**حکومەتی هەرێمی کوردستان –عێراق**

**وەزارەتی خوێندنی باڵا و توێژینەوەی زانسی**

**زانکۆی سەلاحەدین-هەولێر**

**کۆلێژی ئاداب \_بەشی دەروونزانی /ئێواران**

**پڕۆژەی دەرچوون**

**(بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی و پەیوەندی بە**

**بەختەوەری لەلای هاوسەران)**

پێشکەشە بە ئەنجومەنی بەشی دەروونزانی، وەک بەشێک لە پێداویستییەکانی دەرچوون و بەدەستهێنانی بڕوانامەی بەکالۆریۆس

**توێژەر:**

**گوڵخاتر احمەد ڕەشید**

**بە سەرپەرشتی:**

**م.ئاری ئەنوەر**

٢٠٢٢-٢٠٢٣

پێشکەشە بە :

-ئەندامانی خێزانەکەم.

-مامۆستای سەرپەرشتیار (م.ئاری ئەنوەر)

-سەرۆکایەتی بەشی دەروونزانی دکتۆر و مامۆستاو قوتابی و فەرمانبەرانی.

-هاورێ ئازیزەکانم لەناو زانکۆ و دەرەوەی زانکۆ.

-هەموو ئەوکەسانەی گرنگی بە زانست و توێژینەوە دەدەن.

سوپاس و پێزانین:

سوپاسی هەموو ئەو کەسانە دەکەم کە یارمەتی دەرم بوون لە ئەنجامدانی توێژینەوەکەم

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ژ | ناوەرۆک | لاپەرە |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

پاشکۆکان

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ژ | ناونیشانی خشتەکان | لا |
|  | زانینی ئاستی بەختەوەری |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

بەشی یەکەم

چوارچێوەی گشتی توێژینەوە

١-کێشەی توێژینەوە.

٢- گرنگی توێژینەوە.

٣- ئامانجی توێژینەوە.

٤- سنوری توێژینەوە.

٥- دەست نیشانکردنی زاراوەکان.

کێشەی توێژینەوە:

هەرتاکێک کەدێتە ئەو جیهانەوە لە ناو خێزان کۆمەڵگا و دەوڵەت..پێگەیەکی دەبێت ئەو پێگەێەش لەگەڵ گەورەبوونی دا گۆڕانکاری بەسەردادیت و لەبازنەی خۆیدا نامێنێتەوە، لەگەڵیشی دا داواکاریەکان وچاوەڕوانیەکان بەرامبەری لەگۆڕاندا دەبێت و زیاتر دەبێت ،هەروەها خۆشی پێداویستی و تواناو حەزەکانی دەگۆرێت و زیاتر دەبێت واتا بەرپرسیارەتیەکەی چ بەرامبەر بەخۆیی چ بەرامبە بە دەوروبەرەکەی سەرهەڵدەدات ،ئەو بەرپرسیاریەتیەش زۆر لایەن دەگرێتەوە وەک: ئابووری و کۆمەڵایەتی و پەروەردەی و ئایینی ..لێرەدا مرۆڤ ڕووبەڕووی چەند پرسیارێک دەبێتەوە، بۆ دەبێت ئەو بەرپرسیارەتیە هەڵگرم ؟یان ئەی ئەوانیتر یا بەرامبەرەکەم چ بەرپرسیارەتیەکی لە ئەستۆدایە؟ و جۆن ئەنجامی بدەم؟!

هەر تاکێک لە ئێمەش بە پێـــــــی بیرو بۆچوون توانا و پێوانەی خۆی ئەنجامی دەدات یاخوود نا، ئەمەش بۆ گەیشتن یان تێرکردنی ئەو پێداویستیانەی هەمانە و هەستکردن بەو ئاسودەی و ئارامیە و بەختەوەریەیە، بەڵام لێرەدا کەسایەتی جیاوازو بەرودۆخی جیاواز دێتە بابەتەکەوە جا خودی بێت یان دەرەکی، بەختەوەر بوونیش لای هەریەکێکمان دەکرێت لەچەند شتێکدا کۆی بکەینەوە یەکێ لەخوودا ناسی یەکیتر سامان یان مندال یان هاوسەرەکەی..هتد

لێرەدا ئەوەی روونە ئامانجی هەریەکەمانە ئەويش گەیشتنە بە بەختەوەری ، بەڵام کەسەیرەکەین تەنها خۆمان نین کەسانی تریش هەن و بۆئەمەش چەندین ئەرک ئەنجام دەدەن و خۆیان بە بەرپرسیار دەزانن و لەبەرامبەریش داوایی هەڵگرتنی بەرپرسیارەتی دەکەن. لەو حالەتە پرسیار گەڵێک دێتە ئاراوە ! . بەرپرسیارەتی چ پەیوەندیەکی بە بەختەوەرییەوە هەیە؟ یان بەرپرسیارەتی بەرامبەر ئەونیتر(خێزان، هاوسەر) چۆن کار لە بەختەوەریمان یان بەختەوەری (خێزان،هاوسەر)مان دەکات ؟

گرنگی توێژینەوە:

ئەوەی ئێستا لە کۆمەڵگەی تێبینی دەکرێت هاوسەران چ پیاو چ ژن تێکەڵاویەک دەکەن لەنێوان ئەنجاامدانی ئەرکەکانیان بەرامبەر یەکتر لەگەل هەڵگرتنی بەرپرسیارەتی یەکتر هەمیشە ئەو تێکەڵاویە بۆتە کێشە نەک تەنها لەنێوان هاوسەرەکان بەڵکو لەناوی خودی دایک و باوکیش بەرامبەر مندالەکانیان ،جائەو بەرپرسسیاریەتە بۆ هەردوو لا وەک یەکە لەوانەیە هەندێک جار هی پیاو زیاتر بێت و هەندێک جار هی ژن بەڵام دەبێت هاوسەرگیری لەم بنچینەی تیاادا بێت تاکو سەرکەوتوو بێت و بەختەوەری بهێنی. (موحەمەد،٢٠٢٠،لا ١٢٦)،لێرەدا دەتوانین گرنگی توێژینەوەکە لە هەنگاونان بۆ بەختەوەری خێزان و ئەو ئەو هۆکارانەی کاردەکەنە سەر بەختەوەربوونی تا بتوانرێت بەدەست بێنرێت و کاریگەری لەسەر بەردەوام بوونی ژیانی پێکەوەی و نەهێشتنی ئاستەنگەکانی یان کورتکردنەوەی ڕێگاکانی بەختەوەربوون و تێگەشتن لەوەی کە ئایە هەر تاکێک بەرپرسە لە بەختەوەر خۆی یان هەریەکەیان بەرپرسن لەبەختەوەر بوونی ئەوەی تر؟ چونکە تا ڕێگاکانی گەیشتن بەئامانج زیاتر بێت کەسایەتیە جیاوازەکانیش دەتوانن ئاسانتر پيی بگەن بەهۆی هەبوونی ڕێگەیک لەگەڵیان گونجاوترە یان بۆیان کورتترە .

