الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية

إعداد

أ. علاء سعيد محمد الدرس

دكتوراه علم النفس التربوي

كلية الدراسات العليا للتربية – جامعة القاهرة

DOI : 10.12816/0053297

مجلة الدراسات التربوية والانسانية . كلية التربية . جامعة دمنهور

المجلد العاشر – العدد الرابع – الجزء الأول – لسنة ٢٠١٨

DOI : 10.12816/0053297

الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية

أ. علاء سعيد محمد الدرس

Doi : 10.12816/0053297

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الراهنة: الكشف عن علاقة الألكسيثميا بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وشارك في هذه الدراسة (٤١٢) طالب تم اختيارهم من المجتمع الأصلي بمدارس التعليم الثانوي بإدارة أشمون التعليمية – محافظة المنوفية (١٨٩) طالباً وطالبة بمدرسة أمين الخولي الثانوية بأشمون و(١١٢) طالباً وطالبة بمدرسة جريس الثانوية المشتركة، و(١١١)، طالباً وطالبة بمدرسة سمادون الثانوية المشتركة تراوحت أعمارهم بين (١٦.٢) عام إلى (١٧.١١) عام ، بمتوسط عمري قدره (١٦.١١) عام ، وانحراف معياري قدره (١٠.٢٠) شهراً، وتم استخدم: مقياس الألكسيثميا (إعداد: الباحث)، ومقياس الرفاهة النفسية إعداد :عادل المنشاوي (٢٠١١)، ومقياس الابتكارية الانفعالية لأفريل (١٩٩٧) تعريب /كريمان منشار (٢٠٠٢)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى : وجود علاقة سالبة داله إحصائياً بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية ، ووجود علاقة سالبة داله إحصائياً بين الألكسيثميا والابتكارية الانفعالية، كما توصلت نتائج الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ بالألكسيثميا من الرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية.

الكلمات الدالة :

(الألكسيثميا– الرفاهة النفسية – الابتكارية الانفعالية)

Abstract:

The present study aimed to identify the relationship between Alexithemia by psychological well-being And Emotional Creativity among high school students, participated in this study was (412) students selected from the original community in schools of secondary education by Ashmoun Educational Administration - Menoufia Governorate (189) students at Amin al-Khuli secondary school in Ashmoun and (112)

A student at Geracee Secondary Mixed School, and (111), a student at Samadun Secondary Mixed School Their ages ranged between (16.2) years to (17.11) years, with an average age of (16.11) years and a standard deviation of (10.20) month, The study used : Alexithemia scale Students (Prepared by: the author), psychological well-being scale (prepared by: Adel Al-Menshawi, 2011), Emotional Creativity scale for Avrill (1999) Translated by Kriman monshar (2002), The study found that : there is a statistically significant negative relationship between Alexithemia and psychological well-being, and a statistically significant negative relationship between Alexithemia and Emotional Creativity. It also found that : Alexithemia can be predicted from psychological well-being and Emotional Creativity.

Key words (Alexithemia - psychological well-being - Emotional Creativity).

المقدمة:

تعتبر مرحلة التعليم الإعدادي من أهم المراحل التي يمر بها الطلاب لما لها من أثر واضح في تشكيل حياة الطالب في هذه الفترة، وللدور الخطير الذي تلعبه في تنشئة المواطن الصالح وإعداده للحياة ، ولا شك أن هذه المرحلة من المراحل المميزة في حياة الطالب الدراسية؛ حيث إنها تعده لأن يكون مواطناً صالحاً في مجتمعه، وشخصاً مستقيماً في سلوكه، ونجاح الطالب في اجتياز هذه المرحلة بسلام يعني أنه سوف يكمل حياته متزناً في تصرفاته وانفعالاته، أما إذا لم ينجح في اجتيازها فإن ذلك ينعكس على سلوكه الاجتماعي وتكوينه النفسي فيما بعد، وتظهر على الطالب في هذه المرحلة عدة مشاكل في النمو النفسي والنمو الاجتماعي، وهذا أمراً طبيعياً نظراً للنمو البيولوجي الذي يطرأ على جسم الطالب في تلك المرحلة، فهناك عدة تغيرات بيولوجية تطرأ على وظائف الجسم بالنسبة للطالب في هذه المرحلة والتي تؤثر على فسيولوجيا الجسم كالتغيرات التي تطرأ على جهاز الغدد الصماء والتي تبدأ في إفراز هرمونات النمو، ولقد تبين وجود علاقة بين الجهاز الغددي والجهاز العصبي المركزي، ونتيجة لذلك نجد أن العمليات العقلية للطالب تتأثر مثل: التذكر والانتباه وقدرته على حل المشكلات الاجتماعية والمشكلات غير الاجتماعية.

وتمثل الأحاسيس والانفعالات وظائف ضرورية في حياة الشخص اليومية؛ حيث إنها تحفزه على تحقيق أهدافه، كما أن القدرة على إدراك الانفعالات وتحديدها والتمييز بينها، والتعامل معها بإيجابية تعد خاصية مهمة من خصائص الشخصية الإيجابية السوية، فالأشخاص الذين لديهم قصور في القدرة على تحديد الانفعالات ووصفها والتعبير عنها، ويبتعدون عن المواقف الاجتماعية التي تحتاج منهم الحديث عن مشاعرهم وأحاسيسهم الخاصة ونقلها للآخرين، وتحديد آرائهم وأفكارهم، يعانون من الإصابة بالألكسيثيميا Alexithymia، فإذا لم يستطع الشخص تفسير المثيرات الانفعالية، فإنه قد يتعرض لإعاقة في النمو الانفعالي

الاجتماعي ، وقد تظهر في تصرفاته سلوكيات غير سوية: كسلوك التحدي، والسلوك المضاد للمجتمع، والانسحاب، واضطراب المزاج.

ويذكر هشام الخولي، والزهراء عراقي، ومحمد أحمد (٢٠١٣، ١١٨-١١٩) أنه مما لا شك فيه أن الإحساس بالمشاعر والتعرف عليها والتعبير عنها والتمييز بينها تعد خاصية إنسانية فهي ضرورة من ضرورات التواصل ببين الشخصي، وافتقاد هذه القدرة أو قصورها يعد عائقا من عوائق تحقيق الصحة النفسية فمن بديهيات الصحة النفسية التعبير عن الانفعالات التي تنتاب الفرد و مشاركة الآخرين في انفعالاتهم والتعرف عليها حيث يساعد ذلك على تنمية وتطوير العلاقات الشخصية والتي تعطي معنى وتوازن للحياة، أما الأفراد الذين يعانون من ضعف الإحساس بالمشاعر والتعرف عليها والتعبير عنها والتمييز بينها، ونقص في التخيل وندرة أحلام اليقظة بالإضافة إلى نمط التفكير الموجه خارجيا يطلق عليه الأفراد الإلكسيثميك.

وترى هيام شاهين (٢٠١٣، ٨٤) أن الألكسيثميا مفهوم نفسي يشير إلى وجود صعوبات في تحديد الشخص لمشاعره، ويعاني العديد من الأشخاص في المجتمع من اضطرابات سيكوسوماتية وشكاوى طبية واضطرابات نفسية ترتبط بهذه الخاصية، فالأشخاص المصابون بالألكسيثميا قد يعانون انفعالياً أو نفسياً أو جسدياً نتيجة لهذا العجز المعرفي، كما أن جودة الحياة بما تتضمنه من سعادة شخصية وعلاقات بينشخصية ربما تتأثر سلبيا نتيجة الألكسيثميا ، علاوة على أن المجتمع يتحمل نفقات عالية بشكل دال نتيجة إهمال العمل وانخفاض الإنتاجية وتزايد المتطلبات المفروضة على مراكز الرعاية الصحية وموارد الدولة نتيجة الاضطرابات السيكوسوماتية والحالات الطبية والاضطرابات النفسية التي تصاحب الألكسيثميا.

وتمثل الرفاهة النفسية أهمية خاصة في حياة الأشخاص بجوانبها المختلفة ؛ فهى القوى المحركة للسلوك البشري لتخفيف الآثار التي ظهرت مؤخرًا

علـى المجتمعـات مـن تغيـرات اجتماعيـة وسياسـية واقتصـادية وثقافيـة سـريعة ومتلاحقة، كان لها أثر كبير على حياة الأشخاص النفسية بل وسلوكهم وتفكيرهم، وتستمد الرفاهة النفسية من منظورين فلسفيين هما: منظور السعادة ومنظور المتعة وتعكس الرفاهة النفسية الانغماس في عقبات الاستمرار والبقاء في الحياة، ويرى استيفن(Steven,2000) أن الرفاهة النفسية من المتطلبات الهامة في مرحلة المراهقة لتحقيق الصحة النفسية الإيجابية للأفراد، فمرحلة المراهقة بخصائصها ومعطياتها هي أخطر منعطف يمر به الأشخاص، ومن أبرز المخاطر التي يعيشها المراهقون في تلك المرحلة: فقدان الهوية والانتماء، وافتقاد الهدف الذي يسعون إليه، وتناقض القيم التي يعيشونها، فضلاً عن مشكلة الفراغ.

ويذكر أبو زيد الشويقي (٢٠٠٨، ٤٥) أن الابتكار الانفعالي حظى باهتمام الباحثين فهو حقيقة موجودة ويمُارسها الأشخاص فى حياتهم اليومية، والبراهين التى تؤكد ذلك تتمثل فى: التباينات الثقافية فى التعبير عن الانفعال، والتباين بين الأشخاص فى القدرة على إدراك وفهم واستيعاب المشاعر، والتعبير عن الانفعالات وإداراتها، وتغيير الانفعالات ونموها لدى بمرور الوقت وتكونها من خلال التفاعل الاجتماعي والقواعد والمعايير الاجتماعية . ويضيف محمد البحيري (٢٠١٢، ٣٩٦) أن القدرة على التفكير بمرونة وبدرجة أكبر من مجرد التقليد، يؤدي إلى إبداع الشخص فى تعبيره عن مشاعره وانفعالاته، وتضيف بشرى خطاب وربيعة مانع (٢٠١٤، ٣٨٠) يعُد الاهتمام بالشخص المبدع القادر على حل ما يواجهه من مشكلات ضرورة حتمية فى ظل عصر معقد ومتغير ومثير للمشكلات، والشباب القادر على حل ما يواجهه من مشكلات يعُد كنزاً لمجتمعه وأحد عوامل رفعته ورقيه، ومن ثم فنحن بحاجة إلى مبتكرين يتمتعون بفكر متفتح قادرين على تقديم الحلول الجديدة والمبدعة، وتحويل انفعالاتهم السلبية والإيجابية إلى إبداع من خلال استخدامهم الأساليب والإجراءات الفعَّالة النشطة وغير المألوفة.

انطلاقا مما سبق فإن الألكسيثميا مشكلة خطيرة تؤدي إلى انعزال الطالب عن جميع من حوله، وعلى الرغم من التأثير السلبي للألكسيثميا على الطالب إلا إن الباحثين لم يعطوا هذه الإصابة الاهتمام الكافي بالدراسة والبحث، مما دفع الباحث في الدراسة الراهنة إلى دراسة هذه الإصابة وعلاقتها بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالي.

مشكلة الدراسة:

تنبع مشكلة الدراسة الراهنة من أهمية موضوع الألكسيثميا التي أصبحت محل ترتكيز الكثير من الدراسات في السنوات الأخيرة، وظهر خلال السنوات القليلة الماضية عدد من أدوات القياس التي تهدف إلى قياس الألكسيثميا، والكشف عن طبيعتها، والعلاقة بينها وبين المفاهيم ذات الصلة ، وذلك لما يترتب على الإصابة بها من مشاكل نفسية واجتماعية للمصاب بها وللمجتمع بأسره؛ حيث يذكر محمد عبدالرحمن، ومحمد سعفان (٢٠١٥، ٢٢) أن الشخص عندما يصاب بالألكسيثميا فإن حياته الخاصة تكون ككهف مظلم صعب اقتحامه فينعكس ذلك على نظرته السلبية نحو ذاته والمستقبل والعالم من حوله، وربما تكون سبباً لأن يصبح ذلك الشخص عرضة لظهور الأعراض الاكتائبية، وربما تكون تلك النظرة السلبية نتاج لأبنية معرفية شديدة الذاتية يستخدمها الشخص لفحص واختبار وترميز وتقييم المثيرات التي يتعرض لها تسمى: بالمخططات المعرفية اللاتكيفية، وهى تتحكم بصورة عامة في عملية معالجة المعلومات والسلوك، وتؤدي تلك المخططات المعرفية اللاتكيفية إلى أفكار تلقائية تشوه عملية التفكير، وينتج عنها تفسيرات سلبية تؤدي لظهور العديد من المشكلات الانفعالية والسلوكية.

ويرى محمود عكاشة، وعبد العزيز سليم (٢٠١٠، ٢) أن الشخص السوي الذي يتمتع بسمات إيجابية كالرفاهة النفسية، والتفاؤل، والرضا عن الذات والآخرين تتوفر لديه فرصا للنمو والارتقاء، إذ تشكل هذه المتغيرات محصلة جهد

الشخص فيسعي للاستفادة من إمكاناته وقدراته ويعمل على تنميتها لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي خاصة في ظل ظروف الحياة المعاصرة المنتجة لكافة أشكال الضيق وصيغ الكدر الانفعالي.

وترى كريمان النشار (٢٠٠٢، ٢٠) أن الابتكار الانفعالى يظهر في النمو فى الجوانب الانفعالية بصورة ابتكارية والتي تحُدد رقى مستوى التعامل الانفعالى بين الأشخاص، وتقُلل – قدر الإمكان –من الحساسية النفسية فى المواقف المختلفة، ويضيف عثمان الخضر(٢٠٠٢ ، ٧) للانفعالات دورًا مهمًا فى تنشيط قدرة الشخص على الابتكار وحل المشكلات، فالانفعالات التى تشير إلى خطر كالحزن، والخزى، والخوف، قد تجعل تفكير الشخص أكثر تحليلية ومنطقية مما يقلل من أخطائه فى حل المشكلات، فالمزاج الحزين قد يسُاعد على التفكير الاستدلالي وفحص البدائل، أما المزاج الإيجابي يُشط الإبداع وحل المشكلات، ويرى محمد البحيري (٢٠١٢، ٣٧٠) أن الابتكار الانفعالي يؤثر على النظام العاطفي والانفعالي للشخص، فارتفاع درجته يسُهم فى النمو الاجتماعي والانفعالي الجيد، وانخفاضها يؤدى إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي .

