

ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان و پەيوەندى بە پالنهى فېرېبون و بېركدنهوى ئەرئىنپهوه

لاى خوئندكارانى قۇناغى ئامادەيى لە شارى كۆيە

كولاله سلام حمد^۱ كاوه علي الباوودي^۲

^۱ بەشى پەرورده و دەروروزانى، فاكەلتى پەرورده، زانكوى كۆيە، هەريى كوردستان، عىراق

پوخته

ئامانجى ئەم توئىنەويە، بىرئىيە لە ئاشكراردنى پەيوەندى ئىوان بەكارهينانى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان و پالنهى فېرېبون و بېركدنهوى ئەرئى لاي خوئندكارانى قۇناغى ئامادەيى، و ئاشكراردنى ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان و ئاستى پالنهى فېرېبون و بېركدنهوى ئەرئى بەشئىوہەكى گشتى و بە پىنى گۇراوى رەگەز و ھەرورھا ئاشكراردنى ئەوي كە كام تۆرى كۆمەلايەتى لەلايەن خوئندكارانەوہ زۇر بەكارهينان، توئىزەر مېتودى وەسفى ھاوپەيوەندى بەكارهينان، كۆمەلگە توئىنەويەكە پىنكەتوہ لە خوئندكارانى قۇناغى ئامادەيى لە ناوەندى شارى كۆيە كە (۲۹۶۹) خوئندكار بوو، نمونە توئىنەويەكە (۳۰۰) خوئندكارى نېر و مېيە كە بەشئىوہ ھەرپەمەكى جىنى ھەلژىرداوه ئەو كەرەستەنەي بەكارهاتوہ، بىرئىيە لە پىوانەي (ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان و بېركدنهوى ئەرئى) كە توئىزەر خۇ ئامادەيى كرووہ ھەرورھا پىوانى پالنهى فېرېبونى (قۇناغى، ۱۹۸۹) بەكارهاتوہ، لە گىرگىرئى ئەو كەرەستە ئامارىنەي بەكارهاتوہ بىرئىيە لە (Mean, Std-Deviation, T-test, person) ئەنجامەكان دەريانخست كە بەكارهينانى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان لەئاستىكى نىزىمدايە، بەلام جىاوازي بەلگەدارى ھەبوو بە پىنى گۇراوى رەگەز لەبەرژەوہندى رەگەزى نېر، ھەرورھا دەرکوت كە خوئندكاران پالنهى فېرېبونيان بەرزە، و جىاوازي بەلگەدارى ئامارى ھەبوو بە پىنى گۇراوى رەگەز لەبەرژەوہندى رەگەزى مى، و خوئندكاران ئاستى بېركدنهوى ئەرئىيان بەرزە، و ھەرورھا دەرکوت پەيوەندىيەكى پىچەوانەي لاواز لە ئىوان بەكارهينانى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان و پالنهى فېرېبون و بېركدنهوى ئەرئى لاي خوئندكارانى قۇناغى ئامادەيى ھەبە، و دەرکوت خوئندكاران بە پەيەكەم سنەپ چات بەكاردىن و بەپەيە دووہمىش فەيس بۆك، لەكۇتايشدا لە ژىر رۇشنەي ئەنجامەكان توئىزەر چەند راسپاردە و پىشنىيازىكى پىشكەشكرد.

وشە سەرەككەيەكان: بېركدنهوى ئەرئى، پالنهى فېرېبون، تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان، كۆيە، خوئندكارانى قۇناغى ئامادەيى

بە فېرېبونى خوئندكاران بىرئىت و تەكنەلۇژىياو زانستى نوئىان فېرېكرىت و ھانبىرىن بۇ سود وەرگىرتن لە تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان.

لە لايەكى ترموہ توئىنەويەكان پىشانىنداوہ كە تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان كاتىكى يەكجار زۇرى لەسەر بەسەردەبىرئىت، ھەرورھ لە راپۇرقى سالانەي نەتەوہيەگرتوہكاندا ھاتوہ، تاكەكان كاتىكى لە رادەبەدەر لەسەر ھىلى ئىنتەرنىت بەسەردەبەن، چونكە پىنگەي تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان بە ملنۇنان خەلكى بەلايخۇيدا راكئىشاوہ (Ozer، ۲۰۱۴، ۱)، لەگەل ئەوہشدا بەھوى تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان و ئىنتەرنىتەوہ جىيان لە گۇرانكارىيەكى بەردەوام دايە ژمارەيەكى زۇر مندالان و ھەرزەكاران لە جىياندا تۆرەكۆمەلايەتتەيەكان بەكاردەھىن ئەوہ مەتسىيەكى گەورەيە بەتايەت بۇ ھەرزەكاران (Stankovska et al، ۲۰۱۶، ۲۵۵)، سەرپراي ئەوہي جەخت لەسەر پالنهى خوئندكار دەكرىتەوہ بەتايەتى پالنهى فېرېبون، بەچەقى تىگەبىشتى خوئندكاران

۱. پىشەكى

پەرورده و فېرېبون بەھۇكارىكى گىرگ بۇ بەرەو پىشچونى ھەر كۆمەلگەيەك لە روى كۆمەلايەتى و رۇشنىبىرى و تەندروستى و ئابورى و... ھتد دادەنرئىت، بۇيە مامۇستا ئەركى پەروردهكردن و فېرېبونى خوئندكارانى لەسەرە لەبەر ئەوہ دەبىت زىاتر گىرگى



گۇفارى زانكوى كۆيە بۇ زانسته مرۇفايەتى و كۆمەلايەتتەيەكان، بەركى ۵، ژمارە ۲ (۲۰۲۲) رېككەوتى: وەرگىرتن ۱۶ تەمووز ۲۰۲۰؛ بەسەندىردن: ۹ تەبىلوول ۲۰۲۰ توئىنەويە رېكخراو: لە ۳۱ كانوونى يەكەم ۲۰۲۲ بۆلۆكراوتەوہ.

ئىمەلى توئىزەر: gulala.hamad@koyauniversity.org

مافى چاپ و بۆلۆكەنەوہ © ۲۰۲۲ كولاله سلام حمد، كاوه علي الباوودي، كەبشتن بەم توئىنەويە كراوہيە لە ژىر رەزامەندى - CC BY-NC-ND 4.0

گۇفارى زانكۇى كۇيە بۇ زانستە مرؤفايەتى و كۇمەلايەتتەكان

۱- گرنكى ئەم توپزىنەوئەبە بايەخدانە بە گۇراوكان (بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكانە و پالنەرى فېرپوون و بېركدەنەوئە نەرتتى) كە لە جېپانى ئەمپۇدا بە گۇراوى ھەستىيار و گرنك لە قۇناغى ھەرزەكارىدا دادەنرېت.

۲- گرنكى ئەم توپزىنەوئەبە لە ئونەكەيدايە كە خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە ھەردوو رەگەزەو كە جېپى ھەرزەكارە و بەرېئەبەكى زۇر تۇرە كۇمەلايەتتەكان بەكاردەھين بۇ مەبەستى جىجىيا بۇيە زۇر گرنكە توپزىنەوئەبە لەسەر بىكرېت بەتايەقە بە پېئى زانبارىيەكانى توپزەر پېشتەر توپزىنەوئەبە لەم شىوئەبەبە لەسەرئەنجام نەدراو.

۳. ئامانجەكانى توپزىنەوئەكە:

ئامانجى توپزىنەوئەكە برىتتېبە لە:

۱. زاننى ئاستى بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان لای خوئىندكارى قۇناغى ئامادەبەبە لە شارى كۇيە بەشىوئەبەكى گشتى.
۲. زاننى ئاستى بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان لای خوئىندكارى قۇناغى ئامادەبەبە بە پېئى گۇراوى رەگەز.
۳. زاننى ئەوئەبە كە كام تۇرى كۇمەلايەقە بەزۇرى لە لايەن خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبەو لە شارى كۇيە بەكاردەھينرېت.
۴. زاننى ئاستى پالنەرى فېرپوون لای خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە لە شارى كۇيە بە شىوئەبەكى گشتى.
۵. زاننى ئاستى پالنەرى فېرپوون لای خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە پېئى گۇراوى رەگەز.
۶. زاننى ئاستى بېركدەنەوئە نەرتتى لای خوئىندكارى قۇناغى ئامادەبەبە لە شارى كۇيە بەشىوئەبەكى گشتى
۷. زاننى پەيوئەندى ئىوان ئاستى بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان و پالنەرى فېرپوون لای خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە.
۸. زاننى پەيوئەندى ئىوان ئاستى بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان و بېركدەنەوئە نەرتتى لای خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە.

۴. سنورى توپزىنەوئەكە:

سنورى ئەم توپزىنەوئەبە برىتتېبە لە سەرجم خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە لە خوئىندكەكانى دەوامى بەيانىان لە ناوئەندى شارى كۇيە بۇ سالى خوئىندى (۲۰۱۹-۲۰۲۰).

۵. پېئاسەكرى زاراوكانى توپزىنەوئەكە:

۱،۵ تۇرە كۇمەلايەتتەكان Social Networks:

پېئاسە (Reitz, ۲۰۰۲):

برىتتېبە لە خزمەتكردى مالىپەر ئەلكترۇئەبەبە، رېگەبە بەكارهينەرانى دەدات بۇ دروستكرىدن و رېكخستى مەلەفى كەسى و پەيوئەندىكرىدن و گۇرېنەوئەبە زانبارى لەگەل كەسانى تر (Reitz, ۲۰۰۲، ۴۴۷).

دادەنرېت و لە ھەموو كۇمەلايەكەدا سالانە ژمارەبەكى زۇر لە خوئىندكاران قۇناغخانە بەجىدەھينلن بەھۇى كەمى ياخود نەبوونى پالنەرى فېرپوونەوئە، بۇئونە لەئەمەرىكا بۇ ھەر(۴) خوئىندكارىك كەدەجە پۇلى يەكەم دانەبەكېان قۇناغخانە بەجىدەھينلن (Salili et al, ۲۰۰۱، ۲).

سەرەراى سودەكانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان، بەلام ھەندىك توپزىنەوئەبە ئامازە بەزىانەكانى دەكەن، كە ناكړېت پېشتكويى بخړېت، ئەمەش بە كېشەبەكى گەرە لە ئىوان خوئىندكاران دادەنرېت، چوئە خوئىندكاران تۇرە كۇمەلايەتتەكان بۇ مەبەستى ئەكادىبى بەكارى ناھين، بەلكو بۇكات بەسەربردن بەكارى دەھين لە ئەنجامدا فېرى زۇر رەفتارى نەشىاو دەين ھەرۋەھا رېگەدەگرېت لەوئەبە كە گرنكى بە بابەقې خوئىندن بەدن، توپزىنەوئەكە دەرىجىستوئە خوئىندكاران ئاستى زانستىيان بەھۇى بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان نەبوئەوئە و كاتىكى كەمىان بۇ ئەنجامدانى ئەركەكانى خوئىندكەھەبە، خوئىندكاران خۇيان ئامازەبەبە بېكردوئە كە بۇ مەبەستى كۇمەلايەقە بەكارىدەھين و پالنەرى فېرپوونىان كەمە (Kaya & Alhaji, ۲۰۱۹، ۱-۲).

لەم پروانگەبەوئە دەكرى كېشەبە سەرەكى ئەم توپزىنەوئەبە لەم پىرسىياردا خۇى بېئىتتەوئە، كە ئايا بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان بوئە ھۆكارى بەرزىوئەبە بىان نىم بوئەوئە پالنەرى فېرپوون و بېركدەنەوئە نەرتتى لای خوئىندكارانى قۇناغى ئامادەبەبە پېئى گۇراوى (رەگەز) ؟

۲. گرنكى توپزىنەوئەكە:

ئامارەكانى كۇمەلەى نېشتىيانى بۇ ئەنجومەتەكانى خوئىندكەكان (National School Bords Association) لە ئەمەرىكا لە سالى (۲۰۰۷) ئاشكرىيانكردە، كە خوئىندكەكان و دايكان و باوكان باوئەرىكى بەھىزىيان سەبارەت بە رۇئى ئەرتتى تۇرە كۇمەلايەتتەكان لە ژيانى رۇزانەى خوئىندكاراندا ھەبە (Crane, ۲۰۱۲، ۱۱۰)، چوئە ئەوئە تۇرە كۇمەلايەتتەكانە پىرۇسەى فېرپوون و فېركردىيان ئاسانكردوئە (Chu et al, ۲۰۱۷، ۳۹). پالنەرى فېرپوون بە يەكېك لەو توخمە گرنكەنە دادەنرېت، كە بەئى ئەو ناكړېت پىرۇسەى فېرپوون بەباشى رۇبىدات، چوئە رۇئىكى سەرەكى لە ھاندانى خوئىندكاران بۇ فېرپوون دەكېرېت، بۇبە گشت دامەزراو پەروەردەبەبەكان لە جېپاندا گرنكىيان بە پالنەرى فېرپوون داوئە(بن موسى و أبى مولود، ۲۰۱۷، ۳۸۴) ھەرۋەھا بېركدەنەوئە نەرتتى بەبەكېك لە ھۆكارە گرنكەكان دادەنرېت و كارىگەرى لەسەر بەرپوئە چوئى پىرۇسەى فېرپوون ھەبە(عبد الرحىم و عبد اللطيف، ۲۰۱۶، ۲۴۷).

