بسم الله الرحمن الرحيم

کتاب پېژندنه

د کتاب نوم:	اروا پوهنه
څانګه:	اداره او منجمنټ
مولف:	محمد طیب ببرک
ژباړن:	قاری محمد حلیم

د څار کمېټه:

- محمد آصف ننګ د تخنیکي او مسلکي زده کړو معین
- ډیپلوم انجنیر عبدالله کوزاېي د تعلیمي نصاب رییس
- محمد اشرف وحدت په تعلیمي نصاب کې د معینیت د مقام سلاکار

د تصحیح کمېټه:

- فرشته
- عبدالجمیل ممتاز

د ګرافیک او ډیزاین څانګې مسئول:	محمد جان علیرضایي
ګرافیک او ډیزاین:	علی مومنی
چاپ کال:	۱۳۹۲ لمریز کال
تیراژ:	۳۰۰۰ ټوکه
چاپ ځل:	لومړی
وېب پاڼه:	www.dmtvet.gov.af
برېښنالیک:	info@dmtvet.gov.af
ISBN کډ:	ISBN [illegible]

Ketabton.com

د چاپ حق د تخنیکي او مسلکي زده کړو له معینیت سره خوندي دی

(c) ketabton.com: The Digital Library

ملي سرود

دا وطن افغانستان دی　　دا عزت د هر افغان دی
کور د سولې کور د تورې　　هر بچی یې قهرمان دی
دا وطن د ټولو کور دی　　د بلوڅو د ازبکو
د پښتون او هزاره وو　　د ترکمنو د تاجکو
ور سره عرب، ګوجر دي　　پامیریان، نورستانیان
براهوي دي، قزلباش دي　　هم ایماق، هم پشه یان
دا هیواد به تل ځلیږي　　لکه لمر پر شنه آسمان
په سینه کې د آسیا به　　لکه زړه وي جاویدان
نوم د حق مو دی رهبر　　وایو الله اکبر وایو الله اکبر

(c) ketabton.com: The Digital Library

د پوهنې وزارت پیغام

ګرانو زده کوونکو، محصلانو او درنو ښوونکو!

د یوې ټولنې وده او پرمختګ کاملاً د همغې ټولنې د پیاوړو کاري کادرونو، بشري قوې او ماهرو فکرونو په کار او زیار پورې تړلې دي. همدا بشري قوه او کاري متې دي چې د هیواد انکشافي اهدافو ته د رسېدو لارې چارې طی کوي او د یوه نېکمرغه، مرفه او ودان افغانستان راتلونکی تضمینوي.

انســان په خپل وار سره د الله تعالی له جانبه او هم د خپل انســاني فطرت له اړخه مؤظف او مکلف دی چې د ځمکې په عمران او د یوه ســوکاله ژوند د اســبابو او ایجاباتو د تکمیل لپاره خپل اغیزمن نقش، همدارنګه ملي او اسلامي رسالت ادا کړي.

لــه همدې ځایه ده چې د یوه ژوندي او فعال انســان نقــش، د خپل ژوند د چاپېریال او خپلې اړوندې ټولنې په اړه، تل مطلوب او په هېڅ حالت کې نه نفي کېږي او نه هم منقطع کېږي.

په ټول کې د پوهنې نظام او په خاصه توګه د تخنیکي او مسلکي زده کړو معینیت مسوولیت او مکلفیت لري چې د اســلامي ارزښــتونو، احکامو او همداراز معقولو او مشروعو قوانینو ته په ژمنتیا سره، د افغانســتان په انکشاف کې فعاله، چابکه او موثره ونډه واخلي، ځکه دغه ســتر او ســپېڅلي هدف ته د رســېدو په خاطر د انساني ظرفیت وده، د حرفوي، مسلکي او تخنیکي کادرونو روزنه او پراختیا یو اړین مقصد دی. همدا په تخنیکي او مسلکي زده کړو مزین تنکي ځوانان کولی شي چې په خپلې حرفې او هنر سره په سیستماتیک ډول د هیواد انکشاف محقق او میسر کړي.

جوته ده چې په افغانستان کې د ژوند تګ لاره، دولتداري او ټولنیز نظام د اسلام له سپېڅلو احکامو څخه الهام اخیســتی؛ نو لازمه ده چې زموږ د ټولنې لپاره هر ډول پرمختګ او ترقي باید په علمي معیارونو داســې اســاس او بنا شي؛ چې زموږ د کارګر نســل مادي او معنوي ودې ته پکې لومړیتوب ورکړ شي. د حرفوي ظرفیت جوړونې تر څنګ د ځوانانو سالم تربیت او په سوچه اسلامي روحیې د هغوی پالنه نه یواځې پخپل ذات کې یوه اساسي وجیبه ده، بلکې دا پالنه کولی شي چې زموږ وطن پخپلو پښو ودروي، له ضعف څخه یې وژغوري او د نورو له سیاسي او اقتصادي احتیاج څخه یې آزاد کړي.

زموږ ګران زده کوونکي، محصلان، درانه اســتادان او مربیون باید په بشــپړه توګه پوه شي، چې د ودان او نېکمرغه افغانستان ارمان، یواځې او یواځې د دوی په پیاوړو متو، ویښ احساس او نه ستړي کېدونکي جد او جهد کې نغښتی او د همدغو مسلکي او تخنیکي زده کړو له امله کېدای شي په ډېرو برخو کې د افغانستان انکشافي اهداف تر لاسه شي.

د دې نصــاب له ټولو لیکوالانو، مولفینو، ژباړونکو، ســموونکو او تدقیق کوونکو څخه د امتنان تر څنګ، په دې بهیــر کــې د ټولو کورنیو او بهرنیو همکارانو له مؤثرې ونډې او مرســتو څخه د زړه له کومې مننه کوم. له درنو او پیــاوړو اســتادانو څخه رجامندانه هیله کوم چې د دې نصــاب په ګټور تدریس او فعاله تدریب سره دې د زړه په ټول خلوص، صمیمي هڅو او وجداني پیکار خپل ملي او اسلامي نقش ادا کړي.

د نېکمرغه، مرفه، پرمختللي او وياړمن افغانستان په هیله

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د پوهنې وزیر

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

خپرکي	سرليکونه	پاڼې
لومړی	د اروا پوهنې تعریف	۱
دویم	د شخصیت تعریف	۱۳
درېیم	د هېرېدنې حافظه	۲۵
څلورم	احساس او ادراک	۳۱
پنځم	شرطي کېدل او یادګیري	۳۷
شپږم	هوښ	۴۳
اووم	انګیزش	۵۳
اتم	هیجان	۶۱
سرچینې او اخیستنې		۶۸

(c) ketabton.com: The Digital Library

مقدمه

ګرانه زده کوونکيه! ممکن چې له داسې پوښتنې سره مخ شې، چې اروا پوهنه څه ګټه لري. مخصوصاً کله چې ته د اروا پوهنې یا تربیتي علومو محصل ونه اوسې، ممکن چې له خپل ځان څخه وپوښتې، چې ولې د عمومي اروا پوهنې تر عنوان لاندې یو مضمون مطالعه شي. البته احتمال لري ځينې په طنز سره دا خبره وکړي، چې د اروا پوهنې د مطالعې هدف دا دی چې یو مضمون په نورو مضامینو ور اضافه شي؛ تر څو وکولای شي خپل تحصلي سند تر لاسه کړي، ممکن دا خبره د ځينو لپاره هدف وي. خو پوره یقین لرم چې دا به د ټولو محصیلینو لپاره هدف نه وي، که لاندې مطالب په غور سره ولولی ښايي دا به ښه درک کړی، چی زموږ موخه د دې کتاب له تدوین څخه څه شی ده؟ یا د اروا پوهنې له علم سره آشنایي کومې ګټې کېدای شي چې ولري.

اروا پوهنه یې د یون، یا تګ په علم سره تعریف کړې، یعنې د یوه فرد عکس العمل په یو محیط او یوه ټاکلي وخت کې، چې په عین حال کې هم په فرد او هم په یوه محیط پورې تړلی وي، تل د معنی لرونکی دی، نو بناً د اروا پوهنې له علم سره د اشنایۍ کلي موخه او هدف دا دي چې وکولای شو، خپل او د نورو رفتار یا عکس العمل په یوه چاپیریال اوپه یوه ټاکلي وخت کې مطالعه کړو.

ممکن دا پوښتنه وکړی، چې په داسې حال کې چې څوک نه غواړي اروا پوه شي، بیا نو دغه مطالعه څه ګټه لري. موږ هم فکر نه کوو، چې د دې پوښتنې ځواب ډېرسخت وي. لنډه اشاره څو داسې مواردو ته چې هلته پکې اروا پوهنه د استفادې بنه نیسي، نو هلته به نه یوازې داچې ستاسې پوښتنې ځواب، بلکه تاسو به د دې کتاب ویلو ته ښايي ترغیب کړي.

د اروا پوهنې د یادولو او یا مطالعې اړتیا:

تر هر څه مخکې تاسو پدې پوه یاست، چې تاسو زده کونکي یا محصلین یاست، نوباید د دې کتاب او د ټولو نورو درسي کتابونو مطالب زده کړی. تاسو نه یوازې دا چې د خپلو درسي کتابونو مطالب زده کړی، بلکه هغه باید د آزموینې تر وخته پورې په خپله حافظه کې وساتی.

ځينې نور کسان هم همدا راز په لرې او نیژدې کې شته (ورور، خور، زوي، لور، دوست او آشنا) چې په اجباري ډول باید څه شیان یاد کړي. احتمالاً ځينې افراد به ښه موفقیت او ځني نور به بیا چندانې موفقیت په لاس نه راوړي. تاسو هم ممکن د دې دوو ډلو څخه د یوې ډلې جز واوسی. د اروا پوهنې له علم سره آشنایي، په ځانګړي ډول آشنایي د یادولو له اصولو سره کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي؛ تر څو په خپله تاسو یو شی سم او بهتره زده کړی او هم خپل اطرافیان په غوره یادولوکې رهنمایي کړی.

که د یادولو په اصولو ښه پوه وی، نو بیا به په لازم وخت کې ښايي، چې د مطالبو د یاد ولو لپاره صرفه جویي وکړی، یعنې دا معنې چې خپل وخت به موسپمولی وي او په نتیجه کې به د نورو کارونو لپاره وخت درته سپمېدلی وي.

پوهېږو چې کوچنی په تدریجي ډول سره وده کوي او له خپلې ودې سره ډېر قدرتونه په لاس راوړي. د دې لپاره چې کوچنې وکولای شي، د ځينو کارونو د ترسره کولو له عهدې څخه ووځي، نو لازمه ده، چې کوچنی باید د جسمي او ذهني ودې له پلوه ټاکلي هدف ته رسېدلی وي.

لکه، کوچنی باید تقریباً یوکلن وي؛ تر څو په لاره تګ وکړای شي، دوه کلن وي؛ تر څو معنی لرونکې کلمې په خوله راوړای شي او پنځه کلن یا شپږ کلن وي؛ ترڅو وکولای شي ویل او لیکل زده کړي.

په کلي توګه سره هرکار خپل وخت لري، هرشی په هر وخت او هر چا ته نشو کولاي ورزده کړو، هر هغه څوک چې دغه واقعیت په نظرکې نه نیسي، نو دا په اصل کې اوبه په هاون یا اوکلۍ کې ټکول یا کیښتۍ په وچه کې چلول دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نــو د دې کتــاب په مطالعه کولو سره به دا درک کړی، چې د مختلفو عمرونو درلودونکو کوچنيانو څخه د څه شي انتظار او تمه ولرو.

تاســې ښــايي متوجه شــی، چې ټول متعليمن په هغه چې ممکن دي د عمر له پلوه توپير ونلري، د ذهني وس او تــوان لــه نظره د پام وړ توپيرونه لري، نوځکه خو د هغوی په ښــو ونه اوروزنه کې حتــماً بايد فردي تفاوتونه په نظرکې ونيسی.

لــه کلمو څخه يوه کلمه، چې هغه زمــوږ د ټولو په ژبه باندې جاري ده هغه د هوښ کلمه ده. هغه کوچنی چې ښې خبرې کوي يا ښه درس وايي، نو هغه ته په هوښ يا هوښيار وايو، همدارنگه هغه افراد چې حاضر ځوابه وي هغه ته هم هوښيار وايو.

خو لنډه داچې هوښ په تحصيل، کار، شــغل او په کلي توگه سره د عادي ژوند په اکثره ځانگو کې د برياليتوب او کاميابۍ خورا مهم عامل بلل کېږي، کله هم هوښ توارث (ارث) ته او کله يې هم چاپېريال ته نسبت ورکوو.

د دې کتاب په مرستې سره به ښايي متوجه شی، چې کامیابي يوازې د هوښ محصول نده، ډېر محصلين او متعليمن شــته، چې له پورتنۍ خبرې سره چندانې موافق ندي، دغه کتاب به ښــايي تاسو ته در وښي چې عدم مو فقيت په کومو عواملو کېدای شي ترلی وي او کله چې په دغه کتاب کې وړاندې شــوي دلايل او نتايج تاســو قانع کړای شي، چــې چاپېريــال او توارث دواړه د هوښ په پيــدا کولو کې مهم رول لري او هېڅ يو هم په تنهايۍ سره نشي کولای، چې يو رول يا يو نقش ولري، نو له عقل څخه، د داســې چاپيريال په راوســتلوکې شــی، چې په هغه کې ستاسو د اولاد د هوښ د خوشحالۍ او سپړلو امکان را منځته کېږي ښاي غور او دقت وکړی.

ډېــر خلــک له خپلې کمزورې حافظې څخــه گيله لري، ډېری محصلين هم دغه گيله لري، احتمال لري تاســو هم داســې متعلمين او محصلين وپيژنی، چې هغوی د ډېر زيات زحمت او زيار په مقابل کې ډيره کمه پايله په لاس راوړي، يعنــې هېــره د هغــوې له خواه غټه ســتونزه ده، چې هېره څه مهال او ولې رامنځتــه کېږي او د هېرې د مخنيوي لارې کومې دي.

شايد دا زده کړی، چې څرنگه ولولی او مطالعه يې څه ډول ذهن ته وسپارئ؛ تر څو مو هېره کمه شي. دغه کتاب به تاســوته در زده کړي، چې يادول تل پاتې او زر هېر نشي، اړتيا څه وخت دې ته مهال پيداکوي؛ ترڅو په بشــپړه توگــه پــه ذهن کې ځای ونيسي، نوځکه بايد د يوې مطالعې له ياد ولو وروســته، نــه بايد پرته له فاصلې څخه بل مطلب يې ياد شي، بلکه د هغوی په منځ کې بايد يوه وقفه رعايت شي.

په ورځني ژوند کې ډېر خلک وينو، چې متفاوتې او بېلې موخې تعقيبوي، يو يې د قدرت غم نيولی اما يو بل فرد بيا وينو چې په کلي توگه ورزش يا هنرته بېگانه دی، خو د لوړو مؤسســو محصلين بيا هغه موخې تعقيبوي، چې بيا هغه د عامو خلکو لپاره بېگانه پاتې دي. موږ ټول به همېش په يوحال نه پاتې کېږو، کله به ډېرزيات خوښ او کله به ډېر زيات غمجن کېږو، کله به غصه کېږو او کله به وېرېږو، يعنې حالتونه په خپل ځان کې وينو، چې ډېر سخت او زر تلونکي دي. دغه حالتونه د هيجان په نوم نومول شوي دي.

نو بناً پردی هيجان يعنې کلي عکس العمل ســخت او لنډ اورگانيزم (پيکر بدن) يو غير منتظر موقعيت ته له يوه عاطفي حالت سره خوشــاينده او ناخوشــاينده کېداي شي وويل شي، چې هيجان هغه عامل دی، چې ارگانيزم په حرکت راولي، د اروا پوهنې په علم کې يو ډېر اساس او بنستيز ځای لري، ځکه چې را بطه يې له نيازونو او انگيزش سره ډېره نيژدې ده او کېدای شي، له رواني يا بدني اختلا لونو څخه يې ډېره ريشــه وي، هيجان کولای شي د انســان سلامتي تخمين کړي، ځکه چې هيجان د اورگانيزم د جوړښت موجب گرځي.

احتمال لري چې تر اوسه پورې مو د رواني امراضو کليمات لکه د ليونتوب، رواني رنځ، د نوروله تکليف څخه خوند اخيســتل، مړاوی توب اوداسي نورو ځينو امراضو نومونه اورېدلي وي اوپه دقيقه معنی به يې نه پوهېږی. ممکنه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ده، چې پوه به نه یاست، په دې هکله چې د طبیعي (بهنجار) او غیر طبیعي (نا بهنجار) په منځ کې څه توپیردی، ښايي نه به پوهېږی، چې رواني مریض لیونی نه دی، بلکه مریض دی. احتمالاً وینی به یې چې نیکه یا انا او یا پلار اومور تل د پښــو او معدې له درد څخه چیغې وهي، اما ډاکټر هغه ســالم او روغ ســړی تشخیصوي او وايي، چې نوموړی په (رواني) مرض مبتلا دی اوتاسې په دې تر اوسه نه پوهېږی، چې هستري څه معنې لري، چې ځینې یې تاســو وینی، افراد په دوره یي توگه سره مړاوي او خوشــحاله کېږي او تاســې د دې حالت په علت نه پوهېږی، نو د دې اثــر په مطالعې سره البته په دې شرط، چې په بشــپړ فهــم سره مطالعه شي، نه په چرت وهلو سره، نوبیا له پورتنیو پوښتنو څخه ډېرو پوښتنو ته مناسب ځواب ولری.

خپــل او د نــورو د رفتــار علتونه تر یوې اندازې پورې تحلیل کړئ، د طبیعي او غیــر طبیعي افرادو په منځ کې په توپیر باندې پوه شــی، ناروا تور په جا مه لگوی او هم پدې پوه شــی، کوم رفتار طبیعي اوکوم غیر طبیعي دی. او په مختلفو موقعیتونو کې کوم ډول رفتار مناســب او کوم ډول نامناســب دی. احتمالآ دغه به مو اورېدلي وي، تر بیم نه ســړی په بلا کې ښــه وي،ممکن چي پوښــتنه وکړي، چې منظور او هدف څه شی دی، هدف دا دې چې په هېڅ وخت کې د وه زړه کېږي مه او په حالت د نه تصمیم نیونې کې مه اوسي، یو معروف قول دی، مرگ یو ځلې راځي، یوځلې هر څه چې دی تصمیم ونیسي، کوښــښ دا کوي، چې زړه نازړه یعنې دوه زړه پاتې نشي، ځکه چې هغه افراد په همدغه حالت وخت تېروي.

ټول آزمایښــتونه داښــيي چې احتمالاً د معدې په زخم به اخته کېږي اوکه داسې تصمیم ونیسي، چې هغه تصمیم لــه غــم، زحمت، له ناراحتۍ سره وي، نو د هم دغه تصمیم ضرر او زیان د دوه زړه توب، په پرتله مراتبوکې لازمه ده، لــه دوو لارو څخــه یــوه لاره انتخاب کړو، ډېر تردید خپل ځانته مه پرېــږدئ او مه ډېر وخت په حالت د بې تصمیمۍ کې تېروئ، بنأ پرهغه ویل شــوې د اروا پوهنې زده کړه، برســېره، پردې چې د ښــوونکو او پالونکو لپاره ضرور ده، همداراز په دولتي او خصوصي دوایروکې د اداراتو د مسؤلینو او کارکوونکو لپاره هم یوه ټینگه او حتمي اړتیــا بلل کېږي؛ تــر څو د روحیاتو، علتونو اود افرادو د عکس العمل د انگېزې د اوامرو او لارښــونوپه مقابل کې اوپه محوله اموروکې د هغوی د موفقیت او عدم کامیابۍ د څرگندوالي علتونه وکولای شي غوښتونکي لازم تصامیم اتخــاذ کــړي. د اداري آمران او کارکونکي اړتیا لري؛ ترڅو په اســتفادې له دې رفتار څخه خپل ځان د همکارانو او مراجعینو په مقابل کې عیار کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړی څپرکی

د اروا پوهنې تعریف

ټولیز موخه:
د اروا پوهنې د علم تعریف، اهمیت، دندې او موخې

د زده کړې موخې: د دې څپرکي په پای کې زده کوونکې کولای شي:

- د اروا پوهنې د علم د انکشاف او توسعې تاریخچه تشریح او توضیح کړي.
- د اروا پوهنې مختلفې شعبې توضیح کړي.
- د ذهني شاته پاتې والي علتونه توضیح کړي.

تاسو چې اوس فعلاً د دې کتاب په ویلو مشغول یاستی آیا پوهېږی، چې لوست مو څرنګه زده کړ؟ آیا پوهېږی، چې په لاره تلل مو څنګه زده کړل او همداراز خبرې کول او فکر کول مو څنګه زده کړل؟ آیا تل د خپل رفتار او او اعمالو په علت پوهېږی، چې ولې ځینې محصلین د پوهنتون د کانکور په آزموینه کې نه شي کولای چې ومنل شي او ځینې بیا منل کېږي؟ آیا پوهېږی، چې هوښ څه شی دی او څنګه وده کوي، آیا پوهېږی، چې د هوښیارۍ علت څه شی دی؟ آیا پوهېږي، چې دځینو خلکو رفتار عجیب معلومېږي او علت یې څه شی دی. آیا پوهېږی، چې ذهني وروسته پاتې والی څه شي دي، اوکوم لاملونه د وروسته پاتې والي سبب ګرځي؟ آیا پوهېږي، چې ولې خوب وینې؟

اروا پوهنه، کوښښ کوي، چې داسې پوښتنو ته بلکه په سل هاوو نورو داسې پوښتنو ته ځواب پیداکړي، نوځکه خو د اروا پوهنې جزابیت په همدې کې دي، چې ستاسو پوښتنو ته ځواب درکوي، بله دا چې اروا پوهنه په خپله ستاسو په باره کې ګږېږي، چې څنګه فکر کوی، چې څنګه قبلېږي او څنګه نه قبلېږي، څرنګه د غم او ښادۍ احساس کوي، ولې مو له یوه شخص او یا له

(c) ketabton.com: The Digital Library

یوه رنګ څخه بد راځي، ولې موکله یو نفر بد ایسي، په داسې حال کې چې په علت یې نه پوهېږو.

لنـډه داچې څرنګه رفتارکوي، نو په همدې بنا(نوپه حقیقت کې) کله چې اروا پوهنه مطالعه کوی یا یې وایی، نو په اصل کې خپل رفتار مطالعه کوی اوپه نتیجه کې کولای شي د نورو رفتار هم همداسې مطالعه کړی. په دې اساس اروا پوه هر هغه څوک دي چې خپل او د نورو رفتار مطالعه کوي، البته ښه او غوره اروا پوه هر هغه څوک دی، چې لومړی خپل ځان او بیا نور مطالعه کړي.

اما تجربه لرونکې اروا پوه ډېر ښه پوهېږي، چې هر فرد له نورو سره فرق کوي، یعنې پوهېږي، چې د هغه افکار، علایق، انګېزې، عواطف او قدرتونه هغه نه دي، چې نور یې لري، تجربه لرونکې اروا پـوه پـه هغه څه پوهېږي، چې خپله د ده پـه هکله صدق کوي، ممکن چې د نورو په هکله صدق ونکړي.

اروا پوهـان هغـه څه بیانوي، چې خلک یې تر سره کوي، لکـه خندل، لوبې کول، منډه وهل، شوخي کول، د مطالعې تمرین کول، اشعار ویل، البته تردې هم اضافه ماناوې لري چې وروسته به ښایې ور ورسېږو.

نو په همدې حسـاب دا معلومېږي، چې اروا پوهنه یو جالب او په عین حال کې سـتونزمن علم دی، ځکه چې هر هغه څه چې د اروا پوهنې اړونده دي هغه مسـتقیماً د لیدنې وړ نه وي، اروا پوهنه نه شي کولای، د افرادو هوښ، حافظه او شـخصیت مسـتقیماً اندازه کړي، هغه یوازې کولای شي، د افرادو کړنې مشـاهده کړي او د هغوی په بنسـټ ووایې چې؛ مثلاً: هوښـیار دی یا کم هوښـیار، قوي اوپیاوړې حافظه لري او یا ضعیفه، طبیعي شخص دی، که غیر طبیعي، یو مثال راوړو؛ تر څو په ښه توګه روښانه شي، چې اروا پوهان څرنګه ذهن مطالعه کوي. د سره کاغذ یوه پارچه د ۵×۵ سـانتي مترپه اندازه تیاره کړئ او بیایې د یو ه خاکسـتري متن په مخ کېږدی، په یوه سـترګه او د ۴۰ ثانیو لپاره یې منځ ته ځیر شـی او روسته له څلوېښـتو ثانیو یې پورته کړئ، ترې لاندې به یې یوه شـین رنګې لکه ووینی، دغه شـین رنګې لکه، چې د انځور د شـاه د اصطلاح یا (after image) پـه نامه یادېږي، هغه چېرته قرار لري، ستاسـو د جسـم څخه د باندې او یا هم د ننه؟ مسـلماً د خاورین متن په مخ کوم داسـې واقعي شی شتون نه لري، ځکه که وغواړی، چې هغه په لاس لمس کړی، نو ښایې کوم څه شی به احساس نکړی، د دې ترڅنګ که خپلې سترګې په حرکت راولی، نو لکه به هم ښایې حرکت وکړي، نو له دې څخه پردې نتیجه اخلې، چې ستاسو له بدن څخه د باندې څه شی وجود نه لري او هر هغه څه چې وینی، هماغه انځور دي، چې ستاسو د بینایۍ په دستګاه کې منځته راغلي دي، دغه پایله اخیستنه یا دغه استنتاج پرته له کوم چون او چرا څخه د منلو وړ ده، اما نه باید هیر کړو، چې یوازې یو استنتاج دی، نه یوه مستقیه مشاهده.

له هر هغه څه چې تاسې خبرداری او آګاهي لری، هغه هر هغه شی دي، چې ستاسو له جسم څخه د باندې شتون لري. تاسو د هغه ذهني انځور د تولید له پیدا ښتونو څخه، چې ستاسو د ننه پېښېږي، معلومات نه لری، تاسې له خپل لیدونکې مستقیم رفتار څخه نتیجه اخلی، چې د بینایۍ

(c) ketabton.com: The Digital Library

دستگاه په د ننه کې پېښ شوي دي.

ستاســو رفتار هماغه ليدل د شــنې لکــې او د هغه اعلانول دي، ځکه چې ټــول دغه رفتار په همدغه شرايطوکې ښيې او په منلوکې يې د ترديد ځای نه پاتې کېږي.

نــو بنــاءً ذهن يا روان يوازې کېدای شي، چې په غير مســتقيمه توګــه وپېژندل شي، د هغه د باندنيوښودنو په بنسټ، د هغه څه په مرسته چې انسانان يې وايې او هغه کارونه چې يې ترسره کــوي او حتــی کله هم د هغو کارونو په مرســته چې نه ترسره کېږي، ياخــبرې چې نه يې کوي ، (مخکېنيو مواردو په پرتله) د ننه په انســان کې پېچلي ســاختمانونه شــتون لري. کېدای شي دغه ســاختمانونه د مختلفو محرکونو په واسطه تحريک کړل شي. د هر تحريک اثر تر مشاهدې لاندې ونيول شي. او د ذهن يا روان په هکله ځيزونه کشف کړل شي. اما نه بايد له پامه وغورځولای شي، چې په بدن کې د شــته ساختمانونو کړنې واقعاً پېچلې دي او د دې کړنوپه هکله چې اروا پوهنې هرڅومره ډېرشيان کشف کړي دي، خو سره له هغه بياهم د دې پېچلتيا د حل د پاره ډېره اوږده لاره پــه مــخ کې لري. او معلومه نده چې څه وخت به وکړای شي، چې په دې مهمه کاميابۍ لاس بري شي.

نو په دې هکله، هغه څه چې مو تر اوســه او تردې ځايه وليدل، کولای شــو په لاندې ډول يې را ونغاړو.

(اروا پوهنې يعنې د روان يا ذهن پېژندل ځکه نه شو کولای د نورو له ذهني خلقتونو يعنې له هغه څخه چې د نورو د مغز په د ننه کې پېښــېږي، مستقيم شناخت ولرو. دهغوی کړنې بايد په اجبار يا په بل عبارت دهغوی رفتار بايد په نظرکې ونيســو، البته دغه طريقه زموږ د خپلو ذهني خلقتونو په هکله صدق کوي .)

يعنې هغه وخت کولای شو، له خپلو ذهني (موندنو) څخه باخبر شو، چې خپلې کړنې په غور او وخت سره په نظر کې ونيسو.

شايد د پورتنيو مطالبو وروستی جمله ستاسو لپاره بې معنی ښکاره شي، په همدې ترتيب چې تصور وکړی، هر انســان له هر هغه څه چې د ننه په ده کې تېرېږي خبر لري، اما داســې ندي او دغه واقعيت فرويد(freud 1856-1939)تايد کړی.

