



خودکارایی و په یوهندی به توانای چارهسهرکردنی کیشه کان له لای خويندکارانی زانکۆ

خالد اسماعيل مصطفى

شيماء ازاد احمد

khaled.ismael@koyauniversity.org - shayma.00733754@gmail.com

¹⁺ به شی پهروهرد و دهرونزانی، فه که لتي پهروهرد، زانکۆی کۆیه، کۆیه، ههریمی کوردستان، عێراق.

پوخته:

ئامانجی ئەو توێژینه وهیه بریتییە له زانیی ئاستی خودکارایی و ئاستی چارهسهرکردنی کیشه له لای خويندکارانی زانکۆ ههروهها زانیی ئاستی ههريه کهيان به پي گۆراوه کانی رهگهز و رازیبون له بهش و زانیی په یوهندی له نیوان خودکارایی و چارهسهرکردنی کیشه، ریبازی (په سنی-په یوهندی) به کارهیندراوه و کۆمه لگه ی توێژینه وه که ی خويندکارانی زانکۆی کۆیه ن به شیوه یه کی هه ره مه کی ساده فاکه لتي (زانسته مرۆقه یه تیبه کان و کۆمه لایه تیبه کان) وه کو نمونه هه لێژێردراوه و له و فاکه لتي بهش (۵۰۰) خويندکار له هه ردو ره گهز به شیوه یه کی هه ره مه کی چینی گونجاو وه رگیراوه، بۆ پێوانه کردنی خودکارایی توێژه ر پێوانه یه کی ئاماده کردوه بنه ما زانستییه کان وه کو راستگۆپی و جیگیری بۆ پێوانه که نه جامداوه و به شیوه ی کۆتایی پێوانه که (۱۹) برگه یه و به سه ر چوار ره هه نددا دابه شکراوه، بۆ پێوانه کردنی چارهسهرکردنی کیشه توێژه ر پێوانه یه (Cross, Bacon, morris) ی وه رگرتوه که له (۱۰) برگه پیکدی و به سه ر دو ره هه نددا دابه شکراوه و بنه ما زانستییه کان وه کو راستگۆپی و جیگیری بۆ نه جامداوه، نه جامه کان توێژینه وه که پيشانیاندا که، ئاستی خودکارایی لای خويندکارانی زانکۆی کۆیه له ئاستیکی به رزدايه و جیاوازی به لگه داری ئاماری له ئاستی خودکارایی به دی ناکریت به پي گۆراوه کانی ره گهز و رازیبون له بهش ههروهها ده که وت ئاستی چارهسهری کیشه لای خويندکارانی زانکۆی کۆیه له ئاستیکی باشدایه و لپی رازین و جیاوازی به لگه داری ئاماری له ئاستی چارهسهری کیشه به دی ناکریت به پي گۆراوه کانی ره گهز و رازیبون له بهش و ههروهها ده که وت په یوهندییه کی راسته وانیه ی ئه رپنی به هیژ له نیوان خودکارایی و توانای چارهسهری کیشه هه یه، له کۆتایدا له ژیر رۆشنایی ده رنه جامه کان توێژه ر ژماره یه ک راسپارده و پيشنیزی خستۆته رو.

کلله وشه کان: خودکارایی، چارهسهرکردنی کیشه، خويندکارانی زانکۆ، کۆیه.

Self-Efficacy and Its Relationship with Problem-Solving Ability Among Student University

Shima Azad Ahmad¹ Khalid Ismail Mustafa²

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

Abstract

The aim of this study is to determine the level each of (self-efficacy and problem solving, and to determine difference in the level each of them according to variables (Gender and department satisfaction) and also know the relationship between self-efficacy and problem-solving. The research population are koya university student's for the academic year (2024-2025).the researcher randomly selected the faculty of humanities and social sciences as a sample and the researcher elected 500 students by random proportion sample, for measurement self-efficacy the researcher prepared The scale that consist of (19) items and is divided into four dimensions and the researcher did the psychometric for the scale such (types of validity and reliability researcher used the scale (Cross, Bacon, Morris) for measure problem-solving which consists of (10) items and is divided into two dimensions the and the researcher did the psychometric for the scale such (types of validity and reliability). The results of the study showed that the level of self-efficacy among students of Koya University is good and satisfied, so Problem solving among Koya University students is at a good level and they are satisfied with it. There is no statistically significant difference in each of self-efficacy and problem solving according to (gender and department satisfaction). There is also a strong direct relationship between self-efficacy and problem-solving. Finally, in the light of the findings, the researcher presented a number of recommendations and suggestions.

Keywords: Self-Efficacy, Problem-Solving, University Student's, Koya.

1. چوارچۆیهی گشتی توێژینهوه که

1.2 کێشهی توێژینهوه که:

له روانگهی توێژهر فێرخواز کاتیک دهچیته زانکۆ وهک نهزمونیکێ نوێ، روبهروی کۆمهلیک کێشه دهبیتهوه، که نه کێشانه بۆ خوێندکار دهبنه ئاستهنگ بۆ گهیشتن به ئامانجهکانی چونکه ئاشنا دهبیته به ژینگهیهکی نوێ که تهواو جیاوازه له ژینگه کۆنه کهی، ئەمهش خۆی دهبینیتهوه له ناسینی کۆمهلیک کهسی نوێ، گۆرانی کۆمهلیک چه مک که له خوێندگا جۆرینکی تر بو وه روبهروبوونهوه و گالتهپیکردن به فێرخوازان تازه له لایهن فێرخوازی قوئاغهکانی تر، که تارادهیهک وا دهکات ببیته نهزمونیکێ ناخۆش بۆ نه و فێرخوازه، دورکهوتنهوه له خێزان و مالهوه چون بۆ به شه ناوخۆیی، زۆر جار نه و فێرخوازانیه که دهچنه بهشی ناوخۆی کێشهیان بۆ دروست دهبیته له مانهوه له بهشی ناوخۆی چونکه رانهاتون له دوری مالهوه و خێزان بن، ئەمهش تا دروستبوونی متمانه به کهسانی دهووروبهریان، ناسینی رهگهزی بهرامبهر له زانکۆ چونکه فێرخواز کاتیک دیته زانکۆ تیکهله ههر دو رهگهز به یه کهوه دهخوین، لهوانه بهو ژینگه تازهیه رانهاتبیت که له زۆر چالاکیی پێویسته مامهله له گهڵ رهگهزی بهرامبهر بکات و وهک بهشیک لهو ژینگه تازهی که پێی ئاشنا بو، یاخود کهوتنه په یوهندی سۆزداری و خۆشهویستی که وا بکات فێرخوازان له خویندن و چالاکیی رۆژانهکانی دابهریت، ئامادهی تهواوی تیدا نهبیته بۆ نهجامدانی چالاکیهکانی، فێرخوازهست

دەکات لە خوێندن دوا دەکەوێت، ئاست و ئەنجامەکانی بە گۆڕەیی پێویست نییە.

لە روانگەیی توێژەر خراپی ژینگەیی زانکۆی لە نەبونی کتێبخانەیی گونجاو پڕ سەرچاوەیی نوێ و تازە و نەبونی ھۆلی کۆمپیوتەر و ھۆلی وەرزش و شوێنی پشو بۆ فێرخواز خراپی ئامادەبۆن (زۆری غیاب) زۆرجار ئامادەنەبۆن دەتوانێت ئاماژە بێت بۆ پابەندەنەبۆن بە خوێندنەکان، ئەمەش دەتوانێت کاریگەری نەک تەنھا لەسەر فێربوونی خۆیان بە لکو کاریگەری لەسەر داینامیکی کاری گروپی و گفتوگۆکانیش ھەبێت و لە چالاکی خوێندکارانی تریش کەم دەکاتەو، ئەنجامدانی ھەلسوکەوتی نەشیاو قۆرغکاری بەرامبەر ئەو خوێندکارانەیی کە تارا دەھێک ھەژارن کە وا دەکات خوێندکارانی تر بێزاریان بکەن، گێچەلێیان پێ بکەن، بە کارھێنانی ماددە زیان بەخشەکان وەک: (جگەرە کێشان، قەیب، مادە ھۆشبەرەکان و مادە کحولییەکان) لە ھەندیک حالەتدا، رەنگە خوێندکاران کێشەیان لە گەڵ بە کارھێنانی ماددە ھۆشبەرەکاندا ھەبێت، ئەمەش دەبێتە ھۆی رەفتاری نارێک و دابەزینی خوێندن و کێشە کۆمەلایەتیەکان، ھەمو ئەوانەیی باسکران لە پشت ھەلپژاردنی ئەو ناوێشانەن بۆ ئەنجامدانی توێژینەووەکە و نەبونی وەلامتیکی زانستی گونجاو بۆ توێژەر ھۆکاری سەرەکی ئەنجامدانی ئەو توێژینەوویە تە لەرێگەپەووە وەلامی ئەو پرسپارانە بداتەووە و کێشەیی توێژینەووەکەیی لە رێگەیانەووە بختەرۆکە بریتین لە:

1.2: گرینگی توێژینەووەکە:

زانکۆ وەک دامەزراروویەکی پەرورەدەیی زیاتر مامەلە لە گەڵ قوناغی گەنجان دەکات ئاگاداریان دەبێت و کاردەکات بۆ بەدیھێنانی مەیلی و لێھا توویەکانیان و لەرێگەیی ئەو شەووە دەتواند رێت بەرجەستە بکریت، سێفەتە باشەکانی ئاکاری و کۆمەلایەتی، چەمکی خودکارایی بەرژووەندی بێردۆزی و پراکتیکی سەرنجراکێشی لێکەوتەووە کە بوەتە ھۆی ئەنجامدانی چەندی توێژینەووی مەیدیتانی جۆراو جۆر لە چەندین بوارد و سەرنجی زۆریک لە توێژەران بۆ خۆی راکێشا دەروناسەکان لە زۆر شوێنی جیھان بونەتە بەشیکی گرینگی و کاریگەر (فلیج، ۲۰۱۶، ۶)

توێژەران لە شوێنە جیاوازەکانی دنیا دا بایەخیان پێداووە توێژینەوویان لە بارەپەووە کردووە، توێژینەووەکەیی (کۆلمان ۱۹۹۵) جەختی کردووە، کە نزمی ئاستی خودکارایی لەلای فێرخوازان و دەکات، پالەنەری فێربوونیان نەبێت، لەبەر ئەو پێویستە ستراتێژە نوێکان تاقیبکەنەووە لە پەپووەندیەکانی ئاندا بۆ ئەووی خودکاراییان بەرزبکەنەووە (Coleman, 1995. 124)

خودکارایی بە یەکیک لە دیاردە گرنگەکانی فێربوون دادەنرێت، کە کۆمەلێک حوکم دەردەبرێت کە تەنھا پەپووەندیان بەو شتەووە نییە کە تاک بەدەستی دەھێنێت بە لکو بە حوکمدان لەسەر ئەووی کە دەتوانێت چی بەدەستبھێنێت، بەرھەمی توانای کەسییە و نوێنەرایەتی ئاوێنەپەکی زانەکی دەکات بۆ تاک کە وا دەکات ھەست بە توانای خۆی بکات، خودکارایی تەنھا ھەستی گشتی نییە، بە لکو ھەلسەنگاندنیکە لەلایەن تاکەووە بۆ خۆی بۆ ئەووی کە دەتوانێت چی بکات، رادەیی کۆلنەدان و ئەو ھەولانەیی کە دەیخاتەرۆ، نەرمی و نەرمی لە مامەلەکردن لە گەڵ بارودۆخە سەخت و ئالۆزەکان و سەریچی و بەرەنگاریوونەووی سەختییەکان بۆ شکست (بوستە و عواریب، ۲۰۲۰، ۶۶۷)

خودکارایی بە یەکیک لە گرنگترین چەمکەکان دادەنرێت کە لە دەروناسی مۆدێرن بە کاردێت، کە لەلایەن باندورا (Bandura) پەرەیی پێدراو، کە پێیوایە باوەرەکانی تاک سەبارەت بە رادەیی کاریگەراییەکەیی لە رێگەیی ھۆشیاری، دەتوانێت ئەو رێگایە دیاری بکات کە وەک رەفتار پەپرەوی لێدەکات باندورا (Bandura) خودکارایی وەک ئەو بێرۆکە کەسییە سەیر دەکات کە گوزارشت لە تواناکانی مرۆف دەکات کە شایستەیی ئەوویە رەفتاری خوازاو پێکبھێنێت، سەبارەت بەووی کە چۆن خودکارایی کاریگەری لەسەر رەفتار ھەپە، چیژ لە چالاکییەکان، وەک چۆن چەمکی

