# دونیای ناکۆکی
# ئارام کاکەی فەلاح

ناکۆکی (کۆنفلیکت) وشەیەکە پڕە لە ناکۆکی. مانایەک دەبەخشێ سەرلێو لە مانای جیاواز. هێزێکە لە چەند هێزێکی بچووک بچووکی تر دروست بووە، بە تۆڕێکی نەبینراو بەیەکەوە بەستراون، بەجۆرێک کە دونیا و تێڕوانین و هەڵسووکەوت و ئاکار و جێگای مرۆڤ و بیرکردنەوەی بەڕێوەدەبەن.

بەڵام لەپێش هەموو شتێکدا با بزانین ئەم وشەیە چییە و چۆن دروست دەبێت؟ دوایش دەچینە سەر ئەوەی بە چ زمانێک کاردەکات و پەیوەندی بە کولتووره جیاوازەکانەوە چۆنە؟ سەرچاوەکانی ناکۆکی لەکوێوە دێن و دواجاریش ڕێگاکان و مۆدێلەکانی چارەسەرکردن چین. لەڕاستیدا ناکۆکی هەتا بڵێی باسێکی فراوانە. من لەم لێکۆڵینەوەیەمدا بە چەند دەرەنجامێک گەیشتووم کە زیاتر پەیوەندی بە ئێمەی مرۆڤی کوردەوە هەیە، ئەوەکەی تریش کە دەمێنێتەوە بەشێوەیەکی گشتی لێیان دوواوم.

ئەگەر بەدوای ئیتیمۆلۆژی etymology وشەی ناکۆکی «کۆنفلیکت»دا بگەڕێین، ئەوا ئەم وشەیە لە وشەی لاتینی Conflictus ەوە هاتووە کە بەمانای ناکۆکی کردن یان دژایەتی دێت، خەباتێک لەنێوان دوو هێزی جیاوازدا. لەڕاستیدا وشەی «ناکۆکی»م بۆیە هەڵبژارد بۆ «کۆنفلیکت» چونکە زۆر نزیکە لێیەوە و بەو مانایە دێت کە دوو کەس لەسەر شتێک کۆک نەبن، چ بە باش چ بە خراپ.

ناکۆکی حەزێکە بۆ دژایەتی کردن، دژایەتییەکە گەورە بێت یان بچووک، گرنگ بێت یان هیچ.

دی بۆنۆ De Bono «١٩٨٦» دەڵێ کە ناکۆکی بەریەک کەوتنی دوو ویست و حەز و ئارەزووە.

لێوینس Lewins «١٩٩١» هەمان کاراکتەری داوە بە کۆنفلیکت، کە بەباوەڕی ئەو بەریەک کەوتنی دوو هێزی جیاوازە بە باش یان بە خراپ.

دێکلێرک Deklerk «١٩٩٠» بە هەمان شێوە کاراکتەرێکی بێلایەنی «نیوترال» داوە بەم وشەیە. سۆسیۆلۆژی بەناوبانگ ئاوبێرت «١٩٧٠» زیاتر وەک بارێکی خراپ و نێگەتیڤ دەیبینێت و دەڵێ کە شتێکە دوژمنایەتی دروست دەکات، مافێکە لە پەیوەندیدا لەنێوان دوو

یان زیاتر لە کاراکتەری دوژمنگەرایی یان هەستکردن بە ڕوودانی شتێکی خراپ یان بەرهەڵست و بەربەرەکانی کردنی یەکتر.

ناکۆکی «کۆنفلیکت» دوو تێڕوانینی سەرەکی تەواو دژ بەیەک لەخۆ دەگرێت، کە هەریەکێ لەم دوو تێڕوانینە بۆ کۆمەڵێ دونیای بچووک بچووکی تر ورد دەکرێتەوە:

تێڕوانینی یەکەم: شەڕ، ماڵوێرانی، ناڕێکی، جەنگ، نائارامی، تۆران، خراپ لەیەکتر گەیشتن، ڕێنەکەوتن، دووبەرەکی، دڵشکان، کوشتن، هەڕەشە و گرفت و... هتد.

تێڕوانینی دووەم تەواو دژ بە یەکەمە و تێڕوانینێکی پۆزەتیڤانەیە. بەو مانایەی کە ناکۆکی بریتییە لە پێشکەوتن، ململانێ، خەبات، تێکۆشان، کێبەرکێ، پێشخستن، پێشبڕکێ و هتد. لێرەدا تۆ چۆن سەیری دونیا و دەوروپشت و شتەکان بکەیت و لە چ حاڵەتێکی پەیوەندیدا بیت لەگەڵ کەسەکاندا چ دووربێت، چ نزیک، ئەو مانایە دەدەیتە ناکۆکی.

بۆ نموونە لە یاریکردنێکی ئاساییدا دۆڕاندنی هەمان یاری بەشێوەیەکی جیاواز کاردەکاتە سەر بەشداریکەران. بۆنموونە یەکێک زۆر بەئاسایی وەریدەگرێت و هاوڕێیەکەی کە لەگەڵیدایە و ئەویش دۆڕاندوویەتی هەر بەتەواوەتی پێی تێکدەچێت و تووڕەدەبێت. وای لێ دێت شەڕ بەوەی تر بفرۆشێت کە بردوویەتەوە، ئەویتر ئەگەر وەڵام بداتەوە، ئەوا دەبێتە شەڕیان و لە یارییەکی ئاساییەوە دەبێتە ناکۆکییەکی گەورە و بە شەڕ یان بە زویربوونیان کۆتایی دێت. دونیای دەوروپشت پڕێتی لە ناکۆکی، ئای لەو فیلمە چەند ناخۆشە ناکۆکی تیا نەبێت. ئەو ڕۆمانە چ ڕۆمانێکە بێ ناکۆکی.

ناکۆکی خۆی شتێکی مردووە. تێڕوانینی جیاوازی ئێمەیە کە زیندووی دەکات. تێڕوانینی جیاوازی ئێمە بۆ خودی وشەکە نا، بەڵکو بۆ دونیا، بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانمان چ ئاشکرا چ شاراوە.

ناکۆکی هەناسەی خۆی، شوناسی خۆی لە تێڕوانینی جیاوازەوە، لە دەسەڵاتی جیاوازەوە، لە حەز و ویستی جیاوازەوە، لە بەکارهێنانی میتۆدی جیاوازەوە، دەستەمۆکردنی مانای جیاوازەوە وەردەگرێت. لێرەوە ناکۆکی ناتوانێت چاوبکاتەوە ئەگەر دوو لا لەسەر دەستەمۆکردنی مانا جیاوازەکان شەڕ نەکەن. مارسیل پرۆست دەڵێ «یەک واقعە، بەڵام بۆ هەریەکێ لە ئێمە جیاوازە». ئەم جیاوازییە گرنگە زیاتر وای کردووە کە ناکۆکی لقێکی زانستە مرۆڤایەتییەکان بێت لە ڕۆژئاوادا و هەمیشە ئامادەیی تەواو هەبێت.

شیکردنەوەی دەروونی و مارکسیزم و تیۆری «فێمینی» سێ تیۆری جیاوازن لە تیۆژینەوەیاندا بۆ ناکۆکی. هەریەک لە مارکس و فرۆید باسێکی زۆریان تەرخانکرد بۆ ناکۆکی. هەردووکیان لەو بڕوایەدا بوون کە ناکۆکی دەبێ «دانی پیابهێنی» بۆئەوەی هەوڵ

بدەی شیکاری بکەیت.

