستنا هندەک هەلچوون و هەڤرکی یێن دەروونییە بۆ هندەک نیشانێن جەستەیی یێن وەک فالنجبوونێ یان لاڵبوونێ یان دلبۆرینێ...هتد. هەر کەسەکێ ئەڤ جۆرێ کەسایەتیێ هەبیت، هەردەم ل سەرنجراکێشانا خەلکی دگەڕێت، هەردەمێ کەسەکێ پویتە پێ نەکر، دێ هەست ب دلتەنگیێ و خوەکێمدیتنێ کەت. ژبۆ ب دەستڤە ئینانا سەرنجا خەلکی هندەک رەفتارێن سەیر و ساویلکە دکەت، جۆرەکێ جلکێن تەیسۆک و سەرنجراکێش دکەتە بەر خوە، ئانکو رەفتارێن وی/ وێ مینا

رەفتارێن زارۆکەکینە، لەوا دبێژنێ **کەسایەتییا زارۆکان**[71]. گرنگترین نیشانێن ڤێ کەسایەتیێ ئەڤەنە:

- ئەگەر ئەو نەبیتە جهێ سەرنج و گرنگیپێدانا خەلکی، دێ هەست ب نەئارامیێ کەت و دێ بەر ب قورنەتگیرییێڤە چیت.
- هەردەم هەوڵددەت ژ خەلکی پشتراست بیت و خەلک یێ ژێ رازی بیت.
- رەفتارێن سەیر و نەبەرهۆز دکەت، ب هندەک جلکێن نەقەبوولکری و روخسارێن نەپەسند دچیتە دناڤ خەلکیدا.
- دلینیی ل دەف بلەز دهێتە گوهۆڕین، لەوا ساکار و ساویلکە دهێنە دیتن.
- گرنگییەکا زێدەرۆ ب کریار و نەشتەرگەری یێن جوانکارییا روخسارێ خوە ددەت، جەستەیێ خوە ژبۆ سەرنجڕاکێشانا خەلکی بکار دئینیت.
- ب ساناهی و گەلەک زوو ب هزرێن خەلکی داخبار دبیت، لێ نەشێت بچیتە دناڤ تێروتەسەلییان وان هزراندا.
- ب شێوەیەکێ درامایی و ب زێدەرۆییێڤە دەربرینێ ژ دلینییا خوە دکەت.
- گەلەک ب ساناهی دهێتە رازیکرن.

هەروەسا کەسانێن هیستیری حەز ژ گوهۆڕینا پیشەیێن خوە دکەن و هەردەم هەست ب خوەکێمدیتنێ دکەن (ب تایبەتی ئەگەر جهێ

---

[71] **كريم مأمون** (2019). **الشخصية الهستريائية.. بالغون بسلوك طفل. مقالة من موقع:** (www.enabbaladi.net).

پویتەدانا خەلکی نەبن). د پرانییا جاراندا، سەرنەکەفتینە د بیاڤێن ئەڤینی و هەڤژینییێدا[72].

هەژی گۆتنە، نیشانێن **کەسایەتییا نێرسیسزمێ** (الشخصية النرجسية) گەلەک نێزیکی ڤێ کەسایەتییێیە، لێ کەسێن نێرسیسزم هەردەم هەست ب مەزناهی و گرنگییا خوەییێ خوە دکەن، وە هزر دکەن ئەو ژ هەموو کەسەکی باشتر و هەژیترن. ب زێدەرۆییڤە بەحسی کار و بەرهەمێن خوە دکەن، چ جاران نەشێن رەخنەگرتنێ قەبوول بکەن. ئەو ژی مینا کەسێن هیستیریایی حەز ژ پەسندانێ و پێ داخباربوونێ دکەن. ب بێ شەرمی هەموو کەس و هەموو کریاران ژبۆ بەرژەوەندێن خوە ئیستغلال دکەن، یا ژ کەسێ نێرسیسزمڤە هەر کەسەک یان هەر تشتەک ل گەل بەرژەوەندییا وی نەگونجیت، نەبیت باشترە.

دلرەق و دێم بێ دەربرینە، هەردەم بهایێن کەسێن دی کێم دکەت، دلێ وی ب چ تشتەکی ناسۆژیت و چ هەڤسۆزی دگەل کەسێ نینە، لەوا کێم هەڤاڵە و نەشێت سەرکەفتنێ د چێکرنا هەڤبەندی یێن جڤاکیدا ببینیت[73].

---

[72] **غدير مصطفى** (2019). **الشخصية الهستيرية والحب. مقالة من موقع:** (www.sotor.com).

[73] **سەحکە: أعراض وصفات الشخصية النرجسية. مقاله من موقع:** (www.hopeeg.com).

کەسایەتییا نەجێگر (غیر مستقر)

یەک ژ کەڤنترین و بەربەلاڤترین پۆلێنکرنێن کەسایەتیێ ئەوە یا کارل یونگ کری، کو کەسایەتی ل سەر دو ستایلان دابەشکرییە[74]: ستایلێ گرتی یان ڤەدەر (المنطوي) و ستایلێ ڤەکری (المنفتح).

ستایلێ ڤەدەر؛ ئانکو کەسەکێ گرتی و ژ جڤاکی ڤەدەرە، نەشێت ب کاریگەری تێکهەلییا خەلکێ جڤاکی بکەت و پویتەی ب کەسەکێ نادەت. هەردەم خوە ژ خەلکی ڤەدەر دکەت و نەشێت سەرەدەری و هەڤبەندییان دگەل جڤاکێ کەتواری پەیدا کەت. خۆ ئەگەر هندەک هەڤبەندی هەبن ژی، گەلەک دکێمن. خەلک دشێن ب ساناهی هەستا وی بریندارکەن، ب بەردەوامی یێ ئالۆزە و ژ پاشەرۆژێ دترسیت.

ستایلێ ڤەکری؛ ئەڤە بەروڤاژی ستایلێ دائێخستی و ڤەدەرە، ئانکو هەڤگونجاییە دگەل رێنمایی یێن جڤاکی، ڤی کەسی ئاگەهـ ژ دەوربەرێن خوە هەیە و دگەل کووراتی و هەموو عورف و عەدەتێن جڤاکی دژیت و ب شێوەیەکێ بالبەرانە سەرەدەریێ ل گەل دکەت. دشێت بەرپرسیارییا ئارێشە و هەڤالینیێ هەلگریت، هژمارەکا زۆر ژ هەڤالێن ب هێز هەنە و زوو ب زوو هەستا وی

[74] **محمود عوض** (1991). **علم النفس العام. دار المعرفة الجامعية. ط1، الاسكندرية.**

بريندار نابيت. گەلەک پويتەی نادەتە ساخلەمييا خوە. سەرەدەری و هەڤبەندی يێن وی يێن جڤاکی گەلەکن.

لێ هندەک جاران ئەڤ هەردو ستايلە ب هەڤرا و د ئێک کەسدا کار دکەن، هينگی کەسايەتييەکا دی ژێ پەيدا دبيت دبێژنێ **کەسايەتييا جووت- دوبەند** (الثنائية). مەرەم ژ کەسايەتييا جووت ئەوە کو جووتێ نيشانێن ڤەکری و گرتی د هەمان کەس و د هەمان دەمدا هەيە، ئانکو هندەک جاران رەفتارێن ستايلێ ڤەدەر ل سەر رەفتارێن ستايلێ ڤەکری زالٚ دبن، يان ژی رەفتارا ڤەکری ل سەر يا ڤەدەر زالٚ دبيت، د ئەنجامدا **کەسايەتييەکا نەجێگر** ژێ پەيدا دبيت. ئەڤ نەجهگيرييا کەسايەتێی، مرۆڤی بەر ب رەوشەکا ئالۆز و نەگونجاييڤە دبەت و دوور نينە ببيتە سەدەمێ کۆمەکا تێکچوونێن دی يێن دەروونی. لێ ئەڤ هەردو مەرجێن کەسايەتييا دوبەند ب ڤێ ئاشکەراييێ د شيزۆفرينياييێدا دەرناکەڤن.

جارنا، ژ ئەگەرێ هندەک هەڤرکی يێن نافخۆيی يێن دناڤبەرا دو سيستەمێن باوەری و تێگەهێن جڤاکيدا، کەسايەتييا مرۆڤی تۆشی دوکەرتبوونێ (يان پتر) دبيت، دبێژنێ **دوکەرتبوونا د کەسايەتيێدا** (يان فرەکەسايەتی)، ئەڤ تێکچوونە حالەتەکێ دەروونييە و کەسايەتييا مرۆڤی پێ دبيتە دوکەرت يان پتر، پرتەک ژ ڤێ کەسايەتيێ د دەمەکێ ديارکريدا ل سەر پرتا دی زالٚ دبيت و پاشی دێ پرتا دووێ ل سەر پرتا ئێکێ زالٚ بيت. ئەڤ حالەتە بێسازييەکا کەسايەتيێيە، نەشيزۆفرينيايە.

کەسایەتییا وەسواس

ئەڤ جۆرێ کەسایەتیێ ژ ئەگەرێ تێکچوونەکا عەقلی پەیدا دبیت دبێژنێ **بێسازییا ئالۆزیێ** (Anxiety disorders). ب مجدییەکا رادەبەدەر پێگیریێ ب سیستەم و یاسایان دکەن، هەردەم حەز دکەن د نموونەیی بن. گرنگییەکا زێدەرۆ ب ووردەکاری یێن بابەتان ددەن، ب مجدی و ئەختوباری ئەرکێن خوە ئەنجام ددەن، خۆ ئەگەر ل سەر حسێبا ژیانا وان یا جڤاکی بیت ژی. جارنا ب دوبارەییەکا نەبەرهۆز کارێن خوە هەر دوبارە دکەن و جاری دکەنەڤە. لێ ئەڤ داکۆکی و مجدییا وان دبیتە سەدەمێ وێ چەندێ کو هەردەم ب تنێ کار بکەن و هەڤکارییێ ژ هۆگرێن کاری قەبوول نەکەن، چونکو دبیت کارێ وان ب دروستی نەهێتە ئەنجامدان، د پرانییا جاراندا، ئەڤ جۆرێ کەسایەتیێ د کارێن تیمکارییێدا ئالۆز و شەپرزە دبن. مشە جاران ب هندەک تشتێن بێمفا و بێ بهاڤە دهێنە گرێدان و دەست ژێ بەرنادەن. ئەڤ کەسایەتییە مینا نەساخییا وەسوەسا جەبرییە، چونکو د هەردو حالەتاندا نەساخ دزانیت کو کار و هزرێن وی نەلۆژیکینە، لێ نەشێتە خوە و ب نەچاری دکەت. لەوا پێدڤی ب چارەسەرییەکا دەروونی هەیە[75].

[75] **تسنيم جابر** (2020). **الشخصية الدقيقة أو الوسواسية. مقالة من موقع:** (www.mawdoo3.com).

پشكا چوارێ

هۆكار و سەدەمێن شیزۆفرینیایێ

هۆكار و سەدەمێن نەساخیێ

شیزۆفرینیا شەبەنگەكێ فرەنیشان و فرەسەدەم و فرەبۆچوونێن شرۆڤەكارییە، دەستنیشانكرنا وێ ژی نەكارەكێ هێسانە. هەمی ڤەكۆلین و دویفچوونێن بۆ ڤێ نەساخیێ هاتینە كرن، سەدەمێ نەساخیێ دیار ناكەن. دیتن و بۆچوونێن پسپۆران تێڤەل و جوداجودانە، ل گورەی سەردەمێ هەر ڤەكۆلینێ و وێ پێشكەفتنا د بیاڤێ نۆژدارییێدا هاتییە تۆماركرن. پڕانییا جاران هزروبۆچوون ب ئامارێن نەساخان و پەرگالێ ژیانا وانڤە گرێدایبنە. هندەک جاران ژی ب تاقیكرنێن لابۆری و تیۆرێن هزریڤە هەڤبەندن. سەرەرای هەمی پێكۆلْ و وان پێشكەفتنێن تەكنەلۆژی یێن رۆژ بۆ رۆژێ ب خێراییەكا سەرسۆرهێنەر د هەموو بیاڤێن زانستیدا پەیدا بووین و پەیدا دبن، لێگەریانێن زانا و شارەزاییێن دەروونزانییێ د بەردەوامن ژبۆ دیتنا هندەک سەدەمێن دیار و دەستنیشانكری.
هەتا نهۆ ژی گەلەک لایەنێن ڤێ نەساخیێ مژدارن و هێشتا ب دروستی نەهاتینە بەلیكرن. سالْ بۆ سالێ پێزانین و دیتنێن نووتر ل سەر دەردكەڤن. لێ هەر نەگەهشتییە هندێ كو سەدەمەكێ گومانبڕ یان هندەک سەدەمێن پشتڕاستكری بۆ بدانن. د سەر ڤێ چەندێ ڕا ژی، هندەک شەنگستەیێن دیاركری هەنە، ڤەكۆلەرێن ڤی زانستی ل سەر پێكهاتینە ژبۆ شرۆڤەكرنا هۆكارێن نەساخیێ. گرنگترین شەنگستەیێن باوەرپێكری ئەڤێن ل خوارێنە:

- نەساخییا شیزوفرینیایێ، نەساخییەکا گرچن و فرەجۆرە، لەوا دیتنەکا لۆژیکییە کو ڤان هەمی جۆران سەدەمێن جوداجودا هەبن و ئەڤ نەساخییە یا فرەسەدەم بیت.
- پڕانییا ڤەکۆلینان خویا کرییە کو بۆماوەییێ رۆڵەکێ کاریگەر د پەیداکرنا نەساخییێدا هەیە، جهێ گومانێیە ئەگەر نەساخەک هەبیت و زەمینەخۆشکرنەکا بۆماوەیی بۆ نەبیت.
- ژینگەهـ و دەوروبەرێن نەساخی رۆڵەکێ گرنگ د پەیداکرنا نەساخییێدا دبینن، دگەل هۆکارێ بۆماوەییێ هەڤبار دبیت ژبۆ پەیداکرنا نەساخیێ، ئانکو کاریگەرێ دەوروبەران هاریکارێ کاریگەرێ بۆماوەیییێیە.

ل گورەی ڤان شەنگستەیێن ژێگۆتی، زانایێن دەروونزانییێ وەسا بۆ دچن کو چ هۆکارێن دیارکری نینن ببنە سەدەمێ پەیداکرنا نەساخیێ، لێ کۆمەکا هۆکارێن ڤنێتی و ژینگەهینە، ب هەڤڕا کار دکەن و دبنە رێخۆشکەرێن پەیدابوونا ڤێ ئێشێ. ئەڤجا ل گورەی ئەڤا بۆری، ئەم دشێین ڤان هۆکارێن ل خوارێ وەکو سەدەمێن نەساخیێ بدانین:

سەدەمێن بۆماوەیی

هەر ژ کەڤندا حەکیم و زاناییێن سەردەمێ خوە، هزر دکرن ئەڤ نەساخییە ب فاکتەرێن بۆماوەیییڤە گرێدایە. ئەڤ بابەتە ژ بابەتێن گرنگە د بیاڤێ پەیدابوونا نەساخییێدا، لێ کا چەوا ژ دایکێ یان بابی دهێتە ڤەگوهاستن بۆ زارۆک و نەڤی و نەڤیچرکا، هێشتا نەهاتییە زانین. هەروەسا یا هاتییە خویاکرن کو نەساخیێ چ هەڤبەندی یێن گرنگ ب یاساییێن بۆماوەیی یێن (مەندل)ڤە نینە و ئەم نەشێین ل گورەی ڤێ یاسایا بۆماوەیی، زارۆک و نەڤی یێن دایبابەکی دەستنیشانکەین. هندەک نۆژدار وە هزر دکەن؛ دبیت نەساخیی ژ ئەگەرێ بازدان و گوهۆڕینا جینان پەیدا ببیت، لێ هەتا نهۆ نەشیاینە چ جینێن دیارکری دەستنیشان بکەن. لەوا پڕانییا تیۆری یێن بۆماوەیی، پشتبەستنێ ب ئەنجامێن ئاماریی دکەن و ئەنجامان ل گورەی ڕێژەیا تۆشبوونێ د ئەندامێن ئێک خێزاندا، شرۆڤە دکەن. هندەک ژێدەر وەسا ددەنە خویاکرن کو ڕێژەیا تۆشبوونێ بۆ هەر خێزانەکا دناڤ جڤاکیدا دگەهتە (0.8%).

هەروەسا ڕێژەیا تۆشبوونێ ل گورەی نێزیکییا مرۆڤی بۆ کەسێ نەساخ ب ڤی شێوەیە:

- ل دەف نەڤیێن کەسێ نەساخ (7-15%).
- ل دەف دایبابێن کەسێ نەساخ (0.9%).
- ل دەف وان زارۆکێن دایک یان باب نەساخ (7-16%).

– رێژەیا تۆشبوونێ ل دەف وان زاروکێن دایک و باب هەردو د نەساخ (40–60%)یە[76].

ئو پرانییا ژێدەرێن نۆژداری، هەمان رێژەیان نیشا ددەن. ئەگەر ب تەمامی وەکهەڤ نەبن ژی، نێزیکی ڤان رێژەیانن. ئەڤجا گەلەک زانا و ڤەکۆلەران دویفچوونا ئامارێن بنەمالان کرن، هندەکان لێکۆلینێن خوە د مالێن بچووکدا دکرن (دایک، باب، زارۆک)، هندەک ژی بەر ب رووپێڤکرنا بنەمالێن مەزن و بەرفرەهڤە چوون (مالا بچووک، مام و خال، زارۆکێن مام و خالان، خوارزا). لێ هندەک تێبینی و دودلی ل سەر ڤی جۆرێ رووپێڤکرنا بنەمالان هەیە، چونکو گوهۆرینا ژینگەهـ و دەردۆران بیاڤێ چەوتییێ پتر لێ دکەت، ئو دەستنیشانکرنا نەساخیێ ب خوە ژی نە کارەکێ ب ساناهییە.
لێ سەرەرای هەموو تێبینی و ئاستەنگان و نەبوونا چ رێنیشاندەر و پیڤەرێن باوەرپێکری، پسپۆرێن بیاڤێ رووپیڤ و ڤەکۆلینان، ب بەردەوامی هەولێن خوە داینە هەتاکو بگەهنە هندەک ئەنجامێن پالپشت و باوەرپێکری د ئاستێن زانستیدا. ژ وان ڤەکۆلینێن هاتینە کرن؛ ڤەکۆلینا رودان ل سالێن سیهان و ڤەکۆلینا کالمان ل سالا 1953ێ، ژ چەرخێ بۆری بوون. ئەمما گرنگترین ڤەکۆلینێن ژێدەر پشتبەستنێ پێ دکەن دوونە؛ ڤەکۆلینا رۆزنسال (١٩٧١) و ڤەکۆلینا سنایدەر (١٩٨٠)[77].

---

[76] Alan E. Reed (1979). Modern Medicine: A text book for student. 2nd edition, England.

[77] **علي كمال (1987). فصام العقل أو الشيزوفرينيا. ط1، لندن.**

ئەنجامێن ڤەکۆلینا ئێکێ (رۆزنسال- 1971) ب ڤی شێوەی بوون:

- رێژا تۆشبوونێ د هەرماڵەکا جڤاکیدا دگەهتە (0.3-2.8%).
- رێژا تۆشبوونا دایبابێن کەسێ نەساخ (2-12%).
- رێژا تۆشبوونا خویشک و براییێن دایبابیی (3-14%).
- رێژا تۆشبوونا خویشک و براییێن نەدایبابیی (8-18%).
- رێژا تۆشبوونێ ل دەف زارۆکێن دایباب نەساخ (15-55%).
- رێژا تۆشبوونێ ل دەف خوارزا و زارۆکێن مام و خالان (2.5%).

ئەنجامێن ڤەکۆلینا دووێ (سنایدەر- 1980) ب ڤی شێوەی بوون:

- رێژا تۆشبوونێ د هەر ماڵەکا جڤاکیدا دگەهتە (1%).
- رێژا تۆشبوونێ ل دەف دایبابێن کەسێ نەساخ (5%).
- رێژا تۆشبوونێ ل دەف خویشک و براییێن دایبابیی (10%).
- رێژا تۆشبوونێ ل دەف زارۆکێن کەسێ نەساخ (14%).
- ئەگەر دایک و باب هەردو د نەساخ بن، تۆشبوونا زارۆکێن وان دێ ب رێژەیا (50%) بیت.

ل گورەی ئامارێن هەردو ڤەکۆلینان و رێژەیێن تۆشبوونا دایبابان، خویشک و براییێن دایبابیی و نەدایبابیی، خوارزا و تۆشبوون د خێزانێن خال و ماماندا، وێ ئاماژێ ددەت کو دەردۆران یان ژینگەها نەساخیی رۆڵەکێ مەزن د پەیداکرنا نەساخییدا هەیە. هەروەسا ڤەکۆلین ل سەر زارۆکێن جێمک ژی هاتینە کرن و وەسا دیار بوویە کو رێژا تۆشبوونێ د زارۆکێن وەکهەڤێن مونۆزایگۆتدا

(Monozygotic twins) دگەهتە (65%)، د جێمکێن نەوەکهەڤێن دوزایگۆتدا (Dizygotic twins) دگەهتە (12%)[78].

ڕێژا تۆشبوونا د **جێمکێن دوزایگۆتیدا**، نێزیکی ڕێژا تۆشبوونێیە ل دەف خویشک و برایێن نەجێمک، ئاماژەیە ژبۆ کاریگەرییا هۆکارێ بۆماوەییێ، ئو ڕێژا تۆشبوونێ د **جێمکێن مونۆزایگۆتیدا** (کو نە 100%)، وێ ئاماژێ ددەت کو هۆکارێ بۆماوەییێ نە سەدەمەکێ سەرەکی و ئێکانەیە، بەلکو هۆکارەکە و فەرە هندەک هۆکارێن دی ژی هاریکار و ئازرێنەر بن.

پاشی هزر د وێ چەندێدا هاتە کرن کا ئامار و ڕێژەیێن تۆشبوونێ دێ د چەوا بن، ئەگەر زارۆکێن دایباب نەساخ بدانن دەف هندەک دایبابێن ساخ، یان ژی زارۆکێن دایباب ساخ ببەنە دەف خێزانەکا دایباب نەساخ.

ڤەکۆلینێن (هیستۆن- 1966)، (ڕۆزنسال- 1968) خویا کرن کو ڤەگوهاستنا زارۆکان ژ ماڵەکا نەساخی لێ بۆ ماڵەکا ساخلەم یان بەرۆڤاژی، چ جوداهیێ نائێختە د ڕێژەیێن تۆشبوونێ و وان ئامارێن بەلاڤکریدا. ئەڤە ژی تیۆرییا هۆکارێ بۆماوەییێ دچەسپینیت.

ژ ڤان ئامار و ڤەکۆلینێن مە ئاماژە پێکری، وەسا دیار دبیت کو چ گومان د ڕۆڵێ کاریگەرێ بۆماوەییێدا نینە، لێ هەتا نهۆ زانایێن کروموسۆمان و جینێن هۆکارێن دروستکرنا نەساخیێ، نزانن کا ب ڕێکا گوهۆڕینا کیژان جین و کروموسۆمێ دهێتە ڤەگوهاستن.

---

78 Harrisons (1987). Principle of Internal Medicine II. 11th edition, Portuguese.

سەدەمێن دەروونی

دەمێ ناڤێ شیزۆفرینیایێ دهێت، هزرا پڕانییا خەلکی بەر ب هۆکارێن دەروونیڤە دچیت. ئەو ب خوە، هۆکارێ دەروونی نە سەدەمەکێ ئێکانەیێ کاریگەرە، بەلکو هۆکارەکێ پالپشتە دگەل کۆمەکا هۆکارێن دی پەیدا دبیت. دەستپێکا هزرکرنێ د هۆکارێ دەروونیدا، بۆ وی سەردەمی دزڤڕیت، دەمێ هەموو لێگەڕیان و تاقیکرنێن دەستنیشانکرنا هۆکارەکێ ئۆرگانی- لەشی سەرنەگرتی و ئەڤ نەساخییە بێی سەدەمەکێ دیارکری دهاتە وەسفکرن.
ل دەستپێکا دەرکەفتنا نیشانێن زوهانێ د چەرخێ نۆزدێدا کو هینگی دگۆتنێ خەرفتنا پێشوەختە، ڤەکۆلەر وەسا بۆ دچوون کو ژ ئەگەرێ راوەستانا وەرارییە، ئانکو دەمێ وەرارا مرۆڤی د ژیەکێ دیارکریدا رادوەستێت، دێ تۆشی خەرفتنا پێشوەختە بیت (پاشی ناڤێ شیزۆفرینیا دانا سەر). زانایێن دەروونی ب هەموو رێباز و تیۆری یێن خوە یێن هەمەجۆرڤە (هەر ژ تیۆری یێن شرۆڤەکارییا دەروونی بگرە هەتا دگەهتە دەروونلەشییا جڤاکی)، کەفتنە ناڤ قادا لێکۆلینێن بەردەوامدا کو کاریگەرێ دەروونی پێ شرۆڤە بکەن.
ئەم ژی ب کورتی و پوختەیی، دێ ئاماژە ب دیتن و بۆچوونێن هندەک رێبازێن خواندنگەها دەروونی و شرۆڤەکارییا دەروونی دەین:

أ. شرۆڤەكارييا دەروونى يا فرويدى (النظرية التحليلية الفرويدية):

فرويد ناڤدارترين دەروونزانێ ڤێ رێبازێيە و هەتا نهۆ ژى ب بابێ دەروونزانييا شرۆڤەكارى دهێتە هژمارتن، دەستپێشخەر و خودانێ تيۆرييا دەروونييا ديناميكيى يان دەروونزانييا كلينيكييە. هەرچەندە ئەڤ تيۆرييە دەرگەهەكێ مەزن ڤەكرييە ژبۆ گەلەك دەروونزانێن دى كو تيۆرى و ديتنێن خوە ل سەر ئاڤا بكەن يان هندەك ديتنێن تەڤاڤكەر بۆ بدانن، لێ گەلەك دەروونزانێن پشتى فرويد هاتين، بۆچوونێن فرويد ب هندەك مگرتى يێن نەهووربين ددانە نياسين كو گروڤێن زانستى ژێ دكێمن[79].

هەرچەوا بيت، كەسەك نەشێت رەنجا فرويد د بياڤێ دەروونزانييێدا پشتگوهـ پاڤێت يان ژ بهايێ تيۆرى يێن وى كێم بكەت. پڕانييا ديد و ڤەكۆلينێن فرويد ل سەر بابەتێن كلينيكى يێن دەمارپشێوييێ (العصاب–Neurosis) و زوهانێ بوون. ل گورەى ديتنا فرويد، ئێشێن دەمارپشێوييێ يان زوهانێ ژ داكەفتنا ووزەيا سێكسى (لبيدۆ–Libido) پەيدا دبن. ئانكو حەزەك يان ئەڤينەكا بابەتى بەر ب حالەتەكێ گوهنێليێ يان نێرسيسزمييێڤە (Narcissism) دهێتە گوهۆڕين. ئو د هەمان دەمدا، نەساخ هەوڵددەت بزڤڕيتەڤە سەر بابەتێ داكەفتنێ كو دگەلدا بژيتەڤە، داكو ژ ژيوارێ دەردۆر نەڤەقەتييێت. ل ڤێرە فرويد وەسا هزر دكەت نيشانێن تێكچوونێ شۆنگرتى يێن ژ دەستدانا بابەتييە و هەوڵدانا ڤەگەڕيێە بەر ب بابەتێ سەرەكە يێ داكەفتنێڤە، ئانكو داكەفتنە بەر ب هەوڵدانێن

---

[79] **كامل محمد محمد عويصة (1996). علم النفس بين الشخصية والفكر. سلسلة علم النفس (17). دار الكتب العلمية. ط1، بيروت.**

نێرسیسزمیڤە کو چ هەڤبەندی دگەل دەردۆرێ خوە نامینیت و ب تنێ دگەل خوەییتییا خوە دژیت.
ب شێوەیەکێ ئاشکراتر، ئەم دشێین بێژین کو بابەتێ ڤەشارکری (کبت) ب هێزترە و دشێت ئەزا (Ego) نەساخی پاشڤە ببەت و لاواز بکەت، ئو ژ ئەگەرێ داخباربوونا ئەزێ ب ئەزا بلندڤە (Super Ego)، پاڵێنەرێن مرۆڤی دبنە مەترسی ل سەر ئیگۆیێ و لاوازییا وێ ووزەیا پاڵێنەری پەرتوبەلاڤ دکەت، وی بەر ب ئاشۆپیڤە دبەت و هەست ب ژیواری ناکەت، چونکو خوە تەسلیمی جیهانا ئاشۆپییا ئەوێ (Id) دکەت. ب ڤێ چەندێ ژی، ئەم دشێین بێژین چەند ئەز (Ego) پتر میکانیزمێن بەرگریێ بکاربینیت و پاڵێنەرێن نەجڤاکی ب کاملانی ڤەشار کەت، دێ کێمتر تۆشی هەلوەشیانێ و نیشانێن نەژیوارکی بیت[80].

ل هەمبەری ڤێ خویاکرنا فروید، زانایەکێ دی هەیە ب ناڤێ (فیدرن) دبێژیت؛ ڤەگەڕیانا بەر ب بابەتێ سەرەکیڤە نابیتە ئەگەرێ نەساخیێ، بەلکو زێدەکرنا هزرێن خەستکرییە ل سەر بابەتی کو ئەز (Ego) پێ بێهێز دبیت و نەشێت ل سەر هزرێن خەست زاڵ ببیت. ئانکو نیشانێن زوهانێ، نە ژبەر ژ دەستدانا بابەتێ سەرەکی و بێهێزبوونا ئەزێیە، لێ ژبەر هندێیە کو ئەز (Ego) نەشێت هزرەکا خەست ل سەر بابەتەکێ دیارکری بکەت[81]. هەڤڕکی یێن

[80] **محمد السيد عبدالرحمن** (1998). **نظريات الشخصية. دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع. ط1، القاهرة.**

[81] **علي كمال** (1987). **فصام العقل أو الشيزوفرينيا. ط1، لندن.**

دەروونی ژی، رۆڵەکێ مەزن د بێهێزکرنا ئەزێدا هەیە کو نەساخ نەشێت بەرهنگاری ڤان هەڤڕکییان ببیت، ئەڤجا نەشێت دەربڕینێ ژ حەزێن خوە بکەت و ژ ووزەیا سێکسی ژی دترسیت. ئەڤ هەردو رەوشێن داویێ، بەرێ وی ددەنە نێرسیسزم و ئاشۆپێ، کو حەزێن خوە یێن نەدەربڕاندی ب خەونرۆژک و خەون و ئاشۆپکرنێ دەردبڕیت. ئەڤجا ئەڤ هزرکرنێن هەڤبەند ب نەهۆشییێڤە، کاردکەنە سەر بابەتێن هۆشیارییا وی و ئەز (Ego) پێ ئاکامدار و لاواز دبیت. ئاڵۆزی (قلق) ژی، هەمان رۆڵێ بێهێزکرنا ئەزێ دبینیت، چونکو ئاڵۆزی ب هەڤڕکی یێن دەروونی دئازرییێت و وەکو بەرگری یان خوە رزگارکرن ژ ئاڵۆزییا چێبوویی، نەساخ دێ بەرەف قۆناغێن بەری ئاڵۆزیێ ڤەگەریت، ئانکو زڤڕینەڤەیە بەر ب قۆناغا بەری پێشگەهشتنا ئەزێ (هەروەکو فروید گۆتی).

