



ماسته‌رنامه

کاریگه‌ری تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیزاری له‌کار
توێژینه‌وه‌یه‌کی شیکارانه له‌ دیدگای نمونه‌یه‌ک له‌ فه‌رمانبه‌رانی چه‌ند زانکۆیه‌کی ئه‌هلی له‌ پارێزگای هه‌ولێر – هه‌ریمی
کوردستانی عێراق

The Impact of Creative Thinking Skills on Reducing Job Burnout: An Analytical
Study of the Opinions of a Sample of Employees in a Number of Private
Universities in Erbil Governorate – Kurdistan Region of Iraq

ئاماده‌کراو: فایزه مه‌دی عه‌بدولعزیز

پوخته‌یه‌کی زانستی له‌ بنه‌مای نامه‌ی ماسته‌ر له‌ به‌رپوه‌بردنی بازرگانی – 2025

پوخته

ئامانجی سه‌ره‌کی ئەم توئینه‌وه‌یه ده‌ستنی‌شانکردنی ئاستی گۆراوه‌کانی توئینه‌وه‌که‌یه و لیکۆئینه‌وه له کاریگه‌ری تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بی‌زاری له‌کار له‌نیو فەرمانبه‌ران له ژماره‌یه‌ک زانکۆی ئەهلی له پارێزگای هه‌ولێر، هه‌رمی کوردستان، عێراق. توئینه‌وه‌که‌ شێوازی دیزاینی توئینه‌وه‌یه‌کی چه‌ندایه‌تی وه‌سف-شیکارانه‌ی وه‌رگرت، و زانیاریه‌کان له له‌ریگه‌ی ئامرازێکی پرسیارنامه‌یی ریکخراوه‌وه‌ کۆکرانه‌وه‌ که‌ بۆ نمونه‌یه‌کی (387) فەرمانبه‌ر به‌رپوه‌چوو. تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه به‌ به‌کارهێنانی تاقیکردنه‌وه‌کانی تۆرانس (TTCT) پێوانه‌کران و له‌ریگه‌ی چوار په‌هه‌نده‌وه‌ کارپێکران: په‌سه‌نایه‌تی، روانی، نه‌رمی و وردبێنی، وه‌ک گۆراوی سه‌ربه‌خۆ. بی‌زاری له‌کارپش به‌ به‌کارهێنانی پتوه‌ری ماسلاچ (MBI) له‌سێ په‌هه‌نددا پێوانه‌کرا: ماندوو‌بوونی سۆزداری، بێ‌گانه‌بوونی که‌سایه‌تی و لاوازیوونی هه‌ستی سه‌رکه‌وتن و به‌ره‌مه‌یه‌تی که‌سی. وه‌ک گۆراوی وابه‌سته. شیکردنه‌وه‌ی داتا‌کان به‌ به‌کارهێنانی SPSS بۆ ئاماری وه‌سفکار ئەنجامدرا، له‌کاتیکدا AMOS بۆ په‌یه‌ه‌ندی، پاشه‌کشه‌ و مۆدیلکردنی هاوکێشه‌ پیکهاته‌یه‌یه‌کان (SEM) به‌کارهێنرا بۆ تاقیکردنه‌وه‌ی گریمانه‌کان.

ئەنجامه‌کان په‌یه‌ه‌ندییه‌کی نه‌رمی به‌رچاوی ئاماری له‌نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بی‌زاری له‌کار ده‌رخست، به‌بروانانی روانی و نه‌رمی وه‌ک به‌هێزترین پێشبێنیکه‌ره‌کان له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بی‌زاری له‌کار. دۆزینه‌وه‌کان ئەوه‌ ده‌ریده‌خه‌ن که‌ به‌رزکردنه‌وه‌ی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه ده‌توانێت به‌ شێوه‌یه‌کی کاریگه‌ر فشاری کار که‌م بکاته‌وه‌ و باشبوونی گشتی فەرمانبه‌ران باشت‌ر بکات، به‌مه‌ش ده‌بنه‌ سه‌رچاوه‌یه‌کی ده‌روونی بنه‌ره‌تی بۆ که‌رتی خۆپێندنی به‌رزتر. توئینه‌وه‌که‌ به‌شداری زانستی و کرداری ده‌کات له‌ریگه‌ی به‌هێزکردنی رۆژی زانیی داهینه‌رانه له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بی‌زاری له‌کار له‌ریگه‌ی پێشکه‌شکردنی راسپارده‌ و پێش‌نیاره‌ به‌لگه‌بنیاته‌کان، به‌ ئامانجی به‌هێزکردنی سه‌رکردایه‌تی داهینه‌ر، په‌ره‌پێدانی پرۆگرامه‌کانی راهێنان له‌سه‌ر بنه‌مای داهیتان، و بنیاتانی ژینگه‌یه‌کی ریکخراوه‌یی پشتیوان و هاندەر بۆ داهیتان له‌زانکۆکاندا.

وشه‌ کلێلییه‌کان: تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، بی‌زاری له‌کار، زانکۆ ئەهلییه‌کان، پارێزگای هه‌ولێر، هه‌رمی کوردستانی عێراق.

١. سه‌ره‌تا

١.١ پاشخانی توژیینه‌وه

چه‌مکی بیژاری له‌کار سه‌ره‌تا له‌ده‌یه‌ی چه‌فتاکانی سه‌ده‌ی رابردوو له‌لایه‌ن ده‌رووناسی ئە‌لمانی-ئە‌مریکی هی‌ری‌ت فرۆیدنی‌گره‌وه‌ دانرا، که‌ بیژاری له‌کاری به‌بارودۆ‌خ‌یکی ماندوو‌بوونی ده‌روونی، جه‌سته‌یی و سۆ‌زداری پێ‌ناسه‌ کرد که‌ زۆ‌رت‌ر له‌نی‌و کارمه‌ندان‌ی بواری چاودێ‌ری و خزمه‌تگوزاری‌یه‌کان ده‌بیریت. دواتر، کریستینا ماسلاچ له‌گه‌ل سووزان جاکسون، ئامرازی پێ‌وانه‌ی ماسلاچ (MBI) دروستکرد که‌ بووه‌ ب‌ه‌مایه‌کی جیهانی بۆ‌هه‌تسه‌نگاندنی بیژاری له‌کار له‌بواری جیا‌جیادا، و بیژاری له‌کاریان به‌دیاردیه‌کی سی‌ په‌هه‌ندی داناوه: ماندوو‌بوونی سۆ‌زداری، بێ‌گانه‌بوونی که‌سایه‌تی و لاوازی‌بوونی هه‌ستی سه‌رکه‌وتن و به‌ره‌مه‌پێ‌دانی که‌سی. پێ‌شتر، ماسلاچ و لایته‌ر (١٩٩٧) شه‌ش په‌هه‌ندی سه‌ره‌کیان دیاری کرد که‌ کاریگه‌ری له‌سه‌ر بیژاری له‌کار هه‌یه: بارگه‌رانی کار، کۆ‌نترۆ‌ل، پاداشت، کۆ‌مه‌لگا، دادپه‌روه‌ری و به‌ها.

