



جامعة المنصورة
كلية التربية



**فعالية برنامج علاجي جذلي سلوكي قائم على مهارة
اليقظة العقلية في خفض الشعور بالوصمة لدى أمهات
الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه**

اعداد

الباحثة / فايزة مصطفى بدوي محمود

اشراف

أ.د. السيد فهمي على
أستاذ علم النفس الإكلينيكي
كلية الآداب جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١٢٢ – إبريل ٢٠٢٣

فعالية برنامج علاجي جدلي سلوكي قائم على مهارة اليقظة العقلية في خفض الشعور بالوصمة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه

الباحثة / فائزة مصطفى بدوي محمود

أولاً: المقدمة:

من الاضطرابات الأكثر شيوعاً مع تطور حضارات الإنسان اضطراب فرط النشاط مع نقص الانتباه أو قصور الانتباه وفرط الحركة، وهو اضطراب نفسي من نوع تأخر النمو العصبي يبدأ في مرحلة الطفولة عند الإنسان، وهي نموذجٌ من تصرفات تجعل الطفل غير قادرٍ على اتباع الأوامر أو السيطرة على تصرفاته أو أنه يجد صعوبةً بالغةً في الانتباه للقوانين، وبذلك هو في حالة إلهاء دائم بالأشياء الصغيرة. المصابون بهذه الحالة يواجهون صعوبةً في الاندماج في صفوف المدارس والتعلم من مدرسيهم ولا يتقيدون بقوانين الفصل؛ مما يؤدي إلى تدهور الأداء المدرسي لدى هؤلاء الأطفال بسبب عدم قدرتهم على التركيز وليس لأنهم غير أذكياء؛ لذلك يعتقد أغلبية الناس أنهم مشاغبون بطبيعتهم. ويشكل التعامل مع الأطفال المصابين بكثرة الحركة ونقص الانتباه تحدياً كبيراً لأهاليهم ولمدرسيهم في المدرسة وحتى لطبيب الأطفال وللطفل نفسه أحياناً. (السيد فهمي، ٢٠٢١، "ب")

ويقول (kwan,2012)، أن دور الوالدين من أهم العوامل التي تسهم في تربية الطفل ونموه وتكوين شخصيته بشكلٍ سوي؛ إذ يضطلع الوالدان بمهمةٍ أساسيةٍ وهي تربية الأبناء وتوجيههم ورعايتهم وإشباع حاجاتهم من خلال العلاقة السوية بينهم، وتتعدد أساليب تربية الأبناء ورعايتهم: فمنها ما يعين الأطفال على حسن التوافق، ومنها ما هو دون ذلك. والممارسات الوالدية تعمل على بناء شخصية الطفل التي تتمثل في قيم واتجاهات وعادات تؤثر في الأبناء وسلوكهم بالإيجابية والتوافق إذا كانت فعالة وتشعرهم بالثقة والأمن الطمأنينة والتواصل الفعال، ويترتب على ذلك التوافق السوي للأبناء وانخفاض المشكلات السلوكية لديهم، كما أنها تسهم في شعور الوالدين بالسعادة والرضا وتحميهم من الضغوط الوالدية، وتصبح هذه الرعاية مختلفةً عندما يشخص الطفل بأن لديه إعاقة أو مشكلة تمنعه من ممارسة حياته بشكلٍ طبيعي أو أنه يحتاج إلى

رعاية وعناية خاصة لمدة طويلة، ويعد ذلك مؤلماً للأسرة، كما أنه مصدرٌ أساسي للشعور بالضغط والإحباط. (مرفت العدروس، ٢٠١٩)

واليقظة العقلية الوالدية متغيرٌ مهمٌ وأساسيٌ في سياق العلاقة بين الآباء والأبناء وتربيتهم والوصول بهم إلى السواء النفسي والإيجابية، وتمثل جانباً مهماً من موضوعات علم النفس الإيجابي، ومدخلاً علاجياً مهنيًا يركز على اليقظة العقلية؛ إذ تم استخدام اليقظة العقلية في المدخل السلوكي المعرفي تحت مسمى خفض الضغوط القائم على اليقظة العقلية، كما أصبحت الضغوط جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية وكأنها شرطٌ للحالة الإنسانية؛ إذ تمثل مصدراً خطراً على الفرد لما لها من آثار سلبية، وترتبط اليقظة العقلية الوالدية سلبياً بالضغوط المدركة وأساليب المواجهة الانفعالية وأساليب المواجهة التجنبية، وترتبط إيجابياً بأساليب المواجهة العقلانية. (Palme&rRodger, 2009)

كما أن أمهات أطفال ذوي فرط النشاط ونقص الانتباه يعانون من الشعور بالوصمة والخجل من سلوكيات أطفالهم الناتجة من هذا الاضطراب مع ذواتهن أو مجتمعاتهن، وهذا ما أكدته الدراسات التي أفادت بأن أمهات أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة الذين يعانون من اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه غالباً ما يصاحبها الشعور بالوصمة، كما جاء بدراسة (أيوب عاطف، ٢٠١٩) التي كشفت نتائجها أن انتشار الوصمة كان بدرجة متوسطة من وجهة نظر آباء وأمّهات أطفال الداون، أما مستوى التوافق الأسري فكان مرتفعاً من وجهة نظر أولياء الأمور، وهناك علاقة طردية بين الوصمة والتوافق الأسري من وجهة نظر الأولياء، وبينت النتائج أن علاقة الوصمة الاجتماعية والتوافق الأسري لأطفال متلازمة داون عكسية، ووجدت فروق بين الوصمة الاجتماعية لدى أسر أطفال متلازمة الداون تعزى لمتغير (عمر الأم وعمر الطفل).

