بسم الله الرحمن الرحیم

# 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
- دیپلوم انجنیر عبدالله کوزابي 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 يوې ټولنې وده او پرمختګ کاملاً د همغې ټولنې د پياوړو کاري کادرونو، بشري قوې او ماهرو فکرونو په کار او زيار پورې تړلي دي. همدا بشري قوه او کاري متې دي چې د هيواد انکشافي اهدافو ته د رسېدو لارې چارې طی کوي او د يوه نېکمرغه، مرفه او ودان افغانستان راتلونکی تضمينوي.

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 يوه ســوکاله ژوند د اســبابو او ايجاباتو د تکميل لپاره خپل اغيزمن نقش، همدارنګه ملي او اسلامي رسالت ادا کړي.

لــه همدې ځايه ده چې د يوه ژوندي او فعال انســان نقــش، د خپل ژوند د چاپېريال 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 تخنيکي او مسلکي زده کړو معينيت مسوولیت او مکلفيت لري چې د اســلامي ارزښــتونو، احکامو او همداراز معقولو او مشروعو قوانينو ته په ژمنتيا 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 ظرفيت وده، د حرفوي، مسلکي او تخنيکي کادرونو روزنه او پراختيا يو اړين مقصد دی. همدا په تخنيکي او مسلکي زده کړو مزين تنکي ځوانان کولی شي چې په خپلې حرفې او هنر سره په سيستماتيک ډول د هيواد انکشاف محقق او ميسر کړي.

جوته ده چې په افغانستان کې د ژوند تګ لاره، دولتداري او ټولنيز نظام د اسلام له سپېڅلو احکامو څخه الهام اخيســتی؛ نو لازمه ده چې زموږ د ټولنې لپاره هر ډول پرمختګ او ترقي بايد په علمي معيارونو داســې اســاس او بنا شي؛ چې زموږ د کارګر نســل مادي او معنوي ودې ته پکې لومړيتوب ورکړ شي. د حرفوي ظرفيت جوړونې تر څنګ د ځوانانو سالم تربيت او په سوچه اسلامي روحيې د هغوی پالنه نه يواځې پخپل ذات کې يوه اساسي وجيبه ده، بلکې دا پالنه کولی شي چې زموږ وطن پخپلو پښو ودروي، له ضعف څخه يې وژغوري او د نورو له سياسي او اقتصادي احتياج څخه يې آزاد کړي.

زموږ ګران زده کوونکي، محصلان، درانه اســتادان او مربيون بايد په بشــپړه توګه پوه شي، چې د ودان او نېکمرغه افغانستان ارمان، يواځې او يواځې د دوی په پياوړو متو، ويښ احساس او نه ستړي کېدونکي جد او جهد کې نغښتی او د همدغو مسلکي او تخنيکي زده کړو له امله کېدای شي په ډېرو برخو کې د افغانستان انکشافي اهداف تر لاسه شي.

د دې نصــاب له ټولو ليکوالانو، مولفينو، ژباړونکو، ســموونکو او تدقيق کوونکو څخه د امتنان تر څنګ، په دې بهيــر کــې د ټولو کورنيو او بهرنيو همکارانو له مؤثرې ونډې او مرســتو څخه د زړه له کومې مننه کوم. له درنو او پيــاوړو اســتادانو څخه رجامندانه هيله کوم چې د دې نصــاب په ګټور تدريس او فعاله تدريب سره دې د زړه په ټول خلوص، صميمي هڅو او وجداني پيکار خپل ملي او اسلامي نقش ادا کړي.

د نېکمرغه، مرفه، پرمختللي او وياړمن افغانستان په هيله

**فاروق وردګ**

د افغانستان د اسلامي جمهوريت د پوهنې وزير

(c) ketabton.com: The Digital Library

# لړلیک



| خپرکي | سرلیکونه | 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 کوونکیه! 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 نه اوسې، ممکن چې له خپل ځان څخه وپوښتې، چې ولې د عمومي اروا پوهنې تر عنوان لاندې یو مضمون مطالعه شي. البته احتمال لري ځینې 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 ځینو لپاره هدف وي. خو پوره یقین لرم چې دا به د ټولو محصیلینو لپاره هدف نه وي، که لاندې مطالب په غور سره ولولی شایي 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 بڼه نیسي، نو هلته به نه یوازې داچې ستاسې پوښتنې ځواب، بلکه تاسو به د دې کتاب ویلو ته شایي 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.

ځینې 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 ځینې افراد به ښه موفقیت او ځنې 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 ښایي، 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 ځینو 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 کړئ، 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 بريالیتوب او کامیابۍ 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 کاميابي يوازې د هوښ محصول نده، ډېر محصلين او متعليمن شــته، چې له پورتنۍ خبرې سره چندانې موافق ندي، دغه کتاب به ښــايي تاسو ته د وښي چې عدم مو فقيت په کومو عواملو کېدای شي تړلی 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 وپېژنی، چې هغوی د ډېر زيات زحمت او زيار په مقابل کې ډېره 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 وسپاری؛ 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 اوداسې 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، ښایي 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 وایي، 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 توګه 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 لګوی 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 چې 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، مرګ 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 داښــیي 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 ټینګه او حتمي اړتیــا بلل کېږي؛ تــر څو د روحیاتو، علتونو اود افرادو د عکس العمل د انګېزې د اوامرو او لارښــونوپه مقابل کې اوپه محوله امورکې د هغوی د موفقیت او عدم کامیابۍ د څرګندوالي 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 کونکې کولای شي:

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

تاســو چې اوس فعلاً د دې کتاب په ویلو مشــغول یاستی آیا پوهېږی، چې لوست مو څرنګه زده کــړ؟ آیــا پوهېږی، چې په لاره تلل مو څنګه زده کــړل او همداراز خبرې کول او فکر کول مو څنګــه زده کــړل؟ آیا تل د خپــل رفتار او او اعمالو په علت پوهېږی، چــې 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 شــی دی او څنګه وده کوي، آیا پوهېږی، چې د هوښــیارۍ علت څه شی دی؟ آیا پوهېــږي، چې دځینو خلکو رفتــار عجیب معلومېږي او علت یې څه شــی 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، کوښــښ کوي، چې داســې پوښــتنو ته بلکه په ســل 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 ګړېږي، چې څنګه فکر کوی، چې څنګه قبلېږي او څنګه نه قبلېږي، څرنګه د غم او ښــادۍ احســاس کوي، ولې مو له یوه شــخص او یا له

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

لنــډه 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 پــوه پــه هغه څه پوهېږي، چې خپله د ده پــه هکله صدق کوي، ممکن چې د نورو په هکله صدق ونکړي.

اروا پوهــان هغــه څه بیانوي، چې خلک یې تر سره کوي، لکــه 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 حســاب دا معلومېږي، چې اروا پوهنه  یو جالب او په عین حال کې ســتونزمن علم دی، ځکه چې هر هغه څه چې د اروا پوهنې اړونده دي هغه مســتقیماً د لیدنې وړ نه وي، اروا پوهنه نه شي کولای، د افرادو هوښ، حافظه او شــخصیت مســتقیماً اندازه کړي، هغه یوازې کولای شي، د افرادو کړنې مشــاهده کړي او د هغوی په بنســټ ووایې چې؛ مثلاً: هوښــیار دی یا کم هوښــیار، 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 ســانتي مترپه اندازه تیاره کړئ او بیایې د یو ه خاکســتري متن په مخ کېږدی، په یوه ســترګه او د ۴۰ ثانیو لپاره یې منځ ته ځیر شــی او روسته له څلوېښــتو ثانیو یې پورته کړئ، ترې لاندې به یې یوه شــین رنګې لکه ووینی، دغه شــین رنګې لکه، چې د انځور د شــاه د اصطلاح یا (after image) پــه نامه یادېږي، هغه چېرته قرار لري، ستاســو د جســم څخه  د باندې او یا هم د ننه؟ مســلماً د خاورین متن په مخ کوم داســې 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 اخلي، 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 ینښتونو 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 پېچلې 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 ترديې 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 یاسـتونزه هم کولای شي د تنفر یوه نښه وي. دغه بېلګه دا ښيې چـې احتـمال لري موږ په یوه شي فکر کوو پرته له دې څخه چې وپوهېږو په هغه فکر کوو، نوبنا پـردې چې مسـتقیم لیدونکې هغه څه چې په ذهن کې تېرېږي امکان نـه لري، نو ناچاره باید د ذهن کړنې تر مشاهدې لاندې ونیسو او د هغوی په بنسټ دهغه شي په هکله چې زموږ په د ننه کې تېرېږي پایله اخیستنه وکړو.

البته نباید هېر کړو چې دا ډول نتیجه اخیستنې همېشه په لاس کې نشته، مخکې تر دې چې د دغو پایلو اخیستنو له صحیح 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 فرویــد موخــه له دغــه رنګ خپرونوڅخه دا وه، چې وښــيې څرنګه کېــدای شي د ذهن په مطالعه کې په عین توګه سره اســتدلال وشي، هغه دغه طریقې دخپلو ذهني بهیر په مطالعه کې هم کارولې دي.

مثلاً: کله به یې چې د ځینو افرادو نوم هېراوه، نو نتیجه به یې اخیسته چې یو څه شی به یې پــه مغز کې شــتون لري، چې خپله دی له هغو څخه بې خــبره دی. هغه د مغز دغه برخه ناخبره نوموي.

**د اروا پوهنې تاریخچه:**

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

ټولو لرغونو فلاســفه وو لیکونکو او ډاکټرانو، په یو ډول نه په یو ډول یې د انســان د رفتار په هکلــه خــبرې کړې دي، نو بنا پــر دې، د اروا پوهنې د تاریخ د پېژندنې لپــاره لازمه ده چې، په لرغونې زمانه کې د ادبیاتو فلســفي طبابت او د نورو ټولو علومو غوړولو او ظهورته اشــاره وشي. دغــه کار د یــوه بېل کتــاب د اروا پوهنې د تاریخ تر عنوان لاندې تهیه کولــو ته اړتیا لري. او نور کتابونه په همدې هکله لیکل شویدي. د دې لپاره، چې هم خپل کار آسانه کړو او هم د محصلینو حالت په نظرکې ونیســو، نو یوازې د اروا پوهنې مختــصره تاریخچه په دوو پېړیو یعنې په ۱۹ او ۲۰ پېړۍ کې توضیح کوو.

د ۱۹ پېــړۍ پــه لومړنیو کې د علومــو ودې او صنعتي انقلاب ډېرې ټولنیــزې اړتیاوې منځته راوړې، د تولید د زیاتونې په منظور عامې روغتیا، د کوچنیانو تحصیل، انساني مناسب روابط او ... په دې دوره کې ســیاسي انقلابونه پېښېږي. په ډېرو هېوادونو کې شاهي نظامونه ټولېږي، انسانان

(c) ketabton.com: The Digital Library

جرأت پیداکوي؛ څو خپل ځان د پادشــا هانو او ډلو ټپلو له ســلطې 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. ویکتورهوګو(V.Hugo) رومانتیزم (داستان وېینه ) د شګوفایې اوج ته رسوي او مارکس او انګلس (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 فیخنرشــاګرد، څنګه 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 شــاګردانوله جملې څخه راووځي جېمز هم د وونت ټولې آګاهۍ 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 څېرکې:**

جېمــز اروا پوهنــه تقریباً د امریکا ټولــو ځانګو ته وړي. او موخه یې مشــخصه وي او ډېرې څېړنیزې موضوګانې وړاندې کوي، هوښ، هیجان، نګرش، 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 شاګردان روزي، چې له هغوی څخه یوې، د ریبو (Th.Ribot) په نامه یادیږي، 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 په 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 زمینه ده، چې د اروا پوهنې د پام وړ ده، تقریباً ۳ فیصده نفوس د هوښ په آزموینښت کې ټیټې 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 آزموینښتونو اندازه کېږي، نو بیا ذهني شاته پاتې کسان هغه دي چې په دې آزموینښت کې له ټاکلي حد څخه کمې نمرې واخلي.

