

## Summaries in Pashto

رواجونو کی ضمیمه شوی.

دا دیوی کرنلاری په حیث په ښخ پالو او روانی ټولنیز ضمیمی پروسه کی د مایان ښخو سره د ښکاره بشری حقونو په پایلو کی د گواتیمالایانو په ۳۶ کلو مسلح شخړوکی کاریدله. دیو لږ مبتکر و ورکشاپونو لری چی د لیکوال لخوا یی آسان چاری شوی وه. دامقاله دمایان دښخو پوهه او ارزایابی دهغوی برخه اخستنه دیوی وسیلی په ډول دمسلحه شخړو په حل کی کار اخستل کیری رانغاری.

دامقاله دلیل راوری چی دغه گامونه دیو شخصی بدلون امکانات د انفرادی او ورو گروپونو له لاری وړاندی کوی. ددی نه علاوه، دغه گامونه قوه لری چی ټولنی ټولنیز بدلون ته وهڅوی. کلیدی ټکی: ټو ښتگری، گواتیمالا، مایان، روانی ټولنیزه ملتیا، ښخی

کشتی دشپې تیریری: روانی ټولنیز پروگرامونه او د سولی راوستلو ستراتیژی د خوانو سریو سره په شمالی آیرلند کی.

لیکنه: **Brandon Hamber & Elizabeth Gallagher**

کومه څیرنه چی دلته وړاندی کیری بیانوی چی څنگه دشخړی اثرات، لکه څنگه چی د خوانو سریو ته مداخلو کی راجع کیری، مفهمو اخلی په شمالی آیرلند کی وروسته د سولی موافقی څخه په ۱۹۹۸ کی.

په څلورو گروپونو چی روانی ټولنیز کارونه سرته رسوی فوکس کوی، دوه عمومی دمرستی گروپونه او دوه خانگری گروپونه په خانگری توجه سره په هغه چا چی تاوتریخوالیی په شخړه کی تجربه کوی وی. په ټولیزه توگه ۲۰ ځوان سری او ۱۹ کارکوونکی چی په یواخی سر ورسره نیمه جوړه شوی مرکه شوی وه. څیری داییدا کره چی ډیری خوانان چی دکومو ستونځو سره مخ دی د تیر او موجوده ټولنیز-اقتصادی حالت سره ارتباط لری.

هغه هڅی چی دشخړی دترکی غم یا چاره په معاصر وخت کی وخورل شی، یقینا په ادبیاتو کی

منځگری ټوب ۱۲.۱ گڼه لنډیز

ژوندی مرگ، بیژوند ورکول: روحی ټولنیز مقاومت او د مری زور په ختیخ بیت المقدس کی.

لیکنه: **Nadera Shalhoub-Kevorkian**

دامقاله مرگ او مرینه په ختیخ بیت المقدس کی امتحانوی. د مرگ او ژوند وروسته دمرگ څخه رواجونه او شخصی تجربی د فلسطینی کورنیو، ټولنو او انفرادی کسانو کیسی د بیلا بیلو لورو په نظر کی نیول سره بیانوی.

دا څیرنه په هغه استعماری قدرت ربا اچوی چی وړاند وینه یی کیری، نه یواخی په کنترول او سلب دژوند کی بلکه دی دمری په شمول په فلسطینی هدیره کی. په داسی حال کی چی د هغه فلسطینیانو د آواز څخه زده کره کوو چی خپل نردی خپلوان یی له لاسه ورکری، څیرنه روانی-سیاسی قوت چی دمرگ په ساحه کی موندل شوی را برسیره کوی. مستعمراتی نفوس پر مرگ په ختیخ بیت المقدس ډیر ارزښت لری. لکه څنگه

چی دیو انفرادی او ټولنی قدرت وه چی مستعمراتی سیستم ختم کری او دنوی قدرت لپاره نوی ځایونه رامنځته کری، امیدونه او راتلونکی جوړونه، په داسی حال کی چی دبالقوه داخلی سولی او روانی ټولنیز روغتیا لپاره وړاندی کوی. مقاله د رغیدونکی او متحدیدونکی داخلی رواجونو په فلسطینی ټولنو کی د مرگ په وخت کی نتیجه کاری. دا ورځنی روحی ټولنیز رواجونه ټولنو ته الی یا وسیلی ورپه لاس کوی چی د ضایعاتو په وړاندی غبرگون رامنځته کوی. کلیدی الفاظ: لانجه منه زون، مرگ، مړه کیدل، فلسطین، روانی ربری، نیول شوی ختیخ جبروسلم، روانی ترضیض

