HelinMedia
Kurdistan Women Union Media Network
هێلین

مەترسییەکانی هزری پیاوسالاری

د.ڤیان سلێمان

> "له سایەی هزری پیاوسالاریدا، تەنها ئافرەت قوربانی نییە، بەڵکو ئافرەت و پیاو و منداڵ و ڕەوتی گەشەندنی کۆمەڵگە و بەهاکانی مرۆڤایەتی لێی زەرەرمەندن. فەرامۆشکردنی فێرکردن و پێگەیاندنی ئافرەت سەرچاوەی بەشێکی زۆری نەهامەتییەکانە

کرۆکــی هزری پیاوســالاری لاواز بینینی ئافرەتە، ڕوانینــە لــە ئافــرەت وەک کەم تواناتــر لە پیاو، بەوپێیــەش پێگــە و شــوێنگەی نزمتر لــە پیاو، ســەرچاوەی ئــەوەش تێگەیشــتنە لــە ڕوانگەی بایەلۆژییــەوە بــۆ توانای مرۆڤ. جیــاوازی هێزی بایەلــۆژی لای پیــاو و ئافرەت کــراوە بە بنەما بۆ ژێردەستەکردنی ئافرەت و دوورخستنەوەی لە پێگەی کۆمەڵایەتــی یەکســان. سەرهەڵدانیشــی هاوکاتە لەگەڵ ســەرهەڵدانی موڵکایەتــی تایبەت، هەروەها پشــتگیری فاکتەرەکانی وەک کولتــور و ئایدیا لەو باڵادەســتییەی پیاو. دەتوانین بڵێین پیاوســالاری دوو ڕووی هەیــە، لەلایەکەوە تێگەیشــتنی پیاو بۆ ئــەرک و مافەکانی و ئەرک و مافەکانی ڕەگەزەکەی دیکەش بە ویســتی خۆی هاوکات دیاریکردنی ڕۆڵ و پێگەکەشــی لەهەمانکاتدا، ڕوویەکی دیکەی ئەم چەمکە تێگەیشــتنی ئافــرەت بۆ ئــەم تێڕوانینە، لێــرەدا ناتوانین بڵێن هەمــوو پیاوێک بڕوای هزری پیاوســالاری هەیە و هەموو ئافرەتێکیش بڕوای پێی نییە، بەڵام بەگشــتی پیاوســالاری سیستەمێکە کە ڕەوایەتی دەدات بە دەسەڵات و هەژمونی پیاو.

پیاوســالاری تایبــەت نییە بــە کۆمەڵگەیەکی دیاریکــراو، بەڵکو سیســتەمێکی جیهانی مێژوویی کۆمەڵایەتی فرەڕەهەندە و بە چەندین فۆرمی جیاواز و لە تەواوی ســێکتەرەکانی کار و تەوەرەکانی ژیان و کایەکانی بەڕێوەبردن بەشــێوەیەک لە شێوەکان بوونی هەیە، هزری پیاوســالاری میراتێکی هەزاران ســاڵەیەو تا ئیســتاش کاریگەری مــاوە. وڵاتانی ڕۆژاوا و پێشــکەوتوش بەو قۆناغەدا تێپەڕیون و لە ئەورووپای کۆن پیاوسالاری وەک پرسێکی سروشتی بینراوە.

پیاوســالاری لە زمانی کوردیدا کە لە دوو وشەی لێکدراوی پیاو و سالار پێکهاتووە، بە واتای سالاری پیاو و دەسەڵاتدارییەتی بەسەر ئافرەتدا، بەوپێیەش دوو ڕەگــەز کە فاکتــەری بەردەوامــی کۆمەڵگەن لە هــزری پیاوســالاریدا هەمان پێگەی یەکســانی مرۆڤبوونیان نییە، بەڵکو یەکێکیان دەســەڵاتدار و بەهێز و ئەوی دیکە لاواز و بێ دەســەڵات، واتە بە موڵککردنی ڕەگەزێک بۆ ڕەگەزەکەی دیکە، چاندنی جۆرێــک لە هزر و ڕوانینی باڵایی و خۆســەپێنی لە هەست و دەرون و تێگەیشتنی ڕەگەزێک و ملکەچی و گوێڕایەڵی لە هەست و ئاگایی ڕەگەزەکەی دیکە.

پیاوسالاری لە سترەکتۆری کۆمەڵایەتی کۆمەڵگەی کوردیــدا ئامادەیی هەیە، لــە بینینی ئافرەت وەک تەنهــا بوونێکــی فیزیکــی نەک بوونێکــی خاوەن هــۆش و زیرەکی، لــە ڕێگریکردن لــە پراوەکردنی ئــازادی و سەربەســتییەکان و توندوتیژی بەرامبەر ئافرەت لەنێو خێزاندا، لە ئاســتەنگ خستنەپێشی لە پانتایی گشــتی ژیان و فاکتەرەکانی پێگەیاندن، لە هێرشــکردنە سەری لە سۆشیال میدیا لە گوتاری ئایینی بەشــێک لە وتاربێژانی ئایینی، لە ریکلام و دراما و پەیامی بەشــێک لە کەناڵەکانی ڕاگەیاندن، بەگشــتی لەپێشــدانی ڕەگەزی نێر بەسەر ڕەگەزی مێ. بەدڵنیاییەوە هەموو ئەوانەش کاریگەری زۆریان هەیەو ئاستەنگی سەرەکین لە پێش هەموو هەوڵەکان لەلایەن حکومەت هەروەها ڕێکخراوەکانی کۆمەڵگەی مەدەنی و بزووتنەوەی یەکســانیخوازی ئافرەتان بە ئاڕاستەی بەدیهاتنی یەکســانی جێندەری، هاوکات یەکجار بە قورسی لەسەر ئافرەت کەوتووە و سەدان ئافــرەت بوون بە قوربانی ئەو مینتاڵیەتە و هەزاران ژیانیــان لێ کراوە بــە دۆزەخ و ئافرەتانی دیکەش کە لە کایە جۆراوجۆرەکاندا ئامادەییان هەیە ڕۆژانە ڕووبەڕووی نەشتەرەکانی هزری پیاوسالاری دەبنەوە.

لە کاتێکــدا ئافــرەت نیوەی پێکهێنــەری هەر کۆمەڵگەیەک و دایکــی نیوەکەی دیکەیە، ئایا چی باشییەک لە پەراوێزخســتنی ئەو نیوەیە و بەهەند وەرنەگرتنــی تواناکانی و ئاســتەنگ خســتنەپێش ســەرکەوتنەکانی هەیە، یاخود چی باشــییەک لە بوونی دایکێکی ناهۆشــیار و بێ دەســەڵات و لاواز هەیە؟.

