مجلة التربية للعلوم الانسانية

مجلة علمية فصلية محكّمة، تصدر عن كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة الموصل

فاعلية برنامج ارشادي مستند الى مهارات الحوار في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين

علي داود سليمان [1]

وزارة التربية / مديرية تربية الانبار / الانبار – العراق [1]

معلومات الارشفة

تاريخ الاستلام : 2026/2/9

تاريخ المراجعة : 2026/3/26

تاريخ القبول : 2026/4/5

تاريخ النشر : 2026/6/1

الكلمات المفتاحية :

برنامج ارشادي, مهارات, الحوار، اللياقة, النفسية، المرشد التربوي

معلومات الاتصال

علي داود

ALidawoodsulaman@gmail.com

الملخص

هدف البحث التعرف على فاعلية مهارة الحوار في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين من خلال التحقق من الفرضيات الصفرية الاتية:

الفرضية الاولى: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين درجات افراد المجموعة التجريبية قبل البرنامج وبعده على مقياس اللياقة النفسية.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس اللياقة النفسية.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.

ولأجل اختبار الفرضيات الصفرية تم (تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة) ذو الاختبار القبلي والبعدي، وتم تصميم برنامج ارشادي وفقا لمهارات الحوار، وببناء مقياس للياقة النفسية، تألفت عينة البحث من (20) مرشداً ومرشدة بواقع(10) في كل مجموعة. بعد انتهاء جلسات البرنامج الارشادي ومعالجة البيانات بوساطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). اظهرت النتائج وجود فرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، ولا يوجد فرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي, ويوجد فرق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية, وقد تم التوصل الى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

DOI: **********,, ©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Mosul.
This is an open access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Journal of Education for Humanities

A peer-reviewed quarterly scientific journal issued by College of Education for Humanities / University of Mosul

The effectiveness of a guidance program based on dialogue skills in developing psychological fitness among educational counselors.

Ali Dawood Suleiman [1]
Ministry of Education, Anbar Education Directorate/ Anbar - Iraq [1]

Article information

Received : 9/2/2026
Revised 26/3/2026
Accepted : 5/4/2026
Published 1/6/2026

Keywords:
Guidance program, dialogue, skills, psychological, fitness, educational counselor

Correspondence:
Ali Dawood
ALidawoodsulaman@gmail.com

Abstract

This research aims to identify the effectiveness of dialogue skills in developing the psychological fitness of educational counselors by verifying the following null hypotheses;

Hypothesis 1: There are no statistically significant differences at the (0.05) level between the scores of the experimental group before and after the program on the psychological fitness scale.

Hypothesis 2: There are no statistically significant differences at the (0.05) level between the scores of the control group on the pre-test and post-test on the psychological fitness scale.

Hypothesis 3: There are no statistically significant differences at the (0.05) level between the scores of the experimental and control groups on the post-test on the psychological fitness scale.

To test the null hypotheses, a pre-test and post-test design was developed for experimental and control groups. A counseling program was designed based on dialogue skills, and a psychological fitness scale was constructed. The research sample consisted of 20 counselors (10 in each group). After the counseling program sessions concluded, the data were processed using the Statistical Package for the

Social Sciences (SPSS). The results showed a difference between the mean scores of the experimental group on the pre-test and post-test, favoring the post-test. No difference was found between the mean scores of the control group on the pre-test and post-test. However, a difference was found between the experimental and control groups on the post-test, favoring the experimental group. A number of conclusions, recommendations, and suggestions were drawn from this study

DOI: **********,, ©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Mosul.
This is an open access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

الفصل الاول

مشكلة البحث

بما ان المرشد التربوي أصبح المحور الاساسي وحجر الزاوية في العملية التربوية والعنصر الاكثر اهمية في مدخلاتها لذلك أصبح من الضرورة تنمية اللياقة النفسية لديه لأنها اصبحت سمة أساسية يجب ان يتسم بها المرشد التربوي. وقد حس الباحث بالمشكلة ورصدها من خلال تخصصه الارشادي كمرشد تربوي وقائد تدريبي، ان المرشدين التربويين في المدارس لا يتمتعون بمجال واسع من اللياقة النفسية التي يتطلبها عملهم في المدارس والمتمثلة بقدرتهم في الحفاظ على توازنهم الداخلي في مواجهة ضغوطات الحياة، وتنظيم انفعالاتهم والمرونة الذهنية والمهارات الصحيحة في التعامل مع التوتر والضغوط، وكذلك التواصل الفعال والعلاقات السليمة، ولعل وجود البرنامج الارشادي المستند لمهارات الحوار قد يساعد على تنمية اللياقة النفسية من خلال جلسات تتناول مهارات في ادارة الحوار، وثقافة الحوار, وفن الحوار, واساسيات الحوار، والتي تتطلب اتباع منهجا تجريبيا لكشف امكانية تأثير مهارات الحوار في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين، ومن هنا انبثقت مشكلة البحث في التساؤل الاتي: هل ان البرنامج الارشادي المستند على مهارة الحوار له فعالية في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين.

أهمية البحث

يتأثر سلوك الفرد بالمتغيرات والضغوطات المحيطة به، وقد ركز علم النفس الإيجابي على المفاهيم الإيجابية وتدعيمها في شخصية الفرد، والتي تؤدي الى اضعاف المفاهيم السلبية وتحسين سلوكيات الفرد وحياته. ولأن مفهوم اللياقة النفسية من المفاهيم الإيجابية الحديثة المهمة، والتي لها تأثير على كافة جوانب الشخصية، إذ

ان الفرد الذي يتمتع باللياقة النفسية تكون لديه القدرة، والمهارة لمعرفة وفهم مشاعره، واستثارة دوافعه، والسيطرة على انفعالاته، ومعرفة انفعالات الاخرين والتمتع بالمرونة النفسية لدى الفرد التي تسهل الانسجام والاستجابة الناجحة للضغوط والمواقف السلبية وتمكن الفرد من الرقي وتحقيق الهدف.

البرامج الارشادية من الوسائل المهمة التي تستعمل لتنمية المهارات والخصائص النفسية والقيم الانسانية والاخلاقية وزيادة الاستقرار النفسي والمرونة النفسية لدى الفرد تجاه التهديدات وتجنب اتخاذ القرارات الخاطئة والهروب من ضغوط الحياة المختلفة.

واللياقة النفسية تدخل ضمن المنهج الانمائي في الارشاد النفسي والذي يضم الاجراءات التي تؤدي الى النمو السليم لدى الافراد والارتقاء بأنماط سلوكهم عبر مراحل نموهم، من خلال تعزيز مفهوم الذات وتقبله، وتحديد اهداف الحياة واستثارة وتوجيه الدوافع والقدرات توجيها صحيحاً من النواحي النفسية والاجتماعية والتربوية والمهنية حتى يتحقق اعلى مستوى من النضج والصحة النفسية والتوافق النفسي(دبور والصافي، 2007: 57).

ومن خلال الاسلوب الارشادي المعروف بمهارات الحوار يتمكن المشارك من التعبير عن رايه وفق اسس منطقية مفهومة تساعده على الادراك والتحليل والتركيب والتفسير في الموضوع وينمي مهارة احترام اراء الاخرين ووجهات نظرهم، واقناع من هم حولة في بيئته الاجتماعية (ربيع,2003: 20).

وبالتالي فان موضوع البحث ينطوي على أهمية كبيرة سواء أكانت من الناحية النظرية أو من الناحية التطبيقية.

الناحية النظرية

*- يشكل البحث الحالي إضافة علمية معرفية لاتجاه إرشادي في تنمية اللياقة النفسية كاستراتيجية إرشادية تخدم العمل الارشادي.

*- البحث يسعى على الخروج بمبادئ واسس تساعد على تحقيق اللياقة النفسية من خلال اسلوب مهارات الحوار.

*- تصميم برنامج إرشادي الى مهارات الحوار، لتقديم خدمات نفسية وتربوية واجتماعية يجعلها جديرة بالاهتمام.

الناحية التطبيقية

*- تطبيق برنامج ارشادي مستند الى مهارة الحوار هو حاجة ماسة في البيئة التربوية.

*- إمكانية استفادة المتخصصين والممارسين للعمل الإرشادي من هذا البحث في تطبيق خطواته على حالات أخرى مشابهة.

*- الإفادة من نتائج البحث في لفت انظار المسؤولين في مجال الارشاد النفسي والتوجيه التربوي لأهمية الموضوعات التي تعتمد على البرامج الارشادية.

اهداف البحث وفرضياته

بناء برنامج ارشادي لتنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين، والتعرف على تأثير مهارات الحوار في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين.

ولتحقيق هدف البحث وضعت الفرضيات الاتية :

*- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.
*- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.
*- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين من كلا الجنسين العاملين في المدارس الحكومية الابتدائية والمتوسطة والاعدادية التابعة للمديرية العامة للتربية في محافظة الانبار للعام الدراسي (2025/2024).