گرنكى توپزىنەوئەكە لە گرنكى ئەو گۇراوانەى كە لىيان دەكۇئىتتەوئە دەردەكەوئە، كە برىتتېبە لە(ئاستى بەكارهينانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان و پالنەرى فېرپوون و بېركدەنەوئە نەرتتى)، دەتوانىن بلىين كە ئەو گۇراوانە گرنكىيان ھۆكارن بۇ پىرۇسەى فېرپوون، چوئە تۇرە كۇمەلايەتتەكان وەك (فەبىس بوك ، توئتەر و يوتتوب ، واتسئاب و ئىنستىگرام و سناپ چات) بە زۇرترىنى ئەو تۇرانە دادەنرېن، كە خوئىندكاران لەم سالانەى دوادا بەكارىان دەھين، لەگەل ئەوئەشدا گرنكى ئەم توپزىنەوئە لەوئەدایە كە لىكۇئىنەوئە لە بابەتتېكى سەردەم دەكات و دەستى خستوئە سەر دياردەبەكى نوئى و گرنكى پەيوئەست بە ژيانى كۇمەلەگە، توپزەر گرنكى توپزىنەوئەكەمى بەچەند خالىك دەخاتە رو:

پېناسەى (جال، ۲۰۱۹):

برېتتېبە لە پېنگەى ئەلكترۇنى يان جىئەجىنكردىنى پرۇگرامكر او بۇ دروستكردىنى پەيوەندى لە نېوان بەكارهېتتەرانېدا، كەخۇيان لەسەر پېنگەكان تۇماركردووە لە رېكەى ناو يان ژمارەى تەلەفون يان ئېمېلى تايەت بەخۇيان، و ئەم پەيوەندىانە بەردەستناين بەقې بوونى تۇرى ئىننەرنېت(جال، ۲۰۱۹، ۹۱۶).

پېناسەى رېككارى بۇ تۇرە كۇمەلايەتتەكان:

برېتتېبە لەو نمرەبەى خويندكاران دواى وەلامدانەويان لەسەر برەكانى پېوانەى (ئاستى بەكارهېتتەنى تۇرە كۇمەلايەتتەكان) بەدەستى دەهېنن، كە تويژەر لەم تويژىنەوەبە دا بەكارى هېناوە.

۲,۵ پالئەرى فېرېوون (Learning Motivation):

پېناسەى (ادوارد موارى Edward Murray، ۱۹۸۸): "تارەزويەكى بەردەوامە بۇ سەرکەوتن و ئەنجامدانى كارەئالۇزەكان و زالبون بەسەر رېكرەكان بە لېھاتوبى بە كەمترىن كات و توانا و بە باشتىن ئاست لە فېرېوون" (هاجر و أحلام، ۲۰۱۷، ۱۰).

پېناسەى (العايش و مرغني، ۲۰۱۵):

بارىكى ناوەكېبە، رەفتارى خويندكاران دەروژىنېت و پاليدەنېت بۇ وەلامدانەوەى ھەلۇئىستە فېركارەكان و كارەكات بۇ بەردەوام بوون لەسەر ئەم رەفتار و وەلامە تا فېرېوون رۇدەدات (العايش و مرغني، ۲۰۱۵، ۷۵).

پېناسەى رېككارى بۇ پالئەرى فېرېوون:

برېتتېبە لە كوى ئەو نمرانەى كە ئەندامانى سامپلى تويژىنەوەكە بەدەستى دەهېنن دواى وەلام دانەويان بۇ برەكانى پېوانەى پالئەرى فېرېوون كە تويژەر لەم تويژىنەوەبە دا بەكارى هېناوە.

۳,۵ بېركدنەوەى نەرىپى (Positive Tinking):

پېناسەى (McGrath، ۲۰۰۴)

چەمكىيىكى گىشتى بۇ ئاراستەبەك دەكرېتتەوە، رەنگ دەداتەوە لە بېركدنەوە و رەفتار و ھەست و قسەكردىن (Naseem & Khalid، ۲۰۱۰، ۴۱).

پېناسەى (جودە و آخرون، ۲۰۱۳):

برېتتېبە لە رېكاي بېركدنەوەى تاك، رەنگدەداتەوە بەشىئەوەبەكى نەرىپى لەسەر ھەلۇسوكەوتقان بەرامبەر كەس و رۇدەوەكان، تاك بەرز رادەگرېت و يارمەتتەدات بۇ دۇزىنەوەى توانا شاراوەكانى، و گۇرئانكارى لەژيان بەرەو ژيانىكى باشت (النجار و الطلاع، ۲۰۱۵، ۲۱۵).

پېناسەى رېككارى بۇ بۇبېركدنەوەى نەرىپى:

برېتتېبە لەو نمرەبەى خويندكاران بەدەستى دەهېنن دواى وەلام دانەويان بۇ پېوانەى بېركدنەوەى نەرىپى، كە تويژەر لەم تويژىنەوەبە دا بەكارى دەهېنېت.

۶. چوارچىوەى تېورى و تويژىنەوەكانى پېنشو:

۱.۶ تۇرە كۇمەلايەتتەكان (Social media)

چەمكى تۇرە كۇمەلايەتتەكان: زاراوەبەكە بە كۇمەلىك تۇر لەسەر ھېلى ئىننەرنېتى جېانى دەگوتېت (Word Wide Web)، كە لە رېكەبەوە مرۇف پەيوەندى لە ژىنگەبەكى گرېمانەبى كۇمەلايەتتەبا دروست دەكات، كرنكى بە تۇرە كۇمەلايەتتەكانى

سەر بەبەك دەوالت يان قوتانجانە يان دەستەبەكى ديارىكار او دەدات لە چوارچىوەى سېستېمىكى جېانى دا بۇ ئالوگۇرى زانبارەكان (الصاعدي، ۱۴۳۲، ۹). ئەم تۇرە كۇمەلايەتتەكان بە پرۇسەبەكى كارلىكى بەھىز دادەنرېت، رېكەدەدات بە بەكارهېتتەرانى لە ھەركات و شوئىنېكېن پەيوەنى بگرن، ماوەى چەند سانلىكە لەسەر ھېلى ئىننەرنېت دەركەوتووە و پەيوەندىبەكانى گۇرېوە لە نېوان خەلك و كۇمەلگە دا بەھۇى ئەوەى ھۇكارىكە بۇ نىكوبەنوەوەى خەلك و بەھىزكردىنى پەيوەندى نېوانيان مرۇفەكان، بەلام لەم دوايەدا نەركە سەرەكەبەكى گۇراوە و بووئە ھۇكارىك بۇ دەرىپى ناپەزايەتى و نازارەكانى خەلكو بلاوكردەنوەى زانست و زانبارى و رۇدەوەكان، لە ديارترىن تۇرە كۇمەلايەتتەكانىش (فەيس بوك، تويژەر، يوتوب) (الدرېملى، ۲۰۱۳، ۲۷).

مېژوى سەرھەلئەدى تۇرە كۇمەلايەتتەكان:

زاراوەى تۇرە كۇمەلايەتتەكان لەسالى (۱۹۵۴) لە لاين (جۇن بارنز) دارىژراوە (Serrate، ۲۰۰۹، ۳). لەھەفتاكانى سەدەى رابردوشدا ھەندىك ھۇكارى ئەلكترۇنى كۇمەلايەتى دەركەوت و لىستەكانى بەرىدى ئەلكترۇنى (E-mail) و Bulletin Board Systems (BBS) يەكەمىن تەكنەلۇژيا بوون بوونە ھۇى ئاسانكارى بەرەبەكەوتنى كۇمەلايەتى ئۇنلاين (kiehne، ۲۰۰۴، ۳). كە كۇترىن پېنگەى كۇمەلايەتى ئەكادېمى بوو لە چىن لە لاين خويندكارانى زانكۇوە دامەزرا بۇ ئالوگۇرى زانبارەكان (Chang، ۲۰۱۴، ۳۹). لە سالانى نەوئەكانى سەدەى رابردو سەرەتاي راستى دەركەوتنى تۇرە كۇمەلايەتتەكان بوو لەسەرئىننەرنېت كاتىك (راندى كونرادز-Randy Konradz) نەخشەسازى بۇ مالىپرىكى كۇمەلايەتى كرى بۇ پەيوەندىكردىن بەھاويۇلەكانى خويندىنى (المصور، ۲۰۱۲، ۷۷) يەكەمىن مالىپرى تۇرە كۇمەلايەتتەكان لەلاين كۇمەلىك قوتانى خويندنگابەكى ئەمرىكى بوو لە سالى (۱۹۹۵) بەناوى (Classmates.com) دواتر پەرى پىنداو ئەم مالىپەرە ھەموو كۇمەلگەى ئەمرىكى بۇ چەند ويلايەتتىك دابەشكردى، ھەرويلايەتتىك بۇ چەند ناوچەبەك ھەرناوچەبەكېش بۇ چەند خويندنگەبەك، ھەموو خويندكاران دەياتوانى بەھۇى ئەم دابەشكردەنوە بەدواى خويندنگابەكى بگەرنېت و ھاورىپىكى بۇدۇزىتەوە (مرجم و الھدى، ۲۰۱۴، ۱۷).

جۇرەكانى تۇرە كۇمەلايەتتەكان:

يەكەم: فەيس بوك (Face book): برېتتېبە لە يەكېك لە مالىپەرە كۇمەلايەتتەكان، وىناى كۇمەلگەى ئىوودەولەتى لەسەر تۇرى ئىننەرنېت دەكات، كە تاكەكان بۇ كارلىك لەكەل يەكترى كۇدەبەنوە لە ھەرشوئىنېكى جېانېن، ھەروەھا ئالوگۇرى چالانى لە نېوان ھاورى و برادەران دەكرېت (بوتبال و بن خليفە، ۲۰۱۹، ۷۴۷). فەيس بوك مالىپرىكى كۇمەلايەتى خاوەن جەماوەرىكى گەورە و بېبەرامبەرە، پرۇگرامى نوسراوى گروپى ئەلكترۇنى و بەشدارىكردىنى وېنە لە خۇدەكرېت (الرشيد، ۲۰۱۴، ۳۹).

مالپەرى فەيس بوك (face book) لە مانكى دوى سالى (۲۰۰۴) لەلاين (Mark Zuckerberg) خويندكارى زانكۇى ھارفارد دامەزراوە (بن بلعباس، ۲۰۱۵، ۵۴). ئەوكانە رەزامەندىبەكى زۇرى بەدەستېننا لەلاى خەلكى بەتايەت لاي گەنجەكان، (مارك زوكېرج) لەسەرەتادا فەيس بوكى تەنھا بۇ زانكۇ و ھاورىكانى داھىننا، ئەم خويندكارە زۇر ھەزى لە كارى پرۇگرامسازى كۇمېتەر بوو و بە بېرى خۇى و ھاورىكانىندا نەدەھات كە بگاتە ئەو ئاستە بە كاتىكى كەم لەماوەبەكى كەمدا لە

گۇفارى زانكۇى كۇيە بۇ زانسته مرۇقايەتى وكۇمەلايەتتەكان

خاوهنەكەى نەيفرۇشت بە كۇمپانیا زەبەلاھەكان وەك گۇگل و فەيس بوك، بە يىنى ئەو توۋىنەنەۋەى لە سالى (۲۰۱۳) لە لاين ھەردو خويندكارى زانكۇى ستانفۇرد(يفان سبىغل و وبوي مورفي) كراو، ئەم دو زانا يە جىيەجىكرنى نوپان بۇدۇزىيەو و سەرگەوتنىكى باشى بەدەستەپنا، بووبە پالنەر بۇ كۇمپانیاكە برى (۵،۱۳ مىليۇن دۇلار) بۇ بەرەو پىشبردنى سناپ چات خەرج بكات، ئەم بەرەو پىشبردە واكرد سناپ چات لە سالى (۲۰۱۶) كۇمپانیاى (بىتسرىس) بكرىت، كە دەتوانى (بىتسرىس) جىيەجى بكات و رىگا دەدات بە دانانى وئىنى گرىمانەنى (أفتار) و جولەپىكردىن لەسەر جۇرى وئىنى جولابو بە بەھای سەد مىليۇن دۇلار، پرۇسەى بلأوكردنەۋە لە سناپ چات بە ھۇكارى تايەتمەندى (My story) دەپت، ئەگەر قىدۇت بوپت فشار دەكەينە سەر وئىنەكە و پەنجەت بە فشاركراوى دەھىلىتەۋە، ھەموو كەس دەتوانىت چىرۇكى تۇ بىنىت بە مەرجىك ئەگەر (Everyone) داكرىت (حمدي، ۲۰۱۸، ۲۶-۲۷). ئەم جىيەجىكرنە بۇ نامە و وئىنە گىراۋەكانە، بەكارھىنەرەن لە رىگاۋاۋە وئىنە دەگرن و قىدۇت تۇماردەكەن لە گەل دانانى نوسىن و دەپىرن بۇ ھاورىكانيان، بۇ يەككار نىشانەدەردىت، بەكارھىنەر كاتەكەى ديارىدەكات (Alkhobrani & Alzhvani، ۲۰۱۸، ۱۴۹).

۲.۶ پالنەرى فېرېوون:

چەمكى پالنەرى فېرېوون:

پالنەرى، بەشىۋەكى گىشتى يىناسەدەكرىت، بەو ھىزە خودىيەى رەفتارى تاك دەزۋىنىت و ئاراستەى دەكات بۇ بەدىيىننى ئامانچىكى ديارىكراو (بلىقس و مرغى، ۱۹۹۶، ۸۴)، ھەروھە پالنەرى بە مەرجە سەرگەكەكان دادەنرىت بۇ گەيشتن بە ئامانچەكان لە پرۇسەى فېركارى و بوارە جۇراو جۇرەكانى، جا لە بوارى فېرېوونى شىۋاز و رىگاكانى بىركدەنەۋە بىت بان پىكەپننى ئاراستەكان و بەھەكان بان دەسكەوتى زانبارى و زانپىن بىت (الشرقاوي، ۲۰۱۲، ۲۳۴)، بۇيە پالنەر بە گرنىكرىن ھۇكارەكان دادەنرىت، كار لە پەرۋەردەكرىن بەشىۋەكى گىشتى و فېرېوون بەتايەتى دەكات، لىرەۋە گرنكى پىتوستى شارەزايى مامۇستايان لەشارەزابونيان بۇ وروزاندىنى پالنەر لاي خويندكاران دەردەكەۋىت بۇ تىركدىنى پىداۋىستى و ھەزو ئارەزوۋەكانىنە(خليل، ۲۰۰۷، ۱۷۷). پالنەر لە ناو پرۇسەى فېرېوندا (واتا وىستىكى ناۋەكى خويندكار بۇسەرگەوتن لە ئەركە ئەكادىمىيەكان) زۇرچار پىتى دەوتىرت پالنەرى بەدەستەپنن (Taylor، ۲۰۱۲، ۴).

