Saladin University – Erbil
College of Education
Special Education Deportment
Forth Class - Aging Psychology

زانكۆی سەلاحەدین– هەولێر
كۆلیژی پەروەردە
بەشی پەروەردەی تایبەت
قۆناغی چوارەم / دەروونناسی بەساڵاچووان

ساڵی خوێندن (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

2

# دەروونناسی بەساڵاچووان

# Geriatric Psychology علم النفس الشيخوخة

د. مهدی عباس
پرۆفیسۆری یاریدەیدەر

**تیۆرییەکانی بەساڵاچووان:**

زاناکان ژمارەیەک تیۆریان لەسەر بەساڵاچووان داڕشتووە کە هەر یەکەیان بە دڵنیاییەوە تێز و تێڕوانینی جودای خۆیان بۆ ئەو دیاردە بایۆلۆژی و سایکۆلۆژی و کۆمەڵایەتییە هەیە و بینینی هەر زانایە و ڕەنگدانەوەی جودابینینی ئەوە بۆ بەساڵاچوون و لێرەدا ئاماژە بە هەندێکیان دەکەین و کورتەیەک لەسەر هەر یەکەیان دەخینەڕوو:

**یەکەم .. تیۆرە بایۆلۆژییەکان** . هەندێکیان بۆماوەیین و هەندێکی دیکەیان بۆ ماوەیی نین:

**١-تیۆری ماوەی ژیان - Life- span:**

ئەم تیۆرە وای دادەنێ کە ماوەی ژیانی هەر خانەیەک یان هەر بوونەوەرێکی زیندوو بە فاکتەری بۆماوەییەوە بەستراوەتەوە، بە مانا جینەکانی هەر بونەوەرێک بەرنامەیەکی داڕێژراوی تایبەت بە خۆی هەیە و بەرپرسە لە درێژی تەمەنی هەر بوونەوەرێک.

**٢-تیۆری هەڵەی بۆماوەیی: Genetic error**

لەگەڵ دابەشبوونی خانەکان زانیارییەکان لە خانەیەکەوە بۆ یەکێکی دیکە دەگوازرێنەوە، هەربۆیە هەڵە لە کاتی گواستنەوەدا ڕوودەدات (هەروەک چۆن لە کاتی نووسنیدا هەڵە ڕوودەدات)، ئەم هەڵانەش بە درێژایی کات ڕوو دەدەن، بەشێوەیەک کە ئەو زانیارییە بۆ ماوەییانە نادەن کە پێویست بوو لە کاتی منداڵیدا بیاندابایە ئەمەش بۆ تێکچوونی جەستە دەگەڕێتەوە.

**٣-تیۆری بازهەڵدانی جەستەیی Somatic Mutation**

ئەم تیۆرە وای دەبینێت کە بەشێکی بچووک لە خانە دووچاری بازی جەستەیی دەبێتەوە لەکاتی گەشەی خانەکە و دابەشبونیدا، هەر بۆیە ئەم خانەیە لە خانە ڕەسەنەکە جودا دەردچێت لە ڕووی پێکهاتەی بۆماوەییەوە وهەوڵدەدا پارێزگاری لەو گۆڕانە تازە و دابەشبوونەی بکات، بە تێپەڕبوونی کات ژمارەی بازدانەکان زیاتر دەبن و خانە جووداکانیش تادێ زیاتر دەبن ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی تاکەکان نەتوانن چالاکییەکانی خۆیان بەشیوە سروشتی و ئاساییەکەی ئەنجام بدەن، ئەمەش لای خۆیەوە بەرەو پیری و دواتر مردنی کەسەکەی دەبات.

**دووەم- تیۆرە ناماوەییەکان**

١-تیۆری زیاد بەکارهێنان: ئەم تیۆرە قسەی لەسەر زیاد بەکارهێنانی بوونەوەرە بۆ ئەندامەکانی جەستەی خۆیی و لە ئ ەنجامی ئەوەش خانەکان زوو دەگەنە قۆناغی پیری و دواوتر مردن.

٢-تیۆری کۆبوونەوەی پاشماوەکان: لە کاتی ئەنجامدانی چالاکییەکانیدا خانە دووچاری هەندێ ئەنجامی نەخوازراو دەبێتەوە کە دەبێتە هۆی ناهاوسەنگی لە ئەرکەکانی ، وەک نەتوانەوەی هەندێ وردە پیکهاتە لە نێو خانەکانی ماسوولکەکانی دڵ کە بە کرۆمۆسۆمەکانی پیری ( **Age pigment**) ناسراون، لەم جۆرە کرۆمۆسۆمانە (صبغیات) لە دەمارە خانەکانیش هەن تەنانەت لای گیانەوەرکانی دیکەش هەیە.

