



كلية الآداب



جامعة بنها

مجلة كلية الآداب

مجلة دورية علمية محكمة

الألكسيثيميا وعلاقتها بالتسويق

الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

اعداد/

إنجي إيهاب جودة أحمد طلبة

اكتوبر ٢٠٢٤

المجلد ٦٢

[/https://jfab.journals.ekb.eg](https://jfab.journals.ekb.eg)

الملخص :

يعد صعوبة التعرف على المشاعر والانفعالات وتحديدتها وما يرتبط بها من مشكلات نفسية وسلوكية وعقلية؛ من الصعوبات التي تواجه طلاب الجامعة الذين يعيشون في عصر مليء بالاضطرابات والتناقضات، والتي تحول دون إحداث تكيف وتوافق مع الذات والآخرين.

وتعرف صعوبة التعرف على المشاعر والانفعالات وتحديدتها بالألكسيثيميا، وهي ترتبط بعدم قدرة الفرد على التكيف، والتفاعل مع الآخرين، فضلاً عن انخفاض مستويات التعليم والتأثيرات السلبية على الأداء، كما يوصف بالعجز المعرفي والانفعالي لدى الفرد، كما وصف في الأفراد الذين يعانون من اضطرابات عقلية *mental disorders*، ويتميز بالصعوبات في تحديد ووصف الفرد لمشاعره الخاصة *identifying and describing one's own emotions* وعمليات التخيل المحدودة *restricted imagination processes*، والانشغال بالأحداث الخارجية *preoccupation with external events*، وعدم التنظيم الانفعالي *social emotional dysregulation* وقصور التفاعلات الاجتماعية *social impairments* وعدم التوضيح الواعي الكامل للرموز والألفاظ، وعدم الرغبة في التفكير في (أو تحليل) المشاعر، و الانشغال بالأشياء الملموسة وإبراز التفاصيل عديمة القيمة (Rösch et al., 2022).

ومن منطلق أن الوعي بالانفعالات والمشاعر دليلاً على الكفاءة الوجدانية والاجتماعية للفرد، وأن التعبير عن الانفعالات هو شكل من أشكال السلوك المميز للإنسان الذي

من خلاله يمكن للفرد أن يتواصل مع من حوله ويؤثر عليهم ويجذب انتباههم (داوود، ٢٠١٦)، فإن عدم قدرة الفرد على وصف حالته الوجدانية يفقده فرصة تعاطف الآخرين معه. ويؤكد الباحثون على ارتباط الألكسيثيميا سلبياً بالمرونة والشعور بالإنجاز الشخصي والارتباط بشكل إيجابي بأعراض الإرهاق الوظيفي مما يؤثر سلباً على الرضا والكفاءة الذاتية (Morice–Ramat et al., 2018;Chaukos et al., 2017)، كما يوجد تأثير للألكسيثيميا على الجانب الدافعي للمتعلم في أداء المهام، وتعبئة طاقته الانفعالية والمشاعر الإيجابية نحو مهمة التعلم، وعلى كمية الجهد المبذول لتحقيق أهدافه، وعلى اليقظة العقلية، والانهماك في عملية التعلم (Faramarzi & Khafri, 2017; Karbasdehi et al., 2018; Rösch et al., 2022).

ولقد أشار هؤلاء الباحثون أيضاً إلى وجود تأثير عكسي للألكسيثيميا على الجانب الدافعي والمشاعر تجاه مهام التعلم، حيث تدفع المتعلم لأن يلجأ إلى تأجيل أداء هذه المهام واللجوء إلى ما يعرف بالتسويق الأكاديمي Procrastination Academic. ووفقاً لعلماء النفس، فإذا كان دافع الإنجاز achievement motivation والمتمثل في الرغبة أو الجهد الذي يظهره الفرد لتحقيق أهداف التعلم؛ فإن التعلم التحفيزي يُعد عاملاً مهماً في التنبؤ بجودة التحصيل التعليمي للطلاب، ويرحب بالواجهة وعدم تجنب المواقف وتأجيلها، وتعلم المهام الصعبة والمعقدة

(Ebadi & Shakoorzadeh , 2015). وبالتالي يمكن رؤية التسويق الأكاديمي بأنه ينطوي على مشكلة تحفيزية تؤدي إلى ضعف التحصيل الدراسي، فالتعلم ذو التسويق الأكاديمي على دراية بما هو مطلوب منه، ويحاول القيام به، ولكن لا يمكن

إنجازه، ويتجه إلى المشاركة في أنشطة غير أكاديمية بشكل عام بدلاً من التركيز على الأنشطة المنهجية المتضمنة بداخل المناهج الدراسية (Fentaw et al., 2022).

ويذكر بعض الباحثين أن تعمد التأخير intentionality of delay هو عنصر حاسم في التسويف الأكاديمي، بينما يدعي آخرون أن المكون الفعال في التسويف الأكاديمي يتضمن الأعراض الجسدية المرتبطة بالقلق والتي تؤدي إلى تأخير المهام task delays. ويشير آخرون إلى الطبيعة الصعبة أو غير السارة للمهمة الأكاديمية كمصدر للتسويف، وانفقوا جميعاً على أن التسويف الأكاديمي هو المشكلة الأكثر انتشاراً في حياة الطلاب الجامعية والتي تمنعهم من أداء واجباتهم التعليمية، وأن عدداً أكبر من طلاب الجامعة يظهرون التسويف أو المماثلة بشكل أكبر و متكرر (Shaked & Altarac, 2022)، وأن نسبة كبيرة من طلاب الجامعة (٩٥٪) تقوم بتأخير المهام الأكاديمية، كما أن نسبة كبيرة (٥٠٪) من الطلاب تقوم بتأخير عام في إكمال المهام (Bytamar et al., 2017; Zarrin et al., 2020 ; Kurtovic et al., 2019). وانتشار هذه الظاهرة بين الطلاب له تأثيراته السلبية على تحصيلهم وحياتهم الأكاديمية، فهو يؤدي إلى تدني التحصيل الدراسي (عبد الله، ٢٠١٨)؛ مما يتطلب المزيد من الاهتمام بها. علاوة على ذلك؛ فإنه إذا لم يتم حل مشكلة التسويف الأكاديمي لدى الطلاب، فقد يؤثر ذلك على مستقبلهم. وبرغم الدراسات التي تناولت التسويف الأكاديمي لدى الطلاب وتأثيره على أداء المهام وعمليات التعلم المختلفة، إلا أنه توجد ندرة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين الألكسيثيميا والتسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

الكلمات المفتاحية: انتشار التسويق الأكاديمي-الألكسيثيميا- العلاقة بين أعراض الألكسيثيميا والتسويق الأكاديمي

مشكلة البحث:

