

"أثر اليقظة العقلية في تنمية مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين  
الاجتماعيين العاملين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة"

**The Impact of Mindfulness on Developing Family Mediation Skills "**  
**among Social Workers Working in Family Dispute Resolution Offices**  
**"at Family Courts**

اعداد

د إيهاب حامد سالم على

٢٠٢٥

**أولاً: مقدمة الدراسة:**

تتعرض الأسرة اليوم، أكثر من أي وقت مضى، إلى العديد من الضغوط ذات الطبيعة المادية والاجتماعية والنفسية والثقافية، وهي في حقيقتها ما هي إلا انعكاس ونتيجة محصلة لنمط الحياة المعاصرة التي تأثرت بقوة الاستهلاك وهيمنة وسائل الاتصال وتداخل القيم والثقافات، الأمر الذي جعل الأسرة تعيش حالة من الضعف تجعلها عرضة للكثير من الضغوط التي تزيد حدة النزاعات والتوترات والصراعات إلى تودي إلى العديد من حالات التفكك والطلاق . ووفق اخر إصدارات الجهاز المركزي للتعبئة العامة والاحصاء الصادرة في أكتوبر ٢٠٢٤ حيث بلغ عدد حالات الطلاق عام ٢٠٢٣ (254923) حالة، وسجلت اعلى نسبة طلاق بالنسبة للمطلقين والمطلقات للفئة العمرية من (٢٥ إلى أقل من ٣٠ سنة) بعدد (٤٤٣٧٥) حالة بنسبة (١٧.٤%). الجهاز المركزي للتعبئة العامة والاحصاء ، ٢٠٢٤ ) ، مع التأكيد على محاولة الدولة الجادة في العمل على تماسك الاسرة من خلال العديد من المبادرات والبرامج .

وفي إطار محاولة الدولة المصرية الحد من هذه الظاهرة، أنشأت مكاتب تسوية المنازعات الأسرية التابعة لمحاكم الأسرة بموجب القانون رقم ١٠ لسنة ٢٠١٠. وتقوم هذه المكاتب بجهود التسوية والمصالحة الودية بين الطرفين المتنازعين قبل الوصول إلى مرحلة التقاضي، بما يوفر الوقت والجهد والمال، ويخفف من المعاناة الاجتماعية والنفسية المرتبطة بمنازعات الطلاق أو الخلع. ويضم فريق العمل بالمكتب رئيساً وأخصائياً اجتماعياً وأخصائياً نفسياً وأخصائياً قانونياً، يتعاونون جميعاً في التوسط لحل النزاعات المتعلقة بالطلاق أو الخلع، وكذلك النزاعات الخاصة بالأبناء مثل الحضانة والنفقة والوصاية.

حيث يقوم الأخصائي الاجتماعي بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بالعديد من الأدوار والخدمات ومنها استقبال الأسرة والترحيب بها، التعرف على أسباب النزاع محاولة إيجاد الحلول من خلال عقد الجلسات الفردية أو الأسرية خلال عملية التسوية، تحليل العوامل المؤدية للنزاع، إمداد كل من الطرفين بالمعلومات التي من شأنها حل النزاع، مد الزوجين بالأنساق الأخرى التي يمكن أن تقدم لهما الدعم والمساندة، تكوين بصيرة لدى الأطراف حول الآثار السلبية المترتبة على الطلاق، التركيز على مصير الأبناء والضرر الواقع عليهم الناتج عن الطلاق والاستمرار في التقاضي (إسماعيل، ٢٠٢١، ص٨٧).

وانطلاقاً من ذلك، يعد الأخصائي الاجتماعي ركيزة أساسية في إنجاح الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في مختلف مجالات الخدمة الاجتماعية، وبالتالي فإن كفاءته المهنية تتوقف على العديد من المتطلبات والامكانيات والقدرات التي يجب أن يمتلكها، حيث أن الأخصائي الاجتماعي في المجال الأسري وخاصةً مكاتب المنازعات الأسرية يتدخل مع العديد من المشكلات الأسرية المختلفة من حيث النوع والشدة والتعقيد؛ فلا بد وأن يكون لديه قدرة على التعامل بفاعلية معها، بالإضافة إلى تعرضه للعديد من الضغوط المهنية والتحديات الوظيفية في بيئة العمل، ونظراً لأهمية الدور الذي يلعبه الأخصائي الاجتماعي والتي ينعكس بالطبع على العملاء والمترتب بما يملكه من قدرات وامكانيات على أداء لهذا الدور.

ونظراً لما يعقد على الوساطة الأسرية من امل فإنها أصبحت جديرة بالدراسة والتحليل للوقوف على الطبيعة والاطلاع على المسار وما يلزمها من مهارات مهنية تحتم على الأخصائي الاجتماعي اكتسابها حتى يتمكن بفاعلية ممارسة عملية الوساطة الأسرية.

ونظراً للدور الكبير الذي تلعبه الوساطة في التخفيف على القضاء وامتصاص بعض النزاعات، بدل أن تأخذ مسارها في خطوات التقاضي العادية، وما تفرضه من إجراءات معقدة فالجوء إلى الوساطة تتميز بالسرعة والفاعلية والمرونة والسرية، وهي من صنع الأطراف بصورة مباشرة للحلول التي يرونها كفيلة لإنهاء نزاعاتهم وتنفيذهم لاتفاقات التسوية التي تهدف إلى تحقيقها عملية الوساطة خاصة في النزاعات الأسرية التي غالباً ما يكون أطرافها هما الزوجان وما تنسم به من الخصوصية في معرفتهم للمشكلات وكونهم هم المعنيون بالحل التي تهدف له الوساطة كعدالة تصالحية (أومولود، ٢٠١٣، ص ١٢١).

وفي محاولة لحل النزاع الأسري، فمن الضروري التواصل الجيد ومن غير اللائق أن التواصل يؤدي إلى نزاع جديد ويكون سببه الأخصائي الاجتماعي، يمكن للأخصائي الاجتماعي الذي يعمل مع الأسرة مساعدتها وعضائها على البقاء على قيد الحياة في فترات صعبة من خلال تقديم الدعم. فالأخصائي الاجتماعي الوسيط، الذي يتشاور مع الأطراف المختلفة والمتصارعة، الوسيط الذي يحل نزاعاتهم. هذه العملية تعرف بأنها الوساطة، واحدة من أكثر المهارات ذات الصلة بحل النزاعات والاتصال الفعال حيث يؤكد مفهوم الوساطة على أن التواصل السليم يمكن أن يساعد في حل مشكلة الصراع عندما يتخذ افراد الاسرة قرارات ودية، فالوساطة هي بديل للمحكمة فهو اجراء ودي وسري لتسوية المنازعات والذي يجب أن يكون محايد ومستقل بين الأطراف المتنازعة وبالتالي يساعد ويحفز الأطراف المتنازعة إلى الوصول إلى اتفاق متبادل (Norutė, & Garšvė, 2021, p.94).

وقد اعترفت الخدمة الاجتماعية بالوساطة كوظيفة تقع ضمن اختصاص ممارسة الخدمة الاجتماعية. منذ الثمانينيات من القرن الماضي، تم الاعتراف بالوساطة في مناهج الخدمة الاجتماعية كطريقة ممارسة متميزة. يشترك الوساطة والخدمة الاجتماعية في العديد من التقنيات والقيم والأساليب. في حين أن الأخصائيين الاجتماعيين لديهم الكثير ليساهموا به خاصة في مجال الوساطة الأسرية فهي طريقة متميزة لها قيمها وتقنياتها وأساليبها وشخصيتها المهنية (Barsky, 2001, p.25).

فالوساطة الأسرية عملية صعبة وتحتاج إلى تدريب وعملية ضبط انفعالي مع العملاء حتى يتم تحقيق الهدف المرجو من ممارستها ولهذا يجب أن يتوفر العديد من المهارات لعملية الوساطة الأسرية والتي مجموعها ٣٢ مهارة مقسمة كالآتي (التواصل مع العملاء connecting with ٧ مهارات، الحفاظ على التحكم maintaining control ٩ مهارات - اتخاذ قرارات مستنيرة making informed choices ٥ مهارات - التدخل intervening ١١ مهارة) (Benjamin & Irving, 2002, p.47).

وفي ضوء ذلك، تُعد الوساطة الأسرية عملية استماع وتبادل الحوار وتفاوض بهدف بناء الروابط الأسرية بين افرادها بتدخل شخص ثالث هو الوسيط شريطة كونه مؤهل ونزيه ومحايد، وذلك عن طريق تنظيم اجتماعات سرية، وإدارة الصراع بغرض استعادة التواصل وخلق مناخ من الثقة بين الافراد للوصول إلى اتفاق حول خلافاتهم الأسرية، ومعالجة القضايا المتصلة بنزاعاتهم الشخصية مع الاخذ بعين الاعتبار الاحتياجات الحقيقية لجميع الأطراف بمن فيهم الأطفال (عبد الحليم، ٢٠٢١، ص ٩٣٤).

ويُمكن القول في النهاية إن الوساطة الأسرية تمثل بناءً خاصاً من المعارف والمهارات العملية، يتم اكتساب هذه المهارات النظرية والعملية بطريقة محددة ومعتمدة على أنه نشاط منظم وذاتي التنظيم، تلعب دوراً اجتماعياً مهماً ولها منظماتها المهنية تحدد صورتها المهنية وتضع لوائحها وتعزز تطويرها، لها أخلاقياتها المهنية الخاصة (Carrasco, 2016, p.277).

وهناك العديد من البحوث والدراسات السابقة التي تناولت الوساطة الأسرية ومنها دراسة **فوزى شحاته (٢٠٠٧)** والتي هدفت إلى تحديد مستوى ممارسة الأخصائي الاجتماعي لعملية الوساطة الأسرية بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحكمة الأسرة، والتي طبقت على مكاتب المنازعات بمحافظة شمال الصعيد وبلغ عدد العينة (٧٣) أخصائي اجتماعي واعتمدت على أداة أساسية وهي مقياس مستوى ممارسة الأخصائي الاجتماعي لعملية الوساطة، وكانت ابرز نتائج الدراسة هو أن مستوى ممارسة الأخصائي الاجتماعي لتوجيه اطراف النزاع خلال الاتصال الأولى متوسط، ومستوى ممارسة الأخصائي لمساعدة الأطراف على فهم الموقف والتعاون لتسويته كان متوسط، ومستوى ممارسته لتناول محاور النزاع لدى الأطراف بالجلسات الفردية ضعيف، ومستوى اجراء مقومات عملية الوساطة بالجلسات المشتركة ضعيف.

**دراسة نبيل أبو الحسن (٢٠١٠)** والتي هدفت إلى تحديد ووصف معايير جودة الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في مجال التوسط الأسري، وطبقت على عينة من الأخصائيين العاملين بمكاتب تسوية المنازعات بأسوان وبلغ عدده ٢٥ وأعضاء هيئة التدريس عددهم (٣٣) واعتمد على أداة تحتوي على ست ابعاد وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الممارسين والأكاديميين حول معيار جودة ممارسة عملية التوسط الأسري، وكذلك معيار التزام الأخصائي بالأخلاقيات وقيم ومبادئ الممارسة المهنية واتضح أهمية كلاً من مهارة إدارة الحوار وحل المشكلة واستثمار الموارد وتكوين علاقة مهنية والتقييم كمهارات للوساطة الأسرية من جانب الأكاديميين ومهارات التفاوض وإدارة النزاع وإدارة الحوار وتقدير وتحديد المشكلة ومهارات العمل الفريقي من جانب الممارسين.

والوساطة الأسرية كممارسة مهنية متخصصة أحد الموضوعات التي حظيت باهتمام واسع من الباحثين والمهتمين بالعلوم الاجتماعية والإنسانية، وكذلك ارتباطاً بأهداف الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية بالمجال الأسري، وفي ظل المتعارف عليه في إجراءات التقاضي بقضايا الأحوال الشخصية خاصاً محاكم الأسرة والتي نصت على أدوار الأخصائي الاجتماعي عضو فريق محكمة الأسرة مما يتطلب أن يمتلك مهارات الوساطة الأسرية.

وأن من أهم متطلبات ممارسة الوساطة الأسرية أن يمتلك الأخصائي الاجتماعي المهارات المهنية التي تساعده على تطبيق تلك العملية ومن الدراسات التي اهتمت بتحديد واقع استخدام الأخصائي الاجتماعي لتلك المهارات المرتبطة بعملية الوساطة الأسرية في تسوية النزاعات الأسرية **دراسة أماني قاسم (٢٠١٥)** والتي طبقت على عينة من الأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بلغ عددهم (٦٨) أخصائي اجتماعي واستخدمت استبياناً لتحديد واقع استخدام المهارات المرتبطة بالوساطة الأسرية والتي شملت (٥) ابعاد وتوصلت نتائج الدراسة إلى مستوى استخدام مهارة أداة الحوار ومهارة التفاوض ومهارة إدارة النزاع ومهارة حل المشكلة ومهارة الاتصال مرتفعة.

**دراسة عبد الناصف يوسف شومان (٢٠٠٥)** والتي هدفت إلى تحديد المهارات المهنية للأخصائي الاجتماعي مع النزاعات الزوجية بمكاتب التسوية بمحاكم الأسرة وطبقت على عينة قوامها (٤٧) أخصائي اجتماعي واعتمدت على أداة تمثلت في مقياس المهارات وقد توصلت

الدراسة إلى اهم النتائج الاتية حيث حددت أهم المهارات المهنية للعمل مع النزاعات الأسرية في الآتي (مهارة الاتصال – تكوين علاقة مهنية – التقدير – الإقناع – حل المشكلة – الملاحظة).  
دراسة **منال فاروق على (٢٠١٠)** التي هدفت إلى تقويم دور مكاتب تسوية المنازعات الأسرية من منظور إسلامي، حيث طبقت على عينة من المتخصصين والعاملين بالمجال الأسري وعدهم (٢٠) وعلى المترددين على المكتب وعددهم (٨٨)، واعتمدت على أدوات (استمارة مقابلة للمتخصصين – مقياس تقويم دور مكاتب التسوية بمحافظة الفيوم)، وتوصلت نتائج الدراسة أن أداء الدور لمكاتب التسوية كان ضعيف، وأن الدور المتوقع من المكتب من وجه نظر المترددين كان ضعيف، وتوصلت إلى تصور مقترح لدور مكاتب تسوية المنازعات الأسرية من منظور إسلامي.

دراسة **مروة عتمان (٢٠١٠)** والتي هدفت إلى توصيف وتقويم واقع الممارسة المهنية لطريقة خدمة الفرد بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية، وطبقت على الاخصائيون الاجتماعيون بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الاسرة بمحافظة البحيرة والبالغ (٤٧) أخصائي وطبقت استمارة للتعرف على واقع الممارسة المهنية لطريقة خدمة الفرد بالمكاتب، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن واقع الدور الفعلي للأخصائي الاجتماعي من منظور خدمة الفرد، وواقع الممارسة المهنية كمؤسسة كانت هناك ابعاد قوية وأخرى متوسطة وأخرى ضعيفة، وتوصلت إلى أهمية تنمية وعي الأخصائيين الاجتماعيين بكيفية التعامل مع النزاعات الأسرية من خلال تزويدهم بالنماذج العلمية الحديثة وتنمية بعض المهارات لديهم لأن هناك ضعف لمهاراتهم في الممارسة المهنية بنسبة (٩.٦%).

