

# እካኸርናር

## PERSONAL INTEGRITY

እካኸርናር ክንትስተው ጋብ ብሊነውድ፣ በከት፡ ሓቕ እሳና፡ እንተርደሪት አርእና፡ ተክለበና ... ዋሲሰኩ። ላኣዳም እና ባህርያት ነስ ሻኻ እካኸራ ይስተኩ። ደኣም እና ዋዓድሊ፣ ኒትርጉምሲ ኒልድ ፈይሕድኖ ቋልኖሉ ግን።

### እካኸርናር ይና ውረኒ ግን?

እካኸርናር ሳኸ ሳኸልድ ሲዳኸና አዋይን ሓሰብኒኸዲ፡ መድ ምኸርኒኸዲ፡ ዲቢኸራ አክኒ ኸዲ (social)፣ አደብዲ ዓገልዲ ክምኒኸ ባህርያት ዋሲሰኩ።

እና ባህርያት ነን እኻርስኩ ለውነው (genetical) ባህርያትዲ፣ እኻርስና ደንቢ ህንባ አመታትሊ ተብብነው (enviromental) አኸ፣ ትርጉም ሻኸ ደርብድ ለወትሱኸር ዳበሩኸር ፈረው ግን።

### (ሀ). እካኸርናርሲ ዳበርድኒል ጨለው ጋራት ውረኒ ናው?

1. ብሪ ጃርዲ፣ ክልዎና ህንበው ደወልወልዲ (Enviroment)፣ ጨወዲ ማስዲ።

#### ህንቡንትክ፣

- ጨዋ ንርኸትል ላሕማ፡ ነዩትድና፡ አደብ ሻኪስኒል ተቢ ጃሊስና፣ እንከሊ ጃሊስና፡ ትክስረ ናበይና ወሪ አወክና ሻኸረሪ አክረን፣ እካኸርናር ኒተኪንድ ዳበረኩ።
- አሪ ገፍድ ቋልነን ኮዶ፡ ጨወስ ጉታኸ ዋኸ፡ ሕሳን ብና፡ ተብራርህና ብና ዋነን፣ ጨወስ ጉኢትል፡ ዋስስታኸሲካ ጋብና ብኒል፡ ቅሳነት ብኒል፡ ዋኸል ቁምቁም ይና ባህርያት ሓደርደነኩ።

2. ምህርር ልጃን፣

- አምርሲ ደኩሳኸ ደርብዲ ኪዲሳኸ ደርብዲ ጣፍሕ አከን፣
- ደወልወል ምህርሩኸ እንከልሳኸ አከን፣
- እኸረር ካበነዲ ላሕማ አረርስጃኒኸ ጀረብሳኸሰና ፈራኸ አከን፡ እካኸርናር ህንበኩ።

3. ዲን፡

- ሳዳ መኸልትኒኸ እወኩ።
- ወክት በዳንሊ ሻኸደት ለብግሪን ሒል እወኩ።
- ሞራሉኸ ክብር አርእኒል ካበኩ፤ ኣዳምዲ ሓሳብዲ ሓሸምዲና።

4. ከዋ ዲባ Society

- አወያ ከዋ ዲባ ዓንቀይል መንደርትራኸን ?
- ምንግስ ምልክዲ፡ ታንትጃዲ፡ ሁከትዲ ሻኸማ? ወሪ ወረባ ጣፍሕ፡ ፍትሕኸዲ፡ ናይ ኣዳምዱኸ ሓሸምዳኸዲ? ነን ናውክ ባህርያሲ እን ሓለትሰነክ ለውተኩ።

5. ልውር ወሪ አታቲን (talent)

- በሀርድ ድልኔ ኮሪትራ ወዓበንቲ (stars) - ጎሊተንቲ፣ ስያሰትሊ መርሔት፣ ቲያትሮ (actors)፣ ነን ናውክ ረቀብሳኸ ሰንዓታ ሻኸኑኸ፤ እማ ናሹትል እምነት ገምደና ኸዲ፣ ሽሻስተናኸዲ አኸኑዲን ባሀርያትሲ ካበኸ።

