Zanco Journal of Human Sciences (ZJHS)

TYPE: Original article
DOI https://doi.org/10.21271/zjhs.30.SpB.8

OPEN ACCESS
*Corresponding author
Mhraban Husen Salh
Mihraban.salih@uoh.edu.iq

RECEIVED :28 /07/2025
ACCEPTED :27/10/ 2025
PUBLISHED :15/04/ 2026

بەرگریی دەروونی و پەیوەندی بە نرخاندنی خودەوە لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەڵاحەدین

مهرەبان حسێن ساڵح/ بەشی باخچەی منداڵان، کۆلێژی پەروەردەی شارەزوور، زانکۆی هەڵەبجە، هەڵەبجە ،هەرێمی کوردستان ،عێراق

نیان نامق سابر/ بەشی باخچەی منداڵان، کۆلێژی پەروەردەی بنەڕەت، زانکۆی، سلێمانی،سلێمانی، هەرێمی کوردستان ،عێراق.

پوختە:

ئامانجی ئەم توێژینەوەیە بریتییە لەزانینی :

ئاستی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان و، پەیوەندی لەنێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکاران و، جیاوازی ئاســـتی بەرگریی دەروونیی و نرخاندنی خود لای خوێندکاران، بەپێی قۆناغی خوێندن: (یەکەم، چوارەم) و شـــوێنی نیشتەجێبوون(سەنتەری شار – دەرەوەی شار)، لەم توێژینەوەیەدا میتۆدی وەسفی بەکارهێنراوە، ئامرازی توێژینەوەکە پێکهاتووە لەپێوەری (بەرگریی دەروونی)، بەپشتبەستن بەتیۆری (Olah) و چەند ئەدەبیاتێکی تر دروســـــتکراوە، لەگەڵ پێوەری (نرخاندنی خود) کەتوێژەر ئامادەی کردووە، نمونەی توێژینەوەکە بریتییە لە (100) خوێندکار، کەرەســـــتەی ئاماری(t.test) بۆ یەک نمونە و دوونموونە، هاوکۆلکەی پێرسۆن، هاوکێشەی(کا[2]) بەکارهێنراوە، ئەنجامەکانی توێژینەوەکە بریتییە لە: ئاستی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکاران لەئاستێکی بەرزدایە و، پەیوەندیی هەیە لەنێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکاران، و جیاوازی ئاماریی نییە بۆ ئاستی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی قۆناغی خوێندن و، شوێنی نیشتەجێبوون، جیاوازی نییە لەنێوان خوێندکاران بەپێی قۆناغی خوێندن، بۆ نرخاندنی خود، بەڵام جیاوازیی هەیە، بەپێی شـــوێنی نیشـــتەجێبوون، جیاوازیەکە لەبەرژەوەندی خوێندکارانی دەرەوەی شـــاردایە، لە کۆتایی توێژینەوەکەدا بەچەند خاڵێک ڕاسپاردە و پێشنیار خراوەتەڕوو.

وشە سەرەکییەکان:
بەرگریی دەروونی، نرخاندنی خود، باخچەی منداڵان، زانکۆی سەڵاحەددین

About the Journal
Zanco Journal of Humanity Sciences (ZJHS) is an international, multi-disciplinary, peer-reviewed, double-blind and open-access journal that enhances research in all fields of basic and applied sciences through the publication of high-quality articles that describe significant and novel works; and advance knowledge in a diversity of scientific fields. https://zancojournal.su.edu.krd/index.php/JAHS/about

یەکەم: ناساندنی توێژینەوە:

1: کێشەی توێژینەوە:

جیهان ئەمڕۆ کۆمەڵێک گۆڕانکاری بەخۆیەوە دەبینێت، لەلایەنە جۆراوجۆرەکانی سیاسی و ئابووری و کۆمەڵایەتی و پەروەردەیی و تەندروستییەوە، بوونەتە هۆی ئەوەی کە زۆرێک لەتوێژەران بڵێن مرۆڤی ئەمڕۆ لەسەردەمێکدا دەژی کە کاریگەری نەرێنی هەیە بۆ سەر دروستی دەروونی و ماندوێتی و گرژیی و بیرکردنەوەی نەرێنی و کەمی متمانە بەخۆبوونی بە توانا کەسییەکانی، ئەمەش وا دەکات مرۆڤ نەتوانێت بەرەنگاری ببێتەوە و لە ڕووی دەروونییەوە بەرگەی ئەو دۆخە سەختانەی ژیان بگرێت کە ڕووبەڕووی دەبێتەوە.

بەبڕوای (Selye,H, 1976) بەردەوام بەرکەوتنی مرۆڤ بە سەختی و ناخۆشی، وردە وردە دەبێتە هۆی داڕمان و، توانای بەرەنگاربوونەوە و ڕووبەڕووبوونەوەی لەدەست دەدات و، دەبێتە کەسێکی لاواز و تێکچوونی دروستیی و ناتوانێ خۆی بگونجێنێت و پەیوەندی لەگەڵ دەوروبەرەکەیدا بکات، ئەمەش وایلێدەکات نەرێنی بێت و گلەیی زۆر بکات و دڵەڕاوکێی لە داهاتوو هەبێت، چونکە ئەم فشارانە کاریگەرییان لەسەر هەست و سۆزی مرۆڤ دەبێت سەرەڕای توانا‌کانی تری وەک: ڕووبەڕووبوونەوە و بیرکردنەوەی دروست و تێگەیشتن لە خۆی و جیهانی دەوروبەری (Marzieh,2005: 136)، توێژینەوەی (Gupta&Nahinain,2020) پێی وایە کە لاوازی بەرگری دەروونی، دەبێتە هۆی خراپی گونجاندن و هەڵسوکەوتی نادروست وەک: ئالودەبوون و، لاوازی سۆزداری، بەتایبەتی بیرۆکەی خۆکوشتن، کەوەک شکستی کۆتایی سیستمی بەرگری دەروونی خوێندکار دادەنرێت(Gupta&Nahinain,2020: 7)، توێژی خوێندکار یەکێکە لە زۆرینەی ئەو توێژانەی کۆمەڵگە، کە بەرکەوتەی چەندین فشار و کێشەن، ڕەنگە ببێتە هۆی لاوازبوونی بەرگری دەروونییان، چونکە تا بەرگرییان لاواز بێت، توانایان بۆ بیرکردنەوە وچالاکییە دەروونییەکانیان کەمتر دەبێتەوە (جمال،1997: 1)، لەئەنجامی توێژینەوەی(الصمادي والسعود،2018)، هاتووە کە هەندێک لە خوێندکارە کچەکان لەناو پۆلدا لاوازن لەپەیوەندی کۆمەڵایەتیاندا و، هەندێکیان نیشانەکانی شەرمنی و شەڵەژانیان تێدا بەدیدەکرێت، سەرەڕای شکستهێنانیان لە بەرامبەر زۆرێک لە ڕووداوەکاندا (الصمادي والسعود،2018: 2479).

کێشەی توێژینەوەکە سەرچاوەی گرتووە لەپەیوەندیەکەی بەئەنجامی توێژینەوەکانی پێشوتر و ئەزموونەکانی توێژەرەوە، وەک مامۆستایەکی بەشی باخچەی منداڵان و مامەڵەکردنی لەگەڵ خوێندکاران، توێژەر تێبینی کێشەو فشارە جۆراوجۆرەکانی کردووە کەخوێندکارە کچەکان ڕووبەڕوویان دەبنەوە وکاریگەرییان هەیە لەسەریان، ئەمەش هانی توێژەریدا بۆ ئەم توێژینەوەی ئێستا ئەویش لە ڕێگەی وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارانەی خوارەوە :1-ئایا پەیوەندی هەیە لەنێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود؟ 2-ئایا بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود بەپێی گۆڕاوی قۆناغی خوێندن و شوێنی نیشتەجێبوون دەگۆڕێن؟ 3- ئایا جیاوازی هەیە لەئاستی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لەنێوان خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین- هەولێر؟

2/ گرنگی توێژینەوە:

بە تیشک خستنە سەر گۆڕاوێکی گرنگی سەردەمیانە و مۆدێرن لە سایکۆلۆژیای ئەرێنیدا، کە ئەویش گۆڕاوی بەرگریی دەروونییە، ئەگەر چی مرۆڤ لەم سەردەمەدا بەرکەوتەی زۆرێک لە کارلێکە کۆمەڵایەتی و فشارە دەروونییەکانە، کە ڕەنگە کاریگەری نەرێنی دروستبکات لەسەر تەندروستی دەروونییان، ئەوەش پێویستی بە هاندانی بەرزکردنەوەی ئاستی بەرگری دەروونییە، کە لە بەرامبەر قەیران و ئاستەنگەکاندا پەنایان بۆ دەبات، قۆناغی خوێندنی زانکۆش کەیەکێکە لە قۆناغە گرنگەکانی خوێندن، کە تیایدا خوێندکار هەوڵدەدات لە ژیاندا بەئامانجەکانی بگات، بەڵام بەرکەوتەی زۆرێک لە کارلێک و گرفتی ئەکادیمی و دەروونی و کۆمەڵایەتی دەبێت، ئەمەش پێویستی بە پاڵنەر و هاندانی خوێندکارانی زانکۆ هەیە بەتایبەت خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان، بۆ بەکارهێنانی بەرگریی دەروونیی و نرخاندنی خودە کە لە بەرامبەر ئەم قەیرانانەدا پەنایان بۆ دەبەن.

سیستمی بەرگریی لای مرۆڤ هۆکارێکی گرنگ و سەرەکییە بۆ ئەوەی بە زیندوویی بمێنێتەوە، لە بەرەنگاربوونەوەی نەخۆشییە ئەندامییە جۆراوجۆرەکان و لە چێژوەرگرتن لە ژیانێکی تا ڕادەیەک تەندروست (عبدالرحمان و یلاج، 2005: 3)، وەک چۆن مرۆڤەکان بەرگریی ئەندامیان هەیە، بەرگریی دەروونیشیان بەو جۆرە پەرە پێدەدەن، تاوەکو یارمەتیان بدات لەبەرەنگاربوونەوەی ئەو قەیران و ڕووداوە فشاراویانەی کە لە ڕابردوودا تووشـــی بوون و کاریگەری زۆریان لەســـەر تەندروســـتی جەســـتەیی و دەروونیان هەبووە، بەو پێیەی بەرگریی دەروونی کار بۆ چاککردنی بیرکردنەوەو ئاڕاستەی مرۆڤ دەکات بۆ چۆنییەتی مامەڵەکردن لەگەڵ فشار و گرژییەکانی ناو ژینگەکەیی و سەرەڕای کاریگەرییە کارایەکەی لەســـەر بیروباوەڕی مرۆڤ ســـەبارەت بەکەســـێتی و تواناکانی و ئاســـتی خۆڕاگرییەکەی لە بەرامبەر ئاڵنگاریەکاندا(الجزار، 2018: 4)،)،توێژینەوەی (Hassan,2021)، کەئاماژەی بە گرنگی بەرگری دەروونی بەهێز کردووە بۆ خوێندکارانی زانکۆ، چونکە پێی وایە یارمەتیدەرە بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی ڕەوشتی و هزری، و کارکردن بۆ دووبارە بونیادنانەوەی هۆشـــیاری مەعریفی و، شـــێوازی مامەڵەکردنیان لەگەڵ بارودۆخی ژیان و کاردا، وە وایان لێدەکات دووربکەونەوە لە بیرکردنەوەی نالۆژیکی و پەنا بردن بۆ خۆکوشـــتن، وەک چارەســـەرێک بۆ ڕزگاربوون لە کێشـــەکانیان، بەپێچەوانەوە کەمی بەرگریی دەروونی دەبێتە هۆی لەدەســـتدانی کۆنترۆڵی مرۆڤ و زیادە خەملاندنی پێوەرەکانی بڕیاردان لەســـەر بابەتەکان،ئەوەش ڕێگە بەبیرکردنەوە ناعەقڵانیەکان دەدات کۆنترۆڵی بیرکردنەوەکانی بکەن، وەک نەبوونی دڵخۆشی و چێژوەرگرتن لەژیان (4300 -Hassan,2021:4298).

هەروەها چەمکی نرخاندنی خود پێویســـتییەکی دەروونی ســـەرەکی پێکدەهێنێت، کە (ماســـلۆ) لە تیۆرییەکەیدا لە چوارچێوەی پلەبەندی پێداویستییە باڵا گرنگەکاندا پۆلێنی کردووە دوای پێداویستییە سەرەتاییەکانی مرۆڤ و پێویستی سەربەخۆیی، تێرکردنی پێویستی تاک بە نرخاندنی خود دەبێتە هۆی ئەوەی کەهەست بە بەها و خودی خۆی بکات، لە کاتێکدا بێتوانایی تاک لە تێرکردنی ئەم پێویســتییە لەوانەیە ببێتە هۆی هەســتکردن بە بێزاری، لاوازی، کەمتەرخەمی، و ئاســـتی نزم لە ئەنجامدانی چالاکیەکاندا (قاســـم،2021: 56)، بەپێی لێکۆڵینەوەکەی(Ziller)،پێی وایە نرخاندنی خود کە وەک نێوەندگیریەکە لە نێوان خودی کەسەکە و ئەو واقیعە کۆمەڵایەتییەی کە تێیدا دەژی، بەم شێوەیە کار بۆ پاراستنی خود دەکـات لە ڕێگەی ئەو ڕووداوە نەرێنیی و ئەرێنیـانەوە کە کـارلێکیـان لەگەڵ دەکـا (المجلي،2013: 61- 62)، توێژینەوەی (Journey)کەئامانجی زانینی ئەو هۆکارانە بووە کەکاریگەرییان هەیە لەســـەر گەشـــەکردنی ئاســـتی نرخـانـدنی خود لای نموونەی توێژینەوەکەی، لەئەنجـامەکەیەدا دەرکەوتووە کەپەیوەنـدییەکی بەهێز و ئەرێنی هەیە لەنێوان خوێندکاراندا و، هەروەها مامۆســـتایان کاریگەریەکی گەورەیان هەیە لەســـەر شـــکســـت و ســـەرکەوتنەکانی خوێندکاران(بطرس،2008: 480-481).

