بەرەو کۆمەڵگایەکی

بێ زەبروزەنگ

رێواس ئەحمەد

یەکێتی ئافرەتانی کوردستان
مەکتەبی سکرتاریەت
لە بڵاوکراوەکانی بەشی ڕۆشنبیری و ڕاگەیاندن
زنجیرە(٧)

ناوی کتێب: **بەرەو کۆمەڵگایەکی بێ زەبر و زەنگ**
نووسەر: **ڕێواس ئەحمەد**
هەڵەچن: نەسرین حەسەن
ڕووبەرگ: **حەمیدە یوسفی**
ژمارەی سپاردن: (٢٧٧) ساڵی(٢٠٠٩)
تیراژ: **١٠٠٠**
چاپخانە: منارە

مافی لە چاپدانی بۆ یەکێتی ئافرەتانی کوردستان پارێزراوە

پێڕست

* هەنگاوی بەرەو سەرەتا ٥
* توندوتیژی کۆمەڵگا ئیفلیج دەکات ١٠
* جۆرەکانی زەبر وزەنگ ١٧
* قۆناغەکانی توندوتیژی ٢٣
* مێژوو...سوید...ئەزموون ٢٨
* بۆ پیاو پەنا دەباتە بەر بە کار هێنانی توندوتیژی ٣٦
* ژن لێدان و ئازاردانی قەبووڵە؟ ٤٨
* منداڵ و توند و تیژی لە خێزاندا ٦٠
* کۆمەڵگایەکی بێ زەبروزەنگ ٧٦
* سەرچاوەکان ٩٤

هەنگاوێ بەرەو سەرەتا

بەکارهێنانی توندو تیژی دەرهەق بە ژن لە خێزان و کۆمەڵگادا دیاردەیەکی تازە نییە، لە هەر کۆمەڵگا و قۆناغێکدا فۆرم و هۆکار و بنچینەو تایبەتمەندی خۆی هەیە. لەو سەردەمەی پیاو دەسەڵاتی گرتە دەست و سیستەمی باوکسالاری لە کۆمەڵدا چەسپا، پیاو لەدەرەوەی ماڵدا کاری دەکرد و ژنیش خزایە چوارچێوەی ماڵەوە، ژن بوو بە بەشێک لە سامان و موڵکی پیاو. پیاو هەموو مافێکی بەسەر ژندا هەبوو، مافی لێدان، دەرکردن، دیاریکردنی چارەنووسی، فرۆشتنی و کوشتنی. بۆ نموونە لە سەردەمی کۆیلایەتیدا ژن ومنداڵ و کۆیلە بەهەمان

پێوەر مامەڵەی لەگەڵ دەکرا و خاوەنکار مافی بڕیاردانی چارەنووسیانی هەبوو.
هەزاران ساڵ تێپەڕی کە چی ئەم توند و تیژییە دەرهەق بە ژن بەردەوامە، لە کەسایەتی و بۆچوونی تاکەکاندا فۆرمی خۆی وەرگرت، لە پێکهاتەی سیستەمی کۆمەڵایەتی ـ ئابووری ـ سیاسیدا ڕەنگی دایەوە. بەردەوام هەموو یاسا و داب و نەریت و سیستەمی سیاسی دیفاعی لەو نایەکسانیە دەکرد، بێشک ئەمەش گەرەنتی مانەوەی سیستەمی باوکسالارییە. ڕاستە پێگەی ژن لە کۆمەڵگادا بەردەوام دەگۆڕێ و ئەو یەکسانیەی کە باسی دەکەین ناوەڕۆکی نوێ و ڕەهەندی مۆزایکی لەخۆی دەگرێ.

یەکسانی مانای یەکسانیە لە هەموو بوارەکانی ژیاندا، لەوانە یەکسانی لە ماف وئەرک، یەکسانی لە کار و دەسەڵات. یەکسانی لەبەهای مرۆڤایەتی بە هەموو لاباڵەکانیەوە. دیارە وەدیهاتنی ئەو یەکسانیە دەبێتە هۆکاری دارماندی ئەو دەسەڵاتە سیاسیەی لەسەر بنچینەی ئەو نایەکسانیە بنیات نراوە، مەترسی دارماندنی دەسەڵاتیش هۆکاری سەرەکی وەگەڕخستنی ئەو توندوتیژییە .

لێرەدا پرسیارێ ڕووبەڕوومان دەبێتەوە! بۆ...؟ کەی...؟ چۆن ئەم نایەکسانیە لە نێوان ئەم دوو ڕەگەزە جیاوازە سەریهەڵداو تا ڕۆژگاری ئەمڕۆشمان هەر بەردەوامە. تیۆری و لێتوێژینەوەی هەمەچەشنە هەیە کە لە تێڕوانینی ڕەوتە فەلسەفی و فیکرییە جیاوازەکان سەرچاوە هەڵدەگرن وهەریەک لەمانە دەگەنە سەرئەنجامێک کە شیاوی هەڵوێستەیەکی جیدییە .

پێگەی ژن لە بواری کارکردندا

لەو کاتەوەی ژن خزایە ناو چوارچێوەی ماڵ و ئەرکی بەڕێوەبردنی خێزان و منداڵی کەوتە سەرشان، خزمەتی ئاژەڵ و کاری دەستی کەوتە سەرشان. ئەم کارانە هیچی لە بازاردا نەدەفرۆشران، بەرهەمی ئەو کارانەی کەوتنە ئەستۆی پیاو، پێداویستییەکانی تری ماڵی پێ دابیندەکرا، جا لە ڕێگەی گۆڕینەوە بێت بە شتی تر یان بە فرۆشتنی. لەوانەیە ئەمەش یەکێک بێت لەو هۆیانەی کە کاری لەسەر کەمی مووچە و نرخی کاری ژن دانابێت لە ڕۆژگاری ئەمڕۆماندا. لە کۆمەڵگا پێشکەتووەکاندا، لەگەڵ ئەوەی ژن هەمان کاری پیاو دەکات کەچی هەمان مووچە وەرناگرێ .

دەرگای کار لەژن داخرا

ئەو کارانەی کەجاران ئەنجام دەدران پێویستی بە هێزی ماسولکەو توانایەکی تایبەتی هەبوو، دایکایەتی و ئەرکی بەڕیوەبردنی خێزان و توانای فیزیکی ژن هیچ بوارێکی لەپێش ژندا نەهێشتەوە بۆ بەشداریکردن لە پرۆسەی نوێی کارکردندا. ئەمە زیاتر ژنانی خزاندە ناو ماڵ و یاسای بێ توانایی ژن لە کۆمەڵگادا چەسپا. لە ئەنجامی پێشکەوتنی تەکنیک و ئەو گۆڕانکارییانەی بە بواری کارکردن هات کاری وا هاتە ئاراوە کە ژنیش توانای ئەنجامدانی هەبێ، گرانی باری ئابووری خێزان، ژنانیان لە زۆر بواردا ناچارکرد ڕوو بکەنە مەیدانی کار. لەگەڵ ئەمەشدا زۆر بواری کار لە بەردەم ژندا داخرا. تەنانەت هەندێ ژن ناچاربوون جلی پیاو بپۆشن تا بتوانن کاربکەن و بژێوی بۆ خێزانەکانیان دابین بکەن و تواناکانی خۆیان تاقیبکەنەوە. لەم پرۆسەیە ژن ئەوەی بۆ دەرکەوت ، کارکردن دەبێتە هۆی پەرەسەندن و نەشونماکردنی تواناکانی و باوەڕی بە کەسایەتی خۆی بەهێزتر دەبێ و دەتوانێ ڕۆڵی کاریگەری خۆی لە گۆرانکارییەکاندا ببینێ.

لە سەرەتای بەرپابوونی شۆڕشی تەکنەلۆژیا بوارێکی فراوان لەبەردەم ژناندا کرایەوە، نەک تەنیا هۆکاری ئابووری، بەڵکو پێداویستی هێزی کار ژمارەیەکی زۆری ئافرەتی خزاندە مەیدانی کارەوە. هێزی کاری ژن لە

پرۆسەی بەردەوامی و پێشکەوتنی کۆمەڵگای پیشەسازیدا ڕاستیەکی چاولێنەپۆشراوە، کەچی ژن هەر بە هاووڵاتی پلە دوو مایەوە. بەلامانەوە سەیر نەبێ لە سەردەمی ئەو پەڕی پێشکەوتنی تەکنەلۆژیادا هەندێ کار هەیە مۆرکی پیاوانە یان ژنانەی پێوەنراوە، ئەمەش تەنیا بۆ جەختکردنە لەو نایەکسانیەی نێوان هەردوو ڕەگەزەکە.

دیارە ئەم پرۆسە مێژووییە ژنی خستە ناو بازنەیەکی داخراوەوە و بوارەکانی لەبەردەم گەشەی توانا و بەها مرۆڤایەتییەکانی ژندا تەسک کردەوە. شێوەی نوێ هاتە ئاراوە، لەچوارچێوە نانی کارو بزووتنەوەی ژنان و هەنگاوەکانیان بەرەو کۆمەڵگایەکی یەکسان و ئاسوودە. یەکێ لەو شێوە تازانە پەرەسەندن و پیادەکردنی توندوتیژییە دەرهەق بە ژن لە تەواوی دەزگاکانی کۆمەڵگادا.

توندو تیژی کۆمەڵگا ئیفلیج دەکات

ئەو توندو تیژییەی کە دەرهەق بەژن پەیڕەو دەکریٚ کاریٚکی ترسناکی کردۆەتە سەر خیٚزان و کۆمەڵگا، مەحاڵە بتوانریٚ پشتگویٚ بخریٚ. لەم چەند ساڵەی دواییدا دەوڵەت لە ڕیٚگای ڕیٚکخراوە سیاسی مرۆڤایەتییەکان ناچارکرا کە هەڵویٚستەیەک بکات، لە ڕیٚگای یاساو لیٚکۆڵینەوە وهەندیٚ ڕیٚکخراوەوە پەردە لەسەر لایەنەکانی توندوتیژی لادراو و تواناکان خرانە کار بۆ سنووردانان و نەهیٚشتنی ئەم دیاردە گەندەڵیەی کە کۆمەڵگا بەرەو ئیفلیج بوون دەبات .
دیبات و گفتوگۆ لەسەر توندو تیژی دەرهەق بە ژن لە سەرەتای حەفتاکاندا لە زۆربەی زۆری وڵاتانی ئەورووپا و ئەمەریکا دەستی پیٚکردو بە شیٚوەیەکی ئاشکرا لە میدیاو

له خشتەی کاری ڕێکخراوە جیهانییەکاندا باسی لێوە دەکرا.

لە سەرەتای هەشتاکاندا لە خشتەی کاری نەتەوە یەکگرتووەکاندا مەسەلەی توندو تیژی دەرهەق بە ژن بووە خاڵێکی بەرچاو، بە شێوەیەکی چڕ و پڕ لێکۆڵینەوە و دیالۆگی لەسەردەکرا. دەیان لیژنە دامەزرێنرا بۆ لێتوێژینەوە و چوونە قوڵایی ئەم دیاردەیە وئاماژە بۆگەلێ پێشنیارو ڕێگە چارەسەر کرا.

ئەو لێتوێژینەوەو سەرژمێرییانە ئەوەیان خستەڕوو کەزۆربەی زۆری ئەو زەبروزەنگەی دەرهەق بە ژن دەکرێ لە چوارچێوەی خێزان و لە کەسێکی نزیکی ئەو ژنەوە ئەنجامدەدرێ. ئەوەی جێگای سەرنجە تا ئێستاش ئەم مەسەلەیەش بە شتێکی شەخسی دادەنرێ و کەسێکی دەرەوەی خێزانەکە مافی خۆهەڵقورتانی نییە، ئەمەش لەو سەردەمەوە سەرچاوە هەڵدەگرێ کە ژن موڵکی پیاو بووە. هەروا لەو ڕاپۆرتانەدا ئاماژە بۆ ئەوەش کرا کە ئەم توندوتیژییە هەر توندوتیژی جەستەیی ناگرێتەوە، بەڵکو ئازاردانی دەروونی و دەستدرێژی سێکسیش دەگرێتەوە. ئەم توندو تیژییەش سنوور بۆ پەرەسەندنی تواناکانی ژن

دادەنێت و کۆسپێکیش دەبێت لە بەردەم بەشداریکردنی ژنان لەپرۆسەی پێشکەوتنی کۆمەڵدا .

لەساڵی ١٩٨٦ دا کۆمیتەی ئابووری ـ کۆمەڵایەتی سەر بە نەتەوە یەکگرتووەکان گەیشتە ئەو سەرئەنجامەی کە ئەو توندوتیژییە بە پێشێلکردنی مافی مرۆڤ دادەنرێ. داواکرا لیژنەیەک دابمەزرێنرێ کە ڕێگای چارەسەر بۆ ئەم گرفتە دابنرێ و وڵاتانی ئەندامیش ملکەچی ئەو بڕیارانە ببن کە ئەم لیژنەیە ئامادەی دەکات.

لە ساڵی ١٩٩١ دا کۆمەڵێ ڕاپۆرت ئامادەکران کە جەختیان لەسەر چەند خاڵێک دەکرد، ئەو توندو تێژییەی دەرهەق بەژن دەکرێ بەهۆی ڕەگەزیانەوەیە وەک ژن. جۆرەکانی توندو تیژی بە شێوەیەکی ورد و زانستی دەستنیشانکران. لەوانە لێدان، ئازاردان، کوشتن، دەستدرێژی سێکسی لەلایەن مێردەوە، خەتەنەکردن، ئەتککردن، بەزۆر بەشوودان، ...هتد. ئەمانە هەموو لە ناو چوارچێوەی خێزاندا دەکرێ، ئەمەش ئەوە ناگەیەنێ لە دەرەوەی خێزاندا ژنان ڕووبەڕووی هیچ زەبروزەنگێک نابنەوە. ڕاپۆرتەکان بە ڕاشکاوی باسی گەلێ لایەنی ئەو دیاردەیان کرد کە ژنان لە دەرەوەی ماڵدا بە شێوەیەکی بەردەوام و ڕاستەوخۆ و ناڕاستەوخۆ لەگەڵیدا دەژین و

دووچاری گەلێ گرفتی فیزیکی و دەروونی دەبنەوە، لەوانە دەستدرێژی سێکسی لەلایەن کەسێکی نەناسراوەوە، شەڕپێفرۆشتن ، توانجلێگرتن ، گاڵتەپێکردن، بە سووک تەماشاکردنیان، لێدان، هەڕەشەکردن لە دەرکردنیان لە کار، گەر خۆ بەدەستەوە نەدەن. هەروا لەشفرۆشی ژن یەکێکە لەو دیاردە سامناکانەی لە کۆمەڵگای مۆدێرندا بە شێوەیەکی بەربڵاو ڕوو لە زیادبوون دەکات و فۆرمی نوێ وەردەگرێ و پێگەی ژن لە کۆمەڵگادا بەرەو نشێو دەبات، ئەمە جگە لەوەی هیچ یاسایەک نییە دیفاع لەو ژنانە بکات و لەو توندوتیژییەی کە ڕۆژانە تێدا دەژین ڕزگاریان بێت. باس لە کولتوور و داب ونەریتی هەندێ نەتەوە کرا کە شەرعیەت بەو توندوتیژییە دەدەن و پلەو پێگەی ژن کەمدەکەنەوە.سیستەمی سیاسی ئەم وڵاتانەش ئەم زەبروزەنگە قەبووڵ دەکەن و تەنانەت هەندێ وڵاتیش لەڕێگەی بێدەنگبوونیان لە مەحکووم نەکردنی جۆرەکانی زەبروزەنگ، بواری پەرەسەندنی ئەم دیاردەیە زیاتردەکەن.

لە ساڵی ١٩٩٣ دا لە ڕاگەیاندنێکی نەتەوەیەکگرتووەکان، جەخت لەسەر ئەوە کرا کە دەوڵەت دەبێ ئەو زەبروزەنگە مەحکووم بکات و بەناوی هیچ داب و نەریت و کولتوورێکەوە ڕێگە بەو ناحەقییە نەدات. ئەو زەبرو

زەنگەش دەربڕی ئەو نایەکسانیە کە لە هەموو قۆناغەکانی پەرەسەندنی مرۆڤایەتیدا بەرجەستەبووە. لەڕێگەی وەدیهاتنی یەکسانی یاسایی و کۆمەڵایەتی سیاسیەوە و پەرەسەندنی ئازادی و دابینکردنی مافی مرۆڤ دەتوانرێ هەنگاو بە هەنگاو ڕێگا چارەسەری بۆ بدۆزرێتەوە و ڕووناکی بخرێتە سەر لایەن و هۆکارەکانی، ئەمەش بەمەبەستی کەمکردنەوە و پاشان بنبڕکردنی ئەم دیاردە نامرۆڤانە.

لە ساڵی ١٩٩٩ دا بڕیاردرا پرۆتۆکۆلێکی نوێ سەبارەت بەو ستەمەی دەرهەق بە ژن پیادەدەکرێ، ئامادەبکرێ و هەر جارەش لایەنێکی ئەو دۆزەیە بخرێتە بەر باس و لێکۆڵینەوە. لە ساڵی ٢٠٠٢ دا ڕاپۆرتێکی هەمەلایەن سەبارەت بەو داب ونەریت و کولتوورانە ئامادەکرا کە مافەکانی ژن لە بیروڕادەربڕین و بڕیاردانی چارەنووسی خۆی و پەرەپێدانی کەسایەتی سنووردار دەکەن، هەروەها لەسەر ئاستی نەتەوەیی و نێونەتەوەیی شەرعیەت بە فۆرمە جیاجیاکانی توندوتیژی دەدەن.

"ئەمنیستی" کۆمپانیایەکی تایبەتی دامەزراند سەبارەت بەو توندوتیژییە ناحەقیەی دەرهەق بە ژن پەیڕەودەکرێ. ئەرکی ئەم کۆمپانیایە خەباتکردن بوو لە پێناو

سنووردانان و بنبڕکردنی ئەم توندوتیژییە، ڕاپۆرت لەمەڕ لایەنە عەمەلی و تیۆرییەکانی ئەم مەسەلەیە بخاتە بەر باس و لێکۆڵینەوە. ئەم ڕاپۆرتە جەختی لەسەر ئەوە کرد کە ئەم دیاردەیە پەیوەندی ڕاستەوخۆی بە دەسەڵاتەوە هەیە، واتە دەسەڵاتی پیاو بەسەر ژندا. ڕەگەزی دەسەڵاتدار لە کۆمەڵدا پیاوە، پیاو وەک تاک و کۆ بەشێوەیەکی پەسیڤ یان ئەکتیڤ زەبروزەنگ بەکاردەهێنن بۆ پاراستنی ئەو دەسەڵاتەی کە هەیانە.