ومن خلال عرض ما سبق يرى الباحث أن الإصابة بالألكسيثميا ناقوس خطر يثير عدم الإطمئنان ويدعو إلى ضرورة دراسة علاقته ببعض المتغيرات لمحاولة فهم هذه الإصابة وما يرتبط بها؛ مما يساعد على وضع البرامج والخطط التي تحد من هذا السلوك المعوق؛ لذلك قام الباحث في الدراسة الراهنة بدراسة علاقة الألكسيثميا بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتتحدد مشكلة الدراسة الراهنة في محاولة الإجابة عن التساؤلات التالية:

١.هل توجد علاقة بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

٢.هل توجد علاقة بين علاقة بين الألكسيثميا والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

٣.هل يمكن التنبؤ بالألكسيثميا لدى طلاب المرحلة الثانوية من الرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية ؟

ثانيًا: هدف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن علاقة الألكسيثميا الارتباطية بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، الكشف عن إمكانية التنبؤ بالألكسيثميا من الرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لديهم .

ثالثًا : أهمية الدراسة: يتم تناول هذه الأهمية من الناحية النظرية والناحية التطبيقية وذلك كما يلي :

-الأهمية النظرية : تتضح أهمية الدراسة النظرية فيما يلي:

- تتناول الدراسة الراهنة مفهوم الرفاهة النفسية كأحد موضوعات علم النفس الإيجابي، والتي تحتاج إلى مزيد والمزيد من الدراسة والبحث في الفترة الراهنة.
- دراسة العلاقات المتشابكة ما بين الألكسيثميا لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء متغيرى الرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية.
- كما أن الدراسة الراهنة تعتبر إضافة لأدبيات البحث حيث لوحظ ندرة الدراسات في العالم العربي التى تناولت العلاقة بين الألكسيثميا وكل من االرفاهة النفسية الابتكارية الانفعالي.
- كما تُكمن أهمية الدراسة في كون الدراسة تُعني بفئة مهمة داخل الحقل التعليمي وهم طلاب المرحلة الثانوية.

الأهمية التطبيقية: في ضوء نتائج الدراسة الحالية:

- يأمل الباحث أن يتم الاستفادة من نتائج الدراسة الراهنة في بناء وتصميم البرامج الإرشادية والعلاجية والتدريبية لطلاب المرحلة الثانوية بهدف خفض الألكسيثميا وتحسين الرفاهة النفسية، والابتكارية الانفعالية لديهم.

- يمكن الاستفادة من الدراسة الراهنة في التعرف على الخصائص النفسية وهى: الألكسيثميا والرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية، والتعرف على جوانب القوة والضعف في شخصياتهم لمحاولة تنمية جوانب القوة وخفض أوجه لديهم.
- يمكن الاستعانة بأدوات الدراسة الراهنة في دراسات أخرى لقياس هذه الخصائص النفسية بأدوات تتمتع بخصائص سيكومترية جيدة إلى حد ما.

رابعًا : المفاهيم الإجرائية للدراسة : تتحدد المفاهيم الإجرائية للدراسة في الألكسيثميا والرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية، يمكن تناولهم فيما يلي:

١-الألكسيثيميا Alexithemia:

يعرف الباحث الألكسيثميا في الدراسة الراهنة بأنها: عدم قدرة الطالب على التعرف على مشاعره وتحديدها وفهمها والتمييز بينها، وعدم قدرته على التعبير عن المشاعر والأحاسيس بالكلمات الملائمة ووصفها للآخرين، وتتحد الألكسيثميا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في المقياس المعد لقياسها في الدراسة الراهنة.

٢-الرفاهة النفسية psychological well-being:

يعرف عادل المنشاوي (٢٠١١) الرفاهة النفسية بأنها: الشعور الإيجابي المتكون لدى الفرد بحسن الحال، كما يرشد بالمؤشرات السلوكية الدالة على ارتفاع رضا الفرد عن ذاته وتقبله لها، واعتماد الفرد على ذاته، وتنظيم السلوك أثناء التفاعل مع الآخرين، ويكون للفرد غرض في الحياة ورؤية توجه أفعاله وتصرفاته، وقدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، وكفاءة الفرد فيما يقوم به من أعمال تؤدي إلى الإحساس العام بالسعادة والطمأنينة النفسية، وتتحدد الرفاهة النفسية في الدراسة الحالية بالدرجة

التي يحصل عليها الطالب في مقياس الرفاهة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

٣-الابتكارية الانفعاليةEmotional Creativity :

تعرف كريمان منشار (٢٠٠٢، ٢٠) الابتكارية الانفعالية بأنها: قدرة الشخص على إظهار انفعالاته بصورة تتسم بالجدة والفاعلية والأصالة، وتتحدد الابتكارية الانفعالية في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس الابتكارية الانفعالية المستخدم في الدراسة الحالية.

الإطار النظري للدراسة : تناول الباحث في هذا الجزء الإطار النظري لكل من: الألكسيثميا والرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية؛ وفيما يلي تفصيل ما ذلك:

المحور الأول: الألكسيثيميا

لقد ظهر مصطلح الألكسيثيميا لأول مرة على يد الطبيب الأمريكي سيفنيوس Sifneos في عام ١٩٧٠ م، حيث وجد أن الأكسيثيميا كلمة يونانية الأصل تتكون من ثلاثة مقاطع هي: "A = Lack" ويعني نقص، و "lexi = word" وتعني كلمة، و "Thymia= feeling" وتعني العاطفة، وبذلك تعني الكلمة في مجملها نقص الكلمات للتعبير عن المشاعر ,Lack words for feelings، وقد استخدم هذا المصطلح لوصف مجموعة من المرضى وخاصة ذوي الاضطرابات السيكوسوماتية الذين يعانون من نقص القدرة على وصف مشاعرهم ونقص القدرة على استخدام الكلمات في التعبير عن مشاعرهم للآخرين (Briody, 2005, 32)، والتعبير عنها في صورة لفظية، وعدم القدرة على التمييز بين المشاعر والأحاسيس الجسدية، واستخدام أسلوب معرفي ذي وجهة خارجية.

ولقد تعدد تعريفات الألكسيثميا؛ حيث يعرفها فرانز وآخرون (Franz. Popp, Sheefer, Sitte, Schneider & Hardt, 2007, 54 – 55) على أنها نقص في مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي نتيجة صعوبة في 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 يعرفها كل من (Scott, 2009,1; Kupferberg, 2002, 19) بأنها صعوبة في معالجة وتنظيم الحالات الوجدانية من خلال الأساليب المعرفية والتي ينشأ عنها قلة السعة للمعالجة الانفعالية، ويعرف محمد البحيري (٢٠٠٩، ٨٢٢–٨٢٣) الألكسيثيميا بأنها: سمة وجدانية معرفية تتضح في وجود قصور في التعامل مع المشاعر والانفعالات ويظهر في صورة صعوبة في التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينها وصعوبة في التواصل الوجداني – أي صعوبة التعبير عن المشاعر والأحاسيس للآخرين نتيجة غياب الكلمات الملائمة لوصف المشاعر – مع عدم وجود اضطراب في الجهاز الصوتي أو ضعف في حاستى السمع والكلام – بالإضافة إلى نقص القدرة على التخيل المرتبط بالمشاعر مما يؤدي إلى نقص في مهارة التعامل مع الآخرين ويكون الفرد مهيئا للإصابة بالاضطرابات والأمراض النفسية والجسمية.

ويعرفها (Vazquez, Sandez, Gonzalez, Romero, Blance &Vera, 2010, 797) بأنها خاصية سيكولوجية تتميز بقلة الميل إلى التفكير في العواطف والانغماس في الخيال بالإضافة إلى القصور في القدرة على وصف الانفعالات والتعرف عليها، وتعرفها أمينة أبو النجا (٢٠١٤، ٢٦٨) بأنها عدم قدرة الفرد على التعرف على مشاعره ومشاعر الآخرين والتعبير عنها ومحدودية الخيال وتوجه معرفي خارجي، وتعرفها سحر سليم (٢٠١٧، ٩٦) بأنها : الصعوبات التي يعاني منها الشخص في وصف مشاعره وذلك لعدم قدرته على التعبير عن هذه المشاعر وضعف ومحدودية الاتجاه المعرفي لديه، وتعرف شاهنده غنيم وشيرين دسوقي ، وهبة مكي (٢٠١٧، ٧٧١) الإلكسيثميا بأنها: عدم القدرة على التعرف على المشاعر أو تمييزها والاستجابة لها بطريقة مناسبة، مما يؤثر على جودة العلاقات البينشخصية وكيفية استخدامها في اتخاذ قرارات فعالة في الحياة بالاضافة إلى محدودية الخيال وندرة الاستغراق في التخيل ونمط كمعرفي يتميز

بالاستغراق في التفصيلات الخارجية للأحداث، أكبر من التركيز على المشاعر والمظاهر الآخرى المتعلقة بالخبرة الداخلية للفرد.

ويرى كل من هوليتي وفورتي (Hulette, 2011, 12; Forti, 2011, 39– 40) أن الأشخاص الذين يعانون من الألكسيثميا يكون لديهم صعوبة في التعرف على المشاعر ووصفها، وصعوبة التمييز بين الأحاسيس الانفعالية، والجسمية، ولديهم نقص في الخيال ، والأسلوب المعرفي يركز على الأحداث الخارجية، ويرتبط القصور في قدرة الفرد على إدراك انفعالاته بالقصور في إدراكه لمشاعر وانفعالات الآخرين، واتفق كل من (Warner, 2007, 14 – 15; Terry, Laura & Parker, 2009, 43 – 44; Joergen Christin, Sven, Carsten, Ulrich, Freyberger, 2010, 140) على أن الأشخاص المصابين بالألكسيثميا تظهر عليهم بعض الخصائص تتمثل في: نقص في القدرة على فهم ومعرفة المشاعر وتحديدها، ونقص في القدرة على التعبير عن المشاعر، وعجز في القدرة على التخيل، وأسلوب تفكير موجه خارجياً.

ويرى وتس شاك وكلان ديليوس (Wotschack& Klann-Delius, 2013,180) أن الطلاب المصابين بالألكسيثميا يعانون من صعوبة تنطيق المشاعر والانفعالات وقصور في الحصيلة اللغوية الدالة على تلك المشاعر والانفعالات "قصور في البرمجة اللفظية للانفعالات"، حيث إن المصابين بالألكسيثميا لديهم قصور في استخدام رموز لفظية للتعبير عن الانفعالات تتمثل في الكلمات الانفعالية التي تعبر عن وعى الطالب بانفعالاته كنتيجة لما لديه من خبرة انفعالية؛ فاللغة تسترشد بالمعرفة لتجسيد الانفعالات وتوجيهها، وذلك ما يسمى بالتجهيز الانفعالي للمعلومات، كما أن المصابين بالألكسيثميا يعانون من عجز في المعالجة المعرفية للانفعالات، والتي تظهر في شكل قصور في الترميز اللفظي للانفعالات وانخفاض مستوى الوعى بالانفعالات وانخفاض القدرة على التعبير اللفظي عن الانفعالات، وبتحليل النموذج اللغوى لدى من لديهم مستوى مرتفع من الألكسيثميا تظهر مشكلات في التنظيم المعرفي للانفعال مما ينعكس

على اللغة الداخلية الدالة على الانفعالات ويظهر ضعف في القدرة على تسمية الانفعالات المعقدة وانخفاض في الترميز اللفظي لديهم وصعوبة في استخدام المصطلحات المعبرة عن الحالة الفسيولوجية ورد الفعل الحشوي عن طريق الجلد ودقات القلب ومعدلات التنفس، وكذلك السلوك الحركي من إيماءات وتعبيرات الوجه والأعراض والمظاهر ذات العلاقة بالخبرة الانفعالية، كما أن الطلاب مرتفعي الألكسيثميا كثيراً ما يترددون في تقديم الاستجابة الانفعالية ويتسمون بضعف الوعى الانفعالي وسوء التنظيم الانفعالي.

واتفق كل من (Lijuan, 2009, 3-4; Makelki, 2005, 4; Peasley – Miklus, 2001, 38) على أن الإلكسيثميا تتكون من مكونين إحداهما وجداني والآخر معرفي على النحو التالي:

١-**المكون الوجدانيAffective Component:** يرتبط المكون الوجدانيٍ للإلكسيثميا بإعاقة أو قصور في القدرة على التمثيل العقلي للانفعالات مما يؤدي إلى صعوبة في الاستثارة الانفعالية والتنظيم الانفعالي، ويمكن تصنيف الاضطراب الوجداني للإلكسيثميا إلى صعوبة في تحديد الانفعالات والتمييز بينها وبين الأحاسيس الجسدية، وصعوبة في وصف العواطف للآخرين.

٢-**المكون المعرفيCognitive Component:** يتمثل المكون المعرفي للإلكسيثميا في نمط التفكير الموجه خارجياً وقلة العمليات التخيلية ونقص الخيال، لذا فالأفراد الإلكسيثميك يعانون من عجز في الإبداع كما أف استخدامهم للرموز محدود للغاية، كما أن تفكيرهم يرتبط بالمواقف والعواطف الداخلية، كما أن القصور في المكون المعرفي للإلكسيثميا يتضمن القصور في القدرات المعرفية والتي تتضمن الوظائف التنفيذية Executive Functioning والقدرات اللفظية Verbal Abilities والمقصود هنا بالوظائف التنفيذية الأوامر العليا المعرفية للوظائف مثل التخطيط، الذاكرة العاملة،

وضع الأهداف، وهذا القصور يرجع إلى صعوبة التعرف على الانفعالات ووصفها.

