پەککەوتووی هەستی / یستن

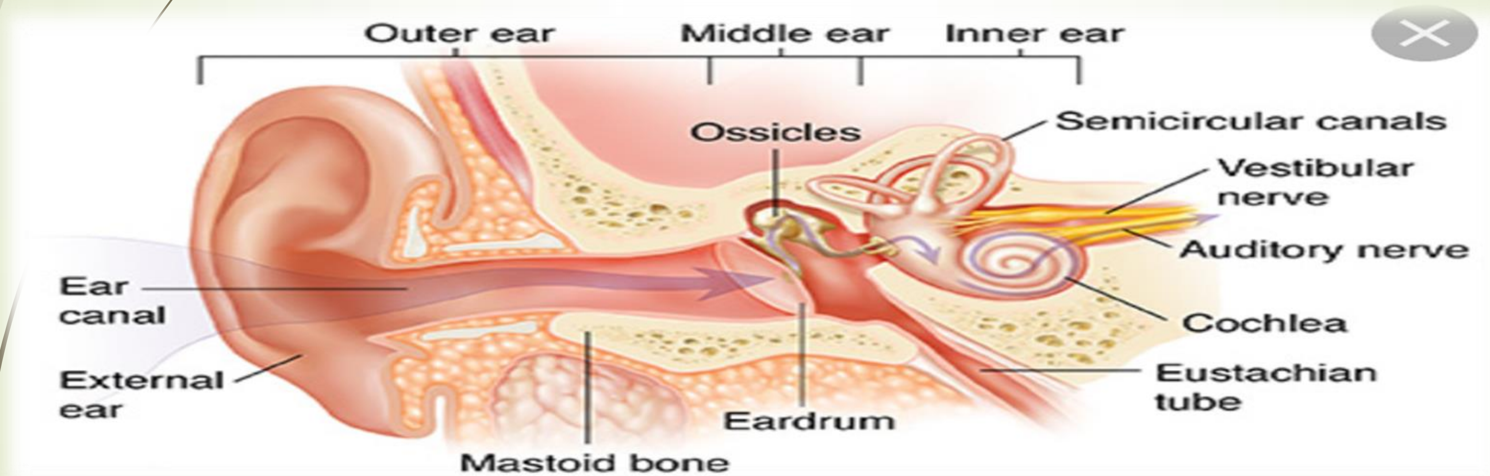
مامۆستای بابەت:

م.کارۆخ جوهر جلال

بەشی پەروەردەی تایبەت/کۆلێژی پەروەرد / قۆناغی دووەم

پێشەکی :

هەستی بیستن گرنگی زۆری هەیە لای تاك ، ئەو هەستە زۆر بەهێزە و ئەتوانی جیاوازی هەموو جۆرە دەنگەکان بکات ، لەژیان دا زۆر پشتی پێوە دەبەستیٚ ، وەهەندیٚ نەخۆشی کاریگەری ئەکاتە سەربیستن وەکو : **ئاوڵەی ئەڵمانی** و **هەوکردنی مێشك** و **مله خڕە** و **هۆکاری بۆماوەیی** و **کێشەکانی کاتی لەدایك بوون** و **بەکارهێنانی ئەو دەرمانانەی کەئەبیتە هۆی تیٚکدانی هەستی بیستن** .



پێناسەکانی نابیستان

کۆئەندامی بیستن : هەستەوەری بیستن یەکیکە لە گرنگترین هەستەوەرەکان و رۆلی یەکلا کەرەوەی لە فێربونی زمان دا هەیەو ئەگەر مرۆڤ هەستەوەری بیستنی لەدەست بدات ئەوکات بەهیچ شێوەیەك توانای قسەکردنی نابێت و تەنها دەتوانیت لە رێگای زمانی ئامازە **ئیشارەت** و جوولەی دەست و پە نجەکانەوە پەیوەندی بەکەسانی ترەوە بکات .

