جګړه له خپل ځان سره: په افغانستان کې د رواني/ اروایي روغتیایي بحران پر وړاندې د ښځینه سوله پالو غبرګون

International Civil Society Action Network

ICAN

For women's rights, peace and security

هیواد: افغانستان

لیکوال: ستېپسي شامبر، LICSW

لنډیز

افغانستان د رواني یا اروایي روغتیا له داسې پېچلي بحران سره مخ دی چې په دغه هېواد کې د فزیکي، سیاسي او اقتصادي بې ثباتۍ له حساس وضعیت سره نه جلا کېدونکې اړیکې لري. په افغانستان کې د ښځو په مشرۍ د سوله پالو (peacebuilders) ادارو هڅې دا دي چې د ولسي خلکو روغتیایي او د سوکالۍ اړوند ستونزې په داسې لارو حل کړي چې له جنسیتي پلوه ځواب ویونکې، له فرهنګي پلوه حساسي او د ټروما په اړه معلومات لرونکي یا د ټروما د معلوماتو پر بنسټ وي. دا ادارې بنسټیز خدمات وړاندې کوي، مهارتونه غښتلي کوي او فرهنګي او جنسیتي دودونه رامنځته کوي

دا ځانګړې څېړنه (case study) په افغانستان کې د رواني/اروایي روغتیایي بحران تحریکوونکي لاملونه، د هغو جنسیتي او فرهنګي اړخونه او هغه ستراتیژۍ څېړي چې د حل لارو د ایجاد لپاره د افغان ښځو په مشرۍ د سوله پالو ادارو له لوري کارول کېږي. لیکوالانو د افغان ښځو په مشرۍ د سوله پالو ادارو له استازو او همدارنګه د اړوند برخو متخصصینو سره مرکې ترسره کړي دي، او په دې څېړنه کې د پروژې اړوندو سندونو او راپورونو د مرور پربنسټ له کتابتوني میتود څخه هم ګټه اخیستل شوې ده.[1]

دا ځانګړې څېړنه په افغانستان کې د ښځینه سوله پالو (peacebuilders) د کارونو د ثبتولو د لړۍ یوه برخه ده چې د هغوی نوښت، زغم او تاثیرات له یاده ونه ویستل شي. او همدارنګه، دغه څېړنه نه یوازې د اوس لپاره ګټوره ده، بلکې خلک به له دې څخه په راتلونکې کې هم ګټه واخلي

مننډوي څرګندوني:

د نړیوال ښځو د فعاله شبکه (ICAN) د خپلو همکارو مؤسسو— د افغانستان د ظرفیت پراختیا او تعلیمي مؤسسه (ACDEO)، د افغانانو د پرمختللي تفکر مؤسسه (APT)، د هوساینې، سوکالۍ او ټولنیز ځواکمنتیا مؤسسه(WPSO)، او د سولې او ګډون لپاره د ښځو مؤسسه (WPP) له هڅو او همکاریو څخه د زړه له کومي مننډوی دی، چې د دې قضیې دقیقې څیړنې په چمتو کولو کې یې مرسته کړې

مورږ د بهرنیو، ګډو چارو او پراختیایي دفتر (FCDO) څخه د دې پروژې د ملاتړ لپاره مننډوی یو، چې د برتانیا د حکومت له خوا د UK Aid له لارې تمویلېږي؛ خو دلته څرګند شوي نظریات د برتانیا د حکومت رسمي پالیسۍ نه څرګندوي

همکاران:

- ملیندا هولمز، ایزابیلا کاریبجانین، او سنم نراغي اندرلین – سمون
- عبدالعظیم سافان – ترتیب او ډیزاین
- محب الله ناجي – درې ژباړه
- عزیز حکیمي – درې اصلاحات او ترتیب بندي

© International Civil Society Action Network 2025

www.icanpeacework.org

۱. همکارو ادارو ټول متن کتلی او له خپرولو سره یې موافقه کړې ده.

۱.اساسي ټکي

- **ستونزه:** د رواني/ارواېي روغتيا بحران په افغانستان کې ۷۰ سلنه خلک اغېزمن کړي دي، چې د طالبانو سياسي محدوديتونه، اقتصادي ستونزې او بنسټيز فرهنګي ارزښتونه يې اصلي لاملونه دي.
- **اغېز:** دغه بحران له جنسيتي پلوه جلا اغېزې لري چې په کې د ځان وژنې بحران هم شامل دی. او د ځان وژنې له کبله د مړو شوو او قربانيانو ۷۵ سلنه يې ښځې او نجونې دي.
- **حل لاره:** دافغان ښځينه سوله پالو ادارو په دې برخه کې د پام وړ خلا ډکه کړې ده او دغې ستونزې ته يې د نوښتګرو، ځايي او فرهنګي اړخونو له مخې د مناسبو ميکانيزمونو له لارې رسېدنه کړې، او د ولس د رواني روغتيا اړتياوې يې پوره کړې دي.
- **پايله:** که ښځې انفرادی يا ګروپي مرستندويه خدمتونو ته لاسرسی ولري، د «MHPSS» په اړه يې پوهه زياتيږي، د ستونزو سره د مبارزې عملي لارې زده کوي او له نورو سره د لا زيات اړيکو احساس کوي
- **پايله:** که سړي د ټيليفوني مرستندويه مرکزونو سره اړيکه ونيسي، هغوی د تاوتريخوالي د مخنيوي اړوند معلوماتو ته لاسرسی پيدا کوي او خپلې انديښنې په خونديي ډول بيانوي.
- **پايله:** کله چې منځګړي يا پخلاکوونکي د سوله پالنې په هڅو کې د «MHPSS» پروګرامونه شاملوي، دوی له خلکو سره له ټروما څخه د رغېدو، د شخړو د حل په هڅو کې د ونډه اخيستلو او په ټولنه کې د باور او يووالي د بيا رامنځته کولو په برخه کې مرسته کوي
- **پايله:** ښځينه سوله پالې ادارې افغان نجونو او ښځو لپاره حياتي ارزښت لري، ځکه له دوی سره مرسته کوي ترڅو له ستونزو سره مخ شي او په خپله د سولې، حقوقو او امنيت لپاره کار وکړي.

د وضعيت تحليل: يو پټ بحران

له څلور لسيزو جګړو وروسته اوس طالبان د سولې او بشپړ امنيت ادعا کوي. نړيوال ځواکونه له افغانستان څخه وتلي او له دې سره د ځمکنيو او هوايي بريدونو ګواښ کم شوی دی. په داسې حال کې چې وسله والې جګړې کمې شوې دي، خو تاوتريخوالی د طالبانو په رژيم کې د ورځني ژوند زياته برخه اغېزمنوي .[۲] طالبان د سرپرست يا ډيفکټو چاراوکو په توګه، ملکي خلک نيسي، په لارو کوڅو کې خلک ځوروي، په کورونو او دفاترو چاپې وهي، وېره خپروي او په خلکو کې د نا امنۍ ډار رامنځته کوي .[۳] افغانان په ناځاپي ډول ورکيږي، غير قانوني توقيف سره مخ کيږي، شکنجه او د بشري حقونو له بېلابېلو سرغړونو سره مخ دي، چې پکې هيڅ ډول عدالت نه مراعت کيږي.[٤] افغان نارينه او ښځې په عامه ځايونو کې د نورو ښځو د شتون پرمهال (يعنې کله چې نورې ښځې له دوی سره بهر لاړې شي) خپل ځان خوندي نه بولي.[٥] لکه څرنګه چې يوې سوله پالې وويل: «دلته هيڅ هم خوندي نه دي، نه ستاسو عزت او نه هم ستاسو ټولنيز مشارکت».[٦]

> دلته هيڅ هم خوندي نه دي، نه ستاسو عزت او نه هم ستاسو ټولنيز مشارکت

يوه ښځه د ACDEO له خوا تنظيم شوې د رواني او ټولنيز ملاتړ (MHPSS) په غونډه کې ګډون کوي.

۲. د عمومي سرمنشي رپوټ، د افغانستان وضعيت او په نړيوالې سولې او امنيت يې اغېزې، ملګري ملتونه (۲۰۲۴ز. کال، د جون ۱۳مه). پته: https://digitallibrary.un.org/record/٤٠٥٢١٩٣?v=pdf، له WPSO سره (په ۲۰۲۴/ ۸/ ۲۷ نېټه) او APT سره (په ۲۰۲۴/ ۰۹/ ۱۰ نېټه) مرکې.
۳. د نړۍ د بشري حقوقو وضعيت، د بخښنې نړيواله اداره (۲۰۱۴ز. کال، اپرېل) پته: https://www.amnesty.org/en/documents/pol۱۰/۷۲۰۰/۲۰۲٤/en/ ؛ له APT سره (په ۲۰۲۴/ ۰۹/ ۱۰ نېټه) مرکه.
٤. د نړۍ د بشري حقوقو وضعيت، د بخښنې نړيواله اداره (۲۰۱۴ز. کال، اپرېل) پته: https://www.amnesty.org/en/documents/pol۱۰/۷۲۰۰/۲۰۲٤/en/ ؛ له APT سره (په ۲۰۲۴/ ۰۹/ ۱۰ نېټه) مرکه.
۵. د ۸۸۸ سروې کړې شوو ښځو ۶۴ سلنه، د ښځو لپاره ملي مشورتي خدماتو (Country-wide Women's Consultations) د رپوټ لنډيز وګورئ. د کډوالۍ نړيواله اداره، يوناما او د ملګرو ملتونو ښځينه څانګه. (۲۰۲۴ز. کال، اپرېل). پته: https://reliefweb.int/report/afghanistan/endarips-۲۰۲٤-situation-afghan-women-summary-report-country-wide-womens-consultations-april
٦. له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د اکسټ ۲۷)

