



زانکۆی سەلاحەدەدین
کۆلیژی پەرۆه‌رده
بەشی رێنمایی دەروونی و پەرۆه‌ردهیی

پالپشتی دەروونی و کۆمه‌لایه‌تی

مامۆستایی بابەت- دیمن علی قادر

قۆناغی دووهم

پالپشتی دەرروونی و کۆمه لایه تی

- هه موو ئه و رووداو و نه هامه تیانه ی جیهان پێیدا تێده به ریّت وه کو کیشه کان و رووداوه جوّراو جوّره سرووشتییه کان و نه خوْشیه کان و فایرۆسیه کان و شهر و ئاژاوه و قهیرانه کان وا له تاك و کۆمه لگا ده کات بنا لپین له لایه نی دەرروونی و تهن دووستی و ئابووریه وه.....

بۆيە ليرەدا پيشكەشکردنى يارمەتى و تيرکردنى پيداويستىيە دەروونى
و كۆمەلایەتیهكان بۆ كۆمەلگاكان له كاتى رووداوهكان و قهيرانه
جوراوجورهكاندا بۆته پيداويستىيە سهرهكويهكان له بواری
يارمەتيدانى مروقايهتى و كۆمەلایهتيدا، بۆ ئەم مەبهستهش
ليكوولينهوه و تويژينهوه دەروونيهكان گرنكى پالپشتى دەروونى
دەخهنه روو له بارودۆخهكانى بلاوبوونهوهى نهخۆشى و فايروۆسات و
رووداو و كارەساته سرووشتيهكان

چونکہ لیکۆلینەوہکان ئەوہیان دەرختووہ کہ تاکەکان لەکاتی قەیرانەکاندا زیاتر دووچاری تیکچوونە دەرروونیەکان و خەسارەتیە جەستەییەکان و رەفتاری کۆمەلایەتی نەشیاو دەبنەوہ، بۆیە زۆر پۆیستە پالپشتی دەرروونی و کۆمەلایەتی فەراھەم بکریّت لەم بارودۆخانەدا بۆ بەھێزکردنی کەسایەتی تاک و پتەوکردنی لایەنی دەرروونی تاکەکان و کۆمەلگاگان لە پینا و قبولکردنی واقعی حال و خوراھینان و ژیان لەگەڵیدا و کارکردن بۆ تێپەرانندی بارودۆخە ناخۆشەکان بە دەرروونیکی جیگیر و بەھێز، چونکہ ئامانجی سەرەکی پالپشتی دەرروونی و کۆمەلایەتی بریتیە لە سووک کردنی باری دەرروونی نەخۆش و کەمکردنەوہی نازارە چەستەییەکان و سۆزدارییەکان وەکو ترس و خەم و خەفەت و ترسی زۆر کہ دووچاری تاک و کۆمەلگاگان دەبنەوہ لێرەشدا رۆلی پالپشتی دەرروونی و کۆمەلایەتی دیتە پیشەوہ.

وه پالپشتی دهروونی و کۆمه‌لایه‌تی ده‌توانیت سنوور دابنیت بۆ مه‌ترسی
رووداو‌ه‌کان و ده‌ست پێشخه‌ری بکات له پته‌وکردنی تواناکانی تاك له پیناو
گونجانی ده‌روونی و کۆمه‌لایه‌تیدا له ریگای به‌ره‌نگاربوونه‌وه‌ی کاریگه‌ر
له‌گه‌ڵ رووداو‌ه‌کاندا و ئاماده‌کردنی تاکه‌کان و خیزانه‌کان له لایه‌نی
ده‌روونی بۆ پووبه‌رووبوونه‌وه‌ی قه‌یرانه‌کان و به‌هێزکردن و پته‌وکردنی
تواناکانیان له پیناو به‌ره‌نگاربوونه‌وه‌ و جو‌له‌کردن به‌ره‌ و
پووبه‌رووبوونه‌وه‌ی کاره‌ساته‌کان.