فه‌رمانبه‌رانی زانکۆ ئە‌هلییه‌کانی هه‌ری‌می کوردستان له‌به‌رده‌م فشاری سۆ‌زداری، بارگه‌رانی کار و په‌یوه‌ندییه‌ ئا‌لۆ‌زه‌کاندان. له‌گه‌ل گه‌شه‌کردنی به‌رده‌وامی ته‌کنه‌لۆ‌ژیا، کۆ‌لتور و هاوسه‌نگی نی‌وان کار و ژیا‌نی که‌سی، بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه ده‌بێ‌ته‌ هۆ‌کاری‌کی گرنگ بۆ‌رێ‌گریکردن له‌ بیژاری له‌کار و به‌هێ‌زکردنی باش‌بوونی گشتی. توژی‌ینه‌وه‌کان ده‌ریده‌خه‌ن که‌ په‌ره‌پێ‌دانی داهێ‌نان ده‌بێ‌ته‌هۆ‌ی باشت‌کردنی هاوکاری، بیرکردنه‌وه‌ی ورد و داهینانی زیاتر له‌ شوێ‌نی کار، هه‌روه‌ها وه‌ک ئا‌لۆ‌گۆ‌ری‌کی پارێ‌زه‌ری دژی بیژاری له‌کار کار ده‌کات، چونکه‌ کۆ‌نترۆ‌لی هه‌ست‌کراو زیاد ده‌کات و هه‌ستی بێ‌هێ‌زی که‌م ده‌کاته‌وه، به‌تایبه‌ت له‌که‌رتی خوێ‌ندنی به‌رز.

١.٢ کێ‌شه‌ی توژی‌ینه‌وه

بیژاری له‌کار بووه‌ته‌یه‌کی که‌ کێ‌شه‌ گرنگه‌کانی دامه‌زراوه‌کانی خوێ‌ندنی بالا له‌جیهاندا، و ئە‌م کێ‌شه‌یه‌ له‌بارودۆ‌خه‌ ئابوورییه‌ لاوازه‌کاندا، وه‌ک بارودۆ‌خی هه‌ری‌می کوردستان، ده‌توانیت به‌شێ‌وه‌یه‌کی به‌رچاوتر خۆ‌ی نیشان بدات. زانکۆ ئە‌هلییه‌کانی هه‌ولێ‌ر، به‌هۆ‌ی سروشتی کار و بارودۆ‌خی دامه‌زراوه‌یی و ئابووریان، له‌وانه‌یه‌ زیاتر به‌رکه‌وته‌ی ئە‌م دیاردیه‌ بن؛ چونکه‌ کارمه‌ندان و ستافی ئە‌م زانکۆ‌یا‌نه‌ رووبه‌رووی کۆ‌مه‌لێ‌ک فشاری جۆ‌راوجۆ‌ر ده‌بنه‌وه، له‌وانه‌ که‌می سه‌رچاوه‌ و پش‌تی‌وانی، ئا‌ناسوده‌یی ئابووری، بارگه‌رانی کاری، ناروونی رۆ‌ل و که‌می پش‌تی‌وانی دامه‌زراوه‌یی. له‌گه‌ل ئە‌وه‌شدا، هێ‌شتا توژی‌ینه‌وه‌ی زانستی کافی له‌سه‌ر ئە‌وه‌ی که‌ بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه چۆ‌ن ده‌توانیت به‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار له‌نی‌و کارمه‌ندان‌ی زانکۆ ئە‌هلییه‌کانی هه‌ولێ‌ر یارمه‌تیده‌ر بێ‌ت، به‌رده‌ست نی‌یه. ئە‌م که‌مبوونه‌وه‌یه‌ له‌ لێ‌کۆ‌لێ‌نه‌وه‌کاندا بۆ‌شاییه‌کی گرنگی زانستی دروست ده‌کات. بۆ‌یه‌، ئە‌م توژی‌ینه‌وه‌یه‌ هه‌ول ده‌دات ئە‌م بۆ‌شاییه‌ پر بکاته‌وه و رووناکی بخاته‌ سه‌ر رۆ‌لی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار و باشت‌کردنی ئە‌زموونی پێ‌شه‌یی کارمه‌ندان له‌ژینگه‌ی زانکۆ‌یی هه‌ولێ‌ر.

۱.۳ ئامانج و پرسیاره‌کانی توئینه‌وه

ئامانجی سه‌ره‌کی ئهم توئینه‌وه‌یه بریتیه له لیکۆلینه‌وه و پێوانه‌کردنی کاریگه‌ری تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داھینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار له‌نیو فەرمانبه‌رانی زانکۆ ئەهلییه‌کانی هه‌ولێر. توئینه‌وه‌که هه‌ول دعات وه‌لامی ئهم پرسیارانه بداته‌وه:

۱. ئاستی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داھینه‌رانه و بیژاری له‌کار له‌نیو فەرمانبه‌رانی زانکۆ ئەهلییه‌کانی هه‌ولێر چۆنه؟
۲. ئایا ریزه‌بندی گرنگی گۆراوه سه‌ره‌کییه‌کانی توئینه‌وه و ره‌هه‌نده‌کانیان له‌نیوان زانکۆ جیاوازه‌کاندا جیاوازی هه‌یه؟
۳. چ په‌یوه‌ندییه‌ک له‌نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داھینه‌رانه و بیژاری له‌کاردا هه‌یه؟
۴. ره‌هه‌نده جیاوازه‌کانی بیرکردنه‌وه‌ی داھینه‌رانه تا چ راده‌یه‌ک ده‌توانن به‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار یارمه‌تیده‌ر بن؟
۵. ئایا زانکۆکانی لیکۆلینه‌وه‌که‌راو له‌توانای که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار جیاوازن به‌گوێره‌ی ئاستی بیرکردنه‌وه‌ی داھینه‌رانه‌یان؟
۶. ئایا به‌گوێره‌ی تایبه‌تمه‌ندییه‌که‌سییه‌کانی وه‌لامده‌ره‌وان، جیاوازییه‌کی ئاماری به‌رچاو له‌گۆراوه‌کانی توئینه‌وه‌دا هه‌یه؟

۱.۴ گرنگی توئینه‌وه

ئهم توئینه‌وه‌یه گرنگییه‌کی زانستی و کرداری هه‌یه، چونکه‌ بۆشاییه‌کی سه‌ره‌کی له‌ئهم‌ده‌بیاتدا پرده‌کاته‌وه له‌رێگه‌ی لیکۆلینه‌وه له‌رۆلی بیرکردنه‌وه‌ی داھینه‌رانه له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار، به‌تایبه‌تی له‌ناو زانکۆ ئەهلییه‌کانی هه‌ریمی کوردستان، له‌کاتی‌که‌دا زۆربه‌ی توئینه‌وه‌ پێشووه‌کان زیاتر له‌سه‌ر که‌رتی ته‌ندروستی و کۆمپانیان ته‌رکه‌زیان کردووه. له‌بۆاری زانستییه‌وه، توئینه‌وه‌که پۆلی سایکۆلۆجی ریکخراوه‌یی و به‌رپوه‌بردن به‌ر‌فر‌وانتر ده‌کات، له‌کاتی‌که‌دا له‌بۆاری کرداریشدا، به‌رهه‌می توئینه‌وه‌که ده‌توانیت بپێته‌ رێبه‌ری بۆ دارشتنی سیاسه‌ت و به‌رنامه‌ی گه‌شه‌پێدانی داھینان له‌زانکۆکاندا که‌ یارمه‌تی به‌رزکردنه‌وه‌ی باشبوونی فەرمانبه‌ران، دڵخۆشی کار و کارایی دامه‌زراوه‌یی دعات.