تلعب الحالة الانفعالية للفرد دورا حرجا في عملية التعلم وأداء المهام التعليمية المختلفة، ويعد صعوبة التعرف على المشاعر والانفعالات وتحديدتها (الألكسيثيميا) وما يترتب عليها من مشكلات سلوكية وتعليمية تؤثر على قدراتهم وكفاءتهم المعرفية من أكثر المشكلات التي تواجه طلاب المرحلة الجامعية. وما يؤكد خطورة هذه الاضطرابات ما توصلت إليه الدراسات من أن الألكسيثيميا تنتشر بين الشباب بنسبة ١٨.٢ % (Thomas et al., 2010)؛ (الفقي، ٢٠١٢). في حين أشار عبلة (٢٠١٧) إلى ارتفاع مستوى صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين بنسبة (٥٦.٥%)، وأشار أيضا (Faramarzi & Khafri (2017) إلى أن الألكسيثيميا تنتشر بين طلاب الجامعات بنسبة ٢١.٨٪ بين الطلاب، كما أشار الزهراني (٢٠١٨) إلى أنه يعاني (٢٠%) من الشباب مدمني الكحول من الألكسيثيميا بدرجة مرتفعة، و(٧٤.٥%) بدرجة متوسطة، كما أشارت دراسة الخطيب (٢٠٢٢) إلى أن (٣٢,٣%) من أفراد العينة يعانون من الألكسيثيميا و(٥٤%) لديهم مؤشرات للإصابة بها، بينما أشارت دراسة المبارك وشطناوي (٢٠٢٣) أن مستوى الألكسيثيميا كان مرتفعاً.

ولقد أشارت الدراسات السابقة من وجود علاقات ارتباطية سالبية إحصائية بين الألكسيثيميا وعدد من المتغيرات التي ترتبط سلبيا بالأداء مثل الكفاءة الذاتية وعمليات

(Bytamar et al., 2020; التنظيم الذاتي ودوافع الإنجاز ومفهوم الذات الأكاديمي (Faramarzi & Khafri, 2017; Ebadi & Shakoorzadeh, 2015) ياسين ومكاوي، ٢٠٢٠؛ شناعة وصوالحة، ٢٠١٨؛ حلمي، ٢٠١٨؛ علي ووهدان، ٢٠١٧؛ السرحان وصوالحة، ٢٠١٧)؛ مما يشير إلى وجود تأثير للألكسيثيميا على التسويف الأكاديمي.

فضلا عن ذلك أشارت العديد من الدراسات إلى انتشار التسويف الأكاديمي بين طلاب الجامعة، حيث أشارت دراسة (Fentaw et al., 2022) إلى أن ما يقرب من ٨٠% من الطلاب يقومون بالتسويف الأكاديمي بدرجات متفاوتة، ونصفهم دائماً ما يؤجل ويتلصق في إتمام المهام لأسباب تتعلق بضعف مهارات إدارة الوقت، ونقص التخطيط للأنشطة الأكاديمية، والتوتر، وأشارت دراسة (Abd El-Salam et al., 2022) إلى أن (٢٢.٨%) فقط من طلاب التمريض لديهم مستوى عال من التسويف الأكاديمي، كما أشارت دراسة (Ebadi & Shakoorzadeh 2015) إلى أن أكثر من نصف الطلاب يسوف ويماطل في أداء المهام؛ بينما أشارت دراسة (Uma et al. (2020) إلى أن ٢٨.٥% من الطلاب لديهم تسويف مرتفع.

في ضوء ما سبق يتضح أن مشكلة البحث تتحدد في محاولة الإجابة عن التساؤل الرئيس التالي: هل توجد علاقة بين الإلكسيثيميا والتسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟. ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية :

١. ما مستوى الألكسيثيميا (صعوبة التعرف على المشاعر) لدى طلاب الجامعة؟.

٢. ما مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟.

٣. هل توجد علاقة بين أعراض الألكسيثيميا والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

١. التعرف على مستوى الألكسيثيميا (صعوبة التعرف على المشاعر) لدى طلاب الجامعة.

٢. التعرف على مستوى التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

٣. التعرف على العلاقة بين أعراض الألكسيثيميا والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

أهمية البحث:

تحدد أهمية البحث الحالي في الآتي:

أولاً: الأهمية النظرية:

١. تناول أحد الموضوعات المهمة التي تتعلق بدراسة العلاقة بين متغيرات البحث "عمه المشاعر - التسويق الأكاديمي"، وبخاصة أنه في حدود علم الباحثة لم توجد دراسة عربية وأجنبية تناولت طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات.

٢. نظراً لانتشار الألكسيثيميا كظاهرة بين الطلاب (Faramarzi & Khafri,

2010; Thomas et al., 2017; المبارك وشطناوى، ٢٠٢٣؛ الخطيب،

٢٠٢٢؛ الزهراني، ٢٠١٨؛ عبله، ٢٠١٧؛ الفقي، ٢٠١٢)، ونظراً لوجود تأثيرات

للألكسيثيميا تتمثل في صعوبة التعرف على المشاعر وما ينتج عنها من صعوبات

تتمثل في ضعف الكفاءة الذاتية، بالإضافة إلى انتشار ظاهرة التسويف الأكاديمي بين طلاب الجامعة (Abd El-Salam et al., 2022; Fentaw et al., 2022; Uma et al., 2020; Ebadi & Shakoorzadeh, 2015) ، فإنه يصبح من الأهمية دراسة العلاقة بين الأكسيثيميا والتسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

إعطاء تفسير للعلاقة المحتملة بين أعراض عمه المشاعر (الأكسيثيميا) والتسويف الأكاديمي، فالكشف عن العلاقة بينهما وتفسيرها يفيد في:

١. توجيه أنظار القائمين على العملية التعليمية إلى أهمية إدماج الطلاب المصابين بالأكسيثيميا في العديد من الأنشطة والمواقف التي تتيح لهم الفرصة للتعبير عن مشاعرهم.

٢. بناء برامج إرشادية وتدريبية وعلاجية واستراتيجيات وقائية بهدف خفض من حدة سلوك التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المصابين بالأكسيثيميا.

حدود البحث:

- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٣ _ ٢٠٢٤م.
- الحدود المكانية: كلية الآداب جامعة بنها.
- الحدود البشرية: تتمثل عينة الدراسة في طلاب كلية الآداب جامعة بنها.
- الحدود الموضوعية: تتحدد موضوعياً بالمتغيرات الأساسية للدراسة (الأكسيثيميا، والتسويف الأكاديمي).

التعريفات الإجرائية:

الألكسيثيميا:

يعرف في معجم مصطلحات الطب النفسي بأنه عجز التعبير، ويشير إلى عدم قدرة الفرد على وصف الانفعالات والعواطف والصعوبة في الكشف عن مشاعره الداخلية (الشريبي وصادق، ٢٠٠٣). ويعرف اجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس تورنتو للألكسيثيميا "البلادة الوجدانية" والمستخدم في هذه الدراسة.