من خلال عرض ما سبق ترى الدراسة الحالية أن الطلاب المصابون بالألكسيثميا يفتقدون القدرة على التخيل ووصف ما يشعرون به، وتمر بهم أوقات عصيبة يَقُصُّون فيها ما كانوا يشعرون به من معاناة، ولديهم صعوبة في القدرة على إدراك وتمييز ووصف انفعالاتهم ، كما أنَّ أسلوبهم المعرفي يكون مُوَّجه خارجيًا، فمرضى الألكسيثيميا يتسِمون ببصيرة ضعيفة بمشاعرهم وبالعمليات النفسية التي تحدث لهم، وقد تكون عاملاً مساعدًا في مختلف الاضطرابات النفسية، والسلوكية، والعضوية حيثُ تعوق التنظيم الفعال للانفعالات، والتنظيم المعرفي وكذلك فإنَّها تعوق عملية التكيُف الناجح .

المحور الثاني: الرفاهة النفسية:

يشير (**عبد العزيز سليم، ٢٠١٠، ١٨٤**) إلى أن مفهوم الرفاهة النفسية بمثابة مظلة عامة يتضمن أبعاداً سيكولوجية لها علاقة مباشرة بكل من توجهات أهداف الانجاز واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ومدى قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، والقناعة والرضا عن كل جوانب الحياة، وتحقيق الذات وما يتضمنه من شعور المرء بتحقيقه أو انجازه شيئاً ما ذا قيمة بالنسبة له والأمن النفسي والسعادة وحسن الحال والتوافق النفسي.

ويعريف براون (Brown ,2000,35) الرفاهة النفسية بأنها: حالة ذاتية كلية توجد داخل الشخص عندما يتوازن لديه مدى واسع من المشاعر منها الحيوية، والإقبال علي الحياة، والثقة في الذات، والصراحة، والأمانة مع الذات ومع الآخرين،و البهجة والمرح، والسعادة، والهدوء، والاهتمام بالآخرين، ويعرف بيتون , Betton (2004, 22) الرفاهة النفسية: بأنها تقييم معرفي وجداني للحياة يشتمل علي الحالة المزاجية للشخص، وردود الأفعال الوجدانية تجاه الأحداث والمواقف أو الحكم حول إنجازاته في الحياة، والرضا عن الحياة مع الشعور بالتوافق، واتفق كل من

رايف ولوف ويري وميلر (Ryff, Love, Urry, & Muller,2006, 87)، و(عادل المنشاوي، ٢٠١١: ٣٢٠) على أنها: الشعور الإيجابي المتكون لدى الفرد بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الشخص عن ذاته وعن حياته بشكل عام، واعتماد الفرد على ذاته، وتنظيم السلوك أثناء التفاعل مع الآخرين، وسعيه المستمر لتحقيق أهداف شخصية مقدرة وذات معنى وقيمة بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، ويكون للفرد غرض في الحياة ورؤية توجهُ أفعاله وتصرفاته، وقدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، وكفاءة الفرد فيما يقوم به من أعمال تؤدي إلى الإحساس العام بالسعادة والطمأنينة النفسية. ويعرف حمدي ياسين وإيمان سرميني، وهيام شاهين (٢٠١٤، ٨٥) الرفاهة النفسية بأنها : شعور الشخص بالسعادة والرضا عن الحياة في مجالاتها السلوكية والدينية والصحية والاجتماعية مع تحلى الشخص بالفاعلية في إدارة الذات، ويرى أولاه (Ullah, 2017, 607) أن الرفاهة النفسية تعني: غياب الظروف السلبية مثل الاكتئاب والضيق أو القلق أو غياب كل ما هو سلبي، وظهور الظروف الإيجابية كالشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، والشعور بالانجاز والمنفعة والانتما.

ويرى جاك ودان وجنيفير (Jack,Dan & Jennifer, 2008, 88) أن الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات عالية من الرفاهة النفسية أكثر كفاءة في اكتساب رؤى متجددة حول الذات، ويمتلكون القدرة على تحديد مصيرهم، ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط الاجتماعية، ويمتلكون القدرة على استغلال الفرص المتاحة لهم، ولديهم القدرة على تكوين علاقات ناجحة مع من حولهم ،ولديهم معتقدات تعطي معنى لحياتهم، ويضيف كميكي (Kimiecik, 2011, 274) الذين يتمتعون بمستويات عالية من الرفاهة النفسية يميلون إلى تشكيل هوية ناجحة، ويحاولون اكتساب رؤى جديدة حول الذات، ويميلون إلى الاستفادة من تجاربهم السابقة.

ويرى حامد زهران (٢٠٠٥ ، ١١) أن الرفاهة تتضمن بعدين أساسين هما: الأول الشعور بالسعادة مع النفس: ودلالة ذلك الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماض نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق ويأتي ذلك عن طريق الاستفادة من مسرات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة ووجود اتجاه متسامح نحو الذات، واحترام النفس وتقبلها، ونمو مفهوم موجب للذات، وتقدير الذات حق قدرها، أما البعد الثاني فيتمثل في الشعور بالرفاهة مع الآخرين ودلائل ذلك حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية والتعاون وخدمة الآخرين وتحمل المسؤولية، وترى أماني عبد المقصود (٢٠٠٦، ٢٦٣) أن الرفاهة النفسية تتضمن ثلاث مكونات مترابطة هي: الشعور بالإيجابية، وغياب الشعور السلبي، والرضا عن الحياة، ويعزي المكونين الأولين إلى المظاهر الانفعالية والعاطفية، بينما يعزي المكون الثالث إلى المظاهر المعرفية، ويتطلب الشعور بالرفاهة النفسية الرضا عن الحياة بصفة عامة.

ويرى (Gonzalez , Ruiz , Serrano & Casamayor, 2006 ,267) أن للرفاهة النفسية ثمانية أبعاد رئيسة هي: الرضا والاستمتاع بالوقت، والرضا عن التعلم، وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية المدركة، والضبط المدركة، والقيم المادية، والقيم المعرفية والعقلية، والقيم الاجتماعية، وقد أشار (Seligman&Peterson,2005) إلى وجود ستة أبعاد للرفاهة النفسية هى: الرفاهة النفسية وهي: تقبل الفرد لذاته، وعملية النمو والتطور كقاعدة للمستقبل، وتكامل الشخصية، الاستقلالية، والإدراك الدقيق للواقع، والسيطرة علي البيئة، ويرى اوسبولات وايسجور وسيزر (Ozpolat, Isgor & Sezer, 2012 ,257) أن الرفاهة النفسية بنية متعددة الأبعاد وتعكس ويذهب تقييمات الأفراد لأنفسهم ونوعية حياتهم ويتضمن خمسة عوامل للأداء الإيجابي هى الاستقلال الذاتي، والتطور

الشخصى، والعلاقات الايجابية مع الآخرين، والحياة الهادفة وتقبل الذات، ويضيف ماليكينا بيك (Malkina – Pykh ,2014, 1) الرفاهة النفسية بناء متعدد الأبعاد يتألف من ثلاثة مكونات أساسية هى الرضا عن الحياة والوجدان الإيجابي والوجدان السلبي.

يتضح من خلال العرض السابق عن الرفاهة النفسية عدم وجود اتفاق بين الباحثين على إيجاد تعريف محدد وواضح للرفاهة النفسية فالبعض يرى أنها شعور ذاتى بالسعادة والبعض الآخر يرى أنها مزيج من الوجدان الإيجابي والسلبى بينما يرى البعض أنها حالة وجدانية شعورية يمتلكها الشخص، كما يتضح أنها تشتمل على عدة أبعاد وهى: الرضا عن الحياة وهو المكون المعرفي، والمشاعر الإيجابية السارة وهو المكون الوجدان الإيجابي، والمشاعر السلبية الغير سارة وهو المكون الوجدان السلبي، ويتسم الشخص بمستوى عالي من الرفاهة النفسية إذا تكرارت لديه المشاعر الإيجابية وقلت المشاعر السلبية ، وارتفعت لديه درجة الرضا عن الحياة.

المحور الثالث: الابتكارية الانفعالية

يمثل الابتكار الانفعالى مفهوماً جديداً ومهماً فى مجال دراسة الشخصية حيث يُظهر هذا المفهوم جانبين على من الأهمية: الجانب الأول قدرة الشخص على السيطرة على سلوكه وضبط انفعالاته، والجانب الثاني إصدار استجابة انفعالية غير مألوفة تتميز بالأصالة والطلاقة والمرونة والمهارة والتبصر فى آن واحد، ولقد بين (Averill &Nunley, 1992, 55) أن الابتكارية تقع على متصل بين الجانب المعرفى والوجدانى كما أن هناك العديد من المفاهيم التى تتناول الابتكارية من الناحية الوجدانية مثل مفهوم الابتكارية الانفعالية أو ما يطلق عليه الابداع الانفعالي

ويرى أفريل(Averill, 1999, 332) أن يشير هذا المفهوم الى قدرة الشخص على أن يشعر ويعبر عن انفعالاته بأمانة وبطرق مميزة تكون فعالة فى تلبية

احتياجات المواقف الشخصية والبينشخصية، وأشار محمد محمد (٢٠٠٣، ١٩٣) إلى أن الابتكار الإنفعالى هو استعداد الفرد لفهم الموقف الانفعالى الراهن والتصرف فيه بناء على الاستفادة من الخبرات الانفعالية السابقة وكذلك الخبرات الانفعالية للآخرين وإصدار استجابات انفعالية غير مألوفة تتميز بالفاعلية والمهارة والصدق والأمانة والأصالة والطلاقة والمرونة والتبصر ، ويشير أبو زيد الشويقى (٣٤,٢٠٠٨) أن الابتكارية الانفعالية هى الحساسية للانفعالات والقدرة على الفهم والتعبير عن مجموعة من الانفعالات الأصلية بطريقة فريدة وذات فاعلية، وتعرفه شرين دسوقى (١٩٦,٢٠١٠) بأنه قدرة الفرد على التعبير عن الانفعالات الأصلية والمتفردة وذات الفاعلية والتى تدفعه إلى توجيه التفكير بطريقة إيجابية في التعامل مع المواقف المختلفة أو تدفعه لإنتاج بعض الأعمال الأدبية أو العلمية أو الفنية وتعتمد على امتلاك الفرد للاستعدادات الإبداعية التي تتصف بالجدة والفاعلية والأصالة .

يلاحظ على التعريفات السابقة أنها اتفقت على أن الابتكارية الانفعالية هي الاستخدام غير التقليد للانفعالات وتوظيفها من أجل إصدار استجابات انفعالية غير مألوفة تتسم بالجدة والأصالة والفعالية غير أن تعريف محمد محمد (٢٠٠٣) أضاف أن هذه الاستجابة قد تصدر نتيجة الاستفادة من الخبرات الانفعالية للآخرين وهذه إضافة مهمة يتفق معها الباحث.

وإذا كانت النظرة النمطية التي تنظر للانفعال ترى بأنه مجرد استجابة بيولوجية وليس للشخص القدرة على التحكم فيها وفى المقابل فإن الابتكار يقوم على المرونة والانفتاحية والطلاقة كما أنه ينظر للانفعال بأنه تغير بيولوجي غير معروف ولا يمكن اعتباره ضمن العمليات العقلية العليا بينما يبدو الابتكار على العكس من هذا فكان لابد من توضيح تلك العلاقة التي تربط بين الانفعال والابتكار؛ حيث يرى افريل (Averill, 2011, 39 - 40) أن الانفعالات ترتبط بالابتكارية من خلال ثلاثة طرق:-

الأولى: أن تكون الانفعالات كسوابق للابتكارية Emotions as Antevedents to Greativity فالأشخاص يميلون لأن يكونوا أكثر ابتكارية عندما يكونوا فى حالة مزاجية موجبة فعندما تريد أن تشجع الابتكارية لدى شخص يجب أن توفر له الحالة المزاجية الإيجابية ومع ذلك فإ،ن بعض الأفراد قد يكونوا سيئ المزاج وقد يكون هذا عاملاً مساعداً للابتكار.

الثانية: أن تكون الابتكارية كخبرة انفعالية Creativity as an emotional experience فمعظم النوبات الابتكارية لا تحدث فى لحظة ولكنها تحتاج إلى مدد طويلة من التحضير وهناك أيضا أفكار ابتكارية .

الثالثة: أن تكون الانفعالات كمنتجات ابتكارية Product's emotions as creative

ويتم الحكم على الانفعالات من حيث كونها ابتكارية من عدمه من خلال معايير ثلاثة وهى الجدة والأصالة والفعالية.

ويرى لارش (larach, 2009,32-33) أن العلاقة التقليدية بين الانفعال والعملية الابتكارية يمكن النظر إليها من جانبين:

أولهما–أن الحالات الانفعالية المتعددة إما أن تعزز أو تعرقل العملية الابتكارية فبالنسبة للحالات الانفعالية التي تسهل أو تعرقل الابتكار فإن هناك إطارا نظريا بين الاضطرابات الانفعالية (تقلبات المزاج–وحالات الهوس)وبين الحالات الابتكارية المرتفعة التي تتسم بإنتاجية ابتكارية مرتفعة وذلك على الرغم من وجود خلاف حول ما إذا كان المزاج الإيجابي والسلبى على الإنتاج الابتكاري بها (من مثل الابتكارية الإدارية والابتكارية الفنية والابتكارية العلمية وغيرها) ثانيهما إن الحالات الانفعالية المختلفة تؤثر على الدافعية للابتكار خاصة الدافعية الذاتية Intrisic motivation فقد أشارت الأبحاث إلى أن الأفراد يؤدون أداء ابتكاريا أفضل عندما تكون اهتماماتهم الشخصية والشعور بالتحدي والمتعة والرضا الشخصي هم الوقود المحرك لسلوكياتهم الابتكارية.