مارکس لەو باوەڕەیەدا بوو کە هەموو ناکۆکییەک شیکاردەکرێت بەوەی کە کۆمەڵگا بگۆڕی. لێرەوە دەبینی کە ناکۆکی مانایەکی نێگەتیڤی هەبووە لای مارکس، کە شتێکە دەبێت شیکار بکرێت و پێویستی بە شیکارکردن هەیە.

بەڵام فرۆید لەو بڕوایەدا بوو کە ئێمە دەتوانین خۆمان وا ڕابهێنین کە لەگەڵ ناکۆکییەکانماندا بژین و بزانین کە ناکۆکییەکان شتێک نین لەدەرەوەی ئێمە بەڵکو لەگەڵماندان و بەشێکن لە ژیانمان.

لە تیۆری شیکردنەوەی دەرونیدا، باسی ئەو ناکۆکییانە دەکات کە لەناخی مرۆڤدا لە شوێنە نادیارەکاندا هەن و کاری ئەم کۆنفلیکتانەش لەسەر تەندروستی مرۆڤ. هەروەها باسی ئەوەی کە ناکۆکی مرۆڤ پەیوەندی بە «هێزی هەڵسوڕاندن»ی نەستەوە هەیە و مرۆڤ هەندێ جار نازانێ چ ئامانجێکی لەو ناکۆکییەدا هەیە. بەو مانایەی کە هەمووکاتێ مەرج نییە مرۆڤ ئامانجێکی هەبێت لە ناکۆکیدا.

جاری وا هەیە کە حەزێکی ون، حەزی دەسەڵاتێک کە لە شوێنێکدایە کە کەس دەستی پێ ناگات ئەو ناکۆکییە دروست دەکات. جاری واش هەیە تۆ کە شتێکت نەبێ خۆتی پێوە خەریک بکەیت، ئەوا ناکۆکییەکە «لەبری»یەکی «ئەڵتەرناتیڤ»ێکی باشە.

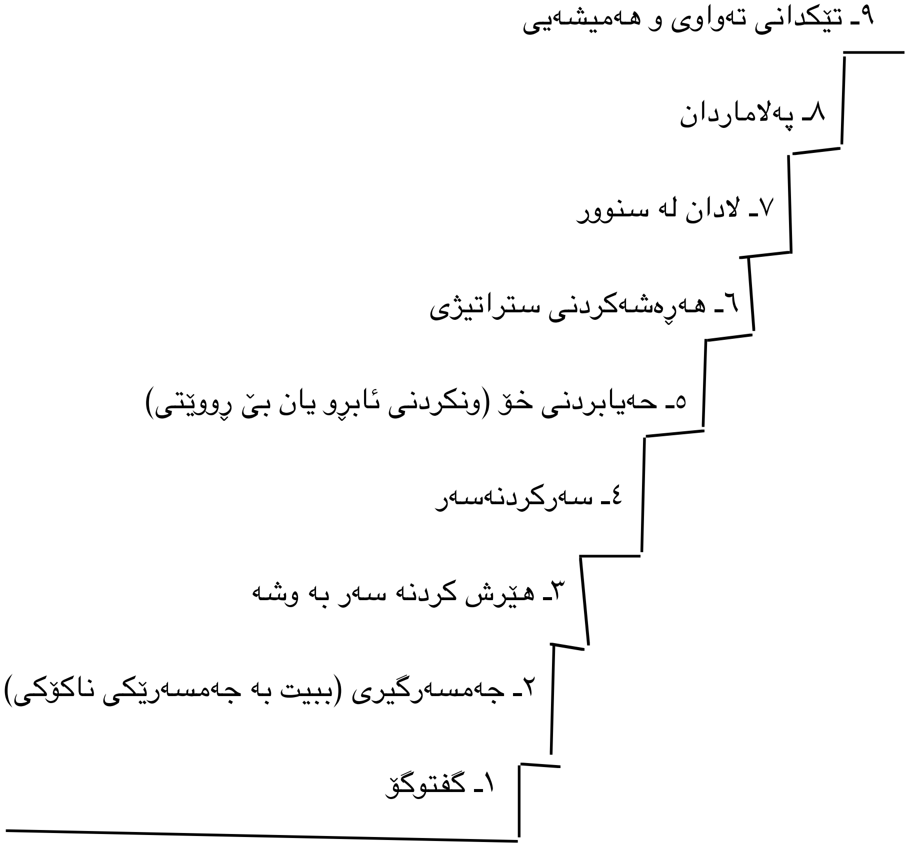
ناکۆکی لای مارکس تەنها لەنێوان دوولایەندا دروست دەبێت. چینی پرۆلیتاریا و چینی سەرمایەدار، وە هەوڵدان بۆ چاککردنی ناکۆکییەکانی کۆمەڵگایەک بە گۆڕینی و چاککردنی کۆمەڵەوە دەبەستێتەوە. ناکۆکی چینایەتی گرنگترین ناکۆکییەکە لە فیکری مارکسیدا. تیۆری فێمینی، ناکۆکی تەنها لەنێوان نێرومێدا دەبینێت وە بۆ چاککردن و نەمانی ناکۆکییەکان لە نەهێشتنی چەوساندنەوەی ژندا دەبینێت و هەروەها کۆمەڵێ دەستکەوتی گرنگ بۆ ڕەگەزی مێ وەک کار و یەکسانکردنی مووچە و زۆر شتی تریش کە ئەویش دیسانەوە وەک مارکس دەیبەستێتەوە بە گۆڕینی کۆمەڵگاوە.

## ناکۆکی چۆن دروست دەبێت؟

بۆ دروستبوونی ناکۆکی، بەشێوەیەکی گشتی پێویستیمان بە دوو سەرجەم یان زیاتر هەیە. دوو لا کە لەسەر دەستەمۆکردنی مانایەک یان دەرخستی دەسەڵاتێک پێک نایەن. بە کوردی و بە کورتی دوو لا کە لەسەر شتێک کۆک نین و هەریەکەیان ئەو شتەی دەوێ کە نایەوێ ئەوی تر هەیبێ. بۆ ئەمەش هەردوو لا پێویستیان بە ووزەیەک هەیە بۆئەوەی ئەو پرۆسەیە بەرنەسەر و ئەم گرەوە بەرنەوە، لێرەوە تۆ چەندێک ووزە لە ناکۆکییەکەدا بەفیرۆ دەدەیت لەسەر ئەوە کەوتووە کە ئەو مەسەلەیە بۆ تۆ چەندێک گرنگی هەیە.

