

فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية
في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين
في جامعة اليرموك

إعداد

د/ علي صالح جروان
د/ عائشة أحمد السوالمه
د/ حنان إبراهيم الشقران
كلية التربية - جامعة اليرموك
قسم علم النفس والإرشاد التربوي

فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية
في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك

فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك

د/ علي صالح جروان ود/ عائشة أحمد السوالمه ود/ حنان إبراهيم الشقران^١

الملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك. تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالباً وطالبة من طلبة الإرشاد النفسي في جامعة اليرموك في مستوى السنة الرابعة والمسجلين في مساق تدريبات ميدانية في الإرشاد النفسي، وزعوا عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تلقوا أفرادها برنامجاً تدريبياً على المهارات الاجتماعية، مكون من (١٢) جلسة تدريبية، ومجموعة ضابطة لم يتلقى أفرادها أي نوع من البرامج، وقد تم قياس أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس قلق الأداء قبل البرنامج التدريبي وبعده، في حين تم أخذ قياس المتابعة للمجموعة التجريبية بعد ثلاثة أسابيع من انتهاء البرنامج التدريبي. أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر ذي دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ للبرنامج التدريبي في خفض مستوى قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك لصالح المجموعة التجريبية. كما أظهرت النتائج استمرارية فعالية البرنامج التدريبي على قياس المتابعة الذي قام الباحثون بإجرائه بعد انتهاء البرنامج. وقد أوصت الدراسة بعدد من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: قلق الأداء، التدريب على المهارات الاجتماعية، المرشدين المتدربين.

^١ د/ علي صالح جروان ود/ عائشة أحمد السوالمه ود/ حنان إبراهيم الشقران: كلية التربية

- جامعة اليرموك- قسم علم النفس والإرشاد التربوي.

Examining of A Training Program in Social Skills in Reduce the Performance Anxiety of the Counseling Trainees at Yarmouk University

Abstract:

The study aimed at revealing the effectiveness of a training program in social skills to reduce the performance anxiety of the counseling trainees at Yarmouk University. The study sample consisted of (30) seniors majoring counseling psychology at Yarmouk University and enrolled in the field training psychological counseling course. They were divided randomly into two groups: The experimental group receiving the training program on social skills (n=12 trainees) and the control group. The members of which did not receive any type of program. The performance of the experimental and control groups was measured by administering the anxiety scale before and after the training program; a follow-up measure desisted for the experimental group was administered three weeks after the completion of the training program. The results of the study showed a statistically significant effect at the level of ($\alpha = 0.05$) indicating that the training program was effective in reducing the level of performance anxiety in the experimental group. The results also showed the continuity of the effectiveness of the follow-up training program. The study recommended a number of recommendations.

Keywords: Performance anxiety, Social skills training, Counseling trainees.

مقدمة:

يُعد الإرشاد عملية تعليم ومساعدة، وخدمة إنسانية مهنية تُقدم لمساعدة الأفراد والجماعات لفهم أنفسهم، وفهم الآخرين، والتغلب على المشكلات التي تواجههم، للوصول إلى الصحة النفسية، ويقوم بتقديم هذه الخدمات مرشد متخصص في الإرشاد، حاصل على مؤهل علمي، وتدريب متخصص، ويمتلك المهارات والأساليب الإرشادية المختلفة التي تمكنه من تقديم الخدمة الفعّالة والمساعدة لطالبيها.

ويقوم المرشد بوصفه أساس عملية الإرشاد بأدوار متعددة في العملية الإرشادية؛ لذا من الضروري أن تتوفر لديه مجموعة من الخصائص والصفات الشخصية، والمهارات والكفايات المهنية اللازمة لإنجاح عملية الإرشاد، مع وجود العديد من القضايا الأخلاقية التي تعتبر معايير أساسية ينبغي على المرشد الالتزام بها. وأن امتلاك المرشد المدرسي للجانب التطبيقي المتمثل بقدرته على ممارسة المهارات الإرشادية المختلفة بفاعلية هي من الشروط الأساسية للمرشد الفعال، والتي تفيده من الناحية الشخصية في تطوير ذاته وحل المشاكل الشخصية، ومن الناحية المهنية تفاعله مع المسترشد، وهي أمر مهم لنجاح العملية الإرشادية، وتظهر هذه المهارات من خلال المقابلة والعملية الإرشادية (الخطيب، ٢٠١٣).

وتعد مهنة الإرشاد النفسي والتربوي من المهن الإنسانية والاجتماعية التي تولد الضغوط النفسية للعاملين فيها بسبب عدة عوامل: قد تكون شخصية، أو مهنية تتعلق بالمرشد، مثل: عدم قدرته على التعامل مع الضغوط؛ لافتقاره للمهارات والأساليب للتكيف مع الضغوط، وقد تكون نتيجة ظروف العمل، مما ينعكس سلباً على أداء المرشد، وعلى العملية الإرشادية والمسترشد، أو عدم تعاون وإقناع الإدارة والمعلمين بعمل المرشد، وأمور تتعلق بالطلبة وأولياء الأمور، وعدم وعيهم بالإرشاد وأهميته، وفي هذا العصر أصبح الاهتمام بضغط العمل كبيرة؛ لأنها تؤدي إلى استنزاف طاقة الفرد الجسمية والنفسية (طشطوش، والمزاهرة، ٢٠١٠).

