

ٲريکسن و ٲناغٲکاني گٲشي تيدري دٲرووني-کٲمٲٲا يٲتي . جوتيار

ٲامانچ لٲو کورتٲ ووتارٲ نيشانداني ٲوٲٲي کٲ چٲن ژياني خودي ٲريکسن، بيرکٲ دٲروونيٲ گٲشيٲندووٲکاني لٲ قاب داوٲ و چٲن دٲتوانرت تيدريٲکاني لٲ بٲواري ٲٲروٲردٲ و ٲٲروٲردٲي اوٲژکاريذا بٲ کردٲوٲ بٲکاربهٲنرن، وتارٲکٲ ديدگا بيوگرافيٲکان لٲگٲ ٲوونکردنٲوٲ پراکتيکيٲکاني ٲناغٲ دٲرووني-کٲمٲٲا يٲتيٲکان تٲکٲٲ دٲکات و بٲ نموونيٲ استٲقينٲ و ٲيوٲنديدار نيشانيان دٲدات.

ژياني کٲسي و کاريگري و ٲٲمونٲکان

ٲريک ٲريکسن لٲ سالي ١٩٠٢ لٲ شاري (فرانکفٲرت ٲٲم مابين) لٲدايکبووٲ و لٲ ژينگٲيٲکي کولتووري هٲمٲچٲشندا گٲورٲ بووٲ، بنٲچٲ و ناسنامٲکٲي هر لٲ سٲرٲتاوٲ تٲوٲري سٲرٲکي بوو بٲ ٲوٲ، ٲو لٲ خاتونٲکي هٲٲٲندي بٲ بنٲچٲ يٲهودي کٲ خٲٲکي کٲپنهاگن بووٲ و دواتر بٲ هي شٲرايتٲکي تايبٲتي کٲمٲٲا يٲتي کٲچي کردووٲ بٲ ٲٲمانيا هاتٲتٲ دونياوٲ، بٲٲٲام ٲريکسن لٲ لاين باوکٲکي نٲناسراوٲوٲ بٲخٲو کراوٲ و ژياني بٲ دابينکراوٲ و هٲروٲکوو منداٲي راستٲقينٲي خٲشي بٲرخوردي کردووٲ و سٲزي ٲٲداوٲ، ٲٲمٲش پرسيارٲکاني سٲربٲخٲي و ٲٲگ و ناسنامٲي بٲ ٲريکسن لٲ سٲرٲتاوٲ هٲنا يٲ ٲٲشوٲوٲ، ٲٲم خاٲٲ دٲستٲٲکي ژياني راستٲقينٲي، حٲزو نارٲزووي ٲوي بٲ ناسنامٲ و سٲربٲخٲي و ٲوٲ ژينگٲ کٲمٲٲا يٲتيٲي کٲ کاريگري لٲسٲر گٲشي تاک هٲيٲ، لٲ قاب دا.

تٲنانت لٲ تٲمٲنٲکي بچووکيشدا ٲريکسن بٲدواي وٲٲامدا دٲگٲٲا بٲ ٲو پرسيارٲي کٲ مرٲٲٲکان چٲن جٲگٲي خٲيان لٲ ژينگٲ کٲمٲٲا يٲتيٲکياندا و چٲن سٲقامگيري لٲنٲوان خٲياندا دٲدزنٲوٲ. ٲريکسن بٲرژٲوٲنديٲ سٲرٲتايي و توٲژيندوٲکاني لٲ هونٲر و ٲٲنٲلٲژيدا (زانستي بوون) دٲستٲٲکرد؛ ٲو ناراستٲ ديسيپلينيٲ، ٲٲنگدانٲوٲي ديدگاي گشتگيرانٲي دواتري ٲريکسني بنياتنا.

ٲو گٲشيکردن وٲک ٲرٲسٲيٲک تٲدٲگات کٲ بٲ توندي کاريگري بٲها کولتووريٲکان، ٲٲيوٲنديٲ کٲمٲٲا يٲتيٲکان و چوارچٲوٲي مٲژووي لٲسٲرٲ. ٲٲنمايٲ سٲرٲتايٲکاني لٲ ٲٲگٲي چاودٲريکردن لٲ ناو خٲزانٲکان، قوتابخانٲکان و شوٲنٲ بيماري و چارٲسٲريٲکان، بناغٲي

تښتښتنه کي د روونۍ گډه سږندووی دانا که مړه کانا لږ ناو
گډوونۍ که ماته یې تی ود روونۍ خپلې اندا د واندن و لږ کداندو به
شت کانی د ورو بهر د کښن.

