جـــامـــعـــة الـــيـــرمـــوك

كـــلـــيـــة الـــتـــربـــيـــة

قسم علم النفس الإرشادي والتربوي

الإسهام النسبي لأنماط التعلق في التنبؤ بقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين

The relative contribution of attachment styles in predicting alexithymia among adolescents

إعداد الطالبة

إسراء عمر عبد القادر بني إرشيد

الدكتور: أحمد الشريفين مشرفاً رئيساً

الدكتورة: عبير الرفاعي مشرفاً مشاركاً

حقل التخصص: الإرشاد النفسي

الفصل الدراسي الثاني

2018

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

الإسهام النسبي لأنماط التعلق في التنبؤ بقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين

The relative contribution of attachment styles in predicting alexithymia among adolescents

إعداد

إسراء عمر عبد القادر بني إرشيد

بكالوريوس إرشاد نفسي-جامعة اليرموك-اربد- الأردن (2016)

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في تخصص علم النفس الإرشادي والتربوي، في كلية التربية جامعة اليرموك، إربد، الأردن

وافق عليها

د. أحمد الشريفين ..... مشرفاً رئيساً

(أستاذ مشارك في الإرشاد النفسي)

د. عبير الرفاعي ..... مشرفاً مشاركاً

(أستاذ مشارك في مناهج وأساليب تدريس التربية الإجتماعية)

د. قاسم سمور..... عضواً

(أستاذ مشارك في الإرشاد النفسي)

د. سهيلة بنات..... عضواً

(أستاذ مشارك في الإرشاد النفسي والتربوي)

تاريخ المناقشة 16 / 4 /2018

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

الإهـــداء

بحكمتي وعلمي ...

بأدبي وحلمي ...

شققت طريقي المستقيم ...

فتربعت على عرش الأيام ...

سيدة المقام والمستحيلات ...

فكنت أنا المهرة الأصيلة التي طالما سابقت دنياها وزمانها وسارت لصناعة مجدها ...

إلى الأقلية النادرة التي أمثلها ...

إلى وطنٍ وسع كل من أحبه وعاش على ترابه وضحى من أجله.. الأردن ...

أهدي هذا الجهد ...

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

شكر وتقدير

لا يستطيع أحد أن يشكر الشمس على ضيائها.

ولكنني أعتبر نفسي ذات حظ كبير إذ سنحت لي الفرصة لأن أتقدم بالشكر لشموس أضاءوا درب عملي المتواضع.

يسعى للمساعدة بكل السبل.. وفي أسرع وقت وأقل جهد.. وبكل رضى وسعادة يقدم خدماته للطلاب كافة.. يبذل ما بوسعه ليرسو في موانئ التميز والتألق هو ومن سار في ركبه.. لا يبخل بعلم ولا يتوانى في توجيه.. فاستحق بجدارة محبة وإحترام كل من عرفه..

مشرفي المتميز **الدكتور أحمد الشريفين** فله وافر الشكر والإمتنان على جهوده التي بذلها في إتمام رسالتي الماجستير هذه وأسأل الله العلي القدير أن أحظى بشرف إشرافه على أطروحتي الدكتوراه في المستقبل القريب بإذنه تعالى.

وأتقدم بجزيل الشكر إلى مشرفتي المتألقة الدكتورة عبير الرفاعي على ما قدمته من نصائح وإرشادات لإنجاز هذه الرسالة وإخراجها بالصورة المُثلى.

للذين نشأت وترعرت في أكنافهم محاطة بحبهم وعطفهم ورعايتهم إلى والداي وأخواي وأخواتي كل الحب والتقدير.

والشكر الموصول لأعضاء لجنة المناقشة ممثلة بالدكتور قاسم سمور والدكتورة سهيلة بنات لتكرمهم بإعطائي وقتهم الثمين بقبولهم مناقشة رسالتي ووضع ملاحظاتهم المميزة من أجل تجويد هذا العمل.

ولست أنسى من كان لهم فضل في إكمال مسيرتي ودراسة الماجستير، إلى الإتحاد الأوروبي ممثلاً بالجامعة الألمانية جزيل الشكر والتقدير.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
قرار لجنة المناقشة	ب
الإهداء	ج
شكر وتقدير	د
فهرس المحتويات	هـ
قائمة الجداول	ط
قائمة الملاحق	ك
الملخص باللغة العربية	ل
الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها	
المقدمة	1
المراهقة	3
أنماط التعلق	8
الألكسيثيميا	17
مشكلة الدراسة وأسئلتها	29
أهمية الدراسة	31
التعريفات الإجرائية والإصطلاحية	33
محددات الدراسة	34
الفصل الثاني: الدراسات السابقة	
الدراسات السابقة	35
الدراسات التي تتعلق بالألكسيثيميا	35

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الدراسات التي تتعلق بأنماط التعلق	40
الدراسات التي تناولت الألكسيثيميا في علاقتها بأنماط التعلق	43
التعقيب على الدراسات السابقة	47
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	
مجتمع الدراسة	51
عينة الدراسة	51
أدوات الدراسة	52
أولاً: مقياس الألكسيثيميا	52
دلالات صدق المقياس وثباته بصورته المكيفة للبيئة الاردنية	52
الصدق الظاهري	52
مؤشرات صدق البناء	53
ثبات المقياس	53
دلالات صدق وثبات مقياس الألكسيثيميا للدراسة الحالية	54
الصدق الظاهري	54
مؤشرات صدق البناء	55
ثبات مقياس الألكسيثيميا	58
تصحيح المقياس	59
ثانياً: مقياس أنماط التعلق	59
دلالات صدق وثبات مقياس أنماط التعلق بصورته الأصلية	60
الصدق الظاهري	60
مؤشرات صدق البناء	60
ثبات مقياس أنماط التعلق	61

© Arabic Digital Library Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

دلالات صدق وثبات مقياس أنماط التعلق للدراسة الحالية	62
الصدق الظاهري	62
مؤشرات صدق البناء	63
ثبات مقياس أنماط التعلق	65
تصحيح المقياس	66
إجراءات الدراسة	67
المعالجات الإحصائية	68
متغيرات الدراسة	69
منهجية الدراسة	69
الفصل الرابع: عرض النتائج	
أولًا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	70
ثانيًا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	71
ثالثًا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث	72
رابعًا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع	75
الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات	
أولًا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	82
ثانيًا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	84
ثالثًا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث	87
رابعًا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع	89
التوصيات	92
قائمة المراجع العربية	93
قائمة المراجع الأجنبية	9

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الملاحق	114
الملخص باللغة الإنجليزية	122

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة	51
2	معاملات إرتباط فقرات مقياس الألكسيثيميا مع البعد ومع الأداه ككل	55
3	معاملات إرتباط أبعاد مقياس الألكسيثيميا مع بعضها بعضاً ومع الأداة ككل	57
4	ثبات الإعادة والإتساق الداخلي لمقياس الألكسيثيميا	58
5	معاملات إرتباط فقرات مقياس التعلق مع البعد نفسه	63
6	معاملات إرتباط أبعاد مقياس أنماط التعلق مع بعضها بعضاً	65
7	ثبات الإعادة والإتساق الداخلي لمقياس أنماط التعلق	66
8	التكرار الملاحظ والنسبة المئوية لها مرتبة تنازلياً	70
9	الأوساط الحسابية والإنحرافات المعيارية للألكسيثيميا وأبعاده لدى المراهقين مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية	71
10	معاملات الإرتباط البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة والمتغير المتنبأ به	72
11	نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغيرات المتنبئة ومعاملات الارتباط المتعدد لها ومقدار تفسيرها حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة على المعادلة الانحدارية	73
12	الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به (قصور التعبير عن المشاعر)	74
13	معاملات الإرتباط البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة والمتغير المتنبأ به	76
14	نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغيرات المتنبئة ومعاملات الارتباط المتعدد لها ومقدار تفسيرها حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة على المعادلة الانحدارية	76
15	الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به (قصور التعبير عن المشاعر)	77

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

16	معاملات الإرتباط البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة والمتغير المتنبأ به (ن=256)	74
17	نتائج اختبار الفرضيات الإنحدارية للمتغيرات المتنبئة ومعاملات الإرتباط المتعدد لها ومقدار تفسيرها حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة على المعادلة الإنحدارية	79
18	الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به (قصور التعبير عن المشاعر)	80

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة الملاحق

الملحق	عنوا ن الملحق	الصفحة
1	مقياس الألكسيثيميا بصورته الأولية	114
2	مقياس أنماط التعلق بصورته الأولية	115
3	الإستبانة بصورتها النهائية	116
4	كتاب تسهيل المهمة من قبل مديرية التربية والتعليم للواء الكورة	119
5	كتاب تسهيل المهمة من قبل عمادة كلية التربية في جامعة اليرموك	120
6	قائمة المحكمين	121

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الملخص

بني إرشيد، إسراء عمر. "الإسهام النسبي لأنماط التعلق في التنبؤ بقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين" رسالة ماجستير، جامعة اليرموك. (2018). (إشراف الدكتور: أحمد الشريفين؛ الدكتورة: عبير الرفاعي: مشرفاً مشاركاً).

هدفت هذه الدراسة إلى بحث القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين. تكونت عينة الدراسة من (520) طالباً وطالبة من مديرية تربية لواء الكورة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم إستخدام مقياس تورنتو-20 للألكسيثيميا (TAS-20) والذي تم تكييفه للبيئة الأردنية من قبل الزيادات والشريفين (2017)، وإستخدام مقياس أنماط التعلق من إعداد بني مصطفى والشريفين (2012).

أشارت نتائج الدراسة إلى أن نمط التعلق السائد لدى المراهقين كان التعلق الآمن إذ حصل على أعلى تكرار يليه نمط التعلق التجنبي ومن ثم جاء نمط التعلق القلق في المرتبة الثالثة، ولم تظهر النتائج فروقاً دالة إحصائياً في أنماط التعلق تعزى للجنس. كما أشارت النتائج إلى درجة متوسطة من القصور في التعبير عن المشاعر لدى المراهقين بشكل عام على المقياس ككل، أما حسب المجالات فقد جاء بالمرتبة الأولى مجال صعوبة تحديد المشاعر، ثم يليه مجال صعوبة وصف المشاعر، وفي المرتبة الثالثة جاء مجال الأحلام، ومن ثم يأتي مجال التفكير الموجه إلى الخارج.

© Arabic Digital Library Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأظهرت النتائج أيضاً أن النمط الوحيد من أنماط التعلق الذي كان له قدرة تنبؤية بالألكسيثيميا نمط التعلق القلق، وكانت نسبة التباين المفسر لنمط التعلق القلق لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور.

الكلمات المفتاحية: الألكسيثيميا (قصور التعبير عن المشاعر)، أنماط التعلق، المراهقة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

مقدمة

تعد الأسرة من أهم المؤسسات المجتمعية في بناء المجتمع وصلاحه، حيث أن الأسرة هي أول من يحتضن الفرد ويرعى نشأته، وتعمل على إكسابه القيم والأعراف والمبادئ وهي الموجه الأول لسلوكاته وتصرفاته، وتلعب دوراً هاماً في التأثير في ميوله ومشاعره واتجاهاته ومعتقداته، وأهم ما يميز الأسرة هو العلاقات بين أفرادها وأبرز هذه الروابط علاقة الآباء بالأبناء والتي تعتبر من أقوى العلاقات بين البشر (البقمي والصياد، 2010).

ومما لا خلاف عليه أن الطفل يولد كائناً بيولوجياً ثم تدريجياً يصبح كائن إجتماعي، وأكثر ما يهتم به في بداية حياته إشباع حاجاته الفسيولوجية كالطعام والشراب، ثم يبدأ بتشكيل علاقات إجتماعية في بيئته الأسرية، ومنها ينطلق لبيئات وأوساط اجتماعية أكثر اتساعاً، ومن أهم هذه العلاقات العلاقة التي يشكلها الطفل مع والدته. ويعد التعلق شكلاً من أشكال هذه العلاقات والذي حاز على الإهتمام المكثف من علماء النفس؛ سعياً للكشف عن طبيعة هذه العلاقة ودراسة أثرها في مختلف جوانب النمو والتطور الإجتماعي والمعرفي والإنفعالي، وأثرها كذلك على علاقات الفرد المستقبلية وتفاعلاته في الحياة اليومية (أبو غزال، 2007).

هذا وتعمل العلاقة بين الفرد ووالديه كقاعدة أساسية لبناء العلاقات اللاحقة في حياته، كما يتعلم الفرد كيفية التصرف في المواقف المختلفة ومواجهة المصاعب والضغوط التي تعترضه، من خلال ملاحظة أشكال التواصل والإهتمام وكيفية مواجهة المواقف الخاصة بأسرته، وتوفر البيئة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأسرية شعوراً بالإستقرار والتماسك يُمَكِّن الفرد من إستكشاف العالم وتوسيع آفاقه ومداركه النمائية (Field, 2007).

إن احترام الطفل وتشجيعه على التعبير عن مشاعره وآرائه، وتدريبه على مواجهة المواقف، وعدم الهروب منها، والتواري خلف مساعدة والديه دائماً، هو الذي ينمي لشخصيته ويطورها. أما تحقير الطفل وعدم الاعتناء بمشاعره وآرائه، وتعويده الإتكالية على والديه في مواجهة المشاكل، فذلك ما يضعف شخصيته، ويساعد في نشوء الإضطرابات النفسية لديه. وكذلك تشجيعه على التعبير عن رأيه في الأمور الخاصة بالأسرة، كوجبات الغذاء، وأثاث المنزل، ورحلات السفر، وإثارة القضايا الاجتماعية والسياسية أمامه، وطلب رأيه فيها يعد عامل مهم في تحسين قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره. وكذلك تدريب الطفل على تحمل المسؤولية عن أقوله وأفعاله (الصفار، 2009).

وتعد مرحلة المراهقة الفترة التي يظهر فيها التوتر والقلق الإجتماعي من الآخرين. وقد يعود ذلك إلى تغيرات في بيئة المراهق الإجتماعية، إذ يصحب بدء المراهقة زيادة في الوعي بالذات، وكذلك يعتبر سن المراهقة فترة تحتاج إلى تغيرات في المواقف الإجتماعية، ويحتاج بها الفرد لأن يجد مكانه في المجتمع وفي الوقت ذاته يكون لديه إمكانية الزيادة في الإنشغالات الإجتماعية والزيادة في الخوف من كونه غير محبوب من الآخرين (Schniering, Hudson & Rapee, 2000).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المراهقة Adolescence

تعد مرحلة المراهقة المبكرة نقطة بداية للإنتقال من مرحلة الطفولة إلى مراحل أخرى في حياة الفرد، وتلعب العلاقات والروابط مع العائلة والأصدقاء دوراً حاسماً في نمو المراهقين، وقد ركزت معظم الأبحاث على الخصائص الفردية للمراهق؛ كتطوير الذات والهوية، وتعتبر هذه المرحلة مهمة في تطوير علاقات حميمة مع الآخرين، ومن المرجح أن التغييرات الحاسمة في الجوانب الشخصية والنفسية والإجتماعية للفرد تحدث خلال هذه الفترة (Scharf, Mayseles & Kivenson-Baron, 2004).

وتعرف المراهقة بأنها مرحلة من مراحل نمو الانسان تمتد من (11-20) سنه، يصل الفرد في هذه المرحلة إلى البلوغ وتتسارع لديه التغيرات الجسدية وبعض التغيرات الأخرى، وتظهر لديه بعض المشكلات، كما وينمو لديه التفكير العلمي مع بقاء بعض أشكال التفكير غير الناضجة في بعض المواقف والسلوكات، ويصبح قادراً على التفكير المجرد، ويتركز تفكير الفرد على الاستعداد للدراسة الجامعية أو العمل، ويبدأ البحث عن هوية تميزه عن غيره وخصوصاً هويته الجنسية؛ حيث تستحوذ على تفكيره وسلوكه، كما يتمتع الفرد بعلاقة جيدة عموماً مع والديه، ويسهم الرفاق في بناء مفهوم الذات لديه وقد يكون تأثيرهم عليه سلبياً (Papalia, Old & Feldman, 1999).

أما كريتندن (Crittenden, 2000) فيعرف فترة المراهقة على أنها فترة تشهد كثيراً من التغيرات في العلاقات بسبب سرعة التغير في النضج وأحداث الحياة المتوترة.

ويعرف كل من تاسميس ومونتيج (Tasmis & Montague, 2009) المراهقة بأنها مرحلة مفصلية في حياة الفرد، لما تشهده من تغيرات كبيرة في شخصيته بيولوجياً ونفسياً واجتماعياً

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وانفعالياً، وتقع هذه المرحلة بين الطفولة والبلوغ، وتتميز باللاتوازن، حيث تبدأ لدى الفرد إشكالية إيجاد الهوية والإستقلالية في مختلف جوانب الحياة.

كما ويعرف حمداوي (2014) المراهقة بأنها مرحلة إنتقالية من الطفولة إلى الرشد، وتتمثل بالإنتقال من مرحلة التبعية للوالدين إلى مرحلة الإستقلال والإعتماد على الذات، كما وتتصف هذه المرحلة بالبلوغ والإستعداد للزواج والعمل وتحمل المسؤولية.

وتعرف الباحثة المراهقة بأنها تلك الفترة من حياة الإنسان الواقعة بين الطفولة والرشد، وهي فترة حرجة وحساسة للتغيرات على مختلف الأصعدة البيولوجية والنفسية والإجتماعية المرتبطة بالنضج وأسلوب الحياة بشكل عام.

وتعد المراهقة من أكثر المراحل النمائية التي يمر بها الإنسان حساسية؛ لما تتسم به من تغير مستمر في مختلف مظاهر النمو: الجسمية والإنفعالية والمعرفية والإجتماعية، مما يعرض المراهق إلى مشاكل مختلفة. وتبدأ التغيرات بالظهور على المراهق في الفترة التي تلي الطفولة مباشرة وتصبح صورة المراهق مغايرة لصورته ذات الملامح الطفولية. ونظراً لطول هذه المرحلة تعتبر من أهم وأدق مراحل حياة الفرد. فهي تحمل صفات متأثرة بمرحلة الطفولة ومؤثرة في مراحل حياة الإنسان التالية (حمدان، 2012).

إن الإنسان خلال حياته يمر بمراحل متعددة تشهد العديد من التغيرات الإجتماعية والنفسية والجسمية والمعرفية، وقد عرفت هذه التغيرات بمراحل النمو، ولا يمكن تحديد زمن معين لبداية ونهاية كل مرحلة؛ فهي عبارة عن مراحل متداخلة ومتكاملة مع بعضها بعضاً، وإطلاق التسميات على هذه

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المراحل لا يعني فصلها عن بعضها؛ فالنمو الجسمي يتطلب نمواً إجتماعياً، وهذا بدوره يتطلب نمواً فكرياً، وهكذا دواليك في حلقة متصلة.

وقد قام أريكسون بتقسيم مراحل النمو الإجتماعي إلى ثماني مراحل بدءاً بمرحلة الطفولة وإنتهاءً بمرحلة الرشد، وتأتي مرحلة المراهقة في المرتبة الخامسة من هذه المراحل ومهمتها النمائية تطوير الهوية والتغلب على تشتت الهوية وإضطراب الدور(Identity versus identity diffusion) وبحسب أريكسون فإن مرحلة المراهقة تمتد من عمر (12–18) سنة ولهذه المرحلة أهمية خاصة لأنه خلالها يتم مواجهة وحل أزمة الهوية، وتعتبر هذه المرحلة مرحلة التفسير والتوحيد والإندماج حيث يجب على الفرد في هذه المرحلة أن يُكوِّن صورة ذات معنى وقيمة عن نفسه مستمرةً من الماضي ومتجهةً نحو المستقبل. وفي هذه المرحلة يكون هناك تكامل وتوحيد لأفكار الفرد لما يعتقده عن ذاته وما يعتقده الآخرون عنه، وهذا يؤدي إلى رسم صورة مناسبة وثابتة للفرد عن ذاته وهذه الصورة تشكل هوية الفرد (شلتز، 1983).

يحتاج الفرد خلال نموه في علاقاته الاجتماعية إلى لعب العديد من الأدوار الاجتماعية تبعاً لوضعه المنزلي أو مع الأصدقاء أو الزملاء أو غيرهم، وتعتبر قدرة المراهق على إبراز ذاته وشخصيته في مختلف الأدوار عاملاً مساعداً لتخطي المرحلة بدرجة عالية من النضج، أما إذا نشأ المراهق في ظل أسرة متسلطة تمنع تفاعله مع الجماعات الأخرى؛ فإن إحساسه بهويته يضطرب وقد يعجز عن إيجاد الدور المناسب له وبحسب أريكسون فإنه من المرجح للمراهق الذي تجاوز المراحل السابقة بإيجابية وثقة ومبادأة وقدرة على العمل الجاد، سيتجاوز أزمة المراهقة إيجاباً ويُكوِّن الشعور بالهوية (إبراهيم، 1987).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من الناحية الإجتماعية يميل المراهق إلى تقليد من يعجب بهم، ويتمتع بالصراحة، ويتجنب الخلافات مع رفاقه ويتركز الخلاف مع الوالدين والسلطة المدرسية. يقحم المراهق نفسه في مجالات مختلفة وفي المناقشات العامة، سعياً إلى توكيد ذاته والظهور والسيطرة. ويزداد غضب المراهق وتمرده ونفوره كلما أحس بالإهمال. ويتميز سلوكه بمخالفة الأهل والخروج عما هو متعارف عليه في العائلة، وأكثر ما يشعره بالغيظ تهميش رأيه وعدم الإستجابة لمطالبه، وأن لا يحظى بالتقدير والإهتمام مما قد يدفعه للإنسحاب (الجردي، 2003).

ومن أكثر المظاهر الإجتماعية شيوعاً في مرحلة المراهقة، جماعة الرفاق؛ حيث أن المراهق يعتمد على أقرانه بشدة للحصول على المساعدة والإحساس بالأمن، وما يساعد على نشوء هذه العلاقة حاجة المراهق في هذه المرحلة إلى الدعم ممن يعيشون نفس خبرة التغيير (سميران، 2010).

وهناك كثير من العوامل التي تساعد في نجاح المراهق في حياته وتخطي صعوبات المرحلة ومنها:

1- التخلص من القلق: يمر المراهقين من وقت لآخر بحالة من الحيرة والقلق بسبب التغيرات التي تطرأ على أصواتهم وأجسامهم ورغباتهم؛ حيث يشعرون كما لو أنهم يتشكلون من جديد. ولهذا تكون شخصياتهم حساسة وينتابهم الشعور بتأنيب الضمير على المواقف التي يخطئون التصرف فيها ويندمون على أبسط الأمور. وبالرغم من أن القلق يعد حالة طبيعية لدى جميع الناس، ولكن عندما يسيطر القلق على الإنسان وخصوصا المراهق يصبح عائقاً أمام تحقيق طموحاته وأهدافه (نبيل، 2016).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2- الثقة بالنفس: تعد الثقة بالنفس دليلاً على تقدير المراهق لذاته وقدراته، ووسيلة لمواجهة تغيرات وصعوبات الحياة، وكون المراهق لا يزال صغير السن، وقيد إستكشاف الدور الملائم له في الحياة، فمن البديهي أن تعترضه بعض المصاعب ليصل إلى الثقة بالنفس، وهذه المصاعب تأتي من عدة عوامل منها البيئة المحيطة والمظهر الخارجي وآماله وطموحاته وما يتطلع إليه في المستقبل، يتركز الدور الأساسي هنا للأهل من خلال دعمهم للمراهق وتعزيز ثقته بنفسه وتزويده بالمهارات اللازمة لتخطي التغيرات الحياتية التي قد تواجهه (داود، 2015).

3- أنماط التعلق: وتعد أنماط التعلق من العوامل المؤدية إلى نجاح المراهق في مراحل حياته الحالية واللاحقة، بحيث يعاني الطلبة من العديد من المشكلات في مرحلة المراهقة؛ ترتبط بما يمتلكونه من مهارات إجتماعية سلوكية، وتمتع المراهق بنمط تعلق آمن وسليم مع الأم يساعده في تكوين علاقات ناجحة مع الأقران، واكتساب أنماط سلوك مناسبة للمجتمع ككل (أبو قرطومة، 2014).

وترى الباحثة أن المراهقين يحاولون التخلص من الإعتماد على الآباء والأمهات ويسعون إلى التعبير عن أنفسهم ومشاعرهم باستقلالية، ولكن ما لا يخفى على أحد أن أولياء الأمور وخاصة الأمهات والمراهقون أنفسهم يجهرون بالشكوى من عدم قدرتهم على التعبير عما يجول في خاطرهم لا سيما من عانى منهم من إضطرابات مختلفة في المراحل العمرية السابقة سواء كانت جسدية كالأمراض العضوية أو نفسية والإشارة هنا تحديداً إلى التعلق بمقدم الرعاية، حيث أن هذا التعلق قد يأخذ أنماطاً متعددة لكل منها أثره في سلوك المراهق فيما بعد كما سيتم إيضاحه لاحقاً.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أنماط التعلق (Attachment patterns):

يبدأ الطفل منذ الشهور الأولى لولادته بتكوين علاقة مع أمه من خلال بعض السلوكيات التي تساهم في التقريب بينهما كالابتسامة والبكاء وإصدار بعض الأصوات والكلام فيما بعد، وتلعب الكيفية التي تستجيب بها الأم لهذه السلوكيات الدور الأساسي في تشكيل أنماط مختلفة من التعلق، وهذه الأنماط تشكل نماذج داخلية تعمل على توجيه أفكار ومشاعر الفرد في علاقاته عند الكبر (الصالح، 2012).