ويتفق الباحث في الدراسة الراهنة مع اعتبارية أن انفعالات الشخص مثل الغضب والحزن والمزاج السيئ قد تؤدي بصاحبها لأن يصبح مبتكراً وهذا يفسره الابتكار الذى يقوم به الشعراء حين يحزنون أو يغضبون أو يتألمون أو الفنانين التشكيليين حين تعبر صورهم عن الغضب أو التعبير عن مخاوفهم وآلامهم بأشكال مختلفة وهو ما يمكن أن ينسحب على التلاميذ الذين لديهم استعدادات ابتكارية على مستوى الطلاقة والمرونة والتبصر .

وتذكر كريمان منشار (٢٠١٣، ٢٨٤-٢٨٥) أنه منذ ظهور الابتكارية الانفعالية على يد أفريل Averill بدأ التنظير إليه، وتحديد الأدلة التى تبين أن الابتكارية الانفعالية موجودة ويمارسها الأفراد بصفة مستمرة فى حياتهم اليومية ويمكن قياسها من خلال الأبعاد التالية:

١-الاستعداد Preparedness وتعنى فهم وتعلم الشخص لانفعالاته وانفعالات الآخرين وهو محور هام لمعرفة الفروق الفردية التى توجد بين الأشخاص فى طاقاتهم الإبداعية .

٢-الجدة Novelty : وتعد من أكثر مؤشرات الابتكارية انتشارا حيث تشير إلى القدرة على إنتاج استجابات جديدة ومختلفة وغير مألوفة وتتحدد الجدة الانفعالية من خلال مقارنة الاستجابة الانفعالية الراهنة باستجابات الفرد الماضية (المعيار الشخصي) أو مقارنة الاستجابات الانفعالية للفرد بالاستجابات النمطية السائدة فى المجتمع (معيار المجتمع).

٣-الفاعلية Effectivenss وتعنى مهارة الشخص فى التعبير عن انفعالاته ببراعة وأمانة وأن تكون الاستجابة الانفعالية ذات قيمة للشخص أو المجتمع.

٣-الأصالة وتعنى قيمة الاستجابة الانفعالية للشخص والمجتمع ولكى تكون الاستجابة الانفعالية أصيلة فإنه يجب أن تنعكس فى مجموعة القيم والمعتقدات الشخصية فى عالم الشخص الذى يعيشه ويعبر بصدق عما يدور داخل الشخص وتحمل معانى حقيقية وتواكب إمكانات الفرد الجديدة.

دراسات سابقة: قسم الباحث هذا الجزء إلى محورين: المحور الأول: دراسات تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية ، والمحور الثاني: دراسات تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالابتكارية الانفعالية ؛ وذلك كما يلي:

▪المحور الأول : دراسات تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية:

في إطار الدراسات السابقة التي تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية، فقد هدفت دراسة اتشمتز (Schmitz, 2000) بحث تأثير الألكسيثميا في الشعور بالرفاهة النفسية لدى طلاب الجامعة، وشارك في هذه الدراسة (٥٣٤) طالب جامعي منهم (١٢١) ذكور ، و(٤١٣) إناث تتراوح أعمارهم ما بين (١٨) إلى (٢٤) عام ، وتم استخدام مقياس تورنتو للألكسيثميا، والعناية بالذات ، وتنظيم الانفعالات، ومقياس الرفاهة النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية وترجع هذه العلاقة السالبة لقصور العناية بالذات واستخدام استراتيجيات سالبة لتنظيم الذات.

وهدفت دراسة جوستافسون (Gustavson, 2007) التعرف على العلاقة بين الألكسيثميا والوعى الانفعالي والذكاء الانفعالي والرفاهة النفسية ، وشارك في هذه الدراسة (١٤٠) طالباً جامعيا، وتم استخدام مقياس تورنتو للألكسيثميا ، ومقياس بار – أون للذكاء الانفعالي، ومقياس الرفاهة النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا والمتغيرات الانفعالية، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية.

وهدفت دراسة كاميريزي ولابيجتشل (Kiamarsi & llbigichale, 2012) بحث العلاقة بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية لدى طلبة المدارس العليا، وشارك في هذه الدراسة (٩٤) طالبة بالمدارس العليا ي عانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، وتم استخدام مقياس تورننتو للألكسيثميا ومقياس الرفاهة النفسية ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية.

وتناولت دراسة اكسكيوا وآخرون (Xiaoxue et al., 2014) خصائص وطبيعة الارتباط بين الألكسيثميا والتطابق الذاتي والرفاهة النفسية بين طلاب الجامعة ، وشارك في هذه الدراسة (٤١٩) طالب جامعي منهم (١٦٨) طالب معاق سمعيا، و (٢٥١) طالب سوياً، وتم استخدام مقياس التطابق الذاتي، ومقياس نظرية العقل واستبانه الصحة النفسية العامة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود انخفاض دال إحصائياً بمستوى الرفاهة النفسية والتطابق الذاتي وارتفاعاً بمستوى الألكسيثميا لدى المعاقين سمعياً مقارنة بالأسوياء.

المحور الثاني : دراسات تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالابتكارية الانفعالية:

في إطار الدراسات السابقة التي تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالابتكارية الانفعالية، فقد هدفت دراسة أفريل (Averill ,1999) استكشاف العلاقة بين الابتكار الانفعالي والألكسيثميا والتحصيل الدراسي، وشارك في هذه الدراسة (٨٩) فرداً بواقع (٢٨) ذكور، و(٦١) إناث تتراوح أعمارهم ما بين (١٧) إلى (٣٥) عام، وتم استخدام مقياس وجهة الضبط ، واستبيان طرق المواجهة، ومقياس تورنتو للألكسيثميا، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين وجهة الضبط والابتكار الانفعالي ، بينما توصلت إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين الابتكار الانفعالي والألكسيثميا.

وهدفت دراسة فوتش وكامر وبورتر (Fuchs, Kumar & Porter,2007) استكشاف علاقة الابتكار الانفعالي بالابتكار المعرفي والألكسيثميا لدى طلاب الجامعة، وشارك في هذه الدراسة (٣٢٢) طالباً ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٨.٥)إلى (٢٠.٧) عام بمتوسط عمري قدره (١٩.٦) عام وانحراف معياري قدره (١.٣) عام، وتم استخدام استبيان أنماط الابتكارية– النسخة المعدلة ومقياس الابتكار الانفعالي ومقياس الألكسيثميا، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلال إحصائية بين الابتكار الانفعالي والابتكار المعرفي ، بينما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين

الابتكار الانفعالي والألكسيثميا؛ حيث تنخفض مستويات الابتكار الانفعالي لدى الأفراد مرتفعي مستوى الألكسيثميا.

وهدفت دراسة أبو زيد الشويقي (٢٠٠٨) التعرف على علاقة الابتكارية الانفعالية بكل من الألكسيثميا والعوامل الكبرى في الشخصية لدى طلاب الدبلوم العام ، وشارك في هذه الدراسة (٣٩٦) طالباً بالدبلوم العام ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين الابتكارية الانفعالية والألكسيثميا، ووجود علاقة موجبة بين الابتكارية الانفعالية والعوامل الشخصية ما عدا العصابية فكانت غير دالة إحصائياً.

التعليق على الدراسات السابقة:

عند استعراض نتائج الدراسات السابقة التي تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية، تبين وجود اتفاق بين النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات حيث توصلت دراسة (Schmitz, 2000) إلى وجود علاقة سلبية بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية ، وتوصلت دراسة (Gustavson, 2007) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية، وتوصلت دراسة Kiamarsi & (llbigichale, 2012) إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية، وتوصلت دراسة(Xiaoxue et al., 2014) إلى وجود انخفاض دال إحصائياً بمستوى الرفاهة النفسية والتطابق الذاتي وارتفاعاً بمستوى الألكسيثميا لدى المعاقين سمعياً .

وعند استعراض نتائج الدراسات السابقة التي تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالابتكارية الانفعالية تبين وجود اتفاق بين النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات حيث توصلت دراسة (Averill ,1999) إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين الابتكار الانفعالي والألكسيثميا ، وتوصلت ودراسة (Fuchs, Kumar & Porter,2007) إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الابتكار الانفعالي والألكسيثميا؛ حيث تنخفض مستويات الابتكار الانفعالي لدى

الأفراد مرتفعي مستوى الألكسيثميا ، وتوصلت دراسة أبو زيد الشويقي (٢٠٠٨) إلى وجود علاقة سالبة بين الابتكارية الانفعالية والألكسيثميا.

ولقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة التي تناولت الألكسيثميا وعلاقتها بالرفاهة النفسية، والدراسات التي تناولت الألكسيثميا وعلاقتها: إعداد مقياس الألكسيثميا، واختيار الأساليب الإحصائية المناسبة للتحقق من صحة فروض الدراسة، واختيار المشاركين في الدراسة، وتفسير النتائج ، ووضع فروض الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة:

أولاً : منهج الدراسة : اعتمد الباحث في دراسة الراهنة على المنهج الوصفي لأنه أنسب أنواع المناهج لإجرائها؛ وذلك لأنه محاولة علمية للحصول على معلومات وبيانات كافية ودقيقة عن الأفراد من جمهور معين في مجتمع ما.

ثانياً : المشاركون في الدراسة: شارك في هذه الدراسة (٤١٢) طالب تم اختيارهم من المجتمع الأصلي بمدارس التعليم الثانوي بإدارة أشمون التعليمية – محافظة المنوفية (١٨٩) طالباً وطالبة بمدرسة أمين الخولي الثانوية بأشمون و(١١٢) طالباً وطالبة بمدرسة جريس الثانوية المشتركة، و (١١١)، طالباً وطالبة بمدرسة سمادون الثانوية المشتركة تراوحت أعمارهم بين (١٦.٢) عام إلى (١٧.١١) عام ، بمتوسط عمري قدره (١٦.١١) عام ، وانحراف معياري قدره (١٠.٢٠) شهراً ، تم تقسيمهم إلى :

أ- المشاركون في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

تم اختيار المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة من بين طلاب الصف الثاني بالمرحلة الثانوية العامة ، وقد بلغ عددهم (١٥٠) طالب.

ب-المشاركون في الدراسة الأساسية:

تم اختيار المشاركين في الدراسة الأساسية من بين طلاب الصف الثاني بالمرحلة الثانوية العامة ، وقد بلغ عددهم (٢٦٢) طالب وذلك لدراسة علاقة الألكسيثميا بالرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لديهم.

ثالثاً : أدوات الدراسة : يعرض الباحث أدوات الدراسة والتحقق من خصائصها السيكومترية، وذلك حسب ترتيب استخدامها في مراحل الدراسة على النحو التالي :

١.مقياس الألكسثيميا (إعداد: الباحث).

٢.مقياس الرفاهة النفسية . (إعداد :عادل المنشاوي، ٢٠١١)

٣.مقياس الابتكارية الانفعالية إعداد/ إفريل(Avrill, 1999) تعريب: كريمان منشار(٢٠٠٢)

ويمكن تناول هذه الأدوات بشيء من التفصيل فيما يلي

١–مقياس الألكسثيميا (إعداد: الباحث).

قياس الألكسثيميا من المتطلبات الأساسية التي تقتضيها الدراسة الراهنة؛ حيث إنه لابد من تحديد أبعاد الألكسثيميا من الطلاب المشاركين في الدراسة الحالية؛ ونظراً لندرة المقاييس العربية المصممة والمقننة على عينات عربية أو مصرية – في حدود علم الباحث – والتي تقيس الألكسثيميا من الجوانب التي يقيسها المقياس المعد في الدراسة الحالية وهى (صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر – صعوبة وصف الانفعالات والمشاعر – قصور في التخيل وأحلام اليقظة – والتفكير الموجه خارجياً)، وتشبع المقاييس الأجنبية بعوامل ثقافية تختلف عن ثقافة البيئة المصرية؛ لذلك قام الباحث بإعداد مقياس الألكسثيميا وفقًا للخطوات التالية:

أ – **الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلى التعرف على قصور قدرات طلاب المرحلة الثانوية في التعرف على العواطف والمشاعر والانفعالات والتعبير عنها ووصفها وتحديدها أو الدراية بالمشاعر الداخلية وقصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً.

أ-**تحديد مصادر عبارات المقياس:** تم اشتقاق عبارات المقياس من خلال المصادر التالية:

١.الاطلاع على التراث النظري وثيق الصلة بمفهوم الألكسثيميا، وأهم مكوناته وذلك من خلال الإطار النظري للدراسة.

٢.الاطلاع على بعض المقاييس التي تناولت الألكسثيميا وقد وجد الباحث تنوعًا في هذه المقاييس، ومن المقاييس التي تم الرجوع إليها: مقياس تورونتو للألكسيثيميا من إعداد (Bagby, et al. , 1991) ، وترجمة السيد الشربيني (٢٠١٢)، ومقياس القدرة على التعرف على المشاعر المصور من إعداد هشام الخولي (٢٠٠٥)، ومقياس بيرموند – فورست للألكسيثيميا من إعداد بيرموند وفورست ومورمان (Bermond, Vorst & Moormann, 2006)، ومقياس تورونتو للألكسيثيميا من إعداد ثومبسون (Thompson, 2007) .

٣.التعريف الإجرائي للألكسيثيميا ؛ حيث يرى الباحث أن مصطلح الألكسثيميا يعني: صعوبة تعرف طالب المرحلة الثانوية على مشاعره الداخلية وتحديدها وفهمها والتمييز بينها، وعجز قدرته في التعبير عن المشاعر والأحاسيس الداخلية من خلال الكلمات الملائمة، وعجز في قدرته على التخيل، وأحلام اليقظة، وأسلوب معرفي ذي توجه خارجي، وتتحد الألكسيثميا في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها طلاب المرحلة الثانوية في المقياس الذي قام الباحث بإعداده لقياسها.

