

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً

د. فتحي عبد الرحمن الضبع^(١) د. أحمد علي طلب^(٢)

د. عمرو محمد سليمان^(٣)

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً، والكشف عن تأثير بعض المتغيرات الديموجرافية في الوالدية اليقظة عقلياً. وتكونت عينة الدراسة من (١٧٥) فرداً من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً، موزعة على مجموعتين؛ الأولى: اشتملت على (١٠٢) فرداً من آباء وأمهات الأطفال المعاقين عقلياً (٤١ أباً بمتوسط عمر زمني ٤٨،٨٦ سنة بانحراف معياري ١٣،٥٤، و٦١ أمّاً بمتوسط عمر زمني ٤٤،٥٧ سنة بانحراف معياري ١٣،١١)، أما العينة الثانية، فاشتملت على (٧٣) فرداً من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين (٢٩ أباً بمتوسط عمر زمني ٤٠،٠٦ سنة بانحراف معياري ٩،٣٤، و٤٤ أمّاً بمتوسط عمر زمني ٣٨،٨٥ سنة بانحراف معياري ٦،٨٤). وقام الباحثون بتعريب مقياسين: الأول مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد Duncan, Coatsworth, & Greenberg (2009)، والآخر استبيان كفاءة المواجهة من إعداد Schroder & Ollis (2013). وأشارت النتائج إلى: (١) تمتع الأداةين المعربتين بخصائص

(١) أستاذ الصحة النفسية المساعد - قسم الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة سوهاج.

(٢) أستاذ الصحة النفسية المساعد - قسم علم النفس - كلية التربية بالوادي الجديد - جامعة

أسيوط.

(٣) أستاذ مساعد - قسم التربية الخاصة

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

سيكومترية جيدة مشابهة لمثيلاتها في النسخة الأصلية للأداتين، (٢) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة، (٣) الوالدية اليقظة عقلياً تتأثر بجنس الوالدين، حيث كانت الفروق لصالح الأمهات، كما تتأثر بنوع إعاقة الطفل، حيث كانت الفروق لصالح والدي الأطفال المعاقين عقلياً، (٤) الوالدية اليقظة عقلياً لا تتأثر بالمستوى التعليمي أو الحالة الوظيفية للوالدين، (٥) يمكن التنبؤ بكفاءة المواجهة من خلال الوالدية اليقظة عقلياً (الدرجة الكلية، وبعدي: التعاطف مع الذات والطفل، والوعي الانفعالي بالذات والطفل). وتم تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري للدراسة ودراساتها السابقة.

* الكلمات المفتاحية: الوالدية اليقظة عقلياً - كفاءة المواجهة - الوالدان - الأطفال الذاتويين - الأطفال المعاقون عقلياً.

Mindful Parenting and its Relationship with Coping Competence among Parents of Children with Autism and Intellectual Disabilities

Abstract:

The study aimed to explore the relationship between mindful parenting and coping competence among parents of children with autism and intellectual disabilities, investigate the role of demographic variables on mindful parenting. The sample of the study consisted of 175 parents of children with autism and intellectual disabilities, it was divided in two groups; first one, 102 parents of children with intellectual disabilities [41 fathers; their ages were (48.68 ± 13.54) years, and 61 mothers; their ages were (44.57 ± 11.13) years], the second one, 73 parents of children with autism [29 fathers; their ages were (40.06 ± 9.34) years, and 44 mothers; their ages were (38.85 ± 6.84) years]. The researchers translated and adapted two tools, the first one, The Interpersonal Mindfulness in Parenting scale (IM-P, by Duncan, Coatsworth, & Greenberg, 2009), and The Coping Competence Questionnaire (CCQ, by Schroder & Ollis, 2013). Results of the study indicated that: (1) Arabic version of IM-P and CCQ had good psychometric properties and similarly with the originals, (2) positive statistically significant correlation was found between sample's study scores in mindful parenting and coping competence, (3) mindful parenting was affected by: sex of parents; mothers were better than fathers, and type of child handicap; parents of intellectually disabled children were better than parents of autistic children, (4) there were no effects of parents' education level or work state on mindful parenting, (5) Coping Competence can be predicted by mindful parenting

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

(total scores, and two dimensions: compassion with self and child, and emotional awareness of self and child). The results of the study were discussed in the light of literature and previous studies.

Key words: Mindful Parenting, Coping Competence, Parents, Autistic Children, Intellectually Disabled Children.

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً

د. فتحي عبد الرحمن الضبع^(١) د. أحمد علي طلب^(٢)

د. عمرو محمد سليمان^(٣)

مقدمة الدراسة وخلفيتها النظرية:

يضطلع الوالدان بمهمة تربية الأبناء ورعايتهم، وإعدادهم للمستقبل، وهي مهمة ليست من السهولة بمكان؛ لأنها تتعلق ببناء الشخصية لديهم. ويمكن القول إن الوالدية مهارات وممارسات تؤثر على علاقات الوالدين-الأبناء، وهي ليست مجرد إعادة سلوكيات وقيم مورثة في تربية الأبناء، وخصوصاً في ظل الواقع التكنولوجي المعاش الآن، وانعكاساته السلبية على الأسرة التي أضحت جميع أفرادها وكأنهم في جزر منعزلة لا يضمها شيطان، ومن ثم اتسعت الفجوة بين الآباء والأبناء، وتزايدت مساحات التباعد بينهم، والتنافر -أحياناً-، وهذا يشير إلى أن العلاقة الوالدية مع الأبناء اتسمت بافتقار الحوار والتواصل الإيجابي الفعال.

وبمراجعة الأدب النفسي في مجال الوالدية Parenting، أشار

Maljaars, Boonen, Lambrechts, Van Leeuwen, & Noens

(١) أستاذ الصحة النفسية المساعد - قسم الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة سوهاج.

(٢) أستاذ الصحة النفسية المساعد - قسم علم النفس - كلية التربية بالوادي الجديد - جامعة أسيوط.

(٣) أستاذ مساعد - قسم التربية الخاصة

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

(2014)^(*) إلى أن الوالدية تشير إلى مدى واسع من السلوكيات الوالدية في التعامل مع الأبناء، ويمكن تلخيصها في بعدين رئيسيين هما: الدعم، أو الدفاء الوالدي، والسيطرة الوالدية. ويشير دعم الوالدين إلى المكون العاطفي من العلاقة بين الوالدين والطفل، ويتضمن: القبول، والتأثير الإيجابي، والاندماج. أما السيطرة الوالدية، فيمكن تقسيمها إلى سيطرة سلوكية، ونفسية، حيث تشير السيطرة السلوكية إلى محاولات التحكم في سلوك الطفل، وإدارته، وتنظيمه من خلال المراقبة، ووضع الحدود، بينما تتضمن السيطرة النفسية نوعاً أكثر من التحكم النفسي مثل: سحب الحب، أو إحداث الشعور بالذنب. ويمكن أن يلعب سلوك الوالدية دوراً خطراً، كما قد يكون عاملاً وقائياً في تطور المشكلات السلوكية للطفل.

وقد لا تنهض الوالدية التقليدية بإشباع حاجات الأبناء من التواصل، والدفاء، والحب في التفاعلات التي تحدث بين الوالدين وأبنائهم. وإذا كان الأمر كذلك في الظروف الطبيعية، وفي التعامل مع الأبناء العاديين، فإن الأمر يزداد أهمية في حال الأسر التي لديها طفل ينتمي إلى ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة من قبيل الذاتية، أو الإعاقة العقلية؛ حيث تعد الإعاقة عاملاً وسيطاً في العلاقات الوالدية (الوالدين-الأبناء) بما تفرضه من تأثير مزدوج سواء على الوالدين، أو أطفالهما المعاقين. وهذا يتطلب فهماً أعمق لطبيعة الوالدية من أجل تحقيق جودة التفاعلات الوالدية، وتحسين التواصل بين الطفل ووالديه، وما يترتب على ذلك من انخفاض في كم المشكلات السلوكية التي تصدر عنه، كما أنها تعد عاملاً وقايةً للوالدين من تأثيرات الضغوط الحياتية بشكل عام، والضغوط الوالدية بشكل خاص. ومن ثم اتجهت الجهود البحثية

(*) تم التوثيق وفق نظام الرابطة النفسية الأمريكية APA الإصدار السادس.

في الأدب النفسي إلى مهارات الوالدية اليقظة عقلياً **Mindful Parenting**، والتي تعدّ توظيفاً لأسس ومبادئ ومهارات اليقظة العقلية **Mindfulness** في مجال الوالدية، والعلاقات بين الوالدين والأبناء. وقد أشار **Bluth, Roberson, Billen, & Sams (2013)** إلى أن الممارسة اليقظة للوالدية تمثل مصدراً للوقاية من عوامل الخطورة سواء بالنسبة للطفل، أو الوالدين، ولها تأثير إيجابي على تحقيق السعادة النفسية لدى الوالدين، وخصوصاً لدى آباء وأمهات الأطفال المعاقين، وذلك بشكل مباشر عن طريق خفض الضغوط الفردية الخاصة بهم، وبشكل غير مباشر عن طريق خفض مشكلات الطفل السلوكية.

وعلى الرغم من النشأة الدينية والفلسفية لليقظة العقلية، وارتباطها بممارسات التأمل، والتقاليد الدينية الشرقية؛ إلا أن بحوث ودراسات اليقظة العقلية قد شهدت نمواً متزايداً في السنوات الأخيرة، وتم توظيفها في مجالات عديدة لعلم النفس التطبيقي. وعرف **Cardaciotto, Herbert, Forman, Moitra, & Farrow (2008)** اليقظة العقلية بأنها المراقبة المستمرة للخبرات، والتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الانشغال بالخبرات الماضية أو الأحداث المستقبلية، وقبول الخبرات والتسامح نحوها، ومواجهة الأحداث بالكامل كما هي في الواقع، وبدون إصدار أحكام.

وفي سياق العلاقات بين الوالدين-الأبناء، تم توظيف اليقظة العقلية كمهارة والدية أساسية. وتتضمن الوالدية اليقظة عقلياً في جوهرها: الانتباه والوعي بالخبرات في اللحظة الحاضرة، والاتجاه المنفتح لقبول الوالدين لأفكارهما ومشاعرهما وسلوكياتهما، كما أنها تشمل وبشكل متزامن الجوانب داخل الشخص نفسه **Intrapersonal**، والجوانب البينشخصية **Interpersonal**. وتتضمن الوالدية اليقظة عقلياً داخل الشخص: الصفات،

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

والاتجاهات، والقيم، والمعتقدات، والتوقعات عن شبابهم ووالديتهم، والطرق التي يستجيبون بها لخبراتهم الداخلية. وبهذا المعنى، فإن الوالدية اليقظة عقلياً هي بمثابة مفهوم أعلى **Meta-Concept** يعكس مستوى أسمى من الوعي الذي يمتلكه الوالدان لحالتهم الداخلية، وكيف يفكران، ويشعران بأفكارهما ومشاعرهما. وفي مجال العلاقات البينشخصية، فإن الوالدية اليقظة عقلياً تعكس طريقة الوالدين في الحاضر عندما يتفاعلان مع أطفالهما، واتجاهاتهما نحو القبول والتعاطف أثناء هذا التفاعل، وأن التدريب على الوالدية اليقظة عقلياً يمكن أن يؤثر في معارفهما ووجدانها حول الوالدية (داخل الشخص)، كما يؤثر في سلوكهما نحو أطفالهما (البينشخصي) (Coatsworth, Duncan, Greenberg, & Nix, 2010).

وقد قدّم **Kabat-Zinn & Kabat-Zinn (1997)** اليقظة العقلية كأسلوب أو طريقة للوالدية تقوم على ثلاثة أسس، وهي: الاستقلالية، وتنضمّن إدراك الطفل كوحدة كلية، وأن له طبيعة خاصة من خلال رؤية ما وراء سلوكه. **والتعاطف**، ويتضمّن محاولة رؤية الأشياء من وجهة نظر الطفل، وفهم كيف يفكر، ويشعر في حالة معينة؛ أي أن يضع الوالدان أنفسهم معرفياً وانفعالياً مكان الطفل. **والقبول**، ويتضمّن القبول الكامل للطفل، ومشاعره، وأفكاره، ووجهات نظره.

وعرّف **Kabat-Zinn & Kabat-Zinn (1997)** الوالدية اليقظة عقلياً بأنها الانتباه للطفل، وتربية الأبناء بطريقة خاصة، وعن قصد في اللحظة الراهنة، وبدون إصدار أحكام، ويمكن النظر إليها على أنها أسلوب في تربية الأبناء يتسم بالوعي والقصدية لسلوك الوالد تجاه طفله بدلاً من التصرف بطريقة تتسم بالاندفاع، كما أنها تُعد طريقة تفاعل إيجابية للسلوك

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

تجاه الطفل، وبذل المجهود الواعي والمقصود للاستجابة بطريقة متنسقة مع الوالدية الفعالة. وببساطة تعد الوالدية اليقظة عقلياً تصرفاً يظل يقظاً للسلوكيات والقرارات الوالدية.

ويرى **Bögels & Restifo (2014)** أن الوالدية اليقظة عقلياً عملية إبداعية مستمرة، وليست نقطة النهاية، وأنها تتضمن القصد بأفضل طريقة ممكنة في جلب الوعي بدون إصدار أحكام في كل لحظة. وهذا يتضمن أن يكون الفرد واعياً بصورته الداخلية لأفكاره الخاصة، وانفعالاته، ومشاعره الجسدية، وبالصورة الخارجية لأطفاله، وعائلته، وبيته، والثقافة الأوسع المحيطة به. كما أنها ممارسة مستمرة يمكن أن تنمو من خلال: (١) وعي أكبر بطبيعة الطفل الفريدة، ومشاعره وحاجاته، و(٢) قدرة أكبر لأن يكون الأب/الأم حاضراً ومستمعاً بكامل انتباهه، و(٣) إدراك وقبول الأشياء كما هي في كل لحظة، سواء سعيدة أم حزينة، و(٤) إدراك الاندفاع الخاص للفرد، وتعلم الاستجابة بشكل أكثر ملاءمة ووضوحاً وتعاطفاً.

وطور **Duncan, Coatsworth, & Greenberg (2009 a ,**

2009 b) نموذجاً نظرياً للوالدية اليقظة عقلياً، يتكون من الأبعاد التالية:

١- الاستماع بانتباه كامل: **Listening with Full Attention**

يتضمن هذا البعد الاستماع مع الانتباه الكامل، وليس مجرد سماع الكلمات التي تُقال. وهذا يعني أن الوالدين اليقظين عقلياً يكونان حساسين لمحتوى محادثات الطفل بالإضافة إلى نبرة صوته، وتعبيرات وجهه، ولغة جسده؛ وذلك من أجل الوعي بحاجاته، أو اكتشاف المعنى المقصود. وعندما يصل الطفل إلى مرحلة المراهقة، يصبح الاستماع بانتباه كامل أكثر أهمية؛ لأن الوالدين لا يتمكنان من المراقبة المباشرة لسلوكيات أبنائهم، كما أن

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

المعلومات التي يحصل عليها الوالدان في هذه الفترة -غالباً- ما تكون من خلال التقرير الشفهي للمراهق أكثر من الملاحظة المباشرة له. وعندما ينتبه الوالدان بشكل كامل للأبناء المراهقين فإنهم ربما يدركونهم من خلال أفكارهم ومشاعرهم بشكل أكثر دقة. وبناءً عليه، قد يقل الصراع والرفض لدى المراهقين ويجعلهم أكثر قدرة على اكتشاف ذواتهم.

٢- قبول الذات والطفل بدون إصدار حكم: **Nonjudgmental**
Acceptance of Self and Child

تتضمن الوالدية اليقظة عقلياً قبول السمات والسلوكيات الذاتية، وكذلك قبول الطفل بدون إصدار حكم. وهذا لا يعني أن يتخلى الوالدان عن مسؤولياتهما في المراقبة والتوجيه عندما تكون هناك ضرورة لذلك، وإنما يعني قبول ما يحدث في اللحظة الحاضرة بوعي وانتباه؛ مما يؤدي إلى فهم أشمل، كما يعني -أيضاً- قبول الأفكار التي من شأنها أن خلق صراعات في العلاقات بين الوالدين والطفل. ويمكن أن تكون الوالدية صعبة للغاية في بعض الأحيان بالنسبة للأطفال بسبب نشأتهم في عالم اليوم. إن القبول يعني الاعتراف بأن هذه التحديات التي نواجهها والأخطاء التي نقوم بها تعد كلها جزءاً صحياً للحياة. ومع ذلك، فإن القبول لا يعني الموافقة على سلوك الطفل إذا كان لا يلي توقعات الوالدين. وبدلاً من ذلك، فإن الوالدين اليقظين عقلياً يصلان لتقبل جوهرى لأبنائهما، وكذلك يقدمان المعايير والتوقعات الواضحة لسلوك الطفل التي تكون مناسبة لكل من السياق الثقافي ومستوى نموه.

٣- الوعي الانفعالي بالذات والطفل: Emotional Awareness of Self and Child

يتضمن هذا البعد وعي الوالدين بمشاعرهما ومشاعر أبنائهما في اللحظة الراهنة، وذلك من منطلق أنه لكي تكون لديهما قدرة حقيقية على الاستماع بانتباه كامل مع عدم إصدار حكم، يجب أن تكون لديهما القدرة على التعرف الصحيح على مشاعرهما ومشاعر أطفالهما. ويعد الوعي الانفعالي أساساً للوالدية اليقظة عقلياً؛ لأن المشاعر القوية لها تأثير قوي في إشعال العمليات المعرفية والسلوكية التلقائية التي من المحتمل أن تقوّض ممارسات الوالدين. ولو أن الوالدين لديهما القدرة على التعرف على مشاعرهما ومشاعر أبنائهما من خلال وعيهما اليقظ لتفاعلاتهما، سيكونان قادرين على صنع بدائل شعورية لكيفية استجابتهما، بدلاً من التصرف بشكل تلقائي طبقاً لخبرتهما.

٤- التنظيم الذاتي في العلاقة الوالدية: Self-Regulation in the Parenting Relationship

تتطلب الوالدية اليقظة عقلياً درجة مرتفعة من تنظيم الذات في سياق العلاقات؛ فالوالدية اليقظة عقلياً تتضمن التفاعل المنخفض مع معايير سلوكيات الطفل التي ينبغي عليه تحقيقها من خلال ضبط الذات المستقل لخدمة سلوك الوالدية الممارس وفقاً لقيم الوالدين وأهدافهما. ولا تعني الوالدية اليقظة عقلياً عدم حدوث تأثير سلبي، أو غضب، أو عدوان، ولكنها تتضمن التوقف قبل التصرف في التفاعلات الوالدية من أجل ممارسة أكبر من تنظيم الذات والاختيار في انتقاء الممارسات الوالدية. إن الطرق التي يستجيب بها الوالدان لمشاعرهما ولمشاعر وتعبيرات الطفل لها تأثير مهم في تنشئته الاجتماعية. إن الوالدين اللذين يتسامحان مع الطفل، ويدعمانه في إظهار

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

انفعالاته، ولا يرفضان أو يقابلان تعبيرات الطفل السلبية بالسلبية، فإنهما
يؤسسان ويعززان بشكل أكبر كفاءته الانفعالية والاجتماعية في مرحلة شبابه.

٥- التعاطف مع الذات والطفل: **Compassion for Self and Child**

تتضمن الوالدية اليقظة عقلياً تصوراً فعلياً لتعاطف الوالدين مع الطفل
ومع أنفسهما كوالدين. ومن خلال هذا التعاطف، فإن الوالدين اليقظين سوف
يشعران بالرغبة في تلبية الاحتياجات المناسبة للطفل، ويأسيان على الضيق
الذي ربما يشعر به. إن أطفال الوالدين اليقظين عقلياً ربما يشعرون بإحساس
أكبر من العاطفة والدعم الإيجابي من والديهم. إن التعاطف مع الذات يتكون
جزئياً من الشعور بالإنسانية المشتركة الموجودة في تربية الأبناء، وربما تتيح
للوالدين بأن يكونوا أقل قسوة وأكثر صفحاً تجاه أنفسهم أثناء تربية أبنائهما.
ويستلزم التعاطف مع الذات تجنب لوم الذات عندما لا تتحقق أهداف تربية
الأبناء، والتي ربما تتيح إعادة الانخراط في السعي لتحقيق هذه الأهداف. كما
أنها تقلل من خطر التقييم الاجتماعي الذي يشعر به الوالدان عندما يتلقيان
أحكاماً من الآخرين فيما يتعلق بسلوك تربية الأبناء في السياقات الاجتماعية
العامة.

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

ويوضح شكل (1) أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً ومخرجاتها وفق نموذج

Duncan, et al. (2009 a)



شكل (1) الوالدية اليقظة عقلياً حسب نموذج Duncan, et al. (2009a)

وذكر (Siu, Ma, & Chui (2016) أن نموذج الوالدية اليقظة عقلياً يمكن استخدامه في توضيح تأثيرات اليقظة العقلية للوالدين في مجالات مختلفة للعلاقات بين الوالدين-الأبناء، مثل: التعلق، والفتش في العلاقات، والاندماج، وفاعلية الذات الوالدية.