ويرى دوندار ويابيسي وتوبكا (Dundar, Yapici & Topca, 2008) أن الأفراد الذين تتسم شخصياتهم بالتوافق العام، غالباً ما يكون مستوى القلق لديهم منخفضاً، كما يؤكد شن وزهانغ (Chen & Zhang, 2011) أن نمط الشخصية يعد متنبئاً قوياً لمستوى القلق والتحصيل.

ويرى كوهين (Cohen, 2004) أن قلق الأداء يؤثر بشكل سلبي في الأفراد في كل مجال من مجالات الحياة، ولا سيما في مهنة الإرشاد التي تقوم على الاتصال والتفاعل بين المرشد والمسترشد والتي تتأثر بنمط شخصية المرشد، حيث يؤثر مدى وعي المرشد بمفهوم ذاته المهنية على مستوى قلق الأداء لديه. ويؤكد ذلك نيلز (Niles, 2001) إذ يشير إلى أن زيادة ثقة الأفراد في حياتهم المهنية، ونجاح أدائهم الإرشادي ينتج من مدى تمكنهم من مفهوم الذات المهنية.

ويعد القلق أبرز الاضطرابات التي يتعرض لها المرشد في المواقف الإرشادية، ويشير العديد من الباحثين إلى تأثير قلق المرشد على العملية الإرشادية؛ وذلك لارتباط القلق مع السلوك الدفاعي والتجنبني للمرشد، بالإضافة إلى احتمالية تولد مشاعر سلبية نحو المسترشد، والتقليل من مستويات التعاطف، ومستويات الوعي، والحساسية للمرشد، واتباعه لنمط عمل محدد جداً خلال مقابلاته والإرشادية (Ellis, Krenzel & Beck, 2002).

ويعرف كل من العنوم والعلونة والجراح وأبو غزال (٢٠٠٥) القلق بأنه: شعور بعدم الارتياح والخوف من المواقف التي تكون نتائجها غامضة، وقد يرافق ذلك العديد من التغيرات الفسيولوجية. في حين عرفه كل من بيكرز ووشيرت وشميدت (Beckers, Wicherts & Schmidt, 2007) بأنه: شعور عام من الضيق والتوتر ينتج من انشغال التفكير ببعض المواقف غير واضحة النتائج.

ويفرق بينار وزينوجلو (Pinar & Zenyneloglu, 2012) بين نوعين من القلق: قلق الحالة (State Anxiety)، وقلق السمة (Trait Anxiety). فقلق الحالة هو شعور مؤقت يشعر به المرشد عندما يدرك موقفاً ما ويعتبره مصدراً للتهديد، ويزول بزوال المصدر. أما قلق السمة فيتصف بالثبات، ويرتبط بشخصية المرشد، إذ يتفاوت المرشدون في درجة امتلاكهم للسمة، مما يظهر الفرق في كيفية التعامل مع المواقف الإرشادية من مرشد آخر.

ولاضطراب القلق لدى المرشدين مكونات معرفية، وسلوكية، وفسيولوجية، ومن نماذج المكونات المعرفية الأفكار التي تمر في ذهن المرشد مثل: إنني على وشك الإغماء، ربما سأصاب بنوبة زعر عند إجراء المقابلة الإرشادية، ومن المكونات الفسيولوجية: اضطرابات البطن، والتعرق، وجفاف الحلق، والصداع، أما المكونات السلوكية فقد تظهر على شكل سلوك انسحابي، والبحث عن مبررات

لتمتع المرشد من حضور المقابلات الإرشادية، والشعور بفقدان التحكم، وغيرها من المكونات (الشريفين، ٢٠١١).

ويرى اليس وكرينجل وبيك (Ellis, Krenzel & Beck, 2002) أن الفرد عندما يتخلص من القلق ويفكر ويسلك بطريقة عقلانية، فإنه يصبح ذا فاعلية ويشعر بالكفاءة، كما يعتقد أن هناك أفكاراً غير عقلانية وليست ذات معنى، وأهدافاً لا يمكن تحقيقها يحملها الفرد في تفكيره، وتؤدي إلى الإحباط، والخوف الدائم من الفشل، ولوم الذات؛ مما يؤدي إلى ضعف الذات، والتعرض للأمراض العصبية.

ويعدُّ التدريب على المهارات الاجتماعية ضرورياً لخفض الخجل والاكنتاب، والأداء الناجح في الحياة، ويسهم في الوصول إلى الصحة النفسية؛ إذ يمكن الفرد من معرفة ماذا يقول، وكيف يتخذ القرارات، وكيف يتصرف في مواقف الحياة المتنوعة، وكيف يبني ويحافظ على الصداقات؛ مما يقلل بدوره من مشاعر القلق والمزاج السيء، ويسهم في زيادة الكفاءة الاجتماعية، والتقليل من السلوكيات غير المرغوب فيها، والمشكلات النفسية (Wu, Hursh, Walls, Stack & Lin, 2012). ويقوم أسلوب التدريب على المهارات الاجتماعية على مبدأ أن الأشخاص ذوي القلق الاجتماعي يكون لديهم قصور، ونقص في المهارات والسلوك الاجتماعي، مثل: ضعف الاتصال البصري، وضعف مهارات المحادثة، وهذا يستثير استجابات سلبية من الآخرين نحوهم، ويجعلهم يشعرون بالقلق في المواقف الاجتماعية. ومما لا شك فيه أن الأفراد الذين يعانون صعوبة في بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين يظهرون الكثير من المشكلات النفسية، ويميلون إلى الانسحاب، والتجنب، والشعور بالعزلة، ومن هنا تأتي أهمية التدريب على المهارات الاجتماعية (حسين، ٢٠٠٩).