ضریب هوښي اویا(۷۰) سرحده لوړ اوپس پاتې افراد ښيې.

د ماشوم د هوښي ضریب 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 یادیدنې څخه پوره ګټه ترلاسه کړي، هغه به یو کتاب تر پایه پورې لولي، خو د تحصیل تر پرېښودو وروسته به ممکن دومره د بې سوادۍ تر اغیزې لاندې راغلی وي، چې یوازې او یوازې به کولای شي، خپل نوم، لاسلیک او ځینې کلمې و لیکلای شي یا و ویلای شي، له ۷۰ څخه د ټیټو ضریب هوښیو سره سره، لازماً په دې معنی نده، چې فرد نه شي کولای خپل کارونه تر سره کړي. تل به له اشخاصوڅخه یوه ډله په ټیټو د هوښیو ضریب سره ښایې شتون ولري، چې ممکن د هغوی د کوچنۍ دورې د تجربو له محدوده تونو څخه را ټوکېدلي وي. له هغوي څخه ډیري کولای شي خپل ټغر له اوبو څخه را وباسي. هغه ماشومان چې له ۶۰ څخه ټیټ ضریب هوښي لري، معمولاً په لوړو مکاتبو کې نه کامیابېږي. او په ډېرو ټیټوذهني کچه کې قرار لري حتا هغوی نشي کولای خپلې جامې واغوندي او په ټولو مواردو کې د نورو مرستې ته اړتیالري.

د دې حالاتو عوامل ډېر متفاوت دي، یو له مهمو علتونوڅخه دادی، چې احتمال لري، د زیږیدو په مهال اتفاقات یا پیښې مخې ته راشي. البته دغه پیښې هر ډول مغزي ضرر یا تاوان لره شاملې دي، چې د زېږېدنې په مهال یا په همدې دور کې حاصلېږي. له بد ه مرغه نیورونونه یعنې د مغزعصبي حجرات نه تجدیدېږي. او ډېری حساسي دي، د زیږېدنې پر مهال مخکې تر دې چې نوي زېږدلی له زیږېدني کانال څخه د باندې شي، که چېرې مغزته د اکسیجن رسېدل د رسېدلې فشار د علت په سبب د نو پربند یوازې د ثوڅانیو په مخه ودرېږي. او په پایله کې ماشوم ونشي کړای په هغو خپلو خاصو دستګاوو تنفس وکړي، نود مغز حجرات ښایې مړه شي. اوبیا به هېڅ شي ونه شي کړاي دهغوی ځای ونیسي. د دې پیښې د اهمیت زیانمند شوې برخې ته او همدا راز د زیانمندی شویو حجراتو په تعداد پوري به ښایې تړلې وي. یو بل ډول اوکاملا ذهني پس پاتیو سره توپیر 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 لویېږي، هغه روزنتونونه چې په هغو کې ماشومان له فزیکې مراقبتونوڅخه برخمن دي.

اما له رواني پاملرونوڅخه یې بې برخې پرېږدي، هر ماشوم اړتیالري؛ 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 شــتون لري، چې هلته ماشــومان په سمې طریقې سره تغذیه کېږي، پاکې، ســوتره 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 بــل کار نــه ترسره کوي مګر داچې په تصادفي توګه سره کــوم پالونکې او یا کوم روزونکې دهغوی د ســترګو مخې ته څرګند شي. دغه راز چاپېریال د ماشــومانو لپاره ډېر کم محرکونه لري، د هغو ماشومانو حرکې وده چې په دغه راز چاپېریالونوکې لویېږي، ډېرې ناقصې او پڅې صورت مومي.

له همدغو کوچنیانوڅخه ځینې کوچنیان په درې کلنۍ کې په لاره باندې په تللو هم ســم نه پوهېږي، د ځینو اروا پوهانو څېړنودا ښودلې ده، چې په روزنتونونو کې درې کلنه اوسېدنه تقریباً د ۶ میاشــتې څخه تر ۳ کلو او ۶ میاشــتې په متوسطه توګه د ۷۲ ضریب هوښې 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 هوښې ښیې.

د هوښې 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 هوښې 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 څپرکې 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 ليدلو وړ فعاليت او د باندني افرازي مرغيړيو زيم يا ترشح.

ويلای شـو، چې اروا پوهنه د انســان له پيدايښــت سره ســمه منځ ته راغلې، اما دعلمي اروا پوهنې تاريخ له لومړنيو ازمويښــتونو سره ســم چې په کال ۱۸۷۹ د آلمان د لايپزيک په ښــار کې ترسره شول پيلېږي.

د نړۍ له هره کونجه له هرې نقطې څخه ډېر شــاګردان دې، آزمويښــتونو ته راغلي او خپلو هېوادونو ته له ســتنېدو وروسته په ټوله نړۍ کې د اروا پوهنې د علم تخم پاشي، ځکه هرهېواد خپلې ځانګړې طريقې او خپل خاص دودونه لري، نو د اروا پوهنې علم له هغوی سره په مخامخ کېدو کې له بيلا بيلو لارو او طريقو څخه کار اخلي او استفاده کوي.

پــه آلمــان کې ډېر په ســايکوفزيک کار کېــږي. او د وبر د قانون په نتيجه کــې او د خورا کم محسوس تفاوت سره مفهوم منځ ته راغي. په امريکا کې ځکه کوم داسې ځانګړي سنت يا طريقه مســلطه نه وه، نوځکه اروا پوهنه په اکثرو ځانګو کې وده کوي. په فرانســه کې د رواني مريضانو مطالعه او د ذهني پس پاتې کسانو تشخيص رونق اخلي، په اتريش کې د فرويد عقايد غلبه کوي او په نتيجه کې د نيورونونو مطالعه پيلېږي.

د انګلســتان د اروا پوهنې له ارقامــو سره پيوندېږي، او د داروين د نظريو تر اغيزې لاندې د توارث په مطالعه کولو پيل کوي، په روسيه کې پاولوف له بازتابونو مطالعې ته ادامه ورکوي، داروا پوهنې له ودې سره ســم په ډېرو هېوادونو کې داســې افراد پيداکېږي، چې هغوی د انســان او د انســان د رفتار په هکله ځانګړې نظريې وړاندې کوي. دغه نظريې په نورو کې مؤثرې واقع کېږي او په نتيجه کې يې ډېر مکتبونه منځته راغي، چې مهم مکتبونه يې عبارت دي له:

د ســاخت يا جوړ پالنې، عمل يا 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 زيات دي، نو اروا پوهنه هم مجبورېږي، چې مختلفې څانګــې ولــري. او هريو د هغوی څخه رفتار له يوه ځانګړي ليد څخه مطالعه کوي. د اروا پوهنې خــورا مهمې څانګې عبــارت دي له حيواني، فزيولوژيکې، وراثتی، اجتماعــي، ژبه، فردي تفاوتونه، روزنيز روان سنجي، صنعتي عمومي، د شخصيت آزمويښتي، يادېدل، مرضي ماشومان، او مشاوره.

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

آزمويښتونه، له آزمويښتي طبيعي مشاهدې څخه او د هر يوه روان لوری.

له دغو طريقو څخه خپل ځانګړي محدود يتونه او امتيازونه لري.

هره پديده او هره پېښه چې په انسان پورې اړوندېږي، د اروا پوهنې د مطالعې د مورد زمينه ښايي جوړ، کړی.

کېــدای شي وويل شي يادېدنــه د اروا پوهنې لومړنۍ د مطالعې د مــورد زمينه ده، ځکه چې

(c) ketabton.com: The Digital Library

یادېدنه د زیږېدنې له شېبې سره سمه را منځته کېږي. او د انسان 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 څرګندونې

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 کاملآ 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 ویناوې سمې نشي درک کولای.

د: په هوښې 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

# دويم څپرکی

## د شخصیت تعریف

**ښولېزه 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 توضېح کړي.
- اعمال توضېح او تفسیرکړي.
- په مختلفو عمرونوکې دانسانانو ځانګړ تیاوې تشرېح 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 بدۍ، زشتۍ، ښکلا، ښه توب، سمې او ناسمې څخه بحث وکړو، نو بناءً باید ووایو چې هر سړی خپل سبک اویو ځانګړی شخصیت لري، چې همدغه سبک له نوموړي څخه یو ځانته انسان، تر یوه فرد پورې یې منحصر جوړوي.

ښایې غوره به داوي چې ووایو څرنګه چې انسانان یو له بله د څېرې، د خطونو، تن، غږ، 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 سبب ویلی شو، چې شخصیت یعنې د ځانګرتیا یوه طریقه:

د شخصیت د مفهوم دلاښې روښا نتیا لپاره به غوره داوي، چې د دې کلمې ریښه په نظر کې ونیسو، د شخصیت 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 په لرغونې زمانه کې به د تیاتر لوبغاړو په خپلو څېرو 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 شو ووایو چې شخصیت 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 کړای 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.

که چېرې دخپلو اطرافیانو رفتار (کړنی) ته پام او غور وکړو، مثلآ 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 کې او کله هم بیا ډېر په قهر او غصه کې، کله په یوه یا دوې افغانۍ چنې وهي اوکله هم بیا ۱۰۰۰ افغانۍ یو چاته ښښي.

**معروفه وینا ده:** چې کله خو د ستنې له سوري 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 پېش بیني کړو، نوپه د اساس مجموع صفتونه چې له نسبي ثبات سره په یوه فرد کې شتون لري او نورو ته اجازه ورکوي؛ تر څو وکولای شي رفتار یې یوه اندازه پېش بیني کړي او د هغه له نورو 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 رسېږي، او له هغې ابتدا څخه په فرد کې شتون لري، اجتماعي عوامل د اجتماعي چاپېريال محصول دي، هغه چاپېريال چې فرد د ژوند لومړني کلونه په کښې تېر کړي دي، يعنې کورنۍ، مکتب او هغه اشخاص چې له هغوی سره اړيکې لري يايې درلودلې، د ماشومتوب د لومړنۍ دورې کاميابي او ماتې.

**حياتي عوامل يا د شخصيت ژوند:** لکه څرنګه چې مو اشاره 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 بدن په ظاهري بڼه باندې او په ځانګړې توګه سره داخلي مرغېږي په څرګند ډول په نظر راځي. د ښځې او نر په منځ کې د رواني توپيرونو موجوديت له لرغوني زمانې څخه د تائيد وړ دي او په اوس وخت کې د دغو توپيرونومطالعه له مهمو څېړکيو څخه يو څېړکي ( 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 شو ووايو چې ښځې د سړيو په پرتله د رنګونوپه تشخيص کې او د اندازو په سريع او تېز ادراک کې دپام وړ برتري لري، نن ورځ دشک او ترديد ځای نه دی پاتې چې ړوند رنګی ارثي اړخ لري او په جنس پورې د اړونده صفاتوله جملې څخه دي، ځکه چې د ړوند رنګو سړيو شمېر د ړوند رنګو ښځو د تعداد په پرتله شپاړس برابره دی، حتی که ړوند رنګي افراد څنډې 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 آزمويښتونو په مرسته سره يې اندازه اخيستل کېږي، بيا هم د ښځې او نر په منځ کې توپيرونه شتون لري، ليدل کېږي، چې ښځې د سړيو په پرتله د بصري حافظې او په کلامي آزمويښتونو کې ډېر امتيازونه خپلوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

حال دا چې سـړي په غير کلامي آزموينوکې خصوصاً په هغو آزموينوکې چې د فضايې تجسـم اسـتعدادونه سـنجوي، لوړوالی ښيې، په عددي استعدادونو کې هم سـړي برتري لري، البته دغه توپيرونه ورځ په ورځ کمېږي.

