مجلة كلية الآداب بقنا (دورية أكاديمية علمية محكمة)

الألكسيثيميا وعلاقتها بالأرق لدى عينة من مدمني الترامادول

سهير رجب جابر زهري

باحثة ماجستير بقسم علم النفس

كلية الآداب – جامعة جنوب الوادي

DOI: 10.21608/qarts.2021.71627.1068

- تاريخ الاستلام:٨ أبريل ٢٠٢١ م
- تاريخ القبول:٢٨ أبريل ٢٠٢١ م

مجلة كلية الآداب بقنا – العدد 52 (الجزء الثاني) لسنة 2021

الترقيم الدولي الموحد للنسخة المطبوعة ISSN: 1110-614X

الترقيم الدولي الموحد للنسخة الالكترونية ISSN: 1110-709X

موقع المجلة الالكتروني: https://qarts.journals.ekb.eg

الألكسيثيميا وعلاقتها بالأرق لدى عينة من مدمني الترامادول

إعداد

سهير رجب جابر زهري

باحثة ماجستير بقسم علم النفس

كلية الآداب – جامعة جنوب الوادي

moh16172300@gmail.com

الملخص العربي:

هدفت الدراسة إلى التحقق من طبيعة العلاقة بين الألكسيثيميا والأرق لدى عينة من مدمني الترامادول. وتكونت عينة الدراسة من (٧٣) مريضًا بإدمان الترامادول الذكور تتراوح أعمارهم بين (١٩– ٥٩عامًا) بمتوسط عمري قدره(٣١.٩) وانحراف معياري (٧.٨)، طُبق عليهم الأدوات التالية: مقياس الأرق (إعداد الباحثة)، ومقياس تورنتو للألكسيثيميا (تعريب وتقنين علاء الدين كفافي وفؤاد الدواش، ٢٠١١). وقد أسفرت نتائج الدراسة الراهنة عن: وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الألكسيثيميا والأرق لدى عينة من مدمني الترامادول. وفيما يخص التنبؤ تبين إسهام الألكسيثيميا في التنبؤ بالأرق لدى مدمني الترامادول.

الكلمات المفتاحية: الألكسيثيميا، الأرق، إدمان الترامادول.

مقدمة الدراسة:

تعد الألكسيثيميا من الظواهر الاجتماعية السلبية التي تؤثر على الأفراد وتحدد على أنها عجز في التعبير عن المشاعر والانفعالات الداخلية لتدني الوعي بوجودها، وضيق الأفق في التصور والتخيل، وتمثل وصف المشاعر للآخرين أهمية بالغة في نمو واستمرار العلاقات بين الأشخاص بعضهم البعض (نادرة جميل،٢٠١٦: ٤٧٨).

حيث تكمن خطورة الألكسيثيميا فيما يرتبط بها من آثار نفسية مصاحبة تتمثل في سوء التوافق النفسي والصراعات الداخلية، والأمراض العضوية، واضطرابات النوم، واضطرابات الشخصية (Nicolo et al،38 :2011).

وحازت ظاهرة اضطرابات النوم وتفسيراتها على اهتمام واسع من الدراسات العلمية منذ منتصف القرن التاسع عشر نظرًا لضرورة النوم وأهميته للإنسان من حيث دوره في كفاءة وظائفه الفسيولوجية، وقدرته على الأداء، وتشكيل خصائص صحته النفسية إذ يعمل النوم علي الاحتفاظ بالتوازن المناسب لممارسة الوظائف السيكولوجية بكفاءة وفاعلية ومن ثم يمثل النوم عملية فسيولوجية ونفسية تعيد للإنسان توازنه النفسي والفسيولوجي(داليا حافظ،٢٠١٥، ١٠٣).

ويُعد الترامادول من أخطر أنواع المخدرات، وأكثرها قدرة على تحطيم الجسم البشرى بسرعة، وهو مادة مستخلصة كيميائيًا كعقاقير الهلوسة، وهو من أشد المثيرات خطورة، ويُستخدم على هيئة حقن أو أقراص (بسام الزين ونبهان عمر،٢٠١٥:٢٧٨).

ويُظهر الأفراد المعتمدين على المواد المخدرة نسبة عالية من اضطرابات النوم(Berro Howell،Tufik & Andersen ، (59 :2016 وهذا ما أكده فاضل Fadhel، (31 :2020) حيث يشتكي الأشخاص المدمنون علي مادة مخدرة من اضطرابات النوم التي تجعل العلاقة بين تعاطي المخدرات واضطرابات النوم علاقة ثنائية أي أن كل مشكلة قد تكون سببًا ونتيجة للآخر، هذا لأن البيولوجيا العصبية للنوم وتعاطي المخدرات مترابطة. ولذلك عندما يمتنع المرء عن تعاطي المخدرات تصبح اضطرابات النوم أكثر حدة مما يؤدي إلى الانتكاس بعد التعافي.

وذكر هل (Hall،57 :2009) أن هناك ارتباط بين الألكسيثيميا والسلوكيات الخاطئة مثل: اضطرابات الأكل، والسمنة، والكسل، واضطرابات النوم، وتعاطي الخمور والمخدرات، وتجنب الأخرين.

لذلك تري "الباحثة" أن المشاعر تؤدي دورًا أساسيًا في الصحة العقلية بصورة عامة، ويؤدي النوم دورًا هامًا حيويًا في الحفاظ على التوازن الأمثل للأداء العاطفي. حيث تؤثر قلة النوم سواء في شكل الحرمان التام من النوم أو تقييده بصورة سلبية على عملية توليد المشاعر والتنظيم الانفعالي والتعبير العاطفي . وقد يكون الأشخاص الذين يعانون الأرق أكثر عرضة لتعاطي المخدرات، لأنهم قد يعالجون مشاكل نومهم بأنفسهم باستخدام العقاقير المخدرة التي يرون أنها تساعد على الاسترخاء. ومن هنا يأتي اهتمام الدراسة الراهنة بدراسة العلاقة بين الألكسيثيميا واضطرابات النوم لدى مدمني الترامادول .