هەربۆیە لە ســایەی هزری پیاوســالاریدا، تەنها ئافــرەت قوربانی نییــە، بەڵکو ئافــرەت و پیاو و منداڵ و ڕەوتی گەشــەندنی کۆمەڵگــە و بەهاکانی مرۆڤایەتــی لێــی زەرەرمەنــدن. فەرامۆشــکردنی فێرکردن و پێگەیاندنی ئافرەت سەرچاوەی بەشێکی زۆری نەهامەتییەکانــە. دایکێک کە لەژێر هەژمون و دەســەڵاتی پیاودا بێت، هەرگیز ناتوانێت مرۆڤێکی هاوســەنگ و ســاخلەم لەڕووی دەروونی پەروەردە بکات، کۆمەڵگەیەک کە تاکە ڕەگەزێک بەڕێوەبەر و پلاندارێژ و دەسەڵاتداری بێت، نابێتە سەرزەمینێکی یەکســان بۆ تەواوی هاونیشتمانییەکانی و گوزارشت لــە دونیابینــی و بەرژەوەندی هــەردوو ڕەگەزەکە نــاکات، هەربۆیــە بەرژەوەندی هــەر کۆمەڵگەیەک لەوەدایــە ڕۆژێــک زووتر ئــەو هــزرە دواکەوتوو و خۆســەپێن و تاکرەهەندە بەجێبهێڵــی و دەرفەتی یەکســان بۆ ئافرەت برخســێنێ و دەرگاکانی خۆی بەڕووی هزری مرۆڤسالاری بکاتەوە.

بەشداریی ئافرەت لە کایەی سیاسیدا

شاگوڵ موسڵح ئەنوەر*

بەشی یەکەم

ئاشــکرایە بنەمای یەکســانی، یەکێکە لە گرنگترین بنەما ســەرەکییە دەستوورییەکان کە هەموو ماف و ئازادییە گشــتییەکانی لەسەر بەندە، لە نێوانیشیاندا مافی سیاســی؛ بەڵام شــتێکی تر لە پێدانی مافی ئافرەت گرنگترە، ئەویش پاراستنی سنوور و کەرامەتی ئافرەتە. بە واتایەکی تر، پاراســتنی پێگەی ئافرەت شــوێنی باڵاتر و وردتری هەیە لە پێدانی مافەکانی. سەربارى ســەرجەم یاســا و بڕیارە نێودەوڵەتی و ناوخۆییەکانی تایبەت بە مافەکانی ئافرەت، کەچی هێشــتا لە ئەرزی واقعدا ژنان بەدەســت جیاکاریی جێندەرییەوە دەناڵێنن. ئەم کێشــەیەی ئافرەتان لە بڕیاردانی سیاسی، تەنیا تایبەت نییە بە کۆمەڵگەی کوردستان، بەڵکو کۆمەڵگە پێشکەوتووەکانیش زۆر جار مافی تەواویان بە ڕەگەزی مێیینە نەبەخشیوە. بــۆ نموونە لە زۆرێک لە وڵاتانی ڕۆژاوا، بەتایبەتیش لــە ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا تا هەنووکەیش ســەبارەت بە هەقدەســتی کارکــردن (wage) لە زۆرێک لە بوارەکاندا، بەتایبەتیش بوارە پیشــەییە تەکنەلۆژییەکان، لە نێوان نێر و مێدا جیاوازی هەیە. زیاد لەمەیش ئەم جیاوازییــە لە هزری بیرمەندان و فەیلەســووفانیش ڕەنگی داوەتەوە؛ بۆ نموونە، جۆن لۆک لە ســەرەتای ســەرهەڵدانی ڕەوتی لیبراڵی لە ســەدەکانی هەڤدەیەم لە هزری سیاســیدا بەڵێنی یەکســانیی بە ئافــرەت دا و باســی پێکەوەژیانی مرۆڤەکانــی دەکرد بــە هەر دوو ڕەگــەزەوە؛ بەڵام هەندێــک توێژینــەوە دەری دەخەن جــۆن لۆکیش تەنیا باســی پیاوی کردووە؛ ناکرێت وەک بیرمەندی یەکســانیی جێندەری و ڕزگاریی ژن ســەیر بکرێت. تەنانەت "هۆبز"یش کە بە یەکێکی تر لە بیرمەندانی پەیمانی کۆمەڵایەتــی هەژمار دەکرێت، پلەیەلی زۆر نزمتر بە ئافرەت دەبەخشێت بەرامبەر بە پیاو.

جگە لەمە ئەگەر لەسەر زمانی ئەدەبیاتی جیهان لە گشــت بوارەکان، بەتایبەتیش لە بواری سیاسی ورد ببێنەوە، دەبینین کە جۆرە پیاوسالارییەک لەناو ئەدەبیاتەکــەدا ڕەنگی داوەتــەوە. بێگومان ئەوەی لە زەینی مرۆڤدا بێت دێتە ســەر زمانیش. تا پێش چەند ساڵێک لە زمانی ئینگلیزیدا، بە "گوتەبێژ"یان دەگــوت spokesman، بە بازرگانیشــیان دەگوت businessman. لــەم دواییانەدا و پاش وەرگرتنی ئەم کار و پۆســتانە لە لایەن ژنانــەوە، ناچار هەر یەک لەم چەمکانەیان گۆڕی بــۆ spokespersons و، businesswomanیشــیان زیادکــرد. لە زمانی کوردیشدا هەمان دۆخ بەرقەرارە. زۆرن ئەو پەندانەی کە بەسەر شان و باڵ و دەستڕۆیی پیاواندا گوتراون و جەخت لەسەر باڵادەستبوون و عەقڵانیتربوونی پیاو دەکاتەوە و ئافرەت وەک "زەعیفە" وەســف دەکات. ئەمانە ســەر دەکێشــێت بۆ ئاستەنگدروستکردن لە بواری بەشــداریی سیاســی و بڕیاردانی سیاســیی ئافرەت.