۲. چوارچیوه‌ی تیۆری و لیکۆئینه‌وه‌ی پێشووه‌کان

۲.۱ چه‌مکی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و ره‌هه‌نده‌کانی

بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه به‌و توانایه‌ی مرۆف ناسراوه که بتوانیت بیروکه و چاره‌سه‌رییه نوێ و جیاوازه‌کان به‌ره‌مه‌به‌یت و له‌ کاتی پروبه‌بوونه‌وه له‌گه‌ڵ کێشه‌کاندا رێگایه‌کی کاریگه‌ر و گونجاو بدۆزێته‌وه. له‌م توێژینه‌وه‌یه‌دا، بۆ تیگه‌یشتن له‌ چه‌مکی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، پشت به‌ مۆدێلی گیلفۆرد و تاقیکردنه‌وه‌کانی تورانس (TTCT) به‌ستراوه. له‌سه‌ر بنه‌مای ئەم مۆدێله، بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌ چوار ره‌هه‌ندی سه‌ره‌کی پێکدێت: **ره‌سه‌نایه‌تی، روانی، نه‌رمی و وردبینی**. ره‌سه‌نایه‌تی ئاماژه‌یه‌ به‌ توانای دروستکردنی بیروکه‌یه‌کی نوێ و جیاواز که زۆر باو نه‌بێت؛ روانی په‌یوه‌ندی به‌ توانای به‌ره‌مه‌به‌یتانی ژماره‌یه‌کی زۆر له‌ بیروکه‌ له‌ ماوه‌یه‌کی دیاریکراودا هه‌یه؛ نه‌رمی نیشانه‌ی توانای گۆڕینی شیوازی بیرکردنه‌وه و سه‌یرکردنی کێشه‌ له‌ چه‌ندین لایه‌ن و روانگه‌ی جیاوازه؛ و وردبینی بریتییه له‌ توانای زیادکردنی ورده‌کاری، فراوانکردن و په‌ره‌پێدانی بیروکه‌ی سه‌ره‌تایی تا بگات به‌ شیوه‌یه‌کی ته‌واوتر و کاریگه‌رتر.

به‌پێی ئەو به‌لگانه‌ی له‌ توێژینه‌وه‌ پێشووه‌کاندا هاتوون، له‌وانه‌ فۆرتی-سیلایا و هاوکارانی (2021)، تام (2023)، ئۆزگین و ئه‌رده‌م (2024)، و غه‌هره‌مانی و هاوکارانی (2024)، بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه توانایه‌کی جێگیر و نه‌گۆڕ نیه‌، به‌لکو ده‌توانیت له‌ رێگه‌ی فێرکردن، ڕاهێنان و دروستکردنی ژینگه‌یه‌کی پشتیوان و هانده‌روه‌ په‌ره‌ی پێبدێت. هه‌روه‌ها، په‌ره‌پێدانی ئەم توانایه‌ ده‌توانیت یارمه‌تیده‌ر بێت بۆ باشتکردنی کارایی تاک، گونجاندنی که‌سی له‌گه‌ڵ ژینگه‌ی کار و زیادکردنی توانای کارمه‌ندان بۆ چاره‌سه‌رکردنی کێشه‌کان و مامه‌له‌کردن له‌گه‌ڵ گۆرانکارییه‌کانی ژینگه‌ی رێکخراوه‌یی.

۲.۲ چه‌مکی بیزاری له‌ کار و ره‌هه‌نده‌کانی

بیزاری له‌ کار وه‌ک کێشه‌یه‌کی ده‌روونی و پێشه‌یی چه‌ندره‌هه‌ندی، زۆرجار له‌ ئەنجامی به‌رده‌وامبوونی فشار و داواکارییه‌کانی ژینگه‌ی کار دروست ده‌بێت و ده‌توانیت کاریگه‌رییه‌کی نه‌رێنی له‌سه‌ر هه‌ستی که‌سی و شیوازی ئەنجامدانی کار دابنێت. ئەم چه‌مکه‌ به‌ شیوه‌یه‌کی گشتی له‌ سێ ره‌هه‌ندی سه‌ره‌کی پێکدێت: **ماندوو‌بوونی سۆزداری، که‌ ئاماژه‌یه‌ به‌ که‌مبوونه‌وه‌ی وزه‌ و سه‌رچاوه‌ سۆزدارییه‌کان و هه‌ستکردن به‌ ماندوو‌بوون له‌به‌ر داواکارییه‌کانی کار؛ بێگانه‌بوون یان دوورکه‌وتنه‌وه‌ی سۆزداری، که‌ له‌ په‌فتاریکی سارد، بێ‌تفاوت و دووربوونه‌وه‌ له‌ هاوکاران و ئەو که‌سانه‌ی خزمه‌ت وهرده‌گرن ده‌رده‌که‌وێت؛ و که‌مبوونه‌وه‌ی ده‌ستکه‌وتی که‌سی، که‌ به‌ هه‌ستکردن به‌ لاوازی تواناکان، که‌مبوونه‌وه‌ی به‌ره‌مه‌داری و که‌مبوونه‌وه‌ی هه‌ستی سه‌رکه‌وتن له‌ کاردا په‌یوه‌ندیده‌اره.**

ئەنجامه‌کانی ژماره‌به‌ک له‌ توێژینه‌وه‌ جیهانییه‌کان، له‌وانه‌ سترکس و هاوکارانی (2021)، سینها و سه‌راف (2024)، و رۆسی و هاوکارانی (2024)، نیشانیان داوه‌ که‌ هۆکاره‌کانی وه‌ک بارگرایی زۆری کار، که‌می یان نه‌بوونی پاداشت و دانپێدانان، تیکچوونی هاوسه‌نگی نێوان کار و ژيان، و که‌مبوونی پشتیوانی دامه‌زراوه‌یی ده‌توانن به‌ شیوه‌یه‌کی به‌رچاو په‌یوه‌ندیان به‌ زیادبوونی بیزاری له‌ کاره‌وه‌ هه‌بێت. به‌ پێچه‌وانه‌وه‌، کاتیک کارمه‌ند هه‌ست به‌ ماناداری کاره‌که‌ی بکات و ده‌رفه‌تی بێ‌پاردان و سه‌ربه‌خۆی له‌ جێبه‌جێکردنی ئه‌ره‌که‌کانیدا هه‌بێت، ئەوه‌ ده‌توانیت وه‌ک فاکته‌ری پارتیه‌ر کار بکات و مه‌ترسی په‌ره‌سه‌ندنی بیزاری له‌ کار که‌م بکات.

۲.۳ په‌یوه‌ندی نیوان بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کار

لېکۆلینه‌وه‌کانی پیشووتر ئاماژه به بوونی په‌یوه‌ندییه‌کی نه‌رئینی له‌نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و ئاستی بیژاری له‌کار ده‌کهن. به واتایه‌کی تر، ئەو که‌سانه‌ی توانای داهینانیان به‌رتره، زۆرجار توانای زیاتر بۆ دۆزینه‌وه‌ی چاره‌سه‌ری نوێ و کارپگه‌ر، مامه‌له‌کردن له‌گه‌ڵ کێشه‌کان و رووبه‌رووبوونه‌وه‌ی فشاری ژینگه‌ی کار هه‌یه. ئەم توانایانه ده‌توانن یارمه‌تیده‌ر بن بۆ که‌مکردنه‌وه‌ی هه‌ستی بێتوانایی، ماندوو‌بوونی ده‌روونی و دوورکه‌وتنه‌وه‌ی سۆزداری له‌کار و هاوکاران.