په داسې شرايطو کې د رواني يا اروايي روغتيا يو ګواښوونکی بحران رامنځته شوی دی: له ۷۰ سلنه څخه ډېر خلک له اندېښنو يا)انزايټي(او ژور خفګان سره مخ دي چې دا شمېره د نړۍ منځنۍ سطحې فيصدۍ په پرتله خورا لوړه ده (په داسې حال کې چې د جګړې ځپلو سيمو لپاره دا کچه لس سلنه ده) .[7] دا وضعيت په هغو مسايلو کې لا زيات شدت مومي، لکه کورنی تاوتريخوالی، ځان وژنه او په نشه اي توکو روږدي کېدل، چې مخ په زياتېدو دي که څه هم د دې بحران تاثيرات مختلف دي او ښځې، نارينه، نجونې او هلکان ټول اغېزمن کوي، خو ښځې او نجونې تر ټولو زياتې زيانمنې شوې دي. د نجونو او ښځو پر وړاندې د تعليم او دندو د دروازو بندېدل، د جنسيتي تاوتريخوالي او فشار زياتوالی د شديد ژور خفګان، اندېښنو يا (انزايټي) او رواني ستونزو لامل شوی دی .[8] د ۶۸ سلنه افغان ښځو رواني روغتيايي حالت «بد» يا «ډېر بد» بلل شوی دی .[9] اوسنی رواني روغتيايي بحران، که څه هم د طالبانو د واکمنۍ له کبله لا نورهم پراخ شوی، خو د کلونو جګړې او نه حل شويو ستونزو پايله ده. د يوې افغانې سوله پالې (peacebuilder) په وينا:

“د خلکو رواني حالت لا هم تر اصلاح لاندې دی، ځکه لا نه دي رغېدلي او ملهم ورباندې نه دی لګېدلی. که موږ امنيت هم ولرو، [خلک] به د خونديتوب احساس ونه کړي، د خپلې خوښې ځای ته نشي تللی ځکه دوی ذهناً د خطر احساس کوي”[10]

> “د خلکو رواني حالت لا هم تر اصلاح لاندې دی، ځکه لا نه دي رغېدلي او ملهم ورباندې نه دی لګېدلی. که موږ امنيت هم ولرو، [خلک] به د خونديتوب احساس ونه کړي، د خپلې خوښې ځای ته نشي تللی ځکه دوی ذهناً د خطر احساس کوي”

دغې جګړې شخړې زياتې کړې دي، د ځواک نا برابري يې رامنځته کړې ده او په قومونو او مذاهبو کې يې ژور درزونه پيدا کړي دي. د ټول ګډونه حکومت نشتوالی، تبعيض او مخ په زياتېدونکې انزوا د افغانستان اقليتونو لپاره د رواني روغتيا ستونزې لا زياتې شوې دي. د بېلګې په توګه، طالبانو په غزني او کابل کې هزاره ګانو ځينې کسان توقيف او زنداني کړي دي، چې دوی د ولس يوه محرومه طبقه ده. له خوشې کېدو وروسته ځينو يې ځان وژنه کړې ده او ځينې نور په ولس کې په سپکه سترګه کتل کېږي.[11]

له نړيوال اوسط سره په څرګند توپير، په افغانستان کې د ځان وژنې د مړينو او د ژغورل شويو کسانو ۷۵ سلنه يې ښځې او نجونې دي .[12] د لوړې کچې تبعيض، تاوتريخوالي او تولنيزو ارزښتونو ترڅنګ چې د خپلو احساساتو څرګندولو ته منع کول رامنځته کوي، په افغان نجونو او ښځو کې ځان ته د زيان رسولو ناوړه فرهنګ رامنځته کړی دی .[13] دا وضعيت ډېرو ښځو ته د مرګ په څېر دی، ځکه واقعاً همداسې ده

لکه څرنګه چې يوې مېرمنې ويلي: «کله حيرانه يم چې ولې ژوند ته دوام ورکړم؟ د کومې هيلې لپاره؟ که د يوې نجلۍ ژوند همداسې وي، نو بيا ولې زېږېدلې يم؟ په دې دردونو کې ژغملو ته څه حکمت پروت دی؟»[14]

ځينې ښځې د دغو دردونو د آرام لپاره د رواني يا اروايي وسايل او عاطفي

ښځې د WPSO لهخوا تنظيم شوې د رواني او ټولنيز ملاتړ په غونډه کې په ګډه کار کوي.

مرستندويه خدماتو ته لاسرسی لري. ډېری نوري يې بيا نه لري. افغانانې پرته له خپلواکۍ او تحرک څخه، دغه وضعيت نه شي بدلولی. په داسې شرايطو کې، سرې کولی شي استدلال وکړي چې ځان وژنه نه يوازې د تېښتې لاره ده، بلکې د بغاوت وروستی حد ګڼل کېدای شي

په افغانستان کې د رواني يا اروايي روغتيا جنسيتي اړخونه

د طالبانو رژيم تر ۱۰۰ زيات فرمانونه صادر کړي، دي چې د ښځو او نجونو بشري حقونه تر پښو لاندې کوي او هغوی او له عامه او سياسي ژوند څخه يې حذفوي.[15] د تعليم، کار او روغتيايي خدماتو ته د لاسرسي د محدودولو سربېره، يو داسې فرمان شته چې د ښځو غږ عورت ګڼي او په عام ځايونو کې يې اورېدل منع کوي. د ښځو د ژوند، خبرو ، وزه کړې او کار حقوق په منظمه توګه محدود شوي چې پراخې کچې ناهيلي يې رامنځته کړې ده. يوه افغانه ميرمن څرګندوي: «هره ورځ يو نوی فرمان زموږ د ژوند پر فضا سيوری اچوي او زموږ پر روح او روان فشار راوړي. داسې احساسيږي، لکه يوازينی حق مو ساه اخيستل وي، او هغه هم دوی ته د منلو نه دی.» د بديل انتخابونو نشتوالي د ډېر درنو پايلو لامل ګرځېدلی دی

۷. احمدنيازی او نور. «په افغانستان کې د اندېښنې يا انزايټي، ژورخفګان او فشار په اړه روغتيايي سروې: يوه لويه او عرضي « cross-sectional » تحقيقاتي سروې. «ناچاپ، د ۲۰۲۴ز. کال د اپرېل ۲۹مه) پته: https://www.researchsquare.com/article/rs-٤١٤٩٨١٨/v١
۸. احمدنيازی او نور. «په افغانستان کې د اندېښنې يا انزايټي، ژورخفګان او فشار په اړه روغتيايي سروې: يوه لويه او عرضي « cross-sectional » تحقيقاتي سروې. «ناچاپ، د ۲۰۲۴ز. کال د اپرېل ۲۹مه) پته: https://www.researchsquare.com/article/rs-٤١٤٩٨١٨/v١
۹. د ښځو لهپاره ملي مشورتي خدماتو (Country-wide Women's Consultations) د رپوټ لنډيز وګورئ. د کډوالۍ نړيواله اداره، يوناما او د ملګرو ملتونو ښځينه څانګه. (۲۰۲۴ز. کال، اپرېل). پته: https://reliefweb.int/report/afghanistan/situation-afghan-women-summary-endarips-٢٠٢٤-report-country-wide-womens-consultations-april
۱۰. لهAPT سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپټمبر لسمه).
۱۱. له WPSOسره د برېښناليک تبادله (۲۰۲۵ز. کال، د جنورۍ ۱۴مه)
۱۲. زهرا نادر او د زن ټايمز راپور ورکوونکې، «د ناهيلۍ اوج: د ښځو ځان وژنه د طالبانو تر واک لاندې افغانستان کې مخ په ډېرېدو ده؛ ګارډين ورځپاڼه (۲۰۲۳ز. کال، د اګسټ ۲۸مه) پته: https://www.theguardian.com/world/٢٠٢٣/aug/٢٨/-despair-is-settling-in-female-suicides-on-rise-in-talibans-afghanistan.
۱۳. قيس عالمي او نور. «د افغانانو رواني روغتيا او رواني-ټولنيزه هوساينه: د څلور لسيزو تحقيقاتو او درملنو تخصصي مرور» BJPsych Open ۹ (۲۰۲۳ز. کال) e١٢٥
۱٤. د WPSO له لوري يې رپوټ ورکړل شوی دی.
۱۵. بلقيس احمدي او نور. افغانستان د طالبانو په درې کلنه واکمنۍ کې کوم ځای کې دی؟ (۲۰۲۴ز. کال د سپټمبر ۲۰مه) پته: https://www.usip.org/publications/٢٠٢٤/٠٩/where-afghanistan-three-years-taliban-rule/همدارنګه وګورئ: «طالبان وايي دوی به ټولې هغه مؤسسې وتړي چې افغانانې ګماري» ايسوشيټډ پريس ورځپاڼه (۲۰۲۴ز. کال د ډسمبر ۳۰مه) پته: https://apnews.com/article/afghanistan-taliban-ngo-women-closure-١fde٩٨٩٣٦٩٧٨٥f٨df٠e٨٣c٨١d٤٨٦٢٦f١.

۴مه پاڼه: ښځې د WPSO لهخوا تنظيم شوې د MHPSS غونډې په ترڅ کې په کوچنيو ګروپونو کې فعاليت کوي.