لیره دا پالپشتی دهروونی و کۆمه لایه تی وه کو پرۆگرامیکی پاراستن دیت
ئامانج لپی پاراستنی تاکه کان و به هیژکردنی برپا به خۆبوونیان و
زیادکردنی توانسته دهروونیه کانیان له پینا و تحملکردن و
به رهنگاربوونه وهی قهیرانه کان، چونکه پالپشتی دهروونی زوو
پیشوهخته هوکاریکی خو پاراستنه یارمه تی تاکه کان ده دات باشتتر
بگونجین له گهل بارودووخه که دا و توانا کانیان به هیژ ده کات له پینا و
کارلیککردنیکی باشتتر، چونکه پشتگویی خستنی به رپه رچدانه وه
هه لچوونیه کان قوربانی سلبی لی ده که ویته وه له جیاتی قوربانی
چالاک.

پالپشتی دەرروونی کۆمه‌لایه‌تی پیداو‌یستییه‌کی سرووشتییه بو ئه‌و
کۆمه‌لگایانه‌ی که نالاندووویانه و تا ئیستاش ده‌نالینن له ده‌ستی
قه‌یرانه‌کان و پرووداو و کاره‌ساته سرووشتییه‌کاندا، بۆیه به‌کاره‌یینانی
راستی و دروستی پالپشتی دەرروونی و کۆمه‌لایه‌تی بریتییه له
رێکخستنی و به‌کاره‌یینانی به‌بێ پیداو‌یستی و تایبه‌تمه‌ندیه‌کانی
کۆمه‌لگا‌کان و ئه‌و کیشانه‌ی پرووبه‌رووی ژینگه و کۆمه‌لگا‌کان
ده‌بنه‌وه، چونکه ئامانج له به‌کاره‌یینانی پالپشتی دەرروونی و
کۆمه‌لایه‌تی بریتییه له ئه‌نجامدانی گۆرانکاری ئیجابی و پۆزه‌تیف له
بواری دەرروونی و کۆمه‌لایه‌تیدا و نیشانه‌یه‌کی گرینگی به‌ره‌و باشتەر
چوونی گشتیه.

پیناسە ی پالپشتی دەروونی کۆمەلایەتی:

- 1 - بریتیه له پێشکەشکردنی بیروکە ی تیمارکاری چارەسەرکار.
- 2 - بریتیه له هیۆر کردنەوہی ھەستە تیکچووہکان.
- 3 - ریگا نیشانەرە بو پەفتاری گونجاو لەگەل واقعدا.

گرنگی پالپشتی دەرروونی و کۆمه لایه تی:

درووستی دەرروونی بریتیه له بارودۆخیکی سه لامه تی که تیایدا تاك ده توانیت تاك درك به توانسته تاییه تیه کانی بکات و خۆی بگونجینیت له گهل بارودوخی دلپراوکی ئاسایی و کارکردن به شیوه یه کی به ره همدار و به سوود له به شداریکردنی کومه لایه تیدا.

وه پالپشتی دەرروونی کومه لایه تی بریتیه له و چه مکهی که ده لاله ت ده کات له پیشکه شکردنی یارمه تی بۆ ئه و که سانه ی که پپووستییانه له سه ر بنه مایه کی دەرروونی کۆمه لایه تی، واتا هه ندیک هۆکاری دەرروونی و کۆمه لایه تی هه ن به رپرسن له سه لامه تی تا که کان ئامانجی پاراستنی سه لامه تی دەرروونی و کۆمه لایه تی تا که وه هه روه ها ئامانجی خۆپاراستن و چاره سه رکردنی تیکچوونه کانه بۆ گه یشتن به درووستی دەرروونی، بۆیه درووستی دەرروونی بریتیه له ده ره ئه نجامی کارلێککردنی کومه لایه تی هۆکار له ژیا نی تا که کاندا و به م خاسیه تانه ی خواره وه ده ستنیشان ده کریت:

۱ - جیاوازی تاکایه تی

۲ - تاییه تمه ندیه کانی ئه و ژینگه یه ی تاك تیایدا ده ژیی ت وه کو:

ژینگه‌ی ماددی : له‌وانه‌یه لایه‌نه ماددی‌ه‌کانی ژینگه وه‌کو گهرمی و رووناکی و قهره‌بالغی و ژاوه‌ژاو و ته‌پ و تۆز کاریگه‌ریه‌کی زۆری هه‌ییت له‌سه‌ر تاك له‌لایه‌نی دروو‌ستکردنی ئاره‌زوویه‌کی زۆر به‌هێز بو‌پاکردن و دوورکه‌وتنه‌وه له‌م بارودۆخه بیزارکه‌ره یاخود زیادکردنی ئاستی دل‌ه‌پاوه‌کی به‌شیوه‌یه‌کی ناراسته‌وخۆ.

ژینگه‌ی کۆمه‌لایه‌تی: بریتیه له‌جۆری ته‌و په‌یوه‌ندیه و کارلیک‌کردنه کۆمه‌لایه‌تیانه‌ی تاك که‌تیايدا ده‌ژیییت چونکه کاریگه‌ری زۆریان ده‌ییت له‌سه‌ر پیداو‌یسته‌یه‌کانی تاك بو‌یه ته‌گه‌ر بییت و ته‌م کارلیک‌کردنانه شه‌پانگیزی و خو‌په‌رستی له‌خۆی بگه‌ریت دل‌ه‌پاوه‌کی و احباط زیاد ده‌که‌ن له‌لایه‌ن تاك و پالنه‌ر و هاندهر ده‌ییت بو‌ وه‌لامدانه‌وه‌ی پیچه‌وانه، به‌لام کارلیک‌کردن و په‌یوه‌ندی بونیادنراو له‌سه‌ر بنه‌مای ریژ و خو‌شه‌ویستی و داد په‌رودری و یه‌کسانی ده‌بیته هۆی زیاد کردنی پالنه‌ری ریژ و خو‌شه‌ویستی خود و ته‌وانیتریش وه‌هه‌روه‌ها زیاد کردنی گیانی هاوکاری له‌نیوان تاکه‌کاندا.

پروگرامه‌کانی پالپشتی دهروونی و کۆمه‌لایه‌تی

پروگرامه‌کانی پالپشتی دهروونی کۆمه‌لایه‌تی بریتین له:

۱ - **پروگرامی عیادی (کلینیکی):** ئەم پروگرامه بونیاد

نراوه‌له‌سه‌ر بنه‌مای گه‌راندنه‌وه‌ی درووستی دهروونی بو تاک
که ده‌ست تێوه‌ردانی بلاو له خۆی ده‌گریت له پاپرسی تاکی و
چاره‌سه‌ری تاکی و به کۆمه‌ل و چاره‌سه‌ری دهروونی (په‌فتاری
ژیری) و چاره‌سه‌ری خیزانی.

۲ - پروگرامی خو پاراستن (وقائي) : ئامانج لئی بریتیه له پاراستن و گه پاندنه وهی توانستی پیشهیی بو تاکه کان و گه پاندنه وهی توانستی تاک بو بارودوخی پیشتری له پروانگه ی دەر وونی کۆمه لایه تی پهره پیدراو، چونکه پالپشتی دەر وونی پیشوه خته هوکاریکه بو پاراستنی تاکه کان و یارمه تیان ده دات بو گونجان به شیوازیکی باشتی له گه ل بارودو خه کاندای، وه توانا کانیان به هیتر ده کات بو ته وهی به شیوازیکی باشتی کارلیک کردن نه نجام بدهن و دووباره زیانی خو یان ری کبخه نه وه، چونکه پشتگویی خستنی به رپه چدانه وه هه لچوونیه کان له وانیه قوربانی لی بکه ویته وه به شیوازیکی سلبیانه.