له‌گه‌ڵ ئەوه‌شدا، هه‌شتا بۆشاییه‌کی به‌رچاو له‌ بواری توێژینه‌وه‌دا هه‌یه سه‌باره‌ت به‌ پێوانه‌کردنی ئەم په‌یوه‌ندییه له‌ دامه‌زراوه‌کانی خوێندنی بالا له‌ ناوچه‌یه‌کانی وه‌ک هه‌رئیمی کوردستان، که له ژینگه‌یه‌کی سیاسی و ئابووری گۆراو و نا‌ئارامدا کار ده‌کهن. که‌مبوونی توێژینه‌وه‌ی میدانی و ئەکادیمی له‌سه‌ر ئەم باب‌ه‌ته، پێویستی به‌ لېکۆلینه‌وه‌یه‌کی وردتر و سیسته‌ماتیک‌تر ده‌خاته‌روو. بۆیه، ئەم توێژینه‌وه‌یه هه‌ول ده‌دات ئەم بۆشاییه زانستییه پر بکاته‌وه، له‌ رینگه‌ی شیکردنه‌وه‌یه‌کی ئاماری فراوان و به‌کاره‌یتانی مۆدیلی هاوکێشه پێکهاته‌یه‌کان (Structural Equation Modeling – SEM)، بۆ دیاریکردنی سروشت و ئاستی په‌یوه‌ندی نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کار.

۳. میتۆدۆلۆژیای توێژینه‌وه

۳.۱ فله‌سه‌فه، روانگه و شیوازی توێژینه‌وه

ئەم توێژینه‌وه‌یه له‌سه‌ر بنه‌مای فله‌سه‌فه‌ی پۆزیتیفیزم (Positivism)، واته فله‌سه‌فه‌ی ئەرئینیگه‌ری و پشتمه‌ستن به‌ به‌لگه‌ی ده‌توانرێت بپێردرێت و شیکاری بۆ بکری، ئەنجام دراوه. هه‌روه‌ها، توێژینه‌وه‌که روانگه‌ی داکۆکی (Deductive Approach) په‌یره‌و ده‌کات؛ واته له‌ تیۆری و بنه‌ما گشتیه‌که‌وه ده‌ست پێ ده‌کات و به‌ تاقیکردنه‌وه‌ی گریمانانه‌کان و پێوانه‌کردنی داتا ده‌گاته ئەنجامه تایبه‌تیه‌کان.

له‌ رووی شیوازی توێژینه‌وه‌شه‌وه، رێبازی چه‌ندایه‌تی (Quantitative Approach) و دیزاینی وه‌سفی . شیکاری (Descriptive-Analytical Design) به‌کارهاتوون. له‌ رووی سترا‌تیژی توێژینه‌وه‌شه‌وه، شیوازی راپرسی (Survey Method) هه‌ل‌بژێردراوه بۆ کۆکردنه‌وه‌ی داتای سه‌ره‌تایی له‌ رینگه‌ی پرسیارنامه‌یه‌کی رێک‌خراو. (Structured Questionnaire)

پیش دابه‌شکردنی پرسیارنامه‌که به‌ شیوه‌ی گشتی، تاقیکردنه‌وه‌ی پیشه‌کی (Pilot Test) له‌سه‌ر ۳۰ به‌شداربوو ئەنجام درا، بۆ دنیابوون له‌ روونی و ئاشکرای پرسیاره‌کان، گونجانی ناوه‌رۆک، ئاسانبوونی وه‌لامدانه‌وه و گونجانی پێوه‌ره‌کانی پێوانه‌کردنی گۆراوه‌کانی توێژینه‌وه. ئەم تاقیکردنه‌وه‌یه هه‌روه‌ها یارمه‌تیده‌ر بوو بۆ ناسینه‌وه و چاره‌سه‌رکردنی هه‌ر کێشه‌یه‌کی ئەگه‌ری له‌ دا‌پشتن و رێک‌خستنی پرسیارنامه‌که پیش دابه‌شکردنی کۆتایی.

۳.۲ کۆمه‌لگا و نموننه‌ی توپژینه‌وه:

کۆمه‌لگای ئامانجی ئهم توپژینه‌وه‌یه پیکه‌وه له ستافی ئه‌کادیمی و کارمندانې به‌شی به‌رپوه‌بردنی هه‌شت زانکۆی ئه‌هلی له پارێزگای هه‌ولیر بوو. ئهم زانکۆیانه بریتین له: زانکۆی تیشک، زانکۆی لوبنانی، فهره‌نسی، زانکۆی نولج، زانکۆی جیهان، زانکۆی به‌یان، زانکۆی نیوده‌وله‌تی هه‌ولیر، زانکۆی قه‌لا و زانکۆی کاسۆلیک. به‌پێی ئاماره‌کانی وه‌زاره‌تی خوێندنی بالا و توپژینه‌وه‌ی زانستی، ژماره‌ی گشتی کارمندانې ئهم هه‌شت زانکۆیه ۱۲۱۳ که‌س بوو. به‌پێی خسته‌ی کرێجی و مۆرگان (Krejcie and Morgan, 1970)، که‌مترین قه‌باره‌ی نموننه‌ی پتویست بۆ ئهم کۆمه‌لگایه ۳۰۶ که‌س دیاریکراوه. بۆ کۆکړنه‌وه‌ی داتای پتویست، ۴۲۱ پرسیارنامه دابه‌ش کرا. له کۆتای پروسه‌ی کۆکړنه‌وه‌ی داتا، ۳۸۷ پرسیارنامه‌ی ته‌واو و گونجاو وه‌رگیراوه و بۆ شیکړنه‌وه به‌کارهاتوو؛ به‌م شپوه‌یه رێژه‌ی وه‌لامدانوه ۹۱.۹٪ بوو. به‌شداربووان به‌شپوازی نموننه‌برینی به‌رده‌ست (Convenience Sampling) هه‌لپ‌بژێردان، و کۆکړنه‌وه‌ی داتا له ماوه‌ی ۵۰ تا ۲۰ ی ئایاری ۲۰۲۵ ئه‌نجام دراوه.

خسته‌ی (۱): ژماره‌ی پرسیارنامه‌ی وه‌رگیراوه به‌پێی زانکۆکان

ژماره‌ی پرسیارنامه‌ی وه‌رگیراوه	ناوی زانکۆ	ژ.
56	زانکۆی نیوده‌وله‌تی تیشک	۱
75	زانکۆی لوبنانی فهره‌نسی	۲
59	زانکۆی زانین	۳
90	زانکۆی جیهان	۴
21	زانکۆی بایان	۵
17	زانکۆی نیوده‌وله‌تی هه‌ولیر	۶
22	زانکۆی قه‌لا	۷
47	زانکۆی کاسۆلیک	۸
387	کۆی گشتی	

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توپژێره له‌سهر بڼه‌مای داتا‌کانی نامه‌ی سه‌ره‌کی