طبي او رواني/ارواپي روغتيايي خدمتونو ته د لاسرسي پر وړاندې جنسيتي خنډونه مخ پر زياتېدو دي. طالبانو په افغانستان کې د روغتيايي کلينيکونو شمېر او په دغو مرکزونو کې د ښځينه ډاکټرانو حضور دواړه محدود کړي دي. د ۲۰۲۴ز. کال د ډسمبر د پريکړې له مخې، ښځې له طبي زدکړو منع شوې، چې دا بحران لا پسې ژوروي.[17] سربېره پر دې، ښځې نشي کولي پرته له محرم يا نږدې بل نارينه خپلوانو روغتيايي مرکزونو ته لاړې شي. په ځينو مواردو کې، ښځې اړ دي چې روغتيايي مرکزونو ته له ځان سره خپل زامن بوځي، ترڅو ډاکټر ته ووايي چې زه ناروغه يم او درملنې ته اړتيا لرم.[18]

نارينه هم د طالبانو له جنسيتي تبعيض او جبري محدوديتونو څخه خوندي نه دي. وروستي فرمانونه د نارينه وو د لباس، صورت او سيرت او د ږيرو د ځرنګوالي په اړه دي، او هغوی يې له دې هم منع کړي چې له خپلو محرم ښځو او خپلوانو پرته نورو ښځو ته له کتلو هم منع شوي دي.[19] د راپورونو له مخې، په جلال اباد کې يو شمير هېيوال د لمانځه لپاره جوماتونو ته د نه تګ له کبله وهل ټکول شوي دي.[20] نارينه حتی نشي کولای چې په وړو ډلو کې راټول شي، ځکه له دې وېره لری چې طالبان به ورباندې د لاريون يا سياسي مخالفت شک وکړي.[21]

د لوړې کچې بېوزلي،[22] د خوراکي توکو غيرمعياري وضعيت[23] او ۳۱ سلنه بېکاري[24] د افغانستان پيچلی اقتصادي وضعيت لا پسې کړکيچن کړی، چې له کبله يې هغه نارينه او ځوانانو د سختو روحي ستونزو سره مخ دي، چې خپلو کورنيو ته نفقه نشي برابرولی.[25] د هوسايني، سوکالۍ او ټولنيزې ځواکمنتيا مؤسسې (WPSO) په ۶۰ سلنه جګړه ځپلو سيمو کې د کورني تاوتريخوالي ډېروالی يې مشاهده کړی، چې لاملونه يې اقتصادي ستونزې او نا حل شوې کورنۍ شخړې دي[26]. کله چې جګړې پرمهال د نارينه د نفقه ورکونکی او سرپرست رول کمزوری شي، نو هغوی له هويتي ستونزو سره مخ کيږي، خپل حيثيت له لاسه ورکوي، او دا وضعيت د تاوتريخوالي لامل ګرځي.[27] د بېلګې په توګه، يوې مېرمنې خپل سرو زر(طلا) خرڅ کړل، ترڅو خپل خاوند ته، چې يو پخوانی لوړپوړی نظامي افسر و، د هټې د پرانيستلو زمينه برابره کړي

> داسې احساسيږي، لکه يوازينی حق مو ساه اخيستل وی، او هغه هم دوی ته د منلو نه دی

۱۷. «د طالبانو بنديزونه ښځې له طبي روزنو منع کوي» د متحده ايالاتو د بهرنيو چارو وزارت (د ۲۰۲۴ز. کال د ډسمبر ۱۱مه). پته: https://www.state.gov/taliban-bans-women-from-receiving-medical-training/.
۱۸. «د طالبانو بنديزونه ښځې له طبي روزنو منع کوي» د متحده ايالاتو د بهرنيو چارو وزارت (د ۲۰۲۴ز. کال د ډسمبر ۱۱مه). پته: https://www.state.gov/taliban-bans-women-from-receiving-medical-training/.
۱۹. ريک نوکاک. «د طالبانو له لوري په نارينهوو د محدوديتونو وضع کولو سره، ځينې يې انديښمن دي چې دوی به ژر خبرو ته پرېښودل شي»، واشنګټن پوسټ ورځپاڼه (۲۰۲۴ز. کال، د سپتمبر ۲۳مه)، پته: https://www.washingtonpost.com/world/2024/09/22/afghanistan-taliban-restrictions-men-beards/?utm_medium=email&utm_source=newsletter&wpisrc=nl_todayworld&utm_campaign=wp_todays_worldview&carta-url=https%3A%2F%2Fs2.washingtonpost.com%2Fcar-ln-tr%2F3f120fa%2F66f0e9065859ec10cba7f442%2F596bbc0f5197705%2F41%2F26%2F66f0e9065859ec10cba7f442
۲۰. له ACDEO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، سپتمبر نهمه)
۲۱. له APT (۲۰۲۴ز. کال د سپتمبر ۱۰مه) او WPP سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال د سپتمبر ۱۷مه)
۲۲. له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال د اګسټ ۲۷مه)
۲۳. د عمومي سرمنشي ريپوټ، د افغانستان وضعيت او په نړيوالې سولې او امنيت يې اغېزې، ملګري ملتونه (۲۰۲۴ز. کال، د جون ۱۳مه). پته: https://digitallibrary.un.org/record/4052193?v=pdf
۲۴. «افغانستان»، نړيوال بانک (۲۰۲۳)، پته: https://data.worldbank.org/country/afghanistan?view=chart ؛ له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال د اګسټ ۲۷مه)؛ د افغانستان وضعيت او په نړيوالې سولې او امنيت يې اغېزې، ملګري ملتونه (۲۰۲۴ز. کال، د جون ۱۳مه). پته: https://digitallibrary.un.org/record/4052193?v=pdf
۲۵. له ACDEO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، سپتمبر نهمه)
۲۶. له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال د اګسټ ۲۷مه)
۲۷. وګورئ: صنم نروګي انډرليني، «وچ دماغ، تش جيبونه، ناځرګنده راتلونکې؛ نارينه د تاوتريخوالي د مرتکب او قرباني په توګه» UNDP (۲۰۱۱ز. کال، نا چاپ)

خو نوموړې لـه تاوتریخـوالي سره مـخ شـو، د «دوکان پـه سـاتلو» کـې ناهیلـی و، او د راتلونکـي پـه اړه ژوره اندېښـنه لرلـه.[۲۸]

پخـوا خلکـو د کـورني فشـار یـا سـتونزو کمولـو لپـاره لـه خپلـو کورونـو څخـه د لنډ مهالي سـفرونه یـا میلي غـوره کولـه. خـو اوس دا فرصتونـه هـم مـخ پـر کمیـدو دي. پـه کـور کـې پاتـې کېـدل، د تشویشـونو زیاتـوالي لامـل ګرځـي. اندېښـنې، ناهـیلي، او اروایـي فشـار د ټولنیـزې انـزوا سـبب کیـږي، او د ټولنیـزو فعالیتونـو کمښـت دا سـتونزه لا پسي ژوروي. دغـه حالـت، چـې د اروایـي روغتیایـي خدماتـو د نشـتوالي سره مـل دی، ځـان تـه د زیـان رسـولو او کـورني تاوتریخـوالي پېښـې زیاتـې کـړي دي. د WPSO اداري د خپلـو ځایـي سـوله پالـو بنسـټونو پـه همـکارۍ، پـه ۲۰۲۴ز. کال کـې د کورنیـو شـخړو لـه کبلـه ۱۳۵ مرګـوني پېښـې او د ځـان وژنـې ۲۱۸ قضیـې ثبـت کـړي دي، سربیـر پـر دې، ځینـې خـورا ادیښـمنونکې پېښـې هـم ثبـت شـوې، لکـه د یـو سـړي هڅـه چـې خپلـه کورنـۍ ووژني، ځکـه د هغـوی د نفقـې برابرولـو تـوان یـې لـه لاسـه ورکـړی و.[۲۹]

رواني/اروایي روغتیایي خدماتو پر وړاندې پراته فرهنګي خنډونه

پـه افغانانـو کـې د رواني یـا اروایـي روغتیـا پـه اړه ناسـم حاکـم تعبیـرات د دې سـبب شـوي چـې ډېـرى کسـان د خپلـو تجربـو د شریکولـو تـه زړه نـا زړه شي او د درملنـې اړونـد خدماتـو پـه اړه پوښـتنه ونکـړي، حتـى پـه خپـل کورونـو هـم دې مسـایلو تـه د جـدي پاملرنـې اړتیـا نـه لیـدل کیـږي.[۳۰] دوی داسـې ځـای یـا چاروکـي نـه لـري چـې خپلـې سـتونزې ورسره شریکـې کـړي .[۳۱] ډېـر افغانـان د ټرومـا، اندېښـنو او ژور خفـګان د بیانولـو مناسـب ژبـه نـه لـري او دا ډول مسـایل ممکـن د طبیعـي بشري تجربـو او فشـار پـر ځـای یـوه ناروغـي وګڼـل شي. افغانـان د دې مسـایلو پـه اړه اړینـو معلوماتـو تـه لاسرسـی نـه لـري چـې ښـایي دوی تـه د خپلـې تجربـې د عـادي کولـو او د شـواهدو پـر بنسـټ درملنـې مناسـب امکانـات برابـر کـړي. د دې سربېـره، پـه پښـتون مېشـته سـیمو کـې د اروایـي روغتیـا اړونـد منابـع او مرسـتندویه خدمـات هـم شـتون نلـري

پـه داسـې حـال کـې چـې ښـځې او نارینـه دواړه د دې پـه اړه اندېښـمن دي چـې کـه د خپلـو سـتونزو پـه اړه خبرې وکـړي، نـورو تـه بـه ځنګـه ښـکاري، نارینـه پـه ځانګـړي توګـه ډېـر محتـاط دي .[۳۲] غیـرت د سـړي د عـزت، وقـار او ټولنیـز حیثیـت نښـه ګڼـل کیـږي، او هـر ډول شـخصي هڅـې یـا د مرسـتې لټـون د هغـه غیـرت تـه زیـان رسـونکی ګڼـل کیـږي .[۳۳] چـې دا چـاره د درملنـې پـر وړانـدې لـوی خنډ ګرځـي. برعکـس، ښـځې کـولای شي پـه خپلـو ټولنیـزو حلقـو کـې د سـتونزو پـه اړه خبرې وکـړي، خـو نارینـه د دودیـزو محدودیتونـو لـه کبلـه دا آزادي نـه لـري.