خودکارایی وه ک میتۆدیک گرنگیه کی زۆری به خۆیه وه بینهوه، به تایبهتی له توژیینهوه له پیکهاته پهروه دهیبه کانی وه ک دهستکهوتی خویندن و دهستنیشانکردنی هۆکاره کانی سههرکهوتن و شکست، دانانی ئامانج، بهراوردکردنی کۆمه لایهتی، یادهوهری، چاره سههرکردنی کیشه کان، باندورا (Bandura) به حوکمدان یان چاوهروانییه کانی تاکیک سهبارهت به ئه نجامدانی رهفاره کانی له بارودۆخیکدا که نارونن. خودکارایی به چاوهروانی تاک له توانای خۆی بۆ ئه نجامدانی ئه رکیککی یان ئه و دۆخانهی که داواکاری زۆر و نامۆیان تیدایه، یان ئه وه باوه ره کانی تاکه به خاله به هیزه که سییه کانی خۆی، له گه ل گرنگیدان به لیهاتویه کانی خودکارایی یارمه تیده رمانه بۆ روبه روبونه وهی فشاره کان، توانای روبه روبونه وهی فشاره کان بۆ ههر که سیک که بیهویتی سههرکهوتو بیت، شتیکی بنه ره تییه، کاتیک شته کان وه کو پلان که نه رۆن، ئاسانه بیهو بیت و وازه نییت. به لام ئه گهر هه ستیکی به هیزی خودکارایی هه بیت، ئه گهری ئه وه زیاتره که له به رامبه ر پاشه کسه کاندایه بدهوام بیت. ئه مهش له به ره ئه وه یه که تۆ باوه رت وایه که ده توانیت به سه ر ههر به ره ستیکیدا زال بیت. (Flinn, 2022, 3)

به خودکارایی پشتگیری له په یوه ندییه ئه رتییه کانی نیوان کارایی ئه کادیمی خویندکاران و دهستکهوته کانیان ده کات، به تایبهتی ئه و کاریگه رییه ئه رتییه که پیده چیت خودکارایی له سه ر بری هه وه له کان هه بیت، به لنگه هه یه که ئه و خویندکارانهی که خودکاراییان به رزه له روی کوالیتی هه وه له کانیانه وه جیاوازن، له هاو پۆله کانیان، ئه نجامه کانی زیاتر له ۳۰ سال توژیینه وهی خودکارایی رونیان کردوه ته وه که ته نها خاوه ندارتی زانیاری و کارایی دلیا نینه له وهی فیرخوازن پالنه ریان ده بیت بۆ جیه جیکردنیان، له بری ئه وه فیرخوازن پیوستیان به 'کارامه یی و ئیراده' هه یه بۆ ئه وهی به سه رکهوتویی له بارودۆخی جۆراوجۆردا کاریکه ن، بۆیه باندورا پشیناریان کردوه که مامۆستایان باشتره پراکتیزه کردنی فیرکاری جیه جیکه ن که نه ک ته نها پهروه ره و به ده سه ته یانی زانیاری و لیهاتویی، به لکو په ره پیدانی متمانهی هاو رتییه تی نیوان خۆیان و فیرخوازن به ره و پیش به رن، پهروه ره کاران پیوسته هه وه له کانیان به جهخت له سه ر له سه ر دابینه کردنی ئه زمون و شاره زایی راسته قینه بۆ فیرخوازن چرپکه نه وه، یارمه تی فیرخوازن ده دات ئامانجی رون و تایبهت دابنن. توژیینه وه کان ده ریانخستوه که کاتیک فیرخوازن ئامانجی رون و تایبهت داده نین، یان ئامانجیک گونجاویان پیده دریت له لایه ن مامۆستایه که وه، زیاتر پالنه ریان ده بیت بۆ ئه نجامدان له چا و ئه و فیرخوازانهی که هیچ ئامانجیکیان پیناد ریت یان به ساده یی پیدان ده وتریت که هه مو هه ولتیکیان بدن، به بروایی باندورا ئه و فیرخوازن که ئامانجیک داده نین، ئه گهری زۆره هه ستیکی سه ره تایی به خودکارایی بۆ گه یشتن به ئامانجه که ئه زمون بکه ن و ههروه ها گونجاون بۆ پابه ندبون به به رده وامبون، له گه ل کارکردنی فیرخوازن له سه ر ئه رکه که، 'ئه وان به شداری چالاکیه کان ده که ن که پیدان وایه ده بیته هۆی گه یشتن به ئامانج، گرنگی به رتییه کان ده دن، زانیاریه کان پرۆقه ده که ن بۆ ئه وهی له بیران بیت، هه ول ده دن و به رده وام دهن، به م شیویه، خودکارایی خویندکاران پشتراست ده کرتیه وه کاتیک چاودیری پیشکهوتنی ئامانج ده که ن و ده بین به ره و پیش ده چن. (Bandorra, 1997, 218)

توێهر گرنگی توژیینه وه که ی له هه ردو لایه نی بیردۆزی و پیا ده کردن به و شیویه ده خاته رو:

گرنگی بیردۆزی:

چینی خویندکار چینیک گرنگی و نه وهی دوا رۆژه و به تایبهت خویندکاری زانکو، گرنگی توژیینه وه کردن له سه ریان، پیوانه کردنی دیارده ده رونییه جۆراوجۆره کان لایان به به کارهینانی، میتۆدی توژیینه وهی گونجاو. گرنگی ئه م توژیینه وه یه له ئاشکرکردنی ئاستی به خودکارایی له نیوان خویندکارانی زانکو.

گرنگی پیا ده کردن:

1. بايه خدان به گۆراوى خودكاراپى لای خویندكارانى زانکۆ که به پیتی گهراڤانه کانی توپژهر توپژینه وهی که می له سه ر نه نجام دراوه.

2. زيادکردنی سه رچاوه یه کی زانستی نوئ که پپوهری زانستی و باور پیکراو به کارهیناوه بو کتیبخانه ی کوردی.

3. سه رچاوه یه کی زانستی گرنگه بو توپژهران و شهیدایانی بواری زانستی له و بواره که ده توانن سود له توپژینه وه که ببینن.

4. هه وڵدان بو دا بینکردن و گونجاندنی پپوهریک بو خودكاراپی و چاره سه رکردنی کیشه که له گه ل ژینگه ی کوردستاندا بگونجیت.

1.3: ئامانجی توپژینه وه که:

ئامانجی توپژینه وه که بریتین له:

1. زانیبی ئاستی خودكاراپی لای خویندكارانى زانکۆ.

2. زانیبی ئاستی چاره سه رى کیشه لای خویندكارانى زانکۆ.

3. زانیبی ئاستی جیاوازی له خودكارایدا له لای خویندكارانى زانکۆ به پیتی گۆراوه کانی (ره گه ز و پارزیون له به ش).

4. زانیبی ئاستی جیاوازی له چاره سه رکردنی کیشه کان له لای خویندكارانى زانکۆ به پیتی گۆراوه کانی (ره گه ز و پارزیون له به ش).

5. ئاشکراکردنی په یوه ندى له نیوان خودكاراپی و چاره سه رى کیشه له لای خویندكارانى زانکۆ.

1.4: سنورى توپژینه وه که:

1. سنورى کاتی: سالی خویندنی (2024-2025)

2. سنورى شوینی: زانکۆی کۆیه

3. سنورى مروپي: فیرخوازانى زانکۆ له شارى کۆیه له هه ردو ره گه زى نیر و می له ده وامی به یانیان.

4. سنورى بابته: خودكاراپی، چاره سه رکردنی کیشه.

1.5: ناساندنی چه مک و زاراوه کان زاراوه کان

خودكاراپی: بریتی یه له کۆمه لێک بریاری تاک که گوزارشت له بیروباوه رو توانای ده کات له ریگه ی ره فتارو به هاگان ده رده که وى، له به ده سه ته پانی ئه و شته گرنگانه ی که لپی داواکراوه. (Bndura,1977,p98)

کیشه: هه ر سه ختی و سه رلێشپواویه، جا راسته قینه بیت یان ده سترکد، که چاره سه ره که ی پپویستی به کارى

فیکری هه یه (ئه لنه جار، 2003، 276)

پیناسه ی ریکارى خودكاراپی: بریتیه له کۆی ئه و نمرانه ی خویندكارانى زانکۆی کۆیه ده یه پین له وه لامدان وه ی برگه کان پپوهری خودكاراپی.

چاره سه رى کیشه: پپۆسه یه کی هه زریه که تاک ئه نجامی ده دات، ده رباره ی شتیک که پپشتر زانیاری و لپه اتوپى ده رباره ی په ییدا کردوه، بو ئه وه ی وه لامی پپداویستییه کانی دۆخیکى کیشه دار بداته وه، که بوئى ئاشنا نییه، وه لامدان وه ی بوئى به گرته به رى چه ندىن هه نگو به ئامانجی چاره سه رکردنی ئه و کیشه یه، یان نارونیه ی که له و دۆخه ی تاک تپیدا یه تی (فه تى، جه روان، 87، 1999).

پیناسه‌ی ریکاری: بریتیه له کوی ئه و نمرانه‌ی خویندکارانی زانکوی کویه ده‌یهین له‌وه‌لامدانه‌وه‌ی برگه‌کان پپوه‌ری چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌کان.

چوارچێوه‌ی بیردۆزی تووژینه‌وه‌که

2.1: چه‌مکی خودکارایی:

خودکارایی چه‌مکی دهرونییه که له‌لایه‌ن زانای که‌نه‌دی ئه‌لبیرت باندورا (Albert Bandura) له‌سالانی چه‌فتاکانی سه‌ده‌ی رابردودا په‌ره‌ی پیدراوه و ئاماژه‌یه بۆ باوه‌ری تاک به‌ توانای خۆی بۆ ته‌واوکردنی ئه‌رکیک به‌ سه‌رکه‌وتوبی یان روبه‌روی ئالینگاری تایبه‌ت، خودکارایی چه‌مکی بانه‌رتییه له‌ بیردۆزی فیربونی کۆمه‌لایه‌تی، هه‌روه‌ها هۆکارێکی گرنه‌گه له‌ پالنه‌ره‌کانی که‌سی و په‌فتاری مرۆفدا، که‌سێک که‌ توانای خودکارایی به‌رزی هه‌یه متمانه‌ی به‌ توانای خۆی هه‌یه بۆ زالبون به‌سه‌ر ئاسته‌نگییه‌کان، له‌ کاتیکدا که‌سێک که‌ توانای خودکارایی نییه، په‌نگه‌ هه‌ست به‌ بیده‌سه‌لاتی بکات یان له‌ به‌رامبه‌ر ئاسته‌نگه‌کاندا وازی لێبه‌ینیت (Bandura, 1977, 195-200)

خودکارایی پیکهاته‌یه‌کی سه‌ره‌کییه بۆ تیگه‌یشتن له‌ په‌فتاری مرۆف، چونکه‌ کاریگه‌ری له‌سه‌ر چۆنیه‌تی مامه‌له‌کردنی تاکه‌کان له‌گه‌ل ئه‌و بارو‌دوخانه‌دا هه‌یه که‌ روبه‌رویانه‌ ده‌بیته‌وه. ته‌نها په‌یوه‌ندی به‌ توانای راسته‌قینه‌ی جیبه‌جیککردنی ئه‌رکیکه‌وه نییه، به‌لکو په‌یوه‌ندی به‌و بیروباوه‌ره‌ ناوخۆییانه‌ی مرۆف هه‌یه که‌ هه‌یه‌تی سه‌باره‌ت به‌ توانای به‌جیگه‌یاندنی ئه‌و ئه‌رکه. ئه‌م بیروباوه‌رانه‌ کاریگه‌رییان له‌سه‌ر ئاستی هه‌وله‌کانی مرۆف هه‌یه، و راده‌ی سه‌بر و خۆراگریه‌که‌ی له‌ به‌رامبه‌ر سه‌ختییه‌کاندا، هه‌روه‌ها خودکارایی ته‌نها ئه‌وه نیه‌ کاریگه‌ری له‌سه‌ر ژبانی مرۆف هه‌بیت له‌ کاته‌ زۆر سه‌خست و دژواره‌کان به‌لکو خودکارایی یارمه‌تی مرۆف ده‌دات بۆ په‌ره‌ پیدانی پالنه‌رو ئامانجه‌ چالاکه‌کان له‌ ژبانه‌دا. به‌م شێوه‌یه کاریگه‌ری له‌سه‌ر بیریاردانی تایبه‌ته‌کان و گه‌شته‌کان هه‌یه، به‌ درێژای ژبانی مرۆف (Betz&Klein, 1996, 4).