هەر ل بن سیبەرا ڤێ رێبازێ، کۆمەکا دید و بۆچوونێن دی ژی هاتینە سەر، بۆ نموونە: یونگ دبێژیت: "نەساخێ زوهانی دبن پەستا گرێیەکا دەروونیڤەیە، لەوا ژ ژیواری ڤەدقەتییێت و چ پویتە ب دەردۆرێن خوە نادەت، ب چاڤێن زل خەونان دبینیت و نەشێت خوە دگەل جڤاکی بگونجینیت". توسک دبێژیت: "شیزۆفرینیا دەرئەنجامێ ژ دەستدانا توخیبێن کەسایەتییا مرۆڤییە، لەوا نەساخ هزر دکەت؛ کەسێن دی دشێن هزرێن وی ڤەخوینن و کارتێکرنێ ل سەر بکەن. ب ڤێ چەندێ ژی، چ تایبەتمەندیێ د کەسایەتییا خوەدا نابینیت و پێ تێک دچیت".

ب. شرۆڤەکارییا دەروونی یا نەفرویدی:

هندەک دەروونزانێن شرۆڤەکرنا نەفرویدی (مینا؛ رۆزنفیلد)، وەسا دبینن کو بەرئاتاڤیا نەساخبوونێ، هەر ژ زارۆکینیێ دگەل مرۆڤی دبیت و مەزن دبیت (ئانکو ل دەمێ ژ دایکبوونێ دگەل مرۆڤی دبیت). ئالا هەلگرێن ڤێ بۆچوونێ وەسا ددەنە خویاکرن کو د دەمێ بوونێدا، هندەک پشکێن مەژی سروشتینە و هندەکێن دی پەڕتی و تێکچوویینە. پاشی ئەڤ پشکێن پەڕتی و نەسروشتی، دبن هندەک کاودانێن تایبەت و دیارکریدا، ل سەر ئەزا (Ego) مرۆڤی زاڵ د بن و دبنە ئەگەرێ پەیدابوونا هندەک نیشانێن نەسروشتی د دلینی و رەفتار و هزرکرنێدا. ڤەکۆڵەرەکێ دی ب ناڤێ سولیڤان (Sullivan) وەسا دبینیت؛ شیزۆفرینیا ئالۆزییەکا بەردەواما ناف ناخێ مرۆڤییە کو د نەهۆشییا خوەدا ڤەدشێریت و خویا ناکەت، لەوا هەردەم د ترسەکا بەردەواما بێئەگەر دایە. زانا وەسا دبینن کو ئەڤ ترسا بێئەگەر، ژ سەردەمێ زارۆکینیێ بۆ پەیدا دبیت، نەدوورە ژبەر هندەک هەڤبەندی یێن چەوتێن دناڤبەرا زارۆکی و دایبابان‌دا دروست بوو بیت[82].

ژلایەکێ دیڤە، هارتمان (Hartmann)، وە هزر دکەت کو سەدەمێ نەساخیێ ژبەر سەرنەکەفتنا مرۆڤییە د ڤاڤارتنا دلینییا دژایەتییێدا، ئەڤ داکەفتنە دبیتە ئەگەرێ داکەفتنا ئەزێ (Ego) کو بەرگرییێ ژ خوە بکەت. هارتمان ڤێ سەرنەکەفتنا مرۆڤی (یان داکەفتنا ئەزێ) بۆ هۆکارێن بۆماوەیی- ڤنێتی و دەوروبەران ڤەدگەڕینیت. هارتمان

[82] **علي كمال** (1987). **فصام العقل أو الشيزوفرينيا. ط1، لندن.**

قوتابییەکێ فروید بوو، پاشی ژ تیۆرییا وی ڤاڕێبوو و ل گورەی دیتنێن خوە یێن نەفرویدی کار دکر. یەک ژ دیتنێن وی یێن دەربارا شیزۆفرینیایێ ئەوە کو دبێژیت: "نەساخی یێن زوهانێ پێکڤەگرێدانا هەردو جیهانێن نافخۆیی و دەرڤەییە دناڤ هەست و هۆشیارییا مرۆڤیدا، کو نەساخی ئەو شیان نینن ڤان هەردو جیهانێن دەرڤەیی و نافخۆیی ژێکجودا بکەت." ئەڤ ژێکجودانەکرنا هەردو جیهانان دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ کو مرۆڤ د ژیوارێ جڤاکێ خوە نەگەهیت و نەشێت خوە دگەل دەردۆران بگونجینیت. ئەڤا داویێ ژی، نیشانەکا سەرەکییا زوهانێ و شیزۆفرینیاییێیە.

ج. تیۆرێن دەروونلەشی (دەروون + لەش):

ئالاهەلگرێن تیۆرییا دەروونلەشی داکۆکیێ ل سەر پێکڤەگرێدانا نیشانێن لەشی و تێکچوونا دەروونێ مرۆڤی دکەن، ئانکو دەمێ مرۆڤ د رەوشەکا دی یا نالەباردا بیت، نەدوورە هندەک نیشانێن نەساخییەکا لەشی ل مرۆڤی پەیدا ببن. یان د دەمێ هەبوونا ئێشێن جەستەییدا، رەوشا دەروونی ژی پێ تێکدچیت. ل گورەی ڤێ تیۆرییێ، شەپرزەییا مرۆڤی ژ لایێ دەروونیڤە کار دکەتە سەر کار و ئەرکێن دەماغی و هندەک ڤەگوهێزکێن دەماران، کو ئەرکێن خوە ب دروستی ئەنجام نەدەن. ژ ئەنجامێ ڤێ چەندێ، مرۆڤ تۆشی هندەک ئێشێن دەروونی دبیت کو دبنەرەتدا ژ ئەگەرێ پێشێلبوونێن دەروون و لەشی یان لەشی و دەروونی پەیدا دبن.

ئالاهەلگرێن ڤێ رێبازێ، وەسا دبینن مرۆڤ یێ شەپرزەیە. ئەڤ شەپرزەییە وی دئێختە دناڤ نەهەڤسەنگییەکا دژوارا دناڤبەرا

ووزەیا سێکسیی و دەربرینا پاڵێنەراندا. ئەڤ نەهەڤسەنگییە د ناخێ مرۆڤیدا دغولغولیت و ژیانا وی دئێختە د هەڤڕکییێدا. وی پێدڤی ب ئارامکرنا ووزەیا سێکسی و دەربڕاندنا پاڵێنەرێن دژمنکارییێ هەیە، لێ دترسیت پاڵێنەر ژ بن کونترۆڵا وی دەرکەڤن.

ئەو (Id) کو پاڵێنەر و نەزعەیێن ئاژەڵینە دکارا دەربڕاندنێ ژێ دکەت، ئەزا بلند ژی (Super Ego) وەکو وژدانا وی یا جڤاکی، زێرەڤانییێ ل رەفتارا وی دکەت و ناهێلیت دەربڕینێ ژ وێ ووزەیا ئالۆز و شەپرزە بکەت، ئەرکێ ئەزێ (Ego) ئەوە هەڤسەنگییەکێ دناڤبەرا هەردو هێزێن هەڤدژدا چێکەت.

د گەرمەگەرما هەڤڕکی و شەپرزەیییێدا، کارێ دەزگەهێ دەمارێن ناڤین و دەزگەهێ دەمارێن ئوتونۆمیکی و سیستەمێ رژێنێن هورمۆنان کاریگەر دبیت و بەر ب تێکچوونەکا ئۆرگانیڤە دچیت.

ئەڤ هۆکارە دگەل ئێشێن مەژی و ڤەگوهێزکێن دەماران نەهاتینە دانان، چونکو نە ئێشەکا ئۆرگانییا دەستنیشانکرییە، بەلکو تێکچوونەکە ژ ئەگەرێن ئالۆزی و شەپرزەییا دەروونی پەیدا دبیت، لەوا ژی دبێژنێ دەروونلەشی[83].

ب کورتی ئەم دشێین بێژین کو دەمێ دەروونێ مرۆڤی تێکدچیت، هەموو لەش دکەڤیتە د بن کارتێکرنا وێ تێکچوونێڤە. یان ژی هەروەکو وێژەڤانەکی گۆتی: "ئەو روندکێن ژ چاڤان نەهێنە خوار، هەموو لەشی دگرینن".

---

[83] David Stafford, Clark C. Smith (1979). Psychiatry for students. 5th edition. Great Britain.

د. تیۆرا دەروونلەشی یا جڤاکی (دەروون + لەش + جڤاک):

د ڤێ تیۆرییێدا، کاریگەرێ جڤاکی ژی کار دکەتە سەر هەردو کاریگەرێن دی یێن دەروونی و لەشی، ئانکو نەدووره رەوش و کاودانێن جڤاکی کار بکەنە سەر دەروونێ مرۆڤی و ئەو ژی کارتێکرنێ ل هندەک وەزیفەیێن لەشی بکەت. ئو کا چەوا جڤاک دبیتە ئەگەرێ هندەک شەپرزەیی یێن دەروونی، نەدووره هەڤرکی و شەپرزەییا دەروونی ژی کار بکەتە سەر رەفتار و هەڤبەندی یێن جڤاکی. هەرچەوا بیت، ئەڤ هەرسێ کاریگەره ب هەڤباری و پاڵپشتییا هەڤ، کارتێکرنێ ل سەر رەوشا مرۆڤی دکەن و بەر ب تێکچوون و نەساخی یێن دەروونیڤە دبەن.

- **کاریگەرێ دەروونی**: رەوشەکە ژ ئەنجامێ شەپرزەیی و ئاڵۆزی و پێنەگەهشتنا کەسایەتییا نەساخییە.
- **کاریگەرێ جڤاکی**: ژ ئەنجامێ چەوتی و نەرێکوپێکییا هەڤبەندی یێن هەڤسەنگە دناڤبەرا مرۆڤی و جڤاکێ ویدا مینا؛ هەڤبەندی یێن خێزانێ، پێگیرییا ب یاسایێن جڤاکی، هەڤسۆزی، چێکرنا هەڤالان و خوە گونجاندنا دگەل ژیواری.
- **کاریگەرێ لەشی**: ژ ئەنجامێ تێکچوونێن وەزیفەیا ئەندامێن لەشییە کو نەدووره ژ ئەگەرێ هندەک رەفتاران پەیدا ببیت. هەروەسا کاریگەرییەکا دەروونییە ل سەر رژاندنا گلاندان و دەزگەهێن لەشی و تێکچوونا کارێ وان.

تێگەهشتنا ڤێ تیۆرییێ، وەک تیۆرییا دەروونلەشییە، تنێ کاریگەرێ جڤاکی ل سەر زێدەبوویە کو رەفتارێن کەسۆکی یێن نەساخی و رەوشێن نالەبارێن جڤاکی ب خۆڤە دگریت.

ه. تیۆری یێن دەماریی (**تیۆرییا پاڤلۆڤ**):

ئیڤان پاڤلۆڤ ناڤدارترین زانا و فسیولۆژیستێ رۆسییە، خودانێ تیۆرییا هەڤبەندییا مەرجدارە ژبۆ شرۆڤەکرنا پرۆسەیا فێربوون و راهاتنێ. ئەڤ تیۆرییە ل سەر وی شەنگستەی هاتییە دانان کو هەر ئازرێنەرەکێ ژینگەهێ دشێت کار بکەتە سەر وەزیفەیێن دەروونلەشی یێن مرۆڤی، ب مەرجەکی ئەگەر دگەل ئازرێنەرەکێ دی هاتە دانان کو ب راستی کارڤەدانەکا رەنگڤەداییا سروشتی بۆ هەبیت. ئەو صەیێ تاقیکرنێن خوە ل سەر دکرن، ب **صەیێ پاڤلۆڤ** دهێتە نیاسین. کورتییا تاقیکرنا وی ئەوە دەمێ خوارن ددانا بەر صەی، گلیزێ وی دهاتە خوارێ (ئەڤە ئازرێنەرەکێ سروشتییە ژبۆ کارڤەدانا صەی)، لێ وی دگەل خوارنێ زەنگەک دانا و ل دەمێ ئینانا خوارنێ لێددا (زەنگ؛ نە ئازرێنەرێ کارڤەدانێیە). پشتی دووبارەکرنا ڤێ رەوشێ بۆ چەندین جاران، صە وەسا فێر ببوو دەمێ زەنگل بهێتە لێدان، مەژێ وی ژبۆ خوارنێ کارڤە بدەت[84]. ئانکو ب رێکا راهاتنێ فێری ئازرێنەرەکێ دییێ ژینگەهێ ببوو.
مە ئەڤ پێناسەیا کورت ژبۆ وێ مەرەمێ ئینا، چونکو هەر ل سەر شەنگستێ ڤێ تیۆرییێ، نەساخییا شیزۆفرینیایێ شرۆڤە دکەت و دبێژیت: "ئازراندنەکا بلەزە دگەل کارڤەدانەکا بلەزتر ژ کارڤەدانێن

---

[84] Ar.m.wikipedia.org/wiki/ **قوانين بافلوف**

سروشتی". ئانکو ل دویف هزرا وی، ئەڤ نەساخییە حالەتەکێ بەرگرییا پەردا دەماغییە کو خانەیێن دەماغی ژ ئازراندنێن بلەز و زێدە بپارێزیت. ئو ژبەر ڤان ئازراندن و کارڤەدانێن بلەز و زێدە، پەردا دەماغی نەشێت بنگەهێن دەماری یێن ل ژێر پەردێ کونترول بکەت و ئەڤەیە دبیتە ئەگەرێ پەیدابوونا نیشانێن نەساخیێ[85].

ژ بلی ڤان رێباز و تیۆری یێن شرۆڤەکرنا هۆکارێ دەروونی، گەلەک دید و بۆچوونێن دی ژی د ڤی بیاڤیدا هەنە، وەکو **تیۆرییا هەبینێ** (نظرية الوجود). ل گورەی ڤێ تیۆرییێ، نەساخیی حالەتەکێ ژێککێشان و خاڤبوونا (ارتخاء) هشیارییێیە کو مرۆڤ تێدا هەست ب ژیواری ناکەت و هەست دکەت یێ هاتییە چوارچۆڤەکرن. ئەڤ هەستپێکرنا ب چوارچۆڤەکرنێ، زێدە دبیت و دگەهیتە وی ئاستی کو مرۆڤ هەست ب هەبوونا خوە ژی دناڤدا نەکەت.

تیۆرییا زێدە هەستداریێ ژی خویا کرییە کو ئەو کەسێن تۆشی ڤی حالەتی دبن، ژ کەسێن دی هەستیارترن. **تیۆرییا پەست و وەستیانێ** خویا کرییە کو مرۆڤێ نەساخ ب درێژاهییا ژیانا خوە ل بن پەستەکا دەروونییا ژ خوە مەزنتر دایە و نەشێت دگەل ڤێ پەستێ بگونجیت، هەردەم هەست ب وەستیانەکا زێدە و بێقام دکەت و کەسایەتییا وی پێ تێکدچیت.

---

85 Wynga Arden Smith (1983). CECIL, Text book of Medicine. Volume 16, 2nd edition. Japan.

کاریگەرێ دەوروبەران

ئەو دەوروبەرێن مرۆڤ دناڤدا مەزن دبیت و پێگیریێ ب هەموو عورف و عەدەت و یاسا و رێسا یێن وێ یێن جڤاکی دکەت، بێگومانە دێ پێ داخبار بیت و نەدووره ژێ، هندەک جاران ئاکامێ بکەتە سەر. ئەڤ ئاکامدارییا ئالوگۆرا دناڤبەرا مرۆڤی و دەردۆرا ویدا، بابەتەکێ بەرهەستە و پێدڤی ب چ بەلگەیان نینە. ساخلەمییا ڤێ هەڤبەندییا دناڤبەرا مرۆڤی و دەوروبەریدا، ئەگەرێ ساخلەمییا وییە. کاریگەری و نەکاریگەرییا کەسایەتیێ، د چاڤێن دەوروبەراندا دهێتە دەستنیشانکرن. پرانییا تێکچوونێن کەسایەتیێ، ئەون یێن د چاڤێن خەلکێ دەوروبەردا نەپەسەند و نەقەبوولکری.

هەرچەندە کۆمەکا هۆکار و فاکتەرێن دی ژی هەنە، دبنە سەدەمێ تێکچوونا کەسایەتیێ، لێ ئەگەر جڤاکێ دەوروبەر وان تێکچوونان بپەژرینیت و ب نورمالی وەرگریت، وێ نەهەڤگونجانا دناڤبەرا کەسایەتیێ و دەوروبەرێن ویدا وەرناگریت. ئەو ب خوە، تێکچوونا کەسایەتیێ د پێکهاتەیا کەسایەتییا مرۆڤیدا پەیدا دبیت و جڤاک هۆکارەکێ پاڵپشتە ژبۆ باشتربوونێ یان خراپتر بوونێ. ژبەر ڤێ چەندێیە هندەک کتێبێن نۆژدارییا دەروونی تێکچوونێن کەسایەتیێ ب کاریگەرەکێ خوەسەر دادنن[86].

[86] Dr. K. Chauery (1984). Medicine for student and practitioner. 7th edition.

خێزان و ئەتموسفیرێ خێزانێ، ژ یەکەیێن گرنگ و کاریگەرێن دەوروبەران دهێنە هەژمارتن. شێوازێن هەڤبەندی و سەرەدەرییا دناڤبەرا ئەندامێن خێزانەکێدا، سەربۆرا کەسۆکییا مرۆڤی، هەبوون یان نەبوونا دایبابان و دلۆڤانییا دایکێ، فاکتەرێن گرنگێن کاریگەرێ دەوروبەرانە. گەلەک ڤەکۆلەران خوە ل ڤی بیاڤی دایە و پرانییا ئەنجامان نێزیکی ئێکن، هەموو داکۆکیێ ل سەر وێ چەندێ دکەن کو کاریگەرێ دەوروبەران دگەل هەردو کاریگەرێن ڤنێتی (بۆماوەیی) و دەروونی، سێتکەکێ ئێکگرتی دروست دکەن ژبۆ بابەتێ هۆدۆزییا سەدەمێن نەساخیێ. ئو ژبەر ڤێ چەندێیە ڤەکۆلەران گرنگییەکا تایبەت ب ساخلەمییا خێزانێ دایە و دبێژن کو ساخلەمییا خێزانێ کارتێکرنەکا راستەوخۆ ل سەر وەرار و پێگەهشتنا زارۆکان هەیە. لەوا کۆمەکا ساخلەتێن خێزانا ساخلەم دەستنیشانکرینە؛ مینا هەبوونا رێزگرتنێ و رێزگرتنا هزرا بەرانبەر دناڤبەرا ئەندامێن خێزانێدا، هەڤگونجانا دایبابان، هەبوونا باوەریێ دناڤبەرا زارۆک و دایباباندا، هەبوونا رۆڵ و رێساییێن ئاشکرا... هتد.

یا پێدڤییە کو دایباب د حەز و رەفتار و شێوازێ تێهزرینا زارۆکێ خوە بگەهن، فەرە دایک و باب دگەل ئێکودو د هەڤگونجایی بن و شێوازێ پەروەردەکرن و سەخبێرییا زارۆکێن خوە ب هەڤڕا دانن، چونکو ئەگەر هەر ئێکی ژ لایێ خوەڤە سەمتێن ئاراستەکرنا زارۆکی دانان، نەدووره تۆشی دودلیێ ببیت و نەزانیت کیژان سەمت دروستترە ژ یا دی. دبیت زارۆک تۆشی هندەک لادانێن جڤاکی ببیت و کار بکەتە سەر شێوازێ کەسایەتییا وی/ وێ. دبیت کەسایەتییەکا پشتبەستی بۆ دروست ببیت و نەشێت کەساتییەکا

خوەسەر بۆ خوە ئاڤاکەت، کو پرۆسەیەکا گرنگە ژبۆ وەرارەکا ساخلەم. هەر زارۆکەکێ باوەری ب دایبابێن خوە نەبیت، باوەرییا وی ب خوەییێ وی ژی کاملان نابیت. د دەمێ تەعداییکرن و بکارئینانا توندوتیژییێدا، زارۆک هەموو هەستێن خوە ڤەشار دکەت، داکو هەڤبەندی یێن وی دگەل دایبابان بمینن، چونکو ئەو نەشێت بێی دایبابان یان کەسەکێ سەمیان، بەردەوامیێ بدەتە ژیانا خوە. نەدووره هندەک هەستێن نەسروشتی یێن وەکو هەستکرنا ب گونەهێ بۆ پەیدا ببن.

د پڕانییا جاراندا، زارۆک هزر دکەت ئەوە بوویە سەدەمێ مرنا بابی یان دایکێ، یان ئەوە دبیتە ئەگەرێ نەهەڤگونجانا دایبابان یان ژێکبەردانێ، ژێکدوورکەفتنێ، ژێکسلبوونێ، یان ژی ئەوە دبیتە ئەگەرێ شەڕێن وان یێن بەردەوام. هەموو زارۆکێن زڕبەهر ژ دلینی و دلۆڤانییا خێزانێ، دکەڤنە د بن فشارەکا دەروونییا دژواردا و نەدووره هەستا ب نەکاملانییێ، یان هەستا خوەکێمدیتنێ ل دەف پەیدا کەت.

پاراستن و راگرتنا هەڤبەندی یێن دناڤ خێزانێدا، ئێکە ژ گرنگترین ساخلەتێن وەرارەکا سروشتییا زارۆکان و بەرهەمدارییا خێزانێ. زانایەک ب ناڤێ وولمان (Wolman) ددەتە خۆیا کرن کو سێ جۆرێن هەڤبەندییان دناڤ ژیانا هەر زارۆکەکیدا هەنە[87]:

---

[87] **پڕانییا ڤان پێزانینێن ل سەر خێزانا ساخلەم و شێوازێن هەڤبەندیێ و سەرەدەریکرنێ، ژ وانەیێن خولەکا ل سەر چارەسەرکارییا دەروونی هاتینە وەرگرتن، کو کۆمەکا ماموستایێن ئەسکەندەناڤی سەرپەرشتییا دەرسگۆتنێن ڤێ خولێ دکر. ئەڤ خولە ل سالا 1999ێ، ب هەماهەنگی دگەل رێکخراوا دیاکۆنیا و زانینگەها ئومیۆ یا سوێدی، ل دهۆکێ هاتبوو ئەنجامدان و بۆ ماوێ دو سالان ڤەکێشا بوو.**

- یا ئێکێ؛ ئەو هەڤبەندی یێن هەڤبەندن ب وەرگرتنێڤە، لەوا دبێژنێ **هەڤبەندی یێن ستاندنێ** (Instrumental attachment)، ئانکو هەموو پێداویستی یێن وەرار و ژیانا خوە ژ هندەکێن دی وەردگرن.
- یا دووێ؛ ئەو هەڤبەندینە یێن هەردەم ب دانێڤە د گرێدایی، لەوا دبێژنێ **هەڤبەندی یێن دانێ** (Vectorial attachment)، ئانکو هەموو پێداویستی یێن وەرار و ژیانێ بۆ هندەکێن دی پێشکێش دکەن.
- یا سیێ؛ ئەو هەڤبەندینە یێن هەردەم ب دانێ و ستاندنێڤە دگرێدایی، لەوا دبێژنێ **هەڤبەندی یێن دانێ و ستاندنێ** (Mutual attachment)، ئانکو ل گورەی تشتێ دایی وەردگرن ژی، یان ل گورەی تشتێ وەرگرتی ددەن ژی[88].

خودانێ ڤان شێوازێن هەڤبەندییان (وولمان)، وە هزر دکەت؛ ئەگەر ڤان شێوازان ل سەر هەڤبەندی یێن خێزانەکێ بهێنە پراکتیزەکرن؛ پێدڤییە هەڤبەندییا دایبابان دگەل ئێکودو، ژ جۆرێ سیێ بیت (دانوستاندن). هەڤبەندییا وان دگەل زارۆکی ژ جۆرێ دووێ بیت (دان). ئو هەڤبەندییا زارۆکی ب سەمیان و دایبابانڤە ژ جۆرێ ئێکێ بیت (ستاندن). هەر خێزانەکا ژ دەرڤەی بازنەیێ ڤان هەر سێ جۆرێن هەڤبەندییان، دێ خێزانەکا نەساخلەم و مشت هەڤڕکی بیت، نەدوورە ئەو ئەتموسفیرێ نەساخلەم کارتێکرنەکا نێگەتیڤ بکەتە

[88] **دبیت وەرگێرانا ڤان جۆرێن هەڤبەندیێ بۆ سەر زمانێ کوردی، نە گەلەک نێزیکی وەرگێرانەکا راست و دروست بیت، لێ مە ئەڤ ناڤە هەلبژارتن داکو پتر نێزیکی تێرمێ لێکدایییێ دانوستاندنێ بین کو مەرەما سەرەکی ژێ ئەوە.**

سەر دەروون و وەرارا سروشتییا زارۆکی. ئەڤ ئاریشێن وەرار و ژینگەهێ ژی، کار دکەنە سەر نەسروشتیبوونا وەزیفەیا دەزگەهێ دەماران و رژینێن هورمۆنان، کو د ئەنجامدا دبنە ئەگەرێ پەیدا بوونا نەساخیێ.
ب کورتی، ئەڤ کاریگەرە ب ژیانا ژیوارکییا مرۆڤانڤە هەڤبەندە، چەند زارۆک یێ زڕبەهرتر بیت و هەست ب غەریبی و خەریبیێ بکەت (مینا ئەوێن مشەخت و پەناهندە)، یان یێ نازاندی بیت (وەکو کورێن ئێکانە د بنەماڵەکا مەزندا)، یان بیاڤێ پشکداریکرنا د چالاکی یێن رۆژانەدا نەبیت، یان نەشێت دگەل دەردۆرا خوە بگونجیت، دێ کار کەنە سەر گەشەسەندنا سروشتییا زارۆکان و پاشکەفتنا ڤێ گەشەکرنێ، کار دکەتە سەر قۆناغێن موکمبوونا کەسایەتییا وان، نەدوورە ژی بەر ب تێکچوونێن دەروونیڤە ببەت.
ئەگەر ئەم سەحکەینە نەخشەیێ بەربەلاڤبوونا نەساخیێ، دێ بنیین کو ئەڤ نەساخییە پتر د جهێن هەژار و پەراوێزکریدا پەیدا دبیت، ئەوێن پاشکەفتی ژ لایەنێن ماددی و جڤاکی و رەوشەنبیریڤە. پتر ل باژێران پەیدا دبیت ژ گوندان، پتر ل دەڤەرێن پیشەسازی بەلاڤ دبیت ژ یێن کشتوکالی، پتر ل مشەختان پەیدا دبیت ژ خۆجهان، پتر ل کێمە نەتەوەیان پەیدا دبیت ژ نەتەوێن زالدەست و خۆجهـ[89].
ئەڤ شێوازێ بەلاڤبوونا نەساخیێ، مە ل ڤێرە ئینا (نە د پشکا پێناسە و تێگەهێ وێدا)، چونکو ب کاریگەرێ جڤاکێ دەردۆرڤە د گرێدانە. فەرە ژبیر نەکەین کو نە هەر زارۆکەکێ هەڤبەندی یێن وی دگەل دەوروبەران نەسروشتی بن، دێ بیتە ئەگەرێ پەیدابوونا

[89] فخري الدباغ (1977). أصول الطب النفساني. ط2، الموصل.

نەساخیێ. شیزۆفرینیا نەساخییەکا فرەسەدەمە و هەموو سەدەمێن وێ یێن پێشبینکری، تنێ هندەک فاکتەرێن مەترسییێنە، دبیت ببنە هۆکارێن نەساخیێ.
هەژی گۆتنێیە کو **هنگافتنێن دلینیێ** (الصدمات العاطفیة)، مینا دیتنا توندوتیژییێ، کوشتنێ، مرنێ، بەرئاتاڤبوونا تەعدایی یێن سێکسی، زیندانبوونەکا درێژ، فاکتەرێن هاریکارن ژبۆ تێکچوونا دەروونی و هەڤبەندی یێن جڤاکی کو د ئەنجامدا دبنە فاکتەرێن مەترسیێ ژبۆ پەیداکرنا نەساخیێ.

نەساخی یێن مەژی (Cerebral diseases)

مەرەم ب نەساخی یێن مەژی، هەر نەساخییەکە (چ بۆماوەیی بیت یان تۆشبوون بیت) تۆشی دەماغی دبیت و دبیتە ئەگەرێ تێکچوونا کار و وەزیفەیا سروشتییا دەماغی. هەروەسا گوهۆڕینا شێوە و قەبارە و پێکهاتەیێ دەماغی ب هەر ئەگەرەکێ هەبیت، کار دکەتە سەر تێکچوونا هزرکرنێ و دلینیێ و رەفتاران. دبیت ئەڤ نەساخییە ژ رۆژا بوونێ دگەل مرۆڤی ببن و بەردەوام بن (قنێتی)، یان ژی دبیت د سەردەمێ زارۆکینییێدا پەیدا ببن[90]. ژ ئەنجامێ تێستا (Computed Tomography Scan- CT scan)، خویا بوویە کو سێکا نەساخێن دەستنیشانکری، هندەک ئێشێن مەژی ل دەف هەنە، ب تایبەتی ل دەف ئەوێن نەخساییەکا کەڤنار هەیی. ڤێ جۆرێ فەحسێ خویا کرییە، هندەک گوهۆڕینێن پێکهاتەیی ل سەر

[90] Davidson (1991). Principle and Practice of Medicine. 16th edition, Hong Kong.