رۇلى مامۇستا لە دروستكردىنى پالنەرى فېرېوون:

توۋىنەنەۋەكى بوارى دەرونزايى پەرۋەردەپى گەبەتەنەتە ئەۋەى ژمارەيك ھۇكار ھەيە پالنەرى فېرېوون لاي خويندكاران دروست دەكات لەۋانە:-

۱. پىنوستە مامۇستايان جىاۋازى تاكايەتى لە نيوان خويندكاراندا بۇ بەدەستەپننى ئامانچەكان رەچاۋىكەن، بە توانايەكى خىرا و ھەلسۇكەوتىك لەگەل تواناۋە ھەز و شارەزايى پىشۋى بگۇنجىت.

۲. پىنوستە مامۇستايان ھەستى مرۇقايەتى و بەھای كۇمەلايەتى بۇ خويندكاران فەراھەم بىكەن، دەكرىت لە رىگاى كارى بەكۇمەل و كارى نۇنەپى ئەو ھەلە داين بكرىت. (بلىقس و مرغى، ۱۹۹۶، ۱۰۴).

۳. فەراھەمكردىنى دۇخىك يارمەتى وروزاندىنى خويندكارىدات بۇ بابەتى فېرېوون و بەئاگابونيان بپارىزىت.

۴. ھاندانى خويندكاران بۇ گوزارشتكرىن لەسەر رەفتار و ھەستەكانى و دەپرېنى بۇچونەكانى بە ئازادانە و بەكەشىكى پىر پالېشتى و دل ئەۋاى.

ويلايەتە يەكگرتەكانى ئەمىركا ناۋايگى داھىنەكانەكى زانكۇى تىپەپاند گەبىشتە خويندكاران (حسونة، ۲۰۱۴، ۴).

دوۋەم: توپتەر (Twitter): وشەى توپتەر (Twitter) بەماناى (خويندند)دېت، كە بالندەپەكى شىن رەمزەكەيەتى، بىرۇكەكەى لە (Micro blogging) ھاتوۋە واتە خزمەتكوزارى تۇماركردىن چوكرۋە، رىگە بەبەكارھىنەرەن دەدات لە رىگاى پىكەپننى تۇرى كۇمەلايەتى (twitter.com)، كورتەنامە بىنرن بۇ ھەر نامەيك (۱۴۰) بىت زىياتر نەپىت، ئاسانى بەكارھىنەر و نە بوونى پروپاگەندەى بىزاركەر و زۇرى بەكارھىنەر و بوونى دامەزراۋە و راگەپاندىكار تۇرەكەيان بە زندىتى ھىشتەنەۋە، ئەم تۇرە كۇمەلايەتتە لە سەرەتاي (۲۰۰۶) لەلايەن كۇمپانیاى (obvious) ئەمەرىكى لە شارى سان فرانسىسكو وەكو پروژەپەكى گەشەپىدانى توۋىنەۋە سەرمەلدا، لەسەرەتادا بۇ ھەمووكەس بەردەست نە بوو، بەلام لە ئۇكۇبەرى (۲۰۰۶) بوو بە فەرمى و بلاو بۇۋە (الصفدي، ۲۰۱۵، ۷۶). ئەم يىكە كۇمەلايەتتە لە دەورى يەك شت دەخولتتەۋە ئەۋەش ئەۋەپە: بەو كەسانە بلىت كە فۇلۇۋەرن (Follower) ئىستا خەرىكى چىن و ھەزبان لە چىيە، ئەگەر ئەكوتنت ھەپىت دەتوانى نوپى بىكەپتەۋە و گۇراكارى تىايەكەيت (peacock، ۲۰۰۹، ۲۷۰).

سىيەم: يوتوب (Youtube): ئەم تۇرەكۇمەلايەتتە بەرلاۋوتىن و بەناۋايگىترىن پىكەكى كۇمەلايەتى بلاۋوكردنەۋەى قىدۇپە يارمەتى بەكارھىنەرەننى لە بلاۋوكردنەۋە پەيداكردنى داھات دەدات لە رىگاى قىدۇكەنەۋە (Chatterjee & Krystianczuk، ۲۰۱۷، ۳۹)، وەك مالىپەرىكى سەبەخۇ لەمانكى دوى (۲۰۰۵) لەسەر دەستى سى زانانى ئەمەرىكى (چاد ھىرلى) (Chad Hurly) و ستىف چىن (Steve Chen) جواد كرىم (Jawed Karim)) دامەزرا، فەرمابنەرىوون لە كۇمپانیاى (pay pal) تايەت بوو بە بازىرگىنى ئەلكرتۇنى، لە ئىستادا يوتوب گەۋرەترىن دەستكەوتى بوارى ئىنەنرىتتە، يوتوب لەسەر بنەماى بىرۇكەكى(خوت) بىنرە يان بلاۋى بىكەۋە(Broadcast yourself)دامەزراۋە، كە ئەم بنەمايە لەسەرەتاي لاپەرەكەدا ھەيە، ئەم شوئە لە تۇرى ئىنەنرىتتە بە گرنىكرىن شوئىن بۇ بەشدارپىكردىنى قىدۇپى بىنەرامبەر دادەنرىت، ئەو قىدۇپانەنى تىايدا دەپىنرىت لە دروستكراۋانى كە سائىكن ھەندىكجار بە كامپراى مۇبايلەكانيان تۇماريان كدوۋە بۇ گواستەۋەى ھەموو شىتلىكى سەير و سەمەرە يان پىكەپننىۋەى و سەرنخراپكىش (نومار، ۲۰۱۲، ۶۴-۶۵).

چوارەم: ئىنستاگرام (Instagram): ئەمەش يەككىكە لە تۇرەكۇمەلايەتتەكان لە سالى (۲۰۱۰) دامەزراۋە، رىگە بەبەكارھىنەر دەدات وئىنە بكرىت و بە فلتەرىكى ژمارەيدا بىروات و بەشدارى لە كۇمەلنىك تۇرى كۇمەلايەتتە پىنكات، لەسەرەتادا ئىنستاگرام لەسەر ئاى فۇن و ئاى پاد و ئاى پۇد تەچ بەكاردەھىترا لە ئەپرىلى (۲۰۱۲)دا زىياتكرا بۇ سىستەمى ئەندىرۇيد فرويو(۲.۲) يان ۋەشانى بەرزىرى آيتونز و جوجل پلاى(Wikipedia.org، ۲۰۱۸). لە سەرەتادا تەنبا رىگەپان بە بلاۋوكردنەۋەى وئىنە دەدا، بەلام دواتر بوو بە زەبەلاھەتتىن و بەناۋايگىترىن تۇرى كۇمەلايەتى، گرنكى بە وئىنەگرن و بلاۋوكردنەۋەى تۇمارى قىدۇپى و پارچەى تۇماركراۋ دەدات دواتر بەشدارپىكردىنى لە رىگاى تۇرى كۇمەلايەتى جۇراو جۇر و تۇرى ئىنستاگرام خۇى(الغرابلى، ۲۰۱۷، ۶).

پىنجەم: سناپ چات (Snap chat): يەككىكە لە تۇرەكۇمەلايەتتەكان بەكارھىنەرەن بۇ ئالۇگۇرپى وئىنە قىدۇ و نامە بىنەرامبەرە، بۇ يەكەمجار لە سالى (۲۰۱۱) دەركەوت، و لىپىسراۋانى ئەم مالىپەرە سەرگەوتتوۋون و بەملىۋنەھا بەكارھىنەرەى ھەيە،

پروفسور فېرېون و بەبېرھاتنەو دەكتەنەو ، بەبې كەمكردنەو لە رۇلى ھۆكارە دەركىيەكان لەسەر ديارىكردى ئاستى پالئەرى فېرېون، ئەم تېۋرە دەپەوېت جەخت لەسەر بوونى پەپوئەندى لە ئىوان ئامانجەكان و رەفتارى تاك بكت، بە پىنى أمس (Ames، ۱۹۹۲) دەتوانىن ئامانجە ھەلپۇزىدراوھەكان بۇ خويندكاران بگەين بە دوجۆر: جۆرى يەكەم بە ئامانجى دەركى ناسراو، خويندكاران دەپانەوېت نمرى بەرز بۇ رەزامەندى باوانيان بەدەستېين، بەلام جۆرى دوووم: ئامانجى ناوھكى لە خۇدەگرېت، خويندكاران دەپانەوېت ئاستى خويندىيان لە رېگى پېشخستنى زانيارى و توناكانيان بەرز بگەنەو (الزھراء، ۲۰۱۷، ۷۵)، ھەرۇھا ئەم تېۋرە دەلېت: تاكەكان پالئەريان زۆرتدەپېت ئەگەر ئەو كارە پىنى ھەلدەستى ئاراستەكراوېت بەرەو ئامانجەكەى، خويندكار پالئەرى بەھېزتر دەپېت بۇ فېرېون ئەگەر ئامانجى دەسكەوتن و زىادكردى فېرېون و بەرزكردنەو ھزر و زانين يېت (أمال، ۲۰۰۸، ۵۰).

۳،۶ بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى:

چەمكى بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى: دكتور (نورمان فنسنت بيل Norman Vincent Peale - ۱۸۹۸- ۱۹۹۳) يەكەم كەسە چەمكى نوپى بۇ بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى چەسپاندىن و پېشپىنى بۇ ھېز و تواناى بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى كىرە (عبدالصاحب و احمد، ۲۰۱۴، ۱۱۹). چەمكى بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى پەپوئەندىدارە بە چەند چەمكىكى تر وەك بېرکدەنەو ۋە بونياتنان كە تېۋرى بونياتگەرى پېشكەشى كىرە، و جەخت لە كارامەى دەرونى و بەئاكوبى تاك بۇ بەرەنگارپونەو كېشەكان و چارەسەركردىيان دەكتەو، پېشپىنى دەكرېت خاوەنى ئەجۆرە بېرکدەنەو باوېرپان بە بۇچونى ناخيان ھەپېت و بېرکدەنەو ۋە خۇيانى پىن ئاراستە بگەن، ئەم بېر و بۇچونانە ھەلېكە لە پېناو سەرکەوتن نەك ھەولدىن و ھەلەكردىن (الخليل، ۲۰۱۲، ۲)، بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى وانا بەكارھېننى ھزر بە رېگىيەكى ئاقلانەو لۇژىكىيانە بە پشېستەن بە رېگىيەك بەرەو ئەرئىتى و ھەستى گەشپىنانەى بيات (مارتېن سىليجان ۱۹۸۸) پېناسەى دەكتات بەو ۋە رېگىيەكە جەختدەكتە سەر روانكەى گەشپىنانە، وای دەپېنېت كە برېتېيە لە گەشپىنى و بېنېنى لاپەنى جوان و گەشاوہ لە ھەموو شتېكىدا (الوھبىي، ۲۰۱۸: ۲۴) ھەرۇھا بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى پروسەيەكى بەرھەمچىنانى بېرکدەنەو، و زەى نەرئىتى دەكۆرېت بۇ و زەى پالئەرى، و ھەستى ئەرئىتى وەك دلخۇشى تەندروستى كۆتۇرۇلى دەكتات (عبدالرحيم و عبد اللطيف، ۲۰۱۶: ۲۵۳).

روانگەى زانەكى بۇ بېرکدەنەو ۋە ئەرئىتى:

۱. مارتېن سىليجان Martin Seligman:

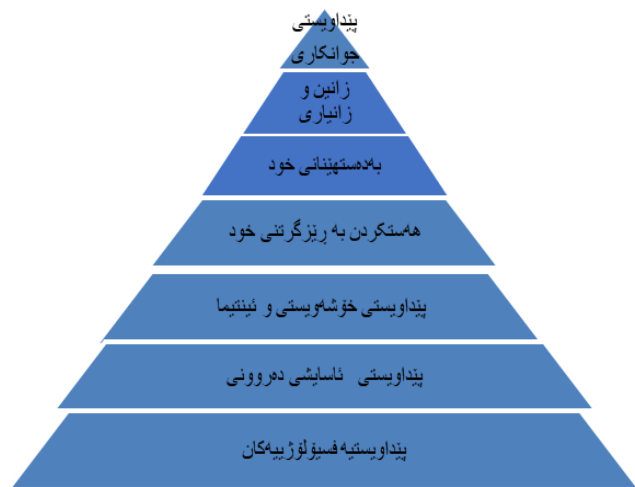
تېۋرەكەى (مارتېن سىليجان ۱۹۸۸) جەخت لەسەر ھۆگەرى(دانەپال) دەكتەو ۋە ئەو رېگىيەكى كە شېكردەنەو ۋە بۇ شتەكان و روداوەكان پېندەكەين ، وانا پېيان وایە بۇ ھەموو شتېكى ھۆكارىك ھەپە، لەوانەپە كارېگەرى خراب يان باشى لەسەر تەندروستى دەرونى و جەستەيمان لە ئېستتا و داھاتوودا ھەپېت ، سىليجان دەلېت خەمۇكى لەئەنجامى بېرکدەنەو ۋە ناھۇشيارانەپە ئەگەر تونان چوورەوشت و بېرکدەنەو ۋە ژيانمان بگۆرېن ئەو خەمۇكىكە نامېنېت، ھەرۇھا سىليجان لە سالى (۱۹۹۸) لە پەرتوكى گەشپىنى خويندكار ئامازەى بەو كىرە ئېمە بە خۇرسكانە گەشپىن يان رەشپىن نېين، وانا گەشپىنى دەكرېت فېرېين، گەشپىن وادەزائېت سەرئەكەوتن و روخان و بەدېنەھاتنى ئاوانەكان مەملاننى و بەرەبەستېكى كاتېيە بە پېنچەوانەى كەسى رەشپىن(القرېشى، ۲۰۱۲، ۲۵۸). ھەرۇھا سىليجان دەلېت

۵. وروژاندى پالئەرى خۇشەوېستى زانيارى لای خويندكاران، چونكە خۇشەوېستى بۇ زانست دەپتە بنەماى فېرېون و داھىنان و تەندروستى دەرونى (شېبە، ۲۰۱۵، ۵۰).