کۆمەڵگەی کوردییش بێبەری نییە لەم جیاکارییەی ژن و پشتگوێخستنی ڕۆڵی ژنان لە کایە سیاسییەکان. هەرچەندە هەندێک لە ژنانی کورد پێگە و ڕۆڵی زۆریان هەبووە، وەک خانزادی میری سۆران، مەستوورەخانی ئــەردەلان و چەندانی تر هەن کە ناویان لەنێو کورد بە زیندوویێتــی ماوەتەوە. لــەم دواییانەیش چەند هەوڵێک دراوە بۆ زیاتر پەلکێشــانی ئافرەت بۆ نێو کایەی دەســەڵات و یەکە کارگێڕی و حکوومییەکان. لە دەستووری عێراقیشدا باس لە پاراستنی مافەکانی ئافرەت دەکات و بەپێی یاســای ژمارە (٢٣) ساڵی (٢٠٠٣) لە هەرێمی کوردســتانیش هاتووە کە، "ئەو ئافرەتەی مۆڵەتی منداڵبوون یان دایکایەتیی هەبێت، بە درێژاییی ماوەی مۆڵەتەکەی مووچە و دەرماڵەی تــەواوی پێ دەدرێــت." ئەمــە نموونەیەکە لەو دەســتکەوتە وەدیهاتووانــەی مافــی ئافرەتان لە هەرێمی کوردســتان. ئەگەرچی "عیبرەتی یاســا لە جێبەجێکردنیدایە"، بەڵام بوونی زەمینەی یاســایش بەشێکی گرنگە لە چەسپاندنی مافەکانی ئافرەتان.

> "ئەو ئافرەتەی مۆڵەتی منداڵبوون یان دایکایەتیی هەبێت، بە درێژاییی ماوەی مۆڵەتەکەی مووچە و دەرماڵەی تەواوی پێ دەدرێت." ئەمە نموونەیەکە لەو دەستکەوتە وەدیهاتووانەی مافی ئافرەتان لە هەرێمی کوردستان

* بەکالۆریۆس لە زانستە سیاسییەکان

هەولێر ژمارە (٣٥٨٥) ٢٠٢١/١٢/٢٠

شەهیدان مەهدی

توندوتیژی ب خواندنەکا نازکتر

پتریا جاران ئەگەرەکێ سادە هەیە، لێ هەر مەزن دبیت و هەتا کو دبیتە ململانێ و هەڤرکی و پاشـی توند دبیت و توندوتیژی دهێتە بکارئینان. یانکو هەر جۆرە فشارەکا جەستەی ل سەر لەشێ مرۆڤی یان مۆرالی ل سەر دەروونی مرۆڤی، دبێژنێ توندوتیژی، ئەڤجا چ سڤکاتیکرنێ بن یان گۆتنێن کرێت، هەتاکو دگەهیتە کوشتنێ و ژناڤبرنێ. هەمی دبیتە توندوتیژی، یانکو ئەگەر هەر کەسەکێ گۆتنەکا نەراست بێژیتە ئێکی یان بشکێنیت یا گۆتنەکا ب دویڤ ویڤە بینیت دچیتە د وێ خانێ دا، یا دەروونی کێمتر نینە ژ یا جەستەیی، ئەگەر برینا بریندارکرنێ یا دیار بیت، لێ یا دەروونی یا ڤەشارتی یە یا کوژەکە، ل هندەک دەلیڤان پتر کارتێکرنێ دکەت.

گۆتنا مەزنا دبێژیت ساخ دبن شوینا خەنجەرا. لێ ساخ نابیت شینا خەبەرا. چونکی خەبەر و سڤکاتیکرنێ کارتێکرنا وان دمینیت و ساخ نابیت.

سەبارەت ئەگەرێن بکارئینانا توندوتیژیێ، دشێین ئەگەرێن بکارئینانا وێ د چەند خالەکان دا دیار بکەین:

١ـ هەبوونا نەخۆشیان، ئەڤ نەخۆشیە یا دەروونی بیت یان جەستەیی یان مێشکی بیت یان دەروونی.

٢ـ دبیت ئەوێ توندوتیژی بکاردئینیت ماددێ هوشبەر بکاربینیت.

٣ـ لاوازیا شیانێن جڤاکی: ئەو کەسێ توند و تیژیێ بکاردئینیت دشێین بێژین شیانێن جڤاکی دلاوازن، ژبەر هندێ بکار دئینیت، ئەگەر وی کەسی شیانێن جڤاکی یێن بهێز هەبن، شیانێن گوهداریکرنێ ل بیر و بۆچوونین کەسێن دی هەبیت، توندوتیژیێ بکارنائینیت.

٤ـ خۆکۆنترۆلنەکرن ل دەمێ توورەبوونێ، ئەوی کەسێ شیانێن خۆکۆنترۆلکرنێ نەبن، ل دەمێ توورەبوونێ دا، پەنایێ دەبەتێ.

توندوتیژی ل سەر هەر مرۆڤەکی یا کارتێکەرە هەر چ رەگەز و تەمەن بیت، بەلێ یا ژنان کاریگەریا وێ ل سەر خێزانێ و پاشی جڤاکێ ب گشتی هەیە، ژن قوربانیا سەرەکی یا وێ یە، دەمێ سالانە ئامار دهێنە راگەهاندن، دیاردبیت کو توندوتیژی کێم نەبوویە، هندەک جاران زەلام ل گەل ژنان بکاردئینن و هندەک جاران ژی ژن بخوە دژی ژنێ بکاردئینن.

توندوتیژی ل بەرانبەر زارۆیان دبیتە ئەگەرێ:

١ـ لاوازیا کەسایەتیا زارۆیی.

٢ـ باوەری بخوە نابیت.

٣ـ پشتبەستنێ ناکەتە سەر خوە هەردەم پشتا خوە ب خەلکێ دیڤە گرێددەت.

٤ـ شیانین دەستپێشخەریان د کاری دا نینن.

٥ـ پەیوەندیێن جڤاکی یێن وی لاواز دبن.

٦ـ نەشێت بریارێ ل سەر شێوازێ ژیانا خوە بدەت.

٧ـ هەردەم د دولیێ و ترسێ دا دژیت.

٨ـ پتریا جاران خەونێن نەخۆش دبینیت یان ژخەو رادبیت و ڤەدجنقیت.

٩ـ شەڤێ دمیزتە بخوەڤە.

١٠ـ دانێن خوارنێ و ڤەخوارنێ یێن وی تێکدچن.

١١ـ ل خواندنێ ڤەدمینیت هەکە قوتابی بیت.

١٢ـ تووشی نەخۆشیێن دەروونی دبیت.

چارەسەری

ئێک: باشکرنا بارێ ئابۆری یێ خێزانێ و تاک،ب تایبەت ژنان بۆ هندێ پشت ب ئابوورێ خوە بەستن.

دو: هوشیاکرنا تاکی ل هەردو رەگەزان بێ جوداهی.

سێ: هوشیارکرنا خێزانێ بۆ هندێ جوداهیێ ل ناڤ زارۆیان دا ل هەردو رەگەزا نەکەت، ب تایبەت کچان.

چار: دەرکرنا قانوونا توند ژ لایێ دەولەتێ ڤە ل بەرامبەر وان کەسان کو توندوتیژیێ دکەن، ب تایبەتی کچان.

پێنج: بەلاڤکرنا هوشیاریێ ل ناڤ ژنان دەربارەی ماف و ئەرکێن خوە.