**۳ـ د رغبتونـو او خواهشـاتو پېرزوينـې او لوروني.** په دې زمينو کې هم د ښـځې او سـړي 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 اشـياوو ته او نجونې بيا ټولنيزو اړيکو ته ډېره علاقه او ميلان ښـيې. يوه بله زمينه چې په هغه کې د ښـځې او نرپه منځ کې مهم توپيرونه وينو، عبارت د ي له تمايل څخه، اختلال کېدلوتـه هيجـاني کېدل، يا د اختلال د رفتارونو د يوه تعداد هيجـاني بې ثباتي مثلآ د نوکانو ژوول او رودل، د ګوتـو 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.

مثلآ 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 سـړي او ښـځې په منځ کې ټول ليدل شـوي توپيرونه راټول کړل شي، نو د هغو آزموينـو تياری چې وکولای شي د هغـوی رواني توپيرونه څرګند کړي، ښـايې امکان منونکې وي، دغه آزمويښـتونه به ښايې وښيې، چې يو سړی څومره مردانه صفتونه او يوه ښځه څومره ښځينه صفتونه لري.

باور پردې باندې دی، چې که چېرې په دې آزمويښت کې د يوې ښځې د پايلو توضيح د سړيو د پايلو په توضيح باندې او برعکس د يوه سړي د پايلو توضيح د ښځو د پايلو په توضيح 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 حتمآ 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.

**۴ـ د اعمالو تفسـير:** په يوه ټاکلي فرهنګ کې ښـځې او سـړي 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 وړو هلکانو خصوصیت پر وړو 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 وړې نجونې بیا په دغه ډول اسبابو باندې له لوبو کولو څخه منع کېږي.

پــه عوض کې وړې نجونې تشــویق کوي، چې ناوې ناوې ( گــودي بازي) یا مېلمه پالنې یعنې مهــمان نوازي وکړي، دغــه راز مطالعې کېدای شي، د تفاوت په ټولــو زمینوکې ولیدل شي، په دې هکله د ننۍ ارواپوهنې 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 راوړي. له دې سره سره باید ومنل شي، چې دچاپېریال 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 ووایو 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 موپه شخصیت کې د جنس داثر په هکله اشاره وکړه د ژوند او چاپېریال عوامل دلته همدراز 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.

کورنـــی محیط هغه ډله چې په کورنۍ پورې اړونـــده ده اوفرهنګ چې یوه ډله په هغو پورې ترلـــې ده اجتماعي عوامل معمولاً د نهادي عواملو تر عنوان لاندې په کار وړل کیږي. 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 کیږي، 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 ورروســته 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 ډېریې یوله بله سره تناقص یا ضدیت لري موږ 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 کیږي 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 پوهنـــې د مکتــب له نظره د جنسي ودې پړاوونــه ټولې هغه ټولنيزې هڅې، چې په پرلپســـې 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 آزمويښــتې 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 ځرګندېږي 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 جوړېږي، 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 جوړېږي 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 کېږي.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 څوځلې 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 یوځو 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 د 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 مخصوصآ 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 خبرې 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 خبرې 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 جوړېږي، نهاد، زه (من) او لوړ زه (من برتر) فراخود د هغې قوي نهاد دی، چې د اولیه غرایزو له مجموعې څخه جوړېږی، 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 جوړېږی، 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 شخصیت باندې د مؤثرو ټولنیزو عواملو له نهاد والې 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 کورنیو 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 جوړښـت درې ګوني پړاوونه:** ارواپوهانو کشف کړې ده، چې حافظه کم تر کمه پــه دریو پړاوونو کــې جوړېږي، چې حسي حافظــه ( sensory memory)، لنــډ 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 منــځ د اطلاعاتو لېږد ښــيي. 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 آزمويښتونه 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 لرى، هغه ووينی، يوه شــخص مخکې خپل کوم اثر پرې اېښــی 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 ځي 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 ډېری 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 ډېری 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 وږی 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 تمریــن:** تکــرار 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 ووهــي چې تکرار یــو میخانیکي عمل دی او ډېرګټور ندی، اما بایــد داخبره له پامه ونه غورځول شي، چې په همدې تکرار سره مو د عددي او ســاده محاســبې توري یاد کړي، ماشــومان د کلماتو، املا په څو څو ځلې لیکي؛ څوبې حافظې ته وسـپا ري، د ســینما تیاتر، جمناســتیک هنرمندان په نه ســترې کېدونکې توګه ځینې حرکات تکراروي؛ څوله هغو څخه عملي حافظه تشـکېل کاندي، وروســته له هغه چې مو فورمولونه، اشــعار، 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 شــته 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 ماشــومان دا یادوي، چې پ له ب سره شــباهت لري، په دې توپیر سره، چې د یوه ټکي په ځای درې ټکي لري همداراز ماشــومان دا یادوي، چې د والیبال توپ د فوټبال له توپ سره شــباهت لري، اما د فوټبال توپ نســبتاً د والیبال توپ ته درونږ دي.

**۳ - غیــر معمــولي دعواګانې:** هغه محرکونــه، چې د لیرې څخه په خپلوکــې سره جلا وي، په راحتــۍ سره په حافظه کې پاتــې کېږي، ځکه چې هغوی ته زیاتره توجه او پاملرنه کوو،او هغوی هــم هیجــاني عکس العملونه ایجادوي، نو په همدې بنا وکولای شــو، د نویو اطلاعاتو په واســطه غیرمعمولي، یا هم شــدیدې دعواګانې منځ ته راوړو، نو په راحتۍ سره به ښایې، وکولای شو، هغه په خپله حافظه کې وســاتو او په لازمه موقع کې بــه یې اظهار کړو. فرض کړئ، غواړی مغازې ته لاړ شی اوڅو قلمه خوراکي توکي 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 کلیــدي کلماتو طریقه په دې ډول ده، چې یوه پېژندل شــوې 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 ووایــی، چــې خبر په اصل کې هرې نوې اطلاع ته ویــل کېږي او NEWS کولای شي له نوې سره تداعي شي ځکه، چې همغږي سره لري.

**۴ - له اختصاري علایموڅخه اســتفاده:** 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، چنېیا) د ترتیب د حفظولو لپاره باید د سنز سانب کلمه په کاریوسو یا ورڅخه استفاده وکړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د دريم څپرکی لنډيز:**

د هرډول اطلاع ساتنه او د هغه په ياد راوړل حافظه نومول کېږي. څنګه چې په دريو پړاوونو کې جوړيږي. حسي، لنډمهاله، اوږد مهاله.

حـــسي حافظه يعنې په حسي اندامونو کې د اطلاعاتو مؤقته ســـاتنه، لنډ مهاله حافظه يعنې د ډېرې لنډې مودې په موخه د اطلاعاتو ذخيره کول، او اوږد مهاله حافظه يعنې د اطلاعاتو جوړونې زخيره کول په راتلونکې کې له هغو څخه د اســـتفادې لپاره. څېړونکو کشـــف کړېده، چې حافظه کم ترکمه په دريو مرحلو کې تشکېلېږي.

١ ـ حسي حافظه

٢ـ لنډ مهاله حافظه

٣ـ اوږد مهاله حافظه

٣ اوږد مهالـــه حافظـــه: د ژورتحليل د تحليل د ســـطحو اوږد مهاله حافظې ته د اطلاعاتو ننه ايســـتل اوپه پايله کې د هغو ياد ته ســـپارل راحت او آسانه کوي، د تحليل په سطحو پورې اړوندو مطالعاتو کې هغه ازمايښتونه چې د ډيرو کلمو په منځ کې د قافيې کليمې پيدا کوي. ياهغه چې په غټوتورو ليکل شـــوي دي نښاني کوي يې، ســـطحي تحليل ترسره کوي، اما هغه آزمويني چې په هغه فهرســـت کې د مترادفو کلموپه لټه پســـې ګرځي کله چې د کلمومانا ته پام وکړو په يوه ژور تحليل لاس پورې کوو او اوږد مهاله حافظې ته د اطلاعاتو لېږد آسانه کوو.

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

لومړنی اروا پوه چې هيرونه يې مطالعه کړه هرمان ابينګاهوس و، هغه به وروسته له دې چې کله به يې په بشـــپړه توګه سره د بې معنې هيجاګانو فهرست خاطرته وسپاره، خپله حافظه به يې په ټاکلو فواصلو کې آزمويله، هغه متوجه شو چې ديوه فهرست له يادولو څخه يوساعت وروسته يوازې کېدای شي په ســـلوکې پنځه څلويښـــت هيجاګانې په ياد راوړي، دغه ياد راوړنه وروسته له يوې ورځې څخه په ســـلوکې پنځه دېرش او وروســـته له يوې اونۍ څخه په سلوکې يوويشتو ته را ټيټېږي.

د حافظـــې د تقويـــې لپاره بايـــد د يادولو اغيزمنې اومؤثرې لارې چـــارې زده شي، د حافظې د تقويې لپاره ديادولو د لارښـــوونو او نورو چارو څخه پرته بل داســـې غوره او بهتره شی نشته، دغه ده چې دهغوی يوه تعداد ته اشاره کوو.

١ـ غيرمعمولي تداعي

٢ـ د اطلاعاتو ارتباط ورکول په هغه څه چې مخکې پرې پوه شوي ياست.

٣ـ له اختصاري علايموڅخه 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 آزمويښتونو خاطره ده؟

الف: پېښه ييزې. ب: معنايې. 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: بينايې 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 پای کې:
ـ احساس او ادراک تعریف او توضیح کړي.
ـ 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.
ـ 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 درى ډوله کاملآ 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 ښــيې، 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

ويلالى شئ چې د مرغېړيو ترشح او د عضلې انقباض محرک ته د ارګانېزم ځواب دى.

**رابـــط اندامونه:** په واقعيت کې مرکزي عصبي دســـتګاه ده، چـــې له حرام مغز څخه د سرمغز لاندې برخه چې حرام مغز د مغز په نورو برخومرتبط کوي د مغز (بصل النخاع) جوړوي.

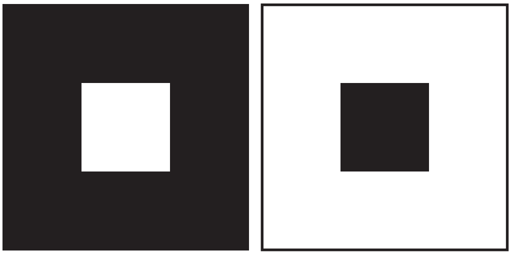
**احســـاس:** يعنې د محيطـــي تحريکونو لاس ته راوړل د رانيونکـــو اندامونو له لارې او دهغوى انتقال داسې مراکزونو ته چې د هغوى د موندنې لپاره اختصاص شوي وي، ادراک يعنې داحساس تعبير او تفســـير بنا پردې کېداى شي ووايو چې احساس محيطي تحريکونوته يوژوندنى تخليق او اندام رانيونکې عکـــس العمل دى.. هغه محرکونه چې تحريک ايجادوي عبارت دي له ميخانيکې، کېمياوي، الکترونيکي، حرارتي او نوري الکترونيک هغه محرکونه چې انرژي لري.

**د اروا پوهنې له نظره د نور احساس:** د دې لپاره چې وښيو هغه څه چې وينو يوازې فزيکي اړخ (منعکس شوى نور اندازه) نه ده، د شدت بدلوونکې په نظرکې نيسو او لاندې ساده ازموينښت ترسره کوو.