لەزۆربەی زۆری وڵاتانی جیهاندا دەیان سەنتەری ژنان و ڕێکخراو دامەزران بۆ دیفاعکردن لە مافی ژنان و یارمەتیدانی ئەو ژنانەی کە توندوتیژییان دەرهەق بەکارهێنراوە. ئەو کۆمەڵە و پرۆژانەی کەبە مەبەستی لێتوێژینەوە و وردبوونەوە دامەزرابوون کۆمەڵێ سەرژمێری و دەرئەنجامی خستە ڕوو. هەروا ئەو پرۆژەیەی لەژێر ناونیشانی "**ژنی لێدراو**" دامەزرا، سەرنجمان بۆ کۆمەڵێ ڕاستی تاڵ ڕادەکێشی سەبارەت بە ژمارەی ئەو ئافرەتانەی ڕووبەڕووی ئەم دیاردەیە دەبنەوەو چۆن کار لە کەسایەتی ژن و منداڵ وخێزان و تەواوی کۆمەڵگا دەکات.

بۆ نموونە لە وڵاتێکی وەک سوێد، کە پرۆسەی یەکسانی نێوان ژن و پیاو گەلێ هەنگاوی بەرەو پێشەوە ناوە، ٤١% ژنانی ئەم وڵاتە ڕووبەڕووی توندوتیژی دەبنەوە لە لایەن مێرد یان دەزگیران یان پیاوێکی ناسراوەوە. هەموو هەفتەیەک ژنێک بە دەستی پیاوێکی ناسراوەوە دەکوژرێ، جا ئەو پیاوە مێردی یان کۆنە مێردی یان دۆستی بووبێت.

جۆرەکانی زەبروزەنگ

کاتێک مەسەلەی توندوتیژی کەوتە بەر باس و لێکۆڵینەوە، تیشک خرایە سەر هەموو لایەنەکانی توندوتیژی. یەکێ لەو بابەتانەی کە ڕاو بۆچوونی جیاوازی لەسەر پەیدابوو جۆرەکانی توندوتیژی بوو.دانانی سنوورێک بۆ جیاکردنەوەی جۆرەکانی ئەم دیاردەیە کە لە کۆمەڵگایەکەوە بۆ کۆمەڵگایەکی تر دەگۆڕێ. لە هەندێ کۆمەڵگادا یاساش ئاوڕ لە ئازاردان و تەنانەت کوشتنی ژن ناداتەوەو هەر لە سایەی ئەو یاسایەدا دەیان بیانوو بۆ ئەو کارە دەدۆزنەوە. ژن بەهای مرۆڤایەتی لە دەست دەدات و دەبێت بەو زیندەوەرە بێ گیانەی کە پێگەی خۆی نادۆزێتەوە. چی دەچێتە خانەی توندو تیژی؟ لێدان، شەق،

شەپازلە، شکاندنی ئەندامێکی لەش، کوشتن؟ بەلای هەندێ کەسەوە لەوانەیە ئەمانە هیچی زەبرو زەنگ نەبن. زۆرجار گوێمان لە پیاوێک دەبێ، دەڵێ من تەنیا شەقێکم لێدا، جا ئەوە کەی بە لێدان دادەنرێ. ئایا هەر لێدان و لە خوێن هەڵکێشانی ژن بە توندوتیژی دادەنرێ؟

لێکۆڵەرەوەکانی ئەم بوارە، توندوتیژی دەرهەق بە ژن دەکەن بە چەند بەشێکەوە:

توندوتیژی دەروونی یان نەفسی

ئەمە قۆناغی یەکەم و نیشانەی وەکارخستنی ئەم دیاردەیەیە. ئەوانەی ئەزموونی لەم بابەتەیان نییە، بە زەحمەت لەو نیشانانە دەگەن.

ئەم جۆرەیان دوو لایەن وەخۆدەگرێت:

توندوتیژی دەروونی ئەکتیڤ

ئەمەش زۆر شێوازی هەمەلایەن دەگرێتەخۆ و لە ژیانی ڕۆژانەی ژن ومێردا دەردەکەوێ، بۆ نموونە کەمکردنەوەی توانای ژن، سوکایەتی کردن بە کارو هەڵسوکەوتی، گاڵتەکردن بە جلوبەرگ و شێوەی دەرەوەی "کە بەکەڵکی هیچ نایە، ناتوانێ خواردن دروست بکات، لەڕووی سێکسیەوە زەوقی نییە"، ڕێگای چوونەدەرەوەی بۆبینینی هاوڕێ و خزمی لێدەگیرێ، جنێو

و قسەی ناشیرین بە خۆی و کەس وکاری دەدرێ، دوورەپەرێز دەکرێ.
"**لوکەس پلیاکەس**" کە دکتۆرێکی بواری سایکۆلۆژییە لە نەخۆشخانەیەکی شاری "**یاڤلێ**". چەند نموونەیەکمان سەبارەت بە ئەم جۆرە توندوتیژییە نیشان دەدات:

* پیاوەکان دەرگا لە ژنەکانیان دادەخەن، جنێویان پێدەدەن، هەڕەشەیان لێدەکەن، ناتوانن بچێنە دەرەوە، هاوڕێکانیان ببینن، بەشداری کۆرسی خوێندن بکەن، زۆرکاتیش ڕێگایان نادەن کاربکەن.

* بە تەواوەتی ژنەکەی پشتگوێ دەخات، بە هیچ جۆرێ قسەی لەگەڵ ناکات، ژنەکەی هەرچیەک بکات گوێی پێنادات، تووڕە بێت یان بێزاربێت، وەک مێشێ میوانی نەبێ وایە. سەیرێکی دەکات و دەڕوات بە ڕێگای خۆیدا
.
* کاتێ بڕیار دەدەن جیاببنەوە، پیاوەکە هەموو کات بە دوای ژنەکەوەیە، هەڕەشەی لێدەکات، شەڕی لەگەڵ دەکات، هەستێکی وا دەدات بە ژنەکە کە ئەم هەر بەدواوەیەتی بۆ هەرکوێیەک بڕوات.

توندوتیژی دەروونی پەسیڤ

ئەو ڕەفتارەی کە ڕۆژانە پیاو بەرامبەر ژن ئەنجامی دەدات، دەبێتە هۆی ئەوەی ژن باوەڕ بە هەموو ئەو قسانەی پیاو بهێنێ و بچێتە ئەو قاوغەی کە پیاوەکە بە شێوەیەکی هۆشمەندانە کاری بۆ کردووە. لەم حاڵەتانەدا باری نەفسی ژن تێکدەچێت و توانای بیرکردنەوەو لێکدانەوە و بینینی شتەکانی نابێ. تەواو تێکدەشکێ و بڕوای بە خۆی و تواناکانی نامێنێ، هێواش هێواش دەبێ بەو کەسە بێ کەڵکەی کە پیاوەکەی ناوی دەبا. توانای پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی نامێنێ و خۆی گۆشەگیر دەکات. ترسێکی زۆری لا پەیدا دەبێت و شک لە هەموو کەسێک دەکات و نەک تەنیا بڕوای بە خۆی نامێنێ، بەڵکو بڕوای بە دەوروبەریشی نابێت.

توندوتیژی فیزیکی

ئەم شێوەیە ئەو بارانە دەگرێتەوە کە ئاساری بینراوی بەسەر جەستەی ژنەوە بەجێدەهێڵێ و کاری ڕاستەوخۆش دەکاتە سەر باری دەروونی ژن. ئەمەش دوو شێوەی هەیە:

توندوتیژی فیزیکی ئەکتیڤ

ئەم شێوە زۆر لایەن دەگرێتەوە، لەوانە: پاڵپێوەنان، شەپازلە، شەق، بۆکس لێدان، چەقۆ بەکارهێنان، بازدان

لەسەر سکی ژنەکە، هەوڵی خنکاندنی. ئەمانە هەموو لە کەسێک و لە حاڵەتێکەوە بۆ حاڵەتێکی تر دەگۆڕێ. ئەم لێدانە دەبێتە هۆی شینبوونەوەی شوێنی لێدانەکە یان ئاوسانی ئەو شوێنە، شکاندنی ئەندامێکی لەش، خوێنبەربوون، بریندارکردنی جەستە، منداڵ لەبارچوون. شێوەی زەرەرەکانی ئەم جۆرە لێدانە جیاوازە، کەسانی پسپۆر و شارەزا لەم بوارەدا، شوێنەواری ئەم لێدانانە لە حاڵەتەکانی تر جیا دەکەنەوە.

پیاو بە شێوەیەکی گشتی دەست لە سەرو دەموچاو دەوەشێنێ، هەروا سنگ و سکیش دەگرێتەوە. ژن لەکاتی لێداندا هەوڵ دەدا بە دەستی، دەموچاو و سەری بپارێزێ، بۆیە زۆرجار شوێنی لێدان و ئەشکەنجەدانەکە بە شان و باڵەکانیانەوە دیارە. "کیشتی ماڵتێرود" کە پزیشکێکی نەرویجییە دەڵێت: شێوەو ئاساری ئەو لێدانانە زۆر جیاوازە لە ئاسەواری ڕووداوێکی ئاسایی وەک کەوتن یان ڕووداوی ئۆتۆمبێل. لەبەرئەوەی شوێنەواری لێدان بە جارێ زۆر شوێنی جەستەی ژنەکە دەگرێتەوە، شوێن پەنجە یان شوێنی دار یان هەر ئامرازێک لە کاتی لێدانەکە بەکارهاتووە، یان شوێنەواری پەت بە جەستەی ژنەکەوە دەبینرێ.

توندوتیژی فیزیکی پەسیڤ

پیاو ڕێگە لە ژن دەگرێ کە پێداویستییەکانی ژیانی دەستگیربکات. سنوور بۆ ژیان و جوڵانەوەی دادەنێت، ئەمە بەتایبەتی گەر ژنەکە کارنەکات و پیاوەکە بیژێنێ، ڕێگەی جلوبەرگ کڕین، یان خواردن یان کڕینی پێداویستییەکانی خۆی لێ قەدەغەدەکات . هەروا زۆرجار هەڕەشە لە ژنەکە دەکرێ گەر داواکانی مێردەکەی جێبەجێ نەکات، تەنانەت لەو کاتانەش مێردەکەی لە ماڵ نابێت، ژنەکە هەر ئەو ترسەی لە دڵدایە.

قۆناغەکانی توندوتیژی

ئەو لێکۆڵینەوانەی کە کراوە ئەو ڕاستیە دەردەخەن کە توندوتیژی پرۆسەیەکی دووردرێژە و بە چەند قۆناغێکدا دەڕوات. وەستانی ئەو پرۆسەیەش لە سەر خودی ژن وەستاوە، کەی دەتوانێ بە شێوەیەکی هۆشمەندانە ڕووبەڕووی ئەو دیاردەیە بوەستێ و داوای یارمەتی بکات.

قۆناغی یەکەم

هەست بەگرژییەک دەکرێ لە پەیوەندییاندا، سەرەتای شەڕو ململانێ سەرهەڵدەدات، ژن ترسی لێدانی لێدەنیشێ، هەست دەکات پیاوەکەی خوێنی دەکوڵێ، هەوڵ دەدات

خۆی لێ لابدات، یان نەرم ونیان بێت لەگەڵیدا بۆ ئەوەی ئەو بارگرژییەی کەمکاتەوە یان پیاوەکە دڵخۆش بکات بە کارێک، ژن هەموو توانا و بیرکردنەوەی دەخاتە کار بۆ ئەوەی کارە چاوەڕوانکراوەکە ڕوونەدا.

قۆناغی دووەم

پێش ڕوودانی هەر دەستوەشانێک ژنەکە لەبارێکی نەفسی گراندا دەبێت ودەشڵەژێ و ترسی لێدانی لێدەنیشێ.
پیاوەکە دەیەوێ دەرسی بدات، دەرسێ کە هەرگیز لەبیری نەچێتەوە، تا جارێکی تر ئەو شتە بکات کە بە دڵی ئەوبێ، تا جارێکی تر لاسار نەبێت و داواکانی جێبەجێ بکات. دەست دەکات بە لێدانی، وازی لێناهێنێ تا بەڵێنی نەداتێ کە لەمەودوا بێگوێیی ناکات و لەژێر ئەمری ئەودا دەبێت.

قۆناغی سێیەم

ئەمە قۆناغی خۆشەویستی و ئارامییە. پاش ئەوەی پیاوەکە کەف وکوڵی تووڕەیی ڕشت و ئەو دەرسەی کە ویستی دای بە ژنەکەی، هێمن دەبێتەوە. ژنەش لەو کاتەدا دەیەوێ هەرچۆنێ بێت بڕوات و پیاوەکە بەجێبهێڵێ و جارێکی تر نەیەتەوە و کۆتایی بەم جۆرە ژیانە بهێنێ، بەڵام هێندە نابا پیاوەکە تەواو سارد دەبێتەوە و پەشیمانە

لەوەی کردوویەتی، بە شێوەیەک لە شێوەکان ئەو پەشیمانییەی خۆی دەردەبڕێ، هەندێ پیاو دەگرین و داوای لێبوردن لە ژنەکانیان دەکەن و بەڵێن دەدەن جارێکی تر کە کارێکی وا نەکەن. پیاوەکە ژنەکەی زۆر خۆشدەوێت و بەبێ ئەو ناژی، ئەوەش خەتای ژنەکە بوو کە ئەو دەستی لێ بەرز کردۆتەوە، ئەوە ژنەکە بووە، تەواو توورەی کردووەو ئەویش خۆی پێنەگیراوە. ژنەکە جارێکی تر نابێ وا توورەی بکات، پیاوەکەی نایەوێ لەژنەکەی بدات، بەڵام ئەو ناچاری کردووە.

لێرەدا ژنەکە وا هەست دەکات کە ئەمە هەڵەی ئەو بووە کە پیاوەکەی لێیداوە و ڕقی لە خۆی دەبێتەوەو زیاتر بە پیاوەکەوە دەبەسترێتەوە. ئەم کارە چەند جارێک دووبارە دەبێتەوە لە خێزاندا، ئیتر دەبێتە پرۆسەیەکی ئاسایی ژیانیان، ژنەکە وا دەزانێ ژیان بەو جۆرە بەڕێوە دەچێت، گەر پیاوەکە لێشی بدات خەتای خۆیەتی و ئەو زۆری خۆشدەوێت و زۆرجاریش میهرەبانە لەگەڵیدا، ئەوە نییە ڕۆژێ پاش شەڕەکەیان دیارییەکی بۆ کڕی یان چەپکە گوڵێکی بۆ هێنایەوە. ئەم پرۆسەیەش پێی دەوتری نۆرمالیزەکردنی پرۆسەی توندوتیژی .

لێرەدا ڕووبەڕووی چەند پرسیارێ دەبینەوە:
ئەو نهێنیە چییە وا لە پیاوان دەکات زەبروەشێن بن..
کام پیاو زەبر وەشێنە؟
کام هەل و مەرج پیاوێکی زەبروەشێن یان میهرەبان دروست دەکات.
ئایا هەموو پیاوێک ئیمکانی هەیە زەبروەشێن بێت؟

گەلێ بۆچوون و شیکردنەوەی جیاواز هەیە کە سەرچاوە لە تێوری جیاواز وەردەگرن. بۆ نموونە هەندێک بۆچوون ئەم توندو تیژییە دەگەڕێننەوە بۆ ئەو سیستەمەی کە باوە لە کۆمەڵگادا و کەس بە لێپرسراوی ئەم دەردە نازانێ و پیاویش بە قوربانی ئەو سیستەمە دادەنێ.

ڕایەکی تریش هەیە کە هۆکاری ئەم زەبروزەنگە دەگەڕێنێتەوە بۆ هۆکاری ئابووری - یاسایی و پێکهاتەی کولتووری، هەر ئەو هۆکارانەشە کە فۆرمی ئەو چەوسانەوەو ستەمە دروست دەکەن و زروف و باری گونجاوی بۆ ئامادە دەکەن. لێرەشدا ئاماژە بۆ کۆنترۆڵی پیاو بەسەر ژندا و ژیانێکی سێکسی زەبرئامێز دەکەن.
هەموو ئەو ڕاپۆرتانەی کە "ئەمنیستی" ئامادەی کردبوو بە شێوەیەکی بەرجەستەو کۆنکرێتی چارەسەرێکی ئەوتۆ بۆ

ئەم دیاردەگەندەڵە دەستنیشان ناکات. وەڵامی گەلێ پرسیار ناداتەوە لەوانە:

* ئایا دەبێ چ بکرێ بۆ لەناوچوونی ئەو ستەم و نایەکسانیە؟

* ئایا چ بکرێ بۆ لەناوبردنی ئەو کۆنترۆلەی کە باسی دەکە؟

* ئایا ئەم دیاردەیە تەنیا پەیوەندی بە دەسەڵاتەوە هەیە؟.

هیچ مرۆڤێک لە بارێکی ئاساییدا ئەو زەبروزەنگە بە شتێکی حەقانی دانانێ، تەنانەت ئەوانەش کە ئەو زەبروزەنگەش بەکاردەهێنن. هەموو شێوەکانی توندوتیژی دەرهەق بە ئافرەت بە تاوان و پێشێلکردنی مافی مرۆڤ دادەنرێ. سەرەنجام دەتوانین بڵێین ئەو هەلومەرجە مێژوویانەی کە پیاوی کردووە بە هاووڵاتی پلە یەک ژن پلە دوو، پیاوی کردووە بە باڵادەست و ژن بە ژێردەست، دەبێ شی بکرێنەوە لە بنەڕەتەوە چارەسەربکرێن. ئەو میکانیزمە کۆمەڵایەتییەی بڕیاردەرەو زەبروزەنگی دەرهەق بە ژنی ستەمدیدە پێ قبووڵە، دەبێ وردوخاش بکرێ.

مێژوو... سوێد... ئەزموون

گەر وڵاتی سوێد بە نموونە وەرگرین کە پرۆسەی خەباتکردن لە پێناو هێنانەدی یەکسانی ژن و پیاودا هەنگاوی باشی ناوە، ژنان گەلێک دەستکەوتیان وەدستهێناوەو لە زۆربەی دام ودەزگاکانی دەوڵەتدا ژنان ڕۆڵێکی باڵایان هەیە.

ژنانی سوێد وەک هەموو ژنانی کۆمەڵگاکانی تر کەرەستەو موڵکی پیاو بوون، ستەمدیدەو زوڵم لێکراو بوون. لە سەرەتای سەدەی دوانزەهەمدا کۆمەڵگا ئاوڕێکی لەو توندو تیژییە بێشومارە دایەوە کە لە کۆمەڵگادا دەرهەق بە ژن پەیڕەودەکرێ.