٤.عرض المقياس في صورته الأولية (٣٧) عبارة على (١٠) من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية ، وقدم الباحث المقياس بأبعاده الثلاثة وتعليماته لهم وطلب منهم إبداء الرأي في المقياس وأبعاده ومدى ملائمة عبارات المقياس ومدى تمثيل العبارات لكل بعد من الأبعاد الثلاثة، وإبداء الرأي في الصياغة اللغوية وأي حذف أو تعديل أو إضافات في صياغة عبارات المقياس، وحددت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠%) فأعلى كأساس

لصلاحية هذا المقاس، وتبين أن نسب اتفاق المحكمين على مقياس الألكسثيميا ، تتراوح ما بين (٨٠% – ١٠٠%)، ولقد قام الباحث بإجراء التعديلات اللازمة والإضافات والصياغات الجديدة والتي أشار إليها السادة المتخصصين على المقياس .

ومن خلال الاستفادة من الاستجابات التي ذكرها الطلاب، والاطلاع على المقاييس والأدوات المتاحة التي اهتمت بقياس الألكسثيميا، وأهم ما خلصت إليه البحوث والدراسات السابقة، والتوصيات التي أدلى بها المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية صاغ الباحث عدد من العبارات التي رأى أنها ترتبط بالألكسثيميا ، وكان عدد العبارات (٣٧) عبارة، تمثل عبارات مقياس الألكسثيميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

د– تعليمات المقياس: صاغ الباحث تعليمات الاستجابة للمقياس متضمنة: الهدف منه، وكيفية الاستجابة لعباراته، وشملت التعليمات مثالًا توضيحيًّا لكيفية الاستجابة لعباراته.

هـ– طريقة الاستجابة للمقياس: حرص الباحث على أن تكون الاستجابة بوضع علامة (✓) أمام العبارة في المكان الذى يُعبر عن درجة انطباق العبارة على التلميذ؛ حيث يوجد بجوار كل عبارة خمسة اختيارات، هي: (دائماً – غالباً – أحياناً – نادراً – أبداً)، وعلى التلميذ أن يختار واحدة منها، وذلك لجميع أبعاد المقياس.

و– **الخصائص السيكومترية للمقياس:** قام الباحث في الدراسة الحالية بالتحقق من صلاحية المقياس للاستخدام في ضوء صدقه وثباته واتساقه الداخلي ؛ وذلك كما يلي:

أولاً : ثبات المقياس : قام الباحث في الدراسة الراهنة بالتحقق من ثبات الاختبار عن طريق نوعين من الثبات هما : الثبات عن طريق ألفا كرونباخ ، والثبات عن طريق إعادة المقياس طريقة التجزئة النصفية، ويمكن تناولهما فيما يلي:

-**طريقة ألفا كرونباخ:** تعتمد هذه الطريقة على حساب معامل ألفا للمقياس بعد حذف درجة العبارة، وحساب معامل الفا للمقياس ككل، وجدول (١) التالى يوضح قيم معاملات ألفا بعد حذف العبارة:

جدول (١): قيم معامل ألفا لمقياس الألكسيثميا (ن=١٥٠)

العبارة	قيمة معامل ألفا	العبارة	قيمة معامل ألفا	العبارة	قيمة معامل ألفا
١	٠,٦٩٢	١٤	٠,٦٩٨	٢٦	٠,٧٠٠
٢	٠,٦٩٣	١٥	٠,٧٠٥	٢٧	٠,٧٠٧
٣	٠,٧٠٦	١٦	٠,٧١١	٢٨	٠,٧١٢
٤	٠,٦٩٩	١٧	٠,٧١٣	٢٩	٠,٧٠١
٥	٠,٧١٢	١٨	٠,٦٩٥	٣٠	٠,٦٩٩
٦	٠,٧٠٠	١٩	٠,٧٠٥	٣١	٠,٦٩٤
٧	٠,٧٠٢	٢٠	٠,٦٩٨	٣٢	٠,٧٠٦
٨	٠,٦٩٧	٢١	٠,٦٩٧	٣٣	٠,٦٩٧
٩	٠,٦٩٥	٢٢	٠,٦٩٩	٣٤	٠,٦٩٧
١٠	٠,٧٠٦	٢٣	٠,٧١٢	٣٥	٠,٦٤٧
١١	٠,٧١٧	٢٤	٠,٦٩٥	٣٦	٠,٧٠١
١٢	٠,٦٩٧	٢٥	٠,٦٩٢	٣٧	٠,٧٠٧
١٣	٠,٧٠٣				

وقد بلغت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل=٠,٧١٢

يتضح من جدول (١) السابق أن قيم معامل ألفا لجميع العبارات تُعبر عن ثباتها ، حيث انخفض معامل ألفا بحذف العبارة فى معظم المقياس، ولم يتغير وظل ثابتاً فى بعض العبارات ولم يتخط معامل ألفا للمقياس ككل فيما عدا العبارة (١١)، والعبارة (١٧) واللتان تم حذفهما ، وهذا يُشير إلى أن جميع عبارات

المقياس مهمة وحذفها قد يؤثر سلباً عليه، مما يُشير إلى أن عبارات المقياس تتسم بثبات ملائم.

-**طريقة** الثبات بطريقة إعادة المقياس : قام الباحث بحساب معامل ثبات مقياس الرفاهة النفسية بطريقة إعادة المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية (١٥٠) طالب ، بفارق زمني قدره (١٥) يوم ، وجدول (٢)التالي يوضح معاملات الارتباط بين درجات التطبيقين :

جدول (٢): ثبات مقياس الألكسيثميا عن طريق إعادة المقياس

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط
١	٠,٥٩١**	١٣	٠,٤٢٧**	٢٥	٠,٣٤٦**
٢	٠,٦٧٤**	١٤	٠,٣٣١**	٢٦	٠,٤٤٨**
٣	٠,٦٣٥**	١٥	٠,٣٩٥**	٢٧	٠,٣٩٧**
٤	٠,٧٠١**	١٦	٠,٦٤١**	٢٨	٠,٦٠٠**
٥	٠,٣٩٧**	١٧	٠,٣٨٥**	٢٩	٠,٥٤٧**
٦	٠,٣٧٥**	١٨	٠,٦٣٤**	٣٠	٠,٣٢٢**
٧	٠,٥٠٧**	١٩	٠,٦٢١**	٣١	٠,٥١٧**
٨	٠,٤٢٤**	٢٠	٠,٦٢٧**	٣٢	٠,٤٦١**
٩	٠,٣٧١**	٢١	٠,٤٠٨**	٣٣	٠,٤٤١**
١٠	٠,٣٥٤**	٢٢	٠,٣٩٧**	٣٤	٠,٦٠٨**
١١	٠,٦٢٧**	٢٣	٠,٧١٢**	٣٥	٠,٦٢٢**
١٢	٠,٦٨٥**	٢٤	٠,٦٢٢**		

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول(٣) أن جميع معاملات الارتباط بين تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه بالنسبة لجميع عباراته مقبولة ؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٣٣١) ، و (٠,٧١٢) وهى معاملات ثبات مقبولة ، ومن ثم يمكن الوثوق بها كمؤشر على ثبات المقياس.

ثانيًا : صدق المقياس: اعتمد الباحث في حساب صدق المقياس على نوعين من الصدق هما: الصدق العاملي والصدق المرتبط بالمحك ويمكن تناولهما فيما يلي :

-الصدق العاملي: تم إجراء تحليل عاملي لبيانات المشاركين في الدراسة البالغ عددهم () على مفردات المقياس البالغ عددها (٣٦) مفردة بطريقة المكونات الرئيسية Principal components مع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس Varimax باستخدام محك كايزر وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي عن ثلاثة عوامل فسرت (٤٠.٣٢٣%) من التباين الكلي كما هو موضح بالجدول(٤)التالي:

جدول (٤) تشبعات العبارات على العوامل لمقياس الألكثيثميا (ن= ١٥٠)

العبارة	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العبارة	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث
١	٠,٥١٩			١٩			٠,٣٨٩
٢		٠,٥٤٩		٢٠	٠,٦٠٥		
٣	٠.٣٥٠		٠,٥٠٨	٢١	-٠.٣٧٤	٠,٧٣٤	
٤	٠,٦٣٦		-٠.٣٥٩	٢٢			٠,٦٤٣
٥		٠,٦٢٨		٢٣	٠,٤٧١		
٦			٠,٣٩٤	٢٤		٠,٤٢٠	
٧	٠,٣٩٤			٢٥			٠,٤٩١
٨		٠,٧٣٤		٢٦	٠,٥٤٦	-٠,٣٩٢	
٩	٠,٣٦١		٠,٦١٩	٢٧		٠,٥٥٢	
١٠	٠,٦٦١			٢٨			٠,٤٦٧
١١		٠,٤٠٠	-٠,٣٥٤	٢٩	٠,٧٠٧		
١٢			٠,٦٥٣	٣٠		٠,٦٢٧	
١٣	٠,٥١٢			٣١			٠,٣٩٤
١٤		٠,٣٩٩		٣٢	٠,٥٤٥		
١٥	٠,٣٥١		٠,٥٩٤	٣٣		٠,٧٠١	
١٦	٠,٦٠٣			٣٤	٠,٧٢٤		

DOI : 10.12816/0053297

١٧		٠,٤٧٥		٣٥	-٠,٣٦٠	٠,٥٧٣	
١٨	٠,٦٩١						
				نسبة التباين	١٦,١٨	١٢,٧٩٧	١١,٣٤٦
				الجذر الكامن	٥,٦٦٣	٤,٤٧٩	٣,٩٧١

- العامل الأول : تشبع عليه المفردات (١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٨، ٢٠، ٢٣، ٢٦، ٢٩، ٣٢، ٣٤) يفسر (١٦,١٨%) من التباين الكلي وتم تسميته صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر.
- العامل الثاني : تشبع عليه المفردات (٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢١، ٢٤، ٢٧، ٣٠، ٣٣، ٣٥) يفسر (١٢,٧٩٨%) من التباين الكلي وتم تسميته صعوبة وصف الانفعالات والمشاعر.
- العامل الثالث : تشبع عليه المفردات (٣، ٦، ٩، ١٢، ١٥،١٩، ٢٢، ٢٥، ٢٨، ٣١) يفسر (١١,٣٤٦%) من التباين الكلي وتم تسميته قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً.

-صدق المحك الخارجي :

قام الباحث في الدراسة الراهنة بالتحقق من صدق المقياس عن طريق صدق المحك ؛ حيث قامت بتطبيق مقياس تورونتو للألكسيثيميا ترجمة السيد كامل الشربيني (٢٠١٢)، باعتباره محكًا لمقياس الألكسيثميا المستخدم في الدراسة الراهنة على المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس(١٠٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الثاني الإعدادي ، تتراوح أعمارهم ما بين (١٤.١) عام إلى (١٥.٧) عام ، فبلغ معامل الارتباط (٠,٧٩١) بما يشير إلى صدق المقياس.

ثالثاً : الاتساق الداخلي : اعتمد الباحث في حساب الاتساق الداخلي للمقياس على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبُعد الذي تنتمي إليه ، ودرجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ؛ وجدول (٥) التالي يوضح ذلك:

جدول (٥) الاتساق الداخلي لمقياس الألكسيثميا (ن = ١٥٠)

البُعد الأول	معامل الارتباط	البُعد الثانى	معاملات الارتباط	البُعد الثالث	معاملات الارتباط
١	**٠,٣٩٧	٢	**٠,٥٠١	٣	**٠,٣٩٧
٤	**٠,٣٢٢	٥	**٠,٤٧١	٦	**٠,٣٧٤
٧	**٠,٤٠٩	٨	**٠,٤٢٧	٩	**٠,٥٠٢
١٠	**٠,٤٦٢	١١	**٠,٣٧١	١٢	**٠,٥١١
١٣	**٠,٤٧١	١٤	**٠,٣٩٨	١٥	**٠,٣٧٤
١٦	**٠,٥١٤	١٧	**٠,٥٠٩	١٩	**٠,٤٦٨
١٨	**٠,٣٦٤	٢١	**٠,٣٢٧	٢٢	**٠,٤٩٩
٢٠	**٠,٣٣٢	٢٤	**٠,٤٨١	٢٥	**٠,٣٧٤
٢٣	**٠,٤٤١	٢٧	**٠,٥٢٧	٢٨	**٠,٣٣٥
٢٦	**٠,٣٩٤	٣٠	**٠,٥٢٢	٣١	**٠,٤٦٧
٢٩	**٠,٥٠٠	٣٣	**٠,٣٧٩		
٣٢	**٠,٤٧١	٣٥	**٠,٤٨٧		
٣٤	**٠,٥٢٧				

البعد	معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط
الأول	**٠,٤٧٩	الثاني	**٠,٥١٢	الثالث	**٠,٤٥٣

** دالة عند ٠,٠١

يتبين من جدول(٥) السابق أن جميع عبارات المقياس ترتبط مع درجات الأبعاد التي تنتمي إليها ، كما أن جميع أبعاد المقياس ترتبط مع الدرجة الكلية ،

DOI : 10.12816/0053297

مما يُشير إلى ارتباط عبارات المقياس بأبعاده وارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية ، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

ح– طريقة تقدير الدرجات: تم وضع مفتاح لتصحيح المقياس على أساس اختيار بديل من خمسة بدائل على كل عبارة وهى: (دائماً – غالباً – أحياناً – نادراً – أبداً)؛ وحيث إن المقياس به عبارات موجبه وأخرى سالبة فقد تم احتساب الدرجات عليه ب (٥، ٤، ٢، ٢، ١) للعبارات الموجبة، و (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للعبارات السالبة، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (١٦٥) كحد أقصى، و(٣٥) كحد أدنى وتدل الدرجة المرتفعة على معاناة الطالب بدرجة مرتفعة من الألكسيثميا.

مما سبق يتبين تمتع مقياس الألكسيثيميا بمعاملات ثبات وصدق واتساق داخلي عالية ودالة إحصائياً مما يشير إلى صلاحية المقياس وإمكانية تطبيقه على المشاركين في الدراسة الحالية.

٢–مقياس الرفاهة النفسية: إعداد: عادل المنشاوي (٢٠١١)

أ– الهدف من المقياس: يهدف هذا المقياس إلى التعرف على مستوى الرفاهة النفسية لدى المرحلة الثانوية.

