

فاعلية برنامج تحسين اليقظة العقلية لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة

بنت لوس ميخائيل صليب
أ.د. أسماء محمد السرسى
أستاذ علم النفس كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس
أ.د. محمد رزق البحري
أستاذ علم النفس وكلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس

المخلص

المشكلة: تثير المشكلة السؤالين التاليين هل يساعد البرنامج الإرشادي في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة؟ وهل تستمر فاعلية البرنامج الإرشادي (إن وجدت) في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من ذوي صعوبات تعلم القراءة بعد شهر من تطبيق البرنامج (فترة القياس التتبعي)؟
الأهداف: تهدف هذه الدراسة إلى إعداد برنامج إرشادي لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة، وبيان تأثير البرنامج في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (عبر الزمن) من خلال القياس التتبعي.

العينة: بلغ حجم عينة الدراسة (ن= ٢٠) طفلاً تراوحت أعمارهم ما بين (٩- ١٢) عاماً، مقسمين بالتساوي بطريقة عشوائية لمجموعتين (ن= ١٠) أطفال للمجموعة التجريبية ومقسمة (ن= ٥) من الذكور و(ن= ٥) من الإناث، وكذلك (ن= ١٠) أطفال للمجموعة الضابطة مقسمين (ن= ٥) من الذكور، و(ن= ٥) من الإناث وجميعهم لديهم صعوبات تعلم قراءة.

الادوات: اعتمدت الباحثة لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من صدق فروضها على قائمة البيانات الأولية (إعداد الباحثة)، ومقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (إعداد الباحثة)، وبرنامج تحسين اليقظة العقلية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (إعداد الباحثة)، ومقياس ستانفورد بينية للذكاء الصورة الخامسة (تعريب: صفوت فرج وآخرون، ٢٠١١)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد محمد سعيان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، ومقياس عسر القراءة (إعداد نصره جليل، ٢٠١٤).

النتائج: أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج في تنمية اليقظة العقلية (التوجه نحو الحاضر، الانفتاح على الجديد، التمييز اليقظ، الوعي بوجهات النظر المتعددة) لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (المجموعة التجريبية).

The Effectiveness of Program for Improving Mindfulness in Children with Learning reading Disabilities

Problem: The problem raises the following two questions, Does the counseling program help in improving the mindfulness of the study sample of children with learning reading difficulties?, and Does the counseling program continue to be effective- if any- in improving the mindfulness of the study sample with learning reading difficulties after one- month of application of the program (the follow- up measurement period)?.

Objectives: Preparing a counseling program to improve mindfulness for the study sample of children with reading difficulties, and Demonstrating the effect of the program in improving mindfulness among the study sample of children with reading difficulties- through time-through the follow- up measurement.

Sample: The study sample consists of (n= 20) children, their ages ranged between (9- 12) years, divided equally into two groups, (n= 10) children as the experimental group, as well as (n= 10) children as the control group.

Tools: To achieve the study objectives and check the hypotheses validity, the researcher uses the following tools: List of primary data (by the researcher), Scale of Mindfulness for Children with Reading Difficulties (by the researcher), A Program for Improving Mindfulness, for children with Reading Difficulties (by the researcher), Stanford Binet Intermediate Intelligence Scale, the fifth Edition (SB5) (Arabization: Safwat Farag et.al., 2011), Scale of the Socio- Economic and Cultural Level (by Mohamed Saafan and Doaa Khattab, 2016), and The Scale of Dyslexia (by Nasrat gilg, 2014).

Results: The study results indicate the effectiveness of the program in developing mindfulness, (orientation towards the present, openness to the new, vigilant discrimination, awareness of multiple points of view) for children with reading difficulties (the experimental group).

وتحسين جودة الحياة والحد من مشكلات الصحة النفسية مثل القلق، والاكتئاب (Thornton et.al, 2017)، وتحسين المهارات الاجتماعية والفاعلية الذاتية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (Bistagan & Najafi, 2017) ولندرة الدراسات السابقة التي تناولت تحسين اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (في حدود ما اطلعت عليه الباحثة) ستجرى هذه الدراسة، وتثير المشكلة السؤالين التاليين:

١. هل يساعد البرنامج الإرشادي في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة؟
٢. هل تستمر فاعلية البرنامج الإرشادي (إن وجدت) في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من ذوي صعوبات تعلم القراءة بعد شهر من تطبيق البرنامج (فترة القياس التتبعي)؟

هدف الدراسة:

١. إعداد برنامج إرشادي لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.
٢. بيان تأثير البرنامج في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (عبر الزمن) من خلال القياس التتبعي.