اوخپله تاسې په کمه توجه سره کولای شی هغه تجربه کړی،

فرويد (۱۹۳۹ ـ ۱۸۵۶) به ويل د ژوند په عادي اوضاع کې ممکنه ده په يو شي فکر وکړو، پرته له دې نه چې وپوهېږو، په هغه فکر کوو، مثلأپه وار، وار له خپلو دوســتانو او قريبانوڅخه اورو، چې د هغه کار په هکله چې تر سره کړی يې دی. يا يې ندی تر سره کړی، داسې وايې نه پوهېږم چې ولې مې دغه کار ترسره کړی يا نه پوهېږم چې ولې مې هغه هېر کړی.

فرويــد بــه کله له دې نه هم مخکې ځي، هلتــه چې به يې ويل خندل هم کېدای شي د تنفر يوه نښه وي. دغه خندا (چې له خشم څخه بدتره وي) حتی د افرادو د نوم هېرونه اويا د هغوی

(c) ketabton.com: The Digital Library

د نوم په تلفظ کولو کې، سـختي ياسـتونزه هم کولای شي د تنفر يوه نښه وي. دغه بېلګه دا ښيې چــې احتــمال لري موږ په يوه شي فکر کوو پرته له دې څخه چې وپوهېږو په هغه فکر کوو، نوبنا پــردې چې مســتقيم ليدونکې هغه څه چې په ذهن کې تېرېږي امکان نــه لري، نو ناچاره بايد د ذهن کړنې تر مشاهدې لاندې ونيسو او د هغوی په بنسټ دهغه شي په هکله چې زموږ په د ننه کې تېرېږي پايله اخيستنه وکړو.

البته نبايد هېر کړو چې دا ډول نتيجه اخيستنې همېشه په لاس کې نشته، مخکې تر دې چې د دغو پايلو اخيستنو له صحيح والي څخه مطمئن شو، لازمه ده چې په ډېر دقت او غور او تعمق سره رفتاربــررسي کړو، ځکه چې خندا نشي کېدای همېشــه متنفر آمېــزه وي. په ډېرو مواقعو کې ساده او هېره هم پېښېږي.

د فرويــد موخــه له دغــه رنګ خپرونوڅخه دا وه، چې وښــيې څرنګه کېــدای شي د ذهن په مطالعه کې په عين توګه سره اســتدلال وشي، هغه دغه طريقې دخپلو ذهني بهير په مطالعه کې هم کارولې دي.

مثلاً: کله به يې چې د ځينو افرادو نوم هېراوه، نو نتيجه به يې اخيسته چې يو څه شی به يې پــه مغز کې شــتون لري، چې خپله دی له هغو څخه بې خــبره دی. هغه د مغز دغه برخه ناخبره نوموي.

د اروا پوهنې تاريخچه:

که څه هم د اروا پوهنې د علم ظهور (۱۸۷۹م) کال ته نســبت ورکول کېږي، هغه کال چې ويليم وونټ ۱۹۲۰ـ ۱۸۳۲م د اروا پوهنې لومړنۍ آزمايش ګاه د آلمان د لاپزيک په ښار کې جوړه کړه، د روح يا روان مطالعه يا د ذهن کړنې ډېر اوږد تاريخ لري او حتی کيداي شي، چې د انســان له خلقت سره سم منځ ته راغلی وي.

ټولو لرغونو فلاســفه وو ليکونکو او ډاکټرانو، په يو ډول نه په يو ډول يې د انســان د رفتار په هکلــه خــبرې کړې دي، نو بنا پــر دې، د اروا پوهنې د تاريخ د پېژندنې لپــاره لازمه ده چې، په لرغونې زمانه کې د ادبياتو فلســفي طبابت او د نورو ټولو علومو غوړولو او ظهورته اشــاره وشي. دغــه کار د يــوه بېل کتــاب د اروا پوهنې د تاريخ تر عنوان لاندې تهيه کولــو ته اړتيا لري. او نور کتابونه په همدې هکله ليکل شويدي. د دې لپاره، چې هم خپل کار آسانه کړو او هم د محصلينو حالت په نظرکې ونيســو، نو يوازې د اروا پوهنې مختــصره تاريخچه په دوو پېړيو يعنې په ۱۹ او ۲۰ پيړۍ کې توضيح کوو.

د ۱۹ پېــړۍ پــه لومړنيو کې د علومــو ودې او صنعتي انقلاب ډېرې ټولنيــزې اړتياوې منځته راوړې، د توليد د زياتونې په منظور عامې روغتيا، د کوچنيانو تحصيل، انساني مناسب روابط او ... په دې دوره کې ســياسي انقلابونه پېښېږي. په ډېرو هېوادونو کې شاهي نظامونه ټولېږي، انسانان

(c) ketabton.com: The Digital Library

جرأت پیداکوي؛ څو خپل ځان د پادشـــا هانو او ډلو ټپلو له ســـلطې څخــه خلاص کاندي، اوخپلو بنسټیزو حقونوته لکه، د ژوند حق، کور اوهمداراز د خپل ځان او نورو د مواظبت او ساتنې حق ته ورسېږي.

د ژان ژاک روســو (J.J.Rousseau) (۱۷۱۲-۱۷۷۸) پــه ادبیاتو کــې ټولنیزې بې عدالتۍ فاش کېږي. ویکتورهوگو(V.Hugo) رومانتیزم (داستان وېینه) د شگوفایې اوج ته رسوي او مارکس او انگلس (K.Marx,F.Engles) کتابونه نشروي، لنډه دا چې د دوو پېړیو ۱۹ او ۲۰ په اوږدو کې د انسان د هیلو اعمال اورفتار په ټولو جبهاتو او په مختلفو طریقو بیانېږي.

(W.Weber) په آلمان کې د بینایې د احساس په اړه کارکوي. اود وبر د قانون په نتیجه کې د خورا کم محسوس تفاوت په مفهوم سره منځ ته راځي.

فیخنر(G.Fechner) د وبرکارونه تعقیبوي. او د سایکوفیزیک (د بدني یا جسمي اروا پوهنې) طرح رېزي کوي.

(هغــه څــه چې د جســم او د روان د روابطو نظریه بولي) وونت د فیخنرشــاگرد، څنگه چې مو اشــاره کړې ده، داروا پوهنې د لومړني آزمایښــت ځای بنسټ ایږدي، اوپه پایله کې د نوې اروا پوهنې د پلار په نامه شهرت مومي. د وونت د لټولو په سیوري کې د اروا پوهنې توصیفي څنډې تــه کوي؛ تر څــو د تجربوي علم په بڼه را ووځي. په امریکا کې ویلیام جېمز (W.James) پرېکړه کوي څو آلمان ته لاړ شي او د وونت د شــاگردانوله جملې څخه راووځي جېمز هم د وونت ټولې آگاهۍ یا هوښــیارۍ تر آزمایښتي څېړنې لاندې نیسي. د هیجانونو په هکله داسې نظریه وړاندې کوي، چې په هغه کې هیجاني آزمویښــت د فزیولوژیک له بل ډولیز څخه د معلوماتو موندنې په بڼه تعریفېږي.

د هیجان څپرکې:

جېمــز اروا پوهنــه تقریباً د امریکا ټولــو ځانگو ته وړي. او موخه یې مشــخصه وي او ډېرې څېړنیزې موضوگانې وړاندې کوي، هوښ، هیجان، نگرش، زمان او عکس العمل ...

په فرانســه کې فزیولوژیکې اروا پوهنه د بروکا (P.Broca). د کارونو د همت په وجه پراختیا مومي، شــارکو (J.M.Charcot) د هســتریک د افرادو د مشــاهدې طریقې رواني مریضان منځته راوړي.

هغه ډېر شاگردان روزي، چې له هغوی څخه یویې، د ریبو (Th.Ribot) په نامه یادېږي، چې په فرانسه کې یې آزمویښتي اروا پوهنې طرح ریزي یا پلان کړې دي.

او بینه (A.Binat) بیا د کوچني له ودې سره او د هوښ له مطالعې سره علاقمند کېږي.

پــه اوتریــش کې (S.Freud) اروا پوهنې ته او په روســیه کې پاولــوف د اروا پوهنې په علم پیل کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پــه همدې ترتیب د ۲۰ پېړۍ پــه لومړیو کــې اروا پوهنه په کارپیل کوي. په آلمان کې وونټ، په فرانسه کې شارکو او ریبو، په امریکا کې جیمز، په اوتریش کې فروید او په روسیه کې پاولوف.

د اروا پوهنې مکتبونه عبارت دي له:

- ساخت پالنه
- کردار پالنه
- ټول پالنه
- روان کاوي (د روح اوځان کاوش)
- انسان پالنه
- رفتار پالنه
- پېژندل پالنه
- ټولنه او دود پالنه
- ژوندون پالنه

د اروا پوهنې څانګې:

ومو ویل چې اروا پوهنه د انســان رفتار حتی، چې د حیوان رفتار مطالعه کوي، چون درفتار ډولونه ډېر زیات دي، طبیعتآ باید د اروا پوهنې بېلا بېلې څانګې شتون ولري؛ څو هر یو له هغوی څخه د انسان او حیوان د رفتار اړخونه مطالعه کړي.

په اروا پوهنه کې د موجودو څانګو تعداد ډېر دی، اما دلته مهمو څانګوته اشاره کېږي.

۱ ـ حیــواني اروا پوهنــه: د حیوانانو د رفتار مطالعه په طبیعي یا آزمایښــتي چا پېریال کې د هغوی د یو بل سره د پرتله کولو په خاطر او د انسان رفتار ته د نتایجو دودول یاخپرول.

۲ ـ فزیولوژیکــي اروا پوهنه: د بدن او رفتــار د رابطې مطالعه د بنیادي، عصبي، خلقتونو د پېژندنې لپاره لکه حافظه او ژبه.

۳ ـ جنیتیک یا وراثتي اروا پوهنه: د رفتارمطالعه د انسان له ودې سره سم: کوچني والي، نوې ځواني، ځواني، پوخ عمر، ډېر عمري، او زړتوب، له دې مطالعې څخه موخه د انسان د ودې پېژندنه او د هغه بحراني شیبې.

۴ ـ ټولنیــزه اروا پوهنــه: د فرد د مطالعې د رفتار په ډله کې د متقابل کردار دپیژندنې لپاره د فرد او ډلې په مابین کې او له فرد سره مرسته د خپلې ټولنې د جوړښت لپاره.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۵ ـ د ژبــې اروا پوهنــه: د ځينو هغو خلقتونو مطالعه، چې د فرد لپاره ځانګړې شــوې ده، د انساني او حيواني ژبو له جملې څخه دغه ځانګه تر يوې اندازې پورې تازه پويا او الهام بخښونکې ده، هدف دادی چې په ژبه باندې حاکم قوانين او کلامي ارتباط وپېژندل شي.

۶ ـ د فردي توپيرونو اروا پوهنه: د انسانانو د تشابهاتو او توپيرونو په هکله څېړنه او همداراز د دې ځانګې موخه د بنسټيزو رفتارونو پېژندنه د ننه په يو ډول او په مابين د ډولونو کې ده.

۷ ـ تربيتي اروا پوهنه: په ښوونه اوروزنه کې د اروا پوهنې کاري اصول، د يادولو د بېلابېلولارو مطالعه او د تدريس فنون د محصلينو د مرستې په منظور په تحصيل کې دهغوی د کاميابۍ لپاره.

۸ ـ صنعتي اروا پوهنه: د کارکوونکو ټاکنه، د توليد د فنونو ټاکنه، د حرکاتو تحليل او په بازار بانــدې د حاکمو فنونو مطالعه، د دې ځانګــې موخه د اروا پوهنې کارول او د فرد مطالعه د کار په چاپيريال کې ده.

۹ ـ عمومــي اروا پوهنــه: د اروا پوهنې د بنســټيزو مفاهيمو مطالعه؛ لکــه: يادول، حافظه، هېريدنه، احساس، ادراک، انګېزش، هيجان او ...د رفتار له کلي اړخونوسره د محصلينو او متعليمينو د آشنايۍ په منظور او د هغوی آماده کول، د اروا پوهنې د تخصصي درسونو د پيل لپاره.

۱۰ ـ د شــخصيت اروا پوهنه: د يوه فرد د ســبک يا تګلارې مطالعه، د هغه شي مطالعه، چې هغه د يوه فرد، له نورو افرادو سره د تمايز يا بېلوالي لامل ګرځي، د شخصيت د اروا پوهنې موخه د شــخصيت د جوړېدنې هغه اغيزمنو عواملوته ځان رسول او له افرادو سره د پوهې او دانش په منظور مرسته.

۱۱ ـ د يادېدلــو اروا پوهنه: د انســان او حيوان د يا دېدلــو د څرنګوالي مطالعه اوپه يادېدلو باندې د مؤثرو عواملو مطالعه، د دې ځانګې موخه په اصل کې مرســته له محصل او متعلم سره ده؛ ترڅو وکولای شي، په يادولو د هغه څه کې چې ورته اړتيالري هغه په لاس راوړي.

۱۲ - د مريضۍ اروا پوهنه: د رفتاري نا بهنجاريو مطالعه د هغوی لاملونوته د رســېدولو په منظور او نهايتاً له رفتاري اختلالونو يا عيبونوڅخه يوځای وليکل شي.

۱۳ – د کوچني اروا پوهنه: د نوې ځوانۍ او کوچني د ودې د پړاوونو مطالعه، د رفتار په ودې بانــدې د اغيزمنــو عواملو د لاډېرې پېژندنې لپاره، ځکه چې د کوچني د دورې زده کړه د لوينې د دورې د رفتارونو او زده کړو بنسټ دی. د ماشوم يا کوچني، اروا پوهنه يو ځانګړی اهميت لري.

۱۴ - د مشــاورې اروا پوهنه: د اروا پوهنې له موندنو څخه اســتفاده د ښوونکو، محصلينو او عادي خلکو د دانش او پوهې د لارښونې لپاره او د دې، لپاره چې ستونزې او سختۍ حل او هوارې شي او ديو سالم ژوند درلودل.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ذهني شاته پاتې والی

ذهني شاته پاتې والی یوه بله زمينه ده، چې د اروا پوهنې د پام وړ ده، تقريباً ۳ فيصده نفوس د هوښ په آزمويښت کې ټيټې نمرې په لاس راوړي، څنګه چې کېدای شي هغوی د هغو کسانو په کتارکې ډلبندي شي، چې هغوی ذهني شاته پاتې والی لري. د دې جملې مفهوم دا دی، چې لومړی هوښ د هوښ په آزمويښتونو اندازه کېږي، نو بيا ذهني شاته پاتې کسان هغه دي چې په دې آزمويښت کې له ټاکلي حد څخه کمې نمرې واخلي.

ضريب هوښي اويا(۷۰) سرحده لوړ اوپس پاتې افراد ښيې.

د ماشوم د هوښي ضريب د ۶۵ او ۷۰ ترمنځ وي، نو هغه کولای شي چې په مکتب کې پرمختک ولري، چې البته له ماتې سره به مل وي، هغه کولای شي لوستل زده کړي اماّ لرې ده، چې له دې يادېدنې څخه پوره ګټه ترلاسه کړي، هغه به يو کتاب تر پايه پورې لولي، خو د تحصيل تر پرېښودو وروسته به ممکن دومره د بې سوادۍ تر اغيزې لاندې راغلی وي، چې يوازې او يوازې به کولای شي، خپل نوم، لاسليک او ځينې کلمې و ليکلای شي يا و ويلای شي، له ۷۰ څخه د ټيټو ضريب هوښيو سره سره، لازماً په دې معنی نده، چې فرد نه شي کولای خپل کارونه تر سره کړي. تل به له اشخاصوڅخه يوه ډله په ټيټو د هوښيو ضريب سره ښايې شتون ولري، چې ممکن د هغوی د کوچنۍ دورې د تجربو له محدوده تونو څخه را ټوکېدلي وي. له هغوي څخه ډيري کولای شي خپل ټغر له اوبو څخه را وباسي. هغه ماشومان چې له ۶۰ څخه ټيټ ضريب هوښي لري، معمولاً په لوړو مکاتبو کې نه کاميابېږي. او په ډېرو ټيټوذهني کچه کې قرار لري حتا هغوی نشي کولای خپلې جامې واغوندي او په ټولو مواردو کې د نورو مرستې ته اړتيالري.

د دې حالاتو عوامل ډېر متفاوت دي، يو له مهمو علتونوڅخه دادی، چې احتمال لري، د زيږيدو په مهال اتفاقات يا پيښې مخې ته راشي. البته دغه پيښې هر ډول مغزي ضرر يا تاوان لره شاملې دي، چې د زېږېدنې په مهال يا په همدې دور کې حاصلېږي. له بد ه مرغه نيورونونه يعنې د مغزعصبي حجرات نه تجديدېږي. او ډېرى حساسي دي، د زيږېدنې پر مهال مخکې تر دې چې نوي زېږدلی له زيږېدني کانال څخه د باندې شي، که چېرې مغزته د اکسيجن رسېدل د رسېدلې فشار د علت په سبب د نو پربند يوازې د څوثانيو په مخه ودرېږي. او په پايله کې ماشوم ونشي کړای په هغو خپلو خاصو دستګاوو تنفس وکړي، نود مغز حجرات ښايې مړه شي. اوبيا به هېڅ شي ونه شي کړاي دهغوی ځای ونيسي. د دې پېښې د اهميت زيانمند شوې برخې ته او همدا راز د زيانمندی شويو حجراتو په تعداد پوري به ښايې تړلې وي. يو بل ډول اوکاملا ذهني پس پاتيو سره توپير ممکن له مغزي تاوان ارثي نقص څخه نوي، بلکه ماشوم ته د توجو د فقدان محصول وي.

خورا غم انګېزه موارد د ماشومتوب دوره ده، چې په روزنتون کې لويېږي، هغه روزنتونونه چې په هغو کې ماشومان له فزيکې مراقبتونوڅخه برخمن دي.

اما له رواني پاملرونوڅخه يې بې برخې پرېږدي، هر ماشوم اړتيالري؛ ترڅو له هغوی سره خبرې

(c) ketabton.com: The Digital Library

وشي، لوبې وشي، هغه باید د انساني او طبیعي چاپېریال د آثارو په معرض کې قرار ونیسي. د نړۍ په مختلفو نقاطوکې ډېر روزنتونونه شـتون لري، چې هلته ماشـومان په سمې طریقې سره تغذیه کېږي، پاکې، سـوتره اوکاملاً صحی جامې اغوندي، اما د خوب په کوچنیو تختونو کې په خپل حال پرېښودل کېږي. هغوی کولای شي چې چت ته ځیر شي، او د ټولو ماشومانو چېغې واوري، هغوی بـل کار نـه ترسره کوي مګر داچې په تصادفي توګه سره کـوم پالونکې او یا کوم روزونکې دهغوی د سـترګو مخې ته ښکاره شي. دغه راز چاپېریال د ماشـومانو لپاره ډېر کم محرکونه لري، د هغو ماشومانو حرکې وده چې په دغه راز چاپېریالونوکې لویېږي، ډېرې ناقصې او ټپې صورت مومي.

له همدغو کوچنیانوڅخه ځینې کوچنیان په دری کلنۍ کې په لاره باندې په تللو هم سـم نه پوهېږي، د ځینو اروا پوهانو څېړنودا ښودلې ده، چې په روزنتونونو کې دری کلنه اوسېدنه تقریباً د ۶ میاشـتې څخه تر ۳ کلو او ۶ میاشـتې په متوسطه توګه د ۷۲ ضریب هوښي منځته راوړي، په داسې حال کې چې د روزنتون د کوچنیانو ورته ډله کله د کورنۍ په واک او اختیارکې کېوزي، په پایله کې له طبیعي چاپېریال څخه برخمن کېږي.

په متوسطه توګه سره د ۱۰۰ ضریب هوښي ښیې.

د هوښي آزمایښتونو له اجرا کولو څخه لاسته راغلې پایلې د ۱۰کلنۍ یا ډېرې مودې روزنتون د ماشــومانو په هکله دا ښــودلې ده، چې په فقر کې د رواني چاپیریال اثر د ژوند په لومړنۍ دوره کې نسبتاً تل پاتې ده، ضریب هوښي وروسته له ۱۲ کلنۍ څخه تر۱۵ کلنۍ پورې ډېر لږ بدلون مومي، په بل عبارت هغه ماشوم چې د خپل ژوند لومړني کلونه د فقر په رواني محیط کې تېر کړي، نو بیا به هېڅکله ونشي کړای، چې دخپل هوښ کمبودي جبران کړي.

د لومړي څپرکي لنډیز:

د اروا پوهنــې لغت یا اصطلاح د روان یا ذهــن د پېژندولو په مانا ده، اروا پوه هر هغه څوک دی، چــې روان یاذهن مطالعه کــوي، ځکه چې روان یا ذهن یوازې نه شي کېدای ولیدل شي او نه یې هم مستقیم مطالعه کولای شو.

څرنګــه چې د موټر چلونکې د پیرودنې پر مهال د هغه د وس او قدرت په هکله پوښــتنه نه کــوي، بلکــه عملکرد یا کړنه یې په نظر کــې نیسي، نو اروا پوه هم د ذهن یــا روان کړنه په نظر کــې نیــسي. او د عملکرد له مخې یې د ذهن ځانګړتیاوو ته پام رســوي، نو ځکــه خو اروا پوه په غیرمستقیمه توګه د روان د څرګندېدنو او ښکارولو له مخې کولای شي، هغه څه چې یې په ذهن کې تېرېږي مطالعه کړي.

د روان یا ذهن کړنې او څرګندونې اصطلاحاً، رفتار نومول کېږي، نو بنا په دې رفتار داسې یوه کلمــه ده، چې اروا پوهان یې دهغه څه لپاره کاروي، چې خلک یې تر سره کوي او مطالعه؛ کوي. لکه: خندل، لوبې کول، منډې وهل، مطالعه کول، او... د رفتار یوه برخه حسابېږي، یعنې د عضلاتو

(c) ketabton.com: The Digital Library

د لیدلو وړ فعالیت او د باندني افرازي مرغیړیو زیم یا ترشح.

ویلای شـو، چې اروا پوهنه د انسـان له پیدایښـت سره سـمه منځ ته راغلې، اما دعلمي اروا پوهنې تاریخ له لومړنیو ازمویښـتونو سره سـم چې په کال ۱۸۷۹ د آلمان د لایپزیک په ښـار کې ترسره شول پیلېږي.

د نړۍ له هره کونجه له هرې نقطې څخه ډېر شـاګردان دې، آزمویښـتونو ته راغلي او خپلو هېوادونو ته له سـتنېدو وروسته په ټوله نړۍ کې د اروا پوهنې د علم تخم پاشي، څکه هرهېواد خپلې ځانګړې طریقې او خپل خاص دودونه لري، نو د اروا پوهنې علم له هغوی سره په مخامخ کېدو کې له بیلا بیلو لارو او طریقو څخه کار اخلي او استفاده کوي.

پــه آلمـان کې ډېر په سـایکوفزیک کار کېـږي. او د وبر د قانون په نتیجه کــې او د خورا کم محسوس تفاوت سره مفهوم منځ ته راغلې. په امریکا کې څکه کوم داسې ځانګړي سنت یا طریقه مســلطه نه وه، نوځکه اروا پوهنه په اکثرو ځانګو کې وده کوي. په فرانســه کې د رواني مریضانو مطالعه او د ذهني پس پاتې کسانو تشخیص رونق اخلي، په اتریش کې د فروید عقاید غلبه کوي او په نتیجه کې د نیورونونو مطالعه پیلېږي.

د انګلســتان د اروا پوهنې له ارقامــو سره پیوندېږي، او د داروین د نظریو تر اغیزې لاندې د توارث په مطالعه کولو پیل کوي، په روسیه کې پاولوف له بازتابونو مطالعې ته ادامه ورکوي، داروا پوهنې له ودې سره ســم په ډېرو هېوادونو کې داســې افراد پیداکېږي، چې هغوی د انســان او د انســان د رفتار په هکله ځانګړې نظریې وړاندې کوي. دغه نظریې په نورو کې مؤثرې واقع کېږي او په نتیجه کې یې ډېر مکتبونه منځته راغلي، چې مهم مکتبونه یې عبارت دي له:

د ســاخت یا جوړ پالنې، عمل یا کردار پالنې، ټول پالنې، روان کاوي، انسان پالنې، رفتار پالنې، پېژندل پالنې، ټولنه او دود پالنې، ژوندون پالنې څخه.

څرنګه چې درفتار ډولونه او اقسام ډېر زیات دي، نو اروا پوهنه هم مجبورېږي، چې مختلفې ځانګــې ولــري. او هریو د هغوی څخه رفتار له یوه ځانګړي لید څخه مطالعه کوي. د اروا پوهنې خــورا مهمې ځانګې عبــارت دي له حیواني، فزیولوژیکې، وراثتی، اجتماعــي، ژبه، فردي تفاوتونه، روزنیز روان سنجي، صنعتي عمومي، د شخصیت آزمویښتي، یادېدل، مرضي ماشومان، او مشاوره.

اروا پوهنه د انســانانو درفتار د مطالعې لپــاره مختلفې طریقې په کار وړي، چې خورا مهمې یې عبارت دی له:

آزمویښتونه، له آزمویښتي طبیعي مشاهدې څخه او د هر یوه روان لوری.

له دغو طریقو څخه خپل ځانګړي محدود یتونه او امتیازونه لري.

هره پدیده او هره پېښه چې په انسان پورې اړوندېږي، د اروا پوهنې د مطالعې د مورد زمینه ښایې جوړ، کړی.

کېــدای شي وویل شي یادېدنــه د اروا پوهنې لومړنۍ د مطالعې د مــورد زمینه ده، څکه چې

(c) ketabton.com: The Digital Library

یادېدنه د زیرېدنې له شـېبې سره سـمه را منځته کېږي. او د انسـان ژوند پرته له یادېدنې څخه امکان نه لري. دیا دېدنې مسئله د مطالعې وړ، له نورو وسایلو څخه ډېره دمطالعې وړ ده.

پوښتنې (د ځان آزموینه)

۱ ـ روانشاسي په اصل کې یعنې مطالعه؟

الف: د روان یا ذهن

ب: د ذهن ځرګندونې

ج: رفتاري اختلالونه

د: ذهني شاته پاتې والی

۲ ـ د اروا پوهنې علم مشکل په دې کې دې چې؟

الف: خپله موضوع مستقیمه نه مشاهده کوي.

ب: هم انسان او هم حیوان مطالعه کوي.

ج: زیاتره له ذهني طریقوڅخه استفاده کوي.

د: باید کاملاً له عیني طریقوڅخه برخمن شي.

۳ ـ وروسته پاتې ماشوم هغه ماشوم دي چې؟

الف: یوه بې قرار ماشوم ته ورته وي.

ب: په ښوونځي کې رټل کېږي.

ج: د ښوونکې وېناوې سمې نشي درک کولای.

د: په هوښي آزموینوکې د هغه نمرې له ۷۰ څخه ټیټې وي.

۴ ـ د نوي او تازه مطلب په یادولو کې له لاندې طریقو څخه کومه یوه مؤثره ده؟

الف: د مطالبو ساده تکرار

ب: برخه برخه ویل

ج: یادښت نیول

د: پر له پسې ویل

(c) ketabton.com: The Digital Library

۵ ـ د ځان ازموينې پوښتنوته ځواب وينه له لاندې پديدو څخه کومه يوه سنجوي؟

الف: هوښ

ب: معلومات

ج: د روان کړنه

د: استعداد

۶ ـ د آبي رنګ شاتنی انځور کوم رنګ دي؟

الف: شين

ب: تور

ج: نارنجي

د: سور

۷ ـ د سره، نارنجي، تور او شنه شاتني انځورونه د عبارت په ترتيب ښايې وي؟

الف: شين، آبي ، سپين، سور

ب: آبي، سور، سپين، شين

ج: نارنجي، تور، سور، شين

د: ژېړ، شين، آبي، سپين

(c) ketabton.com: The Digital Library

دویم څپرکی

د شخصیت تعریف

ښوونیزه موخه:
دشخصیت واقعي درک او ارزونه

د زده کړې موخې: زده کونکې د دې څپرکې په پای کې کولای شي:

- شخصیت تعریف کړي.
- د شخصیت حیاتي عوامل توضیح کړي.
- اعمال توضیح او تفسیرکړي.
- په مختلفو عمرونوکې دانسانانو ځانګړ تیاوې تشریح کړي.

