هۆکارەکانی ئیستیغ

ئایا ئافرەت خۆی یارمەت

ئافرەت هەمیشــە پاڵپشت و یارمەتیدەری پیاو بووە لەڕاپەراندنی کاروباری ڕۆژانەی، لەنێو کوردیشدا بەهەمان شێوە ڕۆڵی جێی دەستیشــی لەیارمەتیدانی پیاو تەنانەت لەشــۆڕش و ڕاپەڕینەکانیشــدا دیار بووە، لەم ڕۆژگارەی ئێستادا ئافرەت نە تەنیا لەکونجی ماڵەوە، بەڵکو لەهەموو کایەکانی ژیاندا ڕۆڵی دیاری هەیە شان بەشانی پیاو، بەڵام بەپێی جیاوازی لەکۆمەڵگەکان تووشــی ئاستەنگی جۆراوجۆر دەبێتەوە، یەکێک لەو ئاستەنگانە بریتییە لەئیستیغلال کردنی

ئافرەت ناتوانێت دەستبەرداری مافی خۆی بێت

د.چنارســەعد عەبدوڵڵا دەڵێت : بێگومان یەکێك لەهۆکارەکانی کەمــی ڕێژەی ئافرەت لەناوەندی ئیــداری و حزبــی لــەو ناوەندانــەدا ئەوەیە کە هەســت بەئەمان ناکات لەبەر ئەوەی عەقڵیەتی پیاوسالاری بەتایبەتی ئەو پیاوانەی کە باوەڕیان بەمافی ئافرەت نییە و تەنیا بۆ تێرکردنی غەریزە سیکسەکانیان سەیری ئافرەت دەکەن، ئەمە یەکێك لــەو هۆکارانەی کە هەڕەشــەیە لەســەر ژیانی ئافرەت، بێگومان ئەگــەر لەیەکێك لەناوەندەکانی کارکردنــدا کۆمەڵێك پیاو هەبــن و یەك ئافرەت هەبێــت، ئەوکات ئــەو ئافرەتە هەرگیز هەســت بەئەمان ناکات، چونکــە عەقڵیەتی پیاوەکانیش بەوشــێوەیەیە، وەك خۆمان دەزانین نێر حەز دەکات برادەری نێری هەبێت، ئافرەتیش حەز دەکات بــرادەری ئافرەتی هەبێت، بۆیــە زۆرکردنی ژمارەی ئافرەت جۆرە ئارامیەك بــۆ ئافــرەت دروســت دەکات، بۆنموونە ئەگەر لەشوێنێکدا ســێ ئافرەت بەرامبەر بەچوار پیاو هەبێت ئەوکات ئافرەتەکە زیاتر هەســت بەئارامی دەکات، بێگومان چارەســەری ئەمە بەزیادکردنی ڕێژەی ئافرەت و داڕشــتنی یاســا و داڕشتنی ڕێنمایــی دەبێــت، چونکە ئەگەر هــەر پیاوێك هەڕەشە لەئافرەتەکان بکات و ئافرەتەکان نەکەونە ژێــر کۆنترۆلــی پیاوەکانەوەو خۆیان نەفرۆشــن بۆ هەندێك شــتی ماددی، لەبەر ئەوە پێویســتە دەزگاکانــی ڕاگەیاندن ئــەم هەنگاوانە ئەنجام بدەن بتوانن کۆمەڵگە وشــیار بکەنەوە بەتایبەتی ئافرەتان .