بەكارهێنانی ڕەوشت و ڕەفتاری دروست لە بەكارهێنانی سۆشیال میدیا و بەكارهێنانی زمانی لۆژیك و تەندروست لە جێگای زمانی زبر و جنێو

بۆ بنیادنانی ژینگەیەکی تەندروست و کۆمەڵگایەکی ئارام پێویستە (خێزان و پەروەردە و ڕاگەیاندن) ڕۆڵی کارا بگێڕن و پرۆگرام و بەرنامەی پەروەردەیی زیاد بکرێن

لە ڕۆژگاری ئەمڕۆماندا کاتێک باس لە سۆشیال میدیا دەکرێت،بێگومان سەرەڕای لایەنی باش و پۆزەتیڤ کە سوودی لێوەردەگیرێت لە ژیانی ڕۆژانەماندا سەرەڕای ئەوە لای بەشێکی تری تاکەکانی کۆمەڵگا ئەو بیرکردنەوەیە پێچەوانە بۆتەوە، کە سۆشیال میدیاو تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان بوون بە ئامرازێک بۆ تێکدانی ئاسایشی کۆمەڵایەتی و نیشتمانی، ناشیرین کردنی جوانیەکان و پیرۆزییەکانی کۆمەڵگا، واتە ئاراستەیەکی نێگەتیڤی وەرگرتووە .

لە دوای دەرکەوتنی میدیایی ئازاد لە هەرێمی کوردستان و سەرهەڵدانی زمانی ڕەخنە و ئازادی لە بیروڕا دەربڕین،کە بەردەوام ڕۆژ لە دوای ڕۆژ لە پەرەسەندن و فراوان بوون دایە،بەکاربردنی زمان وەک کردەیەک بەکارهێنراوە کە بۆ ڕق و کینەو جنێودان و تەهشیرکردن لە سۆشیال میدیا ڕەنگی داوەتەوە.

ڕەخنەو ڕق تێکەڵ بە یەک کراوە، کە ئەم دیاردەیەش دەتوانین بڵێین هەموو بوارەکانی کۆمەڵگای گرتۆتەوە وەک بواری (کۆمەڵایەتی،سیاسی،هونەری، ئابوری، پەروەردە ...هتد)، کە زۆربەی کات ڕق و کینەی هەڵگیراو کۆکراوەکان لە بابەتێکدا هەمووی لە سۆشیال میدیا خاڵی دەکرێتەوە بە شێوەکی زۆر هەڕەمەکی و نا شارستانیانە کۆمێنت دەدرێت، دوور لە بەکارهێنانی زمانێکی لۆژێکی و نەرم و سەردەمی.

بەکارهێنانی زمانی زبر و توندوتیژ لەلایەن ئەو کەسانەی پەیڕەو دەکرێت کە هەڕەمەکیانە سۆشیال میدیاو تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان بەکار دەهێنن بووە بە دیاردەکی ترسناک و بەربڵاو . بێگومان ڕەخنە هەبووە و ڕەخنەش گیراوە و مافی هەموو کەسێکە ڕەخنە بگرێت،بەڵام بەشێوەیەکی شارستانیانە و کە زمانێکی شارستانی بەکاربرێت، بەڵگە بخرێتەڕوو چارەسەر و پێشنیازی دروست پێشکەش بکرێت بۆ ئەو بابەتەی کە ڕەخنەی لێ گرتووە .

وەک لامان ڕوونە کە بە شێوەیەک بەکاربردنی تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان ڕەگی داکوتاوە، کاریگەری سلبی لەسەر پەروەردە و هەڵسوکەوت و ڕەفتاری منداڵان و گەنجانی ئەم وڵاتە دروستکردووە، بەهۆی ئەوە، کردەی توندوتیژیەکان و کێشەی کۆمەڵایەتیەکان ڕوویان لە زیادبوون کردووە، ئەمەش بەپێی ئەو ئامارانەی کە بەڕێوەبەرایەتیەکانی بەرەنگاربوونەوەی توندوتیژی خێزانی و ڕێکخراوەکان ڕایانگەیاندووە و خستوویانەتە ڕوو. زۆرینەی خێزانەکان ڕێگا بەو جۆرە بەکارهێنانەی سۆشیال میدیا نادەن کە کچەکانیان یاخود کوڕەکانیان لە تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان دەردەکەون، وە لە دەر ئەنجامدا بەریەکەوتن ڕوودەدات لە نێوان خێزان و منداڵەکانیاندا.

ڕۆژانە دەبینین و دەبیستین کردەی (خۆسوتاندن و خۆ کوشتن یان کوژران) بەهۆی کێشەی کۆمەلایەتی روویان لە زیادبوون کردووە. بە هۆی ئەوەی سوکایەتی بە شکۆ و بەهای مرۆڤ دەکرێت کە زۆربەی کات بەهۆی سۆشیال میدیا و تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان ئەم دەرنجامە دڵتەزێنانە ڕوو دەدەن. کاتێک بە (کۆمێنت و پۆستی نەشیاو)بەتایبەتی،وە جنێو ناوزراندن و هەڕەشە و گاڵتەکردن بە خاوەن پێداویستی تایبەت و گاڵتە کردن بە رۆشنبیر و سیاسی و پیرۆزییەکان دەکرێت و رووداوی نەخوازراو لەو بارەوە ڕوودەدەن.

بەکارهێنانی سۆشیال میدیا لە کۆمەڵگەیەک بۆ کۆمەڵگەیەکی تر جیاوازتر و کاریگەرییەکەشی جیاوازترە. لە هەندێ لە کۆمەڵگاکاندا زمانی زبر و جنێودان، ناوزڕاندن و لە کەدارکردن، سووکایەتی و بێ ڕێزی پێکردن زۆر بەربڵاوە و کێشەو گرفتەکانیش زیاترن .تاکەکان زۆربەی کات نا بەرپرسانە و نایاساییانە و زۆرجاریش نادیارانە لە ناو تۆڕە کۆمەڵایەتییەکاندا ڕەفتار دەکەن. هەموو ئەمانەش ڕاستەوخۆ کاریگەری لەسەر ئاستی ڕۆشنبیری تاک دروست دەکات.