دشــخصیت تعریف: د شــخصیت د مفهوم تعریف کول د اکثره هغو مفاهیمو چې د انســان د ځانګړتیاوو اړوندېږي، په شــان ســاده او آســانه کار ندی، ځکه چې کوم مفهوم دغې کلمې په عامیانه ژبه کې پیدا کړی دی، له هغه مفهوم سره، چې په اروا پوهنه کې ورته قایل شوی دی، ډېر توپیرلري. په عامیانه ژبه کې د شــخصیت کلمه مختلفې مانا وې لري، لکه د دهخدا په لغت نامه کې د شخصیت لپاره راتلونکې معنا وې ذکر شوې دي. شرافت، رفعت، نجابت، د درجې او مرتبې لوړوالی او په ورځنیو خبروکې چې کله دا وایو، چې فلانی شخص ډېر باشخصیته سړی دی، موخه موداوې چې یعنې نوموړی مقام او منزلت لري، خلک ورته احترام لري، ناشایسته کارونه نه ترسره کوي. یو وس او تصمیم نیونه لري، باســواده دی، شــجاعت لري، چاپلوس ندي او ....په اروا پوهنه کــې بیا له پورتنیو مانــا وو څخه د اروا پوهنې د اصطلاح لپاره یو هم نه کارول کیږی، بلکه معنی یې د فرد له ســبک یا (style) څخه ده، پرته له دې څخه چې یوه ډېره کوچنۍ ارزښــتي پرېکړه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولرو او یا هم د هغه له بدی، زشــتی، ښــکلا، ښه توب، سمې او ناسمې څخه بحث وکړو، نو بناءً باید ووایو چې هر ســړی خپل سبک اویو ځانګړی شــخصیت لري، چې همدغه سبک له نوموړي څخه یو ځانته انسان، تر یوه فرد پورې یې منحصر جوړوي.

ښــایې غوره به داوي چې ووایو څرنګه چې انســانان یو له بله د څېرې، د خطونو، تن، غړ، په لاره باندې د تللو د طریقو، خبرې کول، جامو اغوستلو، حرکت کولو، او د داخلي اوباندنیو محرکونو په مقابل کې د عکس العملونو له نظره توپیر سره لري، همدا راز سبک یعنې د شخصیت له نظره هم یو له بله سره توپیرلري، نو په همدې ســبب ویلی شــو، چې شــخصیت یعنې د ځانګرتیا یوه طریقه:

د شخصیت د مفهوم دلاښې روښا نتیا لپاره به غوره داوي، چې د دې کلمې ریښه په نظر کې ونیســو، د شــخصیت کلمه د انګلیسي د (personality) یا فرانسوي د پرسانلیته کلمې ترجمه ده، چې دواړه د لاتین د پرسونای له کلمې څخه اخیستل شوي دي. پرسونا یو ماسک (نقاب) و، چې پــه لرغونــې زمانه کې به د تیاتر لوبغاړو په خپلو څېــرو باندې را کش کاوه او هغه به یې تر پایه پورې ساته.

د نقاب یا مخپوټي له ځانګړتیا وو څخه یوه ځانګړتیا دښودنې(نمایش) په اوږدو کې دغه ټیک والی (ثبات) اوتل والی دی، په همدې ترتیب سره کولای شــو ووایو چې شــخصیت یعنې د فرد ثابت، رفتار، عنصر او د هغه خوی خصلت او په کلي توګه سره هغه څه چې تل او همېشه له ده سره وي، او د ده له نورو سره د تمایز یا جلاوالي موجب ګرځي، دغه ثبات یوه داسې زمینه وړاندې کړاي شي؛ تر څو په مختلفو موقعیتونوکې د فرد رفتار او په عیني توګه سره په یوه اندازه وړاندوینه وشي. لاندې بېلګه زموږ سره مرسته کوي؛ ترڅو د شخصیت مفهوم ښه او بهتره درک کړو.

کــه چېرې دخپلــو اطرافیانو رفتار (کړنی) ته پام او غور وکړو، مثــلآ د پلار، مور، ورور، خور، ګاونډیانو، دوستانو، په کلي توګه سره د ټولو هغو کسانو رفتار چې موږ ورسره اړیکې لرو په نظرکې ونیسو، نو ښایې چې ووینو په مختلفو موقعیتونو کې بېلابېلی کړنې دي. کله بشپړه په سړه وینه کــې او کلــه هم بیا ډېــر په قهر او غصه کې، کله په یوه یــا دوې افغانۍ چنې وهي اوکله هم بیا ۱۰۰۰ افغانۍ یو چاته ښې.

معروفه وینا ده: چې کله خو د ســتنې له ســوري څخه تېرېږي اوکله خو بیا له دروازې څخه هم نه ننوځي، خو له دې سره سره د هغوی په رفتارکې یو ډول ثبات وینو، څرنګه چې کولای شو په بېلابېلو ځایونوکې د هغوی کړه وړه تقریبا په لوړ اطمینان سره پیش بیني کړو، نوپه د اســاس مجموع صفتونه چې له نســبي ثبات سره په یوه فرد کې شــتون لري او نورو ته اجازه ورکوي؛ تر څــو وکــولای شي رفتار یې یوه انــدازه پېش بیني کړي او د هغه له نــورو څخه په تفاوت پوه شي شخصیت نومول کېږي.

د شخصیت په تکوین یا جوړښت کې دوه کلي عاملونه رول لري، چې هغه حیاتي او اجتماعي

(c) ketabton.com: The Digital Library

دي، حياتي عوامل معمولاً ارث ته رسـېږي، او له هغې ابتدا څخه په فرد کې شـتون لري، اجتماعي عوامـل د اجتماعي چاپيريال محصول دي، هغه چاپيريال چې فرد د ژوند لومړني کلونه په کښـې تېر کړي دي، يعنې کورنۍ، مکتب او هغه اشـخاص چې له هغوی سره اړيکې لري يايې درلودلې، د ماشومتوب د لومړنۍ دورې کاميابي او ماتې.

حياتي عوامل يا د شـخصيت ژوند: لکه څرنګه چې مو اشـاره وکړه د شخصيت د ژوند عوامل چې معمولاً د مزاج تر عنوان لاندې په کاروړل کېږي، هغه دي، چې ارث ته رسېږي، له دې عواملو څخه خورا مهم عوامل عبارت دي له:

الف: جنس: د ژوند له عناصرو څخه يو عنصر چې د شخصيت په ټاکلو کې په څرګند ډول رول لري جنس دی، د ښځې او نر حياتي تفاوتونه ډېر څرګند او متفاوت دي، دغه توپيرونه د فزيولوژي بـدن په ظاهري بڼه باندې او پـه ځانګړې توګه سره داخلي مرغېړي په څرګند ډول په نظر راځي. د ښځې او نر په منځ کې د رواني توپيرونو موجوديت له لرغونې زمانې څخه د تائيد وړ دي او په اوس وخـت کې د دغو توپيرونومطالعه له مهمو څېرکيو څخـه يو څېرکي (د فردي توپيرونو اروا پوهنې) جوړوی.

په جنس پورې اړونده توپيرونه کېدای شي له مختلفو اړخونوڅخه تر څېړنې لاندې ونيول شي، له هغوی څخه ځينوته په لاندې ډول اشاره کېږي.

۱ ـ حسي او حرکتي کړنې(اعمال): کولای شـو ووايو چې ښـځې د سـړيو په پرتله د رنګونوپه تشـخيص کې او د اندازو په سريع او تېز ادراک کې دپام وړ برتري لري، نن ورځ دشـک او ترديد ځـای نه دی پاتې چې ړوند رنګـی ارثي اړخ لري او په جنس پورې د اړونده صفاتوله جملې څخه دي، ځکه چې د ړوند رنګو سـړيو شـمېر د ړوند رنګو ښـځو د تعداد په پرتله شپاړس برابره دی، حتی که ړوند رنګي افراد ځنډې ته کړو بيا هم د رنګ د اداراک له نظره د ښځوبرتري يا لوړ والی په سړو باندې په ډېره آسانۍ اوراحتۍ سره تايدېدای شي.

د حرکتي اعمالو له نظره سرعت اودقت په هغو اعمالوکې، چې ډېره غوړېدنه لري، توپيرونه د سړيوپه ګټه دي، اما د ګوتو د قابليت او مهارت له نظره بياهم ښځې وړونکې دي، د ښځو اوربېدنه د سړيو تر اوربېدنې پيا وړې او قوي ده.

ښايې همدا دليل وي، چې ښځې له خپلې ستاينې اوستايلو څخه خوشحالېږي. او په عوض کې د سړيو بينايې، ياليد د ښځو په پرتله ډېر پياوړی او قوي دی، او احتمالاً هم دغه دليل به وي، چې سړي سترګې پېوونکې(سترګې څرودونکي) دي.

۲ ـ ذهني اعمال: د ذهني قدرتونو د زمينې په اړه، چې د آزموينښتونو په مرسته سره يې اندازه اخيسـتل کېږي، بيا هم د ښـځې او نر په منځ کې توپيرونه شـتون لري، ليدل کېږي، چې ښځې د سړيو په پرتله د بصري حافظې او په کلامي آزموينښتونو کې ډېر امتيازونه خپلوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

حال دا چې ســړي په غير کلامي آزموينوکې خصوصاً په هغو آزموينوکې چې د فضايې تجســم اســتعدادونه ســنجوي، لوړوالی ښيې، په عددي استعدادونو کې هم ســړي برتري لري، البته دغه توپيرونه ورځ په ورځ کمېږي.

۳ ـ د رغبتونــو او خواهشــاتو پېرزوينــې او لورونې. په دې زمينو کې هم د ښــځې او ســړي توپيرونه په بشپړه توګه څرګند او ښکاره دي، اما د هغو تفسير څه آسانه کار ندی، سړي تر ښځو واک غوښتونکې او دښمني ډوله رفتار ښکاره کوي، دغه توپير حتی د کوچينوالي په دوره کې ليدل کېږي، هلکان اشــياوو ته او نجونې بيا ټولنيزو اړيکو ته ډېره علاقه او ميلان ښــيې. يوه بله زمينه چې په هغه کې د ښــځې او نرپه منځ کې مهم توپيرونه وينو، عبارت د ي له تمايل څخه، اختلال کېدلوتــه هيجــاني کېدل، يا د اختلال د رفتارونو د يوه تعداد هيجــاني بې ثباتي مثلاً د نوکانو ژوول او رودل، د ګوتــو په مابين کې د وړو نجونوکې د وړو هلکانوپه پرتله ډېر ليدل کېږي، همداراز د هيجان غير ارادي څرګندونې هم په ښځوکې د سړيو په پرتله د پام وړ دي.

مثلاً د درد په ځای او حالت کې ښځې د سړيو په پرتله ډېرې کمزورې او ضعيفه وي، همدغه دليل دی، چې ښځې د ډېر لږ تکليف او زحمت په مقابل کې د درد احساس کوي، د ځان پېژندنې د هغو خپل پوښتليکنو د پوښتنو اجرا چې د هغو پوښتنې د اختلال کېدلو په نښو او نښانوپورې اړه لري.

د ښځو پايلې د سړيو په پرتله ډېر ښيې، په مقابل کې کېدای شي د نورو رفتاري اختلا لونو نوم واخلو، چې په اکثرو فرهنګونوکې زياتره د سړيو له لوري پېښېږي.

لکه غلا، چاقوايستنه، اعتياد، سړي وژنه، اونور ....

که چېرې د ســړي او ښــځې په منځ کې ټول ليدل شــوي توپيرونه راټول کړل شي، نو د هغو آزموينــو تياری چې وکولای شي د هغــوی رواني توپيرونه څرګند کړي، ښــايې امکان منونکې وي، دغه آزمويښــتونه به ښايې وښيې، چې يو سړی خومره مردانه صفتونه او يوه ښځه خومره ښځينه صفتونه لري.

باور پردې باندې دی، چې که چېرې په دې آزمويښت کې د يوې ښځې د پايلو توضېح د سړيو د پايلو په توضېح باندې او برعکس د يوه سړي د پايلو توضېح د ښځو د پايلو په توضېح باندې په بشپړه توګه سره برابره شي، نودا به ښايې وړنه وي.

اما څېړنې داښيې، هغه نارينه چې ځينې ښځينه او هغه ښځې چې ځينې نارينه صفات ولري بهتره کولای شي يو جوړښت او سازګاري وښيې، هغه نارينه چې باوري دي حتماً بايد مرادنه صفات وښي، او هغه ښځې هم چې يوازې ښځينه صفات ښيې له مېړه سره په ګډ ژوند کې کم جوړښت او سازش لري.

۴ ـ د اعمالو تفســير: په يوه ټاکلي فرهنګ کې ښــځی او ســړي د شخصيت له نظره څرګند او ښکاره توپيرونه سره لري، يو واقعيت دی، چې په قاطعيت سره تاييد شوی او په دقت اوغور سره

(c) ketabton.com: The Digital Library

تحلیل شوي دي، د دې توپیرونو د رېښې تفسیر څه آسانه کارندی. بدیهي ده، چې له هغوی څخه د ځینوپه هکله، لکه د ژوند دعواملو د مټ قوه ډېر مهم نقش لري، د ځینو نورو په هکله د ژوند د عواملو د ســهم او د اجتماعي نقشــونو تمیز یو سخت کار دی، مثلا د ورو هلکانو خصوصیت پر ورو نجونو باندې او د خودکاره اســتعدادونو په زمېنه کې ښــایې په دې علت چې زموږ په کلتور کــې کوچني هلکان له هماغې د وړکتوب له دورې څخه تشــویق کېــږي، چې د لوبو د خود کاره اســبابو په واســطه لوبې وکړي، حال داچې ورې نجوني بیا په دغه ډول اسبابو باندې له لوبو کولو څخه منع کېږي.

پــه عوض کې ورې نجونې تشــویق کوي، چې ناوې ناوې (گــودي بازي) یا مېلمه پالنې یعنې مهــمان نوازي وکړي، دغــه راز مطالعې کېدای شي، د تفاوت په تولــو زمینوکې ولیدل شي، په دې هکله د ننۍ اروا پوهنې موخه په لاندې شرحې سره ده.

د جســمي او ذهني قدرتونو د ښــځې او سړي په منځ کې د شــخصیتي ځانګړیتا وو له نظره څرګند اوښــکاره توپیرونه شــتون لري، دغه توپیرونه تر ډېرې اندازې پورې محیطي عوامل منځ ته راوړی. له دې سره سره باید ومنل شي، چې دچاپیریال یا محیطي عواملو اثر او د دوو جنســونو د تفاوتونــو لمنــه د ژوند د عواملو تر کنترول لاندې ده. چاپېریال کــولای شي تفاوتونو ته زیاتوالی یا کم والی ورکړي، اما هېڅ چاپېریال نشي کولای، چې یو نر په بشپړه توګه سره په ښځې او ښځه په نارینه تبدیل کړي، یا د هغوی توپیرونه په کلي توګه سره له منځه یوسي.

سن یا (عمر)

د هرفرد د شــخصیت جوړښــت د هغه دعمر په زیاتوالي سره بدلون مومي. دغه بدلون چې د بدني جوړښــتونو د مجموعې د داخلي مرغېړیو د دســتګاه او د عصبي د ســتګاه د مجموعې تر نفــوذ لانــدې ده. زیاتره د حیاتي ودې تر اغیزې لانــدې ده، په دې خصوص کې د ځینو پړاونو رول یو ځانګړی اهمیت لري.

لکــه پړاونــه چې په هغو کې ژوندي بحرانونه منځته راځي مثلا: د رســېدنې او ودې علایم په هلکانو او نجونوکې پرته له دې چې وغواړو د زیســت دعواملو نقش د شــخصیت په رشد کې کم ارزښــته څرګند کړو، نولازمه ده چــې دا وواېو چې ژوندني او رواني بحرانونــه په یوه مهال منځته راځــي، جنسي بلوغ یعنــې د وړکتوب له دورې یا مرحلې څخه د لوړ کلنــۍ دورې ته تېرېدل په پرمختللیــو فرهنګونوکې معمولاً په ســختۍ سره طی کېږي، د ځوانو نجونــو وده یو نوی او تازه رواني حالــت منځتــه راوړي، چې غالباً په نافرمانۍ او له کورنۍ څخه په بېزارۍ، مخصوصاً له مور څخه په نه اطاعت کولو پېښېږي، لکه څرنګه چې موږه شخصیت کې د جنس داثر په هکله اشاره وکړه د ژوند او چاپیریال عوامل دلته همداراز لاس په لاس ورکوي او د نوي ځوان د شــخصیت په بدلون کې مؤثر واقع کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د شخصیت ټولنیز عوامل: د شخصیت په شکل نیونه کې مؤثر ټولنیز عوامل هغه جوړښتونه په برکې نیسي، چې له لاندې عناصروڅخه جوړیږي.

کورنــی محیط هغه ډله چې په کورنۍ پورې اړونــده ده اوفرهنګ چې یوه ډله په هغو پورې تړلــې ده اجتماعي عوامل معمولاً د نهادي عواملو تر عنوان لاندې په کار وړل کېږي. او دهغوی له نهادي کېدلو څخه هدف دا دی چې کارول کیږي. سره عمل ته واردیږي او استمرار یعنې دوام لري.

الــف: ښــوونه اوروزنه: ټول هغــه اقدامات چې ټولنیــزه ډله یې اخلي؛ څو ماشــوم له ځینو موقعیتونو سره مخامخ شي او د یادېدنې په مرســته د هغه شــخصیت بڼه ونیسي، ښوونه اوروزنه اصطلاحاً په پراخه معنی کې کلمه نومول کېږي، په ډېرو فرهنګونوکې ښوونه اوروزنه سنتي نښې نښــانې لري، اود هغو کســانوله لوري، چې هغه کاروي، کاملاً منل شــوې ده، نوپه همدې اساس اړتیا نشته، چې په علمي څېړنې سره توجیه شي. په نننۍ پرمختللې ټولنه کې له منځه تللي سنتي فرهنګ څخه دغه برخه موجب شــوې ده، چې د علمي ښــوونې اوروزنې د بنسټونو په زمینه کې څېړي، یعنې هغه طریقې چې کولای شي د ګټورتیا اثریې د شــخصیت په شکل نیونه په آزموښتي ډول په ښودلوسره تر سره شي.

یو وارې باید له پامه و نه غورځول شي چې د ځانګړې ښوونې او روزنې ډول آثار یوازې کېدای شي لــه یوې اوږدې مودې څخه درروســته مطالعه شي، مثلا که چېرې وغواړو د کوچني د شــیدو اخیســتلو د طریقې پایلې د هغه پرشــخصیت پوه شو، نو کم تر کمه باید ۲۰ کاله صبروکړو، ځکه چې له نیمې پېړۍ څخه مخکې، چې کومې ســپا رښــتنې په دې برخه کې پشنهاد شوې، د فرضیو پر بنسټ منځته راغلې، نه د عیني پایلو پر بنسټ اوځرنګه چې د له هغوی څخه ډېرېې یوله بله سره تناقض یا ضدیت لري مور د نسبي عدم اطمینان په حالت کې ساتي.

د ژوند دلومړنیوکلونونقش:

لــه نظریــو څخه یوه نظریه چــې د اروا پوهنې مکتب وړاندې کــړې او کمه تراعتراض لاندې راغلې د شخصیت په وده کې د ژوند د لومړنیو کلونو بنسټیز اثر دی.

د اروا پوهنــې د دې ادعا په تایید آزمویښــتي او حیواني اروا پوهانو ډېرې زیاتې تایید شــوې پایلې راټولې کړې دي، د ژوند لومړني کلونه د عصبي جوړښــتونو د بڼې په چټکه توګه بدلون سره یــو ځای وي، په دې دوره کې ځرنګه چې عصبي جوړښــتونه د انعطاف منني له لوړ قدرت څخه برخمن دي.

یادونــه هم په سرعت سره ترسره کېږي او هم ډېر ټینګښــت ښــیې، هغــه میکانیزونه چې د ماشــوم اجتماعي والی ټاکې مختلف ډولونه لري، چې تر اوسه پورې د فرضیې په ډول مطرح دي، د اروا پوهنــې د مکتب له نظــره دوه اصلي ټاکونکې لاملونه چې د کلمې په پراخه مانا د جنسي ودې له پړاوونو او یورنګ جوړونې څخه عبارت دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱ ـ د اروا پوهنــې د مکتــب له نظره د جنسي ودې پړاوونــه ټولې هغه ټولنيزې هڅې، چې په پرلپســې توګه د جنسي ودې موزون پړاونه را ټول کاندي، يا برعکس هغه ګډوډوي، د شخصيت د شکل اخيستنې په تګلاره باندې بنستيز اثر لري.

په اصل کې د غير طبيعي شخصيتونو مختلف ډولونه د جنسي ودې په لومړنيو پړاوونوکې يو ډول اختلال لري، همداراز اروا پوهنه، چې د ماشوم د تغذيې طريقه د مور د تي په مرسته په ټاکليو ساعتونوکې يا له غوښتنې سره سمه د شيدو اخيستلو نېټه او طريقه په کنټرول کې د سختۍ نېټه اوميزان د ټولو ممانعت کولای شي د شخصيت په شکل اخيستنه کې نقش ولري.

د دې خــبرو دتاييد لپاره چې ځومره ډېرې آزمويښــتي څېړنې منځتــه راغلې، تر ننه پورې يې متناقضې پايلې منځته راوړې.

۲ ـ يورنګي کول دويم هغه عامل دی، چې اهميت يې په اروا پوهنه کې د تاييد وړګرځېدلی، د يورنګي کولو موندنې يعنې د زوی تمايل د پلار د صفاتو په منلوسره اود لور تمايل د مور د صفاتو په منلوسره ياله خپله جنســه د يوه بل شــخص احتمال يورنګي کول پــه واقعيت کې د والدينو د رفتار له نمونو څخه د بې خبره تقليد يو ډول دی، چې د داخلي ميکانيزم په مرسته ترسره کېږي.

د شــخصيت شکل نيونه د تدريجي اجتماعي کېدلو په بڼه څرګندېږي او د اروا پوهنې مکتب دهغه په و ده کې پرله پسې او ګڼې هم رنګۍ اغيزمنې بولي.

د شخصيت جوړښت:

د فرويد په نظر شخصيت له دريو برخو ياله دريو سطحو څخه جوړيږي، نهاد، زه خپل (اوبرتر زه) په دري کې په لاندې الفاظو ذکر شوي دي. نهاد من (خود) او من برتر

نهاد: هغه قوه ده، چې د اوليه غرايزو له مجموعې څخه جوړيږي او د لذت له اصلي کسبولو څخه پيروي کوي، نهاد دټولو نا خبرو او غريزي غيرارادي طبيعي حالتونو نماينده ده.

دفرويد په وينا سره هرڅوک د زيږېدنې پر مهال نهاد له خپله ځانه سره دنيا ته راوړي، او ټول عمرله هغه سره تېروي، د ژوند اصلي مايې نهاد او د شــخصيت بنســټ ريزي يې کوي، دغه قوه کاملآ داخلي منشــه لري، اوله بهرنۍ نړۍ څخه هېڅ اطلاع نه لري او له درد او غمه تښــتېدونکې ده، هېڅ حد اوسر حد نه پېژني او له هېڅ اصل او قاعدې څخه ماســوا د لذت له کســبولو څخه تابعيت او پيروي نه کوي، نهاد د واقعيت له نړۍ څخه خارج، له اخلاقي موازينو او ټولنيزو قيدونو او بندونوڅخه لرې دی، نو په همدې بنا د آزادۍ په کمال کې او د لزوم په صورت کې په سختۍ اوخشونت سره او د خپلو خواهشاتو د پوره کولو په هڅه کې او د لذت د کسبولو په لټه کې دی.

د نهاد شــتون د موجوديت او ســلامت د ســاتنې لپاره لازمه ده، نهاد دی چې انسان د ژوند د اوليــه احتيــا جاتو د رفع کولو په مقابل کې لکه د لوږې، تندې، جنسي اړتيا او د ګرمۍ او يخنۍ د خطرونو په مقابل کې فعاليت کولو ته اړکوي.

ځکه چې نهاد د لذت له کسبونو څخه پيروي کوي، د انرژۍ په مصرفولو له زدو بندونو څخه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کموي، اوحیاتي تعادل برقراره ساتي.

البته د نا مقبولو خواهشاتو نهاد هم لري، اماځرنګه چې یوازې د فعالیت عامل نه دی، نو نشي کولای په ساده ګۍ سره له انسان څخه یو بې بندوباره فرد منځته راوړي، همېشه له من او له برتر من سره دی، نهاد یوازې په وړو ماشومانو کې چې تر اوسه پورې له اصل واقعیت څخه خبرنه دي او په ځینو رواني فشاره، افرادو کې چې هرڅه غواړي ترسره کوي یې.

ناوړه خبرې کړي او نورو ته آزار رسوي او ناشایسته حرکات کوي. د میدان یکه تاز یا بې ساری دی. د دې لپاره، چې د نهاد مفهوم لا ښــه روښــانه شي، یو فرضي مثال راوړو، یوکوچنی هلک په نظرکــې ونیســی، چې له خپلې مور سره د مغازو مخې ته رســېږي، یو ناڅاپــه یې په مغازه کې د شیشــې شاته سترګې د ده دعلاقې وړ د لوبو په سامان لګېږي، نو هغه ده چې ماشوم دواړه پښې په یوه موزه کې اچوي، چې حتماً دې هغه ورته واخیســتل شي، هر دلیل چې ورته وړاندې کوي، لکه د قیمت لوړوالی، د پیسو نشتوالی، هېڅ کله غوږ نه نیسي، د دې لپاره چې نه د قیمت مفهوم او نه هم د پیســو د نشــتوالي مفهوم ورته مطرح دی، دغه ماشوم په دې وخت کې صرف د نهاد د دستوریا حکم پیروي کوي او له واقعیت څخه تښتېدونکې دی.

من یا اصل واقعیت:

د بهرنــۍ نــړۍ او واقعیت سره د نهاد د بر خورد په وخت کې رامنځته کیږي.ا ود واقعیت له اصــل څخه موخه دا ده، چې منطقي تفکر د من بنســټ جوړوي، من په حقیقت کې د نهاد یوه برخه ده، چې منطقي تفکر د من بنسټ جوړوي، من په حقیقت کې د نهاد یوه برخه ده، چې د بهرنۍ نړۍ د مقتضیاتو په اثر کې د شکل بدلون موندلی دی. د من د مفهوم د لاډېرې روښانتیا په خاطر پورتنی مثال بیا ځلی په نظرکې نیسو. ماشوم دواړې پښې په یوه موزه کې اچولې، چې حتماً باید د خپلې خوښې وړ د لوبو سامان ولري، د ماشوم مور د د بیلابیلو دلایلو په وجه؛ لکه: د قیمت لوړوالی، یا د خراب یا ټیټ کېفیت په سبب د هغه له اخیستلو څخه ځان پېچې، داعمل ځوځلې تکرارېږي اوماشوم په تدریج سره دا درک کوي، چې نباید هر شې په هر مهال کې وغواړي، هغه په دې فکر کې لوېږي، چې باید د هدف لاندې شرایط په نظرکې ونیسي، لکه: هغه وخت دی په دې پوهېږي، چې کله یې مور دګاونډیانو له ښځوسره د پیرودنې لپاره ووځي، یاکله: چې له خپلې نیا، نیکه سره بهروځي، کولای شي چې د خپلې علاقې وړ د لوبو اســباب و غواړي، دغه ځای دي، چې د ماشوم من جوړیږي.

لنډه داچې من د زدو بند (تنش) د کمښت لپاره اولذت ته د رسېدلو لپاره له عقل څخه مرسته غواړي، او دهغه د لارښــوونو پربنسټ د نهاد د خواهشونو ټاکنې ته اقدام کوي. اود هغود مهال،

(c) ketabton.com: The Digital Library

مکان او د هغوی د وېستلو د څرنګوالي په هکله تصمیم نیسي، نوپه همدې بنا د من دنده دا ده، چې د امکاناتو او بهرنۍ نړۍ د مقتضیاتو په نظرکې نیولو سره اود نهاد د غوښتنو مصلحت عملي کوي؛ تر څو د فرد سعادت او د هغه د ډول د بقآ امکان ومنل شي، له چاپېریال سره جوړښت اود هغــو تضادونــو حل چې د ارګانیزم او د بهرني چاپېریال د واقعیت په مابین کې منځته را ځي او د ډول ډول او متضادو اړتیاوو پوره کول، دغه ټول د من له دندو څخه شمېرل کېږي او یوه برخه یې د مــن ده، چې له ټولنیزو محدودیتونــو او ممانعتونو سره په مقابل کېدو سره د بنې تغیرموندلې دی، په پورتنیو ســطرونو کې مو وویل، چې من له واقعیت څخه پیروي کوي، اوس دا زیاتوو، چې من اخلاقي او ټولنیزو اصولو او موازینوته هېڅ پاملرنه او توجه نه لري، کله چې دغه توجه منځته راغله د شخصیت دریمه او خورا لوړه سطحه جوړوي، چې فروید هغه من برتر نوموي.

