

بیرکردنهوهی نهرینی، پهیوهندی به ریزگرتنی بهرامبهر لای ماموستایان له زانکوی کویه

شههین رۆوف عولا¹ * و پایز خالد صابر²

¹ بهشی پسرودهدو و روزانی، فاکهلتی پسرودهدو، زانکوی کویه، ههریمی کوردستان – عیراق. (shahen.rawf@koyauniversity.org)

² بهشی پسرودهدو و روزانی، فاکهلتی پسرودهدو، زانکوی کویه، ههریمی کوردستان – عیراق. (paiz.khalid@koyauniversity.org)

تاریخ الاستلام: 2024/07 تاریخ القبول: 2024/10 تاریخ النشر: 2025/1 <https://doi.org/10.26436/hjuoz.2025.13.1.1461>

پوخته:

ئامانجی ئهم توێژینهوهیه بریتیه له دۆزینهوهی ئاستی بیرکردنهوهی نهرینی و ریزگرتن له بهرامبهر به شیوهیهکی گشتی لای ماموستایانی زانکوی کویه، ههروهها ئاشکراکردنی ئاستی ههریهک لهم گۆراوانه به گۆیرهی گۆراوه دیموگرافیهکانی (رهگهز، فاکهلتی، پلهی زانستی)، زانینی پششبینیکردنی ریزگرتن له بهرامبهر له ریهگی بیرکردنهوهی نهرینی، ههروهها دۆزینهوهی پهیوهندی له نیوان بیرکردنهوهی نهرینی و ریزگرتن له بهرامبهر لای نمونهی توێژینهوهکه. ریهازی ئهم توێژینهوهیه و ههسفی پهیوهندییه، کومهلهگی توێژینهوهکه پششباتبوو له (383) ماموستا له رهگهزی نهر و (136) له رهگهزی مێ، نمونهی توێژینهوهکه به شیوهی ههرمهکی چینی گونجاو ههلبژێردران که بریتیبوو له (100) ماموستا له رهگهزی نهر و مێ، نامرازی کۆکردنهوهی زانیاری له توێژینهوهکه بریتی بوو له پێوهرمانی بیرکردنهوهی نهرینی و ریزگرتن له بهرامبهر بهکارهێنراون، سود و مرگهرا له ههگهیهی ناماری بۆ زانسته مروّقایهتی و کومهلایهتییهکان (Spss) بۆ خستههروو و شیکردنهوهی داتاگان، گرنگرین تهکنیکی ناماری بهکارهێنراو (ناوهند، لادان له ناوهند، تاقیکردنهوهی تانی بۆ دوو نمونهی سهربهخۆ، ئهتوفا، لاربونهوه، هاوکیشهی پیرسن) ئهنامهکان دهریانخست: ماموستایانی زانکوی کویه بیرکردنهوهی نهرینیان تارادهیهک بهرز له سهرووی ئاستی ناوهندایه، جیاوازی بهلگهداری ناماری بهدیناکریت له ئاستی بیرکردنهوهی نهرینیان به گۆیرهی گۆراوهکانی (رهگهز، فاکهلتی، پلهی زانستی). ئاستی ریزگرتن له بهرامبهر لای ماموستایانی زانکوی کویه بهرز، جیاوازی بهلگهداری ناماری بهدیناکریت له ئاستی ریزگرتن له بهرامبهر به گۆیرهی گۆراوهکانی (رهگهز، فاکهلتی، پلهی زانستی)، ههروهها پهیوهندییهکی راستهوانهی ناوهند له نیوان گۆراوهکانی بیرکردنهوهی نهرینی و ریزگرتن له بهرامبهر بهدیدهکریت، توێژهرمان لهژیر روشنایی دهرئهنامهکان چهند راسپارده و پششنیازیکیان خستههروو.

کلله وشهکان: بیرکردنهوهی نهرینی، ریزگرتن له بهرامبهر، ماموستا، پششبینی، زانکوی کویه.

1. ناساندنی توێژینهوهکه

1.1. کیشهی توێژینهوهکه:

لای بهسالاچوان ئهنامهکهی بریتی بوو له بیرکردنهوهی نهرینی کاریگهری ههیه لهسهه زیادبوونی ههستکردن به شادی و کهمبوونهوهی دلهراوکی لای بهسالاچوان (Shahraki et al, 2021, 11). ههششیک که رۆبدهات دهکریت کاریگهری به باش و خراپهوه بیری مروّقهکان داگیربکات و له رهفتاریان رهنگیداتهوه، له بابتهی بیرکردنهوهی نهرینی ئهوهی ههستیبیدهکریت زۆریه جار ماموستایان به شیوهیهکی نهرینی بیر له بارودۆخهکان دهکهنهوه، بۆ نمونه بیری لای ئهوهیه زانیارییهکانی کۆیکردوتهوه و لئاو ئامیری کۆمپیتهرهکهی دایناوه توشی قایروس نهبریت نهسردینهوه، ههروهها لهو چهند سالهی دوایدا قهیرانی دارایی رۆوی له ناوچهکه کرد و پاشهکهوت له موچهی ههمووو فهرمانبهران کرا ماموستایانی زانکۆش چینی بوون لهوانهی لیبهرینیکی زۆریان لیکرا، تیبینی دهکرا بهشینیکی زۆری ماموستایان به نهرینی له دۆخهکیان دهروانی و پنیان و ابوو چاککردن و گۆرانکاری کاری زۆری دهویت و بهئاسانی رۆنادات، له لایهکی ترمه ههندیکجار بیرکردنهوهی نهرینی

ئاشکرا به بیرکردنهوهی نهرینی پهیوهسته به پششکهوتنی سهههه رهوتهکانی ژیان، ئهم چهکهش بۆته ههوینی سهههه توێژینهوه له لایهن توێژهرانی ناوخواهی و نیو دهولتهی، (حمد، 2020) لهشاری کویه توێژینهوهیهکی ئهنامه له لای خویندکارانی ئامادهی بۆ دهرخستنی ئاستی بیرکردنهوهی نهرینیان بۆی دهرکهوت بیرکردنهوهی نهرینی لای نمونهکهی له ئاستیکی بهرزدايه (حمد، 2020، 104). وه له شاری بهغداد له لای خویندکارانی ناوهندی ئاستی بیرکردنهوهی نهرینی و پهیوهندی به گۆراوی ترمهه توێژینهوهی لهسههه کراوه دهرکهوتوه ئاستی بیرکردنهوهی نهرینی بهرز (الزهرا، 2020، 1590). له ئاستی جیهانیش توێژهران گرنگیان به لیکۆلینهوه لهم چهکه داوه وهک له توێژینهوهی (Shahraki et al, 2021) به ناوینشانی کاریگهری بیرکردنهوهی نهرینی لهسههه دلهراوکی و ههستکردن به شادی

* الباحث المسؤل.

بارودوخهكان دهنهوه و نهگهر بهر موږووي بارودوخيكی ناهه مووار و ناخوشيش ببنهوه، خه مالا ندنی بو دهكهن بهوهی كه كونترؤل له دهست خوياندايه و ريگه و ستراتيزي گونجاو بهكار دههينن هم ستراتيزي بيانه كار يگهرن و جهخت له سهر گرفتهكان دهكهنهوه، ههروهها بارودوخه تهنگهژ اوبيهكان وا ليكدهدهنهوه؛ وهك نهوهی جيئي ههروهه نهين و لهگهلي دهگونجین (Khalid & Naseem, 2010, 41-42). بيركر دهنهوهی نهريني يارمهتي تاك ده دات بو روو بهر وو بوونهوهی گرفتهكان و دوزينهوهی چاره سهری خيرا، رهنگانهوهی زوري له سهر تاك ههيه، له گرن گزيرين نهو رهنگانهوهه برينييه له ههستكر دن بهراز ببون و دلخوشي و نارامی (جابر، 2018، بدون صفحه). مروف رووي گهشاهوهی شتهكان دهبييت بو نهوهی خوي بپاريژيت له دلتهنگي، ليردا نهو گرن گيهه دهر دهكهوييت، پيوسته وا له باوان و ماموستايان بكریت نهريني بن بو نهوهی بيركر دهنهوهی نهريني لاي فيرخواز مكاينان و نهوهكانيان دروست بكن (مصلح، 2016، 211). نهوهكسهانه به نهريني بير دهكهنهوه، پشت به خويان دههستن و روانگه گهشيبينانهيان بو ژيان ههيه و دهوانن نهوهی دهيهانوييت به دهستي بهينن، خويان قورميش كردهوه به جورتيك راهاتون له بهرزه مهندي خودی كار بكن (حنان، 2012، 75). يهككي تر له گوراوهكانی هم تويزينهوهيه برينييه له ريز گزيرن له بهرامبر به يهككي له بهها كومه لايهتي و رهوشتيهكانی كومه لگه داده نريت، خودی مروفهكان بهرامبر يهكتری دهيوينن بويه پيوسته يهككي له بنه ماکانی پرؤسهی فيركردن و فير بون ريز گزيرن خويندكاران و ماموستايان بيت له نيوان يهكتريدا، خويندنی زانكويي خويندنيكي ئاست بهرزه و گرن گه ژينگهيهكي لهبار و گونجاو بر مخسنيت بو نهوهی ماموستايان بتوانن ريز له بهرامبر بگرن و بو چووني بهرامبر قبول بكن، به شيويهكي پهروهديهانه مامله لهگهلي فيرخوازان و ماموستايانی هاويشيه و ستافي زانكودا بكن، كهواته گرن گه بتوانريت نهو چهكه وهك بههيايهكي بهرز له لاي گشت ماموستاياندا رهنگيداتهوه. لهم دواياندا هم چهكه بوته ته مريكي سهر مكي له تويزينهوهكاندا ههروهك له تاز مترین تويزينهوهدا دهر كهوتوه تا ريز گزيرن بهرامبر بهرز بيت تواناي گفتگوئی كهكاديميش بهرز تر دهبيتهوه (سعيد، 2023، 106-107). ههروهها ريز گزيرن پيكهاتهيهكي گرن گي ناسنامهی كهي و پهوهندي نيوان كهسهكانه وا له تاك دهكات بهردوام به بههيزی و نهريني له خوي پروانتي (Cuddy, 2015, 4). وهك ئاشكر اشه چهكهكانی بيركر دهنهوهی نهريني و ريز گزيرن بهرامبر دوو چهكمي گرن گي بواي دهر ووزانين و پهوهستن به ژيان، ههريهككي له دوو گوراوه چهكمي گرن گن بو تويزينهوه مكر دن دهكریت پهوهنديدار بن به يهكتر بيهوه.

3.1. نامانجهكانی تويزينهوهكه:

- 1- زانینی ئاستی بيركر دهنهوهی نهريني لاي ماموستايانی زانكوي كويه به شيويهكي گشتي.
- 2- زانینی جياوازی بيركر دهنهوهی نهريني به گويزه گوراوه ديموگر افبیهكانی (رهگهز، فاكهلي، پلهی زانستی).

بو نايدهش له لاي ماموستايان ههستی پندهكري به تاييهت لهو كاتانهی باسی داهاتوی مندالهكانيان و خانه نشين بووني خويان دهكهن، له روانگهی نهو بارودوخانهی سهروهه ئامارهی بوكر اوه تويزه مران وا گريمان دهكهن بيركر دهنهوهی نهريني به شيويهكي ديار ههستی پينه كريت له لايهن ماموستايانی زانكو. سهبارت به چهكمي ريز گزيرن بهرامبريش كه تار ادويهكي چهكمي نوويه له ناوبارهكهو كهتر تيشكي خراومته سهر له ناو خو و لهده موهش له تاز مترین تويزينهوه كه بهر دهستكهوتوه تويزينهوهی (سعيد، 2023) له سهر خويندكارانی زانكوي كويه نهجاميداره بوي دهر كهوتوه ئاستی ريز گزيرن له بهرامبر له لاي خويندكاران بهرزه (سعيد، 2023، 105). وه تويزينهوه (Thompson, 2018) نهوهی خسته روو كردهوهی ريز گزيرن پيكهاتهيهكي گرينگي نهخلاقى چاوديزی و گهشه پيدانی بهر دهوامه خوي دهبيتهوه له پيشاندانی ريز و هاوكاری بو بهرامبر له ههروهه لويس تيكدا بيت، پيوسته روليكی گرن گ بدریت به ريز گزيرن چونكه رولي ههبووه له كهمكر دهنهوه و ريگر يكر دن له توندوتيزی و شهرانگيزی لهم چوار چيو ميدها، بووني هاوړي و هاويشيه باش و پيشاندانی ريز و دهستگرتن له بارودوخه جياوازهكان جورتيك له نارامی دهر ووني بو تاك دههينن (Mayseless & Scharf, 2009)، لهم رور گارهی ئيستادا ستافي زانكو له ماموستايان و خويندكاران پيان وايه كاتيك باس له ريز گزيرن بهرامبر دهكریت زور جار وشهيه و كرداری تيدا نييه چونكه رهنگه پهيوهنديهكان له سهر بنه مای ريز گزيرن نهبيت بهلكو له سهر بنه مای بهرزه مهندي بيت لهگهلي نه مانی بهرزه مهنديهكان ريز گزيرن له بهرامبريش كم بيتهوه ههنديكجار سهر دهكشيت بو خراپكر دن و ناو زرانندی يهكتری، ههروهك له تويزينهوهی (Iaham, et al, 2010) گهيشتن به نهو دهر نهجامهی ريز گزيرن له نيوان كهسهكان و نيوان گرووپهكان تهنا له بهر نهوه ريزيان له كهسانی دهورو بهريان دهگرت چونكه كاريان پيان بوو (Iaham, et al, 2010, 36). له ژير روشناي نهو كيشانهی له سهروهه باسكاران، تويزه مران دركيان بهوه كرد تويزينهوه بو هم دوو چهكه له سهر ماموستايانی زانكو نهكار اوه له بهر نهوه پر ياری نهجامدانی هم تويزينهوهيان دا بو دهستكهوتی وهلامی نهو پر سيارهی ناي بيركر دهنهوهی نهريني تاچند پيشيني ريز گزيرن له بهرامبر دهكات، پهوهندي ههيه له نيوان هم دوو چهكه له لاي ماموستايانی زانكو؟

2.1. گرن گي تويزينهوهكه:

بيركر دهنهوهی نهريني چهكمي گرن گي دهر ووزانینی نهرينييه تويزه مران گرن گيان بهم چهكه داوه و ههوليان داوه تويزينهوهی له بارهيهوه بكن، چونكه چهكمي پهوهسته به سهر جم كايهكانی ژيان و دلنای ده دات بو مامله مكر دن لهگهلي گرفتهكانی ژيان و قهيرانهكان، له هه مان كاتدا بهر يچكهی راستكر دهنهوهی بارودوخ و يز دانی و باشكر دنی تهنرو ستي دهر وني داد م نريت، بيركر دهنهوهی نهريني مانای نهوه نييه چاوپوشی بكریت له و نهرينيانهي له ژيان روو بهرويان دهبينهوه، بهلكو پيوسته سهيري لايه نه نهرينييهكان بكهين و كار له سهر گورينيان بكهين بو نهريني بهم شيويه تاك پيشگرتن و دوور كهوتنهوه له بيروه نهرينييهكان به نهجام بگهيه نيت (النجار و الطالع، 2015، 212). نهو كهسهانهی خاومنی بيركر دهنهوهی نهريني، به گهشيبينهوه روو بهرووي

3- زانينى ئاستى ريزگرتن لە بەرامبەر لاي مامۇستايانى زانكو بە شيوه‌يهكى گشتى.