لەنجــە عەبدوڵڵا خاوەنــی دەزگای وارڤین هەر سەبارەت بەم بابەتە وتی: لەم چەند ساڵەی دواییدا ئافرەتان توانیان بەشێوەیەك لەشێوەکان بچنە نێو کایە جیاوازەکان بەتایبەتی کایەی سیاســی، لێرەدا ئافرەتان ڕووبــەڕووی زۆر گرفت بوونەوە لەوانە ئیستغلال کردن ئەویش لەلایەن ڕەگەزی خۆیانەوە بێت یان لەلایەن ڕەگەزی بەرامبەریانەوە بێت، هەر لەم سۆنگەیەشەوە وتراوە سیاسەت بــۆ ئافــرەت نییــە، ئەمەش وتەیەکــی واقیعی نییە، بەڵکو قســەیەکی بێبنەمایە، چونکە چۆن پیاو مافی هەیە سیاسەت بکات، ئافرەتیش بەهەمان شێوە مافی هەیە سیاســەت بکات وەك دەشــبینین لــەزۆر وڵاتی جیهانــدا ئافرەت گەیشــتۆتە بەرزترین پۆستی سیاسی، بەڵام لەکوردســتان چونکە عەقلیەتی پیاوســالاری زاڵە، پیاوان ناتوانن دەســتبەرداری ئەو مافە بن، حزبە سیاسییەکان ڕێگە بەئافرەت نادەن بگاتە ئاستێکی بەرز، ئەمە بێجگە لەوەی شەرعیەتی سیاسی کوردی وایکردووە کەهەموو شتەکان بدرێت بەپیــاوان لەکاتێکــدا ئافرەتانیش خەباتیان کردووە، بەڵام عەقڵیەتی پیاوســالاری وایکردووە کــە ڕێگە بەئافرەتــان نەدرێت کاری سیاســی بکەن و بــۆ پیاو قۆرخکــراوە، ئەگەر ئافرەتێك بیەوێت برەو بەتواناکانی بدات ڕاستەوخۆ لەلایەن پیاوانەوە ئیســتغلال دەکرێت، ئەمە بێجگە لەوەی ئایین و دابونەریــت و کەلتووریش ڕۆڵیان هەیە لەوەی کــە پیاو بتوانێت هەموو شــتەکان بۆخۆی بێت و ئافرەت بێبەش بکات لەســەرجەم شتەکان .

زۆرێك لەبەرپرسان پۆست وەك ئیمتیازێك دەناسن بۆتێرکردنی حەز و ئارەزووەکانیان

دەروونناس تەها حوســێن مامۆستا لەپەیمانگەی هونــەرە جوانەکانی ســلێمانی دەڵێت «بێگومان بەشــێك لــەو کەســانەی بەرپرســیارێتییەکیان لەئەســتۆدایە لەهەر ئۆرگانێکدا بێت، هەوڵدەدەن کەڵك لەپۆستەکانیان وەربگرن بۆ مەرامی تایبەتی خۆیان، بەتایبەتی لەو کێشانەی کە تیایدا خودی ئەو بەرپرسانە هەست بەگرێی کەمسەری دەکەن. لەکەلتوری وڵاتانی ڕۆژهەڵاتدا بەکوردستانیشەوە هەمیشــە ئەو جۆرە بەرپرســانە چاویان لەســەر دوو شــتە، یەکەم ئافرەت و دووەم پارە، دیارە لەم دوو شــتەدا جۆرێك لەهەســتکردن بەبێبەشبوون یان تێرنەبوون هەیە. ئــەوەی مایەی نیگەرانییە لەمبوارەدا ئەمجۆرە بەرپرسانە هەندێجار هەوڵدەدەن کە هەڕەشــەی گواســتنەوە یان نــان بڕین یان دروســتکردنی فشاری زۆر لەســەر ئافرەتەکانی بەردەســتیان دەکەن تاکو ناچاریــان بکەن ملبدەن بۆ ئارەزووەکانیان، ئەمجۆرە بەرپرســانە هەســت بەچەپاندنێکی سێکسیی بەهێز دەکەن و دەیانەوێت لەم ڕێیەوە ئەو بۆشاییە پڕ بکەنەوە کە بەدەستیەوە دەناڵێنن، هەمیشــە ئەمجۆرە بەرپرسانە کەسانی ئارەزووبازن، هەست بەبەرپرسیارێتی ناکەن بەرامبەر ئەو ئەرکەی پێیان ســپێردراوە، بەڵکو ئەم کەسانە پۆست وەك ئیمتیازێك دەناسن کە لەڕێیەوە حەز و ئارەزووەکانیان تێر بکەن.

تەها حوسێن ئەوەشی خستەڕوو کە، ئەم ڕەفتارانە بەیەکێــك لەقێزەونترین فۆرمەکانــی توندوتیژی دادەنرێت کە بەرپرســانی پیاو بەرامبەر بەئافرەتان ئەنجامی دەدەن، هەربۆیە پێویســتە یاســا ڕۆڵی خۆی بگێڕێــت لەڕێگەگرتن لــە خراپ کەڵك