تحديد المصطلحات

اولاً // فاعلية برنامج ارشادي مهارة الحوار

الفاعلية

عرفها مراد(2013): "هي القدرة لتحقيق نتائج ملموسة في سلوكيات الافراد على مستوى تحقيق الهدف المطلوب لدى افراد المجموعة التجريبية"(مراد:, 2013: 2).

البرنامج الإرشادي:

عرفه حسين(2004): "مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات التي تستند على نظريات ومبادئ الارشاد النفسي, والتي تقدم للأفراد ضمن فترة زمنية محدده تهدف الى مساعدتهم على تعديل السلوك واكتسابهم مهارات تمكنهم من التوافق النفسي ومواجهة المشكلات التي تعترضهم في معترك الحياة"(حسين، 2004: 283).

المهارة

عرفها كوتريل (Cottrell,1999): "القدرة على الأداء الجيد والتعلم وقتما نريد, يتم تطويرها خلال ممارسة نشاط ما تدعمه التغذية الراجعة" (Cottrell,1999:21).

الحوار عرفه كل من

فرايري(1980): "هو اسلوب لحديث يدور بين شخصين او اكثر حول موضوع معين يقوم على اساس الاخذ والعطاء وتقريب وجهات النظر بين اطراف الحوار"(فرايري,1980: 9).

(Ravenscroft,2011): "هي محصلة تفاعل كل من الكلام وخلق وابداع المعاني والتعلم داخل بيئات التعلم الشخصي للإنسان"(Ravenscroft,2011:145).

التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف(فرايري,1980) لاعتماده نظريته.

التعريف الإجرائي: هو اسلوب لحديث يدور بين شخصين او اكثر حول موضوع معين يقوم على اساس الاخذ والعطاء وتقريب وجهات النظر بين اطراف الحوار من خلال الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في مقياس مهارة الحوار .

ثانيا// التنمية عرفها

مطاوع (2002): "هو التغير الاجتماعي الموجب المخطط والمقصود والذي يراد به إدخال أفكار جديدة على النسق الاجتماعي القائم لإحداث تغيرات في تركيبته بهدف تحسين الحياة وتطورها في مجتمع ما للوصول إلى خيره ورفاهيته"(مطاوع،2002:16).

ثالثا // اللياقة النفسية عرفها كل من

برابافسس(Pra Pavessis, 1996): هي" مجموعة من القدرات العقلية التي تمكن الشخص من معرفة وادراك مشاعرة ومشاعر الاخرين التي تضم الفهم الذهني للانفعال وتأثير الانفعال على العقل لإظهار الافكار الابداعية"(Pra Pavessis, 1996: 104) .

روبنسن (Robinson 2014): "هي الأداء الفعال والمتكامل للعمليات المعرفية والقدرات والسلوكيات والانفعالات التي تنعكس على جودة حياة الفرد واستجابته للضغوط، وتقاس في ضوء اربعة مكونات وهي القوة والمرونة والتحمل والروح الجماعية او روح الفريق"(Robinson,2014: 9).

التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف (Robinson 2014).

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي حصل عليها المستجيب بعد تطبيق مقياس اللياقة النفسية.

رابعا: المرشد التربوي

عرفه كود (Good,1973) :"المختص بالنصح يساعد المسترشدين على الانسجام والاختيار بما يتعلق بأمورهم الخاصة وفقاً لمشكلات كل منهم سواء كانت تربوية او اجتماعية او شخصية" (Good,1973:145).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: اللياقة النفسية

مفهوم اللياقة النفسية وابعادها

يشير مفهوم اللياقة النفسية بأنها القدرات العقلية والانفعالية والسلوكية لدى الفرد والتي تندمج مع قدرته لتحسين أداءه ومرونته الإيجابية في المواقف المختلفة ويضم المفهوم ثلاثة أبعاد هي:-

*- البعد الذهني: يشمل تفكير الشخص وعمليات تجهيز المعلومات متمثل بالمرونة والفاعلية الذاتية والثقة بالنفس والجوانب المعرفية.

*- البعد الانفعالي: هو شعور الإنسان بنفسه وبالآخرين من حوله وبالبيئة التي يعيش فيها, متمثلة بالتفاؤل وحس الفكاهة والحب والأمل وتنظيم الذات.

*- البعد السلوكي: هو اسلوب الفرد وأفعاله كاستجابة للأفكار والانفعالات مثل مهارات التأقلم والانفعالات الإيجابية والعمليات الذهنية(Vanden bos,2007: 378).

الاتجاه النظري المفسر للياقة النفسية

نظرية بولا روبنسون(Paula Robinson,2014)

وضعت بولا روبنسون تعريفًا عامًا للياقة النفسية، يتضمن فيه أربعة مكونات مركزية تتمثل بالقوة، المرونة، التحمل، الروح الجماعية أو روح الفريق (Robinson & Oades,2016:156).

واشارت (Robinson) أن اللياقة النفسية تجسيد لقدرة الشخص على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لضغوط وشدائد الحياة وظروفها العصيبة، بما يتطلب من استعداداً معرفيًا ودافعيًا وانفعاليًا وسلوكيًا، لوصفها وتحليلها ومن ثم تحديد استراتيجيات مجابهتها، فضلاً عن التمتع بالقدرة على التكيف والمرونة، ومن ثم التعافي من التأثيرات السلبية واستثماره لقوته النفسية في الأوقات الصعبة.

كما تجسد اللياقة النفسية حالة من التكامل بين القدرات العقلية والانفعالية والسلوكية تمكن الفرد من تحقيق الاتي:-

*- أداء المهام الحياتية بإتقان وتلقائية.

*- تمكن الفرد من المواجهة والتوافق مع معرقلات الحياة وإخفاقاتها.

*- التوجه بإيجابية نحو المستقبل(Robinson, et al، 2018:50).

واوضحت (Robinson,et al,2018) ان مكونات اللياقة النفسية تضم الاتي:-

*- القوة: امكانية الفرد على اداء الانشطة والفعاليات اليومية التي تعتمد على الكفاءة الذاتية والتأثير الايجابي لهذه الانشطة والفعاليات بسبب ما يحصل عليه من دعم اجتماعي بعد اداءه للنشاط.

*- المرونة: قيام الفرد بالتركيز الذهني على الموقف وقبول التغيرات التي تحدث داخل الموقف.

*- التحمل: يعني الصمود تجاه المواقف الضاغطة وايجاد المعاني والاهداف الايجابية وبث الأمل داخل الفرد.

*- الروح الجماعية أو روح الفريق: وتكون من خلال الانشطة والفعاليات والمواقف الاجتماعية التي تتطلب التفاعل مع المجموعات(Robinson et al,2018:59).

كما أن الفرد اللائق نفسيا لديه مهارات تؤهله للاستجابات الناجحة تجاه الضغوط التي يتعرض لها بما لديه من وعي وتنظيم ذاتي لإصدار سلوكيات تتسم بالمرونة(Kashdan & Rottenberg : 2010 :870).

واكدت(Bates) ان اللياقة النفسية عبارة عن سمات تتكامل فيها قدرات الفرد العقلية والانفعالية والسلوكية للوصول لأفضل أداء ومرونة نفسية، تمكنه من الصمود والتعافي والنمو المستمر والتوافق في ظل ظروف حياتية يملأها التحدي والصعوبات(Bates, et al،2010: 26).

اعتمدَ الباحث نظرية بولا روبنسون(Paula Robinson,2014) وذلك للأسباب الأتية:

*- تنسجم مع متطلبات البحث الحالي، حيث بينت إن مفاهيم الصحة النفسية والعقلية واللياقة النفسية تظهر معاً، وتهدف إلى تعلم مهارات مقصودة وهادفة ومهارات أخرى قابلة للتعبير عن طريق بعض التدريبات.

*- اوضحت النظرية ان اللياقة النفسية لها مكونات معرفية وسلوكية وانفعالية تساعد في الحد من بعض الأمراض والانفعالات السلبية.

*- اعتمد الباحث على افكار ومبادئ النظرية في بناء مقياس اللياقة النفسية وتفسير نتائج البحث.

*- اشارت النظرية ان اللياقة النفسية هي الرفاهية التي يشعر بها الفرد وهي سمه يجب ان يتصف بها المرشد.

ثانياً: مهارة الحوار

المهارات الارشادية تأخذ ترتيبا هرميا يبدا بمهارات الاتصال وبناء العلاقة وتندرج الى المهارات النفسية حتى الوصول الى مهارات العمل المتقدمة وتضم هذه المهارات الاساسية مهارات فرعية, يعتمد المرشد على قدرته في استعمال اي من هذه المهارات من جهة وعلى استجابات المسترشد من جهة اخرى(صالح ,2013: 139).