ئامانجی توێژینەوە:

١-زانینی ئاستی بەرپرسیارەتی لای نمونەی توێژینەوە .

٢-زانینی ئاستی بەختەوەری لای نمونەی توێژینەوە .

٣-زانینی ئاستی پەیوەندی نیوانه هەردوو گۆراوی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی و بەختەوەری .

٤-دۆزینەوە ئاستی جیاوازی هەردووگۆراوەکە بە پئی جیاوازی ڕەگەزی لای نمونەی توێژینەوە.

سنوری توێژینەوە:

ئەم توێژینەوەیە ئەو سنورانە لەخۆ دەگرێت:-

١-سنوری مرۆی: هاوسەرانی شاری هەولێر .

٢-سنوری کاتی:ساڵی٢٠٢٢-٢٠٢٣ زاینی .

٣-سنوری جوگرافی:شاری هەوڵێر .

دەستنیشانکردنی زاراوەکان:

یەکەم: بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی

بەرپرسیارەتی وەک چەمک پێناسە ولایەنی زۆری بۆدیاری کراوە ولەگۆشە نیگای جۆراو جۆرەوە خوێندراوەتەوە، بەرپرسیارەتی خەسڵەتێکەبۆ مرۆڤەکانیان و کردارەکانیان ،کەسێکی بەرپرسە یاخود لە پەیوەندیکی بەرپرسسیارانەییە واتا ئاماژەیە بۆ ئەرێنی بوونی کەسەکە و کردەرەکانی دەکەین، بەرپرسیارەتی لێرەدا وەک کردەیەکی کەسی دەبینرێت بەشێوەیەک دەتواننرێت بە وەفاداری کەسێک لە پابەندیدا بناسێنریت کە ئەو کەسە ئاکامی هەڵسوکەوتی خۆی دەگرێتە ئەستۆ.

١-بەرپرسیارەتی تاکە کەسیە بەرامبەر بە کۆمەڵە و بەرامبەر بەخۆی و بەرامبەر بەخودا،وە هەستکردنە بەبەرپرسیارەتی و تواناو هەڵگرتنی و ئەنجامدانی(المدمنی ،2017 )

٢-هەستکردنی تاکە کەسە بە ئەرکە کۆمەڵاتیەکانی بەرامبەر خۆی وهاوەڵانی و هاو کۆمەڵگاکانیان(سەعید،٢٠٢١ ،ل٣٥ )

دەتوانین بڵێن بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی:

هەستکردنی مرۆڤە بەرامبەر بەخۆی و ئەوانیتر و گۆرینی بۆ کردار یان ووتن لەکات شوێنی پێوستدا هەبوونی توانایی ئەنجامدانی.

دووەم :بەختەوەری

* شێوازی بیرکردنەوەی مرۆڤ پەیوەندی بە ڕەفتارەکانی و پێشبینیەکانی تاک هەیە بۆ ڕوداوەکان، بۆیە بەشیکل لە توێژەران باوەڕیان وایە پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆ هەیە لەنێوان بیرکردنەوەی ئەرێنی بەختەوەری تاک بۆ ژیان (عزیز ،٢٠٢٠،لا ٥٣)
* دەرونزانی کۆمەڵایەتی کاتێک چەمکی بەختەوەری شیدەکاتەوە جیای دەکاتەوە لە مورادفاتی پێکەنین وزەردەخەنە و گاڵتەو گەپ بەلکو بریتییە لە گونجان و باوەڕبەخۆبوون وقەناعەت هێنان بەو ژیانانەی هەلیبژاردووە و یەکێک لە خەوە بەردەوامەکانی مێشکی بووە (حەمە،٢٠٠٠٤،لا ٦٠)

-بوزا: دەڵێت بەختەوەری لەسەر ڕێگا درووستدەکرێت نەک دوای گەشتن(ئیسماعیل،٢٠١٧ ،بەختەوەری ئامانج نییە بەڵکو خودی ڕێگایە) پێناسەی تر"بنوسە

-بەختەوەری واتا و ناوێکی دیکەی تێگەیشتن و وابەستە بوون وپێکەوە گونجانە(ئۆغلۆو ،٢٠١٥،لا ٥٩)

-کاتێک خۆت ناسی دەتوانیت بۆ هەرشوێنێک بچیت بەختەوەربیت.

بەشی دووەم

تەوەرەی یەکەم: (چوارچێوەی تیۆری)

تەوەرەی دووەم: (توێژینەوەکانی پێشوو)

تەوەری یەکەم:(چوارچێوەی تیۆری)

بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی:-

بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی هەرچەندە پێکهاتەیەکی خودیە لەسەربنەمای ویژدان گەشەدەکات، وەک -چاودێرێکی ناوخۆی- بەڵام لەگەشەکردنیدا بەرهەمێکی کۆمەڵایەتیە و کە فێردەبێت و بەدەست دەهێنرێت ، وەپڕۆسەی فێربوونی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی لەوکاتەوە دەست پێدەکات کە گەنج تێدەگات ودایباب بەرپرسیارەتی چاودێری کردنی لەئەستۆدایە. بەرپرسیارەتی گەشە دەکات پلە بە پلە لەڕێگەی پەروەردەکردنی و پەرەپێدانی..