2.1.2 سه‌رچاوه‌کانی خودکارایی

باندورا چوار سه‌رچاوه‌ی بانه‌رتی ده‌ستنیشان کرد، که‌ ده‌توانریت خودکارایی لێ وه‌ربگیریت و ده‌توانریت به‌ده‌سته‌بێنریت یان به‌هێز بکړیت یان له‌ رینگه‌یه‌وه لاواز بێت.

1. په‌هاکردنی ئه‌زمون: Mastery Experience

ئه‌م سه‌رچاوه‌یه بانه‌ده‌ به‌و ئه‌زمونانه‌ی که‌ تاک ئه‌زمونێ ده‌کات، سه‌رکه‌وتن به‌زۆری ئاستی چاوه‌روانییه‌کانی تاک به‌رزده‌کاته‌وه، له‌ کاتیکدا شکست دوباره‌کردنه‌وه که‌می ده‌کاته‌وه و هه‌ستکردن به‌ کاریگه‌ری به‌هێز پپووسی به‌ ئه‌زمون هه‌یه له‌ تیپه‌راندنی ئاسته‌نگه‌کان له‌ رینگه‌ی هه‌ولدان وه‌ کۆلنه‌دانی به‌رده‌وا، خودکارایی له‌سه‌ر بانه‌مای باوه‌ریون به‌ توانای ئه‌نجامدانی په‌فتاریکی خوازاو، که‌سێک که‌ توانای خودکارایی به‌رزی هه‌بیت پپوایه‌ توانای ئه‌نجامدانی په‌فتاریکی هه‌یه و ئاره‌زوی به‌رده‌وامبونی هه‌یه له‌ چالاکیه‌که‌، سه‌ره‌رای ئه‌و سه‌ختیانه‌ی که‌ روبه‌روی ده‌بیته‌وه، باوه‌ریون به‌ نه‌بونی کاریگه‌ری له‌ ئه‌نجامی شکستدا، رینگه‌ی ده‌کات له‌ ئاماده‌کارییه‌کانی مرۆف بۆ روبه‌روبوونه‌وه‌ی سه‌ختی، هه‌روه‌ها بیروباوه‌ری کاریگه‌ری له‌سه‌ر تیروانی تاک هه‌یه بۆ لێهاتوبی خۆی له‌ ئه‌نجامدانی په‌فتاریکدا گه‌شه‌ ده‌کات و بیروباوه‌ری ناکاریگه‌ری له‌ ئه‌نجامدا دروست (مشیره و رمیسه، ۲۰۲۰، ۲۳-۲۵)

ئه‌گه‌ر تاک له‌ ئه‌زمونیک سه‌رکه‌وتوبو ئه‌و ئه‌زمون وه‌ هاندانیک ده‌بیت بۆی به‌لام سه‌رنه‌که‌وتن له‌ ئه‌زمونیک خودکاراییه‌که‌ی لاواز ده‌بیت (Bandura, 1997, 81) له‌م باره‌یه‌وه دلنای دا په‌یوه‌ندییه‌کی هۆکاری له‌نیوان متمانه‌ به‌ خودکارایی و به‌ده‌سته‌پێنانه‌کاندا به‌ ئاستیکی به‌رز هه‌یه دیاره، ده‌ستکه‌وت و شاره‌زایه‌کانی پپشو کاریگه‌رن به‌سه‌ر

خودکارایی به تاییدت ئە گەر تاك لهو ئەزمونانەى پیشوتر سەرکەوتوبو بیت. (Bandura, 1988, 95) ئەو تاکنەى پشت بهو دەستکەوتانەى ئەنجامیانداوه دەبەستن، خودکاراییان وهك سەرچاوهى زانیاری له کارامەى و بریاره خودییه کانیاندا به کار دههیننهوه خودکارایش باشتین پیشبینیه بو دەستکەوتی ئایندهى تاك (Maddux, 1995, 81)

2. ئەزمونی جیگرهوه vicarious Experience

باندورا پێی وایه هه‌سه‌نگاندنی خودکارایی له ژیر کاریگه‌ری ئەزمونه جیگرهوه‌کاندايه، ئەمه‌ش به واتای به‌ده‌سته‌پێانی ئەزمون له کاتی بینینی کهسانی دیکه‌ی هاوشیوه که به سەرکەوتوی چالاکیه‌کان ئەنجام ده‌ده‌ن (نمونه‌ی کۆمه‌لایه‌تی) له‌گه‌ڵ زیادبونی بینینی تاك بو کهسانی دیکه‌ی هاوشیوه‌ی ئەو، به‌هۆی هه‌وله به‌رده‌وامه‌کانییه‌وه، چالاکیه‌کان به سەرکەوتوی ئەنجام ده‌ده‌ن و یه‌روباوه‌ره‌کانی به‌رز ده‌بنه‌وه، چونکه‌ خاوه‌نی هه‌مان توانا پێویسته‌کانه، بو سەرکەوتن ده‌توانیت چاوه‌روانییه‌کان له چاودێریکردنه‌وه دروست بکه‌یت، که ئەدای کارکردنت باشت ده‌کات به‌ فیرون له چاودێریکردنی مۆدێله‌کان، هه‌ر له‌به‌ر هه‌مان هۆکار، بینینی کهسانی دیکه که سهره‌رای هه‌ولێ زۆر له ئەدای خۆیاندا شکست ده‌هێنن، باوه‌ری بینهران داده‌به‌زینیت، کاریگه‌ری له‌سه‌ر کاریگه‌رییان ده‌بیت و هه‌وله‌کانیان تیکه‌ده‌ات (مشیره و رمیسه، ۲۰۲۰، ۲۳-۲۵)

3. ئەزمونی کۆمه‌لایه‌تی: Social persuasions

به‌ بروای باندورا ئەم سەرچاوه‌یه ئاماژه‌یه بو پرۆسه‌کانی هاندان و پشتیوانی کهسانی تر، یان ئەوه‌ی پێی ده‌وتریت قایلکردن، له‌ روی کۆمه‌لایه‌تییه‌وه، له‌ ژینگه‌ی فیروندا (مامۆستا، هاوپۆل، هاوته‌مه‌ن، یان دایک و باوک) ده‌توانن رازی بکه‌ن، هه‌روه‌ها پێی وایه دروستکردنی ژینگه‌یه‌کی گونجاو بو فیرون په‌یوه‌سته به‌ به‌هره‌ و خودکارایی مامۆستا، که خاوه‌نییه‌تی، هه‌ستکردن به‌ خودکارایی به‌رز یارمه‌تی خۆتێندکارانی کهم ده‌ستکەوت ده‌دات و پالنه‌ر و متمانه‌یان په‌ره‌پێده‌دات، خۆیان و ستایشی ده‌ستکەوته‌کانیان ده‌کات (مشیره و رمیسه، ۲۰۲۰، ۲۳-۲۵)

له‌لایه‌نی کۆمه‌لایه‌تییه‌وه تاکه‌که هه‌سته‌ده‌کات ده‌توانیت به‌ ته‌واوه‌تی سەرکەوتو بیت، کاتیک تاکه‌که له‌ روی کۆمه‌لایه‌تییه‌وه رازی ده‌کریت ده‌توانی بارودۆخه‌ سه‌خته‌کان تپه‌رینیت، ئەمه‌ش وای لیده‌کات کاریگه‌ر بیت و توانا‌کانی کۆبکاته‌وه کاردانه‌وه‌ی هه‌بیت زۆر به‌ ئاسانی ئەم کاردانه‌وه‌یه‌ش وهك ئەزمونیکه‌ هاوکاری ده‌کات له‌ هه‌ستکردن به‌ خودکارایی. (Bandura, 1977, 198)

2.1.3: ره‌هه‌نده‌کانی خودکارایی :

1. توانایی کارایی Magnitude

ئەو پالنه‌رانه‌ی تاکه‌کان خاوه‌نیان که وایان لیده‌کات له‌ دۆخ و بواره جیاوازه‌کاندا ره‌فتاری جیاواز ئەنجام ده‌ده‌ن، هه‌روه‌ها ئاستی کارایی له‌نیوان تاکه‌کاندا به‌گوێره‌ی چاوه‌روانییه‌کانی تاك و به‌گوێره‌ی سه‌ختی و ئاسانی دۆخی تاکه‌کانیش ده‌گۆریت، ئەوانه‌ی ئاستی خودکارایییان نزمه، خۆیان له‌ ئەرکه‌ قورسه‌کان به‌دور ده‌گرن و وه‌ک هه‌ره‌شه‌یه‌ک ده‌یانبینن، به‌ پێچه‌وانه‌وه‌ئه‌وه‌که‌سانه‌ی که ئاستی به‌رزی خودکارایییان هه‌یه، ئەرکه‌ قورسه‌کان وه‌ک ئالینگاریه‌گ بۆیان ده‌بینن، (باندورا ۱۹۹۷) جه‌خت ده‌کاته‌وه، که سه‌ختیه‌ سروشتیه‌کان روه‌به‌رو ده‌بنه‌وه، به‌گوێره‌ی کارایی که‌سیان بریاری له‌سه‌ر ده‌ده‌ن وه‌ک بونی ئەوه‌په‌ری شاره‌زایی، خسته‌نگه‌ری توانا، وردی، به‌ره‌م، ریکه‌خسته‌نی خود، مه‌ترسی، له‌ریگه‌ی ئەو خۆ ریکه‌خسته‌نه‌وه چۆن ده‌توانی ئەو کاره‌ بکات؟ که لێی داواکراوه، ئەم کاره‌ش به‌ ریکه‌وت نابێ به‌لکو ده‌بێ ریکه‌خراو بیت له‌ئه‌نجامی ئەزمونه‌کانی پیشوتری. (Bandura, 1997, 4)

2. گشتگيرى Generality

ئەمەش بە واتاى گواستنه‌وهى چاوه‌روانىيەكانى كاراپى بۆ بارودۆخى هاوشيوه، بەو پىيەى تاكه‌كان زۆرچار هەستەكانيان گشتگير دەكەن، بە شيوه‌يه‌كى كارا لە بارودۆخەكانى هاوشيوه‌ى ئەوانه‌ى كه بەركه‌وته‌ى دەبن، لەم روه‌وه، باندورا دەئيت كه گشتگيرى چالاكیە جۆراوجۆرەكانى ژيانى تاك دەگرێتەوه، و بەپى كۆمه‌لێك رەهەند جياوازن وه‌ك: پله‌ى لێكچونى چالاكیەكان، و رینگاكانى دەربىنيان، لايەنى رەفتارى و زانەكى و سۆزدارى و لە رینگەى لێكدانەوه و وه‌سفى بارودۆخ و تايه‌تمەنديه‌كان و رەفتارى پەيوەنديدار بە كەسەوه ئاراستە دەكریت (يوسف، ۲۰۱۶، ۳۸)

3. هيز: Strength

مەبەستى بەندورا جياوازی تاكه‌كەسيه‌ له نيوان تاكه‌كاندا له روه‌روبوئەوه‌ى بارودۆخە شكستخواردوه‌كاندا، و ئەوه‌ى لێيه‌وه دێتە ئاراهه، وه‌ك هەستکردن بە بيزارى، ئەم جياوازیه‌ ده‌گرێتەوه بۆ جياوازی نيوان تاكه‌كان له خودكاراييدا كه هەنديكيان له كەسێك كه كاراپى بەرزە له‌بەررامبەر خراپى ئەداى كارکردندا خۆراگر دەبیت و سەرکه‌وتو دەبیت له دۆخەكەدا، هەنديكى تریش شكست دەهین (أبو عطا، ۲۰۱۷، ۱۸)

