Available online at http://aran.garmian.edu.krd

Aran Journal for Language and Humanities

https://doi.org/10.24271/ARAN.2025.01-01-16

کاریگەری بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان بۆ کەمکردنەوەی فرە جووڵەیی و کەمئاگایی و خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە

(توێژینەوەیەکی هەڵهێنجراوە لە نامەی ماستەر)

بەختیار عبداللە شێخە، نزیرە صالح محمد

بەشی باخچەی منداڵان، کۆلێژی پەروەردەی بنەڕەت، زانکۆی سلێمانی، هەرێمی کوردستان - عێراق

Article Info

Received:	June, 2025
Accepted:	July, 2025
Published:	August, 2025

Keywords

بەرنامەیی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان، فرە جووڵەیی و کەم ئاگایی، خۆکۆنترۆڵکردن

Corresponding Author

baxtyarabdwlla77@gmail.com
nazeera.mohammed@univsul.edu.iq

پوختە

ئامانجی ئەم توێژینەوەیە زانینی کاریگەری بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییە جووڵەییەکان بۆ کەمکردنەوەی فرە جووڵەیی و کەمئاگایی و خۆکۆنترۆڵکردن لە قۆناغی باخچەی منداڵان، لەم توێژینەوەیەدا میتۆدی ئەزموونی بەکارهێنراوە پشت بەستراوە بە دیزاینی تاقیکاری پێش وەختە و دوایی بۆ دوو گروپ لە کۆمەڵگەی توێژینەوەکە پێکهاتووە لە سەرجەم منداڵانی تووشبووی شڵەژانی نەبوونی کۆنترۆڵی و کەمی ئاگایی لە باخچە حکومییەکان و ناحوکمییەکانی ناو شاری سلێمانی کە تایبەتن بە منداڵانی ADHD. توێژینەوەکە چەند ئامانجێک لەخۆدەگرێت، لەوانە: یەکەم، ئامادەکردنی بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییە جولەییەکان لەسەر فرەجولەیی و کەمی ئاگایی و خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە. دووەم، زانینی کاریگەریی بەرنامەکە لەسەر کەمکردنەوەی نیشانەکانی فرەجولەیی و کەمی ئاگایی و زیادکردنی ئاستی خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچەکان لەشاری سلێمانی. سەبارەت بە نموونەی توێژینەوەکە، دوای گەڕان بەناو (٢٣) باخچەدا، توانرا (١٦) منداڵ وەربگیرێت کە پێکهات لە (١٢) کوڕ و (٤) کچ لە هەردوو پەروەردەی ڕۆژئاواو ڕۆژهەڵات کە خاوەن ڕاپۆرتی پزیشکی بوون وەک نموونەی توێژینەوەکە دەستنیشان کران. ئەنجامی توێژینەوەکە دەرکەوت کە پێش ئەنجامدانی بەرنامەکە ئاستی کەم ئاگایی و فرەجوڵە لای منداڵان لە ئاستێکی بەرزدایە بەپێی هەریەک لە ڕاپۆرتی مامۆستایان و دایابان، وە هەروەها ئاستێکی نزمیان هەیە لە خۆکۆنترۆڵکردن. وە پاش جێبەجێکردنی بەرنامەکە کە لە (٣٠) دانیشتن پێکهاتبوو وە لە ماوەی ١٠ هەفتە جێبەجێکرا، ئەنجامی توێژینەوەکە دەریخست کە بەپێی هەردوو ڕاپۆرتی مامۆستا و دایباب، بەرنامەی ڕاهێنانی یارییە جولەییەکان کاریگەریەکی ئەرێنی هەبوو لەسەر کەمکردنەوەی نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجولەیی و هەروەها زیادکردنی ئاستی خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە لە شاری سلێمانی. لەژێر ڕۆشنایی ئەنجامی توێژینەوەکە کۆمەڵێک ڕاسپاردە و پێشنیاز خرانە ڕوو.

پێشەکی:

کێشەی توێژینەوەکە:

قۆناغی منداڵی، بە تایبەت قۆناغی تەمەنی (4-5) ساڵی، یەکێکە لە هەستیارترین و گرنگیترین قۆناغەکانی منداڵ، (چونکە کاریگەرییەکی گەورەی لەسەر ئێستای داهاتووی منداڵ لە بنیاتنانی کەسێتی هەیە، لەبەر ئەوەی ئەم قۆناغە توانای گەڕانەوەی نییە جگە لە بیرەوەرییەکانی نەبێت، لەبەرئەوە باشتر وایە بە شێوازێکی باشتر منداڵی تێدا ئامادەبکرێت و پەروەردە بکرێت، پەروەردە لەم قۆناغەدا ئامانجی بنیاتنانی منداڵە بۆ ئەوەی ببێتە مرۆڤێکی باش و بەتوانا، لە ڕێگەی دانانی بنەما تەندروستەکان بۆ پەروەردەکردن، ئاشکرایە کە یەکەم و گرنگترین ئەرکی باخچەکانی منداڵان، یارمەتیدانی منداڵە بۆ گەشەپێدانی لایەنەکانی سروشتە مرۆییەکەی لە ڕێگەی پیشە و ئەرکی سروشتی منداڵ کە یارییە پەروەردەییەکانە، کە لە ڕێگەیەوە دەتوانێت خۆی و تواناکانی بدۆزێتەوە، جگە لە دۆزینەوە و مامەڵە لەگەڵ ژینگەی دەوروبەری (طاهر، 2020 :3).)

دامەزراوە پەروەردەییەکان بەتایبەتی هەوڵدەدەن ڕەفتاری منداڵ ڕێکبخەن، بۆئەوەی کۆمەڵگایەکی یەکگرتوو لە هەموو ڕووەکانەوە بنیاتبنێن، چالاکی وەرزشی بەگشتی ڕۆڵێکی گرنگی تێیدا دەگێڕێت، دەبینین یاریکردن، چ مرۆڤ بێت یان گرووپی، کاریگەرییەکی ئەرێنی گەورەی لەسەر منداڵ هەیە، لەوانە یارییە وەرزشییە ڕێکخراوەکان و چالاکییەکانی دیکە کە وزەی زیادەی منداڵ دەڕژێنن (زهران، ١٩٩٥: ٢٦٧)

باخچەی منداڵان یەکێکە لە دامەزراوە پەروەردەییەکان کە منداڵ پەروەردە دەکات و کاریگەری لەسەر ڕەفتار و کردەوە و چالاکییە جیاوازەکانی منداڵ لەڕووی (جەستەیی، دەروونی، کۆمەڵایەتی، و ئەخلاقی) هەیە، لەبەرئەوە پێویستە گرنگی بەم قۆناغە تەمەنییە گرنگە بدرێت، بەجۆرێک کە تەواوی لایەنەکانی پەروەردە ڕۆڵی خۆی ببینێت لە هاوکاریکردنی پرۆسەی فێربوون و گەشەکردنی جووڵەیی، دەروونی، و کۆمەڵایەتی و خۆکۆنترۆڵکردن، ئەویش لەسەر بنەمایەکی زانستی وکرداریی ڕێکخراو بێت، بەشداریی منداڵان لە یاریکردن بەگشتی دەبێتە هۆی گەشەکردنی لایەنی کۆمەڵایەتی و دروستکردنی پەیوەندی لەگەڵ هاوتەمەنی خۆیان کە ئەمەش فێری هاوبەشیکردن و ڕێزگرتنی بەرامبەر و پابەند بوون بە ڕینماییەکان ...... هتد دەکات،

لە هەندێک منداڵدا ڕەفتاری نائاسایی و جووڵەی زیادە و پێشوەختە دەبینرێت، کە ئاماژەیە بۆ بوونی کێشەیەکە ئاماژەیە بۆ بوونی شڵەژانە ڕەفتارییەکان، لەوانە کەمی ئاگایی و فرەجوڵەییە. هەر ئەمەش وادەکات کە گۆڕانکاریی لەلایەنی هەستی و کۆمەڵایەتی وهەڵچوونی ڕوودەن، ئەم گۆڕانکاریانەش کاریگەریی گەورەیان لەسەر ڕەفتارەکانی منداڵ دەبێت، لەبەرئەوە هەریەك لە دامەزراوە پەروەردەییەکان و دامەزراوەی خێزان، ڕۆڵیان لەسەر گۆڕانکارییە ڕەفتارییەکان هەیە، بەشێوەیەك کە دەتوانین بڵێین ئەو گرفتەی کە دروست دەبێت بریتییە لە شڵەژانی کەمی وریایی و فرەجوڵەیی، کە بە یەکێك لە شڵەژانە زۆر بڵاوەکان دادەنرێت و بەردەوام لە زیادبوونیشدایە) (عبدالله، 2023 :2)

شڵەژانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی یەکێکە لە شڵەژانە باوەکانی نێوان منداڵان، نزیکەی لە (١٠%)ی منداڵانی جیهان تووشبوون. (بعزي و قندوزن، 2019 :46)، هەروەها سطحية (٢٠٠٥) ئاماژە بەوە دەکات کە ئەو منداڵانەی کێشەی شڵەژانی کەمی ئاگاییان هەیە، کەموکورتییان لە زۆربەی لایەنەکانی پرۆسەی سەرنجداندا هەیە و لاوازن لە توانای پاراستنی سەرنجدا و لاوازی سەرنجدان لە چەندین ڕەفتاری جیاوازدا دەردەکەوێت، وەک کەمی ماوەی سەرنجدان و نەبوونی توانای مانەوەی سەرنجی هەڵبژێردراو بۆ وروژێنەرە دیاریکراوەکان، جگە لە ئامادەیی بۆ سەرسوڕمان و لادانی سەرنج (سطحية، ٢٠٠٥ :٩).

هەروەها توێژینەوەکان ئاماژە بەوەدەکەن کە شڵەژانی کەمی ئاگاریی و فرەجوڵەیی ڕەفتارێکی بێزارکەر و نائاسوودەیە، توشبوانی ئەم شڵەژانە، توانای پەیوەندی کۆمەڵایەتی باشیان لەگەڵ هاوتەمەن و دایک و باوک و مامۆستایاندا نییە و لە کۆنترۆڵکردنی جووڵەکانی لەشیان و پێداویستییە هەستەکییەکانیاندا کێشەیان هەیە، لەگەڵ ئەوەشدا چەندین نیشانەی تری هەیە، وەك (جووڵەی بەردەوام، ڕاکردن و بازدانی زیادە لە کاتی نەگونجاودا، زەحمەتی بەشداریکردن لە یاری و جووڵەی بەردەوام) (المرسومي، ٢٠٠١ :٢٦٨).

لە لایەکی ترەوە زۆرجار تاك هەست دەکات کە ڕەفتارەکەی لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە قبوڵکراو نییە، خۆی ڕێکدەخاتەوە و ڕەفتارەکەی چاك دەکاتەوە بە بەکارهێنانی یەکێک لە میکانیزمەکانی گونجاندنی کۆمەڵایەتی کە بریتییە لە خۆکۆنترۆڵکردن.

مەبەست لە خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە، پرۆسەی کۆنترۆڵکردنی کاردانەوە ڕەفتارییەکانە لە دۆخە جیاوازەکاندا، کە بریتییە لە چاودێری خودی و پشتڕاستکردنەوەی خودی. بۆ ئەم مەبەستەش بەرنامە ڕێنماییەکان یەکێکن لە گرنگترین ستراتیجییەتەکان کە بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی خۆکۆنترۆڵکردن بەکاردێن، چونکە کاریگەرییان لە دامەزراوە پەروەردەییەکان و لە بوارە جیاوازەکانی ژیاندا سەلمێندراوە (بن الصيد، 2023 :1)

ئامرازەکانی زاڵبوون بەسەر گرفتەکاتی ڕەفتارییەکان و شڵەژانە ڕەفتاریی و دەروونییەکان، پێوسیتی بەدواداچوون و ئامادەکاریی هەیە، یەکێك لەو ئامرازانەی کە کاریگەریی لەسەر شڵەژانەکان هەیە، بە تایبەت شڵەژانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن، یارییە جوڵەییەکانە، هەروەك شریف (2011) ئاماژەی پێکردووە کە یاریکردن ئارەزوویەکی سروشتییە و لە هەر مرۆڤێکی ئاساییدا هەیە، هەروەها ڕێگەیەکە بۆ دەربڕینی خۆ و بەکارهێنانی تواناکانی، و پاڵ بە مرۆڤەوە دەنێت بۆ تاقیکردنەوە و لاساییکردنەوە و دۆزینەوەی ڕێگەی نوێ بۆ ئەنجامدانی کارەکان، بەمەش مرۆڤ هەست بە خۆشی و ئاسوودەیی دەکات، و ڕۆڵێکی گەورەی لە بنیاتنانی کەسێتی مرۆڤ دەبێت (شریف، ٢٠١١: ٣٥).

