الألكسيثميا (اضطراب التعبير الانفعالي) وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والديمغرافية لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد

د.يوسف محمد يوسف عيد
كلية التربية – جامعة الملك خالد

ملخـــص:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة التعرف على الألكسيثميا (اضطراب التعبير الانفعالي) وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والديمغرافية لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد، وتتمثل المتغيرات النفسية في التحقق من العلاقة بين الألكسيثميا وتقدير الذات وتوقعات الكفاءة الذاتية. وبالنسبة للمتغيرات الديمغرافية تم دراسة الفروق بين الطلاب الأكبر سناً والأصغر سناً في الألكسيثميا والبحث في الفروق بين الطلاب طبقاً لتخصصهم الأكاديمي (صعوبات التعلم – الإعاقة العقلية – الإعاقة البصرية). ولقد تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة مكونة من (١٣١) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد. وتراوح عمر العينة بين (١٨– ٢٣ عام). وقد استخدم الباحث مقياس الألكسيثميا إعداد (الباحث) ومقياس توقعات الكفاءة الذاتية إعداد(Jerusalem and Schwarzer, 1993) تعريب رضوان (١٩٩٧) ومقياس تقدير الذات إعداد عيد (٢٠١٣). وبعد تطبيق أدوات الدراسة تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام ارتباط بيرسون (Pearson's correlation) للبحث في العلاقات الارتباطية، وتم استخدام اختبار (Mann-Whitney) وتحليل التباين أحادي الاتجاه (Oneway Anova) للبحث في الفروق بين متغيرات البحث. وبعد إجراء التحليلات الاحصائية أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الألكسيثميا وتقدير الذات. ولاتوجد علاقة ارتباطية بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية. وبالنسبة للفروق بين الطلاب الاكبر سناً والطلاب الأصغر سناً فأظهرت النتائج وجود فروق في الألكسيثميا لصالح الطلاب الأكبر سناً. ولا توجد فروق بين طلاب قسم التربية الخاصة طبقاً للتخصص الأكاديمي(صعوبات التعلم – الإعاقة العقلية – الإعاقة البصرية) في الألكسيثميا. وفي النهاية كانت هناك عدد من التوصيات ومنها حث المراكز الإرشادية بالجامعات على الكشف عن الطلاب المصابين بالألكسيثميا ومن ثم تقديم البرامج العلاجية لهؤلاء الطلاب.

***كلمات مفتاحية** : الألكسيثميا– اضطراب التعبير الانفعالي– تقدير الذات – توقعات الكفاءة الذاتية.*

Abstract:

This study aims to investigate relationships between Alexithymia and some Psychogical and Demographic variables of Special Education Department students of King Khalid University.The relationships include Alexithymia and self-esteem and between Alexithymia and perceived self-efficacy. Also, the study examines the differences between the elder students and the younger students in Alexithymia and the differences among the students according to Academic Specialization (learning disabilities- mental retardation – visual impairment) in Alexithymia. A sample was chosen consists of (131) students of Special Education Department of King Khalid University. For data collection the researcher used Alexithymia Scale (prepared by the researcher), Self -Esteem Scale (Eid,2013) and perceived self-efficacy Scale (Jerusalem and Schwarzer, 1993). The statistical methods used for data analysis were: Person's correlation coefficient, Mann-Whitney Test and Oneway Anova. The researcher used the SPSS program for statistical analysis, the findings are:

1. There is a correlation between Alexithymia and Self -Esteem of Special Education Department students of King Khalid University.
2. There is no a correlation between Alexithymia and perceived self-efficacy of Special Education Department students of King Khalid University.
3. There is a statistical significant difference between the elder students and the younger students in Alexithymia for the elder students.
4. There is no a statistical significant difference among the students according to Academic Specialization (learning disabilities- mental retardation – visual impairment) in Alexithymia.

***Key words**: Alexithymia – Self -Esteem - perceived self-efficacy – University Students.*

المقدمـــــة:

اضطراب الألكسيثميا من الاضطرابات التي تؤثر في قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وانفعالاته بحيث تنخفض عدد المفرادات التي يستخدمها الفرد للتعبير عن مشاعره المرتبطة بمشكلاته الجسمية والنفسية. ولذا فهذا الاضطراب يربط بين مشكلة كلامية وأخرى نفسية. ويعاني من هذا الاضطراب نسبة ليست بالقليلة من البشر فتشير دراسة Sasai, (Tanaka and Hishimoto, 2010) أن نسبة انتشار الألكسيثميا بين طلاب الجامعة تصل إلى (٢٨,٧%).

والألكسيثميا يمكن ترجمتها إلى اضطراب التعبير الانفعالي وباللغة الانجليزية (Alexithymia) ويعتبر الطبيب سفنوس (Sifneos) أول من تحدث عن هذا المصطلح عام ١٩٧٢ ليصف به المرضى محدودي القدرة على التعبير عن مشاعرهم الداخلية والمرتبطة بمشكلاتهم الجسمية والنفسية ولقد اشتق هذا الطبيب هذا المصطلح من اللغة اللاتينية وتم تقسيمه بالشكل التالي وأضاف الباحث الترجمة العربية.

جدول رقم (١) يفسر كلمة الألكسيثميا

Alexithymia		
باللغة العربية	**باللغة الانجليزية**	**باللغة اللاتينية**
نقص – قلة	Lack	a
كلمة	Word	Lexis
مشاعر – انفعالات	Emotions	Thymos
لتعني نقص في كم الكلمات التي تعبر عن المشاعر والانفعالات (Sifneos, 2000).		

ويعرف أحمد (٢٠١١) الألكسيثميا بأنها عدم القدرة على تحديد وفهم المشاعر والانفعالات التي تسهم إلى حد كبير في تيسير عملية التعامل الاجتماعي والتواصل اللفظي وغير اللفظي وتبادل الأفكار مع الآخرين. وتعرف أيضاً بأنها خاصية سيكولوجية تتميز بقلة الميل إلى التفكير في العواطف والانغماس في الخيال بالإضافة إلى القصور في القدرة على وصف الانفعالات والتعرف عليها(Vazquez, et al, 2010). وهي عبارة عن صعوبة التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينها وصعوبة التعبير عن المشاعر والأحاسيس للآخرين (الشويقي، ٢٠٠٨). وتتضح الألكسيثميا في ضحالة الخيال، وصعوبة التعبير اللفظي، وعدم معرفة ما هي مشاعرهم تجاه الآخرين، وغياب الذكاء الوجداني، والتبلد الانفعالي (الألفي، ٢٠١٢).

ويعرف عيد (٢٠٠٩) تقدير الذات بأنه عبارة عن محصلة الاتجاهات الايجابية والاتجاهات السلبية التي يكونها الفرد لذاته نتيجة لتفاعلاته الاجتماعية وأيضا هو صورة يكونها الفرد لذاته من خلال ما يشعر به من تقييم وتقدير الآخرين له فهو راجع لمدى المسافة بين الذات الواقعية والذات المثالية. ويعرف عبد الحميد (١٩٨٦) توقعات الكفاءة الذاتية بأنها توقع الفرد بأنه قادر على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها في أي موقف معين.

مشكلة البحث:

تندر الأبحاث والدراسات التي أهتمت بدراسة الألكسيثميا بالبيئة السعودية ومن ثم كان لزاماً على البحث العلمي تقديم تفسيرات لهذا الاضطراب على الجانب النفسي والجوانب الأخرى المرتبطة به، وبعد دراسة ما هو متاح من دراسات لم يجد الباحث بالدراسات العربية ما يقدم العلاقات بين متغيرات البحث الحالي بالبيئة السعودية – وذلك على حد علم

الباحث- ويمثل ذلك مشكلة بحثية في حد ذاتها.