ئێمە درک بەوە دەکەین کە پەروەردە گرنگترین هۆکارە کە لە ڕێگایەوە دەتوانین گەشەی بەرپرسیارەتی بەرەو پێش ببەین لەگەل توخم پێکهێنەرەکانی تری کەسایەتی، ئەوەی کە منداڵ لە خێزان و قوتابخانە فێردەبێت ڕەگ و ڕیشەی لەکەسایەتی بێرکردنەوەیدا جێگیر دەبێت ، دەتوانین بڵێن هەموو جۆرەکانی ڕەفتار و پابەندبوونی بەرپرسیارەتی بە ڕێکەوت نییە بەڵکو بەهۆی ئەوەی کە تاکە کەس چییەو لەڕووی پەروەردەکردن و ویژدان و ڕەوشتی و ڕەفتاریەوە لەخێزان و کۆمەڵگە دا، ئەگەرچی هەندێک بە بەرپرسیارەتی تەواوەتی بەشدارە ئەوانی دیکەش ناتوانن تەنانەت بەرپرسیارەتی خۆشی هەڵبگرێت، ئەوەش دەگەڕێتەوە بۆ تواناکانی و ئەو هەست و سۆزە دەروونی ئەخلاقیانەی کە ئەو ڕەفتارە دەردەخات(فخری،٢٠٠٦ )

پێکهێنەرەکانی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی:-

دیارکردنی ڕەگەزو پێکهێنەرە بنیاغە یەکانی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی تاکە کەس، شێوازی جۆراو جۆری لەخۆگرتووە و تاڕادەیەک وابەستەی دیدو تێڕوانینی توێژەرەکانە، کە ئاماژە بە سێ ڕەگەز کراوە (بایەخپێدان-تێگەیشتن-بەشداریکردن) کراوە کە هەریەکەیان پەرە بەوەیتر دەدات و پاڵپشتی دەکات:-

١-بایەخپێدان: مەبەست بە وابەستەی و سۆزداریانەیە لەگەڵ ئەو کۆمەڵەی وابەستەیی بۆیان هەیە، جا بچوک یاخود گەورە ئەو وابەستەییەی تێکەڵ بە موکڕبوون بۆ بەردەوامی پێشکەوتن و یەکانگیری و بەئامانج گەیشتن، هەروەها ترس لەوەی دووچاری دۆخێک بێت، کە لاوازی بکات یەخود لەبەریەکی هەڵوەشێنیێت .

٢-تێگەیشتن: دوولایەنی هەیە یەکەمیان تێگەیشتنی تاکەکەسە بۆ کۆمەڵ،دووەم تێگەیشتی تاکە کەسە بۆ مەبەست و ئاماژە کۆمەڵایەتییەکانی ئەکار و کردەوانەی ئەنجامیان دەدات. کە یەکەم تێگەیشتنە لە دۆخی ئێستایی کۆمەڵەکەی،وە تێگەیشتنە دامەزراو و ڕێخراو و بەهاو نەریت و دۆخی ڕۆشنبیری و مێژووەکەی

وە دووەمیش درککردنی تاکە کەسە بۆ شوێنەواری کرداری و هەڵسوکەوت وبڕیارەکانی لەسەر کۆمەڵ ، واتا بەهای کۆمەڵایەتی هەر کار و هەڵسوکەوتێکی کۆمەڵایەتی خۆی تێدەگات .

٣-بەشداریکردن: مەبەست لەبەشداری تاکە کەس لەگەڵ ئەوانیتر لە کارێک کە وادەکات بەیەخپێدان هەبێت، بەشداری تێرکردنی پێداویستیەکانی کۆمەڵن.

یاخود لە تێروانینێکی ترەوە چوار بونیادی(تواناسازی-بەشداریکردن-ئاسایش-دادگەری) دیاریکراوە:-

* تواناسازی: واتا فراوانکردنی توانستەکانی تاکە کەس و زۆرکردنی بژاردەکان ، پاشان پێدانی زیاتری ئازادی، چونکە بەرپرسیارەتی لەگەڵ ناچارکردن و زۆرداری کۆنابێتەوە .
* بەشداریکردن: بەشداری لەمیانەی ڕۆشنبیری کۆمەڵگە دادەمەزرێت، کە ژێرخان بۆ بەهاکان بونیاد دەنێت، تاوەکو لە ڕێگەیەوە هاوڕێکی لە پشبینی و تێڕوانینە هاوبەرامبەرەکانی سەبارەت بە ڕێکخستنەکان ڕۆڵ و بەرپرسیارەتی بەدیدەهێنێت.
* ئاسایش: لەبەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی خۆگونجێنی لەگەڵ پابەندیە ئاکاری و کۆمەڵایەتییەکان دەخوازێت لە چێوەیەک کە مرۆڤەکانیتر بوونیان هەیە. بە بەزاندنی ئەم پابەندییانە دەبێتە مایەی لەرزۆکبوونی ئاسایش، کە وەک بەربەستێک بۆ دامەزراندنی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی دادەنرێت و دووچاری تەنگەژەی دەکات، لەبەرئەوەی ئاسایش بزوێنەری بنەرەتی بەخشین و پەرەسەندنە.
* دادگەری: بەدەستهێنانی دادوەرییە لە توانستە بنەڕەتیەکان و لەچوارچێوەی هەلی (خوێندن ، تەندروستی..هتد) هەروەها مانای دابەشکردنی دادگەرییانەی سەرچاوەکانە، کەدەبێتە مایەی یەکسانی نێوان مرۆڤەکان.(سەعید،٢٠٢١،لا ٤٦)

تیۆری بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی**:-**

**تیۆری ڕۆڵ**:-تیۆری ڕۆڵ یەکێکە لە گرنگترین تیۆرەکانی پەیوەست بەکاری کۆمەڵایەتی و بەشێوەیەکی گشتی و خزمەتکردنی تاک، بەتایبەتی کارلێکی تاک لەگەڵ ژینگەی کۆمەڵایەتی وئەوانیتر ڕوون دەکاتەوە هەروەها کارکردن لە شیکردنەوەی ئەو کارلێکانە، تیۆری ڕۆڵ تیشک دەخاتە سەر لێکۆلینەوە بابەتگەڵێکی جۆراو جۆر وەک ڕۆڵی تاک، کۆمەڵایەتی بوون کێشەکانی ،پێداویستیەکانی ڕۆڵ و بەرپرسیارەتەکان.

**تیۆری ولیام گلاسەر**:-

ولیام گلاسەر تێڕوانینێکی ئەرێنی بۆ مرۆڤ هەیە،کە بەرپرسیارەتی ڕەفتاری بەرامبەر خەڵک و هەڵچوونەکانی دەخاتە ئەستۆی خۆی.مرۆڤەکان هێزی تەندروستی وگەشەیان هەیە، لە بنەڕەتدا وادەبینن کە دڵخۆشن ناسنامەی سەرکەوتن

بەدەست دەهێنن و خاوەنی بەرپرسیارەتی و پەیوەندییە کەسیەکانن .