4- زانينى جياوازي ريزگرتتى بەرامبەر بە گويزه‌ي گۇراو دەموگرافىيەكانى (رەگەز، فاكەلتى، پەلەي زانستى).

5- زانينى پېشېبىنكىردنى گۇراوى ريزگرتن لە بەرامبەر لە ريگەي گۇراوى بېرکردنەوى ئەرتتى .

6- دوزينەوى پەيومندى لە نيوان بېرکردنەوى ئەرتتى و ريزگرتن لە بەرامبەر.

4.1. سنورى تويزينەوه‌كه:

سنورى ئەم تويزينەويه برىتتبه لە مامۇستايانى زانكوى كويه بۇ سالى خويندى (2023-2024).

5.1. پېناسەکردنى زاراوه‌كان:

1.5.1. بېرکردنەوى ئەرتتى:

جۆريگە لە جۆرمەكانى بېرکردنەوى لۆزىكىي و گونجاو، تاك تپيدا دور دەكەوتتەوه لە هەملەي بېرکردنەوى رووخنەر(مصلح، 2016، 6). (حمد، 2020) وای پېناسەدەكات بەكارهينانى هزرى تاك بە هەموو توانا و لېهاتوييەكانى بەي دانانى هېچ ريگريهكى نەرتتى لەهزر و هەست و هەلوپتەكاندا، بۇ چارەسەرکردنى هەموو ئەو گرفتانه‌ي دوچارى تاك دەپتتەوه بە شيوه‌يهكى ئەرتتى و سەرکەوتوانە " (حمد، 2020، 14). لە لايەكى ترهوه تويزمرانيش پېيان وایه بېرکردنەوى ئەرتتى برىتتبه لە نزيكونەوى ئالانگاربيەكانى ژيان بە تېروانينىكى ئەرتتى، بەواتاى سود وەرگرتن لە بەر بەستەكان و هەولدان بۇ بېننى لايەنه باشەكان لە ناخوشى و نارەحتتبه‌كاندا، بېرکردنەوى ئەرتتى بەواتاى بېننى جيهان نايات لە روانگەيه‌كهوه كه هەموو شتتېك بە ويستى تاك بېت بەلكو هەلگردنە لەگەل ناخوشىيەكان و و بېننى ديوى ئەرتتى رووداو مەكان. هەروەها پېناسەي ريكاريش بۇ ئەم چەمكە برىتتبه لە كۆى ئەو نەرميه‌يه كه پېومرى بېرکردنەوى ئەرتتى بەدەستى دەهېنتت دواى وه‌لامدانەوى برگەكان لەلايەن ئەندامانى نمونەي تويزينەوه‌كه.

2.5.1. ريزگرتن لە بەرامبەر:

ريزىكى جياواز بنوونتت بۇ بەرامبەر، هەستکردن بە ريز پېشاندان بەرمو رووى كەسنيك ياخود شتتېك (Oxford, 1989، 126)، (ابراهيم، 1985) يش پېي وایه لە رووى كۆمه‌لايەتتبه‌وه ريزگرتن لەلايەن هەر كەسنيك پابەندبوونه بە پېومر و بەها كۆمه‌لايەتتبه‌كان تاومكو بەهاى ريزگرتن بەرزبنت كەسايەتى قسەكار بۇ پېومرەكانى نيو كۆمەلگە زياتر دەبنت(ابراهيم، 1985، 86). تويزمرانيش وای دەبېن ريزگرتن لەبەرامبەر بەواتاى قەدر زانين و قبولکردنى كەسنيك ئەگەر لەگەل دېو تېروانينى هاورا نەبنت، چونكە پنت وایه مروّف بەنرخەو مافى خويەتى شيوازى تايەت بەخوى هەبنت لە بېرکردنەوه و ژيانکردن. هەروەها پېناسەي ريكاريش بۇ چەمكى ريزگرتن لە بەرامبەر برىتتبه لە ئەو نەرميه‌يه كه پېومرى ريزگرتن لە بەرامبەر، بە دەستى دەهېنتت دواى وه‌لامدانەوى برگەكان لەلايەن ئەندامانى نمونەي تويزينەوه‌كه.

2. چوارچيوه‌ي تيورى

1.1. چەمكى بېرکردنەوى نەرتتى:

تيورى مارتن ساليجمان(1988) برواى وایه بېرکردنەوى ئەرتتى ريگەيه‌كه جهخت لەسەر روانگەي گەشېبنانه دەكاتەوه و وای دەناسننى برىتتبه لە گەشېبىنى و بېننى لايەنى جوان و گەشاوه لەهەموو لايەنتيكد(الوهيبي، 2018، 24). ئەم چەمكە بە واتاى كارامەيى و بە ناگابوونى تاك بۇ بەرەنگاربوونەوى گرفتەكان و چارەسەرکردنەي دەكاتەوه، خاوەنى ئەم جۆره بېرکردنەوانە بروايان بە بېرۆكەكانى ناخيان هەيه و بېرکردنەوى خويانى پى ئاراستە دەكەن ئەم بېرۆكەكانەش يارمەتيدەرن بۇ سەرکەوتن نەوهك هەلەکردن(خليل، 2018، 2).

بابەتەكانى دەرووناسى ئەرتتى بوونەتە جيگاي سەرنجى تويزمران و تويزينەوه دەروونيه‌كان. بېرکردنەوى ئەرتتى يەكەمجار لەسەر دەستى زاناي بە ناوبانگ (نورمان فەسننت بيل لە سالى 1898 تا 1993) چەسپننرا، بېرکردنەوه واتە كۆمەلگە چالاكى نەبېنراو كه مېشك ئەنجامى دەدات كاتتېك هەستەكان بەرکەوتنەي دەبنت لەگەل بارودوخىكى ديارىكارو بۇ تيگەيشتن لە بارودوخەكه(بخش، 2006، 280). بېرکردنەوى ئەرتتى ئامازيه بۇ ئەو بېرۆكەكانەي كه دەتوانريت كارىگەريان هەبنت لەسەر دەرنەجامەكانى قسەکردن و تېروانين و چربوونەوه لەسەر خود، كارىگەرى باشى هەيه بۇ كەمکردنەوى دلەراوكى و شەلەزانەكان(Shokrpour, 2021, 11). نوينەر ايەتى ديارترين لايەنى تواناى مروّف دەكات، بى گومان بەهيزترين ئامرازه و كارىگەرە لە مامەلەکردن لەگەل كيشه و ئالانگاربيەكانى ژيان بەر بەست و سەختى و نەرتتى بەي گويدانه جياوازيه‌كانيان، كه بە كردەوه چارەسەر ناکرتن؛ تەنها لە ريگەي بېرکردنەوى ئەرتتبه‌وه نەبنت، بەتەنيا ريگايەكى دەربازبوون دەرخسپننت. بەواداچوون بۇ چارەسەرە ئەگەر بيەكان دەكات، بۇيه بېرکردنەوى ئەرتتى تەنها رييازىكى سيستماتىكى نييه، بەلكو ئاراستەکردنكە وزمەكان كۆدەكاتەوه و بۇنەوى كيشەكان چارەسەر بكات(حجازى، 2005، 329). بېرماندى ئەرتتى بۇ دەربېرى هەست و بېرکردنەوه و تېروانين وشەي ئەرتتى بەكار دەهېنتت، بۇ ئەوهى بە شيوه‌يهكى ئەرتتى مامەلە لەگەل شتەكاندا بكات و سەرنجى لەسەر سەرکەوتتەكان بېت، بېر لە لەدەستدان ناکاتەوه، بەلكو بېر لە بەرنامەريزى دەكات بۇ ئەوهى هەميشه سەربكەوتت(قظامى و هاوکارانى، 2010، 448). ئەو كەسانەي بېرکردنەوى ئەرتتى دەزانن، پېيان وایه بېرکردنەوه لە شتتېك و چربوونەوه لەسەرى، يەكېكه لە ريگە سەرەكويه‌كان لە ئاراستەکردنى ژيانى مروّف، بە شيوه‌يهكى نەرتتى يان ئەرتتى لە ناوەندى عەقلى هوشيارمان ئەوهى بېرى ليدەكەينه‌وه لە ئەزمونەكه‌ماندا رەنگيداوه‌نتەوه(الرقيب، 2008، 17). لە چوارچيوه‌يهكى تردا تيورىيه‌كانى دەرووناسى ئەرتتى هەم گەشېبىنى و هەم هيوأ لەخۆدەگرن، بە شيوه‌يهكى سەرمكى لە چوارچيوه‌ي بېرکردنەوى ئەرتتىيدا دوو پرۆسەي فکرىن ئاستىكى سۆزدارى دروست دەكەن كارىگەريه‌كى زۆرى لەسەر رەقتارى مروّف هەيه(ابراهيم، 2011، 384). بۇ چارەسەرکردنى ئەو ناستەنگانەي رۆژانه بەرمو رووى تاك دېت گرنگە كارامەيى دەرونى و بەئاگا بېت

2 - جهنگهگان: زوریک له لیکولینموه دهر وونیهکان؛ نهوه پشتر است دهکنموه متر سیدارتترین کاریگهریهکانی شهر لهسهر مندالان دهر دکویت، لهروی له دستدانی هواسنگی دهر وونی و دهرکوتنی چندین کیشهی دهر وونی، وهک دلهر اوکی زور، ترس، ناخوشی، شهر انگیزی، دهمارگیری دهر وونی و هتد، ههمو نهوانش وا له تاک دهکات به شتیومیهکی نهینیی له هلمومرهجهکان بروانیت (Teherkhane, 2023, 9).

3- ژینگهی خیزان: تایهتتمندییه جیاوازهکانی کیشوههوی خیزان هانی مندالان دهدات بو بهواداچوونی سهر بهخوی پهر مپندان و بههیزکردنی خوشهویستی مرقف، ناشکرایه ههرکات خوشهویستی و ریز ههینیت بیرکردنوش نهینیی دهینیت بو ژیان (Soto et al, 2022, 7).

4- هوکاره جیاوازهکانی راگه یاندن: میدیا پیشکوهتوهکان به فورمه جیاوازهکانیانهوه؛ مانگانه و سالانه له زیادبووندان؛ به شتیومیهکی راستهوخو و گهره کاریگهریان ههیه لهسهر بیرکردنوشه مرقفاری بینرانیان (Thadchai et al, 2018, 6).

2.1.2. تایهتتمندییهکانی کسسی خاوهن بیرکردنوهوی نهینیی:

1. توانای دیالوگ و گفتوگوی کرداری ههیه، دهر نهجامی گفتوگو و دیالوگهکانی بهر همدار و بهسودن.

2. زمان و وشهسازیهکی نهرم و نیان ههیه که کراویه بو بهخشین و مهرگرتن.

3. به جوریک قسهدهکات کسانیی تر توره نهکات.

4. بیرمهند و توانای دهر برینی بیرو رای خوی ههیه ریزگرتن له کسانیی تر (ogunfolaju, 2020, 91).

5. چارهسهری باش و سهرکوهتوو بو کیشهکان دهخاته روو، واته کسانییکی دهرینهرن.

6. دهگونجیت لهگهل خوی و کسانیی دهر وهری بیردهکاتوه و پیش رووادوهکان ناکوهیت.

7. شتیوازی گفتوگوی خودی ههیه واته بهردهوام چاودیزی خوی دهکات و وتو ویز لهگهل خوی دهکات بروای بهخوی دههینیت که دهتوانیت سهرکوهتو بیت لهگهل ههمووو بارودوخیکدا.

8. توانای نارامگرتنی سهروشتی ههیه و کونترولکردنی نهو گورانکار بیانهی که له رووخساریدا روودهمن، ههر وهها دهتوانیت باروودوخه ناخوشیهکان بگوریت بو دؤخی خوش و پیکهونیناوی (اسلم، 2017، 18).

9. کارامهن بهواتای تواناو لیهاتون بو رووهر ووبونهوی نالانگار بیهکانی ژیان.

10. کسانیکن متمانهیان بهخویانه نهوش وایان لیدهکات پالنهریان ههینیت بو سهرکوهتن، سود له لیهاتوبیهکانیان وهردمگرن له بریاردان و ههلیزار دنهکانی ژیان.