له ساڵی ١٢٥٦ دا یاسای 'بێرییەر یارل' دانراو له ناوچەکاندا کاری پێدەکرا. بەشێک لەو یاسایە پەیوەندی بەباری ژن و ئازادی ژنەوە بوون. بە پێی یاسای ئازادی ژن لێدان و ئازاردان و دەستدرێژیکردنە سەر ژن لە دەرەوەی ماڵدا بە تاوان دانرا و ئەو کەسەی ئەم کارەی ئەنجامبدایە بە توندی سزا دەدرا. ئەرکی پیاوانی ناو خێزان ئەوەبوو شەرەفی خێزان بپارێزن، ژنانی خێزان لە توندو تیژی و دەستدرێژی پیاوانی تر ڕزگاربکەن.
سەرنج بدەن لێرەدا هەر باس لەو توندوتیژییە دەکرێ کە لە دەرەوەی ماڵەوەدا ئەنجام دەدرێ، هەروەک پێشتریش ئاماژەمان بۆ کرد کە ئەوە بە کاری شەخسی و تایبەت بە خێزان دانرابوو. بۆیە دەبوو قودسییەتی ئەو نهێنییە بپارێزرایە. هەر لەوماوەیەدا یاسای فڕاندنی بووک لە ڕۆژی گواستنەوەیدا قەدەغەکرا و بە تاوان لە قەڵەمدرا. ئەو کات لە سوێد باو بوو بە مەبەستی ئەتککردن یان تۆڵە سەندنەوە لە پیاوێک یان خێزانێک، بووک لە ڕۆژی گواستنەوەیدا دەفڕێنرا .
له ساڵی ١٧٢٤ دا له ڕووی یاساییەوە ماف درا بە پیاو کە لە ژنەکەی بدات گەر ژنەکەی پێداویستی و داواکانی مێردەکەی بەجێ نەگەیاندایە. لەم بڕگە یاساییەدا جەخت لەسەر ئەوەکرا کە نابێ ئەم ئازاردانە بگاتە ڕادەی کوشتن. خۆ ئەگەر ئەوەش ڕوویبدایە ئەوا بیانوویەکیان

دەدۆزیەوە بۆ ئەوەی پیاوەکە سزا نەدریٚ، لەوانە دەوترا بە ڕێککەوت یان بەبیٚ مەبەست ڕوویداوە.
مافی سزادان و لێدانی ژن و منداڵ درابووە دەست خودی پیاو، گەر ئەو توندوتیژییە گرنگ بوایە بۆ بەڕێوەبردن و ڕێکخستنی کارەکانی ئەوا هیچ یاسایەک ئەنجامدانی ئەم کارەی بە تاوان لەقەڵەم نەدەدا و پیاو سزای نەدەدرا. ئەمە جگە لەوەی ژن هەروەک منداڵ بە ناکامڵ دادەنراو هیچ جۆرە مافێکی نەبوو لە بڕیاردانی ئەو شتانەی کە پەیوەندی بە شووکردن و منداڵبوونەوە هەبوو. کاتیٚ باوک دەمرد سەروەت و سامان تەنیا بۆ کوڕ دەمایەوە.
لەساڵی ١٨٥٨ یاسای لێدانی کارەکەر و کۆیلە قەدەغەکرا. ناوی ژن لە ریزی ئەو دوو توێژەی کۆمەڵدا نەبوو، ژن هەر بەکۆیلەی تەواوی پیاو مایەوە. گرفتیٚ سەریهەڵدا. ئەو کچانەی کە قەیرەبوون و شوویان نەکردبوو پاش مردنی باوکیان مافیان نەبوو هیچ جۆرە بڕیارێک بدەن، بۆیە لە ساڵی ١٨٨٤ دا قەیرە کچ بە کامڵبوو لە قەڵەمدرا. مافی بڕیاردانی ئەو مەسەلانەی پێدرا کە پەیوەندی بە خودی خۆیانەوە هەیە. تەنیا لە ساڵی ١٩٢٠ دا لە ڕووی یاساییەوە ژنی شووکردوو بە مرۆڤی کامڵ دانرا، لە ١٩١٥ دا ژن گەر هۆیەکی مەعقولی هەبوایە دەیتوانی داوای جیابوونەوە بکات. لە زۆربەی حاڵەتەکانی تردا مافی ئەوەی نەبوو لەمێردەکەی داوای جیابوونەوە بکات.

له سەردەمی پیشەسازیدا ژنانی سەرمایدارەکان ژیانێکی تێروتەسەل دەژیان، بەڵام هەر لەچوارچێوەی خێزاندا مانەوەو پێداویستییەکانی پیاوانیان جێبەجێ دەکرد. ژنی کرێکاریش ئەو دەرامەتەی کە پیاوەکەی وەدەستی دەخست، بەشی خێزانی نەدەکرد، بۆیە ناچار لە دەرەوە و لەماڵەوەش کاری دەکرد. لەهەردوولاوە ژنی کرێکار دەچەوسێنرایەوە.

ئەو ستەم چەوساندنەوەی دەرهەق بە ژن دەکرا نارەزاییەکی لە ڕیزی ژناندا دروستکرد. نەک تەنیا لە سوێد، بەڵکو لە سەرتاپای دونیادا بزووتنەوەیەکی بەرفراون سەریهەڵدا و خەباتی لە پێناو هێنانەدی یەکسانی لەنێوان ژن و پیاودا دەکرد. گرفتێکی گەورە لە هێنانەدی ئەو ئامانجە وئەو توندوتیژییە بوو کە دەرهەق بە ژن ئەنجامدەدرا. بواری لەبەردەم هاوبەشی ژن لە کۆمەڵگا داخستبوو. تا ئەو ساڵانەش توخن کەوتنی ئەو مەسەلەیە بڤەبوو و بە مەسەلەیەکی تابۆ دادەنرا.
لایەنە سیاسی و کۆمەڵایەتییەکانی سوێد لە سەرەتای حەفتاکاندا ئاوڕێکی جیدیان لە مەسەلەی توندوتیژی دەرهەق بە ژن دایەوە. لەهەمان کاتدا خودی بزووتنەوەی ژنان خەباتی دەکرد تا ئەو زەبروزەنگە لە چوارچێوەی

خێزان بچێته دەرەوە و ببێته بابەتێکی کۆمەڵایەتی و وەک هەر بابەتێکی گرنگی تر بە ڕاشکاویی قسەی لەسەربکرێ. ئەو پیاوانەش کە ئەو توندو تیژییە ئەنجام دەدەن بە پێی یاسا سزابدرێن، هەروا ئەو ژنانەش کە ڕووبەڕووی ئەم زوڵمە دەبنەوە یارمەتی وەرگرن.

ساڵی ١٩٨٢ یاسایەک دەرچوو و بەکارهێنانی توندوتیژی دەرهەق بەژن بە تاوان لەقەڵەم دا و لێدانی ژن خرایە ڕیزی ئەو کارە نایاساییانەی کە حوکمی لەسەردەدرا، بەڵام ئەو کات دەبوایە خودی ژنەکە شکاتی بکردایەو خەبەری پۆلیسی بدایە. پرۆسەی دادگاکردنەش لە پشت پەردەوە دەکرا، واتە کەسانێکی دەرەوەی ئەو خیزانە مافی ئەوەیان نەبوو وەک شایەت یان پاڵپشتیکەر ئامادەی پرۆسەی دادگاکردنەکە بن و ئاگاداری گرفتی ئەو خێزانە ببن.

ئەم یاسایە ڕەخنەیەکی زۆری لێگیرا لە بەرئەوەی ژن لەم مەسەلەیشدا بە تەنیا دەمایەوە، دەرکردنی یاسایەکی لەم بابەتەش جەختکردنە لەسەرئەوەی کە ئەو زەبرو زەنگە مەسەلەیەکی تایبەت و تابۆیە و نابێت لە چوارچێوەی خێزان دەرچێت. پاش چەند ساڵێک یاسایەکی تر هاتە ئاراوە و ڕێگەی بە ژن دا کە کەسێک لەگەڵ خۆی بۆ

دادگا بەرێت وەک پاڵپشتیکەر، یان شاهیدی ئەو توندوتیژییەی کە دەرهەقی ئەنجامدراوە .

لە ساڵی ١٩٨٣ دا هەشت ملیۆن کرۆن تەرخانکرا بۆ یارمەتیدانی ئەو ژن و منداڵانەی کە ڕووبەڕووی توندو تیژی دەبنەوە. هەروەها یەک ملیۆن کرۆنیش دانرا بۆ کردنەوەی کۆرسی خوێندن و دەوراتی تایبەتی سەبارەت بە توندو تیژی و هۆ و ڕەگەکانی توندوتیژی و پێشنیار بۆ چۆنیەتی چارەسەری ئەو دەردە کۆمەڵایەتییە .

زۆرجار پاش جیابوونەوە هەندێ پیاو وازیان لە ژنەکانیان نەدەهێنا و بیزاریان دەکردن یان هەڕەشەیان لێدەکردن و ڕاویان دەنان، بۆ سنووردانان بۆ ئەم مەسەلەیە لە ساڵی ١٩٨٨ دا یاسایەک دانرا، بە پێی ئەم یاسایە پیاو نەدەبووایە زیاتر لە سێ سەد مەتر نزیکی ئەو شوێنە بکەوتایە کە ژنەکەی لێیە، ئەمەش لە ڕێگەی بازنێکەوە کە دەکرایە دەستی پیاوەکەو ئامێرێک لای ژنەکە دادەنرا، گەر پیاوەکە لەو سنوورە نزیک بکەوتایەتەوە ئەوا ئەو ئامێرە لای پۆلیس زەنگی لێدەدا.

لەسەرەتای نەوەدەکاندا مەسەلەی توندوتیژی بە مەسەلەیەکی کۆمەڵایەتی لەقەڵەمدراو لایەنە سیاسییەکان

کەوتنە باسکردنی ئەو مەسەلەیەو یەکێک بوو لەو خاڵانەی کە حیزبە سیاسییەکان لە پێش هەڵبژاردندا دیباتیان لەسەردەکردو بەرنامەیان بۆ دادەڕشت بە نیازی وەرگرتنی دەنگی زیاتر بۆ حیزبەکانیان. هەموو لایەنە سیاسییەکان ئاماژەیان بۆ ئەوە دەکرد، ئەو توندوتیژییە تەنیا کارناکاتە سەر ژنان، بەڵکو کاردەکاتە تەواوی کۆمەڵگا ودەیکاتە لاشەیەکی پەککەوتە. ئەو کۆمەڵگایەش کە ژن دەچەوسێنێتەوە هەرگیز ناتوانی ئاسایش و یەکسانی بۆ ئەندامانی دابین بکات. پاش هەڵبژاردن چەند بڕیارێکی سیاسی و یاسای نوێ دەهاتە ئاراوە بۆ نەهێشتنی زەبرو زەنگ و چەسپاندنی یەکسانی لە نێوان هەردوو ڕەگەزەکە.

دەیان پڕۆژە کەوتە کارکردن، دەزگاکانی پۆلیس و خزمەتگوزاری تەندروستی و دادگا و دەزگای پەروەردە هەریەک لەبواری خۆیدا پلانی دانا کە ئامانجیان کەمکردنەوە یان نەهێشتنی ئەو زەبرو زەنگەبوو، هەروەها یارمەتیدانی ئەو ژن و منداڵانەی کە ڕووبەڕووی ئەو زەبروزەنگە دەبنەوە یەکێ لە ئامانجەکانی ئەو پڕۆژانە بوو.

ساڵی ١٩٩٥ دا پارە تەرخانکرا بۆ چەندان ڕێکخراو و پرۆژە بە مەبەستی لێتوێژینەوە و دەستنیشانکردنی ڕێگەی چارەسەر و کەمکردنەوەی توندو تیژی دەرهەق بە ژن و لەهەمان کاتدا کەڵکیان لە ڕاپۆرتە ئامادەکراوەکانی 'ئەمنیستی' و FN وەرگرت.لە ساڵی ١٩٩٩دا یاسایەک سەبارەت بە لەشفرۆشتنی ژنان دانرا، بە پێی ئەم یاسایە ئەم کارە دەبوایە لە شوێنی فەرمی و ئیجازەدراو ئەنجامبدرێ و لایەنە تەندروستیەکان چاودێری بکەن، ئەمەش بە مەبەستی پاراستنی تەندروستی ئەو کەسانە لە نەخۆشی، هەروا ئەو ژنانە لە لێدان و ئازاردانی نەفسی و سوکایەتی پێکردن بپارێزن. جەخت لەسەر ئەوەشکرا کە لەشفرۆشی کارێکی ئاسایی نییە، هەروەک هەر کارێکی تر کە مرۆڤ بژێویی خۆی پێ دابین دەکات وەک کاری ئەندازیار، مامۆستا یان سیستەر. هیچ ژنێک بە تەواوی بە ئارەزووی خۆی ئەو کارە هەڵنابژێرێ، بەڵکو بە ناچاری و لەبەر فشاری ئابووری ڕوودەکاتە کارێکی وا. بۆ نموونە ژنێکی مامۆستا یان کرێکاری خاوەن کار پەنا ناباتە بەر لەشفرۆشی بۆ دابینکردنی ژیانی. جەخت لەسەر ئەوەش‌کرا کە دەبێ یارمەتی ئەو ژنانە بدرێت، هەوڵبدری کاریان بۆ بدۆزرێتەوە یان کۆرس بخوێنن بە مەبەستی ئامادەکردنیان بۆ مەیدانی کار.

بۆ پیاو پەنادەباتە بەر بەکارهێنانی توندوتیژی

ئەم پرسیارە ڕووبەڕووی هەریەک لە ئێمە دەبێتەوە، ئایا لە ئەزەلەوە ئەم بەدخوییە بە پیاو دراوە. ئایا مەسەلەکە ئەوەیە کە پیاو لەڕووی فیزیکییەوە لە ژن بەهێزترە. بۆ پیاو باڵادەست و ژنیش ژێردەستە بێت، ئەی کەی کۆتایی بەم سەردەمە زاڵمە دەهێنرێ کە ژیانی لە زۆربەی زۆری کۆمەڵ تاڵکردووە. لەو کاتەوەی کە کۆمەڵگا ئاوڕێکی جیدی لە مەسەلەیە داوەتەوە، دەیان لێکۆڵینەوەی هەمەلایەن کراوە، سەدان کتێب و وتار لە بیروبۆچوونی جیاوازەوە نووسراوە سەبارەت بە هۆی سەرهەڵدان و مانەوەی ئەم دیاردەیەو چۆنیەتی چارەسەرکردنی، کەچی

ئەم دیاردە، نامرۆڤانە بەردەوامەوە وشێوەی نوێ دەگرێتە خۆ.
زۆرجار ئێمەی کورد جەخت لەسەرئەوە دەکەین کە پیاوی کورد زاڵمە، لەژن دەدات، ئازاری دەروونی دەدات، ژن دەکوژێ. زۆرجاریش هۆکەی دەگەڕێنینەوە بۆ کوردبوون، ئایین و کولتوور. من ناڵێم ئەو شتانە ڕۆڵی خۆی نابینێ، بەڵام لێرەدا پرسیارێ ڕووبەڕوومان دەبێتەوە، ئایا بۆ پیاوان لە ئەمەریکا، ئوسترالیا، کەنەدا، ئەوروپا، ئەفەریقا و وڵاتانی تری ئاسیا لە ژنەکانیان دەدەن ئازاریان دەدەن دەیانکوژن، ئایا لەوێش پەیوەندی بە داب و نەریت یان ئایینی ئەو گەلانەوە هەیە. ئەوەی ئێمەی ڕۆژهەڵاتی لە وڵاتانی ئەو کیشوەرانە جیا دەکاتەوە، لای زۆر لەو نەتەوانە ئەم دیاردەیە بە زوڵم و ستەمێکی زۆر دادەنرێ و بە شێوەی جیاواز ئاوڕ لەم دیاردەیە دەدەنەوە، هەربۆیەش لە سەرەتاوە بزووتنەوەی یەکسانیخوازی ژنان و بزووتنەوەی مرۆڤپەروەری گەلانی ئەمەریکاو ئەوروپا کەوتنە خەباتێکی بێوچان بۆ نەهێشتنی ئەو توندوتیژییەی دەرهەق بە ژن لەکۆمەڵگا دا پیادەدەکرێ. چەند خاڵێک بوو بە ئامانجی ئەو ڕێکخراوانە، لەوانە: ئاشکراکردنی ئەو دیاردەیە لە کۆمەڵگادا و باسکردنی لەسەر ئاستی کەناڵەکانی میدیاو

دام ودەزگاکاندا و داننان بەو ستەمەی کە دەرهەق بە ژن دەکرێ، داواش کرا ئەو ستەمە لە چوارچێوەی خێزاندا دەربکرێ. هەروەک پێشتر باسمانکرد تا ساڵانی هەشتاکان ئەم ستەمە بە کارێکی شەخسی دادەنرا و تەنانەت لە ڕووی یاساییەوە ماف بە پیاودرابوو کە زەبروزەنگ دەرهەق بە ژن بەکاربهێنێ، گەر بە پێویستی بزانیایە. لە وڵاتێکی وەک بەریتانیا کە نیوەی جیهانی کۆلونیالیزە کردبوو تا ساڵی هەشتاکان مافی دابوو بە پیاو کە بەدارێک کە لە پەنجەی شایەتمان ئەستوورتر نەبێت لە ژنەکەی بدات، ئەمە خۆی لە خۆیدا سەمەرەیەکە بە مافی مرۆڤ دەکرا، لە کاتێکدا ئەگەر ژن بە مرۆڤ لە قەڵەمبدەین. جێگای سەرنجە بەپێی ئەم سەرژمێریانەی کە باسدەکرێ ئەو توندوتیژییە ڕوو لەزیادبوون دەکات، لە کاتێکا کە تەواوی کۆمەڵگاو
دام ودەزگاکانی ئاوڕێکی جیدی لەم مەسەلە دەدەنەوە. لەوانەشە ئەمەش بۆ چەند هۆیەک بگەڕێتەوە.

ئەم توندو تیژییە لە دێر زەمانەوە ڕەگی لە ڕەفتارو ئیدراکی هەریەک لە ئێمە داکوتاوە، ئەوەی ئەمڕۆ ئەنجامدەدرێ تەواوکەری ڕابردووەو شێوەو ڕەنگی جیاوازی وەرگرتووە. جاران کۆمەڵگا و یاسا باوەکان مافیان بە پیاو دابوو ئەم زەبروزەنگە بەکاربهێنێ، بۆیە

تەواوی کۆمەلگا بە زوڵملێکراوو زاڵمەوە بێدەنگبوون لەم کارە نامرۆڤایەتییەو بە شتێکی ناوخۆی خێزانیان دەزانی. لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا پەردە لەسەر ئەو توندوتیژییە لادراوەو لە ڕووی یاساییەوە لە زۆربەی زۆری وڵاتاندا بە تاوان لەقەڵەمدەدرێ، لەهەمان کاتدا تەواوی کۆمەڵ بە لێپرسراو دەزانرێ بەرامبەر نەهێشتنی ئەم دیاردەیە. یارمەتی ئەو ژنانەش دەدرێ کە لەلایەن مێردەکانیانەوە ئازاردەدرێن. هەر بۆیە ئێستا ئەو ژنانە دەوێرن داوای یارمەتی لەلایەنە لێپرسراوەکان بکەن و شکاتی پۆلیس لە مێردەکانیان بکەن، ئەمەش وادەکات ئەو زەبرو زەنگەش ئاشکرا بێت، لایەنە لێپرسراوەکان و تەواوی کۆمەڵگاش بەم دیاردەیە بزانێ. هەر بۆیە ئەو ڕێژەیەی کە باسمان کرد بەرەو زیادبوون بڕوات.