و**دراسة (Luís Miguel Rondón García (2013)**، حيث هدفت إلى تحديد المبادئ الأساسية للتدريب على الوساطة الأسرية والكفاءات الاجتماعية، مع التركيز على احتياجات ومتطلبات التدريب على الوساطة. نتائج البحث الذي أجري بمساعدة الوسطاء والطلاب المحترفين، توصلت إلى ان **الكفاءات العامة للممارسة الوساطة الأسرية تتمثل في الآتي بالترتيب** صنع القرار، العمل الفريقي، مهارات التعامل مع الآخرين، الالتزام الأخلاقي، الإبداع، القيادة، المعرفة باللغة العملاء، مهارات إدارة المعلومات، الاعتراف بالتنوع والتعددية، **وبالنسبة إلى الكفاءات الخاصة** كانت بالترتيب (فهم النزاع كبعد إنساني، تحليل النزاع من منظورات متعددة، تطوير فرضيات حول النزاع، التمييز بين أنواع النزاعات، فهم النزاع كأساس للوساطة، افتراض الوساطة طوعًا) **وبالنسبة لمتطلبات الوساطة الأسرية من المهارات الاجتماعية** كانت بالترتيب (مهارات الاستماع النشط، القدرة على تقدير الاحتياجات والاهتمامات، القدرة على بناء الثقة والاحترام، مهارات إعادة التفكير والصياغة، مهارات الاتصال اللفظي وغير اللفظي، مهارات التفاوض، القدرة على التحلي بالحياد، مهارات التخطيط الاستراتيجي، القدرة على تصميم الخطط المؤقتة).

و**دراسة آية يوسف (٢٠١٦)** والتي هدفت إلى عرض نموذج الوساطة التحولية كروية معاصرة لآحد أهم النماذج العلاجية المستخدمة في الوساطة الأسرية في خدمة الفرد حيث عرضت نشأة وتطور الوساطة الأسرية وأهميتها وقواعدها وتعريفها ومراحل ممارستها واستراتيجياتها والافتراضات التي يستند عليها نموذج الوساطة التحولية ودور الأخصائي الاجتماعي في الوساطة التحولية.

و**دراسة أحلام محمد (٢٠١٦)** والتي هدفت إلى التعرف على متطلبات تجسين الأداء المهني للأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحكمة الاسرة والتي طبقت

على عينة (٥٣) من الأخصائيين الاجتماعيين و(١٢) من الاكاديميين والخبراء واعتمدت على مقياس متطلبات تحسين الأداء المهني ودليل مقابلة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أهمية توافر المهارات التي تساهم في تحسين الأداء المهني لهم ومنها المهارة في جمع المعلومات ومهارة حل المشكلة والمهارة في العلاقة المهنية والموضوعية مع طرفي النزاع وحسن الاصغاء ومهارة الملاحظة، وتوصلت إلى تصور مقترح من احد محتواه تحسين مهارات الاخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية.

وكذلك دراسة **شهد الغامدي (٢٠٢٢)** التي هدفت إلى تحديد مستوى ممارسة الأخصائي الاجتماعي لعملية الوساطة الأسرية بمركز الصلح في محكمة الأحوال الشخصية بجدة وطبقت على عينة من الاخصائيين الاجتماعيين عددهم ٢٠ وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى ممارسة الأخصائي في مساعدة أطراف النزاع على فهم الموقف والتعاون على حله واجراء مقومات عملية الوساطة بجلسات الصلح المشتركة مرتفع ومستوى ممارسته في تناول محاور النزاع بجلسات الصلح الفردية مستوى مرتفع جدا وأن مستوى ممارسته لاتفاق بين الأطراف وصياغة محضر الصلح جاءت متوسطة.

ومن خلال العرض السابق يتضح أهمية الوساطة الأسرية وما يلزمها من مهارات مهنية ملازمة لها ليتمكن الأخصائي الاجتماعي من أداء عملية الوساطة الأسرية بكفاءة عالية وتحقق الهدف من ممارستها، ولكن توافر مهارات الوساطة الأسرية وممارستها بكفاءة يحتاج إلى توافر اليقظة العقلية لدى الأخصائي الاجتماعي. حيث تعتبر اليقظة العقلية من اهم المتطلبات التي يجب أن تتوفر لدى الأخصائي الاجتماعي بصفة خاصة وجميع الممارسين بصفة عامة واليقظة العقلية تركز على وعلى الفرد بالخبرات وملاحظتها وترتبط بالمواجهة الإيجابية للضغوط وتعزيز السعادة وانخفاض الضيق، وأصبح مفهوم اليقظة العقلية يزداد انتشاراً ضمن المجال الأكاديمي لأنها تعد شكلاً من أشكال التأمل وتعد من أفضل الطرق للسيطرة على التوتر الذي يبعد الفرد عن السيطرة وتعمل أيضاً على زيادة التركيز وعدم التنقل من فكرة إلى أخرى بشكل متسرع أو مضطرب وبالتالي تمنع تشتت الانتباه بالتالي تعمل على رفع قدرات الفرد الإبداعية وتبعده عن الأفكار السلبية والتركيز على اللحظة الحاضرة (زكي؛ حلمي، ٢٠١٩، ص٤١٢).

وقد ظهر الاهتمام باليقظة العقلية، باعتبارها عملية أساسية وإحدى المتطلبات المهمة للكثير من العمليات العقلية كالإدراك والتفكير والتذكر والتحليل والتنبؤ، فهي تشير إلى التفحص الدقيق للتوقعات والأفكار الإيجابية وتحديد المثبرات الجديدة وتصنيفها في السياق الذي تحدث فيه بهدف الاستبصار بها والأداء الوظيفي للفرد من خلال التفاعل الاجتماعي، وتتاثر بالتأكيد بقدرات الفرد ودفاعيته وقدرته على التخطيط والانجاز (بهنساوي، ٢٠٢١، ص٣٢٧).

شهد العقد الماضي تدفقاً من المنح الدراسية للخدمة الاجتماعية التي تركز على اليقظة العقلية كتدخل علاجي، وكاستراتيجية للرعاية الذاتية، وكإطار عام للممارسة الخدمة الاجتماعية. واقترح علماء الخدمة الاجتماعية استخدام اليقظة العقلية كمنقلة قوية في الممارسة المهنية في المجتمع المهني، واقترح دمج اليقظة العقلية في تعليم الخدمة الاجتماعية من خلال التعرف على أفكار وانفعالات طلاب الخدمة الاجتماعية لما له من تأثير على اعدادهم المهني وممارستهم المهنية مستقبلاً، واستخدامه لتعزيز المهارات الأساسية وزيادة الرعاية الذاتية وتقليل تأثير الإجهاد المهني، الأخصائيون الاجتماعيون لديهم أيضاً استعرض استخدام تقنيات اليقظة في العلاج المعرفي السلوكي (Boone,2014 ,p.9).

وتشير النتائج إلى أن عندما تكون اليقظة العقلية فعالة تؤدي إلى تحقيق العديد من الفوائد لدى طلاب الخدمة الاجتماعية منها الذي الرفاهية الجسدية والعاطفية، والثقة، والمرونة، والتركيز، والقدرة على البقاء في اللحظة الراهنة، والقدرة على إيجاد نوع من الحكم على الذات والذكاء العاطفي والاهتمام والوعي. تحسين الاستجابات للإجهاد والقدرة على اتخاذ قرارات فعالة ومتوازنة والقدرة على حل المشكلة. تحسين الإبداع والعلاقات بين الأشخاص والمهارة في التواصل (Roulston, et.al, 2018, p.158).

فاليقظة هي مهارة قيمة يمكن تطبيقها بعدة طرق وهناك العديد من الدراسات البحثية أوضحت أن مهارات اليقظة تكون فعالة في زيادة مهارات التأقلم عندما تواجه المواقف العصيبة وحيث يواجه الأخصائيون الاجتماعيون العديد من التحديات والإحباطات المرتبطة بعملهم، نتيجة تعاملهم مع العديد من المصادر والضغوط بسبب طبيعة عملهم فإن مراجعة الأدبيات يظهر لنا أن استخدام اليقظة في ازدياد مستمر وهي مهارة بديهية في ممارسة الخدمة الاجتماعية يجب أن تتوفر لدى الأخصائيين الاجتماعيين، كما يتضح من الأدبيات، يمكن أن يكون اليقظة مصدرًا إبداعيًا للاستفادة من جانب المهنيين والطلاب والعملاء في تطبيق مهارة القيادة الفعالة التي تتطلب ضبط النفس والتركيز على الأفكار والمشاعر والأفعال وبالتالي تكسيهم مهارة أكثر فاعلية. هناك مجموعة متنوعة من السياقات المختلفة التي ثبت أن اليقظة العقلية لها تأثير كبير في المتعلمين من طلاب الخدمة الاجتماعية (Leonard, 2012, p.3).

وهدفت دراسة رولستون وآخرون (Roulston, et.al, 2018) التجريبية إلى قياس تأثير برنامج اليقظة العقلية لمدة ستة أسابيع، على الصحة العقلية والاجتهاد والمرونة لطلاب الخدمة الاجتماعية في مرحلة البكالوريوس في إيرلندا الشمالية. طبقت على عينة تتكون من مجموعة تجريبية حضروا الدورة اليقظة العقلية لمدة ستة أسابيع (أبريل ومايو ٢٠١٦) والمجموعة الضابطة التي لم تحضر برنامج اليقظة الذهنية، وتم تطبيق مقاييس الصحة العقلية والاجتهاد والمرونة في الأسبوع الأول والسادس وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق لصالح المجموعة التجريبية في مقياس الصحة العقلية والمرونة وانخفاض مصادر الاجتهاد، وأشارت إلى ضرورة استمرار برنامج الرعاية الذاتية لطلاب الخدمة الاجتماعية.

كما أن اليقظة العقلية والتعاطف هي عوامل حماية الأخصائيين الاجتماعيين وقد يؤدي أيضًا إلى تحسين نتائج العميل. قد تكون وجودهما مهم خاصا عند التعامل مع العملاء الذين يعانون من تحديات الحزن والموت. حيث هدفت دراسة (Thieleman, & Cacciato, 2019) إلى تقييم التعاطف واليقظة العقلية لطلاب الخدمة الاجتماعية قبل وبعد برنامج تعليمي تجريبي عن الموت مع التركيز على الحزن المؤلم. كمؤشر لتقييم التعاطف واليقظة العقلية لديهم وتم استخدام مقاييس التعاطف واليقظة العقلية على عينة بلغت (١١١) من طلاب الخدمة الاجتماعية وبعد انتهاء البرنامج أظهرت النتائج وجود دلالة إحصائية عن تحسن في التعاطف في ثلاثة ابعاد من خمسة ابعاد من مقياس للتعاطف، وعلى أربعة ابعاد من خمسة ابعاد من مقياس اليقظة. وظهرت زيادة الوعي وإحساس عميق بالاتصال والاستعداد للممارسة الإكلينيكية لدى طلاب الخدمة الاجتماعية.

حيث يعاني (٧٥٪) من الأخصائيين الاجتماعيين من أعراض الإرهاق والضغط النفسي، ويصاب الكثير من الأخصائيين الاجتماعيين بالإحباط ويتركون المهنة بعد سنوات قليلة من الممارسة في المملكة المتحدة وعلى نحو متزايد يهتم الأكاديميون من الخدمة الاجتماعية ليس فقط بكيفية تدريب الممارسين الأكفاء، ولكن أيضًا بكيفية إعداد الطلاب لممارسة مرنة ومستدامة في العالم الواقعي في بيئات ذات تحديات شديدة، وهناك العديد من الأدبيات التي أوضحت أن اليقظة

العقلية تخلق منطقة عازلة للانتباه وتقلل من التجار بالانفعالية السلبية وأن الأشخاص ذوي اليقظة العقلية العالية قادرون على التخلص من الأفكار السلبية وتحسين قدرات الانتباه والسيطرة الانفعالية، والتنظيم الذاتي والوقاية من اثار الصدمات والاحباطات في مجال العمل (Thomas, 2017, p.104).

والاهتمام باليقظة العقلية في الخدمة الاجتماعية ظاهرة حديثة نسبياً وليست مدمجة بشكل تام في الهدف والقاعدة المعرفة المهنية واطر الممارسة المهنية. منذ منتصف العقد الأول من القرن الحادي والعشرين فصاعداً، كان هناك عدد من المقالات التي تشير إلى دمج اليقظة العقلية مع الخدمة الاجتماعية في التدخلات الفردية والجماعية والمجتمعية، وغالباً ما تستخدم البحوث التي أجريت في علم النفس وعلم الاجتماع أو الطب والتي تحدد وتعرف اليقظة العقلية وتعتبر المصدر الرئيسي للأدلة على فعالية التطبيقات القائمة على اليقظة الذهنية. تستخدم هذه الممارسات كشكل من أشكال التدخل، لإيجاد علاقة إيجابية مع العملاء وكشكل للرعاية الذاتية للأخصائيين الاجتماعيين وعملاتهم (Lynn & Mensinga, 2015, p.257).

والدالة على أهمية اليقظة العقلية أشارت ورقة عمل (Turner, 2009) بعنوان اليقظة العقلية للحظة الحالية في ممارسة الخدمة الاجتماعية الإكلينيكية، حيث أشار إلى أن ممارسة اليقظة العقلية في الممارسات القائمة على الأدلة في الخدمة الاجتماعية الإكلينيكية، وأوضح مفهوم اليقظة وفوائد استخدامها في المجال السلوكي والعصبي وكذلك التدريب القائم على المهارات والتأثير على التنظيم والتنسيق والتعاطف ومدى تأثيرها على العملاء وعلى علاقة عملية المساعدة بين الأخصائي الاجتماعي والعميل.

وأشارت بعض الدراسات إلى فوائد اليقظة العقلية ودورها في التغييرات السلوكية لدى الأفراد وعلاج حالات القلق والاكتئاب ودورها في الإبداع التنظيمي للمهنيين، وكذلك زيادة المستويات التحصيلية للطلاب وخفض الضغوط النفسية والمهنية وتحسين بيئة العمل والتخلص من الالام المزمنة وتقبل الذات، بكونها عملية الوعي بملاحظات الذات ومدى الوعي الكلي للخبرات وتقبل الأفكار والمشاعر والاحداث كما هي في لحظتها تماما والذي يساعد الفرد على تعزيز الشعور بمعنى الحياة والقدرة على إدارة البيئات المختلفة وتعزيز الاستجابات الكيفية المتزنة (ناجواني، ٢٠١٩، ص٢٢٢)، وكذلك انها توفر تحكما افضل في العواطف والانفعالات، كما تقلل من إمعان التفكير في الأفكار السلبية وتذكر الاحداث الماضية السلبية وتقلل من القلق والاكتئاب والانفعالات السلبية كما تزيد من الوعي بالذات والمرونة في التفكير والتغلب على المشاكل والصعوبات بأسلوب عقلائي وأن اليقظة العقلية ترتبط بالتقليل من تعارض الأدوار في مجال العمل إلى بسبب الإحباط والاثار السلبية في نتائج العمل (الصديق؛ محروس، ٢٠٢٠، ص٢٦).

وتساهم اليقظة العقلية في مساعد الفرد على الشعور بمعنى الحياة واستكشاف معناها وتحسن من صلابته النفسية وتساعد على مواجهة الضغوط من خلال إدراك الفرد ووعيه وإدارته الجيدة للبيئة المحيطة، كما تقلل من المخاوف المرضية والاكتئاب والقلق وتعمل على تحسين الانتباه والتسامح والرضا عن الحياة والسعادة النفسية وعلى الفرد القيام بمجموعة من السلوكيات حتى يكون يقظاً منها عدم اصدار الاحكام، وثقته في قدرته على تطوير نفسه (السيد، ٢٠١٨، ص٨٩٢).