مشكلة الدراسة:

يرجع معاناة بعض الأفراد من مشاكل النوم إلى الضغوط الاجتماعية والنفسية، وأن مشاكل النوم ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالضعف العاطفي لدى البشر، حيث أن الأرق المزمن يؤدي إلى عدم الاستقرار العاطفي ،القلق ،الارتباك واضطرابات المزاج (Motomura، Mishima،2014) . وأوضحت نتائج بعض الدراسات منها على سبيل المثال دراسة "لاند" و"برومان" (Lundh& Broman،2006) ودراسة "براتس" و"آخرين" (Bratis et al، 2010) ودراسة "جودين؛ ومونتبليسر؛ وجاجون؛ ونيلسين (Montplaisir،Godin ، Gagnon &Nielsen،2013) أن هناك علاقة ارتباطية بين الألكسيثيميا واضطرابات النوم. ولكن ما زالت هذه النقطة في حاجة إلى قيام دراسات أخري في الوطن العربي بشكل عام والبيئة المصرية بشكل خاص.

وأوضحت إحصاءات الصندوق القومي لمكافحة المخدرات وعلاج الإدمان لعام ٢٠١٧ وصول نسبة تعاطى الترامادول بين المدمنين في مصر أكثر من ٧٦٪ وأن الترامادول تجاوز في شعبيته البانجو والحشيش لدى مدمني مصر بنسبة انتشار تفوق ٤٥٪ بين المدمنين وذلك رغم الارتفاع الشديد في أسعار الترامادول في السوق السوداء فوصل سعر الشريط إلى (١٥٠:٢٠٠) جنيه على الأقل، كما أكد سابقًا مدير وحدة الإدمان بمستشفى العباسية النفسي رصد حالات إدمان للترامادول في سن (١٠) سنوات (محمد قاسم، ٢٠١٧).

وأوضح العديد من الباحثين الأجانب أن المعتمدين على المواد النفسية يعانون من نسب مرتفعة من الألكسيثيميا. فعلى سبيل المثال أسفرت نتائج دراسة "فارجز" و"آخرين"

(Farges et al، 2004) إلى ارتفاع معدل انتشار الإصابة بالألكسيثيميا بين المرضي المدمنين بنسبة (٤٣.٥٪) مقارنة مع الأشخاص العاديين بنسبة (٢٤.٦٪)

كما ذكر "جوردن" Gordon، (2 :2019) أن العقاقير المسببة للإدمان تؤثر على نوعية النوم ومراحله وتحدث اضطرابات به لدى الأفراد الذين يتعاطون المخدرات وفي الأفراد الذين امتنعوا عن المخدرات، حيث أن العقاقير المسببة للإدمان لها تأثير على آليات الدماغ المسؤولة عن حدوث النوم.

في ضوء أنه لا توجد دراسات ربطت بين متغيرات الدراسة مجتمعة (على حد علم الباحثة)؛ فإن ذلك يتطلب القيام بالعديد من البحوث الإضافية. ومن هذا المنطلق قامت الباحثة بدراسة العلاقة بين الألكسيثيميا والأرق لدى مدمني الترامادول.

ويمكن بلورة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

١- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الألكسيثيميا والأرق لدى مدمني الترامادول ؟

٢- هل تسهم الألكسيثيميا في التنبؤ بالأرق لدى مدمني الترامادول ؟

أهـداف الــدراسة :

١- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الألكسيثيميا والأرق لدى مدمني الترامادول.

٢- الكشف عن مدي إسهام الألكسيثيميا في التنبؤ بالأرق لدى مدمني الترامادول

أهمــية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة فيما يلى :

- إثراء المكتبة العربية والمصرية خاصة بمثل هذه الدراسات التي تخص أحد الموضوعات الحديثة في وقتنا الحالي.
- تعد الدراسة الراهنة من الدراسات الأولي على المستوي العربي (في حدود علم الباحثة) التي فحصت دور الألكسيثيميا في التنبؤ بالأرق.
- تزود الباحثين بأدوات بحث مقننة تساعدهم في دراسات مرضي الإدمان حيث قامت الباحثة بإعداد مقياس للأرق لدى مدمني الترامادول .
- اعتماد الدراسة على فئة المدمنين، ولفت نظر الباحثين اليهم لتقديم المساعدة لهم.

- قد تفيد هذه الدراسة في إعداد برامج إرشادية وعلاجية للحد من اضطرابات النوم لدى مدمني الترامادول من خلال معرفة الألكسيثيميا.

مفاهيم الدراسة والأطر النظرية

أ- مفاهيم الدراسة

أولًا: الألكسيثيميا:

وفقًا "لباجبي؛ وباركر؛ وتايلور" Bagby، Parker& Taylor (1994: 24) تُشير الألكسيثيميا إلى سمة من سمات الشخصية تتصف بقصور في تحديد ووصف المشاعر المصاحبة لنمط معرفي موجه نحو الخارج.

وتعرف الباحثة الألكسيثيميا بأنها سمة من سمات الشخصية تظهر في عدم قدرة الفرد على تحديد مشاعره والتعبير عنها سواء لفظيًا أو غير لفظيًا، والاستغراق في تفصيلات الأحداث الخارجية بدلا من التركيز على العوامل والخبرات الداخلية الذاتية للفرد

ثانيًا: اضطرابات النوم:

ويري (آرثر ريبر و ايمي ريبر، ٢٠٠٨: ٦١٥) أن اضطرابات النوم هي مصطلح عام يشمل أي حالة غير طبيعية تتصف بها دورة النوم واليقظة بسبب عوامل عصبية فسيولوجية أو عوامل نفسية المنشأ .

وتعرف الباحثة اضطرابات النوم بأنها الصعوبات أو المعوقات التي تعرقل مسار النوم لدى الفرد وتتمثل في الأرق، فرط النوم، والكوابيس، وتؤثر على حياة الفرد بشكل سلبي.

١- اضطراب الأرق :

وهو حالة عدم اكتفاء كمي أو كيفي من النوم، تستمر لفترة لا بأس بها من الوقت، ويحدث الأرق في وقت تزيد فيه وطأة الحياة، وللأرق عواقب وسلبيات كثيرة منها إعاقة التركيز، وضعف الذاكرة، وتناقص القدرة على اتخاذ القرارات وإنجاز المهام اليومية، واضطرابات العلاقات بالآخرين، وسوء المزاج، وافتقاد الشعور بالسعادة (أحمد عكاشة و طارق عكاشة، ٢٠١٠: ٦٢٥-٦٢٦) .

وتعرف الباحثة اضطراب الأرق " بأنه مجموعة من الأعراض التي تمثل حالة من عدم الاكتفاء الكمي/ أو الكيفي من النوم".

