

ماسته‌رنامه

کاریگه‌ری تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار

توێژینه‌وه‌یه‌کی شیکارانه له‌ دیدگای نمونه‌یه‌ک له‌ فه‌رمانبه‌رانی چه‌ند زانکۆیه‌کی ئه‌هلی له‌ پارێزگای هه‌ولێر – هه‌رێمی 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 توێژینه‌وه‌یه ده‌ستنی‌شانکردنی ئاستی گۆراوه‌کانی توێژینه‌وه‌که‌یه و لیکۆلینه‌وه له کاریگه‌ری تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار له‌نیۆ فه‌رمانبه‌ران له ژماره‌یه‌ک زانکۆی ئەه‌لی له پارێزگای هه‌ولێر، هه‌رێمی کوردستان، عێراق. توێژینه‌وه‌که شیوازی دیزاینی توێژینه‌وه‌یه‌کی چه‌ندایه‌تی وه‌سف-شیکارانه‌ی وه‌رگرت، و زانیارییه‌کان له له‌ریگه‌ی ئامرازێکی پرسیارنامه‌یی ریکخراوه‌وه‌ کۆکرانه‌وه‌ که بۆ نمونه‌یه‌کی (387) فه‌رمانبه‌ر به‌رپوه‌چوو. تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه به به‌کارهێنانی تاقیکردنه‌وه‌کانی تۆرانس (TTCT) پێوانه‌کران و له‌ریگه‌ی چوار په‌هه‌نده‌وه‌ کارپێکران: په‌سه‌نایه‌تی، روانی، نه‌رمی و وردبێنی، وه‌ک گۆراوی سه‌ربه‌خۆ. بیژاری له‌کاریش 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 نه‌رێنی به‌رچاوی ئاماری له‌نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کار ده‌رخست، به‌بروانانی روانی و نه‌رمی وه‌ک به‌هێزترین پێشبێنیکه‌ره‌کان له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار. دۆزینه‌وه‌کان ئەوه ده‌ریده‌خه‌ن که به‌رزکردنه‌وه‌ی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه ده‌توانێت به شیوه‌یه‌کی کاریگه‌ر فشاری کار که‌م بکاته‌وه و باشبوونی گشتی فه‌رمانبه‌ران باشت‌ر بکات، به‌مه‌ش ده‌بنه سه‌رچاوه‌یه‌کی ده‌روونی بنه‌ره‌تی بۆ که‌رتی خۆتێندنی به‌رزتر. توێژینه‌وه‌که به‌شداری زانستی و کرداری ده‌کات له‌ریگه‌ی به‌هێزکردنی رۆژی زانیی داهینه‌رانه له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار له‌ریگه‌ی پێشکه‌شکردنی راسپارده و پێش‌نیاره به‌لگه‌بنیاته‌کان، به ئامانجی به‌هێزکردنی سه‌رکرده‌یه‌تی داهینه‌ر، په‌ره‌پێدانی پرۆگرامه‌کانی راهێنان له‌سه‌ر بنه‌مای داهیتان، و بنیاتانی ژینگه‌یه‌کی ریکخراوه‌یی پشتیوان و هاندەر بۆ داهیتان له‌زانکۆکاندا.

وشه‌کیلییه‌کان: تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، بیژاری له‌کار، زانکۆ ئەه‌لییه‌کان، پارێزگای هه‌ولێر، هه‌رێمی کوردستانی عێراق.

