بەش/ ماتماتیك

كۆلیژ/ پەروەردە

زانكۆی سەلاحەددین - هەولیر

بابەت/ سایكۆلۆژیای گشتی

پەرتووك كۆرسی/ پۆلی یەكەم

ناوی مامۆستا/ سعدیە زرار رشید

ساڵی خوێندن/ 2023 – 2024 كۆرسی یەكەم

پەرتووکی کۆرس
Course Book

1. ناوی کۆرس	سایکۆلۆژیای گشتی
2. ناوی مامۆستای بەرپرس	سعدیه زرار رشید
3. بەش/ کۆلێژ	ماتماتیك/ پەروەردە
4. پەیوەندی	e-mail : saadiya.rashid@su.edu.krd Tel: (07504289079)
5. یەکەی خوێندن (بە سەعات) لە هەفتەیەک	تیۆری: 3 یەکە
6. ژمارەی کارکردن	3 کاتژمێر بۆ هەر گروپێك
7. کۆدی کۆرس	
8. پرۆفایەلی مامۆستا	لێرە مامۆستای وانەبێژ پرۆفایەلێک دەنووسێت لەسەر ژیانی ئەکادیمی خۆی (تەنها ئەکادیمی) یان ئاماژە بە Webpage, Blog, Moodle دەکات لەدوای بەدەستهێنانی بڕوانامەی بەکالۆریۆس ، لە بەشی ماتماتیك کۆلێژی پەروەردەی بنەڕەتی لەساڵی (2007- 2008) ، یەکێك بووم لە دووەمی سەر ئاستی بەش ، وەك یاریدەدەری توێژەر لەیەکەی تۆمار دەست بەکاربووم . لە ساڵی (2012- 2013) وەك قوتابی ماستەر وەرگیرام لە کۆلێژی پەروەردە / بەشی زانستە پەروەردەیی و دەروونیەکان ، لەساڵی (2014 - 2015) بڕوانامەی ماستەرم بەدەست هێنا لەبواری ڕێگاکانی وانەوتنەوەی ماتماتیك .وە نازناوی زانستیم لە 2019/12/12 پێ بەخشرا . لە ساڵی 2020-2021 تاوەکو ئێستا وەکو مامۆستا خزمەت دەکەم لە بەشی ماتماتیکی کۆلێژی پەروەردە و بۆ ماوەی دووساڵە وەکو بڕیاردەری بەشی ماتماتیک کاردەکەم .
9. وشە سەرەکیەکان	سایکۆلۆژیا، هزری سایکۆلۆژیا، پالنەر، هەڵچوون، سۆز، جیاوازی تاکایەتی، زیرەکی، بەئاگایی، درککردن، بیرکردنەوە.

10. ناوەرۆکی گشتی کۆرس:

لەئێستادا، سایکۆلۆژیا ڕۆلێکی هەستیاری دەگێرێت لەبەرجەستەکردنی تەندروستی دەروونی، بۆیە ئاشنابوون بەم زانستە خاڵی دەستپێکە بۆ هەنگاونانی درووست بەرەو ژیانێکی ئارام و هاوسەنگ بۆ تاك و دووروبەرەکەشی.

ئاشنابوون بەبنەما و بابەتە بنچینەییەکانی سایکۆلۆژیا، بەدەستپێکێکی گرنگ هەژماردەکرێت بۆ دروستبوونی تێگەیشتنێکی دروست سەبارەت بەناوەڕۆکی ڕاستەقینەی سایکۆلۆژیا. چونکە ئەم زانستە

هاوكارى تاك (فێركار) دەكات بۆ تێگەیشتن و ڕاڤەكردن و كۆنترۆڵكردنی ڕەفتاری خۆی و فێرخوازەكانی لەداهاتوودا.

چوارچێوەی توێژینەوەكانی سایكۆلۆژیای گشتی جەختكردنەوەیە لەسەر دارشتن و دۆزینەوەی بنەمای تیوری بەئامانجی تێگەیشتن لەبابەتە بنچینەییەكانی سایكۆلۆژیا وەك پالنەر، هەلچوون، سۆز، بەئاگایی، و بیركردنەوە. بۆیە ئاشنابوون بەم بابەتانە دەبێتە دەستپێكێكی دروست بۆ زیاتر ئاشنابوون بە حالەتە دەروونیەكانی كە تاك پیدا تێپەردەبێت و هاوكاریان دەكات بۆ ئەوەی بتوانن بیخاتە خزمەتی باشتركردنی ڕەفتارەوە.