لەبەرئەوە بەرگری دەروونی و پەیوەندی بەگۆڕاوی نرخاندنی خود کەهاوکار دەبێت لە بونیادنانی کەسێتیەک کەتوانای هەڵگرتنی بەرپرســـیارێتی پەروەردەیی و کۆمەڵایەتی هەبێت و بتوانێت ڕۆڵیی کارایان هەبێت لەســـەر چارەســـەری ئاڕاســـتەو بڕیاردانی گونجاو، بەڵام کاتێک خوێندکارێک متمانەبەخۆبوون یان نرخاندنی خودی نییە، دەکرێت لەژیانیدا ڕەشـــبین و خاوەن بیرکردنەوەیەکی نەرێنی بێت، لەبەرئەوە دەبێت کەشـــی زانکۆ جیاواز بێت لە قۆناغەکانی خوێندنی پێشترییان و بەرکەوتەیان نەبێت لەگەڵ کێشە زانستیی و کۆمەڵایەتی و دەروونیی وکەسییەکان کەڕێگرن لەپێشخستنی وەک خوێندکارێکی زانکۆ، ئەم توێژینەوەیە یەکەمین توێژینەوەیە لە هەرێمی کوردســـتان لە جۆری خۆیدا ، کەباس لە پەیوەندی نێوان دوو گۆڕاوی گرنگ دەکات لەلای خوێندکارانی بەشـــی باخچەی منداڵان، ئەم گۆڕاوانە گرنگی خۆیان لەوە وەردەگرن کە تایبەتمەندیەکن کەتاکەکان دەتوانن ڕووبەڕووی فشارەکانی ژیان و بارودۆخە سەختەکانی ژیانیان ببنەوە، لەلایەکی ترەوە دەبێتە چوارچێوەیەکی تیۆری و پراکتیکی کەسودی بۆ خوێندکاران و مامۆستایان و توێژەرانی بواری دەروونزانی پەروەردەیی ببێت.

3: ئامانجی توێژینەوە:

1-زانینی ئاستی بەرگریی دەروونی لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەڵاحەدین-هەولێر.

2- زانینی ئاستی نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەڵاحەدین-هەولێر.

3- زانینی ئاستی پەیوەندی لەنێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خودە لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەڵاحەدین- هەولێر.

4- دەستنیشانکردنی جیاوازی ئاستی بەرگری دەروونییە لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەڵاحەدین-هەولێر بەپێی گۆڕاوی قۆناغی خوێندن: (یەکەم، چوارەم)و شوێنی نیشتەجێبوون(سەنتەری شار – دەرەوەی شار).

5- دەستنیشانکردنی جیاوازی ئاستی نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان بەپێی گۆڕاوەکانی قۆناغی خوێندن: (یەکەم، چوارەم)و شوێنی نیشتەجێبوون (سەنتەری شار، دەرەوەی شار).

4:سنوری توێژینەوە:

–سـنوری بابەتی: ئاماژە بە گۆڕاوی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود دەکات کە توێژینەوەکە مامەڵەیان لەگەڵ دەکات.

– **سنوری مرۆیی:**بریتییە لە خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەڵاحەدین-هەولێر.

– **سنوری کاتی:** ساڵی خوێندنی(2024- 2025).

– **سنوری شوێنی:**زانکۆی سەڵاحەدین لەسنوری پارێزگای هەولێر.

5:پێناسەی چەمکەکان:

بەرگری دەروونیی (Psychological Immunity):

ئۆلا(2005): سیستمێکی یەکگرتووی ڕەهەندە مەعریفی و ڕەفتاری و سۆزداری و کۆمەڵایەتی و ژینگەییەکانی کەسێتییە، کە بەرگریی لە دژی فشاری دەروونی و گەشەی تەندروست بەرەوپێش ببات و وەک سەرچاوەی نەرمی و بەرگری کار بکات کە (توانا و بەرگریی دەروونی مرۆڤ پەرەپێدەدات، بۆ بەرگەگرتنی ئەو هەڕەشە و فشارە دەروونی و جەستەییانەی کە ڕووبەڕووی دەبێتەوە) (Olah, 2005 : 31).

الحضـري،(2021): توانای گونجاندنێکی سروشتییە کە هەموو لایەنە هەڵچوونیەکان لەخۆدەگرێت و بەپێی سیستەمێکی ئاڵۆز و ڕێکخراو بە شێوەیەکی نائاگایی کاردەکات، بۆ پاراستنی مرۆڤ لە هێرشە دەروونییە ناوخۆییەکان و ژینگەی دەرەکی(الحضري،2021: 476).

السعدي(2024): بریتییە لەسیستمێکی بەرگریی، کەیارمەتی پاراستنی مرۆڤەکان دەدات لەنەخۆشییە دەروونیی و ژیرییەکان و، وزە و هێزیان پێدەبەخشێت بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ڕووداوە فشاراوییەکانی ڕۆژانە(السعدي،2024: 182:)

پێناسەی تیۆریی: توێژەر پێناسەی (Olah, 2005) ی کەلەسەرەوە باسکراوە وەک پێناسەیەکی تیۆری وەرگرتووە، چونکە بەپشت بەستن بەم تیۆرە پێوەرەکە دروستکراوە.

پێناسەی ڕێکاری توێژینەوە: بریتییە لەکۆی ئەو نمرەیەی کە لەلایەن ئەندامانی نموونەی توێژینەوەکەوە، کەلەسەر پێوەری بەرگری دەروونی لەم توێژینەوەیەدا بەدەست دێت.

نرخاندنی خود (Self-Esteem):

روزنبرج (1965) : بریتییە لە لەڕەنگدانەوەی ئاڕاستەی مرۆڤ بەرامبەر بە خودی خۆیی و هەموو ئەو بابەتانەی کەمامەڵەیان لەگەڵ دەکات و پێی وایە بەرزی نرخاندنی خود لەمرۆڤدا واتا هەستکردنی بە گرنگیپێدانی خود بەو چەشنەی کەهەیە.(أبو جادو،2000: 153)

Maslow,1975: نرخاندنی خود بریتییە لە پێویستی هەموو مرۆڤێک بۆ پێکهێنانی بۆچوونی دروست سەبارەت بە خۆیی و، نرخاندنی لەلایەن کەسانی ترەوە.(فريدة،2009: 106)

النجار (2013) : نرخاندنی خود بریتییە لە هەڵسەنگاندنێکی گشتی، کەباس لەخودی مرۆڤ دەکات سەبارەت بەبەهاو گرنگی و لەخۆگرتنی لایەنی ئەرێنی و نەرێنییەکان و، تێڕوانینی مرۆڤ لەسنوری تواناکانی و متمانە بەخۆبوونیان.(النجار،2013: 255)

پێناسـەی تیۆریی: نرخاندنی خود تایەتمەندییەکی کەسـییە و لەکۆمەڵیک بیروبۆچوون پێکهاتووە سـەبارەت بەمرۆڤ خۆی، وەک هەڵسـەنگاندن و تیروانینی بۆ ڕەفتارەکانی،کەڕۆڵی هەیە وەک پاڵنەرێک بۆ سـەرکەوتنەکانی لەقۆناغە جیاوازەکانی ژیانیاندا.

پێناسـەی ڕێکاری توێژینەوە: بریتییە لەکۆی ئەو نمرەیەی کە لەلایەن ئەندامانی نموونەی توێژینەوەکەوە، کەلەسـەر پێوەری نرخاندنی خودەوە ، لەم توێژینەوەیەدا بەدەست دێت.

دووەم: چوارچێوەی تیۆری و توێژینەوەکانی پێشوو

1: بەرگری دەروون (Psychological Immunity):

بابەتی بەرگریی دەروونی یەکێکە لەو بابەتە گرنگانەی کە سەرنجی پێشەنگەکانی بواری دەروونناسی و تەندروستی دەروونی ڕاکێشاوە، لە ڕێگەی شرۆڤەکردن و توێژینەوەکانیان لەسەر ئەو ناکۆکی و شڵەژانە دەروونیانەی کە مرۆڤ تووشـیان دەبێت ودەبێتە هۆی ڕەنگدانەوەی نەرێنی لەڕەفتارەکانیان و لە کاتی مامەڵەکردنیان لەگەڵ کەسـانی دیکەدا، لێرەدا دەبێت جەخت لەسـەر پێویستی گۆڕینی ئاستی ڕۆشـنبیری و شـێوازی بیرکردنەوە بکرێتەوە بۆ ئەوەی مرۆڤ بتوانێت لە ئارامی ناوەکیدا بژی و ژیانێکی بەختەوەری هەبێت، بەبێ گوێدانە ئەو بارودۆخەی کە ئەزموونی دەکات، بە گرنگیدان بە خۆپاراستن و، گرتنەبەری ڕێوشوێن لە بەرامبەر ئەو هۆکارانەی کە مرۆڤ ڕووبەڕووی هەستی شڵەژانی دەروونی دەکاتەوە، سەرهەڵدانی بەرگری دەروونی بەهۆی سەرهەڵدانی چەند تەوژمێکی هزرییەوە هاتووەتە ئاراوە کە بایەخ بە مرۆڤ دەدات بۆ تێپەڕاندنی ئەو کێشانەی کە ڕووبەڕووی دەبنەوە و، هەمیشە بەدوای پەرەپێدانی کەسێتییدا دەگەڕێت بۆ ئەوەی سـەرەتا بگونجێت لەناوخۆی خۆیدا و، ئەو ژینگەیەش کە تێیدا دەژی، مرۆڤ دەبێت بزانێت تا ئاسـتی بەرگری دەروونی بەرزبێت، زیاتر هاوسـەنگی دەروونی لە کەسـێتی خۆیدا بەدەسـت دەهێنێت (الذوکاري وإبراهیم،2023: 31-32)، لەتیۆرەکەیدا وەک ئۆلا (Olah, 2004) ئاماژەی پێکردووە، بەرگریی دەروونی لەوەدایە کە یەکەیەکی یەکگرتوو و فرەڕەهەندی سـەرچاوە کەسـییەکانە کە پەیوەندییـان بە لایەنە مەعریفی و پاڵنەر و ڕەفتارییەکانەوە هەیە، کە بەرگرییەک بۆ تاکەکەس دابین دەکات کە لە ڕێگەیەوە دەتوانێت مامەڵە لەگەڵ فشـارەکاندا بکات (Olah, 2004, p. 85 .85)، لەگەڵ ئەوەشـدا (Olah,1996) پێی وایە کەسـیستمی بەرگریی دەروونی یەکێکە لەهۆکارە کەسـیەکان کەبەرپرسـە لەڕووبەڕووبوونەوەی ماندوێتی دەروونی و لەپێناو بەدەسـتهێنانی تەندروسـتیەکی دەروونی(Olah,1996: 20)

لە فەرهەنگی زاراوە پزیشـکی و دەروونییەکاندا، زاراوەی (بەرگریی) یاخود بەرگریی دەروونییان وەک هاوواتای(Ammunity)پێناسـە کردووە، هەروەها ڕوونییان کردووەتەوە کە بەرگریی و هۆکارە دەروونی و کۆمەڵایەتییەکان پەیوەندییەکی ڕاسـتەوخۆیان لەگەڵ تەندروسـتی و نەخۆشـیدا هەیە، هەروەک(G.Solomon) لە سـاڵی 1968)دا ئاماژەی بەوە داوە کە هەڵچوونە دەروونیەکان کاریگەرییان لەسـەر کۆئەندامی بەرگریی هەیە، زیاتر لە بواری(Psyachoimmunology)دا، چەمکی بەرگریی دەروونی لەکۆتایی نەوەدەکانی سـەدە بیسـتەمدا دەرکەوتووەو، چەندین ناوی بۆدانراوە، لەوانەش(سیستمی بەرگریی ڕەفتار، بەرگریی دەروونی، کارایی بەرگریی دەروونی، بەرگریی هەڵچوونیی، بەرگریی لەش)، یەکەم کەس کە ئاماژەی بەزاراوەی بەرگریی دەروونی کردووە گیلبەرت و هاوەڵەکانی (Gilbert.et al) بووە، بەڵام ئۆلا (Olah) هەوڵ و تـوێـژیـنـەوەکـانـی بـۆ لـێـکـۆڵـیـنـەوە لەبەرگـریـی دەروونی تەرخانکردووە(طه،2022: 14).

بەپێی بۆچوونی (Kagan,2006) کەئاماژە دەکات بە بەرگریی دەروونی وەک ڕوونکەرەوەی ئەو پەیامە هەڵچوونیانەی کار دەکەن کە مرۆڤ لە کاتی ڕووداوەکانی ژیانی ڕۆژانەیدا وەریدەگرێت و بڕیار دەدات چۆن مامەڵەیان لەگەڵدا بکات، کاتێک هەڵچوونەکانی وەک(ترس، دڵەڕاوکێ، خەمۆکی یان گرژی، لە ئەنجامی بەرکەوتنیان لەگەڵ ڕووداوە هەڕەشـە ئامێزەکان و فشـارەکاندا دەردەکەون(Kagan,2006: 95)، بەتێڕوانینی (Olah et al., 2010)، بەرگریی دەروونی وەک سیستەمێکی ئاڵۆزە، کە لە بەرامبەردا لە کۆمەڵێک هۆکار و ڕەهەندی لاوەکی پێکدێن، کەپێکەوە کارلێک دەکەن بۆ پاراسـتنی خود و لایەنی ژیریی لە کاریگەرییە نەرێنییە توندەکان، بە پێداچوونەوە بە پێناسـەکانی پێشـوودا، دەتوانرێت

چەمکی بەرگریی دەروونی لەبەرچاو بگیرێت بە واتای توانای مرۆڤ بۆ پاراستنی کەسێتی لە کاریگەرییە نەرێنییە ئەگەرییەکانی (شڵەژانەکان، هەڕەشەکان، مەترسییەکان، بێزارییەکان و قەیرانە دەروونییەکان)، و بۆ ڕزگاربوون لێیان لە ڕێگەی بەهێزکردنی دەروونیی مرۆڤەوە، بە بەکارهێنانی سەرچاوە کەسییەکان و تواناکانی سروشتی کەسێتی، وەک: بیرکردنەوەی ئەرێنی، داهێنان، چارەسەرکردنی کێشەکان، کۆنترۆڵکردنی خود و هاوسەنگی، خۆڕاگری، سەختی، بەرەنگاریی، کاریگەریی، کارلێکردن، نەرمی و خۆگونجاندن لەگەڵ ژینگەدا (الأنصاري،2023: 129).

لەچوارچێوەی ئەم توێژینەوەیەدا، بەرگری دەروونی ئەو هێزەیە کە ڕێگە بە مرۆڤ دەدات بەسەر ئاستەنگی و بەربەستەکانی ژیانیدا زاڵ بێت و، بیرکردنەوەکانی ئاراستەی بکات بۆ ئەوەی بە باشی مامەڵە لەگەڵ فشار و گرژییەکاندا بکات لە ژینگە پڕ کێشەکاندا گەشە بەهەڵوێستە دەروونیەکانی بدات و، بەرگریی دەروونی خۆی چالاک بکات، تاوەکو بتوانێت بە شێوەیەکی کارامە مامەڵە لەگەڵ ڕووداوەکاندا بکات، بەشێوەیەکی ئەرێنی و بیرکردنەوەیەکی گەشبینانەوە کار لەسەر دانان و بەدیهێنانی ئامانجەکانی بکات.