دەماغێ کەسێن شیزۆفرینی دهێنە دیتن. وەلێ ئەڤە نەنیشانەکا پشتڕاستکەرە، چونکو ئەڤ گوهۆڕینە د هەموو نەساخاندا نینن. نەدوورە ل دەف گەلەک کەسێن نورمال ژی هەبن. هەروەسا گەلەک حالەت و نەساخی یێن دی یێن ژینگەهێ هەنە کار دکەنە سەر وەزیفەیێن دەماغی، وەکو تۆشبوونا مرۆڤی ب هندەک ڤایروسان کو هێرش دکەنە سەر هندەک پشکێن دیارکری یێن دەماغی و کار دکەنە سەر شێواز و چالاکیا وەزیفەیێن وێ پشکێ، یان ئەو ڤایروسە ببنە ئەگەرێ هندەک گوهۆڕینێن وەزیفی، بێی کو خانەیێن دەماغی بمرینن. یان بەرئاتاڤییا ژەهراویبوونێ ب ماددە یێن رساسی و کحۆلێ، یان سەربارکێن دوگیانی و زارۆبوونێ کو گوهۆڕینەکێ دئێختە کورپەی و کارتێکرنێ ل سەر گەشەکرن و پێکهاتەیێ دەماغێ وی دکەت[91]. سەربارک و گوهۆڕینێن پێکهاتەیێ کورپەی، بەری بوونێ یان د دەمێ بوونێدا، یان ژی پشتی بوونێ پەیدا دبن، وەکو: بەدخۆراکییا دایکێ بەری بوونێ، زارۆبوونا پێشوەختە، نەگەهشتنا کاملان یا ئوکسجینی د دەمێ زارۆبوونێدا، کێمبوونا سەنگێ زارۆکی و تۆشبوونا وی ب حالەتەکێ دژوارێ زەرکێ....هتد. دبیت ژی، ژ ئەگەرێ نەساخی یێن تەبگرتنێ یان ئەوا دبێژنێ پەرکەم (Temporal Lobe epilepsy) و هندەک وەرمتنێن مەژی (Cerebral tumors) پەیدا ببیت، یان هەر نەساخییەکا دی یا فسیولۆژییا دەماغی و دەماران پەیدا ببیت[92].

---

[91] **هايل الجازي** (2020). **الشيزوفرينيا أو انفصام الشخصية. مقالة من موقع**:(www.mawdoo3.com).

[92] Chamberlains (1987). Symptoms and Signs in Clinical Medicine. 11th edition.

تێکچوونا ڤەگوهێزکێن دەماران:

(Neurotransmitter disturbance):

ڤەگوهێزکێن دەماران، هندەک نامە و ماددەیێن کیمیکینە ل جهێ هەڤبەندکرن و پێکڤە گرێدانا دو خانەیێن دەماران هەنە، دبێژنێ تۆڕبەند (Synapse)، ئاماژەیێن ئازرێنەران هەلدگرن و خورت دکەن و هەڤسەنگ دکەن. کارێ وان رێکخستنا هندەک ئاماژەیانە، کو ژ دەماغی دەردکەڤن یان ئەوێن بەر ب دەماغیڤە دچن. ئەڤ ماددەیە ل جهەکی دروست دبن دبێژنێ جهێ بەری تۆڕبەندا ل ناڤبەرا دو نیورۆنان کو خانەیێن دەمارینە و ئاماژەیان ڤەدگوهێزنە جهەکێ ل پشت تۆڕبەندا دناڤبەرا دو نیورۆناندا. ل ڤی جهی هژمارەکا ڤەگوهێزکێن دەماران هەنە، کو نەکێمترن ژ دەهـ هزار ڤەگوهێزکان، سەرەدەریێ ل گەل گەلەک جۆرێن ماددەیێن کیمیکی دکەن؛ وەک ئەسیتیلکۆلین (Acetylcholine)، دۆپامین (Dopamine)، گابا (GABA)، گلۆتامێت (Glutamate)، هیستامین (Histamine)، ئەدرینالێن (Adrenaline)، ئو سیروتۆنین (Serotonin).

هەر جۆرەکی ژ ڤان ماددەیێن کیمیکی، کۆمەکا چالاکی یێن لەشی هەنە و هەر ئێکێ کارێ خوە یێ تایبەت هەیە. ئەڤ ڤەگوهێزکە یان ئازرێنەرن یان قەدەغەکەر. ب ڤان هەردو ساخلەتان، ڤەگوهێزک دو کارێن سەرەکی دکەن:

ڤەگوهێزکێن ئازرێنەر کو نیورۆنێن وەرگر دئازرینیت داکو چالاکییەکا دیارکری د هندەک ئەندامێن لەشیدا بکەن.
ڤەگوهێزکێن قەدەغەکەر کو نیورۆنێن وەرگر قەدەغە دکەت ژ ئەنجامدانا هندەک چالاکی یێن دیارکری د هندەک ئەندامێن لەشیدا.
زێدەباری ڤان هەردو جۆرێن ڤەگوهێزکان، هندەک ڤەگوهێزکێن هەڤسەنگکار هەنە کو د ئێکدەمدا، نامەیان بۆ کۆمەکا نیورۆنان ڤەدگوهێزن و هەماهەنگییێ دگەل هندەک نیورۆنێن دی ژی دکەن[93].
پسپۆر و ڤەکۆلەرێن دویفچوونا نەساخییا شیزۆفرینیایێ وە هزر کرییە کو هەڤبەندییەکا سەدەمی دناڤبەرا کێمبوون و زێدەبوونا چێکرن و رژینا ڤان ماددەیاندا هەیە. یان ژ ئەنجامێ تێکچوونا د میتابولیزما ڤان ماددەیاندا، هندەک ماددەیێن نوو ژێ دروست دبن و کار دکەنە سەر چالاکی یێن هەمەجۆرێن جەستەیێ مرۆڤی.
سێ ماددەیێن سەرەکی هەنە کو کێمبوون و زێدەبوونا وان دبنە سەدەمێ چێبوونا هندەک گوهۆڕینێن هەڤبەند نەساخییێڤە؛
دۆپامین: ڤەگوهێزکەکێ دەمارییێ گرنگە ژبۆ بیردانکێ و فێربوونێ و رەفتارێ و هەڤگونجانا لڤینان. مشە جاران ژی، هەستکرنا ب بەختەوەرییێ خورت دکەت.
نورئەدرینالین: د هەمان دەمدا هورمۆنە و ڤەگوهێزکە ژی، رژینا وێ ب گێولی و نڤستنێ و بیردانکێ و فشارانڤە هەڤبەندە.

[93] En. Wikipedia.org/ wiki/ neurotransmitters.

سیروتۆنین: ڤەگوهێزکەکێ قەدەغەکرنێیە هاریکارییا کونترۆلکرنا گێولی و رێکخستنا مەهینا خوینێ و دەمژمێرا بایولۆژی دکەت، هەروەسا رۆلەکێ گرنگ د نەهێشتنا خەمۆکی و ئالۆزیێدا هەیە[94].

تێکچوونا کارێ رژینا **ماددەیێ دۆپامین** (Dopamine)، دبیتە ئەگەرێ چێکرنا گرژبوونێن ماسۆلکەیان، لەرزین و ژ دەستدانا هەڤسەنگیێ، گرانییا لڤینان و ئاخفتنێ، وەهم و هەلوەسەیان، گوهۆڕینا گێولی و هندەک نیشانێن نێگەتیڤێن وەکو بێگێولی و بێزاریێ، ئالۆزی و خەمگینیێ، خۆنرخاندنا نزم، هەستکرنا ب گونەهباریێ، کێمبوونا هۆشیاریێ و هزرێن خۆکوشتنێ...هتد[95].

هندەک ڤەکۆلەر ڤان تێکچوونێن چێبوویی د ماددەیێ (دۆپامین)دا، ژبۆ ڤان ئەگەرێن ل خوارێ دزڤرینن[96]:

- نیورۆنێن نێرەرێن ڤی ماددەی، یان ژ رێژا سروشتی زێدەتر دروست دکەن، یان میتابولیزما وان ب شێوەیەکێ سروشتی ناهێتە کرن، ئەڤجا دبیتە ئەگەرێ زێدەبوونێ دناڤ خانەیێن دەماریدا.
- نیورۆنێن وەرگرێن ڤی ماددەی، یان د کێمن یان ژی د زێدەنە ژ رێژا خوە یا سروشتی. یان ژی دبیت هەستدارییەکا زێدەتر هەبیت و نەکارن ب ئاوایەکێ سروشتی وەرگرن.

---

[94] **غيداء العمرى** (2020). **تعرف على النواقل العصبية. مقالة من موقع:** (www.webteb.com).

[95] **مروة عصمت** (2018). **أعراض زيادة الدوبامين. مقالة من موقع:** (www.dailymedicalinfo.com).

[96] **مها بدر** (2018). **الدوبامين: ما هو، كيف يؤثر علينا وكيف نزيده. مقالة من موقع:** (www.webteb.com).

- ئەگەر چەوتییەک د میتابولیزما ڤی ماددەیدا هەبیت، دێ بیتە ئەگەرێ پەیدابوونا هندەک ماددەیێن نەسروشتی کو کار دکەنە سەر کارێ دەماران و د ئەنجامدا (رەفتار و دلینی و هزرکرن)ێن مرۆڤی دکەفتە دبن باندۆرا ڤێ نەسروشتییێدا.
- ئەگەر چەوتییەک د کریارا ڤەگوستنا ئازراندنێن دەماریدا هەبیت، ئەڤ چەوتییە دبیتە ئەگەرێ تێکچوون و نەرێکوپێکییا کارێ دۆپامین.

ماددەیێ نورئەدرینالین (Noradrenaline)، کو هورمۆنەکە ژ گلاندا ئەدرینالین ل سەر گولچیسکان دهێتە چێکرن و ل وێرێ دهێتە رژاندن. ڤەگوهێزکەکێ دەمارییە و کارڤەدانا مرۆڤی د حالەتێن مەترسییێدا دئازرینیت. جەستەی ب هەبوونا تەنگاڤییان و قەیرانێن ب مەترسی ئاگەهدار دکەت. ئو هندەک ماددەیێن نوو ژ میتابولیزما وی دروست دبن، وەکو؛ **ماددەیێ ئەدرینوکرۆم** (Adrenochrome) یان **ئەدرینولوشن** (Adrenolution)، ئەڤ ماددە یێن نوو کار دکەنە سەر هزر و دلینی و رەفتارێن نەساخی[97]. هەروەسا دەمێ هندەک وەرمتن ل سەر گلاندا ئەدرینالین دروست دبن، رژینا ڤی هورمۆنی زێدەتر لێ دهێت و دبیتە ئەگەرێ هەستکرنا ب ئالۆزییێ، ژ دەستدانا سەنگا لەشی، زێدەبوونا ترپە و لێدانێن دلی، بەرزبوونا فشارا خوینێ، گێژبوون و مشەوەشبوونا دیتنێ[98].

---

[97] **مها بدر** (2018). **ما هو الادرينالين. مقالة من موقع:** (www.webteb.com).

[98] **آلاء احمد** (2017). **ما هو الادرينالين. مقالة من موقع:** (www.mawdoo3.com).

ماددەیێ سیروتۆنین (Serotonin) ژی، ماددەیەکێ دییە دناڤ ناڤکا خانەیێن "رافی"دا هەیە (Raphe nucleus)، پێزانین و ئازراندنێن دەماری بۆ هەموو پشکێن مەژی ڤەدگوهێزیت، هەروەسا هەموو هەستێن دگەهن و ئەوێن نەگەهنە هۆشیارییا مرۆڤی رێک دئێخیت، ئانکو ب نڤستن و هشیاریێ و زێدەبوونا چالاکیێ و ئاگەهبوونێڤە گرێدایە. هەر تێکچوونەکا د ڤی ماددەیدا، دبیتە ئەگەرێ گوهۆڕینا گێولی، ئالۆزی و خەمۆکیێ، ئارێشەیێن بیردانکێ، شیانێن نڤستنێ، تێکچوونا شیانێن سێکسی، کێم ئاگەهیێ و شیزۆفرینیایێ[99].

ژ ڤان هەر پێنج سەدەمێن ل سەلال، بۆ مە خویا دبیت کو چ هۆکار ب تەنا خوە نەشێت ببیتە سەدەمێ نەساخیێ. لێ فەرە هەموو هۆکارێن بەحسکری، ب هەڤڕا هەڤبار و ئازرێنەرێن هەڤ بن ژبۆ پەیداکرنا نەساخیێ. ئانکو فەرە زەمینەخۆشکرنەکا قنێتی هەبیت و گوهۆڕینەکا بایوکیمیکی، هورمۆنی، ئەنزیمی و شانەیی د فسیولۆژییا لەشیدا هەبیت و پاشی کاریگەرێن دەروونی و دەوروبەران، جڤاکی و شەهرەواری ژی هەڤکار بن هەتاکو دبیتە ئەگەرێ پەیدابوونا نەساخیێ.

---

[99] **دعاء حلبی** (2020). **أعراض نقص هرمون السیروتونین. مقالة من موقع:** (www.webteb.com).

پشکا پێنجێ

چارەسەرکرن

چارەسەرکرنا شیزۆفرینیایێ

چارەسەرییا نەساخیێ، ئێکە ژ بابەتێن هەرە گرنگێن نۆژداری و نەساخی و کەسوکارێن نەساخی ژی، دئێختە دناڤ زڤڕۆکا لێگەریانەکا بەردەوام و مجددا. ژبەرکو چ سەدەمێن دیارکری بۆ ڤێ نەساخیێ نەهاتینە دیتن، ئەڤجا نەهێسانە کو چارەسەرییەکا دیارکری بۆ بهێتە دیتن. کا چەوا سەدەم ب کۆمەکا فاکتەر و هۆکارانڤە گرێدایینە، چارەسەری ژی وەسا ژ کۆمەکا هەولّدانێن ئەزمۆنگەری یێن بەردەوام پێک دهێت. لێ ئەڤە رامانا وێ ئەو نینە کو چ چارەسەرکرن بۆ نەساخی یێن شیزۆفرینیایی نینە.

د پڕانییا جاراندا، چارەسەرییا نیشانێن نەساخیێ دهێتە کرن و نەساخ مفایەکێ مەزن و کاریگەر ژ پلان و کوکتێلێن بژاردەیی یێن پێشکێشکری دبینیت. لێ هێشتا چارەسەری ب دروستی ئێکلا نەبوویە و مل ب ملێ پێدانا دەرمان و هەر چارەسەرییەکا دی یا فیزیکی، هندەک تەکنیک و رێکێن دی یێن چارەسەرکرنا دەروونی بۆ دبنە پاڵپشت و هەڤتەمامکەر. ئەڤ چارەسەرییا دێ د ڤێ پشکێدا بەحسکەین، ئەنجامێ کۆمەکا هەولّدانێن دیرۆکییە و ب چەندین قۆناغێن سەرەتایی و پێشکەفتی ڕا بۆرینە هەتا گەهشتییە ڤی شێوازێ نۆکە بۆ دهێتە کرن. نەدوورە ل پاشەرۆژێ هندەک چارەسەری یێن کاریگەرتر پەیدا ببن. چەند پێشکەفتنەکا پتر د دیتن و دەستنیشانکرنا سەدەماندا دهێتە کرن، ب هەمان ئاست د چارەسەرییدا ژی دهێتە دیتن.

ب درێژاهییا دیرۆکێ هەوڵ هاتینە دان کو چارەسەرییەکێ بۆ وەهم و هەلوەسە و تێکچوونێن هزر و دلینی و رەفتارا نەساخان ببینن. پڕانییا وان چارەسەری یێن هاتینە پێشکێشکرن ل گورەی تێگەهشتنا خوەییێ پێڤاژۆک و نیشانێن نەساخیێ بووینە.

چونکو گریکییان هزردکر نیشانێن نەساخیێ ژ ئەگەرێ تووڕەبوونا خوداوەندانە، ئەڤجا ژبۆ سڤککرنا وێ تووڕەبوونێ و نەبەلاڤبوونا وێ ل سەر خەلکێ دی، دا نەساخی کەنە د زیندانێڤە یان دا ب سۆهتنێ کوژن. پاشی ئەڤ توندییە بەر ب هندەک رێکێن سڤکتر و مفادارترڤە چوو، کو نەساخ یان کەسوکارێن وی، دا لاڤەیان ژ خوداوەندان کەن و دا قوربان و خەلاتان بۆ پەرسگەهێن وان پێشکێش کەن، هندەک جاران ژی، دەستەلاتا گیانی (کاهن)، دا ژ نەساخی داخواز کەت کۆمەکا کارێن خێرخواز یان ئەوێن د بەرژەوەندا پەرسگەهێدا بکەت، هەتاکو ناڤگینییەکێ بۆ دکەت و خوداوەندی ژێ ئاشت دکەت[100].

میسری یێن کەڤن ژی، ژ ئەگەرێ هزرکرنا وان کو شەیتان و جانێن خرابکارن دچنە دناڤ لەشێ نەساخیدا، دیسا ب لاڤەیان و پێشکێشکرنا قوربانان، داخوازا هاریکاریێ ژ خواداوەندان دکرن کو وی گیانێ خرابکار ژ لەشێ وان دەربێخیت. بۆ نموونە، کەسەکێ زوهانی یان دایک یان بابێ وی، دا چیتە بەر پەیکەرێ حۆرس و دا ب ڤی شێوەی لاڤەیان ژێ دکەت: "**سلاڤ ل سەر تە بن حۆرسێ پیرۆز، تو ئەوێ هەردەم ساخ و زاڵ ل وەلاتی، خودانێ شاخێن تیژ، ئەوێ مرۆڤان بێهیڤی**

[100] **عبدالستار ابراهيم** (1980). **العلاج النفسى الحديث: قوة للانسان. منشورات عالم المعرفة. ط1، الكويت**

نەزڤڕینیت، ئەڤە من خوە هاڤێتە بەر رەحما تە و پەسنێن جوانی و دلۆڤانییا تە دکەم، دا وی شەیتانێ د لەشێ مندا نەهێلی یان دەربێخی.."[101]. یان دا نەساخی د قویچکەکێ یان پەرسگەهەکێڤە نڤینن، بەلکو گیانێ وان دگەل گیانێ فیرعەونان هەڤبەند ببیت و گیانێ فیرعەونی هاریکارییا ساخبوونا وی بکەت. ڤێ رێکا نڤاندنا نەساخی، کاریگەری و رەنگڤەدانەکا باش د چارەکرنا هندەک نیشانێن زوهانێدا هەبوو. چونکو زڕخەویێ و هزر و رەفتارێن سەیر، رەوشا نەساخی بەر ب خراپترییێڤە دبر. ئەڤجا دەمێ دهاتە نڤاندن، ژ ڤان نیشانێن بێزارکەر تەنا دبوو. د قۆناغێن د دویفدا، ئەڤ رێکە ب بکارئینانا ماددەیێن بێهۆشکەر ئەنجام ددان. د قۆناغێن ئایینێن تەوحیدیدا ژی، ئەڤ هزرا شەیتانان هەر یا بەردەوام بوو، بۆ نموونە ئەڤ هەڤۆکە ژ کتێبا ئایینەکێ ئاسمانییە: "**إن روح الرب هجرت شاؤول، ثم ارسل الرب روحا شريرة، لترعبه فجأة../ تەورات**". دبیت هەتا نۆکە ژی ل دەڤ کۆمەکا جڤاکێن نەپێشکەفتی هەر هەبیت.

هەتا نۆکە کۆمەکا ڤان تێهزرینێن مینا چاڤێنبوونێ و حەسوودیێ و هنگاڤتنا ئەجنەیان مایە دناڤ جڤاکێ کوردەوارییێدا، کەسوکارێن نەساخی ژبۆ چارەسەریێ وی ل سەر مەرقەد و مەزاران دگێرینن. بەری هەیامەکێ (ئانکو ل سالا ٢٠٢١ێ!)، گەنجەکێ دەرچوویێ زانینگەهەکێ، هاتە دەڤ من و بەحسی نیشانێن زوهانا برایێ خوە دکر کا دێ شێم چ بۆ کەم، د ئاخفتنا خوەدا بۆ چەندین جاران دوبارە دکر کو وی چ سەر مەزار و شێخ و پیڤە خواندن ژی

[101] **عبدالمحسن صالح** (1979). **الانسان الحائر بين العلم والخرافة. منشورات عالم المعرفة. ط1، الكويت.**

نەهێلاینە، لێ هەر ساخ نەبوویە. دیسا دوبارە دکرەڤە کو دەرمان ژی وەرگرتینە و هەر چێنەبوویە. ب راستی جهێ سەرسۆرمانێ بوو کو ل ڤی چەرخی، هێشتا خەلکەک هەیە (ب خواندەڤا و رەوشەنبیرڤە)، ب مجدی هزر دکەن کو ئەڤە ئێشەکا گیانییە بۆ چارەسەرییا وێ پەنایێ ببەنە بەر پێڤەخواندنێن شێخ و مەلا. دبیت خەلکەک یێ هەق بیت هەموو بژاردەیێن پێشکێشکری بجێرببینیت، چونکو نەساخی یێن زوهانێ ب نیشانێن خوە یێن سەیر و بێزارکەڤە، بێ هەیبەتی و نەکاملانییا مرۆڤی ب ئاشکرایی نیشا خەلکێ دەوروبەر ددەت. لێ فەرە کەس و لایەنێن پەیوەندیدار، هەموو نیشان و پلانێن چارەسەرییا نۆژداری ژبۆ خەلکێ هەچکوهەیی روهن بکەن و تێ بگەهینن کو ئەڤ نەساخییە، بێی دەرمان و دەستێوەردانێن نۆژداری ساخ نابیت. ئو ڤەکۆلەران خویا کرییە کو چەند زووتر دەست ب پرۆسەیا چارەسەریێ بهێتە کرن، دێ بیاڤێ چاکبوونێ باشتر بیت.

هەژی گۆتنە کو هەموو دەرمان و رێکێن چارەسەریێ ب هەمان شێوە و هەمان رادده، بۆ هەموو نەساخان نەوەکهەڤن. کاریگەرییا چارەسەریێ ل سەر هندەک نەساخان گەلەک باشە، لێ ئەگەر ژبۆ نەساخەکێ دی بێ مفا نەبیت ژی، ئەو کاریگەرییە ل سەر نینە. ئەڤە ژی بۆ هندەک فاکتەرێن خوەیی و بابەتی یێن هەڤبەند ب نەساخی و دەردۆرێن ویڤە دزڤڕیت. گرنگترین ئەو فاکتەرێن هەڤبەند ب کاریگەرییا چارەسەرییێڤە و دبنە ئەگەرێ باشتربوونا نەساخی ئەڤێن ل خوارێنە[102]:

---

[102] علی کمال (1967). النفس: انفعالاتها وأمراضها وعلاجها. ط1، بغداد.

- ئەگەر دەرکەفتنا نیشانان ژ نشکانڤە بیت، یان ژبەر هۆکارەکێ دیارکری بیت، وەک داکەفتنەکا دەروونی، برینداربوون، تایێن دژوار، تێکچوونێن زارۆبوونێ...هتد. بیاڤێ چاکبوونێ پترە ژ ئێکێ دی یێ نیشان ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی بۆ پەیدا دبن.
- کورتیيا ماوەیێ نیشانان کو ئەگەر ژ شەش هەیڤان کێمتر بیت و نیشان جوداجودا بن، زووتر چاک دبنەڤە.
- ئەگەر ماوەیێ دناڤبەرا نۆبەتا ئێکێ و چارەسەرییێدا یا کورت بیت، بیاڤێ چاکبوونێ پترە ژ ئەوێن چارەسەرییێ درەنگ وەردگرن.
- دەرکەفتنا نیشانان ل ژییەکێ درەنگ، چونکو نەساخی شیانێن پارێزگارییێ ل سەر کەسایەتییا خوە یا بەری تۆشبوونێ هەنە.
- هەبوونا کەسایەتتییەکا هەڤسەنگ و سروشتی بەری تۆشبوونێ (ئانکو د پیشە و تێکهەلییا جڤاکی و ژیانا سێکسیدا یێ سروشتی بوو بیت)، ئەڤ هەرسێ بیاڤە نیشانا کەسایەتییەکا بەرهەمدارن. لەوا خۆراگرتن و بەرگرییا وێ ژی پترە ژ ئێکا دی یا لاواز. یان بەری تۆشبوونێ، ئاستەکێ باش ژ کارامەیی و چالاکی یێن جڤاکی هەبوو بن.
- هەبوونا هندەک نیشانێن کێم ژ کۆما نیشانێن نێگەتیڤ (وەکو: کێمبوونا شیانێن دەربڕاندنا دلینییێ)، دەرفەتێن چاکبوونێ پترن.
- ئەگەر نیشانێن تێکچوونا هزرکرن و تێگەهشتنێ د سڤک بن، بیاڤێ باشتربوونێ پتر لێ دکەت.
- ل دەف گەلەک نەساخان خویا بوویە، چەند دەستپێکا نەساخیێ دژوارتر و زەییریتر بیت، دەرفەتێن چاکبوونێ پترن.

– ئەگەر دیرۆکا هەبوونا نەساخییێ ل دەف چ ئەندامێن مالێ نەبیت، دەرفەتێن چاکبوونێ پترن ژ کەسەکێ دییێ دیرۆکا تێکچوونەکا دەماغی د مالێدا هەبیت.

ئەڤ فاکتەرێن ژێگۆتی، نیشانێن تەخمینکرنەکا باشن بۆ پێڤاژۆیا نەساخییێ. لێ نە مەرجە د هەموو نەساخاندا وەکهەڤ بن. زانینا ڤان فاکتەران بیاڤەکێ گەشبینییێ ل دەف نۆژدار و چارەسەرکاران ڤەدکەت کو پلانا چارەسەرییەکا گونجایی بۆ بدانن. هەروەسا ل هەمبەری ڤان فاکتەرێن زەمینەخۆشکەر ژبۆ باشتربوونا نەساخی، هندەک فاکتەرێن دی هەنە، رێگرییێ ل ساخبوونێ یان باشتربوونێ دکەن، دبێژنێ فاکتەرێن خراپترکرنا نەساخییێ. ب هەمان شێوەیێ کۆما فاکتەرێن ئێکێ، دەرگەهێ هەلبژارتنا جۆرێ چارەسەرییێ ل بەر چارەسەرکاران ڤەدکەن. د ڤان حالەتاندا، دەرفەتا چاکبوونا نەساخی کێمترە ژ حالەتێن دی[103]:

– ئەگەر نیشان ل ژییەکێ زوو دەست پێ بکەن (بەری ژیێ بیست سالییێ)، ئو ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی دژوار ببن. بۆ نموونە؛ ب هەیڤ و سالان ڤەکێشن، دێ دەرفەتێن چاکبوونێ کێمتر بیت.

– چەند ماوەیێ نیشانان درێژتر بیت، یان ماوەیێ دناڤبەرا هەر نۆبەتەکێ و ئێکا دیدا کورتتر بیت، یان ژی ماوەیێ دناڤبەرا نۆبەتا ئێکێ و چارەسەرییێدا درەنگتر بیت، بەختێ ساخبوونێ کێمترە.

– هەبوونا ئاریشەیێن جڤاکی و پیشەیی بەری تۆشبوونێ، ئانکو هەر ژ زارۆکینییێ حەز ژ ڤەدەری و نەتێکهەلیێ کر بیت. بەختێ چاکبوونێ کێمترە.

---

[103] David Stafford, Clark C. Smith (1979). Psychiatry for students. 5th edition. Great Britain.

– هەبوونا دیرۆکا نەساخیێ یان هەر تێکچوونەکا مەژی ل دەف ئەندامەکێ خێزانێ.
– ئەگەر چ سەدەمێن دیارکری بۆ نەساخیێ د دیار نەبن، یان گەلەک نیشانێن کۆما نیشانێن نێگەتیڤ (ب دژواری و دۆمدرێژی) ل دەف هەبن.
– ئەگەر تێکچوونا هزر و رەفتار و دلینیێ پێکڤە پەیدا ببن، بەختێ چاکبوونێ کێمترە.
– ئەگەر نەساخ هەست ب رەوشا خوە نەکەت، یان پشتگوهـ پاڤێت و چ پویتە پێ نەکەت.
– چەند نەساخ ژ جڤاکێ خوە دوورکەڤیت، هیڤیا ساخبوونێ ژی دێ ژێ دوورکەڤیت.

ڤەکۆلەران خویاکرییە، کو پرانییا تەخمینکرنێن باش بۆ نەساخیێ ب پێگیرییا چارەسەرییڤە هەڤبەندە. (70- 80%) ژ وان نەساخێن چارەسەریێ وەرنەگرن، د سالا ئێکێ یا پشتی دەستنیشانکرنێ، بەرەف نۆبەتەکا دوویڤە دچن. لێ ئەگەر پێگیریێ ب چارەسەریێ بکەن، نۆبەتا دووێ دێ بۆ (30%) کێم بیت، نەدوورە دژوارییا نیشانان ژی سڤکتر لێ بهێن. دیسا خویا بوویە کو پێڤاژۆک و تەخمینکرنا نەساخیێ ل دەف نێران خراپترە ژ مێیان. لێ پرانییا پسپۆران بۆ وێ چەندێ ڤەدگەرینن کو نەساخا مێ پێگیرترە ب چارەسەریێ ژ کەسێ نێر[104].

[104] شۆلز، س. چارلز (2017). انفصام الشخصية. جامعة منيسوتا. مقالة من موقع: (www.msdmanuals.com).

رێکێن چارەسەرکرنێ

ژبەرکو ئەڤ نەساخییە نە ژ ئەگەرێ ڤایروس یان بەکتریایەکا دیارکرییە، داکو دەرمانەکێ دیارکری ل دژی وێ بدەنێ و وی میکرۆبی پێ بکوژن، نە تێکچوون یان ژکارکەفتنا ئەندامەکێ لەشییە کو ب رێکا نەشتەرگەرییەکێ بهێتە راستڤەکرن. نێ ئەڤە نەساخییەکا مژدار و فرەسەدەمە، هەڵبەت دەستنیشانکرن و چارەسەرییا وێ ژی کریارەکا نەهێسانە. مەرەمێن پێشبینکری ژ کریارا چارەسەرکرنێ، د چوارچۆڤێ ڤان هەرسێ خالێن سەرەکیدا دهێنە دیتن:

- کێمکرنا نیشانێن نەساخیێ، وەکو وەهم و هەلوەسەیان.
- رێگریکرن ل ڤەگەریانا نیشانان، ئانکو نەهێلن نەساخ خرابتر لێ بهێت.
- دابینکرنا پاڵپشتی و هاریکاریێ ژبۆ ئەنجامدانا ئاستەکێ باشتر ژ چالاکی یێن سەرەکی یێن ژیانێ، وەک خواندن و پیشە و تێکهەلی یێن جڤاکی.