ثالثًا: إدمان الترامادول:

مفهوم الإدمان

وتعرف منظمة الصحة العالمية الإدمان بأنه حالة نفسية تنتج عن تفاعل العقار في جسم الإنسان وينتج عن عملية الإدمان ما يسمى بالتعلق أو الاعتماد كما ينتج عن ذلك أنماط سلوكية واستجابات مختلفة تشمل الرغبة في التعاطي وزيادة الجرعة للإحساس بالآثار النفسية المطلوبة (جمال الكردي، ٢٠٠٧: ٤٦).

مفهوم المخدرات:

المخدرات هي عبارة عن مواد كيميائية تسبب النوم وغياب الوعى المصحوب بتسكين الألم (سعد المغربي، ١٩٨٤: ٧٣).

مفهوم الترامادول:

وتشير منظمة الصحة العالمية إلى أن عقار الترامادول هو مسكن للآلام ينتمى لمجموعة "الأفيونات " ويستخدم في علاج الآلام المتوسطة والشديدة الناتجة عن العمليات الجراحية والإصابة بمرض السرطان حيث يعمل على تنشيط مستقبلات في الجهاز العصبي المركزي وقد يسبب العلاج نوعًا من الإدمان حالة استخدامه بجرعات كبيرة؛ أو لفترات طويلة (WHO)،(47: 2017 .

وتعرف الباحثة إدمان الترامادول:

بأنه هو الاعتياد على تناول عقار الترامادول لأغراض غير طبية مع الزيادة في الجرعة المستخدمة بصفة مستمرة للحصول على نفس التأثير المطلوب من تناوله مما يسبب الاعتماد النفسي والجسدي عليه.

ب– النظريات المفسرة لمفاهيم الدراسة:

النظريات المفسرة للألكسيثيميا:

١– النظرية النيوروبيولوجية:

ترجع النظرية النيوروبيولوجية إلى سيفينوس ونيماه Sifineos& Nimiah حيث رأوا أن الألكسيثيميا تنتج عن وجود اضطراب في نصفي المخ الأيمن والأيسر Sefinos)،(1988:289.

فنجد كل من الدراسات التي أجراها "Hoppe" "Bogen" (1997) اللذان فحصا (١٢) حالة من نصفي المخ المنقسمين جراحيًا، حيث قدما دليلًا تشريحيًا ثابتًا أن النصف

المخي الأيسر يكون مسؤولًا عن اللغة والتحليل والمنطق والاستدلال، في حين يكون النصف المخي الأيمن متخصص في الإدراك البصري المكاني والتركيبي (عبلة دهمش،٢٠١٧: ٢٠-٢١).

٢- النظرية السيكوديناميه:

تُعتبر الألكسيثيميا من وجهة النظر السيكودينامي بناء نفسى قامت الذات بتطويره لحماية نفسها من كم الانفعالات السلبية المترتبة على التعرض المبكر (بمرحلة الطفولة) للإهمال، وغيره من المحن والضغوط النفسية، وبالتالي يأتي اضطراب الألكسيثيميا كاستجابة للخبرات الصادمة التي تغمر الأنا مما يؤدى إلى نكوص الأداء الانفعالي إلى المستوى ما قبل المفاهيمي والذى يتضمن عدداً من الاضطرابات الفرعية كالأمراض النفسجسمية وقصور القدرة على تمييز الانفعالات (حمدي ياسين و زهرة العلا أحمد،٢٠١٦: ٧٠٠).

٣- نظرية الصدمة:

تري تلك النظرية أن الألكسيثيميا هي طريقة تعايش مع الصدمة، وتستخدم كوسيلة للتعايش والتعامل مع الضغوط النفسية، والانفعالات السالبة المرتبطة بالإيذاء الجسدي والجنسي في الطفولة، ويمكن أن تكون الألكسيثيميا نتيجة عدم القدرة على التعايش والتعامل بفعالية مع الضغوط النفسية(Reddy،7-3 :2009) .

النظريات المفسرة لاضطرابات النوم :

وتعرض الباحثة فيما يلي أهم النظريات التي فسرت النوم واضطراباته:

١-النظرية السلوكية:

يرى علماء المدرسة السلوكية أن النوم العادي أو الطبيعي والنوم المضطرب سلوكيات متعلمة فالأسرة تجعل الطفل يتعلم صعوبات النوم بالتعليم الخاطئ للثواب والعقاب في مواقف النوم، حيث يحدث تدعيم لسلوكيات صعوبات النوم؛ وإضعاف لسلوكيات النوم العادي؛ أو الطبيعي، كما يمكن أن يتعلم الطفل صعوبات النوم بالتقليد الاجتماعي لصعوبات النوم لدى الراشدين المهمين في حياته(مجدي الدسوقي، ٢٠٠٩: ١٢٧-١٢٨).

٢-نظرية التخليق

وتسمي النظرية الأيضية للنوم فكرة هذه النظرية قائمة على أن النوم مرتبط بكثرة النشاط العضلي ونشاط الجهاز العصبي، الأمر الذى يؤدى إلى تعب أو إجهاد للفرد. وهذا يؤدي إلى تجميع المواد المتخلفة عن الأيض وعندما تصل هذه المواد إلى تركيز معين يشعر الفرد بالرغبة في النوم. ومن هذه المواد مادة تسمي عامل النوم (Shpiro & Denent، 1993:5) .

٣-نظرية فرط الاستثارة الذهنية

تعتبر هذه النظرية أن النشاط الذهني في فترة ما قبل النوم بقليل هو العامل الأهم في حدوث اضطرابات النوم، فتنخفض المستويات الممثلة لنوعية النوم وكميته، وأكثر تحديدًا فقد تحدثت المعايير التشخيصية DSM-IV عن وقوع الفرد أسيرًا لأفكار سلبية مؤلمة؛ أو التفكير في مشكلات تتطلب عمقًا كبيرًا من أجل التغلب عليها والخروج بحلول منطقية وقابلة للتطبيق، ويؤدي ذلك إلى زيادة الفترة اللازمة لابتداء النوم مع حاجة الفرد الشديدة للنوم وهنا يقع الفرد في حلقة مفرغة، فكلما زاد تفكير الفرد بأنه يريد النوم كلما زاد الضيق الناتج عن عدم تحقيق هذه الفكرة، وعندما يزيد إصرار الفرد على النوم يزيد شعوره بالضيق والإحباط وبالتالي تقل قابلية الفرد للنوم (وليد الشطرات،٢٠٠١: ٢١).

