



بههیزی ئیگۆ و رۆلی نیوهندگیری له پهیوهندی نیوان کاملگهراپی باوان و ریزگرتن له خود له لای خویندکارانی زانکۆ

رێگار محمد حسن¹ - جوان نوری رسول²

¹⁺² پهروهده و دهرونزانی، فاکه لئی پهروهده، زانکۆی کۆیه، کۆیه، ههریمی کوردستان، عێراق.

jwan.nwri@koyauniversity.org

Rizgarhassan4@gmail.com

پوخته:

ئامانجی ئەو توێژینهوهیه بریتیه له زانیی ئاستی ههریه که له (بههیزی ئیگۆ، کاملگهراپی باوان و ریزگرتن له خود) و زانیی ئاستی ههریه کیکیان بهپێ گۆراوه کانی (رهگهز و شیوازی مامهلهی باوان)، ههروهها دۆزینهوهی پهیوهندی له نیوان کاملگهراپی باوان و ریزگرتن له خود و دۆزینهوهی ئەو رۆله نیوهندگیریه بههیزی ئیگۆ دهیگێرێت له پهیوهندی نیوان کاملگهراپی باوان و ریزگرتن له خود.

کۆمه لگهی توێژینهوه که بریتیه له خویندکارانی زانکۆی راپهرین بۆ سالی خویندنی (2024-2025) که ژمارهیان (4693) خویندکاره و نمونهی توێژینهوه که بریتیه له (560) خویندکار توێژه به شیوهیه کی ههرمه کی چینی گونجاو هه لێژاردوه (393) رهگهزی م و (167) رهگهزی نیر.

توێژه پپوهه کانی (بههیزی ئیگۆ، فرانک بارۆن، 1953)، پپوهری (فره رهههندی کاملگهراپی، شتویر، 1998) و پپوهری ریزگرتن له خود توێژه ئامادهی کردوه به پشتبهستن به تیوری ریزگرتن له خود (مۆریس رۆزنییرگ).

ئهو ئامرازه ئاماریانهی به کارهاتون- (One Sample T-test, Independent sample T-test, One way ANOVA, Pearson Correlation, Regression, SOBEL Test)

له ئه نجامدا ده رکهوت بههیزی ئیگۆ له لای نمونهی توێژینهوه که له ئاستیکی بهرزدايه و جیاوازی به لگه داری ئاماری ههیه له ئاستی بههیزی ئیگۆ بهپێ رهگهز له بهرژه وهندی رهگهزی نیر ههروهها کاملگهراپی باوان له لای نمونهی توێژینهوه که له ئاستیکی بهرزدايه و جیاوازی به لگه داری ئاماری نییه بهپێ رهگهز له لایه کیتروه ریزگرتن له خود له لای نمونهی توێژینهوه که له ئاستیکی نزمدايه و جیاوازی به لگه داری ئاماری ههیه بهپێ رهگهز و جیاوازییه که له بهرژه وهندی رهگهزی مییه و پهیوهندییه کی به لگه داری ئاماری نه رینی پیچه وانه له نیوان کاملگهراپی باوان و ریزگرتن له خوددا ههیه و بههیزی ئیگۆ رۆلیکی نیوهندگیری به لگه داری ئاماری ئه رینی بهرزی ههیه له پهیوهندی نیوان کاملگهراپی باوان و ریزگرتن له خود.

کلیله کان وشه: بههیزی ئیگۆ، کاملگهراپی باوان، ریزگرتن له خود، خویندکاری زانکۆ

Ego-Strength and its Mediation Role in the Relationship between Parental Perfectionism and Self-Esteem among University Student

RZGAR MUHAMMAD HASSAN¹

-

JWAN NWRI RASOOL²

¹⁺²Department of Education and psychology, Faculty of Education, Koya University, Koya, Kurdistan Region, Iraq.

Abstract:

The aim this study was determined the level of (ego strength, parental perfectionism and self-esteem) and Determine the level each of them according to (gender and parental style).

Finding relationship between parental perfectionism and self-esteem and knowing Mediating role of the ego strength between them. The researcher used descriptive-relational method and community-based research is Raperin University Student's for the academic year (2024-2025) which numbers (4693) students and the sample size consists (560) students. To achieve the goal of the study the researcher used ego strength scale, Frank Baron, 1953 multidimensional perfectionism scale, Stober, 1998 and the Researcher prepared criterion the scale (self-esteem) based on the theory of self-esteem (Morris Rosenberg).

The Researcher used (SPSS) analyze the research data such (One Sample T-test, Independent sample T-test, One way-ANOVA, Pearson Correlation, Spearman Correlation, Regression, SOBEL Test). The results showed:

- 1- Ego Strength high level and there is statistically significance differences in the level of ego strength according to gender and males have higher ego strength than females.
- 2- Parental perfectionism high among the Student's and There are no statistically significance differences according to gender.
- 3- Self-esteem low among the Student's, there are statistically significance differences according to gender and Females have higher self-esteem than males.
- 4- There is an inverse negative statistical relationship between parental perfectionism and self-esteem.
- 5- Ego strength has a highly positive statistically significance mediating role in the relationship between parental perfectionism and self-esteem.

Keywords: Ego-Strength, Parental perfectionism, Self-Esteem, University Student

بهشی یه کهم
ناساندنی توژیینه وه که

گرفتی توژیینه وه که:

کاتیک تاک پیوهری بهرزی کارکردن و ململانی بهرجهسته دهکات، بۆ ئهوهیه بگات به بهرزترین ئاستهکانی کاملی لهو کارهێ مروف ئهنجامی دهکات، یان به مه بهستی به دهستههینانی پیگهیه کی دیار له کۆمه لگه دا، به تایبهتی لهو کۆمه لگه یانهی که کپیرکی تیانداندا زاله ئه گهر تاکیک ستاندارد و ریکخستنی نه بیته، ئهوا ستراتیژی جیاواز به کاردههینیت که رهنگه نه رینی بیته و ئه مهش ده بیته هوی دژواری کارلێککردن و په یوه ندیکردنی له گه ل که سانیترا، ئه مهش کاریگهری له سه ر لایه نه دهرونی و کۆمه لایه تیبه کانی که سایه تی تاکه که ده بیته کاملگه رایی باوان، که به چاوه پروانییه ناواقعییه کانی دایک و باوک

و هه‌لۆیستی ره‌خنه‌گرانه به‌رامبهر به‌ئەنجامدان و ره‌فتاری منداڵه‌کانیان دەناسرێته‌وه، په‌یوه‌ندی به‌چه‌ندین لایه‌نی ده‌رونی نه‌رێنی جو‌راوجۆره‌وه هه‌یه، له‌وانه‌ش که‌می رێزگرتن له‌خود (Frost, et all, 1990, (Flett, Hewitt, & Singer, 1995) منداڵانی باوایی کامڵگه‌را زۆرجار په‌یره‌وی له‌و ستاندارده‌ به‌رزانه ده‌که‌ن که‌ باوانیان بۆیان داناون، ئەمه‌ش ده‌بێته‌ هۆی ره‌خنه‌گرتن له‌ خود و که‌مبونه‌وه‌ی رێزگرتن له‌ خود (Rosenberg. 1965.65)

به‌هێزی ئیگۆ، که‌ به‌ توانای پاراستنی هه‌ستیکێ جیگیر له‌ خود له‌ به‌رامبهر فشار و ناخۆشیدا پێناسه‌ ده‌کریته‌ ره‌نگه‌ وه‌ک گۆراوێکی نیوه‌ندگیری گرنگ له‌م په‌یوه‌ندییه‌دا خه‌مه‌ت بکات له‌به‌ره‌وه‌ی له‌ ئەده‌بیاتی ده‌روونزانییدا به‌هێزی ئیگۆ خۆراگری ده‌رونی دابین ده‌کات، رێگه‌ به‌ تاکه‌کان ده‌دات باشت‌ر رۆبه‌روی فشاره‌ ده‌ره‌کییه‌کان ببنه‌وه، له‌وانه‌ش ئەو چاوه‌روانییه‌ به‌رزانه‌ی که‌ له‌لایه‌ن باوانه‌ کامڵگه‌راکانیان‌وه سه‌پێنراون به‌سه‌ر منداڵه‌کانیاندا له‌ لایه‌کی تره‌وه توێژهران ئاماژه‌ به‌وه ده‌که‌ن که‌ رێزگرتن له‌ خود کاریگه‌ری ئەزمونه‌کانی خێزانی له‌سه‌ره‌ و ئەو دایک و باوکانه‌ی که‌ ستانداردی ناراسته‌قینه‌ بۆ کامڵبون داده‌نێن، له‌وانه‌یه‌ ژینگه‌یه‌کی پر فشار دروست بکه‌ن که‌ بێته‌ هۆی که‌مبونه‌وه‌ی رێزگرتن له‌ خود. (Hewitt & Flett, 1991)

به‌لام ره‌نگه‌ به‌هێزی ئیگۆ به‌توانیته‌ ده‌ستکاری ئەم کاریگه‌رییه‌ بکات به‌ پێدانی توانا به‌ تاکه‌کان بۆ به‌ده‌سته‌پێانی جو‌ریک له‌ جیا‌بونه‌وه‌ی ده‌رونی له‌م چاوه‌روانییانه‌، ئەوه‌ش رێگه‌یان پێده‌دات په‌ره‌ به‌ رێزگرتن له‌ خود به‌شیوه‌یه‌کی جیگیرتر به‌دن سه‌ربه‌خۆ له‌ ستاندارده‌کانی دایک و باوک. (Winnicott, 1960)

به‌ پێچه‌وانه‌وه‌، که‌می به‌هێزی ئیگۆ ره‌نگه‌ تاکه‌کان زیاتر به‌ره‌وری کاریگه‌رییه‌ زیانبه‌خشه‌کانی کامڵگه‌رای بکه‌نه‌وه، که‌ ده‌بێته‌ هۆی که‌مبونه‌وه‌ی رێزگرتن له‌ خود و زیادبونی مه‌ترسی بۆ ناره‌حه‌تی ده‌رونی سه‌ره‌رای لیکۆلینه‌وه‌ی زۆرله‌ په‌یوه‌ندی نیوان کامڵگه‌رای باوان و رێزگرتن له‌ خود، رۆلی نیوه‌ندگیری به‌هێزی ئیگۆ هێشتا به‌ که‌می لیکۆلینه‌وه‌ی له‌سه‌ر کراوه‌ توێژینه‌وه‌کانی ئیستا تا راده‌یه‌کی زۆر سه‌رنجیان له‌سه‌ر کاریگه‌رییه‌ راسته‌وخۆکانی کامڵگه‌رای باوانه‌ له‌سه‌ر رێزگرتن له‌ خود (Hill & Curran, 2016.269)

ئهمه‌ش بۆشایییه‌کی به‌رچاو له‌ تێگه‌یشتن له‌و میکانیزمانه‌ به‌جێده‌هێنێته‌ که‌ به‌هێزی ئیگۆ له‌ رێگه‌یانه‌وه‌ ره‌نگه‌ کاریگه‌ری له‌سه‌ر ئەم داینامیکییه‌ هه‌بێته‌ بۆیه‌ تێگه‌یشتن له‌و هۆکارانه‌ی که‌ ره‌نگه‌ په‌یوه‌ندی نیوان کامڵگه‌رای باوان و رێزگرتن له‌ خود باش یان خراپتر بکه‌ن باسی سه‌ره‌کی ئەو توێژینه‌وه‌یه‌ و به‌بروای توێژه‌ر توێژینه‌وه‌ له‌و رۆله‌ نیوه‌ندگیریه‌ به‌هێزی ئیگۆ ده‌توانیته‌ تێروانینیکی قوڵتر له‌ هۆکاره‌ ده‌رونییه‌کان بدات که‌ یارمه‌تی تاکه‌کان ده‌دات بۆ به‌رپوه‌بردنی داواکارییه‌کانی کامڵگه‌رای باوان، خۆتێدکارانی زانکۆ له‌ قوناغیکێ گرنگی له‌ گه‌شه‌کردنی شوناسی که‌سیدان هۆکاره‌ خێزانی و ده‌رونییه‌کانی وه‌کو کامڵگه‌رای باوان، به‌هێزی ئیگۆ و رێزگرتن له‌ خود رۆلێکی به‌رچاو ده‌گێرن له‌ دارشتنی بناغه‌یه‌کی پته‌وی ده‌روندروستیدا، له‌ کاتییدا تارا‌ده‌یه‌ک به‌شداریکردنی باوان له‌ هاندان و پێدانی به‌رچا‌وری ده‌کریته‌ پالنه‌رییته‌ بۆ خۆتێدکاران به‌ ئامانجی توانای ئەکادیمی به‌رز و خۆشگوزهرانی ده‌رونی، به‌لام زیاده‌ره‌وی له‌ کامڵگه‌رای له‌وانه‌یه‌ بێته‌ هۆی فشاری درێژخایه‌ن و دل‌ه‌راوکی و ترس له‌ شکست له‌لای خۆتێدکارانی زانکۆدا به‌تایبه‌ت ئەگه‌ر بێت و داواکارییه‌کانی باوان له‌ خۆتێدکاران زۆر ره‌ق و توند بن له‌وانه‌یه‌ خۆتێدکاران ئەو باوه‌ره‌ له‌ناو خۆیاندا په‌ره‌ پێده‌ن که‌ به‌هایان وابه‌سته‌یه‌ به‌ سه‌رکه‌وتن له‌ جێ به‌جێکردنی داواکارییه‌ تونده‌کانی باوان، ئەمه‌ش پالنه‌ره‌ ناوه‌کییه‌ خودییه‌کانیان و خۆراگری سۆزدارییان تیکده‌دا و رۆلێکی نه‌رێنی ده‌گێرێته‌ له‌ په‌رده‌دان به‌ توانا خودی و لێهاتوییه‌ که‌سییه‌کانیان، ئەوه‌ سه‌ره‌رای ئەوه‌ی ئەو داواکارییه‌ توند و ره‌قانه‌ی باوان ده‌بێته‌ هۆی له‌ ده‌ستدانی به‌هێزی ئیگۆ له‌لای خۆتێدکاران و به‌هۆیه‌وه‌ توانای رۆبه‌رپوه‌نه‌وه‌ی فشار و گونجان له‌ گه‌ل واقیع له‌ ده‌ستده‌دن، دوا‌جار رێزگرتن له‌ خود له‌ رێگه‌ی ئەزمونه‌کانی قبول‌کردن و لێهاتویی و به‌های خودی خۆتێدکاران توشی هه‌ره‌س ده‌بێته‌ و له‌جیات گرنگیدان به‌ به‌ها و لێهاتوییه‌ خودییه‌کان زیاتر له‌ هه‌ولێ به‌ده‌پێتانی ستاندارده‌کانی باواندا ده‌بن، به‌ سه‌رنجدانی توێژه‌ر له‌ ژماره‌یه‌کی زۆر له‌ خۆتێدکارانی زانکۆ ئەوه‌ی

بۆ دهرکهوتوه کارلێکی نیوان کاملگه راپی باوان، به هیزی ئیگو و ریزگرتن له خود تارادهیه کی زۆر ناهاوسه ننگه ئه وهش له دهرئه نجامی زالی داواکارییه به رزه کانی باوانه وهیه که وای له خویندکاران کردوه توشی گرفتگی جۆراوجۆر بین به تایبته ههستکردن به فشاری بهردهوام و دلهراوکی و زۆرجاران توشبون به گرفتگی دهرونی قوئی وهکو مهترسی له لهدهستدانی پێگه بۆیه توێژهر وهکو کیشهیه ک دهروانیته نهبونی وهلامیکی زانستی سهبارهت به پهیههندی نیوان کاملگه راپی باوان و ریزگرتن له خود و ئه و رۆله نیوهندگیریه به هیزی ئیگو دهیگێریت له پهیههندی نیوان ئه و گۆراوانه دا بۆیه توێژهر ههولیداوه له رێگه ی ئه و توێژینه وهیه وهلامی ئه و پرسیارانه ی خواره وه بداته وه:

1- ئایا ئاستی ههریه که له به هیزی ئیگو کاملگه راپی باوان و ریزگرتن له خود له لای نمونه ی توێژینه وه که چهنده؟

2- ئایا پهیههندی ههیه له نیوان کاملگه راپی باوان و ریزگرتن له خود؟

3- ئایا به هیزی ئیگو رۆلی نیوهندگیری ههیه نیوان کاملگه راپی باوان و ریزگرتن له خود؟

گرنگی توێژینه وه که:

که سایه تی تاک سیسته میکه پیکهاتوه له چه ندين هیز که بهردهوام له ململانیدان له گه ل یه کتر له و ململانیانیه دا کۆمه لیک هه لچون و رهفتار که هه ندیکیان خۆگونجین و هه ندیکیشان شله ژانن سه رهه لده دن ئه و سیسته مه له چه ندين تایبه تمه ندی پیکهاتوه به شیک له و تایبه تمه ندیانه دهرونی و به شیکیان کۆمه لایه تی و به شیکیان بایۆلۆژین، ئه و تایبه تمه ندیانه له هه مو رویه که وه کار له یه کتر ده که ن و رۆلیان هه یه له دروستی و نادروستی که سیته دا، به هیزی ئیگو زۆرجاران وه کو نیوهندگیریک کار ده کات بۆ دابینکردنی دروستی دهرونی له نیوان تایبه تمه ندیه ئه ری ئی و نه رینییه کان وه کو توێژینه وه ی (رضا پور حوسینی و هاوکاره کانی، 2016) سه لماندویانه به هیزی ئیگو رۆلێکی نیوهندگیری به هیز ده گێریت له نیوان کاملگه راپی باوان وه کو تایبه تمه ندیه کی نه ری ئی و ریزگرتن له خود وه کو تایبه تمه ندیه کی ئه ری ئی واتا وه کو داینامیکی کار ده کات بۆ که مکردنه وه ی لیکه وته نه رینییه کانی کاملگه راپی. (پور حوسینی و هاوکاره کانی، 2016).

له لایه کتره وه توێژینه وه کان سه لماندویانه به هیزی ئیگو پهیههندی هه یه به ههریه که له (دلهراوکی کۆمه لایه تی و دهستکه وتی ئه کادیمی و سیماتی نااسای له لای تاک) وه کو توێژینه وه ی (عثمان، 2014) که گه یشتوه به و ئه نجامه ی لاوازی ئیگو ده بیته هۆی سه رهه لدانی ههریه که له (به رزی دلهراوکی کۆمه لایه تی و نزمی ئاستی دهستکه وتی ئه کادیمی و دوا جار دهرکهوتنی سیماتی نااسای له لای تاکه کان). (عثمان، 2014)

جهسته به بروای فرۆید یه کیکه له سه رچاوه کانی ئازار، چهنده جهسته ئازاری که متریت ئه وهنده زیاتر سود له چێژی ژیان وه رده گریت و به پێچه وانه وه چهنده نه خۆش و نا ته ندروست بێت ئه وهنده ژانی زیاتره، راگرتنی ئه و هاوسه نگییه کاری ئیگو یه کی به هیزه، ئیگو یه کی ئاقل و به هیز هیز کات له وه غافل نابیت که خزمه تی جهسته ی خۆی بکات و ریزی بگریت چونکه ریزگرتنی جهسته به شیکه له ریزگرتنی خود هۆشیاری به ته ندروستی جهسته یی به شیکه له هۆشیاری خود جهسته یه ک ئازار به سه ریدا زال بێت هه م له روی بایۆلۆژی و هه م له روی دهرونی و کۆمه لایه تی و ته واوی بواره کانی ژیان هه لچو و شله ژاوه بۆیه ئیگو یه کی به هیز دهرئه نجامه بۆ جهسته یه کی ساغ و ته ندروست. (حوسین، 2024. 49)

کاملگه راپی باوان پهیههندی به زیاده بونی دلهراوکی، فشار و ته نانه ت خه موکی و وه سه وه سی ناچاری له مندا لندا هه یه بۆ که مکردنه وه ی ئه و گرفتانه ده تواند ریت به رنامه کان بۆ په روه رده کردنی دایک و باوک له سه ر کاریگه ریه نه رینییه کانی کاملگه راپی باوان و فیزکردنیان که چۆن پالپشتی به هیزی ئیگو مندا له کانیان بکه ن ده کریت رۆلێکی گرنگی هه بیته له بنیاتانی تاک ته ندروسته ردا. (Soenens et al., 2005; Frost et al., 1990)

به گرنگیدان به گه شه پێدانی به هیزی ئیگو، رهنگه چاره سه رکاران بتوانن دهستیوه ردانی ئامانجدارتر دابین بکه ن که یارمه تی مندا لان و هه رزه کاران ده دات سه رچاوه ناو خۆیه کانی پپویست بۆ رویه رپویه وه ی چاوه رپوانیه به رزه کانی دایک و باوک و دورکه وتنه وه له چه مکه نه رینییه کانی خود بدۆزنه وه. (Shafraan & Mansell, 2001.879)

ههروهها بهو پښه كاملگهراپي بابه تېكي نه رښييه چهندين ليكهوتهي نه رښيشي له سهر تاكه كان ههيه ليكولښه وه كان سه لماندويانه كه كاملگهراپي باوان په يوهندي به كه مېونه وه رښگرتن له خود له لاي مندانان و هه رزه كاراندا ههيه (Flett, Hewitt, & Singer, 1995; Soenens et al., 2005)

توښينه وه كان سه لماندويانه رښگرتن له خود به شيويه كي نه رښي يان نرم ده بېته هو ي چهندين كيشه و گيروگرفت وه كو توښينه وه (لطفې، 2012) گه يشته بهو درنه نجامه ي نرمي رښگرتن له خود يان رښگرتن له خود به شيويه كي نه رښي ده بېته هو ي كيشه هه لچونيه كان له لاي تاكه كان. (لطفې، 2012)

له بهر نه و گرنگيه زوره ي توښينه وه كان پښگه يشتون سه بارهت به هه ريه كيك لهو گوراوانه بو يه توښه ر پښوايه نه و توښينه وه يه له بوازي كرهاري گرنگه چونكه نه نجامه كان نه و توښينه وه يه ده كړت گرنگ و به سود بن له داهاتودا بو نه وانه ي له بوازي (ده ستيوهر داني دهروني و كلينيكي) كرده كه نه به ئامانجي ئاسان دياريكردني نه و كه سانه ي كه هه ر هه ي كاملگهراپي باوانيان له سهره و بو يان بوته گرفت و ههروهها سود به خسه بو به رز كړنه وه ي توانا كان په روه رده كړني مندان و دايك و باوك له باره ي ليكهوته نه رښي و نه رښييه كان هه ريه كيك لهو گوراوانه، جيا لهو گرنگيانه ي باسگران توښه ر گرنگي توښينه وه كه ي له هه ر دو لايه ني تيوري و كرهاري به چهن خاليك ده خاته رو كه برتښ له:

يه كه م- گرنگي تيوري

1- تيگه يشتي تيوري له به هيزي ئيگو، كاملگهراپي و رښگرتن له خود له پوي تيوريه وه خسته رو و ئاشنا كړني كومه لگه بهو سي چه مكه گرنگه وا ده كات تيگه يشتي تاكه كان بو هه ريه كيكيان كه ره سته ي پويستي زانه كييان بداتي سه بارهت به هه ريه كيك لهو چه مكانه.