پڕانییا ژێدەر و نۆژدارێن دەروونی ل سەر وێ چەندێ پێک دهێن کو باشترین چارەسەری ژبۆ ڤێ نەساخیێ چارەسەرییا فیزیکییە (**وەرگرتنا دەرمانان و هێدمەیا کارەبایی**)، لێ ئەڤ رێکا کاریگەر ژی، پێدڤییە دگەل رێکێن دی یێن چارەسەرکرنێ بیت. پڕانییا ژێدەران بەر ب وێ باوەرییڤە دچن کو چارەسەری یێن دەروونی، شیاندنا

کەسۆکی و پاڵپشتییا جڤاکی، رەوشەنبیرکرنا دەروونییا خێزانی-جڤاکی، ئو چاڤدێرییا ساخلەمیا دەستپێکی، رۆڵەکێ کاریگەر دبینن د باشترلێکرنا رەوشا نەساخیدا، یان ب کێمی، د کێمکرنا دەرکەفتنا نۆبەتێن نیشاناندا.

چارەسەرکرن ب دەرمانان

بکارئینانا دەرمانان، ئێکەمین هێلا چارەسەرییێیە و ئەو دەرمانێن ژبۆ ڤێ نەساخیێ دهێنە بکارئینان، دبێژنێ دەرمانێن دژەزوهان، ئانکو ئەو دەرمانێن دبنە ئەگەرێ کێمکرنا نیشانێن زوهانێ ل دەف نەساخی. ئەڤ دەرمانە وەکو حەپک یان دەرزی یان ژی ب شێوەیێ شل هەنە کار دکەنە سەر کونترۆلکرنا ئاستێ رژینا هندەک ڤەگوهێزکێن دەماریی، ب تایبەتی دۆپامین و سیروتۆنین. هەروەسا دبنە ئەگەرێ کێمکرنا دژوارییا هەلوەسە و وەهمان کو نەساخ پێ ڤەدگەڕیتەڤە دناڤ جڤاکیدا. دوو جۆرێن ڤان دەرمانان هەنە؛

- **رڤێشتێ ئێکێ** (First-generation antipsychotics- FGAs)، کو دبێژنێ **جۆرێ سەرەکی**.
- **رڤێشتێ دووێ** (Second- generation antipsychotics- SGAs)، کو دبێژنێ **جۆرێ نەسەرەکی.**

جوداهی دناڤبەرا هەردو رڤێشتاندا ئەوە کو رڤێشتێ ئێکێ ب شێوەیەکێ سەرەکی کاریگەریێ دکەتە سەر کونترۆلکرنا ماددەیێ دۆپامین، لێ جۆرێ دووێ کاریگەرییەکا ب هێزتر دکەتە سەر

کونترۆلکرنا دۆپامین و کار دکەتە سەر کونترۆلکرنا هندەک ماددەیێن دی یێن وەکو سیروتۆنین ژی، لەوا دبێژنێ نەسەرەکی. هەردو رڤێشتێن دەرمانان ب شێوەیەکێ وەکهەڤ کار دکەنە سەر کێمکرنا کۆما نیشانێن پۆزەتیڤ. لێ هەموو دەرمان ب هەمان شێوە کاریگەرییێ ناکەنە سەر هەموو نەساخان ب وەکهەڤی. ڤەکۆلینان دایە خویاکرن، کو سێکا وان نەساخێن ڤان دەرمانان وەردگرن بەر ب باشتربوونێڤە دچن. سێکا دی، کار دکەنە سەر کێمکرنا هندەک نیشانان و سێکا داوییێ چ کاریگەرییێ ناکەتە سەر نەساخان[105].

هەر دەرمانەکی کاریگەرییا خوە یا جودا هەیە ژ دەرمانێن دی، لێ دەمێ دهێتە گۆتن کو کاریگەرییا دەرمانەکی کێمترە (Low-potency) یان پترە (High potency)، مەرەم پێ کاریگەرییا کلینیکییا دەرمانی ب خوە نینە، بەلکو ئەو کاریگەرییا هەڤبەندە ب کونترۆلکرنا دۆپامینێڤە (Dopamine D2)[106].

هەرچەندە پرانییا نۆژداران سەرەدەرییەکا کاریگەر دگەل رڤێشتێ دووێ یێ دەرمانان دکەن، لێ داکو خواندەڤانی پێزانینێن کاملان ل سەر هەردو جۆران هەبن، دێ ب شێوەیەکێ پوخت و کورتکری، ئاماژە ب دەرمانێن هەردو گرووپان دەین:

[105] Side effect of Antipsychotic Medication, an article from (www.camh.ca). a Canadian site for mental health.
[106] John Muench, Ann M. Hamer (2010). Adverse Effects of Antipsychotic Medication. An article from (www.aafp.org).

أ. رڤێشتێ ئێکێ یێ دەرمانێن دژە زوهان (جۆرێ سەرەکی):

ئەڤ رڤێشتە هەر ژ کەڤندا هەبوویە و هەتا دوماهییا سالێن هەشتییان، دەرمانێن بژاردەیی بوون ژبۆ کێمکرنا نیشانێن زوهانێ. هەر جۆرەک کلەستەرەکا دەرمانان ب خۆڤە دگریت، ل گورەی براند و کومپانیا چێکەر یان بەرهەمهینەر ناڤێن وان دهێنە گوهۆڕین. گرنگترین دەرمانێن ڤی رڤێشتی ئەڤێن ل خوارێنە[107]:

- **کلورپرۆمازین** (Chlorpromazine)، ب دەرمانێ لارجاکتیل یان تۆرازین (Thorazin)، ل بازاری دهێتە نیاسین. کاریگەرییەکا کێم ل سەر کونترۆلکرنا دۆپامین هەیە، ژەما وێ یا رۆژانە ب (400 ملگم) دهێتە وەرگرتن.
- **تایوریدازین** (Thioridazine)، ب ناڤێ میلليريل (Mellaril)، ل بازاری دهێتە نیاسین. هەمان کاریگەرییا لارجاکتیل هەیە. نابیت ژەما رۆژانە ژ (200- 300 ملگم) پتر بیت. ئەگەر رۆژانە ژ (600 ملگم) پتر هاتە وەرگرتن، دبیت کار بکەتە سەر بریندارکرنا تۆڕا چاڤێ نەساخی[108].
- **پێرفینازین** (Perphenazine)، ب ناڤێ تریلافۆن (Trilafon)، ل بازاری دهێتە نیاسین. کاریگەرییەکا مامناوەندی دکەتە سەر کونترۆلکرنا ماددەیێ دۆپامین، ژەما وێ یا رۆژانە ب (24 ملگم) دهێتە وەرگرتن.

---

[107] John Muench, Ann M. Hamer (2010). Adverse Effects of Antipsychotic Medication. An article from (www.aafp.org).
[108] Harrisons (1987). Principle of Internal Medicine II. 11th edition, Portuguese.

ژ بلی دەرمانێن جۆرێ ئێکێ کو کاریگەرییەکا کێم یان مامناوەندی ل سەر کونترۆلکرنا ماددەیێ دۆپامین هەنە، ئەوێن کاریگەرییەکا زۆر یان بلند ل سەر دۆپامین هەیی، ئەڤێن ل خوارێنە:

- **فلوفینازین** (Fluphenazine) ب ناڤێ پرولیکسین (Prolixin) یان مودیکێیت (Modecate)، ل بازاری دهێتە نیاسین. ژەما وێ یا رۆژانە ب (10– 20 ملگم) دهێتە وەرگرتن. ژەمێن ڤی دەرمانی ب بچووکی دەست پێ دکەن و پاشی بەرەبەرە زێدە دکەن، لێ فەرە رۆژانە ژ (25 ملگم) نەبۆریت.
- **هالوپێریدۆل** (Haloperidol)، ب ناڤێ هالدۆل (Haldol)، ل بازاری دهێتە نیاسین. ژەما رۆژانە ب (10– 15 ملگم) دهێتە وەرگرتن. د هندەک حالەتێن زەییریدا، د شیاندایە ژەما وی زێدەتر لێ بکەن.
- **تایوتێکسین** (Thiothixene)، ب ناڤێ ناڤانی (Navane)، ل بازاری دهێتە نیاسین، ژەما سروشتییا رۆژانە ب (30 ملگم) دهێتە وەرگرتن.
- **ترایفلۆپیرازین** (Trifluperazine)، ب ناڤێ (Stelazine)، ل بازاری هەیە. ژەما رۆژانە ب (20 ملگم) دهێتە وەرگرتن.

د ڤی رڤێشتیدا، دەرمانەکێ دی هەیە؛ **فلوپێنتیکسۆل** (Flupentixol)، ل بازاری ب ناڤێن دیپکسۆل (Depixol) یان فلوکسۆل (Fluaxol) دهێتە نیاسین. ل سالا (١٩٦٥)ێ، کەفتییە بازاری و ب (20– 40 ملگم) دەست پێ دکەن، هەر دو یان چوار هەفتییان جارەکێ ددەنە

نەساخی. دناڤ ژێدەرێن نوودا، چ ئاماژە ب ڤی دەرمانی نەهاتییە کرن، لێ د ژێدەرێن کەڤندا هەیە.

ب. رڤێشتێ دووێ یێ دەرمانێن دژە زوهان (جۆرێ نەسەرەکی):

ئەڤ رڤێشتە ل سالا (١٩٨٩)ێ، کەفتییە دناڤ دناڤ دەرمانێن دژەزوهانێدا و ل هەموو بازارێن جیهانی بەربەلاڤبوون، پشتی کۆمەکا لێکۆلینان ل سەر دەرمانێ **کلۆزاپین** (Clozapine) هاتینە کرن و خویا بووی کو ئەڤ دەرمانە ژ دەرمانێ کلورپرۆمازین (لارجاکتیل) کاریگەرتر و ئەمینترە. ئانکو کاریگەرییا وی ل سەر کونترۆلکرنا دۆپامین بلندترە و کێمتر سەرباركێن نەخواستی هەنە، نۆژداران دەست بکارئینانا وی کر. ئەڤ رڤێشتە ڤان دەرمانێن ل خوارێ ب خوەڤە دگریت:

- **ئارپیپرازۆل** (Aripiprazole) ل سالا (٢٠٠٢)ێ، ب ناڤێ ئەبیلیفای (Abilify) کەفتییە دناڤ بازاریدا، ژەما رۆژانە ب (10– 30 ملگم) دهێتە وەرگرتن.
- **ئولانزاپین** (Olanzapine) ل سالا (١٩٩٦)ێ، ب ناڤێ زیپرێکسا (Zyprexa) کەفتییە دناڤ بازاریدا و ژەما رۆژانە ب (10– 20 ملگم) دهێتە وەرگرتن.
- **کلۆزاپین** (Clozapine) ل سالا (١٩٨٩)ێ، ب ناڤێ کلۆزاریل (Clozaril) کەفتییە دناڤ بازاریدا و ژەما رۆژانە ب (300– 600 ملگم) دهێتە وەرگرتن.
- **کویتیاپین** (Quetiapine) ل (١٩٩٨)ێ، ب ناڤێ سیرۆکویل (Seroquel) کەفتییە دناڤ بازاریدا و ژەما رۆژانە ب (250– 600 ملگم) دهێتە وەرگرتن.

- **ریسپێریدۆن** (Risperidone) ل سالا (١٩٩٤)ێ، ب ناڤێ (Risperdal) کەفتییە دناڤ بازاریدا و ژەما رۆژانە ب (3– 6 ملگم) دهێتە وەرگرتن.
- **زیپراسیدۆن** (Ziprasidone) ل سالا (٢٠٠١)ێ، ب ناڤێ (Geodon) کەفتییە دناڤ بازاریدا، ژەما رۆژانە ب (40– 80 ملگم) دهێتە وەرگرتن.

هەژی گۆتنە، دەزگەهێ ئەمێریکییێ دەرمانان، جۆرێ کلۆزاپین (Clozapine) ژبۆ چارەسەرکرنا شیزۆفرینیایێ پەسەند کرییە، ئەگەر نەساخی مفا ژ دەرمانێن دی وەرنەگرت بیت. ئانکو هەردەمێ نەساخ بەرگرییا دەرمانان بکەت، دێ **کلۆزاپین** باشترین بژاردەیا شۆنگر بیت.

ژ بلی ڤان هەر شەش گروپێن دەرمانان، کۆمەکا دەرمانێن دی ژی دهێنە بکارئینان و دکەڤنە د چوارچۆڤێ رڤێشتێ دوویدا، وەکو[109]:

- **ئاریپیپرازۆل لایوروکسیل** (Aripiprazole lauroxil)، ب ناڤێ (Aristada) هەیە.
- **ئەسیناپین** (Asenapine)، ب ناڤێ (Saphris) هەیە.
- **بریکسپایپرازۆل** (Brexpiperazole)، ب ناڤێ (Rexulti) هەیە.
- **کاریپرازین** (Cariprazine)، ب ناڤێ (Vraylar) هەیە.
- **ئیلوپێریدۆن** (Iloperidone)، ب ناڤێ (Fanapt) هەیە.
- **لیوماتیپێرۆن توسیلێت** (Lumateperone tosylate)، ب ناڤێ (Caplyta) هەیە.

[109] Smitha Bhandari (2021). Medication that treat Schizophrenia. An article from (www.webmd.com).

- **ليوراسيدۆن** (Lurasidone)، ب ناڤێ (Latuda) هەیە.
- **پالپێریدۆن** (Paliperidone)، ب ناڤێ (Invega Sustenna) هەیە.
- **پالپێریدۆن پالمیتێیت** (Paliperidone palmitate)، ب ناڤێ (Invega Trinza) هەیە.

هەرچەندە دەرمانێن سەرەکی (رڤێشتێ ئێکێ) بەربەلاڤتر و ئەرزانترن، لێ سەربارکێن ڤان دەرمانان پترن ژ جۆرێ نەسەرەکی (رڤێشتێ دووێ). ئەڤ هەردو خێزانێن دەرمانان دبنە ئەگەرێ پەیدابوونا کۆمەکا سەربارکێن نەخواستی کو د پڕانییا جاراندا نەساخ ژبەر وان سەربارکان دەست ژ دەرمانان بەر ددەت. هەروەسا دبیت هندەک نەساخ، حەز ژ وەرگرتنا رۆژانە یا حەپکان نەکەن، یان ژی ژبیر بکەن هەر رۆژ وەرگرن. بۆ چارەسەرکرنا ڤێ ئاستەنگێ، نۆژداری چوار بژاردە هەنە ژبۆ هاریکارییا نەساخی؛ دێ ژەما دەرمانی کێمتر لێ کەت، یان دێ دەرمانی گوهۆریت، یان دێ دەمێن وەرگرتنا دەرمانی گوهۆریت، یان ژی دێ هندەک رێکێن دی یێن نەدەرمانی دگەل بکار ئینیت، وەکو ریجیما خوارنێ، وەرزشێ، کو دێ هاریکارییا کێمکرنا کێشا لەشێ نەساخی کەن. ئو دبیت بژاردەیا پێنجێ ژی هەبیت کو دێ هندەک دەرزیکێن کاریگەرییا دۆمدرێژ بۆ پێشنیار کەت و نەساخ هەر هەیڤ جارەکێ یان دو جاران دێ لێدەت، ڤان دەرمانێن کاریگەرییەکا دۆمدرێژ هەیی، هەمان کاریگەرییا وەرگرتنا حەپکێن رۆژانە هەنە.

سەربارکێن دەرمانێن دژەزوهان:

هەموو دەرمانێن هەردو رڤێشتان (کەڤن و نوو) دبنە ئەگەرێ پەیداکرنا کۆمەکا سەربارکێن هەمەجۆرێن نەخواستی کو نەساخ نەرەحەتییا خوە ژێ دبینیت، سەربارکێن هندەک دەرمانان سڤکن و ب ژەما دەرمانیڤە دگرێداینە، لێ هندەکێن دی دبنە ئەگەرێ پەیداکرنا هندەک حالەت و تێکچوونێن دۆمدرێژ کو نەساخ پێ شەپرزەتر لێ دهێت. گرنگترین سەربارکێن تۆمارکری ئەڤێن ل خوارێنە[110]:

١. نیشانێن تەناکرنێ (Sedation):

بەلاڤترین و سروشتیترین سەربارکێ دژەزوهانان تەناکرنە، نەساخ پێ هەست ب تەنابوونێ دکەت، لێ دەمێ ئەڤ تەنابوونە دبیتە خاڤوخرچی و خەوتەییبوون، نەرەحەتی و بێتاقەتی، یان دبیتە سەدەمێ گێژبوونەکا بەردەوام، هینگی دێ کار کەتە سەر چالاکی یێن جڤاکی و پیشەیی یێن نەساخی. پرانییا نەساخان دگەل وەختی تەحەمولا ڤێ سەربارکێ دکەن و زوو ل گەل رادهێن. دەرمانێن کاریگەری کێم ژ رڤێشتێ ئێکێ و کلۆزاپین، تەناکەرێن ژ هەموویان بهێزترن. هەروەسا ئۆلانزاپین و کویتیاپین هەمان سەربارک هەنە.

---

[110] John Muench, Ann M. Hamer (2010). Adverse Effects of Antipsychotic Medication. An article from (www.aafp.org).
- Side effects of Antipsychotic Medications. An article from (www.camh.com).

دەمێ ژەما دەرمانی کێمتر لێ دکەن، یان دکەنە تنێ جارەک بەری نڤستنێ یان ژی دەرمانی ب ئێکێ کێم کاریگەرتر دگوهۆرن، خەوتەییا نەساخی زێدەتر لێ دهێت. هەژییە بێژین کو هندەک جاران دبنە ئەگەرێ سەربارکێن بەروڤاژی، وەکو وەستیان و توورەبوون و ئازراندن. هندەک نەساخان، د هەمان دەمدا هەردو سەربارک لێ دەردکەڤن.

٢. گێژبوون و کێمبوونا فشارا خوینێ یا بارەکیی:

ئەڤ کێمبوونا فشارا خوینێ یا بارەکیی (Postural hypotention)، ئانکو دەمێ مرۆڤ بلەز رادبیتەڤە یان بلەز دروینتە خوار، دبیتە ئەگەرێ سەرزڤڕین و گێژبوونێ(Dizziness). ئەڤ سەربارکا هەنێ پتر ب دەرمانێن کاریگەری کێم ژ رڤێشتێ ئێکێ و کلۆزاپین پەیدا دبیت. ئو دگەل دەرمانێ ریسپێریدۆن و کویتیاپین ژی پەیدا دبیت. ئەڤ سەربارکە ل دەف کەسێن ب تەمەن پترە و هەردەم مەترسییا وێ چەندێ هەیە کو بکەڤنە عەردی و دلێ وان ببۆریت. هەروەسا پتر ل دەف وان نەساخان پەیدا دبیت ئەوێن دەرمانێن کێمکرنا فشارا خوینێ بکار دئینن و ئەوێن ئێشێن دلی هەیی. چارەسەرکرنا ڤێ سەربارکێ ب کێمکرنا ژەما رۆژانە یا دەرمانی یان پترکرنا جارێن وەرگرتنێ یان گوهارتنا دەرمانی دهێتە کرن.

٣. کاریگەرییا دژە کۆلین دەردانێ (Anticholinergic effects):

ئەڤ کاریگەرییە ژ ئەگەرێ بکارئینانا دەرمانێن کاریگەری کێم ژ رڤێشتێ ئێکێ و کلۆزاپین و ئۆلانزاپین و کویتیاپین ب ژەمێن بلند پەیدا دبیت. کۆمەکا نیشانێن وەکو قەبزبوونێ، راگرتنا میزێ،

هشکبوونا دەڤی، مشەوەشبوونا دیتنێ و جارنا ژ کارکەفتنا ئاستێ تێگەهشتنێ ب خوەڤە دگریت. ئو نەدووره ببیتە ئەگەرێ ددان ڕزینێ، دلبۆرین و کەفتنێ، ڕێگریکرنا کارێ گەدە و رویڤیکان. ژبۆ سڤککرنا ڤان نیشانێن سەربارک، دشیاندایە ژەما دەرمانی بهێتە کێمکرن یان جارێن وەرگرتنێ زێده بکەن.

٤. کاریگەرییا لڤینێن لەشی (Movement effects):

ئەڤ سەرباکەێ هە ژ چوار نیشانێن هەڤبەند ب لڤینێن لەشیڤە پێک دهێت و هەموویان پێکڤە دبێژنێ (Extrapyramidal symptoms)، ئەو ژی ئەڤێن ل خوارێنە:

أ. **پارکنسۆنیزما ژ درەو** (Pseudo parkinsonism)؛

ئەڤە حالەتەکێ بەروەختە و دبیتە ئەگەرێ لەرزینا دەست و پێیان، رەقبوونا ماسۆلکەیێن ملان، هێدیبوون و نەمانا لڤینان، گلیزکرن، بەهیمەیی و سارییا دێمی، نەرێکوپێکییا رێڤەچوونێ. ئەڤ وەکو نیشانێن خەمۆکیێ یان کۆما نیشانێن نێگەتیڤێن شیزۆفرینیاییێنە. د ڤی حالەتیدا، فەره ژەمێن دەرمانی کێم بکەن یان ژی دەرمانەکێ وەکو بێنادریل (Benadryl) بۆ زێدەکەن.

ب. **ئەکاتیسیا** (Akathisia)؛

ل ڤێرە نەساخ دێ هەست ب نەرەحەتییەکا نافخۆیی کەت و نەشێت بێی لڤین روینیت، ئانکو هندەک لڤینێن بەردەوام و بلەزاتییەکا زێدەرۆ دکەت کو وەکو پشکەکا رەفتارێن وی یێن رۆژانە بیت. دبیت نە یا ب ساناهی بیت، کو ڤی

حالەتی ژ ئالۆزییا دەروونی و توورەبوونێ جودا کەین. چارەسەرکرنا ئەکاتیسیا ب کێمکرنا ژەمێن دەرمانییە، یان ژی ب زێدەکرنا دەرمانەکێ دی یێ وەکو پروپرانولۆلە (Propranolol)، ب ژەمەکا رۆژانە یا (20– 80 ملگم).

ج. دیستۆنیا دژوار (Acute dystonia)؛

ئەڤە ژی گرژبوونەکا ماسولکەیانە و ژبەر نەمانا هێزا وان یا گرژبوون و خاڤبوونێ، دبیتە ئەگەرێ لڤاندنا بەردەواما هندەک ماسولکەیان وەکو رەقکرنا ماسولکەیێن حەفکێ کو شێوازەکێ نەسروشتی ددەتە راوەستاندنا سەری، یان هندەک لڤاندنێن ب ژانێن چاڤی کو ل سەر رەوشەکا دیارکری دمینیت (وەکو: بەر ب سەلالڤە)، یان رەقبوون و ژانێن شەویلاگ و گەوریێ و وەریسکێن دەنگی....هتد. ئەگەر نەساخ ل سەر ڤێ نەرەحەتییا دژوار یێ بەردەوام بیت، نەدوورە گەفێ ل سەر ژیانا وی بکەت. ئەڤ جۆرە نەساخە پێدڤی ب نڤاندنا ل خەستەخانێنە و فەرە دەرزیکێن دژە کۆلین دەردانێ بۆ بدانن.

د. تێکچوونا گیرۆبوویی یا لڤینێ (Tardive Dyskinesia)؛

تێکچوونەکا لڤینێن خۆنەویستییە، ژ ئەگەرێ بکارئینانا دۆمدرێژا هەردو رڤێشتێن دەرمانان پەیدا دبیت. نیشان ب شێوەیێ نەکونترۆلکرنا لڤینێن دێمی و ئەزمانی و ماسولکە یێن حەفکێ دەردکەڤن. جارنا ژی، چرمسین یان گڤاشتنا لێڤان و ئەزمانی و خاڤوخرچ بوونا ملان و پیقان

دگەلدا هەیە. خۆ ئەگەر دەرمان بهێنە راگرتن ژی، ئەڤ تێکچوونە دێ هەر یا بەردەوام بیت و چ دەرمانێن کاریگەر ژبۆ چارەسەرکرنا وێ نینن. هەرچەندە هندەک نۆژدار دەرمانێن کلۆزاپین یان کویتیاپین بۆ ڤی جۆرێ بێسازیێ پێشنیار دکەن، لێ تنێ نیشانێن وێ سڤکتر لێ دکەت و نەساخ پێ ساخ نابیت.

هەرسێ سەربارکێن یەکەم، دگەل دەستپێکرنا دەرمانەکێ نوو یان بلندکرنا ژەما دەرمانان دەردکەڤن، دبنە ئەگەرێ نەرەحەتییا دەروونی و شەرمەزارییا جڤاکی. ژ ئەنجامێ ژەمەکا بلندا دەرمانێن کاریگەری زێدە ژ رڤێشتێ ئێکێ دەردکەڤن، ب نەمازەیی هالوپێریدۆل. لێ ئەڤ سەربارکە د دەرمانێن رڤێشتێ دوویێدا کێمترە. هندەک دەرمانێن وەکو بینزترۆپین (Benztropine) ژبۆ کونترۆلکرنا ڤان تێکچوونێن ژێگۆتی دهێنە بکارئینان.

٥. زێدەبوونا ئاستێ هورمۆنێ پرولاکتین (Hyperprolactinemia):

هندەک دەرمانێن ژ هەردو رڤێشتان، وەکو رێسپێریدۆن، ژەمێن بلند ژ ئۆلانزیپین و زیپراسیدۆن دبنە ئەگەرێ بلندبوونا ئاستێ هورمۆنێ پرولاکتین کو کار دکەتە سەر حەزا سێکسی، گێولی، سوورانەیا هەیڤانەیا خوینا ژنان و گەشەکرنا شانەیێن مەمکی ل دەف ژن و زەلامان هەردوان (60% ل دەف ژنان و 40% ل دەف زەلامان). ژبۆ کێمکرنا ڤێ سەربارکێ باشترە دەرمانی بگوهۆرن بۆ دەرمانەکێ دییێ وەکو ئارییپیپرازۆل یان کویتیاپین.

٦. لاوازییا سێکسی(Sexual dysfunction):

(43%) ژ وان کەسێن دژەزوهانان وەردگرن، تۆشی لاوازبوونەکا سێکسی دبن. دەرمان کار دکەنە سەر هێزا سێکسی و گەهشتنا ئورگازمێ، هەردو رڤێشتێن دەرمانان کار دکەنە سەر لاوازکرنا حەزا سێکسی و گەهشتنا ئورگازمێ ل دەف ژن و مێران. لێ دەرمانێن رڤێشتێ ئێکێ پتر کار دکەنە سەر رەقبوونێ و ڤەڕساندنا تۆڤی ل دەف زەلامان، هەروەسا دبنە ئەگەرێ ڤەڕساندنەکا ب ئێشانا بێ دەستی دگەل حالەتەکێ دبێژنێ پریاپیسم (Priapism) کو رەقبوونەکا بەردەواما بێی هەبوونا حەزا سێکسییە.

٧. کێمبوونا خڕۆکەسپی یێن خوینێ (Agranulocytosis):

د هندەک حالەتێن کێمدا، دەرمانێ کلۆزاپین دبیتە ئەگەرێ کێمبوونا خڕۆکەسپی یێن خوینێ. ئەڤ حالەتە د دەستپێکا دەستپێکرنا چارەسەرییێدا، ب رێژەیا کێمتر ژ (1%) پەیدا دبیت، پاشی نەدوورە ببیتە (1-4%)[111] پتر ل دەف کەسێن پیر و ژنان و مللەتێن ئاسیاوی پەیدا دبیت. ل گورەی ئاژانسا ئەمێریکی ژبۆ کارگێرییا خوارن و دەرمانان (FDA)، هەر کەسەکێ دەرمانێ کلۆزاپین (Clozapine) وەرگریت، پێدڤییە د هەر شەش هەیڤێن ئێکێدا هەفتییانە فەحسا خڕۆکەسپی یێن خوینێ بکەت. پاشی هەردو هەفتییان جارەکێ، بۆ شەش هەیڤێن د دویفدا، پاشی فەرە هەر

[111] En.wikipedia.org/wiki/schizophrenia

هەیڤ جارەکێ بکەت. ئو ئەگەر هژمارا خڕۆکەسپی یێن خوینێ ژ رادەیێ سروشتی کێمتر بوو، فەرە دەرمان بهێتە راوەستاندن.

٨. نەرێکییا ریتما ترپێن دلی (Cardiac Arrhythmias):
هندەک دەرمانێن کاریگەر کێمێن رڤێشتێ ئێکێ (تایوریدازین) و زیپراسیدۆن ژ رڤێشتێ دووێ کار دکەنە سەر نەرێکییا ریتما ترپێن دلی و دبیتە ئەگەرێ نەسروشتیبوونا هێلکارییا دلی، وەکو (درێژبوونا- QT). ئەڤ کارتێکرنا ژێگۆتی ل سەر ژەما دەرمانی رادوەستێت و نەدوورە ببیتە سەدەمێ جەلتەیەکا ژ نشکاڤە. ل گورەی خویاکرنا هندەک ڤەکۆلینان، حالەتێن جەلتەیا دلی دوجاران پترە ل دەف وان کەسێن دژەزوهانان بکار دئینن. لەوا ئەگەر نەساخەک دژەزوهانان وەرگریت، فەرە ب بەردەوامی دویفچوونا هێلکارییا دلی بۆ بکەن، ب تایبەتی ئەگەر نەساخ هندەک دەرمانێن دی ژبۆ هندەک ئێشێن دی بکار بینیت.

٩. تەبگرتن (Seizures):
پڕانییا دەرمانێن دژەزوهان کار دکەنە سەر پێڤاژۆیا تەبگرتنێ، چەند دەرمان تەناکەرتر بیت، کارەکێ پتر دکەتە سەر نەساخێن تەبگرتیی. ئەڤ کاریگەرییە پتر ژ ژەمێن بلندێن کلۆزاپین و دەرمانێن کاریگەر کێمێن رڤێشتێ ئێکێ پەیدا دبیت. هەروەسا فەرە دەرمانێن دۆمدرێژ (Depot) نەدەنە کەسانێن تەبگرتیی، چونکو پاشی نەشێن ب ساناهی بهێلن و خوە ژێ بدەنە پاش.