له دوو مربع ۵ × ۵ سانتي وړو خاکستري کاغذونو څخه يو د A په نامه او بل يې د B په نامه نوموو، د A مربع د يوې سپينې صفحې په منځ کې او د B مربع ديوې تورې صفحې په منځ کې چې ابعاد يې ۱۵× ۱۵ ســـانتي متره وي نيښـــلوو، په لومړي سرکې دوې غټې صفحې د هغه تصوير مطابق چې په شـــکل کې ښـــودل شـــوي ديو بل څنګ ته ږدو، د A مربع د B مربع په پرتله يوڅه تياره او تيز وينو، د يوه معمولي ســـپين کاغذ ورقه تقريباً د ۱۵×۳۰ ســـانتي د ابعادو په درلودلو سره پورتـــه کوو، ســـپين کاغذ ديوه تصوير په مـــخ ږدو، او هغه برخې چې د A او B مربع په مخ لوېړي ســـورى کوو، ښـــايې ووينو چې د دوو مربعو تازه والى او روښـــانتيا يو راز او يو برابر ليدل کېږي. اوس پورتنى ازموينښت د فزيولوژي او اروا پوهنې په عبارت ټاکو، طبيعي ده چې دوه مربع خاکستري کاغذونه، نور يو راز او يوبرابر منعکس کوي، ځکه چې موږ هغه له يوه خاکستري کاغذ څخه پرېکړي، اوکه چېرې يوفزيک دان هم دغه د منعکس شـــوي نور اندازه واخلي ښـــايې ووايې چې دغه دوه نوره يوبرابر انعکاس کوي، اما موږ يې متفاوت وينو، نوپه همدې راز يوشـــان ادراک يا که صحيح ووايو يو راز روښنايي به ايجاد کړي.

همداشان کېداى شي وښودل شي چې د نورکېفيت يعنې د رنګ ادراک په دې چې اصولاً د نور د موج په طول تړلى دى او نوروعواملوته د هغې زمينې له جملې څخه چې په هغې قرار نيسي د هغې شـــبکې ناحيه چې نور هلته منعکس کېږى د سترګې انطباق يعنې رنګونه چې مخکې ادراک شوي دي وابسته دي. دلته هم د رنګ ادراک يوازې د محرک د فزيکې ځانګړتياوو نتيجه 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) نومـــول کېـــږي ناتواني ځینې افراد په سره رنګ اوځینې بیا په شـــنه 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 کســـان چې په سره رنګ ړوندوالی لري،د لیدنې طیف یې نســـبتآ 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.

**شـــاتنی انځور:** شـــاتنی انځور یعنې هغـــه اثرچې د اصلي محرک یوه طرف تـــه له تللو څخه وروســـته څه موده په ســـترګو کې باقي پاتې کېږي، مثلآ که چېرې یوه نوراني جســـم ته له دېرشـــو څخه ترڅلوېښتو ثانیوپورې ځېرشی، 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 انځورونـــو پـــه لید لو کې ټولیز اصل پدې شرحه دی، کله چې لومړنی محرک یوه طرف ته کېږي او په ځای یې تازه محرک راځي، حسي اخیســـتونکي 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 احســـاس سره مخلوط او ګډ شي، لکه څرنګه چې مو وویل احساس د حـــسي اطلاعاتو عصبي مراکزوته تر ننوتلوپورې دی، حسي اطلاعات امکان لري په مســـتقیمه توګه عضلاتـــو او مرغېړیـــو ته انتقال شي، یا د لوړو مرکزونـــو (cortex) په لور یا د مغز د بهرنې قشر په لور لار پیداکړي، او خپل اثریوازې د فعالیت په بدلون سره چې د (cortex) په سطح ترسره کېږي، وښـــیې، که چېرې حسي اطلاعات مســـتقیمآ عضلاتو او مرغېړیوته ولېـــږدول شي، نو د حاکمیت د ماتحت فرد رفتار به ښایې احساس وي، او له ادراک سره به ښایې رابطه ونلري. اما که چېرې حسي اطـــلاع د کورتکـــس لوړو مرکزونوته انتقال شي، نو ادراک به ښـــایې شـــتون ولري، او د حسي اطلاع ترحاکمیـــت لانـــدې د فرد رفتار او د مغز د بهرني قشر جریانونه ښـــایې وي، نو په دې بنا هغه څه

(c) ketabton.com: The Digital Library

چې احساســوو د حسي رانيونکو له فعاليت او همدا راز هغه فعاليتونه چې د حسي رانيوونکوپه فعاليت پســې د راوړنکي په مســيرونوکې ايجادېږي، او دتې لرونکــو د کورتکس په اړوند ترحسي مناطقــو پورې يا نور ورته نقاط په هغو حيواناتوکې چــې کورتکس نه لري ادامه پيداکوي، ادارک عبارت له هغو منځګړو جريا نونو څخه دی، چې د هغوی د مستقيم احساس جريان په لار اچوي په داسې ځای کې چې منځګړی جريان شتون نه لري، په داسې ځاې کې چې تفکر شتون نه لري، په داســې ځای کې چې رفتار په بازتاب ډول سره ترسره کېږي، له ادراک څخه به خبرې نه کيږي، په بل عبارت که حسي اطلاع په مســتقيم ډول سره عضلاتو يا مرغېړيو ته لاړ شي مثلآ د کسي نور منقبض کړي اوخوله د لاړود ترشح يا زيم لپاره پرانيستی پرېږدي.

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

**د ادراک خطــا:** مختلفو تجربو داښــودلې ده چې ادراک، رونوشــت، ياســاده ښــکاره کونکې واقعيــت نــه دی، کله چې اداراک له واقعيت سره تطبيق نشي اصطلاحا وايو چې په ادراک کې مو خطا کړې ده.

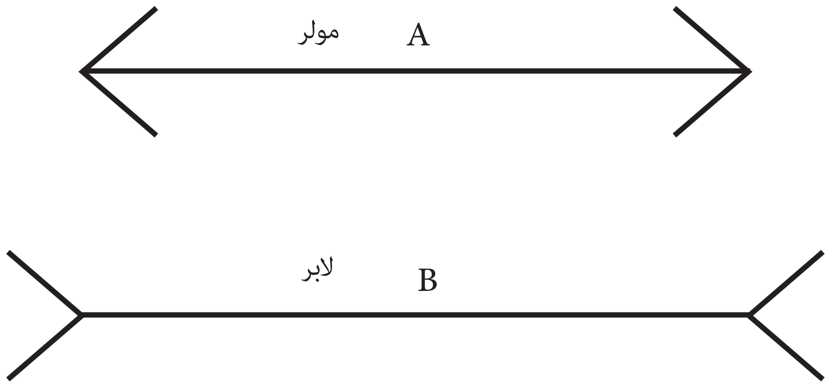
البتــه نه بايده، د ادراک خطا اوګمان  وړلو منځ کې اشــتباه وکــړو، ګمان وړل عبارت له هغه ادراک څخــه دی، چې مشــخصه موضوع نه لــري اود فردي اختلا لونو په اثرمنــځ ته راځي، دغه اختلالونه ممکن جسمی وي، لکه مسموميت او ياهم رواني وي ( مزمنې پرتې ) ګمان کول معمولا په رنځورو اشخاصوکې ليدل کېږی، اما ادراک خطا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

د ادراک خطا په ټولو افرادو کې يوشان ده، او ټولو خلکو هغه آزمويلې ده، په داسې حال کې ګمان کول يوشــی يايو برابرندی، د ادراک د خطا يو برابروالی موجب شــوی دی، چې وکولای شــو هغه په ازمويښــتي ډول مطالعه کړو، حال داچې د ګمان کولو ازمويښــتي مطالعه امکان منونکې نــه ده، پــه ټولو وګړيو کې د ادراک د خطا له يوه برابر والي څخه موخه داده، چې ټول په يوه راز يا يه يوشان  خطا کوي.

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

**د مولــر خطــا:** لابــر د ادراکي خطا ګانو لــه نمونو څخه يــوه نمونه ده، که چېــرې د A او B دواړوخطونو اوږد والی يو برابر او يو شی وي، نود A خط به له هرلوري دوو مقابل ښاخونوته او B خط به له متضادو يا مخالفو دواړو لوريو څخه محدود وي، د هغوی اوږدوالی ښــايي متفاوت وليدل شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library




**د ځلورم څپرکي لنډيز:**

احساس يعنې د رانيوونكو غړيو له لارې د محيطي تحريكونو اخيستنه او د هغوى لېږد هغو مركزونو ته چې د هغوى د موندنې لپاره ځانګړي شوي دي، ادراک يعنې د احساس تعبيراو تفسير، نــو پــه همدې بنا كېداى شي وويل شي، چې احســاس دژوند يوجريان او د يــو بديهي چاپيريال د تحريكونــو لپاره د رانيونكو غړيو غبرګون دى، تردوو خاكســتري ياخړو مربعــو پورې نور يو برابر منعكس كوي، څكه چې هغه موله يوه خړ كاغذ څخه پرې كړى، او كه يوفزيک پوه هم له همدغه منعكس شــوي نور څخه اندازه واخلي، ښــايې ووايي چې هغه يو راز دوه نوره منعكس كوي اما متفاوت يې وينو، بناءً د نور ادراک يوازې د نور د فزيكي شدت محصول نه دى، كه چېرې په متن كې دوه خړ مربع يو شــان واقع شي يو شــان ادراک يا يو شان ځلا به ايجاد كړي. همداشان كېداى شي وښــودل شي چې دنورڅرنګوالى يعنې د رنــګ ادراک په دې خاطر چې اصولاً د نور د موج په طــول پــوري تړلى دى، په نورو عواملو پــورې لكه هغه ځاى چې په هغې كــې قرارنيسي د هغې شــبكې ناحيه چې نورهلته منعكس كېږي د ســترګو انطباق يعنې ( رنګونــه چې مخكې لا ادراک شوي دي) تړلي دي دلته هم همدا شان د رنګونو ادراک يوازې د محركو فزيكې ځانګړتيا وو پايله ده. ړوند رنګي يعنې د رنګونو په ليدنه كې بې وسي ځينې وګړي هېڅ يورنګ نشي تشــخيصولاى او په حقيقت كې په رنګونو كې بشــپړ ړوندالى لري، د داســې وګړو تعداد ډېركم دى د دوديزې ړوندرنګۍ ډول د سرو اوشنو رنګونو په ليدنه كې چې اصطلاحاً Daltotism نومول كېږي.

كه چېرې حسي اطلاع دكورتكس لوړو مركزونو لېږد وومي نوښــايې ادراک شــتون ولري او د خلكو چلنه په د مغز د بهرني قشر د جريانونو او د حسي اطلاع تر حاكميت لاندې وي.

ادراک د ساده واقعيت څرګند وونكې نه دى، كله چې ادراک له واقعيت سره تطابق ونه ښيې اصطلاحاً وايو چې په ادراک كې 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:
- يادېدنه د اروا پوهنې له مخې توضېح کړي.
- په يادېدنې پورې اړونده مفاهيم توضېح کړي.
- د يادېدنې ډولونه ښايې زده کړي.

**شرطـــي کېـــدل او يادېدل:** په تېرو څپرکو کې مو وويل چې په ارواپوهنه کې لومړی او اصلي د تحقيـــق زمينه يادېدنه ده، نوبناءً د رفتارپه هکلـــه منظمه مطالعه اوپه هغو پوري اړونده نظريې بايـــد د يادېدنې د پديدو په مطالعه کولـــو سره پيل شي، د پديدې د اصطلاح يادېدنه شرطي کېدل له ځانه سره لری. هغه پديده چې ډېر زر د اروپوهنې د علم په بدلون کې څرګنده شوې او اوس هم بنســـتيز رول لري، د کړو وړو اصلي دوه ټاکونکـــي 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 شـــتون هېڅکله له پامه ونه باسي که چېرې غير شرطي غبرګونونه لکه د ډوډی پـــه وړاندې دخولـــې د اوبودا پيدا کېدل او د نور په وړاندې د ســـترګې دکسي نيولتيا يوه طرف ته پرېږدو، نو د انســـان او نورو ژوو کړه وړه د يادېدنې تراغيز لاندې دي، اما هرشرطي يا غير شرطي يـــون د تـــوارث تر اغيزلاندې نـــه وي، لکه په ګرمۍ کې خولې کېدل، يا پـــه يخنۍ کې لړزېدل، اما نـــشي کېدای، چې داسي کړه وړه و مونـــدل 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 چـــې لـــه 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 ووایوهرڅوک او هر شي ځانته خپل خاصیت لري هره ښـځه ځانته خپل خوی او خاصیت لري.