ئاشنابوون و تێگەیشتن لەبنەماكانی سایكۆلۆژیا زامنی فەراهەمكردنی چانسی زیاترە بۆ خێراتر دەستكەوتنی كار، چونكە لەئێستادا سایكۆلۆژیا بوتە بنەما و داواكارییەكی بنچینەیی بۆ دامەزراندن لەزۆرێك لەبوارەكانی كاردا.

11. ئامانجەكانی كۆرس

لەدیارترین ئامانجەكانی ئەم وانەیە كاركردنە بۆ ئاشناكردنی فێرخوازان بە سەرەتاكانی بەدیاركەوتنی هزری سایكۆلۆژیا، دەروازەی تێگەیشتنی سایكۆلۆژیا، بوار و لقەكانی سایكۆلۆژیا، تێگەیشتن لە هەمەچەشنی هزر و قوتابخانە سایكۆلۆژییەكان، میتۆدەكانی توێژینەوە لەسایكۆلۆژیا، ئاشنابوون بەچەمكی پالنەر و هەلچوون، درككردنی جیاوازی تاكایەتی و بەهای زیرەكی، و دواتر تێگەیشتن لەپرۆسە عەقلیە مەعریفییە بالاْكان.

12. ئەركەكانی قوتابی

بەهۆی چوارچێوە و سروشتی وانەی سایكۆلۆژیاوە، جەختدەكرێتەوە لەسەر ئامادەبوونی فێرخواز بەشێوەیەكی فیزیكی و ئامادەیی سایكۆلۆژی تابتوانێت زیاترین كارلێكی هەبیت لەپرۆسەی فێركردنەكەدا. هاندان و بوار ڕەخساندن بۆ فێرخواز بۆ بەشداریكردنی كارا لەگفتوگۆ و پێشكەشكردنی ڕاپۆرت و سیمینار لەچوارچێوەی ناوەڕۆكی وانەكەدا. جیالەوەی كەپێویستە فێرخواز پابەندبێت بەئەنجامدانی تاقیكردنەوەكان لەكاتی پێویست و دیاریكراو لەلایەن لیژنەی تاقیكردنەوەی بەش و كۆلێژ.

13. ڕێگەی وانە ووتنەوە

لەگەڵ ڕچاوكردنی ئاستی تەمەن و خویندنی فێرخوازان، كاردەكەین بۆ ڕەچاوكردنی ویست و حەزەكانی فێرخوازان بۆ شێوازێكی گونجاوی وانەوتنەوە، لەگەڵ جەختكردنەوە لەسەر شێوازی پرسیار و وەلاْم، پالپشت بەكارهێنانی نموونەی وێنەیی و ڤیدیوی پێویست لەگەل پشتبەستن بە ئامرازە تەكنەلۆژیە بەردەستەكان بۆ گەیاندن و ڕوونكردنەوەی بابەتەكان بۆ فێرخوازان. پێدانی ڕێنمایی بەگروپ و بەتەنها سەبارەت بەچۆنیەتی خۆیندنی سەركەوتوانە.

14. سیستەمی هەڵسەنگاندن

بەهۆی پەیوەستبوون بەچوارچێوەی ڕێنماییەکانی بەش، تاقیکردنەوەکان دابەشدەکرێن بەپێ ی پلانی لیژنەی تاقیکردنەوەی بەش، لەگەل فەراهەمکردنی بواری تاقیکردنەوەی زیاتر (گەر بەپێویست بزانرێ). هەر تاقیکردنەوەیەك لەسەر 40 نمرە دەبێت، و لەدوایدا دابەشدەکرێن بەسەر ژمارەی تاقیکردنەوەکاندا، بۆ ئەوەی کەمترین نمرە لەفێرخواز بروات لەکاتی ئەنجامدانی هەڵەیەکی بچووك لەتاقیکردنەوەدا. هەروەها بەخشینی نمرەی هاندان بۆ قوتابیان چالاك و بەشداربوو لەپۆلدا. کۆی ئەمانە دەکاتە 40 نمرە بۆ تەواوی هەفتەکان. تاقیکردنەوەی کۆتایی ساڵ لەسەر 60 نمرە دەبێت و کۆی هەموو نمرەکان بۆ ڕێژەی 100 دەبێتە ئەنجامی کۆششی تەواوی ساڵێك.