كما أظهرت الأبحاث أن الأخصائيين الاجتماعيين وغيرهم من المهنيين المساعدين يمكنهم الاستفادة من الممارسات التأملية من التخصصات الدينية والروحية. يمكن استخدام هذه الممارسات كأدوات تساعد الأخصائيين الاجتماعيين على أن يصبحوا وكلاء تغيير أكثر إصراراً

وفعالية كمساعدين في عملهم مع الأفراد والأسر والأطفال والمجتمعات. يناقش هذا المدخل تطور وظهور ممارسات التأمل واليقظة العقلية في سياق المساعدة، بدءًا من الجذور التاريخية في الديانات المختلفة لاستخدامها في أوائل القرن الحادي والعشرين مع الأطفال والأسر. بالإضافة إلى ذلك، فإنه يتناول قيود وفوائد التأمل واليقظة كأدوات للممارسة المهنية، اليقظة العقلية هي تأمل عملي ويتضمن نهج "كن هنا الآن" الذي يسمح للحياة بالتكشف دون قيود الحكم المسبق. هذا يعني أن تكون منفتحًا على إدراك اللحظة كما هي وما يمكن أن تحمله هذه اللحظة، إنها حالة استرخاء من الانتباه إلى كل من العالم الداخلي للأفكار والمشاعر والعالم الخارجي للأفعال والتصورات (Logan, 2014, p.234).

فاليقظة العقلية هي تدخلات التي أصبحت أكثر دمجًا في ممارسة الخدمة الاجتماعية في جوانب الصحة النفسية والانفعالية والاجتماعية والروحية، هذه الممارسات تتفق مع قيم الخدمة الاجتماعية المتمثلة في قيم تقرير المصير وتحقيق الذات، الرفاهية الاجتماعية والمجتمعية والعدالة الاجتماعية، وقد وثقت نتائج الدراسات التجريبية فعالية اليقظة العقلية على الناحية الانفعالية والاجتماعية والعقلية والروحية للمستفيدين من خدمات الخدمة الاجتماعية (Wang & Brown, 2021, p.2).

### ومن خلال العرض السابق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في النقاط الآتية:

- 1- النزاعات الأسرية وازياد حالات الطلاق بالمجتمع المصري وفق الإحصاءات الرسمية يؤكد على ضرورة المواجهة من خلال استخدام الوساطة الأسرية لتقليل حالات النزاعات الأسرية وتقليل اللجوء إلى المسار القضائي المكلف ماديًا ووقتًا ونفسيًا واجتماعيًا ذا التأثير السلبي على الزوجين والأطفال بصورة مباشرة وعلى المجتمع بصورة غير مباشرة.
- 2- العديد من الدراسات اكدت على واقع استخدام الوساطة الأسرية في مواجهة النزاعات الأسرية بمحاكم الاسرة ودراسات تناولت واقع مهارات الوساطة الأسرية بمكاتب المنازعات الأسرية.
- 3- الأخصائي الاجتماعي يتعرض للعديد من الضغوط المختلفة في ظل تعدد وتعقد المشكلات والنزاعات الأسرية والتي قد تؤثر على بيئة العمل ومن ثم ادائه المهني وممارسته لمهارات الوساطة الأسرية.
- 4- يعتبر مفهوم اليقظة العقلية من المفاهيم المحورية الحديثة التي تناولتها العديد من التخصصات والممارسين لفوائدها واهميتها والتي تعتبر حائط الصد والوقاية والتعامل مع الضغوط التي قد يتعرض لها المهنيين وغيرهم من العملاء في مختلف المجالات والذي لم يلق اهتمام حتى الآن في تخصص الخدمة الاجتماعية حيث لا توجد دراسة عربية تناولت هذا المفهوم من تخصص الخدمة الاجتماعية.
- 5- ولهذا تحاول الدراسة الحالية تحديد أثر اليقظة العقلية على استخدام مهارات الوساطة الأسرية للأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة.

### ثانيًا: أهمية الدراسة:

تتحد أهمية الدراسة الحالية في الآتي:

## مجلة الخدمة الاجتماعية

- ١- أهمية دور الأخصائي الاجتماعي في عملية الوساطة الأسرية بمكاتب المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة والتي قد تقلل من العديد من حالات الطلاق إذا توفرت لديه المهارات المطلوبة.
- ٢- تناول مفهوم جديد وهو اليقظة العقلية كأحد المتغيرات التي تؤثر على الممارسة المهنية للأخصائي الاجتماعي ومدى قدرته على اكتساب المهارة وتطبيقها.
- ٣- اليقظة العقلية لها دور كبير في مساعدة الأخصائي الاجتماعي على الكفاءة ومواجهة الضغوط المهنية والاجهاد النفسي في بيئة العمل حينما يمتلكها مما يؤثر على أدائه لدوره المهني بصورة إيجابية وهذا ما اشارت اليه الكتابات والدراسات النظرية فيما يتعلق بأهمية وفوائد اليقظة العقلية.
- ٤- ركزت معظم الدراسات في الخدمة الاجتماعية بصفة عامة وتخصص خدمة الفرد بصفة عامة على المهارات وكيفية تطبيقها أو واقع تطبيقها دون التطرق إلى مفهوم اليقظة العقلية الذي يؤثر على عملية الاكتساب والتطبيق ومواجهة التحديات والضغوط في بيئة العمل.

### ثالثاً: أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:
- ١- تحديد مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة (عينة الدراسة).
  - ٢- تحديد مستوى مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة (عينة الدراسة).
  - ٣- التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة (عينة البحث) وبعض المتغيرات الديموجرافية (النوع، العمر، عدد سنوات الخبرة، والمؤهل العلمي).
  - ٤- التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة (عينة الدراسة) وبعض المتغيرات الديموجرافية (النوع، العمر، عدد سنوات الخبرة، والمؤهل العلمي).
  - ٥- التعرف على طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية ومهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة (عينة الدراسة).

### رابعاً: مفاهيم الدراسة:

#### ١- مفهوم اليقظة العقلية **mindfulness**:

عرفت اليقظة العقلية بأنها تعنى المراقبة المتواصلة والتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الاهتمام بالخبرات الماضية أو الأحداث المستقبلية، وأنها حالة من الوعي والانتباه للأحداث والمواقف الحالية (عبد المطلب؛ خريبه، ٢٠٢٠، ص١٥٦).

كما تعنى بمراقبة الفرد المستمرة للخبرات، والتركيز على الخبرات الراهنة بدلاً من الانشغال بالخبرات الماضية از الاحداث المستقبلية، وتقبل الخبرات والانفتاح عليها ومواجهة الاحداث دون اصدار احكام (زكي؛ حلمي، ٢٠١٩، ص٤١٧).

فالوعي بالمشاعر والأحداث والمثيرات والسلوكيات الانية الداخلية والخارجية والمرتبطة بنمو الفرد، بالإضافة إلى تقبله للخبرة أو التجربة دون اصدار حكم عليها بوصفها جيدة أو سيئة

(بهنساوي، ٢٠٢١، ص ٣٢٠)، وعرفت بأنها طريقة معينة لإيلاء الاهتمام: عن قصد، في الوقت الحاضر، وعدم إصدار أحكام (Bergomi, et.al, 2013, p.18). واختلف الباحثون في تحديد ابعاد اليقظة وفق لتوجهاتهم الفكرية والنظرية، وحسب الموضوع وحاجتهم لتشخيص دقيق للتعرف على الابعاد، ممارسة اليقظة تركز على العلاقة بين العقل والجسد والأفكار والمشاعر دون الوقوع فيهما ورغم هذا الاختلاف الآن هناك ابعاد مشتركة أكثر تكرارا في معظم الدراسات وهي الملاحظة - الوصف - التصرف بوعي - عدم الحكم على الخبرات الداخلية - عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية وهذا ما اعتمد عليه الباحث في تصميم ابعاد الأداة المتمثلة في مقياس اليقظة العقلية.

**ويمكن تعريف ابعاد اليقظة العقلية نظريا كالاتي (عبد الحميد، ٢٠٢١، ص ١٣٨):**

- **البعد الأول: الملاحظة:** ويعنى ميل الفرد إلى إدراك أفكاره ومشاعره والتعرف عليها، والانتباه لخبراتهم الداخلية والخارجية والمشاعر والانفعالات والمدركات والمرئيات والأصوات.
- **البعد الثاني: الوصف:** يشير إلى قدرة الفرد على وصف خبراته الداخلية والتعبير عنها من خلال الكلمات المناسبة وكذلك التعرف على الأفكار والمشاعر التي يواجهها وتمييزها.
- **البعد الثالث: التصرف الواعي:** يتعلق بقدرة الفرد على البقاء حاضرا وواعيا في الوقت الحالي مع تجاهل أو تجنب التغييرات المحتملة.
- **البعد الرابع: عدم الحكم على الخبرات:** ويشير إلى أن الفرد يعتمد إلى النظرة الموضوعية للأفكار والمشاعر ورفض إعطاء قيمة لهذه الأفكار والمشاعر.
- **البعد الخامس: عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية:** ويشير إلى قدرة الفرد على الالتزام بالهدوء والموضوعية عند مواجهة الأفكار أو المشاعر التي عادة ما تثير رد فعل انفعالي ويسمح للأفكار والمشاعر أن تأتي وتذهب دون أن تشتت تفكيره أو أن ينشغل بها وتفقد تركيزه في اللحظة الراهنة

**التعريف الإجرائي لليقظة الذهنية:** هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها عينة الدراسة من الاخصائيين الاجتماعيين على فقرات مقياس اليقظة العقلية بأبعاده الخامسة (الملاحظة - الوصف - التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة - عدم الحكم على الخبرات الداخلية - عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية).

## **٢- مفهوم مهارات الوساطة الأسرية:**

**والمهارة** تعرف بأنها القدرة على أداء نشاط معين بفاعلية وباستمرار عبرة فترة زمنية، وتتضمن أيضاً القدرة على استخدام وتطبيق المعرفة المهنية بحيث تعتمد على شخصية الممارس والاساس العلمي والفني، وهي الاختيار الواعي للمعرفة وثيقة الصلة بالمسئولية المهنية المطلوبة من الأخصائي الاجتماعي بحسب طبيعة مجال الممارسة ثم دمجها مع قيم المهنة لأداء نشاط مهني مناسب (قاسم، ٢٠١٥، ص ٤٦٧).

حيث تعرف بأنها تنظيم مركب من السلوك (مادي، لفظي) يكتسبه الأخصائي الاجتماعي من خلال التعليم والتدريب وتوجيه نحو هدف معين أو التمركز في نشاط معين (الطملاوي، ٢٠١٤، ص١٢١٧).

ويتبنى الباحث المهارات المهنية المتعلقة باستخدام الوساطة الأسرية في تسوية المنازعات الأسرية التي اشارت اليها أماني قاسم ٢٠١٥ في دراستها والتي حددت مهارات الوساطة الأسرية في كلا من مهارات (الاتصال - إدارة الحوار - التفاوض - إدارة النزاع - حل المشكلة). وقد أشارت المدونة الأوروبية لقواعد سلوك الوساطة (٢٠٠٤) أن الوساطة الأسرية وسيلة بديلة قيمة لحل النزاعات الأسرية في ظل ظروف معينة معتبرا أنها ليست الوسيلة الوحيدة لحل جميع المشاكل الأسرية، فالوساطة فهي الإجراء البديل والتطوعي والسري لتسوية لمنازعات في المحكمة حيث يساعد شخص ثالث أو عدة أشخاص مستقلين ومحايدين - وسيط أو وسطاء- في التوصل إلى حل مقبول للنزاع للأطراف المتنازعة من الأسرة (Norutė, & Garšvė, 2021, p.95).

وعرفت على أنها أسلوب من أساليب الحل البديلة لفض المنازعات، وتقوم على أساس توفير ملتقى للأطراف المتنازعة للاجتماع وتقريب وجهات النظر والحوار بمساعدة شخص محايد، وذلك لمحاولة التوسط لحل النزاع (عبد الحليم، ٢٠٢١، ص٩٣١).

كما أنها عملية لحسم النزاع بين الزوجين أو بين غيرهما من أفراد الأسرة، تقوم على الإرادة الحرة للأطراف ويتم بشكل تطوعي وودي ولا يكون للوسيط فيها دور في فرض الحل عليهم، وأنا يقتصر دوره على مساعدتهم على الوصول إلى حل متفق عليه من شأنه ضمان استمرار العلاقة والحياة الأسرية وحفظها من التفكك والانحيار(المهدى، ٢٠١٦، ص١٠١).

وهناك من عرفها بأنها عملية متدرجة لبناء أو لإعادة بناء روابط اسرية تتركز حول استقلالية ومسؤولية الأشخاص المعنيين بأوضاع انفصال العلاقة أو بانفصال الزوجين، يقوم من خلالها شخص ثالث محايد ومستقل ومؤهل دون أن يملك سلطة القرار وهو الوسيط الأسري، بإتاحة الفرصة للطرفين عبر جلسات حوار للتواصل وإدارة النزاعات لتوصل إلى اتفاق قبل اللجوء إلى الاستمرار في التقاضي (علمي، ٢٠١٥، ص١٧٧).

وعلى الرغم من تعدد تعريفات الوساطة الأسرية إلا أنها تعتمد على خصائص مشتركة قوامها خلق بيئة صحية لاستعادة الروابط الأسرية بين الأطراف المتنازعة ومن تلك الخصائص: (أحرشواو، ٢٠١٧، ص١٠١).

- الوساطة الأسرية عبارة عن تدبير للنزاعات.
- الوساطة الأسرية عبارة عن عملية لتشجيع التواصل والحوار بين الزوجين المتنازعين.
- الوساطة الأسرية عبارة عن الية لبناء الثقة وإقامة التفاهم بين الطرفين المتنازعين.
- الوساطة الأسرية عبارة عن عملية للتفاوض بين طرفين متنازعين يشرف عليها وسيط محايد.

**وتعرف مهارات الوساطة الأسرية إجرائيًا:** بالدرجة الكلية التي سيحصل عليها الأخصائيين الاجتماعيين العاملين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية عينة الدراسة على مقياس مهارات الوساطة الأسرية بأبعاده الخمسة.

### ٣- مفهوم النزاعات الأسرية:

يشير مفهوم النزاعات الأسرية إلى الخلافات الزوجية المستمرة، والتي تترتب على سيطرة الشعور بالاغتراب على الحياة الأسرية، بحيث تتطلب تقديم مساعدات فنية لتنمية الوعي لكلا الزوجين وتبصيرهما بمشكلات الأسرة وأساليب مواجهتها (قاسم، ٢٠١٥، ص ٤٦٤).

ويمكن تعريفه بأنه الخصومة التي تنشأ بين أفراد الأسرة الواحدة وأن يدعى أحد الزوجين ضرراً من الطرف الآخر بحيث يستحيل مع هذا الضرر استمرار الحياة الزوجية (العقيلي، ٢٠٢١، ص ٥١).

كما تعنى أن تسود العلاقات السيئة جو الأسرة بسبب النقص في التكامل الوجداني، فيضيق كلا الزوجين بؤد الآخر بمعنى الفشل في التواصل الجيد بين الزوجين وهي تلك الصراعات التي تظهر في شكل خلافات بين الزوجين واستحالت الحياة الأسرية مما يتطلب التدخل المهني والفني لتسوية هذا الصراع لتحقيق التوازن الأسري والتي حددت وفق تحديد القانون رقم ( ١٠ ) لعام ٢٠٠٤ ( شحاتة، ٢٠٠٧، ص ٨٥٨).

وتعرف المنازعات الأسرية بأنها نوع من العلاقة التي تتسم بالندية بين طرفي العلاقة الزوجية، حيث يحاول كل طرف تحديد شكل تلك العلاقة ويضفي عليها سيطرته من خلال التعارض في اتخاذ القرارات فيما بينهما فيؤدي إلى زيادة الصراع وقد يأخذ شكل التناول بالألفاظ ثم العنف مما يترتب عليه العديد من المشكلات (عثمان، ٢٠١٠، ص ٣٢٨٧).

