

به رجسته بوونا میکانیزمین به ره قانیا دهروونی د دهقی (کوتری) یا (کهریم باله تهیی) دا

حسین عثمان عبدالرحمن

پشکا زمانێ کوردی، فاکولتیا زانستین مروّقیه تی، زانکویا زاخۆ هه ریم کوردستانی-عیراق.

وه رگرتن: 2019/10 په سه ندرکن: 2019/12 به لافکرن: 2020/03 <https://doi.org/10.26436/hjuoz.2020.8.1.572>

پۆخته:

دهقی سترانا کوردی، هه لگرێ بارێ دهروونی هوزانقانیه و هوزانقان ژێ لگۆرهی ههستی خوه و ئه و کاودانین تیدا دژیت و ئه و رویدانین رویدان و ئه و هزرا لدهق ئهوی، دهست ب فه هاندنا هوزانقانی دهکته، له ورا دێ شین بیزین کو هوزانقان وه ک تاکه کی د ناڤ جفاکیدا و وه ک خودان که سایه تی و ههستی خوه یی تابهت، لدهمی فه هاندنا هوزانا خوه و ژ بو پاراستنا که سایه تی خوه، دهکته بهر بکارهینانا هندهک میکانیزمان، کو راسته وخۆ و ناراسته وخۆ، دناڤ دهقیدا په نگه دهته. ئه ق چه نده د زانستێ دهروونشیکاریدا ب میکانیزمین به ره قانین دهروونی دهیته هژمارتن. ئه و میکانیزمین کو ب هایداری یان ب هاریکاریا پاشخانا هزریا هوزانقانی، دهینه بکارهینان و که سایه تیا ئهوی ژ دارمانی دپارین و ههستی ئهوی بهر ب نارامیی دهته. ئه ق فه کۆلینه لژیر نائهقی (به رجسته بوونا میکانیزمین به ره قانیا دهروونی د دهقی (کوتری) یا (کهریم باله تهیی) دا) هاتیه به ره فکرن و ژ گۆشه نیگایه کا ره خنا دهروونشیکاریه بهرێ خوه دهته دهقی سترانا (کوتری). هه ژیه بیزین کو که سایه تیا هوزانقانی د دهقی دهقیدا، به رجسته و دیاره و ژور ب پوونی و ب خواندنه کا هوربینانه هاتیه دیار کرن کو ب په نگه کی نه شیاپه خوه ل پشت ماسکین خوه قه، ههست و هزر و مه ره مین خوه ب فه شپرت و ئه و د لێ خوه دا ب پوونی د درکینیت و ب پوونی باس دهکته و هه م یارا خوه و هه م خوینه ری خوه ژ دهروونی خوه و ئه و هزرا د دهروونی خوه دا هایدار دهکته. هه له به ت ل دویمه کی دێ شین بیزین کاره کته ری سه ره کی ئه قی دهقی، شیاپه ب دروستی خوه لگه ل ده ورووبه ری خوه بگوجینیت و د هه مان ده مدا که سه که کو ژ لای دهروونیه یی ساخله مه و کیماسین دهروونی نین.

په یقین سه ره کی: کوتری، میکانیزمین به ره قانی، فرۆید، دهروونشیکاری، که سایه تی، په یوه دنیا جفاکی.

1. پێشه کی

به ره فکرن و ژ گۆشه نیگایا په خنه یی دهروونی بهرێ خوه دهته دهقی ئه قی سترانی و جۆری بکارهینانا میکانیزمین به ره قانی ژ لای کاره کته ری سه ره کیه دهستنیشان دهکته.

- پێیازا فه کۆلین: (وه سفی و شروقه کاری) یه و ب دویمه چون لسه که سایه تی، میکانیزمین به ره قانی و په یوه دنیا جفاکی، دهقی (کوتری) شروقه دهکته و جۆری بکارهینانا میکانیزمان د ناڤ ئه قی دهقیدا دیار دهکته.

- گریمانه: زانینا په یوه دنیا ناڤه رۆکا هوزانقانی لگه ل دهروونی کاره کته ری سه ره کی چیرۆکا هوزانقیه و جۆری مفا وه رگرتن ژ میکانیزمین به ره قانیا دهروونی د گه هاندنا په یاما سه ره کی هوزانقانیه.

- نارمانج: نارمانجا ئه قی فه کۆلین، گه هه شته ب دهروونی هوزانقانی _ ب ریکا کاره کته ری سه ره کی چیرۆکا هوزانی و په یوه دنیا جفاکیا ئه قی ب ریکا میکانیزمین به ره قانی بهیته دیار کرن.

دهقی هوزانا کوردی وه کی چه قه ک ژ هونه ری ب گه شتی، ئاواز و تونا خوه یا تابهت هه یه، کو ئه و ئاواز لگه ل سروشتی کوردان و کوردستانی دگوجیت. هه له به ت په یف و دهسته واژه یین ئه قی هه ل گۆره ی سروشتی خه لکی کوردستانی و تیگه ها هزریا ئه وان دهیته فه هاندن. پجا تابهت هه ره دهقی سترانه کی سه ره پای، ئاواز، دهنگ، وینه، موسیقایا ده ره کیا ئه قی، ئه و په یف و دهسته واژه و جۆری ریزکرنا وان په یف دهسته واژانه، یین هوزانقانی ریکه ستن. بیگومان پجا سه ره کی، یا د ناخی په یفاندا، چونکی راسته وخۆ ژ ناخی هوزانقانی ده ره کته قیت. هه ر لسه ره قی بنه مای، دێ شین بیزین ئه و دیتن و جۆری هزرکرنا هوزانقانی، کاریگه ری لسه ره ریزین ئه قی دهکته و دینه ئه گه ر کو ب دروستی ناخی خوه و پاشخانا هزریا خوه خالی بکته.

- ئه ق فه کۆلینه ل ژیر نائهقی (به رجسته بوونا میکانیزمین به ره قانیا دهروونی د دهقی (کوتری) یا (کهریم باله تهیی) دا) هاتیه

گرنگی دایه پیدایستیان" ب بوچوونا مازلوی پیدایستیان مروقی ژ زنجیره کا ریکخستی، پیکهاتینه کو سه ره ده ریا تاکی د دمه کی تابه تدا، دنیخه ژیر کاریگه ریا ب هیزترین پیدایستیان.⁴ واته هر نه و پیدایستینه دبنه نه گهری سه ره ده ریان.

لی تشتی هره گرنگ کو (مازلوی) جهخت لسه ر کری، نه و دۆرهیل بوو نه و تاك تیدا ژیا. ب بوچوونه کا دی دۆرهیله، که سایه تی ئافا دکه ت و چه وانیا و هارازا وی دده ته دیار کرن. ئانکو بو مه دیار دبیت کو دۆرهیل کاریگه ری لسه وان غه ریزان دکه ت و نه و غه ریزه، وی که سایه تی ئافا دکه ت و د نه جامدا یان دی دگه هیته لوتکا سی گۆشی و هه ست ب هه بوونا خوه که ت یان ناگه هیتی و هه ست ب هه بوونا خوه نا که ت.

هه ره چنده فرۆید داکوکی لسه ناخی نه هایدار دکه ت و جهختی لسه هه ستی لیبیدو دکه ت، لی د هه مان دهمدا گرنگی ب میکانیزمین به ره فانی، ژ بو پاراستنا که سایه تی و به رز پارگرتنا ئاستی وی که سی ژی دده ت. "زیگموند فرۆید، دامه زینه ری زانستی شروقه کرنا ده روونی، هزرا کریارین به ره فانی ل سال 1894 ی ئاشکرا کر. نه وی چه ندین میکانیزمین به ره فانی په سه ند کرن، لی داکوکی وی لسه میکانیزما (پاشفه برنی) بوو. لی خواندنه کا ریکخستی و لیکدایی لدۆر میکانیزمان، بو سال 1936 د ژفریه فه، دهمی (ئانا فرۆید) ی په رتوکا (ئیگو و میکانیزمین به ره فانی) دایه نیاسین.⁵ و نه فنی چه ندی شیا به راسته وخو باس ل چه وانیا کارکرنا ده روونیا مروقی، ژ بو به ره فانی کرن ژ (نه و) که سایه تی خوه و ده ریان بوون ژ دۆخین ب زه حمه ت و پر ئیش بکه ت.

نه گهر نه فنی چه ندی په یوه ندی ب ده روونی مروقیه هه بیت، راسته وخو دی مه به ر ب سه رده می زارۆکینی به ت، کو بیگومان ژ بو پاراستنا خوه، تاکی زارۆک هند کار و کریاران نه جام دده ت کو (فرۆید) نه و ب میکانیزمین به ره فانی دایه نیاسین، کو هه لبه ت ره نگه ژ ناخی نه هایداری وی بیت و ره نگه ژ ناخی هایدار و ب هه می فه م و تیگه هشتنا ویفه به ند بیت. لی "به هرا پتر په یوه ندی ب ناخی نه هایدارقه هه یه، ب لادان یان گۆه رینا دۆرهیلقه به نده و نه گهری حیه ل خوه کرنیه."⁶ که واته هه م ئارامکرنا ده روونیه و هه م ناراسته وخو حیه ل خوه کرنه و هه م "هه رده م هزکرنا مروقی، لۆژیکی، لدویف ژیواری، دیار و ئارمانجدار نینه."⁷ و نه فه خوه گونجاندنه لگه ل ده رووبه ری و زالبوونه ب سه ر بارودۆخی ب سه ر نه وی که سیدا هاتی کو ره نگه سه رکه فتی بیت یان سه رنه که فتی، لی د هه ر دوو دۆخاندنا، تاك خوه ب سه رکه فتی لقه له م دده ت و دۆخی ده روونیه خوه ژی تیک ناده ت. هه ر چه نده پیدقیه بزانی کو "میکانیزمین به ره فانی ژ لای هه می که سانقه ده یته بکاره یان و نه گهر گه له ک نه هیته بکاره یان، دی شین بو دمه کی، به رگریا بارودۆخه کی ب زه حمه ت و نه خوه ش بکه ی و به روفاژی نه فنی چه ندی

- سنووی فه کۆلین: ده فی سترانا کوتری ژ دوو کاره کته ران هاتیه پیکه یان، کو د دانوستاندنه کیدا باس ل هه زۆکرنا خوه دکه ن، لی د نه فنی فه کۆلینیدا، فه کوله ر لسه ر ناخفتن کاره کته ری سه ره کی (کور) پاره ستیا به و چه وانیا مفا و هه رگرتن ژ میکانیزمین به ره فانی نه وی، هاتیه گه نگه شه کرن.