النظريات المفسرة للإدمان :

١-نظرية التحليل النفسي:

يرى هذا الاتجاه أن سيكولوجية الإدمان تقوم على أساسين:

الأول : صراعات نفسية ترجع إلى : أ- الحاجة إلى الإشباع الجنسي والنرجسي الذى يرجع أساسه إلى اضطراب علاقات الحب والإشباع.

ب - الحاجة إلى الأمن.

ج- الحاجة إلى إثبات الذات وتأكيدها.

وأما الأساس الثاني : فيتمثل في الآثار الكيميائية للمخدر، والآثار الكيميائية للمخدر هي التي تجعل حالات مدمني المخدرات على جانب كبير من التعقيد وخطورة أثر المخدر ترجع إلى أن المخدر يصبح كالأمر المطاع بالنسبة للمتعاطي حتى ينتهى به الأمر إلى إلغاء وقهر جميع اهتماماته (ناجى هلال،١٩٩٩: ٣٧-٣٨).

٢-النظرية الاجتماعية:

ويرى أنصار هذه النظرية أن الإدمان ما هو إلا سلوك متعلم أو أن الناس تتعلم كيف تصبح مدمنة، وأن القول بوجود: سمات أو خصائص في الشخصية تساعد على الإدمان (كما يذكر علماء التحليل النفسي) إنما هو محض افتراء وادعاء لا أساس له من الصدق، وأنهم للأسف قد ذكروا هذه السمات بعد أن وقع الشخص في هوة الإدمان وليس قبل ذلك (محمد غانم،٢٠١١: ١٣٩).

٣- النظرية السلوكية:

ومضمون هذا الاتجاه أن تعاطى المخدرات سلوك مكتسب من البيئة عن طريق التعلم ويستخدم هذا السلوك استمراريته من خلال التفاعل الرمزي مع الأشياء والتعلم الشرطي والقدرات العقلية..... الخ (ناجي هلال،١٩٩٩: ٣٩).

الدراسات السابقة :

قام سكوت (Schott)،(2006 بدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين فقدان النوم والامتناع عن تعاطي الكوكايين وتأثيرها علي الوظائف التنفيذية للأفراد، وتكونت عينة الدراسة من (١٢) مدمنًا للكوكايين، و(٥) أفراد غير مدمنين، وتم قياس تغيرات النوم عند المجموعتين، واستخدم الباحث بطارية الوظائف التنفيذية، ومقياس لاضطرابات النوم (من إعداد الباحث). وأوضحت نتائج الدراسة أن الأفراد المعتمدين على الكوكايين يعانون من اضطرابات النوم، وأن فقدان النوم يؤثر سلبًا على الوظائف التنفيذية.

وأجري "أوزيريك" و"آخرون" (Ozyurek et al)،(2013 دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الألكسيثيميا واضطرابات النوم لدى مرضي هشاشة العظام، وقام الباحثين بتطبيق مقياس تورنتو للألكسيثيميا (TAS-20)، ومؤشر جودة النوم لبيتسبرج (PSQI)، على عينة شملت (٣٠٥) مريضًا في عمر (٦٠) عامًا، بمعدل (١٢٢) ذكور، و(١٨٣) إناث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الألكسيثيميا واضطرابات النوم لدى هؤلاء المرضي عينة الدراسة.

وهدفت دراسة "سميث" (Smith)،(2016 إلى معرفة تأثير إدمان الكحول على بداية النوم ونوم حركة العين السريعة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٣) مدمنًا للكحول، وتم

استخدام مؤشر جودة النوم بيتسبرج PSQI، والرسم الكهربائي للمخ، وتوصلت النتائج إلى أن مدمني الكحول يعانون من اضطراب في بداية النوم وفي نوم حركة العين السريعة.

وأجري كلٌ من "مورفي"؛ "ولف"؛ "كاتمر"؛ و"بيرد" Wulff،(Murphy ، Catmur& Bird،(2018 بدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الألكسيثيميا وجودة النوم، وتكونت عينة الدراسة من (٨٦) فردًا، طبق عليهم مقياس تورنتو للألكسيثيميا، ومقياس بيستبرغ لنوعية النوم (PSQI) ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين انخفاض مستوي النوم وبين كل عامل فرعي من عوامل الألكسيثيميا (صعوبة تحديد المشاعر، صعوبة وصف المشاعر، والتفكير الموجه للخارج).

وكذلك قام كلٌ من "سافوف"؛ "أتنسوف"؛ "سيدرسكا"Savov)، Atanassov& Psederska،(2019 بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الألكسيثيميا والسيكوباتية لدى مدمني الهيروين. وتكونت عينة الدراسة من (٦٢) مشاركًا مقسمين إلى (٣١) فردًا من مدمني الهيروين، و(٣١) فردًا من الأصحاء، وطُبق عليهم مقياس الألكسيثيميا لتورنتو، ومقياس السيكوباتية، وأسفرت النتائج عن تميز الأفراد الذين يعتمدون على الهيروين بمستويات أعلى على مقياس السيكوباتية والألكسيثيميا مقارنة بالأصحاء. بالإضافة إلى ذلك ارتبطت الألكسيثيميا بالسيكوباتية ارتباطًا دالًا موجبًا لدى مدمني الهيروين مقارنة بالأصحاء.

وأجري كلٌ من "أيهن"؛ "سيفين"؛ "أوزتورك"؛ "إركين"؛ "ديمرل"؛ و"إرن" Ayhan)، Seven،Ozturk، Ercan، Demirel& Eren ، (2020 دراسة كان الهدف منها هو تقييم مدي انتشار الألكسيثيميا لدى المعتمدين علي الأفيون مقارنة بالأصحاء. وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) مريضًا بإدمان الأفيون من الذكور بمتوسط عمري (٢٥.٣) سنة، وانحراف معياري (٥.٩)، و(٥٠) فردًا من الأصحاء بمتوسط عمري (٢٦.٤) سنة، وانحراف معياري (٤.٨) مطابقين لعينة المرضي في العمر، الجنس، والحالة التعليمية، وتم استخدام مقياس الألكسيثيميا لتورنتو، مقياس بيك للاكتئاب، مقياس بيك للقلق، ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات. وتوصلت النتائج إلى أن (٤٢٪) من المعتمدين على الأفيون يعانون من الألكسيثيميا، و(١٠٪) فقط من الأصحاء صنفوا على أنهم ألكسيثيميك.