وەک وتم ناکـۆکی دوو لا یان دوو سـەرجـەمی هەیە. نـاکـۆکی لەنێـوان دوو کـەسـدا... ناکۆکی لەنێوان کەسێک و گروپێکدا... لەنێوان گروپێک و گروپێکی تردا. ناکۆکی من و تۆ... ئێـمـە و ئێـوە، مـن و ئەو کـەسـانەی کـە لەگـەڵـیـاندا دەژیم. ناکـۆکی مـاڵـی ئێـمـە و مـاڵـی دراوسێکەمان. ناکۆکی گەڕەکی ئێمە و گەڕەکی ئەودیو. شارەکەی من و شارەکەی تۆ... ئەم حـیـزب و ئەو حـیـزب، ئەم وڵات و ئەو وڵات، ئەم کـیـشـوەر و ئەو کـیـشـوەر. ناکـۆکی من لەگـەڵ خـۆمـدا، ناکۆکی عەقڵ و دڵ. ئەمانە بەشێوەیەکی گشتی ئەو ناکۆکیانەن کە دوو جـەمـسـەر ئامادەیی تـەواویان هەیە. بەڵام جاری واش هەیە لە نـاکـۆکـیـدا یەک جـەمـسـەر هەیە و ئەوی تریان دروسـتکراو یان خـەیـاڵـیـیـە، بۆ نموونـە من ناکـۆکـیم لەگـەڵ تۆدا هـەیە کـە تـۆ هـەر ئاگاشت لێ نییە. من دێم و ڕۆژ بە ڕۆژ ئەو نـاکـۆکـییـە لە دڵی خـۆمـدا زل دەکەم... دەیهێنم و دەیبەم تا ڕۆژێ دەتەقێتەوە بەبێ ئەوەی تۆ ئاگاشت لێ بێت.

لەم نـەخـشـەیەی خـوارەوە بەئاسـانـتـر دەتوانیت لەوە بگەیت کـە ناکـۆکی چۆن دروست دەبێ و بەرەو کوێ گەشە دەکات:



وەک دەبینن لە خاڵی (5) بەرەو سەرەوە ئیدی ناکۆکییەکە بەتەواوی کاراکتەری تازە وەردەگرێ. لە خاڵی یەکەوە تا چوار، چارەسەرکردنی ناکۆکییەکە هەر ئاسانترە و بێ هیوا نەبووە بەڵام لە (5)ەوە ئیتر زۆر زەحمەت دەبێ. لێرەدا نموونەیەکی سادە دەهێنمەوە بۆئەوەی زیاتر لەو نەخشەیە بگەین:

دوو کەس دەست دەکەن بە گفتوگۆ. دەبێتە دەمەقاڵێیان.

ـ تۆ مرۆڤێکی هەتا بڵێی سەیری و کەس لێت تێناگات،

ـ من سەیرم! ئەی تۆ بۆ ناڵێی؟

ـ من چیمە؟

ـ بڵێم چی! ڕەزیل و هیچ و پووچیت.

ـ من ڕەزیلم ئەی بۆ خۆت ناڵێی هەر دەڵێی قەلەموونی.

ـ ئەگەر من قەلەموون بم ئەی تۆ چیت. ئێوە هەر بە خاوخێزان ڕەزیلن. تۆ سەیری باوکت بکە بەناوبانگە لە ڕەزیلیدا.

ـ باوکی من بەناوبانگ بێت، تۆش باوکت دەستی دونیای بڕیووە. من جاران وام دەزانی کە تۆ ملت درێژە بۆیە هەمیشە سەرت داخستووە. ئەوە تومەز لەشەرماندا وا دەڕۆی.

لەو شوێنەوەی کە باسەکە هاتە سەر باوک، ئیتر ناکۆکییەکەی بەینی ئەو دوو کەسە کاراکتەرێکی تازە وەردەگرێ. لە ڕەزیلی یەکەم کەسەوە بۆ ناشرینی دەموچاو تا دێتە سەر هێرش بردنە سەر باوک و گەر شتەکە ئاواش بڕوات ئەوا بۆ دایک و خوشک و شوێنی تریش دەڕوات.

ئەم نەخشەیە، نەخشەیەکی گرنگە بۆ دیاریکردنی هەموو جۆرە ناکۆکییەک، تەنانەت لە کۆنفلیکتی جیهانیشدا بەکاردێت.

تاقە ئامرازێکی سەرەکی «ناکۆکی» زمانە. دوو جۆر زمانیش لە ناکۆکیدا هەیە. زمانی گورگ و زمانی زەڕافە «مارشال ڕۆسنبورگ». زمانی گورگ بەو مانایەی کە هەڵدەکوتیتە سەر ئەوەی بەرامبەر و هێرشی دەکاتە سەر. لە زمانی گورگدا هەست بە ئاوازێکی جیا دەکەین لەناو وتووێژدا، ئاوازێکی نەشاز کە دەبێتە ڕێگرێکی گەورە لەبەردەم لەیەکتر گەیشتندا. دێڕەکانی ئەم جۆرە زمانە پڕە لە هەڕەشە، تاوانبارکردن، سزادان، دانانی جۆرێک لە مەرج، بریندارکردن و جنێودان ... هتد. وەک ئەم نموونانەی خوارەوە:

١ـ تۆ فڕت بە دنیاوە نییە.

٢ـ تۆ دەبێ وا بکەی، ئەگەر نا...

٣ـ تۆ هەمیشە...

٤ـ نموونەی وەک تۆ...

٥- لاچۆ من باوکی تۆ نابم.

بەڵام جۆری دووەم زمانی زەڕافە، زمانێکە نزیکمان دەکاتەوە لەیەکتر و هەنگاوێکی گەورەیە بۆ هەوڵدانی لابردن و ڕەوینەوەی هەوری ناکۆکی. زەڕافەش بەو مانایەی کە دڵێکی گەورە و ملێکی درێژی هەیە، کە لەبەردەمتدا بوەستێ، ئەودیوی تۆ دەبینێ، بەو مانایەی کە ئەودیوی مەسەلەکان دەبینی و باشتر تێدەگات. زمانی زەڕافەش ئاوازێکی تایبەتی خۆی هەیە... لەم زمانەدا هەست دەکەین کە پێویستیەکانی هەردوولا ئامادەیە... کە یەکێ تووڕە بوو دەبێ وای لێ بکەیت تۆ تێدەگەیت لەوەی کە «ئەو تووڕەیە». هەست بە زوویری بەرامبەر دەکەیت... هەست بە پێویستییەکانی دەکەیت... گوێی بۆ بگرە باچیرۆکەکەی تەواوبکات... ئەو مافەی بدەرێ کە هەست بەوە بکات کە ئەویش مرۆڤە و هەندێ جار دڵی پڕ دەبێ، دڵیش کە پڕ بوو، لێی دەڕژێ... با بڕژێ، وازی لێ بێنە. نموونەی ئەم زمانە بەم جۆرەی خوارەوەیە:

١- من لە تۆ تێدەگەم، بەڵام من وەکو تۆ بیرناکەمەوە.

٢- من هەست بە گرفتەکانت دەکەم.

٣- منیش حەزدەکەم یارمەتیت بدەم، بەڵام...

ئەم دوو جۆرە زمانە دواجار لەناو هەموو وتووێژێکدا ئامادەن و بەئاشکرا لەیەکتر جیادەکرێنەوە.

پەیوەندییەکی زۆر نزیک لەنێوان وتووێژ و ناکۆکیدا هەیە:

١- وتووێژ دەتوانێ ناکۆکی دروستبکات.

٢- وتووێژ دەتوانێ ناکۆکی ئاشکرابکات.

٣- وتووێژ دەتوانێ ناکۆکی ڕابکێشێ.