2- به هيزي ئيگو رولتيكي گرنگ ده گيرت له دابښكردني ته ندروستي دهروني دا.

3- گرنگيدان به توښتيكي گرنگي كومه لگه كه خويڼدكاري زانكويه بوخوي گرنگه چونكه نه وان له نركرتښ دهرفه تدا ئاماده ده بن بو بازاري كاركردن و بازاري كاريش پويستي به كه ساني دهروندروست ههيه تا بتوانن مامه له يه كي دروست له گه ل بازاري كاره بكن.

4- به شداريكردن له گه شه كړني دهرونزاني و كتښخانه ي كورد ي. رولي به هيزي ئيگو له دهرونزانيا زورجار له چوارچپوه ي خوراگري و ميكانيزمه كان روبه روبونه ودها ليكولښه وه ي له سهر كراوه به جيگير كړني به هيزي ئيگو وه ك نيوه ندگريك، نه و توښينه وه يه به شدار ده بېت له تيگه يشتيكي قولتر له چونيته قارليكي كړني سيفه ته كه سييه كان له گه ل هو كاره ژينگه ييه كان وه ك شيوازي په روه رده كړني مندان ههروهها ده توانيت به لگه ي گرنگي په ره پيداني به هيزي ئيگو وه ك به شيك له گه شه كړني كه سايه تي ته ندروست له تاكه كاندا پيشكهش بكات، نه وهش ده بېته هو ي زياده يه ك بو موديله تيوريه دهرونيه كان.

سهره راي نه وه، نه م توښينه وه يه ده توانيت به شداري بكات له مشتمره به رده وامه كان سه بارهت به گرنگي هو كاره دهرونيه ناوخوييه كان له به رامبه ر كاريگه ريه ده ره كييه كان (بو نمونه، شيوازي په روه رده كړني مندان) له بنياتناني رښگرتنتيكي نه رښي به هيز له خود، كه به نه گه رتيكي زوره وه ده بېته هو ي موديلي گه شه سندنني كتښخانه ي كورد ي، چونكه به پي گه رانه كان توښه ر هپچ توښينه وه يه ك له كوردستان له ژر نه و ناوښانه و بهو چر و پرييه نه نجام نه دراوه نه وهش ده كړت بېته هه نگو ي يه كه م بو به هيز كړني كتښخانه ي كورد ي و هانداني توښه رانيتر بو نه نجامداني توښينه وه ي زياتر له سهر بابه ته كه له گه ل نمونه يتر و گوراويتر.

دوهم: گرنگي پراكتيكي

1- ئاماده كړني پيوه رتيك بو پيوانه كړني رښگرتن له خود كه ته واو گونجاوه له گه ل كومه لگه ي كورد ي ده كړت له داهاتودا سود به توښه رانيتر بگه يه نيټ و به كاريه پښنه وه.

ئامانجە كانی توژنەوێه كە:

- 4- سنوری به به تی: به هیژی ئیگو و روئی نیوه ندگیری له په یوه ندی نیوان کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود.

فرانک بارۆن (1953)

يېناسەي تيۆرى توئۇر بۇ بەھىزى ئىگۆ

يېناسەي کردارى بەھىزى ئىگۆ

دوهم: کاملگه‌رای باوان

راندی فروست و هاوکاره گانی (1990)

له سه ياندني ستاندارده بهرزه کاني باوان و هه ئسه نگاندني رهخه گرانه نه ک ته نها به سهر خووان به لکو به سهر

مندالھ کانیشیاندا، ئەمەش دەبیته ھۆی ھەستکردن بە فشار و تەرخانکردنی کاتیکی زۆر بۆ ئەنجامدانی کارەکان کە دورنییە بێتە ھۆی ھەسەھەسی ناچاری (Frost, R. O, Marten, P, Lahart, C, & Rosenblate, R. 1990.449)

پیناسەى تیۆرى توئىزەر بۇ كاملىگە رايى باوان

چه مکیکی فره ربه هندی نه رینیه بریتیه له سه پاندنی داواکاری زور بهرز و ناواقعی له لایه ن باوانه وه به سه ر مندالدا یان سه پاندنی ئەو ستاندارانه له لایه ن تاک به سه ر خویدا و مه بهستی سه ره کی له سه پاندنی ئەو ستاندارانه ترسه له شکست.

پیناسه‌ی کرداری کاملگه‌رای باوان

بریتیه له و نمره یه ی که خوئندکاران له سه ر پیوه ری کاملگه رای باوان به ده ستیده هین.

سپیہم: ریڙگرتن له خود

مۆرىس رۆزنىېرگ (Morris Rosenberg 1965) :

بریتییہ لہ ھەلسەنگاندنی گشتی تاک بۆخۆی بەشیوەیەکی ئەرینی یان نەرینی. (Rosenberg, 1965. 16)

پېناسەي تيوري تويزەر بۆريزگرتن له خود

بریتییہ لہ تیروانی گشتی تاک (ئەڕیی-نەریی) سەبارەت بە توانا جوړاو جوړه کانی خوۍ له کایه جوړاو جوړه کانی ژياندا.

پیناسه‌ی کرداری ریزگرتن له خود

بریتیه له و نمره یه که خونندگان له سه ر پیوه ری رن گرتن له خود به ده ستیده هین.

بهشی دوه‌م:

چوارچیوہی تیوری توثرینہوہ کہ و توثرینہوہ کانی پیشو

يەكەم: چوارچىۋە تىۋرى

چہ مکی بہ ہیڑی ئیگو

به‌هیزی ئیگۆ چه‌مکیکه ره‌گ و ریشه‌ی له تیۆری ده‌رونشیکاریدایه، به‌پله‌ی یه‌که‌م له‌لایهن سیکمۆند فرۆید (Sigmund Freud) هوه‌ ناسیتراوه و دواتر له‌لایهن ده‌رونشیکارانی دیکه‌ی وه‌ک کارل گۆساف یۆنگ و ئانا فرۆید و نه‌ریک ئەریکسۆنه‌وه فراوانتر کراوه. به‌هیزی ئیگۆ ئاماژه‌یه‌ بۆ توانای ئیگۆ بۆ مامه‌له‌کردنی کاریگه‌رانه له‌گه‌ڵ داواکارییه‌کانی ئید، سۆپه‌رئێگۆ و واقع ئیگۆی به‌هیز یارمه‌تی تاک ده‌دات بۆ پاراستنی هاوسه‌نگییه‌کی ته‌ندروست له‌ نیوان پالنه‌ره‌کانی و به‌ها ئاکارییه‌کان و چاوه‌ڕوانییه‌کانی کۆمه‌لگا، ئەمه‌ش ده‌بێته‌ هو‌ی سترا‌تی‌یه‌تی کاریگه‌ری روبه‌روبو‌نه‌وه، خۆراگری سۆزداری و باشبو‌نی ده‌رون به‌ گشتی ئیگۆ، ئید له‌گه‌ڵ سۆپه‌رئێگۆ، بریتین له‌و سێ چه‌مکه‌ سه‌ره‌کییه‌ی که‌ فرۆید بۆ ده‌رونی مرۆف به‌کاریه‌تێناون، واته‌ وه‌کو دابه‌شکاری و نه‌خشه‌یه‌ک مرۆفی خۆیندۆته‌وه. ئەو سێ چه‌مکه‌ هاوکات چیرۆکی ر‌س‌کان و گه‌شه‌ی ده‌رونی مرۆفه‌ که‌ ته‌نها له‌ ده‌روندا ناوه‌ستیت و هه‌مو ئاسۆ و سنوره‌کانی مرۆفی پێ ده‌خۆیندرتیه‌وه. (فرۆید، 2021. 53) له‌روانگه‌ی فرۆیده‌وه هاوسه‌نگی که‌سایه‌تی و ساغییه‌که‌ی په‌یوه‌سته به‌ هاوسه‌نگی ئەو سیانه له‌گه‌ڵ یه‌کتری لاری و له‌نگی که‌سایه‌تیش له‌ئه‌نجامی ناته‌بابی ئەمانه له‌گه‌ڵ یه‌کتر دروست ده‌بیت وه‌کو فرۆید ده‌لێت: هه‌رچی ده‌رد و کێشه‌ی ده‌رونییه‌ که‌ له‌ تاکدا سه‌ره‌له‌ده‌دات له‌ ئەنجامی ناها‌ر‌مۆنیه‌تی ئەو سیانه بیکه‌یتنه‌رانه‌ی که‌سایه‌تیه‌ له‌گه‌ڵ یه‌کتر (Schultz, D. 2013. 45).

بەبەرۋاي فرۇيد ئەو، پىكھاتەيە كى بنچينەييە و بەكۆنترين پىكھاتەي كەسايەتییە دەژمیردریت. كەواتا ئەو كۆگایە كە بۇ هەمو غەریزەكان و هەمو وزەى دەرۈنىش(لیبیڈۆ) لە خو دەگریٹ، بۆیە ئەو پىكھاتەيە كى بەهێزە لە كەسايەتی.(مستەفا، 2019. 46) بەشیوەیه كیتر ئەو ئەوهی دەیهوئیت دەبئت جینەجی بكریت بەبج گونیدانه قەدەغە كراوه كان و دابونەریت و نۆرمەكان واتا دەیهوئیت ببینه مرقفیکى چێژه كى و نه به رتته وه به رهو ئه قل، به لام ئیگو له

سیستمی چه مکسازی فرۆیددا بهمانای من دیت، من تاکه له لای فرۆید له دۆخی هۆشیاری خۆیدا له په یوه نندیدایه له گه ل واقع له لایه ک و له گه ل غه ریزه و حه ز و ئاره زوه کان له لایه کیتره وه. منی فرۆیدی بونیکی زیندو و هۆشمه ندانه یه که له یه ک کاتدا ئاگای له هه ردو تای ته رازوه که هه یه (ئید و سۆپه رئیگۆ). (نیکه تیف، 2020 . 39)

منی بالایان به که مێک جیاوازییه وه (نه فسی لۆمه کار به پیتی پیشیان) ئه و به شه یه که له ئیگۆ داده تاشریت دوا ی ته مه منی شه ش بۆ حه وت سالان له مندالدا و منی بالاهه میشه دژی به شه که یتریه تی (ئیگۆ) وه کو ئه وه ی بیکردبیتته ئۆبیکتی خۆی به پیتی ناوه که ی که پیشگری (سۆپه ریان سه رو) ده که ویتته سه رو ئیگۆ و هه میشه ئیگۆ ده پشکنیت و جله و و سانسوریشی ده کات و سۆپه رئیگۆ له ره وتی سه ره له دانی گرپی ئۆدیپدا دروست ده بیت و اتا له کاتی ناواخنکردنه وه ی قه ده غه کراوه کاندایه که له ژیر فشاری هه سترکردن به گونا هدا سه ره له ده دات و له سه ر بنه مای پره نسپی ئاکار کارده کات. (ئاسۆن، 2021 . 132)

ئامانجی دوری فرۆید له ده رونشیکاریدا هینانه کایه ی منیکی به هیز (ئیگۆ به هیز) ه بۆ ئه وه ی توانای هاوسه نگی هه بیت به و واتایه ی هاوسه نگی بۆ که سایه تی تاک په یدا بکات و هه ول بدات که مترین شله ژانه کانی ده رونی و نزمترین ئاسته کانی ده مارگرژی هه بیت ئیگۆ به هیز له روانگه ی فرۆید هه میشه ئاگای له لایه نه دژه کانه (ئه و و منی بالای) تاوه کو رۆله هاوسه ننگه ره که ی تیکنه چیت و تاک له باری هاوسه نگیدا به یلایتته وه و رینگه نه دات به دو پیکه یته ره که یتری که سایه تی به ئاره زوی خۆیان سنوره کانی که سایه تی به زین و تاک دو چاری بارودۆخی ده رونی ناوه موار بکه ن و ئیگۆ به هیز به بروای فرۆید هه میشه کار له سه ر ئه وه ده کات سنوری (نه ست) بچوک بکاته وه و که مترین شله ژانیش له جه سته دا به یلایت. (حوسین، 2023 . 53-54)

به هیزی ئیگۆ چه مکیکی بنه ره تییه له ده رونناسیدا، به تایبه تی له تیورییه سایکۆداینامیکییه کاندایه، ئاماژه به بۆ خۆراگری و توانای گونجانی ئیگۆ بۆ به رپوه بردنی کاریگه رانه ی ململانی ناوخۆیه کان و داواکارییه ده ره کییه کان و ره نگدانه وه ی توانای تاکه بۆ به رپوه بردنی ململانی ناوخۆیه کان، فشاره ده ره کییه کان و داواکارییه سۆزدارییه کان به شیوه یه کی کاریگه ر، له سه ره تادا له لایه ن سیگمۆند فرۆیده وه خراوه ته رو و دواتر له لایه ن زانا ده رونییه کانیتره وه فراوانتر کراوه، به هیزی ئیگۆ رۆلێکی سه ره کی ده گیریت له دیاریکردنی توانای تاک بۆ روبه رپوه نه وه ی فشار و پاراستنی سه قامگیری سۆزداری و به ده سته یانی گه شه ی ده رونی به هیزی ئیگۆ که له لایه ن سیگمۆند فرۆیده وه له تیوری پیکهاته ی که سایه تیدا بۆ یه که مجار خرایه رو، وه کو خۆراگری ئیگۆ له هاوسه نگی نیوان ئه و، منی بالای و واقعیدا رۆل ده گیریت فرۆید، له کتیه به کیده (ئید و ئیگۆ 1923) جه ختی له سه ر رۆلی سه ره کی ئیگۆ له ته ندروستی ده رونییدا کردۆته وه. (Freud, S. 1923 . 19)

به هیزی ئیگۆ له رینگه ی هه وله کانی ئه ریک ئه ریکسۆنه وه له ده رونناسی گه شه کردنی کۆمه لایه تیدا ناوبانگیکی زۆری به ده سته ینا، کاتیک ئه ریکسۆن به هیزی ئیگۆ به سته وه به سه رکه وتوبی به رپوه بردنی قه یرانه ده رونی و کۆمه لایه تییه کانه وه له میان قوناغه کانی گه شه ی ده رونی و کۆمه لایه تیدا (Erikson, E. H. 1950. 237)

کارل گۆستاف یۆنگ روانگه یه کی ته واوکاری پیشکesh کرد سه باره ت به به هیزی ئیگۆ و به سته یه وه به تاکگه راییه وه و پییوایه تاکه کان لایه نه هۆشیار و نااگاگانی ده رون تیکه ل ده کهن و ئه و ده لیت بۆ سه لامه تی ته ندروستی ده رونی له و تیکه لیه دا ئیگۆ نابیت رۆلی هاوشوناسی له گه ل هیچ پیکهاته یه کی ئاگایی یان نااگایی بگیرییت به لکو ده بیت کاربکات بۆ هاوسه نگی له نیوان پیکهاته کاندایه (Jung, C. G. 1921. 117)

به هیزی ئیگۆ توانا و تایبه تمه ندیه جۆراوجۆره کان له خۆده گریت ئه و تایبه تمه ندیانه رینگه به ئیگۆ ده دهن به شیوه یه کی کاریگه ر ململانی ناوخۆیه کان، داواکارییه ده ره کییه کان و فشاره کان به رپوه ببات و ئه و تایبه تمه ندیانه ره نگدانه وه ی توانا ده رونییه جۆراوجۆره کانه که به کۆمه ل خۆراگری و گونجانی تاک ده خه نه رو وه کو:

1- ریکه سته ی سۆزداری

رێکخستنی سۆزداری ئاماژیه بۆ توانای به‌پۆه‌بردن و گۆڕینی هه‌سته‌کان به‌ شیوه‌یه‌ک که گونجاو بێت و له‌گه‌ڵ دۆخه‌که‌دا بگونجێت و ئهم توانایه‌ پێویسته‌ بۆ پاراستنی ئارامی له‌ ژێر فشار و رێگریکردن له‌ سه‌رکووتکردنی سۆزداری په‌یوه‌ندی نیوان به‌هێزی ئیگۆ و رێکخستنی سۆزداری بابه‌تیی گرنکه‌ چونکه‌ رۆلێکی گرنکه‌ ده‌گێڕێت له‌ رێکخستنی سۆزداریدا ئه‌وه‌ که‌سانه‌ی که‌ به‌هێزی ئیگۆیان هه‌یه‌ ئامرازێ پێویستیان هه‌یه‌ بۆ گۆڕینی هه‌سته‌کانیان و گونجان له‌گه‌ڵ فشار و پاراستنی هاوسه‌نگی ده‌رونی لاوازی ئیگۆ ده‌بێته‌ هۆی کێشه‌ له‌ به‌پۆه‌بردنی وه‌لامه‌ سۆزدارییه‌کان ئه‌مه‌ش ده‌بێته‌ هۆی تیکچونی رێکخستنی سۆزداری. (Cramer, 2000. 641)

2- کۆنترۆڵکردنی پالنه‌ره‌کان

کۆنترۆڵی پالنه‌ره‌کان واتا توانای تاک له‌ دواخستنی تێکردنی ده‌ستبه‌جێ و به‌پۆه‌بردنی ئه‌وه‌ ئاره‌زوانه‌ی ده‌بنه‌ هۆی ده‌ره‌نجامه‌ نه‌رێتییه‌کان به‌لام به‌هێزی ئیگۆ ده‌بێته‌ نێوه‌ندگێڕێکی چالاک له‌ نیوان داواکارییه‌کانی ئه‌وه‌ و واقیعه‌دا. S. (Freud.1923. 25)

3- میکانیزمی به‌رگری گونجاو

میکانیزمه‌کانی به‌رگری ده‌رونی ستراتیژییه‌ ده‌رونییه‌ نائاگاکانن که‌ له‌لایه‌ن ئیگۆوه‌ به‌کارده‌هێنرێن بۆ پاراستنی تاک له‌ دله‌راوکی و ململانی ناوخۆیی و میکانیزمی به‌رگری گونجاو که‌ له‌لایه‌ن ئیگۆوه‌ به‌کارده‌هێندرێن یارمه‌تی به‌پۆه‌بردنی فشار و به‌ره‌وپێشبردنی ته‌ندروستی ده‌رونی ده‌دنه‌ن له‌رێگه‌ی که‌مکردنه‌وه‌ی نا‌ره‌حه‌تی له‌ هه‌مان کاتدا پاراستن و هێشتنه‌وه‌ی تاک له‌ واقیعی هه‌نوکه‌یدا. (Vaillant, G. E. 1993.103)

چه‌ندین هۆکاری جیاواز ده‌کرێت کاریگه‌رییان له‌سه‌ر به‌هێزی و لاوازی ئیگۆ هه‌بێت، زانایان و توێژه‌ران له‌ چوارچێوه‌ی ده‌رونازی گه‌شه‌ و که‌سایه‌تی و کۆمه‌لایه‌تی چه‌ندین لێکۆڵینه‌وه‌ی جیاوازییان له‌سه‌ر ئه‌وه‌ بابه‌ته‌ کردوه‌ گرنکترین ئه‌وه‌ هۆکارانه‌یان له‌وه‌ سێ لایه‌نه‌وه‌ (گه‌شه‌، که‌سایه‌تی، کۆمه‌لایه‌تی) که‌ کاریگه‌رییان له‌سه‌ر به‌هێزی و لاوازی ئیگۆ هه‌یه‌ خستۆته‌رو که‌ بریتین له‌:

1- ئه‌زمونه‌کانی سه‌ره‌تای مندالی

ئه‌زمونه‌کانی سه‌ره‌تای مندالی له‌ چوارچێوه‌ی به‌هێزی ئیگۆدا ئاماژهن بۆ پوداوه‌ کارلێککاره‌کان و بارودۆخه‌کان که‌ له‌ کاتی مندالیدا تاک رۆبه‌رویانه‌ ده‌بێته‌وه‌ به‌ شیوه‌یه‌کی به‌رچاو خۆراگری ده‌رونی و توانای تاک بۆ به‌پۆه‌بردنی ئاسته‌نگه‌کان له‌ ژیا‌نی دواتردا دیاری ده‌کهن له‌ گرنکترین ئه‌زمونه‌کانی سه‌ره‌تای مندالی که‌ کاریگه‌رییان ده‌بێت له‌سه‌ر به‌هێزی و لاوازی ئیگۆ بریتین له‌ وابه‌سته‌یی و ئه‌زمونی زه‌بربه‌خش (Trauma) به‌بروای جۆن بۆلێ وابه‌سته‌بونێکی ئه‌رێنی له‌ مندالیدا به‌ باوانه‌وه‌ کاریگه‌ری ئه‌رێنی هه‌یه‌ له‌سه‌ر به‌هێزی ئیگۆ و وابه‌سته‌بونی نه‌رێنی هاوکاته‌ له‌گه‌ڵ لاوازی ئیگۆ له‌لای تاک. (Bowlby, J. 1988. 47)

2- قۆناغه‌کانی گه‌شه‌ی تاک (جه‌سته‌یی، ده‌رونی، سێکسی)

قۆناغه‌کانی گه‌شه‌ی تاک رۆلێکی سه‌ره‌کی ده‌گێرن له‌ پێکهاتن و به‌هێزکردنی ئیگۆدا، تیۆری گه‌شه‌سه‌ی ده‌رونی-سێکسی فرۆید له‌ رێگه‌ی پێنج قۆناغه‌وه‌ گه‌شه‌ی ده‌رونی-سێکسی و کاریگه‌ری له‌سه‌ر به‌هێزی و لاوازی ئیگۆ خستۆته‌رو که‌ بریتین له‌ (قۆناغی ده‌می، کۆمی، فالیک، متبون و قۆناغی زاوژی)، له‌ هه‌ریه‌کیک له‌وه‌ پێنج قۆناغه‌ مندال سه‌رنجی له‌سه‌ر ناوچه‌یه‌کی جه‌سته‌یه‌ وه‌کو سه‌رچاوه‌ی چێژ ئه‌م قۆناغانه‌ رۆلێکی گرنکه‌ ده‌گێرن له‌ دارشتنی به‌هێزی ئیگۆ و گه‌شه‌کردنی که‌سایه‌تی چاره‌سه‌رنه‌کردنی نا‌کۆکییه‌کان له‌ هه‌ر قۆناغێکدا ده‌بێته‌ هۆی چه‌قین (fixation) له‌وه‌ قۆناغه‌دا، ئه‌مه‌ش کاریگه‌ری له‌سه‌ر گه‌شه‌ی ده‌رونی و پێگه‌یشتنی که‌سایه‌تی به‌شیوه‌یه‌کی ته‌ندروست ده‌بێت له‌لای تاک فرۆید باوه‌ری وایه‌ ئیگۆ وه‌کو ناو‌بژیوانێک له‌ نیوان ئه‌وه‌ (پالنه‌ره‌ غه‌ریزه‌یه‌یه‌کان) و منی بالا (ستاندارده‌ ئا‌کارییه‌کان) رۆل ده‌گێڕێت بۆ را‌گرتنی هاوسه‌نگی تاک. (Freud, S. 1905. 91-93)

له لایه کیتروهه ئه ریک سۆن، قوئاغه کانی گه شه کردن له روی دهرونی و کۆمه لایه تی دابه شکردوه به سهر هه شت قوئاغدا (زاری-ههستی، ماسولکه یی-کۆمی، جولهی-زئی، متبون، ههرزه کاری، گهنجی، پیاوه تی، پینگه یشتن) ههر یه کیک لهو قوئاغانه هاوتایه له گه ل قهیرانیکی، چاره سه رکردنی قهیرانه کان به سه رکه وتوبی له روانگهی ئه ریکسۆنه وه بناغه یه که بۆ ئیگۆیه کی به هیتر، که توانای خۆراگری و گونجاندن له لای تاک په ره پیده دات و به پیچه وانه وه سه رنه کهوتن له چاره سه رکردنی قهیرانه کان ده بیته هۆی لاوازیونی گه شه کردنی ئیگۆ و مانه وهی تاک له گرفتی ئیگۆ سه نتریزمدا که ئه وهش ده بیته هۆی زیادبونی ئاماده یی بۆ فشار و سه رلیشیواوی شوناس. (Erikson, E. H. 1950. 72)

چه مکی کاملگه رای

کاملگه رای، سیفه تیکی فره ره هه ندی که سایه تیه که به هه و لدان بۆی که موکوری و دانانی ستانداردی به رز له ئه دای کارکردن و هه لسه ننگاندنی ره خنه گرانه بۆ خود ناسراوه باسه سه ره تاییه کانی کاملگه رای له ئه ده بیاتی دهرونی شیکاریدا ده رده که ویت کاتیک فروید له پرسی ململانی چاره سه رنه کراوه کاند له قوئاغی گه شه ی سیکی و گری ئۆدیپ و ئه لیکترادا خسته یه رو و ده لیت: دوا ی ئه وهی مندال (کور) تیده گات دایک بۆ ئه وهی سور و ناتوانیت پینگه ی باوکی له لای دایکی بگریته وه بۆیه هاوشوناسی له گه ل باوکیدا ده کات و ده یه ویت ته وای و تینای باوکی بکات تا له و رینگه یه وه هه و لبدات بیه تته ئۆبیکتی دلخوازی دایکی و کچیش به پیچه وانه وه هاوشوناسی له گه ل دایکیدا ده کات و زورکات ده یه ویت ته وای و تینای دایکی بۆ باوک بنوینیت، به لام له ته مه نی نزیک شه ش سالی و به سه ره لدان مته رسی گری (خه سان) له کوراندان ئه وه ململانیته کوتای دیت. (فروید، 2020. 94-95).

کاربن هۆرنی تیگه یشتنی له کاملگه رای فراوانتر کرد به ناساندنی وه کو میکانیزمیکی روبه رو بونه وه بۆ چاره سه رکردنی پرسه بنه ره تیه کانی دلخوازی، ئه وه زاراوه ی (کاملگه رای نیروسی) داهینا و له رینگه ی نمونه به ناوبانگه که یه وه له زاری منداله که وه که ده لیت: من ده بیت دایک و باوکم خوشبویت نه وه کو له ده ستیان بدهم، لیره وه مندال ته وای ده بیته گوئیپیه ل و کوپییه ک له ته وای خواسته کانی باوانی وه کو میکانیزمیکی بۆ ده ربازیون له دلخوازیکی له ده ستدانی باوانی. (Horney, K. 1950. 59)

ئه لفرید ئادلهر له چوارچیویه هه و لدان بۆ بالادهستی له کاملگه رای کۆلیوه ته وه و ده لیت: کاملگه رای له ئه نجامی هه سته کردن به که می و هه و لدان بۆ قه ره بوکردنه وهی ئه وه هه سته سه ره لده دات. (Adler, A. 1927. 116)

دوئالد هاماشیک بۆ یه که مجار جیاوازی نیوان کاملگه رای (ئاسایی و نیروسی) خسته رو، جه ختی له سه ر کاریگه ریه کانی له سه ر ته ندروستی دهرونی کرده وه. (Hamachek, D. 1978. 459)

روانگه مۆدیرنه کان (پۆل هیویت و گۆردۆن فلیت) کاملگه رای به سه ر دو ره هه ندان دابه ش ده که ن، کاملگه رای گونجاو و نه گونجاو، کاملگه رای گونجاو بریتییه له دانانی ستانداردی به رز له هه مان کاتدا پاراستنی ریبازیکی ئه ریتی به رامبه ر به ئالانگیریه کان، به پیچه وانه وه، کاملگه رای نه گونجاو ره خنه ی زۆره له خود و ترسه له شکست. (Hewitt, P. L., & Flett, G. L. 1991. 17)

به و پییه ی کاملگه رای باوان بنیادیکی فره لایه نه یه که واتا له ژیر کاریگه ری چه نندین هۆکاری جیاوازی شدا یه که خۆی ده بیته وه له هۆکاره دهرونی و کۆمه لایه تی و ژینگه ییه کان گرنگترین هۆکاره کان بریتین له:

1- هۆکاره دهرونییه کان

یه کیکه له کاریگه ریگه رترین هۆکاره کان له سه ر گه شه کردنی کاملگه رای له لای باوان به تایبه ت ئه و باوانه ی ئاستی ده مارگیری (neurosis) یان به رزه زیاتر توشی دلخوازی ده بن سه باره ت به جیبه جیکردنی ستاندارده کانی پهروه رده کردنی کۆمه لایه تی یان خۆسه پینه ر به رامبه ر منداله کانیا چونکه زۆر په یوه ست و هه ستیارن به رامبه ر به ره خنه و ئاره زوی چر بۆ کۆنترۆلکردنی منداله کانیا. (Stoeber, J., & Eismann, U. 2007. 1170)

سهره‌رای ئه‌وه، ئه‌و دایک و باوکانه‌ی که ریزگرتن له خودیان نزمه له‌وانه‌یه وه‌کو میکانیزمیکی روبه‌روبونه‌وه په‌ره به چاندنی کاملگه‌رایي بدن له په‌روه‌رده‌کردنی منداله‌کانیان ئه‌وه‌ش به ئامانجی که‌مکردنه‌وه‌ی ئه‌و نا‌ئارامی و نه‌بونی ئاسایشه‌ی که سه‌باره‌ت به منداله‌کانیان بۆیان دروستبوه له ده‌رئه‌نجامی ده‌راوکتییه‌کی زۆره‌وه. (Stoeber & Childs, 2011. 90)

2- هۆکاره‌ کۆمه‌لایه‌تی و کولتوریه‌کان

فشاری کۆمه‌لایه‌تی و نۆرمه‌ کولتوریه‌کان به‌ شیوه‌یه‌کی به‌رچاو کاملگه‌رایي باوان به‌رز ده‌که‌نه‌وه بۆ نمونه، باوان له کۆمه‌لگا کێپرکیکاره‌کاندا په‌نگه‌ به‌ناچاری هه‌وڵی سه‌پاندنی ستانداردی به‌رز و ناواقعی به‌سه‌ر منداله‌کانیاندا به‌سه‌پین تا د‌لنایان له‌وه‌ی منداله‌کانیان له‌ روی ئه‌کادیمی و کۆمه‌لایه‌تییه‌وه سه‌رکه‌وتون، ئه‌مه‌ش هۆکارێکی کاریگه‌ره له‌ توندکردنی فۆرمه‌ جیاوازه‌کانی کاملگه‌رایي (Frost et al., 1990. 457)

3- فشاره‌ ژینگه‌یه‌کان

فشاره‌ ده‌ره‌کیه‌کان، وه‌کو کیشه‌ی دارایی، ململانیی هاوسه‌رگیری و نه‌بونی پالپشتی کۆمه‌لایه‌تی، کاملگه‌رایي باوان توندتر ده‌که‌نه‌وه به‌هۆی ئه‌م ئالانگیرانه‌ په‌نگه‌ باوان وا هه‌ست بکه‌ن سه‌پاندنی ستاندارده‌ به‌رزه‌کان به‌ پتویست بزانی بۆ د‌لنایان له‌ سه‌رکه‌وتنی منداله‌کانیان هه‌رچه‌نده ئه‌و بابته‌ زۆرجار به‌ زیانی خۆشگوزهرانی منداله‌کانیان کۆتایی د‌یت. (Slaney et al., 2001. 132)

چه‌مکی ریزگرتن له‌ خود

له‌ کۆتایی سه‌ده‌ی نۆزه‌هه‌مدا ویلیام جهیمس یه‌کیک له‌ سه‌ره‌تایترین پیناسه‌کانی ریزگرتن له‌ خودی له‌ کتیی بنه‌ماکانی ده‌رونناسی (1890) دا خسته‌رو له‌و کتیه‌دا جهیمس ده‌ل‌یت: ریزگرتن له‌ خود له‌ ئه‌نجامی به‌راوردکردنی ریزه‌ی ده‌ستکه‌وته‌کانی م‌رو‌ف به‌ ئاوا‌ته‌کانیه‌وه‌ د‌ی‌ته‌ ئاراوه، ئه‌مه‌ش ئه‌وه‌ ده‌خاته‌رو زیادکردنی ده‌ستکه‌وته‌کان و ر‌یک‌خستنی ئامانجه‌کان له‌لای تاک ده‌ب‌یت ه‌و‌ی گه‌شه‌دان به‌ ریزگرتن له‌ خود. (James, W. 1890. 294-295)

له‌ سالی 1950 کارل رۆجه‌رز، له‌ تیۆره‌که‌یدا سه‌باره‌ت به‌ که‌سایه‌تی جه‌ختی له‌سه‌ر ریزگرتن له‌ خود کرده‌وه ئه‌و پ‌ی‌ی‌وا‌یه‌ تاکه‌کان پ‌ی‌ویستیان به‌ په‌چاوکردنی ئه‌ر‌یی ب‌ی مه‌رج هه‌یه (له‌لایه‌ن ئه‌وانی تره‌وه) بۆ ئه‌وه‌ی هه‌ست‌ی‌کی ته‌ندروست سه‌باره‌ت به‌ خودی خ‌و‌یان په‌ره‌ پ‌ی‌بد‌ه‌ن و ئاماره‌ی به‌وه‌دا که‌ چه‌مکی ریزگرتن له‌ خود له‌لای تاک له‌ ژیر کاریگه‌ری قبولکردن یان په‌تکردنه‌وه‌دایه له‌لایه‌ن که‌سانی دیکه‌وه. (Rogers, C. R. 1951. 494-495)

هاوکات له‌ گه‌ل کارل رۆجه‌رز، ئه‌براهام مازلو له‌ هه‌ره‌می پ‌ی‌داویستیه‌کاندا شو‌ی‌ی‌کی تایبه‌تی به‌ ریزگرتن له‌ خود وه‌کو پ‌ی‌ویستیه‌کی گرنگی ژیا‌نی تاک دیاریکرد و ئه‌وه‌ی خسته‌رو که‌ ریزگرتن له‌ خود پ‌ی‌ویستیه‌کی بنه‌ره‌تییه‌ بۆ سازدانی خود له‌لای تاک. (Maslow, A. 1943. 370)

له‌ سالی 1960 به‌دواوه‌ ریزگرتن له‌ خود بوه‌ بوار‌ی‌کی دیاری لیک‌و‌ل‌ینه‌وه‌ ئه‌وه‌ش له‌ ئه‌نجامی کاره‌کانی (م‌و‌ریس رۆزنی‌رگ) بو که‌ له‌و سه‌رده‌مه‌دا پ‌ی‌وه‌ر‌ی‌کی تایبه‌تی بۆ پ‌ی‌وانه‌کردنی ریزگرتن له‌ خود داه‌ی‌نان و پ‌ی‌وه‌ره‌که‌ به‌شیوه‌یه‌کی به‌رفراوان هه‌له‌سه‌نگاندن بۆ ریزگرتن له‌ خود له‌لای تاک ده‌کات له‌ د‌و‌ای ئه‌و داه‌ی‌نانه‌ی رۆزنی‌رگ ئیدی ریزگرتن له‌ خود وه‌کو بوار‌ی‌کی سه‌ره‌به‌خ‌و و تایبه‌ت له‌ناو تو‌و‌ژ‌ینه‌وه‌ ده‌رون‌ییه‌کان چه‌سپا (Rosenberg, M. 1965. 31-32)

نا‌ئان‌یل براندن، که‌سایه‌تییه‌کی سه‌ره‌کی و دیاره‌ له‌ بزوتنه‌وه‌ی ریزگرتن له‌ خودی م‌و‌د‌یرن و به‌ باو‌کی ریزگرتن له‌ خود ناسراوه، ئه‌و جه‌خت له‌ ریزگرتن له‌ خود ده‌کاته‌وه‌ وه‌کو ئه‌زمونی ل‌ی‌ه‌ات‌و‌ی بۆ روبه‌روبونه‌وه‌ی ئاسته‌نگه‌کانی ژیان و هه‌ستکردن به‌ شایسته‌ی به‌خته‌وه‌ری له‌لایه‌ن تاکه‌وه. (Branden, N. 1969. 18-20)

له‌ روانگه‌ی ستانی کۆپه‌رسمیث باوان ر‌و‌ل‌ی‌کی سه‌ره‌کی ده‌گ‌ی‌ر‌یت له‌ دار‌پ‌شتی ریزگرتن له‌ خود له‌ ق‌و‌نا‌غه‌کانی ژیا‌نی سه‌ره‌تایی مندالدا، ئه‌و جه‌ختی له‌وه‌ کرده‌وه‌ که‌ ئه‌و مندالانه‌ی که‌ گه‌رمی و ر‌ی‌ز و هاندانی به‌رده‌وام له‌لایه‌ن باوانه‌وه

وهردەگرن ئەگەری ئەوه زیاترە پزگرتنیان لە خود ئەرینی و بەرزبیت بە پێچەوانەوه، پشگوییخستن، رەخنەى زۆر، یان چاوه‌روانییه ناراسته‌قینه‌کان له‌منداڵه‌کانیان ده‌بێته‌ هۆى شیواندنی هه‌ستی منداڵ سه‌بارهت به‌ خۆى (Coopersmith, S. 1967. 38)

ئەو که‌سانه‌ی پزگرتن له‌ خودیان به‌رزە، چه‌ندین تایبه‌تمه‌ندی ده‌رونی ئەرتینیان هه‌یه‌ گرنگترینیان بریتین له‌:

1- متمانه به‌ تواناکان

ئەو که‌سانه‌ی پزگرتن له‌ خودیان به‌رزە متمانه‌یان به‌ تواناکانیان زۆرە بۆ پوه‌پوه‌نه‌وه‌ی ئاسته‌نگه‌کان و گه‌یشتن به‌ ئامانجه‌کان و متمانه‌یان به‌ بریاردانی دروستی خۆیان خۆیان هه‌یه‌ و به‌ ئاسانی ناکه‌ونه‌ ژیر بیرورای که‌سانی دیکه‌. (Coopersmith, S. 1967.4)

2- تینگه‌یشتنیکی ئەرینی سه‌بارهت به‌ خود

ئەوان دیدیکی گشتی ئەرتینیان بۆ خۆیان هه‌یه‌، خاڵه‌ به‌هێز و لاوازه‌کانیان به‌بێ رەخنەى توند و نه‌رینی قبول ده‌که‌ن به‌بێ ئەوه‌ی رەخنه‌کان کاریگه‌ری نه‌رینی له‌سه‌ریان هه‌بێت. (Rogers, C. 1951.510)

3- ئاستیکی زۆر نزم له‌ دل‌ه‌راوی و خه‌مۆکی

که‌متر توشی دل‌ه‌راوی و خه‌مۆکی ده‌بن، چونکه‌ وینه‌یه‌کی خودی جیگیر و ئەرتینیان هه‌یه‌ ئەمه‌ش وایان لێده‌کات له‌ روی سۆزدارییه‌وه‌ هاوسه‌نگ بن. (Rosenberg, M. 1965.33)

به‌شی سییه‌م

پێکاره‌کانی ئەنجامدانی توێژینه‌وه‌که‌

یه‌که‌م: میتۆدی توێژینه‌وه‌

میتۆدی ئەم توێژینه‌وه‌یه‌ (وه‌صفی-په‌یوه‌ندی) چونکه‌ له‌ گه‌ل ئامانجه‌کانی توێژینه‌وه‌که‌ی گونجاوه‌.

دوهم: کۆمه‌لگه‌ی توێژینه‌وه‌

کۆمه‌لگه‌ی توێژینه‌وه‌که‌ سه‌رحه‌م خۆیندکارانی زانکۆی راپه‌رین ده‌گرێته‌وه‌ له‌ خۆیندنی به‌یانیان به‌ گشت فاکه‌لتی و به‌شه‌کانیه‌وه‌ بۆ سالی خۆیندنی (2024-2025) که‌ ژماره‌یان (4693) خۆیندکاره‌ وه‌کو له‌ خشته‌ی ژماره‌ (1) دا خراوه‌ته‌رو.