ويزود الأشخاص الراشدون الطفل بالراحة والعناية، ويلعب تطور التعلق الإجتماعي والخبرات المرافقة للتفاعل مع هؤلاء الأشخاص دوراً أساسياً في تكوين شخصية الطفل في الأشهر الثمانية عشر الأولى من العمر. وتعتبر الأم هي الشخص الراشد المسؤول مباشرة عن رعاية الطفل مما يجعلها الأهم في إطار حلقة التفاعل هذه (عدس وتوق، 2005).

وقد أولى علماء النفس قديماً وحديثاً الاهتمام المكثف لدراسة أشكال العلاقات الحميمة ومن ضمنها التعلق، وحاولوا بذلك الكشف عن طبيعة هذه العلاقة وأشكالها واستمراريتها ومدى تأثيرها في المراحل النمائية اللاحقة، واهتموا كذلك بدراسة أثرها في كافة جوانب التطور الإجتماعي والإنفعالي والمعرفي، وفي علاقات الفرد المستقبلية وتفاعلاته اليومية، والطرق التي يتبعها في مواجهة مشكلاته الإجتماعية وتوافقه الإجتماعي بشكلٍ عام (أبو غزال و فلوه ، 2014).

ويعرف كل من آينزوورث وبولبي (Ainsworth & Bowlby, 1991) التعلق بأنه نزعة الفرد إلى إقامة روابط عاطفية حميمية مع أشخاص محددين في محيطه.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما ويعرف التعلق بأنه رابطة إنفعالية قوية تؤدي إلى شعور الفرد بالسعادة والفرح والأمن عندما يكون قريباً من مقدم الرعاية مؤقتاً (Lafreniere, 2000).

ويعرفه شيفر ولاقاسيه وليستر وباور وشانكاران وبادا (Seifer, LaGasse, Lester, Bauer, Shankaran & Bada, 2004) بأنه علاقة عاطفية قوية بين شخصين تتميز بالتبادل العاطفي والرغبة في المحافظة على القرب بينهما. ويضيف بأن التعلق الرئيس يكون تعلق الفرد بأمه إلا أنه قد يشكل تعلق بأفراد آخرين ممن يتفاعلون معه بشكل منتظم كالأب أو أحد الجدين أو بعض الأقارب.

أما واطسون وليندجرين (2004) فيعرفان التعلق بأنه ميل مستمر وقوي لدى الفرد يدفعه للبقاء بالقرب من الأشخاص ذوي الأهمية في حياته.

ويعرفه بيرسون وتشيلد (Pearson & child, 2007) بأنه: قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين، حيث يشعر بالأمان عند وجود الأفراد الآخرين الذي تربطهم به علاقات إجتماعية حميمة، ويشعر بالقلق عند غياب هؤلاء الأفراد عنه.

وتعرف أنماط التعلق بأنها: نماذج للتفاوض مع البيئات الإجتماعية، من أجل مساعدة الفرد في تحقيق ذاته، وإثارة سلوكات التفاعل مع الآخرين لديه، ومع ردود فعلهم، مما يعزز شخصيته في بناء علاقات إجتماعية مع أقرانه، وتشير أنماط التعلق أيضاً إلى تصورات إيجابية مرتبطة بالأقران والبيئة المحيطة بالفرد، ولكن قد يتعرض الفرد لعدة إضطرابات نفسيه تنعكس سلباً على علاقاته مع الآخرين؛ كإضطرابات المزاج، والقلق، ومشكلات صحية جسدية، والخوف، والحزن (Dixon, 2007).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويعرفه والش (Walsh, 2010) بأنه ميل ثابت يسعى الفرد من خلاله جاهداً للبحث عن الأمان عن طريق التواجد مع مقدم الرعاية، الذي يقدم له الأمان والحماية.

ويعرفه العلوان (2011) بأنه رغبة الفرد لأن يكون قريباً من شخص يعتبره مصدراً للراحة والسعادة والإطمئنان. أما صندقجي (2014) فيعرف التعلق بأنه رابطة عاطفية بين مقدّم الرعاية ومتلقيها.

وتعرف الباحثة أنماط التعلق بأنها نماذج لعلاقة الفرد بوالدته بما تشمله من إحترام متبادل وسلوكات سلبية وإيجابية وانحرافات في هذه العلاقة من قبل الطرفين، ويهدف التعلق إلى خلق بيئة ودية تعزز السلوك الإيجابي وتتخلص من السلوك السلبي سعياً لإيجاد فرد قادر على مواجهة المجتمع بسلبياته وإيجابياته، معتمداً على ذاته ومتمتعاً بقدرات ذهنية وثقافة تحصنه من الإنحراف وتجعله فرداً نافعاً قادراً على العطاء الإيجابي.

وهناك العديد من النظريات التي حاولت تفسير التعلق ومن هذه النظريات:

أولاً: نظريات التعلق الآيثولوجية Ethological attachment theory

أ) نظرية جون بولبي John Bowlby

يرى بولبي (Bowlby, 1988) أن التعلق هو عبارة عن حاجة الفرد إلى الأمان والإطمئنان، حيث أن الفرد لا يشعر بالأمان دون وجود قاعدة آمنة يلجأ إليها عند الخوف أو عندما يشعر بالتهديد والحاجة إلى الحماية، وبما أن والدته هي من تمنحه هذا الأمان فيقوم الفرد بتشكيل رابطة التعلق معها.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب) نظرية ماري آينسوورث Mary Ainsworth

تدافع آينسوورث عن مبدأ الإستمرار (Continuation) فيما يتعلق بالتعلق، حيث يشير مبدأ الاستمرار إلى أن طبيعة التعلق الذي ينشأ بين الطفل ووالدته في المراحل الأولى من العمر يؤثر في حياته المستقبلية (أبو جادو،2007).

وقد حددت إينسوورث وبيل (Ainsworth & Bell, 1970) ثلاثة أنماط رئيسية للتعلق،وخلصت إلى أن أنماط التعلق هذه كانت نتيجة للتفاعل المبكر مع الأم، وهي كالتالي:

التعلق الآمن: هؤلاء الأطفال يشعرون بالثقة من أن الأم ستكون متواجدة لتلبية إحتياجاتهم، ويستخدمونها كقاعدة آمنة لإستكشاف البيئة، ويسعون للقرب من أمهاتهم في أوقات الضيق (Main & Cassidy, 1988). ويبدي الأفراد الذين شكلو تعلقاً آمنا مع والدتهم درجات منخفضة في الألكسيثيميا (Dodger et al., 2010).

التعلق التجنبي: أحد أشكال التعلق غير الآمن، لا يعتمد فيه الطفل على الأم كقاعده آمنة لاستكشاف ما حوله، ويكونون مستقلين عنها جسدياً وعاطفياً (Behrens, Hesse & Main, 2007). لا يسعى الطفل في هذا النمط للقرب من والدته في أوقات الضيق، ومن المرجح أن تكون الأم غير حساسة ورافضة لتلبية إحتياجاتهم (Ainsworth, 1979). كما من المرجح أن تنسحب الأم في المواقف الصعبة ولا تتواجد عندما يمر الطفل بضائقة عاطفية (Stevenson-Hinde, &Verschueren, 2002). وبحسب دودجر وزملاءه (Dodger et al., 2010) فأصحاب هذا النمط يحصلون على درجات مرتفعة في الألكسيثيميا.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التعلق القلق أو المتناقض: وهنا يتبنى الأطفال نمطاً سلوكياً متناقضاً نحو الأم. سيظهر الطفل عادة سلوك متعمد، ولكن سيتم رفض الأم عندما تشارك في التفاعل. الطفل فشل في تطوير أي مشاعر للأمن من قبل الأم. وبالتالي، فإنه يظهر صعوبة في الإبتعاد عن الأم لإستكشاف محيطه. عندما يشعر الطفل بالضيق يكون من الصعب تهدئته ويلازمه شعور بعدم الراحة خلال التفاعل مع الأم. هذا السلوك ينتج عن مستوى غير متناسق من الإستجابة لإحتياجاتهم من قبل الأم (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978). ويحصل أصحاب هذا النمط على درجات مرتفعة من الألكسيثيميا (Dodger et al., 2010).

وتعتبر النظريات الأيثولوجية من أكثر النظريات قبولاً في تفسير التعلق، كما أصبحت نظرية بولبي Bowlby في التعلق منهجاً معتمداً لتفسير التطور الإجتماعي والعاطفي للفرد (Delius, Bovenschen & Spangler, 2008).

ثانياً: نظريات التحليل النفسي Psycho-Analysis theories

تفسر هذه النظرية جذور التعلق بالرجوع إلى الحاجات البيولوجية عند كل من الصغير وأمه. وذلك وفق الفرض الفرويدي الذي أكد على حاجة الرضيع الفطرية إلى الرضاعة، ولعل هذا التفاعل الخارجي، وتكيف الصغير لتجارب التغذية العملية، وحاجته للإشباع الفمي عن طريق الرضاعة، بالإضافة إلى النماذج الأخرى للإستثارة الفمية المصاحبة لعملية الرضاعة. كل هذا يؤدي إلى ظهور تعلق الصغير الذي ارتبط إشباعه بصدر أمه، وهو الأمر الذي بات جوهرياً ليس بالنسبة لحياة الصغير وحده فحسب، وإنما لحياة الأم نفسها كذلك، كما يشير فرويد إلى أن الأم هي الموضوع الذي يعوّض ضعف الطفل في سدّ حاجياته، والتخفيف من إلحاح الحاجات؛ حيث يستشعر الطفل

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إرتفاع ضغط الحاجة كخطر حقيقي يؤدي إلى إستجابة قلق الإنفصال، ويعبر عن هذا القلق بالصراخ والبكاء، وتدريجياً يرتبط غياب الأم بذكرى حالة الضغط، لدرجة يصبح فيها هذا الغياب حالة خطر بالنسبة للطفل (Bowlby, 1973).

كما أكد سولفان (Sullivan, 1953) على أهمية العلاقة بين الطفل وأمه، والتي تبقى لوقت طويل المصدر الوحيد لإرضاء الحاجات الفسيولوجية لديه. ويرى كذلك أن الأطفال يتعلقون بالأشخاص الذين يتولون رعايتهم وتلبية حاجاتهم بشكل يعتمد عليه، أي بالأشخاص الذين ينمّون لديهم مشاعر الثقة، وتعتبر الأم من وجهة نظره هي أساس التعلق.

ثالثاً: الإتجاه السلوكي

يؤكد الاتجاه السلوكي على أهمية المثير والاستجابة في عملية النمو للطفل وخصوصاً بين الطفل وأمه، فالإستجابات الإنعكاسية الفطرية التي تولد مع الطفل تشكل الأساس في عمليات التعلق اللاحقة.

وكذلك تؤكد نظرية التعلم الإجتماعي على أهمية إستجابة الأم، حيث يرون أن التعلق ينشأ من خلال سلسلة من الأساليب السلوكية المدعمة تبادلياً؛ فحين يبتسم الطفل، تفسر الأم الإبتسامة على أنها علامة ارتياح ورضا، وتبتسم بالمقابل، فيستجيب الطفل بابتسامة. وهكذا تتطور التفاعلات المؤدية إلى التعلق (كفافي، 2009).

إنّ أول ما لوحظ في الأبحاث والدراسات عن مفهوم التعلق هو تعلق الطفل بأمه، والذي اعتبر أساس نظرية التعلق، كما ولوحظ أن الأبناء الذين يشكلون رابطة التعلق مع أمهاتهم يتميزون

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بقدرة تواصل مع الآخرين أكثر من الأبناء الذين شكلوا رابطة التعلق مع آبائهم، وفي المواقف المختلفة يلجأون للبحث عن أمهاتهم طلباً للدعم والقوة (Campa, Hazan & Wolfe, 2009).

إن الأفراد ذوي التعلق الآمن يتميزون بنظام منفتح نسبياً على المعلومات الجديدة أو التغذية الراجعة القادمة من البيئة الخارجية، والنماذج العاملة الداخلية (Internal Working Models) تعكس عندهم توازناً نسبياً بين عملية التمثل (Assimilative Process) وعملية المواءمة (Accommodative Process) للوصول إلى التكيف، ولذلك فإن الأفراد ذوي التعلق الآمن يكون لديهم نظام الذات مرناً نسبياً ومنفتحاً أمام التعلم والتغيرات الجديدة. أما نظام الذات للأفراد ذوي التعلق غير الآمن، فهو مغلق نسبياً أمام المعلومات الجديدة، فالنماذج العاملة لديهم تعمل بشكل أساسي بصيغة تمثلية (Assimilative Mode). ونتيجة لذلك يكونون غير قادرين على الإنفتاح أمام المعلومات الجديدة. فمثل هذه النماذج العاملة تميل لأن تتمثل معظم المعلومات الجديدة (الخارجية) بناء على قواعد ومخططات موجودة، حيث يتم الإنتباه إنتقائياً للمعلومات التي تتوافق مع هذه القواعد الموجودة، وتجاهل تلك التي لا تتوافق معها (أبو غزال، 2007).

وحسب الدليل التشخيصي الخامس DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) فإن أبرز مظاهر الإضطرابات الناتجة عن التعلق والمتمثلة بقلق الإنفصال تأتي كما يلي:

1- "إنزعاج مفرط متكرر عند توقع أو حدوث الإنفصال عن الأشخاص الذين يتعلق بهم بشدة."

2- "خوف مستمر ومفرط يتعلق بفقدان أو بحدوث أذى محتمل للأشخاص الذين يتعلق بهم بشدة."

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3- "خوف مستمر ومفرط من أن حادثاً مشؤوماً سيسبب الإنفصال عن شخص يتعلق به بشدة"

4- "ممانعة مستمرة أو رفض الذهاب إلى الخارج بسبب الخوف من الإنفصال"

5- "الخوف المستمر المفرط أو الممانعة لأن يكون وحيداً دون وجود أشخاص يتعلق بهم بشدة"

6- "ممانعة مستمرة أو رفض النوم بعيداً عن أشخاص يتعلق بهم بشدة"

7- "كوابيس متكررة تتضمن موضوع الإنفصال"

8- "شكاوى متكررة من أعراض جسدية حين يحدث الإنفصال أو حين يتوقع الإنفصال عن شخص يتعلق به بشدة".

يرى فرويد أن علاقة الأم والطفل هي أول العلاقات للطفل وأطولها زمنياً وتشكل هذه العلاقة نموذجاً لعلاقاته التالية والتي سيشكلها خلال حياته. وبالرغم من رفض هذه الأفكار في تلك الأوقات إلا أن بولبي Bowlby قام بتعديلها وحمايتها من خلال نظريته في التعلق آنفة الذكر (Taylor, 2010).

وأشار ريز (Rees, 2005) إلى أنه خلال فترة الطفولة فإن التعلق الذي ينشأ بين الأم والطفل سيظهر في فترة المراهقة، وعليه فإن الأم التي تشكلت معها العلاقة العاطفية تحتل الحيز الأول في حياة الفرد.

وعند بلوغ الفرد سن المراهقة فإن علاقات الإرتباط والتعلق تتسع لديه، فيصبح المراهق أقل اعتماداً على والديه سعياً للوصول إلى الإستقلال الذاتي، وفي نفس الوقت لا يمكنه الإنفصال

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والإستقلال عنهما؛ لأنهما يمثلان مصدر دعم له. وفي هذه المرحلة يشكل الأصدقاء والرفاق مجموعات أساسية وهامة للتعلق، فهم يشكلون مصدراً عاطفياً داعماً للإستقلال عن الآباء والشعور بالذات واكتشاف الهوية مما يؤدي إلى إنتقال التعلق من الوالدين إلى الأقران (Bretherton & Munholland, 1999). بحيث تمثل الصداقة مصدر دعم وأمان بالنسبة للمراهق، حيث ينتقل التعلق في هذه المرحلة من الوالدين إلى الأصدقاء، مما يشكل قاعدة آمنة يستكشف منها المراهق محيطه ويشبع حاجاته، كما وتساعد جماعة الرفاق في النمو الإجتماعي والعاطفي، وتمثل سنداً إجتماعياً يشعر المراهق من خلاله بالثقة والكفاءة الذاتية مما يساعده في مواجهة الضغوط. كما ويعتبر دخول المراهق في علاقات متنوعة دليلاً على الأمان في علاقته مع والديه (Markiewicz, Lawford, Doyle & Haggart, 2006).

وترى الباحثة أنه يتوقع من الفرد في مرحلة المراهقة أن يتمكن من التعبير عن نفسه وأفكاره ومشاعره، فإذا اجتاز الفرد مراحل حياته دون مشاكل وطور تعلقاً آمناً مع والدته فإنه سيجتاز مرحلة المراهقة بتأكيد لهويته وثقة مرتفعة بالنفس وبالتالي قدرة على التعبير عن مشاعره، أما إن كان تعلقه مع والدته غير آمن أو يشوبه شيء من عدم الثقة والأمان بوجود الأم فمن المحتمل أن تؤثر هذه العلاقة على الفرد في المراحل اللاحقة وخاصة مرحلة المراهقة، وبالتالي فإن تعبيره عن نفسه قد يصحبه بعض المشاكل كأن يكون تعبيره عن نفسه تعويضياً أو أن يصبح غير قادراً على التعبير عن نفسه مشكلاً بذلك ما يعرف بالألكسيثيميا.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الألكسيثيميا (Alexithymia)

يعد سيفنيوس (Sifneos,1973) أول من استخدم مصطلح الألكسيثيميا والتي تعني حرفياً "لا يوجد كلمات تصف المشاعر" وهي مأخوذة من اليونانية؛ حيث (a) تعني لا يوجد و (lexis) تعني كلمات و (thymia) تعني مشاعر.

تشير الألكسيثيميا إلى سمة وجدانية معرفية للشخصية؛ بالرغم من كونها شكل من أشكال الإضطراب الوظيفي في تعيين وتحديد الفرد لمشاعره، وتظهر هذه السمة نفسها بأكثر من طريقة، وكذلك فإن فقر الحياة التخيلية والإهتمامات واللعب والنقص في القدرة على خلق تخيلات مرتبطة بالمشاعر؛ يؤدي إلى ظهور طريقة تفكير يميل فيها الفرد إلى تجنب الصراع في المواقف الضاغطة ويظهر لديه أيضاً التفكير الخارجي التوجه (External oriented) الذي يتميز بالإهتمام بالتفاصيل والأحداث الموجودة في البيئة الخارجية (صبري، 2016).

ويعرف بشارات (Besharat, 2010) الألكسيثيميا بأنها: حالة من القصور في القدرة على التعامل مع الإنفعالات من الناحية المعرفية، وصعوبة تنظيم الفرد لوجدانه، وبالتالي تعتبر أحد العوامل المهيئة للأمراض النفسية والجسمية.

وتعرفها خميس (2014) بأنها سمة ثابتة ذات مكونات وجدانية ومعرفية تتمثل بصعوبة في وصف وتحديد المشاعر والتعرف عليها، وصعوبة الفصل بين المشاعر والأحاسيس الجسدية، ونقص القدرة التخيلية، والتفكير خارجي التوجه.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويعرف كل من هين وغورشيت (Hen & Goroshit, 2014) الألكسيثيميا بأنها ضعف في القدرة على التعبير عن المشاعر ووصفها وتحديدها، وكذلك ضعف التمييز بين الأحاسيس الجسدية والمشاعر، والشعور بالقلق المستمر والإفتقار إلى السعادة والرضا.

ويعرف كل من هورويتز ولنارتسون وثيورل وأولن (Horwits, Lennartsson, Theorell & Ullen, 2015) الألكسيثيميا بأنها عجز الفرد عن تحديد وتمييز ووصف المشاعر والعواطف الهامة للتفاعلات الإجتماعية والرفاهية وبالتالي الصحة.

كما وتعرف الألكسيثيميا بأنها: عدم القدرة على التعرف على المشاعر أو تمييزها والإستجابة لها بالطريقة المناسبة، مما يؤثر على جودة العلاقات البين–شخصية وكيفية إستخدامها في إتخاذ القرارات المختلفة في الحياة، بالإضافة إلى الخيال المحدود وندرة التخيل ونمط معرفي يتميز بالتركيز على التفصيلات الخارجية للأحداث، أكثر من التركيز على المشاعر الأخرى المتعلقة بالخبرة الداخلية للفرد (غنيم، 2016).

وتعرف الباحثة الألكسيثيميا بأنها حالة عدم القدرة على الكلام عما يجول داخل الفرد وصعوبة في وصف مشاعره وتحديدها والتعرف عليها، وذلك لتدني الوعي بوجود هذه المشاعر مما يسبب له تدنياً في القدرة التخيلية والأحلام ومحدوديتها ويتميز مصاب الألكسيثيميا بالتفكير الموجه للخارج.

يتضح من التعريفات السابقة أن الألكسيثيميا تتضمن أربعة أبعاد هي:

- صعوبة التعرف على المشاعر وتحديدها: وتعني نقص في قدرة الفرد على التعرف على مشاعره والتعبير عنها بطرق لفظية وغير لفظية.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- صعوبة وصف المشاعر: وتشمل عدم القدرة على التمييز بين الأحاسيس الجسدية الناتجة عن الإستثارة الإنفعالية والمشاعر.
- التفكير الموجه إلى الخارج: ويعني التركيز على التفاصيل الخارجية أكثر من خبرات الفرد الذاتية، وعزو الحدث ونتائجه إلى عوامل خارجية.
- ندرة الخيال: والمقصود هنا سطحية التخيلات والأفكار وغياب واضح للأحلام.

كما وترى الباحثة أن وعي الفرد بإنفعالاته ومشاعره دليلاً على كفاءته الوجدانية والإجتماعية والمهنية، حيث أن المشاعر والإنفعالات تؤثر في مختلف جوانب سلوكه وبالتالي ردود فعل الآخرين وسلوكاتهم. والقصور في تعبير الفرد عن مشاعره وفهم مشاعر من حوله سيؤدي إلى حالة من عدم الإنسجام بينه وبين محيطه، وازدياد الإضطرابات النفسية لديه، وهذا يؤثر بشكل مباشر على حياته الصحية والإجتماعية.

تجدر الإشارة إلى أن الكثير من الأشخاص الذين يعانون من الألكسيثيميا يشكون من مشكلات بدنية؛ حيث ربطت العديد من التجارب بين مستويات الإثارة العاطفية، وما يصاحب ذلك من إثارة فسيولوجية؛ أي أن مشاعر الفرد وعواطفه تؤثر بشكل مباشر في صحته الجسدية وسلوكه. ومن البديهي أن الشخص الذي لا يستطيع التعبير شفوياً عن مشاعره سيواجه صعوبة في تحييد أثر هذه المشاعر عن الناحية الفسيولوجية وكذلك النفسية (Muller, 2000).

يعود القصور في معالجة المعلومات الوجدانية والعصبية إلى دورها في تجنب الإستجابة للمواقف المختلفة، وبالتحديد فهم واستيعاب الضغوط المختلفة، مما يعني أن قصور التعبير عن المشاعر وما يعرف بالألكسيثيميا هو اضطراب في معالجة المعلومات الإنفعالية وإدراك المواقف

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والأشخاص، ويعتبر مسؤولاً عن عدم الإستمتاع بالحياة الإجتماعية، وحيث توصف الألكسيثيميا بأنها بناء متعدد الأبعاد، بالتالي فإنها تعكس قصوراً في تجهيز المعلومات وتنظيم المعرفة (Moriguchi et al.,2006).

هذا وتعتبر الإنفعالات من أهم العوامل المؤثرة في بناء العلاقات الإجتماعية، ويصعب على الفرد التأقلم نفسياً وإجتماعياً دون علاقات وتواصل مع محيطه. حيث أن التواصل مع الآخرين وفهم مشاعرهم يساعد في تسهيل عملية التفاعل الإجتماعي، والقدرة على تنظيم الإنفعالات الذاتية وضبطها (داود، 2016).

كما وهناك عدة جوانب تشكل الألكسيثيميا هي صعوبة تحديد الفرد لمشاعره، وصعوبة وصف هذه المشاعر للآخرين، وكذلك طريقة التفكير الداخلي الخارجي، وأُجريت العديد من الدراسات التي أشارت إلى ارتباط الألكسيثيميا بالكثير من إضطرابات الصحة النفسية والأمراض الجسدية (Mattila, 2009).

وبحسب زيدي ويعقوب ومالك (Zaidi, Yaqoob & Malik, 2015) فهنالك نوعان من الألكسيثيميا وهما: النوع الأول: الألكسيثيميا الأولية Primary Alexithymia: وتنشأ في الجانب العصبي، وتتضمن انفصال طرفي في القشرة الدماغية الأمامية. والنوع الثاني: الألكسيثيميا الثانوية: وتنشأ بسبب مؤثرات نفسية كالخبرات الصدمية التي يتعرض لها الفرد قبل أن يطور القدرة اللغوية، والتي من المحتمل أن يكون لها تأثير في قدرة الفرد على استخدام الكلمات في التعبير عن مشاعره، وكذلك تنشأ بسبب الضغوط النفسية والإشكالات الصحية في مراحل المراهقة والرشد، من جانب آخر فإنه يصعب التمييز بين نوعي الألكسيثيميا بين الأفراد.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويذكر تايلور وباجبي وباركر (Taylor, Bagby & Parker, 1997) أعراض الشخص المصاب بالألكسيثيميا كما يلي: عدم القدرة على تحديد أنواع المشاعر المختلفة، ضعف في التمييز بين الإنفعالات والأحاسيس الجسدية، صعوبة في فهم العوامل المؤدية للمشاعر، ضعف اللغة اللفظية، يعتمد تفكيرهم على العقل والمنطق بعيداً عن المشاعر والأحاسيس، نقص ملحوظ في الأفكار الإبداعية والخيال، يفضلون الإهتمام بالأحداث الخارجية أكثر من الخبرات الشخصية (أسلوب معرفي ذو توجه خارجي)، قصور تحديد المشاعر والنمطية في التفكير، قصور في أحلام اليقظة، يعانون من بعض المشكلات الصحية كخفقان القلب، وألم المعدة، وإحمرار الوجه، وإرتفاع الحرارة، واضطرابات الأكل، ويعانون من اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والشعور بضعف المساندة الإجتماعية وانخفاض الفعالية الذاتية.