د طالبانـو فرمانونـه، پـه افغـان ښـځو بانـدې هغـه پخـواني فرهنګـي او دودیـزو معیارونـه پلي کـوي چـې د واده او ماشـوم پالنـې پـه برخـه کـې رواج و. لکـه د ماشـومانو د ودولـو فرمـان، چـې لـه کورنیـو څخـه غـواړي خپلـې لورګانـې لـه ۱۸ کلنـۍ څخـه مخکـې واده کـړي .[۳۴] د دې محدودیتونـو څرګنـد مثـال دی. همدارنګـه، د ډېـرو اولادونـو، پـه ځانګـړي ډول د نارینـه اولادونـو د زېږولـو تمـې، ښـځې لـه سـخت فشـار سره مـخ کـړې، چـې نـه یـوازې او د هغـوی پـر ذهنـي هوسـاینې، بلکـې د ماشـوم پالنـې پروړتیـا یـې هـم منفـي اغېـز کـړی دی .[۳۵] پـه افغانسـتان کـې د مورولـۍ لـه کبلـه د ټرومـا یـا تجربـه او د اساسي روغتیایـي خدماتـو نشـتون، ښـځې اړ کـړي چـې خپـل ماشـومان زیاتمـن کـړي، یـا حمـل ضایـع کـړي، ځـان تـه ضرر ورسـوي، یـا خپـل ماشـوم تـه زیـان ورسـوي.

د APT لهخوا ډیزاین شوی اعلان چې د ټولنیزو رسنیو له لارې د رواني روغتیا پوهاوي ته وده ورکوي.

سوله له داخل څخه پیلیږي: ارواېي یا رواني روغتیا او ارواېي-ټولنیز ملاتړ (MHPSS) لپاره د ښځینه سوله پالو تګلارې

دا ټولـې چـارې د رواني فشـارونه د لا زیاتیـدو لاملګرځـي .[۳۶] د افغـان ښـځو پـه مشرۍ سـوله پالـې (peacebuilding) اداري د بېلابېلـو لاملونـو پـر بنسـټ، ارواېـي یـا رواني روغتیـا تـه ځانګـړې پاملرنـه کـوي. لومـړی، دوی د یـو کـس د هوسـاینه او د هغـه د کار کولـو، اړیکـو سـاتلو او پـه ټولنـه کـې د سـولې راوسـتلو وړتیـا ترمنـځ مسـتقیمه اړیکـه ګڼـي. خلـک بایـد لـه نـورو سره د مرسـتې کولـو نـه وړانـدې، پـه خپلـې روغتیـا بانـدې د ټرومـا یـا فشـار د منفـي اغېـزو مخـه ونـیسي. سره لـه دې چـې سـوله پـالي اداري لـه شـدید فشـار سره مـخ دي، بیـا هـم هڅـه کـوي چـې «ذهنـاً آرام او لـه ځانـه ډاډه وي، او داسـې وړتیـا ولـري چـې دوی فعـال او راتلونکـي تـه هیلـه منـد وسـاتي» .[۳۷] دا ټـول د ژور خفـګان، اندېښـنو او ذهنـي فشـار د نښـو تشـخیص تـه اړتیـا لـري، او همدارنګـه بایـد د نـورو کسـانو د ټرومـا د اغېـزو پـه اړه پوهـه ولـري ترڅـو خپلـې روغتیـا تـه پـوره پاملرنـه وکـړي

دوهـم، د افغـان ښـځو پـه مشرۍ سـوله پالـې اداري رواني/ارواېـي روغتیـا او ارواېـي-ټولنیـز ملاتـړ (MHPSS) د کورنیـو شـخړو د کمولـو پـه توګـه کاروي .[۳۸] رواني روغتیـا او ارواېي-ټولنیـز ملاتـړ (MHPSS) خلکـو تـه د خونـدي ځایونـو د برابرولـو لـه لارې د ټولنیـزو اړیکـو پـه بیـا رغونـه کـې مرسـته کـوي، ترڅـو دوی خپـل تجـرې شریکـې کـړي او د یـو بـل سره د پاملرنـې پـه روحیـه کـې اړیکـې ولـري. کلـه چـې دوی د سـتونزو سره د مبـارزې مهارتونـه زده کـړي، د تاوتریخـوالي پرځـای سـوله ییـزو لارو تـه ترجیـح ورکـوي او خپـل ټولنیـز تـړاو پیـاوړی کـوي .[۳۹] ویـدا ییلاقـي، چـې د افغانسـتان د وړتیـا لوړونـې او د تعلیمـي مؤسسـې (ACDEO) مشره ده

۲۸. له ACDEO سره د برېښنالیک تبادله (۲۰۲۴ز. کال د اکتوبر څلورمه)
۲۹. له WPSO سره مرکه (د ۲۰۲۴ز. کال د اګسټ ۲۷مه)
۳۰. لهAPT سره مرکه (د ۲۰۲۴ز. کال د سپټمبر لسمه)
۳۱. لهWPP سره مرکه (د ۲۰۲۴ز. کال د سپټمبر ۱۷مه)
۳۲. لهAPT سره مرکه (د ۲۰۲۴ز. کال د سپټمبر لسمه)
۳۳. له ACDEO سره د برېښنالیک تبادله (۲۰۲۴ز. کال د اکتوبر څلورمه)
۳٤. لهWPSO سره د برېښنالیک تبادله (۲۰۲۴ز. کال د جنورۍ ۱۴مه)
۳۵. له WPSO سره مرکه (د ۲۰۲۴ز. کال د اګسټ ۲۷مه)
۳۶. لهWPP سره مرکه (د ۲۰۲۴ز. کال د سپټمبر ۱۷مه)
۳۷. له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د اګسټ ۲۷مه)
۳۸. له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د اګسټ ۲۷مه)
۳۹. له WPSO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د اګسټ ۲۷مه)

۶مه پانه :د APT له‌خوا ډيزاين شوی اعلان چې د ټولنيزو رسنيو له لارې د رواني روغتيا په اړه پوهاوی لوړوي.

د رواني روغتيا او ارواييي-ټولنيز ملاتړ (ACDEO) او د سوله پالنې ترمنځ مستقيم تړاو ګڼي. نوموړې څرګندوي: «زه په دې باور لرم چې د خبرو له لارې درملنه، د يو بل درک کول او د وسله نه کارول ترمنځ مستقيم تړاو شته. خلک هوسانه غواړي. دوی فکر کوي چې د وژلو او تاوتريخوالي له لارې به دوی ښه شي» [40] خو دا حقيقت نه دی

دا اداري په ولسونو کې د خپلو ښځينه سوله پالو ادارو شبکو د پراخوالي له لارې ټولنو ته لاسرسی موندلی دی. دا ښځې شته فرهنګي ارزښتونه درک کوي او که اړتيا وي، د هغوی د اصلاح او بدلون لپاره مؤثره ونډه اخلي. د کورنيو، قبيلو او ټولنيزو جوړښتونو کې موجود باور، د رواني روغتيا او ارواييي-ټولنيز ملاتړ (MHPSS) اړوند فعاليتونو ته مشروعيت ورکوي او د ستراتيژيکو همکاريو ته زمينه برابروي. د بېلګې په توګه، ACDEO مؤسسه د کورنۍ يو مخور غړی يا سيمه ييز ديني عالم ټاکي، چې د کورنۍ د غړو ترمنځ د باور وړ شخصيت وي او پر هغوی اغېز ولري . [41] د ACDEO مؤسسې د ناسمو روايتونو او غلطو معلوماتو پر وړاندې د مبارزې لپاره سني او شيعه مذهبي ډلو له ديني عالمانو سره کار کوي، ترڅو د ديني زده کړو له لارې د احتمالي زيانونه مخه ونيسي، د عامه پوهاوي بهير پياوړی کړي او د ځايي ديني عالمانو او خلکو ملاتړ ترلاسه کړي . [42] د مېرمنې د سولې او مشارکت (WPP) مؤسسې موخه دا ده چې د طالبانو په ګډون د قبيلوي ټولنو مخور شخصيتونه وپېژني، ترڅو د شخړو د هواري زمينه برابره کړي. [43] په هغو ولايتونو کې چې له فرهنګي پلوه محافظه کار دي، مشران او ځوانان په ځانګړې ډول د شخړو د حل لپاره مهم رول لري. په دغو سيمو کې ښځې د کورني تاوتريخوالي او ورته نور مهمو موضوعاتو په اړه معلومات ترلاسه کوي، بيا يې د خپلې کورنۍ له باوري غړي سره شريکوي، چې په پايله کې ستونزې د ټولنې له دوديزو ميکانيزمونو له لارې حل کيږي

ښځې د WPP له‌خوا تنظيم شوې د منځګړيتوب او شخړو د حل روزنيز ورکشاپ کې برخه اخلي.

۴۰. له ACDEO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپتمبر نهمه)
۴۱. له ACDEO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپتمبر نهمه)
۴۲.له ACDEO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپتمبر نهمه)
۴۳. لهWPP سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپتمبر ۱۷مه)

جدول: د ارواېي روغتيا او ارواېي-ټولنيز ملاتړ (MHPSS) لپاره د سوله پالو ښځو ستراتيجۍ

اداره	د ګروپي رغوني غونډې	د کورنۍ د ملاتړ ټليفوني کرښه	معيشت او ځان بسياينه	زده کړه او عامه پوهاوی	د تروما ته په پام پخلاينه
ACDEO	X	X		X	
APT	X			X	
WPP			X		X
WPSO	X		X		

۷مه پاڼه: ښځې د WPSO له‌خوا تنظيم شوې د رواني او ټولنيز ملاتړ په غونډه کې سره راټولېږي.