وبتحليل النموذج السابق، يتضح أنه يركز على اليقظة العقلية في مجال العلاقات البينشخصية (الوالدين-الأبناء)، وليس داخل الشخص نفسه، ويظهر مدى تأثير الوالدية اليقظة عقلياً ونواتجها الإيجابية، والسلبية لدى الأبناء؛ فالوالدية اليقظة عقلياً تمكّن الوالدين من الوعي باحتياجات الأطفال، وأنشطتهم في اللحظة الحاضرة؛ مما يعزز التعلق الآمن للأبناء، ويؤثر على تفاعلاتهم الاجتماعية مع الآخرين بشكل إيجابي، ويسهم في تنمية مظاهر الصحة النفسية لديهم. كما أنها تمكّن الوالدين من تنظيم انفعالاتهما بشكل أكبر فاعلية، وتساعدهما على تعليم الأطفال الوعي بانفعالاتهم، وكيفية تنظيمها وإدارتها. بالإضافة إلى أنها تجعل الوالدين أقل قسوة في تقييم أنفسهما في

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

تربية الأبناء، وتجعلها أكثر تعاطفاً مع ذواتهما، والنظر إلى الضغوط والتحديات والصعوبات الوالدية المرتبطة بتربية الأبناء في إطار التجربة الإنسانية المشتركة؛ الأمر الذي يُعزِّز تعاطفهما مع الأبناء. وفي ضوء ما سبق، يمكن القول إنَّ الوالدية اليقظة عقلياً تتيح للوالدين مساحة أكبر في استخدام استراتيجيات أكثر إيجابية وفاعلية في مواجهة الضغوط بدلاً من الاعتماد على استراتيجيات المواجهة غير التكيفية.

وذكر **Barbieri (2007)** سبعة مجالات للوالدية اليقظة عقلياً، تتمثل فيما يلي: (١) الانضباط الوالدي، (٢) تجنب سياسة الثواب والعقاب، (٣) التواصل مع الأطفال، (٤) منح الحب غير المشروط، (٥) السماح للأطفال بالتعلم من أخطائهم، (٦) خلق مساحة لإبداع الأطفال، (٧) ترتيب الأولويات في العلاقة الوالدية.

وأشار **Moreira & Canavarro (2015 a)** إلى أنه وعلى الرغم من أن **Kabat-Zinn & Kabat-Zinn (1997)** قد وضع الأساس للبحث الإمبريقي في الوالدية اليقظة عقلياً منذ أكثر من خمسة عشر عاماً مضت، إلا أنه لم يظهر الاهتمام بدراسة هذا الموضوع إلا بعد مضي قرابة العقد الأول من الألفية الجديدة، ولعل ذلك مرجعه إلى تركيز الدراسات والبحوث في البداية على تطوير التدخلات الوالدية القائمة على اليقظة العقلية، والتحقق من فاعليتها، وهذا ما أدى إلى التأخر النسبي للاهتمام بدراسة العوامل المؤثرة في الوالدية اليقظة عقلياً، وعلاقتها الارتباطية.

ويتبين من ذلك أن هناك اتجاهين في دراسة الوالدية اليقظة عقلياً،

وهما:

الاتجاه الأول: دراسة الوالدية اليقظة عقلياً باعتبارها تدخلاً علاجياً، وهو ما يطلق عليه: برامج الوالدية اليقظة عقلياً **Mindful Parenting Programs (MPP)**، أو التدخلات الوالدية المبنية على اليقظة العقلية **Mindfulness -Based in Parenting Interventions**. ويعد التدريب على الوالدية اليقظة عقلياً تطبيقاً جديداً لليقظة العقلية في مجال الوالدية، وهو يركز بشكل مباشر على الانتباه اليقظة **Mindful Attention** في تفاعلات الوالدين-الطفل، ويهدف إلى تحسين الوالدية عن طريق تحسين جودة الانتباه الوالدي، وزيادة الوعي بالضغوط الوالدية، وخفض عدم التفاعلية الوالدية، وخفض انتقال السلوكيات الوالدية المختلفة أو المريضة بين الأجيال (Bögels, Helleman, Van-Deursen, Römer, & Van der Meulen, 2014 ; Sawyer-Cohen & Semple, 2010)

ويشير **Altmaier & Maloney (2007)** إلى أن برامج الوالدية اليقظة عقلياً تهدف إلى تعزيز الروابط والتفاعلات بين الوالدين والطفل عن طريق تسهيل الوعي الذاتي للوالدين، واليقظة العقلية، والقصدية في الوالدية، ومساعدة الوالدين على تحديد التفاعلات التي تؤدي إلى عدم الترابط مع أطفالهم مثل: النقد، وإظهار الغضب، والإذلال (التحقير)، والانسحاب العاطفي، واستبدالها بتفاعلات تركز على الترابط القسدي مثل: الاستماع، وإظهار المودة، والاستجابة بشكل هادئ، والسلوكيات الذاتية الهادئة. وأن الوالدين يصبحان أكثر حميمية مع ممارسات اليقظة العقلية، والتي تشتمل على: التنفس، والوعي الجسدي، والتركيز، والتأمل. وعندما يكون الوالدان أكثر يقظة، فإنهما يكونان أكثر وعياً بكيفية تأثير استجاباتهما في تفاعلاتهما

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

مع الأطفال، ويتعلمان أن يكونا أكثر قصدياً في تربيتهم من خلال اختيار الطرق التي تعزز التواصل الانفعالي الإيجابي.

وحدّد **Bögels, Lehtonen, & Restifo (2010)** ستة مجالات أساسية يُطلق عليها ميكانيزمات التغيير، والتي يمكن أن تتحقق من خلال التدخلات الوالدية القائمة على اليقظة العقلية، وتتمثل فيما يلي: (١) خفض الضغوط الوالدية، (٢) خفض الانشغال الوالدي الناتج عن المرض النفسي للوالدين أو الطفل، (٣) تحسين الوظائف التنفيذية لدى الوالدين المندفعين، (٤) كسر دورة الاختلال الوظيفي وانتقال المخططات والعادات المختلة بين الأجيال، (٥) زيادة الانتباه للتغذية الذاتية، (٦) تحسين الوظائف الزوجية والمشاركة الوالدية.

ومع بداية الألفية الجديدة، تواترت في البيئات الأجنبية الدراسات شبه التجريبية التي هدفت إلى التحقق من فاعلية برامج الوالدية اليقظة عقلياً في تنمية الوالدية اليقظة عقلياً، وما يترتب عليها من مخرجات إيجابية لدى الوالدين، وعلاج كثير من الاضطرابات ومشكلات السلوك لدى الأبناء. وقد أشارت نتائج دراسات كل من:

(Dumas, 2005 ; Singh, Lancioni, Winton, Fisher, Wahler, & McAleavey, 2006 ; Altmaier & Maloney, 2007 ; Singh, Lancioni, Winton, Singh, Curtis, & Wahler, 2007; Coatsworth, et al., 2010 ; Singh, et al., 2010 ; Van der Oord, Bogels, & Peijnenburg, 2012 ; Van de Weijer-Bergsma, Formsma, De Bruin, & Bögels, 2012 ; Bögels, et al., 2014 ; Meamar, Keshavarzi, Emamipour, & Golshani, 2015 ; Meppelink, De Bruin, Wanders-Mulder, Vennik, & Bögels, 2016)

إلى فاعلية برامج الوالدية اليقظة عقلياً في تنمية اليقظة العقلية لدى الوالدين، وتنمية التنظيم الذاتي للانعقالات، والشعور بالسعادة، وتحسين جودة الحياة، وخفض الضغوط الوالدية، وتحقيق الصحة النفسية للوالدين، وانخفاض حجم تأثير مشكلات الأبناء في الوالدين، فضلاً عن فاعليتها في تحقيق جودة العلاقات والتواصل بين الوالدين والأبناء، وخفض السلوك العدواني، وزيادة السلوك الاجتماعي لدى الأبناء ذوي الاضطرابات النمائية، وزيادة الانضباط والالتزام لدى الأطفال ذوي اضطراب فرط الحركة المصحوب بنقص الانتباه، وخفض مشكلات الانتباه والسلوك، وتحسن الوظائف التنفيذية لدى المراهقين، وخفض مشكلات السلوك (العناد/ العدوان/ التمرد) لدى المراهقات، وخفض بعض الأعراض المرضية لدى الأبناء؛ كالقلق، والعناد، ومشكلات التفاعل مع الوالدين.

الاتجاه الثاني: دراسة الوالدية اليقظة عقلياً باعتبارها مفهوماً نفسياً قابلاً للقياس، وله علاقات ارتباطية بمخرجات الصحة النفسية؛ حيث إنه مع بداية العقد الثاني من الألفية الثالثة تزايدت الدراسات الأجنبية التي تناولت الوالدية اليقظة عقلياً كمتغير نفسي يرتبط بالعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية، بعد إعداد **Duncan (2007)** لمقياس الوالدية اليقظة عقلياً، وصياغة النموذج النظري للوالدية اليقظة عقلياً الذي قدمه **Duncan, et al. (2009 a , 2009 b)**. وقد أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الوالدية اليقظة عقلياً والأساليب الوالدية التكيفية **(Gouveia, Carona, Canavarro, & Moreira, 2010)**؛ والاندماج الوالدي في رعاية الأبناء **(MacDonald & Hastings, 2010)**، والتعاطف مع الذات **(Moreira, Gouveia, Carona, Silva, & Canavarro, 2015)**،

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمّهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

ووجود علاقة ارتباطية سالبة بينها وبين الضغوط الوالدية، والضغوط العامة، والأعراض الاكتئابية (Moreira, Beer, Ward & Moar, 2013; Corthorn & Carona, Silva, Nunes, & Canavarro, 2016; Milicic, 2016). ولدى الأبناء من الأطفال والمراهقين، وُجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً والتعلق الآمن بالوالدين والسعادة النفسية (Medeiros, Gouveia, Canavarro, 2016; Serkel-Schrama, et al., 2016). كما وُجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بينها وبين المشكلات السلوكية (Geurtzen, Scholte, Engels, Tak, & van Zundert, 2014; Conner & White, 2014; Waters, 2015; Conner & White, 2014, 2016).

وفي مجال القياس، ونظراً لأهمية تطوير مقاييس خاصة لقياس الوالدية اليقظة عقلياً كمتغير نوعي منبثق من اليقظة العقلية عامة، فقد طوّر Duncan, et al. (2009 a) مقياساً للتقرير الذاتي لقياس الوالدية اليقظة عقلياً: مقياس اليقظة العقلية البيئشخصية لدى الوالدين The Interpersonal Mindfulness in Parenting (IM-P) scale ، كما تمّ تقنيته بهدف التحقق من خصائصه السيكومترية على عينة هولندية في دراسة De Bruin, et al. (2014)، وعلى عينة برتغالية في دراسة Moreira & Canavarro (2015 b)، كما أعدّ McCaffrey, et al. (2016) مقياساً آخر لقياس الوالدية اليقظة عقلياً يتكون من (٢٨) مفردة موزعة على بعدين: الانضباط اليقظ، والوجود في اللحظة مع الطفل.

وفي سياق آخر، يمكن القول إن الضغوط -على اختلاف أنواعها ومصادرها ودرجاتها- غدت من الأمور البديهية الحتمية في حياتنا، وكأنها شرطاً للحالة الإنسانية، ومن الصعوبة بمكان أن تخلو الحياة من منغصاتٍ تعكّر صفوها، وتبعد الإنسان عن أمنه وسلامته النفسية، ورفاهيته الذاتية.

ووفقاً لنظرية **Coping Competence Theory**، يمكن تصنيف الضغوط والتحديات التي تواجه الفرد في مسيرة حياته إلى ثلاثة مجالات: (١) انفعالي، ويشمل هذا المجال التحديات التي تتطلب حلولاً للمواقف الانفعالية الأساسية، (٢) اجتماعي، ويشمل هذا المجال التحديات التي تتضمن العلاقات الينشخصية بشكل أساسي، وكذلك المواقف الاجتماعية، (٣) الإنجاز، ويشمل هذا المجال التحديات المتعلقة بالأنشطة الموجهة نحو الهدف؛ مثل: المهارات البدنية، ومهام الرعاية الصحية، والمطالب والمسئوليات الأكاديمية، وكذلك المهام المتعلقة بالعمل، وهذه المجالات تمثل مفاهيم واسعة تصف ملامح التحديات التي تواجه الفرد، إضافة إلى ذلك، فإن المناطق المتداخلة بين تلك المجالات الثلاث تتطلب مستويات مختلفة من كفاءة المواجهة (Moreland & Dumas, 2008).

وتعرف المواجهة بأنها الطرق والأساليب المعرفية والسلوكية التي يستخدمها الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة والصعوبات التي تواجهه في حياته، والتي تمثل تهديداً وتحدياً لشخصية الفرد، وذلك في محاولة منه لتجنب إمكانية حدوث اضطراب في الوظائف الاجتماعية والانفعالية والجسمية عقب التعرض للمواقف الضاغطة، كما تعني مجموعة الأساليب التي يستخدمها الفرد في التعامل مع المواقف والأحداث الضاغطة، وذلك للتخفيف من حدة الموقف الضاغط، وخفض الانفعالات السلبية التي تتولد عنه (حسين، ٢٠٠٦).

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

ويعتقد الباحثون أن الضغوط قد لا تتطلب المواجهة فقط بقدر ما تحتاج إلى الكفاءة في المواجهة. وبناءً على ذلك، فإن كفاءة المواجهة تعني القدرة العامة للفرد على المواجهة في مواقف الحياة المختلفة، بدلاً من التركيز على جانب واحد، أو أكثر من جوانب الحياة مثل: العمل، الأصدقاء، العائلة، الحالة الصحية.. إلخ (Moreland & Dumas, 2008). ويعرفها Schroder & Ollis (2013) بأنها القدرة على المواجهة الفعالة لخبرات الفشل وأحداث الحياة السلبية، كما يُشار إليها من خلال انخفاض أفعال العجز، والتحسن السريع من أي أعراض عجز تحدث.

إن مفهوم كفاءة المواجهة يعتمد على نظرية العجز المتعلم (Abramson, Seligman & Teasdale, 1978)، وطبقاً لهذه النظرية فإن الخبرات التي تشعر الفرد بالعجز هي الخبرات التي تأتي نتائجها غير مرضية له، فإنها تعود إلى الاستجابات السابقة للأحداث المشابهة التي أتت نتائجها على النحو الذي لا يمكن التحكم فيها. وفي هذا الصدد، فإن الأفراد الذين لديهم خلل معرفي يشير إلى تكوين معتقدات خاطئة حول الاستجابة المناسبة للمواقف والأحداث حتى وإن كانت النتائج يمكن التحكم فيها، وكذلك لديهم نقص في القدرة على تحفيز ذواتهم، والتي يمكن أن نصفهم بأنهم مترددون، ولا يبذلون الجهد بسبب المعتقدات الخاطئة؛ لأنهم يفسرون ذلك على أنه قدر لا يمكن تغييره، وبناءً على ذلك، لا شيء يمكن القيام به لتحقيق الأهداف المرجوة، وأخيراً هذه التوقعات غير الملائمة تسبب العجز الوجداني والاكْتئاب المزاجي (In: Akin, Kaya, Turan, Akin, & Karduz, 2014).

وهذا يعني أن الفرد عندما يواجه أحداثاً ضاغطة، ويعتقد أنه لا يستطيع التحكم فيها، أو مواجهتها، فإنه يشعر بالعجز، ومن هنا فإن كفاءة المواجهة تقلل من إمكانية الشعور بالعجز من خلال مواجهة أحداث الحياة السلبية، فضلاً عن أنها قد تُكوّن لدى الفرد مفهوماً يمثل عاملاً وقائياً لمواجهة هذه الأحداث السلبية.

وعلى الرغم من وجود افتراض بأن كفاءة المواجهة ترتبط باستخدام استراتيجيات مواجهة أكثر فاعلية، إلا أن الاستراتيجيات المختلفة لمواجهة الضغوط التي يعتقد الأفراد بفاعليتها في المواقف المختلفة تعتمد بشكل رئيسي على طبيعة المواقف الضاغطة وتفضيل الفرد للأسلوب الأمثل لمواجهتها، ولذا يرتبط مفهوم كفاءة المواجهة باستراتيجيات مواجهة الضغوط التي قدمها **Lazarus & Folkman (1984)**؛ حيث صنّفوا المواجهة إلى نمطين: المواجهة المتمركزة حول المشكلة **Problem-Focused Coping**، وتتضمن محاولة الفرد التعامل مع الحدث الضاغط وتخفيفه من خلال إعادة تشكيله أو تعديل البيئة، والمواجهة المتمركزة حول الانفعال **Emotion-Focused Coping**، وتتضمن محاولة الفرد تنظيم الانفعالات المرتبطة بالحدث الضاغط، وذلك باستخدام استراتيجيات معرفية لتغيير معنى الأحداث الضاغطة، وتقليل نتائجها السلبية. وفي أغلب الأحيان إن استراتيجيات المواجهة المبنية على المشكلة يجب أن تكون فعالة في المواقف التي تتطلب تصرفاً صحيحاً (على سبيل المثال التعلم للوقاية أو التعايش مع الأمراض المزمنة)، بينما استراتيجيات المواجهة المبنية على الانفعال تعد مهمة في المواقف التي لا يمكن تغييرها وتتطلب القبول والتكيف الانفعالي (على سبيل المثال فقدان شخص عزيز). كما أن الأفراد الذين يظهرون مستويات أقل في كفاءة المواجهة يكونون أكثر عرضة للشعور بالعجز المتعلم، ويميلون إلى

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

استخدام استراتيجيات مواجهة سلبية كالتجنب، ولوم الذات، والإنكار، وتعاطي المخدرات بدلاً من استخدام استراتيجيات إيجابية مثل: حل المشكلات، (Cooper, Katona, & Livingston, 2008 ; Schroder & Ollis, 2013 ; Folkman & Moskowitz, 2004).

ومن منطلق أن اليقظة العقلية تتضمن الوعي بالخبرات في اللحظة الحاضرة، يمكن القول إن هناك ارتباطاً إيجابياً بينها وبين كفاءة المواجهة؛ فالوعي بالضغوط يرتبط بالقدرة على إدارتها، أو تجنبها. ولذا، أكدت نتائج دراستي (Bartley & Roesch, 2011 ; Besser & Shackelford, 2007) على وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الوعي واستراتيجيات المواجهة المرتكزة على المشكلة، كما أن الأفراد عندما يجبرون على مواجهة مواقف مؤلمة، فإن اليقظة العقلية ربما تيسر كفاءة المواجهة التي تخفف من النتائج السلبية المرتبطة بالضغوط التي تواجههم. وعلى العكس من ذلك، فإن الأفراد ذوي المستويات المنخفضة من اليقظة العقلية يكونون أكثر احتمالية للتصرف بطرق تؤدي بهم للمرض النفسي بدلاً من كفاءة المواجهة (Akin & Akin, 2015 b). كما ذكر Ramasubramanian (2016) أنه نظراً لأن المواجهة تتضمن التنظيم الذاتي، والجهود الإرادية الواعية، فإن الأفراد اليقظين عقلياً، والأكثر انسجاماً مع أنفسهم، وبيئاتهم يمكنهم وبشكل أفضل التقييم الدقيق، والاستجابة التكيفية للضغوط مقارنة بالذين يفتقدون للوعي، ويتفاعلون مع هذه الضغوط. ويتفق هذا مع نتائج دراسات (Donald & Atkins, 2016 ; Palmer & Rodger, 2009) التي أشارت إلى أن المستويات المرتفعة من اليقظة العقلية ترتبط إيجابياً مع المواجهة التكيفية، كما ترتبط سلبياً مع المواجهة التجنبية.

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

وفي ضوء العرض النظري السابق، جاءت فكرة الدراسة الحالية بهدف دراسة الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمّهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً، والكشف عن الخصائص السيكومترية لمقياسي: الوالدية اليقظة عقلياً، وكفاءة المواجهة من واقع الثقافة المصرية ومحدداتها.

مشكلة الدراسة:

يزخر الأدب النفسي في مجال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة بكثير من الكتابات النظرية التي تشير إلى أن ميلاد طفل معاق يكون بمثابة الصدمة التي تزلزل كيان الأسرة، وتؤكد ذلك المشاهدات الواقعية لحالات من أسر المعاقين على اختلاف أنواع الإعاقة ودرجاتها، كما تؤكد نتائج الدراسات السابقة في هذا المجال على أن والدي الأطفال المعاقين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغوط الوالدية، ناهيك عن الضغوط الحياتية الأخرى مقارنة بوالدي الأطفال العاديين، ومن هذه الدراسات: (كاشف، ٢٠٠٠ ؛ دوكم، ٢٠٠٥ ؛ Ritzema, Sladecze, 2011). ولا شك في أن تلك الضغوط تؤثر بشكل كبير في الوالدية، واستجابات الوالدين، وردود أفعالهما نحو الأبناء، وفي نمط التواصل والعلاقات بين الوالدين والأبناء، وما يترتب على ذلك من تأثيرات سلبية في الجوانب الوجدانية للأبناء.

ومن جانب آخر، أشارت نتائج الدراسات السابقة (أبو العطا، ٢٠١٥

؛ Wang, Michaels, & Day, 2011 ; Hayes & Watson, 2012

؛ Lee, 2013 ; Lai, Goh, Oei, & Sung, 2015) إلى أن الضغوط

لدى والدي الأطفال المعاقين تختلف باختلاف نوع إعاقة الطفل، وأن والدي الأطفال الذاتويين لديهم مستويات أعلى من الضغوط الوالدية مقارنة بوالدي الأطفال ذوي الإعاقات الأخرى كإعاقة العقلية، وأن مواجهة تلك الضغوط

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

يتطلب مهارات الوالدية اليقظة عقلياً التي تتيح أمام الوالدين فرصة الانفتاح بوعي على الخبرات المؤلمة المرتبطة بإعاقة الطفل، وتنظيم الذات في العلاقة معه، فضلاً عن قبوله كما هو في اللحظة الراهنة بدون إصدار أحكام، وما يترتب على ذلك من كفاءة مواجهة تلك الضغوط.