كما واعتبرت الألكسيثيميا مشكلة تؤثر بشكل سلبي على سلوك الفرد وتواصله الإجتماعي وتفاعله مع الآخرين وتقديره لذاته، وارتبطت الألكسيثيميا بقصور العمليات المعرفية من إستقبال ومعالجة وضبط للمشاعر، ويسود البرود في علاقات مصاب الألكسيثيميا بمن حوله وتنقصه القدرة على التواصل والحوار وتقبل وجهات النظر المختلفة وكذلك تتسم علاقات الحب والمودة لديه بعدم الإستقرار. وحيث أن الألكسيثيميا سمة شخصية ثابتة للفرد فمن المؤكد أنه سيكون لها تأثير مباشر في أساليب مواجهة الفرد للضغوط، وبالتالي فالألكسيثيميا تلعب دوراً محورياً في اختيارات الفرد للطرق الملائمة للتصرف في مختلف المواقف (خميس، 2014).

ويمكن تقسيم خصائص الشخص المصاب بالألكسيثيميا إلى أكثر من قسم كما يلي:

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- الخصائص المعرفية: يرى نيكولاس وأوليفر وأوليفر (Nicolas, oliver & oliver, 2006) أن الشخص المصاب بالألكسيثيميا غير قادر على التعرف على دوافعه الداخلية، ولديه صعوبة في الوعي والإدراك ناتج عن تهميش عواطفه، وضعف في القدرة على مناقشة مشكلاته ومشاعره حول المواقف التي يمر بها، هذا يؤدي إلى خلق تشوه معرفي لديه. كما أنه يعاني من تراجع في النمو المعرفي الوجداني. ونتيجة لضعف الإستجابة الإنفعالية يصعب على الشخص المصاب بالألكسيثيميا توظيف إنفعالاته بحيث تتمثل الوجدانيات لديه بصورة جسدية وقليل من التعبير اللفظي عنها؛ لهذا فمصابي الألكسيثيميا لا يستطيعون معالجة الخبرة الإنفعالية معرفياً. وبحسب ماتيلا وسارني (Mattila & Saarni, 2009) فمستوى ترميز المشاعر لديهم ضعيف، وكذلك التمثيل العقلي للعواطف والقدرة على تنظيمها.
- الخصائص الجسمية: ترتبط الألكسيثيميا بأمراض جسمية كحالات الصداع العصبي، وارتفاع ضغط الدم، وإضطرابات الجهاز الهضمي، واضطراب القولون العصبي (IBS) والإجهاد الشديد وبعض الأمراض الجلدية المزمنة والحساسية (Colin & kory, 2008).
- الخصائص الإجتماعية: وتتمثل بعدم القدرة على التواصل مع الآخرين، إنخفاض مستوى المهارات الإجتماعية والمهارات الحياتية، صعوبة التعبير عن المشاعر نحو الآخرين والذي يؤدي إلى عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية معهم وهذا من شأنه أن يقلل من التوافق النفسي والإجتماعي، والإنطواء وكثرة الضغوط النفسية والعلاقات الفوضوية مع الآخرين (Taylor, 2010).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- الخصائص السلوكية: بحسب سيفنوس (Sifneos, 1996) فإن المصابين بالألكسيثيميا يعانون من ضعف تعبيرات الوجه والتي تتميز بأنها لا تعبر عن مشاعرهم الداخلية، ويميلون للإختصار دون اللجوء إلى التفاصيل، ولديهم قصور في توظيف الكلمات التي تصف مشاعرهم، وتعتبر شكواهم الجسدية تعبيراً صادقاً عن حالتهم الإنفعالية، حيث يعد المرض الجسدي معبراً عن المرض النفسي، يستطيعون وصف حالتهم الجسدية بسهولة ولكنهم يواجهون صعوبة في شرح ما يضايقهم أو يحزنهم أو يخيفهم أو يقلقهم، وهذا بسبب نقص القدرة في التعبير عن المشاعر وليس لغياب المشاعر بحد ذاتها.
- الجانب الوجداني: يعاني مرضى الألكسيثيميا من قصور القدرة التخيلية مما يُفقد أحلامهم مضمونها الوجداني، كونهم ليس لديهم حياة وجدانية يتحدثون عنها، وكثيراً ما يقمعون عواطفهم، وتظهر طاقتهم الوجدانية بشكل بدني، ولا يستطيعون وصف ما يجول في وجدانهم بطريقة رمزية أو لفظية، فتظهر بصورة جسدية، لديهم رغبة في كسب الدعم الإجتماعي من المحيطين بهم، كذلك فهم ميالون للإكتئاب والمشكلات المزاجية الحادة (Zaidi & Mohsin, 2013).

من جانب آخر يذكر هان وجوستن وويجفيلد وبوسوينكل وبالن وجونغ (Haan, Joosten, Wijdeveld, Boswinkel, Palen & Jong, 2012) مجموعة من الصفات التي يتصف بها المصاب بالألكسيثيميا، مثل: الحيرة لردود أفعال الآخرين الإنفعالية، طول الإجابات على الأسئلة العلمية، ندرة في أحلام اليقظة، ضعف ردود الفعل فيما يتعلق بالفن والأدب والموسيقى، الإعتماد على الجانب المعرفي في أخذ القرارات وتجاهل الجانب الإنفعالي، يعانون من مشكلات بدنية،

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقصور في فهم أسباب المشاعر، ضعف في استخدام اللغة اللفظية للتعبير عن المشاعر، خيالات خالية من المحتوى الإنفعالي، التفكير المجرد، تتميز حياتهم الإنفعالية بعجز التعبير عن المشاعر، ويشبهون في ذلك الأفراد الذين يفتقرون إلى المشاعر على الإطلاق في عدة خصائص على المستوى المعرفي والخبراتي، وهذا يجعل انفعالاتهم لا تقوم بدورها المعتاد في تسيير الحياة الإنسانية، وكذلك تمثل الألكسيثيميا صعوبة في فهم الفرد لنفسه، وردود فعله للمواقف الإجتماعية، ونقص في المساندة الإجتماعية مما يسهم في الكشف عن فعالية الذات وبالأخص لدى الفئات الإكلينيكية كالفصاميين والمكتئبين.

ويمكن اعتبار الألكسيثيميا سمة وجدانية ومعرفية للشخصية، فهي تظهر بأكثر من شكل ونتيجة، ويمكن تصنيفها كنوع من عسر المزاج الذي يتسبب في عدم القدرة على تنظيم الانفعالات، وعدم القدرة على إتمام العمليات المعرفية الخاصة بالجوانب الوجدانية، كما يشير إلى ذلك بايارديني وزملاءه (Paiardini et al., 2011) حيث يذكرون بأن الألكسيثيميا ليست ظاهرة، ولكنها سمة شخصية يمكن أن تصنف وتوزع في المجتمع العام بنسبة (15-20%) في أعمار مختلفة، والمستوى المرتفع منها مرتبط بما يعانيه الفرد من أمراض سيكوسوماتية مثل التهاب الأمعاء، أو اضطرابات الجهاز الهضمي، أو احتشاء عضلة القلب، أو السكري، أو الأمراض الصدرية المزمنة، أو الحالات الجلدية العصبية المزمنة، وبذلك تعد الألكسيثيميا عامل خطر؛ حيث أنها تعمل على مضاعفة عدد الوفيات عند المرضى وخصوصاً من يعانون من أمراض الشرايين التاجية، كما أنه لا يوجد دليل على أن هناك تمييز بين الذكور والإناث في الألكسيثيميا، كما ارتبطت الألكسيثيميا بزيادة العمر وانخفاض

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مستوى التعليم والدخل وتعتبر معرقلاً لعملية النمو وسبباً من أسباب المشكلات الصحية النفسية والجسدية وخاصة المرتبطة بتنظيم الوجدان.

ومن النظريات التي فسرت حالة قصور التعبير عن المشاعر ما يلي:

أولاً: النظرية النيوروبيولوجية Neurobiological Theory

ظهرت هذه النظرية على يد سيفنوس ونيهاميا (Sifneos & Nehamiah, 1983) حيث أشارا إلى أن النصف الأيمن من المخ هو المسؤول عن وصف المشاعر وإدراكها والتعبير عنها بطريقة غير لفظية، أما سيفنوس (Sifneos, 1988) فقد أرجع سبب الألكسيثيميا إلى إنقطاع الألياف العصبية الترابطية بين نصفي المخ، مما يعني إنقطاع التدفق للمعلومات بين نصفي المخ، وأضاف إلى أن أسباب تغيرات السلوك الإنفعالي يرجع لإصابة القشرة المخية الأمامية، وأن سلامتها يترتب عليه معالجة المعلومات الإنفعالية بشكل سليم. إذ إن سلامة القشرة المخية والفصوص الجبهية تحدد سلامة الفرد من الألكسيثيميا.

ثانياً: النظرية النفسية Psychological Theory

يشير بشارات وريزي ومهدي (Besharat, Rizi & Mehdi, 2014) إلى أن هنالك شقين أساسيين للجانب النفسي في تفسير الألكسيثيميا، الأول نمائي ينظر لأسباب الألكسيثيميا على أنها تشوهات في صورة الفرد عن ذاته ترجع لمرحلة الطفولة وذلك نتيجة التعرض لخبرات مؤلمة نشأ عنها ضعف في الجانب الوجداني، وقصور في وصف الفرد لمشاعره، وكذلك تؤدي ندرة الحياة التخيلية إلى صعوبة تعديل الإنفعالات لديه، والجانب الثاني يختص بخبرات التعلق التي أشار إليها بولبي (Bowlby, 1969) بحيث يؤكد على دور التعلق الآمن في تدعيم رابطة التواصل بين الفرد

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ووالديه، والعلاقات التي تتسم بالدفء والحنان والأمن والإتزان النفسي داخل الأسرة، ويؤكد أيضاً على أن حاجة الفرد للأمن تتوافق مع حاجاته الأساسية الأخرى، بحيث لا يستمتع الفرد بإشباع الحاجات الأخرى ما لم يحقق حاجته للأمن.

ثالثاً: النظرية التكاملية Integrated Theory

تصف هذه النظرية الألكسيثيميا على أنها مجموعة من أشكال القصور في القدرة على التعامل مع الإنفعالات معرفياً، وصعوبة في تنظيم الوجدان؛ وهذا يشير إلى أنها عامل متنبِّئ بالإضطرابات السيكوسوماتية، ويعرفها تايلور وباجبي وباركر (Taylor, Bagby & Parker, 1997) بأنها صعوبة وصف وتمييز الإنفعالات المختلفة، وعدم القدرة على التفريق بين المشاعر والأحاسيس البدنية، مثل عدم التمييز بين الصداع والإكتئاب، وقصور في القدرة التخيلية، والإهتمام بالمؤثرات الخارجية أكثر من الشخصية. ويبالغ المصابون بالألكسيثيميا في أحاسيسهم الجسدية، ويفشلون في تفسيرها، ويتميزون بضعف في القدرة على تشكيل التمثيلات العقلية المرتبطة بالمشاعر والتي تعد هامة لمعالجة الخبرة الوجدانية معرفياً والتفاعل مع من حولهم. وأشاروا أيضاً إلى أنهم يظهرون ردود فعل عصبية لا إرادية مبالغ فيها بسبب فشلهم في تنظيم الوجدان مما يساهم في ظهور الأمراض الجسدية، ويؤكدون كذلك على الجانبين النفسي والنيوروبيولوجي بحيث يعدّان مكملان لبعضهما البعض.

رابعاً: نظرية الصدمة Trauma Theory

تشير النظرية إلى أن الألكسيثيميا تعتبر طريقة للتعايش مع الصدمة، حيث يختارها الفرد كوسيلة للدفاع أو الهروب من التعامل مع الضغوط النفسية والإنفعالات السلبية، وتقوم نظرية

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الصدمة على فكرة أن الأزمات تجعل ما هو مستحيل حدوثه، أمراً لا مفرّ منه أو قابل للتحقيق فى ظل أزمة عاصفة (Reddy, 2009). وقد تكون هذه الصدمة عبارة عن فشل في حب أو صدمة عنيفة أو التعرض لحادث أو جرح مشاعر يلجأ الفرد للهروب منها ومن المشاعر المرافقة لها (الصيخان، 2010).

خامساً: نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory

بحسب هذه النظرية فإن المصابين بالألكسيثيميا يعانون من صعوبات في تنظيم مشاعرهم وانفعالاتهم، وهذا يؤدي إلى قصور في فهم وتفسير مشاعر وانفعالات الأشخاص الذين يتعاملون معهم، كما وأنهم لن يكونوا قادرين على تعليم أطفالهم كيفية تنظيم انفعالاتهم أو التحكم في مشاعرهم وترجمتها والبوح بها؛ وهذا يعود إلى فقد التلقائية في التعبير عن المشاعر لدى الأهل وخصوصاً الأم (Gil, Scheidt, Hoeger & Nickel, 2008).

سادساً: نظرية الوعي الإنفعالي Emotional Awareness Theory

تتمحور هذه النظرية حول الدور الذي يلعبه نموذج التطور المعرفي الذي وضعه بياجيه للغة في شرح تطور الوعي الإنفعالي، بحيث يعتمد الفرد على ذخيرته اللغوية والقدرة على إستخدام المفردات المختلفة في التعرف على مشاعره وتحديدها، وتشير النظرية أيضاً إلى أن الذين يعانون من درجات مرتفعة من الألكسيثيميا لديهم نقص ملحوظ في إمكاناتهم المعرفية التي تقوم بدور هام في ترجمة الأحاسيس الفسيولوجية العصبية إلى لغة لفظية، ويستغرق مرضى الألكسيثيميا وقتاً لوصف مشاعرهم وإيجاد الكلمات التي تعبر عنها (Shishido, Gaher & Simons, 2013).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويعاني كذلك المصابين بالألكسيثيميا من الكبت ويلجأون إلى إستخدام ميكانيزمات الدفاع (إسباغ العقل والمنطق، عزل التأثير والإنكار) في محاولتهم لإخراج المشاعر السلبية من نطاق وعيهم، بحيث تنقصهم القدرة على تمييز ما تعنيه المثيرات الإنفعالية اللفظية وغير اللفظية، فعند محاولتهم لمطابقة المثيرات الانفعالية والإستجابات اللفظية وغير اللفظية (تعبيرات الوجه) فشلوا في القيام بذلك بدقة (صبري، 2016).

مما سبق يمكن القول بأن الدراسة الحالية ستبحث في ثلاثة أنماط من التعلق لدى المراهقين وقدرتها التنبؤية في التعبير عن مشاعرهم، حيث يشير النمط الأول وهو التعلق الآمن إلى الأسلوب الصحي والسليم في التعلق ومن المتوقع أن الأفراد الذين يطورون هذا النوع من التعلق مع الأم سيبدون قدرة أكثر من غيرهم في التعبير عن مشاعرهم الإيجابية والسلبية، أما فيما يتعلق بالنمطين الآخرين وهما التعلق القلق والتعلق التجنبي فهما يشكلان بحد ذاتهما نوعاً من أشكال الإضطراب النفسي لدى الفرد ومن المتوقع أن الشخص الذي يعاني من أحدهما سيتعرض لمشاكل نفسية تتمثل في عدم الثقة بالآخرين واضطراب في الهوية والإغتراب النفسي وغيرها مما يبعث للتنبؤ بعدم قدرته على التعبير عن مشاعره أو أنه سيعاني من القصور في هذه القدرة.

ومما لا شك فيه أن الألكسيثيميا لها دور فعال في تأثيرها الواضح على الصحة النفسية والإجتماعية والمهنية مستقبلاً للمراهق، وهذا ما دفع الباحثة للقيام بهذه الدراسة للتعرف على مدى إسهام أنماط التعلق في التنبؤ بالألكسيثيميا لدى المراهقين.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مشكلة الدراسة وأسئلتها

من المعلوم أن الإنسان خلق ليكون ضمن جماعة، بدءاً بالجماعة الأولى الأسرة انتقالاً إلى المجموعات الأكثر اتساعاً، وتنشأ بين الفرد والجماعة التي ينتمي لها علاقات مختلفة تعتمد على قرب هذه الجماعة أو بعدها عنه، ومن البديهي أن تكون هناك علاقات تعلق مختلفة بين الفرد ومن حوله، ويعتمد التعلق على الشخص المقابل ودرجة قربه من الفرد، وهذه العلاقات تؤثر على الإنسان في مختلف مراحل حياته، حيث جاءت فكرة دراسة هذه العلاقات وأثرها في مرحلة المراهقة؛ نظراً لأهمية التعلق ونمطه في تكوين شخصية المراهق والإضطرابات التي قد تنشأ لديه جراء المشكلات التي يواجهها في حياته.

وحيث أن فترة المراهقة أحد أهم الفترات في حياة الفرد، وتمثل فترة حرجة تظهر فيها معظم معالم شخصية الإنسان، ويحتاج الفرد فيها إلى منحه بعض الخصوصية ليتمكن من التعبير عن نفسه وانفعالاته بحرية تجنباً لكبتها مما يعرضه لمشاكل نفسيه وجسمية مختلفة.

وعلاقة الفرد بوالدته تكسبه مهارات وخبرات هو في حاجة إليها وعندما تكون هذه العلاقة غير آمنه سينعكس سلباً على السواء النفسي له مستقبلاً.

وإن تأثير أنماط التعلق ينعكس على العديد من الجوانب في حياة الفرد (النفسية والسلوكية والإجتماعية الفسيولوجية والعقلية والعاطفية الإنفعالية) ومن أبرز المشاكل التي يعاني منها المراهق قصور التعبير عن المشاعر وهذه المشكلة تسبب نوعاً من الفشل والإحباط واتخاذ مواقف سلبية من الحياة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأشارت نتائج الدراسات التي بحثت أنماط التعلق في علاقتها بالألكسيثيميا كدراسة بشارات وريزي (Besharat & Rizi, 2014) التي كان من أبرز نتائجها وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الألكسيثيميا وأنماط التعلق وموجبة بين الألكسيثيميا وأشكال التعلق الأخرى، وهذا ما اتفق عليه كل من بشارات وشاهيدي (Besharat & Shahidi, 2013) حيث أشارت النتائج إلى أن أنماط التعلق لعبت دور الوسيط في العلاقة بين الألكسيثيميا والمشكلات البين شخصية.

وجاء دافع الباحثة للقيام بالدراسة من ملاحظتها المباشرة للطلبة في مدارس ثانوية مختلفة في محافظة إربد كانت قد عملت بها كمرشدة متدربة ومن خلال مراجعة الطلبة الذين هم في مرحلة المراهقة خصوصاً ومحاولتهم الحديث عن مشاكلهم التي يتعرضون لها اتضح أنهم يعانون من صعوبة في شرح ما يجول بخاطرهم وإيصاله للمرشدة ومن خلال الحديث معهم كان يتبين أن من يعانون هذه الحالة لدى أغلبهم مشكلات أسرية وتوتر في العلاقة مع الأم غالباً.

وبالرغم من وجود دراسات مستفيضة حاولت البحث في عالم المراهقين إلا أنه وفي ما اطلعت عليه الباحثة لم تجد أي دراسة بحثت في جانب التعبير عن المشاعر في هذه المرحلة العمرية،وكذلك الأمرعند استخدام أنماط التعلق كمتنبئ بالتعبير عن المشاعر. بالتاليتسعى الدراسة الحالية إلى التعرف على أنماط التعلق السائدة بين المراهقين محاولة الكشف عن إمكانية التنبؤ بحالة قصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) من خلال أنماط التعلق السائدة. ولذلك فإن هذه الدراسة سعت للإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. ما أبرز أنماط التعلق لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟
2. ما مستوى القصور في التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. ما نسبة التباين المفسر التي يفسرها كل نمط من أنماط التعلق في مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟

4. هل تختلف نسبة التباين المفسر التي تفسرها أنماط التعلق في مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد باختلاف الجنس؟

أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة في تناولها موضوعاً وفئة غاية في الأهمية، والتي تتمثل في أنماط التعلق وتنبؤها بالألكسيثيميا وهي من الموضوعات المهمة في مرحلة المراهقة، وكذلك اهتمام الدراسة بأحد المفاهيم والظواهر النفسية ذات الأهمية البالغة في حياة كل منا وهي الألكسيثيميا والتي يكمن تأثيرها في عدة مستويات في شخصية الفرد منها السلوكي والصحي والإنفعالي والعقلي وما يترتب عليها من سلوك وتفاعل مع من حوله، وجاءت الأهمية كما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية

تتمثل الأهمية النظرية لهذه الدراسة في إضافة نتاج جديد من التراكم المعرفي حول العلاقة بين أنماط التعلق وقصور التعبير عن المشاعر عند المراهقين، وإلقاء الضوء على هذه المرحلة التي يبني بها الطلبة تفكيرهم نحو الحياة ويحددون نظرتهم المستقبلية، ويكون فيها الطلبة أحوج ما يكونون إلى التعبير عن ما لديهم من إنفعالات ومشاعر من أجل تحقيق الإستقلالية والقيام بالمسؤولية الموكولة إليهم بعد الإنتهاء من الدراسة على خير وجه، أضف إلى ذلك أن هذه الدراسة توفر المعلومات الهامة التي يحتاجها الأفراد حول كل من مواضيع المراهقة والتعلق والألكسيثيميا من خلال توفير معلومات إضافية تسهم في الربط بين متغيرات الدراسة مع بعضها بعضاً.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

تعتبر المراهقة مرحلة هامة في نمو الطلبة كونها تمثل مرحلة إعداد الفرد من الناحية النفسية والإجتماعية، وهي محاولة علمية للكشف عن العلاقة بينهما مما سيساهم في إغناء المكتبة العربية والأردنية من جانب وتساعد الباحثين في تناول هذا الموضوع من جوانب أخرى. كما تقوم هذه الدراسة بتقديم بعض المقترحات من خلال نتائجها للمهتمين والعاملين في التعليم من أجل وضع خطط وبرامج إرشادية تساعد على الإهتمام بالجانب الإنفعالي لدى الطلبة مما يساعد في استغلال طاقاتهم وإمكاناتهم الفاعلة وقدراتهم الإيجابية للإندماج مع المجتمع الخارجي، أضف إلى ذلك أن هذه الدراسة تفتح المجال أمام الباحث للقيام بدراسات حول العلاقة بين أنماط التعلق والألكسيثيميا لكافة الفئات العمرية وفي مجالات متعددة بإعتبارهما من المتغيرات المهمة التي تربط العملية التعليمية التعلمية مع بعضها البعض.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التعريفات الإصطلاحية والإجرائية

الألكسيثيميا: سمة شخصية ذات خصائص وجدانية ومعرفية تتميز بصعوبة تحديد ووصف المشاعر والإنفعالات لدى الشخص والآخرين مع نمط معرفي يتميز بتوجه خارجي (Bagby, Parker& Taylor, 1994).

وتعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي يحصل عليها المراهق على مقياس تورنتو للألكسيثيميا المستخدم في الدراسة الحالية.

التعلق: نزعة فردية داخلية لدى كل إنسان تجعله يميل لإقامة علاقة عاطفية حميمة مع الأشخاص الأكثر أهمية في حياته، تبدأ منذ لحظة الولادة وتستمر مدى الحياة (Bowlby, 1982).

ويعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي يحصل عليها المراهق على المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

المراهق: هو الفرد الذي يمر بمرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد يتخللها الاستعداد للنضج بأنواعه الجسدي والعقلي والانفعالي إضافة إلى النضج الاجتماعي (زهران، 1994).

ويعرف اجرائيا في الدراسة الحالية بأنهم طلاب الصفوف الثامن والتاسع والعاشر والحادي عشر والذين تم تطبيق أداة الدراسة عليهم.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

محددات الدراسة

- اقتصرت الدراسة على عينة عشوائية من المراهقين في الصفوف الثامن والتاسع والعاشر والحادي عشر في محافظة إربد التابعين لمديرية تربية لواء الكورة في مدارس الأشرفية الثانوية للبنين ومرحبا الثانوية للبنين وكفر أبيل الثانوية للبنين وتبنه الثانوية الشاملة للبنين وجنين الصفا الثانوية للبنين وزمال الثانوية للبنين وكفر راكب الثانوية للبنين وجفين الثانوية للبنين والأشرفية الثانوية للبنات ودير أبي سعيد الثانوية الشاملة للبنات وتبنه الثانوية للبنات وسموع الثانوية للبنات وكفرأبيل الثانوية للبنات وكفر عوان الثانوية للبنات وبيت إيدس الثانوية للبنات وكفر الماء الثانوية للبنات وكفر راكب الثانوية للبنات، في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2018/2017).
- وتتحدد نتائج الدراسة بأداتين هما:

1. مقياس تورنتو الألكسيثيميا والمكيف من قبل الزيادات والشريفين (2017) للبيئة الأردنية.
2. مقياس أنماط التعلق والمطور من قبل بني مصطفى والشريفين (2012)، وبالتالي لا يمكن تعميم النتائج إلا في ضوء ما تتمتع به هذه المقاييس من خصائص سيكومترية.