وبالنسبة للدراسات العربية التي تعاملت مع اضطراب الالكسيثميا كانت العلاقات معظمها بين الألكسيثميا ومتغيرات أخرى غير متغيرات البحث الحالي وتوصل الباحث لمتغيرات البحث الحالي عن طرق دراسة التراث الأجنبي من الدراسات المهتمة بالألكسيثميا، ولقد ظهر أمام الباحث عدد من الدراسات الأجنبية التي تربط بين الألكسيثميا وتقدير الذات والكفاءة الذاتية وبعض المتغيرات الديمغرافية الأخرى مثل دراسة (Faramarzi & Khafri, 2017) ودراسة (Mousavi & Alavinezhad,2016) ودراسة (Kantack,2014) ودراسة Sadehi, (Khosrojavid & Boland, 2015).

وتعد مرحلة الجامعة بالنسبة للفرد من أهم المراحل التي يعيشها لما فيها من تشكيل وتكوين لشخصية سوية نافعة ومطورة للمجتمع ولذا من الضروري البحث في كل ما يعيق شباب الجامعة عن اكتساب الصفات الحميدة وما يؤرق حياتهم من اضطرابات ومشكلات تحد من تطورهم ونموهم النفسي والأكاديمي والاجتماعي. ويحاول البحث الحالي مساعدة طلاب الجامعة الذين يعانون من اضطراب الألكسيثميا بالبيئة السعودية من خلال تقديم أداة تقيس وتشخص هذا الاضطراب وأيضا دراسة بعض من المتغيرات النفسية (تقدير الذات وتوقعات الكفاءة الذاتية) المرتبطة بالألكسيثميا والديمغرافية (العمر والتخصص الأكاديمي) والتي قد تؤثر أو تتأثر بالألكسيثميا.

أهداف البحث:

تمثل الهدف الأساسي من البحث الحالي في دراسة الألكسيثميا وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والديمغرافية لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد.

ويتفرع من الهدف العام ما يلي من أهداف :

١- اختبار العلاقة بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الخاصة.
٢- دراسة العلاقة بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى طلاب قسم التربية الخاصة.
٣- توضيح الفروق بين طلاب قسم التربية الخاصة الأكبر سنا والطلاب الأصغر سناً في الألكسيثميا.
٤- دراسة الفروق بين طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد طبقاً للتخصص الأكاديمي (صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) في الألكسيثميا.

أهمية البحث:

أهمية البحث الحالي تنبع من دراسة موضوع الألكسيثميا وإعداد مقياس مقنن على البيئة السعودية خاص بالألكسيثميا وتتضح أهمية البحث الحالي فيما يلي:

الأهمية النظرية:

١. الألكسيثميا من الموضوعات القليلة وحديثة البحث بالمكتبة العربية وخصوصاً بالبيئة السعودية ولذا فهذا البحث يمثل إضافة جديدة داخل المكتبة العربية السيكولوجية.
٢. التعرف على العلاقات النفسية القائمة بين الألكسيثميا وتقدير الذات وتوقعات الكفاءة الذاتية.
٣. دراسة الألكسيثميا لدى طلاب قسم التربية الخاصة يفيد في التعرف على طبيعة هذا الاضطراب بالنسبة لهذه الفئة.
٤. دراسة المتغيرات الديمغرافية والخاصة بالعمر والتخصص الأكاديمي (صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) والتي تؤثر في الألكسيثميا.

الأهمية التطبيقية:

١. إعداد مقياس جديد لقياس الألكسيثميا مقنن على البيئة السعودية.
٢. تبصير مراكز الارشاد النفسي بأهمية قياس الألكسيثميا لدى طلاب الجامعة.
٣. دعوة الباحثين لإعداد دراسات تبحث في الألكسيثميا لدى فئات المجتمع المحتلفة.

تساؤلات البحث:

١- هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الخاصة؟
٢- هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى طلاب قسم التربية الخاصة؟
٣- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلاب الأكبر سناً والطلاب الأصغر سناً في الألكسيثميا لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد ؟
٤- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد طبقاً للتخصص الأكاديمي (صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) في الألكسيثميا؟

حدود البحث:

أقتصر البحث الحالي على طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد من الذكور دون باقي طلاب كلية التربية والكليات الأخرى بالجامعة. ولقد تم تطبيق أدوات البحث خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ١٤٣٨/١٤٣٧.

مصطلحات البحث:

- **الألكسيثميا Alexithymia :**

يعرف بركات (٢٠١٢) الألكسيثميا بأنها عبارة عن صعوبة التعبير عن المشاعر وصعوبة التمييز بين الانفعالات وبين الأحاسيس الجسيمة للإثارة الانفعالية وصعوبة القدرة على الخيال والتفكير الموجه من الخارج.

- **تقدير الذات Self – Esteem:**

يعرف (Cooper,1986) تقدير الذات بأنه مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستمدها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به فيما يتعلق بتوقع النجاح والفشل ويتضمن اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته.

- **توقعات الكفاءة الذاتية :**

يعرف (Schwarzer, 1993) توقعات الكفاءة الذاتية بأنها قدرة الفرد على أن يكون مقتنعاً على أساس من المعرفة والقدرة بأنه يمتلك بالفعل الكفاءة اللازمة للقيام بسلوك ما بصورة ناجحة .

الإطار النظري:

يشير الخولي (٢٠٠٥) إلى أن هناك من الأشخاص من يعاني من ضعف أو قصور في القدرة على التعرف على المشاعر وتحديدها ووصفها والتمييز بينها، هذا بالإضافة إلى أن مثل هؤلاء يتصفون بضعف التخيل (خيال محدود)، والتوجه الخارجي في السلوك بدرجة أكثر من التوجه الداخلي (النابع من الذات)، على الرغم من أن طبيعة الإنسان الفطرية تولد لدى الفرد القدرة على التعرف على الانفعالات والمشاعر والتمييز بينها، وأن من يفتقد لهذه القدرة أو يعاني من قصور وضعف لها، والتي تتمثل في معرفة وفهم وتمييز المشاعر والانفعالات، هذا بالإضافة إلى أن عدم القدرة وضعفها على نقل هذه المشاعر والانفعالات لفظياً وغير لفظياً يعد عائقا من عوائق تحقيق صحته النفسية. ويطلق على العجز أو القصور والضعف في تلك القدرة مسمى العجز/ القصور في القدرة على التعبير عن الشعور (الألكسيثميا).

وتعرف الألكسيثميا بأنها الصعوبة في التعرف على المشاعر والتفريق فيما بين المشاعر وبين الأحاسيس البدنية الناشئة عنها، كما تشمل الصعوبة في وصف المشاعر التي تعتري الغير وضيق الافق في التصور والتخيل وقلة الآمال والأحلام (Honegger, 2007). ويرى (Franz, et al, 2008)أن الألكسيثميا نقص في مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي نتيجة صعوبة القدرة على ترجمة الإشارات العاطفية المستقبلة من الأفراد المحيطين، وضعف في القدرات اللغوية التي تمكنهم من القدرة على وصف ما لديهم من مشاعر وأحاسيس إلى الآخرين. كما تعرف بأنها صعوبة في معالجة وتنظيم الحالات الوجدانية من خلال الأساليب المعرفية والتي ينشأ عنها قلة السعة للمعالجة الانفعالية(Scott, 2009).

وتظهر الألكسيثميا في صعوبة تحديد المشاعر والتمييز بينهما وبين الأحاسيس الجسدية خلال الإثارة الانفعالية وصعوبة وصف المشاعر للآخرين وندرة أحلام اليقظة ومحدودية الخيال ونمط التفكير الموجه خارجياً (Taylor, et al,1988). وتتضح في قلة وعي الفر بمشاعره ومشاعر الآخرين، وضعف قدرته على التواصل غير اللفظي، وضعف التصورات

الذهنية لبعض الأحداث التي يمر بها الفرد، وقلة وضع التصورات المستقبلية، واعتماده على تصورات وأفكار وآراء الآخرين في المواقف الحياتية، وقلة اعتماده على خبراته الذاتية (Spek, Myklicek, Cuijpers&Pop,2008).