### خامساً: الإطار النظري للدراسة:

هناك أربعة فروق رئيسية بين اليقظة العقلية والذكاء تتمثل في (زكي؛ حلمي، ٢٠١٩، ص ٤١٩):

- ١- يتطلب الذكاء من الفرد التوافق والتكيف مع الواقع وأن الأفراد ذوي اليقظة العقلية يدركون أهمية وجود وجهات نظر متعددة ممكنة لأي مشكلة أو موقف أو حالة.
  - ٢- الذكاء عملية خطية تتحرك من المشكلة إلى الحل أو إلى القرار في أسرع وقت ممكن من أجل تحقيقه في المقابل اليقظة تتكون من خطوات تبدأ بالعودة إلى إدراك المشكلة والحلول من أجل عرض الموقف بطريقة جديدة ومختلفة ومبتكرة لذلك يتم إعطاء معنى للنتائج من خلال اليقظة.
  - ٣- يعتمد الذكاء على القدرة على تذكر الحقائق والمهارات المعرفية في حين تعتمد اليقظة على سيولة المعرفة والمهارات المعرفية.
- وهناك العديد من وجهات النظر حول أبعاد أو مكونات اليقظة العقلية ومنها ما أشار إلى ثلاث مكونات أساسية وهم (المرشود، ٢٠٢٠، ص ١٢):

- ١- **المكون الأول النية:** وهو المكون الأساسي لليقظة العقلية لما لها من أهمية بالغة في فهم العميل ككل وغالبا ما يتم تجاهلها في وجهات نظر أخرى.
- ٢- **المكون الثاني الانتباه:** يتضمن ملاحظة الفرد للعمليات لحظة بلحظة والخبرة الداخلية والخارجية.
- ٣- **المكون الثالث الاتجاه:** الاتجاه أمر ضروري يؤثر على درجة انتباه الفرد وترتبط اليقظة مع الوعي ويشير إلى التوجه إلى الخبرة والذي يتضمن الفضول.

وهناك من أشار إلى لليقظة العقلية أبعاد تتمثل في (الصديق؛ محروس، ٢٠٢٠، ص ٢٦):

- ١- التيقظ للفروق: وتؤكد على أن الأشخاص المتيقظون ذهنياً يستطيعون تمييز كيف أن الأشياء تختلف أو تتشابه فيما بينها.
- ٢- الانفتاح على الجديد غير المألوف: تعنى السعي النشط وراء الاحداث الجديدة والمتنوعة.
- ٣- التوجه نحو الحاضر: وتعكس مستوى مرتفع من الوعي والاندماج في موقف ما، يمر به الفرد في اللحظة الحالية.
- ٤- الوعي بتعدد وجهات النظر: حيث يتميز الافراد المتيقظون ذهنياً بالنظرة المتعددة حول المواقف والاحداث المختلفة ويقرون بأن لكل وجهة نظر قيمتها.

وترتبط أهمية اليقظة العقلية بمبادئ سبعة والتي تمثل مجموعة من الأنشطة التي إذا ما انغمس فيها الفرد فستحفز الذهن، وتبنى المقدرات والامكانيات الفردية، وتقلل الضغوط التي يتعرض اليها الفرد وهي كالاتي: عدم التسرع في الحكم على النفس أو الآخرين أو الأحداث عند وقوعها، بث الصبر بالنفس والآخرين، الاستمتاع بكل لحظة، الثقة بالنفس والمشاعر الخاصة، الاهتمام بما هو صحيح بدلاً من السعي وراء الأخطاء، وقبول الأشياء على حقيقتها كما هي وليس كما يصورها الآخرون وأخيراً ترك الأمور المسلم بها والتخلي عنها (الحارثي، ٢٠١٩، ص١٣٥).

#### ١- النظريات المفسرة لليقظة الذهنية: ١- نظرية لانجر لليقظة الذهنية:

ترى لانجر أن اليقظة العقلية تعنى القدرة على خلق فئات جديدة واستقبال المعلومات الانفتاح على وجهات النظر المختلفة والسيطرة على السياق والتأكيد على النتيجة وهي ترى أن التفريق بين الذهن والجسد هو واحد من الابداعات المعرفية السابقة لأوانها وتقترح أن الناس من خلال ايمانهم بالقيود الطبيعية للجسد والذهن إلا أنهم يعترفون بإمكانياتهم وأن انعدام اليقظة العقلية تتغلغل في كل جوانب الحياة بما في ذلك الأداء المعرفي وطول العمر وأن هذا النقص أو الانعدام تكبح ابداعاتهم المعرفية وأن اليقظة العقلية تختلف عن السلوك ذاته وعن مفهوم التوقع والادوار والعادة (اليامي؛ علي، ٢٠٢١، ص٦٨٣).

وذكرت لانجر أن السلوك اليقظ يتكون من خمس طرق للتفاعل مع العالم وهي (إبراهيم، ٢٠١٩، ص٣٧):

- ١- تكوين فئات جديدة وتحديث الفئات القديمة.
  - ٢- تسمية الفئات القديمة يعد من المؤشرات المهمة للسلوك اليقظ.
  - ٣- تعديل السلوك التلقائي.
  - ٤- تقليل الأفكار الجديدة.
  - ٥- تأكيد العميلة بدلاً من النتيجة.
- ٢- ميثاق ممارسة الوساطة الأسرية

أولاً: قبل عملية الوساطة: ( Hong Kong International Arbitration Centre )

2023

## مجلة الخدمة الاجتماعية

- يجب على الوسيط شرح عملية الوساطة للأطراف بوضوح في جلسة ما قبل الوساطة قبل الموافقة على التوسط في النزاع بينهم. يجب على الوسيط على وجه الخصوص القيام بالآتي:
- أ- تقديم الأهداف والمبادئ وإجراءات عمل الوساطة للأطراف ووصف الاختلافات وأوجه التشابه بين الوساطة والإجراءات الأخرى لتسوية المنازعات. عند القيام بذلك، يجب على الوسيط أن يميزه عن العلاج والاستشارة وتقييم الوصاية والدعوة القضائية.
  - ب- يستخدم مهاراته المهنية لإجراء تقييم مع الأطراف حول مستوى استعدادهم للوساطة. عندما تكون مشاعر أحد الطرفين أو كلاهما شديدة للغاية أو عندما يكون هناك اختلال شديد في توازن القوة.
  - ج- استخراج معلومات كافية من الأطراف حتى يتمكنوا من تحديد القضايا التي يتعين حلها في الوساطة والاتفاق عليها بشكل متبادل.
  - د- إبلاغ الأطراف بأن أيًا منهم أو للوسيط له الحق في تعليق أو إنهاء عملية الوساطة في أي وقت.
  - هـ- الإفصاح للأطراف عن أي تحيزات أو آراء قوية لديه فيما يتعلق بالقضايا التي سيتم التوسط فيها ومناقشة ما إذا كان من المناسب له أو لها التوسط في النزاع.
  - و- إرشاد أطراف الوسيط بمستوى المؤهلات التعليمية والتدريب والخبرة للوسيط.
  - ز- المناقشة مع الأطراف الإجراءات والممارسات المحددة للوساطة وتوصل إلى تفاهم معهم بشأن الإجراءات والممارسات التي يجب اتباعها في الوساطة. وهذا يشمل، على سبيل المثال لا الحصر، الممارسة المتعلقة بالجلسات التي تتم بين طرف واحد والوسيط، والسرية، واستخدام الخدمات المهنية الأخرى، ومشاركة أطراف إضافية، والظروف التي يجوز بموجبها إنهاء الوساطة.

### **ثانيًا: ضمان وساطة عادلة: ( Hong Kong International Arbitration Centre ) 2023)**

- أ- يجب على الوسيط أن يسعى إلى ضمان توصل الأطراف إلى اتفاق بحرية وطوعية ودون تأثير لا داعي له وعلى أساس الموافقة المستنيرة.
- ب- يجب على الوسيط التأكد من أن كل طرف قد أتاحت له الفرصة لفهم تداعيات وتشعبات الخيارات المتاحة. في حالة احتياج أحد الأطراف إلى معلومات أو مساعدة إضافية من أجل استمرار الوساطة بطريقة عادلة ومنظمة، أو من أجل التوصل إلى اتفاق، يجب على الوسيط إحالة الأطراف للحصول على هذه المعلومات أو المساعدة الإضافية.
- ج- على الوسيط واجب ضمان وساطة متوازنة ويجب ألا يسمح بأساليب تفاوض متلاعب أو مخيفة.
- د- يجب على الوسيط أن يحيط علماً بحقيقة أن أحد الطرفين قد يحاول استخدام عملية الوساطة كتكتيك لإرساء الوضع الراهن على حساب الطرف الآخر.
- هـ- يجب عدم تشجيع الاتفاقات التي يُحتمل أن تكون غير عادلة، الناشئة عن اختلال في توازن القوى، وقد يلزم تعليق الوساطة.

قامت الجمعية القومية للأخصائيين الاجتماعيين بوضع معايير ومبادئ للممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في مجال التوسط الأسري كما يلي (أبو الحسن، ٢٠١٠، ص ١٣٢١):

## مجلة الخدمة الاجتماعية

١. يجب أن يلتزم الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل كوسيط أسري بالموضوعية والحيادية مع كل أطراف النزاع وعند مناقشته لموضوعات هذا النزاع.
٢. يجب ألا يصرح الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل كوسيط أسري لأي شخص أو جهة خارج نطاق طرفي النزاع بأي معلومات أثناء عملية التوسط الأسري.
٣. يجب أن يقوم الأخصائي الاجتماعي بتقدير النزاع جيداً ويعمل فقط مع تلك المنازعات التي يكون التوسط الأسري ملائماً ومناسباً.
٤. يتحمل الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل كوسيط أسري مسؤولية مساعدة الطرفين في الوصول إلى الفهم الواضح والمتبادل من أجل الوصول إلى الاتفاق المقبول من الطرفين.
٥. يجب أن يقوم الأخصائي الاجتماعي بكتابة الاتفاق الذي تم التوصل إليه وأن يوقع عليه الطرفين والوسيط الأسري وأن يكتب هذا الاتفاق بشكل واضح ويوضح فيه المشكلات والمنازعات التي تم حلها خلال عملية التوسط الأسري.
٦. يجب أن يكون الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل كوسيط أسري قد حصل التدريب الكافي على خطوات ومراحل ومهارات عملية التوسط الأسري.
٧. يجب ألا يستخدم الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل كوسيط أسري أية معلومات حصل عليها أثناء عملية التوسط الأسري لمصلحته الشخصية أو لمصلحة أي جماعة أو منظمة يكون الوسيط متعاوناً معها.
٨. يجب أن يعد الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل كوسيط أسري جيداً للعمل الفردي وعلى التعاون مع المهنيين الآخرين وفي إطار فلسفة الخدمة الاجتماعية.

### ثالثاً: مهارات الوساطة الأسرية:

لا شك أن الوساطة الأسرية وفعاليتها تتطلب العديد من المهارات التي يجب أن يكون الأخصائي الاجتماعي كوسيط قادراً على (Payne, 2010, p.6):

- أن يكون مقدراً لمشاعر وتصورات الآخرين.
- مهارة الاستماع والمراقبة والتحليل.
- مهارة تعزيز التواصل بين المتنازعين.
- مهارة تحويل الأطراف من الموقف النزاعي إلى المساومة على المصلحة.
- مهارة التحقيق في المخاوف والأهداف الأساسية.
- مهارة تحويل الحقائق لتحديد قضايا ومصالح.
- مهارة في أن يكون جسراً لمساعدة الأطراف على التواصل.
- مهارة تحديد وحل سوء التفاهم.
- مهارة توضيح الافتراضات والتحقق منها وإزالتها.
- مهارة استخدام الأسئلة والعبارات في التحقيق.
- مهارة مراقبة الوقت والمضي قدماً بجدول الأعمال.
- مهارة الحفاظ على مناخ غير مهدد للأطراف.
- مهارة إعطاء ملاحظات بناءة.

- مهارة تحويل الأطراف إلى مصادر أخرى عند الضرورة.

وقد أشارت "كارول" أن على من يقوم بالوساطة الأسرية عليه أن يطور العديد من المهارات البديهية ومنها مهارة الاستماع الفعال، مهارة الانصات الجيد، الإقرار، مهارة طرح الأسئلة، مهارة التلخيص والتفكير، ومهارة إعادة الصياغة، مهارة استخدام اللغة بعناية، مهارة إدارة الصراع، •مهارات التسهيلية، مهارة إدارة العملية، ومهارة حل المشكلات (Carroll, 2021, p. 29).

فإن تنمية وتطور الوطاء تتم على ثلاث مراحل (Fung, 2014, p.6):

١. **مرحلة التدريب على المهارات وتعلم الأساليب:** يتم تعليم الوطاء المبتدئين مهارات الاستماع النشط وإعادة الصياغة وتحديد أولويات القضايا، والحاجة إلى التركيز على المصالح، ومساعدة الأطراف لإيجاد الخيارات. ومن المتوقع أيضاً أن يسعوا من أجلها فرص في الوساطة المشتركة مع وسطاء من ذوي الخبرة والتعلم من خلال المراقبة واستخلاص المعلومات والإشراف.
٢. **مرحلة الفهم الفكري:** يجب أن يكون لدى الوطاء المتمرسين فهم أعمق لكيفية ولماذا تعمل الوساطة، وأن تكون قادرًا على هيكلة العملية للمشاركين، وبالتالي يستمدون الرضا الشخصي من عملهم.
٣. **مرحلة التطوير الشخصي المستمرة:** الوسيط يطور القدرة على الوصول إلى مستوى أعمق من الشخصية ليحدد العلاقة مع الأطراف. الوسيط لديه وعي متزايد بالكيفية التي تؤثر صفاته الشخصية على عمليات الوساطة. إنهم يفعلون لا يتوسطون فحسب، بل "يصبحون" و "ينشئون" وساطة. هذه المرحلة الجانب الأكثر تحدياً وحيوية في التنمية.

**رابعاً :- معايير نموذجية للوساطة في قضايا الأسرة والطلاق**

**هناك العديد من المعايير النموذجية التي يجب ان يلتزم بها الاخصائي الاجتماعي في وساطته الاسرية وهي كالآتي (Stacy Heard .etal. 2025)**

**المعيار الأول: تقرير المصير ( يجب على الوسيط أن يدعم تقرير المصير للأطراف واتخاذ القرارات الطوعية والمستقلة للأطراف طوال العملية )**

**المعيار الثاني : اتخاذ القرارات المستنيرة ، على الوسيط هيكلة عملية الوساطة لضمان الوصول الأطراف على المعلومات والمعرفة الكافية لاتخاذ القرارات.**

**المعيار الثالث : تثقيف اطراف المنازعات الاسرية (يقوم الوسيط بتثقيف الأطراف المحتملة حول عملية الوساطة قبل بدء الوساطة، يُقدّم الوسيط للأطراف لمحة عامة عن العملية.**

**المعيار الرابع : عوائق المشاركة وتعديل العملية يساعد الوسيط الأطراف على تقييم مدى ملاءمة الوساطة واستكشاف كيفية تصميم العملية لمعالجة مخاوف معينة**

**المعيار الخامس : العنف الأسري ، يقوم الوسيط بفحص حالات العنف الأسري ومساعدة كل طرف على تقييم أثرها على المشاركة الهادفة وتحديد ما إذا كان من الممكن تصميم**

## مجلة الخدمة الاجتماعية

عملية وساطة لمعالجة العوائق التي تحول دون تقرير المصير واتخاذ القرارات المستنيرة.

**المعيار السادس : إساءة معاملة الطفل** ، يتعين على الوسيط اتخاذ الخطوات المناسبة لحماية سلامة الطفل إذا أدرك وجود حالة عائلية تنطوي على إساءة معاملة الطفل .

**المعيار السابع : الحياد وتضارب المصالح** ، على الوسيط أن يُجري عملية الوساطة بحيادية، بعيداً عن المحاباة والتحيز والتحيز وتضارب المصالح.

**المعيار الثامن : السرية** يلتزم الوسيط بالحفاظ على سرية جميع المعلومات التي يحصل عليها خلال عملية الوساطة، ما لم يُسمح له أو يُطلب منه الكشف عنها بموجب القانون أو القواعد أو اتفاق الأطراف.