۱. سه‌ره‌تا

۱.۱ پاشخانی توژیینه‌وه

چه‌مکی بیژاری له‌کار سه‌ره‌تا له‌ده‌یه‌ی چه‌فتاکانی سه‌ده‌ی رابردوو له‌لایه‌ن ده‌رووناسی ئە‌لمانی-ئە‌مریکی هی‌ری‌رت 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 سێ‌ ره‌هه‌ندی داناوه: ماندوو‌بوونی سۆ‌زداری، بێ‌گانه‌بوونی که‌سایه‌تی و لاوازیوونی هه‌ستی سه‌رکه‌وتن و به‌ره‌مه‌پێ‌انی که‌سی. پێ‌شتر، ماسلاچ و لایته‌ر (۱۹۹۷) شه‌ش ره‌هه‌ندی 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، کۆ‌لتوور و هاوسه‌نگی نیوان کار و ژیا‌نی که‌سی، بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه ده‌بێ‌ته‌ هۆ‌کاری‌کی گرنگ بۆ‌ رێ‌گری‌کردن له‌ بیژاری له‌کار و به‌هێ‌زکردنی باش‌بوونی گشتی. توژی‌ینه‌وه‌کان ده‌ریده‌خه‌ن که په‌ره‌پێ‌دانی داهێ‌نان ده‌بێ‌ته‌وه‌ی باشت‌کردنی هاوکاری، بیرکردنه‌وه‌ی ورد و داهێ‌نانی زیاتر له‌ شوێ‌نی کار، هه‌روه‌ها وه‌ک ئا‌لۆ‌گۆ‌ری‌کی پارێ‌زه‌ری دژی بیژاری له‌کار کار ده‌کات، چونکه‌ کۆ‌نترۆ‌لی هه‌ست‌کراو زیاد ده‌کات و هه‌ستی بێ‌هێ‌زی که‌م ده‌کاته‌وه، به‌تایبه‌ت له‌ که‌رتی خوێ‌ندنی به‌رز.

۱.۲ کێ‌شه‌ی توژی‌ینه‌وه

بیژاری له‌کار بووه‌ته‌ یه‌کی‌ک له‌ کێ‌شه‌ گرنگه‌کانی دامه‌زراوه‌کانی خوێ‌ندنی بالا له‌ جیهاندا، و ئە‌م کێ‌شه‌یه‌ له‌ بارودۆ‌خه‌ ئابوورییه‌ لاوازه‌کاندا، وه‌ک بارودۆ‌خی هه‌ری‌می کوردستان، ده‌توانیت به‌ شێ‌وه‌یه‌کی 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 به‌ که‌مکردنه‌وه‌ی 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 له‌ که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار و باشت‌کردنی ئە‌زموونی پێ‌شه‌ی کارمه‌ندان له‌ ژینگه‌ی زانکۆ‌یی هه‌ولێ‌ر.

۱.۳ ئامانج و پرسیاره‌کانی توژیینه‌وه

ئامانجی سه‌ره‌کی ئهم توژیینه‌وه‌یه بریتیه له لیکۆلینه‌وه و پێوانه‌کردنی کاریگه‌ری تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار له‌نیو فه‌رمانبه‌رانی زانکۆ ئه‌هلییه‌کانی هه‌ولێر. توژیینه‌وه‌که هه‌ول دهدات وه‌لامی ئهم پرسیارانه بداته‌وه:

۱. ئاستی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کار له‌نیو فه‌رمانبه‌رانی زانکۆ ئه‌هلییه‌کانی هه‌ولێر چۆنه؟
۲. ئایا ریزبه‌ندی گرنگی گۆراوه سه‌ره‌کییه‌کانی توژیینه‌وه و ره‌هه‌نده‌کانیان له‌نیوان زانکۆ جیاوازه‌کاندا جیاوازی هه‌یه؟
۳. چ په‌یوه‌ندییه‌ک له‌نیوان تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له‌کاردا هه‌یه؟
۴. ره‌هه‌نده جیاوازه‌کانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه تا چ راده‌یه‌ک ده‌توانن به‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار یارمه‌تیده‌ر بن؟
۵. ئایا زانکۆکانی لیکۆلینه‌وه‌که‌راو له‌توانای که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار جیاوازن به‌گوێره‌ی ئاستی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه‌یان؟
۶. ئایا به‌گوێره‌ی تایبه‌تمه‌ندییه‌که‌سییه‌کانی وه‌لامده‌ره‌وان، جیاوازییه‌کی ئاماری به‌رچاو له‌گۆراوه‌کانی توژیینه‌وه‌دا هه‌یه؟

