IJSSP

المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية
المجلد التاسع والعشرون – العدد الثاني – البحث الرابع (ص: 55 - 79) 15 – أيار – 2026م

www.ijssp.com ISSN: 2707-5184 International Journal of Scientific Studies Publishing

[النمذجة البنائية للعلاقات بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية لدى الأمهات]

إعداد الباحثات:

[إشراق عبد الله جيلاني عثمان]

[دكتوراه الإرشاد النفسي والتربوي - جامعة الملك عبد العزيز- كلية التربية قسم علم النفس]

[أروى عبد الرحمن الخلف]

[أستاذ القياس والتقويم ومناهج البحث المشارك - جامعة الملك عبد العزيز- كلية التربية قسم علم النفس]

[آمنة عبد العزيز أبا الخيل]

[أستاذ علم النفس التعليمي المشارك - جامعة الملك عبد العزيز- كلية التربية قسم علم النفس]

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التحقق من جودة النموذج البنائي المقترح للعلاقات المباشرة وغير المباشرة بين كل من: اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية لدى الأمهات، وقد أجريت الدراسة على عينة بلغ عددها (557) أم، اعتمدت الدراسة على ثلاث أدوات رئيسية، تمثلت في: اليقظة العقلية الوالدية من إعداد Duncan et al. (2009) وترجمة الباحثين، مقياس الضغوط الوالدية الذي أعده Berry & Jones (1995) وترجمة البقمي (2023)، بالإضافة إلى مقياس مهارات الوالدية الإيجابية من إعداد Carroll & Hamilton (2016) وترجمة الباحثين، وتنتمي هذه الدراسة إلى المنهج الوصفي الارتباطي ؛ حيث تم استخدام نمذجة المعادلة البنائية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن النموذج المقترح أظهر مطابقة مقبولة، ، فقد تنبأ مهارات الوالدية باليقظة العقلية الوالدية (0.562-)، كما تنبأت مهارات الوالدية الإيجابية بالضغوط الوالدية بعد رضا الوالد بدوره (-0.321) وتوسطت العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية (0.225-)، وجاءت أبرز التوصيات بتضمين متغيرات إضافية مثل التنظيم الانفعالي والتعاطف الذاتي لفهم الآليات النفسية المؤثرة في المهارات الوالدية الإيجابية.

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقلية الوالدية، الضغوط الوالدية، مهارات الوالدية الإيجابية، نمذجة المعادلات البنائية.

IJSSP

المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية
المجلد التاسع والعشرون – العدد الثاني – البحث الرابع (ص: 55 - 79)
15 – أيار – 2026م

www.ijssp.com ISSN: 2707-5184 International Journal of Scientific Studies Publishing

[The Structural Equation Modelling of Mindful Parenting, Parental Stress and Parenting Skills in Mothers]

Abstract:

The present study aimed to examine the fit of a proposed structural model of the direct and indirect relationships among mindful parenting, parenting stress, and positive parenting skills among mothers. The study was conducted on a sample of 557 mothers. Three main instruments were employed: the Interpersonal Mindfulness in Parenting scale developed by Duncan et al. (2009) and translated by the researchers; the Parenting Stress Scale developed by Berry and Jones (1995) and translated by Al-Baqmi (2023); and the Positive Parenting Skills Scale developed by Carroll and Hamilton (2016) and translated by the researchers.

The study adopted a descriptive correlational design, utilizing Structural Equation Modeling (SEM). The results indicated that the proposed model demonstrated an acceptable fit. Mindful parenting significantly predicted positive parenting skills ($\beta = -0.562$). In addition, positive parenting skills significantly predicted parenting stress, particularly the dimension of parental role satisfaction ($\beta = -0.321$), which mediated the relationship between mindful parenting and positive parenting skills ($\beta = -0.225$).

The study recommended incorporating additional variables, such as emotion regulation and self-compassion, to better understand the psychological mechanisms influencing positive parenting skills.

Keywords: Mindful parenting, Parenting stress, Positive parenting skills, Structural equation modeling.

المقدمة:

في ظل التحولات المتسارعة التي تشهدها الحياة الأسرية المعاصرة، أصبح الدور الوالدي أكثر تعقيدًا وتداخلاً، حيث لم يعد مقتصرًا على تلبية الاحتياجات الأساسية للأطفال، بل امتد ليشمل أبعادًا نفسية وتربوية تتطلب قدرًا عاليًا من الوعي والتنظيم في التفاعل اليومي مع الأبناء. ويأتي ذلك في سياق تزايد متطلبات التنشئة وما يرتبط بها من ضغوط نفسية قد تؤثر في جودة الأداء الوالدي (Belsky, 1984; Abidin, 1992). ومن هذا المنطلق، برز اهتمام متزايد بدراسة العوامل النفسية التي تسهم في تشكيل الممارسات التربوية وتحسينها.

وفي هذا السياق، يُعد مفهوم اليقظة العقلية الوالدية من المفاهيم الحديثة التي لاقت اهتمامًا متناميًا في الأدبيات النفسية، إذ يركز على قدرة الوالدين على الوعي بخبراتهم الداخلية والانتباه لتفاعلاتهم مع الأبناء في اللحظة الراهنة دون إصدار أحكام متسرعة. ولا يقتصر هذا الوعي على الملاحظة فقط، بل يمتد ليشمل الاستجابة الواعية والمتزنة للمواقف التربوية، الأمر الذي ينعكس إيجابًا على جودة العلاقة بين الوالدين والأبناء (Kabat-Zinn & Kabat-Zinn, 1997). كما تشير نتائج عدد من الدراسات إلى أن هذا الوعي يسهم في دعم قدرة الوالدين على تنظيم استجاباتهم الانفعالية والحد من التفاعلات التلقائية غير التكيفية، إضافة إلى تحسين جودة التفاعل الوالدي وهو ما قد ينعكس إيجابًا على الجوانب الانفعالية لدى الأطفال (Harnett & Dawe, 2012; Bögels et al., 2010; Moreira & Canavarro, 2020; Burgdorf & Szabó, 2021).

في المقابل، تمثل الضغوط الوالدية أحد التحديات الرئيسة التي قد تعيق ممارسة أساليب تربوية إيجابية، إذ تنشأ نتيجة التفاعل بين متطلبات الدور الوالدي والموارد النفسية المتاحة لدى الوالدين. وعند ارتفاع هذه الضغوط، قد تتراجع قدرة الوالدين على ضبط انفعالاتهم أو تقديم استجابات تربوية فعالة، مما قد ينعكس سلبًا على جودة التفاعل مع الأبناء (Lazarus & Folkman, 1984; Abidin, 1992). وتؤكد الأدبيات أن المستويات المرتفعة من الضغوط الوالدية ترتبط بزيادة احتمالية تبني أساليب غير تكيفية، مثل التفاعل الانفعالي المفرط أو الاستجابات التلقائية غير المدروسة(Dunning & Giallo, 2012).

انطلاقًا من ذلك، يمكن النظر إلى العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية بوصفها علاقة مركبة لا تقتصر على التأثير المباشر، بل تتداخل فيها متغيرات نفسية وسيطة. وفي هذا الإطار، يُحتمل أن تلعب الضغوط الوالدية دورًا حاسمًا في تفسير كيفية انتقال أثر اليقظة العقلية إلى السلوكيات التربوية الفعلية، سواء من خلال تعزيز هذا الأثر أو إضعافه. وعليه، تبرز أهمية تناول هذه العلاقات ضمن نماذج تحليلية تكاملية تأخذ في الاعتبار المسارات المباشرة وغير المباشرة، بما يسهم في فهم أعمق لديناميات التفاعل الوالدي (Parent & DiMarzio, 2021).

المشكلة

بالرغم من تزايد الاهتمام بمهارات الوالدية الإيجابية باعتبارها من العوامل المحورية في دعم النمو النفسي والاجتماعي للأطفال، إلا أن فهم العوامل النفسية الكامنة وراء تشكّل هذه المهارات لا يزال يحتاج إلى مزيد من التعمق، خاصة في ظل تعقّد الدور الوالدي وتزايد الضغوط المرتبطة به.(Belsky, 1984; Abidin, 1992).

وفي هذا السياق، تشير الأدبيات إلى أن الضغوط الوالدية تمثل أحد المتغيرات المؤثرة في جودة الممارسات التربوية، إذ قد تُضعف من قدرة الوالدين على تقديم استجابات متزنة وإيجابية في تعاملهم مع الأبناء (Dunning & Giallo, 2012)وفي المقابل، برزت اليقظة العقلية الوالدية كأحد المفاهيم الحديثة التي تعكس مستوى وعي الوالدين بتفاعلاتهم مع الأبناء، وتسهم في تحسين طبيعة استجاباتهم في المواقف التربوية المختلفة(Kabat-Zinn & Kabat-Zinn, 1997; Duncan et al., 2009).

ومع ذلك، لا تزال طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية غير محسومة بشكل كافٍ؛ إذ تشير بعض الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية بينهما، بينما تذهب دراسات أخرى إلى أن هذه العلاقة قد تكون غير مباشرة وتتأثر بمتغيرات نفسية وسيطة، من أبرزها الضغوط الوالدية (Bögels et al., 2010; Moreira & Canavarro, 2020).