أ–مصادر عبارات المقياس: اعتمد معد المقياس في بناءه على الإطار النظري لمفهوم الرفاهة النفسية ومراجعة أدبيات المجال والاستفادة من نموذج رايف (Ryff,2006) للعوامل الستة لقياس الرفاهة النفسية و هذه الأبعاد هي :(الاستقلالية – العلاقات الإيجابية مع الآخرين – النمو الشخصي – الغرض من الحياة – تقبل الذات – التمكن من البيئة).

ب–الخصائص السيكومترية للمقياس: تحقق معد المقياس من الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية من خلال اتساقه الداخلي والثبات والصدق، وذلك وفقا لما يلي:

أولا : الاتساق الداخلي : تحقق معد المقياس من الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الرفاهة النفسية؛ وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط عبارات كل بعد والدرجة

الكلية للبعد التي تنتمي إليه ؛ وتراوحت قيم معاملات الارتباط على بعد الاستقلالية ما بين(٠,٥٥ – ٠,٦٩)، وعلى بعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين ما بين (٠,٥٨ – ٠,٦٩)، وعلى بعد النمو الشخصي ما بين (٠,٥٦– ٠,٦٦)، وعلى بعد الغرض من الحياة ما بين (٠,٢٥ – ٠,٦٤)، وعلى بعد تقبل الذات ما بين (٠,٥٥ – ٠,٦٩)، وعلى بعد التمكن من البيئة تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٥٦– ٠,٦٥).

كما تحقق معد المقياس من الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٥٥– ٠,٦٩) وتشير هذه المعاملات إلى ارتفاع معاملات الارتباط ، ومن ثم يمكن الوثوق في الاتساق الداخلي لمقياس الرفاهة النفسية وكونه مناسباً.

ثانيا : ثبات المقياس: تحقق معد المقياس من ثبات المقياس بطريقتين : الطريقة الأولى: عن طريق إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره ثلاثة أسابيع؛ حيث تراوحت معاملات الثبات للأبعاد الفرعية للمقياس ما بين(٠,٦٥–٠,٧١) وبلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٧٤)، والطريقة الثانية: عن طريق معامل ألفا كرونباخ ؛ حيث تراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين(٠,٦٦– ٠,٧٥) وبلغ معامل ثبات المقياس ككل(٠,٧٦) ويشير ذلك إلى ارتفاع معاملات المقياس.

ثالثا : صدق المقياس: تحقق معد المقياس من صدقه عن طريق: التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج ليزرل (LISREL 8.80)، وتشير النتائج إلى أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حاز على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة ؛ حيث كانت قيمة كا^2 غير دالة إحصائياً وأن معاملات الصدق الست –التشبع على العامل الكامن الواحد– دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)

وقام الباحث في الدراسة الراهنة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية: من خلال اتساقه الداخلي، والثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وصدق المحك ، وذلك وفقا لما يلي:

أولا : الاتساق الداخلي : اعتمد الباحث في حساب الاتساق الداخلي للمقياس على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبُعد الذي تنتمي إليه ، ودرجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس؛ وجدول (٦) التالي يوضح ذلك:

جدول (٦) : الاتساق الداخلي لمقياس الرفاهة النفسية (ن = ١٥٠)

البُعد الأول	معامل الارتباط	البُعد الثانى	معاملات الارتباط	البُعد الثالث	معاملات الارتباط
١	٠,٣٤١**	٨	٠,٥٠٧**	١٧	٠,٣٩٦*
٢	٠,٤٥٩**	٩	٠,٤١٩**	١٨	٠,٣٤٠*
٣	٤٢٢**	١٠	٠,٥٢١**	١٩	٠,٤١١**
٤	٠,٥٠٥**	١١	٠,٣٤٤**	٢٠	٠,٥٢٧**
٥	٠,٣٩٤**	١٢	٠,٣٧٦**	٢١	٠,٣٣٧**
٦	٠,٣٩٩**	١٣	٠,٤٩٢**	٢٢	٠,٣٧٢**
٧	٠,٥١٧**	١٤	٠,٣٥٨**	٢٣	٠,٤٦١*
		١٥	٠,٤٩٣**		
		١٦	٠,٥٢٢**		

البُعد الرابع	معامل الارتباط	البُعد الخامس	معاملات الارتباط	البُعد السادس	معاملات الارتباط
٢٤	٠,٥٤٧**	٣١	٠,٥١٧**	٣٧	٠,٥٤٧**
٢٥	٠,٥٣٧**	٣٢	٠,٣٧٤**	٣٨	٠,٣٦٢**
٢٦	٠,٤٧٢**	٣٣	٠,٣٩٥**	٣٩	٠,٣٤١**
٢٧	٠,٣٥٤**	٣٤	٠,٤٧٤**	٤٠	٠,٥٢٥**
٢٨	٠,٣٣٧**	٣٥	٠,٥٦٤**	٤١	٠,٤٧٦**
٢٩	٠,٤٩١**	٣٦	٠,٣٩٤**	٤٢	٠,٤٤١**

٣٠	٠,٤٢٢**				
البُعد	معامل الارتباط	البُعد	معامل الارتباط	البُعد	معامل الارتباط
الأول	٠,٤٧٢**	الثاني	٠,٥٠٦**	الثالث	٠,٣٧٤**
الرابع	٠,٤١١**	الخامس	٠,٣٩٧**	السادس	٠,٥١١**

**** دالة عند ٠,٠١**

يتضح من جدول(٦) أن جميع عبارات المقياس ترتبط مع درجات الأبعاد التي تنتمي إليها، وجميع أبعاد المقياس ترتبط مع الدرجة الكلية، مما يُشير إلى ارتباط عبارات المقياس بأبعاده وارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية ، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

ثانيا : الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: تعتمد هذه الطريقة على حساب معامل ألفا للمقياس بعد حذف درجة العبارة ، وحساب معامل الفا للمقياس ككل، وجدول (٧) التالى يُبين قيم معاملات ألفا بعد حذف العبارة :

جدول (٧): قيم معامل ألفا لمقياس الكفاءة لمقياس الرفاهة النفسية (ن = ١٥٠)

رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا
١	٠,٧٤١	**١٢**	٠,٧٥٠	**٢٣**	٠,٧٣٨	٣٣	٠,٧٥٠
٢	٠,٧٤٩	**١٣**	٠,٧٣٩	٢٤	٠,٧٤٦	**٣٤**	٠,٧٤٦
٣	٠,٧٣٨	**١٤**	٠,٧٣٨	**٢٥**	٠,٧٣٩	**٣٥**	٠,٧٤٤
٤	٠,٧٣٧	**١٥**	٠,٧٤٨	٢٦	٠,٧٤٥	**٣٦**	٠,٧٣٨
٥	٠,٧٥٠	**١٦**	٠,٧٤٥	٢٧	٠,٧٣٨	٣٧	٠,٧٣٦
٦	٠,٧٥١	**١٧**	٠,٧٣٧	٢٨	٠,٧٣٧	**٣٨**	٠,٧٤٧
٧	٠,٧٤٤	**١٨**	٠,٧٥١	٢٩	٠,٧٥٠	**٣٩**	٠,٧٥٢
٨	٠,٧٤٩	**١٩**	٠,٧٤٩	٣٠	٠,٧٤٨	**٤٠**	٠,٧٣٧

DOI : 10.12816/0053297

٩	٠,٧٤٠	٢٠	٠,٧٤٤	٣١	٠,٧٤٣	٤١	٠,٧٤٥
١٠	٠,٧٤٦	٢١	٠,٧٤٠	٣٢	٠,٧٤٥	٤٢	٠,٧٤٩
١١	٠,٧٥٢	٢٢	٠,٧٥١				

وقد بلغت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل=٠,٧٥٢

يتضح من جدول (٧) السابق أن قيم معامل ألفا لجميع العبارات تُعبر عن ثباتها، حيث انخفض معامل ألفا بحذف العبارة فى معظم المقياس، ولم يتغير وظل ثابتًا فى بعض العبارات ولم يتخط معامل ألفا للمقياس ككل، وهذا يُشير إلى أن جميع عبارات المقياس مهمة وحذفها قد يؤثر سلبًا عليه، مما يُشير إلى أن عبارات المقياس تتسم بثبات ملائم.

ب–وصف المقياس: تكون المقياس من مجموعة من العبارات لقياس كل بُعد من الأبعاد الست، وكان في صورته الأولية مكون من(٤٥) عبارة موزعة على الأبعاد الست للمقياس، وتم حذف ثلاث عبارات فأصبح المقياس في صورته النهائية (٤٢) عبارة موزعة على أبعاد الرفاهة النفسية على النحو التالي :

١–الاستقلالية: ويُقاس هذا البُعد بالعبارات رقم (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧) المجموع (٧) عبارات.

٢–العلاقات الإيجابية مع الآخرين: ويُقاس هذا البُعد بالعبارات رقم (٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦) المجموع (٩) عبارات.

٣– النمو الشخصي: ويُقاس هذا البُعد بالعبارات رقم (١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣) المجموع (٧) عبارات.

٤–الغرض من الحياة: ويُقاس هذا البُعد بالعبارات رقم (٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠) المجموع (٧) عبارات.

٥–تقبل الذات: ويُقاس هذا البُعد بالعبارات رقم (٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦) المجموع (٦) عبارات.

٦- التمكن من البيئة: ويُقاس هذا البُعد بالعبارات رقم (٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢) المجموع (٦) عبارات .

د- طريقة تقدير الدرجات: تم استخدم مقياس ليكرت ثلاثي التدريج، وذلك بوضع ثلاث بدائل أمام كل عبارة هي: تنطبق تماما، تنطبق أحيانًا، لا تنطبق، وتقدر الدرجات (٣-٢-١) على الترتيب ، تتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين (٤٢-١٢٦) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الرفاهة النفسية.

٣-مقياس الإبتكارية الإنفعالية : إعداد/ إفريل(Avrill, 1999) تعريب: كريمان منشار(٢٠٠٢).

أ- **الهدف من المقياس:** يهدف هذا المقياس إلى قياس الاستعداد الانفعالي والجدة والأصالة لدى الطلاب.

ب_ وصف المقياس في صورته الأصليه:

تذكر مترجمة المقياس أن المقياس في صورته الأولية من (٣٠) عبارة موزعة على أربع أبعاد هى: الاستعداد وتقيسه العبارات من (١) إلى (٧)، والجدة وتقيسه العبارات من (٨) إلى (٢١)، والفاعلية وتقيسه العبارات من (٢٢) إلى (٢٦)، والأصالة وتقيسه العبارات من (٢٧) إلى (٣٠)، وقد دمج معد المقياس البعدين الرابع والخامس معا في بعد واحد بعد إجرائه التحليل العاملي للمقياس وبذلك يشمل المقياس على ثلاثة أبعاد فقط هى الاستعداد، والجدة ، والأصالة.

ج- الخصائص السيكومترية للمقياس: بعرض الباحث في هذا الجزء الخصائص السيكومترية للمقياس في النسخة الانجليزية والنسخة المترجمة، وما قام به الباحث في الدراسة الراهنة للتحقق من خصائص المقياس السيكومترية.

١-الخصائص السيكومترية للنسخة الإنجليزية:

قام معد المقياس بالتحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات ألفا للمقياس ككل والذي بلغ (٠.٩٠) ، كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة

إعادة المقياس بفاصل زمني قدره (٣) أشهر وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠.٩١).

كما قام معد المقياس بالتحقق من صدقه عن طريق التحليل العاملي للمقياس باستخدام طريقة المكونات الأساسية وتم تدوير العوامل بطريقة الفاريمكس واعتمد على محك كايزر باعتبار التشبعات التي تصل إلى (٠.٣) تشبعات دالة إحصائياً، وقد بينت النتائج أن التشبعات لم تقل عن (٠.٣).

-الخصائص السيكومترية للنسخة المترجمة:

قامت كريمان منشار (٢٠٠٢) بعرض المقياس بعد ترجمته على سبعة محكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية للتحقق من دقة الترجمة وصياغة العبارات وقد أجريت التعديلات التي أشار إليها المحكمون، وللتحقق من الاتساق الداخلي وثبات وصدق المقياس ، تم إتباع الخطوات الآتية:

-الاتساق الداخلي للمقياس: قامت معدة المقياس بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس مع المجموع الكلي للمقياس، فكانت معاملات الارتباط لبعد الاستعداد (٠.٥٨)، وبعد الجدة (٠.٨٣)، وبعد الأصالة (٠.٥٣)، وجميع هذه المعاملات دالة إحصائياً وتشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

-ثبات المقياس: قامت معدة المقياس بالتحقق من ثباته عن طريق معامل ألفا كرونباخ فاجأت معاملات ألفا للبعد الأول(٠.٥٧)، والبعد الثاني (٠.٧٢)، والبعد الثالث (٠.٧٢)، الكلية للمقياس (٠.٧٢)، كما قامت بالتحقق من ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية فاجأت معاملات الارتباط للبعد الأول (٠.٥٢)، والبعد الثاني (٠.٦٨)، والبعد الثالث (٠.٥٨)، والدرجة الكلية للمقياس (٠.٦٢).

-صدق المقياس: قامت معدة المقياس بالتحقق من صدقه عن طريق استخدام صدق المحك؛ حيث طبقت اختبار تورنس للتفكير الابتكاري ترجمة عبدالله

سليمان وفؤاد أبو حطب (١٩٧١) مع مقياس الابتكارية الانفعالية فبلغ معامل الارتباط (٠.٤١).