۱۰. بابەتێن گرێدایی ب کۆنیشانا سازوچوونێڤە:[112]

(Metabolic Syndrome Issues):

یەک ژ سەربارکێن بەربەلاڤێن بکارئینانا دژەزوهانان، زێدەبوونا کێشا لەشییە کو بلەز روو ددەت و ناهێتە کونترۆلکرن. ئەڤە ب بلندی و نزمییا ژەما دەرمانیڤە گرێدایی نینە، دەرمان ب هەر ژەمەکا بهێتە وەرگرتن، دبیتە ئەگەرێ زێدەبوونا کێشا لەشی. لێ لەزاتی و راددەیێ زێدەبوونا کێشا لەشی، دگەل دەرمانێن کلۆزاپین و ئۆلانزاپین بلندترینە، دگەل دەرمانێن کاریگەر کێمێن رڤێشتێ ئێکێ و یێن دی مامناڤنجییە، ئو دگەل ئاریپیپرازۆل و زیپراسیدۆن کێمترینە. دبیت ژی، دژەزوهان کار بکەنە سەر ئاستێ شەکرا لەشی کو کاریگەرییا ماددەیێ ئەنسولین کێمتر لێ دهێت و دبیتە ئەگەرێ مەترسییا تۆشبوونێ ب جۆرێ دووێ یێ نەساخییا شەکرێ. ئەڤ مەترسییە پتر دگەل بکارئینانا دەرمانێن کلۆزاپین و ئۆلانزیپین دەردکەڤیت. ژ لایەکێ دیڤە ژی، دژەزوهان کار دکەنە سەر ئاستێ چەوری یێن لەشی و دبنە ئەگەرێ بلندبوونا ئاستێ چەورییان د خوینێدا (Hyperlipidemia)، وەکو بلندبوونا ئاستێ سێتکێ چەورییان و کێمبوونا کولیسترۆلێ ژ جۆرێ خەستی بلند-کولیسترۆلێ باش (HDL).

---

[112] **کۆنیشان ژبۆ سیندرۆمێ هاتییە و سازوچوو ژبۆ کریارا میتابۆلیزمێ هاتییە، دبیت کۆنیشان یا بەرهۆز بیت، لێ ژ وەرگێرانا میتابۆلیزمێ نەپشتراستم. من ژ فەرهەنگنووس جمال رشید وەرگرتییە (گوگل).**

ب شێوەیەکێ گشتی، کاریگەرییا دژەزوهانان ل سەر ڤان بابەتێن گرێدایی ب کۆنیشانا میتابۆلیزمێڤە، گەلەک بلندە دگەل دەرمانێن کلۆزاپین و ئولانزیپین، مامناڤنجییە دگەل کویتیاپین و دەرمانێن کاریگەر کێمێن رڤێشتێ ئێکێ، ئو دگەل ئارییپیپرازۆل، ریسپیرێدۆن، زیپراسیدۆن و دەرمانێن کاریگەر بلندێن رڤێشتێ ئێکێ کێمترینە.

ل داویێ ژی، دبیت بکارئینانا ڤان دەرمانێن ژێکۆتی دبنە ئەگەرێ پەیدابوونا سیندرۆمەکێ (Neuroleptic malignant syndrome)، ئەم دشێین ب کوردی بێژینێ **کۆنیشانا پەنجەشێری یا دژەزوهانان**، کو نیشانێن تایێ، بلندبوونا فشارا خوینێ، هشکبوون یان رەقبوونا ماسۆلکەیان، هندەک گوهۆڕینێن د وەزیفەیا دەماغی و تێگەهشتنێدا (مینا تێکچوونا تێگەهشتنێ و خاڤوخرچیێ) ب خوەڤە دگریت.

ژبۆ دویفچوون و زانینا کاریگەرییا هەر دەرمانەکی ل سەر ڤان سەربارکێن ژێکۆتی، سەحکە ڤی خشتەیێ ل خوارێ[113]:

[113] John Muench, Ann M. Hamer (2010). Adverse Effects of Antipsychotic Medication. (www.aafp.org).

خشتەیێ بەراووردکاری ژبۆ کاریگەری یا دەرمانێن دژەزوهان ل سەر مرۆڤی

ز	نیشانێن سەربارک	کاریگەرییا نزما رڤێشتنێ ئێکێ	کاریگەرییا بلندا رڤێشتنێ ئێکێ	دەرمانێن نوو یێن رڤێشتنێ دووێ ئاریپیپرازۆل Aripiprazole	کلۆزاپین Clozapine	ئۆلانزاپین Olanzapine	کویتیاپین Quetiapine	ریسپێریدۆن Risperidone	زیپراسیدۆن Ziprasidone
1	نیشانێن تەناکرنێ	+++	+	+	+++	++	++	+	+
2	گێژبوون و کێمبوونا فشارا خوینێ	+++	+	+	+++	+	++	++	+
3	کاریگەرییا دژە کۆلین دەردانێ	+++	+	0	+++	+	+	0	0
4	کاریگەرییا لڤینێن لەشی	+	+++	+	0	+	0	++	+
5	زێدەبوونا ئاستێ هورمۆنێ پرولاکتین	++	+++	0	0	+	0	+++	+
6	لاوازی یا سێکسی	+++	++	+	+	+	+	++	+
7	زێدەبوونا کێشا لەشی	++	+	0	+++	+++	++	++	0
8	نەرێکییا ریتما ترپێن دلی	+++	+	+	+++	+	++	++	+
9	تەبگرتن	+	+	+	+++	+	+	+	+
10	نەساخییا شەکرێ (جۆرێ 2)	+	+	+	++	++	+	+	+
11	زێدەبوونا چەوری یێن لەشی	++	+	0	+++	+++	++	+	0
12	سیندرۆما پەنجەشێری یا دژە زوهانان	+	++	+	+	+	+	+	+

تێبینی: مەترسییا دەرمانان ل گورەی نیشانێن ل بەر دانایی ب ڤی شێوەیە: (0)= نینە، (+)= کێمە، (++)= مامناڤنجییە، (+++)= گەلەک بلندە.

ج. دەرمانێن پاڵپشتێن نە دژەزوهانیی:

د دەمێ سەرەدانێن دویفچوونێدا، مشە جاران نۆژدار تێبینییا هندەک نیشان یان سەربارکێن دی دکەت و نەساخ گلەییان ژ بێ مفاییا دەرمانان دکەت. ل گورەی نیشانێن هەیی، نۆژدار هندەک دەرمانێن نە دژەزوهانی ددەنە نەساخان داکو نیشانێن سەربارک یان هەڤبار پێ کونترۆڵ ببن. گرنگترین ئەڤ دەرمانە ژی دو جۆرن[114]:

١. **کونترۆڵکەرێن گێولی** (Mood Stabilizers):

ئەڤ جۆرە دەرمانە هاریکارییا کونترۆڵکرنا گێولێ نەساخی دکەن کو ژ ئەگەرێ خەمۆکیێ یان ئاڵۆزیێ یان ژی توورەبوونێ بۆ پەیدا دبیت. ئەڤجا ژبۆ نەهێشتن و کونترۆڵکرنا ڤان نیشانێن زێدەبار (هندەک جاران ژی پشکەکن ژ نیشانێن نەساخیێ)، هندەک دەرمانێن وەکو؛ لاموتریجین- لامیکتال (Lamotrigine- Lamictal)، یان دەرمانێ لیتیۆم (Lithium)، یان کاربامازیپین- تیگریتۆل (Carbamazipine- Tegretol)، یان ترشێ ڤالپرویێک- دیپاکۆت (Valproic acid- Depakote) ددەنێ کو رەوشا گێولێ نەساخی پێ باشتر لێ بهێت.

ئەڤ دەرمانێن پاڵپشت ژی، نە ڤالانە ژ سەربارکێن وەکو؛ خوریان و دەرکەفتنا پرسکێن لەشی، تێهنیبوون و مشە میزتن، لەرزینا دەستولەپان، عێلنجی و هەلاڤێتن، گرانبوونا ئەزمانی- ترتریبوون، نەسروشتیبوونا ترپێن لێدانا دلی، پەیدا بوونا کێشەیێن کونترۆڵکرنا

114 Smitha Bhandari (2021). Medication that treat Schizophrenia. An article from (www.webmd.com).

ماسۆلکەیان، تەبگرتن، مشەوەشبوونا دیتنێ و هەلوەسە، وەرمتنا سەروچاڤان و گەروویێ و دەست و پێیان.

۲. **دەرمانێن دژە خەمۆکیێ** (Antidepressants):

پڕانییا وان نەساخێن شیزۆفرینیا لێ، هندەک نیشانێن خەمۆکیێ ژی هەنە، لەوا نۆژدار هندەک دەرمانێن دژە خەمۆکیێ بۆ پێشنیار دکەن داکو کار بکەنە سەر وان پرۆسەیێن کیمیکییا دەماغی، ئەوێن ب دلینییڤە هەڤبەند. پڕانییا وان دەرمانێن د ڤی واریدا دهێنە دان، ئەون یێن ژ جۆرێ ڕێگرێن هەلبژاردەیی یێن دوبارە مێژتنا سیروتۆنین (SSRI)[115]دهێنە چێکرن، وەکو؛ سیتالوپرام- سیلێکسا (Citalopram-Celexa)، فلوکسیتین- پرۆزاک (Fluoxetine-Prozac)، پارۆکسیتین- پاکسیل یان پێکسیڤا (Paroxetine-Paxil, or Pexeva)، سێرترالین- زولۆفت (Sertraline-Zoloft)، ئیسیتالوپرام- لێکساپرۆ (Escitalopram-Lexapro).

ئەڤ دەرمانە ژبۆ کێمکرنا نیشانێن خەمۆکیێ دهێنە بکارئینان و دبنە ئەگەرێ ڤان سەربارکێن نەخواستی؛ زێدەبوونا کێشا لەشی، عێلنجی و هەلاڤێتن، وەستیان، زکچوون و ئارێشێن حەزا سێکسی.

هەژی گۆتنە تا نهۆ چارەسەرکرنا ب دەرمانان (سەرەرای هەموو سەربارکێن نەخواستی) کاریگەرترین چارەسەرییا بەرچاڤە ل سەرانسەری جیهانێ. هەر ژ هەفتییا ئێکێ و دووێ ژ وەرگرتنا دەرمانان، نەساخ هەست ب باشتربوونێ یان سڤکبوونا نیشانان دکەت، لێ تاکو دەرمان کاریگەرییەکا بەرچاڤ دکەتە سەر نیشانێن

---

[115] Selective Serotonin Reuptake Inhibiters

نەساخیێ، ماوەیێ (٤- ٦) هەفتییان پێ دڤێت. لەوا فەرە هەموو ئەندامێن خێزانێ و دەردۆرا نەساخی ژی، بهێنە تێگەهاندن کو بەردوامبوون ل سەر وەرگرتنا دەرمانان خالەکا گەلەک گرنگە ژبۆ ساخبوون یان باشتربوونا نەساخی.

ل داوییا ڤێ رێکا چارەسەرکرنێ، فەرە ئاماژەیەکێ ب کەسانێن پیر و ناڤسالڤەچوویی بدەین، ب نەمازەیی ئەوێن خەرفتنەکا هەڤبار دگەل زوهانێ هەین. هەتا سالا (٢٠٠٥)ێ، دەرمانێن دژەزوهانێ ددانە پیرێن زوهانیی و خەرفتیی، یان ئەوێن ئاریشە د کونترۆلکرنا رەفتاراندا هەین. لێ ل سالا (٢٠٠٥)ێ و پاشی ل (٢٠٠٧)ێ، ب شێوەیەکێ تیمکارییا هندەک زانایێن پسپۆر، دو لێکۆلینێن مەزن هاتنە کرن و د ئەنجامدا وەسا خویا بوو کو ئەو پیرێن دەرمانێن دژەزوهانێ وەردگرن پتر تۆشی مرنا ژ نشکاڤە دبن.
هەردو رڤێشتێن دەرمانان ب وەکهەڤی کار دکەنە سەر بلندکرنا تۆشبوونێ ب جەلتەیێن دلی و ئێشێن دەمارێن خوینێ ل دەف کەسێن زوهانی یێن ب ناڤسالڤەچوویی. هەتا نۆکە، چ دەرمانێن دیارکری بۆ نەهاتینە دەستنیشانکرن. ژبۆ پێشنیارکرنا هەر دژەزوهانەکێ، فەرە نۆژدار ب رەزامەندییا نەساخی و کەسوکارێن وی بۆ بنڤیسیت. بەری نڤیسینێ ژی، فەرە کەسوکاران و نەساخی و چاڤدێرێن وان ب مەترسییا ڤان دەرمانان ئاگەهدار بکەت[116].

---

[116] Gill SS, Rochon PA, Herrmann N, et al (2005). Atypical antipsychotic drugs and risk of ischemic stroke. BMJ; 330 (7489).
- Schneeweiss S, Setoguchi S, Brookhart A, Dormuth C, Wang PS (2007). Risk of death associated with the use of conventional versus

چارەسەرکرن ب کارەبکرنێ (هێدمە یا کارەبایی- ECT)

شەنگستەیێ سەرەکیێ هزرا هێدمەیا کارەبێ، وەرارا هزرەکا دی یا کەڤنە دگۆتنێ هێدمەیا کیمیکی (الصدمة الكيمياوية). ل گورەی ڤێ هێدمەیا کیمیکی؛ دەرزیکەکا کاردیازۆل (Cardiazol) ل نەساخی د دان و نەساخ پێ نەهشیار دبوو. د ڤێ نەهشیارییێدا، پڕانییا ماسۆلکەیێن وی رەق دبوون و پاشی هەست ب ئارامییەکێ دکر[117]. ئەڤجا نۆژداران هزرا خوە د رێکەکا دی یا رەقکرنا ماسۆلکەیاندا کر کو ژ ماددەیێن کیمیکی ئەمینتر بیت و هەمان کاریگەرییا ئارامبوونێ هەبیت. ل دوماهییا سالێن سیهان ژ چەرخێ بۆری، کۆمەکا نۆژدارێن دەروونی یێن ئیتالی، هزر د هێدمەیا کارەبکرنێدا کر. د سالێن دەستپێکی یێن بکارئینانا ڤی جۆرێ چارەسەرییێ، سەرکەفتنەکا مەزن ب دەستڤە ئینا ژبۆ هندەک ئێشێن وەکو خەمۆکییا دژوار و مانیا و هزرێن خۆکوشتنێ و تەبگرتنێ و ل سەرانسەری جیهانێ هاتە بکارئینان. کۆمەلا ئەمێریکی یا نەساخی یێن دەروونی ددەتە خویاکرن کو ب ڤێ رێکێ، 80% ژ هەلگرێن ئێشێن دەماغی و دەروونی باشتر لێ هاتینە[118].

---

atypical antipsychotic drugs among elderly patients. CMAJ; 176 (11). And CMAJ; 176 (5).

[117] JV Krogh (2010). Sock therapy in Danish psychiatry. An article from (www.ncbi.nlm.nih.gov).

[118] **غيداء أبو خيران** (2018). **الصدمات الكهربائية .. علاج طبى فعال أم تعذيب شنيع. مقاله من موقع:** (www.noonpost.com).

مەرەم ب هێدمەیا کارەبایی، بۆراندنا تەوژمەکێ کارەبیێیە دناڤ لەشێ نەساخیدا ژبۆ ئازراندنا نۆبەتەکا کورتا کارەبگرتنێ کو ژ (٥- ١٠) خولەکان نەبۆریت، ئەڤ هێزا تەوژما کارەبێ (٧٠- ١٣٠ ڤۆلت)ە، هندەک گوهۆڕینێن کیمیکی د دەماغیدا پەیدا دکەت و وان نیشانێن نەساخ ژێ دنالێت کێمتر لێ دکەت. لێ فەرە د دەمێ کارەبکرنێدا، ئاشکێ نەساخی یێ ڤالا بیت (چ نەخوار بیت) داکو ل دەمێ رەجفین و رەقبوونا ماسۆلکەیان نەهەلاڤێت (ئانکو ل دەمێ گرژبوون و خاڤبوونا ماسۆلکەیان). گەلەک نەساخ مفای ژ ڤێ رێکێ دبینن، نەمازە ئەوێن مفا ژ رێکێن دی نەدیتی. هەرچەندە، رێکەکا بەردەستە بۆ هەموو نەساخێن وەکو؛ خەمۆکییا دژوار یان ئەو خەمۆکییا بەرگرییا دەرمانان دکەت، زوهان، کاتاتۆنیا، خەرفتن، یان هەر نەساخییەکا دی یا دەروونی و عەقلی. لێ د پڕانییا جاراندا، ب شێوەیەکێ نەمازەیی ژبۆ ڤان گروپێن نەساخان دهێتە بکارئینان:

- ژنێن دوجان کو ژبەر سەلامەتییا کورپەی نەشێن دەرمانان وەرگرن.
- کەسێن ب ناڤسالڤەچوویی، کو تاقەتا وەرگرتنا رۆژانە یا دەرمانان نینە و نەشێن خوە ل بەر سەربارکێن وان بگرن.
- ئەو کەسێن ڤێ رێکێ ل سەر رێکێن دی د چێترینن کو بۆ وان خۆشتر و ب ساناهیترە.
- ئەو کەسێن پێشتر بکار ئینایی و مفا ژێ دیتی.

لێ نابیت ڤێ رێکێ ژبۆ وان کەسێن نەساخییا (سل)ێ، ئێشێن دلی، بەرزییا فشارا خوینێ و هەر ئێشەکا دی یا مەژی هەبیت، بکار

بينن. ئەڤ رێکە ژی، مینا چارەسەرییا ب دەرمانان، نە ڤالاًیە ژ مەترسی و سەربارکان. گرنگترین سەربارکێن کارەبکرنێ ئەڤێن ل خوارێنە:

١. **مشەوەشبوون**: نەساخ هەست ب مشەوەشبوونەکێ دکەت کو نزانیت ل کیڤەیە و بۆچی ل ڤی جهییە، ئەڤ مشەوەشبوونە دەملدەست پشتی کارەبکرنێ بۆ پەیدا دبیت و نەدوورە بۆ چەند خولەکان هەتا چەند کاتژمێران ڤەکێشیت. ئەڤ سەربارکە پتر ل دەف کەسێن پیر دەردکەڤیت.

٢. **ژ دەستدانا بیردانکێ**: پشتی کارەبکرنێ بیرا هندەک کەسان ناهێت کا بەری چارەسەریێ چ قەومی بوو، دبیت ژی بیرەهی یێن بەری چەندین هەفتەیان یان هەیڤان نەمیننە ل بیرا هندەک نەساخان. د هندەک حالەتێن گەلەک کێمدا، نەساخ تۆشی حالەتەکی دبیت دبێژنێ **ژبیرچوونا ڤەگەرۆک** کو بیرەهی یێن سالێن بۆری ژی ل دەف نامینن و وە لێ دهێت هەروەکو بیردانکا وی ژ کارکەفتی. لێ هندی ب ڤەکێشیت، ژ دو هەیڤان نابۆریت و جارەکا دی بیردانکا وی چالاک دبیتەڤە، لەوا دبێژنێ ڤەگەرۆک (ئانکو ڤەدگەڕیتەڤە).

٣. **سەربارکێن جەستەیی**: پشتی کارەبکرنێ، دبیت هندەک نیشانێن وەکو عێلنجی و سەرئێشان و گرانییا دەڤی و ژانێن شەویلاگ و ماسۆلکەیان ل نەساخی پەیدا ببن، ئەڤ نیشانە ب دەرمانێن ژانکوژ چارەسەر دبن.

ژبەر رەقبوون و ئازارێن نەساخ د دەمێ کارەبکرنێدا هەستپێدکەت، نۆژدارێن سەردەمێ نوو، ڤێ رێکێ ل بن بەنجکرنێ ئەنجام ددەن. (فەرە ژبیر نەکەین کو کارەبکرن رێکەکا ئەشکەنجەدانێیە ژی!). هژمارا جەلسەیێن کارەبکرنێ، ل گورەی سروشتێ نەساخیێ و

دژوارییا حالەتی دهێنە دەستنیشانکرن. ل ئەمێریکا، بۆ ماوێ چوار هەفتەیانب رێژەیا دو یان سێ جاران د هەفتییێدا، نەساخی دئێخنە د بن هێدمەیا کارەباییڤە. ئانکو هەر نەساخەکێ زوهانی، دوازدە جەلسەیێن کارەبکرنێ وەردگریت[119].

چارەسەرییا دەروونی

چارەسەرییا دەروونی، جۆرەکێ چارەسەرییێیە کو تنێ ب ئاخفتنێ و ئاراستەکرنێ، یان کۆمەکا تەکنیکێن دی یێن پشتەڤانییێ، بێی بکارئینانا هەر جۆرەکێ دییێ چارەسەرییا فیزیکی دهێتە کرن. هەرچەندە ئەڤ جۆرێ چارەسەرییێ، هێشتا د وەلاتێ مەدا نەبوویە بابەتەکێ پەسەندکری ل سەر ئاستێ جڤاکی کو پڕانییا خەلکی ب شێوەیەکێ سروشتی سەرەدەرییێ دگەل بکەن، لێ وەکو رێکەکا چارەسەرییێ هەیە و رۆژ بۆ رۆژێ د گەشەکرن و پێشکەفتنەکا بەردەوامدایە. نەدووره رەهوریشالێن ڤی جۆرێ چارەسەرییێ ب ئاراستەکاری و شیرەتێن وان خێڤزانکێن گیانیڤە گرێدایی بیت، ئەوێن هەردەم هاریکارییا کەسانێن دودل و ئالۆز و شەپرزە دکرن. ئەو ب خوە ئەگەر ئەم ل پەیڤا دەروون ژی ڤەگەرین کو مە ژ پسیکولۆژییا ئینگلیزی وەرگێرایە، ئەڤ پەیڤە ژ تێرمەکێ کەڤنێ یۆنانی هاتییە داڕشتن ب رامانا ئەو زانستێ سەرەدەرییێ دگەل گیانان یان ناخان دکەت. لەوا زانا و فەیلەسۆفێن کەڤن وەسا هزر

---

[119] **العلاج بالصدمة الكهربائية** (ECT). **مقالة من موقع:** (www.myoclinic.org).

دکرن؛ دەروون- گیان، ب وان تشت و بابەتێن ل پشت راستییا فیسیولۆژی و لەشیڤە هەڤبەندە.
ب درێژاهییا دیرۆکێ دو تیۆری یێن گیانی هەبووینە؛ یا ئێکێ، **تیۆرییا گیانییا خوەییە** کو هەموو هێزێن دەروونی و گیانی د خوەییێ مرۆڤیدا هەنە. یا دووێ ژی، **تیۆرییا ئاخفتنا دگەل گیانانە** کو گیان بونەوەرەکێ جودا و خوەسەرە ژ جەستە و خوەییتییا مرۆڤی، ب شێوەیێ هالەیەکێیە و چ لەش و قەبارە بۆ نینن[120].
ئەڤ هەردو تیۆرییە مل ب ملێ هەڤ د مەشین و خەلکی ل گورەی ئاستێن رەوشەنبیری و جڤاکی یێن سەردەمێن خوە سەرەدەری دگەل دکر. تیۆرییا ئێکێ پتر ب هێز و شیانێن کەسۆکیڤە گرێدایە، ب دیتنا من، ئەڤ تیۆرییەیە بەر ب زانستێ چارەسەرییا دەروونی و پاڵپشتییا جڤاکیڤە چووی. تیۆرییا دووێ ژی ب هزرێن خورافەیی و باوەری یێن ئایینی و مێتافیزیکیڤە هاتە گرێدان کو هندەک کەسێن ب ناڤێ ئۆلدارێ و هەبوونا کەرامەتان، بازرگانی ب بیروباوەرێن خەلکی دکر. لێ پشتی پێشکەفتنا زانست و هۆشیارییا خەلکی سەبارەت ب ناخ و دەروونێ مرۆڤی، ئەڤ چارەسەرییا دەروونی ببوو رێکەکا گرنگا چارەسەریێ ژبۆ پڕانییا تێکچوونێن دەروونی و دەماغی. هەروەسا پشتی بەربەلاڤبوونا تیۆرییا سیگموند فروید ل سەر پشکێن دەماغی و پێکهاتەیێن دەروونی و قۆناغێن وەرارا مرۆڤی، دەرگەهێن بەرفرەهتر ژبۆ ڤی شێوازێ چارەسەریێ ڤەبوون.

---

[120] **إيمى يوليس و بيل هينكين** (2008). **فن العلاج النفسى. ترجمة : معين خويص. منشورات دار علاءالدين. ط**2**، دمشق.**

گەلەک تیۆری و شێوازێن چارەسەرییا دەروونی هەنە، بنەماییێن سەرەکی یێن هەموو تیۆری و تەکنیک و رێبازێن چارەسەرکرنا دەروونی، کار ل سەر ڤان بیاڤێن مینەڤی دکەن: پێشکێشکرنا هاریکاریێ، راستڤەکرنا رەفتاران، ئاراستەکرنێن دەروونی وەکو پرۆسەیەکا فێربوونێ، پشتبەستن ب سروشتێ مرۆڤی، جەختکرنا ل سەر تێکچوونێن دەروونی، ب دەستڤەئینانا ساخلەمییا دەروونییا کەسۆکی... هتد. لێ فەرە وەزیفەیا هەر تەکنیکەکا چارەسەریێ ل سەر پرۆسەیەکا رێکخستن و کاملانییا دناڤبەرا پێزانینێن هەیی یێن دەربڕاندی یێن واتەداردا بهێنە دانان، کو نەتنێ پشتبەستنێ ب پرۆسەیا ئاراستەکاریێ بکەت. هەژی ئاماژەپێکرنێیە کو مەرەما سەرەکییا شیرەت و ئاراستەکرنێن دەروونی، ئەڤ هەر پێنج ئارمانجێن ل خوارێنە[121]:

١. **ب دەستڤەئینانا خوەبیتیێ و خۆنرخاندنا بلند؛** کو فەرە مرۆڤ د خوە بگەهیت و ئاگەهداری خاڵێن لاوازی و هێزدارییا خوە بیت، شیانێن خوە بزانیت و بشێت وان شیانان بێختە د خزمەتکرنا خوەییێ خوەدا کو خوەبیتیەک خوەسەر و بڕیاردەر بیت دناڤ جڤاکیدا.

٢. **ب دەستڤەئینانا گونجاندنێ؛** خۆگونجاندنا دگەل خوەییێ خوە، خۆگونجاندنا دگەل جڤاکی و خۆگونجاندنا دگەل شیانێن پیشەیی یێن پێشکێشکری.

[121] **كمال يوسف بلان** (2015). **نظريات الارشاد والعلاج النفسى. دار الاعصار العلمى. ط**1، **عمان.**

٣. **ب دەستڤەئینانا ساخلەمییا دەروونی؛** کو مرۆڤ هەست ب ساخلەمیێ و بەرهەمدارییێ بکەت.
٤. **ئاڤاکرنا شیانێن بڕیاردانێ؛** کو مرۆڤی شیانێن بڕیاردانێ هەبن و بشێت ل گورەی تایبەتمەندییا خوە یا دەروونجڤاکی، بڕیارێن خوەسەر و ئێکلاکەر بدەت.
٥. **باشترلێکرنا ژینگەهـ و دەردۆرا نەساخی؛** کو ئێکە ژ خالێن هەرە گرنگێن خۆشگوزەرانی و ساخلەمییا مرۆڤی.

ئێکەمین رێکا زانستییا بکارئینایی د چارەسەرکرنا دەروونیدا، **شرۆڤەکارییا دینامیکییا دەروونی** بوو. ل گورەی تیۆرییا چارەسەرییا دینامیکییا فروید، هەموو تێکچوونێن عەقلی و دەروونی، بەرکارێ کۆمەکا سەربۆر و گرێ یێن دەروونی یێن نەچارەسەرکرینە کو د قۆناغەکا وەرارا ژیێ مرۆڤیدا چێبووینە و ماینە دگەل مرۆڤی هەتاکو ب شێوەیێ بێسازییەکێ دەردکەڤیت. فروید و هەڤرێبازێن وی، نیشانێن نەساخییان بۆ سەربۆرێن سێکسی یێن ڤەشارکری و ترۆماییێن پێشوەختە یێن زارۆکینیێ دزڤڕینن، هەرچەندە ئەڤ سەربۆرێن نەخۆشێن ترۆمایی، یێن بووینە پشکەک ژ نەهۆشییا نەساخی، لێ هەر ب شێوەیەکێ راستەوخۆ یان نەراستەوخۆ کار دکەنە سەر ژیانا وی/ وێ. ل گورەی ڤێ تێگەهشتنا ژبۆ سەدەمێ نەساخی و تێکچوونان، چارەسەرکار دا وی درێژ کەتە سەر تەختەکی و دا ژێخوازیت کو هەموو دەردێن دلێ خوە (یێن کەڤن و نوو) بۆ دەرێژ کەت. بنەماییێن سەرەکی یێن ڤێ رێبازێ، د چوارچۆڤێ وێ چەندێدا دهێنە دیتن کو چارەسەرکار گرنگیێ ب نیشانان نادەت و پتر داکۆکیێ ل سەر هندەک سەربۆرێن کوورتر

دکەت، ئەو ل وێ باوەرییێیە کو سەربۆرێن ترۆمایی و گرێ یێن زارۆکینییێنە بووینە ئەگەرێ پەیدا بوونا ڤان نیشانێن هەنۆکەیی، ئەڤجا ئەگەر رەهوریشالا ئاریێشێ چارەسەر ببیت، نیشان ب خوە نامینن. نیشانێن هەنۆکەیی، هندەک بیرەوەری یێن نەهۆشی یێن راستەقینەنە کاریگەریێ دکەنە سەر چالاکی و ژیانا نەساخی. هەر تێکچوونەکا ل نەساخی پەیدا ببیت، بەرهەمێ ترۆما یێن قۆناغا سەرەتاییا ژیێ مرۆڤینە، ل وی دەمێ زارۆک ژ گرێ یێن ئۆدیب و ئەلێکترا دنالی، ژ ترسادا یان ب نەچاریڤە د نەهۆشێ خوەدا ڤەشار دکرن و هێشتا یێ پێڤە گرێدایە[122].