۱.۴ گرنگی توژیینه‌وه

ئهم توژیینه‌وه‌یه گرنگییه‌کی زانستی و کرداری هه‌یه، چونکه‌ بۆشاییه‌کی سه‌ره‌کی له‌ئهدده‌بیادا پرده‌کاته‌وه له‌رێگه‌ی لیکۆلینه‌وه له‌رۆلی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له‌کار، به‌تایبه‌تی له‌ناو زانکۆ ئه‌هلییه‌کانی هه‌ریمی کوردستان، له‌کاتی‌که‌دا زۆربه‌ی توژیینه‌وه‌ پێشووه‌کان زیاتر له‌سه‌ر که‌رتی ته‌ندروستی و کۆمپانیان ته‌رکه‌زیان کردووه. له‌بۆاری زانستییه‌وه، توژیینه‌وه‌که پۆلی سایکۆلۆجی ریک‌خراوه‌یی و به‌رپوه‌بردن به‌ر‌فر‌وانتر ده‌کات، له‌کاتی‌که‌دا له‌بۆاری کرداریشدا، به‌رهه‌می توژیینه‌وه‌که ده‌توانیت ب‌پێته‌ ر‌په‌ری بۆ دار‌شتنی سیاسه‌ت و به‌رنامه‌ی گه‌شه‌پێدانی داهینان له‌زانکۆکاندا که‌ یارمه‌تی به‌رزکردنه‌وه‌ی باش‌بوونی فه‌رمانبه‌ران، د‌ل‌خ‌وشی کار و کارایی دامه‌زراوه‌یی دهدات.

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 پێبدیت. 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 دابنیت. ئەم چه‌مکه‌ به‌ شیوه‌یه‌کی گشتی له‌ سێ ره‌هه‌ندی سه‌ره‌کی پێکدێت: **ماندوووبوونی سۆزداری، که‌ ئاماژه‌یه‌ به‌ که‌مبوونه‌وه‌ی وزه‌ و سه‌رچاوه‌ سۆزدارییه‌کان و هه‌ستکردن به‌ ماندوووبوون 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.**

ئهنجامة‌کانی 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 بپارێدن 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. به‌واتایه‌کی تر، ئەو که‌سانه‌ی توانای داهیتانیان به‌رتره، زۆرچار 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 هه‌ریمی 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 زانستیه 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 پۆزیتیڤیزم (Positivism)، واته فله‌سه‌فه‌ی ئەرئینگیه‌ری و پشته‌بستن 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 نمونو‌ه‌ی توپړینه‌وه:

کۆمه‌لگای ئامانجی ئه‌م توپړینه‌وه‌یه پیکه‌وه له ستافی ئه‌کادیمی و کارمندان‌ی به‌شی به‌رپوه‌بردنی هه‌شت زانکۆی ئه‌هلی له پارټیزگای 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. به‌پیی ئاماره‌کانی وه‌زاره‌تی خویندنی بالا و توپړینه‌وه‌ی زانستی، ژماره‌ی گشتی کارمندان‌ی ئه‌م هه‌شت زانکۆیه ۱۲۱۳ که‌س بوو. به‌پیی خشته‌ی کرچی و مورگان (Krejcie and Morgan, 1970)، که‌مترین قه‌باره‌ی نمونو‌ه‌ی پتویست بۆ ئه‌م کۆمه‌لگایه ۳۰۶ که‌س دیاریکراوه. بۆ کۆکړنه‌وه‌ی داتای پتویست، ۴۲۱ پرسپارنامه دابه‌ش کړا. له کۆتای پروسه‌ی کۆکړنه‌وه‌ی داتا، ۳۸۷ پرسپارنامه‌ی ته‌واو و گونجاو وه‌رگیراوه و بۆ شیکړنه‌وه به‌کارهاتوو؛ به‌م شپوه‌یه رپژه‌ی وه‌لامدان‌وه ۹۱.۹٪ بوو. به‌شداربووان به‌شیوازی نمونو‌ه‌برینی به‌رده‌ست (Convenience Sampling) هه‌لپ‌تیردان، و کۆکړنه‌وه‌ی داتا له ماوه‌ی ۵۰ تا ۲۰۰ یاری ئایاری ۲۰۲۵ ئه‌نجام دراوه.