نوبت دیوی ستراتیژی په حیث د مایان ښخو سره په گواتیمالا کی

لیکنه: **M. Brinton Lykes & Alison Crosby**

دامقاله دبالقوه بدلون دیوه نوبت پلټنه کوی، په شمول د مبتکر فن چی دمایان کیسه ویلو په

یوشان وه. خانګری موخې چې د ماشومانو لخوا راپور ورکړل شوی وی او آسان چاروی لخوا تایید شوی وی، والدینو او ښوونکو د کمو جنګونو او د لاسو اړیکو د خپلو همزولو سره راپورکی ضمیمه کړی. موندنی ښکاره کوی چې I DEAL د ماشومانو د تعامل ټولنیز مهارتونه په مثبت ډول اغیزمن کړی او دا وړتیا لری چې دهغوی احساساتی تعاملی مهارتونه او د ټولګی کړنی لاسی کړی.

**کلیدی ټکی:** مسلح شخړی، ماشومان، برخه اخستونکی پایلی ارزونه، روانی ټولنیزه مرسته، دجنوبی سودان جمهوریت

روانی ټولنیزه سوله جوړونه په بوسنیا او هرزګوینا کی: د اړیکو او ټولنیزو بدلونولپاره لاری چاری

**لیکنه: Barry Hart & Edita Colo**

توکمیز او مذهبی اختلافات په پیل کی، اړین لاملونه او تحرونه د بوسینا او هرزګوینا په شخړه کی.

دغه ستونخی ډیری نازکی پاتی شوی او په دوامداره ډول اوسنی ټولنیز، اقتصادی او سیاسی سیستم او جوړښتونه متاثره کوی. روانی ټولنیز سوله جوړونه مفکوره او رواجونه مهم دی په دی معنی چې ټولنیز اود اړیکی بدلون آسان کړی او خلک وکولی شی د سولی، پخلاینه او ټولنیزو اعمالو په لور وخوځیری. لیکوال داسی واقعات وړاندی کوی چې دا مسلې پری په داخل د بوسینیا کی امتحانولی شو ترڅو د روانی ټولنیز تروما بیا رغونی غم وخوری، ستونخی حلول او د اعتماد جوړولو ورکشاپونه ډایر کړی او

همدارنگه دداسی ځایونو برابرول چې دجنگ او ټولنیز کیسی اوریدل کیدلی شی او رغونی او سلوکی بدلون پیل کړی. په دی مقاله کی، روانی ټولنیز، د تروما څخه خبرونه، دسولی جوړونی پروسی ښودل شوی چې وکولی شی د احساساتی، روانی او هویت فکتورونه د اقتصادی ودی او د سیاسی بدلون سره او د اعمالو اهمیت درک را پیدا کړی. دواړه انفرادی او ټولنیز رغونی او همدارنگه دنویو اړیکو جوړونه او ټولنیز ی

کیسی او تشکیل جوړونه اړین دی  
**کلیدی ټکی:** سلوکی بدلون، بوسنیا او هرزګوینا، نژادی ویشنی، هویت، کیسه، سوله جوړونه، روانی ټولنیز، ټولنیز عمل، اعتماد، پخلاینه

او ددی څیرنی د ګډونوالو سره سم د ماضی په اړه ډیوهی دکمبود سره تړاو لری. کله چې دداسی بدلون یا سولی جوړونی وخت رارسیری، ګډونوال دپته میلان پیداکوی چې د شخصی بدلون مادل دیوی لاری یا مادل په ډول دسولی جوړونی سره نسبت ورکوی. دامقاله دلیل راوری شخصی بدلون ورکوونکی مادل دیو پراخه سولی جوړونی بحث بیلګه دی په شمالی آیرلند کی، چیرته چې روانی ټولنیز او سوله جوړونکی پروګرامونه دسولی جوړونی له پراخی ستراتیژی څخه جلاشوی دی دبیلګی په ډول وظیفی رامنخته کول. دایو تحلیلی خلا په روانی ټولنیز پروګرام کی ښکاره کوی، سوله جوړونه او اقتصادی پرمختګ.

**کلیدی ټکی:** اقتصاد، شمالی آیرلند، سوله، سوله جوړونه، روانی ټولنیز ګامونه، ټولنیز بدلون، روحی ترضیض، خون سری.

دماشومانو سره روانی ټولنیزه مرسته د جنوبی سودان په جمهوریت کی: یوه ارزوونکی پایله  
**لیکنه: Ellen Eiling, Marianne Van**

**Diggele-Holtland, Tom Van Yperen & Frits Boer**

دامقاله د War Child Holland دروانی ټولنیز مرستی (I DEAL) د هغه جنگ خپلو ماشومانو او ځوانو خلکو د وړتیاوو ښه کولو په موخه چې څنگه کولی شی خپل ژوند سره تعامل وکړی یو څیړونکی ارزونه بیانوی په جنوبی سودان کی.