التسويق الأكاديمي:

هو أحد أنواع التسويق التي تشير إلى تأخير الطلاب إكمال المهام الأكاديمية دون داع (McCloskey & Scielzo, 2015). ويعرف اجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس التسويق الأكاديمي من إعداد (McCloskey & Scielzo, 2015)، ترجمة الباحثة والمستخدم في هذه الدراسة.

أدبيات البحث Literature Review :

أولاً: الألكسيثيميا: المفهوم والمكونات النظرية المفسرة:

لقد حظى مفهوم الألكسيثيميا في المجال الإكلينيكي باهتمام الباحثين كأحد المفاهيم المرتبطة بالصحة والمرض؛ فهو يشير إلى اضطراب في الأداء الانفعالي والمعرفي أو في بعض الوظائف المعرفية والوجدانية للفرد يظهر في تدني قدرته على استعمال الكلمات والتعبيرات اللفظية المناسبة لوصف وتحديد مشاعره واحاسيسه الداخلية تجاه الآخرين (Sifneos, 1973)، كما يعرف بأنه "أفازيا المشاعر" حيث يعبر عن الانفصال الواضح بين الانفعالات والأفكار، ويشير مصطلح الأفازيا إلى حالة العجز

عن تحويل الأفكار (التي هي سلسلة من التمثيلات العقلية غير اللفظية) إلى لغة (والتي هي مجموعة من الرموز والتنظيمات النحوية) (Taylor & Bagby, 2000)

وينظر إليها بأنها سمة معرفية ووجدانية تظهر في وجود نقص في التعامل مع الانفعالات والمشاعر، أو فقدان القدرة على التعبير الانفعالي عن المشاعر الداخلية نتيجة غياب الكلمات الملائمة لوصف مشاعر الفرد، ومن ثم فهي تشكل تركيبة نفسية وكثيراً ما تظهر لدى ذوي الأمراض الجسدية" (Noli et al., 2010).

كما تعرف أيضاً بأنها غياب القدرة الإنسانية الأساسية على وصف الخبرات الانفعالية وتتميز بخمس خصائص تتمثل في العجز الكلي أو الجزئي في الخبرات الانفعالية، وصعوبة تحديد ووصف المشاعر، والتفكير الموجه خارجياً، وعدم القدرة جزئياً أو كلياً على التخيل (Benbrika et al., 2018).

وتعرف موسوعة علم النفس والتحليل النفسي عمه المشاعر على أنها "النقص الشديد في المشاعر أو الأحاسيس أو ضعفها عند بعض الأفراد بحيث يصدر عنهم استجابة غير مناسبة للموقف أو طبيعة المثير، وقد تصاحب هذه الحالة وجود بعض الأمراض النفسية، مثل القلق والاكتئاب والأمراض السيكوسوماتية" (عطايا، ٢٠٢١، ٢٣٤). وعرفها القاموس الأمريكي الطبي النفسي بأنها اضطراب وظيفي في الوظائف الوجدانية والمعرفية يتسم بصعوبة وصف المشاعر للشخص أو عدم التعرف عليها مع خيال محدد ومحدودية في الحياة العاطفية وتوجه معرفي خارجي (المصري والنوايسة، ٢٠٢٠).

ويراها بشير (٢٠٢٢: ٣٧) بأنها "سمة وجدانية ومعرفية للشخصية التي تقتصر إلى الوعي بالانفعالات وتتصف بعجز الفرد عن تحديد الانفعالات والمشاعر ووصفها والتعبير عنها لفظياً، وصعوبة التمييز بين الانفعالات والأحاسيس الجسدية الناتج عن الاستثارة، بالإضافة إلى عمليات تخيل مقيدة تتم ملاحظتها من خلال ندرة الأحلام والتخيلات وسيطرة نمط التفكير ذي التوجه الخارجي الذي يتميز بالاستغراق في تفاصيل الأحداث الخارجية أكثر من التركيز على المشاعر والتخيلات التي تتعلق بالخبرة الداخلية". كما يعرفها أيضاً بأنها "أمية المشاعر" وهي عبارة عن خلل في المعالجة المعرفية للمشاعر وخلل في التنظيم الوجداني يتضمن عدم قدرة الفرد على التعرف على مشاعره أو التعبير عنها مع صعوبة تمييزه بين المشاعر النفسية والإحساسات الجسدية الناتجين من الاستثارة الوجدانية" (بشير، ٢٠٢٢: ٤٤). ويمكن تعريف عمه المشاعر أيضاً على أنه بنية شخصية تتميز بكل من أوجه القصور في تحديد المشاعر ووصف المشاعر، بالإضافة إلى أسلوب التفكير الموجه نحو الخارج (Mohamed & Ahmed, 2022).

وفي ضوء ما سبق تتمثل المكونات الرئيسية للألكسيثيميا في: صعوبة تحديد الحالة الانفعالية ونقص الكلمات اللازمة للتعبير عن هذه الحالة لفظياً وعجز عن التواصل والمشاركة الوجدانية مع الآخرين في مختلف المواقف. وصعوبة التمييز بين الأحاسيس البدنية والمشاعر الوجدانية، وصعوبة التخيل وندرة الأحلام، والتفكير الموجه نحو الخارج والاهتمام بالتفاصيل غير الهامة.

كما أشار الباحثون إلى أن هناك مكونين للألكسيثيميا، أحدهما وجداني والآخر معرفي، وهما مسؤولان عن وجود عجز في المعالجة الانفعالية - المعرفية Cognitive emotion processing deficits، فالمكون الوجداني يتمثل في نقص القدرة على التمييز بين الانفعالات وبين الأحاسيس الجسدية، وضعف القدرة على التعبير عن المشاعر للآخرين (Rösch et al., 2022)، بينما يرتبط المكون المعرفي للألكسيثيميا بضعف القدرة على العمليات التخيلية أو ما يعرف بإجراءات المعالجة التخيلية imaginal processes ووجود نقص ظاهر في الإبداع، وضعف في الإدراك المعرفي لمعالجة الخبرة الانفعالية. (Lichev et al., 2014).

وفي ضوء ما سبق يشير Rösch et al., (2022) إلى أن الألكسيثيميا تشمل العجز المعرفي في الوعي الانفعالي وأسلوب التفكير الواقعي القائم على الواقع. وأن ندرة التخيلات وأحلام اليقظة يمكن اعتبارها سمات للألكسيثيميا، وأن حالات العجز المعرفي في الألكسيثيميا ترتبط بانخفاض الضيق العاطفي reduced affective distress. ويصبح من الأهمية تعزيز الوعي الانفعالي لدى الأفراد الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الألكسيثيميا من خلال استخدام تدريبات الحس الداخلي التي تعزز من قدرات الفرد على تحديد ووصف المشاعر لديه، والذي له تأثيراته على اختيار استراتيجيات تنظيم العواطف المناسبة وإجراء التكييفات السلوكية المرتبطة بمتطلبات الموقف.