أهمية الدراسة:

١. الأهمية النظرية:
 - أ. تتحدد أهمية هذه الدراسة في إطار اهتمام المجتمع بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة والأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة بصفة خاصة، باعتبارهم من أكثر النسب انتشاراً في مجال صعوبات التعلم.
 - ب. ندرة الدراسات التي تناولت تحسين اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (في حدود ما اطلعت عليه الباحثة) في البيئة العربية.
 - ج. التعرف على الدور الذي تؤديه اليقظة العقلية في التأثير على الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.
 - د. أهمية متغير اليقظة العقلية لكونه من المتغيرات الإيجابية التي تنتمي إلى منظومة علم النفس الإيجابي وتأثيراته الإيجابية في جميع مجالات توافق الشخصي الاجتماعي والأكاديمي.
 - هـ. إلقاء الضوء على أهمية اليقظة العقلية في التعليم، والتي تجعل التعليم تجربة أكثر وعياً.
٢. الأهمية التطبيقية:
 - أ. الكشف عن السمات النفسية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة حيث يمكن العمل على التخفيف من حدة تلك الآثار النفسية لصعوبات تعلم القراءة عليهم.
 - ب. توجيه اهتمام المسؤولين والتربويين والأخصائيين النفسيين إلى استخدام أساليب واستراتيجيات جديدة مناسبة لمحاولة التخفيف من المشكلات التي يعاني منها الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.
 - ج. تحسين الصحة النفسية والتوافق المدرسي للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة من خلال تحسين اليقظة العقلية لديهم.
 - د. تقديم الدراسة أداة لقياس اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.
 - هـ. تقديم دراسة لتحسين اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.

مفاهيم الدراسة:

١٢ اليقظة العقلية: تعرف بأنها عملية تعمل على تحسين الرفاهية النفسية من خلال عمليات اللامركزية والقبول والتعرض والتنظيم الذاتي (Haydicky, Wiener, Badali, Milligan & Ducharme, 2012) وتعرف اليقظة العقلية بأنها مفهوم نفسي يرتبط بعلم النفس الإيجابي، يسعى إلى تركيز الانتباه عن قصد في اللحظة الحالية، دون إصدار أحكام مسبقة على الخبرات أو الانفعالات أو الأفكار، ويفهمها على أنها أحداث عقلية مؤقتة، وليست تمثيلاً للواقع، ويتعامل معها بعقل منفتح وحب استطلاع مما يؤدي إلى الاستبصار

يتسم التلميذ ذو صعوبات تعلم القراءة بقصور واضح في العمليات المعرفية التي تعتمد في أساسها على الانتباه، وقصور في استخدام اللغة؛ فهو يتأخر عن أقرانه في اكتساب القراءة، وفي إخراج الأصوات، ونطقه للكلمات واستخدام الجمل، والتعبير اللفظي عن أفكاره ومشاعره. فنجذ أنه لا يستطيع التعبير عن نفسه وعما يدور بينه وبين الآخرين، وذلك لما يتعرض له من سخرية واستهزاء من طرف الآخرين، ويترتب على ذلك العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية التي تؤثر على التلميذ ذي صعوبات تعلم القراءة (سوميه قدي، ٢٠١٧).

لذلك توجه الاهتمام باليقظة العقلية والهدف الأساسي لها هو تحديد كيفية تفاعل الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة مع بيئتهم، والتواصل مع اللحظة الحالية والمساعدة في زيادة اهتمامهم العام وزيادة الانتباه لديهم (Enoch, 2015).

فاليقظة العقلية مفهوم نفسي يرتبط بعلم النفس الإيجابي، وينظر إليه على أنه يقوم على تركيز الانتباه عن قصد في اللحظة الحاضرة والوعي بالخبرات لحظة بلحظة وقبولها، دون إصدار أحكام على الخبرات أو الانفعالات أو الأفكار، أو تقييمها والتصرف نحوها بعقل منفتح، وبذلك فإن هنالك بعدين أساسيين في اليقظة العقلية هما: الوعي باللحظة الحالية، وعدم إصدار أحكام مسبقة (محمد أحمد، ٢٠١٧).

كما أنها تشير إلى الفحص الدقيق للتوقعات والتفكير المستمرين باعتماد الفرد على خبراته، فاليقظة العقلية توسع الرؤية وبالتالي تزيد فرص التفاعل عكس النظرة القطعية للأمور التي تأسر المتعلم في حدود معوقة ومعطلة، ففوق المتعلم في النظرة القطعية تفرض عليه الروتين والجمود وتفرض عليه باب رؤية الجديد والمغاير والاحتمالي والممكن، فاليقظة العقلية تجعله يتقبل الأفكار الجديدة من مصادر متعددة، لذا نرى أن الأشخاص المتيقظون عقلياً لا يحصرّون أنفسهم في نطاق رؤية واحدة أو طريقة واحدة لحل المشكلات أو أداء المهام (نائل محمد، ٢٠١٥).

إذ تساعد البرامج القائمة على اليقظة العقلية الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة على إدراك اللحظة الراهنة وإظهار ما لديهم من قدرات وإمكانات دون التقيد بالأفكار الجامدة، والتقليل من القلق والاكتئاب وإدارة المشكلات الانفعالية بشكل أفضل، كما تساعدهم على ممارسة أنوارهم بصورة جيدة، وزيادة الوعي الذاتي وتحسين التحكم في الدوافع، وتقليل التفاعل الانفعالي مع الأحداث الصعبة مما يؤثر بصورة إيجابية على الأداء الأكاديمي والسلوك المشكل واحترام الذات والمهارات الاجتماعية لدى الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (Thornton & Gupta, 2018) & (Williamson & Cooke, 2017).

ونظراً لأهمية التدخلات العلاجية من خلال اليقظة العقلية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة وتأثيرها الإيجابي في حياتهم من خلال تقليل القلق والاكتئاب الذي يعاني منه الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة وتحسين المهارات الاجتماعية لديهم، ولأهميتها في مساعدة المتعلم على زيادة التحصيل الدراسي من خلال مساعدته على تركيز انتباهه نحو كيفية الاستجابة للمهام؛ فهي تشارك في التفكير الفعال؛ لذا ستجرى هذه الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج إرشادي لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.

