الاليكسثيميا وعلاقتها بنمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية

م.م ميسون عبيد خضير

كلية الاداب/ جامعة القادسية

Maysoon.obaid@qu.edu.iq

ملخص:

يهدف البحث الحالي الى فحص العلاقة بين الألكسيثيميا(**Alexithymia**) ونمط التنشئة الوالدية (الصارم) لدى طلبة المدارس الاعدادية وتكونت عينة البحث من (200) طالبا وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس تورنتو-20 (**TAS-20**) لقياس الألكسيثيميا) وتم بناء مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم لقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم. وقد استخرجت الباحثة لاداتا البحث شروط تحليل الفقرات والصدق والثبات. وتشير اهم نتائج الدراسة الى ان الطلاب في المدارس الاعدادية يتسمون بالاليكسثيميا وان هناك علاقة ارتباطية بين الاليكسثيميا ونمط التنشئة الوالدية الصارم.

الكلمات المفتاحية :الألكسيثيميا، التنشئة الوالدية، نمط التنشئة الوالدية الصارم

Alexithymia and its relationship to the strict parental formation pattern of middle school students

A.lacture . Maysoon Obaid Khudhair

College of Arts / University of Qadisiyah

Maysoon.obaid@qu.edu.iq

Summary:

The current research aims to examine the relationship between Alexithymia and parental formation pattern (strict) among middle school students. The research sample consisted of (200) students, who were chosen in a randomized way with equal distribution and to achieve the goals of the research, the Toronto-TAS-20 scale was used. 20 To measure Alexithymia (A strict parental formation scale was built to measure the strict parental formation pattern. The researcher extracted the research conditions of the conditions of paragraphs analysis, honesty and consistency. The most important results of the study indicate that students in middle schools are characterized by alexemia and that there is a correlation between Alexemia and the strict parenting pattern.

Key words: Alexithemia, parental formation, strict parental formation pattern.

الفصل الاول: الاطار العام للبحث

مشكلة البحث:

يعد الوعي بالانفعالات والمشاعر دليلا على الكفاءة الوجدانية والاجتماعية والمهنية للفرد .والتعبير عن الانفعالات هو شكل من أشكال السلوك المميز للانسان الذي يمكن من خلاله الحكم على شخصيته وقدرته على التواصل مع من حوله، والتأثير بهم وجذب

انتباههم والتعاطف معهم.والألكسيثيميا سمة وجدانية ومعرفية للشخصية التي تفتقر الى الوعي بالانفعالات، تتصف بعدم قدرة الفرد على تحديد الانفعالات والمشاعر ووصفها والتعبير عنها لفظيا لديه أو لدى الآخرين، وصعوبة التمييز بين الانفعالات والأحاسيس الجسدية الناتجة عن الاستثارة، إضافة إلى عمليات تخيل مقيدة تتم ملاحظتها من خلال ندرة الأحلام والتخيلات وسيطرة نمط تفكير ذي توجه خارجي يتميز بالاستغراق في تفصيلات الأحداث الخارجية، أكثر من التركيز على المشاعر والتخيلات التي تتعلق بالخبرة الداخلية (Gilbert et al., 2014). وأن الألكسيثيميا تعوق التلقائية لدى الطالب وتحد من قدرته على التعبير عن انفعالاته وفهم انفعالات الآخرين، مما يعوق تكيفه في حياته الجامعية مستقبلا، ويحرمه فرصة تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية ناجحة بزملائه ومدرسيه. وقد أشارت دراسة ليمشه وزملائه الى خطر تطوير الألكسيثيميا مع التقدم في العمر (Lemche et.al., 2004).

تعد الألكسيثيميا عامل خطورة للاضطرابات الانفعالية لاحقا، ويشير ألدو ورفاقه(Aldao et. al., 2010)أن الصعوبة في معالجة وضبط العمليات الانفعالية تترافق مع طائفة واسعة من المشكلات النفسية والعقلية .وتشير عدة أبحاث إلى وجود علاقة بين الألكسيثيميا والعديد من الاضطرابات، مثل :السيكوسوماتية كاضطرابات الجهاز الهضمي، والنفسية كاضطرابات الأكل، والقلق، وتعاطي الكحول، والاكتئاب والعزلة الاجتماعية وغيرها(Karukivi et. al.,2011; Lipsanen et. al., 2004) وبين الألكسيثيميا والمشكلات الشخصية مع الآخرين ,(Reschke and Schuetz, 2010)، وبينها وبين تدني الذكاء الإنفعالي (Douglas et. al. .2004,) ولتحقيق النمو السليم للفرد ينبغي توافر مجموعة من المقومات النفسية والاجتماعية والمعرفية، وبشكل خاص العلاقات الاجتماعية السليمة بين الفرد وبين من يحيط به وبدرجة رئيسية الأبوين، إذ إن حرمان الفرد من هذا المطلب سيعيق نموه النفسي والجسمي والعقلي والاجتماعي.

ومن خلال ما تقدم تتمثل مشكلة البحث في الإجابة عن أسئلة البحث الآتية:

- هل يعاني الطلبة في المدارس الاعدادية من الاليكسثيميا؟
- هل يعاني الطلبة في المدارس الاعدادية من نمط التنشئة الوالدية الصارم؟
- هل هناك علاقة ارتباطية بين الألكسيثيميا ونمط التنشئة الوالدية الصارم؟

أهمية البحث:

تعد الانفعالات من أهم عوامل بناء العلاقات الاجتماعية، ومن الصعب على الفرد التكيف نفسيا واجتماعيا دون علاقات مع الآخرين .حيث أن التواصل مع الآخرين وفهم مشاعرهم يسهم إلى حد كبير في تيسير عملية التفاعل الاجتماعي، والقدرة على تنظيم الانفعالات الذاتية وضبطها. كما أنها – أي الانفعالات – حلقة وصل بين المكون المعرفي والمكون السلوكي، فهي تنظم السلوك الإنساني وتوجهه وتضبطه وتكبحه، كما أنها تلعب دورا مهما في التكيف والتواصل بين الأشخاص (بني يونس،2009) إن عدم قدرة الفرد على وصف حالته الانفعالية وما يشعر به من معاناة، يفقده تعاطف الآخرين، كما أن عدم القدرة على ادراك مشاعر الآخرين قد يؤدي الى عدم التعاطف وعدم التناغم الوجداني مع الآخرين، وزيادة الضغوط النفسية، ومحدودية العلاقات الاجتماعية . كما يسهم الافتقار الى الحياة التخيلية في صعوبة فهم وتعديل الانفعالات، والاستمتاع بالحياة بشكل عام، والترويح عن النفس، وصعوبة خلق اهتمامات داخلية تسعد الفرد وتدخل البهجة الى حياته، وتدفعه الى تجنب المواقف الضاغطة . وإن الصعوبة في التمييز بين المشاعر والاحساسات الجسدية الناتجة عن الاستثارة الانفعالية، وصعوبة وصف مشاعر الآخرين، وقلة عمليات التخيل، والأسلوب المعرفي السطحي، والتفكير الموجه خارجيا، وقصور الخصائص المعرفية، من أهم ما يميز الأشخاص الذين يعانون من الألكسيثيميا(خميس،2014) .