ئامانجه كانى پالپشتى دەرروونی و كۆمه لایه تی:

ئاما نجی سهره کی پالپشتی دەرروونی كۆمه لایه تی بریتییه له سووککردن و کهم کردنه وهی ئازاره سوزداری و جهسته ییه كانی تاك.
وه چند ئامانجیکی ترمان ههیه له بابه تی پالپشتی دەرروونی كۆمه لایه تی وه کو:

۱ - باشترکردنی سیمات و سیفاتە چالاکه كانی تاك چونکه له وانیه له ئه نجامی به رپه رچدانه وهی ساده و راسته وخۆ گه شه بسه ئیت و بییت به کیشهی خاوهن دهرئه نجامی سلبی له گه ل ئیپه ربوونی کات

۲ - دەست تېوهردانی دەرروونی زوو لەوانەیه بێتە هۆی سوککردن و
کەمکردنەوهی ترس و دلەپراوکی بەشیوازیکی بەرچاو، وه پێگرددەبیت له
بەردەم گەشەسەندنی بەرپەچدانەوهی کرداری سووک و ئاسان بۆ
بەرپەچدانەوهی توند و تیژ

۳ - دە کریت هاوکاری راستەوخۆ پیشکەش بە تاکەکان بکریت له رێگە
رۆشنبیری کردن و پیشکەشکردنی زانیاریەکان.

۴ - یارمەتیدەرە بۆ پیشکەشکردنی پێداویستیه دەرروونی و
کۆمەلایەتیهکان بۆ تاکەکان (پێداویستیه فسیۆلۆجیهکان ، سەلامەتی و
ئەمان ، پێداویستیه دەرروونیهکان ، پێداویستی خۆشەویستی و انتماء
تقدیر و رێز ، بەدیھێنانی خود).

بنه ماكانى پالپشتى دەررونى كۆمهلايه تى:

ھەر دەست تېوھردانىكى دەررونى كۆمهلايه تى لەسەر چەند بنه مايه كى سەرھەكى دادەنریت پيوستە رەچاوبكرين لە ھەر كات و شوينيكداييت ئەم بنه مايانەش بریتين لە:

۱ - مافي مروّف و يەكسانى: پيوستە لەسەر لايەنە بەرپرسەكانى تايبەت بە بارودۆخى مروفايه تى ئاگادارى رەچاوكردنى مافي مروّف بە تايبەت ئەوانەى زەرەرمەند بوون و چاوديريان و پاراستنيان بو فەراھەم بكەن بە شيوھيهك مافەكانيان نەخوريّت. وە زۆر گرنگە جياوازي نەكريّت لە نيوانياندا و بە يەك چاوسەيريان بكریت، ئەمەش خوۆ دەبينيتەو و لە پيشكەشكردنى يارمەتى لەسەر بنەماي پيداويستيه کرداريەكانى گشتى لايەنيك و گشت پۆلين و تەمەنيك بە چاوپۆشيكردن لە رەگەز و نەتەو و نيشتمان يان ھەر شيوازيكى تری جياكارى.

۲ - به شداریکردن: به كيك له و بنه ما گرنگانه ی که به شیک له کارکه ران له بواری

کاری مروقاپه تی لپی بن ئاگان که ئه ویش بریتیه له به شداریکردنی خودی
لیقه و ماوان له وه لامدانه وه مروقاپه تیه کاندایا.

زور جار گرنگترین لایه نه کانی پالپشتی دهروونی کومه لایه تی له خودی کومه لگا
لیقه و ماوه کاندایا سه ره له ده دات نه که له ریگای دام و ده زگای ده ره کیه وه، له
کاتیکدا یارمه تی مروقاپه تی پیویسته زورترین به شداریکردنی لیقه و ماوان و
زه ره رمه ندان له خوئی بگریت له کرداری پالپشتی کردندا، ئه وه ش خوئی له
توانستی هاو لاتیان ده بینیتته وه بو ئه وه ی کاروباره کانیان له ئه ستو بگرن و ئه و
برپاراننه بدهن که کارده کاته سه ر ژیان و کاریگهر ده بییت له سه ریان و هه ستکردن
به انتماء زیاد ده کات له لایان، وه هه روه ها له قوناغه کانی یه که می فریاکه وتن به
شداریکردنی هاو لاتیان بو ده ست نیشانکردنی پیداویستیه سه ره تاییه کان و دانانی
پروگرامی یارمه تیدان و جیبه جییکردنی و به دوا داچوونی کاریکی گرنگ ده بییت.

