قەڵای بێ دیوار: بۆچی هاوسەرگیری لە سەردەمی ئەمڕۆدا پێویستی بە جیابوونەوەیە لە سەبەری «ماڵی باوک»؟نووسینی: کارزان عزیز

کاتێک لە کۆمەڵگەکەماندا چاوێک بە سەر پرۆسەی هاوسەرگیریدا خشاندن، زۆر جار هۆشی پێویست ناچێتە سەر قووڵایی و قەبارەی ڕاستەقینەی ئەم بڕیارە گەورەیە. خێزان و کەسوکار بە شێوازێکی نەریتی، هاوسەرگیری تەنها وەک ئاهەنگێکی گەورە، گۆڕینی ژوورێک، یان زیادکردنی کورسییەک لەسەر سفرەی ماڵی باوک دەبینن. بەڵام کاتێک سەیری واقیعی تاڵی ئەو ماڵە نوێیانە دەکەین کە پاش چەند مانگێک یان ساڵێک تووشی لەرزین، ناکۆکیی قووڵ و لەبەرپێچبوون دەبن، بۆمان دەردەکەوێت کە کێشەکە زۆر قووڵترە؛ کێشەکە لە نەبوونی تێگەیشتنێکی ڕاستەقینەدایە بۆ چەمکی «سەربەخۆیی خێزانی».

لە ژیانی ڕۆژانەماندا دەبینین کە زۆر جار گەنجان پێش ئەوەی ئامادەیی دەروونی، ئابووری و فیکری تەواویان هەبێت بۆ بەڕێوەبردنی قەڵایەکی سەربەخۆ، دەچنە ناو پرۆسەی هاوسەرگیرییەوە. ئەوان لە ڕووی بینراو و فیزیکییەوە خانووێک پێکدەهێنن، بەڵام لە ناوەڕۆک و سیستەمی بڕیارداندا، هێشتا وەک ئەندامێکی سادەی ناو ماڵی باوکیان دەمێننەوە.

یەکەم: خەڵەتاندنی ڕواڵەت؛ جیاوازیی نێوان «نیشتەجێبوون» و «سەربەخۆیی»

یەکەم هەڵەی کوشندە کە لە سەرەتای دروستبوونی خێزانی نوێدا ڕوودەدات، تێکەڵکردنی چەمکی نیشتەجێبوونە لەگەڵ سەربەخۆیی فیکری و دەروونی. کچ و کور کاتێک ماڵی سەربەخۆی خۆیان جیا دەکەنەوە، وای بۆ دەچن کە ئەرکەکە کۆتایی هاتووە و ئەوان ئیتر بڕیاردەری ژیانی خۆیانن. بەڵام لە یەکەم تاقیکردنەوەی قورسدا، یان لە کاتی سەرهەڵدانی بچووکترین کێشەی ناوماڵدا، دەردەکەوێت کە تەلەفۆن بۆ ماڵی باوک یەکەم هانابردنە.

لەم حاڵەتەدا، بچووکترین کێشە، پێش ئەوەی لە نێوان هاوسەرەکاندا بمێنێتەوە و لەسەر مێزی گفتوگۆی تایبەت یەکلایی ببێتەوە،

دەگوازرێتەوە بۆ دەرەوە. گواستنەوەی کێشە بۆ دەرەوەی ماڵ، بە مانای هێنانی هێزی دەرەکییە بۆ ناو ژووری نووستن؛ ئەمەش نەک کێشەکە چارەسەر ناکات، بەڵکو درزە بچووکەکە دەکاتە کەلێنێکی گەورە کە ڕۆژ بە ڕۆژ فراوانتر دەبێت.

دووەم: دەستێوەردانی خێزانی لە ژێر پەردەی «دڵسۆزی» و «خەمخۆری»دا

ئەم دۆخە دیاردەیەکی هاوبەشە لە هەردوو ڕەگەزدا، بەڵام لەو کۆمەڵگایانەی کە هێشتا فەزای خێزانیی گەورە و پێکەوەیی تێیاندا باڵادەستە، ڕەهەندی توندتر بەخۆیەوە دەبینێت. دایک و باوک بە ناوی پاکی «دڵسۆزی»، «خەمخۆری» و «شارەزایی لە ژیاندا» دەست دەخەنە ناو وردەکارییەکانی ژیانی تایبەتی هاوسەرەکانەوە.