خشته‌ی (۱): ژماره‌ی پرسپارنامه‌ی وه‌رگیراوه به‌پیی زانکۆکان

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

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توپړه‌ر له‌سهر بڼه‌مای داتاکانی نامه‌ی سه‌ره‌کی

۳.۳ ئامرازی توپړینه‌وه و شیکړنه‌وه‌ی داتا

پرسپارنامه‌که له سی به‌شی سه‌ره‌کی پیکهاتبوو. به‌شی یه‌که‌م تایبته‌ت بوو به‌ زانیارییه دیموگرافیه‌کانی به‌شداربووان، له‌وانه: ره‌گه‌ز، ته‌مه‌ن، پروانامه‌ی زانستی و ماوه‌ی خزمه‌ت. به‌شی دووهم ۲۰ بره‌گی له‌خوگرتبوو بۆ پتوانه‌کردنی تواناکانی بیرکړنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، که له تاقیکړنه‌وه‌کانی تورانس (Torrance Tests of Creative Thinking – TTCT) وه‌رگیراوه و به‌سه‌ر چوار ره‌هه‌ندی سه‌ره‌کی، واته ره‌سه‌نایه‌تی، روانی، نه‌رمی و وردبینی دابه‌شکراوه. به‌شی سییه‌میش ۱۵ بره‌گی له‌خوگرتبوو بۆ پتوانه‌کردنی بیزاری له‌کار، که له پتوه‌ری بیزاری له‌کار ماسلاچ (Maslach Burnout Inventory – MBI) وه‌رگیراوه. بۆ هه‌موو بره‌گه‌کانی پتوه‌ره‌کان، پتوه‌ری پینج‌خالی لیکرت (Five-Point Likert Scale) به‌کارهاتوو؛ به‌شپوه‌یه‌ک که ۱ = زور ناله‌بارم / زور پازی نیم و ۵ = زور پازیم بوو. بۆ ئاسانکردنی تیگه‌یشتن و به‌شدارپی وه‌لامده‌ره‌وان، پرسپارنامه‌که به‌ دوو زمانی کوردی و ئینگلیزی ئاماده و دابه‌ش کړا.

بۆ شیکردنهوی داتا، بهرنامهی ئاماری (SPSS) وهشانی ۲۶ به کارهاتوووه بۆ ئه نجامدانی ئاماره وهسفیه کان و وهسفکردنی تایبه تمه ندیه سه ره کییه کانی داتا. ههروهها، بهرنامهی مۆدیلکردنی هاوکیشه پیکهاتهیه کان (AMOS) به کارهاتوووه بۆ شیکردنهوی په یوهندی نیوان گۆراوه کان، شیکردنهوی پاشه کشه و تاقیکردنهوی مۆدیلی هاوکیشه پیکهاتهیه کان بۆ دیاریکردنی په یوهندی و کاریگه ریی نیوان توانا کانی بیرکرندهوی داهینه رانه و بیژاری له کار.

۳.۴ متمانه پیکردن و دروستی ئامرازی توئینه وه

پیش دابه شکردنی گشتی پرسیارنامه که، دروستی رووکهش (Face Validity) و دروستی ناوه رۆک (Content Validity) له لایه ن پانیلیک له شاره زایانی بواری به رپوه بردنه وه هه لسه نگینرا و پشتراستکرایه وه. له ئه نجامی ئه م هه لسه نگاندنه وه، هه ندیک برکه به هۆی دووباره بوونه وه، ناروونی یان نه گونجانیان له گه ل ئامانجی پپوه ره کان لابرا، و ژماره ی برکه کانی پرسیارنامه که له ۵۷ برکه وه بۆ ۴۰ برکه که مکرایه وه. دوا ی دابه شکردنی پرسیارنامه و کوکرندهوی داتا، پپوانه کردنی متمانه پیکراوی (Reliability) پپوه ره کان به به کارهیتانی هاوکیشه ی کرۆنباخ ئه لفا (Cronbach's Alpha) ئه نجام درا. ههروهها، بۆ دنیابوون له دروستی پیکهاته ی پپوه ره کان و پشتراستکردنهوی ره هه نده کانیان، شیکردنهوی فاکته ری پشتراستکه ره وه (Confirmatory Factor Analysis – CFA) به کار هینرا. ئه نجامه کانی ئه م شیکردنه وه یه له خشته و روونکردنه وه کانی خواره وه پیشان ده درپن.