نریکسن نړیوونۍ نړیوای کرد که چن پرسپار کانی (نیدینتیت)
پناس، سربېره یی و پکها تنی لږ بوار جیاواز کانی ژیا ندا -
خزان، قوتا بخان و شوېنی کار- چن دین جار گړی و ووبه ووبونه وای
نویان به نړیوونه نای ناراو. نړیو گرنگیدانۍ تروای ژیا نی لږ سر
گډه کښن لږ ناو پږیو نډیې که ماته یې تیې کانا، تږه سښت ا کښی
لږ قاب دا. نړیو پږی وای که گډه کښن مډله ک نیې به یې قناغ
بجووې بکړتو، به کو پږی سږی کی به رد وام و کاریگړی د روونۍ -
که ماته یې تیې که قیران و د رفعت و فزیت (نړیو خلیاتی باای) نو
لږ موو قناغ کانی ژیا ندا دروست د کات.

هروها څنۍ لږ چسپاندنی چار سږه تاک که سپی کانا لږ
چوارچوای کولتووری و مژوویدا گرت، مډله وونکړندوای تږیا
د روونۍ گډی زږ ته سږ بوو به تښتښتنی نړیو. به کو نړیو جختی
لږ گرنگی کارل که که ماته یې تیې کانا و نړیو به ها کولتووری و
واقعی ژیا نی تایې تی تاک کردو.

نړیو ښار به گرافیه دواتر لږ ښار نړیوونید که یدا
نډاندوای هډو، نریکسن لږ نریک و لږ گډ که سانی
پاشخان نړیو گروپی ته مډ جیاواز و بارود خي ژیا نډام زی
چراوچږدا کاری د کرد. نړیو چاودږی څو تی ژیا نو گوزرانی لږ ناو
خزان کانا، قوتا بخان کانا و شوېنډ بیماریه کانا د کرد، ناماژای
به ودا که چن وابسته یی که ماته یې تی و ژیا ری پکده هډن، چن
سربېره یی و د سټې شخړی تاک پږیو رد د کږن یان ښگریان
لږ د کږت، چن چاو وانیې کانی که مډ گا کاریگړی لږ سر
گډه سږندنی تاک که سی هډیو د کږت به بنیات و دا و خانی که سټی
کارل که ر بن.

نریکسن نړیو ناراسته پراکتیکۍ لږ قناغ کانی ژیا نی خپل ونا
کردو، که هډیو کښان پرسپار کی ناو نډی و فزیت (نړیو خلیاتی
باای) یان لږ د کډو و تږو. به نریکسن وون بوو که سږک و تن یان
شکست لږ قناغ کدا نابت به گډه گیری مږه سږیر بکړت، به کو
ښوونکانی ژیا نی دواتر لږ قاب دات و د سټنیشانی د کات.
ناسایش و د نیای سږر تای ته مډ نی منداۍ کاریگړی لږ سر
دروستبوونی ناسنام لږ ته مډ نی هږز کاریدا هډی، یې کسان لږ
گډوونۍ ته مډ ندا د توانت یې کپارچۍ یی ژیا نی دواتر به هږز بکات.
لږ که تاییدا چیر کی ژیا نی نریکسن به رد وامیه ئاشکرا د کات،
نړیویش گډان به دواي سربېره یی، مډله ک به و واندۍ کی گشتگیر

لـ گـگـی گـگـان و گـگـانی چالاکـو و گـگـی نوـ تا قی دـکـنـو. هاندانی دواي سـرکـوتـنـکان دـستـپـشـخـری بـرـو پـشـچوون زیاد دـکـات؛ شـرمـزارکردنی زـر یان سزادان دـتـوانـت تاوانباری بنیات بکات و یگری لـ دـستـپـشـخـری بکات.

۴. توانایی بـرامبـر بـ کـمـتـرخـمی (قـناغی ۶-۱۱ سا): لـ قوتابخانه‌دا، لـهاتوو و خاوـن تواناکان دـبنـ جـگـی سـرنج. بـرپـرچی ئـرـنی لـسـر ئـرکـکان و پـتـرکانی تاک و گروپ هـستی لـهاتوویی بـهـز دـکـات؛ هـسـنگـاندنـ نادروستوو نـگـتیفـکان دـتـوانن هـستی کـمـتـرخـمی پـروـردـ بـکن ئـگـر پـشتیوانی و هاندان بـ تواناکان کـم بـت.

۵. سـرلـشـواوی ناسنام بـرامبـر بـ گـگـی (قـناغی هـرزـکاری): هـرزـکاران بـدواداچوون بـ بهاکان، پیش و پلانـکانی ژیان دـکـن. ناسنام یـکی وون دـتـوانـت ئاسانکاری بـ پـیوـندیـکان و پلانـانی ژیان بکات. بـ بـ ئاراستـیـکی وون، دـکـرت سـرلـشـواوی گـگـ لـ کـمـمـگـادا سـرهـبـدات.