چی بکرێت بۆ کۆنترۆڵکردن و ڕێپێگرتنی ئەم دیادردە نەخوازراوانە ؟

بۆ بنیادنانی ژینگەیەکی تەندروست و کۆمەڵگایەکی ئارام پیویستە (خێزان و پەروەردە و ڕاگەیاندن) ڕۆڵی کارا بگێڕن و پرۆگرام و بەرنامەی پەروەردەیی زیاد بکرێن. وە چاودێری بەردەوام هەبێت و وەزارەتی ڕۆشنبیری بۆ کۆنترۆلی سۆشیاڵ میدیا و کەناڵەکانی ڕاگەیاندن بەتەواوی ئەرکی ئەم چاودێریکردنە بگرنە بەر،وە ئەو کەسانەی ڕووبەڕووی سزا ببنەوە کە خراپ سۆشیال میدیا بەکار دەهێنن. وە پێویستە گرنگی زیاتر بە ئەو چارەسەرانە بدرێت کە لەڕێگای (میدیای بینراو بیستراو) بێنە بەر باس و سەردێری گرنگترین بابەت بن، ئەو پرۆگرام و بەرنامانەی کە کاریگەری نەرێنی لەسەر کۆمەڵگا و تاک دروست دەکەن لە ڕاگەیاندنەکاندا پێشکەش نەکرێن یاخود سنووردار بکرێن،بۆ ئەوەی ژینگە و کۆمەڵگایەکی دوور لە توندوتیژی و زمانی زبر و دوور لە بێڕێزی و ئاژاوەگێری و تێکدانی شیرازەی خێزان و لادان لە بەهاکانی ئەخلاقی میدیایی بنبڕ بکرێن .

ڕێژین قاسم محمود

بــۆچی مووی زیـــادە لـــەسەر ڕووخـسار و جەستەی ئافرەتان دروست دەبێت؟

ئەو ڕێگا چارانە چین بۆ ئەوەی ئەم گرفتە بنبڕ بکرێت چارەسەر ببێت

لە کاتی دووگیانیدا جەستەی ئافرەتان بەشێوەیەکی سروشتی گۆڕانکاری بەسەردا دێت زۆر کات ئەم حاڵەتەش ڕوو دەدات بەڵام کاتیە

دەرکەوتــن و دروســت بوونی مــووی ڕەق و زیاددە لەسەر ڕوخســارو جەستەی ئافرەتان لــە ئافرەتانــدا دۆخێکــی زۆر نارەحــەت و بێزارکەرە،کە ئەم حاڵەتە لای هەموو خانمێک بابەتێکی هەســتیارە وە کاریگــەری دەبێت لەسەر جوانی ڕوخسار و جەستەی .

لە ئێستادا ئەم حاڵەتە لە ئافرەتاندا ڕووی لە زیادی کردووە و هۆکارەکانیشی جیاوازن لە ئافرەتێکەوە بۆ ئافرەتێکی تر، دروســتبوونی مــووی زیــاددە هەندێجــار هۆکارەکــەی نەخۆشــییە . دەرکەوتنی مووی ڕەق لەســەر چەناگە هۆکاری سەرەکی لەزیادبونی هۆڕمۆنی نێرینەیە، لەبەرامبەریدا هۆڕمۆنی مێینە ڕوو لە کەم بوونەوە دەکات.

ئەم گرفتە لە ئافرەتاندا تووشی بێ ئومێدی و خۆمۆکیــان دەکات پێی بێزار دەبن، چونکە ئافرەتــان گرنگیەکی زۆر بــە دەمووچاویان دەدەن بۆ ئەوەی ســەرنج ڕاکێش دەربکەون و پێســتێکی ڕەونەقدار و ســافیان هەبێت و بدرەوشێتەوە.

هۆکارەکانی دروستبوونی مووی زیادە؟

١- تێکچوونــی ڕێــژەی بەرهەمهێنانــی هۆڕمۆنی ئستڕۆجین:

تێکچــوون لــە ڕێــژەی بەرهــەم هێنانی هۆرمۆنــەکان کاریگەری ڕاســتەوخۆیان هەیە لەسەر زۆر لە کێشەو گرفتە تەندروستیەکان، ئــەم گرفتــەش زیادبوونــی مــووی رەق و رەش لــە جەســتەی ئافرەتــان و بەتایبەتی دەمووچــاو ژێــر چەناگە بــە ڕێژەیەکی زۆر بۆ کەمبوونــەوەی بەرهەمهێنانــی هۆڕمۆنی مێینەیە کە لە ئافرەتاندا هەیە و پێ دەوترێت (هۆڕمۆنی ئستڕۆجین)، کاریگەری زۆری هەیە لەســەر هەموو ئەو بابەتانەی بە ئافرەتانەوە پەیوەســتە، هەروەها لەم حاڵەتەدا هۆڕمۆنی نێرینە ڕێژەکــەی لە ئافرەتاندا بەرزدەبێتەوە، کە هۆکاری ئەمــەش زۆر جار دەگەڕێتەوە بۆ ناچالاکی و گرفتی غودە .

٢- دروستبوونی کیسی هێلکە دان :

کیســی هێلکەدان ئەو کیسە پڕ ئاوانەن کە لەناو یاخود لەسەر روکەشی هێلکەدان دروست دەبێــت زۆربەی کات بە هــۆکاری تێکچوونی هۆڕمۆن دادەنرێن و بەمەش کاریگەری لەسەر دروستبوونی مووی زیادە لە ئافرەتاندا دەبێت . دروستبوونی کیســی هێلکەدان دەبێتەهۆی ئازار و پێویســتە بە زووترین کات چارەسەر بکرێــت، چونکە ترســی هەیــە بگۆڕێت بۆ وەرەمی شێرپەنجە.

هەروەهــا ڕژێنەکانــی ســەر گورچیلــە بەشــێوەیەکی تەندروســت کارنەکات، ئەوە هۆکار دەبێت بۆ بەرزبونەوەی ئاستی هۆرمۆنی (کۆرتیزۆن و تســیتیرۆن) لەناو خوێنیاندا و تێکچونی دەردانی هەر گلاندێک لەناو جەستەی ئافرەتاندا هۆکارە بۆ ئەم حاڵەتە .

لەم ساڵانەی دواییدا ئەم نەخۆشییە ڕووی لە زیادبوون کردووە، بەشێکی زۆری ئافرەتان لە ئەنجامی پشــکنینی نەخۆشــی تردا بۆیان دەرکەوتووە کە کیسی هێلکەدانیان هەیە، هەر بۆیە پزیشــکان ئامــۆژگاری ئافرەتان دەکەن کە بۆ سەلامەتی تەندروستی خۆیان پشکنین ئەنجام بدەن.

٣- دووگیانــی یــان بەکارهێنانــی ئــەو دەرمانانەی ڕێگری دەکات لە سکپڕی:

لە کاتــی دووگیانیدا جەســتەی ئافرەتان بەشێوەیەکی سروشــتی گۆڕانکاری بەسەردا دێت زۆر کات ئەم حاڵەتەش ڕوو دەدات بەڵام کاتیە .