والشخص الذي يعاني من الألكسيثيميا لا يجد صعوبة في تحديد ووصف مشاعره الشخصية فحسب، بل يجد صعوبة في تحديد الحالة الانفعالية للآخرين .وتبعا لذلك نجد أن هؤلاء الأشخاص لديهم قصور في القدرة على التعاطف مع الآخرين علما بأن التعاطف مع الآخرين هو مكون اساسي لبناء العلاقات الاجتماعية(Moriguchi et. al., 2007).

ويرى جنش (Gunsch,2010) أن التعبير عن الانفعالات أمر متعلم من البيئة المحيطة بقدر ما هو ميل أو نزعة فطرية. وتلعب الأسرة دورا مهما في حياة أفرادها اليومية ويسهم أفرادها في تشكيل حياة بعضهم البعض، وفي تعليم بعضهم قيمة الحب والتعاطف والصدق والاخلاص والرعاية والثقة بالذات، كما يقوم الأبوان بحماية الأبناء من المشكلات التي تظهر في البيئة المحيطة. ويعتبر التواصل بين أفراد الأسرة أمرا في غاية الأهمية، وهو من خصائص الأسرة الناجحة، ويتضمن التواصل الفعال بالاضافة الى التحدث، والاصغاء لما يقوله الآخرون، والانتباه الى ما يفكرون ويشعرون به، والتعبير عن الانفعالات مهم في التواصل، وعدم قدرة الشخص على التعبير عن انفعالاته يخلق له مشكلات في حياته اليومية (Peterson & Green,2005).

وانطلاقا لما يوليه علماء النفس من اهتمام بالحالة النفسية لمرحلة المراهقة تناول هذا البحث علاقة الألكسيثيميا بنمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية (المراهقين)، وهو موضوع تناولته العديد من الدراسات الأجنبية، إلا أن الدراسات العربية في هذا المجال نادرة.

وعليه يمثل هذا البحث إضافة الى الأدب النظري العربي في هذا المجال. أما من الناحية العملية والتطبيقية، فتأتي أهمية هذا البحث من توفيرها لأدوات قياس للألكسيثيميا ونمط التنشئة الوالدية الصارم باللغة العربية يمكن أن تستخدم من المتخصصين والعاملين في ميدان الارشاد والعلاج النفسي، كما يمكن لنتائج هذا البحث أن تسهم في زيادة وعي المرشدين النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين حول هذه المشكلة لدى الطلبة وعوامل الخطورة المرتبطة بها.

اضافة الى ما تقدم تبرز اهمية هذا البحث من خلال

- تعد هذه الدراسة من أوائل الدراسات العراقية – على حد علم الباحثة في دراسة الاليكسثيميا.
- تتضح أهمية هذه الدراسة في تقديم خلفية نظرية تقف على تعريف الاليكسثيميا وتقديم الأسباب الحقيقة التي تقف وراء ظهورها، اضافة الى تقديم خلفية نظرية عن نمط التنشئة الوالدية الصارم.
- تكمن أهمية الدراسة في توفير أدوات بحث تشخص الاليكسثيميا، ونمط التنشئة الصارم.

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

- الاليكسثيميا لدى طلبة الاعدادية.
- دلالة الفرق في الاليكسثيميا لدى طلبة الاعدادية على وفق متغير النوع (ذكور، اناث).
- نمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية.
- دلالة الفرق في نمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية وفق متغير النوع (ذكور، اناث).
- العلاقة الارتباطية بين الاليكسثيميا ونمط التنشئة الصارم لدى طلبة الاعدادية.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة الاعدادية في محافظة القادسية (مدينة الديوانية) للعام الدراسي ٢٠١٨ – ٢٠١٩.

تحديد المصطلحات:

أولا: الاليكسثيميا:

اعتمدت الباحثة في تعريف الألكسثيميا على تعريف "تايلور "Taylor" "،"باغبي"Bagby" "،"باركر " Parker" "وهو:" عدم القدرة على تحديد المشاعر أو صعوبة وصفها لفظيا، أو ضيق الافق في التصور والتخيل, "(3-31: 1994 ,.Bagby al. et)

أما التعريف الاجرائي للاليكسثيميا : هو الدرجة التي يتحصل عليها المجيب على فقرات مقياس الاليكسثيميا المستخدم في البحث الحالي.

ثانيا: نمط التنشئة الوالدية الصارم:

اعتمدت الباحثة في تعريف نمط التنشئة الوالدية الصارم على تعريف مكاري (٢٠٠٢) هو تسلط الوالدين وفرض نظم وقيود جامدة على تصرفات الطفل، فكثير من الاباء يلجأ إلى الشدة والقسوة والضرب في معاملة الابناء وتوجيه النقد لتصرفات الطفل، ونجد أن سلوك هؤلاء الاباء يتسم بالسيطرة والتحكم الزائد، وكثير منهم يكلف الابناء ببعض الاعمال التي تفوق قدراتهم مما ينتج عنه الشعور بالعجز والقصور، والطفل ليس له أن يعترض على كل شيء ولا يوجد أي مجال للحوار والمناقشة. (مكاري ،٢٠٠٢، ص:١٩٤).

اما التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يحصل عليها المبحوثين من خلال الاجابة على فقرات المقياس المعد في البحث الحالي.

الفصل الثاني: الاطار النظري

اولا: الاليكسثيميا

يعد (سفنيوس1973 ,Sifneos) أول من استخدم مصطلح ألكسيثيميا والتي تعني حرفيا" لايوجد كلمات تصف المشاعر هي مأخوذة من اليونانية حيث "، (a) وتعني لا، (lexis) و تعني يوجد كلمات و (thymia) وتعني" مشاعر ." كما انه أعتبرها اضطرابا "" في الأداء الانفعالي والمعرفي وعدم قدرة على وصف المشاعر بكلمات وأهم مظاهر الألكسيثيميا هو فشل الشخص في التمييز بين مشاعره وما يرافقها من أحاسيس جسدية ، وعدم قدرته على التعبير عن مشاعره للآخرين وغياب التخيلات والأفكار الداخلية Tahir). et al., 2012)

ويقترح ديستي وجاكسون (Decety & Jackson, 2004) نموذجا للتعاطف، يشير الى أن الشخص – حتى يكون قادرا على التعاطف – لا بد أن تكون لديه القدرة العاطفية للاستجابة للآخرين، والقدرة المعرفية على فهم مدركات الآخرين ووجهات نظرهم، وآلية تنظيمية لتتبع مشاعر الذات والآخرين.