۳.۳ ئامرازى توپژینه‌وه و شیکړنه‌وه‌ی داتا

پرسیارنامه‌که له سێ به‌شی سه‌ره‌کی پیکهاتبوو. به‌شی یه‌که‌م تایبته‌ت بوو به‌ زانیارییه دیمۆگرافیه‌کانی به‌شداربووان، له‌وانه: ره‌گه‌ز، ته‌مه‌ن، برۆانامه‌ی زانستی و ماوه‌ی خزمه‌ت. به‌شی دووهم ۲۰ بره‌گه‌ی له‌خوگرته‌بوو بۆ پتوانه‌کردنی تواناکانی بیرکړنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، که‌ له تاقیکړنه‌وه‌کانی تۆرانس (Torrance Tests of Creative Thinking – TTCT) وه‌رگیراوه و به‌سه‌ر چوار ره‌هه‌ندی سه‌ره‌کی، واته‌ ره‌سه‌نایه‌تی، روانی، نه‌رمی و وردبینی دابه‌شکراوه. به‌شی سێیه‌میش ۱۵ بره‌گه‌ی له‌خوگرته‌بوو بۆ پتوانه‌کردنی بیزاری له‌کار، که‌ له پتوه‌ری بیزاری له‌کار ماسلاچ (Maslach Burnout Inventory – MBI) وه‌رگیراوه. بۆ هه‌موو بره‌گه‌کانی پتوه‌ره‌کان، پتوه‌ری پینج‌خالی لیکه‌رت (Five-Point Likert Scale) به‌کارهاتوو؛ به‌شپوه‌یه‌ک که ۱ = زۆر ناله‌بارم / زۆر پازی نیم و ۵ = زۆر پازیم بوو. بۆ ئاسانکردنی تیگه‌یه‌شتن و به‌شدارپێ وه‌لامده‌ره‌وان، پرسیارنامه‌که به‌ دوو زمانى کوردی و ئینگلیزی ئاماده و دابه‌ش کرا.

بۆ شیکردنه‌وه‌ی داتا، به‌نامه‌ی ئاماری (SPSS) وه‌شانی ۲۶ به‌کارهاتوو به‌ئه‌نجامدانی ئاماره وه‌سفیه‌کان و وه‌سفکردنی تاییه‌تمه‌ندییه سه‌ره‌کیه‌کانی داتا. هه‌روه‌ها، به‌نامه‌ی مۆدیلکردنی هاوکیشه پیکهاته‌یه‌کان (AMOS) به‌کارهاتوو به‌ئێکه‌شیکردنه‌وه‌ی په‌یوه‌ندی نیوان گۆراوه‌کان، شیکردنه‌وه‌ی پاشه‌کشه و تاقیکردنه‌وه‌ی مۆدیلی هاوکیشه پیکهاته‌یه‌کان بۆ دیاریکردنی په‌یوه‌ندی و کاریگه‌ری نیوان تواناکی بیرکرنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له کار.

۳.۴ متمانه‌پیکردن و دروستی ئامرازی توئینه‌وه

پیش دابه‌شکردنی گشتی پرسیارنامه‌که، دروستی رووکەش (Face Validity) و دروستی ناوه‌پۆک (Content Validity) له‌لایه‌ن پانیلیک له‌شاره‌زایانی بواری به‌رپۆه‌بردنه‌وه هه‌لسه‌نگینرا و پشتراستکرایه‌وه. له‌ئه‌نجامی ئەم هه‌لسه‌نگاندنه‌وه، هه‌ندیک برگه به‌هۆی دووباره‌بوونه‌وه، ناروونی یان نه‌گونجانیان له‌گه‌ل ئامانجی پتۆه‌ره‌کان لابران، و ژماره‌ی برگه‌کانی پرسیارنامه‌که له ۵۷ برگه‌وه بۆ ۴۰ برگه که‌مکرایه‌وه. دوا‌ی دابه‌شکردنی پرسیارنامه و کۆکردنه‌وه‌ی داتا، پتۆانه‌کردنی متمانه‌پیکراوی (Reliability) پتۆه‌ره‌کان به‌به‌کاره‌یتانی هاوکیشه‌ی کرۆنباخ ئەلفا (Cronbach's Alpha) ئەنجام درا. هه‌روه‌ها، بۆ دنیابوون له دروستی پیکهاته‌ی پتۆه‌ره‌کان و پشتراستکردنه‌وه‌ی ره‌هه‌نده‌کانیان، شیکردنه‌وه‌ی فاکته‌ری پشتراستکه‌ره‌وه (Confirmatory Factor Analysis – CFA) به‌کار هێنرا. ئەنجامه‌کانی ئەم شیکردنه‌وه‌یه له‌خشته و روونکردنه‌وه‌کانی خواره‌وه پیشان ده‌درێن.

خشته‌ی (۲): پتۆانه‌ی متمانه‌پیکردن به‌رینگه‌ی کرۆنباخ ئەلفا

به‌های ئەلفا	ژماره‌ی بابته	ره‌هه‌ند	گۆراو
0.795	5	ره‌سه‌نایه‌تی	تواناکی بیرکرنه‌وه‌ی داهینه‌رانه
0.844	5	روانی	
0.838	5	نه‌رمی	
0.888	5	وردبینی	
0.966	20	کۆی گشتی بیرکرنه‌وه‌ی داهینه‌رانه	
0.868	5	ماندوو‌بوونی سۆزداری	بیژاری له کار
0.770	5	بیگانه‌بوون له‌خۆ و دوورکه‌وتنه‌وه‌ی سۆزداری	
0.702	5	که‌مبوونه‌وه‌ی ده‌ستکه‌وتی که‌سی	
0.929	15	کۆی گشتی بیژاری له کار	
—	35	کۆی گشتی پرسیارنامه	

سه‌رجاوه: ئاماده‌کراوی توئێهر له‌سه‌ر بئه‌ما‌ی درجه‌کانی SPSS-26

به‌های به‌رزى ئەلفای کرۆنباخ بۆ هه‌ردوو گۆراو (0.966 بۆ بیرکرنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و 0.929 بۆ بیژاری له کار) پیشاندهری راده‌یه‌کی به‌رزى گونجانی ناو‌خۆیی و متمانه‌پیکراوی زۆری ئامرازی پرسیارنامه‌یه. هه‌روه‌ها تاقیکردنه‌وه‌ی KMO بۆ هه‌ردوو گۆراو (0.718 و 0.665) له‌گه‌ل گرنگی ئاماری تاقیکردنه‌وه‌ی بارتلیت (Sig=0.000) پیشانیدا که داتا‌کان گونجاوون بۆ شیکردنه‌وه‌ی فاکته‌ری پشتراستکه‌ره‌وه.

٤. ئەنجامه‌کانی توئینه‌وه

٤.١ تایه‌تمه‌ندییه دیموگرافییه‌کانی نمونه‌ی توئینه‌وه

خشته‌ی (٣) پیشانی ده‌دات که ریژه‌ی پیاوان له نمونه‌ی توئینه‌وه‌دا 53.7% و ریژه‌ی ژنان 46.3% بووه. زۆرتین ریژه‌ی ته‌مه‌ن له پۆلی (40-31 ساڵ) بووه به ریژه‌ی 48.6%، و زۆرتین ریژه‌ی بروانامه‌ی زانستی بۆ خاوه‌ن ماسته‌ر بووه به 55.8%، دواتر دکتۆرا به 27.6%. له‌باره‌ی ماوه‌ی خزمه‌ت له پۆستی ئیستادا، 36.7% له وه‌لامده‌ره‌وان زیاتر له (7) ساڵ خزمه‌تیان هه‌یه.