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

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 بنستیزاثرلري، او توارث هم په همدې ډول بنستیز 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 دیادېدنـې مطالعه نه په حیواناتو پیل شـوې، نه په شرطـي کولو. په تېروځپرکـو کې مووليدل چې د انسـان یادېدنه کېدای شي ډېره پېچلې وي، په همدې بنا داسـې ښـکاري چـې دهغه مطالعه هـم باید پېچلې وي، امـا ابینګهاوس پـه ۱۸۸۵ کال کې یوه طریقه پیداکړه، چې له هغې پکارونې سره د یادېدنې د ازموینښـت مطالعه شـونې شـوه تر کال ۱۸۸۵ م پورې تصورکېده چې هېڅکله نشي کېدای یادېدنه په ازموینښتي توګه مطالعه شي.

مسـلماً پوهېدل چې یادېدنه شـتون لري، او همدا راز پوهېدل چـې کوچنیان یې یادولی شي او د فکراوخیال د غوښـتنو په اړه نظریې او د دې غوښـتنو د ترلاسه کولو طرز او طریقه د ارسطو لـه زمانې راهیسـې د بحث وړ ګرځېدلې، اما داسـې ښـکاري، چې د یادېدنـې د مطالعې ځای په ازموینښـتونوکې ناشـونی دی، ابینګهاوس ټول دغه تصورات په ناځاېیـزه توګه په بل ډول کړل هغـه خلکو ته په بې مانـا هېجاګانو او افرادو ته یې د هغو په وریادولو سره وکولای شـول دغه سـتونزه حل کړي، او وښـیې چې د د غې پدیدې آزمویل آسـانه او راحت دي، په هغه پسـې بیا مـورګان Morgan و، چې د یادېدنې د مطالعې په هکله یې لومړني ګامونه اوچت کړل، ترانداېک Thorandike سمه د مورګان لارې ته ادامه ورکړه، هغه د نولسمې پېړۍ په پای کې دیوې منظمې

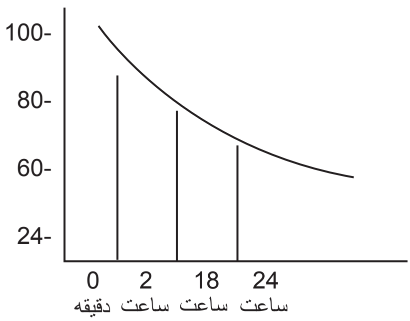
(c) ketabton.com: The Digital Library

مطالعې په واسـطه سره وشـو کولای، پاولوف ته چې له یوه ځانګړي اهمیت څخه برخمن و، او د روسـیې په هېواد کې او سیده ځان ورسـوي او ویې پېژني، پاولوف فزیولوجست وو، ظاهراً ډېر ناوخته له اروا پوهنې سره آشناشـو 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 ازمویښتي مقوله په حساب راځي.

د ابنګهاوس اختراع لکه څرنګه چې پورته اشـاره وشـوه 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 شـو. یعنې دامعلومه شـوه چې یو فهرسـت څوځلې باید وویل شي څو وکولای شـو هغه پرته له غلطۍ تکرارکړو، همدا رازمعلومه شـوه 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، البتـه د هېرېدنې تخمیني بڼه د مواردو پـه ماهیت او هغه شرایط چې یادېدنه په هغه کې ترسره کېږي تړلې ده.




د ابنګهاوس سـاتونکې یاد شـوی انځور د دیارلسـګونو فهرستونو له سـاتنې څخه تر بې مانا هېجاګانو پورې. ابنګهاوس به له بې مانا هېجا وو څخه مختلف فهرسـتونه حفظول، له حفظ کړل شـویو څخه به یې ځینې ۲۰ دقیقې وروسـته 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 لومړۍ 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 شل د قيقييزه فاصله کې شپيته په سلو کې هېجاګانې چې يې مخته زده کړې وې په ياد يې لرلې، او د يو ساعت په زماني فاصلې سره يې يوازې پنځه څلوېښت په سلوکې په ياد لرلې.

**يادېدنه او دهغې ډولونه:**

**لاره ليدنه:**

**يادېدنه له لارې ليدنې څخه:** آلماني کشالت پال اروا پوه کهلر لومړنی سړی و، چې اعلان يې وکړ، چې د يادېدنې ټول ډولونه نشي کېدای په شرطي کېدلو بيان شي، نوموړي له هغو ازمويښتو نو څخه وروسته دغه نظراعلان کړ، چې په خپلو شمپانزو باندې، چې يوډول خاصې بيزوګانې دي، چې TONY نومول کېږي، ترسره کړي وو. TONY (چې يوخاص ډول بيزوده) زده کړې يې وه چې له قفس څخه بهريوه ټوټه کاغذ د يوه لرګي په واسطه راواخلي، کهلر تصميم نيسي؛ څو يوه ټوټه ډوډۍ د لرګي له اوږدوالي څخه په لرې واټن کې کېږدي، او بيا دوه لاسي لرګی د حيوان په اختيار کې پرېږدي دغه دوه لرګي داسې وو، چې وشي کولای دواړه يوله بل سره ونښلوي او يو اوږد لرګی ورڅخه جوړکړي.

( تصوير ښيې. )

Tony په لومړي سرکې هڅه کوي چې يوازې په يوه لرګي سره د ډوډۍ ټوټه ترلاسه کړي، خو په خپل دې کار کې نه بريالې کيږي. بېرته د شا په خواځي او د لرګو په لاس وهنه پيل کوي TONY ناهيلی کېږي او په يوه کونج کې کښيني، وروسته له څه مودې څخه ناڅاپه پورته کېږي او دواړه کوچني لرګي يوله بله نښلوي او يو اوږد لاستی لرګی جوړوي او ډوډۍ ترلاسه کوي، کهلر د دې پېښې د بيان لپاره يعنې د يوې مسئلې په ناڅاپي توګه د ځواب موندنې لپاره د ليدنې اصطلاح په کار يووړه، کهلر متوجه کېږي، چې دغه ډول ليدنه په تدريج يعنې په ورو ورو او د تمرينونو د پياوړتيا په مرسته سره نه زده کېږي، داسې ښکاري چې دغه ليدنه کله چې د يوې

(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 احساس یعنې د حســي 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 شایې 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 چېنایانو 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 توارث 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 ومونده او کېدای شي وویل شي، چې نن ورځ د نوې ازموېښــتې 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.

مثبـــت تقویت کونکی له خپل حضـــور سره اومنفي تقویت کونکی یـــې له خپل حضورسره د ځـــواب د ځرګندېـــدو احتمال زیاتوي. د ابینګهـــاوس تر او ترانډایک او پاولـــف 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.

شـــناختي یا پېژندنیزه یادېدنه عبارت ده له پټې لارې نه پیژندنه او مشـــاهده یې یادېدنه هم له لیدنیزې لارې څخه یادېدنه، ده یعنې د پېښـــو ترمنځ د اصلي را بطې کشـــف په ناڅاپیزه توګه سره نه د کوښـــښ 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 پیچکاري

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 لړوالی

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

**د هـــوښ تعریـــف:** ډیری څېړونکي پوهېږي چې هوښ د هغو اســـتعدادونو 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 تراوســـه لا داسې تعریف چې د ډېری ارواپوهانو د تایید او منلو وړ وي په لاس ندی راغلي. د وخت په تېرېدو سره اروپوهان په دوو ډلو ویشـــل شـــوي دي، لومړۍ ډله پردې باورده چې هوښ له یوه کلي استعداد او واحد څخه جوړېږی، 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 هوښـــي آزموینه چې یوه فرانســـوي اروپوه آلفردبینه په ۱۹۰۵م کال کې ترتیب

(c) ketabton.com: The Digital Library

کـــړه، یـــوازې یوکلي عدد یې په لاس ورکاوه او په واقعیت کې یې هوښ یوه کلي توانایي په نظرکې نیوله، (اســـپیرمن) 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 توانایي ده او هغه  یې د g عامل یا کلي هـــوښ ونوموله، د هغه په نظرد g عامل یا کلي هوښ په ټولوپېژندنیزو زمینو کې اســـتدلال د مســـایلو حل او د ښـــو پایلو اخیستنه شـــونې کوي، په بل ډول که په کلي هوښ یا د g په عامل کې یو فرد لوړ وي، په ډېرى مواردو کې یوه ښـــه بریا او لاس برى ښـــایي ترلاســـه کړي، اما په برعکس حالت کې ضعیفې پایلې ښـــایي ولري. د مطلب د لا روښانتیا لپاره کېداى شي د بنز د موټر ماشین د ژیان د موټر له ماشـــین سره پرتله کړو، لومړى په هره جاده او شرایطو کې ښایي ستونزه ونلري، او دویم د لومړي په ډول په ډېرى شرایطو کې ښـــایي نه وي پاتې، د اســـپرمن له کارونو څخه په الهام اخیســـتنې سره او د هوښ د اندازې نیونې لپاره د کلي هوښ ســـتنډرډ 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 جوړېږي. کلامي ادراک، کلامي روانوالی، عددي اســـتعداد، د فضایي جســـم استعداد، تداعي حافظه، ادراک او استدلال سرعت.

ګلیفورد له ډېرو کلونو څخه وروســـته دغه شـــمېر ته زیاتوالی ورکـــړ، او څرګنده یې کړه چې هوښ لږ تر لږه له ۱۲۰ عاملونو څخه جوړېږي. له ګلیفورد سره تقریباً په یوه وخت ریموند کتل، (Raymondcattel) د هـــوښ د بېلابېلو ډولونو د شـــتون نظریه رد کـــړه او دایې څرګنده کړه چې دوه ډوله هوښ شـــتون لري، ســـیال هوښ (fluid intelligence) اومتبلور هوښ  (Crystallized intelligence ) سیال هوښ یعنې د تازه پېژندنو د کسب توانایي او استعداد او د تازه مسایلوحل.

متبلـــور هوښ یعنې د ژوند پـــه اوږدو کې د پېژندنو تراکم په بل عبارت متبلور هوښ یعنې د مســـایلو په حل کې د مخکینیو پېژندنو کارونه د ســـیال د هوښ د درجې سره زموږ ټولې پېژندنې په دود دســـتور، ښـــوونه اوروزنه، او د ژوند په تجاربو، یا ازمویښتونو پورې تړلې 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 ســـیر لري. ســـیال هوښ توارث ته او متبلور هوښ یادېدنې ته نسبتېږي. پورتنۍ وینا ته په پاملرنې سره کېداى شي، هوښ په دې ډول تعریف شي.

هـــوښ له هغه مجموع اســـتعداد څخه عبارت دی، چې له هغو سره شـــناخت یا پېژند ګلوي پیدا کوو، پېژند ګلوۍ یاد ته سپارو او د فرهنګ تشکیلوونکي عناصر په کاروو؛ څو د ورځني ژوند مســـایل 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:**

ومووېــل چې د هــوښ تعریف د کلونو په اوږدو کې بدلون موندلی، او داســې تعریف چې د ډېری 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 ځو 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 هوښــي 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 ښيي، فرض پردې دی چې ضریب هوښي کولاي 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 ستېندرد والی:

۲ اعتبار( ثبات یا پایښتني )Graduate record examination

۳ اعتماد Reliability

**ســتېندردوالی:** د هوښــي آزموینو په هکله ستېندرډ 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:** ستېندرد 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 توضېح شي. ازمويني باید یوشـــان د کړنلارو دســـتور وومومي له ســـتېنډرد 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 اېښودنې 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 دازمویني 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 ســـتېنډردوالي  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 تشرېح پیل کوو چې ډېر دود لري.