د شخصیت ټیپونه:

د ټیپ مفهوم مســتقیماً د پرسونا له مفهوم یعنې ماســک څخه مشتق کېږي، په لرغوني تیاتر کې د نقش یوڅو محدوده شــمېر شــتون درلود، هر نقش به د ماســک له مخې د پېژندلو وړ و، بنــا پردې کېدای شي وویــل شي، چې ټیپ یعنې د عکس العمل مجموع طرزوو یا د شــخصیت جوړښــت مجموعو، د شخصیتي ټیپونو له تشخیص یا د اشخاصو د مختلفو ډولونو له طبقه بندۍ څخه موخه دا ده چې د انسانانو جسمي او رواني ځانګړتیاوې مخصوصاً د هغوی رابطه تر مطالعې لاندې ونیول شي.

د دویم څپرکې د مطالبو لنډیز:

شــخصیت مو د ســبک په مانا تعریف کړی اوپه دې تعریف کې موهېڅ ډول ارزښتي پرېکړه عمــلآ نه ده راوړې، وموویل څرنګه چې انســانان د څېرې دخطونو، غــږ، په لار باندې دتللو طرز خــبرې کولو، جامو اغوســتلو، د محرکونو پــه مقابل کې د عکس العملونو لــه نظره متفاوت دي، همداشان د سبک یعنې د طرز له مخې هم توپیرونه سره لري، همداشان مخکې مو ویلي وو، چې د شــخصیت کلمه د انګلیسي د پرســونالیتي کلمې ژباړه ده، چې هغه هم د لاتین له پرســونالیتي څخه مشــتق شــوې ده. پرسونا په لرغوني تیاترکې عبارت له هغه ماسک څخه وه، چې لوبغاړي به په خپلې څېرې باندې کېښــود او د نمایش ترپایه پورې به یې ســاته، د ماسک له ځانګړتیاوو څخه یــوه ځانګړتیا د هغه ثبــات او دایمي والی و، نوپردې بنا له شــخصیت څخه مو موخه عبارت له هغوځانګړتیــاوو څخــه ده، چې تقریباً په دایمي توګه سره د فرد په وجود کې حضورلري او دهغه له نورو څخه د تمایز موجب ګرځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د هر فرد شــخصیت د دوو ډلو عواملو تر اغیزې لاندې راځي. ژوندني (زیســتي) او اجتماعي، کېــدای شي نقــش، جنس، عمــر، او د مرغېړو عصبي عواملوته د شــخصیت اشــاره وشي، نن ورځ تاییدشــوې ده، چې د ښــځو شخصیت د سړیو له شخصیت څخه توپیر لری، همدا راز د ماشومانو او د ځوانانو شخصیت د پاخه عمر او د زاړه عمر لرونکو افرادو له شخصیت سره توپیر لری، همدا راز د عصبي دستګاه د نقش او د داخلي مرغېړیو د سیستم په هکله د شخصیت په څرنګوالي کې هم د تردید ځای باقي نه دی پاتې شوی، لکه د تایرویید د مرغېړویو زیاته څڅېدنه د دې موجب ګرځــي، چې فــرد له اندازې څخه زیات تحریک منونکې وي، اما دهغه په څڅېدنه (ترشــح) کې کمېدنه د دې موجب ګرځي؛ تر څو حساسیت ډېرې ټیټې اندازې او حد ته را ورسوي، ټولنیزعوامل هم پخپل وارسره د فرد شــخصیت تر اغیز لاندې راولي، له ټولنېزوعواملو څخه کېدای شي، د کورني نقــش یعنــې هغه ډله چې په کورنۍ پورې اړه لري او هغــه فرهنګ چې کورنۍ یې په د ننه کې ځای نیسي اشــاره وشي، فروید باوري و، چې د ماشــوم د ژوند لومړني کلونه د هغه د شخصیت په څرنګوالي کې ډېر مهم نقش او رول لري.

د اروا پوهنې مکتب معتقد دی، چې شــخصیت له دریو سطحوڅخه جوړیږي، نهاد، زه (من) او لوړ زه (من برتر) فراخود د هغې قوي نهاد دی، چې د اولیه غرایزو له مجموعې څخه جوړیږی، د لذت د کســبولو له اصل څخه پیروي کوي، نهــاد ړوند اوکوڼ دی او له هېڅ منطق څخه پیروي نه کوي، نهاد له واقعیت سره په برخورد کې متعادل کېږي اود شــخصیت دویم قســمت یعنې من جوړیږی، من یعنې له منطقي فکر څخه اســتفاده کول او د نهاد غوښــتنې د زمان اومکان د سره سم پوره کول.

مــن (زه) لــه اجتماعــي مقراراتو څخه بې خــبره دی، له مــن څخه یوه برخه لــه اجتماعي محدودیتونــو سره په لګېدلو کــې پر من برتر تبدیلېږي، په همدې بنا من برتر یعنې هماغه د پلار او مور امر او نهې یا د ټولنیز چاپېریال امراو نهې د شــخصیت د دریو ســطحو په منځ کې د من کار له ټولونه زیاد ســتونزمن دي، ځکه چې د نهاد دغوښتونواوټولنیز چاپیریال د محدود یتونو تر منځ باید تعادل ایجاد کړي.

شــخصیتونه په مختلفو بڼو طبقــه بندي کوي، او هره طبقه یو ټیپ ونومــوي. اروا پوهانو د انســانانو د شــخصیت پیژندنې لپاره پر پلټنې علاوه دا کوښښ هم کړی؛ څو د هغوی ارزونه هم وکــړي، لــه همدې نظره د شــخصیت ارزونې د ډېر اهمیت او ارزښــت وړ ده، چې کېدای شي په مناســبو موقعیتونوکې د افرادو له شــتون څخه اســتفاده وشي. هغه کړن لارې چې د شــخصیت ارزونــې لپــاره پکارول کېږي، عبارت دي د روان ســنجۍ له کړنلارو(دشــخصیت د عیني آزموینو پوښتن لیکونو) څخه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د دويم څپرکي پوښتنې:

۱ شخصيت د يوه سړی ..... څخه عبارت دی؟

الف: جسمي ځانګړتياوې   ب: طريقه والی

ج: رواني ځانګړتياوې   د: خوي او خصلت

۲ د ښځو کوم قدرتونه او ځانګړتياوې د نارينه وو په پرتله ډېردي؟

الف: عد دي استعداد   ب: هيجاني والی

ج: مکانيکې استعداد   د: د ښمني والی

۳ مزاج يعنې؟

الف: د شخصيت د ژوند عوامل.   ب: د شخصيت ټولنيزعوامل.

ج: د شخصيت اکتسابي عوامل.   د: د يوه شخص دوران ځانګړتياوې.

۴ د شخصيت له سطوحو څخه کوم يو ډېر اهميت لري؟

الف: نهاد.   ب: من.   ج: من برتر.   د: فراخود.

۵ د شخصيت مختلف اړخونه د لاندې طريقې څخه په کومه يوه طريقه ارزيابي کېږي؟

الف: فرافکن. د: باليني. ج: عيني شخصيت. د: پوښتنليک

۶ من برتر يا فراخود څرنګه جوړيږي؟

الف: د من د لګېدنې له ټولنيزو محدوديتونو څخه.

ب: د نهاد له لګېدنې څخه يا ټولنيز واقعيتونه.

ج: د نهاد لګېدنه له من او فراخود سره.

د: د نهاد له مهارولو څخه اوطبيعي اړتياوې.

۷ د نارينه وو کومه ځانګړتيا له ښځو څخه زياته ده؟

الف: سيالي کلامي   ب: ټولنيز والی

ج: هيجاني والی   د: دښمني والی

(c) ketabton.com: The Digital Library

۸ په شخصيت باندې د مؤثرو ټولنيزو عواملو له نهاد والي څخه موخه داده چې هغو ی
الف: په فرد باندې قاطع او مسلم اثر لري ب: په هره اجتماع کې شتون لري
ج: په ارادي توګه سره وارد د عمل ګرځي د: د ژوند له عواملو سره ارتباط نه لري

۹ اکثره نابهنجاره اشخاص په هغو کورنيو پورې اړه لري چې:
الف: د هغوی د افرادو تعداد ډېر دی ب: له والدينو څخه يو فوت شوی دی
ج: د هادي ژوند مسير نه و د: والدين د عقيدې اختلاف لري

(c) ketabton.com: The Digital Library

د هېرېدنې حافظه

ټولیزه موخه:
داطلاعاتو دپروسس دطریقې زده کړه او د حافظې اهمیت د اطلاعاتوپه کسبولو اود هغه په کار ولو کې.

د زده کړې موخې: د دې هدف په پای کې له زده کوونکو څخه انتظارکېږي څو:

- له حافظې څخه په اغیزمنه اوګټوره ګټه پوه شي
- د حافظې د تقویت په طریقه باندې باید پوه شي
- د حافظې په متقابله اړیکو او هېرې باید پوه شي او دهغو اهمیت توضېح کړي

د هېرولو حافظه:

د حافظې د جوړښت درې ګوني پړاوونه: ارواپوهانو کشف کړې ده، چې حافظه کم تر کمه په دریو پړاوونو کې جوړیږي، چې حسي حافظه (sensory memory)، لنډ مهاله حافظه (short-term memory)
او اوږد مهاله حافظه (Long- term memory)

۱ـ حسي حافظه یعنې په حسي اندامونوکې د اطلاعاتو مؤقتي ساتنه.

۲ ـ لنډ مهاله حافظه یعنې د ډېرې کمې مودې په مخ د اطلاعاتو ذخیره کول.

۳ ـ اوږد مهاله حافظه یعنې د اطلاعاتو ذخیره کول په راتلونکې کې له هغوڅخه د استفادې په منظور، نو په همدې بنا حسي حافظه اطلاعات د ګذرا په توګه ساتي، لنډ مهاله حافظه اطلاعات تر هغه وخته پورې ساتي؛ څو چې د استفادې وړ وي او اوږد مهاله حافظه بیا اطلاعات د تل لپاره ساتي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

تصویــر د حافظــې د بېلابېلو پړاوونو تر منـځ د اطلاعاتو لېږد ښـيي. څرنګه چې وينو حسي حافظې لره کولای شــو د لنډ مهاله حافظې د انتظار له اتاق سره يې تشــبيه کړو، وروسته له هغه چې اطلاعات لنډ مهاله حافظې ته وردننه شول کېدای شي له هغو ځايه اوږد مهاله حافظې ته لاړ شي، البته اطلاعات کېدای شي بيا لنډ مهاله حافظې ته وګرځی او د لنډې مودې لپاره تر ګټې لاندې ونيول شي، د حافظې د جوړښت په هر پړاو کې د هېرېدنې امکان شته.

دتحليل (پردازش) سطحې:

له لنډ مهاله حافظې څخه د بشــپړې اســتفادې لپاره د اطلاعاتو د ســطحې ځانګړتيا ووته د پاملرنې پرځای کولای شو، د هغه ژوره معنی په نظر کې ونيسو.

په مجالســو کې که يوازې د اشــخاصو نوم او د هغوی ظاهري وضعې ته پام وکړو،ويل کېدای شي چې په سطحي تحليل مو لاس وهلی، اما که چېرې دهغوی سياسي افکارو يا د مذهبي سرګرميو په هکله بحث وکړو، نوښايې يو ژور تحليل تر سره کړو، اوښايې ډېرچانس ولرو؛ ترڅوپه بله کتنه کې د هغوی نوم په ياد راوړو، د پردازش د ســطحو د فرضيې پر بنســټ، اوږد مهاله حافظې ته د اطلاعاتو د ننوتو ژورتحليل او په پايله کې د هغوی يادښت ته دمه ورکوي.

د پردازش په سطحو پورې اړوند مطالعاتو کې هغه آزمايښتونه چې د ډېر شمېر کلمو ترمنځ د قافيې کلمې پيدا کوي، ياهغه چې په غټو تورو ليکل شوي وي، علامت ګذاري کوي يې، سطحي تحليل ترسره کوي، اما هغه آزموينښتونه چې په هماغه فهرست کې د مترادفو کلمو په لټه کې وي، ژور تحليــل ترسره کوي، او په پايله کــې کليمې د يوه بام په ډول يادوي او اوږد مهاله حافظې ته ښه او غوره سازمان ورکوي، نوبنا پردې کله چې د کلماتو معنی ته توجه کوو، نوپه لاډېر ژورتحليل لاس وهو او اوږد مهاله حافظې ته د اصطلاحاتو لېږد آسانه کوو.

بيا پېژندنه او په ياد را وړل:

يو شخص په کوڅه کې وينی او مطمئن کېږی چې هغه مو مخکې ليدلی دی، د دې لپاره چې مشخص شي چې واقعاً هغه پېژنی، د بيا موندنې د لارښوونې له يوه ډول څخه استفاده کوی، چې همدغه بيا پېژندنه (Recognition) نومول شــوېده، خپلــه اوږد مهاله حافظه ګرځوئ؛ څو هغه محرکونه چې په مخکې لرئ، هغه ووينی، يوه شــخص مخکې خپل کوم اثر پرې ايښــی او که نه، کومــه پايلــه چې دلته په لاس راوړئ ډېره دقيقه ده، اما کله چې غواړی د هغه نوم په ياد راوړی، دبيا موندنې يوه بله لارښــوونه چې يوڅه ســخته ده او په ياد راوړل نومول کېږي، کاروو، تاسو د هغه شــاخص په بنســټ چې د يوې اطلاع تر بيا پېژندنې ډېره بشــپړه ده مخ ته ځې او په خپله اوږد مهاله حافظه کې اطلاعات سره له محرکه پلټی، مثلاً ديوه شخص څېره د هغه د نوم په پرتله کلي شــاخص دی، له دې ټولو سره سره په اغلب ډېرو دغو مواردوکې دغه شــاخص کفايت نکوي؛

(c) ketabton.com: The Digital Library

څو وکولای شــو دیو شــخص نوم دټولو هغو نومونو په منځ کې چې ستاسو اوږد مهاله حافظه یې اشغال کړې ده بیا ومومو.

د خاطراتو د شــکل تحلیل: اروا پوهانو تصور کاوه چې لنډ مهاله حافظه د تازه ســیمیا په رقم تغیــر منونکې، اما اوږد مهاله حافظه چې د وچې ســیمیا په رقــم تغیرنه منونکې ده، لکه څرنګه چې به وروســته ښایې ووینی د لنډ مهالې حافظې محتوی واقعآ تاواني ده، او امکان لري له منځه لاړه شي، یا مخکې تر دې چې په تلپاتې خاطره بدله شي د بنې بدلون مومي، اما ډېرى اروا پوهان معتقــد دي، چــې خاطرې اوږد مهالې حافظې ته له ننوتو وروســته هم ممکنې دي چې د شــکل بدلون ومومي.

هېرېدنــه: ځینې څېړونکې علاقمند دي، چې د هېرېدنې هغه حالتونو مطالعه کړي، چې کله ګټور اوکله هم د تأســف وړ وي، که څه هم موږ ټول غم انګېزه او کړاو ورکونکې خاطرې لرو او غواړو چې د هغوی له لاسه خلاص شو.

هېرونه په ډېرى وختونو کې بې ځایه او بې مورده ده، د هغوی لاملونه کوم دي؟ لومړنی اروا پــوه چې هېرونه یې مطالعه کړېده (هرمان بینګاوس) و، هغه به وروســته له دې چې د بې مانا هیجا ګانو فهرست به یې په بشپړه توګه سره خاطرته سپاره، خپله حافظه به یې په ټاکلیو فواصلو کې آزمویله، هغه متوجه شــو، چې د فهرســت له یادولوڅخه یو ساعت وروسته یوازې کولای شي، چې په سلو کې پنځه څلوېښت هېجا ګانې په یاد راوړي دغه یاد راوړنه وروسته له یوې ورځې په سلو کې پنځه دېرش او وروسته له یوې هفتې څخه په سلو کې یو ویشتو ته راټیټېږي.

د حافظې د تقویت لارې:

ځینې په دې باوري دي، چې د حافظې د تقویې لپاره باید قوي غذاګانې وخوري، حتی ځینې میندې او پلرونه دا تصورکوي، چې که چېرې د خپلو بچو نســونه په قوي غذا ګانو لکه غوښــه او داســې نورو غذاګانو باندې ډک کړو، نوښایې د هغوی هوښ او حافظه بهتره او قوي شي، او ښایې چې بهتره او ښه درس ووایې، دغه تصورسم نه دی، په داسې حال کې، چې په هوښ، حافظه، دقت، او د یادېدنې په میزان باندې د غذایې موادو کمښــت منفي اغیزه لري، ځکه چې وړی هلک نشي کــولای دقــت ولري، اوهغه څه چې وایې حافظې ته یې وســپاري، اما د غذایې موادو زیات والی ذهنــي قدرتونو ته زیادت نه ورکوي، د حافظــې د تقویت لپاره باید نورې دیادونې اغیزمنې لارې چارې وکتل شي، د حافظې د تقویې لپاره د یادېدنې د لارو پکار اچولو سربېره داســې غوره شــې نشته، دغه دي، چې اوس د هغوی تعداد ته اشاره کوو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱ـ تمرین: تکـرار یا مرور ذهني یعنې ذهني ګرځېدنه یا فعالیت د یادونې لپاره د دې موجب ګرځي، چې له لنډ مهاله حافظې څخه اطلاعات اوږد مهاله حافظې ته انتقال کړي، ممکن دا چرت ووهـي چې تکرار یـو میخانیکې عمل دی او ډېرګټور ندی، اما بایـد داخبره له پامه ونه غورځول شي، چې په همدې تکرار سره مو د عددي او سـاده محاسـبې توري یاد کړي، ماشـومان د کلماتو، املا په څو څو ځلې لیکي؛ څوېي حافظې ته وسـپا ري، د سـینما تیاتر، جمناسـتیک هنرمندان په نه سـتړي کېدونکې توګه ځینې حرکات تکراروي؛ څوله هغو څخه عملي حافظه تشـکېل کاندي، وروسـته له هغه چې مو فورمولونه، اشـعار، یا متلونه حفظ کړل په دې فکر کې لوېږی، چې څه وخت به هغه کاروو.

۲ - د نویو اطلاعاتو ارتباط ورکول په هغه څه چې مخکې پرې پوه شوي یاست: په ذهن کې د شـته اطلاعاتو ارتباط ورکول په اصل کې هماغه تکرار د هغوی د یوالي لپاره دی، موږمعمولاً د اطلاعاتو په یو ځای کولو سره خپل ځان خپروو او پراخوو، لکه ماشـومان دا یادوي، چې پ له ب سره شـباهت لري، په دې توپیر سره، چې د یوه ټکې په ځای دری ټکې لري همداراز ماشـومان دا یادوي، چې د والیبال توپ د فوټبال له توپ سره شـباهت لري، اما د فوټبال توپ نسـبتاً د والیبال توپ ته درونډ دي.

۳ - غیـر معمـولي دعواګانې: هغه محرکونـه، چې د لیرې څخه په خپلوکـې سره جلا وي، په راحتـۍ سره په حافظه کې پاتـې کېږي، ځکه چې هغوی ته زیاتره توجه او پاملرنه کوو،او هغوی هـم هیجـاني عکس العملونه ایجادوي، نو په همدې بنا وکولای شـو، د نویو اطلاعاتو په واسـطه غیرمعمولي، یا هم شـدیدې دعواګانې منځ ته راوړو، نو په راحتۍ سره به ښایې، وکولای شو، هغه په خپله حافظه کې وسـاتو او په لازمه موقع کې بـه یې اظهار کړو. فرض کړئ، غواړی مغازې ته لاړ شی اوڅو قلمه خوراکې توکې واخلی، له هېرېدنې څخه د مخنیوې په خاطر کولای شی، نخود له خپلو سترګو، رشته له خپلو باڼوګانو، اسفنج له خپلو ورځو او قلم له خپلې پزې سره تشبیه کړی، اومطمئن اوسی، چې د دې عمل په ترسره کولو سره به انشا الله بیا هغه شی هېر نکړی.

د کلیـدي کلماتو طریقه په دې ډول ده، چې یوه پېژندل شـوې کلمه له هغوکلماتو سره، چې غواړ حافظې ته یې وسپارو تداعي کوو ، دغه طریقه مخصوصآ د خارجي ژبې په یادولوکې ګټوره واقع کېږي. فرض کړئ، غواړی د (News) کلمه د خبرپه معنی ماشوم ته وریاده کړی، کولای شی ووایـی، چـې خبر په اصل کې هرې نوې اطلاع ته ویـل کېږي او NEWS کولای شي له نوې سره تداعي شي ځکه، چې همغږي سره لري.

۴ - له اختصاري علایموڅخه اسـتفاده: اختصاري علایم یعنې دکلماتو د لومړنیو حروفو پورته کول اوپه هغو یوه یاڅو کلمې جوړول مثلآ د حفظ لپاره مرکبه او طولاني کلمه.

(Electroencephalogram) ....EGG

د اوو رنګونو (سور، نارنجي، ژېړ، شین، آبي، نیلي، چنیا) د ترتیب د حفظولو لپاره باید د سنز سانب کلمه په کاریوسو یا ورڅخه استفاده وکړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د دریم څپرکی لنډیز:

د هرډول اطلاع ساتنه او د هغه په یاد راوړل حافظه نومول کېږي. څنګه چې په دریو پړاوونو کې جوړېږي. حسي، لنډمهاله، اوږد مهاله.

حـسي حافظه یعنې په حسي اندامونو کې د اطلاعاتو مؤقته ســاتنه، لنډ مهاله حافظه یعنې د ډېرې لنډې مودې په موخه د اطلاعاتو ذخیره کول، او اوږد مهاله حافظه یعنې د اطلاعاتو جوړونې زخیره کول په راتلونکې کې له هغو څخه د اســتفادې لپاره. څېړونکو کشــف کړېده، چې حافظه کم ترکمه په دریو مرحلو کې تشکېلېږي.

۱ ـ حسي حافظه

۲ـ لنډ مهاله حافظه

۳ـ اوږد مهاله حافظه

۳ اوږد مهالــه حافظــه: د ژورتحلیل د تحلیل د ســطحو اوږد مهاله حافظې ته د اطلاعاتو ننه ایســتل اوپه پایله کې د هغو یاد ته ســپارل راحت او آسانه کوي، د تحلیل په سطحو پورې اړوندو مطالعاتو کې هغه ازمایښتونه چې د ډېرو کلمو په منځ کې د قافیې کلیمې پیدا کوي. یاهغه چې په غټوتورو لیکل شــوي دي نښاني کوي یې، ســطحي تحلیل ترسره کوي، اما هغه آزموینې چې په هغه فهرســت کې د مترادفو کلموپه لټه پســې ګرځي کله چې د کلمومانا ته پام وکړو په یوه ژور تحلیل لاس پورې کوو او اوږد مهاله حافظې ته د اطلاعاتو لېږد آسانه کوو.

اروا پوهانو فکر کاوه چې لنډ مهاله حافظه د تازه سیمیا په شان تغیر منونکې اما اوږد مهاله حافظه د وچې سیمیا په شان تغیر نه منونکې ده.

لومړنی اروا پوه چې هیرونه یې مطالعه کړه هرمان ابینګاهوس و، هغه به وروسته له دې چې کله به یې په بشــپړه توګه سره د بې معنې هیجاګانو فهرست خاطرته وسپاره، خپله حافظه به یې په ټاکلو فواصلو کې آزمویله، هغه متوجه شو چې دیوه فهرست له یادولو څخه یوساعت وروسته یوازې کېدای شي په ســلوکې پنځه څلویښــت هیجاګانې په یاد راوړي، دغه یاد راوړنه وروسته له یوې ورځې څخه په ســلوکې پنځه دېرش او وروســته له یوې اونۍ څخه په سلوکې یوویشتو ته را ټیټېږي.

د حافظــې د تقویــې لپاره بایــد د یادولو اغیزمنې اومؤثرې لارې چــارې زده شي، د حافظې د تقویې لپاره دیادولو د لارښــوونو او نورو چارو څخه پرته بل داســې غوره او بهتره شی نشته، دغه ده چې دهغوی یوه تعداد ته اشاره کوو.

۱ـ غیرمعمولي تداعي

۲ـ د اطلاعاتو ارتباط ورکول په هغه څه چې مخکې پرې پوه شوي یاست.

۳ـ له اختصاري علایموڅخه استفاده

(c) ketabton.com: The Digital Library

د درېيم څپرکي پوښتنې :

۱ تداخل څه وخت منځ ته را ځي؟

الف: مخکنۍ يادېدنه د وروستۍ يادېدنې مانع ګرځي

ب: وروستۍ يادېدنه به د مطالبو د په ياد راوړنې مانع وي

ج: يوه يادېدنه د بلې د تضعيف موجب ګرځي

د: دوې يادونې بايد ګډ اړخونه ولري

۲ـ له لاندې کارونو څخه د کوم يوکارترسره کول، په تدريج سره ستاسو حافظه ضعيفه کوي؟

الف: د مطالبو ديوپارچګۍ لپاره تکرار

ب: په لومړي سرکې د څپرکي خلاصه ويل

ج: د مهمو مطالبو لاندې خط کشول

د: د اختصاري علايمو تهيه کول

۳ـ په واقعيت کې د حافظې تقويه عبارت ده له ؟

الف: هرڅومره ډېرتکرار اوتمرين

ب: ديادېدنې دلارو په کارول

ج: مطالعه په ډېر دقت سره

د: د فاسفورس لرنکو اوقوي غذاګانو خوړل

۴ـ هېرېدنه، مخکې له واقعې څخه په څه مانا دي؟

الف: د تازه او نويو پېښوهېرول

ب: له حادثې څخه وروسته د مطالبو په يادونه کې ناتواني

ج: د تازه اشخاصو په پېژندنه کې ناتواني

د: هېرول دپېښو نه مخکې ترپېښېدو

۵ـ د حافظې له ډولونو څخه کوم يو ډول د شخصي تجربو يا آزموېښتونو خاطره ده؟

الف: پېښه ييزې. ب: معنايي. ج: عملي. د: لنډمهاله

۶ـ د لنډ مهاله حافظې توپير له اوږد مهالې سره په څه کې دی

الف: يادېدل. ب: تحريک. ج: ساتنه. د: په ياد راوړنه.

۷ـ حافظې ته وارد شوي اطلاعات په کوم قسمت کې د بڼې بدلون مومي؟

الف: حسي حافظه. ب: اوږد مهاله حافظه. ج: لنډ مهاله حافظه. د: بينايي حافظه.

۸ـ د نويــو اطلاعاتــو ارتباط ورکول په هغه څه چې تر مخــه پرې پوهېږي، په واقعيت کې هماغه تکرار د هغوی لپاره دی؟

الف: يوه پارچه کېدل. ب: حفظ کول. ج: ذهني مرور. د: تمرين کول.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورم څپرکی

احساس او ادراک

ټولیزه موخه:
د حسي او ادارکي اعضاوو نقش، اهمیت، او اغېزې.

د زده کړې موخې: د حسي او ادراکې اعضاوو نقش، اهمیت، اواغېزې د څپرکي زده کړه ییزی موخی له ښوونکې څخه انتظار کېږي؛ څو د دې څپرکې په پاي کې:

- احساس او ادراک تعریف او توضیح کړي.
- هغه غړي یا اعضاچې د احساس او ادراک په پروسه کې سهم یا برخه لري، هغوی وپېژني او د هغوی د وظایفو د ترسره کولو څرنګوالی توضېح کړي.
- د نه درک کولو او نه احساسولو علل او عوامل توضېح کړي.

احساس او ادراک: د ارګانیزم رابطه له محیط سره داخیستونکې اعصابو په کړنې (Recepto) او دهغــه په ځواب ورکونکــې (Respondent) پورې تړلې ده، دحیواناتو په لومړنیو ډولونو کې دغه کړنه یوازې د یوې حجرې په اختیارکې ده، په همدې ترتیب حیوان په ټولو محرکونو ځواب ورکوي. په لوړو سطوحو حیواناتوکې درې ډوله کاملاً متمایز اختصاصي اعضا شتون لري، رانیوونکې، ځواب ورکوونکې، او د رانیونکو او ځواب ورکونکو اندامونو په منځ کې اړیکه.

رانیونکي اندامونه: هغه دي چې د محرکونوپه مرسته په فعالیت راځي، محرک له یوې داخلي او یاخارجــي پېښــې څخه عبــارت ده چې په تحریکــې توګه سره منځ ته راځــي او دغه تحریک رانیوونکې اعضا اخلي.

ځــواب ورکوونکي اندامونــه: هغه دي چې د محرک په مقابل کې عکس العمل ښــیې، دغه عکس العمل معمولاً د مرغېړیو د ترشــح په بڼه یا د عضلې د انقباض په بڼه څرګندېږي. بنا پردې

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویلالی شئ چې د مرغیږیو ترشح او د عضلې انقباض محرک ته د ارګانېزم ځواب دی.