2. بوچوونین تیورین ده روونی

1.2. میکانیزمین به ره فانی ده روونی:

د ژیا نا ئاسایا هه ر تا که کیدا و د جۆری په یوه ندیا نه وی ب ده رووبه رانقه، زۆر جار نا راسته وخو یان ناراسته خو، نه و تاك هنده ک کار و کریاران نه جام دده ت یان گووتنان دبیزیت کو ده رپینی ژ ناخی نه وی دکه ن و هه لبه ت نه فنی چه ندی ژی ژ بو به ره فانی کرن ژ خوه و که سایه تی خوه و پارگرتن ژ داکه تنا که سایه تی خوه نه جام دده ت. هه لبه ت نه و که سایه تی یان که س "persona د بنه رتدا ماسک یان پووکه شه کا هه ری یان داریه کو نه کته ران ددانا لسه رووی خوه، وه ک زارافی نه ده بی و د ره خنیدا ب واتایی (که س)، ((نه و)) و ((ئیدی نه و ب خوه)) کو د هوزان، پۆمان یان فۆرمین دی بین نه ده بیدا دناخفت، ده یته "¹ و ب نه فنی چه ندی خوه خویا دکه ت. واته لگۆره ی ده م، جه و پیدایستیان، هه ر که سه کی ماسکه کی هه ی و نه وی ماسکی بکار ده ینیت و هه ر نه ف ماسکه، هه فکار و ته و اوکه ری وان میکانیزمانه بین تا که که س بکار ده ینیت. له ورا دی شین بیژین، که سایه تی هه ر که سه کی ماسکا ویه، چونکی ل گۆره ی نه وی ماسکی یان نه وان ماسکان، سه ره ده ریان دکه ت و ده رووبه ری ب نه وی ماسکی، نه وی دنیا سن و هه ر نه ف ماسکه، جۆری که سایه تی نه وی دیار دکه ت.

(ئابراهام مازلو / Abraham Maslow) نه فنی چه ندی ب تیرکرنا پیدایستیان سی گۆشا که سایه تی لقه له م دده ت و فرۆید و کچا خوه (ئانا فرۆید) ژی نه فنی چه ندی د چارچووی میکانیزمین به ره فانییدا نیشان دده ن، کو "هنده ک ئالافن د ئاستی ناخی نه هایداردا و ژ لای هه ر تا که کیفه ده یته بکار هینان."² واته د سه ربخۆنه و سه ره پای ده م و جهان، ژ تا که کی بو تا که کی دیتر ده یته گوهرین. هه ر لسه ر نه فنی بنه مایی (مازلوی) دگوت: مروق ب گشتی خودان هنده ک پیدایستیان غه ریزین هه فیشکه و ژ نه فان غه ریزین هه فیشک ژ دایک بوویه و نه و غه ریزین هه فیشک لده ف مروقی، جۆری سه ره ده ریکرنا وانایه، کو بیگومان یا جودایه و کارتیکرن لسه ر کریه کو وه راری بکه ت و پششکه فن، که واته ل گۆره ی نه وی جۆری سه ره ده ریا مروقی لگه ل وان غه ریزان، دی و هه رار و پششکه فتنان بخوه فه بینیت."³ پیدایستی، تشته که دناخی مروقیدا کو وی هان دده ت کاره کی نه جام بده ت، یا خود دۆخه کی ده روونیه کو دبیته نه گهری ب ده سته هینانا نه جامه کا دیار کری."³ هه ر لسه ر نه فنی بنه مای، وی

زارۆکان هیتته گۆهرین. بۆ نمونه: مهزن وهکی زارۆکان بناخفن یان کار و کریارین زارۆکان نهجام بدن.¹¹ و بۆ هنده کار و سهردههريان دچنه د دۆخی زارۆکاندا وهکی نهوان دناخفن وهکی نهوان لقیان دکهن، کو بیگومان زارۆک نهقی تاکي، ههفتاست و ههفتی خوه دبینیت و پتر ب و یقه دهیتته گریدان.

4. " نهفیکرن/ په دکرن (Denial): بریتیه ژ نهفیکرنا راستی، سهردههري، کریار و هۆکارین تپسی، نهوه رگرتنا راستی و په دکرنا رویدانان.¹² نمونه: که سین پیر، بههرا پتیرا جاران، په ددا پیراتیا خوه دکهن و هه ر دبیزن هیتشتا نه م گهنجن. واته خوه ژ دۆخی راسته قینه یا نه و تیدا، ددهنه پاش و کار و کریارین نه ل ئاستی ژیی خوه نهجام دهن.

5. " جیگورکی (Displacement): فه گوهاستنا که له ژان و لقینین ب تپس، ژ که سهکی و تشتهکی بۆ کهس یان تشتهکی ته ناتر. بۆ نمونه: کارمهندهک ژ ریتفه بهری خوه توپه ببیت و بچیته مال، خوه ل زارۆکین خوه توپه بکهت، چونکی نه شیتته ریتفه بهری خوه. نهقی میکانیزمی ئاستهکی گه لهک نزم یا ب خوه فه گرتی، چونکی گشت لاوازی و ههستین توپهیی و کهرب و کینان، بۆ دهمهکی نه دیار بناخ دکهت، لۆ د نئیزیکترین دهمدا و پشتهی ژ وی چارچووی و کهله ژانی پرگار دبیت و کهس یان تشتهکی لاوا تر دبینیت، گشت ههست و ناخی خوه ل وی خالی دکهت.

6. به لگه هینان (Rationalization): بریتیه ژ مفا وه رگرتن ژ به لگه یین لۆژیکی و به رعاقل، ژ بۆ به رعاقلکرنا ههستین نه به رعاقل و نه لۆژیکی.¹³ بۆ نمونه: که سهک ژ ریتفه بهریا خوه هاتبیته دهرکرن و نهقی چه ندی ب هندی به رعاقل بکهت کو وی زمانلوسی بۆ ریتفه بهری نه دکر. بیگومان نهف جۆره میکانیزمه بههرا پتر بۆ حيله که ران دهیتته بکارهینان. نهف جۆره که سه ژیههرا پتر ژ که سین دبتر میشتکی خوه بکار دهینن و ژ بۆ پاراستنا که سایه تیا خوه یا دارمایی، بهر ب به رعاقلکرنا کار و کریارین نه دبه رعاقلین خوه فه دچن.

7. " به ده لقه کرن (Compensation): فه شارتن لایه نین نیگه تیقین خوه و که سایه تیا خوه و داکوکیکن و ب هیزکرنا خوه د لایه نین دبتردا. بۆ نمونه: کهچکا کریت، دی بیته سهما که رهکا سهرکهفتی. هه لبهت نهف میکانیزمه د بههرا پتیرا که ساندان، زۆر نهکتیقه، چونکی ههچ که سهکی کامل و تهمام نینه و هه ر تاکهکی کیماسیه کا هه ی و ژ بۆ به ده لقه کرنا وان کیماسیان، بهر ب هندهک کار و کریارین دبترقه دچیت و بالا دهوروبه ران ژی ژ کیماسیین خوه لاددهت.

8. به رعاقلکرن/ سه لماندنا عه قلی (Intellectualization): خوه دویرکرن ژ ههستین ب ئیش، ب فۆکسکرن لسه ر لایه نین عه قلانی، جودا کرنا که له ژانی ژ هزرکرنی. بۆ نمونه: فۆکسکرن لسه ر هویرکاریین رپوره سمین فه شارتن ته پمی، ل جهی تازی و خه مباریی.

و نه گه ر گه لهک بهیتته بکارهینان، دی کاریه ریی لسه ر تاکي و بکار نه هینانا ریکارین لۆژیکی لدهف وی تاکي که تن⁸ کو بیگومان لادان ژ ریکارین لۆژیکی، یه کسانه ب ژیرکرنا نه رکی میشتکی و راسته وخۆ بهنده ب ههست ب کیماسیکن و دروستبوونا گرییا کیماسیی و دا که تن که سایه تیا مروقی. هه ر لسه ر نهقی بنه مای کو نه رکی دهرووناسیی، نه رکهکی گرنهگه، دی شینین بیژین کو " پرسین دهرووناسی، بالا خوه دکیشیتته سههه می جۆره رویدانین دهروونی و هۆشهکی. هه می جۆرین ههستان، هزر، وینه، و... ههتد" چ په یوهست بن ب ناخی هایدارقه یان ناخی نه هایدار.⁹ واته هه ر تشتهکی هه بوونا خوه هه بیت، چ هایداران هه بیت یان نه هایداری بیت و ب مروقیقه بهند بیت، زانستی دهرووناسی، بالا خوه دکیشیتی و مادهم نه ده بیات ژیههنده ب ناخی مروقیقه و هه ر به ره مهکی بهیه نفیسین ژیههسته بیت ب میشتک و دهروونی نفیسه ریتفه، که واته په خنا دهروونشیکاری ژیههه مان نه رکی زانستی دهروونی، لۆ د چوارچووی نه ده پیدا دگیریت.

2.2. جۆرین میکانیزمین به ره قانیا دهروونی:

پشتهی باس ل پیکهاتا میکانیزمین به ره قانی، وه کورتیه کا دبیرۆکی کری، نوکه دی وان میکانیزمان دهینه دیارکرن، یین کو ب درێژا هیا ژیا نا مروقی، یی لگه ل گشت تاکه که سان و نه و تاکه که س ژیه لگورهی دهم، جه و باردووخ و که سی به رامبهری خوه و ژ بۆ پاراستنا که سایه تیا خوه، بکار دهینیت. که واته میکانیزمین به ره قانی، بریتیه ژ هندهک جۆرین ریکار و شیانین بهرنگار بوونا تاکه که سی، ل هه مبه ر کار و کریار و هزرین به رامبه ر، ژ بۆ پاراستنا که سایه تیا خوه. نه و جۆرین ریکاران ژیههه نه:

1. " پاشفه برن (Repression): بنپیکرن یان پاشفه برن، ب سههه کیتیرین میکانیزمه به ره قانی، دهیتته هژمارتن. واته ریکریکرن ژ هاتنا هزر، بیرهاتن، ئاره زوو، هه ز و سهه رپوین نه خوهش و ب ئیش و شه رمین بۆ ئاستی هایدار. دهقی میکانیزمیدا، نه و بیرهاتن فشار و ئستریسی دروست دکهن، وهکو بژارده بۆ ناخی نه هایدار دهیتنه په وانه کرن.¹⁰

2. " ریکریکرن (suppression): نه و پاشفه برنا کو ب هه ز و هایداری دهیتته نه جامدان. ریکریکرنا ب هه ز و هوشیارانه ژ هاتنا هزر، ههست، سهه رپو و بیرهاتن تاییهت، بۆ ئاستی هشیاریی. خوه دویرکرن ژ هزرکرن لسه ر تشتنین ب تپس و ب ئیش و ب لاری برنا ئاستی هوشیاریی بۆ بابه تین دبتره. وهکی: نه و قوتابیی نه زمون هه ی و چوویه گه شتی و ژ بۆ هندی کو گه شتا وی تیک نه چیت، دی هه رزا خوه لاریدا بهت و هه ز د نه زمونیدا نا کهت.

3. زفرین و پاشفه چوون (Regression): د نهقی میکانیزمیدا شیواژین هه لکرنا پرسگریکان، دی ژ شیواژی مه زان بۆ شیواژی

ہندہ ک کارین دیترفہ پاک دکت و خوہ ژ ئازارین دہروونیئین خوہ _ کو ژ ئہنجامی کارین نہجوانن_ دپاریزیت و کہسایہتیا خوہ ژ وی دارمانی پزگار دکت و بہر ب کہسایہتیا سہریخو و باشی کۆمہلایہتیغہ دجیت.