وكذلك بالنسبة للدراسات التجريبية، فأكدت دراسة (Van der, Oord& Bogels, 2012) "فعالية برامج اليقظة العقلية مع أسر أطفال ذوي فرط النشاط ونقص الانتباه" وجوداً تضاؤلاً في سلوك الأطفال بشأن اضطراب فرط الحركة وقصور الانتباه، بالإضافة إلى زيادة في مهارات اليقظة الوالدية في القياس البعدي.

وكذلك دراسة (أماني جلال، ٢٠١٨) التي كشفت نتائجها عن فعالية البرنامج القائم على استراتيجية التقليد في تحسين حالة الأطفال ذوي اضطراب التوحد وخفض الوصمة الاجتماعية والضغط النفسية لدى أمهاتهم

ثانياً: مشكلة الدراسة:

مما سبق بالمقدمة، وجدت الباحثة حسب حدودها أن هناك ندرةً في الدراسات التي أجريت بمتغيرات الدراسة الحالية، وكذلك الدراسات التي استخدمت البرامج العلاجية لمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه كانت نادرة، ولكن هناك دراسات أفادت بأن مهات أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة الذين يعانون من اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه يشعرون بالوصمة والخجل الذاتي أو المجتمعي، وهذا ما أكدته دراسة (أيوب عاطف، ٢٠١٩)، ودراسة (أماني جلال، ٢٠١٨)، وكذلك دراسة (Van der, Oord & Bogels، ٢٠١٢).

ومما سبق نجد أن جميع الدراسات السابقة بها نقصٌ تحاول الدراسة الحالية سده، فالدراسات السابقة تناولت برامج تدريبية لمهات غير مهات أطفال ذوي فرط النشاط ونقص الانتباه في خفض الشعور بالوصمة لديهن، أما الدراسة الحالية فتستخدم برنامجاً قائماً على اليقظة العقلية لخفض الشعور بالوصمة لدى أطفال ذوي فرط النشاط ونقص الانتباه.

ومما تقدم عرضه، يمكن تحديد مشكلة الدراسة الأساسية في وضع الفرض التالي:

توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب مهات الأطفال ذوي فرط النشاط ونقص الانتباه في مقياس خبرة الشعور بالوصمة لصالح التطبيق البعدي.

رابعاً: أهداف الدراسة:

لدراسة هدفٌ واحدٌ رئيس، يتمثل في التحقق من فعالية برنامج علاجي جدلي سلوكي قائم على مهارة اليقظة العقلية لخفض الشعور بالوصمة لدى مهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه.

خامساً: أهمية الدراسة:

لدراسة أهميتان أهمية نظرية وأهمية تطبيقية:

أولاً: الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية للدراسة فيما يلي:

١- الندرة الواضحة في الدراسات والبرامج العربية التي حاولت تطبيق برامج لخفض الشعور

بالوصمة لدى مهات أطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه.

٢- انشاء المكتبة السيكولوجية في مجال اليقظة العقلية لدى مهات أطفال فرط النشاط ونقص

الانتباه بدراسة جديدة حسب حدود علم الباحثة تتناول برنامج علاجي جدلي سلوكي قائم

على مهارة اليقظة العقلية هدفه خفض الشعور بالوصمة لدى مهات أطفال فرط النشاط

ونقص الانتباه وهو من اعداد الباحثة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- ١_ تزويد المسؤولين عن إعداد البرامج علاجية وتدعيمية لهذه الفئة ببرنامج قد يسهم في خفض الشعور بالوصمة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه.
- ٢_ إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تصميم برامج علاجية أخرى تهدف إلى دعم أمهات لأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه.
- ٣_ إعداد برنامج علاجي جدلي سلوكي قائم على مهارة اليقظة العقلية، يمكن استخدامه من قبل الاختصاصيون العاملون مع فئة أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه.

سادساً: مفاهيم الدراسة ومصطلحاتها

١- خبرة الشعور بالوصمة:

يقصد بها الخبرة الشعورية بالوصمة الذاتية التي يشعر بها من هم على صلة بالأفراد الموصومين، وما ينجم عنها من استجابات نفسية لديهم تؤثر على نوعية حياتهم وعلى صلاتهم الاجتماعية وعلاقاتهم الأسرية وكذلك تقديرهم لذاتهم.

وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها المستخدم في الدراسة الحالية. (أحمد السيد، ٢٠٢٠)

٢- اليقظة العقلية:

هي المراقبة المستمرة للخبرات، والتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الانشغال بالخبرات الماضية أو الأحداث المستقبلية، وتقبل الخبرات والتسامح معها، ومواجهة الأحداث بالكامل كما هي في الواقع بدون إصدار أحكام تقييمية عليها. (Cardaciotto, 2008)

٣- العلاج الجدلي السلوكي :

يعرّفُ هذا البرنامج في ضوء تعريف الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) على أنه: أحد أساليب العلاج النفسي، وهو يتسم بأنه برنامجٌ علاجي ذو صيغة مرنة تتكون من عناصر العلاج السلوكي والعلاج المعرفي والعلاج المعرفي السلوكي ومهارة اليقظة العقلية أو الذهنية.