وعلى الرغم من حداثة مفهوم الوالدية اليقظة عقلياً -نسبياً- في الدراسات الأجنبية، ووفرة الدراسات الأجنبية التي تناولته لدى والدي الأطفال والمراهقين العاديين، إلا أن الاهتمام البحثي بهذا المتغير في مجال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة مازال قليلاً في الدراسات الأجنبية مع ندرته في البيئة العربية؛ حيث تناولت دراسة **MacDonald & Hastings (2010)** الوالدية اليقظة عقلياً لدى آباء المعاقين عقلياً، وأظهرت نتائجها أن الوالدية اليقظة عقلياً تعد منبئاً جيداً بالاندماج الوالدي في رعاية المعاقين عقلياً، كما تناولت دراسة **Conner & White (2014)** الوالدية اليقظة عقلياً لدى أمهات الأطفال الذاتويين من خلال مقارنتها بأمهات الأطفال العاديين، وأظهرت نتائجها انخفاض مستوى الوالدية اليقظة عقلياً لدى أمهات الأطفال الذاتويين مقارنة بأمهات الأطفال العاديين، وأظهرت نتائج دراسة **Beer, et al. (2013)** وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً لدى الوالدية اليقظة عقلياً، وكل من: الضغوط النفسية، والأعراض الاكتئابية لدى آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، كما أنه يمكن التنبؤ بمشكلات الطفل السلوكية من خلال الوالدية اليقظة عقلياً. ومن جانب آخر، لوحظ ندرة الدراسات -في حدود علم الباحثين- التي تناولت العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة بشكل مباشر، ولكن وجدت دراسات أجنبية قليلة تناولت اليقظة

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

العقلية بشكل عام في علاقتها بكفاءة المواجهة، واقتصرت في عيناتها على طلاب الجامعة.

وفي ضوء ما سبق، تحددت مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة التالية:

١- ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً؟

٢- هل توجد فروق في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الوالدين (الآباء/ الأمهات)، ونوع إعاقة الطفل (ذاتوي/ معاق عقلياً)، والتفاعل بينهما؟

٣- هل توجد فروق في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق (ذكر/ أنثى) وترتيبه الميلادي (الوحيد/ الأول/ الأوسط / الأخير)، والتفاعل بينهما؟

٤- هل توجد فروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً للمستوى التعليمي للوالدين (ثانوي فأقل / جامعي فأعلى)، والحالة الوظيفية (يعمل/ لا يعمل)، والتفاعل بينهما؟

٥- ما مدى إسهام الوالدية اليقظة عقلياً في التنبؤ بكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة؟

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

أهمية الدراسة:

للادراسة الحالية أهمية نظرية، وأخرى تطبيقية يمكن إجمالهما فيما

يلي:

١- أهمية موضوع الدراسة الذي يدور في فلك متغيرين مهمين، وهما:
الوالدية اليقظة عقلياً التي تبدو تأثيراتها الإيجابية سواء لدى الوالدين
أنفسهما، أو في علاقاتهما البينية مع الأبناء، وما تتركه من مخرجات سوية
تسهم في تشكيل شخصياتهم، وكفاءة المواجهة؛ التي تعدُّ مؤشراً على
الصمود النفسي، وفعالية استراتيجيات المواجهة.

٢- الحدائة النسبية لدراسة متغير الوالدية اليقظة عقلياً في التراث العالمي،
واختلاف محدداتها ومؤشراتها عن الوالدية التقليدية، وندرة دراستها -في
حدود علم الباحثين- على المستوى العربي.

٣- أهمية العينة المستهدفة من الدراسة، وهي آباء وأمهات الأطفال الذاتيين،
والمعاقين عقلياً، والذين يتعرضون لضغوط متعددة المصادر؛ لعل من
أهمها ضغوط الوالدية بشكل عام، والضغوط المرتبطة بحالة الإعاقة بشكل
خاص، وما يترتب عليها من ضغوط نوعية تتطلب مواجهتها مهارات
خاصة كمهارات الوالدية اليقظة عقلياً.

٤- ترجمة وتقنين مقياسي: الوالدية اليقظة عقلياً، وكفاءة المواجهة، والتحقق
من الخصائص السيكومترية لكليهما على عينة مصرية؛ مما يثري المكتبة
العربية في مجال القياس النفسي بمقياسين جديدين، ويفتح الطريق أمام
باحثين آخرين لاستخدامهما في دراسات أخرى عديدة، ومع عينات
مختلفة.

٥- أنه في ضوء نتائج الدراسة الحالية يمكن القول إن لها أهمية تطبيقية تتمثل في الاستفادة من التدخلات الإرشادية والعلاجية القائمة على تدريب الوالدين المبني على اليقظة العقلية، والمتوافرة في التراث البحثي العالمي، وتصميم برامج إرشادية في ضوءها تسهم في تنمية الوالدية اليقظة عقلياً لدى الآباء والأمهات بشكل عام، وآباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً بشكل خاص، بالإضافة إلى عقد ندوات ودورات إرشادية تُبصر الآباء والأمهات بأهمية أدوارهم في تربية الأبناء، وبأساليب المعاملة الوالدية السوية التي تعتمد على مهارات اليقظة العقلية؛ الأمر الذي ينعكس بشكل إيجابي على كفاءة مواجهة الضغوط، وتنمية السعادة الوالدية، ومن ثم تحسين التواصل بين الوالدين والأبناء.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي:

١- تعرف طبيعة العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً.

٢- الكشف عن الفروق في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الوالدين (الآباء/الأمهات)، ونوع إعاقة الطفل (ذاتوي/معاق عقلياً)، والتفاعل بينهما.

٣- الكشف عن الفروق في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق (ذكر/ أنثى) وترتيبه الميلادي (الوحيد/الأول/الأوسط / الأخير)، والتفاعل بينهما.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

٤- الكشف عن الفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً للمستوى التعليمي
لِلوَالِدِينَ (ثانوي فأقل / جامعي فأعلى)، والحالة الوظيفية (يعمل/ لا
يعمل)، والتفاعل بينهما.

٥- الكشف عن مدى إسهام الوالدية اليقظة عقلياً في التنبؤ بكفاءة المواجهة
لدى أفراد عينة الدراسة.

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

١- الوالدية اليقظة عقلياً Parenting Mindful

يرى (Duncan, et al. (2009 a , 2009 b أن الوالدية اليقظة
عقلياً عبارة عن خصائص **Attributes**، ومهارات **Skills**، وممارسات
Practices في تربية الأبناء تتيح للوالدين الوعي باحتياجات الطفل وقبوله،
وأنه من خلال ممارسات اليقظة العقلية في الوالدية يتمكن الوالدان من خلق
سياق أسري يتسم بالرضا الدائم والاستمتاع في العلاقات بين الوالدين والطفل.
كما تتحدد الوالدية اليقظة عقلياً بالأبعاد التالية:

أ- الاستماع مع الانتباه الكامل **Listening with Full Attention**،
ويشير إلى الاستماع للطفل بتركيز الانتباه، والوعي على الخبرات في
اللحظة الحاضرة.

ب- الوعي الانفعالي بالذات والطفل **Emotional Awareness of Self**
and Child، ويشير إلى قدرة الوالدين على الوعي بانفعالاتهما
وانفعالات أطفالهما.

ج- تنظيم الذات في العلاقة الوالدية **Self-Regulation in the**
Parenting Relationship، ويشير إلى قدرة الوالدين على أن يكونا

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

أقل تفاعلاً تجاه سلوكيات أطفالهما، وتبني أسلوب أكثر هدوءاً في تربية الأطفال بدون رد فعل فوري.

د- قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام **Non-judgmental Acceptance of Self and Child**، ويشير إلى وعي الوالدين لا شعورياً بتوقعاتهما التي يكونانها تجاه سلوك أطفالهما، وبالتدرج يتعلمان تبني قبولاً أكثر بدون إصدار أحكام لسماتهما وسلوكياتهما، وسمات وسلوكيات أطفالهما.

هـ- التعاطف مع الذات والطفل **Compassion for Self and Child**، ويشير إلى تطوير موقف حقيقي للاهتمام والتعاطف مع الأبناء، بالإضافة لذواتهما كوالدين.

ويعرف الباحثون الحاليون الوالدية اليقظة عقلياً بأنها مهارات وممارسات الوالدين في الوجود في اللحظة الحاضرة في حياة الطفل، والوعي بسلوكه وخبراته الشخصية لحظة بلحظة، اعتماداً على التعاطف، والقبول بدون إصدار أحكام تقييمية، واحترام استقلالته، والنظر إليه كطبيعة خاصة. ويمكن تعريفها -إجرائياً- في الدراسة الحالية بأنها الدرجة التي يحصل عليها آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً على المقياس المستخدم في الدراسة.

٢- كفاءة المواجهة **Coping Competence**

عرّف (Schroder, 2004) كفاءة المواجهة بأنها النزعة نحو المواجهة الفعالة بغض النظر عن الطريقة، أو الأسلوب المستخدم من أجل التكيف مع الضغوطات البيئية. ويعرف الباحثون الحاليون كفاءة المواجهة بأنها القدرة على استخدام استراتيجيات تكيفية في مواجهة خبرات الفشل، والظروف الصاعقة، ومقاومة العجز المتعلم من أجل التخلص من الأعراض

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

الاكتئابية المصاحبة، وتحقيقاً للرفاهية الذاتية. ويمكن تعريفها -إجرائياً- في الدراسة الحالية بأنها الدرجة التي يحصل عليها آباء وأمهات الأطفال الذاتيين، والمعاقين عقلياً على المقياس المستخدم في الدراسة.

حدود الدراسة:

تمثلت حدود الدراسة فيما يلي:

حدود موضوعية: دراسة الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة.
حدود بشرية: آباء وأمهات الأطفال الذاتيين والمعاقين عقلياً المترددين على بعض مؤسسات رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة بمحافظة القاهرة.
حدود مكانية: مركز دائماً أصحاب المقطم - مركز أنس الوجود بالمعادي - مدرسة التربية الفكرية بإدارة شرق مدينة نصر التعليمية.
حدود زمنية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٥/٢٠١٦م.

دراسات سابقة:

تعد الدراسة الحالية -في حدود علم الباحثين- باكورة الدراسات العربية التي تناولت الوالدية اليقظة عقلياً سواء بشكل منفرد أو في علاقتها بمتغيرات أخرى. ومع تزايد اهتمام الدراسات الأجنبية، وبخاصة مع نهاية العقد الأول من الألفية الثانية- بدراسة الوالدية اليقظة عقلياً في منظومة ارتباطية مع متغيرات أخرى عديدة، واتساقاً مع أهداف الدراسة الحالية، وعينتها، ومنهجها الوصفي الارتباطي، فقد اقتصر الباحثون في عرضهم للدراسات السابقة في هذا المجال على الدراسات الارتباطية التي تناولت الوالدية اليقظة عقلياً في علاقتها بمتغيرات أخرى، وتأثرها ببعض المتغيرات الديموجرافية.

وفي ضوء هذا الاتجاه، هدفت دراسة **MacDonald & Hastings (2010)** إلى فحص العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً، والاندماج الوالدي في رعاية الأطفال المعاقين عقلياً. وتكونت عينة الدراسة من (١٠٥) من الآباء من شرق وشمال شرق أيرلندا الذين لديهم أطفال معاقون عقلياً من الدرجة المتوسطة والشديدة، وقد بلغ متوسط الأعمار الزمنية للآباء (٤٦،٨٢) سنة بانحراف معياري (٦،٢٢)، بينما بلغ متوسط أعمار أبنائهم الزمنية (١١،٦٧) سنة بانحراف معياري قدره (٣،٥٠). واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Duncan (2007)**، ومقياس الاندماج الوالدي في رعاية الطفل من إعداد **Roach, et al. (1999)**. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً، والاندماج الوالدي في رعاية الأطفال المعاقين عقلياً، وأن تحليل الانحدار يعكس أن اليقظة العقلية لدى الآباء تعد منبئاً جيداً بالاندماج الوالدي في رعاية الأطفال المعاقين عقلياً.

وهدفت دراسة **Perent, et al. (2011)** إلى اختبار تحليل المسارات لنموذج مقترح للعلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً، والأعراض الاكتئابية، ونوعين من الرعاية الوالدية (إيجابي وسلبي)، وسلوك الطفل المشكل. وتتكون عينة الدراسة من (١٦٢) فرداً (١٤٥ من الأمهات، و١٧ من الآباء)، متوسط أعمارهم الزمنية (٤١،٨٩) سنة بانحراف معياري (٧،٧٣)، وبلغت عينة الأبناء (٢١١) طفلاً (١٠٦ ولد، ١٠٥ بنت)، متوسط أعمارهم الزمنية (١١،٤٩) سنة بانحراف معياري (٠،٢٠). واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: المقابلة الكليينكية من إعداد **First, et al. (2002)**، وقائمة بيك للاكتئاب، ومقياس اليقظة العقلية من إعداد **Brown & Ryan (2003)**، ومقاييس أيوا لتقدير التفاعل الأسري من إعداد **Melby, et al. (1998)**،

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

، وقائمة سلوك الطفل من إعداد (Achenbach & Rescorla 2001) . وأظهرت نتائج الدراسة أن الرعاية الوالدية الايجابية تلعب دوراً واضحاً في تفسير كيفية ارتباط الأعراض الاكتئابية لدى الوالدين بالمشكلات الخارجية للطفل، كما أن الوالدية اليقظة عقلياً ترتبط بالمشكلات الخارجية والداخلية للطفل، ولم يُفسر النموذج العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً والسلوك المشكل للطفل.

وهدفت دراسة (Beer, et al. 2013) إلى فحص العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً والصحة النفسية لدى آباء وأمهات الأطفال ذوي أعراض طيف الذاتوية، وذلك على عينة مكونة من (٢٨) فرداً (٢٤ أمماً ، و ٤ آباء)، متوسط أعمارهم الزمنية (٤٣،١٨) سنة بانحراف معياري (٨،٤٣)، وكان متوسط أعمار أبنائهم الزمنية (٥،٣٦) سنة بانحراف معياري (٤،٣١). وقد تم تطبيق الأدوات التالية على الآباء والأمهات: قائمة مشكلات الطفل السلوكية من إعداد (Aman, et al. 1996) ، واستبيان الضغوط الوالدية من إعداد (Friedrich, et al. 1983) ، ومقياس القلق والاكتئاب من إعداد (Zigmond & Snaith 1983) ، ومقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد (Duncan 2007). وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج منها: وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً وكل من: الأعراض الاكتئابية، والضغوط النفسية، بينما لم تصل العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وأعراض القلق إلى مستوى الدلالة الإحصائية، كما يمكن التنبؤ بمشكلات الطفل السلوكية من خلال الوالدية اليقظة عقلياً، بالإضافة إلى إمكانية التنبؤ بأعراض القلق والاكتئاب والضغوط النفسية لدى الآباء والأمهات من خلال مشكلات الطفل السلوكية.

وهدفت دراسة **Conner & White (2014)** إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية لدى أمهات الأطفال الذاتويين والعاديين والضغوط الأمومية المدركة والمشكلات السلوكية للأطفال. وتكونت عينة الدراسة من (١٥٤) أمّاً (٦٧ من أمهات الأطفال الذاتويين ، ٨٧ من أمهات الأطفال العاديين)، وقد بلغ متوسط أعمارهن الزمنية (٤٠،٩٨) سنة بانحراف معياري (٧،١٧)، وشملت عينة الأطفال الذاتويين نسبة (٨٢،٤٠%) من الذكور، بينما شملت عينة الأطفال العاديين نسبة (٥٧،٥٠%) من الذكور، وتراوحت الأعمار الزمنية للأطفال ما بين (٤-١٧) سنة، وقد استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس القلق والاكتئاب من إعداد **Lovibond & Lovibond (1995)**، ومقياس الضغوط المدركة من إعداد **Cohen, Kamarck, & Mermelstein, (1983)**، ومقياس اليقظة العقلية إعداد **Aman, et al. (2003)** ، وقائمة السلوك الشاذ من إعداد **Brown & Ryan (2003)** ، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين اليقظة العقلية والضغوط المدركة لدى العينة الكلية من أمهات الأطفال العاديين، والذاتويين، كما أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى اليقظة العقلية لدى أمهات الأطفال العاديين مقارنة بأمهات الأطفال الذاتويين، بينما ارتفع مستوى القلق والاكتئاب لدى أمهات الأطفال الذاتويين مقارنة بأمهات الأطفال العاديين، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية لدى الأمهات، وبعض المشكلات السلوكية لدى الأطفال (الانسحاب الاجتماعي، والنشاط الحركي الزائد، والسلوكيات النمطية).

وهدفت دراسة **Geurtzen, et al. (2015)** إلى فحص الوالدية العقلية وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية للمراهقين. واشتملت عينة

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

الوالدين على (٩٠١) من الآباء والأمهات (٨٤٩) أما بيولوجية، و٤١ أباً بيولوجياً، و١١ من القائمين على الرعاية)، متوسط أعمارهم الزمنية (٤٥،٢٠) سنة، كما شملت عينة الأبناء (٩٠١) مراهقاً (٤٢٢) بنتاً، و٤٧٩ ولدًا)، متوسط أعمارهم الزمنية (١٣،٤٠) سنة. وتم تطبيق الأدوات التالية على الوالدين: قائمة بيك للأعراض الاكتئابية من إعداد **Beck, et al. (1996)**، والنسخة الهولندية من قائمة سمة/حالة القلق من إعداد **Van der Ploeg, et al. (1980)**، والنسخة الهولندية من مقياس اليقظة البيئشخصية للوالدين من إعداد **De Bruin, et al. (2012)**، كما تم تطبيق الأدوات التالية على المراهقين: النسخة الهولندية من قائمة القلق للأطفال من إعداد **Timbremont & Braet (2002)**، والنسخة المعدلة من مقياس القلق الظاهر للأطفال من إعداد **Reynolds & Richmond (1978)**. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط سالب ودال إحصائياً بين "القبول بدون إصدار أحكام" (كأحد أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً) والمشكلات الداخلية للمراهقين. وأن الوالدين اللذين يتقبلان أبنائهما بدون إصدار أحكام يظهران مستويات أقل من القلق والاكتئاب.

وهدفت دراسة **Tak, Van Zundert, Kleinjan, & Engels (2015)**

إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً والأعراض الاكتئابية لدى المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (٤١٧) من الأبناء المراهقين، وبلغت نسبة الذكور (٥٢٪)، بمتوسط عمر زمني قدره (١٣،٩٧) سنة بانحراف معياري (٠،٥٣)، بينما بلغت نسبة الإناث (٤٨٪)، بمتوسط عمر زمني (١٣،٨٣) سنة بانحراف معياري (٠،٥٧)، وقد تم اختيارهم من مستوى التعليم ما قبل الجامعي، أما عينة الآباء والأمهات،

فاشتملت على (٤٠٠) من الأمهات، و(١٧) من الآباء، بمتوسط عمر زمني قدره (٤٥،٤١) سنة بانحراف معياري قدره (٣،٨٣)، وكانت نسبة (٨٦،٨٠) % من الوالدين متزوجين، أو يعيشون مع شركائهم، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: النسخة الهولندية من مقياس الأعراض الاكتئابية للمراهقين من إعداد **Timbremont, et al. (2008)** ، والنسخة الهولندية من مقياس بيك لقياس الأعراض الاكتئابية لدى الآباء والأمهات من إعداد **Van der does (2002)** ، والنسخة الهولندية من مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **De Bruin, et al. (2012)**. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى اليقظة العقلية بشكل عام لدى الوالدين جاء متوسطاً، وارتفعت درجاتهم على بعد التعاطف مع الطفل، كما أظهرت النتائج انخفاض الأعراض الاكتئابية لدى الوالدين، ووجود فروق دالة إحصائياً في الأعراض الاكتئابية بين الجنسين من الأبناء لصالح الإناث، كما أظهرت النتائج أيضاً عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الأعراض الاكتئابية للوالدين والأعراض الاكتئابية لأبنائهم. وبالنسبة للعلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً والأعراض الاكتئابية، جاءت نتائج الدراسة في عينة الأبناء لتشير إلى عدم وجود ارتباط دال إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً والأعراض الاكتئابية لدى الإناث، بينما وُجدت علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين جميع أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً ماعدا بعد (التعاطف مع الطفل)، والأعراض الاكتئابية لدى الذكور، وفي عينة الوالدين ارتبطت الأعراض الاكتئابية سلبياً بجميع أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً.

وهدفت دراسة **Moreira & Canavarro (2015 a)** إلى الكشف عن الدور الوسيط لأساليب الرعاية الوالدية في العلاقة بين أنماط التعلق والوالدية اليقظة عقلياً، فضلاً عن الكشف عن الفروق بين الآباء والأمهات في

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

هذه المتغيرات. وتكونت عينة الدراسة من (٤٣٩) من والدي الأطفال والمراهقين الذين هم في سن المدرسة، وكانت (٦٧%) من العينة من الأمهات، وقد بلغ متوسط الأعمار الزمنية للوالدين (٤٢،٣٦) سنة بانحراف معياري (٦،١٩)، وقد تنوعت العينة وشملت مستويات تعليمية مختلفة، وموظفين وغير موظفين. واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: النسخة البرتغالية لاستبيان الخبرات في العلاقات، وذلك لقياس أنماط التعلق من إعداد **Moreira, et al. (2015)**، والنسخة البرتغالية من مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Moreira & Canavarro (2015)**، والنسخة البرتغالية من مقياس أساليب الرعاية من إعداد **Fonseca, et al. (2013)**. وأشارت نتائج الدراسة من خلال تحليل المسار إلى أن أساليب الرعاية تتوسط العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً وأنماط التعلق، وأن التعلق الفلق، والتعلق التجنبي قد ارتبطا بمستويات منخفضة من الوالدية اليقظة عقلياً، وذلك عبر القدرة المدركة على تعرف احتياجات الآخرين، والدوافع الأنانية لتقديم المساعدة، كما أشارت النتائج -أيضاً- إلى أن الآباء يظهرون مستويات أعلى من التعلق التجنبي، والدوافع الأنانية لتقديم المساعدة، ومستويات منخفضة من القدرة المدركة على تعرف احتياجات الآخرين، ومستويات منخفضة من الوالدية اليقظة عقلياً، وذلك مقارنة بالأمهات.