**کورتەیەک لەسەر بەختەوەری:-**

سیگمۆند فرۆید دووای چل ساڵ توێژینەوە لە ئەقڵی مرۆڤدا –

کارکردن لەگەڵ هەزاران کەس، چاودێری کردنی و وردبوونەوە لە هەزاران ئەقلی شێواو- گەیشتە ئەو دەرەنجامەی کە بەختەوەری خەیاڵ و چیرۆکی هەڵبەستراوە: مرۆڤ ناتوانێت بەختەوەر بێت. لەباشترین حاڵدا، ئێمە دەتوانین بەدبەختی کەمێک کەمتر بکەینەوە، هەرئەوەند. (ئۆشۆ،٢٠٢٠،لا ٥)

بەڵام کاتێک تۆ ئاگاییت هەیە، تەنها دوو بژاردە لە ئارادان: یان ئەوەی بتوانیت ببیتە کەسێکی بەختەوەر یان ئەوەی ببیتە کەسێکی بەدبەخت. ئەوەدەکەوێتە سەرخۆت و بژاردەی خۆتە، زۆربەسادەیی بڵێم درەختەکان بەختەوەرن لەبەرئەوەی ناتوانن بەدبەخت بن. بەختەوەری درەختەکان ئازادییان نییە؛ ئەوان ناچارن بەختەوەر بن.ئەوان نازانن چۆن بەدبەخت بن؛ بۆ ئەوان هیچ بژاردەیەک لە ئارادا نییە.

مرۆڤ دەتوانێت بەڕادەیەکی زۆربەختەوەربێت و بەڕادەیەکی زۆریش بەدبەخت بێت.لەم دۆخەدا مرۆڤ ئازادە لە هەڵبژاردنی هەرکامیان، ئەم ئازادییە پڕە لەمەترسی؛ ئەم ئازادییە زۆر ترسناکە، لەبەر ئەوەی تۆ دەبیە کەسێکی بەرپرسیار.

بەختەوەری کاتێک دەبێت کە تۆ لەگەڵ ژیانی خۆتدا گونجاوبیت، کاتێک تۆ تەواو هاارمۆنیانە گونجابیت لەگەڵ ئەوەی هەر شتێک کە دەیکەیت بۆ شادی خۆت دەیکەیت(ئۆشۆ،٢٠٢٠،لا ٧)

ئێمە سەرنجمان خراوەتە سەر چەند سەرقاڵی و وەسوەسەیەکی ناسروشتی؛پارە،شکۆ،دەسەڵات.

گوێگرتن لە باڵندە پارەت پێ نابەخشێت . تەماشاکردنی پەپوولە لە ڕووی ئابوری و سیاسی و کۆمەڵایەتیەوە هاوکاریت ناکات، ئەم شتانە مایەی قازانج نین بەڵام ئەمشتانە بەختەوەرت دەکەن.

مرۆڤی ڕاستەقینە ئەو ئازایەتییە دەداتە بەرخۆی کە لەگەڵ ئەو شتانەی بەختەوەری دەکەن خۆی بگونجێنێت.

لێرەدا دەتوانین بڵێن: تەنها یەک کەس هەیە کە بەدڵنیاییەوە بتوانیت بەو کەسە بڵێت چی بەختەوەری دەکات، ئەویش خۆیەتی.(هۆبارد ،٢٠١٩،لا ١٠٢)

**تەوەرەی یەکەم(چوارچێوەی تیۆری)**

تیۆری بەختەوەری:-

تیۆری ڤینهۆڤنVeenhoven ساڵی(٢٠٠١ز)

ڤینهۆڤن دەڵێت سێ جۆر بەختەوەری هەیە کە ئەمانەن:-

١-بەختەوەری کەسی(الذاتية):کە ئەو تێڕوانینانەی تاکەکانە و هەڵسەنگاندنیان بۆ ژیانیان لە ڕووی ڕەفتاری،هەڵچوونی،ئەرک، یان لەڕووی دەروونی کۆمەڵایەتی،کە ڕەهەندی پێویستن لە درووستی دەروونی و بەختەوەری دەروونی.

٢-بەختەوەری دەروونی: ئەوەش لە بەختەوەری خودی(الذاتيه) جیادەکرێتەوە بەزیادبوونی هۆگری و پەیوەستی بە ئەرێنی و دروستی دەروونی باش.

٣-بەختەوەری بابەتی: ئەمەش بەختەوەری (مادي) بەرجەستەیی و تەندروستی و گەشەو چالاکی و بەختەوەری کۆمەڵایەتی و هەڵچونی لەخۆ دەگرێت .

**تیۆری بەختەوەری ڕاستەقینەAuthentic happiness :-**

ئەم تیۆرە لەلایەن مارتن سلێگمان (seligmen ) ئامادە کراوە، شیکاری زانستی بۆ بەختەوەری زانیووە.بەپێی ئەم تیۆرە بەختەوەری بەسەر سێ پێکهاتەی سەرەکی دابەش کردووە ئەمانەن:

١-ژیانێکی خۆش و چێژ بەخشThe pleasant life :

ئەم ژیانە هەوڵدانی ئەرێنی لەخۆدەگرێت سەبارەت بە ڕابردوو ئێستا داهاتوو و پاراستنی تا ئەو جێگای دەکرێت، هەروەها فێربوونی لێهاتووی و زیادکردن و دووبارە کردنەوەی و کەمکردنەوەی هەستە نەرێنیەکان،هەست و سۆزە ئەرێنیەکان سەبارەت بە ڕابردوو(ڕازیبوون، هەستکردن بە بەدەستهێنان، شانازی کردن،ئارامی)،هەست و سۆز بەرامبەر بە داهاتوو(باوەڕ ، متمانە، هیوا)،هەست و زۆزەکان بەرامبەر ئێستا چێژ وەرگرتن لە سەرچاوەکانی دڵخۆشی کە پێکهاتەیەکی هەستیارە زوو تێدەپەڕێت وەک ئەو چێژانەی لە (تام، بۆنخۆشی،..)

٢-ژیانێکی پرلە پابەندبوون(ژیانی چاڵاکی)(ژیانی سەرقاڵی)The engaged life :

ئەم ژیانە ئەرکە جۆراو جۆرەکان لەخۆدەگرێت،جا چ بواری کارکردن بێت یان پەیوەندییە کەسییەکان.پشت بە بەکارهێنانی ئەو خاڵە بەهێزە دەبەستێت کە تاک چێژی لێ وەردەگرێت بۆ بەدەستهێنانی ڕەزامەندی جۆراو جۆرەن لەبواری کار و خێزان و خۆشەویستی.