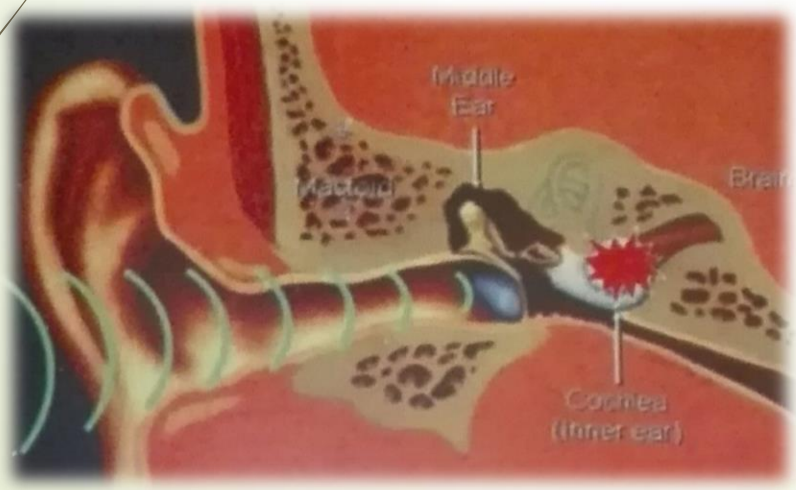
- **پێناسەی پزیشکی بۆ نابیستان :** پێناسەی پزیشکی لەسەر لایەنی فسیۆلۆجی دەکاتەوە،واتا ئەو کەسانە بەنابیست دادەنێت کە ناتوانن لەرێگای کۆئەندامی بەو مەبەستە ببیستن ،واتا گوێیەکان لەبەر هەر چ هۆکارێکی **بۆماوەیی** یان **ژینگە** بێت ناتوانن کار و ئەرکەکانی خۆیان جێبەجی بکەن لەرێگەی پرۆسەی بیستن .

- **پێناسەی پەروەردەیی بۆ نابیستان :** نابیستان لە پرۆسەی پەروەردە وفێرکرن پێویستیان بە پرۆگرام و پەروەردەی تایبەت هەیە،بۆئەوەی فێری پرۆسەی فێرکردن وفێربوون بن، پێویستیان بەکەسانی پسپۆرو شارەزا هەیە.

پێکهاتەوتوێکاری کۆئەندامی بیستن :

1- **گوێچکەی دەرەوە :**

ئەم بەشەی گوێچکە پێکهاتوە لە **کەوانە وکرکڕاگەو کەناڵ** و **پەردەی گوێ** پێکدێت و ئەرك و فرمانی سەرەکی بریتیە لە **کۆکردنەوەی دەنگەکانی جیهانی دەرەوە و ڕەوانکردنی** بۆ گوێچکەی ناوەراست .

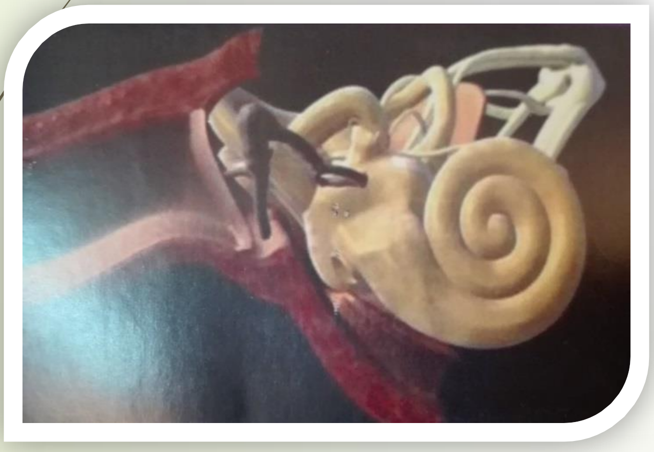


2- گوێچکەی ناوەراست :

ئەم بەشەی گوێچـکە لـە **چـەکوش و دەزگـا و ئێسـکەئاوزەنگی** پێکهـاتوە و ئـەرکی سـەرەکی **گەورەکردنی ئەو دەنگانەیە کە لەرێگای گوێچکەی دەرەوە بۆی رەوانە کراوە .**

3- گوێچکەی ناوەوە :

ئەم بەشەی **گوێچکە پڕە لەشلەی** تایبەت وپەیوەستە بە هەردوو پرۆسەی **هاوسەنگی و جووڵە و لوولپێچ کە وەك لوولەك** وایە لەخانەی موویی پێك دێت **و** **لوولپێچ** **بەرپرسە لەبیستنی دەنگەکان و گۆڕینیان بۆ شەپۆلی کارەبایی وناردنیان لەرێگەی دەماری** بیستنەوە بۆ مێشك بۆ تیگەیشتن و لێکدانەوەیان .



هۆکارەکانی نابیست

- 1- هۆکارەکانی پێش لەدایك بوون .
- 2- هۆکارەکانی کاتی لەدایك بوون.
- 3هۆکارەکانی دوایی لەدایك بوون.