یەکێک لە تایبەتمەندییەکانی منداڵانی شڵەژانی ڕەفتاری، نەبوونی توانای تێکەڵاوبوون و پەیوەندیگرتنە لەگەڵ کەسانی دەوروبەریان، چالاکییەکی زیاد لە ڕادەبەدەریان هەیە کە دەوروبەرەکەیان بێزار دەکەن و توانای خۆکۆنترۆڵکردنیان نییە تا بتوانن لەگەڵ ژینگەی دەورووبەریاندا بگونجێن، چونکە (ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن یەکێکە لە میکانیزمەکانی گونجانی کۆمەڵایەتی، مرۆڤ هەوڵی بەکارهێنانی ئەم میکانیزمە دەدات کاتێک هەست دەکات ڕەفتارەکەی لەلایەن کەسانی ترەوە قبووڵکراو نییە، لەبەرئەوە خۆی ڕێکدەخاتەوە و هەوڵی گۆڕینی ڕەفتارەکەی دەدات بۆ گەیشتن بە ئامانجی ویستراو، کەواتە مەبەست بە خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی تەمەن (4-5) ساڵ، بریتییە لە میکانیزمی دەستبەسەراگرتنی ڕەفتار لە بارودۆخی جیاوازەکاندا، ئەگەر ئاستی خۆکۆنترۆڵکردنی منداڵ لاواز بێت، گرفت دروست دەکات و کاریگەریی لەسەر دەورەهەبەری دەبێ، بۆ ڕەوینەوە و نەمانی گرفتەکان، پێویستە پاڵپشتی تەواوی خۆکۆنترۆلکردنی منداڵ بکرێت لە باخچەدا) (بن الصيد، 2023 :5-7).

ڕێگەی چارەسەری گونجاو کە هەموو لایەنەکانی هەڵچوونی، جووڵەیی، مەعریفی و هەڵچوونە کۆمەڵایەتییەکان و جوانیناسی و ئاكار لەخۆ بگرێت، پێویستە ڕێگاچارەسەرەکە چالاکی جۆراوجۆری تێدا بێت، لەوانە ڕاهێنانی هەڵچوونەکان و جووڵەکان لە چوارچێوەی چالاکییەکی گرووپیدا لە تاقیکردنەوەی یاریکردن، گفتوگۆ، ستایش، گەمە و پێکەنین. ئەمانە چالاکییەکن کە هاوکاری پرۆسەی گەشەی منداڵ دەکات، لە هەمانکاتدا ئامانجەکانی دەستنیشانکردن و چارەسەرکردن بەدیدەهێنێت، ئەمەش لە ڕێگەی توانای دروستکردنی پەیوەندی نێوان منداڵ و ژینگەی کۆمەڵایەتی، لەبەرئەوە ئەمە وای لە توێژەر کردووە کە ڕوو لە چارەسەری پەروەردەیی بکات، لە ڕێگەی ئامادەکردنی بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان کە پشت بە یاری پەروەردەیی ببەستێت بۆ کەمکردنەوەی نیشانەکانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و زیادکردنی خۆکۆنترۆڵکردن لە منداڵانی تووشبوو بەم شڵەژانان، لەم سۆنگەیەوە توێژەر هەستا بە ئەنجامدانی توێژینەوەیەك بە مەبەستی زانینی کاریگەری یارییە جولەییەکان بۆ لە کەمکردنەوەی نیشانەکانی کەمی ئاگایی و فرەجولەیی و زیادکردنی خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە.

گرنگی توێژینەوەکە:

گرنگیدان بە قۆناغی منداڵی وگرنگیدانە بە ئێستاو داهاتو، قوناغی سەرەتایی یەکەم و قۆناغی تێکەڵبوونی منداڵ بە کەسانی تر و تێکەڵبوونی بە دەزگا پەروەردەییەکان لە قۆناغە گرنگەکانی ژیانی مرۆڤ دادەنرێت، لەبەئەوە کۆمەڵگەی هۆشیار ئەو کۆمەڵگەیەیە کە گرنگی تەواو بە قۆناغی گەشەی منداڵ دەدات، چونکە ئەزموونەکانی ساڵانی تەمەنی یەکەمی منداڵ، بونیادی تەواوی قۆناغەکانی تریەتی لە هەرزەکاریی و پێگەیشتندا، چونکە سەرجەم کار و چالاکییەکانی تایبەت بە منداڵ کاریگەریی درێژخایەن و بەشدارە لە داڕشتنەوەی داهاتوی منداڵ، هەر لەم قۆناغەوە کەسێتی منداڵ دروست دەبێت. لەبەرئەوە پێویستە گرنگییەکی تەواو بە گەشەی منداڵ و ئەو شڵەژانانە بدرێت کە دووچاری منداڵان دەبنەوە و بەرنامەڕێژی تەواوی بۆ بکرێت لە ڕێگرتن یان کەمکردنەوە و زاڵبوون بەسەر شڵەژانە دەروونی و ڕەفتارییەکاندا.

یارییە جوڵەییەکان گرنگن، چونکە جۆرێکن لە چارەسەری ڕەفتاری کە ئامانجی دروستکردنی گۆڕانکاریە لای منداڵان، بۆ ئەوەی ژیانی خۆی و دەوروبەرەکەی ئەرێنیتر و کاریگەرتر بکات، میللر (١٩٩٤) دەڵێت: یارییە جوڵەییەکان تەنها ڕێگەن بۆ پەرەپێدانی توانا و داهێنانی منداڵان، ئەم یارییە دەکرێت مرۆڤی یان گرووپی بێت و ڕەنگە شیکردنەوە و پێکەوەنان و خەیاڵکردن لەخۆبگرێت. یاری چەمکێکی فرەڕەهەندە و پێداویستییەکی گرنگی گەشەکردنە، هەروەها ڕێگەیەکی گرنگە بۆ فێربوون و گونجاندنی کۆمەڵایەتی. یاری دۆخی دەروونی منداڵ ئاشکرا دەکات و ڕێنماییمان دەکات بۆ چارەسەرکردنی شلەژانە دەروونی و ڕەفتارییەکان) (عوسمان، ٢٠١١: ١٨٨).

توێژەران محەمەد ئیسماعیل (١٩٨٩) و تینا برۆس (١٩٩٢) ئاماژە بەوە دەکەن کە هەموو چالاکییەکانی یاری ڕاهێنان بۆ تواناکانی جووڵە لەخۆدەگرن گرنگن، مامەڵەی منداڵ لەکاتی چالاکییەکانی یارییە جولەییەکاندا وا دەکات کە بجووڵێت و هەست بکات و قسە بکات، هەروەها دەتوانێت ئەم جیهانە بە هەموو هەستەکانییەوە بگەڕێت و ببینێت و دەست لێبدات و گوێ بگرێت و بۆن و تام بکات. هەڵگرتنی شتەکان و جووڵاندنی دەست و پێ و گواستنەوەی لەش، هەموو ئەمانە پێکەوە لە چالاکییەکانی یاریدا ئەنجام دەدرێن، منداڵ لە کاتی یاریکردندا پرۆسەی زانینی لە ئاستێکی فراواندا ئەنجام دەدات، وەک تێگەیشتن و سەرنجدان و بیرهێنانەوە و وێناکردن و کورتکردنەوەی وێنەکانی مێشک و ئەزموونە کۆمەڵایەتی و هەستەکییەکان، هەروەها ڕۆڵ دەبینێت و ڕووداوەکان دەگێڕێتەوە و ئەزموونەکان خەیاڵ دەکات، هەموو ئەمانەش لە چوارچێوەیەکی زمانی وکۆمەڵایەتی و زانیی و هەستەکیدا (عبدالفهيم، ٢٠١٢: ١١٣).

کرافت (٢٠٠٠) جەخت لە گرنگی یارییە جوڵەییەکان دەکاتەوە بەوەی کە ئەو چالاکییانەن کە منداڵان تێیدا دەنگ و ڕەنگ و شێوە و قەبارە و دەستلێدانی شتەکان دەدۆزنەوە و دەگەڕێن، لە ڕێگەی دوو یان سێ ڕەهەندەوە، منداڵان توانای گەشەکردووی خۆیان لە خەیاڵکردن و گوێگرتن و تێبینی و بەکارهێنانی فراوانی ئامراز و کەرەستە و سەرچاوەکانی دیکەدا نیشاندەدەن بۆ دەربڕینی بیروڕاکانیان بۆ گەیشتن بە هەستەکانیان و پەیوەندیکردن لەگەڵ کەسانی دیکە (ابراهیم، ٢٠١١، ١٢٧).

گرنگیی ئەم توێژینەوەیە لە دەرخستنی بەکارهێنانی یارییە جوڵەییەکاندا خۆی دەبینێتەوە، وەک ڕێگەیەکی چارەسەری نادەرمانی کە یارمەتی کەمکردنەوەی شڵەژانی فرەجوڵەیی و کەمی ئاگایی و زیادکردنی ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردندا لای منداڵانی توشبووی باخچە دەدات.

لێکۆڵینەوە لە باوترین شڵەژانەکان لە قۆناغی منداڵیدا، بە تایبەت لە منداڵانی باخچە، یەکێکە لە گرنگییەکانی ئەم توێژینەوەیە، چونکە گرفتەکانی شڵەژانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن، لەم قۆناغەی منداڵدا زۆر بەڕوونی دەردەکەوێت، تەنانەت کاریگەرییەکانیشی لەسەر ڕەنگدەداتەوە.

المفتي (2014) ئاماژە بە گرنگی یارییە جوڵەییەکان دەکات و پێیوایە کە یەکێکن لە گرنگترین چالاکییەکانی منداڵ، سەرنجی ڕادەکێشێت و بیرکردنەوەی وروژێنێت و خەیاڵی فراوان دەکات، جگە لەمانە یارییە جوڵەییەکان ڕێگەیەکی پەروەردەیی گرنگن کە کار لەسەر بنیاتنانی کەسیتی منداڵ بە هەموو لایەنە جیاوازەکانییەوە دەکات و پێداویستییەکانی پڕ دەکاتەوە (مفتي، 2014 :1).

یارییەکانی ئاگایی و سەرنجدان جۆرێکن لە چارەسەری ڕەفتاری کە ئامانجی گۆڕانکاری لە منداڵدا دروستکردنە بۆ ئەوەی ژیانی خۆی و دەوروبەرەکەی ئەرێنیتر و کاریگەرتر بکات، کەمی ئاگایی فرە جووڵە، یەکێکن لە شڵەژانەکان، کە منداڵان لە ماڵەوە یان باخچە ڕووبەڕووی دەبنەوە و ڕێگر دەبن لە فێربوونی داهاتوودا، جگە لە دەرکەوتنی کێشە ڕەفتارییەکان کە بریتین لەوەی کە منداڵە توشبووەکان زیاتر توندوتیژن و کێشەیان لە بیرکردنەوەدا هەیە و توانای کۆنترۆڵکردنی خۆیان نییە، بۆ کەمکردنەوە و زاڵبوون بەسەر ئەم بارووdۆخەدا، لەم ڕووەوە توێژەر بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکانی تەرکیز و سەرنجدان ئامادەکردووە بە مەبەستی کەمکردنەوەی نیشانەکانی (ADHD) و زیادکردنی ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە.

هەروەها دەتوانین گرنگی توێژینەوە لەم چەند خاڵەی خوارەوەدا بخەینەڕوو:

- سوودی دەبێت بۆ باخچەکان ئەو مامۆستایانەی ڕاهێنەری باخچەی منداڵانن و ڕووبەڕووی ئەو منداڵانە دەبنەوە کە کەدووچاری ئەم جۆرە شڵەژانە بوونەتەوە.
- بوونی توێژینەوە بە زمانی کوردی، گرنگە بۆ دەوڵەمەندبوونی کتێبخانەی کوردی و فراوانبوون و گەشەکردنی زمانی کوردی لە ڕووی بەکارهێنان و دەستەبەرکردنی زاراوەی نوێ لە بوارەکەدا.
- دەرئەنجامەکانی توێژینەوەکە دەکرێت بە هەند وەربگیرێت، کاری پێبکرێت لە کەمکردنەوەی ئاستی شڵەژانە ڕەفتاریی و دەروونییەکان.
- توێژینەوەکە هەوڵێکە بۆ تەواوکردنی توێژینەوەکانی پێشوو، لە بواری چارەسەرکردنی شلەژانە ڕەفتاریی و دەروونییەکان، ئەویش لە ڕێگەی جێبەجێکردنی بەرنامەی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان لە کەمکردنەوەی ئاستی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و زیادکردنی ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە.
- ئەم توێژینەوەیە سوودی دەبێت بۆدایکان و باوکانی منداڵانی توشبوو بە شڵەژانی (ADHD).
- سوودی دەبێت بۆ کارووباری کۆمەڵایەتی و پەروەردەیی و مامۆستایانی باخچە.