- كما تتحدد نتائج هذه الدراسة في ضوء المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في هذه الدراسة وما تتضمنه من الأبعاد.
- وتتحدد إمكانية تعميم نتائج الدراسة على المجتمعات المماثلة لمجتمع الدراسة فقط.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثاني

الدراسات السابقة

يتناول هذا الفصل الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة الحالية والتي تمكنت الباحثة من الإطلاع عليها، وذلك بأسلوب تفسيري تحليلي ناقد، بهدف الإستفادة من منهجيتها، وأدواتها البحثية، وإجراءاتها، ومعالجاتها الإحصائية، مع بيان موقع الدراسة الحالية بين تلك الدراسات، وما تميزت به عنها.لتحقيق هذا الغرض قامت الباحثة بتقسيم الدراسات السابقة إلى ثلاثة محاور: المحور الأول: دراسات خاصة بحثت في موضوع الألكسيثيميا، والمحور الثاني: دراسات بحثت في أنماط التعلق، والمحور الثالث: دراسات تناولت الألكسيثيميا في علاقتها بأنماط التعلق.

وتم ترتيب الدراسات من الأقدم إلى الأحدث وفق التسلسل الزمني.

اولاً: دراسات خاصة بالألكسيثيميا

أجرى جوكاما ورفاقه (Joukamaa et al., 2003) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الألكسيثيميا والترتيب الولادي والوضع الإجتماعي لدى عينة من الأطفال في عدة مقاطعات من فنلندا الشمالية، تم توزيع مقياس تورنتو للألكسيثيميا على (5983) مشاركاً أجابه 85% منهم، أظهرت النتائج أن الألكسيثيميا كانت أكثر شيوعاً في المناطق الريفية من المناطق الحضرية، وكذلك كانت أعلى لدى الأطفال ذوي الترتيب الخامس بين أشقائهم فما فوق، مما يشير إلى أنهم ينتمون إلى أسر كبيرة الحجم.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقامت بربارا وكريستنسن وباركارد (Barbera, Christensen & Barchard, 2004) بدراسة لفحص العلاقة بين حجم الأسرة والألكسيثيميا، تم إيصال هذه الدراسة عبر الإنترنت إلى (102) مشاركاً، وأظهرت نتائج الدراسة أن الأشخاص الذين يعيشون في أسر كبيرة الحجم لديهم مستوى عالٍ من الألكسيثيميا مقارنة بالأشخاص الذين يعيشون في أسر صغيرة الحجم.

وقد هدفت دراسة ماسون وتايسون وجونز وبوتس (Mason, Tyson, Jones & Potts, 2005) إلى فحص مدى انتشار الألكسيثيميا وعلاقتها بالإرتباط الوالدي والتفكك لدى عينة من طلبة الجامعة في بريطانيا، تكونت عينة الدراسة من (181) طالباً و (190) طالبة من الطلبة الجامعيين في تخصصي الآداب والعلوم. أظهرت النتائج أن نسبة انتشار الألكسيثيميا بين الطلبة البريطانيين مشابهة لنسبة انتشارها في البلدان الأخرى، وأن نسبة انتشارها بين الإناث هي أعلى من نسبة انتشارها بين الذكور، وبين طلبة العلوم أعلى منها بين طلبة الآداب، كما أظهرت النتائج إرتباط الألكسيثيميا سلبياً مع الإرتباط الوالدي، وإيجابياً مع خبرة التفكك والتي تم التنبؤ بها من خلال الحماية الزائدة من قبل الأم وصعوبة تحديد المشاعر.

أما لارسين وسترين وإيزينجا وإنجلز (Larsen, Strien, Eisinga & Engels, 2006) فقد أجروا دراسة هدفت إلى معرفة الفروق في مستوى الألكسيثيميا العائدة للجنس. تكونت عينة الدراسة من (343) من الإناث و (70) من الذكور تراوحت أعمارهم ما بين (60-18) عاماً في هولندا، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة في الألكسيثيميا بين الجنسين.

وقد أجرى عمر (2007) دراسة هدفت إلى المقارنة بين من يعانون من الصداع التوتري والعاديين من طلاب الجامعة في مستوى الألكسيثيميا، تكونت عينة الدراسة من (150) طالباً وطالبة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من طلبة كلية التربية (81) إناث و(69) ذكور. أظهرت النتائج أن الفروق في الألكسيثيميا بين الذكور والإناث لم تكن دالة إحصائياً، كما أظهرت وجود علاقة إرتباطية دالة بين الألكسيثيميا وبين الصداع التوتري.

ودرس ثوربيرغ ويونغ وسوليفان وليفرس (Thorberg, Young, Sullivan & Lyvers, 2011) العلاقة بين الألكسيثيميا وأسلوب التنشئة الوالدية. وتم جمع البيانات بمراجعة شاملة لرسائل الماجستير والدكتوراه في عدة مواقع مثل (Web of science, Psycinfo, Pubmed and Proquest) حيث تم أخذ تسع عينات تتوافر فيها البيانات الكافية لإشراكها في الدراسة التحليلية. أظهرت نتائج الدراسات أدلة على وجود علاقة إرتباطية بين نمط الرعاية من قبل الأم والألكسيثيميا، كما أظهرت علاقة إرتباطية بين الحماية الزائدة من قبل الأم والحماية الزائدة من قبل الأب والألكسيثيميا.

وهدفت دراسة شين وشين وشين (Chen, Chen & Chen, 2011) في الصين إلى معرفة ما إذا كان بالإمكان التنبؤ بالإضطرابات النفسية والتكيفية من خلال الألكسيثيميا، وطبيعة العلاقات الإرتباطية بينهما. تكونت عينة الدراسة من (158) من الشباب المجندين المشخصين باضطرابات تكيفية و(155) شاباً من الأسوياء مثلوا عينة ضابطة. وأظهر تحليل المسار أن الرابطة الوالدية تؤثر في الشخصية، ومن ثم تؤثر في الألكسيثيميا، والتي بدورها تؤثر في الصحة النفسية للفرد، مما يؤدي لاحقاً إلى إضطرابات تكيفية. كما وجد أن بعد صعوبة تحديد المشاعر، يمكن أن يكون مؤشراً تشخيصياً على اضطرابات التكيف.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وعمل طاهر وغياس وطاهر (Tahir, Ghayas & Tahir, 2012) على فحص القدرة على التنبؤ بالألكسيثيميا من خلال سمات الشخصية وحجم العائلة، وهل هناك فروق في الألكسيثيميا تعزى للجنس. حيث تكونت عينة الدراسة من (100) طالب و(100) طالبة من طلبة البكالوريوس في جامعة سرجودا Sargodha university (100) منهم ينتمون إلى أسر كبيرة الحجم و(100) إلى أسر صغيرة الحجم. وأظهر تحليل الإنحدار المتعدد أن العصابية أكبر متنبئ بالألكسيثيميا يليها الميل للموافقة. كما أظهر التحليل أن الإنبساطية وحجم الأسرة لم تكونا متنبئتين بالألكسيثيميا. كما لم يكن هناك فروق في الألكسيثيميا عائدة للجنس.

من جانب آخر فقد قامت شاهين (2013) بدراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق في الرضا عن الحياة بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة على مقياس الألكسيثيميا، وكشف الفروق بين الذكور والإناث في متغيري الألكسيثيميا والرضا عن الحياة، تكونت عينة الدراسة من (250) طالباً وطالبة منهم (119) من الذكور و(131) من الإناث، بمتوسط عمر (20.61). أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الرضا عن الحياة بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة على مقياس الألكسيثيميا؛ حيث كان مرتفعوا الألكسيثيميا أقل رضا عن حياتهم، كما كانت هناك فروق بين الذكور والإناث على مقياس الألكسيثيميا ودرجاته الفرعية؛ حيث كان الذكور أعلى درجة على مقياس الألكسيثيميا من الإناث.

أما حسين وأحمد (Hussain & Ahmed, 2014) فقد قاما بدراسة على عينة من (116) طالباً وطالبة من جامعة جيمجت في باكستان، هدفت إلى تقصي العلاقة بين الألكسيثيميا والتقبل–الرفض الوالدي. أظهرت نتائج الدراسة أن إدراك التقبل–الرفض الوالدي يرتبط بشكل ذي دلالة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إحصائية بالألكسيثيميا لدى الطلبة، حيث اقترن إدراك الطالب للرفض الوالدي له، وقلة الدعم الإجتماعي من قبل الأبوين إيجابياً بالألكسيثيميا. كما أظهرت النتائج أن إدراك الطالب للرفض الأبوي سواء من قبل الأب أو الأم يمكن أن يتنبأ بالألكسيثيميا.

أما دراسة داود (2016)، فقد هدفت إلى فحص العلاقة بين الألكسيثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الإقتصادي الإجتماعي وحجم الأسرة والجنس لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية. تكونت عينة الدراسة من (260) طالباً وطالبة، منهم (28) من الذكور و (232) من الإناث. أظهرت نتائج الدراسة وجود معاملات إرتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الألكسيثيميا كدرجة كلية وكدرجات فرعية على الأبعاد، وأساليب التنشئة الوالدية كدرجة كلية ودرجات فرعية لكل من نموذج الأم ونموذج الأب. وأظهرت النتائج وجود إرتباط سالب وذي دلالة إحصائية بين الألكسيثيميا ودخل الأسرة، بينما لم تظهر النتائج إرتباط الألكسيثيميا بعدد أفراد الأسرة أو مستوى تعليم الأب أو الأم. كما أظهر تحليل التباين وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتوسط دخل الأسرة، حيث كانت الألكسيثيميا أعلى لدى الطلبة من فئة الدخل المتدني.

أجرى الزيادات والشريفين (2017) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى كل من الألكسيثيميا والإضطرابات النفسية الجسمية لدى عينة مكونة من (234) مراهقاً، (115) مراهقاً يتيماً و (119) مراهقاً عادياً. أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الألكسيثيميا لدى المراهقين الأيتام كان مرتفعاً، وكان منخفضاً لدى المراهقين العاديين. كما أشارت النتائج إلى أن مستوى الإضطرابات النفسية الجسمية لدى المراهقين الأيتام كان متوسطاً وكان منخفضاً لدى المراهقين العاديين. كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاوساط الحسابية للألكسيثيميا تُعزى لتفاعل متغير حالة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المراهق مع المستوى العمري. ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لتفاعل متغير حالة المراهق مع الجنس حيث كانت مؤشرات الإلكسيثيميا لدى المراهقين الذكور على اختلاف حالتهم هي أعلى منها لدى الإناث. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأوساط الحسابية للإضطرابات السيكوسوماتية تعزى لتفاعل متغير حالة المراهق مع كل من الجنس والمستوى العمري. ووجدت علاقة إيجابية قوية ودالة إحصائياً بين مقياس الإلكسيثيميا بجميع مجالاته، وبين مقياس الإضطرابات السيكوسوماتية بجميع مجالاته.

ثانياً: دراسات خاصة بأنماط التعلق

أجرى ماتسوكا وهيرامورا وشيكاي وكيشيدا وهيتامورا (Matsuoka, Hiramura, Shikai, Kishida & Hitamura, 2006) دراسة هدفت إلى الكشف عن أنماط التعلق لدى المراهقين وفقاً لمتغير النوع الإجتماعي. تكونت عينة الدراسة من (3812) مراهقاً يابانياً. منهم (1149) ذكوراً و (2663) إناثاً. بلغ متوسط أعمارهم بين (23-18) سنة. أشارت نتائج الدراسة أن مستوى التعلق الآمن والقلق لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور.

كما قام كارايرماك ودوران (Karairmak & Duran, 2008) بدراسة هدفت إلى التعرف على الفروقات بين الجنسين في أنماط التعلق لدى المراهقين. تكونت عينة الدراسة من (371) مراهقاً، منهم (252) إناثاً و (119) ذكوراً، يدرسون في السنة الأولى في جامعة الشرق الأوسط للتكنولوجيا في تركيا. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق الآمن، بينما كانت لصالح الذكور في نمط التعلق التجنبي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما دراسة أبو نمر (2011) فقد هدفت إلى الكشف عن نمط التعلق السائد ومستوى كشف الذات وفقاً لمتغيري الجنس والفئة العمرية. تكونت عينة الدراسة من (647) طالباً وطالبة في منطقة الجليل الأعلى تراوحت أعمارهم بين (18-11) سنة. أظهرت نتائج الدراسة أن نمط التعلق السائد هو نمط التعلق الآمن، تلاه نمط التعلق التجنبي ثم نمط التعلق القلق. وأظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لجنس الطالب في نمط التعلق الآمن وفي نمط التعلق التجنبي لصالح الإناث، وفي نمط التعلق القلق لصالح الذكور، ووجود فروق تعزى للفئة العمرية في نمط التعلق التجنبي لصالح المرحلة العمرية (18-15) سنة مقابل الفئة العمرية (14-11) سنة.

وبهدف دراسة أنماط التعلق بين المتنمرين والضحايا من المراهقين والمراهقين الذين لا صلة لهم فقد قام كويف (koiv, 2012) بدراسة تكونت من (1921) طالباً وطالبة، منهم (1006) إناثاً و(915) ذكوراً في الصفوف من الرابع إلى التاسع في مدينة تارتو Tartu في أستونيا، أشارت نتائج الدراسة إلى أن ضحايا التنمر لديهم مستويات أعلى من التعلق غير الآمن مقارنة بالمراهقين المتنمرين والذين لا علاقة لهم، كما عكست النتائج دور التعلق غير الآمن كعامل خطر في تطوير سلوك التنمر لدى المراهقين.

من جانب آخر فقد قام ستيفن وهورن وونكلمان وغيسر إليز وهارتمان وكرونمولر (Stefini, Horn, Winkelmann, Geiser-Elze, Hartmann& Kronmuller, 2013) بدراسة هدفت إلى الكشف عن أثر برنامج إرشادي قائم على التحليل النفسي على تغيير نمط التعلق الوالدي. تكونت عينة الدراسة من (70) من الأطفال والمراهقين ممن يعانون من إضطرابات نفسية، وقد تم إختيارهم عشوائياً من عدد من عيادات الإرشاد النفسي بمقاطعة تشورتشيل Churchill County.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أشارت نتائج الدراسة إلى حدوث تغيير دال إحصائياً في مستوى التعلق الوالدي لدى الأطفال والمراهقين المشاركين في الدراسة.

في حين هدفت دراسة أبو غزال وفلوة (2014) إلى التعرف على نمط التعلق الأكثر شيوعاً بين المراهقين، وفيما إذا كان هناك فروق دالة إحصائياً في أنماط التعلق تعزى لمتغيري النوع الإجتماعي والفئة العمرية، علاوة على ذلك هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق وحل المشكلات الإجتماعية لدى الطلبة المراهقين. تكونت عينة الدراسة من (627) طالباً وطالبة (260) ذكراً و (367) أنثى. كشفت الدراسة أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعاً، كما كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير النوع في نمط التعلق القلق لصالح الذكور، وفي نمط التعلق التجنبي لصالح الإناث.

أما دراسة بني إرشيد (2014) فقد هدفت إلى معرفة أثر برنامجين إرشاديين في تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى عينة من المراهقين، تكونت عينة الدراسة من (143) طالباً في الصفين التاسع والعاشر في محافظة إربد، قسّموا إلى ثلاثة مجموعات: مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة، وأشارت النتائج إلى أن البرنامج القائم على تعديل العبارات السلبية أظهر فعالية أكثر من عدم المعالجة في القياس البعدي على البعد الآمن، وكذلك في قياس المتابعة على بعد التعلق القلق، وكان أيضاً أكثر فاعلية من مهارات الإتصال في قياس المتابعة على بعد التعلق الآمن.

بهدف الكشف عن علاقة أنماط التعلق بدافعية الإنجاز الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي وفيما إذا كانت هذه العلاقة تختلف

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بإختلاف جنس الطالب أو تخصصه، قام عبد الرحمن (2014) بإجراء دراسة على عينة مكونة من (456) طالباً وطالبة، منهم (143) طالباً و (313) طالبة، من المدارس الثانوية في منطقة القدس. أشارت نتائج الدراسة إلى أن النمط الآمن هو النمط الأكثر شيوعاً لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين النمط الآمن ودافعية الانجاز الأكاديمي.

كما قام باختافار وبايوفا (Bakhtavar & Bayova, 2015) بدراسة هدفت إلى معرفة آثار المعاملات داخل الأسرة وأنماط التعلق السائدة والأساليب التعليمية والمعرفة الأكاديمية للوالدين وظروفهم الإقتصادية على شخصية المراهقين وسلوكهم، تكونت العينة من (166) مراهقاً من أذربيجان و(332) من والديهم. أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ذات دلالة بين الأساليب التربوية لكل من الآباء والأمهات وأنواع شخصية المراهقين؛ بحيث تختلف أنواع شخصية المراهقين وفقا لأنماط تعلقهم بوالديهم فالآباء والأمهات الذين يكون التعلق بينهم وبين أطفالهم آمناً يميل الأطفال إلى أن يكونواذوي شخصيات أكثر إنفتاحاً من غيرهم.

ثالثاً: دراسات تناولت الألكسيثيميا في علاقتها بأنماط التعلق:

هدفت دراسة هكسل (Hexel, 2003) إلى التعرف على علاقة الألكسيثيميا بكل من أشكال التعلق ووجهة الضبط لدى البالغين، تكونت عينة الدراسة من (220) طالباً من طلبة كلية الطب في جامعة فيينا، أشارت نتائج الدراسة إلى أن الطلبة ذوي الضبط الداخلي كانت درجاتهم على مقياس الألكسيثيميا منخفضة، وكانت درجاتهم أعلى في الثقة بالنفس، كما تم وصفهم بأنهم من ذوي التعلق الآمن.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما دراسة مونتيباروسي وكوديسبوتي وبالدارو وروسي (Montebarocci, Codispoti, Baldaro & Rossi, 2004) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين سلوكيات التعلق لدى الراشدين والألكسيثيميا، حيث تم فحص (301) من طلبة الجامعة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة معتدلة بين الدرجة الكلية لمقياس الألكسيثيميا والمقاييس الفرعية للتعلق، كما أشارت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثيميا والثقة بالنفس.

في حين هدفت دراسة جيل وستشيدت وهوجر ونيكل (Gil, Scheidt, Hoeger & Nickel, 2008) إلى فحص العلاقة بين أنماط التعلق والارتباط الوالدي والألكسيثيميا لدى البالغين الذين يعانون من اضطرابات سيكوسوماتية، تكونت عينة الدراسة من (76) مشاركاً، وقد أشارت النتائج إلى أن التعلق غير الآمن ارتبط بدرجة أعلى من المتوسط (88%) لدى الأفراد الذين يعانون من شكاوى جسدية وأن الشكاوى الجسدية ارتبطت بالألكسيثيميا بنسبة (9.5%) من العينة، وقد اتضح من تحليل الإنحدار وجود علاقة إيجابية بين التعلق القلق والألكسيثيميا، كما ارتبطت الألكسيثيميا إيجابياً باضطراب العلاقة الوالدية، وخاصة مع الأب، وكذلك ارتبطت بالإكتئاب ومجموعة الأعراض المرضية الحادة.

أما لانج (lang, 2010) فقد قام بدراسة هدفت إلى التحقق من علاقة التعلق بالتنظيم الإنفعالي لدى عينات من طلبة الجامعة (31-18) عاماً بلغ عددهم (90) مشاركاً منهم (51) طالبة و (39) طالباً، أشارت النتائج إلى أن التعلق غير الآمن ارتبط إيجاباً بالألكسيثيميا وارتبط التعلق التجنبي بالقلق وكلاهما ارتبط بالمشكلات البين-شخصية والإجتماعية وكيفية التعبير عن

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المشاعر والإنفعالات، كما ارتبط التعلق التجنبي بالتفكير الموجه للخارج، ووصف هؤلاء بأنهم يتجنبون التعامل مع المشاعر وكانوا يقيمونها على أنها غير منطقية.

وبهدف فحص العلاقة بين أنماط التعلق الآمن والتجنبي والمتردد ومكونات الألكسيثيميا بين المرضى الذين يعانون سوء إستخدام العقاقير والعاديين قام دوغر وزملاؤه (Dodger et al., 2010) بدراسة على عينة من المترددين على عيادات الصحة النفسية وعددهم (71) والعاديين وعددهم (68). وقد أشارت النتائج إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين أنماط التعلق ومكونات الألكسيثيميا لدى الذكور مستخدمي العقاقير والعاديين لصالح مستخدمي العقاقير، وكانت أكثر أنماط التعلق ارتباطاً بالألكسيثيميا هو التعلق التجنبي كما ارتبطت الألكسيثيميا بنقص الدفئ الوالدي المدرك في علاقة الطفل بأبيه منذ الصغر، وأن الألكسيثيميا المعرفية يمكنها التنبؤ بالتعلق التجنبي، وتعتبر وسيط ذو دلالة بين اختلال الوظيفة الأسرية والتعلق بالراشدين.

أما بايارديني وزملاءه (Paiardini et al., 2011) فقد قاموا بدراسة هدفت إلى فحص علاقة الألكسيثيميا بالأمراض المزمنة وخبرات التعلق لعدد هائل من الحالات في العديد من مجالات الصحة النفسية والطب النفسي وعلم الأعصاب وغيرها، حيث أشارت النتائج إلى أن الألكسيثيميا ارتبطت بشكل عكسي بالتعلق الوالدي وخبرات الطفولة الآمنة، كما أنها أحد أشكال الإضطراب المرتبط بزيادة معدل الوفيات لدى الأطفال، كما ارتبطت بالسلوكيات المرضية، ويمكن اعتبارها ظاهرة عامة تشيع في المجتمع بمعدل من (10-30%)، كما أظهرت النتائج أن الإرتباطات القوية للألكسيثيميا تزداد بزيادة العمر، وانخفاض مستوى التعليم والدخل، وانخفاض الدعم الأسري والخبرات

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الصادمة، والتعلق غير الآمن بالأقران، كما أشارت النتائج إلى أن أنماط التعلق ليست الوحيدة المسؤولة عن الألكسيثيميا ولكنها على الأقل أحد عوامل الخطر غير المحددة وغير المعروفة.

من جانب آخر فقد قام بشارات وشاهيدي (Besharat & Shahidi, 2014) بدراسة هدفت إلى التحقق من الدور الوسيط الذي تحتله أنماط التعلق في العلاقة بين الألكسيثيميا والمشكلات البين–شخصية لدى المجتمع الإيراني، حيث بلغ حجم العينة (829) فرد منهم (372) ذكور و (457) إناث ممن تتراوح أعمارهم ما بين (55–21) عاماً، وقد أشارت النتائج إلى أن التعلق القلق والتجنبي ارتبطا إيجابياً بالدرجات المرتفعة على مقياس الألكسيثيميا، وتبين من تحليل الإنحدار أن أنماط التعلق لعبت دور الوسيط في العلاقة بين الألكسيثيميا والمشكلات البين–شخصية.

في حين هدفت دراسة بشارات وريزي ومهدي (Besharat, Rizi & Mehdi, 2014) إلى فحص الدور الوسيط للتنظيم الذاتي في العلاقة بين الألكسيثيميا وأشكال التعلق الآمن والتجنبي والقلق لدى عينة من طلبة الجامعة عددهم (546) طالباً، وقد أشارت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباط سلبية بين الألكسيثيميا والتعلق الآمن، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين الألكسيثيميا وأشكال التعلق الأخرى، كما أشارت النتائج إلى أن التعلق الآمن يحتل العامل المؤثر في تعديل الإنفعالات في سياق التفاعلات الإجتماعية والنفسية عن طريق تعزيز التنظيم الذاتي، كما أن التعلق غير الآمن حرم هؤلاء الأفراد من فرص تطور مهارات تنظيم الوجدان، وتحديد الهوية النفسية، والتعبير عن النفس والتفاعل مع الآخرين.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة أن الباحثين قد تناولو موضوع التعلق لدى المراهقين وعلاقته ببعض المتغيرات، والتي أشارت إلى ارتباط أنماط التعلق غير الآمن بكثير من الإضطرابات المختلفة، كما وأشارت الدراسات المتعلقة بالألكسيثيميا إلى عدة جوانب قد تتسبب في حدوثه منها الأسرية والبيئية وكذلك بعض الأمراض الجسدية.

ومن الدراسات السابقة نلاحظ أن هناك دراسات بحثت الألكسيثيميا مع متغيرات مختلفة مثل الترتيب الولادي والوضع الإجتماعي كدراسة جوكاما ورفاقه (Joukamaa et al., 2003) التي أشارت إلى أن الألكسيثيميا كانت أعلى لدى الأفراد الذين ينتمون إلى أسر كبيرة الحجم ويقعون في الترتيب الخامس فما فوق. وهذا ما أشارت إليه دراسة بربارا وكريستنسن وباركاد (Barbera, Christensen & Barchard, 2004)، وكذلك بحثت دراسة طاهر وغياس وطاهر (Tahir, Ghayas & Tahir, 2012) قدرة حجم العائلة على التنبؤ بالألكسيثيميا ووجد بأن حجم الأسرة لم يكن متنبئاً بالألكسيثيميا.

أما دراسة ماسون وتايسون وجونز وبوتس (Mason, Tyson, Jones & Potts, 2005) فقد بحثت في علاقة الألكسيثيميا بالإرتباط الوالدي والتفكك ووجدت أن نسبة انتشار الألكسيثيميا بين الإناث أعلى من الذكور وأن الألكسيثيميا ترتبط سلبياً مع الإرتباط الوالدي وإيجابياً مع التفكك.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين أشار لارسين وسترينب وإيزينجا وإنجلز (Larsen, Strienb, Eisinga & Engels, 2006) إلى وجود فروق دالة بين الجنسين، أما عمر (2007) فقد وجد أن الفروق بين الذكور والإناث في الألكسيثيميا لم تكن دالة إحصائياً.

وبالنسبة لعلاقة الألكسيثيميا بأنماط التنشئة الوالدية فقد وجد ثوربيرغ ويونغ وسوليفان وليفرس (Thorberg, Young, Sullivan & Lyvers, 2011) أن هناك علاقة إرتباطية بين الحماية الزائدة والألكسيثيميا، أما داود (2016) فقد أشارت إلى وجود معاملات إرتباط سالبة ودالة إحصائياً بين الألكسيثيميا وأساليب التنشئة الإجتماعية.