بو بهر هنگار بوونهوی گرفتهکان و چارهسهر کردنیان، پیشینیی دهرکیت، خاوهنی نهو جوره بیرکردنوهانه باهریان به بوچونی ناخیان ههینیت و بیرکردنوهوی خویانی پی ناراسته بکهن، نهو بیر و بوچونانه ههلیکه له پیناو سهرکوهتن نهک ههولدان و ههلمکردن (الخلیل، 2012، 2). پهوهندییهکی بهردهوام له نیوان بیرکردنوهکان و ههلیچونهکان و جهسته و رهفتار ههیه، بیرکردنوهکان کاریگهریان لهسهر ههلیچونهکان ههیه له ههمانکاتدا ههلیچونهکانیش کاریگهریان لهسهر جهسته ههیه، و بهههمان شتیوش جهستهش کاریگهری لهسهر بیرکردنوهکان ههیه به شتیوهی بازنهیهکی بهردهوام، کاتیک خهلیک بیردهکاتوه به شتیومیهکی نهینیی نهو مزاجیان به گوریهی جوری بیرکردنوهکه دهگوریت (Roman & Nave, 2019, 26). سهبارت به تیورسونه مرقف دوهستهکانی وهک ماسلو و روجهرز، نهوان پشتر استی دهکنموه؛ بارودوخی ژینگهی مرقفهکان توانای کونترولکردنی ژیان خویان ههیه و کویله نین. نهوان بارتمهی مهیله سیکسی و شهر انگیزییه ناناگاکانین، مرقفهکان توانای نهویان ههیه بهپیتی بههاکانی نیستانیان بژین، وهکو خوبهخشیی و نازادی و نیراده. واته بیرکردنوهیهکی گهشبینانه که به سهروشتیکی باشهوه شکهمندی مرقف دهکن توانای وهدهینانی خودیان ههیه به هوشیار بیهکی تهواموه (الریماوی و اخرون، 2008، 37). وهک چون سهروشتی مرقف سهروشتیکی نهینیی و دهرینهره توانایهکی گهرهوی ههیه بو پیشکوهتن، لهگهل نهوشدا پیویستی به گرنکیدانی زیاتر ههیه بهلایهیی بههیزی و نهینیهکان لهری بیرکردنوه له نهخوشیهکان وخاله لاوازهکان (ئیبراهیم، 2011، 386). له سالی (1954) لهم رووموه ماسلو کتیهکهی به ناوی "پالنهری کسسی" بلاوکردهوه، که نووسهری چهکی بهدهستهینانی خوده، لوتکهی ههرمی پنداویستییهکانی مرقف له ساتی پالنهری مرقف بو پنداویستییه سهر متاییهکان تا لوتکهی بهدهستهینانی پنداویستییهکانی (حجازی، 2012، 22). له دوی نهو روجهرز پیی وایه مرقف به پالنهره ناوخوییهکان بو سهرکوهتن له دایک دهینیت، نهو چارهسهری خود سهرتهری پههیندا به نامنجی یارمهتیدانی خهلیک بو دهستهینانکردنی ههستهکانیان سهبارت بهوهی نهوان کین؟ روجهرز نامازهی به پیویستی گرنکیدان بو لیکولینموه له سهروشتی مرقف و خوشهویستی و پیشکوهتن، هیزی ناراستهکردنی ژیان و توانای بهدهستهینان داوه، مرقف به سهروشتی باش له دایک دهینیت، بویه دهر ووناسی نهینیی دهستی به ههولدان کرد، سهردهمیک نیوی له دهر ووناسیدا دیاریکرد، تهرکیز لهسهر دهستکاریکردنی بیروکهی درو و گورینی بیروکهی نهینیی و رهشبین و شکستخواردوو به بیروکهی واقعی و نهینیهکان.

1.1.2. نهو هوکارانهی کاریگهریان لهسهر بیرکردنوهوی نهینیی ههیه:

1- **پینگه یاندنی کومه لایهتی:** مرقف له جیهانی نههرودا بهر هنگاری دوو جور بیروکه دهینتوه، یهکیان ناوهکیه واته له خودی کومهلگه و ریکخراو پیوهره جیاوازهکانهوه ههلقولاهوه، نهویتریان دهرهکیه؛ واته سهرچاومهکی له دهرهوی کومهلگهیه، وهک روشنذیری گهلانی تر و نهو گورانکار یانهی دینه ناو کومهلگهوه، له نهجامدا کار له بیرکردنوه دهکن (Doan. et al, 2023, 4).

11. له پمپوهندییهکانیاندا کومه لایمتی و نرینین لهگهل خیزان و هاوړیکانیان (2, Abdul Kadir&Mohd, 2021).

2.2. چه مکی ریزگرتن له بهرامبهر:

تیوری پالنهری مروی نبراهام ماسلو (1908-1970) نهم تیوره به ناوی بزوتنهوهی مرقایمتی پیکهاتوه له پینج ناست، که باس له پنداویستییه بنهرهتییهکانی مرقایمتی دهکات، ناستی چوارمی همره مکه پمپوهندیداره به چه مکی ریزگرتن له بهرامبهر، ههمو تاکیک له کومه لگه دا پویستی به هلسهنگاندن و بهر زرخاندن و ریزگرتی خود و شانازیکردن به خودو نهوانی تر هیه، نهم پنداویستیانهش بو دوو ناست دابه شده کړین، یه که میان خواستی هیزه نهویش به دهسته پنهان و رازیون له بهرامبهر خواستی سهر به خوی، دوو میان خواستی ناوبانگ یان ده کهوتن نهوش بهواتای ریز و دانپندانان له لاین کسانو ترموه و ناسراوبون و له بهر چاوبون، نهم تیوره پی وایه مروف توانای کونترولکردنی ژیان خوی هیه چونکه مروف له دهسته نیشانکردنی ژیان خوی نازاده (عیسی و شلط، 2022، 34).

ریزگرتن یه که که لهو بهها باشانهی که تاییه تمندیی مروفه و بهرامبهر به ههموو شتیکی دموروبهری دهریده بریت یان به ههموو پیزانین و گرنگیدان و پابه ندبوونیکه موه مامله می لهگهل دهکات. بریتیه له قدر زانینی بههای شتیکی یان که سیک و هستکر دنه به بهها و جیاکاریه که می، یان به کوالیتی کسایمتی، یان توانا، ریزگرتن وک جوریک له نه خلاق یان بهها خوی دهرده خات (ابوزید، 2016، 3). همره که همان شتیوی تاییه تی خومان هیه بو گونجان لهگهل دموروبهرمان. هندی کمان جه ختکرموه مین، هندی کمان بهر پرسپاریتی دوخه کان هله ده گری، بریار دهمین، چاومری نهوه ده که مین گویمان لی بگریت و ریزمان لی بگریت، نه مش دهنانیت کاریگری نریننی له سر توانای نیمه بو پیکه پنهانی پمپوندی و به شداریکردنی کاریگرانه مان هه بیت (التحسین، 2023، 4). زوریک لهو پمپوندیانهی مروفه کان به شداری تیدا ده که ن بو نهوهی باشتر له یه کتر تیبگن بو دروستکردنی پمپوندی کومه لایمتی له نیوان مروفه کاندا یارمه تیدره به دروستکردنی نه خشیه که له پرسپسی مه عرفیدا نهم پرسپسی دهنانیت یارمتهی تاکه کان بدن بو به دهسته پنهان و لیکتیکه شتیکی قوولتر له یه کتر، دهنانریت پره پیدانی پمپوندی نیوان کسه کان له سر بنه مانه به یه کتر دابمه زیت به پیچوانهوه ههستی نابه کسان و به شداریکردنی نابه کسان ریگری له گه شه کردنی متمانه ده که ن و بهو هیوه پمپوندییه کان پوچهل لاواز ده که ن (Buhelman, 2011, 503-515). کاتیک پمپوندیه کی نو لهگهل کسانو تر دا دروستده کړیت نهم پمپوندییه نوییه ده کړیت کاریگری هه بیت به سر پمپوندییه له مو پنهانوه کان (Feldman, 2000, 716). ریزگرتی بی مخرج بو کسه کان ناوندگه رای نهم

چه مکه له فلسفه می نه خلاقیدا ناراده میکی زور ده گه رینهوه بو کارمکانی نیمانویل کانت (1885_1997) ریزگرتی بی مخرج قهرزاری ههموو کسه کانه به هوی بهها و کسه مته کی ناو می، کسه مته کی له کوالیتی ناوازه می مروی پویسته ریز له ههموو کسه کان بگریت وک بریکاری نه خلاق عقالنی به نازادی دهنان نیمانجه کانی خویان هلیژیرن و به دوا یاندا بگریت. نهم چه مکه به سر به خوی و کسه مته نهوانی تر، داننان به یه کسانو نه خلاق بنهرته ههموو مروفه کان داده نریت. همره چنده رچه تهی ریزگرتن له کسه کان بنه مان زوریک له تیورییه مودیرنه کانی فلسفه می سیاسی و نه خلاقیه (Duncan, 2020, 7). به لام له دهر و ناسیدا کاریکی که می له سر نهم چه مکه چر بوونهوه. نیشاندانی ریزی راسته قینه می تاکه که می بهی و بهر هینان له خود و هندی که متریسی که می بهی نایت، ریزگرتن شتیکی ده بیت بهر دوام پراکتیزه می بگریت، به لام به ده که ن شار مزای لیه پدا ده کړیت. بهر همی توانای نیمه بو پمپوندیکردن لهگهل نهوانی تر دا به شتیوه که نهم لهویته کانیان به گرنه دهنانیت. جکه لهوش؛ هله کان له م پرسپیدا زور جار باشترین نامرزی فیروونمان (Rizzolo, 2018, 11).

بهر دوام گرنگیدانمان به همر که سیک بو پشتگیریکردنی که شتیکی ریزگرتن زور گرنه، پویسته خومان پابه ند بین به رنجدانهوهی نهم بیروباوهرانهی خوارموه له کارلیکه کانی روظانه ماندا، نه مانه دهنان یارمتهی همره که مان بدن باشتر بین له نیشاندانی نهو ریزه می که همر که سیک شایه نیته می.

نهو بیروباوهرانهی که رنجدانهوهی ریزگرتن:

- همر شتیکی ده که مین و ده لیلین و پنه کسه می کسه می تری ده که مین، لیدوانتیک دمدات سه بارمته به ریزگرتنمان بو یان.

- نهو کارلیکانه می له سر بنه مان ریزه سه رنجی ناروا یان نریننی بو تاییه تمندییه کسه میه کانی تاکه کان (وهک که مهنده می یان ناتهواوی جهسته می کسه کان) راناکش.

- نیشاندانی پشتگیری له جیاوازی تاکه که می، زمینه یه که له که یاندنی ریز بو نهوانی تر (4, Fridman, 2018).

3. ریکاریه کانی تویرینهوه که

1.3. ریبازی تویرینهوه که: له پیناو جیه جیکردنی نامانجه کانی تویرینهوه که تویرانه ریبازی وه سفی چهندیپیان به کار هیناوه، چونکه لهگهل نامانجه کانی تویرینهوه که گونجاوه.

2.3. کومه لگه می تویرینهوه که: کومه لگه می تویرینهوه که پیکهاتوه له سه رجه ماموستایانی زانکوی کویه بو سالی خویندنی (2023-2024) که بریتی بوون له (519) ماموستا، همره که له خشته می (1) رونکراوتهوه.

خشتهى (1) كۆمەلگەى تويژينهوهكه

ژ	فاكهلتى	كۆى ژمارهى مامۇستايان
1.	فاكهلتى پىرومردە	167
2.	فاكهلتى زانسته مروفايمتى و كۆمەلايمتتېمەكان	68
3.	فاكهلتى زانست و تەندروستىي	125
4.	فاكهلتى ئەندازىياريى	103
5.	سكولى پزىشكىي	21
6.	فاكهلتى پىرومردەى وەرزىشپى	35
كۆى گشتى		519

مامۇستايان رەگەزى نىرە، ئەمەش دەكاتە رىژەى (20%) لە كۆمەلگەى تويژينهوهكه (بۆكانى، 2020، 114). ھىروەك لە خشتهى (2) خراوئەپرو.

3.3.نمونهى تويژينهوهكه: نمونهى تويژينهوهكه برىتېيە لە (100) مامۇستا كه بە شىوازيكى ھىرەمەكىي چىنى گونجاو ھەلبىزىردراون كه (35) مامۇستايان رەگەزى مېيە (65)

خشتهى (2) نمونهى جىبەجىكردى تويژينهوهكه

ژ	فاكهلتى	ژمارهى مامۇستايانى وەرگىراو	رەگەز	
			مى	نير
1.	فاكهلتى پىرومردە	32	12	20
2.	فاكهلتى زانسته مروفايمتى و كۆمەلايمتتېمەكان	13	5	8
3.	فاكهلتى زانست و تەندروستىي	24	8	16
4.	فاكهلتى ئەندازىياريى	20	4	16
5.	سكولى پزىشكىي	4	4	
6.	فاكهلتى پىرومردەى وەرزىشپى	7	2	5
كۆى گشتى		100	35	65
			100	

ئامازەدانى خودى بەواتاى ئەگەر شىتېكت وىست دەپتت واپىرىكەيتەو دەتوانى بەدەستى بەنېتت، لەم پروانگەيەو ھەول بۆ ھاوسەنگىردن و گۆرىنى بىرکردنەو نەرىكان بۆ نەرىنى سەلىجان ئامازە بۆ رەھەندى بىرکردنەو نەرىنى دەكات كه پىشېنى نەرىنى بەرمو داھاتو دەگرىتە خو ئامانجى بەدېھنەنى دەستكەوتە لە ھەمو بوارەكانى (ژيانى كەسى، تەندروستى، كۆمەلايەتى، پىشەيى) ھەموو ئەم بوارانەش لە برگەى پىوەرەكەدا رەنگىيان داوتەو. بەھەمان شىو پىوەرەى رىزگرنتى بەرامبەر وەك خۆى وەرگىرا لە تويژينهوهى(سەيد، 2023) كه لە (26) برگە پىكەتوھە و نەمرە پىندانى بۆاردەكانىش بەم رىزبەندىيە {ھەمىشە وام (5)، زورجار وام (4)، تا رادەيەك وام (3)، كەم جار وام (2)، ھىرگىز وانىم (1)}، ئەم پىوەرەش تويژەر پىشتى بەستىبوو بە بىردۆزى (ئەبراھام ماسلو)

4.3. نامرازى كۆكردەنەو زانىارى تويژينهوهكه (پىوەرەى بىرکردنەو نەرىنى و رىزگرنت لە بەرامبەر):

تويژەران پىوەرەى بىرکردنەو نەرىنى وەك خۆى وەرگىرا لە تويژينهوهى (حمد، 2020) كه لە (21) برگە پىكەتوھە و نەمرە پىندانى بۆاردەكانىش بەم رىزبەندىيە {بەردەوام وام (5)، زورجاروام (4)، جاروبار (3)، كەم جاروام (2)، ھىرگىزوانىم (1)}، تويژەر لە بنىدانى پىوەرەكەى پىشتى بەستىبوو بە بىردۆزى (مارتن سەلىجان- Martin Seligman) ناوەرۆكى ئەم بىردۆزە جەخت دەكاتەو لەسەر ئەو نەرىنى بىرکردنەو نەرىنى دەپتە ھۆى ژيانىكى نەرىنى واتە پىويستە ھەلسوكەوتكردنت بەشىوئەيەكى سەركەوتوانە بىت، ئەم بىردۆزە جەخت دەكاتەو سەر

به جیبه جیکردنی پیومر مکانی توژیینهوکه، نهجامدانهکه له ریککهوتی (2024/2/28) کوتای هات.