مشكلة الدراسة:

لاحظت الباحثة باطلاعها على العديد من البحوث والدراسات التي أجريت في مجال الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة أن هناك فئة من التلاميذ غير القادرين على التعلم في ظل النظم التعليمية العادية وهم الأطفال ذوي صعوبات التعلم بشكل عام وذوي صعوبات تعلم القراءة بشكل خاص، حيث ينخفض معدل تحصيلهم الدراسي مقارنة بأقرانهم مما يؤدي إلى العديد من التأثيرات السلبية العميقة على الجوانب الانفعالية والدافعية من شخصية الطفل، والتي تؤدي دوراً مهماً في أدائهم الدراسي. فقد أشارت نتائج الدراسات إلى أهمية اليقظة العقلية كمدخل علاجي وفعال في علاج العديد من الاضطرابات النفسية والاجتماعية والسلوكية والمشكلات الأكاديمية وارتباطها إيجابياً بتحسين مستوى الانتباه والتحكم في النفس (Enoch, 2015)،

بالموقف (محمد أحمد، ٢٠١٨).

التعريف الإجرائي: هي حالة نفسية حرة تتضمن الانتباه المفتوح والمتقبل للمعرفة التي تحدث في اللحظة الحاضرة والوعي الذي ينشأ من خلال الانتباه المتمدد بطريقة مفتوحة لما يحدث في اللحظة الحالية وتتكون من بعدين هما الفضول أو حب الاستطلاع والبعد الثاني هو عدم التركيز ويعبر عنها إجرائياً بأنها استجابات عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة على مقياس البيضة العقلية (إعداد الباحثة).

٢١ صعوبات تعلم القراءة: تعريف صعوبات تعلم القراءة بأنها صعوبة في القراءة الجهرية للحروف والكلمات نتيجة لضعف قدرة التلميذ على إدراك شكل وأصوات الحروف المسموعة والمكتوبة، وعدم فهم معاني الجمل والكلمات المطبوعة (منصوري مصطفى وكحلول بلكاسم، ٢٠١٦).

فهى صعوبة من صعوبات التعلم تنسم بمشكلات في الجوانب الاستيعابية والتعبيرية للغة، أو اللغة المكتوبة أو المقروءة، وهى لا ترجع إلى صعوبات حسية (سمعية أو بصرية)، كما لا ترجع إلى انخفاض الذكاء، كما أن المشكلة ليست مشكلة سلوكية أو نفسية أو اجتماعية، وإنما مشكلة في عمليات تشغيل اللغة، أى صعوبة ترجمة اللغة إلى أفكار كما في الاستماع أو القراءة أو صعوبة ترجمة الأفكار إلى لغة كما في الكتابة أو التحدث (سارة محمد، ٢٠١٧).

التعريف الإجرائي: هي اضطراب نوعي مبني على أساس اللغة، وهى من أصل تكويني، وتنسم بصعوبات في فك رموز الكلمة المفردة، وعادة تعكس قدرات تشغيل فونولوجي (صوتي) غير ملائم والذي نستطيع قياسه من خلال اختبار تشخيص العسر القرائي (نصرة لجل، ٢٠١١: ٨). وهم عينة الدراسة الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٠-١٢) عاماً وليس لديهم أية إعاقات أو أمراض مزمنة.

دراسات سابقة:

١. دراسة بستاجاني ونجافي (Bistagani & Najafi, 2017) بعنوان فاعلية البيضة العقلية المرتكزة على الطفل فيما يتعلق بالمهارات الاجتماعية والفاعلية الذاتية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة، باستخدام تصميم القياس القبلي والمجموعتين التجريبية والضابطة، وقد تكونت عينة الدراسة من ٣٠ طفلاً قد تم اختيارهم بصورة عشوائية من التلاميذ ذوي صعوبات تعلم القراءة الملتحقين بالصفوف خلال العام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) والذين تم إحالتهم إلى مراكز الإرشاد التربوي، وقد اعتمدت الدراسة على استبيانات الكفاءة الذاتية والمهارات الاجتماعية للأطفال. وتم تحليل البيانات بواسطة تحليل التباين. وأسفرت نتائج الدراسة على أن علاج البيضة العقلية المتمركز حول الطفل كان فعالاً في المهارات الاجتماعية والفاعلية الذاتية للأطفال ذوي صعوبات التعلم.

٢. قام محمد أحمد حامد بدراسة عام (٢٠١٨) بعنوان فاعلية برنامج تدريبي لتنمية البيضة العقلية في تحسين مهارات تنظيم الذات وخفض صعوبات الانتباه لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم وقد تكونت عينة الدراسة من ١٤ طفلاً من ذوي صعوبات تعلم القراءة وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين: تجريبية وضابطة، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٠-١٢) سنة واستخدمت الدراسة مقياس البيضة العقلية للأطفال والمراهقين، ومقياس التنظيم الذاتي، ومقياس صعوبات الانتباه، والبرنامج التدريبي القائم على البيضة العقلية كأدوات وأظهرت النتائج تسناً دالاً إحصائياً في البيضة العقلية وتنظيم الذات، ومستوى الانتباه لدى عينة الدراسة التجريبية بعد تطبيق البرنامج وبعد فترة القياس التتبعي.

