

فعالية برنامج تدريبي لتنمية مهارات تعامل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني مع قلق الامتحان

The effectiveness of a training program to develop the skills of the school and vocational guidance counselor to deal with exam anxiety

حميدة عليوان¹، عبد الرزاق إيدر²

1 جامعة تيزي وزو (الجزائر) ، diadahamida83@gmail.com

2 جامعة تيزي وزو (الجزائر) ، abdrrezak.iddir@ummto.dz

تاريخ النشر: 2021/09/30

تاريخ القبول: 2021/07/22

تاريخ الاستلام: 2021/06/02

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية للتعرف على فعالية برنامج تدريبي في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، على عينة من مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وتكونت العينة من (15 مستشار ومستشارة)، واشتملت أدوات الدراسة على إستبيان كمقياس قبلي وبعدي، وبرنامج تدريبي لتنمية مهارات تعامل مستشار التوجيه مع قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من إعداد الباحثين. توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، ووجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والتبعي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان. كلمات مفتاحية: برنامج التدريبي، مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، قلق الامتحان.

ABSTRACT:

The current study aimed to identify the effectiveness of a training program in how to deal with exam anxiety among students of the third year of secondary school, on a sample of school and vocational guidance counselors, as the sample consists of (15 counselors), and the study tools included a questionnaire as a pre and post scale, and a training program To develop the skills of the guidance counselor's dealing with exam anxiety among students of the third year of secondary school prepared by researchers. The study tools included a questionnaire as a pre and post-sale, in addition to a training program to develop the skills of the guidance counselor's handling of exam anxiety among third-year secondary students, prepared by researchers.

The results revealed that there were statistically significant differences between the tribal and remote measurements in how to deal with exam anxiety among school and vocational guidance and counseling counselors, and there were statistically significant differences between the pre and post measurement in the training program directed to school and vocational guidance counselors in how to deal with exam anxiety.

Keywords: training program, school and vocational guidance counselors, exam anxiety.

1-مقدمة:

إذا نظرنا وتعمقنا في تحليل الإتجاهات الحديثة للتربية المعاصرة، والمقاربات والأفكار الجديدة التي تسير النظام التربوي، نجد أنها أعطت أهمية كبيرة للتلميذ وجعلته محورا للعملية التعليمية التعلمية، هذا ما فسح المجال للإعتماد على نظريات التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني للإسهام بفاعلية لرفع المستوى التعليمي، نتيجة محاولة تحقيق التوافق النفسي والدراسي والاجتماعي وبالتالي أصبح لبرامج التوجيه والإرشاد أهمية بالغة في العملية التربوية، وذلك من أجل بناء شخصية التلاميذ بصفة متكاملة ومتوازنة ليصبح مواطن صالح في المجتمع (العاجز، 2001، صفحة 28).

ويعتبر التوجيه والإرشاد المدرسي عملية مساعدة للتلميذ في رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدراته وميوله وأهدافه وإختيار الدراسة والمناهج والمواد المناسبة، وإستكشاف المستقبل التربوي العام، حيث يناول الإرشاد التربوي مشكلات المتفوقين والضعف العقلي والتأخر الدراسي، ومشكلات النمو العادية للطلاب ومشكلات اختيار الدراسة، ونوع التخصص ومشكلات النظام وسوء التوافق التربوي والتسرب، وكذلك مساعدة الفرد على مواجهة الصعوبات كافة التي تعوق تعلمه وتقدمه في النمو التربوي (زهران ح.، 2000، صفحة 419).

ويعد الإرشاد المدرسي أحد المجالات التطبيقية لعلم النفس ويحتاج إلى مهارات وخبرة وتدريب، ويستمد جذوره من تفاعل معارف تنتمي للعديد من المجالات تتضمن علم النفس، علم الاجتماع والتربية والتعليم وكلها ساهمت في نشأة الإرشاد التربوي والمدرسي، وذلك في تطوره كعلم وفن ومهنة (الاسدي وإبراهيم مروان، 2003، صفحة 7).

ومن هنا نؤكد على أهمية التوجيه والإرشاد المدرسي الذي يحتل مكانة كبيرة في التربية الحديثة التي جعلت التلميذ محورا للعملية التربوية، وحولت المدرسة الحديثة التي شهدت إنفجارا هائلا وكثرت المشاكل التربوية والمهنية والنفسية، وغيرها من المشكلات المتعلقة بالجانب النفسي والتربوي (الأسدي، وإبراهيم، 2003، صفحة 166).

ولهذا أصبح دورها ليس الإقتصار فقط على تدريس المناهج والمقررات بل تتعدى ذلك، وهو رعاية التلاميذ من جميع الجوانب الجسمانية، النفسية، والاجتماعية، وأدى هذا التحول الجذري في المهام أدى إلى زيادة مسؤولية الخدمات النفسية والتربوية والإرشادية في العملية التربوية، وأصبحت وظيفة المرشد النفسي المدرسي من الوظائف الأساسية في المدرسة الحديثة التي تهدف إلى مساعدة التلميذ على تنمية نفسه ووقايتها من الإنحراف، وعلاج مشكلاته، ويرى (جدوع أبو يوسف، 2009) أن الخدمات الإرشادية من أرقى الخدمات التي تقدم للتلميذ لما لها أثر كبير في مساعدته على حل مشكلاته، وتعديل سلوكه، وكل هذا يزيد من ثقته بنفسه، وبقدراته، وحتى يكون لهذا الدور فعالية على المرشد النفسي أن يمتلك العديد من القدرات والمهارات الإرشادية التي تسمح له بالتعامل مع المشكلات المدرسية، والأزمات التي تواجه التلميذ خلال تدرسه، والتي تؤهله بالقيام بهذه المهمة على أكمل وجه ، فالإرشاد النفسي المدرسي فن وعلم معا، فهو علم لأنه مبني وقائم على نظريات وأصول علمية، وفن لأنه يستخدم إستراتيجيات ومهارات وفنيات متعددة، ولكن هذا لا يكفي حتى يقوم بدوره بشكل فعال حيث يؤكد عمر على ضرورة أن يكون المرشد النفسي مؤهلا تأهيلا علميا أكاديميا ومتدربا تدريبا فنيا مهنيا راضيا، حيث يعتبر التأهيل العلمي والتدريب المهني سواء قبل أو أثناء الخدمة شيء ضروري ولا بد منه في العمل الإرشادي (عمر ماهر، 1992، صفحة 39).

2- إشكالية البحث:

يعود إختيارنا لهذا الموضوع نظرا لأهمية العمل الإرشادي فيعتبر المرشد المدرسي المسؤول الأول عن تطبيق برامج التوجيه والإرشاد في المدرسة، ويعد صاحب الدور الأكبر في تهيئة الجو المناسب للتعلم من خلال متابعة التلاميذ، ومساعدتهم على مواجهة مشكلاتهم بما فيها مشكلة قلق الإمتحان، التي تعتبر من المشكلات الرئيسية التي تواجه المنظومة التربوية بشكل عام، والمؤسسات

التربوية على وجه الخصوص، والتي من دون أدنى شك هدفها الرئيسي هو التحصيل الجيد ومن ثمة الحصول على مردود جيد للمنظومة التربوية وهذا المردود الدراسي الذي أعربت معظم الأنظمة التربوية عن قياسه عن طريق الإمتحانات، حيث أصبحت هذه الوسيلة الوحيدة التي تتم

بواسطتها عملية الإنتقال مما جعلها تكتسي طابع الرهبة والخوف في نظر التلاميذ وحتى أوليائهم، لذا قد يتعدى دور المرشد النفسي إلى الإرشاد الأسري، من خلال إشراك أسرة المتعلم في العملية الإرشادية.

فحظي المرشد المدرسي بإهتمام متزايد منذ الخمسينات من القرن العشرين، فقد ظهر عام (1951) مصطلح الإرشاد النفسي (Counseling Psychology) والمرشد النفسي (Counselor) في مؤتمر عقدته لجنة متخصصة في علم النفس من جامعة مينيسوتا الأمريكية (الزغبي، 2003).

ويؤكد كل من بريمر وشوسترم (Brammer et Shostrom) أن الخصائص الشخصية للمرشد النفسي تلعب دورا هاما في نجاح العملية الإرشادية والتكفل بالتلاميذ الذين يعانون من مشاكل دراسية منها: وعي المرشد بذاته، وحساسية المرشد للفوارق الثقافية، والقدرة على تحليل مشاعره الذاتية، والقدرة على أن يكون نموذجا للآخرين.

كما حددت "جمعية التربية والإشراف للمرشدين الأمريكية" (Association for Counselor Education and Supervision) المشار إليها في (الرفاعي، 1998) الصفات التي يجب توافرها في شخصية المرشد هي الإيمان بقدرة كل فرد على تغيير نفسه بنفسه، والإيمان بالقيم الإنسانية عند المسترشد، والقدرة على تقبل التغيير وكل جديد يحدث في العالم.

وعليه يمكن القول إن هذه الصفات الشخصية التي يجب على المرشد النفسي أن يتسم بها وحدها لا تكفي في تحقيق أهداف الإرشاد النفسي بإعتبارها مهنة من المهن الفنية الدقيقة التي تحتاج إلى إعداد جيد لمن يقوم بها، فالمرشد المؤهل هو الذي يمتلك القدرة والفعالية والمهارة اللازمة لأداء المهام الموكلة إليه، والتحكم في أدوات وتقنيات الإرشاد لإتصافها بالثبات والإستمرارية، وتعمل على تعزيز المعرفة، ولا يمكن الإستغناء عنها في العمل الإرشادي، فهي تمثل حلقة وصل تربط بين المعرفة والسلوك (الطراونة، 2000).