ويتعامل التدريب على المهارات الاجتماعية مع قدرات الفرد؛ ليتفاعل بإيجابية مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، ويتضمن مفهوم المهارات الاجتماعية القدرة على التعامل مع الآخرين بطريقة فعالة؛ فالأفراد الذين يواجهون مشاكل نفسية واجتماعية بسبب صعوبة هذا التفاعل، هم المرشحون للتدريب على هذه المهارات، ويتضمن التدريب على المهارات الاجتماعية النمذجة، والتعزيز، ولعب الأدوار، والتغذية الراجعة، إضافة إلى التدريب على تأكيد الذات (كوري، ٢٠١١).

ويمكن تعريف المهارات الاجتماعية بأنها: السلوكيات الاجتماعية الإيجابية التي تسهم في بناء واستمرار التفاعل الاجتماعي الايجابي للفرد مع الآخرين، وتعد هذه المهارات الاجتماعية بمثابة سلوكيات متعلمة يتعلمها الأفراد بنفس الطريقة التي يتعلمون بها المهارات الأكاديمية، كالقراءة والكتابة وغير ذلك من المهارات الأخرى، وتكون هذه المهارات مقبولة اجتماعياً؛ بحيث تمكن الفرد من التفاعل مع الآخرين بطريقة إيجابية، وتساعد على تجنب الاستجابات السلبية (كرويزر، ٢٠٠٩).

وقد أجرى هيرسن وبيلاك وهيميلهوك (Hersen, Bellack & Himmelhoch, 2013) دراسة هدفت إلى فحص إمكانية علاج الاكتئاب باستخدام التدريب على المهارات الاجتماعية. تألفت عينة الدراسة من (٥) نساء مكتئبات تم تدريبهن على برنامج للمهارات الاجتماعية مكون من (١٢) جلسة، وتم الاستعانة بأساليب النمذجة، ولعب الدور، والتغذية الراجعة. وقد خضعت (٣) مريضات لجلسات متابعة مرة بالشهر، ولمدة ستة شهور. أشارت نتائج الدراسة إلى تحسن ملحوظ لدى المريضات؛ مما يدل على فعالية التدريب على المهارات الاجتماعية في خفض الاكتئاب.

وقام هوفارت وبورج وسكسون وكلارك وومبلد (Hoffaart, Borge, Sexton, Clark & Wampold, 2012) بدراسة هدفت تعرف أثر برنامج إرشادي في تخفيض مستوى القلق الاجتماعي. تكونت عينة الدراسة من (٨٠) فرداً ممن يعانون من قلق اجتماعي، تم اختيارهم عشوائياً من أحد مراكز الإرشاد النفسي في مدينة لندن البريطانية، وتم تقسيم أفراد عينة الدراسة إلى مجموعتين: مجموعة خضعت إلى برنامج إرشادي معرفي، ومجموعة أخرى خضعت لبرنامج إرشادي اجتماعي، استمرت البرامج الإرشادية عشرة أسابيع. حيث تم قياس مستوى القلق الاجتماعي أسبوعياً؛ من أجل الكشف عن فاعلية البرنامجين الإرشادين. أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية كلا البرنامجين في خفض مستوى القلق الاجتماعي بشكل دال إحصائياً، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين البرنامج الإرشادي المعرفي، والبرنامج الإرشادي الاجتماعي لصالح البرنامج الإرشادي المعرفي في خفض مستويات القلق الاجتماعي لدى الأفراد.

وقامت شمسان (٢٠٠٤) بدراسة هدفت إلى خفض مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المستوى الأول في كلية الآداب في جامعة صنعاء. تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة ممن حصلن على أعلى الدرجات على مقياس القلق الاجتماعي الذي قامت الباحثة بإعداده، تم توزيع الطالبات إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة، واستخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي، وبرنامجاً علاجياً مكون من (١١) جلسة، بواقع جلستين أسبوعياً، تضمن أنشطة عديدة منها: إعادة البناء المعرفي، ومناقشة الأفكار اللاعقلانية، بالإضافة إلى الاسترخاء، ولعب الأدوار، والتعريض، وواجبات منزلية، وكانت فترة المتابعة شهرين ونصف. أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات القلق الاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

وقام كورتيلماز (Kurtyilmas, 2015) بدراسة هدفت إلى فهم توقعات المرشدين المتدربين عن تجاربهم خلال التدريب العملي وكشف المشاعر المتعلقة بهذه التوقعات. تكونت عينة الدراسة من (١٢) متديراً إشتراكوا في دورة الإرشاد الفردي، وتم استخدام الأسئلة المفتوحة خلال المقابلات. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مشاعر متعلقة بالارتباك، والقلق، والإثارة، والفضول، والخوف، حيث إن معظم المشاركين بالدراسة أظهروا قلقهم وخوفهم تجاه ممارسة عملية الاستشارة، والكشف عن مشاعر القلق من التقييم، بالإضافة إلى القلق فيما يتعلق بالغموض من تجربة التدريب العملي.

وأجرى الشريفين (٢٠١١) دراسة هدفت للكشف عن فاعلية برنامج قائم على النموذج المعرفي في الإشراف بالإرشاد في خفض مستوى قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في الأردن. تكونت عينة الدراسة من (٦٠) طالباً وطالبة من طلبة الإرشاد النفسي في جامعة اليرموك. أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج في خفض مستوى قلق الأداء لدى أفراد المجموعة التجريبية، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الأداء على مقياس قلق الأداء ككل تعزى إلى المجموعة التجريبية والتفاعل بين المجموعة والجنس لصالح الإناث، والتفاعل بين السنة الدراسية والجنس لصالح الإناث أيضاً، والتفاعل بين المجموعة والسنة الدراسية والجنس.

فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك

وفي دراسة المهائره وطنوس (٢٠١٦) التي هدفت تعرف فاعلية برنامج إشرافي يستند إلى النموذج السلوكي المعرفي في تحسين المهارات الإرشادية، وتخفيف الضغوط النفسية لدى مرشدي مدارس الطفيلة. تكونت عينة الدراسة من (٣٠) مرشداً يعملون في مدارس التربية والتعليم، تم توزيعهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات الإرشادية، والضغوط النفسية لصالح المجموعة التجريبية، كما أظهرت استمرارية فاعلية البرنامج في قياس المتابعة.

نلاحظ من خلال استعراض الدراسة السابقة فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية في خفض القلق، وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة أنها تتناول فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين، وهذا أمر لم يحدث في الدراسات العربية في -حدود علم الباحثين، كما تتميز في بناء برنامج تدريبي يتضمن مهارات اجتماعية للتعامل مع القلق، وأجريت أيضاً على شريحة هامة، هم الطلبة المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك.

مشكلة الدراسة وسؤالها:

تبرز مشكلة الدراسة الحالية من واقع عمل الباحثين كمدرسين في قسم علم النفس الإرشادي والتربوي، والإشراف على طلبة التدريب العملي في مساق تدريبات ميدانية في الإرشاد النفسي؛ حيث لاحظوا أن هناك حالة من القلق يعاني منها المرشدون المتدربون أثناء تدريبهم على آلية استخدام النماذج والسجلات الإرشادية، وكيفية توظيف مهارات الجلسة الإرشادية أثناء إجراء المقابلات الفردية، وعمل جلسات إرشاد جماعي؛ مما ينعكس بشكل واضح على مستوى فاعليتهم في استخدام المهارات والفنيات المتوقع أن يتقنوها، والذي بدوره يؤثر سلباً على مستوى تقييمهم الأدائي؛ بالرغم من امتلاكهم للأطر النظرية الخاصة بالعملية الإرشادية؛ لذلك تهدف الدراسة الحالية إلى اختبار فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك. وبالتحديد جاءت هذه الدراسة للإجابة عن السؤالين التاليين:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات درجات الطلبة على القياس البعدي لمقياس قلق الأداء للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة؟

٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات درجات الطلبة على القياس البعدي والمتابعة لمقياس قلق الأداء للمجموعة التجريبية؟

أهمية الدراسة:

انبثقت أهمية الدراسة النظرية من زيادة وعي المرشدين المتدربين بالعوامل التي تسهم في حدوث القلق لديهم، من أجل معرفة كيفية التعامل معه وخفضه، وتقديم برنامج للتدريب على المهارات الاجتماعية، والكشف عن أثره في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين. أما من حيث الأهمية العملية فتبرز أهمية الدراسة الحالية في إفادة الطلبة ومساعدتهم على التعامل مع مواقف القلق التي تعترضهم خلال فترة التطبيق العملي، وذلك من خلال تدريبهم على المهارات الاجتماعية التي تُسهم بشكل كبير في تخفيف حدة القلق، وسبل التعامل معه بفعالية، وتوفير برنامج تدريبي يمكن الاستفادة منه في التدريب والإشراف على المرشدين الذين لديهم مستوى قلق عالٍ، ونقص في المهارات الاجتماعية، وبالتالي ينعكس بشكل إيجابي على الطلبة في المدارس.

التعريفات الإجرائية للمفاهيم والمصطلحات:

المهارات الاجتماعية: السلوكيات الاجتماعية الإيجابية التي تسهم في بناء واستمرار التفاعل الاجتماعي الإيجابي للفرد مع الآخرين (كرويزر، ٢٠٠٩). ويعرف إجرائياً: بالتدخل العلاجي المراد قياس أثره، والذي يجمع بين: التدريب على مهارات التواصل اللفظي، مهارة المواجهة، مهارة كشف الذات، مهارة الاستئذان.... الخ.

قلق الأداء: حالة القلق الذي ينتاب المرشد في أثناء عملية التقييم، وقد تستخدمه خلال فترة العمل بشكل متواصل، ويسمى ذلك عندئذٍ سمة القلق (الشريفين، ٢٠١١). ويعرف إجرائياً: بالدرجة التي حصل عليها المرشد المتدرب على مقياس قلق الأداء المستخدم في الدراسة الحالية.

المرشد المتدرب: الطالب المتوقع تخرجه في برنامج بكالوريوس الإرشاد النفسي، ويتدرب في الوقت الحاضر في إحدى المدارس الحكومية، أو العيادات

فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك

النفسية في المستشفيات بإشراف المرشد المتعاون، أو الأخصائي النفسي، ومشرف التدريب الميداني.

محددات الدراسة:

اقتصرت عينة الدراسة الحالية على مجموعة من طلبة السنة الرابعة في برنامج بكالوريوس الإرشاد النفسي (المرشدين المتدربين) والمسجلين في مساق تدريبات ميدانية في الإرشاد النفسي في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م.