۳ - دوورخستنه وهی زهرەر و زیان و زیان نه گه یاندن: هه ندیک جار نیه تی باش

بۆ یارمه تیدانی مروقیه تی له وانیه به زیانی نا ئه نقه ست ته واویت، له کاتی کارکردن له بواری پالپشتی دهروونی کۆمه لایه تی له وانیه دوو چاری زهرەر و زیان بینه وه به نادهستی خو مان ئه مه ش ده گه ریته وه بۆ هه ستیاری بابه ته کانی پالپشتی، بۆیه پپو یسته سنوور دابنریت بۆ ئه م زهرەر و زیانانه له ریگای تنسیق کردن له گه ل ئه وانیتردا و کۆکردنه وهی زانیاری پپو یست وه پپو یسته تیمی به رپرس لیها تویی پپو یستیان هه ییت.

۴ - بونیادنان له سه ر بنه مای داها تی به رده ست: هه ر کۆمه لگایه کی زیان

لیکه وتوو خاوه نی کۆمه لیک داها ت و ممتلکاته که ده کریت پالپشتی درووستی دهروونی بیت، بونیادنان له سه ر توانسته ناوخوییه کان و پالپشتی یارمه تیدانی خودی و ناخویی و ده سته وته ناوخوییه کان به بنه مایه کی گرنگ داده نریت ته نانه ت له قوناغه کانی سه ره تایی فریاکه وتن، چونکه هه ندیک جار ئه و پرۆگرامانه ی له ده ره وه ده هیئرین له وانیه گونجاو نه بیت بۆ کۆمه لگا (کۆمه لگا لیقه و ماوه کان).

۵ - ریکخستنی پالپشتی ته واکاری: پئویسته بهرنامه و چالاکي و پروگرامي وا ریکبخریت گه وره ترين ته واکاری به ده ست بهینیت وه کو خزمه تگوزاری درووستی دهروونی گشتی، ئەم جوره خزمه تگوزاریانه به وه جیاده کرینه وه و ده ناسرینه وه که جیگیر و بهرده وامن به بهراورد له گهل ئەو خزمه تگوزاریانه ی پیشکەش به فیئەیه کی دیاریکراو ده کریت وه کو حالاتی مامه له کردن له گهل قوربانیا نی ده ستریزئ سیکی به ته نیا که سیسته میکی پالپشتی چراو و نه گونجاو به رهه م ده هینیت.

۶ - یارمه تیدان به پی جوراو جوړی ئاسته کان: ریزهی کاریگه ربوونی تاکه کان به پرووداو و قهیرانه کان ده گوریت وجیا ده بیت له تاکیکه وه بو تاکیکی تر، ئەمه ش پئویستی به پیشکەشکردنی شیوازی جوراوجوړی یارمه تیدان ده بیت بو ئەم مه بهسته ش سیسته میکی یارمه تیدانی ته واکاری ریک ده خریت به شیوه یه ک یارمه تی له خوئی بگریت بو گشت کومه له کان به پی هه ره می پیداو یستییه کان.

لایه نه کانی هه لسه نگانندی دهروونی کۆمه لایه تی:

۱ - پرووداوه گرنه کانی ژیانی تاک له کاتی له دایکبوونه وه تاوه کو کاتی هه لسه نگانندی.

۲ - میژووی خیزان و په یوه ندیه خیزانیه کان و شیوازی ژیانیان و ریژه ی استقرار و جیگیری خیزان.

۳ - میژووی ته ندروستی ژیری خیزان و ئەندامانی خیزان که گرنه له ژیانی تاک.

۴ - میژووی گه شه (نمو) که بارودوخه ته ندروستیه کان و په فتاره کان و کارلیککردنی تاک له خوئی ده گریت له ماوه ی شیر پیدان و پیش چوونه قوتابخانه و له کاتی قوتابخانه و هه موو په فتار و ئاسته نگیه کانی سه ر ریگای تاک.