وفي ضوء ذلك، يمكن افتراض أن الضغوط الوالدية تؤدي دورًا تفسيريًا في هذه العلاقة، من خلال تأثيرها في الكيفية التي يتحول بها الوعي الوالدي إلى ممارسات تربوية فعلية، سواء بتعزيز هذا التأثير أو الحد منه (Lazarus & Folkman, 1984 Parent & DiMarzio (2021).

وبناءً على ما سبق، تتمثل مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الكشف عن طبيعة العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية، وذلك من خلال اختبار نموذج بنائي يسعى إلى تفسير هذه العلاقات بصورة أكثر تكاملًا فجأت هذه الدراسة للإجابة على التساؤل التالي:

ما التأثيرات المباشرة، وغير المباشرة للعلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية، كمتغير مستقل، والضغوط الوالدية كمتغير وسيط، ومهارات الوالدية الإيجابية كمتغير تابع لدى الأمهات؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى اختبار نموذج بنائي يفسر العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية، في ضوء الأطر النظرية التي تؤكد دور العمليات النفسية الوالدية في تشكيل الممارسات التربوية.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة النظرية والتطبيقية فيما يلي:

الأهمية النظرية:

- تنبع الأهمية النظرية للدراسة من تركيزها على تحليل دور اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية بوصفهما من المتغيرات المؤثرة في مهارات الوالدية الإيجابية، بما يسهم في تعميق الفهم لطبيعة العلاقات بينها ضمن إطار بنائي تكاملي.
- كما تسعى الدراسة إلى إثراء الأدبيات بالكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة وتأثيرها في السلوك الوالدي.

الأهمية التطبيقية:

- تبرز الأهمية التطبيقية للدراسة في إمكانية توظيف نتائجها في تصميم برامج إرشادية موجهة للوالدين، تستهدف تنمية مهارات الوالدية الإيجابية من خلال تعزيز اليقظة العقلية والتعامل الفعّال مع الضغوط الوالدية.
- يمكن أن تسهم في دعم الممارسين وصناع القرار بإطار تفسيري يساعد على فهم العوامل المؤثرة في السلوك الوالدي، بما يعزز جودة البيئة النمائية للأطفال.

مصطلحات الدراسة:

أولاً: اليقظة العقلية الوالدية:

" مجموعة المهارات والاستراتيجيات التي تجعل الوالدين أكثر وعياً بالأبناء أثناء التفاعل معهم من خلال الاستماع إليهم وقبولهم والوعي الانفعالي والتحكم في الذات، مما يتيح للوالدين الاستجابة بشكل أكثر فعالية لحاجات الأبناء، وتوفير مناخ أسري أكثر توافقاً وسوية". (الشاذلي،2019).

اليقظة العقلية الوالدية إجرائياً: تعرف بالدرجة التي يحصل عليها الوالدين في مقياس اليقظة العقلية الوالدية.

ثانياً: الضغوط الوالدية:

"هي التباين بين المطالب المدركة المرتبطة بتربية الأطفال والموارد المتاحة لتلبية تلك المطالب" (البقمي، 2023).

الضغوط الوالدية إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها الوالدين في مقياس الضغوط الوالدية.

ثالثاً: مهارات الوالدية الإيجابية:

"هي العلاقة المستمرة بين الوالدين والأبناء، تشمل رعاية الطفل، تعليمه، قيادته، التواصل معه، وتوفير احتياجاته على نحو ثابت غير مشروط، وتقوم على إشباع حاجات الأبناء الجسدية والنفسية وتستخدم فيها تقنيات تربوية مبنية على الحب والاحترام والتشجيع والرعاية وتعزيز الثقة بالنفس"(البراشدية،2022)

مهارات الوالدية الإيجابية إجرائياً: هي الدرجة التي يحصل عليها الوالدين تبعاً لإجابتهم على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

حدود الدراسة:

تتحد الدراسة بما يلي:

- الموضوعية: اختبار ما إذا كان النموذج المشتق من النظريات والدراسات السابقة بمتغيراته: نمذجة العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية والمهارات الوالدية الإيجابية لدى عينة من الأمهات بمنطقة المدينة المنورة.
- المكانية: المدينة المنورة.
- الزمانية: العام الدراسي الجامعي 1447/1446هـ-2026/2024م.

الإطار النظري:

1- اليقظة العقلية الوالدية

يُقصد باليقظة العقلية الوالدية درجة وعي الوالدين بخبراتهم الداخلية وتفاعلاتهم مع الأبناء في اللحظة الحالية، بما يدعم قدرتهم على تقديم استجابات واعية ومتزنة في المواقف التربوية .(Duncan et al., 2009) وقد نشأ هذا المفهوم في سياق تطبيقات اليقظة العقلية في الحياة اليومية، ثم انتقل إلى المجال الأسري ليعبر عن نمط من الحضور الذهني الواعي الذي يساعد الوالدين على ملاحظة سلوكيات الأبناء وفهمها دون إصدار أحكام مسبقة.(Kabat-Zinn & Kabat-Zinn, 1997)

ويستند هذا المفهوم إلى مجموعة من الأبعاد الأساسية، من أهمها التركيز على اللحظة الراهنة، وتقبل مشاعر الطفل دون شروط، والوعي بالجوانب الانفعالية، إضافة إلى القدرة على تنظيم الاستجابات الانفعالية. وتسهم هذه المهارات في تعزيز جودة التفاعل بين الوالدين والأبناء، حيث تشير الأدبيات إلى أن اليقظة العقلية الوالدية ترتبط بتحسن الفهم الانفعالي للأطفال، وزيادة استجابة الوالدين لاحتياجاتهم، إلى جانب دعم أنماط التواصل الإيجابي داخل الأسرة (Harnett & Dawe, 2012; Bögels et al., 2010).

كما أيدت بعض الدراسات الحديثة هذه النتائج، إذ أوضحت أن اليقظة العقلية الوالدية ترتبط بانخفاض الاستجابات التلقائية غير الملائمة، وبزيادة القدرة على ضبط الانفعالات في المواقف التربوية المختلفة، وهو ما ينعكس إيجابًا على جودة الممارسات الوالدية .(Moreira & Canavarro, 2020) ويشير ذلك إلى أن اليقظة العقلية الوالدية تُعد موردًا نفسيًا مهمًا يمكن أن يسهم في تحسين السلوك الوالدي في مواجهة التحديات اليومية.

2- الضغوط الوالدية

تُعرّف الضغوط الوالدية بأنها حالة نفسية تنشأ نتيجة اختلال التوازن بين متطلبات الدور الوالدي والموارد النفسية المتاحة لدى الوالدين، وما يصاحب ذلك من استجابات انفعالية ومعرفية قد تنعكس على مستوى أدائهم الوالدي وجودته (Deater-Deckard, 2004; Abidin, 1992). وتُعد هذه الضغوط من الظواهر الشائعة التي يواجهها الوالدان، خاصة في ظل تعدد الأدوار والمسؤوليات المرتبطة برعاية الأبناء وتربيتهم.

وتوضح النماذج النظرية أن الضغوط الوالدية تتشكل من خلال تفاعل مجموعة من العوامل، من بينها الخصائص النفسية والانفعالية للوالدين، وسمات الطفل السلوكية والمزاجية، إلى جانب العوامل السياقية مثل مستوى الدعم الاجتماعي والظروف الحياتية المحيطة (Belsky, 1984). وفي هذا الإطار، لا يمكن النظر إلى الضغوط الوالدية بوصفها ظاهرة أحادية البعد، بل هي نتاج شبكة معقدة من العوامل المتداخلة التي تؤثر بشكل متبادل في السلوك الوالدي.

كما تشير الأدبيات إلى أن ارتفاع مستويات الضغوط الوالدية قد يؤدي إلى استنزاف الموارد النفسية للوالدين، مما ينعكس سلبًا على قدرتهم على تنظيم استجاباتهم الانفعالية والتربوية، ويزيد من احتمالية تبني أساليب غير تكيفية في التعامل مع الأبناء (Dunning & Giallo, 2012). فقد أشار Abidin (1992)أن الضغوط الوالدية تُعد من العوامل المركزية التي تؤثر في جودة الممارسات الوالدية، حيث ترتبط بضعف الكفاءة الوالدية وتراجع القدرة على الاستجابة الإيجابية لاحتياجات الأبناء، مما ينعكس سلبًا على أساليب التنشئة والتفاعل داخل الأسرة.

3- العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية

تشير الأدبيات إلى وجود ارتباط بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية، حيث توضح العديد من الدراسات أن ارتفاع مستوى اليقظة يرتبط بانخفاض مستويات الضغوط، وذلك لما لها من دور في تعزيز الوعي وتنظيم الانفعالات (Bögels et al., 2010). إذ تسهم اليقظة في تمكين الوالدين من التعامل مع المواقف الضاغطة بدرجة أكبر من المرونة، والحد من الاستجابات الانفعالية التلقائية.