٤ وتووێژ دەتوانێ ناکۆکی دووبارەبکاتەوە

٥- وتووێژ دەتوانێ ناکۆکی چارەسەربکات.

ناکۆکی لە سێ لاوە دەبینرێ، هەروەک چۆن وتووێژیش لە سێ لاوە. لەلای منەوە، لەلای تۆوە. لەلای کەسی سێیەمەوە (بێ لایەن).

کەسی سێیەم ڕۆڵێکی زۆر گەورە دەبینێ، هێندە گەورە کە دەتوانێ چارەسەری گرفتەکە بکات، یان بەتەواوی تێکیبدات. گرنگترین کاراکتەری کەسی سێیەم ئەوەیە کە دەبێت «بێ لایەن» بێت، دەنا لە ڕۆڵی خۆی کە کەسی سێیەمە دەکرێتە دەرەوە و دەبێتە بەشێک لە کەسی یەکەم یان دووەم. یەکێکی تر لە کاراکتەری گرنگی کەسی سێیەم ئەوەیە کە نابێ بە هیچ شێوەیەک قازانجی لە ناکۆکییەکەدا هەبێت، چ بە چاک کردنی، یان بە تێکدانی. کەسی سێیەم نابێت خۆی بفرۆشێت، بە مانایەکی تر، کەس لە دوو لایەنەکەی تر نابێ هەوڵبدات کەسی سێیەم بکڕێت.

له کولتووره جیاوازەکاندا، کەسی سێیەم هەمیشە ئامادەیی خۆی هەیە. لەلای «جوولەکە»، ڕابین ئەو کەسەیە کە ئامۆژگاری مرۆڤەکان دەکات و ڕێیان پێ نیشان دەدات و لەکاتی گرفت و ناکۆکییەکاندا خەڵکی دەچنە لای.

له یابان تا ئێستاش بووک و زاوای تازه، ژن و مێردێکی بەتەمەن دەکەنە «دەمڕاست و جێ متمانەیان». لەکاتی ناکۆکییەکانی ژیانیاندا ڕوودەکەنە لایان و گوێیان لێ دەگرن. له کوردستانی لای خۆشمان پیاوی پیر و بەتەمەن و «ڕیش سپی» چ له لادێ و چ له شار (له شارەکاندا بە شێوەیەکی کەمتر) ڕۆڵێکی گەورەی هەیە، بەو مانایەی کە ڕیش سپییە و دنیا دیدەیە و شتی تر.

کەسی سێیەم جاری وا هەیە کتێبێکە، مرۆڤ دەیخوێنێتەوە و شتی چاکی لێوە فێردەبێت. جاری واش هەیە ئەزموونی ژیانی خۆت و کەسانی ترە. هەر بە تێڕامان لێی، زۆر گرفت و ناکۆکی ژیانمان بۆ چارەسەر دەکرێت. جاری وا هەیە خۆمان بۆ «خۆمان» دەبینە کەسی سێیەم. لەگەڵ خۆماندا دادەنیشین و بیردەکەینەوە.

سایکۆلۆژی ئینگلیزی ڕۆلاند لاینگ Roland Laing دەڵێ: هەموو مرۆڤێک لە ڕۆژێکدا بەلایەنی کەمەوە نیو سەعاتی دەوێ بۆئەوەی لەگەڵ خۆیدا بەتەنیا بێت. من بڕوا ناکەم ئەم قسەیە ئێمەی کورد بگرێتەوە. مرۆڤی خۆرهەڵاتی و لەناو ئەوانیشدا کورد، نایەڵن قەت تەنیا بێت. لەناو ئێمەدا تەنیا بوون عەیبە. من دوایی لە بەشی ناکۆکی و کولتووردا دێمە سەر ئەم باسە و بەدرێژی لێی دەدوێم.

کەسی سێیەم بۆ منداڵان جاری وا هەیە دایک و باوکە. برایەک یان خوشکێکی ئازیزە. لە قوتابخانەدا یان لە کارگەیەکدا بەڕێوەبەر ڕەنگە بتوانێ بەو ئەرکە قورسە هەستێت. لەنێوان دوو هاوڕێدا، هاوڕێی سێیەم کە لە هەردووکیانەوە نزیکە. کەسی سێیەم ناوی تریشی هەیە. بەو مانایەی کە لە ئاستێکی فراوانتریشدا کاردەکات. ناوبژیکەر ڕەنگە باشترین ناوی هەڵبژاردە بێت بۆ کەسی سێیەم کە لەنێوان دوو کەسی شەڕانیدا بەگیردێت.

لە ئاستی سیاسیدا، کەسی سێیەم ئەرکێکی قوورسی لەسەر شانە. هەروەها لەسەر ئاستی جیهانی و نێونەتەوەییدا کەسی ناوبژیکەر دەبێ پێش هەموو شتێ سێ کاری گەورە بکات:

١- دوو بەرە شەڕانییەکە بهێنێتە بەرامبەر یەکتری و قسەیان لەگەڵ بکات.

٢- ناکۆکییەکە تێبگات.

٣- یارمەتی هەردوو لایان بدات بۆ پێکهاتن لەسەر شتێک.

ناوبژیکردن میتودێکی کلاسیکی و باشە بۆ شیکارکردنی ناکۆکییەکان. جۆرج سیمێل Georg Simmel دەڵێ کە پێکهاتن Kompromiss گەورەترین داهێنراوی مرۆڤایەتییە.