من جانب آخر فقد بحث ماتسوكا وهيرامورا وشيكاي وكيشيدا وهيتامورا (Matsuoka, Hiramura, Shikai, Kishida & Hitamura, 2006) أنماط التعلق السائدة عند المراهقين وفقاً للجنس، ووجد أن مستوى التعلق الآمن والقلق لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور، أما كارايرماك ودوران (Karairmak & Duran, 2008) فقد أشارت نتائجهم إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور في نمط التعلق التجنبي، ولم تكشف دراسة أبو غزال وجرادات (2009) عن وجود فروق بين الجنسين في أنماط التعلق.

بينما أشارت دراسة كويف (Koiv, 2012) إلى أن ضحايا التنمر لديهم مستويات أعلى من التعلق غير الآمن، وعكست النتائج دور التعلق غير الآمن في ظهور التنمر مستقبلاً لدى المراهقين.

وقد أجريت العديد من البرامج الإرشادية لتغيير أنماط التعلق غير الآمنه من بينها دراسة ستيفن وهورن وونكلمان وغيسر إليز وهارتمان وكرونمولر (Stefin, Horn, Winkelmann, Geiser-elze, Hartmann & Kronmuller, 2013) التي هدفت للكشف عن أثر برنامج

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إرشادي قائم على التحليل النفسي في تغيير نمط التعلق الوالدي وأشارت النتائج إلى حدوث تغير دال إحصائياً في مستوى التعلق الوالدي لدى المشاركين في دراسته، وكانت دراسة بني إرشيد (2014) قد بحثت أثر برنامجين إرشاديين في تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى المراهقين، وأشارت النتائج إلى أن البرنامج القائم على تعديل العبارات السلبية أظهر فعالية أكثر من عدم المعالجة في القياس البعدي على البعد الآمن، وكذلك في قياس المتابعة على بعد التعلق القلق، وكان أيضاً أكثر فاعلية من مهارات الإتصال في قياس المتابعة على بعد التعلق الآمن.

كما ومن الملاحظ أن الدراسات السابقة قد تناولت مواضيع التعلق والألكسيثيما بشكل مستقل عن بعضها ومع متغيرات أخرى. وفي حدود علم الباحثة لا يوجد أي دراسة على المستوى العربي أو الأجنبي حول عمل أنماط التعلق كمتنبئات بالألكسيثيميا لدى المراهقين، كما ويلاحظ نقص واضح في الدراسات العربية التي بحثت موضوع الألكسيثيميا مما يؤكد ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تكشف عن أسبابه وعلاقته بالعوامل النفسية المختلفة.

وتختلف هذه الدراسة عن سابقاتها بأنها تبحث موضوع لم تتطرق له أي دراسة من قبل، حيث أنها ستكشف عن قدرة أنماط التعلق المختلفة على التنبؤ بالألكسيثيميا لدى المراهقين. وتتميز هذه الدراسة أيضاً عن الدراسات السابقة بطبيعة العينة التي ستطبق عليها والمتمثلة بالمراهقين وهي مرحلة هامه جداً في حياة الفرد، حيث أنها تختلف عن الطفولة والرشد بما لها من طابع خاص كفترة إنتقالية تؤهل الفرد لحياة النضج، ويكون الفرد فيها أكثر حاجة إلى التعبير عن نفسه وانفعالاته لتحقيق التكيف الإجتماعي السليم.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وكذلك تم الإستفادة من الدراسات السابقة باستخدام أدواتها نظراً لتمتعها بالصدق والثبات بحيث تم أخذ مقياس الألكسيثيميا من دراسة الزيادات والشريفين (2017) ومقياس أنماط التعلق من دراسة بني مصطفى والشريفين (2012).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث

الطريقه والإجراءات

يوضح هذا الفصل الطريقة والإجراءات التي قامت بها الباحثة لتحقيق أهداف الدراسة حيث يتضمن وصفاً لمجتمع الدراسة والعينة التي تم اختيارها بالإضافة إلى أدوات الدراسة وطرق التحقق من صدقها وثباتها ومتغيرات الدراسة والمعالجات الإحصائية التي استخدمتها الباحثة في الإجابة عن أسئلة الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من المراهقين في الصفوف الثامن والتاسع والعاشر والحادي عشر والدارسين في مدارس لواء الكورة في محافظة إربد والبالغ عددهم (9828) منهم (5040) ذكور و (4788) إناث.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (520) طالباً وطالبة من المراهقين في الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر والحادي عشر) والدارسين في مدارس لواء الكورة في محافظة إربد، والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة.

جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة

المتغير	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	260	%50
	انثى	260	%50

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة والمتمثلة بمعرفة القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين، ودورها كمتنبئات بقصور التعبير عن المشاعر. إستخدمت الباحثة في الدراسة الحالية الأدوات التالية:

أولاً: مقياس قصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا)

بهدف الكشف عن مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين، تم استخدام مقياس تورنتو للألكسيثيميا (TAS-20) الذي أعده باجبي وباركير وتايلور (Bagby, Parker & Taylor, 1994). والذي قام الزيادات والشريفين (2017) بتكييفه للبيئة الأردنية، حيث تكون المقياس في صورته الأولية قبل التحكيم من (20) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد وهي: (صعوبة تحديد المشاعر وله (7) فقرات، وصعوبة وصف المشاعر وله (5) فقرات، والتفكير الموجه للخارج وله (8) فقرات) (ملحق، 1).

دلالات صدق المقياس وثباته بصورته المكيفة للبيئة الاردنية

الصدق الظاهري

قام الزيادات والشريفين (2017) بعرض المقياس بصورته الأولية بعد الترجمة (20) فقرة على (10) محكمين من المختصين؛ وذلك لمعرفة آرائهم في مدى مناسبة الفقرات لما وضعت لقياسه. وبناءً على آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات. وبالنتيجة أصبح المقياس

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بصورته النهائية يتكون من (20) فقرة موزعة إلى ثلاثة أبعاد، هي: صعوبة تحديد المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر، والتوجه الخارجي في التفكير.

مؤشرات صدق البناء

للتحقق من مؤشرات صدق البناء تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة بلغ عددها (50) مراهقاً، حيث تم استخراج معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس والدرجات على كل بعد من أبعاده، أشارت النتائج إلى أن قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس مع البعد المنتمية له وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كان لا يقل معامل ارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه والمقياس ككل عن (0.30).

كما أن قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد والمقياس ككل كانت مرتفعة وتراوحت بين (0.61–0.73)، كما أن قيم معاملات الارتباط البينية بين أبعاد المقياس تراوحت بين (0.46– 0.51). وجميعها قيم دالة إحصائياً.

ثبات المقياس

ثبات الاتساق الداخلي

بلغت قيمة معامل كرونباخ– ألفا (Cronbach Alpha) (0.92)، وتراوحت دلالات الاتساق الداخلي للأبعاد الفرعية ما بين (0.75–0.81).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثبات الإعادة

بلغ معامل الإستقرار للمقياس ككل (0.88) وللأبعاد الفرعية ما بين (0.80-0.73)، وهو مقبول لأغراض الدراسة الحالية

دلالات الصدق والثبات لمقياس قصور التعبير عن المشاعر في الدراسة الحالية

دلالات الصدق الظاهري

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس وأبعاده؛ بعرضه على مجموعة مكونة من (10) محكمين من ذوي الخبرة والإختصاص في مجالات الإرشاد النفسي وعلم النفس والتربية الخاصة والقياس والتقويم، وجميعهم من أساتذة كلية التربية في جامعة اليرموك (ملحق، 6) بهدف إبداء آرائهم حول دقة وصحة محتوى المقياس من حيث: درجة قياس الفقرة للبُعد، ووضوح الفقرات، والصياغة اللغوية، ومناسبتها لقياس ما وضعت لأجله، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يرونه مناسباً على الأبعاد أو الفقرات.

وقد وضع عدد من المحكمين بعض الملاحظات التي تتعلق بتعديل بعض الأبعاد والفقرات. وكان المعيار الذي تم إعتماده في قبول الفقرات أو استبعادها هو حصول الفقرة الواحدة على نسبة إتفاق (80%) فأكثر من المحكمين للإبقاء عليها، بحيث تم إضافة بعد الأحلام والمكون من (4) فقرات، ليصبح عدد فقرات المقياس بعد التحكيم (23) فقرة موزعة على أربعة أبعاد (بعد صعوبة تحديد المشاعر وله (6) فقرات، وبعد صعوبة وصف المشاعر وله (5) فقرات، وبعد التفكير الموجه للخارج وله (8) فقرات، وبعد الأحلام وله (4) فقرات (ملحق، 3)).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مؤشرات صدق البناء

وبهدف التحقق من مؤشرات صدق البناء، تم تطبيق المقياس على عينة إستطلاعية من خارج عينة الدراسة، بلغ عددهم (60) مراهقاً ومراهقة. وتم حساب مؤشرات صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباط الفقرة بالبُعد، وقيم معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس والجدول (2) يبين ذلك.

جدول (2): معاملات إرتباط فقرات مقياس الألكسيثيميا مع البعد ومع الأداه ككل

البعد	رقم الفقرة	مضمون الفقرة	معامل إرتباط الفقرة مع البعد	معامل إرتباط الفقرة مع المقياس ككل
	1	أخلط بين العواطف التي أشعر بها.	.227	.150
صعوبة	2	لدي أحاسيس جسدية لا يفهمها حتى الأطباء.	.732	.565
تحديد	3	عندما أشعر بالإنزعاج، لا أعرف فيما إذا كنت حزيناً، خائفاً، أو غاضباً.	.644	.463
المشاعر	4	تحيرني بعض الأحاسيس التي أشعر بها في جسدي.	.654	.514
	5	لدي مشاعر لا أستطيع تحديدها بوضوح.	.734	.615
	6	لا أعرف ماذا يحدث داخلي.	.727	.586
	7	في كثير من المواقف لا أعرف لماذا أنا غاضب.	.472	.504
	8	أجد صعوبة في إختيار الكلمات المناسبة لوصف مشاعري.	.438	.424
صعوبة	9	لدي القدرة على وصف مشاعري بسهولة.	.384	.325
وصف	10	أجد صعوبة في وصف مشاعري تجاه الآخرين.	.660	.484
المشاعر	11	يطلب مني الآخرون أن أعبر عن مشاعري بشكل أكثر تفصيلاً.	.640	.472
	12	من الصعب علي كشف مشاعري الداخلية حتى لأصدقائي المقربين.	.604	.491
	13	أفضل تحليل المشاكل بدلاً من وصفها فقط.	.460	.319
	14	أفضل ترك الأشياء تحدث بدلاً من فهم أسباب حدوثها.	.423	.366
التفكير	15	من الضروري أن أعرف ما أشعر به.	.382	.315
الموجه	16	أفضل الحديث مع الناس حول أنشطتهم اليومية بدلاً من مشاعرهم.	.579	.412
إلى	17	أفضل مشاهدة المسرحيات بدلاً من مشاهدة المسلسلات.	.520	.344
الخارج	18	أشعر بأنني قريب من شخص ما، حتى في لحظات الصمت.	.418	.460

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

	19 معرفة مشاعري يساعدني في حل مشكلاتي الشخصية.	.448	.395
	20 البحث عن المعاني الخفية في الأفلام أوالمسرحيات يقلل من المتعة في مشاهدتها.	.692	.404
	21 أعتبر أحلام اليقضة مضيعة للوقت.	.507	.336
الأحلام	22 أحلم أثناء اليقضة بشأن المستقبل.	.561	.355
	23 أستخدم خيالي قبل القيام بأي عمل.	.546	.465
	24 أقضي وقتاً طويلاً في أحلام اليقضة عندما لا أجد شيئاً آخر.	.630	.362

يلاحظ من الجدول (2)، أن قيم معاملات إرتباط فقرات بعد صعوبة تحديد المشاعر تراوحت بين (0.227–0.734) مع بعدها، وبين (0.150–0.615) مع الأداة ككل، كما ويوضح الجدول أن قيم معاملات ارتباط بعد صعوبة وصف المشاعر تراوحت بين (0.384–0.660) مع بعدها، وبين (0.325–0.491) مع الأداة ككل، ويلاحظ أيضاً أن قيم معاملات ارتباط بعد التفكير الموجه إلى الخارج تراوحت بين (0.382–0.692) مع بعدها، وبين (0.315–0.460) مع الأداة ككل، ويتضح كذلك أن قيم معاملات ارتباط بعد الأحلام تراوحت بين (0.507–0.630) مع بعدها، وبين (0.336–0.465) مع الأداة ككل.

ويلاحظ من القيم في الجدول (2) الخاصة بصدق البناء؛ أن معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس قصور التعبير عن المشاعر مع الدرجة الكلية لمقياس قصور التعبير عن المشاعر ودرجة كل بعد من أبعاده لم يقل عن (0.20) –باستثناء الفقرة الأولى وتم حذفها– وهو المعيار الذي أشار إليه عوده (2010) في قبول الفقرة أو رفضها؛ مما يشير إلى جودة بناء فقرات مقياس قصور التعبير عن المشاعر.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما وتم حساب معاملات إرتباط أبعاد مقياس الألكسيثيميا مع بعضها بعضاً ومع الأداة ككل، وذلك بإستخدام معامل ارتباط (Pearson)، كما في الجدول (3).

جدول (3): معاملات إرتباط أبعاد مقياس الألكسيثيميا مع بعضها بعضاً ومع الأداة ككل

العلاقة بين:	الإحصائي	صعوبة تحديد المشاعر	صعوبة وصف المشاعر	التفكير الموجه إلى الخارج	الأحلام	الكلي للمقياس
صعوبة تحديد المشاعر	معامل الإرتباط	**1**				
	الدلالة الإحصائية					
صعوبة وصف المشاعر	معامل الإرتباط	**0.516**	**1**			
	الدلالة الإحصائية	0.000				
التفكير الموجه إلى الخارج	معامل الإرتباط	**0.264**	**-0.386**	**1**		
	الدلالة الإحصائية	0.042	0.002			
الأحلام	معامل الإرتباط	**0.400**	**0.180**	**0.204**	**1**	
	الدلالة الإحصائية	0.002	0.169	0.118		
المقياس ككل	معامل الإرتباط	**0.830**	**0.830**	**0.808**	**0.718**	**1**
	الدلالة الإحصائية	0.000	0.000	0.000	0.000	

يلاحظ من الجدول (3)، أن قيم معاملات ارتباط أبعاد مقياس قصور التعبير عن المشاعر مع المقياس ككل تراوحت بين (0.568–0.807)، وأن قيم معاملات الإرتباط البينية لأبعاد المقياس قد تراوحت بين (0.180–0.516).

© Arabic Digital Library Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثبات مقياس قصور التعبير عن المشاعر

لتقدير ثبات الإتساق الداخلي لمقياس قصور التعبير عن المشاعر وأبعاده، تم حسابه باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الإستطلاعية، وبهدف التحقق من ثبات الإعادة للمقياس وأبعاده، تم إعادة تطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية السابقة، باستخدام طريقة الإختبار وإعادة الإختبار (Test–Retest)، وذلك بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني، ومن ثم تم حسابه بإستخدام معامل إرتباط بيرسون (Pearson) بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الإستطلاعية، والجدول (4) يوضح قيم معاملات ثبات الإتساق الداخلي ومعاملات ثبات الإعادة الخاصة بمقياس قصور التعبير عن المشاعر.

جدول (4): ثبات الإعادة والإتساق الداخلي لمقياس الألكسيثيميا

المقياس وأبعاده	عدد الفقرات	ثبات الإعادة	الإتساق الداخلي
صعوبة تحديد المشاعر	7	.783	.766
صعوبة وصف المشاعر	5	.716	.702
التفكير الموجه إلى الخارج	8	.750	.736
الأحلام	4	.740	.712
المقياس ككل	24	.835	.816

يلاحظ من الجدول (4)، أن ثبات الإتساق الداخلي لمقياس قصور التعبير عن المشاعر قد بلغت قيمته (0.816)، ولأبعاده تراوحت بين (0.702–0.766)، في حين أن ثبات الإعادة للمقياس قد بلغت قيمته (0.835)، ولأبعاده تراوحت بين (0.716–0.783).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تصحيح المقياس

تكون مقياس قصور التعبير عن المشاعر بصورته النهائية من (23) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، يستجيب لها المراهق وفق تدريج خماسي يتكون من البدائل التالية: دائما: وتعطى عند تصحيح المقياس (5) درجات، غالباً: وتعطى عند تصحيح المقياس (4) درجات، أحياناً: وتعطى عند تصحيح المقياس (3) درجات، نادراً: وتعطى عند تصحيح المقياس درجتان، مطلقاً: وتعطى عند صحيح المقياس درجة واحدة. وهذه الدرجات تعطى للفقرات ذات الإتجاه الموجب من المقياس ويعكس التدريج للفقرات ذات الإتجاه السالب المتمثلة بالفقرات (9, 13, 15, 19, 22, 23, 24) وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (23–115)؛ بحيث كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع الألكسيثيميا وقد صنفت الباحثة إستجابات افراد الدراسة إلى ثلاث فئات كما يلي: 2.49 فأقل وتشير إلى درجة ألكسيثيميا منخفضة، 2.50 – 3.49 وتشير إلى درجة الكسيثيميا متوسطة، 3.50 فأكثر وتشير إلى درجة ألكسيثيميا مرتفعة.

ثانياً: مقياس أنماط التعلق

بهدف الكشف عن أنماط التعلق لدى المراهقين، قامت الباحثة بإستخدام مقياس بني مصطفى والشريفين (2012)، حيث تكون المقياس بصورته الأولية من (20) فقرة، وقد تحقق بني مصطفى والشريفين من صدق المقياس وثباته، وأشارت النتائج إلى أنه يتمتع بخصائص سكومترية عالية وتبرر إستخدامه في الدراسة الحالية.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

صدق المقياس بصورته الأصلية

الصدق الظاهري

للتأكد من ملاءمة المقياس، وصحة ترجمة فقراته، ومناسبتها لتحقيق هدف الدراسة، تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه بصورته الأولية على لجنة من المحكمين مكونة من تسعة متخصصين في مجالات القياس والإحصاء التربوي، وعلم النفس الإرشادي، وعلم النفس التربوي، حيث أبدوا رأيهم في سلامة الصياغة اللغوية، ووضوح الترجمة، ومدى ملاءمتها للبعد الذي تنتمي إليه، وإضافة أية ملاحظة من شأنها تعديل المقياس بشكل أفضل. وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة التي أجمع عليها (90%) من المحكمين، وكان أبرزها: حذف (9) فقرات؛ لتداخلها مع فقرات أخرى في المقياس، وعدم وضوحها، وغموضها، وعدم مناسبتها للبعد، وتعديل بعض الفقرات لتصبح أكثر وضوحاً من حيث صياغتها وتعريبها من الإنجليزية إلى العربية، حيث بلغ عدد فقرات المقياس في صورته النهائية (20) فقرة موزعة على الأبعاد الثلاثة على النحو الآتي: البعد الأول: النمط القلق، وتقيسه الفقرات من (7-1)، والبعد الثاني: النمط الآمن، وتقيسه الفقرات من (13-8)، والبعد الثالث: النمط التجنبي، وتقيسه الفقرات من (20-14).

صدق البناء

أما الطرق الإرتباطية التي استخدمت في إجراءات التحقق من صدق أداة الدراسة، فقد تمت بحساب معاملات الإرتباط بين الدرجة على الفقرة، والدرجة على البعد الذي تنتمي له؛ وذلك من أجل معرفة مدى مساهمة كل فقرة من فقرات المقياس بما يقيسه المقياس الفرعي الذي تنتمي له. وقد

© Arabic Digital Library Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجالات التي تنتمي إليها بين (.743 – .402)، وقد اعتمد الباحثان معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه عن (.40). وبناءً على هذا المعيار وفي ضوء هذه القيم فقد تم قبول فقرات المقياس جميعها، وبالتالي تكون مقياس أنماط التعلق بصورته النهائية من (20) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات.

كما حسبت قيم معاملات الإرتباط البينية لمجالات مقياس أنماط التعلق، وقد كانت قيم معاملات الإرتباط بين مجالات مقياس أنماط التعلق متوسطة، وتراوحت بين (.891 – .849)، وقد بلغت قيم معاملات الارتباط عند مستوى الدلالة الإحصائية (α=0.05) بين النمط الآمن والنمط القلق (0.49−)، وبين النمط الآمن والنمط التجنبي (0.58−)، وبين النمط القلق والنمط التجنبي (−0.52). ويعد ذلك مؤشرا على صدق البناء للمقياس.

ثبات المقياس

قدرت معاملات الثبات للمقياس باستخدام معامل ثبات الاستقرار، فبهدف التحقق من ثبات المقياس المستخدم ودقة فقراته قام الباحثان بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالباً وطالبة، مراعيان ألا يكون أفراد العينة الاستطلاعية ضمن أفراد عينة الدراسة الرئيسة، ثم أعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وتم حساب معامل ثبات الإعادة (Test Retest) (معامل ثبات الاستقرار) حيث بلغت قيمة معامل ثبات الإعادة للمجالات الفرعية (0.88) (0.90) (0.87) على الترتيب. وقدرة معاملات الثبات للمقياس أيضاً بتقدير قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (α)، حيث بلغت قيمة معاملات الثبات لمجالات المقياس (0.87) (0.88) (0.85) على الترتيب، وهي أقل من معامل

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل، ولكنها عالية أيضاً، وهي مؤشرات على تمتع المقياس بدلالات اتساق داخلي (كمؤشر على الثبات) عالية.

دلالات الصدق والثبات لمقياس أنماط التعلق في الدراسة الحالية

الصدق الظاهري

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس وأبعاده؛ بعرضه على مجموعة مكونة من (10) محكمين من ذوي الخبرة والإختصاص في مجالات الإرشاد النفسي وعلم النفس والتربية الخاصة والقياس والتقويم، وجميعهم من أساتذة كلية التربية في جامعة اليرموك (ملحق، 6) بهدف إبداء آرائهم حول دقة وصحة محتوى المقياس من حيث: درجة قياس الفقرة للبُعد، ووضوح الفقرات، والصياغة اللغوية، ومناسبتها لقياس ما وضعت لأجله، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يرونه مناسباً على الأبعاد أو الفقرات.

وقد وضع عدد من المحكمين بعض الملاحظات التي تتعلق بتعديل بعض الأبعاد والفقرات. وكان المعيار الذي تم إعتماده في قبول الفقرات أو استبعادها هو حصول الفقرة الواحدة على نسبة إتفاق (80%) فأكثر من المحكمين للإبقاء عليها، ليصبح عدد فقرات المقياس بعد التحكيم (20) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد (بعد نمط التعلق القلق وله (7) فقرات، وبعد نمط التعلق الآمن وله (6) فقرات، وبعد نمط التعلق التجنبي وله (7) فقرات (ملحق، 3)).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

صدق البناء

بهدف التحقق من صدق البناء تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة، بلغ عددهم (60) مراهقاً ومراهقة. حيث تم حساب معاملات إرتباط بيرسون (Pearson) بين فقرات مقياس أنماط التعلق وبين الدرجة على كل بعد من أبعاده، وحيث أنه لا يوجد إرتباط للفقرة مع المقياس ككل لعدم وجود درجة كلية للمقياس تم حساب معاملات إرتباط الفقره مع البعد الذي تنتمي إليه فقط، والجدول (5) يبين ذلك.

جدول (5): معاملات إرتباط فقرات مقياس التعلق مع البعد نفسه

البعد	رقم الفقرة	مضمون الفقرة	معامل إرتباط الفقرة مع البعد
التعلق القلق	1	أشعر بأن والدتي لا ترغب في الإقتراب مني.	.711
	2	لأنني أقترب من والدتي، أجد أنها تفضل البقاء بعيدةً عني.	.710
	3	لا تقدرني والدتي كما أقدرها وأحترمها.	.641
	4	رغبتي في الجلوس مع والدتي لتوجيهي تفوق رغبتها في الجلوس معي.	.698
	5	لدي إنطباع بأنني أثق بوالدتي أكثر مما تثق بقدراتي.	.359
	6	أرغب في مناقشة والدتي كثيراً، مما يجعلها تفضل الإبتعاد عني.	.590
	7	أشعر بأن والدتي لا تحبني.	.689
التعلق الآمن	8	أكون مرتاحاً عندما أكون قريباً من والدتي.	.862
	9	لا أقلق عندما تجلس معي والدتي.	.864
	10	أعرف أنني سأجد والدتي عندما أحتاج إلى المساعدة.	.621
	11	لا يوجد مشكلة بالنسبة لي إذا إعتمدت والدتي علي.	.632
	12	من السهل علي ان أكون علاقات فاعلة مع والدتي.	.779
	13	انني واثق أن والدتي ستساعدني إذا إحتجت إليها.	.772
	14	من الصعب علي أن أثق في والدتي.	.339

© Arabic Digital Library Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

	15	من المهم بالنسبة لي أن أكون مستقلاً عن والدتي.	.585
	16	أفضل أن تكون والدتي بعيدةً عني.	.516
التعلق التجنبي	17	لا أقلق عندما أقوم بأي عمل وحدي، فأنا لست بحاجة ماسة لوالدتي.	.643
	18	أحب أن أكون مكتيفاً ذاتياً.	.429
	19	أفضل أن أقوم بأعمالي وحدي دون مساعدة من والدتي.	.745
	20	أكون مرتاحاً عندما لا تتدخل والدتي بأموري.	.689

يلاحظ من الجدول (5)، أن قيم معاملات ارتباط فقرات بعد نمط التعلق القلق قد تراوحت بين (0.359–0.711) مع بعدها، ويتضح أن قيم معاملات ارتباط فقرات بعد نمط التعلق الآمن قد تراوحت بين (0.621–0.864) مع بعدها، كما يلاحظ من الجدول، أن قيم معاملات ارتباط فقرات بعد نمط التعلق التجنبي قد تراوحت بين (0.339–0.745) مع بعدها.