و يعد علماء النظرية التحليلية من أوائل الذين لاحظوا مرضاهم المصابين بالأمراض السيكوسوماتية، حيث يجدون صعوبات بالغة في التعبير عن انفعالاتهم بطريقة لفظية، كما أن لديهم نقص في التمثيلات الرمزية، ومن ثم فإنهم يلجؤون إلى ترجمة مشاعرهم بدنيا. ويرجع التحليليون الألكسثيميا إلى أنها آلية دفاعية ضد فرط الاستثارة الطاقوية المتعلقة بالجانب العاطفي أي عدم القدرة على ربط التمثيلية بالعاطفة، حيث يكون هذا الدفاع غير مرتبط بالجانب الذهاني بمعنى ليس الشكل النهائي لإلغاء الجانب النفسي كليا وليس الاستثمار المضاد المتعلق بالعصاب والمكبوتات.

يستعمل الفرد الذي يعاني من الألكسثيميا الإنكار والانشطار فيظهر في خطابه وسلوكه جمود وصورة فارغة وكأنه شاشة بيضاء، هذه الدفاعات تتغلب على ميكانيزم الكبت الغير كامل الذي يترك توزيع طاقوي حر غير صاد للإثارات بالطريقة الكافية. فالفرد لا يستطيع اسقاط العواطف، سواء الإيجابية أو العواطف العدوانية، كما لا يستطيع التقمص، أو التقمص بالمعتدي، وهذا جد مشهور لدى الحالات البينية، فيظهر طابع عاطفي علائقي خاص، فالفرد يشعر بالعدوانية لكن يوجهها بسلبية باردة وصامتة فهي لا تتعلق بالموضوع الخارجي ولكن بالصورة الداخلية التي عليها ضباب. (Maurice, Gerard, 2011: 65-69)

وقداعتمدت الباحثة على النظرية التحليلة في تفسير الاليكسثيميا.

ثانيا : نمط التنشئة الوالدية الصارم

النظريات التي فسرت نمط التنشئة الصارم هي:

١. **النظرية السلوكية:** تعتقد هذه النظرية ان لكل سلوك مثير واستجابة ويعتبر واطسون من رواد هذه النظرية ويوضح واطسون رأيه فيقول (اعطوني عشرة أطفال حديث الولادة وانا أتكفل بتشكيل سلوكهم المستقبلي إلى عشرة أنماط متمايزة على ضوء المؤثرات البيئية التي سأخضعهم لها).

اما سكنر (Skinner) فقد كانت اسهاماته مهمة من خلال نظريته في التعلم الشرطي الاجرائي وتسمى سلوكية سكنر بالسلوكية الأصلية لان التركيز فيها يكون على السلوك وما يترتب عليه أما الأحداث الداخلية النظرية في الفرد فليس لها أهمية فالإنسان يخضع لتأثيرات البيئة المحيطة في سلوكه ولا يعيش مستقلاً بذاته ويوضح (سكنر) فكرته عن التعلم الشرطي بانه يستطيع من خلاله تشكيل سلوك الإنسان مثل النحات الذي يشكل قطعة من الطين فسلوك الإنسان ماهو الا نتيجة لعمليات تشكيل مستمرة فالتشكيل هو أسلوب يستخدم لانتاج السلوك المطلوب عن طريق انتقاء وتعزيز الاستجابة التي تشبه جزءاً من ذلك السلوك المطلما فكرة (سكنر) عن العقاب فهو يعتقد انه طريقه غير صحيحة لضبط السلوك حيث ان اثاره كثيراً ما تجعله ناجحاً في حين انه لا يحدث سوى اثر ايجابي مؤقت.

ويرى سكنر ان المخلوقات الاجتماعية ليست سلبية في تفاعلها بل انهم يستجيبون للتأثير او المنبهات التي يتلقونها خلال عملية التنشئة الاجتماعية القائمة على التفاعل الاجتماعي والشخصية التي تتكون وتتشكل للفرد او الجماعة هي نتيجة مباشرة لهذا التفاعل. فالتفاعل بهذا المعنى يتمثل في الاستجابات المتبادلة بين الافراد في وسط او موقف اجتماعي معين بحيث يشكل سلوك الواحد مؤثرا او منبها لسلوك الاخر، وهكذا فكل فعل يؤدي الى استجابة او استجابات في اطار عملية تبادل المنبهات والاستجابات. ويلعب التعزيز دورا اساسيا في تنشيط عملية التفاعل الاجتماعي، حيث يرى سكنر ان الانسان بطبيعته يميل الى تكرار السلوك او الاستجابة التي تحقق له هدفا وتلبي عنده حاجة. فمثلا ان السلوك اللفظي التلقائي عند الطفل يخضع لعملية تدعيم اجتماعي اذ ان قيام الطفل بعمل اصوات مقبولة اجتماعيا لبعض الكلمات مثل (لبن، ماء) يؤدي الى اثابته بالتشجيع او اعطائه الاشياء التي اشار اليها، اما الاصوات او الكلمات التي لا تكافئ وتثار على النحو السابق من التشجيع والاهتمام فأنها تنطفئ. كما يشير اصحاب هذه النظرية الى ان عملية النماء الاجتماعي هي حصيلة تعلم انماط السلوك المختلفة التي تم تعزيزها واستمر في تكرارها الى ان اصبحت جزء من شخصية الفرد والجماعة وتتم عملية التفاعل على النحو الاتي (مثير_ استجابة مع التعزيز).

٢. **نظرية المجال:** من أبرز المنظرين في هذا المجال كارل روجرز، الذي أقام نظريته في الذات على أساس فكرة المجال عند الجشطالت في تفسير السلوك، والتي تعني أن لكل فرد مجالاً ظاهرياً يتضمن تعريفة للأحداث والظواهر كما تظهر له، فسلوك الفرد يظهر تبعاً لظروف مجاله، كما يتم التنبؤ بسلوكه عن طريق معرفة هذا المجال، وبالتالي فإن ما يحدد السلوك هنا هو المجال الذي يدركه الفرد– أي البيئة النفسية للفرد– وليس المجال الذي كما هو في الواقع، لذا فإن معرفة المثير لا تكفي للتنبؤ بالسلوك، إذ يجب أن يعرف المرء كيف يدرك المثير وقد أوضح روجرز أن الذات محصلة لخبرات الفرد، وذلك من وجهة نظره، ومن وجهة نظر الأسرة فالتقويم الموجب ضروري للطفل لأنه في حاجة إليه حتى ولو وجدت بعض الجوانب غير المقبولة في سلوكه، لأن ذلك يدفع الطفل إلى تحقيق ذاته.