وهدفت دراسة **Moreira, et al. (2016)** إلى التعرف على الدور الوسيط للتعاطف مع الذات في العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً وأنماط التعلق. وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٠) أمماً لأطفال ومراهقين في سن المدرسة، بلغ متوسط أعمارهن الزمنية (٤١،٦٦) سنة بانحراف معياري (٥،٤٢)، أن (٦٨،٣٠%) منهن أكملن الشهادة الثانوية، و(٣١،٧٠%) أكملن

الشهادة الجامعية، وحصلن على دراسات عليا. واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: النسخة البرتغالية من مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Moreira & Canavarro (2015)**، ومقياس التعاطف مع الذات من إعداد **Neff (2003)**، والنسخة البرتغالية لاستبيان الخبرات في العلاقات، وذلك لقياس أنماط التعلق من إعداد **Moreira, et al. (2015)**. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين نمطي التعلق: القلق، والتجنبي، وكل من: الوالدية اليقظة عقلياً والتعاطف مع الذات، ووجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً والتعاطف مع الذات.

وهدفت دراسة **Gouveia, et al. (2016)** إلى الكشف عن الدور الوسيط للوالدية اليقظة عقلياً في العلاقات بين التعاطف مع الذات واليقظة العقلية والأساليب الوالدية والضغوط الوالدية، وتأثير بعض المتغيرات الديموجرافية على الوالدية اليقظة عقلياً. وتكونت عينة الدراسة من آباء وأمهات الأطفال والمراهقين الذين هم في سن المدرسة، وبلغ عدد العينة (٣٣٢) فرداً (١٤٤ أباً، ١٤٤ أمّاً كانوا آباء وأمّهات لنفس الأطفال، ٧٢ أباً، ٧٢ أمّاً كانوا آباء وأمّهات لأطفال مختلفين)، وقد بلغ متوسط أعمارهم الزمنية (٤٢،٣١) سنة بانحراف معياري قدره (٥،٦٦). واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: النسخة البرتغالية من مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Moreira & Canavarro (2015)**، ومقياس التعاطف مع الذات من إعداد **Neff (2003)**، ومقياس اليقظة العقلية من إعداد **Brown & Ryan (2003)**، ومقياس الأساليب الوالدية من إعداد **Robinson, et al. (2001)**، ومقياس الضغوط الوالدية من إعداد **Santos (1997)**. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين متغيرات الدراسة،

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

والوالدية اليقظة عقلياً ترتبط إيجابياً بكل من التعاطف مع الذات واليقظة العقلية، وأن الضغوط الوالدية ترتبط سلبياً مع كل من التعاطف مع الذات واليقظة العقلية والوالدية اليقظة عقلياً، وأن الوالدية اليقظة عقلياً تتوسط العلاقة بين هذه المتغيرات، كما أن الوالدية اليقظة عقلياً تتأثر بالجنس، وعدد الأطفال، وفيما يتعلق بالفروق بين الآباء والأمهات أظهرت النتائج أن الأمهات يظهرن مستويات مرتفعة من الوالدية اليقظة أكثر من الآباء. كما ارتبط عدد الأطفال الأكبر بمستويات أقل من الوالدية اليقظة عقلياً.

وهدفنا دراسة **Waters (2016)** إلى قياس مستوى اليقظة العقلية لدى كل من: الآباء، والأطفال، ومدى ارتباطها بمستويات الضغوط النفسية عند الأطفال. وتكونت عينة الدراسة من (٦٨) طفلاً (٥٢% أولاد، و٤٨% بنات)، متوسط أعمارهم الزمنية (١٠،٧٠) سنة بانحراف معياري (٢،٦٠)، كما اشتملت العينة على أحد آباء الأطفال عينة الدراسة، وبلغ عددهم (٦٨) فرداً (٧٢% من الأمهات، ٢٨% من الآباء)، متوسط أعمارهم الزمنية (٤٢،٧٠) سنة بانحراف معياري (٩،٦٠). واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: مقياس اليقظة العقلية من إعداد **Feldman, et al. (2007)** لقياس اليقظة العقلية لدى الآباء والأطفال، ومقياس الاكتئاب والضغط والقلق من إعداد **Lo-vibond & Lovibond (1995)** لقياس الضغوط لدى الأطفال. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين مستويات الضغوط لدى الأطفال، وكل من اليقظة العقلية لدى الأطفال، واليقظة العقلية لدى الآباء، كما أشارت النتائج -أيضاً- إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين مستويات اليقظة العقلية للأطفال واليقظة

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

العقلية لأبائهم، كما أنه يمكن التنبؤ بكل من اليقظة العقلية لدى الأطفال، ومستويات الضغوط النفسية لديهم من خلال اليقظة العقلية للأباء.

وهدفت دراسة **Turpyn & Chaplin (2016)** إلى التعرف على علاقة الوالدية اليقظة عقلياً بالتعبير الانفعالي للوالدين والسلوكيات الخطرة لدى المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (١٥٧) مراهقاً ومراهقة، (٤٩%) منهم من الإناث)، بلغ متوسط أعمارهم الزمنية (١٢،٧٠) سنة بانحراف معياري (٠،٧)، وكان المراهقون ينتمون لأسر تقدم لهم رعاية أولية من أمهات بيولوجية بنسبة (٩٦%) من العينة، مع (٢) أب بيولوجي، والبقية لأمهات بالتبني. واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: قائمة ملاحظة التعبير الانفعالي لدي الوالدين من إعداد **Chaplin (2010)**، ومقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Duncan (2007)**، وقائمة المشكلات السلوكية الخطرة لدى المراهقين من إعداد **Brener, et al. (2002)**، وقائمة فحص الإدمان لدي المراهقين من إعداد **Kaminer, et al. (1991)**. وأظهرت نتائج الدراسة أن الوالدية اليقظة عقلياً ترتبط إيجابياً بالانفعالات الإيجابية، وسلبيًا بالانفعالات السلبية أثناء العلاقات مع المراهقين، وأن لها تأثيراً مباشراً على استخدام الأبناء للعقاقير.

وهدفت دراسة **Medeiros, et al. (2016)** إلى التعرف على الوالدية اليقظة عقلياً لدى الآباء والأمهات، وعلاقتها الارتباطية بالسعادة النفسية المدركة لدى الأبناء؛ وذلك من خلال التعلق بالوالدين كمتغير وسيط. وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٣) أسرة تشتمل على (٢٤٣) أب، (٢٤٣) أم، (٢٤٣) طفل)، وقد بلغ متوسط الأعمار الزمنية للآباء (٤٤،٣١) سنة بانحراف معياري قدره (٦،١٥)، بينما بلغ متوسط الأعمار الزمنية للأمهات (٤١،٩٥) سنة بانحراف معياري قدره (٥،٥٧)، وتكونت عينة الأبناء من (١٠٤) من

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

الذكور، و(١٣٩) من الإناث، وقد بلغ متوسط أعمارهم الزمنية (١٢،٢٧) سنة بانحراف معياري قدره (٣،١٤)، وبواقع (١٢٤) طفلاً، و(١١٩) مراهقاً، وشملت عينة الآباء مستويات تعليمية مختلفة تراوحت ما بين الدراسات الثانوية الأساسية إلى الدكتوراه. واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: النسخة البرتغالية من مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Moreira & Canavarro (2015)**، ومقياس العلاقات بين الأطفال والمراهقين، وآبائهم من إعداد **Ridenour, et al. (2006)**، والنسخة البرتغالية من مقياس القلق والاكْتئاب من إعداد **Pais-Ribeiro, et al. (2007)**، والنسخة البرتغالية لقائمة السعادة النفسية للأطفال والمراهقين من إعداد **Matos, et al. (2012)**. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية في الوالدية اليقظة عقلياً بين الآباء والأمهات لصالح الأمهات، ولم يوجد أثر دال إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً بين الآباء والأمهات يرجع لعمر الأبناء (طفولة/مراهقة)، كما لم يوجد أثر دال إحصائياً لتفاعل عاملي: عمر الأبناء وجنسهم على الوالدية اليقظة عقلياً لدى الوالدين. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في أعراض القلق فقط بين الآباء والأمهات لصالح الأمهات، فضلاً عن وجود فروق دالة إحصائية بين الأطفال والمراهقين في التعلق الآمن بالوالدين، والسعادة النفسية لصالح الأطفال. كما وجدت علاقات ارتباطية سالبة ودالة إحصائية بين الوالدية اليقظة عقلياً والقلق والأعراض الاكتئابية لدى كلا الوالدين (الآباء/ الأمهات)، بينما وجدت علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين الوالدية اليقظة عقلياً لدى كلا الوالدين، والتعلق الآمن بالوالدين والسعادة النفسية المدركة لدى الأبناء. وبشكل عام أسفرت النتائج عن أن التعلق بالوالدين يتوسط العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً والسعادة النفسية المدركة لدى الأبناء.

وأجرى (Parent, McKee, Rough, & Forehand 2016)

دراسة كان الهدف منها التعرف على الوالدية اليقظة عقلياً عبر ثلاث مراحل نمائية للأبناء (الطفولة المبكرة، الطفولة المتأخرة، المراهقة) وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموجرافية لدى الوالدين (السن، التعليم، الوظيفة، الدخل، ترتيب الأبناء في الأسرة، جنس الأبناء). وتكونت عينة الدراسة من (٢١٠) من الأبناء في مرحلة الطفولة المبكرة (٣-٧) سنوات، منهم (٥٥%) من الإناث، و (٢٠٠) من الأبناء في مرحلة الطفولة المتأخرة (٨-١٢) سنة، منهم (٤٥%) من الإناث، و (٢٠٥) من الأبناء في مرحلة المراهقة (١٣-١٧) سنة، منهم (٤٥%) من الإناث، أما عينة الوالدين، فبلغ قوامها (٦١٥) من الآباء والأمهات، وقد بلغ متوسط العمر الزمني لوالدي الأبناء في مرحلة الطفولة المبكرة (٣٢،٦١) سنة، وبلغ متوسط العمر الزمني لوالدي الأبناء في مرحلة الطفولة المتأخرة (٣٤،٤٣) سنة، وبلغ المتوسط العمر الزمني لوالدي الأبناء في مرحلة المراهقة (٤٠،٥٤) سنة. واستخدمت الدراسة الأدوات التالية : استمارة المتغيرات الديموجرافية، ومقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Duncan (2007)** ، ومقياس تقييم الوالدين متعدد الأبعاد من إعداد **Parent & Forehand (2014)** ، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً بين الآباء والأمهات لصالح الأمهات، وهذا يعني أن الأمهات أكثر يقظة عقلية مع أبنائهن في المراحل العمرية الثلاث من الآباء، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً ترجع للمتغيرات الديموجرافية التالية: (السن - ترتيب الأبناء - التعليم).

ومن جانب آخر، واتساقاً مع أهداف الدراسة الحالية في أحد جوانبها، والمتعلق بتعرف العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة، يلاحظ ندرة الدراسات -في حدود علم الباحثين- التي تناولت هذه العلاقة بين

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

المتغيرين بشكل مباشر، لكن وجدت دراسات أجنبية قليلة تناولت اليقظة العقلية بشكل عام في علاقتها بكفاءة المواجهة؛ حيث هدفت دراسة **Akin & Akin (2015 a)** إلى التعرف على الدور الوسيط لكفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية والحياة المزدهرة. وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٤) فرداً (١٢٧ طالب، و١٥٧ طالبة، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين ١٨-٢٧ سنة)، وتم اختيارهم من طلاب كلية التربية بجامعة **Sakarya University** بتركيا. واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: مقياس اليقظة العقلية المعرفي الوجداني المعدل من إعداد **Feldman, et al. (2007)**، واستبيان كفاءة المواجهة من إعداد **Schroder & Ollis (2013)**، ومقياس الحياة المزدهرة **Flourishing Scale** من إعداد **Diener, et al. (2010)**. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وكل من: كفاءة المواجهة، والحياة المزدهرة، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين كفاءة المواجهة والحياة المزدهرة، وأن اليقظة العقلية تفسر حوالي (٢٥%) من التباين في كل من: كفاءة المواجهة، والحياة المزدهرة، كما أن كفاءة المواجهة تفسر حوالي (١٣%) من التباين في الحياة بالمزدهرة، وأن كفاءة المواجهة تتوسط في العلاقة بين اليقظة العقلية والحياة المزدهرة.

كما هدفت دراسة **Akin & Akin (2015 b)** إلى التعرف على الدور الوسيط لكفاءة المواجهة في العلاقة بين اليقظة العقلية والسعادة. وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٢) فرداً (١٤٣ طالب، و١٤٩ طالبة، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين ١٨-٢٩ سنة)، وتم اختيارهم من طلاب كلية التربية بجامعة **Mid-Size State University** بتركيا. واستخدمت

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

في الدراسة الأدوات التالية: مقياس اليقظة العقلية المعرفي الوجداني المعدل من إعداد (Feldman, et al. (2007، واستبيان كفاءة المواجهة من إعداد (Schroder & Ollis (2013، ومقياس السعادة النفسية من إعداد (Lyubomirsky & Lepper (1999. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وكل من: كفاءة المواجهة، السعادة، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين كفاءة المواجهة والسعادة، وأن اليقظة العقلية تفسر حوالي (٢٦%) من التباين في كل من: كفاءة المواجهة، والحياة المزدهرة، كما أن كفاءة المواجهة تفسر حوالي (٢٤%) من التباين في الحياة بالمزدهرة، وأن كفاءة المواجهة تتوسط العلاقة بين اليقظة العقلية والسعادة النفسية.

تعليق على الدراسات السابقة:

من خلال تحليل الدراسات السابقة التي تم عرضها فيما سبق، يمكن

ملاحظة ما يلي:

أولاً: من حيث الأهداف: إن الدراسات السابقة التي تم عرضها هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً ومتغيرات عديدة سواء لدى الوالدين، أو الأبناء، ومن هذه المتغيرات: الاندماج الوالدي والأساليب الوالدية، والسعادة النفسية، والأعراض الاكتئابية، والتعاطف مع الذات، الضغوط النفسية والوالدية، وأنماط التعلق، كما هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين كفاءة المواجهة وكل من: اليقظة العقلية، والسعادة النفسية، والحياة المزدهرة.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

ثانياً: من حيث العينات: تعددت وتنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة على النحو التالي:

١- دراسات اقتصرت عيناتها على الآباء والأمهات فقط، ومنها دراسات: (MacDonald & Hastings, 2010) التي اقتصرت على عينة من آباء الأطفال المعاقين عقلياً، ودراسة (Beer, et al. (2013 التي أجريت على عينات من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، ودراستي (Gouveia, et al., 2016 ; Moreira, et al. 2016) التي أجريت على عينات من آباء وأمهات الأطفال والمراهقين العاديين ممن هم في سن المدرسة، ودراسة (Parent, et al. (2016 التي أجريت على عينة الآباء والأمهات لأبناء في مرحلة عمرية ثلاث: (الطفولة المبكرة، والطفولة المتأخرة، والمراهقة).

٢- دراسات اشتملت على عينات من الآباء والأمهات والأبناء (أطفال ومراهقين)، ومنها دراسات (Conner & White (2014، وتمت على عينات من الأمهات وأطفالهن من الذاتويين والعاديين، ودراسة (Waters, 2016 ; Tak, et al., 2015 ; Geurtzen et al., 2014) ; (Medeiros, et al., 2016)، وتمت على عينة من الآباء والأمهات، والأطفال العاديين، ودراسة (Turpyn & Chaplin (2016، وتمت على عينة الآباء والأمهات، والمراهقين العاديين.

٣- اقتصرت الدراسات التي تناولت كفاءة المواجهة في عيناتها على طلاب الجامعة.

ثالثاً: من حيث الأدوات: اعتمدت الدراسات الأجنبية في قياس الوالدية اليقظة عقلياً على نوعين من المقاييس: وهما:

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

١- دراسات اعتمدت على مقاييس اليقظة العقلية بشكل عام؛ حيث استخدمت دراسة **Perent, et al. (2011)** مقياس اليقظة العقلية من إعداد **Brown & Ryan (2003)**، واعتمدت دراسة **Waters, (2016)** على مقياس اليقظة العقلية من إعداد **Feldman, et al. (2007)**.

٢- دراسات اعتمدت على مقياس الوالدية اليقظة عقلياً (اليقظة العقلية **The Interpersonal Mindfulness in Parenting (IM-P) scale** من إعداد **Duncan (2007)**، ومنها دراسات كل من: **Bear, et al., 2013** ; **Turpyn & Chaplin, 2016** ; **Parent, et al., 2016** ; **Geurtzen, et 2016**، كما اعتمدت دراسة **Geurtzen, et al., 2016** على النسخة الهولندية لذات المقياس **(Tak, et al., 2015 ; al., 2014)** من إعداد **De Bruin, et al. (2012)** ، كما اعتمدت دراسات كل من **(Gouveia, Moreira, et al., 2015 ; Moreira, et al., 2015)** **et al., 2016** ; على النسخة البرتغالية من ذات المقياس من إعداد **Moreira & Canavarro (2015)**

رابعاً: من حيث النتائج:

١- نتائج الدراسات التي تناولت العلاقات الارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً ومتغيرات أخرى:

أشارت مجمل نتائج الدراسات السابقة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الوالدية اليقظة عقلياً وبعض مخرجات الصحة النفسية سواء لدى الوالدين، أو الأبناء، بالإضافة إلى أن اليقظة العقلية تُسهم في التنبؤ بكفاءة المواجهة، فضلاً عن أن كفاءة المواجهة تسهم في التنبؤ بكل من السعادة النفسية والحياة المزدهرة.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

٢- نتائج الدراسات التي تناولت تأثير بعض المتغيرات الديموجرافية في
الوالدية اليقظة عقلياً:

أظهرت نتائج الدراسات السابقة وجود فروق دالة إحصائياً بين
الآباء والأمهات في الوالدية اليقظة عقلياً لصالح الأمهات، ومنها دراسة
(Moreira & Canavarro, 2015 a)، وأظهرت نتائج دراسة
(Parent, et al. (2016 أن الوالدية اليقظة عقلياً لا تتأثر بالعمر الزمني
للأبناء، أو ترتيبهم الميلادي، أو مستوى تعليم الوالدين، بينما أظهرت نتائج
(Gouveia, et al. (2016 أنها تتأثر بعدد الأبناء؛ حيث ارتبط عدد
الأطفال الأكبر بمستويات أقل من الوالدية اليقظة عقلياً.

خامساً: من حيث موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

١- عدم وجود دراسات أجنبية تناولت العلاقة المباشرة بين الوالدية اليقظة
عقلياً وكفاءة المواجهة، واقتصرت تناول على علاقة غير مباشرة من خلال
دراسة اليقظة العقلية بشكل عام في علاقتها بكفاءة المواجهة لدى طلاب
الجامعة.

٢- عدم وجود دراسات عربية تناولت الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة
سواء بشكل منفرد، أو في منظومة ارتباطية واحدة.

٣- مسابقة الدراسة الحالية لبعض الدراسات الأجنبية السابقة والتي تم
عرضها سابقاً- في اقتصارها على عينات من الآباء والأمهات، وتفردتها
في الجمع بين آباء وأمهات الأطفال الذاتيين، والمعاقين عقلياً؛ نظراً لأنهم
يتعرضون لمستوى مرتفع من الضغوط الوالدية المرتبطة بإعاقة أبنائهم

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

بنآثيرآتها السلبيه المتباينه عليهم، وهذا يقتضي ممارساتهم لمهارات الوالديه اليقظة عقليآ التي تسهم في مواجهتهم للضغوط بكفاءة وفاعليه.

٣- مسايرة الدراسة الحالية لبعض الدراسات الأجنبيه السابقه في اعتمادها على مقياس الوالديه اليقظة عقليآ **The Interpersonal Mindfulness in Parenting (IM-P) scale** من إعداد **Duncan, et al. (2009 a)**، وكذلك استبيان كفاءه المواجهه **Coping Competence Questionnaire** من إعداد **Schroder & Ollis (2013)** بعد ترجمتهما وتقنيهما، والتحقق من خصائصهما السيكومترية في البيئه المصريه.

فروض الدراسة:

صيغتُ فروض الدراسة في ضوء نتائج الدراسات السابقه على النحو

التالي:

١- توجد علاقه ارتباطيه موجبه داله إحصائياً بين الوالديه اليقظة عقليآ وكفاءه المواجهه لدى أفراد عينه الدراسة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقليآ.

٢- توجد فروق داله إحصائياً في الوالديه اليقظة عقليآ لدى أفراد عينه الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الوالدين (ذكور/ إناث)، ونوع إعاقة الطفل (ذاتوي / معاق عقليآ)، والتفاعل بينهما.

٣- لا توجد فروق داله إحصائياً في الوالديه اليقظة عقليآ لدى أفراد عينه الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق (ذكر/ أنثى) وترتيبه الميلادي (الوحيد/ الأول/ الأوسط / الأخير)، والتفاعل بينهما.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

٤- لا توجد فروق دالة إحصائية في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً للمستوى التعليمي للوالدين (ثانوي فأقل/ جامعي فأعلى)، والحالة الوظيفية (يعمل/ لا يعمل) / والتفاعل بينهما.

٥- تسهم الوالدية اليقظة عقلياً في التنبؤ بكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً.

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وذلك بهدف وصف طبيعة العلاقة بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً، والكشف عن تأثير بعض المتغيرات الديموجرافية في الوالدية اليقظة عقلياً، فضلاً عن الكشف عن مدى إسهام الوالدية اليقظة عقلياً في التنبؤ بكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة.