خشته‌ی ژماره‌ (1)

کۆمه‌لگه‌ی توێژینه‌وه‌که‌

ژماره	کۆلیژ	ژماره‌ی خۆیندکار	په‌گه‌ز	
			نێر	م
1	په‌روه‌رده	803	212	591
2	په‌روه‌رده‌ی بنه‌ره‌ت	1500	380	1120
3	زانستی ئەندازیارییه‌ کشتوکاڵیه‌کان	272	80	192
4	زانسته‌ مرۆفایه‌تیه‌کان	914	319	595
5	زانست	786	243	543
6	په‌رستاری	239	56	183
7	ئەندازیاری	179	117	62
	کۆی گشتی	4693	1407	3286

سییه‌م: نمونه‌ی توێژینه‌وه‌

نمونه‌ی توئینه‌وه‌که پیکهاتوه له خویندکاری قوناغه‌کانی (یه‌که‌م، دوهم، سیه‌م، چوارهم) توئهر به‌شیوه‌یه‌کی هه‌په‌مه‌کی چینی گونجاو له گشت فاکه‌لتیه‌کان (560) خویندکاری وه‌کو نمونه وه‌رگرتوه که ده‌کاته (12%) ی کۆمه‌لگه‌ی توئینه‌وه‌که‌ی، ئەو رێژه‌یه‌ش گونجاو به‌ کۆمه‌لگه‌یه‌ک که ژماره‌ی ئەندامه‌کانی چهند هه‌زار که‌سی‌ک بیت. (بۆکانی، 2020. 114) له‌و رێژه‌یه (393) خویندکاریان له‌ ره‌گه‌زی مێیه و ده‌کاته (70%) ی نمونه‌ی توئینه‌وه‌که و (167) خویندکاریش له‌ ره‌گه‌زی نێرن که ده‌کاته (30%) ی نمونه‌ی توئینه‌وه‌که وه‌کو له‌ خشته‌ی ژماره (2) دا خراوه‌ته‌پرو.

خشته‌ی ژماره (2)

نمونه‌ی توئینه‌وه‌که

ژماره	کۆلێژ	کۆی ژماره‌ی خویندکار	ره‌گه‌ز		ژماره‌ی وه‌رگیراو به‌پێی ره‌گه‌ز		کۆی وه‌رگیراو له‌ کۆلێژ
			نێر	مێ	نێر	مێ	
1	په‌روه‌رده	803	212	591	25	71	96
2	په‌روه‌رده‌ی بنه‌رته	1500	380	1120	45	134	179
3	زانستی ئەندازیاری کشتوکال	272	80	192	9	23	32
4	زانسته‌ مرۆفایه‌تیه‌کان	914	319	595	38	71	109
5	زانست	786	243	543	29	65	94
6	په‌رستاری	239	56	183	7	22	29
7	ئه‌ندازیاری	179	117	62	14	7	21
	کۆی گشتی	4693	1407	3286	167	393	560

چوارهم: ئامرازه‌کانی کۆکردنه‌وه‌ی زانیاری

یه‌که‌م: پێوه‌ری به‌هێزی ئیگۆ

له‌به‌ر نه‌بونی پێوه‌ریکی تایبه‌ت به‌ زمانی کوردی توئهر پێوه‌ریکی به‌ زمانی ئینگلیزی وه‌رگرتوه‌ بۆ پێوانه‌کردنی گۆراوی (به‌هێزی ئیگۆ) پێوه‌ره‌که له‌لایه‌ن (فرانک بارۆن، 1953) دروستکراوه‌ بۆ گه‌شه‌پێدانی پێوانه‌که‌ی پشتی به‌ستوه به‌ تیۆری (ده‌رونشیکاری/ سیگمۆند فروید) پێوه‌ره‌که به‌شیوه‌ی سه‌ره‌تایی له (66) برگه‌ پیکهاتوه‌ له‌ گه‌ل دو بژارده‌ (راست، هه‌له) و به‌سه‌ر هه‌شت په‌هه‌نددا دابه‌شکراوه‌ که بریتین له (کارکردی جه‌سته‌یی و جیگه‌ری فسیۆلۆژی)، هۆشکروێ (سایکاستینیا)، ئاراسته به‌رامبه‌ر، دۆخی ئاکاری، هه‌ستکردن به‌ واقع، گونجاوی که‌سی و توانای روبه‌روبوونه‌وه، فۆبیا و دله‌پاوکی و هه‌مه‌جۆر.

به‌مه‌به‌ستی گونجاندنی پێوه‌ره‌که له‌ گه‌ل کۆمه‌لگه‌ی کوردی توئهر تایبه‌تمه‌ندییه‌ سایکۆمه‌ترییه‌کانی بۆ پێوه‌ره‌که ئەنجامداوه‌ وه‌کو:

یه‌که‌م: راستگۆی وه‌رگیران

که ژمهریه‌ک پسپۆر له‌ بواری زمانی ئینگلیزی ئەنجامدایان داوه‌ وه‌کو له‌ پاشکۆی ژماره (1) دا خراوه‌ته‌پرو و رێژه‌ی راستگۆی وه‌رگیرانه‌که‌ی (95%) بو.

دوهم: راستگۆی رواله‌ت

بۆ ده‌ره‌ینانی راستگۆی رواله‌تی پێوانه‌که توئهر پشتی به‌ پای (75%) شاره‌زایان به‌ستوه‌ پێوه‌ره‌که‌ی خستۆته‌ به‌رده‌ست ژماره‌یه‌ک پسپۆر و شاره‌زا له‌ بواری په‌روه‌رده و ده‌رونزانی وه‌کو له‌ پاشکۆی ژماره (2) دا خراوه‌ته‌پرو، رێژه‌ی راستگۆی رواله‌تی پێوه‌ره‌که (84.6%) و ژماره‌ی برگه‌کان کران به (61) برگه‌ دوا‌ی راوێژ له‌ گه‌ل سه‌ره‌پرشتیار توئهر به‌ریاریدا به

لابردنی سی بره‌یتر له‌بهر ئه‌وه‌ی توێژهر باوه‌ری وایه ئه‌و سی بره‌یه له‌گه‌ل داب و نه‌ریتی کۆمه‌لگه‌ی کوردی ناگونجین و له‌ کۆتایدا پێوه‌ره‌ که‌ مایه‌وه‌ (58) بره‌.

سییه‌م: راستگۆیی جیاکاری

راستگۆیی جیاکاری ئاماریکی پێشکه‌وتوه‌ یارمه‌تی توێژهران ده‌دات تاوه‌کو بزانی ئه‌و پێوانه‌ی ئاماده‌ی کردوه‌ ئایا جیاوازی ده‌کات له‌نیوان تاکه‌کان دا یاخود نا، به‌واتایه‌کیتر ئایا ئه‌و پێوانه‌ی توێژهر ئاماده‌ی کردوه‌ هه‌مو که‌سه‌کان وه‌کو یه‌ک نمره‌ ده‌هێنن یان جیاوازن. (Campbell, D,T & Fiske, D,W. 1959. 83)

بۆ نمونه‌ توێژهر که‌ پێوانه‌یه‌کی وه‌رگرتوه‌ بۆ پێوانه‌کردنی به‌هێزی ئیگۆ ئه‌گه‌ر پێوانه‌ که‌ راستگۆیی جیاکاری هه‌بێت ئه‌وه‌ ده‌بێت ئه‌وانه‌ی ئیگۆیان به‌هێزه‌ نمره‌ی به‌رز به‌ده‌سته‌یه‌نین و ئه‌وانه‌ی ئیگۆیان لاوازه‌ نمره‌ی نزم به‌ده‌سته‌یه‌نین. بۆ ئه‌و مه‌به‌سته‌ توێژهر پێوانه‌ که‌ی دابه‌شکردوه‌ به‌سه‌ر (100) خوێندکاردا پاش وه‌رگرتنه‌وه‌ی فۆرمه‌کان توێژهر هه‌سته‌او به‌ وه‌رگرتنی (27%) ی ئه‌و خوێندکارانه‌ی به‌رزترین نمره‌یان به‌ده‌سته‌یه‌ناوه‌ که‌ (27) خوێندکاربون له‌گه‌ل (27%) ئه‌و خوێندکارانه‌ی نزمترین نمره‌یان به‌ده‌سته‌یه‌ناوه‌ که‌ (27) خوێندکاربون به‌هه‌ردو کۆمه‌له‌ که‌ (54) خوێندکاربون پاشان له‌رێگه‌ی ئامرازێ ئاماری (Independent Sample T-test) له‌ هه‌گبه‌ی ئاماری (spss) توێژهر جیاوازی به‌لگه‌داری ئاماری له‌نیوانیان دۆزیوه‌ته‌وه‌ له‌ ئه‌نجامدا ده‌رکه‌وت به‌های (t=-13.97) بو له‌ ئاستی به‌لگه‌داری ئاماری (0.001) واتا جیاوازی به‌لگه‌داری ئاماری له‌نیوان کۆمه‌له‌کان به‌دی ده‌کرێت له‌ به‌رژه‌وه‌ندی کۆمه‌له‌ی به‌رز که‌ ناوه‌ندی ژمیره‌یی (95.25) به‌ لادانی پێوه‌ری (5.01) به‌راورد به‌ کۆمه‌له‌ی نزم که‌ ناوه‌ندی ژمیره‌یی (79.77) و به‌ لادانی پێوه‌ری (2.83) وه‌کو له‌ خسته‌ی ژماره‌ (3) خراوه‌ته‌رو.

خسته‌ی ژماره‌ (3)

راستگۆیی جیاکاری بۆ پێوه‌ری به‌هێزی ئیگۆ

پێوانه‌	کۆمه‌له‌	ژماره‌ی نمونه‌	ناوه‌ندی ژمیره‌یی	لادانی پێوه‌ری	نمره‌ی ئازاد	به‌های (t)	ئاستی به‌لگه‌داری (sig)
به‌هێزی ئیگۆ	به‌رز	27	95.25	5.01	52	-13.97	.001
	نزم	27	79.77	2.83			

توێژهر چه‌ند جوړیکی جیگیریشی بۆ پێوره‌ که‌ ئه‌نجامداوه‌ وه‌که‌:

یه‌که‌م: جیگیری ناوه‌ی Cronbachs' Alpha

بریتیه‌ له‌ جوړیکی جیگیری ئاماژه‌یه‌ بۆ ئه‌وه‌ی که‌ هه‌مو بره‌گه‌کانی پێوانه‌یه‌ک به‌شدارن له‌ پێوانه‌کردن ئه‌و بابته‌ی پێوانه‌ که‌ی بۆ داندراوه‌. (Kerlinger, F.N.1986. 429)

بۆ ئه‌و مه‌به‌سته‌ له‌ به‌رواری (12/11/2024) رۆژی سی شهممه‌ توێژهر هه‌سته‌ به‌ دابه‌شکردنی پێوه‌ره‌ که‌ به‌سه‌ر (100) خوێندکاردا له‌هه‌ردو به‌شی بایۆلۆژی و باخچه‌کان له‌ کۆلیژی په‌روه‌رده‌ی بنه‌رته‌ و زانسته‌ له‌ زانکۆی راپه‌رین، پاش وه‌رگرتنه‌وه‌ی فۆرمه‌کان توێژهر پشته‌ به‌ست به‌ ئامرازێ ئاماری (ئه‌لفا کرۆنباخ) له‌ هه‌گبه‌ی ئاماری (spss) بۆ ده‌ره‌ینانی جیگیری ناوه‌ی، ده‌رکه‌وت جیگیری ناوه‌ی پێوه‌ره‌ که‌ (80). بو ئه‌وه‌ش به‌هایه‌کی به‌رز به‌ جیگیری پێوه‌ریک.

11.4.3: جیگیری به‌رێگه‌ی که‌رتکردنی نیوه‌ی Split-Half

خشته‌ی ژماره (4)

برگه‌کان	ژماره‌ی برگه	ژماره‌ی نمونه	ناوهندی ژمی‌ری	لادانی پپوه‌ری	به‌های پی‌رسون پیش راست‌کردنه‌وه	به‌های سپرمان دوای راست‌کردنه‌وه
به‌شی یه‌که‌م	29	100	45.52	4.76	0.59	0.77
به‌شی دوه‌م	29	100	25.90	5.09		

بۆ ئەو مەبەستە توۋرە ھەستايە دابەشكردىنى پىۋەرەكە بەسەر (100) خويىندىكاردا لە بەرۋارى (12/11/2024). دۋاى ۋەرگرتنەۋەى فۆرمەكان و تىپەرىپونى (18) رۆژ و لە بەرۋارى (1/12/2024) رۆژى يەك شەممە دوبارە پىۋەرەكەى بەسەر ھەمان ئەو خويىندىكارانە دابەشكردەۋە دۋاى ۋەرگرتنەۋەى فۆرمەكان لەرىنگەى ھەگبەى ئامارى (spss) و بە سود ۋەرگرتن لە ھاۋكىشەى پەيۋەندى (pearson) پەيۋەندى نىۋان ھەردو تاقىكىردنەۋەكەى دۆزىيەۋەكە (0.92) بو ئەۋەش رىئەبەكى بەرزە لە پەيۋەندى نىۋان دو تاقىكىردنەۋە دادەندىرت ۋەكو لە خستەى ژمارە (5)دا خراۋەتەرو.

خشته‌ی ژماره (5)

تأیید کننده	نمونه	نمونه‌های ژنومی	لادانی پیوسته	به‌های پیوسته	تأیید به‌گذاری (sig)
جاری به‌کام	100	86.29	7.89	0.92	0.001
جاری دوم	100	84.55	8.25		

دواى ئەنجامدانى ھەمو رېكارە زانستىيەكان بۆ پېۋەرەكە بەشۋەى كۆتايى پېۋەرەكە پېكىدېت لە (58) بېرگە كە دابەشكراون بەسەر ھەشت رەھەنددا، رەھەندى كاركردى جەستەيى و جىگرى فسولۇژى بېرگەكانى (1-12)، رەھەندى ھۆشكرۇلى بېرگەكانى (13-22)، رەھەندى ئاراستە بەرامبەر ئايىن بېرگەكانى (23-27)، رەھەندى دۆخى ئاكارى بېرگەكانى (28-37)، رەھەندى ھەستكردن بە واقىع بېرگەكانى (38-41)، رەھەندى گونجاوى كەسى و تواناى رۈبەرۈبونەۋە بېرگەكانى (42-50)، رەھەندى فۇبىا و دلەراۋكى بېرگەكانى (51-55) و رەھەندى ھەمەجۆر بېرگەكانى (56-58) دەگرېتەۋە و پېۋەرەكە دو بژاردەى ھەيە (راست، ھەلە) بە دانانى نمرەى (1، 2) بۆ بېرگەى ئەرئېنى و بۆ بېرگەى نەرئېنى (1، 2). بېرگە

ئەرتێنییه‌کان بریتین له (1، 2، 3، 5، 7، 10، 14، 19، 23، 24، 25، 32، 46، 47، 48، 49، 50، 51، 53، 56) و برێگه‌ نه‌رتێنییه‌کان بریتین له (4، 6، 8، 9، 11، 12، 13، 15، 16، 17، 18، 20، 21، 22، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 52، 54، 55، 57، 58) به‌وه‌ش به‌رزترین نمره‌ خۆئێندکار به‌ده‌ستیه‌پێنیت بریتیه‌ له (116) و که‌مترین نمره‌ش (58) ه‌ وه‌کو له‌ خسته‌ ژماره‌ (5) دا روئکراوه‌ته‌وه‌.

خسته‌ ژماره‌ (5)

راستکردنه‌وه‌ی پێوانه‌ی به‌هێزی ئیگو و پێدانی نمره‌

هه‌له‌	راست	بژارده‌کان جوۆری برێگه‌
58=58*1	116=58*2	برێگه‌ی ئەرتێنی
116=58*2	58=58*1	برێگه‌ی نه‌رتێنی

دوهم: پێوه‌ری کاملگه‌رای باوان

به‌پێی گه‌رانه‌کانی توێژه‌ر له‌به‌ر نه‌بونی پێوه‌ریک به‌ زمانی کوردی توێژه‌ر پێوه‌ری (کاملگه‌رای فره‌په‌هه‌ندی) وه‌رگرتوه‌ له‌ توێژینه‌وه‌ی (Stöber, J. 1998)

پێوه‌ره‌که‌ له‌ سالی (1990) له‌لایه‌ن (راندی فرۆست و هاوکاره‌کانی) ه‌وه‌ گه‌شه‌ی پێدراوه‌ و له‌ دروستکردنیدا پشتیان به‌ تیۆری (په‌فتاری-معریفی) به‌ستوه‌ پێوانه‌که‌ به‌شێوه‌یه‌کی سه‌ره‌تایی له‌ (35) برێگه‌ پێکدێت و دابه‌شبون به‌سه‌ر چوار په‌هه‌نددا، نیگه‌رانی له‌ هه‌له‌ و گومان له‌ کرداره‌کان، چاوه‌روانی و په‌خنه‌ی باوان، ستاندارده‌ که‌سییه‌کان، پێکخراوی به‌مه‌به‌ستی گونجاندی پێوه‌ره‌که‌ له‌ گه‌ل کۆمه‌لگه‌ی کوردی توێژه‌ر تایبه‌تمه‌ندییه‌ سایکۆمه‌ترییه‌کانی بۆ پێوه‌ره‌که‌ ئه‌نجامداوه‌ وه‌کو:

یه‌که‌م: راستگۆی وه‌رگیران

ژماره‌یه‌ک پسپۆری زمانی ئینگلیزی و کوردی ئه‌نجامیان داوه‌ و پێژه‌ی راستگۆی وه‌رگیرانه‌که‌ (96%) بو.

دوهم: راستگۆی روانه‌ت

توێژه‌ر پشتی به‌ (75%) رای‌ شاره‌زایان به‌ستوه‌، بۆ ئه‌وه‌ مه‌به‌سته‌ توێژه‌ر برێگه‌کانی پێوه‌ره‌که‌ی خسته‌وته‌ به‌رده‌ست پسپۆر و شاره‌زایان له‌ په‌روه‌رده‌ و ده‌رونزانی وه‌کو له‌ پاشکۆی ژماره‌ (2) دا خراوته‌رو داوای لێیان کردوه‌ راوێچونی خۆیان سه‌باره‌ت به‌ گونجایی و نه‌گونجایی برێگه‌کان ده‌ریڕن هه‌ر گۆرانکارییه‌ک به‌ باشی ده‌زانن پێشنیاری بکه‌ن بۆ توێژه‌ر و داوای وه‌رگرتنه‌وه‌ی رای‌ شاره‌زایان و ئه‌نجامدانی گۆرانکاری له‌ هه‌ندێک برێگه‌ و داڕشته‌وه‌یان (5) برێگه‌ لابردان که‌ برێگه‌کانی ژماره‌ (19، 31، 33، 34، 35) بون و بۆ هه‌ردو برێگه‌ی (31، 33) شاره‌زایان پێشنیاری دوو برێگه‌ی نوێیان کړه‌ بۆ توێژه‌ر به‌و شێوه‌یه‌ پێوه‌ره‌که‌ مایه‌وه‌ (32) برێگه‌ و راستگۆیه‌که‌ی (82.7%) بو.

سێیه‌م: راستگۆی جیاکاری

راستگۆی جیاکاری ئاماریکی پێشکه‌وتوه‌ یارمه‌تی توێژه‌ران ده‌دات تاوه‌کو بزائن ئه‌و پێوانه‌ی ئاماده‌ی کردوه‌ ئایا جیاوازی ده‌کات له‌نیوان تاکه‌کان دا یاخود نا. به‌واتایه‌کیتر ئایا ئه‌و پێوانه‌ی توێژه‌ر ئاماده‌ی کردوه‌ هه‌مو که‌سه‌کان وه‌کو یه‌ک نمره‌ ده‌هێنن یان جیاوازن. (Campbell, D,T & Fiske, D,W. 1959. 83)

بۆ نمونه‌ توێژه‌ر که‌ پێوانه‌یه‌کی وه‌رگرتوه‌ بۆ پێوانه‌کردنی کاملگه‌رای باوان ئه‌گه‌ر پێوانه‌که‌ راستگۆی جیاکاری هه‌بێت ئه‌وه‌ ده‌بێت ئه‌وانه‌ی کاملگه‌رای باوانیان به‌رزه‌ ده‌بێت نمره‌ی به‌رز به‌ده‌سته‌پێن و ئه‌وانه‌ی کاملگه‌رای باوانیان نزمه‌ نمره‌ی نزم به‌ده‌سته‌پێن.

بۆ ئەو مەبەستە توێژەر پێوانە کە ی دابەشکردووە بەسەر (100) خۆتندکاردا پاش وەرگرتنەوهی فۆرمەکان توێژەر هەستاوە بە وەرگرتنی (27%) ی ئەو خۆتندکارانە ی بەرزترین نمرەیان بەدەستەپێناوە کە (27) خۆتندکاربون لە گەل (27%) ئەو خۆتندکارانە ی نزمترین نمرەیان بەدەستەپێناوە کە (27) خۆتندکاربون بە هەردو کۆمەلە کە (54) خۆتندکاربون پاشان لەرێگە ی ئامراز ی ئاماری (Independent Sample T-test) لە هەگبە ی ئاماری (SPSS) توێژەر جیاوازی بەلگەداری ئاماری لەنێوانیان دۆزیووەتەوه.