خەباتی ژنان لە پێناو مافەکانی خۆیاندا وەک مرۆڤ لە ئاستە جیاوازەکاندا، گەلێ دەستکەوتی باشی وەدەستهێناوە، پیاویش لە دەستدانی دەسەڵات و پێگەی خۆی دەترسێ. جاران هەر پیاو دابینکەرو دەسەڵاتداربووە لە خێزاندا، بەڵام ئەمڕۆ زۆربەی ژنان لەدەرەوەی ماڵدا کاردەکەن و بەشێکی بژێوی ماڵ دەکەوێتە سەرشانی ئەوانیش. جگە لەوەی ئەوکارکردنەش یارمەتی ژن دەدات کە بە تواناکانی خۆی بزانێ و هەست بە کەسایەتی خۆی بکات، بە مافی خۆیانی بزانن لە مەسەلە گرنگەکانی ژیاندا

ئەوانیش لە بڕیارداندا بەشداری بکەن، ئازادبن لەو بڕیارانەی پەیوەندی بە چارەنووسی خۆیانەوە هەیە، لێرەوە پیاو هەست بە لەقی پێگەو دەسەڵاتە باوەکەی خۆی دەکات، بۆ پاراستنی ئەو دەسەڵاتە و کۆنترۆڵکردنی ژن پەنا دەباتە بەر بەکارهێنانی زەبر. دیارە ڕۆژ لە دوای ڕۆژ ژمارەی ژنان لە بواری کارکردن لە زیادبووندایە بۆیە بەشێکی باشی ئەو ژنانەش ڕووبەڕووی ئەو زەبرە دەبنەوە.

ئەگینا لە وڵاتێکی وەک سوێد بۆ دەبێ ڕێژەی ئەو توندوتیژییە بەرەو سەرەوە بڕوات. بەپێی ئەو سەرژمێرییانەی کە کراون لە ساڵی ٢٠٠٣ دا ٢٢٤٠٠٠ ژن لەئەنجامی ئە وتوندوتیژییەی دەرهەقیان بەکارهێنراوە لەلایەن مێردەکانیانەوە لای پۆلیس شکاتیان کردووە. کەچی لە ساڵی ٢٠٠٢ دا ١٦٧٨٠ ژن شکاتیان کردووە. لە کاتێکدا پۆلیس و دامودەزگا لێپرسراوەکان لەو باوەڕەدان کە ئەم ژمارەیە تەنیا لە ٢٥% ی ئەو ژنانەیە کە لە تەواوی کۆمەڵگادا ڕووبەڕووی توندوتیژی دەبنەوە.

لە دانیمارک ساڵانە ٦٥٠٠٠ ژن خەبەری پۆلیس دەدەن، لە ئیسپانیا لە سەرجەمی ١،٨٨ میلیۆن ژن کە ڕووبەڕووی توندوتیژی دەبنەوە تەنیا ٤٣٠٠٠ ژن خەبەری پۆلیسی

داوە. لێرەدا ئەوەمان بۆ دەردەکەوێ لە ئەوروپایەکدا کە دەیان یاسا هەیە بۆ مەحکوومکردنی ئەو پیاوانەو بۆ پاڵپشتیکردن لە ژنانی ستەمدیدە، کەچی ژمارەیەکی کەمی ئەو ژنانە خەبەری پۆلیس دەدەن لە مێردەکانیان، لێرەوە دەمەوێ بگەمە ئەو سەرئەنجامەی کە بنبڕکردنی توندوتیژی دەرهەق بە ژنان پرۆسەیەکی درێژخایەنە و پشوویەکی درێژی دەوێ، تا ئەم دیاردەیەش بنبڕ نەکرێ مەحاڵە یەکسانی نێوان ئەو دوو ڕەگەزە لە کۆمەڵگادا بچەسپێ.

کام پیاو زەبروەشێنە؟

لێتوێژینەوەی هەمەجۆر بۆ وردبوونەوەو قووڵبوونەوە کراوە سەبارەت بەوەی کام لە پیاوان زەبروەشێنن و توندوتیژی دەرهەق بەژنەکانیان بەکاردەهێنن، ئایا هەموو پیاوان وەک یەک وان. ئایا هەموو پیاوێک لە ژنەکەی دەدات؟

هەموو ئەندامانی کۆمەڵگا لە سایەی هەمان سیستەمی سیاسی - کۆمەڵایەتیدا دەژین، ئەویش کۆمەڵگایەکی باوکسالارییەو لە هەر کۆمەڵگایەکیشدا ئەو دەسەڵاتە خاسیەتی خۆی هەیە، ئەم خاسییەتەش جەخت لەسەر ژێردەستەیی ژن و باڵادەستی پیاو دەکات. جا

بیرکردنەوەو ڕەفتارو هەڵسوکەوتی پیاو لەم سیستەمەوە سەچاوەهەڵدەگرێ. ئیدراک و هۆشمەندی پیاوێکی سایەی ئەم سیستەمە،فۆرمی هەڵسوکەوتی ڕۆژانەو مامەڵەکردنی لەگەڵ شتەکان و کەسەکانی دەوروبەری دیاریدەکات.ڕای تریش هەیە ئەم سیفەتە بەدەی پیاو دەگەڕێننەوە بۆ ئیندوڤیدوالیزم" تاکەکەسی"

ئەم سیفەتەش پەیوەندی بە خودی ئەو تاکە کەسەوە هەیە، ژیانی، گەورەبوونی، کەسایەتی، بیرکردنەوەی. ئەمانە هەموو ڕۆڵ دەبینن لەوەی ئەم پیاوانە زەبروەشێن بن. لێتوێژێنەرەوەکان هەوڵیان داوە گفتوگۆ لەگەڵ ئەو پیاوانەدا ئەنجامبدەن کە توندوتیژی بەکاردەهێنن، زۆربەیان ئامادەییان نیشان نەداوە بۆ وەڵامدانەوەی پرسیارەکان. بەپێی ئەم بۆچوونە ئەو پیاوانەی بە منداڵی لێیاندراوە و زەبریان لەگەڵ بەکارهێنراوە، یان بە پێش چاویانەوە توندوتیژی دەرهەق بە دایکیان بەکارهێنراوە کەسێکی زەبروەشێنیان لێدەردەچێت. واتە کە ئەمانیش گەورە دەبن توندوتیژی دەبێتە بەشێک لە ڕەفتاری ڕۆژانەیان. دیارە لە سەردەمی منداڵێتیدا دژی، ئەو ڕەفتارەی باوکییەتی، بەڵام نە هێزێکی وای هەیە نە دەسەڵات تا سنوور بۆ ڕەفتارەی باوکی دابنێ. کە گەورە دابێ، دەبێتە خاوەن هەمان دەسەڵاتی باوکی، ئەویش هەر

کە هەستی کرد ئەو دەسەڵاتەی لە دەست دەدات هەروەک باوکی پەنا دەباتە بەر بەکارهێنانی زەبر. لێرەدا پرسیارێک ڕووبەڕوومان دەبێتەوە، کوڕ ئەو زەبرەی باوکی کە بە پێش چاوییەوە بەرامبەر دایکی پیادەی دەکات، بە ناحەقی دادەنێت و تەواو لێی تووڕە و پەستە، کەچی کە گەورە دەبێت هەر ئەو لێدانەی کە بەرامبەر ژنەکەی بەکاریدەهێنێ بە شەرعی بۆخۆی دادەنێ. ڕای واش هەیە کە دەڵێ ئەو جۆرە کوڕانە بەرامبەر ژنەکانیان زۆر نەرم ونیان دەبن ، بەهەر حاڵ هەموو ئەمانە ڕاستین و لەهەمان کاتدا موتڵەق نین، دیارە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێ.

پیاو بە شێوەیەکی گشتی لە تەمەنی ٢٠ـ ٧٠ ساڵی توندوتیژی بەکاردەهێنێ. بەتایبەتی لە تەمەنی ٤٠ ساڵیدا، ئەمەش لەوانەیە زیاتر پەیوەندی بە باری خێزان و ئارامی ژیانەوە هەبێت.

گەر لە ڕووی خوێندەوارییەوە بڕوانینە ئەم گرفتە، بە پێی لێکۆڵینەوەکان، پیاو لە پێگەو کار و ڕادەی خوێندەواری جیاواز توندوتیژی بەکاردەهێنێ، با پزیشک بێت یان کرێکار یان سەرۆک کۆمار، بەڵام بە شێوەیەکی گشتی ئەو پیاوانەی کە نەخوێندەوارن، یان لە قۆناغێکی نزمدا

وازیان لە خوێندن هێناوە، یان بێکارن زیاتر پەنا دەبەنە بەر بەکارهێنانی زەبروزەنگ. ئەو پیاوانەش کە گرفتی نەفسیان هەیە، یان بەردەوام سەرخۆشن و مادە بێهۆشکەرەکان بەکاردەهێنن، یان ئەو پیاوانەی پێشتر لەبەر ئەنجامدانی تاوانێک زیندانی کراون، توندوتیژی زیاتر لە ژیانی ڕۆژانەیاندا بەکاردەهێنن.

بۆ پیاو لە ژنەکانیان دەدەن؟

*** غیرەی بێ سنووری پیاو لە ژن:** کاتێک پیاو ترسی لەدەستدانی ژنەکەی لێدەنیشی کە بەجێی بهێڵێ، لەلایەکەوە ژنەکەی بە موڵکی خۆی دەزانێ و مافیش بە ژنەکەی نەدا جیابێتەوە و ئەو بەجێبهێڵێ و پاشان لەگەڵ پیاوێکی تردا بژی، ئەو خۆی بە خاوەنی ئەو بڕیارە دەزانێ نەک ژنەکەی، بۆیە کاتێ ژنەکەی هەنگاوێکی وا بنێ، دەیەوێ لەڕێگەی زەبرەوە سنوور بۆ ژنەکە دابنێ. بۆیە هەر لەسەرەتاوە سنوور بۆ جوڵانەوەی ژن و پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی دادەنێ، دەبێ بە ڕەزامەندی پیاوەکە کەسانێک ببینێ. هەر لە ئەنجامی ئەم غیرەکردنەیە شک لە هەموو هەڵسوکەوتی ژنەکە و بیرکردنەوەی دەکات. کاتێ ئەو کۆنترۆلە لەدەست دەدات پەنا دەباتە بەر بەکارهێنانی زەبر.

* **کاتێ ژن خیانەت لە مێردەکەی بکات:** کاتێک پیاو بۆی ئاشکرا دەبێت ژنەکەی لە ژێرەوە پەیوەندی بە کەسێکی ترەوە هەیە، لەم حاڵەتەدا زەبرو زەنگ تا ڕادەی کوشتن بەکاردەهێنرێ، لە زۆر وڵاتیشدا تا ئێستا لە ڕووی یاساییەوە، ڕێگا بە پیاو دراوە لەبەر هۆیەکی لەم چەشنە ژنەکەی بکوژێ، لە کاتێکدا گەر پیاوەکە بە دزییەوە پەیوەندی لەگەڵ ژنێکی تردا هەبێت، کەس باسی لێوەناکات.

* **جیابوونەوە:** کاتێک ژن دەگاتە ئەو سەرئەنجامەی کە ژیانی هاوبەشی مەحاڵە یان لەبەرهەر هۆیەکی تر جیابوونەوە وەک ڕێگا چارەسەر دادەنێ، بڕیاری جیابوونەوە دەدات، پیاویش ئەم بڕیارە بە مافی ژن نازانێ. جا ئەم بڕیارەی ژن دەبێتە هۆی تووڕەبوونی پیاو و پەنابردنە بەر توندوتیژی.

* **هەڵسوکەوت و بیرکردنەوەو ڕەفتاری ژن بە دڵی نابێت:** واتە گەر وەک ئەو بیر نەکاتەوە یان لە ڕووی سێکسییەوە تێری نەکات، ئەوا پیاو دۆ و دۆشاو تێکەڵ دەکات. زۆرجار پیاو لەژنی داوە تەنیا لەبەرئەوەی خواردنەکەی بێ خوێ بووە یان چایەکەی ساردبووە

کام پیاو زیاتر توندو تیژی بەکاردەهێنێ

* ئەو پیاوانەی بڕوایان بە خۆیان نییە یان کەسایەتیەکی بێ هێزییان هەیە.

* ئەو پیاوانەی دەیانەوێ لە ڕێگەی زەبرەوە ژیانی ژن و مێردایەتی و خێزان بەپێی خواست و ئارەزووەکانی ئەوان بەڕێوە بڕوات.

* بۆچوونی باو و تەقلیدی لە سەر ڕۆڵی هەردوو ڕەگەزەکە، پیاو دەبێت پیاو بێت و ژنیش ژن. پیاو دەبێت لە خێزاندا مافی بڕیاردانی هەبێ.

* ئیرەکردن لە ژنەکەی بە تایبەتی گەر ژنەکە لە ڕووی خوێندن و کارەوە لە ئەو سەرکەوتنی باشتری وەدەستهێنابێ.

* ئەو پیاوانەی لە هەڵسوکەوتیاندا دەبولمەراڵن.

* بەکارهێنانی ئەلکهول و مادە بێهۆشکەرەوەکان .

* ئەو پیاوانەی هەست بەوە ناکەن ئەو توندوتیژییە زەری هەبێت، ئەوان ئەو لێدانە وەک ترساندن و

وەهۆشهێنانەوەی ژنەکان بەکاریدەهێنن تا ڕێگای ڕاست بگرن.

گەر لە بارێکی ئاساییدا گفتوگۆ لەگەڵ پیاوێکدا بکەی ئەو توندوتیژییە بە کارێکی ناحەق و پێشێلکردنی مافەکانی مرۆڤ دادەنێ، کەچی هەر ئەو پیاوانەشن کە توندوتیژی بەرامبەر ژنەکانیان بەکاردەهێنن.

ئایا چۆن چارەسەری ئەم گەندەڵییە بکەین لە کاتێکدا کە کۆڵەکەی ئەو نایەکسانیە لە نێوان هەردوو ڕەگەزەکە دایە؟ ئایا دانانی یاساو بڕیار چارەسەرسازە بۆ ئەو دیاردەیە، یان دەبێت لە ڕێگەی پەروەردە و ڕۆشنکردنەوەی خەڵکەوە دەست پێبکەین؟ یان دەبێت خەباتێکی بەرنامەدارێژاو بکەین بۆ گۆڕانی ڕەفتارو ئیدراکی گرووپەکانی کۆمەڵگا؟ ئایا بۆ گۆڕانی ئەو ئیدراک و ڕەفتارە پێویستیمان بە چی هەیە؟

ئایا میدیا ڕۆڵێکی کاریگەری دەبێت لە ئاشکراکردن و دروستکردنی دەیان دیبات و گفتوگۆ لەمەڕ ئەم کێشەیەی کە تەواوی کۆمەڵگای نیگەران کردووەو چارەسەرەکانیش تەماوین، یان کار ناکرێت، پیادەکردنی هەموو ئەو پێشنیارانەی کە دەخرێنە ڕوو.

ژن لێدان و ئازاردانی قبووڵە؟

هەموو ژنێ لێدان دەخوات، یان هەندێ ژن، دەبێ ئەوانە چ جۆرە ژنێک بن؟
بۆ ئەو ژنانە واز لە مێردەکانیان ناهێنن؟
ئایا ژنان خۆیان ئەو جۆرە پیاوانە هەڵدەبژێرن؟
ئاخۆ جیهانی دەروونی ئەو جۆرە ژنانە دەبێ چۆن بێت؟

هیچ مرۆڤێکی خاوەن پێنج هەستەکە، زەبروزەنگ و لێدانی قبووڵ نییە، کۆیلەیەک کە خاوەنەکەی دەستدرێژی دەکاتە سەر، کرێکارێک کە خاوەنکارەکەی ئازاری دەدات، منداڵێک کە گەورەیەک شەپازلەیەکی لێدەدات، ژنێک کە پیاوێک

لێی دەدات. هەریەک لەو کەسانەی کە زەبروەشێنن ئەو زەبرە بە مافی خۆیان دەزانن و لەهەمان کاتدا لایەنەکەی تر لە قوولایی هەستیانەوە ئەو کارە بە ناحەقیەکی گەورە دادەنێن و لەزۆربەی حاڵەتەکاندا دەسەلاتیاندا نییە سنوور بۆ ئەو زەبرە دابنێن. منداڵێک کە دایک وباوکی لێی دەدات ئازارێکی نەفسی گەورە دەخوات و ناشزانێ چ کاردانەوەیەکی هەبێت، لەوانەیە لە دڵی خۆیدا بڵێت، ڕاوەستن بۆم با گەورەبم بزانم چیتان لێدەکەم. کاتێ ژنێک بە دەستی مێردەکەی لێدان دەخوات ئازارێک جیهانی ناوەوەی دەهەژێنێ. ئایا ژن وەک مرۆڤێکی گەورەی بە ئیدراک ناتوانێ سنوورێکی بۆ ئەم ناحەقییەی پیاو دابنێ؟ دیارە لە دەسەلاتی ئەودا نییە، ململانێیەکی بەهێز لە ناوەوەی ئەو کەسانە دروست دەبێت، لەنێوان قبووڵکردن و قبووڵنەکردنی ئەو زوڵمە. چونکە دەزانن ئەو سیستەم و داب و نەریتانەی ئەو کۆمەڵگایەی کە ئەوانی تێدا دەژین ئەو ستەمەی پێ قەبووڵە.

دیارە بنچینەی ئەو بێدەنگی و قەبووڵکردنە لەلایەن تاکەکانەوە دەگەڕێتەوە بۆ چەند لایەنێک و هەموو وەک تۆڕی ماسی لێک ئالاون و پەیوەنددارن، هەموو پێکەوە شەرعیەت دەدەن بەو توندوتیژییەی دەرهەق بەو مرۆڤە بێدەسەلاتانە دەکرێ. هەندێ لە دەزووی ئەو تۆڕانە

دەگەڕێنەوە بۆ لایەنی کولتووری و سۆسیالی و ئەو پرینسیپە بنچینەیانەی کە مێژووی کۆمەڵ لە هەموو سەردەمە جیاوازەکاندا لەگەڵ خۆی کێشی دەکات و فۆرمی جیاوازیان دەداتێ، مەبەستی ئەو فۆرمانەش ئەوەیە هەڵوێست وئیدراک و هەڵسوکەوتمان بەرەو ڕەوتێک ببەن کە فۆرمی ئەو زەبرو زەنگەمان پێ قەبووڵ بێ .

شتە باوەکان، بۆچوونە باوەکان لەسەر ژن، لەسەر پیاو، ئەو توندوتیژییەی کاری کردۆتە سەر ئەزموون و ڕەفتاری تاکە کەس و ڕەنگدانەوەی ئەو ئەزموونە تاکیە بۆ ئەزموونە گشتییەکە، کاردانەوەی ئەو توندو تیژییە بۆ تەواوی خێزان و پاشان کۆمەڵگا، ئەمانە هەموو ئەو هۆشمەندییەی لای ژن دروستکردووە کە ئەو توندوتیژییەی قبووڵ بێت. دۆزینەوەی ڕێگاش بۆ دەرچوون لەو حاڵەتە دژوارە لە زۆربەی ڕێگەکاندا مەحاڵ دەبێت و هزر و بیرکردنەوەی ژن بە شێوەیەکی گشتی دەیبەستێ، بەتایبەتی گەر ژنەکە کەسێکی نا هۆشیار بێت.