تېۋرەكانى پالئەرى فېرېون:

يەكەم: تېۋرى مروفىيەكان:

ئەم تېۋرە مروفىيە بۇلېكدانەو ۋە پالئەرى رەفتار ھاتووه، كە پەپوئەندىدارە بە كەسايەتى، چونكە دەروانېتە مروف وەك تاكىكى كامل لەرووى(ھزر، جەستە، روح)، لە گىترىن پالېشېتەكانى ئەم تېۋرە ھەپەكە لە زانايان (كارل روجرز Rogers-Carl) و (ئەبراھەم ماسلو- Abraham Maslow) يە، جەختيان لەسەر ئازادى كەسايەتى تاك و بېراردانى خودى و ھەولدىن بۇ بەرەپېشچون كىرەتەو، كە بەبنەماى پالئەرى دادەنرېت، ئەم تېۋرە دەروانېتە (خويندكار) كۆشش بۇ فېرېونى ئامانجەكانى دەكتات و ھەموو ھەولتى خۇى دەختەگەر بۇ ئەو ۋەى خودى خۇى بەدەستېنېت و شتى نوى دامېنېت بۇ تېركردى پېداوېستېيەجباوازەكان لەسەر ھەمووشىيانەو پېداوېستى زانين و چېزە جوانەكانە، بۇيە سەرکەوتن و بەدەستېنېن بۇ خويندكار دېتەدى ئەگەر ھەلى گونجايان بۇ پرخسېت و بتوان توناكانيان بچەنە گەر بۇئەو ۋە يارمەتېان بدات بۇ تېركردى پېداوېستېيەكانيان شانەشانى بەدەستېنېنى خود و داھىنان(شېبە، ۲۰۱۵، ۴۶). ماسلۇ پىنى وایە پالئەرى و پېداوېستېيەكانى مروف بە شېوھەپەكى ھەرەمەكى گەشەدەكەن بەو واناپەى پالئەرى تاك بۇ ئاستى بەرزى ھەرەمەكە ئەو ھەستېتە سەر تېركردى پېداوېستېيەكانى لە ئاستەنەمەكان، تاكەكان ھەولېكى تەواو بۇ بەدەستېنېنى ئامانجەكانيان و تېركردى پېداوېستېيەكانيان دەدەن بە پىنى پېلكەنى ھەرەمەكە كە پېداوېستېيەكانى تېدا رېكخراوہ(الزغول و الھنداوى، ۲۰۱۴، ۳۰۳). ماسلۇ پېداوېستېيەكانى لە ھەرەپەك رېكخستو ھەم شېوھەپەى خوارەو:



ھەرەپەى پېداوېستېيەكان لە لای ماسلۇ(الزغول و الھنداوى، ۲۰۱۴، ۳۰۳)

تېۋرى ئامانجە فېركارىيەكان بە بابەتېكى گىرگ دادەنرېت، ئەم ئامانجانە ھۆكارى تېكەلېونى خويندكارانە لە چالاکى فېركارى و رۇلى گىرگىكى لە پابەندېون و گىرگىدانيان ھەپە، خويندكار ھەلدەستېت بە ھەلسەنگاندى پروسەى فېركارى بۇ دۆزىنەو و بەرەو پېشېردى زانيارەكانى، رۇلېكى گىرگ بە كۆششەكانى دەبەخشنى و ھەلەكانى خۇى لە پروسەى فېرېوندا دەپېنېت(عبد الوهاب، ۲۰۱۴، ۶۵). ئەم تېۋرە گىرگى بە پروسە ھزرەكان دەدات و جەخت لەسەر گىرگى دركردىن لە

گوفاری زانکوی کویه بۆ زانسته مرؤفايهتی وکومه لایه تیه کان

ئامانجی ئەم توێژینه وەهه زانینی جیاوازی بەلگەدارى ئامارى له ئاستى پالنەرى فیزیون بە پینی گۆراوی رەگەز، هەروەها زانینی پەيوەندى له نێوان ژمارەى دوبارەبوئەوى کاتریمیری بەکارهینانی تۆرە کۆمەلایه تیه کان و ئاستى پالنەرى فیزیون لای خویندکارانی بۆلى دووم، میتۆدى وەسفی شیکاری بەکارهیناوه، نمونەى توێژینه وەهه بریتیه له (٦١٢) خویندکاری کۆر و کچ، ئامرازى کۆکردنەوى زانیاری پینوانەى (پالنەرى فیزیون و بریاردان) بەکارهیناوه، ئەو ئامرازە ئاماریانەى بەکارهیناوه بریتیه له - Cronbachs Alpha و Person و Independent Samples T-test له ئەنجامدا دەرکەوت جیاوازی بەلگەدارى ئاماری له ئاستى پالنەرى فیزیون بە پینی گۆراوی رەگەز له بەرزەوئەندى رەگەزى مئ بەدیده کریت، بونی پەيوەندیه کی بەلگەدارى ئامارى له نێوان ژمارەى دوبارە بوئەوى کاتریمیری بەکارهینانی تۆرە کۆمەلایه تیه کان و ئاستى پالنەرى فیزیون.

سێیه: توێژینه وەهه أساء عودە أبوعاذرة (٢٠١٧): ناوینشانی توێژینه وەهه (کارامەى کۆمەلایه تی و بێرکدنه وەهه ئەریتی پەيوەندى به ئالوده بون به تۆرە کۆمەلایه تیه کانەوه لای خویندکارانی زانکوی آزره) ئامانجی توێژینه وەهه زانینی ئاستى بێرکدنه وەهه ئەریتی لای خویندکارانی زانکوی آزره، و هەروەها زانینی پەيوەندى له نێوان ئالوده بون به تۆرە کۆمەلایه تیه کان و بێرکدنه وەهه ئەریتی لای خویندکارانی زانکوی آزره، میتۆدى وەسفی شیکاری بەکارهیناوه، نمونەى توێژینه وەهه (٣٣١) خویندکاری کۆر و کچ، ئامرازى کۆکردنەوى زانیاری بریتیه له پینوانەى (ئالوده بون به تۆرە کۆمەلایه تیه کان و بێرکدنه وەهه ئەریتی) له گرنگترین ئامرازى ئامارى بریتیه له (Mean و Std-Deviation و one-way anova و Independent Samples T-test) له ئەنجامدا دەرکەوت ئاستى بێرکدنه وەهه ئەریتی ناوئەندە بەرێژەى %٢.٦٣، هەروەها دەرکەوت پەيوەندیه کی پینچەوانەى بەلگەدارى ئامارى له نێوان ئالوده بون به تۆرە کۆمەلایه تیه کان و بێرکدنه وەهه ئەریتی هەیه.

٧. رینکاریه کانى توێژینه وەهه:

١.٧ رینازى توێژینه وەهه: ئەم توێژینه وەهه توێژینه وەهه وەسفی جۆرى (پەيوەندى و بەراوردکار) به

٢.٧ کۆمەلگەى توێژینه وەهه: ئەم توێژینه وەهه پینکها توهه له سەرجه م خویندکارانی قۆناعی ئامادەبى حکومى له خویندنى دوامى به یانین بۆ سالی خویندنى (٢٠١٩-٢٠٢٠) له ناوئەندى شارى کویه بریتین له (٢٩٦٩) خویندکار هەروەهه له خشتهى (١) روتکاره وەهه.

خشتهى (١)

کۆمەلگەى توێژینه وەهه

ژ	ناوى قوتابخانه کان	ژمارەى خویندکاران بە پینی رەگەز
١	ئامادەبى کۆیه کچان	٥٢٧ مئ ٠ نێر
٢	ئامادەبى چروى نمونەى	٣٥٥ /
٣	ئامادەبى بەیداغى کچان	٣٤٠ /
٤	ئامادەبى کانى کچان	٢٣٦ /
٥	ئامادەبى سنابۆلى کچان	٢٧١ /
٦	ئامادەبى سلمى عمودالى کوران	٣٠٤ /
٧	ئامادەبى هيفارى کوران	٣٧١ /
٨	ئامادەبى راجى کوران	٢٢٧ /
٩	ئامادەبى هیواى کوران	٢٠٤ /
١٠	ئامادەبى کۆیه کوران	١٣٤ /
		١٢٤٠ ١٧٢٩

کوی گشتى

٢٩٦٩

هەریه که له گەشینی و رەشینی دو شینوازی بێرکدنه وەن و روتکاره وەهه راسته قینه بۆ روداوه کان ده کەن (حجازى، ٢٠١٢، ١٢٠).

هەروەها (مارتین سلیجان) پینی وایه ئەگەر به ئەریتی بێرکدنه وەهه ژيانت ئەریتی ده پت، ئەگەر بته ویت سەر بکەویت ئەوا پینوئسته هەلسوکەوت وەهه کەسیتی سەرکەوتو بکەیت، بۆیه ده کریت بوتريت ئەم تیۆره به ئامازەدانى خودى ئەنجامده ریت وانا ئەگەر شتیکت ویت پینوئسته وایه بێرکەیته وەهه ده توائى به ده ستی به پینت (بوزاد و علة، ٢٠١٦، ١٣٤).

٢. البرت الیس Albert Ellis : له سالی (١٩٧٦) زانای دەرورزانى ئەمەرکی (البرت الیس - Albert Ellis) ئامازەیکرد به (چارەسەرى ژیرانى - سۆزدارى) (Rational Emotional Therapy) بێرکەى بنەرەق ئەو ئاراسته یه پشت ده به ستی به بنه مای ئەوهی، که ناتوانین جیا بوئەوه بکەین له نێوان لایه نى بێرکدنه وەهه ژیرانه و لایه نى سۆزدارى دوچارى مرؤف ده پت بۆ ئەو رەفتاره ی ئەنجامی ده دات (جا رەفتاره که باشیت یان خراب) ئەم سئ لایه نه (بێرکدنه وەهه - هەست - رەفتار) له گەل یه کدا کارلیک ده کەن هەریه که یان به ویت کاریکەر ده پت بۆیه زانستیانە وایه چاوه پوان ده کریت بینه هۆى گۆرانى بێرکدنه وەهه هەله بۆ بێرکدنه وەهه راست، ئەلیس برۆای وایه مرؤفەکان به شارن له دو ئامانجی سەرەکی یه که میان پاریزگاری له ژیان و دووه میان گەران به دواى خۆشى، رزگار بوون له ئازار و بێرکدنه وەهه ژیرانه به رینگایه که به شاره له جینه جیکردنى ئەم دو ئامانجە، له بهر ئەوه بێرکدنه وەهه ژیرانه بریتیه له به کارهینانی لۆژیک له جینه جیکردنى ئامانجە نزیك و دورەکان (Salih & Hasan، ٢٠١٦، ٤٠٠-٤٠١).

الیس له تیۆره که یه ده پت شله ژانى دەرورنى ئەنجامی بێرکدنه وەهه ناژیرانه یه، بێرکدنه وەهه ناژیرانه ئەو بێرکدنه وەهه له ناوهرۆکایندا لایه نى نا لۆژیکى له خۆده گرن، سەرهلدانى ئەو بێرکدنه وەهه ده گەریته وەهه بۆ ئەو فیزیونەى که مندال له باوانیه وەهه وه ریده گریت، هەروەها (الیس) ئامازە به کۆتۆلکردنى ناوهرۆکى ده کت برۆای وایه هەستى نەریتی به شینووه یه که له خۆوه کی رونا دات، به لکو بژارده ی کارامان له هینانی یان نه هینانی بۆ لای خۆمان هەیه (القریشی، ٢٠١٢، ٢٥٧-٢٥٨).

٤.٦ توێژینه وەهه کانى پینشو:

یه که م: توێژینه وەهه آمانى إبراهیم زوانه (٢٠١٥): ناوینشانی توێژینه وەهه (ئاستى به کارهینانی تۆرە کۆمەلایه تیه کان به پینی تابه مەندى ئامرازەکانى فیزیون و فیزکردن لای خویندکارانی زانکۆ) ئامانجی ئەو توێژینه وەهه بریتیه له زانینی ئاستى به کارهینانی تۆرە کۆمەلایه تیه کان وەکو ئامرازى فیزیون و فیزکردن و زانینی جیاوازیان به پینی گۆراوی رەگەز، میتۆدى وەسفی شینوازی روپینوى مهیدانى به کارهیناوه، نمونەى توێژینه وەهه بریتیه له (٤٠٠) خویندکاری کۆر و کچ، ئامرازى کۆکردنەوى زانیاری بریتیه له (پارسی ئاستى به کارهینانی تۆرە کۆمەلایه تیه کان)، ئەو ئامرازە ئاماریانەى به کاری هیناوه (Mean و Std-Deviation و One Samples T-test و Independent Samples T-test) له ئەنجامدا دەرکەوت، تۆرە کۆمەلایه تیه کان به ئاستیکى بهرز به کارده هینزین وەهه ئامرازى فیزیون و فیزکردن، به پله یه که م یوتیوب دواتر فهیسبوک ئینجا توتەر، نه بوونى جیاوازی به لگەدارى ئاماری به پینی گۆراوی رەگەز.

دووم: توێژینه وەهه میسون جمال (٢٠١٩): ناوینشانی توێژینه وەهه (کاریکه رى به کارهینانی تۆرە کۆمەلایه تیه کان له سەر پالنەرى فیزیون و بریاردان لای خویندکارانی ناوئەندى له شارى عان).

راستگویی رواله تی و راستگویی بونایتانی نهخامدا، بو دهرهینانی راستگویی رواله تی پیوانه که می بهسەر (۲۰) له شاره زایانی پهروه ده و دهره زانی دابهشکرد، دوی گه رانه وهی پیوانه که، گورانی بهسره داهات تنها نمو برگانه مانوه که ریژه پی ریکهوتن لهسەر مانوهی له (% ۹۰) بوو، بهمشیه به (۲۸) برگه لبران و (۲۵) برگه مایه وه، تویتزه راستگویی بونایتانی بو پیوانه که نهخامدا له نهخامدا دهره کوه که هه ندیک له برگه کانی پیوانه که په یوه ندیه کی لاوازیان به نمره ی گشتی پیوانه که هه بوو، بویه نه و برگانه لبران و (۲۱) برگه مایه وه.