لذلك فامتلاك المرشدين للمعارف رغم أهميتها لا تكفي بمفردها، وإنما يجب أن تكملها المهارات، كما أن إمتلاك المهارات الأساسية للممارسة دون المعارف والنظريات التي بنيت عليها هذه المهارات، لن تجعلهم مؤهلين ومعدّين لأداء وظائفهم، لذلك على المرشدين أن يعملوا على تحقيق التكامل بين المعارف والمهارات. فالعمل الإرشادي فن وعلم تتطلب إجادته أمرين رئيسيين هما الفطرة والموهبة الطبيعية، والممارسة والتدريب المتواصل، وهو من الفنون والعلاقات الإجتماعية التي تقوم على أساس علمي وتدريب عملي، يهدف إلى تقديم كل ما يخدم مصلحة التلميذ.

ويعتبر التدريب من أهم الركائز الأساسية لاكتساب المهارات الضرورية في العمل الإرشادي، وذلك تحت إشراف مشرفي التدريب الميداني الذين لديهم الخبرة المهنية، (الخشبي، الشلهوب، الرواف، و الربيع، 2006)، وينظر إلى التدريب على أنه التطبيق العملي للمعلومات والأطر النظرية التي درسها المرشد في الجامعة، ويسمح هذا التدريب إلى إكساب المرشدين التحكم في جميع المهارات التي يستخدمها المرشد في عمله الإرشادي حتى يكون ذات كفاءة عالية وفعالية مستمرة أثناء التعامل مع المشكلات المدرسية التي تواجه التلاميذ (الخالدي و الصيخان، 2010)

وأدركت الجزائر في الآونة الأخيرة أهمية التوجيه والإرشاد المدرسي، وفعاليتها في التنمية الشاملة بإعتباره الأسلوب الأمثل للكشف والتعرف على القدرات العقلية والإستعدادات الفكرية، ومختلف جوانب شخصية التلميذ مع إمكانية توظيفها مستقبلا، حيث عملت بعد الإستقلال مباشرة على إستحداث مناصب متخصصة في التوجيه المدرسي بمؤسسات التعليم الثانوي تحت

إسم "مشتسار التوجيه المدرسي والمهني" وأوكلت إليه مهمة المتابعة النفسية والتوجيه المدرسي للتلاميذ، وعملت على فتح مراكز للتوجيه المدرسي والمهني، وذلك بفضل أربعة مستشارين للتوجيه المدرسي تم تكوينهم قبل الإستقلال.

وقد مر التوجيه المدرسي في الجزائر بثلاث مراحل أولها تمتد من 1992 إلى 1974 حيث كان فعل التوجيه مركزا أساسا على الفرد ذاته (التلميذ المتمدرس)، وكان يتمثل في بناء إرشادات مدرسية ومهنية قائمة على تنبؤات فردية موثوق فيها، وتلها الفترة الممتدة من 1975 إلى نهاية الثمانينات وبالضبط إلى نهاية 1991، حيث إتسعت رقعة التربية ونسبة التمدرس في كل الأطوار التعليمية مما كان له إنعكاس حتمي على فعل التوجيه الذي إنتقل من مجال الفحوص الفردية إلى ميدان الإعلام الجماعي والتوجيه الكمي وفقا للأهداف المحددة مسبقا في الخريطة المدرسية والمستقاة هي الأخرى من الأهداف الكمية لمختلف المخططات التنموية، ويمكن إعتبار هذه المرحلة إنحرفا عن الدور الفعلي والتقليدي للتوجيه المدرسي والمهني، وتلها المرحلة الثالثة من 1991 إلى غاية 2008 وتطغى فيه الإعتبارات النوعية على الإعتبارات الكمية في النظام التربوي، وتتسم بالعودة التدريجية لمهام التوجيه المدرسي (الجريدة الرسمية لوزارة التربية الوطنية).

ورابع وآخر مرحلة تمتد من 2008 إلى يومنا هذا أين عرف التوجيه المدرسي والمهني منعرجا هاما وحاسما، حيث تم إدراج مصطلح الإرشاد المدرسي، فتغيرت التسمية وأصبح يطلق عليه مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وتجسيدا لآليات الإرشاد في المنظومة التربوية أصدرت بعض المناشير الوزارية المنظمة لعمل المستشار في إطار الإرشاد كالمنشور الوزاري رقم 291 المؤرخ في 20 أوت 2014 الذي ينص على إنشاء خلايا الإصغاء والمتابعة النفسية والتربوية بالثانويات والمنشور رقم 242 المؤرخ في أوت 2014 والذي ينص على تنصيب خلايا المتابعة والإرشاد في التعليم المتوسط، وصدر المنشور الوزاري 1051 المؤرخ في 02 جوان 2018 المتعلق بإجراءات تنظيمية لمهام ونشاطات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني المعنيين بالمتوسطات، ولكن لا يوجد إلى حد الآن أى قرار وزاري جديد يلغي القرار رقم 827 المؤرخ في 13 نوفمبر 1992 المتعلق بتحديد مهام المستشارين والمستشارين الرئيسيين في التوجيه المدرسي والمهني ونشاطاتهم في المؤسسات التربوية (الثانويات)، والذي يخضع المستشار فيه إلى تدريب ميداني لمدة شهر مباشرة بعد إلتحاقه بالمهنة، وذلك من طرف مستشار رئيسي للتوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وبعد ذلك صدور المنشور الوزاري رقم 0.0.5/76 المؤرخ في 2013 من مديرية التكوين المتعلق ببرمجة دورات تكوينية لفائدة مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.

غير أن هذه المهمة في إطارها الحالي في نظر العديد من المهتمين بالعملية الإرشادية لم ترق إلى الهدف المنشود، بسبب تشعب المهام المنوطة لهذه الفئة وإفتقادها للأدوات والآليات الضرورية للعمل بالإضافة إلى إتساع رقعة نشاطات مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في المؤسسة التربوية الجزائرية، ولذلك يقوم المستشار بالتكفل النفسي لهذه الفئة من التلاميذ المترشحين لإمتحان شهادة البكالوريا من خلال إعطاء نصائح وتوجيهات تساعد التلاميذ على التخفيف من أعراض قلق الإمتحان وهذا نظرا للصعوبات التي يتلقاها في الميدان، وكذلك نقص التدريب والتكوين بصفة عامة وخاصة في مجال تصميم البرامج الإرشادية، حيث يخضع المستشار من فترة لأخرى إلى أيام تكوينية تتراوح مدتها ما بين يومين إلى ثلاثة أيام حول مواضيع الإرشاد (كالمقابلة، الإسترخاء، التقويم التربوي...) ولكنها عبارة عن بحوث نظرية من طرف مفتشي التربية الوطنية، وهذه الأيام خالية من الجانب التطبيقي التدريبي، حيث يحتاج المرشد أو المستشار من فترة لأخرى لدورات تدريبية تساعدهم على تطبيق أساليب وتقنيات الإرشاد التي يحتاجون التدريب والتمرن عليها والتي تمهمهم في عملهم، ونظرا للحاجة الماسة لمثل هذه البرامج التدريبية في عمل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني إرتأينا في هذه الدراسة تصميم برنامج تدريبي موجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان للتلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.

وعلى هذا الأساس قمنا بصياغة التساؤلات التالية :

- هل توجد فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى التلاميذ؟
- هل توجد فروق بين القياس القبلي والتتبعي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا؟

1-2- صياغة الفرضيات:

إنطلاقاً من التساؤلات التي تم طرحها، تم صياغة الفرضيات التالية:

- توجد فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا؛
- توجد فروق بين القياس القبلي والتتبعي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى التلاميذ المترشحين لإمتحان شهادة البكالوريا.

3- تحديد المفاهيم إجرائياً:

1-3- البرنامج التدريبي:

1-1-3- التعريف الإصطلاحي:

يعرفه فرج عبد القادر طه بأنه : " تعليم منظم ومحدد ومبرمج لإكساب المتدرب عادات ومهارات وقدرات على أداء معين أو رفع كفاءته، ويتم عادة في المؤسسات أو مراكز خاصة للتدريب، كما تحدد له عادة دورات خاصة تستغرق كل منها وقتاً محدداً، ويشترط للإلتحاق بها شروط معينة، وتشرف عليها هيئات محددة، ويقوم بالتدريب فيها إختصاصيين في التدريب، ومسؤولين عنه ويتم التدريب بالنسبة للأعمال الحركية والعقلية، كما يتم أيضاً بالنسبة للأعمال ذات الطابع العقلي والذهني (عبد العظيم، 1994، صفحة 26).

1-2-3- التعريف الإجرائي:

يعرف البرنامج التدريبي في هذا البحث بأنه برنامج مخطط ومنظم، قائم على النظرية السلوكية المعرفية يتكون من 12 جلسة تدريبية، يتم خلالها تدريب مجموعة من مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني على تقنيات التعامل مع قلق الإمتحان لدى التلاميذ المقبلين على إمتحان شهادة البكالوريا، بهدف مساعدتهم على القيام بدورهم الإرشادي وبعملية التكفل النفسي بأقسام الإمتحانات الرسمية بشكل فعال.