ئەو ئەرکە گرنگانەی کە لەسەر شانی ناوبژیکەرە ئەمانەی خوارەوەیە:
١- چوونە بەینەوە بەزووترین کات.
٢- شوێنێک بدۆزێتەوە بۆ یەکتری بینین. شوێنێک کە جێگای ڕەزامەندی هەردوولا بێت.
٣- یەکسەر ڕۆڵی خۆی وەک بێلایەن ئاشکرا بکات.
٤- وا لە هەردوولایان بگەیەندرێ کە یارمەتیدانی کەسی سێیەم بۆ هەردووکیان هەتا بڵێی کارێکی پێویست و گرنگە کە دەتوانن لە (کەسی سێیەم)ی وەربگرن.
٥- وا لە هەردوولایان بکات کە قسە بکەن و ئەم زیاتر گوێ بگرێ لەوەی کە هەمیشە بازبداتە ناو دێڕەکانەوە. لەڕاستیدا گوێگرتن هونەرێکی گرنگە و هەموو کەسێ نایزانێ.
٦- تەنها لەکاتی پێویستدا قسەبکات.
٧- کەسی سێیەم دەبێ ئەوە بزانێت کە ئەوە «ئەو» نییە کە گرفتی هەیە، بەڵکو ئەوانی ترە.
٨- بزانێ گرفتەکە لە چ ئاستێکدایە.
٩- هەوڵبدات گرفتەکە بە جۆرێکی تر دابڕێژێتەوە.
١٠- لە هەموو شتێک گرنگتر، هەر لە سەرەتاوە، وا لە هەردووکیان بکات کە ناوێک بۆ ناکۆکییەکان بدۆزنەوە، هەردوولایان بەوە ڕازیبن کە ئەمان ناکۆکییان لەسەر ئەم شتە هەیە. نەک هەریەکەیان ناوێکی جیاوازی پێ بێت. هەتا هەردوو لایەنەکە نەتوانن ئەوە بزانن کە بەڕاست ئەمان لەسەر چی ناکۆکییان هەیە، هەرگیز ناتوانن هەنگاوێک بنێن بۆ شیکارکردنی. بە بڕوای من یەکێ لەو خاڵە گرنگانەی کە هەردوو لایەنی یەکێتی نیشتمانی و پارتی دیموکرات کە ئەو هەموو ساڵانە خەریکی لێدان و کوشتنی یەکتر بوون و لەگەڵ یەکتردا لە کاتی کۆبوونەوەیاندا هەرگیز نەیاندەتوانی هەنگاوێک بنێن بۆ چارەسەرکردنی ناکۆکییەکانی نێوانیان هی ئەوە بوو کە هەردوولایان هەرگیز لەسەر ناوێک ڕێک نەدەکەوتن، ناوێک بۆ ناکۆکییەکەیان. ئەم بەوی دەوت دوژمن و ئەویش بەمی دەوت دوژمن. ئیتر هەموو ناکۆکییەکەی نێوانیان لێرەدا کۆدەکردەوە. دوژمنیش تەنها یەک شتی لەگەڵدا دەکرێ، ئەویش لێدان و دەرکردنی. بۆیە ئەم زوو زوو ئەوی لەم شارە دەردەکرد و ئەویش ئەمی دەردەکردەوە.
خاڵێکی گرنگی تریش کە لێرەدا دەمەوێ باسی بکەم، ئەوەیە کە بۆچی کەسی سێیەم لە کوردستاندا لە ئاستی سیاسیدا هیچ کاتێ سەری نەدەگرت چونکە:
١- زۆر بەدەگمەن کەسی سێیەم یەکێکی بێلایەن بووە.
٢- لای دوولایەنەکە زیاتر هەوڵی داوە کە خۆی یان حیزبەکەی خۆشەویست بکات لەوەی هەوڵبدات شیکاری گرفتەکە بکات.
٣- شیکارکردنی ناکۆکییەکانی لەم ڕستانەی خوارەوەدا سنووردار کردووە:

١ـ عەیبە ئێمە هەموومان کوردین.
٢ـ ئێمە برای یەکترین.
٣ـ تا کەی لە یەکتر بکوژین.
٤ـ ئێستا دوژمن پێی خۆشە و هتد...

### ناکۆکی و کولتوور:

ئێستا دەمەوێ بێمە سەر ئەوەی ناکۆکییەکان چ جۆرە پەیوەندییەکیان بە کولتوورە جیاوازەکانەوە هەیە. ناکۆکییە جیاوازەکان و کولتوورە جیاوازەکان زۆر جیاوازن.
چارەسەرکردنی ناکۆکی، پەیوەندی تەواوی بەوەوە هەیە کە ئایا ئەم تاکە دەگەڕێتەوە چ جۆرە کولتوورێک.
لەم بارەدا ئێمە دوو جۆر کولتوورمان هەیە:
١ـ کولتووری تاک یان تەنیا یان Individual .
٢ـ کولتووری کۆ.

کولتووری تاک مەبەستم ئەو کولتوورەیە کە لە خۆرئاوادا هەیە و لێرەدا تاک وەک تاکێک ژیانی خۆی دەژی و ململانێ و ناکۆکی خۆی هەیە. لەم کولتوورەدا «تاک» هەر لە منداڵییەوە بەشێوەیەک پەروەردە دەکرێت کە پشت بە خۆی ببەستێت. خۆی تەنیا کەس بێت کە ژیانێک بۆ خۆی هەڵبژێرێت. ئەمە هەر لە خوێندنەوە بیگرە تا ژیانی هاوڕێیەتی و خێزانی، ئیشکردن، گواستنەوە و سەفەرکردن لەم شارەوە بۆ ئەو شار، لەم وڵات بۆ ئەو وڵات. لەم کولتوورەدا هەڵەی «تاک» تەنها خۆی دەگرێتەوە. ناکۆکی تاک لەگەڵ تاکێکی تردا تەنها پەیوەندی بەو دوو کەسەوە هەیە. لێرەدا لە زۆر جاردا ناکۆکییەکان لەو دوو کەسە زیاتر کەسی تری لێ نائاڵۆزکێ و بە دەنگی نزم و هێمنییەوە هەوڵی چارەسەرکردنی ناکۆکییەکان دەدەن.

لە کولتووری دووەمدا، کولتووری «کۆ» یان گروپ، کە کولتووری ئێمەیە، هەر تەواو جیاوازە. لەم کولتوورەدا منداڵ هەر لە یەکەم ڕۆژەوە تەنیا نییە. دونیای دەوروپشت پڕێتی لە خوشک و برا... پڕێتی لە دراوسێ... پڕێتی لە خزم... چ دوور، چ نزیک. پڕێتی لە مام و خاڵی جۆراوجۆر، سەرلێوە لە منداڵانی کۆڵان. لەم کولتوورەدا «تاک» بوونێکی هەیە تواوە لەناو «کۆ»دا، چونکە بڕیاری ئێمە، خواردنی ئێمە... پێکەنینی ئێمە... شیوەنی ئێمە... گریانمان، ڕۆژەکانمان... شەوەکانمان... نووستنی ژوور و سەربانمان بەیەکەوەیە. لەم کولتوورەدا بەدەگمەن نەبێ کەس بۆی نییە بەناوی خۆیەوە قسەبکات. ئەم خۆ جیاکردنەوەیە

لای ئێمە شتێکی باش نییە، بە خۆویست و سەرسەخت و نامۆ و سەیر و سەمەرە لەقەڵەم دەدرێت.

لە کولتووری یەکەمدا گەر باپیرە پیاوێکی «نازی» بێت، ئەوا بەس تەنیا یەخەی باپیرە دەگرێتەوە و ئەم سەرشۆڕییە ناچێ بۆ منداڵەکانی، ناچێ بۆ خزمەکانی.

لە کولتووری ئێمەدا گەر خزمێک بۆ نەگبەتی خۆفرۆش بێت، ئەم سەرشۆڕییە هەتاهەتایە هەموو منداڵەکانی... هەموو خزمەکانی بە دوور و نزیکەوە دەگرێتەوە تا کاتی مردنیش ئارەقە دەکەن کە کاتێ گوێیان لە ناوی ئەو خۆفرۆشە دەبێت. لەملاشەوە گەر یەکێک باوکی یان مامی نیشتمان پەروەرێکی دڵسۆز یان شاعیرێکی ناسراو بێت، ئەوا کوڕ و کچەکانی، خزمەکانی جێگای تایبەتییان هەیە. ئەگەر یەکێ لە منداڵەکانیشی دزی بکات یان خراپەکاری تر بکات، ئەوا چونکە منداڵی فلان کەسە، هەمیشە جێگای لێبووردن و لەبیرچوونەوەیە. لێرەوە گەر بێینەوە ناو ناکۆکی، ئەوا دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە چونکە تاک هەمیشە لەناو «کۆ» دایە، ئەوا ناکۆکییەکانی ئەو تاکە هەر دەبێتەوە بەشێک لە ناکۆکییەکانی کۆ، هەر دەچێتەوە ناو ئەو بازنەیە. لێرەوە جەمسەرەکانی ناکۆکی لەجیاتی ئەوەی دوو تاک بن دەبنە دوو کۆ. جەمسەرێک من و منەکانە، جەمسەرەکەی تر ئەو و ئەوەکان. جەمسەرێک من و هەموو براکانم... هەموو خزمەکانم... هەمو کوڕانی گەڕەک... هەموو هاوڕێیانی قوتابخانە، جەمسەرەکەی تریش ئەو و هەموو ئەو کەسانەی تر کە دۆڕاندنی ئەو «ئەو»ە بەجۆرێک لە جۆرەکان دەبێتە دۆڕاندنی هەموو ئەو کەسانەی کە ئەو هەستەیان هەیە و بەزۆر لەو ناکۆکییەوە تێگلاون. هەر لێرەشەوە ئەوە بۆمان زۆر ئاشکرا دەبێت کە ناکۆکییەکان لە کۆمەڵگای ئێمەدا درەنگتر شیکار دەکرێن و قووڵتر دەبنەوە و بریندارتر و خوێناویترن، چونکە یەخەی زۆر کەس دەگرێتەوە و لەجیاتی دەنگێک چەند دەنگێکی زۆرتر بەشداری دەکەن. وەک لەپێشیشەوە باسم کرد کە ناکۆکی پێویستی بە وزە هەیە. جا لێرەدا چونکە وزەکان هی «کۆ»ن ئەوا زیاترن و زۆرتر دەخایێن.