ـــــلال كردنی ئافرەتان

ـــــیدەرە یان پیاوسالاریی؟

ئافرەت لەلایەن پیاوەوە و بەكارهێنانی بۆ مەبەســت و مەرامی تایبەتی، لەوانە ئیستیغلالی سێكسی یان هەوڵ دان بۆ لادان و لاوازكردنی پێگەی بەتایبەتی ئەگەر ئافرەتێكی كارا و ســەركەوتوو بێت لەكارەكەی خۆیدا، چونكە زۆر ئافرەت هەن زۆر لەپیاوەكان سەركەوتووترن، بۆ گەیشتن بەم ئامانجەش پیاوان هۆكاری ماددی و (مێ) بوونی ئافرەت و لاوازیی و چەندین ڕێگای دیكە بەكاردەهێنن، لەم ڕاپۆرتەدا ڕاو سەرنجی چەند كەسێك دەخەینە ڕوو سەبارەت بەم دیاردەیە.

وەرگرتن لەپۆست و پلەو پایە.

چلــورە هەردی ســەرۆكی ســەنتەری خاتوزین دەربــارەی ئیســتغلال كردنی ئافــرەت لەلایەن بەرپرسانەوە دەڵێ: ئەم دیاردەیە لەكایە بەرزەكانەوە بوونی هەیە بۆئەوەی لایەنێكی ئیجابی نیشان بدەن و لەوێوە بچووك دەبێتەوە، بۆ فەرمانگە و شــوێنە گشتیەكان، زۆر بەداخەوە ئەمە بەدوو شێوە هەیە، یەكەمیان: ئەوەیە كە سیســتەمی باوكســالارییە كە پیاوەكان زیاتر دەســەڵاتیان هەیە دەتوانن ئەوان پێگەی بەرزبكەنەوەو دەســتەڵاتی پێبدەن، لەبەر ئەوە ناچارە دەبێ بەخواستەكانی ئەوان بڕوا بەڕێوە و سەر دابنێت بۆیان.

دووەمیشــیان: ئەوەیــە كە ئافــرەت هەندێك جار هەســت دەكات كەســایەتییەكی لاوازی هەیــە ناتوانێ كارەكانی خۆی جێبەجێبكات، هەستدەكات دەكەوێتە ناو كۆمەڵێك پیاوەوە، چونكە لەگەڵیان كار دەكات، فەرمانگــە هەیــە ئافرەتێــك لەنێو كۆمەڵێك پیاودایە لەبەر ئەوە هەســت بەوە دەكات ئەگەر وەك پیاوەكان هەڵسووكەوت نەكات جێگەی نابێتەوە و ناتوانێت پێشبكەوێت. ئەمەش بۆ لاوازی كەسایەتی ئافرەتەكە دەگەڕێتەوە، ئەگەر وانەبێت ئەوا هیچ گوێیان لێناگیرێت و بەقســەیان ناكەن

چلوورە هەردی:

ئەگەر ئەوەندەی پیاوەكان ئافرەت لەحزبەكاندا بن، ئەوكات دەتوانن قورسایی زیاتریان هەبێت

و ئاوڕێكیان لێنادرێتەوە، بەهەرحاڵ هەر بۆ ژمارە دادەنرێــن و وەك ئەوەی بڵێن بــۆ جوانی دانراون، ئەمەش كاریگەری زۆری لەســەر ئافرەت هەیە، بۆیە دەبێت گوێ لەئافرەت بگیرێت و لەشــوێنی بڕیاردان دابنرێن، بەڵام ناهێڵن بڕیار بدەن.

لەنجە ئەوەشــی خستەڕوو، كە لەبواری حكومیدا تاڕادەیەك ئیســتغلالكردنی ئافرەتان كەمترە لەبەر ئەوەی شتەكان بەیاســایی بەڕێوەدەچن، هەروەها لەكەرتــی تایبەتیشــدا بەهەمانشــێوە ئافرەت ئیســتغلال دەكرێت و زیاتــرە لەبوارەكانی دیكە، چونكە هەتا ئێســتا ئافرەت خاوەنی ئابوورییەكی ســەربەخۆ نییەو پشت بەپیاو دەبەســتێت، بۆیە ڕێــژەی هەژاری لەنــاو ئافرەتانــدا زۆر زیاترە، هەموو كێشــەكان وەك خۆكوشتن و خۆسووتان و خەمۆكی و گۆشــەگیری هۆكارەكەی نەبوونی داهاتی سەربەخۆی ئافرەت دەگەڕێتەوە.