6. ዓዋዲ (culture)

- ዓዋዲ ጃብራ ፈሰውዲ አዳምር ሕሽም ከበርድኒል ሰረትሰው አከን እካኸርናርሲ ዳበርደኸ።

(ለ) ትክኖውዲ በዳንናዲ ባሀርያት አወየው ናው

ትክኖው

- ነዩትደንታ
- ገሽ ፋሪሕ ጃሊሳኸ
- ሃደፍ ክቱብድ ገማኸ ሻኸ
- ይማምድ ፈራኸ
- መእምሮ ፋይሕ ሻኸ
- ጨገም እንክኒል ለመለም ያኸ
- ሕይምንተዲ ሒልዲት ነስሐ እምናኸ
- ሳደዲ ነበኸዲት ዓውቲትኒል ካባኸ
- ኒሹት ተከዋኸ

በዳናን

- ገራይደንታ
- ጃብድኒል ደበልታኸ
- ሃደፍ እንጋኸ
- ይማም እንጋኸ
- ለብኒልድ አልኮተታኸ
- ጅርበት ካያ ጃሻስታኸ
- መረርዳኸዲ ሓንጻሊትኸዲ
- ኒሹት ምላኸ
- ከቲና ካያ ቁር ያኸ
- አሪውዲ ሃደፍዲ ነባኸዲት ማነይሮ ለመለም ያኸ
- ኒከቲናድ አሪውሲ ለከማኸ

**(ሐ) እካኹርናር ዳበርድኒል ሓሳብሊ ቱስኖ ሻኸኸው ጋራት**  
(Five factors for personality development)

- ክኒ ወሪ አምርሊ ብስታኸ (openness to experience)
- መሄድኒል ወሪ አርእሻሊ ተውሄት ቋሊስና (inventive/curious)
- ኒትክ ሓሸምዶ ቋላኸ
- ሓዲስ ሰንግታ አርእኒል እኸን መሄድኒል ታውህ
- ወክት አዶ መኸላ እዳንዳኸ
- ሓሳባትድ ርዱቅ
- ዓዋዲ አሪውሲ አርእኒል አኸን ባሓስኒል ታዊህ

**ቀስድ ፋይሕ (conscientiousness)**

- ስሉጥዲ ይማምኸዲ (efficient/organized)
- ኒሹ መለካኸ
- ሰርገልዲ ሃደፍዲት እን ጨበርሳኸ ደርብድ ዓቀኖ ቋላኸ
- ኒትክል ዳልው
- ይማምድ መርሕስታኸ
- ክድመትሲ ሰፋየትድ ሰለጥዳኸ

**አሪውድ እስረው ወቀይዲ አዋይንዲ (extraversion)**

- ሕቡርዲ ወቃየትሊ ታውህዲ (outgoing/energetic)
- ከዋ ዲባ ነበክል ባህ ዋስስታኸሉ
- ጂጋ ተርሳኸ
- ትክ ወራትሊ መኸልትስታኸ አኸሮ ደንቢራ የጋኸ
- ከዋ ዲባ ዓንቀይል አካን ሻኸኸን የንታ

**ላሓምና ጋርድ (Agreeableness)**

- በኪትዲ ዓቅልዲ
  - ላሕመት ከዋ ዲቢኸ ሻኸ
  - በኪት
  - እምነት ገምድራኸ
  - ካበንታ
  - መቅርሕድ ካኸዲ ከቲና ባረንተዲ
  - ሳዲኸ መኸላ ሻኸ

**ባህሰጋዥ ባህርያት (Neuroticism)**

- አሸኾ ተመድሳዥዲ ሓረቅረንተዲ
- ጉኢዲ ታንተኻዲ ሻዥ
- ሀንጉልጭራዥ
- አዩ ወራትሊ ረገስታዥ
- ሀውከትዲ አዩ ወራትዲትል ረገስታዥ
- ሃዳኦት እንጋዥ
- አዩ ወራትሲ ዕልገፍድ መርኪሳዥ