تعقيب عام على الدراسات السابقة:

من خلال فحص وتحليل الدراسات السابق ذكرها توصلت الباحثة إلى ما يلي:

- ندرة الدراسات الأجنبية التي تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة مجتمعة (في حدود علم الباحثة).
- تباينت المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة في اضطرابات النوم، مما أفاد الباحثة في اعداد مقياس للأرق يلائم الدراسة الراهنة.
- استخدام جميع الدراسات السابقة المتعلقة بالألكسيثيميا مقياس تورنتو للألكسيثيميا مما شكل الدافع للباحثة لاستخدامه في الدراسة الراهنة.
- لم تحصل الباحثة على أي دراسة على المستوي العربي والأجنبي (علي حد علم الباحثة) تناولت دراسة العلاقة بين الألكسيثيميا وعينة الدراسة من مدمني الترامادول، أو بين اضطرابات النوم وعينة الدراسة من مدمني الترامادول، ولهذا فإن الباحثة تحاول أن تسد ثغرة في هذا المجال من خلال دراستها الراهنة.
- الاستفادة من المنهجية العلمية التي استخدمتها الدراسات السابقة في صوغ مشكلة البحث، وكتابة التوصيات ومعالجة النتائج والاستفادة منها ضمن الحدود التي تناسب خصوصية الدراسة الحالية.

فروض الدراسة:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الألكسيثيميا والأرق لدى مدمني الترامادول.

٢- تسهم الألكسيثيميا في التنبؤ بالأرق لدى مدمني الترامادول .

منهج الدراسة واجراءاتها

١- منهج الدراسة

تعتمد الدراسة الراهنة على المنهج الوصفي الارتباطي الذي يتناسب مع أهداف الدراسة، والذي يمكننا من التحقق من أهداف الدراسة واختبار صحة فروضها.

٢-عينة الدراسة

تتكون عينة الدراسة من (٧٣) مدمنًا للترامادول من الذكور تتراوح أعمارهم ما بين (١٩-٥٩) عامًا بمتوسط عمري قدره(٣١.٩) وانحراف معياري قدره (٧.٨) من

المترددين على العيادات الخارجية والمتلقين للعلاج من الخط الساخن لصندوق مكافحة المخدرات وعلاج الإدمان والمحجوزين بالقسم الداخلي داخل مستشفى أسوان للصحة النفسية وعلاج الإدمان.

جدول رقم (٢) يعرض وصف المتغيرات الديموجرافية للعينة من مدمني الترامادول

المتغيرات الديموجرافية	الوصف	العدد	الإجمالي
العمر	١٩-٢٩	٣٣	٧٣
	٣٠-٣٩	٢٩	
	٤٠-٤٩	٨	
	٥٠-٥٩	٣	
الإقامة	ريف	٣١	٧٣
	حضر	٤٢	
الحالة الاجتماعية	أعزب	٣٧	٧٣
	متزوج	٣٦	
المستوى التعليمي	مؤهل عالي	٧	٧٣
	مؤهل متوسط	٤١	
	مؤهل أقل من المتوسط	٢٥	
المستوى الاقتصادي	مرتفع	٦	٧٣
	متوسط	٤٥	
	منخفض	٢٢	

٣-أدوات الدراسة

١-مقياس الأرق (إعداد الباحثة)

وصف المقياس:

الاستجابة على هذا المقياس تتم عن طريق الاختيار من بين البدائل الثلاثة بوضع علامة(√) على الاختيار المناسب الذي يتناسب مع حالته وهذه البدائل هي أبدًا، أحيانًا، دائمًا. علماً بأن الدرجات المحتسبة لهذه الاستجابات الثلاثة هي على الترتيب ١، ٢، ٣.

وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص هي (أقصي درجة على مقياس الشدة × عدد البنود= الدرجة الكلية) بمعني (٣ × ١٢= ٣٦)، وأقل درجة١٢، حيث يتكون المقياس من ١٢بند، وقد أجرت الباحثة المقياس على عينة من مدمني الترامادول، وقد تحققت الباحثة من ثبات وصدق المقياس حيث كان معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (٠.٨١٧) وبطريقة التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان(٠.٧٨٠)، وبمعادلة جتمان (.٧٧٠) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة ثبات جيدة، واعتمدت الباحثة على الصدق الذاتي، التحليل العاملي الاستكشافي، وصدق المحكمين.

٢- مقياس تورنتو للألكسيثيميا للمراهقين والراشدين تعريب وتقنين(علاء الدين كفافي، فؤاد الدواش، ٢٠١١).

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (١٧) بندًا يقيس الألكسيثيميا وصيغت البنود على شكل عبارات إيجابية وأخري سلبية، بواقع (١٣) عبارة إيجابية و (٤) عبارات سلبية، موزعة على ثلاث أبعاد وهي البعد الأول: صعوبة تحديد المشاعر يتكون من (٦) عبارات، البعد الثاني: صعوبة وصف المشاعر يتكون من (٥) عبارات، والبعد الثالث: التفكير المتوجه للخارج يتكون من (٦) عبارات. ويصحح المقياس على متصل من خمس نقاط تبدأ بالرفض القوي وتنتهي بالموافقة القوية وتمثل نقطة الوسط الحياد، ويعبر الحد الأعلى للدرجة (٨٥) عن ارتفاع الألكسيثيميا بينما يعبر الحد الأدنى للدرجة (١٧) عن انخفاض الألكسيثيميا. ووزعت الدرجات كالتالي (١،٢،٣،٤،٥) على التوالي للعبارات الإيجابية والعكس للعبارات السلبية (٥،٤،٣،٢،١) ومن ثم يجيب المفحوص عن كل عبارة من العبارات (١٧) بإجابة واحدة بأن يضع علامة (√) أمام الاستجابة التي يشعر بأنها تنطبق عليه والتي تعبر عن رأيه الخاص، وقد أجرت الباحثة المقياس على عينة من مدمني الترامادول، وقد تحققت الباحثة من ثبات وصدق المقياس حيث كان معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (٠.٨٧٨) وبطريقة التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان(٠.٨٥٣)، وبمعادلة جتمان (.٨٢٢) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة ثبات جيدة، واعتمدت الباحثة على الصدق الذاتي، الصدق التمييزي، وصدق المحكمين.