٣-تیۆری پەیوەندییە ناکاوەکان ( **Cross-Linking**)

ریشاڵە دەمارییەکان و پێست و موولوولە خوێنەکان زۆر لە لاستیکییەتی خۆیان لەدەست دەدەن لە ئەنجامی بەساڵاچووندا، دەرکەوتوو کە هۆکاری ئەمە لە پێکهاتنی پەیوەندی لە ناکاو یا لە نێو خانەکان دروست دەبن وەک (نەمانی یا کەمبوونی پرۆتینی کلۆجین) کە بەرپرسە لە لاستیکیەتی ئەو شانانە.

**٤-تیۆری بەرگری خودی: Self-defense theory**

گەورەبوون لە تەمەن زۆر جاری وا هەیە دەزگای بەرگری لەشی کەسەکە لە بەرانبەر تەن و کاریگەرییە دەرەکییەکان لاواز دەکات و کەمتر دەتوانێ تاک لەو دۆخەدا بەرگری لە لەشی خۆی دواتر لە ژیانی خۆی بکات. هەر بۆیە لە بەراوردکردنی تواناکانی خۆی لەگەڵ ئەو شتانەی دەبێ رووبەروویان بێتەوە دەکەوێتە هەڵەوە، زۆر جار سیستەمی بەرگری لەش هێرش دەکاتە سەر پرۆتینە تایبەتییەکانی خۆی و وەک تەنی بێگانە دەیانبینێ و بەمەش زیان بە خۆی دەگەیەنێ.

**٥-تیۆری تێکچوونی هاوسەنگی:**

ژیان بریتییە لە کۆمەڵێک رووداو و شۆک هەندێکیان دەروونین و هەشن جەستەیین، سروشتی ئەم رووداوانە هەرچی بێ وا رێکدەکەوێ قەوارەی تاکەکە دەڵەرزێنن، هەر بۆیە بەرگریکردنی پیر بۆ ئەم جۆرە رووداوانە و نەتوانینی یەکێکە لە هۆکارەکانی زووتر داڕمان.

**دیاردەی بەساڵاچوون لە وڵاتان**

دیاردەی بەساڵاچووان لە نێو دانیشواندا لە زیاد بوونێکی بەردەوام و سەرنجڕاکێش دا یە، بەپێی ئامارە فەرمییە جیهانییەکان زیادبوونەکە بەم شێوەیەی خوارەوە بووە، بۆ نموونە لە ساڵی ١٩٥٠ کۆی ئەوانەی تەمەنیان لە (٦٠) ساڵ بەسەرەوەیە زیاتر لە (٢٠٠) ملیۆن کەسە، وەلەساڵی ١٩٨٠ ئەم رێژەیە بەرزبووەتەوە بۆ زیاتر لە (٤٠٠) ملیۆن کەس، وە لەساڵی ٢٠٠١ دا کۆی ژمارەی بەساڵاچووان گەیشتۆتە (٦٠٠) ملیۆن کەس و وامەزەندە دەکرێت لە ساڵی ٢٠٢٥ کۆی ژمارەی بەساڵاچووان لە جیهاندا بگاتە (١,٢) بلیون کەس. لەو کاتەدا هەر بە گوێرەی پێشبینییەکان رێژەی هەرەزۆری ئەم ژمارەیە نزیکەی (٧٠%) لە ولاتە تازەپێگەیشتووەکان بن.

**بەساڵاچووان لە وڵاتە تازەپێگەیشتووەکان:**

1 - وا مەزەندە دەکرێت رێژەی بەساڵاچووان دوو ئەوەند زیاد بکات بە تایبەتی لە ناوچەکانی ئەفریقیا و ئاسیا و ئەمەریکای لاتینی تاکو ساڵی ٢٠٢٥.
2 - لە ئەفریقیا وا مەزەندە دەکرێت ژمارەیان بگاتە (٥٠) ملیۆن و لە ئاسیادا بگاتە (٣٣٧) ملیۆن کەس.
3 - لە (١٠) وڵاتدا لە وڵاتەکانی ئەفریقیا و باشووی بیابانی گەورە رێژەی بەساڵاچووان لە ناوچە گوندییەکان دەگاتە دوو بەرامبەر بە ناوچە شارنشینەکان.
4 - لە ناوچە گوندییەکان، ژمارەی ئافرەتانی بەساڵاچووان زیاترە لە ژمارەی پیاوانی بەساڵاچوو.