يتضح من القيم السابقة الخاصة بمؤشرات صدق البناء؛ أن معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس أنماط التعلق مع البعد الذي تنتمي له لا يقل عن (0.20) وهو المعيار الذي أشار إليه عوده (2010) في قبول الفقرة أو رفضها؛ مما يشير إلى جودة بناء فقرات مقياس أنماط التعلق.

بالإضافة إلى ما سبق؛ فقد تم حساب معاملات الإرتباط البينية لأبعاد مقياس أنماط التعلق، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)، كما في الجدول (6).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (6): معاملات إرتباط أبعاد مقياس أنماط التعلق مع بعضها بعضاً

العلاقة بين	الإحصائي	القلق	الآمن	التجنبي
القلق	معامل الإرتباط	1		
	الدلالة الإحصائية			
الآمن	معامل الإرتباط	-.331	1	
	الدلالة الإحصائية	.010		
التجنبي	معامل الإرتباط	.360	-.291	1
	الدلالة الإحصائية	.005	.040	

يلاحظ من الجدول (6)، أن قيم معاملات الإرتباط البينية لأبعاد المقياس قد تراوحت بين (-0.331-0.360)، وتعد هذه القيم مؤشراً على إستقلالية أنماط التعلق عن بعضها البعض نظراً لانخفاض قيم معاملات الإرتباط بينها.

ثبات المقياس

ولأغراض التحقق من ثبات الإتساق الداخلي للمقياس وأبعاده فقد تم حساب ثبات الإتساق الداخلي بإستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Chronbach's Alpha) لبيانات التطبيق الأول على العينة الإستطلاعية المكونة من (60) مراهقاً ومراهقة، ولأغراض التحقق من ثبات الإعادة للمقياس وأبعاده فقد تم إعادة التطبيق على العينة الإستطلاعية المذكورة بطريقة الإختبار وإعادة الإختبار (Test-Retest) بفاصل زمني مقداره أسبوعين بين التطبيق الأول والثاني على العينة الإستطلاعية، والجدول (7) يبين قيم معاملات ثبات الإعادة والإتساق الداخلي لمقياس أنماط التعلق.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (7): ثبات الإعادة والإتساق الداخلي لمقياس أنماط التعلق

الأبعاد	عدد الفقرات	ثبات الإعادة	ثبات الإتساق الداخلي
التعلق القلق	7	.806	.784
التعلق الآمن	6	.748	.847
التعلق التجنبي	7	.769	.753

يلاحظ من الجدول (7)، أن ثبات الإتساق الداخلي لأبعاد مقياس أنماط التعلق قد تراوحت بين (0.753-0.847)، في حين أن قيم ثبات الإعادة للأبعاد تراوحت بين (806-0.748).

تصحيح المقياس

إشتمل مقياس أنماط التعلق على (20) فقرة موزعة على ثلاثة أنماط، يجاب عليها بتدريج خماسي يتضمن البدائل التالية: دائما: وتعطى عند تصحيح المقياس (5) درجات، غالباً: وتعطى عند تصحيح المقياس (4) درجات، أحياناً: وتعطى عند تصحيح المقياس (3) درجات، نادراً: وتعطى عند تصحيح المقياس درجتان، مطلقاً: وتعطى عند صحيح المقياس درجة واحدة. وهذه الدرجات تعطى لجميع فقرات المقياس كونها جميعها موجبة. وبذلك تتراوح درجات كل نمط في المقياس بين (1-5)، بحيث كلما ارتفعت العلامة كان ذلك مؤشراً على أن هذا النمط هو السائد بين الأنماط الثلاثة (الآمن، القلق، التجنبي).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات الدراسة:

تمت الدراسة الحالية وفق الإجراءات والخطوات التالية:

- إعداد مقاييس الدراسة بصورها الأولية، وهم: مقياس أنماط التعلق ومقياس قصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا).
- الحصول على كتاب تسهيل مهمة من عمادة كلية التربية في جامعة اليرموك إلى مديرية تربية وتعليم لواء الكورة.
- الحصول على كتب رسمية من قبل مديرية التربية والتعليم موجهة إلى مدراء المدارس لتطبيق المقاييس على الطلبة.
- إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية والتأكد من مؤشرات الصدق والثبات من خلال عرضهم على مجموعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك.
- تحديد مجتمع الدراسة المتمثل بالطلبة المراهقين للفصل الأول من العام الدراسي (2017-2018)، وإختيارهم بالطريقة العشوائية.
- تطبيق أدوات الدراسة على عينة إستطلاعية من خارج عينة الدراسة، وإستخراج قيم معاملات الصدق والثبات، وذلك للتحقق من الصدق الظاهري لأدوات الدراسة وإخراجهم بالصورة النهائية.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- توزيع أدوات الدراسة على أفراد العينة، مع التوضيح للمفحوصين مدى أهمية البحث وأهدافه، والتأكيد على أفراد العينة مدى أهمية الدقة في الإجابة، مع التأكيد على سرية المعلومات ، وإستخدامها لأغراض البحث العلمي فقط.
- إدخال البيانات إلى جهاز الحاسوب، وإستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة وفقاً لنظام الرزم الإحصائي للعلوم الإجتماعية (Statistical Package for Social Science) (SPSS)، والإجابة على أسئلة الدراسة والوصول إلى النتائج وتفسيرها.

المعالجات الإحصائية

بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة تم إستخدام المعالجات الإحصائية التالية من خلال برنامج الرزم الإحصائية (SPSS):

- **للإجابة عن سؤالي الدراسة الأول والثاني:** تم حساب الأوساط الحسابية والإنحرافات المعيارية، مع مراعاة ترتيب الأبعاد تنازلياً.
- **للإجابة عن سؤالي الدراسة الثالث والرابع:** تم حساب معامل الإرتباط المتعدد، ومربع معامل الإرتباط المتعدد (نسبة التباين المفسر)، ومعامل الإرتباط المعدل، والخطأ المعياري في التقدير؛ من خلال تقديرات أفراد عينة الدراسة الذكور والإناث- كلاً على حِده- على مقياس قصور التعبير عن المشاعر، وكل من متغيرات الدراسة المستقلة (أنماط التعلق)، كما وتم حساب معامل الإرتباط المتعدد، ومربع معامل الإرتباط المتعدد (نسبة التباين المفسر)، ومعامل الإرتباط المعدل، والخطأ المعياري في التقدير من خلال تقديرات أفراد

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

عينة الدراسة الذكور والإناث –كلاً على حِده– على مقياس قصور التعبير عن المشاعر، وكل من متغيرات الدراسة المستقلة (أنماط التعلق).

متغيرات الدراسة

إشتملت الدراسة على المتغيرات التالية:

أولاً: المتغير المستقل الرئيسي:

- أنماط التعلق؛ وله ثلاثة فئات (قلق وآمن وتجنبي)

ثانياً: المتغير المستقل ثانوي الأثر:

- الجنس؛ وله فئتان (ذكر وأنثى)

ثالثاً: المتغير التابع ويتمثل بما يلي:

- قصور التعبير عن المشاعر

منهجية الدراسة

تعد الدراسة الحالية تنبؤية من نوع دراسة الروابط والعلاقات، حيث اتبعت الباحثة المنهج الإرتباطي الوصفي لتحقيق هدف الدراسة المتمثل في التعرف على تأثير المتغيرات المستقلة المتنبئة (أنماط التعلق) في قصور التعبير عن المشاعر (المتغير التابع) المتنبأ به.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع

عرض النتائج

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين، وذلك عن طريق الإجابة عن الأسئلة الآتية:

أولاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول والذي نصَّ على: "ما أبرز أنماط التعلق لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟"

للإجابة عن السؤال الأول؛ فقد تم حساب التكرارات الملاحظة (Observed Frequencies) لأنماط التعلق لدى المراهقين والنسب المئوية لها، مع مراعاة ترتيب أنماط التعلق لدى المراهقين تنازلياً وفقاً للنسب المئوية، وذلك كما هو مبين في الجدول (8).

الجدول (8): التكرار الملاحظ والنسبة المئوية لها مرتبة تنازلياً.

الرتبة	أنماط التعلق	التكرار الملاحظ	النسبة المئوية
1	الآمن	390	%75.0
2	التجنبي	55	%10.6
3	القلق	45	%8.7
الكلي		**490**	**%94.2**
4	غير مصنف	30	%5.8
الكلي		520	%100.00

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يلاحظ من الجدول (8) أنَّ نمط التعلق الآمن كان الأعلى تكراراً لدى الطلبة وبنسبة (75.0%)، وفي المرتبة الثانية نمط التعلق التجنبي وبنسبة (10.6%)، واخيراً نمط التعلق القلق وبنسبة (8.7%)، في حين كان هناك (30) مراهقاً وبنسبة (5.8%) غير مصنفين تحت أي نمط تعلق هو البارز لديهم، وقد تم إسقاطهم من العينة عند إجراء التحليلات اللاحقة وذلك بهدف تحقيق أهداف الدراسة وضبطها إحصائياً.

ثانياً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني والذي نصَّ على: "ما مستوى القصور في التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟"

للإجابة عن السؤال الثاني؛ فقد تم حساب الأوساط الحسابية والإنحرافات المعيارية لقصور التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) وأبعاده لدى المراهقين، مع مراعاة ترتيب أبعاد مقياس الألكسيثيميا تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية، وذلك كما هو مبين في الجدول (9).

الجدول (9): الأوساط الحسابية والإنحرافات المعيارية للألكسيثيميا وأبعاده لدى المراهقين مرتبة تنازلياً وفقاً لأوساطها الحسابية.

الرتبة	الرقم	الألكسيثيميا وأبعاده	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المستوى
1	1	صعوبة تحديد المشاعر	3.14	0.99	متوسط
2	2	صعوبة وصف المشاعر	3.11	0.82	متوسط
3	4	الأحلام	3.06	0.65	متوسط
4	3	التفكير الموجه إلى الخارج	2.73	0.51	متوسط
		الألكسيثيميا	2.84	0.29	متوسط

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يلاحظ من الجدول (9) أنَّ مستوى الألكسيثيميا وأبعادها لدى المراهقين قد جاءت ضمن مستوى (متوسط) وفقاً للمعيار المذكور في الفصل الثالث؛ حيث جاءت الأبعاد على الترتيب الآتي: صعوبة تحديد المشاعر في المرتبة الأولى، تلاه صعوبة وصف المشاعر في المرتبة الثانية، تلاه الأحلام في المرتبة الثالثة، تلاه التفكير الموجه إلى الخارج في المرتبة الرابعة.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نصَّ على: "ما نسبة التباين المفسر التي يفسرها كل نمط من أنماط التعلق في مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟"

للإجابة عن هذا السؤال؛ تم حساب قيم معاملات الإرتباط الخطية البينية للمتغيرات المُتَنَبِّئة، والمتغير المتنبأ به، وذلك كما في الجدول (10).

الجدول (10):معاملات الإرتباط البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة والمتغير المتنبأ به.

العلاقة	الإحصائي	قصور التعبير عن المشاعر
القلق	معامل الإرتباط	**0.361**
	الدلالة الإحصائية	0.000
الآمن	معامل الإرتباط	**-0.165**
	الدلالة الإحصائية	0.000
التجنبي	معامل الإرتباط	**0.198**
	الدلالة الإحصائية	0.000

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يلاحظ من الجدول (10) وجود علاقتين موجبة القيمة (طردية الإتجاه) ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة α=0.05 من أصل (3) علاقات ارتباطية. وبهدف الكشف عن القدرة التنبؤية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به؛ فقد تم إستخدام تحليل الإنحدار الخطي المتعدد بإعتماد أسلوب الإدخال (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (11).

الجدول (11): نتائج اختبار الفرضيات الإنحدارية للمتغيرات المتنبئة ومعاملات الإرتباط المتعدد لها ومقدار تفسيرها حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة على المعادلة الإنحدارية.

المتنبأبه	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	ر	$ر^2$	$ر^2$ المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير				
							$ر^2$ التغير	ف المحسوبة للتغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة الإحصائية للتغير
قصور التعبير عن المشاعر	1	1أ	0.36	0.131	0.129	0.47	0.131	**73.33**	1	488	0.00

أ المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ **نمط التعلق القلق**

يتضح من الجدول (11)، أنّ النموذج التنبُؤي الخاص بالمتغير المستقل (المُتَنَبِئ: نمط التعلق القلق) والمتغير المُتَنَبَأ به (قصور التعبير عن المشاعر ككل) قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة α=0.05 بأثر نسبي مُفسِّرًا ما مقداره 13.10% من التباين المُفسَّر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: قصور التعبير عن المشاعر).

بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الإنحدار اللامعيارية، وأوزان الإنحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المُتَنَبِّئة [المستقلة] بالمتغير المتنبأ به [التابع: قصور التعبير عن

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المشاعر] وفقًا لطريقة إدخال المتغيرات المُتَنَبِّئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (12).

الجدول (12): الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به (قصور التعبير عن المشاعر).

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
				B	الخطأ المعياري	B		
قصور التعبير عن المشاعر	1	1	(ثابت الانحدار)	2.61	0.048		**54.12**	0.00
			نمط التعلق القلق	0.178	0.021	0.361	**8.56**	0.00

يتضح من الجدول (12)، أن النتائج الخاصة بالنموذج التنبؤي قد كانت على النحو الآتي: كلما زاد [نمط التعلق القلق] لدى المراهقين بمقدار وحدة معيارية (إنحراف معياري) واحدة فإن [قصور التعبير عن المشاعر] يزداد بمقدار 0.361 من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائيا عند مستوى الدلالة α=0.05

إنّ معادلة الإنحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول، هي:

$$\mathbf{Y= 2.61 + 0.178}\ X_1$$

حيث أن:

X_1: ترمز إلى نمط التعلق القلق.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

علماً بأن معادلة الإنحدار المعيارية لأغراض تنبئية، هي:

$$Z = 0.361 Z_1$$

حيث أن:

Z_1: ترمز إلى نمط التعلق القلق.

رابعاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرابع الذي نصَّ على: "هل تختلف نسبة التباين المفسر التي تفسرها أنماط التعلق في مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد باختلاف الجنس؟"

أولاً: الذكور

تم حساب قيم معاملات الإرتباط الخطية البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة، والمتغير المتنبأ به، وذلك كما في الجدول (13).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجدول (13):معاملات الإرتباط البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة والمتغير المتنبأ به.

العلاقة	الإحصائي	قصور التعبير عن المشاعر
القلق	معامل الإرتباط	**0.394**
	الدلالة الإحصائية	0.000
الآمن	معامل الإرتباط	**-0.115**
	الدلالة الإحصائية	0.000
التجنبي	معامل الإرتباط	**0.195**
	الدلالة الإحصائية	0.000

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

يلاحظ من الجدول (13) وجود علاقتين موجبة القيمة (طردية الإتجاه) ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة α=0.05 من أصل (3) علاقات إرتباطية. وبهدف الكشف عن القدرة التنبؤية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به؛ فقد تم إستخدام تحليل الإنحدار الخطي المتعدد بإعتماد أسلوب الإدخال (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (14).

الجدول (14):نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغيرات المتنبئة ومعاملات الارتباط المتعدد لها ومقدار تفسيرها حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة على المعادلة الانحدارية.

المتنبأبه	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	ر	$ر^2$	$ر^2$ المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير				
							$ر^2$ التغير	ف المحسوبة للتغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة الإحصائية للتغير
قصور التعبير عن المشاعر	1	1أ	0.394	0.156	0.152	0.47	0.156	**42.741**	1	232	0.00

أ المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ **نمط التعلق القلق**

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتضح من الجدول (14)، أنّ النموذج التنبُؤي الخاص بالمتغير المستقل (المُتَنَبِئ: نمط التعلق القلق) والمتغير المُتَنَبَأ به (قصور التعبير عن المشاعر ككل) قد كان دالاً إحصائيا عند مستوى الدلالة α=0.05 بأثر نسبي مُفسِّرًا ما مقداره 15.2% من التباين المُفسَّر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: قصور التعبير عن المشاعر) لدى المراهقين الذكور.

بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الإنحدار اللامعيارية، وأوزان الإنحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المُتَنَبِئة [المستقلة] بالمتغير المتنبأ به [التابع: قصور التعبير عن المشاعر] لدى المراهقين الذكور وفقاً لطريقة إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (15).

الجدول (15): الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به (قصور التعبير عن المشاعر).

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
				B	الخطأ المعياري	B		
قصور التعبير عن المشاعر	1	1	(ثابت الانحدار)	2.566	0.072		**35.55**	0.00
			نمط التعلق القلق	0.180	0.021	0.394	**6.54**	0.00

يتضح من الجدول (15)، أن النتائج الخاصة بالنموذج التنبؤي قد كانت على النحو الآتي:كلما زاد [نمط التعلق القلق] لدى المراهقين الذكور بمقدار وحدة معيارية (إنحراف معياري) واحدة فإن [قصور التعبير عن المشاعر] يزداد بمقدار 0.394 من الوحدة المعيارية، علمًا أن المتغير المتنبئ قد كان دالًا إحصائيا عند مستوى الدلالة α=0.05.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إنّ معادلة الإنحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول، هي:

$$\mathbf{Y= 2.566 + 0.180}\ X_1$$

حيث أن:

X_1: ترمز إلى نمط التعلق القلق.

علمًا بأن معادلة الإنحدار المعيارية لأغراض تنبئية، هي:

$$\boldsymbol{Z= 0.394}Z_1$$

حيث أن:

Z_1: ترمز إلى نمط التعلق القلق.

ثانيًا: الإناث

تم حساب قيم معاملات الإرتباط الخطية البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة، والمتغير المتنبأ به لدى عينة المراهقات الإناث، وذلك كما في الجدول (16).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجدول (16): معاملات الإرتباط البينية للمتغيرات المُتَنَبِئة والمتغير المتنبأ به (ن = 256).

العلاقة	الإحصائي	قصور التعبير عن المشاعر
القلق	معامل الإرتباط	**0.340**
	الدلالة الإحصائية	0.000
الآمن	معامل الإرتباط	**-0.212**
	الدلالة الإحصائية	0.000
التجنبي	معامل الإرتباط	**0.195**
	الدلالة الإحصائية	0.000

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

يلاحظ من الجدول (16) وجود علاقتين موجبة القيمة (طردية الإتجاه) ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة α=0.05 من أصل (3) علاقات إرتباطية. وبهدف الكشف عن القدرة التنبؤية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به؛ فقد تم إستخدام تحليل الإنحدار الخطي المتعدد بإعتماد أسلوب الإدخال (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (17).

الجدول (17): نتائج اختبار الفرضيات الإنحدارية للمتغيرات المتنبئة ومعاملات الإرتباط المتعدد لها ومقدار تفسيرها حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة على المعادلة الإنحدارية.

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	ر	$ر^2$	$ر^2$ المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير				
							$ر^2$ التغير	ف المحسوبة للتغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة الإحصائية للتغير
قصور التعبير عن المشاعر	1	1[أ]	0.340	0.115	0.112	0.468	0.115	**33.095**	1	252	0.00

أ المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ **نمط التعلق القلق.**

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتضح من الجدول (17)، أنّ النموذج التنبُؤي الخاص بالمتغيرات المستقلة (المُتَنَبِئة: نمط التعلق التجنبي، نمط التعلق الآمن، نمط التعلق القلق) والمتغير المُتَنَبَأ به (قصور التعبير عن المشاعر ككل) قد كان دالاً إحصائيا عند مستوى الدلالة α=0.05 بأثر نسبي مُفسِّراً ما مقداره 11.5% من التباين المُفسَّر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: قصور التعبير عن المشاعر) لدى المراهقات الإناث.

بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الإنحدار اللامعيارية، وأوزان الإنحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المُتَنَبِئة [المستقلة] بالمتغير المتنبأ به [التابع: قصور التعبير عن المشاعر] لدى المراهقين الذكور وفقاً لطريقة إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (18).

الجدول (18): الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتَنَبِئة بالمتغير المتنبأ به (قصور التعبير عن المشاعر).

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
				B	الخطأ المعياري	B		
قصور التعبير عن المشاعر	1	3	(ثابت الانحدار)	2.594	0.070		**37.133**	0.00
			التعلق القلق	0.202	0.035	0.34	**5.753**	0.00

يتضح من الجدول (18)، أن النتائج الخاصة بالنموذج التنبؤي قد كانت على النحو الآتي:كلما زاد [نمط التعلق القلق] لدى المراهقاتالإناث بمقدار وحدة معيارية (إنحراف معياري) واحدة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فإن [قصور التعبير عن المشاعر] يزداد بمقدار 0.20 من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة α=0.05.

إنّ معادلة الإنحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول، هي:

$$\mathbf{Y= 2.594 + 0.202}\ X_1$$

حيث أن:

X_1: ترمز إلى نمط التعلق القلق.

علمًا بأن معادلة الإنحدار المعيارية لأغراض تنبؤية، هي:

$$\boldsymbol{Z= 0.34}Z_1$$

حيث أن:

Z_1: ترمز إلى نمط التعلق القلق.

© Arabic Digital Library Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

يتضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء ما تم طرحه من أسئلة، بالإضافة إلى التوصيات التي جاءت في ضوء هذه النتائج.

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول الذي نص على: "ما أبرز أنماط التعلق لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟"

أشارت نتائج السؤال إلى أن نمط التعلق السائد لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد كان التعلق الآمن إذ حصل على أعلى تكرار يليه نمط التعلق التجنبي ومن ثم جاء نمط التعلق القلق في المرتبة الثالثة. وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى التشابه في انتشار أنماط التعلق في العديد من الثقافات العالمية، وكما أشار بولبي (Bowlby, 1988) إلى أن العامل الأهم في تطور أنماط التعلق هو نوع الرعاية الوالدية، والتي بدورها تدعم نمط التعلق الآمن أكثر من غيره، بحيث تتسم علاقاتهم مع الآخرين بالحب والمودة، ولديهم كذلك تجاوب انفعالي ومفهوم ايجابي للذات وصلابة انفعالية وقدرة على التعبير عن مشاعرهم.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن أفراد العينة يعيشون في أكناف أسر يسودها الترابط والتماسك وتمنحهم حرية التعبير والإفصاح عن مشاعرهم وتهتم بإنجازاتهم وتدعم استقلاليتهم بآرائهم وأفكارهم مما يؤدي إلى إدراك المراهقين لأسرهم بشكل إيجابي (Brook, 1985) وهذا الإدراك

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الإيجابي ينشأ بفضل وجود تعلق آمن مع الأم على وجه الخصوص والتي يعتبرها الفرد قاعدة آمنه ينطلق منها لإستكشاف ما حوله.

وهذا ما أشارت إليه دراسة بشارات وريزي ومهدي (Besharat, Rizi & Mehdi, 2014) بأن التعلق الآمن يلعب دور العامل المؤثر في الإنفعالات في سياق التفاعلات الإجتماعية والنفسية عن طريق تعزيز التنظيم الذاتي.

بالمقابل فإن ذوي التعلق القلق والتجنبي لديهم ضعف في المهارات الإجتماعية والكفاية الذاتية، وتتميز علاقاتهم بالشكوك المفرطة والنقم على الآخرين، مما يؤدي إلى اضطراب تفاعلهم الإجتماعي، وبحسب كوري (Corey, 2005) فقد نصت نظرية كارل روجرز على أن الشخص الذي يثق بنفسه ولديه رغبة في التطور والإنفتاح على الخبرات المختلفة ويقيِّم سلوكه ذاتياً تكون نظرة الآخرين له إيجابية وبالتالي تكون نظرته نحو ذاته إيجابية وهذا الشخص يمثل نمط التعلق الآمن، وبالنظر إلى أنماط التعلق القلق والتجنبي من منطلق هذه النظرية فإما أن ينقصها النظرة الإيجابية نحو الذات أو النظرة الإيجابية من الآخرين أو كليهما، وعليه يكون التفاعل الإجتماعي منخفضاً أو معدوماً.

أما بالنسبة لنمط التعلق التجنبي والذي حلَّ في المركز الثاني فتعزو الباحثة ذلك إلى القيود المفروضة على المراهقين وعدم منحهم استقلاليتهم التامة واتخاذ قراراتهم الخاصة بحرية مطلقة، وبالرجوع إلى عينة الدراسة المتمثلة بمرحلة المراهقة يتوقع وجود نسبة ممن يشكلون نمط التعلق القلق وذلك نظراً لحساسية هذه المرحلة المتمثلة بالبلوغ وتدني تقدير الذات لما ينتاب المراهق من تغيرات فسيولوجية سريعة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أن من يشكلون نمط تعلق آمن يسهل عليهم الثقة بالآخرين والتعامل معهم ويشعرون بثقة الآخرين بهم وتقبلهم مما يساعدهم في تكوين علاقات إجتماعية ناجحه، وكذلك هم أكثر مرونة وضبطاً انفعالياً مقارنة بذوي أنماط التعلق القلق والتجنبي؛ حيث يميل الأفراد ذوي التعلق التجنبي إلى تجنب الآخرين، وذوي التعلق القلق تتسم علاقاتهم بالتقلب الإنفعالي في التفاعل مع الآخرين (Kim, 2005).

تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة أبو غزال وفلوه (2014) ودراسة أبو غزال وجرادات (2009) وكذلك دراسة أبو نمر (2011)، اللواتي أشرن إلى أن نمط التعلق السائد كان الآمن ويليه التجنبي ومن ثم جاء نمط التعلق القلق في المرتبة الثالثة.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي نص على: "ما مستوى القصور في التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟"

أشارت نتائج هذا السؤال إلى درجة متوسطة من القصور في التعبير عن المشاعر لدى المراهقين بشكل عام على المقياس ككل. وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى عدم إعطاء الجانب الإنفعالي من الشخصية في البيئة العربية أهمية كأهمية الجوانب الأخرى العضوي والمعرفي والسلوكي، والبيئة التعليمية والأسرية لا تشجع المراهقين على تحديد مشاعرهم والتعبير عنها، إذ تعتبر أن البوح بالمشاعر لا يتناسب مع رجولة الذكر وحياء الأنثى، وأكد ماسون وتايسون وجونز وبوتس (Mason, Tyson, Jones & Potts, 2005) على أن هناك فروقاً واسعة بين ثقافات البلدان في تحديد قيمة الوعي بالإنفعالات والتعبير عنها، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة داود (2016) والتي أشارت نتائجها إلى مستوى منخفض من الألكسيثيميا لدى الطلبة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة مونتيباروسي وكوديسبوتي وبالدارو وروسي (Montebarocci, Codispoti, Baldaro & rossi, 2004) التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة ومعتدلة بين الدرجة الكلية لمقياس الألكسيثيميا وأبعاد مقياس التعلق.

وفي هذا الإطار يشير كلارك-ستيوارت (Clarke-Stewart, 1989) إلى أنه إذا حظيت الأم بدرجة مرتفعة من القدرة على التعبير عن الحب، و كانت واضحة الإستجابة لإبنها، وسعت لأن توفر له مواقف تدعم التواصل الإجتماعي فإن ذلك سيسهم إيجاباً في تنمية التعلق الآمن لديه، وهذا أيضاً ما يؤكد عليه ستايتون وأينسوورث (Stayton & Ainsworth, 1973).

وترى الباحثة أن السبب قد يعود إلى تدني مستوى الوعي بأهمية التعبير الذات وما يدور فيها من أفكار ومشاعر، وكذلك طبيعة الثقافة السائدة في المجتمع والتي تنظر إلى الخوض في المشاعر على أنه أمراً محرماً بحيث تنظر له من منظور ضيق تخشى فيه الأسرة على أبنائها من أي تبعيات قد تترتب على تعبيرهم عن مشاعرهم كالإنحراف وخاصة المراهقين منهم وبالتالي تقابل مشاعرهم بالرفض.

أما بالنسبة لدرجة الألكسيثيميا حسب المجالات فقد جاء بالمرتبة الأولى مجال صعوبة تحديد المشاعر، ثم يليه مجال صعوبة وصف المشاعر، وفي المرتبة الثالثة جاء مجال الأحلام، ومن ثم يأتي مجال التفكير الموجه إلى الخارج، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن تحديد المشاعر بشكل عام ولدى المراهقين خصوصاً يتسم بعدم القدرة على تمييز السبب المؤدي للإنزعاج إن كان خوفاً أو حزناً أو غضباً، والحيرة حول الأحاسيس الجسدية، وعدم القدرة على تحديد الأحاسيس الجسدية، وعدم معرفة الفرد لما يجول داخله، وكذلك عدم معرفة الدوافع للشعور كالغضب.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وعدم القدرة على تحديد المشاعر سيؤدي بالتالي إلى صعوبة في وصفها للآخرين أو إيجاد الكلمات المناسبة لوصف هذه المشاعر وكشفها حتى لأقرب الأشخاص أو الأصدقاء مما يعيق فهم هذه المشاعر من قبل الطرف المقابل.

كذلك فإن الفرد الذي يفتقر للقدرة على تحديد مشاعره ووصفها للآخرين سيصعب عليه بناء التخيلات والأحلام لما لها من ارتباط وثيق بالمشاعر التي يعيشها الفرد، وتطلعاته المستقبلية، وخططه المسبقة لكل عمل سيقوم به، حيث أن الفرد السليم أكثر ما يتخيله أو يحلم به هو ما يشعره بالفرح والسرور ويرسم مستقبله الذي يطمح إليه في أحلامه، أما بالنسبة للفرد الذي يعاني من الألكسيثيميا فهو يعتبر الأحلام مضيعة للوقت وغير هامة.

أما فيما يخص التفكير الموجه للخارج فقد كان أقل مجالات الألكسيثيميا انتشاراً بين المراهقين حيث أنهم يهتمون بتحليل المشكلات وفهم أسباب حدوث الظواهر المختلفة ويعود ذلك إلى ما تتميز به طبيعة المرحلة من حب للإكتشاف والتركيز على تفاصيل الأمور ومعرفة شعورهم نحو المواقف المختلفة، كما يهتم المراهق بمشاعره ومقارنتها بمشاعر أقرانه ما يدفعه للاهتمام بالحديث حول مشاعر الناس أكثر من أنشطتهم اليومية، كما ويعتبرون وعيهم بمشاعرهم أحد أسباب نجاح علاقاتهم الشخصية.

كما ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن أنماط التعلق بالوالدين والتي تؤثر في نمو شخصية الأبناء والتي تقلل من أهمية التعبير عن الذات، وتميل إلى السيطرة والتحكم في معظم الأحيان وتجعل من الإبن متلقي للأوامر والخبرات الوالدية وأخذها والعمل بها دون نقاش، على إعتبار أن

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الوالدين هما الأكثر دراية بما فيه مصلحة أبنائهم، كما أن طبيعة المجتمع وعاداته وتقاليده السائدة يغلب عليها طابع الجدية وأخذ الأمور بصرامة فيما يتعلق بالكشف عن المشاعر

ثالثاً: مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نص على: "ما نسبة التباين المفسر التي يفسرها كل نمط من أنماط التعلق في مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد؟"

أشارت نتائج هذا السؤال إلى أن النمط الوحيد من أنماط التعلق الذي كان له قدرة تنبؤية بقصور التعبير عن المشاعر هو نمط التعلق القلق. وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأفراد ذوي التعلق القلق يتسمون بعدم الثبات الإنفعالي والضعف في بناء العلاقات الإجتماعية نظراً لتدني كفاياتهم الإجتماعية، مما يجعلهم مترددين في التعبير عن مشاعرهم وغير قادرين على وصف ما يجول داخلهم، وقد يعزى ذلك إلى طبيعة مرحلة المراهقة بحيث يسعى المراهق إلى الإستقلال عن الآخرين، والقلق حيال التغيرات المختلفة التي تطرأ عليهم في هذه المرحلة.

وبحسب النتائج فلم يكن لأنماط التعلق الآمن والتجنبي قدرة تنبؤية بقصور التعبير عن المشاعر، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن أصحاب كلاً من النمطين يتخذون شكلاً ثابتاً في العلاقة مع الأم من حيث الأمان والإطمئنان في العلاقة أو التجنب وعدم الثقة، على عكس نمط التعلق القلق الذي يتخذ شكلاً متذبذباً ومتوتراً، فأصحاب النمطين الأولين تكون مشاعرهم ثابته ولديهم وعي كافٍ بها لذلك لا ترتبط قدرتهم على التعبير عن مشاعرهم بنمط تعلقهم، أما ذوي التعلق القلق فلديهم إضطراب في مشاعرهم نحو الأم وهذا الإضطراب توسع ليشمل مشاعرهم بشكل عام وقدرتهم على التعبير عنها.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جيل وستشيدت وهوجر ونيكل (Gil, Scheidt, Hoger & Nickel, 2008) بحيث توصلت من نتائج تحليل الإنحدار إلى وجود علاقة بين التعلق القلق والألكسيثيميا، بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة دوغر وزملاءه (Dodger et al., 2010) التي أشارت إلى أن أكثر أنماط التعلق ارتباطاً بالألكسيثيميا هو التعلق التجنبي، وتتفق جزئياً مع دراسة بشارات وشاهيدي (Besharat & Shahidi, 2014) التي كان من بين نتائجها أن التعلق القلق والتجنبي يرتبطا إيجابياً بالدرجات المرتفعة على مقياس الألكسيثيميا.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن معتقدات الفرد حول مقدرته على التواصل الإجتماعي وتكوين الصداقات، تقوم بدور الوسيط في العلاقة بين نمط التعلق القلق والشعور بالوحدة (Mallinckrodt & Wei, 2005). حيث يشعر الأفراد ذوي التعلق القلق بنقص في الفعالية الذاتية الإجتماعية، يؤدي ذلك إلى درجة منخفضة من الدعم الإجتماعي المدرك بالنسبة لهم، وبالتالي إلى قلق وتوتر حيال التعبير عن مشاعرهم ونقص في القدرة على ذلك. ويتفق هذا مع نظرية التعلق حيث تشير إلى أن من يعانون من درجات مرتفعة من التعلق القلق لديهم نماذج عاملة داخلية سلبية نحو ذواتهم، لذا فهم أكثر عرضة لمشكلات التواصل مع الآخرين وأقل قدرة في التعبير عن ذواتهم.

وبناء عليه يمكن القول بأن الخدمات الإرشادية المقدمة لذوي التعلق القلق، لا بد أن تتوجه نحو خفض مشاعر القلق ورفع القدرة على التعبير عن مشاعرهم، ليس بهدف معالجة الألكسيثيميا فحسب، بل بهدف تحسين مستوى ثقتهم بأنفسهم وزيادة تقدير الذات لديهم.

ويتفق هذا مع دراسة أبو غزال وجرادات (2009)، التي أشارت نتائجها إلى أن ذوي التعلق القلق أقل قدرة على التواصل ويشعرون بفاعلية اجتماعية أقل من غيرهم.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد تحدث نيلسون وريني (Nelson & Rene, 1995) عن أنماط التعلق التي تستمر خلال مرحلة الرشد، وأظهرت نتائجهم أن المشاركين الذين يتبنون نمط التعلق القلق كانت مستويات الإكتئاب مرتفعة لديهم، وهذا يفسره قصور التعبير عن المشاعر حيث أن كبت المشاعر وعدم البوح بها وقلة التفاعل الإجتماعي قد يقود إلى الإكتئاب. وكذلك بينت دراسة مانيكو (Manniko, 2001) أن نمط التعلق القلق يتميز بتقدير منخفض للذات وشخصية حساسة عصبية غير متكيفة إجتماعياً.

وكذلك أشارت نتائج دراسة موراس (Muras, 1996)، أن المراهقين ذوي التعلق القلق يعانون من درجات مرتفعة من القلق مقارنة بذوي التعلق الآمن، أما أنماط التعلق الآمن والتجنبي فلم تكن لها قدرة تنبؤية في قصور التعبير عن المشاعر، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المراهقين الذين يتبنون نمط تعلق آمن أقل عرضة لمواجهة المشكلات النفسية في المستقبل، وكون الألكسيثيميا حالة نفسية فمن المرجح أنهم لن يعانون منها وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ستيفاني وزملاءه (Stefini et al., 2013) والتي أشارت إلى أن المراهقين ذوي التعلق الآمن يحتاجون إلى عدد أقل من الجلسات الإرشادية مقارنة بأنماط التعلق غير الآمن.

رابعاً: مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرابع الذي نص على: "هل تختلف نسبة التباين المفسر التي تفسرها أنماط التعلق في مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى المراهقين في مدارس محافظة إربد باختلاف الجنس؟"

أشارت نتائج هذا السؤال إلى أن القدرة التنبؤية لنمط التعلق القلق بقصور التعبير عن المشاعر كانت عند الذكور أعلى منها عند الإناث. وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى مقدار القيود المفروضة على الأنثى ونشاطاتها الإجتماعية في المجتمع الأردني القروي خصوصاً، والذي تمثل

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

في عينة الدراسة، بحيث لا يسمح لهن بالاختلاط بالآخرين، واعتبار التعبير عن المشاعر خروجاً عن العادات والتقاليد، مقارنة بالذكور الذين يسعون للإستقلالية بشكل أكبر من الإناث، وقيوداً أقل نسبياً في مجال العلاقات الإجتماعية والتعبير عن المشاعر.

وكان لنمط التعلق القلق قدرة تنبؤية لدى كل من الذكور والإناث ولكن نسبة التباين المفسَّر لدى الإناث كان أعلى منه لدى الذكور، وهذا يعني أنه كلما زادت نسبة القلق لدى الإناث كانت القدرة التنبؤية لنمط التعلق القلق بالألكسيثيميا أعلى. ويمكن تفسير هذه النتيجة من وجهة نظر بارثولوميو وهورويتز (Bartholomew & Horowitz, 1991) بحيث يشيران إلى أن الأفراد ذوي التعلق القلق تتميز النماذج الذهنية العاملة لديهم بنظرة سلبية للذات مما يشير إلى تدني ثقتهم بأنفسهم وهذا يفسر القصور في التعبير عن المشاعر لديهم، وبحسب ديزوريلا ونيزو ومايديو-أوليفرز (D'zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares , 2002) فإن أصحاب نمط التعلق القلق لديهم شكوك حول مقدرتهم على حل المشكلات ويحبطون بسهولة عند مواجهة المواقف الضاغطة وبالتالي فهم يشككون بقدرتهم على التواصل والتفاعل الإجتماعي وكيفية التعبير عن مشاعرهم ويقلقون بشأن آراء الآخرين حول هذه المشاعر. ويمكن تفسير هذه النتيجة من وجهة النظر القائلة "أنت رجل لا يجوز أن تعبر عن مشاعرك" فالإنسان ذكراً كان أم أنثى قد تعترضه مواقف تتطلب منه التعبير عن مشاعره الإنسانية، كالبكاء أو الضحك أو الصراخ تعبيراً عن الحزن أو الفرح، وقد يكون تخفيفاً عما يختلج داخله، ولكن من وجهة نظر بعض الناس يقتصر هذا السلوك على النساء دون الرجال، فينشأ الطفل الصغير في ظل مقولة أنت رجل لا يجوز أن تبكي، ويُعتبر البكاء حالة إنسانية يعبر بها عن الحزن أو الفرح فكأن لسان حالهم يقول أنت ذكر لا يحق لك التعبير عن

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مشاعرك الداخلية، حيث باعتقادهم أن تعبير الذكر عن مشاعره يصنع منه شخصاً ضعيفاً مهزوزاً لا يمتلك صفة الرجولة.

كما يتضح دور القلق لدى الإناث في التعبير عن المشاعر بحسب إبراهيم (2007) في الخوف من استغلال الطرف المقابل لمشاعر الحب والمودة، أو أنهن قد يخشين أن يظن الآخر أنهن بحاجة إليه، وقد يكون بدافع عدم الثقة بالآخرين والرغبة في تعليم أبنائهن التفكير بعقلانية والإبتعاد عن العواطف، وكذلك يرجع السبب إلى إزدواجية الرجل في التعبير عن مشاعره للأنثى داخل البيت وأمام الناس.

ولم يكن هناك فروق فرديه عائدة للجنس في أنماط التعلق التي يتبنونها، ويمكن عزو ذلك إلى عدم وجود نمط من أنماط التعلق يظهر الفروق بين الجنسين، حيث أنه لا يوجد نمط من هذه الأنماط يقتصر على جنس محدد سواء للذكور أم للإناث، وبالرجوع إلى نظريات التعلق المختلفه فهي لم تقدم تفسيراً لوجود أثر للفروق بين الجنسين في تشكل رابطة التعلق، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبد النبي (2014).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التوصيات

وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية تقترح الباحثة التوصيات التالية:

- بناء برامج تدريبية من قبل المختصين بالإرشاد النفسي لمساعدة ذوي التعلق القلق وتعليمهم مهارات التواصل وكيفية التعبير عن مشاعرهم.
- ضرورة إكساب المراهقين لمهارات التعبير عن المشاعر من خلال طرح بعض البرامج التدريبية في المدارس من قبل وزارة التربية والتعليم تتركز حول دور الألكسيثيميا في علاقات المراهق وتكيفه الإجتماعي.
- بحث علاقة أنماط التعلق باضطرابات نفسية أخرى كالإحتراق النفسي والوسواس القهري والبارانويا.
- دراسة الألكسيثيميا لدى مجتمعات غير المراهقين كاللذين يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة والرهاب الإجتماعي.
- بحث متنبئات أخرى قد يكون لها علاقة بالألكسيثيميا مثل أساليب المعاملة الوالدية ونمط الشخصية والتعلق بالأقران.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة المراجع العربية

إبراهيم، عبد الستار. (1987). *أسس علم النفس*. الرياض: دار المريخ.

إبراهيم، هند. (2007). *التعبير عن المشاعر ثقافة يجهلها الرجل الشرقي*. استرجع بتاريخ 2018/2/28، متوفر على https://ila.io/vZ41v.

أبو جادو، صالح. (1998). *علم النفس التربوي*. عمان–الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو جادو، صالح. (2000). *علم النفس التربوي*. عمان–الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو جادو، صالح. (2007). *علم النفس التطوري*. عمان–الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو غزال، معاوية. (2007). *نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية*. عمان–الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو غزال، معاوية. (2014). *نظريات النمو وتطبيقاتها التربوية*. عمان–الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو غزال، معاوية وجرادات، عبد الكريم. (2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 5(1)*، 45–57.

أبو غزال، معاوية وفلوة، عايده. (2014). أنماط التعلق وحل المشكلات الإجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لمتغيري النوع الإجتماعي والفئة العمرية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 10(3)*، 351–368.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أبو قرطومة، هبه. (2014). *أنماط تعلق المراهقين بالرفاق وعلاقته بمستوى الكفاءة الإجتماعية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية*. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

أبو نمر، منى. (2011). *أنماط التعلق وعلاقتها بكشف الذات لدى الطلبة المراهقين في الجليل الأعلى*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

أشول، عزالدين. (1984). *علم نفس النمو*. مكتبة الأنجلو المصرية، مصر: القاهرة.

البقمي، فيصل والصياد، عبدالعاطي. (2010). *طبيعة العلاقة بين الآباء والأبناء ودورها في الوقاية من الإنحراف الفكري: دراسة حالة: استخدام منهجية النظرية المجذرة*. السعودية: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

بني إرشيد، عبدالله. (2010). *أثر برنامجين إرشاديين في تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى عينة من المراهقين*. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

بني مصطفى، منار والشريفين، أحمد. (2012). قلق الإنفصال وأنماط التعلق بالأمهات البديلات لدى عينة خاصة من الأطفال الأيتام والمحرومين في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة جامعة قناة السويس، 22(4)*، 85-126.

الجردي، محي الدين. (2003). *مسائل تربوية*. سوريا: دمشق. دار علاء الدين.

جريدة الغد. (2012). عوامل تعزز ثقة المراهق بنفسه وتخلصه من القلق. استرجع بتاريخ 2018/2/14، متوفر على http://www.alghad.com/articles/614694.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

حمدان، إسراء. (2012). *علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالرهاب الإجتماعي لدى عينة من طلبة مرحلة المراهقة المبكرة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

حمداوي، جميل. (2014). *المراهقة خصائصها ومشاكلها وحلولها*. المغرب: شبكة الألوكة.

خميس، إيمان. (2014). إسهام بعض المتغيرات في التنبؤ بالألكسيثيميا لدى معلمات رياض الأطفال. *مجلة الطفولة والتربية، 6(20)*، 259-350.

داود، شفيقة. (2015). العوامل المؤثرة على مستوى الثقة بالنفس لدى المراهق المتمدرس. *مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي، 12*، 111-121.

داود، نسيمة. (2016). العلاقة بين الألكسيثيميا (Alexithymia) وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الإقتصادي الإجتماعي وحجم الأسرة والجنس. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية. 12(4)*، 415-434.

زهران، حامد. (1994). *علم نفس النمو: الطفولة والمراهقة*. القاهرة: عالم الكتاب.

الزهراني، عبدالله. (2014). *فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض الألكسيثيميا لدى عينة من المكتئبين الراشدين السعوديين*. أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، الأردن.

الزيادات، مريم والشريفين، أحمد. (2017). الألكسيثيميا والإضطرابات النفسية الجسمية لدى المراهقين العاديين والأيتام: دراسة مقارنة. *مقبول للنشر في المجلة التربوية*، جامعة اليرموك.

الساعدي، عدنان. (2015). التعلق الآمن وعلاقته بالتفاعل الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية. *مجلة ديالى، 66(4)*، 532-559.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

شاهين، هيام. (2013). الألكسيثيميا والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية ببنها. 96(1)*، 81-112.

شلتز، دوان. (1983). *نظريات الشخصية*(حمد دلّي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مترجم). بغداد: المكتبة الوطنية.

الشمري، مريم. (2005). *أنماط تعلق المراهق بالوالدين وعلاقتها بالسلوك العدواني*. الجامعة المستنصرية: كلية الآداب.

الصالح، أحمد. (2012). *نظرية التعلق ومدى أهميتها من ناحية نمو الأطفال العاطفي والاجتماعي*. استرجع بتاريخ 2018/1/29، متوفر على http://tufoola.com/windex.php.

صبري، نجلاء. (2016). *اضطراب الألكسيثيميا الروح الإنسانية بين مطرقة وسندانالإنفعالات*. استرجع بتاريخ 23/1/2018، متوفر على http://www.za2ed18.com/.

الصفار، حسن. (2009). *التعبير عن الذات وتوكيد الشخصية*. استرجع بتاريخ 25/2/2018، متوفر على http://www.startimes.com/f.aspx?t=16967238

صندقجي، حسن. (2014). *الرجل والقلق في العلاقة العاطفية*. استرجع بتاريخ 2018/2/20، متوفر على http://www.arrajol.com/content/.

الصيخان، إبراهيم. (2010). *الإضطرابات النفسية والعقلية: الأسباب والعلاج*. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

عبد النبي، سامية. (2014). أنماط التعلق وعلاقتها بالكمالية، وأساليب المواجهة للضغوط النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. *مجلة كلية التربية بالزقازيق، 24(1)*، 100-136.

عبدالرحمن، عادل. (2014). *أنماط التعلق وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة القدس*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

العتوم، عدنان وعلاونه، شفيق والجراح، عبدالناصر وأبو غزال، معاوية. (2014). *علم النفس التربوي النظرية والتطبيق*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

عدس، عبدالرحمن وتوق، محي الدين. (2005). *المدخل الى علم النفس*. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

عطا الله، مصطفى. (2013). *فعالية الإرشاد المعرفي التحليلي في تخفيف الألكسيثيميا لدى عينة من المكفوفين بالمنيا*. أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة المنيا، مصر.

العلوان، أحمد. (2011). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالمهارات الإجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الإجتماعي للطالب. *المجلة الأردنية للعلوم التربوية، 7(2)*، 125-144.

عمر، أحمد. (2007). دراسة مقارنة لبعض الألكسيثيميا لدى عينة ممن يعانون من الصداع التوتري والعاديين من طلاب الجامعة. *مجلة رابطة التربية الحديثة، 8(2)*، 184-234.

عوده، أحمد. (2010). *القياس والتقويم في العملية التدريسية*. إربد: دار الأمل للنشر والتوزيع.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

غنيم، شاهندة. (2016). *فعالية برنامج إرشادي في خفض الألكسيثيميا لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية ذوي صعوبات التعلم*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بورسعيد، مصر.

كفافي، علاء الدين. (2009). *عالم النفس الأسري*. عمان–الأردن: دار الفكر.

نبيل، محمود. (2016). *المراهقون: ما هي خصائصهم وكيف نتعامل معهم؟*. مصر: شركة الحاسبات المصرية.

واطسون، روبرت وليندجرين، هنري. (2004). *سيكولوجية الطفل والمراهق*، (داليا مؤمن، مترجم). القاهرة: مكتبة مدبولي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة المراجع الأجنبية

Ainsworth, M. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist, 34(10)*, 932-937.

Ainsworth, M., & Bell, S. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development, 41*, 49-67.

Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Ainsworth, M.& Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychological*, *40 (2)*, 333-341.

American-psychiatric association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5ed)*. United States.

Bagby, R., Parker, J., & Taylor, G. (1994). The twenty item Toronto Alexithymia Scale-1. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, *38(7)*, 23 – 32.

Bakhtavar, Mohammad & Bayova, Rana. (2015). Effects of intra-family parameters: Educative style and academic knowledge of parents and

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

their economic conditions on teenagers' personality and behavior. *Educational Research and Reviews,10(23),* 2887-2896.

Barbera, K., Christensen, M. & Barchard, K. (2004). *Relating family size and birth order to emotional intelligence*. Western psychological association annual convocation: phoenix Arizona.

Bartholomew, k. & Horowitz, L.M. (1991). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationship*, *7(2)*, 147-178.

Behrens, K., Hesse, E. & Main, M. (2007). Mother's attachment status as determined by the adult attachment interview: Predicts their 6-year-olds reunion responses: Astudy conducted in Japan. *Developmental Psychology, 43(6)*, 1553-1567.

Besharat, M. (2010). The impact of hardiness on sport achievement and mental health. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 5*, 823-826.

Besharat, M., Rizi, S. & Mehdi, M. (2014). The relationship between attachment styles and alexithymia: Mediating role of self-regulation.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

International Journal of Research Studies in Psychology, *3(4)*, 89-98.

Besharat, M. & Shahidi, V. (2014). Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between attachment styles and alexithymia. *Europes journal of psychology, 2(10)*, Doi:10.5964/ejop.v10i2.671.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. Michigan State University: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Retrospect and prospect. New* York: John Wiley & Sons inc.

Bowlby, J. (1988). *Asecure bace: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.

Bretherton, I. & Munholland, K. (1999). Internal working models in attachment relationships: A construct revisited. In J. Cassidy & P.R.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

shaver. *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications, 14(3)*, 89-111.