رابــط اندامونه: په واقعیت کې مرکزي عصبي دســتګاه ده، چــې له حرام مغز څخه د سرمغز لاندې برخه چې حرام مغز د مغز په نورو برخومرتبط کوي د مغز (بصل النخاع) جوړوي.

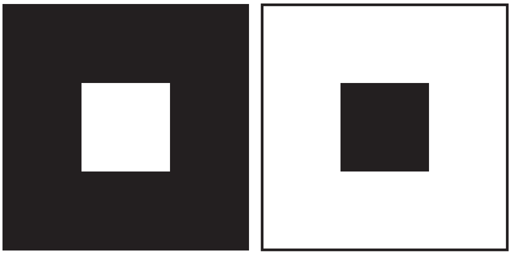
احســاس: یعنې د محیطــي تحریکونو لاس ته راوړل د رانیونکــو اندامونو له لارې او دهغوی انتقال داسې مراکزونو ته چې د هغوی د موندنې لپاره اختصاص شوي وي، ادراک یعنې داحساس تعبیر او تفســیر بنا پردې کېدای شي ووایو چې احساس محیطي تحریکونوته یوژوندنی تخلیق او اندام رانیونکې عکــس العمل دی.. هغه محرکونه چې تحریک ایجادوي عبارت دي له میخانیکې، کېمیاوي، الکترونیکي، حرارتي او نوري الکترونیک هغه محرکونه چې انرژي لري.

د اروا پوهنې له نظره د نور احساس: د دې لپاره چې وښیو هغه څه چې وینو یوازې فزیکي اړخ (منعکس شوی نور اندازه) نه ده، د شدت بدلوونکې په نظرکې نیسو او لاندې ساده ازمویښت ترسره کوو.

له دوو مربع ۵ × ۵ سانتي وړو خاکستري کاغذونو څخه یو د A په نامه او بل یې د B په نامه نوموو، د A مربع د یوې سپینې صفحې په منځ کې او د B مربع دیوې تورې صفحې په منځ کې چې ابعاد یې ۱۵× ۱۵ ســانتي متره وي نیښــلوو، په لومړي سرکې دوې غټې صفحې د هغه تصویر مطابق چې په شــکل کې ښــودل شــوي دیو بل څنګ ته ږدو، د A مربع د B مربع په پرتله یوڅه تیاره او تیز وینو، د یوه معمولي ســپین کاغذ ورقه تقریباً د ۱۵×۳۰ ســانتي د ابعادو په درلودلو سره پورتــه کوو، ســپین کاغذ دیوه تصویر په مــخ ږدو، او هغه برخې چې د A او B مربع په مخ لوېږي ســوری کوو، ښــایې ووینو چې د دوو مربعو تازه والی او روښــانتیا یو راز او یو برابر لیدل کېږي. اوس پورتنی ازمویښت د فزیولوژي او اروا پوهنې په عبارت ټاکو، طبیعي ده چې دوه مربع خاکستري کاغذونه، نور یو راز او یوبرابر منعکس کوي، ځکه چې موږ هغه له یوه خاکستري کاغذ څخه پرېکړي، اوکه چېرې یوفزیک دان هم دغه د منعکس شــوي نور اندازه واخلي ښــایې ووایې چې دغه دوه نوره یوبرابر انعکاس کوي، اما موږ یې متفاوت وینو، نوپه همدې راز یوشــان ادراک یا که صحیح ووایو یو راز روښنایی به ایجاد کړي.

همداشان کېدای شي وښودل شي چې د نورکېفیت یعنې د رنګ ادراک په دې چې اصولاً د نور د موج په طول تړلی دی او نوروعواملوته د هغې زمینې له جملې څخه چې په هغې قرار نیسي د هغې شــبکې ناحیه چې نور هلته منعکس کېږی د سترګې انطباق یعنې رنګونه چې مخکې ادراک شوي دي وابسته دي. دلته هم د رنګ ادراک یوازې د محرک د فزیکې ځانګړتیاوو نتیجه نه ده

(c) ketabton.com: The Digital Library



ړوندرنګي (په لیدلو کې ناتواني): (Color Blindness)

ړوند رنګي یعنې بې وسي د رنګونو په لیدنه کې، ځینې افراد هېڅ رنګ نه تشـخیصوي او په واقعیت کې د رنګونو په اړه بشپړ ړوندوالی لري، د دغسې افرادو تعداد ډېر کم دی.

د ړوند رنګۍ دودیز او رایج ډول عبارت دی له د سرو او شنو رنګونو په لیدنه کې چې اصلاحاً (daltonism) نومـول کېـږي ناتواني ځینې افراد په سره رنګ اوځینې بیا په شـنه رنګ او د ځینې افرادو بیا په سرو او شنو دواړو رنګونو باندې، ړوند رنګي یې ممکنه ده د افرادو ړوند رنګي کامله او یا هم ناقصه وي، هغه کسـان چې په سره رنګ ړوندوالی لري،د لیدنې طیف یې نسـبتآ څه لنډ ویني، اما هغه کسان چې په شنه رنګ ړوندوالی لري، د لیدنې د نور طیف دوه ټوټې ویني، دغه افراد د سوراو شین رنګ په خاکستري رنګ ویني اوپه نارینه ووکې د هغوی تعداد د ښځوپه پرتله ډېردی.

شـاتنی انځور: شـاتنی انځور یعنې هغـه اثرچې د اصلي محرک یوه طرف تـه له تللو څخه وروسـته څه موده په سـترګو کې باقي پاتې کېږي، مثلآ که چېرې یوه نوراني جسـم ته له دېرشـو څخه ترڅلوېښتو ثانیوپورې ځیرشی، نو هغه مهال یوې بې رنګه صفحې ته وګورئ، نویوه توره لکه (داغ) به پکې ووینی، همدغې تورې لکې ته دهغه نوراني جسم شاتنی انځور ویل کېږي. د شاتنیو انځورونـو پـه لید لو کې ټولیز اصل پدې شرحه دی، کله چې لومړنی محرک یوه طرف ته کېږي او په ځای یې تازه محرک راځي، حسي اخیسـتونکي نشي کولای چې تازه محرک پرته له فاصلې څخه ووینې، ځکه چې د مطلقې عدم تحریک پذیرۍ او د نسبي عدم تحریک پذیرۍ په حالت کې دي.

ادراک: نه باید ادراک له احسـاس سره مخلوط او ګډ شي، لکه څرنګه چې مو وویل احساس د حـسي اطلاعاتو عصبي مراکزوته تر ننوتلوپورې دی، حسي اطلاعات امکان لري په مسـتقیمه توګه عضلاتـو او مرغېړیـو ته انتقال شي، یا د لوړو مرکزونـو (cortex) په لور یا د مغز د بهرني قشر په لور لار پیداکړي، او خپل اثریوازې د فعالیت په بدلون سره چې د (cortex) په سطح ترسره کېږي، وښـیې، که چېرې حسي اطلاعات مسـتقیمآ عضلاتو او مرغېړیوته ولېـږدول شي، نو د حاکمیت د ماتحت فرد رفتار به ښایې احساس وي، او له ادراک سره به ښایې رابطه ونلري. اما که چېرې حسي اطـلاع د کورتکـس لوړو مرکزونوته انتقال شي، نو ادراک به ښـایې شـتون ولري، او د حسي اطلاع ترحاکمیـت لانـدې د فرد رفتار او د مغز د بهرني قشر جریانونه ښـایې وي، نو په دې بنا هغه څه

(c) ketabton.com: The Digital Library

چې احساســوو د حسي رانیونکو له فعالیت او همدا راز هغه فعالیتونه چې د حسي رانیوونکوپه فعالیت پســې د راوړنکي په مســیرونوکې ایجادېږي، او دتي لرونکــو د کورتکس په اړوند ترحسي مناطقــو پورې یا نور ورته نقاط په هغو حیواناتوکې چــې کورتکس نه لري ادامه پیداکوي، ادارک عبارت له هغو منځګړو جریا نونو څخه دی، چې د هغوی د مستقیم احساس جریان په لار اچوي په داسې ځای کې چې منځګړی جریان شتون نه لري، په داسې ځای کې چې تفکر شتون نه لري، په داســې ځای کې چې رفتار په بازتاب ډول سره ترسره کېږي، له ادراک څخه به خبرې نه کیږي، په بل عبارت که حسي اطلاع په مســتقیم ډول سره عضلاتو یا مرغېړیو ته لاړ شي مثلآ د کسي نور منقبض کړي اوخوله د لاړود ترشح یا زیم لپاره پرانیستی پرېږدي.

ګرمي د خولې او ساړه د لړزې موجب ګرځي، له احساس څخه ښایې خبره وشي، اما که چېرې د حــسي اطلاع او ځواب په منځ کې رابطه شــتون ولــري یعنې تفکر په عمل بدل شي نو له ادراک څخه به ښایې خبره وشي.

د ادراک خطــا: مختلفو تجربو داښــودلې ده چې ادراک، رونوشــت، یاســاده ښــکاره کونکې واقعیــت نــه دی، کله چې اداراک له واقعیت سره تطبیق نشي اصطلاحا وایو چې په ادراک کې مو خطا کړې ده.

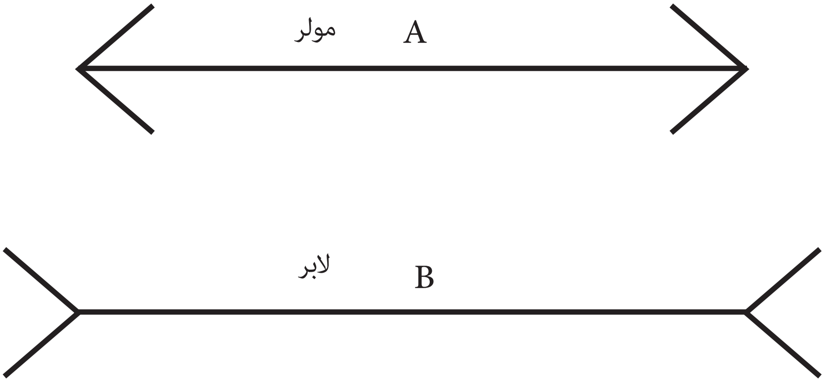
البتــه نه بایده، د ادراک خطا اوګمان وړلو منځ کې اشــتباه وکــړو، ګمان وړل عبارت له هغه ادراک څخــه دی، چې مشــخصه موضوع نه لــري اود فردي اختلا لونو په اثرمنــځ ته راځي، دغه اختلالونه ممکن جسمی وي، لکه مسمومیت او یاهم رواني وي (مزمنې پرتې) ګمان کول معمولا په رنځورو اشخاصوکې لیدل کېږی، اما ادراک خطا برعکس په لومړي سرکې په ټولو افرادو کې لیدل کېږی ثانیا یوه مشخصه موضوع لري.

د ادراک خطا په ټولو افرادو کې یوشان ده، او ټولو خلکو هغه آزمویلې ده، په داسې حال کې ګمان کول یوشــی یایو برابرندی، د ادراک د خطا یو برابروالی موجب شــوی دی، چې وکولای شــو هغه په ازمویښــتي ډول مطالعه کړو، حال داچې د ګمان کولو ازمویښــتي مطالعه امکان منونکې نــه ده، پــه ټولو وګړیو کې د ادراک د خطا له یوه برابر والي څخه موخه داده، چې ټول په یوه راز یا یه یوشان خطا کوي.

د ادراکي خطا ګانو بېلابېل ډولونه شتون لري، چې ځینوته یې په لاندې ډول اشاره کوو.

د مولــر خطــا: لابــر د ادراکي خطا ګانو لــه نمونو څخه یــوه نمونه ده، که چېــرې د A او B دواړوخطونو اوږد والی یو برابر او یو شی وي، نود A خط به له هرلوري دوو مقابل ښاخونوته او B خط به له متضادو یا مخالفو دواړو لوریو څخه محدود وي، د هغوی اوږدوالی ښــایي متفاوت ولیدل شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د څلورم څپرکي لنډيز:

احساس يعنې د رانيوونکو غړيو له لارې د محيطي تحريکونو اخيستنه او د هغوی لېږد هغو مرکزونو ته چې د هغوی د موندنې لپاره ځانګړي شوي دي، ادراک يعنې د احساس تعبيراو تفسير، نـــو پـــه همدې بنا کېدای شي وويل شي، چې احســـاس دژوند يوجريان او د يـــو بديهي چاپيريال د تحريکونـــو لپاره د رانيونکو غړيو غبرګون دی، تردوو خاکســـتري ياخړو مربعـــو پورې نور يو برابر منعکس کوي، ځکه چې هغه موله يوه خړ کاغذ څخه پرې کړی، او که يوفزيک پوه هم له همدغه منعکس شـــوي نور څخه اندازه واخلي، ښـــايې ووايي چې هغه يو راز دوه نوره منعکس کوي اما متفاوت يې وينو، بناءً د نور ادراک يوازې د نور د فزيکي شدت محصول نه دی، که چېرې په متن کې دوه خړ مربع يو شـــان واقع شي يو شـــان ادراک يا يو شان ځلا به ايجاد کړي. همداشان کېدای شي وښـــودل شي چې دنورڅرنګوالی يعنې د رنـــګ ادراک په دې خاطر چې اصولاً د نور د موج په طـــول پـــوري تړلی دی، په نورو عواملو پـــورې لکه هغه ځای چې په هغې کـــې قرارنيسي د هغې شـــبکې ناحيه چې نورهلته منعکس کېږي د ســـترګو انطباق يعنې (رنګونـــه چې مخکې لا ادراک شوي دي) تړلي دي دلته هم همدا شان د رنګونو ادراک يوازې د محرکو فزيکې ځانګړتيا وو پايله ده. ړوند رنګي يعنې د رنګونو په ليدنه کې بې وسي ځينې وګړي هېڅ يورنګ نشي تشـــخيصولای او په حقيقت کې په رنګونو کې بشـــپړ ړوندالی لري، د داســـې وګړو تعداد ډېرکم دی د دوديزې ړوندرنګۍ ډول د سرو اوشنو رنګونو په ليدنه کې چې اصطلاحاً Daltotism نومول کېږي.

که چېرې حسي اطلاع دکورتکس لوړو مرکزونو لېږد وومومي نوښـــايې ادراک شـــتون ولري او د خلکو چلنه په د مغز د بهرني قشر د جريانونو او د حسي اطلاع تر حاکميت لاندې وي.

ادراک د ساده واقعيت څرګند وونکې نه دی، کله چې ادراک له واقعيت سره تطابق ونه ښيې اصطلاحاً وايو چې په ادراک کې خطا شوي ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د څلورم څپرکي پوښتنې:

۱ـ کله چې له ګرمې بخارۍ سره لاس لګېږي، نوپرته له کوم ځنډ يې اثر د مرکزعصبي دســتګاه ته لېږدول کيږي، دې پديدې ته ويل کېږي؟

الف: بازتاب. ب: يادونه. ج: رفتار. د: احساس.

۲ـ له لاندې مواردو څخه کوم يود ادراک په حوزه کې شتون لري؟

الف: خولې کېدل دګرمۍ په اثر. ب: د غذا په وخت د خولې د اوبو زيم. ج: د سترګې د کسي بندېدل اوخلاصېدل. د: دپنجرې ترنه د يخنۍ له امله.

۳ـ ادراکي خطا ګانې ښيې چې ادراک:

الف: له واقعيت سره مطابقت نه ښيې. ب: په ګڼو عواملو پورې تړلی دی.

ج: په مختلفو وګړوکې توپيرلرونکې دی. د: په ټولو انسانانوکې شتون نه لري.

۴ـ له لاندې پديدو څخه کومه پديده د احساس تر سلطې لاندې ده نه د ادراک؟

الف: کتل. ب: پېژندل. ج: تفکر. د: بازتاب.

۵ـ ولې د کم عمره ماشومانو خبرې معمولاً د لويانو تعجب راپاروي؟

الف: د خبرو تعجب آوري. ب: د لويانو په انتظارسره د تضاد په اثر.

ج: د کوچنيانو پېژندنې موقعيت. د: دکوچنيانو د معصوميت په علت.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځم څپرکی

شرطي کېدل او يادېدنه

ټوليزه موخه:
د زده کړ ې غوره طريقې په موخه ييزه توګه او د هغوی کارول، د ژوند په مختلفو اړخونوکې.

د څپرکي د زده کړې موخې: زده کونکي به د دې څپرکي په پای کې:
ـ يادېدنه د اروا پوهنې له مخې توضيح کړي.
ـ په يادېدنې پورې اړونده مفاهيم توضيح کړي.
ـ د يادېدنې ډولونه ښايې زده کړي.

شرطـــي کېــدل او يادېدل: په تېرو څپرکو کې مو وويل چې په ارواپوهنه کې لومړی او اصلي د تحقيــق زمينه يادېدنه ده، نوبناءً د رفتارپه هکلــه منظمه مطالعه اوپه هغو پورې اړونده نظريې بايــد د يادېدنې د پديدو په مطالعه کولــو سره پيل شي، د پديدې د اصطلاح يادېدنه شرطي کېدل له ځانه سره لری. هغه پديده چې ډېر زر د ارواپوهنې د علم په بدلون کې ځرګنده شوې او اوس هم بنســتيز رول لري، د کړو وړو اصلي دوه ټاکونکــي عاملونه عبارت له يادېدنې او توارث څخه دي، هغوی په بشپړه توګه يو له بل سره تړلي دي، په اوسني حالت کې له محصل څخه غواړو چې د دې دوو متغيرو شــتون هېڅکله له پامه ونه باسي که چېرې غير شرطي غبرګونونه لکه د ډوډی پــه وړاندې دخولــې د اوبودا پيدا کېدل او د نور په وړاندې د ســترګې دکسي نيولتيا يوه طرف ته پرېږدو، نو د انســان او نورو ژوو کړه وړه د يادېدنې تراغيز لاندې دي، اما هرشرطي يا غير شرطي يــون د تــوارث تر اغيزلاندې نــه وي، لکه په ګرمۍ کې خولې کېدل، يا پــه يخنۍ کې لړزېدل، اما نــشي کېدای، چې داسي کړه وړه و مونــدل شي، چې هغه د توارث تر اغيزولاندې نه وي، په عادي چاپيريال کې توارث دی چې د مغزو ډول اوهم دحسي او حرکي د اعضا وو ډول ټاکي. او هغه فرد چــې لــه هغوی څخه برخه وړي له هغې برخې سره په اړه يې يادوي، ارثي توپيرونه د دې موجب

(c) ketabton.com: The Digital Library

کېږي چې انسان وکولای شي هغه څه یادکړي، چې کوتره یا بیزو یې یادولای نشي، توارث دی چې موږته اجازه راکوي؛ څو وواېوهرڅوک او هر شي ځانته خپل خاصیت لري هره شـځه ځانته خپل خوی او خاصیت لري.

د درمند ټکول دهرې وزې کارنه دی
غواړي نر غویی او زوړ سری

سـپی، پشـی، او بیزوګانې حتی کله چې په یوشـان موقعیت کې واقع شي، نو مختلف شیان ترلاسه کوي، د نورو ټولوحیواناتو وضع په همدې ډول ده، یادېدنه د عالي حیواناتو په کړو وړوکې همېشـه بنسټیزاثرلري، او توارث هم په همدې ډول بنسټیز اثرلري، ځینې خلک د یادېدنې اثربې اهمیتـه بـولي او ډېر اهمیت یادېدنې ته ورکوي دواړه عاملونه متقابل کړه وړه لري، په یادو لری، هغه کسـان چې د توارث سهم یا برخه نادیده نیسي ورڅخه وپوښتی چې ولې قاطر او اسپه سره له دې چې په چاپېریال کې برابره وده کوي خوبیاهم کاملآ متفاوتې ځانګړتیاوي لري.

د یادېدنې په اړه د مفاهیمو بدلون: په تېرو وختونو کې په یادیدنې کې لوی پر مختګ هغه مهال رامنځه شوی چې دغه پدیده په خپلو ډېرو ساده شکلونو کې مطالعه شوې وه. دغې پېژندنې په ځانګړي ډول هغه مهال خپورتیا موندلې چې دحیواناتو یادېدنه مطرح شوې ده.

لـه دې ټولـو سره سره دیادېدنــې مطالعه نه په حیواناتو پیل شـوې، نه په شرطــي کولو. په تېروڅپرکـو کې موولیدل چې د انســان یادېدنه کېدای شي ډېره پېچلې وي، په همدې بنا داســې ښـکاري چــې دهغه مطالعه هــم باید پېچلې وي، امــا ابینګهاوس پــه ۱۸۸۵ کال کې یوه طریقه پیداکړه، چې له هغې پکارونې سره د یادېدنې د ازمویښــت مطالعه شــونې شــوه تر کال ۱۸۸۵ م پورې تصورکېده چې هېڅکله نشي کېدای یادېدنه په ازمویښتي توګه مطالعه شي.

مسـلماً پوهېدل چې یادېدنه شـتون لري، او همدا راز پوهېدل چــې کوچنیان یې یادولی شي او د فکراوخیال د غوښــتنو په اړه نظریې او د دې غوښــتنو د ترلاسه کولو طرز او طریقه د ارسطو لــه زمانې راهیســې د بحث وړ ګرځېدلې، اما داســې ښـکاري، چې د یادېدنــې د مطالعې ځای په ازمویښــتونوکې ناشــونی دی، ابینګهاوس ټول دغه تصورات په ناځاېیــزه توګه په بل ډول کړل هغــه خلکو ته په بې مانــا هېجاګانو او افرادو ته یې د هغو په وریادولو سره وکولای شــول دغه ســتونزه حل کړي، او وښــیي چې د د غې پدیدې آزمویل آســانه او راحت دي، په هغه پســې بیا مــورګان Morgan و، چې د یادېدنې د مطالعې په هکله یې لومړني ګامونه اوچت کړل، تراندایک Thorandike سمه د مورګان لارې ته ادامه ورکړه، هغه د نولسمې پېړۍ په پای کې دیوې منظمې

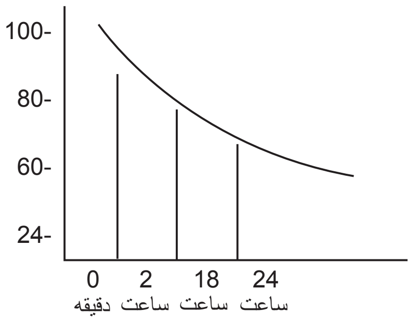
(c) ketabton.com: The Digital Library

مطالعې په واســطه سره وشــو کولای، پاولوف ته چې له یوه ځانګړي اهمیت څخه برخمن و، او د روســیې په هېواد کې او سیده ځان ورســوي او ویې پېژني، پاولوف فزیولوجست وو، ظاهراً ډېر ناوخته له اروا پوهنې سره آشناشــو او له بل لوري ارواپوهان هم تر ۱۹۱۸م کال پورې د نوموړي کارونو ته متوجه نه شول، د دې زمانې څخه وروسته دوو څېړنیزو لړیو یوله بله سره پیوند وخوړ، او په او سني حال کې یوه ازموینتي مقوله په حساب راځي.

د ابنګهاوس اختراع لکه څرنګه چې پورته اشــاره وشــوه له بې مانا هېجاګانو څخه عبارت وه، یعنې له دوو بې غږه تورو ترکیبونه چې په منځ کې یې یوغږ لرونکې توری شتون لري، لکه: TOZ ، DAP ، FUD،ZIL او ...

هغه له دغو هجاګانو څخه د هغوی د ساتلو په موخو تیارکړل. له دغو فهرستونوڅخه استفاده د تېزې یادېدنې د مطالعې لامل شــو. یعنې دامعلومه شــوه چې یو فهرســت ځوځلې باید وویل شي څو وکولای شــو هغه پرته له غلطۍ تکرارکړو، همدا رازمعلومه شــوه چې هېرونه د وخت د تېرېدنې او د تمرینونو تعداد سره څه اړیکه لري.

لکه لاندیني تصویر د حافظې منحنی راښیې چې د هېرېدنې سرعت لومړی تېز وروسته بیاپڅ دی، البتــه د هېرېدنې تخمیني بڼه د مواردو پــه ماهیت او هغه شرایط چې یادېدنه په هغه کې ترسره کېږي تړلې ده.



د ابنګهاوس ســاتونکې یاد شــوی انځور د دیارلســګونو فهرستونو له ســاتنې څخه تر بې مانا هېجاګانو پورې. ابنګهاوس به له بې مانا هېجا وو څخه مختلف فهرســتونه حفظول، له حفظ کړل شــویو څخه به یې ځینې ۲۰ دقیقې وروســته تکرار کړل او ځینې نور یوساعت وروسته، په همدې ډول تر آخره پورې پورتنی منحني منځنی یا د مختلفو فهرستونو له پایلو سره ښیې.

کله چې په ابنګهاوس د یوه فهرست یادول بیل کړ او هغه شمېر چې هغه کولای شوای پکې فهرست یاد کړي شمېرل. او بیاددوهم ځل لپاره به یې بیا فهرست یاد کړ او د هغې د تکرار لپاره به یې اړینې دفعې شمېرلې. پورتنی منحني داښیي، چې ابنګهاوس به د فهرستونو په نوې یادېدنه کې د شلو دقیقو په زماني فاصله کې د لومړی یادېدنې په پرتله شپېته په سلو او یوساعت په زماني فاصله کې پنځه څلوېښت په سلوکې به یې لرپلټنه پکار وړه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو په همدې بنا دهغه په شـل د قیقییزه فاصله کې شـپیته په سـلو کې هېجاګانې چې یې مخته زده کړې وې په یاد یې لرلې، او د یو سـاعت په زماني فاصلې سره یې یوازې پنځه څلوېښت په سلوکې په یاد لرلې.

یادېدنه او دهغې ډولونه:

لاره لیدنه:

یادېدنه له لارې لیدنې څخه: آلماني کشالت پال اروا پوه کهلر لومړنی سړی و، چې اعلان یې وکړ، چې د یادېدنې ټول ډولونه نشي کېدای په شرطي کېدلو بیان شي، نوموړي له هغو ازمویښـتو نو څخه وروسته دغه نظراعلان کړ، چې په خپلو شمپانزو باندې، چې یوډول خاصې بیزوګانې دي، چـې TONY نومول کېږي، ترسره کړي وو. TONY (چې یوخـاص ډول بیزوده) زده کړې یې وه چې له قفس څخه بهریوه ټوټه کاغذ د یوه لرګي په واسـطه راواخلي، کهلر تصمیم نیسي؛ څو یوه ټوټـه ډوډۍ د لرګي له اوږدوالي څخه پـه لرې واټن کې کېږدي، او بیا دوه لاسي لرګی د حیوان په اختیار کې پرېږدي دغه دوه لرګي داسـې وو، چې وشي کولای دواړه یوله بل سره ونښـلوي او یو اوږد لرګی ورڅخه جوړکړي.

(تصویر ښیې.)

Tony پـه لومړي سرکې هڅه کوي چې یوازې په یوه لرګي سره د ډوډۍ ټوټه ترلاسـه کړي، خو په خپل دې کار کې نه بریالې کیږي. بېرته د شـا په خواځي او د لرګو په لاس وهنه پیل کوي TONY ناهیلی کېږي او په یوه کونج کې کښیني، وروسته له څه مودې څخه ناڅاپه پورته کېږي او دواړه کوچني لرګي یوله بله نښلوي او یو اوږد لاستی لرګی جوړوي او ډوډۍ ترلاسه کوي، کهلر د دې پېښـې د بیـان لپاره یعنې د یوې مسـئلې په ناڅاپي توګه د ځـواب موندنې لپاره د لیدنې اصطـلاح پـه کار یووړه، کهلر متوجـه کېږي، چې دغه ډول لیدنه په تدریـج یعنې په ورو ورو او د تمرینونو د پیاوړتیا په مرسـته سره نه زده کېږي، داسـې ښـکاري چې دغه لیدنه کله چې د یوې

(c) ketabton.com: The Digital Library

مس‌ئلې عناصر په سمه توګه سره په سمه توګه د یوه بل په څنګ کې واقع شي. یوځل جرقه وهي، د لیدنې له لارې په یادېدنه کې د پېښــو په منځ کې اصلي رابطه په ناڅاپي توګه کشــفېږي، نه د هڅې او خطا له لارې څخه.

ادراکــي یادېدنــه Perceptual Lengarni : له حسي دســتګاوو څخه چې کله یوه دســتګاه یوټاکلی محرک مومي، لکه کله چې ســترګې نوراخلي، نو وایو احساس (sensation) صورت نیولی دی. بنا پردې احســاس یعنې د حســی عضو د عمل په حوزه کې د یوه محرک قرار نیول. او س که احساس شوي محرک ته معنی او مفهوم ورکړو، په هغه صورت کې ښایې ووایو ادراک Perception صورت نیولی دی. ادراکي یادېدنه یوه شي په ادراک کې تلپاتې بدلون سره له یوې پېښې.