2.1.4: تايه‌تمەندى گشتى خودكاراپى

1. كۆمه‌لێك بىيار و بىروباوه‌ر و زانىارى دەربارەى ئاست و توانا و هەستەكانى تاكه.
2. متمانه‌ى تاك بە خۆى بۆ سەرکه‌وتن يان ئەنجامدانى ئەركێك يان كارێكى ديارىكراو.
3. بەرده‌ستبونی پله‌يه‌ك له توانا، چ فیزیۆلۆژى، دەرونى، يان دەرونى، له‌گەڵ بونی پائەنەر له هەلوێستەكان.
4. ئەو باوه‌رەى كه تاك دەتوانیت كارە پىويستەكان ئەنجام بدات، واتە ئەو كارامە‌ييانەى كه تاك خاوه‌نیه‌تى، له‌خۆدە‌گریت، حوكمدانى له‌سەر ئەوه‌ى كه دەتوانیت چى بكات، بەو لێهاتوپيانەى كه له‌بەرده‌ستیدا‌يه.
5. خودكاراپى له رینگەى كارلێكى تاك له‌گەڵ ژینگە و له‌گەڵ كەسانى ديكە گەشه‌ ده‌كات، هەروه‌ها له رینگەى رايه‌تانه‌وه وه ئەزمونى جياواز بەدەست دیت.
6. خودكاراپى بە چەندین هۆكار ديارى دەكریت، وه‌ك سه‌ختى دۆخەكە، برى هەولێ خەرجكراو و راده‌ى كۆئەندانى تاك (صالح، ۲۰۱۹، ۷۲)

2.2: چوارچۆه‌ى بىردۆزى سه‌بارەت بە خودكاراى

يه‌كه‌م: بىردۆزى خودكاراپى باندورا

هۆكارە خودیه‌كان ئاماژەن بۆ بىروباوه‌رى تاك سه‌بارەت بە توانا و مه‌يله‌كانى، له‌كاتێكدا هۆكارە رەفتارىيەكان بىرتين له، كۆمه‌لێك وه‌لام كه له‌لايه‌ن تاكێكه‌وه له دۆخى ديارىكراو روده‌دەن، و هۆكارە ژینگه‌يه‌كان ئەو رۆلانه‌ ده‌گرێتەوه كه ئەو كەسانە ده‌يگيرن مامه‌له‌ له‌گەڵ تاكه‌كه‌ ده‌كەن، له‌وانه‌ داىك و باوك و مامۆستا و هاوته‌مه‌نه‌كانى، بۆچونه‌كانى باندورا بۆ خودكاراپى، زۆربه‌ى جۆره‌كانى رەفتار ئامانجێكى ديارىكراو يان هه‌يه و به‌هۆى تواناى بىركردنه‌وه له پيشه‌وه ئاراستە ده‌كرين، وه‌ك پيشبىنيكردن يان چاوه‌روانى، كه زۆر پەيوه‌سته بە تواناى دروستکردنى هه‌يما، جا كۆمه‌لايه‌تى بىت يان، رۆشنىيرى، تاك تواناى خۆرێكخستنى هه‌يه، بە كاريگه‌رى دانان له‌سەرى و كۆنترۆلکردنى راسته‌وخۆى رەفتاره‌كانى، بە هه‌لبژاردن يان گۆرپى ئەو بارودۆخە ژینگه‌ييانەى كه كاريگه‌رىيان له‌سەر رەفتار هه‌يه، تاكه‌كان كه‌وتونه‌ته ژىر ستاندارده‌كه‌سيه‌كانه‌وه، رەفتاره‌كانيان، و هه‌لسه‌نگاندن بۆ رەفتاره‌كانيان بكەن بە پشتبەستن بەم ستانداردانه، ئەمەش وایان لێده‌كات بتوانن پائەنرێكى خۆيان بنیات بنین، تواناى شىكردنه‌وه و هه‌لسه‌نگاندنى

ئەزمونە كەسىيە كانی هەيه، روداوه ژینگه‌ييە كانی و هوکاره ناوخواييە كانی کارليک له گەل رەفتاره كانی ده‌كەن به شيوه‌يه‌كی به‌رامبەر، بۆيه تاكه‌كانی به شيوه‌يه‌كی زانه‌كی وه‌لام ده‌ده‌نه‌وه ئەوان له روی سۆزداری و رەفتاريه‌وه وه‌لامی روداوه ژینگه‌ييە كانی ده‌ده‌نه‌وه و له رینگه‌ی توانا زانه‌كیه‌كانه‌وه كوئرتۆلی رەفتاره‌كانیان ده‌كەن (سرایه، ۲۰۱۹، ۱۲۶-۱۲۷)

دوهم: بێردۆزی شیل و مێرفی:

خودکارایی میکانیزمی که له کاتی کارلیکی تاک و به‌کارهێنایی توانا زانه‌كیه‌كانی، لێهاتوییه‌كۆمه‌لایه‌تی و رەفتاريه‌كانی تايه‌ت به‌ئەرکه‌که، که بریتین رەنگدانه‌وه‌ی متمانه‌ی تاک به‌خۆی و توانای سەرکه‌وتنی له‌ئەنجامدانی ئەم ئەرکه‌دا، هه‌روه‌ها چاوه‌روانییه‌كانی ده‌رئه‌نجامه‌كان یان ده‌رئه‌نجامی کوئای رەفتار، له‌ژێر رۆشنایی په‌یوه‌ندی نیوان ئەنجامدانی ئەرکه‌که به‌سەرکه‌وتویی و ئەوه‌ی تاک له‌بارهی سروشتی ئەم ئەرکه‌وه و پێنای ده‌کات، وه‌ ده‌رئه‌نجامه‌كان، یان گه‌یشتن به‌ئامانجه‌كانی رەفتار، و بێردۆزیه‌که نیشانی‌دا که چاوه‌روانییه‌كان له‌خودکارایی له‌تاک هۆشپاری خۆی له‌توانا زانه‌كیه‌كانی خۆی ده‌رده‌بریت، لێهاتوییه‌كۆمه‌لایه‌تی و رەفتاريه‌كانی په‌یوه‌ست به‌ئەنجامدان یان ئەرکه‌که له‌رەفتاردا جیگیر بوه، له‌راوه‌ی متمانه‌به‌خۆبونی تاک و توانای پێشبینیکردنی، توانا پێویسته‌كانی له‌دۆخه‌که‌دا رەنگ ده‌داته‌وه له‌لایه‌نی کۆمه‌لایه‌تی و سۆزداری (یوسف، ۲۰۱۶، ۳۰)

هه‌ریه‌که‌یان ئامازه‌ به‌خودکارایی ده‌كەن وه‌ک میکانیزمی که له‌کارلیکی تاک له‌گەل ژینگه‌دا سهره‌لده‌دات، له‌هه‌مان کاتدا توانای زانه‌كی و لێهاتوییه‌كۆمه‌لایه‌تی و رەفتاريه‌كانی تايه‌ت به‌دۆخه‌که به‌کارده‌هێنیت، به‌وه‌پێیه‌ی رەنگدانه‌وه‌ی متمانه‌به‌خۆبونی تاک و توانای سەرکه‌وتنه‌ له‌مامه‌له‌کردن له‌گەل دۆخه‌که، له‌کاتی‌دا ده‌رئه‌نجامی کوئای رەفتاره‌که به‌په‌یوه‌ندی نیوان به‌سەرکه‌وتویی ئەنجامدانی دۆخه‌که و ئەوه‌ی تاكه‌که‌س خه‌یالی ده‌کات، سه‌باره‌ت به‌سروشتی ئەم به‌ره‌مانه‌ی که تاک به‌ده‌ستی هه‌یناوه‌ دیاری ده‌کرت، له‌رینگه‌ی بێردۆزیه‌وه ده‌رده‌کووت که چاوه‌روانییه‌كانی تاک سه‌باره‌ت به‌خودکارایی، گوزارشت له‌هۆشپاریه‌که‌ی ده‌کات له‌توانا زانه‌كیه‌كانی، هه‌روه‌ها لێهاتوی کۆمه‌لایه‌تی و رەفتاری په‌یوه‌ندیدار به‌ئەنجامه‌یان ئەرکه‌ی که له‌رەفتاره‌که‌دا هاتوه، و ئەمه‌ش له‌به‌رامبەر‌دا له‌راوه‌ی متمانه‌ی تاک به‌خۆی، توانای پێشبینیکردنی ئەوه‌ی که دۆخه‌که چی پێویستی پێیه‌تی له‌روی توانا‌کانه‌وه، و توانای به‌کارهێنایی له‌ئەنجامدانی دۆخیکدا، خودکارایی له‌تايه‌تمه‌ندیه‌كانی که‌سایه‌تییه‌وه سه‌رچاوه‌ ده‌گریت (ابو عطا، ۲۰۱۷، ۱۵-۱۷)

2.3: چه‌مکی چاره‌سه‌رکردنی کیشه

چه‌مکی توانی چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌كان مه‌رجیکی سه‌ره‌کی و بنه‌ره‌تییه‌ له‌ژیانی مرؤفدا. له‌ژیانی رۆژانه‌ماندا روبه‌پوی چه‌ندین کیشه‌ ده‌بینه‌وه که له‌راستیدا پێویستیان به‌چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌هه‌یه، به‌وه‌پێیه‌ی چاره‌سه‌رکردنی ئەو کیشه‌نه‌ به‌ئالۆزتر و گرینگ داده‌نریت له‌ژیانماندا، و له‌رینگه‌یه‌وه‌ فی‌رخوازه‌كان فێری ستراتیژی نوێ و داھێنەرانه‌ ده‌بن بۆ ئەوه‌ی یارمه‌تییان بدن بۆ ئەه‌ی به‌ی هیچ کیشه‌یه‌ک برباره‌کانیان بدن (جروان، ۱۹۹۹، ۹۹)

چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌ گوزارشت له‌گرنگترین شیوازه‌كانی بێرکدرنه‌وه‌ ده‌کات، له‌سه‌ر بناغه‌یه‌کی تۆکمه‌و لۆژیکی و واقیعیانه‌ بۆ مامه‌له‌کردن له‌گەل کیشه‌ جو‌راوجۆره‌كان دامه‌زراوه. به‌جۆرێک که به‌قوولی له‌گرفته‌كان ده‌کوئیته‌وه، شیوازی چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌ فی‌رخوازان ده‌خاته‌ دۆخیکی راسته‌قینه‌وه‌ که تێیدا می‌شکی خویان کارده‌كەن بۆ ئەوه‌ی بگه‌نه‌ حاله‌تیکی هاوسه‌نگی زانه‌کی، که هاوسه‌نگی زانه‌کی به‌ حاله‌تیکی پالنه‌ر داده‌نریت که مرؤف هه‌وێ به‌ده‌سته‌هێنایی ده‌دات، ئەم حاله‌ته‌ش کاتی‌که‌ رو‌ده‌دات که ده‌گاته‌ چاره‌سه‌رێک یان وه‌لامێک یان دۆزینه‌وه‌یه‌ک، هه‌روه‌ها چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌ نوێنه‌رایه‌تی له‌شیوازی وانه‌وتنه‌وه‌ ده‌کات که یارمه‌تی فی‌رخوازه‌كان ده‌دات بێرکه‌نه‌وه‌ و به‌

دواداچون بکهن، بۆنمونه: که فیرخواز دهخریته بهردهم کیشیه کی دیاریکراو، داوای لیده کریت به شیوهیه کی گونجاو مامه لهی له گه ل بکات، به کۆکردنه وهی زانیاری پئویست له سه ر کیشیه که، دهستنی شانکردنی هۆکاره کانی، دۆزینه وهی چاره سه ری گونجاو له سه رینه مای ئه و هۆکارانه، پاشان گه یشتن به ئه نجامه پئویسته کان (ابراهیم، ۲۰۲۰، ۱۹)

2.3.1: ههنگاوه کانی چاره سه رکردنی کیشه

یه که م: هه ئسه نگانندی کیشه که:

۱. رونکردنه وهی سروس تی کیشه که: ئه مه له رپ ئی شیکردنه وهی له هه مو لاکانییه وه له دوای بیرکردنه وه و وردبونه وه لپ ئی به باشی.