2-3- مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني:

1-2-3- التعريف الإصطلاحي:

حسب القانوني التوجيهي لوزارة التربية الوطنية 04/08/2008 المؤرخ في 2008: إطار تابع لمراكز التوجيه المدرسي والمهني، متحصل على شهادة ليسانس في علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا وتخصص علم الإجتماع.

2-2-3- التعريف الإجرائي:

مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني المنصبين على مستوى الثانويات ومراكز التوجيه المدرسي والمهني.

3- قلق الإمتحان:

1-3-3 التعريف الإصطلاحي:

يعرفه سارسن (1980) على أنه مجموعة من الإستجابات الخاصة بمجموعة معينة من المثبرات التي إرتبطت بخبرة الفرد عن التقويم والإمتحان (زهرا ح.، 2000، صفحة 95)

2-3-3-2 التعريف الإجرائي:

هي الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ من خلال تطبيق مقياس قلق الإمتحان للشويكي.

4- الدراسات السابقة:

1-4- دراسة العلمي (1988):

جاءت تحت عنوان "أثر الإعداد المهني للمرشد التربوي في فعالية أدائه في مجال التوجيه والإرشاد في مدارس وزارة التربية والتعليم في الأردن"، هدفت الدراسة إلى تقصي أثر الإعداد المهني للمرشد التربوي في فعالية أدائه في مجال التوجيه والإرشاد في مدارس وزارة التربية والتعليم الأردنية، وقد قامت بدراسة الإعداد المهني بشقيه، الإعداد الأكاديمي والتدريب الميداني أثناء الخدمة، أما الإعداد الأكاديمي شمل عددا من المواد الدراسية التي درسها المرشد التربوي في علم النفس العام وعلم النفس الإرشادي والإحصاء والقياس، كما شمل التدريب عدد من الدورات التدريبية والتخصصية، والبرامج التي تقدمها وزارة التربية والتعليم للمرشد التربوي أثناء الخدمة، تكونت عينة الدراسة من (313) مرشد ومرشدة في جميع مدارس وزارة التربية والتعليم الأردنية، وتم الإعتماد على تحليل التباين الأحادي واختبار "ت"، واختبار التحليل البعدي لـ "نيومان كولز"، توصلت الدراسة إلى أنه كلما حصل المرشد التربوي على مواد في علم النفس الإرشادي كلما إستطاع معالجة المشكلات الإرشادية بشكل أفضل، وكلما خضع المرشد لدورات تدريبية أثناء الخدمة يساعده الأمر في مواجهة المشكلات الإرشادية عند المسترشدين.

2-4- دراسة كيفلجيان Kivlighan (1989):

هدفت هذه إلى التعرف على التغيير في المهارات الإرشادية من خلال مقارنة اللقاءات الإرشادية قبل وبعد التدريب، فتكونت عينة الدراسة من (26) طالب من قسم الإرشاد (13) منهم شاركوا في برنامج تطبيق أساليب الإرشاد الصفي منهم (07) إناث و(06) ذكور، و(13) لم يشاركوا في هذا البرنامج منهم (09) إناث و(04) ذكور، وقد أجريت الدراسة في جامعة ميسوري / كولومبيا، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

- إن الطلاب الذين تلقوا الدورة التدريبية أبدوا تغيرا في إهتمامهم في البحث والإستكشاف وإعادة البناء.
- إن ردود فعل المسترشدين الذين قابلوا الطلاب المتدربين كانت منخفضة، ولم يظهروا الكثير من ردود الأفعال السلبية.
- زادت قدرة الطلاب على إستخدام الأسئلة المباشرة، وإتجهوا نحو الإستكشاف، وزادت قدرتهم على التقييم الدقيق والعميق.
- وتلعب الخبرة الميدانية دورا كبيرا في تنمية شخصية المرشد النفسي المهنية، وفي تطوير كفاءته في التعامل مع المسترشدين، وكلما إزدادت خبرة المرشد كان أقدر على ممارسة أعبائه المهنية، وكان مردود تعامله مع المسترشدين إيجابيا وأسرع وأنجع بلا شك (عمر، 1992، صفحة 45).

3-4- دراسة العامودي (1992):

جاءت تحت عنوان "المشكلات السلوكية التي تواجه المرشدين التربويين في الأردن" حي كان الهدف منها التعرف على المشكلات التي تواجه المرشد التربوي في المدارس الحكومية، وعلاقة هذه المشكلات بالمؤهل العلمي للمرشد وسنوات الخبرة في

الإرشاد وجنسه، تكونت العينة من (200) مرشد تربوي من العاملين في مدارس محافظات الأردن، مستخدمة إستبيان متكون من (51) مشكلة تغطي (06) مجالات هي: إدارة الهيئة التدريسية، ظروف العمل، المشكلات الفنية، الإعداد والتدريب المهني، الظروف الشخصية، الإتجاهات نحو العملية الإرشادية، توصلت نتائج الدراسة أن أكبر المشكلات التي يعاني منها المرشدين هي مشكلات الإعداد والتدريب، المشكلات الفنية، والاتجاهات نحو العملية الإرشادية، فيظهر أن أكبر المشكلات التي يعاني منها المرشد النفسي هي مشكلات التدريب والإعداد المهني والعلمي.

4-4- دراسة بيس وسبرنثل (Peace and Sprinthall) (1998):

هدفت إلى تقديم برنامج تدريبي للمرشدين أثناء الخدمة من أجل تشجيع النمو المعرفي وتطوير خدماتهم الإشرافية ليكونوا مشرفين للمرشدين الجدد، تكونت عينة الدراسة من 13 مرشداً، أشارت الدراسة إلى أن هناك أثراً للبرنامج التدريبي في زيادة مستوى إمتلاك المهارات الإشرافية لدى المرشدين، وقد إرتبطت فترة التدريب بشكل طردي مع مهارات المرشدين.

5- منهجية وإجراءات الدراسة:

5-1-1- منهج الدراسة:

نتبع في دراستنا المنهج الشبه التجريبي، وهو تصميم برنامج تدريبي ينفذ على المجموعة التجريبية بإستخدام القياس القبلي والقياس البعدي، حيث تم بناء البرنامج التدريبي موجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التخفيف من قلق الإمتحان للتلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا، والمنهج التجريبي يقوم في الأساس على دراسة الظواهر الإنسانية كما هي دون تغيير، أي دراسة العلاقة بين متغيرين على ما هما عليه في الواقع دون التحكم في المتغيرات.

5-1-1- الإطار المكاني للدراسة:

تم إجراء الدراسة الأساسية بمركز التوجيه المدرسي والمهني لولاية بجاية، حيث تم إستغلال قاعة الإجتماعات لجلسات البرنامج التدريبي، وقد إمتدت الدراسة الأساسية من شهر (نوفمبر 2019 إلى غاية ديسمبر 2019) أي خلال الفصل الأول من السنة الدراسية (2020/2019).

5-2-1- عينة الدراسة:

هي عينة من مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني المنصبين على مستوى الثانويات، والذي بلغ عددهم ب (111) مستشار ومستشارة حسب إحصائيات مركز التوجيه المدرسي والمهني لولاية بجاية للسنة الدراسية (2018/2019)، والجدول التالي يوضح المجتمع الأصلي :

جدول 1. يمثل عينة المجتمع الأصلي للدراسة (المصدر. من إعداد الباحثين بناء على معطيات عينة البحث)

المجموع	الإناث	الذكور	
111	89	22	عدد المستشارين
%100	%81	%20	النسبة

يتبين من الجدول رقم (01) أن العدد الإجمالي لعينة المجتمع الأصلي تتكون من (111) مستشار ومستشارة موزعين على (89) إناث، بنسبة (%81) و(22) ذكور بنسبة (%20). وعليه تم اختيار عينة الدراسة الأساسية من المجتمع الأصلي الذي بلغ (15) مستشار ومستشارة المنصبين على مستوى الثانويات التابعين لمركز التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني لولاية بجاية، إذ تم اختيار تخصص علم النفس بكل تخصصاته، وتم استبعاد التخصصات الأخرى بهدف تطبيق البرنامج التدريبي بصورة مرنة.

3-1-5- التقنيات المستعملة:

تم استخدام في هذه الدراسة إستبيان مقنن خاص بكيفية تعامل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني للتخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من إعداد الباحثان.

كما تم استخدام البرنامج التدريبي على مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني من إعداد الباحثان.