والحوار من وسائل الاتصال المهمة لتطوير اي فكرة لان فيه فلترة للأفكار من خلال تنمية القوي فيها وحذف الضعيف منها, وفيه تحريك للقوى العقلية والفكرية" (الحمادي ،1999 :30)

المهارات الاساسية للحوار

*- **مهارة الاصغاء:** مهارة قد تكون اصعب من مهارة الكلام لما يتطلب من تركيز, لأنه ينظم العملية الارشادية ويعتبر الاساس من كل مقابلة ويعطي فرصة أكبر لنجاح العلاقة الارشادية(القيسي ،2010: 361).

*- **مهارة الاستيضاح :** تعني السؤال الذي يبلور حديث المسترشد الغامض، مع اعادة صياغة جانب من حديث المسترشد او كل حديثة(العزة، 2001 :101).

*- **مهارة طرح الاسئلة:** التساؤل هو وسيلة المحاور لمعرفة ما لا يعرف، من خلال المعلومات الناتجة من مجموعة الأسئلة التي وجهت إلى المتلقي.

*- **مهارة المواجهة:** مهارة تستعمل لمعرفة المتضادات بين ما يقوله وما يفعله المتلقي، مما يمكنه من معرفة نفسه وسلوكه مثلما يعرفها الآخرون، لا كما يعرفها هو(عمر، 1992 : 40).

*- **مهارة الصمت:** مهارة تساعد على التواصل الجيد بين المتحدث والمتلقي (كفافي ،1999: 62).

*- **مهارة عكس المشاعر:** وهي تعني صياغة مشاعر المتلقي في كلمات، وهي بمثابة مرآة تعكس مشاعر المتلقي وآرائه(حسين، 2004 :107).

*- **مهارة التلخيص:** مهارة جيدة تجعل المسترشد يستبين بعض القضايا التي قد تكون غير واضحة لديه أو غير متبلورة أو غير مؤكدة، وهو ما ينطبق على الأفكار والمشاعر جميعاً.

*- **مهارة اعادة الصياغة:** تعني إعادة بعض العبارات المهمة كما نطقها المقابل مما يمنحها القوة، والشعور بانه متواصل معه بشكل جيداً(كفافي، 1999: 64).

*- **مهارة الانصات:** هو الاستماع باهتمام لحديث المقابل، لأنه يبين اهتمام المحاور لما يقوله ويفعله المقابل فيتولد لديه الارتياح والإقبال الإيجابي(سعفان، 2005 :66).

*- **مهارة الانهاء** مهارة ينبغي أن يلم بها المحاور، لذا يجب استخدام الاستراتيجيات الضرورية لإنهاء الحوار لتجنب المشكلات الخاصة بعملية الإنهاء(إبراهيم، 1988 :89)

شروط مهارة الحوار

***- المواجهة الانسانية:** لا يتم الحوار بدون مواجهة الاطراف المعنية بالحوار ويجب ان تتميز بالسمة الانسانية المتمثلة بالابتسامة والمشاعر الودية التي تضفي على المواجهة روحا انسانية تدعم الحوار.

***- المكان المحدد والفترة الزمنية:** يتم الحوار في المقابلة في مكان محدد لا يتغير بين الحين والأخر، وبيان الهدف من الحوار هو تنمية شخصياتهم وتعديل سلوكهم وحل مشكلاتهم.

***- الاهداف الخاصة:** تتم مهارة الحوار من اجل تحديد اهداف خاصة وواضحة ومحددة مسبقا.

***- المناقشة الموضوعية ووضوحها:** يجب ان تدار المناقشة بموضوعية دون تحيز لفكرة او تعصب لراي او دعوة ابدا وتكون واضحة وصريحة من جانب الطرفين في الحوار(عمر ,1992: 58) .

الاتجاه النظري المفسر لمهارة الحوار

النظرية الحوارية (فرايري,1980)

اكدت النظرية الحوارية ان الشخص عندما يعرف واقعه يدخل في علاقة حوارية مع نفسه وزملائه والعالم الذي يعيش فيه, وان الحوار له اثر كبير على المسترشد وعلى العملية الارشادية بشكل عام, كون الحوار هو ما يدور بين شخصين او اكثر في موضوع معين يقوم على مبدأ الاخذ والعطاء وتقريب وجهات النظر بين اطراف الحوار(فرايري، 1980: 92).

وبين (فرايري) ان التعليم الحواري له نوعين هما:-

النوع الاول: التعليم البنكي هو تعلم تسلطي، من يقوم بالعملية الحوارية هو المعلم ويمتلك الحقيقة دون غيره, وهو تعليم استغلالي يستند الى نقل المعلومات وحفظها دون الاهتمام بفحصها وتحليلها، ويسير على نمط واحد, ولا ينمي قدرة المتعلم على الحوار والابداع والابتكار.

النوع الثاني: التعليم الحواري هو التعليم المبني مبدأ التفاعل المتبادل بين المعلم والتلميذ من خلال ممارسة الاخذ والعطاء، وبين المدرس والطالب، وبين المرشد والمسترشد، فهذا التعليم تواصلي يعتمد على اسلوب النقد والتحليل والتفكير، فالحوار في هذا النوع من التعليم يقوم على اساس التواصل بين المرسل والمستقبل، ويقرب المسافات البعيدة، ويمكن الشخص من فهم وقراءة العالم من حوله, ويشجع على محاولة تغيير او رفض الواقع(نجيب،2005: 15).

وتشير النظرية الى ان الحوار يقوم على مجموعة من الاسس او المجالات وفق الاتي:-

أ- مادة الحوار: بين فرايري ان موضوع الحوار يجب ان يكون له هدف وملامح واضحة ويمتاز بمقدمة منطقية ونتيجة يصل اليها طرفي الحوار, ويتسم بلغة مفهومة وله وقت محدد، وينبثق من الواقع في بحث مشكلة معينة يسعى لإيجاد وسائل حلها(ديماس,1999: 205).

ب- صفات المحاور الناجح: ان المحاور الناجح يجب ان يتصف بمجموعة من الصفات وهي:-

*- التواضع: وهو اسلوب يتسم بالالتزام ويبتعد عن الغرور.

*- الاحترام المتبادل: ويعني الاحترام بين طرفي الحوار وعدم نقل الحوار من مجاله الموضوعي الى مجاله الشخصي حتى لا يصبح عقيما.

*- الشفافية والوضوح: تعني الوضوح في طرح الموضوع وعدم التلميح في عرض الحقيقة الا اذا كان التلميح لأجل مصلحة معينة كان يكون تنبيها الى وجود خطأ ما.

*- تجنب الاخطاء: وهي عدم الانشغال في تتبع الاخطاء والزلات التي قد تحدث اثناء المحاورة وانما التركيز على موضوع الحوار (هنداوي,2008: 44).

*- البدء بنقاط الاتفاق: وهو البدء بما متفق عليه وبعدها بحث نقاط الاختلاف من اجل كسب ثقة اطراف الحوار، وخلق جو من التفاهم بينهم.

*- تحديد الزمان والمكان: ان الاتفاق على الزمان والمكان مهم جدا في المحاورة كونه يبعد طرفي المحاورة من المؤثرات الخارجية والوصول الى نتيجة مرضية لهم.

*- امكانية انهاء الحوار: اسلوب انهاء الحوار مهم للمحاور الناجح, فاذا كان الحوار مضيعاً للوقت والجهد يفضل اقفاله بطريقة ذكية تشعر الاخرين انه لم ينسحب عجزاً او هزيمة.

*- الانصات: هو التركيز على ما يتحدث به المحاور من خلال اتصال العينين وهز الرأس, وايماءات الجسد الاخرى التي توحي للمتحدث الانتباه اليه دون الانشغال بأشياء تبدد الانتباه وتجعله يشعر بالتجاهل.

*- الاحتواء الانساني: جعل المتحدث يشعر بأهميته باستخدام عبارات المدح والثناء (الشيخلي,2011: 97).

اعتمدَ الباحث النظرية الحوارية ل(فرايري,1980) وذلك لعدة اسباب منها:

*- كونها تخدم متطلبات البحث الحالي، إذ بين (فرايري) ان التعليم الحواري له نوعين هما

(التعليم البنكي, والتعليم الحواري), وان الحوار يعتمد على مادة الحوار وصفات المحاور.

*- النظرية الحوارية مناسبة للمرشدين التربويين كون عملهم يجب ان يمتاز بمهارة الحوار .

*- اعتمد الباحث على افكار ومبادئ النظرية الحوارية في بناء البرنامج.

الدراسة السابقة التي تناولت اللياقة النفسية:-

دراسة(عبد الامير والخالدي،2023) فاعلية اسلوب العلاج بالواقع في تنمية اللياقة النفسية لدى الكوادر الصحية.

هدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية اسلوب العلاج بالواقع في تنمية اللياقة النفسية لدى الكوادر الصحية من خلال التحقق من الفرضيات الصفرية الاتية:

الفرضية الاولى: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) درجات افراد المجموعة التجريبية قبل البرنامج وبعده على مقياس اللياقة النفسية.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس اللياقة النفسية.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية. تم بناء مقياس للياقة النفسية. قسمت عينة البحث المتكونة من (20) موظفة من الكوادر الصحية بواقع(10) في كل مجموعة. بعد انتهاء الجلسات البرنامج ولغرض التثبت من إجراءات البحث ونتائجه استعملت الحقيبة الاحصائية المتقدمة للعلوم الاجتماعية (SPSS). وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي من خلال الفروق في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، وفي نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية(عبد الامير والخالدي,2023).

الدراسة السابقة التي تناولت مهارة الحوار

دراسة(عداي,2022) فاعلية أسلوب الحوار السقراطي لتنمية الحرية الذاتية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

هدفت الدراسة التعرف على فاعلية أسلوب الحوار السقراطي لتنمية الحرية الذاتية لدى طالبات المرحلة الإعدادية من خلال اختبار الفرضيات الاتية.

– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسط درجات الحرية الذاتية لأفراد المجموعة التجريبية في اختبار القبلي والبعدي لدرجات مقياس الحرية الذاتية.

– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(0,05) بين المتوسط درجات الحرية الذاتية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة الضابطة على مقياس الحرية الذاتية.

– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(0,05) بين متوسط درجات الحرية الذاتية لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الحرية الذاتية.

ولغرض اختبار الفرضيات استخدم تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذو اختبار قبلي وبعدي. فكانت العينة التطبيقية للبرنامج (20) طالبة وبلغت المجموعة التجريبية (10) طالبات والمجموعة الضابطة (10), استخدم (مقياس الاسودي 2019) لقياس مفهوم الحرية الذاتية وتصميم برنامج ارشادي لتنمية مفهوم الحرية الذاتية وفقا للأسلوب الحوار السقراطي، استعمل الحقيبة الإحصائية(spss) في تحليل البيانات واظهرت نتائج الدراسة إلى الاتي:– يوجد فرق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(0.05) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي, لا يوجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الحرية الذاتية, يوجد فرق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(0.05) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية(عداي،2022).

الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته

اولاً: التصميم التجريبي

لغرض اختبار فرضيات البحث الحالي اختار الباحث التصميم التجريبي ذا الضبط الجزئي للمجموعات المتكافئة الذي يضم مجموعتين تجريبية وضابطة ذات الاختبار القبلي– البعدي، إذ أن هذا التصميم يمنح الباحث نوعاً من الثقة بأن الفرق بين المجموعتين ناتج من البرنامج وليس من متغيرات أخرى.

ثانياً: مجتمع البحث

يشمل مجتمع البحث الحالي المرشدين التربويين (ذكور واناث) في المديرية العامة للتربية في محافظة الانبار للعام الدراسي (2025/2024) اذ بلغ مجموع المرشدين التربويين (670) مرشد ومرشدة، بواقع (392) مرشد و(278) مرشدة ، بحسب احصائية مديرية تربية الانبار/ قسم التعليم العام والملاك /شعبة الارشاد التربوي.

جدول(1) يبين حجم مجتمع البحث موزع بحسب الاقضية في محافظة الانبار

ت	المديرية العامة للتربية في محافظة	عدد المرشدين التربويين
1	قضاء الرمادي	155
2	قضاء الحبانية	69
3	قضاء الصقلاوية	45
4	قضاء الفلوجة	104
5	قضاء الكرمة	53
6	قضاء هيت	62
7	قضاء حديثة	42
8	قضاء عنه	30
9	قضاء الرطبة	50
10	قضاء راوه	35
11	قضاء القائم	25
المجموع الكلي		670

ثالثاً: عينات البحث

قسمت عينة البحث الى قسمين

أ- عينة التحليل الاحصائي

لغرض إجراء التحليل الاحصائي لمقياس اللياقة النفسية، طبق الباحث المقياس على عينة مكونة من (200) مرشدا ومرشدة اختيروا بالطريقة التطبيقية العشوائية.

جدول(2) عينة التحليل الاحصائي موزع بحسب الاقضية في محافظة الانبار

ت	المديرية العامة للتربية في محافظة	عدد المرشدين التربويين
1	قضاء الرمادي	80
2	قضاء الحبانية	20
3	قضاء الصقلاوية	20
4	قضاء الفلوجة	40
5	قضاء هيت	30
6	قضاء حديثة	10
المجموع الكلي		200

ب- عينة البحث التجريبية

تألفت عينة التصميم التجريبي من(20) مرشداً ومرشدة تم اختيارهم بطريقة قصدية للأسباب التالية: لأنه يحتوي على أكبر عدد من المرشدين التربويين قياساً بالأقضية الأخرى للمحافظة فضلاً عن التعاون الذي أبدته المديرية العامة للتربية في محافظة الانبار مع الباحث في تجميع أفراد العينة لتنفيذ البرنامج الارشادي.

جدول(3) حجم عينة البحث موزعة بحسب النوع وبحسب المجموعات التجريبية والضابطة

المجموعات	ذكور	اناث	العدد
التجريبية الأولى	5	5	10
الضابطة	5	5	10
المجموع	10	10	20

طبق الباحث مقياس اللياقة النفسية على عينة مكونة من (200) مرشدا ومرشدة، اختار الباحث (20) مشاركاً بواقع(10) ذكور و(10) اناث، الذين تقع درجاتهم في الترتيب الأخير على مقياس اللياقة النفسية، تم توزيع المشاركين بشكل عشوائي على مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع(10) مشارك في كل مجموعة.

رابعاً: اداة البحث

يتطلب تحقيق اهداف البحث:-

*- اعداد مقياس اللياقة النفسية.

*- اعد الباحث برنامج ارشادي لمهارات الحوار لتنمية اللياقة النفسية.

مقياس اللياقة النفسية

بعد الاطلاع على الدراسات ومراجعة الأدبيات النفسية التي تناولت اللياقة النفسية قام الباحث ببناء مقياس اللياقة النفسية وفق المعايير التي وضعتها روبنسون (Robinson 2014)، تم اعداد (20) فقرة موزعة على اربع مجالات هي(القوة، والمرونة، والتحمل، وروح الفريق) بواقع خمس فقرات لكل مجال، وتكون المقياس من خمس بدائل هي(دائما، كثيرا، أحيانا، نادرا، وابدا) اوزانها (5،4،3،2،1).

التحليل المنطقي لفقرات المقياس (صدق المقياس)

استخرج الباحث مؤشرين لصدق المقياس هما الصدق الظاهري وصدق البناء وكالاتي:-

*- **الصدق الظاهري**

عرض المقياس بمجالاته وفقراته ل(20) على مجموعة من المختصين في التربية وعلم النفس، وطلب منهم فحص فقرات المقياس ومجالاته، ومدى ملائمتها للعينة والسمة المراد قياسها, وبعد جمع الآراء، استخدم الباحث قيمة مربع كاي في الحكم على اراء المحكمين، وتم قبول جميع الفقرات المحسوبة أكبر من الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية(1).

جدول(4) يبين قيمة مربع كاي لمعرفة اراء الخبراء في صلاحية فقرات اللياقة النفسية

مجالات اللياقة النفسية	ارقام الفقرات	عدد الخبراء	الموافقون	غير الموافقين	قيمة مربع كاي		الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
القوة	5/4/3/2/1	10	10	------	10	3,84	دالة
المرونة	10/9/8/7/6		10	------	10		دالة
التحمل	15/14/13/12/11		10	------	10		دالة
روح الفريق	20/19/18/17/16		10	------	10		دالة

***- التحليل الإحصائي للفقرات (صدق البناء)**

اعتمد الباحث اسلوبين في ايجاد صدق البناء وفق الاتي:-

- القوة التمييزية للفقرات

اعتمد الباحث أسلوب المجموعتين المتطرفتين لعينة البحث من المشاركين على مقياس اللياقة النفسية والبالغ عددها (200) مرشداً ومرشدة، اختيرت نسبة (27%) للمجموعة العليا، و(27%) للمجموعة الدنيا، بلغ عدد الاستمارات (108) لكل مجموعة (54) استمارة. وتم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وتطبيق الاختبار التائيt-test لعينتين مستقلتين، من خلال مقارنة القيمة المستخرجة مع القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (106)، تبين أن جميع فقرات مقياس اللياقة النفسية مميزة.