ثانياً: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من عينتين: عينة استطلاعية، وأساسية. وقد بلغ قوام العينة الاستطلاعية (١٦٢) فرداً بواقع (١١٢) أباً، متوسط أعمارهم الزمنية (٣٨،٨٤) سنة بانحراف معياري (٧،٧٠)، و(٥٠) أمماً، متوسط أعمارهن الزمنية (٣٦،٧٤) سنة بانحراف معياري (٥،٣٦)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من آباء وأمهات الأطفال العاديين من تلاميذ مدرستي: المقطم التجريبية للغات، والمقطم الإعدادية بنين، وقد كان الهدف من هذه العينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الحالية.

أما عينة الدراسة الأساسية، فقد تكونت من (١٧٥) فرداً من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والأطفال المعاقين عقلياً المترددين على بعض مؤسسات رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة بمحافظة القاهرة، موزعة على مجموعتين؛ الأولى: اشتملت على (١٠٢) فرداً من آباء وأمهات الأطفال المعاقين عقلياً (٤١ أباً، متوسط أعمارهم الزمنية ٤٨،٨٦ سنة بانحراف معياري ١٣،٥٤، و٦١ أمّاً، متوسط أعمارهن الزمنية ٤٤،٥٧ سنة بانحراف معياري ١١،١٣، وقد بلغ متوسط أعمار أبنائهم الزمنية ١٣،١٣ سنة بانحراف معياري ٥،٣٠). أما المجموعة الثانية، فاشتملت على (٧٣) فرداً من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين (٢٩ أباً، متوسط أعمارهم الزمنية ٤٠،٠٦ سنة بانحراف معياري ٩،٣٤، و٤٤ أمّاً، متوسط أعمارهن الزمنية ٣٨،٨٥ سنة بانحراف معياري ٦،٨٤، وقد بلغ متوسط أعمار أبنائهم الزمنية ٧،٤٤ سنة بانحراف معياري ٤،١٦). ويوضح جدول (١) خصائص عينة الدراسة الأساسية بشكل أكثر تفصيلاً.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً

جدول (١): خصائص عينة الدراسة الأساسية

درجة إعاقة الطفل	الترتيب الميلادي للطفل						جنس الطفل المعاق		المؤهل الدراسي		الحالة الوظيفية		جنس الوالدين	
	شديدة	متوسطة	بسيطة	الأخير	الأوسط	الأول	الوحيد	بنت	ولد	جامعي فأعلى	ثانوي أقل	لا يعمل	يعمل	أنثى
١١	٤٣	٤٨	٣٥	٣٦	٢٢	٩	٤٥	٥٧	٣٦	٦٦	٤٦	٥٦	٦١	٤١
١٠٢	١٠٢						١٠٢		١٠٢		١٠٢		١٠٢	
٦	٣٩	٢٨	٢٣	١٨	٢١	١١	٢٥	٤٨	٤٥	٢٨	٢٢	٥١	٤٤	٢٩
٧٣	٧٣						٧٣		٧٣		٧٣		٧٣	
١٧٥	١٧٥						١٧٥		١٧٥		١٧٥		١٧٥	

١- مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد (Duncan, et al. (2009 a

قام (Duncan (2007 بإعداد مقياس اليقظة العقلية في العلاقات الوالدية (Interpersonal Mindfulness in Parenting (IM-P) ، واشتمل على (١٠ فقرات؛ توزعت على (٣ أبعاد كالتالي: (١) البعد الأول: الوعي والانتباه المرتكز على اللحظة الحاضرة من خلال التركيز على التفاعلات الوالدية بين الخبرات الداخلية للوالد والمراهق، (وتضمن ٤ فقرات). (٢) البعد الثاني: الانفتاح والتقبل بدون إصدار أحكام على تعبيرات المراهق عن أفكاره ومشاعره، (وتضمن ٣ فقرات). (٣) البعد الثالث: التفاعل المنخفض مع سلوك الطفل المقبول ثقافياً، (وتضمن ٣ فقرات). وقد تأكد من صدقه وثباته بتطبيقه على عينة قوامها (٧٥٣) أمماً، و(٥٢٣) أباً؛ حيث تراوحت معاملات ثبات الأبعاد الثلاثة للمقياس ودرجته الكلية ما بين (٠،٤٥ - ٠،٧٢).

واقترح (Duncan, et al. (2009 a نموذجاً نظرياً للوالدية اليقظة عقلياً، وطوّروا مقياساً للتقرير الذاتي لقياس الوالدية اليقظة عقلياً: مقياس اليقظة العقلية البينشخصية لدى الوالدين **The Interpersonal Mindfulness in Parenting (IM-P) scale** ؛ حيث قاموا بتوسيع (تعريض) النسخة المختصرة من المقياس (IM-P) لتشمل (٣١) فقرة موزعة على خمسة أبعاد فرعية للوالدية اليقظة عقلياً، وهي: الاستماع مع الانتباه الكامل، ويتضمن خمس فقرات تأخذ أرقام (١، ٩، ١٣، ١٩، ٢٤)، والوعي الانفعالي بالذات والطفل، ويتضمن ست فقرات تأخذ أرقام (٣، ٦، ١١، ١٢، ٢٢، ٣٠)، وتنظيم الذات في العلاقة الوالدية، ويتضمن ست فقرات تأخذ أرقام (٢، ٥، ٨، ١٤، ١٦، ٢٩)، وقبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام،

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

ويتضمن سبع فقرات تأخذ أرقام (٤، ٧، ١٠، ١٨، ٢١، ٢٣، ٢٨)،
والتعاطف مع الذات والطفل، ويتضمن سبع فقرات تأخذ أرقام (١٥، ١٧،
٢٠، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٣١).

واقترحوا أنه من خلال هذه الممارسات (الأبعاد) الخمسة تتحسن
السعادة الوالدية، والمودة بين الوالدين والطفل، وممارسات تربية الطفل،
وعندما يتحقق هذا، فإنه يؤدي إلى انخفاض الأعراض المرضية لدى الطفل،
ويزيد من سعادة الطفل.

وتتم الاستجابة عن عبارات المقياس على مجموعة من البدائل وفق
مقياس ليكرت الخماسي؛ تراوحت ما بين (١ = غير موافق مطلقاً إلى ٥ =
موافق دائماً)، وتشير الدرجة المرتفعة (على البعد) إلى مستوى مرتفع من
الوالدية اليقظة عقلياً، متضمنةً وعياً وانتباهاً أكثر للذات والطفل، وتنظيماً ذاتياً
أكثر، وقبولاً أكثر للذات والطفل بدون إصدار أحكام، وتعاطفاً مع الذات
والطفل بشكل أكبر.

وقد أجريت العديد من الدراسات التي هدفت إلى التحقق من صدق
وثبات المقياس في بيئات مختلفة؛ حيث أجرى **De Bruin, et al. (2014)**
دراسة هدفت إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الوالدية اليقظة
عقلياً على عينة هولندية. وتكونت عينة الدراسة من (٨٦٦) من أمهات
المراهقين، متوسط أعمارهن الزمنية (٤٥،٠٠) سنة بانحراف معياري
(٣،٨)، وبلغ متوسط الأعمار الزمنية لأبنائهن الزمنية (١٣،٣٠) سنة
بانحراف معياري (٠،٦٠). واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: مقياس
الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد **Duncan, et al. (2009 a)**، ومقياس بيك
للاكتئاب من إعداد **Beck, et al. (1996)**، ومقياس التوجه نحو الحياة

المعدل من إعداد (Scheier, et al. (1994) ومقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المقياس في نسخته الهولندية يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة؛ حيث أسفر التحليل العاملي عن تشبع (٢٩) مفردة على ستة عوامل، وتراوحت تشبعات المفردات على هذه العوامل ما بين (٠،٣٦٤ ، ٠،٧٧٢)، وحذفت مفردتان لم تتشبعاً على أي عامل، وهذه العوامل هي: الإنصات مع الانتباه الكامل **Listening with Full Attention**، والتعاطف مع الطفل **Compassion for Child**، وتقبل الوظيفة الوالدية بدون إصدار حكم **Non-judgmental Acceptance of Parental Functioning**، وعدم التفاعل الانفعالي في الوالدية **Emotional Non-reactivity in Parenting**، والوعي الانفعالي بالطفل **Emotional Awareness of Child**، والوعي الانفعالي بالذات **Emotional Awareness of Self**، وبلغ معامل ألفا للدرجة الكلية على المقياس (٠،٨٩)، كما بلغ معامل ألفا للأبعاد الفرعية على الترتيب ما يلي: (٠،٨٣ ، ٠،٧٨ ، ٠،٧٣ ، ٠،٧٤ ، ٠،٧٦ ، ٠،٥٤). كما كان للمقياس صدق بناء جيد من خلال علاقاته الارتباطية مع الاكتئاب ($r = -٠،٣٤$)، والتوجه الإيجابي نحو الحياة ($r = ٠،٤١$)، كما أشارت النتائج إلى أن للمقياس صدق مرتفع من خلال صدق المحك، حيث أظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية، ومقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية، وتراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠،٣٤ - ٠،٦١).

وفي الدراسة الحالية، قام الباحثون بترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية للغة العربية، ثم تم عرض النسختين الإنجليزية والعربية على أحد المتخصصين في اللغة الإنجليزية للتحقق من دقة الترجمة، ثم تم عرضه على أحد المتخصصين في اللغة العربية للتدقيق اللغوي، والتحقق من أن العبارات

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

تؤدي معني مفهومًا. ثم عرضَ المقياس بعد الترجمة والمراجعة اللغوية على (٥) محكمين من أعضاء هيئة التدريس الخبراء في مجال علم في علم النفس والصحة النفسية، وذلك للحكم على صلاحيته للتطبيق في البيئة العربية، ومدى ارتباط المفردات بالوالدية اليقظة عقلياً في ضوء تعريفها الإجرائي، ومدى مناسبتها للتطبيق على الآباء والأمهات. وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم تعديل صياغة بعض المفردات. وبعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال ما يلي:

أ- الصدق العاملي التوكيدي:

قبل البدء في تحليل البيانات باستخدام التحليل العاملي، تم فحص مدى ملاءمة البيانات عن طريق اختبار "كايزر-ماير-أولكن وبارتلنت **KMO & Bartlett Test**، وبلغت قيمة مربع كاي (١٩٩،٥٣١)، وهي دالة عند مستوى (٠،٠٠٠١)، وبدرجة حرية (١٠). ودلالة قيمة مربع كاي تعني أن البيانات صالحة للتحليل العاملي.

وقد استخدم الباحثون نموذج المعادلة البنائية الخطية المعروف اختصاراً LISREL، وذلك باختبار النموذج الرباعي بمتغير كامن واحد. وتشير نتائج التحليل العاملي التوكيدي الواردة في جدول (٢) إلى التوصل إلى أن مؤشرات حسن المطابقة جيدة. وبالنظر إلى جدول (٢)، وشكل (٢) يلاحظ أن مؤشرات حسن المطابقة جيدة للنموذج، ومن ثم يمكن اعتماد النموذج المقترح عن التحليل العاملي التوكيدي كأحد مؤشرات صدق التكوين لمقياس الوالدية اليقظة عقلياً، كما أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي عززت نتائج الاتساق الداخلي من انتظام البنية العملية المستخلصة في خمسة عوامل وفق

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

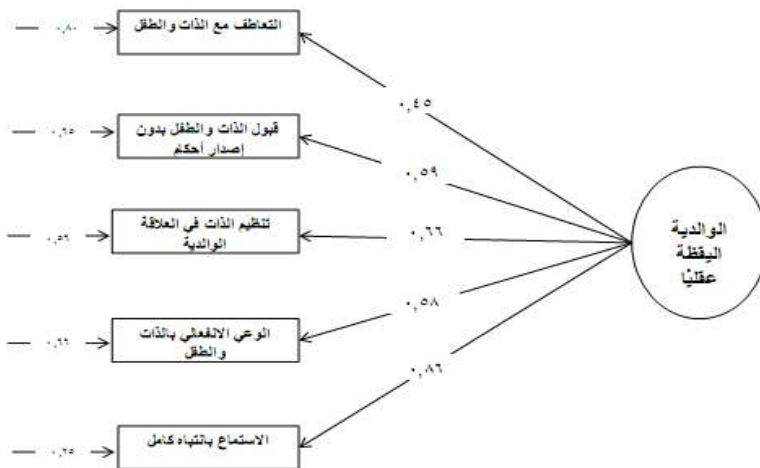
Duncan, Coatsworth, & Greenberg (2009 A).
مقياس الوالدية اليقظة عقلياً من إعداد

جدول (٢): نتائج التحليل التوكيدي لمقياس الوالدية اليقظة عقلياً

قيمة مربع كاي المحسوبة	١٦,٥٢٥ *
جذر متوسط مربع خطأ التقريب RMSEA	٠,٠٣٨١
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٨٥
مؤشر المطابقة غير المعياري NNFI	٠,٩٩٠
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٩٥

RMSEA=Root Mean Square Error of Approximation,
GFI= Goodness of Fit Index, NNFI=Non-Normal Fit
Index, CFI= Comparative Fit Index.

* * دال عند مستوى (٠,٠٠١)



شكل (٢): نموذج صدق التحليل العائلي التوكيدي لمقياس الوالدية اليقظة عقلياً

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

ب- صدق المحك:

اعتمد الباحثون على استبيان العوامل الخمسة لليقظة العقلية **The Five Facts Mindfulness Questionnaire (FFMQ)** من إعداد **Baer, et al. (2006)**، وقد ترجمه وقننه على البيئة العربية البحيري والضبع وطلب والعوامل (٢٠١٤)، وذلك كمحك خارجي للتحقق من صدق مقياس الوالدية اليقظة عقلياً، وقد تم حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية (ن=١٦٢) على المقياسين، ويوضح جدول (٣) نتائج ذلك.

جدول (٣): معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية على مقياس الوالدية اليقظة عقلياً والعوامل الخمسة لليقظة العقلية (ن=١٦٢)

الدرجة الكلية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية	المتغيرات	الوالدية اليقظة عقلياً
**٠،٤٤٤	الاستماع بانتباه كامل	
**٠،٥٢٧	الوعي الانفعالي بالذات والطفل	
**٠،٥١١	تنظيم الذات في العلاقة الوالدية	
**٠،٦٤٣	قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام	
**٠،٤٢٦	التعاطف مع الذات والطفل	
**٠،٧٥٥	الدرجة الكلية	

** دالة عند مستوى (٠.٠١) (..١)

تشير النتائج الواردة في جدول (٣) إلى أن معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الوالدية اليقظة عقلياً وأبعاده الفرعية وبين الدرجة الكلية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية تراوحت ما بين (٠,٤٤٤ - ٠,٧٥٥)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

ج- الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس وفقاً للخطوات التالية:

(١) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه، ويوضح جدول (٤) نتائج ذلك.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذائبين والمعاقين عقلياً

جدول (٤): معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الوالدية اليقظة عقلياً (ن=١٦٢)

التعاطف مع الذات والطفل		قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام		تنظيم الذات في العلاقة الوالدية		الوعي الانفعالي بالذات والطفل		الاستماع بانتباه كامل	
معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة
**٠,٥٨٧	١٥	**٠,٦٨٥	٤	**٠,٤٤٤	٢	**٠,٤٤٦	٣	**٠,٧٠٨	١
**٠,٥٧٦	١٧	**٠,٥٤٠	٧	**٠,٥٠٤	٥	**٠,٥١٨	٦	**٠,٢٧٢	٩
**٠,٣٩٣	٢٠	**٠,٣٧١	١٠	**٠,٥٢٣	٨	**٠,٣٩٠	١١	**٠,٦٧٥	١٣
**٠,٥٢٧	٢٥	**٠,٣٨٤	١٨	**٠,٤٢٢	١٤	**٠,٣٠١	١٢	**٠,٦٢٢	١٩
**٠,٥٢٧	٢٦	**٠,٤٠١	٢١	**٠,٤٥٧	١٦	**٠,٥١٦	٢٢	**٠,٣١٩	٢٥
**٠,٦٣٤	٢٧	**٠,٦٨٨	٢٣	**٠,٢٢٧	٢٩	**٠,٤٦١	٣٠	—	—
**٠,٤٠١	٣١	**٠,٤٠٩	٢٨	—	—	—	—	—	—

** دالة عند مستوى (. . ١)

(٢) حساب معاملات الارتباطات البينية بين الأبعاد الفرعية للمقياس مع بعضها البعض مع والدرجة الكلية. ويوضح جدول (٥) نتائج ذلك.

جدول (٥): معاملات الارتباطات بين درجة كل بعد والدرجة الكلية على المقياس، والارتباطات البينية للأبعاد الفرعية (ن=١٦٢)

الأبعاد	مع الدرجة الكلية	(١)	(٢)	(٣)	(٤)	(٥)
(١)	**٠,٥٨٥	—	—	—	—	—
(٢)	**٠,٦٦٧	**٠,٢٧٩	—	—	—	—
(٣)	**٠,٧٢٨	**٠,٢٢٨	**٠,٤١٥	—	—	—
(٤)	**٠,٧٣٥	**٠,٢٤٩	**٠,٢٨١	**٠,٤٥٠	—	—
(٥)	**٠,٨٥٠	**٠,٤٠٦	**٠,٥١٨	**٠,٥٦٠	**٠,٥٠٠	—

(١) يشير إلى الاستماع بانتباه كامل، (٢) يشير إلى الوعي الانفعالي بالذات والطفل، (٣) يشير إلى تنظيم الذات في العلاقة الوالدية، (٤) يشير إلى قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام، (٥) يشير إلى التعاطف مع الذات والطفل، **دالة عند مستوى (٠,٠١) . . . يتضح من جدول (٥) أن الارتباطات البينية بين أبعاد مقياس الوالدية اليقظة عقلياً مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي.

د- ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام طريقتي ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، ويوضح جدول (٦) نتائج ذلك.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذواتيين والمعاقين عقلياً

جدول (٦): معاملات ثبات أبعاد مقياس الوالدية اليقظة عقلياً والدرجة الكلية بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (ن=١٦٢)

م	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			طريقة سبيرمان-براون	طريقة جتمان
١	الاستماع بانتباه كامل	**٠,٣٦٩	**٠,٤١٧	**٠,٤٥٨
٢	الوعي الانفعالي بالذات والطفل	**٠,٣١١	**٠,٣٥٥	**٠,٣٥٦
٣	تنظيم الذات في العلاقة الوالدية	**٠,٣٤٥	**٠,٤٤٤	**٠,٤٥٦
٤	قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام	**٠,٤٨٥	**٠,٥١٩	**٠,٥٢٧
٥	التعاطف مع الذات والطفل	**٠,٥٣٥	**٠,٥٧٣	**٠,٥٨٨
	الدرجة الكلية	**٠,٧٥٨	**٠,٧٨٢	**٠,٧٨٨

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

تشير النتائج الواردة في جدول (٦) إلى أن معاملات ثبات أبعاد المقياس ودرجته الكلية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما

يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات،

تصحيح المقياس:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٣١) مفردة، يُجاب عن كل منها تبعاً للاستجابات التالية: تنطبق تماماً، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة قليلة، لا تنطبق تماماً، وتندرج الاستجابات على بنود المقياس على النحو التالي: (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١)، وتم صياغة جميع العبارات في الاتجاه الموجب. وبالتالي فإن أعلى درجة على المقياس ككل (١٥٥)، وأقل درجة (٣١)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع من الوالدية اليقظة عقلياً.

٢- استبيان كفاءة المواجهة The Coping Competence Questionnaire من إعداد Schroder & Ollis (2013)

تم إعداد هذا الاستبيان لقياس كفاءة المواجهة، وهو مقياس أحادي البعد من نوع التقرير الذاتي، يتكون من (١٢) مفردة، تتم الإجابة عنها في ضوء مقياس متدرج سداسي، يتراوح بين (أوافق تماماً - لا أوافق مطلقاً)، وتقدر الدرجات بـ (٦ ، ٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١). ويتراوح مدى الدرجات بين (١٢ - ٧٢). وتشير الدرجة المرتفعة إلى كفاءة المواجهة. وقد تمتع الاستبيان في نسخته الأصلية بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الصدق، والثبات؛ حيث تم تطبيقه على عينة كبيرة قوامها (٢٢٢٤) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، بواقع (٩٣٩) من الذكور، و(١٢٧٩) من الإناث، وقد بلغ متوسط العمر الزمني لأفراد العينة (٢٠،٢٩) سنة بانحراف معياري قدره (٣،٤٦)، وقد تم اختيارهم من جنسيات وعرقيات مختلفة. وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أن مفردات الاستبيان تشبعت على عامل واحد، وتراوحت تشبعت المفردات ما بين (٠،٦٤ - ٠،٨٨)، كما بلغ معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية على

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

المقياس (٠،٨٩)، كما كان للاستبيان صدق بنائي جيد من علاقاته الارتباطية بالاكتئاب (ر = -٠،٥٣)، والعصائية (ر = -٠،٦٤)، والسعادة (ر = ٠،٤١).

وقد أجرى **Akin, et al. (2014)** دراسة هدفت إلى الكشف عن الخصائص السيكومترية لاستبيان كفاءة المواجهة على عينات تركية. وتكونت عينة الدراسة من (٢٦١) طالباً، بواقع (١٢٤) من الذكور، و(١٣٧) من الإناث تم اختيارهم من طلاب جامعة **Sakarya University** بتركيا. وأسفرت نتائج الدراسة عن تمتع الاستبيان في نسخته التركية بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الصدق والثبات والاتساق الداخلي، حيث تشبعت مفردات الاستبيان على عامل واحد، وتراوحت تشبعاتها ما بين (٠،٢٢ - ٠،٧٩)، كما تراوحت معاملات الاتساق الداخلي لمفردات الاستبيان ما بين (٠،٣٥ - ٠،٧٠)، كما بلغ معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية على الاستبيان (٠،٨٩).