هەروەها ئەو دەرمانانەی کە بۆ ڕێگریکردن لــە ســکپڕی بــەکار دەهێنرێــن، کاریگەری نێگەتیڤ دروســت دەکەن لەســەر جەستەی ئافرەتان، مووی زیادەو ڕەق دروست دەکات .

٤- زیاد بوونی تەمەن :

هەندێکجار هۆکاری زیادبوون و هەڵکشانی تەمەن هــۆکارن بۆ ئــەوەی هۆرمۆنەکان بە چالاکی کارنەکەن ئەم گرفتە دروست ببێت.

ئەو ڕێگا چارانە چین بۆ ئەوەی ئەم گرفتە بنبڕ بکرێت چارەسەر ببێت؟

١- ســەرەتا دەسنیشــانکردنی هــۆکار دروستبوونەکەی :

ئینجا بــە پێی جــۆری هــۆکار و گرفتە تەندروســتیەکە چارەســەر دابنرێت لە لایەن پزیشــکی پســپۆر پێــش بەکارهێنانی هەر چارەسەرێک، بوار بە پزیشک بدەن بەدوای ئەو هۆکارەدا بگەڕێت کە لەپشت پەیدابوونی ئەو مووە زیادەیەوەیە و هۆکارە بۆ دروســتبوونی ئەم گرفتە .

٢- گۆڕانکاری لە سیستەم و شێوازی ژیان:

پرۆفیســۆر دکتــۆر فەهریتین کێلشــتمور (Prof. Dr. Fahrettin Keleştemur)، ئاماژەی بەوە داوە کە گۆڕانکاری لە سیستەم و شــێوازی ژیــان و ڕۆڵــی گرنــگ دەبینن لەچارەســەری ئەم گرفتەدا، دکتۆر فەهریتین کێلشتمور گوتی:" ئەگەر هۆکارەکان هەرچیەک بن لــە دروســتبوونی ئەم گرفتە پێویســتە گرنگی بە خۆراکی گونجاو و ڕاهێنانی ئاسایی و بەتایبەتی ســەرەڕای ئەوەش، دیاریکردنی هۆکارە بۆماوەییەکان بۆ دروســتبوونی مووی زیادە، پێویستە ســەردانی پزیشکی پسپۆڕی بۆماوەیــی بکرێــت و ڕاوێــژی بۆماوەیی بۆ نەخۆشەکان دابین بکات.

٣- نوێتریــن ڕێگەچارەســەر بریتیــە لــە بەکارهێنانی لەیزەر:

لە ئێستادا لەیزەر بە باشــترین چارەسەر دادەنرێت کە ئافرەتان پەیڕەوی دەکەن بۆ چارەســەر کردنی ئەم گرفتە بۆ بنبڕکردنی موی زیادە و چەند جەلســەیەک دادەنرێت بــۆ لابردنی مووی زیادەکە بە لێزەر لێدانی شــەپۆلی لەیزەر و لەناوبردنی مــوەکان بۆ ماوەیەکی درێــژ ڕێژەی مووەکان بەڕێژەیەکی باش ڕوو لە کەمبوونەوە دەکات، هەروەها چارەسەری تایبەت بۆ ئەو کەسانە دەنووسرێت کە کێشەی هۆرمۆنیان هەیە.

٤- بەکارهێنانی کرێم:

هەندێک کرێم کە دەبنەهۆی هێواشکردنەوەی گەشەی مووەکان.

ڕێــژین قاسم محمود

لەتاراوگەوە

فه زیله شۆرش - هۆڵەندا

ماف و ئازادی ئافره ت له بابه ته هه ره گرنگه كانی كۆمه لگەیه له سەرتاسەری جیهان

خراپی دۆخی ئافرەت لە زۆربەی وڵاتانی جیهان وایکرد کە ئافرەتان بۆ مافی خۆیان دە ست بە خەبات و شۆڕش بکەن لە ســاڵی ١٩٠٠ ئافرەتان لە وڵاتانی ئــە ورووپا و ئەمریکا ونیوزلەندا.

دە ستیان بە خۆپیشاندان و بزوتنەوە کرد بۆ چاکردنی دۆخی ئافــرەت و وەرگرتنی مافی خۆیان بە شــێوەیەکی یەکســان لەگەڵ پیاوان ووردە ووردە توانــرا لە زۆربە ی وڵاتانــی جیهان مافی ئافرەت و کچان بە یاســا ڕێکبخرێ، بەڵام بەداخەوە هێشــتاش لە زۆربەی وڵاتان مافی ئافرەت هەر پێشــلکراوە بۆیە ماف و ئــازادی ئافرەتان بابەتێکی گرنگــە و، ژمارەیەکــی زۆر لــە ڕێکخــراوە و بزوتنەوەی ئافرەتان لەســەرمافی ئافــرەت کاردەکەن و بگرە لە وڵاتە پێشکەوتووەکانیش توندوتیژییەکی نە رم بەرامبەر ئافرەت دەکرێ و، خۆدزینە وە لە جێبە جێکردنی یاسا لەم وڵاتانە دیاردەیەکی نامۆ نیە، بێگومــان بوونی ئەم ژمارە زۆرەی ڕێکخــراوە نێودەوڵە تی و لــۆکاڵ و بزووتنەوەی ئافرەتان لە جیهان بــۆ داکۆکیکردن لە مافــی ئافرەت جە خت لە بوونی پێشلکاری لە مافی ئافرەت دەکات، ئە م ڕێکخراوانە پاش خەباتێکی زۆر توانویانە تا رادەیەکی باش کاریگەری باشــیان هە بێت بۆ هە موارکردنی یاسا و ڕێنماییە کان و، بە دواداچون بۆئە م خاڵانــە بکرێت کە مافی ئافرەتی لێ پێشلکراوە .

لەگەڵ ئە م دەستەبەرکردنەی زۆربەی مافەکانی ئافرەت، بەڵام هێشــتا نەگەیشتۆتە رادەی یەکسانی تەواو بۆیە زۆر لەم بزوتنەوانە بەرەو فیمینستی ڕۆیشتون و دەرۆن و داوای یەکســانی تەواو دەکەن، وە نایانەوێ بە هیچ بیانویە ک بە تایبــە تی بیانووی رەگەزنامەی مامەڵەی جیاوازیان لەگەڵ بکرێــت و، ماف و ئــازادی ئافرەت بوویتە لــە بابەتە هە رە گرنکەکانــی کۆمەڵگەکان لە سەرتاســەری جیهان، هە ر بۆیــەش خەبات بەردەوامە تا یەکســانی و دادپەروەری لەنێوان پیاو و ئافرەت بە شــێوەیەکی تەواو بەر قەرار دە بێت.