۴. دیاریکردنی جینگری (Reliability): پیوانه ی جینگری نمو پیوانه یه یه هه مان نهخام به دهسته وه بدات نه گهر چه دجاریک لهسه ره مان کومه له نهخام بدریت (مجزوب، ۲۰۰۳، ۱۲۶). تویتزه جینگری پیوانه که می بهریگی دوباره جینه جینکردنه وه و نه لفا کرؤمباخ نهخامدا، بؤده رهینانی جینگری پیوانه که بهمشیه ی (Test- retest) له ریکهوتی (۲۰۱۹/۱۱/۱۱) بو جاری یه کم پیوانه که می بهسەر (۴۰) خویندکاری قوناخی ئاماده ی جینه جینکرد. دوی تیه پونی (۱۵) رۆژ له ریکهوتی (۲۰۱۹/۱۱/۲۵) دوباره پیوانه که لهسه ره هه مان نمونه جینه جینکریه وه، دواتر په یوه ندی له نیوان نهخامدانی یه کم و دووم له ریگی هاوکولکه می په یوه ندی (Person) وه دوزرایه وه، له نهخامدا دهره کوه به های په یوه ندی له نیوان نهخامدانی یه کم و دووم بریتی بوو له (۹۳.۰) که نه مهش په یوه ندیه کی بهه زه و ناماژیه بو نه وهی که جینگری پیوانه که بهرزه، ههروه ها ریگی (Cronbachs' Alpha) به کارهینرا بو دیاریکردنی جینگری ناوه کی، ریژه ی جینگری بهم ریگایه (۹۰.۰) بوو که نه مهش جینگریه کی بهرزه، پیوانه که (۲۱) برگی لیاپه وه.

۵. توانای جیاکاری برگه کان (Discrimination): دوی جینه جینکردنی پیوانه که لهسه ره نمونه ی سه ره تایی نمره کان ریزکران له نمرتین نمره بو بهرزه ترین نمره دواتر (% ۲۷) له نمره نزمه کانی وهرگرت، که بریتی بوون له نمره ی (۱۱) خویندکار و (% ۲۷) له نمره بهرزه کانی وهرگرت که بریتی بوون له نمره ی (۱۱) خویندکار، دوی بهکارهینانی (Independent Sample T-Test)، له نهخامدا دهره کوه ناوه ندی ژمیری لای کومه له ی بهرزه بریتیه له (۰.۴۳) به لادانی پیوه ری (۴۴.۰)، به لام لای کومه له ی نزم ناوه ندی ژمیری (۳۶.۱) به لادانی پیوه ری (۲۸.۰)، ههروه ها به های (T) بریتی بوو له (۴۷.۱۰) له ئاستی بهلگه داری (۰.۰۰۰)، لیزه دا جیاوازی بهلگه داری ناماری له نیوان گروهه کان به دیده کریت له بهرزه وه ندی کومه له ی بهرزه، ههروه که له خشته ی (۳) رونه کراوه توه، بهم جو رهش ده توانین بلین برگه کان توانای جیاکردنه و بیان له نیوان نمو تاکانه ی ئاستی بهکارهینانی توری کومه لایه تیه کان بیان بهرزه و نه وانه ی ئاستی بهکارهینانی توری کومه لایه تیه کان بیان نزمه هه به.

خشته ی (۳)

توانای جیاکاری بو پیوانه ی ئاستی بهکارهینانی توره کومه لایه تیه کان

پیوانه	کومه له	ژماره ی ناضده لادانی نمره ی به های	ناستی
خویندکار ژمیری پیوه ری نازادی (t) <td>۰.۴۳ <td>۴۴.۰ <td>۲۰ </td></td></td>	۰.۴۳ <td>۴۴.۰ <td>۲۰ </td></td>	۴۴.۰ <td>۲۰ </td>	۲۰
کومه له ی	۱۱ <td>۰.۴۳ <td>۲۰ </td></td>	۰.۴۳ <td>۲۰ </td>	۲۰
ناستی بهکارهینانی بهرزه	۱۱ <td>۴۴.۰ <td>۲۰ </td></td>	۴۴.۰ <td>۲۰ </td>	۲۰
تورمه کومه لایه تیه کان کومه له ی نزم	۱۱ <td>۲۸.۰ <td>۳۶.۱ </td></td>	۲۸.۰ <td>۳۶.۱ </td>	۳۶.۱

۳،۷ نمونه ی تویتزه وه که: نمونه ی تویتزه وه که بریتی بوو له (۳۰۰) خویندکار که بهشیه زانکی هه ره مه کی چینی گونجو هه لیزه دران بهشیه به که (۱۷۵) خویندکاریان ره گه زی من بوو (۱۲۵) خویندکاریشیان ره گه زی نیر بوو، نه مهش ده کانه ریژه ی (% ۱۰) له کومه لگه ی تویتزه وه که، ههروه که خشته ی (۲) خراوه تهره.

خشته ی (۲)

نونه ی تویتزه وه که

ژماره ی	ژماره ی	ژماره ی	ژماره ی
ناری قوتابخانه کان	خویندکار له قوتابخانه کان	خویندکارانی هه لیزه زیدراو له قوتابخانه کان	خویندکارانی هه لیزه زیدراو به پیی رگمیز
۱	۵۲۷	۳۵	۳۵
۲	۳۵۵	۳۵	۳۵
۳	۳۴۰	۳۵	۳۵
۴	۲۳۶	۳۵	۱۷۵
۵	۲۷۱	۳۵	۳۵
۶	۳۰۴	۲۵	۲۵
۷	۲۲۷	۲۵	۱۲
۸	۳۷۱	۲۵	۵
۹	۳۰۴	۲۵	۲۵
۱۰	۱۴۴	۲۵	۲۵
کۆ	۲۹۶۹	۳۰۰	۳۰۰

۴،۷ نامرازه کانی تویتزه وه که:

- ۱،۴،۷ پیوانه ی ئاستی بهکارهینانی توره کومه لایه تیه کان: تویتزه بو نهخامدانی نمو تویتزه وه یه پیوانه ی (ناستی بهکارهینانی توره کومه لایه تیه کان) ی بهکارهیناوه، له بهر نه بو پیوانه یه کی گونجو به زمانی کوردی تویتزه هه ستا به ئاماده کردنی پیوانه که و نمو ههنگاوه ی خراوه نهخامدا:
۱. نهخامدانی پارسه کراوه: تویتزه راپرسیه کی کراوه ی نهخامدا بو ماموستایانی خویندکاری کویه پی کچان ژماره یان (۱۵) ماموستا بوو، نمو پرسیاره ی ناماده ی کردبوو بریتی بوو له:
- *ب هرای بهریژتان نهویشانانه چین که نامازن بو زور بهکارهینانی توره کومه لایه تیه کان له لای خویندکاران؟ دوی کورده وهی راپرسیه که تویتزه توانی (۲۲) برگه دروستیکات.
۲. سودوه رگرتن له تویتزه وه کانی پینشو:
- تویتزه بو دروستکردنی برگه کانی پیوانه که یه گه راپه وه بو تویتزه وه کانی پینشو و توانی سود له سئ پیوانه ی تویتزه وه کان وهرگریت که بریتیه ون له:
- تویتزه وه ی (صبح و الشجیری، ۲۰۱۸، ۲۵۸) توانی (۸) برگی لیه و رگریت، و له تویتزه وه ی (الزیدی، ۲۰۱۴، ۹۰-۹۲) توانی (۱۳) برگه وه رگریت، ههروه ها له تویتزه وه ی (Faraci et al، ۲۰۱۳، ۶) توانی (۱۰) برگه وه رگریت.
- به شیه به کی سه ره تایی پیوانه که دوی ئاماده کردنی پیکهاتوو له (۵۳) برگه، پاشان راستگویی و جینگری و توانای جیاکاری بؤتهخامدرا، بژارده کانی راپرسیه که بریتین له (هه میشه، زورجار، ناوه ند، که مجار، هه رگیز).
۳. دیاریکردنی راستگویی (Validity -): راستگویی به وانه ی نه وه دیت، پیوانه که نه وشته پیوانه بکات که بوی ئاماده کراوه (الزغول، ۲۰۱۲، ۳۳۸). تویتزه

۲،۴،۷ پینوانه ی پالنه ری فیزیوون:

له بهر نه بوونی پینوانه یه یه کی گونجاو به زمانی کوردی تویتزه ر پینوانه یه ی پالنه ری فیزیوونی (قطای، ۱۹۸۹) وهرگرت له (۳۶) برکه پینکها تیبوو. تویتزه ر نهو پینوانه یه ی وهرگرت له تویتزه ر نهو یه (آمال، ۲۰۰۸). پاشان راستگۆی و جیگیری بۆته نجامدا، بۆزده کانی راپرسیه که بریتین له (زۆر رازیم، نازام، نازام، زۆر نارازیم).

۱. دیاریکردنی راستگۆی (Validity): تویتزه ر راستگۆی وهرگرتان و راستگۆی رواله تی نه نجامدا، بۆ دهرهینانی راستگۆی وهرگرتان پینوانه که درا به چهند شاره زایه کی زمانی عهره ی، دوا ی به اورادکردنی پینوانه (ئسلیسه که و وهرگرتدراوه که)، راده ی له به ک چونی برکه کان به ریتزه ی سه دی بریتی بوو له (۹۷.۹۰%)، دواتر راستگۆی رواله تی بۆ دهرهینا، تویتزه ر پینوانه که ی به سه ر (۲۰) له شاره زایانی په روره ده و دهره زانی دابه شکرد، دوا ی گه رانه وه ی پینوانه که گورانی به سه ردا هات ته نها نهو برکه نه مانه وه ریتزه ی ریککه وتن له سه ر مانه وه ی له (۸۵%) بوو، به مشیوه یه (۱۴) برکه لبرا و (۲۲) برکه مایه وه.

۲. دیاریکردنی جیگیری (Reliability): تویتزه ر جیگیری پینوانه که ی به رینگای دوباره جینه جیکردنه وه و ئەلفا کرؤمباخ نه نجامدا، بۆدهرهینانی جیگیری پینوانه که به شیوه ی (Test-retest) چهند ههنگاو یکی نه نجامدا، پاشان دهرکهوت به های په یوهندی نیوان نه نجامدانی یه که موو دووم (۸۶.۰) بوو که نه مه ش په یوهندی یه که به هیزه و نامازه یه بۆ نه وه ی که جیگیری پینوانه که به رزه، ههروه ها رینگای (Cronbachs' Alpha) به کارهینرا بۆ دیاریکردنی جیگیری ناوه کی، ریتزه ی جیگیری به م رینگایه (۸۱.۰) بوو، نه مه ش جیگیره کی به رزه، له کۆتایدا پینوانه که (۲۲) برکه ی مایه وه پ.

۳،۴،۷ پینوانه ی بیرکردنه وه ی ئه ریتی: تویتزه ر بۆ نه نجامدانی نه م تویتزه ر نه وه یه پینوانه ی (بیرکردنه وه ی ئه ریتی) ی به کارهینناوه، له بهر نه بوونی پینوانه یه کی گونجاو به زمانی کوردی تویتزه ر هه ستا به ناماده کردنی پینوانه که و نه م ههنگاوانه ی خواره وه ی نه نجامدا:

۱. نه نجامدانی راپرسی کراوه: تویتزه ر راپرسیه کی کراوه ی نه نجامدا بۆ مامۆستایانی خویندنگای کویه یی کچان که ژماره یان (۱۵) مامۆستا بوو نهو پرسیاره ی ناماده ی کردبوو بریتی بوو له:

*- به رای به ریزتان نهو خویندنگاوانه ی بیرکردنه وه ی ئه رتیان هه یه چۆن بیر له خویان و خه نك و رابردو و ئاینده ده که نه وه؟ دوا ی کۆکردنه وه ی راپرسیه که تویتزه ر توانی (۱۶) برکه دروستبکات.

۲. سودوهرگرتن له تویتزه ر نه وه کانی ییشو: تویتزه ر بۆ دروستکردنی برکه کانی پینوانه که گه راپه وه بۆ تویتزه ر نه وه کانی ییشو توانی سود له چوار پینوانه ی تویتزه ر نه وه کان وهرگرت که بریتیبوو له : تویتزه ر نه وه ی (أبو العطاء، ۲۰۱۷، ۱۵۴-۱۵۵) توانی (۷) برکه ی لیوه رگرت، و له تویتزه ر نه وه ی (أبو عاذرة، ۲۰۱۷، ۱۶۳-۱۶۴) توانی (۶) برکه وهرگرت، ههروه ها له کتیبی (ابراهیم، ۲۰۰۸، ۱۹۹-۲۰۶) توانی (۲۱) برکه وهرگرت، و له تویتزه ر نه وه ی (اسلم، ۲۰۱۷، ۱۲۸-۱۲۹) توانی (۸) برکه وهرگرت. به شیوه یه کی سه رته تایی پینوانه که دوا ی ناماده کردنی پینکها تیبوو له (۵۸) برکه، پاشان راستگۆی و جیگیری و توانای جیاکاری بۆته نجامدا، بۆزده کانی راپرسیه که بریتین له (به رده وام وام، زورجار وام، مام ناوه ند وام، که م جار وام، هه رگیز وانم)

۳. دیاریکردنی راستگۆی (Validity): تویتزه ر راستگۆی رواله تی و راستگۆی بونیاتانی نه نجامدا، بۆ دهرهینانی راستگۆی رواله تی پینوانه که ی به سه ر (۲۰) له شاره زایانی په روره ده و دهره زانی دابه شکرد، دوا ی گه رانه وه ی پینوانه که، گورانی به سه ردا هات ته نها نهو برکه نه مانه وه که ریتزه ی ریکه وتن له سه ر مانه وه ی له (۹۰%) بوو، به مشیوه یه (۲۹) برکه لبران و (۲۹) برکه مایه وه، تویتزه ر راستگۆی بونیاتانی بۆ پینوانه که نه نجامدا له نه نجامدا دهرکهوت که (۸) برکه ی پینوانه که په یوهندی یه کی لاوازیان به نمره ی گشتی پینوانه که هه بوو، بۆیه نهو برکه نه لبران و (۲۱) برکه مایه وه.