ويعرف البحيري (٢٠٠٩) الألكسيثميا بأنها سمة وجدانية معرفية تتضح في وجود قصور في التعامل مع المشاعر والانفعالات يظهر في صورة صعوبة في التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينها وصعوبة في التواصل اللفظي الوجداني نتيجة غياب الكلمات الملائمة لوصف المشاعر مع عدم وجود اضطراب في الجهاز الصوتي أو ضعف في حاستي السمع والكلام بالإضافة إلى نقص القدرة على التخيل المرتبط بالمشاعر مما يؤدي إلى نقص في مهارة التعامل مع الآخرين. ويذكر سلامة (٢٠٠٩) أن المصابين بالألكسيثميا لا يذكرون أية مشاعر وليس لديهم أية مخيلة وليس لأحلامهم أي مضمون وجداني إنهم باختصار لا يملكون حياة وجدانية يتكلمون عنها ويميلون إلى تفريغ الطاقة بشكل بدني وهم يوصفون في التراث التحليلي بالأمية الانفعالية إذ يفشل الفرد في إيجاد الكلمات التي يصف بها وجدانه كما يفشل في أن يضعه في لغة رمزية ومن ثم يترجم وجدانه إلى نوع من اللغة البدنية.

ولقد أظهرت نتائج دراسة (Mousavi & Alavinezhad,2016) عدم وجود فروق بين الإناث والذكور في الألكسيثميا. ويشير (Aino, Outi, Koivisto, Raimo, & Matti, 2007) إلى أن نسبة انتشار الألكسيثميا تتراوح ما بين ٩% – ١٧% بين عينات عمرية مختلفة وبين الذكور أكثر من الإناث. وعلى العكس قد كشفت نتائج دراسة (Joukama, et al ,2007) أن ١٠% من الإناث و٧% من الذكور مصابين بالألكسيثميا .

وأيضا يذكر (Lee, 2010) أن نسبة انتشار الألكسيثميا بين طلاب الجامعة تتراوح من ١٣% إلى ١٩%. ولقد بحث دراسة (Mattila, Salminen, Nummi, Joukama,2006) في علاقة العمر بالألكسيثميا، وأظهرت النتائج أن الألكسيثميا تزداد مع زيادة العمر، وتنتشر الألكسيثميا لدى الذكور أكثر من الاناث. وتصل نسبة انتشار الألكسيثميا حوالي (٩,٩%) وترتبط بمستوى التعليم المنخفض وبالإكتئاب.

وتتحدد الألكسيثميا في نوعين نوضحهما فيما يلي:

١- الألكسيثميا الأولية: وترجع لعوامل وراثية وتعكس اضطرابات التعاطف وينتج عنها نقص في العواطف.

٢- الألكسيثميا الثانوية: وهي عبارة عن ميكنيزمات دفاعية لحماية الذات من

الخبرات الصادمة التي حدثت في الطفولة المبكرة قبل تعلم اللغة (Pirlot &Corces, 2012).

وهناك العديد من النظريات النفسية التي تفسر طبيعة اضطراب الألكسيثميا ومنها:

النظرية النمائية : تعزي السبب في الإصابة بالألكسيثميا إلى مرحلة الطفولة وما يتعرض له الطفل في مراحل حياته المتعاقبة من صدمات وخبرات انفعالية عنيفة تؤدي بالضرورة إلى إرتداد أو نقص في الجوانب الانفعالية للطفل مما يترك لديه صورة مشوهة عن نفسه وبالتالي لا يستطيع وصف ما يشعر به ولا يمكنه تحديده أيضا (محمد، ٢٠٠٦).

نظرية الصدمة: يرى Rudel, scheele, Briine (& Assion,2010) أن الألكسيثميا هي طريقة تعايش مع الصدمة، وتستخدم كوسيلة للتعايش والتعامل مع الضغوط النفسية، والانفعالات السالبة المرتبطة بالإيذاء الجسدي والجنسي في الطفولة، ويمكن أن تكون الألكسيثميا نتيجة عدم القدرة على التعايش والتعامل بفاعليه مع الضغوط النفسية.

النظرية النيوروبيولوجية : ترى هذه النظرية أن النصف الأيسر من المخ هو المسئول عن العمليات اللفظية والتحليلية بينما يكون النصف الأيمن مسئولا عن العمليات الكلية والإدراك والتعبير غير اللفظي عن المشاعر ومن هنا ترجع أعراض الألكسيثميا إلى الانقطاع الوظيفي للألياف الترابطية بين نصفي المخ (البنا، ٢٠٠٣).

نظرية النمو المعرفي الانفعالي: ترى هذه النظرية أنه بتطور اللغة لدى الطفل يصبح لديه القدرة على التفكير والتعبير بشكل لفظي عن عواطفه ومشاعره التي تدور بداخله (كالغضب، والعدوان، وإظهار الحب، والتودد إلى الآخرين) كما يتناقص اعتماد الطفل علي والديه في التعبير عن عواطفه ومشاعره، وبالتالي فإن تشكيل اللغة والترميز من أهم العوامل التي تسهم في النمو المعرفي– الانفعالي وظهور المخططات المعرفية للوجدان مما يسهم في القدرة على الاستفادة من الخبرات الانفعالية التي يمر بها الطفل أو المراهق خلال المراحل المتقدمة من عمره(البنا، ٢٠٠٣).

ويذكر جبريل (١٩٩٣) أن تقدير الذات عبارة عن توقعات النجاح في مهمات لها أهمية شخصية واجتماعية، وكذلك أيضا إلى وجود مشاعر إيجابية نحو الذات وإلى قبول الذات وأنها مقبولة من الآخرين. ويوضح (Copper 1986,) أن تقدير الذات عبارة عن مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفء أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة.

ويشير كفافي (١٩٩٧) إلى أن مع بداية البلوغ فإن معظم المراهقين يبدؤون في إعادة تقييم أنفسهم ويقارنون بناءهم الجسمي ومعلوماتهم ومهاراتهم ومواهبهم مع تلك التي عند أقرانهم وعند الآخرين الذين يعجبون بهم وكلما تقدم النمو يحاول المراهقون أن يسدوا الثغرة بين الذات المدركة والذات المثإلية. ويرى عيد (٢٠٠٩) أن تقدير الذات يتغير تبعاً للفترة العمرية التي يعيشها الفرد فالطفل الصغير يشعر بتقدير الذات نتيجة مدى اهتمام والديه به وبعد دخول المدرسة الابتدائية يتشكل تقدير الذات من خلال الأسرة بالإضافة للعناصر الجديدة في حياة الطفل متمثلة في البيئة المدرسية والعلاقة بالأقران ويزداد تقدير الذات بصورة كبيرة خلال المرحلة الثانوية ويبدأ الفرد في تكوين صورة لذاته يعتمد الجانب الأكبر فيها على مدى العلاقة بالأقران ويستمر ذلك حتى الانتهاء من المرحلة الجامعية وبعد ذلك يلعب النجاح المهني الجانب الأكبر في تشكيل تقدير الذات.