أ- إستبيان تعامل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني مع قلق الإمتحان:

قاما الباحثان بالبحث عن مقياس لقياس مهارات تعامل المستشار مع قلق الإمتحان، وإستعماله كقياس قبلي، ولكن تعذر ذلك لصعوبة تحديد المهارات الإرشادية، حيث لجأ الباحثان إلى تصميم إستبيان لقياس هذه المهارات التي يستخدمها المستشار لتخفيف قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

- وصف الإستبيان: إحتوى إستبيان مهارات تعامل المستشار مع قلق الإمتحان في نسخته الأولى على (25) بند، وبعد التعديلات التي أجريت على هذه الصورة، والتأكد من خصائصه السيكومترية، تم إعتماده كأداة لقياس مهارات تعامل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني للتخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وأصبح يحتوي في صورته النهائية على (21) بند صيغت بطريقة موجبة، أمام كل بند (05) خيارات على التوالي (ممتاز، جيد جدا، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا)، يحتوي الإستبيان على (06) محاور وهي كالتالي:

- المحور الأول: البيانات الشخصية
- المحور الثاني: خاص بتطبيق البرامج الإرشادية في مرحلة التعليم الثانوي.
- المحور الثالث: خاص بمهارة إدارة وتنظيم الوقت.
- المحور الرابع: خاص بمهارة إستراتيجيات تطبيق الإمتحان.
- المحور الخامس: خاص بمهارة توكيد الذات.
- المحور السادس: خاص بمهارة الإسترخاء
- كيفية تطبيق إستبيان تعامل المستشار مع قلق الإمتحان: يطبق الإستبيان بصفة فردية أو جماعية، حيث يطلب من مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني أن يحدد مدى تطابق كل بند مع ما يملكه من مهارات، وذلك بوضع علامة (X) أمام الإختيار الذي يتوافق مع حاله، لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة، وليس هناك وقت محدد للإجابة.
- كيفية تصحيح إستبيان تعامل المستشار مع قلق الإمتحان: كل بند من بنود الإستبيان سلم إجابات يتكون من خمسة تدرجات، حيث تعطى الاختيارات الدرجات التالية:

جدول 2. طريقة تصحيح إستبيان تعامل المستشار مع قلق الإمتحان (المصدر. من إعداد الباحثان بناء على نتائج

الإستبيان)

ممتاز	جيد جدا	متوسط	ضعيف	ضعيف جدا
(05) درجات	(04) درجات	(03) درجات	(02) درجتين	(01) درجة واحدة

- الخصائص السيكومترية لإستبيان الخاص بكيفية تعامل المستشار مع قلق الإمتحان: بغرض التأكد من الخصائص السيكومترية للإستبيان (الصدق والثبات)، تم تطبيق الإستبيان بعد تعديله على عينة تقنين مكونة من (150) مستشار ومستشارة من ولايتي بجاية وتيزي وزو.

- صدق إستبيان الخاص بكيفية تعامل المستشار مع قلق الإمتحان: تم تقدير صدق استبيان المهارات التي يستخدمها المستشار في خفض قلق الامتحان بواسطة تقدير معاملات ارتباط البنود بالمحاور التي تنتهي إليها، ومعاملات ارتباط المحاور فيما بينها، ومعاملات ارتباط المحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان.

جدول 3. معاملات ارتباط البنود بالمحاور التي تنتهي إليها (المصدر: من إعداد الباحثان بناء على نتائج (SPSS))

المحور	رقم البند	معامل الارتباط	المحور	رقم البند	معامل الارتباط
مهارات تطبيق البرامج الإرشادية	1	**0,39	مهارات تطبيق الامتحان	11	**0,39
	2	**0,51	للتخفيف من قلق الامتحان	12	**0,79
	3	**0,54		13	**0,56
	4	**0,72		14	**0,80
مهارات إدارة وتنظيم الوقت	5	**0,40	مهارات لتوكيد الذات	15	**0,64
	6	**0,70		16	**0,85
	7	**0,68		17	**0,69
	8	**0,86	مهارة الاسترخاء	18	**0,38
	9	**0,65		19	**0,81
	10	**0,70		20	**0,41

يتضح من الجدول (3) أن معاملات ارتباط بين البنود بالمحاور التي تنتهي إليها مقبولة تتراوح بين (0,38) و (0,86) وتتعدى الحد الأدنى المطلوب (0,30)، ودالة احصائيا عند (0,01). حيث تراوحت معاملات ارتباط البنود مع محور مهارات تطبيق البرامج الإرشادية بين (0,39) و (0,72)، وبين البنود ومحور مهارات إدارة وتنظيم الوقت بين (0,65) و (0,86)، وبين البنود ومحور مهارات تطبيق الامتحان للتخفيف من قلق الامتحان بلغت (0,39) و (0,80)، وبلغت معاملات الارتباط بين البنود ومحور مهارات لتوكيد الذات (0,64) و (0,85) و (0,69)، وبلغت بين البنود ومحور مهارة الاسترخاء (0,38) و (0,81) و (0,41). وتدل معاملات الارتباط المقبولة والدالة إحصائيا على اتساق البنود بالمحاور التي تنتهي إليها، وبالتالي فهو دليل على صدق الاستبيان.

جدول 4. معاملات ارتباط المحاور (المصدر: من إعداد الباحثان بناء على نتائج (SPSS)).

الأبعاد	مهارات تطبيق البرامج الإرشادية	مهارات إدارة وتنظيم الوقت	مهارات تطبيق الامتحان للتخفيف من قلق الامتحان	مهارات لتوكيد الذات	مهارة الاسترخاء	الدرجة الكلية
مهارات تطبيق البرامج الإرشادية	---	**0,33	**0,29	**0,34	**0,31	**0,42
مهارات إدارة وتنظيم الوقت	---	---	**0,41	**0,49	**0,29	**0,81
مهارات تطبيق الامتحان للتخفيف من قلق الامتحان	---	---	---	**0,31	0,31	**0,77
مهارات لتوكيد الذات	---	---	---	---	**0,32	**0,50
مهارة الاسترخاء	---	---	---	---	---	**0,55

يتضح من الجدول (4) أن معاملات ارتباط المحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان مقبولة ودالة احصائيا عند 0,01، حيث تتراوح بين (0,42) و (0,81)، وكذلك جاءت معاملات ارتباط المحاور فيما بينها مقبولة ودالة احصائيا عند 0,01، والتي تراوحت بين (0,29) و (0,49). ويُعد هذا دليلا على اتساق المحاور فيما بينها، واتساق المحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان، فهو مؤشر آخر على صدق الاستبيان.

- ثبات إستبيان الخاص بكيفية تعامل المستشار مع قلق الإمتحان: تم حساب ثبات الإستبيان على عينة التقنين المكونة من (150) مستشار ومستشارة باستخدام طريقتين، طريقة ألفا لكرونباخ، وطريقة أوميغا لماكدونالد.

جدول 5. معاملات الثبات ألفا وأميغا لاستبيان الخاص بكيفية تعامل المستشار مع قلق الإمتحان (المصدر: من إعداد

الباحثان بناء على نتائج (SPSS)).

معامل أوميغا	معامل ألفا	عدد البنود
0,684	0,695	20

يتضح من الجدول (5) أن معامل ثبات استبيان المهارات الإرشادية في خفض قلق الامتحان مقبول، حيث بلغت قيمته سواء بطريقة ألفا لكرونباخ (0,695) أو بطريقة أوميغا لماكدونالد (0,684)، وهذا يدل على ثبات الاستبيان مما يمكن استخدامه في جمع بيانات الدراسة الحالية.

ب- البرنامج التدريبي لتنمية مهارات التي يستخدمها المستشار للتخفيف من قلق الامتحان:

قام الباحثان بالإطلاع على عدة مصادر كالتراث النظري الخاص بالبرامج التدريبية الموجه للمرشدين، والدراسات السابقة التي تناولت الجانب التدريبي لتنمية مهارات المرشد النفسي في جميع تقنيات وفنيات الإرشاد النفسي، وكذلك أهمية التدريب لتحسين فعالية وأداء المرشد، وكذلك الإطلاع على كيفية تصميم البرامج التدريبية وخطواتها، وبعض التصاميم المشابهة لتصميم برنامج تدريبي موجهة لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، الذي يعتبر أداة منهجية ساعدت الباحثان على التحكم في تطبيق جلسات البرنامج التدريبي حيث يتضمن المخطط على مايلي:

- أهداف البرنامج التدريبي:

- الهدف العام للبرنامج:

- تنمية بعض المهارات والفنيات والتقنيات الإرشادية لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني للتخفيف من قلق الامتحان لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا.

- الأهداف الإجرائية للبرنامج:

- تقديم تعريف بالبرنامج وأهدافه وأهميته.

- تبصير المستشارين بأهمية المهارات والفنيات المستخدمة وضرورة اتقانها.

- تدريب المرشدين على مجموعة هامة وضرورية من المهارات اللازمة التي تساعد على التخفيف من قلق الامتحان لدى التلاميذ.

- تنمية المهارات الإرشادية لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني وذلك في جانبين هما:

أولاً: المعلومات النظرية الهامة التي سيقدمها البرنامج حول مهارات التعامل مع قلق الامتحان.

ثانياً: التدريبات العملية التطبيقية لهذه المهارات أثناء تنفيذ جلسات البرنامج التدريبي.

- تقديم برنامج مقترح لتنمية هذه المهارات، مما يمكن الاستفادة منه على مستوى أوسع وأشمل.

- الوقوف على مدى فعالية جلسات البرنامج التدريبي في تنمية مهارات التعامل مع قلق الإمتحان.

- الفئة المستهدفة:

مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني المنصبين بالثانويات.

- العينة التي سيطبق عليها البرنامج التدريبي: (15) مستشار ومستشارة.
- عدد جلسات البرنامج: 12 جلسة.
- مكان تنفيذ الجلسات: قاعة الاجتماعات التابعة لمركز التوجيه المدرسي والمهني لولاية بجاية.
- الفئة المستهدفة: مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني لولاية بجاية
- الفنيات المستخدمة: المحاضرة، المناقشة الجماعية، الحوار، المشاركات الفردية.
- الوسائل المستخدمة: سبورة، جهاز حاسوب، جهاز داتاشوا، عروض باور بونت
- مدة البرنامج 12: جلسة
- مكان التنفيذ: مركز التوجيه المدرسي والمهني لولاية بجاية
- المدة الزمنية لكل جلسة: من 30 دقيقة إلى 45 دقيقة.