الخصائص السيكومترية لمقياس الابتكارية الانفعالية في الدراسة الراهنة:

من خلال اتساقه الداخلي، والثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وصدق التحليل العاملي ، وذلك وفقا لما يلي:

- **الاتساق الداخلي :** اعتمد الباحث في حساب الاتساق الداخلي للمقياس على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبُعد الذي تنتمي إليه وجدول (٨) التالي يوضح ذلك:

جدول (٨) : الاتساق الداخلي لمقياس الابتكارية الانفعالية (ن = ١٥٠)

البُعد الأول	معامل الارتباط	البُعد الثاني	معاملات الارتباط	البُعد الثالث	معاملات الارتباط
١	**٠,٥٦٩	٨	**٠,٦٢٨	٢٣	*٠,٤٤٦
٢	**٠,٧١٣	٩	**٠,٣٩٠	٢٤	*٠,٥٣٧
٣	**٤٩٧	١٠	**٠,٥٠٨	٢٥	*٠,٥٢٢
٤	**٠,٣٨٦	١١	**٠,٦٣١	٢٦	*٠,٣٩٧
٥	**٠,٤٤٥	١٢	**٠,٥٦٩	٢٧	*٠,٦٤٩
٦	**٠,٦٢٠	١٣	**٠,٣٨٢	٢٨	*٠,٦٩٥
٧	**٠,٦٩٤	١٤	**٠,٦٣٩	٢٩	*٠,٣٩٥
		١٧	**٠,٦٠٠	٣٠	*٠,٤١١
		١٨	**٠,٤٣٨		
		١٩	**٠,٧٠٣		
		٢٠	**٠,٦٢٣		
		٢١	**٠,٥٦٤		
		٢٢	**٠,٦٣٧		

** دالة عند ٠,٠١

DOI : 10.12816/0053297

يتضح من جدول(٨) أن جميع عبارات المقياس ترتبط مع درجات الأبعاد التي تنتمي إليها، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

-ثبات المقياس : قام الباحث في الدراسة الراهنة بالتحقق من ثبات المقياس على المشاركين في الدراسة الاستطلاعية بطريقة التجزئة النصفية ؛ حيث قام بتقسيم المقياس ككل إلى نصفين ، وتقسيم كل بُعد إلى نصفين، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل قسمين، والجدول (٩) التالي يوضح النتائج:

جدول (٩) : معامل الارتباط بين نصفى كل بعد ونصفى المقياس ككل (ن= ١٥٠)

البُعد	الأول	الثانى	الثالث	الدرجة الكلية
معامل الارتباط	٠,٧١٦**	٠,٥٩٣**	٠,٦٧٤**	٠,٦٦٣**

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) أن ثبات المقياس ككل وأبعاده بشكل مستقل مرتفع ، حيث جميع معاملات الارتباط مرتفعة ومناسبة ، مما يُشير إلى أن المقياس بأبعاده يتسم بثبات ملائم، ويصلح للاستخدام في الدراسة الحالية.

صدق المقياس: تحقق الباحث في الدراسة الراهنة من صدق المقياس باستخدام صدق المحك ؛ حيث طبق مقياس الابتكار الانفعالي إعداد: رشا عيد (٢٠١٥)، باعتباره محكا لمقياس العوامل الابتكارية الانفعالية المستخدم في الدراسة الحالية على المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من طلاب المرحلة الثانوية، ، فبلغ معامل الارتباط(٠,٤٣٧) بما يشير إلى صلاحيته للاستخدام في الدراسة الراهنة.

د- طريقة تقدير الدرجات: قام معد المقياس باستخدم مقياس ليكرت خماسي التدريج، وذلك بوضع خمسة بدائل أمام كل عبارة هي: موافق بشدة، أوافق، متردد، غير موافق، غير موافق بشدة، وتقدر الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) على الترتيب للعبارات جميعها ما عدا العبارتين (٤، ٣٠) فيتم عكس التقديرات،

وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين (٣٠-١٥٠) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الابتكارية الانفعالية.

نتـائج الدراسـة وتفسـيرها: يعـرض الباحـث فـي هـذا المحـور نتـائج التحليـل الإحصائي، حيث يبدأ بعرض النتائج المتعلقة بفروض الدراسة.

١- اختبار الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية لدى المرحلة الثانوية"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب في مقياس الألكسيثميا ودرجاتهم في مقياس الرفاهة النفسية ، وجدول (١٠) يبين نتيجة هذا الإجراء :

جدول (١٠): معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الألكسيثميا ودرجات الرفاهة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية

الألكسيثميا / الرفاهة النفسية	صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر	صعوبة وصف الانفعالات والمشاعر	قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً	الدرجة الكلية
الاستقلالية	-٠,٣٩٥**	-٠,٢٤٧**	-٠,٣٥٠**	-٠,٣٦٢**
العلاقات الإيجابية مع الآخرين	-٠,٤١٢**	-٠,٣٣٥**	-٠,٣١٧**	-٠,٤٣٥**
النمو الشخصي	-٠,٣٢٩**	-٠,٢٦٣**	-٠,٤٠١**	-٠,٣٢٣**
الغرض من الحياة	-٠,١٥٧*	-٠,١٣٨*	-٠,١٦٢**	-٠,٢٠٩**
تقبل الذات	-٠,٢٩٧**	-٠,٣٤٧**	-٠,٣٤١**	-٠,٣٢٩**
التمكن من البيئة	-٠,٣١٣**	-٠,٢٢١*	-٠,٤٠٠**	-٠,٣١٥**
الدرجة الكلية للمقياس	-٠,٣٧٤**	-٠,٣٦٤**	-٠,٤٢١**	-٠,٣٩٢**

DOI : 10.12816/0053297

*داله عند ٠,٠٥ ** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) وجود علاقة ارتباطيه سالبة داله إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الطلاب في الاستقلالية وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والعلاقات الايجابية مع الآخرين وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والغرض من الحياة وكل من قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، وتقبل الذات وكل من وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والتمكن البيئي وكل من وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والدرجة الكلية لمقياس الرفاهة النفسية وكل من وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، كما أنه توجد علاقة ارتباطيه سالبة داله إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين درجات الطلاب في الغرض

من الحياة وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر .

تفسير نتائج الفرض الأول :

يتبين من نتائج الفرض الأول بجدول (١٠) أنها في مجملها تبين وجود علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية من الأفراد المشاركين في الدراسة على مقياس الألكسيثميا (الدرجة الكلية – الأبعاد الفرعية)، ودرجاتهم على مقياس الرفاهة النفسية (الدرجة الكلية–الأبعاد الفرعية)، ومعنى ذلك أن الطلاب الذين يعانون من الإصابة بالألكسيثميا يتسمون بانخفاض الرفاهة النفسية وعدم التمكن البيئي وعدم تقبل الذات ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن إصابة الشخص بالألكسيثميا يعرضه إلى الوقوع في مصادمات مع الآخرين وتجعله أقل تحملاً وأقل قبولاً لردود أفعاله غير المتوقعة كما تجعله يكون مفهوماً سالباً عن ذاته، الشعور بالعجز المستمر للشخصية – وعدم الانفتاح على الخبرات الجديدة – الشعور بالتشأؤم – وعدم التغير في طريقة التفكير كانعكاس للمعرفة الذاتية والفاعلية المنخفضة – وعدم الشعور بالتحسن المستمر للذات والسلوكيات بمرور الوقت ، وعدم الإحساس بالتوجه والهداف في الحياة – وعدم الشعور بمعنى الحياة في الحاضر والماضي – وعدم الثقة وعدم الموضوعية في تحديد أهدافه في الحياة، الاتجاهات السالبة نحو الذات – وعدم تقبل المظاهر المتعددة للذات بما تشمله من إيجابيات وسلبيات – الشعور السلبي عن الحياة الماضية ومن ثم يصبح أقل رفاهة نفسية .

وتتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة (Schmitz, 2000) وجود علاقة سلبية بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية ، ودراسة (Gustavson, 2007) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية، ودراسة (Kiamarsi & Ilbigichale, 2012) والتي توصلت إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الألكسيثميا والرفاهة النفسية، ودراسة Xiaoxue et al.,

(2014) والتي توصلت إلى وجود انخفاض دال إحصائياً بمستوى الرفاهة النفسية والتطابق الذاتي وارتفاعاً بمستوى الألكسيثميا لدى المعاقين سمعياً .

٢- اختبار الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الألكسيثميا والابتكارية الانفعالية"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب في مقياس الألكسيثميا ودرجاتهم في مقياس الابتكارية الانفعالية، والجدول (١١) يوضح نتيجة هذا الإجراء :

جدول (١١): معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الألكسيثميا ودرجات الابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية

الألكسيثميا / الابتكارية الانفعالية	صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر	صعوبة وصف الانفعالات والمشاعر	قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً	الدرجة الكلية
الاستعداد	-٠,٣٥٤**	-٠,٤١٩**	-٠,٤٢٥**	-٠,٤١٣**
الجدة	-٠,٤١٤**	-٠,٣٩٧**	-٠,٤٠٠**	-٠,٤١١**
الأصالة	-٠,٤٢٠**	-٠,٣٠١**	-٠,٣٩٦**	-٠,٣٤٢**
الدرجة الكلية للابتكارية الانفعالية	-٠,٣٨٢**	-٠,٣٩٦**	-٠,٤١٨**	-٠,٤٢٩**

*داله عند ٠,٠٥ ** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١١) وجود علاقة ارتباطيه سالبة داله إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الطلاب في الاستعداد وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والجدة وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة

والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والأصالة وكل من وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ، والدرجة الكلية لمقياس لابتكارية الانفعالية وكل من وكل من صعوبة التعرف على الانفعالات والمشاعر ، وصعوبة وصف الانفعالات والمشاعر ، و قصور في التخيل وأحلام اليقظة والتفكير الموجه خارجياً ، والدرجة الكلية لمقياس الألكسيثميا ،

تفسير نتائج الفرض الثاني :

يتضح من نتائج الفرض الثاني جدول (١٢) أنها في مجملها تبين وجود علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية من الأفراد المشاركين في الدراسة على مقياس الألكسيثميا (الدرجة الكلية – الأبعاد الفرعية)، ودرجاتهم على مقياس الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية–الأبعاد الفرعية)، ومعنى ذلك أن الطلاب ذوي الألكسيثميا المرتفعة يتسمون بالابتكارية الانفعالية المنخفضة وعدم القدرة على التطور الشخصي ، وعدم القدرة على التعامل الإيجابي مع الانفعالات، وعدم القدرة على المواجهة والتوافق، إضافة إلى عدم القدرة على التعامل الفعال مع مواقف الإحباط ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن عدم ابتكار الشخص انفعالياً يكسبه كثير من الصفات التي تعوقه عن الإحساس بالقدرة على اختيار وإيجاد بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية ، وعدم الدفء والرضا والثقة في علاقاته الشخصية مع الآخرين، وعدم الاهتمام بسعادة الآخرين ، وعدم القدرة على التفهم والصداقة والأخذ والعطاء في العلاقات الإنسانية.

وتتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة (Averill ,1999) والتي توصلت توصلت إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين الابتكار الانفعالي والألكسيثميا ، ودراسة (Fuchs, Kumar & Porter,2007) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الابتكار الانفعالي والألكسيثميا؛ حيث

تنخفض مستويات الابتكار الانفعالي لدى الأفراد مرتفعي مستوى الألكسيثميا ، ودراسة أبو زيد الشويقي (٢٠٠٨) والتي توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين الابتكارية الانفعالية والألكسيثميا.

٣-اختبار الفرض الثالث :

ينص الفرض الثالث على أنه: " يمكن التنبؤ بالألكسيثميا من خلال الرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية ". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة دلالة المعادلة التنبؤية للرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية في التنبؤ بالألكسيثميا لدى طلاب المرحلة الثانوية، وجدول (١٣) يوضح نتيجة هذا الإجراء :

جدول (١٣): تحليل الانحدار لبيان إسهام الرفاهة النفسية والابتكارية الانفعالية في التنبؤ بالألكسيثميا

المتغيرات المنبئة	ر	ر٢	ف	الخطأ المعياري	معامل بيتا	قيمة "ت"
الاستقلالية	٠,٣٩٢	٠,١٥٤	١٤,٥٢١**	٠,٣٩٢	٠,١٥٦	٤,٢٥٢
العلاقات الإيجابية مع الآخرين				٠,٤١٣	٠,١٦١	٥,٠٣١
النمو الشخصي				٠,٤٠٠	٠,١٥٩	٤,٩٢٠
الغرض من الحياة				٠,٣٥٢	٠,١٣٢	٣,٩٢٩
تقبل الذات				٠,٢٩٣	٠,١١٥	٣,٥٢١
التمكن من البيئة				٠,٣٩٨	٠,١٥٨	٤,٥٩١
الدرجة الكلية للرفاهة النفسية				٠,٣٣١	٠,١٢٧	٣,٧٢١
الاستعداد	-٠,٤٢٩	٠,١٨٤	١٨,٠١٣**	٠,٢٣٩	٠,١٠٥	٢,٨٩٤
الجدة				٠,٣١٥	٠,١١٣	٣,٥١٤

الأصالة			٠,٤٢١	٠,١٧٠	٥,٢٩٧
الدرجة الكلية للابتكارية الانفعالية			٠,٣٦٢	٠,١٣٩	٤,٠٩٢

**** دالة عند ٠,٠١**

تشير نتائج جدول (١٣) إلى دلالة المعادلة التنبؤية للرفاهة النفسية في التنبؤ بالألكسيثميا، حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٣٩٢) وهى قيمة دالة ومرتفعة ، وبلغت قيمة "ف" (١٤,٥٢١) وهذه القيمة تشير إلى دلالة التباين الإحصائية ، وقد بلغت قيمة (ر٢) (٠,١٥٤) بما يشير إلى أن الرفاهة النفسية يعزى إليها (١٥%) من تباين درجات المشاركين في الدراسة على الألكسيثميا ، وتبين نتائج تحليل الانحدار أن الأساليب المنبئة إحصائيا مرتبة ترتيبا تنازليا حسب نسبة الإسهام وهى : العلاقات الإيجابية مع الآخرين– النمو الشخصي– الاستقلالية – التمكن من البيئة – الغرض من الحياة – الدرجة الكلية لمقياس الرفاهة النفسية – تقبل الذات في التنبؤ بالألكسيثميا.