پیاو یان ژن کەسێکی زۆڵملێکراو دەبینن هەستیان بۆی دەجوڵێ و ئەو زوڵمە بەکارێکی ناشایستەی دادەنێن، لە هەمان کاتدا نازانرێ چۆن ڕەفتار لەگەڵ ئەو کارە ناشایستەدا بکرێ، بەڵام کە مەسەلەکە دێتە سەر لێدان و

ئازاردانی ژن لەلایەن پیاوەوە بە پێی کەسەکان هەڵوێستمان دەگۆڕێ. پیاوەکە لەم حاڵەتەدا ئەو کارەی خۆی بە خەتای ژنەکەی دەزانێ. زۆرجار دەوترێ کە ژن دەتوانێ خۆی لەوتوندوتیژییەی پیاو لابدات، لە ڕێگەی خۆگونجاندنی لەگەڵ کەسایەتی و ئارەزووەکانی پیاو، ژێردەستەو ملکەچی پیاوبێت، پیاویش لەو ڕووەوە هەست بە نێرایەتی خۆی بکات، ئەو کات پیاو پێویستی بەنواندنی توندوتیژی نییە. گەر ژن بە پێچەوانەی ئەوە هەڵسوکەوت بکات ئەوا خۆی ڕووبەڕووی توندوتیژی دەکاتەوە. گەر بێت و هەردوو لا بگەنە ئەم قەناعەتە، ئەوا بەشێوەیەکی ناڕاستەوخۆ شەرعیەت بەو توندوتیژییە دەدەن. ئەو ژنانەش کە لەسەر ئەم ڕاوبۆچوونەی خۆیان دەمێننەوە کەسانێکی تێکشکاویان لێدەردەچێ و زۆریشیان بەناوی ڕاگرتنی خێزان و هیوای گۆڕانی پیاو چاو لەو زوڵمە دەپۆشن و بەو شێوەیە سەردەنێنەوە، هەر خۆیان هەوڵدەدەن خەتای خۆیان بگرن لەوەی کە مێردەکانیان لێیان دەدەن. ئەمەش ژن دەخزێنێتە گۆشەیەکی داخراو و کەسایەتییەکی ملکەچ و زەعیفیان دەبێت. ئەم خاسیەتە گەندەڵە وەک وەراسەتێک بۆ منداڵەکانیان جێدەهێڵن. ئەو ژنانەش کە ئەم توندوتیژییەیان قەبووڵ نییە پەنا دەبەنە بەر ئەو چارەسەرانەی کە لە کۆمەڵگاکانیاندا بۆیان ڕەخسێنراوە.

ژن له تەمەنە جیاوازەکاندا ڕووبەڕووی توندو تیژی دەبنەوە، بە پێی ئەو لێکۆڵینەوانەی کە لە وڵاتە جیاوازەکاندا کراوە ژن لە پێنج ساڵی یەکەمی ژن و مێردایەتیدا زیاتر ڕووبەڕووی چەوساندنەوە دەبێت، سەرجەمی ناوەندی تەمەن، تەمەنی سی ساڵییە، ڕێژەی ئەو ژنانەی کە ڕووبەڕووی چەوساندنەوە بوونەتەوە تا تەمەنی سی ساڵی، دوو ئەوەندەی ئەو ژنانەن کە تەمەنیان لە نێوان سی تا پەنجا ساڵییە. بەپێی ئەو لێکۆڵینەوانەی کەکراون ئەوە دەردەخەن کە لێدان و ئازاردانی ژن زیاتر لە ئێواران و ڕۆژانی شەممان و یەکشەممان لە مەتبەخ و ژووری نووستن ئەنجامدەدرێ. دیارە ئەمەش لەبەرئەوەی لە ئەوروپاو ئەمەریکا ئەندامانی خێزان زیاتر ئەو کاتانە بواری یەکتربینین و پێکەوە ژیانیان هەیە. بۆیە زیاتر ئەو کاتانەشن کە خێزان کۆدەبێتەوە، زۆر جاریش پیاوان ئێواران دەخۆنەوەو سەرخۆش دەبن و بەسەر هەڵسوکەوتیان کۆنترۆڵ ون دەکەن و لەکاتی تووڕەییدا دەست لە ژنەکانیان دەوەشێنن.

گەر بێت و سنوورێک بۆ لێدان دانەنرێ و دەستدرێژیکردنە سەر ژنەکان بەردەوام بێت ئەوا لەوانەیە لەدەرەوەی ماڵەوەش و لە پێش چاوی خەڵکی تردا پیاو

ئەو کارەبکات. لەو خێزانانەشدا کە منداڵیان هەیە، زۆربەی حاڵەتەکان لە پێش چاوی منداڵاندا ڕوودەدات. لێکۆڵینەوەیەکی ئەمریکی ئەوە دەردەخات کە لەسەرەتاوە ٥٠% منداڵان شاهیدی ئەو توندوتیژییەن کەلە ماڵدا ڕوودەدات. گەر ئەو توندوتیژییەش بەردەوام بێت ئەوا ٧٥% منداڵان دەبنە شاهید. ئەمەش ئەوە دەگەیەنێ لەو حاڵەتانەدا توندوتیژی دەبێتە بەشێک لە ڕەفتاری ئەو پیاوەو هێندەشی پێ گرنگ نییە کە کەسێکی تر شاهیدی ئەو ڕەفتارەی بن. بە لامانەوە سەیر نەبێت ڕێژەی ئەو ژنانەی لەماوەی سکپڕیدا لێیان دەدری ٤٠% تا ٦٠% دابێت و لە هەندێ حاڵەتدا ژن منداڵەکەی لەباردەچێ، یان منداڵەکە بەمردوویی لە دایک دەبێ.

پیاو زیاتر دەست لە سەرو دەموچاو، بەشی سەرەوەی لەش، سک دەوەشێنێ. هەندێ جار شێوەی لێدانەکە بریتیە لە پاڵپێوەنان و زۆرجاریش بەر دیوار یان مۆبیلیای ماڵەکە دەکەوێت و ئازاردەخوات، ئاسەواری ئەو لێدانەش بە جەستەیەوە دەمێنێتەوە.

ئەو پیاوەی کە توندوتیژی فیزیکی بەکاردەهێنێ لە سەرەتاوە ژن دەخاتە بەر ڕەخنەیەکی توندو تیژ سەبارەت بە ئیش وکاری ناوماڵ، پەروەردەی منداڵ، ئیشی

دەرەوەی، جلوبەرگ و هەڵسوکەوتی، یان چۆنیەتی قسەکردنی یان بەردەوام ڕەخنە لەکەس و کاری دەگرێ و سوکایەتی پێدەکات. ئەمانە هەموو وا لە ژن دەکات کە هەست بە بێ نرخی و کەمی خۆی بکات، بەشێوەیەکی هۆشمەندانە دەیەوێ بە شێوەیەک بجوڵێتەوە کە مێردەکەی لێی ڕازی بێت.

ئەو ستراتیجییەی کە پیاو بەکاریدەهێنێ چییە؟

* دوورخستنەوەی ژنەکە لە خەڵک و دەرووبەری، دروستکردنی بێ بڕواییەک لە نێوان ژنەکە و دەوروبەرەکەی.

* ترساندنی ژنەکە لە ڕێگەی تووڕەبوون و دەنگ بەرزکردنەوە، شت شکاندن.

* هەڕەشەکردن لێی، کە منداڵەکە دەبات، یان هەڕەشە لە کەسوکاری ژنەکەدەکات.

کاتێ ژن لە ڕووی ئابوورییەوە بە پیاوەو بەسترابێتەوە، ئەوا پیاو زیاتر دەسەڵاتی بەسەر ژنەکەدا دەشکێ و لەوانەشە پێداویستییەکانی بۆ بەجێنەگەیەنێ و ئازاری دەروونی بدات. ژنیش زیاتر بەرامبەر ڕەفتاری پیاو

هەست بەبێ دەسەڵاتی خۆی دەکات.لەکاتی جیابوونەوە ژن و پیاودا، مەسەلەکە لە هەڕەشەو لێداندا ناوەستێ، بەڵکو دەگاتە ڕادەی کوشتن.

زۆربەی پیاوان پاش ئەوەی لە ژنەکانیان دەدەن پاش ماوەیەک پەشیمان دەبنەوەو ژنەکانیان ئاشت دەکەنەوە، هەندێکیان داوای لێبوردن لە ژنەکانیان دەکەن، زۆریان کۆمەڵێ فرمێسکی تیمساحیانە دەڕێژن. هەندێکی تریان وا نیشان دەدەن کە هیچ ڕووی نەداوە. ژنەکانیان بە گوڵ و دیاری دەخەڵەتێنن و وا نیشان دەدەن کە خەتای ئەوان نەبووە، بەڵکو خەتای ژنەکانیان بووە، ئەم پرۆسەیە دووبارە دەبێتەوە، ئیتر ژنەکە لەو باوەڕەدا دەبێت کە خەتای خۆی تێدابێت، ئەگینا مێردەکەی زۆر ئەوی خۆشدەوێت و مهیرەبانە. ئەمە تەواو سەر لە ژن ئەشوێنێ لە ڕووی جەستەو نەفسیەوە بێ هێز دەبێت و مێشکی دەشۆرێتەوە. ئیتر ژن وای لێدێت دیفاع لە هەڵسو کەوتی مێردەکەی بکات.   بەشێوەیەکی لۆژیک بیرناکاتەوەو لەڕووی منتالیتێتەوە دەگۆڕێ. ژیانێکی دوو لەونی دەژی. لەلایەکەوە لە ناو خودی خۆیاندا ئەم شێوە ژیانەیان بەدڵ نییەو لەلایەکی ترەوە هەر خۆیان هۆو پاکانە بۆ کاری مێردەکانیان دەدۆزنەوە تەنیا بۆ ئەوەی قەناعەت بە خۆیان بکەن تا لای مێردەکانیان بمێننەوە. ئەمانە هەموو خۆشەویستی لە دڵی ژنەکەدا دەکوژێ و لە ڕووی سێکس

و لایەنە عاتیفیەکە ساردو سڕ دەبێت، ئەمەش جۆرە تووڕەیی و نابەدڵییەک لای پیاوەکە دروست دەکات.

بۆ ئەو ژنانە لای مێردەکانیان دەمێننەوە؟

لە کۆتایی ئەم پرۆسە درێژخایەنەدا ژن لە پیاوەکەی دەترسێ، ئەو ترسەش وای لێدەکات شتەکان بە ڕوونی نەبینێ.
گەر لە ڕووی ئابوورییەوە بە مێردەکەیەوە بەسترابێتەوە ئەوا ناچاردەبێ بێدەنگ بێت لەو توندوتیژییە، بەتایبەتی گەر کەسێک یان لایەنێک نەبێت یارمەتی بدات. ژنەکەی تەواو خۆی دوورەپەرێز گرتووەو لە کەس وکارو هاوڕێکانی بووەو ژنە هەست بەبێکەسی دەکات و وا دەزانێ کەسێک نییە لە کاتی جیابوونەوە لەو پیاوە، پشتگیری بکات و یارمەتی بدات.

شەرم دەکات باسی ئەوە بکات کە ئەو ماوەیە دوورودرێژە مێردەکەی لێیداوەو ئەزیەتی داوە ئەویش بێدەنگ بووە. لە پڕێکیشدا بەلایەوە زەحمەت دەبێ باسی ئەو هەموو شتە شاراوانە بکات.ئەو ژنانە ترسی ئەوەیان دەبێت کە ڕزگاریان نابێت لەو پیاوانەو هەر بە دوایانەوەن و ژیانیان لێ تاڵ دەکەن.

ئەم ئافرەتانە سەرجەم هەست بەبێ دەسەڵاتی یان بێ نرخی خۆیان دەکەن، ترس باڵی بەسەر هەموو شتێکدا کێشاوە ئەمجارە نەک مێرد کۆنترۆڵیان دەکات، بەڵکو خۆیان دەکەونە بەر کۆنترۆڵی خۆیانەوەو بەردەوام بیر لەوە دەکەنەوە کە چۆن هەڵسوکەوت بکەن یان چۆن قسەبکەن یان چی لەبەربکەن یان چی لێبنێن بۆ ئەوەی مێردەکانیان لێیان تووڕە نەبن و سەرئەنجامیش لێیان نەدەن. یان هیچ نەبێ لە پێش چاوی منداڵەکانیان لێیان نەدەن.

ئەم هەموو سنوورانە بێ هێزی و بێ دەسەڵاتی خۆیانیان بۆ دەردەخات، بێزیان لە خۆیان دێتەوە، ڕقیان لە خۆیان دەبێتەوە. لە هەندێ حاڵەتدا ئەم بارە نەفسیە ئاڵۆزە ژن بەرەو بیرکردنەوەی خۆکوشتن دەبات و بڕیاری ئەوە دەدەن کۆتایی بەو ژیانە بێنن، لە وڵاتانی ئەوروپاو ئەمەریکا سەدان سەنتەری ژنان هەیە بۆ یارمەتیدانی ئەم ژنانە. لەم قۆناغەدا ژن دەکەوێتە بارێکی نەفسی سەیرەوە، لەخۆی تێناگات بۆ ئەم هەموو ماوەیە بێدەنگ بووە. پاش یارمەتییەکی زۆر و هەمەلایەن ئەم ژنانە بەرەو باری خۆئاساییکردنەوە بڕۆن و بەڵام ئەمەش ماوەیەکی زۆری دەوێ تا ئەم ژنە هەست بەوە بکات کە دەتوانێ بێ کۆنترۆلی خۆی و مێردەکەی بژی.

زۆرجار ئەو ژنانەی ماوەیەکی دوورودرێژ لەگەڵ ئەو جۆرە پیاوانە دەژین، دەبنە کەسانێکی پەسیڤ و هیچ جۆرە کاردانەوەیەکیان بۆ هەڵسوکەوتی پیاوەکانیان نییە، بەڵام لێکۆڵینەرە سایکۆلۆژییەکان دەڵێن، ئەم جۆرە ژنانە تەواو ئەکتیڤن، لەبەر ئەوەی دەبێ هەردەم ئاگاداری ئەوە بن مێردەکانیان تووڕە نەکەن لە ڕێگەی هەڵسوکەوت و قسەکردنیانەوە،تا نەگاتە مەسەلەی لێدان. لەهەمان کاتدا تواناو هێزێکی زۆر بەکاردەهێنن تا ئاگاداری ماڵ و منداڵەکان ببن و بە شێوەیەکی ئاسایی ژیانی خێزانەکە بەڕێوە بچێت.

تەنانەت هەندێ لەو ژنانەش مۆبیلیاتی ماڵەکەیان بە شێوەیەکی وا دادەنێن کە ئەگەر مێردەکەیان هەوڵی لێدانیان بدەن بەسەر شتێکدا نەکەون یان بتوانن زوو ڕابکەن، هەندێکیان کلیلی ماڵ و کارتە تایبەتییەکانی خۆیان لە شوێنێکدا دادەنێن کە لە کاتی ڕاکردن لە ماڵ، بتوانن بەئاسانی بەر دەستیان بکەوێ.

کام ژن زیاتر ڕووبەڕووی توندوتیژی دەبێتەوە؟

* ئەو ژنانەی کە خوێندنی سەرەتاییان تەواو نەکردووە، یان خۆێندنی بەرزیان تەواوکردووە.

*ژنی خێزانی کرێکارو هەژار. ژنی نیشتەجێی شار زیاتر لە ژنی لادێ؟

* لە ڕووی ئابوورییەوە بە پیاوەو بەستراوەتەوە، یان ژنی ماڵەوەیە.

* ئەو ژنانەی لە سەردەمی منداڵێتیدا لەلایەن دایک یان باوک لێیان دراوە یان لە ئامادەبوونی. ئەواندا لە دایکیان دراوە و دایکیان ئەو توندوتیژییەی قبووڵ بووە.

* ئەوانەی بڕوایان بە خۆیان نییە.

* ژن و پیاو سەر بە دوو کولتووری جیاواز بن.

* وا دەزانن کە ئاساییە مێردەکانیان لێیان بدات.

منداڵ و توندو تیژی لە خێزاندا

توندو تیژی لە خێزاندا بۆتە دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی و لە هەموو کۆمەڵگاکاندا و لە سایەی سیستەمی سیاسی و ئابووری جیاوازدا پیادەدەکرێ. فۆرم و ناوەڕۆک و پانتایی ئەم توندوتیژییەش بەپێی جۆری سیستەمەکە دەگۆڕێ. دیارە لەهەندێ لەو کۆمەڵگایانەدا یاساو ڕێسا هەن بۆ سنووردانان یان چارەسەرکردنی ئەو دیاردەیە و لەڕووی پراکتیکیەوە کۆمیتەو ڕێکخراوی جیاواز هەن بۆ دانانی پلان و دیاریکردنی شێوازی کارکردن بە مەبەستی کەمکردنەوە و تەسک کردنەوەی ئەو بوارانەی

توندوتیژی تێدا پیادە دەکرێ. یەکێ لەو بابەتە گرنگانەی سەرنجی ئەو ڕێکخراوانەی ڕاکێشاوە منداڵە. منداڵ بەبێ بڕیار و ئارەزووی خۆی لەو خێزانانەدا دەژی کە توندوتیژی تێدا پیادەدەکرێ، لەهەمان کاتدا دەسەڵات و توانای چارەسەرکردنی ئەم گرفتە خێزانییەشی نییە. هەر بۆیە منداڵ دەبێتە قوربانی ململانێ و ناکۆکی نێوان گەورەکان، هەروەک چۆن لە شەڕدا کەسانی سیڤیل و بێگوناە دەبنەقوربانی ململانێیەک کە پەیوەندی بە بەرژەوەندی کەسانی شەڕهەڵگیرسێنەرەوە هەیە.