7.3. نامرازه نامارییهکان:

ههگبهی ناماری (SPSS) بو زانسته مروفایتمی و کومه لایمتهیهکان بهکار هینرا:

1. هاوکولکهی جیکیری نهلفا کرونباخ (Cronbach's Alpha) بو دوزینهوی جیکیری ناوکی.

2. ریژهی سمدی (Percentage) بو نهژمارکردنی ریژهی رمزاهندیی پسیوران و شارهزایان بهکار هات.

3. ناوند و لادانی پیومری (Mean- Standard deviation- mode- median) بو دوزینهوی ناماری بیبرکردنهوی نرینی و ریژگرتنی بهرامبر به شیویهکی گشتی.

4. نهزونی (t) تائی بو دوو نمونهی سمرهست (Independent Sample t test) بو دوزینهوی ناماری بیبرکردنهوی نرینی و ریژگرتنی بهرامبر به گویرهی گورای رهگمز.

5. هاوکیشهی نهوفا (One way ANOVA) بو دوزینهوی ناماری بیبرکردنهوی نرینی و ریژگرتنی بهرامبر به گویرهی گورای فاکهلتی و پلهی زانستی.

6. بو زانینی ناماری پیشیبینی گوراهکان (Regression) بهکار هینرا.

7. هاوکولکهی پیومندی پیرسن (Person Correlation Coefficient) بو دوزینهوی پیومندی له نیوان گورای بیبرکردنهوی نرینی و ریژگرتن له بهرامبر.

4. خستنهرووی نهجامهکان و شیکردنهویان

لهم بهشدها نهجامهکان بهگویرهی نامانجهکانی توژیینهوکه دمخریتهرو:

پشکینیی دهیتا:

بوئوهی بزانیین دهیتاکهمان ناماساییه یاخود ناماساییه توژیهران نهم ریگهیهی خوارهویان نهجامدا:

تاقیکردنهوی (Skewness, Kurtosis):

نمره (Skewness) بو پیومری بیبرکردنهوی نرینی (-) 0.941 و نمره (Kurtosis) بریتیه له (1.351). بو پیومری ریژگرتن له بهرامبر نمره (Skewness) بریتیه له (-) 1.854 و نمره (Kurtosis) بریتیه له (4.302)، نهگمر هاتوو بههای (Skewness) ریژمهکی له (1.96) بچوکتربو یاخود پیشنیازی نهوه دمکرتیت ریژمهکی تا (2) نامازیه بو ناماسایی بوون (Orcan, 2020, 262). بو بههای (Kurtosis) نهگمر هاتوو ریژمهکی له (7±) بچوکتربو، له کاتیکدا بهگویرهی وتی (Kline, 2011) ریژمهکی له (10±) بچوکتربو نامازهدانه بو ناماسایی بوونی دهیتاکهمان (Demir, 2022, 399). هسروهه (Mean) پیومری بیبرکردنهوی نرینی بریتیه له (82.0100)،

ههرمه بهناوبانگهکی پیداو یستیهکانی ماسلو له نامستی چوارم باس له پیداو یستیهکی بو زیان دهکات نهویش خوشهویستی و ریژگرتنه توژیهر له روانگهی نامستی چوارهمی نهم ههرمه برهگهکانی پیومری ریژگرتنی بهرامبری دارشتوو و سودی لیومرگرتوه بو نامدهکردنی پرسپاری کراوه له ههنگاو مکانی نامدهکردنی پیومر هکه.

5.3. بنه ما زانستیهکان بو پیومر هکانی توژیینهوکه:

1.5.3. دیاریکردنی راستگویی روالهتیی (Face-Validity):

راستگویی به یهکک له تاییتمهندیی گرنگهکان دادمنزیت که پیویسته لهکاتی تاقیکردنهوی پیومر هکاندا بدوزریتیهوه، چونکه نهگمر ههر جوهره پیومریک له توانایدا ههیت پیوانهی نهو بابهته بکات که له پیناویدا دائراوه نهوا به راستگویی دادمنزیت (قادر، 2016، 168). له پیناوه سلهمانندی یان دهرهینانی راستگویی و دروستیی نامرازهکان، توژیهران راویوچون و تیبینییهکانی شارهزایانان و مرگرت بو پیومری بیبرکردنهوی نرینی و ریژگرتنی بهرامبر، سهارهت بهوی ناچهند رون و گونجاون بو بهدییهکانی نامانجهکانی توژیینهوکه سهرهتا پیومر هکان خسته بهرمدهست کومهلیک پسیور لهبوری پهرومرده و دهرونزانی که ژمارهیان (5) پسیور بوون داویان لیکرا راویوچونی خویان سهارهت به گونجایی و نهگونجایی برهگهکان و بزاردهکان دهرهینان و ههرگورانکاریهکی پینان باشه پیشنیازی بکمن، توژیهران ریژهی (80%) وهک پارسهنگ دانا بو گونجایی برهگهکان، به واتای ههر برهگهکی بو مانهوه پیویستی به رمزاهندی (4) شارهزا ههبو، دوی نهوی راویوچون و پیشنیازی پسیوران و مرگرتا بو گورینی هندی و شوه و چاککردنی هندی برهگه لهروی ناومرؤک، دواتر ریژهی راستگویی روالهتی بو ههر دوو پیومر هکه دوزرایهوه. بیبرکردنهوی نرینی ریژمهکی (100%) که ههموو برهگهکان مانهوه وهک له پاشکوی (1) دمخریتهرو. ریژگرتنی بهرامبر ریژمهکی (90,7%). له کوی (26) برهگه (20) برهگه مایهوه که (6) برهگه لادرا نهوانیش برهگهکانی (12، 15، 16، 17، 18، 21) بوون، بهمهش کوتایی به نامدهکردنی پیومر هکه هات وهک له پاشکوی (2) دمخریتهرو.

2.5.3. دیاریکردنی جیکیری (Reliability):

جیکیری بریتیه له پلهی یهکگرتوی پیومریک یان تاقیکردنهویهک که ههمان نهجام له ههمان ههلمومرج بدات (Shuttleworth & Welton, 2009). توژیهران پاش نهجامدانی تاقیکردنهوی سهرهتایی لهسمر نمونهیک که بهشیک بوون له کومهلیک توژیینهوکه و پیکهاتبوون له رمگزی نیز و می ژمارهیان (53) ماموستا بو. دوی و مرگرتی وهلامهکان به پشتبسهستن بهریگای نهلفا کرونباخ (Cronbach's Alpha) بو دیاریکردنی جیکیری ناوکی بو ههر دوو پیومر هکه، پیومری بیبرکردنهوی نرینی دهرکوت بههاکه (0,93)، پیومری ریژگرتنی بهرامبر دهرکوت بههاکه (0,97) بو، که نهمهش ریژمهکی بالایه.

6.3. نهجامدانی توژیینهوکه به شیوهی کوتایی:

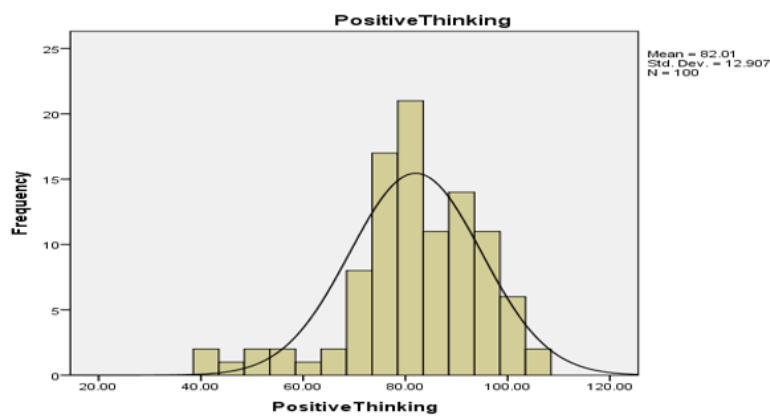
دوی نهوی پیومر مکانی توژیینهوکه راستگویی و جیکیری بو دهرهینرا له ریککهوتی (2024/1/22) دهستکرا

پاراميتريك بهكار بينين، چونكه (Mean,Median) ي همردو پيوره كه لهيهكهوه نزيكن (Hatem et al,2022,2). و مك له خسته ي (3) و شيوه ي (2،1) خراوته رو.

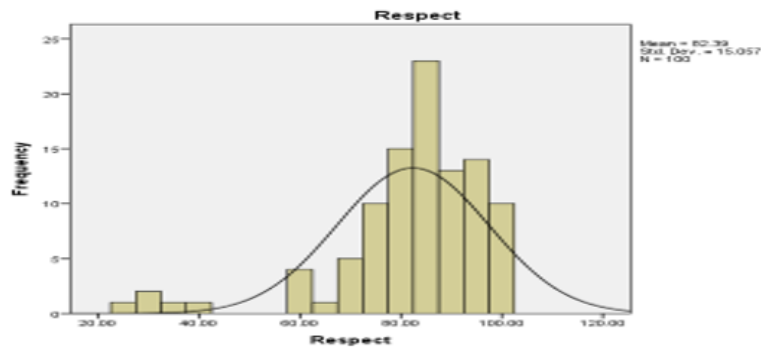
(Median) بر يته له (81.5000). بو پيوره ي ريزگرتن لهبهرامبهر (Mean) بر يته له (82.3900)، (Median) بر يته له (85.0000)، نهمش ئماژه ده دات كه داتاكه مان ئاساييه و دابه شيوونيكي سروشتيان ههيه دهنانين تاقيكر دنهوي

خسته ي (3) تاقيكر دنهوي (Skewness,Kurtosis) بو پيوره ي بيركر دنهوي ئه ريني و ريزگرتن لهبهرامبهر

Kurtosis	Skewness	Std. Deviation	Mode	Median	Mean	گؤراوهكان
1.351	-.941	12.90720	80.00	81.5000	82.0100	بيركر دنهوي ئه ريني
4.302	1.854-	15.05672	84.00	85.0000	82.3900	ريزگرتن لهبهرامبهر



شيوه ي (1) دابه شيووني ئاسايبو بيركر دنهوي ئه ريني



شيوه ي (2) دابه شيووني ئاسايبو بو ريزگرتن لهبهرامبهر

لاداني پيوره ي (12.90) بو، دواتر ناوهندي گؤراني توماري بو دؤزرايهوه بو زانيني ئاستي بيركر دنهوي ئه ريني، دهر كهوت ناوهندي گؤراني توماري (3.90)¹ بو، نهمش ئهوه دهر ده خات كه نمونه ي تويزينهوه كه ئاستي بيركر دنهوي ئه رينييان له سهرووي ناوهنده نزيكه له بژارده ي (4) زورجار وام، ههر و مك له خسته ي (4) و شيوه ي (3) روناكراوتهوه.

1.4 زانيني ئاستي بيركر دنهوي ئه ريني به شيوه يهكي گشتي لاي مامؤستاياني زانكوي كويه:

تويزه ران بو گهيشتن بهم ئامانجه روناكر دنهوي ناماري (Descriptive Statistics) يان بهكار هينا كه تيايدا ناوهند و لاداني پيوره ي بو دؤزرايهوه، دهر كهوت ناوهند (82.01)

¹ ناوهندي گؤراني تومار بو پيوره مكان دهر هينرا له ريگه ي ياساي: ناوهندي گؤراني تومار = ناوهند ÷ ژماره ي بر گه (82.01 ÷ 21 = 3.90).

خشتهي (4) خستنه روي ناستي بيركر دنهوي نريني به شيوه يهكي گشتي لاي نمونهي تويزينهوهك

ناوهندي گؤبراني تومار	لاداني پيوهرى	ناوهندي	ژ. برگه	بيركر دنهوي نريني
3.90	12.90	82.01	21	



2.4. زانيني ناستي بيركر دنهوي نريني لاي ماموستايان زانكوي كويه به گويزه گؤراوه ديموگرافيهكاني (رهگهز، فاكهلتى، پلهي زانستى):

1.2.4 زانيني ناستي بيركر دنهوي نريني لاي ماموستايان به گويزه رهگهز:

دوای شيكر دنهوي داتاكان به بهكار هيناني نامرزي ناماريي (Independent Sample t test) له نجامدا دهركوت، كه ناوهندي ژميرهي ناستي بيركر دنهوي نريني لاي رهگهزي نير بر يتيبه له (82.56) به لاداني پيوهرى (11.67)، به لام لاي رهگهزي مئ ناوهندي ژميرهي بر يتيبه له (80.77) به لاداني پيوهرى (15.45)، هسروهه به هاي (t) بر يتيبه له (0.64) له ناستي به لگه داري (0.52) به نرهي نازادي (98)، ليردا دهر دهكوت به گويزه گؤراوي رهگهز جياوازي به لگه داري ناماريي له ناستي بيركر دنهوي نريني بهدي ناكريت و هك له خشتهي (5) رونكراوتهوه.