ڤێ رێبازا چارەسەرییا دەروونی، گەلەک گیانێن نەساخ ب جەلسە و بیرەهی یێن دۆمدرێژ و ووردڤە دهێلانە هەلاویستی. وەسا باوەر دکرن کو کووراتییا چارەسەرکرنێ تا راددەیەکی ب دوبارەکرنا جەلسەیان و دۆمدرێژییا وانڤە گرێدایە. ئەوا ئەو پالدایین هزرا دۆمدرێژییا ماوەیێ چارەسەریێ و زێدەکرنا هژمارا جەلسەیان بکەن، ئەنجامێن دەستکەفتی بوون ژ چارەسەرکرنا دۆمکورت. د پرانییا جاراندا، ئەو ئەنجامە د نەگەوهەری و ڤالیکی بوون، یان نەساخی بەرگرییا چارەسەریێ دکر. ئەڤجا هزر دکرن کو درێژکرنا ماوەیێ چارەسەرکرنێ، دێ ئاڤاهییەکێ موکم دناڤ نەساخیدا دانیت و کارڤەدانا وی ژبۆ بەرگرییا چارەسەریێ دێ لاوازتر لێ کەت.

---

122 **عبدالستار ابراهیم (**1980**). العلاج النفسی الحدیث: قوة للانسان. منشورات عالم المعرفة (**27**). ط**1**، الکویت.**

ب ڤێ چەندێ ژی، دێ بەر ب دەستکەفتنا ئەنجامێن خواستی یێن چارەسەرییڤە چیت[123]. لێ پێشکەفتن و تێگەهشتنا کوورتر یا چارەسەرکاران، دەرکەفتنا کۆمەکا تیۆری یێن هەمەجۆرێن نوو یان لادایی ژ تیۆرییا دینامیکی، بوونە ئەگەرێ وێ چەندێ کو هندەک شێواز و تەکنیکێن دی یێن چارەسەرییا دەروونی پەیدا ببن. هەروەسا ترۆمادارێن رزگاربوویی ژ شەرێ جیهانییێ دووێ ژی، ئەرکەکێ نوو ل سەر چارەسەرکارێن دەروونی فەرزکر کو هندەک تەکنیکێن بلەزێن چارەسەرکرنێ بکار بینن. خالا دی یا ئەڤ تیۆرییا دینامیکی هێلایە ب رێڤە، ئازادییا سێکسی بوو، ئێدی نەما خەلک حەز و پاڵێنەرێن خوە یێن سێکسی ڤەشار بکەن و ئەڤ پاڵێنەرێن ڤەشارکری کار و ئاکامێ بکەنە سەر رەفتار و تێهزرینێن وان، هەروەکو ئالاهەلگرێن فرویدیزمێ بۆ د چوون. نەساخ ب خوە ژی ژ تەکنیکێن دۆمدرێژ بێزار دبوون.

ڤان هەموو فاکتەرێن خوەیی و بابەتی، وە کر چارەسەرکار ئێدی گرنگییێ ب نیشانێن هەنوکەیی و بەرچاڤ بدەت و نەساخی نەڤەگەرینتەڤە سەر بیرەهی یێن زارۆکینیێ کا وی هەڤرکییەک دگەل بابێ خوە هەبوویە یان نەء، یان ل حەزێن نەتێرکری یێن نەساخی بگەرییێت. بەلکو کار ل سەر نیشانێن بەرچاڤێن د دەمێ دیتنێدا دکەت. بۆ نموونە ئەگەر نەساخی ترسەکا نەدیار هەبیت، چارەسەرکار وی ناڤەگەرینتەڤە دناڤ جیهانا نەهۆشییێدا و هزر بکەت کو ئەگەرێن ڤێ ترسێ ژ کووراتییا سەربۆرێن وی یێن

---

[123] **بیرنی کوروین، پیتەر رودل، ستیفان پالمێر** (2008). **العلاج المعرفي- السلوكي المختصر. ترجمة: محمود عيد مصطفى. دار ابتراك للنشر والتوزيع. ط1، القاهرة.**

زارۆكينييە، بەلكو دێ چارەسەرييا خوەييێ ترسێ كەت. ترس ب تنێ نموونەيەكە ژبۆ كارڤەدانەكا دلينيێ كو هزرەكا مشەوەش و تێكچوويی بۆ دروستكرييە. ئەگەر بەردەوام ببيت، دێ بەر ب ئەنجامدانا رەفتارەكا شاشڤە چيت، ئەڤ رەفتارا شاش ژی، دێ كار كەتە سەر تێكهەلی يێن وی يێن جڤاكی...هتد.

ب ڤێ ديتنا نوو، شێوازێن چارەسەركرنا دەروونی، ل گورەی تێكچوونێن ل دلينيێ، رەفتارێ، هزرێ و كارلێككرنێن جڤاكی، هاتنە پۆلێنكرن[124]:

- **تەكنيكێن راستڤەكرنا دلينيێ؛** وەكو چارەسەرييا بەرەبەرەيی، چارەكرنا هەستيياريێ، خاڤكرنا ماسۆلكەيان و تەكنيكا داكۆكيكرنا ل سەر خوەييێ مرۆڤی.

- **تەكنيكێن راستڤەكرنا هزران؛** وەكو تەكنيكێن درككرنا هزر و هەڵوەستەيان، چارەسەرييا لۆژيكی (كو هەوڵدانا گوهارتنا هندەك هزرێن نەلۆژيكييە ب هندەكێن دی يێن لۆژيكی)، يان تەكنيكێن تێديتن و تێخواندنێ كو نەساخ ژی هەڤپشكيێ د پرۆسەيا چارەسەرييێدا دكەت.

- **تەكنيكێن راستڤەكرنا رەفتاران؛** وەكو تەكنيكێن ل بەرڕەشكرنێ (ئانكو پێڤەنانا هندەك رەفتارێن نەهەژی ب وێ رەفتارا مە دڤێت راستڤەكەين)، يان تەكنيكێن پاڵپشتی و خورتكرنێ...هتد.

---

[124] **د. عبدالستار ابراهيم (1980). العلاج النفسی الحديث: قوة للانسان. منشورات عالم المعرفة (27). ط1، الكويت.**

- **تەکنیکا خورتکرنا کارلێککرنا جڤاکی؛** مینا بکارئینانا تۆڕا جڤاکییا نەساخی، پشکداریکرنا د چالاکی یێن جڤاکیدا، بەرئاتاڤکرنا دگەل هندەک هەڵوەستە و چالاکی یێن جڤاکی.... هتد.

ئەڤ هەموو تەکنیکە، رێکێن نوویێن چارەسەرییا دەروونینە کو کار دکەنە سەر هزر و رەفتار و دلینیێ. ئەڤ هەرسێ ئەلەمێنتێن پێکهاتەیا کەسایەتیێ ب شێوەیەکێ ئالوگۆر کارتێکرنێ ل سەر هەڤ دکەن، چ ژبۆ پەیداکرن و مەزنکرنا نیشانێن نەساخیێ بیت، یان ژبۆ چارەسەریێ بیت. هەر ئەلەمێنتەکێ ب شێوەیەکێ کاریگەر کار ل سەر بهێتە کرن، دێ کار کەتە سەر یا دی و پێ داخبار بیت، یان دێ پێ هێتە گوهۆڕین. هەروەسا هەر کارڤەدانەکا دلینیێ دەرئەنجامێ هزرکرنەکێیە یان شێوازێ تێگەهشتنەکێیە ل سەر ئازرێنەرەکێ دەرڤەیی. ئانکو نە ئازرێنەر و خوەییێ هەڵوەستەینە دبنە ئەگەرێ تێکچوونێ، بەلکو تێگەهشتن و شرۆڤەکرن و پێشبینی یێن ل سەر هەڵوەستەینە دبنە ئەگەرێ تێکچوونێ (هەلسەنگاندنا مەعریفی). ئەڤ هزرە شەنگستەیەکێ سەرەکی ژبۆ پەیدا بوونا تەکنیکەکا نوویا چارەسەرییا دەروونی بوو دبێژنێ؛ چارەسەرییا مەعریفی- رەفتاری.

چارەسەرییا مەعریفی- رەفتاری:

(Cognitive- Behavior Therapy):

ئەڤ تەکنیکە، ئێکە ژ گرنگترین رێکێن چارەسەرییا دەروونی ژبۆ نەساخییا شیزۆفرینیایێ. مەرەم پی ئەوە کو رێکێن هزرکرن و رەفتارێن نەگونجایی بگوهۆرن و دگەل رەوشەکا گونجایی و پەسەندکرییا جڤاکی بگونجینن. ئەڤ رێکە ل سەر وی بنەمای هاتییە دانان کو بیروباوەری یێن تایبەتێن هەر کەسەکی، رۆلەکێ کاریگەر د چێکرنا تێکچوونێدا هەیە. ئەڤ رێکا چارەسەریێ ل سەر دەستێ ئارۆن بیک و ئەلبێرت ئیلیس (ل سالێن شێستان ژ چەرخێ بۆری)، هاتییە دانان.

ل دەستپێکێ ئیلیس ناڤێ چارەسەرییا عەقلانی (Rational therapy) دانا سەر، پاشی کرە چارەسەرییا عەقلانییا هەلچوونێ، پاشی کرە چارەسەرییا عەقلانییا هەلچوونییا رەفتاری، کو ل داویێ دبیتە چارەسەرییا مەعریفی- رەفتاری[125]. رەهوریشالێن بیرۆکەیا ڤێ رێکا چارەسەریێ ژبۆ فەلسەفەیا رەواقییان[126] دزڤڕیت. یەک ژ

[125] هوفمان س. ج. (2012). العلاج المعرفی السلوکی المعاصر: الحلول النفسیة لمشکلات الصحة العقلیة. ترجمه: د. مراد علی عیسی. دار الفجر للنشر والتوزیع. ط1، القاهرة.

[126] رەواقی: رێبازەکا فەلسەفییە ل سەدێ سیێ بەری زاییینێ ل سەردەستێ زینۆن سیشۆمی هاتییە دانان. ئەڤ فەلسەفە دکەفتە دچوارچۆڤێ سنجێن کەسۆکیدا، ئەو وەسا دبینن رێکا بەختەوەرییا ئەبەدی ب قەبوولکرنا سەردەمێ نۆکە دەست پێ دکەت کو مرۆڤ خوە ژ لەززەت و ترسا ژ ئێشانێ بپارێزیت. ئەو دبێژن هەژیتییا مرۆڤی چاکییا ئێکانەیە و هەموو تشتێن دی یێن وەکو ساخلەمیێ و لەززەتێ و زەنگینیێ، د خوەییێ خوەدا نەچاکی و نەخرابییە، لێ بهایێ وان

فیلوسوفێن ڕەواقییان ئیپکتیتوس (55- 134 ب. ز) دبێژیت: "**تشت مرۆڤان نالڤینن، لێ دیتنا وان ژبۆ تشتان دبنە ئەگەرێ لڤاندنا مرۆڤی**". ئێکێ دی ب ناڤێ مارکۆس ئۆریلیوس (121- 180 ز) دبێژیت: "**ئەگەر سەحکەیە هەر تشتەکێ ژ دەرڤە، نە ئەو تشتە بوویە ئەگەرێ نەرەحەتییا تە، لێ حوکمدانا ل سەر وی تشتی تە نەرەحەت دکەت، تو دشێی نۆکە وی حوکمی بگوهۆری**". هەروەسا شەکسپیر ژی د (هاملێت)دا دبێژیت: "**چ تشت نینە باش بیت یان خراب، لێ هزرکرنا تە د وی تشتیدا وە لێ دکەت کو سیفەتێ باشیێ یان خرابیێ بهەلگریت**". یان هەر گۆتنەکا دی یا داکۆکیێ ل سەر هزرێ، کریارێن پێشبینکرن و ڕاڤەکرنێ ژبۆ تێگەهشتنا سروشتێ ڕەفتار و هەلچوونان بکەت، دێ بیتە بنەما ژبۆ ڤێ ڕێکا نووژەن د پرۆسەیا چارەسەرییێدا.

کاریگەرییا ڤێ تەکنیکێ، د سێ ساخلەتێن دلخوازدا دهێتە دیتن: **پوختەیی** (Brief)، **دۆمکورتی** (Short term)، **دەمەکێ چوارڤەکری هەیە** (Time limited). ئەڤ هەرسێ ساخلەتێن سەرەکی یێن ڤێ ڕێکێ، مەزنترین زەمینەخۆشکەر بوون کو نەساخ قەستکەنێ و نۆژدارێن دەروونی خوە فێرکەنێ. پوختەییا وێ هێسانییا تێگەهشتنا وێیە. مشە جاران وەسفکرنا ڤێ ڕێکێ ب (أ، ب، ج) دهێتە شرۆڤەکرن، کو (أ) بۆیەرێ ئازرینەرە، (ب) باوەری و هزرا چێبوویە، (ج) ئەنجامە. بۆ نموونە؛ (أ) دەرگەهـ هاتە قوتان، (ب) بێگومان دزەکە هاتیە مالا مە، (ج) هەستکرنا ب ترس و ئالۆزیێ، پاشی کارڤەدانا وی/ وێ ژبۆ خوە ڕزگارکرنا ژ ترس و

د سیفەتێ واندایە ل گورەی بەرێخودان و شرۆڤەکرنا مرۆڤی بۆ وان سیفەتان (ar.wikipedia.org).

ئالۆزییدەست پێ دکەت. ژ ڤێ نموونەیا ساکار بۆ مە دیار دبیت کو هزر و باوەرینە دبنە ئەگەرێ هەلچوون و رەفتاران، هەردەمێ هزرکرنەکا لادایی یان نێگەتیڤ هاتە سەر هزرا مرۆڤی، دێ بیتە ئەگەرێ تێکچوونا هەلچوون و رەفتارێ، هەردەمێ ئەو هزرە هاتە گوهارتن، تێکچوون ژی دێ هێتە گوهارتن و دێ بەر ب باشییڤە چیت.

دۆمکورتییا وێ ژی ئەوە کو پێدڤی ب کۆمەکا جەلسەیێن ڤەکولاندنا سەردەمێ زارۆکینیێ و ترۆماییێن دەروونی نینە، هەردەم داکۆکیێ ل سەر نیشانان دکەت و ب رێکا کارکرنا ل سەر هزرێ یان دلینیێ یان رەفتارێ دهێتە گوهۆڕین. ئانکو نەساخ ب چەند جەلسەیان و ب دەمەکێ کورتڤە یێ چوارچۆڤەکرییە. هەروەسا تێچوونێن دارایی یێن ڤێ رێکێ گەلەک کێمترن ژ رێکێن بەری خوە. ئو شێوازێ سەرەدەریکرنا چارەسەرکاری دگەل نەساخی، مشت باوەردارتر و کاریگەرترە. ل سالا (١٩٦٧)ێ، هەردو چارەسەرکاران ترۆکس (Truax) و کارکوف (Carkuff) هندەک رێنمایی یێن چەوایەتییا هاریکاریکرنا نەساخان خویاکرن: **"ب ئاشکرایی یێ هەڤسۆز بە، هەردەم دگەل نەساخی بە و خوە ژێ نێزیک بکە، تەفەهوما گۆتنێن وی بکە و تێ بگەهە، د پەیوەندیکرنەکا بەردەوامدا بە دگەل نەساخی، هەردەم یێ ئەرێنی بە و فەرە هەر کارڤەدانەکا تە یا مەرجدار نەبیت....هتد"**[127].

[127] **بیرنی کوروین، پیتەر رودل، ستیفان پالمێر (2008). العلاج المعرفی- السلوکی المختصر. ترجمة: محمود عید مصطفی. دار ابتراک للنشر والتوزیع. ط1، القاهرة.**

ژ لایێ خوەڤە ژی، ئەرکێ چارەسەرکارییە کو ئاریێشێ دارێژیتەڤە، پلانەکێ ژبۆ هەڤبەندی یێن هەڤپشک دانیت، ژبۆ هەر جەلسەیەکێ پلانەکا جودا و خۆبەرهەڤرنەکا پێشوەختە هەبیت، بکارئینانا تەکنیکێن ئارمانج دیارکری، هەلبژارتنا وان هزرێن نەهاریکار و دانوستاندنێ ل سەر بکەت، بکارئینانا هندەک تەکنیکێن دی یێن پالپشت، فێرکرنا نەساخی کو ئەو ب خوە هاریکاریيا خوە بکەت، ئەرکێن مالێ بۆ دیار بکەت (ژ دەرڤەی جەلسێ)، دەمێ پێدڤی ژبۆ هەر چالاکی یان تەکنیکەکێ دیار بکەت و د دەمێن پێدڤیدا تۆمارێن دەنگی بکار بینیت.

ئەڤ شێوازێ چارەسەریێ ژبۆ پرانییا ئێشێن دەروونی ل کارە و نەساخ مفایەکێ بلەز و بەرچاڤ ژێ دبینن، ب نەمازەیی ئەگەر هەڤدەم بیت دگەل رێکێن دی یێن چارەسەریێ (ب تایبەتی د حالەتێ شیزۆفرینیاییدا). ئەڤ چارەسەرییە ب گەلەک شێوازان دهێتە پێشکێشکرن و هەر شێوازەک (یان هەر چەند شێوازەک) ل گورەی جۆر و توندییا حالەتی دهێنە دەستنیشانکرن و ب ناڤێ جەلسەیێن چارەسەرییا دەروونی دهێنە نیاسین.

ئەڤ جەلسەیە ب بەرنامەیەکێ دیراسەتکری دهێنە دانان، کو ژ سێگۆشەیەکا جەلسەیێن هەڤتەمامکەر پێک دهێت[128]:

١. جەلسەیێن کەسۆکی:

---

[128] **عبدالرحمن حماد** (2020). **برنامج علاج الفصام. مقالة من موقع:** (www.insightmham.com).

- هەروەسا گەلەک ڤیدیۆیێن دەنگی ل سەر ڤی بابەتی هەنە: العلاج النفسی لمرضی الفصام: (www.youtube.com).

ئەڤ جۆرێ جەلسەیان تایبەتن ب خوەییێ نەساخیڤە کو نەساخ دکەڤیتە دناڤ جەلسەیەکا دوقۆلییا دگەل چارەسەرکارێ خوەدا. دبیت نەساخێ شیزۆفرینی پێدڤی ب (٢٤) جەلسەیان هەبیت کو دێ د هەر جەلسەیەکێدا، کۆمەکا کریارێن پاڵپشتی و هاریکارییێ بۆ هێنە پێشکێشکرن. هندەک ژ گرنگترین و بەرچاڤترین ئەرکێن چارەسەرکاری ل هەمبەر نەساخی، ئەڤێن ل خوارێنە:

- هەڵسەنگاندنا حالەتێ گشتییێ نەساخی ژبۆ دەستنیشانکرنا ئاستێ ژیری و شیانێن کەسۆکی یێن وی، فەرە کۆمەکا پیڤەرێن هەڵسەنگاندنا ئاستێ ژیرمەندییێ دگەل بکار ئینیت.
- دەستنیشانکرنا توندی و دژوارییا نیشانان و دارێژتنا پلانەکا گونجایی ژبۆ چارەسەرکرنێ.
- ئاگەهدارکرن و رەوشەنبیرکرنا نەساخی ل سەر سروشتێ نەساخیێ و هاندانا ژبۆ دۆماندنا جەلسەیێن چارەسەرییێ.
- فێرکرن و خورتکرنا شارەزایی یێن ژیانێ ل دەف نەساخی کو بزانیت کا دێ چەوا سەرەدەرییێ دگەل خەلکی و دەوروبەران کەت، دێ چەوا شێت هەڤبەندی یێن نوو دروستکەت و دێ چەوا یێ برپاردەر بیت، هەروەسا فێری راهێنانێن ل سەر چەواتییا چارەسەرکرنا ئاریشەیان و خۆگونجاندنا دگەل پەست و فشارێن ژیانێ بکەت.
- دێ وی فێرکەت کا دێ چەوا سەرەدەرییێ دگەل هزرێن چەوت کەت و دێ چەوا ب هندەک هزرێن دی یێن دروست و لۆژیکی گوهۆریت.

- راهێنانێن شیاندنا پیشەیی و ڤەکرنا تۆڕا وی یا جڤاکی کو تێکهەلییەکا کارا دگەل خەلکی بکەت، دا ببیتە کەسانەکێ کارکەر و بەرهەمدار.

پاشی ل گورەی رەوشا نەساخی، دێ بەرنامەکێ دویفچوونێ بۆ دانیت کو ب چەندین جەلسەیێن دی یێن دویفچوونێ دهێتە ئەنجامدان. هەژی گۆتنە نە تنێ نەساخ مفای ژ ڤان جۆرە جەلسەیان دبینن، بەلکو کەسێن ساخ ژی داخوازا ڤی جۆرێ هاریکاریێ دکەن. ئەو کەسێن بەرپرس و د بن پەستەکا گران یا کاریڤە، دوەستیێن و پێدڤی ب دلدەرێژکرنێ دبن، باشترین دلدەرێژکرن ژی ئەوە یا ل دەف نۆژدارێ دەروونی دهێتە کرن، چونکو ب هندەک شیرەت و رێنمایی یێن ئاراستەکرنێ ژی یا بارکرییە. ئەڤ پرۆسەیە ب بەرنامێ یەک جەلسە دهێتە کرن، دبێژنێ **بەرنامەیێن ئێکجەلسەیی**. چارەسەرکار، د ڤان جەلسەیێن ئێکانەدا گوهدارییا کۆژانێن نەساخی دکەت و هندەک تێبینی و شیرەتێن کورت و دیارکری ددەتێ داکو هندەک ئەرکێن تایبەت پێ بکەت. ب ڤێ چەندێ ژی، زێدەباری وێ ئارامی و تەنابوونا ژ دلدەرێژکرنێ بۆ پەیدا دبیت، فێری چەواتییا سەرەدەریکرنا دگەل قەیران و پەستێن دەروونی یێن کارێ خوە یێ رۆژانە و هەنۆکەیی ژی دبیت.

٢. جەلسەیێن ب کۆم:

ئەڤ شێوازێ جەلسەیان ب ئاوایەکێ روونشتنا دگەل کۆمەکا نەساخێن هەمان جۆر دهێتە کرن. کۆمەکا نەساخان (٦- ١٠) کەس گروپەکی پێک دئینن و پێکڤە د جەلسەیەکا دلدەرێژکرنێ و

چارەسەرییێدا بەرهەڤ دبن. زێدەباری رێنمایی یێن چارەسەرکاری، پشکدار ب خوە ژی مفای ژ سەربۆرێن هەڤ وەردگرن. مفادارییا ڤی چوکلێ جەلسەیێن چارەسەرییا دەروونی، دڤان خالێن خوارێدا دهێتە دیتن:

- نەساخ تێ دگەهیت نە ئەو ب تنێیە تۆشی ڤێ ئێشێ بووی.
- هەڤپشکییا سەربۆران دبیتە سەدەمێ شکاندنا دیوارێ ڤەدەریێ و کارامەیی یێن پەیوەندیکرنێ و گوهلێراگرتنێ ل دەڤ هەموو ئەندامێن گرۆپی خورتتر لێ دهێن.
- شارەزایی یێن ژیانێ- جڤاکی ل دەڤ هەموویان خورتتر و بەرفرەهتر لێ دهێن.
- شارەزایی یێن عەقلی و مەعریفی ژی ل دەڤ هەموویان بهێزتر دکەڤن.

د پرانییا جاراندا، ئەڤ شێوازێ جەلسەیان د هەمان دەمێ جەلسەیێن کەسۆکیدا دهێنە کرن. ئەڤە ژی مینا پاڵپشتییەکا دەروونییە ژبۆ نەساخی کو ب شێوەیەکێ کاریگەرتر سەرەدەریێ دگەل جەلسەیان بکەت.

٣. جەلسەیێن خێزانیی:

چوکلێ سیێ ژ چارەسەرییا دەروونی، جەلسەیێن خێزانینە کو د هندەک ژێدەراندا دبێژنێ **چارەسەرییا خێزانیی**. ئەڤ جەلسەیە ژی ب کۆمن و هەموو ئەندامێن خێزانێ (یان کەسێن گرنگ د ژیانا نەساخیدا) تێدا پشکدار دبن. رەوشەنبیرکرنا هەموو ئەندامێن خێزانێ ل سەر چییاتییا نەساخیێ، جۆر و نیشانێن وێ، هۆکار و

چەواتییا دەستنیشانکرنا وێ، شێوازێن چارەسەریێ و مەرەم و ئارمانجێن ژ هەر جۆرەکێ چارەسەریێ...هتد.
ژ بلی بەرچاڤرۆهنی و ئارامییا ژبۆ خێزانێ پەیدا دبیت، هەروەسا نەساخ ب خوە ژی مفایەکێ نەراستەوخۆ ژ ڤان جۆرێ جەلسەیان وەردگریت، مینا: :

- رۆڵ و گرنگییا پشکدارکرنا خێزانێ د چارەسەرکرنێدا.
- فێرکرن و راهێنانا هەموو ئەندامێن گرۆپی ل سەر چەواتییا سەرەدەریکرنێ دگەل نەساخی (چ د دەمێ نۆبەتێن نیشاناندا بیت یان ل دەمێ تەنابوون و چاکبوونەڤێ بیت).
- ئاگەهدارکرنا ئەندامێن خێزانێ ل سەر نیشاندەرێن ڤەگەڕیانا نەساخیێ و دەرکەفتنا نۆبەتێن نوو یێن نیشانان.
- رەوشەنبیرکرنا خێزانێ ل سەر خاڵێن ئەرێنی و نەرێنی یێن نڤاندنا نەساخی ل خەستەخانەیەکا دەروونی، یان ڤەدەرکرنا وی ژ خەلکی ب مەرەما ڤەشارتنا فهێتی و شەرمەزاریێ.

ب ڤان هەرسێ چوکلێن سێگۆشەیا جەلسەیێن دەروونی، چارەسەرکار سەرەدەریێ دگەل هەرسێ ئەلەمێنتێن سەرەکی یێن ستراتیژییا چارەسەرییا مەعریفی- رەفتاری (CBT) دکەت، کو تێگەهێن عەقلی و سەربۆرێن دلینیێ و رەفتارێن ئەنجامداییینە. ئەو تێگەهێن چەوتێن ل دەف نەساخی هەین، دهێنە دەستنیشانکرن و دئێخنە دناڤ هندەک سەربۆرێن هەلچوونێدا کو ئەو تێگەهـ پێ بهێنە گوهۆڕین، ل داوییێ ژی کار بکەنە سەر گوهۆڕینا رەفتارێ. د هەموو قۆناغێن ڤی جۆرێ چارەسەرییێدا، چارەسەرکار و نەساخ

پێکڤە، ب پێکهاتن ل سەر ئالوگۆرکرنا پێزانین و سەربۆران، پلانا چارەسەریێ ب جهـ دئینن[129].

هەروەسا جۆرەکێ دی یێ چارەسەرییا رەفتاری هەیە دبێژنێ **چارەسەرییا جەدەلییا رەفتاری** (-Dialectical Behavior Therapy DBT)، کو ژ لایێ مارشا لاینهان (Marsha M. Linehan)ڤە هاتییە بکارئینان[130]. مەرەم ژ ڤێ رێکا چارەسەریێ ئەوە نەساخی فێری هندەک کارامەیی و شارەزاییان بکەن داکو بشێت مەعریفە و رەفتارێن خوە کونترۆڵ بکەت. مارشا دبێژیت: "**ڤان نەساخان شیانێن نیاسین و دەستنیشانکرنا ئارێشێن خوە یێن هزری و دلینیێ هەنە، لێ شارەزایی یێن چەوایەتییا خوە ژێ رزگارنێ نینن**". لەوا چارەسەرکار راهێنانێن فێرکرنا شارەزاییان و پێرینەیێن خۆگونجاندنێ بۆ پێشکێش دکەت.

هەر د ڤێ بیاڤێ راستڤەکرنا هزرێ و رەفتارێدا، تەکنیکەکا دی یا چارەسەریێ هەیە دبێژنێ **چارەسەرکرن ب خورتکرنا خاڵێن ئەرێنی** (Positive reinforcement therapy). ئەگەر مەرەم راستڤەکرنا رەفتارێ بیت، دێ داکۆکی ل سەر رەفتارێن ئەرێنی هێتە کرن و دێ خاڵێن ئەرێنی ل دەف نەساخی خورتتر لێ کەن. ئەڤ رێکە ب زێدەکرنا رەفتارەکا ئەرێنی دهێتە کرن کو رەفتارەکا ئەرێنییا پێشتر پێ خورت ببیت. ب ڤێ چەندێ ژی، دێ هژمارا رەفتارێن ئەرێنی زێدەتر لێ هێن و نەساخ دێ بەر ب باشترییڤە چیت، چونکو رەفتار و هزر و دلینی کارتێکرنێ ل سەر هەڤ دکەن. لێ

---

[129] **هوفمان س. ج** (2012). **العلاج المعرفي السلوكي المعاصر: الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية. ترجمة: د. مراد علي عيسى. دار الفجر للنشر والتوزيع. ط1، القاهرة.**

[130] **باحثون سوريون** (2020). **العلاج السلوكى الجدلي- بطل المهمات الصعبة. مقالة من موقع:** (www.syr-res.com).

ئەگەر مە ڤیا هەمان شێواز ژبۆ نەهێلانا رەفتارەکا نەرێنی بکار بینین، دێ ل شوینا زێدەکرنێ، لادانا رەفتارێ بکارئینین، دبێژنە ڤێ تەکنیکێ **چارەسەرکرن ب بەرچاڤکرنا خالێن نەرێنی،** کو کێمتر ژ رێکا ئەرێنی دهێتە بکارئینان. د ڤێ شێوازیدا پشتی ئەنجامدانا هەر رەفتارەکا ئەرێنی، دەملدەست رەفتارەکا نەرێنی دهێتە لادان، ئانکو ل شوینا زێدەکرنا رەفتارەکا ئەرێنی، رەفتارەکا نەرێنی دهێتە لادان. ئەڤە ژی، دبیتە ئەگەرێ کێمبوونا رەفتارێن نەرێنی و چەند ئەڤ جۆرێ رەفتاران کێمتر لێ بهێن، دێ رەوشا نەساخی بەر ب باشترییڤە چیت[131]. هەروەسا ئەڤ شێوازێ خورتکرنێ د بیاڤێ راستڤەکرنا هزراندا ژی دهێتە بکارئینان، دبێژنێ **چارەسەرییا خورتکرنا مەعریفیی** (Cognitive enhancement therapy)[132]، کو چارەسەرکار دێ نەساخی فێری نیشان و ئاماژە یێن جڤاکی کەت، هەروەسا بیردانکا نەساخی ل سەر وان ئاماژەیان خورتتر لێ دکەت هەتاکو بشێت تەرکیزەکا باشتر بکەت و هزرێن خوە پێ ب رێکبێخیت.