خشته ی (۲): پپوانه ی متمانه پیکردن به رینگه ی کرۆنباخ ئه لفا

به های ئه لفا	ژماره ی بابته	ره هه ند	گۆراو
0.795	5	ره سه نایه تی	توانا کانی بیرکرندهوی داهینه رانه
0.844	5	روانی	
0.838	5	نه رمی	
0.888	5	وردبینی	
0.966	20		کۆی گشتی بیرکرندهوی داهینه رانه
0.868	5	ماندوو بوونی سۆزداری	بیژاری له کار
0.770	5	بیگانه بوون له خو و دوورکه و تنه وه ی سۆزداری	
0.702	5	که مپوونه وه ی ده سته که وتی که سی	
0.929	15		کۆی گشتی بیژاری له کار
—	35		کۆی گشتی پرسیارنامه

سه رچاوه: ئاماده کراوی توئیه ر له سهر به نه مای درجه کانی SPSS-26

به های به رزی ئه لفا ی کرۆنباخ بۆ هه ردوو گۆراو (0.966) بۆ بیرکرندهوی داهینه رانه و 0.929 بۆ بیژاری له کار) پیشانده ری راده یه کی به رزی گونجانی ناوخرۆی و متمانه پیکراوی زۆری ئامرازی پرسیارنامه یه. ههروهها تاقیکردنهوی KMO بۆ هه ردوو گۆراو (0.718 و 0.665) له گه ل گرنگی ئاماری تاقیکردنهوی بارتلیت (Sig=0.000) پیشانیدا که داتا کان گونجاوون بۆ شیکردنهوی فاکته ری پشتراستکه ره وه.

٤. ئەنجامه کانی توئینهوه

٤.١ تایه تهمه ندیه دیموگرافییه کانی نموونه ی توئینهوه

خشته ی (٣) پیشانی ده دات که ریژه ی پیاوان له نموونه ی توئینه وه دا 53.7% و ریژه ی ژنان 46.3% بووه. زۆرتین ریژه ی تهمه ن له پۆلی (40-31 ساڵ) بووه به ریژه ی 48.6%، و زۆرتین ریژه ی بروانامه ی زانستی بۆ خاوه ن ماسته ر بووه به 55.8%، دواتر دکتۆرا به 27.6%. له باره ی ماوه ی خزمه ت له پۆستی ئیستادا، 36.7% له وه لآمده ره وان زیاتر له (7) ساڵ خزمه تیان هه یه.

خشته ی (٣): زانیاری دیموگرافی نموونه ی توئینه وه

ریژه ی سه دی %	دووباره بوونه وه	پۆل	تایه تهمه ندی
53.7	208	نێر	ره گه ز
46.3	179	م	
25.6	99	که متر له 30 ساڵ	تهمه ن
48.6	188	40-31 ساڵ	
13.2	51	50-41 ساڵ	
12.7	49	زیاتر له 50 ساڵ	
12.1	47	به کالۆریۆس	بروانامه ی زانستی
55.8	216	ماسته ر	
27.6	107	دکتۆرا	
27.4	106	که متر له 3 ساڵ	ماوه ی خزمه ت له پۆستی ئیستا
35.9	139	7-5 ساڵ	
36.7	142	زیاتر له 7 ساڵ	

سه رچاوه: ئاماده کراوی توئیه ره له سه ر بنه مای ده رجه کانی SPSS-26 (کۆی گشتی نموونه = 387)

٤.٢ ئاستی گۆراوه کانی توئینه وه

بۆ دیاریکردنی ئاستی وه لآمه کان، پتوه ری پینچ خالی لیکه یت بۆ پینچ ئاست دابه ش کرا: زۆر نزم، نزم، مامناوه ند، به رز و زۆر به رز. ئەنجامه کان نیشان ده دن که ئاستی گشتی بیرکرنده وی داهینه رانه به رز بووه، به وه ی ناوه ندی گشتی هه ژمارکراو (3.699) بووه و ریژه ی رازیبوون (73.976%) پیکه یتناوه. له نێوان ره هه نده کانی بیرکرنده وی داهینه رانه شدا، روانی به رزترین ئاستی تۆمار کردووه، که ئاماژه یه بۆ توانای به رزی به شداریبووان له به ره مه مه تانی ژماره یه کی زۆر له بیرۆکه و چاره سه ری جیاواز.

له به رامبه ردا، ئاستی بیزاری له کار به گشتی نزم بۆ مامناوه ند بووه. ئەم ئەنجامه ده ریده خات که زۆریه ی به شداریبووان هه ستی به رزی بیزاری له کار نه کردووه و، به گشتی، کاردانه وه یه کی ئەرتینان به رامبه ر ژینگه و بارودۆخی کاری خۆیان هه بووه. له رووی زانستییه وه، ئەمه ده توانیت ئاماژه بیته به وه ی که بوونی تواناکانی داهینه رانه و توانای مامنه له کردن له گه ل کیشه و فشاره کانی کار، له ریکه خستنی ئەزموونی کاری به شداریبوواندا رۆلێکی گرنگ هه یه.

