

## ئاستی متمانه به خۆبون لای خویندکارانی زانکۆی راپهرین که نهشته رگه ری جوانکاریان بۆ ئه نجامدراوه

نه زواد علی اورحمان<sup>۱</sup> - هیشار علی ابوبکر<sup>۲</sup> -  
سۆما اسماعیل خضر<sup>۳</sup> - ژباور صباح احمد<sup>۴</sup>

<sup>۱+۲+۳+۴</sup> به شی باخچه ی ساوایان، کۆلیژی پهروه ده ی  
بنه رته، زانکۆی راپهرین، رانیه، ههریمی کوردستان،  
عیراق

### پوخته:

کیشهی تووژینه وه کاتیک به دیارده که ویت که  
که می ئاستی متمانه به خۆبون لای تاک گرفت بۆ  
بریاردان دروس ته دکات له ئه نجامی لاوازی متمانه  
به و زانیاریانه ی که به ده سته اتوه به شیوه یه کی  
نه رینی له سه ر وینه ی جه سته و پوخساری تاک.  
ههروه ها گرینگی متمانه به خۆبون (Self-  
Confidence) وه ک گۆراویک له بابه تی که سایه تی  
پۆلی کاریگه ر ده بینیت له لای تاک و کومه لگا  
(Society) له به رامبه ر ئه و ئالنگه ریه ی هه یه له ژیا نی  
تا کدا که به رده و امیدانه به گه شبینی و ئه رینی.

ئامانجه کانی ئه م تووژینه وه یه بریتیه له: زانی نی  
ئاستی متمانه به خۆبون لای ئه و خویندکارانه ی زانکۆ  
که نه شته رگه ری جوانکاریان بۆ ئه نجامدراوه. زانی نی  
جیاوازی ئاستی متمانه به خۆبون لای ئه و  
خویندکارانه ی زانکۆ که نه شته رگه ری جوانکاریان

بۆ ئه نجامدراوه به پیتی گۆراوی په گه ز (نیر-می) و  
گۆراوی پسپۆری (زانستی-مرؤقایه تی). تووژهران  
رپیگای میتۆدی وه سفیان گرته به ر. کومه لگای  
تووژینه وه بریتیه له و خویندکارانه ی زانکۆی راپهرین  
که نه شته رگه ری جوانکاریان بۆ ئه نجامدراوه  
ژماره یان (۶۰) بو، ههروه ها وه رگرته ی نمونه ی  
تووژینه وه به شیوه ی هه رمه کی مه به سته دار  
هه لبژیردرا، که ژماره یان (۵۰) خویندکار بو له م  
ژماره یه (۱۷) نیر، و (۳۳) می له زانکۆی راپهرین بۆ  
سالی خویندن (۲۰۱۹ - ۲۰۲۰) له دهوامی به یانیان.  
تووژهران پیوه ریکیان ئاماده کرد که له (۲۰) برگه  
پیکهات بۆ پیوانه کردنی ئاستی متمانه به خۆبون لای  
خویندکارانی زانکۆ که نه شته رگه ری جوانکاریان بۆ  
ئه نجامدراوه و بۆ شیکردنه وه ی داتاگان چاره سه ری  
ئاماری به کارهات له رپیگای (Spss) که بریتیه له:  
ئه زمونی تائی (T.test) بۆ یه ک نمونه و دو نمونه ی  
جیاواز و ههروه ها ناوه نده ژمه ریه ی.

ئه نجامه کان به م شیوه یه بون: نمونه که به شیوه یه کی  
گه شتی له ئاستیکی به رزی متمانه به خۆبوندا بو.  
جیاوازی به لگه داری ئاماری بونی نه بو له ئاستی  
متمانه به خۆبون به پیتی گۆراوی په گه ز و پسپۆری،  
به لام له گۆراوی پسپۆری له خودی نمونه که جیاوازی  
ده رخته وه له به رژه وه ندی به شه مرؤقایه تیه کاند.

**کیله وشه کان:** متمانه به خود، جوانکاری، خویندکاری  
زانکۆ.

**Article Info:**DOI: [10.26750/Vol\(10\).No\(2\).Paper3](https://doi.org/10.26750/Vol(10).No(2).Paper3)

Received: 13-June-2022

Accepted: 25-July-2022

Published: 29-June-2023

Corresponding Author's E-mail:

[nawzad.ali@uor.edu.krd](mailto:nawzad.ali@uor.edu.krd)[hevar.ali23@gmail.com](mailto:hevar.ali23@gmail.com)[sesmail962@gmail.com](mailto:sesmail962@gmail.com)[zhewarsabah5@gmail.com](mailto:zhewarsabah5@gmail.com)

This work is licensed under CC-BY-NC-ND 4.0

Copyright©2023 Journal of University of Raparin.

**پێشهکی:**

دەرکەوتووە کە کۆئەندامی دەمارى ناوەندی مەرۆف لە ڕیگای هەستەکان حەز بەببینی شتی جوان و بیستنی دەنگی خۆش و تاموچێژی خواردنی خۆش دەکات و بەوێتەى ناریک و دەنگی ناخۆش بیزار دەبێ، هەستکردن بە جوانی لە ڕیگەى پەرۆردەى خێزان لە ناخی مندال گەشە و پەرەى پێدەدریت و لەسەر ڕیکخستن و جوانکاری ناو مال لە ڕیگای کەلوپەلەکانى خۆى و بە ریز دانانى شتەکان رادەهیندریت بۆ ئەوەى لە ڕیگەى ئەو چالاکیانەو هەست بە جوانی لە ناخی مندالەکەدا برۆیندریت لەسەر پاک و خاوینى و خۆڕیکخستن و خۆبۆنخۆشکردن هاندریت و پاداشت بکریت، بەپێچەوانەو ئەگەر دایک و باوک مندالەکەیان رانەهینا لەسەر ئەو چالاکی و رەفتارانە و هەمیشە لە ڕیگەى گوفتار و رەفتارەکانیان پەيامی نەرینى ئاراستەى مندالەکەیان بکەن، کەوا پوخسارى ناشرینە و جوان نییە، ئەم دەربرینە نەرینیانە لە نەستى مندالدا دەمینیتەو و لە تەمەنى هەرزەکاری گەشەدەکات و کاریگەرى زیاتر دادەنیت و بەمەش ئاستى متمانەبەخۆبونی کەم دەبیت بە جوانى خۆى، ئەمەش دەبیتە پالنهاریک بۆ ئەوەى هەولێ جوانکاری زیاد لەپێویست بدات و هەر بەو هەش نەو هەستیت پەنا بۆ نەشتەرگەرى جوانکاری ببات و هەولێ رازیکردنى دەوروبەرى بدات، هەر بۆ ئەم مەبەستەى ئەم تووژینەو هیه هەولێ رۆنکردنەو هیه ئەم پەيوەندییە دەدات لە نیوان گۆراوەکانى ئەم تووژینەو هیه. (قەرەچەتانی، ۲۰۰۴: ۱۱۳ – ۱۱۴).

**کێشەى تووژینەو ه:**

ئاستى متمانەبەخۆبون (Self-Confidence) لە نیوان مەرۆفەکان لە کەسیک بۆ کەسیکیتر جیاوازه هەندیک لە تاکەکانى کۆمەلگا ئاستى متمانەیان زیاترە بەخودى خۆیان بە بەراورد بە کەسانى تر، ئەمەش بۆتە هۆى سەرکەوتن لە ژيانى ئەوان، بەپێچەوانەو هەستى متمانەبەخۆبون لای هیندیک لە تاکەکانى کۆمەلگا لاوازه ئەمەش هۆکاریک بوە کە دەستپێشخەرى لە ئیش و کاردا نەکەن. دەرکەوتووە کەمى ئاستى متمانەبەخۆبون لای تاک گرفت بۆ بریاردان دروست دەکات لە ئەنجامى لاوازی متمانە بەو زانیاریانەى کە بە دەستیهیناوه.

هەر بۆیه کهمی ئاستی متمانه به خۆبون لای تاک له کاتی گفتوگۆدا (Conversation) له گهڵ کهسی بهرامبهه ناتوانیت به ئازایانه و لیهاتویی بی دودلی و تهکانی خۆی بخاته پو، ههروهها سه رنج له سهه و تهو دهربرینه نه رینه کان دهکات و لایه نی ئه رینی به جوړیک پشتگوئ دهخات وهک ئه وهی له راستییدا بونی نه بیته؛ واته ناتوانیت سه رکه و تو بیته له به دهسته یانی ئامانجه کهی، ته نانهت له ئه گه ری سه رکه و تنیش به م ئاسته له لاوازی له متمانه به خۆبونی هیچ ههست به چیژناکات (عیمرات، ۲۰۱۷: ۱۶).

کهمی ئاستی متمانه به خۆبون له ئه نجامی ترس و دله راوکی (Anxiety) و شپرزهی سه ره له ده دات له تاکدا، واته ههست دهکات که رهفتارهکانی نه شیاوه و خه لک به دلایان نییه و له وانه یه بیته جیگای گالته پیکردن، ئه مه ش رهنگه له ئه نجامی گه وره کردنی پوداوه کان ئه م ههسته ی بۆ دروست بکات و ده بیته هۆی دابه زینی ئاستی وزه ی مه عنه وی له تاکدا (گراند، ۲۰۰۳: ۱۲۵ - ۱۲۶).

کیشه ی توێژینه وه خۆی ده نوینیت کاتیک کهمی ئاستی متمانه به خۆبون لای تاک گرفت بۆ بریاردان دروست دهکات له ئه نجامی لاوازی متمانه به و زانیاریانه ی که به دهسته یه تاوه به شیوه یه کی نه رینی له سهه روینه ی جهسته و پوخساری تاک خۆی، هه ر بۆ ئه م مه به سه ش توێژه ران له ئه نجامی به رکه و تنیان له گه ل خویندکارانی زانکۆ درکیان به وه کردوه، که له م چه ند سالانه ی دوایدا نه شته رگه ری جوانکاری بوه به دیارده یه ک له ناو کومه لگای کوردیدا له ناویشیاندا خویندکارانی زانکۆ، که چینی گه نجان کومه لگان و وزه و هیزی داهاتون. و له ریگای ئه م توێژینه وه یه مه به ستمانه بزانیان ئایا متمانه به خۆبون هیچ کاریگه ری هه یه له سهه ر قبولکردنی پوخسار و جهسته ی تاک؟ واته نه شته رگه ری جوانکاری ته نها بۆته مۆدی لیک له ناو کومه لگادا و بۆته دیارده یان له ئه نجامی نه بونی متمانه یه به جوانی سروسشی تاک به شیوه ی خۆی؟ کاتیک نه شته رگه ری جوانکاری بۆ ئه نجام ده ریت له سهه ر ویستی خۆی.