وتشير هذه النظرية الى أهمية ما يمارسه الآباء من أساليب واتجاهات في تنشئة الطفل، وأثرها على تكوين ذاته، إما بصورة موجبة أو سالبة. اي ان التفاعل بين الآباء وأطفالهم هو العنصر الأساسي في نمو شخصياتهم، فما يمارسه الآباء من أساليب في معاملتهم لأطفالهم له دور فعال في تنشئتهم الاجتماعية، حيث أن الذات تتكون من خلال التفاعل المستمر بين الطفل وبيئته، وأهم ما في البيئة هم الوالدان، وما يتبع ذلك من تقويمه وتكوينه لمفهوم الذات. (الصنعاني،٢٠٠٩،ص٣٣)

وقد تبنت الباحثة نظرية المجال في تفسير نمط التنشئة الوالدية الصارم.

الفصل الثالث : اجراءات البحث

مجتمع البحث وعينته:

تكوّن مجتمع البحث الحالي من طلبة الاعدادية في محافظة القادسية (مدينة الديوانية) والبالغ عددهم (٣٤٣٣٤) طالب وطالبة للعام الدراسي ٢٠١٨–٢٠١٩. بعدها قامت الباحثة بسحب عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة والتي بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث.

أداتا البحث:

اولا: مقياس للألكسيثيميا:

اعتمدت الباحثة مقياس تورنتو للألكسيثيميا (Toronto Alexithymia Scale: TAS – 20) لباجبي وزملائه (Bagby, Parker & Taylor, 1994) وقد تكون المقياس من (20) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد يضم البعد الأول (7) فقرات تقيس صعوبة تحديد المشاعر، ويضم البعد الثاني (5) فقرات تقيس صعوبة وصف المشاعر أو التعبير عنها بالكلمات، ويضم البعد الثالث (8) فقرا ت تقيس التوجه الخارجي في التفكير والذي يعني الاستعداد المسبق للتركيز على الأحداث الخارجية بدل التركيز على الخبرات الذاتية الداخلية والشخصية للفرد، ويجيب المفحوص عن فقراته على سلم خماسي يتراوح بين تنطبق علي تماما وتعطى (5) درجات ولا تنطبق أبدا وتعطى درجة واحدة، وذلك للفقرات الموجبة، وتعكس الدرجات على الفقرات السالبة . وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين (100–20) درجة .وتشير الدرجة الأعلى الى مستوى مرتفع من الألكسيثيميا .ويتمتع المقياس في صورته الأصلية بمستوى مناسب من صدق البناء والصدق التمييزي والصدق التقاربي .كما يتمتع بمستوى جيد من حيث ثبات الاعادة وثبات الاتساق الداخلي الذي يفوق (0.80) للمقياس ككل(Bagby et. al., 1994).

صلاحية المقياس:

لأغراض البحث الحالية فقد تم تحكيمه من10 من الخبراء والمختصين، حيث تم عرضه عليهم لابداء ملاحظاتهم حول دقة الصياغة وملاءمة الفقرات ووضوحها وانتمائها للبعد الذي أدرجت تحته .وقد اعتمدت نسبة اتفاق بين المحكمين (٨٠%) لإبقاء الفقرة، واقترح المحكمون بعض التعديلات اللغوية البسيطة وقد تم إدخالها على المقياس.

التطبيق الاستطلاعي الاول للمقياس: قامت الباحثة بالتطبيق الاستطلاعي لمقياس الاليكسثيميا على مجموعة من طلبة الاعدادية، لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته وبدائله ووضوح لغته، فضلاً عن حساب الوقت المستغرق للإجابة، على عينة عشوائية مكونة من (٤٠) تلميذ. وتبين أن التعليمات كانت واضحة والفقرات مفهومة، إذ كان الوقت المستغرق في الإجابة يتراوح بين (٥–٧) دقيقة وبمتوسط (٥.٥) دقيقة.

التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة تحليل الفقرات): قامت الباحثة باستخراج القوة التمييزية للمقياس بعد تطبيقه على عينة عشوائية من طلبة الاعدادية مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة. وتمّ استخراج تمييز الفقرة بأسلوبين هما:

أ. طريقة المجموعتان الطرفيتان: بعد تصحيح استمارات المفحوصين تم ترتيبها تنازلياً من أعلى درجة كلية الى أدناها ثم أخذت نسبة الـ (٢٧%) العليا من الاستمارات بوصفها حاصلة على أعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا والتي بلغت (٥٤) استمارة، ونسبة الـ (٢٧%) الدنيا والحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا والتي بلغت (٥٤) استمارة. ومن أجل استخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس، تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات المقياس وجدول (١) يوضح ذلك.

ب. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: لتحقيق ذلك تم الاعتماد على معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واظهرت النتائج ان جميع معاملات الارتباط مميزة وفق معيار نلي (Nunnally,1994) إذ تكون الفقرة مميزة اذا كان معامل ارتباطها (0,20) فاكثر، وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) القوة التمييزية لمقياس الألكسيثيميا بأسلوب المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	القيمة التائية المحسوبة	معامل الارتباط	الفقرة	القيمة التائية المحسوبة	معامل الارتباط

1	5.067	0.425	11	5.422	0.378
2	3.174	0.211	12	5.152	0.323
3	3.526	0.253	13	5.897	0.271
4	4.353	0.311	14	5.078	0.324
5	4.556	0.258	15	10.837	0.547
6	5.056	0.334	16	3.139	0.324
7	5.984	0.393	17	5.314	0.372
8	5.344	0.462	18	7.218	0.413
9	6.844	0.473	19	4.433	0.337
10	4.539	0.378	20	2.673	0.259

وبهذا تكون المقياس من (٢٠) فقرة بعد استعمال الأسلوبين المذكورين سلفا.

مؤشرات الصدق

استخرج للمقياس الحالي المؤشرات الآتية:

١. **الصدق الظاهري Face Validity:** تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء بشأن صلاحية المقياس وملائمته لمجتمع الدراسة.

٢. **صدق البناء Construct Validity:** تحقق ذلك من خلال أسلوب المجموعتين الطرفيتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

مؤشرات الثبات

لإيجاد الثبات تم الاعتماد على عينة بلغت (٤٠) طالب وطالبة. واستعملت الباحثة الطريقتين الآتيتين:

١. **طريقة التجزئة النصفية:** أن معامل الثبات الكلي للمقياس كانت (0.82) وهو معامل ثبات جيد إحصائيا عند مقارنته بمعيار الفا للثبات، والذي يرى ان الثبات يكون جيد اذا كانت قيمته (0,70) فاكثر.

٢. **معادلة ألفا كرونباخ:** أن الثبات باستعمال معادلة الفا بلغ (0,79) وهو ثبات جيد عند مقارنته بمعيار الفا للثبات والذي يبلغ (0,70).