توندو تیژی لە چوارچێوەی خێزاندا ولەناو ماڵدا بەکاردەهێنرێ، زۆربەی حاڵەتی لێدان و شەڕ و دەمەقاڵەی نێوان دایک و باوک لەبەردەم منداڵی تەمەن جیاوازدا ئەنجامدەدرێ، لێرەدا پرسیارێک ڕووبەڕووی هەموومان دەبێتەوە و پێویستی بە هەڵوێستەکردن و شیکردنەوە هەیە، ئەویش ئەوەیە ئاخۆ ئەو منداڵانەی شاهیدی ئەم زەبرو زەنگەن هەڵوێستیان بەرامبەر دایک و باوکیان چییە، یان ئایا هەزمی ئەم دیاردەیە دەکەن؟ یان چ جۆرە کاردانەوەیەکیان هەیەو بە چ جۆرێ کاردەکاتە سەر بنیاتی کەسایەتیان؟. لەگەڵ ئەوەی زۆر لە دایک و باوکان لەو باوەڕەدان منداڵەکانیان هێندە ئاگاداری ئەو ڕووداوانە نین یان لەو شەڕ و هەرایە ناگەن. لە کاتێکدا

توێژینەوەکان ئەوەیان سەلماند، توندوتیژی نێوان دایک و باوک کار لەو منداڵانەش دەکات کە لە سکی دایکیاندان، لە ئەنجامی بەکارهێنانی توندوتیژی بەرامبەر ژنی سکپڕ زۆر لەو کۆرپانە لەباردەچن یان بە مردوویی لەدایک دەبن. ئەو کۆرپانەش کە لە خوار یەک ساڵەوەن، هەستی پێدەکەن و لە ڕێگای گریانی نائاسایی یان نەخەوتن و کەم خۆراکی ئەو بێزارییە دەردەبڕن. ئەو لێتوێژەرەوانەی لە سەنتەری ژنان کاریان کردووە سەرنجی باری دەروونی نائاسایی ئەو منداڵانەیان داوە کە لەگەڵ دایکیاندا ڕوو دەکەنە سەنتەری ژنان. لە لێکۆڵینەوەکانیاندا بە وردی و بە شێوەیەکی مەیدانی، باری دەروونی منداڵاکانیان شیکردۆتەوە. بەپێی لێکۆڵینەوەیەکی "ئێلسێ کریستینسێن" لە ٨٥% ئەو٣٩٤ منداڵانەی لەگەڵ دایکیاندا ڕوویانکردبوو سەنتەرێکی ژنان لە دانیمارک شاهیدی ڕاستەوخۆی ئەو توندوتیژییە بوون، بەشێکی ئەو منداڵانە لە نزیکی ئەو شوێنە بوون کە توندوتیژی تێدا بەکارهێنراوە، یان گوێیان لە دەنگەدەنگ و هاواری دایک و باوکیان بووە . تەنیا لە٢% ئەو منداڵانە ئەو ڕووداوەیان نەبینیووە. بە پێی ڕاپۆرتێکی خاچی منداڵان لە سوێد ساڵانە ١٠٠٠٠٠-٢٠٠٠٠٠ منداڵ شاهیدی ئەو توندوتیژییەن کە لە چوارچێوەی خێزاندا بەکاردەهێنرێ.

دیاره منداڵان هەڵوێستی جیاوازیان هەیە بەرامبەر ئەو زەبروزەنگەی لەپێش چاویان ئەنجام دەدەێ . "**مارگەرێتا هودین**" لەو بڕوایە دایە منداڵان بەبێ ویستی خۆیان دەخرێنە ژینگەیەکی زەبرئامێزو ناچارکراون ئامادەی ڕووداوێکی لەم شێوەیە ببن. منداڵان بە شێوەیەکی ئەکتیڤ دەیانەوێ کار لەو ژینگەیە بکەن و سنووری بۆ دابنێن. "**مارگەرێتا**" هەڵوێستی ئەم منداڵانەی کردووە بە چەند گرووپەوە، گرووپێک لەو منداڵانە دەیانەوێ ئەو توندوتیژییە بوەستێنن لەڕێگەی گرتنی باوکیان یان دەکەونە نێوان هەردووکیانەوە، یان هەمکات هاواردەکەن و دەقیژێنن و دەست دەکەن بە گریان. ئا لەم حاڵەتەدا لەوانەیە منداڵانیش بەشی خۆیان شەق و شەپازلەیان بەرکەوێت. هەندێکی تریان سەیرکەرێکی پەسیڤ دەبن، هەوڵدەدەن خۆیان بشارنەوە و خۆیان گێڵ بکەن، هەروەک هیچ نەبینن. ئەمەش نەک لەبەر ئەوەی ئەم ڕووداوە بە شتێکی ئاسایی دادەنێن، بەڵکو خۆیان بەبێ دەسەڵات دەبیننەوە بەرامبەر هێزو توانای باوکیان و چارەسەرکردنی گرفتی نێوان گەورەکان. لەهەمان کاتدا گرووپێکی تری منداڵان زۆر بە جیدی بیر لەو هەڕەشانە دەکەنەوە کە باوکیان لە دایکیانی دەکات، مۆتەکەی ترس و نیگەرانیان لا دروست دەکات. لەو کاتانەی پیاو پەنا دەباتە بەر شکاندنی ئەو شتانەی لەبەردەستیدایە یان

هەڵدانی مۆبێلیای ماڵەکە، لەگەڵ ئەوەی لەڕووی فیزیکییەوە منداڵ ڕووبەڕوی ئازار نابێتەوە، بەڵام ئەمە ترسێکی گەورە لای منداڵ دروست دەکات و بەردەوام لەگەڵیدا دەژی ، ئەمەش خۆی لە خۆیدا بە توندوتیژی دەروونی دادەنرێ.

منداڵ زۆرجار وەک کەرەستەی هەڕەشەکردن لە دایک بەکاردەهێنرێ، بۆ نموونە جارێک باوکێک منداڵە شەش هەفتەکەی گرتبووە باوەش و هەڕەشەی لە دایکەکەی دەکرد گەر بێت و جیابێتەوە و جێیبهێڵێ ئەوا لە باڵکۆنەوە منداڵەکە فڕێ دەداتە دەرەوە. یان هەندێ جار باوک، منداڵ ناچاردەکات لە دایکی بدات ئەمەش بەبێ ویست و ئارەزووی منداڵەکەیە، هەندێ جاریش منداڵەکە دەگری و نارەزایی خۆی دەردەبڕێ و دەگری، بەڵام لە ڕێگەی هەڕەشەو لێدانەوە منداڵەکە ناچار دەکرێ ئەو کارە بکات.

دایکێک بەم شێوەیە ئاکارێکی مێردەکەی دەگێڕێتەوە:

ئەو منداڵەکانی ناچارکرد شەقم تێهەڵدەن و لێمبدەن، ئەوانیش ئەمەیان دەکرد لەبەرئەوەی لە باوکیان دەترسان. کاتێک کوڕەکەم لە دەموچاوی دەدام، باوکی نارەزا بوو لە لێدانەکە، لەبەرئەوەی کوڕەکەم بە هەموو هێزی لێی

نەدەدام، بۆیە داوای لێکرد، بچێ پێڵاوەکەی لەپێ بکات و بە هێزتر لێمبدات.

ئەمە بارێکی نەفسی و تراومایەکی بەردەوام لای منداڵەکە دروست دەکات، بەردەوام گرژە و چاوەڕوانی ئەوە دەکات، لەهەر ساتێکدا بێت ئەو حاڵەتە ڕووبداتەوە. لەوانەشە لەوەش بترسێ جارێ لەو جارانە ئەنجامەکەی بگاتە کوشتنی دایکی. زۆربەی خێزانەکان داوا لە منداڵەکانیان دەکەن، ئەم حاڵەتە لە چوارچێوەی ماڵ نەچێتە دەرەوە، تەنانەت هەندێ جار هەڕەشەش لە منداڵ دەکەن لەدەرەوەی ماڵ باسی نەکات ئەمەش تراومای تابۆی لا دروست دەبێت، منداڵ ناچاردەبێت ئەو شتانەی کاری لێکردووە، ئەو ڕووداوانەی ترس و نیگەرانی لا دروستکردووە بیشارێتەوە. لە کاتێکدا منداڵ پێویستی بەوەیە   باس لەو ڕووداوانە بکات و لێکیبداتەوەو شیبکاتەوە. هەندێ لەو منداڵانە بە سەلامەتی لەم بارەناهەمواره دەدەردەچن ئەویش پەیوەندی هەیە بە تەمەن و گەشەو پێگەیشتنی منداڵ و هەڵچوون و داچوونی منداڵەکەو ئەو یارمەتی و پشتگیرییەی لای کەسانی ترەوە وەریدەگرن. زۆرجار دایک و باوک لەوبڕوایەدان منداڵەکانیان ئاگاداری ئەو دەمەقرەو شەڕانە نین، لەبەرئەوەی ئەو کاتە ئەوان خەوتبوون یان یاریان

دەکرد یان سەیری تەلەفزیۆنیان دەکرد. دایک و باوک بەهەڵەدا دەچن گەر وا بیربکەنەوە، لەبەرئەوەی پەیوەندی دایک و باوک کۆڵەکەیەکی گرنگی ئاسوودەیی و ئارامی ژیانی منداڵە، بەردەوامیش بەدوای ئەو ئاسوودەییەدا وێڵن یان هەوڵی پاراستنی دەدەن.

گەلێ لێکۆڵینەوە لەمەڕ کاری نێگەتیڤی توندوتیژی کراوە لە سەر منداڵ و هەروا لە ڕووی پراکتیکەوە ئەو دیاردە ناقۆڵایانە دەستنیشان کراون کە منداڵ لە ئەنجامی زەبروزەنگی ناو خێزاندا ڕووبەڕووی دەبێتەوە، ئەو منداڵانەی لە ژیانێکی زەبرئامێزدا دەژین، دەکرێ ئەم گرفتانەی خوارەیان هەبێ.
* لە کاتی لێدانی دایک یان شت هەڵدان بۆی، منداڵ لەو نێوانەدا ئەزیەتی دەبێت یان شوێنێکی بریندار ببێت.

* هەوڵ دەدات دایکی یان خوشک و براکانی لە خۆی بچوکتر بپارێزێ لە توندوتیژی باوکی، لە کاتێکدا ئەوە ئەرکی ئەو نییە.

* لەوانەیە ئەگەر سیف بێت دژی دایکی یان خوشک و براکانی، وەک لاسایی کردنەوەی باوکی، یان بۆ نیشاندانی هێزی خۆی.

* خۆی بخواتەوەو خۆی لە خەڵکی تر دووربخاتەوە. بێدەنگ و دوورەپەرێزبێت.

* خۆی بە شەرمەزار بزانێ و شەرم بکات بەبێ ئەوەی کەسانی بەرامبەری لەم شەرمەزارییەی تێبگەن.

* لەوانەیە خۆی بە تاوانبار بزانێ و گوایە ئەو بۆتە هۆی ئەوەی باوکی ئەزیەتی دایکی بدات.

* بڕوای بە خۆی نییە و هەست بەبوونی یان گرنگی خۆی ناکات.

* زۆر بە گرانی دەتوانێ بڕوا بە کەسانی تربکات.

* هەردەم ترسی لە دڵدایە و نیگەرانە.

* خەوی ناخۆش دەبینێ.

* میز بە خۆیدا دەکات.

* زۆر بە زەحمەت خەوی لێدەکەوێت.زۆر گەشە ناکات و گەورە نابێت وەک
هاو تەمەنەکانی خۆی.

* توشی گرفتی کەمخواردنی دەبێ، هەوڵدەدا خواردن نەخوا و کێشی بە تەواوەتی کەم دەبێتەوە.

* دڵتەنگ و ڕەشبین دەبێت.

* ئەزیەتی خۆی دەدا.

* بیرۆکەی خۆکوشتن یان هەوڵی خۆکوشتن دەدا.

* لە قوتابخانە گرفتی دەبێت.

* دەکەوێتە بەر توانج و گاڵتەی هاوڕێکانی قوتابخانەی.

* لە ماڵ ڕادەکا.

* لەباری توانای گەشەی کۆمەڵایەتییەوە دەتوانێ گرفتی هەبێ. خۆی لەکاری گرووپی دوردەخاتەوەو هەوڵدەدات خۆی بە تەنیا ئەو کارانە بکات.

* توانای ئەوەی دەبێ وەک گەورەیەک مامەڵە لەگەڵ گرفتی ئاڵۆزدا بکات و هەڵسوکەوت دیاری بکات.

هەڵوێستی منداڵ دەرهەق بە توندوتیژی بەپێی تەمەنی دەگۆڕێ. کاردانەوەی لە گرووپێکەوە بۆ گرووپێکی تر دەگۆڕێ. منداڵ لە هەموو تەمەنێکدا هەست بەو شەڕ و نیگەرانییەی نێوان دایک باوک دەکات، منداڵی شیرەخۆرە ناڕەزایی خۆی لە ڕێگەی گریان و قیژاندنەوە دەردەبڕێت. منداڵانی تەمەن ١-٢ ساڵ، بینینی ئەو لێدان و شەڕە کاردەکاتە سەر پەیوەندی کۆمەڵایەتییان، بۆ نموونە گەر کەسێکی گەورەساڵانی نەناسراو ببینن، دەترسن و دەگرین و ناچنە لایان. بە هیچ شێوەیەک نایانەوێ لە دایک و باوکیان جیاببنەوە یان لێیان دوور بکەونەوە. ئەمەش لە داهاتوودا گرفتیان بۆ دروست دەکات بە شێوەیەک بە هۆی ئەو دوورەپەرێزییان لە خەڵکی تر لە ڕووی کۆمەڵاتییەوە نابنە خاوەن ئەزموون. کاری ئەو تراومەیە بۆ منداڵانی ژێر شەش ساڵ، بە شێوەیەکی فیزیکی دەردەکەوێ. وەک ئازاری سک، میزبە خۆداکردن، خەولێنەکەوتن، خەوی ناخۆش ببینین. بەڵام منداڵانی شەش ساڵ و منداڵی قوتابخانە، ئەو ترس و ڕاڕا و نیگەرانییە بە شێوەیەکی تر دەردەبڕن، لەوانەیە خۆیان

بخۆنەوەو یان بەبێ هۆ هەڵچن و تووڕەببن. گەنجان و هەرزەکاران بە شێوەیەکی تر ئەم هەستەیان دەردەبڕن، ماڵ جێدەهێڵن، ڕادەکەن یان خوودەدەنە بەر بەکارهێنانی مادە بێهۆشکەرەوەکان یان خواردنەوە. لەگەڵ ئەوەی منداڵانی ئەم تەمەنە لە ڕێگەی زمانەوە دەتوانن باس لە هەست و نەستی خۆیان بکەن و لای هاوڕێکانی قوتابخانە یان دەرەوە باسی گرفتەکانی ماڵەوە بکەن. لەبەر ئەوەی ئەمان لە پانتاییەکی فراوانتردا دەجوڵێنەوە و ئەو گرووپانەش کە پەیوەندییان پێوە هەیە فراوانترن.

لێکوڵینەوەی جیاواز کراوە سەبارەت بە کاری توندوتیژی ناوماڵ و کاریگەری لە سەر کوڕ یان کچ، بەپێی هەندێ لەو دەرئەنجامانە کاردانەوەی ئەو توندوتیژییە بەپێی ڕەگەز دەگۆڕێ، گوایە هەندێ لەو کوڕانە خۆیان لە کەسایەتی باوکیاندا دەبیننەوەو دەیانەوێ هەر بەهۆی توندوتیژییەوە هێزو توانای خۆیان بنوێنن، کچانیش دەچنەوە ناو خۆیان و خۆیان دەخۆنەوەو دوورەپەرێز دەبن.

کاری توندوتیژی لە سەر منداڵانی گرووپی کەمە نەتەوەکان زیاترە، بەتایبەتی لەو کۆمەڵگایانەی چەوساوەن، ناوێرن لە هەموو شوێنێکدا خۆیان دەرخەن، لەئەنجامی هەندێ کردارە ڕەگەزپەرستیانە کە دەرهەقیان

ئەنجام دەدرێ. لە دەرەوەی ماڵدا هەست بە نائارامی دەکەن و کە دێنەوە ماڵەوەش رووبەڕووی هەمان کەش وهەوای پڕ توندوتیژی دەبنەوە، واتە ئەو منداڵانە نە ماڵ و نە دەرەوەی ماڵ بە ئارامگای خۆیان نازانن. بەپێی لێکۆڵینەوەیەک کە لە ئەمەریکا کراوە ئەو توندوتیژییەی بەئامادەبوونی منداڵ لە خێزاندا پیادە دەکرێ، بە درێژایی تەمەنیان، جیهانی ناوەوەی منداڵ جێناهێڵێ. لە ٢٠-٤٠% ئەو گەنجانەی تاوان دەکەن و زەبر وەشێنن لەو خێزانانە پەروەردەبوون کە لە دایکیان دراوە. ئەو زەبروزەنگە وێنە و نموونەی هەڵە و مۆدێلی خراپ لای منداڵ دروست دەکات. لەبەر ئەوەی دایک و باوک نزیکترین کەسی منداڵن و هەر لەوانیشەوە شت فێردەبن و ڕاو وبۆچوونیان لەو ژینگەیەدا دروست دەبێت و پەرەدەستێنێ. زۆر منداڵ وا دەزانێ لە ڕێگەی زەبرەوە دەگاتە ئامانجی خۆی. منداڵ وا تێدەگات دەسەڵات و کاریگەری یەکێکە لە خاسیەتە گرنگەکانی مرۆڤ و تەنیا لە ڕێگەی زەبرەوە ویستەکانی خۆی چنگ دەکەوێت، لە ڕێگەی زەبریشەوە دەسەڵات وەدەست دەخات. کوڕ و کچیش هەر لەو ڕوانگەوە دەرک بە جیاوازی ڕۆڵی خۆیان وەک ڕەگەزی ژن و پیاو دەکەن، کوڕ باوکی بۆ دەبێتە نموونە. زۆرجار ئەو کوڕانە لە هەڵسوکەوتیاندا لەگەڵ دایک و خوشک یان ژنانی تر لاسایی باوکیان دەکەنەوە. هەندێ لەو کوڕانەی شایەتی

ئەو زەبروزەنگەبوون کە باوکیان بەرامبەر دایکیان بەکاری هێناوە، لە کاتی جیابوونەوەدا گەر بڕیاردان بەدەست خۆیان بێت، ئەوا لای باوکیان دەژین. لە ئاکامدا دەکەونە ململانێیەکی ناوخۆیی ئاڵۆزەوە، بۆ ئەوەی خۆیان بپارێزن، خۆیان دەخۆنەوە و لە دایکیان دوورەپەرێز دەگرن. کچیش دایکی بۆ دەبێتە نموونە. باری دەروونی و هەستی دایک زۆر گرنگە بۆ منداڵ لە هەموو کۆمەڵگادا، دایک بە شێوەیەکی سەرەکی بەرپرسیاری منداڵ پەوەردەکردنە و منداڵیش زۆربەی کات لەگەڵ دایکیدا دەباتە سەر. کاتێک منداڵ هەست بە نیگەرانی و خەمگینی و شپرزەیی دایک دەکات ئەوا کاردەکاتە سەر گەشەسەندن و باری نەفسی و عەقڵی منداڵەکەو هەرگیز هەست بە ئارامی و ئاسوودەیی ناکا. زۆر لە ژنان لەبەرخاتری منداڵەکانیان لای مێردە زەبروەشێنەکانیان دەمێننەوە، لە کاتێکدا دەبێ لەوە بگەن ئەو ژیانە زەبر ئامێزە بۆ منداڵ گەلێک زەرەربەخشترە لەوەی منداڵەکە لەگەڵ یەکێک لە دایک و باوکەکە دا بژی. ئەو دایکانەش کە لە مێردەکانیان جیابوونەتەوەو منداڵی هاوبەشیان هەبووە، بە زەحمەت دەتوانن لەو زەبروزەنگە نەجاتیان ببێ، لەبەر ئەوەی باوکە مافی بینینی منداڵەکانی هەیە، ئەو پەیوەندییە، بەردەوام دەبێت هەرچەندە شێوەیەکی تر وەردەگرێ، زۆر جاریش لەم ڕێگەیەوە هەڕەشە لە دایک

دەکرێ، هەندێ جار مێرد هەڕەشەدەکات کە شتێ لە خۆی یان منداڵەکە دەکات.