### گرنگی توێژینه وه:

متمانه به خۆبون (Self-Confidence) وهک گۆراویکی ئه رینی له بابه تی که سایه تی پۆلی کاریگه ر ده بینیت له بهرامبهه سایکۆلۆژی ته تی تاک و کومه لگا (Society) ههروهها له بهرامبهه ئه و ئالنگه ری هه یه له ژیا نی تاکدا که به رده وامیدانه به گه شبینی و ئه رینی، ئه مه ش وا دهکات بگاته ئه و ئاسته ی به بی ترس و دودلی بریارده دات له سهه ر پوداوه کان و ژیا نی تایبه تی خۆی و متمانه به خۆبون به ده ستدیت له ئه نجامی هه ول تیکۆشان و به رده وامی (عیمران، ۲۰۱۶: ۲۰).

به رزی ئاستی متمانه به خۆبون له تاکدا واته رازیبونی تاک له نواندنی رهفتارهکانی و خه سه له تهکانی که سیته ی (Traits) و تواناکانی و ئامانجهکانی ههروهها رازیبون له جهسته ی خۆی و خۆی خۆشبویت به هه مو ئه و که موکورتیا نه ی که بروای وایه له ئه ودا بونی هه یه، کاتیک تاک باوه ری به خۆی هه بیته ههست به توانا به رزهکانی خۆی دهکات و هه ول ده دات ئامانجهکانی به دهسته یه یه و بۆ سو دی خۆی و کومه لگاکه ی به کاری به یه یه یه (ئالین جهیمز و ئه وانی تر، ۲۰۱۱: ۲۷۴ - ۲۷۵).

متمانەبەخۆبۆن دەبیتە ھۆی زیادبونی ئاستی توانا و چالاکی تاک و ھەروەھا زیاتر پشت بە خۆی دەبەستیت لە راپەراندنی ئیش و کارەکاندا، دەرکەوتووە ئەو کەسانە ی باوەرپیان بەخۆیان ھەیه رازین لە ئەنجامی کارەکانیان و وینە ی خۆیان ھەر بۆیە لە قوناغی ھەرزەکاریدا زۆر جار لەبەر کەمی ئاستی متمانەبەخۆبۆن لای ھەرزەکار و ئەو گۆرانکارییە جەستەیانە ی بە سەر روخساریاندا دیت کاریگەری لەسەر متمانەیان دەبیت و بە لاوازی دەروانن بۆ روخساریان؛ ھەر بۆیە لە ئەگەری بەرز ی متمانەبەخۆبۆن زیاتر رازین لە وینە و روخساری خۆیان (Face) (قەرەچەتانی، ۲۰۰۹: ۶۶۴ – ۶۶۵).

بەرز ی ئاستی متمانەبەخۆبۆن پەيوەندییەکی بەھیزی بە قوناغەکانی مندالییەو ھەیه و شیوازی پەرور دەکردن و مامەلە ی خیزان ئایندە ی باوەر بەخۆبۆنی مندالە کە دیاری دەکات و کاریگەرییەکی زۆر لەسەر ژیا نی تاکە کە دادەنیت و بۆ دواڕۆژی کۆمەلگا بەھایەکی زۆری ھەیه، کە دەتوانیت پشت بە تواناکانی خۆی ببەستیت و کەسانی دەور و بەریشی قبول بیت (عیمرات، ۲۰۱۷: ۴).

ھەروەھا (Verma-2016) لە لیکۆلینەو ھەکی بۆی دەرکەوت، کە متمانەبەخۆبۆن کاریگەری ئەرینی ھەیه بۆ سەر دەستکەوتی ئەکادیمی واتە پەيوەندییەکی ئەرینی ھەیه لە نیوان گۆراوی متمانەبەخۆبۆن و گۆراوی دەستکەوتی ئەکادیمی واتە تا ئاستی دەستکەوتی ئەکادیمی بەرز بیت ئاستی متمانەبەخۆبۆن بەرز دەبیت. (Verma,2016,p:183)

گرینگی و بایەخی ئەم توێژینەو ھەیه لەپۆی تیۆری بریتییە لە:-

- ۱- ئەم توێژینەو ھەیه لایەنیکی گرینگ لە بابەتی دەرونازی ئەرینی کە (متمانەبەخۆبۆن) ھە تاوتوی دەکات.
- ۲- ئەم توێژینەو ھەیه زانیاری تیۆری لەسەر بابەتی (متمانەبەخۆبۆن) پیشکەش دەکات لەسەر چۆنیەتی لایەنەکانی و ھەنگاوەکانی بنیاتنانی و چۆنیەتی پتەوکردنی ئاستی متمانەبەخۆبۆن.
- ۳- ئەم توێژینەو ھەیه گرینگە چونکە کۆمەلگای توێژینەو ھەیه بریتییە لەو خۆیندکارانە ی زانکۆی راپەرین کە نەشتەرگەری جوانکارییان بۆ ئەنجامدراو ھەمەش یە کەمجار ھەم جۆرە لە نمونە لەم کۆمەلگایە و ھەر بگیریت بۆ توێژینەو ھە.

۴- بۆ پیشکەوتن و بەرھەمھێنان لە تاکدا متمانەبەخۆبۆن ھۆکاری سەرھەکییە بۆ ئەم مەبەستە و تاک باوەری بەخۆی زیاتر دەبیت و خۆی دەناسیت و ھەستدەکات خۆی گەر ھیز و توانای پینەخشیو ھە، ئەمەش پالی پینو دەنیت بۆ بەگەرخستنی تواناکان و سەرھەنجام بەپۆی پیشکەوتندا دەرکیتەو ھە (مصطفی، ۲۰۰۷: ۱۱).

گرینگی و بایەخی ئەم توێژینەو ھەیه لەپۆی پراکتیکییەو ھە بریتییە لە:-

- ۱- لەپۆی پراکتیکییەو ھە بۆاری زیاتر بەپۆی توێژەرەن دەکاتەو ھە بۆ ئەنجامدانی توێژینەو ھە لەم دیاردە یە (نەشتەرگەری جوانکاری و پەيوەندی بە گۆراو ھەکانی تری دەرونی و کۆمەلایەتی).

۲ - ئەم توێژینه‌وه‌یه زهمینه ده‌رپه‌خسینیت بۆ ئاراسته‌کردن و پێنماییکردن بۆ دایک و باوکی خۆیندکاران، واته له ر‌ه‌ه‌نده‌کانی لایه‌نی نه‌رینی و که‌می ئاستی متمانه‌به‌خۆبون ئاگاداربکری‌نه‌وه له بوا‌ری په‌روه‌رده‌ی خێزان.

### سنوری توێژینه‌وه:

ئەم توێژینه‌وه‌یه‌ی ئیستا سنوری کۆمه‌لگاکه‌ی بریتیه له (خۆیندکارانی زانکۆی راپه‌رین که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان بۆ ئەنجامدراوه) بۆ سالی خۆیندنی (۲۰۱۹ - ۲۰۲۰) ده‌وامی به‌یانیان.

### ئامانجی توێژینه‌وه:

ئامانجی ئەم توێژینه‌وه‌یه بریتیه له:-

۱ - زانینی ئاستی متمانه‌به‌خۆبون لای خۆیندکارانی زانکۆی راپه‌رین، که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان بۆ ئەنجامدراوه.

۲ - زانینی جیاوازی ئاستی متمانه‌به‌خۆبون لای خۆیندکارانی زانکۆی راپه‌رین که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان بۆ ئەنجامدراوه به‌پینی گۆراوی (په‌گه‌ز) (نیر - می) هه‌روه‌ها به‌پینی گۆراوی پسپۆری (زانستی، مرو‌فایه‌تی).

### پیناسه‌ی چه‌مکه‌کان:

#### یه‌که‌م: متمانه‌به‌خۆبون:

- پیناسه‌ی " (مصطفی: ۲۰۰۷) ": هه‌ستکردنی مرو‌فه به‌پیز و به‌های خۆی له نیوان ده‌وروبه‌ردا و گرتنه‌به‌ری ر‌یگای سه‌رکه‌وتنه له ژياندا (مصطفی، ۲۰۰۷: ۹).

- پیناسه‌ی " (قه‌ره‌چه‌تانی: ۲۰۰۹) ": به‌دیاردیه‌کی ده‌رونی و پالنه‌ری سه‌ره‌کی په‌وشت و بیره‌کردنه‌وه‌ی تاک داده‌ندریت و کاریه‌ری هه‌یه له سه‌ر ژيانی مرو‌ف، به‌جۆریک له هه‌لسوکه‌وتی تاک ره‌نگه‌داته‌وه (قه‌ره‌چه‌تانی، ۲۰۰۹: ۲۴۶).

#### دوهم: پیناسه‌ی جوانکاری:

- جوانکاری: به‌واتا گشتیه‌که‌ی پیدانی به‌شیکێ سروشتیه له جوانی بۆ ئەوه‌ی له جوانیه‌وه به‌ره‌و جوانتر بالا بکات، ده‌گونجیت له‌جیگای ناشیرنی یان که‌موکورتی به‌کاربه‌یندريت " (انوار، ۲۰۱۶: ۸).

#### سێهه‌م: پیناسه‌ی نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری:

- نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری: ئەو نه‌شته‌رگه‌ریه‌یه تابه‌ته بۆ که‌موکورتی پوخسار یان جه‌سته که له‌بنه‌په‌تدا بونی هه‌بوه یان به‌هۆی پوداویکه‌وه دروست ده‌بیت و ده‌تواند ر‌ی ئەنجامدريت بۆ باشت‌کردنی پوخسار یان جه‌سته‌ی تاکه‌که (انوار، ۲۰۱۶: ۸).

## بهشی دوهم

### لايهنى تيۆرى و تويزينه وهكانى پيشو:

#### پيشهكى:

دهكریت متمانه بهخوبون له ريگهه پهره دهه تهن دروست له ناو خيزانه وه دروست ببیت، كاتيك دايك و باوك به شيوازيكى دروست مامه له له گه له منداله كه يان دهكهن و به ريز و خوشه ويستيه وه (Love) قسه و رهفتاره كانى به رزده نرخين، واته قسه كانى مندال به به هاوه گوپى بو دهگرن، ئەم پرۆسه يه له ساتى شيرپيدان دهستپيدهكات و دواتر قوناغى هه رزه كارى سه رچاوه يه كه دهبيت بو چاندنى متمانه له ناخى تاكدا و جگه له ژينگهه خيزان ژينگهه باخچهه مندالان و خويندنگه و لايهنى ئەكاديمي و فيركارييه كان هوكارى گرينگن بو دروستبونى ئەو متمانه يه له لاي تاك به تايبهت ماموستا كه پيشهنگ و رابه رى فيرخوازه، ده توانيت يارمه تى فيرخواز بدات، كه متمانهه به خوى به هيز بيت، دهگونجيت ئەو متمانه يه ش له گه له قوناغه كانى گه شه كردنى تاك به ره و پيشچون به خويه وه ببينيت و هوكارى سه ركه وتنى تاك بيت له ژيان (هورايى، 2013: 27).