ئامانجی توێژینەوەکە:

توێژینەوەکە ئەم ئەنجامانە لەخۆدەگرێت:

1 - ئامادەکردنی بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان لەسەر کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە.
2 - زانینی کاریگەریی بەرنامەکە لەسەرکەمکردنەوەی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و زیادکردنی خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچە.

گریمانەی توێژینەوەکە:

- جیاوازی بەڵگەداری ئاماریی نییە بەپێی ئاستی ئاماژەی (0.05) لە نمرەکانی (ADHD) لای هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵکراو دوای بەشداریکردنیان لە بەرنامەکە.

- جیاوازی بەڵگەداری ئاماریی نییە بەپێی ئاستی ئاماژەی (0.05) لە نمرەکانی ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لای هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵکراو دوای بەشداریکردنیان لە بەرنامەکە.

سنوری توێژینەوەکە:

ئەم توێژینەوەیە بەمەبەستی زانینی کاریگەری بەرنامەی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان لەسەر کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی باخچەکانی ناوەندی شاری سلێمانی بۆ ساڵی (2024 – 2025) ئەنجامدراوە.

پێناسەی چەمك و زاراوەکان:

بەرنامەی ڕاهێنان:

پێناسەی الشامی (٢٠١٤): چالاکییەکی پلانی دارێژراوە کە ئامانجی گۆڕانکارییە لەلای ڕاهێنراواندا لەڕووی زانیاری و شارەزایی و توانا و شێوازی ئەنجامدانی کارەکانیان و ڕەفتار و ڕێبازی کارکردنیانەوە، بەجۆرێک کە وایان لێدەکات بگونجێن بۆ ئەنجامدانی کارەکانیان بە شێوازێکی کارا و بەرهەمدار (الشامی ، ٢٠١٤، ١٤٢).

پێناسەی ساڵح (2021): بریتییە لە کۆمەڵێک دانیشتن بە شێوەیەکی زانستی دارێژراون بۆ هەر دانیشتنێک بابەت ئامانج و ماوە و ڕێکار و هەڵسەنگاندن دیاری دەکرێت، لە پێناو گەیشتن بە ئامانجی هەر دانیشتنێک ستراتیژی و تەکنیکی دیاریکراو بە کار دەهێنرێت.

پێناسەی ڕێکاری: بەرنامەیەکی ڕاهێنانە کە بەهۆیەوە دەکرێت نیشانەکانی ڕادەی کەمکردنەوەی شلەژانە ڕەفتارییەکان و دەروونییەکان (کەمی ئاگایی ، فرەجوڵەیی، ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن) بەدیبێنێت.

یارییە جوڵەییەکان:

پێناسەی فاتح (2011): ئەو یاریانەن کە کاریگەرییەکی ئەرێنی و کارایانە دەکەنە سەر هەموو ئەندامەکانی لەش، چونکە توانای کرداریی ئەندامە ناوخۆییەکان، وەک کۆئەندامی هەناسە و سووڕانی خوێن، گەشە پێدەدەن، هەروەها توانای ماسولکەیی و جەستەیی و هاوسەنگی باڵا دەپەرەپێدەن، وە هانی گەشەکردنی جۆرەها شارەزایی جووڵەیی دەدەن (فاتح، 2011 :30).

پێناسەی حمودي (2014): یارییە جووڵەییەکان: ئەو یارییانەن کە دڵخۆشی و شادی بۆ منداڵان دەهێنن کاتێک بە چالاکییەکی جووڵەیی زۆرەوە ئەنجامیان دەدەن، چونکە چیرۆکی جووڵەییان تێدایە لە ڕاستییەکانی ژیانی منداڵدا، و ئامانجەکانیان پەروەردەیین (حمودي، 2014 :55).

پێناسەی ابو ترکي (2018): یارییە جووڵەییەکان پێناسە دەکات بەو یارییانەی کە منداڵ ئەندامەکانی لەشی بەکاردەهێنێت بۆ ئەنجامدانی چالاکییەکی جووڵەیی کە وای لێدەکات هەست بە دڵخۆشی و شادی بکات (ابو ترکي، 2018 :28).

فرەجوڵەیی:

پێناسەی (Smith, et .al (1993: بریتییە لە چالاکی یان جوڵەی زۆری لە ڕادەبەدەر و ناپەسەند وەك دانەنیشتن لە شوێنی خۆی، یان زۆر پرسیارکردن بە بەردەوامی، یاخود دووبارەکردنەوەی هەمان پرسیار، یاخود ناتوانێت بوەستێت بۆ ماوەیەکی تارادەیەك درێژ، زۆرجار فرەجوڵەیی دەبێتە هۆی گیروگرفت لە فیربوونی ئەکادیمیدا (خلیفة و سعد، 2007 :94).

پێناسەی قەرەچەتانی (2015): یەکێکە لەو شلەژان و حاڵەت و نەخۆشیانەی کەپێش تەمەنی چوونە قوتابخانە دەردەکەوێت و ژمارەیەك منداڵ بەدەستیەوە دەناڵێنن لە قوتابخانە کێشەی زۆریان بۆ دروست کردوون. (قەرەچەتانی،2015 :153).

پێناسەی حسن (2019): یەکێکە لە شلەژانە دەروونییەکان کە توشی منداڵ دەبێت بەو جیادەکرێتەوە کە منداڵەکە بەردەوام گرفتی هۆشپێدان یان فرەجوڵەی هەیە و بەردەوام لە باری بزواندندا دەبێت (حسن، 2019 :42)

پێناسەی ڕیکاری: بریتییە لەکۆ نمرەی بەدەستهاتوو کە وەڵامی نموونەی توێژینەوەکە لەسەر پێوەری (ADHD) بە دەستیدەهێنێت.

کەمی ئاگایی: پێناسەی احمد و بدر (1999): ئەو بارودۆخەیە کە بەهۆیەوە منداڵ توانای درککردنی وروژێنەرە جیاوازەکانی نییە بۆ ماوەیەکی زۆر، لەبەرئەوە بە زەحمەت پابەندی ڕینماییەکان و تەواوکردنی ئەو کارانە دەبێت کە ئەنجامی دەدات، هەروەها توانای بیکردنەوەی لاوازە، لەبەرئەوە زۆر هەڵە دەکات، گفتوگۆکانیشی پەیوەستنین بەیەکەوە (احمد و بدر، 1999 :33).

پێناسەی حسين (2008): بریتییە لە لاوازی توانای سەرنجدان و سەرنج ڕاکێشانی منداڵ بۆ هەر وروژێنەرێکی دەرەکی کە دایدەبڕێت لە وروژێنەرەکەی یەکەم لە ماوەی کەمتر لە چرکەیەکدا، هەروەها زۆر تورەبوون و پێکەنینی قوڵ، سەرنجراکێش بەبێ بیکردنەوە یان بینینێك کە حەزی لێیە (حسين، 2008 :133).

پێناسەی ڕیکاری: بریتییە لەو نمرەیەی کە وەڵامی نموونەی توێژینەوەکە لەسەر پێوەری (ADHD) بە دەستیدەهێنێت.

خۆکۆنترۆڵکردن:-

توێژینەوەی لۆرسی (٢٠١٦): توانای مرۆڤە بۆ چاودێریکردن و گۆڕینی ڕەفتارەکانی لە کاتێکەوە بۆ کاتێکی دیکە، بەپێی ئەو بارودۆخانەی کە تێیدا دەژی، ئەم بنەمایە تاکەکە دەکاتە پاسەوانێکی چالاک کە تەنیا کاردانەوە نیشاننادات بەرامبەر دەوروبەرەکەی، بەڵکو بەهۆی تواناکانییەوە دەتوانێت خۆی هەڵبسەنگێنێت و چاودێری بکات و هەوڵەکانی یان ڕێبازەکەی بگۆڕێت بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانی (لۆرسی ٢٠١٦ :٢٦٢).

پێناسەی مەحمود (٢٠١٦): شێوازێکە لە شێوازە کرداریەکان، کە کات و وزەی تاک دەپارێزێت، چونکە خودی تاکەکە بەرپرسیارە لە جێبەجێکردنی ئەو ڕێکارانەی کە ڕەفتارەکەی ڕێکدەخەن، خۆکۆنترۆڵکردن پشت بە بەهێزکردنی ئەو ڕەفتارانە دەبەستێت کە تاکەکە پێیڕازییە و دەیەوێت گۆڕانکارییان تێدا بکات، سزادانی ئەو ڕەفتارانەش کە نایانەوێت (مەحمود، ٢٠١٦ :٧٠).

پێناسەی ڕیکاری: بریتییە لەو نمرەیەی کە وەڵامی نموونەی توێژینەوەکە لەسەر پێوەری (ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن) بە دەستیدەهێنێت.

چوارچێوەی تیۆری توێژینەوەکە

یاریيە جوڵەییەکان:

یاریی جووڵەیی یەکێکە لە نوێترین ڕێگاکانی ڕاهێنان بە منداڵان و سەرکەوتوو بووە، چونکە گونجاوە لەگەڵ سرووشت و توانا و ئارەزوویاند، سەرەڕای ئەوەش، ئاستێکی بەرزی دڵخۆشی و چێژ وەرگرتنیان پێدەبەخشێت و ئارەزووی خەیاڵ و حەزی لاساییکردنەوە تیایاندا تێر دەکات، لەگەڵ ئەوەشدا بەهای ئەخلاقی و کۆمەڵایەتیش فێر دەبن (المرسي، 1972 :92).

یارییە جووڵەییەکان لە جیهانی منداڵیدا یەکێکن لە بڵاوترین و باوترین یارییەکان، کە ڕۆڵی بەرچاوی جووڵە لە ناوەرۆکی یارییەکەدا دەبینرێت (ڕاکردن، هەڵپەڕین، خۆهەڵدان بە جۆرەکانیەوە، گرتن و هاویشتنی تۆپ و هتد)، ئەمەش بۆ ئەوە دەگەڕێتەوە کە چالاکییەکی پەروەردەیی و جووڵەییە و ئامانج لێی پەرەپێدانی گشتیی منداڵە بەشێوەیەکی گشتگیر و بەتایبەتیش پەرەپێدانی توانا جەستەیی و جووڵەییەکان، لەپاڵ ئەمانەشدا، ئامانجی سەرەکی تێپەڕاندنی ئەو سەختی و ئاستەنگ و شڵەژانە ڕەفتاریانەیەیە کە لەسەر ڕێگای گەیشتن بە ئامانج دادەنرێت، ئەم جۆرە یارییە بەهای پەروەردەییەکی گرنگی هەیە ئەگەر بە شێوەیەکی دروست و لەسەر بنەمای زانستیی تەندروست بەکاربهێنرێت، هەروەها ئەم یاریيانە وەک ئامرازێک بۆ پەروەردەی جەستەیی گشتیی منداڵان و وەک ئامادەکارییەک بۆ یارییە وەرزشییەکان بەکاردێن (مجيد، ٢٠٠٠ :١١).

ئەم یارییانە لە ناوەڕۆکیاندا چالاکییەکی ئاراستەکراوە کە منداڵان ئەنجامی دەدەن بۆ پەرەپێدانی ڕەفتار و توانا عەقڵی و جەستەیی و هەستێتییەکانیان، لە هەمانکاتیشدا چێژ و خۆشیيان پێدەبەخشێت، میتۆدی فێربوون بە یاری بریتییە لە سوودوەرگرتن لە چالاکییەکانی یاری بۆ بەدەستهێنانی زانیاری و نزیککردنەوەی بنەماکانی زانست لە منداڵان و فراوانکردنی ئاسۆی زانستییان (ابو شعبان، ٢٠١٠ :٥٨).

گرنگی یارییە جوڵەییەکان:

شارەزایانی دەروونناسی چەند گرنگییەکی یارییە جوڵەییەکانیان خستۆتە ڕوو، بۆ نموونە عثمان (2008) ئاماژە بە چەند گرنگییەکی یارییە جوڵەییەکان دەکات، کە بریتین لەمانەی خوارەوە:

1. یارییە جووڵەییەکان یارمەتی گەشەکردنی مێشکی منداڵان دەدات، چونکە جووڵە ڕۆڵێکی سەرەکی دەگێڕێت لە دروستکردنی خانەکانی دەمار کە بنەمای پرۆسەی فێربوونن، هەروەها یارمەتی دروستبوونی وێنەیەکی باش دەدات لەبارەی خۆیانەوە، چونکە باشترکردنی وێنەی خودی دەرئەنجامی پرۆسەیەکی پلانی دارێژراوە بۆ ئەنجامدانی چالاکی جووڵەیی سەرکەوتوو، کە دەکرێت بەشێوەیەکی کارا بەشداری لە پەروەردەی جووڵەییدا بکات کە لەکاتی پرۆسەی فێربووندا پێشکەش دەکرێت.