۲. دارشتنه وهی پرسیا ره سه ره کییه کان: به تایبه ت ئه و پرسیا رانه ی به سو دن بۆ چاره سه رکردنی کیشه که، هه ندیک پرسیا ر هه ن رۆل ئیکی گه وره یان هه یه له م باره یه وه، وه توانایان له ئاشکرا کردنی شاراو یه یه کانی ئه م کیشه هه یه.

۳. کۆکردنه وهی زانیاری به شیوه یه کی رینکخراو: به دهسته تهنانی زانیاری له سه ره تای رودانی کیشه که تا کۆتای کیشه که.

۴. کۆکردنه وه و رینکخستی زانیاریه کان: به تالکردنه وهی هه مو ئه و زانیاریانه ی به دهسته تهنراون و له سه ر په رهن، و رینکبخرین تا کو به ئاسانی لئیان تیبگه یه ت.

۵. کورتکردنه وهی زانیاریه کان: واته دیاریکردنی زانیاری و داتا سه ره کی و گزنگه کان بۆ کیشه که. ۶. دیاریکردنی ئامانجی خوازاو له چاره سه ری کیشه که (مسته فا، ۲۰۲۱، ۲) دو م: به رپو بردنی کیشه که:

۱. چاره سه رکردنی ئه و زانیاریانه ی کۆکراونه ته وه به شیوه یه کی کاریگه ر.

۲. دانانی کیشه که له چوارچۆیه یه کی بچوکدا، به جۆر ئیک ره فتارکردن له گه ل ئاسان پیت.

۳. به کاره تهنانی شیوازی جیاواز که یارمه تیده رن بۆ تیگه یشتن له روداوه بچوک و روداوه گه وه ره کان وه ک بیرکردنه وهی قول، بۆ سه یکردنی ئه و هه لپژاردانه ی به رده ستن.

۴. قولبونه وه له وه هه لپژاردانه ی که به رده ستن.

۵. دانانی هه نگاوی یه ک له دوای یه ک بۆ به کاره تهنانی له به دهسته تهنانی ئامانجی خوازاو.

سه ییه م: دروستکردنی بریار :

۱. هه لپژاردان له نیاوان با شترین هه لپژارده به رده سه ته کان، وه ده بیت ئه وانیه ی پیشه ننگن هه لپژاردین و کاریان له سه ر بکری ت.

۲. بریاردان ده رباره ی لیکۆلینه وهی زیاتر له سه ر ئه و زانیاریه پئویسته کۆبکری نه وه، پش گرتنه به ری هه ر رپوشو ئینیک.

۳. گرتنه به ری بریار ده رباره ی سه رچاوه کان وه ک کات و سه رمایه و ئه و کارمه ندانه ی بۆ چاره سه رکردنی ئه م کیشه یه دانراون. (مسته فا، ۲۰۲۱، ۳)

2.4: بیردۆزه کانی تایبه ت به چاره سه رکردنی کیشه

یه که م: بیردۆزی کرۆس، بیکۆن و مۆریس بۆ چاره سه رکردنی کیشه کان

ئه مه بیردۆزه له هه شتاکانی سه ده ی رابردودا پش نیار کراوه، به تایبه تی له په یوه ندی له گه ل پرۆسه زانه کیه کان، و چۆن تا که کان له ژینگه دینامیکیه کاندای روبه روی کیشه فره لایه نه کان ده بنه وه، وه ک ئه وانیه ی له به رپوه بردن، بریاردان

و دیزایندا روبه رویان ده بیتهوه.

بیردۆزی کرۆس، بیکۆن و مۆریس به شیکه له توژیینهوهوه کان له سهر میکانیزمه زانه کیه کانی بنه مای چاره سهرکردنی کیشه کان، له جیهانی راسته قینه دا، که زۆرجار چوارچیهی کیشه کان په ره ده ستینیت، له کاتیکدا که رهنگه وه ک چوارچیه کانی تر له چاره سهرکردنی کیشه کاندا به شیوهیه کی به رفرانوه نه ناسریت، به لام تپروانینیک ده دات بو ئه وهی که چۆن چاره سهرکه رانی کیشه خویان له گه ل خویان ده گونجین و بریار ده ده ن له ژینگه ئالۆزه کاندا (Cross & other, 1986, 149-152).

دوهم: بیردۆزی ههول و ههله (سۆرندایک)

بیردۆزه په فتاریه کان چه ندین شیوازیان ههیه ، گرنگترینیان به کارهینانی ههولدان و ههله کردنه، ئه مهش به و مانایهیه که تاک کاتیک روبه روی دۆخیکی کیشه دار ده بیتهوه، به پشتبهستن به پیشینهی خوی، ههول ده دات له ریگه ی تاقیکردنه وه و ههله چاره سهرکه که بدۆزیته وه بو کیشه که، به هه مان شیوه کاتیک تاک روبه روی کیشه یه ک ده بیتهوه، به وه لامدان ه وهی ئه و کیشه یه له ریگه ی ئه وهی که هه یه تی چاره سهری ده کات به به کارهینانی ئه زمونه کانی پیشوی بو چاره سهرکردنی کیشه که و زینده وه ران فیری چاره سهرکردنی کیشه یه ک ده بیته له ریگه ی تاقیکردنه وه و ههله وه فیرون ورده ورده رود دات، له گه ل ههول ده دوباره کان، که به که مکردنه وهی کات یان ژماره ی ههله کان ده پیوریت، به که م وه لامه کان ده بنه، به هیزکردن و دوباره کردنه وه په یوه ندیه ده ماریه کانی نیوان هاندر و وه لای به هیزکراو، به هیزی وه لامه که به هیز ده که ن. (بریک، ۲۰۱۶، ۱۸).

رێکاره کانی نهجامدانی توژیینه وه که

3.1: ریبازی توژیینه وه که

له و توژیینه وه یه دا توژیهر ریبازی په سنی-په یوه ندی به کارهیناوه چونکه گونجاوه له گه ل ئامانجه کانی.

3.2: کۆمه لگه ی توژیینه وه که

کۆمه لگه ی توژیینه وه که سه رجه م خویندکارانی زانکوی کۆیه بو سالی خویندنی (2024-2025) ده گریته وه به گشت فاکه لتی و به شه کانیه وه که ژماره یان (۴۷۳۹) خویندکاره وه کو له خشته ی ژماره (۱) دا خراوه ته پرو.

خشته ی ژماره (۱)

کۆمه لگه ی توژیینه وه که

ژماره	فاکه لتی	ژماره ی خویندکار
1	پهروه ده	۱۰۹۴
2	زانست و ته ندروستی	۱۰۵۵
3	ئه ندازیاری	۷۵۱
4	زانسته مرؤفایه تیه کان و کۆمه لایه تیه کان	۹۶۳
5	پزیشکی	۵۹۷
6	پهروه ده ی جه سته یی و زانسته وه رزشیه کان	۲۷۹
کۆی گشتی	۶	۴۷۳۹

3.3: نمونه‌ی توئینه‌وه‌که

توئیره به شیوه‌یهی ههرمه کی ساده که شیوازیکی بنه‌رتی نمونه‌گرتنه که ههموکه‌سێک له کۆمه‌لگا ههمان ئه‌گه‌ری هه‌لبژاردنی هه‌یه (Babbie, 2020) فاکه‌لتی (زانسته کۆمه‌لایه‌تیه‌کان و مرۆفایه‌تیه‌کان) هه‌لبژارد، نمونه‌ی توئینه‌وه‌که بریتیه‌له (500) خوئیندکار له فاکه‌لتی زانسته مرۆفایه‌تی و کۆمه‌لایه‌تیه‌کان که (237) له ره‌گه‌زی مێ و (263) له ره‌گه‌زی نێر بون که به شیوه‌ی ههرمه‌کی چینی گونجاو هه‌لبژدراوه، وه‌کو له خشته‌ی ژماره (2) رون کراوه‌ته‌وه، به‌شی یاسا قوناعی پینجی ته‌نها 10 خوئیندکارن له‌به‌رئه‌و هۆکاره توئیره‌به‌باشی زانی قوناعی پینجی وه‌رنه‌گریت وه‌کو له خشته‌ی ژماره (2) دا روناکراوه‌ته‌وه

خشته‌ی ژماره (2)

نمونه‌ی توئینه‌وه‌که

کۆی فه‌که‌لتی	کۆ	چوار		سێ		دو		یه‌ک		به‌ش
		مێ	نێر	مێ	نێر	مێ	نێر	مێ	نێر	
500										
	121	12	17	16	15	10	20	18	13	یاسا
	82	7	13	12	8	8	13	9	12	ژمیریاری
	111	14	16	13	15	9	17	9	18	کارگیزی
	186	24	20	29	17	18	28	26	24	ئینگیزی
	500									

3.4: ئامرازه‌کانی کۆکردنه‌وه‌ی زانیاری توئینه‌وه‌که:

بۆ گه‌یشتن به ئامانجه‌کانی توئینه‌وه‌که وا پپوئست بو توئیره بۆ پپوانه‌کردنی هه‌ریه‌ک له (چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌کان) و (خودکارای) پپوانه‌ی گونجاو ئاماده‌بکات، هه‌روه‌ک له خواره‌وه روناکراوه‌ته‌وه:

3.4.1: پپوه‌ری خودکارای:

به پپو زانیاری توئیره له‌به‌ر نه‌بونی پپوه‌ریکی گونجاو له کۆمه‌لگه‌ی کوردی بۆ خودکارای لای خوئیندکارانی زانکۆ، به‌ره‌و کرداری بنیاتنان ئاراسته‌ی گرت.

(Allen & Yen) ئاماژه به‌وه ده‌که‌ن که کرداری بنیاتنانی هه‌ر پپوه‌ریک به‌گشتی به‌چوار

قوناعی سه‌ره‌کیدا ده‌روات:

1. پلاندانان بۆ پپوه‌ره‌که: ئه‌مش به‌دیاری کردنی ره‌هه‌نده‌کان که بره‌گه‌کان له‌خۆ ده‌گریت.

2. دارشتنی بره‌گه‌کان به‌سه‌ر ته‌وه‌ره‌کان.

3. جیبه‌جیکردنی بره‌گه‌کان له‌سه‌ر نمونه‌یه‌ک له کۆمه‌لگه‌ی توئینه‌وه‌که.

4. شیکارکردنی بره‌گه‌کانی پپوه‌ره‌که. (Yen & Allen, 1979, 118-119)

3.4.1.2: ئه‌نجامدانی تایبه‌تمه‌ندییه‌ سایکۆمه‌ترییه‌کان بۆ پپوه‌ره‌که**3.4.1.3: دیاریکردنی راستگۆی: (Validity)**

راستگویی بریتیه له بریاردان یان خهملاندنیک بو پپوانه یه ک، ئایه ئه وهی مه به سستییه تی ده بیپویتی (Swerdlik, 2009, 172) له بوارنیک دیاریکراو.

له گهل ئه وه شدا راستگویی یه کیکه له تایبه تمه ندیه گرنکه کانی پپوانه و پپوسته ره چاوبکریتی کاتیک ئامرازیک ئاماده کهیت یاخود بو به کارهیتان هه ئیده بزیریت، چونکه له هه موشتیک زیاتر تویتزه ره کان ده یانه ویت زانیاری له رینگه ی ئامرازیکه وه به ده ست بهین بو ئه وهی ئامانجه که ی به دیبیت (Fraenkel et al, 2011, 147)

دیاریکردنی راستگویی رواله تی (Face- Validity):

راستگویی رواله ت هه ئسه نگاندنیک خوددیه که که سانی پپور بو ئه و پپوانه ی که دانراوه ئه نجامی ده دن له باره ی ئه وهی که برکه کانی پپوانه که په یوه ندیدارن به بابته ی پپوانه که و راده ی گونجاوی و رونی (Oluwatayo, 2012, p391-400) برکه کان دیاری ده کات.