ومع ذلك، لا تبدو هذه العلاقة مستقرة أو موحدة في مختلف السياقات، إذ تشير بعض الأدبيات إلى أن زيادة وعي الوالدين قد تؤدي إلى ارتفاع إدراكهم لمصادر الضغوط، خاصة في حال عدم امتلاكهم مهارات كافية لتنظيم استجاباتهم والتعامل معها (Moreira & Canavarro, 2020). وبناءً على ذلك، يمكن القول إن العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية تتسم بدرجة من التعقيد، الأمر الذي يستدعي دراستها في إطار نماذج تحليلية تأخذ في الحسبان طبيعة هذه العلاقة والسياق الذي تحدث فيه.

4- الضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية

تُعد الضغوط الوالدية من العوامل التي تؤثر في جودة الممارسات التربوية، إذ قد تسهم في استنزاف الموارد النفسية والمعرفية لدى الوالدين، مما ينعكس سلبًا على قدرتهم على ممارسة مهارات الوالدية الإيجابية بكفاءة (Abidin, 1992). وتشير الأدبيات إلى أن ارتفاع مستويات هذه الضغوط يرتبط بتراجع الاستجابة الحساسة لاحتياجات الطفل، وزيادة احتمالية تبني أساليب تربوية غير متسقة أو ذات طابع سلبي.

5- اليقظة العقلية الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية

ترتبط اليقظة العقلية الوالدية بتحسين جودة الممارسات التربوية، نظرًا لدورها في تعزيز الوعي والانتباه، إلى جانب دعم القدرة على تنظيم الانفعالات أثناء التفاعل مع الأبناء (Duncan et al., 2009). إذ تساعد اليقظة الوالدين على فهم سلوكيات الأبناء بصورة أكثر عمقًا، والتعامل معها بدرجة أكبر من الهدوء والاتزان، ومع ذلك، تشير الأدبيات إلى أن هذا التأثير لا يكون مباشرًا في جميع الحالات، إذ قد يتأثر بوجود متغيرات نفسية أخرى، من أبرزها الضغوط الوالدية، التي قد تعيق تحويل هذا الوعي إلى ممارسات تربوية إيجابية. ومن ثم، فإن فهم العلاقة

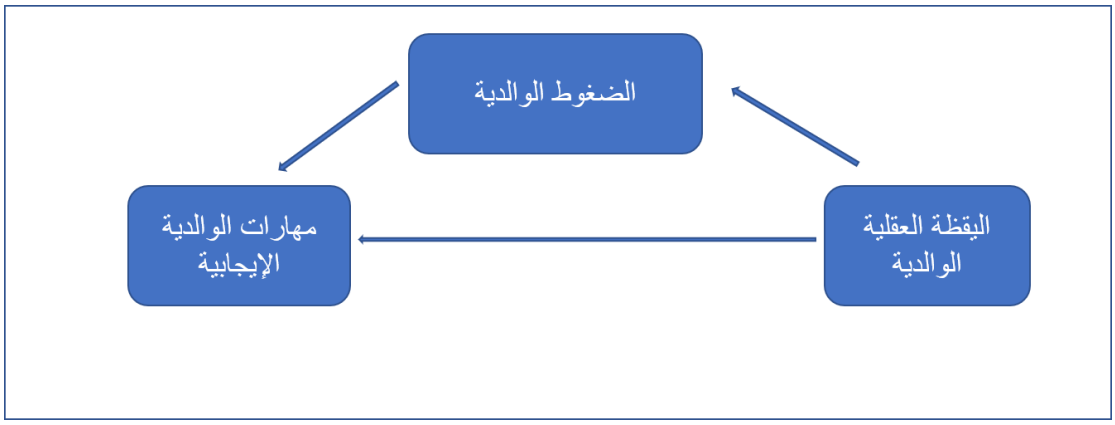
بين اليقظة العقلية الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية يستلزم تناولها ضمن إطار تفسيري يأخذ في الاعتبار دور المتغيرات الوسيطة.

تعقيب على الإطار النظري

تشير مراجعة الأدبيات إلى أن اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية تمثل إطارًا مترابطًا يعكس التفاعل المستمر بين الجوانب النفسية والسلوكية لدى الوالدين. كما أن هذا التفاعل لا يتم في مسار خطي مباشر، بل يتأثر بعدد من العوامل المتداخلة التي تسهم في تشكيل طبيعة العلاقات القائمة بين هذه المتغيرات.

وعلى الرغم من وجود دلائل تشير إلى ارتباط هذه المتغيرات ببعضها البعض، إلا أن الكيفية التي تتحدد بها هذه العلاقات لا تزال غير واضحة بشكل كافٍ، كما يتعلق الأمر بالمسارات غير المباشرة التي قد تفسر كيفية انتقال التأثير بينها ومن هنا، تبرز الحاجة إلى دراسة هذه العلاقات ضمن إطار تحليلي بنائي يوضح التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بما يساعد في تقديم تصور أكثر شمولًا للعوامل المؤثرة في مهارات الوالدية الإيجابية.

انطلاقًا من ذلك، تهدف الدراسة الحالية إلى تطوير نموذج بنائي يفسر طبيعة العلاقات بين اليقظة العقلية الوالدية بوصفها متغيرًا مستقلًا، والضغوط الوالدية بوصفها متغيرًا وسيطًا، ومهارات الوالدية الإيجابية بوصفها متغيرًا تابعًا.



شكل (1). النموذج البنائي لمتغيرات الدراسة

منهج الدراسة:

تنتمي هذه الدراسة إلى المنهج الوصفي الارتباطي؛ حيث تم استخدام نمذجة المعادلة البنائية لتحقيق أهداف الدراسة والمتمثلة في التحقق من أن النموذج البنائي الذي يوضح العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين كل من: اليقظة العقلية الوالدية، والضغوط الوالدية، ومهارات الوالدية الإيجابية لدى الأمهات يؤيد النظريات والدراسات السابقة المشتق منها.

مجتمع الدراسة:

يتكوّن مجتمع الدراسة من الأمهات المتزوجات اللاتي لديهن أبناء في مرحلتي الطفولة والمراهقة، ويتولين رعايتهم بشكل مباشر داخل الأسرة. وقد شمل هذا المجتمع فئتين من الأمهات: العاملات وغير العاملات، بما يعكس تنوع الأدوار والخبرات المرتبطة بممارسات الوالدية.

عينة الدراسة:

فقد تضمنت عينتين: عينة استطلاعية وعينة أساسية. استُخدمت العينة الاستطلاعية للتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وبلغ عددها (205) أمهات تم اختيارهن بطريقة العينة المتاحة. في حين استُخدمت العينة الأساسية لاختبار النموذج البنائي والتحقق من فروض الدراسة، وبلغ حجمها (602) أمًا، وبعد استبعاد الحالات غير المستوفية لشروط الدراسة، استقر العدد النهائي عند (557) أمًا. وقد تم اختيار هذه العينة أيضًا باستخدام أسلوب العينة المتاحة من مجتمع الدراسة، ويوضح الجدول التالي رقم (1) خصائص عينة الدراسة:

جدول (1) وصف العينة الأساسية (ن=602).

المتغير	المجموعة	العدد	النسبة %
العمل	تعمل	268	44.4
	لا تعمل	335	55.6
المستوى التعليمي	جامعي فأعلى	477	79
	ثانوي وأقل	126	20.9
الحالة الاجتماعية	متزوجة	557	92
	منفصلة	46	7
المستوى الاقتصادي	مرتفع	64	10
	متوسط	511	85
	منخفض	28	4
العمر	30 فأقل	24	4
	من 30 إلى 40	195	32.3
	40 فأكثر	384	63.7

أدوات الدراسة:

أولًا: مقياس اليقظة العقلية الوالدية

تم اعتماد مقياس اليقظة العقلية الوالدية (Interpersonal Mindfulness in Parenting; IEM-P) الذي طوّره Duncan (2007)، ويتكون من (10) بنود تهدف إلى قياس وعي الوالدين أثناء تفاعلهم مع الأبناء، من خلال أبعاد تشمل الانتباه للحظة الراهنة، والقبول دون إصدار أحكام، وتنظيم الاستجابات الانفعالية.

وقد قام الباحثين بترجمة المقياس إلى اللغة العربية مع تكييفه ثقافيًا بما يتناسب مع البيئة المستهدفة، كما تم التحقق من خصائصه السيكو مترية ضمن إجراءات الدراسة الحالية، حيث أظهرت مؤشرات الصدق البنائي والثبات مستويات مقبولة تدعم استخدامه في تحليل النموذج البنائي، ويعتمد المقياس على مقياس ليكرت الخماسي، بحيث تشير الدرجات المرتفعة إلى مستوى أعلى من اليقظة العقلية الوالدية.

ثانيًا: مقياس الضغوط الوالدية

تم استخدام مقياس الضغوط الوالدية (Parental Stress Scale) الذي أعدّه Berry وJones (1995)، بصيغته العربية التي ترجمها البقمي (2023)، ويُعد من المقاييس الشائعة في قياس الضغوط المرتبطة بالدور الوالدي، ويتكون المقياس في صورته النهائية من مجموعة من البنود التي تقيس بُعدين رئيسين، هما: رضا الوالد عن دوره الوالدي، ومتطلبات هذا الدور، وقد أظهرت نتائج التحقق من الخصائص السيكومترية في الدراسة الحالية مؤشرات مقبولة من حيث الصدق البنائي والثبات، مما يعزز ملاءمته للاستخدام في تحليل النموذج البنائي، كما يعتمد المقياس على مقياس ليكرت خماسي حيث تعكس الدرجات المرتفعة مستوى أعلى من الضغوط الوالدية.