2. يارمەتی گەشەكردنی ئێسك و ماسوولكەكانی منداڵان دەدات، هەروەها يارمەتی هاوسەنگی، چالاكی و هەماهەنگييان دەدات، منداڵان دەتوانن جووڵەی فێربوويان بەكاربهێنن بۆ فێربوونی جووڵەی نوێ.
3. منداڵان پێويستيان بە چەندين دەرفەتی جووڵە هەيە لە ساڵانی كۆتايی قۆناغی منداڵيدا تاكو جووڵەكانيان شارەزايی زياتريان پێوە ديار بێت (عثمان، 2018 :13)

لەگەڵ ئەوەشدا نوار و بيلية (2016) چەند گرنگييەكی تری يارييە جوڵەييەكان دەخە نەڕووكە بريتين لە:

1. كەرەستەيەكی كارايە بۆ نزيككردنەوەی چەمكەكان لە منداڵان و يارمەتيدانيان بۆ تێگەيشتن لە مانای شتەكان، ئامرازێكی پەروەردەييە كە يارمەتی كارلێكی منداڵ دەدات لەگەڵ توخمەكانی ژينگە و پێكهاتەكانی بۆ چەسپاندنی ئەوەی فێركراوە و گەشەپێدانی كەسێتی و ڕەفتارەكەی.
2. ئامرازێكی كارايە كە دەتوانرێت بەكاربهێنرێت بۆ ڕزگاركردنی منداڵان لە خۆپەرستی و ناوەندبوون لە دەوری خۆيان، گواستنەوەيان بۆ قۆناغی ڕێزگرتن لە كەسانی ديكە و دڵسۆزی بۆ گرووپ و خۆگونجاندن لەگەڵيدا، هەروەها ئارەزووەكانی منداڵان تێر دەكات و پێداويستييەكانيان پڕ دەكاتەوە و يارمەتی هاوسەنگييان دەدات.
3. كەرەستەيەكی كۆمەڵايەتييە بۆ فێركردنی منداڵان بە ياساكانی ڕەفتار و ڕێگاكانی پەيوەندی و خۆگونجاندن و نوێنەرايەتی بەها كۆمەڵايەتييەكان دەكات، كار لەسەر دۆزينەوەی كەسايەتی منداڵان و تواناكانی دەروونی و عەقڵييان دەكات (نوار و بيلية، 2016 :68)

عمارة و ابوهشيمة (٢٠١٣) ڕۆڵ و ئەركەكانی يارييە جووڵەييەكانيان بەم شێوەيە باسيانكردووە:

1. يارييە جووڵەييەكان، شارەزاييەكانی پەيوەندی وەرزشی بەهێز دەكەن بەو دەرفەتە ڕاستەقينانەی كە بۆ مەشقكردن و تەواوكردنی ئەم شارەزاييانە دابينيان دەكەن.
2. خەياڵ و توانای بيركردنەوەی منداڵ گەشە پێ دەدەن، چونكە لە هەر يارييەكدا، منداڵ خۆی لە جياتی هاوڕێكەی دادەنێت تا ئامادە بێت بۆ ڕووبەڕووبوونەوە و ڕكابەريكردن لەگەڵيدا.
3. جۆرێك لە فێربوون لە ڕێگەی دۆخە كۆمەڵايەتييە خۆشەويستەكانەوە دروست دەكەن.
4. هەستەكان هێور دەكەنەوە و گرژی دەروونی كەم دەكەنەوە، و هەستەكان پاكژ دەكەنەوە و تواناكانی عەقڵی منداڵ شێوە پێ دەدەن، هەروەها دەرفەت بۆ فێربوون لە هاوتەمەنان دەڕەخسێنن (عمارة و ابوهشيمة، ٢٠١٣ :22).

جۆرەكانی يارييە جوڵەييەكان:

يارييە جوڵەييەكان دابەش دەكرێن بۆ:

1. يارييە جوڵەييە سادەكان: چالاكييەكی داهێنەرانە و هۆشيارانەيە كە ئامانجێكی دياريكراوی هەيە و منداڵان خۆيان هەوڵی گەيشتن بە ئامانجەكەيان دەدەن، گەيشتن بە ئامانجەكە پێويستی بە دياريكردنی ياسا و تێپەڕاندنی ئاستەنگ و قورسييەكانی يارييەكەيە دەبێت، يارييە جوڵەييە سادەكان پێويستيان بە ئامادەكارييەكی تايبەت نييە و ياساكانيان لەلايەن منداڵان و مامۆستايانەوە دەگۆڕدرێن بەپێی بارودۆخی شوێنی يارييەكە.

2. يارييە وەرزشييەكان: بەرزترين ئاستی يارييە جوڵەييەكانن و ياساكانيان بە وردی ڕێكخراون و پێويستيان بە ياريگە و كەرەستەی تايبەت هەيە، جيا دەكرێنەوە بە پێويستيان بە شارەزاييەكی بەرز لە جوڵەكان و پلانی تايبەت لە ڕەفتاركردن لەكاتی ياريكردن، ئەمەش پێويستی بە ئامادەكارييەكی تايبەت و ڕاهێنانێكی تەواو هەيە، هەر يارييەكی وەرزشی ژمارەيەكی دياريكراو لە ياريزان و ياريگە و ئامێری تايبەتی هەيە و پێويستی بە كۆنترۆڵێكی تايبەت هەيە بەپێی ياسا جێگيرەكانی ئەو يارييە (عوينتي، ٢٠١٣ :68).

3. هەروەها يارييە جوڵەييەكان بەپێی ئاستی ئاڵۆزی ناوەڕۆكەكەيان، چالاكييەكانی منداڵان، جۆری جوڵەكان كە لەخۆيان دەگرن، سيفەتە جەستەييەكان كە بەزۆری لە ياريكردن دەردەكەون، وەك پێشەكييەك بۆ هەندێك جۆری وەرزش، و بەپێی پەيوەندييە هاوبەشەكانی نێوان ياريزانەكان پۆلێن دەكرێن (حمودي، ٢٠١٤ :61).

شڵەژانی كەمی ئاگايی و فرەجوڵەيی : شڵەژانی كەمی ئاگايی و فرەجوڵەيی ، حاڵەتێكی شڵەژانی ڕەفتارييە كە لە منداڵان و هەرزەكاراندا دەستنيشان دەكرێت، دەگەڕێتەوە بۆ كۆمەڵێك نيشانەی شڵەژان كە لە منداڵييەوە دەست پێدەكات و تا قۆناغی هەرزەكاری بەردەوام دەبێت،

پشت بە بوونی چالاکی جوڵەیی زۆر، کەمی ئاگایی و هەڵچوون دەبەستێت، ئەم نیشانانە دەبنە هۆی سەختی گونجاندن لەگەڵ ژیان لەماڵەوە و شەقام و قوتابخانە و لە کۆمەڵگادا بە گشتی ئەگەر دەستنیشان نەکرێن و چارەسەر نەکرێن.

کۆمەڵەی ئەمریکی بۆ پزیشکیی دەروونی (APA) لە ڕێبەری دەستنیشانکردنی ئاماری بۆ شڵەژانە دەروونییەکان چاپی پێنجەم (DSM-5, 2013) دا دەڵێت کە: شڵەژانێکە لە گەشەی دەماریدا کە بە لاوازی ئاستی ئاگایی و ڕێکنەخستنی ویان فرەجوڵە دەناسرێتەوە، ئەنجامی کەمی ئاگایی ڕێکنەخستنەوە دەبێتە هۆی نەتوانینی بەردەوامبوون لە کارێکدا، گوێ نەگرتن، ونکردنی شتەکان، لە ئاستێکدا کە نەگونجاوە لەگەڵ تەمەن یان ئاستی گەشەدا؛ هەروەها لە ئەنجامی فرەجوڵەیی و پاڵنەرەوە دەبێتە هۆی: جوڵانی بەردەوام، نەتوانینی دانیشتن، دەستتێوەردان لە چالاکییەکانی کەسانی دیکە و نەتوانینی چاوەڕوانکردن بەگوێرەی تەمەن یان ئاستی گەشە، زۆرجار لە قۆناغی پێگەیشتوویدا بەردەوام دەبێت و دەبێتە هۆی لاوازی لە ئاستی کۆمەڵایەتی و ئەکادیمی و پیشەییدا (لطفي، 2022: 96).

شڵەژانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی بەوە پێناسە دەکرێن کە بریتین لە نەبوونی بیرکردنەوە و ئاسانی پەرتەوازەبوون و سەختی هێشتنەوەی ئاگایی و سەرنجدان کە پێویستن بۆ بەردەوامبوون لە ئەنجامدانی ئەرک و چالاکییە جۆراوجۆرەکان، هەروەها کەمی لە توانای فێربوونی شارەزایی نوێ، کە پێویستن بۆ ئاگایی مێشکی و فرەجوڵەیی بێ ئامانج لەگەڵ سەختیی جێگیربوون، هەروەها ئارەزووی پاڵنەر و بڕینی قسەی کەسانی دیکە لەکاتی قسەکردندا و هەڵنەسەنگاندنی ئەنجامەکان بەهۆی خێرایی بڕیاردانەوە، و شکستهێنان لە پاراستنی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان (انور و عبدالسادق، ٢٠١٣ :٢٣).

لەکاتێکدا Salvi et al (2019) پێناسەی دەکەن بەوەی کە حاڵەتێکی سەرەتایی کلینیکی کە بە گرفتەکانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی و پاڵنەر دەناسرێتەوە، کە دەکرێت لە ماوەی ژیاندا بەردەوام بێت، کە کاریگەرییەکی گەورەی لەسەر ڕێڕەوی گەشەکردن هەیە، دەرکەوتنی شڵەژانە دەروونییەکان ئاسانتر دەکات(Salvi et al, 2019, 89)

نیشانەکانی شڵەژانی کەمی ئاگایی و فرە جوڵەیی:

نشیانەکانی شڵەژانی کەمی ئاگایی و فرەجوڵەیی بەشێوەیەکی گشتی دابەش دەکرێن بەسەر:

1. نیشانەکانی کەمی تەرکیز:

ئەمانە دەگرنەوە: قورسی و سەختی دەستپێکردنی ئەرکەکان و لادان لە ئەرکەکە، سەختی پاراستنی ئاگایی بۆ ماوەیەکی درێژ، کەمی بەردەوامی، سەختی پلاندانان و ڕێکخستنی چالاکییە ڕۆژانەییەکان، دوورکەوتنەوە لە بەشداریکردن لە کارەکاندا کە پێویستیان بە هەوڵی مێشکی هەیە، لەبیرچوونەوەی بابەتە پێویستەکان (وەک کتێب، قەڵەم یان ئەرکەکان)، لەبیرچوونەوەی کارە ڕۆژانەییە دووبارە و ئاساییەکان، خەیاڵکردن و خەون بینین لە کاتی ئەنجامدانی چالاکییەکاندا و دواخستن (دواخستنی کارەکان بۆ کاتێکی دواتر)، سەختی ئەنجامدانی زیاتر لە ئەرکێک لە هەمان کاتدا، و دواکەوتنی وەستان (سەختی گواستنەوەی تەرکیز لە ئەرکێکەوە بۆ ئەرکێکی دیکە) (لطفي، 2022 :98)

هەروەها بەڵگەی دەستنیشانکرن و ئاماریی بۆ شڵەژانی ژیریی لە چاپی پێنجەمدا (DSM-5) بریتین لەم خاڵانەی خوارەوە:

- کێشەو گرفتی هەیە لە ڕێکخستنی ئەرك و چالاکییەکان و شتەکانی وندەکات.
- دوورکەوتنەوە لەو کارو چالاکیانەی کە پێویستی بەسەرنجدان و توانای ژیری هەیە.
- ناتوانێت بەردەوام بێت لە شتێك و تەواوی بکات وەك ئەرکی قوتابخانە.
- شکستهێنان لە گرنگیدان بە وردەکاییەکان یان هەڵەی بێباکانە لە ئەرکەکانیدا.
- نارِەحەت بوون لەبەئاگایی لەسەر کارێك یان چالاکییەن و بەردەوامبوون لەسەری.(الحمادي، 2014 :21)

2. نیشانەکانی فرەجوڵە:

ئەم نیشانانە لە خۆ دەگرێت: زۆری جووڵەی بێ ئامانج، قسەکردنی زۆر بەبێ ماندووبوون یان بێزاری، نەبوونی جێگیری لە یەک شوێندا، دروستکردنی پشێوی و دەنگەدەنگ، نەبوونی توانای دانیشتن لە شوێنێکی دیاریکراودا، ئارەزووی چالاکییەکان کە پێویستیان بە هەوڵێکی جەستەیی زۆر هەیە، دڵەڕاوکێی زۆر، ماندووکردنی کەسانی دیکە بە چالاکییەکان و پێشێلکردنی ڕێنمایی و یاساکان (لطفي، 2022 :98)

منداڵانی تووشبوو چالاکی فرەجوڵەیی لەگەڵ کەمی ئاگایی، خاوەنی میزاجێکی نەرێنین و ڕێژەی خەمۆکییان بەرزترە بە بەراورد لەگەڵ هاوتەمنە ئاساییەکانیان. ئەم منداڵانە کێشەیان هەیە لە پەیوەندی دروستکردن لەگەڵ کەسانی دیکە بەهۆی جووڵەی زیادەیان و ڕەفتاری توندوتیژیانەوە،

که ڕەنگە بیانبات بەرەو تاوانکاری لە تەمەنی لاوێتیدا لەگەڵ خۆبەکەمزانین، منداڵی تووشبوو بەم شڵەژانە چەند ڕەفتارێکی کۆمەڵایەتی ناپەسەند ئەنجامدەدات کە پێچەوانەی سیستەمی باوە، وەک داوای شت لە هاوڕێکانی بە شێوەیەکی نەشیاو و بێزارکەر دەکات، هەروەها ڕەنگە ڕەفتاری توندوتیژی بەرامبەر بە کەسانی دیکە ئەنجام بدات و خراپ مامەڵە بکات، کەموکوڕی هەبێت لە دروستکردنی هاوڕێیەتی و پەیوەندی لەگەڵ کەسانی دیکە (بن حفیظ، 2014 :90)

3. نیشانەکانی هەڵەشەیی:

ئەم نیشانانە لە خۆ دەگرێت: کردارە خێراکانی ئێستا بەبێ بیرکردنەوە کە ئەگەری زۆر هەیە زیان بە تاکەکە بگەیەنێت (وەک پەڕینەوەی خێرای شەقام بەبێ سەیرکردن)، نەبوونی ئارامی، خواستی بەدەستهێنانی خەڵاتەکان بە خێرایی، نەبوونی توانای دواخستنی تێربوون، دەستتێوەردانی کۆمەڵایەتی (وەک بڕینی قسەی کەسانی دیکە بەشێوەیەکی زۆر)، گرتنەبەری بڕیارە گرنگەکان بەبێ گوێدانە ئاکامەکانی دوورمەودا (الطلاي، 2022 :98)

خۆکۆنترۆڵکردن:

خۆکۆنترۆڵکردن توانای خۆکۆنترۆڵکردنی مرۆڤە بۆ چاودێریکردن و گۆڕینی ڕەفتارەکانی لە کاتێکەوە بۆ کاتێکی دیکە، بەپێی بارودۆخەکانی ڕووبەڕووی دەبێتەوە، ئەم گریمانەیە مرۆڤ دەکاتە پاسەوانێکی چالاک کە تەنها وەڵامی دەوروبەری ناداتەوە، بەڵکو بەهۆی تواناکانییەوە دەتوانێت هەڵسەنگاندنی خودی، چاودێریکردن و گۆڕینی هەوڵەکانی یان میتۆدەکانی ئەنجام بدات بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانی (لوسي، 2016 :262).

خۆکۆنترۆڵکردن وەک ڕێبازێکی مەعریفی دەناسرێنرێت، دەکرێت کە مرۆڤ لەڕێگەیەوە هەڵسوکەوت، کردار و هەستەکانی کۆنترۆڵ دەکات بە چاودێری و هەڵسەنگاندن و بەهێزکردنی خۆی و دواتر ئەم ڕێبازە لە دۆخە جیاوازەکاندا بەکاردەهێنێت (ابراهيم، 1994 :15).

ابوحسونة (2016) وەک کۆمەڵێک پرۆسەی ناوەکی و دەرەکی ئاماژەی پێدەکات کە مرۆڤ تاقیدەکاتەوە بۆ ئەوەی بتوانێت چالاکییەکانی بە شێوەیەکی کاریگەر بەرەو گەیشتن بە ئامانجەکانی ئاڕاستە بکات، ئەم پرۆسانە پێکهاتوون لە چاودێریکردنی خودی و بەهێزکردنی مرۆڤ (ابوحسونة، 2016 :26).

هەندێک لە توێژەران خۆکۆنترۆڵکردن پێناسە دەکەن وەک توانای مرۆڤ بۆ کۆنترۆڵکردن و بەڕێوەبردنی هەست و بیر و ڕەفتارەکانی بۆ بەهێزکردنی پەیوەندییەکانی لەگەڵ کەسانی دیکە و کۆنترۆڵکردنی هەستە نەرێنییەکان و توانای ئەنجامدانی کار و خۆنەپاراستن لە پەلەکردن و یارمەتیدانی لە ڕێکخستنی کات و بەڕێوەبردنی بە باشی و توانای تەواوکردن و سەرکەوتن لە هەر کارێکدا کە مرۆڤ ئەنجامی دەدات (Nebioglu,et al., 2012. P.341)

گرنگی خۆکۆنترۆڵکردن:

بەشێوەیەکی گشتی خۆکۆنترۆڵکردن خۆی لەم خاڵانەی خوارەوەدا دەبینێتەوە:

1. خۆکۆنترۆڵکردنی ڕەفتاری مرۆڤ ڕۆڵێکی گەورە لە ژیانی کۆمەڵایەتی و دەروونی مرۆڤدا دەگێڕێت، چونکە مرۆڤ لە ژینگەیەکی دیاریکراودا لەدایک دەبێت، و بە کاریگەریی هێزە دەرەکییەکان لەسەری، ڕەنگە بە شێوەیەکی نەشیاو ڕەفتار بکات، لەبەرئەوە مرۆڤ هەوڵدەدات بە هەموو توانایەکی بۆ بەردەوامبوون و بەکارهێنانی توانا عەقڵییەکانی تاکو بتوانێت بە شێوەیەکی خودی لەم ژینگەیەدا کۆنترۆڵی خۆی بکات و بە شێوازی تایبەت بە خۆی، کە ئەمانە فاکتەرن بۆ یارمەتیدانی لە خۆکۆنترۆڵکردنیدا.
2. خۆکۆنترۆڵکردن بە یەکێک لە ئاستەکانی کەسایەتی دادەنرێت، چونکە کاریگەری لەسەر چەندین جۆری ڕەفتار هەیە، باوەڕی مرۆڤ بەوەی کە دەتوانێت کۆنترۆڵی کاروبارە تایبەت و گشتییەکانی بکات، ڕێگەی پێ دەدات کە بەرەنگاری ستەم و زۆرداری ببێتەوە و بەبێ سەرکوتکردن بە زیندوویی بمێنێتەوە و چێژ لە ژیانی وەربگرێت، و دواتر بتوانێت خۆی لەگەڵ ژینگەکەی بگونجێنێت.
3. هەروەها خۆکۆنترۆڵکردن ڕۆڵی پاڵنەری ڕوونکەرەوەی ڕەفتار دەگێڕێت، چونکە ڕوونی دەکاتەوە بۆچی مرۆڤ بە کاریگەری مامەڵە لەگەڵ گۆڕاوەکانی دۆخە دەرەکییەکاندا دەکات، کاتێک مرۆڤ ئەنجامەکانی دیاری دەکات، هەست بە ڕادەیەکی گونجاو لە خۆبەڕێکخستن دەکات، و لە ئەنجامدا شێوازی ئەنجامدانی کارەکانی و ئاستی لێهاتوویەکەی دیاری دەکرێت (صالح، ٢٠١٣ :٥١).

ڕێگاکانی خۆکۆنترۆڵکردن:

ڕێبازەکانی خۆکۆنترۆڵکردن فرە جۆرن، بەپێی ئاڕاستەی لێکۆڵینەوەکەی، خۆکۆنترۆڵکردن لە ڕێگەی کۆمەڵێک فاکتەری پەیوەست بە مرۆڤ و ژینگە و کۆمەڵگەوە دیاری دەکرێت. ڕێبازەکانی خۆکۆنترۆڵکردن سێ پێکهاتەی سەرەکی لەخۆ دەگرن:

1. چاودێری خودی :(Self-Monitoring

مەبەست لێی ئاگاپی و وردبینی بە ئەنقەست و بە هۆشیارییەوە لەلایەن مرۆڤەوە بۆ ڕەفتارەکانی، لەگەڵ کۆکردنەوەی زانیاری دەربارەی هۆکارەکانی ئەو ڕەفتارە، دیاریکردنی ڕەفتاری پێویست بۆ گۆڕانکاری. بەم شێوەیە، ئەم ڕێبازە وەسفێکی وردی ڕەفتاری مرۆڤ لەخۆ دەگرێت.

2. هەڵسەنگاندنی خودی (Self-Evaluation):

مەبەست لێی دانانی چاوەڕوانی و ئامانجەکان بۆ ڕەفتارێک کە پێویستە مرۆڤ بەپێی زانیارییەکانی چاودێری خودی بەدەستیهێناوە، هەڵسوکەوتی لەگەڵ بکات، پاشان مرۆڤ بەراوردێک لە نێوان ڕەفتاری ڕاستەقینەی خۆی و پێوەر و ئامانجەکانی کە بۆ ئەو ڕەفتارە داناون، دەکات.

3. بەهێزکردنی خودی (Self-Reinforcement):

مەبەست لێی بەدەستهێنانی پاداشتی خودی ئەگەر ئامانجەکانی کە بۆ خۆی داناون بەدی بهێنێت، یان سزادانی خودی ئەگەر لە بەدیهێنانی ئەم ئامانجانەدا سەرکەوتوو نەبێت.

4. پلاندانانی ژینگەیی (Environmental Planning):

مەبەست لێی گۆڕینی ژینگە، هەروەها گۆڕینی هاندەرەکانی ڕەفتار و ڕووداوەکانی دوای گۆڕانکارییەکەی، لە جیاتی ڕووبەڕووبوونەوەی هاندانەکە، پێویستە مرۆڤ لە سەرەتاوە خۆی لە بارودۆخی هاندەرەکە دوور بخاتەوە، و ڕەنگە خۆی سزا بدات کاتێک ملکەچی دەبێت. دوو ڕێگا بۆ پلاندانانی ژینگەیی هەیە: (کۆنترۆڵکردنی هاندەر، و ڕێکخستنی پێشوەختەی ئەنجامەکانی کاردانەوە)

5. بەرنامەڕێژی ڕەفتار (Behavior Programming):

مەبەست لێی گۆڕانکاری ڕێکخراوی ئەنجامەکانی ڕەفتار لە جیاتی گۆڕینی هۆکارەکانی یان هاندەرەکانی، بەرنامەڕێژی ڕەفتار وەک وێنەیەکی ورد دەردەکەوێت لە ڕێکخستنی پێشوەختەی ئەنجامەکانی کاردانەوە، و (گرێبەستکردنی خودی، و پاداشت و سزای خودی) لەخۆ دەگرێت (أبو سليمان ، ٢٠٠٣: ١٢٠ – ١٢١)

ڕێکارەکانی توێژینەوەکە

میتۆدی توێژینەوەکە:

میتۆدی ئەزموونی ڕاستەقینە (True experimental design) لە توێژینەوەکەی ئێستادا بەکارهێنراوە. ئەویش بە مەبەستی زانینی کاریگەری بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یارییەجوڵەییەکان لەسەر کەمکردنەوەی کەمئاگایی و فرەجوڵە و زیادکردنی خۆکۆنترۆڵکردن لای نمونەیەك لە منداڵانی باخچەی منداڵان لە شاری سلێمانی.

دیزاینی توێژینەوەکە:

لەجێبەجێکردنی توێژینەوەکەدا دیزاینی تاقیکردنەوەی پێشەکی و پاشەکی ئەزموونی (pretest-posttest randomized experimental design) بەکارهێنرا. ئەویش لە ڕێگەی وەرگرتنی تاقیکردنەوەی پێشەکی و پاشەکی لای هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ.

کۆمەڵگەی توێژینەوەکە:

کۆمەڵگەی توێژینەوەکە پێکدێت لە منداڵانی توشبوو بە شڵەژانی کەمئاگایی و فرەجوڵە لە باخچەکانی ناو شاری سلێمانی بۆ ساڵی خوێندنی (2024–2025). بەهۆی نەبوونی زانیاری پێویست لە بەڕێوەبەرایەتی پەروەردە، توێژەر لە توانایدا نەبوو ژمارەی منداڵانی توشبوو بە شڵەژانی کەمئاگایی و فرەجوڵە لە باخچەکاندا بەدەست بهێنێت.