نهم نجامه دهريدهخات كه ريزه يهكي بهرچاو له ماموستايان به شيوه يهكي نريني بيردهكهنهوه نومديان بهداهاتوهه، پنيان وايه هس بارودوخك بيته پيشهوه كاتيه تيدهپر يت، چونكه ماموستايان زانكو له ناستيكي بهرزي هوشياريدان و هك هوشيارى (مهعريفى، كومه لايهتي، دهرووني، تندرستى و نابورى...)، نهم بهرزي ناستي هوشياريهش و ايان ليدهكات متمانه بهخوبونيان بهرزييت و خاوهن كه سايه تيهكي كارامهين و گه شيبينانه له رووداوهكان بروانن بهواتاي بو هس روداويك به لايهني باش ليكدانهوي بو بكن، له لايهكي ترموه نهم پيشكوتنه زانستيهانوي زانكو له بواري زانستى و گرنگيدان به تويزينهوه پي گهيشتوه جيگاي هيواي ماموستايانه. نهمش واي كرده كه نجامهكه بهم شيوهيه بيت، نجامي نهم تويزينهويه هاوشيوهيه له گهل نجامي تويزينهوهكاني (حمد، 2020) و (Shahraki, et al, 2021) كه نجامهكاني تويزينهوهكي دهريانخست ناستي بيركر دنهوي نريني لاي نمونهي تويزينهوهكه تارا ديهك بهرز و باش بوه.

خشتهي (5) دهرخستني جياوازي رهگهز له ناستي بيركر دنهوي نريني

ريزه ههله	ناستي به لگه داري (sig)	به هاي (t)	نمري نازاد	لاداني پيوهرى	ناوهندي ژميرهي	ژماره نمونه	رهگهز	ناستي بيركر دنهوي نريني
0.05	0.52	0.64	98	11.67	82.56	69	نير	
				15.45	80.77	31	مئ	

رهگهز فراههم دهبيت، له رووي دهرييني هسهتهكانيشيان هسروهه رهگهز تاراديهك بهههمان شيوه هسهتهكانيان دهريين هسروهه نهمان هسروهه كاريهگري هسروهه بهسره بيركر دنهوهكانيان به شيوه يهكي بهرچاو و هك يهك بيردهكهنهوه له رووي رهگهز يهوه به شيوه يهكي يهكسان بيركر دنهوي نريني هسروهه، له رووي كومه لايه تيشهوه به شتيكي زوري ماموستايان شويني نيشته جيبونيان ههمان شوينه لهناو كه ميسسي زانكو واته لهرووي هوكاره كومه لايه تيهكانيش

تويزمه ران نهم نجامه دهگهريينهوه بوئهوه ماموستايان زانكو به بي جياوازي رهگهزي به شيوه يهكي نريني بيردهكهنهوه، بيركر دنهوهكانيان له چوارچيوهيه دهستكوته نهمان يهيهكانيه، دهستكوتي نهمان يهيه هسروهه جياوازيهك بو گيندمر دانانيت، له رووي پيشهيهوهش كارمكانيان ماملهكر دنه له گهل خونديكار و ههمان هسروهه و ژينگهيه كاره، له رووي دارايشهوه هسروهه رهگهز له ماموستايان دوچاري ههمان گرفت دهينهوه، ياخود ههمان دهستكوت بو هسروهه

بیرکردنه‌وهی ئهرینی لای ماموستایانی فاکه‌لتی پهرورده بریتیه له (84. 12) به لادانی پیوهری (17. 15)، و ناوه‌ندی ژمیره‌یی لای ماموستایانی فاکه‌لتی ئەنداز یاری بریتیه له (78. 25) به لادانی پیوهری (28. 12)، لای ماموستایانی فاکه‌لتی زانست و تەندروستی ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (81. 41) به لادانی پیوهری (19. 10)، لای ماموستایانی فاکه‌لتی زانسته مروقیایمی و کۆمه‌لایه‌تییه‌کان ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (82. 23) به لادانی پیوهری (17. 14)، لای ماموستایانی فاکه‌لتی پزشکی ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (75. 50) به لادانی پیوهری (34. 10)، هه‌روه‌ها لای ماموستایانی فاکه‌لتی وهرزش ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (88. 42) به لادانی پیوهری (88. 88)، دهرکهوت به‌های (F) دهکاته (07. 1) له ناستی به‌لگه‌داری (37. 0)، واته هیچ جیاوازی به‌لگه‌داری ئاماری له ناستی بیرکردنه‌وهی ئهرینی به‌دیناکریت لای ماموستایانی زانکوی کۆبه به‌گۆیره‌ی گۆراوی فاکه‌لتی، هه‌روه‌که له خسته‌ی (6) و (7) روناکراوه‌ته.

جیاوازی نه‌کراوه له نیوان ره‌گه‌زه‌کان، ئەنجامی ئەم توژی‌نه‌وه‌یه هاوشیوه‌ی ئەنجامی توژی‌نه‌وه‌ی (حمد، 2020) دهرکهوت جیاوازی به‌لگه‌داری ئاماری نیبه له ناستی بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی به‌گۆیره‌ی گۆراوی ره‌گه‌ز، به‌لام پیچه‌وانه‌یه له‌گه‌ل ئەنجامی توژی‌نه‌وه‌ی (الهلالی، 2013) دهرکهوت جیاوازی به‌لگه‌داری ئاماری هه‌یه له بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی به‌گۆیره‌ی گۆراوی ره‌گه‌ز له به‌رژموه‌ندی ره‌گه‌زی نیر بو.

2.2.4. زانینی ناستی بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی لای ماموستایان به‌گۆیره‌ی فاکه‌لتی:

دوای شیکردنه‌وه‌ی داتا‌کان به‌به‌کاره‌ینانی ئامرازی ئاماری (One way Anova) دهرکهوت، که ناوه‌ندی ژمیره‌یی ناستی

خسته‌ی (6) ناوه‌ندی ژمیره‌یی و لادانی پیوهری بۆنهرمکانی ناستی بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی به‌گۆیره‌ی فاکه‌لتی

ژ	فاکه‌لتی	ژماره‌ی نمونه	ناوه‌ندی ژمیره‌یی	لادانی پیوهری
1.	پهرورده	32	84.12	15.17
2.	ئەنداز یاری	20	78.25	12.28
3.	زانست و تەندروستی	24	81.41	10.19
4.	زانسته مروقیایمی و کۆمه‌لایه‌تییه‌کان	13	82.23	14.17
5.	پزشکی	4	75.50	10.34
6.	وهرزش	7	88.42	8.88

خسته‌ی (7) جیاوازی له‌نیوان فاکه‌لتی بۆ ناستی بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی

فاکه‌لتی	کۆی دوجاگان	نهری نازاد	دوجای ناوه‌ندی ژمیره‌یی	به‌های (F)	ناستی به‌لگه‌داری sig	رێژه‌ی هه‌له
له نیوان گروپه‌کان	892. 885	5	178. 577	076. 1	0. 379	0. 05
له‌ناو گروپه‌کان	15600. 105	94	165. 959			
کۆی گشتی	16492. 990	99				

3.2.4. زانینی جیاوازی بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی لای ماموستایان به‌گۆیره‌ی پله‌ی زانستیان:

دوای کۆکردنه‌وه‌ی داتا‌کان به‌به‌کاره‌ینانی ئامرازی ئاماری (One way Anova) دهرکهوت، که ناوه‌ندی ژمیره‌یی ناستی بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی لای ماموستایانی پروفیسۆر بریتیه له (86.833) به لادانی پیوهری (11.321)، و ناوه‌ندی ژمیره‌یی لای ماموستایانی پروفیسۆری یاریده‌ده‌ر بریتیه له (85.812) به لادانی پیوهری (11.839)، لای ماموستایان که نازاوی زانستیان ماموستایه ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (81.285) به لادانی پیوهری (13.128)، لای ماموستایانی یاریده‌ده‌ر

توژی‌هران پیمان وایه نه‌یوونی جیاوازی له بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی لای ماموستایان به‌گۆیره‌ی فاکه‌لتی ده‌گه‌رینه‌وه بۆ ئه‌وه‌ی ماموستایان له هه‌ر فاکه‌لتیه‌ک بووبن کاریگه‌ری نه‌یوه له‌سه‌ر بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینیان، چونکه هه‌موویان له یه‌ک زانکۆن و په‌یره‌وی جیه‌جیکردنی ئەجیندایه‌کی دیاریکارون که خزمه‌تکردن و به‌ره‌و پیشبردنی زانکۆی کۆبه‌یه. ئەم ئەنجامه هاوشیوه‌ی ئەنجامی توژی‌نه‌وه‌ی (حمد، 2020) که جیاوازی به‌لگه‌داری ئاماری به‌دینه‌ده‌را له نیوان بیرکردنه‌وه‌ی ئهرینی و لقی خویندن.

ناوندی ژمیرهیی دهکاته (80.361) به لادانی پیوهی (13.301)، دمرکوت بهای (F) دهکاته (0.982) له ناستی بهلگهداری (0.405)، واته هیچ جیاوازی بهلگهداری ناماریی (8) و (9) رونکراوتهوه.

خشتهی (8) ناوندی ژمیرهیی و لادانی پیوهی بونمرکانی ناستی بیرکردنهوی ئیرینییی به گویرهی پلهی زانستی

ژ	پلهی زانستی	ژمارهی نمونه	ناوندی ژمیرهیی	لادانی پیوهی
1.	پروفیسور	6	86.833	11.321
2.	پروفیسوری یاریدهدر	16	85.812	11.839
3.	ماموستا	42	81.285	13.128
4.	ماموستای یاریدهدر	36	80.361	13.301

خشتهی (9) جیاوازی لانیوان پلهی زانستی بۆ ناستی بیرکردنهوی ئیرینییی

فاههتی	کوی دوجاکان	نمرهی نازاد	دوجای ناوندی ژمیرهیی	بههای (F)	ناستی بهلگهداری sig	ریژهی ههله
له نیوان گروپهکان	490.842	5	163. 614	0. 982	0. 405	0. 05
لناو گروپهکان	16002.148	94	666. 689			
کوی گشتی	16492. 990	99				

تویژهران پینان وایه نهیونی جیاوازی له ناستی بیرکردنهوی ئیرینییی لای ماموستایان به گویرهی پلهی زانستیان دهگه پیننهوه بۆ نهوهی ماموستایان له ههر پلهیهکی زانستیدا بووین کاریگهری نهوه لهسهر بیرکردنهوی ئیرینییی، چونکه ناوندی زانکو له جیهه جیکردنی رینماییهکانی دلنایی جوری بهیهک چاو سهیری ماموستایان دهکات و رمچاوی ئه جیاوازییه ناکات له پلهی زانستی هیهه، زانکو له ههولی پیشخستنی کومه لگهیه ههمو ئهوانهشی له ناو زانکودا بۆ ئهه نامانجه تیدهکوشن بهی جیاوازی نهتهوهی و ئاینی و پلهی زانستی و تهمن، له لایهکی ترموه بیرکردنهوهکانی ماموستایان له چوارچیهی نهوه دایه زورتترین زانیاری بگهینن به خویندکاران جا له ههر پلهیهکی زانستی دابن، ئهه ئهه نامانجهش بهکدهگرینهوه لهگهله نهجای تویژینهوهی

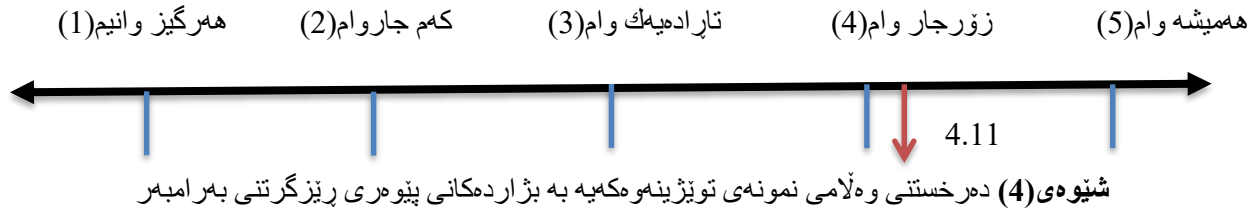
3.4. زانینی جیاوازی ریزگرتنی بهرامبهر به شیوهیهکی گشتی لای ماموستایانی زانکوی کویه:

تویژهران بۆ گهیشتن بهه نامانجه رونکردنهوی ناماری (Descriptive Statistics) یان بهکارهینا که تیایدا ناوند و لادانی پیوهی بۆ دوزرایهوه، دمرکوت ناوند (82.39) لادانی پیوهی (15.05) بو، دواتر ناوندی گورانی توماری بۆ دوزرایهوه بۆ زانینی ناستی ریزگرتن له بهرامبهر، دمرکوت ناوندی گورانی توماری (4. 11) بو، ئهه ههسه نهوه دهردهخات که نمونهی تویژینهوهکه ناستی ریزگرتن له بهرامبهریان زور بهرزه نزیک له بزاردهی (5) ههه میسهوام، ههه وهک له خشتهی (10) و شیوهی (4) رونکراوتهوه.