جدول(5) القوة التميزية لفقرات مقياس اللياقة النفسية

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (0,05)
الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	**3,579**	**0,715**	**2,115**	**0,551**	**6,689**	**دالة**

2	3,764	0,438	2,241	0,820	8,303	دالة
3	3,742	0,552	2,202	0,653	10,222	دالة
4	3,489	0,708	2,369	0,605	7,223	دالة
5	3,781	0,459	2,467	0,774	9,116	دالة
6	3,799	0,461	2,116	0,763	9,278	دالة
7	3,943	0,489	2,211	0,489	7,760	دالة
8	3,496	0,660	2,154	0,806	10,995	دالة
9	3,678	0,769	2,274	0,868	8,048	دالة
10	3,661	0,692	2,353	0,727	12,630	دالة
11	3,797	0,618	2,220	0,736	11,725	دالة
12	3,696	0,730	2,140	0,882	6,842	دالة
13	3,913	0,603	2,375	0,691	7,660	دالة
14	3,876	0,731	2,241	0,738	11,528	دالة
15	3,862	0,665	2,386	0,847	7,960	دالة
16	3,998	0,766	2,259	0,696	9,273	دالة
17	3,964	0,713	2,274	0,703	9,918	دالة
18	3,863	0,663	2,422	0,895	8,316	دالة
19	3,936	0,403	2,131	0,607	11,657	دالة
20	3,975	0,493	2,213	0,687	10,349	دالة

- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال والدرجة الكلية للمقياس:

اعتمد الباحث معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمجال، وبين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، تبين أن معاملات الارتباط جميعا دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (0,138)،عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (198).

جدول(6)علاقة درجة الفقرة بالمجال ودرجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس اللياقة النفسية.

ت الفقرات	العلاقة بالمجال	العلاقة بالكلية	ت الفقرات	العلاقة بالمجال	العلاقة بالكلية
مجال القوة			مجال التحمل		
1	0,515	0,460	11	0,569	0,349
2	0,440	0,342	12	0,512	0,432
3	0,437	0,391	13	0,545	0,479
4	0,581	0,383	14	0,501	0,416
5	0,591	0,372	15	0,598	0,386
مجال المرونة			مجال روح الفريق		
6	0,594	0,318	16	0,518	0,461
7	0,564	0,449	17	0,595	0,443
8	0,583	0,346	18	0,461	0,345
9	0,498	0,311	19	0,503	0,422
10	0,521	0,337	20	0,586	0,399

***- الثبات**

حسب الثبات لمقياس اللياقة النفسية بطريقتين هما:-

- ثبات الاختبار(اعادة الاختبار)

حسب الثبات بطريقة اعادة الاختبار بعد تطبيق المقياس على (30) مرشداً ومرشدة بمدة زمنية بين التطبيق الاول والثاني(14) يوم, تم حساب معامل الارتباط بيرسون وبلغ معامل الثبات (86%).

- ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ

أستخرج الثبات وفق هذه الطريقة من خلال اخذ عينة عشوائية من عينة التحليل الاحصائي بلغت (30) مرشدا ومرشدة، وباستعمال معادلة كرونباخ بلغ معامل الثبات (82%).

وصف مقياس اللياقة النفسية النهائية:-

اصبح المقياس بصورته النهائية مكون من(20) فقرات موزعة على اربع مجالات هي (القوة والمرونة والتحمل وروح الفريق) بواقع خمس فقرات لكل مجال من مجالات اللياقة النفسية, وكل فقرة لها(5) بدائل هي (دائما ، كثيرا، أحيانا، نادرا، وابدا) تمنح الدرجات(5-1) للإجابة, تحسب الدرجة الكلية للمجيب على فقرات المقياس بحسب اختياره للبديل, وعليه فان اعلى درجة للمقياس (100), وادنى درجة هي(20), وان المتوسط الفرضي للمقياس هو(60).

خامساً: تكافؤ العينة

تم اجراء عملية التكافؤ الاحصائي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات المستوى العلمي، سنوات الخدمة، والتكافؤ الاحصائي في مقياس اللياقة النفسية في الاختبار القبلي للمجموعتين.

سادساً: الوسائل الإحصائية

استعمل الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة بالاستعانة بالحقيبة الاحصائية للعلوم النفسية والاجتماعية (Spss) والوسائل الاحصائية الاتية:-

*- النسبة المئوية لمعرفه مدى صلاحيه فقرات مقياس اللياقة النفسية بعد اخذ اراء المحكمين وملاحظاتهم عليه.

*- مربع كاي للحكم على اراء المحكمين

*- الاختبار التائي لعينة واحدة لحساب دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للمقياس.

*- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس اللياقة النفسية.

*- معامل ارتباط بيرسون: لمعرفة الثبات بطريقة اعادة الاختبار وارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه.

*- الفاكرونباخ: لحساب الثبات للمقياس ولكل مجال من مجالات اللياقة النفسية.

*- اختبار مان- وتني: للتحقق من فرضيات البحث الحالي.

*- اختبار الكوكسون للاختبار القبلي والبعدي لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية كلاً على حدا.

الفصل الرابع

البرنامج الإرشادي

لتحقيق هدف البحث المتمثل في التعرف على فاعلية برنامج ارشادي المعتمد على اسلوب الحوار في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين, من خلال برنامج إرشادي ينسجم مع طبيعة وأهداف البحث، أعتمد الباحث عند بناء البرنامج الإرشادي على الأمور الآتية:

*- الاطلاع على البرامج والأساليب الإرشادية والإفادة منها.

*- الاعتماد على نتائج مقياس اللياقة النفسية في تحديد المجموعتين التجريبية والضابطة ممن حصلوا على أدنى الدرجات في المقياس.

*- اعتمد الباحث أنموذج بوردرز ودروري (Borders & Drury, 1992) لأنه من النماذج الجيدة لتحقيق الأهداف، وبلوغ درجة عالية من الفعالية، وبأقل التكاليف والوقت (Borders & Drury, 1992, 489).

*- الاعتماد على ما جاء في الاطار النظري والنظرية الحوارية (فرايري,1980).

***-بناء البرنامج الارشادي**

بناء البرنامج الارشادي بالخطوات الاتية:

- الاطلاع على ما توفر للباحث من ادبيات واطر نظرية ودراسات سابقة في مجال بناء وتطبيق البرامج الإرشادية للإفادة منها في بناء البرنامج الحالي.

- تحويل فقرات مقياس اللياقة النفسية إلى عناوين للجلسات الإرشادية.

- اعتمد الباحث مقترح محتوى جلسات البرنامج الارشادي مهارة الحوار لدى المرشدين وفق النظرية الحوارية (فرايري,1980) والاطار النظري وفقرات مقياس اللياقة النفسية المعد في هذا البحث, وعرض على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لأبداء آرائهم بشان صلاحيته ومدى ملائمته للهدف الرئيس للبحث واضافة ما يرونه مناسبا للإضافة، بعد الاخذ بملاحظات الخبراء وآرائهم، تم تحديد (12) جلسة، ثم اصبح بعد ذلك البرنامج ومحتوياته جاهزا للتطبيق بصيغته النهائية.

مدة ومكان تنفيذ البرنامج:

استغرق تطبيق البرنامج مدة (4) اسابيع بمعدل ثلاث جلسات في كل اسبوع وكانت مدة الجلسة الواحدة (60) دقيقة. الجلسة الاولى الافتتاحية وخصصت جلسة واحدة لكلا من الثقة بالنفس، الانفتاح، المرونة وسرعة الاستجابة، صفات المحاور، مهارات الحوار، ثقافة الحوار، ادارة الحوار، فن الحوار، التحدث امام الاخرين بلباقة

,اساسيات الحوار، والجلسة الختامية وقد استعمل الباحث الاساليب والأنشطة المناسبة واستعمل أسلوب الإرشاد الجمعي لكل جلسة, وقد بلغت(12) جلسة. بعد الانتهاء من تقديم البرنامج الارشادي قام الباحث بتطبيق مقياس اللياقة النفسية على المجموعتين التجريبية والضابطة والغرض من ذلك هو الوقوف على مدى تأثر المجموعة التجريبية بالبرنامج الارشادي مقارنة بالمجموعة الضابطة، واعتمد الباحث على درجة الاختبار البعدي لقياس مدى فاعلية مهارة الحوار لدى المرشدين التربويين.

تطبيق البرنامج الارشادي مهارات الحوار:

قام الباحث بتطبيق البرنامج الإرشادي المكون من (12) جلسة إرشادية على أفراد المجموعة التجريبية للعام الدراسي (2024-2025) وحدد الباحث مع أفراد المجموعة التجريبية مكان الجلسات الإرشادية وهي قاعة في قسم الاعداد والتدريب التابع للمديرية العامة لتربية الانبار وبواقع ثلاث جلسات في الأسبوع وهما يوم

الاحد ويوم الثلاثاء ويوم الخميس, وطبق الاختبار القبلي على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، وحدد يوم الاحد(2025/2/16) موعدا للجلسة الأولى، ويوم الخميس(2025/3/13) موعدا للجلسة الختامية، ويوم الاحد 2025/3/16 موعد الاختبار البعدي وكل جلسة استغرقت (60) دقيقة، وعمل الباحث جدول لأيام تطبيق البرنامج الإرشادي.