پټــه یادېدنــه: پټه یادېدنه هغې یادېدنې تــه ویل کېږي، چې دیادېدنــې پرمهال کوم ځواب شاته نه لري، یعنې پټه یادېدنه ظاهراً پرته له کوم تقویته زده کېږي. فرض کړئ، د ژمي په موسم کې مو څلورکلن ماشــوم له کوره بهربوولی او هغه ماشــوم د واورې پرمخ یو موټر ویني چې هغه موټرغواړي مخ پربره ولاړشي ولې نشي کولای مخ پربره و خېژي، نو ماشوم له خپله ځانه هېڅ کوم غبرګون نه ښیې، خوشل کاله وروسته چې کله نوموړی د موټرڅېښتن جوړېږي نو په ژمي کې ورپه یادېږي، چې که موټر مخ پربره ولاړشي ښــایې احتمالآ ښېرته مخ په کښــته وګرځېږي، همدا راز کله چې مونږ په تلویزیون کې جاپانی سریال وینو یاپه لومړي ځل له چینایانو یا جاپانیانو سره مخامخ شو، فکرکوو چې هغوی ټول په یوه ډول او په یوه راز دي، اما وروسته له څه مودې څخه متوجه کېــږو، چې هغــوی ډېرزیات توپیرونه پخپل منځ کې لري. دغه ډول یادېدنه چې ظاهراً تقویت له ځانه سره نه لري پټه یا پټه شوي یادېدنه نومول کېږي.

د پنځم څپرکي لنډیز:

حــاضر څپرکی د دې مطلب په یاد راوړنې سره پیل شــو، چې یادېدنــه او تـوارث کاملآ په یوه ردیــف کــې دي. او یادېدنې ته پاملرنــه نه بایدو توارث ته د پاملرنې د لړوالي لامل شي، وروســته بیاپه یادېدنې پورې د اړونده لومړنیو ګامونو ځونې د دریو انســانانو د آثارو له ګزارشي لنډیز سره وړاندې شــوي. هرمان ابنګهاوس په ۱۸۸۵کال کې د انسان یادېدنه له حفظ کولو سره ادواد ترندا په ۱۸۹۹م کال کې د پشــیو یوه یادېدنه د معما په جعبه کې او ایوان پاولف بیا په ۱۹۰۲کال کې د سپیو د خولې د اوبو شرطي کول ترمطالعې لاندې ونیول.

دغو دریو څېړنیزو لړیو ادامه وموندله او کېدای شي وویل شي، چې نن ورځ د نوې ازمویښــتي اروا پوهنې یوه لویه برخه جوړوي.

تقویــت د کلمــې په کلي مانا کې یعنې هغه پېښــه ده چې له ځوابه وروســته پرته له کومې فاصلــې څخــه حضور پیداکوي؛ ترڅو د هغه د تکرار احتــمال (هغه مهال چې آزموینې په هماغه موقعیت کې قرار نیسي) زیاتوالی ورکړي، کله چې یې احتمال و شي چې یوځواب زیاتوالی مومي. مفهوم یې دا دې چې هغه ځواب د زده کړې په حال کې دی.

په شرطي کولوکې مو د ځواب له ډولونو څخه مثبتواو منفي تقویت کونکو ته او هم مو اولیه

(c) ketabton.com: The Digital Library

او ثانویه تقویت کونکوته اشاره وکړه.

مثبــت تقویت کونکی له خپل حضــور سره اومنفي تقویت کونکی یــې له خپل حضورسره د ځــواب د څرګندېــدو احتمال زیاتوي. د ابینګهــاوس تر او تراندایک او پاولــف تر مطالعې لاندې یادېدنه په هېڅ وجه په ورځني فعالیت کې د انسانانو د یادېدنې د کلۍ منعکس کونکې نده، یوه بله یادېدنه شتون لري، چې د پېژندیزې یادېدنې تر عنوان لاندې موهغوی یاد کړه.

شــناختي یا پېژندنیزه یادېدنه عبارت ده له پټې لارې نه پیژندنه او مشــاهده یې یادېدنه هم له لیدنیزې لارې څخه یادېدنه، ده یعنې د پېښــو ترمنځ د اصلي را بطې کشــف په ناڅاپیزه توګه سره نه د کوښــښ او خطآ له لارې، پټه یادېدنه چې هغه ته یادنیونه ویل کېږي د تولید په مهال اوظاهري غبرګون په څنګ کې نه لري.

د پنځم څپرکي پوښتنې:

۱ـ غیرشرطي محرک کوم یودی؟

الف: روغتون   ب: وېره   ج: امپول   د: سپین لباس

۲ـ شرطي محرک کوم یودی؟

الف: سپین پوښی پالونکی   ب: درد آوره پېچکاري

ج: د کوچني مور   د: روغتون

۳ـ له سپین پوښو افرادو څخه وېره څه نومول کېږي؟

الف: شرطي محرک   ب: غیرشرطي محرک

ج: شرطي ځواب   د: غیرشرطي ځواب

۴ـ د انځورپر بنسټ دهېرېدنې سرعت څه ډول دی؟

الف: لومړی تېز بیاپڅ   ب: لومړی پڅ بیا تېز

ج: تدریجي او یو قسم   د: له تصادفي نوښتونوسره

۵ـ یادېدنه دلیدنې له لارې څه ډول ده؟

الف: دپېښو تر منځ د اصلي رابطې ناڅاپیزکشف

ب: د خطاوو د تعداد تدریجي لږوالی

ج: د مختلفو پېښو ترمنځ د رابطې ایجاد

د: د سختومسایلود حل لپاره د پلټنې پخاطر

۶: مشاهده یې یادېدنه څه ډول ترسره کېږي؟

الف: د طبیعي مشاهدې په طریقې سره

ب: د ذهني مسایلو په عیني کولو سره

ج: د کنشکر په شرطي کولوسره

د: له نورو څخه د نمونې اخیستلو په طریقې سره

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپږم څپرکی

هوښ

ټولیزه موخه:
دهوښ مطالعه او د هغه پرحقایقو او ارزښتونو ځان پوهول او له هوښ څخه استفاده د شخصیت، ټبر یا کورنۍ پراساس.

د زده کړې موخې: د دې څپرکي په پای کې زده کونکي باید و کولای شي:

- هوښ تعریف او هم یې ځانګړتیاوې توضېح کړي .
- د مسایلو په حل کې له هوښ څخه د استفادې اهمیت.
- دهوښ د اندازې نیونې طریقې توضېح کړي.
- د هوښ د آزموینو د اصل ځانګړتیاوې توضېح کړي
- په هوښ باندې په چاپیریالي اغیزو باندې پوه شي.
- د ذهني پس پاتې والی عوامل توضېح کړي.
- په مختلفو عمرونوکې پر ضریب هوښیو پوه شي.

د هــوښ تعریــف: ډېری څېړونکي پوهېږي چې هوښ د هغو اســتعدادونو او ځانګړتیاوو له مجموعې څخه دی، چې مستقیماً د مشاهدې وړ نه دی. له دغو ټولو تعریفونو سره سره هوښ د کلونو په اوږدو کې بدلون موندلی، او تراوســه لا داسې تعریف چې د ډېری ارواپوهانو د تایید او منلو وړ وي په لاس ندی راغلي. د وخت په تېرېدو سره ارواپوهان په دوو ډلو ویشــل شــوي دي، لومړۍ ډله پردې باورده چې هوښ له یوه کلي استعداد او واحد څخه جوړېږي، خو دویمه ډله په دې باور ده، چې د هوښ مختلف ډولونه شتون لري، د هوښ لومړنۍ آزموینې، هوښ+ د یوداسې کلي ذهني استعداد په بڼه، چې ټولې پېژندنیزې کړنې یې یوځای جمع کړې په نظر کې ونیوه.
لکه: لومړی هوښــي آزموینه چې یوه فرانســوي ارواپوه آلفردبینه په ۱۹۰۵م کال کې ترتیب

(c) ketabton.com: The Digital Library

کــړه، یــوازې یوکلي عدد یې په لاس ورکاوه او په واقعیت کې یې هوښ یوه کلي توانايي په نظرکې نیوله، (اســپیرمن) د همدغې نظریې له طرفدارانو څخه و، هغه د بېلابېلو رواني آزموینو د نمراتو ترمنځ، چې له آزموینو څخه د یوې ډلې په هکله ترسره کېده پورتنۍ همبستګي یې په لاس راوړه، او په دې اساس معتمد شو، چې هوښ یوه یوازنۍ پېژندنیزه توانايي ده او هغه یې د g عامل یا کلي هــوښ ونوموله، د هغه په نظرد g عامل یا کلي هوښ په ټولوپېژندنیزو زمینو کې اســتدلال د مســایلو حل او د ښــو پایلو اخیستنه شــونې کوي، په بل ډول که په کلي هوښ یا د g په عامل کې یو فرد لوړ وي، په ډېری مواردو کې یوه ښــه بریا او لاس بری ښــایي ترلاســه کړي، اما په برعکس حالت کې ضعیفې پایلې ښــایي ولري. د مطلب د لا روښانتیا لپاره کېدای شي د بنز د موټر ماشین د ژیان د موټر له ماشــین سره پرتله کړو، لومړی په هره جاده او شرایطو کې ښایي ستونزه ونلري، او دویم د لومړي په ډول په ډېری شرایطو کې ښــایي نه وي پاتې، د اســپرمن له کارونو څخه په الهام اخیســتنې سره او د هوښ د اندازې نیونې لپاره د کلي هوښ ســتنډرډ آزموینې تهیه شوې او د نظامي مراکزو، مکاتبو، پوهنتونونو، او فابریکو په اختیار کې ورکړ شوي دي، له اسپیرمن څخه وروسته، ترسون اعلان وکړ چې، هوښ له اوو ذهنیو، بنیادي او مستقلو استعدادونو څخه یو له بل څخه جوړیږی. کلامي ادراک، کلامي روانوالی، عددي اســتعداد، د فضایي جســم استعداد، تداعي حافظه، ادراک او استدلال سرعت.

ګلیفورد له ډېرو کلونو څخه وروســته دغه شــمېر ته زیاتوالی ورکــړ، او څرګنده یې کړه چې هوښ لږ تر لږه له ۱۲۰ عاملونو څخه جوړیږی. له ګلیفورد سره تقریباً په یوه وخت ریموند کتل، (Raymondcattel) د هــوښ د بېلابېلو ډولونو د شــتون نظریه رد کــړه او دایې څرګنده کړه چې دوه ډوله هوښ شــتون لري، ســیال هوښ (fluid intelligence) اومتبلور هوښ (Crystallized intelligence) سیال هوښ یعنې د تازه پېژندنو د کسب توانايي او استعداد او د تازه مسایلوحل.

متبلــور هوښ یعنې د ژوند پــه اوږدو کې د پېژندنو تراکم په بل عبارت متبلور هوښ یعنې د مســایلو په حل کې د مخکینیو پېژندنو کارونه د ســیال د هوښ د درجې سره زموږ ټولې پېژندنې په دود دســتور، ښــوونه اوروزنه، او د ژوند په تجاربو، یا ازمویښتونو پورې تړلي دي، څېړنې ښیي چې متبلور هوښ د عمر په لوړ والي سره زیاتېږي، په داسې حال کې چې سیال هوښ د څلوېښت کلنۍ له عمر څخه نزولي ســیر لري. ســیال هوښ توارث ته او متبلور هوښ یادېدنې ته نسبتېږي. پورتنۍ وینا ته په پاملرنې سره کېدای شي، هوښ په دې ډول تعریف شي.

هــوښ له هغه مجموع اســتعداد څخه عبارت دی، چې له هغو سره شــناخت یا پېژند ګلوي پیدا کوو، پېژند ګلوۍ یاد ته سپارو او د فرهنګ تشکیلوونکي عناصر په کاروو؛ څو د ورځني ژوند مســایل حل کړو او له ثابت چاپېریال او هم له هغه چاپېریال سره چې د بدلون په حال کې دي سازګار شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د هوښ اندازه نیونه:

مووویــل چې د هــوښ تعریف د کلونو په اوږدو کې بدلون موندلی، او داســې تعریف چې د ډېرو ارواپوهانو د منلو وړ وي، تراوسه لاشتون نه لري، کله کله هوښ په دې ډول تعریفېږي.

څه شی چې هوښي آزموینې اندازه کوي، پرهمدې بنا که همدغه تعریف ومنو او پوهېږو چې هوښي آزموینې څه شی دي، نوبیا به انشاالله د هوښ د تعریف ستونزه هم حل شي.

هوښي آزموینه عبارت له هغو مجموعو مسایلوڅخه ده چې د ازمویل کېدونکي په اختیار کې اېښودل کېږي څو په کاملاً مشخصو او معینو شرایطو کې ځواب ورکړي، دغو مسایلو د حل لاس ته راغلې پایلې د نورو افرادو له پایلو سره تفاوت وشي. په هوښــې آزموینو کې هره آزموینه یوه نمره ترلاسه کوي، چې دغه ته هوښي ضریب یا هوښبهر ویل کېږي. په هره ټولنه کې په پراخو ګروپونو کې آزموینې ترسره کوي، او د هغوی اوســط ۱۰۰ په نظرکې نیسي، بناءً د ســلو ضریب هوښــي د منځني هوښ ښکارندوی وي. له هغه څخه پورته او کښته د با هوښۍ او بې هوښۍ د درجاتو په ترتیب ښیي، فرض پردې دی چې ضریب هوښي کولای شي د تحصیلي بریالیتوب وړاندوینه وکړي، نو په همدې بنا دضریب هوښۍ هره اندازه چې له سلو څخه لوړه وي په هماغه اندازه په مکاتبو او مدرسوکې د کوچنیانو د بریالیتوب احتمال ډېروي. او برعکس ضریب هوښي نشي کولای دټولو ذهني اســتعدادونو ښــکارندوی وي او الزاماً نشي کولای په واقعي نړۍ کې دبریالیتوب د درجې وړاندوینه وکړي، چې ماشــومان به په راتلونکې کې غوره اوښــه مدیران، رهبران او همسران ولري او که نه.

څرنګــه چې د هوښ په هکله بحث نشي کولای له انــدازې نیونې څخه یې بېل وي او څرنګه چې هوښ په هوښــي آزموینواندازه کېږي، نو اړینه ده لومړی هوښي آزموینې مطالعه کړو. د دې کار لپاره باید خپل بحث د هغوی په څو اصلي ځانګړتیاوو پیل کړو. ارواپوهان د هوښــي آزموینو لپاره او په کلي توګه سره د رواني آزموینولپاره په څواصلي ځانګړتیاوو قایل دي.

د هوښي آزموینو اصلي ځانګړتیاوې:

۱ سټندرد والی:

۲ اعتبار(ثبات یا پایښتني)Graduate record examination

۳ اعتماد Reliability

ســټندردوالی: د هوښــي آزموینو په هکله سټندرډ والی یعنې نورمال یا هنجار درلودل، په بل عبارت ټولې ازموینې باید له آزموینو څخه په پراخه او وسیعه ډلګۍ کې ترسره شي، منځنۍ لوړۍ او ټیټۍ نمرې باید له وسطه معلومې شي.

په دویمه مانا: سټنډرد والی یعنې داچې د ازموینې دکړنې تګلاره کاملاً ځانګړې وي او تل په یــوه ډول تــرسره کیږي د آزموینې د اجرآ شرایط باید د ازموینې په دفتر کې په څرګند ډول پرته له

(c) ketabton.com: The Digital Library

ابهام څخه باید توضیح شي. ازمویني باید یوشـــان د کړنلارو دســـتور وومومي له ســـټنډرد والي څخه موخه د هغه دشرایطو اجرا ده چې مشاهده شوي تفاوتونه د آزموینو په پایلو کې باید د آزموینو د استعدادونو توپیرونو ته منسوب شي، نه د سوالونو د کړنې ډول ته د توپیر په تګلاره کې د رسېدو لپاره د سوالونو شمېر اود اجرا شرایط د دې هدف لپاره دي، چې دځوابونو د نمرې ابېښودنې تګلاره کاملاً په څرګنده او روښانه ډول سره توضېح شي.

اعتبار (ثبات یا پایښت): د یوې آزموینې اعتبار یعنې داچې د پرلپسي کړنو پایلې په یوه ټاکلې ډله کې ثبات ولري.

مثـــلاً: که چېـــرې ۳۰ زده کوونکي په یوه ټاکلې آزموینه کې پرلپســـې تریـــوې آزموینې لاندې ونیســـو، نـــو د دوو نوبتونو پایلـــې به سره نیژدې وي، په دې ډول چې پیـــاوړي افراد په وړو وړو نوبتونو کې پایلې پیاوړې او منځني افراد په دواړو نوبتونو کې متوسط یا منځني او کمزوري افراد په دواړو نوبتونوکې کمزوري وي.

اطمینـــان یـــا اعتماد: روایي یعنـــې دازموینې توانایي د رښـــتنی اندازې نیونـــې لپاره هغه څه چـــې وغـــواړي اندازه کړي د بېلګې په توګه که چېرې د اروایوهنې ښـــوونکی وغواړي د محصلینو معلومات د عمومي اروایوهنې په درس کې وارزوي، نو باید د دې کتاب له مطالبو څخه پوښـــتنې ورکـــړي. هغه کولای شي پـــه یوه آزموینه کې د تعریف روایی، اعتبار او د ســـټنډردوالي په هکله پوښتنه وکړي.

هوښي ازمویني او تحصیلي پرمختګ: د هوښي آزموینومختلف ډولونه شتون لري، او هریو له هغـــوی څخه هوښ له بېلا بېلو زاویو اوله نوروڅخه په لږ توپیر سره مطرح کوي، له دې ټولو سره سره ډېری دغه ازمویني کوښـــښ کوي؛ څو داسې استعدادونه اندازه کړای شي، چې تحصیلي پایلې غوره منعکس کړي، دلته د آزموینو په تشریح پیل کوو چې ډېر دود لري.

د هوښ فردي ازمویني: لومړنۍ فردي هوښي آزموینه، چې په ډېر پراخه مقایس کارول کېږي، د استفورد ـ بینه آزموینه ده، په لنډه توګه سره دغه آزموینه د هغې ازموینې له رویه چې د لومړي ځل لپاره د شـــلمې پېړۍ په لومړنیو کې آلفرد بینه په فرانســـه کې جوړه کړې وه، منځ ته راغلې، په ۱۹۱۶م کال کې لوتنیزترمن د بیني ازمویني د امریکا د اکســـفورد په پوهنتون کې له دری کلنو کوچنیانـــو څخه تر شـــپاړلس کلنو پورې د هوښ اندازه نیونه تـــر بیا کتنې نیول کېږي، اوهغه ته د اکســـفورډ آزموینه ویل کېږي. د مینامد بینه د دغې ازموینې وروستنۍ بیا کتنه په ۱۹۸۵م کال کې ترسره شـــو، د ازموینې له انفرادي اجرآ څخه موخه دا ده چې ازمویښت کوونکي په هر نوبت کې یوازې کولای شي یوه آزموینه زه ده کړي، په لومړني بیا کتنه کې دغه آزموینه د ازمویښت ترپایلې

(c) ketabton.com: The Digital Library

پورې به د عقلي عمر په ډول بیا نېده، عقلي سن یا عمر یعنې دغې کوچنۍ ازموینې ته په ځواب کې د ځومره عمر توانایي درلوده، مثلاً: که یوه اوه کلن ماشوم د اته کلنو ماشومانو متوسطه پایله تر لاسه کوله، نو ویل کېده به چې نوموړي د اته کلنو ماشومانو عقلي سن یا ذهني توانایې لري.

د عقلي ســن عیب داوو، چې نســبي نه وو، او د شــاته پاتې والي میزان یې په د قیقه توګه نه شود.

مثلاً: که د یوه شــپږکلن ماشــوم عقلي عمر پنځه کاله او د یوه دولس کلن ماشــوم عقلي عمر یولس کاله وي، یو له هغو څخه یو کال شــاته پاتې والی درلود، اما واقعیت دا دی چې شــپږ کلن ماشــوم د دوولس کلن ماشــوم په پرتله ډېر پس پاتې و، ځکه چې د شــاته پاتې اهمیت زیات په ټيت عمرکې وي.

(۱/۱۲ >۱/۶) د دې عیب د له منځه وړلو لپاره ضریب هوښــي محاســبه کوي، چې یونســبي عدد دی، او د عقلي او تقویمي ســن رابطه ښــي، د ضریب هوښۍ د محاسبۍ لپاره عقلي عمر په تقویمــي عمر باندې تقســیموي، او د دې لپاره چې په لاس راغلی عدد اعشــاریه ونلري، هغه په سلوکې ضربوي، نو په همدې بنا د ضریب هوښ د محاسبې فورمول به ښایي داسې وي.

$$1Q = \frac{MA}{CA} \times 100$$

په همدې ترتیب که د یوه اوه کلن ماشــوم عقلي ســن یاعمر اته کاله وي نو نوموړي ضریب هوښي ښایې ۱۱۴ وي

$$1Q = \frac{MA}{CA} \times 100 = 8.7 \times 100 = 1.14 \times 100 = 114$$

په دې فورمول کې که چېرې د کسر صورت اومخرج برابر وي، یعنې که د عقلي او تقویمي سن یو برابر وي، نوضریب هوښي ښایي ۱۰۰ وي، په همدې بنا ویل کېدای شي، چې عادي ماشوم هغه ماشــوم دی چې د هغه عقلي تقویمي ســن یو برابر وي، یاپه بل عبارت بهنجار ماشوم د خپل سن یا عمر مطابق طاقت اوتوان لري.

فرض پردې دی چې د استفورد بینه له آزمون څخه لاس ته راغلې پایلې ـ کولای شي د تحصیلي پایلو وړاندو وینه کړي. هغه ماشومان چې د لوړهوښۍ ضرایب لري اصولآ باید خپلو زده کړو نه تر لوړو ســطحو پورې ادامه ورکړی. اوښــې پایلې لاسته راوړي. د استنفورد- بینه او نورو تحصیلی اســتعدادونو د آزموینو د همبســتګی ضرایب د (0.70-0.80) تر منځ دي به دې اساس ویل کېدای شي چې ضریب هوښي اود تحصیلاتو لپاره استعداد نسبتآ نیژدې اړیکې سره لري په همدې ترتیب

(c) ketabton.com: The Digital Library

د بيني د استفورد آزموينه د تحصيلي بریالیتوب د وړاندوينې لپاره یوښه غوره شاخص دی.

په هوښ باندې د چاپېريال اغيز: پرهوښ باندې د چاپيريال د اغيز د اړونده مطالعې له بېلابېلو څېړنيزو فونونو څخه مرسته ترلاسه کوي، يوله دې فنونو څخه د ضريب هوښې د ټاکنو د موقعيتی عواملو مطالعه ده. بايد په ياد ولرى، چې ضريب هوښي هغه عدد دى، چې مونږ ته آزموينه راکوي، په همدې بنا په ځينو مواردو کې د هوښ د ارزونې موقعيت کولای شي تريوې اندازې پورې ټولنيز اواقتصادي توپيرونه منعکس کړي.

له همدغو مطالعاتوڅخه په يوه مطالعه کې ازموينښت کوونکو هڅه کړې ده، چې د نه ځواب په مهال آزموينې په بشپړآرامش کې په سريوسي. دغه ازموينښت کوونکي د دې په ځاى چې ساړه اوبې طرفه واوسېږي، تود، ګرم او دوستانه برخورد دې وکړی او د آزموينو د کړنلارې د تفهيم لپاره يې هم ښه اوغوره پلټنه په کاروړې ده.

پايله داشوه چې د کوچنيانيو پرېشاني د ازموينې په مقابل کې د پام وړ لړوالى وومومي. د هغوى د هوښي ضرايب په مجموعه کې شپږ نمرې لوړ د ګوا له ډلې څخه چې د ازموينښت په عادي حالت کې وو په لاس راغلې، نو په همدې بنا څرګند معلومېږي، چې له آزموينو سره د برخورد طرز او طريقه چې يوچاپيرياليز عامل دي. او ضريب هوښي تر اغيزلاندې راولي، په همدې ترتيب يوازې ټولو ماشومانو ته د ځواب ورکونې د شرايطو په ښه کولو سره کېداى شي د مالداره او ناداره کورنيو د کوچينانو د هوښى ضريب تر منځ واټن کم شي.

ذهني شاته پاتې والى: هوښي ازموينې که څه هم عيبونه لري خوبياهم د هغو افرادو د ذهني استعدادونو د ارزونې لپاره چې فکر کېږي له هنجار څخه لړه ذهني توانايي لري کارول کېږي .

له متوسطو څخه د ټيټوافرادو د ازموينې په مرسته توپيرورکول کېږي. او تر ځانګړو ازموينښتونو لاندې قرارنيسي، انکار نشي کېداى چې ذهني شاته پاتې والى ياهغه کسان چې ځانګړې مرستې ته اړتيالري د هوښي آزموينو په ځواب ورکونه کې ضعيف دي.

په اوس حال کې ټول استادان يا پالونکي دا مني، چې بايد وروسته پاتې زده کونکي د خپل استعدادونو، توان او طاقت سره سم مناسبې زده کړې وومومي. نن ورځ چې کوم اشخاص د ذهني توان په ضعف مخصوصآ د ذهني کړنې د سرعت له نظره ضعف لري په ډېره آسانۍ سره پيژندل کېږي.

اروپوهان هغه افراد د ذهني شاته پاتې والي کسانو په کتار کې ډلبندى کوي چې له اوياوو څخه کم هوښي ضرايب ولري، مسلمأ ذهني شاته پاتې اشخاص څرنګه چې يې جدول ښي، د ذهني پس پاتيوالى په بېلابېلو درجو کې دي. په ذهني پس پاتې کسانو کې هم د بهنجار کسانو د برياليتوب په شان شخصيت او انګېزش مهم رول لوبوي، ځکه چې دغه اشخاص په وار وار ماتې خوري او رشخند کيږي، او په آسانۍ سره په خپل نفس باور او عتماد له لاسه ورکوي او نشي کولاي

(c) ketabton.com: The Digital Library

په نويو کارونولاس پورې کړي. هغوی د هغو کارونو د ترسره کولو لپاره چې په خپله يې کولای شي پرغــاړه واخلي معمولآ په خپل پلار اومور يا نــورو قريبانو پورې تړل کېږي. نوپه همدې بنا ذهني شاته پاتې کسان بايد داسې کارونو ته هدايت شي چې زياتره په هغو کې بريالي کېږي. او په پايله کې په خپل نفس باور او اعتماد تر لاســه کوي. سربېره پردې احتمال لري، چې دغه افراد په ځينو زمانوکې بااستعداده او په ځينو نورو وختونو کې کم استعداده وي. د ذهني وروسته پاتيوالی يا د هيجاني اشــخاصو ډېرې تعجب آورې نمونې شته، لکه: د محاسبې دسرعت، ديوه شي حفظ کول او ياهم د موسيقۍ د يادولو په زمينوکې واقعي پوهه په حساب راځي.

دشاته پاتې والي درجه	د هوښۍ ضريب	په سلو وګړوکې	ځانګړتياوې
خفيف	۷۰-۵۰	۸۵-۸۰ په سلو کې	معمولآ کولای شي داسې کارونه يادکړي چې له هغوی سره خپل ځان اداره کړي. کولای شي يوه کورنۍ تشکېل کاندي، کوچنيان ولري او په غيرتخصصي مشاغلو اشتغال وکړي
منځني	۴۹-۳۵	۱۲-۱۰ په سلو کې	کولای شي ساده او غيرتخصصي کارونه ترسره کړي، کولای شي له خپلو اړتياوو څخه يوه برخه برطرفه کړي .
شديد	۳۴-۲۰	۷-۴ په سلو کې	کولای شي يولاس کارونه تکرارکړي، اما همېشه بايد ترڅارنې لاندې وي، په مناسبې زده کړې سره کولای شي د ارتباط د برقرارۍ اوليه مهارتونه زده کړي
ژور	له ۲۰ څخه کم	يو په سلو کې	يوازې کولای شي لومړني رفتارونه تر سره کړي، لکه په لاره تلل، د ډوډۍ خوړل اود خبروکولو څو ټکي

سن (عمر) او ضريب هوښي: د هوښي آزموينو پايلې د عمر په زياتوالي سره بدلون مومي. تر سترګو کېږي، چې که چېرې ازموينښتونه لازمه زمانه آزموينو ته د ځواب ورکونې لپاره په اختيارکې ولــري. دهغوی پايلې د کلونوپه اوږدوکې شــايي ثابتې پاتې وي، اما که چېرې مجبوره شي چې په يوه محدوده زمانه کې ځواب ورکړي نو له ځلوېښت کلنۍ څخه وروسته د هغوی پايلې په هوښي آزموينوکې نقصان يا کمی وښودلای شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د لویانو د آزموینو اجرا داښیي، چې د عمر زیاتوالی دکلامي آزموینو په پایلو کې اغیز نه لري، اما د غیر کلامي آزموینو پایلې ټیټې یا کښته راولي.