خشته‌ی (٣): زانیاری دیموگرافی نمونه‌ی توئینه‌وه

ریژه‌ی سه‌دی %	دووباره‌بوونه‌وه	پۆل	تایه‌تمه‌ندی
53.7	208	نێر	ره‌گه‌ز
46.3	179	م	
25.6	99	که‌مه‌تر له 30 ساڵ	ته‌مه‌ن
48.6	188	40-31 ساڵ	
13.2	51	50-41 ساڵ	
12.7	49	زیاتر له 50 ساڵ	
12.1	47	به‌کالۆریۆس	بروانامه‌ی زانستی
55.8	216	ماسته‌ر	
27.6	107	دکتۆرا	
27.4	106	که‌مه‌تر له 3 ساڵ	ماوه‌ی خزمه‌ت له پۆستی ئیستا
35.9	139	7-5 ساڵ	
36.7	142	زیاتر له 7 ساڵ	

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئینه‌ره له‌سه‌ر بنه‌مای ده‌رجه‌کانی SPSS-26 (کۆی گشتی نمونه = 387)

٤.٢ ئاستی گۆراوه‌کانی توئینه‌وه

بۆ دیاریکردنی ئاستی وه‌لامه‌کان، پتوه‌ری پینچ‌خالی لیکه‌رت بۆ پینچ ئاست دابه‌ش کرا: زۆر نزم، نزم، مامناوه‌ند، به‌رز و زۆر به‌رز. ئەنجامه‌کان نیشان ده‌ده‌ن که ئاستی گشتی بیرکرنه‌وه‌ی داهینه‌رانه به‌رز بووه، به‌وه‌ی ناوه‌ندی گشتی هه‌ژمارکراو (3.699) بووه و ریژه‌ی رازیبوون (73.976%) پیکه‌تینه‌وه. له‌نیوان ره‌هه‌نده‌کانی بیرکرنه‌وه‌ی داهینه‌رانه‌شدا، روانی به‌رزترین ئاستی تۆمار کردووه، که ئاماژه‌یه بۆ توانای به‌رز به‌شداربووان له به‌ره‌مه‌یه‌تی ژماره‌یه‌کی زۆر له بیرۆکه‌ و چاره‌سه‌ری جیاواز.

له به‌رامبه‌ردا، ئاستی بیزاری له کار به‌گشتی نزم بۆ مامناوه‌ند بووه. ئەم ئەنجامه‌ ده‌ریده‌خات که زۆریه‌ی به‌شداربووان هه‌ستی به‌رز بیزاری له کار نه‌کردووه و، به‌گشتی، کاردانه‌وه‌یه‌کی ئەرتینان به‌رامبه‌ر ژینگه‌ و بارودۆخی کاری خۆیان هه‌بووه. له‌رووی زانستییه‌وه، ئەمه‌ ده‌توانیت ئاماژه‌ بێت به‌وه‌ی که بوونی توانا‌کانی داهینه‌رانه و توانای مامنه‌که‌کردن له‌گه‌ڵ کێشه‌ و فشاره‌کانی کار، له‌پیکه‌ستنی ئەزموونی کاری به‌شداربوواندا رۆلێکی گرنگ هه‌یه.

خشته‌ی (۴): وه‌سفی ره‌هه‌نده‌کانی بیرکرندهوی داهینه‌رانه

ریز	ریژه‌ی رازیوون %	لادانی ستانداردی	مامناوه‌ند	ره‌هه‌ند
۱	79.070	—	3.72 – 3.953	روانی
۲	75.687	0.658	3.784	ره‌سه‌نایه‌تی
۳	—	—	3.75 (نزیکه‌ی)	نه‌رمی
۴	72.114	0.833	3.606	وردبینی
به‌رز	73.976	0.730	3.699	کۆی گشتی بیرکرندهوی داهینه‌رانه

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئیه‌ر له‌سه‌ر بنه‌مای ده‌رجه‌کانی SPSS-26

۴.۳ تاقیکرندهوی په‌یوه‌ندی نیوان گۆراوه‌کانی توئینه‌وه

بۆ تاقیکرندهوی گریمانه‌ی سییه‌می سه‌ره‌کی، پتوهری په‌یوه‌ندی پیرسۆن به‌کاره‌ینرا له‌ رینگه‌ی AMOS-26. ئه‌نجامه‌کان له خشته‌ی (۵) پیشاندراون:

خشته‌ی (۵): په‌یوه‌ندی نیوان ره‌هه‌نده‌کانی بیرکرندهوی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کار

تاستی گرنگی	به‌های په‌یوه‌ندی له‌گه‌ل بیژاری له‌کار	ره‌هه‌ندی سه‌ره‌خۆ
0.000	-0.85 **	تواناکانی بیرکرندهوی داهینه‌رانه (کۆی گشتی)
0.000	-0.54 **	ره‌سه‌نایه‌تی
0.000	-0.73 **	روانی
0.000	-0.70 **	نه‌رمی
0.000	-0.65 **	وردبینی

** په‌یوه‌ندی به‌ئاماری به‌رچاوه له‌تاستی (0.01) / سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئیه‌ر له‌سه‌ر بنه‌مای ده‌رجه‌کانی AMOS-26

ئه‌نجامه‌کان نیشان ده‌ده‌ن که له‌نیوان بیرکرندهوی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کاردا په‌یوه‌ندییه‌کی نه‌رئینی به‌هێز و له‌رووی ئامارییه‌وه به‌رچاوه‌یه، به‌به‌های هاوکیشه‌ی په‌یوه‌ندی. ($r = -0.85$) ئه‌م ئه‌نجامه‌ ئاماژه‌ به‌وه ده‌کات که هه‌رچه‌نده‌ تاستی بیرکرندهوی داهینه‌رانه به‌رزتر بێت، تاستی بیژاری له‌کار به‌ شیوه‌یه‌کی دیاریکراو نزمتر ده‌بێته‌وه. به‌واتایه‌کی تر، که‌سانیک که توانای زیاتر بۆ بیرکرندهوی نوی، دۆزینه‌وه‌ی رینگه‌چاره‌ی جیاواز و مامه‌له‌کردن له‌گه‌ل کیشه‌کانی کار هه‌یه، زۆرجار که‌متر تووشی بیژاری له‌کار ده‌بن.

له‌ نیوان ره‌هه‌نده‌ جیاوازه‌کانی بیرکرندهوی داهینه‌رانه‌شدا، روانی به‌هێزترین په‌یوه‌ندی نه‌رئینی له‌گه‌ل بیژاری له‌کاردا هه‌بووه، به‌به‌های ($r = -0.73$)، که دواتر نه‌رمی به‌ په‌یوه‌ندی ($r = -0.70$) ها‌توو. ئه‌مه ده‌ریده‌خات که توانای به‌ره‌مه‌پێنانی ژماره‌یه‌کی زۆر له‌ بیرۆکه‌ و هه‌روه‌ها توانای گۆرینی شیوازی بیرکرنده‌وه و سه‌یرکردنی کیشه‌کان له‌ چهن‌دین روانگه‌وه، ده‌توانیت رۆلێکی گرنگ له‌ که‌مکرندهوی بیژاری له‌کاردا هه‌بێت.

٤.٤ تاقیکردنه‌وه‌ی کاربگری/پاشه‌کشه نیوان گۆراوه‌کانی توئینه‌وه

له رینگه‌ی مۆدیلکردنی هاوکیشه پیکهاته‌یه‌کان (Structural Equation Modeling – SEM) ، ده‌رکه‌وت که تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه کاربگریه‌کی نه‌رینی و له رووی ئاماریه‌وه زۆر به‌رچاویان له‌سه‌ر بیژاری له کار هه‌یه. به‌های هاوکیشه‌ی کاربگری ستانداردکراو ($\beta = -0.82$) و ئاستی گرنگی ($p < 0.001$) ئه‌وه پشتراست ده‌که‌نه‌وه که ئهم کاربگریه به‌هێز و له رووی ئاماریه‌وه به‌رچاویه.