تیۆرەکانی تایبەت بەبەرگری دەروونی:

چەندین تیۆر هەن کەبەرگریی دەروونی ڕووندەکەنەوە، گرنگترینیان ئەمانەن:

1- تیۆری ئۆلا Olah(The Therory of Psycho – Immunity)

تیۆری ئۆلا (Olah, 1996) ئەو تیۆرییە بنەڕەتییەیە کە بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ بەرگریی دەروونی شرۆڤەکردوە، چونکە چەمکی بەرگریی دەروونی پەرەی پێدراوە بەپێی سەرچاوەکانی کاریگەریی دەروونی، کە بریتییە لە خاڵە لاواز و بەهێزەکانی کەسێتی کە کاریگەرییان لەسەرئاستی بەرگریی دەروونی مرۆڤ هەیە(Olah,1996,:23)، تیۆری ئۆلا(Olah)لەسەر بنەمای کۆمەڵێک ڕەهەندی (مەعریفی، ڕەفتاری، هەڵچوونی، کۆمەلایەتی، پاڵنەری، کەسێتی، ژینگەیی و دەروونی) سەرچاوەی گرتووە، کە ئەم ڕەهەندانەش بەرگری دەروونی ئەرێنی بە مرۆڤ دەبەخشن بەرامبەر بەخەمۆکی و شڵەژانە ناوەکیی و دەرەکییەکان و چالاککردنی توانای گەشەکردنی دەروونی و بەدەستهێنانی تەندروستی دەروونی و، کۆکردنەوەی ئەزموونەکانی مرۆڤ لەپێناو بەدەستهێنانی خۆڕاگری و بەرگری دەروونیدا(Olah,2005: 41)، هەروەها ئاوێتەبوونی ئەم ڕەهەندانە دەیکاتە سیستەمێکی دەروونی گشتگیر و، یەکگرتوو، کارلێککار و بەیەکەوە گرێدراو، ئەم سیستەمەش پێی دەوترێت بەرگریی دەروونی، زەحمەتە پشت بە ڕەهەندێک یان دوو لەڕەهەندەکان ببەسترێت و ئەوانی تر فەرامۆش بکرێت، بەرگریی دەروونی پێویستە هەروەک بەرگریی جەستەیی مرۆڤ کە کاردەکات بۆ پاراستنی لە نەخۆشیەکان بە هەمان شێوە بەرگریی دەروونیش بەشدارە لە توانای مرۆڤ بۆ پاراستنی هاوسەنگی هەڵچوونییەکان و، یارمەتی دەدات بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی قەیرانەکان و شۆکەکان کە لە ژیانیدا ڕووبەڕووی دەبێتەوە(Olah,2004: 223)، لە تیۆریەکەیدا (ئۆلا)، جەختی لەسەر لایەنە ئەرێنییەکانی دەروونی مرۆڤ کردوەتەوە و، دووپاتیشی کردووەتەوە کە توانا و هێزی کەسێتی مرۆڤ، بەرگریی دەروونی بەهێز دەکات و، پێویستە جەخت لەسەر ئەم خاڵانە بکرێتەوە لە جیاتی خاڵە لاوازەکان و کەموکورتییەکانی کەسێتی کە بەرگرییان لاواز دەکات(Olah,2002: 104)، ئۆلا(Olah,2000)،پێی وایە تێگەیشتن ودرککردن بە خاڵە بەهێزەکانی کەسێتی یارمەتی مرۆڤەکان دەدات بۆ ئەوەی کەسێتیەکی جیاواز و بەهێزی هەبێت، بەو پێیەی توانای ڕووبەڕووبوونەوەو بەرگری دەروونی پەرەپێدەدات، هەروەها توانای چارەسەرکردنی ئەو کێشە دەروونیانەی ڕووبەڕووی دەبێتەوە تا دەگاتە ئامانجێکی خوازراو، (Olah,2000:616)، ئۆلا (2000) پێی وایە بەرکەوتنی بەردەوامی مرۆڤ بە سەختی و ناخۆشییەکان وردە وردە دەبێتە هۆی کەمبوونەوەی وزەی و لاوازبوونی توانای ڕووبەڕووبوونەوەی ئەو کێشە و ئاڵنگاریانەی کە لە ژیانی ڕۆژانەیدا ڕووبەڕوویان دەبێتەوە و دەبێتە کەسێکی لاواز و ماندوو کە توانای ڕووبەڕووبوونەوەی سادەترین بارودۆخی ڕۆژانەی نییە، لەگەڵ ئەوەشدا ناڕازییە و بیرکردنەوەی نەرێنی هەیە و، تووشی نەخۆشی و شڵەژانە جۆراوجۆرە دەروونیەکان دەبێتەوە (بابکر،2023: 3).

2- سیستەمی بەرگری دەروونی لە ڕوانگەی باربانیل (Barbanell,2009):

بۆچونی(Barbanell,2009) سەبارەت بە بەرگریی دەروونی کەلەسەر بنەمای تێڕوانینەکانی (فرۆید)بۆ میکانیزمە بەرگرییە دەروونییەکان بونیادناوە، پێی وایە نائاگا هەستەکان پاک دەکاتەوە و ڕێگری دەکات لەهەستە ئازاربەخشەکان، کەلەئەنجامی

ڕووداوی نەرێنی توندەوە دروست دەبن، بە تایبەت ئەوانەی کە مێژووەکەیان دەگەڕێتەوە بۆ سەرەتای تەمەنی منداڵی، خودی مرۆڤ لەو هەستە نەرێنییانە دەپارێزێت کە پەیوەندییان بە یادەوەرییە ئازاربەخشەکانیەوە هەیە،ئەگەر مرۆڤ قوڵبێتەوە بۆ ناو هەستەکان، ئەگەری ئەوە هەیە کە نەتوانێت بەرگەی بگرێت و بمێنێتەوە، بەم شێوەیە نائاگایی کاردەکات بۆ ڕزگاربوون لە هەستە نەرێنییەکان و هەڵگرتنی دوور لە ئاگایی، تەنانەت ئەگەر بۆ ماوەیەکی کاتیش بێت، بۆ ئەوەی بوار بۆ هەستە ئەرێنییەکان بەرفراوان بکات، تاوەکو پرۆسەی خۆگونجاندنی مرۆڤ تەواو بێت و لە لۆمەکردنی خود و کەسانی دیکە دوور بکەوێتەوە دواتر بیرکردنەوەکانی تاک لە کۆت و بەندەکان ڕزگاریان دەبێت (النادي،2022: 8)، لێرەدا سیستەمی بەرگری دەروونی، توانای سروشتی لایەنی ئەرێنی نائاگایی لەخۆدەگرێت بۆ ئەوەی هەستەکان بەرەو خۆگونجاندن بگەڕێتەوە، نائاگایش یارمەتیدەرە بۆ ئەوەی تێبگەین کە مرۆڤ شێوازی ژیانی ئێستای هەڵنەبژاردووە، بۆیە پێویست ناکات خۆی و کەسانی دیکە تاوانبار بکات، چونکە ئەوە دەرئەنجامی کاری نائاگاییە کە ڕێگری دەکات لە ئەزموونکردنی هەستە ترسناکەکان، کەواتە تاوانبارکردنی خۆی یان ئەوانی دیکە ڕەنگە تێگەیشتنی سەرکوت بکات و، ڕێگری لە کردەوەی ئەرێنی بکات و مرۆڤ لە پێناسەکردنی کەسێتی خۆی دووربخاتەوە(الشريف،2016: 22).

3- سیستەمی بەرگری دەروونی لە ڕوانگەی جیلبێرت و هاوکارانی(Gilbert, et al,1998)

کاتێک مرۆڤ دەکەوێتە بەر ڕووداوێکی سەختی نەرێنی، کاردانەوەکانی بەرز و هەندێکجاریش توند نیشان دەدات بەرامبەر بە کاریگەری ڕووداوەکان، بەڵام بە تێپەڕبوونی کات تێگەیشتن لە ڕووداوەکان و بەردەوامبوون لە ژیان، پرۆسەی نائاگای دژ بەیەک دەست دەکەن بە کەمکردنەوە و نەهێشتنی وەڵامە توندەکان کە وەک وەڵامی سەرەتایی دەرکەوتن، ئەم بابەتە دەتوانرێت بگەڕێنرێتەوە بۆ پرۆسەی نەزانی بەرگریی لە مەیلی نەرێنی بەردەوامی مرۆڤ، کە بە یەکێک لە پایەکانی کارکردنی سیستەمی بەرگریی دادەنرێت لە میکانیزمە بەرگرییە دەروونییەکانی وەک (گواستنەوە- پشتگوێخستن - بنیاتنانەوەی زانیاری) بۆ باشترکردنی ئەزموونی کاریگەر بۆ تێپەڕیین بەناو هەستە نێگەتیڤەکاندا (Wilson and Gilbert,2005: 133)، (جیلبرت و هاوەڵانی) ئاماژەیان بەوە کردووە کەبەرگریی دەروونی بەشدارە لەگۆڕینی شکست بۆسەرکەوتن و، یارمەتیدەرە بۆ لێکدانەوەیەکی ژیرانە و قبوڵکراو و قەناعەتپێکەر، کارکردن لەسەر چاکسازی هەمەلایەن نەک تەنها باشترکردنی بەشەکی، بەرزکردنەوەی خەیاڵە ئەرێنیەکان و کەمکردنەوەی وەڵامی نەرێنی لەکاتی پێشبینیکردنی ڕووداوە نەرێنیەکاندا(بابکر،2023: 2)

نرخاندنی خود(Self-Esteem):

چەمکی نرخاندنی خود، یەکێکە لە ڕەهەندە گرنگەکانی کەسێتی و، هۆکارێکە کە کاریگەری لەسەر ڕەفتاری مرۆڤ و تەندروستی دەروونی هەیە، بنەمای یەکگرتوویی کەسێتییە، بەو پێیەی نوێنەرایەتی شێوازی هەستکردن بەخود و تێگەیشتنی ئەوانی دیکە دەکات، نرخاندنی خود وەک چۆن ئەو چوارچێوەی ئاماژەیە کە هێز و نەرمی بە ڕەفتاری مرۆڤ دەبەخشێت ڕەنگە مرۆڤ تێڕوانینێکی هەڵەی هەبێت بۆ خۆی، لە ئەنجامی وەڵامدانەوەی ئەو بارودۆخانەی کە ڕووبەڕووی دەبێتەوە و، ئەو وێنەیەی کە لە ڕێگەی بۆچوون و تێڕوانینی کەسانی دیکەوە بۆ ڕەفتارەکانی دروستیدەکات (أبو العلا، 2010: 349).

نرخاندنی خود چەمکێکی کۆنە و، لەچەمکی خودەوە وەرگیراوە، زانراوە کە چەمکی خودیش لە فەلسەفەوە سەریهەڵداوە، پاشان پەیوەندییەکەی بە دەروونناسیەوە پشتڕاستکرایەوە لەسەر دەستی (کارل ڕۆجەرز) و ئەو زانایانەی کە ئاراستەیەکی مرۆڤدۆستانەیان لە دەروونناسیدا هەبووە، دەستەواژەی نرخاندنی خود لە کۆتاییەکانی پەنجاکانی سەدەی ڕابردووەوە دەستی بە دەرکەوتن کرد، هەر زوو جێگەی خۆی لە نووسین و لێکۆڵینەوەکانی توێژەران و زانایاندا، کردەوە، وەک چەمکەکە لە خودی ڕاستەقینە، کە ئاماژەیە بۆ تێڕوانینی مرۆڤ بۆ خۆی وەک ئەوەی لە ڕاستیدا هەیە و چەمکی خودی نموونەیی، کە ئاماژەیە بۆ ئەو وێنە ئایدیاڵ یان تایبەتانەی کە مرۆڤ حەزی دەکرد خۆی بە هەمان شێوە ببینێت و، چەمکی خۆقبوڵکردن چەمکێکە کە ئاماژەیە بۆ جیاوازی نێوان دوو چەمکی پێشوو، یان نێوان (خودی واقیعی و خودی ئایدیاڵی) خۆی، پاشان چەمکی نرخاندنی خود دەرکەوت کە لە بنەڕەتدا ئاماژەیە بۆ نرخاندنی باشی مرۆڤ و هەستکردن بە شایستەیی و گونجاوی، لە کۆتایی شەستەکان و سەرەتای

حەفتاکانەوە دەســـتەواژەی نرخاندنی خود بووەتە بەربڵاوترین لایەنی چەمکی خود لەنێو نووســـەران و توێژەراندا (كفافي، 1979: 103).

کۆپەر ســمیس (1967) ئاماژە بە چەمکی نرخاندنی خود دەکات وەک هەڵســەنگاندنێک کە مرۆڤ بۆ کەســێتی خۆی هەیەتی و کار بۆ پاراســتنی دەکات، یاخود هەڵوێســتێکی ئەرێنی یان نەرێنییە بەرامبەر بە خۆی دەگرێتەوە و پێی وایە کەکەسێکی بەتوانا و گرنگ و ســەرکەوتوو و لێهاتووە، واتە بڕیاردانی تاکەکەسییە، هەروەها هەڵوێســتی کەســەکەیە بەرامبەر بە خۆی و بیروباوەڕەکانی سەبارەت بەکەسێتی خۆی (أبو نصر،2022: 243).

نرخاندنی خود هەڵوێســتێکە پێکهاتووە لەلایەنی مەعریفی و سۆزداری و ئەخلاقی، لایەنی مەعریفی بریتییە لە ناســینی مرۆڤ بەرامبەر بە تـایبەتمەندییەکانی و توانـای وەســـفکردنی لایەنی ســـۆزداری و ئاراســـتەکردنی بەرەو ئەم تایبەتمەندییانە دەگرێتەوە، لە کاتێکدا لایەنی ئەخلاقی ئەو بڕیارانە دەگرێتەوە کە مرۆڤ لە ژێر ڕۆشـــنایی لێهاتوویی خۆیدا ســـەبارەت بە شـایســتەیی و بەهای کەســێتیەکەی دەیکات (شـاهين، منيب، 2003، 343)، 89)، گەشـــەکردنی نرخاندنی خودی بەرزی مرۆڤ، بەو مانایەیە کە هەست بە گرنگی خۆی دەکات و بەو شێوەیەی کە هەیە ڕێز لە خۆی دەگرێت، بەڵام نرخاندنی خودی لاواز، واتە ڕەتکردنەوەی خود و هەســـتکردن بەشـــکســـت کە مرۆڤ قەناعەتی پێی هەبێت، بەڵام شـــاڤێلســـۆن (Shavelson ،1981) و مارش (March,1983)، پێیان وایە نرخاندنی خود فاکتەر و پاڵنەرێکی جەوهەرییە بۆ سەرکەوتنی مرۆڤ لە ژیانیدا، یاخود نرخاندنی خود نوێنەرایەتی ئەو پەیوەندییە دەکات کە لە نێوان تێڕوانینی مرۆڤە بۆ لێهاتوویی یان ســـەرکەوتنەکانی لە بوارە جیاوازەکاندا وگرنگی ئەم ســـەرکەوتنەی کەلە کەســێتیەکەیدا هەیە،ئەوەش بەو مانایەیە کە ئەگەر پلەی ســەرکەوتنی هەســتپێکراوی مرۆڤ لە هەمان ئاســتی ئامانج وئـاواتەکـانیـدا بێـت، ئەوا لە ئـاســـتێکی بەرزتردایە، لەبەرئەوە مرۆڤ هەســـت بەنرخـانـدنێکی خودی بەرز دەکات(صرداوي،2011: 305-311).