جدول (7) الجلسات الإرشادية للبرنامج الإرشادي وموضوعاتها وتاريخ انعقادها

الجلسات	عنوانها	يوم وتاريخ انعقادها	مدتها
الأولى	الافتتاحية	الاحد 2025\2\16	60 دقيقة
الثانية	الثقة بالنفس	الثلاثاء 2025\2\18	60 دقيقة
الثالثة	مهارات الحوار	الخميس 2025\2\20	60 دقيقة
الرابعة	المرونة وسرعة الاستجابة	الاحد 2025\2\23	60 دقيقة
الخامسة	ادارة الحوار	الثلاثاء 2025\2\25	60 دقيقة
السادسة	الانفتاح	الخميس 2025\2\27	60 دقيقة
السابعة	ثقافة الحوار	الاحد 2025\3\2	60 دقيقة
الثامنة	صفات المحاور	الثلاثاء 2025\3\4	60 دقيقة
التاسعة	فن الحوار	الخميس2025\3\6	60 دقيقة
العاشرة	التحدث امام الاخرين بلباقة	الاحد 2025/3/9	60 دقيقة
الحادية عشر	اساسيات الحوار	الثلاثاء2025/3/11	60 دقيقة
الثانية عشر	الختامية	الخميس 2025/3/13	60 دقيقة
الاختبار البعدي		الاحد 2025/3/16	

نماذج من جلسات البرنامج الارشادي مهارة الحوار

الجلسة الثالثة : مهارات الحوار 60 دقيقة

عنوان الجلسة	مهارات الحوار
الأهداف الخاصة	التعرف على مفهوم مهارات الحوار ان يتمكن أفراد المجموعة الإرشادية من معرفة المهارات الاساسية والفرعية للحوار ان يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على المهارات التي يستخدمها المرشد التربوي اثناء الحوار.
الفنيات	المناقشة، لعب الدور، والتغذية الراجعة، عرض صور ومقاطع فديو تعريفية
النشاطات	يقوم الباحث بالترحيب بأعضاء المجموعة متابعة التدريب البيتي السابق، وتوضيح فكرة موضوع الجلسة ويقوم الباحث بالتدريب العملي على كل مهارة لتساعد المشارك على اتقانها ويقوم الباحث بعرض صور ومقاطع فديو لكل مهارة وضرب الامثلة من حياتنا اليومية ومناقشتها والتعلم من الواقع وطرح الاسئلة للتفاعل داخل الجلسة.
التقويم البنائي	تلخيص ما دار في الجلسة الإرشادية ويحاول الباحث توجيه بعض الاسئلة ليحصل على سلبيات وإيجابيات الجلسة الإرشادية من قبل المشاركين.
التدريب البيتي	يطلب الباحث من كل مشارك ذكر موقفين عن مهارات الحوار تعامل بها، موقف صحيح وموقف خاطئ.

إدارة الجلسة الإرشادية الثالثة

*- رحب الباحث بأفراد المجموعة التجريبية والثناء عليهم كنوع من اظهار ملامح السعادة والبهجة لحضورهم.

*- طلب الباحث من كل مشارك ان يطلعه على التدريب الذي كلف به ويقدم الثناء والمدح وناقش بعض الواجبات, وشكر من قام بإنجازه.

*- استخدم الباحث السبورة بكتابة عنوان الجلسة **مهارات الحوار** وطرح بعض الاسئلة عليهم لمعرفة ما يعرفونه من معلومات عن مهارات الحوار مستخدم أسلوب المناقشة.

*- بين الباحث فكرة واضحة عن عنوان الجلسة. ان مهارات الحوار تكون عبر التفاعل المعرفي والانفعالي والسلوكي بين اثنين او اكثر، مما يسهل تبادل الخبرات والمفاهيم بين الافراد بتفاعل لفظي او غير لفظي للوصول الى نتائج مفيدة, لذا يتطلب اتقانها وتوظيفها في الحياة العملية.

ان مهارات الحوار لا تعني الكلام فقط بل تعني التعبير اللفظي وغير اللفظي وتنظيم الافكار والقدرة التفاوضية والقدرة على المناقشة والجدل الهادف وامتلاك هذه المهارات من قبل المرشد التربوي يساعده للنجاح في عمله الارشادي.

بين الباحث المهارات التي يستخدمها المرشد التربوي اثناء الحوار وفق الاتي:-

*- مهارة الاصغاء: هو المشاركة الوجدانية للمسترشد قد تكون أصعب من مهارة الكلام لما يتطلب من تركيز وهي كما يقول ويفعل المسترشد، اذ يعطي الوقت الاكثر للمسترشد في الكلام، فالأصغاء الفعال ينظم العملية الارشادية بكاملها ويعتبر الاساس من كل مقابلة ارشادية.

* - مهارة الاستيضاح: تشير الى اعادة صياغة جانب من حديث المسترشد او كل حديثة حسب موضوع المقابلة الحوارية.

*- مهارة طرح الاسئلة: توجيه الأسئلة وسيلة المرشد لمعرفة ما يريد معرفته من المسترشد.

*- مهارة المواجهة : هي مهارة كشف المتضادات بين ما يقوله وما يفعله المسترشد، مما يمكنه من معرفة نفسه وسلوكه مثلما يعرفها الآخرون، لا كما يعرفها هو.

*- مهارة الصمت: مهارة تساعد على التواصل بين المرشد والمسترشد، وتعكس اهتماماً رغم التناقض الظاهري بين مظهرها ووظيفتها، حيث يمكن للمرشد أن يستثمر مهارة الصمت على نحو جيد في خدمة أهداف العملية.

*- مهارة عكس المشاعر: تعني تكرار المقاطع الأخيرة التي يقولها المسترشد، أو إعادة محتوى ما يقوله بنبرة صوت تنقل للمسترشد فهم المرشد له دون أي استهجان أو استحسان، أي إعادة صياغة مشاعر المسترشد في كلمات تعكس جوهرها.

*- مهارة اعادة الصياغة: تعني إعادة بعض العبارات المهمة كما نطقها المقابل مما يمنحها القوة والشعور بانه متواصل معه بشكل جيداً.

*– مهارة الانهاء مهارة ينبغي أن يلم بها المحاور، لذا يجب استخدام الاستراتيجيات الضرورية لإنهاء الحوار لتجنب المشكلات الخاصة بعملية الإنهاء.

وجه الباحث الاسئلة التالية لغرض التقويم:

ما هو الشيء الذي افادهم في جلسة اليوم؟ وما هو أكثر شيء ممتع في الجلسة؟

اعاد الباحث وبشكل مختصر ما دار بالجلسة.

طلب الباحث بما يأتي كنوع من التدريب البيتي: طلب من كل مشارك ذكر موقفين عن مهارات الحوار تعامل به، موقف صحيح وموقف خاطئ.

اعلن الباحث نهاية وقت الجلسة وشكرهم على الحضور والالتزام والمشاركة الفاعلة.

الجلسة الخامسة ادارة الحوار (60 دقيقة)

عنوان الجلسة	ادارة الحوار
الأهداف الخاصة	– التعرف على الصعوبات في العمل الارشادي نتيجة قلة مهارة إدارة الحوار – مهارة إدارة الحوار تسهم في نجاح المرشد التربوي في اقامة تواصل فعال مع الطلبة وحل مشكلاتهم. – اتقان مهارة الحوار تساعد المرشدين من التعاطف وفهم العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في سلوكيات الطلاب. – تنمية ادارة الحوار تعزز النسيج الاجتماعي. – ادارة الحوار تسعى الى بناء جسور من التفاهم والتعاون والانسجام بين الافراد.
الفنيات	المناقشة، الشرح, صور توضيحية, فديو توضيح
النشاطات	رحب الباحث بالمشاركين وشكرهم على الحضور بالموعد المحدد راجع الباحث التدريب البيتي للجلسة السابقة وشكر المشاركين على اكمال التدريب بالشكل الصحيح. قدم الباحث موضوع الجلسة إدارة الحوار, وبين بان ادارة الحوار لها تأثير مباشر في بناء مجتمع يتسم بالوعي والتواصل والتعبير عن المشاعر والافكار والثقافة بأسلوب ناضج يدعم الصحة النفسية للأفراد ويعزز الروابط الاجتماعية ويقلل حالات الصراع او سوء التفاهم. – عرض الباحث فيديو يتلاءم مع عنوان الجلسة مع طرح الاسئلة لمشاركة جميع أفراد المجموعة ومناقشة أفراد المجموعة حول ما تم عرضه, وكذلك ضرب الامثلة من ضمن موضوع الجلسة.