"مارگەریتە بێریستریۆم" لە سەردانێکیدا بۆ بەریتانیا لە ساڵی ١٩٨٢ بۆ لێکۆڵینەوەی کاریگەری توندوتیژی لە سەر منداڵ لە٩٣ خێزاندا، گەیشتە کۆمەڵێک سەرئەنجام، توندوتیژی نێوان دایک و باوک کاری کردۆتە سەر ٨٠% منداڵانی ئەو خێزانانەو نیگەرانی و ترس و سەرلێشێواوی بەو منداڵانەوە دیاربووە. منداڵانی بەسەر گرووپی جیاوازدا دابەشکردووە:

١- زۆر جار منداڵ دەبێتە قوربانی ناکۆکی و شەڕی نێوان دایک و باوک، بۆ نموونە گەر دایک یان باوک هەست بکات منداڵێک لەوەیوە نزیکترە یان لایەنگیری منداڵەکە بۆ خۆی ڕادەکێشێ، ئەوا لایەکەی تر دەکەوێتە بێزارکردن و سوکایەتی پێکردنی ئەو منداڵە.

٢- هەندێ منداڵ هەر کە هەست بەوە بکەن گرژی هەیە یان بۆنی شەڕی نێوان دایک و باوک بکەن، ئەوا ئەوان دەستپێشخەری دەکەن و شەڕدەفرۆشن یان دەکەونە بڕوبیانوو و هاوار و قیژاندن بە مەبەستی ئەوەی سەرنجی دایک و باوک بەلای خۆیاندا ڕابکێشن و

گرژییەکەی ئەوان خاو بکەنەوە، لەم حاڵەتانەدا لەوانەیە منداڵەکان لە لایەن دایک و باوکیانەوە لێدان بخۆن. زۆر لەم منداڵانە تووشی نەخۆشی "ئاستمە"و "ئەکزیم" و ئازاری سک دەبن.

٣- ئەو منداڵانەی خۆیان لە قوتابخانە دەدزنەوە، گەر بشرۆن ئەوا هەوڵ دەدەن دوورەپەرێز بن و تێکەڵی منداڵەکانی تر نەبن. زۆر منداڵ لەماڵەوە دەمێنێتەوە تا ئاگاداری دایکی یان خوشک و برا بچووکەکانی بێت.

٤- منداڵ وەک چەکێک لە شەڕی دایک و باوکدا دژ بە یەکتر بەکاردەهێنرێ. ئەم گرووپە لە هەموو گرووپەکانی تر زیاتر ئازار دەخۆن و ڕووبەڕووی گرفتی نەفسی سامناک دەبنەوە. چونکە منداڵ وەک ئۆبێکتێک بەکاردەهێنرێ نەک وەک ئیندڤید. بۆ نموونە باوکێک هەڕەشەی لە ژنەکەی کردبوو، ، گەر ژنەکەی نەگەڕێتەوە بۆ لای ئەوا بەنزین بە خۆی و منداڵەکەیدا دەکات و ئاگر لە خۆیان بەردەدات.

٥- منداڵان تووشی توندوتیژی فیزیکی دەبنەوە. منداڵانی ئەم گرووپە لەلایەن دایک یان باوک بە شێوەیەکی ترسناک لێیان دەدرێ. بەتایبەتی کاتێک یەکێک لە دایک و

باوکماڵەکە جێدەهێڵێ ئەو کات ئەوی تریان هەرچی توورەیی و ڕقە بەسەر ئەو منداڵەدا دەیڕێژێ. مەرج نییە لەو خێزانانەی زەبروزەنگی تێدا بەکاردەهێنرێ لە منداڵ بدرێ، لە هەندێ لەو خێزانانەدا منداڵ بە سەلامەتی دەردەچێ.

"گایفۆرد" لێکۆڵینەوەیەکی سەبارەت بەو ژنانە کرد کە لە لایەن مێردەکانیانەوە ئەشکەنجە دراون، لێرەدا بۆی دەرکەوت هەر باوک نییە لە منداڵەکەی دەدات، بەڵکو دایکیش لە منداڵ دەدات. ٣٧% ی دایکان و ٥٤% ی باوکان لە منداڵەکانیان دەدەن.

بەکارهێنانی توندوتیژی لە خێزاندا کاریگەرییەکی گەورە دەکاتە سەر منداڵ و نەوەکانی داهاتوو، چونکە هەر لەڕێگەی منداڵەوە ئەو ڕەفتارو هەڵسوکەوتە پڕ توندوتیژییە بۆ نەوەکانی داهاتوو دەگوێزرێتەوەو منداڵ لە ڕەفتای دایک و باوک وا تێدەگات هەموو جۆرە ناکۆکی و گرفتێک لەڕێگەی زەبرو زەنگەوە چارەسەردەکرێ، ئەمە جگە لەوەی نەوەیەکی ئیفلیج بۆ داهاتوو گەورەدەکەین.

کۆمەڵگایەکی بێ زەبرو زەنگ

ئایا دەتوانین کۆمەڵگایەکی بێ زەبروزەنگ دروست بکەین، ئاخۆ چۆن وبە چ شێوازێک کۆمەڵگایەکی وا دروست دەکرێت، کە تەواوی کۆمەڵگا بە ژن و پیاوو منداڵەوە بە ئاسوودەیی تێدا بژین و بە هیچ شێوەیەک توندوتیژی تێدا بەکارنەهێنرێ، ئاخۆ دەبێ مرۆڤەکان لەناو کام پەردەی پەمەیی ئاورێشمی وەنەوزبیان باتەوە، ئاسۆی ڕۆژی داهاتوویان لە ڕۆژهەڵاتەوە یان ڕۆژئاواوە هەڵبکات. ئەمانە و دەیان پرسیاری تر ڕووبەڕووی هەمووومان دەبێتەوە. لە وڵاتێکی وەک سوید دەیان لێتوێژینەوە و پرۆژەی هەمە چەشنە هەن کە مەبەستیان کەمکردنەوەی

و بنبڕکردنی ئەو توندوتیژییە، سەدان ژنە سویدی لە سەنتەری ژناندا بە خۆڕایی و کاتی خۆیان تەرخان کردووە بۆ ئەم مەبەستە.

لەو کۆمەڵگایانەی کە توندوتیژی تێدا بەکاردەهێنرێ هەموو ئەندامانی ئەو کۆمەڵە پێویستیان بە یارمەتی هەیە، ئەو پیاوانەی کە لە ژنەکانیان دەدەن، ئەو ژنانەی کە لێدان دەخۆن، ئەو منداڵانەی کە شاهیدی ئەو توندوتیژییەن و دەبنە هەڵگری ئەو ڕەفتارە. کۆمەڵگا دەبێت یارمەتی ئەو ژنانە بدات کە لەلایەن مێردەکانیانەوە ئەزیەت دەدرێن، لە توندوتیژی پیاو بیانپارێزێ. پیاو دەبێت فێربێت ڕێز لە ژنەکەی بگرێ وەک ئەوەی کە هەیەو وەک ئەو مرۆڤەی کە خۆی وەک هاوسەری خۆی هەڵیبژاردووە. ڕێز لە کەسایەتی و ڕاکانی بگرێ و مەرج نییە ژنەکان وەک پیاوەکان بیربکەنەوە، ئەو جیاوازییەش دەکرێ نەبێتە هۆی شەڕو ئاژاوە، مرۆڤ چەند جیاوازیش بن خاڵی هاوبەش لە نێوانیاندا هەیە. هەر ئەو هاوبەشیەشە کە وایان لێدەکات بڕیاری پێکەوە ژیان بدەن وەک ژن و مێرد و منداڵ دروست بکەن. ئەمە لەکاتێکدا مسۆگەر دەکرێ کە پیاو ڕێزی ژنەکە و ڕاوبۆچوونەکانی بگرێ، نەیەوێ ژنەکەی سێبەری خۆی بێت، یان تەواوکەری کەسایەتی خۆی بێت، ئەو چۆن بە خۆیدا ڕادەبینێ کە خاوەن ڕا و بڕیاری

خۆیەتی، هەمان مافیش بدات بەژنەکەی. پیاو کۆنترۆلی خۆی لەسەر ژن هەڵگریٚ.

تەواوی کۆمەڵگا دەبێت لە هەموو بوارەکاندا کار بۆ ئەم مەسەلەیە بکات. نەک تەنیا ئەوانەی لە ژنەکانیان دەدەن یان ئەوانەی لێدان دەخۆن، کارکردن بۆ ئەم مەسەلەیە دەبیٚ لە هەموو دام ودەزگانی کۆمەڵەوە دەستپێبکریٚ. تەواوی ئەندامانی کۆمەڵگا دەبیٚ کاری جیدی بکەن بۆ کەمکردنەوە و بنبڕکردنی توندوتیژی. دەزگای بەڕێوەبردنی کۆمەڵگاو سیستەمی سیاسی وڵات دەبێت پارەو سامانێکی زۆر بۆ ئەم مەبەستە تەرخان بکەن، گەر بیانەوەیٚ کۆمەڵگایەک دروست بکەن کە هەموو بیٚ ڕەچاوی ڕەگەزو پێست وەک یەک ئاسوودەو بەدەسەڵات بن، دەبیٚ مۆرکی دەسەڵات لە پیاوەوە بگوازرێتەوە بۆ تەواوی کۆمەڵ بە پیاو و ژنەوە، دەبیٚ ئەندامانی کۆمەڵ بەوە ڕابهێنرێن کە دەسەڵات لای ئەو کەسەیە کە بەشێوەیەکی عادیلانە بەکاریدەهێنیٚ.

گەر ئاوڕێک لە ڕابردوو بدەینەوە دەبینین بە درێژایی مێژوو ئەو مافە لەڕووی یاساییەوە دراوە بە پیاو کە لە ژنەکەی بدات، ئیتر لە هەر کۆمەڵگاو داب نەریتێکدا و لەهەر قۆناغێکدا بڕوبیانووی خۆی بۆ دوزراوەتەوە.

ئەمەش هەر بەردەوامە، تا ئەم سەردەمەی کە تێیدا دەژین. لە وڵاتانی ڕۆژهەڵاتدا باسکردنی ئەم مەسەلەیە لە خانەی تابۆ دانراوە کەس بۆی نییە خۆی لەقەرەی شتی وابدات لەبەرئەوەی ئەمە مەسەلەیەکی گەلێ شەخسیەو پەیوەندی بە خودی ژن و پیاوەوە هەیە، گەر مەسەلەکەش کەوتە کوشتن و خوێن ڕشتن، ئەوا مەسەلەکە پەیوەندی بە کرێنەوەی شەرەف و ناموسەوە هەیە. لە وڵاتێکی وەک سوێد تا پێشساڵی نەوەدەکان نە سیاسیەکانی دەوڵەت و نە دەزگاکانی بەڕێوەبردنی دەوڵەت دەیانویست بە ئاشکرا دان بەوەدا بنێن کە توندوتیژی دەرهەق بە ژن گرفتێکی کۆمەڵایەتییە و ڕەگی لە کۆمەڵگادا داکوتاوەو کۆمەڵگا بەرەو کۆڵانێکی بنبەست دەبات.

تەنیا لە سالانی نەوەدەکاندا لە ئەنجامی خەباتی ڕێکخراوەو بزووتنەوەکانی ژناندا بە توندی جەخت لەسەر ئەوەکرا کە دەبێت ئەم گرفتە بخرێتە بەر باس و لێکۆڵینەوەو چارەسەر بکرێ. لە کاتێکدا ژنێک شکاتی لە پیاوەکەی دەکرد و لە پرۆسەی دادگاکردندا بڕوا بە قسەی پیاوەکە دەکرا نەک ژنەکە.

یاساکان گۆڕانیان بەسەرهات، دام ودەزگا کۆمەڵایەتییەکان کە پەیوەندییان لەگەڵ ئەو ژنانە دەبوو

وەک پۆلیس و نەخۆشخانە و دادگا، کۆمەڵی دەورات و کۆرساتیان بۆکرایەوە، بۆ ئەوەی بزانن چۆن کار لەگەڵ ئەو ژن و پیاوانەدا بکەن. هەوڵیان دەدا شێوەکاری نوێ و میتۆدی نوێ بۆ چارەسەرکردنی ئەم گرفتە بدۆزنەوە، ئەم گرفتە گرفتی تەنیا سوێد نەبوو، بۆیە هەوڵیان دا لە ڕێگای کاری هاوبەش و ئەزموون گۆڕینەوە لەگەڵ وڵاتانی تری ئەوروپا و ئەمەریکا ڕێگاچارەسەرێک بدۆزنەوە. بیر لە هەموو لایەنە شاراوەکانی ئەم تاوانە بکرێتەوە، ئەمە خۆی لە خۆیدا پرسیارێک بوو لای زۆربەی زۆری کۆمەڵگا، ئایا ئەو جۆرە پیاوانە لە ڕیزی تاوانباراندا حیساب بکرێن، باشە ئەم پیاوانە ئەوەی دەیکەن بەرامبەر بە ژن تاوان نییە دەرهەق بە یاساکانی مرۆڤ، دەبێت وابێت، گەر وابێ، دەبێ ئەو پیاوانە بخرێنە قەفەزی تاوانەوەو سزا بدرێن وەک هەر تاوانبارێکی تر. هەر لەم ساڵانەدا بوو زۆر بە ووردی و ئاشکرا باسی دەستدرێژی سێکسی بۆ سەر ژن و منداڵ کرا و لەڕێگەی داڕشتنی یاسای نوێوە توانرا هەوڵبدرێ ئەو کەسانەی ئەم کارانە دەکەن بخرێنە قەفەزی تاوانەوەو لە ڕێگای هەندێ یاساوە ئەو کەسانە سزا بدرێن .

لە وڵاتی سوێد لە ساڵی ١٩٨٨، یاسایەکی نوێ دانرا، ئەویش یاسای قەدەغەکردنی سەردان بوو. بە پێی ئەم

یاسایه ئەو پیاوانەی کە بەردەوامبوون لە ئازاردان و لێدانی ژنەکانیان لە ڕووی یاساییەوە قەدەغەکران کە ژنەکانیان ببینن یان بچنە ماڵەوە یان بچنە سەر ئیشی ژنەکانیان. بەڵام سزایەکی وا دانەنرا بۆ پیاوەکە گەر لەسەر یاسا نەڕوات وەک لە هەندێ وڵاتی تر دانرابوو. بۆیە پیاو لە ئەزیەتدانی ژنە هەر بەردەوام دەبوو، بۆیە لەساڵی ١٩٩٢ دا ئەو ژنانە جۆرە زەنگێکیان وەرگرت گەر پیاوەکە هەوڵی بدایە نزیکیان بکەوێتەوە یەکسەر ژنەکە زەنگی بۆ پۆلیس لێدەداو پۆلیس پاش ماوەیەک ئامادەبوون. ئەم زەنگە ئەنجامێکی باشی هەبوو، ئەو ژنانەی ئەم زەنگەیان هەبوو لەو ماوەیەدا ڕووبەڕووی زەبرو زەنگ نەدەبوونەوە. خۆیان و منداڵەکانیان هەستیان بە ئارامی دەکرد. لەهەمان کاتدا ڕادەی زەبروزەنگی کەمکردبۆوە.

سەنتەری ژنان

یەکەم سەنتەری ژنان لە ساڵی ١٩٧١دا لە بەریتانیا لەلایەن ژنێکەوە بە ناوی "**ئێرین پیزی**" Erin Pizzey کرایەوە، "ئێرین" یەکێک بوو لەو ژنانەی خەباتی دژی توندوتیژی دەکرد، هەر زوو دەرکی بەوە کرد کە دەبێت شوێنێک هەبێت بۆ ئەو ژنانەی توندوتیژییان دەرهەق بەکاردەهێنرێت، تا پەنای بۆ بەرن و خۆیان لە

مێردەکانیان بشارنەوە، لەو شوێنە یارمەتی وەرگرن تا بێنەوە سەرپێی خۆیان.

ئەو سەنتەرەی کە کردییەوە لە ماوەیەکی کەمدا پڕبوو لە ژن و منداڵ. کە ژمارەیان گەیشتە ١٠٠ ژن و منداڵ.
"ئێرین" لە کارکردن بەردەوام بوو، هێندەی نەبرد ٢٥ سەنتەری تری لە لەندەن کردەوە. لە کۆتایی ساڵی ١٩٧٨ دا ١٥٠ سەنتەری تر لە بەریتانیا کرایەوە. ئەمە جگە لەوەی ڕۆژانە دەیان نامە دەگەیشتە "ئێرین" لەلایەن ئەو ژنانەی لەلایەن مێردەکانیانەوە ئازار دەدران. لەیەکێ لەو نامانەی کە بۆی هاتووە ژنێک نووسیبووی: لەساڵی ٦٩ تا ٧٢ مێردەکەم ٢٧ جار لێیداوم. هەندێ جار وا خراپ لێیداوم کە کەوتومەتە نەخۆشخانەو ماوەی دوو تا سێ ڕۆژ ماومەتەوە. جارێکیان منداڵەکەم لەبارچوو.

ژنێکی تر لەنامەکەیدا دەنووسێ: مێردەکەم بەسەرمدا دەقیژێنێ و شت فڕێ دەدات. منداڵە ساوایەکەمان دەترسێ . کاتێکیش داوای جیابوونەوە دەکەم هەڕەشەی ئەوەم لێدەکات کە منداڵەکەم دەکوژێ.

بزووتنەوەی یەکسانیخوازی ژنان و لاباڵەکانی بزووتنەوەی فێمێنیستی لە وڵاتانی جیهاندا کەوتنە خەبات

بۆ دابینکردنی شوێنێک بۆ ئەو ژنانەی کە ڕووبەڕووی توندوتیژی دەبنەوەو تا بۆ ماوەیەک ئۆقرەی تێدابگرن و یارمەتی بدرێن تا دێنەوە سەرخۆیان و بکەونە سەرپێ. ئەم بزووتنەوانە بەردەوام لە تێکۆشاندا بوون تا دەستکەوتی زیاتروبڕیاری نوێ لەو کۆمەڵگایانەدا بێتە ئاراوە کە توندوتیژی کەمکاتەوە. ئەو کەسانەی لە هەموو ئەو

دامودەزگایانەی کە پەیوەندی بەم مەسەلەیەوە هەیە لە بابەتی دەزگاکانی پۆلیس، نەخۆشخانە، لایەنە کۆمەڵایەتی و خزمەتگوزارییەکان کۆرسی تایبەتیان بۆ کرایەوە بۆ ئەوەی بزانن چۆن بە شێوەیەکی ڕاست مامەڵە لەگەڵ ئەو ژنانە دەکرێ کە توندوتیژییان لەگەڵ بەکارهاتووە. هەروا یارمەتی ئەو منداڵانە دەدرێ کە شاهیدی ئەو توندوتیژییە بوون. لە ڕووی مادی و مەعنەوییەوە یارمەتی دەدران. ئەمە جگە لەوەی دەیان دەزگاو ڕێکخراوی نوێ بۆ وەستانی توندوتیژی دامەزرا. لەهەمان کاتدا بیر لەوەش کرایەوە ئەو پیاوانەی توندوتیژی بەکاردەهێنن، یارمەتی بدرێن و لە ڕووی دەروونیەوە کاریان لەگەڵ بکرێ، بەتایبەتی ئەوانەی کە سزادەدرێن و دەخرێنە زیندانەوە، جا لەو ماوەیەی کەلە زینداندان، بەردەوام کاریان لەگەڵ دەکرێت. بۆ لێکۆڵینەوەی ئەو هۆیانەی کە وایان لێدەکات

که توندوتیژی بەکاربهێنن و هەوڵبدرێ گەر بتوانرێ چارەسەربکرێ.