لە ئەنجامدا دەرکەوت بەهای (t=-11.43) بو لە ئاستی بەلگەداری ئاماری (0.001) واتا جیاوازی بەلگەداری ئاماری لەنێوان کۆمەلەکان بەدی دەرکەوت لە بەرژووەندی کۆمەلە ی بەرز کە ناوەندی ژمێرە ی (128.03) بە لادانی پێوەری (9.24) بەراورد بە کۆمەلە ی نزم کە ناوەندی ژمێرە ی (90.14) و بە لادانی پێوەری (11.37) وەکو لە خستە ی ژمارە (6)دا خراوەتەرو.

خستە ی ژمارە (6)

راستگۆ ی جیاکاری بۆ پێوەری کالمگەرایی باوان

پێوانە	کۆمەلە	ژمارە ی نمونه	ناوەندی ژمێرە ی	لادانی پێوەری	نمرە ی ئازاد	بەهای	ئاستی بەلگەداری
						(t)	(sig)
کالمگەرایی باوان	بەرز	27	128.03	9.24	52	-11.43	.001
	نزم	27	90.14	11.37			

و توێژەر چەند جوړیکی جیاوازی جیگیریشی بۆ پێوەرە کە ئەنجامداوە وەکو:

یە کەم: جیگیر ی ناوە کی Cronbachs' Alpha

بریتییە لە جوړیکی جیگیر ی ئاماژە ی بۆ ئەو ی کە هەمو برگەکانی پێوانە یە ک بەشدارن لە پێوانە کردن ئەو بابەتە ی پێوانە کە ی بۆ داندراوە. (Kerlinger, F.N.1986. 429)

بۆ دەرھێنانی جیگیر ی ناوە کی توێژەر هەستا بە دابەشکردنی پێوەرە کە بەسەر (100) خۆتندکاردا لە بەرواری (12/11/2024) رۆژی سێ شەممە کە بەشیک بون لە نمونه ی سەرەتای توێژینەوه کە ی وەکو لە پاشکۆ ی ژمارە (25) خراوەتەرو دوا ی وەرگرتنەوهی فۆرمەکان توێژەر هەستا بە دەرھێنانی جیگیر ی ناوە کی بۆ پێوەرە کە لە رێگە ی ئامراز ی ئاماری (ئەلفا کرۆنباخ) و جیگیر ی پێوەرە کە (0.78) بو هەرچەندە جیگیرییە کە لە روی ئامارییەوه پەسندە بەلام بۆ زیاتر پەسندی جیگیرییە کە توێژەر هەستا بە لابردنی برگە ی ژمارە (16) کە گرفتی بۆ جیگیرییە کە دروستکردبو دوا ی لابردنی ئەو برگە یە جیگیر ی پێوەرە کە بەرزبوو بۆ (0.85) بەو شیوە یە جارێکیتر گۆرانکاری لە پێوەرە کە دا رویدا و مایەوه (31) برگە.

دوهم: جیگیر ی بە رێگە ی کەرتکردنی نیوہ ی Split-Half

جیگیر ی پێوانە بەرێگە ی کەرتکردنی نیوہ ی (split-half) دەستنیشانکرا دوا ی جی بەجیکردنی پێوانە کە بەسەر نمونه یە کی سەرەتای کە ژمارەیان (100) خۆتندکاربو لەرێگە ی بەکارھێنانی هەگبە ی ئاماری (spss) توێژەر ھاوکیشە ی پەیوہندی (Pearson) ی بەکارھێنا و پەیوہندی نیوان هەردو نیوہ کە ی دۆزیووە دەرکەوت بەهای پەیوہندی نیوان نیوہ ی یە کەم و دوہمی پێوانە کە بریتیبو لە (0.62) ئەوہش بە جیگیرییە کی پەسندە ژمار دەکریت چونکە جیگیر ی نیوہ ی پێوانە کە یە. لەبەر ئەو ی برگەکان تاک بون بۆیە توێژەر لە رێگە ی ھاوکیشە ی جیتمان (Guttman) بەهای

په یوهندی (Pearson) ی راسټکرده وه و بهاکه ی بو به (0.79) ئه م جیگیریه ش بو پټوانه یه ک په سنده وه کو له خشته ی ژماره (7) دا خراوه ته ورو.

خشته ی ژماره (7)

جیگیری پټوانه ی کاملگه راپی باوان به ریگه ی که رتکردنی نیوه یی

به های جیتمان دوای راسټکرده وه	به های پټسون پټش راسټکرده وه	لادانی پټوه ری	ناوهندی ژمیره یی	ژماره ی نمونه	ژماره ی برکه	به شه کان
0.79	0.62	11.62	48.30	100	16	به شی یه که م
		7.78	59.78	100	15	به شی دوه م

سییه م: جیگیری به ریگه ی دوباره تاقیکردنه وه Test-retest

دوباره تاقیکردنه وه ریگه یه کی باوه رپټکراوه بو جیگیری پټوه ری که به مه رجیک جیاوازی کاتی نیوان دو تاقیکردنه وه که له پانزه رۆژ که متر نه پټت. (بوکانی، هه مان سه رچاوه. 157)

بو ئه و مه به سته توټهر هه سته به دابه شکردنی پټوه ره که به سه ر (100) خوټندکاردا له به روار ی (12/11/2024). دوای وه رگرتنه وه ی فۆرمه کان و تیپه ربونی (18) رۆژ و له به روار ی (1/12/2024) رۆژی یه ک شه ممه دوباره پټوه ره که ی به سه ر هه مان ئه و خوټندکارانه دابه شکرده وه دوای وه رگرتنه وه ی فۆرمه کان له ریگه ی هه گبه ی ئاماری (spss) و به سود وه رگرتن له هاوکیشه ی په یوهندی (pearson) په یوهندی نیوان هه ردو تاقیکردنه وه که ی دۆزیه وه که (0.80) بو ئه وه ش رټیه کی به رزه له په یوهندی نیوان دو تاقیکردنه وه وه کو له خشته ی ژماره (8) دا خراوه ته ورو.

خشته ی ژماره (8)

جیگیری پټوانه ی کاملگه راپی باوان به ریگه ی دوباره تاقیکردنه وه

تاقیکردنه وه	ژ.نمونه	ناوهندی ژمیره یی	لادانی پټوه ری	به های په یوهندی	ئاستی به لگه داری (sig)
جاری یه که م	100	108.50	14.97	0.80	0.001
جاری دوه م	100	105.74	19.75		

تایبه تمه ندیه کان کۆتایی پټوه ره که

دوای ئه نجامدانی هه مو ریکاره زانستییه کان بو پټوه ره که به شیوه ی کۆتایی پټوه ره که پټکدټ له (31) برکه و دابه شکراوه به سه ر چوار ره هه نددا، ره هه ندی نیگه رانی له هه له و گومان له کرداره کان برکه کان (1-13)، ره هه ندی چاوه روانی و ره خنه ی باوان برکه کان (14-21)، ره هه ندی ستاندارده که سییه کان برکه کان (22-27) و ره هه ندی رټیکخراوی برکه کان (28-31) ده گرتیه وه.

پټوه ره که پټنج بژارده ی هه یه (زۆر نارازیم، نارازیم، بټ لایه ن، رازیم، زۆر رازیم) به دانانی نمره ی (1، 2، 3، 4، 5) و سه رجه م برکه کان پټوه ره که نه رټیین به وه ش نزمترین نمره خوټندکار به ده ستیبه پټټ بریتیه له (31) یه و به رزترین نمره ش (155) ه وه کو له خشته ی ژماره (9) دا روناکراوه ته وه.

خشته ی ژماره (9)

راسټکرده وه ی پټوانه ی کاملگه راپی باوان و پټدانی نمره

زۆر پازیم	پازیم	بۆ لایهن	نارازیم	زۆر نارازیم	بۆلارده برگه
155=31*5	124=31*4	93=31*3	62=31*2	31=31*1	نهرتینی

سینیه: پیوهری ریزگرتن له خود

بۆ ئاماده کردنی پیوهره که توێژه به شیوهیه کی سهره کی پشتی به ستوه به تیوری (مۆریس رۆزنییگ، 1965) به مه بهستی وه رگرتنی ره ههنده کانی ریزگرتن له خود ههروهها پیداجونه وهی وردی کردوه بۆ توێژینه وه کانی پیشو تاوه کو گه یشتوه به ههنگاوی یه کهم که ئاماده کردنی فۆرمیکی راپرسی کراوهیه و به سهر (60) خوێندکاردا دابهشی کردوه توێژه دو پرساری ئاراسته ی خوێندکاره کانی دوا ی وه رگرتنه وهی فۆرمه کانی و پشکنینی وردی وه لامه کانی له لایهن توێژه ره وه (11) برگه ی له وه لامه کانیان دروست کردوه، پاشان بۆ ته واکردنی پیوهره که توێژه گه راوه ته وه بۆ ههردو پیوهری مۆریس رۆزنییگ و ستانلی کۆپه رسمیت و ژماره یه ک برگه ی لیوه رگرتون و دواتر توێژه ژماره یه ک توێژینه وه ی هه لئار دوه و برگه ی لیوه رگرتون و به و شیوهیه پیوانه که ئاماده بو به شیوهیه کی سهره تای کی له (26) برگه پیکهاتوه و به سهر دو ره ههنده دابهشکراوه ره ههنده ی به های خود، ره ههنده ی لیها توی خودی به مه بهستی بوختکردنه وه ی پیوهره که توێژه تایبه ته مندییه سایکۆمه ترییه کانی ئه نجامدا وه کو:

یه کهم: راستگۆپی روالهت

ژماره یه ک پسپۆر و شارهزا له بوا ری پهروه ره و دهرونزانی ئه نجامیان داوه وه کو له پاشکۆی ژماره (3) دا خراوه ته پرو و سئ برگه لادران و پیوانه که مایه وه (23) برگه و ریزه ی راستگۆپی رواله ته که ی ریزه که ی (0.90) بو.

دوه م: راستگۆپی ره ههنده ی Factor Analysis

ئاماریکی پیشکه وتوه به سوده بۆ خزمه تکردنی توێژینه وه کانی له کاری ئاماده کردنی پیوهرکاندا ته کنیکیکی ئاماری به کار دیت بۆ دیاریکردنی په یوه مندییه بنه ره تییه کانی نیوان گۆراوه کانی به فاکته ر یان پیکهاته کانی که نوێنه رایه تی ره ههنده بنه ره تییه باوه کانی ده که ن ههروهها یارمه تی ئاسانکردنی داتا ده دات به بهستی ریکخستن و کهمکردنه وه ی ژماره ی ره ههنده کانی و دابهشکردنی برگه کانی به سهر ره ههنده کانی به پیی بونیادیکی تیوری یان گریمانه یی و هه ر برگه یه ک ده خرته ژیر ته وه ره ههنده ی که گونجاوه له گه لی. (Hair, et al. 1998. 93)

دوا ی ته وه ی توێژه پشتی به ست به تیوری (رۆزنییگ) بۆ دیاریکردنی ره ههنده کانی دو ره ههنده ی دیاریکرد که (به های خود و لیها توی خود) ن، توێژه شیکردنه وه ی پیکهاته ی سهره کی (PCA) که کورتکراوه ی (Principal Component Analysis) ه به کاره یینا له هه گبه ی ئاماری (SPSS) به مه بهستی شیکردنه وه ی ره ههنده کانی، به پشت به ستن به یاسای په نجه کانی ده ست که هه ر برگه یه کی پیوانه که لیکدانی ژماره 10 کراوه (230=10*23)، توێژه (230) خوێندکاری وه کو نمونه وه رگرت (Vanvoorhis&Morgan. 2007. 43)

دوا ی دابهشکردنی پیوهره که به سهر خوێندکاراندا و وه رگرتنه وه ی وه لامه کانیان توێژه ته وه ههنگاوانه ی گرت به ره به مه بهستی ریکخستنی ره ههنده کانی پیوهره که.

1- توێژه به های بارکردنی برگه (Loading Value) داناوه به (0.30).

2- به مه بهستی دیاریکردنی ژماره ی ره ههنده، توێژه به های ستانداردکردنی ره ههنده ی (Eigenvalue) له (1) وه به رزکردوته وه بۆ (1.5).

3- توئیزه ریځه‌ی (Direct Oblimin) ی به کاره‌ینا له بهر ئه‌وه‌ی توئیزه وا گریمانه ده‌کات ره‌هه‌نده‌کان په‌یوه‌ندیان به‌یه‌که‌وه‌هه‌یه چونکه بۆ وه‌رگرتنی ره‌هه‌نده‌کان پش‌تی به‌ تیۆر به‌ستوه و به‌ گریمانه‌ی داینه‌ناون.

4- توئزهر پیوانه (KMO) ی به کارهیینان (KMO, sig) پیی ده گوتریٔ (Model fit) واتا گونجای به کارهیینانی ته کنیکی ئاماری (PCA) له گه‌ل داتای توئزنه‌وه که.

5- (Anti-image correlation matrix): خسته‌ی په‌یوهندی دره وټنه.

6- (Communalities): واتا په یوه نډی برګه کان له ګڼل هه موږه هه نډه کان به لږم هه برګه یه ک به های بارکړنی زیاتر یو له هه روه هه نډیک نه وه ده که وټته ژیر نه و روه هه نډه.

7- کوی جیاوازی روئکراوه (Total Variance Explained): واتا جیاوازی نیوان رهه‌نده‌کان، هر یه کیک له و رهه‌ندانه به ریژهی چند به‌شداره له دروستکردنی گورانکاری له گوراهه‌که‌دا.

8- توپ‌ر (Screen Plot) ی به کاره‌تتاوه به‌مه‌به‌سه‌ی دیار یک دزی ره‌ه‌نده‌کان به وئنه.

شیکر دنه وهی ئە نجامه کان یۆ ئاماده کردنی پیوهری ریزگرتن له خود

یہ کہہ م: ھاو کو لکھی یہ یو ہندی بیلا یہ ن (یٹوانہ ی KMO) کہ (Kaiser-Mayer-Olkin)

له سالی (1970) پهری پېدراوه وگریمانه ی ئه وه ده کات که شیکردنه وه ی ره هه نده کان له وانه یه به سود بیت ئه گهر به ها که ی له (0.05) گه وره تر بیت، به لام ئه گهر گوراو ی که له و به هایه بچو کتر بیت ئه و له وانه یه شیکردنه وه ی ره هه نده کان به سودی نه بیت و به های (0.05) وه کو بچو کترین به ها به ئه سته م قبول ده کریت و به ها کان له نیوان (0.60, 0.70, 0.80) په سنده و به های سه رو (0.90) نایابه. (Mary.L & Elizabeth K. 1990. 10)

لهو توڻيٽنه وهه ڏا بهاي (KMO) برتيتيه له (0.779) كه ٽه وهش رڙهيه كي په سنده بڻ گونجاوي برگه كان و ده ركه ووت كه برگه كان به گشتي گونجاون بڻ ٽه و پټوهره چونكه به لگه داري ٽاماريه له سه رټاسټي (0.001) وه كو له خشته ي ٽماره (10) ڏا رونكراوه ته وه.

خشته‌ی ژماره (10)

KMO and Bartlett's Test یوانه ی

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy		.779
Bartlett's Test of Sphericity	Aprox. Chi-square	3776.696
	Df	253
	Sig	.001

دوهم: خشته‌ی په‌یوه‌ندی دره وینه (Anti-image correlation matrix)

خشته‌ی په‌یوه‌ندی دژ وینه‌ئو به‌شه‌یه که ناتواندریټ پیشبینی بکړي، له‌و‌خشته‌یه‌دا په‌یوه‌ندی‌ئو نجامی برگی‌ه‌ر په‌ه‌نده‌کان به‌یه‌کتره‌وه رونده‌کړيټه‌وه له‌و‌خشته‌یه‌دا هر برگی‌ه‌یه‌ک به‌ه‌ایه‌کی که‌می هه‌بیټ و که‌م‌تریټ له (0.05) ده‌بیټ له شیکردنه‌وه‌ک‌دا لایبردرټ. (Hossain, 2007. 52)

له و توئینه وه یه دا ده رکه وت همه مو برکه کانی پیوه ره که له خشته ی پیوه ندی دژه وینه له سه روی بهای (0.05) و بهای برکه کان له نیتوان (0.650-0.840) وه کو له خشته ی ژماره (115) دا رونکراوته وه.

خشته‌ی ژماره (11)

خشته‌ی یه‌بوهندی درّه وئنه (Anti-image correlation matrix)

ژماره	برگه	Anti-image correlation matrix
1	بیرکردنه و هم سه بارهت به خۆم ئه رتینییه.	0.840
2	رێز له و شتانه ده گرم له ژياندا كه تایبهتن به خۆم.	0.769
3	وهكو خه لك سه رنجراكیش نیم.	0.850
4	ههست ده كه م شایانی خۆشه و یستی و رێزگرتنم.	0.821
5	ههست ده كه م كه سێكی به هادارم.	0.801
6	ههست ده كه م كه سێكی شكستخواردوم.	0.827
7	ههست به رهزامه ندی ده كه م له روخساری خۆم.	0.725
8	هیچ تایبهتمه ندیه کی كه سێتیم نییه كه جیگای شانازیم بێت.	0.750
9	ههست به بێسودی خۆم ده كه م.	0.670
10	رێگه ناده م كه س سنورم به زینیت.	0.660
11	ئامانجه كنم وا داده رێژم له چوارچینه ی توانا كنم بن.	0.667
12	رهخنه قبول ده كه م به ی ئه وه ی كاریگه ری نه رێژی له سه رم هه بێت.	0.680
13	رێز له داب و نه ریت و به ها كۆمه لایه نییه كان ده گرم.	0.687
14	په یوه ندیه كنم له گه ل ئه وانی تر دا جیگیرن.	0.682
15	قسه كردن له به رده م خه لكدا سه خته بۆم.	0.692
16	پشت به كه سانیه تر نا به ستم.	0.671
17	خه لك شوتن قسه و بیروباوه ره كنم ده كه ون.	0.683
18	ده توانم به راشكاوی گوزارش ته له ههسته كنم بكه م.	0.669
19	له كاتی قسه كردن له گه ل به رامبه ر متمانه م به خۆم نییه.	0.659
20	له بارودۆخه سه خته كاندا ده توانم كۆنترۆلی ههسته كنم بكه م.	0.678
21	توانا كنم زۆرن بۆ ئه نجامدانی كاره كان.	0.698
22	دان به هه له كانمدا ده نییم له كاتی پێویستدا.	0.657
23	ده توانم بریار بده م له دۆخه سه خته كاندا.	0.650

سێیه م: هاوبهستی (communalities)

واتا په یوه ندی برگه كان له گه ل هه مو ره هه نده كان، به لām هه ر برگه یه ك به های باركردنی زیاتربو ئه وا ده كه وێته ژیر ئه و ره هه نده. هاوبهستی سه ره تای و كۆتایی به لگه ی به هیژن بۆ شیکردنه وه ی ره هه نده كان هه رچه نده هاوبهستی سه ره تای له چاره سه ری سه ره کی هه میشه یه كسانه به (1.000) به لām له هاوبهستی كۆتاییدا په یوه ندی هێلی له نیوان ره هه نده كان دا بین ده كات. له هاوبهستیدا به ها بچوکه كان ئاماژهن بۆ گۆراویك كه پێویسته له شیکردنه وه كه لابیرین ئه وهش ده توانیت یارمه تیده ری توێژه ران بێت بۆ دروستکردنی برگه و سړینه وه ی برگه یه ك كه خزمهت به پێوانه ی دروستکراو نه كات. (Marry L. & Elizabeth K. 1991. 10-11)

له و توێژینه وه یه دا ده ركه وت به های هاوبهستی هه مو برگه كان گه ورهن و ئه وهش به واتا ئه وه ی ده بێت هه مو برگه كانی پێوانه كه بپاریژین له شیکردنه وه كه دا و وه كو خویان بمیننه وه چونكه به های هه مو برگه كان گه وره تره له و به های باركردنه ی (Loading Value) كه توێژه ره له سه ره تای شیکردنه وه كه دیاریكردبو وه كو له خشته ی ژماره (12) دا خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (12)

هاوبهستی (communalities)