بەڕای توێژەر نرخاندنی خود، باوەڕو بیرکردنەوەی مرۆڤە دەربارەی کەســێتی خۆی، یاخود هەڵســەنگاندنێکی ئەرێنی یان نەرێنییە لەژیانی مرۆڤەکاندا، کەئەوەش پەیوەندی هەیە بەدەستکەوتەکانی و پەیوەندی دروست یاخود ڕەزامەندی کەسانی دەوروبەرەوە.

تیۆرەکان تایبەت بە نرخاندنی خود:

1- تیۆری ڕۆزنبێرگ - Morris Rosenberg

کارەکانی (ڕۆزنبێرگ) لە دەوری هەوڵەکانی دەسوڕێتەوە بۆ لێکۆڵینەوە لە گەشەکردن و پێشکەوتنی ڕەفتاری خود و هەڵسەنگاندنی مرۆڤ، لە ڕێگەی پێوەرە باوەکانی ژینگەی کۆمەڵایەتی دەوروبەری مرۆڤەوە گەشەدەکات، (ڕۆزنبێرگ) ڕوونیکردەوە کە کاتێک باس لە نرخاندنی خود دەکرێت، مەبەستی ئەوەیە کە مرۆڤ ڕێز لە خۆی دەگرێت و بەهایەکی زۆر بە خۆی دەدات، لەکاتێکدا نرخاندنی خودی نزم بە واتای ڕەتکردنەوەی خود و ناڕازیبوونی مرۆڤە لەکەسێتیەکەی خۆی(سليمان، 1992: (89)، ڕۆزنبێرگ ئەو بیرۆکەیەی خستەڕوو کەمرۆڤ هەڵوێستی هەیە بەرامبەر بە هەموو ئەو بابەتانەی کە مامەڵەیان لەگەڵ دەکات و، پێی وایە خود (الذات)تەنها یەکێکە لەو بابەتانە، مرۆڤیش خاوەن هەڵوێســـتێکە کە جیاوازییەکی زۆری نییە لەگەڵ ئەو هەڵوێستانەی کە بەرامبەر بە بابەتەکانی دیکە هەیەتی، بەڵام دواجار دان بەوەدا دەنێت کە هەڵوێســـتی مرۆڤ بەرامبەر بە خۆی ڕەنگە جیاواز بێت، تەنانەت ئەگەر لە ڕووی چەندایەتیشـــەوە بێت، لە هەڵوێستەکانی بەرامبەر بە بابەتەکانی دیکە (تونسية،2012: 80) .

2- تیۆری ڕۆبێرت زیلەر(Robert Ziller,1969):

بەتێڕوانینی (زیلەر) چەمکی نرخاندنی خود بونیادێکی کۆمەڵایەتی خودە و لە گۆشـەنیگای تیۆری بواری کەسـێتییەوە لێی دەڕوانێت، جەخت دەکاتە ســـەر هەڵســـەنگاندنی خود لە زۆربەی حاڵەتەکاندا جگە لە چوارچێوەی ســـەرچاوەی کۆمەڵایەتی ڕوو نادات و ســـەرەرای ئەوە، زیلەر نرخاندنی خودی وەک مەزەندەکردنێک وەســـف دەکات کە مرڤ بۆ کەســـێتی خۆی ئەنجامی دەدات (الزبني،2023: 33)، بە بڕوای (زیلەر) نرخـاندنی خود، چەمکێکە کە یەکپارچەیی کەســـێتی لەلایەک و توانای مرۆڤ بۆ وەڵامدانەوەی ئەو پاڵنەرە جۆراوجۆرانەی کە ڕووبەڕووی دەبێتەوە لەلایەکی

دیکەوە دەبەستێتەوە، لەبەرئەوە گریمانە دەکات کە کەسێتییەک کە پلەیەکی بەرزی هەیە لە یەکگرتن پلەیەکی بەرزی کارایی هەیە لەو ژینگە کۆمەڵایەتییەی کە تێیدا بوونی هەیە، جەختکردنەوەی لەسەر فاکتەری کۆمەڵایەتی نرخاندنی خود، وای لێکرد بانگەشەی ئەوە بکات کە ڕێبازەکانی تر بۆ لێکۆڵینەوە لەچەمکی نرخاندنی خود مافی شایستەیان بە فاکتەری کۆمەڵایەتیی لە سەرهەڵدان و گەشەکردنی نرخاندنی خوددا نەداوە (بدرة،2016: 402).

3–-تیۆری کارل ڕۆجەرز(Rogers,1987):

خود (الذات) بەدڵی تیۆرەکەی (ڕۆجەرز) دادەنرێت لەئەنجامی کارلێکردن لەگەڵ ژینگە و لەڕێگەی هەڵسەنگاندنی کەسانی ترەوە چەمکی خود دروست دەبێت، هەروەها لە شارەزایی و بەها و مانا و بیروباوەڕانەوە کە پاداشتی مرۆڤ دەدەنەوە دروست دەبێت، ئەرکی ئەم چەمکە بەرگریکردن و تەواوکاریی و ڕێکخستنی جیهانی شارەزاییە کەمرۆڤ لەناویدایە بەردەوام لەگۆڕاندایە بۆیە دەستنیشانی ڕەفتار دەکات و ڕێکیدەخات، ڕۆجەرز(Rogers)لە تیۆرەکەیدا پێی وایە کە خود جەوهەری کەسێتی مرۆڤە، هەروەها چەمکی خود بەردی بناغەیە کە ڕەفتاری مرۆڤ ڕێکدەخات و، بیرۆکەی کەسەکە لەبارەی خۆیەوە بۆ کاریگەری ئەزموونەکانی خۆی لەگەڵ بەها و ئامانجەکانی دایکو باوکی دەگەڕێتەوە ، لێرەدا سێ سەرچاوە هەیە بۆ پێکهێنانی وێنەی کەسەکە بۆ خۆی، (1) بەها و ئامانجەکانی دایک و باوک و تێڕوانینەکانی کە مرۆڤ ڕووبەڕووی کۆمەڵگەی دەوروبەری دەبێتەوە، (2) ئەزموون و شارەزاییە ڕاستەوخۆکانی مرۆڤ، (3) ئەو تێڕوانینانەی کە ئەو وێنە ئایدیاڵە پێکدەهێنن کە دەیەوێت لەخۆیدا ببێت(زكي،2023: 247)، لەلایەکی ترەوە (ڕۆجەرز) پێی وایە کە هەموو مرۆڤێک پێویستی بە نرخاندنی خودی ئەرێنی هەیە، کە لەسەر بنەمای یەکدەنگی بێت لەگەڵ ئاڕاستەکردنی بەرەو خودی خۆی. بۆیە ئەگەر مرۆڤ نەیتوانی نرخاندنی خودی ئەرێنی هەبێت و پێزانین ئەرێنی لە کەسە گرنگەکانی ژیانیدا وەربگرێت وەک (دایک و باوک، مامۆستا، هاوتەمەن و هتد)، ئەوا پەرە بە کەسایەتییەکی شڵەژاو و خودێکی نەرێنی دەدات(الزعبي،2011: 87).

توێژینەوەکانی پێشوو:

یەکەم: توێژینەوەکانی تایبەت بەبەرگریی دەروونی:

1- توێژینەوەی(عباس،2023) بەناونیشانی: بەرگریی دەروونی و پەیوەندی بە نرخاندنی خود و ئاستی هیواوە لای خوێندکارانی قۆناغی ئامادەیی.

ئەم توێژینەوەیە ئامانجی دەستنیشانکردنی بەرگریی دەروونی و پەیوەندی بە نرخاندنی خود و ئاستی هیوا بوو، لە نێوان خوێندکارانی قۆناغی ئامادەیی لە قەزای ئەعزەمیە لە عێراق و، زانینی بوونی جیاوازی لەنێوان بەرگریی دەروونی، نرخاندنی خود و ئاستی هیوا لە نێوان خوێندکارانی قۆناغی ئامادەیی لە قەزاکەدا بەپێی گۆڕاوەکانی: ڕەگەز (نێر یان مێ) و پسپۆڕی (زانستی یان وێژەیی)، توێژەر پشتی بە مێتۆدی وەسفی پەیوەندیدار بەستووە، نمونەی توێژینەوەکە پێکهاتبوو لە (114) خوێندکار قۆناغی شەشەمی ئامادەیی لەڕەگەزی نێر و مێ، لە قوتابخانەکانی قەزاکەدا دەکات. توێژەر پێوەری بەرگری دەروونی کە لەلایەن(احمد،2020)ەوە ئامادەکرابوو، کە پێکهاتووە لە (39) بڕگە، هەروەها پێوەرەکانی نرخاندنی خود کە (40)بڕگەیە و ئاستی هیوا (34) بڕگەیە، کە لەلایەن (جويدة،2019) ئامادەکرا بوون، ڕاستگۆی و جیگیری پێوەرەکان لە ژینگەی توێژینەوەکەدا پشتڕاستکرانەوە. ئەنجامەکانی توێژینەوەکەش بریتیین لە:

آ/ بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود و ئاستی هیوا لە نێوان خوێندکارانی قۆناغی شەشەمی ئامادەیی لەقەزای ئەعزەمیە لەئاستێکی بەرزدایە.

ب- پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆ هەیە لە نێوان ئاستی بەرگری دەروونی و نرخاندنی خود و ئاستی هیوا لە نێوان خوێندکارانی قۆناغی شەشەمی ئامادەیی لەقەزای ئەعزەمیە

ج- بوونی جیاوازی لە وەڵامەکانی خوێندکاران سەبارەت بە ئاستی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی ڕەگەز و لەبەرژەوەندی ڕەگەزی نێردایە.

د- جیاوازیی لە وەڵامەکانی خویندکاراندا نەبوو سەبارەت بە ئاستی بەرگریی دەروونییان بەپێی گۆڕاوی پسپۆڕی (زانستی - وێژەیی).
هـ- جیاوازیی لە وەڵامەکانی خوێندکاران نەبوو سەبارەت بە ئاستی نرخاندنی خود و ئاستی هیوا بەپێی گۆڕاوەکانی ڕەگەز و پسپۆڕی (زانستی - وێژەیی) (عباس،2023).

2-توێژینەوەی (زیزفون،2024): بەناونیشانی: بەرگریی دەروونی لەژێر ڕۆشنایی هەندێک لەگۆڕاوەکان، توێژینەوەیەکی مەیدانیە لەسەر نمونەیەک لەخوێندکارانی کۆلێژی پەروەردەی وەرزشی لەزانکۆی تشرین.
ئامانجی توێژینەوەکە دەستنیشانکردنی ئاستی بەرگریی دەروونیە لای خوێندکارانی کۆلێژی پەروەردەی وەرزشی لە زانکۆی تشرین و، دەستنیشانکردنی جیاوازی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی (ڕەگەز - ساڵی خوێندن-شوێنی نیشتەجێبوون)، بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانی توێژینەوەکە، مێتۆدی وەسفی بەکارهێنرابوو، لەتوێژینەوەکەدا پێوەری بەرگریی دەروونی بەکارهێنرا (کە لەلایەن توێژەرەوە پەرەی پێدراوە)، نمونەی توێژینەوەکە پێکهاتبوو لە (155) خوێندکار لەڕەگەزی نێر و مێ، ، کەرەستە ئاماریە بەکارهاتوەکانی بریتیی بوون لە (ئەلفا کرۆنباخ، سپێرمان، جیتمان، تاقیکردنەوەی (ت) بۆ یەک نمونە و دوو نموونە)، توێژینەوەکە ئەم ئەنجامانەی ئاشکرا کردووە: زۆربەی خوێندکارانی کۆلێژی پەروەردەی وەرزشی ئاستێکی مامناوەندی بەرگریی دەروونییان هەبووە، لە ڕووی ئامارییەوە هیچ جیاوازییەکی ئاماری سەبارەت بە بەرگریی دەروونی لە نێوان ئەندامانی نمونەی توێژینەوەکەدا نەبووە بەپێی گۆڕاوەکانی (شوێنی نیشتەجێبوون و ڕەگەز)،بەڵام جیاوازیی لە ڕووی ئامارییەوە لە بەرگریی دەروونی لە نێوان ئەندامانی نمونەی توێژینەوەکەدا دۆزرایەوە بەپێی گۆڕاوەی ساڵی خوێندن و، کەلە بەرژەوەندی خوێندکارانی ساڵی کۆتاییدا بووە(زیزفون،2024).
3- توێژینەوەی (Ismail, R,et al,2025): بەناونیشانی : بەرگریی دەروونی لای نمونەیەک لە هەرزەکارانی نابینا، لەژێر ڕۆشنایی هەندێک لە گۆڕاوە دیمۆگرافیاکان.
توێژینەوەکە ئامانجی بوو کە جیاوازییەکانی بەرگری دەرونی لەنێو هەرزەکارانی نابینادا بپشکنێت بەگوێرەی گۆڕاوە دیمۆگرافییە جیاوازەکان، توێژینەوەکە فۆرمی داتای دیمۆگرافی بەکارهێنا کە لەلایەن توێژەرانەوە داڕێژرابوو، هەروەها پێوەری بەرگری دەرونی کە لەلایەن زێدان (Zeidan) ەوە ئامادەکرابوو، نمونەی توێژینەوەکە پێکهاتبوو لە (62)خوێندکاری کوڕ و کچی نابینا،لەم توێژینەوەیەدا کەرەستە ئاماریەکانی وەک (One-Way ANOVA، (Shifia)) بەکارهێنران، ئەنجامەکان جیاوازییەکی بەرچاوی ئامارییان لە بەرگری دەرونیدا لەنێوان نێر و مێدا دەرخست، بەو پێیەی مێینەکان ئاستی بەرزتریان هەبوو، سەرەڕای ئەوەش، جیاوازییەکی بەرچاو بەگوێرەی جۆری نیشتەجێبوون (ناوخۆیی و دەرەکی) بەدیکرا، بەو پێیەی خوێندکارانی ناوخۆیی بەرگریی دەروونی زیاتریان نیشاندا، لە کۆتاییدا، جیاوازییەکی بەرچاو بەدرێژایی قۆناغەکانی خوێندن (ئامادەیی، دواناوەندی، و زانکۆ) دۆزرایەوە، کە لە قۆناغی ئامادەییدا باشتر بوو(Ismail, R,et al,2025).
دووەم: توێژینەوەکانی پێشوو سەبارەت بە نرخاندنی خود:
1-توێژینەوەی (Arshad, et al,2015) بەناونیشانی : نرخاندنی خود و شێوازی ئەکادیمی لای خوێندکارانی زانکۆ.
توێژینەوەکە ئامانجی هەڵسەنگاندنی نرخاندنی خود و شێوازی (اداء)ئاکادیمەی لای خوێندکارانی زانکۆدا، نمونەی توێژینەوەکە پێکهاتبوو لە (80) خوێندکار و (40) خوێندکاری نێر و (40) خوێندکاری کچ لە لە زانکۆی(G.C)فەیسەڵ آباد هەڵبژێردران، بەشداربوان پێوەری نرخاندنی خودی (ڕۆزنبێرگ)و پێوەری هەڵسەنگاندنی (ئەدای ئەکادیمییان) پێدرا بۆ پێوانەکردنی نرخاندنی خود و ئەدای ئەکادیمییان، کەرەستەی ئاماریی(هاوکۆلکەی پەیوەندی پیرسۆن و و تاقیکردنەوەی(t) بۆ یەک نمونە و دوو نمونە)، بۆ شرۆڤەکردنی داتاو زانیاریە کۆکراوەکان بەکارهێنرابوون، ئەنجامەکانیان دەریخست کە پەیوەندییەکی بەرچاو لە نێوان نرخاندنی خود و ئەدای ئەکادیمیدا هەبووە، جگە لەوەش جیاوازییەکی بەرچاو لە نێوان خوێندکارانی نێر و مێدا لەسەر ئاستی نرخاندنی خود و نمرەکانی ئەدای ئەکادیمی دۆزرایەوە، ئەمەش

ئاماژەیە بۆ ئەوەی کە خوێندکارانی مێ نمرەی بەرزیان هەیە لەسەر ئاستی ئەکادیمی بە بەراورد بە خوێندکارانی نێر و خوێندکارانی نێر نمرەی بەرزیان هەیە لەسەر نرخاندنی خود بە بەراورد بە خوێندکارانی مێ(Arshad, et al,2015).