ژ بلی ڤان رێک و تەکنیکێن چارەسەرییا دەروونی، گەلەک رێک و تەکنیکێن دی ژی هەنە، چارەسەرکار ل گورەی پێدڤیێ و سروشتێ کەسۆکی و جڤاکییێ هەر نەساخەکی دادڕێژیت. وەلێ د هەموو تەکنیکێن چارەسەریێ و شێوازێن جەلسەیاندا، فەرە

[131] **عبدالفتاح الخواجة** (2010). **أساليب الإرشاد النفسي. منشورات دار البداية. ط1، عمان**

[132] **هايل الجازي** (2020). **الشيزوفرينيا أو انفصام الشخصية. مراجعة: د. معن العبكي. مقالة من موقع:** (www.mawdoo3.com).

چارەسەرکار هەڤبەندییەکا موکم و مشت باوەری دگەل نەساخی ئاڤا بکەت کو بگەهتە ئاستێ هەڤالینیێ، داکو نەساخ هەست ب ئێمناهیێ و باوەر ب خوەبوونێ بکەت. هەردەمێ نەساخی باوەری ب چارەسەرکاری هات، دێ باوەرییا وی ب خوەییێ وی ژی پتر لێ هێت کو بشێت دەربڕینێ ژ هەموو کۆژانێن خوە بکەت. د هەمان دەمدا، دێ تێگەهیت کو کەسەک هەیە هەست پێ دکەت و گوهدارییا وی دکەت.

ئەڤجا ژبۆ دوورکرنا نەساخی ژ پێحەسیانێن پەستێ و وەستیانان، فەرە جەلسە ل جهێن بێهنفرەهـ و دوور ژ قەرەبالغیێ بهێنە کرن. هەبوونا باوەرییەکا ئالوگۆر و بکارئینانا شێوازێ بەرەبەرەیی ژبۆ وەرگرتنا پێزانینان، هاریکارییا چارەسەرکاری دکەت کو بشێت مفای ژ دیاردە یا ڤەگوهاستنێ (Transference) ببینیت. د ڤێ دیاردێدا، چارەسەرکار هندەک پێزانینێن زێدەبار ژ ئەنجامێ رەفتار و کارڤەدانێن نەساخی وەردگریت کو د قۆناغا دلدەڕێژکرنێدا نەهاتبوونە گۆتن.

لێ هەژی بیرئینانێیە؛ هندی ئەڤ رێکا چارەسەریێ یا کاریگەر و سەرکەفتی بیت، ئەگەر هەڤدەم نەبیت دگەل هندەک رێکێن دی یێن وەکو بکارئینانا دەرمانان، نابیتە ئەگەرێ ساخبوونەکا ب تەڤاقی.

هەروەسا فەرە هندەک رێکێن دی یێن هەڤبەند ب ژیانا کەسۆکی و خێزانا نەساخیڤە ببنە پالپشتێن ڤێ چارەسەریێ، داکو بازنەیێ چارەسەریێ پێ کاملان ببیت.

چارەسەرکرنا دەوروبەران

کا چەوا دەردۆر و ژینگەهێ، رۆڵەکێ بەرچاڤ یان نەراستەوخۆ د پەیداکرن یان توندکرنا نەساخییێدا هەیە، ب هەمان شێوە دێ رۆڵەک د چارەسەرکرنێدا ژی هەبیت. چارەسەرکرنا دەروروبەران یان دەستێوەردانێن جڤاکی، هەڤبەندییەکا موکم و هەڤتەمامکەر دگەل چارەسەرییا دەروونی هەیە. جەلسەیێن خێزانی ب خوە ژی، پشکەکن ژ چارەسەرکرنا دەوروبەران.
مەرەم ب ڤێ دەستێوەردانێ، دابینکرن و رەخساندنا ژینگەهەکا ساخلەم و تێگەهشتییە کو نەساخ دناڤدا بژیت. ئەم **دبێژینێ ساخلەم**، کو هەموو هەڤبەندی یێن دناڤبەرا کەساندا د باڵبەر و ئەرێنی بن، هزر و رەفتار و تێگەهێن تێدا، دگەل چوارچۆڤێ مەزنترێ جڤاکی د دروست و هەڤگونجایی بن. ئو **دبێژینێ تێگەهشتی**، کو د هزر و دلینی و رەفتارێن نەگونجایی یێن نەساخی بگەهیت و بزانیت دێ چەوا سەرەدەرییەکا مرۆڤانە ل گەل کەت.
ئەڤ هەردو ساخلەتێن ساخلەمی و تێگەهشتنا دەوروبەران، هاریکارییا نەساخی دکەن کو هەست ب هەبوون و کەسایەتییا خوە بکەت، ئەڤجا دێ شێت سەرکەفتنێ د **کریارا ژێکڤاڤارتنێدا** (کو ژ جەلسەیێن کەسۆکی فێربوویە) ب دەستڤە ئینیت. ئو ل گورەی ڤێ کریارا داویێ، نەساخ ب ئەگەرێ ئارێشا خوە دحەسیێت و ژبۆ پێداچوونێ و ڤاڤارتنا وێ ژ حالەتەکێ سروشتی، سەرەدەریێ دگەل هندەک ئازرێنەرێن نووتر دکەت.

یەک ژ تەکنیکێن دەروونی یێن د دەستێوەردانێن جڤاکیدا دهێنە بکارئینان، **تۆڕا جڤاکی** یا نەساخییە. د ڤێ تەکنیکێدا، نەساخ دگەل چارەسەرکاری دێ هەوڵدەن نێزیکی و دووریا هەر ئەندام یان بۆیەرەکێ دەردۆرا وی دەستنیشانکەن و پاشی دێ نێزیکترینا بکار ئینن کو ببنە پشکەک ژ پرۆسەیا چارەسەریێ و پاڵپشتیێ[133]. هەر ژ ئەنجامێ ڤێ تۆڕێ ژی، تەکنیکەکا دی ددهێتە هێتە بکارئینان د بێژنێ **تەکنیکا چارەسەرییا ژیوارکی**، کو چارەسەرکار ب ب پشتەڤانییا دەردۆرێن نەساخی، هندەک ئاریشێن وی یێن کەتواری (ژ دەرڤەی جەلسەیێن دەروونی) چارەسەر دکەت[134]. بۆ نموونە؛ دیتن یان رەخساندنا دەرفەتەکا کاری رۆڵەکێ گرنگ هەیە د خورتکرنا هەڤبەندی یێن وی یێن رۆژانەدا، هەم دێ پێڤە مژوول بیت و هەم دێ باوەرییەکێ ب بەرهەمداری و گرنگیێ بۆ پەیدا کەت. هەروەسا دابینکرنا پێداویستی یێن مومارەسەکرنا حەز و ئارەزوویێن وی (وەرزش، نیگارکێشی، میۆزیک و سەما، سترانگۆتن، خوێندن و نڤیسین...هتد)، هەمان کاریگەرییا دەرفەتا کاری هەیە. زێدەباری کاراکرنا جڤاکیبوونا وی، نەدوورە فلییەکا داهێنەرانە د بیاڤێن کار و ڤێنیارێن خوەدا بکەت.

کۆمەکا تەکنیکێن چارەسەریێ هەنە، وەکو؛ **چارەسەرییا قەبوولکرن و پێگیریێ، چارەسەرییا پەیوەندیکرنا دناڤبەران کەساندا، چارەسەرییا پاڵپشت** (Supportive therapy)، **چارەسەرییا شیاندنێن پیشەیی یان**

---

[133] **ژ وانەیێن خولا چارەسەرییا دەروونی (1999). رێکخراوا دیاکونیا- دهۆک.**

[134] **عبدالفتاح الخواجة (2010). أساليب الإرشاد النفسي. منشورات دار البداية. ط1، عمان.**

جڤاکی...هتد[135]، ڤان تەکنیکێن گۆتیی و گەلەکێن دی، هەڤبەندییەکا راستەوخۆ یان نەراستەوخۆ ب چارەسەرییا دەوروبەرانڤە هەیە و دبنە ئەگەرێ خورتکرنا تێکهەلی یێن جڤاکی و فێربوونا کارامەیی و شیانێن هەمەجۆر. ئەگەر نەبنە هۆکارێن باشتربوونا نەساخی، ب کێمی هاریکارن کو رەوشا وی خراپتر لێ نەهێت.

هەروەسا سازدانا سیمینار و کۆڕێن تایبەت ب نەساخیێڤە، رۆڵەکێ کاریگەر د رەوشەنبیرکرنا جڤاکیدا هەیە. مەرەم ژ ڤان کۆڕ و سیمیناران ئەوە خەلکێ جڤاکی فێر بکەن کا دێ چەوا سەرەدەرییێ دگەل کەسێن شیزۆفرینیایی و خێزانێن وان کەن، دێ چەوا هاریکارییا وان کەن و دەرفەتێن نوو بۆ دابینکەن داکو جارەکا دی بهێنە دناڤ جڤاکیدا. راهێنانا نۆژدارێن پیشەکار و ستافێ بنگەهێن ساخلەمیێ ل سەر چەواتییا پشکداریکرنێ د چارەسەرکرنا نەساخاندا، جۆرەکێ دی یێ دەستێوەردانا جڤاکییە[136].

ئەگەر ئەڤ هەموو تەکنیکێن ژێگۆتیی، ژبۆ پێڤەگرێدانا نەساخی دگەل دەوروبەرێن وی هاتبنە دانان، لایێ دی یێ هەڤکێشی سەرەدەریکرنا جڤاکییە دگەل نەساخی. ئەگەر سەرەرای وان نیشانێن نەخواستی یێن لێ پەیدا دبن، دەوروبەر هەر دبەردەوام بن ل سەر سەرەدەریکرنا کارا، دگەل کۆژانێن وی د هەڤسۆز بن و ب ئەنییەکا ڤەکری پێشوازیێ ل وەهم و هەلوەسەیێن وی بکەن، بێشک دێ بنە فاکتەرێن رێخۆشکەر بۆ چاکبوونەڤە و جڤاکیبوونا

---

[135] www.myoclinic.com, and www.sotor.com

[136] **عبدالرحمن حماد** (2020). **برنامج علاج الفصام. مقالة من موقع:** (www.insightmham.com).

نەساخی. مەزنترین ئەرکێ باڵبەرێ ڤی رۆڵێ جڤاکی، دکەفتە سەر خێزانێ و ئەندامێن نافمالا نەساخی.
تشتێ گەشبین د جڤاکێ مەدا ئەوە؛ هەموو خێزان پێکڤەگرێداینە و د هەموو بارودۆخاندا هەڤپشکێن خۆشی و نەخۆشی یێن هەڤن. ئەو خێزانا نەساخەکێ دەروونی تێدا هەیی، چاڤدێری و دلۆڤانییەکا دەربڕاندی و هەڤسۆزیێ بۆ پێشکێش دکەن، هەرچەندە د هندەک خێزانێن پاشکەفتیدا وەکو فهێتی یان شەرمەزاری لێ دنێڕن، لێ پڕانییا خێزانێن دی پاڵپشت و هاریکارن، ب تایبەتی ژی دایک و باب.

کوکتێلێ چارەسەریێ

مەرەم ب پەیڤا کوکتێل، ئانکو تێکهەلکرنا کۆمەکا کەرەستەیانە ژبۆ چێکرنا تێکهەلەیەکێ نوو، ب روخسار و ناڤەرۆکڤە، جودایە ژ کەرەستەیێن سەرەکی یێن پێکئینانێ. هەر کەرەستەیەک پشکداریێ ب رۆڵ و کاریگەرییەکا دیارکری دکەت ژبۆ چێکرنا کاریگەرییەکا نووتر. کوکتێلێ چارەسەرکرنا شیزۆفرینیایێ ژی، ژ چاڤدێرییا هەماهەنگکارییا تایبەت (Coordinated Speciality Care- CSC) هاتییە وەرگرتن، ژ هەموو شێوازێن چارەسەری یێن فیزیکی و دەروونی و دەوروبەران پێک دهێت و کاریگەرییەکا پتر دکەتە سەر کێمکرنا نیشانێن بێزارکەرێن نەساخیێ. ئەڤ کوکتێلە ژبۆ وان نەساخان دهێتە چێکرن، ئەوێن نیشانێن ئێکێ یێن نۆبەتەکا نەساخیێ لێ دەردکەڤن.

ب ڤێ چەندێ، ل شوینا یەک چارەسەرکار، تیمەکا کاملان ژ چارەسەرکاران (هەر لایەنەک ل گورەی پسپۆرییا خوە) دەست ب داڕێژتنا پلانا چارەسەرییێ دکەن، کوکتێل ژ ڤان ئەلەمێنتێن چارەسەرییێ پێک دهێت؛ پێدانا دەرمانان، چارەسەرییا دەروونی، رەوشەنبیرکرن و پاڵپشتییا خێزانی، خزمەتگوزاری یێن جڤاکی و چارسەرکرنا ژیوارکی، ئو ل گورەی پێداویستی و شیان و حەزێن نەساخی، دبیت هندەک لایەن و تەکنیکێن دی ژی تێدا پشکدار ببن. د پڕانییا جاراندا، دانانا پلانا چارەسەرییێ ب هەڤکاری و هەماهەنگییا دناڤبەرا تیما چارەسەرییێ و نەساخیدا دهێتە کرن[137].
ئەڤجا چەند زووتر دەست ب ڤێ کوکتێلێ چارەسەرییێ بهێتە کرن، دەرفەتێن ساخبوونێ پترن.
هەرچەندە ئەڤ کوکتێلە یان هەڤسەنگییا تایبەتا چاڤدێرییێ ژبۆ نیشانێن ئێکێ یێن نۆبەتەکا زوهانێ هاتییە دانان، لێ ناهێتە ڤەشارتن کو چارەسەرییا نەساخیێ د هەر قۆناغەکێدا، هەر ب تێکهەلکرنا کۆمەکا رێکێن چارەسەرییێ دهێتە کرن. ئو سەرەرای وێ چەندێ کو پێدانا دەرمانان رۆڵەکێ گرنگ و سەرەکی هەیە د کیمکرنا هندەک نیشانێن وەکو هەلوەسە و وەهماندا، لێ ئەگەر رێکێن دی یێن پاڵپشت بیت دگەلدا نەهێنە بکارئینان، پرۆسەیا

---

[137] Cathy Abshire, John Kane, Tamara G. Sale, Lisa Dixon (2015). An overview of Coordinated Specialty Care- CSC for persons with first episode psychosis. An article from (www.nasmhpd.org).
- Robert K. Heinssen, Amy B. Goldstein, Susan T Azrin (2020). Evidence- based treatment for first episode psychosis: component of coordinated specialty care. An article from (www.smiadviser.org).

چارەسەریێ کاملان نابیت وئارمانجا ژێ پێشبینکری ب دەستڤە نائێت. لەوا ب باشترین رێکا چارەسەریێ دهێتە هەژمارتن.
لێ ئەگەر کوکتێلێ چارەسەریێ ب بەردەوامی و ل گورەی رێنمایی و شیرەتێن دختۆری نەهاتە دۆماندن، نەدوورە مفادارییا خوە ژ دەست بدەت. هندەک پسپۆر ناڤێ چارەسەرییا بەردەوام ددانىە سەر پرۆسەیا دویفچوون و هەڵسەنگاندنا نیشانێن د دەمێن تەنادا پەیدا دبن، ئانکو ل وی دەمێ نەساخ هەست ب باشتربوونێ دکەت یان نیشان کێم ببن، فەرە یێ بەردەوام بیت ل سەر وەرگرتنا چارەسەریێ هەتا نۆژدارێ وی (یان تیما نۆژدارێن وی)، بڕیارێ ل سەر کێمکرنا ژەمێن دەرمانێن وی ددەن یان هژمارا جەلسەیێن چارەسەرییا دەروونی کێمتر لێ دکەن.
جاران هەولدانێن دیتنا چارەسەرییەکا موکم دبەردەوامن، تیمێن هەمەجۆرێن نۆژدار و دەروونناسان ل سەر هەموو ئاستان کار دکەن کو داهێنانەکا نوو د دیتنا سەدەمان یان چارەسەرییێدا بکەن و بەر ب قۆناغەکا پێشترڤە ببەن. تیمەکا زانایێن ئەمێریکی ل زانینگەها کولۆمبیا، کار ل سەر تێکهەلەیەکێ کیمیکی دکەن کو وەرارا سروشتییا خانەیێن دەماغی بڤەژینن و ئەو پرۆتینێن بەرپرس ژ تێکچوونێ لاواز بکەن، داکو ببیتە ئەگەرێ چاکبوونا وێ بێسازییا د بنگەهێن بیردانکێدا پەیدا دبن، ئەڤە ژی دێ رۆلەکێ مەزن د چاککرنا هەڤبەندییا دناڤبەرا خانەیێن دەماریدا گێریت، دبیت نەساخ مفای ژێ ببینن[138].

[138] **تعرف على أحدث علاج لمرضى الفصام** (2020). **مقالة من موقع:**
(www.adictiontreatmentweb.com).

ژ لایەکێ دیڤە ژی، نە تنێ زانایێن دەماران و تێکچوونێن دەماغی کار ل سەر دیتنا چارەسەری یێن گونجاو دکەن، بەلکو پسپۆرێن چارەسەرییا ب گیای ژی، د هەمان هەولدانێن بەردەوامدانە. ل بنگەهێ شیزۆفرینیایێ ل زانینگەها جونز هوپکنزا ئەمێریکی، تیمەکا ڤەکۆلەران کار ل سەر بشکوژکێن گیایێ برۆکلی کرن و دیتن ماددەیەک ب ناڤێ سەلفورافێین (Sulforaphane) کو ماددەیەکێ کیمیکیێ پارێزەرە، دناڤ هندەک زەرزەواتێ وەکو کەلەمی و قەرنابیت و برۆکلیدا هەیە. ئەنجامێن ڤێ ڤەکۆلینێ د کۆڤارا (JAMA Psychiatry)دا هاتنە بەلاڤکرن، تێدا خویاکرن کو ئەڤ ماددەیێ د بشکوژکێن برۆکلیدا، هاریکارییا کێمکرنا نیشانێن شیزۆفرینیایێ دکەت و دبیت ببیتە چارەسەرییەک ل شوینا وان دەرمانێن دبنە ئەگەرێ کۆمەکا سەربارکێن هەمەجۆر[139].

هەرچەوا بیت، بزاڤێن لێگەڕیانێ و دویفچوونا ڤێ نەساخیێ دبەردەوامن و رۆژ بۆ رۆژێ پێزانین و ئەنجامێن نوو یێن ڤەکۆلینان د هەرپێنج بیاڤێن چارەسەرکرنا شیزۆفرینیاییێدا پەیدا دبن، وەکو هەموو ئێشێن دی یێن جەستەیی و دەروونی، دێ هەر رۆژەک هێت کو چارەسەرییەکا پشتڕاست و گومانبڕ بۆ بهێتە دیتن و دابینکرن.

---

[139] **محمد السيد على** (2019). **براعم البروكلى تكافح الفصام. مقالة من موقع:** (www.scientificamerican.com).

خۆپاراستن ژ نەساخیێ

خۆپاراستن ژ هەر نەساخییەکێ ئەوە نەهێلین نێزیکی مە ببیت، یـان ژی هۆکـارێن نەسـاخیێ بنبـڕ بکـەین. پڕانییـا کریـارێن خۆپاراسـتنێ ب دو مـەرجان دهێنـە کـرن؛ شـیانێن زانینـێ و دەستنیشـانکرنا سـەدەمێن نەسـاخیێ، ئـو پاشـی هـەبوونا شـیانێن بنبڕکرن و نـەهێلانا وان سـەدەمان[140]. لـێ د ئێشـا شـیزۆفرینیاییێدا نەساخی ناهێتە بنبڕکرن، چونکو چ هۆکارێن دیارکری بۆ نەهاتینە دیتن تاکو کار ل سەر نـەهێلانا وی هۆکـاری بکـەین. لـێ پسـپۆرێن دویفچوونـا خۆپاراسـتنێ، کـار ل سـەر هەرسـێ ئاسـتێن ئێکـێ و دووێ و سـێ یێن خۆپاراسـتنێ کرینـە. پڕانییـا ڤەکۆلـەران ب ڤـی شێوەیێ ل خوارێ بەحسی هەرسێ ئاستێن خۆپارێزیێ دکەن:

ئاستێ ئێکێ؛ ئاستێ خۆپاراستنا سەرەتاییە ژ هۆکارێن مەترسیێ. گرنگترین هۆکارێ مەترسیێ د ڤی ئاستیدا، سەربارکێن دوگیانی و زارۆبوونێیە. ئەڤجا پێرابوونێن خۆپاراستنێ ژ ئارێشێن دوگیانی و زارۆبوونێ، کاریگەرترین رێکا خۆپاراستنێیە کو ژ ئەنجامێ رەوشەنبیرکرن و هۆشیارییا جڤاکی پەیدا دبیت.

---

[140] **سعدالدین العثمانی** (2011). **هل من وقاية من مرض الفصام؟ مقالة من موقع:** (www.maghress.com).

ئاستێ دووێ؛ ب قۆناغا نیشانێن دژوارێن نەساخییێڤە گرێداینە، چەند زووتر دەست ب دەستێوەردانێن چارەسەرکرنا ڤان نیشان بکەن، دێ ئەنجامێن پێڤاژۆیا نەساخیێ باشتر بن.
ئاستێ سێێ ژی؛ پێدانا دەرمانان و رێکێن چارەسەرییا دەروونینە ژبۆ رێگرتنا پەککەفتن و خراپتربوونا رەوشا نەساخیێ دهێنە کرن[141].
ڤەکۆلەرەک د کۆڤارا ئوکسفۆرد یا ئەکادیمیدا دبێژیت؛ دو خالێن کاریگەر و ئەمینێن خۆپارێزیێ هەنە؛ رەوشەنبیرکرنا ژنێن دوگیان و کادرێن ساخلەمیێ ل سەر سەربارکێن زارۆبوونێ (ل سەر ئاستێ ئێکێ)، زوو دەستنیشانکرن و زوو چارەسەرکرن (ل سەر ئاستێ سێێ). هەرچەندە ئەڤ رێکارە نە گەلەک بهێزن ژبۆ کێمبەلاڤبوونا نەساخیێ، لێ ئەڤە ئەو ئەنجامن یێن ژ ڤەکۆلینان پەیدا بووین. هەمان کۆڤار ل سەر ئاستێ دووێ ژی، کۆمەکا رێکارێن دەستێوەردانێن چارەسەریێ ددەتە خویاکرن مینا کاریگەرییا چارەسەرییا ب دەرمانان و دەستێوەردانێن دەروونی و دەوروبەران و شیاندنێن کارامەییا جڤاکی و پیشەیی ل ئاستێن چارەسەرییا کەسۆکی و دەوروبەران[142].
لێ هەردەمێ بەحسی خۆپاراستنا ژ شیزۆفرینیایێ دهێتە کرن، سێ بابەتێن سەرەکی خوە ل هزرا مرۆڤی ددەن:

[141] Cheng Lee, Thomas H. McGlashan, Scott W. Woods (2012). Prevention of Schizophrenia. An article from (www.link.springer.com).
[142] Richard Warner (2001). The prevention of schizophrenia: what interventions are safe and effective? A thesis from (www.academic.oup.com).

١. پاراستنا نەساخی ژ ڤەگەریانا نیشانان:

مشه جاران نیشان کێم دبن و نەساخ ڤەدگەڕیتەڤە سەر ژیانا خوە یا سروشتی. لێ ئەڤە رامانا وێ ئەو نینە نەساخ ب تەڤاڤی یێ ساخبووی. ئەڤجا هەموو هەولا نۆژداران دێ ئەو بیت رێکێ ل دەرکەفتنا نۆبەتێن دی یێن نیشانان بگرن. ژبۆ ڤێ چەندێ ژی، نۆژدار دێ پلانەکا موکم ژبۆ کوکتێلێ چارەسەرییێ دانیت، دبیت دەرمانێن دۆمدرێژ ل شوینا دەرمانێن رۆژانە بدەتە نەساخی، دبیت رێکێن دەروونی و خزمەتێن جڤاکی و کریارێن رەوشەنبیرکرنێ بۆ نەساخی و دەردۆرا وی و ستافێ ساخلەمیێ زێدە بکەت. یان ژی ب شێوەیەکێ بەرەبەرەیی ژەمێن دەرمانان بۆ کێم بکەت....هتد.

٢. پاراستنا کەسێن بەرئاتاڤ بۆ نەساخیێ:

بابەتێ ڤی جۆرێ خۆپاراستنێ کۆمەکا رێکارێن هۆشیارکرنێ و خۆشگوزەرانیێ و پەروەردەکرنەکا ساخلەم و پاراستنا خێزانان ب خۆڤە دگریت[143]:

- رەوشەنبیرکرنا ژنێن دوگیان و کەسوکارێن وان ل سەر مەترسییا سەربارکێن زارۆبوونێ، وەکو بەدخۆڕاکی، ئەنفلوەنزا، پەستێن دەروونی یێن بەردەوام (**بەری زارۆبوونێ**)، خوینبەربوونەکا دژوار و بلند بوونا فشارا خوینێ یا دوجانیێ یان پەیدا بوونا شەکرا دوجانیێ (**د دەمێ زارۆبوونێدا**)، تەشابەتییا زارۆکێ بوویی، نەساخییا زەرکێ بۆ ماوەکێ

[143] **الوقاية من المرض** (2021). **مقالة من موقع:** (www.onshr.nrme.net). **هەروەسا سەحکە** (www.sites.google.com).

درێژ، کێشا زێدە یا کورپەی و زارۆبوونا پێشوەختە (**پشتی زارۆبوونێ**).

- د دەمێ سنێلاتییێدا، خوە دوورکرن ژ ماددەیێن بێهۆشکەر و ماددەیێن کحوولی، خوە دانەپاش ژ هەر رەفتارەکا نەجڤاکی کو د ئەنجامدا ببیتە سەدەمێ ڤەدەرییێ و نەجڤاکیبوونێ.
- ژیان دناڤ ئەتموسفیرەکێ ساخلەم و جهگیر یێ خێزانیدا، کو زارۆک ب دەروونەکێ ساخلەم وەرار و گەشە بکەت. لێ ئەگەر نەساخەکێ شیزۆفرینیی دناڤ مالێدا هەبوو، باشترە زارۆکێن وێ مالێ ل جهەکێ ساخلەمتر و ئەمینتر سەخبێر بکەن، تاکو دگەهنە ژیێ پێگەهشتنێ.
- ژبۆ وان خێزانێن خزمێن ئێکودو، ئەگەر کەسەکێ نەساخ دناڤدا هەبیت، باشترە هەڤژینیێ دناڤبەرا کوروکچێن بنەماڵێدا پێک نەئینن.
- هندەک ڤەکۆلینان خویاکرییە کو کێمبوونا ڤیتامین (D)، د دەمێ دوگیانییێدا، هەڤبەندییەک ب پەیدابوونا نەساخییێڤە هەیە. لەوا فەرە ژنا دوگیان خوە بەرئاتاڤی تیشکێن رۆژێ بکەت، یان خوارنێن مشتی ڤیتامین بخۆت، یان ژی ئەگەر رێژەیا ڤیتامینی د خوینێدا یا کێم بوو، فەرە حەپکێن ڤیتامین (D) وەرگریت. پێدڤییە گرنگییەکا باش ب خوارنا زارۆکی بدەن (ب تایبەتی د ژیێ ئێکسالێیێدا) کو تێرا خوە یا پێدڤی ڤیتامینان وەرگریت.

هەروەسا تێکهەلی یێن زارۆکی دگەل دەوروبەران و ئەنجامدانا یاری و چالاکی یێن ب کۆم، کو دبنە ئەگەرێ وەرارکرنا شارەزایی

یێن جڤاکی، کاریگەرییەکا باش ل سەر پەڕەسەندنا ساخلەمییا دەروونییا وی هەیە.
ڤەکۆلینان خویا کرییە، رێژا تۆشبوونێ ل باژێران پترە ژ گوندان. مەرەم ب ڤێ چەندێ ئەوە کو زارۆکێن گوندان هەردەم د تێکهەلییەکا بەردەوامدانە دگەل هەڤژی یێن خوە و هندەک جاران دگەل مەزنان ژی. لێ ل باژێران هەر خێزانەک ب کارێن خوەڤە مژوولە و بیاڤێ تێکهەلیێ کێمترە!

٣. پاراستنا جڤاکی ژ نەساخیێ:

مەرەم ژ تێگەهێ پاراستنا جڤاکی، ئەنجامدانا هندەک رێکارێن زانستی یان ئیجرائینە کو جڤاک ب هەمووڤە ژێ بهێتە پاراستن. وەکو وێ چەندێیە کو بەرگرییەکا کەرێ پەزی بۆ هەموو تاکێن جڤاکی پەیدا ببیت. گەلەک نەساخی یێن کوژەک ل سەر ئاستێ جڤاکی هاتینە بنبڕکرن، مینا فالنجا زارۆکان، سوورک، خورِیک، تاعوون و گەلەکێن دی کو ب رێکا ڤاکسینێن کاریگەر هاتینە بنبڕکرن و نۆکە ئەو نەساخییە دناڤ جڤاکیدا نەماینە. لێ د ڤێ رەوشا مژدارییا شیزۆفرینیاییێدا، کارەکێ ب ساناهی نینە ئەڤ جۆرێ خۆپاراستنێ بهێتە ئەنجامدان، چونکو هێشتا گەلەک تشت ژێ د ڤەشارتینە و تنێ هۆکارێ ڤنێتیێ ل گورەی ئاماران کاریگەرییەکا خوە هەیە. ئەڤجا زانا و پسپۆرێن ڤێ ئێشێ یێ ل جینێن هۆکار دگەڕێن کو شێوازێ تێکچوونا وان دەستنیشان بکەن و کار ل سەر راستڤەکرنێ بکەن داکو ئێدی نەبنە سەدەمێ نەساخیێ. هەرچەندە هێشتا زانست نەگەهشتییە چ گرۆڤێن گومانبڕ

د ڤێ کریارێدا، لێ هەردەم ئۆمێد هەنە کو رۆژەک بهێت، زانایێن ئەندازەیا جینان بگەهنە ئەنجامەکێ بەرهەست د ڤێ بیاڤیدا.