1- هۆکاری پێش لەدایك بوون یێش :

ئەو هۆکارانە لەخۆدەگرێت کە پێش لەدایك بوونی منداڵ روودەدات ،بەڵام کاریگەریە نەرێنیەکەی دوای لەدایك بوون بەدیاردەکەوێت و بەردەوام دەبێت لەسەری بەدرێژایی ژیانی ،هۆکارەکانیش جۆراوجۆرن دیارترینیان ئەمانەن :

هۆكاری بۆماوەیی: ئەم هۆكارە هەندێك خاسیەت وحالەتی نەخۆشی دەگوازێتەوە لەڕێگەی ئەو کرۆمۆسۆمانەی هەڵگری ئەم خاسیەتەن وەك لاوازی

خانەكانی بیستن یان لاوازی دەماری بیستن بۆماوەیی بەرپرسەلەنزیكە 50-60% حالەتەكانی ئاستەنگی بیستن نابیست. هەروەها نزیكەی

85%ی حالەتەكانی نابیستی بۆماوەی دەگوازرێتەوە كەبەسیفەتێكی زنجیرەیی دادەنرێت, بەشێوەیەك کرۆمۆسۆمی هەڵگری كۆسپی بیستن لەباوكی لەش ساغ دەگواتزرێتەوە بۆ منداڵەكانی هەرچەندە باوكەكە ئاستەنگی بیستنی نیە بەڵام هەردووكیان هەڵگری کرۆمۆسۆمی بۆماوەیی كۆسپی بیستنن, ئەم حالەتە بەزۆری لەهاوسەرگیری خزمەوە دەردەكەوێت حالەتی بۆماوەیی دەردەكەوێت دوای ساڵانێك 30 سال بۆ 40سال. نابیست لەم هاوسەرگیریە بەشێوەی تاكو

- ب.هۆكارەكانی كاتی لەدايك بوون: لەئەنجامی زەبرێكی توند كەدەبێتە هۆی خوێن بەربوونی مێشك یان نەگەیشتنی ئۆكسجین بۆخانەكانی مێشك لەئەنجامدا دەبێتە هۆی مردنی خانەكانی بیستن لای منداڵ هەروەها ئەو هۆكاران ەی لەكاتی لەدایكبوونی سەختوماوەدرێژكەئامێرتێدابەكاردێت پەستاندەخرێتەسەرسەری منداڵ.

ج.هۆكارەكانی دوای لە دایك بوون: ئەم هۆكارانە دەگرێتەوە كەدوای لەدایكبوون تووشی دەبێت لەكاتی منداڵی وهەرزەكاری و پێگەیشتووی دل هۆكارەكانی گۆڕانكاری ڕوودەدەن, وە شوێنەواری ئەم گۆڕانكاریانە كاریگەری نەرێنی خراپیان لەسەر بیستن بە شێوازێكی دیاریكراوی وبەدەرەجەیەكی دیاری كراو دەبێت ئەمانەش وادەكەن تووشی ئاستەنگی بیستن ببێت. لەوانە:

پۆلینکردنی جۆری نابیستان

- 1- پۆلینکردنی ئەو تەمەنەی کە تێدا توشی بەربەستی بیستن بوە .
- 2- پۆلینکردنی پزیشکی .
- 3- پۆلینکردن بە پێی کەم و زۆری نابیستیەکەی
- 4- پۆلینکردنی پەروەردەیی .
- 1- پۆلینکردنی ئەو تەمەنەی کە تێدا توشی بەربەستی بیستن بوە .

تایبەت مەندیەکانی کەسانی نابیست

1- تایبەت مەندی هەڵسوکەوت .

2- تایبەت مەندی زمانەوانی

3- تایبەت مەندیەکانی ئەکادیمی .

4- تایبەت مەندی کۆمەڵایەتی و هەڵچون.

1- تایبەت مەندی هەڵسوکەوت.

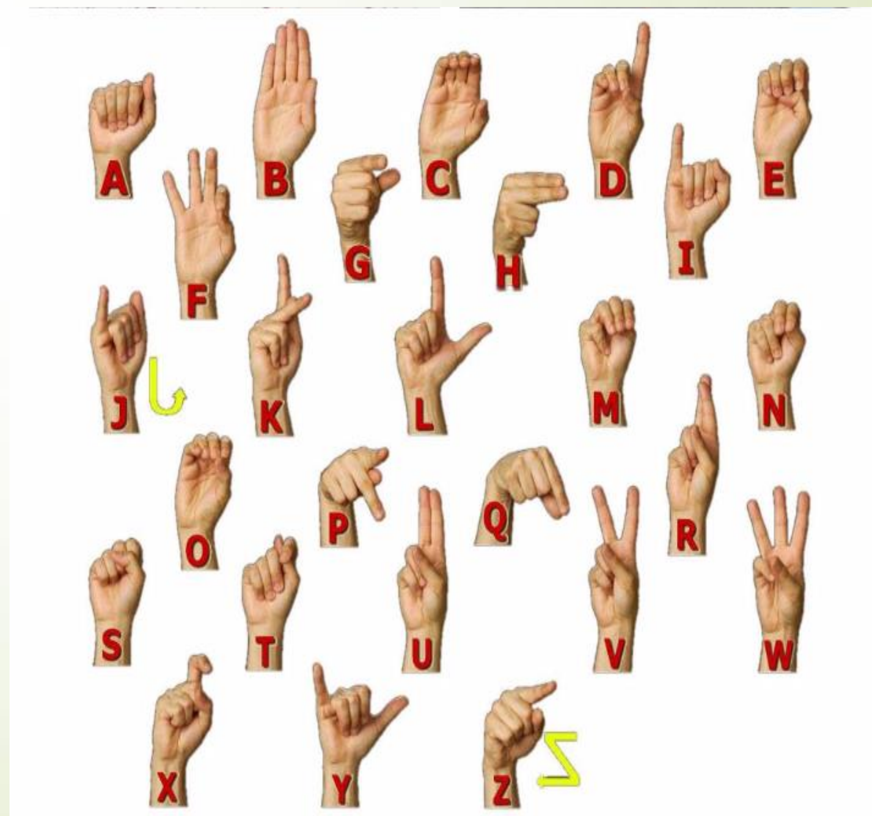
أ- بەربەستی بیستن کاریگەری زۆری هەیە لەسەر لایەنی هەڵسوکەوت،کە دەبێتە هۆی گۆشەگیری کەسەکەو دوور کەوتنەوەی لە کۆمەڵگا .