2-- توێژینەوەی (الصمادي والسعود،2018) بەناونیشانی: نرخاندنی خود و پەیوەندی بە بەرپرسییاریتی کۆمەڵایەتی لای نمونەیەک لە خوێندکارانی کۆلێژی کچانی زانکۆی شازادە عالییە.

ئامانجی توێژینەوەکە دەستنیشانکردنی پەیوەندییە لەنێوان نرخاندنی خودو پەیوەندی بە بەرپرسییاریتی کۆمەڵایەتی و ڕادەی پەیوەندییەکەیان بە گۆڕاوی پسپۆڕییەوە، توێژینەوەکە لەسەر (131) خوێندکاری ڕەگەزی مێ ئەنجامدراوە، توێژینەوەکە مێتۆدی وەسفی پەیوەندیداری بەکارهێناوە و ئامرازی توێژینەوەکەش بریتیین لەدوو پێوەر وەک: پێوەرێک بۆ نرخاندنی خود و پێوەرێی دووەم بۆ بەرپرسیاریتی کۆمەڵایەتی، ئەنجامەکان ئەوەی دەرخستبوو کە، بەگشتی نمرەی پێوەری نرخاندنی خود و، بەرپرسیاریتی کۆمەڵایەتی لەسەر پێوەرەکە بە گشتی لەئاستێکی نزمدایە، هەروەها لەنێو ئەو ئەنجامانەی کە توێژینەوەکە دەریخستبوو پەیوەندیی هەیە لەنێوان ئاستی نرخاندنی خودو و ئاستی بەرپرسیاریتی کۆمەڵایەتی و، بوونی جیاوازی لە ڕووی ئامارییەوە لە نرخاندنی خودو و بەرپرسیاریتی کۆمەڵایەتی بەپێی گۆڕاوەی پسپۆڕی، کەلە بەرژەوەندی خوێندکارانی ڕێنمایی دەروونی و پەروەردەییدایە(الصمادي والسعود،2018).

3-توێژینەوەی(للباد،2024): بەناونیشانی: نرخاندنی خود و پەیوەندی بە تەندروستی دەروونیەوە، لای نمونەیەک لەخوێندکارانی زانکۆ لەشاری الاصابعة.

ئامانجی ئەم توێژینەوەیە بریتی بوو لە زانینی ئاستی نرخاندنی خود لای نمونەیەک لە خوێندکارانی بەکالۆریۆس لە شاری ئەلعەسەبا و، زانینی پەیوەندی نێوان نرخاندنی خود و تەندروستی دەروونی و،ئاشکراکردنی جیاوازی نێوان خوێندکاران سەبارەت بە نرخاندنی خود و تەندروستی دەروونی بەپێی گۆڕاوی ڕەگەز،توێژینەوەکە پشتی بە مێتۆدی وەسفی پەیوەندیدار بەستووە، نمونەی توێژینەوەکەلە (210) خوێندکاری ڕەگەزی نێر و مێ) پێکهاتبوو، توێژەر پێوەری نرخاندنی خودی بەکارهێنابوو کە لەلایەن (محەمەد ئیبراهیم ئید ،2001)ەوە ئامادەکراوە، هەروەها پێوەری تەندروستی دەروونی کەلەلایەن (الزبيدي والهزاع،1997)ئامادەکراون ولەلایەن توێژەرەوە بەکارهێنراون، کەرەستە ئامارییە بەکارهاتووەکان بریتیین لە(ناوەندی ژمێرەیی، لادانی پێوەری، هاوکۆلکەی پەیوەندی پیرسۆن و تاقیکردنەوەی t)، ئەنجامی توێژینەوەکە دەرکەوتبوو کە نرخاندنی خود لای نمونەی توێژینەوەکەدا لەئاستێکی بەرزدایە و،پەیوەندیی هەیە لە نێوان نرخاندنی خود و تەندروستی دەروونی دا،هەروەها جیاوازیی نییە لە نێوان تێکڕای نمرەی خوێندکاران لەسەر پێوەرەکانی نرخاندنی خود و و تەندروستی دەروونیدا بەپێی گۆڕاوی ڕەگەز(للباد،2024).

گفتوگۆی توێژینەوەکانی پێشوو :

یەکەم :لە ڕووی ئامانجی توێژینەوەوە

زۆربەی توێژینەوەکان و توێژینەوەکەی ئێستا بە گشتی ئامانجیان زانینی پەیوەندی هەریەکە لە (بەرگریی دەروونی، نرخاندنی خود)ە بە گۆڕاوێکی دیکەوە.

دووەم : لە ڕووی نمونەی توێژینەوەووە

توێژینەوەکان کۆمەڵگەکەیان بریتییە لە خوێندکاری زانکۆ، جگە لە توێژینەوەی(عباس،2023)کە کۆمەڵگەو نمونەی توێژینەوەکە پێکهاتووە لە (114)بەشداربووی لەخوێندکاری ئامادەیی لەگەڵ توێژینەوەی(Ismail,R,et al, 2025)لە (62) خوێندکاری هەرزەکاری نابینا پێکهاتووە، لەم توێژینەوەشدا کۆمەڵگەی توێژینەوەکە بریتییەلە خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین-هەولێر، سەبارەت بەنمونەی توێژینەوەکان لەنێوان (62- 210)نمونەدا بوون، لەم توێژینەوەیەشدا نمونەی توێژینەوەکە بریتییە لە(100) خوێندکار لەبەشی باخچەی منداڵان .

سێیەم : لە ڕووی میتۆدی توێژینەوەوە

سەرجەم توێژینەوەکان و توێژینەوەی ئێستا میتۆدی وەسفیان بەکارهێناوە.

چوارەم : لەڕووی ئامرازی توێژینەوەوە

زۆربەی توێژینەوەکانی پێوەریان بەکارهێناوە کە هەندێکیان لەلایەن توێژەرانەوە ئامادەکراون و هەندێکیش وەریان گرتووە، لەم توێژینەوەیەی ئێستاشدا پێوەر بەکارهێنراوە، بەشێوەیەک پێوەری بەرگریی دەروونی لەسەر تیۆری (Olah) تەبەنی کراوە، پێوەری نرخاندنی خودیش ئامادەکراوە بەپشتبەستن بە سەرچاوەکانی پێشوو.

پێنجەم : لە ڕووی ئامرازی ئامارییەوە

زۆربەی توێژینەوەکان و توێژینەوەی ئێستا کەرەستە ئامارییەکانی وەک:(پێرسۆن، سپێرمان براون، ناوەندە ژمێرەیی، ئەلفا کرونباخ، چوارگۆشەی کا2 ، تاقیکردنەوەی (ت) بۆ یەک نمونە و دوو نمونە) بەکارهاتووە، بەڵام هەندێک لە توێژینەوەکان ئامرازی کەمتر یان زیاتریان بەکارهێناوە کە لەگەڵ سروشتی توێژینەوەکەیاندا گونجاون.

سێیەم:کارڕایی توێژینەوە:

یەکەم: میتۆدی توێژینەوە:

میتۆدی توێژینەوە: ئەنجامدانی هەر توێژینەوەیەک پێویستی بە بەکارهێنان و گرتنەبەری ڕێگاو شێوازی زانستی بۆ گەیشتن بەڕاستییە نوێیەکان و سەلماندنیان، کەپێی دەوترێت میتۆدی توێژینەوە، لەپێناو دەوڵەمەندکردن و گەشەکردنی مەعریفەی مرۆڤایەتیدا (بۆکانی،2016: 35)، بەمەبەستی بەدیهێنانی ئامانجەکانی ئەم توێژینەوەیە، توێژەر پشتی بەمیتۆدی وەسفی بەستووە.

کۆمەڵگەی توێژینەوە:کۆمەڵگەی توێژینەوە بریتییە لە کۆی ئەو یەکە و ڕەگەزانەی دیاردەیەک، کە توێژەر لەبارەیەوە توێژینەوە ئەنجامدەدات، دەگونجێت ئەو یەکەو ڕەگەزانە تاک، خێزان، قوتابخانە، کارگە، یاخود دامەزراوە بێت (البطش وأخرون، 2007: 97).بەگوێرەی ئەو داتایانەی کە توێژەر دەستی کەوتووە، کۆمەڵگەی ئەم توێژینەوەیەش پێکدێت لە (204) خوێندکاری کچ لە بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین-هەولێر .

نمونەی توێژینەوە

بریتییە لە پێکهاتەیەکی هەڵبژێردراوی کۆمەڵگەی توێژینەوە کە نوێنەرایەتی کۆمەڵگەی توێژینەوەکە دەکات بۆ ئەوەی بەشێوەیەک نوێنەرایەتی کۆمەڵگەی توێژینەوە بکات، دەبێت لە هەڵبژاردندا پەیڕەوی چەند یاسا و ڕێسایەکی دیاریکراو بکات بتوانێت ئەنجامەکانی بگشتێنرێت بەسەر کۆمەڵگەدا کە ئەویش لە کۆمەڵگەیەکەوە بۆ کۆمەڵگەیەکی تر دەگۆڕێت بەگوێرەی تایبەتمەندی توێژینەوەکە (العزاوی، 2008 : 162-163).

نموونەی ئەم توێژینەوەیەش کە بە شێوەی هەڕەمەکی چینایەتی هەڵبژێردراوە، واتە سەرجەم خوێندکارانی قۆناغی یەکەم و چوارەم لە بەشی باخچەی منداڵان وەرگیراوە، کە ژمارەیان بریتییە لە (100) خوێندکاری کچ لەبەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین- هەولێر.

ئامرازی توێژینەوە:

لەم توێژینەوەیەدا دوو پێوەری وەک ئامرازێکی سەرەکی بۆ ئەنجامدانی کاری مەیدانی توێژینەوەکە و هێنانەدی ئامانجەکانی بەکارهێنراوە.

یەکەم/ پێوەری بەرگری دەروونی:

توێژەر ئەم پێوەرەی بنیادناوە بەئامانجی زانینی ئاستی بەرگریی دەروونی لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان، کە گونجاوە لەگەڵ نمونەی توێژینەوەکە، پێوەرەکە پێکهاتووە لە(58) برگە، کەبەسەر چوار ڕەهەند و تەوەردا دابەشکراوە، دوای پێداچوونەوە بەئەدەبیات و توێژینەوەکانی پێشوو کەپەیوەندییان بە چەمکی بەرگریی دەروونیەوە هەیە، توێژەر پێوەرەکەی لەسەر بنەمای تیۆری(Olah,2000)بە سود وەرگرتن لەئەدەبیاتی تر داڕشتووە، وەک لەخشتەی(1) تەوەرەکان و ژمارەی برگەکانیان خراوەتەڕوو

خشتەی(1) تەوەرەکانی گۆڕوای بەرگریی دەروونی

ژ	تەوەر	ژمارەی بڕگە
1	متمانەبەخۆبوون	14
2	بیرکردنەوەی ئەرێنی	15
3	توانا لەچارەسەرکردنی کێشە	15
4	پەیوەندی کۆمەڵایەتی	14
	کۆ	58

تایبەتمەندیی پێوەری (بەرگری دەروونیی):

دوای دڵنیابوون لە ڕاستیی و دروستی پێوەری توێژینەوەکە، پێوەرەکە بەسەر نموونەی توێژینەوەکەدا جێبەجێکرا و شێوازی (لیکیرت) بەکارهێنرا، کە بریتییە لە بوونی جێگرەوەکانی (هەمیشە، زۆرجار، هەندێکجار، بەدەگمەن، هەرگیز)، نمرەی هەر جێگرەوەیەک بەم شێوەیە دەبێت: بڕگە ئەرێنییەکان: (1،2،3،4،5). بڕگە نەرێنییەکان: (5،4،3،2،1). هەروەها بڕگە ئەرێنیی و نەرێنییەکانی پێوەری بەرگری دەروونی دیاریکرا، بە جۆرێک بڕگە ئەرێنییەکان ژمارەیان بریتییە لە(46) بڕگە، بڕگە نەرێنییەکانیش ژمارەیان بریتییە لە (12)، وەکو لەخشتەی ژمارە (2) خراوەتەڕوو.

خشتەی ژمارە (2)

خستنەڕووی بڕگە ئەرێنیی و نەرێنییەکانی پێوەری بەرگریی دەروونی

پێوەر	تەوەر	بڕگەی ئەرێنیی	بڕگەی نەرێنیی	کۆی گشتیی
بەرگری دەروونی	متمانەبەخۆبوون	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 10، 12، 13	9، 11، 14	58
	بیرکردنەوەی ئەرێنیی	1، 2، 3، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 13، 15	4، 5، 12، 14	
	توانا لەچارەسەرکردنی کێشەدا	1،2، 3، 4، 5، 6، 8، 9، 11،13،14،15	7، 10، 12	
	لایەنی کۆمەڵایەتی	1، 2، 3،4، 6، 7، 9، 10، 11، 12، 13، 14	5، 8	
کۆی گشتیی		46	12	58

پاشان توێژەر ڕێککارەکانی ئامادەکردنی پێوەرەکەی بەئەنجام گەیاند، وەکو ڕاستگۆیی و جێگیریی بەم شێوەیەی خوارەوە:

ڕاستیی ڕواڵەتی (Face_Validity):

ڕاستی بەیەکێک لەتایبەتمەندییە زانستییەکانی هەر پێوەرێک دادەنرێت لەتوێژینەوە زانستییەکاندا، ئامرازی توێژینەوەکە بەئامرازێکی دروست دادەنرێت کە بتوانێت پێوانەی ئەو دیاردەیە بکات کەباسی لێوەکراوە(ابراهیم،2000: 43)، بۆ پێوەری بەرگریی دەروونی(ڕاستگۆیی ڕواڵەت)ی دەرهێنرا، بۆ ئەم مەبەستە فۆڕمی پێوەرەکە خرایە بەردەست (17) پسپۆڕ و شارەزا لە بواری دەروونناسیی و پەروەردەیی و دروستیی دەرونیی و کەسێتی، دوای کۆکردنەوەی فۆڕمەکان، بەپێی بۆچوونی شارەزایان سەرجەم بڕگەکانی پێوەرەکە مانەوە، بەم جۆرەش ژمارەی بڕگەکان(58) بڕگە بوون هەروەک لە خشتەی ژمارە (3) ڕوونکراوەتەوە.