(السيد فهمي: ٢٠٢١)

سابعاً: الدراسات السابقة:

وسوف تعرض الباحثة بعض الدراسات على النحو التالي:

القسم الأول: الدراسات التي تناولت اليقظة العقلية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه:

١- دراسة (Bogels & Oord, der Van, 2012):

هدفت الدراسة إلى تقييم فاعلية برنامج تدريبي لمهارات اليقظة العقلية لدى عينة من الأطفال في عمر ٨-١٢ سنة من ذوي اضطراب فرط الحركة وقصور الانتباه بالتوازي مع تدريب والديهم على مهارات اليقظة العقلية الوالدية، وتكونت العينة من (٢٢) فرداً من الوالدين، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس أعراض اضطراب فرط الحركة وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى أطفالهم قبل بداية البرنامج الذي استمر لمدة (٨) أسابيع، وكذلك تم تقدير أعراض الاضطراب من قبل المعلمين، وبعد انتهاء البرنامج قام الباحث بقياس بعدي، وكشفت النتائج عن وجود تضاؤل في سلوك الأطفال بشأن اضطراب فرط الحركة وقصور الانتباه، بالإضافة إلى وجود زيادة في مهارات اليقظة الوالدية في القياس البعدي، كما لوحظ نقص في الإجهاد الوالدي.

٢- دراسة (مرفت العدروس ، ٢٠١٩):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين اليقظة العقلية لدى الوالدين وأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه، والتعرف على تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية في اليقظة العقلية الوالدية. وتكونت عينة الدراسة من (١٠٣) من آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب (ADHD)، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس اليقظة العقلية لدى الوالدين من إعداد دونكن وكوتسورث (وجرينبرج ٢٠٠٩)، (Duncan Coatsworth & Greenberg) ترجمه وأعدده للعربية (الضبع وآخرون، ٢٠١٦)، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط لدى والدي الأطفال ذوي اضطراب (ADHD) من إعداد الباحثة.

وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية لدى الوالدين وأساليب مواجهة الضغوط فيما عدا بُعد طلب الدعم والمساندة كأحد أبعاد أساليب مواجهة الضغوط، ووجود فروق في اليقظة العقلية لدى الوالدين تعزى إلى مستوى التعليم لصالح الآباء والأمهات في بُعد الاستماع مع الانتباه الكامل، وأخيراً يمكن التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط فيما عدا بُعد طلب الدعم والمساندة من خلال اليقظة العقلية للوالدين (الدرجة الكلية).

القسم الثاني: الدراسات التي تناولت اليقظة العقلية لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات

الخاصة :

١-دراسة (White& Conner,2014):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين اليقظة العقلية لدى أمهات أطفال اضطراب طيف التوحد والأطفال العاديين والضغوط الخاصة بالأم كما تدرکها والمشكلات السلوكية لأبنائهن، وتكونت عينة الدراسة من (٦٧) من أمهات أطفال التوحد و(٨٧) من أمهات الأطفال العاديين، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الضغوط المدركة، ومقياس القلق والاكتئاب، وقائمة السلوك الشاذ.

وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اليقظة العقلية والضغوط المدركة لدى العينة الكلية من الأمهات، وارتفاع مستوى اليقظة العقلية لدى أمهات الأطفال العاديين، ووجود علاقة دالة بين اليقظة العقلية لدى الأمهات وبعض المشكلات السلوكية لدى أبنائهن، كما أوضحت النتائج أن التدخلات العلاجية لتعزيز الانتباه تحد من الضغوط الوالدية لدى الأمهات.

٢-دراسة (Gouveia,et_al,2016):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور اليقظة العقلية الوالدية في العلاقة بين التعاطف مع الذات واليقظة العقلية والأساليب الوالدية والضغوط الوالدية، وتأثير بعض المتغيرات الديموغرافية على اليقظة العقلية الوالدية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٢) فرداً، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس اليقظة العقلية الوالدية، ومقياس التعاطف مع الذات، ومقياس اليقظة العقلية، ومقياس الأساليب الوالدية، ومقياس الضغوط الوالدية،

وأوضحت النتائج وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين متغيرات الدراسة؛ إذ ترتبط اليقظة العقلية الوالدية ارتباطاً إيجابياً بكل من: التعاطف مع الذات واليقظة العقلية، أما الضغوط الوالدية فترتبط سلباً مع اليقظة العقلية واليقظة العقلية الوالدية والتعاطف مع الذات، كما تتأثر اليقظة الوالدية بالجنس وعدد الأطفال، والأمهات لديهن مستويات مرتفعة من اليقظة الوالدية أكثر من الآباء.