ثالثًا: مقياس مهارات الوالدية الإيجابية

تم اعتماد مقياس مهارات الوالدية الإيجابية (Positive Discipline Parenting Scale) الذي أعدّه Carroll وHamilton (2016)، ويهدف إلى قياس الممارسات التربوية الإيجابية لدى الوالدين في ضوء مبادئ الوالدية الإيجابية القائمة على تحقيق التوازن بين الحزم والدعم، وقد قام الباحثين بترجمة المقياس إلى اللغة العربية وتكييفه ثقافيًا، كما تم التحقق من خصائصه السيكومترية ضمن إجراءات الدراسة الحالية، حيث أظهرت نتائج الصدق البنائي والثبات مستويات مقبولة تدعم صلاحيته للاستخدام في تحليل النموذج البنائي.

ويتألف المقياس في صورته النهائية من (7) بنود، ويعتمد على مقياس ليكرت الخماسي في الاستجابة، بحيث تشير الدرجات المرتفعة إلى مستوى أعلى من مهارات الوالدية الإيجابية.

نتائج الدراسة:

تم استعراض بعض البيانات الوصفية قبل الإجابة على تساؤلات الدراسة، لمعرفة خصائص الفئة المستهدفة لهذا النموذج كما هي موضحة في جدول (2) و(3).

جدول (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري للمتوسط

المتغير	العمل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري للمتوسط
الدرجة الكلية لليقظة	نعم	247	34.12	4.222	.269
	لا	310	34.22	4.188	.238
عدم الحكم	نعم	247	7.97	1.673	.106
	لا	310	7.91	1.667	.095
الانتباه العاطفي	نعم	247	8.21	1.456	.093

	لا	310	8.25	1.513	.086
الانتباه	نعم	247	5.85	1.596	.102
	لا	310	6.02	1.644	.093
عدم التفاعل	نعم	247	6.85	1.601	.102
	لا	310	6.80	1.650	.094
الدرجة الكلية للضغوط	نعم	247	66.65	9.302	.592
	لا	310	66.81	9.050	.514
متطلبات الدور الوالدي	نعم	247	34.70	3.581	.228
	لا	310	35.16	3.609	.205
الرضا عن الدور	نعم	247	31.96	7.420	.472
	لا	310	31.65	6.954	.395
مهات الوالدية الإيجابية	نعم	247	13.27	3.686	.235
	لا	310	13.16	3.687	.209

جدول (3): **نتائج اختبار "ت" لمعرفة الفروق بين تعمل ولا تعمل في متغيرات الدراسة.**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
المتغير	العمل	اختبار ف	الدلالة	اختبار ت	الحرية	الدلالة ثنائية الطرف	متوسط الفروق	الخطأ المعياري للفروق	
اليقظة	**Equal variances assumed**	**.102**	**.749**	**-.273-**	**555**	**.785**	**-.098-**	**.358**	**-.802-**	**.606**
	Equal variances not assumed			**-.273-**	**525.697**	**.785**	**-.098-**	**.359**	**-.803-**	**.607**
عدم الحكم	**Equal variance**	**.835**	**.361**	**.413**	**555**	**.680**	**.059**	**.142**	**-.221-**	**.338**

	s assumed								
	Equal variances not assumed	.412	526.684	.680	.059	.142	-.221-	.339	
الانتباه العاطفي	Equal variances assumed	.311	.577	-.241-	555	.810	-.031-	.127	-.280-	.219
	Equal variances not assumed			-.242-	535.683	.809	-.031-	.126	-.279-	.218
الانتباه	Equal variances assumed	.187	.666	-1.170-	555	.243	-.162-	.138	-.434-	.110
	Equal variances not assumed			-1.173-	533.898	.241	-.162-	.138	-.433-	.109
عدم التفاعل	Equal variances assumed	.084	.772	.391	555	.696	.054	.139	-.219-	.327
	Equal variances not			.392	534.062	.695	.054	.138	-.218-	.326

	assumed								
الضغوط	Equal variances assumed	.002	.962	-.198-	555	.843	-.155-	.781	-1.690-	1.380
	Equal variances not assumed			-.197-	521.044	.844	-.155-	.784	-1.695-	1.385
متطلبات الدور الوالدي	Equal variances assumed	.028	.867	-1.516-	555	.130	-.465-	.307	-1.067-	.138
	Equal variances not assumed			-1.517-	529.293	.130	-.465-	.306	-1.067-	.137
الرضا عن الدور	Equal variances assumed	1.510	.220	.508	555	.612	.310	.611	-.890-	1.510
	Equal variances not assumed			.504	511.399	.614	.310	.616	-.899-	1.520
مهات الوالدية الإيجابية	Equal variances	.000	.997	.360	555	.719	.113	.314	-.504-	.731

	assumed							
	Equal variances not assumed	.360	527.616	.719	.113	.314	-.505-	.731

تشير نتائج جدول (2) إلى تقارب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات الدراسة بين الأمهات العاملات وغير العاملات، مما يعكس تشابهًا عامًا في مستويات اليقظة العقلية الوالدية، والضغوط الوالدية، ومهارات الوالدية الإيجابية بين المجموعتين.

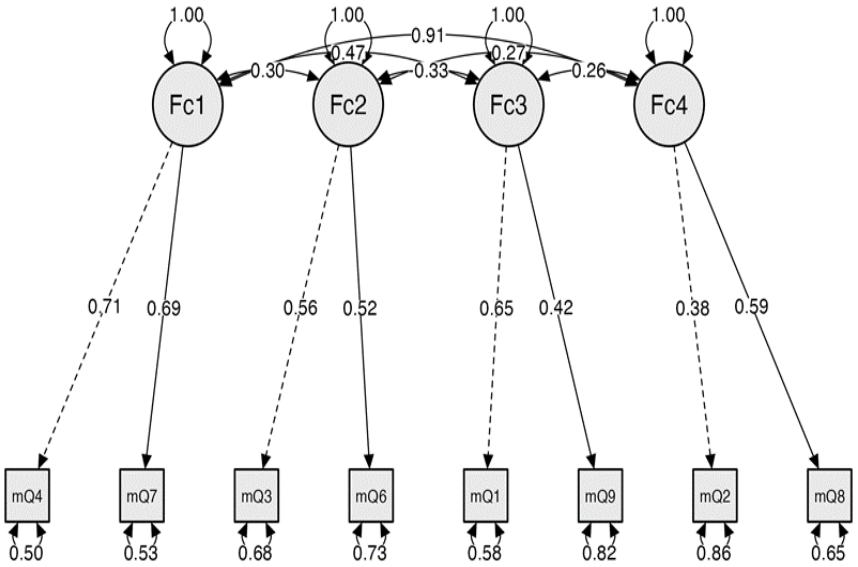
كما توضح نتائج جدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأمهات العاملات وغير العاملات في جميع متغيرات الدراسة($p > 0.05$) ، مع تحقق افتراض تجانس التباين وفق اختبار ليفين. وتشير هذه النتائج إلى أن متغير العمل لا يؤثر بشكل دال في المتغيرات المدروسة، مما يدعم التعامل مع العينة كوحدة واحدة في تحليل النموذج البنائي.

الخطوة الأولى: التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الدراسة:

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي وذلك بغرض التحقق من صدق البنية العاملية للمقياس من خلال حساب قيم كلاً من الآتي: مربع كاي، مؤشر المطابقة المتزايد، مؤشر المطابقة المقارن CFI، مؤشر تاكر–لويس TLI، مؤشر حسن المطابقة المعتدل مؤشر متوسط جذر مربع الخطأ التقريبي RMSEA، مؤشر جذر متوسط المربعات المعياري SRMR.

جدول(4) التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اليقظة العقلية الوالدية.

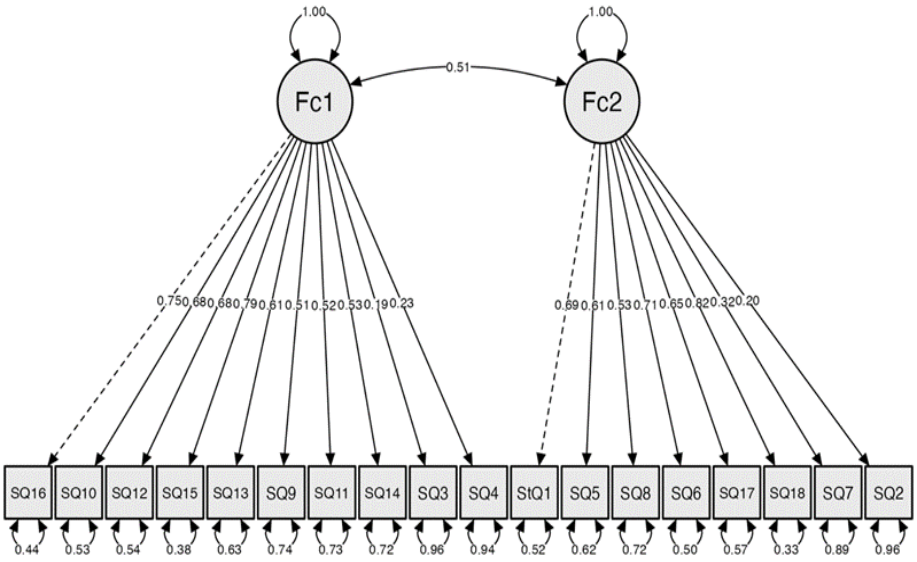
المؤشرات	Chi-Square, χ^2	الدلالة	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
القيمة	30.542	.006	0.969	0.938	0.046	0.043
معيار القبول	>0.05		≥.90	≥.90	≤.08	≤.08



شكل(2): التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اليقظة العقلية الوالدية.