وتوجد العديد من النظريات التي تفسر الألكسيثيميا؛ منها: النظرية السلوكية؛ والتي ترى أن اضطرابات التنظيم العاطفي جاءت من التجارب المؤلمة والخبرات السيئة والإهمال العاطفي في مرحلة الطفولة والتي تحدد عجزاً في النمو في تحديد المشاعر والعقلانية

وكذلك انهيار وظيفة التنظيم العاطفي (العاني والشمري، ٢٠١٧؛ زين العابدين، ٢٠١٦). وترى النظرية العصبية أن النصف الأيمن من المخ البشري هو المسؤول عن الإحساس بالمشاعر، وعن عمليات التخيل، وأن النصف الأيسر من المخ البشري مسؤول عن اللغة والمنطق والتحليل والاستدلال، أن الارتباط بينهما يعزز من حدوث عمليات التفكير وبالتالي فإن الألكسيثيميا تعزى إلى وجود اضطراب في الوصلات التي تربط بين نصفي المخ الأيمن والأيسر والمسؤولة عن الاتصال بينهما (السيوف، ٢٠٢٠). كما أن الفشل في نقل المعلومات الوجدانية من النصف الأيمن للمخ إلى النصف الأيسر له يمكن أن يسهم في وجود مرض فيسيولوجي يصاحبه الألكسيثيميا (عبلة، ٢٠١٧). وفي ضوء تلك النظرية فإن الألكسيثيميا ترتبط بوجود قصور في الارتباطات العصبية بين نصفي المخ الأيمن والأيسر، أو حدوث خلل في الوصلات العصبية التي تربط بين نصفي المخ، مما يؤدي إلى وجود قصور في اللغة أو التعبيرات اللفظية والتي هي من وظائف النصف الأيسر من المخ، ووجود قصور في الانفعالات والمشاعر والتخيل الذي هو من وظائف النصف الأيمن، وبالتالي فإن الألكسيثيميا تعمل على إعاقة حدوث تكامل بين نصفي المخ الأيمن والأيسر، وبالتالي وجود خلل في التكامل بين الجانب المعرفي والوجداني الذي هو وظيفة أساسية للمخ البشري. بينما ترى النظرية المعرفية: أن هناك علاقة بين التفكير والانفعال، وأن عمليات التفكير تتأثر بالانفعالات والمشاعر التي يوجد عليها الفرد، وأن مراكز الخبرة الانفعالية بالفعل لها تأثيراتها على مراكز معالجة المعلومات بالمخ. وبالتالي فالألكسيثيميا في ضوء هذه النظرية هي حالة وجدانية تعكس ضعفاً في المعالجة المعرفية للعواطف والانفعالات (Taylor et al., 1997)، وتعكس عجز الفرد على

إدراك وتفسير المواقف المثيرة للانفعال؛ كما تعكس ضعف القدرة على التخيل أو التفكير الرمزي (المصري والنوايسة، ٢٠٢٠). ويشير يونس وأنور (٢٠١٤) إلى أن الألكسيثيميا ليست مجرد خلل في التمثيل الرمزي للانفعالات، بل إنها تعبر عن وجود فقر في المعالجة اللفظية وفي الوظائف والقدرات المعرفية كالذكاء اللفظي والفهم القرائي والقدرة القرائية والقدرة على تذكر المنبهات المحملة انفعالياً والتي تسهم بدورها في نشأة خلل في معالجة المعلومات انفعالياً. وأخيراً تفترض النظرية الاجتماعية وجود مجموعة من الصعوبات والمشكلات التي يواجهها الفرد في البيئة الاجتماعية وأن هناك بعض المواقف الصعبة التي يمر بها الفرد في البيئة تؤدي إلى الاضطراب النفسي. فالأفراد الذين يعانون من الألكسيثيميا يفتقرون إلى الدعم الاجتماعي، وصعوبة في التواصل الاجتماعي والاندماج اجتماعياً (Nahar & Kakulte, 2022)، كما يجدون أيضاً صعوبة في التعرف على مشاعرهم والتعبير عنها للآخرين وضعف مهارات المعرفة الاجتماعية لديهم، ويضطرون إلى بذل مزيد من الجهد للتعبير عن مشاعرهم للآخرين، وتنظيم عواطفهم بشكل فعال (Nahar & Kakulte, 2022)، كما ترتبط ارتباطاً قوياً بنقص الدعم الاجتماعي، ووجود مجموعة من الإعاقات الاجتماعية تؤدي إلى انخفاض الحساسية العاطفية للمواقف الاجتماعية، ونقص التكيف السلوكي مع الواقع والمجتمع (Rösch et al., 2022; Nahar & Kakulte, 2022).

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت الألكسيثيميا منها دراسة عبلة (٢٠١٧) التي توصلت إلى ارتفاع مستوى صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين وبنسبة (٥٦.٥%)، ودراسة (Famarzi & Khafri, 2017) التي كشفت

عن وجود علاقات ارتباطية سلبية دالة بين الألكسيثيميا والكفاءة الذاتية للطالب، وأن الألكسيثيميا منتشرة بين طلاب الجامعات وتؤثر على الكفاءة الذاتية والأداء الأكاديمي، ودراسة العاني والشمري (٢٠١٧) التي كشفت عن وجود قصور في التعبير عن المشاعر بدرجة متوسطة لدى عينة البحث، كما كشفت عن وجود علاقة ارتباطية عكسية بين قصور التعبير عن المشاعر والذكاء الوجداني لدى عينة البحث. ودراسة الزهراني (٢٠١٨) التي توصلت إلى أن (٢٠%) من عينة مدمني الكحول يعانون من الألكسيثيميا بدرجة مرتفعة، و(٧٤.٥%) بدرجة متوسطة، كما أن هناك علاقات طردية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الألكسيثيميا (صعوبة تحديد المشاعر، صعوبة وصف المشاعر، التوجه الخارجي في التفكير)، وبين الدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب. ودراسة حلمي (٢٠١٨) التي توصلت إلى أنه يمكن خفض الألكسيثيميا لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم من خلال برنامج ارشادي انتقائي. ودراسة متولي (٢٠١٩) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الألكسيثيميا والضغط النفسية، ودراسة الخطيب (٢٠٢٢) التي أظهرت أن (٣٢,٣%) من أفراد العينة يعانون من الألكسيثيميا و(٥٤%) لديهم مؤشرات للإصابة كما أنه توجد علاقة عكسية واضحة بين مستوى الألكسيثيميا وكفاءة المواجهة أي كلما زاد مستوى الألكسيثيميا قلت كفاءة المواجهة. ودراسة بشير (٢٠٢٢) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من الألكسيثيميا والقلق، ودراسة (Rösch et al., 2022) التي توصلت إلى أن مكون الإدراك مرتبط بالألكسيثيميا، وأن الألكسيثيميا تشمل العجز المعرفي في الوعي العاطفي وأسلوب التفكير الواقعي القائم على الواقع. ودراسة (Mohamed & Ahmed 2022) التي