المقياس بصيغته النهائية

اصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من (٢٠) فقرة (ملحق١) يستجيب في ضوئها المفحوص على خمسة بدائل، وهي (تنطبق تماما، تنطبق دائما، تنطبق احيانا، تنطبق نادرا، لا تنطبق أبدا) وبذلك فأن المدى النظري لأعلى درجة للمقياس يمكن ان يحصل عليه المفحوص هي (١٠٠) وادنى درجة هي (٢٠) وبمتوسط فرضي (٥٠).

ثانيا: **مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم:**

بغية تحقيق أهداف البحث الحالي، تطلب توفر أداة تتصف بالصدق والثبات لغرض قياس نمط التنشئة الوالدي الصارم لدى طلبة الاعدادية، لذا قامت الباحثة بصياغة (٣٦) فقرة مستوحاة من التعريف النظري والنظرية المتبناة، تهتم بقياس نمط النشئة الصارم وفقا لخمسة بدائل في الاجابة (تنطبق تماما، تنطبق دائما، تنطبق احيانا، تنطبق نادرا، لا تنطبق أبدا).

صلاحية المقياس: من اجل التعّرف على مدى صلاحية المقياس وتعليماته وبدائله، تم عرض مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم المكون من (٣٦) فقرة على مجموعة من المختصين والخبراء في علم النفس، والبالغ عددهم (١٠) خبراء لبيان آرائهم وملاحظاتهم،

وبعد جمع آراء الخبراء وتحليلها اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠%) فاكثر بين تقديرات المحكمين (عودة،١٩٨٥،ص١٥٧) وبذلك تم حذف (٦) فقرات، وأصبح المقياس يتكون من (٣٠) فقرة.

التطبيق الاستطلاعي الأول للمقياس: تم أجراء التطبيق الاستطلاعي الأول لمقياس نمط التنشئة الصارم على عينة عشوائية مكونة من (٢٠) طالب وطالبة من طلبة الاعدادية، لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته وبدائله، فضلاً عن حساب الوقت المستغرق للإجابة، وتبين أن التعليمات كانت واضحة والفقرات مفهومة، إذ كان الوقت المستغرق في الإجابة يتراوح بين (٥- ٧) دقيقة وبمتوسط (٦) دقيقة.

تصحيح المقياس: تم استعمال طريقة ليكرت في الاجابة على فقرات المقياس، فإذا كانت اجابة الطالب عن فقرة المقياس بـ (تنطبق تماما) تعطى له (٥درجات) في حين اذا كانت أجابته عن فقرة المقياس بـ(لاتنطبق) تعطى له (١ درجة).

التطبيق الاستطلاعي الثاني: تم استخراج القوة التمييزية للمقياس بعد تطبيقه على عينة عشوائية من طلبة الاعدادية مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة، وتمّ ذلك باستعمال أسلوبين هما:

أ. **طريقة المجموعتان الطرفيتان:** تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات المقياس، وتبين ان الفقرات (١٤، ١٨) غير مميزة، وجدول (٢) يوضح ذلك.

ب. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: لتحقيق ذلك اعتمدت الباحثة في استخراج صدق فقرات المقياس على معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واظهرت النتائج ان جميع معاملات الارتباط مميزة وفق معيار نلي (Nunnally,1994) ما عدا الفقرات (١٤، ١٨)، إذ تكون الفقرة مميزة اذا كان معامل ارتباطها (0,20) فاكثر، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) القوة التمييزية لمقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم بأسلوب المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	القيمة التائية المحسوبة	معامل الارتباط	الفقرة	القيمة التائية المحسوبة	معامل الارتباط	الفقرة	القيمة التائية المحسوبة	معامل الارتباط
1	5.870	0.481	11	3.173	0.325	21	7.154	0.452
2	3.618	0.398	12	5.056	0.555	22	2.988	0.352
3	5.833	0.467	13	4.983	0.301	23	4.859	0.496
4	3.916	0.398	14	0.215	0.031	24	2.997	0.269
5	4.817	0.368	15	6.682	0.479	25	5.306	0.539
6	3.718	0.394	16	7.670	0.614	26	4.197	0.464
7	5.711	0.469	17	6.440	0.379	27	3.895	0.356
8	5.925	0.467	18	0.323	0.051	28	2.716	0.258
9	3.963	0.496	19	3.702	0.241	29	4.615	0.388
10	4.798	0.338	20	5.401	0.376	30	2.716	0.258

وبهذا اصبح المقياس مكون من (٢٨) فقرة بعد استعمال الأسلوبين المذكورين سلفا.

مؤشرات الصدق

استخرج للمقياس الحالي المؤشرات الآتية:

١. **الصدق الظاهري Face Validity:** تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء بشأن صلاحية المقياس وملائمته لمجتمع الدراسة.
٢. **صدق البناء Construct Validity:** تحقق ذلك من خلال استعمال قوة تمييز الفقرات من خلال أسلوب المجموعتين الطرفيتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

مؤشرات الثبات: تم ايجاد الثبات بالطريقتين الآتيتين:

١. **طريقة التجزئة النصفية:** بلغ معامل ثبات المقياس بهذه الطريقة (0.811) وهو معامل ثبات جيد إحصائيا عند مقارنته بمعيار الفا للثبات، والذي يرى ان الثبات يكون جيد اذا كانت قيمته (0,70) فاكثر.
٢. **معادلة ألفا كرونباخ:** بلغ الثبات بهذه الطريقة (0,761) وهو ثبات جيد عند مقارنته بمعيار الفا للثبات والذي يبلغ (0,70)
.

المقياس بصيغته النهائية

اصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من (٢٨) فقرة (ملحق٢) يستجيب في ضوئها المفحوص على خمسة بدائل، وبذلك فأن المدى النظري لأعلى درجة للمقياس يمكن ان يحصل عليه المفحوص هي (١٤٠) وادنى درجة هي (٢٨) وبمتوسط فرضي (٨٤).

الوسائل الإحصائية

لمعالجة البيانات، استعملت الباحثة مجموعة من الوسائل الإحصائية من خلال برنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وهي:

١. الاختبار التائي لعينة واحدة لتعرف الفرق الاحصائي بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي.
٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات المقياسين.
٣. معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية والعلاقة الارتباطية بين المتغيرين.
٤. معادلة سبيرمان براون التصحيحية لاستخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية لكلا المتغيرين.
٥. معامل ألفا كرونباخ للثبات في حساب الاتساق الداخلي للمقياسين.