جدول(5) التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الضغوط الوالدية.

المؤشرات	Chi-Square, χ^2	الدلالة	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
القيمة	373.416	< .001	0.958	0.952	0.057	0.066
معيار القبول	>0.05		≥.90	≥.90	≤.08	≤.08



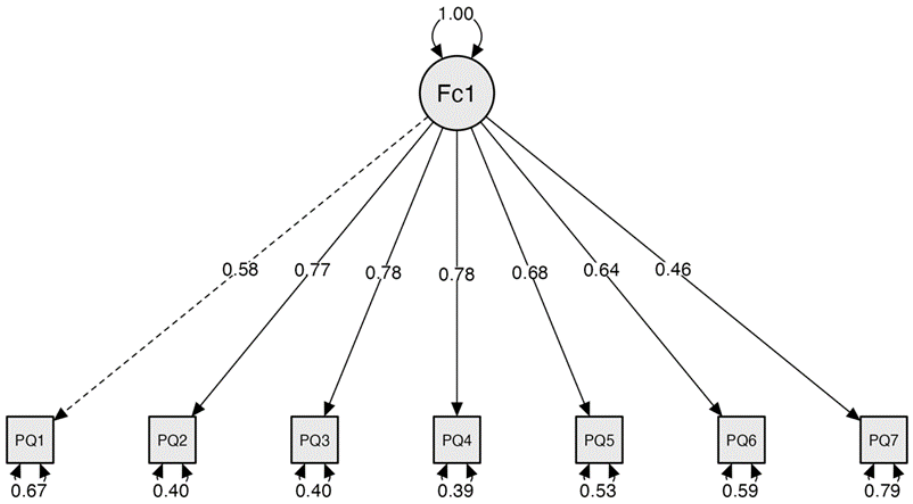
شكل(3): التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الضغوط الوالدية.

تشير نتائج التحليل العاملي التوكيدي للمقياس، كما هو موضح في الجدول والشكل، إلى أن النموذج يتمتع بدرجة ملاءمة جيدة للبيانات. حيث بلغت قيمة مؤشر المطابقة المقارنة (CFI = 0.958) ومؤشر تاكر–لويس (TLI = 0.952)، وهي قيم تتجاوز الحد المقبول (≥ 0.90)، مما يدل على جودة مطابقة النموذج. كما بلغ متوسط جذر مربع البواقي المعيارية (SRMR = 0.066) وجذر متوسط مربع الخطأ التقريبي(RMSEA = 0.057) ، وهي قيم تقع ضمن الحدود المقبولة (≤ 0.08)، مما يشير إلى انخفاض مقدار الخطأ في النموذج.

كما يوضح الشكل تشبعات الفقرات على العوامل الكامنة، حيث جاءت معاملات التشبع في مجملها ضمن الحدود المقبولة، مما يدعم البناء العاملي للمقياس. وبلغت قيمة كاي تربيع (χ^2 = 373.416) وكانت دالة إحصائيًا (p < .001)، وهو أمر شائع في نماذج التحليل العاملي التوكيدي خاصة مع كبر حجم العينة، لذا يتم الاعتماد بصورة أكبر على مؤشرات جودة المطابقة الأخرى. وبناءً على ذلك يمكن القول إن النموذج العاملي للمقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق البنائي، مما يدعم صلاحية استخدامه في الدراسة الحالية.

جدول(6) التحليل العاملي التوكيدي لمقياس مهارات الوالدية الإيجابية.

المؤشرات	Chi-Square, χ^2	الدلالة	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
القيمة	90.708	< .001	0.973	0.959	0.099	0.047
معيار القبول	>0.05	≥.90		≥.90	≤.08	≤.08



شكل(4): التحليل العاملي التوكيدي لمقياس مهارات الوالدية الإيجابية.

تشير نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس مهارات الوالدية الإيجابية إلى أن النموذج يتمتع بدرجة ملاءمة مقبولة للبيانات؛ حيث بلغت قيم مؤشرات المطابقة (CFI = 0.973، TLI = 0.959، SRMR = 0.047) وهي ضمن الحدود المقبولة. في حين جاءت قيمة (RMSEA = 0.099) أعلى قليلًا من الحد المثالي، إلا أنه تم تفسير النموذج بالاعتماد على مجمل مؤشرات المطابقة. كما كانت قيمة كاي تربيع دالة إحصائيًا ($\chi^2 = 90.708$، $p < .001$)، وبناءً على ذلك يُعد النموذج العاملي للمقياس مقبولًا ويدعم صدقه البنائي.

الخطوة الثانية: التحقق من النموذج البنائي:

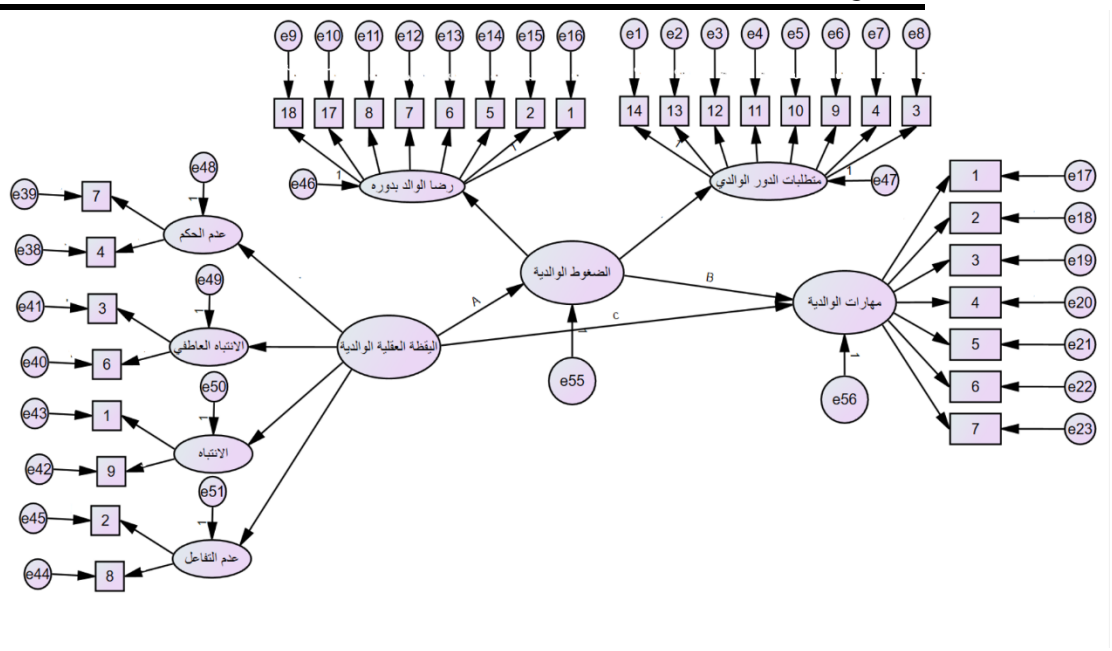
يعد التحقق من النموذج البنائي خطوة أساسية في تحليل نمذجة المعادلات الهيكلية، حيث يهدف إلى اختبار مدى صلاحية النموذج النظري المقترح في تمثيل العلاقات السببية بين المتغيرات المدروسة باستخدام البيانات الفعلية. بعد الانتهاء من تقييم صحة القياسات المتعلقة بكل متغير كامن، يتطلب التحليل البنائي فحص العلاقات السببية بين المتغيرات الكامنة كما وردت في فرضيات الدراسة، وتقدير قوة ومسار التأثيرات المباشرة وغير المباشرة.

يسمح التحقق البنائي بتحديد مدى دقة النموذج في تمثيل الواقع الفعلي للعينة، مما يدعم استنتاجات الدراسة وعمومية النتائج. ويعتمد هذا التحقق على مجموعة من مؤشرات الملاءمة الإحصائية المعروفة (fit indices) مثل CFI، TLI، RMSEA، SRMR، إضافة إلى دلالة معاملات المسارات (path coefficients) واختبارات الفرضيات المبنية على النموذج النظري، في الدراسة الحالية، أظهرت نتائج التحليل البنائي المؤشرات في جدول (7) وشكل (5)

IJSSP
المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية
المجلد التاسع والعشرون – العدد الثاني – البحث الرابع (ص: 55 - 79) 15 – أيار – 2026م
www.ijssp.com ISSN: 2707-5184 International Journal of Scientific Studies Publishing

جدول(7) التحليل العاملي التوكيدي لمقياس مهارات الوالدية الإيجابية.