توصلت إلى أن غالبية مرضى الاكتئاب يعانون من الألكسيثيميا ولديهم ذكاء عاطفي منخفض، ويرتبط الذكاء العاطفي بشكل سلبي إحصائياً مع الألكسيثيميا، ودراسة المبارك وشطناوى (٢٠٢٣) التي أظهرت أن مستوى الألكسيثيميا كان مرتفعاً، حيث جاء في المرتبة الأولى مجال التفكير الموجه خارجياً بمتوسط (٣,٥٧) بدرجة مرتفعة، يليه مجال صعوبة وصف المشاعر بمتوسط (٣,٣٤) بدرجة متوسطة. وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام مقياس تورنتو-٢٠ (TAS-20) لقياس الألكسيثيميا؛ والذي يتكون من ثلاثة أبعاد وهي: صعوبة تحديد الأحاسيس وصعوبة وصف الأحاسيس والتفكير الموجه نحو الخارج، كما تتفق في بعض الدراسات السابقة في تحديد مستوى الألكسيثيميا لدى طلاب الجامعة، ولكنها تختلف عنها جميعاً في دراسة العلاقة بين الألكسيثيميا والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

ثانياً: التسويق الأكاديمي: المفهوم والأنماط والعوامل المرتبطة به

يسيطر التسويق على جميع مجالات السلوك الإنساني، والتسويق المرتبط بالتعلم يسمى التسويق الأكاديمي. والذي يحدث في السياقات الأكاديمية، هو النوع الأكثر انتشاراً؛ حيث يفتقر الطالب إلى الدافع الذي يمكنه من القيام بالسلوك المطلوب أو أداء مهام التعلم في الوقت المحدد (Fentaw et al., 2022)، ويشير Kim & Seo (2015) إلى أن العديد من الطلاب في التعليم العالي غير ناجحين ويواجهون فشلاً أكاديمياً، وأن أحد العوامل المرتبطة بالفشل الأكاديمي هو التسويق الأكاديمي. وغالباً ما يكون للتسويق عواقب سلبية، مثل تأخر تسليم المهام، والخوف من الفشل وضعف التنظيم الذاتي، وبرغم أن المتعلم يدرك تماماً النتائج السلبية لهذا التأخير، إلا

أنه غالباً ما يمارس سلوك المماثلة عندما يواجه بمهام التعلم (Zarrin et al., 2020; Steel & Klingsieck, 2016).

توجد العديد من التعريفات التي تناولت التسويق الأكاديمي، وهي تختلف باختلاف منظور الباحثين؛ حيث يعرف (1991) Tuckman التسويق الأكاديمي بأنه ميل الفرد لتأخير أو تجنب الأنشطة التي تقع ضمن سيطرته تماماً. كما يعرفه Ozer & Ferrari (2011) التسويق الأكاديمي بأنه تأجيل القيام بالمهام الأكاديمية نتيجة التناقض بين النية والفعل.

وباستقراء التعريفات السابقة نجد أنها أجمعت على أن التسويق الأكاديمي يشير إلى التأخير المتعمد لأداء مهمة مطلوبة لصالح مهمة أخرى غير ضرورية من أجل تجنب القيام بهذه المهمة المطلوبة والملحة، أو تأجيل المهمة أو تأخيرها أو تمديدها أو الفشل في أدائها، أو هي بمثابة إرجاء تنفيذ المهمة إلى نهاية الفترة الزمنية التي يجب فيها أن تنفذ مما يؤدي إلى توتر الفرد وشعوره بالقلق والاضطراب النفسي، والفشل في أداء المهام، ويزداد الأمر تعقيداً إذا كانت المهمة صعبة ومعقدة، كما ينظر إليه من زاوية الإهمال ذلك السلوك المتعمد لإقصاء المهمة من دائرة التنفيذ والاهتمام برغم التدهور المتوقع للموقف المترتب عليها، كما ينظر إليه أيضاً من زاوية الميل المتعمد لتأخير أداء المهمة أو الفشل في إنجاز المهام الأكاديمية المرتبطة بالخبرات السلبية. والبعض منها ما ركز على كونه سمة شخصية تظهر عند تعامل الفرد مع المهام المعقدة.

ويشير (Argiropoulou et al. (2010) إلى وجود أنواع للتسويف تتمثل في: التسويف الاستثنائي arousal procrastination؛ و يقصد به تأجيل البحث عن الإثارة، والتسويف التجنبي avoidant procrastination؛ ويقصد به تجنب البدء في المهمة لتجنب الفشل، لأن النتيجة النهائية للأداء تتضمن تهديداً للذات. والتسويف القرارى decisional procrastination ويقصد به التأجيل المتعمد للقرارات.

ويشير (Shaked & Altarac (2022) إلى وجود عوامل أساسية تتعلق بالتسويف في المهام الأكاديمية، وهي: أولاً، العوامل المرتبطة بطبيعة المهمة؛ حيث يتجنب الطلاب العمل في المهام التي تجعلهم يشعرون بعدم الارتياح، وينظرون إليها على أنها كئيبة ومحبطة، ولقد وجدت الدراسات وجود علاقة قوية بين تأثير المهمة كونها مثيرة وجاذبة أو محبطة للفرد والمماثلة في مواجهتها (Ackerman & Gross, 2005). ثانياً، العوامل النفسية مثل القلق أو تدني احترام الذات أو الميل نحو الانهزامية. فالقلق والخوف من الفشل يحفز المزيد من التسويف والتجنب (Eckert et al., 2016). كما يشير صوالحة وصوالحة (٢٠١٨) إلى وجود علاقة ارتباطية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي، حيث إن بعض الطلاب المسوفين يعززون تسويفهم الأكاديمي إلى الخوف من الفشل؛ نتيجة تدني مفهوم الذات لديهم.

ويشير فضل (٢٠١٤) إلى أن سمات المسوفين تتمثل في تجنب انجاز المهام الأكاديمية، بسبب نقص الدافعية وغموض الأهداف والشعور بالتعب والاجهاد أثناء عملية التعلم. بينما اتفقت دراسة كل من نصار وعبد الرحمن (٢٠١٦) وعلي وإبراهيم (٢٠١٧) أن الطلاب المسوفين يميلون إلى عزو الصعوبات التي يواجهونها إلى خلل

في شخصيتهم، مثل: عدم القدرة على إدارة الوقت، بالإضافة إلى ضعف القدرة على ضبط التعلم وانخفاض السيطرة على عمليات المعرفة و التعلم. وقد أوضحت نتائج بعض البحوث أن من خصائص الطالب ذوي التسويق الأكاديمي أنه عندما يأتي وقت الاستعداد للامتحان تراوده أحلام اليقظة ويقوم بعمل أشياء غير ضرورية، ويتجنب الجلوس للاستذكار، ويصعب عليه تنظيم أوقات التعلم، ويجد رغبة شديدة في النوم، والمبالغة في تقدير الوقت الضروري لإكمال المهمة، وانخفاض الذات وارتفاع قلق السمة والاكنتاب والكبت والنسيان وفقدان الطاقة، ولوم الذات، والشعور بالذنب وعدم الكفاءة وتدني احترام الذات، والإرهاق الأكاديمي، وأخيراً فهو شخص يتخذ الإرجاء سبيلاً له في الحياة (Abdi Zarrin et al., 2019; Hall et al., 2019; Custer, 2018; Chehrzad et al. 2017; Ozer & Ferrari, 2011; Ferrari, 2001).