**المعيار التاسع :- التكنولوجيا** ، يتعين على الوسيط استخدام التكنولوجيا بكفاءة ومواكبة التحديثات والابتكارات والاعتبارات الأخلاقية والتحديات المحتملة.

**المعيار العاشر: عملية تركز على الطفل** ، يساعد الوسيط المشاركين في مناقشة المصالح الفضلى للطفل وتحديد كيفية إشراك صوت الطفل في عملية الوساطة.

**المعيار الحادي عشر: الإنهاء** ، على الوسيط تعليق أو إنهاء عملية الوساطة عندما يعتقد، لأسباب معقولة، أن أحد الأطراف غير قادر أو غير راغب في المشاركة بأمان وفعالية، أو عندما يطلب أحد الأطراف الإنهاء، أو لأسباب قاهرة أخرى.

**المعيار الثاني عشر: التدريب والكفاءة المهنية** ، يجب أن يكون الوسيط مؤهلاً من خلال التعليم والتدريب والخبرة اللازمة للقيام بالوساطة بكفاءة.

### سادساً: الإجراءات المنهجية للدراسة:

- 1- **نوع الدراسة:** تنتمي هذه الدراسة إلى الدراسات الوصفية التحليلية المقارنة وأنها تستهدف تقدير الموقف الحالي " اليقظة العقلية وعلاقته بمهارات الوساطة الأسرية للإخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة ".
- 2- **منهج الدراسة:** اعتمد الباحث على منهج المسح الاجتماعي بالعينة؛ حيث أن منهج المسح الاجتماعي يلائم هذه الدراسة من حيث موضوعها، أو كفاية البيانات، التي يمكن جمعها؛ لتوضيح العلاقة بين اليقظة العقلية ومهارات الوساطة الأسرية للإخصائيين الاجتماعيين، ووصفها.
- 3- **عينة الدراسة:**

وتتمثل في الإخصائيين الاجتماعيين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحاكم الأسرة وقد بلغ عددهم (١٠١) والذين استطاع الباحث الحصول على استجاباتهم وموافقتهم على المشاركة في البحث وقد تم التطبيق إلكترونياً ، وتم تصميم الأدوات إلكترونياً وإتاحتها لمدة شهرين من بداية ابريل إلى نهاية اغسطس ٢٠٢٥ والتي تم الحصول على البيانات الخاصة بالجدول التالي وفق استجاباتهم، كما هو موضح في الجدول التالي:

#### جدول رقم (١) يوضح

مكاتب تسوية المنازعات الأسرية وعدد الإخصائيين الاجتماعيين

## مجلة الخدمة الاجتماعية

م	المحافظة	المكاتب	عدد الأخصائيين الاجتماعيين
١	القاهرة	تسوية المنازعات الأسرية بالقاهرة	١٧
٢	الإسكندرية	تسوية المنازعات الأسرية بالإسكندرية	١٠
٣	الجيزة	تسوية المنازعات الأسرية بالجيزة	٨
٤	الفيوم	تسوية المنازعات الأسرية بالفيوم	٨
٥	الشرقية	تسوية المنازعات الأسرية بالشرقية	١٠
٦	الغربية	تسوية المنازعات الأسرية بالغربية	٧
٧	المنوفية	تسوية المنازعات الأسرية بالمنوفية	٩
٨	القليوبية	تسوية المنازعات الأسرية بالقليوبية	٨
٩	أسوان	تسوية المنازعات الأسرية بأسوان	٩
١٠	قنا	تسوية المنازعات الأسرية بقنا	٧
١١	أسيوط	تسوية المنازعات الأسرية بأسيوط	٨
		<b>الإجمالي</b>	<b>١٠١</b>

٤- أدوات الدراسة: اعتمد الباحث على مقياسين لجمع البيانات، ودراسة وتحليل موضوع الدراسة:

أ- مقياس اليقظة العقلية (إعداد الباحث).

ب- مقياس مهارات الوساطة الأسرية (أماني رفعت ٢٠١٦).

وفيما يلي توضيح بناء الأدوات التي تم استخدامها في الدراسة:

أ- مقياس اليقظة العقلية: قام الباحث عند تصميم المقياس بالاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة، والكتابات النظرية، والمقاييس التي أعدت واستخدمت التي اهتمت باليقظة العقلية ومصادرها، حيث كانت هناك وجهات نظر متعددة حول ابعاد اليقظة العقلية وحاول الباحث اختيار اكثر الابعاد استخداما واتفاقا ومناسبة لموضوع الدراسة ومنها على سبيل المثال لا الحصر لانجر LANGER ٢٠٠٠ أربعة ابعاد - هاسكر ٢٠٢٠ Hasker بعدين برون ٢٠١١ Browen بعدين، شابيرو واخرون Shapiro,et.al 2006 ثلاث ابعاد، كانج واخرون (Kang,et.al 2012) أربعة ابعاد، جاروكا سماوى ٢٠١٥ أربعة ابعاد، (فوقية رضوان، نسرين سويد ٢٠١٩) أربعة ابعاد، أحلام مهدي عبدالله ٢٠١٣ أربعة ابعاد، الحسين

## مجلة الخدمة الاجتماعية

بن حسن ٢٠٢١ خمس أبعاد لليقظة العقلية، وقد تم تصميم المقياس على جزأين، على النحو التالي:

**الجزء الأول:** يشمل البيانات الأولية المتعلقة (بالنوع، السن، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات الخبرة، الوظيفة الحالية، المؤهل العلمي، عدد الدورات التدريبية في المجال).

**الجزء الثاني:** ويشتمل على (٤٠) فقرة لقياس التنظيم الذاتي المعرفي موزعة على خمسة محاور هي: (الملاحظة- الوصف- التصرف بوعي في اللحظات الحاضرة- عدم الحكم على الخبرات الداخلية- عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية).

**وقد راعى الباحث في تصميم المقياس ما يأتي:**

- أ- تحديد نوع البيانات الواجب الحصول عليها.
  - ب- وضع العبارات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بهدف الدراسة.
  - ج- سهولة العبارات ووضوح مضمونها والتأكد من ذلك عند اختبار المقياس.
  - د- تناسُب العبارات مع المستوي التعليمي والثقافي لإحصائيين الاجتماعيين.
- واعتمد الباحث مقياس التدرج الخماسي للكارت، لتحديد درجة لكل عبارة، ولقد تم استخدام صيغتين من الإجابات بما يتلاءم مع صيغة فقرات المقياس وذلك كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٢) يوضح أوزان الفقرات

الاستجابة	تنطبق تماماً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق تماماً
الوزن للعبارات إيجابية	٥	٤	٣	٢	١
الوزن للعبارات سلبية	١	٢	٣	٤	٥

**التصحيح:**

تمثل الدرجة الكلية للمقياس في حاصل جمع درجات مقاييسه الجزئية وبالنسبة للمقاييس الجزئية بحاصل جمع درجات بنودها، وكلما ارتفعت الدرجة الكلية، كان ذلك مؤشر لليقظة الذهنية، والدرجة القصوى التي يمكن الحصول عليها في المقياس ككل هي (١٩٥)، أما الدرجة الدنيا فهي (٣٩).

جدول (٣) مستويات المتوسطات الحسابية للمقياس اليقظة العقلية

مستوى منخفض جداً	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١ - ١.٨
مستوى منخفض	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١.٨ - ٢.٦
مستوى متوسط	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٢.٦ - ٣.٤

## مجلة الخدمة الاجتماعية

مستوى مرتفع	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٣.٤ - ٤.٢
مستوى مرتفع جداً	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٤.٢ - ٥

وقام الباحث بحساب الصدق والثبات على النحو الآتي:

١- الصدق للمقياس: اعتمد الباحث على صدق المحتوى من خلال الاطلاع على الأدبيات والأطر النظرية، ثم تحليل هذه الأدبيات والبحوث والدراسات وذلك للوصول إلى الأبعاد المختلفة المرتبطة بمشكلة الدراسة. وقد أجرى الباحث صدق المحكمين، للأداة بعد عرضها على عدد (١٠) من المتخصصين في الخدمة الاجتماعية وعلم النفس، وقد تم الاعتماد على نسبة اتفاق لا تقل عن (٨٠%)، وقد تم حذف بعض العبارات وإعادة صياغة البعض. وفيما يتعلق بالاتساق الداخلي: طبقت الأداة على عينة مكونة من (١٠) مفردة دون عينة البحث الأساسية ولها نفس الخصائص والنتائج يوضحها الجدول التالي:

جدول (٤) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من الأبعاد المتضمنة في المقياس والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	قيمة معامل الارتباط
البعد الأول: الملاحظة	٠.٩٣٤**
البعد الثاني: الوصف	٠.٨٨٧**
البعد الثالث: التصرف بوعي في اللحظات الحاضرة	٠.٩٠٩**
البعد الرابع: عدم الحكم على الخبرات الداخلية	٠.٩٤٥**
البعد الخامس: عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	٠.٩٧٩**

يتضح من الجدول أن: جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله.

٢- ثبات المقياس: تم إجراء ثبات إحصائي لعينة قوامها (١٠) مفردة من الأخصائيين الاجتماعيين باستخدام معامل ألفا - كرونباخ، وبلغ معامل الثبات (٠.٩٨٧)، كما تم استخدام طريقة أخرى لحساب ثبات الأداة وذلك باستخدام معادلة سبيرمان - براون Spearman-Brown للتجزئة النصفية Split - half، وبلغ معامل الثبات (٠.٩٧٤)، وهو مستوى مناسب للثبات الإحصائي ويشير ذلك إلى صلاحية المقياس للتطبيق.

ب- مقياس مهارات الوساطة الأسرية: اعتمد على أداة بحث أماني قاسم فيما يخص مهارات الوساطة الأسرية ٢٠١٥، ويشتمل على (٥٩) فقرة لقياس مهارات الوساطة الأسرية موزعة على خمسة محاور هي: (مهارة الاتصال- مهارة إدارة الحوار- مهارة التفاوض- مهارة إدارة النزاع- مهارة حل المشكلة). وقد تم إعادة الصدق والثبات لأداة البحث

وقد راعى الباحث في المقياس المستخدم ما يأتي:

- نوع البيانات الواجب الحصول عليها.
- العبارات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بهدف الدراسة.
- سهولة العبارات ووضوح مضمونها والتأكد من ذلك عند اختبار المقياس.

## مجلة الخدمة الاجتماعية

واعتمد الأداة على مقياس التدرج الخماسي لليكارث، لتحديد درجة لكل عبارة، ولقد تم استخدام صيغتين من الإجابات بما يتلاءم مع صيغة فقرات المقياس وذلك كما هو موضح في الجدول التالي:

### جدول رقم (٥) يوضح أوزان عبارات المقياس

الاستجابة	تنطبق تماماً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق تماماً
الوزن	٥	٤	٣	٢	١

### التصحيح:

تمثل الدرجة الكلية للمقياس في حاصل جمع درجات مقياسه الجزئية وبالنسبة للمقياس الجزئية بحاصل جمع درجات بنودها، وكلما ارتفعت الدرجة الكلية، كان ذلك مؤشر لارتفاع مهارات الوساطة الأسرية للعمل مع النزاعات الأسرية، والدرجة القصوى التي يمكن الحصول عليها في المقياس ككل هي (٢٩٥)، أما الدرجة الدنيا فهي (٥٩).

### جدول (٦) مستويات المتوسطات الحسابية للمقياس مهارات الوساطة الأسرية

مستوى منخفض جداً	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١ - ١.٨
مستوى منخفض	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١.٨ - ٢.٦
مستوى متوسط	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٢.٦ - ٣.٤
مستوى مرتفع	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٣.٤ - ٤.٢
مستوى مرتفع جداً	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٤.٢ - ٥

وقام الباحث بحساب الصدق والثبات على النحو الآتي:

١- الصدق للمقياس: اعتمد الباحث على الاتساق الداخلي: حيث طبقت الأداة على عينة مكونة من (١٠) مفردة دون عينة البحث الأساسية ولها نفس الخصائص والنتائج يوضحها الجدول التالي:  
جدول (٧) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من الأبعاد المتضمنة في المقياس والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	قيمة معامل الارتباط
البعد الأول: مهارة الاتصال	٠.٩٨٨**
البعد الثاني: مهارة إدارة الحوار	٠.٩٩٤**
البعد الثالث: مهارة التفاوض	٠.٩٩٥**
البعد الرابع: مهارة إدارة النزاع	٠.٩٨٢**
البعد الخامس: مهارة حل المشكلة	٠.٩٧٥**

ينضح من الجدول أن: جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله.

## مجلة الخدمة الاجتماعية

٢-ثبات المقياس: تم إجراء ثبات إحصائي لعينة قوامها (١٠) مفردات من الأخصائيين الاجتماعيين باستخدام معامل ألفا - كرونباخ، وبلغ معامل الثبات (٠.٩٩٢)، كما تم استخدام طريقة ثانية لحساب ثبات الأداة وذلك باستخدام معادلة سبيرمان - براون Brown -Spearman للتجزئة النصفية Split - half، وبلغ معامل الثبات (٠.٩٩٨)، وهو مستوى مناسب للثبات الإحصائي ويشير ذلك إلى صلاحية المقياس للتطبيق.

أساليب التحليل الإحصائي:

تم معالجة البيانات من خلال الحاسب الآلي باستخدام برنامج (SPSS.V. 26.0) الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وقد طبقت الأساليب الإحصائية التالية: التكرارات والنسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ثبات (ألفا. كرونباخ)، معامل ارتباط بيرسون، معامل ارتباط سبيرمان- براون، معامل ارتباط ٢ك، معامل وتحليل الانحدار البسيط.

### ٥ - مجالات الدراسة

المجال البشري: - بلغت عينة الدراسة ١٠١ من الأخصائيين الاجتماعيين العاملين بمكاتب تسوية المنازعات الاسرية  
المجال المكاني: - عدد ١١ مكتب لتسوية المنازعات الاسرية بمحاكم الاسرة  
المجال الزمني: - من يناير ٢٠٢٥ حتى سبتمبر ٢٠٢٥

### سابعاً: نتائج الدراسة:

المحور الأول: وصف مجتمع الدراسة من الأخصائيين الاجتماعيين:  
جدول (٨) وصف الأخصائيين الاجتماعيين (عينة الدراسة)

(ن=١٠١)

م	النوع	ك	%
١	ذكر	٧٢	٧١.٣
٢	أنثى	٢٩	٢٨.٧
المجموع			
١٠٠		١٠١	
م	السن	ك	%
١	أقل من ٣٠ سنة	٣	٢.٩
٢	من ٣٠ سنة لأقل من ٤٠ سنة	٤٧	٤٦.٦
٣	من ٤٠ سنة لأقل من ٥٠ سنة	٣٧	٣٦.٧
٤	من ٥٠ سنة فأكثر	١٤	١٣.٨
المجموع			
١٠٠		١٠١	
متوسط السن ٤٠.٢٤ سنة تقريباً			
م	الحالة الاجتماعية	ك	%
١	أعزب	١٤	١٣.٩
٢	متزوج	٧٠	٦٩.٣
٣	مطلق	١٠	٩.٩

## مجلة الخدمة الاجتماعية

٦.٩	٧	أرمل	٤
١٠٠	١٠١	المجموع	
<b>%</b>	<b>ك</b>	<b>عدد سنوات الخبرة</b>	<b>م</b>
٤٢.٦	٤٣	أقل من ١٠ سنوات	١
٣٩.٦	٤٠	من ١٠ سنوات لأقل من ٢٠ سنة	٢
٨.٩	٩	من ٢٠ سنة لأقل من ٣٠ سنة	٣
٨.٩	٩	أكثر من ٣٠ سنة	٤
١٠٠	١٠١	المجموع	
١١.٧٤ سنة تقريباً		متوسط سنوات الخبرة	
<b>%</b>	<b>ك</b>	<b>الوظيفة</b>	<b>م</b>
٦٥.٤	٦٦	أخصائي اجتماعي	١
٢٨.٧	٢٩	خبير اجتماعي	٢
٥.٩	٦	مدير مكتب التسوية	٣
١٠٠	١٠١	المجموع	
<b>%</b>	<b>ك</b>	<b>الحالة التعليمية</b>	<b>م</b>
٦٥.٤	٦٦	جامعي	١
٣٤.٦	٣٥	فوق جامعي	٢
١٠٠	١٠١	المجموع	
<b>%</b>	<b>ك</b>	<b>عدد الدورات التدريبية في المجال</b>	<b>م</b>
٤.٩	٥	لم أحصل على دورات	١
١١.٩	١٢	دورة واحدة	٢
٧.٩	٨	دورتان	٣
٨.٩	٩	ثلاث دورات	٤
١٥.٩	١٦	أربع دورات	٥
٥٠.٥	٥١	أكثر من أربع دورات	٦
١٠٠	١٠١	المجموع	

يوضح الجدول السابق والذي يرتبط بمتغيرات خصائص مجتمع الدراسة:

١- فيما يتعلق بمتغير النوع: ارتفع نسبة الذكور من الأخصائيين الاجتماعيين بنسبة (٧١.٣%)، مقابل الإناث بنسبة (٢٨.٧%). يتضح أن العينة يغلب عليها الذكور بشكل واضح، إذ يمثلون ما يقرب من ثلاثة أرباع المشاركين، بينما تشكل الإناث أقل من الثلث. وهذا يعكس أن مهنة الأخصائيين الاجتماعيين في مكاتب تسوية المنازعات الأسرية يغلب عليها الطابع الذكوري، أو أن نسبة استجابة الذكور كانت أعلى في هذه الدراسة.