۶. ئینتیمای بـرامبـر بـ گـشـگیری (قـناغی سـرـتـای تـمـن): دروستکردنی هاوبـشی و هاوـیـتی نـزیک، پـویستی بـ متمانـ و نامادـیی هـی بـ کرانـو. ترس لـ ئازاردان دـتـوانـت بـبـت هـی گـشـگیری.

۷. بنیادنان بـرامبـر چـقبـستویی (قـناغی تـمـنی مامناوـند): دـزینـوی ما نا لـ گـگـی چاودـریکردن، اهـنـرایـتیکردن، دایک و باوکایـتی، یان دـستـپـشـخـری کـمـمـایـتیـکان. بـ بـ ئـم خاـ ئاراستـکردنـ، وـستان لـ بری گـشـ دـتـوانـت ووبدات.

۸. دـستپـاکـی بـرامبـر بـ نائومـدی (قـناغی تـمـنی پـگـیشـتوو): ئاوـدانـو لـ ژیانـی مرـق، قبوـکردنی سنووردارکردن و هـستکردن بـ دـزینـوی ما نا. شکست یان ئامانـج بـدینـهاتووـکان دـتـوانن بـهیوایی لـبـکـوـتـو؛ بیرکردنـو یـکی سـرکـوتوو پـروـردـی پـلـ حیکمـت دروست دـکـات.

چـن ئـریکـسـن یارمـتـیدـر لـ ژیانـی ئـژانـدا

لـ سیستمی پـروـردـدا دـتـوانـت سود لـو تیـر و وـرگیرـت و مـدـلـکـ بـکاربـهـنـرـت بـ داـشتنی مـنهـجـکان کـ وابـستـیی پـشوختـ، سـربـخـی، هاوکاری و ئـزموونی یـگـرتوو لـ دا چالاکی بکات. لـ پـروـردـکردنی منداـدا ئـم بـ واتای قبوـکردنی هـسـکانـ وکـ پـرـسـیـکی فـربوون و شانسـی گـش؛ ستایشکردن دـبـت جـخت لـسـر پـرـسـکـ بکاتـو نـک ئاراستـکردنی دـرئـنجامـکان بـ

به ذکر دنی خ کارایی. له او ژکاری و کاری کم مایه تیدا، به بازی ئریکسن پشتگیری له بونیادی ناسنام د کات له کاتی ه رز کاریدا و به ر پدانی په یو ندییه کم مایه تییه کان له چوارچه وای خزاندا. له ووی کلینیکیه و (چاره س رید و)، د توانه ت و وانینه کانی به ته وای چار س ریه کان پشته په بیه ستره ت. ئو، د سته و وردانه کانی د ورو بهر، ووی ژیانی جه راو جه ر، جیا وازییه کولتوورییه کان و کار له کی سه رچاو و تاکه کم سییه کان له گه ه کار ژینگه ییه کان له به رچاو د گره توه جه ختیان له سر د کاته و.

خنه و ک نه کسته کان

پرسی گشتگیری کولتووری قه ناغه کان و م ا و با کان خا کی سه ر کی گفتوگه ی خنه گرانه. په زیه ندی ه ی قه ناغه کان ناتوانه ت به شه و یه کی گونجاو نو نه راییه تی ووی ژیانی مره قه کان بکات، به تاییه تی له حه ته کانی بیه گرافیه ی په یو سته به کچر د (میگراسیه ن)، چه ندین ناسنام، یان ووی ژیانی نات قلیدی. له کمینه و و کانی ئم دوا ییه جه خت له سر گرنگی فره ناسنام و له کدانه وای نه رم و نیان و وابه سته به چوارچه و به قه یرانه کان د کم نه و. به یه به کاره نه نیانی هاوچه رخ په ویستی به ه ستیاری کولتووری و گونجاوند له گه له کدانه و شانه ییه کان و وچا وکردنی ووی ژیانی تاکه کم سی ه یه.

م دلی ئریکسن گه شه سه ندنی کم سی به نزیکیه و به ز مینه کم مایه تییه کانه و د به سته ته و و خا و که نکره تییه کانی له نگه ر به په رو رده، په رو رده کردن و او ژکاری دابین د کات. ووانگه ی ته وای به ژیانه کی ته ندروست، پشتگیری له پراکتیکه کی گشتگیر د کات، به م د به ت زیاتر وچاوی جه راو جه ری کولتووری و ووی ژیانی تاکه کم سی بکات. توه ژینه و و کانی داهاتوه د توانن جه خته کی زیاتر له سه ر گونجانی فره کولتوری، ئزموونی که چر د و ووی ژیانی گشتگیر بکه نه و و به په ی ئو ئامراز کردار کان زیاتر په په بد ن.

جوتیار