جدول 6. الخطة الزمنية للبرنامج التدريبي (المصدر: من إعداد الباحثين بناء على معطيات البرنامج التدريبي)

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	الزمن
الأولى	الجلسة الافتتاحية.	30 دقيقة
الثانية	تعريف قلق الإمتحان .	30 إلى 45 دقيقة
الثالثة	تقنيات وأساليب البرنامج التدريبي .	30 إلى 45 دقيقة
الرابعة	إستخراج التلاميذ ذوي القلق المرتفع.	30 إلى 45 دقيقة
الخامسة	التدريب على مهارة إدارة وتنظيم الوقت (مهارة تنظيم وقت المراجعة، مهارة تنظيم جدول المراجعة).	30 إلى 45 دقيقة
السادسة	التدريب على مهارة تنظيم مكان المراجعة .	30 إلى 45 دقيقة
السابعة	التدريب على مهارة إستراتيجية تطبيق الإمتحان (مهارة الإستعداد للإمتحان) .	30 إلى 45 دقيقة
الثامنة	التدريب على مهارة اداء الإمتحان .	30 إلى 45 دقيقة
التاسعة	التدريب على مهارة أسلوب توكيد الذات (مهارات لفظية).	30 إلى 45 دقيقة
العاشر	التدريب على مهارة أسلوب توكيد الذات (مهارات غير لفظية).	30 إلى 45 دقيقة
الحادية عشر	التدريب على مهارة الإسترخاء	30 إلى 45 دقيقة
الثانية عشر	إنهاء البرنامج وتقويمه	30 إلى 45 دقيقة

- مراحل تطبيق البرنامج:
- مرحلة البدء (مرحلة التحضير): وتشمل الجلسات الأولى للبرنامج التدريبي، والتي تم التعارف بين الباحث والمتدربين والحديث عن أهداف البرنامج وماهيته، وتوقعاتهم نحوه، ومن ثمة التحضير للدخول لعمق الجلسات التدريبية حول المهارات التي تنمي التخفيف من قلق الإمتحان.
- مرحلة الإنتقال: ويتم من خلالها الحديث عن مشكلة الدراسة وماهية المهارات وأهميتها بالنسبة للمستشارين وضرورة اتقانها.
- مرحلة العمل البناء: وهي المرحلة التي يتم من خلالها تعديل الأفكار الخطأ حول ماهية المهارات المستخدمة، وكذلك تعديل بعض الأساليب غير الصحيحة في ممارستها، ومن ثم التدريب عليها بالصورة السليمة والتطبيق العملي.
- مرحلة الإنهاء: وهي المرحلة الأخيرة حيث يتم التأكد من الوصول للأهداف الرئيسية للبرنامج والوصول إلى النتائج المرجوة، وذلك بإستخدام أساليب ووسائل التقييم المناسبة.
- حدود البرنامج:
- الحد المكاني: طبق البرنامج التدريبي في ولاية بجاية بمركز التوجيه والإرشاد المدرسي بالولاية.

- الحد الزمني: طبق البرنامج خلال لسنة الدراسية 2019-2020.

- الحد البشري: على عينة من مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بولاية بجاية.

-التقويم:

- تقويم كل جلسة من الجلسات بإستخدام بطاقة التقويم المرحلي للجلسات.

6- عرض ومناقشة نتائج وتحليلها:

1-6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

- توجد فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.

جدول 7. يبين نتائج اختبار "ت" للفروق بين المستشارين في القياس القبلي والبعدي في كيفية التعامل مع قلق الامتحان

(المصدر: من إعداد الباحثان بناء على نتائج (SPSS)).

المهارات الإرشادية	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	فرق المتوسط	قيمة "ت"	درجة الحرية	الدالة	حجم الأثر
القياس القبلي	15	92,95	,1760	-1,061	-14,95	14	0,000	3,861
القياس البعدي	15	04,02	5,160					

يتضح من الجدول (7) أن هناك فروقا دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي في المهارات الإرشادية للمستشارين

للتخفيف من قلق الامتحان، حيث أن قيمة "ت" (-14,95) عند درجات حرية (14) جاءت دالة احصائيا ($p < 0,05$). وكانت

الفروق لصالح القياس البعدي بمتوسط حسابي (4,02) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي (2,959) بفارق (1,061)

متوسط حسابي، وبانحرافين معيارين متقاربين (0,176) و(0,165) على التوالي.

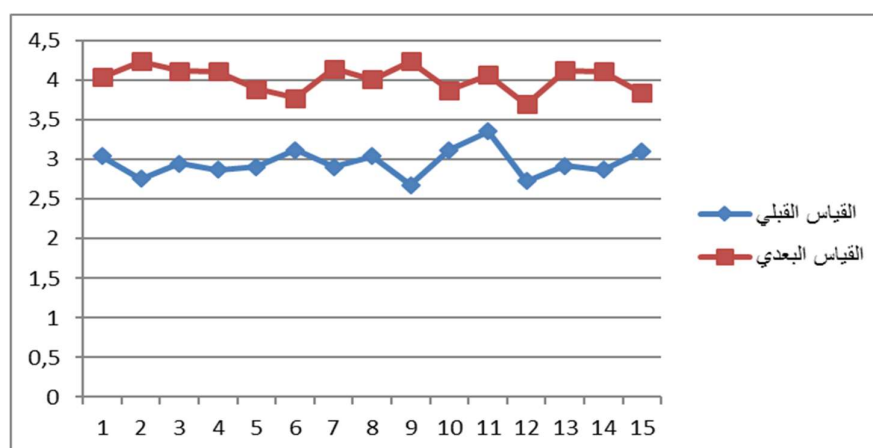
وقد كانت قيمة حجم الأثر (3,861) وحدات انحراف معيارية، وهي كبيرة وفقا لتوجيهات كوهين (1988) لأنها أكبر بكثير

من (0,80). بمعنى أن (86,1%) من التباين الذي يفسره المتغير المستقل (البرنامج) في المتغير التابع (المهارات الإرشادية لتخفيف

قلق الامتحان). وبذلك توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى (0,01) بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي في

البرنامج الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة

البكالوريا.



شكل 1. رسم بياني لدرجات مهارات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في القياس القبلي والقياس البعدي (المصدر: من إعداد الباحثين).

يتضح من الشكل (1) أن درجات مهارات مستشاري التوجيه للتعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ في القياس البعدي جاءت أكبر من درجاتهم في القياس القبلي، بحيث تحسنت كلها وبدرجة كبيرة، مما أن البرنامج الموجه ذات فعالية في تحسين مهارات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا. تبين النتيجة الإحصائية للفرضية الأولى الموضحة في الجدول رقم (7) والشكل رقم (1) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وهذه النتيجة سارت في إتجاه توقع الفرضية، حيث تحققت على مستوى عينة البحث.

2-6- عرض نتائج الفرضية الثانية:

- توجد فروق بين القياس القبلي والقياس التتابعي في البرنامج الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.

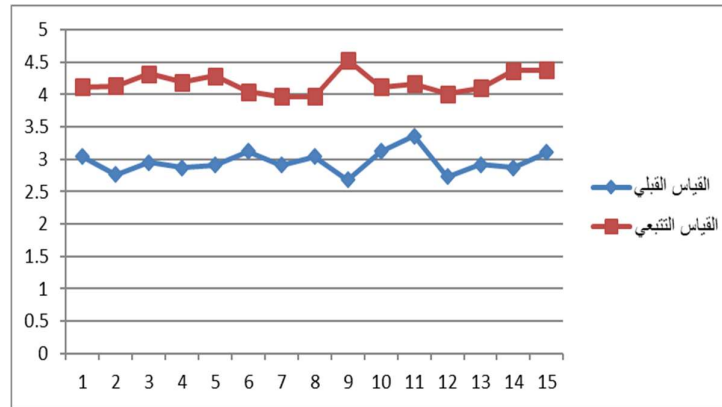
جدول 8. يبين نتائج اختبار "ت" للفروق بين المستشارين في القياس القبلي والتتابعي في كيفية التعامل مع قلق الامتحان

(المصدر: من إعداد الباحثين بناء على نتائج (Spss)).

المهارات الارشادية	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	فرق المتوسط	قيمة "ت"	درجة الحرية	الدلالة	حجم الأثر
القياس القبلي	15	2,959	0,176	-1,222	- 17,810	14	0,000	4.599
القياس التتابعي	15	4,181	0,165					

يتضح من الجدول (8) أن هناك فروقا دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس التتابعي في المهارات الارشادية للمستشارين للتخفيف من قلق الامتحان، حيث بلغت قيمة "ت" (- 17,81) عند درجات حرية (14) التي جاءت دالة احصائيا (0,01) $p <$. وكانت الفروق لصالح القياس التتابعي بمتوسط حسابي (4,181) أكبر من القياس القبلي (2,959) بفارق (-1,222)، وبانحرافين معيارين متقاربين (0,176) و(0,165) على التوالي.