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 سییه‌ی سه‌ره‌کی، پتوهری په‌یوه‌ندی پیرسۆن به‌کاره‌ینرا له‌ رینگه‌ی AMOS-26. ئه‌نجامه‌کان له خشته‌ی (۵) پیشاندراون:

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

تاستی گرنگی	به‌های په‌یوه‌ندی له‌گه‌ل بیزاری 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 بیزاری 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 بیزاری له‌کار به‌شێوه‌یه‌کی دیاریکراو نزمتر ده‌بێته‌وه. به‌واتایه‌کی تر، که‌سانیک که توانای زیاتر بۆ بیرکرندهوی نوی، دۆزینه‌وه‌ی رینگه‌چاره‌ی جیاواز و مامه‌له‌کردن له‌گه‌ل کیشه‌کانی کار هه‌یه، زۆرجار که‌متر تووشی بیزاری له‌کار ده‌بن.

له‌نیوان په‌هه‌نده‌ جیاوازه‌کانی بیرکرندهوی داهینه‌رانه‌شدا، روانی به‌هێزترین په‌یوه‌ندی نه‌رئینی له‌گه‌ل بیزاری له‌کاردا هه‌بووه، به‌به‌های ($r = -0.73$)، که دواتر نه‌رمی به‌په‌یوه‌ندی ($r = -0.70$) ها‌توو. ئه‌مه ده‌ریده‌خات که توانای به‌ره‌مه‌پێنانی ژماره‌یه‌کی زۆر له‌بیرۆکه و هه‌روه‌ها توانای گۆڕینی شێوازی بیرکرندهوه و سه‌یرکردنی کیشه‌کان له‌چه‌ندین روانگه‌وه، ده‌توانیت رۆلێکی گرنگ له‌که‌مکرندهوی بیزاری له‌کاردا هه‌بێت.

٤.٤ تاقیکردنه‌وه‌ی کاربکری/پاشه‌کشه نیوان گۆراوه‌کانی توئینه‌وه

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

هه‌روه‌ها، به‌های هاوکیشه‌ی دیاریکەر ($R^2 = 0.72$) نیشان ده‌دات که نزیکه‌ی 72% له گۆرانکاریه‌یه‌کانی 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 به‌رچاوه‌یه‌یت.

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

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

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئینه‌ر له‌سه‌ر بنه‌مای درجه‌کانی AMOS-26

٤.٥ بوخته‌ی نه‌جامی گریمانه‌کانی توئینه‌وه

خشته‌ی (٧): بوخته‌ی نه‌جامی گریمانه سه‌ره‌کییه‌کان

نه‌جام	ناوه‌رۆک	گریمانه
په‌سه‌ندکراوه	جیاوازی به‌ئاماری به‌رچاوه له بۆچوونی نمونه بۆ هه‌ردوو گۆراوه‌یه	H1
په‌سه‌ندکراوه	ریزبه‌ندی گرنگی گۆراوه‌کان به‌یێ زانکۆ جیاوازه	H2
په‌سه‌ندکراوه	په‌یوه‌ندی نه‌رینی ئاماری به‌رچاوه له نیوان بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه و بیژاری له کاردا هه‌یه	H3
په‌سه‌ندکراوه	کاربکری به‌رچاوی ره‌هه‌نده‌کانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه له‌سه‌ر که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له کار هه‌یه	H4
په‌سه‌ندکراوه	زانکۆکان جیاوازن له توانای که‌مکردنه‌وه‌ی بیژاری له کار به‌گوێه‌ی ئاستی داهینانیان	H5
ره‌تکاره‌وه‌یه	جیاوازی ئاماری به‌رچاوه به‌یێ تاییه‌تمه‌ندی که‌سایه‌تی وه‌لامده‌روان هه‌یه	H6