بۆ نموونە لە وڵاتی سوید لە ساڵی ١٩٩٠ دا پۆلیسی دەوڵەتی بڕیاریدا کە کۆرسێکی فراوان بکاتەوە بۆ هەموو ئەوانەی کە کار لەو دەزگایانەدا دەکەن لەگەڵ ئەو کەسانەی کە پەیوەندییان بە توندوتیژییەوە هەیە، جا ژن بێت یان منداڵ یان پیاو. لەهەمان کاتدا مەبەستیان ئەوەبوو کە هەموو ئەو لایەنە هاریکاری یەکتربکەن و پێکەوە کاربکەن بۆ ئەم مەبەستە. وەستاندنی ئەم زەبرو زەنگەش بکرێ بە ئەرکی تەواوی کۆمەڵگا. چارەسەری کۆتایی ئەم گرفتەش تەنیا بە یارمەتیدانی ژنان یان ئەو پیاوانە نابێت کە توندوتیژییان بەکارهێناوە، بەڵکو تەواوی کۆمەڵگا دەبێ ئەم کارە بەکاری خۆی بزانێ و بەشداری و هاوکاری لە پرۆسەی کارکردن و بەرنامەی هەموو ئەو ڕێکخراوانەدا بکات کە خەبات دەکەن بۆ نەهێشتنی توندوتیژی، گۆڕین و دەرکردنی یاساو ڕێسای نوێ کە سنوور بۆ هەموو کارێکی ناڕەوا دادەنێ. لە سوید پێشتر یاسایەک دەرچوو بۆ ئەو پیاوانەی کە وازیان لە ژنەکانیان نەدەهێناو بەردەوام بوون لە بەدووکەوتنیان و ئازاردانیان. لە ساڵی ١٩٨٨دا یاسایەک دەرچوو، ئەم یاسایە قەدەغەی کرد پیاو نزیکی ئەو شوێنانە بکەونەوە کە ژنەکانی لێ

دەژی. ١٩٩٢ زەنگیکی تایبەتیان لای ژنەکان دانا، بۆئەوەی کاتێک ژنەکان هەست بە مەترسی یان نزیکبوونەوەی مێردەکانیان بکەن، یەکسەر زەنگ بۆ پۆلیس لێبدەن. ئەمە چارەسەر نەبوو، هەندێ لە پیاوان هەر بەردەوام بوون، بۆیە لە ساڵی ١٩٩٥ دا ئەو پیاوانە بازنێکی ئەلکترۆنی دەکرێتە دەست یان قاچیان، هەر کە لەو شوینە نزیک بکەونەوە ئەوە لای پۆلیس زەنگ لێدەدات، بە پێی ئەو لێکۆڵینەوانەی کەکراوە ئەم چارەسەرە ئەنجامێکی باشی هەبوو. ڕێژەیەکی کەمی پیاوان هەوڵیان دەدا نزیکی شوێنی ژیانی کۆنە ژنەکانیان ببنەوە.

سەنتەری ژنان

لە ئەنجامی ئەو توندوتیژییانەی دەرهەق بە ژنان لە ماڵەوە ئەنجامدەدرا، نەدەکرا لە ماڵەوە بمێننەوە. ئەمەش گرفتێکی تازە نییە،بەڵکو پێشتریش ئەم گرفتە ئاڵۆزتر بوو لە ئێستا لەبەرئەوەی ژنان لە ڕووی ئابوورییەوە بە پیاوەوە بەسترابوونەوەو گەر ماڵەکەیان جێبهێشتایەو مەترسی ئەوەی هەبوو کە بێشوێن بمانایەوە. بۆیە زۆریان ناچاربوون تەحەموولی ئەو توندوتیژییەیان بکردایە. لە سوێد لە ساڵی ١٨٩٠ لە گۆڤاری Idun باسی گرنگی بوونی شوێنێکی وایکردووە تا ئەو ژنانەی

ڕووبەڕووی چەوسانەوەی مێردەکانیان دەبنەوە ڕووی تێبکەن و ئەو شوێنە داڵدەیان بدات. تا ئەمڕۆش بوونی شوێنێکی وا پێداویستییەکی ڕۆژەو لەگەڵ ئەوەی کە زۆربەی ژنانی وڵاتە ئەوروپاییەکان و ئەمەریکا و کەندا لە ڕووی ئابوورییەوە ئازادن و دەتوانن ژیانی خۆیان و منداڵەکانیان بەڕێوە ببەن، بەڵام لە ڕۆژگاری ئەمڕۆماندا هەندێ پیاوان وا بەئاسانی واز لە ژنەکانیان ناهێنن، بەڵکو گەر ژنان ماڵەکەش جێ بهێڵن، ئەوان هەر دوایان دەکەون و ئازاریان دەدەن و هەڕەشەیان لێدەکەن. جا ئەرکی ئەم سەنتەرانەش گۆڕاون، تەنیا داڵدەی ژنان نادەن، بەڵکو لەڕووی نەفسیەوە یارمەتیەکی زۆری ئەو ژنانە دەدەن، لەوێ کەسانێکی وا هەن کە شارەزاییەکی زۆریان هەیە لە یارمەتیدانی دەروونی ئەو ژنانەی کە لێیان دەردێت و ئازاردەدرێن. دەزانن هۆکارە شاراوەکانی توندو تیژی چییەو چۆن یارمەتیان دەدەن کە بێنە سەرخۆیان و هەست بە هێزو توانای خۆیان بکەن. ئەمە جگە لەوەی لەڕووی یاساییەوە یارمەتیان دەدەن، هاوکاری و کاری هاوبەش لەگەڵ هەموو ئەو دام ودەزگایانەدا دەکەن کە پەیوەندییان بە هەموو ئەو پرۆسانەوە هەیە و ژیانی ئەو ژنە دەخاتە بارێکی ئاسایی، وەک دادگاو پۆلیس و نەخۆشخانەو دام ودەزگای خانووبەرە.

له وڵاتێکی وەک سویددا زیاتر له ١٣٠ سەنتەری ژنان له شوێنه جیاجیاکاندا هەیه، هەموو ئەو ژنانەی ڕووبەڕووی توندوتیژی دەبنەوه مافی ئەوەیان هەیه ڕووبکەنه ئەو سەنتەرانه، تەنیا ئەو ژنانه نەبێت که گرفتی خواردنەوه یان نەخۆشی گرانی نەفسیان هەیه. لەبەرئەوەی لەم شوێنانەدا توانای لەو بابەته نەڕەخساوه که یارمەتی پێویست بدرێن.

ڕاسته ئەم سەنتەرانه یارمەتی له دەوڵەتی سویدی وەردەگرن، بەڵام زۆربەی ئەوانەی لەوێ کاردەکەن به خۆڕایی کاردەکەن و ئامانجیان یارمەتیدانی ئەو ژنانەیه که ئازاردراون. تەنیا له سەرەتاوه هەندێ کۆرساتیان بۆ دەکرێتەوه بۆ ئەوەی بتوانن به شێوەیەکی ڕاست یارمەتی ژنان بدەن. له هەندێ شوێنیش پزیشک ویاسازان و مەحامی و پسپۆڕی ئەو بوارەیان هەیه، لەم شوێنانەدا یارمەتی ژنان دەدەن بێنەوه سەرخۆیان و خۆیان بڕیاری خۆیان بدەن بەبێ هیچ دەستێوەردانێکی لایەنەکانی تر، بڕیادانی چارەنووسی خۆ جۆرێکه لەو شێوازەی که یارمەتی ژن دەدات بڕوای به خۆی هەبێت وبتوانێ ژیانێکی نوێ دەست پێبکاتەوه. لەهەمان کاتدا به هیچ شێوەیەک زانیاری لەسەر ئەو ژنانه نادرێ به کەسانێکی تر. ئەم ژنانه پێویستیان به کەسانێک دەبێت لێیان تێبگەن

و هەست بە ئازارەکانیان بکەن وەک دەستە خوشک گوێیان بۆ بگرن و بڕوایان پێبکەن، لەڕووی مەعنەوییەوە پشتگیرییان بکەن، چونکە لەوانەیە ئەوە یەکەمین جار بێت ئەو ژنە بەبێ ترس باسی ژیانی خۆی و ئەو توندوتیژییە بکات کە ڕووبەری بۆتەوەو خۆی بە خەتابار نەزانێ، چونکە زۆربەی زۆری ژنان لەم پرۆسەدا خۆیان بە خەتابار دەزانن کە مێردەکانیان لێیان دەدەن، خۆیان بە هۆکاری ئەم توندوتیژییە دەزانن. ئەم گفتوگۆو باسکردنە وادەکات ئەم هەست بە گوناهکردنەیان تێدا نەمێنێ و هۆکاری ئەم توندو تیژییە لە شتی تردا ببینن. لەهەمان کاتەوە لە هەندێ کاری پراکتیکی یارمەتیان دەدەن، وەک شاردنەوەیان یان پاشان ڕێگەو شوێنی ژیانیان بۆ بدۆزنەوە. ئەم سەنتەرانە شوێنی تایبەتی خۆیانیان هەیە و لەهەمان کاتدا خانووی تریان هەیە تا ژنان بتوانن بە ئارامی و بێ ترسی پیاوەکان تێدا بژین. ئەمە جگە لەوەی تەلەفۆنی تایبەتی خۆیانیان هەیە تا ئەو ژنانەی لەماڵەوەن بتوانن قسەیان لەگەڵدا بکەن و یارمەتی و پشتگیرییان بکەن .

یارمەتیدانی ئەو پیاوانەی لە ژنەکانیان دەدەن

لێکۆڵینەوە لەو هۆیانەی کەوا لە پیاو دەکات توندوتیژی بەکاربهێنێ گەلێ گرنگە بۆ لەناوبردنی توندوتیژی، دیارە

به زانینی ئەو هۆیانە کۆمەڵگا و لایەنە لێپرسراوەکان دەتوانن یارمەتی ئەو پیاوانە بدەن بە جۆرێکی وا جارێکی تر پەنا نەبەنە سەر توندو تیژی لە ژیانی داهاتوویاندا. هەر بۆیە لەزۆربەی وڵاتانی ئەوروپادا بنکەو سەنتەر کراونەتەوە بۆ کارکردن لەگەڵ ئەم پیاوانە. لێرەدا گرنگە پیاوان خۆیان ئامادەیی خۆیان نیشان بدەن کە لەم جۆرە سەنتەرانەدا یارمەتی بدرێن. بە پێی ئەو یاسایانەی لەو وڵاتانەدا هەن پیاوان پاش پرۆسەی دادگایکردن سزا دەدرێن، هەندێکیان لەو ماوەیەی لە زینداندا دەمێننەوە بەشداری ئەو جۆرە پرۆژانە دەکەن و یارمەتی دەدرێن تا پاش بەسەربردنی حوکمەکەیان بتوانن ژیانی ئاسایی بەسەرببەن. لە ساڵی ١٩٨٠ەوە لە زۆربەی وڵاتاندا پرۆژەی جیا جیا هەیە بۆ لێکۆڵینەوە لەمەر هەڵسوکەوت و شێوەی بیرکرنەوەی پیاوان سەبارەت بە توندو تیژی ، بۆ ئەوەی بتوانرێ شێوەی کارکردنی کاریگەر بدۆزرێتەوە بۆ ڕاستکردنەوەی ڕەفتار و شێوەی بیرکردنەوەیان، لەهەمان کاتدا کەڵک لەو پیاوانە وەردەگیرێ کە خۆیان بە باری وادا تێپەڕیوون و وازیان لە بەکارهێنانی زەبرو زەنگ هێناوە. ئەو پیاوانەی تاسەر لەگەڵ ئەو پرۆگرامە دەبن زۆربەیان لە ژیانی داهاتوویاندا کەمتر توندوتیژی بەکاردەهێنن. ئەو پیاوانەشی کە خواردنەوەو بەکارهێنانی مادە بێهۆشکەرەوەکان، هۆیەکە بۆ بەکارهێنانی

زەبروزەنگ ئەوا دەبێ ئەو خووەیان پێ تەرک بکرێ و پاشان لەو پرۆگرامەدا بەشداری بکەن.

لە ئەمەریکا پرۆگرامێکی تایبەت بەکاردەهێنن، ئەزموونی ئەم پرۆگرامە لە زۆربەی وڵاتانی ئەوروپادا بەکاردەهێنرێ. ئەم پرۆگرامە کار لەسەر چۆنیەتی تەکنیکی خۆکۆنترۆلکردن دەکات، کەسەکان ڕادەهێنرێن لەسەر دە شێوەی خۆکۆنترۆڵکردن. هەروا پرۆگرامێکی تر هەیە، بۆ ماوەی دوانزە هەفتە بەردەوامە و آبەشێوەی گرووپ کاریان لەگەڵ دەکرێ، لەڕووی نەفسی و تەرەپێفتەوە کاریان لەگەڵ دەکرێ، کۆمەڵە پرسیارێ ڕووبەڕووی هەموویان دەکرێتەوە، هەریەکە باسی تاقیکردنەوەی خۆی دەکات ، یان باس لەوە دەکات چی وای لێکردووە توندوتیژی بەکاربهێنێ. مەبەستی ئەم پرۆگرامە چەند خاڵێکە:

* بەرپرسیاری توندوتیژی لە قوربانیەوە بگوێزرێتەوە بۆ کۆمەڵگاو ئەو کەسەی کە توندوتیژی بەکاردەهێنێ.

* کەمکردنەوەی ژمارەی ئەو شکاتانە کە لای پۆلیس ون دەبن پێش ئەوەی بگەنە دادگا، خوێندنی تایبەتی بۆ پۆلیس و لایەنە لێپرسراوەکان کرایەوە تا بە شێوەیەک کاربکەن

که ئەو لێپرسینەوانەی پۆلیس بنووسرێتەوە و بنێردرێت بۆ دادگا یان لایەنە یاساییە لێپرسراوەکان.

* ئەو پیاوانەی کە وازیان لە بەکارهێنانی زەبروزەنگ نەدەهێنا بە شێوەیەکی توندتر سزابدرێن.
* یارمەتیدان و پشتگیریکردنی قوربانییەکان بە شێوەیەک بتوانن مەسەلەکەی خۆیان بگەیەنە سیستەمی یاسایی.

* سیستەمی یاسایی کارکردن لەگەڵ ئەو پیاوانەدا ئەکتیڤتر بکرێ.

* سیاسەتێکی سۆسیالی و پراکتیکی دروستبکرێ بەشێوەیەک ڕەفتاری توندوتیژئامێز لە لایەن تاکە کەس و کۆمەڵگا کەمبکرێتەوە.
یەکێک لەو هەنگاوانەی توندوتیژی دەرهەق بەژن کەمدەکاتەوە ئەوەیە ئەو پیاوانەی زەبروزەنگ بەکاردەهێنن، لە ماڵ دوورخرێنەوەو یان خێرا کلیلی ماڵیان لێوەرگیرێت و بۆ ئەو شوێنەیان ببەی کە کار لەگەڵ ئەو جۆرە پیاوانە دەکەن. لەهەمان کاتدا دەبێت پۆلیس ڕاپۆرتی خۆی بنووسێ .

له کەنەدا هەمان پرۆگرامی ئەمریکایی بەکاردەهێنن لەگەڵ هەندێ گۆڕانکارییدا، ئەم پرۆگرامە بە ڕەوتی نوێ ناودەبرێ. جیاوازی ئەم پرۆگرامە ئەوەیە زیاتر گرنگی بە پاراستن و پێداویستیەکانی ژنان دەدەن نەک پیاوان، ئەو پیاوانە دەبێ خۆیان بیانەوێ بەشداری ئەم پرۆگرامە بکەن و دان بەوەدا بنێن کە توندوتیژییان بەکارهێناوە، ئەوجا ڕێگەیان دەدرێ بەشداری بکەن. بەرنامەی ئەم پرۆگرامە بیست یەکتربینینی هەفتانەیە، لەم یەکتربینانەدا لەو شێوازانە دەکۆڵنەوە کە وای لە پیاوان کردووە توندوتیژی وەک کەرەستەیەکی کۆنترۆلی ژنان بەکاردەهێنن، ئەو تەکنیکانەی کە بەکاردەهێنرێ. لەسەرەتاوە لەڕووی تیۆرییەوە لەو لایانانە دەکۆڵنەوەو شی دەکرێنەوە، پاشان گفتوگۆیان لەسەردەکرێ. پیاوان مافی ئەوەیان هەیە بەشداری لەو گفتوگۆیانە بکەن. باس لە ئەزموون و کردەوەی هەریەکەیان بکرێ. پیاوان گەلێ زانیاریان دەدرێتێ بە مەبەستی گۆڕینی شێوەی بیرکردنەوە و ڕەفتارو هەڵسوکەوتیان. ئەو پیاوانەشی کە دەیانەوی بەردەوام لەگەڵ ژنەکانیاندا بژین ئەوا ماوە ماوە دەیان بینن و سەبارەت بە ڕەفتایان لەگەڵ ژنەکانیاندا گفتوگۆیان لەگەڵ دەکرێت.

لێرەدا پرسیارێ ڕووبەڕووی هەموومان دەبێتەوە، ئاخۆ لە کۆمەلگای کوردستاندا دەبێت لە کوێوە دەست پێبکەین؟

ئاخۆ دەرکردنی یاسا، سنووریێک بۆ ئەو زەبروزەنگە دادەنێ؟ ڕۆڵی ڕێکخراوە دیموکراتی و کۆمەڵایەتییەکان چییە؟ ئاخۆ هەموو بەشەکانی میدیا دەتوانن ڕۆڵی خۆیان ببینن؟ یان ئەو سیستەمە سیاسیەی کەلە کوردستاندا دەسەڵاتی بە دەستە، بڕوای بە یەکسانی نێوان ئەو دوو ڕەگەزە هەیە تا کار بۆ بنبڕکردنی ئەو چەمکانە بکات کە جەخت لەسەر ئەو نایەکسانیە دەکەن و یەکێک لەو لایەنانەش ئەو زەبروزەنگەیە کە دەرهەق بە ژن لە کۆمەڵگادا پەیڕەو دەکرێ؟

سەرچاوەکان

١. Mona Eliasson — Mäns våld mot kvinnor.

٢. Peter Östergren — Slå tillbaka

٣. Agneta Lundström, Gunilla Nordenfors — Byt tystnaden

٤. om kvinnors villkor från antiken till våra dagar. — Kvinnohistoria

٥. Eva Österberg & Marie Lindsledl- Grongerg — Kvinnor och våld

٦. Carin Holmberg & Christena Bonder — Våld mot kvinnor – män i kris

٧. Britt Persson — Det tid lösa våldet

٨. Per Elis Eliasson — Mäm, kvinnor och Våld

٩. Barn som ser pappa slå.