ولقد هدفت دراسة (Mousavi & Alavinezhad,2016) إلى البحث في العلاقة بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى عينة مكونة من (٢٤٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة (١٢٠ طالب – ١٢٠ طالبة) ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى عينة البحث ويمكن التنبوء بوجود الألكسيثميا عن طريق مستوى تقدير الذات الذي يتمتع به الفرد. وأيضا أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الإناث والذكور في الألكسيثميا. وفي دراسة (Kantack,2014) تم البحث في العلاقات بين الألكسيثميا وتقدير الذات والمستوى الأخلاقى واضطراب صورة الجسم. وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من (١٥١) أنثى من عمر (١٨: ٦٥) عام وتم استخدام مقياس تورنتو لقياس الألكسيثميا ومقياس روزنبرج لقياس تقدير الذات وأظهرت النتائج وجود ارتباط دال سالب بين الألكسيثميا وتقدير الذات. وقامت دراسة Solmaz, Binbay, Cidem, Sagir & (Karcan, 2014) بالبحث في مدى معاناة مرضى إلتهاب المفاصل الشوكي من الألكسيثميا وعلاقتها بتقدير الذات. ولقد قام الباحثين بتطبيق أدوات البحث على عينة مكونة من مجموعتين وتكونت المجموعة الأولى من (٥٠) مريض والمجموعة الضابطة مكونة من (٥٠) شخص من غير المرضى. وأظهرت النتائج أن المجموعة الأولى تعاني من الألكسيثميا بفرق دال عن المجموعة الضابطة. وأيضا توجد علاقة بين الألكسيثميا وتقدير الذات. وتمثل الهدف من الدراسة التي قام بها Sasai, Tanaka and Hishimoto, (2010) في التعرف على العلاقات بين الألكسيثميا وتقدير الذات وسلوك الأكل وصورة

الجسم لدى طالبات الجامعة باليابان وتم تطبيق أدوات الدراسة على عينة مكونة من (٣١٣) طالبة من كلية الطب ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الألكسيثميا وتقدير الذات وبين الألكسيثميا وصورة الجسم. ولقد توصلت دراسة (Yelsma,1995) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات والألكسيثميا وقام الباحث بتطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات ومقياس تايلور للألكسيثميا على عينة مكونة من (٢٣٦) طالباً من طلاب الجامعة.

وقد برهن (Bandura, ١٩٩٤) على أن توقعات الكفاءة الذاتية تتكون من ثلاثة أبعاد هي القيمة، والعمومية، والقوة. وتدل كل هذه الأبعاد على إجراءات القياس المختلفة فتشير القيمة إلى طلب المهام الصعبة. وتخص العمومية المدى الذي إليه يمكن أن تعمم توقعات الكفاءة عن وضع معين إلى الأوضاع الأخرى. وتشير القوة إلى تقدير كم واحد نجد منهم واحد قادر على أن ينج في مهمة محددة. وقناعة الفرد بإمكانية التأثير على نفسه والبيئة المحيطة والتحكم في المواقف تجعل مواجهة متطلبات الحياة أكثر سهولة. ويعرف عبد الحميد وكفافي(١٩٩٥) الكفاءة الذاتية بأنها إحساس كامل عند الفرد بكفاءته وفاعليته وجوانب القوة لديه، أو القدرة علي تحقيق النتائج المرغوبة.

وأيضا يذكر (Bandura, 1994) أن توقعات الكفاءة الذاتية تؤثر على ثلاثة مستويات من السلوك وهي:

أولاً: اختيار الموقف: يمكن للمواقف التي يمر بها الفرد أن تكون مواقف اختيارية أو لا تكون كذلك. فإذا ما كان الموقف واقعاً ضمن إمكانات حرية الفرد في الاختيار فإن اختياره للموقف يتعلق بدرجة كفاءته الذاتية، أي أنه سيختار المواقف التي يستطيع فيها السيطرة على مشكلاتها ومتطلباتها ويتجنب المواقف التي تحمل له الصعوبات في طياتها.

المستوى الثاني والثالث: الجهد الذي يبذله الفرد والمثابرة في السعي للتغلب على الموقف ويفسر ذلك بأن درجة الكفاءة الذاتية تحدد شدة المثابرة المبذولة عند حل مشكلة ما، فالفرد الذي يشعر بدرجة عالية من الكفاءة الذاتية يبذل من الجهد والمثابرة أكثر من ذلك الذي يشعر بدرجة أقل من الكفاءة الذاتية. فالتقدير المسبق المرتفع للكفاءة الذاتية سيعطي الفرد الثقة بأن مساعيه سوف تقوده إلى النجاح بغض النظر عن صعوبتها، في حين أن التقدير المنخفض للكفاءة الذاتية سيدفع الفرد أيضا لبذل القليل من الجهد والمثابرة.

وتوصلت دراسة (Micheal ,1991) إلى أن بناء الكفاءة الذاتية يعزز ويدعم بواسطة الأنشطة المعرفية والمهارات الشخصية لدى الفرد بالإضافة إلى ذلك فإن ارتفاع مستوى

الكفاءة الذاتية يساعد الفرد على التعبير الانفعالي السوي وزيادة الاستفادة من التدعيم الاجتماعي من خلال البيئة الأسرية والاجتماعية كما أن المناعة ضد الضغوط ترتبط بعدم العصابية ومفهوم الفرد عن ذاته. وأظهرت دراسة الآلوسي (٢٠٠١) وجود علاقة ارتباطيه موجبة عالية بين فعالية الذات وتقدير الذات.

ويحدد حسيب (٢٠٠١) السمات الشخصية لذوي الكفاءة الذاتية العالية (ذوي التوجه الداخلي) فيما يلي:

- أنهم يشعرون بالإنجاز الشخصي.
- لديهم توقعات إيجابية على تحدي المصاعب التي تواجههم.
- لديهم إستراتيجية لتحقيق أهدافهم الشخصية وأهداف العاملين معهم.
- لديهم القدرة على إدارة وضبط المؤسسة المكلفين بإدارتها.
- يميلون إلى الديمقراطية في اتخاذ القرار حيث يشركون زملائهم في اتخاذ القرارات.
- لديهم الشعور العالي بالمسؤولية نحو العمل المناط بهم.
- يكونون ذو حيوية ومجتهدين وأذكياء ويحاولون أكثر وينجزون أكثر بصورة أفضل ومثابرة لمدة أطول في المهمة ويكون شعور الخوف لديهم قليلا.
- لديهم سيطرة كبيرة على الأحداث في بيئتهم.
- يتميزون بالثقة بالنفس والمثابرة والإصرار على بلوغ الهدف بغض النظر عما يواجههم من عقبات.

ويحدد زايد (٢٠٠٣) السمات الشخصية لذوي الكفاءة الذاتية المنخفضة (ذوي التوجه الخارجي) فيما يلي:

- يميلون إلى الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس والعصابية.
- يرضون بالواقع ولا يقبلون المخاطرة ولا توجد لديهم الرغبة في المثابرة أو التحمل.
- يشعرون بالملل والتعب وعدم الراحة والتوتر النفسي.
- يميلون إلى مقاومة الأفكار والأداء والتصلب في تفكيرهم لتقيدهم بوجهة عقلية محددة.
- ضعف الدافعية في الانجاز.
- يميلون إلى السلبية العامة وقلة الإنتاج.
- ضعف الإحساس بالمسؤولية الشخصية.
- يشكون في قدراتهم ويبتعدون عن المهام الصعبة و يعتبرونها مهددات شخصية لهم.

وبحثت دراسة (Faramarzi and Khafri, 2017) في دور الألكسيثميا والقلق والإكتئاب في التنبوء بالكفاءة الذاتية لدى طلاب الجامعة. ولقد تكونت عينة البحث من (١٣٣) طالباً من طلاب كلية الطب. وأظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا

والكفاءة الذاتية. ولا توجد علاقة ارتباطية بين القلق والإكتئاب وبين الكفاءة الذاتية. ويمكن التنبوء بالكفاءة الذاتية عن طريق مستوى الألكسيثميا المنخفض. وتمثل الهدف من دراسة (Sadehi, Khosrojavid & Boland, 2015) في دراسة العلاقات بين الألكسيثميا والكفاءة الذاتية لدى الطلاب المدمنين. وتكونت العينة من (٤٠٠) طالباً من طلاب جامعة أزاد الايرانية.ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين الألكسيثميا والكفاءة الذاتية. وأيضا أظهرت النتائج أن مستوى الألكسيثميا لدى الطالبات أعلى من الطلاب. وعلى العكس بالنسبة لمستوى الكفاءة الذاتية لدى الطلاب أعلى من الطالبات. وفي دراسة Mirjalili , Besharat, Koochi, 2011)) تم البحث في الدور الوسيط للكفاءة الذاتية على العلاقة بين الألكسيثميا وشدة الألم لدى مرضى الامراض المزمنة.وتكونت عينة البحث من (١٠٠) مريض. ولقد أظهرت النتائج أن الكفاءة الذاتية تنخفض بزيادة الألكسيثميا.