الطريقة والإجراءات:

أفراد الدراسة:

تضمنت الدراسة الحالية (٣٠) طالباً وطالبة من طلبة السنة الرابعة، والمسجلين في مساق تدريبات ميدانية في الإرشاد النفسي في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م، ممن حصلوا على أعلى المتوسطات الحسابية على مقياس قلق الأداء، ولديهم الرغبة بالمشاركة في الدراسة، وقد جرى توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: تجريبية بلغ عدد أفرادها (١٥) طالباً، تم تطبيق البرنامج عليهم، وضابطة بلغ عدد أفرادها (١٥) طالباً ولم يتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليها.

أدوات الدراسة:

١. مقياس قلق الأداء: بهدف الكشف عن مستوى قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين، قام الباحثون باستخدام مقياس قلق الأداء الذي طورته الصوالحة (٢٠١٤)، والمكون من (٤٠) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: البعد النفسي الانفعالي وله (٢٠) فقرة، والبعد المعرفي وله (٩) فقرات، والبعد الجسدي وله (١١) فقرة.

دلالات الصدق والثبات لمقياس قلق الأداء:

دلالات الصدق الأصلية:

قامت الصوالحة (٢٠١٤) بالتحقق من صدق المقياس من خلال عرضه على مجموعة محكمين من ذوي الاختصاص في علم النفس التربوي، والإرشاد النفسي؛ للحكم على مدى إنتماء الفقرات للبعد ولأداة ككل، ومدى الوضوح والسلامة اللغوية. كما قامت الباحثة بالتحقق من دلالات صدق البناء للمقياس من

خلال حساب معامل ارتباط بيرسون (Person) بين فقرات مقياس قلق الأداء، وبين الدرجات على البعد، والدرجات على المقياس ككل. وجميعها دالة ومقبولة لأغراض إجراء الدراسة الحالية.

معايير الصدق في الدراسة الحالية:

قام الباحثون بعرض المقياس بصورته الأولية المكون من (٤٠) فقرة على (١٠) محكمين من ذوي الاختصاص في مجال الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي؛ للحكم على صلاحية الفقرات ودقتها ووضوحها، ودرجة إنتماء كل فقرة للبعد الذي وردت فيه في المقياس، واعتمد على إجماع (٨٠%) من المحكمين لقبول الفقرة، وخلصت نتائج التحكيم إلى إعادة صياغة بعض الفقرات، وبقي المقياس بصورته النهائية مكون من (٤٠) فقرة موزعة على الأبعاد الثلاثة السابقة.

معايير الثبات الأصلية:

قامت الصوالحة (٢٠١٤) بالتحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده من خلال حساب معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) والذي بلغ (0.96) كما تم التحقق من ثبات الإعادة (Test Retest) بفواصل زمني مقداره أسبوعين بين التطبيق الأول والثاني، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Person) والذي بلغ (0.89). وهي قيم مقبولة لأغراض إجراء الدراسة الحالية.

معايير الثبات في الدراسة الحالية:

لأغراض التحقق من ثبات المقياس، قام الباحثون بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالباً من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، حيث بلغ معامل الثبات (٠.٩٥) في حين تراوحت قيم ثبات الاستقرار لأبعاد المقياس ما بين (٠.٧٥) إلى (٠.٩١)، كما هو مبين في الجدول (١).

جدول (١) معاملات ثبات الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا لمقياس قلق الأداء

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات	الاتساق الداخلي
١	النفسي الانفعالي	٢٠	0.91
٢	المعرفي	٩	0.75
٣	الجسمي	١١	0.89
	المقياس ككل	٤٠	0.95

تصحيح المقياس:

تكون مقياس قلق الأداء بصورته النهائية من (٤٠) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، يستجيب لها المرشد وفق تدرج خماسي يأخذ الأوزان التالية: (دائماً ٥) درجات، وغالباً (٤) درجات، وأحياناً (٣) درجات، ونادراً وتأخذ درجتين، وأبداً وتأخذ درجة واحدة). وبذلك تتراوح درجات المفوضين على المقياس ككل بين (٤٠ - ٢٠٠) درجة. وقد صنف الباحثون استجابات أفراد الدراسة إلى ثلاث فئات على النحو الآتي: مستوى متدني من قلق الأداء، وتعطى للحاصلين على درجة (٢.٤٩) فأقل، ومستوى متوسط من قلق الأداء، وتعطى للحاصلين على درجة تتراوح بين (٢.٥٠ - ٣.٤٩) ومستوى مرتفع من قلق الأداء، وتعطى للحاصلين على درجة (٣.٤٩) فأكثر.

٢. البرنامج التدريبي:

قام الباحثون بإعداد برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية بالاستفادة من الأدب التربوي، والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية، وتكون البرنامج من (١٢) جلسة، مدة كل منها (٩٠) دقيقة، وبمعدل جلستين أسبوعياً، ويهدف إلى إكساب الأفراد عدداً من المهارات الاجتماعية التي تُساعد في التخفيف من مستوى القلق لديهم. وقد تم عرض البرنامج التدريبي على (١٠) محكمين من ذوي الاختصاص في مجال الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي؛ لمعرفة مدى ملائمة الأهداف في كل جلسة، وملاءمة الاستراتيجيات المستخدمة، وقد تم الأخذ بآراء المحكمين؛ لإثراء الاستراتيجيات والأهداف. وفيما يلي ملخص لجلسات البرنامج:

الجلسة الأولى: هدفت إلى التعارف والاندماج بين المرشد والأعضاء من جهة، وبين الأعضاء أنفسهم من جهة أخرى، والتعريف بطبيعة البرنامج وأهدافه، وتحديد توقعات الأعضاء ومناقشتها، بالإضافة إلى الإتفاق على مكان الجلسات ومواعيدها.