المؤشرات	Chi-Square, χ^2	الدلالة	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
القيمة	1,128	< .001	0.850	0.837	0.049	0.063
معيار القبول	>0.05	≥.90		≥.90	≤.08	≤.08



شكل(5) : النموذج البنائي

جدول(8): معاملات ماردیا (Mardia's Coefficients) لاختبار الاعتدالية المتعددة للمتغيرات.

	المعامل	القيمة المعيارية (z)	Chi-Square, χ^2	df	الدلالة
الالتواء	126.5		11,744	6,545	< .001
التفلطح	1,278.9	30.41			< .001

جدول(9): معاملات الانحدار المعيارية للنموذج البنائي.

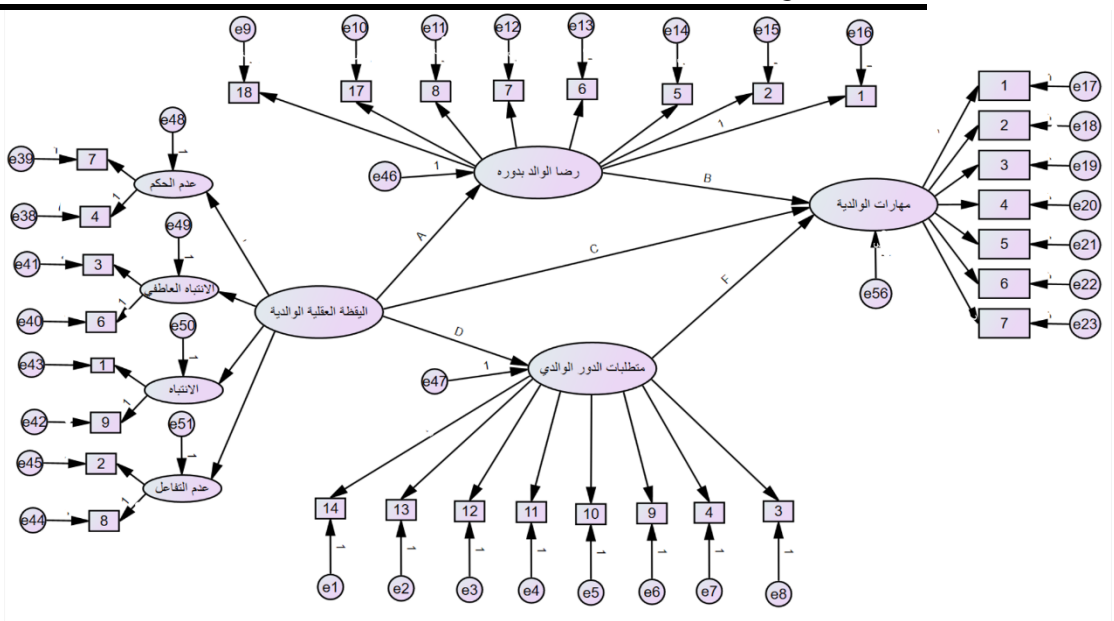
المسار	التقديرات	P	فترات الثقة	
			الأدنى	الأعلى
الضغوط الوالدية ← مهارات الوالدية	-0.218	.014	-0.393	-0.043

اليقظة العقلية الوالدية ← مهارات الوالدية	-0.652	< .001	-0.825	-0.478
اليقظة العقلية الوالدية ← الضغوط الوالدية	0.681	< .001	0.573	0.790

بعد المرحلة الأولى، تم تعديل النموذج البنائي بشكل إضافي بحذف المستوى الأول من الضغوط الوالدية، مع الإبقاء على المستوى الثاني الذي يشمل البعدين: رضا الوالد بدوره ومتطلبات الدور الوالدي. جاء هذا التعديل بهدف توضيح العلاقة بين اليقظة العقلية وكل بعد من أبعاد الضغوط بشكل أكثر دقة، وتقليل التعقيد الناتج عن احتواء المستوى الأول على بعدين متضادين (إيجابي وسلبي)، مما قد يفسر ظهور نتائج عكسية مقارنة بالدراسات السابقة التي أشارت إلى أن اليقظة العقلية الوالدية تخفض الضغوط الوالدية.

جدول(10): مؤشرات جودة المطابقة بعد تعديل النموذج بحذف المستوى الأول من الضغوط الوالدية وإبقاء الأبعاد.

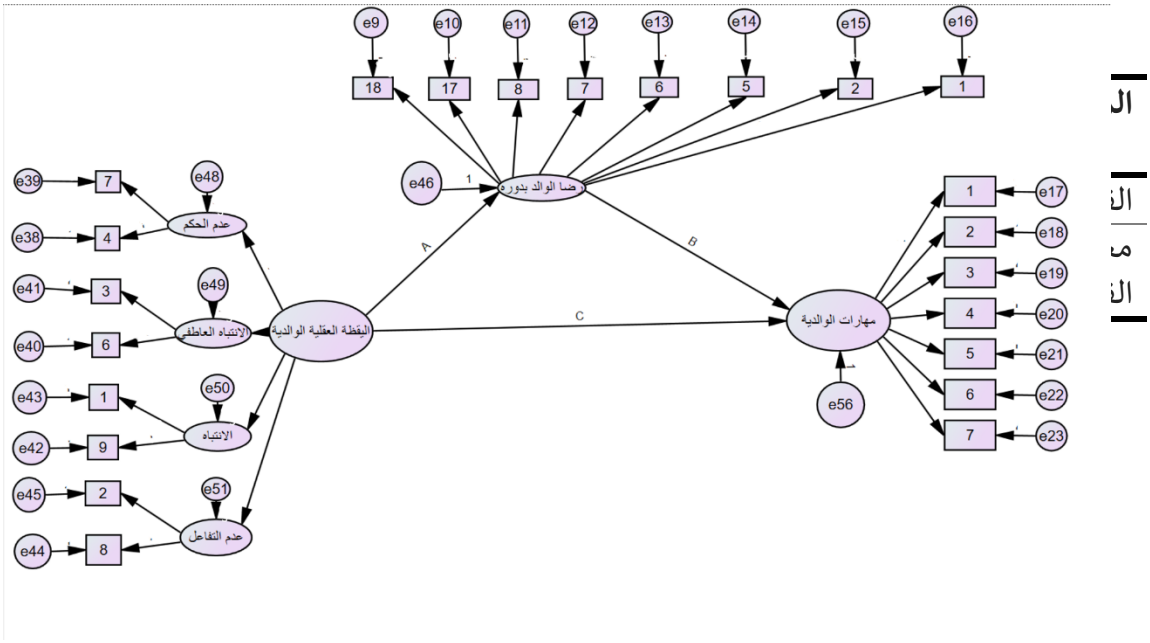
المؤشرات	Chi-Square, χ^2	الدلالة	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
القيمة	1123.987	0.000	.845	.831	.054	.057
معيار القبول	>0.05	≥.90		≥.90	≤.08	≤.08



شكل (6): النموذج البنائي بعد حذف المستوى الأول من الضغوط الوالدية وإبقاء الأبعاد.

بعد حذف المستوى الأول من الضغوط الوالدية وإبقاء الأبعاد تم تعديل النموذج البنائي بشكل إضافي بحذف البعد الأول من الضغوط الوالدية وإبقاء البعد الثاني رضا الوالد بدوره. جاء هذا التعديل بهدف توضيح العلاقة بين اليقظة العقلية وكل بعد من أبعاد الضغوط بشكل أكثر دقة، وتقليل التعقيد الناتج عن احتواء المستوى الأول على بعدين متضادين (إيجابي وسلبي)، مما قد يفسر ظهور نتائج عكسية مقارنة بالدراسات السابقة التي أشارت إلى أن اليقظة العقلية الوالدية تخفض الضغوط الوالدية.

جدول(11): مؤشرات جودة المطابقة بعد تعديل النموذج بحذف البعد الأول من الضغوط الوالدية وإبقاء البعد الثاني رضا الوالد بدوره.



شكل (7): النموذج البنائي بعد حذف المستوى الأول من الضغوط الوالدية وإبقاء الأبعاد.

تشير نتائج مؤشرات جودة المطابقة بعد تعديل النموذج، من خلال حذف البعد الأول من الضغوط الوالدية والإبقاء على البعد الثاني (رضا الوالد بدوره)، إلى أن النموذج يتمتع بدرجة ملاءمة جيدة للبيانات؛ حيث بلغت قيم (CFI = 0.914، TLI = 0.902) وهي ضمن الحدود المقبولة (≤ 0.90). كما بلغت قيم (SRMR = 0.051، RMSEA = 0.044) وهي ضمن الحدود المقبولة (≥ 0.08)، مما يشير إلى انخفاض مقدار الخطأ في النموذج.

كما بلغت قيمة (χ^2 = 466.7) وكانت دالة إحصائيًا (p < .001)، وهو أمر شائع في نماذج SEM خاصة مع كبر حجم العينة، لذا يتم الاعتماد بصورة أكبر على مؤشرات جودة المطابقة الأخرى. وبناءً على ذلك يُعد النموذج المعدّل مقبولًا ويدعم تفسير العلاقات بين متغيرات الدراسة.