۴.د ګروپي رغوني غونډې، له انزوا سره مبارزه او د نوم بدۍ له منځه وړل

په ښځو باندې لګول شوي سخت محدوديتونه او انزوا، رواني/ارواېي روغتيا او ارواېي- ټولنيز ملاتړ (MHPSS) ته د لاسرسي پر وړاندې ستر خنډ ګرځي او د درملنې لارو چارو ناوړه اغېزې رسوي. سره له دغو ستونزو، ځينې افغان ادارې لکه د ښځو د سولې او مشارکت سازمان WPSO، د پرمختللي فکر لپاره Afghans for Progressive Thinking (APT) او ACDEO د ګروپي ملاتړ ناستې تنظيموي. دا ډله‌ييزې مرستې د افغان ميرمنو لپاره له فرهنګي پلوه د منلو وړ دي، ځکه چې د ټولنيز ملاتړ پر بنسټ ولاړې دي او ښځې يې په ګډ ټولنيز چاپېريال کې يو بل ته وړاندې کوي. په دغو غونډو کې متقابل باور، د مسايلو شريکول، او يو بل ته د تړاو احساس رامنځته کېږي. د يوې ګډونوالې په وينا: «ما فکر کاوه چې يوازې يم، خو ومې ليدل چې نورې هم له ورته ستونزو سره مخ دي.» ۴۴

هغه ميرمنې چې د خپلو تجربو په شريکولو کې زړه نه ښه کوي، د نورو ښځو د کيسو اورېدلو او ګروپ له لارې د مرستې ترلاسه کولو په پايله کې خپلې ستونزې هم بيانوي. ځينې ميرمنې خپلې انديښنې په غير مستقيم ډول «يعنې د خپل کورنۍ د غړي يا ملګرې له لارې » خپلې ستونزې شريکوي. دا طريقه هغوی ته زمينه برابروي، ترڅو حساسې موضوعګانې په غير مستقيم ډول راوسپړي، له مرستې برخمنې شي، او عملي حل لارې ومومي. د بېلګې په توګه، په دغو ناستو کې د کورني تاوتريخوالي او تروما اغېزې، د کورنۍ اړيکو پياوړتيا، او د ځان ساتنې او ځان بسياينې عملي لارې چارې تر بحث لاندې نيول کېږي. د ګروپي ملاتړ ميتود د افغان ميرمنو لپاره د بقا يوه حياتي وسيله ده، که دا نه واى، شايي هغوی د ځان زيان رسولو يا حتی د ځان وژنې له خطر سره مخ شوې واى.

دغو ادارو ګروپي مرستو وړاندې کولو نوښتګرو لارې چارې موندلې دي چې دا پروسې د خلکو په کورونو، په آنلاين يا دولتي کلينيکونو کې ترسره کېږي. د WPSO مؤسسه له ګډونوالو غوارې چې د کورنۍ يو غړی دې ور وپېژني، ترڅو د يوې فورمې د لاسليک له لارې د هغوی د ګډون اجازه ورکړي او ورسره مرسته وکړي. همدارنګه، په ځينو حالاتو کې دغه غړي د محرم په توګه په دغو غونډو کې ورسره ملتيا کوي. د APT مؤسسه دواړه آنلاين او آفلاين غونډې تنظيموي او د متقابلې مرستې او تشويق لپاره له واټساپ ګروپونو څخه ګټه اخلي. همدارنګه، دوی د حقيقي احتمالي وضعيتونو پر بنسټ آنلاين تمريناتي غونډې هم جوړوي ترڅو د ګډونوالو مهارتونه پياوړي کړي. د ACDEO مؤسسې د کابل ولايت په بېلابېلو سيمو کې په درېيو دولتي کلينيکونو کې ګروپي غونډې ترسره کوي، چې په دې سره ښځې د دې وړ ګرځوي چې کورنۍ ته ووايي، ډاکټر ته ځم او په دې ډول د نوم بدۍ يا شرم احساس ورو ورو په ټولنه کې محوه شي

44. د WPSO ځانګړې څېړنه، له آيکن موسسې سره شريکه شوې ده.

ښځې د WPSO لهخوا تنظيم شوې د MHPSS غونډې لپاره سره راټولې شوي دي.

د پام وړ ټکي: د WPSO محوري اشخاصو رول او ګروپي رغونه

- ۲۰۰ ځايي سوله پال محوري اشخاص (focal points) روزل شوي، څو په خپلو سيمو کې د ګروپي رغونې ناستې ترسره کړي. دا شمېر د افغانستان په ۲۰ ولايتونو کې ۱۳۷۲ مېرمنو ته رسيږي.
- يوه مېرمن خپله کيسه داسې بيانوي: «زما خاوند له يوې ودانۍ را ولوېد او سخت ټپي شو. دې پېښې ماته او زما اولادونو ته ژورې ارواېي، عاطفي او اقتصادي ستونزې رامنځته کړې. يوازې پاتې شوم او له هيچ چا مې مرسته نه شوه غوښتلی، ذهني فشار او انديښنو ډير وځپلم.»
- نومورې زياتوي: «يوې ملګرې مې راته د دې پروګرام په اړه معلومات راکړل چې خلکو ته د ارواېي/رواني روغتيا د ښه کېدو روزنه ورکوي. له نورو سره ګډون ماته ګټور او آرام بخښونکی و. ما د ارواېي روغتيا بنسټيز مفاهيم زده کړل او د استادانو او ګډونوالو سپارښتنې ماته ډېرې ارزښتناکې وې. په همدې سره مې سکون، ملاتړ، او له ټروما سره د مبارزې عملي لارې چارې وموندلې.»[45]

۵. د ټليفوني کرښې خدمات: د هويت د نه تشخيص او په محرم ډول د خنډونو له منځه وړل

د رواني روغتيا او ارواېي- ټولنيز ملاتړ (MHPSS) سره تړلې نوم بدۍ يا شرم، د افغانستان په څېر دوديزو ټولنو کې يو ستر خنډ ګڼل کيږي. که څه هم ښځې کولای شي د ګروپي غونډو له لارې راټولې شي، خو نارينه دا فرهنګ نه لري او د ټولنيزو دودونو له کبله، نه شي کولای چې خپلې ستونزې څرګنده کړي يا د چا څخه مرسته وغواړي. د هويت له افشا کولو پرته محرمه ټليفوني کرښه، لکه د ACDEO د کورني ملاتړ مرستندويه ټليفوني کرښه، نارينه‌وو (او ښځو) ته يو خوندي چاپېريال برابروي، ترڅو خپل احساسات او حساس موضوعات بيان کړي، هغه مسايل چې دوی يې په ښکاره له چاسره نه شي شريکولي. د هغو ښځو لپاره چې له کوره د وتلو اجازه نه لري، دا يوه خوندي او د لاسرسي وړ مرستندويه سرچينه ده. ډېرى نارينه چې له دې ټليفوني کرښې څخه يې ګټه اخيستې، څرګندوي: «دا په محرم ډول د ارواېي/رواني روغتيايي مرستو د تر لاسه کولو تر ټولو غوره لاره ده».[46]

د ACDEO محرمه او خوندي ټليفوني کرښه، چې د مشاورينو له خوا اداره کېږي، نارينه‌وو ته يو خوندي او پټ محيط برابروي، ترڅو د اوسني اقتصادي وضعيت له کبله د ناکامۍ، ذهني فشار، او شرم حس لرونکي عواطف بيان کړي، په ځانګړې توګه، هغه کسان چې خپلې کورنۍ ته نفقه نه شي برابولی. دا ډول احساسات په جګړه ځپلو سيمو کې عام دي، چيرې چې نارينه د خپلې کورنۍ د سرپرست او نفقې برابرونکي رول له لاسه ورکوي. د کورنۍ نفقه نه برابرول او د هغوی نه ساتنه، دوديزو جنسيتي نورمونو او نارينتوب ته ګواښ ګڼل کيږي

۴۵. د WPSO د ګروپي غونډې يوه ګډونواله
۴۶. د ACDEO راپور

د پام وړ ټکي: د ACDEO مؤسسې د کورني ملاتړ ټليفوني کرښه

- لـه ۲۰۱۳ز. کال راهيسـي، د ACDEO مؤسسـې د کـورني ملاتړ ټليفـوني کرښـې پرمـټ، لـه ۱۰۰،۰۰۰ ډېـرو کسـانو تـه د « MHPSS » مرسـتې وړانـدې کـړې دي.

- مثال: پـه جـلال اباد کـې يـوه مېرمـن، د خپل خاونـد لـه لـوري مونږ تـه راجـع شـوه. هغـې ټولنيـزه انزايټـي درلـوده چـې لـه واده وروسـته نـوره هـم شـديده شـوې وه. انزايټـي يـې دومـره شـديده وه، چـې لـه خپلـې کوټـې څخـه نـه وتلـه او ورځنـي کورنـي کارونـه يـې نشـواى ترسـره کولـى. د هغـې خسرګنـى لـه خپـل زوى څخـه غوښـتل چـې نوموړې تـه طـلاق ورکـړي، خـو خاونـد يـې ورسـره مينـه لرلـه او غوښـتل يـې چـې مرسـته ورسره وکـړي، نـو د وروسـتى حـل لارې پـه توګـه يـې مونږ تـه زنـګ وواهـه.