له هێلینەوە

– ڕێکخراوی نەتەوەیەکگرتووەکان لە ڕاگەیەندراوێکدا نیگەرانی خۆی لە بارەی بارووداۆخی ئابووری ناوخۆی ئەفغانستان وکاریگەرییەکانی بۆ سەر ئافرەت و منداڵانی ئەو وڵاتە باس دەکات و دەڵێ کە نزیکەی ٨٠٪ لەو ئاوارانەی کە ماڵ و حاڵی خۆیان جێدەهێڵن،ئافرەت و منداڵن. "هنریتا فورد"بەڕێوەبەری جێبەجێکاری یونیسف لە ڕاگەیەندراوێکدا ئاماژە بە بەڵگەی باوەڕپێکراو کردووە کە بە هۆی نالەباری بارووداۆخی ئابووری، خێزانەکان هەندێ جار ناچارن منداڵە کچەکانیان هەر لە تەمەنی زۆر بچووک مارەبڕی بکەن لە پێناو وەرگرتنی پارە و ئاماژە بە منداڵێ کچی ٢٠ ڕۆژە دەکات.

– لە مانگی دیسمبەری هەموو ساڵێکدا بڵاوکراوەی "فانیشال تایمز"کاریگەرترین ئافرەتی ساڵ لە جیهاندا دەسنیشان دەکات، بۆ ئەمساڵیش ٢٥ ئافرەت لە هەموو بوارەکانی سیاسی، هونەری و داهێنەر و.. دەستنیشان کردووە، لەوانە "نانسی بیلوسی "سەرۆکی پەرلەمانی ئەمەریکا، سیاسەتمەداری سومالی "مەریم ال حمدی" و سەرۆک کۆماری تایوان"تساوی اینگ ون" . بە پێی ڕاپۆرتەکە کاریگەرترین ئافرەتی جیهان بۆ ساڵی ٢٠٢١ " انکوزی اوکونجو-ایوالا"سەروکی ڕێکخراوی بازرگانی جیهانییە کە بە ڕەگەز ئەفریقییە.

– بە پێی هەواڵی "عیلاج نیوز"ڕێکخراوی چاودێری لە سەر تەندروستی بەریتانیا،ڕایگەیاند، توێژینەوەیەکی نوێی زانستی چارەسەرێکی گونجاوی بۆ کێشەی لە بارچوونی منداڵ دۆزیوەتەوە، ئەو توێژینەوەیە لە ڕێگەی هۆرمۆنەوە ئەنجامدەدرێت کە پێی دەوترێت "هۆرمون دەرمانی" کە لەگەڵ پرۆجسترۆن بۆ ئەو دایکانە بەکار دەهێنرێت کە کێشەی لە بارچوونی منداڵیان هەیەو کاریگەری باشی هەبووە و بە پێی ئەو توێژینەوە بێت ساڵانە منداڵی زیاتر دێنە دونیاوە و دایکانیش لەونیگەرانییە ڕزگاریان دەبێت و قۆناغێکی گەشبینانە لە دووگیانی دێتە ئاراوە.

–" باربارا دی ئانجلێس"نووسەری ئەمەریکی لە کتێبەکەیدا بە نێوی "نهێنی سەرکەوتنی ئافرەتان لە کۆمەڵگەدا" باس لەوە دەکات،" بۆ ئەوەی ئافرەتان سەرکەوتنی زیاتر تۆمار بکەن، پێویستە لە گرووپێکدا وەکو تیم کار بکەن و هەماهەنگی لە نێوانیاندا هەبێت، بەڵام ڕێژەیەکی زۆر لە ئافرەت هەن کە لە سەر ئەو شێوازە پەروەردەنەکراون ورانەهاتوون، بە پێچەوانەوە، پیاوەکان هەرلە منداڵییەوە بە هزری کارکردنی گرووپی پەروەردە دەکرێن وئەو چالاکییە هاوبەشیە لە ناخیاندا دروست دەبت و پاڵپشتی زیاتری یەکتر دەکەن، بۆیە پێویستە ئافرەت خۆی لەو شێوازە ئیشکردنە ڕابهێنێت.

ئا:نەسرین حەسەن

کاریگەرییێن سوشیال میدیایێ

سوشیال میدیای فاکتەرەکێ سەرەکی یە بو پێشڤەچونا کاری د بیاڤێن جودا جودا و ڕێخوشکەرە بو هندێ هەر تشت ب ساناهی د کەڤیتە بەردەستێ مروڤی،هەر جفاکەک ل گورەیی رەوشەنبیریا تاکان سەرەدەری دگەل تێتە کرن د لایەنێ (ئەرێنی و نەرێنی)دا، د ناڤا جفاکێ مە سەرەرایی کار ئاسانیە بو کارێ مە،لێ د هەمان دەمدا گەلەک کێشە ژی دروست بوینە ژ ئەنجامێ خەلەت ب کارئینانا وێ.

هەیڤا دوسکی چالاکڤان و روژنامەڤان :دیارکرد هەر قوناغەکا جفاکی دا هندەک بویەرێن نوی سەرهلدەن و گوهورین پەیدا دبن ئەڤجا چ ئەرێنی یان نەرێنی بن دناڤا جفاکێ مەدا ل ڤێ دوماهیی پەیدا دبن،چونکە بەری چەندەکێ بو ئافرەتێ زەحمەت بو وێنەکێ خو بدانیت هەر تورەکا کومەلایەتی،بەلێ نوکە دا بـ شێوەیەکی گشتی هەمی کەس دشێن بدانن،ژبەر هندێ وێرەکی یا پەیدا بویی لدەڤ هەردوو رەگەزان د هاڤێژنە ئێک و دوو و ئاماژە ب ناڤێن ئێک دوو دەن،ئەگەرێ ڤێ چەندێ ژی ئەوە کو ئازادیەکا بێ سنور دناڤا بـ کارهێنەرێن سوشیال میدیایی یا بەلاڤ دبیت.

هەر گوهورینەکا پەیدا دبیت د ناڤا جفاکی دا باشی و خرابیێن خو هەنە لێ پتر ئافرەت د بیتە قوربانی ڤان هرشێن د ناڤا سوشیالێ دا،ژبو وێ چەندێ رەوشەنبیریا سوشیالی یا لاوازە وژبەر وێ چەندێ هەر ئالوزی یەکا کەتیە د ناڤا دوو رەگەزان یان هەڤالان دا دبیتە،ئەگەری هندێ تولڤەکرن یا زێدەیە بویی دناڤا جفاکی دا ب تایبەت ئێک و دوو شکاندن لـ سەر ئاستێ رەوشتی ب تایبەت ژ لایێ گەنجان ڤە چ لـ کوردستانێ بیت یان لدەرڤە بیت یا بویە دیاردە،ئەڤە نابیتە ئەگەرێ هندێ،کو ئەڤە دەست پێک و دوماهیکا هەر گوهورین ونەخوشیەکێ یە ئەڤە ژی دێ دەرباز بیت وەکی ییێن بەری نوکە دەمێ وێنێن کچان ب فوتوشوپی د هاتنە دروستکرن.بەلێ هرشێن شوشیالی ییە هاتن ئەم دێ گەلەک قوربانیا دەین، وپێدڤیە ئافرەت پتر هاش رەفتارێن خو هەبیت و ب هشیاریی سەرەدەریی بکەت ب تایبەت ئەڤ ئافرەتێن کار دکەن ب باوەریەکا بهێز بخو و دەوروبەرێن خو،بو سەرکەفتی بن د کارێ خو و مالبات ژی پشتەڤانیی لێ بکەت و د چارەسەرکرنا هەرکێشەیەکی دا.