الجلسة الثانية: هدفت إلى تعريف الأعضاء بمفهوم القلق، وقلق الأداء من حيث: مفهومه، وأعراضه، وأسبابه، والآثار المترتبة عليها، وتعرف أهمية المهارات الاجتماعية في التخفيف من أعراضه.

الجلسة الثالثة: هدفت إلى توضيح مفهوم المهارات الاجتماعية، وتقديم أمثلة عليها، وذلك بالاستعانة بأنشطة ومبادرات المشاركين أنفسهم، وتناول كيفية استجاباتهم وتصرفهم في بعض المواقف الاجتماعية.

الجلسة الرابعة: هدفت توضيح مهارة التحكم بالأفكار اللاعقلانية، مثلاً: سأخرج أو بالتأكيد سأفشل في...، واستبدالها بأفكار عقلانية في مواقف التفاعل الاجتماعي، وذلك بالإستعانة بأساليب مثل: النمذجة، ولعب الدور.

الجلسة الخامسة: هدفت إلى تعريف الأعضاء على مهارات التواصل اللفظي، وبالتحديد تدريبهم على مجموعة من هذه المهارات، هي: مهارات بداية واستمرار المحادثة، ومهارة الإصغاء للآخرين، ومهارة إنهاء المحادثة، والعمل على تطبيقها.

الجلسة السادسة: هدفت إلى تعريف الأعضاء على مهارة السلوك الحضوري، ومهارة التواصل البصري، بالإضافة إلى تدريبهم عليها، والعمل على تطبيقها.

الجلسة السابعة: هدفت إلى تعريف الأعضاء على مهارة كشف الذات، وتدريبهم عليها، والعمل على تطبيقها.

الجلسة الثامنة: هدفت إلى تعرف آلية التعامل مع الصراعات المختلفة، وذلك من خلال مناقشة توقعات المرشدين بشكل مستقل؛ بهدف خفض مستوى القلق لديهم فيما بعد، وتدريبهم على ضبط الذات.

الجلسة التاسعة: هدفت إلى تدريب المرشدين على مهارة التحكم بالقلق، وعرض العديد من أسطرة الفيديو التي تحتوي على بعض الحالات المفترضة، مع التركيز على استخدام وسائل التسلية، واستخدام استراتيجيات المرح والنكات؛ من أجل السخرية من الأفكار اللاعقلانية التي يحملها المرشد المتدرب.

الجلسة العاشرة: هدفت إلى تدريب المرشدين على إعادة البناء المعرفي.

الجلسة الحادية عشرة: هدفت إلى إعطاء فرصة للمرشدين المتدربين من أجل لعب الأدوار بوصفهم مرشدين حقيقيين يتعاملون مع مشكلات واقعية (مفترضة)، ومناقشة أدائهم مع مراعاة التركيز على النقد البناء.

الجلسة الثانية عشرة: هدفت إلى تقييم البرنامج التدريبي، وتحديد موعد لاحق من أجل المتابعة بعد ثلاثة أسابيع من إنتهاء البرنامج الإرشادي.

متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: البرنامج التدريبي للمهارات الاجتماعية.

المتغير التابع: مستوى قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك.

تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

اعتمدت الدراسة الحالية التصميم شبه التجريبي، بهدف التعرف إلى فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك، من خلال المقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة. ولإجابة عن أسئلة الدراسة، حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياس القبلي والبعدي لاستجابات المرشدين على مقياس قلق الأداء وفقاً لمتغير المجموعة، واستخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب (ANCOVA) للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية للمقياس، كما استخدم تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد الأبعاد (MANCOVA) للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجات على الأبعاد الفرعية للمقياس.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05=\alpha$) بين متوسطات درجات الطلبة على القياس البعدي لمقياس قلق الأداء للمجموعة التجريبية والضابطة؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لدرجات الطلبة على أبعاد مقياس قلق الأداء (النفسي الانفعالي، والمعرفي، والجسمي)، والدرجة الكلية تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، وضابطة). والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية المعدلة لدرجات الطلبة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق الأداء تبعاً لمتغير المجموعة

الخطأ المعياري	المتوسط المعدل	البعدي		القبلي		المجموعة	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
.114	1.954	.485	2.09	.582	2.60	تجريبية	النفسي الانفعالي
.114	2.757	.377	2.62	.684	2.18	ضابطة	
.070	2.356	.506	2.36	.659	2.39	المجموع	
.124	2.153	.543	2.25	.559	2.83	تجريبية	المعرفي
.124	2.939	.367	2.84	.597	2.53	ضابطة	
.076	2.546	.546	2.55	.587	2.68	المجموع	
.129	1.504	.410	1.58	.640	1.99	تجريبية	الجسمي
.129	2.102	.541	2.03	.830	2.08	ضابطة	
.079	1.803	.525	1.80	.729	2.04	المجموع	
.097	1.939	.436	1.98	.562	2.48	تجريبية	الكلية
.097	2.544	.393	2.50	.682	2.23	ضابطة	
.068	2.242	.487	2.24	.628	2.35	المجموع	

يظهر الجدول (٢) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والمتوسطات المعدلة لدرجات الطلبة على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس قلق الأداء بسبب اختلاف فئات متغير المجموعة (تجريبية، وضابطة). ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، تم استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب للدرجة الكلية (ANCOVA). والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) تحليل التباين الأحادي