#### چه مكي متمانه به خوبون:

“ههستكردن به توانستى خوده له ده رئه نجامى مامه له تاك له گه له گيروگرفته بنه ره تيبه كانى ژيان، به واتاي هه لسه نگاندى خود و ريزگرتنى خوده، ههروه ها دركپيكردى مه عريفهه مرؤفه كه دواچار ههست به خوشى و سه ركه وتن دهكات” (عيمرات، 2017: 16).

چه مكي متمانه به خوبون چه مكي گشتيه كه له ئاخوتن و ده ربريندا له ناو خه لگى زور به كارده هيندرت، له فه رهنگى ئينگليزى (ئوكسفورد) دا برتبيه له (Self-Confidence) متمانهه مرؤفه به تواناكانى و هه لسه نگاندى شته كان (Oxford Dictionary, 2006).

#### په يوهندى چه مكي متمانه به خوبون به چه مكه كانى تر:-

#### - په يوهندى متمانه به خوبون به ريزگرتن له خود:

متمانه به خوبون خه سه له تيكه له خه سه له ته كانى كه سايه تى تاك (Traits)، به شيوه يه كى ته واو و دروست تواناي روه روه بونه وهه ده روه به رى دهبيت، به پشت بهستن به خود به بى ئەوهه بترسيت يان ههست به كه مى بكات يان ههست به شه رم بكات به رامبه ر ئەوانيتر. به لام ريزگرتن له خود وهك ئامرازىكى په يوهندى وايه دهكه ويته نيوان خودى تاك و ئەو واقيعه كومه لايه تيبهه له ناويدا دهژى، بهم شيوه يه دهبيتته پاريزه رى خود له ميانهه روداوه ئەرينى و نه رينيه كان كه دوچارى دهبيتته وه، به جوړيك كه خودى خوى خوشده ويت و ريز له خوى ده نيت و به ئەرينى له خوى ده پروانيت (العبيدى، 2019: 181).

## - په یوه نډی متمانه به خۆبون به د درونپته وی:

متمانه به خۆبون د ادندریت به دیارده یه کی د درونی و پالنه ری سه ره کی بۆ ره و شت و بیرکردنه وه ی تاک و کاریگه ری هیه له سه ر توانای مرؤف له هه لسه وکه و ته کانی ره نگه داته وه (قه ره چه تانی، ۲۰۰۹: ۲۴۶). به لام "درونپته وی توانای کونترۆل کردن و ناراسته کردنی تاکه بۆ هه سته کانی و پالنه ره کانی و ره فتاره کانی به ویستی خۆی له لایه ک هه روه ها تاوتویکردنی دهرئه نجامی لیکه و ته نه رینییه کانی ره فتاره کانییه تی له لایه کی تر" (علی، ۲۰۱۲: ۴).

## ئه و تیورانیه متمانه به خۆبون راهه ده کهن:

### یه که م: تیوری شیکردنه وه ی دهرونی (Psychodynamic Perspective):

#### ۱- زانا (سیگیموند فروید) (۱۸۵۶ – ۱۹۳۹):

بروای وایه متمانه به خۆبون له ئه نجامی په ره سه ندنی (من) (Ego) دروسته بیته، واته من ده توانیت هاوسه نگی دروستبکات له نیوان (ئه و) (ID) و منی بالا (Super Ego) له بنه رته دا ئه و هاوسه نگییه متمانه به خۆبون ده چه سپینیت و تاک له ره فتاردا روه بروی هیچ شله ژانیک نابیته وه، له راوانگه ی زانا فرۆیده وه کاتیک مندال له سه ره تای (۵) پینچ سالی یه که می ته مه نی به شیوه یه کی دروست تیپه راند و دایک و باوک به دروستی مامه له یان له گه ل مندال کرد له قوناغه کانی گه شه کردنی که سیتی که بریتیین له (قوناغی ده می، هه رسه قوناغ، قوناغی ئه ندامی زاوژی، قوناغی متبون، قوناغی سیکیسی) لیره دا مندال زۆربه ی کات پشت به دایک و باوکی ده به ستیت ئه مه ش هه ر له شیرپندان و پاککردنه وه و پیدانی سۆز و خۆشه ویستی باوان له قوناغه کاندایه واته ئه گه ر باوان به دروستی مامه له ی له گه ل مندال کرد به بی زیاده ره وی، ئه و سه ره تایه ک له متمانه به خۆبون له که سیتی مندال دروسته ده کهن و مندال ده توانیت له قوناغه کانی گه شه کردنی دواتر به ره و بالا تر هه نگو و بنیت (مصطفی، ۲۰۱۹: ۶۱).

#### ۲ – زانا (ئه دله ر) (Adler) (۱۸۷۰ – ۱۹۲۷):

"بروای وایه که تاک له ریگه ی هه ستردن به که می هه نگو و ده نیت بۆ په ره سه ندن و هه ولدان بۆ سه رکه و تن، له روانگه ی ئه دله ره وه هه ستردن به که می به هۆی که م ئه ندامی و نازپندان و پشتگو ی خسته وه دروست ده بیت کاتیک باوان نازیکی زۆریان به مندالدا ئه وای لیده کات که هه میشه پشت به که سانی ده روه ری به ستیت و متمانه ی به خۆی که م بیت له کاتی ئه نجامدانی ئیش و کار و ره فتاره کانی (اورحمان، ۲۰۱۶: ۱۹).

#### ۳- زانا (یونگ) (Jung) (۱۸۷۵ – ۱۹۶۱):

سه رچاوه ی زۆریک له ره فتاره کانی تاک به ره مه می میژوی مرؤقایه تییه که له کۆ نه ستیدا بونی هیه و وه ک بۆماوه له کۆمه له که یان بۆیان ماوه ته وه، به بروای یونگ روداوه کانی رابردو به ته نها کاریگه ریان نییه له سه ر ئاستی متمانه به خۆبون به لکو ئاره زوه کانی مرؤفیش بۆ داها تو کار ده که نه سه ر ئاستی متمانه به خۆبونی تاک، له روانگه ی

زانا یۆنگ، مروف دژیهکی (Contrast) بو پوداوهکانی ژیان ههیه وهک (گهشبینی و رهشبینی، ژیان و مردن، متمانه بهخوبون و متمانه بهخونهبون، جوانی و ناشیرنی) ههروهها چه مکی متمانه بهخوبون، تاک له کونهستی کومه لگاکه یهوه وهریگرتوه و له نهجامی پوداوهکانی رابردو و ئارهزوهکانی ئایندهوه دروست دهییت (اورحمان، ۲۰۱۶: ۲۰).

### دوهم: تیۆری مروفایهتی (النظریات الأنسانیة)

له گرنگترین زاناکانی تیۆری مروفایهتی زانا مازلویه که باس له پالنه و پیداوایستی دهکات، له پوانگهی مازلویه پیداوایستییهکانی مروف بهشیوهی قوچهکهی (هرم) گهشه دهکهن که پیداوایستییه (فسیۆلۆژییهکان، پیداوایستی ئاسایشی و دلنیاپی، چونه ناو کۆر و کۆبونهوه، ریزگرتنی خود، پیداوایستییه مهعریفیهکان، جوانکارییهکان، پیداوایستی بهدهستهینانی خود) دهگریتهوه، تیرکردنی هه ره یهکیک له و پیداوایستیانه بهشیوهیهکی دروست ئاستی متمانه بهخوبونی تاک بهزدهکاتهوه، که نه و پیداوایستیانه ههنگاو به ههنگاو تیردهکرین تاوهکو پیداوایستییه فسیۆلۆژییهکان تیرنهکرین ههولی تیرکردنی پیداوایستییهکانی تر نادات (قههچهتانی، ۲۰۱۵: ۱۱۰ – ۱۱۱).

### سییهم: تیۆری رهفتاری المنظور السلوکی Behavioral Perspective

له پوانگهی زانایانی قوتابخانهی رهفتاری جیهانی ناوهکی کاریگهری نییه لهسه رهفتارهکانی تاک بهلکو بههوی وروژینهره دههکییهکان تاک ئاراسته دهگریت و رهفتار دهنوینیت، کهواته وروژینهری دههکی کاردهکاته سه ره متمانه بهخوبون له لای مروف، واته نه و وروژینهرانه دهتوانن کۆنترۆلی متمانه بهخوبونی مروف بکهن، له دیدگای (سکینه ره) بهکارهینانی پاداشت و سزا (ثواب والعقاب) له پهروه دهکردنی مندال کاریگهریهکی بههیزی ههیه له سه ره ئاستی متمانه بهخوبونی مندال بهشیوهیهکی کاتیکی باوان پاداشت و سزایان بهشیوازیکی دروست بو مندالهکانیان بهکارهینا نه و مندال زیاتر متمانهی بهخوی دهییت، ههروهها نه وه پوندهکاتهوه که به هوی پاداشت و سزا تاک شیوه (Shaping) وهردهگریت واته نه و رهفتارانه دوباره دهکاتهوه که پاداشت دهکرین و نه و رهفتارانه وازلیدههینیت که سزا دهدریت بهمهش نواندنی رهفتاری متمانه بهخوبون به هوی پرۆسهی فیروبون دروستدهییت کاتیکی پاداشت دهگریت لهسه ره نواندنی رهفتاری متمانه بهخوبو (قههچهتانی، ۲۰۰۸: ۷۶ – ۷۷).

### چوارهم: تیۆری زانهکی - المنظور المعرفی Cognitive Prospective

تیروانینی زانهکی له و تیروانینه نوییانهی دهرونزانییه که گرنگی دهات به پرۆسهی زانهکی و عهقلیهکان دههستییت له لیکندهوهی رهفتاری دهرون دروست یان رهفتاری دهرون نادرست، یاخود بو چارهسه رکردنی شله ژانه دهرونیهکان (Disorder) توژیینه وهکان جهخت له وه دهکه نه وه که لایهنی زانهکی کاردهکاته سه ره فسیۆلۆژی و هه لچونهکان ههروهها په یوهندی ههیه له نیوان نرخاندنی خود و بارودۆخی دهرونی تاک، ههروهها به پیی توژیینه وه زانهکییهکان زمانی ناوهکی تاک و بیرکردنه وهکانی مروف کاردهکهنه سه ره رهفتارهکانی مروف کهواته له وه وه



دەردەکهوێت که بڕوابەخۆبونی مرۆف زادهی تیروانینی ئەرینی مرۆفە بۆ خودی خۆی بەشیوەیهک که خودی ناوهوهی و شیوازی بیرکردنهوهی ئەرینی مرۆف دەبیته هۆی دروستبونی بنیاتی متمانه بهخۆبون و دروستبونی (نجمة، ۲۰۱۴: ۵۹ - ۶۱).