15. کارفہ دانانہ بروفاژی (Reaction Formation): ل ئوی دہمی پوی ددہت کو تو ہست و ئنیہتا خوہ، زور پادہ بہدہر، بہروفاژی وی چہندی نیشان بدہی. بۆ نمونہ: تو حہز ژ میہقانہ کی ناکہی، لی دہمی دہیئہ دہف تہ، پتر ژ ہمیان گرنگیی دہمی و پیتشوازیی لی دکہی. واتہ خوہ پزگارکرن و د ہمان دہمدہ خوہ گونجاندن لگہل ئو دؤخی ب سہری ئوی ہاتی و ب ہر شیوہیہ کی بیت خوہ بسہر دؤرہیلی زال دکت و ئہف چہندہ د ہمان دہمدہ، بۆ ئوی سہرکہفتنہ کا ہری مہزنہ.

16. نمونہیی کرن (Idealization): نیشاندانا ژ پادہ بہدہرا خہسلہت و تاییہمندیئین ئہریئنی و بی بہاکرنا تاییہتمہندیئین ئہریئنی یان لہرچاؤ و ہرنہگرتنا ئہوان. بۆ نمونہ: ئہفیندار ب تنی باشیئین خوشقیقا خوہ دبینیت و نہشیت کرئیئین ئوی ببینیت. ب بوچونہ کا دی، گشت ہزر و بیر و تیرامانین ئوی دبنہ ہست، ب پہنگہ کی کو نہشیت خوہ ژ ئوی ہستی پزگار بکہت، کو بیگومان پہنگہ ل پاشہ پۆژئیدا ب زیانا ئوی تمام بیت.

17. پیئشبینیکرن (Anticipation): داریتنا بہرنامہی بۆ دہاتوو و لہرچاؤہرگرتنا سہرہدہریئین خوہ. ہہلبہت ئہگہر بارودؤخین نہریئنی نہبہنہ ئاستہنگ و بہرہستین د بہرنامی ویدا، بیگومان ئہف میکانیزمہ دی بیتہ ئہگہری پیئشکہفتنا ئوی تاکی و ژ پۆتینا دووبارہیا ژیانی پزگار دبیت.

18. حہز ژ بہرامبہری خوہ کرن (Altruism): خزمہتکرن و ہفکاریکرنا کہسین دی، ب پہنگہ کی کو ژ پازیبین. تاکہ کہس ژ بہرسقڈانا ئہریئیا خہلکی دلخوش دبیت. واتہ راستہ وخو خوہ گوریکہرن و تہنہا ب سوپاسی یان دہستخوشیہ کی پازی دین و ئہفہ باشترین میکانیزمہ ژ بۆ پاراستن و بہرزپارگرتنا کہسایہتی، چونکی ئہف میکانیزمہ ب ہیچ کہسہ کیفہ بہند نینہ و لگورہی عہقل یان ہستی خوہ ئہوان کریاران ئہنجام ددہت و د ئہنجامدانانہ ئوان کاران ژی ہر دہم یی سہرکہفتیہ.

19. دویرکرن (Avoidance): خوہ گونجاندن لگہل ہؤکارین دروستکرنا ئستریسان. بۆ نمونہ: ئوی ژ جہین بلند دتپسیت، ناچیتہ ئہوان جہان. "17 واتہ خوہ پاراستن، بہری کارہساتہک ب سہری ئوی بہیت و بہری توشی کارہساتہ کی ببیت.

20. ترانہ کرن (Humor): داکۆکی کرن لسہر لایہنیئین سہرنجپاکیش و ب کہنیئین ئستریسان. بۆ نمونہ: کہسہ کی یی توشی ئیشہ کا نہدیار بووی و دختور نزانن ئو چ ئیشہ، ئہفی نزانینی دکتہ ہؤکارئ ترانہ پیکن ب ئہوان دختوران.

یا خود خوہ ژ ئوی ئیشی دویر دکت کو دبیتہ ئہگہری تیکدانہ کہسایہتیا ئوی و بالا خوہ ژئو ئوی ئیشا گران ددہتہ ہندہ ک کار و کریاران کو ئوی ئیشی، یان ژناؤ دہت یان کیم دکت.

9. " دہرکرن (Acting out): مفا و ہرگرتن ژ سہرہدہریئین فیزیکی، ل جہی پیکھاتنا راستہ وخو لگہل ئاریشان و دانوستاندن لسہر ہستی خوہ. بۆ نمونہ: دہمی کہسہک تپورہ دبیت و نہشیت خوہ کۆنٹرول بکہت، دی ہمی تشتین دہوروبہری خوہ تیکدہت. ئہف تیکدانہ ژئو راستہ وخو کاریگہری لسہر ہستی خوہ ب کیم زانینا وی دکت و تارادہیہ کی زور ژئو بۆ دہمہ کی کورت ئارام دکت و کہسایہتیا ئوی دپاریزیت.

10. داگرتنا دہروونی (Introjection): جۆری توند و دژواری و ہکھہ فکرنیئہ کو تیدا تاکہ کہس، بہا و تاییہتمہندیئین کہسہ کی یان گورپہ کی دکتہ د کہسایہتیا خوہ دا. بۆ نمونہ: کہسہ کی دقت سمنارہ کی پیئشکیش بکہت، دی خوہ دانیتہ جہی ئاخفتنکہرہ کی گہلہک زیرہک و ب ئہفی چہندی باوہری ب خوہ بوونی لدہف خوہ دروست دکت.

11. و ہکھہ فکرن (Identification): پیکارین لاساییکرنا ہزر، پھوشت، سہرہدہری و حہزین کہسین دی _ یین باش و پہسہند _ و ہکھہ فکرنہ خوہ ب کہسین دی و بیی کو بزانیئ. "14 بۆ نمونہ: دی کہسہک حہز ژ سینہ مایی کت، چونکی ئوی ئو، حہز ژئو دکت، دجیتہ سینہ مایی.

12. " پھژان و دہرکرن (projection): خالا ہمبہری داگرتنا دہروونیہ. پالادانا ہست، حہز، ہزر و ہیقیئین نہخوہش و نہ پھوشتیئین خوہ ب کہس یان تشتہ کی دی دہرہ کی. "15 بۆ نمونہ: تو حہز ژ کہسہ کی ناکہی، لی ہزر دکہی کو ئو حہز ژ تہ ناکت. ئہفی چہندی پھوہ دنیا ب ہستی ویغہ ہمی، چونکی گہلہک جارن بیی سہرہدہریکرن و تہنہا ژ دویرفہ ئہف پریارہ دہیتہ دان و گشت ہستیئین نہجوان و کہرب و کیئین خوہ دئخیتہ پال کہسی بہرامبہر و ہر دہم کہسی بہرامبہر تاوانبارہ.

13. " پاقزکرن / بلند کرن (Sublimation): شیانین خوہ د کریارین جیگیر و باش ب مہزیخی. بۆ نمونہ: ئوی گہلہک حہز ژ برینئ دکت دی بیتہ نشتہرگہر. "16 ہہلبہت ئہفی جیگورکی، پویی جوان و باشی تاکی نیشان ددہت و تاک ژئو گشت پیکولین خوہ دکت کو ہستیئین زفرین خوہ بہر ب کار و کریارین باش بہت و کہسایہتیا خوہ ژ دہرئہنجامین کارین نہجوان، دپاریزیت و کار ژ بۆ ہیزکرنا کہسایہتیا خوہ دکت.

14. " پویچکرن (undoing): بہدہلقہ کرنا کار و کریارین نہجوانین بہری. بۆ نمونہ: ئیکی زہنگین دی ہاریکاریا دہزگہہین خیرخواری کتہن، چونکی پاری خوہ یی ژ پیکین نہیاسایی ب دہستفہ ہیناین. واتہ ئو کارین بہند ب دہمین بووریئین خوہ، ب

تشتان یان پەش دبیینت یان سپی. ب پەنگەکی کو هەردەم ل هەمبەر کەسانێن گروپی خراب یی د جەبها بەرگریندا و هەردەم یی د ئامادە باشییدا و د ئەفی دۆخیدا، ژ بۆ پاراستنا کەسایەتیا خو، یی بەرهههه هەر کارەکی ئەنجام بەت.

29. خۆفەکیشان (Withdrawal): تاکە کەس بریارێ د دەت، کو خوێ ژ ئەوان کەسان، یین ئستریسان دروست دکەن، دویر بەت. ب پەنگەکی کو چ جارن نە کەفیتە د دۆخی بەرهنگاری و بەرهفانییدا، لەورا خوێ ژ گشت سەرگیزی و دلەپاوکێیان دپاریزیت و بۆ هەتا هەتایی دەروون و کەسایەتیا خوێ ئارام دکەت.

30. جەستەیی کرن (Somatization): سکالا یان ئاریشین دەروونی یین خو، وە ک نیشانێن جەستەیی، نیشان دەت. بۆ نمونە: کەسەکی گەلەکی توره کو نەشیت ئەفان هەستان دەبیریت، دی تووشی فشارا سەری بیت.

31. جوداکرن (Compartmentalization): پیکارا جوداکرنا پشکەک ژ خو، ژ هشیاریا پشکێن دی یین خو. بۆ نمونە: دز دناف هەفالیخو دا و لگەل خیزانیخو گەلەک باشن. " 19

32. "شکاندن (Dissociation): فافارتنا هەندەک ژ هزر و کریار و چالاکیان، ژ پشکا سەرەکیا هشیاریی. جوداکرنا خوێ ژ ئیواری. بۆ نمونە: نەهینانا کارین ریتە بەری بۆ مال. ئەف جۆرە کەسە ب شیوہیەکی گشتی، د دوو جیهانی ژ هەف جودادا دژین و ل هەر ئیک ژ ئەوان جیهانان ژ، کەسایەتیا خو یا تاییەت ب ئەوی جیهانی دپاریزن و چ جارن ئیکەلی نائیخە دناف هەر دوو جیهاناندا.

33. هیزا جیگیر (Omnipotence): تاک ب پەنگەکی سەرەدەریان دکەت، هەچکو هەلگری هیز و شیان یان مەوهیبەکا/ ئارەزوویەکا تاییەتە و ژ کەسین دی بەرزترە. واتە دەهەمی دۆخاندا پشتا خو ب ئەفی هیز و شیانی گەرم دکەت و کەسایەتیا خو دپاریزیت، ب پەنگەکی کو هیچ دەهەکی و لگەل هەر کەسەکی، هەست ب کیماسیی ناکەت و بەروفاژی ئەفی چەندی، ژ لایی دەروونی و کەسایەتیفە، خو بەرزتر دەرووبەریخو دزانیت.

34. سیمبول چیکرن (Symbolization): جیگورکییا هیقیین کویرین بنییکری و پالانا ئەوان بۆ تشت یان هەندەک کریاران. بۆ نمونە: سەرباز، هۆکاری چوونا خو بۆ نایا سوپایدا، ب بەرهفانیکن ل ئالای دەتە نیاسین. بیگومان ئەفە ل ئەوی دەمی پوی دەت کو ئەو تاک هیچ ریکەکا رەفینی، ژ ئەوی باروودۆخی ل هەمبەری خو نابینیت، ب ناچاری و ژ بۆ پاراستنا کەسایەتی و ئارامکرنا دەروونی خو، ئەفی میکانیزمی بکار دەهینیت.