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت التسويق الأكاديمي منها دراسة Ebadi (2015) & Shakoorzadeh التي أظهرت انتشار التسويق الأكاديمي، أن أكثر من نصف الطلاب يسوف ويماطل في أداء مهام التعلم، أن التنظيم الذاتي الأكاديمي ودوافع الإنجاز تتنبأ بالتسويق الأكاديمية بشكل كبير. ودراسة Mahasneh et al., (2016) التي أشارت النتائج إلى أن نسبة أقل من الطلاب (٧٪) أظهروا مستوى عاليًا من التسويق الأكاديمي، وأكثر من نصف الطلاب (٦٧٪) أظهروا مستوى متوسطًا، ودراسة الجعافرة (٢٠١٦) التي توصلت إلى وجود مستوى متوسط من التلكؤ الأكاديمي لدى الطلاب، وأن هناك علاقة ايجابية بين الضغوط النفسية والتلكؤ الأكاديمي، ودراسة جاب الله (٢٠١٧) التي كشفت عن وجود بعض الارتباطات الدالة

الموجبة بين التسويق الأكاديمي وإدمان الإنترنت والعصابية، ودراسة السرحان وصوالحة (٢٠١٧) التي كشفت عن أن مستوى التسويق الأكاديمي كان متوسطاً، وأنه توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التسويق الأكاديمي والتعلم المنظم ذاتياً، ودراسة النواجحة وبركة (٢٠١٧) التي أشارت إلى أن التسويق الأكاديمي جاء بدرجة متوسطة، وأظهرت أيضاً وجود علاقة ارتباطية طردية بين القلق الوجودي والتسويق الأكاديمي، ودراسة صوالحة وصوالحة (٢٠١٨) التي أظهرت أن مستوى كل من التسويق الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي جاء بمستوى متوسط، وأنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التسويق الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي ككل. ودراسة (2020) Bytamar et al., التي أظهرت أن الصعوبة في تنظيم المشاعر، وخاصة إيمان الشخص بقدرته على تنظيم المشاعر غير السارة بشكل فعال، أمر مهم في التسويق، ودراسة (2020) Uma et al. التي توصلت إلى وجود تسويق مرتفع (درجة ≤ 62) بين ٢٨.٥٪ من الطلاب، وأن التسويق يرتبط سلباً بالكفاءة الذاتية. ودراسة (2020) Zarrin et al., التي أظهرت وجود ارتباط إيجابي بين الخوف من الفشل والمماثلة الأكاديمية، كما يوجد ارتباط سلبي بين التنظيم الذاتي والتسويق الأكاديمي. ودراسة (2022) Fentaw et al., التي أشارت إلى أن ما يقرب من ٨٠ بالمائة من الطلاب يقومون بالتسويق الأكاديمي بدرجات متفاوتة، ونصفهم دائماً ما يؤجل ويتلأأ في إتمام المهام بسبب ضعف مهارات إدارة الوقت، ونقص التخطيط للأنشطة الأكاديمية، والكسل، والتوتر. ودراسة (2022) Abd El-Salam et al, التي أظهرت أن (٢٢.٨٪) فقط من طلاب التمريض لديهم مستوى عال من التسويق الأكاديمي، (١١.٤٪) فقط من طلاب التمريض لديهم مستوى عال من ضبط الذات،

وأنة توجد علاقة ارتباطية عكسية ودالة بين درجة التسويق الأكاديمي ودرجة الضبط الذاتي. ودراسة بن خليفة (٢٠٢٣) التي أظهرت وجود مستوى متوسط من التسويق الأكاديمي لدى أفراد العينة، ودراسة أبو مزيريق والطالب (٢٠٢٣) التي أظهرت وجود علاقة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن التخصص لدى طلبة كلية التربية وأن مستوى انتشار التسويق الأكاديمي لدى الطلاب جاء بدرجة متوسطة، ودراسة عشاوي (٢٠٢٣) التي توصلت إلي وجود ارتباطات عكسية بين فاعلية الذات والتسويق الأكاديمي، وبين الدافعية للإنجاز والتسويق الأكاديمي لدى الطلاب.

وفي ضوء هذه الدراسات يتضح ارتباط التسويق الأكاديمي بالعديد من المتغيرات مثل والتعلم المنم ذاتيا، ومفهوم الذات والدافعية للإنجاز الأكاديمي والقلق ، وفاعلية الذات؛ إلا انه لم تتناول الدراسات السابقة العلاقة بين أعراض الألكسيثيميا والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وبالتالي يعد البحث الحالي امتداداً للدراسات السابقة وتوصياتها في ضرورة البحث عن الأسباب المؤدية إلى التسويق الأكاديمي، ومعرفة إلى أي مدى تؤثر أعراض الألكسيثيميا في حدوث التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

الإجراءات المنهجية للبحث:

منهج البحث:

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي، والذي يهدف إلى وصف الظواهر السلوكية والتعبير عنها كما ونوعاً، وتحليلها وتفسيرها. وذلك للتعرف على العلاقات بين أبعاد الألكسيثيميا والتسويق الأكاديمي.

ثانياً: مجتمع البحث:

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب وطالبات مرحلة الليسانس بقسم علم النفس بكلية الآداب جامعة بنها، والمسجلين في العام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤).

ثالثاً: عينة البحث:

- **عينة الخصائص القياسية:** وتكونت من (٢٢) طالباً وطالبة بالفرق الأربعة بقسم علم النفس بكلية الآداب - جامعة بنها، تم اختيارهم من أفراد مجتمع البحث، ولهم نفس خصائص عينة الدراسة الأساسية، بهدف التحقق من الخصائص القياسية لأدوات البحث.

- **العينة الأساسية:** وتكونت من (٧٠) طالباً وطالبة، تم اختيارهم من أفراد مجتمع البحث؛ من طلاب الفرق الأربعة بقسم علم النفس بكلية الآداب - جامعة بنها؛ بواقع (٢٠) من الفرقة الأولى، (١٨) من الفرقة الثانية، (١٦) من الفرقة الثالثة، (١٦) من الفرقة الرابعة.