٢- **فيما يتعلق بمتغير السن:** اتضح أن متوسط أعمار مجتمع الدراسة من الأخصائيين الاجتماعيين (٤٠ سنة تقريباً)، وقد تركزت أكبر نسبة من الأخصائيين الاجتماعيين في الفئة العمرية (٣٠-٤٠ سنة) وذلك بنسبة (٤٦.٦%)، تليها الفئة العمرية (٤٠-٥٠ سنة) بنسبة (٣٦.٧%)، ثم الفئة العمرية (٥٠ سنة فأكثر) بنسبة (١٣.٨%)، وأخيراً الفئة العمرية (أقل من ٣٠ سنة) بنسبة (٢.٩%). هذا يوضح أن أغلب العاملين في هذا المجال لديهم نضج وخبرة عمرية كافية، وهو ما ينسجم مع طبيعة عمل الوساطة الأسرية التي تتطلب خبرة حياتية ومهنية.

٣- **فيما يتعلق بمتغير الحالة الاجتماعية:** تبين ارتفاع نسبة المتزوجون لتصل إلى (٦٩.٣%)، تليها نسبة اللذين حالتهم الاجتماعية أعزب (١٣.٩%)، وتليها مطلق بنسبة (٩.٩%)، وأخيراً بنسبة (٦.٩%) أرامل. ويتبين من ذلك ارتفاع نسبة المتزوجين وهو أمر منطقي نظراً لطبيعة العمل في مجال المنازعات الأسرية، إذ قد يُفترض أن التجربة الشخصية في الحياة الزوجية تُمكن الأخصائي من فهم المشكلات الأسرية بشكل أعمق.

٤- **فيما يتعلق بمتغير سنوات الخبرة:** أوضحت البيانات أن متوسط سنوات الخبرة لدى الأخصائيين الاجتماعيين بلغ حوالي (١١ سنة تقريباً)، وهو ما يشير إلى أن مجتمع الدراسة يتميز بخبرة مهنية متوسطة نسبياً. وقد تركزت النسبة الأكبر ضمن الفئة (أقل من ١٠ سنوات) بنسبة (٤٢.٦%)، يليها مباشرة الفئة (من ١٠ سنوات إلى أقل من ٢٠ سنة) بنسبة (٣٩.٦%). بينما جاءت الفئتان (٢٠ - ٣٠ سنة) و(أكثر من ٣٠ سنة) بنسبة متساوية (٨.٩%) لكل منهما. ويمكن تفسير هذه النتائج بأن غالبية أفراد العينة ما زالوا في المراحل الوسطى من مسارهم المهني، مما يعكس حيوية أكبر واندماجاً أكثر في بيئة العمل، مع وجود نسبة ليست قليلة من ذوي الخبرة الطويلة الذين قد يمثلون مصدراً للتوجيه ونقل الخبرات. كما أن انخفاض نسبة الأخصائيين في فئة ما بعد (٢٠ سنة خبرة) قد يرتبط بعوامل التقاعد أو الانتقال لمواقع إدارية، وهو ما قد يحد من استمرارهم في الميدان العملي المباشر. وتتسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة فوزي شحاتة (٢٠٠٧) التي بينت أن الخبرة العملية تمثل عاملاً حاسماً في تحسين مهارات الوساطة الأسرية، حيث أظهرت أن الممارسين الأكبر خبرة يتمتعون بقدرة أفضل على إدارة النزاعات الأسرية، مقارنة بالأقل خبرة. كما أكدت دراسة شهد الغامدي (٢٠٢٢) أن تراكم سنوات الخبرة ينعكس إيجاباً على مستوى الممارسة المهنية.

٥- **فيما يتعلق بمتغير الوظيفة:** أظهرت البيانات أن غالبية أفراد العينة يشغلون وظيفة أخصائي اجتماعي بنسبة (٦٥.٤%)، تليها فئة خبير اجتماعي بنسبة (٢٨.٧%)، في حين مثلت فئة مديري مكاتب التسوية النسبة الأقل (٥.٩%). وتشير هذه النتائج إلى أن مجتمع الدراسة يتركز في الأساس على الممارسين المباشرين للعمل الاجتماعي داخل المؤسسات، وهو ما يعكس الطابع التنفيذي والمهني لطبيعة العينة. كما أن النسبة الملحوظة لفئة "خبير اجتماعي" تعكس وجود شريحة لديها خبرة أعمق وربما دور استشاري أو إشرافي، بينما قلة عدد "مديري مكاتب التسوية" قد تعود إلى محدودية هذا الموقع الوظيفي مقارنة بالوظائف الأخرى أو ارتباطه بمعايير خاصة في الترقي والتدرج الوظيفي. ويمكن القول إن هذا التوزيع يعكس واقع التركيب المهني للأخصائيين الاجتماعيين في الميدان، حيث تظل الأغلبية في مستويات الممارسة المباشرة، مع وجود أقلية في مواقع قيادية أو إشرافية. وهو ما يتفق مع ما أشار إليه نبيل أبو الحسن (٢٠١٠) من أن الممارسين المباشرين يمثلون

## مجلة الخدمة الاجتماعية

الركيزة الأساسية في نجاح عمليات الوساطة، بينما يختلف دور الأكاديميين والخبراء في تركيزهم على الجوانب النظرية أو الإشرافية.

٦- فيما يتعلق بمتغير المؤهل العلمي: كشفت البيانات أن الغالبية من أفراد العينة يحملون مؤهلاً جامعياً بنسبة (٦٥.٤%)، في حين بلغت نسبة الحاصلين على مؤهل فوق جامعي (٣٤.٦%). ويوضح هذا التوزيع أن معظم الأخصائيين الاجتماعيين توفقوا عند الدرجة الجامعية باعتبارها المؤهل الأساسي لممارسة المهنة، بينما تمثل نسبة الحاصلين على مؤهل فوق جامعي شريحة مهمة تعكس توجه بعض الأخصائيين نحو تطوير معارفهم ومهاراتهم البحثية والأكاديمية، وربما الارتقاء بالمسار الوظيفي. كما يشير ذلك إلى أن الميدان يجمع بين ممارسين في المستوى الأكاديمي الأساسي (البكالوريوس) وآخرين يسعون إلى التخصص والتعمق عبر الدراسات العليا، مما قد يثري العمل الاجتماعي وبتيح التكامل بين الممارسة التطبيقية والنظرة البحثية والتنظيرية. وهو ما يتسق مع دراسة Thieleman & Cacciatore (٢٠١٩) التي وجدت أن المستوى الأكاديمي يعزز بعض الكفاءات النظرية مثل التعاطف واليقظة العقلية، بينما يحتاج إلى دعم بالخبرة والتدريب العملي لتحويل تلك الكفاءات إلى مهارات تطبيقية.

٧- فيما يتعلق بمتغير عدد الدورات التدريبية في المجال: أظهرت النتائج أن أعلى نسبة من أفراد العينة حصلوا على أكثر من أربع دورات تدريبية بنسبة (٥٠.٥%)، تلتها فئة الحاصلين على أربع دورات بنسبة (١٥.٩%)، ثم الحاصلين على دورة واحدة بنسبة (١١.٩%). في حين بلغت نسبة الحاصلين على ثلاث دورات (٨.٩%)، والحاصلين على دورتين (٧.٩%)، بينما جاءت أدنى نسبة لدى غير الحاصلين على أي دورات تدريبية في المجال بنسبة (٤.٩%). ويكشف هذا التوزيع عن ارتفاع واضح في مستوى الاهتمام بالتدريب المستمر لدى غالبية الأخصائيين الاجتماعيين، وهو ما يعكس إدراكاً متزايداً بأهمية التطوير المهني المستمر لمواجهة التحديات المرتبطة بعملهم. كما أن انخفاض نسبة غير الحاصلين على دورات تدريبية يدل على أن التدريب أصبح ضرورة مهنية لا يمكن الاستغناء عنها. ومن جانب آخر، فإن ارتفاع نسبة من تلقوا أكثر من أربع دورات قد يعكس وجود توجه مؤسسي نحو الاستثمار في رفع كفاءة الأخصائيين، أو حرصاً شخصياً منهم على تعزيز مهاراتهم بما يتماشى مع متطلبات الواقع العملي. وهذه النتيجة تتفق بوضوح مع ما توصلت إليه دراسة أماني قاسم (٢٠١٥) التي أكدت أن تعدد الدورات التدريبية يسهم في رفع مستوى استخدام مهارات الوساطة (التفاوض، إدارة الحوار، إدارة النزاع). كما دعمتها دراسة García (2013) التي أثبتت أن التدريب المستمر يعد متغيراً رئيسياً في تحسين كفاءة الممارسين في الوساطة الأسرية.

جدول رقم (٩) يوضح مستوى أبعاد اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين

الترتيب	المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأبعاد
١	مرتفع	٠.٩٩٤	٣.٦٤	الملاحظة
٢	مرتفع	٠.٩٨٢	٣.٨٧	الوصف

## مجلة الخدمة الاجتماعية

٣	التصرف بوعي في اللحظات الحاضرة	٣.٦٨	٠.٩٩٣	مرتفع	٢
٤	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	٣.٦٠	١.٠٦٨	مرتفع	٤
٥	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	٣.٥٥	١.١١٢	مرتفع	٥
	أبعاد اليقظة العقلية ككل	٣.٦٧	٠.٩٣٧	مستوى مرتفع	

تشير نتائج الجدول السابق إلى أن مستوى أبعاد اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين ككل جاء في المستوى المرتفع، حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي (٣.٦٧) بانحراف معياري (٠.٩٣٧). وهذه النتيجة تعكس أن عينة الدراسة تمتلك مستوى عاليًا من الوعي الذاتي والحضور الذهني، وهو ما يعد عاملاً أساسياً في تعزيز كفاءتهم المهنية عند التعامل مع العملاء والمواقف المختلفة.

وبتفصيل الأبعاد، يتضح أن بعد الوصف احتل المرتبة الأولى بمتوسط (٣.٨٧)، ما يشير إلى قدرة الأخصائيين على التعبير الدقيق عن مشاعرهم وتجاربهم، وهي مهارة ترتبط بوضوح بالتواصل الفعال وبناء علاقة مهنية قائمة على الثقة. تلاه بعد التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة بمتوسط (٣.٦٨)، وهو مؤشر على امتلاك الأخصائيين القدرة على ضبط انفعالاتهم واتخاذ قرارات مدروسة في المواقف الضاغطة، بما يعزز من مهنتهم. هذه النتيجة قد تتفق مع ما توصلت إليه دراسة أماني قاسم (٢٠١٥) التي أوضحت أن مهارات الحوار والتفاوض وإدارة النزاع لدى الأخصائيين الاجتماعيين جاءت مرتفعة، وهو ما ينعكس في بُعدي "الوصف" و"التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة" اللذين حققا المراتب الأولى في الدراسة الحالية.

أما بعد الملاحظة فجاء في المرتبة الثالثة بمتوسط (٣.٦٤)، وهو ما يعكس اهتمام الأخصائيين بمتابعة التفاصيل الدقيقة في سلوك العملاء وانفعالاتهم، الأمر الذي يساهم في التشخيص السليم والتدخل المناسب. وقد تتفق تلك النتيجة مع دراسة عبد الناصف شومان (٢٠٠٥) التي أبرزت أهمية مهارات الملاحظة والاتصال والإقناع، وهي مهارات يقابلها ارتفاع بُعد "الملاحظة" في نتائج هذه الدراسة.

وفي المرتبة الرابعة جاء بعد عدم الحكم على الخبرات الداخلية بمتوسط (٣.٦٠)، ما يشير إلى اتجاه الأخصائيين نحو تقبل خبراتهم وانفعالاتهم دون إصدار أحكام مسبقة، وهو جانب يرتبط بالحياد الموضوعية في العلاقة المهنية. وأخيراً، جاء بعد عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية في المرتبة الخامسة والأخيرة بمتوسط (٣.٥٥)، ورغم أنه لا يزال ضمن المستوى المرتفع، إلا أن ذلك يعكس تحدياً نسبياً لدى بعض الأخصائيين في القدرة على فك الارتباط مع مشاعرهم الداخلية أثناء الممارسة، مما يشير إلى حاجة أكبر للتدريب على تقنيات اليقظة الذهنية والتحكم الانفعالي.

وبشكل عام، يمكن القول إن النتائج تؤكد أن الأخصائيين الاجتماعيين يمتلكون مستوى مرتفعاً من أبعاد اليقظة العقلية، مع تفوق واضح في مهارات الوصف والوعي اللحظي، مقابل حاجة نسبية لتعزيز مهارة الانفصال عن التفاعل مع الخبرات الداخلية، وهو ما يتطلب برامج تدريبية داعمة لتطوير هذا الجانب. وهو ما قد يتفق مع دراسة كلاً من Roulston et al. (2018)، Thieleman & Cacciatore (2019) واللاتي أشارت إلى فاعلية برامج اليقظة العقلية في تحسين المرونة وتقليل الضغط النفسي وزيادة الوعي اللحظي لدى طلاب الخدمة الاجتماعية، وهو ما ينسجم مع نتائج الدراسة الحالية التي أظهرت ارتفاعاً في بعد "التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة". كما تدعم نتائج Thomas (2017) التي بيّنت أن ارتفاع مستويات اليقظة

## مجلة الخدمة الاجتماعية

العقلية يسهم في التخلص من الأفكار السلبية والسيطرة على الانفعالات، الأمر الذي يؤكد أهمية الاستثمار في تدريب الأخصائيين على تعزيز أبعاد اليقظة المختلفة.

وترتبط نتائج الجدول أيضاً مع السياق النظري؛ حيث تشير نتائج الدراسة الحالية إلى انسجام واضح مع ما طرحته "لانجر" في نظرية اليقظة العقلية، حيث أظهرت الأبعاد الخمسة لليقظة لدى الأخصائيين الاجتماعيين (الوصف، التصرف بوعي، الملاحظة، عدم الحكم على الخبرات، عدم التفاعل معها) مستوى مرتفعاً يعكس وعياً ذاتياً وحضوراً ذهنياً مهنيًا. وقد برز بعدا الوصف والتصرف الواعي كأعلى الأبعاد، وهو ما يتسق مع مفهوم "لانجر" حول تكوين الفئات الجديدة وتعديل السلوك التلقائي. كما أن ارتفاع بعد الملاحظة يعكس القدرة على متابعة التفاصيل الدقيقة، وهو ما يقابل تسمية الفئات القديمة في إطار النظرية. أما تقبل الخبرات دون إصدار أحكام فيرتبط مباشرة بقدرة الفرد على الانفتاح على الأفكار الجديدة وتبني الحباد، بينما يشير انخفاض بعد عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية نسبياً إلى ما نبهت إليه "لانجر" من أن انعدام اليقظة قد يكبح الإبداع المعرفي. ومن ثم، فإن هذه النتائج تؤكد أن النظرية تفسر بعمق خصائص اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين وتبرز دورها في تعزيز كفاءتهم المهنية.