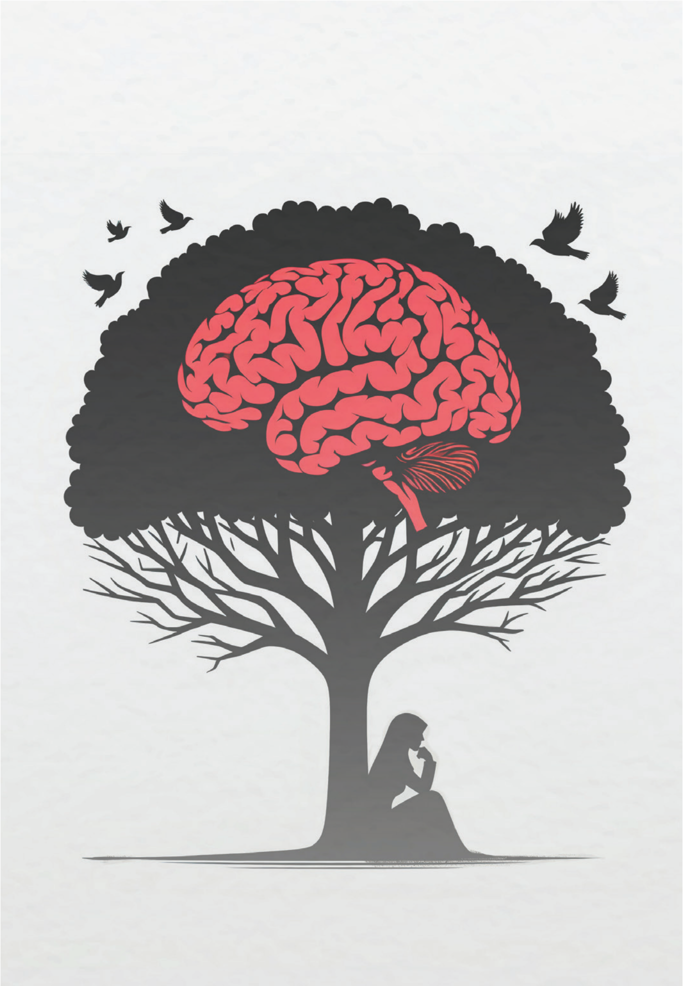
- هغـې بـه پـه منظم ډول مونـږ تـه زنـګ واهـه، او لـه څـو مياشـتو وروسـته، مخ پـه ښـه کېـدو شـوه. هغـه مـور شـوه او همدارنګـه يـې پـه خپـل ولسـ کـې پـه رواني او ارواپـي سـتونزو سره مخ خلکـو تـه د مرسـته لاس ورکـړ. کلـه چـې بـه زمـوږ د ټليفـوني کرښـې د بسـپنې کمېـدو يـا بندېـدو وېـره وه، نوموړې بـه خپـل خپلـوان راټولـو او مونږ تـه بـه يې پـه شريکـه دعـا کولـه.

مشـاورين د نارينـه‌وو شـکايتونه اوري، چـې ډېـرى يـې د کـورني تاوتريخـوالي، قهـر، او ناهيلـې لـه کبلـه زنـګ وهـي. جالـب دا چـې د دغـو نارينـه وو د ۷۰ سـلنه قضيـو راپـور د هغـوى د ښـځينه غـړو لـه لـوري ورکـړل شـوى دى. د دې محرمـه ټليفـوني کرښـې لـه لارې، د کـورني تاوتريخـوالي مخنيـوي تـه مسـتقيمه پاملرنـه کېـږي، زنـګ وهونکـو تـه د تاوتريخـوالي نـاوړه اغېـزې پـه ګوتـه کېـږي او همدارنګـه، د سختدريځو غلـط تبليغـات شـنډېږي. د مثال پـه توګـه، د ACDEO مؤسسـې ټليفـوني کرښـې، د يـوه ديني عالِم (مولـوى) پـه مرسـته، يـو ۱۶ کلن هلـک قانع کـړ، چـې د ځانمرګـي بريـد او د ښـوونځي پـه چاودنـه کـې بـه خـداى د هغـه کورنـۍ تـه نفقـه ور نـه کـړي. دغـه خـوان، چـې د تبليغاتـو تـر اغېـز لانـدې راغلی و، خپل پلان پرېښـود او د خپـل امنيـت خونديتـوب تـه پـه پام، لـه طالبانو څخـه بـل ځـاى تـه کـډه شـو

۶.معيشت، ځان بسيانه او د ځان د ارزښت اړوند احساس لوړول

شـديده اقتصـادي ناامنـي، د کار مونـدنې کمښـت، او د فرصتونـو لـه منځـه تلـل د نارينـه‌وو او ښـځو ترمنـځ د ناهيلـۍ او کمـزورۍ احسـاس تـه لاره هـواروي. دا وضعيـت، پـه ځانګـړي ډول، نارينـه‌وو تـه لا سـخت ثاميږي، ځکـه چـې هغـوى د کورنـۍ يـوازني نفقـه ګټونکـي ګڼـل کېـږي. اقتصـادي محدوديتونـه د هغـوى د دې مسـؤليت ترسـره کـول سـتونزمنوي، چـې لـه کبلـه يـې د شرم او ناکامـۍ احسـاس تجربـه کـوي .[۴۷] پـه دې برخـه کـې، ځينـې افغـان سـوله پالي اداري لکـه WPSO او WPP مؤسسـو د ځـان بسـايني ګروپونـه (self-help) جـوړ کـړي دي، چـې پکـې رواني روغتيـا او ارواپي-ټولنيـز ملاتـړ (MHPSS) لـه معيشـتي پروګرامونـو سره يوځـاى وړانـدې کېـږي. کـه څـه هـم دا پروګرامونـه تـر ډېـره د ښـځو لپـاره دي، خـو نارينـه هـم تـرې پـه غيـر مسـتقيم ډول ګټـه اخلي. کلـه چـې مېرمنـې پـه کورنـي اقتصاد کـې ونـډه واخلي، نارينـه يـې د برابـر شريـک پـه توګـه منـي، چـې لـه دې سره د کـورني تاوتريخـوالي کچـه کمېږي.[۴۸]

دا دوه اړخيـزه طريقـه د اقتصـادي ثبـات او ارواپي روغتيا ترمنـځ اړيکـه لا پيـاوړې کـوي. ددې لپاره چـې خلـک کار وکـړي، بايـد روغتيايـي وضعيـت يـې ښـه وي، چـې دا بيـا د زده کـړې، مهارتونـو لوړولـو، او اقتصـاي پراختيـا وړتيـا زياتـوي. همـدې



د APT لەخوا ډيزاين شوى اعلان چې د ټولنيزو رسنيو له لارې د رواني روغتيا پوهاوي ته وده ورکوي.

د پام وړ ټکي: د WPSO مؤسسې د ځان بسايني ګروپونه

- د WPSO مؤسسـې د هنـد هېـواد لـه کليـوالي سيمو څخـه د ښـځو د ځـان بسـايني يـوه بريالـى بېلګـه راواخيسـته، ترڅـو عمومـي اندېښـنې او ځايـي حـل لارې تشـخيص کـړي. دا د افغـان مېرمنـو د ټولنيـزو فعاليتونـو لپـاره يوازينـى خونـدي ګڼـل کېـږي.

- د ځـان بسـايني دا غونـډې او پوهنيـز مهارتونـه مېرمنـې د دې وړ کـوي، چـې خپـل کـورني لګښـتونه پـه اغېزمـن ډول مديريـت کـړي او، پـه ځينـو مـواردو کـې، خپلـې کورنـۍ تـه نـور عايـد هـم برابر کـړي.

- پـه دې اړه نـور معلومـات پـه لانـدې تـړوني کـې ولولـئ: د ځـان بسـايني ګروپونـه، پوهنيـز مهارتونـه او ارواپي-ټولنيـز ملاتـړ: د WPSO مؤسسـه د ژونـدې پاتـې کېـدو لارې وړانـدې کـوي.[۴۹]

لپـاره، افغانـان د ژونـد پرمـخ وړلـو لپـاره د موجـوده مهارتونـو او فرصتونـو څخـه ګټـه پورتـه کـوي، چـې د هغـوى پـر ارواپـي-رواني روغتيـا بانـدې مثبتـې اغېـزې ښـندي. د WPSO او WPP مؤسسـو د افغـان مېرمنـو لپـاره د عايـد پيـدا کولـو پروګرامونـه د MHPSS خدماتـو سره يوځـاى کـړي دي. د WPP مؤسسـې ومونډلـه چـې پـه لاسي صنايعـو روزنيـزو پروګرامونـو کـې شـاملې ځينـې مېرمنـې لـه ارواپي/رواني روغتيايـي سـتونزو کړېـږي، نـو دى ګـروپ تـه يـې د ملاتړيـز ميکانيـزم بڼـه ورکـړه، ترڅـو د دغـو مېرمنـو د ټرومـا درملنـه هـم وشي

۴۷. له ACDEO سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپټمبر نهمه)
۴۸. له WPP سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپټمبر ۱۷مه)
۴۹. لاورن ميلوس، «د ځان بسايني ګروپونه، زده کړه او ارواپي-ټولنيز ملاتړ: د مؤسسه افغان مېرمنو ته ژوندي پاتې کېدو لارې چارې وړاندې کوي»، آيکن مؤسسه (۲۰۲۳ز. کال د مى ۱۸) پته: wpso-a-lifeline-to-women-in-afghanistan/۰۵/۲۰۲۳/https://icanpeacework.org.

۷.د زده کړو له لارې د نورمونو بدلول

د افغان ښځو په مشرۍ سوله پالې اداري هڅه کوي چې د رواني روغتیا او اروایي-ټولنیز ملاتړ (MHPSS) اړوند د عامه پوهاوي کچه د خپلو ټولو فعالیتونو له لارې لوړه کړي. دغه اداري د ټولنیز انزوا، ننوم بدی، او شرم له منفي احساساتو سره د مبارزې ترڅنګ، د ځان بسیاینې او د ځان ارزښت پېژندنې ارزښتونه ترویجوي. دا روښانه پراخېدونکي پوهاوی د رواني/اروایي روغتیا مسایل د خلکو د ورځنی ژوند یوه عادي برخه ګرځوي. د بېلګې په توګه، د APT مؤسسې د ښځینه محصلینو لپاره د رهبرۍ موجود درسي مواد له سره تنظیم کړي او یکې یې د رواني یا اروایي روغتیا اړوند مفاهیم ورزیات کړي دي. دغه درسي مواد نه یوازې حضوري بڼه لري، بلکې آنلاین هم د محصلینو لپاره د لاسرسي وړ دي. دا پروګرامونه له ګډونوالو محصلینو سره مرسته کوي چې د ستونزو پر وړاندې د مبارزې میکانیزمونه(coping mechanisms) زده کړي او په خپلو اړوندو ولایتونو کې د رواني یا اروایي روغتیا په اړه عامه پوهاوی خپور کړي