تویژهران پینان وایه نهیونی جیاوازی له ناستی بیرکردنهوی ئیرینییی لای ماموستایان به گویرهی پلهی زانستیان دهگه پیننهوه بۆ نهوهی ماموستایان له ههر پلهیهکی زانستیدا بووین کاریگهری نهوه لهسهر بیرکردنهوی ئیرینییی، چونکه ناوندی زانکو له جیهه جیکردنی رینماییهکانی دلنایی جوری بهیهک چاو سهیری ماموستایان دهکات و رمچاوی ئه جیاوازییه ناکات له پلهی زانستی هیهه، زانکو له ههولی پیشخستنی کومه لگهیه ههمو ئهوانهشی له ناو زانکودا بۆ ئهه نامانجه تیدهکوشن بهی جیاوازی نهتهوهی و ئاینی و پلهی زانستی و تهمن، له لایهکی ترموه بیرکردنهوهکانی ماموستایان له چوارچیهی نهوه دایه زورتترین زانیاری بگهینن به خویندکاران جا له ههر پلهیهکی زانستی دابن، ئهه ئهه نامانجهش بهکدهگرینهوه لهگهله نهجای تویژینهوهی (Gur&Eser,2023) که دهریخستنی ماموستایان ههلهگری ههه پروانامیهک بن له قوناغی ناوندی تا پروانامه بالاکان بیرکردنهوهکانیان بۆ رههه ندهکانی ممانه بهخوبوونی خویندکار رازیبون له خاوندارییهتی و نامانجهی کاراو پلان دانان ئیرینییه، وه پیچهوانهیی نهجای تویژینهوهی

خشتهی (10) خستنهرووی ناستی ریزگرتنی بهرامبهر به شیوهیهکی گشتی لای نمونهی تویژینهوهکه

ناوندی گورانی تومار	لادانی پیوهی	ناوند	ژ. برکه	ریزگرتن له بهرامبهر
Transfer Record	Std. deviation	Mean		
4. 11	15.05	82.39	20	



4.4.4. زانینی جیاوازی ریزگرتنی بهرامبر لای ماموستایانی زانکوی کویه به پینی گوراه دیموگرافییه‌کانی (ره‌گهز، فاکه‌لتی، پله‌ی زانستی):

1.4.4. زانینی ناستی ریزگرتنی بهرامبر لای ماموستایانی زانکوی کویه به گویره‌ی ره‌گهز:

دوای شیکردنه‌وی داتاگان به به‌کاره‌ینانی نامرزی ناماریی (Independent Sample T. Test) دهرکهوت، ناوه‌ندی ژمیره‌یی ناستی ریزگرتنی بهرامبر لای ره‌گهزی نیر بریتیبیه‌له (83. 44) به لادانی پیومری (13. 10)، به‌لام لای ره‌گهزی می ناوه‌ندی ژمیره‌یی بریتیبیه‌له (80. 03) و به لادانی پیومری (18. 72)، هروره‌ها به‌های (t) بریتیبیه‌له (1. 05) له ناستی به‌لگه‌داری (0. 29) به نمره‌ی نازادی (98)، لیردا دهرکهوت به گویره‌ی گورای ره‌گهز جیاوازی به‌لگه‌داری ناماریی له ناستی ریزگرتنی بهرامبر به‌دیناکریت، هروره‌ک له خشته‌ی (11) رونکراوته‌وه.

خشته‌ی (11) دهرخستنی جیاوازی ره‌گهز له ناستی ریزگرتن له بهرامبر

ریزه‌ی هله	ناستی به‌لگه‌داری (sig)	به‌های (t)	نمره‌ی نازاد	نادانی پیومری	ناوه‌ندی ژمیره‌یی	ژماره‌ی نمونه	ره‌گهز	ناستی ریزگرتن له بهرامبر
0. 05	0. 29	1. 05	98	13. 10	83. 44	69	نیر	
				18. 72	80. 03	31	می	

(75. 35) به لادانی پیومری (15. 53)، به‌لام لای ماموستایانی فاکه‌لتی زانست و تهندروستی ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (82. 75) به لادانی پیومری (10. 48)، به‌لام لای ماموستایانی فاکه‌لتی زانسته مروقیامتی‌کان و کومه‌لایه‌تی‌کان ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (79. 69) به لادانی پیومری (17. 01)، به‌لام لای ماموستایانی فاکه‌لتی پزیشکی ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (89. 00) به لادانی پیومری (7. 61)، به‌لام لای ماموستایانی فاکه‌لتی و مرزش ناوه‌ندی ژمیره‌یی دهکاته (93. 00) به لادانی پیومری (6. 83)، هروره‌ها دهرکهوت به‌های (F) دهکاته (2. 03) له ناستی به‌لگه‌داری (0. 081)، واته هیچ جیاوازی به‌لگه‌داری ناماریی له ناستی ریزگرتن به‌دیناکریت لای ماموستایانی زانکوی کویه، هروره‌ک له خشته‌ی (12) و (13) رونکراوته‌وه.

به بوجونی توئزهران؛ هم‌ئهنج‌امه بو‌ئوه ده‌گهر‌یننه‌وه، ماموستایانی زانکو له پله‌یه‌کی به‌رزی نه‌کادیمی دان، کاریگهری همه‌له‌سه‌ر چوئیه‌تی ره‌فتارکردن به‌هیمنی و گیانی لیبورده‌ی و گوئگرتن له بیرو بوجون و ریزگرتن له کسه‌ی بهرامبر، هوکاریکی تر ره‌نگه بره‌گه‌کانی پیومره‌که بن که کاریگهری هه‌بوه له سه‌ر به‌شداربوان و وه‌لامی نمونه‌یان دابینه‌مو، هه‌ولیان‌دایت که به‌باشترین شیوه دهریرین بکن دهرباره‌ی خو‌یان، ئهنج‌امی هم‌توئزینهو‌یه هوشیومیه‌له‌گهل ئهنج‌امی توئزینهو‌یه (Thompson, 2018) دهرکهوت ریزگرتن له پیومره‌دیه‌کانی ماموستایان و فیرخوا‌اندا پیومره‌ندی به‌ره‌هنده‌کانی ئه‌خلاق‌ی چاودیری و پیش‌کهوتنی به‌ردوام هه‌یه.

ئهو ئهنج‌امه ده‌گهر‌یتوه بو‌ئوه‌ی ماموستایانی زانکو به‌یی جیاوازی ره‌گهزی به‌شیوه‌یه‌کی گشتی ریز له‌که‌سی بهرامبر ده‌گرن، سه‌یری مروف ده‌کن که دروستکراویکی خوابیه و ریزیان بهرامبر نیشان دهن.

2.4.4. زانینی ناستی ریزگرتنی بهرامبر لای ماموستایانی زانکوی کویه به گویره‌ی فاکه‌لتی:

دوای شیکردنه‌وی داتاگان به به‌کاره‌ینانی نامرزی ناماریی (One way Anova) دهرکهوت، که ناوه‌ندی ژمیره‌یی ناستی بیرکردنه‌وی ئه‌رتیبی لای ماموستایانی فاکه‌لتی په‌ورده بریتیبیه‌له (84. 46) به لادانی پیومری (17. 24)، و ناوه‌ندی ژمیره‌یی لای ماموستایانی فاکه‌لتی ئه‌نداز یاری بریتیبیه‌له

خشته‌ی (12) ناوه‌ندی ژمیره‌یی و لادانی پیومری بونمره‌کانی ناستی ریزگرتنی بهرامبر به گویره‌ی فاکه‌لتی

ژ	فاكەلتى	ژمارهى نمونه	ناوهندى ژميريهى	لادانى پيورهى
1.	پىرومردە	32	84.46	17.24
2.	ئەنداز يارىيى	20	75.35	15.53
3.	زانست و تەندروستىي	24	82.75	10.48
4.	زانستە مرؤفايىتى و كۆمەلەيىتىھەكان	13	79.69	17.01
5.	پىزىشكىي	4	89.00	7.61
6.	ومرزش	7	93.00	6.83

خىشتەي (13) جياوازي لەنيوان فاكەلتى بۇ ئاستى رىزگرتن لە بەرامبەر

فاكەلتى	كۆي دوجاكان	نمرهى نازادى	دوجاى ناوهندى ژميريهى	بەھاي (F)	ناستى بەلگەدارى sig	رىزەي ھەلە
لە نيوان گروپەكان	2190.002	5	438.000	033.2	0.081	0.05
لەناو گروپەكان	20253.788	94	215.466			
كۆي گشتى	22443.790	99				

تويژمەران پىيان وايە نەبووني جياوازي لە رىزگرتتى بەرامبەر لاي مامۇستايان بە كۆيزەي فاكەلتى دەگەر يىننەو بۇ ئوھەي مامۇستايان لە ھەر فاكەلتىيەك بووين كاريگەريي نەبوە لەسەر رىزگرتن لە كەسى بەرامبەر، ھەرچەند فاكەلتىيەكان جياوازن بەلام ھەموويان لە چوارچىوھەي يەك زانكۇدان، لە ھەر پىسپۇريەك بن لە ئاستىكى ئەكادىمى بەرزدان، رىزيان ھەيە بۇ بەرامبەريان.

3.4.4. زانيني ناستى رىزگرتن لەبەرامبەر لاي مامۇستايان بە كۆيزەي پلەي زانستيان:

دواي كۆكردئەوھەي داتاكان بە بەكار ھىنانى ئامرازي ئاماريي (One way Anova) دەركەوت، كە ناوھندى ژميريهى ناستى

رىزگرتن لەبەرامبەر لاي مامۇستايانى پروفىسۇر برىتبيە لە (90.833) بە لادانى پيورهى (7.808)، و ناوھندى ژميريهى لاي مامۇستايانى پروفىسۇرى يارىدەدەر برىتبيە لە (85.812) بە لادانى پيورهى (8.010)، لاي مامۇستايان كە نازناوى زانستيان مامۇستايە ناوھندى ژميريهى دەكاتە (80.047) بە لادانى پيورهى (15.135)، لاي مامۇستايانى يارىدەدەر ناوھندى ژميريهى دەكاتە (82.194) بە لادانى پيورهى (17.677)، دەركەوت بەھاي (F) دەكاتە (1.255) لە ناستى بەلگەدارى (0.294)، واتە ھىچ جياوازي بەلگەدارى ئاماريي لە ناستى رىزگرتن لەبەرامبەر بەدىناكرىت لاي مامۇستايانى زانكۆي كۆيە بە كۆيزەي پلەي زانستيان، ھەر وەك لە خىشتەي (14) و (15) رونكر اوئەوھە.

خىشتەي (14) ناوھندى ژميريهى و لادانى پيورهى بۇنمرەكانى ناستى رىزگرتن لەبەرامبەر بە كۆيزەي پلەي زانستى

ژ	پلەي زانستى	ژمارهى نمونه	ناوھندى ژميريهى	لادانى پيورهى
-1	پروفىسۇر	6	90.833	7.808
-2	پروفىسۇرى يارىدەدەر	16	85.812	8.010
-3	مامۇستا	42	80.047	15.135
-4	مامۇستاي يارىدەدەر	36	82.194	17.677

خىشتەي (15) جياوازي لەنيوان پلەي زانستى بۇ ناستى رىزگرتن لەبەرامبەر

فاكەلتى	كۆي دوجاكان	نمرهى نازاد	دوجاى ناوهندى ژميريهى	بەھاي (F)	ناستى بەلگەدارى sig	رىزەي ھەلە
---------	-------------	-------------	-----------------------	-----------	---------------------	------------

0.05	0.294	1.255	282.325	3	846.976	له نیوان گروپه‌کان
			224.967	96	21596.814	لغانو گروپه‌کان
				99	22443.790	کوی گشتی

بؤ به‌دیپه‌نانی نهم نامانجه توپژهران دوی کؤکردنه‌وی داتا‌کان، ئامرازی ئاماری لاربونوه (Regression) یان به‌کاره‌ینا بؤ نهمی بزانی بیرکردنه‌وی نهمی تا چند پینش‌بینی ریزگرتن له به‌رامبر ده‌کات، و هک لهم خشتانه‌ی خواره‌دا رونکراوته‌وه.

له خشته‌ی (کورتیه شیوازه‌که) زانیاریمان پی‌ده‌دات دهر باره‌ی چونیته‌یی پینش‌بینی‌کردنی نیوان دوو گؤراو. شیوازه‌که له بیرکردنه‌وی نهمی پینش‌بینی‌که نهم به‌کاره‌ی ده‌هینن بؤ پینش‌بینی‌کردنی له ریزگرتن له به‌رامبر، و هک له خشته‌ی (16) رونکراوته‌وه.

توپژهران پینان وایه نه‌بوونی جیوازی له ناستی ریزگرتن له‌به‌رامبر لای مامؤستایان به‌گؤیره‌ی پله‌ی زانستیان ده‌گم‌یننوه بؤ نهمی مامؤستیان له همر پله‌یه‌کی زانستیدا بووین کاریگه‌ری نه‌وه له‌سهر ریزگرتن له‌به‌رامبر، چونکه هؤش‌یاریه‌کی به‌ریان هه‌یه و ههمویان ته‌واو‌کهری به‌کترن بؤ جیه‌جیکردنی نهم که نه‌کادیمیه‌کانیان و پی‌گه‌یاندنی تاکیکی هؤش‌یار بؤ کؤم‌لگه نهم نهم‌کیش ره‌چاوی کارامه‌یی و لیه‌اتووی مامؤستایان ده‌کات نه‌وه که پله زانستیه‌که‌یمان نه‌وهش وایکردوه که پله‌ی زانستی کاریگه‌ری نه‌ییت له ریزگرتن بؤ به‌رامبر.

5.4. زانیی پینش‌بینی‌کردنی گؤراوی ریزگرتن له به‌رامبر له ریگه‌ی گؤراوی بیرکردنه‌وی نهمی:

خشته‌ی (16) دهر خشتی کورتیه شیوازه‌که (Model Summary)

هه‌له‌ی خه‌ملاندن Std. Error of the Estimate	رونکردنه‌وه Adjusted R Square	به‌های په‌یوه‌ندی (R) R	گؤراوی پینش‌بینی‌کراو (نه‌نجام)	گؤراوی پینش‌بینی‌کراو (هؤکار)	شیوازه
9.401	0.610	0.784 ^a	ریزگرتن له به‌رامبر	بیرکردنه‌وی نهمی	1

له خشته‌ی (نه‌نؤفا) بؤمان روون ده‌کاتوه بیرکردنه‌وی نهمی به‌شیوه‌یه‌کی گشتی پینش‌بینی‌کریکی نهمی به‌چاوه بؤ ریزگرتن له به‌رامبر، دهرکوت به‌های (F) بریتیه له (155.926) له ناستی به‌لگه‌داری ئاماری (0.000^b), و هک له خشته‌ی (17) دا خراوته‌وه.

لهم نه‌نجامه‌دا دهر ده‌کوت بیرکردنه‌وی نهمی له‌گه‌ل ریزگرتن به‌رامبر به‌های په‌یوه‌ندی‌که‌ی (0.784^a) بو، ریزه‌ی جیوازی رونکردنه‌وی ریزگرتن له به‌رامبر له ریگه‌ی بیرکردنه‌وی نهمی به‌ریزه‌ی (0.610) بو.