Extraction	Initial	برگه	ژماره
0.622	1.000	بیرکردنه و هم سه بارهت به خۆم ئه زینیه.	1
0.641	1.000	رێژ له و شتانه ده گرم له ژياندا كه تايه تن به خۆم.	2
0.565	1.000	وه كو خه لك سه رنجراكیش نیم.	3
0.696	1.000	ههست ده كه م شایانی خۆشه و یستی و رێژگرتنم.	4
0.686	1.000	ههست ده كه م كه سێكی به هادارم.	5
0.695	1.000	ههست ده كه م كه سێكی شكستخواردوم.	6
0.642	1.000	ههست به رهزامهندی ده كه م له روخساری خۆم.	7
0.682	1.000	هیچ تايه تمه ندیه کی كه سیتیم نییه كه جیگی شانازیم بێت.	8
0.710	1.000	ههست به بېسودی خۆم ده كه م.	9
0.645	1.000	رێگه ناده م كه س سنورم به زینیت.	10
0.634	1.000	ئامانجه كانم وا داده رێژم له چوارچۆیهی تواناكانم بن.	11
0.364	1.000	رهخنه قبول ده كه م به بێ ئه وهی کاریگه ری نه رێنی له سه رم هه بێت.	12
0.489	1.000	رێژ له داب و نه ریت و به ها كۆمه لایه تیه كان ده گرم.	13
0.445	1.000	په یوه ندیه كانم له گه ل ئه وانی تر دا جیگیرن.	14
0.480	1.000	قسه كردن له به رده م خه لكدا سه خته بۆم.	15
0.346	1.000	پشت به كه سانیتیر نابه ستم.	16
0.410	1.000	خه لك شوین قسه و بیروباوه ره كانم ده كه ون.	17
0.367	1.000	ده توانم به راشكای گوزارشت له ههسته كانم بکه م.	18
0.389	1.000	له كاتی قسه كردن له گه ل به رامبه ر متمانه م به خۆم نییه.	19
0.342	1.000	له بارودۆخه سه خته كاندا ده توانم كۆنترۆلی ههسته كانم بکه م.	20
0.416	1.000	تواناكانم زۆرن بۆ ئه نجامدانی كاره كان.	21
0.486	1.000	دان به هه له كانمدا ده نیم له كاتی پتویستدا.	22
0.472	1.000	ده توانم بریار بده م له دۆخه سه خته كاندا.	23

چواره م: كۆی رێژه ی جیاوازی روناكراوه (Total Variance Explained):

رێژه ی جیاوازی هه ر په هه ندیک له په هه نده كه یتر ده رده خات و اتا هه ر په هه نده یک به رێژه ی چه ند به شداره له گۆرانکاری له گۆراوه كه. هه رچه ند به های ستانداردكردنی په هه ند (Eignvalue) به رز بێت رێژه ی جیاوازی ئه و په هه نده به رزتر ده بێت. توێژه ره له و توێژینه وه یه دا (Eignvalue) ی داناوه به (1.5) له ئه نجامدا ده ركه وت په هه ندی یه كه م (به های خودی) به های (Eignvalue) (10.331) و رێژه ی جیاوازی په هه ندی (44.616%). په هه ندی دوهم (لێهاتوی خودی) به های (Eignvalue) (2.654) و رێژه ی جیاوازی په هه ندی (11.541%) هه روه ها كۆی رێژه ی جیاوازی په هه ندی یه كه م بریتیه له (55.384%) و په هه ندی دوهم بریتیه له (44.916%) ئه وه ش به ره و ئه و ده رئه نجامه یه كه پێوانه ی دو په هه ندی گونجاوه له گه ل برگه كان وه كو له خشته ی ژماره (13) دا خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (13)

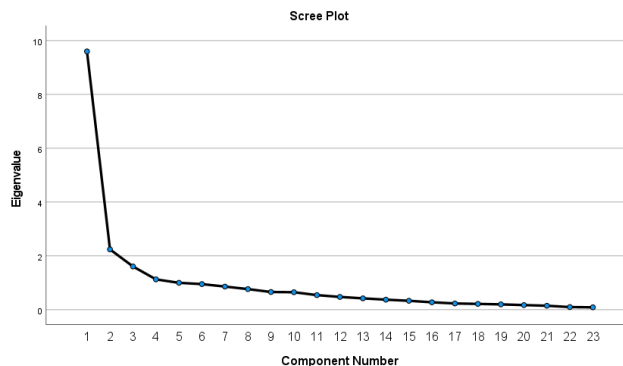
كۆی رێژه ی جیاوازی روناكراوه

Total Variance Explained

Component	Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of variance	cumulative	Total	% of variance	Cumulative
1	10.331	44.916	55.384	10.331	44.915	55.384
2	2.654	11.541	44.916	2.654	11.541	44.916
Total			%100			%100

پینجه‌م: شیوهی (Screen Plot)

ئەو دەرئەنجامانەن کە توێژەر پێیگەیشتووە بۆ دیاریکردنی رەهەندەکان بەشیوهی هیلکاری. هەروەها بەهیزی و لاوازی رەهەندەکان پێشان دەدات. لەو توێژینەوهیه‌دا وەکو لە شیوهی ژماره (1) دا دەرەکه‌وێت دو رەهەند دەستیشانکراون و رەهەندی بەهای خودی بەهاکی زیاتر و بەهێزتره له رەهەندی لێهاتوی خودی.



شیوهی ژماره (1)

شیوهی دابه‌شبوونی رەهەندەکان

دوای ئەنجامدانی هەموو شیکردنەوه‌کان لە ئەنجامدا دەرکەوت کۆی برگەکان پەيوه‌ندییه‌کی بەهێزێان بە کۆی گشتی پێوانه‌که‌وه هه‌یه و هیچ گۆرانکاررێیه‌ک له پێوانه‌که‌دا رۆینه‌دا.

وه توێژەر چەند جوړیکی جیاوازی جیگیری بۆ پێوه‌ره‌که ئەنجامداوه وەکو:

یه‌که‌م: جیگیری ناوه‌کی Cronbachs' Alpha

بۆ دەرھێنانی جیگیری ناوه‌کی توێژەر هه‌ستا به دابه‌شکردنی پێوه‌ره‌که به‌سه‌ر (100) خۆئێندکاردا له به‌رواری (12/11/2024) رۆژی سێ شەممە که به‌شێک بون له نمونه‌ی سهراتایی توێژینه‌وه‌که وەکو له پاشکۆی ژماره (35) دا خراوته‌رو دواي وەرگرتنه‌وه‌ی فۆرمه‌کان توێژەر هه‌ستا به دەرھێنانی جیگیری ناوه‌کی بۆ پێوه‌ره‌که به‌رێگه‌ی ئامرازی ئاماری (ئەلفا کرۆنباخ) و جیگیری پێوه‌ره‌که (0.837). ئەو رێژه‌به‌ش بۆ جگیری به‌رز و پەسندە.

دوهم: جیگیری به‌رێگه‌ی که‌رتکردنی نیوه‌ی Split-Half

جیگیری پێوانه به‌رێگه‌ی که‌رتکردنی نیوه‌ی (split-half) دەستیشانکرا دواي جی به‌جی‌کردنی پێوانه‌که به‌سه‌ر نمونه‌یه‌کی سه‌ره‌تایی که ژماره‌یان (100) خۆئێندکاریو له‌رێگه‌ی به‌کارهێنانی هه‌گبه‌ی ئاماری (spss) توێژەر هاوکێشه‌ی پەيوه‌ندی (Pearson) ی به‌کارهێنا و پەيوه‌ندی نێوان هەردو نیوه‌که‌ی دۆزییه‌وه دەرکەوت به‌های پەيوه‌ندی نێوان

نیوهی یه کهم و دوهی پپوانه که بریتیبو له (0.66) ئه وهش به جیگیریه کی په سند هه ژمار ده کریت چونکه جیگیری نیوهی پپوانه که یه. له بهر ئه وهی برکه کان تاک بون بویه توئیر له ریگهی هاوکیشهی جیتمان (Guttman) به های په یوهندی (Pearson) ی راستکرده وه و به هاکی بو به (0.75) ئه م جیگیریهش بو پپوانه یه ک په سنده وه کو له خشته ی ژماره (14) دا خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (14)

جیگیری پپوانه ی ریزگرتن له خود به ریگهی که رتکردنی نیوهی

برکه کان	ژماره ی برکه	ژماره ی نمونه	ناوهندی ژمیره ی	لادانی پپوهی	به های پپسۆن پیش راستکرده وه	به های جیتمان دوای راستکرده وه
به شی یه کهم	12	100	42.91	12.43	0.66	0.75
به شی دوهم	11	100	35.10	8.08		

سپیه م: جیگیری به ریگهی دوباره تاقیکردنه وه Test-retest

بو ئه و مه به سته توئیر هه سته به دابه شکردنی پپوهه که به سهر (100) خوئندکاردا له بهرواری (12/11/2024) دوای وه رگرتنه وهی فۆرمه کان و تیپه ربونی (18) رۆژ و له بهرواری (1/12/2024) رۆژی یه ک شه ممه دوباره پپوهه که ی به سهر هه مان ئه و خوئندکارانه دابه شکرده وه دوای وه رگرتنه وهی فۆرمه کان له ریگهی هه گبه ی ئاماری (spss) و به سود وه رگرتن له هاوکیشهی په یوهندی (پپسۆن) په یوهندی نیوان هه ردو تاقیکردنه وه که ی دۆزیه وه که (0.986) بو ئه وهش ریژه یه کی به رزه له په یوهندی نیوان دو تاقیکردنه وه وه کو له خشته ی ژماره (15) دا خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (15)

جیگیری پپوانه ی ریزگرتن له خود به ریگهی دوباره تاقیکردنه وه

تاقیکردنه وه	ژ. نمونه	ناوهندی ژمیره ی	لادانی پپوهی	به های په یوهندی	ئاستی به لگه داری (sig)
جاری یه کهم	100	69.36	20.97	.986	0.001
جاری دوهم	100	69.87	20.03		

تایبه تمه ندیه کانی کۆتایی پپوهه که

دوای ئه نجامدانی هه مو ریکاره زانستییه کان بو پپوهه که به شیوهی کۆتایی پپوهه که پیکدیت له (23) برکه و برکه کانی پپوهه که دابهش بو به سهر دو ره هه نددا، ره هه ندی به های خود برکه کانی (1-10) و ره هه ندی لیهاتوبی خودی برکه کانی (11-23) ده گرتیه وه و پپوهه که پینج بژاردی هه یه (هه میشه به سه رمدا جی به جی ده بیت، زۆرجار به سه رمدا جی به جی ده بیت، که مجار به سه رمدا جی به جی ده بیت، به سه رمدا جی به جی نابیت، هه رگیز به سه رمدا جی به جی نابیت) به دانانی نمره ی (1، 2، 3، 4، 5) بو برکه ی ئه ریپی به شیوه یه کی زنجیره یی و بو برکه ی نه ریپی به پیچه وانه وه. برکه کانی (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23) ئه ریپین و برکه کانی (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23) ئه ریپین به وهش نمره خوئندکار به ده سته بیته ی بریتیه له (23) و به رزترین نمره ش (115) ه وه کو له خشته ژماره (16) دا روناخواه ته وه.

خشته ی ژماره (16)

راستکردنه‌وه‌ی پێوانه‌ی رێزگرتن له خود و پیدانی نمره

هه‌رگیز به‌سه‌رمدا جی به‌جی نابێت	به‌سه‌رمدا جی به‌جی نابێت	که‌مجار به‌سه‌رمدا جی به‌جی ده‌بێت	زۆرجار به‌سه‌رمدا جی به‌جی ده‌بێت	هه‌میشه به‌سه‌رمدا جی به‌جی ده‌بێت	بۆارد جۆری برگه
23=23*1	46=23*2	69=23*3	92=23*4	115=23*5	برگه‌ی ئه‌رێنی
115=23*5	92=23*4	69=23*3	46=23*2	23=23*1	برگه‌ی نه‌رێنی

جی به‌جیکردنی کۆتایی پێوه‌ره‌کان

توێژه‌ ده‌ستیکرد به‌ جی به‌جیکردنی کۆتایی پێوه‌ره‌کانی به‌سه‌ر نمونه‌ی توێژینه‌وه‌ که‌یدا له‌ به‌رواری (5/12/2024) رۆژی پینج شه‌ممه‌ که‌ پیکهاتبو له‌ (560) خوێندکار له‌ هه‌ردو پرده‌زی (نێر و م) له‌ هه‌ر حه‌وت فاکه‌لتیه‌ که‌ی زانکۆی راپهرین و جی به‌جیکردنه‌ که‌ له‌ به‌رواری (9/12/2024) کۆتایی پێهات.

ئامرازه‌ ئامارییه‌ به‌ کارهاتوه‌کان

بۆ چاره‌سه‌رکردنی ئاماری توێژه‌ر پشقی به‌ستوه به‌ هه‌گبه‌ی ئاماری بۆ زانسته‌ مرۆفایه‌تییه‌کان (SPSS.v27) و چه‌ند ته‌کنیکیکی ئاماری به‌ کارهێناوه‌ وه‌کو:

- 1- رێژه‌ی سه‌دی
- 2- هاوکۆله‌کی جینگیری ئه‌لفاکرۆنباخ
- 3- هاوکۆله‌کی په‌یوه‌ندی پیرسون
- 4- هاوکۆله‌کی په‌یوه‌ندی سپرمان
- 5- One sample T-test
- 6- Independent sample T-test
- 7- شیکردنه‌وه‌ی پیکهاته‌ی سه‌ره‌کی PCA
- 8- One way-ANOVA
- 9- Herarchical Regression
- 10- Sobel Test

به‌شی چواره‌م: خسته‌نپرویی ئه‌نجامه‌کان و شیکردنه‌وه‌یان

ئامانجی یه‌که‌م زانیینی ئاستی هه‌ریه‌که‌ له‌ به‌هیزی ئیگۆ، کامنگه‌رای بوان و ریزگرتن له‌خود له‌لای نمونه‌ی توێژینه‌وه‌که‌

1- زانیینی ئاستی به‌هیزی ئیگۆ

بۆ گه‌یشتن به‌ ئامانجه‌ توێژه‌ر ئامرازێ One Sample T-test ی به‌کارهێناوه‌ بۆ به‌راوردکردنی ناوه‌ندی ژمێره‌ی نمونه‌ی توێژینه‌وه‌که‌ به‌ ناوه‌ندی گریمانه‌ی له‌ ئه‌نجامدا ده‌رکه‌وت ناوه‌ندی ژمێره‌ی (88.10) گه‌وره‌تره‌ له‌ ناوه‌ندی گریمانه‌ی (87)، به‌ لادانی پێوه‌ری (8.69) هه‌روه‌ها ده‌رکه‌وت به‌های (t=3.010) له‌ ئاستی به‌لگه‌داری (0.003) له‌ ئه‌نجامدا ده‌رکه‌وت له‌ به‌ر ئه‌وه‌ی ناوه‌ندی ژمێره‌ی گه‌وره‌تره‌ له‌ ناوه‌ندی گریمانه‌ی نمونه‌ی توێژینه‌وه‌که‌ به‌شێوه‌یه‌کی گشتی ئاستی به‌هیزی ئیگۆیان به‌رزه‌ وه‌کو له‌ خسته‌ی ژماره‌ (17) دا خراوه‌ته‌رو

خسته‌ی ژماره‌ (17)

خسته‌نپرویی ئاستی به‌هیزی ئیگۆ له‌لای نمونه‌ی توێژینه‌وه‌که‌

بەهيژى ئىگۆ	ژ.برگه	ناوهندى ژميرهي	لادانى پيوهرى	ناوهندى گريمانه پي	نمري ئازاد	بههائى (t)	ئاستى بهئگه دارى
	1-58	88.10	8.69	87	559	3.010	0.003

به بۆچونى تويزهر ئهو ئه نجامه بۆ ئه وه ده گهر پته وه تاكه كان له كۆمه لگه ي كورد هواريدا تا رده يه كى زۆر پابه ندىن به دابونه ريه كۆمه لايه تى و ئاكاريه كان و له كاتى كيشه و گيروگرفته كانى تهن دروستى جه سته يشدا پالپشتيه كى به هيژى خيزانيان هه يه و مامه له ي باوان به رامبه ريان پالپشتيكاره كه زۆر ترين شيوازى دوباره به وه يه (262) خويندكار به و پتيه ي ئهو پتيوانه ي به كارها ته بۆ كۆكر دنه وه ي داتا زياتر ئه و ره هه ندانه ي له خو گرتوه بۆيه نمونه ي تويزينه وه كه خاوه ن ئىگۆيه كى به هيژن ههروه ا ئه و دۆخه ناسه قامگيره پر كيشه و گيروگرفته به برواى تويزهر هۆكارى ئه وه يه كه خويندكاران له هه ردو ره هه ندى هۆشكزۆلى و فۆبيا و دلهر و كى توشى لاوازي ئىگۆ بين چونكه چه ندين كيشه ي وه كو قه يرانى دارا پى و نه بو نى دامه زراندن و ده رفه تى كار خويندكارانى روبه روى بارودۆخى ناله بارى ده رو نى كروه ته وه ههروه ا به برواى تويزهر كيشه و گيروگرفته جۆراوجۆره كانى ئيستاي كۆمه لگه ي كوردى واى له خويندكاران كروه كه متر هه ز به تيكه لى و گونجاوى له گه ل كه سانى ده وروبهر بكه ن بۆيه له ره هه ندى گونجاوى كه سى و تواناى روبه روبونه وه خويندكاران زياتر شيوازيكى پاشه كشه و خوپاريزى به كارد هه ين.

2- زانينى ئاستى كاملگه رايى باوان

بۆ گه يشتن به و ئامانه تويزهر ئامرازى ئامارى One Sample T-test ي به كارهي ناوه بۆ به راو ركردنى ناوه ندى ژميرهي نمونه ي تويزينه وه كه به ناوه ندى گريمانه يى. تويزهر هه ريه كه له ناوه ندى ژميرهي و لادانى پيوهرى دوزيوه ته، ناوه ندى ژميرهي (110.76) و لادانى پيوهرى (17.55). ههروه ا بههائى (t=23.66) و له ئاستى بهئگه دارى ئامارى (0.001) له ئه نجامدا ده ركه وت له به ره ئه وه ي ناوه ندى ژميرهي (110.76) گه و ره تره له ناوه ندى گريمانه يى (93) كه وا تا نمونه ي تويزينه وه كه به شيويه كى گشتى كاملگه رايى باوانيان له ئاستيكى به رزدايه وه كو له خشته ي ژماره (18) دا خراوه ته رو.

خشته ي ژماره (18)

خستنه روى ئاستى كاملگه رايى باوان له لاي نمونه ي تويزينه وه كه

كاملگه رايى باوان	ژ.برگه	ناوهندى ژميرهي	لادانى پيوهرى	ناوهندى گريمانه پي	نمري ئازاد	بههائى (t)	ئاستى بهئگه دارى
	1-31	110.8	17.6	93	559	23.66	0.001

به بۆچونى تويزهر ئهو ئه نجامه بۆ ئه وه ده گهر پته وه كه خويندكاران به هۆى پالپشتيه كانى خيزان بۆيان ناچارن ستانداردى به رز و ناواقعى بۆخۆيان دابنن تاوه كو بتوانن به رده وام پالپشتى باوانيان به ده سته به ين و پالپشتيان له ده ست نه دن له لايه كيتروه خه راپى هه لومه رچى ئابورى هه ريم به برواى تويزهر هۆكارى كيتره بۆ ئه و ئه نجامه، چونكه خويندكاران به دانانى ستانداردى به رز و چاوه روانى زۆر له خۆيان له ده سته كه وتى خويندن ده يانه و يت له داها تودا به به ده سته ينانى نمري به رز و ده رچون له زانكو به ئاستيكى باش بينه جيكه ي سه رنجى ناوه نده كانى كار كردن و ده رفه تى كار به ده سته به ين له سه ر بنه ماي ئه وه ي له به شيكى برگه كانى پتيوانه كه دا ها ته سه باره ت به چاوه روانيه كانيان له خويندن و ئه نجامدانى ئه ركه كان به شى هه ره زۆرى نمونه ي تويزينه وه كه رازين سه باره ت به وه لامي برگه كان له لايه كيتروه تويزهر پتيوايه به شيك

له خویندکاران بهمه بهستی دورخستنه وهی ههستکردن به که می یان نرمی ئاست له چاو هاوړپیکانیان و وه کو خواستیکي کومه لایه تی وه لایمی برکه کانی پپوانه که یان داوه ته وه .

له روی تیورییه وه ئه وه ئه نجامه هاوتایه له گه ل بۆچونه کانی هه ریه که (ئه لفرید ئادلهر و کارین هوړپیتی) که له تیوره کانیاندا ئه وه یان خستوته پرو کاملگه رای و وه کو هه ولئیکه بۆ به ده سته پنیانی پشتگیری باوان و دورخستنه وه ی گرتی خۆبه که مزانی. له لایه کیترو هه خویندکاران له هه ریه که له ره هه نده کانی (چاوه پروانی و ره خنه ی باوان، ستاندارده که سییه کان و پیک خراوی) ئاستی کاملگه رایان زور به رزه و له ره هه نده ی (نیگه رانی له هه له و گومان له کرداره کان) کاملگه رایان نرمه به پروای توپهر ئه وه ئه نجامه ده گه رپته وه بۆ ئه وه ی که خویندکاران زیاتر به خه م ستاندارده کانی باوانه وه ن و خویان ستانداردی به رز و ناواقیعی بۆ ژیا نی خویان دانائین.

3- زانی نی ئاستی ریزگرتن له خود

بۆ گه یشتن به ئامانجه توپهر ئامزای ئاماری One Sample T-test ی به کاره پناوه بۆ به راورد کردنی ناوه نده ی ژمیره یی نمونه ی توپه ی نه وه که به ناوه نده ی گریمانه یی هه ریه که له ناوه نده ی ژمیره یی و لادانی پیوه ری دۆزیوه ته، ناوه نده ی ژمیره یی (66.80) و لادانی پیوه ری (22.79) و به های (t=-2.27) له ئه نجامدا ده رکه وت نمونه ی توپه ی نه وه که ریزگرتن له خودیان نرمه له به رته وه ی ناوه نده ی ژمیره یی (66.80) بچوکتره له ناوه نده ی گریمانه یی (69) وه کو له خسته ی ژماره (19) دا خراوه ته پرو.