بو ئه م مه به سته تویتزه برکه کانی پپوه ره که ی خسته به رده ستی شاره زایان و پپورانی بواری په روه ره ده ورونزانی داویان لیکراو بو چونی خوین سه باره ت به گونجاوی و نه گونجاوی برکه کان و بژارده کان ده ریرن و هه ر گورانکاریه کی پپیان باشه پپیشنیزی دوا ی وه رگرتنی رای شاره زایان و ئه نجامدانی هه ندیک گورانکاری له برکه کان تویتزه راستگویی رواله تی دوزیه وه که رنزه که ی (93.8%) بو.

3.4.1.4: جینگیری پپوه ره که (reliability)

جینگیری واتا راده ی له یه کچونه به شیوه یه کی ناوه کی وتا چه ند تا قیکردنه وه که هه مان ئه نجامی له یه کچو ده دات له کاتی دوباره جیه جیکردنیدا (Pa1, 2020, 80).

تویتزه چه ند جوړنیک جیاوازی جینگیری بو پپوانه که ئه نجامداوه که بریتین له:

یه که م: جینگیری ناوه کی (Cronbach's Alpha)

به رینگه ی ئه لفاکرؤنباخ جینگیری ناوه کی دوزیه وه بو ئه و مه به سته پپوه ره که ی دابه شکاراوه به سه ر (310) خویندکار ده رکه وت جینگیری پپوه ره که به ها که ی (0.862)، که ئه مه ش به هایه کی به رزه.

دوهم: جینگیری به رینگه ی دوباره تا قیکردنه وه (test-retest)

به مه به سستی دیاریکردنی جینگیری پپوانه ی تویتزه جینگیری بو پپوانه که به شیوازی رینگه ی دوباره جیه جیکردنه وه ئاشکرا کرد، له رنکه ووتی (2020-2-10) بو جاری یه که م پپوانه که ی به سه ر (100) فیرخواز جیه جیکرد، که به شیکیبون له کومه لگه ی تویتزه وه که ی دوا ی تپه ر بونی (16) رۆژ و له رنکه ووتی (2020-2-26) دوباره پپوانه که له سه ر هه مان نمونه جیه جیکرایه وه، دواتر په یوه ندی له نیوان ئه نجامدانی یه که م و دوهم له رینگه ی هاوکۆلکه ی په یوه ندی پپرسون (Person) وه دوزرایه وه، له ئه نجامدا به های په یوه ندی نیوان ئه نجامدانی یه که م و دوهم بریتی بو له (0.911). ئه مه ش په یوه ندی کی به هیزه و ئامازه یه بو ئه وهی که جینگیری پپوانه که به رزه وه کو له خسته ی ژماره (3) دا خراوه ته رو.

خسته ی ژماره (3)

جینگیری پپوانه که به رینگه ی دوباره تا قیکردنه وه

پپوه ر	تا قیکردنه وه	ژماره ی نمونه	ناوه ندی ژمیره ی	لادانی پپوه ری	ئاستی به لگه داری	به های پپرسون Pearson
--------	---------------	---------------	---------------------	-------------------	----------------------	--------------------------

خودکارایی	یه کهم	۱۰۰	۷۱,۲۵	۱۰,۱۵	۰,۰۰	۰,۹۱۱**
	دوهم	۱۰۰	۷۱,۱۴	۱۰,۱۵		

۳.۵: تایبه تمه نندیه کانی کۆتایی پپوهره که

دوای ئەنجامدانی هه مو هه ننگاوه کان و تایبه تمه نندیه سایکۆمه تریه کان پپوهره که پیکدیته له (19) برگه و دابه شکراره به سه ر چوار ره هه نندا، ره هه ندی شاره زابون له ئەزمون برگه کانی (7-1)، ره هه ندی ئەزمونی ناراسته وخۆ برگه کانی (8-11) و ره هه ندی ئەزمونی کۆمه لایه تی برگه کانی (12-15) و ههروه ها ره هه ندی ئەزمونی باری فیزیۆلۆژی و سۆزداری که برگه کانی (13-19) ده گرتیه وه، پپوهره که پینج بژارده ی هه یه که بریتین له (هه میشه، زۆرجار، هه ندی کجار، به ده گمه ن، هه رگیز) به دانانی ژماره (5، 4، 3، 2، 1) به شیوه یه کی زنجیره یی بۆ برگه ی ئەرتینی و به هه مان زنجیره به لام به پپچه وانوه بۆ برگه ی نهرتینی به وهش به رزترین نمره خۆتندکار به ده ستیه یینت بریتیه له (95) و نزمترین نمرهش بریتیه له (19)

3.6: پپوهری چاره سه رکردنی کیشه:

تویژه ر پپوهریکی جیهانی هینا به زمانی ئنگلیزی بۆ پپوهانی گۆراوی (چاره سه رکردنی کیشه)، پپوهره که له لایه ن (Cross, Bacon, morris) ئاماده کراوه و له (۱۰) برگه پیکهاتبو (۲) ره هه ندی هه یه ره هه ندی یه که میان به ناوی چاره سه ر چاره سه رکردنی کیشه ی سه ره به خۆ ده پپویت و برگه کانی (۱، ۳، ۴، ۸، ۹) ره هه ندی دوهم چاره سه رکردنی کیشه پشت به ستو به کهسانی تر ده پپویت برگه کانی (2، 5، 6، 7، 10) بژارده ی هه یه (زۆر نارازیم، نارازیم، تاراده یه که نارازیم، بئیلایه ن، تاراده یه که رازیم، رازیم، زۆر رازیم) هه مو برگه کان ئەرتین.

3.6.1: بنه ما زانسته کان بۆ پپوهری چاره سه رکردنی کیشه:

یه کهم: راستگۆی وه رگێرانی پپوهره که

بهمه بهستی دیاریکردنی راستگۆی وه رگێرانی پپوهره که درا به چهند شاره زایه کی زمانه وانی، پپوهره که درا به شاره زایه کی زمانی ئینگلیزی بۆ ئەوهی پپوهره که وه رگێرته سه ر زمانی کوردی، دوا به دوای ریکخسته ی برگه ی وه رگێردراوه کان له گه ل ناوه رۆکه ئینگلیزیه که.

بۆ مه بهستی به دیهینانی راستگۆی وه رگێرانی پپوهره وه رگێردراوه که خرایه به رده ست شاره زایه کی زمانی ئینگلیزی و کوردی به مه بهستی گه رانه وه و وه رگێرانی بۆ زمانی ئینگلیزی، دواتر تویژه هه ر دو ناوه رۆکه ئینگلیزیه که ی (ره سه ن و وه رگێردراو) داوه ته پسپۆریک له بواری ده رونزانی و شاره زا له زمانی ئینگلیزی بۆ دنیابون له راستگۆی وه رگێرانی و دروستی برگه کانی پپوهره که، ئینجا تویژه ریژه ی سه دی بۆ برگه کان ده رهینا و ریژه که ی گه یشته (۵، ۸۴٪).

دوهم: راستگۆی رواله تی پپوهره که (Face-Validity):

باشترین هۆکار بۆ دنیابون له راستی برگه کان بۆ به کارهینانیان ئەوه یه، که چهند پسپۆریکی شاره زا خه ملاندن بکه ن بۆ راستیه که ی له پپوهانه کردنی ئەو تایبه تمه نندیانه ی که ده بیت بپپویت (Connell, et, al., 2018: 1894)، له پپناو سه لماندنی یان ده رهینانی راستگۆی و دروستی ئامرازه که، تویژه راپوچون و تیبینیه کانی شاره زایانی وه رگرت بۆ پپوهری چاره سه رکردنی کیشه، له سه ر ئەوهی تاجه ند رون و گونجاون بۆ به دیهینانی ئامانجه کانی تویژینه وه که سه رته تا پپوهره که ی خسته به رده ست کۆمه لیک پسپۆر له بواری په روه رده و ده رونزانی، داوایان لیکرا راپوچونی خۆیان

سه‌بارت به گونجاوی و نه‌گونجاوی بره‌گه‌کان و بژارده‌کان دهریرن و ههر گۆرانکاریه‌کی پییان باشه پیشنیازی بکه‌ن، توپژهر پستی به ریژه‌ی (70%) به‌ره‌و سهری کوی ده‌نگی نیوان هه‌سه‌نگه‌ینه‌ران به‌ست به گونجاوی بره‌گه‌کان، دوی ئه‌وه‌ی راوبۆچونی و پیشنیازی هه‌سه‌نگه‌ران وهرگیرا بۆ گۆرینی هه‌ندی وشه‌و چاکردنی هه‌ندی بره‌گه‌ له روی ناوه‌رۆک، دواتر ریژه‌ی راستگۆی روله‌تی بۆ دۆزیه‌وه که ریژه‌که‌ی (96,20%).

3.6.2: دیاریکردنی جیگیری Reliability

جیگیری واتا راده‌ی له یه‌کچونه به‌شیه‌یه‌کی ناوه‌کی و تا چه‌ند تاقیکردنه‌وه‌که هه‌مان ئه‌نجامی له یه‌کچو ده‌دات له‌کاتی دوباره جیبه‌جیکردنیدا (Pa1,2020,80).

توپژهر چه‌ند جۆریکی جیگیری ئه‌نجام داوه که بریتین له مانه‌ی خواره‌وه:

یه‌که‌م: ریگه‌ی ئه‌لفا کرۆنباخ (Cronbachs' Alpha)

بۆ دلنیابون له جیگیری پیوه‌ری چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌کان توپژهر پستی به‌هاوکۆلگه‌ی (ئه‌لفا کرۆنباخ) به‌ست، که ئه‌م جۆره‌هاوکۆلگه‌یه‌ ئاستی گونجاوی بره‌گه‌کان له‌گه‌ل یه‌کتري دهرده‌خات، واته‌ تاچه‌ند بره‌گه‌کان هه‌مان بابته‌ پیوانه‌ ده‌که‌ن و په‌یوه‌ندیه‌کی ئه‌رئینان به‌یه‌که‌وه‌هه‌یه (Lee J. Cronbach, 1951, 334-297). پاش ئه‌نجامدانی تاقیکردنه‌وه‌ی سهره‌تای له‌سه‌ر نمونه‌یه‌ک که به‌شیک بون له کۆمه‌لگه‌ی توپژینه‌وه‌که و پیکهاتبون له ره‌گه‌زی نپرو مژماره‌یان (50) فیرخواز بو، له ریگه‌وتی (9-12-2024). دوی وهرگرتنی وه‌لامه‌کان، دهرکه‌وت که جیگیری پیوه‌ره‌که به‌هاکه‌ی (839) بو.

دوهم: ریگه‌ی دوباره جیبه‌جیکردن (Test-retest)

به‌مه‌به‌ستی دیاریکردنی جیگیری ریگه‌ی دوباره جیبه‌جیکردنه‌، له ریگه‌وتی (10-2-2025) بۆ جاری یه‌که‌م پیوانه‌که‌ی به‌سه‌ر (100) فیرخواز جیبه‌جیکرد، که به‌شیکبون له کۆمه‌لگه‌ی توپژینه‌وه‌که‌ی و دوی تیپهر بونی (16) رۆژ، له ریگه‌وتی (26-2-2025) دوباره پیوانه‌که‌ له‌سه‌ر هه‌مان نمونه جیبه‌جیکرایه‌وه، دواتر په‌یوه‌ندی له نیوان ئه‌نجامدانی یه‌که‌م و دوهم له ریگه‌ی هاوکۆلگه‌ی په‌یوه‌ندی پیرسون (Person) هوه‌ دۆزرایه‌وه، له ئه‌نجامدا به‌های په‌یوه‌ندی نیوان ئه‌نجامدانی یه‌که‌م و دوهم بریتی بو له (0,718). ئه‌مه‌ش په‌یوه‌ندیه‌کی به‌هیزه‌ و ئاماژه‌یه‌ بۆ ئه‌وه‌ی که جیگیری پیوانه‌که به‌رزه هه‌روه‌ک له خسته‌ی ژماره‌ (4) دا خراوه‌ته‌رو.