سه‌رچاوه: ئاماده‌کراوی توئینه‌ر له‌سه‌ر بنه‌مای نه‌جامی شیکردنه‌وه‌ی ئاماری

ه. گفتوگۆ و ليكدانه وهی نه نجامه كان

نه نجامه كانی ئەم توپژینه وهی به شیوهیه کی به هیژ پشتیوانی له بیروکی سهره کی توپژینه وهه ده کهن، که بیرکردنه وهی داهینه رانه ده توانیت وهک سهرچاوهیه کی دهروونی کاريگهري، توانای تاک بۆ رووبه رووبوونه وه له گه ل بيزاری له کار به هیژ بکات . له نه نجامه کاند، روانی و نهرمی وهک به هیژترین پیشینه ره کانی که مکرده وهی بيزاری له کار ده که وتوون. ئەم دۆزینه وانه له گه ل نه نجامی توپژینه وهه کانی پیشوودا، له وانه سافیرا و هاوکارانی (2022) و یالجبینی و به ناسی (2024) ، هاوتان؛ چونکه ئەو توپژینه وانه ش ئاماژه به وه ده کهن که تاکه کانی خاوهن نه رمی بیرکردنه وه، که ده توانن کیشیه که له چه ندين روانگه وه ببینن و ژماره یه کی جۆراوجۆر له ریگا چاره پیشنیار بکهن، زۆرجار توانای زیاتر بۆ کۆنترۆلکردنی فشاره کانی کار و که مکرده وهی ههستی بیهیژیان ههیه.

له لایه کی دیکه وه، ره تکرده وهی گریمانه ی شه شه م نیشان ده دات که په یوه ندي نیوان بیرکردنه وهی داهینه رانه و بيزاری له کار له م نمونه یه دا به شیوهیه کی راسته وخۆتر کار ده کات و کاريگهري تايبه تمه نديیه که سیه کان له سهر ئەم په یوه نديیه زۆر بهرچاو نییه. ئەم دۆزینه وهی گرنگه، چونکه ده کریت سهرتایه ک بێت بۆ توپژینه وهی داهاتوو بۆ ناسینه وهی ئەو میکانیزمانه ی که وا ده کهن توانای داهینان و بیرکردنه وهی نوی بتوانیت به سهر به خۆی پۆلێک له که مکرده وهی بيزاری له کاردا بگيریت.

له رووی تیورییه وه، ئەم توپژینه وهی بیرکردنه وهی داهینه رانه ته نه ها وهک توانایه کی تاک نییه، به لکو وهک سهرچاوهیه کی دهروونی گرنگ بۆ ریکخراو و ژینگه ی کار لێی ده روانیت. ئەم تیروانینه ده کریت به شیک بێت له په ره پیدانی ئەده بیاتی بيزاری له کار، که تا ئیستا زۆرجار جه ختی له سهر هوکاره ده ره کییه کانی ژینگه ی کار، وهک بارگرانی، که می پشتیوانی و نه گونجانی پۆله کان، کردووه ته وه.

له رووی کردارییه وه، نه نجامه کانی توپژینه وهه که بنه مایه کی به سوود بۆ بهرپوه به رانی زانکۆکان دابین ده کهن بۆ ئەوهی زیاتر سه رمایه گذاری له په ره پیدانی تواناکانی داهینان، راهینانی بیرکردنه وهی داهینه رانه، دروستکردنی کولتووری ریکخراوه یی پشتیوان، دابینکردنی ده رفه قی سهر به خۆی له کار و دانانی سیسته می پاداشتی گونجاو بۆ نوێکاری بکهن. ئەم هه نگا وانه ده توانن یارمه تیده ر بن بۆ که مکرده وهی بيزاری له کار، بهر زکردنه وهی رازیبوون له کار و به هیژکردنی به رده وای و توانای دامه زراوه یی زانکۆکان.

6. کۆتایی توێژینه‌وه

ئهم توێژینه‌وه‌یه به پشتبسته‌ن 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 له‌ تایبه‌تمه‌ندییه‌ دیمۆگرافیه‌یه‌کان، له‌وانه‌ ته‌مه‌ن، برۆانامه‌ی زانستی و ماوه‌ی خزمه‌ت، ده‌توانن له‌ هه‌ندیک جوهره‌وه‌ کاریگه‌رییان له‌سه‌ر ئه‌زموونی کاری و توانای خۆراگری فه‌رمانبه‌ران هه‌بێت. له‌به‌ر ئه‌وه، په‌ره‌پێدانی داهینه‌ران له‌ ناو ستافی زانکۆکاندا نابێت ته‌نها وه‌ک هه‌ولێکی تاکه‌که‌سی سه‌یر بکری، به‌لکو پتوبستی به‌رێک‌خستنیکی سیسته‌ماتیک، راهێنانی به‌رده‌وام، ژینگه‌یه‌کی پشتیوان و به‌هێزکردنی توانای رێک‌خراوه‌یی بۆ خۆراگری هه‌یه.