جدول (١٠) يوضح مستوى أبعاد مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
١ مهارة الاتصال	٣.٥٦	٠.٩١٦	مرتفع	٥
٢ مهارة إدارة الحوار	٣.٥٧	٠.٩٠٥	مرتفع	٤
٣ مهارة التفاوض	٣.٥٨	٠.٩٧٧	مرتفع	٣
٤ مهارة إدارة النزاع	٣.٥٩	٠.٩٥٦	مرتفع	٢
٥ مهارة حل المشكلة	٣.٦٠	٠.٩٣٣	مرتفع	١
أبعاد مهارات الوساطة الأسرية ككل	٣.٥٨	٠.٨٩٧	مستوى مرتفع	

تشير نتائج الدراسة إلى أن مستوى أبعاد مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين - وفق تقديرات عينة الدراسة - يقع في المستوى المتوسط بمتوسط حسابي عام (٣.٥٨) وانحراف معياري (٠.٨٩٧). غير أن التحليل التفصيلي للأبعاد يظهر أن جميع المهارات الفرعية جاءت في المستوى المرتفع نسبياً، بما يعكس وجود درجة من التوازن بين مختلف مكونات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين.

فقد احتلت مهارة حل المشكلات المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣.٦٠)، مما يشير إلى أن الأخصائيين الاجتماعيين يولون أهمية كبرى للتدخل المهني القائم على البحث عن بدائل وحلول عملية تسهم في تجاوز التوترات الأسرية. وجاءت مهارة إدارة النزاع في المرتبة الثانية (٣.٥٩)، وهو ما يعكس قدرة ملحوظة على التعامل مع الصراعات الأسرية عبر استراتيجيات احتوائية تقلل من احتمالية تفاقمها. أما مهارة التفاوض فحلت في المرتبة الثالثة (٣.٥٨)، الأمر الذي يدل على امتلاك الأخصائيين قدرًا مناسبًا من الكفاءة في الوصول إلى حلول وسطية تحقق قدرًا من الرضا المتبادل بين أطراف النزاع.

وفي المرتبتين الرابعة والخامسة ظهرت كل من مهارة إدارة الحوار (٣.٥٧) ومهارة الاتصال (٣.٥٦) على التوالي، وهي نسب متقاربة تدل على أن الأخصائيين يجيدون بشكل عام

مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي وإدارة النقاشات الأسرية، وإن كانت بدرجة أقل نسبيًا مقارنة بمهارات حل المشكلات والتفاوض.

وتتنسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عبد الناصف شومان (٢٠٠٥) والتي أوضحت أن أبرز المهارات المهنية الفاعلة في الوساطة الأسرية تتمثل في الاتصال والإقناع وحل المشكلات، وهي ذات المهارات التي برزت في نتائج هذه الدراسة، مع تراجع نسبي لمهارات الاتصال مقارنة بالمهارات العملية. وفي السياق ذاته، كشفت دراستا مروة عثمان (٢٠١٠) ومنال فاروق (٢٠١٠) عن وجود قصور نسبي في بعض الجوانب التطبيقية للوساطة بمكاتب التسوية، خاصة فيما يتعلق بمهارات الحوار والاتصال، وهو ما يفسر تراجع ترتيب هذه المهارات في الدراسة الحالية. في المقابل، بينت دراسة أماني قاسم (٢٠١٥) أن بعض مهارات الوساطة (التفاوض، إدارة النزاع، حل المشكلات) حققت مستويات مرتفعة، وهو ما ينسجم مع توقعها نسبيًا في نتائج الجدول الحالي.

كما أوضحت دراسة García (2013) أن الكفاءات الخاصة للوساطة الأسرية تتركز في فهم النزاع، التحليل، التفاوض، والاستماع النشط، وهي ذات الأبعاد التي سجلت مستويات أعلى نسبيًا في نتائج هذه الدراسة، مقابل ضعف نسبي في مهارات الاتصال المباشر. كما أكدت الأدبيات (Carrasco, 2016؛ Roulston et al., 2018) أن الوساطة الأسرية عملية معقدة تتطلب تدريبًا مستمرًا لصقل مهارات الاتصال والحوار، الأمر الذي ينسجم مع الحاجة الملحة التي أبرزتها نتائج الدراسة الحالية لتقوية هذه الجوانب.

وقد تتفق تلك النتيجة أيضًا مع السياق النظري؛ حيث تنسجم تلك النتيجة مع المعايير المهنية والمواثيق الدولية التي تشدد على أهمية امتلاك الوسيط لمهارات تحليل الموقف، إدارة الحوار، والحفاظ على التوازن بين الأطراف كما ورد في ميثاق ممارسة الوساطة الأسرية (HKIAC) والجمعية القومية للأخصائيين الاجتماعيين.

ويُستنتج من هذه النتائج أن الأخصائيين الاجتماعيين يميلون إلى التركيز على الجوانب العملية أكثر من تركيزهم على الجوانب التفاعلية (الحوار والاتصال). وهو ما قد يعكس طبيعة الممارسة الميدانية التي تتطلب التوجه نحو الحلول المباشرة في ظل ضغوط العمل وقلة الموارد، أكثر من التعمق في تنمية عمليات الحوار الممتدة. كما يمكن تفسير ذلك بأن الأخصائيين يطورون خبراتهم تدريجيًا من خلال الممارسة العملية، حيث تُعد مهارات الاتصال والحوار مهارات أساسية لكنها تحتاج إلى تدريب مستمر وصقل منهجي لتصل إلى مستوى يتساوى مع مهارات حل المشكلات وإدارة النزاع.

وبذلك فإن النتائج لا تعكس فقط مستوى متوسطًا عامًا، وإنما تكشف عن هرم مهاري داخلي يُظهر تفوق الأخصائيين في المهارات المتعلقة بالتعامل المباشر مع الأزمات الأسرية، في مقابل حاجة نسبية لتعزيز مهارات الاتصال والحوار التي تُعد مدخلًا أساسيًا لاستدامة الحلول ونجاح الوساطة الأسرية على المدى البعيد.

**المحور الثاني: التحقق من صحة فروض الدراسة:**

١- التحقق من صحة الفرض الأول للدراسة والذي هو مؤداه: توجد علاقة دالة إحصائيًا بين مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين (عينة البحث) تبعًا لبعض المتغيرات (النوع، السن، عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، عدد الدورات التدريبية في المجال).

## مجلة الخدمة الاجتماعية

جدول (١١) يوضح العلاقة بين بعض المتغيرات الديموجرافية ومستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين

م	المتغيرات الديموجرافية	مستوى اليقظة الذهنية	
		المعامل المستخدم	قيمه ودلالته
١	النوع	كا	**٨٨.٤٢٥ (د. ح = ٦٥)
٢	السن	بيرسون	**٠.٤٦٧
٣	عدد سنوات الخبرة	بيرسون	**٠.٤٢٣
٤	المؤهل العلمي	كا	**٨٨.١٨٣ (د. ح = ٦٥)
٥	عدد الدورات التدريبية	بيرسون	**٠.٢٨٢

ينضح من نتائج الجدول السابق أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين بعض المتغيرات الديموجرافية ومستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين عينة الدراسة، وتتمثل هذه المتغيرات في (النوع، السن، عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، وعدد الدورات التدريبية في المجال). ويعني ذلك أن مستوى اليقظة العقلية ليس سمة ثابتة بالضرورة، بل يتأثر بالخصائص الفردية والمهنية للأخصائيين، حيث يمكن تفسير هذا الاختلاف بأن عوامل مثل التقدم في العمر أو زيادة سنوات الخبرة أو الحصول على تدريب متخصص تسهم في توسيع الوعي الذاتي وتعزيز القدرة على الملاحظة وعدم التفاعل المنقطع مع الخبرات الداخلية، وهي الأبعاد المكونة لليقظة العقلية.

كما أن وجود فروق بين الجنسين يعكس - وفقاً لبعض الأدبيات - تأثير الأدوار الاجتماعية والثقافية في تشكيل مستوى الانتباه والوعي الذاتي لدى الممارسين، في حين أن المتغيرات التعليمية والتدريبية تشير إلى أن التأهيل الأكاديمي والدورات التدريبية يمدان الأخصائيين بأدوات معرفية ومهارية تسهم في رفع مستوى يقظتهم العقلية عند التعامل مع العملاء والمواقف المهنية المعقدة.

وبناءً على ما سبق، يمكن القول إن النتائج تدعم الفرض الأول للدراسة القائلة: "توجد علاقة دالة إحصائياً بين مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين (عينة البحث) تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (النوع، السن، عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، وعدد الدورات التدريبية في المجال)".

وقد تتفق تلك النتيجة مع ما أظهرته دراسات عربية مثل دراسة فوزي شحاتة (٢٠٠٧)، وأماني قاسم (٢٠١٥)، أحلام محمد (٢٠١٦)، التي أوضحت أن الأخصائيين الاجتماعيين يمارسون مهارات الوساطة الأسرية بمستويات متفاوتة، حيث ارتبطت كفاءتهم المهنية بمدى امتلاكهم لمهارات مثل إدارة الحوار والتفاوض وحل المشكلات، وهي مهارات لا يمكن تنمية إلا عبر تراكم الخبرة والتدريب المستمر.

ومن ثم يمكن القول إن النتيجة الإحصائية الحالية تعكس ما أكدته الأدبيات، حيث إن تباين مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين تبعاً لمتغيراتهم الشخصية والمهنية يمثل مؤشراً على أن هذه المهارة قابلة للتعليم والتطوير من خلال التدريب والممارسة والخبرة العملية. كما أن امتلاك الأخصائي الاجتماعي لليقظة العقلية يمثل متطلباً أساسياً لتعزيز فعالية الوساطة الأسرية وتحقيق أهدافها، إذ تمكنه من إدارة النزاعات وحل المشكلات بكفاءة أكبر، وهو ما يبرر قبول الفرض الأول للدراسة.

## مجلة الخدمة الاجتماعية

وتتسجم هذه النتيجة مع ما أشارت إليه بعض الدراسات التي تناولت أثر الخصائص الفردية والمهنية في تطوير مهارات الأخصائيين الاجتماعيين، حيث أكدت أن اليقظة العقلية ليست مجرد سمة شخصية، وإنما عملية مكتسبة وقابلة للتطوير من خلال الممارسة والتدريب المستمر، وهو ما يفتح المجال أمام توصيات عملية لتوجيه السياسات التدريبية نحو الاستثمار في هذه المتغيرات لتعزيز اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين.

٢- التحقق من صحة الفرض الثاني للدراسة والذي هو مؤداه: توجد علاقة دالة إحصائيًا بين مستوى مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين (عينة البحث) تبعًا لبعض المتغيرات (النوع، السن، عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، عدد الدورات التدريبية في المجال)

جدول (١٢) يوضح العلاقة بين بعض المتغيرات الديموغرافية ومستوى مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين

م	المتغيرات	مستوى مهارات الوساطة الأسرية	
		المعامل المستخدم	قيمه ودلالته
١	النوع	كا <sup>٢</sup>	٧٦.٨٣٨
٢	السن	بيرسون	**٠.٥١٣
٣	عدد سنوات الخبرة	بيرسون	**٠.٤٩٢
٤	المؤهل العلمي	كا <sup>٢</sup>	**٧٨.٣٢٥
٥	عدد الدورات التدريبية	بيرسون	**٠.٣٥٤

تشير نتائج الجدول إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين بعض المتغيرات الديموغرافية (السن، عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، وعدد الدورات التدريبية) ومستوى مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين عينة الدراسة، بما يعكس أن هذه المهارات ليست خصائص ثابتة وإنما تتطور بتأثير الخبرة المهنية والتراكم المعرفي والالتحاق بالتدريب المستمر. فالخبرة العملية تمنح الأخصائي الاجتماعي فرصًا أكبر للاحتكاك بالمشكلات الأسرية المتنوعة وصقل مهاراته في إدارة النزاع وحل المشكلات والتفاوض، كما أن التدريب المستمر يفتح المجال لاكتساب استراتيجيات جديدة للتعامل مع القضايا المعقدة في المقابل، لم تظهر النتائج وجود فروق تعزى إلى النوع (ذكر/أنثى)، وهو ما يشير إلى أن كلا من الذكور والإناث يتمتعون بمستوى متقارب من الكفاءة المهنية في ممارسة الوساطة الأسرية، ما يعكس الطابع المهني التخصصي لهذه الممارسة بعيدًا عن الفروق المرتبة بالنوع.

وقد تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة فوزي شحاتة (٢٠٠٧)، مروة عثمان (٢٠١٠)، أماني قاسم (٢٠١٥) التي أكدت أن فاعلية الوساطة الأسرية ترتبط بمدى الخبرة والتدريب الذي يتلقاه الأخصائي الاجتماعي، وأن الممارسة المهنية لا يمكن أن تحقق أهدافها دون تطوير مستمر للقدرات والمهارات. كما دعمت دراسة أحلام محمد (٢٠١٦) أن الأخصائيين الذين حصلوا على برامج تدريبية متخصصة كانوا أكثر قدرة على إدارة جلسات الوساطة الأسرية بفاعلية.

## مجلة الخدمة الاجتماعية

وفي السياق ذاته، أشارت (Barsky (2001، Benjamin & Irving (2002، Carrasco (2016 إلى أن الوساطة الأسرية عملية معقدة تتطلب مزيجًا من المهارات الاتصالية والمعرفية والانفعالية، وأن تراكم الخبرة والتدريب يسهمان بصورة جوهرية في رفع مستوى الكفاءة المهنية. كما أكد Roulston وآخرون (2018)، Wang & Brown (2021 على أن التدريب المتخصص يعزز من قدرة الأخصائيين الاجتماعيين على إدارة النزاعات الأسرية والتعامل مع الضغوط المهنية، في حين أن النوع لم يكن عاملاً مؤثرًا في مستويات الأداء.

وبذلك يمكن تفسير النتيجة الإحصائية الحالية في ضوء ما أكدته الأدبيات السابقة: أن مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين تتشكل بشكل أساسي من خلال تراكم الخبرة العملية والارتقاء بالمؤهل العلمي والانخراط في برامج تدريبية متخصصة، بينما تظل الفروق المرتبطة بالنوع محدودة أو غير ذات دلالة. وهذا ما يعزز قبول الفرض الثاني للدراسة، والذي هو مؤداه: توجد علاقة دالة إحصائية بين مستوى مهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين (عينة البحث) تبعًا لبعض المتغيرات (النوع، السن، عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، عدد الدورات التدريبية في المجال).

٣- التحقق من صحة الفرض الثالث للدراسة: توجد علاقة دالة إحصائية بين اليقظة العقلية ومهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين (عينة البحث).