٣-ژیانی مانادار The meaningful life :

ژیانێکی مانادار بریتییە لە بەکارهێنانی خاڵە بەهێزو بەهرەکانی خۆی، خستە خزمەتکردنی شتێک کە تاک پێی وایە لە خۆی گەورەترە. گرنگتریین بوارەکانی ژیانی مانادار (ئایین ،سیاسەت، خێزان) کەچاڵاکیەکان بەرهەمی دەهێنن.

**تەوەرەی دووەم:(توێژینەوەکانی پێشوو)**

**بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی:**

* توێژینەوەی فاطمة حسن الفيفي بەناونیشانی(الدور التربوي للمسؤولية الاجتماعية لدى مستخدمي المواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك ساڵی (٢٠١٨ز):

ئامانجی توێژینەوەکە ئاشکرا کردنی واقعی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی بووە،پەیوەندی نێوان بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی و ڕۆڵی پەروەردەیی، بەبەکارهێنانی ڕێبازی (وصفی)، بەئامرازی پرسیارنامە بەشێوەیەکی پراکتیکی(میدانی) بۆ نموونەکە بەکارهێنرا کە پێکهاتبوو لە (٢٠٠)خوێندکاری نێر و مێ بەشێوەیەکی هەڕەمەکی هەلبژێردران، پێکهاتبوو لە(٦٩) نێر و (١٣١)مێ. ئەنجامی توێژینەوەکە ئاماژەیان بەوەکردووە وەڵامەکانی نموونەی توێژینەوەکە گەیشتە پلەیەکی بەرز،کە کەسایەتی پلەی یەکەم بوو.جیاوازیەکی ئاماژە ئاماری هەبوو لە وەڵامدانەوەکانی نموونەکە لە بەرپرسیارەتی نیشتمانی لەبەرژەوەندی نێر دا.لەرووی ئاماریەوە جیاوازیەکی بەرچاولە نێوانیان نەبووە بە پێی قەبارەی بەکارهێنان لە بەرپرسیارەتی نیشتمانیدا، هەبوونی جیاوازی ئاماژە ئاماری لە وەڵامدانەوەکانی وەڵامدەرەوەی نموونەکە لە(بەرپرسیارەتی کەسی و کۆمەڵایەتی) لە بەرژەوەندی(زیاترلە سێ تاتژمێر) هەوبوونی پەیوەندی ئەرێنی لەنێوان محوەرەکانی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی و ڕۆڵی پەروەردەیی.

* **توێژینەوەی إناس ماهر الحسينى بەناونیشانی( إ**دراك الابناء ليدايناميات التفاعل الاسري وإثره على تنمية شعورهم بالمسؤولية الاجتماعية  **ساڵی (٢٠١٢ز):**

ئامانجی توێژینەوەکە دەستنیشانکردنی پەیوەندی نێوان درککردنی منداڵان لە داینامیکی کارلێکی خێزانی و پەرەپێدانی هەستی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی لە لایان، ئەوەش لە ڕێگەی دەستنیشانکردنی جیاوازی نێوان نێر و مێی نموونەی توێژینەوەکە درککردنیان بۆ داینامیکیەتی کارلێکی خێزان، بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی بە پێی گۆڕاوەکانی توێژینەوەکە(ئاستی خوێندەواری دایباب،ڕێزبەندی منداڵەکانی خێزان،قەبارەی خێزان،داهاتی مانگانەی خێزان، کاری دایک)نموونەی توێژینەوەکە پێکهاتبوو لە(٢١٣)کچ و کوڕ لەتەمەنی(١٥-١٨)ساڵی،خێزانەکان جیاوازبوون لە ئاستی ئابووری و کۆمەڵایەتی،پرسیارنامەیان بەسەردا دابەشکرا، پێوەری داینامیکی کەرلێکی خێزانی و پێوەری بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی بەکار هێنران،لە ڕووی ئاماریەوە جیاوازیەکی بەرچاو لە داینامیکی کارلێکی خێزاندا هەیە بە پێی گۆڕاوی ئاستی خوێندنی دایباب لەبەرژەوەندی قەبارەی خێزان لەئاستی باڵا، داهاتی مانگانەی خێزان لەکاتێکدا هیچ جیاوازیەکی لەو شێوەیە نییە بەپێئ کاری دایک.لەڕووی ئاماریەوە جیاوازیەکی بەرچاو هەیە لەهەستکردن بە بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی بەپێئ( ڕەگەز و ئاستی خوێندنی دایباب،ڕزبەندی مندالەکانی خێزان، داهاتی مانگانەی خێزان،کاری دایک)لەکاتێکا جیاوازی نەبوو بەپێی قەبارەی خێزانەکە . لەڕووی ئاماریەوە پەیوەنیەکی ئەرێنی لەنێوان درککردنی منداڵان و داینامیکیەتی کارلێکی خێزان و هەستکردن بە بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی.

**بەختەوەری:**

توێژینەوەی د.ندی صباح عباس الجنابی بەناونیشانی(السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة

**)ساڵی (٢٠١٧-٢٠١٨ز)**

هەڵسا بەئەنجامدانی توێژینەوەیەک لەسەر(بەختەوەری لەلای قوتابیانی زانکۆ) کە ئامانجی توێژینەوەکەی بریتی بوو :-

١-بەختەوەری لەلای قوتابیانی زانکۆ.

٢-جیاوازی هەستکردن بە بەختەوەری بەپێی گۆڕاوەکانی ڕەگەزی (نێر،مێ)و پسپۆڕیەتی (زانستی،ئەدەبی).

بەبەکارهێنانی پێوەری گونجاندنی سپرینگ ،گەشتە ئەو ئەنجامانە:-

١-قوتابیانی زانکۆی مستەنسریە چێژ لەبەختەوەری دەروونی وەردەگرن.

٢-هیچ جیاوازیەکی ئاماژە ئاماری نییە لە بەختەوەری دەروونی لەلای قوتابیانی زانکۆ بەپێی گۆڕاوەکانی ڕەگەزی (نێر، مێ) و پسپۆڕی(زانستی ،ئەدەبی).