خشتەی ژمارە (3)

نرخی (کا^2) بڕگەکان بەپێی بۆچوونی شارەزایان سەبارەت بە پێوەری بەرگریی دەروونی

	بڕگەکان	ژمارەی بڕگە	گونجاو		نەگونجاو		کای هەژمارکراو	کای خشتەیی	ئاستی بەڵگەداری
			ژمارەی پسپۆڕ	ڕێژەی سەدی	ژمارەی پسپۆڕ	ڕێژەی سەدی			
متمانەبەخۆبوون	14,13,12,7,6,5,4	7	17	%100	0	%0	17	3.84	0.000
	10,9,7,3	4	16	%94	1	%6	13.23		0.000
	11,4.1	3	15	%88	2	%12	9.941		0.002
بیرکردنەوەی ئەرێنی	15,14,13,12,11,9	6	17	%100	0	%0	17		0.000
	10,6,3	3	16	%94	1	%6	13.23		0.000
	8,4	2	15	%88	2	%12	9.941		0.002
	7,5	2	13	%76	4	%23	4.765		0.029
توانالەجارەسەرکردنی	13,1	2	17	%100	0	%0	17		0.000
	15,14,12,11,9,8,6,4,3	9	16	%94	1	%6	13.23		0.000
	10,7,5	3	14	%82	3	%18	7.118		0.008
لایەنی کۆمەڵایەتی	14,13,12,8,7	5	17	%100	0	%0	17		0.000
	12,6,5,4,1	5	16	%94	1	%6	13.23		0.000
	11,10,9,3,2	5	15	%88	2	%12	9.941		0.002

جێگیریی :(Reliability)

باوترین ڕێگەی دەرهێنانی جێگیریی ئامراز، ڕێگەی دوبارەتاقیکردنەوەی پێوەرە بەسەر نموونەیەکی بچووکی کۆمەڵگەی توێژینەوەکە، بە مەبەستی بەدەستهێنانی دوو ئەنجام، دواتر دۆزینەوەی پەیوەندیی لە نێوانیاندا، پێوەری گونجاویش ئەو پێوەرەیە کە لە ماوەی نێوان دوو هەتا سێ هەفتەدا، لە نێوان دوو ئەنجامی پراکتیزەدا هاوکێشەیەکی پەیوەستی بەهێزی هەبێت، ئەمەیش واتای ئەوە دەگەیەنێت کە چەند جار ئەو تێستە دوبارە و پراکتیزەبکەینەوە لەسەر هەمان نموونە، ئەوا دەبینین هەمان دەرئەنجام، یان نزیک لەومان پێدەدات. (قەرەچەتانی،2018: 130).

توێژەر بۆ دەرهێنانی جێگیریی پێوەری بەرگریی دەروونی، پشتی بەم ڕێگایانە بەستووە:

1- (ڕێگەی دووبارەتاقیکردنەوە) :Test_ Retest method

بۆ دەرهێنانی جێگیریی پێوەرەکە، بۆ پێوەری (بەرگریی دەروونی)، توێژەر ڕێگەی دوبارە تاقیکردنەوەی بەکارهێنا، کە بریتیبوو لە (**40**) خوێندکار لە کۆمەڵگەی توێژینەوەکە، لەماوەی نێوان (**15**) ڕۆژدا دوو جار وەڵامی پرسیارەکانی پێوەرەکەیان دایەوە لە ڕێککەوتی (**12,2,2025**)بۆ ڕێککەوتی (**26-2-2025**)، لە ڕێگەی بەکارهێنانی هاوکۆلکەی پەیوەندی (پێرسۆن)ەوە، دۆزرایەوە، لەئەنجامدا دەرکەوت بەهای پەیوەندی نێوان ئەنجامدانی یەکەم و دووەم بریتییە لە

(.809**) ، ئەمەش پەیوەندییەکی بەهێزە و گوزارشـــتە لەســـەر ئەوەی کەجێگیری پێوەری بەرگری دەروونی بەرزە، وەک لەخشتەی (4)خراوەتەڕوو:

خشتەی(4)هاوکۆلکەی جێگیری بۆ پێوەری بەرگری دەروونی

جێبەجێکردن	ناوەندە ژمێرەیی	لادانی پێوەری	هاوکۆلکەی جێگیری
یەکەم	217.6500	19.57700	.809**
دووەم	217.3750	17.57137	

2- ڕێگەی ئەلفاکرۆنباخ (Alpha Cronbach's) :

توێژەر بۆ پێوانەی جێگیریی برگەکان پشـتی بە ڕێگەی ئەلفاکرۆنباخ بەسـتووە، کە یەکێکە لە ڕێگەکانی دۆزینەوە و دەستنیشانکردنی گونجاندنی ناوەکیی، بە جۆرێک ڕێژەی جێگیریی پێوانەکە بۆ پێوەری بەرگریی دەروونی بریتیی بوو لە (0.90)، کە ئەمەیش جێگیرییەکی پەسـەندە، بەمەیش واتە بە شـێوەیەکی گشـتیی فۆرمی ڕاپرسـییەکە بە دروسـتیی وەڵامدراوەتەوە.

دووەم/ پێوەری نرخاندنی خود:

بەپشتبەستن بەتوێژینەوەکانی پێشوو لەسەر گۆڕاوی نرخاندنی خود و سود بینین لەڕای شارەزایان، هەروەها سود وەرگرتن لەچەند پێوەرێک کەلەســـەر نرخاندنی خود لەڕابردوودا لەباروودۆخ و ژینگەی جیاوازدا ئامادەکراون، بەشێوەیەکی سەرەتایی پێوەرێک ئامادەکراوە کەلە (50)برگە پێکهاتووە، برگەکانی بەم شێوەیە بەدەستهێنا: (7) برگەی لە توێژینەوەی (محمد،2010)، (8) برگەی لە توێژینەوەی (تونسـية،2012)، (6) برگەی لە توێژینەوەی (نادية،2015)، (17) برگەی لە توێژینەوەی (بن فرحات وحمودة،2017)، (8) برگەی لە توێژینەوەی (أبو الوفا،2018)، (4)برگەی لە توێژینەوەی (الصـمادي و السـعود،2018) وەرگیراوە، بەم شـێوەیە توێژەر بە شـێوەیەکی سـەرەتایی، هەر (50) برگەکەی لە فۆرمێکی ڕاپرسـییدا ئامادەکردووە، هەروەک لەخشـتەی (5)پێوەری نرخاندنی خودو ژمارەی برگە ئەرێنی و نەرێنییەکان خراوەتەڕوو.

خشتەی ژمارە (5)

خستنەڕووی برگە ئەرێنیی و نەرێنییەکانی پێوەری نرخاندنی خود

پێوەر	برگەی ئەرێنیی	برگەی نەرێنیی	کۆی گشتیی
نرخاندنی خود	4، 5، 6، 8، 10، 12، 13، 16، 17، 19، 22، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 34، 35، 36، 37، 38، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50	1، 2، 3، 7، 9، 11، 14، 15، 18، 20، 21، 23، 24، 33، 39	50
کۆی گشتیی	35	15	50

بۆ دەرخسـتنی ڕاسـتی پێوەری توێژینەوەکە، سـەبارەت بە پێوەری ئاسـتی نرخاندنی خود لەبەر ڕۆشـنایی سـەرنج و ڕێنماییەکانی پسپۆڕاندا (20) برگە لە لایەن هەر (17) پسپۆڕەکەوە پەسـەندکران و ڕێژەی (100%)یان بەدەستهێنا و بەبێ هیچ دەســـتکارییەک وەکو خۆیان مانەوە، (14) برگەش ڕێژەی (94%) و (12) برگەیش ڕێژەی (88%)یان بەدەستهێنا وەکو لە خشتەی ژمارە (6) خراوەتەڕوو.

خشتەی ژمارە (6)

نرخی (کا^2) بڕگەکان بەپێی بۆچوونی شارەزایان سەبارەت بە پێوەری نرخاندنی خود

	بڕگەکان	ژمارەی برگە	گونجاو		نەگونجاو				
			ژمارەی پسپۆڕ	ڕێژەی سەدی	ژمارەی پسپۆڕ	ڕێژەی سەدی	کای هەژمارکراو	کای خشتەیی	ئاستی بەڵگەداری
نرخاندنی خود	50,44,43,42,41,39,38,33,32,28,27,23,20,18,17,12,7,6,5,1	20	17	%100	0	%0	17	3.84	0.000
	50,49,47,46,31,30,29,26,24,14,13,9,4,	13	16	%94	1	%6	13.23		0.000
	48,37,36,35,34,24,22,21,19,16,3	11	15	%88	2	%12	9.941		0.002
	43,40,24,15,11,10,8	7	14	%82	0	%18	7.118		0.008

1-جێگیری پێوەری نرخاندنی خود بە ڕێگەی تاقیکردنەوەی دووبارە(Test_ Retest method):

جێگیری پێوەرەکە بەشـــێوازی (**Test-retest**)، بۆ جاری یەکەم لەرێکەوتی (**12,2,2025**) پێوەرەکە بەســـەر (**40**) خوێندکاردا جێبەجێکرا، کەبەشـــێک بوون لەکۆمەڵگەی توێژینەوەکە ، دوای تێپەربوونی (**15**) ڕۆژ لەرێکەوتی (**26-2-2025**) دووبارە پێوەرەکە لەســـەر هەمان نمونە جێبەجێکرایەوە، دواتر پەیوەندی لەنێوان ئەنجامی یەکەم و دووەم لەرێگەی هـاوکۆلکەی پەیوەندی پێرســـۆنەوە (**person**)دۆزرایەوە، لەئەنجـامدا دەرکەوت بەهـای پەیوەنـدی نێوان ئەنجامدانی یەکەم و دووەم بریتییەلە (**903.) ، ئەمەش پەیوەندییەکی بەهێزە و گوزارشـتە لەسـەر ئەوەی کەجێگیری پێوەری بەرگری دەروونی بەرزە، وەک لەخشتەی (7)خراوەتەڕوو:

خشتەی(7)هاوکۆلکەی جێگیری بۆ پێوەری نرخاندنی خود

جێبەجێکردن	ناوەندە ژمێرەیی	لادانی پێوەری	هاوکۆلکەی جێگیری
یەکەم	217.6500	19.57700	.903**
دووەم	217.3750	17.57137	

2- ڕێگەی ئەلفاکرۆنباخ (Alpha Cronbach’s) :

توێژەر بۆ پێوانەی جێگیریی بڕگەکان پشـــتی بە ڕێگەی ئەلفاکرۆنباخ بەســـتووە، کە یەکێکە لە ڕێگەکانی دۆزینەوە و دەســـتنیشـــانکردنی گونجاندنی ناوەکیی، بە جۆرێک ڕێژەی جێگیریی پێوانەکە بۆ پێوەری نرخاندنی خود بریتیی بوو لە (0.86)، کە ئەمەیش جێگیرییەکی پەســـەندە، بەمەیش واتە بە شـــێوەیەکی گشـــتیی فۆڕمی ڕاپرســـییەکە بە دروســـتیی وەڵامدراوەتەوە.

کەرەستە ئامارییەکان:

٦-٣ ئامرازە ئاماریەکان:

- هاوکێشەی (**one Sample t-test**) بۆ پێوانی ئاستی بەرگریی دەروونیی و نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین- هەولێر.

- بەکارهێنانی هاوکێشەی (Independent Sample T-test) ی دوو نموونە بۆ زانینی جیاوازی ئاستی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵنی زانکۆی سەلاحەدین بەپێی گۆڕاوەکانی قۆناغی خوێن- شوێنی نیشتەجێبوون).

-بەهای (کا^2) بۆ دەرهێنانی راستی پێوەرەکان.

- بەکارهێنانی بەرنامەی (SPSS) پرۆگرامی ئاماری بۆ زانستە کۆمەڵایەتیەکان .

- بەکارهێنانی یاسای پێرسۆن بۆ دەرهێنانی پەیوەندی نێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود.

- بەکارهێنانی یاسای (ئەلفا کرۆنباخ) بۆ دەرهێنانی جێگیری ناوەڕۆک بەپێی بڕگەکان.

چوارەم :ئەنجامەکانی توێژینەوە :

یەکەم : دەستنیشانکردنی ئاستی بەرگریی دەروونی لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین، بە مەبەستی زانینی ئاستی بەرگریی دەروونی لای نمەنەی توێژینەوەکە سوود لەتاقیکردنەوەی (ت)ی بۆ یەک نمونە(One Sample T.Test) بینرا، وەک لە خشتەی (8) خراوەتەڕوو :

خشتەی (8)ئەنجامی تاقیکردنەوەی (ت) یەک نمونە بۆ زانینی ئاستی بەرگریی دەروونی لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان

نمونە	ناوەندی ژمێرەیی	لادانی پێوەری	ناوەندی گریمانەیی	بەهای (ت) هەژمارکراو	بەهای (ت) خشتەیی	نمرەی ئازاد	ئاستی بەڵگەداری 0.05
100	212.23	22.94	174	16.665	1.984	99	بەڵگەدارە

بەپێی ئەنجامی نێو خشتەکە دەردەکەوێت ئاستی بەرگریی دەروونی لە ئاستێکی بەرزدایە ، هۆکاری ئەمەش ڕەنگە بۆ ئەوە بگەڕێتەوە لە سیستەمی نوێی خوێندنی زانکۆدا کە سیستەمی بۆلۆنیا پەیرەو دەکرێت خوێندکار هان دەدرێی کە پشت بە خۆی ببەستێت و خوێندکار دەکرێتە چەقی فێربوون کە ئەمەش وا دەکات زیاتر سەربەخۆ بێت و هەوڵی بەرەو پێشچوون بدات ، هەروەها بەهۆی ئەوەی نمونەی توێژینەوەکە پێکهاتووە لە خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان دەتوانین بڵێین خوێندکارانی ئەم بەشە زیاتر گەشبینن بە داهاتوو سەبارەت بە هەلی کار ، هەروەها نابێت ڕۆڵی مامۆستایانیش فەرامۆش بکەین لەم ڕووەوە چونکە کەشێکی وایان دروست کردووە تاکو خوێندکاران بیرۆکەی نوێ بخەنەڕوو،ئەم ئەنجامەش هاوشێوەیە لەگەڵ ئەنجامی توێژینەوەکانی (عباس،2023)و (Ismail,R,et al,2025)کەئاستی بەرگریی دەروونی لای نمونەی هەڵبژێردراویان لەئاستێکی بەرزدابووە، لەکاتێکدا توێژینەوەی (زیزفون،2024) ئاستی بەرگریی دەروونی لای نمونەی توێژینەوەکەی ئاستی مامناوەند بووە .