**د هوښ فردي ازمویني:** لومړنی 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 درې 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 ازمویني وروستنۍ بیا کتنه په ۱۹۸۵م کال کې ترسره شـــو، د ازمویني 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 بيا نېده، عقلي سن يا عمر يعنې دغې کوچنۍ ازموينې ته په ځواب کې د ځومره عمر توانايي درلوده، مثلاً: که يوه اوه کلن ماشوم د اته کلنو ماشومانو متوسطه پايله تر لاسه کوله، نو ويل کېده به چې نوموړي د اته کلنو ماشومانو عقلي سن يا ذهني توانايې لري.

د عقلي ســن عيب داوو، چې نســبي نه وو، او د شــاته پاتې والي ميزان يې په د قيقه توګه نه شود.

**مثلاً:** که د يوه شــپږکلن ماشــوم عقلي عمر پنځه کاله او د يوه دولس کلن ماشــوم عقلي عمر يولس کاله وي، يو له هغو څخه يو کال شــاته پاتې والی درلود، اما واقعيت دا دی چې شــپږ کلن ماشــوم د دوولس کلن ماشــوم په پرتله ډېر پس پاتې و، ځکه چې د شــاته پاتې اهميت زيات په ټيت عمرکې وي.

(۱/۱۲ >۱/۶) د دې عيب د له منځه وړلو لپاره ضريب هوښــي محاســبه کوي، چې يونســبي عدد دی، او د عقلي او تقويمي ســن رابطه ښــي، د ضريب هوښۍ د محاسبۍ لپاره عقلي عمر په تقويمــي عمر باندې تقســيموي، او د دې لپاره چې په لاس راغلی عدد اعشــاريه ونلري، هغه په سلوکې ضربوي، نو په همدې بنا د ضريب هوښ د محاسبې فورمول به ښايي داسې وي.

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

په همدې ترتيب که د يوه اوه کلن ماشــوم عقلي ســن ياعمر اته کاله وي نو نوموړي ضريب هوښي ښايې 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، يعنې که د عقلي او تقويمي سن يو برابر وي، نوضريب هوښي ښايي ۱۰۰ وي، په همدې بنا ويل کېدای شي، چې عادي ماشوم هغه ماشــوم دی چې د هغه عقلي تقويمي ســن يو برابر وي، ياپه بل عبارت بهنجار ماشوم د خپل سن يا عمر مطابق طاقت اوتوان لري.

فرض پردې دی چې د استفورد بينه له آزمون څخه لاس ته راغلې پايلې ـ کولای شي د تحصيلي پايلو وړاندو وينه کړي. هغه ماشومان چې د لوړهوښۍ ضرايب لري اصولآ بايد خپلو زده کړو نه تر لوړو ســطحو پورې ادامه ورکړی. اوښــې پايلې لاسته راوړي. د استنفورد- بينه او نورو تحصيلی اســتعدادونو د آزموينو د همبســتګی ضرايب د (0.70-0.80) تر منځ دي به دې اساس ويل کېدای شي چې ضريب هوښي اود تحصيلاتو لپاره استعداد نسبتآ نيژدې اړيکې سره لري په همدې ترتيب

(c) ketabton.com: The Digital Library

د بيني د استفورد آزموينه د تحصيلي بريالیتوب د وړاندوينې لپاره يوښه غوره شاخص دی.

پــه هوښ بانــدې د چاپېريال اغيز: پرهــوښ باندې د چاپيريال د اغيــز د اړونده مطالعې له بېلابېلو څېړنيزو فونونو څخه مرســته ترلاســه کوي، يوله دې فنونو څخه د ضريب هوښـۍ د ټاکنو د موقعيتي عواملو مطالعه ده. بايد په ياد ولرى، چې ضريب هوښــي هغه عدد دی، چې مونږ ته آزموينــه راکــوي، په همدې بنا په ځينو مواردو کې د هــوښ د ارزونې موقعيت کولای شي ترېوې 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 ځای 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.

پايلــه داشــوه چې د کوچنيانيو پرېښــاني د ازموينې په مقابل کې د پــام وړ لړوالی ومومي. د هغوی د هوښــي ضرايب په مجموعه کې شــپږ نمرې لوړ د ګوا له ډلې څخه چې د ازموينښــت په عــادي حالــت کې وو په لاس راغلې، نو پــه همدې بنا څرګند معلومېږي، چــې له آزموينو سره د برخورد طرز او طريقه چې يوچاپيرياليز عامل دي. او ضريب هوښي تر اغيزلاندې راولي، په همدې ترتيب يوازې ټولو ماشــومانو ته د ځواب ورکونې د شرايطو په ښــه کولو سره کېدای شي د مالداره او ناداره کورنيو د کوچينانو د هوښی ضريب تر منځ واټن کم شي.

**ذهني شاته پاتې والی:** 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 کېدای چې ذهني شاته پاتې والی ياهغه کسان چې ځانګړې مرستې ته اړتيالري د هوښي آزموينو په ځواب ورکونه کې ضعيف دي.

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

ارواپوهان هغه افراد د ذهني شــاته پاتې والي کســانو په کتار کې ډلبندی کوي چې له اوياوو څخه کم هوښــي ضرايب ولري، مســلمأ ذهني شاته پاتې اشــخاص څرنګه چې يې جدول ښي، د ذهني پس پاتيوالی په بېلابېلو درجو کې دي. په ذهني پس پاتې کســانو کې هم د بهنجار کســانو 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 معمولاً 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 | ۵۰-۷۰ | ۸۰-۸۵<br>په سلو کې | معمولاً 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 | ۳۵-۴۹ | ۱۰-۱۲<br>په سلو کې | کولای شي ساده او غيرتخصصي کارونه ترسره کړي، کولای شي له خپلو اړتياوو څخه يوه برخه برطرفه کړي . |
| شديد | ۲۰-۳۴ | ۴-۷<br>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 ځلويښت 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 لړوالی مومي او په پایله کې وګړي نشي کولاي تازه اطلاعات ترلاسه کړي، په لوړوعمرونوکې دقت دسرعت ځای نیسي.

## د شپږم څپرکي لنډیز:

د هوښ په تعریف کې اروارپوهان په دوو ډلو وېشل کیږي، لومړۍ ډله معتقد پر دې  دي، چې هوښ یوکلي ذهني اســتعداد دی، چې ټولې پېژندونکې کړنې رانغاړي. دویمه ډله بیا پردې عقیده ده چې هوښ له متعددو عواملو څخه جوړیږي، 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 اوږدو کې د پېژندنو تراکم د عمر په زیات والي سره لړوالی 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 مونږ 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 معمولآ 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: اروپوهان 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؟
الـــف: 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 ټمه 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 ټرله 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 محصلین دې ته اړباسي؛ څو په ساعتونو ساعتونو د ارواپوهنې په مطالعه مصروف شي، بل زده کونکی دې په ازمویښــتونو کې د میکروب په کشــف اومشاهدې مشغول شي او دویم زده کونکی دې پــه ورزش بوخــت شي دغه انګېزه ده چې څــوک د مال او متاع په ډېرولو او څوک بیا د خلکو خدمت کولو ته هڅوي. نوبناءً د انګېزې مطالعه یو ځانګړی اهمیت لري.

د انګېــزش تعریــف: هروخت د انګېزې یا انګېزش بحث پېښــېږي، معمولاً دغه پوښــتنه زده کوونکو ته مطرح کېږي چې انګېزه له انګېزش سره څه توپیرلري.

د فارسي ژبې د دســتور له نظره انګېزه اســم اوانګېزش اســم مصدر د انګیختن له مصدرڅخه دی، د دهخــدا د لغت نامې د نوشــتې یالیکنې په بنا انګیخــتن یعنې په حرکت راوړل څرنګه چې حافظ وایي.

**اګرغم لشکر انګیزد که خون عاشقان ریزد**
**من و ساقي به هم سازیم وبنیادش براه اندازیم**

انګېزه یعنی سبب، علت، او هغه څه چې په یوه کار اړ باسي انګېزش یعنې تحریک او ترغیب نوبنــاءً څرنګــه چې مو پورته اشــاره وکړه انګېزه یوداخلي عامل دی چې انســان په کلي توګه سره ژونــدی موجــود په حرکت راولي.او انګېزش داســې یوحالت دی چې د انګېــزې د دخالت په اثر ژوندي موجود ته لاس ورکوي، د مثال په توګه: ویل کېدای شي چې د بدن د غذایي موادو کمښت یا غذا ته اړتیا انګېزه او د لوږې حالت انګېزش دی دبدن د اوبو کمښت یا اوبوته اړتیا انګېزه او د تندې احســاس یا د تندې حالت انګېزش دی، مخالف جنس ته اړتیا انګېزه اومین کېدل او مخالف جنس ته د تمایل احساس انګېزش دی.

**د انګېزې او تحریک توپیر:**

ومــو ویل 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 یا هم سترګې پټوو؛ څو سترګو ته مو د ډېرې رڼا د ننوتنې مخنیوی کړی وي. کله چې ډېر وېرېږو او یا ډېره یخني احساســوو، د ونې د نازکو ښاخونو په شان لړزېږو. اوس دا پوښتنه پیدا کېږي، چې د انګېزې توپیر له محرک سره (چې دواړه ارګانیزم په خوځښــت راولي.) او د انګېزې توپیر له تحریک سره ( چې دواړه د ارګانیزم حالتونه ښــیي) څه دي. په روان پوهنه کې انګېزه او راپارونه هغه وخت کارول کېږي، چې د شــخص کړه وړه له ننه څخــه هدایــت 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 بهرنیو محرکونو په وســیله منځ ته راغلي دي. د ټیټو ســطحو د ژارویو کړه

(c) ketabton.com: The Digital Library

وړه په داســې ډول دي، چې په پورتني ګراف کې مو وليدل؛ يعنې بهرني محرکونه هغوی هدايت کوي. خو په تدريجي توګه د لوړو ســطحو په څارويو کې دغه اندازه لوړه خېژي. د لوړو ســطحو څاروي تر ډېره د هغوی فزيولوژيک حالتونه چې تل د بدلون په حال کې دي او د پخوانيو عصبي تجربو په وســيله اداره کېږي. په بله وينا د لوړو ســطحو د څارويو او په ځانګړې توګه د انســان کړه وړه يوازې د بهرنيو محرکونو په مرسته ( هغه محرکونه چې تل وجود لري) نه هدايت کېږي. بلکه د فزيولوژيکي غوښتنو او په حافظه کې د پخوانيو تجربو پر اساس اداره کېږي؛ نو بنا پر دې نشو کولای چې ووايو هغه ماشوم چې داوبود چينې تر څنګ ولاړ دی، شايد اوبه وڅښي، له دې پرته چې موږ د هغه د تندې په اړه خبروو. همداراز نشــو کولای چې له اور سره د ولاړ ماشــوم دا وړاندوينه وکړو، چې هغه به وســوځي يا به هم کوم ضرر ورته و نه رســېږي، له دې پرته، چې د هغه د پخوانۍ تجربې نه باخبره واوســو، په دې ترتيب د انګېزې لومړنی توپير له تحريک سره دا دی، چــې انګېزه د منځنيو عواملــو د دخالت په اثر منځ ته راځي؛ خو تحريک معمولاً د بهرنيو عواملو دخالت دی. له تحريک سره د انګېزې دوهم توپير دا دی، چې د تحريک منځ ته راوړونکي عوامل (رڼا، غږ، يخني او ګرمي) په مستقيمه توګه د پام وړ دي. خو د انګېزې د راپاروونکو عواملو يــا د کړو وړو د منځنيو عواملو مســتقيمه مطالعه ممکنه نــه ده. په هماغه توګه چې فزيک پوه نشي کولای د ځمکې د جاذبې قوه مســتقيماً مطالعه کړي؛ بلکې يو شــمير پديدې تر کتنې لاندې نيــسي او د ځمکــې د جاذبې قوه معلوموي. روان پوه هم کولای شي، چې د يو فرد له کړو وړو نه د هغــه محرکــه توان معلوم کړي. دريم توپير دا چې هر تحريک د يو ټاکلي محرک له امله منځته راځي، د بېلګې په توګه په خوله کې د خوړو اچول د خولې د اوبو د ترشــح ســبب ګرځي؛ خو يوه ټاکلې راپارېدنه کېدای شي بېلابېلې راپارونې ولري. د مثال لپاره کېدای شي د يو قتل پايله غوســه، وېره، اميدواري، عشق او يا نورې انګېزې ولري.