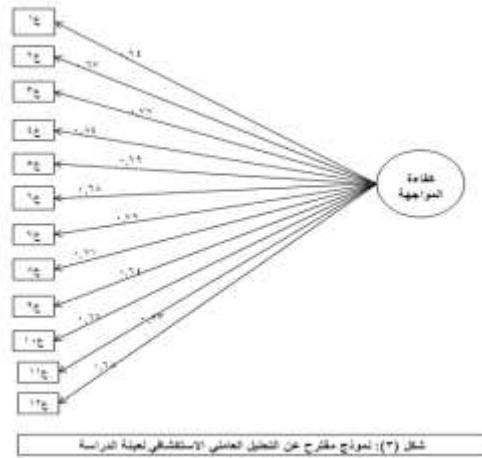
وفي الدراسة الحالية، قام الباحثون بترجمة الاستبيان من اللغة الإنجليزية للغة العربية، ثم تم عرض النسختين الإنجليزية والعربية على أحد المتخصصين في اللغة الإنجليزية للتحقق من دقة الترجمة، ثم تم عرضه على أحد المتخصصين في اللغة العربية للتدقيق اللغوي، والتحقق من أن المفردات تؤدي معني مفهومًا. ثم عرض الاستبيان بعد الترجمة والمراجعة اللغوية على (٥) محكمين من أعضاء هيئة التدريس الخبراء في مجال علم في علم النفس والصحة النفسية، وذلك للحكم على صلاحية الاستبيان للتطبيق في البيئة العربية، ومدى ارتباط المفردات بكفاءة المواجهة في ضوء تعريفها الإجرائي، ومدى مناسبتها للتطبيق على الآباء والأمهات. وفي ضوء ملاحظات

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

المحكمين تم تعديل صياغة بعض المفردات. وبعد تطبيق الاستبيان على العينة الاستطلاعية، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال ما يلي:

أ- الصدق العاملي الاستكشافي:

تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات الاستبيان بهدف التحقق من صدقه، وذلك بطريقة المكونات الأساسية **Principal components** لـ " هوتيلنج " **Hottelling**، وتم تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة "الفاريماكس" **Varimax** لـ " كايزر " **Kaiser**، وسعيًا نحو مزيد من النقاء والوضوح في المعنى السيكولوجي لتشبعات البنود على العوامل اعتبر التشعب الملائم الذي يبلغ (٠,٣) فأكثر وفقاً لمحك "جيفورد". وقد أسفرت النتائج عن تشعب جميع المفردات على عامل واحد يمكن تسميته بكفاءة المواجهة، وقد فسرت (٤٢,٤٤ %) من التباين الكلي بجذر كامن (٥,٠٩)، وقد تراوحت تشبعات المفردات على العامل العام ما بين (٠,٦٤) - (٠,٨٤)، ويوضح شكل (٣) تشبعات المفردات على العامل العام (كفاءة المواجهة).



الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

ب- الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة، والدرجة الكلية
على الاستبيان، ويوضح جدول (٧) نتائج ذلك.

جدول (٧): معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية على

استبيان كفاءة المواجهة (ن=١٦٢)

معامل الارتباط	رقم المفردات	معامل الارتباط	رقم المفردات
** ٠,٦٧٥	٧	** ٠,٦٢٩	١
** ٠,٦٧١	٨	** ٠,٦٨٧	٢
** ٠,٦٨٢	٩	** ٠,٧٤٢	٣
** ٠,٦٥٥	١٠	** ٠,٨٠٢	٤
** ٠,٧١٠	١١	** ٠,٦٨٦	٥
** ٠,٦٦٠	١٢	** ٠,٦٥٠	٦

** دالة عند مستوى (. . ١)

تشير النتائج الواردة في جدول (٧) إلى أن معاملات الارتباط بين
درجة كل مفردة والدرجة الكلية على استبيان كفاءة المواجهة دالة عند مستوى
(٠,٠١)؛ مما يعني تمتع مفردات الاستبيان بدرجة مرتفعة من الاتساق
الداخلي.

ج- ثبات الاستبيان:

تم التحقق من ثبات الاستبيان عن طريق حساب قيمة معامل ثبات ألفا
كرونباخ للاستبيان ككل، وبلغت قيمته (٠,٨٤٢)، كما تم حساب الثبات عن
طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان براون، ووجتمان، وبلغت
قيمة معاملي الثبات للمقياس ككل (٠,٨٤٥)، و(٠,٨٤٦) على التوالي،
وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يعني ارتفاع ثبات الاستبيان.

نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول:

نصَّ هذا الفرض على أنه: "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة من آباء وأمّهات الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً". ولاختبار صحة هذا الفرض، تم حساب معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الوالدية اليقظة عقلياً ودرجاتهم على مقياس كفاءة المواجهة. ويوضح جدول (٨) نتائج ذلك.

جدول (٨): معاملات الارتباط بين الوالدية اليقظة عقلياً وكفاءة المواجهة لدى عينة الدراسة (ن=١٧٥)

المتغيرات	الدرجة الكلية لاستبيان كفاءة المواجهة
الاستماع بانتباه كامل	**٠,٣٢٩
الوعي الانفعالي بالذات والطفل	**٠,٣٣٧
تنظيم الذات في العلاقة الوالدية	**٠,٣١٠
قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام	**٠,٣٧٤
التعاطف مع الذات والطفل	**٠,٥٦٤
الدرجة الكلية	**٠,٤٤٩

** دالة عند مستوى (. . ١)

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

يتضح من النتائج الواردة في جدول (٨) أن جميع معاملات الارتباط بين الوالدية اليقظة عقلياً (الدرجة الكلية، والأبعاد الفرعية) وكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة موجبة ودالة إحصائياً، وجميعها دالة عند مستوى (٠،٠١).

نتائج الفرض الثاني:

نصّ هذا الفرض على أنه: "توجد فروق دالة إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الوالدين (ذكور/ إناث)، ونوع إعاقة الطفل (ذاتوي / معاق عقلياً)، والتفاعل بينهما". ولاختبار مدى صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الثنائي ٢×٢ لبيان تلك الفروق. ويوضح جدول (٩) نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغيري: جنس الوالدين، ونوع إعاقة الطفل، والتفاعل بينهما.

جدول (٩): نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغيري جنس الوالدين ونوع إعاقة الطفل والتفاعل بينهما

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
جنس الوالدين (أ)	٣٥٠٦،٧٨٠	١	٣٥٠٦،٧٨٠	٢٣،٦٣٧	٠،٠٠١
نوع إعاقة الطفل (ب)	١٧٣٨،٢٢٧	١	١٧٣٨،٢٢٧	١١،٧١٧	٠،٠٠١
التفاعل (أ×ب)	١٧،١٧٣	١	١٧،١٧٣	٠،١١٦	غير دال
داخل المجموعات (الخطأ)	٢٥٣٦٩،٠٠٢	١٧١	١٤٨،٣٥٧		
المجموع الكلي	٢٣١٧٠،٤١	١٧٥			

يتضح من جدول (٩) ما يلي:

- أن قيمة (ف) الدالة على تباين المتغير المستقل (جنس الوالدين) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الآباء والأمهات في الوالدية اليقظة عقلياً.

- أن قيمة (ف) الدالة على تباين المتغير المستقل (نوع إعاقة الطفل) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين والدي الأطفال الذواتيين ووالدي الأطفال المعاقين عقلياً في الوالدية اليقظة عقلياً.

- أن قيمة (ف) الدالة على تباين تفاعل المتغيرين المستقلين (جنس الوالدين، نوع إعاقة الطفل) غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التفاعل بينهما في الوالدية اليقظة عقلياً.

ولتحديد اتجاه الفروق، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة من الوالدين في الوالدية اليقظة عقلياً تبعاً لمتغيري: جنس الوالدين، ونوع إعاقة الطفل، ويوضح جدول (١٠) نتائج ذلك.

جدول (١٠): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة من الوالدين في الوالدية اليقظة عقلياً تبعاً لمتغيري جنس الوالدين،

ونوع إعاقة الطفل

ع	م	المتغير	
١٤,٢٥	١٠٩,٠٣	ذكور	جنس الوالدين
١١,٢١	١١٧,٩٩	إناث	
١٣,٦٩	١١١,٦٤	ذاتوية	نوع إعاقة الطفل
١١,٧٨	١١٨,٠٣	عقلية	

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

يتضح من جدول (١٠) أن:

- متوسط درجات الأمهات أعلى من متوسط درجات الآباء في الوالدية اليقظة عقلياً؛ مما يعني أن اتجاه دلالة الفروق لصالح الأمهات.
- متوسط درجات والديّ الأطفال المعاقين عقلياً أعلى من متوسط درجات والديّ الأطفال الذاتيين في الوالدية اليقظة عقلياً؛ مما يعني أن اتجاه دلالة الفروق لصالح والديّ الأطفال المعاقين عقلياً.

نتائج الفرض الثالث:

نصّ هذا الفرض على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائية في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق (ذكر/ أنثى)، وترتيبه الميلادي (الوحيد/ الأول/ الأوسط/ الأخير)، والتفاعل بينهما". ولاحظنا مدى صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الثنائي 2×4 لبيان تلك الفروق. ويوضح جدول (١١) نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق، وترتيبه الميلادي، والتفاعل بينهما.

جدول (١١): نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق وترتيبه الميلادي والتفاعل بينهما

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
جنس الطفل المعاق (أ)	٤٩٢,٧٣٤	١	٤٩٢,٧٣٤	٢,٦٥٧	غير دال
الترتيب الميلادي للطفل (ب)	٣٥٣,٩٦٦	٣	١١٧,٩٨٩	٠,٦٣٦	غير دال
التفاعل (أ×ب)	١٢٦٣,٩٩١	٣	٤٢١,٣٣٠	٢,٢٧٢	غير دال
داخل المجموعات (الخطأ)	٣٠٩٧٣,٧٩٨	١٦٧	١٨٥,٤٧٢		
المجموع الكلي	٢٠٩٧٨٣٤	١٧٥			

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

يتضح من جدول (١١) أن قيمة (ف) الدالة على تباين المتغير المستقل (جنس الطفل المعاق)، أو المتغير المستقل (الترتيب الميلادي للطفل)، أو التفاعل بينهما غير دالة إحصائياً؛ مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري جنس الطفل المعاق، أو ترتيبه الميلادي، أو التفاعل بينهما.

نتائج الفرض الرابع:

نصّ هذا الفرض على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً للمستوى التعليمي للوالدين (ثانوي فأقل / جامعي فأعلى)، والحالة الوظيفية (يعمل/ لا يعمل)، والتفاعل بينهما". ولاختبار مدى صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الثنائي (2×2) لبيان تلك الفروق. ويوضح جدول (١٢) نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغيري المستوى التعليمي للوالدين، والحالة الوظيفية لهما، والتفاعل بينهما.

جدول (١٢): نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغيري المستوى التعليمي للوالدين والحالة الوظيفية لهما والتفاعل

بينهما

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
المستوى التعليمي للوالدين (أ)	١٩٩١،٣٩٥	١	٣٣١،٨٩٩	١،٧٨٧	غير دال
الحالة الوظيفية للوالدين (ب)	٢٥٧،٠٨٢	١	٢٥٧،٠٨٢	١،٣٨٤	غير دال
التفاعل (أ×ب)	١٠٢٩،٨٢٢	١	١٧١،٦٣٧	٠،٩٢٤	غير دال
دخل المجموعات (الخطأ)	٢٩٨٩٨،٠١٧	١٧١	١٨٥،٧٠٢		
المجموع الكلي	٢٠٩٧٨٣٤	١٧٥			

يتضح من جدول (١٢) أن قيمة (ف) الدالة على تباين المتغير المستقل (المستوى التعليمي للوالدين) أو المتغير المستقل (الحالة الوظيفية

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

لوالدين) أو التفاعل بينهما غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً للمستوى التعليمي للوالدين، والحالة الوظيفية، والتفاعل بينهما.

نتائج الفرض الخامس:

نص هذا الفرض على أنه: "تسهم الوالدية اليقظة عقلياً في التنبؤ بكفاءة المواجهة لدى أفراد عينة الدراسة من آباء وأمهات الأطفال الذاتيين، والمعاقين عقلياً". وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثون بالخطوتين التاليتين:

١- الخطوة الأولى: التنبؤ بكفاءة المواجهة من الدرجة الكلية للوالدية اليقظة عقلياً، وقد تم استخدام تحليل الانحدار البسيط **Simple Regression** بطريقة **Enter**. ويوضح جدول (١٣) نتائج ذلك.

جدول (١٣): تحليل الانحدار البسيط للتنبؤ بكفاءة المواجهة من الدرجة الكلية للوالدية اليقظة عقلياً

المتغير المستقل	المتغير التابع	الثابت	ف	R	R ²	بيتا	ت ودلالاتها
الوالدية اليقظة عقلياً	كفاءة المواجهة	١٠،٣٨٣	١١،٤٧٤	٠،٤٦٨	٠،٢٣٦	٠،٣٤٩	٣،٣٨٧ **

** دالة عند مستوى (٠،٠١)

يتضح من جدول (١٣) أنه توجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) لمعامل انحدار الوالدية اليقظة عقلياً، وبلغت قيمة بيتا (٠،٣٤٩)، وبلغت قيمة ($R^2 = ٠،٢٣٦$)، وهذا يعني أن الدرجة الكلية للوالدية اليقظة

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

عقلياً تفسر (٢٣،٦%) من التباين في كفاءة المواجهة، ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

$$\text{كفاءة المواجهة} = ١٠,٣٨٣ + ٠,٣٤٩ \times \text{الوالدية اليقظة عقلياً}$$

٢- الخطوة الثانية: التنبؤ بكفاءة المواجهة من أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً، وذلك لمعرفة أي من أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً أكثر تنبؤاً بكفاءة المواجهة، وقد تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد **Multiple Regression** بطريقة **Enter** . ويوضح جدول (١٤) نتائج ذلك.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال الذائبين والمعاقين عقلياً

جدول (١٤): تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بكفاءة المواجهة من أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً

المتغير المستقل	المتغير التابع	الثابت	ف	R	R ²	بيتا	قيمة ت
الاستماع مع الانتباه كامل	كفاءة المواجهة	٥,٢٨٥	٦,٣٣٦	٠,٥١٨	٠,٢٦٨	-	٠,٥٩١-
الوعي الانفعالي بالذات والطفل						٠,٧٠٦	*٢,٠٢٥
تنظيم الذات في العلاقة الوالدية						-	٠,١٥٠-
قبول الذات والطفل بدون إصدار أحكام						٠,١٠٨	٠,٣٢١
التعاطف مع الذات والطفل						١,٣٩٠	**٤,٢٩٦

** دالة عند مستوى ٠,٠١ * دالة عند مستوى ٠,٠٥

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

يتضح من جدول (١٤) أنه يمكن التنبؤ بكفاءة المواجهة من بعدين فقط من أبعاد الوالدية اليقظة عقلياً، وهما: التعاطف مع الذات والطفل، والوعي الانفعالي بالذات والطفل". كما يتضح أيضاً أنه توجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) لمعامل انحدار بعد "التعاطف مع الذات والطفل"، وبلغت قيمة بيتا له (١،٣٩٠)، كما أنه توجد دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠٥) لمعامل انحدار بعد "الوعي الانفعالي بالذات والطفل"، وبلغت قيمة بيتا له (٠،٧٠٦)، وبلغت قيمة ($R^2 = ٠،٢٦٨$)؛ وهذا يعني أن بُعدي "التعاطف مع الذات والطفل"، و"الوعي الانفعالي بالذات والطفل" يُفسران (٢٦،٨%) من التباين في كفاءة المواجهة، ويمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي: يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

$$\text{كفاءة المواجهة} = ٥،٢٨٥ + ١،٣٩٠ \times \text{التعاطف مع الذات والطفل} + ٠،٧٠٦ \times \text{الوعي الانفعالي بالذات والطفل}$$

تفسير نتائج الدراسة:

أولاً: تفسير نتائج الفرض الأول:

توضح نتائج الفرض الأول الواردة في جدول (٨) وجود علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠١) بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الوالدية اليقظة عقلياً (الدرجة الكلية، والأبعاد الفرعية)، ودرجاتهم على مقياس كفاءة المواجهة. وهذه النتيجة تحقق صحة الفرض الأول.

ومن منطلق علاقة الجزء بالكل من حيث كون الوالدية اليقظة عقلياً متغيراً نوعياً يستند إلى أسس ومبادئ اليقظة العقلية وتطبيقاتها في مجال الوالدية، يمكن القول إن هذه النتيجة تتفق بشكل غير مباشر مع نتائج

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

دراسات: (Akin & Akin, 2015 a , 2015 b) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية بشكل عام وكفاءة المواجهة. ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما يلي:

١- إن اليقظة العقلية تسمح بقدر أكبر من المرونة والدقة في إدراك ما يحدث في اللحظة الحاضرة، وكذلك قدر أكبر من القبول، وتفاعلية أقل مع كل ما يجري من أحداث على المستوى الجسدي، والمعرفي، والوجداني، والسلوكي، كما أن كفاءة المواجهة تتطلب المرونة المعرفية-السلوكية، وعدم الاعتماد على التلقائية السلوكية، والتفاعلية الانفعالية، وبالتالي، فإن اليقظة العقلية يمكن أن تُسهّل كفاءة المواجهة من خلال زيادة الوعي والتسامح مع الانفعالات الضاغطة والمؤلمة (Duncan, et al. 2009 a ; Baer, 2003).

٢- إن اليقظة العقلية تضمن مهارة إعادة الإدراك، وبالتالي يستطيع الفرد أن يستغرق وقتاً كافياً للنظر في الخبرات الأليمة بموضوعية دون تنشيط للحالات الانفعالية السلبية المرتبطة بالحدث، وهذا يسمح له بدراسة مجموعة أكبر من مصادر واستراتيجيات المواجهة بشكل أفضل، مما يترتب عليه كفاءة المواجهة (Shapiro, Carlson, Astin, & Freedman, 2006).

٣- إن الوالدين اللذين لديهما مستويات مرتفعة من الوالدية اليقظة عقلياً يتميزان بفاعلية الذات الوالدية في العلاقات مع الأطفال والوعي بمشكلاتهم، والانتباه لاحتياجاتهم، مما ينعكس على كفاءتهما في مواجهة المشكلات التي يواجهونها بشكل عام، والضغوط الوالدية بشكل خاص، وهذا يتفق مع نتائج دراستي (Gouveia, et al., 2016 ; Corthorn &)

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

Milicic, 2016) التي أظهرت وجود علاقة سالبة بين الوالدية اليقظة عقلياً والضغوط الوالدية، كما يتفق ذلك -أيضاً- مع ما أشار إليه Weinstein, Brown & Ryan (2009) من أن الأفراد اليقظين عقلياً ينجحون في استخدام استراتيجيات مواجهة نشطة وفعالة، مثل: حل المشكلات.

ويعتقد الباحثون أن المستويات المنخفضة من الوالدية اليقظة عقلياً لدى أفراد عينة الدراسة من آباء وأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة من الذاتويين، والمعاقين عقلياً تقلل من وجودهم في اللحظة الحاضرة في علاقاتهم بأطفالهم، كما تخفف من الوعي بذواتهم واحتياجات أطفالهم، وتنظيم انفعالاتهم، ورؤية الضغوط الوالدية المرتبطة بحالات الإعاقة ومحدداتها في سياق معاناة إنسانية عامة. وهذا يجعلهم يعتمدون على استخدام استراتيجيات غير تكيفية في مواجهة خبرات وأحداث الحياة الضاغطة، والضغوط الوالدية الناشئة عن الإعاقة بشكل خاص.

وهذا يتفق -ضمنياً- مع ما أشار إليه De Bruin, Blom, Smit, Steensel, & Bögels (2015) من أن المستويات المرتفعة من الوالدية اليقظة عقلياً لدى والدي ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة تجعلهم أقل تفاعلية، وتساعدهم على الوعي بأفكارهم ومشاعرهم ومراقبتها دون الوقوع فيها، ويكونون قادرين بشكل أفضل على الاستماع لأطفالهم بانتباه كامل، وبدون إصدار أحكام، فضلاً عن قدرتهم على تنظيم انفعالاتهم في العلاقة معهم. كما يتفق هذا مع ما أشار إليه Bluth, et al. (2013) - بناءً على نتائج مجموعة من الدراسات- من أن استخدام والدي الأطفال الذاتويين لاستراتيجيات مواجهة إيجابية (على سبيل المثال: إعادة التشكيل الإيجابي) يقلل من كمية النتائج السلبية، ويزيد من كمية النتائج الإيجابية، بينما استخدام

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

استراتيجيات مواجهة سلبية (المواجهة القائمة على التجنب) يرتبط بنتائج
سلبية متزايدة.

كما أشار Rayan & Ahmed (2016 b) إلى أن مستوى اليقظة
العقلية المرتفع لدى والدي الأطفال الذاتيين يقلل التفاعلية الانفعالية لديهم،
ويمكنهم من السيطرة على ردود أفعالهم تجاه المواقف الضاغطة دون اعتبار
للضغوطات التي تفرضها أعراض الذاتية لدى الأطفال.