أدوات البحث:

أولاً: مقياس تورنتو للألكسيثيميا (20 - TAS) من إعداد (Taylor, Babgy & Parker, 1994). ترجمة: كفاي وآخرون، (٢٠٢٠)

استخدمت الدراسة الحالية مقياس تورنتو للألكسيثيميا (20 - TAS)؛ ويتكون من ٢٠ فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، هم: صعوبة تحديد المشاعر: و يتكون من (٧) فقرات، هم (١، ٣، ٦، ٧، ٩، ١٣، ١٤). وصعوبة وصف المشاعر: و يتكون من (٥) فقرات، هم (٢، ٤، ١١، ١٢، ١٧). والتفكير الموجه للخارج: ويتكون من (٨) فقرات،

هم (٥، ٨، ١٠، ١٥، ١٦، ١٨، ١٩، ٢٠). وتتم الاستجابة على كل مُفردة وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي (أرفض بشدة - أرفض - محايد - أوافق - أوافق بشدة) و تأخذ القيم (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) في حين يتم عكس التقديرات للفقرات السلبية في المقياس؛ وهي الفقرات رقم (٤، ٥، ١٠، ١٨، ١٩). وحسب معامل الثبات للمقياس باستخدام طريقة ألفا - كرونباخ للأبعاد وللمقياس ككل، والتي بلغت على التوالي ٠.٨٤٧، ٠.٦٢٤، ٠.٤٥٥، ٠.٧٨١، وهي معاملات ثبات عالية للمقياس.

ولتصحيح المقياس؛ تم تحديد المعيار المعتمد على الحدود الحقيقية لدرجات مستويات الاستجابة (الأوزان النسبية) المستخدمة في أداة الدراسة الحالية للحكم على درجة الموافقة النهائية، ومن خلال المعادلة التالية:

$$\text{طول الفئة} = (\text{أكبر قيمة} - \text{أقل قيمة}) \div \text{عدد بدائل المقياس} = (١ - ٥) \div ٥ = ٠.٨$$

جدول (١) مستويات الاستجابة والحدود الحقيقية لدرجات مستويات الاستجابة (الأوزان النسبية)

حسب مقياس ليكرت الخماسي

م	قيمة المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	مستوى صعوبة التعرف على المشاعر
١	٤.٢ - ٥	١٠٠ - ٨٤ %	عالية جداً
٢	٤.٢ -> ٣.٤	٨٣.٩ - ٦٨ %	عالية
٣	٣.٤٠ -> ٢.٦	٦٧.٩ - ٥٢ %	متوسطة
٤	٢.٦ -> ١.٨٠	٥١.٩ - ٣٦ %	منخفضة
٥	١.٨ -> ١	٣٥.٩ - ٢٠ %	منخفضة جداً

واعتبرت المتوسطات الحسابية في الجدول السابق ونسبها هي الحد الفاصل بين مستوى الاستجابات في أداة البحث، وذلك لمتوسط الاستجابة للفقرة أو البعد أو الدرجة الكلية.

ثانياً: مقياس التسويق الأكاديمي:

استخدمت الدراسة الحالية، مقياس التسويق الأكاديمي من إعداد (McCloskey & Scielzo, 2015)، حيث قامت الباحثة بترجمته وتم عرض المقياس والترجمة على متخصص في اللغة الإنجليزية، ومتخصص علم النفس الترجمة للتأكد من دقة وسلامة وصياغة العبارات. وتكون المقياس من ٢٥ فقرة، وتتم الاستجابة على كل مفردة من مفردات المقياس وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي (موافق تماماً - موافق - محايد - غير موافق - غير موافق على الإطلاق)، على أن تكون درجات كل مفردة على الترتيب (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) لل فقرات الإيجابية في حين يتم عكس التقديرات لل فقرات السلبية في المقياس؛ وهي الفقرات رقم (١، ٨، ١٢، ١٤، ٢٥). وحسب معامل الثبات للمقياس بطريقة ألفا - كرونباخ للمقياس ككل وبلغ (٠.٨٧٨)، مما يشير إلى أن المقياس ككل يتميز بمعامل ثبات عالٍ ومقبول.

نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بمستوى الأكسيثيميا لدى طلاب الجامعة ومناقشتها:

للإجابة عن السؤال الأول من أسئلة البحث الذي نص على: ما مستوى الأكسيثيميا (صعوبة التعرف على المشاعر) لدى طلاب الجامعة؟، تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث والنسبة المئوية للمتوسط، كما هو موضح في جدول (٢)، وتم

مقارنة نسبة المتوسطات الحسابية لأبعاد الألكسيثيميا والدرجة الكلية بجدول (١) الذي يوضح مستويات الاستجابة والحدود الحقيقية لدرجات مستويات الاستجابة (الأوزان النسبية) حسب مقياس ليكرت الخماسي.

جدول (٢) النسبة المئوية لمتوسطات مجموعة البحث في متغير الألكسيثيميا

المتغير	الأبعاد	عدد العبارات	الدرجة العظمى	م	ع	% للمتوسط
عمه المشاعر	صعوبة تحديد المشاعر	7	35	٢١.٦٠٠	٦.٩٥٨	61.71
	صعوبة وصف المشاعر	5	25	١٤.٣٠٠	٣.٣٢٠	57.20
	التفكير المتوجه للخارج	8	40	٢٧.١٢٨	٤.٠٢٥	67.82
	الدرجة الكلية	20	100	٦٣.٠٢٩	١٣.٨٠٥	63.03

وفي ضوء جدول (١)، (٢) نجد أن مستوى عمه المشاعر لدى طلاب الجامعة جاء متوسطاً وبنسبة ٦١.٧١% لصعوبة تحديد المشاعر وبنسبة ٥٧.٢٠% لصعوبة وصف المشاعر وبنسبة ٦٧.٨٢% للدرجة الكلية، وبالنسبة للتفكير المتوجه للخارج فإنه جاء عالياً وبنسبة ٦٧.٨٢%. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة عيلة (٢٠١٧) التي توصلت إلى ارتفاع مستوى صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا) لدى المراهقين وبنسبة (٥٦.٥%)، ومع دراسة (Faramarzi & Khafri (2017) التي استنتجت أن الألكسيثيميا منتشرة بين طلاب الجامعات، وكان معدل انتشار مرض الألكسيثيميا ٢١.٨% بين الطلاب، ومع دراسة العاني والشمري (٢٠١٧) والتي كشفت عن وجود قصور في التعبير عن المشاعر بدرجة متوسطة لدى عينة البحث، ومع