٣. أجرى كيلر وروثروف وكيلر (Keller, Ruthruff & Keller, 2019) دراسة بعنوان اختبار البيضة العقلية والسرعة لدى الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم: النفط والماء، وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٠ طالباً بالمرحلة الابتدائية يعانون من صعوبات التعلم وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وقد اعتمدت الدراسة على إجراء المقابلات مع

التلاميذ وعائلاتهم ونموذج تقييم السمات الست للكتابة ومقياس (DIBELS) المستخدم لتقييم الأطفال من حيث دقة القراءة والطلاقة والفهم. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن تقليل الفلق وظهور التحسينات في الكتابة والقراءة والتأثير الإيجابي والوعي الذاتي والفاعلية الذاتية واستخدام استراتيجيات ما وراء المعرفة.

تقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال استقراء نتائج الدراسات السابقة:

١. ندرة الدراسات التي تناولت البيضة العقلية للأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة (في حدود ما أطلعت عليه الباحثة) في البيئة العربية.
٢. نجد أن الدراسات السابقة قد اهتمت بذوى صعوبات التعلم في مرحلة الطفولة وذلك لأهمية هذه المرحلة في حياة الفرد.
٣. أكدت الدراسات السابقة أهمية تحسين البيضة العقلية لدى الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة.

فروض الدراسة:

في ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة صاغت الباحثة فروضها على النحو التالي:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات البيضة العقلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد تطبيق إجراءات البرنامج، وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات البيضة العقلية لدى المجموعة التجريبية في القياسين قبل تطبيق البرنامج وبعده وذلك في اتجاه القياس البعدي.
٣. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات البيضة العقلية لدى المجموعة الضابطة في القياسين قبل البرنامج وبعده.
٤. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات البيضة العقلية لدى المجموعة التجريبية في القياس بعد تطبيق إجراءات البرنامج والقياس التتبعي.

منهج الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج التجريبي ذي التصميم التجريبي الذي يعتمد على مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية والقياس القبلي والبعدي والتتبعي.

عينة الدراسة:

اختارت الباحثة عينة الدراسة بطريقة قصدية من العيادات والمراكز المتخصصة التي تعمل بها الباحثة وقد تم تطبيق الدراسة في أحد قاعات مركز First Step وذلك بسبب تدايعات أزمة كورونا وذلك في إطار المحددات الآتية:

١. حجم العينة: بلغ حجم عينة الدراسة (ن=٢٠) طفلاً، مقسمين بالتساوي بطريقة عشوائية لمجموعتين (ن=١٠) أطفال للمجموعة التجريبية ومقسمة (ن=٥) من الذكور و(ن=٥) من الإناث، وكذلك (ن=١٠) أطفال للمجموعة الضابطة مقسمين (ن=٥) من الذكور، و(ن=٥) من الإناث وجميعهم لديهم صعوبات تعلم قراءة.
٢. خصائص العينة: تراوحت أعمار العينة ما بين (٩-١٢) عاماً، وذلك لأن العديد من الدراسات قد أكدت على أن ظهور المشكلات النفسية للأطفال تظهر بعد دخوله المدرسة حيث تظهر صعوبات التعلم وتؤثر عليه بشكل كبير (ماهر الزيادات ونهلا حداد، ٢٠١٢)، حيث كان متوسط أعمار المجموعة التجريبية ٩٠،٨٠ والانحراف المعياري ٠،٨٠، وكان متوسط أعمار المجموعة الضابطة ٩٠،٨٠ والانحراف المعياري ٠،٧٩.

- أ. تكونت العينة من الذكور والإناث من ذوي صعوبات تعلم القراءة.
- ب. تكونت عينة الدراسة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة، وذلك بناء على ما اطلعت الباحثة من دراسات سابقة، على أنها أكثر صعوبات التعلم الأكاديمية انتشاراً (سليمان عبد الواحد، ٢٠١٠: ٢٩٤).

٤. تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.
٥. تم تطبيق البرنامج المستخدم في الدراسة على أفراد العينة التجريبية دون الضابطة وأستغرق تطبيق البرنامج شهر ونصف تقريبا في الفترة من ١٨ / ٧ / ٢٠٢١ إلى ٣٠ / ٨ / ٢٠٢١ ثم تم إعادة التطبيق في ١ / ٩ / ٢٠٢١.
٦. وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج، قامت الباحثة بتطبيق مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، ثم المقارنة بينهما في الدرجات قبل وبعد تطبيق البرنامج.
٧. بعد انتهاء تطبيق البرنامج بـ ٣٠ يوما، تم إعادة التطبيق لمقياس اليقظة العقلية مرة أخيرة وذلك على أطفال المجموعة التجريبية لمعرفة مدى استمرارية فاعليته.

الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة وحساب الكفاءة السيكمترية لمقياس اليقظة العقلية، والتحقق من صدق فروض الدراسة وعدد أفراد عينة الدراسة استخدمت الباحثة معاملات ارتباط بيرسون، والمتوسطات، والانحراف المعياري، واختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة واختبار ويلكوسون للبارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، واختبار مان ويتنى للبارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة.

