



Pearson

تاقیکاریی هۆش چییه؟



بۆچی تاقیکاریی هۆش و زیرمکی جیبهجی دهبیت و بۆچی ئیوه دهبیت تاقیکاریی هۆش جیبهجی بکهن؟ به مهبهستی یارمهتیدانی ئیوه له دهسپیکردنی ئهم تاقیکارییهدا، له خوارهوه روون کراوهتهوه که تاقیکاریی هۆش چییه، تاقیکاریی هۆش چۆن کار دهکات و بۆچی بهشداریی ئیوه لهم تاقیکارییهدا گرنگه.

تاقیکاریی هۆش پیشان دهدات که منداڵان و گهورهسالانی وریا و خاوهن هۆش به بهراورد لهگهڵ هاوتهمهنهکانی خۆیاندا چۆن. ئهم تاقیکارییه زیاتر بۆ ئهوهیه که بزنان کام خۆبندنگه بۆ ئیوه شیوه، وانهی زمانی ئیوه دهبیت له کام ناستهوه دهست پێ بکات یان چ یارمهتییهکی تر زۆرترین قازانجی بۆ ئیوه ههیه. ئهمه دهرقهتیکی چاکه تاكو تواناییهکانی خۆتان پیشان بدن.

بوارگهلیکی زۆر جیاواز له هۆشدا ههیه. دوو نمونه لهم بوارانه رادهی خیرایی و ڕ است جیبهجیکردنی کارمکان له مێشکتاندا یان توانایی بیرگهی ئیوهیه. به کهڵکوهرگرتن له کاره جیاوازمکان، ئهم تاقیکارییه دیاری دهکات که ئیوه له بواره جیاوازمکانی هۆشدا له کام ناستدان. ئهم کاره به شیوهی ناسایی بهم جۆریه:

رێنۆینیکی تاقیکاریی لهگهڵ ئیوه له تهنیشت میزیکهوه دانهیشتیت و کاره جیاوازمکان شروقه دهکات. ئیوه ئهم کارانه جیبهجی دهکهن و تا بکری ههول بدن وهلامی راست بدهنوه. رێنۆینی تاقیکارییهکه سهبارت به رهوتی کارهکهی ئیوه نووسراوه ههڵدهگریت. له خوارهوه ههندئ نمونه له کارمکانی پێوهندیار به تاقیکاریی شروقه کراوه: پیکهوهنانی پازلیکی ئالۆز، تهواوکردنی شیوازیکی، لهبهرکردنی شت یان وتنهوهی چیرۆکیکی به پاراستنی ریزبهندهکهی. بهتهواوتهی سروشتیه که بۆ دۆزینهوهی وهلامهکان پێویسته زۆر بیر بکهنوه و تیشک بخهنه سهری. ههروها به تهواوی سروشتیه که نهتوانن ههموو کارمکان جیبهجی بکهن. چاکتر وایه به هیوری و بهو پهری تیشک خستنهسهر کار بکهن.

گرنگ ئهوهیه که ئیوه له ماوهی تاقیکارییهکهدا قسه نهکهن. تاقیکاریی هۆشی ئیوه بهی ههچ جۆره قسه و وتووێژیک جیبهجی دهکریت. ئهمه بۆ ههموو کهلهپوورمکان و زمانهکان بهکجۆره. ههموو کارمکان له رێگای وینهکانهوه شروقه دهکرین و ئیوه بۆ وهلامدانهوه له دهستان کهڵک وهردهگرن. کهواته پهروشی ناسیوی لهگهڵ زمانی تاقیکارییهکهتان نهبیت.

بهشداریی ئیوه لهم تاقیکارییهی هۆشدا دلخوازه. ئهگهر پێتان خوش نهبوو، مجببوور نین تێیدا بهشداری بکهن. بهلام ئهم تاقیکارییهی هۆشه یارمهتیتان دهدات چاکترین پشٹیوانی و یارمهتی وهرگرن. له ئاکامدا، بایهخی ئهوهی ههیه که به وردی هاوکاری بکهن و ههموو ههولی خۆتان بخهنه کار.