كما تشير نتائج جدول (١٣) إلى دلالة المعادلة التنبؤية للذكاء الروحي في التنبؤ بالرفاهة النفسية ، حيث بلغ معامل الارتباط (–٠,٤٢٩) وهى قيمة دالة ومرتفعة، وبلغت قيمة "ف" (١٨,٠١٣) وهذه القيمة تشير إلى دلالة التباين الإحصائية ، وقد بلغت قيمة (ر٢) (٠,١٨٤) بما يشير إلى أن الابتكارية الانفعالية يعزى إليها (١٨%) من تباين درجات المشاركين في الدراسة على مقياس الألكسيثميا ، وتوضح نتائج تحليل الانحدار أن الأبعاد المنبئة إحصائيا مرتبة ترتيبا تنازليا حسب نسبة الإسهام وهى: الأصالة – الدرجة الكلية لمقياس الابتكارية الانفعالية – الجدة – وأخيراً الاستعداد في التنبؤ بالألكسيثميا.

تفسير نتائج الفرض الثالث :

توضح نتائج الفرض الثالث جدول (١٣) دلالة المعادلة التنبؤية للرفاهة النفسية في التنبؤ بالألكسيثميا، كما تشير النتائج إلى دلالة المعادلة التنبؤية

للابتكارية الانفعالية في التنبؤ بالألكسيثميا، ويمكن تفسير ذلك بأن الألكسيثميا تتأثر بشكل واضح بدرجة الرفاهة النفسية لدى كل طلاب المرحلة الثانوية فكلما ارتفعت الرفاهة النفسية انخفضت الألكسيثميا وبالعكس كلما انخفضت الرفاهة النفسية ارتفعت الألكسيثميا ، كما أن الألكسيثميا تتأثر بشكل واضح بدرجة الابتكارية الانفعالية لدى طلاب المرحلة الثانوية فكلما ارتفعت الابتكارية الانفعالية انخفضت الألكسيثميا وبالعكس كلما انخفضت الابتكارية الانفعالية انخفضت الألكسيثميا.

توصيات الدراسة: توصي الدراسة الراهنة في ضوء ما أسفرت عنه نتائجها بما يلي:

-الاهتمام بدراسة العوامل النفسية التي من شأنها خفض حدة الألكسيثميا .

-إعداد برامج لخفض الألكسيثميا وتحسين الرفاهة النفسية والابتكار الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

-اهتمام الأسرة بتنمية مهارات أبنائها على ضبط انفعالاتهم وإداراتها والتعبير عنها وكذلك تنمية المهارات الإبداعية. الانفعالية لدى أبنائها وحُسن استغلال ما لديهم من قدرات.

دراسات مقترحة : يقترح الباحث إجراء دراسات مرتبطة بدراسته في المجالات التالية :

-الألكسيثميا وعلاقتها بالحساسية التفاعلية والصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

-فعالية برنامج إرشادي في لخفض الألكسيثميا لدى طلاب المرحلة الثانوية.

-الألكسيثميا وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

-الفرق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي الرفاهة النفسية في الألكسيثميا.

-الفرق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي الابتكارية الانفعالية في الألكسيثميا.

DOI : 10.12816/0053297

مراجع الدراسة:

أولاً: المراجع العربية:

١-أبو زيد سعيد الشويقي (٢٠٠٨). الابتكارية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الألكسيثيميا والعوامل الخمس الكبرى في الشخصية. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ١٨ (٦١)، ٤٢ – ٨٤.

٢-أماني عبد المقصود عبد الوهاب (٢٠٠٦) السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين. **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، ٢، (٢٥٣- ٣٠٧).

٣-أمينه مصطفى أبوالنجا (٢٠١٤). تنمية مهارات الذكاء الإنفعالي لخفض حدة الألكسيثميا لدى مجموعة من أطفال المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم. **مجلة كلية التربية– جامعة الأزهر**، ١٥٧(٤)، ٢٥٩-٣٤١.

٤-بشري خطاب، وربيعة مانع(٢٠١٤). الإبداع الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. **مجلة الدراسات التاريخية والحضارية**، جامعة تكريت،١٨(٦) ، ٣٨٠- ٤٠٣.

٥-برشا رجب عيد (٢٠١٥). الابتكار الانفعالى وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة. **مجلة دراسات عربية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية**، ١٤(٤)، ٦٥٦-٧٠٢.

٦-حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. (ط ٤)،القاهرة: عالم الكتب.

٧-حمدي محمد ياسين وإيمان مصطفى سرميني ، وهيام صابر شاهين (٢٠١٤). الصداقة والرفاهية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية – جامعة بنها** ، ٢٥(٩٧)، ٣٥١-٣٧٩.

٨-سحر أحمد سليم (٢٠١٧). الالكسيثميا وعلاقتها بالتوافق النفسى للتلاميذ ذوى الصعوبات التعلم. **مجلة التربية الخاصة والتأهيل، مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل**، ٦(٢١)، ٩١-١٣٩.

٩-شاهندة عادل غنيم، وشيرين محمد دسوقي ، وهبة كمال مكي (٢٠١٧). فعالية برنامج إرشادي في خفض الألكسيثيميا لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم. **مجلة كلية التربية ببورسعيد**، ٢١، ٧٦٥-٧٩٣.

١٠-شرين محمد دسوقى (٢٠١٠):البناء العاملى للابداع الانفعالي وعلاقته بكل من قوة السيطرة المعرفية والقيم لدى عينة من طلاب الصف الثالث الإعدادي، **مجلة كلية التربية ،جامعة بنها**، ٨٢ (٢١)، ١٩٦-٢١٢.

١١-عادل محمود المنشاوي (٢٠١١) الرفاهة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل والقلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية. **بحث منشور في مؤتمر علم النفس السابع والعشرون في جامعة عين شمس في القترة** ٧-٨ مايو ٢٠١١ص ص ١- ٣٥.

١٢-عبد العزيز إبراهيم سليم (٢٠١٠) التنبؤ بجودة الحياة النفسية في ضوء توجهات أهداف الإنجاز وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة من طلبة كلية التربية. **مجلة كلية التربية بدمنهور**، ٢ (١)، ١٧٨-٢٤٤.

١٣-عثمان الخضر (٢٠٠٢). الذكاء الوجداني هل هو مفهوم جديد؟ . **دراسات نفسية**، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ١(١٢) ، ٥ -٤١.

١٤-كريمان عويضه منشار (٢٠٠٢). الابتكارية الانفعالية وعلاقتها بكل من التفكير الأخلاقي والرضا عن الدراسة. **مجلة كلية التربية – جامعة بنها**، ١٢(٥٢)، ١٠-٤٦.

١٥-محمد رزق البحيري (٢٠٠٩). إسهام بعض المتغيرات النفسية في التنبؤ بالألكسيثيميا لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات تعلم القراءة والموهوبين موسيقيًا. **دراسات نفسية**، ١٩ (٤)، ٨١٥-٨٨٣.

١٦-محمد رزق البحيرى(٢٠١٢). النموذج البنائى لعلاقة الإبداع الوجداني ببعض المتغيرات لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم الاجتماعي. **دراسات عربية في علم النفس**، ٣(١١)، ٣٦٥ - ٤١٧.

١٧-محمد عبدالرحمن، ومحمد سعفان (٢٠١٤). **مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية** . القاهرة: دار الكتاب الحديث.

١٨–محمد على محمد(٢٠٠٣):الإبداع الانفعالي والحساسية والعقاب لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل من طلبة وطالبات القسمين العلمي والأدبي لدى عينة من طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية العامة، **المجلة المصرية للدراسات النفسية** ، ٢٨ (١٣)، ١٩١–٢٤١.

١٩–هشام عبد الرحمن الخولي (٢٠٠٥). العلاقة بين العجز / النقص في القدرة على التعبير عن الشعور (الأليكسيزيميا) والمخادعة / المخاتلة (الميكيافيلية). *مؤتمر الإرشاد النفسي الثاني عشر "الإرشاد النفسي من أجل التنمية في عصر المعلومات"، مركز الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، ٢٢٥ – ٢٦١.

٢٠–هشام عبدالرحمن الخولي، والزهراء مهني عراقي، ومحمد شعبان أحمد (٢٠١٣). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالإلكسيثميا لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة . **دراسات عربية في التربية وعلم النفس – السعودية**، ٤١ (٢)، ١١٥–١٧٢.

٢١–هيام صابر شاهين (٢٠١٣). الألكسيثيميا والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية ، جامعة بنها**،٢٤(٩٦)، ٨٠–١١٢.

ثانياً : المراجع الأجنبية

1. Averill, R. & Nunley, E. (1992). *Voyages of the heart: Living an emotionally creative life*. Free Press.
2. Averill, R. (1999). Individual differences in emotional creativity: Structure and correlates. *Journal of personality*, 67(2), 331-371.
3. Averill, R. (2011)Emotions and creativity.*Paper presented at the 12th conference on creativity & Innovation (ECCI XII), Faro, Portugal*, Sep. 14-17,2011.
4. Bermond, B; Vorst, H. & Moormann, P. (2006). Cognitive neuropsychology of alexithymia: Implications for personality typology. *Cognitive Neuropsychiatry*, 11 (3), 332 – 360.
5. Betton, Alena, C(2004).Psychological Well-being and spirituality among African American and European

American college students. *PhD thesis* ,Ohio state university.

6. Brown, H. (2000). *Principles of language learning & teaching*. (4th ed.). New York: Longman. (pp. 49-58)
7. Franz, M., Popp, K., Sheefer, R., Sitte, W., Schneider, C. & Hardt, J. (2007). Alexithymia in the German general population. *Sociology Psychiatry Epidemiology*, 43, 54 – 62.
8. Fuchs, L., Kumar, K. & Porter, J. (2007). Emotional creativity, Alexthymia, and styles of creativity. *Creativity research Journal, 19,233-145.*
9. Forti, A. (2011). Mindfulness and quality of life among breast cancer survivors: The mediating role of self-kindness and alexithymia. *PhD thesis*, University of North Carolina, Greensboro.
10. González, A., Ruiz, A., Serrano, R., Ariño J.& Casamayor A. (2006). Transcriptional profiling of the protein phosphatase 2C family in yeast provides insights into the unique functional roles of Ptc1. *Journal of* Biol Chem 281(46), 57-69.
11. Gustavson, B. (2007). Multiple measures of alexithymia and related emotional ability measures: Associations with health measures. *Proquest Dissertation* , ID Number 304802903.
12. Hulette, A. (2011). Intergenerational relationships between truma, dissociation, and emotion. *PhD thesis*., University of Oregon.
13. Lijuan, D.(2009).The relationship between the effective component of alexithymia ancf facial recognition and expression of emotion. *Master*, University of Singapore.
14. Jack B., Dan, M., Jennifer, L. (2008). Narrative Identity and Eudemonic Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 81-104.
15. Joergen, H., Christin, S., Sven, B., Carsten, S., Ulrich, J., Freyberger, J. (2010). Alexithymia, Hypertension, and subclinical atherosclerosis in the general population. *Journal of Psychosomatic Research*, 68, 139 – 147.

16. Kiamarsi, A. & Ilbigichale R.(2012). The relationship of a sense of coherence and alexithymia with life satisfaction in girl students with ADHD symptoms, *Journal of School Psychology*, 1(1), 76-92.
17. Kimiecik, J.(2011). Exploring the Promise of Eudemonic Well-Being within the Practice of Health Promotion: The 'How' is as Important as the 'What'. *Journal of Happiness Studies* ,12 (5), 769-792.
18. Kupferberg, S. (2002). The relationship between alexithymia and aggression in a non-clinical sample. *PhD thesis*, Georgia State University.
19. Larach, D.(2009). *Emotions as an intervening variable in the creative process.* Creative Studies Graduate student Master's project
20. Makelki, M.(2005).AIexithymia and brain organization : A dichotic listening study. *Master*, University of Regina.
21. Malkina – Pykh , I. (2014). Predicting and increasing subjective well – being : response function model and rhythmic movement therapy. .*conference of the European society of Health psychology " Beyond prevention and inter vention : increasing well – being* , 26 – 30 August, (pp 1-17).Innsbruck,Austria . doi: 0.13140/2.1.4118.0968.
22. Ozpolat , A., Isgor, I., & Sezer, F. (2012). Investigating psychological well being of university students according to lifestyles . *Procedia – Social and Behavioral Sciences* , 47 , 256 – 262 .
23. Peasley-Miklus,C.(2001). An examination of emotional processing and emotional expression in alexithymia using imagery. *PhD thesis*, Faculty of Purdue.
24. Ryff, C, Love, G., Urry, H., Muller, D., et.al.(2006). Psychological Well-Being and Ill-Being: Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates?. *Psychotherapy Psychosomatics*, 75, 85–95.
25. Seligman. M., &Peterson (2005) positive psychology progress empirical validation of interventions,American psychologist.60,5,410-421.

26. Schmitz, M.J. (2000). Alexithymia, self care, & satisfaction with life in college students. *PhD thesis*,. The faculty of the graduate school, University of Missouri - Columbia.
27. Scott, J.(2009). Exploring sex differences in alexithymia: Does sex moderate the relationship between alexithymia and impulsivity?. *PhD thesis*, University of Log Island.
28. Terry, P., Laura M. & Parker, D. (2009). Alexithymia and satisfaction in intimate relationships. *Personality and Individual Differences*. 46, 43 – 47.
29. Thompson, J. (2007). *On line Alexithymia Questionnaire*- G2. Htm.
30. Ullah, F.(2017).Personality factors as determinants of psychological well-being among university students . *International Journal of Indian Psychology*, 4(2) ,5-16.
31. Vazquez, I., Sandez, E., Gonzalez, B., Romero, I., Blance, M., &Vera, H.(2010). The role of alexithymia in quality of life and health care use in Asthma. *Journal of Asthma*, 47, 797- 804.
32. Warner, B. J. (2007). The relationship between alexithymia, wellness, and substance dependence. *PhD thesis*, Southern Arkansas University, UMI Number: 3261613.
33. Chunsun, G., Xiaoxue ,Z., Jiafu J. & Fadi C. (2014). Chrysanthemum CmNAR2 interacts with CmNRT2 in the control of nitrate uptake. *Sci Rep*, 4, 33-58.