نتائج الدراسة:

٢١ نتائج الفرض الأول: ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار مان ويتنى للبارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، ويوضح ذلك جدول (٢).

جدول (٢) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U) و(Z) ودلالتهما بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد البرنامج على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة

المجموعة والقيم	ضابطة (ن=١٠)		تجريبية (ن=١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
التمييز اليقظ	٥,٥	٥٥	١٥,٥	١٥٥	٠	٣,٨٦٥	٠,٠٠١
الافتتاح على الجديد	٧,٠٥	٧٠,٥٠	١٣,٩٥	١٣٩,٥	١٥,٥٠	٢,٦٩٢	٠,٠٠١
التوجه نحو الحاضر	٦,٧٠	٦٧,٠٠	١٤,٣٠	١٤٣,٠	١٢,٠٠	٢,٩٥٨	٠,٠٠١
الوعي بوجهات النظر المتعددة	٦,٤٠	٦٤,٠٠	١٤,٦٠	١٤٦,٠	٩,٠٠	٣,٢٧٠	٠,٠٠١
الدرجة الكلية	٥,٥	٥٥	١٥,٥	١٥٥	٠	٣,٨٠٣	٠,٠٠١

أشارت نتائج جدول (٢) إلى تحقق صدق هذا الفرض بوجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة (التمييز اليقظ، والانفتاح على الجديد، والتوجه نحو الحاضر، والوعي بوجهات النظر المتعددة، والدرجة الكلية) في القياس بعد تطبيق البرنامج؛ وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية.

وقد يرجع ذلك إلى الأنشطة التي تم استخدامها في تحسين اليقظة العقلية ومكوناتها، وهذا ما أدى إلى الاختلاف بين درجات المجموعة الضابطة والتجريبية على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة فقد تعرض أفراد المجموعة التجريبية لجلسات البرنامج وأنشطته المختلفة بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة ويتفق ذلك مع دراسة (محمد أحمد حامد، ٢٠١٨) التي أشارت إلى أن التدريب يساهم في تنظيم الذات لدى الأطفال وتنظيم مستوى الانتباه الناتج عن تحسين اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوى صعوبات التعلم. وأكدت دراسة هيرتوبيس ولاكورس وتاييلور وجوسميث (Hurtubise, Lacours, 2017) على تأثير التدريب على اليقظة العقلية على الأعراض والسلوكيات مثل القلق والإكتئاب والإهمال والعدوان لدى التلاميذ ذوى

٣. شروط اختيار العينة: راعت الباحثة توافر الشروط الآتية عند اختيار العينة:
- أ. أن يكونوا من ذوى صعوبات تعلم القراءة وهذا ما سبق الإشارة إليه بعد تطبيق اختبار عسر القراءة عليهم.
 - ب. استبعاد الأطفال ذوى الإعاقة حيث إن من شروط تقييم ذوى صعوبات التعلم خلوهم من أى إعاقة حسية أو جسدية.
 - ج. ألا يقل نسبة الذكاء عن المتوسط بعد تطبيق مقياس ستانفورد بينيه للذكاء النسخة الخامسة، حيث كان متوسط ذكاء المجموعة التجريبية ٦٣,٢٠ والانحراف المعياري ٨,٩٨، وكان متوسط ذكاء المجموعة الضابطة ٦٢,٨٠ وانحراف معياري ١١,٦٠.
 - د. ألا يعاني أحد أفراد العينة من أمراض مزمنة.
 - هـ. ألا يكون أحد الوالدين متوفي.
 - و. ألا يعاني أحد الوالدين من إعاقة أو من مرض مزمن.
 - ز. ألا يكون الوالدان منفصلين، أو أحدهما مسافر للخارج.
 - ح. ألا يقل المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي لهم عن المتوسط بعد تطبيق مقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي.
 - ط. اختيار الأطفال الذين حصلوا على درجات منخفضة بعد تطبيق مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة عليهم، وحساب قيمة الربيع الأول أو الأدنى واختيار الأطفال الذين حصلوا على درجات أقل من قيمة الربيع الأول وكان ٢٠ طفلا قسموا في مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة عشوائية وتم اختيارهم من العديد من مراكز التأهيل النفسي.
٤. التجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة عينة الدراسة: قامت الباحثة بحساب التجانس بين المجموعة التجريبية والضابطة في عدة متغيرات من شأنها التأثير في نتائج الدراسة كالتالي:

جدول (١) متوسطا الرتب ومجموعهما وقيمتا (U) و(Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في الذكاء، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي، والعمر، وصعوبات تعلم القراءة، والقياس القبلي لليقظة العقلية

المتغير	تجريبية (ن=١٠)		ضابطة (ن=١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
الذكاء	٩,٣٥	٩٣,٥	١١,٦٥	١١٦,٥	٤٨,٥٠	-٠,٨٧٥	غير دالة
المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي	١٠,٥٠	١٠٥,٠	١٠,٥٠	١٠٥,٠	٥٠,٠٠	٠,٠٠٠	غير دالة
العمر	١٠,٥	١٠٥,٠٠	١٠,٥	١٠٥,٠٠	٥٠,٠٠	٠,٠٠٠	غير دالة
صعوبات تعلم القراءة	١١,٢٠	١١٢,٠٠	٩,٨٠	٩٨,٠٠	٤٣,٠٠	-٠,٥٣٥	غير دالة
قياس قبلي لليقظة العقلية	٨,٩٥	٨٩,٥٠	١٢,٠٥	١٢٠,٥٠	٣٤,٥٠	١,١٩٨	غير دالة

أدوات الدراسة:

اعتمدت الباحثة لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من صدق فروضها على قائمة البيانات الأولية (إعداد الباحثة)، ومقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة (إعداد الباحثة)، وبرنامج تحسين اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة (إعداد الباحثة)، ومقياس ستانفورد بينيه للذكاء الصورة الخامسة (تعريب صفوت فرج وآخرون، ٢٠١١)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، ومقياس عسر القراءة (إعداد نصره جليل، ٢٠١٤).