خسته ی ژماره (19)

خستنه پروی ئاستی ریزگرتن له خود له لای نمونه ی توپه ی نه وه که

ریزگرتن له خود	ژ. برکه	ناوه نده ی ژمیره یی	لادانی پیوه ری	ناوه نده ی گریمانه یی	نمره ی ئازاد	به های (t)	ئاستی به لگه داری
	1-23	66.80	22.75	69	559	-2.27	0.023

به پروای توپهر ئه وه ئه نجامه بۆ ئه وه ده گه رپته وه که نمونه ی توپه ی نه وه که زیاتر وابه سته ن به ستاندارده کانی باوان و ئه وه نده ی له خه می به دیه پنیانی داواکاری ئه وانیترن ئه وه نده له خه م به ده مه وه چونی خودی خویان نین هه روه ها خویندکاران له ره هه نده ی به های خودی ریزگرتن له خودیان زیاتره له ره هه نده ی لیها توپی خودی ئه وه ئه نجامه ش به پروای توپهر ده گه رپته وه بۆ ئه وه ی به هو ی ئه و بارودوخه پر قه یران و گرفته خویندکاران که متر گرنگی ده دن به لیها توپیه کان و زیاتر خودی خویان بۆ گرنگتره چ له لایه نی گرنگیدان به شیوازی جل و به رگ و سه رنج خستنه سه ر شته رۆتینه کانی ژیان به راورد به و لیها توپیه نه ی که په یوه ستن به ژیا نی ئه کادی می و کومه لایه تی ئه وه ش ده کرت کاریه گه ری ئه وه ده رته نجامه جیهانییه روکه شگه راییه بیت له سه ر شیوازی مامه له ی خویندکاران که زیاتر گرنگی به شته رۆتینییه کان بدن تا کارامه یی و لیها توپیه کانی ژیان.

ئامانجی دوهم: زانی نی ئاستی هه ریه که له به هیزی ئیگو، کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود به یی گوراوه کانی (ره گه ز و شیوازه کانی مامه له ی باوان) له لای نمونه ی توپه ی نه وه که

1- زانی نی ئاستی به هیزی ئیگو، به یی گوراوه کانی (ره گه ز و شیوازه کانی مامه له ی باوان) آ: به یی گوراوی ره گه ز

بۆ ده ره پنیانی ئه وه ئه نجامه توپهر Independent Sample T-test ی به کاره پناوه له ئه نجامدا ده رکه وت ناوه نده ی ژمیره یی به هیزی ئیگو له لای ره گه زی نیر (92) به لادانی پیوه ری (9.4) و ناوه نده ی ژمیره یی به هیزی ئیگو له لای ره گه زی می (87.6) به لادانی پیوه ری (8) به های (T=5.23) له ئاستی به لگه دای ئاماری (0.001) به نمره ی ئازادی (558) ئه وه ش

ئەو دەردەخات کە جیاوازی بەلگەداری ئاماری هەیه لە بەهیزی ئیگو بەپێی گۆراوی رەگەز و رەگەزی نێر بەهیزی ئیگویان زیاتر بەراورد بە رەگەزی مێ وەکو لە خستە ی ژمارە (20) دا خراوەتەرۆ.

خستە ی ژمارە (20)

دەرخستنی جیاوازی لە ئاستی بەهیزی ئیگو بەپێی رەگەز

ئەنجام	ئاستی بەلگەداری (Sig)	بەهای (t)	نمرە ئازاد	لادانی پتوهری	ناوەندی ژمێرە	ژمارە نمونه	رەگەز	ئاستی بەهیزی ئیگو
بەلگەداری ئاماری	.001	5.23	558	9.4	92	167	نێر	
ئاماری				8	87.6	393	مێ	

بەپراوی توێژەر ئەو ئەنجامە بۆ ئەو دەگەرێتەو کە رەگەزی نێر دەرفەتی باشتری هەیه بۆ گوزارشتکردنی ئاشکرا و سەرەخۆ لەچاو رەگەزی مێ و دەتوانیت راشکاوئەتر گوزارشت لە باری دەرونی خۆی بکات ئەو سەرەپای ئەو رەگەزی نێر توانا جەستەییەکانی زیاتر بۆ ئەنجامدانی کارگەلیک بەو پێیە ئەو پێوانە بەکارهاتبو زیاتر لە رەهەندیکی پەپوهندی بە توانای جەستەییەو هەبو بۆ ئەنجامدانی کۆمەلیک ئەرک.

ب : بەپێی گۆراوی شیوازی مامەلە ی باوان

بۆ دەرهینانی ئەو ئەنجامە توێژەر ئامرازی ئاماری One-Way ANOVA بەکارهیناوە لە ئەنجامدا دەرکەوت ناوەندی ژمێرە ی شیوازی خۆسەپێ (89.3) بە لادانی پتوهری (7.9) ناوەندی ژمێرە ی شیوازی پشتگوێخراو (88.6) بە لادانی پتوهری (9.7)، ناوەندی ژمێرە ی شیوازی پالپشتیکار (88.7) بە لادانی پتوهری (8.4)، ناوەندی ژمێرە ی شیوازی سەرەست (89.6) بە لادانی پتوهری (9.1) وەکو لە خستە ی ژمارە (21) دا خراوەتەرۆ.

هەرۆهە دەرکەوت بەهای (F=.382) و نمرە ئازاد (Df=3:556) و بەهای (P=.766)، لەبەرئەو بەهای (P=.382) گەرۆترە لە (0.05) کەواتا هیچ جیاوازی بەلگەداری ئاماری نییه لە ئاستی بەهیزی ئیگو بەپێی شیوازهکانی مامەلە ی باوان وەکو لە خستە ی ژمارە (22) رۆنکراوەتەو.

خستە ی ژمارە (21)

ناوەندی ژمێرە ی و لادانی پتوهری بۆ نمرە ی بەهیزی ئیگو بەپێی شیوازهکانی مامەلە ی باوان

شیوازهکانی مامەلە ی باوان	ژمارە	ناوەندی ژمێرە ی	لادانی پتوهری
خۆسەپێ	96	89.3	7.9
پشتگوێخراو	108	88.6	9.7
پالپشتیکار	262	88.7	8.4
سەرەست	94	89.6	9.1

خستە ی ژمارە (22)

جیاوازی بۆ نمرە ی بەهیزی ئیگو بەپێی شیوازهکانی مامەلە ی باوان

شیوازهکانی مامەلە ی باوان	کۆی دوچاکان	نمرە ئازاد	دوچای ناوەندی ژمێرە ی	بەهای (F)	ئاستی بەلگەداری (sig)	ئاستی بەلگەداری ئاماری لەسەر ئاستی (0.05)
لەنێوان گروپەکان	87.36	3	29.12	.382	.766	بەلگەداری ئاماری نییه
لە ناو گروپەکان	41943.59	556	76.26			
کۆی گشتی	42030.95	559				

به بر وای توئزهر نه بونی جیاوازی به لگه داری ئاماری لهو ئه نجامه دا بۆ ئه وه ده گه پته وه که نمونه ی توئزینه وه که یه کسان نییه و ژماره ی نمونه ی شیوازه کانی مامه له ی باوان جیاوازن هه ردو شیوازی ئه ری ئی سه ره به ست و پالپشتیکار (356) خوئندکارن له کۆی (560) خوئندکار ئه وه ش ده کاته ئه وه ی که ریژه ی (63.57%) نمونه ی توئزینه وه که له هه ردو شیوازی ئه ری ئی پهروه ده ی باوان و (204) خوئندکار له هه ردو شیوازی نه ری ئی مامه له ی باوان که ده کاته (36.43%) ی نمونه ی توئزینه وه که.

2- زانیی ئاستی کاملگه رای باوان به یی گۆراوه کانی (ره گه ز و شیوازه کانی مامه له ی باوان) آ: به یی ره گه ز

بۆ ده ره ی ئانی ئه و ئه نجامه توئزهر ئامازی Independent Sample T-test ی به کاره ی ناوه له ئه نجامدا ده رکه وت ناوه ندی ژمیره ی کاملگه رای باوان له لای ره گه زی نیر (112) به لادانی پتوهری (17.7) و ناوه ندی ژمیره ی کاملگه رای باوان له لای ره گه زی م (110.3) به لادانی پتوهری (17.5). به های (T=1.02) له ئاستی به لگه دای ئاماری (306). به نمره ی ئازادی (558) ئه وه ش ئه وه ده ره دخت که هیچ جیاوازی به لگه داری ئاماری نییه له کاملگه رای باوان به یی گۆراوی ره گه ز وه کو له خشته ی ژماره (23) دا خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (23)

ده رخستنی جیاوازی ئاستی له کاملگه رای باوان به یی ره گه ز

کاملگه رای باوان	ره گه ز	ژماره ی نمونه	ناوه ند	لادانی پتوهری	نمره ی ئازاد	به های (t)	ئاستی به لگه داری (Sig)	ئه نجام
	نیر	167	112	17.7	558	1.02	.306	به لگه داری
	م	393	110.3	17.5				ئاماری نییه

به بر وای توئزهر ئه و ئه نجامه ده گه پته وه بۆ ئه وه ی هه ردو ره گه ز له خیزانه کانیان و له خودی خو شیاندا ستاندارده کانیان به سه ردا جی به جی ده بی ت و هه ول ده دن بۆ ده سته کو تی زۆر و به رز به تایبه ت ئه وه ی په یوه سته به ستاندارده به رزه کان له ده سته کو تی خوئند بۆ هه ردو ره گه ز گرنگه و هه ول بۆ ده دن ده کریت ئه وه ش به ئامانجی په لیه کی به رز و ده سخستنی ده رفه تی کاربی ت له داهاتودا، له لایه کیترو هه له روی تیورییه وه ئه و ئه نجامه هاوتایه له گه ل بۆچونه کانی هه رییه که له (فرۆید، ئادله ر و هۆرنی). فرۆید ئه وه ی خستۆته رو که هه رییه که له کو ر و کچ به یی قو ناغ خو ی له گه ل دایک یان باوک ناوه کی ده کات به ئامانجی داگیرکردنی پیگه که ی ئه وه ش له ریگه ی ملکه چی بۆ فره مانه کان یان لاسایکردنه وه ی کرداره کانی باوان ده بی ت. هه روه ها ئادله ر پی وایه هه سته کردن به که می بونیادیکی حه تمی که سی تییه و هه مو تاکیک له یه کیک له قو ناغه کانداییدا تیده په ری ت بۆ دورکه و تنه وه له و هه سته کردن به که مییه تاک هه ولی بالاده ستی و سه رکه وتن ده دات ئه وه ش له ریگه ی په یرو ویکردن له ستاندارده زۆربه رزه کان. کارین هۆرنی ده لی ت: کاملگه رای ده رته نجامی دلاره کوکی بنه رته ی و نه بونی ئاسایشه منداله کان له خیزاندا په یرو و لییده که ن به ئامانجی ئه وه ی ترسی له ده سته دن و دورکه و تنه وه یان هه ره شه ی باوانیان له سه ر نه بی ت.

ب: به یی شیوازی مامه له ی باوان

بۆ ده ره ی ئانی ئه و ئه نجامه توئزهر ئامازی One-Way ANOVA له ئه نجامدا ده رکه وت ناوه ندی ژمیره ی شیوازی خو سه پی ت (111.12) به لادانی پتوهری (16.36) ناوه ندی ژمیره ی شیوازی پشتگو یخرا و (113.07) به لادانی پتوهری (20.84)، ناوه ندی ژمیره ی شیوازی پالپشتیکار (108.73) به لادانی پتوهری (13.95)، ناوه ندی ژمیره ی شیوازی

سهر به سته (109.96) به لادانی پتوهری (19.43) وه کو له خشتهی ژماره (24) دا خراوه ته پرو ههروه ها ده رکهوت به های (F1.09) و نمره ی ئازاد (Df=3:556) و به های (p= .353) له به ره ئوه ی به های (P=.353) گه و ره تره له (0.05) که و اتا هیچ جیاواری به لگه داری ئاماری نییه له کاملگه رایی باوان به پیی شیواری مامه له ی باوان له سهر ئاستی (0.05) وه کو له خشتهی ژماره (25) رونه کراوه ته وه.

خشتهی ژماره (24)

ناوهندی ژمیره یی و لادانی پتوهری بۆ نمره ی کاملگه رایی باوان به پیی شیواری مامه له ی باوان

ریز به ندی له دایکبون	ژماره	ناوهندی ژمیره یی	لادانی پتوهری
خۆسه پین	96	111.12	19.43
پشتگو ئیخراو	108	113.07	20.84
پالپشتیکار	262	108.73	13.95
سهر به سته	94	109.05	16.36

خشتهی ژماره (25)

جیاواری بۆ نمره ی کاملگه رایی باوان به پیی شیواری مامه له ی باوان

مامه له ی باوان	کۆی دوجاگان	نمره ی ئازاد	دوجای ناهه ندی ژمیره یی	به های (F)	ئاستی به لگه داری (sig)	ئاستی به لگه داری ئاماری له سهر ئاستی (0.05)
له نپوان گرو به کان	1017.53	3	339.24	1.09	.353	به لگه داری ئاماری نییه
له ناو گرو به کان	170458.61	556	311.05			
کۆی گشتی	171476.34	559				

به بر وای تو ئیژه ره نه بونی جیاواری به لگه داری ئاماری له و نه نجامه دا بۆ ئه وه ده گه پتیه وه که نمونه ی تو ئیژینه وه که یه کسان نییه و ژماره ی نمونه ی شیوازه کانی مامه له ی باوان جیاوازن هه ردو شیواری ئه ری ئی سهر به سته و پالپشتیکار (356) خو ئیندکارن له کۆی (560) خو ئیندکار ئه وه ش ده کاته ئه وه ی که رێژه ی (63.57%) نمونه ی تو ئیژینه وه که له هه ردو شیواری ئه ری ئی په ره و ده ی باوانن و (204) خو ئیندکار له هه ردو شیواری نه ری ئی مامه له ی باوانن که ده کاته (36.43%) ی نمونه ی تو ئیژینه وه که.

3- زانیی ئاستی ریزگرتن له خود به پیی گۆراوه کانی (ره گه ز و شیواری مامه له ی باوان) آ: به پیی ره گه ز

بۆ ده ره ئینانی ئه و نه نجامه تو ئیژه ره ئامزاری Independent Sample T-test ی به کاره ییناوه له نه نجامدا ده رکهوت ناهه ندی ژمیره یی ریزگرتن له خود له لای ره گه زی نیر (67.4) به لادانی پتوهری (20.8) و ناهه ندی ژمیره یی ریزگرتن له خود له لای ره گه زی م (78.9) به لادانی پتوهری (18.5). به های (T=5.98) له ئاستی به لگه دای ئاماری (0.01) به نمره ی ئازادی (558) ئه وه ش ئه وه ده رده خات که جیاواری به لگه داری ئاماری هه یه له ئاستی ریزگرتن له خود به پیی گۆراوی ره گه ز و ره گه زی م ریزگرتن له خودیان به رزتره وه کو له خشتهی ژماره (26) دا خراوه ته پرو.

خشتهی ژماره (26)

ده رخستنی جیاواری له ئاستی ریزگرتن له خود به پیی گۆراوی ره گه ز

ره گه ز	ژماره ی نمونه	ناوهندی ژمیره یی	لادانی پتوهری	نمره ی ئازاد	به های (t)	ئاستی به لگه داری (Sig)	ئه نجام
نیر	167	67.4	20.8	558	5.98	.001	ریزگرتن له خود

به لگه داری ئاماریه				18.5	78.9	393	م	
------------------------	--	--	--	------	------	-----	---	--

هه چهنده زۆرینه وهی توژینه وه کان ئاماره به بهرزی ریزگرتن له خود له لای ره گهزی نیر ده کهن له چاو ره گهزی م (Twenge, J. M., & Campbell, W. K. 2001. 400) هه چهنده جیاوازییه که کهمه به لام به گشتی له گشت کلتوره کاند و له کلتوری خوراوایدا به تایبته رهنگ ده داته وه، به لام ئه وهی زانراوه له روی تیورییه وه کاریگهری ریزگرتن له خود به ئه ریتی یان نه ریتی، به رزی یان نزم له ژیر کاریگهری جوراوجوردایه، به رزی ریزگرتن له خود له لای ره گهزی نیر زیاتر له ژیر کاریگهری وینه ی جهسته یی و ده سته که وته کاندایه به لام له لای ره گهزی م له ژیر کاریگهری په یوه ندیه نیوان که سییه کاندایه (Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., & Buswell, B. N. 1999. 475) به بروای توژهر ئه وه ئه نجامه بو ئه وه ده گه رته وه که ره گهزی م گرنگیه کی زور ده دن به په یوه ندیه نیوان که سییه کان. له روانگی تیورییه وه ئه وه ئه نجامه ده کریت له روانگی تیوره کانی گورانی کومه لایه تییه وه لیکد رته وه که ئه وه باب به ته به پشتگو یخستنی ئه وهی باب ته کی ئه رینییه یان نه ریتی بو کومه لگه ی ئیمه له و سالانه ی دوایدا باب ته یه کسان ی ره گهزی و هاتنه پیشه وهی خانمان ده کریت هۆکاری گورانیکی چه ندی که م بیت له تیروانیی خانمان سه باره ت به خویان به هه مو ره ههنده جوراوجوره کانییه وه که یه کیکیان ریزگرتنه له خود.

ب: به یی شیوازی مامه له ی باوان

بو ده ره یانی ئه وه ئه نجامه توژهر ئامرازی ئاماری One-Way ANOVA به کاره یناوه له ئه نجامدا ده رکه وت ناوه ندی ژمیره یی شیوازی خو سه پین (69.85) به لادانی پیوه ری (23.94) ناوه ندی ژمیره یی شیوازی پشتگو یخراو (66.51) به لادانی پیوه ری (19.23)، ناوه ندی ژمیره یی شیوازی پالپشتیکار (81.44) به لادانی پیوه ری (15.31)، ناوه ندی ژمیره یی شیوازی سه ره به ست (71.89) به لادانی پیوه ری (17.19) واته ئه وه خو یندکارانه ی شیوازی مامه له ی باوانیان خو سه پین و پشتگو یخراوه ئاستی ریزگرتن له خودیان نزمتره به راورد به و خو یندکارانه ی شیوازی مامه له ی باوانیان پالپشتیکار و سه ره به ست وه کو له خشته ی ژماره (27) دا خراوه ته رو ههروه ها ده رکه وت به های (F= 19.81) و نمره ی ئازاد (Df=3:556) و به های (p= .001) له به ره ئه وهی به های (P=.001) بچو کتره له (0.05) که واته جیاوازی به لگه داری ئاماری هه یه له سه ر ئاستی (0.001) له نمره کانی ریزگرتن له خود به یی شیوازی مامه له ی باوان وه کو له خشته ی ژماره (28) دا خراوه ته رو جیاوازییه که له نیوان ئه وه خو یندکارانه دایه که شیوازی مامه له ی باوانیان خو سه پین و پشتگو یخراوه و ئه وان ریزگرتن له خودیان نزمتره له چاو ئه وه خو یندکارانه ی شیوازی مامه له ی باوانیان پالپشتیکار یان سه ره به ست وه کو له خشته ی ژماره (29) دا خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (27)

ناوه ندی ژمیره یی و لادانی پیوه ری بو ریزگرتن له خود به یی شیوازی مامه له ی باوان

لادانی پیوه ری	ناوه ندی ژمیره یی	ژماره	شیوازی مامه له ی باوان	ریزگرتن له خود
23.94	69.85	96	خو سه پین	
19.23	66.51	108	پشتگو یخراو	
15.31	81.44	262	پالپشتیکار	
17.1`9	71.89	94	سه ره به ست	

خشته ی ژماره (28)

جیاوازی بو نمره ی ریزگرتن له خود به یی شیوازی مامه له ی باوان

ماده‌له‌ی باوان	کۆی دوجاکان	نمره‌ی ئازاد	دوجای ناوه‌ندی ژمی‌ره‌پی	به‌های (F)	ئاستی به‌لگه‌داری (sig)	ئاستی به‌لگه‌داری ئاماری له‌سه‌ر ئاستی (0.05)
له‌نیوان گروپه‌کان	21995.31	3	7331.77	19.81	.001	به‌لگه‌داری ئامارییه
له‌ناو گروپه‌کان	203547.27	556	370.08			
کۆی گشتی	225542.59	559				

خشته‌ی ژماره (29)

خسته‌پوری ئاستی جیاوازی له‌ریزگرتن له‌خود به‌پیی گۆراوی شیوازی ماده‌له‌ی باوان له‌نیوان گروپه‌کاندا به‌پیی یاسای (LSD)

شیوازی (I)	شیوازی (J)	ژماره	جیاوازی نیوان دو ناوه‌ند	هه‌له‌ی پتیوانه‌پی	ئاستی به‌لگه‌داری Sig
خۆسه‌پین	پشتگوئیخراو	108	3.33715	2.69110	215. به‌لگه‌دار نییه
	پالپشتیکار	262	-11.59048	2.28883	0.000. به‌لگه‌داره له‌سه‌ر ئاستی (0.001)
	سه‌ربه‌ست	94	-2.04321	2.82375	470. به‌لگه‌دار نییه
پشتگوئیخراو	خۆسه‌پین	96	-3.33717	2.69110	215. به‌لگه‌دار نییه
	پالپشتیکار	262	-14.92764	2.20230	0.000. به‌لگه‌داره له‌سه‌ر ئاستی (0.001)
	سه‌ربه‌ست	94	-5.38036	2.75409	0.051
پالپشتیکار	خۆسه‌پین	96	11.59048	2.28883	0.000. به‌لگه‌داره له‌سه‌ر ئاستی (0.001)
	پشتگوئیخراو	108	14.92764	2.20230	0.000. به‌لگه‌داره له‌سه‌ر ئاستی (0.001)
	سه‌ربه‌ست	94	9.54728	2.36256	0.000. به‌لگه‌داره له‌سه‌ر ئاستی (0.001)
سه‌ربه‌ست	خۆسه‌پین	96	2.04321	2.83375	470. به‌لگه‌دار نییه
	پشتگوئیخراو	108	5.38036	2.75409	0.051. به‌لگه‌دار نییه
	پالپشتیکار	262	-9.54728	2.36256	0.000. به‌لگه‌داره له‌سه‌ر ئاستی (0.001)

به‌بروای توێژه‌ر ئه‌و ئه‌نجامه‌ بۆ ئه‌وه ده‌گه‌ڕێته‌وه ئه‌و خۆئێدکارانه‌ی شیوازی ماده‌له‌ی باوانیان پالپشتیکار یان سه‌ربه‌سته هه‌ست به‌ره‌زانه‌ندی ته‌واوی خێزانه‌کانیان ده‌که‌ن بۆیه سه‌رنجیان له‌سه‌ر خۆئێدنه‌که‌یانه و ریژگرتن له‌خودیان به‌رزه

ستانلی کوپهرسمیث ئه وهی دوپاتکردوته وه له تیوره کهیدا یه کیک له سه ره کترین بنه ماکانی گه شه کردنی ریزگرتن له خود له لای مندا ل په سند و پالپشتی باوانه بوی واتا ئه و مندا لانه ی په سند و پالپشتی باوانیان هه یه هه میشه ریزگرتنیک به رزی ئه رینی له خود پیشان ده دن و ئه وانه شی په سند و پالپشتی باوانیان نییه یان نزمه ریزگرتنیک نزمی نه رینی له خودی خو یان پیشان ده دن.