وقد كانت قيمة حجم الأثر (4,599) وحدات انحراف معيارية، وهي كبيرة وفقا لتوجيهات كوهين (1988) لأنها تتعدى (0,80). أي أن 59,1% من التباين الذي يفسره المتغير المستقل (البرنامج) في المتغير التابع (المهارات الارشادية لتخفيف قلق الامتحان). وبذلك توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى 0,01 بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس التتابعي في محتوى البرنامج الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.



شكل 2. رسم بياني لدرجات مهارات مستشاري التوجيه والإرشاد في القياس القبلي والقياس التبعي (المصدر من إعداد الباحثين)

ويؤكد الشكل (02) أن درجات مهارات مستشاري التوجيه للتعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ في القياس التبعي تحسنت أكثر من درجاتهم في القياس القبلي، بحيث جاءت كل درجات القياس التبعي أكبر من درجات القياس القبلي، وهذا يبين أن البرنامج الموجه ذات فعالية في تحسين مهارات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.

تبين النتيجة الإحصائية للفرضية الأولى الموضحة في الجدول رقم (8) والشكل رقم (2) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والتبعي في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وهذه النتيجة سارت في إتجاه توقع الفرضية، حيث تحققت على مستوى عينة البحث.

وتتفق نتيجة دراستنا الحالية مع ما توصلت إليه من مجموعة من الدراسات السابقة التي تناولت أهمية التدريب في تنمية مجموعة من المهارات الإرشادية التي يستخدمها المرشدين في عملهم الإرشادي وذلك بصفة عامة، كدراسة كيفليحان (1989) التي تؤكد أن المرشدين الذين تلقوا الدورات التدريبية أبدوا تغيرا في إهتماماتهم بالبحث والإستكشاف وإعادة البناء المعرفي حول الإرشاد النفسي.

وكذلك تتسق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الصمادي (1994)، التي هدفت إلى اختبار فاعلية برنامج تدريبي في تحسين المهارات الأساسية العامة، والمهارات الشخصية في مجالات الإرشاد التربوي والإرشاد الأسري، ومهارات تعديل السلوك ضمن عدد من الورش التدريبية، حيث تكونت الدراسة من مجموعة تجريبية مكونة من (39) مرشد ومرشدة ومجموعة ضابطة مكونة من (46) مرشد ومرشدة استخدمت للمقارنة واستخدم الباحث مقياس مهارات الإرشاد الأساسية العامة الذي يتناول المهارات والعلاقات الإرشادية، وخصائص الإحترام والفهم والتعاطف والإفتتاح والوضوح، حيث استخدم الباحث دلالات الصدق والثبات للمقياس بعد تعريبه، أشارت النتائج إلى أن الورش التدريبية في مجال الإرشاد الأسري وتعديل السلوك قد أحدثت تحسن لدى المتدربين وبدلالة إحصائية.

وكذلك تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (العلمي 1988) تحت عنوان: "أثر الإعداد المهني للمرشد التربوي، في فعالية أدائه في مجال التوجيه والإرشاد في مدارس وزارة التربية والتعليم في الأردن وهدفت الدراسة إلى تفصي أثر الإعداد المهني للمرشد التربوي في فعالية أداءه في مجال التوجيه والإرشاد في مدارس وزارة التربية والتعليم الأردنية. وقد قامت بدراسة الإعداد المهني: بشقيه الإعداد الأكاديمي، والتدريب الميداني أثناء الخدمة، أما الإعداد الأكاديمي فقد شمل عددا من المواد الدراسية التي أخذها المرشد التربوي في علم النفس العام وعلم النفس الإرشادي والإحصاء والقياس ومناهج البحث، كما شمل التدريب عدد من الدورات التدريبية والتخصصية، وبرامج العمل التي تقدمها وزارة التربية والتعليم للمرشد التربوي أثناء الخدمة، وإشتملت عينة الدراسة على (313) مرشد ومرشدة في جميع مدارس وزارة التربية والتعليم الأردنية، وبهذا تكونت عينة الدراسة هي مجتمع الدراسة نفسه، واستخدم الباحث تحليل التباين الأحادي واختبار "ت"، واختبار التحليل البعدي لنيومان كولز، وأشارت نتائج الدراسة إلى أنه كلما حصل المرشد التربوي على مواد في علم النفس الإرشادي، استطاع معالجة المشكلات الإرشادية بشكل أفضل.

حيث تبين في دراسة الباحثة (العلمي) أن عملية تطور المعرفة لدى المرشد التربوي تساعده في مواجهة المشكلات الإرشادية عند المسترشدين.

كما توصلت الدراسة إلى نتائج تؤكد أن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسط درجات المجموعة الحاصلة على أربع مسافات في علم النفس فصاعداً، وتلك التي حصلت على مسافتين، مما يدل على أنه كلما حصل المرشد التربوي على مسافات أكثر في علم النفس الإرشادي، استطاع معالجة المشكلات بصورة أفضل.

وتدعم نتائج الدراسة الحالية ما أكده الباحثون حول ضرورة إكساب المرشدين المتمدرسين المهارات الإرشادية المتمثلة في مهارات التخطيط للعمل الإرشادي، ومهارات الإرشاد الفردي، والجمعي، حيث اتسقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة ألداج وبكتاس Alladag et Bektas حول التدريب الميداني (2009) للمرشدين المتمدرسين، والتي أظهرت أن التدريب الميداني عنصر مهم في تعليم وإكتساب المهارات وتطبيقها للمرشد المتدرب وعليه يمكن تفسير النتيجة أن التدريب الميداني فعال في تحسين مهارات الإرشاد النقي الأساسية وتعزيزها، وتحسين أساليب وإستراتيجيات الإرشاد وتعميق معنى العلاقة الإرشادية، وتدريب المرشدين على مهارات التقييم.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ماتوصلت إليه دراسة حمدي وخطاطبة (2013)، التي حاولت قياس أثر التدريب الميداني في تحسين الكفاءة الذاتية المدركة والمهارات الإرشادية لدى طلبة الإرشاد النفسي، والتي أظهرت نتائجها فعالية التدريب الميداني في تحسين الكفاءة الذاتية المدركة والمهارات الإرشادية لدى طلبة الإرشاد النفسي، ونفس النتيجة أكدها كوزينا وآخرون (2010) Kozina,et al أين أثبتت وأكد على أثر التدريب الميداني والإشراف على كفاءة المرشدين المهنية حيث أظهرت النتائج تحسناً واضحاً في المهارات الإرشادية والكفاءة الذاتية والمعرفة النظرية والتطبيقية لدى المرشدين المتدربين.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الأش (2012) حيث هدفت إلى التعرف على مدى فعالية البرنامج التدريبي المقترح في تنمية بعض المهارات الإرشادية لدى عينة من المرشدين النفسيين في سوريا، حيث تكونت عينة الدراسة (29) مرشداً نفسياً، وتكونت أدوات الدراسة على مقياس المهارات الإرشادية لدى المرشد (إعداد الباحث) وبرنامج تدريبي لتنمية المهارات الإرشادية (إعداد الباحث)، وأظهرت النتائج وجود فروق بين المقياسين القبلي والبعدي في إتجاه القياس البعدي، وعدم وجود فروق في هذه المهارات بين القياس البعدي والتبقي وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق في كل من التطبيقين القبلي والبعدي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (النوع، الحالة الإجتماعية، المؤهل العلمي، التخصص) وعدم وجود فروق في كل من التطبيقين البعدي والتبقي تعزى للمتغيرات الديموغرافية.

وقد يرجع الباحثان النتائج المتوصل إليها أن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في المهارات التي يستخدمها المستشارين لكيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والمقبلين على إمتحان شهادة البكالوريا قد يرجع لعدة عوامل:

التدريب العملي الذي تلقاه مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني أثناء تنفيذ جلسات البرنامج التدريبي، والتي شملت المعلومات النظرية عن جميع المهارات الإرشادية للتخفيف من قلق الإمتحان ... شرحاً وافياً بإستخدام تقنيات العرض، وبعض الفيديوهات الخاصة ببعض التقنيات والمهارات التي تستعمل في التخفيف من قلق الإمتحان، حيث كانت رد فعل المستشارين إيجابية، وتقديم بعض النماذج العملية للمهارات، وكذلك إستخدام لعب الدور في بعض المهارات كمهارة توكيد الذات، الإسترخاء العضلي من قبل المتدربين خلال تنفيذ جلسات البرنامج التدريبي.

وجود رغبة حقيقية لدى جميع المستشارين المشاركين في تطوير وتنمية قدراتهم وإمكانياتهم، وقدرتهم على تطبيق هذه المهارات التدريبية والعملية والبرامج الإرشادية بشكل جيد، وإتقان تنفيذ الجلسات الإرشادية الفردية منها والجماعية، وخاصة أن محتوى الجلسات التدريبية كلها تساعد في كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى التلاميذ.

تعود مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني على تنفيذ جلسات البرنامج التدريبي، والتحكم في محتوى الجلسات التدريبية، وإدراكه لأهمية التدريب العملي في مهنة التوجيه والإرشاد ورغبتهم الجامعة في إكتساب هذه المهارات وضرورة استخدامها في العمل الإرشادي.