إجراءات تطبيق الدراسة:

اتبعت الباحثة في الدراسة الخطوات التالية:

١. اختيار عينة الدراسة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة من سن (٩-١٢) عاما لديهم اليقظة العقلية منخفضة.
٢. قامت الباحثة بحساب التجانس بين أفراد العينة من حيث العمر الزمني والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة، ودرجة عسر القراءة لدى الأطفال والقياس القبلي لدرجة اليقظة العقلية.
٣. تطبيق مقياس اليقظة العقلية على أفراد العينة قبل تطبيق البرنامج.

صعوبات تعلم القراءة وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

٢ نتائج الفرض الثاني: ينص الفرض الثاني على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة في القياسين قبل وبعد تطبيق إجراءات البرنامج على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة وذلك في اتجاه القياس البعدي"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، ويوضح ذلك جدول (٣).

جدول (٣) متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (Z) ودالاتها بين القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج للمجموعة التجريبية (ن = ١٠) على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة

القياس والقيم	قياس قبلي	متوسط رتب مجموع رتب	قياس بعدي	متوسط رتب مجموع رتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
التمييز اليقظ	صفر	صفر	٥٥	٢,٨٨٩	١,٠٠	غير دالة
الانفتاح على الجديد	صفر	صفر	٥٥	٢,٨١٠	١,٠٠	غير دالة
التوجه نحو الحاضر	صفر	صفر	٥٥	٢,٩١٣	٠,٠٠٠	غير دالة
الوعي بوجهات النظر المتعددة	صفر	صفر	٥٥	٢,٨٥٩	٠,٠٠٠	غير دالة
الدرجة الكلية	صفر	صفر	٥٥	٢,٨٥٠	١,٥٠	غير دالة

أشارت نتائج جدول (٣) إلى تحقق صدق هذا الفرض بوجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر المتعددة، والدرجة الكلية) في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج وذلك في اتجاه القياس البعدي، مما يعنى تحسن أطفال المجموعة التجريبية بعد تعرضهم لجلسات البرنامج. وقد يرجع ذلك إلى الأنشطة التي استخدمتها الباحثة لتحسين اليقظة العقلية ومكوناتها عن طريق المعاشاة الواقعية لأحداث العديد من القصص والاندماج فيها وكأنهم جزء لا يتجزأ من الشخصيات كمعاشاة الأطفال لقصة (الطفل ذو القامة القصيرة) والتي تدعو إلى ضرورة التقبل الإيجابي لاختلافات الآخرين وذلك لأن الاختلاف اكتمال. وكذلك المعاشاة الواقعية لأحداث فيلم (موانا) والتي تعلن فيه إصرارها ومسؤوليتها عن ذلك القرار وعواقبه. وكان لمعاشاة الأطفال لمثل هذه الأحداث أثر إيجابي واضح لتحسين اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.

واعتمدت الباحثة في اختيار شخصيات القصص التي يعايشها الأطفال شخصيات مرحلة، واختيار أبطال هذه القصص في سن مقارب للأطفال المجموعة التجريبية، مما يشعرهم بالحماس والثقة في النفس والمرونة المعرفية والرغبة في البحث عن ما هو جديد وتقبل الآخرين وهذا نتاج واضح لتحسن اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة، كما اعتمدت على الطرق غير التقليدية في سرد القصص لإثارة حماس وشغف وتفكير الأطفال لما لهذه الطرق من تأثير قوى في شخصية الأطفال، عن طريق قيام الباحثة باستخدام طبقات مختلفة لصوتها أثناء سرد القصص فكانت هذه الطريقة تنير البهجة والسرور لدى الأطفال.

كما أن اعتماد الباحثة على ممارسة بعض الأنشطة اليدوية كعمل قبعات باستخدام خامات بسيطة للوصول إلى إنتاج ذو شكل جميل أعطى للأطفال ثقة أكبر في قدراتهم وزادت من رغبتهم في الاستمرار في الجلسات، كما داعبت الباحثة خيال الأطفال بطريقة سلسة ومرحة قادتهم إلى القدرة على حل المشكلات بطرق جديدة وأكثر فاعلية، والشعور بالارتياح النفسى وخفض الشعور بالقلق، والقدرة على الإبداع والابتكار، والقدرة على التركيز على الخبرة الحالية والشعور بالكفاءة والفاعلية وهذا ما أكدته دراسة هرتوبيس وتاييلور وماجو (Hurtubise, Taylor & Mageau, 2019).