Brook, C. (1985). *All about adolescence*. New York, NY: John Wiley.

Campa, M., Hazan, C. & Wolfe, J. (2009). The form and function of attachment behavior in the daily lives of young adults. *Social Development*, *18(2)*, 288-304.

Chen, P-F., Chen, C-S. & Chen, C-C. (2011). Alexithymia as ascreening index for male conscripts with adjustment disorder. *Psychiatric Q*, *82(3)*, 139-150.

Clarke-Stewart, K. (1989). Infant day care: Maligned or malignant?. *American Psychoiogist, 44*, 266-273.

Colin, Hesse & Kory, Floyd. (2008). Affectionate experience mediates the effects of alexithymia on mental health and interpersonal relationships. *Journal Of Social and Personal Relationships*, *25(5)*, 178-195.

Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/Cole.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Crittenden, P. (2000). Adynamic-maturational approach to continuity and change in pattern of attachment. *The Organization of Attachment Relationships, 54(8)* , 931-935.

Delius, A., Bovenschen, I. & Spangler, G. (2008). The inner working model as "atheory of attachment": Development during the preschool years. *Attachment & Human Development, 4(10)*, 395-414.

Dixon, J. (2007). *Predicting student perception of school connectedness: The contributions of parent attachment and peer attachment*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Miami, Florida, USA.

D'zurilla,T., Nezu, A. & Maydeu-Olivares, A. (2002). *Social problem-solving Inventory-Revised (SPSIR): Technical Manual*. North Tonawanda, NY: Mult Health Systems.

Field, E. (2007). *Bully blocking: Six secrets to help children deal with teasing and bullying.* London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Gil, F., Scheidt, C., Hoeger, D. & Nickel, M. (2008). Relationship Between attachment style, parental bonding and Alexithymia In adults with

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

somatoform disorders. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, *38(4)*, 437-451

Gilbert, P., Mcewan, K., Catarino, F., Baiao, R. & Palmeira, L. (2014). Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in adepressed sample. *Britsh Journal of Clinical Ppsychology*, *53(2)*, 228-244.

Haan, H., Joosten, E., Wijdeveld, T., Boswinkel, P., Palen, J.& Jong, C. (2012). Alexithymia is not a stable personality trait in patients with substance use disorders. *Psychiatry Research*, *198*, 123- 129.

Hen, M. & Goroshit, M. (2014). *Academic procrastination, Emotional intelligence, Academic self-efficacy and GPA: Acomparsion between students with and without learning disabilities.* Unpublished master theses. Tel-Hai college, Upper galilie, Israel.

Hexel, M. (2003). Alexithymia and attachment style in relation to locus of control. *Personality and Individual Differences*, *35(6)*, 1261-1270.

Horwitz, E., Lennartsson, A., Theorell, T. & Ullen, F. (2015). Engagement in dance is associated with emotional competence in interplay with

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

others. Retrieved on 25/3/2018, available on: www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.

Hussain, S. & Ahmed, Z. (2014). Parental acceptance-rejection as predictor of alexithymia among students in gilgit-pakistan. *International Journal of Information and Education Technology*, *4(3)*, 285-288.

Joukamaa, M., Kokkonen, P., Veijola, J., Laksy, K., Karvonen, J., Jokelainen, J.& Jarvelin, M. (2003). Social situation of expectant mothers and alexithymia 31 years later in their offspring: Aaprospective study. *Psychosom*, *65(4)*, 307-312.

Karairmak, O. & Duran, N. (2008). Gender differences in attachment styles regarding conflict handling behaviors among Turkish late adolescents. *In J adv counseling*, *30(3)*, 220-234.

Kim, Y. (2005). Emotional and cognitive consequences of adult attachment: the mediating effect of the self. *Personality and Individual Differences, 5(39)*, 913-923.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

Kiralp, S. & Serin, N. (2017). A study of students' loneliness levels and their Aatachment styles. *Journal of Education and Training Studies, 5(7)*, 37-45.

Koiv, K. (2012). Attachment styles among bullies, victims and uninvolved adolescents. *Psychology Research, 2(3)*, 160-165.

Lafreniere, P. (2000). *Emotional development: Abio social perspective*. London: wads worth.

Lang, A. (2010). Attachment and emotion regulation – Clinical implications of a non-clinical sample study. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. *5*, 674-678

Larsen, J., Strien, T., Eisinga, R. &Engels, E. (2006). Gender differences in association between alexithymia and emotional eating in obese individuals. *Journal of Psychosomatic Research*, *60(3)*, 237-243.

Main, M. & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the parent at age 6: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology*, *24*, 415-426.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Mallinckrodt, B. & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Jornal of Counseling Psychology, 52*, 358-367.

Mannikko, K. (2001). Adult attachment styles: Aperson-oriented approach. *Disseration Abstracts International, (3)*, 16-25.

Markiewicz, D., Lawford, H., Doyle, A. & Haggart, N. (2006). Developmental differences in adolescents 'and young adults' use of mothers, fathers, best friends and romantic partners to fulfill attachment needs. *Journal of Youth and Adolescence*, *35(1)*, 121-134.

Mason, O., Tyson, M., Jones, C. & Potts, S. (2005). Alexithymia: Its prevalence and correlates in aBritish undergraduate sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, *78(6)*, 113-125.

Matsuoka, N., Hiramura, H., Shikai, N., Kishida, Y. & Hitamura, T. (2006). Adolescents attachment style and early experiences: A gender difference. *Archives of Womens Mental Health*, *9(2)*, 23-29.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Mattila, A. (2009). *Alexithymia in finnish general population*. Finland: University of Tampere.

Mattila, A. & Saarni, S. (2009). Alexithymia and health- related quality of life in a general population. *Psychosomatics, 50(1)*, 59-68.

Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B. & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual Differences.36*, 499-507

Muller, R. (2000). When apatient has no story to tell: Alexithymia. *Psychiatric Times*, *17(7)*, 449-451.

Muras, A. (1996). Attachment style and its relationship to affect, social behavior. *Dissertation Abstracts International, 56*, 5-10

Nelson, J. & Rene, P. (1995). Adult attachment style, parental bonding, and personality characteristics associated with depression. *Dissertation Aabstracts International, 55(11)*, 50-81.

Nicolas, V., Oliver, L. & Oliver, C. (2006). Alexithymia and the automatic processing of affective information: Evidence from the affective priming paradigm. *Psychology Press*, *20(1)*, 64-91.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

www.manaraa.com

Paiardini M., Cervasi B., Reyes-Aviles E., Micci L., Ortiz AM., Chahroudi A., Vinton C., Gordon SN., Bosinger SE., Francella N., Hallberg PL., Cramer E., Schlub T., Chan ML., Riddick NE., Collman RG., Apetrei C., Pandrea I., Else J., Munch J., Kirchhoff F., Davenport MP., Brenchley JM. & Silvestri G. (2011). Low levels of SIV infection in sooty mangabey central memory CD T cells are associated with limited CCR5 expression. *US National Library of MedicineNational Institutes of Health*, *13(5)*, 195-211.

Papalia, D., Old, S. & Feldman, R.(1999). *Achilds world in-fantcy through adolescence*. 8th eds. MC Graw-Hill Companies, Inc. U.S.A.

Pearson, J. & Child, J. (2007). Across-cultural comparison of parental and peer attachment style among adult children from the united states, puertorico and Indian. *Journal of Intercultural Communication Research, 36(1)*, 15-32.

Reddy, P. (2009). Amyloid beta, mitochondrial structural and functional dynamics in alzheimer's disease. *Experimental Neurology*, *218*, 286-292.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

www.manaraa.com

Rees, C. (2005). Thinking about children's attachments. *Archives of Disease in Childhood*, *90(10)*, 1058-1065.

Scharf, M.,Mayseles, O. & Kivenson-Baron, I. (2004). Adolescent's attachment representations and developmental tasks in emerging adulthood. *Developmental Psychology*, *40(3)*, 430-444.

Schniering, C., Hudson, J. & Rapee, R. (2000). Issues in the diagnosis and assessment of anxiety disorders in children and adolescents. *Clinical Psychology Review, 4(20)*, 453-478.

Seifer, R., LaGasse, L., Lester, B., Bauer, C., Shankaran, S. & Bada, H. (2004). Attachment status in children prenatally exposed to cocaine and other substances. *Child Development*, *75*, 850–868

Shishido, H., Gaher, R. & Simons, J. (2013). I don't know how I feel, therefore I act: Alexithymia, urgency, and alcohol problems. *Addictive Behaviors, 4(38)*, 2014-2017

Sifneos, P. (1973). The prevalence of "Alexithymic" characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *22(4)*, 255-266.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Sifneos, P. & Nehemiah, C. (1983). *Alexithymia an overview*. Modem trends in psychosomatic medicine. Boston: little Brown.

Sifneos, P. (1988). Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization, affect and creativity. *Hemispheric Specialization*, *11*, 287-292.

Sifneos, P. (1996). Alexithymia: Past and present. *American Journal of Psychiatry*, *153*, 137-142.

Stayton, D. & Ainsworth, M. (1973). Individual differences in infant responses to brief, everyday separations as related to other infant and maternal behaviors. *Developmental Psychology, 9*(2), 226-235.

Stefini, A., Horn, H., Winkelmann, K., Geiser-Elze, A., Hartmann, M. &Kronmuller, K. (2013). Attachment styles and outcome of psychoanalytic psychotherapy for children and adolescents. *Psychopathology*, *46(3)*, 192-200.

Stevenson-Hinde, J. & Verschueren, K. (2002). *Attachment in childhood*. Oxford: Blackwell.

Sullivan, H. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Tahir, I., Ghayas, S. & Tahir, W. (2012). Personality traits and family size as the predictors of alexithymia among university undergraduates. *Journal of Behavioral Sciences*, *22 (3)*, 104-119.

Tasmis, V. & Montague, D. (2009). The relationship between encoding ability and aggressive behavior. *Applied Psychology in Criminal Justice*, *5(1)*, 57-72.

Taylor, G., Bagby, R.& Parker, J. (1997). *Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness.* Cambridge: Cambridge University Press.

Taylor, C. (2010). *A practical guide to caring for children and teenagers with attachment difficulties*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Thorberg, F., Young, R., Sullivan,K. & Lyvers, M. (2011). Parental bonding and alexithymia: Ameta-analysis. *European Psychiatry*, *26(3)*, 187-193.

Walsh, J. (2010). Definitions matter: If maternal-fetal relationships are not attachment, what are they?. *Archives Of Womens Mental Health, 13(5)*, 449-451.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Zaidi, I. & Mohsin, N. (2013). Alexithymia and Locus of Control in Graduation Students. *Humanities*, *65(3)*, 731-744.

Zaidi, S., Yaqoob, N., & Malik, A. (2015). Gender distinction in alexithymia among graduation students of Pakistan. *European Journal of Research in Social Sciences, 3(10)*, 1950-1960.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة الملاحق

ملحق (1)

مقياس الألكسيثيميا بصورته الأولية

الرقم	الفقرة	مدى السلامة اللغوية		مدى الإنتماء للمجال	
		سليمة	بحاجة إلى تعديل	سليمة	بحاجة إلى تعديل
البعد الأول: صعوبة تحديد المشاعر					
1.	أخلط بين العواطف التي أشعر بها.				
2.	لدي احاسيس جسدية لا يفهمها حتى الأطباء.				
3.	عندما أشعر بالانزعاج، لا أعرف فيما إذا كنت حزينا، خائفا، أو غاضبا.				
4.	تحيرني بعض الأحاسيس التي أشعر بها في جسدي.				
5.	لدي مشاعر لا أستطيع تحديدها بوضوح.				
6.	لا أعرف ماذا يحدث داخلي.				
7.	في كثير من المواقف لا أعرف لماذا أنا غاضب.				
البعد الثاني: صعوبة وصف المشاعر					
8.	أجد صعوبة في اختيار الكلمات المناسبة لوصف مشاعري.				
9.	لدي القدرة على وصف مشاعري بسهولة.				
10.	أجد صعوبة في وصف مشاعري تجاه الآخرين.				
11.	يطلب مني الاخرون أن اعبر عن مشاعري بشكل أكثر تفصيلاً.				
12.	من الصعب علي كشف مشاعري الداخلية حتى لأصدقائي المقربين.				
البعد الثالث: التفكير الموجه إلى الخارج					
13.	أفضل تحليل المشاكل بدلا من وصفها فقط.				
14.	أفضل ترك الأشياء تحدث بدلا من فهم أسباب حدوثها.				
15.	من الضروري أن أعرف ما أشعر به.				
16.	أفضل الحديث مع الناس حول أنشطتهم اليومية بدلا من مشاعرهم.				
17.	أفضل مشاهدة المسرحيات بدلآ من مشاهدة العروض المسلسلات.				
18.	أشعر بأنني قريب من شخص ما، حتى في لحظات الصمت.				
19.	معرفة مشاعري يساعدني في حل مشكلاتي الشخصية				
20.	البحث عن المعاني الخفية في الأفلام أوالمسرحيات يقلل من المتعة في مشاهدتها.				

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (2)

مقياس أنماط التعلق بصورته الأولية

الرقم	الفقرة	مدى السلامة اللغوية		مدى الإنتماء للمجال	
		سليمة	بحاجة إلى تعديل	منتمية	غير منتمية
البعد الأول: التعلق القلق					
.1	أشعر بأن والدتي لا ترغب في الاقتراب مني.				
.2	لأنني اقترب من والدتي، أجد أنها تفضل البقاء بعيدةً عني.				
.3	لا تقدرني والدتي كما اقدرها واحترمها.				
.4	رغبتي في الجلوس مع والدتي لتوجيهي تفوق رغبتها في الجلوس معي.				
.5	لدي انطباع بأنني اثق بوالدتي أكثر مما تثق بقدراتي.				
.6	ارغب في مناقشة والدتي كثيراً، مما يجعلها تفضل الابتعاد عني.				
.7	أشعر بأن والدتي لا تحبني.				
البعد الثاني: التعلق الآمن					
.8	اكون مرتاحاً عندما أكون قريباً من والدتي.				
.9	لا اقلق عندما تجلس معي والدتي.				
.10	اعرف انني سأجد والدتي عندما احتاج الى المساعدة.				
.11	لا يوجد مشكلة بالنسبة لي اذا اعتمدت والدتي علي.				
.12	من السهل علي ان أكون علاقات فاعلة مع والدتي.				
.13	انني واثق أن والدتي ستساعدني اذا احتجت اليها.				
البعد الثالث: التعلق التجنبي					
.14	من الصعب علي أن اثق في والدتي.				
.15	من المهم بالنسبة لي أن أكون مستقلاً عن والدتي.				
.16	افضل أن تكون والدتي بعيدةً عني.				
.17	لا اقلق عندما اقوم بأي عمل وحدي، فأنا لست بحاجة ماسة لوالدتي.				
.18	أحب أن اكون متكيفاً ذاتياً.				
.19	افضل ان اقوم بأعمالي وحدي دون مساعدة من والدتي.				
.20	أكون مرتاحاً عندما لا تتدخل والدتي بأموري.				

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (3)

إستبانة الدراسة بصورتها النهائية

أخي الطالب ..... أختي الطالبة.

تهدف هذه المقاييس للتعرف على بعض الجوانب الهامة في شخصيتك، لذا يرجى منك قراءة الفقرات التالية بتمعن وفهمها وإبداء رأيك وذلك بوضع علامة (×) في إحدى الخانات الخمسة التي تمثل رأيك، يرجى عدم وضع أكثر من إشارة واحدة أمام كل فقرة، علما بان إجابتك ستحاط بالسرية التامة ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

شكرا لكم حسن التعاون

الباحثة: اسراء بني ارشيد

- **الجنس:**

☐ ذكر. ☐ أنثى.

- **ترتيب الطالب في الاسرة:**

☐ الاول. ☐ الاوسط. ☐ الأخير.

- **يعيش الطالب مع:**

☐ الوالدين. ☐ الأب. ☐ الأم. أخرى.....

- **المستوى الاقتصادي للأسرة (الدخل) :**

☐ مرتفع ☐ متوسط. ☐ منخفض.

- **المستوى التعليمي للأب :**

☐ دبلوم ☐ بكالوريوس. ☐ دراسات عليا.

- **المستوى التعليمي للام :**

☐ دبلوم ☐ بكالوريوس. ☐ دراسات عليا.

- **مستوى التحصيل الدراسي الحالي:**

☐ مقبول. ☐ جيد. ☐ جيد جداً. ☐ ممتاز.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقياس الألكسيثيميا

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	مطلقاً
1.	لدي احاسيس جسدية لا يفهمها حتى الأطباء.					
2.	عندما أشعر بالانزعاج، لا أعرف فيما إذا كنت حزينا، خائفا، أو غاضبا.					
3.	تحيرني بعض الأحاسيس التي أشعر بها في جسدي.					
4.	لدي مشاعر لا أستطيع تحديدها بوضوح.					
5.	لا أعرف ماذا يحدث داخلي.					
6.	في كثير من المواقف لا أعرف لماذا أنا غاضب.					
7.	أجد صعوبة في اختيار الكلمات المناسبة لوصف مشاعري.					
8.	لدي القدرة على وصف مشاعري بسهولة.					
9.	أجد صعوبة في وصف مشاعري تجاه الآخرين.					
10.	يطلب مني الاخرون أن اعبر عن مشاعري بشكل أكثر تفصيلاً.					
11.	من الصعب علي كشف مشاعري الداخلية حتى لأصدقائي المقربين.					
12.	أفضل تحليل المشاكل بدلا من وصفها فقط.					
13.	أفضل ترك الأشياء تحدث بدلا من فهم أسباب حدوثها.					
14.	من الضروري أن أعرف ما أشعر به.					
15.	أفضل الحديث مع الناس حول أنشطتهم اليومية بدلا من مشاعرهم.					
16.	أفضل مشاهدة المسرحيات بدلآ من مشاهدة العروض والمسلسلات.					
17.	أشعر بأنني قريب من شخص ما، حتى في لحظات الصمت.					
18.	معرفة مشاعري يساعدني في حل مشكلاتي الشخصية					
19.	البحث عن المعاني الخفية في الأفلام أوالمسرحيات يقلل من المتعة في مشاهدتها.					
20.	أعتبر أحلام اليقضة مضيعة للوقت.					
21.	أحلم أثناء اليقضة بشأن المستقبل.					
22.	أستخدم خيالي قبل القيام بأي عمل.					
23.	أقضي وقتاً طويلاً في أحلام اليقضة عندما لا أجد شيئاً آخر.					

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقياس أنماط التعلق

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	مطلقاً
.1	أشعر بأن والدتي لا ترغب في الاقتراب مني.					
.2	لأنني اقترب من والدتي، أجد أنها تفضل البقاء بعيدةً عني.					
.3	لا تقدرني والدتي كما اقدرها واحترمها.					
.4	رغبتي في الجلوس مع والدتي لتوجيهي تفوق رغبتها في الجلوس معي.					
.5	لدي انطباع بأنني اثق بوالدتي أكثر مما تثق بقدراتي.					
.6	ارغب في مناقشة والدتي كثيراً، مما يجعلها تفضل الابتعاد عني.					
.7	أشعر بأن والدتي لا تحبني.					
.8	اكون مرتاحاً عندما أكون قريباً من والدتي.					
.9	لا أقلق عندما تجلس معي والدتي.					
.10	أعرف انني سأجد والدتي عندما أحتاج الى المساعدة.					
.11	لا يوجد مشكلة بالنسبة لي إذا اعتمدت والدتي علي.					
.12	من السهل علي أن أكون علاقات فاعلة مع والدتي.					
.13	إنني واثق أن والدتي ستساعدني إذا احتجت إليها.					
.14	من الصعب علي أن اثق في والدتي.					
.15	من المهم بالنسبة لي أن أكون مستقلاً عن والدتي.					
.16	أفضل أن تكون والدتي بعيدةً عني.					
.17	لا أقلق عندما أقوم بأي عمل وحدي، فأنا لست بحاجة ماسة لوالدتي.					
.18	أحب أن أكون مكتفياً ذاتياً.					
.19	أفضل أن أقوم بأعمالي وحدي دون مساعدة من والدتي.					
.20	أكون مرتاحاً عندما لا تتدخل والدتي بأموري.					

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (4)

كتاب تسهيل مهمة من قبل مديرية التربية والتعليم للواء الكورة

وزارة التربيـــة والتعليـــم
مديرية التربية والتعليـــم للواء الكـورة

الرقم : ٩١٨٦
التاريخ : ٢٠١٧
الموافق :

تعميم رقم (٢٦٤) لسنة ٢٠١٧م
مديري المدارس ومديراتها

الموضوع: البحث التربوي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته؛

إشارة لكتاب نائب عميد كلية التربية في جامعة اليرموك رقم ك . ت/ ٩٢٣/١٨/٣٠٧ تاريخ ١٩/تشرين الأول/٢٠١٧م، تقوم الطالبة إسراء عمر بني أرشيد بإجراء دراسة عنوانها " الإسهام النسبي لأنماط التعلق في التنبؤ بقصور التعبير عن المشاعر (الكسثيميا) لدى المراهقين "، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي / جامعة اليرموك، ويحتاج ذلك إلى تطبيق أداة الدراسة المرفقة على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارسكم.

يرجى تسهيل مهمة الطالبة المذكورة وتقديم المساعدة الممكنة لهم، على أن يتم مطابقة أداة الدراسة المرفقة مع أداة الدراسة المطبقة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام ،،،

مدير التربية والتعليم

مدير الشؤون الفنية والتعليمية
الدكتور بهجت قاسم حيلات

نسخة / مدير الشؤون التعليمية والفنية.
نسخة / ر . ق الإشراف التربوي.

24

هاتف : ٠٢/٦٥٢١١٩٥ ٠٢/٦٥٢١١٩٦ ـ ٠٢/٦٥٢١٥٣٤ فاكس : ٠٢/٦٥٢١١٣٥ ص.ب (٢٥) دير أبي سعيد ـ الأردن www.moe.gov.j

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (5)

كتاب تسهيل مهمة من قبل عمادة كلية التربية في جامعة اليرموك

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

جامعة اليرموك
YARMOUK UNIVERSITY

ك.ت/١٠٧/

الرقم : ٩٤٢/١٨
التاريخ : ٩ / محرم / ١٤٣٩ هـ
الموافق : ١٩ / تشرين الأول / ٢٠١٧ م

كلية التربية
مكتب العميد

عطوفة مدير مديرية التربية والتعليم لواء الكورة المحترم

الموضوع: تسهيل مهمة الطالبة اسراء عمر بني ارشيد

تحية طيبة وبعد،،،،

تقوم **الطالبة اسراء عمر بني ارشيد**، ورقمها الجامعي (٢٠١٦٤٠٢٠٠٤) بدراسة بعنوان" **الإسهام النسبي لأنماط التعلق في التنبؤ بقصور التعبير عن المشاعر (الكسثيميا) لدى المراهقين"**؛ وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية، تخصص إرشاد نفسي، ويستدعي ذلك تطبيق أداة الدراسة المرفقة على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في المدارس التابعة لمديريتكم.

أرجو التكرم بالاطلاع والموافقة على تسهيل مهمة الطالبة المذكورة أعلاه .

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

نائب عميد كلية التربية

أ.د. نواف موسى شطناوي

تلفون : ٧٢١١١١١ – ٢ – ٩٦٢ +
فاكس : ٧٢١١١٣٦ –٢– ٩٦٢ +
اربد – الأردن
Tel: + 962 - 2 - 721111 Fax : + 962 - 2-7211136 Irbid - Jordan E-mail: fac_edu@yu.edu.jo http://www.edu.jo

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (6)

قائمة بأسماء المحكمين

الإسم	التخصص	الجامعة
أحمد غليلات	تربية خاصة	اليرموك
حمزة ربابعة	علم نفس تربوي	اليرموك
رامي طشطوش	إرشاد نفسي	اليرموك
علي عودات	تربية خاصة	اليرموك
عمر شواشرة	إرشاد نفسي	اليرموك
فراس الحموري	علم نفس تربوي	اليرموك
قاسم سمور	إرشاد نفسي	اليرموك
محمد مهيدات	تربية خاصة	اليرموك
محمود القرعان	قياس وتقويم	اليرموك
نصر مقابلة	علم نفس تربوي	اليرموك

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Abstract

Bany Irshaed, Esra'a Omar. The relative contribution of attachment styles in predicting alexithymia among adolescents. Master thesis. Yarmouk university. (2018). (Supervision: Dr. Ahmad Al-Shreffen; Dr. Abeer Alrefai: Co- Supervisor).

This study aimed to examine the predictive ability of attachment style in alack of emotional expression (Alexithymia) among adolescents. The study sample consisted of (520) students, who are belonging to Liwa'a Al-Koura directorate of education.

To achieve the objectives of the study, the researcher used torento Alexithymia scale (TAS-20) which has been adapted to the Jordanian environment by (Alzyadat & Al-Shreffen, 2017), and used the attachment style scale which prepared by (Bany Mustafa & Al-shreffen, 2012).

The results of the study indicate that the attachment style prevalent among adolescents was the secure attachment style; which reached the highest frequency, followed by the avoidant attachment style, and then came the anxious-ambivalent attachment style in the third

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

place.And the results did not show statistically significant differences in gender attachment patterns.

The results also indicated a moderate degree of lack of expression of feelings among adolescents in general on the scale as a whole. And as dimensions, the first place was the difficulty of identifying emotions, followed by the difficulty of describing feelings, and third came the field of dreams, Then comes the field of outward-oriented thinking.

Also the results showed that the only type of attachment style that had a predictive ability with alexithymia was the anxious-ambivalent attachment style. and the observed variance of anxious-ambivalent attachment style in alexithymia was higher for females compared with males.

Keywords: alexithymia, lack of emotion expression, attachment styles, adolescence.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com