كما يمكن تفسيرها -أيضاً- وفقاً لما ذكره Lazarus & Folkman
(1984) من أن الفرد عندما يقيم المواقف على أنها تتخطى أو تفوق موارده
تنشأ الضغوط، وبالمثل فإن الضغوط الوالدية لدى آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين تظهر عندما يقيم الوالدان الموقف من وجود طفل ذاتوي على أنه
يتجاوز مواردهم. ولمواجهة هذه الضغوط يجب أن يتعلم الأفراد إعادة تقييم
مشاعرهم بطريقة إيجابية، واليقظة العقلية تؤدي إلى حالة من الانتباه الواسع
التي يتمكن الأفراد من خلاله من إعادة تقييم مواقف حياتهم بشكل أكثر
سهولة، وتمنحهم معنى جديداً إيجابياً ومفيداً (Rayan & Ahmed 2016 a)
ثانياً: تفسير نتائج الفرض الثاني:

أشارت النتائج الواردة في جدولي (٩، ١٠) إلى وجود فروق دالة
إحصائياً عند مستوى (٠،٠٠١) بين الآباء والأمهات في الوالدية اليقظة عقلياً
لصالح الأمهات، ووجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠،٠٠١) بين والدي
الأطفال المعاقين عقلياً ووالدي الأطفال الذاتيين في الوالدية اليقظة عقلياً
لصالح والدي الأطفال المعاقين عقلياً، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في
التفاعل بينهما في الوالدية اليقظة عقلياً. ويمكن تفسير ذلك على النحو التالي:

١- الفروق بين الآباء والأمهات في الوالدية اليقظة عقلياً:

جاءت هذه النتيجة جاءت مسايرة نسبياً لنتائج بعض الدراسات الأجنبية التي تناولت الفروق بين الجنسين في الوالدية اليقظة عقلياً؛ حيث اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسات كل من:

; Medeiros, et al., ; Moreira & Canavarro, 2015
Parent, et al., 2016; (Gouveia, et al. 2016 2016 التي أشارت إلى وجود فروق في الوالدية اليقظة عقلياً بين الآباء والأمهات لصالح الأمهات، واختلفت مع نتائج دراسة **McCaffrey, et al. (2016)** التي أشارت إلى عدم وجود فروق بينهما في الوالدية اليقظة عقلياً.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء سيكولوجية المرأة، والتي تبدو بطبيعتها عطوفة وحنونة وودودة وأكثر تعاطفاً نحو الآخرين، وبدافع الأمومة لديها عطاء للآخر بلا حدود، ويزداد هذا العطاء إذا كان هذا الآخر هو الابن، ولعل ذلك يجعلها أكثر وعياً وارتباطاً باللحظة الحاضرة في العلاقة التفاعلية بين الوالدين والطفل. وقد أكدت هذا الطرح نتائج دراسات كثيرة متواترة في هذا المجال، ومنها نتائج دراستي: **(Torres, Bonilla, & Moreno, 2016 ; Clarke, Marks, & Lykins, 2016)** والتي أظهرت وجود فروق بين الجنسين في التعاطف ببعديه المعرفي والوجداني لصالح الإناث. وإذا كانت المرأة بشكل عام أكثر تعاطفاً مع الآخرين من واقع نتائج الدراسات السابقة، فضلاً عما توكله الوقائع والمشاهدات اليومية لسلوك المرأة في كثير من التفاعلات الاجتماعية، فإنه يمكن القول إن هذه النتيجة تتسحب وبشكل أكبر في العلاقة مع الأبناء.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

ويمكن تفسيرها -أيضاً- في ضوء ما ذكره **Gouveia, et al. (2016)** من فروق فردية، وبيولوجية، وثقافية بين الآباء والأمهات على النحو التالي:

أ- أن الأمهات أكثر تعاطفاً من الآباء بالقدر الذي يجعلهن أكثر حساسية، وأكثر مسؤولية نحو احتياجات الطفل مقارنة بالآباء.
ب- أن الأمهات من الناحية البيولوجية والتطورية يُعدون بشكل أفضل من الآباء لأدوار الرعاية، فضلاً عن أن إفراز هرمونات عديدة لدى الأم مثل: هرمون **Oxytocin** (هرمون الحب) تُسهّل تقديم الرعاية؛ مما يجعل الأمهات أكثر حساسية لاحتياجات أطفالهن.

ج- من الأهمية أن نلاحظ أنه على الرغم من أن الأمهات والآباء يتشاركون حالياً العديد من المسؤوليات المنزلية، إلا أنه لا تزال الأمهات أكثر اندماجاً في رعاية الأطفال أكثر من الآباء.

وعلى الرغم من أن الآباء يمثلون رموزاً مهمة للتعلم لدى الأطفال؛ إلا أنهم لا يقومون بدور الرعاية الأولية، وذلك بسبب أنهم عادة لا يقضون أوقاتاً كثيرة مع أبنائهم (وذلك بحكم أدوارهم خارج المنزل)، كما أنهم لا ينخرطون في أدوار الرعاية مثل الأمهات. وبالتالي فإن هذه الفروق الفردية، والبيولوجية، والثقافية، ربما تؤدي إلى أن الأمهات يكن أكثر استعداداً من الآباء في اختيار الطريقة اليقظة في الوالدية **(Medeiros, et al. (2016)**.

كما يمكن تفسير ذلك في ضوء أن الوالدية اليقظة عقلياً تمكن الوالدين من تفسير لغة الطفل على المستوى اللفظي، وغير اللفظي (الإيماءات

والإشارات والتلميحات، وتعبيرات الوجه) بشكل دقيق (Lippold, Duncan, Coatsworth, Nix, & Greenberg, 2015)، وأن الأمهات يکنّ منذ مرحلة ميلاد الطفل أكثر فهماً للطفل من خلال فهم الإيماءات وتعبيرات الوجه، والتفريق بين أنواع احتياجاته التي يعبر عنها بالبكاء أو الابتسام كأفعال انعكاسية في الطفولة المبكرة.

وإذا كان هذا التفسير يتميز بالعمومية؛ أي في التمييز بين الآباء والأمهات بشكل عام، فإن الأمر يزداد وضوحاً مع خصوصية عينة الدراسة الحالية من آباء وأمّهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً، وذلك من منطلق أن وجود طفل في الأسرة ينتمي إلى ذوي الاحتياجات الخاصة يتطلب مستوى مرتفعاً من الحساسية والتعاطفية، والرعاية والمسئولية. والأم تلعب دوراً جوهرياً في ذلك، من منطلق أنها المسئولة عن الرعاية الأولية لهذا الطفل وتلبية احتياجاته. ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (Kim & Mahoney 2004) التي أسفرت عن أن الأم ترتبط بعلاقة قوية مع طفلها الذاتوي مقارنة بالآب.

٢- الفروق بين والدي الأطفال الذاتويين ووالدي الأطفال المعاقين عقلياً في الوالدية اليقظة عقلياً:

أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الوالدية اليقظة عقلياً لدى آباء وأمّهات الأطفال المعاقين عقلياً مقارنة بآباء وأمّهات الأطفال الذاتويين. ويشير ذلك إلى أن آباء وأمّهات الأطفال الذاتويين لديهم مشكلات متعلقة بالوعي الانفعالي، وتنظيم ذواتهم في العلاقات مع أبنائهم، كما أنهم يجلدون ذواتهم، ويحملون أنفسهم مسؤولية حدوث الإعاقة لدى أبنائهم، ويجترؤون أفكاراً سلبية مرتبطة بحدوث الإعاقة الذاتية، ولا يستطيعون التخلص من مركزية الأحكام؛ مما يشير إلى انخفاض الوالدية اليقظة لديهم.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة **Conner & White (2014)** التي أظهرت انخفاض مستوى الوالدية اليقظة عقلياً لدى أمهات الأطفال الذاتويين مقارنة بأمهات الأطفال العاديين، كما تتفق بشكل غير مباشر مع نتائج دراسة **Beer, et al. (2013)** التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الوالدية اليقظة عقلياً والضغط النفسي لدى آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، ودراستي **(Rayan & Ahmed, 2016 a ; Jones, Hastings, Totsika, Keane, & Rhule, 2014)** التي أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وكل من: الضغوط والقلق والاكتئاب لدى آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، وهذا يعني أنه يرتفع لديهم الشعور بالضغط النفسي بانخفاض مستوى الوالدية اليقظة عقلياً؛ مما يشير إلى انخفاض مستوى الوالدية اليقظة عقلياً لدى أمهات الأطفال الذاتويين. وتختلف هذه النتيجة مع ما أشارت إليه نتائج دراسة **Maljaars, et al. (2014)** من أن والدي الطفل الذاتوي يحققون درجات عالية بالمقارنة بوالدي الأطفال العاديين في الوالدية الايجابية، والتكيف مع البيئة، وتحفيز تطور أبنائهم.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أنه على الرغم من أن الأطفال الذاتويين والأطفال المعاقين عقلياً ينتمون إلى ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة، إلا أنه لا يمكن النظر إليهم على أنهم فئة متجانسة من الأطفال؛ حيث يختلفون باختلاف نوع الإعاقة وطبيعتها، ومحدداتها، وحاجاتها ومشكلاتها، وما تفرضه من ضغوط عديدة سواء لدى الطفل المعاق نفسه، أو لدى والديه، والتي يطلق عليها الضغوط الوالدية. وقد أشار **Gupta (2007)** إلى أن آباء وأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة يظهرون

مستويات أعلى من الضغوط الوالدية مقارنة بأقرانهم من آباء وأمّهات الأطفال العاديين، إلا أن هذه الضغوط تختلف لديهم باختلاف نوع إعاقة الطفل، وأن آباء وأمّهات الأطفال الذاتويين لديهم مستويات أعلى من الضغوط الوالدية مقارنة بآباء وأمّهات الأطفال ذوي الإعاقة النمائية الأخرى مثل: متلازمة داون، أو الإعاقة العقلية، أو متلازمة إكس الهش.

وفي السياق نفسه، أشار محمد (٢٠١٤) إلى أن أسر الأطفال ذوي اضطراب الذاتوية تواجه ضغوطاً نفسية تتجاوز ما يمكن أن تتعرض له غيرها من الأسر الأخرى التي لديها أطفال ذوي إعاقات. وعادة ما تبدأ هذه الضغوط مبكراً بعد ميلاد طفل لها يعاني من هذا الاضطراب، وتستمر الضغوط معها طوال حياة الطفل، وترتبط تلك الضغوط بالعديد من المشكلات الأخرى التي تواجهها على أثر ذلك، والتي تتنوع لتشمل المشكلات الشخصية، والمهنية، والزوجية، والمالية. ويتفق ذلك مع ما ذكره Algood, Harris, & Hong (2013) من أن خصائص الطفل المرتبطة بنوع الإعاقة قد تؤثر على استجابات الوالدين وردود أفعالهما، وأن تحديات التواصل لدى الأطفال الذاتويين تقلل من استجابات الوالدين، وتخفف من مستوى اليقظة العقلية لديهم. وتؤكد ذلك نتائج دراسة Lai, et al. (2015) التي أشارت إلى أن والدي الأطفال الذاتويين يظهرون مستويات أعلى من أعراض الضغوط الوالدية، والتمثلة في: انطباعات ذاتية سلبية عن أنفسهم، ورضا أقل عن الارتباط بالطفل، ومعايشة سلوكيات الطفل الصعبة، بالإضافة إلى أعراض الاكتئاب، والاستخدام الدائم للمواجهة التجنبية. ولا شك في أن هذه الأعراض تتنافى مع مهارات الوالدية اليقظة عقلياً.

ثالثاً: تفسير نتائج الفرضين الثالث والرابع:

أشارت نتائج الفرضين الثالث والرابع والواردة في جدولي (١١)، (١٢) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الوالدين في الوالدية اليقظة عقلياً تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية: (جنس الطفل المعاق، أو الترتيب الميلادي للطفل، أو المستوى التعليمي للوالدين، أو الحالة الوظيفية). وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (McCaffrey, Reitman, & Black, 2016; Parent, et al., 2016) التي أظهرت أن الوالدية اليقظة عقلياً لا تتأثر بالعمر الزمني للأبناء، أو ترتيبهم الميلادي، أو مستوى تعليم الوالدين، أو مستوى الدخل).

ونظراً لعدم وجود دراسات كثيرة -في حدود علم الباحثين- تناولت تأثير المتغيرات الديموجرافية على الوالدية اليقظة عقلياً، وما توافر لديهم من دراسات في هذا الشأن لم يفصح عن أي تأثير لهذه المتغيرات على الوالدية اليقظة عقلياً، ومن ثم وقع الباحثون في حيرة من الأمر؛ إذ كيف يفسرون هذه النتيجة، وبخاصة فيما يتعلق بتأثير المستوى التعليمي في ظل ما يؤكد الأدب النظري والواقع العملي، ونتائج البحوث في مجال اقتصاديات التعليم عن أهمية التعليم في اكتساب المعارف والمفاهيم، وزيادة الوعي، وصقل المهارات، وتنمية الاتجاهات، فضلاً عما أشار إليه (Gouveia, et al. 2016) من أن مستوى تعليم الوالدين يلعب دوراً مهماً في احتمالية استخدام الوالدين لأساليب والدية سوية في معاملة الأبناء، كما أنه يتيح الفرصة أمامهم لاكتساب معلومات ومهارات عميقة ومتخصصة عن تربية الأبناء والعلاقات بين الطفل والوالدين. وترداد هذه الأهمية في مجال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة؛ حيث يشير العثمان والبيلاوي (٢٠١٢) إلى أن المستوى التعليمي

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

للوالدين يلعب دوراً أساسياً في تحديد الطرق والأساليب التي يستخدمها الوالدان في تربية أبنائهما من جهة، وفي درجة وعيها بالأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة وطرق الوقاية منها من جهة أخرى.

وعلى أية حال، يمكن أن نعزو عدم وجود فروق بين والدي الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً في الوالدية اليقظة عقلياً وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للوالدين إلى أن الانتباه والوعي بمشكلات الطفل من ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة، والتي تجنح به دون المستوي الطبيعي مقارنة بأقرانه من العاديين، فضلاً عن الوعي باحتياجاته في اللحظة الراهنة، وتقبله غير المشروط، والتعاطف معه؛ كل ذلك يبدو من قبيل خصائص الغريزة الوالدية في المقام الأول التي قد لا تتطلب مستوي من التعليم الأكاديمي. كما يمكن تفسيرها في ضوء طبيعة الحياة المعاصرة ومعطياتها التكنولوجية، خاصة وأن نسبة كبيرة من أفراد عينة الدراسة المختارة لديها مستوى تعليمي متوسط، أو أقل من المتوسط على الأقل، وهذا يعني أنها نالت قدرًا من التعليم الذي يتيح لها التعلم الذاتي، والبحث عن المعلومات في مواقع الإنترنت المختلفة المتخصصة في مجال تربية الأبناء.

ومن جانب آخر، وفي ضوء طبيعة عينة الدراسة الحالية من آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، أو المعاقين عقلياً، والمترددتين على مراكز الرعاية لمتابعة أطفالهم، يمكن القول إن تواجد الوالدين داخل تلك المؤسسات يسمح لهما بتبادل الخبرات والمعلومات سواء من قبل المتخصصين، أو الآباء والأمهات فيما بينهم، وهذا يمكن أن ينعكس بدوره على رفع مستوى الوعي لدى الوالدين بطبيعة إعاقة الأبناء، وحاجاتهم ومشكلاتهم، وكيفية التعامل معهم، ويجعلهما أكثر تقبلاً للذات والطفل، وهذا من شأنه تعويض الفروق في المستوى التعليمي.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

وفيما يتعلق بالحالة الوظيفية للوالدين وعدم تأثيرها في الوالدية اليقظة عقلياً، فلع ذلك مردّه -أيضاً- إلى أن الأطفال الذاتويين والمعاقين عقلياً من أبناء عينة الدراسة الحالية يتلقون الخدمات المتخصصة في مراكز رعاية ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة، وهذه المراكز قد تكون بديلاً عن الأم العاملة - بحكم كونها المانح الأول لرعاية الطفل المعاق- في تقديم الرعاية، وتلبية احتياجات الطفل بأسلوب علمي، وعلى أيدي متخصصين ومؤهلين للتعامل مع هذه النوعية من الأطفال.

وقد يتناقض ذلك مع ما يرد في أدبيات ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة من أن متطلبات رعايتهم، والخدمات المساندة لهم باهظة التكاليف قد تشكل عبئاً مالياً إضافياً على الأسرة، وقد أشار **Cidav, Marcus, & Mandell (2012)** إلى أن الدخل المنخفض قد يزيد من الأعباء المالية على الوالدين، ويحد من حصولهم على الخدمات المساندة باهظة التكاليف، بالإضافة إلى أن وجود طفل ذاتوي قد يترتب عليه تكاليف غير مباشرة مثل فقدان الوظيفة، أو فقدان الدخل، خصوصاً أن أمهات هؤلاء الأطفال قد يكن غير قادرات على العمل، أو على الأقل العمل بدوام كامل بسبب الوقت الكبير الذي تقضيه في رعايتهم، والاستجابة لاحتياجاتهم.

وفيما يتعلق بتأثير جنس الطفل المعاق في الوالدية والأسرة بشكل عام، تميل نتائج البحوث والدراسات، ومنها نتائج دراستي (عبد الغني، ٢٠٠٩؛ العثمان والبيلاوي، ٢٠١٢) إلى أن آباء وأمهات الأطفال الذكور من ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة أكثر شعوراً بالضغط من أقرانهم من آباء وأمهات الأطفال الإناث، ولعل ذلك راجعاً إلى الأهمية النسبية التي تعطيها المجتمعات العربية للأبناء الذكور، وهذا يتطلب الانتباه عن قصد لمتطلبات

رعايتهم من أجل إعدادهم لأدوار اجتماعية منوطة بهم مستقبلاً، وذلك مقارنة بالإناث. ولذا يشير القريوتي (٢٠٠٩) إلى أن استجابات الأهل وردود أفعالهم نحو طفلهم المعاق تختلف تبعاً لجنسه خاصة في مجتمعاتنا العربية، فهناك تحيز واضح نحو الذكور، وبالتالي فإن ولادة طفل ذكر معاق في الأسرة يزيد من الشعور بالأسى بين الوالدين، بينما يكون وقع الإعاقة أخف على الأسرة إذا كان المولود أنثى، ويعززون ذلك إلى كون الذكر هو الذي سيحمل اسم العائلة ويساهم في استمرار ذكرها.

وبتحليل ما سبق يمكن القول إن ذلك يتنافى مع طبيعة الوالدية اليقظة عقلياً وخصائصها، ومن ثم تبدو هناك معقولة فيما أظهرته نتائج الدراسة الحالية من أن الوالدية اليقظة عقلياً لا تتأثر بجنس الطفل المعاق؛ حيث إنها تتضمن قبول الأبناء بدون إصدار أحكام، ومنحهم الحب غير المشروط، والتعامل معهم، وخصوصاً الأبناء ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة في سياق إنساني خالص بعيداً عن أي اعتبارات اجتماعية، وقيم والدية موروثية. وقد أشار **De Bruin, et al. (2015)** إلى أن اليقظة العقلية لدى والدي الأطفال الذاتويين تساعدهما على الانتباه لأبنائهما بطريقة أكثر انفتاحية، فضلاً عن قبولهم بدون إصدار أحكام. كما أشارت نتائج دراسة **MacDonald & Hastings (2010)** إلى أن الوالدية اليقظة عقلياً تسهم في التنبؤ بالاندماج الوالدي في رعاية الأطفال المعاقين عقلياً. ويبدو الأمر طبيعياً في عدم تأثير الترتيب الميلادي للأبناء في الوالدية اليقظة عقلياً؛ فهي تتضمن الحضور الجيد والتواصل الفعال مع الأبناء في اللحظة الراهنة دون النظر إلى أعمارهم الزمنية، أو ترتيبهم الميلادي.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

رابعاً: تفسير نتائج الخامس:

أشارت نتائج الفرض الخامس الواردة في جدولي (١٣ ، ١٤) إلى أنه يمكن التنبؤ بكفاءة المواجهة من الدرجة الكلية للوالدية اليقظة عقلياً، فضلاً عن بعدها: التعاطف مع الذات والطفل، والوعي الانفعالي بالذات والطفل، وأن الدرجة الكلية للوالدية اليقظة عقلياً تفسر (٢٣،٦ %) من التباين في كفاءة المواجهة، وأن بُعدي: التعاطف مع الذات والطفل، والوعي الانفعالي بالذات والطفل يفسران (٢٦،٨ %) من التباين في كفاءة المواجهة. ويشير ذلك إلى أنه كلما ارتفعت درجات أفراد عينة الدراسة في الدرجة الكلية للوالدية اليقظة عقلياً، والبعدين الفرعيين: التعاطف مع الذات والطفل، والوعي الانفعالي بالذات والطفل، ارتفعت تبعاً لذلك درجاتهم في كفاءة المواجهة. وأن تأثير بعدي الوالدية اليقظة عقلياً يفوق الدرجة الكلية في التنبؤ بكفاءة المواجهة. وقد جاء بعد التعاطف مع الذات والطفل كأقوى البعدين في التنبؤ بكفاءة المواجهة، ولعل ذلك يؤكد قوة العلاقة الارتباطية بين هذا البعد وكفاءة المواجهة (R = ٠,٥٦٤).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراستي: Akin & Akin (2015 a , b) التي أشارت إلى أن اليقظة العقلية تفسر حوالي (٢٤-٢٥ %) من التباين في كفاءة المواجهة.

ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما ذكره (Neff & Faso 2015) من أن التعاطف مع الذات يعد مصدراً فعالاً للمواجهة والصمود أمام أحداث الحياة الضاغطة وتحدياتها، وذلك من منطلق أنه يتضمن الحنو على الذات، ورؤية المعاناة كجزء من خبرات إنسانية مشتركة، وبالتالي فإن الأفراد المتسامحين مع أنفسهم يملكون مصادر انفعالية تتيح لهم مواجهة تحديات الحياة، ولهذا

السبب يلعب التعاطف مع الذات دوراً مهماً في قدرة الوالدين على مواجهة التحديات المرتبطة بحالة الطفل الذاتي.