۴. دیاریکردنی جیگیری (Reliability):

تویتزه ر جیگیری پینوانه که ی به رینگای دوباره جینه جیکردنه وه و ئەلفا کرؤمباخ نه نجامدا، بۆدهرهینانی جیگیری پینوانه که به شیوه ی (Test-retest) چهند ههنگاو یکی نه نجامدا، پاشان دهرکهوت به های په یوهندی نیوان نه نجامدانی یه که موو دووم (۸۸.۰) بوو نه مه ش په یوهندی یه که به هیزه و نامازه یه بۆ نه وه ی جیگیری پینوانه که به رزه، ههروه ها رینگای (Cronbachs' Alpha) به کارهینرا بۆ دیاریکردنی جیگیری ناوه کی، ریتزه ی جیگیری به م رینگایه (۸۳.۰) بوو نه مه ش جیگیره کی به رزه، له کۆتایدا پینوانه که (۲۱) برکه ی مایه وه.

۵. توانای جیاکاری برکه کان (Discrimination): دوا ی جینه جیکردنی پینوانه که له سه ر نمونه ی سه رته تایی، نمره کان ریزکران له نزمترین نمره بۆ به رزه ترین نمره دواتر (۲۷%) له نمره نزمه کانی وهرگرت، بریتی بوون له نمره ی (۱۱) خویندکار و (۲۷%) له نمره به رزه کانی وهرگرت که بریتی بوون له نمره ی (۱۱) خویندکار، دوا ی به کارهینانی (Independent Sample T-Test)، له نه نجامدا دهرکهوت ناوه ندی ژمیری لای کومه له ی به رزه بریتیه له (۲۴.۴) به لادانی پیوه ری (۱۵.۰)، به لام لای کومه له ی نزم ناوه ندی ژمیری (۱۷.۳) به لادانی پیوه ری (۴۹.۰)، ههروه ها به های (T) بریتی بوو له (۷۷.۶) له ناستی به لگه داری (۰.۰۰۰)، لیژدها جیاوازی به لگه داری ناماری به دیده کریت له نیوان گروپه کان له به رزه وه ندی کومه له ی به رزه، ههروه که خسته ی (۴) رونه کراوه ته وه، به مجورده ش دوتوانین بلین برکه کان توانای جیاکردنه ومان هه یه له نیوان نهو تاکانه ی ناستی بیرکردنه وه ی ئه ریتی به رزه و نه وانه ی ناستی بیرکردنه وه ی ئه رتیان نزمه.

خسته ی (۴)

توانای جیاکاری بۆ پینوانه ی بیرکردنه وه ی ئه ریتی

پینوانه	کومه له	ژماره ی ناخنده لادانی نمره ی به های خویندکار ژمیری پیوه ری نارادی (t)	ناستی بیلگه داری ریتزه ی هه له (sig)
بیرکردنه وه ی به رزه	۱۱	۲۴.۴	۰.۰۰۰
نمرینه ی کومه له ی نزم	۱۱	۱۷.۳	۰.۰۰۰
		۴۹.۰	۰.۰۰۰

۵،۷ نه نجامدانی تویتزه ر نه وه که به شیوه ی کۆتایی:

دوا ی نه وه ی پینوانه کانی تویتزه ر نه وه که راستگۆی و جیگیری بۆ دهرهینرا له ریکه وتی (۲۰۲۰/۱/۲۶) ده ستکرا به جینه جیکردنی پینوانه کانی تویتزه ر نه وه که، نه نجامدانه که له ریکه وتی (۲۰۲۰/۲/۶) کۆتای هات.

۶،۷ نامارزه ناماریه کان: سود له پرۆگرامی (SPSS) هه گبه ی ناماری بۆ زانسته کومه لایه تیه کان وهرگرا بۆ به کارهینانی نه م نامارزه ناماریه ی خواره وه:

۱- ناوئندئەمبىرى و لادانى پىئوهرى.

۲- ئەلفا كرو نباخ.

۳- T.test بۇ يەك نمونه و دو نمونه ي سەر به خۇ.

۴- هاوكۆلكەي پەيوهەندى پىرسۇن.

خىشتەى (۶)

دەرخىستى جىواوزى رەگەز لەسەر ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه كان

رەگەز	ژمارەى نمونە	ناوئندى لادانى	بەهاى ناستى	رېژەى
نمونه	ژمىرىيى پىئوهرى	(t)	بەلگەدارى	هەلە
ناستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه كان	۱۲۵	۷۲.۴۹	۶۸.۱۳	۰.۵۰
مى	۱۷۵	۲۹.۴۵	۳۶.۱۶	۰.۱۴۰

دوای دەرخىستى ئەنجامەکان دەرکەوت، بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لای خويندکارانى رەگەزى نىر ناوئندى ژمىرەيى بەرزترە لە رەگەزى مى ئەم ئەنجامەش پىنچەوانەيه لەگەل تويژينەوهى (زوانە، ۲۰۱۵)، ئەمەش بۆئەوه دەگەرئىتەوه کە کوران زياتر لە روى ئابورپوه سەر به خۆن ئەمەش وادەکات بەئاسانى ئامىرى مۇبايل بکرن و لە رىگايەوه تۆرەكۆمە لايه تيبه کان بەكارهينان هەر وها سانسور لەسەر کچەکان زۆرترە بۆ بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لە لايەن باوانەوه.

۳.۸ زانينى ئەوهى کە کام تۆرى کۆمە لايەقى بەرزورى لە لايەن خويندکارانى قۇناغى ئامادەپىوه لە شارى کۆيه بەکاردهينىرت.

دوای شىکردهوهى داتاگان بە بەکارهينانى ئامرازى نامارى (Frequencies) بۇ دوزينەوهى رېژەى سەدى بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان دەرکەوت، خويندکاران بە رېژەيى زۆر تۆرى کۆمە لايەقى سناپ چات بەکاردهينان بە پلەي يەکم دىت لە لايەن بەکارهينەرانەوه و لە دوای ئەو تۆرى کۆمە لايەقى فەيسبوك دىت، لە پلەي سىيەميشدا ئىنستاگرام دىت هەر وها يوتوب بە پلەي چوارەم دىت، بەلام تويتەر لە پلەي پىنچەمدايە، لە خىشتەى (۷) رونکراوتەوه.

خىشتەى (۷)

ژمارەى خويندکاران و رېژەى سەدى ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان

جۆرى تۆرەكۆمە لايه تيبه كان	ژمارەى نمونە	رېژەى سەدى
سناپ چات	۱۰۶	% ۳۵.۳
فەيس بوك	۸۵	% ۲۸.۳
اينستاگرام	۵۴	% ۱۸
يوتوب	۴۶	% ۱۵.۳
تويتر	۹	% ۳

دوای دەرخىستى ئەنجامەکان دەرکەوت، سناپ چات زۆرترين بەکارهينەرى هەيه ئەم ئەنجامەش هاوشىوهرى تويژينەوهى (زوانە، ۲۰۱۵) ئەمەش ئەوه دەردهخات کە تۆرى کۆمە لايەقى سناپ چات ئاساترە لە روى بەکارهينانەوه و هەموو چين و تويژىك دەتوانىت بەكارهينانىت لەگەل ئەوهشدا هەر زەکاران دەتوانن خۇيان دەرئىخەن و وئىنى جوان و فیدویى كورقى تیدا بلاوبکەتەوه هەر وها فەيسبوك ئەو خزمەتگوزارىانەى کە پىشکەشى دەکات بەسوده و بەکارهينەرانى زانبارى بەسودى لىوهردهگرن.

۴.۸ زانينى ئاستى پالنهى فېرپوون لای خويندکارانى قۇناغى ئامادەيى بەشيوه يەكى گشتى.

دوای کۆکردنەوهى داتاگان و بەکارهينانى بەرنامەى (SPSS) و تەکنىكى ئامارى (One Sample T-Test)، دەرکەوت کە ناوئندى ژمىرەيى (۱۳.۸۶) بەرزترە لە ناوئندى گرمانى پىئوهرى (۶۶) بە لادانى پىئوهرى (۹۳.۱۱)، ئەنجامەکان دەرپان خست کە بەهاى (t) برىقى بوو لە (۲۱.۲۹) و ئاستى بەلگەدارى (۰.۰۰۰) کەواتە جىواوزى بەلگەدارى ئامارى بەدیده کریت و ناوئى گرمانەى نزمترە لە ناوئندى ژمىرەيى ئەمەش

۸. خىستەروى ئەنجامەکان و شىکردهوهيان:

تويژەر لەم بەشەدا ئەنجامەکان بە پىشى ئامانجەکانى تويژينەوهى دەرکەوت هەر وها لە خواروه خراوتەرو:

۱.۸ زانينى ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لای خويندکارى قۇناغى ئامادەيى بەشيوه يەكى گشتى.

دوای کۆکردنەوهى داتاگان و بەکارهينانى بەرنامەى (SPSS) و تەکنىكى ئامارى (One Sample T-Test)، دەرکەوت کە ناوئندى ژمىرەيى (۱۴.۴۷) نزمترە لە ناوئندى گرمانى (۶۳) بە لادانى پىئوهرى (۴۳.۱۵)، ئەنجامەکان دەرپان خست کە بەهاى (t) (۷۹.۱۷) بە ئاستى بەلگەدارى (۰.۰۰۰) کەواتە جىواوزى بەلگەدارى ئامارى بەدیده کریت و ناوئندى گرمانەيى گەرترە لە ناوئندى ژمىرەيى ئەمەش ئەوه دەردهخات کە بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لە ئاستىكى نزمدايه، لە خىشتەى (۵) رونکراوتەوه.

خىشتەى (۵)

ناستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لای خويندکارانى قۇناغى ئامادەيى

پىئوهرى	ژمىرەى ناوئندى لادانى	بەهاى ناستى	رېژەى
نمونه	ناوئندى لادانى	بەلگەدارى	هەلە
ناستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان	۳۰۰	۱۴.۴۷	۴۳.۱۵
مى	۶۳	۷۹.۱۷	۰.۰۰۰

دوای دەرخىستى ئەنجامەکان دەرکەوت کە بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لە ئاستىكى نزمدايه، ئەم ئەنجامەش پىنچەوانەيه لەگەل تويژينەوهى (زوانە، ۲۰۱۵) ئەمەش ئەوه دەردهخات کە زۆرىيى خويندکاران لەو تەمەنەدا دەرئىخەن بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لايەن خىزانەکانىانەوه پىئادىرت، هەر وها خويندکاران هەولدهدن بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان بشارنەوه، چونکە لە خويندنگاگاندا رىگايان پىئادىرت هەر بۆيه لە سزا و لىپىنچىنەوه دەرئىخەن، لە لايەكى ترهوه خويندنگە شوئىنكى هينم و جىگای زانست و زانباريه هەر بۆيه خويندکاران کاتى خۇيان بە تۆرەكۆمە لايه تيبه کانەوه بەفېرۆنادەن.

۲.۸ زانينى ئاستى بەكارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لای خويندکارى قۇناغى ئامادەيى بە پىشى گورپوى رەگەز.

دوای شىکردهوهى داتاگان بە بەکارهينانى ئامرازى ئامارى (Independent Sample T-Test)، ئەنجامەکان دەرکەوت کە ناوئندى ژمىرەيى ئاستى بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان لای رەگەزى نىر برىتبه لە (۷۲.۴۹) بە لادانى پىئوهرى (۶۸.۱۳)، بەلام لای رەگەزى مى ناوئندى ژمىرەيى (۲۹.۴۵) بە لادانى پىئوهرى (۳۶.۱۶)، هەر وها بەهاى (t) برىقى بوو لە (۴۷.۲) لە ئاستى بەلگەدارى (۰.۰۰۰) بەغمرەى ئازادى (۲۹۸)، لىرەدا دەردهکەويت بە پىشى گورپوى رەگەز جىواوزى بەلگەدارى ئامارى لە بەکارهينانى تۆرەكۆمە لايه تيبه کان بەدیده کریت، و جىواوزيه کەش لە بەرزەوهندى رەگەزى نىر، لە خىشتەى (۶) رونکراوتەوه.

گوفاری زانکوی کۆیه بۆ زانسته مرۆفایهتی و کۆمه لایهتیهکان

که بهای (t) بریتی بوو له (۸۹.۳۱) و ئاستی بهلگهداری (۰.۰۰۰) کهواته جیاوازی بهلگهداری ئاماری بهدیده کریت، و ناوهندی ژمیری بهرزتره له ناوهنی گریمانیه پینوانه که ئەمەش ئەوەدەردەخات که بیرکردنەوی ئەریتی له ئاستیکی بهرزدايه، له خشتهی (۱۰) روناکراوتهوه.

خشتهی (۱۰)

ئاستی بیرکردنەوی ئەریتی لای خویندکارانی قوناغی ئامادهی						
پینوانه	ژ.نمونه	ناوهندی لادانی	ناوهندی بههای	ئاستی ریزه	ههله	بیلگهداری
بیرکردنەوی ئەریتی	۳۰۰	۲۰.۸۳	۱۱	۶۳	۸۹.۳۱	۰.۰۰۰

به پای توێژەر بهرزى ئاستی بیرکردنەوی ئەریتی خویندکاران بۆ هۆکاری تەمەن دهگه پێتیهوه، واته زۆریه خویندکارانی قوناغی ئامادهی له تەمەنی هەرزەکاریدان، ئەمەش وادهکات خویندکاران گه شیبین و پروایان به خویان هه بێت، کاتیک له کارو چالاکیهك سهرکوت و دهن ئەوا ههست به خۆشی و رازیبون دهکن، به شیوهیهکی گشتی خویندکاران وایه که قورسیهکانی کۆمه لایهتی و ئابوری و پهروه دهی باشنای تهنبا له رینگه بیرکردنەوی ئەرینییه وه نه بێت، تاکه رینگه ده رگاکان دهکاتهوه و ههولێ ده رخشتی تواناکان و چاره سهرکردنی کیشهکان ده دات، ئەنجامی ئەم تێزینیه وهیه هاوشیوهی ئانجامی توێژینه وهی (أبو عاذرة، ۲۰۱۷).

۷،۸ زانیی په یوهندی ئیوان ئاستی بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان و پالنهری فیزیوون لای خویندکارانی قوناغی ئامادهی.