پێویستە وەزارەتی پەروەردە كار بكات بۆ چارەسەر كردن و نەهێشتنی ئەم دیاردەیە

ســەبارەت بەوەی چارەســەر چییە بۆئەوەی ئەم دیاردەیــە كەم بێتــەوە، چلورە وتی «پێویســتە كەسایەتی ئافرەت بەهێز بكەین و لەقوتابخانەكانەوە دەست پێبكەین، ئێمە هیچ پلانێكمان نییە نەك بۆ ئەو ئافرەتانەی كە ئێستا لەدەسەڵات و لەحزبەكاندا هەن، بەڵكو بەرنامەمان بۆ ئافرەتانی تریش نییە، ئەمەش ئەركی وەزارەتی پەروەردەیە و دەتوانێت بەم كارە هەڵبستێت و كەسایەتی ئافرەت وابەهێز بكات كە بتوانێت داكۆكــی لەمافەكانی خۆی بكات، هەروەها پێویســتە حزبەكان گۆڕانكاری باشیان بەســەردا بێت، نەك هەر بەقســە بڕوای بەمافی ئافرەت بێت و بەكردەوە نەیكات، هەروەها ژمارەی ئافــرەت زۆر بكرێت ئەگەر ئەوەنــدەی پیاوەكان ئافرەت لەحزبەكاندا بن، ئەوكات دەتوانن قورسایی زیاتریــان هەبێت. لەكۆتاییدا لەنجە وتی «ڕەنگە ئەو پرســیارەش بكرێت بڵێن بۆچی ئافرەت ڕازی دەبێت پیاو ئیســتغلالی بكات؟ ڕەنگە ئافرەتێك بەرگــەی كێشــەكانی نەگرێــت و بارودۆخی كۆمەڵایەتــی ناچاری بكات، لەبەر ئەوە ناتوانین حوكــم بدەین لەوەی كە ئەو ئافرەتانە بەویســتی خۆیان ڕازی دەبن بەوەی كەئیســتغلال بكرێن یان نا، بەڵام ئــەوەش لەئافرەتێكەوە بۆ ئافرەتێكی تر دەگۆڕێت. بەگشتی لەزۆربەی وڵاتان مەسەلەی ئیســتغلال كردنی ئافرەتان هەیە، بێگومان لای ئێمەش زۆرە ئەمە لەمپەرێكی گەورەیە لەڕێگەی بەشــداری كردنی ئافرەتان لەكاری سیاســی و ئابووریدا.

د. چنار سەعد:

ئەگەر لەشوێنێكدا سێ ئافرەت بەرامبەر بەچوار پیاو هەبێت، ئەوكات ئافرەتەكە زیاتر هەست بەئارامی دەكات

لەنجە عەبدوڵڵا:

ڕەنگە ئافرەت هەبێت بەرگەی كێشەكانی نەگرێت و بارودۆخی كۆمەڵایەتی ناچاری بكات، بەڵام ئەمەش ڕێژەییە

ڕۆشنە عومەر

دەروونناس: سامان سیوەیلی

هاوسەرگیریی لە کۆمەڵگەی کوردیدا هێنــدەی لــە پرۆســەی موڵکداری هاوسەران بۆ یەکتر دەچێت، نیو هێندە لە پرۆســەی پێکەوە ژیــان ناچێت. هەریەك لە ئافرەتان و پیاوان ئەوی دی بە موڵکی خۆیان دەزانن لەچوارچێوەی ژیانی هاوســەرییدا، بەڵام لەڕاستیدا هیــچ کامیان موڵکی ئەوی دی نییە بەڵکــو تەنها هاوبەشــی ژیانە و ئەم هاوبەشــییەش بەپێی گرێبەســتێکی یاسایی و شەرعی ڕێکخراوە.

ئەگەر ئافرەت بە هەســتی موڵکداری هاوســەرە پیاوەکەیــەوە پێبنێتە ژیانی هاوسەریی ئەوا ئەو مافە بەخۆی دەدات کە قسە لەسەر هەموو وردەکارییەکانی ژیانی هاوسەرە پیاوەکەی بکات، بەڵام لەڕاســتیدا ئەم ڕەفتارانــەی ئافرەتان زیاتــر دەچنە خانەی دەســتێوەردانەوە لەژیانی پیاو، هەربۆیە ئەم ڕەفتارانەی ئافرەتان نیگەرانی لای پیاوان دروست دەکات و هەندێجــار سەردەکێشــێ بۆ ناکۆکی و ئاژاوەی خێزانی.