روژهات لوقمان روژنامەڤان : سۆشیال میدیا ئەو ئالاڤێ هەولددەت و کار دکەت تا کۆ خۆ وەکە دەستهەلاتا پێنجێ بدەتە نیاسین، تا رادەیەکێ دشێن بێژین جیهان کۆنترۆلکریە، ئەڤ سۆشیال میدیایە بۆ رێڤەبەر بۆ رێڤەبرنا خێزانا، بوویە ناڤبرێ خرابیێ زۆر جاران دناڤبەرا کەسان دا، د هەماندەمدا نها دا ئەوا سۆشیال دکەت تا رادەیەکێ شیایە ل شوینا راگەهاندنێ کار بکەت، چەوا؟ ئەو نوچەیێ رۆژنامەکێ دۆهی بەلاڤک دکر، ئەڤرۆ بەری بەلاڤبونێ ل رۆژنامێ، ل سۆشیالێ دهێتە دیتن، ئەو پەیامێن دەمدرێژ ل سەردەمێن کەڤن دا تا دگەهشتە کەسەکێ، نها ب ئێک کلیک دگەهیتە کەسێ ئارمانجکری، سۆشیالێ جڤاک داگیر کریە، ب وی رەنگی هند جاران رۆیدایە بوویە ئەگەرێ کارەساتێن مرۆڤی، کارەساتێن مرۆڤی نەبتنێ ئەوە دەمێ لەهی و ئەرد هەژەک درۆست بیت،بەلکۆ ئەو چەندە یە دەما ب رێکا سۆشیال میدیایێ کچا چاردە سالی دکەڤیتە ناڤا دەستێن رەشێن کەسان دا و دویڤ دا دبیتە ئەگەر گیانێ خۆ ژ ناڤ ببەت، سۆشیال میدیا ئالاڤەکێ ب مەترسی یە، هەرچەندە جڤاکێ مە یێ گرتی یە، تنێ جڤاکێن ڤەکری دزانن ئەڤ ئالاڤە چەند کۆژەکە، دلگرانی ڤە دێ بێژم، جڤاکێ مە درۆستی سۆشیال میدیا نەنیاسە و بکار دئینن، گەهشتیە وی ئاستی، دایکێ ئاگەهی ژ کچ و زارۆکێ د ناڤا لاندکێ دا نەمایە، بابی ئاگەهی ژپەیوەندیێن کۆری نەمایە، وی ئاستی سۆشیال میدیا ل سەر هەر خێزانەکێ مەترسی یە، زۆر جاران ل ڤێ دهۆکی رۆیدایە،ژ ئەگەرێ خرابکارئینانا سۆشیال میدیایێ، گیان ژ ناڤچوونە، د بنەرەت دا وەرگرتنا گیانی ب دەستێن خۆدای یە و بەری نها ب قەدەرێ و ئەمرێ خۆدێ بوو، لێ نها ئەگەرێن مەزن ژ گیانژدەستدانا سۆشیال میدیایە، فەرە هەر خێزانەک سانسۆرەکێ ل سەر ڤێ تۆرا ئالۆز بدانیت، فەرە دەستهەلات و پەرلەمان کۆ جهێ یاسادانێ یە، سانسۆرەکێ بۆ سۆشیال میدیایی بدانیت بەری کۆ کارساتێن مەزن و نەچافەرێکری ل سەر ڤی خەلکێ چاڤ گرتی دا بهێن خار.

ناز نادر سێودین

سوشیال میدیا خرابی و باشییێن خو هەنە،ب کارئینانا وێ لـ سەر بکارهێنەری و رەوشەنبیریا تاکان دمینیت. ژبەر هندێ هەربەرنامەکێ سوشیالی گرنگە ئەم بو گەهاندنا پەیامێن خو ییێن راست و دروست ب کار بینین، یاهەرە گرنگ نەبینە ئەگەرێ دروستبونا ناکوکیی دناڤبەرا کەسان دا لـ گورەیی جفاکی کاربکەین بوهندێ د پاراستی بین ژ هەر گەڤەکێ یان ئاخفتنێت نە شیاو داکو کەسایەتیا مە دویر بیت ژ توندو تیژیا دەرونی.سوشیال میدیا د دەمەکی دا هاتە د ناڤا جفاکێ مەدا بێ زانیارێ مە لـ سەر هەبن دناڤا مەدا جهێ خو گرت و پتریا جاران د رێیا خەلەت دا هاتە ب کار ئینان و بو ئەگەرێ دروست بو گەلەک کێشەیێن جفاکی هەتا گەلەک ئافرەت بو نە قوربانی ب کارئینانا تورێن جفاکی ب رێکێن خەلەت.و سوشیال میدیاییی چاڤلێکرن زێدەکر و هەتا بوئەگەر کو خەلک گەلەک مەزاختنێن خو زێدەکرن ژبەرکو دانانا وێنان ییێن خوارنێ و مودێلێن پێدڤیێن خارنێ......هتد بونە ئەگەر روژانە بەرمایکێن خارنێ زێدەتر بهینە هاڤێتن بتنێ ژبو چێکرنا سناپەکی دا خارنا من ژیا جیرانێ من جوانتر بیت.ئەڤ کێشە یین سوشیال میدیایێ دێ هێنە چارەسەرکرن ب رێکا کورو و سمینار و هوشیاریا جفاکێ و تاکان دەربارەیێن یاساییێن خراب ب کارئینانا ئامیرێن ئەلکترونی.

> سوشیال میدیا خرابی و باشییێن خو هەنە،ب کارئینانا وێ لـ سەر بکارهێنەری و رەوشەنبیریا تاکان دمینیت. ژبەر هندێ هەربەرنامەکێ سوشیالی گرنگە ئەم بو گەهاندنا پەیامێن خو ییێن راست و دروست ب کار بینین

ناسک سەعید
Nask.saeed@helinmedia.org
شەیما مستەفا
Shayma.mustafa@helinmedia.org