ب-لێکۆلینەوەکان دەریان خستوە کە ئاستەنگی گەشەی کۆمەڵایەتی کە سانی نابیست لە 20/15 کەسی ئاسایی کەمترە تاڕادەی لەسەدا

ج- لێکۆلینەوەکان ئاماژە بەوە دەکەن ئالۆزی دەروونی لەنێوان کەسانی توش بوو بەربەستی بیستن بەرز ترە لەکەسانی ئاسایی،ئەمانە لەهەمووکەس دووچاری پاڵە پەستۆی دەروونی وخەمۆکی ونزمبونەوەی ئاستی تێگەیشتن لە خوددەبن،هەروەها جارجارە دووچاری تورەی وهەڵچون ودوژمنکارانەی جەستەدەبن ،لەبەر ئەوەی لەدەربرینی هەستەکانیان لاوازن .

2- تایبەت مەندی زمانەوانی .

سەلمێنراوە لای هەموو توێژەکان گەورەترین لێکەوتەی نەرێنی بۆ نابیستەکان، دەکەوێتە بواری گەشەی زمان وزمانەوانی ئاخاوتن، بەڵام بەربەستی بیستن شوێنەوار بەجێ ناهێلێ لەسەر زمانی جەستەو هێما زمانی نابێژی و الف وبێی پەنجەکان بەکاردێن.



3- تاییەت مەندیەکانی ئەکادیمی :

نابیستەکان بەگرانی قۆناغەکانی خوێندن
تەواو دەکەن، چونکە خوێندن وئاخاوتن
پەیوەستن بەیەکەوە، بەڵام ئەوانە وانیە
کە زیرەك نین ،بەڵکو پەیوەندی بە شێوازی
خوێندن وانە گوتنەوە هەیە.

4– تاییەت مەندی کۆمەڵایەتی و هەڵچوونی :

ئەوانەش توشی بەربەستی بیستن بوونە،بەزەحمەت لەگەڵ کۆمەڵ دەگونجێن بەهۆی ئاستەنگی زمانەوانی،لەبەر ئەوەی ناتوانن هەستی خۆیان دەرببڕن بۆ دەورووبەریان هەروەها زۆربەی ئەوانەی کێشەی بیستنیان هەیە،باری هەست و سۆزیان تا ڕادەیەك ناجێگیرە وە زۆرتر توشی خەمۆکی دەبن .

- -ئاستی لەدەست دانی بیستن : بەپێی ئەم رەهەندە بۆسێ توێژ بەگوێرەی پلەی لەدەست دانی ئاستی بیستن کە بەیەکەی(دیسبل) دەپێورێت ئەمانەن:
- أ-توێژی بەربەستی بیستن ئاسایی (سادە)
- بەهای لەدەست دانی بیستن لەم توێژەدا لەنێوانبرێر-بر یەکەی دیسبل
- ب- توێژی بەربەستی بیستنی ناوەندی
- بەهای لەدەست دانی بیستن لەم توێژەدا لە نێوانبر-بر یەکەی دیسبل
- ج- توێژی بەربەستی بیستنی توند
- بەهای لەدەست دانی بیستن لەم توێژەدا لەنێوان بر-بنی یەکەی دیسبل
- د- توێژی بەربەستی بیستنی زۆر توند
- ئاستی لەدەست دانی بیستن لەم توێژەدا زیاترە لەبنی یەکەی دیسبل

- ڕێنمایی بۆ خێزانی نابیستان :

- -قبوڵکردن :

- هاندان و پاداشتکردن :