**د انګېزې ډلبندي:**

انګېزې په دوو عمده ډلووېشل کېږي.

**الف: فزيولوژيکي يا لومړنۍ انګېزې:** يعنې هغه انګېزې، چې د يو ژوندي موجود د ژوند اړتياوو پر بنا منځ ته راغلې وي او ذاتي جنبه لري؛ لکه لوږه، تنده او جنسي اړتياوې.

فزيولوژيکې انګېزې د فزيولژيکي اړتياوو يا د حيواني انګېزې په نامه هم يادېږي، ځکه چې د انسان او حيوان ترمنځ شريکې دي. دغه ډول انګېزې د حياتي تعادل له اصل نه پيدا کېږي او موخه يې د ارګانيزم ساتنه ده.

**ب: ټولنيــزې يــا ثانوي انګېــزې:** يعنې هغه انګېــزې دي، چې د ژوند اړتيــاوې نه پوره کوي، بلکه د يادولو له امله منځ ته راځي. لکه د قدرت ترلاســه کول، مقام، مال، پرمختګ، د ټولنې سره جوړجاړي، واک ته رســېدل، د يو ټاکلي رنګ خوښــول، د پســتي ټکټونو راټولولو د انګېزو په څېر،

(c) ketabton.com: The Digital Library

چـې دغه ډول انګېزو ته اکتسـابي انګېزې هم ويل کېږي. لـه فزيولوژيکي يا لومړنيو انګېزو څخه کېدای شي په لنډه توګه يادونه وکړو.

**لوږه:** لوږه د هغو مهمو غوښـتنو څخه ده، چې ژوندی موجود فعاليت ته هڅوي او هم يې فعاليـت يوه لوري ته سـموي. د لوږې انګېزه په دې خاطر مهمه ده، چـې د اړتيا وړ انرژي بدن تـه ورکوي او هم په دې توګه د ارګانيزم موجوديت او حتی د ټولو غوښـتنو پوره کول تضمينوي. ضروري ده چې ژوندی موجود په لومړيو کې وجود ولري او ورپسـې د ټولو غوښـتنو د پوره کولو لپاره هڅې وکړي. اوس دغه پوښـتنه را پيدا کېږي، چې موږ له کومه پوهېږو، چې وږي شـوي يو او په پايله کې د خوړو لور ته ورځو. د لوږې د احسـاس يوه لاره د معدې انقباض دی. يعنې کله چـې وږي کېږو په معده کـې انقباضونه منځته راځي، چـې درد ورسره وي، دغه دردونه د لوږې خبرتيا راکوي.

**تنـده:** تنده هم د لوږې په څېر له مهمو انګېزو څخه يوه ده، ځکه چې د ارګانيزم موجوديت تضمينوي. که يو ژوندي موجود د ډېر لږ وخت لپاره له اوبو نه محروم شي، حتی ډېری غوښـتنې شاته پرېږدي، او په لټه کې شي، کله يې چې د اړتيا وړ اوبه وڅښلې د نورو اوبو د پيدا 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 فشـار لاندې راولي. کوم عامل د تندې انګېزه راښـيې؟ له پېژندل شـوو انګيزو څخه د خولې او سـتوني وچېدل دي. په دې توګه کله چې اوبه ارګانيزم ته نه رسېږي، د هغه خوله او سـتونی وچېږي. د خولې او سـتوني د وچېدلو احسـاس د اوبو لږوالی منعکسوي. داسې په نظر راځي، چې د اوبو لپاره اړتيا او د ژوندي موجود ټولېز فعاليت يې تنده جوړوي. کله چـې ارګانيـزم په دې حالت عمل کوي په دې پوهېږي، چې د خولې او سـتوني د وچوالي لرې کول تنده له منځه وړي.

**جنـسي انګيزې:** جنسي اړتياوې يوه بله قوي انګېزه ده، چې ژوندی موجود فعاليت ته هڅوي. ښکاره ده، چې د جنسي اړتيا نه پوره کول د يوه شخص ژوند په خطر کې نه اچوي او يوازې د هغه د نوع د له منځه تللو سـبب ګرځي. د تندې او لوږې پوره کول د بدن کمښـتونه پوره کوي؛ خو د جنسي ميلان پوره کول انرژي نه ترلاسـه کوي، بلکې له لاسـه يې ورکوي. د انرژۍ دا ډول مصرف لازم دی او رواني فشـارونه راکمـوي. او لازمه ده چې د دغو ميلانونو پوره کول طبيعي مسـير ته هدايـت شي؛ څو د راتلونکو منحرفېدلو نه مخنيوی وشي. انسـانان بايد خپل جنسي ميلان له هغو لارو نه پوره کړي، چې ټولنې اجازه ورکړې وي، له دې پرته به په منحرفو کسانو کې وشمېرل شي.

**مورنۍ انګيزې:** يو قوي عامل د ماشـوم سـاتنې ميلان دی، چې کـولای شي يو ژوندی موجود فعاليت ته وهڅوي. ښايي چې دغه ميلانونه له انسان نه په حيواناتو کې قوي دي او حتی هغوی اړتيا لري، چې د خپل نوي زېږېدلي ماشوم ساتنه زده کړي. له همدې مخې د ماشوم د ساتنې چلند پـه حيواناتو کې يو غريزه يې چلند شـمېرل کېږي. غريزه يي چلنـد هغه چلند دی، چې په ټولو

(c) ketabton.com: The Digital Library

ډولونو کې یو ډول لیدل کېږي، له زده کړې بېل دي، د یوې ځانګړې موخې لپاره نه ترسره کېږي، یو بل عامل کولای شي د مور چلند تر اغیزې لاندې راولي، مور ته د ماشوم درلودلو لېوالتیا د ماشوم له زیږېدو مخکې پیدا کېږي. کله ناکله ښځې له غوښتنې پرته د ماشوم څښتنې کېږي، په دې حالت کې د هغوی علاقه د ماشــوم ســاتنې نه تر یوې اندازې کموي. البته ډېری موارد لیدل کېږي، چې مور مخکې د ماشوم درلودلو ته لیوالتیا نه درلوده؛ خو وروسته یې له خپل ماشوم سره ډېره مینه درلودله. خلاصه دا چې د انســان مورنی چلند د حیواناتو مورني چلند ته په ورته چوکات برابر نه دی، بلکه په شدت د زده کړې تر اغیزې لاندې دي. هغه نجونې چې په ماشومتوب کې په نانځکو ډېرې لوبې کوي او د نجونو لوبو ته لیوالتیا ښیي او د ماشوم د درلودلو پر محال ښې میندې کېږي.

**د درد انګېزې:** دا چې یو ژوندی موجود هڅه کوي له درد نه ځان لرې وساتي، درد هم د یوې انګېزې په توګه شــمېرل کېږي. درد د عصبي پوســت یا د بدن د غړو د ډېر ازاد تحریک په وسیله منځته راځي.

د بېلګې په توګه د ســتنې څوخول او یا د برق شاک د پوست د اعصابو رشتې تحریک کوي او مرکزي عصبي دستګاه ته د تحریک اثر منتقل کېږي او په پایله 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 املــه ژوندی موجود له هغې نه مخنیوی کوي. په انســان کې د درد انګېزه نورو انګیزو ته ورته د زده کړې او درک تر اغیزې لاندې دي  په دې مانا چې انسان د مخکینیو تجروبو پر اساس او په هغه موقعیت کې، چې دی، د درد په مقابل کې د بېلابېلو بڼو عکس العمل ښیي، هغه سرتېري چې په جګړه کې ټپي کېږي تر عامو خلکو چې همغه ټپونه ورپورې دي ډېر مقاومت ښیې او یا هم لوبغاړي، چې د سیالۍ پر مهال ټپي کېږي.

**د خوب انګېزه:** که چېرې ژوندی موجود د یوې مودې لپاره له خوبه محروم شي مري؛ نو خوب هم له فزیولوژیکې انګېزو څخه شــمېرل شــوی دی. د خوب د پیدا کېدو لپاره دری نظریې په پام کې نیول شوې دي:

**لومړۍ نظریه:** د سر د وینې کموالی د معدې له ډکېدو ورچاپېر یې د وینې راټولېدل د خوب لامل بلل کېږي.

**دویمه نظریه:** په حجراتو کې د ســتړي کوونکو کېمیاوي موادو تولید د وینې له لارې مغز ته رسېږي او فعالیت یې پڅوي.

**دریمه نظریه:** د عصبي سیســتم په هایپوتالاموس کې یو د خوب مرکز او یو د ویښــېدو مرکز موقعیت لري. د دغو دوو مرکزونو تحریک د خوب او د ویښــېدو لامل کېږي، په بدل کې د هغو تخریبول یا د بې خوبۍ او یا 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 بويه «Nopain,Nogain »

دا د اهميت بېلګه ده، چې خلک د هڅو او پرمختګ لپاره لاس په کاربېږي.

په ننۍ ټولنه کې د پرمختګ انګېزه تر بل هر وخت ډېره تر سترګو کېږي. ځوانان وينو چې د هېواد له لرو پرتو ســيمو هغو ښــارونو ته ځي، چې ډېر پوهنتونونه پکې دي. په ډېر شوق خپلې لوړې زده کړې مخته وړي. څېړنې ښيي چې په هره اندازه د پرمختګ انګېزه ډېره وي، نوسيالي به هم په همغه اندازه ډېره وي، لکه د دوو زده کوونکو او يا دوو کارکوونکو تر منځ سيالي د ذهني وړتياوو له پلوه په يوه کچه وي؛ خو که د پرمختګ د انګېزې له پلوه سره توپير ولري، نو پايلې به هم سره توپير لري. دغه توپير به د هغه چا په ګټه وي، چې د پرمختګ قوي انګېزه لري.

**د اړيکو او منلو انګېزه:** په نورو پورې تړاو او د هغوی له خوا د منلو احســاس، ملګری کېدل، ډله جوړول، مرسته کول، او د ټولنو غړی کېدل ټولې هغه کړنې دي، چې د انسان اړتيا معاشرت ته او د هغه بېزاري له يوازېتوب نه ښکاره کوي. د دغې اړتيا يا انګېزې رامنځته کېدل داسې بيانولی شــو، کله چې ماشــوم دې نړۍ ته راځي د ژوند د اړتياوو د پوره کولو لپاره په بشپړه توګه په نورو پورې تړلې وي. هغه د نورو له مرستې پرته خپله هېڅ ډول اړتيا نشي پوره کولی، او په نورو پورې د هغــه تــړاو د دې لامل ګرځي، چې د خپلو اړتياوو د پوره کولــو لپاره د نورو رضايت خپل کړي. لــه همدې کبله د نورو تــګلارې مني، له بله پلوه د اړتياوو پوره کولو لپاره د هغوی د تګلارو منل ماشــوم ته آرامتيا وربښــي. په پايله کې پياوړی کېږي، کله چې ماشــوم لوی شي د خپلو مخکينيو تجروبــو له مخې هغــه لارې تعقيبوي، چې مخکې يې تجربه کړې دي او ډېر هغه لور ته هدايت کېږي، چې ټولنه يې مني.