توێژینەوەی(د.ممدوح بنيه لافي الزبن)بەناونیشانی (السعادة النفسية و علاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم)ساڵی(٢٠٢٠ز)

ئامانجی توێژینەوەکە دیاریکردنی بەختەوەری و پەیوەندی بە ئاستی(طموح)خوست بوو لایی خوێندکارانی زانکۆی ئوردن کە چاوەڕوان دەکرێت دەربچن، نموونەی توێژینەوەکە (٤٤٦)خوێندکاری نێر و مێی پێکهاتبوو، بەشێوەیەکی هەڕەمەکی هەڵبژێردران، لە توێژینەوەکە پێوەری ئۆکسفۆردی بۆ بەختەوەری دەروونی بەکارهێنرا و پێوەرێکیش بۆئاستی (طموح)خوستن، ئەنجامی توێژینەوەکەش ئاماژەی بەوە کردووە کە ئەو خوێندکارانەی چاوەروان دەکرێت دەربچن ئاستێکی مامناوەندی بەختەوەری دەروونیان هەیە هەروەها ئاماژەی بەوەش کردووە کە ئاستێکی کەمی (طموح)خواستنیان هەیە، پەیوەندی ئەرێنی لەنێوان ئاستی خواستن و بەختەوەری دەروونی نیشانداوە.

بەشی ســـــــــــــــــــــــــــــێــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــەم

جێ بەجێ کردنی توێژینەوە

یەکەم :رێبازی توێژینەوە

دووەم:کۆمەڵگەی توێژینەوە

سێیەم:نمونەی توێژینەوە

چوارەم :ئامڕازەکانی توێژینەوە

پێنجەم :پێوەرەکانی پەختەوەری و بەرپرسیاریەتی

**یەکەم:ڕێبازی توێژینەوە:** ئەو ڕێگایەیە کە توێژەر دەگەیەنێتە ئەنجامەکانی توێژینەوەکەی و پرۆسەیەکی ڕێکخراوە ئەو رێکارانەی کە توێژەر پێی هەلدەستێ هەڕەمەکی نیە بەلکوو پلان بۆ دانراون و دەکرێت بووترێت ئەوە نەخشەکەیە یان پلانێکە کە توێژەر لەسەرەتای توێژینەوەکەیدا دایدەڕێژیت تا دەگاتە ئەنجامەکانی.

توێژینەوەی وەسفی(Descriptive Research) توێژینەوەی وەسفی ئامانجی سۆراخکردنی واقع یان سۆراخکردنی دیاردەیەکە وەک چۆن لە واقعدا هەیە، کە بەشێوەیەکی چۆنایەتی یان چەندایەتی گوزارشتی لێدەکرێ. ئەمە مانای وایە توێژینەوەی وەسفی گرنگی بە لێکۆڵینەوە لە هەنووکەیی دیاردە و ڕووداوکان دەکات. هەروەها گرنگی بە وەسفکردنی چالاکی و کار و کەسەکان دەدات و دەشێ بایەخ بە پەیوەندییە باوەکانی نێوان دیاردەکان بدات، لەگەڵیشدا هەوڵدان بۆ پێشبینیکردنی ڕووداوەکان لە داهاتوودا.

توێژینەوە وەسفیەکان چەندین جۆری لاوەکی دیکە لەخۆدەگرێت وەک:توێژینەوەی ڕووپێوی، توێژینەوەی بار، توێژینەوەی پەیوەندیەکان و توێژینەوە پەیوەستیەکان.لێرەدا جەندین ئامراز بۆ کۆکردنەوەی زانیاری و داتاکان بەکاردێت وەک تێبینی،چاوپێکەوتن، تاقیکردنەوە،پێوەرەکان.(زێباری،٢٠١٨ز،ل٤١)

کۆمەڵگای توێژینەوە:کۆمەڵگای توێژینەوە بریتیە لە فەرمانبەرانی بەڕێوبەرایەتی پەروەردی خەبات کە بەشێوەیەکی یەکسان کە ژمارەیان ٢٥ی نێر و ٢٥ی مێ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| کۆمەڵگای توێژینەوە | ژمارەی بەشداربوان | ساڵی |
| بەڕێوبەرایەتی پەروەدەی خەبات | ٥٠ | ٢٠٢٢/٢٠٢٣ |

نموونەی توێژینەوە: بریتیە لەبەشێک لەو کۆمەڵگایەی کە خەسڵەتێکی هاوبەشی تێدایە و نوێنەرایەتی کۆمەڵگاکەی دەکات.(محمد،٢٠٢٠،لا ٣٠)

**چوارەم:ئامڕازەکانی کۆکردنەوەی زانیاری :**

پێوەری بەرپەرساریەتی کۆمەڵایەتی لەلایەن خوودی خوێندکاری توێژەرەروە دارێژراوە ، بۆ پێوەری بەختەوەری پشتی بەستوە بە پێوەری معیشی

ا-ڕاستگۆیی پێوەر /(الصدق)validity : لە دیاردە مرۆیی و کۆمەڵایەتیەکاندا،پێوانەکردن ئاسان نییە و توێژەر ناڕاستەوخۆ لەڕێی ئامرازێکەوە ئەنجامی دەدات، کەبریتیە لە کۆمەڵێک بڕگە و پرسیار و پێیوایە دیاردەکەی بۆ دەپێون، ئەم دڵنیابوونەش لە ڕێی دەرهێنانی ڕاستی ئامرازی توێژینەوەکەوە، ئەنجام دەدرێت.(بۆکانی، ل١٩٣، ٢٠٢٠ز )

ب- ڕاستگۆی وەرگێڕان:

زۆرجار توێژەران بۆ کۆکردنەوەی داتا و زانیاری ، پەنا دەبەنە بەر ئامرازێکی ئامادەکراو ،بەو مەرجەی ئەو ئامرازە تەواوی خەسلەتە زانستیەکانی تێدا بێت ، ڕەنگە ئەو ئامرازە پێوەرێکی جیهانی بێت و بۆ زمانە زندووەکان وەرگێڕدرابێت؛لەلایەن توێژەرانی نەتەوە جیاوازەکانەوە بەکاردەهێنرێت.