15. دەرئەنجامەکانی فێربوون

- **توانست لەسەر ئاشنابوون و تێگەیشتنی چەمکە بنچینەییەکانی سایکۆلۆژیای گشتی.**
- **توانست لەسەر خستنەڕووی وەلامی زانستی و شیکاری دروست بۆ هۆکارەکان لەسایکۆلۆژیای گشتی دا.**
- **توانست لەسەر بەبیرهاتنەوە و ناسینەوەی بنەما و خاڵە بنچینەییەکان لە سایکۆلۆژیای گشتی دا.**
- **توانست لەسەر ناسینەوە بابەتە دروست و نادروستەکان لەبارەی بابەتە جیاوازەکانی سایکۆلۆژیای گشتی و پێشکەشکردنی ئەلتەرناتیڤی دروست بۆ زانیاریە نادروستەکان.**
- **توانست لەسەر پێشکەشکردنی سمینار لەسەر بابەتی تایبەت لەبواری سایکۆلۆژیای گشتی.**
- **توانست لەسەر نووسینی ڕاپۆرتی زانستی لەبارەی بابەتەکانی سایکۆلۆژیای گشتی.**

16. لیستی سەرچاوە

- عزالدین احمد عزیز,2014, بنەماکانی دەروونزانی گشتی, هەولێر, چاپخانەی ڕۆژهەلات.
- عبدالرحمن عدس و یوسف ئەلقتامی, وەرگێڕانی سەلاح سەعدی, 2013, سایکۆلۆژیای پەروەردەیی تیۆرو پیادەکردنی سەرەکی.
- کەریم شریف قەرەچەتانی, 2008,سایکۆلۆژیای پەروەردەیی, سلێمانی, چاپخانەی پەیوەند.
- کەریم شریف قەرەچەتانی, 2007, سایکۆلۆژیای گشتی,هەولێر, چاپخانەی حاجی هاشم.
- الريماوي، محمد عودة (2008). *علم النفس العام*، ط3 ، عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع.
- الواقفي، راضي (2003) *مقدمة في العلم النفس* ، ط 3, عمان: دار الشروق للنشر و التوزيع.
- Robinson, E. S. (2017). *Readings in General Psychology (Classic Reprint)*. London: Fb&c Limited.
- Rexroad, C. N. (2017). *General Psychology for College Students (Classic Reprint)*. London: Fb&c Limited.
- Kalat, J. M. (2016). *Introduction to Psychology*. Boston, MA: Cengage Learning.

17. **بابەتەکان**		**ناوی مامۆستا**
هەفتەی 1	خستنەڕوی ناوەڕۆکی وانەکە	**م.سعدیە زرار رشید**
هەفتەی 2	مێژووی سەرهەڵدانی سایکۆلۆژیا، چەمکی سایکۆلۆژیا، ئامانجەکانی سایکۆلۆژیا، پەیوەندی سایکۆلۆژیا بەزانستەکانی ترەوە ، بابەتەکانی سایکۆلۆژیا، گرنگی سایکۆلۆژیا .	
هەفتەی 3	بوارەکانی سایکۆلۆژیا: لقە تیورییەکان، لقە پڕاکتیکیەکان.	
هەفتەی 4-5	قوتابخانە سایکۆلۆژییەکان: قوتابخانەی بونیادی، قوتابخانەی وەزیفی، قوتابخانەی گشتالتی، قوتابخانەی ڕەفتاری، قوتابخانەی مەبەستداری، قوتابخانە شیتەڵکاری دەروونی.	
هەفتەی 6	پالنەرەکان، چەمکی پاڵنەر، جۆرەکانی پاڵنەر، پێویستیە دەروونیە بنەڕەتیەکان، پالنەرە نەستییەکان.	
هەفتەی 7	هەڵچوون، چەمکی هەڵچوون، هەڵچوون و پاڵنەر، لایەنەکانی هەڵچوون، هەڵچوونی و نەخۆشیە جەستەییەکان.	
هەفتەی 8	سۆز، جۆرەکانی سۆز، سۆزی باو، سۆز و هاوسەنگی دەروونی	
هەفتەی 9- 10	چەمکی جیاوازی تاکایەتی، چەند ڕاستییەك سەبارەت بەجیاوازی تاکایەتییەکان، پێویستی ڕەچاوکردنی جیاوازی تاکایەتی، هۆکارەکانی جیاوازی تاکایەتی، پێوانەکردنی جیاوازی تاکایەتی.	
هەفتەی 11	زیرەکی، چەمکی زیرەکی، خاسیەتەکانی مرۆڤی زیرەك، دۆزینەوەی ڕێژەی زیرەکی، هۆکارە کارتێکەرەکانی زیرەکی، ژینگەو زیرەکی.	
هەفتەی 12	بەئاگایی و درککردن، پێناسەی بەئاگایی و درککردن، جۆرەکانی بەئاگایی، هۆکارە کاریگەرەکان لەسەر بەئاگایی، ڕیگریەکانی بەردەم بەئاگایی.	