منهجية البحث:

قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، ويهتم هذا المنهج بالوصف والتفسير والتحليل لما هو واقع من أحداث ليصل إلى نتائج يتم تفسيرها في ضوء التراث السيكولوجي والدراسات السابقة ذات العلاقة. وخلال هذه المراحل تم صياغة المشكلة، وإعداد واختيار أدوات البحث المناسبة والتحقق من ثبات وصدق هذه الأدوات، ولقد قام الباحث بالتحقق من صدق وثبات أدوات البحث الحالي على عينة عشوائية من طلاب قسم التربية الخاصة. وبعد تطبيق الادوات على عينة البحث تم إجراء المعالجات الإحصائية التي تتناسب مع تساؤلات البحث ومن ثم استخلاص النتائج وتفسيرها تفسيراً دقيقاً.

إجراءات البحث:

أولا: عينة البحث:

تكونت عينة البحث الحالي من (١٣١) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الملك خالد. وتراوح عمر العينة من (١٨ : ٢٣) سنة. وتم تطبيق أدوات البحث خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٣٨/١٤٣٧.

وتكونت عينة التقنين في البحث الحالي من (٢٦) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الملك خالد تم التحقق من خلالها من ثبات أدوات البحث وقابلية هذه الأدوات لقياس متغيرات البحث الحالي. وتكونت عينة البحث الأساسية من (١٠٥) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الملك خالد للإجابة على تساؤلات البحث.

ثانياً: أدوات البحث:

١- مقياس الألكسيثميا (إعداد الباحث)

لإعداد هذا المقياس قام الباحث بالإطلاع على عدد من المقاييس والدراسات العالمية

التـــي وضـــعت بنـــاء ســـيكولوجي خـــاص بالألكسيثميا ومنها:

- مقياس تورنتو للألكسيثميا (Taylor, et al,1988).
- مقيـاس الملاحـظ لقيـاس الألكسـيثميا Haviland, Warren & Riggs, (2000).
- مقيـــاس تورنتـــو العشـــرون عبـــارة للألكسيثميا Parker, Taylor & Bagby, (2003).

وبالنسبة للمقياس الثالث من إعداد Parker, Taylor & Bagby, 2003) تم تقسيم المقياس إلـــى ثلاثـــة أبعـــاد وهـــي (صـــعوبة تحديـــد الانفعـالات – صـعوبة وصـف الانفعـالات – الافكار الموجهه نحو الخارج).

وصف المقياس :

يتكون المقياس من (٢٠) عبارة تم صياغتها فـي أربعـة أبعـاد كالتـالي (صـعوبة التعبيـر الانفعـالي – صـعوبة الـوعي بالانفعـالات – سمات الوجه – الخيال المحدود) ويشمل البعد الأول والخـاص بصـعوبة التعبيـر الانفعـالي العبـارات (١– ٢– ٨– ١٤– ١٥) وعبـارات صعوبة الوعي بالانفعالات هي (٤– ٦– ٩– ١٠– ١٣– ١٩) وعبـــارات البعـــد الثالـــث لسمات الوجه هي (٣– ٥– ١١– ١٦– ١٨) وكانـت عبـارات البعد الرابـع للخيـال المحـدود (٧– ١٢– ١٧– ٢٠). والإســـتجابة علـــى المقيـاس خماسـية (دائمـاً– غالبـاً–أحيانـاً– نـادراً– لا) وتمنح الاستجابات الدرجات التالية (٥–٤–٣–٢–١) ومع العبارات العكسية وهي (٣– ٤–٧– ١٠ –١١ –١٦ – ١٨ – ٢٠) تكون الدرجات (١–٢–٣–٤–٥).

صدق مقياس الألكسيثميا:

صدق المحتوى:

للتحقـق مـن صـدق مقيـاس الألكسـيثميا قـام الباحـث بعـرض المقيـاس علـى مجموعـة مـن أعضـاء هيئـة التـدريس بقسـم علـم الـنفس وقسـم التربيـة الخاصـة بجامعـة الملـك خالـد وتكـون المقياس في صورته الأولية من (٢٦) عبارة تم حـــذف العبـــارات التـــي رأى (٥٠%) مـــن المحكمـين أنهـا غيـر مناسـبة وكانـت هـذه العبارات فـي الصـورة الأوليـة حيث شـملت (٦ عبارات) هي (٢–٣–١٢–١٥–٢١–٢٤) وتم تعـديل بعـض العبـارات لغويـاً وبـذلك تكونـت الصـورة النهائيـة مـن مقيـاس الألكسـيثميا مـن (٢٠) عبارة.

ثبات مقياس الألكسيثميا:

أ– ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين والتي بلغت (٢٦) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصـة بجامعـة الملـك خالـد بالمملكـة العربيـة السـعودية وبعـد فـارق زمنـي مناسـب تـم إعـادة التطبيـق مـرة ثانيـة ولقـد بلغـت قيمـة معامـل الثبات (٠,٨٣٥) وهـي قيمـة مقبولـة تـدل ثبـات مقياس الألكسيثميا بالبيئة السعودية.

ب– ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية:

لحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية تم تطبيق المقياس على عينة التقنين المكونة من (٢٦) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية وبلغت قيمة معامل الثبات(٠,٧٠٤) وهي أيضا قيمة مقبولة تدل على ثبات المقياس.

الإتساق الداخلي لمقياس الألكسيثميا:

للتحقق من الإتساق الداخلي لمقياس الألكسيثميا قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين والتي بلغ عددها (٢٦) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية .

ولقد قام الباحث بحساب قيمة الارتباط لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢) يوضح قيم الارتباط لابعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس

البعد	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة
صعوبة التعبير عن الانفعالات	٠,٥٤٤	٠,٠٠٤	دالة
صعوبة الوعي بالانفعالات	٠,٥٩٠	٠,٠٠٢	دالة
سمات الوجه	٠,٨٠٠	٠,٠٠٠	دالة
الخيال المحدود	٠,٥٣٨	٠,٠٠٥	دالة

يتضح من الجدول رقم (٢) أن جميع قيم معاملات الارتباط الخاصة بأبعاد المقياس دالة وهي قيم مقبولة تدل على تمتع هذا المقياس بالإتساق الداخلي بين أبعاده.

٢- **مقياس تقدير الذات . إعداد عيد (٢٠١٣)**

تكون مقياس تقدير الذات من (٣٤) عبارة تم صياغتها بعد الإطلاع على عدد من المقاييس السابقة وبعض المراجع التي اهتمت بتقدير الذات. واشتمل مقياس تقدير الذات على ثلاثة أبعاد هي (تقدير الذات العام – تقدير الذات الأسري – تقدير الذات الخاص بالأصدقاء).

صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس الحالي قام الباحث بحساب الصدق الظاهري وذلك بعرض المقياس على عدد من أساتذة الجامعة بمعهد الدراسات التربوية بجامعة القاهرة وعدد من الاساتذة بكليات بريدة وتم حذف العبارات التي اعترض عليها ٥٠% من المحكمين ليصل عدد عبارات المقياس إلى (٣٤) عبارة من أصل (٤٠) عبارة في صورة المقياس الأولى.

ثبات المقياس:

تم حساب ثبات مقياس تقدير الذات عن طريق إعادة الاختبار وتم تطبيق الاختبار على (٣٢) طالباً من طلاب كليات بريدة وتم إعادة الاختبار بعد أسبوعين وبلغ مقدار الثبات(٠,٩٢) وهي قيمة مقبولة تدل على ثبات هذا المقياس في قياسه لتقدير الذات في الظروف المختلفة أي أن الاختبار الحالي يمتاز بدقة القياس.

ثبات مقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية:

لحساب ثبات مقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية بطريقة إعادة الاختبار تم تطبيق المقياس على عينة التقنين والتي تكونت من (٢٦) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية وذلك بفارق زمني مناسب ولقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٦٦) وهي قيمة مقبولة تدل ثبات مقياس تقدير الذات بالبيئة السعودية.