خشته‌ی (17) خستنه‌روی پینش‌بینی‌کردنی ریزگرتن له به‌رامبر له بیرکردنه‌وی نهمی و هک گؤراوی پینش‌بینی‌کراو (ANOVA)

ناستی به‌لگه‌داری Sig	به‌های (F)	دوجای ناوه‌ند Mean Square	نمره‌ی نازاد Df	کوی دوجاکان Sum of Squares	شیوازه Model	گؤراوی پینش‌بینی‌کراو	گؤراوی پینش‌بینی‌کراو	ژ
.000 ^b	155.926	13781.865	1	13781.865	Regression			1
		88.387	98	8661.925	Residual	ریزگرتن له به‌رامبر	بیرکردنه‌وی نهمی	
			99	22443.790	Total			

به‌رامبر ده‌کات، که قه‌باره‌ی کاریگه‌ریه‌که‌ی (Beta) به‌هاکه‌ی (0.784) بو به به‌لگه‌داری ئاماری له ناستی (0.000)، که نه‌مانه‌ش دهر یه‌ده‌خمن به‌شداریه‌کی به‌چاوه له شیوازه‌که‌دا ده‌کات. له کؤتاییدا ده‌توانین یاسایه‌کی ئاماری

لیره‌دا نهم نه‌نجامه دهر یه‌ده‌خات گؤراوی پینش‌بینی‌کراو پینش‌بینی گؤراوی پینش‌بینی‌کراو ده‌کات و به‌لگه‌داری ئاماریه‌ی.

له خشته‌ی (هاوکؤله‌کان) پیمان ده‌لایت چون بیرکردنه‌وی نهمی پینش‌بینی‌که‌ی به‌ریزه‌ی ریزگرتن له

بهكار بهينين كه ريگهمان پندهدات بو پيشبينيكردي بههاي
 گوراي پيشبينيكارو لهسهر بنههاي گوراي پيشبينيكار، كه
 پني دوتريت هاوكيشهي پيشبيني: $y = B_0 + B_1x$ 4)
 (Glasserman, 2001). و لك له خشتهي (18) رونكارو منهوه.

خشتهي (18) دهر خستني هاوكولكهكان (Coefficients)

ناستي بهلگهداري Sig	بههاي (T)	هاوكولكه ستانداركارو هكان		هاوكولكه ستاندارنهكارو هكان	شيواز
		بههاي (Beta)	هلهي ستانداركارو	بههاي (B)	
.225	1.222		6.077	7.423	جيگير (Constant)
.000	12.487	.784	.073	.914	بيركرندهوي نريني

گوراي بيركرندهوي نريني پيشبينيكار بو بو گوراي
 ريزگرتن لهبرامبر، چونكه هاوكولكهي بيتاي ستانداركارو
 بهراوردكردي بههيزي كاريگري گوراي پيشبينيكار بو
 گوراي پيشبينيكاروه، بهها نمونهيهيهكي (1) ه. هرچنده
 بههاي (Beta) گهورتر بيت كاريگرييهكي
 بههيزتره (1, 2021, Deviant). و لك له خشتهي (19)
 رونكارو منهوه.

(بيركرندهوي نريني) $= 7.423 + 0.914x$ (ريزگرتن
 لهبرامبر) y ، و اتا هر گورانكاريهك له بيركرندهوي
 نريني روبدات ريزگرتن لهبرامبر به بري (0.914). زياد
 دهكات، و اته تاوهكو بيركرندهوي نريني تاك زياد بكات
 رمنگدانهوي لهسهر ريزگرتن له بهرامبر زياتر دهبيت.

خشتهي (19) خستنهروي گوراي پيشبينيكارو پيشبينيكارو

ناستي بهلگهداري Sig	هاوكولكهي بيتاي ستانداركارو (Beta)	ريزهي جياوازي رونكرندهوه	بههاي پهيوهندي (r)	گوراي پيشبينيكارو	گوراي پيشبينيكار
0.001	0.784	0.610	0.784 ^a	ريزگرتن لهبرامبر	بيركرندهوي نريني

پهيوهندي نريني بهلگهداري ناماري هميه له نيوانيان كه
 بههاي پهيوهندي پيرسن بريني بو له (0.784) له ناستي
 بهلگهداري ناماري (0.000) بو. به شيوهيهكي گشتي
 نمونهي تويزينهوهكه نهوه رونهكاتوه كه هرچندهي
 بيركرندهوي نريني بهرز بيت، ريزگرتن بهرامبر
 زياتر دهبيت، دهر كهوت پهيوهندييهكي راستهوخو لهنيوان
 بيركرندهوي نريني و ريزگرتن له بهرامبر داهيه،
 هر و لك له خشتهي (20) دا خراو منهوه.

6.4. دوزينهوي پهيوهندي له نيوان بيركرندهوي نريني و ريزگرتن له بهرامبر:

بو بهديهنياني هم نامانجه تويزه ران دواي كوكردنهوي
 داتاكان نامرازي ناماري Person Correlation
 (Coefficient) هاوكولكهي پهيوهندي پيرسن بهكارهينا،
 چونكه داتاكهمان له جوري راستهوخويه (parametric)
 (Rebekic et al, 2015,47). بو دوزينهوي پهيوهندي نيوان
 بيركرندهوي نريني و ريزگرتن له بهرامبر، دهر كهوت

خشتهي (20) دهر خستني پهيوهندي لهنيوان بيركرندهوي نريني و ريزگرتن له بهرامبر

ناستي بهلگهداري Sig 0.05	بههاي پهيوهندي پيرسن	ژمارهي نمونه	گوراو	ژ
0.001	0.784 ^a	100	بيركرندهوي نريني	1.
			ريزگرتن له بهرامبر	2.

نرینی بئینینه سهارمت به توانای خویان و نوه دزگایهیی کاری تیدادهکن.

3.5. پیشنیاز هکان:

1. نجامدانی توژیینهویهکی هاوشیوه لسهه نمونهیهکی گهورتر بهجوریک کوملهگهی توژیینهوهکه بریتی بیت له دوو زانکوی حکومی و دوو زانکوی نهلی به اوردی ناستهکانیان له زانکوی حکومی و نههلییهکان بکریت.
2. نجامدانی توژیینهویهکی هاوشیوه لهگهل گوراهکانی تری وهک: زیرهکی ههچوونی، گونجانی نهکادیمی، دهستکوتی نهکادیمی.
3. نجامدانی توژیینهویهکی لسهه چهکی ریزگرتن لای ههمان نمونه به مهر جیک نامرازی تیبینیکردن، یان چاوپیکهوتن بهکار بهینریت بو کورکنهوهی زانباریهکان.

سهراچاوهکان

یهکهه/ سهراچاوه کوردیههکان:

بوکانی، سایبر. (2016). میتودی توژیینهوهی زانستی. ج 1. سلیمانی: چاپخانهی چوارچرا.

حمد، گولاله سلام. (2020). ناستی بهکارهینانی توره کومه لایهتییهکان و پیوهندی به پالنهی قیربوون و بیرکرنهوهی نرینییهوه لای قیرخوارانی قوناعی نامادی له شاری کویه، نامهی ماستر، بلاوکراوه.

سعید، بهات عبدالرزاق. (2023). کاریگهی بهکارهینانی ستراتیجیهکانی (وتوژیی سوکراتی) و (کیشه بنیره) لسهه بیرکرنهوهی زانستی و ریزگرتنی بهرامبر و ناراسته بهرمو وانهی گتوگهی نهکادیمی لاخویندکارانی زانکوی کویه، تیزی دکتورا، بلاوکراوه.

قادر، رهمزان حمده امین. (2016). پیوانه و ههسهنگاندنی بهرمو دهیی. ج 1، سلیمانی: چاپخانهی چوارچرا.

دووهه/ سهراچاوه عهرهیههکان:

ابراهیم، عبدالستار. (1985). الانسان وعلم النفس، سلسله عالم المعرفة، الکویت.

ابراهیم، عبد الستار. (2010). العیلاج النفسی السلوکی المعرفی الحدیث أسالیبه و میادین تطبیقاته.

أبو زید، مدحت عبد الحمید. (2016). العیلاج النفسی وتطبیقاته الجماعیه العیلاج بضبط

ابوزید، مرجان. (2016). احترام وتعریفهه _ مقاله اکادیمیة .

أسلیم، یوسف فهمی. (2017). التفکیر الاجابی وعالقهه بالتتضیم الانفعالی لدی عینه من خریجی الجامعات الفلستینیه. جامعه الاسلامیه- غزه، کلیة التریبه، رساله ماجستر منشوره.

بخش، أمیره طو. (2016). جوده الحیاه وعیلاقته بمفهوم الذات لدی المعاقین بصریا والعادین بالمملکه العربیه السعودیه. رساله ماجستر، جامعه ام القری. السعودیه.

التحسین، طارق. (2023). أهمیه الاحترام المتبادل فی تطویر العیلاقات .

عیسی، طلعت، شلطر & أبوب. (2022). توظیف المواقع الإخباریه الفلستینیه للإنفورجرافیک فی نشر المعلومات حول جائحه کورونا: دراسه تحلیلیه مقارنه. مجلة الحکمة للدراسات الاعلامیه والاتصالیه، 10(3)، 67-102.

جابر، الاء. (2018). کیف أجهل تفکیری إیجابی.

به بیرورای توژیهران نهم دهر نهجامه بو نهوه دهگهر یننهوه ههر کاتیک نهم پیوهندییه زیاتری بیرکرنهوهکان باشتر و ههستی ریزگرتنی بهرامبر زیاتر دهبیت، ههروه ها گونجان لهگهل دهور بهر بهتاییهی و بارودوخی ژیان بهگشتی باشتر دهبیت نارهوی خویندن زیاتر دهبیت له بواری نهکادیمییدا. واته تاك نا نرینی بیرکاتیهوه ریزگرتنیشی بو بهرامبر زیاتره به باهخهوه گوی له بهرامبر دهگرت، نهم ناسته بهرزه له هوشیاری گهیشتنه بهو راستیهی کاتیک نارامی راستهقیه له لای تاك بهدیت به چاوی ریزو میهره بانیهوه مامله بکات لهگهل دهورو بهری، پیگه یاندنی ههستهکانیش بهو شیومیه ریگایهکه بو ریزگرتن له کهسانی تر، چونکه بهم جوره بیرکرنهوه ههولومر جیکی دهورونی و کومه لایهتی پر له نارامی بو خودی خوبی و کهسانی دهورو بهری دابین دهکات. بهگوییهی بیردووی نهبراهام ماسلو که باس له پیدایستی خوشهویستی و ریزگرتن دهکات ماموستاش وهک تاکنیک پیوستی بهو ریزو خوشهویستییه جا چ بهخشیت یان ومهرگرت، نهمش راستیهکه بیرکرنهوهکان له رهفتاری تاکهکان رهنگ دهنهوه له بهر نهوه تا بیرکرنهوهی نرینی زیاتر بیت دهبیته هوی بهرزی ریزگرتن له بهرامبر.

5. دهر نهجام و راسپارده و پیشنیاز هکان

1.1. دهر نهجامهکان:

دوای خستنهرووی نهجامهکانی توژیینهوهکه و شیکر دهنهویان، توژیهران بهم دهر نهجامهوهی خوار موه گهیشتن:

دهر کهوت ناستی بیرکرنهوهی نرینی لای ماموستایانی زانکوی کویه له سهرووی ناستی ناوهندیه و جیاوازی بهلگهداری ناماری له ناستی بیرکرنهوهی نرینی بهدیناکریت به گوییهی گوروی (رهگمز، فاکهلتی، پلهی زانستی). له ههمان کاتدا دهر کهوت ناستی ریزگرتنی بهرامبر لای ماموستایانی زانکوی کویه له ناستیکی بهرزدايه، جیاوازی بهلگهداری ناماری له ناستی ریزگرتنی بهرامبر بهدیناکریت به گوییهی گوروی (رهگمز، فاکهلتی، پلهی زانستی)، ههروه ها دهر کهوت پیوهندییهکی نرینی بهلگهداری ناماری ههیه لهتیوان بیرکرنهوهی نرینی و ریزگرتن له بهرامبر، گوروی بیرکرنهوهی نرینی پیشبینیکاره بو بو گوروی ریزگرتن له بهرامبر.

2.5. راسپاردهکان:

1. ههولدان بو زیاتر کارکردنی رولی ماموستایان بهکرنهوهی دهر فعت بو میوانداری پسپور له بهرومده و دهر نوزانی له هوشیارکرنهوهی پیشکدهشکردنی زانباری بو زیاتر بهره پییدانی بیرکرنهوهی نرینی و ریزگرتن له بهرامبر پاریزگاری کردن له ناستهکانیان.

2. سهروکیهتی زانکو نهم گرنگی پیدانانهی بو ماموستایانی زانکو له بهرامبر جیهه جیکردنی نهرکهکانیان و بهخشینی سوپاس و پیزانین زیاتر بهره پییدات سالانه بو ههر سمستریک.