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول: تعرف الاليكسثيميا لدى طلبة الاعدادية:

ظهر المتوسط الحسابي لدى الطلبة (95.225) وانحراف معياري قدره (14.1504)، فيما كان المتوسط الفرضي (50) وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي للمقياس وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة. ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (٤٥,٢٢٥) وهي أكبر من القيمة الجدولية (1,96) وتشير تلك النتيجة الى وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199)، اي ان عينة البحث يعانون من الاليكسثيميا، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول(٣) الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس متلازمة الطمث

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
200	95.225	14.1504	50	199	٤٥,٢٢٥	1,96	دالة

تفسر هذه النتيجة على وفق النظرية بأن الطلبة يعانون من الاليكسثيميا واذا تأملنا جيدا فإننا نصل إلى أن أغلب المراهقين وفي معظم الأحيان يعانون من صعوبة في التعرف على المشاعر وذلك للعديد من الأسباب كون أن المراهقين يمرون في هذه المرحلة

بمجموعة من التغيرات الانفعالية، والنفسية، والجسمية، والتي تزيد من تأزم وضعيتهم وتجعلهم يعانون من العديد من الاضطرابات الأخرى المختلفة وهذا ما توصلت إليه نتائج درستنا

حيث نجد ارتفاع الألكسثيميا لديهم حيث تسيطر عليهم العديد من الصعوبات في الجانب الوجداني منها صعوبة في تحديد ووصف أحاسيسهم ومشاعرهم، مما يؤدي إلى نقص تفاعل وكفاءة المراهقين وغياب القدرة المعرفية في الغالب التي تعطي معنى لهذه الأحاسيس كذلك تنقص أيضا كفاءتهم التأملية والتخيلية وبالتالي يتوجه تفكيرهم للخارج في قصور تحديد ووصف أحاسيسهم وأحاسيس المحيطين بهم.

وتتسق هذه النتيجة مع دراسة (مستوى صعوبة التعرف على المشاعر (الاليكسثيميا) دراسة وصفية مقارنة بين المراهقين العدوانيين وغير العدوانيين،دهمش عبلة،٢٠١٧) و(العلاقة بين الألكسيثيميا(Alexithymia) وانماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي و الإجتماعي وحجم الأسرة والجنس،٢٠١٦) و اشارت الى ان المراهقين يعانون من الاليكسثيميا.

الهدف الثاني: تعرف دلالة الفرق في الاليكسثيميا لدى طلبة الاعدادية على وفق متغير النوع (ذكور، اناث):

ظهر المتوسط الحسابي للذكور (94.8614) بانحراف معياري (14.17805)، في حين ظهر المتوسط الحسابي للاناث (97.0000) بانحراف معياري (14.08847) وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (0.802) وهي اقل من القيمة الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05). مما يشير الى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطي طلبة الاعدادية (الذكور والاناث) على مقياس الاليكسثيميا، وجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) الموازنة على مقياس الاليكسثيميا لدى طلبة الاعدادية وفق متغير النوع (الذكور، الاناث)

النوع	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	166	94.8614	14.17805	198	0.802	1,96	دالة
الاناث	34	97.0000	14.08847				

ويمكن تفسير هذه النتيجة ان متغير النوع لم يظهر اية دلالة فرق في متوسطات المجموعتين، ويمكن تفسير ذلك ان الذكور والاناث يعيشون في نفس البيئة الاجتماعية ويتعرضون الى نفس الظروف الحياتية.

الهدف الثالث: تعرف نمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية:

ظهر المتوسط الحسابي لدى الطلبة (111.0250) وانحراف معياري قدره (15.94544)، فيما كان المتوسط الفرضي (٨٤) وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي للمقياس وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة. ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (٢٣,٩٧٩) وهي اكبر من القيمة الجدولية (1,96) وتشير تلك النتيجة الى وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199) مما يشير ذلك الى ان الطلبة يعانون من نمط التنشئة الوالدية الصارم، وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) الفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لمقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
200	111.0250	15.94544	84	199	٢٣,٩٧٩	1,96	دالة

تفسر هذه النتيجة على وفق نظرية المجال التي تشير الى أهمية ما يمارسه الآباء من أساليب واتجاهات في تنشئة الطفل، وأثرها على تكوين ذاته، إما بصورة موجبة أو سالبة. اي ان التفاعل بين الآباء وأطفالهم هو العنصر الأساسي في نمو شخصياتهم، فما يمارسه الآباء من أساليب في معاملتهم لأطفالهم له دور فعال في تنشئتهم الاجتماعية، حيث أن الذات تتكون من خلال التفاعل المستمر بين الطفل وبيئته، وأهم ما في البيئة هم الوالدان، وترجع الباحثة اسباب ذلك الى الخوف الشديد من الوالدين نتيجة المحاسبة

الدائمة والمراقبة المستمرة لجميع تصرفات الابناء وتقييد حرياتهم من خلال فرض قواعد وقوانين صارمة لا يمكن مناقشتها او الاعتراض عليها وسلب الحرية في التصرفات او حتى في اختيار الاقران وكذلك الانتقاد الدائم اوالاستهزاء بأي راي يبديه المراهق هذه الاسباب تجعل منه منسحب عن اقرانه في الوسط المدرسي او حتى في المجتمع.

الهدف الرابع: تعرف دلالة الفرق في نمط التنشئة الوالدية الصارم لدى طلبة الاعدادية على وفق متغير النوع (ذكور، اناث):

ظهر المتوسط الحسابي للذكور على مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم (69.7892) بانحراف معياري (7.93978)، في حين ظهر المتوسط الحسابي للاناث (71.1765) بانحراف معياري (7.99041). وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (0.927) وهي اقل من القيمة الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05). مما يشير الى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطي الطلبة (الذكور والاناث) على مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم، وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) الموازنة على مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم وفق متغير النوع (ذكور، اناث)

النوع	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	166	69.7892	7.93978	198	0.927	1,96	دالة
الاناث	34	71.1765	7.99041				

ويمكن تفسير هذه النتيجة ان متغير النوع لم يظهر اية دلالة فرق في متوسطات المجموعتين. ويرجع ذلك الى ان الطلبة ينتمون الى نفس البيئة الاجتماعية.

الهدف الخامس: تعرف العلاقة الارتباطية بين الاليكسثيميا ونمط التنشئة الصارم لدى طلبة الاعدادية:

لأجل التعرف على العلاقة الارتباطية بين الاليكسثيميا ونمط التنشئة الصارم لدى طلبة الاعدادية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة على مقياس الاليكسثيميا ودرجاتهم على مقياس نمط التنشئة الصارم وظهر أن معامل الارتباط كان (0.298) وهو معامل ارتباط ايجابي وبدرجة متوسطة، ولأجل تعرف دلالة اختبار قيمة معامل الارتباط تم استعمال الاختبار التائي لمعامل الارتباط ووجد أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٤.٩٦) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٩٨)، هذا يعني أن العلاقة بين الاليكسثيميا ونمط التنشئة الصارم دالة إحصائياً والموضحة في جدول (١٢).