خانګری موخه داوه چې آیا I DEAL دخایی روغتیا دمفکوری سره سر خوری؟، او همدارنگه چې پایلی ویلتي او همدارنگه هغه فکتورونه چې پایلی متاثره کوی. کومه څیرنه چې ترسره شوی وه بیلا بیل میتودونه یی کارولی، په خانګری توجه په qualitative او participatory میتودونوباندی وه: گروهی تمرینات، انفرادی موخی ټاکل (N=110) او مرکی (N=62). ددی لپاره چې دماشومانو څخه لاسته راوړنی اندازه کړو، مرکی د ښوونک سره ترسره شوی (N=7) ، آسان چاروسره ترسره شوی (N=5) او دوالدینو سره (N=11). پایلی وموندله چې دی کار منځپانګه دماشومانو دروغتیا د تعبیر سره

د سخت تاوتریخوالی څخه ترلاسه شوو تجربو څرګنده کړې چې هغه درملنې چې یواځې په شفاهي اصطلاحاتو تمرکز کوي، غالباً نیمګړې دي. نورو شواهدو څرګنده کړې چې د هنر په واسطه درملنه د لومړني غیر شفاهي درملنې په توګه د ډیرو مختلفو فرهنگي شالید درلودونکو خلکو په درملنه کې مهمه ونډه اخستې ده. خو بیا هم، ډیرې شواهد چې تر اوسه راټول شوي، په لویدیځ کې د ګډوالو سره د کار څخه لاس ته راغلي دي. له دې کبله، دغه سیمه ایز رپورټ په شخړو خپلو سیمو کې د ورځني عمل په توګه د هنر په واسطه د درملنې تطبیق د شواهدو لړ کې زیاتوالی راولي. لیکوال چې د نیدرلنډ (هالنډ) یو آرت تراپسټ (د هنر په واسطه درملګر) دی، د ۳۵ مختلفو ملیتونو او ۱۵ شخړه خپلو سیمو زده کوونکو سره د آرت تراپي لنډمهاله تریننګونه ترسره کړي دي. ګډونوال په لومړي سره کې د هنر په واسطه د درملنې سره ناآشنا وو او د روانی روغتیا کارکوونکي وو. لیکوال راپور ورکوي چې د هنر په واسطه د درملنې تخنیکونو کارول زده کوونکو (ترینیانو) د ژمنې په کچه، د منځ لید(خان پیژندلو) په منځ ته راوستو کې ډیر ځله د حیرانونکو او پاروونکو اغیزی درلودې. مهم ټکي: د هنر په واسطه درملنه، شخړه خپلې سیمې، روانی تروما (ترضیض)، روزنه (تریننګ)، ناڅرګند احتمال، روانی ټولنیز.

آیا بشري ناخوالی د بدلون لپاره د فرصتونو وړاندیز کوي؟ د کانګو په جمهوریت کې د روانی روغتیا او روانی ټولنیز ملاتړ یوه مهمه ګره کتنه.

لیکنه: بابک مایوډوډین، کریستیلی نانګو مکیا او الیندر کانتو

د ۲۰۱۲ کال د مارچ په میاشت کې سختو چاوندنو د کانګو د جمهوریت پلازمینه برازاویل و لړزوه، چې د رسماً د ۲۸۰ کسانو د میرني او څه نا څه ۱۵۰۰۰ خلکو د بې خایه کیدو لامل شو. د دغې پېښې څخه دوه میاشتې وروسته، سره له دې چې ډیر شمیر خلک په روانی فشار (distress) اخته وو، لږ شمیر خلک د روانی روغتیا پاملرنې ته راوغوښتل شول یا یې پاملرنه یا بهرنی روانی ټولنیز ملاتړ ترلاسه کړ. یوه سیمه ایزه ارزونه چې د دغې بیرني پېښې څخه

د تېبو سره تعامل کول: یوه کیسه د یو ځوان چې د تیاتر او دیالوګ مشري یې په لبنان کې کوله

لیکنه: Ali Dokmak

لیکوال، یو ۱۹ کلن ځوان د لبنان څخه، په خپلواکۍ تجربو War Child's methodology Performing for Peace سره د تیا تر له لاری کار کوي رڼا اچوي، هغه او دهغه همکاران دهغه نوښتونو او دیالاک چې په ۲۰۰۹ کال راهیسي په مملکت کې د جنګ په هکله ترسره شوی کار اخلي او انفرادی خاطرې شریکوي.