۵ - زانیاری ته ندروستی په یوه ست به تاک که گرنه و ئیبینیکراوه.

٦ - داو دەرمان و چاره‌سەری دەرروونی کە پێشتر بە کاری هیناون و ئیستاش بە کاریان دەهینیت بە لە بەرچاو گرتنی هۆکارەکانی بە کارهینانی بە کارهینانیان و میژووی نەخۆشیە دەرروونیە کە و دەستینیشانکردنی.

٧ - هەلسەنگاندنی فیڕکاری و دەرروونی و نەدانی ادراکی.

٨ - بارودۆخ و ئاستی قوتابخانەیی ئاستی ئیستای قوتابخانەیی و ئاستەنگەکانی فیڕبوون و بەرەوپێشچوونی کیشە پەفتاریەکانی تاک.

٩ - بارودۆخی کۆمەلایەتی و پەیوەندی تاک بە کەس و کار و نزیکەکانی لە خزم و کەس.

١٠ - میژووی خراپ بە کارهینانی ماددە بیهۆشەکان و جەخت کردنەو لە سەر ئەوێ ئایا بە کارهینانی بیهۆشکەرەکان هۆکارن و پەیوەندیان هەیه بە کیشە پەفتاریەکانی تاک یان نا.

پیکهاته کانی دهست تیوهردانی دهروونی کوومه لایه تی

به سوود:

۱ - هه لسه نگانندی گشتی تاک و رهفتاره کانی، چونکه ناتوانین هاوکاری سه رکه وتوو پیشکesh بکهین به تاک ته گهر بیت و به قولی له کیشه و ئاسته نکه کانی به ردهم ئهم تاکه تینه گهین چونکه هه لسه نگاندن ده بیته هوئی دارشته وهی کیشه که و دهست نیشان کردنی ته و هوکارانهی بوونه ته هوئی پروودانیان له پیناو دانانی شیوازیکی گونجاو بو چاره سه رکردن.

۲ - هاوسه ننگردنه وهی ته و چوارچیوهیهی که کیشه رهفتاریه کانی تیادا به دیار ده که ویته چونکه ژینگه ی هه لچوونی و جهسته یی که له کیشه رهفتاریه کاندایا به دیار ده که ویته بریتیه له چوارچیوهی تدخل کردن و دهست تیوهردانی له پیناو چاره سه رکردنی کیشه رهفتاریه کانی تاک، بویه له وانیه واپیویست بکات گورانکاری ته نجام بدریته له ژینگه ی ماددی و کوومه لایه تیادا.

۳ - ھاوسەنگ کردنەوہی ئەو پالنەر و ھاندەرانەہی ھۆکاری پەفتاری
ھەلەن لەلای تاک یان بەکەمکردنەوہی ئەم ھاندەرانە یان وایان لیبکریت
وہلامدانەوہی نەگونجاو نەووروژینن.

۴ - گۆرینی پەفتارە ھەلەکان بە کارامەیی جیگیرەوہ بۆ نموونە ناگریت
تورەبوون رووبدات لەو کاتە تاک لەحالتی استرخادایە.

۵ - ھاندان بۆ لەناوچوونی پەفتارە ھەلەکان و نەشیاوہکان وە ھاندان
لەپینا و بەکارھێنانی کارامەیی دیاریکراو وەکو ھاندانی تاک بۆ پراگرتنی
بەدھێنانی ویستەکانی بەرامبەر لە پڕیگای بەکارھێنانی پەفتاری ھەلە
وہکو (دزی کردن ، یاخود مندال کاتیک داوای شتیک دەکات).

شیوازەکانی چارەسەری دەروونی (اشکال العلاج النفسي)

بۆ چارەسەرکردنی ئەم کێشەیه سێ پرێگا هەیە:

۱ - چارەسەرێکی تێکەلی تێکەهەلکێشی کورتە مەبەست لێی کاتی ئیستایە (واتا چارەسەرکردنی کێشەهەنووکەییەکان).