جدول (١٣) يوضح تحليل الانحدار البسيط للعلاقة بين اليقظة العقلية ومهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين

معامل التحديد R <sup>2</sup>	معامل الارتباط R		اختبار (ف) F-Test		اختبار (ت) T-Test		معامل الانحدار B	المتغير المسد تقل
	المعنى القيمة	القيمة	المعنى القيمة	القيمة	المعنى القيمة	القيمة		
٠.٥٨٢	٠.٠٠٠	٠.٧٦٣	٠.٠٠٠	١٢٣.٨٩٧	٠.٠٠٠	١١.١٣١	٠.٩٩٣	اليقظة الذهنية

يتبين من نتائج الجدول أن هناك ارتباطًا جوهريًا وقويًا بين اليقظة العقلية بوصفها متغيرًا مستقلًا، ومهارات الوساطة الأسرية باعتبارها متغيرًا تابعًا لدى الأخصائيين الاجتماعيين. فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٩٩٣) وهي قيمة مرتفعة جدًا ودالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، مما يكشف عن وجود علاقة طردية قوية جدًا، أي أنه كلما ارتفع مستوى اليقظة العقلية لدى الأخصائيين الاجتماعيين ارتفعت تبعًا لذلك مهاراتهم في ممارسة الوساطة الأسرية. وتؤكد هذه النتيجة أن اليقظة العقلية تمثل إحدى الركائز الأساسية التي تسهم في تعزيز كفاءة الأداء المهني للأخصائي الاجتماعي عند تعامله مع النزاعات الأسرية.

كما أوضح اختبار (ف) ( $F=123.897$ ,  $Sig=0.000$ ) أن نموذج الانحدار ذو دلالة معنوية، حيث بلغت قيمة معامل التحديد ( $R^2=0.582$ )، وهو ما يعني أن أبعاد اليقظة العقلية مجتمعة تفسر نحو (٥٨.٢%) من التغيرات في مستوى مهارات الوساطة الأسرية، وهو تفسير

مرتفع نسبياً يعكس التأثير الكبير لليقظة العقلية في صياغة وتطوير مهارات الوساطة. وبدورها تشير نتيجة اختبار (ت) ( $T=11.131$ ,  $Sig=0.000$ ) إلى أن أثر اليقظة العقلية على الوساطة الأسرية أثر جوهري وذو دلالة إحصائية، الأمر الذي يعزز مصداقية النموذج التفسيري.

وتدل نتائج الدراسة على وجود ارتباط قوي بين اليقظة العقلية ومهارات الوساطة الأسرية لدى الأخصائيين الاجتماعيين، وهو ما يتسق مع ما أشارت إليه العديد من الدراسات العربية والأجنبية على حد سواء. فقد أوضحت دراسة فوزي شحاتة (٢٠٠٧) أن تراجع مستوى ممارسة مهارات الوساطة الأسرية يرتبط بضعف القدرة على التركيز وإدارة الموقف، وهو ما يلتقي مع نتائج دراسة García (2013) التي أكدت أن الكفاءات الاجتماعية والمهنية مثل صنع القرار وبناء الثقة تستلزم حضوراً ذهنياً ووعياً باللحظة الراهنة. كما بينت دراسة نبيل أبو الحسن (٢٠١٠)، وكذلك ما أكدته دراسات Roulston وآخرون (٢٠١٨)، و Thieleman & Cacciatore (2019)، أن مهارات إدارة الحوار، حل المشكلات، والتفاوض تتطلب قدرًا عاليًا من الحضور الذهني والقدرة على ضبط الانفعالات، وهي من الآثار المباشرة لليقظة العقلية.

وفي الاتجاه ذاته، شددت دراسة عبد الناصف شومان (٢٠٠٥) على أهمية مهارات الاتصال والإقناع التي يصعب تحقيقها دون يقظة عقلية فاعلة، وهو ما تدعمه نتائج دراسة أماني قاسم (٢٠١٥) التي أبرزت ارتفاع مستوى استخدام مهارات التفاوض وإدارة النزاع لدى الأخصائيين الاجتماعيين باعتبارها امتداداً للتنظيم الانفعالي والتركيز الذهني. كما كشفت دراسات أخرى مثل مروة عتمان (٢٠١٠)، أحلام محمد (٢٠١٦) عن أن ضعف الأداء المهني يرتبط بالحاجة إلى تعزيز مهارات معرفية وانفعالية مثل الإصغاء والملاحظة وجمع المعلومات، وهي ذاتها التي أكدت الدراسات الأجنبية فاعلية برامج اليقظة العقلية في تنميتها وخفض الضغوط وتحسين جودة الممارسة المهنية في الوساطة الأسرية.

وبناء على ما سبق، يمكن تفسير نتائج الجدول بأن اليقظة العقلية ليست فقط عاملاً مساعداً، بل تعد شرطاً أساسياً لنجاح الأخصائي الاجتماعي في أداء دوره كوسيط أسري. فهي تمثل الآلية التي من خلالها يتمكن الأخصائي من توظيف مهاراته المهنية (التفاوض، إدارة النزاع، الاتصال، الإصغاء، وحل المشكلات) بشكل فعال. كما أن غيابها أو ضعفها يؤدي إلى تراجع مستوى هذه المهارات، وهو ما انعكس في نتائج عدد من الدراسات العربية التي رصدت ضعفاً في بعض جوانب الممارسة.

إذن، يمكن القول إن نتائج هذه الدراسة تقدم إضافة نوعية للأدبيات، حيث تفسر بصورة كمية (٥٨.٢% من التباين) العلاقة الوثيقة بين اليقظة العقلية والوساطة الأسرية، بما يؤكد أن الاستثمار في تدريب الأخصائيين الاجتماعيين على مهارات اليقظة العقلية يعد مدخلاً جوهرياً لتحسين جودة الممارسة المهنية في محاكم الأسرة ومراكز الصلح.

### المراجع:

1. Barsky, Allan (2001): understanding family mediation from asocial work perspective, Canadian social work review, V. (18), N. (1).

2. Benjamin, M. & Irving, H. (2002): therapeutic family mediation, helping families resolve conflict, sage publication, London, United Kingdom.
3. Bergomi, C. et.al, (2013): Measuring Mindfulness: First Steps Towards the Development of a Comprehensive Mindfulness Scale, Bern Open Repository and Information System (BORIS).
4. Boone, Matthew S. (2014): The Mindfulness & Acceptance Practica, Mindfulness & Acceptance in Social Work, Evidence-Based Interventions & Emerging Applications, New Harbinger Publications, Raincoast, Canada.
5. Carrasco, Marta Blanco (2016): Mediation and the Social Work profession: particulary in the community context. Cuadernos de Trabajo Social, V.29 (2).
6. Carroll, Angela Lake (2021): The Mediation Handbook.
7. Fung (2014): Mediator's Qualifications and Skills, Mediation Conference, Judiciary of the Hong Kong Special Administrative Region.
8. Hong Kong International Arbitration Centre. (2023). Guidelines for Professional Practice of Family Mediators. <https://hkiac.org/mediation/rules/guidelines-for-professionals>
9. García, Luís Miguel Rondón (2013): Family Mediation: Competencies for Social Work Training, Journal of Conflictology, V. (4).
10. Guidelines for Professional Practice of Family Mediators, <https://www.hkiac.org/mediation/rules/guidelines-for-professionals>
11. Leonard, Allison Leigh (2012): Breathe In, Breathe Out: Utilizing Mindfulness in the Social Work Practicum, Undergraduate Honors Capstone Projects, Utah State University.
12. Logan, I. M. (2014): Meditation, Mindfulness, and Social Work, encyclopedia of social work, NASW press and oxford un press <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780199975839.013.981>
13. Lynn, Robyn & Mensinga, Jo (2015): Social Workers' Narratives of Integrating Mindfulness into Practice, Journal of Social Work Practice, V. (29), N. (3).
14. Norutė, Rūta & Garšvė, Lina (2021): Mediation Principles in Social Work, Professionalstudies: Theory and Practice,

- Lithuania, 8, (23).
15. Payne, Julien David (2010): Training Materials on Family Mediation Article in SSRN Electronic Journal.
  16. Roulston, Audrey, et.al (2018): Exploring the impact of mindfulness on mental wellbeing, stress and resilience of undergraduate social work students, Social Work Education, UK Limited, Taylor & Francis Group, V. (37), N. (2).
  17. Thieleman, Kara & Cacciatore, Joanne (2019): Experiencing life for the first time: the effects of a traumatic death course on social work student mindfulness and empathy, School of Social Work, Arizona State University, Phoenix, Arizona, US, V. (38), N. (4).
  18. Stacy Heard ,et.al (2025) : Model Standards for Family and Divorce Mediation , AFCC and American Bar Association (ABA) Family Law Section Task Force to Revise the Model Standards of Practice for Family and Divorce Mediation
  19. Thomas, Jacky T. (2017): Brief mindfulness training in the social work practice classroom Department of Social Work, California State University San Marcos, San Marcos, CA, USA, V. (36), N. (1).
  20. Turner, Kielty (2009): Mindfulness: The Present Moment in Clinical Social Work, CLIN Soc Work J, 37.
  21. Wang, Donna S., Brown, Derek Tice (2021): "It helped, the mindfulness, ... so let me help": High school students developing social work values through yoga, Journal of Social Work Values and Ethics, V. (18), N. (1).
٢٢. إبراهيم، حيدر معن (٢٠١٩): اليقظة العقلية والمعتقدات المعرفية وكيفية قياسها، دار كلكامش للطباعة والنشر والتوزيع، بغداد.
٢٣. أبو الحسن، نبيل محمد محمود (٢٠١٠): معايير جودة الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في مجال التوسط الأسري، ع (٢٩)، ج (٣)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٢٤. أحرشا، الغالي (٢٠١٧): الوساطة الأسرية: مقومات نظرية وتقنيات منهجية، ع (٧٣)، مج (١٩)، مجلة الطفولة العربية، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية.
٢٥. إسماعيل، هالة محسن محمد (٢٠٢١): مكاتب تسوية المنازعات الأسرية، ع (٦٠)، مجلة كلية الآداب، جامعة بني سويف.
٢٦. أومولود، أسماء (٢٠١٣): الوساطة في القضايا الأسرية، ع (٣)، سلسلة الاجتهاد القضائي، إبراهيم صادق.
٢٧. الحارثس، سعد محمد عبد الله (٢٠١٩): اليقظة العقلية وعلاقتها بأعراض القلق لدى طلاب الكلية التقنية بمحافظة بيشة، ع (٥٧)، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج.

## مجلة الخدمة الاجتماعية

٢٨. السيد، هدى جمال محمد (٢٠١٨): اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين، ع (٤)، مج (٢٨)، دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية.
٢٩. الصديق، فاطمة محمد الخير؛ محروس، غادة كمال (٢٠٢٠): اليقظة الذهنية وعلاقتها بإدارة الوقت: دراسة ميدانية على معلمات رياض الأطفال بمدينة حائل- المملكة العربية السعودية، ع (٢٢)، مج (٤)، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث- مجلة العلوم التربوية والنفسية.
٣٠. الطملاوى، منال محمد محروس (٢٠١٤): المهارات المهنية لأخصائي خدمة الجماعة للعمل مع المدمنين المنتكسين: دراسة تقويمية، ع (٣٧)، ج (٤)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٣١. العقيلي، أمينة إرشيد محمود (٢٠٢١): دور مكاتب الإصلاح والوساطة والتوفيق الأسري في الأردن في الحد من النزاعات الأسرية من وجهة نظر العاملين بها، ع (٢)، مج (٤٨)، دراسات - علوم الشريعة والقانون، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية.
٣٢. الغامدي، شهد حمدان خرصان (٢٠٢٢): مستوى ممارسة الأخصائي الاجتماعي لعملية الوساطة بمرکز الصلح في محكمة الأحوال الشخصية بجدة، ع (٧١)، ج (١)، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين.
٣٣. المرشود، جوهرة صالح (٢٠٢٠): الإسهام النسبي لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة لدى طالبات جامعة القصيم، ع (٩)، مج (٢٨)، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، كلية الآداب والعلوم الإنسانية.
٣٤. المهدي، محمد (٢٠١٦): مقومات الوساطة الأسرية الناجحة: شذرات في معالم البناء وآليات التفعيل، ع (١٤)، س (٧)، مجلة القضاء المدني، زكرياء العماري.
٣٥. الياحي، حسين مسعود علي؛ علي، أشرف محمد أحمد (٢٠٢١): الصلابة النفسية وعلاقتها باليقظة الذهنية في ضوء بعض المتغيرات- دراسة مقارنة بين مدمني المخدرات والعادين، ع (٣٠)، المجلة العربية للنشر العلمي، مركز البحث وتطوير الموارد البشرية - رماح.
٣٦. بهنساوي، صبري السيد أحمد (٢٠٢١): اليقظة العقلية وعلاقتها بالكفاءة المهنية لدى المعلمين، ع (١١٢)، دراسات تربوية ونفسية، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٣٧. زكي، هناء محمد؛ حلمي، أمنية حسن محمد (٢٠١٩): فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تحسين الصمود الأكاديمي لدي طلاب الجامعة، ع (١٠٩)، مج (٢٩)، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
٣٨. شحاته، فوزي محمد الهادي (٢٠٠٧): مستوى ممارسة الأخصائي الاجتماعي لعملية الوساطة في تسوية المنازعات الأسرية بمحكمة الأسرة، ع (٢٢)، ج (٢)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٣٩. شومان، عبد الناصف يوسف (٢٠٠٥): المهارات اللازمة لعمل الأخصائي الاجتماعي مع النزاعات الزوجية بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية، المؤتمر العلمي الثامن عشر، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٤٠. عبد الحليم، جيهان الطاهر محمد (٢٠٢١): دور الوساطة الأسرية في حل النزاعات بين

- الزوجين "دراسة فقهية"، ع (٨٥)، مجلة علوم الشريعة والدراسات الإسلامية، جامعة أم القرى.
٤١. عبد الحميد، ميرفت حسن فتحي (٢٠٢١): اليقظة العقلية وعلاقتها بالتسوية الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، ع (١٣٠)، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب.
٤٢. عبد المطيب، السيد الفضالي؛ خريبه، إيناس محمد صفوت مصطفى (٢٠٢٠): اليقظة العقلية في ضوء نظرية لانجر " Langer " وعلاقتها بكل من الاتجاه نحو التخصص وأسلوب التعلم ونوع الاختبار التحريري المفضل لدى طلبة جامعة الزقازيق، ج (٦٩)، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج.
٤٣. عثمان، مروه محمد فؤاد (٢٠١٠): تقويم الممارسة المهنية لطريقة خدمة الفرد بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية، ع (٢٩)، ج (٧)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٤٤. علي، منال فاروق سيد (٢٠١٠): دراسة تقويمية لدور مكاتب تسوية المنازعات الأسرية من منظور إسلامي، ع (٢٩)، ج (٥)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٤٥. عليمي، أحلام (٢٠١٥): دور مؤسسة الوساطة في حل المنازعات الأسرية، فعاليات اليوم الدراسي: عشر سنوات من تطبيق مدونة الأسرة - الحصيلة والآفاق، الكلية متعددة التخصصات بالناظور، جامعة محمد الأول.
٤٦. قاسم، أماني محمد رفعت (٢٠١٥): واقع استخدام الأخصائي الاجتماعي للمهارات المرتبطة بالوساطة في تسوية النزاعات الأسرية بمحكمة الأسرة، ع (٥٤)، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين.
٤٧. محمد، أحلام عبد المؤمن علي (٢٠١٦): متطلبات تحسين الاداء المهني للأخصائيين الاجتماعيين العاملين بمكاتب تسوية المنازعات الأسرية بمحكمة الأسرة، ع (٥٥)، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين.
٤٨. ناجواني، نجلاء بنت عبد الخالق (٢٠١٩): اليقظة العقلية لدى طلبة التعليم ما بعد الأساسي في ضوء بعض المتغيرات في محافظة مسقط، ع (٢)، مج (١٣)، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس.
٤٩. يوسف، آية أحمد عبدالحفيظ (٢٠١٦): نموذج الوساطة التحويلية: رؤية معاصرة لأحد أهم النماذج العلاجية المستخدمة في الوساطة الأسرية في خدمة الفرد، ع (٣)، مج (٢)، المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية - دراسات وبحوث تطبيقية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة أسيوط.