كما أشار (Allen & Leary (2010 إلى أن التعاطف مع الذات يمكن أن يستخدم كاستراتيجية للمواجهة، حيث تعزز الرفاهية الذاتية، والوظائف النفسية الإيجابية؛ فالأفراد الذين يبدون تعاطفاً مع ذواتهم يخبرون ضغوطاً أقل بسبب أنهم يستخدمون استراتيجيات مواجهة تكيفية وفعالة وذات كفاءة مرتفعة مثل: إعادة البناء المعرفي (إعادة صياغة الأحداث الضاغطة بشكل إيجابي)، وحل المشكلات (التخطيط واتخاذ خطوات فعالة للتعامل مع الضغوط). ومن هذا الجانب أشارت نتائج (Moreira, et al. (2015 إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة وذات دلالة إحصائية بين التعاطف مع الذات والضغوط الوالدية. وأشارت نتائج دراسة (Neff & Faso (2015 إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية بين التعاطف مع الذات والسعادة النفسية لدى والدي الأطفال الذاتويين.

توصيات الدراسة ومقترحاتها:

لا يمكن تعميم نتائج هذه الدراسة إلا في ضوء محدوداتها، وطبيعة عينتها المختارة وخصائصها. ونظراً لأهمية الوالدية اليقظة عقلياً في مجال تربية الأبناء بشكل عام، وتزداد أهميتها لدى آباء وأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة، وفي ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج؛ فإنها توصي بما يلي:

١- توظيف مهارات الوالدية اليقظة عقلياً في تربية الأبناء، وبخاصة لدى آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً؛ لما لها من تأثير إيجابي بشكل مباشر في الوالدين، وبشكل غير مباشر في الأبناء.

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتويين والمعاقين عقلياً

٢- نشر ثقافة مهارات وممارسات الوالدية اليقظة عقلياً من خلال برامج التوعية والندوات المختلفة، والإرشاد الأسري بين الآباء والأمهات، والمقبلين على الزواج؛ بحيث تصبح هذه الممارسات أسلوب حياة في تربية الأبناء.

٣- إعداد وتصميم برامج إرشادية في مساريها التنموي والعلاجي قائمة على التدخلات الوالدية المبنية على اليقظة العقلية، والتي يمكن أن تسهم في تنمية الوالدية اليقظة عقلياً، وما يترتب عليها من مخرجات إيجابية لدى الوالدين، وعلاج كثير من الاضطرابات ومشكلات السلوك لدى الأبناء.

٤- التدخل الإرشادي المبكر لدعم أسر الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً، وذلك بهدف خفض الضغوط الوالدية المرتبطة بإعاقة هؤلاء الأطفال، ومساعدتهم على استخدام استراتيجيات أكثر تكيفية في مواجهتها.

٥- تبني المرشدين النفسيين في مجال الإرشاد الأسري للعلاج القائم على التعاطف مع الذات، وذلك بهدف تنمية مهارة التعاطف مع الذات لدى آباء وأمهات الأطفال الذاتويين، والمعاقين عقلياً واستخدامها كمدخل للتغيير والنمو والتطوير الذاتي بعيداً عن استراتيجيات النقد الذاتي وجلد الذات، ورؤية ضغوطهم ومعاناتهم في سياق خبرة إنسانية عامة؛ الأمر الذي يساعدهم في تبني استراتيجيات مواجهة لتلك الضغوط تتسم بالكفاءة.

ونظراً لحدثة الاهتمام بالوالدية اليقظة عقلياً في الدراسات العربية، فإن الدراسة الحالية توجّه نظر الباحثين في البيئة العربية نحو الاهتمام بهذا المجال، واستكمالاً للبحث، يمكن اقتراح إجراء البحوث التالية:

١- إعداد مقاييس لقياس الوالدية اليقظة عقلياً من واقع الثقافة العربية ومحدداتها.

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

- ٢- إجراء المزيد من الدراسات للكشف عن مستوى الوالدية اليقظة عقلياً لدى عينات أخرى من آباء وأمهات ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة ومقارنتها بمثيلاتها لدى آباء وأمهات العاديين.
- ٣- إجراء دراسات تتناول الوالدية اليقظة عقلياً ومتغيرات أخرى مثل الرفاهية الذاتية الوالدية، وفاعلية الذات الوالدية، وجودة الحياة.
- ٤- إجراء دراسات تتناول دراسة تأثير الوالدية اليقظة عقلياً في شخصية الأبناء، وعلاقتها الارتباطية بمتغيرات عديدة ترتبط بسلوك الأبناء.
- ٥- إجراء دراسات على عينات أكبر، ومن شرائح اجتماعية ومهنية مختلفة، لدراسة تأثير المتغيرات الديموجرافية في الوالدية اليقظة عقلياً مثل: مستوى الدخل، ودرجة الإعاقة، والعمر الزمني للوالدين، ومكان الإقامة.
- ٦- إجراء دراسات توضح تأثير الوالدية اليقظة عقلياً في كل من: الجوانب الشخصية (تأثيرها على الوالدين)، والجوانب البيئشخصية (تأثيرها على الأطفال وعلاقتهم بوالديهم).

الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال
الذاتيين والمعاقين عقلياً

مراجع الدراسة

- أبو العطاء، غادة صابر (٢٠١٥). الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال الذاتوية: دراسة إكلينيكية. مجلة التربية الخاصة والتأهيل - مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل، مصر، ٢(٨)، ٣٧٢-٤٥٤.
- البحيري، عبد الرقيب أحمد ؛ والضبع، فتحي عبد الرحمن ؛ وطلب، أحمد علي ؛ والعواملة، عائدة أحمد (٢٠١٤). الصورة العربية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة في ضوء أثر متغيري الثقافة والنوع. مجلة الإرشاد النفسي، ٣٩، ١٢٠-١٦٨.
- حسين، طه عبد العظيم ؛ وحسين، سلامة عبد العظيم (٢٠٠٦). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- دوكم، أنيسه (٢٠٠٥). الضغوط النفسية التي يعاني منها أولياء أمور المعاقين وأساليبهم في التعامل معها، مجلة العلوم التربوية، مصر، ١٣(٣)، ٢٣-٥١.
- عبد الغني، خالد محمد (٢٠٠٩). الضغوط وأساليب مواجهتها لدى آباء وأمهات ذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة دراسات نفسية، رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية بالقاهرة، ١٩(٣)، ٤٩٥-٥١٧.
- العثمان، إبراهيم عبد الله ؛ والبيلاوي، إيهاب عبد العزيز (٢٠١٢). المساندة الاجتماعية والتوافق الزوجي وعلاقتها بالضغوط لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣٦(١)، ٧٣٩-٧٧٨.

د. فتحي عبد الرحمن الضبع د. أحمد علي طلب د. عمرو محمد سليمان

القريوتي، إبراهيم (٢٠٠٩). دعم أسرة الشخص ذوي الإعاقة نفسياً واجتماعياً. مؤتمر دور جمعيات أولياء أمور ذوي الإعاقة في دعم أسرة الشخص ذوي الإعاقة، الشارقة، ٢٥-٢٦ مارس.

كاشف، إيمان فؤاد (٢٠٠٠). دراسة لبعض أنواع الضغوط لدى أمهات الأطفال المعاقين وعلاقتها بالاحتياجات الأسرية ومصادر المساندة الاجتماعية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ٣، ١٩٩-٢٥٣.

محمد، عادل عبد الله (٢٠١٤). مدخل إلى اضطراب التوحد: النظرية والتشخيص وأساليب الرعاية. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.

Akin, A., Kaya, M., Turan, M. E., Akin, U., & Karduz, F. F. (2014). The validity and reliability of the Turkish version of the Coping Competence questionnaire. *Journal of Educational and Instructional Studies in The World*, 4(4), 25-29.

Akin, A., & Akin, Ü. (2015 a). Mediating role of coping competence on the relationship between mindfulness and flourishing. *Suma Psicol*, 22(1), 37-43.

Akin, Ü., & Akin, A. (2015 b). Mindfulness and subjective happiness: the mediating role of coping competence. *Předběžná sdělení*, 359-368.

Algood, C. L., Harris, C., & Hong, J. S. (2013). Parenting Success and Challenges for Families of Children with Disabilities: An Ecological Systems Analysis. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 23,126-136.

Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-compassion, stress, and coping. *Social and Personality Psychology Compass*, 4, 107-118.

-
- Altmaier, E., & Maloney, R. (2007) An Initial Evaluation of a Mindful Parenting Program. *Journal of Clinical Psychology*, 63(12), 1231-1238.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: a conceptual and empirical review. *Clinical Psychology and Scientific Practice*, 10, 125-143.
- Barbieri, C. (2007). Seven important aspects of mindful parenting. Retrieved 3 April, 2016 from : http://www.waldorflibrary.org/Journal_Articles/GW53barbieri.pdf
- Bartley, C. E., & Roesch, S. C. (2011). Coping with daily stress: The role of conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 50, 79-83.
- Beer, M., Ward, L., & Moar, K. (2013). The relationship between mindful parenting and distress in parents of children with an autism spectrum disorder. *Mindfulness*, 4, 102-112.
- Besser, A., & Shackelford, T. K. (2007). Mediations of the effects of the big five personality dimensions on negative mood and confirmed affective expectations by perceived situational stress: A quasi-field study of vacationers. *Personality and Individual Differences*, 42,1333-1346.
- Bluth, K., Roberson, P. N., Billen, R. M., & Sams, J. M. (2013). A Stress Model for Couples Parenting Children with Autism Spectrum Disorders and the Introduction of a Mindfulness Intervention. *Journal of Family Theory and Review*, 5(3), 194–213.
- Bögels, S. M., Lehtonen, A., & Restifo, K. (2010). Mindful parenting in mental health care. *Mindfulness*, 1, 107-120.
-

- Bögels, S. M., Hellemans, J., Van-Deursen, S., Römer, M., & Van der Meulen, R. (2014). Mindful Parenting in Mental Health Care: Effects on Parental and Child Psychopathology, Parental Stress, Parenting, Coparenting, and Marital Functioning, *Mindfulness*, 5, 536-551.
- Bögels, S., & Restifo, K. (2014). *Mindful Parenting: A Guide for Mental Health Practitioners*, Springer, New York.
- Cardaciotto, L. A., Herbert, T. D., Forman, E. M., Moitra, E., & Farrow, V. (2008). The assessment of present-moment awareness and acceptance: The Philadelphia mindfulness scale. *Assessment*, 15, 204-223.
- Cidav, Z., Marcus, S. C., & Mandell, D. S. (2012). Implications of childhood autism for parental employment and earnings. *Pediatrics*, 129(4), 617-623.
- Clarke, M. J., Marks, A. D., & Lykins, A. D. (2016). Bridging the gap: the effect of gender normativity on differences in empathy and emotional intelligence. *Journal of Gender Studies*, 25(5), 522-539.
- Coatsworth, J. D., Duncan, L. G., Greenberg, M. T., & Nix, R. L. (2010). Changing parents' mindfulness, child management skills and relationship quality with their youth: Results from a randomized pilot intervention trial. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 203-217.
- Conner, C. M., & White, S. W. (2014). Stress in mothers of children with autism: Trait mindfulness as a protective factor. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8, 617-624.
- Cooper, C., Katona, C., & Livingstone, G. (2008) . Validity and Reliability of the Brief COPE in Careers of

People With Dementia. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(11), 838-842.

- Corthorn, C., & Milicic, N. (2016). Mindfulness and Parenting: A Correlational Study of Non-Meditating Mothers of Preschool Children. *Journal of Child and Family Studies*, 25, (5),1672-1683.
- De Bruin, E. I., Blom, R., Smit, F. M., Steensel, V., & Bögels, S. M. (2015). MY mind: mindfulness training for youngsters with autism spectrum disorders and their parents. *Autism*, 19(8), 906-914.
- De Bruin, E., Zijlstra, B., Geurtzen, N., van Zundert, R., van deWeijer-Bergsma, E., Hartman, E., ... & Bögels, S. M. (2014). Mindful parenting assessed further: psychometric properties of the Dutch version of the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale (IM-P). *Mindfulness*, 5(2), 200-212.
- Donald, J. N., & Atkins, P. W. (2016). Mindfulness and Coping with Stress: Do Levels of Perceived Stress Matter? *Mindfulness*, 7, 1423-1436.
- Dumas, J. E. (2005). Mindfulness-based parent training: Strategies to lessen the grip of automaticity in families with disruptive children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(4), 779-791.
- Duncan, L. G. (2007). Assessment of mindful parenting among parents of early adolescents: Development and validation of the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale. (Unpublished doctoral dissertation). The Pennsylvania State University.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009 a). A model of mindful parenting: implications for parent-child relationships and prevention

research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12, 255–270.

Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009 b). Pilot study to gauge acceptability of a mindfulness-based, family focused preventive intervention. *The Journal of Primary Prevention*, 30, 605–618

Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745-774.

Geurtzen, N., Scholte, R. H., Engels, R. C., Tak, Y. R., & van Zundert, R. M. (2015). Association between mindful parenting and adolescents' internalizing problems: non-judgmental acceptance of parenting as core element. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1117-1128.

Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: the mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 7(3), 700-712.

Gupta, V. B. (2007). Comparison of parenting stress in different developmental disabilities. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 19(4), 417-425.

Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2012). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without Autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629-642.

Jones, L., Hastings, R. P., Totsika, V., Keane, L., & Rhule, N. (2014). Child Behavior Problems and Parental Well-Being in Families of Children with Autism:

- The Mediating Role of Mindfulness and Acceptance.** *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 119(2), 171-185.
- Kabat-Zinn, J., & Kabat-Zinn, M. (1997).** *Everyday blessings: The inner work of mindful parenting.* New York: Hyperion.
- Kim, J. M., & Mahoney, G. (2004)** The Effects of Mother's Style of Interaction on Children's Engagement: Implications for Using Responsive Interventions with Parents. *Topics in Early Childhood Special Education*, 24, 31-38.
- Lai, W. W., Goh, T. J., Oei, T. P. S., & Sung, M. (2015).** Coping and Well-Being in Parents of Children with Autism Spectrum Disorders (ASD). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45, 2582-2593.
- Lee, J. (2013).** Maternal stress, well-being, and impaired sleep in mothers of children with developmental disabilities: A literature review. *Research in Developmental Disabilities*, 34, 4255-4273.
- Lippold, M. A., Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., Nix, R. L., & Greenberg, M. T. (2015).** Understanding How Mindful Parenting May Be Linked to Mother-Adolescent Communication. *Journal of Youth Adolescent*, 44(9): 1663–1673.
- MacDonald, E. E., & Hastings, R. P. (2010)** Mindful Parenting and Care Involvement of Fathers of Children With Intellectual Disabilities, *Journal of Child and Family Studies*, 19, 236-240.
- Maljaars, J., Boonen, H., Lambrechts, G., Van Leeuwen, K., & Noens, I. (2014).** Maternal Parenting Behavior and Child Behavior Problems in Families of Children and Adolescents with Autism Spectrum

- Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44(3), 501-512.**
- McCaffrey, S. Reitman, D., & Black, R. (2016). Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ): Development and Validation of a Measure of Mindful Parenting. *Mindfulness*, 2, 1-15**
- Meamar, E., Keshavarzi, F., Emamipour, S., & Golshani, F. (2015). Effectiveness of mindful parenting training on mothers' affective and on the externalizing behavioral problems in adolescent girls. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(11S), 677-682.**
- Medeiros, C., Gouveia, M. J., Canavarro, M. C., Moreira, H. (2016). The Indirect Effect of the Mindful Parenting of Mothers and Fathers on the Child's Perceived Well-Being Through the Child's Attachment to Parents. *Mindfulness*, 7(4), 916-927.**
- Meppelink, R., De Bruin, S. I., Wanders-Mulder, F. H., Vennik, C. J., & Bögels, S. M. (2016). Mindful Parenting Training in Child Psychiatric Settings: Heightened Parental Mindfulness Reduces Parents' and Children's Psychopathology. *Mindfulness*, 7, 680-689.**
- Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2015 a). Individual and gender differences in mindful parenting: the role of attachment and caregiving representations. *Personality and Individual Differences*, 87, 13-19.**
- Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2015 b). Psychometric properties of the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale in a sample of Portuguese mothers. *Unpublished manuscript*.**

- Moreira, H., Carona, C., Silva, N., Nunes, J., & Canavarro, M. C. (2016). Exploring the link between maternal attachment related anxiety and avoidance and mindful parenting: the mediating role of self compassion. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 89, 369-384.
- Moreira, H., Gouveia, M. J., Carona, C., Silva, N., & Canavarro, M. C. (2015). Maternal attachment and children's quality of life: the mediating role of self-compassion and parenting stress. *Journal of Child and Family Studies*, 24(8), 2332-2344.
- Moreland, A. D., & Dumas, J. E. (2008). Evaluating child coping competence: Theory and measurement. *Journal of Child Family Studies*, 17, 437-454.
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2015). Self-Compassion and Well-Being in Parents of Children with Autism. *Mindfulness*, 6(4), 938-947.
- Parent, J., Garai, E., Forehand, R., Roland, E., Potts, J., Haker, K., & Compas, B. E. (2011). Parent mindfulness and child outcome: the roles of parent depressive symptoms and parenting. *Mindfulness*, 1, 254-264.
- Parent, J., McKee, L. G., Rough, J., & Forehand, R. (2016). The association of parent mindfulness with parenting and youth psychopathology across three developmental stages. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(1), 191-202.
- Palmer, A., & Rodger, S. (2009). Mindfulness, stress, and coping among university students. *Canadian Journal of Counselling*, 43(3), 198-212.
- Ramasubramanian, S. (2016). Mindfulness, stress coping and everyday resilience among emerging youth in a university setting: a mixed methods approach.

International Journal of Adolescence and Youth, 18, 1-14.

Rayan, A., & Ahmed, M. (2016 a). Psychological Distress in Jordanian Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: The Role of Trait Mindfulness. *Perspectives in Psychiatric Care*, 1, 1-8.

Rayan, A., & Ahmad, M. (2016 b). Effectiveness of mindfulness-based interventions on quality of life and positive reappraisal coping among parents of children with autism spectrum disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 55, 185-196.

Ritzema, A. M., & Sladecze, I. E. (2011). Stress in Parents of Children with Developmental Disabilities over Time. *Journal on Developmental Dis abilities*, 17(2), 21-34.

Sawyer-Cohen, J. A. & Semple, R. J. (2010). Mindful parenting: A call for research. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 145-151.

Schroder, K. E. E. (2004). Coping competence as a predictor and moderator of depression among chronic disease patients. *Journal of Behavioral Medicine*, 27, 123-145.

Schroder, K. E. E., & Ollis, C. L. (2013). The Coping Competence Questionnaire: A measure of resilience to helplessness and depression. *Motivation and Emotion*, 37, 286-302.

Serkel-Schrama, I. J. P., De Vries, J., Nieuwesteeg, A. M., Pouwer, F., Nyklíček, I., Speight, J., de Bruin, S. I., Bögels, S. M., Hartman, E. E. (2016). The Association of Mindful Parenting with Glycemic Control and Quality of Life in Adolescents with Type 1 Diabetes: Results from Diabetes MILES-The Netherlands. *Mindfulness*, 7, 1227-1237.

-
- Shapiro, S. L., Carlson, L., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 373-386.
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Winton, A. S. W., Fisher, B. C., Wahler, R. G., McAleavey, K. (2006). Mindful parenting decreases aggression, noncompliance, and self-injury in children with autism. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 14, 169-177.
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Winton, A. S. W., Singh, J., Curtis, J. W., Wahler, R. G. (2007). Mindful parenting decreases aggression and increases social behavior in children with developmental disabilities. *Behavior Modification*, 31, 749-771.
- Singh, N.N., Singh, A.N., Lancioni, G.E., Winston, A.S., Singh, J., Winton, A.S.W., & Singh, J. (2010). Mindfulness training for parents and their children with ADHD increases the children's compliance. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 157-174.
- Siu, A. F., Ma, Y., & Chui, F. W. (2016). Maternal Mindfulness and Child Social Behavior: the Mediating Role of the Mother-Child Relationship. *Mindfulness* 7, 577-583.
- Tak, Y. R., Van Zundert, R. M. P., Kleinjan, M., & Engels, R. C. M. (2015). Mindful Parenting and Adolescent Depressive Symptoms: The Few Associations Are Moderated by Adolescent Gender and Parental Depressive Symptoms. *Mindfulness*, 6, 812-823.
- Torres, L. H., Bonilla, R. E., Moreno, A. K. (2016). Empathy in future teachers of the Pedagogical and Technological University of Colombia. *Journal of New Approaches in Educational Research*, 5(1), 30-37.
-

-
- Turpyn, C. C., Chaplin, T. M. (2016). Mindful Parenting and Parents' Emotion Expression: Effects on Adolescent Risk Behaviors. *Mindfulness*, 7, 246-254.**
- Van der Oord, S., Bögels, S.M., Peijnenburg, D. (2012). The Effectiveness of Mindfulness Training for Children with ADHD and Mindful Parenting for their Parents. *Journal of Child and Family Studies*, 21, 139-147.**
- Van de Weijer-Bergsma, E., Formsma, A. R., De Bruin, E. I., & Bögels, S. M. (2012). The Effectiveness of Mindfulness Training on Behavioral Problems and Attentional Functioning in Adolescents with ADHD. *Journal of Child and Family Studies*, 21, 775-787.**
- Waters, L. (2016). The Relationship between Child Stress, Child Mindfulness and Parent Mindfulness, *Psychology*, 7, 40-51.**
- Weinstein, N., Brown, K., Ryan, R. (2009). A multi-method examination of the effects of mindfulness on stress attribution, coping, and emotional well-being. *Journal of Research in Personality*, 43(3), 374-385.**
- Williams, K. L., & Wahler, R. G. (2010). Are mindful parents more authoritative and less authoritarian? An analysis of clinic-referred mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 230-235.**
- Wang, P., Michaels, C., & Day, M. (2011). Stresses and coping strategies of Chinese families with children with Autism and other developmental disabilities. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41(6), 783-795.**