٣- مقياس توقعات الكفاءة الذاتية

إعداد (Jerusalem and Schwarzer, 1993)

تعريب رضـوان(١٩٩٧)

وصف االمقياس: يتألف المقياس في صيغته الأصلية من عشرة بنود يطلب فيها من المفحوص اختيار إمكانية الإجابة وفق متدّرج يبدأ من (لا، نادرا، غالبا، دائما) ويتراوح المجموع العام للدرجات بين (١٠إلى٤٠) حيث تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض توقعات الكفاءة الذاتية العامة والدرجة العالية إلى ارتفاع في توقعات الكفاءة الذاتية العامة. تتراوح مدة التطبيق بين (٣-٧) دقائق ويمكن إجراء التطبيق بصورة فردية أو جمعية .

ثبات المقياس :لبيان مدى ثبات المقياس تم تطبيقه في فترتين مختلفتين يفصل بينهما (٦) أسابيع على عينة مكونة من (٣٧) مفحوص بواقع (٢٠) أنثى و(١٧) ذكرا .وأسفر حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين عن معامل ثبات مقداره (٠,٧١).

صدق المقياس :تمتع المقياس بدرجة عالية إلى حد ما من الصدق إذ بلغت جميع قيم معامل الثبات للبنود منفردة أعلى من (٠,٨٠) وهذا يعني الإبقاء على البنود العشرة للصيغة الأصلية للاستبانة وعدم حذف أي بند منها.

ثبات مقياس توقعات الكفاءة الذاتية في الدراسة الحالية:

للتحقق من ثبات مقياس توقعات الكفاءة الذاتية في الدراسة الحالية تم إستخدام طريقة إعادة الاختبار حيث تم تطبيق المقياس على عينة التقنين والتي تكونت من (٢٦) طالباً من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية وذلك بفارق زمني مناسب ولقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٥٣) وهي قيمة مقبولة تدل ثبات المقياس.

طريقة تحليل البيانات:

تم تحليل الإحصاء في البحث الحالي عن طريق برنامج "SPSS" "١٧" وقام الباحث باستخدام إرتباط بيرسون (Pearson's correlation) للبحث في العلاقات الإرتباطية وتم استخدام اختبار "مان ويتني-Mann (Whitney) وتحليل التباين أحادي الاتجاه

(Oneway Anova) للبحث في الفروق بين متغيرات البحث.

نتائج البحث وتفسيراتها:

نعرض هنا ما تم للإجابة عن تساؤلات البحث، ونتيجة للمعالجات الإحصائية التي قام بها الباحث لبيانات البحث ظهرت النتائج التالية:

أولاً: هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الخاصة؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "معامل ارتباط بيرسون" لحساب العلاقة بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى عينة من طلاب قسم التربية الخاصة بلغ عددها (١٠٥) طالباً وتراوح عمر العينة بين (١٨: ٢٣).

جدول رقم (٣)

يوضح الارتباط بين الألكسيثميا وتقدير الذات

الارتباط	ن	قيمة الارتباط	الدلالة
الألكسيثميا وتقدير الذات	**١٠٥**	**-٠,٣١٠**	**دالة**

يتضح من قراءة النتائج بالجدول رقم (٣) وجود ارتباط دال عكسي بين الألكسيثميا وتقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد.

ويظهر من نتيجة هذا التساؤل أن بزيادة الألكسيثميا ينخفض تقدير الذات لدى الفرد مما يعني أن نظرة الفرد لذاته تتأثر بعدم قدرته على التعبير عن مشاعره وانفعالاته. ولقد أشار الفرماوي(٢٠٠٦) إلى أن أفكار التحقير التي يلصقها الفرد بنفسه تتضمن استصغار الذات وتقليل الفرد من شأن نفسه مما يؤثر في انخفاض تقدير الذات وبذلك يفقد الفرد كثير من النجاحات بسبب عدم ثقته بنفسه وشعوره بتدني واضح في صورة الذات وعدم القبول من الآخرين.

فتقدير الذات عبارة عن مجموعة من الصور والخبرات التي يكونها الفرد عن ذاته نتيجة تعامله مع الأخرين بما فيها من خبرات النجاح والفشل والتي قد تكون في بعض الاحيان غير حقيقية بما يشكل تقدير الذات الايجابي أو السلبي. والفترات التي يفشل فيها الفرد في التعبير عن مشاعره عند اصابته باضطراب الألكسيثميا تكون صورة سلبية لدى الفرد عن الذات بما يقلل ويخفض من تقدير الذات.

وتتفق نتيجة التساؤل الحالي مع دراسة(Mousavi & Alavinezhad,2016) ودراسة(Kantack,2014) ودراسة Solmaz, (Binbay, Cidem, Sagir & Karcan, 2014) ودراسة (Yelsma,1995) ودراسة Tanaka and (Hishimoto, 2010).

ثانياً: هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى طلاب قسم التربية الخاصة؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "معامل ارتباط بيرسون" لحساب العلاقة بين

الألكسيثميا وتقدير الذات لدى عينة من طلاب قسم التربية الخاصة بلغ عددها (١٠٥) طالباً وتراوح عمر العينة بين (١٨: ٢٣).

جدول رقم (٤)

الارتباط بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية

الارتباط	ن	قيمة الارتباط	الدلالة
الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية	**١٠٥**	**٠,٠١٨**	**غير دالة**

يتضح من قراءة النتائج بالجدول رقم (٤) وجود ارتباط غير دال بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد.

ويظهر من نتيجة هذا التساؤل أن توقعات الكفاءة الذاتية لا تتأثر بإصابة الفرد بالألكسيثميا لدى عينة البحث الحالي. ويعني هذا أن بعض الأفراد الذين يعانون من اضطراب الالكسيثميا لديهم توقعات إيجابيه عن ذواتهم. ويفسر (Bandura, 1994) أن توقعات الكفاءة الذاتية تؤثر في اختيار الموقف. فالمواقف التي يمر بها الفرد قد تكون مواقف اختيارية. فإذا ما كان الموقف واقعاً ضمن إمكانات حرية الفرد في الاختيار فإن اختياره للموقف يتعلق بدرجة كفاءته الذاتية، أي أنه سيختار المواقف التي يستطيع فيها السيطرة على مشكلاتها ويتجنب المواقف التي تحمل له الصعوبات في طياتها. وهذا ربما يفسر نتيجة التساؤل الحالي فالفرد المصاب بالألكسيثميا قد يبتعد عن المواقف التي تتطلب منه التعبير عن مشاعره وانفعالاته بما يشعر الفرد بقدرته على السيطرة وهذا يعني أن توقعات الكفاءة الذاتية قد لا تتأثر بوجود اضطراب الألكسيثميا.

وتتناقض نتيجة هذا التساؤل مع عدد من الدراسات كدراسة Faramarzi and Khafri, (2017) ودراسة Sadehi, Khosrojavid & (Boland, 2015) ودراسة Mirjalili , Koochi, 2011)Besharat,).

ثالثاً: هل توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلاب الاكبر سناً والطلاب الأصغر سناً في الألكسيثميا لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد ؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام اختبار "مان ويتنيMann Whitney" لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الطلاب الأكبر سناً والطلاب الأصغر سناً في الألكسيثميا. ويوضح الجدول التالي متوسط الرتب لعينة الطلاب الاكبر سناً وعينة الطلاب الأصغر سناً ومجموع الرتب وقيم (Z)،(W)، (U).

جدول رقم (٥)

نتائج اختبار" مان ويتني " للمقارنة بين متوسطي رتب درجات عينة الطلاب الاكبر سناً وعينة الطلاب الأصغر سناً في الألكسيثميا

المتغير	العينة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	W	Z	الدلالة
الألكسيثميا	الأكبر سناً	٥٥	٦١,٧٥	٣٣٩٦	٨٩٤	٢١٦٩	٣,٠٩٠	دالة
	الأصغر سناً	٥٠	٤٣,٣٨	٢١٦٩				

يتضح من قيم (Z) السابقة بجدول (٥) وجود فروق دالة بين متوسط رتب درجات الطلاب الأكبر سناً والاصغر سناً في الألكسيثميا لصالح الأكبر سناً.