### دوهم: نهشتهرگه‌ری جوانکاری:-

#### یه‌که‌م: چه‌مکی نهشتهرگه‌ری جوانکاری:

“ئەو نهشتهرگه‌ریانەن که ئەنجام دەدرین بە مەبه‌ستی پێویستی یان جوانکاری، بە چه‌مکی سادە گه‌راندنه‌وهی ریک و گونجاویە بۆ به‌شیک له به‌شەکانی جه‌سته له ریکه‌ی دانانی پێوه‌ریکی جوانی گونجاو بۆ ئەم به‌شە لەش، یاخود کۆی کۆمه‌له‌ کرداریکه که کۆمه‌لیک مانا له‌خۆده‌گریت و شوینە‌واریکی تایبەت بە جیدە‌هیلێت وه‌ک روداو‌ه‌کانی برینداری و جه‌نگی” (العقیل، ۲۰۱۴: ۲).

### دوهم: ئەو تیۆرانه‌ی باس له جوانکاری ده‌کەن:-

#### - زانا (یۆنگ Jung) (۱۸۷۵-۱۹۶۱):

سه‌رچاوه‌ی زۆریک له ره‌فتاره‌کانی تاک به‌ره‌می میژوی مرۆفایه‌تییه که له کۆنه‌ستیدا بونی هه‌یه و وه‌ک بۆماوه له کۆمه‌له‌که‌یان بۆیان ماوه‌ته‌وه، به‌ بڕوای یۆنگ روداو‌ه‌کانی رابردو به‌ ته‌نها کاریگه‌ریان نییه له‌سه‌ر ئاستی متمانه به‌خۆبون به‌لکو ئاره‌زو‌ه‌کانی مرۆفایش بۆ داها‌تو کار ده‌کەنه‌ سه‌ر ئاستی متمانه به‌خۆبونی تاک، له روانگه‌ی یۆنگه‌وه مرۆف دژیه‌کی بۆ روداو‌ه‌کانی ژیان هه‌یه وه‌ک (گه‌شینی و ره‌شینی، ژیان و مردن، متمانه به‌خۆبون و متمانه به‌خۆنه‌بون، جوانی و ناشیرنی) (اورحمان، ۲۰۱۶: ۲۰).

#### - (ابراهام مازلو، ۱۹۰۸-۱۹۷۰):

مازلۆ له ئاماده‌کردنی پیداو‌یسته‌کانی مرۆفایه‌تی له سه‌ره‌تاترین پیداو‌یستی تا ده‌گاته ده‌سته‌به‌رکردنی پیداو‌یستی خوده‌ه‌ولیداوه‌ ئه‌وه به‌ بیر ئیمه به‌یئته‌وه که تاک ناگات به‌ چیژی جوانی و گرینیگیدانی جوانی تا ئاسته‌کانی تری پیداو‌یستی تیر نه‌بیت له پیداو‌یستی سه‌ره‌تایی (ئاو، خۆراک، سیکس) دواتر هه‌ستکردن به‌ ئاسایشی ده‌رونی و ئینتیمای کۆمه‌لایه‌تی ئینجا خۆشه‌ویستی و ریزگرتن، دوا‌جار ئاستیک له داواکاری بۆ تیرکردنی پالنه‌ری هه‌ستکردن به‌ جوانی دیت (مصطفی، ۲۰۱۸: ۱۰۰ - ۱۰۱).

### سێیه‌م: جوهره‌کانی نهشتهرگه‌ری جوانکاری:-

ده‌گونجی نهشتهرگه‌ری جوانکاری بۆ دو به‌ش دابه‌شکه‌ین:-

#### یه‌که‌م: نهشتهرگه‌ری جوانکاری به‌ پێی مەبه‌ستیک:

هۆکاری جو‌راو‌جو‌ر هه‌یه له پالنه‌ر که واده‌کات تاک نهشتهرگه‌ری جوانکاری ئەنجام بدات، که بۆ چاره‌سه‌ری تیکچونه‌کانی جه‌سته‌ی و چاره‌سه‌ری کاره‌ساته له ناکاوه‌کان چاره‌سه‌ری هه‌ندیک نه‌خۆشی و شوینە‌واره‌که‌ی و

باشترکردنی کرداری هه‌ندی که ئەندامه‌کانی جه‌سته و چاره‌سه‌رکردنی که موکورتییه‌کانی، ده‌کری بۆ نوێکردنه‌وه‌ی گه‌نجیه‌تی و لاچونی پ‌واله‌تی پیری، یاخود ته‌نها گه‌یشتن به‌ روخساریکی دیاریکراو، و هه‌ندی جار هۆکاره‌که ئەوه‌یه که ده‌یه‌وێت لاسایی روخساری که‌سیکی دیاریکراو بکاته‌وه، یاخود گۆڕینی روخسار بۆ هه‌لاتن له‌ ده‌ست هێزه‌کانی ئاسایش و ئەمنی و لات، یان رازینه‌بون له‌ روخساری خۆی بۆ ئەوه‌ی جیگه‌ی ر‌ه‌زامه‌ندی کۆمه‌لگاکه‌ی بێت که ئەمه‌ سه‌رده‌کیشیت بۆ خه‌مۆکی و هه‌ستکردن به‌ دلته‌نگی گۆشه‌گیری کۆمه‌لایه‌تی (العقیل، ۲۰۱۴: ۵).

### ده‌توانین نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری له‌روی جه‌سته‌یه‌وه‌ دابه‌ش‌بکه‌ین بۆ دو جۆر:-

**یه‌که‌م: نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری وه‌ک چاره‌سه‌ر:** نه‌شته‌رگه‌ری وه‌ک چاره‌سه‌ر ئەنجامده‌دریت پاشان جوانکاریش ئەنجامده‌دریت بۆی، که ئەم جوانکاریه‌ بۆ چاره‌سه‌ری که‌موکورتی به‌کارده‌یت ئەو که‌موکورتییه‌ یان تیکچون و شیواوییه‌ هۆکاریکه بۆ ئازاردانی نه‌خۆش له‌روی جه‌سته‌یی و ده‌رونی یان به‌هۆی ر‌یگری له‌به‌رده‌م به‌جیگه‌یانندی کاره‌کانی که به‌ته‌واوی به‌جیان به‌یئت. و له‌م جۆره‌یاندا نه‌شته‌رگه‌ریه‌کانی جوانکاری بۆ چاره‌سه‌ر دو جۆره‌:

أ- چاره‌سه‌ی پ‌یویستی (ضروری) به‌ده‌ر له‌ ویست و خواستی خۆی: ئەو جوانکاریانه‌یه‌ که پ‌یویسته‌ ئەنجام بدرین له‌به‌ر پ‌یویستی زۆریان و بۆ پاراستنی خودی که‌سه‌که‌ جا بۆ به‌هیزکردنی یاخود بونیادنانی جه‌سته‌ بێت.

ب- چاره‌سه‌ر بۆ پ‌یویستی که زۆر پ‌یویست نییه‌: ئەو نه‌شته‌رگه‌ریه‌ جوانکاریانه‌ن که پ‌یویستن، به‌لام نه‌گه‌یشتون به‌ ئاستی زۆر پ‌یویست، واته‌ له‌ ئیشدا پ‌یویستبن یاخود له‌سه‌ره‌تای منداله‌یه‌وه‌ یان به‌ هۆی یه‌کیک له‌ هۆکاره‌کان، پ‌یویستی دور له‌ خواستی مرو‌ڤن به‌پ‌ی هۆکار و پ‌النه‌ره‌کان (آنوار، ۲۰۱۶: ۴۰).

### دوهم: نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری بۆ جوانی:

ناوده‌بریت به‌ نه‌شته‌رگه‌ری جوانکردنی روخسار و گه‌نجبونه‌وه‌ و گه‌یشتنه‌ به‌ پ‌واله‌تیکی جوانتر و وینه‌یه‌کی باشتر، یاخود گه‌رانه‌وه‌ بۆ ته‌مه‌نی گه‌نجی بۆ لادانی شیواوییه‌کانی پیری به‌ب‌ی بونی پ‌یویستی پ‌ی و ئەنجامدانی ئەم جۆره‌ نه‌شته‌رگه‌ریه‌ دابه‌ش‌ده‌بیت بۆ دو جۆر:-

أ- نه‌شته‌رگه‌ری روخسار: له‌ دیارترینان نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری (لوت، جوانکاری سنگ، جوانکاری گۆی، جوانکاری سک، لابردنی په‌له‌ی بۆر، لابردنی به‌له‌کی و سوره‌لگه‌راوه‌).

ب- نه‌شته‌رگه‌ریه‌کانی پیری: به‌مه‌به‌ستی لادانی شوینه‌واره‌کانی پیری و به‌شیوه‌یه‌کی گشتی گه‌رانه‌وه‌یان بۆ ته‌مه‌نی گه‌نجی له‌ دیارترین جوانکاریه‌کان (ئەو به‌ش‌ه‌ی نیوان قو‌ل و (بال) ئانیشک بۆ لابردنی به‌شیک له‌ چه‌ورییه‌که‌ی، جوانکاری دو ده‌سته‌کان و لادانی چرچ و لۆچیان، جوانکاری پ‌یلوی چاو لابردنی چه‌وری له‌ پ‌یلوی سه‌ره‌وه‌، جوانکاری و لابردنی چه‌وری ورگ و زیادکردنی بۆ به‌شه‌کانی تر (آنوار، ۲۰۱۶: ۵۵).