35. خەیاالوی بوون د ناخی خو دا (Autistic Fantasy): جۆری توند و کویرا خەیاالوی بوونییە، کو تیدا تاک ب تمامی، ژیا نەکا خەیاالوی بۆ خو دروست دکەت. ئەف جۆرە کەسە ب تمامی هەست ب داکەت نا کەسایەتیا خو ل هەمبەری دەرووبەران دکەن، ب

21. گۆشەگیری (Isolation): جوداکرنا پشکێن کەلەژانان، ژ بیرهاتن، سەربو و هزرین نەخویش. کومکرنا هەمی کەلەژانان د پشکەکا میشکی و زیندانکن د ئەوی پشکیدا. بۆ نمونە: کارمەندی بانقی ل دەمی ل هەمبەری دزیکەری رادووستیت و گوهداریا ئاخفتنێن ئەوی ناکەت و یی ژ خو پشتراستە، پشتی چوونا دزیکەری، راستەوخۆ دی ژ تراسادا لەرزیت و کەتە گری.

22. ئاشوب و خەیا (Fantasy): تاک ژ بۆ رەفینا دەمی ژ دورھیلا نەخویش، بەر ب ئاشوب و خەیا لیتە دجیت. بۆ نمونە کەسین ئەفیندار گەلەک ئەفی میکانیزمی بکار دەهینن. هەلبەت ئەف میکانیزمە ب ساناھیتیرین و خویشترین میکانیزمە کو تاک دشت بکار بینیت و بۆ ماوہیەکی دزی و چەند جارەکی بچیتە د ئەفی دۆخیدا و خوێ ژ دەرووبەران بپاریزیت و کەسایەتیا داکەتیا خو ریکبخیخیتەفە.

23. پیکەگرییان (Affiliation): داخووا هەفکاری ژ کەسانین دی کرن. هەفپشککرنا ئاریشان لگەل دەرووبەران. ب پەنگەکی کو باری خو یی دەروونی، دابەشی دەرووبەران بەت و ب ئەفی رەنگی هەم باری خو سەف و هەم دەروونی خو ئارام بەت.

24. بیبھاکرن (Devaluation): تاکە کەس ئارمانجین داخوواکری و حەرزیکری، ل نەدەردەست، بیبھا و خراب لقلەم دەت. بۆ نمونە: دەستی پوی نەدگەهشتە تری، دگوت یا ترشە. " 18 و ب شیوہیەکی دەمی، خوێ ژ ئەوی هزری و دۆخی پزگار دکەت و ئەو تشتی ل بەر دەست گرنکتر ژ ئەوا دویر و نەلبەر دەست لقلەم دەت و دەروونی خوێ ژ کەلەژانان ب دەستفەهینانا ئەوی تشتی دویر دکەت.

25. " کیمکرن (Trivializing): کیمکرن و بی نرخرکنا پرسین گرنک. بۆ نمونە: کەسەک پشتی کەتنی، رادبیتەفە و دکەتە کەنی. واتە خو گونجاندن و زفینا ب لەز بۆ دۆخی بەری و بی بها کرنا بوچوونین دەرووبەران و کەسایەتیا خو ب شیوہیەکی ساخلەم دپاریزیت.

26. لادان (Deflection): لادانا بالا خەلکی بۆ پرس و کەسین دیت. ئەفە ژ ل دەمی داکەتن و نەمانا باوہریەکا ژ هەژی و گونجایی بۆ خو پوی دەت، ژ بەر هندی پیکولا لادانا بالا خەلکی بۆ هەندک پرسین دیت دکەت و خوێ ژ ئەوی دۆخی نەخویش پزگار دکەت.

27. راکرتنا ئارمانجان (Aim Inhibition): دەمی ئەم ناگەهینە هیفی و ئارمانجین خو، داخووازیین خو دی کیمتە کەین و دی هەجەتان پششە گرین. بۆ نمونە: کەسەک حەز ژ فیتەرنەری دکەت و نەشیت بچیتە ل وی پشکی ل زانکوی، دی بیتە هەفکاری فیتەرنەری.

28. دابەشکرن (Splitting): تاکە کەس، کەسین دەرووبەری خو، دی دابەشی دوو گروپین گەلەک باش و گەلەک خراب کەتن. هەمی

- 2 و ل هر چار په خا خه ملا بوهارا ته يا زهر كرى
جانان
تو كرىه پوندك و چه نكيته برى و كارى ته گرى
- 3 چافى ته ل وى هيلينا من تو لى خودانكرى
جانان
- 2 لاوؤ ته ز فريم همى جيهان من تيكفه دا
جانان
- 2 قهت هه دارا من ب كه سى نه هات ژ خه ميته ته دا
جانان
په وشا ته په وشا ته هر ئه فى جاني بيهنا خو فه دا
خوزى زقريبام دناؤ هيلينا دللى ته دا
خوزى كوترى به لى چاره مه نينه
هيلينا من يا تژى بووى چه قين وى د شكه سستينه
- 4 هيلينا خو خراب نه كه و بو من نه گرينه
جانان
دناؤ دللى من ئيدى جهى ته لى نينه
2 جانان
هرى لاوؤ دى چمه هيليقانا خه ما
2 جانان
- 2 ئه ز درام جهى من د هيليقانا ته دا نه ما
جانان
ئه قينا مه بوورى ناگه هيته چ دهما
ئه قينا مه بوو بيرهاتن دناؤ په رتوكا خه ما
(په يفت: كه ريم باله ته يى)
4. پراكتيزه كرنا ميكانيزمين به په قانيى لسهر كاره كته رى
سه ره كيبى ده قى سترانا (كوترى)
3. ده قى هوزانا (كوترى)

1.4. شروفه كرنا ده قى هوزانا (كوترى) ژ لايبى كه سايه تيقه:

ئه گه ر ئه م بشيوه يه كى گشتى، به رى خو به دينه چيروكا ئه قى هوزانى
_ (كوترى) _ " بو مه ب پوونى ديار دببت كو باس ل ئه قينداريه كا
تيكه ب خيانه تى دكه ت كول دمه كى هاتيه ئه نجامدان و ب بوورينا
ده مى، ليژفرينه ك ژ لايبى په گه زى ميغه هاتيه ئه نجامدان و د ده مى
هه فچه رخدا، دانوستاندنه كا دوو لايه نى دناقبه را هر دوو په گه زين
(نير و مى) دا، وه ك دوو ئه قيندار ده يته كرن و ژ تيگه هشتنا چيروكى
خويا دببت كو په گه زى مى، دقبت بو پوژگارين (ده مين) بوورى، كو
تاكه ك بوويه د هيلينا ئه قينا په گه زى نيردا، بزفريته فه لى ئه و تاك
وه كو تاكه كى ساخلم، هر وه ل ده ستيكى خيانه ت ل ئه وى
كوترى نه كرى، نه شي ت خيانه تى ل خيزانا نويا خو به زى بكه ت و
زيده بارى هندى، داكوكيبى لسهر ئه وى زى دكه ت كو بو هيلينا خو به

په نكه كى كو نه شين خو به ل هه مبه رى هزر و بير و ئاخفتن و تيبينين
ده وروويه ران ب پارگن و چ جانان به رسف ژ بو ئاخفتن وان نينن،
له ورا خو به د كه فلوزانى خو به دا ده شيرن و د كويراتيا خه يالين خو به دا
نقومو دبن.

36. به ره نكارى (Resistance): خوپاگره كا توند ل هه مبه ر
هاتنا پيزانينين بنپيكرى بو ئاستى هايدار. واته ئه و پيزانينين كو
كاره گريى لسهر كه سايه تيا ئه وى دكه ن و ئه وى شه پرزه دكه ن، يان
ب په نكه كى ميشكى ئه وى مژويل دكه ن و ژ ده وروويه ران فه دقه تينن،
ب هيچ په نكه كى رى ب ئه وان ناهيته دان كو بو ئاستى هايدار به پينه فه
و ب هر په نكه كى بيت، دى به ره نكاريا هاتنا ئه وان بو ئاستى هايدار
كه تن.

37. سكاللا و په دكرنا هه فكارى (Help Rejecting Complaining):
تاك هه رده م گازندا ژ ده وروويه رى خو به دكه ت و
هر ده مى ده ين هاريكاريا ئه وى بكه ن، پيشنيار و هه فكاريا ئه وان
په د دكه ت. ئه ف جوړه كه سه هه رده م پتر ژ ئه واهه يى خو به دبينن،
پتر هه ست ب كيماسيى زى دكه ن لى ژ بو ده وروويه ران و ل ده مى
پيويسى ب كاره كى، تشته كى يان هاريكاريه كى بن، ئه واهه يى
هه ميبى ژ بير دكه ن و خو به بى منه ت نيشان دده ن و ده ستي هاريكاريا
ده وروويه ران زى په د دكه ن.

38. مه دح و ستايش (Eulogy and Praise): ستايشه كا زور،
دره وكرن، پاراستنا به رژه وه نديان. تاكه كه س بتنى ژ بو پاراستنا
به رژه وه نديين خو به، دى ب ئه فى كارى پابيت. ^{20m} ب په نكه كى دپتر
ئه گه ر به رى خو به بدينى، دى بينين كو ئه ف جوړه كه سه زمانلوسى
و ب هه مى په نك و كاران، كه سايه تيا داكه تيا خو به دپاريزن، هه تا
ئه گه ر زهره ر و زيانا ده وروويه ران زى بيت.

" كوترى *

خوزى من زانيبا كوترا منى تو بوچى فرى؟
من تو ژ ناؤ هه مى ته يرا زى گرتى و خودانكرى
هيلينا ته من ژ رهين دللى خو ئافا كرى
ته بو من هيلان تژى خه م و كه دهر و ئاگر و گرى
لاوؤ من زى نافي ته زى گرت بوو ژ هزار نافا
و من تو دانا بووى بو پاشه پوژده كا ئافا
لى نچيرفانه ك هات ئه ز ئيخستمه دافا

2 جانان
باش گريدام و نه هيللا پاقتم چ گاغا
2 من زانى هه مى كوترى فه له كى زولما خو يا ل ته كرى
جانان

بزرگترین فقه و ماده م خیانت ل ئه وی کره، بلا خیانتی ل که سه کی دی ری _ کو هه فزینی و بیه _ نه که ته فه .

ئه گهر ئه م ژ گو شه نیگیا دهر وونیه، به ری خوه بدهینه ئه فی دهقی، هنده ک خال بو مه دیار دین کو دی راسته وخو، دهر برینی ژ دهر وون و ناخی ئه وان کاراکته ران که ت. هه ر چه ند دوو کاراکته ر (کچ و کور) پوئی خو د ئه فی چیروکیدا دگهرن، لی راسته وخو دهر برینی ژ ناخی نفیسه ری ده که ت .

