

1 گەيشتن و پارەدان

ھەموو چارەخواریك لە پېشوازىيەو دەست پىدەكات

پېشوازى

5 خولەك

كارمەندى پېشوازى دەپرسىت:

1. نۆرە ھەپە؟

2. ئەمبۇ بۇ چى ھاتوویت: پزىشك، چارەسەرى سروشتى، گوشتاردەمانى، مەساج يان ئامىر؟

پارە لىرە و پېش سەردانەكە وەردەگرىت.

بۇ چارەخواری نوئى دۆسىيەى نوئى دەگرىتەو.

بىن نۆرە: نزیكى 5 خولەك زیاتر چاوەروان دەپىت.

بۇ چى ھاتووە؟

كۆى كات لە گەيشتنەو تا رۆيشتن

2 كام فۆرم؟

لە ھۆلى چاوەروانى

3 چەند خولەك چاوەروان دەپىت؟

4 بۇ كوئى دەچىت؟

پزىشك، چارەسەر يان ئامىر

5 نۆرەى داھاتوو و رۆيشتن

ھەمووان دەگرىنەو بۇ پېشوازى

پېشوازى
نۆرەى داھاتوو 1 خولەك

پارە لە سەرمەتادا دراو. پېش رۆيشتن نۆرەى داھاتوو دەگرىت؛ كەس بىبىن نۆرەى داھاتوو ناروات.

مەساج
سەن چۆر

كۆى كات
ھەر دانېشتىك 17 تا 97 خولەك

ئامىرەكان
شەش ئامىر

كۆى كات
ھەر دانېشتىك 37 تا 52 خولەك

گوشتاردەمانى
قەسەردن و زمان

كۆى كات
نۆى 71 خولەك
دووبارە 52 خولەك

چارەسەرى سروشتى
ھەلسەنگاندن و دانېشتى خول

كۆى كات
نۆى 106 خولەك
دووبارە 97 خولەك

د. مەيسەم
پسپۆرى زانستى دەمار

كۆى كات
نۆى 31 خولەك
دووبارە 16 خولەك

د. شاھۆ
پزىشكى دەروونى

كۆى كات
نۆى 46 خولەك
دووبارە 16 خولەك

بىن فۆرم
راستەوخۇ دەچىتە ژوورى چارەسەر

بىن فۆرم
راستەوخۇ دەچىتە ژوورى چارەسەر

بىن فۆرم
راستەوخۇ دەچىتە ژوورى چارەسەر

فۆرمى چارەسەرى سروشتى
نۆى 5 خولەك
دووبارە بىن فۆرم

فۆرمى چارەسەرى سروشتى
نۆى 5 خولەك
دووبارە بىن فۆرم

فۆرمى د. شاھۆ
نۆى 5 خولەك
دووبارە بىن فۆرم

1 خولەك

1 خولەك

نۆى 5 دووبارە 1

نۆى 5 دووبارە 1

5 خولەك

5 خولەك

ژوورى مەساج
چارەسەركارى مەساج

چۆر	ماوہ	كۆى كات
كۆرت	10	17
مامناوہند	45-60	67
درىژ	90	97

بۇ مامناوہند 60 خولەك دادەنرىت.

ژوورى ئامىر

ئامىر	ماوہ	كۆى كات
QEEG	45	52
TMS	30	37
tDCS	30	37
Neurofeedback	45	52
Biofeedback	40	47
كورسى موگناتىبسى	35	42

يەكەم دانېشتن 5 تا 30 خولەك درىژترە و پىئويستى بە راسپاردەى پزىشك ھەپە.

بەشى گوشتاردەمانى
پسپۆرى گوشتاردەمانى

نۆى 60 خولەك
دووبارە 45 خولەك

بەشى چارەسەرى سروشتى
چارەسەركارى سروشتى

نۆى 90 خولەك
دووبارە 90 خولەك

ژوورى د. مەيسەم
نۆى 15 خولەك
دووبارە 5 خولەك

ژوورى د. شاھۆ
نۆى 30 خولەك
دووبارە 5 خولەك