من نتائج الجدول السابق يتضح أن متوسط الرتب بالنسبة للطلاب الأكبر سناً والذي يبلغ (٦١,٧٥) أكبر من متوسط الرتب للطلاب الأصغر سناً والذي يبلغ (٤٣,٣٨) والفرق الكبير بين المتوسطين يوضح أنه كلما زاد عمر الفرد تزداد معاناته من الألكسيثميا وربما يعود ذلك إلى زيادة المسؤليات التي تقع على عاتق الفرد مع زيادة عمره بما يؤثر على حالته النفسية وربما قد تظهر بعض الاضطرابات والمشكلات النفسية خلال الفترات الحرجة في حياته وقد تكون منها الألكسيثميا.

وتتفق نتيجة هذا التساؤل مع نتائج دراسة (Mattila, Salminen, Nummi, Joukamaa,2006) ودراسة (Pasini, Delle, Seripa, Ciani ,1992).

رابعاً: هل توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد طبقاً للتخصص الأكاديمي (صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) في الألكسيثميا ؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (Oneway Anova) لحساب دلالة الفروق بين طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد طبقاً للتخصص الأكاديمي (صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) في الألكسيثميا.

جدول رقم (٦): تحليل التباين أحادي الاتجاه (Oneway Anova) لحساب دلالة الفروق بين طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد طبقاً للتخصص الأكاديمي (صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) في الألكسيثميا.

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	F	الدلالة

الألكسيثميا	بين المجموعات	157.186	2	78.593	٠.883	غير دالة
	داخل المجموعات	9077.576	102	88.996		
	الكلي	9234.762	104			

يتضح من قيمة (F) بجدول رقم (٦) أنها غير دالة بوجود فروق لدى طلاب قسم التربية الخاصة طبقاً للتخصص الأكاديمي.

من نتائج هذا الجدول يتضح أن التخصص الأكاديمي(صعوبات تعلم – إعاقة بصرية – إعاقة عقلية) ليس له تأثير بالزيادة أو النقصان على الألكسيثميا أي أن المسارات الأكاديمية المختلفة لطلاب قسم التربية الخاصة لا تتأثر باضطراب الألكسيثميا. وقد يفسر ذلك لتقارب التخصصات الأكاديمية في مجال التربية الخاصة في الهدف وبعض من المضمون والمحتوى العلمي.

خلاصة البحث:

البحث الحالي ركز على دراسة علاقة الألكسيثميا ببعض المتغيرات النفسية والديمغرافية وتمثلت هذه المتغيرات في دراسة علاقة الألكسيثميا بتقدير الذات وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى طلاب قسم التربية الخاصة والفروق في العمر والتخصص الأكاديمي. ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا وتقدير الذات. ولاتوجد علاقة ارتباطية بين الألكسيثميا وتوقعات الكفاءة الذاتية. وبالنسبة للفروق بين الطلاب الاكبر سناً والطلاب الأصغر سناً فأظهرت النتائج وجود فروق في الألكسيثميا لصالح الطلاب الأكبر سناً. ولا توجد فروق بين طلاب قسم التربية الخاصة طبقاً للتخصص الأكاديمي(صعوبات التعلم – الإعاقة العقلية – الإعاقة البصرية) في الألكسيثميا.

توصيات البحث:

نتيجة لدراسة موضوع البحث الحالي بعرض النقاط النظرية الحديثة المرتبطة بمتغيرات البحث وصياغة تساؤلات لهذا البحث وبعد الاجابة على هذه التساؤلات وتفسيرها تم صياغة التوصيات التالية:

١- حث المراكز الإرشادية بالجامعات على الكشف عن الطلاب المصابين بالألكسيثميا ومن ثم تقديم البرامج العلاجية لهؤلاء الطلاب.
٢- زيادة التعريف بطبيعة اضطراب الألكسيثميا عن طريق الندوات المقدمة لطلاب الجامعة.
٣- حث البيئات الأسرية على الإهتمام بمشاعر وانفعالات أبنائهم.
٤- منح الابناء الفرص الكافية للتعبير عن معاناتهم الشخصية.
٥- الاهتمام الوالدي بزيادة وتنمية تقدير الذات لدى الأبناء.

مقترحات البحث:

من خلال العرض الذي قدم في هذا البحث يقترح الباحث ما يلي:

- دراسة عن الألكسيثميا وعلاقتها ببعض المشكلات النفسية بدول الخليج.
- وأيضا الألكسيثميا وعلاقتها بالمشكلات السلوكية لدى طلاب المرحلة المتوسطة.
- وكذلك الألكسيثميا وعلاقتها بالعدوان الجسدي لدى المراهقين.
- وفي النهاية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات وأثره على خفض اضطراب الالكسيثميا.

المراجـــع:

أولاً: مراجع باللغة العربية:

١. الألفي، داليا (٢٠١٢). الإلكسيثميا لدى عينة من المراهقين المصابين بتشتت الانتباه فرط النشاط. *رسالة ماجستير غير منشورة*. جامعة عين شمس. معهد الدراسات العليا لطفولة.

٢. الألوسي، احمد (٢٠٠١). فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة . *رسالة ماجستير غير منشورة* ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .

٣. أحمد، محمد شعبان (٢٠١١). الألكسيثميا في علاقتها بسلوك المشاغبة لدى عينة من مراحل تعليمية مختلفة. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة الفيوم.

٤. بركات، عفاف (٢٠١٢). فاعلية برنامج إرشادي في تحسين نقص التعبير عن المشاعر (الألكسيثميا) لدى عينة من ذوي اضطرابات الأكل. *رسالة دكتوراه*، جامعة بنها، كلية التربية.

٥. البحري، محمد رزق (٢٠٠٩). إسهام بعض المتغيرات النفسية في التنبؤ بالألكسيثميا لدى عينة من الأطفال من ذوي صعوبات تعلم القراءة والموهوبين موسيقيا. *مجلة دراسات نفسية*، ١٩ (٤): ٨١٥- ٨٨٣.

٦. البنا، إيمان عبد الله (٢٠٠٣). الألكسيثميا "صعوبة تحديد ووصف المشاعر" وأنماط التعامل مع الضغوط لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة كلية الآداب*، جامعة عين شمس، (١٥) ،٣١- ٥٧.

٧. جابر ،عبد الحميد(١٩٨٦). *الشخصيات ،الديناميات، النمو*. القاهرة، دار النهضة العربية.

٨. جبريل، موسى عبد الخالق (١٩٩٣). تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسياً. الجامعة الأردنية ، *مجلة*

دراسات (العلوم التربوية) ، ٢ ، ١٩٥-٢٢٥.

٩. الخولي، هشام عبد الرحمن (٢٠٠٥). دراسة العلاقة بين العجز/ النقص في القدرة على التعبير عن الشعور "الألكسيثميا والمخادعة/ المخاتلة" الميكانيكية. *المؤتمر السنوي الثاني عشر "الإرشاد النفسي من أجل التنمية في عصر المعلومات"*، جامعة عين شمس، (١) ١- ٤٤.

١٠. رضوان، سامر جميل(١٩٩٧). توقعات الكفاءة الذاتية والبناء النظري والقياس. *مجلة شؤون إجتماعية*، الشارقة ، ٥٥.

١١. زايد ،محمد نبيل(٢٠٠٣). *الدافعية والتعلم* ، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.

١٢. البنا ، عادل (٢٠٠٢). مخاوف الاتصال الشفهي وعلاقتها بالقلق الاجتماعي وأساليب التعلم لدى طلاب اللغة الانجليزية بكلية التربية. *مجلة مستقبل التربية العربية*، العدد (٢٧).