٣- دراسة (الضبع وآخرين، ٢٠١٦):

هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة الارتباطية بين اليقظة الوالدية العقلية وكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً، وتكونت عينة الدراسة من (١٧٥) فرداً من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية:

مقياس اليقظة العقلية الوالدية البيئشخصية لدى الوالدين من إعداد (Duncan,et al,2009)، واستبيان كفاءة المواجهة من إعداد (Schroder&ollis,2013).

وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين اليقظة الوالدية العقلية وكفاءة المواجهة، وأن اليقظة الوالدية العقلية تتأثر بجنس الوالدين؛ إذ كانت الفروق لصالح الأمهات، كما تتأثر بنوع إعاقة الطفل، والمواجهة من خلال اليقظة الوالدية العقلية.

القسم الثالث : الدراسات التي تناولت البرامج العلاجية للشعور بالوصمة لدى أمهات أطفال أمهات ذوي الاحتياجات الخاصة.

١-دراسة (فكري لطيف ، ٢٠٢٠):

هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتحسين التوجه نحو الحياة في خفض الشعور بالوصمة الاجتماعية لأمهات الأطفال من ذوي متلازمة داون، وتكونت عينة الدراسة الإجرائية من (١٠) من أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس الشعور بالوصمة الاجتماعية إعداد الباحث، ومقياس التوجه نحو الحياة، وكذلك البرنامج الإرشادي من إعداد الباحث.

وأسفرت النتائج عن تحسين درجة التوجه نحو الحياة، وأيضاً خفض درجة الشعور بالوصمة الاجتماعية لدى الأمهات، وقد امتد تأثير البرنامج لما بعد التطبيق بشهرين، والاستفادة من البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى الصحة النفسية لديهن من خلال التخلص من معاناتهن.

القسم الرابع : الدراسات التي تناولت الوصمة لدى أمهات أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة :

١-دراسة (أيوب عاطف، ٢٠١٩):

هدفت الدراسة إلى معرفة نسبة انتشار الوصمة ومستوى التوافق الأسري لدى أسر أطفال متلازمة داون، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، تكونت عينة الدراسة من (١٣٣) أسرة من أسر الداون، واستخدمت الأدوات التالية: مقياس الوصمة ل(حسون، ٢٠١٣)، ومقياس التوافق الأسري ل (العنزي، ٢٠١٢).

وتوصلت الدراسة إلى أن انتشار الوصمة كان بدرجة متوسطة من وجهة نظر آباء و أمهات أطفال الداون، وأن مستوى التوافق الأسري كان مرتفعاً من وجهة نظر أولياء الأمور، وكذلك هناك علاقة طردية بين الوصمة والتوافق الأسري من وجهة نظر الأولياء، وبينت النتائج

أن علاقة الوصمة الاجتماعية والتوافق الأسري لأطفال متلازمة داون عكسية، ووجدت فروق بين الوصمة الاجتماعية لدى أسر أطفال متلازمة الداون تعزى لمتغير (عمر الأم وعمر الطفل).

٢-دراسة (هدى جمال، ٢٠٢٠):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية والشعور بالوصمة لدى عينة من أمهات ذوي الإعاقة العقلية البسيطة، وتكونت عينة الدراسة من (٨٣) أماً من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: المناعة النفسية (إعداد الباحثة)، ومقياس الوصمة (إعداد الباحثة).

وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والوصمة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة، كما كشفت النتائج عن وجود فروق دالة بين متوسط درجات الأمهات على مقياسي المناعة النفسية والوصمة تبعاً للعمر الزمني للأمهات الأكبر سناً على مقياسي المناعة النفسية ولصالح الأمهات الأصغر سناً على مقياس الوصمة، وكشفت النتائج أيضاً عن وجود فروق دالة بين متوسط درجات الأمهات على مقياسي المناعة النفسية والوصمة تبعاً للمستوى التعليمي للأمهات لصالح المستوى التعليمي المرتفع على مقياسي المناعة النفسية ولصالح التعليم المتوسط على مقياس الوصمة، كما يمكن التنبؤ بالمناعة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة من خلال الوصمة لديهن.

٣-دراسة (أحمد السيد، ٢٠٢٠):

هدفت الدراسة إلى التحقق من الكفاءة السيكومترية لكل من مقياس خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها ومقياس التغيرات الوالدية الإيجابية، وتكونت عينة الدراسة من مقدمات الرعاية للأطفال ذوي الاضطرابات النمائية (ن=١٦٩)، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها، ومقياس التغيرات الوالدية الإيجابية اللذين أعدها ساركر (٢٠١٠).

وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي لمقياس الشعور بالوصمة وتأثيرها عن استخراج ثلاثة عوامل هم: "عامل تأثير الوصمة"، و"عامل خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية" و"عامل الشعور بالوصمة الذاتية"، كما تحققت الخصائص السيكومترية للمقياس بعدة طرق وكانت جميعها مقبولة إحصائياً، كما أسفر التحليل العاملي لمقياس التغيرات الوالدية عن استخراج أربعة عوامل: عامل التغيرات الإيجابية في النظرة إلى الذات، و"عامل التغيرات الإيجابية في القيم الروحية والعلاقات الاجتماعية"، و"عامل التغيرات الإيجابية في الحياة المهنية"، و"عامل التغيرات الإيجابية في النظرة إلى الحياة"، كما تحققت الخصائص السيكومترية للمقياس بعدة طرق وكانت جميعها مقبولة إحصائياً.