بەشی چوارەم

خستنە ڕووی ئەنجامەکان و گفتوگۆ کردنیان

شیکردنەوەی ئەنجامەکان

ڕاسپاردەکان

پێشنیارەکان

ئامانجی یەکەم : زانینی ئاستی بەرپرسیاریەتی کۆمەڵایەتی لای نمونەی توێژینەوەکە

بەمەبەستی بەدیهێنانی ئامانجی یەکەم کە بریتییە لە زانینی ئاستی (بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی لە لای نموونەی توێژینەوە) ،لەدەرئەنجام بۆمان دەرکەوت کە ناوەندە ژمێرەی بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی (94,58) بە لادانی پێوەری (8,16)کە گەورەترە لە ناوەندی گریمانەی (65)،لە مەش بۆمان دەردەکەوێت کە ئاستی بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی بەرزە. بۆ دڵنیابوون لە بەڵگەداری ئەو ئاستە خوێندکاری توێژەر بە بەکارهێنانی تێستی (ت) بۆ یەک نموونە دەرکەوت کە بەهای(ت) ژمێردراو (81,,94)بەرزترە لە بەهای (ت) خشتەیی (1,97) بە نمرەی سەربەستی(49)لە ئاستی بەڵگەداری() ،ئەمەش ئەوە دەردەخات کە ئاستی بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی بەرزە.وەک لە خشتەی ()ڕوونکراوەتەوە.

لەئەنجامی توێژینەوەکە بۆ خوێندکاری توێژەر دەرکەوت کە ئاستی بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی بەرزە لەلای نموونەی توێژینەوەکە

زانینی ئاستی بەرپرسیاریەتی کۆمەڵایەتی لای نمونەی توێژینەوە

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| گۆڕاو | نمونە | ناوەندنی ژمێرەیی | لادانی پێوەری | ناوەندی گریمانەیی | بەهای {ت}ی ژمێردراو | بەهای {ت}ی خشتەیی | نمرەی سەربەستی | ئاستی بەڵگەداری |
| بەرپرسیاریەتی کۆمەڵایەتی | 50 | 94.58 | 8.16 | 65 | 81.94 | 1.67 | 49 | 0,05 |

ئامانجی دوەم زانینی ئاستی بەختەوەری لای نموونەی توێژینەوەکە

ئامانجی دووەم:زانینی ئاستی بەختەوەری لە لای نموونەی توێژینەوەکە:

مەبەستی بەدیهێنانی ئامانجی دووەم کە بریتییە لە زانینی ئاستی (بەختەوەری لەلای نموونەی توێژینەوەکە)،کە دەرئەنجام بۆمان دەرکەوت ناوەندە ژمێرەی ئاستی بەختەوەری (81,7) بەلادانی پێوەری (7,434) گەورەترە لە ناوەندی گریمانەی(55)، لەمەش دەردەکەوێت کە ئاستی بەختەوەری بەرزە . بۆ دڵنیابوون لە بەڵگەداری ئەو ئاستە خوێندکاری توێژەر هەلسا بە بەکارهێنانی تێستی (ت) بۆ نموونەی توێژینەوەکە دەرکەوت کە بەهای (ت) ژمێردراو (77,704) بەرزترە لە بەهای (ت) خشتەیی(1,67) بەنمرەی سەربەستی (49)، لەئاستی بەڵگەداری ()،ئ وەک لەخشتەی()ڕوونکراوەتەوە.

لەشیکردنەوەی ئەو ئامانجە بۆمان دەردەکەوێت کە ئاستی بەختەوەری بەرزە لە لای نموونەی توێژینەوەکە واتا هاوسەران هەست بەبەختەوەری دەکەن لە ژیانیانی هاوسەریەتی دا.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| گۆڕاو | نمونە | ناوەندنی ژمێرەیی | لادانی پێوەری | ناوەندی گریمانەیی | بەهای {ت}ی ژمێردراو | بەهای {ت}ی خشتەیی | نمرەی سەربەستی | ئاستی بەڵگەداری |
| بەختەوەری | 50 | 81.7 | 7.434 | 55 | 77.704 | 1.67 | 49 | 0,05 |

زانینی جیاوازی ئاستی بەرپرسیاریەتی کۆمەڵایەتی بە پێــــــی گۆڕاوی ڕەگەزی {نێر و مێ}لای نموونەی توێژینەوەکە

ئامانجی سێ یەم: زانینی جیاوازی ئاستی بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی بە پێی گۆڕاوی ڕەگەز (نێر و مێ) :

بە مەبەستی بەدیهێنانی ئامانجی سێ یەم کە بریتییە لە زانینی جیاوازی ئاستی بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی بە پێی گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ) ، دوای بەراوردکردنی ناوەندە ژمێرەیەکان دەرکەوت کە ناوەندە ژمێرەی لە لای نێر (96,08) ،کە (25)کەس بوون بە لادانی پێوەری (7,51) گەورەترە لە ناوەندە ژمێرەی مێ (93,08) کە (25) کەس بوون بەلادنی پێوەری (8,60) ، بۆ دڵنیابوون لە بەڵگەداری ئەم جیاوازیەش تێستی(ت) بۆ دوو نموونەی سەربەستمان بەکارهێنا دەرکەوت بەهای (ت) ژمێرەی (1,309) بچوکترە لە لە بەهای (ت) خشتەیی بە نمرەی سەربەستی(48) لەئاستی بەڵگەداری( ).وەک لەخشتەی() ڕوونکراوەتەوە.

بەپێی ئامانجەکە دەرکەوت هیج جیاوازیەکی ئاماژە ئاماری نییە لە ئاستی هەستکردن بە بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی بە پێئ گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ)واتا هەست بە بەرپرسیارەتی دەکەن بەرامبەر بە هاوسەرەکانیان

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| رەگەز | نموونە | ناوەندی ژمێرەیی | لادانی پێوەری | بەهای {ت}ی ژمێردراو | بەهای {ت}ی خشتەیی | نمرەی سەربەستی | ئاستی بەڵگەداری |
| نێر | 25 | 96.08 | 7.51 | 1.309 | 2.01 | 48 | 0.05 |
| مێ | 25 | 93.08 | 8.65 | 1.309 | 2.01 | 48 |  |

زانینی جیاوازی ئاستی بە ختەوەری پێــــــی گۆڕاوی ڕەگەزی {نێر و مێ}لای نموونەی توێژینەوەکە

ئامانجی چوارەم:زانینی جیاوازی ئاستی بەختەوەری بە پێی گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ):

بەمەبەستی بەدیهێنانی ئامانجی چوارەم کە بریتییە لە دەرخستنی جیاوازی لەزانینی جیاوازی ئاستی بەختەوەری بە پێی گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ)، دوای بەراوردکردنی ناوەندە ژمێرەییەکان کە ناوەندە ژمێرەی(82,68)بۆ (٢٥)نێر بەلادانی پێوەری (6,269) ،گەورەترە لە ناوەندە ژمێرەی (80,72)کە (25)مێ بوون بەلادانی پێوەری (8,45)، بۆ دڵنیابوون لە بەڵگەداری ئەو جیاوازییە توێژەری خوێندکار تێستی (ت) بۆ دوو نموونەی سەربەخۆ بەکارهێناوە دەرکەوت بەهای (ت)ژمێردراو (0,931) بچوکترە لە بەهای (ت) خشتەیی(2,01) بەنمرەی سەربەستی (48) لەئاستی بەڵگەداری() وەک لەخشتەی ()ڕوونکراوەتەوە.