دوای کۆکردنەوی داتاگان و بهکارهینانی بهرنامهی (SPSS) و تهکنیکی ئاماری (Person Correlation)، ده رگهوت که بههای په یوهندی پیرسون له ئیوان ئاستی بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان و پالنهری فیزیوون بریتیه له (۰.۳۷) له ئاستی بهلگهداری ئاماری (۰.۰۰۰) و ریزه ههلهی (۰.۱۰)، له خشتهی (۱۱) روناکراوتهوه.

خشتهی (۱۱)

ئەنجامی په یوهندی ئاستی بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان و پالنهری فیزیوون						
پینوانه	نمونه	ناوهندی لادانی	ناوهندی بههای	ئاستی ریزه	ههله	بیلگهداری
ئاستی بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان	۳۰۰	۱۴.۴۷	۴۳.۱۵	۳۷.۸۰	۰.۰۰۰	۰.۱۰
پالنهری فیزیوون	۹۳.۱۱	۱۳.۸۶				

دوای ده رخشتی ئەنجامهکان ده رگهوت په یوهندی بهی کێچه وانیهی لاواز له ئیوان بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان و پالنهری فیزیوون ههیه، وانا ههتاوه کو بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان بهرزبیت پالنهری فیزیوون نزمه بیهتیهوه ئەم ئەنجامهش هاوشیوهی توێژینه وهی (جمال، ۲۰۱۹)، ئەمەش ئەوەدەردەخات که سیستهمی پهروه ده نهیتوانیه تۆره کۆمه لایهتیهکان وه ئامرازی فیزیوون و فیرکردن بخته کار، له لایهکی تروه ئاستی لاوازی خویندکاران بۆ به ده سته پینانی زانسته و نه بوونی پالنه ر بۆ خویندن هۆکاریکی تره.

۸،۸ زانیی په یوهندی ئیوان ئاستی بهکارهینانی تۆره کۆمه لایهتیهکان و بیرکردنەوی ئەریتی لای خویندکارانی قوناغی ئامادهی.

ئەوەدەردەخات که پالنهری فیزیوون له ئاستیکی بهرزدايه، له خشتهی (۸) روناکراوتهوه.

خشتهی (۸)

ئاستی پالنهری فیزیوون لای خویندکارانی قوناغی ئامادهی						
پینوانه	ژ.نمونه	ناوهندی لادانی	ناوهندی بههای	ئاستی ریزه	ههله	بیلگهداری
پالنهری فیزیوون	۳۰۰	۱۳.۸۶	۹۳.۱۱	۶۶	۲۱.۲۹	۰.۰۰۰

دوای ده رخشتی ئەنجامهکان ده رگهوت که پالنهری فیزیوون له ئاستیکی بهرزدايه، ئەمەش ئەوەدەردەخات که سیستهمی پهروه ده توانیوهی حەزی خویندن و پالنهری فیزیوون له لای خویندکاران زیادبکات و خویندکاران توانیوهی بینه مائی دووم بۆ خویندکاران و پالنهری فیزیوونیان زیادبکەن، له لایهکی تروه ههرزەکار له م قوناغدا بیرکردنەوی تابه تیان بۆ ئاینده بهی گهش ههیه و بیر له بینه ماکانی پالنهری فیزیوون دهکنهوه.

۵،۸ زانیی ئاستی پالنهری فیزیوون لای خویندکارانی قوناغی ئامادهی بهیی گۆراوی رهگهز.

دوای شیکردنەوی داتاگان به بهکارهینانی ئامرازی ئاماری (Independent Sample T-Test)، له ئەنجامدا ده رگهوت که ناوهندی ژمیری ئاستی پالنهری فیزیوون لای رهگهزی نیر بریتیه له (۴۴.۸۳) به لادانی پیوهری (۲۱.۱۲)، به لām لای رهگهزی مئ ناوهندی ژمیری (۰.۴۸۸) به لادانی پیوهری (۳۸.۱۱) و بههای (T) بریتی بوو له (۳۴۶.۳) له ئاستی بهلگهداری (۰.۰۱۰) بهنمره ئازادی (۲۹۸)، ئەمەش ئەوە دهگه بیهتیه که جیاوازی بهلگهداری ئاماری لای خویندکاران بهدیده کریت له بهرزوهندی رهگهزی (مئ)، له خشتهی (۹) روناکراوتهوه.

خشتهی (۹)

ده رخشتی جیاوازی رهگهز له سهر ئاستی پالنهری فیزیوون						
پالنهری فیزیوون	نیر	نمونه	ژمیری لادانی	ناوهندی بههای	ئاستی ریزه	ههله
نیر	۱۲۵	۴۴.۸۳	۲۱.۱۲	۲۹۸	۳۴۶.۳	۰.۰۱۰
مئ	۱۷۵	۰.۴۸۸	۳۸.۱۱			

دوای ده رخشتی ئەنجامهکان ده رگهوت که پالنهری فیزیوون له لای خویندکارانی رهگهزی نیر نزمتره ئەم ئەنجامهش هاوشیوهی توێژینه وهی (جمال، ۲۰۱۹)، ئەمەش بۆ بارودۆخی سیاسی و ئابوری دهگه پێتیهوه بهجۆریکه دوای تهواکردنی خویندن خویندکاران ناتوانن سود له بروانامه کانیان وه ریکرن بینه خاوهن ئیشی سه ره بخۆی خویان ئەمەش وای له کوران کردوه زیاتر پابهندن به ئیشکردن به بهراورد به کچان، ههروهها کچان زیاتر هان ده درین که گرنگی به خویندن بدن بۆ ئەوهی بیسه لاین بۆ خویان و دهر و بهریان که ئەوان سه رکه وتون و شایه نی هه موو ریز و شکۆیه کن و ده توان بینه خاوهنی کاری خویان.

۶،۸ زانیی ئاستی بیرکردنەوی ئەریتی لای خویندکاری قوناغی ئامادهی له شاری کۆیه به شیوهیهکی گشتی.

دوای کۆکردنەوی داتاگان و بهکارهینانی بهرنامهی (SPSS) و تهکنیکی ئاماری (One Sample T-Test)، ده رگهوت که ناوهندی ژمیری (۲۰.۸۳) بهرزتره له ناوهندی گریمانی پینوانه که (۶۳) به لادانی پیوهری (۱۱)، ئەنجامهکان ده ریان خست

أبو العطاء، منديوسف سلمان (٢٠١٧). فاعلية النوات والتفكير الإيجابي وعلاقتها بالدعم النفسي الاجتماعي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في محافظات غزة. الجامعة الإسلامية- غزة، كلية التربية، رسالة ماجستير منشورة على الإنترنت على الرابط > <https://www.mobtath.com/uplode/book/book-3.pdf> < أسترجع بتاريخ ٢٠٢٠-١-٢٠.

أبو عاذرة، أساء عودة (٢٠١٧). المهارات الاجتماعية والتفكير الإيجابي وعلاقتها بإدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. جامعة الأزهر-غزة، كلية التربية، رسالة ماجستير منشورة على الإنترنت على الرابط > <http://www.alazhar.edu.ps/arabic/He/files/pdf/20130089.pdf> < أسترجع بتاريخ ٢٠٢٠-١-١٥.

اسليم، يوسف فهمي (٢٠١٧). التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الاجتماعي لدى عينه من خريجي الجامعات الفلسطينية. جامعة الإسلامية-غزة، كلية التربية، رسالة ماجستير منشورة على الإنترنت على الرابط > <https://www.mobtath.com/uplode/book/book-3.pdf> < أسترجع بتاريخ ٢٠٢٠-١-٢٠.

أمال، بن يوسف (٢٠٠٨). العلاقة بين استراتيجيات التعلم ولدافعية التعلم وأثرها على التحصيل الدراسي. جامعة الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، رسالة ماجستير منشورة على الإنترنت على الرابط > http://biblio.univalger.dz/xtf/data/pdf/ENY_OUCEF_AMEL.pdf < أسترجع بتاريخ ٢٠١٩-١٠-١٦.

إستقرار أو إستقرار أو إستقرار (٢٠١٨). على الرابط > <https://ar.wikipedia.org/wiki/إستقرار> < أسترجع بتاريخ ٢٠١٩-١٢-٢١

بليق، أحمد و مرعي، توفيق (١٩٩٦). الميسر في علم النفس التربوي، ط٢. دار الفرقان للنشر والتوزيع.

بن بلعباس، بدر الدين (٢٠١٥). شبكات التواصل الاجتماعي والهوية الثقافية عند الطلبة الجامعيين. جامعة محمد خيضر بسكرة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، رسالة الماجستير منشورة على الإنترنت على الرابط > http://thesis.univbiskra.dz/Socio_m/1/1206.pdf < أسترجع بتاريخ ٢٠١٩-٩-١٧.

بن موسى، عبد الوهاب و أبي مولود، عبد الفتاح (٢٠١٧). النافعية للتعلم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد (٣٠)، على الرابط > <https://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/bitstream/35/S1/15614/123456789ouargla.pdf> < أسترجع بتاريخ ٢٠١٩-٩-٢٠.

بوزاد، نعيمة و علة، عيشة (٢٠١٦). التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط. مجلة علوم النفسية والتربية، مجلة ٣ (٢)، على الرابط > <http://search.shamaa.org/PDF/Articles/AeJps/JpsVol2016Y2N3> < أسترجع بتاريخ ٢٠٢٠-٥-٢٢.

بوطبال، سعد الدين و بن خليفة، فاطمة (٢٠١٩). حرية التعبير في الجمع الجزائري بين معوقات النظام الاجتماعي وإمكانات مواقع التواصل الاجتماعي. الجزائر، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، ٦(٥)، على الرابط > https://www.researchgate.net/publication/341305974ation/hryt_altbyr_fy_almjtm < أسترجع بتاريخ ٢٠٢٠-٧-١٤.

جمال، ميسون (٢٠١٩). أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في دافعية التعلم واتخاذ القرار لدى طلبة الثانوية في مدينة عمان. مجلة الباح الأبحاث، مجلة العلوم الإنسانية، ٣٣(٦)، على الرابط > <https://journals.najah.edu/media/journals/full/WqnA.pdf> < أسترجع بتاريخ ٢٠٢٠-٨-٥.

دواي كوكردنهوي داتاكان و بهكارهيناني بهرنامهي (SPSS) و تهكنيكي ثاماري (Person Correlation)، دهر كهوت بههاي پهيوهندي بيرسون له نيوان ناستي بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان و بيركردنهوي نهرتي بريتيه له (-٣١٨.٠) له ناستي بهلگه داري ثاماري (٠٠٠.٠) و ريزهي هلهي (٠.١٠)، له خشتهي (١٢) رونكراو هتهوه.

خشتهي (١٢)

پنيوانه	ژماره ي نمونه	ناوندي لاداني	بههاي ناستي	ريزه ي نمونه	نهمامي پهيوهندي ناستي بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان و بيركردنهوي نهرتي
ناستي بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان	٣٠٠٠	١٤.٤٧	٤٣.١٥	-٣١٨.٠	٠٠٠.٠
بيركردنهوي نهرتي	٢٥.٨٣	١١			٠.١٠

دواي دهرخستني نه نجامه كان دهر كهوت پهيوهنديكي پينجهوانه ي لاواز له نيوان بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان و بيركردنهوي نهرتي ههيه، وانا ههتاوه كو بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان بهرزيه بيركردنهوي نهرتي نزمده بتههوه، ليزه دا تويزه نهم نه نجامه ده گهر نيتههوه بو نهوي كه خويندكاران زوريه ي بر كه كافي ناستي بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان پسه ند نه كدوهه پيئاوبوه كه تور هكومه لايتيههتي كان توري لاوازن و بهكارهينانيان سودي نبيه، له لايه كي ترهوه خويندكاران پيئان وايه كه بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان ده بتهه هوي به فيروداني كات و فيرپووني چهند خو رهوشتي خراب.

٩. پاسپارده كان:

تويزه دواي نهوي كه بيشته نه نجامه كان راسپارده ي نه مانه ي خواره ده دكات:-
 ١. وهزاره ي پهروه ده پلانكي توكه دابريزيه ي بو چونه ي بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان، له چوارچيويه ي فيربون و فيركردندا.
 ٢. وهزاره ي پهروه ده برياريك دهر يكات بو پابه ندبوني ماموستاكان بو نهوي نهوي تور هكومه لايتيههتي بهكارهيناني كه ده بنه هوي زيادبوني پانه ي خويندكار بو فيرپوون.
 ٣. رو شنيبركدي خويندكاران له ريگه ي كور و كيونه وه بو بهكارهيناني تور هكومه لايتيههتي كان و تاگادار كرده وه بيان له سود و زيانه كافي تور هكومه لايتيههتي كان.

١٠. پيشنيزه كان:

له بهر رو شنيابي نه نجامه كافي تويزينه وه كه نهم پيشنيزانه ده خريتههرو:
 ١. نه نجامداني تويزينه وه له سه ر كاريگه ريه باش و خراپه كافي تور هكومه لايتيههتي كان لاي چين و تويزه كافي كومه لگه.
 ٢. نه نجامداني تويزينه وه له سه ر ئالوده بون به تور هكومه لايتيههتي كان و پهيوهندي به كوراي (ده سه كوتي خويندن، بروا به خو بون، زي ره كي هه لچوني) يه وه.
 ٣. نونه ي تويزينه وه كه زياتر بكرت.

١١. ليستي سه رچاوه كان

إبراهيم، عبد الستار (٢٠٠٨). عين العقل؟ دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني- الإيجابي. دار الكتاب للطباعة والنشر والتوزيع.

شبية، لخصر(٢٠١٥). **النافعية وعلاقتها بتقدير النوات و التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي**. جامعة مولود معمري تيزي وزو، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، رسالة ماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <http://search.shamaa.org/FullReco?ID=119396rd> أسترخ بتأريخ ٨-٢٠١٩.

الصاعدي، سلطان مسفر مبارك(١٤٣٢). **الشبكات الاجتماعية خطر أم فرصة**. بحث مقدم لشبكة الألوكة، المملكة العربية السعودية، المدينة المنورة، على الرابط <https://www.noorbook.com> أسترخ بتأريخ ٥-١٠-٢٠٢٠.