لێرەدا من تەنیا نیم و کۆمەڵێ کەسی ترم لەگەڵدایە و لەگەڵ ئەوەشدا هەست ناکەم تەنیام. ئەم هەست نەکردنەم بەتەنیایی وام لێ دەکات هەنگاوی زیاتر بنێم بۆ بردنەوەی ئەو ناکۆکییەی کە لەوانەشە شتێکی ئەوەندە گرنگ نەبێت. لێرەوەیە کە ناکۆکییەکە قووڵتر دەبێتەوە چونکە ئەوەی ئەولاش کە من ناکۆکیم لەگەڵیدا هەیە هەمان هاوکێشەش ئەو دەگرێتەوە، بەم شێوەیەش هەمان هەستی هەیە بۆ کێشەکە و بۆ بردنەوەی. «دەنگ بەرز»ی و «پەرچەکردار»ی خێرایی ئێمە، گۆڕین و سووربوونەوەی دەموچاومان، دەست لەرزینمان، دڵ ناسکیمان، خێرا تووڕەبوونمان، گوێ نەگرتنمان لە بەرامبەر، نەبوونی دیالۆگ، ناکۆکییەکان ئاشکراتر پیشان دەدەن.

**سەرچاوەکانی ناکۆکی:**

من لێرەدا هەوڵدەدەم زیاتر کۆمەڵگای خۆمان وەربگرم.

**١- لەیەک نەچوون:**

من و تۆ لەیەک ناچین، وەک یەک بیرناکەینەوە. هەردوولامان نەخشەی خۆمان پێیە بۆ ژیان. تا ئەوکاتە من و تۆ هاوڕێین کە نەخشەکانمان لەیەک بچن. هەرکاتێ لەیەک نەچوون، ئەوا من و تۆ ڕێگامان جیاوازە و بە جۆری جیاواز سەیری ڕاستی دەکەین و بەزووترین کات مەسەلەکە بەو جۆرەی لە نەخشەکانماندا کێشراوە هەڵدەسەنگێنین، بە باش یان خراپ، بەڕاست یان بە هەڵە. بەڵام ئەگەر هاتوو بە جۆرێکی تر سەیری دونیامان کرد، ئەگەر هاتوو هوشیارییەکی باشتر و قووڵتر و دەوڵەمەندترمان هەبوو بۆ ژیان و ئەوەمان زانی کە ڕاستی هەر ئەوەی من نییە، بەڵکو لەڕاستیدا، ڕاستی کۆمەڵێ دەموچاوی هەیە و ئەوەی من ئەگەر ڕاستیش بێت ئەوا هەموو وێنەکە نییە، بەڵکو بەشێکی کەمێتی. نووسەری بەناوبانگی سویدی تۆماس ترانستروێمەر Tomas Tranströmer دەڵێ: «دوو ڕاستی لەیەکتر نزیک دەکەونەوە. یەکەمیان لەناوەوە دێ، ئەوی تریان لەدەرەوە دێ، لەو شوێنەدا کە بەیەک دەگەن، تەنها لەویادا مرۆڤ دەتوانێ خۆی ببینێ». جا لێرەوە لەجیاتی ئەوەی بە بەرامبەرەکەت بڵێیت تۆ لەو خاڵەدا هەر هیچ نازانی و بەتەواوی هەڵەیت. پێی بڵێیت کە من لەو خاڵەدا وەک تۆ بیرناکەمەوە. بەڵام لێرەدا شتێکی زۆر گرنگ هەیە، ئەویش ئەوەیە کە هەرچەندە ڕاستی کۆمەڵێ دەموچاوی هەیە، ئەمە ئەوە ناگەیەنێ کە من و تۆ هەرچی بڵێین ڕاستە، بەڵکو بە هەمان هاوکێشە دەتوانین بڵێین کە هەڵەش کۆمەڵێ دەموچاوی هەیە و لەوانەیە هەردووکمان بەرامبەر ڕاستییەک هەڵەبێت. لێرەدا، لە «یەک نەچوون»دا گرنگ ئەوەیە تۆ چ زمانێک هەڵدەبژێریت بۆ وتووێژ لەگەڵ بەرامبەرەکەتدا. لێرەوە ئەگەر بەوردی سەیری زمانی ڕەخنەی ئەدەبی و سیاسی و فیکری کوردی بکەین، دەگەینە ئەو ڕاستییەی کە زمانی بەکارهێنانمان لە جیاوازییەکانماندا زۆربەی زۆری زمانی گورگ بووە، ئەو زمانەی کە من لەپێشەوە باسم کرد. هێرش کردنە سەر بەرامبەر تاقە ئامانجێکی نووسین بووە و ئەو زمانەش تاقە ئامرازێک بووە بۆ گەیشتن بەو ئامانجە.

**٢- گوێ نەگرتن لەوانی تر یان لە «بچووکتر»:**

گوێ نەگرتن مرۆڤ تووشی کۆنفلیکتی گەورە دەکات. گەر بەخێرایی سەرنجێک لە کۆمەڵگای خۆمان بدەین، یەکسەر ئەوەمان بۆ دەردەکەوێ کە گوێ نەگرتن خاسییەتێکی سەیری مرۆڤی ئێمەیە. لە کۆمەڵگاکانی وەک ئەوەی ئێمەدا بچووک هەمیشە دەبێ گوێ لە گەورە بگرێ و گوێڕایەڵ بێت و لە قسەیدا هەڵنەدات. کەچی پێچەوانەکەی «گوێگرتنی گەورە

لە بچـووک» بە هیچ جـۆرێک پەسـەند ناکـرێت. ئەم یاسـای باوک سـالارییە بەسـەر هەمـوو ئەندامێکی ئەم کۆمەڵگایەی وەک ئەوەی ئێمەدا بەزۆر دەسەپێندرێت.