ثامنا: الإجراءات المنهجية للدراسة:

فيما يلي تعرض الباحثة لإجراءات دراستها ومنهجها على النحو التالي:

أولاً" منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج شبه التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة، بغرض التحقق من فعالية برنامج علاجي جدلي سلوكي لخفض الشعور بالوصمة لدى عينة من أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه.

ثانياً" العينة:

تم اختيار عينة الدراسة من مركز زمزم للصحة النفسية وعلاج الإدمان (وحدة العلاج السلوكي للأطفال)، وتم تقسيم العينة على النحو التالي:

العينة الاستطلاعية:

تكونت تلك العينة من (٦٠) من أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه، تتراوح أعمارهن من (٣٠) إلى (٤٥)، وجميعهن تم التطبيق عليهن بغرض التحقق من الشروط السيكومترية لأداة الدراسة.

العينة التجريبية:

تكونت تلك العينة من (١٠) من أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه، تتراوح أعمارهن من (٣٠) إلى (٤٥).

ثالثاً" متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: البرنامج العلاجي الجدلي السلوكي.

المتغير التابع: الشعور بالوصمة.

رابعاً" أدوات الدراسة:

مقياس خبرة الشعور بالوصمة.

تكونت أدوات الدراسة من المقاييس التالية:

أولاً: مقياس خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها:

وصف المقياس:

أ- أعد هذا المقياس (2010.Sarker) وهو مقتبس من بطارية خبرات الوصمة التي أعدها

"ستيورات وميلف ومايكل" للتطبيق على المرضى العقلين، وقد عدل (2010.Sarker)

بنود المقياس ليصلح للتطبيق على مقدمي الرعاية للبالغين من ذوي الإعاقات العقلية.

ب- وقد قام بترجمته وتعريبه وحساب خصائصه السيكمترية (أحمد السيد، ٢٠٢٠) وذلك على عينة قوامها "١٦٩" من مقدمات الرعاية (الأمهات أو من يقوم مقامهن) للأطفال ذوي الاضطرابات النمائية.

الخصائص السيكمترية لمقياس خبرة الشعور بالوصمة لدى معرب المقياس ومترجمه:

أولاً: ثبات المقياس:

اعتمد معرب المقياس ومترجمه (أحمد السيد، ٢٠٢٠) على نوعين من الثبات هما:

أ- ثبات ألفا لكرونباخ :

تم حساب ثبات ألفا ليكرونباخ للفقرات والأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، حيث يظهر معامل الثبات

لعامل تأثير الوصمة وهو (٠,٩٢٨)، وعامل أو بُعد خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية (٠,٧١٤)، وعامل أو بُعد خبرة الشعور بالوصمة الذاتية (٠,٦١٩)، وهي قيم مرتفعة ومقبولة إحصائياً.

كما حسب معامل ألفا لكرونباخ للمقياس الكلي، فبلغت قيمته (٠,٨٧٠) وهي قيمة مقبولة إحصائياً وتؤكد ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده الفرعية.

ب- ثبات التجزئة النصفية:

حسب معرب المقياس ثبات التجزئة النصفية للمقياس، وصحح الطول بمعادلة سبيرمان وبراون، حيث تشير معاملات ثبات مقياس الشعور بالوصمة من خلال التجزئة النصفية بين جزئية ومعامل ثبات بُعد تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون لدى مقدمات الرعاية للأطفال ذوي الاضطرابات النمائية؛ إذ بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس (٠,٥٧) وهي قيمة مقبولة تدل على معامل ارتباط الاختبار بنفسه أو معامل ثبات الاختبار.

ثانياً: الصدق:

(١) صدق الاتساق الداخلي:

حسب صدق مقياس الشعور بالوصمة وتأثيرها وأبعاده الفرعية بطريقة الاتساق الداخلي، وذلك بحساب ارتباط درجة كل بند بالدرجة الكلية للعامل أو البعد وارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس.

صدق الاتساق الداخلي لعامل أو بُعد تأثير الوصمة حيث كان (٠,٩٩٦)، وعامل خبرة

الشعور بالوصمة الاجتماعية (٠,٣٤٧)، وعامل خبرة الشعور بالوصمة الذاتية (٠,٤١٧).

يتضح أن معاملات الارتباط جميعا بين البنود والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه إحصائيا عند مستوى (٠,٠٠١) فأقل، وكانت معاملات الارتباط جميعها بين العوامل أو الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها دالة إحصائياً. وتدل النتائج على صدق الاتساق الداخلي للمقياس وعوامله أو أبعاده الفرعية على مقدمات الرعاية للأطفال ذوي الاضطرابات النمائية.