دووەم : دەستنیشانکردنی ئاستی نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین

بۆزانینی ئاستی نرخاندنی خود لای نمەنەی توێژینەوەکە سوود لەتاقیکردنەوەی (ت)ی بۆ یەک نمونە(One Sample T.Test) وەرگیراوە، وەک لە خشتەی (9) خراوەتەڕوو :

خشتەی (9)ئەنجامی تاقیکردنەوەی (ت) یەک نمونە بۆ زانینی ئاستی نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان

نمونە	ناوەندی ژمێرەیی	لادانی پێوەری	ناوەندی گریمانەیی	بەهای (ت) هەژمارکراو	بەهای (ت) خشتەیی	نمرەی ئازاد	ئاستی بەڵگەداری 0.05
100	183.77	21.99	150	15.353	1.984	99	بەڵگەدارە

ئەنجامی خشتەکەی سەرەوە روونی دەکاتەوە کە خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین ئاستی نرخاندنی خودیان بەرزە، بەبۆچوونی توێژەر دەکرێت هۆکارەکەی بۆ ئەوە بگەڕێتەوە، کە خوێندکاران هەست بە ئاسودەیی و سەربەخۆیی دەکەن لەدەربڕینی بۆچوونەکانیان و ئەنجامدانی ئەو چالاکیانەی کەلەگەڵ ئامانجەکانیاندا یەکدەگرێتەوە و، پێیان وایە ڕەزامەندن و خاوەن کەسێتیەکی بەنرخن و بیرکردنەوەیان سەبارەت داهاتوویان ئەرێنییە، ئەم ئەنجامەش پێچەوانەیە لەگەڵ ئەنجامەکانی هەریەک لە توێژینەوەکانی(Arshad,et al, 2015)و (الصمادي و السعود،2018) و (للباد،2024) کەلەئەنجامەکانیاندا دەرکەوتووە ، ئاستی نرخاندنی خود لای نمونەی توێژینەوەکان لەئاستێکی لاوازدا بووە .

سێیەم: زانینی ئاستی پەیوەندی لەنێوان بەرگری دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین. بە مەبەستی زانینی پەیوەندی بەرگری دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان لە زانکۆی سەلاحەدین، هاوکۆلکەی پەیوەندی(پێرسۆن) بەکارهێنرا، ئەنجامی پەیوەندی نێوانیان بریتییە لە (0.54) و، ئەوەش نیشانی دەدات بەهاکەی ئەرێنییە ، ئەم ئەنجامەش لە خشتەی (10)خراوەتەڕوو.

خشتەی (10)

ئەنجامی هاوکۆلکەی پەیوەندی (پێرسۆن) بۆ زانینی پەیوەندی نێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان

نمونە	گۆڕاو	ناوەندی ژمێرەیی	لادانی پێوەری	پێرسۆن	پەیوەندی
100	بەرگری دەروونی	212.23	22.94	0.54	ڕاستەوانەی مامناوەند
	نرخاندنی خود	183.77	21.99		

بە پێی ئەم ئەنجامە دەرکەوت بەرگری دەروونی و نرخاندنی خود پەیوەندییەکی ڕاستەوانەی مامناوەند هەیە لە نێوانیان بریتییە لە (0.54) ئەمەش بە واتایە دێت بەبەرزبوونەوەی ئاستی بەرگریی دەروونی خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان ئاستی نرخاندنی خودیش بەرز دەبێتەوە بە ڕێژەیەکی مامناوەند، هۆکاری ئەمەش دەکرێت بۆ ئەوە بگەڕێتەوە، کاتێک خوێندکار هەست بە ئاسوودەیی بکات لە بەشەکەیدا و ڕازی بێت لەو بەشەی کە لێی دەخوێنێت ئەمە وا دەکات ڕێخۆشکەر بێت بۆ ئەوەی ئاستی بەرگری دەروونی و نرخاندنی خودیی بەرز ببێتەوە، بەهۆی ئەو کەشە زانستی و کۆمەڵایەتی و متمانە بۆخۆبوونەی کە بۆی ڕەخساوە لەبەشەکەیاندا، ئەم ئەنجامەش هاوشێوەیە لەگەڵ توێژینەوەی (عباس،2023) کەپەیوەندیەکی بەهێز هەیە لەنێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خوددا لای نمونەی توێژینەوەکە.

چوارەم: دەستنیشانکردنی جیاوازی ئاستی بەرگریی دەروونی لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان بەپێی گۆڕاوەکانی (قۆناغی خوێندن: یەکەم، چوارەم) شوێنی نیشتەجێبوون (سەنتەری شار، دەرەوەی شار): بۆ هێنانە دی ئەم ئامانجەش هاوکێشەی (T) بۆ دوو سامپڵ (Independent Sample T-test) بەکارهێنا، ئەنجامەکەشی لەم خشتەیەی خوارەوەدا دەخەینە ڕوو:

خشتەی (11)

ئەنجامی تاقیکردنەوەی دوو نموونەیی بۆ زانینی جیاوازی ئاستی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی (قۆناغی خوێندن – شوێنی نیشتەجێبوون)

تەوەر	گۆڕاوەکان	دابەشکردنی گۆڕاوەکان	ناوەندە ژمێرەیی	لادانی پێوەری	بەهای (T) هەژمارکراو	بەهای (T) خشتەیی	نمرەی ئازادی	ئاستی بەڵگەداری0.05
بەرگریی دەروونی	قۆناغی خوێندن	قۆناغی یەکەم	212.75	23.147	0.223	1.984	98	0.824 **بەڵگەدارنییە**
		قۆناغی چوارەم	211.72	22.958				
	شوێنی نیشتەجێبوون	ناوشاو	210.66	25.246	0.833	1.984	98	0.70 **بەڵگەدارنییە**
		دەرەوەی شار	214.57	19.032				

بەوجۆرەی لە خشـــتەکەدا دەردەکەوێت لە هەردوو گۆڕاوی (قۆناغی خوێندن، شـــوێنی نیشـــتەجێبوون) بەهای (T) هەژمارکراو بچوکترە لە بەهای (T) خشتەیی، ئەمەش مانای وایە جیاوازی نییە لە ئاستی بەرگریی دەروونی لە نێوان خوێندکاراندا بەپێی گۆڕاوە دیمۆگرافییەکان، واتە خوێندکار لە هەر قۆناغێک و هەر شـــوێنێکی نیشـــتەجێبون بێت بەرگریی دەروونی هەیە،چونکە هەمان پێواژۆ و پرۆگرامی خویندن پەیڕەو دەکەن،ئەم ئەنجامە هاوشـــێوەیە لەگەڵ ئەنجامی توێژینەوەکەی (عباس،2024) کە جیاوازی نییە لەنێوان نمونەی توێژینەوەکەی بۆ ئاسـتی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی شوێنی نیشتە جێبوون، بەڵام سەبارەت بە گۆڕاوی ۆناغی خوێندن جیاوازی هەبووە لەنێوان نمونەکەدا بۆ ئاســـتی بەرگری دەروونی و لەبەرژەوەندی قۆناغی کۆتاییدا بووە، و ئەنجامی توێژینەوەکەی ئێســـتا پێچەوانەیە لەگەڵ ئەنجامی توێژینەوەی(Ismail,R,et al,2025)کە جیاوازی هەیە لەنێوان نمونەکەدا بۆ ئاستی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی شـــوێنی نیشـــتەجێبوون و جیاوازیەکەش لەبەرژەوەندی ســـەنتەری شـــاردابووە کە ئاســـتی بەرگریی دەروونیان بەرز بووە .

چوارەم: دەستنیشانکردنی جیاوازی ئاستی نرخاندنی خود لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵان بەپێی گۆڕاوەکانی (قۆناغی خوێندن: یەکەم، چوارەم) شوێنی نیشتەجێبوون (سەنتەری شار، دەرەوەی شار): بۆ هێنانە دی ئەم ئامانجەش هاوکێشـــەی (T) بۆ دوو ســـامپڵ (Independent Sample T-test) بەکارهێنا، ئەنجامەکەشـــی لەم خشـــتەیەی خوارەوەدا دەخەینە ڕوو:

خشتەی (12)

ئەنجامی تاقیکردنەوەی دوو نموونەیی بۆ زانینی ئاستی نرخاندنی خود بەپێی گۆڕاوی (قۆناغی خوێندن – شوێنی نیشتەجێبوون)

تەوەر	گۆڕاوەکان	دابەشکردنی گۆڕاوەکان	ناوەندە ژمێرەیی	لادانی پێوەری	بەهای (T) هەژمارکراو	بەهای (T) خشتەیی	نمرەی ئازادی	ئاستی بەڵگەداری0.05
نرخاندنی خود	قۆناغی خوێندن	قۆناغی یەکەم	181.57	18.243	0.980	1.984	98	0.33 **بەڵگەدارنییە**
		قۆناغی چوارەم	185.88	25.082				
	شوێنی نیشتەجێبوون	ناوشاو	179.45	22.072	2.466	1.984	98	0.01 **بەڵگەدارە**
		دەرەوەی شار	190.25	20.477				

بەوجۆرەی لە خشـــتەکەدا دەردەکەوێت لە هەردوو گۆڕاوی (قۆناغی خوێندن، شـــوێنی نیشـــتەجێبوون) بەهای (T) هەژمارکراو بچوکترە لە بەهای (T) خشـــتەیی، ئەمەش مانای وایە جیاوازی نییە لە ئاســـتی نرخاندنی خود لە نێوان خوێندکاراندا بەپێی گۆڕاوی قۆناغی خوێندن بەلام ســـەبارەت بە گۆڕاوی شـــێنی نیشـــتەجێبوون وەک لەئەنجامی نیو خشـــتەکەی ســـەرەوەدا دەردەکەوێن ئەنجامەکە لەبەرژەوەندی خوێندکارانی دەرەوەی شـــارە، توێژەر پێی وایە ئەوان زیـاتر دەرفەتەکـان لەبەردەمیـانـدا کراوەیەو لەلایەن خێزانەکـانیـانەوە ڕەزامەنـدیـان پێیـدراوە کە لە زانکۆ دوورە دەســـتەکانیش دەتوانن بخوێنن،دەکرێ خوێندکاران ســـەنتەری شـــار بەهۆی دۆخی خراپی ئابوری و هەندێکجار کاریگەری نەریتی کۆمەڵایەتی لەســـەر ڕەگەزی مێینە چانســـی بەش و زانکۆکانی تریان لەبەردەمیاندنا بۆ فەراهەم نەرابیت، ئەوەش کاریگەری دەکاتە ســەرلاوازی خود پێزانین و نرزاندنی خودیان بەبەراورد بە خوێندکارانی دەرەوەی شار کە پیزانین و نرخاندنی خودیان بەهێزە

دەرئەنجام:

1-ئاستی بەرگریی دەروونی لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین بەڵگەدارەو لەئاستێکی بەرزدایە.

2- خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین ئاستی نرخاندنی خودیان لەئاستێکی بەرزدایە.

3- پەیوەندیی هەیە لەنێوان بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود، لای خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین-هەولێر

4-جیاوازی ئاماریی نییە لەنێوان خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین سەبارەت بە ئاستی بەرگریی دەروونی بەپێی گۆڕاوی قۆناغی خوێندن(یەکەم – چوارەم)، شوێنی نیشتەجێبوون(سەنتەری شار- دەرەوەی شار).

5- جیاوازی ئاماریی نییە لەنێوان خوێندکارانی بەشی باخچەی منداڵانی زانکۆی سەلاحەدین سەبارەت بە ئاستی نرخاندنی خود بەپێی گۆڕاوی قۆناغی خوێندن(یەکەم – چوارەم)، بەڵام جیاوازی ئاماری هەیە لەنیوان خوێندکاراندا سەبارەت بە نرخاندنی خود، بەپێی گۆڕاوی شوێنی نیشتەجێبوون(سەنتەری شار- دەرەوەی شار)،جیاوازیەکەش لەبەرژەوەندی خوێندکارانی دەرەوەی شارن.

ڕاسپاردە:

لەژێر ڕۆشنایی دەرئەنجامی توێژینەوەکەدا، توێژەر ئەم ڕاسپاردانەی خوارەوە دەخاتەڕوو:

1- کردنەوە و چالاککردنی ڕۆڵی ڕاوێژکاریی و هۆبە و سەنتەری تایبەت بە ڕێنمایی دەروونیی لەلایەن زانکۆکانی هەرێمی کوردستانەوە، لە ڕێگەی دابینکردنی پسپۆڕیی دەرونیی و پەروەردەییەوە، بە مەبەستی گرنگیدان بە لایەنی دەروونی خوێندکاران.

2-ئەنجامدانی هۆشیاری بۆ ئاگادارکردنەوەی خوێندکاران لەو هۆکارانەی کەدەبنە هۆی بەرز و نزمی ئاستی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خودیان لەسەرجەم زانکۆ و ناوەندەکانی تری خوێندندا.

3-ئەنجامدانی سیمناری زانستی لەلایەن لیژنەی ڕۆشنبیری و زانستی زانکۆکانەوە، بۆ ئاشناکردنی خوێندکاران بەچەمکی بەرگریی دەروونی و نرخاندنی خود، وگرنگییەکانیان و ئەو هۆکارانەی کاریگەرییان هەیە لەسەریان.

4-ستافی زانکۆ هەوڵی پێشکەشکردنی پاڵپشتی کۆمەڵایەتی بە خوێنکارانی قۆناغە جیاوازەکان بدەن، بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی بەرگریی دەروونیی و نرخاندنی خودیان.

5-چالاککردنی ڕۆڵی خزمەتگوزاری دەروونی و پەروەردەیی لەناوەندەکانی تری خوێندندا.

پێشنیار:

لەژێر ڕۆشنایی دەرئەنجامی توێژینەوەکەدا، توێژەر ئەم ڕاسپاردانەی خوارەوە دەخاتەڕوو:

1- بەکارهێنانی پێوەری بەرگریی دەروونی کە توێژەر دروستیکردووە لەلایەنی توێژەرانەوە بۆ نموونەی خوێندکاران لە ئاست و ناوەندەکانی تری خوێندندا.

2- ئەنجامدانی توێژینەوەی هاوشێوە لەلایەن توێژەرانی بواری دەروونی و پەروەردەییەوە .

3-ئەنجامدانی توێژینەوەی بەراوردکاری لەسەر چەمکی بەرگریی دەروونی نرخاندنی خود لەلای خوێندکارە کچەکانی قۆناغی بنەڕەتی و ئامادەیی لەشارە جیاوازەکانی هەرێمی کوردستاندا.

لیستی سەرچاوەکان:

سەرچاوە بە کوردی:

-بۆکانی، سابیر بەکر، (2016) میتۆدی توێژینەوەی زانستی، خانەی چاپ و بڵاوکردنەوەی چوارچرا، سلێمانی.

-قەرەچەتانی، کەریم شەریف (2018)، پێوان وهەڵسەنگاندن لەبواری پەروەردە و دەروونزانی، چاپخانەی زبانی صلح، تەهران_ئێران.