هه‌روه‌ها، به‌های هاوکیشه‌ی دیاریکەر ($R^2 = 0.72$) نیشان ده‌دات که نزیکه‌ی 72% له گۆرانکاریه‌کانی بیژاری له کار ده‌توانریت به تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه‌وه روون بکریته‌وه. ئه‌مه‌ش ئاماژه‌یه به‌وه‌ی که تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه یه‌کیکه له گۆراوه‌ گرنگه‌کان که ده‌توانریت له روونکردنه‌وه و پیشبینیکردنی ئاستی بیژاری له کاردا رۆلێکی به‌رچاوه‌به‌یت.

خشته‌ی (٦): کاربگری ره‌هه‌نده‌کانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر بیژاری له کار

نه‌جام	ئاستی گرنگی	به‌های ستانداردکراو (β)	ره‌هه‌ند
کاربگری به‌رچاو	***	-0.35	ره‌سه‌نایه‌تی
کاربگری به‌رچاو (به‌هێزترین)	***	-0.65	روانی
کاربگری به‌رچاو	***	-0.47	نه‌رمی
کاربگری به‌رچاو	***	-0.48	وردبینی

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئینه‌ر له‌سه‌ر بنه‌مای ده‌رجه‌کانی AMOS-26

٤.٥ بوخته‌ی نه‌جامی گریمانه‌کانی توئینه‌وه

خشته‌ی (٧): بوخته‌ی نه‌جامی گریمانه سه‌ره‌کییه‌کان

نه‌جام	ناوه‌رۆک	گریمانه
په‌سه‌ندکراوه	جیاوازی به‌ئاماری به‌رچاو له بۆچوونی نمونه بۆ هه‌ردوو گۆراوه‌یه	H1
په‌سه‌ندکراوه	ریزبه‌ندی گرنگی گۆراوه‌کان به‌پیتی زانکۆ جیاوازه	H2
په‌سه‌ندکراوه	په‌یوه‌ندی نه‌رینی ئاماری به‌رچاو له‌نیوان بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له کاردا هه‌یه	H3
په‌سه‌ندکراوه	کاربگری به‌رچاوی ره‌هه‌نده‌کانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له کار هه‌یه	H4
په‌سه‌ندکراوه	زانکۆکان جیاوازن له توانای که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له کار به‌گوێه‌ی ئاستی داهینانیان	H5
ره‌تکراوه‌ته‌وه	جیاوازی ئاماری به‌رچاو به‌پیتی تاییبه‌تمه‌ندی که‌سایه‌تی وه‌لامده‌روان هه‌یه	H6

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئینه‌ر له‌سه‌ر بنه‌مای نه‌جامی شیکردنه‌وه‌ی ئاماری

ه. گفتوگۆ و ليكدانه وهی نه نجامه كان

نه نجامه كانی ئەم توێژینه وهی به شیوهیه کی به هیژ پشتیوانی له بیرۆکهی سهره کی توێژینه وه که ده کهن، که بیرکړدنه وهی داهینه رانه ده توانیت وه که سهرچاوهیه کی دهروونی کاريگهري، توانای تاک بو ږووبه ږووبونه وه له گه ل بيزاری له کار به هیژ بکات . له نه نجامه کاند، ږوانی و نه رمی وه که به هیژ ترين پيشبينه رانه کی که مکرده وهی بيزاری له کار ده که ووتون. ئەم دۆزینه وانه له گه ل نه نجامی توێژینه وه کی پيشوودا، له وانه سافيرا و هاوکارانی (2022) و يالجيی و به ناسی (2024) ، هاوتان؛ چونکه نه توێژینه وانه ش ئاماژه به وه ده کهن که تاکه كانی خاوهن نه رمی بیرکړدنه وه، که ده توانن کيشه یه که له چه ندين ږوانگه وه ببين و ژماره یه کی جوړاو جوړ له ريگا چاره پيشنار بکهن، زورجار توانای زياتر بو کو نترؤ لکړدن فشاره کی کار و که مکرده وهی هه ستي بپه يزيان هه یه.

له لايه کی دیکه وه، په تکرده وهی گريمانه ی شه شه م نيشان ده دات که په یوه ندي نيوان بيرکړدنه وهی داهينه رانه و بيزاری له کار له م نمونه یه دا به شیوه یه کی راس ته وخو تر کار ده کات و کاريگهري تايبه تمه ندي به که سييه کان له سهر ئەم په یوه ندي به زور بهرچاو نييه. ئەم دۆزینه وهی گرنکه، چونکه ده کریت سهر تايه که بپت بو توێژینه وهی داهاتو بو ناسينه وهی نه و ميکانيزمانه ی که وا ده کهن توانای داهيتان و بيرکړدنه وهی نوی بتوانیت به سهر به خو ي ږؤ لیک له که مکرده وهی بيزاری له کاردا بگيریت.

له ږووی تيوريه وه، ئەم توێژینه وهی بيرکړدنه وهی داهينه رانه ته نه واک توانايه کی تاک نييه، به لکو وه که سهرچاوه یه کی دهروونی گرنګ بو ريکخراو و ژينگه ی کار ليی دهروانیت. ئەم تيروانينه ده کریت به شتيک بپت له په ره پيدانی نه ده بياتی بيزاری له کار، که تا ئیستا زورجار جه ختی له سهر هوکاره ده ره کييه كانی ژينگه ی کار، وه که بارگړانی، که می پشتیوانی و نه گونجانی ږؤ له کان، کردو وه ته وه.

له ږووی کرداريه وه، نه نجامه كانی توێژینه وه که بنه مايه کی به سوود بو به ږيوه به رانی زانکوکان دابین ده کهن بو نه وهی زياتر سهرمايه گذاری له په ره پيدانی توانا کی داهيتان، راهيتانی بيرکړدنه وهی داهينه رانه، دروستکردنی کولتور ي ريکخراوه ی پشتیوان، دابینکردنی ده رفه قی سهر به خو ي له کار و دانانی سيسته می پاداشتی گونجاو بو نو يکاري بکهن. ئەم هه نگا وانه ده توانن يارمه تيدهر بن بو که مکرده وهی بيزاری له کار، به رزکړدنه وهی ږا زيپوون له کار و به هیژ کړدن به رده وای و توانای دامه زراوه یی زانکوکان.

6. کۆتایی توێژینه‌وه

ئهم توێژینه‌وه‌یه به پشتبەستن به به‌لگه‌ی زانستی و شیکردنه‌وه‌ی ئاماری، په‌یوه‌ندییه‌کی نه‌رێتی و به‌هێزی له‌نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کار له‌نیو فه‌رمانبه‌رانی زانکۆ ئه‌هلییه‌کانی هه‌رێمی کوردستاندا پشتراست کردووه‌ته‌وه. ئه‌نجامه‌کان نیشان ده‌ده‌ن که به‌رزبوونه‌وه‌ی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌گه‌ڵ نزمبوونه‌وه‌ی ئاستی بیژاری له‌کاردا په‌یوه‌ندییه‌کی به‌رچاو هه‌یه. له‌نیوان په‌هه‌نده‌کانی ئهم توانایه‌شدا، روانی و نه‌رمی وه‌ک به‌هێزترین په‌هه‌نده‌کان ده‌رکه‌وتوون له‌که‌مکردنه‌وه‌ی ماندووبوونی سۆزداری و بیگانه‌بوون له‌خۆ و دوورکه‌وتنه‌وه‌ی سۆزداری.