منداڵ بۆی نییـە بە باوکی خـۆی بڵێت وا نیـیە و دەست بکات بـە وتووێژ لەگەڵیـدا کە یەکـێکە لـە سـادەترین مـافـەکـانی مـرۆڤ، چونکە باوک گـوێ لـە منداڵی خـۆی ناگـرێت. بەڕێوەبەری قـوتابخانەیەک یان دایرەیەک یان کارگەیەک گوێ لە مامۆسـتا یان فەرمـانبەری خۆی ناگرێت. برای گەورە دەبینێ کە باوک گوێ لە قسەکانی ناگرێت ئەمیش هەمـان یاسا بەرامبەر برای بچـووک بەکاردێنێت. مامۆسـتا هەمـان یاسا بەرامـبەر قـوتابی بەکاردێنێت، فەرمانبەر هەمان یاسا لەگەڵ فەڕاشەکەدا، لەگەڵ ئەو کەسـەدا کە چای بۆ دێنێت. برا لەگەڵ خوشکدا... مێرد لەگەڵ ژندا... هتد.

**٣ـ بەراوردکردن:**

زۆربەی جار گوێمان لەم دێڕە دەبێت: ئاخر تۆ نابێ من بەو بەراوورد بکەیت.

مرۆڤ بوونەوەرێکی زۆر بەراوورد کـارە. شت و کەسـەکـان هەمیشە بەیەکتری بەراوورد دەکات. زۆربـەی کـاتیش، لەیـەک چوونەکـان و یەک نـەچووەکـان بەیەکـتری دەگـرێ و هەندێ جار لای هەندێ کەس وەک نەخۆشـی لێ دێت و لێرەوە ناکۆکی گەورە گەورە دروستدەبێت.

ڕانک Rankی زانای شـیکردنەوەی سـایکۆلۆژی «١٩٧٨ ـ ١٩٢٣» لەم بارەیەوە دەڵێ: «ئێمەی مـرۆڤ هیچ بوونێکمـان بەبێ بەراووردکردن نییە، تەنهـا بە بەراووردکـردنی خـۆمـان بەوانی تر، ئێمە دەتوانین ‹من›مان بۆ ئاشکرابێت». لە کۆتایی ئەم پرۆسـەیەدا، ئەم «هێنان و بردنەی» بەراووردکـردنەدا، ئەگـەر ئەنجـامی ئەم بەیەک گـرتنە بەپێی دڵـی خـۆمـان نەبوو، ئەوا ناکـۆکییـەکـانمان لەگەڵ خـۆماندا «من ـ خـود» یان لەگەڵ ئەوانی تردا «من ـ ئەوانی تر» سـەردەردەهێنن و گەشە دەکەن.

**٤ـ نەبوونی دیموکراسی:**

نەبوونی دیمـوکراسی هەتا بڵێی باسـێکی گـەورە و دووروودرێژە و هەمـوو لایەنێکی ژیان بە هەمـوو سـووچ و قـوژبنێکییـەوە دەگـرێتـەوە. نـەبوونی دیموکـراسـی بەس تەنیـا ئێـمـەو و کۆمەڵگاکەمـان ناگرێتەوە، بەڵکو کۆمەڵگاکانی خۆرئاواش بە جۆرێک لـە جۆرەکان دەگرێتەوە و شـەڕێکی گـەورەی ئەوانیشـە لە ئاستێکی فراواندا. بەڵام ئەوەی پەیوەندی بە ئێمەوە و بەم باسـەی منەوە هەبێت ئەوەیە کـە هەبوونی دیموکـراسـی چ لە مـاڵەوە، لەنێـوان کـەسـەکـانی خێزاندا، چ لەدەرەوە، لە قوتابخانە و زانکۆ و کارگەکاندا، دایرەکاندا. چ لە سـیمینارەکاندا جا چ لە هۆڵەکاندا بێ یان ستۆدیۆکانی تەلەفیزیۆن، کارێکی هەتا بڵێی گرنگە بۆ هەوڵدانی شـیکارکردنـی ناکـۆکـییـەکـان. گـەر بۆ نموونە لەناو مـاڵەکاندا دیمـوکراسـی هـەبێت، چ بۆ گەورە، چ بۆ بچـووک کە بتوانن بە دڵی خـۆیان قسـە بکەن، ئەوا زۆر ئاسـانتر ئێمە بەسـەر

گرفتەکانی خۆماندا زاڵدەبین. فەیلەسوفی یۆنانی Diogenes دیۆگێنێس کە پرسیاری ئەوەیان لێ کرد ئایا جوانترین شت لە دونیادا چییە؟ ئەویش وتی ئەوەیە کە یەکێ لە دڵەوە قسەبکات.

**٥- دەسەڵات:**

مەسەلەی دەسەڵاتیش وەک دیموکراسی باسێکی گەورە و فراوانە و ناکرێت لێرەدا باس بکرێ و ناشکرێ باس نەکرێ. بەڵام دیسانەوە ئەوەی پەیوەندی بەم باسەی منەوە هەبێت ئەوەیە کە زۆربەی زۆری گرفت و ناکۆکییەکانی دونیا یەک پرسیاری سادە و کۆن لە خۆ دەگرێت ئەوەیش ئەوەیە: کێ بڕیار دەدات؟ ئەمەیە ناکۆکییەکە دروست دەکات. بەفیڕۆدانی ووزەیەک بۆ گەڕان بەشوێن حەزێکدا بۆ هەڵسوڕاندنی پرۆسێسێک، بەو شێوەیەی من دەمەوێت. بەڵام ئەگەر هاتوو من و تۆ خۆمان بەوەوە خەریک نەکرد کە کێ دەسەڵاتی بڕیاری لەدەستدا بێت. لەجیاتی ئەوە هەردوولامان گوێمان لە یەکتر گرت و زیاتریش لەو شتەوە خۆمان نزیک کردەوە کە ناکۆکیمان لەسەری هەیە، ئەوا باشتر هەوڵدەدەین بۆ چارەسەرکردنی.

**٦- فشاری گروپ لەسەر «تاک»:**

فشاری گروپ لە کۆمەڵگای ئێمەدا زۆر بڵاوە، چونکە وەک لەپێشەوە باسمکرد کە «تاک» لای ئێمە دەچێتەوە ناو «کۆ». جا چونکە ئەم تاکەی ئێمە تەنیا نییە، هەموو سەرشۆڕکردنێکی یان هاتنە دواوەوەیەکی لە کۆنفلیکتێکدا یان وتووێژێکدا ئەوا وەک دۆڕاندنێک وایە بۆ هەموو ئەوانی تریش کە لە دوور و نزیکەوە دەیناسن و بە هەزار چاو سەیری دەکەن. بەم دیویشدا هەموو سەرکەوتنێکی، دەبێتە سەرکەوتن بۆ هەمووان. جا هەتا خەڵکێکی زۆرتریش لەم پرۆسێسەدا بەشداربێت، فشار زیاتر دەبێت و ناکۆکییەکە قووڵتر و ئاڵۆزتر، چونکە نابێ ئەوەمان بیربچێت کە کۆنفلیکت زۆر تووشکەرە، مرۆڤەکانی دەوروبەر تووش دەکات. جا دەژی و گەورە دەبێ، ون دەبێ بەڵام نامرێ و هەمیشەش ئامادەیە بۆ گەڕانەوە.