ئه گهر ئه م ب شیوه یه کی دیت، به ری خو بدهینه نفیسه ری ئه فی دهقی و په یف و دهسته واژه و جو ری ئاخفتنا دناف ده قیدا، لی کبدهینه فه، دی بینین کو نفیسه زه لامه، چونکه نیر سالاری زاله بسه ر دهقی و هه وره سا کاره کته ری سه ره کیی دهقی ژی هه ر په گه زی نیره، له وما نفیسه ری هه می پیکول کرینه، کو کوری لسه ر کچی زالبکه ت، زیده باری هندئ پوئی کوری ژی، وه ک که سه کی ساخله م و بی گونه ه دده ته دیار کرن و کچی ژی وه ک گونه هکار، خیانتکار، پاره په رست و نارسیزی دده ته دیار کرن. له ورا ئه گهر نفیسه ر (کچ) با، په نگه چیرو ک دا به ره وفاژی بیت و دا کچک شیره تا ل کورکی که ت، لی ل فیری فه گیری چیروکی (زه لام) ه و ژ به ر هندئ زالبو نا نیری لسه ر یا (می) دیار و به رجه سته یه و نفیسه ر، ناراسته وخو دبیزیته مه کو (کور) ژ کچی پاقرتره و کچ تاوانباره .

2.4. به رجه سته بوونا میکانیزمی به ره فانیی د دهقی هوزانا (کوتری) دا:

ئه گهر لدویف ئه فی دهستیپکا کورت، به ری خوه بدهینه کاره کته ری سه ره کیی چیروکی، راسته وخو جو ری که سایه تیا وی و جو ری مفا وه رگرتن ژ میکانیزمی به ره فانیی، ژ بو پاراستنا که سایه تیا خوه، دی دیار بن:

1 - میکانیزما پاقرکرنا دهر وونی : ئیکه م میکانیزما بکارهاتی، میکانیزما (پاککرنا) دهر وونیه کو ژ لای کورکیفه هاتیه بکارهینان و ب ئه فی پیکو ئه وان ئازرینه ری لیبیدو و توره بوونا خوه، ب ریکا دانوستاندنی نشان دده ت، زیده باری دهر برینا هه ست و خالیکرنا ناخی خوه، چونکی نفیسه ر یان هوزانقان نه شیت راسته وخو هه می ئه وان هه ستان دهر بریت، و کاروکیارین لیبیدوی و سیکسی و لیدان و ئیشاندا لگه ل وی ئه نجام بده ت، له ورا ب ریکا هوزانی، ئه و په یف و دهسته واژه دهینه هه لبرارتن. وه ک به لگه:

خوزی من زانیا کوترا منی تو بوچی فری؟

من تو ژ ناه هه می تهیرا ژی گرتی و خودانگری

هیلینا ته من ژ رهین دلی خو ئافا کری

ته بو من هیلان تژی خه م و که دهر و ئاگر و گری

من زانی هه می کوتری فه له کی زولما خو یا ل ته کری 2

و ل هه ر چار په خا خه ملا بوهارا ته یا زهر کری 2

تو کره پوندک و چه نگیته بری و کاری ته گری چافی ته ل وی هیلینا من تو لی خودانگری

خوزی کوتری به لی چاره مه نینه

هیلینا من یا تژی بووی چه قین وی د شکه ستینه

هیلینا خو خراب نه که و بو من نه گریه 4

دناف دلی من ئیدی جهی ته لی نینه

2 - میکانیزما ئاشوب و خه یال: ژ بو ره فین ژ دورهیلا نه خوش و ژ بو دهمه کی کورت، ئه ف میکانیزمه هاتیه بکارهینان، واته د بکار هینانا زاراقین (کوتر، تهیر، هیلین، ره هین دلی، نیچیر،... هتد.) د جیهانا ئاشوب و خه یالا خوه دا دژیت و بکارهینانا ئه فان زاراقان، پیژا زیده یا ئه فی جیهانی نیشا کچی دده ت:

خوزی من زانیا کوترا منی تو بوچی فری؟

من تو ژ ناه هه می تهیرا ژی گرتی و خودانگری

هیلینا ته من ژ رهین دلی خو ئافا کری

3 - میکانیزما بن پیکرنی: وه ک سه ره کترین میکانیزمه و بریتیه ژ پیگریکرن ژ هاتنا (هزر و خه یال...) و سه ربورین نه خوش و ب ئیش و شه رمین، بو ئاستی هایداره، کو ژ لای کورکیفه، د ئیکه م نیفه دیردا هاتیه بکارهینان، وه ک ئیک ژ میکانیزمان ژ بو به ره فانیکرن ژ که سایه تیا داشکه ستیا خوه، ئه فی چه ندی ئه نجام دده ت راسته وخو خوه ل گیلی و نه زانینی دده ت.

خوزی من زانیا کوترا منی تو بوچی فری؟

ئانکو کور دزانیت ئه وی کچی چ کره و بوچی چوویه، لی نه قیت بیرا خوه بینیت و ههروه سا ئه وان تشتین کو چیبووین و بوورین، نه قیت خو ئاخفتنه کی ژی به حس بکه ت، چونکی نه قیت ژيانا خوه تیکبده ت، له وما هه می هه ستین خوه یی به رانه بری کچی بن پی دکه ت و ب پیگریکرن ژ هاتنا وان بیر و هه ستان خوه خشیم نیشان دده ت. واته هه ر چه نده دزانیت کا بوچی ئه و چوویه، لی نه قیت ئه وان پوژان بینیته بیرا خوه، کو توشی نه خوشی و ئیش و ئازاران بوویه و ههروه سا ل هیچ یه ک ژ وان هوکاران ناگه پیت و دیفچوونی لسه ر ناکه ت، یان باس ل ئه وان هوکاران ناکه ت، یین بوویه ئه گه ری چوونا ئه وی، لی بیگومان ئه و کچ، بیرا ئه وی دهینیت و دهمین نه خوشین به ری زیندی ده که ته فه:

لی نیچیرفانه ک هات ئه ژ ئیخسته دافا

باش گریدام نه هیلام پاقتیم چ گاغا

هه ر ئه ف دیره دبیته هوکاری سه ره کیا بکارهینانا ئه فی میکانیزمی ژ لای کورکیفه، چونکی ئه و نیچیرفانی هاتی و نیچیرا ئه وی بری، په نگه گه له ک تاییه تمه ندی لده ف هه بوویه و لده ف ئه وی ب خوه نه بوویه، وه ک: (زه نگینی، لایینی، ئه فینی، یان ژی ژدهره فی وه لاتی هاتبیت، و ... هتد.) و کچی ژی ب دوو دلی یان نه ژ دل چه ز ئه وی کریت و

ب ئەفئى چەندى خىيانە تا ل خوشتقى و هەفالى خوه كرى و ئەوى
هئىلاى و چوى.

4 – ميكانيزما ريگريكرنى: پاشقه برنه كا ب حەز و هايدارانه كو
كاراكتەرى سەرەكى يى دوو دلە د ئىكەم بەرسفدانا وئ كچىدا،
بيانونيان / هەجەتان پيش كچىقه دگريت و ناراستەوخو، ئەفئى
دلگەرمىي بؤ خوه چىدكەت:

من زانى هەى كوترى فەلهكى زولما خو يا ل ته كرى
كاراكتەرى (كور) ب ئەفئى چەندى هەجەتان پيشقه دگريت و خوه
رازى دكەت و درەو و حىلال خوه دكەت و بىگومان ئەفه ژى بؤ ئەوى
حەزىكرنى دزفريته فه و هيشتا حەزى وئ كچى دكەت و وەكو ديار
عەشقە كا (پاقز)، لگەل كچى هەبوويه .

5 – ميكانيزما نەريكرن (نەفيكرن): واتە پەدكرنا راستيان و كريات و
هؤكارين ب ترس، كو وەك د بەرهفانىكرن ژ خوه دا بكار دەينيت:

خوزى من زانيا تو بوچى فپرى
د ئەفئى نېفه دپريدا، جارەكا دى خوه ژ راستيان ددەته پاش و بەر
ب پەدكرنا راستيا چوونا وئ دچيت و پىكولى دكەت ترسا بەرى يا
چوونا وئ نەهينيتە بيرا خوه و ژ بؤ ئەفئى چەندى ژى، ب پرسياركرن،
وان هؤكاران ژ بيرا خوه دبه ته فه و ناخى خوه بؤ دەمەكى كورت ئاران
دكەت.

خوزى كوترى بەلى چاره مە نينه
هەلبەت پشتى داخوازي و فيانا زؤرا كچى بؤ زفرينى، كورك جارەكا
دى نەفيا ئارەزوو و حەزىن خوه دكەت و هەر چەندە پەنگە گەلەك
حەز ژ هانتا وئ بكەت، لى ژ بەر نەبوونا باوهرى و پىكهيئانا خىزانە كا
نوى، خوه ژ ئەفئى ئاريشى ددەته پاش و ب بكارهينانا پەيفا
(خوزى)، بارى پەدكرنا ئەوى راستىي دئىخيتە سەر نەبوونا هيج
چارەيهكى و خوه ژ ئەفئى ئاريشى پزگار دكەت.

6 – ميكانيزما بەر ئاقلكرنى: ب فوكسكرن لسەر هويركاريان، خوه
ژ بابەتى سەرەكى دوير دكەت و ئەوى شويئا هندى كو خوه ژ ئەوى
كچى تورپە بكەت و ئەوى پاشقه ببەت و هؤكارين سەرەكيين خىيانەت
و دويركەفتنى برانيت، باس ل تەوهرى لاوهكى دكەت كو ئەوى:

من تو ژناف هەمى تەيرا ژى گرتى و خودانكرى
هئيلينا ته من ژ رهين دلى خو ئافا كرى

خوزى كوترى بەلى چاره مە نينه
هئيلينا من يا تڑى بووى چەقین وئ دسكەستينه

و ب ئەفئى چەندى خوه و ئەوى ژ تەوهرى سەرەكیی حەزىكرن و ب
هەف گەهشتنى دوير دكەت و فشارا خىيانەت و هؤكارين خىيانەت و
دويركەفتنا ئەوى ژ خوه، لسەر خوه كچم دكەت و تا رادەيهكى زؤر
لسەر خوه رادكەت.

7 – ميكانيزما بەدەلفەكرنى: ب فەشارتتا لايەنى نيگەتف و نەرىنى
لايەنين بهيزين خوه ديار دكەت:

من تو ژ ناف هەمى تەيرا ژى گرتى و خودانكرى
و هئيلينا ته من ژ رهين دلى خو ئافا كرى

ب باسكرنا لايەنى ب هيزى ئەفينا خوه، هەم د هەلبژارتنيدا، هەم د
ئافاكرا هئيلينا ژيانيدا، خوه گەلەك ب هيز و ب شيان نيشان ددەت،
لى خالا لاوازا ئەوى، نەبوونا شيانين پاگرتتا ئەوى_ كوترى_ د ئەوى
هئيلينا عەشقيدا بوويه، ژ بەر هندى، هند باس ل ئەوى تەوهرى ناكەت
و شيانين خوه ل هندەك جھين دى نيشان ددەت.