## چوارهم: نەشتەرگەری جوانکاری بە پێی زانستی پزیشکی:-

پزیشکە تایبەتەکان ئەم جۆرە دابەشەدەکن بەسەر دو بەشدا:-

جۆری یەکەم: نەشتەرگەری جوانکاری تەواوکاری: بۆ باشکردنی کێشەیهکە لە یەکیک لە ئەندامەکاندا بونی هەیه، بەهۆی هەر پوداوێک کە دروستبۆه و دواتر جوانکاری بۆ ئەنجامدەدریت، کە پزیشک لێرەدا سورە لەسەر ئەوەی جوانکاری ئەنجام بدات بۆ ئەوەی بیگەرێتێتەو سەر شیۆه بنەرەتیهکە پێشوی بە پێی توانا و بەبێ دەرکەوتنی هیچ ئاسەوارێکی جوانکاری لەو ئەندامەیی کە چارەسەری بۆ کردووە، ئەم جۆرە بنەرەتییە و لە نەشتەرگەری جوانکاری دابەشەدەبێت بۆ سێ بەش:-

بەشی یەکەم: نەشتەرگەری جوانکاری رێکخستنهوه: هەندیک تاک هەر لەگەڵ لەدایکبونداوه واتە لە سکماکی شیواوی لە جەستەیاندا یاخود لە بەشیکی لە جەستەیاندا هەیه کاتیک دەگاتە تەمەنیک هەولێ دەستکاریکردن و گۆڕینی ئەم بەشە دەدەن، کە شیواوی تێدایە بۆ ئەوەی وەکو کەسیکی ئاسایی دەرکەون لە کۆمەلگادا بە پێچەوانەیی ئەوانەیی کە بەهۆی نەخۆشی یان کارەساتەوه توشی شیواوی بون.

بەشی دوهم: نەشتەرگەری جوانکاری لە جیاتی: کە پێویستە بە چاندنی بەشیکی لە لەش لە دواي قرتانەوه یان برانەوه.

بەشی سێهەم: نەشتەرگەری جوانکاری بنیاتنانەوه: کە پەيوەندی بە دروستکردنی لاشەوهیه، و کارکردن لەسەری بۆ ئەوەی گەشە بکات بە گەشەیهکی سروشتی ئاسای و پاراستنی لە هەموو ئەو میکروپۆبە زیانبەخشانهی کە هەرپەشەن لەسەری و هەر نەخۆشییهکی کوشندهی تر (آنوار، ۲۰۱۶: ۶۸).

جۆری دوهم: نەشتەرگەری جوانکاری باشکردن: هەر وەها ناودەبریت بە نەشتەرگەری جوانکاری تایبەت یاخود هونەری کە لەبنەرەتدا بۆ جوانکردن یان باشکردنی پوولەتی دەرەکی مرووف و لە پاش ئەوه بۆ باشکردنی فرمانەکانی ئەو ئەندامانەن بۆ ئەوانەیی کە دەیانەوێت کەموکورتییەک لابەن، یاخود بەشیکی چاک بکەن یان رەنگی پێستە داخراوهکان بگۆرن بۆ رەنگیکی کراوه لە رێگەیی چەند نەشتەرگەرییهکەوه (آنوار، ۲۰۱۶: ۶۸).

## پێنجەم: توێژینهوهکانی پێشو:

### یەکەم: ئەو توێژینهوانەیی باسی متمانەبهخۆبون دەکەن:

- "توێژینهوهی (ابوعلام: ۱۹۷۸):

ناونیشانی ئەم توێژینهوهیه (پێوانەیی متمانەبهخۆبون لای قوتابیان لە قوناغەکانی خوێندنی دواناوهندی و زانکۆ) توێژینهوهکە لەسەر (۶۲۶) قوتابی ئەنجامدرا (۹۸) قوتابی پۆلهکانی (۷-۸) و (۴۲۵) قوتابی پۆلهکانی (۱۰ - ۱۱) و (۱۳۰) قوتابی زانکۆ، ئامانجی توێژینهوهکە بنیاتنانی پێوهری متمانەبهخۆبونه لای قوتابیان قوناغەکانی خوێندنی ئامادەیی و زانکۆ، چەندیەتی کاریگەری رێژەیی تەمەن بۆ پۆلهکانی خوێندن، توێژەر هەستا بەدانانی چەند پێوهریک

بۆ متمانە بەخۆبون که له (۸۰) برگه پیکهاتبو، توێژینهوه که بهوه گه‌یشت که هیچ جیاوازیه‌ک نییه له په‌یوهندی به گۆڤاوی پسیپۆری (زانستی - وێژه‌یی) به‌لام جیاوازی به‌دیارکه‌وت به‌پیی جیاوازی ته‌مه‌ن (الطائی، ۲۰۰۶: ۲۹۹).

### - "توێژینه‌وه‌ی (رکابی: ۲۰۰۰):"

"به‌ ناو‌نیشانی (ئاستی هیوابون و په‌یوهندی به‌ متمانە بەخۆبونه‌وه لای قوتابییانی کۆلیژی په‌روه‌رده له زانکۆی مستنصریة) ئامانجی ئەم لیکۆلینه‌وه‌یه زانینی ئاستی متمانە بەخۆبون و په‌یوهندی به‌ هیوابونه‌وه‌یه، ئایه‌ هیچ جیاوازیه‌ک هه‌یه به‌پیی گۆڤاوی (ره‌گه‌ز، پسیپۆری، سالی خویندن) ئەو کۆمه‌له‌یه پیکهاتبو له (۲۲۷) قوتابی کۆلیژی په‌روه‌رده، دواتر داتا‌کان ریکخران به‌ به‌کاره‌یتانی تاقیکردنه‌وه‌ی (تائی) ئەنجامه‌کان ده‌رکه‌وتن ئەمه‌ش به‌ به‌کاره‌یتانی هاوکۆله‌ی په‌یوهندی (پیرسون) که ناوه‌ندی متمانە بەخۆبون لای کۆمه‌له‌ی توێژینه‌وه‌ به‌رزتربو له ناوه‌ندی تاک (مه‌به‌ستی ئەوه‌یه ئەوانه‌ی به‌شداری توێژینه‌وه‌که‌یان نه‌کردوه ئاستی متمانە‌یان به‌خۆیان که‌متره) و جیاوازیه‌ک هه‌بو له به‌رژه‌وه‌ندی کوران و هیچ جیاوازیه‌ک به‌دینه‌کرا که په‌یوهندی به‌ (پسیپۆری - سالی خویندن) هوه هه‌بیت (الطائی، ۲۰۰۶: ۳۰۰).

### دوهم: نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری:

#### توێژینه‌وه‌ی (العقیل: ۲۰۱۴)

ناو‌نیشانی توێژینه‌وه‌ (هۆکاره‌ کۆمه‌لایه‌تی و ده‌رونیه‌کانی په‌یوه‌ندار به‌ پیشوازیکردنی کچانی ولاتی سعودیا بۆ نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری)، ئامانجی توێژینه‌وه‌ بریتیه‌ له زانینی هۆکاره‌کانی ئاراسته‌ی کچان بۆ راگه‌یاندن له په‌یوه‌ندار به‌ پیشوازیکردنی کچانی ولاتی سعودیا بۆ نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری و ئاراسته‌ی کچان به‌پیی گۆڤاوی (ئاستی خویندن) بۆ نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری هه‌روه‌ها زانینی ئاراسته‌ی کچان له په‌یوهندی به‌ هیندیک گۆڤاوی ده‌رونی وه‌ک (ترس له ده‌رکه‌وتنی نیشانه‌کانی پیربون، سه‌رنج‌راکیشانی ده‌وروبه‌ر، رازی نه‌بون له شیوه‌ی جه‌سته‌). نمونه‌ی توێژینه‌وه‌که‌ پیکهاتبو له (۱۵۰) کچ له‌و کچانه‌ی سه‌ردانی نۆرینگی جوانکارییان کردوه، هه‌روه‌ها توێژه‌ر ریکای میتۆدی وه‌سفی گرته‌به‌ر، ئەنجامه‌کان به‌م شیوه‌یه بون:-

- نه‌بونی په‌یوه‌ندی له‌ نیوان ئاراسته‌ی کچان بۆ که‌وتنه‌ ژیر کاریگه‌ری هۆکاره‌کانی راگه‌یاندن بۆ پیشوازیکردن ئەنجامدانی نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری.

- بونی په‌یوه‌ندییه‌کی راسته‌وانه‌ له‌ نیوان ئاستی خویندن لای کچان و ئاراسته‌ی بۆ پیشوازیکردن له نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری واته‌ تا ئاستی خویندن به‌رزبیت پیشوازی زیاتر ده‌کریت له نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری.

- بونی په‌یوه‌ندییه‌کی راسته‌وانه‌ له‌ نیوان ئاراسته‌ی کچان بۆ پیشوازیکردن له نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری و هیندیک له‌ گۆڤاوی ده‌رونی وه‌ک (ترس له ده‌رکه‌وتنی نیشانه‌کانی پیربون). واته‌ تا ترس هه‌بیت له‌ پیربون زیاتر پیشوازی له نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری ده‌کریت.

- نه بونی په یوه ندى له نیوان ئاراسته كچان بۆ پیشوازیکردن له نهشته رگه رى جوانكارى و هیندیک له گۆڤاوى دهرونى وهك (سه رنجراکیشانی دهوروبه ر، رازى نه بون له شیوه ی جهسته) (العقیل، ۲۰۱۴: ۸۱۸-۸۲).

### به شی سییه م

### یه كه م: ریبازى توپژینه وه:

به كارهیانی میتو دی توپژینه وه و گرته به رى ریکاره كان (منهجیة البحث و الاجرائات) بۆ دیاریکردنی كومه لگای توپژینه وه و هه لپژاردنی نمونه (العینه)، هه روه ها بۆ چۆنیه تی پیوانه کردنی (ئاستی متمانه به خۆبون) به مه به ستی دلنیا یی و راستگوى پیوه ر (scale) هه روه ها جیگى رى پیوه رى توپژینه وه كه مان له لایه نی بابه تی و زانستی، بۆ ئه و مه به سته له م توپژینه وه یه دا توپژه ران ریبازى میتو دی وه سفى (المنهج الوصفی) یان به كارهیانا كه مه به ست له میتو دی وه سفى بریتیه له "دیاریکردنی تایبه تمه ندى دیارده و گۆڤاوه كان به مه به ستی وه سفکردنیكى ورد وتیگه شتن له سروشت و جۆرى ئه و دیارده و گۆڤاوانه به شیوه ی ئه وه ی كه له واقعیدا چۆن و چه ند هیه (Quantal)" (محمود، ۲۰۱۵: ۶۶).

شیوازی (مهیدانى) له كۆكرده وه ی داتاكان و زانیاریه كان به كارها توه بۆ جیه جیكردى، بۆ ئه م مه به سته ش توپژه ران پیوه ریکیان ئاماده کرد، هه روه ها هه ستان به جیه جیكردى و به كارهیانی ئامار و یاسا گونجاوه كان له چاره سه رکردن و شیکارى داتا و زانیاریه كان به رپىگای (SPSS) و پوختکردنی ئه نجامه كان و شیکردنه وه و راقه کردنیان.