خسته‌ی ژماره‌ (4)

جیگیری به‌ ریگه‌ی دوباره ئه‌نجام دان بۆ پیوه‌ری چاره‌سه‌رکردنی کیشه

ئه‌نجامدان	ژماره‌ی نمونه	ناوه‌ندی ژمیهری	لادانی پیوه‌ری	به‌های په‌یوه‌ندی	ئاستی به‌لگه‌داری
یه‌که‌م	100	48,070	6,09	0,718**	0,00
دوهم	100	48,490	6,91		

3,7: تایه‌تمه‌ندیه‌کانی کۆتایی پیوه‌ره‌که

دوی ئه‌نجامدانی هه‌مو ریکاره‌کان پیوه‌ره‌که پیکدیت له پیوه‌ره‌که له (10) بره‌گه‌ و هه‌مو بره‌گه‌کان ئه‌رئینان، له (2) ره‌هه‌ند پیکهاتوه، ره‌هه‌ندی یه‌که‌م (چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌ سه‌ربه‌خۆ) که بره‌گه‌ی (1,3,4,8,9) ده‌گرته‌وه، ره‌هه‌ندی دوهم (چاره‌سه‌رکردنی کیشه‌ پشت به‌ستو به‌که‌سانی تر) که بره‌گه‌ی (2,5,6,7,10) ده‌گرته‌وه به‌های بژارده‌کان

بریتیه له (۱,۲,۳,۴,۵,۶,۷) به هه مان ریزبهندی بۆ ههر (۱۰) برگه که به وهش بهرترین نمره خویندکار به ده ستهینیت بریتیه له (70) و نزمترین نمرهش بریتیه له (10).

3.8: ئەنجامدانی توئینهوه که به شیوهی کۆتایی

توئهر له ریککهوتی (۶-۴-۲۰۲۵) ده ستهکرد به جیبه جیکردنی پئوانه کانی توئینهوه که ی به سهر نمونهی توئینهوه که یدا، که پیکهاتبون له فیرخووانی زانکوی کۆیه له ههر دو ره گهزی نپرو می ژماره یان (۵۰۰) خویندکار بو، ئەنجامدانه که له ریککهوتی (۱۲-۴-۲۰۲۵) کۆتای هات.

3.9: ئامرازه ئاماریه کان:

ئامرازه ئاماریه کان: هه گبهی ئاماری (SPSS.V27) بۆ زانسته مرؤفایه تی و کۆمه لایه تیه کان به کارهینرا:

۱. هاوکۆلکهی جیگیرپی ئەلفا کرؤنباخ (Cronbach's Alpha) بۆ دۆزینهوهی جیگیرپی ناوه کی.
۲. ریزه ی سه دی (Percentage) بۆ ئامارکردنی ریزه ی ره زامه ندی پسه پوران و شاره زیان به کارهات.
۳. دوباره بونه وه (Frequency) بۆ دۆزینهوهی ریزه ی دوباره بونه وهی هه لپژارده کان بۆ ههر یه ک له پئوه ره کان.
۴. ناوه ند و لادانی پئوه ری (Mean – Standard Deviation) بۆ دۆزینهوهی ئاستی هه ریه ک له گؤراوه کان به شیوه یه کی گشتی و ره هه نده کان یان.
۵. ئەزمونی (t) تائی بۆ دو نمونه ی سه ره به ست (Independent Sample T – Test) بۆ دۆزینهوهی ئاستی هه ریه ک له گؤراوه کان به یپی گؤراوی دوی بۆ نمونه گؤراوی (ره گه ز).
۶. هاوکۆلکهی په یوه ندی پیرسه ن بۆ دۆزینهوهی په یوه ندی له نیوان گؤراوی (یه که م) و گؤراوی (دوه م) به شیوه یه کی گشتی و په یوه ندی له نیوان ره هه نده کان یان.
8. One way-ANOVA به مه به ستی دۆزینهوهی جیاوازی له ئاستی گؤراوه کان به یپی قونای خویندن.

خسته نه روی ئەنجامه کان و شیکردنه وه یان

۴,۱: سه به ره ت به ئامانجی یه که م: که بریتی بو له زانیی جیاوازی له ئاستی خودکارایی له لای خویندکارانی زانکۆ.

توئهر بۆ گه یشتن به م ئامانجه رونه کردنه وهی ئاماری (Descriptive Statistics) ی به کارهینا بۆ خودکارایی به شیوه یه کی گشتی، که تیایدا هه ریه که یان ناوه ند و لادانی پئوه ری بۆ دۆزیه وه، ده رکه وت خودکارایی به شیوه یه کی گشتی ناوه ند (۷۰,۹۲) لادانی پئوه ری (۹,۸۹) بو دواتر خودکارایی به شیوه یه کی گشتی ناوه ندی گؤرانی تۆماری بۆ دۆزرایه وه بۆ زانیی ئاسته که ی، ده رکه وت به شیوه یه کی گشتی خودکارایی ناوه ندی گؤرانی تۆماری (۳,۷۳) بو، ئەمه ش ئەوه ده رده خات که نمونه ی توئینه وه که ئاستی خودکارایی به رزه وه کو له خسته ی ژماره (5) دا رونه کراوه ته وه.

خسته ی ژماره (5)

ئاستی خودکارایی له لای خویندکارانی زانکۆ

قه باره ی نمونه که	ناوه ند	لادانی پئوه ری
۵۰۰	۷۰,۹۲	۹,۸۹

تويژەر ھۆكاري ئەم ئەنجامە بۆ ئەو دەگەرپتەووە نمونەى ھەلبژێردراو كە خويئندكارى زانكۆن، ئەوانيش تويژيكي خويئندەوارو ھۆشيارن ئەمەيش بابەتتيكي سروشتييه، بەو پييهى خودكارايي ئەرنيان ھەيه، ھەوھە ھاتنى خويئندكار بۆ قۇناغى زانكۆ واتە گرینگترين ئارەزوەكانى لە ژياندا بە ديھتئاوہ و ئەميش وا دەكات ھەست بە خۆى و كەسايەتتي خۆى بكات، جگە لەمەش زانكۆ ئازادى مامەلكردن و دەرفەت بۆ خويئندكار دەرخسنييت بۆ ئەوہى بەشداری كارو چالاكايەكان بكات پشت بەخۆى بەستت، ھەروھە مامۆستاكان ھيچ جۆرئك لە توندو تپژى يان ييريزى بە خويئندكاران ناكەن ئەمەش واى كردوہ خويئندكار لە كەشئكي ئارام و ھاورنيانەدان، بۆ ئەرك و چالاكايە زانستايەكانيان، دەتوان سەردانى ورك شوپ و سمينارو كتيپخانە ناوہندى زانكۆ بكەن سەرچاوەى زانستيان دەست بكەويت بيبەرامبەر، ئەمەش وادەكات خودكارايييان بەرز ببت.

4.2: ئامانجى دوہم: زانيني ئاستى چارەسەرى كيشە لەلای خويئندكارانى زانكۆ

تويژەر بۆ گەيشتن بەم ئامانجە رونکردنەوہى ئامارى (Descriptive Statistics) ى بەكارھينا بۆ چارەسەکردنى كيشە بە شيوہيەكى گشتى، كە تيايدا ھەريەكەيان ناوہند و لادانى پيوہرى بۆ دۆزيوہ، دەرکەوت چارەسەركردنى كيشە بە شيوہيەكى گشتى ناوہند (70.92) لادانى پيوہرى (9.89) بو، دواتر بۆ چارەسەرى كيشە بە شيوہيەكى گشتى، ناوہندى گۆرانى تۆمارى بۆ دۆزرايوہ بۆ زانيني ئاستەكەى، دەرکەوت بە شيوہيەكى گشتى چارەسەرى كيشە ناوہندى گۆرانى تۆمارى (4.40) بو، ئەمەش ئەوہ دەردەخات كە نمونەى تويژينەوہكە ئاستى چارەسەرى كيشە لە ئاستى تارادەيەك رازيم بارى نزم وەكو لە خشتەى ژمارە (6) دا خراوہتەرو.

خشتەى ژمارە (6)

خستنەپروى ئاستى چارەسەرى كيشە لەلای خويئندكارانى زانكۆ

چارەسەرى كيشە	ژ.بەرگە	ناوہند	لادانى پيوہرى	ناوہندى گۆرانى تۆمار Transfer record
چارەسەرى كيشە	10	44.03	12.49	4.40

4.3: ئامانجى ستيەم: زانيني جياوازى لە ئاستى خودكارايي لەلای خويئندكارانى زانكۆ بەپيى گۆراوہكانى رەگەز و

رازيبون لە بەش.

يەكەم: بەپيى رەگەز

دواى شيكردنەوہى داتاكان بە بەكارھينانى ئامرازى ئامارى (Independent Sample T-test) لەئەنجامدا دەرکەوت، ناوہندى رەگەزى نير گەيشتە (71.02) و لادانى پيوہرى (10.31) ناوہندى رەگەزى مئ گەيشتە (70.80) و لادانى پيوہرى (9.43) ھەروھە بەھاي (t) گەيشتە (0.225) نمرەى ئازادى (498) لەبەر ئەوہى بەھاي (p=0.087) گەورەترە لە (0.05) كەواتا ھيچ جياوازيەكى بەلگەدارى ئامارى نيە لە ئاستى خودكارايي بەپيى رەگەز وەكو لە خشتەى ژمارە (7) خراوہتەرو.

خشتەى ژمارە (7)

دۆزينەوہى جياوازى لە ئاستى خودكارايي بە پيى گۆراوى رەگەز

ئاستى خودكارايي	رەگەز	ژ.نمونە	ناوہند	لادانى پيوہرى	نمرەى ئازادى	بەھاي (t)	ئاستى بەلگەداى (sig)
	نير	263	71.02	10.31	498	0.225	0.87

	0.226		9.43	70.80	237	م	
--	-------	--	------	-------	-----	---	--

توێژهر پێی وایه نه بونی جیاوازی به لگه داری ئاماری لای فیرخوازان ده گه پێته وه بو ئه وهی ههر دو ره گه ز له م قوناغه دا هه مان بیرکردنه وه یان هه یه، چونکه ته مه نیان له یه کتره وه نزیکه و بهرکه وته ی ئه زمونی پهروه رده ی کۆمه لایه تی هاوشیوه یان هه یه و له هه مان که ش وهه وای زانکۆ ده ژین، له کۆمه لگای ئیستادا خیزان یارمه تی ده ری سه ره کی منداله کانیان تاوه کو به رده وام بن له خوێندن، ئه مه ش هۆکارێکی کاراو گرینگه تاوه کو خوێندکار زیاتر به ره و به کارو چالاکیه کانی بدات و پشت به خودی خوێ ببه ستیت بو جێبه جێکردنی ئه رکه کانی، ههروه ها ئه و مامه له ئازادی و هاوڕیبه تی له نیوان مامۆستا و فیرخوازان هه یه وای کردوه که شیکی پر له زانستی بره خسینیت بو فیرخواز.