8 – ميكانيزما پاقرن و بلندكرنى: مەزاختنا شيانين خوه ل
كريارين جيگر و باش. كاراكتەرى سەرەكى ل شويئا هندى ل كچى
بزفريته فه و كار و كريات خراب ئەنجام دەت و تولفهكرنى بكەت،
هندەك هيجەتان، كو د هەبوونا خوه دا راستينه پيش وئقه دگريت و
خوه ژ ئەوان كاران ددەته پاش:

هئيلينا من يا تڑى بووى و چەقین وئ دسكەستينه
د ناف دلى من ئيدى جهى ته لى نينه

ئەفينا مە بو بيرهاتن دناف بەرتوكا خەمان
9 – كارفەدانين بەروفاژى: هەست و ئنيه تا خوه، بەروفاژى حەز و
مەرەما خوه نيشان ددەت. هەلبەت ئەگەر ئەم ژ گوشەنيگايەكا
ديترفه بەرى خوه بدەينى، دى بينين كو ب تنى كچى خىيانەت كرى و
بؤ ماوہيهكى دريژى دويركەفتيه و جارەكا ديتەر ليزفريه فه. دى شين
بئزين وەكو پيوست و ژ هەزى هەست و كەرب و كينا خوه و ئەفينا
خوه نيشا مە نەدايه. بەروفاژى ئەفئى چەندى پرسيارا چاوهنيا چوونا
ئەوى دكەت و ل هندەك جهان ژى هەجەتان پيشقه دگريت و ل
بەردەواميا بەرسفدانين ئەوى، خوه ب لايدا دەت و هەستى خوه يى
دروست نيشان نادەت:

خوزى من زانيا كوترا منى تو بوچى فپرى ؟
من زانى هەى كوترى فەلهكى زولما خو يا لته كرى

ل هەر چار پەخا خەملا بوهارا هە يا زەر كرى
تو كرىه پوونك و چەنگين برى وكارى ته گرى
هئيلينا خو خراب نەكە و من نەگرينه

واتە ئەگەر ب دروستى ناخى ئەوى ب فەكولين، دى بينن ئەو حەزا
پيوست و دروست بؤ ئەوى نيشان نادەت و د بنەپەتدا پەنگە هيج
حەزەك لسەر هندى نەبيت كو ئەو كچ هئيلينا خوه خراب نەكەت،
بەروفاژى ئەفئى چەندى كو ئەوى ژ خودى دقبت ئەو هئيلانا خوه و
ئەوى كەسى خراب بكەت و كا ئەوى چ ب سەرى ئەوى_ كوركى_
هينايه، ئەوى هەمان كارى و خرابترە ب سەرى ئەوى_ زەلامى_
دوويى_ بينيت، لى د ميكانيزما كارفەدانا بەروفاژيدا، هيج ئيك ژ ئەقان
هزىن خوه يين تولفهكرنى پراكتيزه ناكەت.

10 – ميكانيزما نموونەيكرنى: نيشاندانا تايه تەنديين جوان و
دروست و نە ديتنا كيماسيان كو هەلبەت كارەكتەرى سەرەكى
كور هەر ژ دەستپيكي، پشتى ليزفريئا كچى، ئەفئى ميكانيزمى

کوری هەر ژ دهستپیکێ چه ژژیکرنه کا پاقر کره و نوکه ژی خیانه تی ناکهت و پاقره.

کورکی لقیری خیانه تا ئوی راوه ستانده و نه قیایه خیانه تی ل هه قزینا خوه بکهت، که واته به لگه بو ئه قی میکانیزمی:

خوزی زقریبام دناؤ هیلینا دلێ ته دا

خوزی کوتری به لێ چاره مه نینه

هیلینا من یا تژی بووی و چه قین وی د شکه ستینه به رسفا کچی:

هه ری لاوؤ دی چه هیلینا خه ما

ئه ز دزانم جهی من د هیلینا ته دا نه ما

و نه نجام:

ئه قینا مه بو بیرهاتن دناؤ په رتوکا خه ما

و ب ئه قی قه ناعه تی، هه م خوه ژ خرابیان دده ته پاش و هه م قیان و چه ژژیکرنی دکهت د دلێ ویدا. هه ر ئه قه یه وه ل وی دکهت کو هه ست

ب خوه مه زکرنی بکهت و ببیته که سه کی جفاکی و چه ژژیکه ری جفاکی و تاکه کی ساخه م دناؤ جفاکیدا. ب ئه قی چه ندی دیار دبیت

کو ئه ق کوره، که سه کی ساخه م، چونکی چ تولفه کرن نه کرینه، واته ئه و ب سه ری وی هاتی، ئه گه ر هینابا سه ری (هه قزینی کچی)، دا

دیار بیت که سه کی نه ساخه، لێ ئه ق چه نده نه کره.

13 – میکانیزما لادانی: واتا لادانا بالا خه لکی ژ خوه و پرسا خوه یا گرنگ، بو ئه وی کچی، ده می باس ل ده می خیانه تا کچی دکهت:

خوزی من زانیا کوترا منی تو بوچی فری؟

ته بو من هیلان تژی خه م و که ده ر و ئاگر و گری

پرسیاران ژ وی دکهت، لێ ده مان ده ما پشتی به رسفا کچی، گوهداریی دکهت:

لاوؤ من ژی نافی ته ژژ گرتبوو ژ هزار نافا

و من تو دانا بووی بو پاشه پۆژه کا ئافا

خوه ژ بیرقه دهت و هه می بالا خوه و ده رو به ران دکیشیته هنده ک پرسین دیتر:

من زانی هه ی کوتری فه له کی زولما خو یا ل ته کری

و ل هه ر چاره خه م بوهارا ته یا زه ر کری

تو کریهه پوندک و چه نگیت بری و کاری ته گری

چافی ته ل وی هیلینا من تو لی خردانگری

کو هه مان پرسا کچی وه ک که سه کا زولم لی هاتیه کرن نیشان ددهت، کو کاری ئه وی بتنی گری و پوندکن و هه می هیقیا ئه وی ئه وه

بزرغیته قه د هیلینا ئه وی کوریدا .

هه ره وه کی دیار، پرسا هه ره گرنگ ل قیری خیانه ته، لێ کورکی چ به حسی خیانه تا ئه وی نه کره، به لکو پشتا ئه وی گرتیه و هه جه تا

بو دگریت و دبیزیت: ته ژی چه ژ من دکر، لێ ده رو به ران و فه له کی زولما ل ته کری.

بکار دهینیت، هه چکو چ تشت روی نه دای و هه ر ژ دهستپیکێ هه تا دویمه هیکی، ببی هه یج کیماسیه کی ئه وی کچی دبینیت و سه ره ده ریه کا جوان و ژ هه ژی دگه لدا دکهت:

خوزی من زانیا کوترا منی تو بوچی فری؟

من تو ژناؤ هه می ته بران ژژ گرتی و خردانگری

هیلینا ته من ژ رهین دلێ خو ئافاگری

من زانی هه ی کوتری فه له کی زولما خو یا ل ته کری

و ل هه ر چاره خه م بوهارا ته یا زه ر کری

تو کریهه پوندک و چه نگین بری و کاری ته گری

و هه ر ژ گفتوؤیا ئه وان دیار دبیت، دبینن کو د ئه قی میکانیزمیدا، چ خه له تیان نابینیت و هه ر کیماسیه کا هه بیت ژی دکهت د ستوهی

ده رو به راندا. هه له بت ئه ق دۆخه هه ر ژ دهستپیکێ هه بوویه و کوری ب ئه قی په نگی سه ره ده ری لگه ل ئه وی کچی کره و هه یج جاره کی

کیماسی و کریتی و نه باشین وی نه دبیتنه و ئه گه ر جاره کی دبیتیت ژی، خوه یی ل گیللی دای و ئه و کیماسی ب هه یج لقه له م دایه.

11 – میکانیزما پیشبینی کردن: واته پیشبینیا پویدانین چافه پیکری بکهت و خوه، ژ بو جورین سه ره ده ریان به ره ق بکهت، چونکی

بیگومان ئه و دزانیت بوچی ئه و کچ لیزفریه قه و د هه مان ده ما، نه یی به ره قه ژیا نا خوه یا ئاسایی لسه ر خاترا ئه وی تیک بدهت. ب

بوچونه کا دی، ئه وی کچی ژ مه رمین خراب، پاشقه ببهت و ژ به ر هندئ ده می کچ ئه وان داخواریان ژی دکهت، ئه وی هنده ک بوچوونین

دی هه نه و دبیزیت:

و هیلینا من یا تژی بووی و چه قین وی د شکه ستینه

دناؤ دلێ من ئیدی جهی ته لێ نینه

ئه قینا مه بو بیرهاتن دناؤ په رتوکا خه ما

هه ره وه کی دیار کچی جاره کا دی دقیت ل کورکی بزفریته قه و ئه و کورک دزانیت کا بوچی ئه و کچ یا هاتی، لێ کور په د دکهت و پیکلی لێ

دگریت و زیده باری هندئ کوری ژی نه قیت خیانه تی ل خیزانا خوه بکهت.

12 – میکانیزما چه ژ به رانه بری خوه کرن: خزمه تکرنا که سین دی جهی شانازیا وانایه و ب ئه قی چه ندی دلخوش دین. ب بوچونه کا دی

وه ک میکانیزمه کا به ره قانیی و وه ک به رسفدان لسه ر داخوارین ئه وی کوتری جوره قه ناعه ته کی بو ئه وی دروست دکهت، ده ما داخازا هیلینا

هه قیشک دکهت. ل قیری دوو ئه رک دهینه دیتن:

أ – ئه رکی کورکی، چه ژژیکرنه

ب – ئه رکی کچی، خیانه ته

و هه ر ژ دهستپیکێ هه تا دویمه هیکی، هه ردوو د به رده وامن لسه ر ئه رکی خوه و جیگه ر کرنا وان.

کچی ل ده می بووری ژی خیانه ت کره و دقیت نوکه ژی خیانه تی بکهت هه .

14 – ميکانيزما خوڤه کيشاني: کاراکترى سهره کى ل دويماهيکى،
خوه ژ هه مى وان ئستريسان دده ته پاش، يين ههست پيدکته دى
ژيانا نهوى نهخوش کن، له ورا ل دويماهيکى و ب فان رسته يان خوه
ژ نهوى کچکى پزگار دکته:

هيليئا من يا تژى بووى و چه قين وي دشکسته ستيه

دناڤ دلى من ئيدى جهى ته لى نينه

نه فينا مه بوو بيرهاتن دناڤ پرتوکا خه ما

کول نيغه ديرا دويماهيکى، بو خوه و نهوى چيدکته کو ئيدى نه فينا
نه وان چوو د پرتوکا بيرهاتناندا و نابيت هه قديو ببينه قه .