نمونەی توێژینەوەکە: بەمەبەستی هەڵبژاردنی نموونەی توێژینەوەکە و بەشداریکردنیان لە بەرنامەیەکی ڕاهێنانی یاریەجوڵەییەکان، توێژەر پشتی بە شێوازی نموونەی لە بەردەست (Availability sampling)بەست. ئەویش لە ڕێگەی سەردانیکردنێکی مەیدانی بۆ چەندین باخچەی

منداڵان لە هەردوو پەروەردەی رۆژئاوا و رۆژهەلات. هەروەک لەسەرەوە ئاماژەی پێدرا، بەهۆی نەبوونی زانیاری پێویست سەبارەت بە ژمارەی منداڵانی توشبوو بە کەمئاگایی و فرەجوڵە لە باخچەکان لای لایەنی پەیوەندیدار، توێژەر بەشێوەیەکی مەیدانی سەردانی چەندین باخچەی منداڵانی کرد بە مەبەستی دەستکەوتنی نموونەی توێژینەوەکە. دەرەنجام دوای گەڕان بەناو (٢٣) باخچەدا، توانرا (١٦) منداڵ وەربگیرێت کە پێکهات لە (١٢) کوڕ و (٤) کچ لە هەردوو پەروەردەی رۆژئاواو رۆژهەلات کە خاوەن راپۆرتی پزیشکی بوون وەک نموونەی توێژینەوەکە دەستنیشان کران.

ئامرازەکانی توێژینەوەکە:

توێژەر بۆ پێوانەکردنی کەم ئاگایی و فرەجوڵە پشتی بە (١٨) برگەی ADHD بەست کە لە DSM-5TR دا خراوەتە روو. هەروەها بۆ پێوانەکردنی خۆکۆنترۆڵکردن پشتی بە پێوەری الديونى (٢٠١٦) کە لە (٣٠) برگە پێک هاتبوو. دوای ئەنجامدانی کرداری وەرگێران بۆ پێوەرەکان، کۆمەڵێک تایبەتمەندی سایکۆمیتری بۆ ئامرازەکان ئەنجامدرا.

❖ وەرگێران بە دوای وەرگێرانForward-Backward translation:

مەبەست لە ووردبینی وەرگێران، وەرگێرانی برگەکانی راپرسیەکەیە لەلایەن شارەزایەکی زمان بۆ سەر زمانێکی دیاریکراو، پاشان لەلایەن شارەزایەکی تر دووبارە لەو زمانەوە وەربگێردرێتەوە بۆ سەر زمانە رەسەنەکەی پێوەرەکە و لە کۆتایدا لەلایەن شارەزایەکی ترەوە هەردوو نوسخەکە بە یەکتری بەراورد بکرێت. لە توێژینەوەکەی ئێستادا پرۆسەی وەرگێران لە لایەن کۆمەڵێک شارەزای زمانەوە کرداری وەرگێران بە دروستی بۆ هەردوو پێوەری بەکارهاتوو لە توێژینەوەکەدا ئەنجامدرا.

❖ راستگۆیی رواڵەتی Face Validity :

توێژەر هەردوو پیوەری توێژینەوەکەی خستە بەردەستی کۆمەڵێک لە شارەزایان و پسپۆڕ لە بواری پەروەردە و دەروونزانی و رێگاکانی وانەووتنەوە کە ژمارەیان (١٥) کەس بوو. دوای وەرگرتنی راوبۆچوون و تێبینی و پێشنیازی شارەزایان کۆی برگەی هەردوو راپرسیەکە بە گونجاو زانرا بەمەبەستی بەدیهێنانی ئامانجەکانی توێژینەوەکە.

❖ جێگیری پێوەرەکان Reliability :

توێژەر هەستا بە بەکارهێنانی هەردوو هاوکێشەی ئەلفا کرونباخ و هاوکیشەی دوولەتکردنی نیوەیی (التجزئة النصفية) بۆ زانینی جێگیری پێوەری خۆکۆنترۆڵکردن بۆ هەریەک لە فۆرمی مامۆستایان و دایابان. هەروەک لە خشتەی (١) دا خراوەتە روو دەرکەوت کە پێوەرەکە بەهایەکی بەرزی لە جێگیری هەیە.شایانی ئاماژە بۆ پێکردنە، توێژەر بەهای جێگیری بۆ پێوەری کەم ئاگایی و فرەجوڵە دەرنەکرد، بەهۆی ئەوەی پێوەرێکی ستانداردە و چەندها جار لەکوردستان و لە سەرتاسەری جیهان بەکارهێنراوە.

خشتەی (١) بەهای جێگیری پێوەرەکانی توێژینەوەکە داخاتە روو

خۆکۆنترۆڵکردن	هاوکێشەی ئەلفا کرونباخ	هاوکێشەی دوولەتکردنی نیوەیی (التجزئة النصفية)
فۆرمی مامۆستایان	٠,٨٦	٠,٨٣
فۆرمی دایباب	٠,٩٥	٠,٩٤

❖ دابەشبوونی ئاسایی: (Normal Distribution)

بەمەبەستی زانینی دابەشبوونی ئاسایی (Normal Distribution) نموونەی توێژینەوەکە، توێژەر پشتی بە تاقیکردنەوەی Shapiro-Wilk بەست کە بۆ نموونەیەکی بچووکی خوار (٥٠) کەس بەکاردەهینرێت. لە ئەنجامدا دەرکەوت کە بەهای شاپیرۆ بۆ کەم ئاگایی و فرەجوڵە، وە هەروەها بۆ خۆکۆنترۆڵکردن بۆ هەردوو تاقیکردنەوەی پێشەکی مامۆستایان و دایابان لەئاستی ئاماژەی (0.05) گەورەتربوون، لەمەوە دەردەکەوێت کە نموونەی توێژینەوەکە بە شێوەیەکی ئاسایی دابەشبوون و بەمەش هاوکێشەکانی تاقیکردنەوەی پارامێتری (الاختبارات المعلمية) لە شیکارکردنی ئاماریی توێژینەوەکەدا بەکارهێنرا.

خشتەی (٢) بەهای تاقیکردنەوەی شاپیرۆ ویلک بۆ دابەشبوونی ئاسایی نموونەی توێژینەوەکە ڕووندەکاتەوە

فۆرم	گۆڕاوەکان	Shapiro-Wilk		
		ئامار	نمرەی ئازاد	ئاستی ئاماژە
مامۆستایان	خۆکۆنترۆڵ	.909	16	.110
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	.950	16	.493
دایباب	خۆکۆنترۆڵ	.897	16	.072
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	.908	16	.108

ئامرازە ئامارییەکان:

١- تی تێستی یەک نمونەیی (One Sample T-Test) بۆ زانینی ئاستی گۆڕاوەکانی توێژینەوەکە.
٢- تی تێستی دوو نمونەی سەربەخۆ (Independent Two- Sample T-Test) بۆ زانینی جیاوازی نێوان هەردوو گروپی ئەزمووني و کۆنترۆڵ.
٣- هاوکێشەی ئەلفا کرۆنباخ و هاوکێشەی دوولەتکرنی نیوەیی بۆ دەرهێنانی جێگیری.
٤-ڕێژەی سەدی بۆ دەرهێنانی ڕاستی ڕواڵەتی .
٥-هاوکێشەی ANOVA بۆ زانینی جیاوازی لە نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵە و خۆکۆنترۆڵکردنی منداڵان بەپێی گۆڕاوی ئاستی ڕۆشنبیری دایباب.
٦-هاوکێشەی ANCOVA (تحليل التغاير) بۆ زانینی جیاوازی نێوان هەردوو گروپی ئەزمونی و کۆنترۆل.

پارێزراوی ناوخۆیی و دەرەکی بۆ دیزاینکردنی توێژینەوەکە:

گومانی تێدا نییە کە پارێزراوی ناوخۆیی و دەرەکی (السلامه الداخليه و الخارجيه) یەکێکە لە تایبەتمەندیە گرنگەکان کەپێویستە لە هەر توێژینەوەیەکی توێژینەوەی ئەزمونیدا هەبێت، ئەویش بەمەبەستی گەیشتن بە ئەنجامێکی باوەڕپێکراو(ئەمین، 2016 :72). لە توێژینەوەکەی ئێستادا توێژەر تاڕادەیەکی باش هەوڵی بەدیهێنانی پارێزراوی ناوخۆیی و دەرەکی بۆ دیزاینی توێژینەوەکەی داوە، بەم شێوەیەی خوارەوە.

پارێزراوی ناوخۆیی Internal Validity

پارێزەری ناوخۆیی دڵنیای دەدات لەوەی کە گۆڕانکارییەکان لەسەر گۆڕاوە پاشکۆکان بەهۆی گۆڕاوە سەربەخۆکەوە (کاریگەری بەرنامەکەوە) بووە نەک هۆکارەی تروەە. توێژەر لە توێژینەوەکەیدا هەستا بە کۆنترۆڵکردنی ئەو هۆکارە ناوخۆیانەی کە دەکرا کاریگەرییان هەبێت لە سەر گۆڕاوی شوێنکەوتەی ئەزمونەکە لە پاڵ کاریگەری گۆڕاوی سەربەخۆدا (الزوبعي والغنام، 1974، ل95)، بۆ زیاتر خستنە ڕووی هەوڵەکانی توێژەر بەم شێوەیەی خوارەوە هۆکارە ناوخۆییەکان کۆنترۆڵکران:

- **دابینکردنی کەشێکی گونجاوی دەروونی و فیزیکی بۆ نموونەی توێژینەوەکە:**

دابینکردنی کەشێکی گونجاوی دەروونی و فیزیکی دڵنیای دا بە توێژەر سەبارەت بە نەبوونی هیچ گرفتێک لە کاتی بە ئەنجام گەیاندنی ئەزموونەکەدا. بەدرێژای ماوەی ئەزموونەکە، هیچ بارودۆخێکی نەخوازراوی لەناکاو ڕووینەدا کە کاریگەری لەسەر ئەنجامەکانی ئەزموونەکە هەبێت.

- **ئامرازەکانی پێوانەکردن و کردارەکانی تاقیکردنەوەی پێشەکی:**

ئامرازەکانی پێوانەکردن لەسەر تاکەکانی نموونەی توێژینەوەکە لای هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆل لەسەر تاقیکردنەوەی پێشەکی جێبەجێکرا. هەروەها دەرهێنانی ڕاستگۆی و جێگیری برگەی پێوەرەکان وهەڵسەنگاندنی وەڵامەکانیان بەگوێرەی کلیلی وەڵامەکان بە شێوەیەکی زانستی ئەنجامدرا.

- **هۆکاری لێژبوونەوەی ئاماری (الانحدار الاحصائى):**

ئەم فاکتەرە یەکێکە لە گرنگترین و دیارترین هۆکارەکان کە کاریگەری لەسەر پارێزەری ناوخۆیی هەیە. توێژەر لە ڕێگەی هەڵبژاردنی نموونەکە و دابەشکردنیان بەسەر هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ بەشێوەیەکی هەڕەمەکی و دڵنیابوونەوە لە نەبوونی نمرەی پەرگر(متطرف) لە ناوگروپەکاندا دڵنیابوویەوە لە کۆنترۆڵکردنی ئەم هۆکارە.

- **ئاستی زیرەکی نێوان گروپەکانی توێژینەوەکە:**

بۆ دلنیابوونەوە لە ئاستی زیرەکی نێوان گروپەکانی توێژینەوەکە و کۆنترۆلکردنی کاریگەری ئەم گۆڕاوە لە سەر ئەنجامی ئەزموونی توێژینەوەکە، توێژەرهەستا بە بەکارهێنانی تاقیکردنەوەی زیرەکی (٣). پاش بەکارهێنانی هاوکێشەی تائی دوو نموونە، دەرکەوت کە جیاوازی بە ئاستی ئاماژەی (٠,٠٥) نیە لە نێوان هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆل وەک لە خشتەی (٣) دا خراوەتە ڕوو.

خشتەی (٣) جیاوازی لە ئاستی زیرەکی لە نیوان هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ ڕووندەکاتەوە

گروپ	ناوەندی ژمێرەیی	لادانی پێوەریی	نمرەی ئازاد	بەهای تائی		ئاستی بەڵگەداری 0.05
				هەژمارکراو	خشتەیی	
ئەزموونی	25.12	1.4	14	0.55	2.14	بەڵگەدار نیە
کۆنترۆڵ	25.75	2.8				

- **جیاوازی ڕەگەز لە نێوان گروپەکانی توێژینەوەکە:**

لە توێژینەوەکەی ئێستادا ڕەگەزی منداڵانی هەردوو گروپ لە (٤ کچ) (١٢) کوڕ پیکهاتبوون. بەشیوەیەکی هەڕەمەکی نیوەی کچان و کوڕان دابەشکران بەسەر گروپەکاندا. بەمەبەستی زانینی جیاوازی نێوان ڕەگەز، توێژەرهەستا بە بەکارهێنانی تاقیکردنەوەی (تی تێستی وێلچ)، وەک لە خشتەی (٤) دا خراوەتە ڕوو هیچ جیاوازیەکی ئاماری بەئاستی ئاماژەی (٠,٠٥) نەدۆزرایەوە لە نیوان ڕەگەزی منداڵان لەهەردوو گروپ سەبارەت بە نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵەی و هەروەها ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لە دیدی هەریەک لە مامۆستایان و دایبابان.