بەپێی ئامانجەکە دەرکەوت هیچ جیاوازیەکی ئاماژە ئاماری نیییە لە بەختەوەر بوونی نموونەی توێژینەوەکە بە پێی گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ) ،دەرئەنجام هەردوو ڕەگەزە هەست بەبەختەوەری دەکەن.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| رەگەز | نموونە | ناوەندی ژمێرەیی | لادانی پێوەری | بەهای {ت}ی ژمێردراو | بەهای {ت}ی خشتەیی | نمرەی سەربەستی | ئاستی بەڵگەداری |
| نێر | 25 | 82.68 | 6.269 | 0.931 | 2.01 | 48 | 0.05 |
| مێ | 25 | 80.72 | 8.45 | 0.931 | 2.01 | 48 | 0.05 |

دەرئەنجامی توژینەوەکە:

1. بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی:بەرپرسیارەتی لەلەی نموونەی توێژینەوەکە بەرزە.
2. بەختەوەری: هەستکردن بەبەختەوەری لەلای نموونەی توێژینەوەکە بەرزە.
3. بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی بەپێی گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ) :جیاوازی نییە لە هەست کردن بە بەرپرسیاری لەلای نموونەی توێژینەوەکە بە پێی گۆڕاوی ڕەگەزی (نێر و مێ).
4. بەختەوەری بە پێی کۆڕاوی ڕەگەزی(نێر و مێ): جیاوازی نییە لە هەست کردن بە بەختەوەری لەلایەن هاوسەران.
5. پەیوەندی نێوان گۆڕاوەکان:پەیوەنیەکی بەهێز و هاوئاڕاستەی هەیە.

ڕاسپاردەو پێشنیارەکان:

بەپێئ ئەنجامەکانی توێژینەوەکە ئەم ڕاسپاردانە دەکەین:

1. خوێندنی وانەی تایبەت لە قۆناغەکانی خوێندن لەسەر چەمکەکانی خێژانی و دروستکردنی بەرپرسیاری کۆمەڵایەتی لە لای منداڵ.
2. هۆشیارکردنەوەی زیاتری هەردوو ڕەگەزەکە بۆ بەختەوەر بوونی خێزەنی و کۆمەڵگا بەگشتی.
3. هەبوونی سەنتەرو کۆمەلەی ڕاوژکاری خێزانی فەرمی و ناساندنیان.

پێشنیارەکان:

1. توێژەی خوێندکار ئەم پێشنیارانەی خوارەوە پێشکەشی توێژەران دەکات:
2. توێژینەوەی زیاتر بکرێت لەسەر چین توێژەکانی تر بەگسی.
3. زیاتر گرنگی بە توێژینەوەی پەیوەنیەکانی خیزانی و گۆراوەکانی تری وەک تەمەن ، ئابوری کلتوری،ژینگەیی،نەخۆشی دەروونی..کارکرنیان لەبەختەوەر بوونی خێزانی.

**سەرچاوەکان**

**سەرچاوە کوردیەکان:**

1. ئۆشۆ،٢٠٢٠ ،شادی،چاپی یەکەم،ناوەندی ڕۆشنیری ئەدەبیات
2. هۆبارد،لافاین ڕۆن هۆبارد،٢٠١٩،جاپی یەکەم،چاپخانەی گەنج
3. سەعید،هیوا عەزیز سەعید،٢٠٢١،بەرپرسیارەتی کۆمەڵایەتی،چاپی یەکەم،چاپخانەی یاد
4. دەستەیەک لەمامۆستایانی زانکۆسەلاحەدین،٢٠٢٠،شکۆی خێزان،چاپی یەکەم،چاپخانەی هەفاڵی هونەری
5. گڵاسەر،تیۆری ولیام گلاسەر،١٩٢٥-٢٠١٣،وانەکانی کۆلێژ
6. ئۆغلۆ،وەهبی وەققاس ئۆغلوو،٢٠١٥،شەکراو هاوسەرگیری بەختەوەر،چاپی یەکەم،ناوەندی ڕێنوێن
7. حەمە،یوسف عوسمان حەمە،٢٠٠٤،سایکۆلۆژیەتی منداڵ و خێزان،چاپی یەکەم،چاپخانەی دیلان
8. عەزیز،د.عزلدین احمد عزیز،٢٠٢٠،سایکۆلۆژیای ئەرێنی،چاپی یەکەم،ناوەندی فێربوون
9. ئیسماعیل،ئیسماعیل،٢٠١٧،بەختەوەری ئامانج نییە بەڵکو خودی ڕێگاکەیە

**سەرچاوە عەرەبیەکان:**

1. لافي الدين،د.ممدوح بنيه لافي الذبن،٢٠٢٠،السعادة النفسية و علاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم،
2. المومني،د. فواز أيوبي المومني واخر،٢٠١٧،المسؤولية الاجتماعية و علاقتها ببعض المتغيرات البيئية
3. فخري،ناديا متى فخري ،٢٠٠٦،المسؤولية الاجتماعية عناصرها و مظاهرها و كيفية تنميتها
4. الجنابي،د. ندى صباح عباس الجنابي،٢٠١٧-٢٠١٨،السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة
5. رباعي،سعاد ياسين رباعي،٢٠١٣،الشعور بالسعادة و علاقته بالعوامل الخامسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة ديمشق
6. الفيفي،فاطمة حسن الفيفي ،٢٠١٨،الدور التربوي للمسؤولية الاجتماعية لدى مستخدمي المواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك
7. بدير،إناس ماهر الحسيني بدير،٢٠١٢،إدراك الابناء ليدايناميات التفاعل الاسري وإثره على تنمية شعورهم بالمسؤولية الاجتماعية
8. بن عبيد،عهود بنت ناصر بن عبيد، ٢٠١٥،دور الاسرة في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى أبنائها