15 – ميکانيزما شکاندن و کهلاشتن: واته فافارتنا هنده ک ژ کار و
کريارين ژ پشکا سهره کيا هشاريا مروڤى کو کاراکترى سهره کى
کور نهوى چه ندى ب باشى نه نجام ددهت و پشتى نهوى هه قينى
— پشتى دابرينه کا دوير و دريژ— و نهوى هه قينى، چيروکا نهوى
ب دانوستاندنى ب دوماهيک دهيت: نه و ناريشين هاتينه باسکرن و
گهنگه شه کرن نابه ته د مالا خوه دا و ب نهوى رهنگى خوه پزگار
دکته:

خوزى کوتري به لى چاره مه نينه

هيليئا من يا تژى بووى و چه قين وي دشکسته ستيه

هيليئا خو خراب نه که و بو من نه گرينه

دناڤ دلى من ئيدى جهى ته لى نينه

واته ئيدى به سه و نه فان بابه تان چ جارين دى باس نه که به قه و ب
نهوى رهنگى ل قيرى نهوى بابه تى ب دوماهيک دهينيت.

16 – ميکانيزما مه دح و ستايش: ستايشه کا زور ژ بو پاراستنا
به رزه وه ندين خوه کو بيگومان کاراکترى د ستايشه کا پيچه وانه بييدا،
به رزه وه ندين خوه دپاريژيت، واته کورک مه دحين خوه دکته:

هيليئا ته من ژ رهين دلى خو ئافاکرى

چافى ته ل وي هيليئا من تو لى خودانکرى

هيليئا خو خراب نه که و بو نه گرينه

نه فينا مه بو بيرهاتن دناڤ پرتوکا خه ما

هه رچه نده راسته وخو ژى ل دهستپيکى مه دحين خوه دکته کو کچى
ژ گرنگيا نهوى بو خوه هايدار دکته:

من تو ژناڤ هه مى ته پرا ژيگرتى و خودانکرى

ب نهوى رهنگى به رزه وه نديا خوه يا سهره کى، هه تا دويماهيکى
دانوستاندنى دپاريژيت. نه گهر ب به ريخودانه کا هويرتر بنپرينه
شيوازي ژيانا نهوى کاراکترى، دى مه راسته وخو به ره ق ئارمانجا
ژيانا نهوى به تن، هه روه کى مه به رى نوکه ئامازه پيداى، ژيانا ب
نه فينيه “ لى نهوى چه ندى نه م دى ژ شيوازي ژيانا ويذا هينينه دهر،
ب رهنگه کى کو نه گهر ههست ب کيماسين نهوى، لبر چاڤ
وه ربرگين، نه قه چه نده دى بو مه گه له ک پوونتر لپهيت و دى بو مه ديا
بيت، کو هه مان ههست ب کيماسين نهوى:

أ – کيماسيا نه فينى

ب – کيماسيا ره گه زى مى

ج – کيماسيا هه قينى

د – کيماسيا هه بوونا زاروکان د خيزانيدا

بزوينه رين سهره کين شيوازي ژيانا نهوى بووينه، کو نهوى تاکه
که سى، نه ق شيوازه ژ بو ژيانا خوه هه لپزرتى و هه تا دويماهيکى ژى
داکوکى لسره نهوى شيوازي دکته، هه ر ژ نهوى داکوکى ژى، نه و
دگه هيته ئارمانجا خوه، نه و ئارمانجا کو وه ل نهوى کرى نهوى
شيوازي ژيانى بو خوه ب هه لپزرتى. هيج گلى و گارنده يه ک هيج
که سى، خو کوتري ژى نه بيت. بو نمونه شيوازي ساده و ساکاريا
نهوى و هه روه سا خوه گيل نيشاندان، ژ تايه تمه ندين وينه:

خوزى من زانيبا کوترا منى تو بوچى فرى ؟

من زانى هه مى کوتري فه له کى زولما خو يا لته کرى

وهه ر چار په خا خه ملا بوهارا ته يا زهرکرى

لى داکوکيا نهوى لسره عه شقا پاک ژى، هه ر شيوازي ژيانا وييه:

من تو ژناڤ هه مى ته پرا ژى گرتى و خودانکرى

هيليئا ته من ژ رهين دلى خو ئافاکرى

هه تا نه و گاڤا کچ، داخووا ليرقپينى و نه راسته وخو خيانه تى لى دکته،
هه ر شيوازي و پره و ژيانا خوه ناگهوريت و هيج چاره يه کى ژ بو ناريشا
وى نابيت و خو خوزيا نهوى ژى ب هيج ل قه له م ددهت:

خوزى کوتري به لى چاره مه نينه

هيليئا من ياتژى بووى و چه قين وي دشکسته ستيه

و به رده و اميى دده ته شيوازي پاکى ژيانا خوه و دبپزيت:

هيليئا خو خراب نه که و بو من نه گرينه

دناڤ دلى من ئيدى جهى ته لى نينه

و بکارهينانا زارافى (ئيدى) داکوکى لسره شيوازي دوستى ژيانا
خوه دکته کو باشتري به رنامى نهوى تاکيه و هه ر نه قه يه دبپته
نه گه رى هندى کو نه فينيا خوه لگه ل کوتري بکه ته د پرتوکا
بيرهاتناندا و ئيدى چ جاران لى نه زقپيته قه و ب بوچوونه کا دپتر،
نهوى بيرهاتنا نه خوش دهنپيته دناڤ پاشخانا هزريا خوه دا و چ جاران
پرا خوه ل نهوى بيرهاتنا ته حل ناهينه قه .

نه فينا مه بوو بيرهاتن دناڤ پرتوکا خه ما

هه ر لسره نهوى بنه مای، دى شين بيژين: نه ق که سه دى چپته د
جوړى مفادار ژ بو جفاکيدا، چونکه سهره دهر يا به رعاقل و لوژيکى
لگه ل نهوى ناريشا جفاکى کريه و ب هيج رهنگه گى تيگه هشنه کا
چوت يان خراب لگه ل کوتري، خودانا ناريشى نه کريه ب پيچه وانه قه
سهره دهرين جوان لگه ل نهوى کرينه، تا نهوى راده ي کو ئاموژگاريان
دده ته نهوى و فپري (ئارمانجادارى) و هه بوونا شيوازي تايه تى ژيانى
دکته.

چافى ته ل وي هيليئا من تو لى خودانکرى

واته ئه فی شیوازی چهوت و خه لهت بگهوپه، بلا چافی ته ل هیلینا هیچ که سه کی نه بیت و بلا ته نارمانج و شیوازا خوه یا تاییهت زی هه بیت:

خوزی کوتری به لی چاره مه نینه

هیلینا من یا تزی بووی و چه قین وی د شکه ستین

ل دوماهی ب ئه فی رهنگی، وی ئاموزگاری دکه ت:

هیلینا خو خراب نه که و بو من نه گرینه

و ب دووباره کرنا (4) جاری، داوکیی لسه ره گه پاندنا هزرا ئه وی بۆ لوزیک و عه قلی دکه ت، کو پیدقیه ژ ئه قرو پیغه، ب عه قل و لوزیک به رده وامیی بده ته ژیا نا خوه و خوه ژ هزین چهوت، شاش، کریت و نه دروست بده ته پاش.

ب دهربرینه کا دیتر، ئه گه ره ژ ده ستپیک هه تا دوماهیکی ئه وان هه ردوو ده مین - پاردوو و نهو- پویدانا چیروکی، به ری خوه بده یه کار و کریراین کاراکته ری سه ره کی، دی بین ئه ف که سه وه تا که کی جفاکی، چه ز و په یوه نده کا ب هیز لگه ل جفاکی هه یه و تا که کی ساخله مه، چونکی هه ره وه کی دیار، هه ره ژ ده ستپیک و د زاروکی نییدا، ب بوورینا ده می پینگاف پینگاف بی لدویف هه ستین کیما سیین خوه یین چووی، هه تا گه هشتیه قوناغا هه ست ب کیما سیا چه زژیکرن و هه بوونا په گه زی می د ژیا نییدا، له ورا زوی ژ بۆ بزوی نه ره هه ستی، بۆ ماوه یه کی ئه و کچا ئیخستیه ژیر چافدیریا خوه، ب شیوه یه کی لوزیکانه هه می لدویف سه ره وه ره و ئاخفتن و سه ره ده ریین ئه وی، لگه ل خوه گونجان دینه و پشتی هینگی هه ستی خوه بۆ ئه وی بی دهربری: من تو ژنا ف هه می ته ایرا ژ گرتی و خودانکری

واته زور ئاسایی، بیی کو ئه وی شه پرزه بکه ت، ب بوورینا ده می هه ستین خوه، بۆ ئه وی دیار کرینه و ژ نیفا دل خوه چه زژی کریه و چه یی ئه وی زی کریه د نیغه کا دل خوه دا:

هیلینا ته من ژ په هین دل خو ئا فا کری

هه تا پشتی هیلان و خیانه تا کچی زی، هیچ که رب و کینه ک و بی ریزییه ک ل هه مبه ری وی نینه و د ئیکه م چافیکه قتنا پشتی شو یکرنی و دویر که فتن و زقپینی زی، هه ره ب پیز و حورمه ت سه ره ده ری لگه ل دکه ت:

من زانی هه ی کوتری فه له کی زولما خویا ل ته کری

و ل هه رچار ره خا خه ملا بوهارا ته یا زه رکری

تو کریه روندک و چه نگیت بری و کارئ ته کری

هه ره لسه ره ئه فی ریزگرتنی هه تا ئه وی ده می کو کچ داخو ازا لیزقپینی ژئ دکه ت، ب په نه گه کی کو دی هه م خیانه تی ل هه قزینی خو که ت و هه م دی وه ل ئه وی کوری که ت کو خیانه تی ل هه قزین و زاروکی خوه که ت، لی کور وه کو تا که کی ساخله می جفاکی ئه فی چه ندی په د دکه ت:

خوزی کوتری به لی چاره مه نینه

هیلینا من یا تزی بووی چه قین وی د شکه ستین

و خو ئاموزگاریان دده ته وی:

هیلینا خو خراب نه که و بو من نه گرینه

چونکی د بنه په تدا کاره کی خرابه و د هه مان ده ما نه شیت دوو که سان بکه ته د دل خوه دا:

دنا ف دل من ئیدی چه یی ته لی نینه

و وه ک تا که کی ئاسایی و ساخله می جفاکی، گشت فان پویدانان ده افیته د پاشخانا هزیا خوه دا و دکه ته بیره اتن بو خوه و وی:

ئه فینیا مه بوو بیره اتن دنا ف په رتو کا خه ما

3.4. په یوه ندییا جفاکی:

ل دویمه یکی ئه گه ر گشت فان گوتنان لی کیده یه نه، دی گه هینه ئاخفتنا (ئادلیر)ی کو چه ز و په یوه ندییا جفاکی ب هه ستا وه کهه فکرن و ئیک دلغه به نده. ئه ف کوره زی ب گشتی، ب چاف و گوهر و دلین ده وروبه ران هه ست ب گشت جفاکی و تا کین ئه وی، ب تاییه تی (کوتری) کریه، که واته ئه ف کاراکته ره _ کور_، ژ جورئ مفاداره بۆ جفاکی.

5. نه نجام

1. مه رج نینه هه می میکانیزمین به ره فانییا ده روونی، ژلایی هوزانقانیغه، د ئیک ده قدا به یته بکاره یانان.