التقويم	لخص الباحث ما دار في الجلسة وتحديد الإيجابيات والسلبيات ومدى استفادة المشاركين من الجلسة
التدريب البيتي	طلب الباحث من كل مشارك ذكر موقفين عن ادارة الحوار تعامل بهما، موقف صحيح وموقف خاطئ كتدريب بيتي للجلسة القادمة

إدارة الجلسة الإرشادية الخامسة

*- **رحب** الباحث بالمشاركين وشكر حضورهم الجلسة الإرشادية

*- راجع الباحث التدريب البيتي للجلسة السابقة مع المشاركين وشكرهم على انجاز التدريب البيتي.

*- كتب الباحث وقدم عنوان الجلسة **(ادارة الحوار)**

*- وضح الباحث الموضوع بالتفصيل عن طريق عرض الصور ومقاطع فديو توثق ذلك

اشار الباحث بان ادارة الحوار هي مجموعة من قواعد ومبادئ فكرية ومعايير سلوكية يمتلكها الفرد ويتعامل بها مع الاخرين تمكنه من اللياقة وتنظيم وتوجيه الحوار بأسلوب يضمن الانسجام والابتعاد عن سوء الفهم او التصادم بين المشاركين.

وبين ان إدارة الحوار هي فن ومهارات تجمع بين الاستماع والحديث مع مراعات ادأب الحوار وأخلاقه, وان ادارة الحوار تبدأ بالتحضير الجيد لموضوع الحوار ومعرفة خلفيات المشاركين واهتماماتهم، والتعبير بوضوح ولباقة عن الأفكار, واستعمال لغة بسيطة ومباشرة وتجنب التعقيد والغموض، ومراقبة الوقت لضمان مشاركة جميع المشاركين في التعبير دون إطالة تؤدي إلى الملل أو اختصار يخل, والتعامل مع الخلافات بمرونة وحكمة عند ظهور وجهات نظر متباينة.

استراتيجيات إدارة الحوار

- التعبير عن المشاعر أو الآراء باستعمال صيغة "أنا" لتجنب استفزاز الطرف الآخر.

- استخدام صيغة "نحن" يولد شعور بالتكاتف والعمل الجماعي.

- الاستماع بتركيز دون مقاطعة مع إظهار الاهتمام من خلال ايماءات الجسد والتعليقات المناسبة.

- تحديد وقت مناسب للحوار والحرص على توزيع الوقت بشكل عادل بين المتحدثين يضمن سير الحوار بسلاسة وفعالية.

- الاهتمام بالموضوعات المطروحة والابتعاد عن الانتقادات الشخصية.

- استعمال أسئلة مباشرة وواضحة يسهل توجيه الحوار نحو النقاط المهمة ويمنع سوء الفهم.

فوائد إدارة الحوار

- ادارة الحوار تسهم في التماسك الاجتماعي من خلال بناء جسور التعاون والتفاهم والتكاتف بين الافراد داخل المجتمع.

- ادارة الحوار تساعد على اتخاذ قرارات عادلة وصحيحة عبر جمع المعلومات عن جميع الاطراف المعنية.

- ادارة الحوار تنمي مهارات التفكير النقدي والتحليلي وتعزز القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لدى الافراد.

*- لخص الباحث ما دار في الجلسة وتحديد السلبيات والإيجابيات ومدى استفادة المرشدين المشاركين من موضوع الجلسة .

طلب من كل مشارك كتابة موقفين عن ادارة الحوار كتدريب إلى الجلسة القادمة.

*-انهى الباحث الجلسة وتوديع المرشدين إلى حين موعد الجلسة الأُخرى.

الفصل الخامس

عرض وتفسير النتائج وأهم الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

معرفة اثر البرنامج الارشادي لمهارات الحوار من خلال التحقق من الفرضيات الصفرية الآتية:

- **الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط رتب المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.

لاختبار صحة الفرضية استعمل الباحث اختبار ولكوكسون لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية, حيث تشير النتائج إلى ان القيمة المحسوبة بلغت(صفر) وهي داله احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة(8) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(10)، لذا

ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة التي تشير الى وجود فروق دالة احصائياً بين الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة لصالح الاختبار البعدي، والجدول الاتي يوضح ذلك.

في الجدول (8)اختبار ولكوكسون لدرجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي

المجموعة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	مجموعة الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة 0.05
							محسوبة	جدولية	
التجريبية	القبلي	10	63,78	5,17	صفر	صفر	صفر	8	دالة لصالح البعدي
	البعدي	10	82,17	6,26	55	5,50			

اظهرت النتائج وجود فرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس اللياقة النفسية لصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي داخل المجموعة التجريبية.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط رتب المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.

استعمل الباحث اختبار ولكوكسون لمعرفة دلالة الفروق, واظهرت النتائج إلى ان القيمة المحسوبة بلغت(23,50) وهي غير داله احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة(8) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(10)، لذا تقبل الفرضية الصفرية وترفض الفرضية البديلة ولكل من الاختبارين القبلي والبعدي لعينة افراد المجموعة الضابطة على مقياس اللياقة النفسية وكما في الجدول الاتي.

اظهرت النتائج عدم وجود فرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس اللياقة النفسية وهذا مؤشر على ان المجموعة الضابطة لم تتأثر لعدم تعرضها للبرنامج الارشادي.

جدول (9) اختبار ولكوكسون لدرجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي

المجموعة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	مجموعة الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة 0.05
							محسوبة	جدولية	
الضابطة	القبلي	10	62,36	4,91	25,60	6,16	23,50	8	غير دالة
	البعدي	10	62,89	5,22	28,89	5,09			

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسط رتب المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس اللياقة النفسية.

تشير النتائج إلى ان متوسط درجات المجموعة التجريبية على مقياس اللياقة النفسية بلغ (82,17) درجة وبانحراف معياري بلغ (6,26) درجة وهي اكبر من متوسط درجات المجموعة الضابطة الذي بلغ (62,89) درجة وبانحراف معياري (5,22) وباستعمال اختبار مان– وتني لعينتين مستقلتين، تبين ان الفرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) لصالح المجموعة التجريبية، اذ بلغت القيمة المحسوبة (صفر) والقيمة الجدولية (23) وبناءاً على ذلك ترفض الفرضية الصفرية وتُقبل الفرضية البديلة والجدول الاتي يوضح ذلك.

جدول (10) اختبار مان– وتني لدرجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان– وتني		مستوى الدلالة 0.05
							المحسوبة	الجدولية	
اللياقة النفسية اختبار بعدي	التجريبية	10	82,17	6,26	155	15,50	صفر	23	دالة لصالح التجريبية
	الضابطة	10	62,89	5,22	55	5,50			

تشير هذهِ النتيجة الى وجود فرق دال احصائياً لصالح المجموعة التجريبية التي تَلقت البرنامج الارشادي على وفق (مهارات الحوار) في الاختبار البعدي، ويبين الباحث ان المرشدين التربويين الذين تعرضوا للبرنامج الارشادي قد ارتفع مستواهم في استعمال مهارات الحوار وبدلالة إحصائية، مقارنة بالمرشدين التربويين الذين لم

يتعرضوا للبرنامج الارشادي, وان هناك متغيرات ايجابية لصالح المجموعة التجريبية التي طبقت عليها البرنامج الارشادي وهذا مؤشر على ان غزارة المعلومات والأنشطة والفعاليات والأسلوب الارشادي المستعمل في البرنامج الذي تعرضت له المجموعة التجريبية كان له الأثر الواضح في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين.

الاستنتاجات

– ان البرنامج الارشادي فعال في تنمية اللياقة النفسية لدى المرشدين التربويين.

– وجد الباحث ان مرشدي عينة البحث التجريبية تفاعلوا ايجابياً مع المعلومات والأنشطة والفعاليات والأسلوب الارشادي المستعمل في البرنامج الارشادي.

– ان المرشدين التربويين لديهم الحماسة والدافعية لتطوير مهارة الحوار والفنيات اللازمة للتعامل مع المسترشدين.

– الحاجة لبرامج ارشادية مختصة وفعالة تواكب كثرة الضغوطات وتعقيدات الحياة المعاصرة.

التوصيات

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

– التاكيد على تطوير الارشاد التربوي في المدارس بواسطة مختصين في مجال الارشاد النفسي, وذلك لتنمية اللياقة النفسية والصحة النفسية.

– إقامة دورات وورش للمرشدين التربويين تتضمن كيفية مساعدة الطلبة لتحقيق درجة مناسبة من الصحة واللياقة النفسية.

– يمكن للمرشدين التربويين الإفادة من البرنامج الإرشادي وتطبيقه ضمن دورات خاصة تعد للمرشدين الذين يظهر لديهم انخفاض في اللياقة النفسية.

المقترحات

– إجراء دراسة مماثلة في تنمية اللياقة النفسية لعينات اخرى من المجتمع (مدرسين، معلمين).