خشتەی (٤) جیاوازی ڕەگەز لە نیوان هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ ڕووندەکاتەوە

فۆرم	گۆڕاو	ناوەندی ژمێرەیی کوڕان	لادانی پێوەریی	ناوەندی ژمێرەیی کچان	لادانی پێوەریی	نمرەی ئازاد	بەهای تائی		ئاستی بەڵگەداری 0.05
							هەژمارکراو	خشتــەیی	
مامۆستا	خۆکۆنترۆڵ	79.0	11.23	568.	20.1	14	1.00	2.14	بەڵگەدار نیە
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	57.6	8.2	62.3	4.3	14	1.50		بەڵگەدار نیە
دایباب	خۆکۆنترۆڵ	69.9	12.8	73.75	11.3	14	0.56		بەڵگەدار نیە
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	54.3	7.2	53.0	3.3	14	0.15		بەڵگەدار نیە

- **ئاستی ڕۆشنبیری دایباباب:**

دەکرێت ئاستی ڕۆشنبیری دایباب ڕۆڵی هەبێت لەسەر ڕەفتار و هەڵسوکەوتی منداڵەکانیان. بۆ ئەم مەبەستە توێژەر هەوڵیدا دڵنیاببێتەوە ئایا جیاوازی هەیە لەئاستی ڕۆشنبیری دایباب بە بوونی نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵەی و هەروەها ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ. هەروەک لە خشتەی (٥) دا خراوەتە ڕوو، لە تاقیکردنەوەی شیکردنەوەی جیاکاری ANOVA دا دەرکەوت کە هیچ جیاوازیەکی ئاماری نیە لە نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵەی و ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن بەپێی گۆڕاوی ئاستی ڕۆشنبیری دایکان و باوکانی منداڵانی وەرگیراوی نموونەی توێژینەوەکە.

خشتەی (٥) جیاوازی لە ئاستی ئاستی ڕۆشنبیری دایباب لە نیوان هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ ڕووندەکاتەوە

فۆرم	گۆڕاو	کۆی دووجای لادانەکان	نمرەی ئازاد	ناوەندی لادانەکان	بەهای F هەژمێرکراو	ئاستی بەڵگەداری ٠,٠٥
باوک	خۆکۆنترۆڵ	47.0	4	188.3	0.16	بەڵگەدارنیە
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	31.9	4	127.12	1.22	بەڵگەدارنیە
دایک	خۆکۆنترۆڵ	42.1	4	168.3	0.80	بەڵگەدارنیە

	کەمئاگایی و فرەجوڵە	125.9	4	503.7	1.04	بەڵگەدارنیە

- **جیاوازی نیوان باخچەکان:**

بۆ بەدواداچوون لە جیاوازی نێوان نموونەی توێژینەوەکە کە لە چوار باخچەی جیاواز هەڵبژێردرابوون، تاقیکردنەوەی شیکردنەوەی جیاکاری ANOVA دەریخست کە هیچ جیاوازیەکی ئاماری نیە لە کەم ئاگایی و فرەجوڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن لەنێوان منداڵان بەپێی گۆڕاوی باخچەکان، هەروەک لە خشتەی (٦) دا خراوەتە ڕوو.

خشتەی (٦) جیاوازی لە لە کەم ئاگایی و فرەجوڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن لە نیوان هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ ڕووندەکاتەوە

فۆرم	گۆڕاو	کۆی دووجای لادانەکان	نمرەی ئازاد	ناوەندی لادانەکان	بەهای F هەژمێرکراو	ئاستی بەڵگەداری ٠,٠٥
مامۆستا	خۆکۆنترۆڵ	130.0	3	2111.1	3.2	بەڵگەدارنیە
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	703.7	3	390.2	.613	بەڵگەدارنیە
دایباب	خۆکۆنترۆڵ	84.75	3	254.2	.513	بەڵگەدارنیە
	کەمئاگایی و فرەجوڵە	13.81	3	41.43	.291	بەڵگەدارنیە

پارێزراوی دەرەکی External Validity

پارێزراوی دەرەکی بەواتای ڕادەی توانای گشتاندنی ئەنجامەکانی ئەزمونەکە دێت. پاش هەولدانی توێژەر بۆ کۆنترۆڵکردنی بەشێک لەو گۆڕاوانەی کاردەکەنە سەر ڕێکارییە ئەزمونییەکان، توێژەر تێڕوانینی وایە کە دەکرێت ئەنجامی توێژینەوەکە بگشتێنرێت لەسەر نموونەیەکی هاوشێوە لە هەر کات و شوێنێکی جیاوازدا.

پوختەی دانیشتنەکانی بەرنامەکە :

دانیشتنەکانی بەرنامەکە خۆی لە (٣٠) دانیشتن دەبینێتەوە کە لە ماوەی (١٠) هەفتەدا جیبەجێکرا، وەک لە خوارەوە خراوەتە ڕوو.

دانیشتن	بابەتی دانیشتن	ئامانجی گشتی
1.	یەکتر ناسین و ناسینی بەرنامەکە	یەکتر ناسینی منداڵەکان لەنێوان خۆیاندا و بەشداری کردنیان لە پرۆگرامەکەدا
2.	یاری قەفەز و چۆلەکە	شێوازی ڕەفتار و هەڵچوون و لایەنی دەروونی و کۆمەڵایەتی و هۆشیار کردنەوەیان
3.	یاریکردنی بردنی تۆپ	ڕاهێنانی منداڵەکان بۆ درک پێکردن و ئاستی زانینی خۆکۆنترۆڵکردنەکە
4.	چالاکی جووڵەیی بازدان و خولادان لە تۆپ	گەشەپێدانی توانا جیاوازەکانیان لەنێوان فرە جووڵەیی و کەم ئاگایی و خۆکۆنترۆڵکردندا
5.	چالاکی یاریکردنی دەستبردن و هەڵگرتنی تۆپ	گرنگیدان بە هەستەوەرەکان و جووڵە پێکردنی خێرایی جەستە بۆ بەئاگایی بوون و خۆکۆنترۆڵکردن
6.	یاری هەڵدانی تۆپ بۆناو سەبەتە	توانایی لێهاتوویی و متمانە بەخۆبوون و بەهێزکردنی تەرکیز
7.	چالاکی یاری کورسی	بەهێزکردنی لایەنی کۆمەڵایەتی و بەئاگایی و توانای خۆکۆنترۆڵکردن
8.	یاری ڕاوچی	ڕاهێنان بە مێشک و توانای بیرکردنەوە و تەرکیز و بەئاگایی
9.	یاری کەروێشک و ڕێوی	سەرفکردنی ووزەیەکی زۆر و چێژ بینین و متمانە بەخۆبوون
10.	یاری بەرِوو بەحر	بەهێزکردنی هەستەوەری بینین و هۆشیاری و بەئاگایی و جووڵەی خێرا
11.	یاریکردن بە لوولەک و بازی ئەڵقەیی	بەهێزکردنی تەرکیز کردن و سەرنجدان و بەئاگایی
12.	چالاکی ڕێکخستنی پەرداخ	گرنگیدان بە هەستەوەری بینین و بەئاگایی و خێرایی جووڵە و خۆکۆنترۆڵکردنی جەستە
13.	چالاکی یاریکردن بە پەڕل	بەهێزکردنی سەرنجدان و ڕێکخستنی شێوەکان و ڕاهێنان کردن بە مێشکیان
14.	چالاکی یاریکردنی ناسینەوەی ڕەنگەکان	گەشەپێدانی توانایی لێهاتوویی جەستە و خۆکۆنترۆڵکردن
15.	یاریکردن بە دەستاو دەستکردنی تۆپ	بەهێزکردنی تەرکیز و بەئاگایی و کارامەیی جووڵەکردن و خۆکۆنترۆڵکردن
16.	یاری بردنی تۆپ لەسەر هێڵی پێچاوپێچ	گەشەپێدانی لایەنی جەستەیی و بەئاگا بوون و هۆشیاری و ئارامی
17.	یاریکردن لەشێوەی بازدان بۆ ناسینی ژمارەکان	کەمکردنەوەی فرە جووڵەیی و کەم ئاگایی و زیادکردنی توانای سەرنجدان و ناسینەوە
18.	یاری خۆکۆنترۆڵکردن	کۆنترۆڵکردنی جەستە لەڕێگای پرسیار و وەڵامەوە
19.	یاری پێچەوانەی ئاڕاستەکان	بۆ بەهێزکردنی توانای سەرنجدان لەڕێگەی هەستی بینینەوە
20.	یاری ڕێکخستنی پارچەکان و ڕەنگەکان	بۆ بەهێزکردنی هەستەوەرەکانی و سەرنجدان، بۆگەیشتن بە ئامانجەکان
21.	یاریکردن لە نیشانە گرتن	بەهێزکردنی تەرکیز و سەرنجدان و کەمی جووڵەیی و خۆکۆنترۆڵکردن

.22	یاری هەڵگرتنەوەی کێک	گرنگیدان بە هەستەوەرەکان بەتایبەتی بیستن و بینین بۆ بەئاگایی و خۆکۆنترۆڵکردن
.23	یاری بۆڵین	گەشەپێدانی توانای لێهاتوویی و کارامەیی و بەهێزکردنی تەرکیز
.24	یاری دەستگرتن و ژمارەکان	بۆ بەهێزکردنی لایەنی کۆمەڵایەتی و زانینی ژمارەکان
.25	ناسینەوەی ئاراستەکان لەرێگەی وێنەکانەوە	توانایی لێهاتوویی جەستە و خۆکۆنترۆڵکردن
.26	یاریکردن بە جێگۆڕکێکردنی تۆپەکان	بەهێزکردنی توانایی لێهاتوویی و گرنگیدان بە تەرکیز و خۆکۆنترۆڵکردن
.27	یاری هەڵدانی تۆپ و گرتنەوەی	بەهێزکردنی تەرکیز و بەئاگایی و خۆکۆنترۆڵکردن و ناسینەوەی ڕەنگەکان
.28	یاری گورگ و مەڕ	گەشەپێدانی لایەنی کۆمەڵایەتی و کەم کردنەوەی فرە جووڵەیی و هاریکاریکردنی یەکتری
.29	یاری پەت پەتێن	سەرفکردنی ووزەیەکی باش و توانای خۆکۆنترۆڵکردن
.30	یاری ڕاکێشانی پەت (جر الحبل)	بەهێزکردنی لایەنی کۆمەڵایەتی و هاریکاریکردنی یەکتری لەنێوان خۆیاندا

خستنە ڕووی ئەنجامەکان و ڕاڤەکردنیان:

بەمەبەستی زانینی کاریگەری بەرنامەکە، توێژەر هەستا بە بەکارهێنانی هاوکێشەی ANCOVA (تحليل التغاير) و بەهەند وەرگرتنی جیاوازی نێوان باخچەکان وەک گۆڕاوێکی کۆنترۆڵکراو . وەک لە خشتەی (٧) خراوەتە ڕوو، دەرەنجامی شیکاریکردنی ANCOVA دەریخست کە جیاوازی ئاماری بەئاستی ئاماژەی (0.05) هەیە لە نێوان هەر دوو گروی ئەزموونی و گرووپی کۆنترۆڵ لەهەریەک لە کەم ئاگایی وفرەجوڵەیی لەدیدی مامۆستاکانەوە ($F= 46.8.\ p < .05\ ,\ \eta^2p = .79$) و خۆکۆنترۆڵکردن لەدیدی مامۆستاکانەوە ($F= 6.24,\ p < 0.05\ ,\ \eta^2p= .34$) ، وە لەلایەکی ترەوە دەرکەوت کە جیاوازی ئاماری هەیە لە نێوان هەر دوو گروی ئەزموونی و گرووپی کۆنترۆل کەم ئاگایی وفرەجوڵەیی لەدیدی باوان ($F= 6.15,\ p < 0.05\ ,\ \eta^2p= .34$) و خۆکۆنترۆڵکردن ($F= 6.18,\ p < 0.05\ ,\ \eta^2p= .33$) ، ئەمەش دەرخەری ئەوەیە کە گرووپی ئەزموونی سوودێکی بەرچاویان بینیوە لە کەمبوونەوەی نیشانەکانی کەم ئاگایی وفرەجوڵەیی و زیادبوونی ئاستی خۆکۆنترۆڵکردن لە پاش پەیرەوکردنی بەرنامە ڕاهێنانیەکە، هەروەک لە خشتەی (٧) خراوەتە ڕوو.