2. د ئه نجامی ئه و سه ره اتیا بوویه هینقی نی ئه فی هوزانی، خویا بوو کور، که سه کی ساخله می جفاکیه و ده روونه کی پاکئ هه ی.

3. لایه نی گتگویی ل هه مبه ری کوری _ کچ_، هه ست ب کیما سیی دکه ت و که سایه تیا دا که تیا خوه، ب ئه فان میکانیزمین به ره فانییا ده روونی راست دکه ته فه.

4. ناخ و ده روونی ئه وی _ کور_، پری ئیش و ژانن، لی هه ستا تولفه کرنی لده ف نینه و ده لیفا به ره فانیی کرن ژ خوه، بو که سا به رامبه ر _ کچ_ هاتیه ره خساندن.

5. ره نگفه دانا ئه فان میکانیزمان ژلایی کاره کته ری کور لسه ره هه ستی (خوانده فنانان) و (گوهداران) - پشتی بوویه ستران_ هه لگری باره کی پوزه تیف و ئارامبه خسه.

6. هه ژمونا میکانیزما (چه زژیکرنی) د ئه فی ده قیدا ب سه ره هه می میکانیزمین دیدا، یا زاله و لدویفا میکانیزما (نمونه بیکرنی) ده یته. ب دهربرینه کا دی، ئه ف هه ردوو میکانیزمه بوویه پونا هه ی و هیز بۆ خورگرتنا کاراکته ری کور، ل هه مبه ره هه می له مبه ره و ئیش و که له ژانین وی.

7. لوکا ئه فینی و چه زژیکرنا وی ل هه مبه ری کچی و ده وروبه ران یا د (میکانیزما چه زژ به رانه ری خو کرن) ئیدا.

8. هه ره چه نده گشت میکانیزم و ئه نجامین وی، کو ب به لگه فه هاتینه پشترا سترن، راسته وخو بۆ نفیسه ری زی دزقنه فه، لی لگه ل هندئ

4. ویکی پدیا/ دانشنامه آزاد، هرم سلسله مراتب نیازهای مازلو، <https://fa.wikipedia.org/wiki>
 5. د.حسن پالاهنگ، مکانیسم های دفاعی، دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد، دانشکده پزشکی، شهر کرد، 1395، ص (3).
 6. مکانیسم های دفاعی و انواع ان، پایگاه خبری روانشناسی و مشاوره، 1389، ص (1). www.migna.ir
 7. رقیه اتشکار و دیگران، ارتباط سبک ها و مکانیزم های دفاعی با سیستم های مغزی/ رفتاری، مجله روانشناسی بالینی، سال چهارم، شماره 4 (پیاپی 16)، 1391، ص (63).
 8. د.حسن پالاهنگ، مکانیسم های دفاعی، ...، ص (7).
 9. محمد صنعتی، تحلیل های روانشناختی در هنر و ادبیات، چاپ سوم، چاپ غزال، نشر مرکز، تهران، 1384، ص (47).
 10. د. علی دهقان و سهیلا قاسمی، نقد روان شناختی آثار فروغ فرخ زاد بر اساس مبانی روان کاوی فروید و ادلر، فصلنامه علمی پژوهشی زبان و ادب فارسی، دانشگاه ادبیات و زبان های خارجی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج، سال چهارم، شماره 12، پاییز 1391، ص (50)
 11. پایگاه خبری روانشناسی و مشاوره، مکانیسم های دفاعی و انواع ان، 1389، ص (2). www.migna.ir
 12. هه مان ژیدهر، ل (2 و 3).
 13. د. علی دهقان و سهیلا قاسمی، نقد روان شناختی آثار فروغ فرخ زاد بر اساس مبانی روان کاوی فروید و ادلر...، ص (52).
 14. پایگاه خبری روانشناسی و مشاوره، مکانیسم های دفاعی و انواع ان...، ل (2 و 4).
 15. شیرزاد طایفی و انیتا خالقی، نقد روانکاوانه سوگ نامه های خاقانی شروانی، پژوهشنامه نقد ادبی و بلاغت، دانشگاه ارومیه، سال 3، شماره 2، پاییز و زمستان 1393، ص (144).
 16. د. علی دهقان و سهیلا قاسمی، نقد روان شناختی آثار فروغ فرخ زاد بر اساس مبانی روان کاوی فروید و ادلر...، ص (53).
 17. ژیدهرئ بهرئ، ل (4 و 5).
 18. هه مان ژیدهر، ل (5 و 6).
 19. ژیدهرئ بهرئ، ل (1).
 20. ژیدهرئ بهرئ، هه مان لاپهره.
- ئهف دق ژ لایئ هوزانفان (که ریم باله تهیی) هاتیه فه هاندن و ل سالا (2011) ژ لایئ سخرانبیژ (بلند ابراهیم) یقه، د ئه لبوما ل ژیرناقئ (هیلتینا زیرین) دا بوویه ستران و ئاواز و موزیکا وئ ژئ، ههر ژ لایئ ماموستا (بلند ابراهیم) یقه هاتیه دانان. (ar.m.wikipedia.org / بلند ابراهیم)

ژی گشت وان گوهدار و خوینه ران ژئ فه دگریت، یئن هه قدهرد و هه فحه مین کوری بووین و وهکی وی هزر کرین.

6. لیستا ژیدهران

- د.حسن پالاهنگ، مکانیسم های دفاعی، دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد، دانشکده پزشکی، شهر کرد، 1395.
 - جی.ای.کادن، فرهنگ ادبیات و نقد، ترجمه: کافم فیروزمند، چاپ اول، چاپ غزال، نشر شادگان، تهران، 1380
 - رقیه اتشکار و دیگران، ارتباط سبک ها و مکانیزم های دفاعی با سیستم های مغزی/ رفتاری، مجله روانشناسی بالینی، سال چهارم، شماره 4 (پیاپی 16)، 1391.
 - شیرزاد گایفی و انیتا خالقی، نقد روانکاوانه سوگ نامه های خاقانی شروانی، پژوهشنامه نقد ادبی و بلاغت، دانشگاه ارومیه، سال 3، شماره 2، پاییز و زمستان 1393.
 - د.علی دهقان و سهیلا قاسمی، نقد روان شناختی آثار فروغ فرخ زاد بر اساس مبانی روان کاوی فروید و ادلر، فصلنامه علمی پژوهشی زبان و ادب فارسی، دانشگاه ادبیات و زبان های خارجی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج، سال چهارم، شماره 12، پاییز 1391.
 - محمد رجا سلگانی، درامدی بر نقد تقریه سلسله مراتب نیازهای مازلو، فصلنامه مگالعات رفتار سازمانی، سال پنجم، شماره 1، شماره پیاپی 17، 1395.
 - محمد صادق مؤمن زاده، برداشتهای روان درمانی از مینوی، چاپ اول، چاپخانه انتشارات سروش، تهران، 1378.
 - محمد صنعتی، تحلیل های روانشناختی در هنر و ادبیات، چاپ سوم، چاپ غزال، نشر مرکز، تهران، 1384
 - مکانیسم های دفاعی و انواع ان، پایگاه خبری روانشناسی و مشاوره، 1389، www.migna.ir
 - ویکی پدیا/ دانشنامه آزاد، هرم سلسله مراتب نیازهای مازلو، <https://fa.wikipedia.org/wiki>
- ## 7. پهراویز
1. جی.ای.کادن، فرهنگ ادبیات و نقد، ترجمه: کافم فیروزمند، چاپ اول، چاپ غزال، نشر شادگان، تهران، 1380، ص (321).
 2. محمد صادق مؤمن زاده، برداشتهای روان درمانی از مینوی، چاپ اول، چاپخانه انتشارات سروش، تهران، 1378، ص (45).
 3. محمد رضا سلطانی، درامدی بر نقد نظریه سلسله مراتب نیازهای مازلو، فصلنامه مطالعات رفتار سازمانی، سال پنجم، شماره 1، شماره پیاپی 17، 1395، ص (147).

توظيف اليات الدفاع النفسي في نص اغنية (كوتري) ل (كريم بالتي)

الملخص:

الاغنية الكوردية حاملة للحالة النفسية للشاعر، الذي يكتب قصيدته وفق حالته الشعورية والظروف التي يمر بها، والاحداث التي يرصدها، ووفق الفكر الذي يتبناه، لذا يمكن القول بان الشاعر كفرد ضمن المجتمع له شخصيته ومشاعره الخاصة، يستعين ببعض الاليات اثناء الكتابة ليحافظ بها على شخصيته، والتي تنعكس بصورة مباشرة وغير مباشرة في النص، ووفق علم التحليل النفسي تسمى هذه العملية باليات الدفاع النفسي. تستخدم تلك الاليات بمساعدة المخزون الفكري للشاعر والتي تحفظ شخصيته ويهيئ احساسه. اعد البحث تحت عنوان (توظيف اليات الدفاع النفسي في نص اغنية (كوتري) ل (كريم بالتي))، حيث يقوم بتحليل نص اغنية (كوتري) وفق نقد التحليل النفسي. يتجسد بوضوح شخصية الشاعر في هذا النص وتظهر بشكل واضح و بقرائة دقيقة ولم يستطع اخفاء مشاعره وافكاره ومقاصده خلف قناعه ويعبر بصورة واضحة ما يخطر في قلبه ويعلم حبيبته وقراءه ما يخطر في فكره ونفسيته. في الختام استطاع الشخصية الرئيسية في هذا النص ان ينسجم مع محيطه و في الوقت نفسه يظهر على انه شخص سليم من الناحية النفسية وليس لديه نقص من الناحية النفسية.

الكلمات الدالة: كوتري، اليات الدفاع، فرويد، التحليل النفسي، الشخصية، العلاقة الاجتماعية.

The Embodiment of Mechanisms of the psychological Defense in the text of Kareem Balata's Kotre

Abstract:

The Text of Kurdish poetry is a holder of a poet's psychological state of the mind. A poet also starts to compose the poem based on his own feelings and emotions, the circumstances that the poet lives in, the events that were occurred, and poet's ideas. Accordingly, we can say that a poet, as an individual in a society and the owner of his particular personality and feelings, faced to use several mechanisms in which are reflected directly or indirectly in the text during composing the poem in order to protect his personality, hence, it is to be regarded as a psychological defense - mechanism in psychoanalytic criticism (science). Those mechanisms that are used by informing and the help of the ideology of the poet in which they save his personality and leads his mind to be in tranquility and calmness. This study, entitled (The Embodiment of Mechanisms of the psychological Defense in the text of Kareem Balata's Kotre), is prepared and it studies the text of the poem based on values of Psychoanalytic criticism. It is worth mentioning that the personality of the poet is embodied and really shown in the text where he is unable to hide his purposes behind his masks. A very accurate reading had been done to figure out that the poet is not only himself but actually leading his readers as well to be aware of his ideology and his psychological state of mind. Finally, it can be illustrated that the main character of the poem was able to adjust himself well with the around and at the same time is a character who is acceptable and has no psychological disorders.

Keywords: kotre Poem, Defense Mechanisms, Freud, Psychoanalysis, Character (Personality), Social Relationship.