(٢)الصدق التمييزي:

أجرى الباحث اختبار (ت) للمجموعات المستقلة بين مقدمات الرعاية المرتفعات ومقدمات الرعاية المنخفضات في خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها؛ للتحقق من قدرة المقياس على التمييز بين الطائفتين، وذلك بعد تحديدهن من خلال الإرباعيات، فكانت قيمة (ت) لتأثير الوصمة (٣٣,٤٦٤) دالة عند مستوى ٠,٠٠١، وخبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية (٥,٢٥٧) دالة عند مستوى ٠,٠٠١، وخبرة الشعور بالوصمة الذاتية (٤,٢٤٢) دالة عند مستوى ٠,٠٠١. وتشير النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً في متوسط درجات كل من عوامل أو أبعاد تأثير الوصمة وخبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية والوصمة الذاتية بين مقدمات الرعاية منخفضة ومرتفعات الشعور بالوصمة وتأثيرها، والفروق في اتجاه مقدمات الرعاية مرتفعات خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها، وثبت أن المقياس فعال للتمييز بين المجموعتين. الخصائص السيكومترية لمقياس خبرة الشعور بالوصمة للدراسة الحالية:

تم حساب الثبات بطريقتين:

أ- معامل ثبات ألفا ليكرونباخ:

تم حساب ثبات ألفا ليكرونباخ للفقرات والأبعاد والدرجات الكلية للمقياس، حيث يظهر معامل الثبات لعامل الشعور بخبرة الوصمة لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه (٠,٩٥٠)، عامل تأثير الوصمة (٠,٧٧٨)، عامل أو خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية (٠,٧٩٩)، كذلك عامل أو خبرة الشعور بالوصمة الذاتية (٠,٧٤٠) وهي جميعها قيم مرتفعة مقبولة إحصائياً.

ب - ثبات التجزئة النصفية:

تم حساب معامل ثبات التجزئة النصفية بتقسيم العبارات إلى فردية وزوجية، ثم معامل جتمان كما هو موضح بالآتي:

١- تم حساب معامل ثبات التجزئة النصفية للفقرات والأبعاد والدرجات الكلية للمقياس لدى عينة من أمهات ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه (٠,٩٨٢)، عامل تأثير الوصمة (٠,٨٧١)، عامل الشعور بخبرة الوصمة الاجتماعية (٠,٨٨٧)، عامل الشعور بخبرة الوصمة الذاتية (٠,٨٥٦) وهي جميعها قيم مرتفعة ومقبولة إحصائياً.

ثانياً: الصدق:

تم حساب الصدق بطريقتين:

صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بخبرة الوصمة المطبق على عينة من أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه، فكان معامل الارتباط للبعد الأول: تأثير الوصمة يتراوح بين (٠,٦٣٦/٠,٣٤٩) دالة عند مستوى (٠,٠١)، معامل ارتباط البعد الثاني: الشعور بخبرة الوصمة الاجتماعية يتراوح بين (٠,٨٥٥/٠,٦٩٥) دالة عند مستوى (٠,٠١)، معامل الارتباط للبعد الثالث: الشعور بالوصمة الذاتية يتراوح بين (٠,٨٩٢/٠,٤٨٠) دالة عند مستوى (٠,٠١).

صدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تم حساب صدق المقارنة الطرفية لمقياس الشعور بخبرة الوصمة بقياس دلالة الفروق بين درجات الأفراد العليا (أعلى ٢٧%) والدنيا (أقل ٢٧%) على المقياس، وكانت النتائج قيمتها كالتالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا لصالح متوسطات درجات المجموعة العليا أعلى (٢٧%)، حيث كانت قيمة (ت) = ١٧,٦٧٥ مما يشير إلى صدق المقارنة الطرفية لمقياس الوصمة المطبق على عينة من أمهات الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه.

إجراءات الدراسة:

تتلخص إجراءات الدراسة الحالية فيما يلي:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الشعور بخبرة الوصمة على عينة من أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه (القياس القبلي)، ثم قامت باختيار أعلى (١٠) حالات على مقياس خبرة الشعور بالوصمة لتطبيق البرنامج العلاجي الجدلي السلوكي عليهن، ثم تطبيق مقياس خبرة الشعور بالوصمة للمرة الثانية (القياس البعدي)، ثم تطبيق مقياس خبرة الشعور بالوصمة للمرة

الثالثة (القياس التتبعي) بعد شهرين من القياس البعدي؛ وذلك للتأكد من استمرارية أثر البرنامج المعد لأغراض الدراسة الحالية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدمت الباحثة برنامج حزم التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية IBM ver.25 SPSS Statistics؛ حيث تمّ استخدام الأساليب التالية:

معامل ارتباط بيرسون لحساب الصدق " صدق الاتساق الداخلي " لأدوات الدراسة.

الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية).

معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات أدوات الدراسة.

معامل جيتمان لحسان ثبات التجزئة النصفية.

اختبار ويلكوكس Wilcoxon للتعرف على دلالة الفروق بين التطبيق القبلي والتطبيق

البعدي للمجموعات المرتبطة، وكذلك بحث دلالة الفروق بدلالة كل من قيمة W ، وقيمة Z .

اختبار ويلكوكس Wilcoxon للتعرف على دلالة الفروق بين التطبيق البعدي والتطبيق

التتبعي للمجموعات المرتبطة، وكذلك بحث دلالة الفروق بدلالة كل من قيمة W ، وقيمة Z .

تاسعا: نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

تعرض الباحثة من خلال هذا الفصل نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها، وذلك من خلال

إجراء تحليل إحصائي للبيانات باستخدام أساليب الإحصاء اللابارامتري باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss Ver 20).