المصاحب لأثر طريقة المجموعة على الدرجة الكلية لمقياس قلق الأداء

حجم الأثر (η ²)	الدلالة الإحصائية (ح)	قيمة الإحصائي (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.231	.008	8.131	1.116	1	1.116	الاختبار القبلي (المصاحب)
.415	.000	19.140	2.626	1	2.626	المجموعة
			.137	27	3.704	الخطأ
				29	6.874	الكلية المعدل

في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المجموعة، حيث بلغت قيمة (ف ٢٨.٣١٣) وبدلالة إحصائية (٠.٠٠٠)، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

ومن أجل الكشف عن فعالية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك، تم إيجاد مربع آيتا (η^2) لقياس حجم الأثر فكان (٠.٤١٥)، وهذا يعني أن (٤١.٥%) من التباين في أداء الطلبة على مقياس قلق الأداء يرجع للبرنامج التدريبي، بينما يرجع المتبقي لعوامل أخرى غير متحكم بها. ولبيان دلالة الفروق الإحصائية على الأبعاد الفرعية لمقياس قلق الأداء، تم استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد الأبعاد (MANCOVA). والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد

لأثر المجموعة على أبعاد مقياس قلق الأداء

مصدر التباين	المستوى	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	حجم الأثر (η^2)
النفسي القبلي (المصاحب)	النفسي الانفعالي	.164	1	.164	1.114	.301	.043
المعرفي القبلي (المصاحب)	المعرفي	.741	1	.741	4.254	.050	.145
الجسمي القبلي (المصاحب)	الجسمي	.005	1	.005	.025	.877	.001
المجموعة	النفسي الانفعالي	2.969	1	2.969	20.195	.000	.447
هوتلنج = .838	المعرفي	2.841	1	2.841	16.318	.000	.395
ح = .003	الجسمي	1.643	1	1.643	8.683	.007	.258
الخطأ	النفسي الانفعالي	3.675	25	.147			
	المعرفي	4.352	25	.174			
	الجسمي	4.730	25	.189			
الكلية	النفسي الانفعالي	7.414	29				
	المعرفي	8.640	29				
	الجسمي	8.001	29				

يوضح الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) تعزى لأثر المجموعة في جميع الأبعاد، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية. ويفسر الباحثون هذه النتيجة والمتعلقة بفاعلية البرنامج التربوي القائم على المهارات الاجتماعية إلى ما أشارت إليه نتائج الدراسة السابقة

من فعالية التدريب على المهارات الاجتماعية في التخفيف من مستوى قلق الأداء، من خلال المساهمة في تعزيز التفاعل الاجتماعي المطلوب، وتسهيل إدماج الفرد مع الآخرين؛ حيث تم تعليم المرشدين المتدربين المهارات التي يمكن أن تزودهم بالاستراتيجيات اللازمة لتحديد وتنفيذ معتقداتهم اللاعقلانية التي اكتسبوها من خلال عملية التلقين الذاتي. كما تم تعليم المشاركين كيفية استبدال الأساليب غير الفعالة في التفكير، بأساليب أخرى أكثر عقلانية، وكان التركيز في البرنامج على التفكير والعمل بدلاً من التعبير عن المشاعر بشكل رئيسي.

ويعزو الباحثون هذه النتيجة أيضاً، إلى أن المشاركين أبدوا رغبة قوية واستعداداً للمشاركة في البرنامج التدريبي، بهدف التخفيف من مستوى القلق لديهم؛ حيث لمس الباحثون اندماج المشاركين بالجلسات وعدم تعييبهم عنها، مما أتاح فرصة ممارسة الجلسات التدريبية بطريقة تتم بالإيجابية والفاعلية من قبل المشاركين. كما أن اكتساب الطلبة لبعض مهارات التفكير العقلاني خلال الجلسات، وزيادة معرفتهم لعدد من المواقف التي تواجههم، قد أسهم بشكل واضح في التخفيف من مستوى القلق لديهم. إضافة إلى تأثر المشاركين بالبرنامج التدريبي من حيث التدريبات والواجبات البيتية التي نفذت منهم. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه دراسة كل من (شمسان، ٢٠٠٤؛ الشريفين، ٢٠١١، المهايه ووطنوس، ٢٠١٦؛ Hoffaart, et, al, 2012; Herson, et, al, 2013) من وجود أثر دال إحصائياً للبرامج الإرشادية والإشرافية في التخفيف من مستوى القلق لدى أفراد المجموعة التجريبية.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات الطلبة على القياس البعدي والمتابعة لمقياس قلق الأداء للمجموعة التجريبية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة على القياسين البعدي والمتابعة لمقياس قلق الأداء للمجموعة التجريبية. ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) للبيانات المترابطة. والجدول (٥) يوضح ذلك.

فاعلية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية
في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في جامعة اليرموك

جدول (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" بين التطبيقين البعدي والمتابعة لدرجات الطلبة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق الأداء في المجموعة التجريبية

التطبيق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
النفسي الانفعالي	بعدي	15	2.09	.485	14	.551
	متابعة	15	2.24	.647		
المعرفي	بعدي	15	2.25	.543	14	.530
	متابعة	15	2.40	.789		
الجسمي	بعدي	15	1.58	.410	14	.145
	متابعة	15	1.93	.726		
الكلية	بعدي	15	1.98	.436	14	.384
	متابعة	15	2.19	.668		

يظهر الجدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين القياسين البعدي والمتابعة في جميع الأبعاد والدرجة الكلية. وهذا يعني استقرار النتائج التي حصل عليها أفراد المجموعة من اشتراكهم في البرنامج التدريبي عندما قام الباحثون بتطبيق قياس المتابعة، الذي كان بعد مضي ثلاثة أسابيع من انتهاء البرنامج. ويفسر الباحثون هذه النتيجة باستمرار أفراد المجموعة التدريبية في تطبيق الفنيات والاستراتيجيات التي تعلموها أثناء الجلسات، والتزامهم بتطبيقها بعد انتهاء البرنامج التدريبي، وشعورهم بفائدة هذه المهارات في التخفيف من مستوى القلق لديهم.