د ځوانو ښځو پوهاوي، مهارتونه او عاطفي ظرفیت لوړونه یوه حیاتي بنسټیزه اړتیا ده. لکه څنګه چې د APT مؤسسې بنسټ ایښودونکي آغلې صفیه رامیار څرګندوي: «موږ نشو کولی چې دا ځوان نسل له لاسه ورکړو؛ زده کړه د امنیت بنسټ دی، پرته له هغې هیڅ ډول امنیت شونی نه دی.»[50] APT مؤسسه نه یوازې د ځوانو ښځو ظرفیت لوړوي، بلکې د افغان رواني/اروایي متخصصینو مهارتونه هم غښتلي کوي، ځو هغوی وکولای شي دغه آنلاین روزنیز پروګرامونه وړاندې کړي. یوه روزونکې څرګندوي: «زه باور لرم چې دا مهارتونه او تخصصي پوهه به زما په مسلکي ورتیا مثبته اغېزه وکړي او زه به وتوانېږم نورې افغاني نجونې د اروایي روغتیا او هوساینې په برخه کې مؤثرې وروزم».[51]

> «زه باور لرم چې دا مهارتونه او تخصصي پوهه به زما په مسلکي ورتیا مثبته اغېزه وکړي او زه به وتوانېږم نورې افغاني نجونې د اروایي روغتیا او هوساینې په برخه کې مؤثرې وروزم»

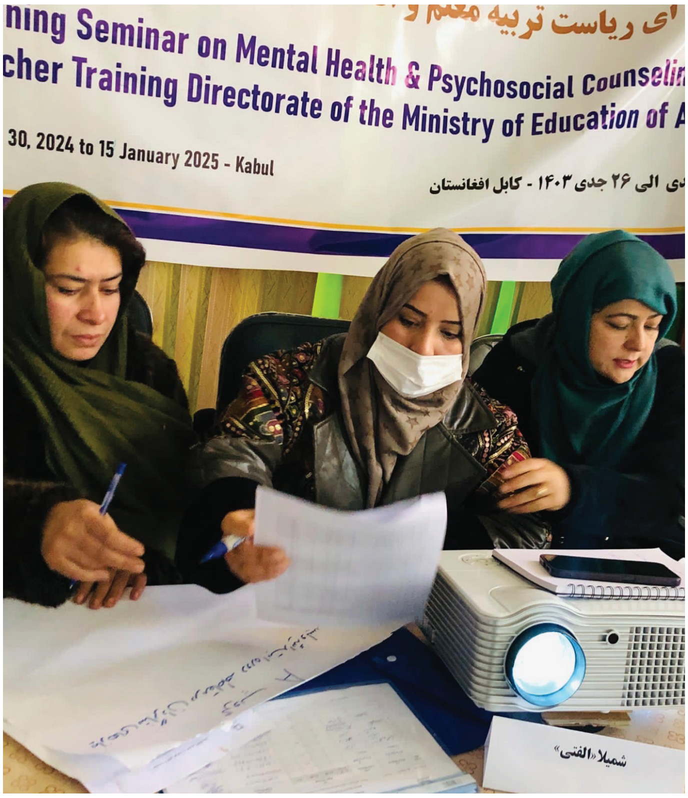
سربېره پر دې، APT مؤسسه د رواني یا اروایي روغتیا په اړه عامه پوهاوي د لوړولو لپاره د ټولنیز رسنیو له لارې کمپاینونه هم ترسره کوي. دغه کمپاینونه د طالبانو له خوا پر ښځو او نجونو لګول شوو محدودیتونو ته انعکاس ورکوي او هغه اغیزې بیانوي چې دا بندیزونه د ښځو پر اروایي یا رواني حالت پرېږدي. دا کمپاینونه د افغان نجونو او ښځو لپاره یو خوندي فضا رامنځته کوي، ترڅو خپلې کیسې له نورو سره شریکې کړي. دغه کیسې په پښتو، دري او انګلیسي ژبو خپرېږي، او له هغوی سره د مشورې او ملاتړ سپارښتنې هم وړاندې کېږي. دغه تګلارې نه یوازې د افغان مېرمنو اړتیاوې تشخیص کړې دي، بلکې د داسې یوه فرهنګ بنسټ یې ایښی چې د ټولنې د هر وګړي اروایي روغتیا ته ارزښت ورکوي او د یو ټولشموله اروایي ملاتړ فرهنګ ته وده ورکوي

د ACDEO مؤسسه د رسمي تعلیمي سکتور سره له نږدې همکارۍ کوي، څو داسې درسي نصاب جوړ کړي چې د پوهنې وزارت له لورې ګمارل شویو ښوونکو، په ځانګړې ډول ۱۰۰ ښوونکو، ته وړاندې شي. په دغه نصاب کې د محاورې درملنې، د خبرو اترو له لارې د شخړو هوارې، د ښځو اقتصادي پیاوړتیا، او سوله‌ییز نارینتوب په اړوند موضوعات شامل دي. تاکل شوي ښوونکي، ترڅنګ د دې چې خپله اروایي روغتیا ښه درک او ارزونه کوي، په ښوونیزو مؤسسو کې د MHPSS خدماتو وړاندې کولو ورتیا هم ترلاسه

خلک د ACDEO له‌خوا تنظیم شوې د MHPSS غونډه کې ګډون کوي.

کړې. د دې روزنیز او پوهنیز نصاب له لارې د اروایي روغتیا، هوساینې، او له تاوتریخوالي څخه د نه ګټه اخیستنې ارزښتونه ترویج نه یوازې د ښوونکو ظرفیت لوړوي، بلکې د ماشومانو او ځوانانو په فکري او عاطفي روغتیا باندې مستقیم مثبت اغیز لري. په پایله کې، ښوونکي او روزونکې کولی شي زده کوونکو او ټولنې ته دا ذهنیت ورکړي چې د شخړو د حل غوره لاره تشدد نه بلکې تفاهم، خبرو اترو او پخلاینې ته ژمنتیا ده. یوې ښوونکې خپله تجربه داسې بیان کړې

«ما په دې سیمینار کې د یو عادي شخص او د ښوونکې په توګه دا زده کړل چې څنګه خپل احساسات لکه انزایټي، اندېښنه، فشار او شدیدو احساساتو کېدو غبرګون مدیریت کړم. اوس که زما کوم زده کوونکی له رواني یا اروایي ستونزو سره مخ وي، نو زه یې تشخیص کولی شم،



ښځې د ACDEO له‌خوا تنظیم شوې د رواني روغتیا او ټولنیز ملاتړ په روزنیز پروګرام کې برخه اخلي، چې موخه یې د ښوونکو د روزنې چمتووالی دی

۵۰ له APT سره مرکه (۲۰۲۴ز. کال، د سپټمبر لسمه)
۵۱. د APT مؤسسې د پروژې ریپورټ (۲۰۲۴ز. کال، د جولای ۲۹)

۱۱مه پاڼه: ښځې د WPP لهخوا تنظيم شوي د شخړو د هوارۍ او منځګړيتوب په روزنيز ورکشاپ کې برخه اخلي.

د خواخوږۍ لـه مخې يـې درک کولـی شـم او اړينـې مسـلکي مشـورې ورتـه وړانـدې کولـی شـم. دا سـيمينار زما لپاره ډېر ارزښـتمند و، ځکه چې دا زما د شـخصي، کورنۍ، ټولنيز او مسـلکي ژوند ګڼ اړخونـه روښـانه او پـراخ وکـړل.» [۵۲]

پـه فرهنګـي چـوکاټ کـې د دغـو ارزښـتونو ځـای پـر ځـای کـول حيـاتي اهميـت لـري، ځـو د هغـو د بنسـتپالو اوتاوتريخجنو ډلـو مخـه ونيـول شي چې هځه کـوي تعليمـي بنسـتونه د خپلـو افراطـي نظرياتـو د ترويـج او پروپاګنـډې لپـاره وکاروي.

د پام وړ ټکی: د APT مؤسسې د مشرتابه روزنه

- د APT مؤسسې لهخوا وړاندې شوي آنلاين غونډې د ګډونوالو رواني/ اروايي روغتيا اړوند پوهاوی، د احساساتو کنټرول، او د ورځني ژوند لـه سـتونزو سره د مبارزې مهارتونـه لـوړ کـړي دي. ګډونوال پوهېـږي چـې هغـوی د APT لـه شـبکې سره د دوامداره ملاتـړ فرصت لـري او اړتيـا پـر مهال کولـی شي لـه يـادې شـبکې مرسـته ترلاسـه کـړي.

- يادو محصلينو دا درک کړې چې هغوی کولی شي، پرته له دې چې خپل هويت افشـا کـړي، پـه خپلـو ولايتونـو کـې د اروايي روغتيـا او سـوکالۍ پـه اړه د عامـه پوهـاوي فعاليتونـه ترسره کـړي .