عرض نتيجة الفرض الأول:

نص الفرض الأول على ما يلي: "لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين

متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في خبرة الشعور بالوصمة قبل

تطبيق البرنامج القائم على مهارة اليقظة العقلية".

للتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة معادلة رتب إشارات المجموعات المستقلة

(مان وتني) لبحث دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات كل من المجموعتين (التجريبية

والضابطة) في مقياس خبرة الشعور بالوصمة، والجدول التالي يوضح تلك النتائج:

جدول (١)

قيم " Z " ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات كلٍّ من المجموعتين (التجريبية والضابطة) في مقياس خبرة الشعور بالوصمة.

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
تأثير الوصمة	التجريبية	١٠	١١،١٠	١١١،٠٠	٠،٤٥٦-	٠،٦٤٨ غير دالة
	الضابطة	٠	٩،٩٠	٩٩،٠٠		
	الكلي	١٠				
خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية	التجريبية	١٠	١٠،٥٠	١٠٥،٠٠	٠،٤٠٠	١،٠٠٠ غير دالة
	الضابطة	٠	١٠،٥٠	١٠٥،٠٠		
	الكلي	١٠				
خبرة الشعور بالوصمة الذاتية	التجريبية	١٠	٩،٦٠	٩٦،٠٠	٠،٧٥٣-	٠،٤٥٢ غير دالة
	الضابطة	٠	١١،٤٠	١١٤،٠٠		
	الكلي	١٠				

بينت النتائج كما جاءت في الجدول السابق أنه لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس خبرة الشعور بالوصمة قبل تطبيق البرنامج القائم على مهارة اليقظة العقلية، حيث جاءت جميع قيم (Z) غير دالة.

تفسير النتائج الفرض الأول والتعقيب عليها:

كشفت النتائج عن عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس خبرة الشعور بالوصمة قبل تطبيق البرنامج.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تأثير (أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه) بشعورهم بالوصمة اتجاه ابنائهم، حيث جاءت جميع درجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) مرتفعة، مما يدل على أن الشعور بالوصمة لديهن موجوداً بنسبة كبيرة، ولذلك يحتاجون لتدخل العلاجي، وهذا ما ستقوم به الباحثة فسوف تطبق برنامج علاجي جذلي سلوكي قائم على مهارة اليقظة العقلية وذلك لخفض الشعور بالوصمة لدى العينة التجريبية.

الفرض الثاني:

نص الفرض الثاني على ما يلي: "توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه على خبرة الشعور بالوصمة قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي".

للتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة معادلة رتب إشارات المجموعات المتزاوجة (المترابطة) ولكوكسن The Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Equation لبحث دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات كل من التطبيقين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية (أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه) في مقياس خبرة الشعور بالوصمة، والجدول التالي يوضح تلك النتائج:

جدول (١)

قيم " Z " ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات كل من التطبيقين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية في مقياس خبرة الشعور بالوصمة.

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
تأثير الوصمة	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٨٠٣-	٠,٠١
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتعادلة	٠				
	الكلي	١٠				
خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٩١٩-	٠,٠١
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتعادلة	٠				
	الكلي	١٠				
خبرة الشعور بالوصمة الذاتية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٨٧٧-	٠,٠١
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	المتعادلة	٠				
	الكلي	١٠				

بينت النتائج كما جاءت في الجدول السابق أنه توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه على مقياس خبرة الشعور

بالوصمة قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي، ويمكن توضيح النتيجة على النحو التالي:

-لا توجد هناك أية حالات موجبة بعد الترتيب في مقابل ١٠ حالات سالبة في درجات بُعد تأثير الوصمة، وهذا بدوره يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في درجة بُعد تأثير الوصمة، وذلك لصالح القياس البعدي (حيث كان متوسط رتب الحالات السالبة = ٥,٥٠، بينما كان متوسط رتب الحالات السالبة = صفر)، وجاءت قيمة $Z = 2,803$ وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير للتأثير الإيجابي للبرنامج العلاجي الجدلي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية لخفض الشعور بالوصمة لدى المجموعة التجريبية.

-لا توجد هناك أية حالات موجبة بعد الترتيب في مقابل ١٠ حالات سالبة في درجات بُعد خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية، وهذا بدوره يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في درجة بُعد خبرة الشعور بالوصمة الاجتماعية، وذلك لصالح القياس البعدي (حيث كان متوسط رتب الحالات السالبة = ٥,٥٠، بينما كان متوسط رتب الحالات السالبة = صفر)، وجاءت قيمة $Z = 2,919$ وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير للتأثير الإيجابي للبرنامج العلاجي الجدلي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية لخفض الشعور بالوصمة لدى المجموعة التجريبية.

-لا توجد هناك أية حالات موجبة بعد الترتيب في مقابل ١٠ حالات سالبة في درجات بُعد خبرة الشعور بالوصمة الذاتية، وهذا بدوره يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في درجة بُعد خبرة الشعور بالوصمة الذاتية، وذلك لصالح القياس البعدي (حيث كان متوسط رتب الحالات السالبة = ٥,٥٠، بينما كان متوسط رتب الحالات السالبة = صفر)، وجاءت قيمة $Z = 2,877$ وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير للتأثير الإيجابي للبرنامج العلاجي الجدلي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية لخفض الشعور بالوصمة لدى المجموعة التجريبية.