باری سایکۆلۆژی ئافرەتان بەتایبەتی هەســتکردنی بەئیرەیــی وەها دەکات کــە چوونــە دەرەوە و پەیوەندییە کۆمەڵایەتییــەکان و پە یو ە ند ییــە ئەلکترۆنییــەکان و ســەفەر و تەنانەت پۆشاك پۆشینی هاوســەرەکانیان، بخەنە ژێر پرســیاری بەردەوامەوە. ئەوە لەکوێ بوویت؟، بۆ درەنگ هاتیتەوە؟، بۆ کوێ دەچیت؟، مەڕۆ دەرەوە، واز لەم هاوڕێیانەت بهێنە، خێرە وا خۆت پۆشتە دەکەیت؟، خێر بوو مۆبایلەکەت داخرا بوو؟، ...تاد، لەو پرســیار و سەرنج و فەرمانە بەردەوامانەن کە ئافرەتان ئاڕاستەی هاوسەرە پیاوەکانیان دەکەن و دەبنە مایەی نیگەرانی پیاوان.

سەرچاوەی هەموو ئەم پرسیارانە، گومانە، نەبوونی دڵنیایی و متمانەیە، ترسە. تێکڕا ئەم بارە دەروونیانەش بەرجەستەی حاڵەتی نائارامی و دڵەڕاوکێ دەکەن لای ئافرەتان. ڕەنگــە یەکێك لە فاکتــەرە بەهێزەکانی پشت ئەم دڵەڕاوکێیەی ئافرەتان لەژیانی هاوسەرییدا ترس بێت لە هاوڕەگەزەکانی خۆیــان، بەجۆرێك ئافرەتانــی تر بتوانن لەدەرەوە ســەرنجی هاوســەرە پیاوەکانیان بۆ لای خۆیان ڕابکێشن و چیدی خۆیان لە پێگەی گرنگیپێدانی هاوسەرەکانیاندا نەمێننەوە. ئەگەرچی مافێکی سروشتی ئافرەتانــە کــە بیانەوێت لــە لوتکەی گرنگیپێدانەکانی هاوســەرەکانیاندا بن، بەڵام بە زێدەڕۆیی کــردن لەو ڕەفتارانە نەك هەر ئامانجەکانیان ناپێکــن، بەڵکــو هە ند ێجــا ر هاوســەرە پیاوەکانیــان دووچــاری پەرچەکــرداری نەخواســتراو دەکــەن و دواجاریش ڕەفتاری هەردوولایان بەخراپ لەسەر پەیوەندییە ڕۆحی و کۆمەڵایەتی و سێکسیی و ســۆزدارییەکانی نێوانیان دەشکێتەوە.

ئەگەرچــی ئافرەتان مافــی خۆیانە کە پیاوەکانیان ناپاکییــان بەرامبەر نەکەن و ڕاستگۆ بن لەگەڵیاندا و لە هەڵخلیسکانی ڕەفتــاری بیانپارێزن، لەپێناوی مانەوەی ئاسوودەیی خێزان و دوور خستنەوەی هەر هەڕەشەیەك لەسەر ڕەوشی سەقامگیری خێزان، بەڵام لای بەشــێك لــە ئافرەتان ئەم هەســتە دەروونییانە زێدەڕۆیی تێدا دەکرێــت، تەنانــەت ئەگەر پیــاو زۆر پەیوەســتیش بێت بە ژیانی هاوسەرییەوە و هیچ ڕەفتارێکی گوماناویشی نەبێت، بەڵام ئەوان هەر ئەو مافە بەخۆیان دەدەن کە کەی و چۆن بیانەوێت دەســتوەربدەنە ژیانی هاوسەرەکانیان.