**(መ) እካዥርናር ወራት ጠለቅና ኒጅንጅንሲድ (personality disorder types)**

**እንጠሪ ዲቢዥ (anti-social personality disorder)**

- ዓደት ወሪ ሕጊ ተከውኒል ጨገም ሻዥ
- ዲባ ዓደትዲ እሱል ወረቢዥዲትል ዲማ ጨገም ሻዥ ወሪ አኸሮ ወጀበጋዥሲ እሳዥ
- አሪውዲ ናይሲ ሓሸምደጋዥ
- ደርብ ደኳዥ ሓሩቀትዲ ዕግርግርዲትል መርሕስተ ዋኸል ገውታዥ
- ሓሳብ፣ ንዩት፣ መኸላ፣ አሪውድዥሲ ሓሳብሊ ቱሰጋዥ
- ሕሳንዲ ላሕመዲ ቋሊሰጋዥ
- ድግም ዓምጭዥ ሻዥ

**ኩሹትል ኩኖ ብና ብና እካዥርናር ወራት ጠለቅና (dependent personal disorder)**

- አሪውል ኩኖ ሀንባዥ
- ይማም አሪውልድ ጨበራዥ
- ሲርያዥ ረአይ ስኩስኒል ኒሹት ሻካዥ
- ከዋ ዲባ ዓንቀይል ኒ ጋን ገንጀጋዥሉ፣ ወሪ ታሚት ዲቢዥ ዋስስተጋዥሉ አማ ኒሹት ዓደጋዥ
- ዓቅም ድርግንቲ፣ አሪውልድ ኩድኃዲ አንከሊዲ ጨበራና
- ናንሲ በጥስና አሪውሊ

**ግንዲትናር አሻረት እካዥርናር ወራት ጠለቅና (borderline PD)**

- ኒሹር ምልክ እንጋዥ
- ኒሹር ሃደፍዲ ኒሹር ፍሪርዲትል ሰብር ታምም እንጋዥ
- ሓደርጋዥ ቀስድ ብድ አሸኾ ሀውር ዕግርግሩዥሊ ትዋዥ
- ኒሹት ጎትኒል ደበልታዥ
- ረቀብሳዥ ሻኸሊ ይሮ ኩሹት ለብድና

**ከብትራኸ እካኸርና ወራት ጠለቅና (avoidant PD)**

- ዲቢል ደርብ ደኳኸ ጉኡ ሻኸ
- ከላውድ ናዕስራ ጨገምድ ኮልድ ዓደግስና
- ጉኡዲ ታንትሻዲሲ እን ገሪ ንዩት ዲቢል ሕበርስኒኸልድ እርግና
- ኣሪውል እምነት ብና
- ባቅዕ ኣኸሊ ይሮ ከኸት ኣትሓወንድኒል ትውና
- ጨገም ክድመትውድ ቁልስሮ ፈሃምዲ ሕይምንተዲ ቋሊስና
- ሓሳብ ከለብርስና ብነዲ ነጨግስናዲትል ኣሸሸሮ ጎሰታኸ ኣክና

**ዕል ገምድና ወሪ ሳቡር ጀረብኒ ጨገም**

(Histrionic personality disorder)

- ኣብድ ምላኸ ወሪ እምን ኣኸጋኸሲ እምንስና ሃብ ስኩሳኸ (superficial or manipulator)
- ከው ዕልሲ ገምድሮሉ ክባን ያኸ
- ነፍዓገው ጋራትሊ ደከስኒል ሰብር ታምም እንጋኸ
- ህወክ ይማምሊ
- ኣዳምር ከቲኒል ወሪ ለቢል ኣሸሸ ከሰሳኸዲ ንዩት ኮኸዲ
- ኣሪውልድ ሰዳወኸድ ጨለውሳኸ

**ብርሃነ ደበሳይ**

**ብሊና ፓልቶክ ገርባሻትል  
ግርጋ 26.09.2014 ስኩራኸ ዋዓድ**