دغه پېښــې لره کېدای شي د ســیال د هوښ او د متبلور هوښ له نظریې له مخې چې مخکې ورته اشــاره وشــوه بیان شي. په دې ډول متبلور هوښ په لوړو عمرونوکې تقریباً زیاتوالی مومي، اما ســیال هوښ کمېږي، ځکه چې د عمر په زیاتوالي سره دعمل سرعت کمېږي انعطاف مننه هم لږوالی مومي او په پایله کې وګړي نشي کولای تازه اطلاعات ترلاسه کړي، په لوړوعمرونوکې دقت دسرعت ځای نیسي.

د شپږم څپرکي لنډیز:

د هوښ په تعریف کې ارواپوهان په دوو ډلو وېشل کیږي، لومړۍ ډله معتقد پر دې دي، چې هوښ یوکلي ذهني اســتعداد دی، چې ټولې پېژندونکې کړنې راټولوي. دویمه ډله بیا پردې عقیده ده چې هوښ له متعددو عواملو څخه جوړېږی، له لومړۍ ډلې څخه ســپیرمن او له دویمې ډلې څخه ترستون او کلیفور ته مو اشاره وکړه، اسپرمن په کلي هوښ یا عامل معتقد وو، او ترستون بیا کلامي ادراکي وو ســیالي کلامي، عددي اســتعداد فضایي تجسم، تداعي حافظه د ادراک اواستدلال سرعت ته اشــاره کوي، حتی ګلیفورد په دې   باور ووچې هوښ له ۱۲۰ عاملونو څخه جوړیږي، هم مهاله ګلفورد کتل، په دې معتقد وو چې دوه ډوله هوښ لرو، ســیال او متبلور، ســیال هوښ یعنې د تازه پېژندنو د کسبولو وسنه او د تازه مسایلو حل.

متبلورهوښ یعنې د ژوند په اړدو کې د پېژندنو تراکم د عمر په زیات والي سره لږوالی مومي، اما دویم یې ډېرېږي، په نهایت کې مو هوښ په دې ډول تعریف کړ.

مجموعه هغه اســتعدادونه چې له هغوی سره شــناخت پیداکوو پېژندنې په یاد ســپارو او د فرهنګ تشــکیلوونکي عناصر کاروو؛ څو د ورځني ژوند مســایل حل کړوو، او له چاپېریال سره د بدلون په حال کې سازګاره شو. هوښ په هوښي آزموینو اندازه کوي.

هوښــي آزموینې له یو شمېر پوښتنو او مســایلو د پروسې د سختی درجو سره جوړیږي، دغه ازموینــې چې په یــوه ځانګړې تګلاره سره چمتو کېږي، د ازمویښــت کونکو په اختیار کې وي. او د افــرادو د پایلــو په پرتله د هغوی هوښــي ضرایب پــه لاس راځي، هره هوښــي ازموینه باید دا ځانګړتیاوې ولري، ستندرد والی، روایي او اعتبار درلودل.

تندردوالی یعنې داچې ازمویښــت باید په یوه شــان اجرا او نمره ګــذاري شي او باید د هنجار درلودونکــی وي، روایــي یعنې د نظر وړ موخه اندازه کړي او اعتبار یعنې د متوالي کړنو د پایلو تر منځ باید دمنلو وړ تړاو ولري. هو ښي ازموینې اجازه ورکوي، چې موږ د افرادو د هوښۍ ضرایب اندا زه کړو، ذهني پاتې شــوي افراد عادي افراد او نور رســیدلي کســان تشــخیصوو او هغوی ته مناســبې زده کړې ورکړو، ذهني وروسته پاتې شــوي کسان هغه کسان دي، چې د هغوی هوښي ضرایب له ۷۰ څخه لږ وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

وتلي ذهني وروســته پاتې کسان هغه کسان دي چې د هغوی هوښي ضرایب له ۷۰ څخه کم وي، غوره او وتلي کسان هغه دي چې هوښي ضرایب یی له ۱۴۰ څخه لوړ وي، معولاً ذهني شاته پاتې کســان مســاله ســاز دي، نو په همدې دلیل زیاتره تر مطالعې لاندې نیول شوی دي، څرنګه چې وتلي یا غوره مســاله نه خلقوي، نوځکه خو لږ د پام وړګرځي، لومړنی څوک چې دغه ډله یې مطالعــه کړه ترمن امریکایی ؤ. د هغه مطالعاتو دا ښــودلې ده، چې غوره او وتلي افراد د نورو د قالبي تصوراتو برخلاف ناهنجاره او بیمار نه دي، بلکه د شغل رضایت له ژوند څخه درامد او همدا راز له خپلې ښځې او اولاد سره د رفتار له نظره په پورتنۍ سطح کې قرارلري، وروسته پاتې افراد معمولاً له خپلو میندو څخه له ۲۰ څخه کم او له ۳۵ څخه ډېرنړۍ ته راځي، همدا راز په نیستمنو کورنیو کې د ذهني شاته پاتو کسانو تعداد د شتمنو کورنیو په پرتله ډېروي، په مجموعه کې ویل کېدای شي. چې د انسان هوښي توپیرونه دوه اصلي سرچینې لري.

توارث اوچاپیریال: اراوپوهان پرهوښ باندې د توارث د اثر د ښــودلو لپاره یوازې وکولای شول د حیواناتو په هکله ازمویښتونه ترسره کړي.

د شپږم څپرکې پوښتنې:

۱ د استفورد عمده توپیرـ بینه او کسلر کوم یو دی؟

الف: د استفورد آزموینه ـ بینه د عمرله مخې درجه بندي شوې ده

ب: د هوښ آزموینه او کسلرله دریو ترپنځلس کلنۍ پورۍ اندازه کېږي

ج: د استفورد له ازموینې څخه وروسته آزموینه او کسلر بینه جوړه شوې ده

د: لومړی یې فرانسویانو او دویمه یې امریکایانو تیاره کړې ده

۲ـ د استفورد د نورو آزموینو تفاوت همدا راز دبیني اوکسلر تفاوت دا دی چې؟

الف: د استفورد ازموینه ـ د کلامي او غیرکلامي بینه ده

ب: کسلراو آزموینه دوې برخی لري کلامي او غیرکلامي

ج: د لومړۍ آزموینې روایي غوره ده روایي دویمه آزموینه ده

د: د تحصیلي یادېدنو لومړی استعداد اندازه کېږي

۳ـد ګروهي آزموینو له کره او عمده معایبو څخه یو دادی چې؟

الــف: مهمــې توانایۍ نه انــدازه کوي   ب: ټول کولای شي چې هغه اجــرأ کړي   ج: عمیق یا ژوراطلاعات نشي وړاندې کولای د: ډېر ژر څرګندېږی او نشرېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۴ـ د عمر په لوړېدو سره کوم ډو ل هوښ کمښت مومي؟
الف: کلامي ب: متبلور ج: استدلال د: سیال

۵ـ په هوښ کې دچاپېریال او توارث رول کېدای شي په دې ډول بیان شي؟
الــف: توارث مهمتردی ب: چاپېریال مهمتردی ج: متقابل کردارلري د: هر یو پنځوس فیصده رول لري

۶ـ کوچنی څو په سلوکې خپل هوښ په ارث وړي؟
الف: په سلو کې شل ب: په سلوکې پنځوس ج:په سلوکې اتیا
د: نه دی معلوم

۷ـ وروسته پاتې شوي کوچني هغه کوچني دي؟
الف: چې په ابتدایه ښوونځي کې مردود شي ب: منځنی حدیې له لسویا دوولسو کم وي ج: دهغه ضریب هوښي له اویاوو څخه کمه وي د: له ښوونځي سره جوړښت ونه ښیي

۸ـ رسیدلی یا ذکي کوچنی هغه دی چې؟
الف: ځلېدونکي اســتعدادونه ولري ب: له هنجار یا طبیعي څخه لوړ ضریب هوښــي ولري ج: په ټولو مواردوکې په هنجارسره وي د: له یوسل اوځلوېښتو څخه لوړه ضریب هوښي ولري

۹ـ هوښ عبارت دی له؟
الف: د صنفي مطالبو د یادېدنې توان   ب: له سن سره د معلوماتوسمون ج: هوښي ازمویښت ته د ځواب ورکونې توان   د: د مطالبو په حفظولو کې وس او توانایي

(c) ketabton.com: The Digital Library

اووم څپرکی

انګېزش (Motivation)

ټولیزه موخه :
د انګېزش درک او پوهېدل او هغه عوامل چې په انسان کې د انګېزش او تحرکاتو باعث ګرځي.

د زده کړې موخې: د دې څپرکي په پای کې له زده کوونکوڅخه تمه کېږي؛ څو:

- انګېزش توضېح او تعریف کړي.
- د انګېزش علل او عوامل توضېح کړي
- انګېزش د انسان د داخلي مشابه عامل په توګه وپیژني
- د انګېزش توپیر په تحریک سره توضېح کړي
- انګېزش طبقه بندي کړي

ولې مونږ له ځانه یو رفتار ښیو؟ مثلاً په ډوډۍ پسې ځو. ولې بېلابېل رفتارونه ښیو؟ مثلاً دغذا اوبو، شــهرت، قدرت کســب، ټولنیز پذیرش او د مال په ټولولو پسې ځو. ولې په ډیري وختونوکې فعال یو او یوه لحظه هم نشو کولای ارامه واوسو؟ څرنګه چې علامه اقبال لاهوري ویلي دي: ولې موږ ژوندي یو هغه څه ته چې ارام ونه نیســو او شــهریار بیاوایې ولې د عشق پېښه په افسون او افسانه ونه ترله شي. او همدارنګه نور ډېر سوالونه.

پورتنیو پوښتنو ته له ځواب ورکولو څخه بله هېڅ چاره نه لرو پرته له دې چې ویې منو. داسې عوامل شتون لري چې نه یوازې داچې مونږه فعالیت ته اړباسي بلکه زموږه فعالیت د یوه ځانګړي هــدف لپاره هڅوي. ارواپوهان دغه عوامل انګېزه یــا(Motive) نوموي بناءً ویل کېدای شي چې انګېــزه په موجوده ژوند کې ډېرمهم ځای لري او د رفتــار لومړنی جوړونکی عنصردی، انګېزه ده

(c) ketabton.com: The Digital Library

چې محصلين دې ته اړباسي؛ څو په ساعتونو ساعتونو د ارواپوهنې په مطالعه مصروف شي، بل زده کونکی دې په ازمويښــتونو کې د ميکروب په کشــف اومشاهدې مشغول شي او دويم زده کونکی دې پــه ورزش بوخــت شي دغه انګېزه ده چې څــوک د مال او متاع په ډېرولو او څوک بيا د خلکو خدمت کولو ته هڅوي. نوبناءً د انګېزې مطالعه يو ځانګړی اهميت لري.

د انګېــزش تعريــف: هروخت د انګېزې يا انګېزش بحث پېښــېږي، معمولاً دغه پوښــتنه زده کوونکو ته مطرح کېږي چې انګېزه له انګېزش سره څه توپيرلري.

د فارسي ژبې د دســتور له نظره انګېزه اســم اوانګېزش اســم مصدر د انګيختن له مصدرڅخه دی، د دهخــدا د لغت نامې د نوشــتې ياليکنې په بنا انګيخــتن يعنې په حرکت راوړل څرنګه چې حافظ وايي.

اگرغم لشکر انگيزد که خون عاشقان ريزد

من و ساقي به هم سازيم وبنيادش براه اندازيم

انګېزه يعنی سبب، علت، او هغه څه چې په يوه کار اړ باسي انګېزش يعنې تحريک او ترغيب نوبنــاءً څرنګــه چې مو پورته اشــاره وکړه انګېزه يوداخلي عامل دی چې انســان په کلي توګه سره ژونــدی موجــود په حرکت راولي.او انګېزش داســې يوحالت دی چې د انګېــزې د دخالت په اثر ژوندي موجود ته لاس ورکوي، د مثال په توګه: ويل کېدای شي چې د بدن د غذايي موادو کمښت يا غذا ته اړتيا انګېزه او د لوږې حالت انګېزش دی دبدن د اوبو کمښت يا اوبوته اړتيا انګېزه او د تندې احســاس يا د تندې حالت انګېزش دی، مخالف جنس ته اړتيا انګېزه اومين کېدل او مخالف جنس ته د تمايل احساس انګېزش دی.

د انګېزې او تحريک توپير:

ومــو ويل چې محرک د راپارونې ســبب ګرځي. بنا پردې محــرک هم د انګېزې په څېر ژوندی موجود په خوځښــت راولي. د بېلګې په توګه کله چې غږ اورو، د هغه لور ته ورګرځو. کله، چې تېزه رڼا زموږ په سترګو لګېږي، مخ ورنه اړوو او يا هم سترګې پټوو؛ څو سترګو ته مو د ډېرې رڼا د ننوتنې مخنيوی کړی وي. کله چې ډېر وېرېږو او يا ډېره يخني احساســوو، د ونې د نازکو ښاخونو په شان لړزېږو. اوس دا پوښتنه پيدا کېږي، چې د انګېزې توپير له محرک سره (چې دواړه ارګانيزم په خوځښــت راولي.) او د انګېزې توپير له تحريک سره (چې دواړه د ارګانيزم حالتونه ښــيي) څه دي. په روان پوهنه کې انګېزه او راپارونه هغه وخت کارول کېږي، چې د شــخص کړه وړه له ننه څخــه هدايــت شي. کله چې د نورو پر وړاندې د ســترګې د ګردي د پټولو پــه اړه خبرې کوو، کله چې د خوړو لپاره د خولې د ترشــح شــوو اوبو په اړه خبرې کوو له انګېزې نه خبرې نه دي، ځکه دغــه ټول حالتونه د بهرنيو محرکونو په وســيله منځ ته راغلي دي. د ټيټو ســطحو د ځارويو کړه

(c) ketabton.com: The Digital Library

وړه په داسې ډول دي، چې په پورتني ګراف کې مو ولیدل؛ یعنې بهرني محرکونه هغوی هدایت کوي. خو په تدریجي توګه د لوړو سطحو په ښاروېو کې دغه اندازه لوړه خېژي. د لوړو سطحو ښاروي تر ډېره د هغوی فزیولوژیک حالتونه چې تل د بدلون په حال کې دي او د پخوانیو عصبي تجربو په وسیله اداره کېږي. په بله وینا د لوړو سطحو د ښاروېو او په ځانګړې توګه د انسان کړه وړه یوازې د بهرنیو محرکونو په مرسته (هغه محرکونه چې تل وجود لري) نه هدایت کېږي. بلکه د فزیولوژیکي غوښتنو او په حافظه کې د پخوانیو تجربو پر اساس اداره کېږي؛ نو بنا پر دې نشو کولای چې ووایو هغه ماشوم چې داوبود چینې تر څنګ ولاړ دی، شاید اوبه وڅښي، له دې پرته چې موږ د هغه د تندې په اړه خبروو. همداراز نشو کولای چې له اور سره د ولاړ ماشوم دا وړاندوینه وکړو، چې هغه به وسوځي یا به هم کوم ضرر ورته و نه رسېږي، له دې پرته، چې د هغه د پخوانۍ تجربې نه باخبره واوسو، په دې ترتیب د انګېزې لومړنی توپیر له تحریک سره دا دی، چې انګېزه د منځنیو عواملو د دخالت په اثر منځ ته راځي؛ خو تحریک معمولاً د بهرنیو عواملو دخالت دی. له تحریک سره د انګېزې دوهم توپیر دا دی، چې د تحریک منځ ته راوړونکي عوامل (رڼا، غږ، یخني او ګرمي) په مستقیمه توګه د پام وړ دي. خو د انګېزې د راپاروونکو عواملو یا د کړو وړو د منځنیو عواملو مستقیمه مطالعه ممکنه نه ده. په هماغه توګه چې فزیک پوه نشي کولای د ځمکې د جاذبې قوه مستقیماً مطالعه کړي؛ بلکې یو شمیر پدیدې تر کتنې لاندې نیسي او د ځمکې د جاذبې قوه معلوموي. روان پوه هم کولای شي، چې د یو فرد له کړو وړو نه د هغه محرکه توان معلوم کړي. دریم توپیر دا چې هر تحریک د یو ټاکلي محرک له امله منځته راځي، د بېلګې په توګه په خوله کې د خوړو اچول د خولې د اوبو د ترشح سبب ګرځي؛ خو یوه ټاکلې راپارېدنه کېدای شي بېلابېلې راپارونې ولري. د مثال لپاره کېدای شي د یو قتل پایله غوسه، وېره، امیدواري، عشق او یا نورې انګېزې ولري.

د انګېزې ډلبندي:

انګېزې په دوو عمده ډلوویشل کېږي.

الف: فزیولوژیکي یا لومړنۍ انګېزې: یعنې هغه انګېزې، چې د یو ژوندي موجود د ژوند اړتیاوو پر بنا منځ ته راغلې وي او ذاتي جنبه لري؛ لکه لوږه، تنده او جنسي اړتیاوې.

فزیولوژیکې انګېزې د فزیولژیکي اړتیاوو یا د حیواني انګېزې په نامه هم یادېږي، ځکه چې د انسان او حیوان ترمنځ شریکې دي. دغه ډول انګېزې د حیاتي تعادل له اصل نه پیدا کېږي او موخه یې د ارګانیزم ساتنه ده.

ب: ټولنیزې یا ثانوي انګېزې: یعنې هغه انګېزې دي، چې د ژوند اړتیاوې نه پوره کوي، بلکه د یادولو له امله منځ ته راځي. لکه د قدرت ترلاسه کول، مقام، مال، پرمختګ، د ټولنې سره جوړجاړي، واک ته رسېدل، د یو ټاکلي رنګ خوښول، د پستې ټکټونو راټولولو د انګېزو په څېر،

(c) ketabton.com: The Digital Library

چــې دغه ډول انګېزو ته اکتســابي انګېزې هم ویل کېږي. لــه فزیولوژیکي یا لومړنیو انګېزو څخه کېدای شي په لنډه توګه یادونه وکړو.

لوږه: لوږه د هغو مهمو غوښــتنو څخه ده، چې ژوندی موجود فعالیت ته هڅوي او هم یې فعالیــت یوه لوري ته ســموي. د لوږې انګېزه په دې خاطر مهمه ده، چــې د اړتیا وړ انرژي بدن تــه ورکوي او هم په دې توګه د ارګانیزم موجودیت او حتی د ټولو غوښــتنو پوره کول تضمینوي. ضروري ده چې ژوندی موجود په لومړیو کې وجود ولري او ورپســې د ټولو غوښــتنو د پوره کولو لپاره هڅې وکړي. اوس دغه پوښــتنه را پیدا کېږي، چې مونږ له کومه پوهېږو، چې وږي شــوي یو او په پایله کې د خوړو لور ته ورځو. د لوږې د احســاس یوه لاره د معدې انقباض دی. یعنې کله چــې وږي کېږو په معده کــې انقباضونه منځته راځي، چــې درد ورسره وي، دغه دردونه د لوږې خبرتیا راکوي.

تنــده: تنده هم د لوږې په څېر له مهمو انګېزو څخه یوه ده، ځکه چې د ارګانیزم موجودیت تضمینوي. که یو ژوندي موجود د ډېر لږ وخت لپاره له اوبو نه محروم شي، حتی ډېری غوښــتنې شاته پرېږدي، او په لټه کې شي، کله یې چې د اړتیا وړ اوبه وڅښلې د نورو اوبو د پیدا کولو هڅه به پرېږدي، په دې توګه داسې په نظر راځي، چې د تندې په وخت کې په بدن کې داسې څه واقع کېږي، چې ژوندی موجود تر ډېر فشــار لاندې راولي. کوم عامل د تندې انګېزه راپیــږي؟ له پېژندل شــوو انګیزو څخه د خولې او ســتوني وچېدل دي. په دې توګه کله چې اوبه ارګانیزم ته نه رسېږي، د هغه خوله او ســتونی وچېږي. د خولې او ســتوني د وچېدلو احســاس د اوبو لږوالی منعکسوي. داسې په نظر راځي، چې د اوبو لپاره اړتیا او د ژوندي موجود ټولېز فعالیت یې تنده جوړوي. کله چــې ارګانیــزم په دې حالت عمل کوي په دې پوهېږي، چې د خولې او ســتوني د وچوالي لرې کول تنده له منځه وړي.

جنــسي انګیزې: جنسي اړتیاوې یوه بله قوي انګېزه ده، چې ژوندی موجود فعالیت ته هڅوي. ښکاره ده، چې د جنسي اړتیا نه پوره کول د یوه شخص ژوند په خطر کې نه اچوي او یوازې د هغه د نوع د له منځه تللو ســبب ګرځي. د تندې او لوږې پوره کول د بدن کمښــتونه پوره کوي؛ خو د جنسي میلان پوره کول انرژي نه ترلاســه کوي، بلکې له لاســه یې ورکوي. د انرژۍ دا ډول مصرف لازم دی او رواني فشــارونه راکمــوي. او لازمه ده چې د دغو میلانونو پوره کول طبیعي مســیر ته هدایــت شي؛ څو د راتلونکو منحرفېدلو نه مخنیوی وشي. انســانان باید خپل جنسي میلان له هغو لارو نه پوره کړي، چې ټولنې اجازه ورکړې وي، له دې پرته به په منحرفو کسانو کې وشمېرل شي.

مورنۍ انګیزې: یو قوي عامل د ماشــوم ســاتنې میلان دی، چې کــولای شي یو ژوندی موجود فعالیت ته وهڅوي. ښایي چې دغه میلانونه له انسان نه په حیواناتو کې قوي دي او حتی هغوی اړتیا لري، چې د خپل نوي زیږېدلي ماشوم ساتنه زده کړي. له همدې مخې د ماشوم د ساتنې چلند پــه حیواناتو کې یو غریزه یې چلند شــمېرل کېږي. غریزه یي چلنــد هغه چلند دی، چې په ټولو

(c) ketabton.com: The Digital Library

ډولونو کې يو ډول ليدل کېږي، له زده کړې ببل دي، د يوې ځانګړې موخې لپاره نه ترسره کېږي، يو بل عامل کولای شي د مور چلند تر اغيزې لاندې راولي، مور ته د ماشوم درلودلو لېوالتيا د ماشوم له زيږېدو مخکې پيدا کېږي. کله ناکله ښځې له غوښتنې پرته د ماشوم څښتنې کېږي، په دې حالت کې د هغوی علاقه د ماشــوم ســاتنې نه تر يوې اندازې کموي. البته ډېری موارد ليدل کېږي، چې مور مخکې د ماشوم درلودلو ته ليوالتيا نه درلودله؛ خو وروسته يې له خپل ماشوم سره ډېره مينه درلودله. خلاصه دا چې د انســان مورنی چلند د حيواناتو مورني چلند ته په ورته چوکات برابر نه دی، بلکه په شدت د زده کړې تر اغيزې لاندې دي. هغه نجونې چې په ماشومتوب کې په نانځکو ډېرې لوبې کوي او د نجونو لوبو ته ليوالتيا ښيي او د ماشوم د درلودلو پر محال ښې ميندې کېږي.

د درد انګېزې: دا چې يو ژوندی موجود هڅه کوي له درد نه ځان لرې وساتي، درد هم د يوې انګېزې په توګه شــمېرل کېږي. درد د عصبي پوســت يا د بدن د غړو د ډېر ازاد تحريک په وسيله منځته راځي.

د بېلګې په توګه د ســتنې څوخول او يا د برق شاک د پوست د اعصابو رشتې تحريک کوي او مرکزي عصبي دستګاه ته د تحريک اثر منتقل کېږي او په پايله کې ژوندی موجود درد احساسوي. د لــوږې، تندې او جنسي انګېزو پر خــلاف چې جزبوونکی حالت لري، د درد انګېزه دفاعي حالت لــري. له همدې امله ژوندی موجود له هغې نه مخنيوی کوي. په انســان کې د درد انګېزه نورو انګيزو ته ورته د زده کړې او درک تر اغيزې لاندې دي په دې مانا چې انسان د مخکينيو تجروبو پر اساس او په هغه موقعيت کې، چې دی، د درد په مقابل کې د بېلابېلو بڼو عکس العمل ښيي، هغه سرتېري چې په جګړه کې ټپي کېږي تر عامو خلکو چې همغه ټپونه ورپورې دي ډېر مقاومت ښيي او يا هم لوبغاړي، چې د سيالۍ پر مهال ټپي کېږي.

د خوب انګېزه: که چېرې ژوندی موجود د يوې مودې لپاره له خوبه محروم شي مري؛ نو خوب هم له فزيولوژيکې انګېزو څخه شــمېرل شــوی دی. د خوب د پيدا کېدو لپاره درې نظريې په پام کې نيول شوې دي:

لومړۍ نظريه: د سر د وينې کموالی د معدې له ډکېدو ورچاپېر يې د وينې راټولېدل د خوب لامل بلل کېږي.

دويمه نظريه: په حجراتو کې د ســتړي کوونکو کېمياوي موادو توليد د وينې له لارې مغز ته رسېږي او فعاليت يې پځوي.

دريمه نظريه: د عصبي سيســتم په هايپوتالاموس کې يو د خوب مرکز او يو د ويښــېدو مرکز موقعيت لري. د دغو دوو مرکزونو تحريک د خوب او د ويښــېدو لامل کېږي، په بدل کې د هغو تخريبول يا د بې خوبۍ او يا هم د اوږد مهاله خوب لامل کېږي.

د پرمختګ انګېزه: دا چې پرمختګ کولای شي انســان د شــتمنۍ له پلوه د هغه ژوند تضمن کــړي او هــم د هغه مقام لوړوي؛ نو له قوي انګېزو څخه شــمېرل کېږي. لکه په دغه متل کې بې

(c) ketabton.com: The Digital Library

زحمته راحت نشته- که راحت غواړې زحمت درلره بویه «Nopain,Nogain »
دا د اهمیت بېلګه ده، چې خلک د هڅو او پرمختګ لپاره لاس په کارېږي.

په ننۍ ټولنه کې د پرمختګ انګېزه تر بل هر وخت ډېره تر سترګو کېږي. ځوانان وینو چې د هېواد له لرو پرتو سـیمو هغو ښـارونو ته ځي، چې ډېر پوهنتونونه پکې دي. په ډېر شوق خپلې لوړې زده کړې مخته وړي. څېړنې ښیي چې په هره اندازه د پرمختګ انګېزه ډېره وي، نوسیالي به هم په همغه اندازه ډېره وي، لکه د دوو زده کوونکو او یا دوو کارکوونکو تر منځ سیالي د ذهني وړتیاوو له پلوه په یوه کچه وي؛ خو که د پرمختګ د انګېزې له پلوه سره توپیر ولري، نو پایلې به هم سره توپیر لري. دغه توپیر به د هغه چا په ګټه وي، چې د پرمختګ قوي انګېزه لري.

د اړیکو او منلو انګېزه: په نورو پورې تړاو او د هغوی له خوا د منلو احسـاس، ملګری کېدل، ډله جوړول، مرسته کول، او د ټولنو غړی کېدل ټولې هغه کړنې دي، چې د انسان اړتیا معاشرت ته او د هغه بېزاري له یوازېتوب نه ښکاره کوي. د دغې اړتیا یا انګېزې رامنځته کېدل داسې بیانولی شـو، کله چې ماشــوم دې نړۍ ته راځي د ژوند د اړتیاوو د پوره کولو لپاره په بشپړه توګه په نورو پورې تړلې وي. هغه د نورو له مرستې پرته خپله هېڅ ډول اړتیا نشي پوره کولی، او په نورو پورې د هغــه تــړاو د دې لامل ګرځي، چې د خپلو اړتیاوو د پوره کولــو لپاره د نورو رضایت خپل کړي. لــه همدې کبله د نورو تــګلارې مني، له بله پلوه د اړتیاوو پوره کولو لپاره د هغوی د تګلارو منل ماشــوم ته آرامتیا وربښــي. په پایله کې پیاوړی کېږي، کله چې ماشــوم لوی شي د خپلو مخکینیو تجروبــو له مخې هغــه لارې تعقیبوي، چې مخکې یې تجربه کړې دي او ډېر هغه لور ته هدایت کېږي، چې ټولنه یې مني.

د ماشوم د لویدو سره سم د هغه اړتیاوې هم پراخېږي او ورو ورو پردې پوهېږي، چې د ډېرو اړتیــاوو لپاره لکــه لوبې کول، له نورو سره همغږی شي. دلته دي، چــې هغه ډلییزو لوبو ته مخه کوي او ټولنې ته راکښل کېږي. د دې لپاره چې ده ته په ډلو کې ځای ورکړي، اړ دي چې هر ډول ســتونزې ومني؛ نو منطقي به وي چې ووایو ټولنیز کېدل نورو ته د منلو وړ کېدل او له نورو سره د اړتیا یوه ټولنیزه او زده کړه ییزه پدیده ده.