**٧- فشاری ماتریالی:**

ئەمەش جۆرێکی ترە لە فشار کە لەم چەند وێنەیەدا خۆی دەبینێتەوە:

* ئەگەر ژوورەکەت پاک بکەیتەوە، ئەوەت بۆ دەکڕم.

* ئەگەر وا بکەی ئەوا پارەی ڕۆژانەت لێ دەبڕم.

**٨- خۆپەرستی:**

تەنیا و تەنیا لە هەموو شتێکدا یان زۆربەی زۆری شتەکاندا هەر خۆت ببینی. تەنیا ئەو وێنەیەی کە خۆت بۆ خۆت و دونیای دەرەوەی دروست دەکەیت تەنیا بەوە بێت و جیهان و

کەسەکانی دەوروپشتی پێ بخوێنیتەوە. لێرەوە تووشی گرفت و ناکۆکی گەورە گەورە دەبی. چونکە هەچ وێنەیەکی دەرەوە لەو وێنانە نەبوون کە چاوی تۆ پێی ڕاهاتووە، هەر دێر و وشەیەک لەناو فەرهەنگی زمانی ڕۆژانەی تۆدا نەبوو بۆ وتوویێژ لەگەڵ دونیادا، ئەوا زۆر بەئاسانی ناکۆکی دروست دەبێ. بەڵام هەچ کاتێ من ئەوەم زانی کە جگە لەو وێنانەی من، وێنەی تریش هەن کە لەوانەی من ناچن، ئەو وێنانەی تر کە ڕەنگە لەوانەی من جوانتر بن یان ناشیرینتر، بەڵام وێنەی جیاوازن. هەچ کاتێ من ئەو فەنتازیا جوانەم هەبوو بۆ ژیان کە ئەلبوومی بیر و بۆچوون و وتوویێژی من لەگەڵ دونیادا پڕی بوو لە وێنەی جیاواز جیاواز. هەچ کاتێ ئەوەم زانی کە جگە لەو زمانەی من، زمانی تریش هەن کە قسە لەگەڵ دونیادا دەکەن، ئەوسا دەوڵەمەندتر و ڕەنگاوڕەنگتر و جوانتر دونیا دەبینین و لەم لاشەوە ناکۆکیمان کەمتر دەبێتەوە.

**مۆدێلەکانی چارەسەرکردنی ناکۆکی:**

چەند مۆدێلێک لە چارەسەرکردنی ناکۆکیدا بەکاردەهێنرێت ئەوەی کە گرنگ بێت، زۆر بەکورتی:

١- مۆدێلی نیوە ڕێگا: هەردوولایان تا نیوەی بێن و بەو جۆرە لە یەکتر نزیک ببنەوە و بکەونە وتوویێژ لەگەڵ یەکتریدا. لەڕاستیدا ئەم جۆرە مۆدێلە لەباری سیاسی و هەوڵدان بۆ چارەسەرکردنی چەند ناکۆکییەکی نێونەتەوەی بەکاردەهێنرێت.

٢ - مۆدێلی (براوە - براوە): هەردووکیان بەجۆرێک لە جۆرەکان لە چارەسەرکردنی ناکۆکییەکەدا بە براوە بڕۆنەوە. بەڵام بێگومان دەبێ ئەوەمان بیرنەچێ کە ئەم مۆدێلە هەروا ئاسان نییە و دەبێ ئەوەش بزانین کە هەردوولایان پێناسەیان بۆ بردنەوە چییە و لەهەمان کاتدا، هەردوولایان دەبێ لە زۆر شتی خۆیان خۆشبن بۆ بەدەستهێنانی ئامانجی تر.

لەڕاستیدا مۆدێلی تریش هەن و ئەگەر خوێنەر پێی خۆشبێت، دەتوانێت کتێب و سەرچاوە لەو بارەیەوە پەیدابکات و هەروەها لە بەشی سۆسیۆلۆژیادا لە زانکۆکاندا دەخوێندرێت. ئەوەمان بیرنەچێت کە چارەسەرکردنی ناکۆکی، خۆی لەخۆیدا جۆرێکی ترە لە ناکۆکی و شانۆیەکی گەورەیە بۆی. لەم بارەدا هەوڵدان بۆ تێگەیشتنی بەرامبەر بەتەنها بە گوێگرتن لە بەرامبەر و وتوویێژ لەگەڵیدا دێتە ئەنجام.

یۆهان کۆهین Johan Cohen دەڵێ: ئەو کەسەی کە یەکەمجار لافاوێک وشەی لەدژی دوژمنەکەی بەکارهێنا، لەجیاتی دارێک کە بیکێشی بەسەریدا، بە دامەزرێنەری ژێواری مرۆڤایەتی دەژمێردرێت.

پرۆسەی وتوویێژیش هونەرێکی گرنگ و گەورەیە، دەبێ مرۆڤ هەمیشە ئاگای لە خۆی

بێت چی دەڵێت چونکە وەک یاری شەترەنج وایە لەسەر هەڵەکانی بەرامبەرەکەت بەهێز دەبیت.

دەبێ ئەوەشمان بیرنەچێ کە ڕۆژنامەنووسان و ماسمێدیا زۆرجار ڕۆڵێکی خراپ دەگێڕن لە هێنانە پێشچاوی ناکۆکییەکان و نووسینەوەیان بەجۆرێکی سەرنجڕاکێش لەسەر لاپەڕەی ڕۆژنامەکانیان چ بۆ بڵاوبوونەوەی بە زووترین کات بۆ زۆرترین کەس و چ بۆ فرۆشتنی زیاتری ژمارەکانی. ئەمەش بەوەی کە ناکۆکییەکان بە خەتێکی گەورە لەسەر یەکەم لاپەڕە بە ڕەنگی سەرنجڕاکێش و جۆراوجۆر. بێگومان ئەم پرۆسەیە جارێ لای خۆمان، بەو جۆرەی کە لە خۆرئاوادا هەیە، نەکەوتۆتەگەڕ.

لەکۆتاییدا دەبێ ئەوە بزانین کە هەموو کۆنفلیکتێک پێویستی بە شیکارکردن نییە. بەڵام ئەم خاڵانەی خوارەوە هەمیشە گرنگن بۆ هەوڵدان بۆ چارەسەرکردنی ناکۆکییەکان.

١ـ ئایا تۆ هەست دەکەیت کە ئەمە ناکۆکییە؟

٢ـ چەندێک درێژەی کێشاوە؟

٣ـ هۆیەکانی چین (ڕابردوو ـ ئێستا ـ داهاتوو)؟

٤ـ تا ئێستا چی کراوە بۆ چارەسەرکردنی؟

٥ـ چ ڕێگرێک هەیە؟

٦ـ چی ڕوودەدات ئەگەر چارەسەر نەکرێت؟

٧ـ چی ڕوودەدات ئەگەر چارەسەر بکرێت؟

٨ـ چۆن چارەسەر دەکرێت؟

حوزەیران ـ تەمووز
٢٠٠٣

بۆ نووسینی ئەم بابەتە، سوودێکی زۆرم لەم سەرچاوانەی خوارەوە وەرگرت:

1. Om konflikter, hemma och på jobbet, Barbro Lenneér Axelson & Ingela Thylefors, 1996, Natur & Kultur.

2. Konflikter på jobbet, Kerstin Ljungström & Tom Sagerberg, 1998.