	بیرکردنەوە، چەمکی بیرکردنەوە، پرۆسە عەقلیەکان لەبیرکردنەوەدا، خاسیەتەکانی پرۆسەی بیرکردنەوە، شێوەکانی بیرکــردنەوە.	هەفتەی 13
	18. بابەتی پراکتیک (ئەگەر هەبێت)	
	لێرە مامۆستای وانەبێژ ناونیشانی هەموو ئەو بابەتە پراکتیکانە دەنووسێت کە بەنیازە بیڵێتەوە لە تێرمەکە. هەروەها کورتەیەک لە ئامانجی هەر یەک لە بابەتەکان وبەروار وکاتی وانەکە دەنووسێت.	

19. تاقیکردنەوەکان

پ1/ ئەمانەی خوارەوە پێناسە بکە:

1) سایکۆلۆژیا 2) بیرکردنەوە 3) ڤیلهلم ڤۆنت

پ2/ هۆی ئەمانەی خوارەوە ڕوونبکەرەوە:

1. سایکۆلۆژیا پەیوەندیەکی بلاوی هەیە لەگەڵ زۆرێك لەزانستەکانی دی؟
2. لەئەمڕۆدا مرۆڤایەتی ناتوانێ دەستبەرداری ئەو خزمەتە بەپێزانەبێت کەسایکۆلۆژیا پێشکەشیدەکات؟
3. دابەشکردنی سایکۆلۆژیا بۆ لقی پراکتیکی و تیوری خواستراو نییە؟

پ3/ ئەم بۆشاییانە بەزانیاری گونجاو پربکەرەوە:

1- ئاڕاستە فەلسەفییەکان دابەشدەبن بۆ ئاڕاستەی .... و ....

2- تەکنیکی تێڕامانی ناوخن ناودەبرێت بە .... و داهێنرا لەلایەن ....

3- پالنەرە وەرگیراوەکان پۆلێندەکرێت بۆ .... و .... و ....

پ4/ نیشانەی (√) بەرانبەر دەستەواژەی ڕاست دابنێ و نیشانەی (×) بەرانبەر دەستەواژەی هەڵە دابنێ و هەڵەکانیش ڕاستبکەرەوە گەر هەبوو:

1) گرێی دەروونی حاڵەتێکی جەستەیی دەروونیە کە لەناوەوە ڕەفتارەکانی مرۆڤ ئاڕاستەدەکات.

2) هەڵچوون حاڵتێکی ویژدانی بەهێزە کـەدەبێتە هـۆی درووسـت بـوونی تێکچوونی دەروونی و فسیۆلۆژی ناوەکی و هەندێك گوزارشت وجوڵانەوەی جیاواز.

3) بەراوردکردن یەکێکە لەهۆکارە کاریگەرەکانی پرۆسەی بەئاگایی.

20. تێبینی تر

بەپێ پێویستی و بەردەستبوونی سەرەنج و زانیاری زانستی پێشکەوتوو تر، ئەگەر گۆڕانکاری لەبابەتەکاندا بوونی هەیە.

21. پێداچوونەوەی هاوەڵ