كذلك يمكن تفسير النتائج المتوصل إليها أن مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني حتى وإن لديهم معلومات نظرية عن هذه المهارات المستخدمة للتعامل مع قلق الإمتحان، ولكنهم يطبقونها بشكل عشوائي أي بعض النصائح والإرشادات تقدم في الفصل الثالث للتلاميذ بطريقة جماعية، ولكن ليس التدريب عمليا وتطبيقيا على شكل برنامج تدريبي منظم لديه جلساته، ولكل جلسة زمن ومحتوى خاص بها، هذا ما جعل أداء مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني غير فعال في هذا المجال، وهم بأنفسهم إستنتجوا أهمية العمل وفق برنامج تدريبي أو إرشادي، وكذلك أهمية التدريب العملي أثناء الخدمة، لأنهم يملكون المعلومات النظرية، ولكن كيفية تطبيقها في إطار العمل الإرشادي هو الشيء الذي ينقصهم، حيث هذا ما ولد لديهم الدافعية، والرغبة لإعادة تطبيق البرنامج على التلاميذ مرة أخرى.

7- الإستنتاج العام:

نلاحظ مما سبق أن نتائج الدراسة الحالية سارت في إتجاه ما توقعناه في جميع الفرضيات، وذلك بتجريب برنامج تدريبي موجه للمستشار في كيفية التعامل مع قلق الامتحان، من خلال تطبيق الجلسات التدريبية التي تهدف إلى تحسين التقنيات والأساليب الإرشادية التي يستخدمها المستشار للتعامل مع هذه الظاهرة المنتشرة في المدارس الجزائرية، وكذلك إقتراح برنامج تدريبي أثناء الخدمة مقدم للمستشار، ومن ثم تجريب فعاليته في تخفيف قلق الإمتحان لدى التلاميذ مباشرة.

وقد سارت نتائج الفرضيات في إتجاه ما توقعناه في الدراسة ومن خلال الإطار النظري والدراسات السابقة التي تثبت أهمية وفعالية البرامج التدريبية في تحسين المهارات الإرشادية للمرشد النفسي أثناء الخدمة.

وهذا ما أثبتته نتائج الفرضية الأولى التي أثبتت وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في البرنامج التدريبي الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.

الفرضية الثانية: التي أكدت على وجود فروق بين القياس القبلي والقياس التتابعي في البرنامج الموجه لمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في كيفية التعامل مع قلق الامتحان لدى التلاميذ المترشحين لشهادة البكالوريا.

8- الخاتمة:

لقد تم دراسة فعالية برنامج تدريبي موجه لمستشاري التوجيه والإرشاد في كيفية التعامل مع قلق الامتحان، فانطلقنا من فكرتين أساسيتين وجهت العمل البحثي من البداية، إذ تمثلت الفكرة الأولى في إهتمام الباحثين وعلماء التنمية البشرية في الأونة الأخيرة بالبرامج التدريبية الموجهة للمرشد النفسي أو ما يسمى بمستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في المنظومة التربوية الجزائرية أثناء الخدمة لتحسين مهاراته في مجال الإرشاد النفسي المدرسي.

أما الفكرة الثانية تمحورت في تحديد محور التدريب، ألا وهو كيفية التعامل مع قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، بحيث يتم تقديم برنامج تدريبي للمستشار، اي تزويده بمجموعة من المهارات التي تخفف من قلق الإمتحان من خلال تطبيق البرنامج التدريبي المصمم من طرف الباحثين.

وعليه تم إقتراح مجموعة من التوصيات:

— على العاملين في حقل التربية بشكل عام، والعاملين في مجال التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني على وجه الخصوص من أخصائيين ومفتشي التربية الوطنية، مدراء مراكز التوجيه المدرسي، والمسؤولين عن تكوين وإعداد وتأهيل مستشاري

التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، بإعداد برامج تدريبية مكثفة على المهارات الإرشادية عموماً ومهارات التخفيف مقلق الإمتحان بالتحديد لما لذلك من تأثير قوي وفعال على أداء مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني على العملية الإرشادية:

— على العاملين في مجال التوجيه والإرشاد المدرسي الإهتمام بتوفير جميع الظروف المادية والمعنوية للمستشار داخل المؤسسة التعليمية التي يعمل بها، خاصة فيما يتعلق بتوفير مكان خاص ومؤهل للقيام بالعملية الإرشادية بالشكل السليم؛

— القيام بالدورات التدريبية أثناء الخدمة لجميع العاملين بحقل التوجيه والإرشاد المدرسي (مستشارين جدد، رئيسيين، مدراء المراكز) خاصة فيما يتعلق بالمهارات الإرشادية، وكيفية تطبيقها في العملية الإرشادية، والابتعاد عن التلقين النظري.

- قائمة المراجع:

- الشيخ حمود. (2014). الإرشاد المهني نشأته، أهميته، تقنياته، نظرياته، وتجارب علمية. الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- (—). ب. س. (إدارة برامج الإرشاد الطلابي في الخبرة الأمريكية وإمكانية الإفادة منها بالجامعات العربية. وزارة التعليم العالي. (2007). الهيئة الوطنية للتقويم والاعتماد الأكاديمي "معايير ضمان الجودة والاعتماد لبرامج التعليم العالي. الرياض.
19. مصطفى فهد أحمد. ((1976)). "الصحة النفسية. دراسات في سيكولوجية التكيف، مكتبة الخانجي، القاهرة.
- أبو عطية الرفاعي. (1998). دور المرشد التربوي في تحقيق أهدافه الأكاديمية والمهنية والنفسية في المرحلة الثانوية ص ص 304-339. المجلة التربوية، المجلد 4(العدد 15)، الصفحات 304-339.
- أحمد محمد الزغي. (2003). التوجيه والإرشاد النفسي. دمشق: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- آسيار، ع. ا. بدون سنة. (الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بالتوافق النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعات السودانية. دراسات إفريقية. 7، البلوي، ب. (2014، 11 28). ملتقى المعلمين والمعلمات. Retrieved 01 11, 2019, from <https://www.saudi-teachers.com/vb/t/140327/>.
- الحجازي، 1. ع. (2011). الغش في الامتحانات أسبابه، نتائجه، مقترحات للحد منه، .
- الحريري رافدة، الأمامي سمير. (2011). الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية، . ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- الراجحي، م. (2011). برامج الإرشاد الأكاديمي.
- الشمالية، ف. (2007). مشكلات الإرشاد الأكاديمي في جامعة مؤتة.
- الشناوي، م. (1990). شعبان. (بحث تحليل مهني لعمل المرشد الطلابي - دراسة في منطقة الرياض، مقدم الى اللقاء العلمي الثاني للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية.
- الضامن منذر عبد الحميد. (2003). الإرشاد النفسي. ط1، مكتبة الفلاح، الكويت.
- العبيدي، م. (2010). الإرشاد والتوجيه النفسي. ديوان للطباعة والنشر والتوزيع.
- العجبي راشد. (2014). فاعلية برنامج إرشادي جماعي لتحسين مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى أبناء الاسر المطلقة في المراحل المتوسطة (14-11) سنة، . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية جامعة دمشق .
- العزيمي سيف. (2011). فاعلية برنامجي إرشاد جمعي .. كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى ..
- المدوري، خ. ا. (2015). نظام آلي للإرشاد الأكاديمي تصور مقترح لجامعة طيبة. مؤتمر الإرشاد في التعليم العالي لدول مجلس التعاون الخليجي الواقع و المأول. (p. 155).
- المراغي، ع. ا. (2008). تطبيق نظام ضمان الجودة التعليمية والاعتماد لتطوير التعليم الجامعي وقبل الجامعي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- (ب. س. المرشد الأكاديمي للطلاب الجامعي. المملكة العربية السعودية: جامعة سلمان بن عبد العزيز.
- بدوي زينب. (2018). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض قلق الامتحان لدى طالبات كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة البصرة. جامعة بابل العدد38: ص731.

فعالية برنامج تدريبي لتنمية مهارات تعامل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني مع قلق الامتحان