- لەسێدارەدانی فیکری: لە ژێر ئەم پەردە جوانەدا، ڕێگە بە هاوسەرەکان نادرێت فێری ئەوە ببن کە خۆیان بڕیار بدەن، هەڵە بکەن، و باجی هەڵەکانیان بدەن بۆ ئەوەی پێگەیشتن دروست بێت.
- فشاری سۆزداری: دەستێوەردانەکان هەمیشە بە ڕووکەشی توند نییە، بەڵکو زۆر جار لە ڕێگەی سۆزدارییەوە دەکرێت؛ بە شێوازێک کە هاوسەرەکان ناچار دەبن ملکەچی بۆچوونی دەرەکی بن لە ترسی ئەوەی نەوەک نازناوی «بێوەفا» یان «ناپەروەردە»یان بدرێتە پاڵ.

لە بەرامبەریشدا، لاوازیی هۆشیاریی خودی هاوسەرەکان وا دەکات کە نەتوانن هێڵێکی سوور و ڕوون دابنێن. ئەوان نازانن چۆن سنوورێک لە نێوان ڕێزگرتنی بەپێنای دایک و باوک و پاراستنی سەربەخۆیی تایبەتی ماڵی خۆیاندا دروست بکەن.

سێیەم: جیهانی سەردەم و کاریگەریی تەکنەلۆژیا لەسەر شێوازی پەیوەندییەکان

لە جیهانی ئەمڕۆدا، خێرایی پەیوەندییەکان، سۆشیال میدیا و ئاسانبوونی گەیاندنی زانیاری، ئەم کێشەیەی هێندەی تر قووڵتر کردووەتەوە. لە جاراندا سنووری خێزان کەمێک پارێزراوتر بوو، بەڵام ئێستا بەهۆی پەیوەندیی بەردەوامی تەلەفۆنی و ئۆنلاینەوە، بچووکترین گرژیی نێوان هاوسەرەکان ڕاستەوخۆ دەگاتە دەستی دایک و باوک پێش ئەوەی کێشەکە تەنانەت سارد بێتەوە.

هاوسەرە گەنجەکان لەم سەردەمەدا تووشی جۆرێک لە دووفاقیی دەروونی دەبن؛ لەلایەکەوە لەڕووی فیکرییەوە بانگەشەی مۆدێرنیتە و سەربەخۆیی دەکەن، و لەلایەکی تریشەوە لە کاتی تەنگانەدا، تەواوی بڕیارەکانیان دەبەستنەوە بە ڕەزامەندی یان قەناعەتی کەسانی دەرەوەی ماڵەکە. ئەم تێکەڵبوونە بەردەوامە، وەک پەتێکی ناسک وایە کە هێندە ڕادەکێشرێت تا دەپچڕێت.

چوارەم: چۆن دەتوانین قەڵای خێزان لە داڕمان بپارێزین؟

بۆ ئەوەی ماڵی نوێ نەکەوێتە ژێر کاریگەریی داڕمانی بەردەوام، پێویستە هەنگاوی پراکتیکی، عەقڵانی و بوێرانە بگیرێنە بەر:

1. ڕێککەوتنی ناوماڵ و هێڵە سوورەکان: پێویستە هەر لە سەرەتای بنیادنانی ژیانەوە، هاوسەران لەسەر ئەوە کۆک بن کە کام بابەت و کێشە تایبەتە بە خێزان و کەسی تر بۆی نییە تێیدا بدوێت.
2. چارەسەر لە چواردیواری ماڵەدا: هەر کێشە و قەیرانێک، هەرچەندە گەورەش بێت، دەبێت لەسەر مێزی گفتوگۆی هاوبەشی نێوان خۆیان یەکلایی ببێتەوە، نەک بگوازرێتەوە بۆ دەرەوەی ماڵ.
3. پاراستنی سنوری تەندروست: ڕێزگرتن و خۆشەویستی بۆ دایک و باوک ئەرکێکی بنەڕەتییە، بەڵام دەستتێوەردان لە بڕیارە تایبەتەکانی خێزانی نوێ هێڵێکی سوورە؛ تێکەڵنەکردنی ئەم دووانە کلیلی ڕاستەقینەی ئارامییە.

دەرەنجام

هاوسەرگیری سەرکەوتوو تەنها بە ئاهەنگ، ڕواڵەت و خانووی گەورە سەرکەوتوو نابێت، بەڵکو پێویستی بە پێگەیشتنی تەواوی دەروونی، سەربەخۆیی فیکری و بوێری لە پاراستنی تایبەتمەندییەکان هەیە. کاتێک هاوسەران فێری ئەوە دەبن کە چۆن قەڵای خێزانەکەیان لە دەستێوەردانی دەرەکی بپارێزن و سنوورەکان بە جوانی ڕابگرن، لەو کاتەدا دەتوانن چاوەڕوانی ئارامی، سەقامگیری و بەردەوامی بن. تەنها لەم ڕێگەیەوە دەکرێت بناغەی داهاتوویەکی تەندروست بۆ خۆیان و نەوەکانی داهاتووش دابنرێت.