### دوه م: كومه لگای توپژینه وه:

بۆ مه به ستی توپژینه وه كه ئه و خویندكارانه ی زانکۆی راپه رین ده ستنیشانکرا كه نه شته رگه رى جوانكارییان بۆ ئه نجامدراوه، دابه شبون به پى ربه گه ز (نیر - م) و پسپۆرى (زانستی و مرو قایه تی) وه ك كومه لگای توپژینه وه كه ژماره یان (۶۰) خویندكاره، ژماره ی ربه گه زى نیر (۲۱) و ژماره ی ربه گه زى م (۳۹) بو، ژماره ی ئه و خویندكارانه ی له پسپۆرى به شی زانستی (۵) و ژماره ی ئه و خویندكارانه ی له پسپۆرى به شی مرو یی (۵۵) بو خسته ی ژماره (۱) ئه م داتایه رونده كاته وه.

**خشتهی ژماره (۱) کۆمه‌لگای تووژینه‌وه**

ژ	پسپۆری	ژماره‌ی خویندکارانی په‌گه‌زی نیر که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان نه‌جامداوه	ژماره‌ی خویندکارانی په‌گه‌زی نیر که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان نه‌جامداوه	کۆی گشتی
۱	زانستی	۴	۱	۵
۲	مرۆفایه‌تیه‌کان	۳۵	۲۰	۵۵
	کۆی گشتی	۳۹	۲۱	۶۰ شپست

**سپیه‌م: نمونه‌ی تووژینه‌وه:**

هه‌لبژاردنی نمونه‌ی تووژینه‌وه‌که به‌رێگای شیوازی هه‌په‌مه‌کی مه‌به‌ستدار (العشوائية قصدية) وه‌رگیراون که ژماره‌ی نمونه‌ی تووژینه‌وه‌که (۵۰) خویندکار له کۆی (۶۰) خویندکار که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان بو نه‌جامداوه وه‌رگرت. ژماره‌ی په‌گه‌زی نیر (۱۷) و ژماره‌ی په‌گه‌زی می (۳۳) بو. ژماره‌ی ئه‌و خویندکارانه‌ی له پسپۆری به‌شی زانستی (۵) و ژماره‌ی ئه‌و خویندکارانه‌ی له پسپۆری به‌شی مرۆیی (۴۵) بو. خشته‌ی ژماره (۲) ئه‌م داتایه پونده‌کاته‌وه.

**نمونه‌ی تووژینه‌وه خشته‌ی ژماره (۲)**

ژ	پسپۆری	ژماره‌ی خویندکارانی په‌گه‌زی نیر که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان نه‌جامداوه	ژماره‌ی خویندکارانی په‌گه‌زی نیر که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان نه‌جامداوه	کۆی گشتی
۱	زانستی	۴	۱	۵
۲	مرۆفایه‌تیه‌کان	۲۹	۱۶	۴۵
	کۆی گشتی	۳۳	۱۷	۵۰ په‌نجا

**چوارهم: ئامرازی تووژینه‌وه (ئاستی متمانه‌به‌خۆبون):**

ئه‌مه‌ش هه‌نگاوه‌کانی پشکنینی پێوه‌ره‌که‌یه به‌شیوه‌ی زانستی و بابه‌تی:-

**یه‌که‌م: روپنۆی و راپرسی:**

سه‌ره‌تا بو نه‌جامدانی ئه‌م تووژینه‌یه‌وه‌یه، تووژهران پێوه‌رێکیان بو پێوانه‌کردنی ئاستی متمانه‌به‌خۆبون ئاماده‌کرد به‌سودوه‌رگرتن له ئه‌ده‌بیاتی ده‌رونزانی و هه‌روه‌ها نه‌جامدانی راپرسییه‌ک به‌سه‌ر (۳۰) خویندکار که نه‌شته‌رگه‌ری

جوانکاریان بۆ ئەنجامدراوه، ئەمەش بەشیوهی هه‌په‌مه‌کی مه‌به‌ستدار دیاریکران بۆ هه‌ر یه‌ک له گۆراوی ره‌گه‌ز (نیر، مئ) و پسیپۆری (زانستی و مرو‌فایه‌تی) که بۆ پێوانه‌کردنی ئاستی متمانه‌به‌خۆبون راو تیبیینان وه‌رگیرا. دواتر پێوه‌ریکمان ئاماده‌کرد که له سه‌ره‌تا له (٢٥) بره‌گه‌ پیکهات و له به‌رامبه‌ر هه‌ر بره‌گه‌یه‌ک پینج بژارده هه‌بو (زۆر له‌گه‌لم ده‌گونجی، له‌گه‌لم ده‌گونجی، نازانم، له‌گه‌لم ناگونجی، زۆر له‌گه‌لم ناگونجی).

### دوهم: راستگۆیی پێوه‌ره‌که به‌شیوه‌یه‌کی رواله‌تی (الصدق الضاهري – Validity Face)

تویژه‌ران هه‌ستان به ئەنجامدانی خستنه‌پرویی پێوه‌ره‌که به‌شیوه‌ی سه‌ره‌تایی بۆ گروپیک له شاره‌زایان و پسیپۆران له مامۆستایانی زانکۆ، به مه‌به‌ستی وه‌رگرتنی (راستگۆیی رواله‌تی) ئەمەش به‌سود وه‌رگرتن له بره‌گه‌کانی پێوه‌ره‌که بۆ پێوانه‌ی ئاستی متمانه‌به‌خۆبون که له سه‌ره‌تا بره‌گه‌کانی پیکهات له (٢٥) بره‌گه و که له به‌رامبه‌ر هه‌ر بره‌گه‌یه‌ک (٥) بژارده هه‌یه. (زۆر له‌گه‌لم ده‌گونجی، له‌گه‌لم ده‌گونجی، نازانم، له‌گه‌لم ناگونجی، زۆر له‌گه‌لم ناگونجی). دوا‌ی هه‌لسه‌نگاندن و وه‌رگرته‌وه‌ی رای شاره‌زایان رازیبون له‌سه‌ر گونجاوی پێوه‌ره‌که بۆ پێوانه‌کردنی دیارده‌که، به‌لام دواتر پێوه‌ره‌که به‌شیوه‌ی کۆتایی پیکهات له (٢٠) بره‌گه و ئاماده‌کرا بۆ جیبه‌جی‌کردنی کۆتایی ئەمەش دوا‌ی ده‌رخستنی هیزی جیاکاری بره‌گه‌کان و په‌یوه‌ندی بره‌گه به نمره‌ی گشتی هه‌ر یه‌ک له بره‌گه‌کانی (٢، ٤، ١٠، ١٨، ٢٢) له پێوه‌ره‌که لابران له‌به‌رئه‌وه‌ی له ئاستی به‌لگه‌داری (٠،٠٥) نه‌بون. و له‌کۆتاییدا جیگیری پێوه‌ره‌که وه‌رگیرا به سه‌رکه‌وتویی. پروانه خشته‌ی ژماره (٣) و (٤).

### سێهه‌م: ده‌رخستنی هیزی جیاوازی بره‌گه‌کان (تمیز الفقرات):

بۆ ده‌رخستنی هیزی جیاکاری بره‌گه‌کان، هه‌ستاین به وه‌رگرتنی (٦٠) خویندکار که نه‌شته‌رگه‌ریان بۆ ئەنجامدراوه وه‌ک سامپل دواتر ژماره‌ی نمونه کردیه (٣٢) خویندکار که نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان ئەنجامداوه ئەمەش دوا‌ی وه‌رگرتنی رێژه‌ی دیاریکراو له ٢٧% ی به‌رزترین نمره‌ی سه‌رو هه‌روه‌ها نزمترین نمره‌ی خوارو وه‌رگیرا و دواتر به ده‌رهینانی تاقیکردنه‌وه‌ی به‌های تائی بۆ ده‌رهینانی جیاوازی ناوه‌ندی ژمیره‌یی بۆ دو سامپلی سه‌ربه‌خۆ (T-test – لعینتین مستقلتین) له ئاستی به‌لگه‌داری (٠،٠٥) بو، ئەمەش به وه‌رگرتنی رێژه‌ی دیاریکراو ٢٧% له به‌رزترین و نزمترین نمره‌ی بره‌گه‌کان و ئەنجام ده‌رکه‌وت که جیاوازی له نیوان نمره‌ی ناوه‌ندی ژمیره‌یی بره‌گه‌کانی سه‌رو و خوارو هه‌یه. جگه له له بره‌گه‌کانی (٢، ٤، ١٠، ١٨، ٢٢) له ئاستی به‌لگه‌داری (٠،٠٥) نه‌بون. خشته‌ی ژماره (٣).

خشتهی ژماره (3)

دهرخستنی هیزی جیاوازی برههکان (القوة التمييزية للفقرات)

ژماره برهه	برههکانی کۆمهلهی خوارو		برههکانی کۆمهلهی سهرو		بههاری تائی ههژمار T. test	ئاستی بهلکه‌داری
	ناوهندی ژمیرهیی	لادانی پێودانگی	ناوهندی ژمیرهیی	لادانی پێودانگی		
1	3.733	1.033	4.0625	0.6291	2.476	0.05
2	3.66	1.39	4.00	1.36	0.67	0.007
3	3.333	1.4960	4.8750	0.34157	4.016	0.05
4	2.28	1.79	1.87	1.36	0.68	0.49
5	3.2000	1.32017	4.7500	0.44721	4.437	0.05
6	3.8000	1.32017	4.8125	0.40311	2.929	0.05
7	3.0333	1.4074	4.5000	0.6324	2.494	0.05
8	2.8000	1.02128	4.3125	0.9464	3.347	0.05
9	2.2000	1.61245	4.3750	1.14746	2.35	0.05
10	2.06	1.16	2.18	1.16	0.28	0.77
11	3.0333	1.0522	4.6250	0.7188	2.040	0.05
12	3.2667	1.2798	4.6875	0.4787	4.146	0.05
13	2.933	1.43759	1.81	1.47054	2.144	0.05
14	3.066	1.62422	4.6875	1.01448	2.35	0.05
15	2.666	1.4474	3.8750	1.40831	2.35	0.05
16	3.8000	1.0212	4.0625	0.81394	2.223	0.05
17	2.666	1.4960	3.0000	1.5055	0.082	0.05
18	2.66	1.49	3.0000	1.50	0.61	0.04
19	4.0000	1.3093	4.6875	0.6020	2.35	0.05
20	3.9333	1.2228	4.7500	0.4472	2.50	0.05
21	4.0000	1.37321	4.9500	0.2500	3.26	0.05
22	3.06	1.79	3.75	1.39	1.19	0.24
23	3.666	1.2344	4.4375	0.62915	2.02	0.05
24	2.4667	1.45733	4.437	1.0935	4.277	0.05
25	3.0000	1.01	4.3125	1.4000	2.50	0.05



**چوارم- دهرخستنی په یوهندی برکه به نمره ی گشتی پیوهرهکه:** بۆ دهرخستنی ئهم په یوهندیه (هاوکۆلکه ی پیرسون) به کارهیندرا له نیوان نمره ی تاکه کانی سامپل که ژماره یان (60) خویندکار که نه شته رگه ری جوانکارییان ئه نجامدابو له ههر دو رهگه ز. ئه نجام دهرکهوت که هه مو برکه کان په یوهندیان هه یه به کۆنمره ی گشتی پیوهرهکه له ئاستی به لگه داری ئاماری (0,05)، جگه له ژماره ی برکه کانی (2, 4, 10, 18, 22). خشته ی ژماره (4).