خشتەی (٧) تایبەتمەندیە وەسفیەکانی گۆڕاوەکانی توێژینەوەکە لە تاقیکردنەوەی پاشەکی لای نموونەی توێژینەوەکە

فۆڕم	گۆڕاوەکان	گرووپی ئەزموونی: ناوەندە ژمێری	گرووپی ئەزموونی: لادانی پێوانەی	کۆنترۆڵ گروپی: ناوەندە ژمێری	کۆنترۆڵ گروپی: لادانی پێوانەی
مامۆستایان	کەمئاگایی وفرەجوڵەیی	30.0	6.74	53.3	5.5
	خۆکۆنترۆڵکردن	109.0	12.17	91.0	18.4
دایباب	کەمئاگایی وفرەجوڵەیی	43.5	6.04	50.2	3.84
	خۆکۆنترۆڵکردن	108.5	11.5	89.0	16.9

خشتەی (٨) ئەنجامی شیکاریکردنANCOVA (تحليل التغاير) لە نێوان گروپەکانی نموونەی توێژینەوەکە

فۆڕم	گۆڕاوەکان	دووجای ناوەندەژمێری Mean square	نمرەی ئازاد Degree of Freedom	بەهای ف هەژمارکراو F Test	بەهای ف خشتەی	ئاستی ئاماژە 0.05	دووجای ئیتا η2p
مامۆستایان	کەمئاگایی وفرەجوڵەیی	1864.9	1	46.8	4.67	بەڵگەدارە	0.79
	خۆکۆنترۆڵکردن	1356.08	1	6.24		بەڵگەدارە	0.34
دایباب	کەمئاگایی وفرەجوڵەیی	155.25	1	6.15		بەڵگەدارە	0.33
	خۆکۆنترۆڵکردن	1276.75	1	6.18		بەڵگەدارە	0.33

هێڵکاری (۱) گۆرانکاریی لە تاقیکردنەوەی پیشەکی و پاشەکی لە گۆراوەکانی توێژینەوەکە لای هەردوو گرووپی ئەزمونی و کۆنترۆڵ روونەکاتەوە

لە هێڵکاری ژمارە (۱) دا زانیاری زیاتر خراوەتە روو سەبارەت بە نمرەکانی هەردوو گروپ لە تاقیکردنەوەی پێشەکی و پاشەکی، وە گۆڕانکاریەکی بەرچاو لە نمرەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵەیی و ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردنی گروپی ئەزموونی لە تاقیکردنەوەی پاشەکیدا ڕوویداوە. بۆ ئەو مەبەستە، هەروەک لە خشتەی ژمارە (۸) دا خراوەتە ڕوو، دەرکەوتوە کە جیاوازی ئاماریی هەیە لە نێوان هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ سەبارەت بە نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵەیی و ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردنی منداڵانی باخچە لە دیدی هەریەک لە مامۆستایان و دایبابانەوە. ئەمەش دەرخەری ئەو ڕاستیەیە کە بەرنامە ڕاهێنانیەکە کاریگەریەکی ئەرێنی هەبووە لەسەر کەم کردنەوەی نیشانەکانی کەم ئاگایی و فرەجوڵە و لەلایەکی ترەوە زیادکردنی خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی گروپی ئەزموونی. پشت بەستوو بەم ئەنجامە توێژەر گریمانەی سفری ڕەتدەکاتەوە و لە بەرامبەردا گریمانەی جێگرەوە (Alternative Hypothesis) پەسەند دەکات، بەو واتایەی کە بەرنامەی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان کاریگەری هەیە لەسەر کەمکردنەوەی کەمئاگایی و فرە جووڵەیی و هەروەها ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی قۆناغی باخچەی لە شاری سلێمانی.

دەرەنجامی توێژینەوەکە:

- جیاوازی ئاماری نەبوو لە نیوان نمرەکانی کەمئاگایی و فرە جووڵەیی و هەروەها ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لە تاقیکردنەوەی پێشەکی لای هەردوو گروپی ئەزموونی و کۆنترۆڵ .
- دەرەنجامی توێژینەوەکە دەریخست کە بەرنامەی ڕاهێنانی یارییە جوڵەییەکان کاریگەری هەیە لەسەر کەمکردنەوەی کەمئاگایی و فرە جووڵەیی و هەروەها ڕەفتاری خۆکۆنترۆڵکردن لای منداڵانی قۆناغی باخچە لە شاری سلێمانی.

لیستی سەرچاوەکان:

1. ابو تركي، الهام محي الدين، (2018): اسثر استخدام الألعاب الحركية في تخفيض النشاط الزائد لدى عينة من أطفال الروضة بمدينة الخليل، رسالە ماجيتر، كلية الدراست العليا، جامعة الخليل.
2. ابوشعبان، شيماء، (2010): فاعلية العلاج باللعب في تنمية اللغة لدى الأطفال المضطربين لغويا، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.
3. احمد، سيد على سيد، بدر، فائقة محمد، (1999): اضطراب الانتباه الأطفال، مكتبة النهضة المصرية، مصر.
4. بعزي، رضوان و قندوز، نذير، (2019): دور العاب التربوية في الحد من اعراض فرط الحركة و تشتت النتباه لدى الأطفال، رسالة منشورة في مجلة دراست نفسية و تربوية، المجلد، 13، العدد4، جامعة امحمد بوقرة بومرداس، الجزائر.

5. بن الصيد، صالح، (2023): فاعلية برنامج ارشادي لرفع درجة الضبط الذاتي لدى عينة من التلاميذ المضطربين سلوكيا، اطروحة دكتوراه، قسم علم النفس و علوم التربية، كلية العلوم النسانية والجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، - ورقلة، جزائر.
6. بن الصيد، صالح، (2023): فاعلية برنامج ارشادي لرفع درجة الظبط الذاتي لدى عينة من التلاميذ المضطربين سلوكيا، دراسة تجربية بميدنه ورقلة، اطروحة دكتوراه، كلية العرلوم الانسانية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
7. حسن، ئەفرام محمد، (2019): دەروازەيەك بۆ نەخۆشييە دەروونييەكان و هەنديك لە نەخۆشييەكانی دەمار، چ4، بەرگی دووەم، سلێمانی.
8. حسين طه عبد العظيم، (2008): الصحة النفسية ومشكلاتها لدى الأطفال"، دار الجامعة الجديدة مصر.
9. حمودي، عائدة، (2010): مدى معرفة معلمي التربية الخاصة باضطراب نقص الانتباه والنشاط الحركي الزائد، دراسة استطلاعية، مجلة الارشاد النفسي، العدد25.
10. زهران، حامد عبدالسلام، (1995): علم النفس النمو (الكفولة والمراهقة) ط5، عالم الكتب، القاهرة.
11. سالح ، ئازاد على، (2021): گەشەپێدانی خود، چاپی یەکەم ، چاپخانەی ئاوێر، هەولێر.
12. السطحية، ابتسام وحامد محمد، (2005): الضبط الكفي لدى الأطفال الذين لديهم اضطراب قصور الانتباه مع فرط النشاط"، المؤتمر الدولي الأول لقسم علم النفس (تنمية السلوك البشري جامعة طنطا.
13. الشامي، رفعت، (2014): رحلة مع مدرب المتميز اساليبه و فنونه، مركز القدرات البشرية، الرياض.
14. شريف، نوال، (2011): أثتري نقص الانتباه المصحوب البنشاط الزائد على نوعية الحياة عند الاطفال دراسات الطفولة.
15. طاهر، سحر حسن، (2020): مباديء الممارسات التربوية الاجابية بمؤسسات رياض الاطفال و دورها في اكتساب الطفل بعض الخصائص الانسانية المستهدفة من وجهة نثر المعلمات، رسالة ماجستير منشورة في مجلة العلملة لكلية التربية الطفولة المبكر، جامعة المنصورة، المجلد7، العدد الثاني.
16. عبد الفهيم، أمحد مجاور، (2012): "فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض اضطراب ضعف الانتباه لدى عينة من الاطفال المرحلة الابتدائية"، جامعة عني شمس.
17. عبدالله، سهام احمد، (2023): كاریگەریی بەرنامەیەکی چارەسەری ڕەفتاری لەسەر کەمکردنەوەی توندوی نیشانەکانی شڵەژانی فرەجوڵەیی و کەمی وریایی (ADHD) لە قۆناغی باخچەی منداڵان، نامەی ماستەر، بەشی باخچەی منداڵان، کۆلێجی پەروەردەی بنەڕەت، زانکۆی سلێمانی.
18. عثمان، عفاف عثمان، (2008): الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، دار الوفاء، الاسكندرية.
19. عثمان، منى حسين، (2011): نسبة انتشار وعوامل الخطورة اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه فى أطفال المدارس.
20. فاتح، يعقوب، (2011): اثر برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الحركية والألعاب التربوية والألعاب الحركية + التربوية، في تنمية التفكير الابداعي اطفال الروضة، رساملة منشورة في مجلة الابداع لارياضي، العدد3، جامعة المسيلة.
21. قەرەچەتانی، کەریم شەریف، (2015): دەروازەی پەروەردەی تایبەت، چاپخانەی پیرەمێرد، سلێمانی.
22. لورسي، عبدالقادر، (2016): المرجع في التعليمية الزائد النفيس والسند وأنس في علم التدريس، جسور للنشر والتوزيع، المحمدية.
23. محمود، نهاد عبدالوهاب، (2016): علم النفس الاكلنكي بين النظرية والت طبيق، ط1، دار العلم والايمان، للنشر والتوزيع، مصر.
24. المرسومي، ليلى يوسف، (2011): فاعلية برنامج سلوكي في تعديل سلوك أطفال الروضة المضطربين بتشتت الانتباه وفرط النشاط الحركي"، المكتب الجامعي الحديث، كلية التربية جامعة تعز.
25. المرسي، حورية مرسي، (1972): طرق التدريس، دار المعارف، القاهرة.
26. مفتي، بيريفان عبدالله، (2014): تأثير برنامج بالعاب التركيز والملاحظة في علاج نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لعينة من الأطفال بعمر (7-8) سنوات، رسالة منشورة في مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 7، العدد2، جامعة صلاح الدين.
27. Nebioglu, M., Konuk, N., Akbaba, S. & Eroglu, Y. (2012). The Investigation of Validity and Reliability of the Turkish Version of the Brief Self-Control Scale. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology, 22(4), 340-351. DOI: 10.5455/bcp.20120911042732
28. Salvi V, Migliarese G, Venturi V, Rossi F, Torriero S, Viganò V, Cerveri G, Mencacci C. ADHD in adults: clinical subtypes and associated characteristics. Riv Psichiatr. 2019 Mar-Apr;54(2):84-89. doi: 10.1708/3142.31249. PMID: 30985833.

Available online at http://aran.garmian.edu.krd

Aran Journal for Language and Humanities

https://doi.org/10.24271/ARAN.2025.01-01-16

The impact of a program for guiding children's games on reducing their idle time and increasing awareness and self-control among preschool children

(Extracted from master's thesis)

Bakhteyar Abdalla Sheikh, Nazeera Salih Mohammed

Department of Children's Garden, Basic Education College, Slemani University, Kurdistan Region - Iraq

Article Info	
Received:	June, 2025
Accepted:	July, 2025
Published:	August, 2025

Keywords

Motor Activity Training Programme, ADHD, Self-control

Corresponding Author

baxtyarabdwlla77@gmail.com
nazeera.mohammed@univsul.edu.iq

Abstract:

This study aimed to assess the effectiveness of a motor game training program in reducing hyperactivity and inattention while enhancing self-control among kindergarten children diagnosed with ADHD. Utilizing a pre- and post-experimental design, the research was conducted in governmental and non-governmental facilities in Sulaimani. The objectives included developing and implementing a structured movement-based training program, determining baseline levels of hyperactivity, inattention, and self-control, and evaluating the program's impact on symptom reduction and self-regulation improvement. The sample consisted of 16 children (12 boys and 4 girls) , selected after screening 23 kindergartens and confirming ADHD diagnoses through medical reports. Prior to the intervention, teacher and parent reports indicated high levels of hyperactivity and inattention alongside low level of self-control. Following the 10-week training, post-program evaluations revealed significant improvements, with children demonstrating reduced hyperactivity and inattention as well as increased self-control, as reported by teachers and parents. The findings suggest that motor game training programs can serve as effective interventions for managing ADHD-related symptoms in early childhood. Based on the findings, several recommendations are outlined to inform future applications and research in this field.