- تحسين الطراوة. (2000). مبادئ التوجيه والإرشاد التربوي. عمان: دار الفكر.
- جاسم، ا. 8. (2010). واقع الإرشاد في جامعة الموصل"، .مجلة دراسات موصلية ، العدد 24 ، ص56.
- جاكاريجا كيتا وآخرون. (2017). تطوير الإرشاد الأكاديمي بجامعة السلطان زين العابدين في ضوء بعض التجارب العالمية. *Journal Islam dan Masyarakat kontemporari*، 194-195.
- جاكاريجا كيتا، و محمد زيد إسماعيل. (2017). تطور الإرشاد الأكاديمي بجامعة السلطان زين العابدين الماليزية في ضوء التجارب العالمية. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية(21)، 107-123.
- جودت أحمد سعادة، غازي جمال، و محمد كمال عالية. (2007). دراسة ميدانية لمشكلات التسجيل والإرشاد الأكاديمي الجامعي. دراسات العلوم التربوية، 34(2)، 319-340.
- حامد عبد السلام زهران. (2000). الإرشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات الدراسية. القاهرة: عالم الكتب.
- حسن طه عبد العظيم. (1994). الإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق (المجلد ط 1). عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- حسن طه عبد العظيم. (2004). الإرشاد النفسي – النظرية والتطبيق – التكنولوجيا ، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان : الأردن .
- حمدي الشاكر محمود. (1998). التوجيه والإرشاد الطلابي للمرشدين والمعلمين . مصر: دار الاندلس.
- دسوقي، إ. (2015). الإرشاد الأكاديمي في التعليم العالي أهداف وآمال . مؤتمر الإرشاد الأكاديمي في التعليم العالي لدول مجلس التعاون الخليجي الواقع و المأمول. (207) p.
- دليل الإرشاد الأكاديمي. (2017). .. اليمن: جامعة العلوم والتكنولوجيا.
- رضوان حامد جميل. (2001). الصحة النفسية . ط1، دار الميسرة عمان ، الاردن .
- زهران حامد زهران. (2000). الإرشاد النفسي المصغر . طبعة عالم الكتب ، القاهرة .
- زهران حامد زهران. (2000). الإرشاد النفسي المصغر . طبعة عالم الكتب ، القاهرة .
- زهران، ز. ح. (2000). الإرشاد النفسي المصغر ، طبعة عالم الكتب ، القاهرة.
- سارة الخشحي، وهناء الشلهوب، مها الرواف، و نوال الربيع. (2006). دليل التدريب الميداني لطلاب الخدمة الاجتماعية. الرياض: دار النشر للتوزيع.
- سامية المفتاح نور الهدى حسن. (2018). الإرشاد الأكاديمي بكليات جامعة جدة فرع الكامل شطر الطالبات من وجهة نظر المرشدات الأكاديميات والطالبات. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية(4)، 27-56.
- سعيد حاسم الاسدي، و عبد المجيد إبراهيم مروان. (2003). الإرشاد التربوي. الاردن: دار العلمية للنشر والتوزيع ودار الثقافة.
- سليمان زكريا. (2013). واقع الإرشاد الأكاديمي من وجهة نظر طلاب الجامعات دراسة استطلاعية للأراء عينة من طلاب وطالبات جامعة بخت الرضا. مجلة جامعة بخت الرضا العلمية ، 123-124.
- سوسن بن زرعة . (2013). الإرشاد الأكاديمي بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وسبل تطويره من وجهة نظر الطالبات في ضوء التوجهات العالمية. مجلة العلوم التربوية، 44-45.
- سوسن بنت محمد بن زرعة. (2013). الإرشاد الأكاديمي بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وسبل تطويره موجبة نظر الطالبات في ضوء التوجهات العالمية. مجلة العلوم التربوية(4)، 1-56.
- شيخة محمد سعد. (22-23 أبريل، 2014). تجربة الإرشاد الأكاديمي في الجامعات العربية المفتوحة- فرع الكويت في ضوء بعض التجارب العالمية. الندوة الإقليمية : تطوير الإرشاد الأكاديمي في الجامعات العربية والمؤسسات التعليمية .
- صبري عبد الله كاظم الركابي. (2018). درجة القلق الامتحان لدى طلبة الخامس اعدادي.
- عالية، ج. س. (2007). دراسات ميدانية لمشكلات التسجيل والإرشاد الأكاديمي الجامعي. مجلة دراسات- العلوم التربوية المجلد 34 العدد2.323. p ، عبد الحميد. (2013). قلق الامتحان لدى طلبة كلية التربية الرياضية ، .
- عبد الرحمان الخطيب. (2009). الخدمات الاجتماعية كممارسة تخصصية مهنية في المؤسسات التعليمية ، . مكتبة الانجلو المصرية للنشر والطباعة ، ط1، القاهرة ، مصر.
- عبد العزيز عطا الله المعاينة. (22-23 أبريل، 2014). مشكلات الإرشاد الأكاديمي في جامعة نزوى- سلطنة عمان- . الندوة الاقليمية : تطوير الإرشاد الأكاديمي في الجامعات العربية والمؤسسات التعليمية .

- عبد النبي. (2016). تصور مقترح لتفعيل خدمات الإرشاد الأكاديمي بالجامعة المصرية في ضوء بعض الاتجاهات العالمية. مجلة البحث العلمي، 502.
- عطا الله الخالدي. (2009). علم النفس الإرشادي - الدليل في الإرشاد الجمعي ، تطبيقات عملية . ص13: 1، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان:الأردن .
- عطا الله الخالدي، و إبراهيم الصيخان. (2010). نماذج في التطبيق العملي للإرشاد في المدارس والجامعات (المجلد ط 1). الرياض: مكتبة المدينة للنشر والتوزيع.
- فهد بن عبد الله الدليم. (2014). واقع الإرشاد الأكاديمي في جامعة الملك سعود من وجهة نظر طلابها والمرشدين من أعضاء هيئة التدريس. مجلة آداب ج بني سويف(10)، 1-33.
- فؤاد علي العاجز. (2001). الإرشاد التربوي في المدارس العليا والثانوية واقع ومشكلات وحلول. مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد9(العدد 2).
- فيصل بن محمد المحارب. (1430). واقع الإرشاد الأكاديمي في الجامعات السعودية كما يراه طلاب الجامعات " دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعتي الإمام محمد بن سعود الإسلامية وجامعة الملك سعود". جامعة الإمام محمد بن سعود: كلية العلوم الاجتماعية.
- قدوري خليفة ، عمروني حورية. (2015). "ظاهرة قلق الامتحان بالمدرسة الثانوية – أسبابها وتناولها النظرية ، الإجراءات العملية التعليمية الإرشادية لخفض قلق الامتحان ". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد 18: ص78.
- محمد الخوالدة. (2000). مشكلات الإرشاد الأكاديمي في جامعة اليرموك من وجهة نظر الطلبة والعاملين في دائرة القبول والتسجيل. دراسات العلوم التربوية، 27(1)، 104-127.
- محمد بن محمد أحمد الحربي. (1-3 نوفمبر، 2015). تطوير خدمات الإرشاد الأكاديمي لطلبة الدراسات العليا في كية التربية بجامعة سعود على ضوء الخبرات العالمية. ملتقى الإرشاد الأكاديمي في التعليم العالي لدول مجلس التعاون الخليجي الواقع والمأمول، الصفحات 16-29.
- محمد جدوع أبو يوسف. (2009). فعالية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين في مدارس وكالة الغوث بقطاع غزة. غزة: الجامعة الإسلامية.
- محمد حوال القثيبي. (2018). قلق الاختبار والتحصيل الدراسي في علاقتهما ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلاب كلية التربية . المجلة التربوية ، العدد 53.
- محمد عطا. (2005). واقع التوجيه والإرشاد التربوي النفسي في مراحل التعليم العام. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
- محمد مصطفى. (2013). معجم مصطلحات الموارد البشرية(التخطيط، التنمية، الاستخدام). القاهرة: مركز الخبرات المهنية للإدارة.
- محمد، ا. (2011). الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بالتوافق النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعات السودانية . مجلة دراسات افريقية العدد 45.
- محمد، ب. س. (1994). أهمية الإرشاد الأكاديمي.
- محمد، ز. (2016). تصور مقترح لتفعيل خدمات الإرشاد الأكاديمي بالجامعات المصرية في ضوء بعض الاتجاهات العالمية. مجلة البحث العلمي في التربية العدد 17. 498. p ,
- محمود عمر ماهر. (1992). المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي. مصر: دار المعرفة الجامعية للطباعة والنشر.
- محمود، م. ج. (2016). تطوير الإرشاد الأكاديمي بالتعليم المفتوح بجامعة جنوب الوادي في ضوء بعض التجارب العربية " دراسة ميدانية ". المجلة العلمية لكلية التربية. 393-350، (4) 23 ،
- مخلوف سعيد. (2016). واقع الحاجة إلى الإرشاد الأكاديمي لدى طلبة السنة الأولى جذع مشترك بجامعة باتنة. مجلة العلوم الاجتماعية(26)، 169-182.
- مشاعل علي العكلي. (1-3 نوفمبر، 2015). الإرشاد الأكاديمي في كلية الآداب في جامعة الدمام بين الواقع والمأمول. ملتقى الإرشاد الأكاديمي في التعليم العالي لدول مجلس التعاون الخليجي الواقع والمأمول، الصفحات ص ص 16-29.
- منيرة بنت عبد العزيز الحريشي. (2013). تنظيم الإرشاد الأكاديمي بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمان وسبل تطويره في ضوء التوجهات العالمية. مجلة التربية، 1(152)، 531-621.
- موسى، م. (2016). التوجيه والإرشاد النفسي والسلوكي للطلاب .عمان: دار دجلة للنشر و التوزيع. -

فعالية برنامج تدريبي لتنمية مهارات تعامل مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني مع قلق الامتحان

نبيلة يوسف عبد الله الكندري. (2010). دور الأستاذ الجامعي في تطوير الأداء الأكاديمي للطلاب في جامعة الكويت. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، 36(136)، 71-109.

هدى محمد عساف الروسان، و غادة النور الطريقي. (2017). مشكلات الإرشاد الأكاديمي في كلية التربية للبنات بالجبيل من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس " المرشدات الأكاديميات والطلبات". المجلة العلمية، 13(6)، 366-402.

(n.d.). Retrieved 08 05, 2019, from www.qu.edu.qa

(n.d.). Retrieved 08 15, 2019, from www.ju.edu.jo

(n.d.). Retrieved 08 16, 2019, from www.aus.edu.

Asmi, K., & Thumiki, V. (2014). Student satisfaction with advising systems in higher. Learning and Teaching in Higher Education: Gulf Perspectives, 11(1), 1-19.

Harry powel. (2004). the Faculty Role in academic advising at the community college of Texas. Texas: Baylor university dissertation abstract international.