– إجراء دراسة تجريبية لفاعلية مهارات الحوار في تنمية متغيرات أخرى (الكفاءة الذاتية، المرونة النفسية) .

– إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين اللياقة النفسية ومتغيرات أخرى مثل (الابداع الارشادي، النجاح المهني).

قائمة المصادر والمراجع :

- *– ابراهيم، عبد الستار (1988):علم النفس الإكلينيكي– المناهج والتشخيص والعلاج، دار المريخ، الرياض، السعودية.
- *– حسين، طه عبد العظيم (2004): الإرشاد النفسي، النظرية – التطبيق – التكنولوجيا، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- *– الحمادي, علي (1999):30 طريقة لتوليد الافكار الابداعية, ط1, دار ابن حزم للطباعة والنشر والتوزيع, بيروت, لبنان.
- *– دبور عبد اللطيف والصافي, عبد الحكيم (2007): الارشاد المدرسي بين النظرية والتطبيق, ط1, دار الفكر, عمان, الاردن.
- *– ديماس, محمد(1999): فنون الحوار والاقناع, سلسلة الحوار والتفاوض, ط1, دار بن حزم للطباعة والنشر والتوزيع, بيروت, لبنان.
- *– ربيع، هادي مشعان (2003): بناء التوافق النفسي، ط1، مطبعة تبارك للنشر، عمان.
- *– سعفان، محمد أحمد إبراهيم (2005):العملية الإرشادية، دار الكتاب الحديث، القاهرة، مصر.
- *– الشيخلي, عبد القادر عبد الحافظ(2011): هندسة الحوار, مكتبة الملك فهد الوطنية, الرياض.
- *– صالح, عبد الرحمن اسماعيل (2013): فنيات واساليب العملية الارشادية, ط1, دار المناهج للنشر والتوزيع, عمان, الأردن.
- *– عبد الامير, مروه محمد والخالدي, امل ابراهيم(2023): فاعلية اسلوب (العلاج بالواقع) في تنمية اللياقة النفسية لدى الكوادر الصحية, مجلة المستنصرية للعلوم الانسانية عدد خاص(1) لسنة 2023.
- *– عداي, امل عباس(2022): فاعلية أسلوب الحوار السقراطي لتنمية الحرية الذاتية لدى طالبات المرحلة الإعدادية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, الجامعة المستنصرية.
- *– العزة، سعيد حسني(2001):الإرشاد النفي أساليبه وفنياته، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- *– عمر، ماهر محمود (1992):المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي، ط1، دار المعرفة الجامعية للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر.
- *– فرايري, باولو(1980): تعليم المقهورين, ط1, ترجمة يوسف نور عوض, دار العلم للملايين, لبنان.
- *– القيسي, نايف(2010): المعجم التربوي وعلم النفس، ط1, دار اسامة للنشر والتوزيع، دار الشرق الثقافي، عمان.

- *– كفافي، علاء الدين (1999):الإرشاد والعلاج النفسي الأسري، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- *– مراد، علي رياض (2013): المفاهيم بالعلوم الانسانية، ط1، دار القلم الذهبي للنشر، بيروت.
- *– مطاوع، براهيم عصمت(2002):التنمية البشرية بالتعليم والتعلم في الوطن العربي، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، ط1، عمان.
- *– نجيب, محمد مصطفى(2005): فاعلية الحوار في الاداء المهني, ط1, مطبعة الدار العربية للطباعة والنشر, عمان.
- *– هنداوي, خالد حسن(2008): نشر ثقافة الحوار لدى العاملين في المؤسسات التعليمية, مكتبة الافاق المتحدة الاستشاري, مكتبة التربية العربي لدول الخليج.

- *-Bates, M. J., Bowles, S., Hammermeister, J., Stokes, C., Pinder, E., Moore, M., ... & Burbelo, G. (2010): Psychological fitness. Military Medicine, 175(suppl_8), 21-38.
- *- Borders , lo and s.m. drury (1992) , comprehensive school counseling programs , areview for policy makers and practitioners ' journal of counseling and development . no .4.u.
- *- Cottrell, S. (1999): The study skills handbook, London, Macmillan press Ltd.
- *- Good,carter(1973): Dictioar of educationa(3rd) ed crow. Hill New yor.
- *- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. Clinical Psychological Review 30(7), 865-78.
- *- Pra pavessis, H (1996):The effect of group cohesion on competitive state anxiety , journal, J. of sport & expert psychology .
- *- Ravenscroft, Andrew(2011), Dialogue and Connectivism: A New Approach to Understanding and Promoting Dialogue-Rich Networked LearningLearning Technology Research Institute (LTRI), London Metropolitan University, Uk.
- *- Robson, S. (2014): Mental fitnessand Resilience. A Review of Relevant Constructs, Measures, and Links to Well-Being. RAND Project AIR FORCE Series on Resiliency.
- *-Robinson, P., & Oades, L. G. (2016): Mental fitness at work. The Wiley Blackwell Handbook of the Psychology of Positivity and Strengths-Based Approaches at Work, 150-170.

- *- Robinson, P., Spear, F. S., Schumacher, J. C., Laird, J., Klein, C., Evans, B. W., & Doolan, B. L. (2018): Phase relations of metamorphic amphiboles: natural occurrence and theory. In Amphiboles (pp. 1-228). De Gruyter.
- *- VandenBos, G. R. (2007): APA dictionary of psychology. American Psychological Association.

Bibliography of Arabic References (Translated toEnglish)

- *- Abdul Amir, Marwa Muhammad and Al-Khalidi, Amal Ibrahim (2023): The effectiveness of the (Reality Therapy) method in developing psychological fitness among health personnel, Al-Mustansiriya Journal of Human Sciences, Special Issue (1) for the year 2023.
- *- Adai, Amal Abbas (2022): The effectiveness of the Socratic dialogue method for developing self-freedom among middle school students, unpublished master's thesis, College of Education, Al-Mustansiriya University.
- *- Al-Azza, Saeed Hosni (2001): Negative Guidance: Its Methods and Techniques, 1st ed., Dar Al-Thaqafa for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- *- Dabour Abdel Latif and Al-Safi, Abdel Hakim (2007): School Guidance Between Theory and Practice, 1st ed., Dar Al-Fikr, Amman, Jordan.
- *- Dimas, Muhammad (1999): The Arts of Dialogue and Persuasion, Dialogue and Negotiation Series, 1st Edition, Ibn Hazm House for Printing, Publishing and Distribution, Beirut, Lebanon.
- *- Freire, Paulo (1980): Pedagogy of the Oppressed, 1st ed., translated by Youssef Nour Awad, Dar Al-Ilm Lil-Malayeen, Lebanon.
- *- Al-Hammadi, Ali (1999): 30 Ways to Generate Creative Ideas, 1st ed., Ibn Hazm House for Printing, Publishing and Distribution, Beirut, Lebanon.
- *- Hindawi, Khalid Hassan (2008): Spreading the Culture of Dialogue among Employees in Educational Institutions, Al-Afaq United Consulting Library, Arab Education Library for the Gulf States.
- *- Hussein, Taha Abdel Azim (2004): Psychological Counseling, Theory - Application - Technology, 1st ed., Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- *- Ibrahim, Abdul Sattar (1988): Clinical Psychology - Methods, Diagnosis and Treatment, Dar Al-Marikh, Riyadh, Saudi Arabia.

- *- Kafafi, Alaa El-Din (1999): Family Counseling and Psychotherapy, 1st ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- *- Murad, Ali Riyad (2013): Concepts in the Humanities, 1st ed., Dar Al-Qalam Al-Dhahabi Publishing, Beirut.
- *- Mutawa, Ibrahim Ismat (2002): Human Development through Education and Learning in the Arab World, Arab Thought House for Publishing and Distribution, 1st Edition, Amman.
- *- Najib, Muhammad Mustafa (2005): The Effectiveness of Dialogue in Professional Performance, 1st ed., Arab House Printing and Publishing Press, Amman.
- *- Omar, Maher Mahmoud (1992): The Interview in Counseling and Psychotherapy, 1st ed., University Knowledge House for Printing and Publishing, Alexandria, Egypt.
- *- Al-Qaisi, Nayef (2010): The Educational and Psychological Dictionary, 1st ed., Osama Publishing and Distribution House, Dar Al-Sharq Al-Thaqafi, Amman.
- *- Rabee, Hadi Mish'an (2003): Building Psychological Adjustment, 1st ed., Tabarak Publishing House, Amman.
- *- Saafan, Muhammad Ahmad Ibrahim (2005): The Guidance Process, Dar Al-Kitab Al-Hadith, Cairo, Egypt.
- *- Saleh, Abdul Rahman Ismail (2013): Techniques and Methods of the Guidance Process, 1st ed., Dar Al Manahij for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- *- Al-Shaykhli, Abdul Qadir Abdul Hafez (2011): The Engineering of Dialogue, King Fahd National Library, Riyadh.