جدول(12): معاملات ماردیا (Mardia's Coefficients) لاختبار الاعتدالية المتعددة للمتغيرات بعد حذف البعد الأول من مقياس الضغوط الوالدية.

	المعامل	القيمة المعيارية (z)	Chi-Square, χ^2	df	الدلالة
الالتواء	62.36		5,789	2,300	< .001
التفلطح	662.30	30.38			< .001

أظهرت نتائج اختبار ماردیا (Mardia's coefficients) دلالة إحصائية لكلٍّ من الالتواء والتفلطح المتعدد؛ حيث بلغ معامل الالتواء (χ^2 = 5789 (df = 2300, p < .001)، وبلغ معامل التفلطح (z = 662.30 30.38, p < .001)، مما يدل على عدم تحقق الاعتدالية المتعددة للبيانات.

ومع ذلك، وبالنظر إلى كبر حجم العينة في الدراسة الحالية (n = 557)، يُعد اختبار ماردیا من الاختبارات الحساسة لحجم العينة، حيث قد يؤدي الحجم الكبير للعينة إلى الكشف عن انحرافات طفيفة عن الاعتدالية المتعددة على أنها دالة إحصائيًا.

جدول (13): معاملات الانحدار المعيارية للنموذج البنائي بعد حذف البعد الأول من مقياس الضغوط الوالدية.

المسار	التقديرات	P	فترات الثقة	
			الأدنى	الأعلى
الضغوط الوالدية بُعد رضا الوالد بدوره ← مهارات الوالدية	-0.321	< .001	- 0.476	- 0.166
اليقظة العقلية الوالدية ← مهارات الوالدية	-0.562	< .001	- 0.721	- 0.404
اليقظة العقلية الوالدية ← الضغوط الوالدية بُعد رضا الوالد بدوره	0.701	< .001	0.622	0.780

تشير نتائج معاملات الانحدار المعيارية للنموذج البنائي بعد حذف البعد الأول من مقياس الضغوط الوالدية إلى وجود تأثيرات دالة إحصائيًا بين متغيرات الدراسة. حيث أظهرت الضغوط الوالدية (البعد الثاني) تأثيرًا سالبًا دالًا على مهارات الوالدية (β = -0.321، p < .001)، كما أظهرت اليقظة العقلية الوالدية تأثيرًا سالبًا دالًا على مهارات الوالدية (β = -0.562، p < .001). في المقابل، أظهرت اليقظة العقلية الوالدية تأثيرًا موجبًا دالًا على الضغوط الوالدية (البعد الثاني) (β = 0.701، p < .001). كما أن فترات الثقة لجميع المسارات لا تتضمن الصفر، مما يؤكد دلالة هذه التأثيرات. وبناءً على ذلك يدعم النموذج البنائي وجود علاقات سببية دالة بين متغيرات الدراسة. كما أن جدول (14) يوضح التأثيرات غير المباشرة في النموذج.

جدول (14): التأثيرات غير المباشرة في النموذج البنائي

	التقدير	P	فترات الثقة	
			الأدنى	الأعلى
اليقظة ← الضغوط البعد الثاني ← مهارات الوالدية	-0.225	< .001	-0.326	-0.125

تشير نتائج الجدول إلى وجود تأثير غير مباشر دال إحصائيًا لليقظة العقلية الوالدية في مهارات الوالدية عبر الضغوط الوالدية (البعد الثاني: رضا الوالد بدوره)، حيث بلغ مقدار التأثير (0.225-) عند مستوى دلالة(001. >) ، كما أن فترات الثقة 0.326–،0.326-0.125– لا تشمل الصفر، مما يؤكد دلالة التأثير الإحصائية.

المناقشة:

يمكن تفسير التأثير الموجب لليقظة العقلية الوالدية في رضا الوالد عن دوره في ضوء الأدبيات التي تشير إلى أن تدخلات اليقظة تسهم في خفض الضغوط الوالدية والضيق المرتبط بالدور (Bögels et al, 2010; Neece, 2014)كما قدم Duncan et al. (2009)إطارًا يوضح أن اليقظة العقلية الوالدية تعزز التنظيم الانفعالي، وتدعم التقبل غير الحُكمي، وتقلل من التفاعل الانفعالي التلقائي، مما ينعكس إيجابًا على خبرة الوالد أثناء التفاعل مع الطفل.

وفي سياق تأطير هذا التأثير ضمن نماذج تفسيرية أوسع للسلوك الوالدي يتسق ذلك مع نموذج Belsky (1984) الذي يؤكد أن الحالة النفسية والانفعالية للوالد تؤثر في إدراكه لذاته الوالدية وتقييمه لدوره. وبناءً على ذلك، فإن انخفاض الضغوط المصاحب لارتفاع اليقظة قد يسهم في تعزيز المشاعر الإيجابية المرتبطة بالدور، مما يدعم ارتفاع مستوى الرضا عن الوالدية. ورغم محدودية الأدلة المباشرة على هذه العلاقة، فإن هذا التفسير ينسجم مع الطروحات النظرية التي تؤكد أهمية التنظيم الانفعالي في تشكيل الخبرة الوالدية.

كما تشير نتائج النموذج البنائي إلى وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيًا بين رضا الوالد عن دوره—بوصفه أحد أبعاد الضغوط الوالدية—ومهارات الوالدية الإيجابية. ورغم أن هذه النتيجة قد تبدو غير متوقعة، فإنه يمكن تفسيرها في ضوء بعض الأطر النظرية.

وفقًا لنموذج Belsky (1984) لا تعتمد جودة السلوك الوالدي على شعور الوالد بالرضا فقط، بل تتأثر بشكل أكبر بموارده النفسية، مثل قدرته على ضبط انفعالاته والاستجابة لاحتياجات الطفل. لذلك، قد يشعر الوالد بالرضا عن دوره دون أن ينعكس ذلك بالضرورة على جودة ممارساته.

لمزيد من التفسير، يمكن الاستعانة بأطر نظرية إضافية تُسلّط الضوء على ديناميات الضغوط الوالدية وتنظيم السلوك، ما يطرحه نموذج Abidin (1992) أن الضغوط الوالدية ناتجة عن تفاعل بين متطلبات الدور وقدرات الوالد، وأن تأثيرها على السلوك ليس مباشرًا دائمًا. فقد يعني ارتفاع الرضا أحيانًا أن الوالد لا يدرك بشكل كافٍ متطلبات دوره، مما قد يقلل من مستوى مشاركته الفعلية، وانطلاقًا من منظور التنظيم الذاتي، فإن الشعور

بوجود فجوة بين الأداء الحالي والمستوى المطلوب يدفع إلى التحسن، بينما قد يؤدي ارتفاع الرضا إلى تقليل هذا الدافع. وتشير بعض الدراسات إلى أن الرضا الوالدي يعكس شعورًا ذاتيًا بالراحة أكثر من كونه مؤشرًا مباشرًا على جودة السلوك.(Johnston & Mash, 1989)

تشير نتائج النموذج البنائي إلى وجود تأثير مباشر سالب لليقظة العقلية الوالدية في مهارات الوالدية الإيجابية، وهي نتيجة قد تبدو غير متسقة مع التوقعات النظرية. إلا أنه يمكن تفسيرها في ضوء الدور المهم لتنظيم الانفعالات بوصفه عاملًا وسيطًا، فقد أوضحت بعض الدراسات أن فاعلية اليقظة تعتمد على قدرة الفرد على تنظيم استجاباته الانفعالية؛ إذ إن زيادة الوعي بالخبرات دون امتلاك مهارات تنظيم كافية قد تؤدي إلى ارتفاع إدراك الضغوط دون القدرة على التعامل معها بفعالية Acet and Oliver (2023) وفي هذه الحالة، قد تتحول اليقظة من مورد داعم إلى حالة من الوعي المرتفع بالضغوط، مما قد ينعكس سلبًا على توظيف مهارات الوالدية الإيجابية.

ومن زاوية تفسيرية يمكن فهم هذه النتيجة في ضوء الفجوة بين ما تقيسه أدوات اليقظة العقلية الوالدية والتي تركز غالبًا على جوانب المعرفة والانتباه مثل الوعي وعدم الحكم—وبين ما تتضمنه برامج اليقظة من مكونات أوسع تشمل تنظيم الانفعالات والتعاطف، كما في Coatsworth et al., (2015) في حين يقتصر القياس الحالي على أبعاد الوعي وعدم الحكم وعدم التفاعلDuncan et al. (2009) ، وعليه فإن التركيز على الوعي دون دعمه بمهارات انفعالية وعلاقية قد يزيد من إدراك الضغوط دون أن ينعكس في سلوكيات والدية إيجابية، وهو ما قد يفسر ظهور التأثير السالب في النموذج البنائي الحالي.

وانطلاقًا من ذلك، فإن النظر إلى المسارات غير المباشرة في النموذج البنائي يكشف عن مزيد من التعقيد في طبيعة هذه العلاقات حيث تشير نتيجة التأثير غير المباشر السالب إلى أن تأثير اليقظة العقلية الوالدية في مهارات الوالدية الإيجابية—عبر رضا الوالد عن دوره—لا يسير بشكل خطي بسيط، بل يعكس طبيعة دينامية معقدة داخل بنية الضغوط الوالدية.