جدول (١٢) يوضح معامل الارتباط والقيم التائية المحسوبة والجدولية لدرجات الاليكسثيميا ونمط التنشئة الصارم لدى طلبة الاعدادية

معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجات الحرية	مستوى الدلالة
٠,٢٩٨	٤.٩٦	١.٩٦	١٩٨	دالة

وتشير هذه النتيجة الى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الاليكسثيميا ونمط التنشئة الصارم، وهذا يعني أن كل زيادة في نمط التنشئة الصارم يقابلها زيادة في الاليكسثيميا لدى الطلبة.

ويمكن تفسير ذلك من ان أسلوب التسلط النفسي للأبوين من خلال التدخل الشديد في العالم النفسي للابناء ، حيث يعتمد الأبوان في هذا النمط على استراتيجيات التدخل والتلاعب بالطفل مثل إشعاره بالذنب وبخيبة الأمل والخزي، وعزله ومهاجمته شخصيا، وسحب الحب منه لإخضاعه لتوقعاتهما، وجعله يغير رأيه ومشاعره وطريقة تفكيره (Barber, 1996; Rogers et al. 2003).

والسيطرة النفسية تعوق نمو الاستقلالية وتطور الهوية، إذ أنها تتدخل في قدرة المراهق على الترميز والتعبير، ومن ثم ضبط وتنظيم أفكاره الخاصة ومشاعره (Barber & Harmon, 2002)

لقد أظهرت العديد من الدراسات أن هناك علاقة بين أسلوب التنشئة القائم على تسلط الأبوين نفسيا على الأبناء، والمشكلات الداخلية التي يمكن أن يتعرض لها عبر مراحل الحياة بما فيها الطفولة المتوسطة والمراهقة، وحتى الرشد المبكر (Costa et. ،. 2015 al.)

كما اقترن تسلط الأبوين بمستوى أعلى من المشكلات السلوكية الخارجية لدى المراهق مثل العدوان والجنوح وتدني التحصيل، ومستوى أعلى من نقد الذات ،(Barber & Olsen, 1997) ومستوى أدنى من تقدير الذات ،(Soenens et al. 2008 ، ومستوى أعلى من القلق والأعراض الاكتئابية (Bebes et.al. 2015) و أنه كلما زاد إدراك المراهق للسيطرة النفسية التي يمارسها الأبوان عليه كلما زاد اضطرابه النفسي وزادت الاليكسثيميا

التوصيات

في ضوء نتائج هذه البحث يمكن التوصية بما يلي:

- توعية العاملين مع الطلبة حول أهمية الألكسيثيميا في علاقات الطالب وتكيفه الاجتماعي مع الآخرين.
- تطوير برامج إرشادية للطلبة تساهم في معالجة مشكلة الألكسيثيميا.

المقترحات

في ضوء نتائج هذه البحث يمكن اقتراح ما يلي:

- إجراء دراسات حول متغيرات أخرى ترتبط بالألكسثيميا مثل نمط الشخصية، والاكتئاب، والعلاقات الاجتماعية للطالب مع المدرسين والرفاق وعلى عينات أخرى كطلبة المدارس المتوسطة وطلبة الجامعة.
- إجراء دراسات على عينات أكبر حول علاقة الألكسيثيميا بمتغيرات الجنس ودخل الأسرة وعدد أفرادها ومستوى تعليم الأبوين.

المصادر:

- الزهراني، عبدالله .(2014) فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض الألكسيثيميا لدى عينة من المكتئبين الراشدين السعوديين .رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، الأردن.
- شاهين، هيام .(2013) الألكسيثيميا والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة . مجلة كلية التربية ببنها96،81-112.،)
- الصنعاني، عبده سعيد محمد (٢٠٠٩): العلاقة بين الاغتراب النفسي وأساليب المعاملة الوالدية لدى الطلبة المعاقين سمعياً في المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير، جامعة تعز، اليمن.
- بني يونس، محمد .(2009) سيكولوجية الدافعية والانفعالات، عمان :دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- خميس، إيمان .(2014) اسهام بعض المتغيرات في التنبؤ بالألكسيثيميا لدى معلمات رياض الأطفال .مجلة الطفولة والتربية 20 (2).259 – 350 .
- عراقي، محمد .(2006) دراسة العلاقة بين عجز / نقص كلمات التعبير عن المشاعر (الألكسيثيميا) والتعلق الوالدي لدى الراشدين مجلة كلية التربية 193 – . جامعة الزقازيق 244. 54 .
- مكاري، نبيلة ميخائيل.(٢٠٠٢) الصحه النفسيه و علم النفس الاجتماعي و التربيه الصحيه .
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schelwzer, S.(2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. ClinicalPsychology Review, 30, 217-237.

- Bagby, R., Parker, J., & Taylor, G. (1994). The twentyitem Toronto Alexithymia Scale-1. Item selection and cross-validation of the factor structure. Journal of Psychosomatic Research, 38, 23 – 32.
- Barber, B. & Harmon, E. (2002). Violating the self: Parental psychological control of children and adolescents. In B. K. Barber (Ed.), Intrusive parenting: How Psychological Control Affects Children and Adolescents (pp. 15-52). Washington DC: APA.
- Barber, B. & Olsen, J. (1997). Socialization in context: Connections, regulation, and autonomy in the family, school, and neighborhood, and with peers. Journal of Adolescent Research, 12, 287-315.
- Barber, B. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. Child Development, 67, 3296-3319.
- Barbera, K., Christensen, M., & Barchard, K. (2004). Relating family size and birth order to emotional intelligence. Poster presented at the 2004 western psychological association annual convocation: Phoenix Arizona.
- Baumrind, D. (2005). Patterns of parental authority and adolescent autonomy. New Direction for Child and Adolescent Development, 108, 61-69.
- Bebes, A., Samarova, V., Shilo, G., & Diamond, G. M. (2015). Parental acceptance, parental psychological control and psychological symptoms among sexual minority adolescents. Journal of Child Family Studies, 24, 882-890.
- Costa, S., Soenens, B., Gugliandolo, M. C., Cuzzocrea, F., & Larcan, R. (2015). The mediating role of need satisfaction in associations between parental psychological control and internalization problems: A study among Italian college students. Journal of Child Family Studies, 24, 1106-1116.
- Decety, J. & Jackson, P. (2004). The functional architecture of human empathy. Behavior and Cognitive Neuroscience Reviews. 3, (2), 71 – 100.
- Douglas, C., Dwight, D., Ferris., & Gerald, R. (2004). Emotional intelligence as a moderator of the relationship between conscientiousness and performance. Journal of Leadership & Organizational Studies, 10 (3), 2-13.
- Gender differences in alexithymia. Psychology of Men & Masculinity, 10 (3), 190-203.
- 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 a depressed sample. Britsh Journal of Clinical Psychology, 53, 228 – 244.
- Gunsch, J. (2010). What is alexithymia? Retrieved from: http://www.wisegeek.com/what-is-alexithymia.htm