**یاساکان و پابەندییە نێودەوڵەتییەکان**

**لەم دواییەدا گرنگی زیاتر بە توێژی بەساڵاچووان درا، ئەویش لە رێگەی دەرکردنی چەند یاسایەک لەم بوارە و پابەندبوونی وڵاتان بەم یاسایانەوە. لەوانە:**

1 - کۆمەڵەی جیهانی بەساڵاچووان لە ساڵی ١٩٨٢دا پشتی بە پلانی کاری ڤیەنناى نێو دەوڵەتی تایبەت بە بەساڵاچووان بەست .. کۆمەڵەی جیهانی ئەم پلانە (وثیقە)یەی راستاندن پشتراستکردەوە و وەک رێبەرێکی زۆر گرنگ بۆ کارکردن وەسف کرد. چونکە وردەکاری زۆر وردی تیابوو بۆ وڵاتانی ئەندام کە پێویستە بیگرنە بەر بۆ پاراستنی مافەکانی بەساڵاچووان لە چواچێوەی یاساکان .
2 - کۆمەڵەی گشتی نەتەوە یەکگرتووەکان بنەماکانی نەتەوە یەکگرتووەکان تایبەت بە بەساڵاچووان (بڕیاری/٩١/٤٦) لە ١٦ی کانونی دووەمی ساڵی ١٩٩١، کردە بنەما بۆ کارکردن و هانی حکومەتەکانی دا کە ئەم بنەمایانە لە پلانی نیشتیمانی خۆیان شوێنی بۆ بکەنەوە و کاری پێ بکەن.

**گرنگترین ئەم بنەمایانەی کە نەتەوە یەکگرتووەکان جەختی لەسەر دەکردەوە ئەمانەن:**

1 - پێویستە بۆ کەسانی بەساڵاچووان مافەکانیان لە خۆراک و ئاو و شوێنی حەوانەوە و جلوبەرگ و چاودێری تەندروستی یان بۆ دابین بکرێت، لەگەل دابینکردنی سەرچاوەی بژێوی ژیان و پاڵپشتی خێزانی و کۆمەڵگەیی و هۆیەکانی یارمەتیدانی خودی بۆیان.
2 - پێویستی دەرفەتی کارکردنیان بۆ دابین بکرێت کە لەگەڵ تەمەن و توانایان بگونجێت.
3 - بەساڵاچووان بۆیان هەبێت هەر کاتێک ویستیان واز لە کارەکانیان بهێنن.
4 - دەرفەتی سوود بینین لە پرۆگرامەکانی خوێندن و راهێنانی گونجاویان بۆ دابین بکرێت.

5- .

**بەشداربوون:**

1 -پێویستە بەساڵاچووان ئاوێتەی کۆمەڵگە ببن و بەشداری چالاکییەکان بکەن و نەوەی نوێ سوود لە ئەزموون و شارەزایی وتواناکانیان ببینن.
2 - توانستی بەسالاچووان و دابینکردنی دەرفەتی خزمەتکردنی کۆمەڵگە خۆجییەکان بۆ کارکردنیان وەک خۆبەخش لەو کارانەی کە لەگەل تواناکانیان دەگونجێت.
3 -بەساڵاچووان دەتوانن بزوتنەوە و رێکخراو وسەندیکای تایبەت بە خۆیان دروست بکەن.

**چاودێری :**

1 -پێویستە بەساڵاچوو سوود لە چاودێری و پاراستنی خێزان و کۆمەڵگەی خۆجێیی ببینێت بە گوێرەی بەها رۆشنبیرییەکان لە هەر کۆمەڵگەیەکدا.
2 -دابینکردنی هۆکارەکانی چۆنیەتی گەیشتنی بەساڵاچووان بە چاودێرییە تەندروستییەکان بۆ یارمەتیدانیان لە پێناو پاراستنیان و راگرتنی ئاستی سەلامەتی جەستەییو بیری و سۆزدارییان و پاراستنیان لە نەخۆشییەکان بەپێی تواناکان.
3 -پێویستە بەساڵاچووان سوودمەند بن لە خزمەتگوزارییە کۆمەڵایەتییەکان و یاساییەکان، بۆ پاراستنی سەربەخۆییان و چاودێریکردن و پاراستنیان.
4 -توانستی کردنی بەساڵاچووان بۆ گەیشتن بە مافەکانی مرۆڤ و ئازادییە بنەڕەتییەکان کە دەبێتە زامنی چاودێری کردنیان و چارەسەرکردنیان لە کاتی پێویستدا، لەگەڵ ریزگرتن لە کەرامەت و باوەڕییەکان و پێداویستییەکان و تایبەتمەندییەکان لە پێناو دابینکردنی باشترین چاودێریکردن و دابینکردنی باشترین جۆری ژیان بۆیان.