3. وهزارتهی خویندنی بالا گرنگی زیاتر بدات به پاداشتکردنی نهم ماموستایانهی توژیینهوه له گوفاره ناست بهرزهکان بلاو دهکنهوه، بو نهوهی زیاتر بیرکرنهوهکانیان به

- Demir, S. (2022). Comparison of normality tests in terms of sample sizes under different skewness and Kurtosis coefficients. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 9(2), 397-409.
- Deviant, S. (2021). THE PRACTICALLY CHEATING STATISTICS HANDBOOK. 4th Standardized Beta Coefficient.
- Duncan, A. R., Jaini, P. A., & Hellman, C. M. (2021). Positive psychology and hope as lifestyle medicine modalities in the therapeutic encounter: a narrative review. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 15(1), 6-13.
- Friedman, C. (2018). RESPECT: the relationship between being respected and quality of life of disabled people. *Disability Studies Quarterly*, 38(2).
- Hatem, G., Zeidan, J., Goossens, M., & Moreira, C. (2022). Normality testing methods and the importance of skewness and kurtosis in statistical analysis. *BAU Journal-Science and Technology*, 3(2), 7. Glasserman, P. (2001). Linear Regression, Culombia Business School.
- Gür, Ç., & Eser, B. (2023). Positive Thinking Practices in Schools. *Problems of Education in the 21st Century*, 81(4), 462-480.
- Laham, S. M., Tam, T., Lalljee, M., Hewstone, M., & Voci, A. (2010). Respect for persons in the intergroup context: Self—other overlap and intergroup emotions as mediators of the impact of respect on action tendencies. *Group Processes & Intergroup Relations*, 13(3), 301-317. on 10-november2021.
- Martyn Shuttleworth, Lyndsay T Wilson. (2009). Definition of Reliability from Explorable.com: <https://explorable.com/definition-of-reliability>. Retrieved Sep 21, 2024 .
- Mayselless, O., & Scharf, M. (2009, July). To respect and be respected as resourceful buffers against aggression in developmental contexts. In *Second Herzliya Symposium*. accessed on 21-12-2023.
- Naseem, Z. (2012). Positive Thinking, Coping with Daily Stressors and Health: A Comparison of Male and Female Faculty Members, at University of Education (Doctoral dissertation, University of the Punjab, Lahore, Pakistan). Cuddy, Amy Presence(2015). *Bringing Your Boldest Self to Your Biggest Challenges*, academic article, available through <<https://hbr.org/2013/07/connect-then-lead> >
- Naseem, Z., & Khalid, R. (2010). Positive thinking in coping with stress and health outcomes: literature review. *Journal of Research & Reflections in Education (JRRE)*, 4(1). [Accessed 2 October 2023].
- Nave, T., & Roman, A. (2018). Is positive thinking magical?. *European Proceedings of Social and*
- حجازي، مصطفى. (2012). إطلاق طاقات الحياة - قراءات في علم النفس الايجابي، لبنان: التنوير
- حنان، عبد العزيز. (2012). نمط التفكير و علاقته بتقدير الذات. جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان، كلية
- خليل، ولاء حسين حسن. (2012). الخصائص المعرفية و النفسية الفارقة للطلاب المراهقين ذوى التفكير الايجابي و التفكير السلبي، جامعة القاهرة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، رسالة ماجستير منشورة .
- الرقيب، سعيد بن صالح. (2008). أسس التفكير الايجابي و تطبيقاته تجاه الذات و المجتمع في ضوء السنة النبوية. بحث علمي محكم و منشور، جامعة الباحة، كلية التربية.
- الزهراني، خلود جعري ضيف الله. (2020). تفكير ايجابي وعلاقته نحو المستقبل لدى طالبات مرحلة الثانوية، محافظة المنطق، رسالة ماجستير منشورة.
- ظاظا، محيد. (2010). علم النفس التربوي النظرية و التطبيق، عمان: داروائل للنشر و التوزيع. العلوم الاجتماعية. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب. للطباعة والنشر والتوزيع.
- تمارا عيسى مصلح. أ.، 2023. التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصانة النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، 16 lark . . 483-445. <https://doi.org/10.31185/lark.vol1.iss52.3369>
- قطامي، يوسف و قطامي نافة و مطر، جيهان و شريم، رعدة و الزعي رفعة و مصلح، محمد حمدان حسن. (2016). فاعلية برنامج إرشادي لتطوير مهارات التفكير الايجابي.
- مدحت، عبدالحميد و ابو زيد. (1959). علاج بالضبط الذات والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي دراسات تدخلية وبروتوكولات علاجية، ط5، دار المعارف الجامعية.
- النجار، يحيى و الطالع، عبد الرؤوف. (2015). التفكير الايجابي وعلاقته بجودة الحيات لدي العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظة غزة، مجلة جامعة النجاح لأبحاث(العلوم الانسانية)، المجلة29 .
- الهلاي، حسام محمد منشد. (2013). تفكير الايجابي وعلاقته بالاساليب مع الضغوط النفسية لدى المعلمين الجامعية، رسالة ماجستير منشورة، *Al-BahithJournal*2013, Volume 8, Issue 1, Pages 434-478 .
- الوهيبي، احمد بن سالم بن سععيد(2018) قلق المستقبل المهني و علاقته بالانماط التفكير ايجابي والسلبي لدى طلبة دبلوم التعليم العام في سلطنة عمان. جامعة نزوي، كلية علوم الاداب، رسالة ماجستير المنشورة .
- سنيهم/ سهرچاوهى نينگليزيبهكان:
- Abdul Kadir, N. B. Y., & Mohd, R. H. (2021). The 5Cs of positive youth development, purpose in life, hope, and well-being among emerging adults in Malaysia. *Frontiers in psychology*, 12, 641876. > accessed on 20-9-2024.
- Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition & Emotion*, 15(6), 713-724...
- Buhlmann, U., Gleiß, M. J., Rupf, L., Zschenderlein, K., & Kathmann, N. (2011). Modifying emotion recognition deficits in body dysmorphic disorder: an experimental investigation. *Depression and anxiety*, 28(10), 924-931.

- training on stress, anxiety, depression, and quality of life among hemodialysis patients: A randomized controlled clinical trial. *Journal of education and health promotion*, 10(1), 225..
- Stanley, E. G. (1990). The Oxford English Dictionary and Supplement: the integrated edition of 1989.
- Taherkhani, Z., Kaveh, M. H., Mani, A., Ghahremani, L., & Khademi, K. (2023). The effect of positive thinking on resilience and life satisfaction of older adults: A randomized controlled trial. *Scientific reports*, 13(1), 3478..
- Thadchai, N., Suksawat, J., & Wongtim, S. (2018). Adaptation, Positive Thinking, and Happiness in Work Performance Affecting Preparation to Enter Elderly Social Society. *Human Behavior, Development & Society*, 19(4).
- Thompson, C. S. (2018). The construct of 'respect' in teacher-student relationships: Exploring dimensions of ethics of care and sustainable development. *Journal of Leadership Education*, 17(3), 42-60.
- Behavioural Sciences, 63.. accessed on <https://scholar.google.com> .
- Orcan, F. (2020). Parametric or non-parametric: Skewness to test normality for mean comparison. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 7(2), 255-265.
- Rizzolo, Mary Kay.(2018). The Three Rs – Rights, Risk, and Respect, available through <https://www.c-q-l.org/resources/newsletters/the-three-rs-rights-risk-and-respect/> on 19-december-2023.
- Rusu, P. P., & Colomeischi, A. A. (2020). Positivity ratio and well-being among teachers. The mediating role of work engagement. *Frontiers in psychology*, 11, 1608.
- Shahraki, Sedigheh Khodabandeh, others.(2021). *The Effect of Positive Thinking Training on Anxiety and Happiness in the Elderly: a Quasi- Experimental Study*, doi. org/10. 21203/rs. 3. rs-877610/v1, available through <https://www.researchsquare.com/article/rs-877610/v1>. On 8-November-2023.
- Shokrpour, N., Sheidaie, S., Amirkhani, M., Bazrafkan, L., & Modreki, A. (2021). Effect of positive thinking

پاشکۆی (1) پښورې بیرکردنوهی ئسرینی به شیوهی کونابې

ژ	برگه	بهردهوام وام	زورچار وام	چاروبار وام	کهمچار وام	همرگیز وانیم
1	هیوام زور به نایندهیه .					
2	پنشینې دهکم له داهاتودا ژیانم باشتربیت.					
3	نمگمر شکستمهینا دوباره همولنهدم بونوهی سهرکهوتوبم.					
4	نهمونی ژیانم بهسودن چونکه لښانوهه فیردهیم.					
5	نعتوانم بهزیاتر له ریگایهک گرفتهکانم چارمسره بکم.					
6	سهرکهوتن له ژیان پښویستی به همول و کوششه.					
7	همولی ناشکرکردنی خاله لاوزاکانی خوم نهدم بونوهی بههیزیم.					
8	ژیانم بهگرنگ دهمانم نمگمرچی ههموو نامانجهکانیشم نهپیکم.					
9	بهلاموه ناساییه کسانیک ههمین من بهسهرنج راکیش دانعتین.					
10	نوهی لهسهرمه دهیکم بونوهی له ژیان رازی بم.					
11	کمش وهوا همر چوئیکینیت پښې بیزارانم.					
12	هیوام بهسهرکهوتن ههیه له کارمکانم.					
13	پیم وایه بارودوخهکان بهرمو چاکبون دهچن.					
14	ریگمنادم شکستهکانم لهورم دابهزینن.					

15	پنم واپه دهنوام بگم به نامانجهکام .				
16	رازيم لهوهی تا نئستا بهدهستم هیناوه.				
17	نهگس زورشتی ژيانم لهدهستبدم دهنوام دل خوشيم.				
18	بههوی بيرکردنههکام سود بهکسانی چواردهورم دهگيبنم.				
19	گوئ لهخهلکانی دهورويهرم دهگرم و رايان بهههند وهردهگرم له ژيانم.				
20	بير لهوه دهکهموه له داهاتوو خزمعت به گهل و نيشتيان بکهم.				
21	به لهسرخوی چارسسری گرفتهکام دهکهم بي هملچون .				

پاشکوی (2) پیوهی ریزگرتن له بهرامبهر بهشيوهی کوتايی

ژ	برگه	هممیشه وام	زورجار وام	جاروبار وام	کهمجار وام	همرگيز وائيم
1	له کاتی قسهکردن به بايهخوهه گوئ له قسهکانی دهگرم.					
2	سهررای جياوازی کهمی بهرامبهر نامادم هاوکاری بکهم					
3	ههر چهند بوجوونهکانی بهرامبهرم بي بنهما بن گالتهيان پيناکهم.					
4	که گفتوگو لهگهل بهرامبهر دهکهم بهر پرس دهيم له وتهکام					
5	لهکاتی گفتوگودا وتهکان بهکهمی بهرامبهر نابرم.					
6	له کاتی گفتوگوکان دورور دهکهموه لهبهکار هينانی وشهی نهشياو.					
7	ئهو رهفتاران نه ناکهم که ههستی بهرامبهر بريندار دهکات					
8	به ريزهوه پرسيارهکام ناراستهی بهرامبهر دهکهم					
9	به لامهوه گرنگه کهمی بهرامبهر سهررای جياوازی بوجوونهکانی له گفتوگوکهدا دل خوش بئيت.					
10	رمخنهناگرم لهسهر شيوای قسهکردنی بهرامبهر دهکهم					
11	له کاتی گفتوگوکاندا بتوانم متمانه دروست بکهم لهگهل بهرامبهرم.					
12	کاتیک بهرامبهر دهکهم قسهدهکات من بئدهنگ دهيم تا تهواو دهبئيت .					
13	لهکاتی گفتوگودا ريز له بهرامبهر دهگرم نهگس ههر رهگهزيک بئيت					
14	لهکاتی گفتوگودا ههولدهدم پينگهی کومهلايمتی دهورو بهر بياريزم					
15	به لامهوه گرنگه که گفتوگوکانم له گهل کسانی تر به نارامی بهريوه بچئيت					
16	به لوت بهر زيبهوه گفتوگو لهگهل کهمی بهرامبهر ناکهم					
17	سيمای کهمی بهرامبهر ههر جورنيک بئيت جينگای ريزمه					
18	له گفتوگوکانمدا لهگهل کهمی بهرامبهر ريز له شيوهزاری دهگرم					
19	بيرورای بهرامبهر ههر چوئنيک بئيت و به چ شيوهزاریک دهر بيبرئيت ريزی لي دهگرم.					
20	له گفتوگوکان نامادم کاتی زياتر به کهمی بهرامبهر بدهم بوجوونهکانی رونهکنهوهی بوجوونهکانی.					

التفكير الإيجابي، عيلاقة بالتقدير المقابل لى المدرسين فى جامعة كوية

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى التفكير الإيجابي واحترام الآخرين بشكل عام لدى عينة الدراسة وكذلك الكشف عن مستوى كل من هذه المتغيرات وفقاً للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، الكلية، اللقب العلمية). وكذلك إيجاد علاقة بين التفكير الإيجابي واحترام الآخرين لدى عينة الدراسة. تكون مجتمع البحث من 383 معلماً و136 معلمة، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من 100 معلم ومعلمة. وتضمنت الدراسة استخدام مقاييس التفكير الإيجابي واحترام الآخرين، وتم استخدام البرنامج الإحصائي (Spss) لعرض وتحليل البيانات، وأهم الأساليب الإحصائية المستخدمة (المتوسط، الانحراف المعياري، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الأحادي، الرسم البياني الطبيعي، معامل ارتباط بيرسون). وأظهرت النتائج: أن أساتذة جامعة كوية لديهم تفكير إيجابي مرتفع فوق المستوى المتوسط، ولا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى تفكيرهم الإيجابي وفقاً للمتغيرات (الجنس، الكلية، اللقب العلمية). إن مستوى احترام الآخرين لدى أساتذة واستاذة جامعة كويا مرتفع، ولا يوجد فروق إحصائية في مستوى احترام الآخرين وفقاً للمتغيرات (الجنس، الكلية، اللقب العلمية)، وفي ضوء النتائج تم تقديم عدة توصيات.

الكلمات المفتاحية: التفكير الإيجابي، الاحترام المقابل، المدرسين، التنبوء، الجامعة كوية.

POSITIVE THINKING, RELATIONSHIP TO RESPECT TOWARD OTHERS AMONG KOYA UNIVERSITY TEACHERS

ABSTRACT:

The aim of this study is to investigate the level of positive thinking and respect for others in general among teachers of Koya University, as well as reveal the level of each of these variables according to demographic variables (gender, faculty, academic degree). It also aims at finding a relationship between positive thinking and respect for others in the study sample. The research population consisted of 383 male and 136 female teachers. The sample was randomly selected from 100 male and female teachers. The study included measures of positive thinking and respect for others used, Statistical software (SPSS) was used to present and analyze the data. the most important statistical techniques used (mean, standard deviation, T test for two independent samples, Anova, Normal, and Pearson correlation) The results showed that Koya University teachers have high positive thinking above the average level, there is no statistically significant difference in their level of positive thinking according to the variables (gender, faculty, academic degree). The level of respect for others among teachers of Koya University is high and there is no statistically difference in the level of respect for others according to the variables (gender, faculty, academic degree). In light of the results, several recommendations were made.

KEYWORDS: Positive Thinking, Respect Toward Others, Teacher, Prediction, Koya University.