### خشته ی ژماره (4)

ژماره ی برکه	ناوهندی ژمیره یی	لادانی پیودانگ ی	هاوکۆلکه ی په یوهندی	ئاستی به لگه داری
1	4,2500	0,9677	0,22	0,05
3	4,26	1,039	0,509	0,05
5	4,18	0,9827	0,57	0,05
6	4,31	0,9476	0,71	0,05
7	3,950	1,1412	0,10	0,05
8	3,466	1,4078	0,36	0,05
9	3,9500	1,17061	0,54	0,05
11	4,1500	1,19071	0,53	0,05
12	4,100	1,020	0,508	0,05
13	2,566	1,544	0,15	0,05
14	3,8833	1,3911	0,39	0,05
15	3,1500	1,400	0,21	0,05
16	4,233	1,0793	0,304	0,05
17	3,400	1,4980	0,46	0,05
19	4,1833	1,1273	0,47	0,05
20	4,2167	1,04300	0,19	0,05
21	4,3833	0,94046	0,53	0,05
23	4,1167	0,9930	0,23	0,05
24	3,533	1,3835	0,407	0,05
25	3,7167	1,4153	0,35	0,05

## پهینجهم- جیگیری پیوهرهکه (ثبات المقیاس – Reliability):

بۆ دهرخستنی جیگیری پیوهره توپژههههستان به ده رهینانی جیگیری پیوهره له ریگی وهرگرنتی نمونهیه که به شیوهی سامپلی هه ره مهکی مه به ستهار وهرگهرا ژمارهیان (40) خویندکار بو که نهشته رگه ری جوانکاریان بۆ نهجامدرا بو له ره گهزی (نیر - می) و له پسهپوری جیاواز له زانکۆی راپه رین، دوی شیکردنه وهی زانیارییهکان به ریگی (Spss) به هوی ده رهینانی جیگیری به ریگی (ئه لفا کروینباخ) پلهی جیگیری پیوهری متمانه به خوبون (78%) ی تو مارکرد بهم جو ره ریژهی جیگیری پیوهره که ئاستیکی تارادهیه که به رزی تو مارکرد و گونجاو ده رچو.

### پیوهرهکه به شیوهی کۆتایی:

به شیوهی کۆتایی پیوهره که پیکهات له (20) برکه و ئاماده کرا بۆ جیبه جیکردنی کۆتایی ئه مهش دوی ده رخستنی هیزی جیاکاری برکه کان و په یوهندی برکه به نمره ی گشتی هه ر یه که له برکه کانی (2، 4، 10، 18، 22) له پیوهره که لابرا ن له بهر ئه وهی له ئاستی به لگه داری (0،05) نه بون. له کۆتایشدا جیگیری پیوهره که وهرگهرا به سه رکه وتوی. بروانه خشته ی ژماره (3) و (4). دواتر جیبه جیکردنی پیوهره که به سه ر نمونهی تو پیژینه وه ئه نجامدرا به مه به ستهی ده رخستنی ئه نجامه کان.

### شه شم: که ره سته ئامارییه به کارهاتوه کان (Statically Tools):

به هوی سو دوهرگرتن له بهرنامه ی ئاماری (Spss) که خویندکارانی توپژهه بو ده رهینانی ده ره نجامه کان سو دیان له م که ره سته ئامارییه خواره وه وهرگرته:-

- 1- تاقیکردنه وهی به های تائی T.Test بو ده رهینانی ناوهندی ژمیره یی یه که سامپل.
- 2- تاقیکردنه وهی به های تائی بو ده رهینانی جیاوازی ناوهندی ژمیره یی بو دو سامپلی سه ره به خو.
- 3- ناوهندی ژمیره یی.

### به شی چواره م: ئه نجامه کان

### ئه نجامی ئاستی متمانه به خوبون:-

آ. زانینی ئاستی متمانه به خوبون لای ئه و خویندکارانه ی زانکو که نهشته رگه ری جوانکاریان بو ئه نجامدرا وه (نمونه ی

تو پیژینه وه که به شیوه یه کی گشتی): به مه به ستهی زانینی ئاستی متمانه به خوبون لای خویندکارانی نمونه ی تو پیژینه وه که به شیوه یه کی گشتی، تو پیژههرا ن به های تائی و ناوهندی ئه ژمیره یی و گریمانه بیان بو وه لامدانه وهی نمونه ی تو پیژینه وه که له سه ر پیوهانه کاری متمانه به خوبون ده رخست. ههروه کو له خشته ی ژماره (5) له خواره وه دا هاته وه.

## خشتهی (۵)

به‌های تائی بۆ ناوهندی ژمیریی و گریمانهیی بۆ متمانه‌به‌خوبون لای گشت نمونه‌که

گۆڤاو	ژمارهی خویندکاران (سامپل) به گشتی	ناوهندی ژمیریی	ناوهندی پیودانگی	ناوهندی گریمانهیی	نمرهی ئازاد	به‌های T		ئاستی به‌لگه‌داری ئاماری
						هه‌ژمار T.test	خشتهیی	
ئاستی متمانه به‌خود	۵۰	۷۹.۴۴	۱۰.۶۲	۶۰	۴۹	۱۲.۹۳	۲.۰۱	۰.۰۵

نمونه‌ی توپژینه‌وه‌که به‌شیوه‌یه‌کی گشتی متمانه‌به‌خوبونی له ئاستی سه‌روی ناوهندی گریمانه‌یی، به‌مه‌ش ئاستیکی به‌رزى تۆمارکرد، هه‌رچه‌نده کاریگه‌ری په‌روه‌رده به‌شیوه‌یه‌کی سه‌ره‌کی بونی هه‌یه به‌سه‌ر متمانه‌به‌خوبون لای خویندکاران، به‌لام بونی هۆکاریکتر هه‌یه له واقیعدا که ئه‌ویش ده‌گه‌رپته‌وه بۆ خویندن و پرۆسه‌ی خویندن که کاریگه‌ری هه‌یه به‌سه‌ر هه‌ول و تیکۆشان و خۆماندوکردن و به‌ده‌سته‌یه‌نانی ده‌سته‌که‌وتی خویندن، که ده‌بیته‌هۆی ئه‌وه‌ی خویندکار زیاتر متمانه‌به‌خوبون به‌خۆی زیاتر بکات بۆ گه‌یشتن و به‌دیه‌یه‌نانی ئامانجه‌کانی خویندن، به‌لام په‌یوه‌ندی ئه‌م توپژینه‌وه‌یه په‌یوه‌نداره به‌ئهنجامدانی نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری لای خویندکاران وه‌ک ده‌رکه‌وتوه ئه‌و خویندکارانه‌ی نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاریان بۆ ئهنجامدراوه، له ئاستیکی به‌رزى متمانه‌به‌خوبوندان به‌به‌راورد به‌ ناوهندی ژمیریه‌یی گریمانه‌یی ئه‌مه‌ش به‌دیوکیتر ئه‌و راستیه‌ی ده‌رخستوه که ئهنجامدانی نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری یه‌کیکتر بوه له‌و هۆکارانه‌ی که ئاستی متمانه‌به‌خوبونی به‌رزکرده‌وه لای نمونه‌ی توپژینه‌وه‌که. ئهنجامی ئه‌م توپژینه‌وه‌یه له‌گه‌ل ئهنجامی توپژینه‌وه‌که‌ی (رکابی، ۲۰۰۰) یه‌کده‌گرپته‌وه.

### ب - زانینی جیاوازی ئاستی متمانه به خۆبون به پیتی گۆڤاوی رهگهز (نیر-می):

به مه بهستی زانینی جیاوازی ئاستی متمانه به خۆبون لای خویندکارانی نمونهی تووژینه وه که به پیتی گۆڤاوی رهگهز، تووژهران به های تائی و ناوهندی ئەژمیرهیی و گریمانەبیان بۆ دو سامپل بۆ وه لامدانه وهی نمونهی تووژینه وه که له سه ر پیوانه کاری متمانه به خۆبون ده رخست. هر وه کو له خشتهی ژماره (6) له خواره ودا هاتوه.

#### خشتهی ژماره (6)

#### جیاوازی ئاستی متمانه به خۆبون به پیتی گۆڤاوی رهگهز (نیر-می)

ئاستی به لگه دار	به های T		لادانی پیودانگی	ناوهندی ژمیرهیی	رهگهز	
	به های T خشتهی	هه ژماره T.test			ژ = نیر	ژ = می
ئاستی به لگه دار ئاماری بونی نییه له ئاستی (0.05)			9,70	79	18	ژ = نیر
	--	0,089	11,26	79	32	ژ = می

جیاوازی به لگه داری ئاماری بونی نییه له ئاستی متمانه به خۆبون به پیتی گۆڤاوی رهگهز، به بروای تووژهران هۆکاری نه بونی جیاوازی به پیتی گۆڤاوی رهگهز (کور، کچ) له ئاستی متمانه به خۆبون ده گه پیتته وه بۆ که مبون جیاوازی شیوازی په روه ردهی کومه لایه تی له نیوان (کور و کچ) له ناو خیزاندا، هه روه ها کومه لگا ئازادی زیاتر و جولهی سه ربه ستانه یان زیاتر کردوه بۆ کور و کچ به به راورد به سه رده می به ر له ئیستا. ئەم ئەنجامه له گه ل ئەنجامی تووژینه وه که ی (رکابی، 2000) یه کناگریته وه.

### ج- زانینی جیاوازی ئاستی متمانه به خۆبون به پیتی گۆڤاوی پسپۆری (زانستی، مروّشایه تی):

به مه بهستی زانینی جیاوازی ئاستی متمانه به خۆبون لای خویندکارانی نمونهی تووژینه وه که به پیتی گۆڤاوی پسپۆری، تووژهران به های تائی و ناوهندی ئەژمیرهیی و گریمانەبیان بۆ دو سامپل بۆ وه لامدانه وهی نمونهی تووژینه وه که له سه ر پیوانه کاری متمانه به خۆبون ده رخست. هه روه کو له خشتهی ژماره (7) له خواره ودا هاتوه.