هه‌روه‌ها، ئه‌نجامه‌کان ئاماژه به‌وه ده‌که‌ن که هه‌ندیک له‌تایبه‌تمه‌ندییه‌ دیمۆگرافیه‌یه‌کان، له‌وانه ته‌مه‌ن، برۆانامه‌ی زانستی و ماوه‌ی خزمه‌ت، ده‌توانن له‌هه‌ندیک جوهره‌وه‌ کاریگه‌رییان له‌سه‌ر ئه‌زموونی کاری و توانای خۆراگری فه‌رمانبه‌ران هه‌بێت. له‌به‌ر ئه‌وه، په‌ره‌پێدانی داهینان له‌ناو ستافی زانکۆکاندا نابێت ته‌نها وه‌ک هه‌ولێکی تاکه‌که‌سی سه‌یر بکری، به‌لکو پتویستی به‌رێک‌خستنێکی سیسته‌ماتیک، راهینانی به‌رده‌وام، ژینگه‌یه‌کی پشتیوان و به‌هێزکردنی توانای رێک‌خراوه‌یی بۆ خۆراگری هه‌یه.

له‌کۆتاییدا، تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه ده‌توانن وه‌ک سه‌رچاوه‌یه‌کی گ‌رنگ بۆ به‌هێزکردنی توانای فه‌رمانبه‌ران له‌مامه‌له‌کردن له‌گه‌ڵ فشار و ئالۆزییه‌کانی ژینگه‌ی کار کار بکه‌ن. بۆیه، وه‌به‌ره‌یتان له‌په‌ره‌پێدانی ئهم توانایانه ده‌توانیت هه‌نگاوێکی گ‌رنگ بێت بۆ که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار و به‌هێزکردنی به‌رده‌وامی، کارایی و توانای زانکۆکان بۆ رووبه‌رووبوونه‌وه له‌گه‌ڵ چالشه‌کانی داهاتووی بواری خۆپێدانی بالا

7. پێشنیاره‌کان

- 1. دامه‌زراندن و تاقیکردنه‌وه‌ی به‌رنامه‌ی گه‌شه‌پێدانی داهینان: دروستکردنی به‌رنامه‌ی راهینانی پێشه‌یی بۆ به‌هێزکردنی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، له‌گه‌ڵ هه‌لسه‌نگاندنی پێش و پاش به‌رنامه‌که بۆ پێوانه‌کردنی کاریگه‌ری له‌سه‌ر ئاستی بیژاری له‌کار.
- 2. دروستکردنی ژینگه‌یه‌کی پشتیوانیکه‌ر بۆ داهینان: په‌ره‌پێدانی سه‌رک‌دایه‌تی کراوه بۆ نوێکاری، کانالی گفتوگۆی کراوه، و پاداشتدانی هه‌ولی داهینه‌رانه بۆ که‌مکردنه‌وه‌ی ترسی هه‌له.
- 3. لێکۆڵینه‌وه له‌هۆکاره‌ ده‌روونیه به‌یانیکاره‌کان: وه‌ک متمانه به‌خۆ (self-efficacy) و نه‌رمی ده‌روونی وه‌ک گۆراوی ناو‌ب‌ژیکار له‌نیوان داهینان و بیژاری له‌کاردا.
- 4. به‌کاره‌ینانی ئامرازی دیجیتالی: بۆ پشتیوانیکردنی داهینان و که‌مکردنه‌وه‌ی بارگ‌رانی کاری دووباره، وه‌ک زیه‌کی ده‌ستکرد و ئامرازی هاوکاری مه‌جازی.
- 5. تێخستنی داهینان له‌سیاسه‌تی دامه‌زراوه‌یی زانکۆکان: له‌رێگه‌ی سیسته‌می هه‌لسه‌نگاندنی کارامه‌یی، پاداشتدان و دامه‌زراندنی تیمی تایبه‌ت به‌نوێکاری.

۸. سنووری توژیینه‌وه و روانگه‌ی داهاتوو

توژیینه‌وه‌که چه‌ند سنووریک‌ی هه‌یه که پئویسته له‌به‌رچاو بگه‌ریت: یه‌که‌م، سنووردارکردنی توژیینه‌وه‌که به زانکۆ ئه‌هلییه‌کانی پارێزگای هه‌ولێر ته‌نها، ئه‌مه‌ش گشتگیربوونی ئه‌نجامه‌کان بۆ زانکۆ گشتیه‌یه‌کان یان ناوچه‌کانی دیکه سنووردار ده‌کات. دووه‌م، دیزاینی کاتی-تاک‌ی (cross-sectional) ده‌رفه‌تی دیاریکردنی په‌یوه‌ندی هۆکار-ئه‌نجام به‌شیوه‌یه‌کی ته‌واو نادات، و پئویسته لیکۆلینه‌وه‌ی درێزخایه‌ن (longitudinal) بۆ داهاتوو بکریت. سێیه‌م، پشته‌ستن به‌ زانیاری خۆ-راپۆرتکراو ده‌کریت روانگه‌ی کۆمه‌لایه‌تی-په‌سندکراو (social desirability bias) بۆ داتا‌کان به‌ینیت. له‌ کۆتاییدا، پێشنیار ده‌کریت لیکۆلینه‌وه‌ی داهاتوو زانکۆ گشتی و ناوچه‌کانی دیکه بگه‌رته‌خۆ، شیوازی درێزخایه‌ن و تیکه‌ل (mixed methods) به‌کاربه‌ینیت، بۆ به‌ده‌سته‌یتانی وردبینه‌یه‌کی زیاتر له‌ په‌یوه‌ندی نێوان داهیتان و بیزاری له‌ک

سه‌رچاوه‌کان (Selected References)

- Faeq, D., & Ismael, Z. (2022). Organizational Culture as a mediator between Employee Dissatisfaction and Turnover Intention. *International Journal of English Literature and Social Sciences*, 7, 095–110.
- Forte-Celaya, J., Ibarra, L., & Glasserman-Morales, L. D. (2021). Analysis of Creative Thinking Skills Development under Active Learning Strategies. *Education Sciences*, 11(10), Article 10.
- Ghahremani, A., Shafizadeh, H., & Solimani, N. (2024). Design and Validation of a Model for Developing Creative Thinking Skills in Educational Managers. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 5, 138–146.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111.
- Nkosi, T., & Mtshali, N. (2024). Enacting Creative Thinking Skills Using Design Process in Technology Classrooms.
- Özgen, S., & Erdem, E. (2024). Teacher Views on Providing Creative Thinking to Students.
- Rossi, A. et al. (2024). Teachers during COVID-19: Examining burnout levels and their work-life.
- Runco, M. A., & Jaeger, G. J. (2012). The Standard Definition of Creativity. *Creativity Research Journal*, 24(1), 92–96.
- Sinha, R., & Sarraf, D. (2024). The Relationship Between Job Satisfaction and Burnout.
- Sterckx, A. et al. (2021). Operationalization of One Health Burnout Prevention and Recovery.
- Tam, H. (2023). Integrating Creative Thinking Skills Pedagogies into a Higher Education Visual Arts Course.
- Torrance, E. P. (1974). Torrance Tests of Creative Thinking. *Gifted Child Quarterly*, 18(3), 143–145.