صباح، عايش و الشجيري، عمر خلف رشيد(٢٠١٨). **أثر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على التطرف الفكري لدى طلبة الجامعة- دراسة مقارنة بين جامعتي سعيدة والابنار**. مجلة جامعة الابنار للعلوم الإنسانية، مجلة(٤)، على الرابط <https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&id=108505> أسترخ بتأريخ ١٠-٢٠١٩.

الصفدي، فلاح سلامة حسن(٢٠١٥). **استخدامات التائم بالاتصال في الصحافة الفلسطينية لشبكات التواصل الاجتماعي والإشباع المتحققة**. الجامعة الإسلامية- غزة، كلية الآداب، رسالة الماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <http://site.iugaza.edu.ps/tissa/files/D02/2018/108505.pdf> أسترخ بتأريخ ٤-١٠-٢٠١٩.

العايش، آسيا و مرغني، كزة(٢٠١٥). **التعلم المنضم ذاتيا وعلاقته بالنافعية للتعلم لدى الطالب الجامعي**. جامعة الشهيد حمة لخصر بالوادي، كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية، رسالة ماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <https://www.univeloued.dz/images/memoir/file/M-S-1073.pdf> أسترخ بتأريخ ١٨-١٢-٢٠١٩.

عبد الصاحب، منتهى مطشر و احمد، سوزان دريد(٢٠١٤). **التفكير الإيجابي وعلاقته بالنافعية الأكاديمية الناتية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى طلبة كليات التربية**. مجلة البحوث التربوية و النفسية، العدد(٤١) على الرابط <https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&id=96438> أسترخ بتأريخ ١٥-٢٠١٩.

عبد الوهاب، جناد(٢٠١٤). **الكفاءة الاجتماعية و علاقتها بالنافعية للتعلم و مستوى الطموح**. جامعة وهران، كلية العلوم الاجتماعية، رسالة دكتوراه منشورة على الأنتريت على الرابط <https://theses.univoran.dz/document/101201> أسترخ بتأريخ ١١-١٢-٢٠١٩.

عبدالرحيم، طارق نورالدين محمد و عبد اللطيف، عبد الرسول عبد الباقي(٢٠١٦). **التفكير الإيجابي وعلاقته بالنافعية الأكاديمية الداخلية والخارجية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية بسوهاج**. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، عدد(٤٠)، على الرابط <https://journals.ekb.eg/article_78149> أسترخ بتأريخ ٥-٩-٢٠١٩.

الغرابلي، رزق محمد غازي(٢٠١٧). **الأحكام الفقهية للجرائم الإلكترونية المتعلقة باستعمال شبكات التواصل الاجتماعي دراسة فقهية مقاصدية**. جامعة الأزهر- غزة، كلية الشريعة، رسالة الماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <http://www.alazhar.edu/arabic/He/files/201506.pdf> أسترخ بتأريخ ١٢-٥-٢٠٢٠.

القرشي، على تركي نافل(٢٠١٢). **التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة**. جامعة بغداد، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، المجلد الخامس عشر(٢)، على الرابط <https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&id=69014> أسترخ بتأريخ ٥-٢-٢٠٢٠.

حجازي، مصطفى(٢٠١٢). **إطلاق طاقات الحياة - قراءات في علم النفس الإيجابي**. لبنان: التنوير للطباعة والنشر والتوزيع.

حسونة، نسرين(٢٠١٤). **الإعلام الجديد المفهوم والوسائل والخصائص والوظائف**. شبكة الألوكة، عدد مجلة(١) على الرابط <https://www.alukah.net/culture/67973/> أسترخ بتأريخ ٢٠-٩-٢٠١٩.

حمدي، ماطر عبدالله(٢٠١٨). **اعتماد الشباب الجامعي على مواقع التواصل الاجتماعي في التردد بالمعلومات**. جامعة الشرق الأوسط، كلية الاعلام، رسالة ماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <https://meu.edu.jo/libraryTheses/bf0507341982b0> أسترخ بتأريخ ٢٠-١٠-٢٠١٩.

خليل، ولاء حسين حسن(٢٠١٢). **الخصائص المعرفية و النفسية الفارقة للطلاب المراهقين ذوي التفكير الإيجابي و التفكير السلبي**. جامعة القاهرة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، رسالة ماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&id=108505> أسترخ بتأريخ ٤-٢-٢٠٢٠.

خليل، كمال محمد(٢٠٠٧). **مهارات التفكير التباعدي- دراسة تجريبية جيلفورد بلوم**. الأردن: دار المناهج للنشر والتوزيع.

الدري، سمر محمد(٢٠١٣). **أثر مواقع التواصل الاجتماعي على المشاركة السياسية للمرأة في فلسطين**. جامعة الأزهر، كلية الآداب و العلوم الإنسانية، رسالة ماجستير منشور على الأنتريت على الرابط <https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&id=108505> أسترخ بتأريخ ٤-١٠-٢٠١٩.

الرشيد، آلاء محمد رشيد(٢٠١٤). **استخدامات شبكات التواصل الاجتماعي الفيسبوك والتويت و الإشباع المتحققة لدى طلبة الجامعات الأردنية**. جامعة الشرق الأوسط، كلية الاعلام، رسالة ماجستير منشور على الأنتريت على الرابط <https://meu.edu.jo/libraryTheses/ed5763ed081361> أسترخ بتأريخ ١٤-١٠-٢٠٢٠.

الزغول، عماد عبدالرحيم و الهناوي، علي فالح(٢٠١٤). **مدخل إلى علم النفس**. الطبعة الثامنة، الإمارات: داركتاب الجامعي، حقوق جميعها محفوظة للناشر.

الزغول، عماد عبدالرحيم(٢٠١٢). **مبادئ علم النفس التربوي**. ط ٢، الأردن: دار الكتاب الجامعي.

الزهراء، سيسان فاطمة(٢٠١٧). **فاعلية برنامج إرشادي لتحسين النافعية للتعلم لدى التلاميذ المعرضين للتسرب المدرسي**. جامعة وهران ٢، كلية العلوم الاجتماعية، رسالة دكتوراه منشورة على الأنتريت على الرابط <https://meu.edu.jo/libraryTheses/ed5763ed081361> أسترخ بتأريخ ٤-١٠-٢٠٢٠.

زوانه، أماني إبراهيم(٢٠١٥). **درجة استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بصفاتها أداة للتعلم والتعليم لدى طلبة الجامعات الأردنية والإشباع المتحققة**. جامعة الشرق الأوسط، كلية الاعلام، رسالة ماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <https://meu.edu.jo/libraryTheses/ed5763ed081361> أسترخ بتأريخ ١١-١٠-٢٠١٩.

الزبيدي، أمل بنت علي بن ناصر(٢٠١٤). **إدمان الإنترنت وعلاقة بتواصل الاجتماعي والتواصل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى، جامعة نزوى، كلية العلوم و الآداب، رسالة ماجستير منشورة على الأنتريت على الرابط <https://www.unizwa.edu.om/content_files/ed5763ed081361> أسترخ بتأريخ ٩-١٠-٢٠١٩.**

الشرقاوي، أنور محمد(٢٠١٢). **التعلم نظريات و تطبيقات**. مصر: مكتبة الأنجلو منتدى سور الأركية.

- Through Inquiry - Based Learning. Singapore: Springer Nature.
- Crane, B. E., 2012. **Using Web 2.0 and Social Networking Tools in the K-12 Classroom**. Chicago: Neal- Schuman American Library Association.
- Kaya, M. & Alhajj, R., 2019. **Influence and Behavior Analysis in social Networks and Social Media**. Gewerbestrasse: registered companya.
- Kiehne, T. p., 2004. **Social Networking Systems:History, Critique and Knowledge Management Potentials**.University of Texas at Austin,[online]Available at:<
<https://www.academia.edu/25179680/>>[Accessed23August2019].
- Ozer, I., 2014. **FACEBOOK ADDICTION, INTENSIVE SOCIAL NETWORKING SITE USE, MULTITASKING, AND ACADEMIC PERFORMACE AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN THE UNITED STATES, EUROPE,AND TURKEY: AMULTIGROUP STRUCTURAL EQUATION MODELING APPROACH**, Doctor Dissertation Published, kent state university,[online]Available at:<
<https://www.semanticscholar.org/paper/FACEBOOK>> [Accessed22Juen2020].
- Panahi, S., Watson, J. & Partridge, H., 2012. **Social media and tacit knowledge sharing: Developing a conceptual model**. World academy of science Engineering and Technology, [-Journal] 6(4). Available through:<
https://www.researchgate.net/publication/264354686_Social_Media_and_Tacit_Knowledge_Sharing_Developing_a_Conceptual_Model>[Accessed22Juen2020].
- Peacock, M., 2009. **Drupal 6 Social Networking**. Birmingham: Packt publishing Ltd.
- Salili, F., Chiu, C.Y. & Hong, Y. Y., 2001. **STUDENT MOTIVATION The Cultur and Context of Learning**. New York: Kluwer Academic.
- Serrate, O., 2009. **Social Network Analysis**.Asian Development BankADB,[online]Availabe at:<<https://www.adb.org/sites/default/files/publication/27633/social-network-analysis.pdf>>[Accessed22Juen2020].
- Stankovska, G., Angelkovska, S. & Grncarovska, S.P., 2016. **Social Networks Use, Loneliness and Academic Performance among University Students**. BCES konfrance Books, 14(1). Abstratract only. Available through:<
<https://eric.ed.gov/?id=ED568119>> [Acced12july2020].
- Taylor, R. T., 2012. **Review of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire(MSLQ) Using Reliability Generalization Techniques to Assess Scale Reliability**. Doctor Dissertation, Auburn University,[online]Availabe at:<
<https://etd.auburn.edu/handle/10415/3114>>[Accessed22Juen2020].
- مجنوب، فاروق (۲۰۰۳). **طرائق ومنهجية البحث في علم النفس**. بيروت: شركة المطبوعات للنزوح والنشر.
- مریم، غزال و الهدي، شعوبي نور(۲۰۱۴). **تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تنمية الوعي السياسي لدى الطالبة الجامعين**. جامعة قاصدي مرباح – ورقلة، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية، على الرابط <<http://bensoula.over-blog.com/>> ۲۰۱۷/۰۸/۰۸/۴۷۰.html< أسترجع بتاريخ ۲۰۱۹-۱۲-۱۱.
- المصور، محمد(۲۰۱۲). **تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على جمهور المتلقين**. كلية الآداب والدرية، رسالة ماجستير منشورة على الأترنيت على الرابط <
<https://www.slideshare.net/dabite/ss۲۰۱۴>> /ss۲۰۱۴ ۳۸۶۶۷۳۲۷< أسترجع بتاريخ ۲۰۲۰-۶-۱۷.
- النجار، يحيى و الطلاع، عبدالروف(۲۰۱۵). **التفكير الإيجابي و علاقته بجودة الحياة لدي العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظات غزة**. مجلة جامعة النجاح لأبحاث العلوم الانسانية، مجلة ۲۹(۲)، على الرابط >
https://journals.najah.edu/media/۱c.pdf۲_JFvN۲journals/full_texts/ ۲۰۱۹-۹-۱۰< أسترجع بتاريخ ۲۰۲۰-۶-۱۷.
- نومار، مریم نرمان(۲۰۱۲). **إستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتأثيره في العلاقات الاجتماعية دراسة عينة من مستخدمي موقع الفيسبوك في الجزائر**. جامعة الحاج لخضر باتنة، رسالة ماجستير منشورة على الأترنيت على الرابط <
<https://manaraa.com/public/Researcher>> ۲۰۲۰-۱-۲۰< أسترجع بتاريخ ۲۰۲۰-۶-۱۷.
- هاجر، أوزقرو و أحلام، حمودي(۲۰۱۷). **فعالية الأنشطة الرياضية البدنية الترويية في استئارة دافعية التعلم لدى تلاميذ الطور الابتدائي**. كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية، رسالة ماجستير منشورة على الأترنيت على الرابط >
<http://dspace.univkm.dz/xmlui/bitstream/handle/۲۰۲۰-۳-۱۵>
- الوهيبي، أحمد بن سالم بن سعيد(۲۰۱۸). **قلق المستقبل المهني وعلاقته بأتماط التفكير الإيجابي والسلمي لدى طلبة دبلوم التعليم العام في سلطنة عمان**. جامعة نزوى، كلية العلوم والآداب، رسالة ماجستير منشورة على الأترنيت على الرابط >
<https://home.moe.gov.om/file/other/bhooth/qlq.pdf> ۲۰۲۰-۸-۱۷< أسترجع بتاريخ ۲۰۲۰-۶-۱۷.
- Alkhobrani, M. A. & Alzhani, A. O., 2018. **The Practices of social media users and the danger to their intellecturl security**. in: ARF (The Ninth international Scientific Academic Conference) Contemporary trends in social, human, and natural sciences. Global Proceeding Repository, American, 17-18 July 2018. Turky: Astanbul.
- Chang, C.p., 2014. **Knowledge Production from Social Network Sites- Using Social Media Evidence in the Criminal Procedure**. Doctor Dissertation, Tilburg University. [online]Available at:<
http://amsdottorato.unibo.it/8304/1/CHANG_CHIHPING_tesi.pdf>[Accessed23August2019].
- Chatterjee, S. & Krystyanczuk, M., 2017. **Python Social Media Analytics**. Birmingham: Packt Publishing Ltd.
- Chu, S. K. W., Reynolds, R. B., Tavares, N. J., Notari, M. & Yi Lee, C. W., 2017. **21st Century Skills Development**

ⁱⁱ ناوهندی گرماني پيوانه كه = كوي بهاي بژارده كان (۱۵) ÷ ژماره بژارده كان (۵) × ژماره بركه كان (۲۲).

ⁱⁱⁱ ناوهندی گرماني پيوانه كه = كوي بهاي بژارده كان (۱۵) ÷ ژماره بژارده كان (۵) × ژماره بركه كان (۲۱) = ۶۳.

ⁱ ناوهندی گرماني پيوانه كه = كوي بهاي بژارده كان (۱۵) ÷ ژماره بژارده كان (۵) × ژماره بركه كان (۲۱).