فوفقًا لنموذجAbidin (1992) ، تُفهم الضغوط الوالدية من خلال إدراك الوالد لخبرته في أداء الدور. وفي هذا السياق، قد يؤدي ارتفاع الرضا—بوصفه مؤشرًا لتحسن الحالة الانفعالية—إلى تقليل مستوى التوتر أو الدافع الداخلي لتعديل السلوك، مما قد يحد من انعكاس هذا التحسن على الممارسات الوالدية بشكل مباشر.

كما يتسق ذلك مع نموذج Belsky (1984) ، الذي يرى أن السلوك الوالدي يتشكل من خلال تفاعل عوامل نفسية داخلية، وليس عبر مسارات مباشرة فقط. وبناءً عليه، قد يؤدي ارتفاع الرضا إلى خفض الضغط المدرك، وهو ما يقلل من تنشيط العمليات التنظيمية المرتبطة بتحسين السلوك، مما يفسر ظهور التأثير غير المباشر السالب في النموذج البنائي.

الخاتمة:

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء نموذج بنائي يفسّر طبيعة العلاقات بين اليقظة العقلية الوالدية والضغوط الوالدية ومهارات الوالدية الإيجابية لدى الأمهات، وذلك في إطار التوجهات الحديثة التي تؤكد أهمية تناول الممارسات الوالدية ضمن نماذج تحليلية تكاملية. وقد أسهمت نتائج الدراسة في تعميق الفهم لطبيعة التفاعل بين هذه المتغيرات، من خلال إبراز أدوارها المباشرة وغير المباشرة في تشكيل السلوك الوالدي.

وأظهرت النتائج أن مهارات الوالدية الإيجابية لا تتكوّن بمعزل عن السياق النفسي المحيط، بل تتأثر بدرجة وعي الوالدين وطبيعة تفاعلهم مع الضغوط المرتبطة بدورهم الوالدي، مما يعكس أهمية النظر إلى هذه المتغيرات باعتبارها منظومة مترابطة لا يمكن فصل عناصرها عن بعضها. كما بينت النتائج أن الضغوط الوالدية تمثل متغيرًا وسيطًا يفسّر العلاقة بين اليقظة العقلية الوالدية والممارسات التربوية، وهو ما يؤكد ضرورة تبني نماذج تفسيرية تستوعب تعقيد هذه العلاقات وتشابكها.

وفي ضوء هذه النتائج، تبرز مجموعة من الدلالات التطبيقية التي يمكن الاستفادة منها في تطوير البرامج الإرشادية والتربوية الموجهة للوالدين، بما يسهم في تحسين جودة التفاعل مع الأبناء وتعزيز المناخ الأسري الإيجابي. وانطلاقًا من ذلك، يمكن اقتراح عدد من التوصيات التي تدعم توظيف نتائج الدراسة في الواقع العملي، وذلك على النحو الآتي:

- تطوير برامج إرشادية موجهة للأمهات تهدف إلى تنمية مهارات الوالدية الإيجابية، من خلال تعزيز اليقظة العقلية الوالدية والحد من الضغوط الوالدية.
- إعداد أدلة تطبيقية مبسطة تتضمن استراتيجيات عملية لتوظيف اليقظة العقلية في المواقف التربوية اليومية، بما يسهم في تحسين التفاعل مع الأبناء.
- إجراء دراسات تشمل كلا الوالدين (الأب والأم) لفحص الفروق في الممارسات الوالدية.
- دراسة متغيرات نفسية وسيطة إضافية، مثل التنظيم الانفعالي والتعاطف الذاتي، لفهم آليات التأثير في السلوك الوالدي.

دور الممولين/الجهات الراعية

تم تمويل هذا المشروع من قبل الوقف العلمي بجامعة الملك عبد العزيز ، جدة، المملكة العربية السعودية. وعليه، يتقدم المؤلفون بجزيل الشكر والتقدير إلى الوقف وعمادة البحث العلمي على الدعم الفني والمالي.

الاعتبارات الأخلاقية:

تم مراعاة الضوابط الأخلاقية المرتبطة بالبحث العلمي، فقد تم الحصول على موافقة المشاركين قبل جمع البيانات، وتوضيح الهدف من الدراسة بصورة صريحة، كما تم اطلاعهم بمستوى السرية الذي سيتم التعامل به مع بياناتهم وما يقدمونه من معلومات، كما تم الالتزام قدر الإمكان بالرجوع للمصادر الأولية في الكتابة بمتن البحث، وتوثيقها وفق أسلوب الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA7)، ضمانًا للأمانة العلمية ودقة الاستشهاد.

المراجع:

أحمد سليمان الشاذلي, وائل. (2019). الوالدية اليقظة عقلياً وعلاقتها بالحساسية الزائدة لدي عينة من الوالدين وأبنائهم الموهوبين بالمرحلة الثانوية .المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج :doi .288-328 ,(67)67 , 10.21608/edusohag.2019.50551

البراشدية , حفيظة سليمان . (2022). المرونة النفسية والتنظيم الانفعالي وعلاقتهما بالوالدية الإيجابية لدى الوالدين العمانيين خلال فترة انتشار جائحة كورونا.مجلة العلوم التربوية.دار نشر جامعة قطر.

البقمي, نوره سعد. (2023). اضطراب الارتباط الأمومي وعلاقته بأنماط التعلق لدى الأمهات النفساء الدور الوسيط لاكتئاب ما بعد الولادة والضغوط الوالدية .مجلة الإرشاد النفسي :doi .1-65 ,(1)73 , 10.21608/cpc.2023.291489

References:

Abidin, R. R. (1992). The Determinants of Parenting Behavior. Journal of Clinical Child Psychology, 21(4), 407–412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12

Acet, P., & Oliver, B. R. (2023). Determinants of mindful parenting: a cross-cultural examination of parent and child reports. Current Psychology, 1-13.

Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. Child development, 83-96.

Bögels, S.M., Lehtonen, A. & Restifo, K. (2010). Mindful Parenting in Mental Health Care. Mindfulness **1**, 107–120. https://doi.org/10.1007/s12671-010-0014-5

Burgdorf, V., & Szabó, M. (2021) (2021) The Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale in Mothers of Children and Infants: Factor Structure and Associations With Child InternalizingProblems. Front.Psychol. 11:633709.doi: **10.3389/fpsyg.2020.633709**.

Carroll, P., & Hamilton, W. K. (2016). Positive Discipline Parenting Scale: Reliability and validity of a measure. Journal of Individual Psychology, 72(1), 60–74

Coatsworth, J. D., Duncan, L. G., Nix, R. L., Greenberg, M. T., Gayles, J. G., Bamberger, K. T., Berrena, E., & Demi, M. A. (2015). Integrating mindfulness with parent training: Effects of the mindfulness-enhanced strengthening families program. Developmental Psychology, 51(1), 26–35. https://doi.org/10.1037/a0038212

Deater-Deckard, K. (2004). Parenting stress. **Yale University Press.**

Deater-Deckard, K., & Scarr, S. (1996). Parenting stress among dual-earner mothers and fathers: Are there gender differences? Journal of Family Psychology, 10(1), 45–59. https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.1.45

Duncan, L.G., Coatsworth, J.D. & Greenberg, M.T.(2009). A Model of Mindful Parenting: Implications for Parent–Child Relationships and Prevention Research. Clin Child Fam Psychol Rev **12**, 255–270 (2009). https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3

Dunning, M. J., & Giallo, R. (2012). Fatigue, parenting stress, self-efficacy and satisfaction in mothers of infants and young children. Journal of Reproductive and Infant Psychology, 30(2), 145–159. https://doi.org/10.1080/02646838.2012.693910

Harnett, P.H. and Dawe, S. (2012), The contribution of mindfulness-based therapies for children and families and proposed conceptual integration. Child and Adolescent Mental Health, 17: 195-208. https://doi.org/10.1111/j.1475-3588.2011.00643.x

Johnston, C., & Mash, E. J. (1989). A Measure of Parenting Satisfaction and Efficacy. Journal of Clinical Child Psychology, 18(2), 167–175. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1802_8

Kabat-Zinn, M., & Kabat-Zinn, J. (1997). Everyday blessings: the inner work of mindful parenting. (No Title).

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer.

Moreira, H., Cristina Canavarro, M. (2020). Mindful Parenting is Associated with Adolescents' Difficulties in Emotion Regulation Through Adolescents' Psychological Inflexibility and Self-Compassion. J Youth Adolescence **49**, 192–211 (2020). https://doi.org/10.1007/s10964-019-01133-9

Neece, C.L. (2014), Mindfulness-Based Stress Reduction for Parents of Young Children with Developmental Delays: Implications for Parental Mental Health and Child Behavior Problems. J Appl Res Intellect Disabil, 27: 174-186. https://doi.org/10.1111/jar.12064

Parent, J., DiMarzio, K. Advancing Mindful Parenting Research: an Introduction. Mindfulness 12, 261–265 (2021). https://doi.org/10.1007/s12671-020-01572-7