۲ - بەرەو ئامانجەکه دەرووات و جەخت لەسەر کێشە هەنووکەییەکان دەکات بە هەموو ئەو توترات و پالەپەستۆیانەهی لەخۆ دەگرێت.

۳ - جەخت لەسەر هاوکاری و بەشداریکردنی نەخۆش دەکاتەووە لەپینا و پلاندانان بۆ چارەسەرکردن و فێرکردنی شیواز و پرێگای چارەسەرکردنی کێشەکان.

چارەسەری بە کۆمەڵ

چارەسەری خێزانی

تەکنیکی استرخاء

یارمەتیدان لەکاتی ئەزمە و ناخۆشیدا

ستراتیجیاتی پھیوہندی کاریگەر له پیناو فەراھە مبوونی پالپشتی دەروونی و کۆمەڵایەتی

- ۱ - بوار پیدان بو دانپیانان و بهیانی باش کردن له تاک و پراوەستان و شیوازی کردن له نهخۆش.
- ۲ - گوئی لیگرتن و نیشانسانی گرنگی پیدان و ئاگاداربوونی نهخۆش.
- ۳ - کۆکردنهوهی زانیاریهکان.
- ۴ - بهدهستهینانی سهرهتایی کراوه (واتا گرنگی دان به نهخۆش).
- ۵ - ریژگرتن له ییدهنگی نهخۆش چونکه ئەم بهم ییدهنگیه ئارامی به نهخۆش ده بهخشیت و وایلیدهکات بگهریت بهدوای شیوازیکی گونجاو بو گوزارشت کردن له کیشهکانی.

٦ - كۆكردنه وهى ووشه ئاراسته كراوه كان.

٧ - يارمه تيدانى نه خوۆش بو ريكخستنى رووداوه كان به پيى كات و زه من.

٨ - دووباره دارشتنه وهى ووشه و قسه كانى نه خوۆش به زمان و شيوازى كه سى پسپور له بواره كه دا.

٩ - دۆزينه وه.

حهواله كردن بو بنكهى پسيور (الاحالة الى المركز المتخصصة)

پيويسته لهم بارو دوخانهى خواره وهدا نه خووش ههواله بكريت بو بنكه تايهت و پسيوريه كان :

- ۱ - كاتيک ده بته مه ترسى و خطر له سهر خووى و كه سانى تردا.
- ۲ - ناروونى ده ستنيشان كردن.
- ۳ - فه شه له پنان و شكست هيئانى چاره سهر له ئاستى چاوديري و سهره تاييدا.
- ۴ - گرنگى هاتنه ناوه وهى چاره سهرى ده ستنيشان كراو له بنكه كانى چاوديري سهره تايى ده ستناكه ويئت.
- ۵ - به دياركه وتنى نيشانهى نوئ و تازه له لايهن ئه و نه خووشانهى بارو دوخيان جيگير بوون.
- ۶ - سهره تاي تيكچوونى ژيري سهره كى وه كو فصام هووشى و تيكچوونى ژيريه كان.
- ۷ - له كاتى نه بوونى گونجان وه هاوسووزى له لايهن ئه و كه سانهى له بنكه كانى چاوديري سهره تايى كارده كهن يا خود مورتاح نه بن به رامبه ر ئه و چاره سهر و ده ست تيوه ردانانهى كه پيويسته بو نه خووشه كه.

لايهنه كانى پالپشتى دەرروونى كۆمهلايه تى (ابعاد الدعم النفسي الاجتماعي)

۱ - لايهنى دەرروونى : له سەر ئاستى تاكه كاندا كه بىرۆكه و كارلېك كوردنى سۆزدارى و ههسته كان و بهرپه چدانه وه كردارىه كان له خوئى ده گرىت.

۲ - لايهنى كۆمهلايه تى: ئه مهش له سەر ئاستى په يو ه نديه كۆمهلايه تيه كان و تۆره خيزانيه كان وه به ها كۆمهلايه تيه كان وه عادات ته قالىد و لايهنى رۆشه نبيرى كۆمه لگا ده ييت .