**گەیشتن بە بەجێهێنانی خود (تحقيق الدات)**

1 - توانستکردنی بەساڵاچووان بۆ گەیشتن بە دەرفەتی تەواو بە تواناکانیان.
2 - پێویستی بەساڵاچووان گشتی تواناکانیان بۆ فەراهەم بکرێت بۆ گەیشتن بە گشت مافەکانی پەروەردەیی و رۆشنبیری و گیانی خۆشی .

**تیۆرییە کۆمەڵایەتییەکان**

**١-تیۆری رزگاربوون لە کار:**

ئەم تیۆرە لە ساڵی ١٩٦٠ دەرکەوت و پێیوایە ئەو کەسانەی دەگەنە تەمەنی پیری پێویستە واز لە رۆڵەکانی خۆیان بێنن و بوار بدەن بە توانا لاوەکان، واشی دابنێین ماشێنی کۆمەڵگە بە نەمانی ئەوان هیچی بەسەر نایەت و لەکار ناکەوێت. بەر لە گەیشتنیش بەو تەمەنە وردە وردە تواناکان کەمتر دەبنەوە و کەسەکان کەمتر بەرپرسیاریەتەکانیان و ئەرکەکانیان جێبەجێ دەکەن و هیواش هێواش ئازادتر دەبن لە ئەنجامدانیان. لەو لێکۆڵینەوەانەی لەو بوارە و سەبارەت بەو تیۆرە کراوە (مەکافری ١٩٦٠) و (کیمیسنگ ١٩٦٣) و (ولبان وسمیس ١٩٦٨)ن.

**٢-تیۆری چالاکیی (Activity theory)**

ئەم تیورە پێیوایە بەساڵاچوو دەتوانێ لەگەڵ گەیشتنیشی بەو قۆناغە پارێزگاری لەسەر ئاستی تواناکانی بکات و بۆیەش پێی دەڵێن بەساڵاچووی نموونەیی، واتە پیریی لێرەدا بەستراوەی چالاکیی و بەردەوام بەرهەمهێنانی تاکەکەیە. ئەمەش لای خۆیەوە ئارامی و دڵخۆشی بۆ کەسەکە دەهێنێ و بە پێچەوانەوە زووتر پیری پێوە دەردەکەوێ.

خاوەنەکانی ئەم تیۆرە پێیان وایە ئەگەر بەساڵاچوو رۆڵ و پێگەی خۆی لە نێو کارە کلاسیکەکەی لەدەست دا ئەوا دەتوانێ بە رۆڵی دیکە و پێگەی دیکە بیانگۆڕێتەوە و ئەمەش زیندووتر دەبهێڵێتەوە.

لێکۆڵینەوەکان ( لیبۆ ١٩٥٦) و (فیلیسبس ١٩٧٥) و (هافجهێرسیت ١٩٦٨) و (لیونشل و هێڤن ١٩٦٨). راستی ئەم تیۆرە دەسەلمێنن.

**٣-تیۆری کەسێتی:**

ئەمەیان دەیەوێ ناکۆکی نێوان هەردوو تیۆرەکەی پێشوو لێکبداتەوە و هافجهێرست پێیوابوو کە تیۆری ئازادبوون لەکار و چالاکیی هەردووکیان وەستاونەتە سەر ئاستی چالاکی و بەستوویانەتەوە بە رەزامەندی تاک بۆ ژیان لەبەر رۆشنایی ئەم فاکتەرە، بەڵام ئەوەیان وەستاوەتە سەر جۆری کەسێتی و تیۆری دیکەش بۆ پیری زۆرن وەک (تیۆری کولتوورە لاوەکییەکان و تیۆری رۆڵ و تیۆری وەسف و ناولێنان و تیۆر دیاردەگەرایی).