له‌ کۆتاییدا، تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه ده‌توانن وه‌ک سه‌رچاوه‌یه‌کی گ‌رنگ بۆ به‌هێزکردنی توانای فه‌رمانبه‌ران له‌ مامه‌له‌کردن له‌گه‌ڵ فشار و ئالۆزییه‌کانی ژینگه‌ی کار کار بکه‌ن. بۆیه، وه‌به‌ره‌یتان له‌ په‌ره‌پێدانی 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 داهینه‌ران: دروستکردنی به‌رنامه‌ی راهێنانی پێشه‌یی بۆ به‌هێزکردنی تواناکانی بیرکردنه‌وه‌ی داهینه‌رانه، له‌گه‌ڵ هه‌لسه‌نگاندنی پێش و پاش به‌رنامه‌که بۆ پێوانه‌کردنی کاریگه‌ری له‌سه‌ر ئاستی بیژاری له‌کار.
2. دروستکردنی ژینگه‌یه‌کی پشتیوانیکه‌ر بۆ داهینه‌ران: په‌ره‌پێدانی سه‌رک‌دایه‌تی کراوه‌ بۆ نوێکاری، کانالی گفتوگۆی کراوه، و پاداشته‌دانی هه‌ولی داهینه‌رانه بۆ که‌مکردنه‌وه‌ی ترسی هه‌له.
3. لێکۆلینه‌وه‌ له‌ هۆکاره‌ ده‌روونیه‌ به‌یانیکاره‌کان: وه‌ک متمانه‌ به‌خۆ (self-efficacy) و نه‌رمی ده‌روونی وه‌ک گۆراوی ناو‌ب‌ژیکار له‌نیوان داهینه‌ران و بیژاری له‌کاردا.
4. به‌کارهێنانی ئامرازێ دیجیتالی: بۆ پشتیوانیکردنی داهینه‌ران و که‌مکردنه‌وه‌ی بارگ‌رانی کاری دووباره، وه‌ک زیه‌یه‌کی ده‌ستکرد و ئامرازێ هاوکاری مه‌جازی.
5. تێک‌ستنی داهینه‌ران له‌ سیاسه‌تی دامه‌زراوه‌یی زانکۆکان: له‌ رێگه‌ی سیسته‌می هه‌لسه‌نگاندنی کارامه‌یی، پاداشته‌دان و دامه‌زراندنی تیمی تایبه‌ت به‌ نوێکاری.

۸. سنووری توئینه وه و روانگهی داهاتوو

توئینه وه که چه ند سنووریکهی ههیه که پیویسته له بهرچاو بگرییت: یه کهم، سنووردارکردنی توئینه وه که به زانکۆ ئه هلییه کانی پارێزگای ههولێر ته نها، ئه مه ش گشتگیربوونی ئه نجامه کان بۆ زانکۆ گشتیه کان یان ناوچه کانی دیکه سنووردار ده کات. دووه م، دیزاینی کاتی-تاکي (cross-sectional) ده رفه تی دیاریکردنی په یوه ندی هۆکار-ئه نجام به شیوه یه کی ته وای نادات، و پیویسته لیکۆلینه وهی درێزخایه ن (longitudinal) بۆ داهاتوو بگرییت. سییه م، پشتبه ستن به زانیاری خو-راپۆرتکراو ده کریت روانگهی کۆمه لایه تی-په سندکراو (social desirability bias) بۆ داتا کان به یینیت. له کۆتاییدا، پیشیار ده کریت لیکۆلینه وهی داهاتوو زانکۆ گشتی و ناوچه کانی دیکه بگریته خو، شیوازی درێزخایه ن و تیکه ل (mixed methods) به کاربه یینیت، بۆ به ده سه ته یانی وردبینه یه کی زیاتر له په یوه ندی نیوان داهینان و بیزاری له ک

سه رچاوه کان (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.