ل داوییێ، من دڤێت بێژم؛ سەرەرای ڤان هەموو نیشانێن تێکچوون و نەرێکوپێکییا هزر و دلینیێ و رەفتاران، وەهم و هەلوەسەیان، نەجڤاکیبوون و ڤەدەرییا نەساخی، هندەک نەساخ هەنە داهێنانەکا ئافرەندەیی د کار و پیشەیێ خوەدا دبینن، هندەک ژی داهێنانێ د بیاڤێن ویژەییدا دکەن. باشترین نموونە ژی، چیرۆکا فلمێ (جۆن فۆریس ناش)، کو خەلاتێ نۆبل ب ئابۆرزانییێ وەرگرتییە.
د فلمێ (عەقلەکێ جوان- A beautiful mind)دا[144]، ژ قەهرەمانییا راسل کرۆ، دەرهێنانا رۆن هەوارد، ژ نڤیسینا سیلڤیا ناسار و ژ بەرهەمهێنانا برین گریزەر و رۆن هەوارد، ئەڤ فلمە چیرۆکا زانایەکێ ماتماتیکێ ڤەدگێڕیت، نەساخییا شیزۆفرینییا هەبوویە و سەرەرای هەموو هەلوەسە و وەهمێن وی یێن د دەمێ نۆبەتێن نیشاناندا، شیا هندەک داهێنانێن بەرچاڤ د بیاڤێ کارێ خوەدا بکەت و بگەهتە خەلاتێ نۆبل. هەڵبەت ئەڤە رامانا وێ ئەو نینە کو پڕانییا کەسێن شیزۆفرینیی داهێنەرن. لێ ئاماژەیەکێ ددەتە مە، هەر دەمێ چارەسەرییەکا دروست و دویفچوونەکا بەردەوام بۆ نەساخان هەبیت، دێ شێن ڤەگەڕنەڤە دناڤ ژیانا جڤاکیدا و دبیت دەستڕەنگینیێ د کار و چالاکی یێن خوەدا بکەن.

[144] **هوون د کارن ل سەر ڤێ لینکێ ل خوارێ سەحکەنە فلمی:**
Cimawbas.tv:2053/watch.php?vid=5a8e4a097

پاشکۆ

پاشکۆ (1)

هەڵسەنگاندنا نیشانێن پێشوەختە[145]

فەرە ناڤێ چارەسەرکاری و ژمارا فۆرمێ و رێکەفتا چاڤپێکەفتنێ بهێنە تۆمارکرن:

نزانم	نەوەیە	وەیە	پرسیار	ز
			ئەز یێ بوویمە کەسەکێ بێدەنگ و ب تنێ دناڤ چوار دیواراندا، سەرەدەرییێ دگەل دەردۆران ناکەم.	1
			ئەز یێ ئالۆزم، ب شەرمینی سەرەدەرییێ دگەل خەلکی دکەم.	2
			بۆ ماوێ چەندین هەفتەیان، هەر یێ خەمگین و بێگێول و بێئۆمێدم.	3
			مشە جاران ب زەحمەت دنڤم.	4
			شەهیەتا من یا خوارنێ، یا زێدەتر لێ هاتی یان یا کێم بووی.	5
			لڤین و هزر و دەربرینێن من ب ئاشکرایی لاوازتر دیار دکەن.	6

[145] **فیرلر کیسلینج و جابریلا بیتشل** (2003). **الحیاة مع الفصام: معلومات للمرضی وأقاربهم. اتحاد برنامج التثقیف النفسي. دار النشر** (Springer Verlag). **ط2، شتوتگارت. کتاب من موقع:** (www.lundbeck.com).

			پویتەدانا من ب پێدڤی یێن کەسۆکی و ساخلەمی و جلوبەرگ و خوارن و پاقژی و رێکوپێکی یا جهێ لێ دژیم، کێمتر لێ هاتییە.	7
			گەلەک جاران یێ توورە و ئالۆز و شەپرزەمە.	8
			پتر ژ بەرێ، شەڕی دگەل کەسوکار و هەڤالان و کەسێن دی دکەم.	9
			گەلەک هزرێن جوداجودا د سەرێ مندا د زڤڕن.	10
			گەلەک جاران هەست دکەم خەلک فێلان ل من دکەن و هەوڵددەن کو من ئیستغلال بکەن.	11
			مشە جاران ئەو هەستە بۆ من پەیدا دبیت کو هندەک بۆیەر (تێبینی، نامە) د ژیانا رۆژانەدا ب منڤە گرێداینە یان مەرەم پێ ئەزم	12
			هندەک جاران دەردۆرا خوە یا کەهی ب سەیر و نەکەتواری دبینم (بۆ نموونە: یا ب مەترسییە یان هەژیتییەکا تایبەت هەیە)	13

تێبینی:

ئەگەر هەموو بەرسڤ ئەرێنی بن، رامانا وێ ئەوە کو ئەڤە نیشانێن ئاگەهدارکرنا پێشوەختەنە و بەری نیشان دژوارتر لێ بهێن و ببیتە نەساخی، فەرە چارەسەرێ وەرگریت،

پاشکۆ (2)

هەڵسەنگاندنا پێشێلبوونێن کەسایەتیێ

دلینی و پەیوەندیکرن[146].

نەخێر	بەلێ	پرسیار	ژ
		هەڤبەندی یێن من یێن جڤاکی و دلینیێ نە جهگیرن.	1
		د هەڤبەندی یێن خوە یێن جڤاکی و دلینییێدا، هندەک جاران من مەیلا خوە پێڤە بەستنێ هەیە و جارنا من مەیلا ئازاردانا یێ بەرانبەر هەیە.	2
		هەستێن من بلەز دهێنە گوهۆڕین ژ دلخۆشییێ بۆ خەمگینی و خەمۆکییێ، یان ژ هەستا ب ئارامیێ بەر ب هەستا ب ئالۆزییێڤە دهێنە گوهۆڕین.	3
		دپڕانییا جاراندا زوو تووڕە دبم کو چ ئەگەر بۆ نینن و نەشێم ڤێ تووڕەبوونا خوە کونترۆڵ بکەم.	4
		باوەری ب خوەبوونا من نە یا جهگیرە، هندەک جاران هەست دکەم کو خۆنرخاندنا من یا کێم دبیت، لێ پاشی دێ هەست کەم ئەز ژ هەموو خەلکی باشترم.	5
		هەستێن من یێن شەپرزە و شەلەژان کاریگەرییێ دکەنە سەر ژیانا من یا پیشەیی و پەیوەندی یێن من	6

[146] **هاتییە وەرگرتن ژ سایتێ:** (www.helooha.com/quizzes).

	دگەل خەلکی پێ تێک دچن.		
7	ئەز نەشێم کونترۆلا هندەک رەفتارێن خوە یێن خراپ بکەم وەکو زێدەرۆییا خەرجییان، خوارنا زێدە و هەڤبەندی یێن سێکسی یێن نەئەمین.		
8	مشە جاران بۆ من زەحمەتە سەرەدەریێ دگەل دەمێن ڤالا بکەم، هەردەم هەست ب بێزارییەکا دۆمدرێژ دکەم.		
9	ل دەمێ بۆری یان نوکە؛ ئەز هندەک رەفتارێن خوە ئازاردانێ دکەم یان رەفتارێن خۆکوشتنێ یان ژی گەفکرنا ب خوەئازاردانێ.		
10	هەست دکەم ئەز قوربانیمە و هندەک کەسێن دەردۆرا من هاریکارییا من دکەن ژبۆ ئازاردانا من.		

تێبینی:

ئەگەر بەرسڤ ژ چوار خالان کێمتر بن، رامانا وێ ئەوە کو چ بێسازی یێن کەسایەتیێ نینن. لێ ئەگەر چوار خالێ هەبن، رامانا وێ ئەوە کو وی کەسی پێدڤی ب راهێنەرەکێ شارەزایی یێن ژیانێ هەیە داکو فێری شارەزایی یێن سەرەکی یێن سەرەدەریکرنێ و خوە ب ڕێڤەبرنێ بکەت. لێ ئەگەر بەرسڤێن (بەلێ) ژ پێنج خالان پتر بوون، هینگی دێ پێدڤی ب جەلسەیێن دەروونی بیت.

پاشکۆ (3)

هەڵسەنگاندنا کەسایەتییا شیزۆفرینی[147]

ئەڤ هەڵسەنگاندنە ژ دو تاقیکرنان پێک دهێت:

تاقیکرنا ئێکێ:

1. ئەرێ تە دلینییەکا سار هەیە (برودة عاطفیة)؟
- راستە
- چەوتە
- من نەڤێت بەرسڤێ بدەم

2. ئەرێ تو نەیێ دلۆڤانی و یێ ژ خەلکی ڤەدەری؟
- راستە
- چەوتە
- هندەک جاران
- من چ بەرسڤ نینن

---

[147] **هاتییە وەرگرتن ژ سایتێ:** (www.almrsal.com).

3. ئەرێ تو چ پویتەی ب رەخنەگرتن و پەسندانێ نادەی، یان ب کێمی بەرسڤا وان ددەی؟

- راستە
- من نەڤێت بەرسڤێ بدەم
- چەوتە

4. ئەرێ حەز ژ چالاکی یێن ب تنێ دکەی؟

- هەردەم وەسایە
- چ جاران وەسا نینە
- هندەک جاران
- ئەز حەز ژ چالاکی یێن ب تنێ ناکەم

5. ئەرێ تە هژمارەکا گەلەک کێم یا هەڤالان یان هەڤالێن نێزیک هەیە؟

- راستە
- چەوتە
- من نەڤێت چ هەڤبەندییان چێکەم.
- ئەز حەز ژ هەڤبەندی یێن نێزیک ناکەم.

6. ئەرێ تو خۆشیێ ژ هندەک چالاکییان دبینی؟

- بەلێ
- نەخێر
- جار جارە
- من نەڤێت بەرسڤێ بدەم

7. ئەرێ تو یێ دلخۆشی کو تو پشکەکی ژ خێزانەکێ؟

- بەلێ
- نەخێر

8. ئەرێ تو گەلەک یێ هەستییاری؟

- بەلێ
- ل سەر هەڵوەستەی رادوەستێت.
- نەخێر

9. ئەرێ تو هەست دکەی کو تو ژ هەموویێن دی باشتر و زیرەکتری؟

- راستە
- چەوتە
- هندەک جاران.
- چ جاران نە.

تێبینی:

تنێ نۆژدارێ دەروونی مافێ دەستنیشانکرنێ هەیە.

تاقیکرنا دووێ:

ز	پرسیار	بەلێ	نەخێر
1	ئەرێ تو هەست ب نەرەحەتییێ دکەی هەکو نەچار دبی کو سەرەدەرییێ دگەل مەرجێن خەلکی بکەی، نە مەرجێن خوە؟		
2	ئەرێ هندەک دەم هەنە تو خۆشییێ ب کەشێ خێزانی نابەی، یان تو وە هەست دکەی تە چ تشتێ هەڤپشک دگەل خێزانا خوە نینە؟		
3	ئەرێ تو حەز دکەی وەسا هزرکەی کو ئەوێن تو باوەر پێ دکەی، ب تنێ کەسوکارێن تە یێن نێزیکن؟		
4	ئەرێ بۆ تە یا ب زەحمەتە میناکەکێ هووربین دروست بکەی ل سەر ئاستێ هەڤگونجانا تە دگەل خەلکێ دی؟		
5	ئەرێ هندەک جاران خەلکێ دەردۆرا تە رەخنەیان ل تە گرن کو تو کەسەکێ ساری یان ڤەدەری یان گرنگییێ ب چ نادەی؟		
6	ئەرێ تو هەردەم چالاکی یێن ب تنێ ل سەر چالاکی یێن ب کۆم دچێترینی؟		
7	ئەرێ بۆ تە یا ب زەحمەتە یێ هەڤسۆز بی دگەل کەسێن دەوروبەری خوە؟		

پاشکۆ (4)

هەڵسەنگاندنا کەسایەتییا توخیبی

نموونەیێ ماری سی زانارینی[148].

ئەزم	تا راددەیەکی ئەزم	نە ئەزم	پرسیار	ژ
			گەلەک ژ پەیوەندی یێن من نەجهگیر و شەلەژانن.	١
			د پڕانییا جاراندا، توندییا تووڕەبوونا من نەگونجاییە دگەل وی هەڵوێست یان بۆیەرێ ئەز تووڕە کریم.	٢
			گێول و هەستێن من بلەز دهێنە گوهۆڕین.	٣
			من هەستەکا دۆمدرێژ ب ڤالاهیێ هەیە.	٤
			رەفتارەکێ یان دو رەفتارێن ژ ڤان رەفتارێن خوە ئازاردانێ ئەنجام ددەم: زێدەرۆییا خەرجکرنێ، هەڤبەندی یێن سێکسی یێن نەئەمین، بکارئینانا هۆشبەران، خوارنا زێدە.	٥
			ب هەموو شیانێن خوە هەوڵددەم کو نەهێلم کەسوکار ژ من دوور بکەڤن، چ ئەو	٦

[148] هاتییە وەرگرتن ژ سایتێ: (www.idrlabs.com).

			هەستە راستی بیت یان هەپارە.	
			من هەستەکا خوەییا نەهەڤسەنگ هەیە، نزانم کا ب راستی هزرا چ دکەم و باوەریێ ب چ دئینم.	٧
			هندەک جاران هەست دکەم ئەو هەڵوەستە یێن ئەز یان کەسێن دی دکەڤنە تێدا، تا راددەیەکی نە کەتوارینە (نە واقعینە).	٨
			هندەک جاران، ئەز باوەر دکەم کەسێن دی دێ هەوڵدەن من بێئشینن یان تڕانا ب من دکەن، وەسا دیارە سەدەمێ ڤێ چەندێ ژی تنێ ئەوە کو ئەو کەسێن خراپن.	٩
			ئەز دودلم ل سەر جەختکرنەکا ب تەمامی ل سەر ساخلەتێن ئەرێنی یێن کەسەکی، لێ هەست ب داکەفتنێ دکەم ژبەر ساخلەتێن نەرێنی یێن وی کەسی.	١٠

ليستا ژێدەران

1. ژێدەر ب زمانێ ئینگلیزی:

A. Books and scientific magazine:

- Alan E. Reed (1979). Modern Medicine: A text book for student. 2nd edition, England.
- American Psychiatric Association- APA (2000). Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorders- IV revision. DSM-IV-TR. Worth publishers.
- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorders (DSM-V). New school library, 5th edition. Washington-DC.
- Chamberlains (1987). Symptoms and Signs in Clinical Medicine. 11th edition.
- Chauery K. (1984). Medicine for student and practitioner. 7th edition.
- Crow Hurst B., Coles E. Michael (1989). Kurt Schneider Concepts of Psychopathology and Schizophrenia: A Review of English Literature. Canadian Journal of Psychiatry. Vol. 34, No. 3 (April).
- Davidson (1991). Principle and Practice of Medicine. 16th edition, Hong Kong.

- David Stafford, Clark C. Smith (1979). Psychiatry for students. 5th edition. Great Britain.
- Gill SS, Rochon PA, Herrmann N, et al (2005). Atypical antipsychotic drugs and risk of ischemic stroke. BMJ; 330 (7489).
- Harrisons (1987). Principle of Internal Medicine II. 11th edition, Portuguese.
- James H. Scully (1996). Psychiatry. 3rd edition.
- Kurt Schneider (1959). Clinical Psychopathology. Translated by Hamilton M.W. New York: Grune and Stratton. a book from (www.researchgate.net).
- Richard Warner (2001). The prevention of schizophrenia: what interventions are safe and effective? A thesis from (www.academic.oup.com).
- Schneeweiss S, Setoguchi S, Brookhart A, Dormuth C, Wang PS (2007). Risk of death associated with the use of conventional versus atypical antipsychotic drugs among elderly patients. CMAJ; 176 (11). And CMAJ; 176 (5).
- WHO (2016). ICD-10, Classification of Mental and Behavioral disorders: clinical descriptions and diagnostic guidelines. A book from (www.who.int).
- WHO (2016). International Statistical Classification of Diseases and related health problems (ICD-10th revision). Volume 1, 5th edition. France.
- Wynga Arden Smith (1983). CECIL, Text book of Medicine. Volume 16, 2nd edition. Japan.

B. Articles :

- Laura TM, Nordentoft M, Mortensen PB (2014). Excessive early mortality in Schizophrenia. Annual Review of Clinical Psychology: No. 10, an article from (www.who.int).
- Melinda Smith, M.A., Lawrence Robinson, and Jeanne Segal, Ph.D. (2020). Schizophrenia and Coping Tips. An article from (www.helpguid.org).
- Robert K. Heinssen, Amy B. Goldstein, Susan T Azrin (2020). Evidence- based treatment for first episode psychosis: component of coordinated specialty care. An article from (www.smiadviser.org).
- Smitha Bhandari, MD (2020). Schizophrenia: An Overview. An Article from (www.webmd.com).
- Smitha Bhandari, MD (2021). Medication that treat Schizophrenia. An article from (www.webmd.com).
- Cathy Abshire, John Kane, Tamara G. Sale, Lisa Dixon (2015). An overview of Coordinated Specialty Care- CSC for persons with first episode psychosis. An article from (www.nasmhpd.org).
- Cheng Lee, Thomas H. Mc Glashan, Scott W. Woods (2012). Prevention of Schizophrenia. An article from (www.link.springer.com).
- John Muench, Ann M. Hamer (2010). Adverse Effects of Antipsychotic Medication. An article from (www.aafp.org).

- Krogh JV (2010). Shock therapy in Danish psychiatry. An article from (www.ncbi.nlm.nih.gov).
- En.wikipedia.org/wiki/schizophrenia
- En.Wikipedia.org/wiki/neurotransmitters

2. ژێدەر ب زمانێ عەرەبی و کوردی:

أ. کتێب:

- أحمد عزت راجح (1970). اصول علم النفس. ط8، القاهرة.
- إيمى يوليس و بيل هينكين (2008). فن العلاج النفسي. ترجمة: معين خويص. منشورات دار علاءالدين. ط2، دمشق.
- بيرنى كوروين، پيتەر رودل، ستيفان پالمێر (2008). العلاج المعرفي- السلوكي المختصر. ترجمة: محمود عيد مصطفى. دار ابتراك للنشر والتوزيع. ط1، القاهرة.
- جوزيف بويمل (2008). الذهان من مظاهر الفصام: دليل للمرضى والاقارب. دار النشر (Springer Verlag). ط2، هايدلبرج. كتاب من موقع: (www.lundbeck.com).
- عارف حيتۆ (2011). دەستپێکەک دەربارەی ماددە یێن بێهۆشکەر. ژ بەلاڤۆکێن رێکخراوا (IREX). چ1، چاپخانا روکسانا- هەولێر.
- عارف حيتۆ (2020). هزرێن گەڕیدە: خواندنێن دەربارەی هزر و رەفتارا کەسێ کورد. چ1، چاپخانا پارێزگەها دهۆکێ. بپ: 186- 188.

- عبدالباقی عبدالرحمن أحمد (2007). زارۆكێن ترۆمادار و پێشێلبوونێن پەستا پشتی ترۆمایێ. وەرگێران ژ ئینگلیزی: د. عارف حیتۆ. ژ وەشانێن كۆڤارا مەتین- 16. چ1، چاپخانا هاوار. دهۆک.
- عبدالستار ابراهيم (1980). العلاج النفسي الحديث: قوة للانسان. منشورات عالم المعرفة (27). ط1، الكويت.
- عبدالستار طاهر شريف (1985). قاموس علم النفس: إنكليزي، عربي، كوردی. ط1، بغداد.
- عبدالفتاح الخواجة (2010). أساليب الأرشاد النفسي. منشورات دار البداية. ط1، عمان.
- عبدالكريم الصالح (2006). تحليل الشخصيات وفن التعامل معها. كتاب من موقع: (www.Noor-Book.com).
- عبدالمحسن صالح (1979). الانسان الحائر بين العلم والخرافة. منشورات عالم المعرفة. ط1، الكويت.
- علي كمال (1967). النفس: انفعالاتها وأمراضها وعلاجها. ط1، بغداد.
- علي كمال (1987). فصام العقل أو الشيزوفرينيا. ط1، لندن.
- علي الوردي (1953). وعاظ السلاطين. ط1- بغداد. ط2 (1995)، منشورات دار كوڤان- لندن.
- علي الوردي (1955). مهزلة العقل البشري. ط1- بغداد. ط2 (1994)، منشورات دار كوڤان- لندن.
- علي الوردي (1965). دراسة في طبيعة المجتمع العراقي: دراسة تمهيدية لدراسة المجتمع العربي الاكبر في ضوء علم

الاجتماع الحديث. ط1- بغداد. الكتاب موجود على موقع: (www.kutub-pdf.net/books).

- علي الوردي (1969). لمحات إجتماعية من تاريخ العراق الحديث: المجلد الاول (الملحق الأول و الثاني). ط1، بغداد. من موقع: (https://www.alkottob.com).
- فخري الدباغ (1977). أصول الطب النفساني. ط2، الموصل.
- فيرلر كيسلينج و جابريلا بيتشل (2003). الحياة مع الفصام: معلومات للمرضى وأقاربهم. اتحاد برنامج التثقيف النفسي. دار النشر (Springer Verlag). ط2، شتوتگارت. كتاب من موقع: (www.lundbeck.com).
- قاسم حسين صالح (2015). الاضطرابات النفسية والعقلية: نظرياتها، أسبابها، طرائق علاجها. دار دجلة للنشر والتوزيع. ط1، عمان.
- كارل البرت (2014). انماط الشخصية: أسرار وخفايا. ترجمة: حسين حمزة. منشورات كنوز المعرفة. ط1، عمان.
- كامل محمد محمد عويصة (1996). علم النفس بين الشخصية والفكر. سلسلة علم النفس (17). دار الكتب العلمية. ط1، بيروت.
- كمال يوسف بلان (2015). نظريات الارشاد والعلاج النفسي. دار الاعصار العلمي. ط1، عمان.
- كەریم شەریف قەرەچەتانی (1996). دەروازەی دەروونزانی. چ1، هەولێر.
- محمد السيد عبدالرحمن (1998). نظريات الشخصية. دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع. ط1، القاهرة.

- محمد عثمان الخشت (2001). مدخل الى فلسفة الدين. دار قباء للطباعة والنشر. ط1، القاهرة.
- محمود عوض (1991). علم النفس العام. دار المعرفة الجامعية. ط1، الاسكندرية.
- مصطفى عبدالسلام الهيتى (1985). عالم الشخصية. ط1، بغداد.
- هوفمان س. ج. (2012). العلاج المعرفي السلوكي المعاصر: الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية. ترجمة: د. مراد علي عيسى. دار الفجر للنشر والتوزيع. ط1، القاهرة.
- هيوا عومەر ئەمین (1983). دەروونزانی. نڤیسین: و. ب. گوتەری، وەرگێران ژ ئینگلیزی. چ1، بەغدا.

ب. گۆتار:

- أحمد برقاوي (2015). الوهم والخيال. مقالة من موقع: (www.albayan.ae).
- الاء احمد (2017). ما هو الادرينالين. مقالة من موقع: (www.mawdoo3.com).
- أميرة حسن (2019). ثلاثة أخطر أنواع الهلاوس التي تهاجم الانسان. مقالة من موقع: (www.sasapost.com).
- أميرة شحاتة (2018). الهلاوس الكاذبة.. ليست مرض نفسي. تقرير من موقع: (www.youm7.com).
- أميرة عبدالرازق (2019). الفصام مرض الهلاوس والاوهام. مقالة من موقع: (www.elconsolto.com).

- بتول حبكنة الميداني (2018). خمسة معتقدات خاطئة حول الامراض النفسية. مقالة من موقع: (www.ziid.net).
- تسنيم جابر (2020). الشخصية الدقيقة أو الوسواسية. مقالة من موقع: (www.mawdoo3.com).
- دعاء حلبى (2020). أعراض نقص هرمون السيروتونين. مقالة من موقع: (www.webteb.com).
- رزان صلاح (2017). أنواع الشخصية في علم النفس العام. مقالة من موقع: (www.mawdoo3.com).
- سارة منصور (2020). الهلوسة بين الخرافة والتفسير العلمي. مقالة من موقع: (www.altibbi.com).
- سعدالدين العثمانى (2011). هل من وقاية من مرض الفصام؟ مقالة من موقع: (www.maghress.com).
- شـوّلز، س. چارلز (2017). انفصام الشخصية. جامعة منيسوتا. مقالة من موقع: (www.msdmanuals.com).
- عبدالرحمن حماد (2020). برنامج علاج الفصام. مقالة من موقع: (www.insightmham.com).
- غدير مصطفى (2019). الشخصية الهستيرية والحب. مقالة من موقع: (www.sotor.com).
- غيداء أبو خيران (2018). الصدمات الكهربائية.. علاج طبي فعال أم تعذيب شنيع. مقالة من موقع: (www.noonpost.com).
- غيداء العمرى (2020). تعرف على النواقل العصبية. مقالة من موقع: (www.webteb.com).

- كريم مأمون (2019). الشخصية الهستريائية.. بالغون بسلوك طفل. مقالة من موقع: (www.enabbaladi.net).
- مجد خضر (2018). أنواع الشخصيات في علم النفس. مقالة من موقع: (www.mawdoo3.com).
- محمد السيد علي (2019). براعم البروكلي تكافح الفصام. مقالة من موقع: (www.scientificamerican.com).
- محمد عثمان الخشت (2020). ضد التصور الأسطوري للشيطان. مقالة من موقع: (www.gate.ahram.org.eg/news).
- محمد يوسف (2019). معتقدات خاطئة صدقها البشر حول الامراض النفسية والعقلية. مقالة من موقع: (www.popsci.ae).
- مروة عصمت (2018). أعراض زيادة الدوبامين. مقالة من موقع: (www.dailymedicalinfo.com).
- مها بدر (2018). الدوبامين: ما هو، كيف يؤثر علينا وكيف نزيده. مقالة من موقع: (www.webteb.com).
- مها بدر (2018). ما هو الادرينالين. مقالة من موقع: (www.webteb.com).
- نهير عبدالنبي (2020). سؤال و جواب: كل ما تريد معرفته عن أعراض الهلوسة و طرق العلاج. مقالة من موقع: (www.youm7.com).
- هايل الجازي (2020). الشيزوفرينيا أو انفصام الشخصية. مراجعة: د. معن العبكي. مقالة من موقع: (www.mawdoo3.com).

- يحيى الرخاوى (2013). اضطراب الادراك: انواع الهلاوس. مقالة من موقع: (www.rakhawy.net).
- معلومات عن انفصام الشخصية، في موقع: (Ar.wikipedia.org)
- معلومات عن اضطراب الاوهام، من موقع: (Ar.wikipedia.org)
- معلومات عن الهلوسة، من موقع: (Ar.wikipedia.org)
- معلومات عن قوانين بافلوف، من موقع: (Ar.wikipedia.org)
- وانەيێن خولا دوو سالى (1999- 2001) يا چارەسەركرن و پالپشتييا دەروونجڤاكى ژبۆ كەسێن ترۆمادار و ئەوێن ل بن پەستێن دەروونى. ئەڤ خولە ب سەرپەرشتيا زانينگەها ئوميۆ يا سويدى و ب رێكا رێكخراوا دياكۆنيا ل دهۆكێ هاتبوو ئەنجامدان.

3. مفا وەرگرتن ژ هندەک سایتێن زێدەبارێن ئەنتەرنێتێ کو گۆتارێن تێدا بێ ناڤ بوون:

- www.adictiontreatmentweb.com
- www.who.int
- www.kutubpdfbook.com
- www.fac.ksu.edu.sa
- www.sotor.com
- www.msdmanuals.com
- www.hopeeg.com
- www.layalina.com
- www.camh.com
- www.youtube.com
- www.sites.google.com
- www.syr-res.com
- www.myoclinic.com
- www.helooha.com/quizzes
- www.idrlabs.com
- www.almrsal.com
- www.myoclinic.org
- www.onshr.nrme.net
- www.aljazeera.net

ناڤەرۆك

پێشگۆتن	١
پشکا ئێکێ: شیزۆفرینیا و دوبەندییا کەسایەتیێ	٩
شیزۆفرینیا چییە؟	١١
دوبەندییا کەسایەتیێ و دورویاتی	٢٩
دورویاتی و نەشازییا جڤاکی	٤٠
پشکا دووێ: نیشان و جۆرێن شیزۆفرینیایێ	٤٥
نیشانێن نەساخیێ	٤٧
وەهم	٥٤
هەلوەسە	٦٦
تێکچوونێن هزرکرنێ	٧٨
تێکچوونێن دلینی و وژدانێ	٨٣
تێکچوونێن رەفتاران	٨٦
جۆرێن نەساخیێ	٩٢
پشکا سێێ: دەستنیشانکرن و دەستنیشانکرنا جوداکاری	١٠٩
قۆناغێن وەرارا نەساخیێ	١١١
دەستنیشانکرنا نەساخیێ	١١٦
دەستنیشانکرنا جوداکاری	١٢٣
حاڵەتێن هەڤبار دگەل شیزۆفرینیایێ	١٣٠
پشکا چوارێ: هۆکار و سەدەمێن شیزۆفرینیایێ	١٥١
هۆکار و سەدەمێن نەساخیێ	١٥٣
سەدەمێن بۆماوەیی	١٥٥

سەدەمێن دەروونی	١٥٩
کاریگەرێ دەوروبەران	١٦٩
نەساخی یێن مەژی	١٧٤
پێشێلبوونا ڤەگوهێزکێن دەماران	١٧٦
پشکا پێنجێ: چارەسەرکرن	١٨١
چارەسەرکرنا شیزۆفرینیایێ	١٨٣
رێکێن چارەسەرکرنێ	١٩٠
چارەسەرکرنا ب دەرمانان	١٩١
هێدمەیا کارەبێ	٢١١
چارەسەرییا دەروونی	٢١٤
چارەسەرییا مەعریفی- رەفتاری	٢٢٢
چارەسەرکرنا دەوروبەران	٢٣٣
کوکتێلێ چارەسەریێ	٢٣٦
خۆپاراستن ژ نەساخیێ	٢٤٠
پاشکۆ	٢٤٦
پاشکۆ (1): هەڵسەنگاندنا نیشانێن پێشوەختە	٢٤٧
پاشکۆ (2): هەڵسەنگاندنا تێکچوونێن دلینیێ و پەیوەندیکرنێ	٢٤٩
پاشکۆ (3): هەڵسەنگاندنا کەسایەتییا شیزۆفرینی	٢٥١
پاشکۆ (4): هەڵسەنگاندنا کەسایەتییا توخیبی	٢٥٥
لیستا ژێدەران	٢٥٧