الكفاءة السيكومترية للمقاييس في الدراسة الراهنة

أولًا الثبات: تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقاييس بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وجدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول (١) يعرض معاملات الثبات لمقاييس الدراسة

المتغيرات	ألفا	التجزئة	
		سبيرمان– براون	جتمان
الأرق	٠.٨١٧	٠.٧٨٠	٠.٧٧٠
صعوبة تحديد المشاعر	٠.٧٠٢	٠.٥٧٧	.٤٩٧
صعوبة وصف المشاعر	٠.٨٧٤	٠.٨٧٥	.٨٦٢
التفكير الموجه للخارج	٠.٥١٨	٠.٣٩٣	.٣٦٦
الألكسيثيميا	٠.٨٧٨	٠.٨٥٣	٠.٨٢٢

ثانيًا الصدق: تم حساب الصدق بطريقتين وهما الصدق الذاتي وهو من خلال حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات ألفا كرونباخ وكانت كالتالي الأرق (.٩٠٣)، صعوبة تحديد المشاعر(٠.٨٣٧)، صعوبة وصف المشاعر(٠.٩٣٤)، التفكير الموجه للخارج(٠.٧١٩)، والمجموع الكلي للألكسيثيميا(٠.٩٣٧) مما يعد مؤشرًا جيدًا للصدق، وصدق المحكمين حيث قامت الباحثة بعرض المقاييس على خمسة محكمين وتراوحت نسب الاتفاق ما بين ٨٠٪: ١٠٠٪ مما يدل على تمتع المقاييس بدرجة جيدة من الصدق.

٤–الأساليب الإحصائية

١– معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين المتغيرات.

٢– معامل الانحدار لمعرفة التنبؤ.

عرض النتائج ومناقشتها

١– نتائج الفرض الأول

ينص هذا الفرض على أنه "توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الألكسيثيميا والأرق لدى عينة من مدمني الترامادول". وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون.

جدول رقم (٢) العلاقة بين الألكسيثيميا والأرق لدى مدمني الترامادول.

المتغيرات	الأرق
صعوبة وصف المشاعر	.٤٥٦**
صعوبة تحديد المشاعر	.٥٣٧**
التفكير الموجه للخارج	.٣٧٠**
الدرجة الكلية للألكسيثيميا	.٥٥٧**

** دال عند مستوى دلالة ٠.٠١

مناقشة نتائج الفرض الأول

تبين من الجدول رقم(٢) تحقق الفرض بشكل كلي حيث كان هناك ارتباطًا إيجابيًا بين الأرق وجميع أبعاد الألكسيثيميا، وكانت أعلي قيمة ارتباط بين الأرق والدرجة الكلية للألكسيثيميا وهي ٥٥٧.، وأقل قيمة ارتباط بين الأرق والتفكير الموجه للخارج وهي ٣٧٠.؛ مما يعني أنه ارتفعت الألكسيثيميا كلما ارتفع الأرق لدى مدمني الترامادول، وكلما انخفضت الألكسيثيميا كلما انخفض الأرق لدى أفراد عينة البحث. وقد اتفقت نتائج الدراسة الراهنة مع دراسة "لاند" و"برومان" Lundh & Broman،(2006)، دراسة "براتس" و"آخرين" Bratis et al،(2010)، دراسة (سامية عبد النبي، ٢٠١٢)، دراسة "أوزيريك" و"آخرين" Ozyurek et al)،(2013 ، حيث تمثل العواطف والانفعالات جزءًا هامًا وأساسيًا من البناء النفسي، إذ يعد الانفعال أحد الأسس التي تعمل في بناء الشخصية السوية وهو حالة وجدانية داخلية تتصف بجوانب معرفية خاصة، واحساسات وردود أفعال فسيولوجية وأي تغير غير طبيعي يحدث في الحالة الوجدانية للفرد يجعله عرضة للإصابة باضطرابات الشخصية، والاضطرابات النفسية المختلفة واضطرابات النوم (انتصار كمال، عفراء حمزة، ٢٠١٧:٥٨٥). هذا ما يتوافق مع نتائج الدراسة الراهنة التي بينت نتائجها أن هناك علاقة إيجابية بين الألكسيثيميا والأرق.

وترى الباحثة أن الأفراد الذين لديهم صعوبة في إدراك مشاعرهم وانفعالاتهم، وفهمها والتعبير عنها، وكذلك إدراك مشاعر الآخرين، غير قادرين على التواصل الجيد

وتكوين العلاقات الإيجابية مع الآخرين، وهذا يجعلهم في توتر دائم ويشعرون بالقلق، ويكونوا عرضة للضغوط النفسية المستمرة، ومن ثم يعانون الأرق

الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه تسهم الألكسيثيميا في التنبؤ بالأرق لدى عينة من مدمني الترامادول؛ واستعانت الباحثة بتحليل الانحدار البسيط، للتحقق من صحة الفرض.

جدول رقم (٣) يعرض لتحليل الانحدار للألكسيثيميا المنبئة بالأرق لدى عينة مدمني الترامادول

المتغيرات المنبئة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	الارتباط	مربع الارتباط
صعوبة وصف المشاعر	الانحدار	٨٣٤,١	١	٨٣٤,١	٨,٤٢٧	.٠١	.٣٢٦	.١٠٦
	الخطأ	٧٠٢٧,٩	٧١	٩٨,٩				
صعوبة تحديد المشاعر	الانحدار	١٠٨٧,٠	١	١٠٨٧,٠٤	١١,٣٩٢	.٠٠١	.٣٧٢	.١٣٨
	الخطأ	٦٧٦٥,٠	٧١	٩٥,٤				
الألكسيثيما (كلي)	الانحدار	٩٠٥,٩	١	٩٠٥,٩	٩,٢٤٦	.٠٠١	.٣٣٩	.١١٥
	الخطأ	٦٩٥٦,١	٧١	٩٧,٩				

جدول رقم(٤) يعرض لنسب إسهام الألكسيثيميا المنبئة بالأرق لدى عينة مدمني الترامادول

المتغير	ثابت الانحدار			المعامل البنائي B	الوزن النسبي بيتا	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	إسهام المتغير
	المعامل البنائي B	قيمة ت	مستوى الدلالة					
صعوبة وصف المشاعر	٥٣,٥٥١	١٢,٥٦٥	.٠٠١	.٧٠٣	.٣٢٦	٢,٩٠٣	.٠١	٪١٠,٦
صعوبة تحديد المشاعر	٥١,٧١٧	١٢,٢٣٥	.٠٠١	.٥١٨	.٣٧٢	٣,٣٧٥	.٠٠١	٪١٣,٨
الألكسيثيميا (كلي)	٤٩,٥٤٠	٩,٢٤٣	.٠٠١	.٢٣٦	.٣٣٩	٣,٠٤١	.٠٠١	٪١١,٥

المتغير التابع (الأرق)، المتغيرات المستقلة (الألكسيثيميا وأبعادها).