د اووم څپرکي لنډیز:

د دغــه څپرکي مطالب مو پــه دې ډول پیل کړل، چې مونږ باید اجبــاري فعالیت ولرو، څکه داســې اړتیــاوې، چې که هغه پوره نه کړو؛ نو ژوند بــه مو له خطر سره مخامخ شي. دا چې زمونږ اړتیاوې بېلابېلې دي؛ لکه اوبه، خواړه، اکســیجن، مخالف جنس، پرمختګ او داســې نورې اړتیاوې لرو، نو فعالیتونه او کړه وړه به موهم بېلابېل وي. روان پوهان هغه عوامل، چې ژوندی موجود له هغې څخه انسان په فعالیت راولي، انګېزه بولي او هغه حالت چې په ارګانیزم کې انګېزه رامنځته کوي راپارونه ورته وایي د بېلګې په توګه کولای شو، چې ووایو د خوړو د اړتیا لپاره احساس انګېزه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ده او لــوږه انګېــزش ده له انګېزې سره د انګېزش اړیکه د محــرک او تحریک اړیکې ته ورته ده. همداغــه ډول چې محرک تحریک رامنځته کوي، انګېزه هــم انګېزش رامنځته کوي؛ خو انګېزش او تحریک سره توپیر لري او هغه دا دي.

۱- انګېزش د تحریک په خلاف، د منځنیو عواملو له امله رامنځته کېږي.

۲- د انګېزش د منځته کېدو لامل نه لیدل کېږي.

۳- یو انګېزش ممکن له بېلابېلو انګېزو څخه رامنځته شوی وي.

۴- کېدای شي یو انګېزش په بېلا بېلو طریقو ولیدل شي.

۵- انګېزش د تحریک خلاف دوراني دی.

انګېــزش په دوو عمده ډلو ویشــل شــوی، فزیولوژیکې یا لومړنۍ انګېــزې، ټولنیزې یا ثانوي انګېــزې، فزیولوژیکــي هغه دي، چې د ژوندي موجود د ژوند اړتیــاوې پوره کوي او هدف یې دا دی، چې د ارګانیزم موجودیت له خطر سره مخ نشي. لوږه، تنده، جنسي اړتیا، درد او خوب له دغو مهمو انګېزو څخه شمېرل کېږي.

د لوږې او تندې، درد او خوب انګېزې د ارګانیزم موجودیت تضمینوي. جنسي انګېزې د شــکل دوام تأمینوي؛ خو نه پوهېږو چې د اکتشــاف انګېزه دارګانیزم موجودیت تضمینوي که نه؟ خو دا چې په ټولو کې دي او د کړو وړو لامل کېږي له انګیزې څخه شمېرل کېږي

د اووم څپرکي پوښتنې:

۱:- د ژوندي موجود د اصلي فعالیت لاملونه دا دي چې.

الف: د هغه د وجود لپاره لازم مواد دایماً کمېږي.

ب: بهرني محرکونه هغه په حرکت راولي.

ج: داسې جوړ شوي، چې باید فعالیت وکړي.

د: که فعالیت ونه کړي، نو سمدستي له منځه ځي.

۲:- د انګېزش او تحریک تر منځ دغه توپیر دی چې:

الف: یو ټاکلی تحریک بېلابېل محرکونه لري.

ب: یوټاکلی انګېزش بېلابېلې انګېزې لري.

ج: تحریک دوراني خو انګېزش مقطعي دی.

د: انګېزش بهرنی؛ خو تحریک داخلي دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳:- کـوم لانــدني حالتونــه معمــولا د بهرنيو عواملــو د لاس وهنې لــه املــه رامنځته کېږي
الــف: ځانګــړې لــوږه. ب: جنــسي اړتيــا. ج: د مورمينــه. د: د خولې د اوبو ترشح کېدل.

۴:- د لوږې اصلي لاملونه دا دي:
الف: د معدې انقباضونه. ب: د وينی د شکر کمېدل.
ج: د ځانګړو موادو اړتيا . د: ځانګړې لوږه.

۵:- د تندې احساس په کوم يو لامل پورې تړلی دی:
الف: د چاپېريال توده هوا. ب: مصرفي خواړه.
ج: د حجراتو د اوبو کموالی. د: د خولې وچوالی.
۶:- په انسان کې له درد څخه د مخنيوي انګېزه هم د زده کړې تر اغيزې لاندې ده؟
الف: په ټولو انسانانو کې ليدل کېږي. ب: د انسان موجوديت تضمينوي.
ج: زغم يې په حالاتو پورې تړلی دی. د: انسان هڅوي.

۷:- انګېزه يو له هغو عواملو څخه ده چې ژوندی موجود فعاليت ته هڅوي.
الف: منځني. ب: ټولنيزې. ج: فردي. د: فزيولوژي.

۸:- کومه يوه لاندې انګېزه حياتي تعادل تر پوښتنې لاندې راولي؟
الف: درد. ب: اکتشاف. ج: لوږه. د: مورني مينه.

۹:- له انګېزش سره د تحريک يو بل توپير .... دی.
الف: دوره يې والی ب: انعطاف نه منل ج: نا ډکېدونکې د: موقتي والی

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتم څپرکی

هيجان

ټوليزه موخه:
په هيجان پوهېدل اودهغه اهميت د انساني مسؤوليتونو او واقعيتونو په درک کولو کې

د زده کړې موخې: له زده کوونکو نه تمه کېږي، چې د دې څپرکي په پای کې:
- هيجان تعريف کړي او د هغه ماهيت توضيح کړي.
- د هيجان عکسل العمل توضيح کړي.
- د عصبي دستگاه رول او اهميت په هيجان او رواني عکس العملونو کې پوه شي.
- د هيجان په هکله د نظرياتو په بېلابېلو ډولونو بايد پوه شي.

د هيجـــان تعريف: هيجان يعنـــې کلي عکس العمل، قوي او لنډ ارگانيـــزم په يوه غير منتظره موقعيت کې سره له يوه خووښوونکي او يا نه خوښوونکي عاطفي حالت ته وايی

هيجـــان د انگلېـــسي د Emotion کليمې ژباړه ده. د Emotion لغت د ريښـــې له نظره يعنې هغه عامل چې ارگانيزم په حرکت راولي. مثلاً غوســـه داسې عامل دی، چې يو فرد بې هوښه کوي، ښادي، غم، هېره او نگراني هم کولای شي د هيجان له نمونې څخه يوه ښه نمونه وي.

ښـــه ده چې غوســـه ، ويره، غم، کرکـــه، ماتې، بخيلي، شرمندگي او نور ټـــول د هيجان اجزاوې شـــمېرل کېـــږي. د دغو ټولو حالتونو تعريف کول ډېر ســـتونزمن کار دی. دغـــه برخې دژوند مهم عواطف جوړوي، ځکه د ذهن مهم موقعيتونه منظم کوي. د هيجان د حالتونو ځانگړتياوې دا دي، چې رواني او فزيولوژيکي ستونزې له ځانه سره لري. د دې ستونزو ظاهري بڼې ته هيجان وايې.

د هيجان اصليت: په روان پوهنه کې هيجان ډېر يو بنســـتيز او حســـاس ځای لري، ځکه چې د هغـــه اړيکـــه له اړتيـــاوو او انگېزش سره ډېره نږدې ده او کولای شي، چې د بدن رواني ســـتونزې

(c) ketabton.com: The Digital Library

منځته راوړي. هیجانونه کولای شي، چې د انسان سلامتي تضمین کړي د بېلګې په توګه وېره سبب ګرځي، چې انسان له خطر نه خپل ځان وساتي. او غصه سبب ګرځي، چې په دښمن حمله وکړي.

فیلسوفانو، فزیولوجستانو او روان پوهانو، چې د هیجان په هکله ډېرې هلې ځلې کړې دي، د هغوی اصلیت او د عمل شېوې ترې اوسه هم په روښانه توګه بیانې شوې نه دي او د یوې فرضیې پــه حالت پاتې دي دغه محققانو د هیجــان فزیولوژیکي بڼې (د زړه او تنفس د ضربې تغیرات، دخولې وچېدل، خولې کول....) او د هغو اثر د ذهن په تګلاره کې (د تلقین مننې ډېرښت، د ارادي کنټرول کمښت)او له هیجان څخه راپیدا شوي کړه وړه(ژړا، خندا، تښتېدل، پټېدل...)مطالعه کوي. دغه مطالعې ښــیي، د هیجان دخرک په تکوین او ښــکاریدنه کې دود ډېر رول لري. لکه په چېن کې چې انســان په غوســه کېږي؛ نو خپلې سترګې را وباسي. له دې شرایطو سره سم د هیجان تولید او د فزیولوژیک پایې تر اوسه هم په ښه توګه نه دي پېژندل شوي.

هیجان نه یوازې له راپارونکي عامل سره تړاو لري، بلکې خپله شخص، د فعل جسمي او ذهني حالت، د شخصي ژوند د شخصیت تاریخچه او د هغه په پخوانیو تجربو پورې هم تړلی دی. سمه ده، چې په ځینو استثنایي حالتونو کې ډلییز حالتونه راپیدا کېږي.

او د ډېرو خلکو لپاره یو شان معنی ورکوي (لکه له زلزلې یا په ښار کې د دښمنانو له خوا له بمبارد څخه ناڅاپي وېره) د هیجان اصول فردي احســاس دی. یعنې امکان لري د یو شخص ټاکلی حالت په بشــپړه توګه په غوســه واړوي او یایې ووېروي؛ خو په بل مــورد کې ممکن هېڅ عکس العمل را منځته نه کړي.

په ټولیيزه توګه هیجان هغه وخت رامنځته کېږي، چې انسان له یوه ناڅاپي حالت سره مخامخ شي او یا هم د انســان حالت د زغم وړ نه وي. په حقیقت کې هیجان د تعادل د برابرولو لپاره د ارګانیزم له هڅې او موقعیت سره د انسان نه برابرېدل دي، چې د لنډې مودې لپاره له منځه تللي. نو ویلای شو د هیجان موخه د تعادل رامنځته کول او د ارګانیزم د موجودیت ساتنه ده.

د هیجان عکس العمل:

کولای شو ووایو چې هیجان د فزیولوژیک رواني مجموعه ده او د هغه عضوي نښې ډېر نوی والــی لري؛ نو ځکه که چېرې فکر وکړو، چې هــر هیجان یو خپل خاص فزیولوژیک عکس العمل لري کاملا ساده فکر به وي.

کلــه چې دا هیجان په ډېــره چټکۍ سره تېرېږي، د هغه فزیولوژیــک عکس العمل له هغې موقع نه یو نواخته دی، چې هیجان ملایم او اوږد مهاله وي.

د وینــې او تنفس کمېدل او ډېرېدل او د ســطحي رګونو انقباض د عکس العمل له جملې نه دي، چې د غم، ښــادۍ، غوســې او وېرې په هیجانونو کې په چټکۍ سره لیدل کېږي. هغه وخت چې هیجان ملایم او اوږد مهاله دی، لکه د حسادت فزیولوژیکي عکس العملونه د شدید هیجان له عکس العمل څخه توپیر لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په هر حال د هیجان د ډول او د هغه د جسمي عکس العمل تر منځ اړیکه یوه ساده اړیکه نه ده، د هیجان په فزیولوژیکي عکس العمل کې راپاربدلي او تحریک شــوي ډولونه لیدل کېږي، چې په ورته وخت کې بېلابېل جوړښتونه لري. لکه د غم هیجان د افسرده ګۍ په ډول څرګندېږي؛ نو په ترتیب سره لاندې حالتونه په انسان کې لیدل کېږي:

سســتي، کســالت، قد کوږوالی، داوړو لوېدل، د څېرې راټولېدل، د وجود د حرکت نشتوالی، د وینې د راتاوېدو پڅېدل، د عضلو بې حسه کېدل او د ذهن له کاره لوېدل. همدا راز د غم هیجان کولای شي فعاله بڼهځان تدویني، چې په هغې حالت کې ژړا، چیغې، زګېروی او د وینې را تاوېدل او د تنفس د دستګاوو له حده ډېر فعالیتونه جسمي او رواني تحریک لیدل کېږي. نو د غم فعاله فزیولــوژي له ځینو اړخونو د ښــادۍ فعالې فزیولوژۍ ته به ورتــه شي. بر عکس د غم غیر فعاله فزیولوژي له ځینو اړخونو به د ښادۍ د ارامې فزیولوژۍ ته ورته وي.

د هیجان عصبي اســاس: ډېری منځني هیجان عکس العملونه خود سره عصبي دســتګاه سره تړاو لري.

دغه دســتګاه له دوو عصبو ســمپاتیک (د عصب سیستم) او پاراسمپاتیک چې د دوی عمل له یو بل سره مخالف دی جوړېږي. هغه حرکتونه چې خود سره عصبي دستګاه منځته راوړي معمولا پاشلي، اوږد او کنډ اثر لري. دغه اثر د ترشح شوې غدې، لکه ادرینالین په وسیله تقویت کېږي، نو ځکه داســې ښــکاري، چې د منځني عکس العمل خودسره عصبي دستګاه تړاو لري چې یو پورتني مرکز سره چې نن یې ځای په تالاموس یعنې په منځني مغز کې تشخیص کېږي، هماهنګ کېږي. د څېرې ظاهري حرکات او غیر ارادي کتل هم دې مرکزسره تړاو لري. په دې حال کې ارادي اکتسابي حرکات دکورتکس (د مغز بهرنی قشر) د کنترول لاندې وي. د پیدایښت او تکوین له نظره د مرکز عصبي دستګاه له بېلابېلو قسمتونو، منځني مغز، چې د هیجان د عکس العمل له تنظیم کوونکي غړي نه شــمېرل کېږي، له مغز د بهرنۍ قشر نه (کورتکس) ډېر پخوانی دی. او همدا راز د بشپړتیا له پلوه هیجان یو زوړ او د ټیټې کچې عمل وشمېرو. څرنګه چې مخکې هم ورته اشاره وشوه دوه عصبه ســمپاتیک او پاراســمپاتیک له یو بل سره مخالف عمل کوي. د سمپاتیک عصب ارګانیزم د اضطراري حالاتو سره د مقابلې لپاره وي؛ خو پاراسمپاتیک عصب هغه د خوب او آرامتیا لوري ته بیایي. د هغوی د عمل کولو تفاوت دا دی، چې هر یو بېل بېل کېمیاوي مواد آزادوي. دسمپاتیک عصــب هغه مــاده افرازوي، چې د هغه اثر لکه ادرینالین هورمون، چې دغه غده کلیوي ده، او د حرکت ســبب ګرځي. د هغه په عوض کې پاراســمپاتیک عصب هغه ماده آزادوي، چې د آرامولو خاصیت لري. د ســمپاتیک عصب رول د هیجان په پیدا کولو کې کولای شو په لاندې توګه خلاصه کړو:

د زړه ضربان ډېرېږي؛ څو ډېره وینه عضلاتو ته ورســېږي او هغوی د خطر سره په مقابله کې چمتو کوي. د بدن د سطحې رګونه وړېږي؛ څو د وینې فشارونه پورته ولاړ شي او د ګنګس والي د حالت فشار په سطحي توګه ترلاسه کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولاړېږي، تنفس ډېرېږي؛ څو لازمه اکسیجن ارګانیزم ته ورکړل شي. د سترګې توروالی خلاصېږي؛ څو خطر په ښــه توګه وپېژندل شي، ذخیره شــوي خواره مواد په سرېږي کې آزادېږي؛ څو لازمه نیرو د بدن دفاع او یا له خطر نه تېښته چمتو کړي.

د هیجان اړوندې نظریې:

د هیجــان په وخــت د آګاهۍ د حالت تحلیل دوې نظریې منځ تــه راولي، چې یو له هغو نه ځانګړی اړخ د پام وړ ګرځوي، یوه نظریه چې هرپارت آلماني فیلســوف ته نســبت ورکول کېږي، چــې ذهني واقعیتونه ښــیې، یعنې فکرونــه د هیجان د پیدا کېدلو اصلي عامــل دي. له دې امله ارګانیزم موقعیتونه مناســب او موزون درک کوي او په پایله کې د ښــادۍ هیجان له لاسه ورکوي او یا برعکس نامناسب حالت درک کوي، چې له هغه وروسته یا خواشیني او یا هم غوسه کېږي.

روښــانه ده چې د هغه د درک او حالت پوهاوی د هیجان په تولید کې ارزښــتناک رول لري؛ خو په خپله هیجان نه دی. امکان لري چې یو انســان بېلابېل حالتونه په بشــپړه توګه درک کړي او د هغوی اړیکې هم ورته روښــانه وي؛ خو هېڅ ډول هیجان احســاس نکړي. دوه تنه د یو ځای خطر درک کوي.

د پورتنیو نظریو پر خلاف کولای شــو موضوع پرته له هییجان نه هم یاده کړو، انســان په یو وخت کې د غم احساس کوي، له دې پرته چې په عامل یې پوه شي، کسل یا غمجن کېږي. د دغو حالتونو لامل ډېر وخت فزیولوژیکه ریښــه لري. پــه دوراني اختلالونو کې ناروغ په دوره یي توګه کله خوښ او کله هم خواشینی وي. له دې پرته چې هغه یو پېژندل شوی لامل وي، هغه ناروغي، چې د پاتې کېدو په حالت کې ده د هېڅ بدې پېښــې یا اندېښــنې په مرســته نه خواشینی کېږي. هغه ناروغي، چې د افسرده ګۍ دوره تېروي، له هر ډول خوښــې پېښې پرته له خپل غم څخه نه خلاصېږي.

بلــه نظریه برعکس د هیجــان د فزیولوژیک په نورو پدیدو ټینګار کــوي. دغه نظریه لومړی دیــکارت مطــرح کړه، جیمز او لانګه په ډېر دقت دغه نظریې ته وده ورکړه، دغه نظریه د دې پر ځای چې هیجان د عضوي پدیدو لامل وبولي، عضوي پدیدې د هیجان لاملونه بولي. د دغې نظریې له مخې، چې د جیمز لانګه په نظریه شهرت لري، هیجان د عضوي اختلالونو درک بلل کېږي.

د اتم څپرکي د مطلبونو لنډیز

هیجان د ارګانیزم د لنډ، شدید او کلي عکس العمل یو غیرمنتظره موقعیت ته له ځانه سره یو عاطفي حالت خوښ او ناخوښ څخه عبارت دی. هیجان هغه عامل دی، چې ارګانیزم په خوځولو راولي، دا چــې هیجــان د ارګانیزم د اړتیاوو او انګیزو سره نیــږدې اړیکې لري، او کولای شي چې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

ډېـــرو رواني اختلالونو يا بدني روان ريښــه وي، او له لـــوړ اهميت نه برخمن وي. هيجان نه يوازې د هيجـــان راپارونکـــی اصلي عامل بلکـــې په خپله فرد ته او د هغه فعلي حالت، جســـمي، ذهني، شـــخصيت، د ژوند تاريخچې او مخکينيو تجروبو سره تړاو لري، هيجان هغه وخت منځ ته راځي، چې شخص غافل ګير شي، او يا که حالت له تحمل نه بهر وي. د دې سره سم د هيجان موجوديت د فـــرد ناســـازګاري د ارګانيزم د موقعيت تلاش د تعادل برقـــراري ده، چې موقتاً له منځه تللې ده. هغه عکس العملونه چې د ارګانيزم په وړاندې هيجان ښيې،

منځنـــي د ليدنې او حرکتي عکس العملونه دي، په منځنيو عکـــس العملونو کې ټول ارګانونه شـــامل دي، لکه د وينې د راتاوېدو تنفس، غدو او د عضلو سيستم. په هر حال د هيجان پر محال د دغو ارګانونو کړنې بدلون مومي، د بېلګې په توګه د زړه حرکت چټک او يا هم پڅېږي، د وجود سطحي رګونه تنګېږي، او د انسان رنګ اوړي، غږ او تنفس يې بدلېږي د معدې، مرۍ او د کولمو حرکتونـــه درېږي، د خولې دغدو ترشـــح پـــرې کېږي، په بدل کې د ځينو نورو غدو ترشـــح لکه د اوښکو، متيازو او خولو ترشح ډېرېږي، ويښتان مستيقم ودرېږي او د څيرې کرښې بدلېږي.

هيجان حرکتي او ليدني عکس العمل، لکه د وېرې د هيجان يادونه کولای شو: له وېرې څخه د ترسره شوي کار ځای لرېوالی، تمايل، حتې د پټېدو لرې ځای ته له وېرې څخه د ځان ساتنې تمايل پـــه خپـــل ځای کې د بې حرکتۍ تمايل د هغو هڅو پر وړانـــدې منفي عکس العملونه چې غواړي د وجـــود غړي په حرکت راولي. چيغې کول او پـــه ځينې مواردو کې د فعاله دماغي کړنو ته اقدام (غرغرکول، د شونډو چېچل، منګولې اچول)

د هيجـــان د ظاهري عکـــس العملونو برخې ته د هيجان جلوې وايـــي. د هيجان ډېرى جلوې غير ارادي دي، لکه د لاســـونو رېږدېدل، د رنګ اوښـــتل او داســـې نورو په بدل کې کولای شـــو د هغـــه هيجان لـــه جلوو څخه يادونه وکړو، چې په چاپېريال او ښـــوونه - روزنه پورې تړلي دي په اصطلاح کې ورته کســـبي او ټولنيزې جلوې وايي، لکه خندېـــدل، چې لومړۍ جلوه هغه کړنه ده، چې کولای شي د ښوونې او روزنې تر اغيزې لاندې راشي او شکل يې بدل شي، لکه مينه ناکه خندا، تحقيروونکـــې خنـــدا، ځورونکې خندا، مالګينه خندا او يا نېش لرونکـــې خندا ولرو. هيجان کولای شي د ذهن کړنې تر اغيزې لاندې راولي، په دې توګه د هغه د تحريک او راپارونې سبب وګرځي.

د هيجـــان د توليـــد د اصليت او څرنګوالي په اړه، چې د آلماني هربـــارت نظرياتو ته ورته والی ورکوي معتقد دی، چې هيجان د موقعيت د درک له امله منځ ته راځي.

په دې توګه، چې ارګانيزم يو موقعيت ښه او مناسب درک کوي او په پای کې په ښادۍ او شوق راځـــي او بل موقعيت ډېر خطرناک ترنظـــر ورځي او په نتيجه کې وېرېږي او يا غمجن کېږي، بله نظريه چې د جيمز لانګه په نظريه پېژندل شوې ده د هيجان فزيولوژيکي پديده ده. دې نظريې ته ورته د جمسي بل ډول والي څخه خبرتيا د هيجان سبب ګرځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د اتم څپرکي پوښتنې:

۱:د هیجان جلوه عبارت ده له:
الف: فزیولوژیک عکس العملونه. ب: د هیجان منځني عکس العملونه ج: د بل رقموالي ظاهري برخې. د: د ډېر شدید زر تېرېدونکی دخالت

۲: له لاندې عکس العملونو نه کوم یو د هیجان اکتسابي تجسم شمېرل کېږي؟
الف: مسخرې. ب: خندا. ج: سره خوله د: ژړا

۳: د هیجان د اصلیت په بیان کې له موجوده ستونزو نه یوه دا ده:
الف: د هیجان جسمي نښې ثابتې او روښانه نه دي.
ب: د هیجان په اړه بېلابېلې نظریې شته.
ج: د هیجانونو نښې د محیط تر اغېزې لاندې راځي.
د: هیجان یو فردي احساس او بشپړ خصوصي دی.

۴: د لاندې موردونو څخه کوم یو ډېر د هیجان تر اغېزې لاندې راځي؟
الف: تل پاتې او پخوانۍ زده کړې.
ب: بشپړ ټینګ او غریزه یې عادات.
ج: د فرد عکس العملونه او خود سره عملونه.
د: د شکل نیولو په حال عادات.

۵: د هربارت په نظریه، چې له عقل اخیستونکې نظریې سره سمه ده، هیجان عبارت دی له
الف: د عضوي پدیدو څخه پوهاوی.
ب: د هیجان په موقعیت نه پوهېدل.
ج: د خودسره عصبي دستګاه لاس وهنه.
د: د هیجان احساس د بدني تغیراتو له امله.

۶: د هیجان لرونکی شخص معمولاً
الف: د انرژۍ کموالی لري. ب: اخلاقي موانع نه لري.
ج: ښه پرېکړه کوي. د: ډېره ښه حافظه لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۷: د جیمز لانګه له نظریې سره باید ووایو
الف: لومړی وېرېږو او له هغه وروسته رېږدو.
ب: لومړی ژړا کوو وروسته غمجن کېږو.
ج: لومړی سپی وینو، وروسته وېرېږو.
د: لومړی درک کوو، وروسته وېرېږو.

۸: د هیجان په هکله هغه څه، چې ډېر ارزښت لري، عبارت دي له
الف: د هیجان د وضعیت شدت.
ب: د پېښې پر وړاندې د لیدنې طریقه.
ج: تازه او یا هم زوړوالی.
د: د پدیدو د پېښو خپل اهمیت.
۹: کوم لاندېنی عبارت ښیي، چې هیجان کولای شي د جوړجاړي ارزښت ولري؟
الف: انسان هیجاني لیدل کېږي.
ب: هیجان پر دښمن د برید لامل ګرځي.
ج: هیجان ذهن پخ او فلجوي.
د: هغه حیوان چې ځان مړ ښیې؛ خو ژوندی وي.

۱۰: که یوازې د فزیولوژیکو پدیدو څخه پوهاوی د هیجان لامل شي، مونږ باید وکولای شو، چې
الف: خپل غږ پورته کړو او غوسه شو.
ب: خپله تېښته ووینو او په شدت ووېرېږو.
ج: خپل رېږدېدل وګورو او ووېرېږو.
د: حالت درک کړو او هیجاني شو

(c) ketabton.com: The Digital Library

سرچينې او اخځليکونه:

۱- روانشناسی عمومی   اثر دوکتور حمزه گنجی ۱۳۸۵.
۲- ارتباطات تجارت.
۳- لکچر نوت های روانشناسی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ښوونیز نصاب د پراختیا د ریاست پیغام

د پوهنې وزارت د تخنیکي او مسلکي زده کړو معینیت د ښوونیز نصاب د انکشاف ریاست د ټولنې د عیني او ښکاره ضرورت په درک کولو سره چې د محصلینو او شاګردانو د درسي کتابونو په برخه کې یې تخنیکي او مسلکي رشتې درلودې او لري یې، په لومړي سر کې یې تصمیم ونیو، چې په ښـــوونیزو پلانونو او درسي مفرداتو باندې بیا کتنه وکړي او ورپســـې بیا د شاګردانو او محصلینو د درسي کتابونو د تالیف لپاره مبادرت او کوښـــښ وکړي. د خدای(ج) په فضل او مرحمت سره او د ادارې او حســـابدارۍ څانګې د ښـــوونکو په میرانې او همت سره د ادارې او حســـابدارۍ درسي کتابونه تالیف شول تر څو په وړیا ډول د شاګردانو او محصلینو په واک او اختیار کې ورکړل شي.

د علم او معرفت له ټولو لوســـتونکو، علاقمندانو، د ادارې او حسابدارۍ د مکاتبو له ښوونکو، ګرانو شـــاګردانو او د تخنیکي او مســـلکي زده کړو د چارو له متخصصینو او همدا شـــان له ټولو څېړونکو او شنونکو څخه صمیمانه هیله کیږي، چې د دې کتابونو په مطالعې سره چې په لومړي ځل د ښـــوونکو او د ادارې او حســـابدارۍ څانګې د مســـلکي غړو له لوري تالیف او تدوین شوي دي. د مســـلکي، تخنیکـــي او علمي مطالبـــو او مفاهیمو د څرنګوالي په هکلـــه خصوصاً د هغوی املایي او انشـــایي اشـــتباهاتو په اړه مونږ ته لارښوونه وکړي، ترڅو په راتلونکي کې وکړای شو، په همدې او نورو برخو کې ګرانو شـــاګردانو ته له دې څخه ښه، غوره، ګټور او ارزښتناکه موضوعات وړاندې کړو.

همدا شـــان له ګرانو شـــاګردانو او محصلینو څخه هیله کوو ترڅو د دې کتابونو د مطالعې او اســـتفادې پر مهال د هیواد اقتصادي ســـتونزې، فقر او وروســـته پاتې والی په نظر کې ونیسي او د کتابونو په ساتنه کې کوښښ او زیار وباسي، ترڅو د ډېرو شاګردانو او محصلینو د ګټې وړ وګرځي.

پته: د پوهنې وزارت- د مسلکي او تخنیکي زده کړو معینیت

د تعلیمي نصاب د پراختیا ریاست

د درسي کتابونو د چمتو کولو عمومي مدیریت

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library