ئامانجی سییه م: زانیی په یوه ندی له نیوان کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود

بۆ ده رهینانی ئه و ئامانجه توئهر دوا ی کۆکردنه وهی داتا و به کارهینانی هه گبه ی ئاماری (SPSS) ئامرازی ئاماری Pearson Correlation ی به کارهینا له ئه نجامدا ده رکهوت به های پیرسون بریتیبو له (-.405) له سه ر ئاستی به لگه داری ئاماری (.001) ئه و ئه نجامانه ئه وه مان بۆ رونده کاته وه که په یوه ندیه کی نه رینی به لگه داری ئاماری پچه وانه هه یه له نیوان کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود واتا تا کاملگه رای باوان زیاد بکات ریزگرتن له خود که م ده کات به پچه وانه وهش وه کو له خسته ی ژماره (30) دا خراوه ته رو.

خسته ی ژماره (30)

خسته ی په یوه ندی له نیوان کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود

ژ	گوروا	ژماره ی نمونه	به های په یوه ندی پیرسون	ئاستی به لگه داری ئاماری 0.05
1	کاملگه رای باوان	560	-.404	.001
2	ریزگرتن له خود			

به بریوای توئهر ئه و ئه نجامه بۆ ئه وه ده گه رته وه کاملگه رای باوان که سه پاندنی ستانداردی به رز و ناواقعییه به سه ر تاکدا وا ده کات تاک له خودی خو ی دوربکه ویتته وه و زیاتر له هه ولی به ده ستهینانی ستاندارده خیزانییه کان بیت و گرنگیه کی ئه و تو نادات به خو ی و خو ی له نیو ستاندارده خیزانییه کاند ده توئیتته وه ئه وهش یه کده گرتته وه له گه ل بۆچونه کانی هه ریه که له تیوره کانی رهفتاری مه عریفی که باوه ری وایه چاوه روانی زور و ناواقعی ده بیتته هوی دروستکردنی شیوای مه عریفی و کار له که مکردنه وهی ریزگرتن له خود ده که ن و تیوری مافی چاره ی خو نوسین (Deci & Ryan) به پیی تیوره که هه سته تاکه کان بۆ به های خو یان له ژیر کاریگه ری توانای دابینکردنی پیداو یستیه ده رونییه سه ره تاییه کاندایه بۆ سه ره بخو ی، لیها توپی کاتیک دایک و باوک ستانداردی له پاده به ده ر به رز بۆ کۆنترۆلکردنی رهفتاری مندا له که یان دابین کار له سه ره بخو ی و به های خودی خو یان ده کات و ده ییتته خواره وه چونکه تاک وا هه ست ده کات له ژیر چاودیری و بریاری ئه وانیترا دایه و ناتوانیت سه ره بخو بیت هه روه ها ئه و ئه نجامه هاوتایه له گه ل تیوری ده رونشیکاری فرۆید که پییوایه خسته ناوه وه و هاوشونا سیکردنی باوان له لایه ن مندا له وه ده بیتته هوی دروستکردنی هه سته کاردن به گوناخ له لای تاک له قوناغه کانیتری ژیانیدا.

ئامانجی چواره م: زانیی رۆلی نیوه ندگیری به هیزی ئیگو له په یوه ندی نیوان کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود

بۆ ده رهینانی ئه و ئامانجه توئهر دوا ی کۆکردنه وهی داتا کان له هه گبه ی ئاماری (SPSS) ئامرازی ئاماری (Hierarchical Regression) ی به کارهینا وه و رۆلی نیوه ندگیری به هیزی ئیگو له په یوه ندی نیوان کاملگه رای باوان و ریزگرتن له خود ده رهیندرا به پشت به ستن به (SOBEL TEST)، (SOBEL TEST) ئامرازیکی پیشکه وته وه له شیکردنه وهی رۆلی گوروا ی نیوه ندگیر به لām له گه ل نمونه ی گه وه کارده کات و بۆ نمونه ی بچوک به سود نییه له و توئیتته وه یه دا نمونه ی توئیتته وه که (560) که سه بۆیه له گه ل (SOBEL TEST) گونجاوه و دابه شبونی ئاسایی کار له ئه نجامه کانی ناکات (Preacher, K. J., & Hayes, A. F. 2008. 17)

له ئەنجامدا دەرکەوت رێژەی لاریبونه‌وه‌ی ناستانداردی گۆراوه سەر‌به‌خۆکه له‌سەر گۆراوه نێوه‌ندگیره‌که بریتیه له $(a=.194)$ و هه‌له‌ی ستانداردی بریتیه له $(SEa=.055)$ و کاریگه‌ری رێژهی لاریبونه‌وه‌ی ناستانداردی گۆراوه نێوه‌ندگیره‌که له‌سەر گۆراوه پشت‌به‌ستوکه بریتیه له $(b=.439)$ و هه‌له‌ی ستانداردیه‌که‌ی بریتیه له $(SEb=.033)$ هه‌روه‌ها دەرکەوت به‌های $(Z \text{ value}= 3.46)$ و به‌های $(P \text{ value}=0.00054)$ ئه‌وه‌ش ئاماژه‌یه بۆ بونی رۆلێکی نێوه‌ندگیری گرنگی به‌لگه‌داری ئاماری به‌هیزی ئیگۆ له‌په‌یوه‌ندی نێوان کاملگه‌رای باوان و رێزگرتن له‌خود له‌سەر ئاستی (0.001) له‌به‌رئه‌وه‌ی به‌های $(Z \text{ value}= 3.46, P < 0.001)$ وه‌کو له‌خشته‌ی ژماره (31)دا خراوته‌رو.

خشته‌ی ژماره (31)

خسته‌ن‌روی ئاستی نێوه‌ندگیری به‌هیزی ئیگۆ له‌په‌یوه‌ندی نێوان کاملگه‌رای باوان و رێزگرتن له‌خود

Input		SOBEL test(z value)	Std.Error	P value	Result
A	.194	3.46	0.0249	0.00054	0.00054<0.001
B	.439	3.46	0.0250	0.00054	
Sea	.055	3.46	0.0249	0.00054	
SEb	.033				

به‌بروای توێژهر ئه‌و ئەنجامه بۆ ئه‌وه ده‌گه‌رێته‌وه که به‌هیزی ئیگۆ یارمه‌تیده‌ریکی باشه بۆ تیگه‌یشتن له‌و میکانیزمه‌کانه‌ی که یارمه‌تیده‌رن بۆ پاراستنی سه‌قامگیری ده‌رونی و رۆبه‌روبوونه‌وه‌ی فشاره‌ جو‌راوجۆره‌کان له‌نێوانیاندا کاملگه‌رای باوان سهر‌باری ئه‌وه‌ی به‌هیزی ئیگۆ یارمه‌تیده‌ری تاکه‌کانه بۆ رۆبه‌روبوونه‌وه‌ی داواکارییه‌ جو‌راوجۆره‌کانی ژیا‌نیان و رێک‌خستنیان به‌بێ ئه‌وه‌ی واقع توشی شیوان ببێت و تاکه‌کان رۆبه‌رووی گرفتێ ده‌رونی جو‌راوجۆر ببنه‌وه و یارمه‌تی تاکه‌کان ده‌دات بۆ خۆشگوزه‌رانی ده‌رونی هه‌مو ئه‌و تیۆرانه‌ی پێشتر باس‌کراون له‌و توێژینه‌وه‌یه‌دا ئه‌وه‌یان سه‌لماندوه به‌هیزی ئیگۆ له‌لای تاک ده‌توانێت یارمه‌تیده‌ری پێت له‌چاره‌سه‌رکردنی کێشه و گه‌روگره‌فته‌کان و هاوسه‌نگی ده‌رونی بۆ تاک بگه‌رێته‌وه.

پیشنار

له‌ژێر رۆشنایی ئەنجامه‌کانی توێژینه‌وه‌که توێژهر پێشنیاری ئه‌و ناوێشانانه‌ی خواره‌وه ده‌کات که توێژینه‌وه‌یان له‌باره‌وه ئەنجام‌بدرێت:

- 1- هه‌مان توێژینه‌وه له‌شاره‌کانیتر هه‌رێمی کوردستان ئەنجام بدرێت و نمونه‌ی توێژینه‌وه‌که فراوانتر بکری‌ت.
- 2- به‌هیزی ئیگۆ وه‌کو نێوه‌ندگیر له‌په‌یوه‌ندی نێوان کاملگه‌رای باوان و کێشه‌یه‌فارییه‌کان له‌لای خۆتێندکارانی زانکۆ.
- 3- به‌هیزی ئیگۆ وه‌کو نێوه‌ندگیر له‌په‌یوه‌ندی نێوان خۆراگری ده‌رونی و میکانیزمه‌کانی رۆبه‌روبوونه‌وه له‌لای خۆتێندکارانی زانکۆ.
- 4- به‌هیزی ئیگۆ وه‌کو نێوه‌ندگیر له‌په‌یوه‌ندی نێوان په‌یوه‌ندییه‌که‌سییه‌کان و درک‌کردنی خود له‌لای خۆتێندکارانی زانکۆ.

راسپاردنه

له‌ژێر رۆشنایی ئەنجامه‌کان توێژهر ئه‌و راسپاردانه ده‌خاته‌رو.

- 1- وه‌زاره‌تی په‌روه‌رده‌ی حکومه‌تی هه‌رێمی کوردستان به‌تایبه‌ت ستافی وانه‌گوتنه‌وه ستانداردی واقعی و گونجاو بۆ خۆتێندکاران له‌به‌رچاو بگرن
- 2- وه‌زاره‌تی په‌روه‌رده‌ی حکومه‌تی هه‌رێمی کوردستان له‌پێگه‌ی چالا‌ک‌کردن و گرنگیدان به‌یه‌که‌ی رێنمایکارانی په‌روه‌رده‌ی و ده‌رونی به‌مه‌به‌ستی ناساندنی ئه‌و چه‌مکانه به‌خۆتێندکاران و باوانیش له‌پێگه‌ی سیمینار و وێرک شوپی جو‌راوجۆره‌وه.

- 3- وهزارهوتی خویندنی بالآ و توێژینهوهی زانستی بهمه بهستی هه رچی زوه کارکردنی سهنته رهکانی رێنمایی دهرونی و کۆمه لایهتی تاوه کو له رێگه یه وه پالێشتی دهرونی و کۆمه لایهتی بگات بهو خویندکارانهی بهرکه وتهی کاملگه رای باوان.
- 4- به شهکانی دهرونزانی و کۆمه لاسی له سه رجه م زانکۆکانی کوردستان به ئامانجی ناساندنی وردی چه مکی کاملگه رای و زیانهکانی بۆ خویندکاران.

سه رچاوه کان

- بۆکانی، سابیر (2022). میتۆدی توێژینه وهی زانستی. چاپی دوهم. سلێمانی. چاپخانه ی چوارچرا، سلێمانی
- حوسین، محمد ته ها (2024). هه لچونه کان: بنیاته دهرونی و کۆمه لایه تییه کان. چاپی یه که م، ناوه ندی فێربون، هه ولێر.
- فرۆید، سیگمۆند (2020)، هێله گشتیه کان دهرونشیکاری. وه رگێرانی وه لید عمر، چاپی یه که م، ناوه ندی رۆشنیری ره هه ند، سلێمانی
- فرۆید، سیگمۆند (2021). **ئیکۆ و ئید**. وه رگێرانی شێروان ئیبراهیم، ناوه ندی رۆشنیری ره هه ند، چاپی یه که م، سلێمانی
- مسته فا، یوسف حمه صالح (2019). **که سایه تی و سروه تی مرۆف**. ناوه ندی رۆشنیری و هونه ری ئه ندیشه، چاپی دوهم، سلێمانی
- زنجیره ی کتیی نێگه تیف (2020). **دهرونشیکاری تایبه ت به زیگمۆند فرۆید**. ناوه ندی رۆشنیری ره هه ند. چاپی یه که م. کتیی پێنجه م. سلێمانی.
- ئاسۆن، پۆل لۆران (2021) **فه رهنگی شرو فیه ی فرۆید**. وه رگێرانی وه لید عمر، ناوه ندی رۆشنیری ره هه ند، چاپی یه که م، سلێمانی
- حوسین، محمد ته ها (2023). **دهرونشیکاری**: پشکنیی میتۆد یانه بۆ قو لاییه کان دهرون. ناوه ندی فێربون، چاپی یه که م، هه ولێر
- الحبیدي، حسن حمید (2020). **الزعة الکمالیه وعلاقتها ببعض سمات الشخصیه لدي أعضاء الهیة التدريسیة**. رساله ماجستیر غیر منشوره، کلیه الاداب، جامعه القادسیه، عیراق
- عثمان، زینب سید عبدالحمید (2014). **قلق الاجتماعی وعلاقته بقوة الآنا وتقدير الذات والسلوک التوکیدی والسمات السویه وللاسویه** لدي عینه المراهقین المعاقین بصریا. رساله ماجستیر منشوره، مجله جامعه سوهاج، مجلد (37)، عدد (1) ص. 135-200
- [Doi:10.21608/Vol\(37\).No\(1\).paper135-200](https://doi.org/10.21608/Vol(37).No(1).paper135-200)

- Adler, A. (1927). Individual Psychology. The Journal of Abnormal and Social Psychology, and Individual Differences, Doi:10.1016/Vol(10).No(36).paper 2182-2192
- Barron, F. (1963a). Creativity and psychological health: Origins of personal vitality and creative freedom. 1st Edition, New York: Van Nostrand.
- Bowlby, J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books.
- Branden, N. (1969). The Psychology of Self-Esteem. New York: Bantam.
- Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). **Convergent and Discriminant Validation by the Multitrait-Multimethod Matrix**. Psychological Bulletin, Doi:10.1037/Vol(56). Paper81-105
- Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem. San Francisco: W. H. Freeman and Company
- Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. American Psychologist, [Doi:10.1037/Vol\(55\). No\(6\). Paper637-646](https://doi.org/10.1037/Vol(55).No(6).Paper637-646)
- [Doi: 10.1037/Vol\(22\).No\(2\).paper116-122](https://doi.org/10.1037/Vol(22).No(2).paper116-122)
- Erikson, E.H., 1950. Childhood and Society. New York: W.W. Norton & Company.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Singer, A. (1995). Perfectionism and parental authority styles. Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice, 51(1), 50–60.
- Freud, S. (1905). Three Essays on the Theory of Sexuality. In J. Strachy, & A. Freud (Eds.), The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume VII (1901-1905): A Case of Hysteria, Three Essays on Sexuality and Other Works .London: Hogarth Press.
- Freud, S. (1923). The Ego and the Id. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud

- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, [Doi: 10.1007/Vol\(14\). No\(5\). Paper449-468](#)
- Hair Jr., J. F. et al. (1998). **Multivariate Data Analysis with Readings**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, vol (15). No(1). Paper27-33
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, [Doi: 10.1037/Vol\(60\). No\(3\). Paper456-470](#)
- Hill, A. P., & Curran, T. (2016). Multidimensional perfectionism and burnout: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, [Doi:10.1177/Vol\(20\). No\(3\). Paper269-288](#)
- Horney, K. (1950). *Neurosis and Human Growth: The Struggle towards Self-Realization*. New York: W. W. Norton & Co., Inc.
- Hossain, M. E. (2008) "An Evaluation of Brands Image, Product Attributes and Perceived Quality of a Selected Consumer Non-durable Product", *Administration and Management Review*, Vol(19).No(2).paper47-63 Available at: nepjol.info/index.php/AMR/article/view/896
- James, W. (1890). *Principles of Psychology*, Volume 1. Dover Publications.
- Jung, C. G. (1921). *Psychological Types*. In *Collected Works* (Vol. 6). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Kerlinger, F.N. (1986). **Foundations of Behavioral Research**. (3rd ed.), Holt, Rinehart, & Winston
- Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., & Buswell, B. N. (1999). Gender Differences in Self-Esteem: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, [Doi: 10.1037/Vol\(125\).No\(4\). Paper470-500](#)
- Mary.L & Elizabeth K. (1990). **Exploratory Factor Analysis: A Review and Illustration of Five Principal Components Decision Methods for Attitudinal Data**
- Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, [Doi: 10.1037/Vol\(50\).No\(4\).paper370-396](#)
- Pourhosein et al (2016). The mediator Role of Ego-Strength in the Relationship between Student Self-esteem and Parental Perfectionism. *International journal of Body, Mind & culture*, [Doi: 10.22122/Vol\(6\).No\(4\).paper193](#)
- Relations with motivation, effort, achievement, and distress. *Personality*
- Rogers, C. R. (1951). *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Schultz, D., & Schultz, S. E. (2016). *Theories of personality*. 11th Edition. CENGAGE Learning Custom Publishing
- Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, [Doi: 10.1016/Vol\(21\).No\(6\).paper870-906](#)
- Slaney, R. B., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: The Almost Perfect Scales. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association, [Doi: 10.1037/Vol\(10\).No\(45\).paper63-88](#)
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Luyten, P., Duriez, B., & Goossens, L. (2005). Maladaptive perfectionistic self-representations: The mediational link between psychological control and adjustment. *Personality and Individual Differences*, [Doi: 10.1016/Vol\(38\).No\(2\).paper487-498](#)

- Stöber, J. (1998). The Frost Multidimensional Perfectionism Scale revisited: More perfect with four (instead of six) dimensions. *Personality and Individual Differences*, [Doi:10.1016/Vol\(24\).No\(4\).paper481-491](https://doi.org/10.1016/Vol(24).No(4).paper481-491)
- Stoeber J, Childs JH. (2001).The assessment of self-oriented and socially prescribed perfectionism: subscales make a difference. *J Pers Assess*, Doi:10.1080/Vol(92).No(6).paper577-588
- Stoeber, Joachim and Eismann, Ulrike (2007) Perfectionism in young musicians: Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2001). Age and birth cohort differences in self-esteem: A cross-temporal meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, [Doi: 10.1207/Vol\(5\).No\(4\).paper321-344](https://doi.org/10.1207/Vol(5).No(4).paper321-344)
- Vaillant, G. E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 44–50. [Doi:10.1037/Vol\(103\).No\(1\).paper44-50](https://doi.org/10.1037/Vol(103).No(1).paper44-50)
- VanVoorhis, C. R. W., & Morgan, B. L. (2007). **Understanding Power and Rules of Thumb for Determining Sample Sizes**. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology*, Doi:10.20982/Vol(3).paper43-50
- Winnicott, D.W. (1960) Ego Distortion in Terms of True and False Self. In: Winnicott, D.W., Ed., *The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*, Karnac Books, London.