سەرچاوەکان بەعەرەبی:

-إبراهيم، شوقية(1993):الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصةوعلاقتها بتقدير الذات، رسالة ماجستير مودعة بكلية التربية، جامعة الزقازيق.

-إبراهيم، مروان عبدالمجيد(2000): أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان.

-أبو العلا، محمد أشرف أحمد(2010): التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بتقدير الذات والطموح،مجلة دراسات عربية في علم النفس تصدر عن رابطةالاخسائيين النفسين المصرية،المجلد(9)، العدد(2)،ص(339- 398).

-أبو النصر، ناهد محمود محمد(2022):دافعية الإنجاز وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من الطلاب المكفوفين، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية،المؤسسة العربية للتربية والعلوم والاداب ،المجلد6،العدد26،ص(232- 260).

-أبو الوفا،نجلاء أبراهيم(2018)،الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية،اطروحة دكتورا غير منشورة، كلية التربية،جامعة أسوان.

-أبو جادو،صالح(2000):سيكولوجية التنشيئة الاجتماعية،دار المسيرة،عمان،الاردن.

-الأنصاري،خولة جميل(2022): الإفصاح عن الذات علاقته بالمناعة النفسية لدى الطلبة غير الناطقين باللغة العربية بجامعة أم القرى-لمملكة العربية السعودية،المجلد جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية،المجلد15،العدد3،ص(125-145).

-بابكر ، مني حسن(2023): المناعة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من السودانين أثناء حرب، كلية التربية، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية.

-بدرة،حورية(2016):تقدير الذات وعلاقته بالنضا المهني، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 26 ، ص (397-414).

-بطرس، حافض بطرس(2008): التكيف والصحة النفسية للطفل، الطبعة الأولى،دار المسيرة للنشر،عمان.

-البطش، محمد وليد وفريد كامل أبوزينة (2007): مناهج البحث العلمي: تصميم البحث والتحليل الاحصائي، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.

-بن فرحات،امنة، وفاء حمودة(2017): علاقة تقدير الذات بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي-دراسة ميدانية بجامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي،رسالة الماستر غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الشهيد حمة لخضر -الوادي.

-الجزار ،رانيا خميس (2019):المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء والأخلاقي والأدا الأكاديمي(دراسة وصفية- كلينيكية)،اطروحة دكتورا غير منشورة، كلية البنات للدراسات والعلوم والتربية،جامعة عين الشمس.

-جمال،شفيق(1997): تباين مستويات الشعور بالوحدة النفسية لدى المرتهقين من الجنسين ومدى قدرتها التنبؤية ببعض متغيرات الشخصية،مجلة علوم وفنون دراسات وبحوث ،مجلد (9)، العدد(4)،ص(108-129).

-خان ،هەناو حسن محمد (2020) : المناعة النفسية وعلالاقتها بالمساندة الألأجتماعية ورضا الحياة لدى خريجي الجامعة في مدينة السليمانية، گۆڤارى كوردستانى بۆلێكۆڵينەوەى ستراتيجيى، (127-151).

-الذوكاري، نجاة علي المقطوف و عزيزة محمد ضو ابراهيم(2023): المناعة النفسية ودورها في استمرار الاتزان النفسي دلى الفرد، مجلة الليبية لعلوم التربية، العدد الثاني والعشرون،ص(25-39).

-الزبيني، دلال نواف عويش (2023): تقدير الذات وعلاقته بالطمأنية النفسية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمحافظة حفر الباطن، رسالة ماجستير غير المنشورة، كلية التربية بالغردفة، مجلة التربوية،المجلد(6)،العدد(2)، ص(23- 59).

-الزعبي،أزم.(2011): التوجية والإرشاد والنفسي والدرسي ،دار الفكر. ديمشق.

-زكي، اسامة سيد محمد(2023): التفكير التفكير التأملي وعلاقته الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ومجلة كليى التربية، الجزء الثالث، العدد أبريل،ص228-259.

- زيزفون،عبير (2024): المناعة النفسية في ضوء بعض المتغيرات(دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية تربية الرياضية في جامعة تشرين)، مجلة جامعة تشرين والأداب والعلوم الإنسانية، المجلد46،العدد(1).

-سليمان ، عبدالرحمن سيد (1992): بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب العدد الرابع والعشرون، السنة السادسة، ص(88- 103).

-شاهين، إيمان فوزي، و منيب، تهاني محمد عثمان(2003): تقدير الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية، جامعة عين الشمس،المجلد(27)،العدد(4) ،ص(341- 392).

-شاهين، سارة محمد سيد (2023): علاقة المناعة النفسية بقلق المستقبل وإدارة الذات لدى طالبات الجامعة،المجلة المصرية للدراسات النفسية ،العدد119، المجلد(33)،ص(175-220).

-الشريف،رولا رمضان محمد،(2014): فعالية برنامج إرشادي لتدعيم نظام المناعة النفسية ةحفض إضطرابات مابعد الصدمة لدى مراهقي الأسر المتضررة بالعدوان الأخير على غززة،رسالة الماجستير غير المنشورة، كلية التربية،جامعة الإسلامية -غزة.

-صرداوي،نزيم(2011): دافع الإنجاز وتقدير الذات وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، مجلة دراسات نفسية والتربوية، العدد(6)، ص(300- 345).

-الصمادي، منال عثمان،لبنى عبدالرحمن السعود (2018): تقدير الذات وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية الاميرة عالية الجامعية،مجلة كلية التربية-جامعة عين شمس، العدد الثاني والاربعون، المجلد الثاني،ص(247- 290).

-طة،فاطمة عبدالخالق محمد(2022): المناعة النفسية وعلاقتها بالتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي،اطروحة دكتوراه غير منشورة،دراسات تربوية واجتماعية،مجلة دورية محكمة عن كلية التربية ،جامعة حلوان،المجلد الثامن والعشرون.

-عبد الرحمن, غسان, ويلج(2005): اساسيات علم المناعة, مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية, جامعة حلب.

-عباس، زينب فاضل(2023): المناعة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات وبمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الأعدادية، مجلة علمية محكمة تصدر عن كلية التربية للبنات،العدد العشرون، الجزء3،ص103- 124).

-العزاوي، سامي مهدي ، وفاء قيس كريم (2012):التفاعل الاجتماعي لدى اطفال الرياض من الامهات العاملات وغير العاملات، بحث منشور ،مجلة الفتح،العدد الخمسون، ص(47- 67).

-فريدة،سهل(2009): أثر التوجية الدرسي على الدافعية للإنجاز وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية،جامعة الجزائر.

-قاسم،محمد سرحان علي،(2021): تقدير الذات لدى طلبة القران الكريم والعلوم الإسلامية وعلاقته بالتحصيل الإكاديمي،مجلة العلوم التربوية،العدد18، ص(54-83).

-كفافي، علاء الدين(1979): تقدير الذات في علاقته بالتنشيئة الولدية والأمن النفسي- دراسة في علية تقدير الذات،المجلة العربية للعلوم الانسانية، حصل على دكتوراه الفلسفة في التربية(صحة النفسية)،من جامعة الأزهر، جامعة قطر،ص(100- 128).

- مجلي، شايع عبداللة(2013): تقدير الذات وعلاقته بالسلوك والعدواني لدى طلبة الصف الثامن من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة صعدة، مجلة جامعة دمشق، المجلد(29)، العدد(1)،ص(59-104).

-محمد، علا عبد الرحمن علي (2014):أساليب التفكير وعلاقته بتقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طالبات رياض الأطفال بالجامعة، العلوم التربوية، العدد الرابع.

-محمد،سالم ناجح سليمان(2010): الأمن النفسي والتقدير الذات في علاقتهما ببعض الاتجاهات التعصبية لدى الشباب الجامعي، رسالة الماجستير غير منشورة، كلية الاداب، جامعة الزقازيق.

-محمد،سالم ناجح سليمان(2010): الأمن النفسي والتقدير الذات في علاقتهما ببعض الاتجاهات التعصبية لدى الشباب الجامعي، رسالة الماجستير غير منشورة، كلية الاداب، جامعة الزقازيق.

-مرسي،كمال ابراهيم(2000): السعادة وتنمية الصحة النفسية،دار النشر للجامعة،القاهرة.

-النادي،هبة فتحي(2022): دور المناعة النفسية والمساندة الإجتماعية في خفض الإنهاك النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة في ضوء جائحة فيروس كورونا المستجد كوفيد19،مجلة الخدمة النفسية،العدد الخامس عشر، ص(1-35).

-نادية، قريد(2015): تقدير الذات لدى المراهقين الأيتام-دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ الأيتام المتمدرسين ببعض ثانويات مدينة تقرت، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانيمولود ة والإجتماعية ،جامعة قاصدي مرباح-ورقلة.

- للباد،عبداللة المختار المبروك(2020) تقدير الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة بمدينة الأصابعة، مجلة العلوم التربوية كلية التربية، الجامعة الأسمرية الإسلامية،المجلد(5)،العدد(1)،ص330-357).

-ليلى، بابكر عمر (2021):المناعة النفسية لدى طالبات كلية التربية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي، مجلة كلية التربية، مجلد(37)،العدد(7) ،ص(61-101.

سەرچاوەکان بە ئینگلیزی:

-Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. Journal of Psychology Kasem Bandit University, 3 (3), 52-61

-Gupta, T& Nebhinani, N.(2020). Building Psychological Immunity in Children and Adolescents, J. Indian Assoc. Child Adolesc. Ment. Health 2;16(2):1-12

-Hassan, A.(2021).A causal model of the mutual relationships between academic Bullying,Suicidal thinking, and psychological immunity among university students.Turkish Journal of computer and mathematics education,12(3),4298-4309.

-Kagan, H (2006.)the psychological immune system anew look at protection and survival, Auther house.

-Marzieh, A, (2005): Identifying Streesors And non- Gifted Students International Education.Journal of (2),136-140.

-Naderi, H., Abdulla, R., Aizan, H., & Sharir, J.)2009(. Self-esteem, gender and academic achievement of undergraduate students. American Journal of Scientific Research, (3), 26–37.

-Olah, A. (2000): Health protective and Health Promoting resources in personality, A framework for the measurement of the psychological Immune system, positive psychology meeting in Budapest. April 14-15. quality of life research center: Budapest, Hungary University.

-Olah, A. (2002): Positive traits: Flow and Psychological Immunity, Paper presented at the first International positive Psychological Summit, 3-6 October, Washington D. C.

-Olah, A. (2004): Goal Directedness in Relation to life satisfaction psychological Immune System and Depression in First, First-Semester University students.

-Olah, A. (2004): Psychological Immunity: A new concept in coping with stress, Applied Psychology in Hungary, 56, 149-189.

-Olah, A. (2005): Anxiety, coping, and flow. Empirical Studies in interactional perspective, Budapest: Treffort press.

-Olah, A. (2006): Social context of the Healthy personality development and psychological Immunity: a longitudinal approach, Journal of personality and social psychology. Vol. (5), N. (4), 615-643.

-Olah, A., Nagy, H., Kinga, G. (2010): Life expectancy and psychological Immune competence in different cultures, Empirical text and culture research 4, 102-108.

-Olah, A. & et.al. (2006): Smoking and education: Do psychosocial variables explain the relationship between education and smoking behavior, Nicotine & tobacco research volume 8, Number 4, 565-573.

-Wilson, T., & Gilbert, D., (2005). Affective Forecasting Knowing what to want. American Psychological Society, 14(3), 131-134.

المناعة النفسية وعلاقته باالتقدير الذات لدى طالبات قسم رياض الأطفال في الجامعة صلاح الدين

مهرەبان حسين سالح
قسم رياض الاطفال،كلية تربية شهرزور ، جامعة حلبجة، حلبجة،أقليم كوردستان، العراق.
mihraban.salih@uoh.edu.iq
نيان نامق سابر
قسم رياض الاطفال، كلية تربية الاساسية، جامعةالسليمانية، السليمانية،أقليم كوردستان، العراق
nian.sabir@univsul.edu.iq

الملخص

يهدف البحث إلى معرفة:

المناعة النفسية وتقدير الذات لدى طالبات قسم رياض الأطفال، والعلاقة بين المناعة النفسية وتقدير الذات لدى الطالبات، والفروق في مستويات المناعة النفسية وتقدير الذات لدى الطالبات وفقًا لمتغيري المرحلة الدراسي(الأول والرابع)، ومكان السكن(مركز المدينة –خارج المدينة)، قام الباحث ببناء مقياس المناعة النفسية، مستندًا إلى نظرية أولا(Olah) وبعض الأدبيات ، مع مقياس للتقدير الذاتي أعدته الباحثة، تكونت عينة البحث من (100) الطالبات، وتم استخدام الأدوات الإحصائية (اختبار T–test) لعينة واحدة وعينتين، معامل ارتباط (بيرسون)، ومعامل (K^2)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المناعة النفسية وتقدير الذات لدى الطالبات مرتفع، وأن هناك علاقة بين المناعة النفسية وتقدير الذات لدى الطالبات، وأنه لا يوجد فرق إحصائي في مستوى المناعة النفسية وفقًا لمتغيري المرحلة الدراسة و مكان السكن. ولا يوجد فرق بين الطالبات وفقًا لمتغير المرحلة الدراسة بتقدير الذات ولكن هناك فرق إحصائي بين طالبات حسب مكان السكن، والفرق لصالح طالبات من خارج المدينة، في نهاية البحث، عُرضت مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحيية:المناعة النفسية، التقدير الذات، رياض الأطفال، جامعة صلاح الدين.

Psychological Immunity and its Relationship with Self- Esteem among Kindergarten Students of Salahadin University

Mihraban Hussein Saleh
Department of kindergarten, College of Education Sharazoor, University of Halabja, Halabja, Kurdistan Region, Iraq
mihraban.salih@uoh.edu.iq
Nian Namiq Sabr
Department of kindergarten, College of Basic Education, University of Sulaimani, Sulaimani, Kurdistan Region, Iraq.
nian.sabir@univsul.edu.iq

Abstract:
The aim of this study is to find out:
Level of Psychological immunity and self-esteem among kindergarten students and the relationship between Psychological immunity and self-esteem among students and differences in level of Psychological immunity and self-esteem among students according to(first and fourth) grade and place of residence(city center - outside the city) , The research tool consists of a measure of psychological immunity based on the theory (Olah) and several other literatures created with the measure of self-esteem that the researcher has made material The sample of the research is (100) students, The data collected by the (t.test) for one sample and two samples, and the (X^2) test, Pearson correlation , The results of the study include the level of Psychological immunity and self-esteem among students is highly , and there is a relationship between Psychological immunity and self-esteem, There is no statistically significant difference between the students regarding the level of psychological immunity based on the study level and place of residence, There is no difference among students according to the variable of study level Regarding self-esteem, but there is a difference among students on their place of residence, with the difference favoring students from outside the city, "At the end of the research, several recommendations and suggestions were presented.

Keywords: psychological immunity, self-esteem, kindergartens, Salahuddin University.