د ماشوم د لويدو سره سم د هغه اړتياوې هم پراخېږي او ورو ورو پردې پوهېږي، چې د ډېرو اړتيــاوو لپاره لکــه لوبې کول، له نورو سره همغږی شي. دلته دي، چــې هغه ډلييزو 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 ووايو ټولنيز کېدل نورو ته د منلو وړ کېدل او له نورو سره د اړتيا يوه ټولنيزه او زده کړه ييزه پديده ده.

### د اووم څپرکي لنډيز:

د دغــه څپرکي مطالب مو پــه دې ډول پيل کړل، چې مونږ بايد اجبــاري فعاليت ولرو، څکه داســې اړتيــاوې، چې که هغه پوره نه کړو؛ نو ژوند بــه مو له خطر سره مخامخ شي. دا چې زمونږ اړتياوې بېلابېلې دي؛ لکه اوبه، خواړه، اکســيجن، مخالف جنس، پرمختګ او داســې نورې اړتياوې لرو، نو فعاليتونه او کړه وړه به موهم بېلابېل وي. روان پوهان هغه عوامل، چې ژوندی موجود له هغې څخه انسان په فعاليت راولي، انګېزه بولي او هغه حالت چې په ارګانيزم کې انګېزه رامنځته کوي راپارونه ورته وايي د بېلګې په توګه کولای شو، چې ووايو د خوړو د اړتيا 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. هماغــه 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 لانـدني حالتونـه معمـولا د بهرنيو عواملـو د لاس وهنې لـه املـه رامنځته کېږي
الـف: ځانګـړې لـوږه.     ب: جنـسي اړتيـا.     د: 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: منځنې.     ب: ټولنيزې.     ج: فردي.     د: فزيولوژي.

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



# 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 دستګاه 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 هيجــان تعريف:** هيجان يعنــې کلي عکس العمل، قوي او لنډ ارګانيــزم په يوه غير منتظره موقعيت کې سره له يوه خووښوونکي او يا نه خوښوونکي عاطفي حالت ته وايی

هيجــان د انګلېــسي د Emotion کليمې ژباړه ده. د Emotion لغت د ريښــې له نظره يعنې هغه عامل چې ارګانيزم په حرکت راولي. مثلاً غوســه داسې عامل دی، چې يو فرد بې هوښه کوي، ښادي، غم، هېره او نګراني هم کولای شي د هيجان له نمونې څخه يوه ښه نمونه وي.

ښــه ده چې غوســه ، ويره، غم، کرکــه، ماتې، بخيلي، شرمندګي او نور ټــول د هيجان اجزاوې شــمېرل کېــږي. د دغو ټولو حالتونو تعريف کول ډېر ســتونزمن کار دی. دغــه برخې دژوند مهم عواطف جوړوي، ځکه د ذهن مهم موقعيتونه منظم کوي. د هيجان د حالتونو ځانګړتياوې 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 بنســتيز او حســاس ځای لري، ځکه چې د هغــه اړيکــه له اړتيــاوو او انګېزش سره ډېره نږدې ده او کولای شي، چې د بدن رواني ســتونزې

(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 ښــيي، د هیجان دڅرک 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 یاپې ووېروي؛ خو په بل مــورد کې ممکن هېڅ عکس العمل را منځته نه کړي.

په ټولیزه 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 تللې. 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 څکه 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 گۍ په ډول څرگندیږي؛ 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 اکسيجن ارګانيزم ته ورکړل شي. د سترګې توروالی خلاصېږي؛ څو خطر په ښــه توګه وپېژندل شي، ذخيره شــوي خواږه مواد په سرېي کې آزادېږي؛ څو لازمه نيرو د بدن دفاع او يا له خطر نه تېښته چمتو کړي.

**د هيجان اړوندې نظريې:**

د هيجــان په وخــت د آګاهۍ د حالت تحليل دوې نظريې منځ تــه راولي، چې يو له هغو نه ځانګړی اړخ د پام وړ ګرځوي، يوه نظريه چې هرپارت آلماني فيلســوف ته نســبت ورکول کېږي، چــې ذهني واقعيتونه ښــيې، يعنې فکرونــه د هيجان د پيدا کېدلو اصلي عامــل دي. له دې امله ارګانيزم موقعيتونه مناســب او موزون درک کوي او په پايله کې د ښــادۍ هيجان له لاسه ورکوي او يا برعکس نامناسب حالت درک کوي، چې له هغه وروسته يا خواشيني او يا هم غوسه کېږي.

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

د پورتنيو نظريو پر خلاف کولای شــو موضوع پرته له هييجان نه هم ياده کړو، انســان په يو وخت کې د غم احساس کوي، له دې پرته چې په عامل يې پوه شي، کسل يا غمجن کېږي. د دغو حالتونو لامل ډېر وخت فزيولوژيکه ريښــه لري. پــه دوراني اختلالونو کې ناروغ په دوره يي توګه کله خوښ او کله هم خواشينی وي. له دې پرته چې هغه يو پېژندل شوی لامل وي، هغه ناروغي، چې د پاتې کېدو په حالت کې ده د هېڅ بدې پېښــې يا اندېښــنې په مرســته نه خواشينی کېږي. هغه ناروغي، چې د افسرده ګۍ دوره تېروي، له هر ډول خوښــې پېښې پرته له خپل غم څخه نه خلاصېږي.

بلــه نظريه برعکس د هيجــان د فزيولوژيک په نورو پديدو ټينګار کــوي. دغه نظريه لومړی ديــکارت مطــرح کړه، جيمز او لانګه په ډېر دقت دغه نظريې ته وده ورکړه، دغه نظريه د دې پر ځای چې هيجان د عضوي پديدو لامل وبولي، عضوي پديدې د هيجان لاملونه بولي. د دغې نظريې له مخې، چې د جيمز لانګه په نظريه شهرت لري، هيجان د عضوي اختلالونو درک بلل کېږي.

**د اتم څپرکي د مطلبونو لنډيز**

هيجان د ارګانيزم د لنډ، شديد او کلي عکس العمل يو غيرمنتظره موقعيت ته له ځانه سره يو عاطفي حالت خوښ او ناخوښ څخه عبارت دی. هيجان هغه عامل دی، چې ارګانيزم په خوځولو راولي، دا چــې هيجــان د ارګانيزم د اړتياوو او انګيزو سره نيــږدې اړيکې لري، او کولای شي چې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

ډېــرو رواني اختلالونو يا بدني روان ريښــه وي، او له لــوړ اهميت نه برخمن وي. هيجان نه يوازې د هيجــان راپارونکــی اصلي عامل بلکــې په خپله فرد ته او د هغه فعلي حالت، جســمي، ذهني، شــخصيت، 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 فــرد ناســازګاري د ارګانيزم د موقعيت تلاش د تعادل برقــراري ده، چې موقتاً له منځه تللې ده. هغه عکس العملونه چې د ارګانيزم په وړاندې هيجان ښيې،

منځنــي د ليدنې او حرکتي عکس العملونه دي، په منځنيو عکــس العملونو کې ټول ارګانونه شــامل 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 حرکتونــه درېږي، د خولې دغدو ترشــح پــرې کېږي، په بدل کې د ځينو نورو غدو ترشــح لکه د اوښکو، متيازو او خولو ترشح ډېرېږي، ويښتان مستيقم ودرېږي او د څېرې 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 پــه خپــل ځای کې د بې حرکتۍ تمايل د هغو هڅو پر وړانــدې منفي عکس العملونه چې غواړي د وجــود غړي په حرکت راولي. چيغې کول او پــه ځينې مواردو کې د فعاله دماغي کړنو ته اقدام (غرغرکول، د شونډو چيچل، منګولې اچول)

د هيجــان د ظاهري عکــس العملونو برخې ته د هيجان جلوې وايــې. د هيجان ډېری جلوې غير ارادي دي، لکه د لاســونو رېږدېدل، د رنګ اوښــتل او داســې نورو په بدل کې کولای شــو د هغــه هيجان لــه جلوو څخه يادونه وکړو، چې په چاپېريال او ښــوونه - روزنه پورې تړلي دي په اصطلاح کې ورته کســبي او ټولنيزې جلوې وايي، لکه خندېــدل، چې لومړی جلوه هغه کړنه ده، چې کولای شي د ښوونې او روزنې تر اغيزې لاندې راشي او شکل يې بدل شي، لکه مينه ناکه خندا، تحقيروونکــې خنــدا، ځورونکې خندا، مالګينه خندا او يا نېش لرونکــې خندا ولرو. هيجان کولای شي د ذهن کړنې تر اغيزې لاندې راولي، په دې توګه د هغه د تحريک او راپارونې سبب وګرځي.

د هيجــان د توليــد د اصليت او څرنګوالي په اړه، چې د آلماني هربــارت 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 راځــي او بل موقعيت ډېر خطرناک ترنظــر 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: سړه 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 ښوونيز نصاب د پراختيا د رياست پيغام

د پوهنې وزارت د تخنيکي او مسلکي زده کړو معينيت د ښوونيز نصاب د انکشاف رياست د ټولنې د عيني او ښکاره ضرورت په درک کولو سره چې د محصلينو او شاګردانو د درسي کتابونو په برخه کې يې تخنيکي او مسلکي رشتې درلودې او لري يې، په لومړي سر کې يې تصميم ونيو، چې په ښوونيزو پلانونو او درسي مفرداتو باندې بيا کتنه وکړي او ورپسې بيا د شاګردانو او محصلينو د درسي کتابونو د تاليف لپاره مبادرت او کوښښ وکړي. د خدای(ج) په فضل او مرحمت سره او د ادارې او حسابدارۍ څانګې د ښوونکو په ميړانې او همت سره د ادارې او حسابدارۍ درسي کتابونه تاليف شول تر څو په وړيا ډول د شاګردانو او محصلينو په واک او اختيار کې ورکړل شي.

د علم او معرفت له ټولو لوستونکو، علاقمندانو، د ادارې او حسابدارۍ د مکاتبو له ښوونکو، ګرانو شاګردانو او د تخنيکي او مسلکي زده کړو د چارو له متخصصينو او همدا شان له ټولو څېړونکو او شنونکو څخه صميمانه هيله کيږي، چې د دې کتابونو په مطالعې سره چې په لومړي ځل د ښوونکو او د ادارې او حسابدارۍ څانګې د مسلکي غړو له لوري تاليف او تدوين شوي دي. د مسلکي، تخنيکي او علمي مطالبو او مفاهيمو د څرنګوالي په هکله خصوصاً د هغوی املايي او انشايي اشتباهاتو په اړه مونږ ته لارښوونه وکړي، ترڅو په راتلونکي کې وکړای شو، په همدې او نورو برخو کې ګرانو شاګردانو ته له دې څخه ښه، غوره، ګټور او ارزښتناکه موضوعات وړاندې کړو.

همدا شان له ګرانو شاګردانو او محصلينو څخه هيله کوو ترڅو د دې کتابونو د مطالعې او استفادې پر مهال د هيواد اقتصادي ستونزې، فقر او وروسته پاتې والی په نظر کې ونيسي او د کتابونو په ساتنه کې کوښښ او زيار وباسي، ترڅو د ډېرو شاګردانو او محصلينو د ګټې وړ وګرځي.

**پته:** د پوهنې وزارت- د مسلکي او تخنيکي زده کړو معينيت
د تعليمي نصاب د پراختيا رياست
د درسي کتابونو د چمتو کولو عمومي مديريت

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