وكذلك راعت الباحثة أثناء ممارسة الأنشطة الترفيهية أن تتنوع أدوار كل واحد منهم حتى لا يسود نمط روتينى أو تقل دافعية وحماس الأطفال بل تنوعت أدوارهم واختلفت لتشكل نسق متكامل في شخصية كل طفل.

٢ نتائج الفرض الثالث: ينص الفرض الثالث على "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أطفال المجموعة الضابطة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة قبل وبعد تطبيق إجراءات البرنامج"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، ويوضح ذلك جدول (٤).

جدول (٤) متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (Z) ودالاتها بين القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج للمجموعة الضابطة (ن = ١٠) على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة

القياس والقيم	قياس قبلي	متوسط رتب مجموع رتب	قياس بعدي	متوسط رتب مجموع رتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
التمييز اليقظ	١,٠٠	١,٠٠	٠	٠	١,٠٠	غير دالة
الانفتاح على الجديد	٠	٠	١,٠٠	١,٠٠	١,٠٠	غير دالة
التوجه نحو الحاضر	٠	٠	٠	٠	٠,٠٠٠	غير دالة
الوعي بوجهات النظر المتعددة	٠	٠	٠	٠	٠,٠٠٠	غير دالة
الدرجة الكلية	١,٥٠	١,٥٠	١,٥٠	١,٥٠	١,٥٠	غير دالة

أشارت نتائج جدول (٤) إلى تحقق صدق هذا الفرض بعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر المتعددة، والدرجة الكلية) في القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج، ويرجع ذلك لعدم تعرض المجموعة الضابطة لأنشطة البرنامج، وهذا ما أكدته دراسة كيلر وروثروف وكيلر (Keller, Ruthruff & Keller, 2019) حول أهمية التدريب على اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة نظرا لفاعليتها في تقليل القلق وظهور التحسينات في الكتابة والقراءة والتأثير الإيجابي والوعي الذاتى والفعالية الذاتية واستخدام استراتيجيات ما وراء المعرفية، كما أكدت دراسة بستانجاني ونجافى (Bistagani & Najafi, 2017) أن علاج اليقظة العقلية المتمركز حول الطفل كان فعالا في تنمية المهارات الاجتماعية والفاعلية الذاتية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة. لذلك نجد أن الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة لديهم العديد من المشكلات مقارنة بأقرانهم العاديين. كما أن عدم وعى الآباء بصعوبات تعلم القراءة لدى أبنائهم وبخصائص تلك الصعوبات وعدم معرفتهم للمشكلات النفسية الناتجة عنها، وعدم تنمية جوانب القوة لدى الأطفال بحيث يصبحون أكثر مثابرة وقدرة على التفاعل الاجتماعى السليم وأكثر قدرة على التعامل الإيجابي والتكيف مع الظروف المختلفة التي يتعرضون لها، بالإضافة إلى أساليب التعلم التقليدية داخل المدارس وعدم اهتمامهم بالأطفال ذوى صعوبة تعلم القراءة وإغفالها للجوانب الإيجابية لديهم، مما أدى إلى العديد من المشكلات النفسية من ضعف ثقة الأطفال بأنفسهم وضعف قدرتهم على المثابرة والتفاعل الاجتماعى.

ويتضح مما سبق عرضه أهمية الكشف المبكر عن صعوبات تعلم القراءة لدى الأطفال ومحاولة تدريبهم تدريباً جيداً على يد متخصصين وذلك لمحاولة تقليل تعرض الطفل للاضطرابات النفسية المختلفة والتي يصابون بها نتيجة معاناتهم من صعوبات تعلم القراءة مدة زمنية طويلة.

٢ نتائج الفرض الرابع: ينص الفرض على "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، ويوضح ذلك جدول (٥).

جدول (٥) متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (Z) ودالاتها بين القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج للمجموعة الضابطة (N=10) على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة

البعد	القياس والقيم	قياس بعدي	قياس تتبعي	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
التمييز البقظ	متوسط رتب مجموع	رتب متوسط رتب مجموع	١,٠٠	١,٠٠	غير دالة
الانفتاح على الجديد	متوسط رتب مجموع	رتب متوسط رتب مجموع	١,٠٠	١,٠٠	غير دالة
التوجه نحو الحاضر	متوسط رتب مجموع	رتب متوسط رتب مجموع	٠	٠	غير دالة
الوعي بوجهات النظر	متوسط رتب مجموع	رتب متوسط رتب مجموع	٠	٠	غير دالة
المتعددة	متوسط رتب مجموع	رتب متوسط رتب مجموع	٠	٠	غير دالة
الدرجة الكلية	متوسط رتب مجموع	رتب متوسط رتب مجموع	٠	٠	غير دالة

أشارت نتائج جدول (٥) إلى تحقق صدق هذا الفرض بعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة (التمييز البقظ، الانفتاح نحو الجديد، والتوجه نحو الحاضر، والوعي بوجهات النظر المتعددة، والدرجة الكلية) فى القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج، مما يعنى استمرار أثر البرنامج وفاعليته بعد فترة من الزمن فى محاولة تحسين اليقظة العقلية وبعض مكوناتها لدى الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.