١٣. حسيب، عبد المنعم (٢٠٠١). المهارات الاجتماعية وفعالية الذات لدى طلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسياً. *مجلة علم النفس*، القاهرة ، ٥٩، ١٢٤-١٣٩ .

١٤. سلامة، هدي سامي مطير (٢٠٠٩). الألكسيثميا وعلاقتها بالقلق لدى عينة من المراهقين المكفوفين، *رسالة ماجستير غير منشورة*، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

١٥. الشويقي، أبو زيد (٢٠٠٨). الابتكارية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الألكسيثميا والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٢(٦١): ٤٤-٨٤.

١٦. عبد الحميد ، جابر و كفافي ، علاء (١٩٩٥). *معجم مصطلحات علم النفس والطب النفسي*. القاهرة، دار النهضة العربية.

١٧. عيد، يوسف محمد (٢٠١٢). توقعات الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالثقة بالنفس والمهارات الاجتماعية لدي طلاب الجامعة بالمملكة العربية السعودية. *مجلة كلية التربية بجامعة المنصورة*، ٨١، ٢٩١-٢٥٩ .

١٨. عيد، يوسف محمد (٢٠١٣). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وجهة الضبط وتقدير الذات وأثره على الدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، كلية التربية جامعة القصيم، ٦ (٢)،١٠٤٩-١٠٩٣.

١٩. الفرمـــــــاوي ، حامـــــــد (٢٠٠٦). *نيروسيكولوجيا معالجة اللغة واضطرابات التخاطب*. القاهرة، مكتبة الأنجلو.

٢٠. محمد، ممدوح (٢٠٠٦). دراسة العلاقة بين عجز/ نقص كلمات التعبير عن المشاعر، الألكسيثميا" والقلق الوالدي لدى الراشدين، *مجلة كلية التربية*، جامعة الزقازيق، ٥٤: ١٩٣– ٢٤٤.

٢١. كفافي ،علاء (١٩٩٧). *علم النفس الارتقائي* (سيكولوجية الطفولة والمراهقة)،القاهرة ، مؤسسة الأصالة.

ثانياً: مراجع باللغة الإنجليزية:

22. Aino, K., Outi, P., Koivisto: A., Raimo, K., & Matti, J. (2007).Alexithymia and Life Satisfaction in Primary Healthcare Patients. *Psychosomatics*, 6(48), 523- 529.

23. Bandura , A.(1994) self-efficacy in v.s Ramachaudran (E.d) Encyclopedia of human behavior, *New York Academic*, 4 , 71-81.

24. Baughman, Holly, M.: Schwartrz, Sara; Schermer, Julie Aitken, Veseika, Livia, Petrides, K.V. & Vernon, Philip, A. (2011). Behavioral - genetic study of alexithymia and its relationships with trait emotional intelligence. *Twin Research and Human Genetics*, 14(6): 539-543.

25. Cooper, Smith. (1986) *Self – Esteem inventories* ,consult psychologist press, Palo Alton, C. A.

26. Faramarzi, M. and Khafri, S. (2017). Role of Alexithymia, Anxiety, and Depression in Predicting Self-Efficacy in Academic Students,*The Scientific World Journal*, 7 pages.

27. Franz, M., Popp, K., Schaefer, R., Sitte, W., Schneider, C., Hardt, J. (2008). Alexithymia in the German general population. *Social Psychiatry Epidemiology*, 143. 54-62.

28. Haviland,M., Warren,L., and Riggs,M.(2000) An Observer Scale to Measure Alexithymia. *Psychosomatics*, 41:385-392.

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

30. Honegger, A.(2007). Femininity and masculinity in men and women: Relationship to alexithymia. *PhD*, Alliant international university.

31. Joukama, M.; Taanilu, A.; Miettunrn, J. Karvonen, J.; Koskinen, M. & Veigjola, J. (2007). Epidemiology of Alexithymia among adolescents. *Journal of Psychosomatic Research*, 63(4): 373-376.

32. Judge T. A. , Jackson C.L. , Shaw J. , Brent A. , Scott B. , Rich B. (2007). Self-Efficacy and Work-Related Performance: The Integral Role of Individual Differences. Journal of Applied Psychology, the American Psychological Association,. 92(1) PP. 107–127

33. Kantack,W. (2014). The Relationships between Alexithymia, Perfectionism, Self-Esteem, Ethnicity and Body Image Disturbance, *PhD*, University of Detroit Mercy, Detroit, Michigan.

34. Lee, V. (2010). The impact of alexithymia emotional intelligence, marital values, and culture on relationship satisfaction. Proquest Dissertations ID Number 3413592.

and social anxiety in adults with ADHD. *Eur J Me*. 15: 403-409.

43. Sadehi, F., Khosrojavid,M., Boland, H. (2015). The Relationship Between Alexithymia and Self-Efficacy with Addiction Vulnerability of Students, *Saussurea*, 5(6): 111-119.

44. Sasai, K. , Tanaka, K. , Hishimoto A.(2010). Alexithymia and its relationships with eating behavior, self esteem, and body esteem in college women. *Kobe J Med Sci*.56(6), 231-238.

45. Schwarzer, R. (1993). Measurement of perceived self-efficacy. Psychometric scales for cross-cultural research. Berlin, Germany: *Freie Universität Berlin*.

46. Scott, J.(2009). Exploring sex differences in alexithymia: Does sex moderate the relationship between alexithymia and impulsivity?. *PhD*, University of Log Island.

47. Sifneos, P. (2000). Alexithymia: Clinical Issues, Politics and Crime. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69: 113-116.

48. Solmaz,M. ,Binbay,Z. , Cidem, M , Sagir,S. , Karcan,I. (2014). Alexithymia and Self-Esteem in Patients with Ankylosing Spondylitis, *Turkish Association of Neuropsychiatry*, 51: 350-354.

49. Spek,V;Myklicek,I,Cuijpers.P&Pop ,V.(2008).Alexethymia and cognitive behaviroal therapy Out comes for subthre shold depression. *Act psychiatr scand*.vol.l 18: 164-168.

50. Taylor, G., Bagby,M., Ryan,D., Parker,J., Doody, K. , and Keefe,P. (1988) Criterion Validity of the Toronto Alexithymia Scale.

35. Mattila AK1, Salminen JK, Nummi T, Joukamaa M.(2006) Age is strongly associated with alexithymia in the general population. *J Psychosom Res*. 61(5):629-35.

36. Michael , A.H (1991). Psycholosocial stressors and behavioal interventions in men , *international review of psychiatry* ,3, no(3-4) , 383 – 399 .

37. Mirjalili,R., Besharat, M., Koochi,S.(2011). The Moderating Role of Self-Efficacy on the Relationship Between Alexithymia and Severity of Pain in Chronic Pain Patients, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 149-153.

38. Mousavi, M, Alavinezhad, R. (2016). Relationship of Alexithymia to Adult Attachment Styles and Self-Esteem among College Students, *J Psychiatry Psychiatric Disorder*; 1 (1): 6-14.

39. Parker,J., Taylor,G., Bagby,M. (2003). The 20-Item Toronto Alexithymia Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 55, 269–275.

40. Pasini A, Delle Chiaie R, Seripa S, Ciani N. (1992) Alexithymia as related to sex, age, and educational level: results of the Toronto Alexithymia Scale in 417 normal subjects. *Compr Psychiatry*. 33(1):42-6.

41. Pirlot.G &Corcos.M(2012). Understanding alexithymia within a psychoanalytical frame work. *International Journal oflnt J Psychoanal* . 93:1403 -1425.

42. Rudel .M-A; scheele .H.D. Briine.M &AssionJ I.J.(2010). Alexethymia, emotion processing

health care use. *Journal of Asthma*,47, 797-804.

52. Yelsma,P. (1995). Self-esteem and alexithymia. *Psychol Rep*. 77(3),735-8.

Psychosomatic Medicine, 50:500-509.

51. Vazquez, I.; Sandez, E.; Gonzalez, B; Romero, I; Blance,M &Vera,H.(2010). The role of alexithymia in quality of life and