لېبنان د ډیرو کلونو راهیسي د بېلا بیلو سیاسي او مذهبي ډلو ترمنځ چې مملکت ویشی د جګړو شاهد وه. نظر داده چې دا به د ښه تفاهم او ډیو ډیل د درک سبب شی.

کلیدی ټکي: مسلح شخړی، تاریخ، لبنان، تیاتر

په جنګ خپلې چا پېریال کې دکار کولو روانی پایلې: یوه شخصی معلومات د بین ال ټوکمیژ تروما تیزه کیدلو څخه.

لیکنه: Giorgia Donà

دا شخصی کیسه د ژوند او کار روانی پایلې او اثرات په جنګ خپلې چا پېریال کې د روانی ټولنیزو کارکوونکو او څیړونکو لپاره بیانوي لکه لیکوال. په خپله تجربه کې، کارکول او ژوند کول په رواندا کې وروسته د عامه وژنه، لمړني، ثانوي او ښکاره روحی ترضیض پروسې سره ډیر نږدی اړیکې لري. لیکوال تاکید په هغه پوهه کوي په هغه اړیکه چې دروحي ترضیض بېلا بیلو ښو ترمنځ شته دی. بین المقتوی روحی ترضیض بیانوي چې څنګه ډول ډول ښي د روحی ترضیض د غور نیولو، انځورولو، خواخوږی او تجربه کولو سره یوډل سره تقاطع کوي بیانوي.

کلیدی ټکي: رواندا، تروما، څرګنده روانی ترضیض

په جنګ خپلو سیمو کې د روانی روغتیا د کارکوونکو لپاره د هنر په واسطه درملنه: په نادره توګه څرګنده شوی څیړمی

څیړمی میجر ډیګن Fietje Meijer-Degen

ترجیح ورکړه چې دخپلو د تغذیه په پروگرامونو کې په غربي افریقایي دخوړو په بحران ته په غبرگون کې روانی روغتیا او روانی ټولنیز تنبیه مدغم کړي. ددی لپاره چې د UNICEF او نورو ادارو ظرفیتونه لا تقویه شي چې وکولی شي روانی ټولنیز کارونه یا فعالیتونه په خپلو تغذی پروگرامونو کې مدغم کړي په پینځه غربي افریقایي ملکونو کې لنډ روزنیز کورسونه دایر کړل.

**کلیدي ټکي:** ماشوم ساتنه، تغذی، روانی ټولنیزه هڅونه، ساحل، روزنه، جنوبی افریقه.

وروسته ترسره شوه په برازیل کې د روانی روغتیا د پاملرنې سیستم د محدود ظرفیت د کره کتنې لامل شوه، تر څو د خلکو اړتیا و و ته خواب ورکړي. همدارنگه دغی ارزوني د اوسنیو چارو د وضعیت کره کتنې ته اجازه وکړه. په دغه لاره کې د ستونځو شتون، د خبرتیا د لوړولو او د ژورو پلټنو لپاره لاره آسانه کړه تر څو ځنگه کولای شو د کاتگو په جمهوریت کې د روانی روغتیا پاملرنه پیاوړې کړو.

**مهم ټکي:** د کاتگو جمهوریت، د آفت غبرگون، روانی روغتیا، روانی ملاتړ

د روانی ټولنیزې مرستې مدغمولو په تغذی پروگرامونو کې په جنوبی افریقایي د ساحل دخوړو په بحران کې

**لیکنه: Megan McGrath & Alison Schafer**

یوه شخصی کیسه: د برمایي ټولنی بیا جوړونه یو مراجعه کوونکی په یو وخت کې.

**لیکنه: Kyaw Soe Win**

په دی شخصی کیسه کې لیکوال، یو برمایي مهاجر په تایلند کې، بیانوی چې روانی ټولنیزې مشاورې کورس ځنگه دهغه ژوند تغیر کړ او په خپله راتلونکي څخه مطمئن شو.

**کلیدي ټکي:** برما، روانی ټولنیزه مشاوره، پناغوبتونکی، تایلند، روزنه

د ښه فزیکي او فکري ودې په خاطر، یو ماشوم کافی تغذی ته اړتیا لري، خو دایايد د فزیکي او احساساتي تنبه سره یوځای شي. هغه پروگرامونه چې په هغه کې تغذیه، دمور روانی روغتیا او روانی ټولنیز تنبیه سره یوځای وي دهغه په پرتله چې یوځای وي، ډیره گټی لري. په همدی ذهن سره، د ماشومانو وجهی صندوق یا UNICEF