تفسير نتائج الفرض الثاني والتعقيب عليها:

كشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه على مقياس خبرة الشعور بالوصمة قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تأثير البرنامج العلاجي الجدلي السلوكي لدى المجموعة التجريبية (أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه) بعد تعرضهن للبرنامج، وتفسر الباحثة هذا التأثير بأن درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج كانت مرتفعة، حيث كان الشعور بالوصمة لديهم موجوداً بنسبة كبيرة، وبعد تطبيق البرنامج انخفضت درجات أفراد العينة التجريبية على مقياس خبرة الشعور بالوصمة؛ وهذا يعني تحسن مستوى أفراد العينة التجريبية (أمهات أطفال فرط النشاط ونقص الانتباه) في عدم إحساسهن بالوصمة كونهن أمهات لأطفال غير عاديين.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (فكري لطيف، ٢٠٢٠) والتي أثبتت نتائجها تحسين درجة التوجه نحو الحياة، وأيضاً خفض درجة الشعور بالوصمة الاجتماعية لدى الأمهات، وقد امتد تأثير البرنامج لما بعد التطبيق بشهرين، والاستفادة من البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى الصحة النفسية لديهم من خلال التخلص من معاناتهن.

المراجع:

- أحمد السيد فهمي، ٢٠٢٠: الكفاءة السيكومترية لمقياسي خبرة الشعور بالوصمة وتأثيرها والتغيرات الوالدية الإيجابية لدى عينات من مقدمات الرعاية لأطفال ذوي الاضطرابات النمائية _ جامعة الأسكندرية_ دراسات نفسية _مج، ع٣٣_ ص٥٢٠
- أماني جلال محمد مرسى، ٢٠١٨: التحقق من استراتيجيات التقليد في تحسين حالة الأطفال ذوي اضطراب التوحد وأثره في الوصمة الاجتماعية والضغط النفسية لدى أمهاتهم_جامعة القاهرة_ كلية الدراسات العليا للتربية_مج٢٦، ع٤_ ص٣٢٢-٣٦٠
- أيوب عاطف، إبراهيم الشواشرة، عمر مصطفى، والريحانة، ٢٠١٩: العلاقة بين الوصمة الاجتماعية والتوافق الأسري لدى أسر أطفال متلازمة داون (رسالة غير منشورة)_جامعة البحرين_ مركز النشر العلمي.مج٧.١
- السيد فهمي علي، ٢٠٢١: العلاج الجدلي السلوكي، الأسكندرية: منصة علم للنشر الورقي والإلكتروني
- السيد فهمي علي. ٢٠٢٠: كتاب اضطرابات النمو العصبية. منصة علم للنشر الورقي الإلكتروني. ص٢١٧-٢١٨

فتحي عبد الرحمن، طلب، أحمد علي، سليمان، عمرو محمد، الضبع. ٢٠١٦: اليقظة الوالدية عقليا وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقليا_ مجلة كلية التربية_جامعة عين شمس_ العدد ٤٠، ٤٤ع و١٦١-٢٦٣.

فكري لطيف متولي، ٢٠٢٠: فعالية برنامج إرشادي انتقائي في تحسين التوجه نحو الحياة وأثره في خفض الشعور بالوصمة الاجتماعية لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون_جامعة الزقازيق_ كلية علوم الإعاقة والتأهيل_مجلة التربية الخاصة_ع ٣١_ص ١٧٢_٢٢٤

مرفت العدروس أبو العنين ندا، ٢٠١٩: اليقظة العقلية لدى الوالدين وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من والدي الأطفال ذوي اضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه_جامعة مصر للعلوم والتكنولوجيا_ دراسات نفسية_ مج ٢٩، ع ١_ يناير _ ص ١٢٩ (- ١٨٧).

هدى جمال، ٢٠٢٠: العلاقة بين المناعة النفسية والشعور بالوصمة لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة_كلية الآداب_مجلة البحث العلمي في الآداب (العلوم الاجتماعية والإنسانية)_العدد ٢١، ج ٤_ص (٢٢٩).

10-Palmer, A.,& Rodger, S. (2009). Mindfulness, stress, and coping among university students. Canadian Journal of Counselling, 43(3), 198-212

1. **Van der Oord, S., Bögels, S.M., Peijnenburg, D. (2012). The Effectiveness**
2. **of Mindfulness Training for Children with ADHD and Mindful**
3. **Parenting for their Parents. Journal of Child and Family Studies,**
4. **21, 139-147**
5. **3 Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C.,& Moreira, H.13-**
6. **(2016). Selfcompassion and dispositional mindfulness are**
7. **associated with**
8. **parenting styles and parenting stress: the mediating role of mindful**
9. **parenting. Mindfulness, 7(3), 700-712**
10. **14 Conner, C. M.,& White, S. W. (2014). Stress in mothers of**
11. **children with**
12. **5 Cardaciotto, L., Herbert, J., Forman, E. & Farrow, W.(2018).**
13. **The**
14. **assessment of present-moment awareness and**
15. **acceptance: The Philadelphia mindfulness scale**
16. **Assessment, 15,204-223.**