- يـو ګډونـوال ځرګنـدوي: «اوس چـې کلـه زه د انزايټـي يـا ژور خفـګان احساسـات کـوم، ژوره سـاه اخلـم، خپـل احساسـات پـه کاغـذ ليکـم، او د ارامـۍ تمريـن کـوم. دا کړنلاره راتـه د ذهنـي سـکون، تمرکـز، او ورځنيـو چـارو د ښـه سمبالښـت پـه برخـه کـې مرسـته کـوي.» [۵۲]

راپورونـه ښـايي چـې طالبانـو تـر دې دمـه نـږدې ۴۰۰۰ نـوي مدرسـې جـوړې کـړې دي، چـې يـو شـمېر نجونـې يـوازې لـه دې کبلـه ځـي چـې لـه کـور څخـه ووځـي او يـو څـه آزادي ولـري. [۵۳] پـه دې سـاحه کـې د ښـځو پـه مشرۍ د سـولهپالو مؤسسو فعال حضـور دا هـدف لـري چـې د افراطيـت د خپرېـدو مخـه ونيـسي او د سـولې، زغـم، ټـول شـموليت (pluralism)، او جنسـيتي برابـرۍ ارزښـتونه ترويـج کـړي. د دغـو ارزښـتونو پياوړتيـا نـه يـوازې د ښـوونيز چاپېريـال مصؤنيـت تضمينـوي، بلکې د راتلونکـي نسـل د فکـري او عاطفـي ودې لپـاره هـم بنسـټيز اهميـت لـري

۸. د منځګړتوب/پخلاينې لپاره د ټروما په معلوماتو متکي لارې چارې

د افغـان ښـځو پـه مشرۍ سـولهپالو ادارو نـه يـوازې د ټروما اغېـزې تجربـه کـړې، بلکې لـه هغـې څخـه يـې ژور درس هـم اخيسـتی دی. دوی د ټروما د دې سـتونزې پېچلـې، ټوليـزې او نسـل پـر نسـل اغېـزې درک کـړې دي او پـه خپلـو معيشـتي او پوهنيـزو پروګرامونـو کـې يـې ځـای پـر ځـای کـړې دي. تاوتريخوالـی او نـا رغېدلـې ټرومـا د کورنيـو د غـړو ترمنـځ او پـه ټولنـو کـې د شـخړو عمـده لاملونـه ګڼـل کېـږي. لـه همـدې املـه، د ټرومـا پېژندنـه، تشـخيص او پـر وړانـدې يـې مؤثـر غبرګـون بايـد د سـولهپالنې هڅـو اساسي برخـه وي. د WPP مؤسسـه د شـخړو د حـل اړونـد روزنيـزو پروګرامونـو او د ډايلـوګ غونـډو لـه لارې، د اروايي-ټولنيـز ملاتـړ (MHPSS) موضـوع تـه هـم ځانګـړې پاملرنـه کـوي
منځګړي يـا پخلاکوونکـي د خونديـ چاپېريـال پـه رامنځتـه کولـو او د اروايي-ټولنيـز ملاتـړ پـه وړانـدې کولـو سره، د شـخړو د هـوارۍ د بهيـر لـه پيـل وړانـدې د ټرومـا د اسـاسي لاملونـو (underlying factors) د لـه منځـه وړلـو پـه برخـه کـې مهـم رول لـري. دوی پـه دقـت سره د غـوږ نيونـې او د بحـث اړولـو يـا بدلولـو تخنيکونـه کاروي، چـې نـه يـوازې د شـخړو جـرړې لـه منځـه وړي، بلکې د ټرومـا عاطفـي اغېـزې هـم کمـوي. د WPP مؤسسـې لـه خـوا، د ټرومـا پـه معلوماتـو متکـي تـګلارو پـه اړه ۵۰ تنـه ځايـي پخلاکوونکي/محرکين/منځګړي روزل شـوي، چـې ۷۰ سـلنه يـې ښـځې دي، او همـداراز اروايي-ټولنيـز ملاتـړ هـم ورتـه برابـر شـوی دی. د دې پايلـه دا ده چـې دوی هغـه لازم مهارتونـه، پوهـه او بـاور ترلاسـه کـړی چـې د ولسي شـخړو د سـولهييز حـل لپـاره اړيـن دي يـوه منځګړي/پخلاکوونکـي (mediator) ګاټولـه داسـې ځرګنـدوي

۵۲. تسکين، ځانګړې څېړنه، ACDEO مؤسسه.
۵۳. له ACDEO مؤسسې سره (په ۲۰۲۴/ ۱۰/ ۴ نېټه) او له WPP مؤسسې سره (په ۲۰۲۴/ ۱۰/ ۹ نېټه) د برېښناليکونو تبادله

«د WPP مؤسسې لـه لـوري د ټروما پـه اړه دا روزنـه ډېـره اغېزناکـه وه، لـه ما سره يې د عواطفو په کنټرول کولو کې مرسته وکړه. نه يوازې دا چې زه د دې وړ شوم چې دا نظريات په خپل ژوند کې عملي کړم، بلکې له خپلو ملګرو او همکارانو سره مې هم د هغوی د فشار په آرامولو کې مرسته کړې او يو مثبت اغېزې يې رابانـدې کـړي دي.» [٥٤]

د پام وړ ټکی: د WPP مؤسسې د ټروما ته په پام يا د ټروما په معلوماتو متکي پخلاينې اغېزې

- منځګړي/پخلاکوونکي د عاطفي درد د درک کولو په برخه کې له کورنيو سره مرسته کوي او له دې لارې د هغوی شخړې له منځه وړي او د پخلاينې يا منځګړتوب په پروسه کې مرسته کوي.
- عملي مثال: يو نارينه پخلاکوونکی/ منځګړی/محرک پوه شو چې يوه ځوانه ښځه له ژور خفګان سره مخ ده. د خپلې ښځې په مرسته، هغه د دواړو کورنيو ترمنځ ملګرتيا رامنځته کړه او د ټولنيزو اړيکو او وړانديزونو له لارې يې د نجلۍ روحيه لوړه کړه.
- د WPP مؤسسې پخلاکوونکو/منځګړو هغه ټولنيز نورمونه ننګولي چې له اووه کلنۍ پورته نجونې يې له زده کړو منع کولې او د کم عمر ودونو ته يې هڅولې، ترڅو د کورنيو شخړې هوارې کړي. يوه منځګړې څرګندوي: «د يوه منځګړي/پخلاکوونکي په توګه، زما بنسټيز تمرکز دا دی چې د نجونو له زده کړو ملاتړ وکړم، ما له کورنيو سره له نږدې کار کړی، ترڅو هغوی قانع کړم چې خپلې لوڼې کليوالي ښوونځيو او خياطۍ کورسونو ته واستوی چې هلته نجونې هم زده کړه کولی شي او هم اقتصادي عوايد ترلاسه کولی شي.» [٥٥]

منځګړي يا پخلاکوونکي د رواني روغتيا او اروايي-ټولنيز ملاتړ «MHPSS» اړتياوو ته لومړيتوب ورکوي او دا مني چې شخړې يوازې د استدلال او بحث له لارې نه حل کېږي، بلکې د اغېزمنو کسانو د رواني/اروايي او عاطفي دردونو په درک کولو سره هوارېږي. کله چې منځګړي يا پخلاکوونکي د ټروما او ذهني فشار نښې پېژني او د هوارولو هڅې کوي، دوی افرادو ته فرصت ورکوي چې د شخړو په بېلابېلو بهيرونو کې فعاله برخه واخلي. دغه لاره د دې لامل ګرځي چې د هغوی حل لارې دوامداره او پايښت لرونکې شي. له همدې کبله، د ټروما په اړه حساسيت يا د ټروما معلوماتو متکي «Trauma-informed approaches» د شخړو د حل لپاره بنسټيزې دي او د فرد، کورنۍ، ټولنې او ټوله ولس لپاره يوه پراخه او اغېزمنه تګلاره ګڼل کېږي

پايله

د افغان ښځو په مشرۍ سوله پالې ادارې، په ځانګړي توګه په افغانستان کې د رواني يا اروايي روغتيايي بحران پر وړاندې د مبارزې او د دې ستونزې بنسټيزو لاملونو د له منځه وړلو وړتيا لري. دغو ادارو د بحران د څو اړخيزو او جنسيتي اغېزو په پېژندلو سره، داسې لارې چارې رامنځته کړې دي چې له فرهنګي پلوه شرايطو سره په بشپړه توګه برابرې او محلي اړخونه لري. په دې چوکاټ کې، مخامخ ګروپي مرستې او د ټليفوني غونډو پروسې هم شاملې دي، چې د افغانانو د انزوا او نوم بدۍ خير پيښو د حل لپاره د مبارزې مؤثرې لارې چارې وړاندې کوي. سربېره پر دې، دغو ادارو په خپلو معيشتي او تعليمي پروژو په ترڅ کې د رواني يا اروايي مرستې عامه پوهاوي ورکشاپونه او روزنيز کورسونه هم ځای کړي دي. همدارنګه، دوی د جنسيتي او دوديزو نورمونو د بدلون له لارې د ټولنيز فرهنګ په اصلاح کې ونډه اخيستې، مهارتونه يې رامنځته کړي، او د ټروما څخه د رغيدو او هوساينې پروګرامونه يې دود کړي دي. همدارنګه، د اروايي روغتيا او اروايي-ټولنيز ملاتړ « MHPSS » روزنيز کورسونه او خدمات، د ښځينه سوله پالو لپاره حياتي ارزښت لري، څو دوی له نورو خلکو سره د ټروما له اغېزو په کمولو کې مرسته وکړي، له رواني زيانونو خوندي وي، او خپل خونديتوب لا پسې پياوړی کړي

په هغو سيمو کې چې د رواني روغتيا او اروايي-ټولنيز ملاتړ (MHPSS) خدمات او سرچينې محدود دي، د افغان ښځو په مشرۍ سوله پالې ادارې هڅه کوی چې د « MHPSS » خدمتونه ته د لاسرسي د زياتوالو له لارې دغه خلا ډکه کړي او خلکو ته د خونديتوب احساس بېرته راوګرځوي

د دې لپاره چې دا کار دوام ومومي او افغانان د خپلو کورنيو او ولس د روغتيا او هوساينې مسؤليت بېرته واخلي، نو بايد د سوله پالنې لپاره د ټروما پر بنسټ تګلاره خپله کړي او د نا امنۍ نظام مندې منابع له منځه يوسي، چې دوی ته زيان رسوي

دوی له داخل څخه او همدارنګه له کلی څخه تر ملي کچې سوله او ارامي راولي او له نورو با نفوذه کسانو سره ګډ کار کوي، څو پراخ، باثباته، او ټولګډونه سياسي او اقتصادي نظامونه جوړ کړي. يوازې په داسې شرايطو کې به افغانستان د ټولو افغانانو لپاره يو خوندي، سوله ييز او د ژوند وړ هېواد وي

۱۲مه پاڼه: ښځې د WPP لهخوا تنظيم شوې د شخړو د هوارې او منځګړيتوب په روزنيز ورکشاپ کې ګډون کوي.

٥٤. د بريا کيسې، ولايتونه: کابل بلخ، هلمند، کندهار، د WPP مؤسسه
٥٥. د بريا کيسې، ولايتونه: کابل بلخ، هلمند، کندهار، د WPP مؤسسه