مناقشة نتائج الفرض الثاني

في ضوء تحقق الفرض يتبين من النتائج المعروضة تحقق الفرض بشكل شبه كلي، حيث أسفرت النتائج عن إسهام الألكسيثيميا وأبعادها (صعوبة تحديد المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر) في التنبؤ بالأرق لدى مدمني الترامادول، حيث يتبين أن أكثر الأبعاد تنبؤًا بُعد صعوبة تحديد المشاعر؛ حيث كانت نسبة الإسهام (١٣.٨٪)، ويليه المقياس الكلي للألكسيثيميا بنسبة (١١.٥٪)، وأقل الأبعاد إسهامًا هو بُعد صعوبة وصف المشاعر بنسبة إسهام (١٠.٦٪)، ولم يُسهم بُعد التفكير الموجه للخارج في التنبؤ بالأرق لدى مدمني الترامادول. واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من "بازيدلو"؛ "لوملي"؛ و"روهرس" Lumley & Roehrs،(Bazydlo ،(2001 ؛ دراسة "تاني" و"آخرين" Tani et al،(2004)؛ دراسة "نيكولاو" و"آخرين" Nikolaou et al)، :2011 (92. ويعتبر الأرق من أكثر الأعراض النفسية شيوعًا وغالبًا ما يكون سببه مرض نفسي؛ أو عقلي؛ أو صراع داخلي؛ أو يكون نتيجة اضطراب وجداني (عباس عوض،١٩٨١:١٤٥). وعوامل نفسية انفعالية مكبوتة؛ أو غير مكبوتة تؤثر في الجهاز العصبي الذاتي وتؤدي إلى اضطراب نوم الفرد (فيصل الرزاد، ٢٠٠٩:٤٦٥).

وترى الباحثة أن المشاعر ترافقنا في كل ما نقوم به فمعظم القرارات والاختيارات تبني على المشاعر، وليس على أسس عقلانية، فالشعور، والعقل لا يتناقضان، ولذلك من المهم أن نحدد المشاعر، ونميزها، لندركها ونفهم كيفية تأثيرها على كينونة العقل والجسم؛ فعندما يدرك الشخص مشاعره، ويعبر عنها بشكل واضح فهذا بدوره يأخذه إلى السواء. المشاعر طاقة داخلية تنشأ من الاحتياجات، والخبرات إذا تم كبتها ولم يتم التعبير عنها بشكل لفظي؛ أو غير لفظي سوي (الألكسيثيميا) فإنها تؤدي إلى الإصابة بالكثير من الاضطرابات السيكوسوماتية، واضطرابات الشخصية، والأمراض النفسية مثل اضطرابات النوم، وغيرها من الاضطرابات. وخاصة لدى مدمني الترامادول؛ لأن الترامادول بدوره كمادة مخدرة يؤثر على الأنظمة الدماغية، والوجدانية للفرد فيجعله مشوش غير قادر على إدراك، وتحديد مشاعره، والبوح عنها بشكل صحيح.

توصيات الدراسة

١- زيادة الوعي بدور الألكسيثيميا في الوقوع في الاضطرابات النفسية المختلفة، حيث يُنصح المختصون بالعلاج بتشخيص الألكسيثيميا لدى المضطربين قبل اتخاذ أي إجراء علاجي.

٢- إجراء ندوات تثقيفية توعوية في مراكز الشباب وقصور الثقافة لتوعية الشباب مدي خطورة الترامادول والمواد المخدرة وتوضيح تأثيرها على صحة الفرد الجسدية والنفسية.

٣- الاستفادة التطبيقية من نتائج الدراسة الحالية في إعداد برامج علاجية لاضطرابات النوم قائمة على توعية الفرد بأهمية إدراك مشاعره وانفعالاته والتعبير عنها وعدم كبتها.

مقترحات الدراسة

١- الفروق بين الذكور والإناث في الألكسيثيميا والأرق لدى مدمني الترامادول.

٢- أساليب المعاملة الوالدية كمنبئات بالألكسيثيميا لدى أطفال الأوتيزم.

٣- العلاقة بين الألكسيثيميا واضطرابات النوم لدى أطفال صعوبات التعلم.

مراجع الدراسة:

أولًا المراجع باللغة العربية:

- أحمد عكاشة؛ وطارق عكاشة (٢٠١٠). *الطب النفسي المعاصر*. مكتبة الأنجلو المصرية.
- آرثر ريبر؛ وإيملى ريبر (٢٠٠٨). *المعجم النفسي الطبي*. ترجمة: عبد العلى الجسماني وعمار الجسماني، لبنان : الدار العربية للعلوم.
- بسام الزين؛ ونبهان عمر (٢٠١٥). أسباب تعاطي عقار الترامادول لدى الشباب الفلسطيني في محافظات غزة. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية فلسطين*، ٣(٩)،٢٧٥-٣١٢.
- جمال الكردي (١٩٨٦). *الإدمان والتعاطي (التدخين- المخدرات- الكحوليات)*. القاهرة: دار الثقافة والنشر.
- حمدي ياسين؛ وزهرة العلا أحمد (٢٠١٦). وصمة الذات كمنبئ بالألكسيثيميا النفسية لدى ضعاف السمع. *مجلة دراسات عربية في علم النفس- مصر*، ١٥(٤)، ٦٨٧-٧١٧.
- داليا حافظ (٢٠١٥). اضطرابات النوم وعلاقتها بالتفكير اللاعقلاني. *مجلة الإرشاد النفسي –مصر*،٤٣ ،١٠١-١٤٦.
- سامية عبد النبي (٢٠١٢). الألكسيزيميا وعلاقتها بنوعية (جودة) النوم لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. *دراسات نفسية - مصر*، ٢٢ (٢)، ٢٦٩ – ٣٠٢.
- سعد المغربي (١٩٨٤). *ظاهرة تعاطي الحشيش*. بيروت: دار الرتب الجامعية.
- عبلة دهمش (٢٠١٧). *مستوى صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا) دراسة وصفية مقارنة بين المراهقين العدوانيين وغير العدوانيين*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسيلة.
- فيصل الزراد (٢٠٠٩). *الأمراض النفسية - الجسدية أمراض العصر*. ط٢، بيروت ، لبنان : دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع

- **مجدى الدسوقي (٢٠٠٩). *اضطرابات النوم (الأسباب – التشخيص – الوقاية والعلاج)*. القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.**
- **محمد غانم (٢٠٠٦). *الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.**
- **ناجي هلال (١٩٩٩). *إدمان المخدرات(رؤية علمية واجتماعية)*. القاهرة: دار المعارف.**
- **نادرة جميل (٢١٠٦). تطبيق مقياس الالكسيثيميا لدى طلبة الجامعة. *مجلة الأستاذ*، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الرابع: ٤٧٧–٤٩٤.**
- **وليد الشطرات (٢٠٠١). *فاعلية برنامج إرشاد جمعي سلوكي معرفي في معالجة الأرق وخفض التوتر*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الأردنية، الأردن.**

ثانيًا: المراجع الأجنبية :

- Bagby، R.، Parker، J. & Taylor، G. (1999). the twenty. item Toronto alexithymia scale : Item selection and cross. validation of the factor stracture، *Journal Of Psychomatric Research*، 38 (1) ، 23-32.
- Bazydlo. R.، Lumley. MA & Roehrs.T. (2001). Alexithymia and polysomnographic measures of sleep in healthy adults، *Psychosomatic Medicine*، 63(1): 56-61.
- Berro، L.، Howell، L.، Tufik، S. & Andersen، M. (2016). Neuropathology of Drug Addictions and Substance Misuse، *Academic Press*، 3، 58-67.
- Bratis ، D.، Spanopoulou، A.، Dumitru، S.، Lagou، S.، Diamandi، C.، Moussas، G.، Karkanias، A.، Gyftopoulos، S.، Kosmas، E. (2010). Sleep disturbance symptoms and their associations with alexithymia، depression and anxiety .*Annals Of General Psychiatry*، 9، 1-163.
- Farges، F.، Corcos، M.، Speranaz، M.، Loas، G.، Perez-Diaz، F.، Venisse، J.، Lang، F.، Bizouard، P.، Halfon، O.، Flament، M. & Jeammet، P. (2004). Alexithymia، depression and drug addiction، *Jornal Of Psychosomatic Research*، 30(3)، 201-211.
- Fadhel، F. (2020). Exploring the relationship of sleep quality with drug use and substance abuse among university students: a cross-cultural study، *Psychiatry*، 7 :27-65.

- Godin. I ، Montplaisir . J ، Gagnon. J & Nielsen. T. (2013). Alexithymia a and nightmare distress in REM behavior disorder، *Journal Of Psychosomatic Research* ، 36(12)، 1957-1962.
- Gordon. H. (2019). Differential Effects of Addictive Drugs on Sleep and Sleep Stages، *J Addict Res (OPAST Group)*، 3(2): 1-18.
- Hall، K. (2009*). Anxiety and counseling students : The moderating role of mindfulness and alexithymia*، Doctor of Philosophy، university of North Carolina ، Greensboro.
- Lundh، L. & Broman، J. (2006). Alexithymia and insomnia، *Personality And Individual Difference*، 40(8)، 1615-1624.
- Murphy، J.، Wulff، K.، Catmur، C & Bird، G،. (2018). Alexithymic traits، independent of depression and anxiety، are associatedwith reduced sleep quality، *Personality And Individual Differences*، 129: 175-178.
- Nicolo، G.، Semerari، A.، Lysaker، P.، Dimaggio، G.، Conti، L.، De Angerio، S.، Procacci، M.، Popolo، R. & Carcione، A. (2011) . Alexithymia in personality disorders : correlations with symptoms and interpersonal functioning ، *psychiatry Research* ، 190، 37-42.
- Nikolaou. A.، Schiza. S.، Chatzi. L.، Koudas. V.، Fokos. S.، Solidaki. E & Bitsios. P،. (2011). Evidence of dysregulated affect indicated by high alexithymia in obstructive sleep apnea، *European Sleep Research Society*، 20: 92–100.
- Ozyurek، S.، Kaplan.، C.، Kemal، A.، Kaya، E.، Kose، O.، Atik، A.، Gokcen، B.، Zeki، M. & Bayram، A. (2013). The Relationship Between Alexithymia and Sleep Disorders in Patients with Knee Osteoarthritis، *Acta Medica Mediterranea*، 29: 555-560.
- Reddy، S. (2009*). Alexithymia and collectivisms in survivors of domestic violence : An exploratory study*، Doctor of Philosophy، The Chicago School of Professional Psychology .
- Schott، H. (2006) . *Effects on cognition of sleep loss، abstinencefrom chronic cocaine use، and the interaction of sleep and drug abuse with specific focus on state-dependent fluctuations in executive function* ،Doctor of philosophy، University of California.
- Shpiro.CM & Denent.WC. (1993). ABC of sleep disorders، Impact and epidemiology of sleep disorders، *BMJ*، 306: 1604-1607.

- Sifneos، P،. (1988). Alexithymia and its Relations to Hemisphric Specialization، Affect and Creativity، *American Journal Of Clinical Psychology*، (11): 287-292.
- Tani، P.، Lindberg، N.، Joukamaa، M.، Nieminen، T.، Appelberg، B.، Rimon، R.، & Porkka، T. (2004) .Asperger syndrome ، Alexithymia and perception of sleep . *Neuro Psychobiology* ، 49(2) ،64-70.
- World Health Organization. (2017) . *WHO Expert Committee on Drug Dependence :Thirty-ninth report*، WHO Technical Report Series، No. 1009.

ثالثًا:المواقع الإلكترونية:

- **محمد قاسم. (٢٠١٧). الترامادول كل ما تحتاج معرفته عن المسكن سيىء السمعة، ٢٠١٧/١٢/١٣، ١١:٥٧ص ، https\\www.ida2at.com.**

Alexithymia and It Relationship Insomnia In a sample Addicts tramadol

Sohier Ragab Gaber Zohry

moh16172300@gmail.com

Abstract :

The study aims at verifying the nature of the relationship between the alexithymia and insomnia in a sample of the tramadol addicts. The study sample of 73 male of Tramadol addiction patients age are between (19-59) years; ; With an average score of (31.9) years and a standard deviation (7.8)، with the following tools applied: The insomnia scale (the researcher's numbers)، and the Toronto scale of the alexithymia (the Arabization and codification of Ala Al din kafafy and Fouad Al Dawash، 2011). The results of the current study resulted in: A statistically significant positive relationship between the alexithymia and insomnia in a sample of the trammadol addicts. In terms of prediction، the contribution of alexithymia to the prediction of the insomnia of the trammadol addicts.

Keywords: alexithymia، insomnia، tramadol addiction.