دوهم: به پێی رازیون له به ش

دوای شیکردنه وه ی داتاگان به به کارهینانی ئامرازی ئاماری (Independent Sample T-test) له ئه نجامدا ده رکه وت، ناوه ندی ئه و که سانه ی له به ش رازین گه یشته (٤٣,٨٠) و لادانی پێوه ری (١٢,٨٥) ناوه ندی ئه وانیه له به ش رازی نین گه یشته (٤٤,٢٤) و لادانی پێوه ری (١١,٨٦) ههروه ها به های (t) گه یشته (٠,١٦١) نمره ی ئازادی (498) له بهر ئه وه ی به های (p=0.702) گه وهرته ره له (0.05) که واتا هه یج جیاوازیه کی به لگه داری ئاماری نیه له ئاستی خودکارایی به پێی گۆراوی رازیون له به ش وه کو له خشته ی ژماره (8) خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (8)

دۆزینه وه ی جیاوازی له ئاستی خودکارایی به پێی گۆراوی رازیون له به ش

خودکارایی	رازیون له به ش	ژ.نمونه ه	ناوه ند	لادانی پێوه ری	نمره ی ئازادی	به های (t)	ئاستی به لگه دای (sig)
	به ئی	٣٠٩	70,86	10.31	498	-٠,٣٨٣	٠,٧٠٢
	نه خیر	١٨٧	71,01	٤٤,٢٤			

4.4: ئامانجی چوارهم: ئاشکرکردنی جیاوازی به لگه داری ئاماری له ئاستی چاره سه ری کیشه ی به پێی گۆراوه کانی (ره گه ز و رازیون له به ش) یه که م: به پێی ره گه ز

دوای شیکردنه وه ی داتاگان به به کارهینانی ئامرازی ئاماری (Independent Sample T-test) له ئه نجامدا ده رکه وت، ناوه ندی ره گه زی نیر گه یشته (٤٤,٤١) و لادانی پێوه ری (١٢,٧٦) ناوه ندی ره گه زی م گه یشته (٤٣,٠٦) و لادانی پێوه ری (١٢,١٨) ههروه ها به های (t) گه یشته (٠,٧٢٤) نمره ی ئازادی (498) له بهر ئه وه ی به های (P=0.067) گه وهرته ره له (0.05) که واتا هه یج جیاوازیه کی به لگه داری ئاماری به دینا کریت له ئاستی چاره سه ری کیشه به پێی گۆراوی ره گه ز وه کو له خشته ی ژماره (9) خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (9)

خستنه روی جیاوازی له ئاستی چاره سه ری کیشه به پێی گۆراوی ره گه ز

ئاستی چاره سه ری کیشه	ره گه ز	ژ.نمونه	ناوه ند	لادانی پێوه ری	نمره ی ئازادی	به های (t)	ئاستی به لگه دای (sig)
	نیر	٢٦٣	٤٤,41	١٢,٧٦	٤٩٨	٠,٧٢٤	٠,٦٧
	م	٢٣٧	43,60	١٢,١٨			

توێژهر پێی وایه نه بونی جیاوازی به لگه داری ئاماری لای فیرخوزان ده گهریتتهوه بو ئهوی ههر دو ره گهز هه نوێ چاره سه ر کردنی کیشه کانیا ن ده دن بو ئهوی خو یان بگونجین له گه ل گورانکاریه کانی ژیا ن و چاره سه ری گرفته کان له هه ر بارودووخیکدا بی ت، ههروه ها ئه و دروست بونی ژینگه یه کی کومه لایه تی هۆکارێکی گرینگه تاوه کو فیرخوزان به شتی پ ببه ستن بو هه مو ئه و ئاله نگه رانه ی که له ژیا ن روه بروی ده بیته وه.

به پێی رازیون له بهش.

دوای شیکردنهوهی داتاگان به بهکارهێنانی ئاماری ئاماری (Independent Sample T-test) له ئه نجامدا ده رکه وت، ناوه ندی ئه و که سه نه ی له به شه که یان رازین گه یشته (70,86) و لادانی پتوه ری (9,28) ناوه ندی ئه وانه ی له به شیا ن رازی نین گه یشته (71,01) و لادانی پتوه ری (10,93) ههروه ها به های (t) گه یشته (-0,169) نمره ی ئازادی (498)، له بهر ئه و هه ی به های (P=0.866) گه وره تره له (0.05) که واتا هه یج جیاوازی به لگه داری ئاماری به دی نا کریت له ئاستی چاره سه ری کیشه به پێی گۆراوی رازیون له بهش وه کو له خشته ی ژماره (10) خراوه ته رو.

خشته ی ژماره (10)

خسته روی جیاوازی له ئاستی چاره سه ری کیشه به پێی گۆراوی رازیون له بهش

چاره سه ری کیشه	رازیون له بهش	ژ. نمونه	ناوه ند	لادانی پتوه ری	نمره ی ئازادی	به های (t)	ئاستی به لگه دای (sig)
	به ل	309	43,80	9,21	498	-0,169	0,866
	نه خیر	187	44,24	10,93			

توێژهر ئه و ئه نجامه بو ئه وه ده گهریتتهوه بو ئه و هه ی فیرخوزان به شیکه ی زوریان به ئاره زوی خو یان ئه و به شه یان هه ل بژاردوه.

4.5: ئامانجی پینجه م: دۆزینه وه ی په یوه ندی له نیوان خودکارایی و چاره سه ری کیشه له لای نمونه ی توێژینه وه که

دوای کۆکردنهوهی داتاگان و بهکارهێنانی بهرنامه ی (SPSS) و ئاماری ئاماری (Pearson) له ئه نجامدا ده رکه وت به های په یوه ندی (Pearson) له نیوان خودکارایی و توانای چاره سه ری کیشه بریتیه له (0.89) له ئاستی به لگه داری ئاماری (0.04) و رێژه ی هه له (0.01)، واتا راسته وانه ی به هیز له نیوان خودکارایی و توانای چاره سه ری کیشه، واتا تا خوکارایی بهرتر بیت توانای چاره سه ری کیشه بهرتر ده بیت. ههروه ک له خشته ی ژماره (11) رونه کراوه ته وه

خشته ی ژماره (11)

ده رخسته ی په یوه ندی نیوان خودکارایی و توانای چاره سه ری کیشه

پتوانه	ژماره ی نمونه	ناوه ندی ژمیره یی	لادانی پتوه ری	به های په یوه ندی پیرسه ن	ئاستی به لگه داری (Sig)	رێژه ی هه له
خودکارایی توانای چاره سه ری کیشه	0.00	70.02	9.89	0.89	0.014	0.001
		44.03	12.49			

دهرته نجام و راسپارده و پشنياره کان

5.1: دهرئه نجامه كان

- 1- دهركهوت ئاستى خودكاراپى لای خویندكارانى زانکۆى كۆيه له ئاستىكى باشدايه و لىي رازين.
- 2- جياوازي به لنگه دارى ئامارى له ئاستى خودكاراپى بهدى ناکریت به پىي گۆراوى ره گهز.
- 3- جياوازي به لنگه دارى ئامارى له ئاستى خودكاراپى بهدى ناکریت به پىي گۆراوى رازيون له بهش.
- 4- دهركهوت ئاستى چاره سهرى كيشه لای خویندكارانى زانکۆى كۆيه له ئاستىكى باشدايه و لىي رازين.
- 5- جياوازي به لنگه دارى ئامارى له ئاستى چاره سهرى كيشه بهدى ناکریت به پىي گۆراوى ره گهز.
- 6- جياوازي به لنگه دارى ئامارى له ئاستى چاره سهرى كيشه بهدى ناکریت به پىي گۆراوى رازيون له بهش.
- 7- دهركهوت په يوه ندىه كى راسته وانهى به هيز له نيوان خودكاراپى و توانای چاره سهرى كيشه ههيه لای خویندكارانى زانکۆ.

5.2: راسپارده كان:

- توێژه دواى ئه وهى گهيشته ئه نجامه كان له ژير رۆشناى ئه وه ئه نجامانه ئه وه راسپاردانهى خواره وه ده كات:-
- 1- وهزارهتى خویندىن بالا پلانىكى توكمه و هه مه لايه ن دابنیت بۆ چۆنيه تى بهرز كردنه وهى ئاستى توانای چاره سهرى كيشه كان لای خویندكاران.
 - 2- ريكخراوه كانى بواری پهروه ده و فيركردن سمينارى جوړاو جوړ و به سود ئه نجام بدن بۆ خویندكارانى زانکۆ دهر باره ی بهرز كردنه وهى ئاستى خودكاراپى و توانای چاره سهرى كيشه كان .
 - 3- هوشيار كردنه وهى خویندكارانى زانکۆ له لايه ن مامۆستايانه وه بۆ چۆنيه تى بهرز كردنه وهى ئاستى خودكاراپى و توانای چاره سهرى كيشه كان.

3-5: پيشنيازه كان:

- 1- هه مان توێژينه وه له زانکۆكانى تری كوردستان ئه نجام بدریت و نمونه ی توێژينه وه كه فراوانتر بكریت.
- 2- ئه نجام دانى توێژينه وه دهر باره ی په يوه ندى خودكاراپى به (ريزگرتنى خود، كارامه ی چاره سهرى كيشه كان، هوشيارى خود، به ديه يتنانى خود).
- 3- ئه نجام دانى توێژينه وه دهر باره ی په يوه ندى توانای چاره سهرى كيشه به (ريزگرتنى خود، كارامه ی چاره سهرى كيشه كان، هوشيارى خود، به ديه يتنانى خود).
- 4- ئه نجام دانى توێژينه وه له سهر خودكاراپى و توانای چاره سهرى كيشه كان له ناوه نده كانى تری خویندن.

ليستى سه رچاوه كان

- مسته فا، سايه (٢٠٢١). هه نگاوه كانى چاره سهرى كيشه . وه رگيراه له <https://zaniary.com/blog/613dede103f38> ريكه وتى ١٣-١١-٢٠٢٤.
- ابراهيم، ايمان يونس (٢٠٢٠). مهارت تفكير حل المشكلات لدى طفل الروضة.
- أبو عطا، منذ يوسف سلمان (٢٠١٧). فاعلية الذات والتفكير الإيجابي وعلاقتها بالدعم النفسي الاجتماعي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في محافظات غزة. الجامعة الإسلامية، غزة، كلية التربية، قسم علم النفس.
- بريك، نوال (٢٠١٦). أسلوب حل المشكلات وعلاقته بقلق المستقبل لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. رسالة ماجستير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.
- جروان، فتحي عبد الرحمن (١٩٩٩). تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقاته، ط ١، دار الكتاب الجامعي، عمان.
- سراية، الهادي، بالقاسمي، محمد الأزهر (٢٠١٩). الفاعلية الذاتية ودورها في العملية الإرشادية. مجلة العلوم النفسية والتربوية، ٥(٣)، ١٢٣-١٣٤.
- صالح، بوشينة (٢٠١٩). فاعلية الذات وعلاقتها بإدارة الانفعالات. أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة المسيلة.
- عواريب (٢٠٢٠). فاعلية الذات لدى طلبة سنة أولى علوم وتكنولوجيا. مجلة باحث، عدد ١٢، ص ٦٦٧-٦٨٠.
- فليج، أحمد وسعدون، سمية (٢٠١٦). واقع مشكلات الطلبة الجامعيين.
- مشير، باب ورميساء، بوجة (٢٠٢٠). فاعلية الذات وعلاقتها بمواجهة الضغوط. رسالة ماجستير، جامعة وهران ٢.

- نچار، زينب وشحاتة، حسن (٢٠٠٣). معجم علم النفس. الدار المصرية اللبنانية.
يوسف، ولاء سهيل (٢٠١٦). فاعلية الذات والمسؤولية الاجتماعية. رسالة ماجستير، جامعة دمشق.
- Allen, M., & Yen, W. M. (1979). Introduction to measurement theory. Available at:
<https://pdfcoffee.com/allen-amp-yen-1979-introduction-to-measurement-theory-cap-7pdf-pdf-free.html>
- Babbie, E. R. (2020). The practice of social research (15th ed.). Cengage Learning.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Macmillan. Available at:
<https://www.worldcat.org/>
- Betz, N. E., & Klein, K. L. (1996). Relationships among measures of career self-efficacy, general self-efficacy, and global self-esteem. *Journal of Career Assessment*, 4(3), 285–298.
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self Efficacy and Parenting Quality: Findings and Future Applications. *Developmental Review*, 18(1), 47–85.
- Connell, J., et al. (2018). The importance of content and face validity in instrument development: Lessons learnt from service users when developing the Recovering Quality of Life measure (ReQoL). *Quality of Life Research*, 27, 1893–1902. Available at:
<https://www.researchgate.net/publication/324624106>
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334.
- Cross, N., Bacon, W., & Morris, D. (1986). The nature and processes of design: A comparative study of problem-solving in design. *Design Studies*, 7(3), 140–152.
- Flinn, M. (2022). Self-efficacy: Definition, why it is important, & how to develop it. Retrieved from <https://high5test.com/self-efficacy/>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2011). How to design and evaluate research in education (8th ed.). New York: McGraw-Hill Companies.
- Maddux, J. E. (1995). Self-efficacy, adaptation, and adjustment: Theory, research, and application. New York: Plenum Press. Available at: <https://books.google.iq/>
- Pal, K. (2010). Educational measurement and evaluation. Lovely Professional University.
- Swerdlik, C. (2009). Psychological testing and assessment: An introduction to tests and measurement (7th ed.). McGraw-Hill.