توصيات الدراسة:

فى ضوء النتائج التى توصلت لها الدراسة خرجت الباحثة بالتوصيات الآتية:

- إعداد برامج إرشادية لتوعية الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين فى المدارس بالأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة وكيفية توجيه الآباء للتعامل معهم وكيفية تحسين اليقظة العقلية لديهم لخفض حدة المشكلات النفسية والأكاديمية لديهم.
- العمل على توفير أماكن فى المدارس يتاح فيها تقديم الأنشطة والألعاب المختلفة التى تسهم فى تحسين اليقظة العقلية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- الاهتمام بإعداد برامج إرشادية للأهالي والآباء للتوعية بماهية اليقظة العقلية وكيفية تحسينها لدى الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- توفير أنشطة تعتمد على اللعب تساهم فى خفض مشكلات الأطفال النفسية وخاصة فى المراحل ذات العمر الصغير.
- توفير أنشطة تعتمد على اللعب لتحسين اليقظة العقلية لحماية الأطفال من الاضطرابات والمشكلات النفسية خاصة فور تشخيصهم بالإصابة بصعوبات تعلم القراءة.
- توفير أنشطة تساعد على تنمية الخيال بصورة إيجابية وتوظيفه لتقليل القلق لدى الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة وتنمية الثقة بالنفس واكتشاف النواحي الإيجابية فى شخصيتهم وإبرازها لديهم.
- عمل جلسات إرشادية للأطفال العاديين لإكسابهم بعض المعلومات عن أقرانهم ذوى صعوبات تعلم القراءة والتعرف على طرق التعامل السوى بينهم لإحداث التقبل الإيجابى بينهم، كذلك أفضل الطرق التى يستطيعون من خلالها تقديم المساعدة لهم وعدم إشعارهم بالحرج أو أى مشاعر سلبية تبعدهم عن التفاعل الإيجابى فى المجتمع.

البحوث المقترحة:

- فاعلية برنامج قائم على اللعب فى التخفيف من حدة المشكلات النفسية للأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- فاعلية برنامج قائم على اليقظة العقلية لتحسين صورة الذات لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- فاعلية برنامج قائم على اليقظة العقلية لتحسين البناء المعرفى لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- العلاقة بين التقبل الإيجابى للذات والآخرين وتحسين اليقظة العقلية لدى الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- فاعلية برنامج لخفض قلق المستقبل لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم

القراءة.

- فاعلية برنامج لتحسين الذكاء الاجتماعى لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
- اليقظة العقلية لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة وعلاقتها بضبط الذات لدى أمهاتهم.
- تنمية اليقظة العقلية لتخفيف الشعور بوصمة الذات لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.

المراجع:

- سارة محمد كمال الدين محمد (٢٠١٧). برنامج تدريبي لتنمية الانتباه كمدخل لتحسين الشعور بالسعادة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوى صعوبات تعلم القراءة. *مجلة البحث العلمى فى التربية*، (١٨)، ٤٢٧-٤٦٩.
- سليمان عبدالواحد يوسف إسماعيل (٢٠١٠). "المرجع فى صعوبات التعلم النمائية والأكاديمية والاجتماعية والافتعالية". القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- سومية قدى (٢٠١٧). صعوبات القراءة وعلاقتها بظهور الانسحاب الاجتماعى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة العلوم الإنسانية والتربوية*، (٣٠)، ٤٢١-٤٣٠.
- صفوت فرج (٢٠١١). مقياس ستانفورد بينية للذكاء: الصورة الخامسة. القاهرة: دار الأنجلو المصرية.
- محمد أحمد حماد (٢٠١٨). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية اليقظة العقلية فى تحسين مهارات تنظيم الذات وخفض صعوبات الانتباه لدى الأطفال ذوى صعوبات التعلم. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط*، ٣٤(٦)، ٤٣-١١٥.
- منصوري مصطفى، وكحلول بلفاسم (٢٠١٦). صعوبات التعلم الأكاديمية لدى التلاميذ الذين التحقوا بالمدرسة قبل سن التمدرس. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، ٣(١)، ٤٩-٧٠.
- نصرة محمد عبدالمجيد جلجل (٢٠١٥). اختبار تشخيص العسر القرائي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- Bistagani, G.& Najafi, M. (2017). Effectiveness of child- centered mindfulness on social skills and self- efficacy of children with learning disabilities. *Social Behavior Research& Health*. 1(2), 91- 99.
- Enoch, R. (2015). Using mindfulness to increase directed attention, self- control, and psychological flexibility in children. unpublished **Doctoral Dissertation**, Southern Illinois University Carbondale, Carbindale.
- Gupta, A.& Jena, S. (2018). The effect of mindfulness, cognitive behavior therapy and academic training on conduct and academic problems of disadvantaged children. *Journal of psychology& psychotherapy*. 8(4), 1- 12.
- Haydick, J., Wiener, J., Badali, P., Milligan, K.& Ducharm, J. (2012). Evaluation of a mindfulness- based intervention for adolescents with learning disabilities and co- occurring ADHD and anxiety. *Mindfulness*. 3(2), 151- 164.
- Keller, J., Ruthruff, E.& Keller, P. (2019). Mindfulness and Speed Testing for Children with Learning Disabilities: Oil and Water? *Reading and Writing Quarterly*, 35(2), 154- 178.
- Thornton, V., Williamson, R.& Cooke, B. (2017). A mindfulness- based group for young people with learning disabilities: A pilot study. *British Journal of learning Disabilities*, 45, 259-265.