- Hussain, S., and Ahmed, Z. (2014). Parentalk acceptance-rejection as predictor of alexithymia among students in Gilgit-Pakistan. International Journal of Information and Education Technology, 4(3), 285 – 288.
- Karukivi, M. (2011). Association Between Alexithymia and Mental Well-Being in Adolescents (Unpublished Dissertation). University of Turku, Finland.
- Lemche, E., Klann-Delius, G., Koch, R. (2004). Mentalizing language development in a longitudinal attachment sample: For alexithymia. Psycho-Therapy and Psychosomatics, 73, 366-374. Levant, R., Hall, R., Williams, C., & Hasan, N. (2009).
- Lipsanen, T., Saarijarvi, S., & Lauerma, H. (2004). Exploring the relations between depression, somatization, dissociation and alexithymiaoverlapping or independent construction. Psychopathology, 37, 200-206.
- Moriguchi, Y., Decety, J., Ohnishi, T. (2007). Empathy and judging other's pain: An fMRI study of alexithymia. *Cerebral Cortex. 17*, 2223 – 2234.
- Peterson, R., & Green, S. (2005). *Families first-keys tosuccessful family functioning: communication*. Retrieved from: http://pubs.sxt.vt.edu/350/350- 092/350-092.html
- Reschke, A., & Schuetz, S. (2010). Associations Among Measures of Alexithymia and Openness to Experience with Interpersonal Problems (Unpublished Dissertation). University of Central Missouri.
- Rogers, K., Buchanan, C., & Winchell, M. (2003). Psychological control during early adolescence: Links to adjustment in differing parent/adolescent dyads. Journal of Early Adolescence, 23, 349-383.
- Sifneos, P. (1973). The prevalence of "alexithymic" characteristicsin psychosomatic patients. Psychotherapy and Psychosomatics, 22, 255-266.
- 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.

ملحق :(1) مقياس الألكسيثيميا

ت	الفقرة	تنطبق تماما	تنطبق دائما	تنطبق احيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق أبدا
١	غالبا ما أكون مشوشا حول ما أشعر به					
٢	أشعر بأحاسيس في جسمي حتى الأطباء لا يستطيعون فهمها.					
٣	عندما أكون منزعجا لا أعرف ما إذا كنت حزينا أم خائفا أم غاضبا.					
٤	غالبا ما أكون مشوشا بشأن أحاسيس في جسمي.					
٥	لدي مشاعر لست قادرا على تحديدها					

	بشكل واضح.					
٦	لا أعرف ما الذي يجري بداخلي.					
٧	في معظم الأوقات لا أعرف لماذا أنا غاضب.					
٨	من الصعب علي إيجاد الكلمات المناسبة لوصف مشاعري.					
٩	أستطيع وصف مشاعري بسهولة.					
١٠	أجد صعوبة في وصف شعوري نحو الآخرين					
١١	يطلب مني الآخرون باستمرار أن أعبرعن مشاعري أكثر.					
١٢	أجد صعوبة في البوح بمشاعري الخاصة حتى لأقرب أصدقائي					
١٣	أفضل حل المشكلة بدل مجرد وصفها او الحديث عنها.					
١٤	أفضل أن أدع الأمور تحدث كما هي بدلا من محاولة فهم أسباب حدوثها بهذا الشكل.					
١٥	من الضروري للأشخاص معرفة ما يشعرون به.					
١٦	أفضل الحديث مع الناس حول روتين حياتهم اليومي بدل الحديث عن مشاعرهم.					
١٧	أفضل مشاهدة العروض الترفيهية الكوميدية بدل مشاهدة العروض الدرامية					
١٨	يمكنني أن أشعر بأنني قريب من شخص ما، حتى في لحظات صمته.					
١٩	أجد أن استكشاف مشاعري يفيدني في حل مشكلاتي الشخصية.					
٢٠	أجد أن محاولة البحث عن معنى خفي في الأفلام أو المسرحيات يقلل من المتعة في مشاهدتها					

ملحق رقم (٢)مقياس نمط التنشئة الوالدية الصارم

ت	الفقرة	تنطبق تماما	تنطبق دائما	تنطبق احيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق أبدا
١	إن كافة أفراد أسرتي ملزمون بإطاعة والدي حتى في الحالات التي لا يكون فيها على حق.					
٢	يتخذ والداي القرارات الخاصة بدراستي بدلا عني.					
٣	يمنعني والداي من ممارسة النشاطات التي أرغب فيها داخل المنزل.					
٤	يرفض والداي مناقشة آرائي التي أطرحها عليه.					
٥	يناقشني والداي في القرارات التي تخصني					
٧	يحاسبني والدي بشدة عندما أتفوه ببعض الكلمات الغير لائقة.					
٨	يلزمني والداي أن أتخلى عن بعض ممتلكاتي لأخوتي					
٩	يختار والداي نوعية أصدقائي.					
١٠	يميز والداي بين أفراد الأسرة في المعاملة.					
١١	لا يحاسبني والدي عندما أتشاجر مع الآخرين.					
١٢	ينزعج والداي إذا قاطعته أثناء حديثه لي.					
١٣	يطلب والدي مني الصمت عندما أحاول المشاركة في الحديث عند وجود زائرين في البيت.					
١٤	يمنعني والداي من الاشتراك في الرحلات المدرسية التي أرغبها.					
١٥	لا يتدخل والداي لحمايتي عندما أتعرض للأذى من الآخرين.					
١٦	يسمح لي والداي ولأخوتي بإبداء الرأي في نوع الملابس التي نريدها.					
١٧	لا يحاسبني والداي عندما أتأخر في العودة إلى المنزل.					
١٨	يتدخل والداي في الطريقة التي أصرف					

	فيها نقودي.					
١٩	يناقشني والداي في أرائي التي أبديها في كثير من الأمور.					
٢٠	يسألني والداي عن نوع الطعام الذي أرغب في تناوله.					
٢١	يرفض والداي أن أناقش معهم معظم المشكلات التي تواجهني.					
٢٢	يتدخل والدي في طريقة دراستي وتحديد أوقاتها.					
٢٣	يترك لي والدي حرية اختيار الأماكن التي أقضي فيها أوقات فراغي					
٢٤	يجبرني والداي أن أقوم ببعض الواجبات المترتبة على أخوتي.					
٢٥	يفرض والدي آراءه علي.					
٢٦	يؤمن والدي بأنه يجب أن أمارس حريتي مثلما هو يتمتع بها.					
٢٧	الوقت الذي يقضيه والدي معي قصيراً جداً.					
٢٨	أحس دوماً أني ملزم أن أعمل وفق رغبات والدي.					