بــۆ نموونە، پیاوان بــەر لەچوونە ژیانی هاوســەرگیریی چەندیــن پەیوەنــدی کۆمەڵایەتیان هەیە لەگەڵ هاوڕێکانیاندا، هاوڕێی خوێندن، کارکردن، سەفەرکردن، ...تد، پاش چوونە ژیانی هاوسەرگیریش پیــاوان دەخوازن بەشــێك لەم پەیوەندییانەی بمێنێت، تەنانەت لەزۆرباردا بوونــی ئــەم

پەیوەندییانەش پێویستە بۆ پیاوان. بەڵام زۆرێك لە ئافرەتان ناخوازن هاوسەرەکانیان ئەمجۆرە پەیوەندییە سروشتییانەیان بمێنێت. ئەمەش زەوتکردنی بەشێکە لە ئازادی پیاوان، پیاوان بە ئەندازەیەك تورە دەکات کە هەستبکات هاوسەرەکەی هەڕەشەیە لەسەر تێکڕای تایبەتمەندییەکانی ژیانی و وەك هاوبەشێك مامەڵەی ناکات بەڵکو وەك پاوانخوازێك بۆ ئازادییەکانی مامەڵەی لەگەڵ دەکات، ئەم حاڵەتانەش وێنای زیندانێك بۆ ژیانی هاوسەریی لای پیاوان دروست دەکات.

هەتا ئافرەت لە قۆناغی کچێنیدا بێبەشبووبێت لە سۆز و گرنگیپێدانەکانی باوك، هێندە بەتوندی وابەستەی هاوسەرەکەی دەبێت، چونکە لەڕێی پرۆسەیەکی نەستییەوە دەیەوێت جێی ئەو بۆشاییە سۆزدارییە گەورەیە پڕ بکاتەوە کە پێشتر لەدەستی ناڵاندوویەتی. ڕاستە ئافرەتان زیاتر لەپیاوان گرنگی بە لایەنی سۆز و ڕۆمانسیەت دەدەن و ئەم لایەنەش بەیەکێك لە پێکهێنەرە سەرەکییەکانی باری سایکۆلۆژی ڕەگەزی مێینە دادەنرێت، بەڵام نابێت ئەم حاڵەتە لای ئافرەتان لە ڕەفتاری هەراسانکاردا خۆی ببینێتەوە و زێدەڕۆیی تێدا بکرێت، چونکە لەهەمان کاتدا دەبێت ئافرەتان ڕەچاوی پێکهاتەی سایکۆلۆژی پیاوان بکەن.

هەندێجار ڕەفتاری پاوانخوازانەی بەشێك لە ئافرەتان سەردەکێشێت بۆ دەستێوەردان لە هاتووچۆ کردنی پیاوان بۆ ماڵە باوانیان، بەجۆرێك کە ئافرەتان ئەو هەستە ناشارنەوە کە دەخوازن پەیوەندی نێوان هاوسەرەکانیان و ماڵە باوانیان بپچڕێت، لەبەرامبەردا بەردەوام کار دەکەن بۆ ڕاکێشانی سەرنجی هاوسەرەکانیان بۆ لای ماڵە باوانی خۆیان. ئەم ڕانەگرتنی هاوسەنگییە لەلایەن ئەوجۆرە ئافرەتانەوە، دەبێتە مایەی تووڕەبوونی پیاوان و هەندێجار دروستبوونی پەرچەکرداری توند بەرامبەر هاوسەرەکانیان.

بۆئەوەی ئافرەتان لە ڕەفتار و بیرکردنەوە و گومانی نابەجێ دوور بکەونەوە لەژیانی هاوسەرییدا، پێویستە ڕەچاوی ئەم خاڵانەی خوارەوە بکات:

١- نابێت ئافرەتان لەخودی خۆیانەوە تەماشای پیاوان بکەن، چونکە دەبێت بزانن کە پیاوان لەڕووی پێکهاتەی سایکۆلۆژی و فسیۆلۆژییەوە وەك ئەوان نین، بۆیە دەبێت ئافرەتان لە سروشتی پیاوان بگەن وەك ئەوەی کە هەن نەك وەك ئەوەی کە دەخوازن.

٢- پێویستە ئافرەتان ڕێز لە بەشێك لە ئازادییەکانی پیاوان بگرن (لەچوارچێوەی پابەندبوونی پیاوان بەژیانی هاوسەرییەوە) و پاوانخوازانە ڕەفتاریان لەگەڵ نەکەن، چونکە دواجار پیاوان دووچاری وەڕسی دەروونی دەبن.

٣- نابێت ئافرەتان خۆپەرست بن، هەمیشە هەوڵی خۆ سەپاندن و فەرمانکردن بن، بەڵکو دەبێت هەمیشە کار لەسەر ڕاگرتنی هاوسەنگی بکەن لەنێوان خواستەکانی خۆیان و هاوسەرە پیاوەکانیاندا، لەجیاتی زمانی فەرمان پێدان، زمانی دیالۆگ بگرنە بەر.