خشته‌ی (٧)

جیاوازی ئاستی متمانه‌به‌خوبون به‌پیی گۆراوی پسپۆری (زانستی – مرۆڤایه‌تی)

ئاستی به‌لگه‌دار	به‌های T		لادانی پیودانگی	ناوه‌ندی ژمیره‌یی	ژماره‌ی خۆیندکاران سامپل	پسپۆری
	خشته‌یی	هه‌ژمار T.test				
ئاستی به‌لگه‌درای ئاماری بونی نییه له ئاستی (٠.٠٥)	--	٠,٣٦٣	١٢,٠٥	٧٨,٦٠	١٥ = ژ	به‌شی زانستی
			١٠,١٢	٨٠	٣٥ = ژ	به‌شی مرۆڤایه‌تی

جیاوازی ئاماری بونی نییه له نیوان خۆیندکارانی هه‌ردو پسپۆری (مرۆڤایه‌تی – زانستی) له ئاستی متمانه‌به‌خوبون. به‌لام له‌خودی نمونه‌که جیاوازی ده‌رخستوه له به‌رژه‌وه‌ندی به‌شه مرۆڤایه‌تییه‌کاندا. ده‌رخستنی جیاوازی له‌خودی نمونه‌که به‌ برۆی توێژه‌ران ده‌گه‌رێته‌وه بۆ هۆکاری ئه‌وه‌ی که به‌شه زانستییه‌کان زیاتر واقیعیترین به‌ به‌راورد به‌ به‌شه مرۆڤایه‌تییه‌کان چونکه ئه‌نجامدانی نه‌شته‌رگه‌ری وا پێده‌چیت لای خۆیندکارانی به‌شه زانستییه‌کان خۆیندنه‌وه‌یه‌کی ورتی بۆ بکریت به‌تایبه‌ت ماکه‌کانی له‌پۆی زانستی له‌ داها‌تودا. هه‌روه‌ها ئه‌م ئه‌نجامه له‌گه‌ل ئه‌نجامی توێژینه‌وه‌که‌ی (ابوعلام، ١٩٧٨) یه‌کنه‌گرێته‌وه.

**به‌شی پێنجه‌م**

**راسپاردن‌کان:-**

- ١- پێویسته زانکۆ و لایه‌نی په‌یوه‌ندار گرینگی زیاتر بدات به‌ بابته‌ی متمانه‌به‌خوبون له‌ رێگای رێنمایکردنی به‌ کۆمه‌ل به‌مه‌به‌ستی به‌هیزکردنی زیاتری که‌سایه‌تی خۆیندکاران له‌ زانکۆکاندا.
- ٢- ئه‌نجامدانی سیمینار له‌لایه‌ن مامۆستایانی زانکۆی راپه‌رین بۆ به‌شه مرۆڤایه‌تییه‌کان بۆ زانیینی ماکه‌کانی نه‌شته‌رگه‌ری جوانکاری، زیاتر ئاشناکردنی فێرخوازان به‌ بابته‌ی متمانه‌به‌خوبون.
- ٣- پێویسته داموده‌زگا په‌روه‌ده‌یه‌یه‌کان گرینگی به‌ په‌روه‌رده‌ی ناو خێزان بدن به‌ مه‌به‌ستی بلاوکردنه‌وه‌ی هۆشیاری و پێگه‌یاندنی تاک له‌ ناو خێزان دا له‌سه‌ر بنه‌مای به‌هیزکردنی که‌سایه‌تی و متمانه‌به‌خوبون، چونکه پێگه‌یاندنی تاکیکی ده‌رون دروست و به‌هیز له‌پۆی که‌سایه‌تی، متمانه‌به‌خوبونی زیاتره به‌ روخسار و شیوه‌ی جه‌سته‌ی.

## پیشنیهان:-

- ۱ - ئەنجامدانی تویژینهوهیهک بۆ زانیینی ئاستی متمانهبهخۆبون لای دایک و باوکی ئەو خویندکارانهی نهشتهرگهري جوانکارییان بۆ ئەنجامدراوه.
- ۲ - ئەنجامدانی تویژینهوهیهک لهسهه متمانهبهخۆبون بۆ خویندکارانی بنهههتی لهسنوری پهروهدهی رانییه.
- ۳- ئەنجامدانی تویژینهوهیهکی هاوشیوه بهسهه ئەو مامۆستایانهی نهشتهرگهري جوانکارییان بۆ ئەنجامدراوه له ناوهندهکانی خویندن له سنوری پهروهدهی رانییه.

## “Self-confidence level among students of Raparin University who have undergone cosmetic surgery”

Nawzad Ali Awrahman<sup>1</sup> - Hevar Ali Abubakr<sup>2</sup> - Soma Ismail Khader<sup>3</sup> - Zhiwar Sabah Ahmad<sup>4</sup>

<sup>1+2+3+4</sup>Kindergarten Department, College of Primary Education, University of Raparin, Ranya, Kurdistan Region, Iraq.

### Abstract:

**The problem** of the research, when the level of (Self-confidence) is High, the individual enjoys good mental and somatic health, but, when the level of Self-confidence is less, it may lead to a lack of logical analysis or challenge and control and create difficulties in decision-making as a result of weak confidence in the information obtained in a negative way on the individual's body and facial image. **The importance** of self-confidence as a personality variable plays an influential role in the individual and Society in the face of the challenges in individual life that continue to be optimistic and positive. **The aims** of this study are to determine the level of self-confidence among university students who have undergone cosmetic surgery. Determining the differences in self-confidence levels among university student who have undergone cosmetic surgery according to gender (male-female) and specialty (science-humanities). The researchers took the descriptive method approach. **The research community** consisted of 60 students of Raparin University who underwent cosmetic surgery. **The sample** was randomly selected, including 50 students, including 17 males and 33 females in University of Raparin for the academic year (2019-2020) in the morning. The researchers prepared a scale consisting of (20) item to measure the level of self-confidence among university students who have undergone cosmetic surgery.

**The results showed** statistically levels of high in Self-Confidence. There was no statistically significant difference in self-confidence by gender and specialty, but the specialty variable in the sample itself showed differences in favor of the humanities.

**Keywords:** Self-Confidence, Beauty, University.

## سه‌چاوه‌گان :

- حورایی (۲۰۱۳) باوه‌په‌خۆبون له ده‌پۆژدا چاپی سێیه‌م، چاپخانه‌ی گه‌نج، سلیمانی.
- جه‌یمز، ئالین ئه‌وانی تر (۲۰۱۱) ده‌رونزانی کۆمه‌لایه‌تی، چاپی دوهم، چاپخانه‌ی کارۆ، سلیمانی.
- عیمران، احمد (۲۰۱۶) بیر له‌ سه‌رکه‌وتن بکه‌وه به‌ ده‌ستی دینیت چاپی دوهم، چاپخانه‌ی چرا سلیمانی.
- قه‌ره‌چه‌تانی، که‌ریم شه‌ریف (۲۰۰۴) سایکۆلۆژیای مندال، چاپی سێیه‌م، چاپخانه‌ی زانکو، هه‌ولێر .
- قه‌ره‌چه‌تانی، که‌ریم شه‌ریف (۲۰۰۸)، سایکۆلۆژیای په‌روه‌ده، چاپی یه‌که‌م، چاپخانه‌ی په‌یوه‌ند، سلیمانی.
- قه‌ره‌چه‌تانی، که‌ریم شه‌ریف (۲۰۰۹)، سایکۆلۆژیای گه‌شه، چاپی یه‌که‌م، چاپخانه‌ی په‌یوه‌ند، سلیمانی.
- قه‌ره‌چه‌تانی، که‌ریم شه‌ریف (۲۰۱۵) سایکۆلۆژیای گه‌شتی، چاپی ٤، چاپخانه‌پیره‌مێرد، سلیمانی.
- گرانت ، ویندی (۲۰۰۳). تو به‌سه‌ر خۆتدا زالییت، چاپی یه‌که‌م، چاپخانه‌ی رهنج، سلیمانی.
- مصطفی، آنوهر احمد (۲۰۰۷)، متمانه‌به‌خۆبون تاکه‌ رێگای به‌خته‌وه‌ری و سه‌رکه‌وتنی تویه، چاپی دوهم، چاپخانه‌ی وه‌زاره‌تی په‌روه‌ده، هه‌ولێر.
- مصطفی، یوسف حمه‌ صالح (۲۰۱۹). که‌سایه‌تی و سه‌روشتی مرۆف. چاپی یه‌که‌م، هه‌ولێر: چاپخانه‌ی زانکۆی سه‌لاحه‌ددین.
- اورحمان، نوزاد علی ۲۰۱۶. الصلافة النفسية و علاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية الاداب. جامعة صلاح الدين – اربيل.
- انوار، الجرف (۲۰۱۶). عمليات التجميل. رسالة دكتورا غير منشورة قسم العلوم.
- الطائي، انوار غانم يحيى (۲۰۰۷) الثقة بالنفس و علاقتها بعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل رسالة ماجستير غير منشورة قسم علم النفس عليا التربية جامعة الموصل.
- العقيل، صالح بن عبدالله (۲۰۱۴) العوامل الاجتماعية و النفسية المتبطة باقبال الفتاة السعودية على عمليات التجميل، رسالة الدكتورا غير منشورة .
- العبيدي، عفراء ابراهيم خليل (۲۰۱۹). الصحة النفسية و علاقتها بتقدير الذات لدى عينة من أطفال الشوارع في مدينة بغداد. جامعة بغداد: مجلة العربية للعلوم التربوية و النفسية، عدد (١٠)، شهر (مايو)، سنة.
- عيمرات، فاطيمة (۲۰۱۷). أثر برنامج أرشادي مقترح قائم على الارشاد المتمركز حول العميل في تنمية الثقة بالنفس لدى طلبة السنة الأولى جامعي. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس و التربية. كلية العلوم الانسانية لأجتماعية. جامعة قاصدي مرباح ورقلة.



على، سميحة حسن (٢٠١٢). **التحكم الذاتي**. كركوك: مجلة جامعة كركوك للدراسات الانسانية، المجلد: (٧)، (العدد:٣).

مصطفى، يوسف حمه صالح (٢٠١٨). ملامح الشخصية الكوردية. ط١، اربيل: مطبعة جامعة صلاح الدين.

محمود، هؤگر صباح (٢٠١٥). الأبتزاز العاطفي و علاقته بالتوجهات ازاء الآخرين لدى المتزوجين. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية الآداب. جامعة صلاح الدين.

نجمة، بلال (٢٠١٤) **الذكاء الوجداني و علاقته بثقة بالنفس لدى لطلاب الجامعة**.

Oxford Word Power Dictionary With Trainer , 2006.

Verma, R. K., & Kumari, S (2016). Effect of Self-Confidence on Academic Achievement of Children at Elementary Stage. Indian Journal of Reseach, 5(1) 81-83.