ويعزو الباحثون هذه النتيجة أيضاً، إلى أن أفراد المجموعة التجريبية أخذوا وقتاً كافياً لتطبيق هذه المهارات التي تعلموها أثناء الجلسات التدريبية في المواقف الحياتية المختلفة، وهذا ما يؤكد أهمية البرنامج التدريبي وإسهامه الفاعل في التخفيف من مستوى القلق مع هذه الفئة من المرشدين المتدربين. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (المهايره وطنوس، ٢٠١٦؛ شمسان، ٢٠٠٤) التي أشارت إلى وجود أثر للبرنامج الإرشادي والإشرافي بعد توقف البرنامج في نهاية فترة المتابعة.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يوصي الباحثون بما

يلي:

- العمل على تصميم برامج إرشادية وتدريبية مختلفة؛ لتخفيف قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين.
- العمل على دراسة خصائص المرشدين المتدربين، ليتم مراعاة هذه الخصائص عند تصميم البرامج لهم.
- إجراء دراسات مستقبلية تهدف لعمل مقارنة بين فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية والأساليب الإرشادية الأخرى في التخفيض من مستوى قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

- حسين، طه. (٢٠٠٩). استراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- الخطيب، صالح. (٢٠١٣). الإرشاد النفسي في المدرسة. ط١، عمان: دار المسيرة.
- رانيا، الصوالحة. (٢٠١٥). مفهوم الذات المهني ونمط الشخصية كمتنبئات بقلق الأداء لدى المرشدين التربويين في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك.
- الزيادات، مريم وجبريل، موسى. (٢٠١٦). فعالية برنامج تدريبي للمهارات الاجتماعية في خفض الخجل والاكنتاب لدى طلبة الجامعة الأردنية. دراسات العلوم التربوية، ٤٣ (٢) ٩٧١ - ٩٨٤.
- الشريفين، أحمد. (٢٠١١). فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى النموذج المعرفي في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في الأردن. المجلة الأردنية للعلوم التربوية، ٣ (٧) ٢٣٣ - ٢٥١.
- شمسان، رضية. (٢٠٠٤). أثر برنامج علاجي معرفي سلوكي في مرضى الرهاب الاجتماعي. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة صنعاء، اليمن.
- طشطوش، رامي ومزاهرة، رانيا. (٢٠١٠). الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي في محافظة عجلون. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، ٤ (٢)، ١٨٤ - ٢٠٥.
- كرويزر، راي. (٢٠٠٩). الخجل (معتز عبدالله، مترجم). الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، العدد ٣٦١.
- كوري، جلفارد. (٢٠١١). النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي (سامح الخفش، مترجم). ط١، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- المهايره، عبدالله وعادل، طنوس. (٢٠١٦). فعالية برنامج إشرافي يستند إلى النموذج السلوكي المعرفي في تحسين المهارات الإرشادية وخفض الضغوط النفسية لدى مرشدي مدارس الطفيلة. مجلة دراسات العلوم التربوية، ٤٣ (٣)، ١٩٨١ - ٢٠٠١.

ثانيا - المراجع الأجنبية:

- Beckers, J., Wicherts, J., & Schmidt, H. (2007). Computer anxiety: State or trait. *Computers in Human Behavior*, 23, 282-285.
- Dundar, S., Yopici, S., & Topcu, B. (2008). Ghazi University. *Journal of Ghazi educational Faculty*, 28 (1), 171-186.
- Ellis, V., Krenzel, M., & Beck, M. (2002). Testing Self Focused Attention Theory in Clinical Supervision: Effects on Supervisee Anxiety and performance. *Journal of Counseling Psychology*, 49 (1), 101-116.
- Hersen, M., Bellack, A., Himmelhoch, J. (2013). Treatment of Unipolar Depression With Social Skills Training. *Behavior Modification*, 4 (4), 547-556.
- Hoffaart, A., Borge, F., Sexton, H., Clark, D., & Wampold, B. (2012). Psychotherapy for Social Phobia: How do alliance and cognitive Process interact to Produce outcome?. *Psychotherapy Research Journal*, 22 (1), 82-94.
- Kurtyilmaz, Y. (2015). Counselor trainees views an their forth coming experiences in practicum Course. *Eurasian Journal of educational research*, 61, 155-180.
- Niles, S. (2001). Using Super's Career Development Assessment and Counseling (C-DAC) Model to Link Theory to Practice. *Educational and Vocational Guidance*, 1, 131-139.
- Pinar, G., & Zeyneloglu, H. (2012). Quality of life anxiety and depression in Turkish women prior to receiving assisted. Reproductive techniques. *International Journal of Fertility and Sterility*, 6 (1), 1-12.
- Wu, C., Hursh, D., Walls, T., Stack, F., & Lin, An. (2012). The Effects of Social Skills Training on the Peer Interactions of a Nonnative Toddler. *Education and Treatment of Children*, 35 (3), 371-388.