٤- ئافرەتان دەبێت بزانن کە پیاوان زیاتر لەوان گرنگی بە پەیوەندی سێکسیی دەدەن، هەربۆیە لەم پەیوەندەدا، وتەیەك هەیە دەڵێت: (ئافرەتان سێکس دەکەن بۆ بەدەستهێنانی خۆشەویستی، بەڵام پیاوان خۆشەویستی دەکەن بۆ بەدەستهێنانی سێکس)، واتە ئامانجی کۆتایی لای ئافرەتان خۆشەویستییە.

٥- دەبێت ئافرەتان ڕەچاوی جۆری کار و پلەی ماندووبوون و ئەو فشارانەی لەسەر هاوسەرەکانیانە بکەن، تاکو بتوانن ڕەفتاری دروست بکەن بەرامبەریان، نەك گرنگی نەدەن بەو لایەنانەی ژیانی پیاوان، چونکە دواجار پیاوان ئەو هەستەیان لادروست دەبێت کە هاوسەرەکانیان تێیان ناگەن.

٦- هەر کاتێك ئافرەت گومانێکی دەربارەی ڕەفتارێکی هاوسەرەکەی لادروست بوو، باشتر وایە نەیشارێتەوە و بەزمانێکی هێمن و دیالۆگ کردن بۆ هاوسەرەکەی دەریببڕێت، تاکو متمانە کاڵ نەبێتەوە لەنێوانیاندا.

٧- پێویستە ئافرەت بەپێی توانا هاوبەشی هاوسەرەکەی بکات لە ئارەزوو و گرنگی پێدانەکانی، چونکە ئەم حاڵەتە پیاوان خۆشحاڵ دەکات، ئەگەر ئافرەت نەخوازێت ئەو هاوبەشییە بکات ئەوا نابێت سوکایەتی بە ئارەزوو و خواستەکانی هاوسەرەکەی بکات، چونکە بەمجۆرە تووڕەیی پیاوان لەخۆیان دەوروژێنن.

٨- پێویستە ئافرەتان خۆیان لە ئیعازی پێشوەخت بەرامبەر پیاو ڕزگار بکەن، بۆ نموونە، ڕەنگە ئەزموونێکی سۆزداری شکستخواردووی ئافرەت لە قۆناغی کچێنیدا، یان بوونی باوکی توندوتیژ، یان ئەزموونی کەسانی نزیك ئافرەتەکە، بۆچوونێکی نەرێنی پێشوەختی لای ئافرەت دروست کردبێت بەرامبەر کەسایەتی پیاوان و ئەو بۆچوونەی گشتاندنەوە بەسەر هەموو پیاوێکدا و بەو بۆچوونە نەرێنییەوە هاتبێتە ژیانی هاوسەرییەوە، بۆیە ئەم حاڵەتە کاریگەری نەرێنی لەسەر بیرکردنەوە و ڕەفتاری ئافرەت دروست دەکات، بەجۆرێك هەمیشە خۆی لە ئامادەباشیدا دەبینێتەوە بۆ ململانێ و پەرچەکرداری توندوتیژ بەرامبەر پیاو، تەنانەت هەندێجار خودی ئافرەتەکە نائاگایانە کار لەسەر دروستکردنی تەنگژە دەکات لەناو ماڵدا، یان نائاگایانە کەسێتی هاوسەرەکەی دەکاتە ئامانج بۆ تۆڵە کردنەوە لەو کەسانەی کە کاتی خۆی دەسەڵاتی بەسەریاندا نەشکاوە.

٩- هەرچەندە هاوسەران پەیوەندی ڕۆحی و کۆمەڵایەتی و یاسایی و شەرعی و سێکسیی کۆیان دەکاتەوە، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا هەریەکەیان خاوەن کیانێکی بایۆلۆژی و دەروونییە کە کەسایەتی هەریەکەیان پێکدەهێنێت، ئەم کیانە سنوری کەسیی مرۆڤەکان دادەڕێژێت، بۆیە هەرچەندە ئەو هەموو پەیوەندییە لەنێوان هاوسەراندا هەیە، بەڵام دواجار دەبێت ڕێز لەو سنوورانە بگیرێت، تاکو تاك هەستنەکات بێڕێزی بەرامبەر دەکرێت.

ئافرەتان چۆن مامەڵە لەگەڵ پیاوەکانیاندا بکەن؟