دراسة الزهراني (٢٠١٨) التي توصلت إلى أن (٢٠%) من عينة مدمني الكحول يعانون من الألكسيثيميا بدرجة مرتفعة، و(٧٤.٥%) بدرجة متوسطة، ومع دراسة الخطيب (٢٠٢٢) التي أظهرت أن (٣٢,٣%) من أفراد العينة يعانون من الألكسيثيميا و(٥٤%) لديهم مؤشرات للإصابة، ومع دراسة (Mohamed & Ahmed 2022) التي توصلت إلى أن غالبية مرضى الاكتئاب يعانون من ألكسيثيميا، ومع دراسة مستوى الألكسيثيميا المبارك وشطناوى (٢٠٢٣) التي توصلت إلى أن مستوى الألكسيثيميا كان مرتفعاً، حيث جاء في المرتبة الأولى مجال التفكير الموجه خارجياً بمتوسط (٣,٥٧) بدرجة مرتفعة، يليه مجال صعوبة وصف المشاعر بمتوسط (٣,٣٤) بدرجة متوسطة، حيث جاء في المرتبة الأولى مجال التفكير الموجه خارجياً بمتوسط (٣,٥٧) بدرجة مرتفعة، يليه مجال صعوبة وصف المشاعر بمتوسط (٣,٣٤) بدرجة متوسطة، بينما تتعارض هذه النتيجة مع نتائج دراسة مهدي (٢٠١٧) التي كشفت عن عدم وجود بلادة وجدانية لدى المصابات بسرطان الثدي.

وتشير هذه النتيجة إلى أنه يعاني طلاب الجامعة من اضطراب في الأداء الانفعالي أو في بعض الوظائف الوجدانية، ويعانون من صعوبة في وصف وتحديد المشاعر والأحاسيس الداخلية تجاه الآخرين، وصعوبة في التمييز بينها وبين الأحاسيس الجسمانية المصاحبة لها، ونقص في التخيل، وغياب الأفكار الداخلية، وعدم القدرة على تجربة المشاعر، وغياب الميلول للتفكير في العواطف، والصعوبة في الكشف عن مشاعره الداخلية، وصعوبة في التواصل اللفظي الوجداني، وفقدان القدرة على التعبير الانفعالي عن المشاعر الداخلية نتيجة غياب الكلمات الملائمة لوصف مشاعره،

وسيطرة نمط التفكير ذي التوجه الخارجي الذي يتميز بالاستغراق في تفاصيل الأحداث الخارجية أكثر من التركيز على المشاعر والتخيلات التي تتعلق بالخبرة الداخلية (الشرييني وصادق، ٢٠٠٣؛ عطايا، ٢٠٢١؛ بشير ، ٢٠٢٢؛ المصري والنوايسة، ٢٠٢٠)؛ (Mohamed & Ahmed, 2022; Benbrika et al., 2018; Noli et al., 2010)

ويمكن تفسير النتائج في جدول (٢) في ضوء العوامل المسببة لظهور الألكسيثيميا؛ مثل الخبرات لحياتية؛ حيث يتعرض الطلاب في حياتهم لعدد من الصدمات الحياتية خبرات سوء التكيف في الحياة التي تقودهم إلى حرمان عاطفي، مما يؤدي إلى شعورهم بالضعف والعجز في التواصل الاجتماعي، والميل إلى الانسحاب من المواقف التفاعلية، واستخدام استراتيجيات سلبية للمواجهة مثل التجنب نتيجة لضعف المعرفة، وسيادة التوتر و القلق وعدم الشعور بالراحة و صعوبة اتخاذ القرارات الحاسمة في مواقف الحياة وعدم وجود دعم نفسي (Taylor et al., 1997; Taylor, 2000). وأيضاً العوامل الانفعالية مثل وجود اختلال وظيفي في معالجة المعلومات المعرفية العاطفية، والافتقار إلى التمثيل العقلي للعواطف، وعدم القدرة على التنظيم الذاتي التعبير عن المشاعر، وعدم القدرة على اظهار الوعي بالانفعالات الوعي بانفعالات الآخرين والتراجع العاطفي والانسحاب الاجتماعي والعزلة في ظل التكنولوجيا الحديثة (Taylor & Bagby, 2000). بالإضافة على العوامل البيولوجية؛ حيث يعتمد طلاب الجامعة على استخدام النمط الأيسر من المخ في التفكير دون التركيز على الجانب الأيمن من المخ مركز التخيل والابتكار والمشاعر

والانفعالات، بالإضافة إلى عدم تنشيط المسارات العصبية التي تربط بينهما ، مما يؤدي إلى وجود خلل وظيفي عصبي البيولوجي. وهذا ما أشارت إليه العديد من الدراسات من وجود علاقة بين الخصائص الألكسيثيميا واختلال وظيفي في نصف الكرة المخي الأيمن أو القشرة الحزامية الأمامية (Donges et al., 2014). وهذا ما أشار إليه أيضا علي (٢٠١٨) من أن الألكسيثيميا تنتج من وجود عيب في المسارات العصبية المتعلقة بالمشاعر والانفعالات، وأن الضعف في التعبير بالرموز سببه ضعف نشاط الخلايا العصبية. فالألكسيثيميا هي حالة تنشأ عن وجود خلل وظيفي في بعض وظائف المخ العصبية المسؤولة عن معالجة وإدراك المشاعر، إذ ان النصف الايسر للمخ هو المسؤول عن العمليات اللفظية والتحليلية، بينما تتمثل مسؤولية نصف المخ الأيمن في القيام ببعض العمليات الكلية والوصفية وعمليات الإدراك والتعبير اللفظي عن المشاعر، وبالتالي فالألكسيثيميا؛ تنشأ من خلل في النصف الأيمن للمخ وتحديداً في المنطقة ما قبل الجبهية، والمسؤول عن جودة الخبرات الانفعالية والوعي المعرفي بالانفعال، أو تنشأ عن وجود خلل في الانتقال العصبي بين نصفي المخ؛ وبالتالي تغيب الخبرة الانفعالية (يونس وأنور، ٢٠١٤).

ثانياً: النتائج المتعلقة بمستوى التسوية الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ومناقشتها:
للإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة البحث الذي نص على: ما مستوى التسوية الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟. تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث والنسبة المئوية للمتوسط، كما هو موضح في جدول (٣)، وتم مقارنة نسبة المتوسط الحسابي للتسوية الأكاديمي بجدول (١) الذي يوضح مستويات الاستجابة والحدود

الحقيقية لدرجات مستويات الاستجابة (الأوزان النسبية) حسب مقياس ليكرت الخماسي، حيث اعتبرت المتوسطات الحسابية في جدول (١) ونسبها هي الحد الفاصل بين مستوى الاستجابات في أداة البحث، وذلك لمتوسط الاستجابة للفقرة أو البعد أو الدرجة الكلية.

جدول (٣) النسبة المئوية لمتوسطات مجموعة البحث في متغير التسويق الأكاديمي

المتغير	عدد العبارات	الدرجة العظمى	م	ع	% للمتوسط
التسويق الأكاديمي	25	125	٨٠.٧٨ ٦	١٧.٦٨٠	64.63

وفي ضوء جدول (٣)، (١) نجد أن مستوى التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة يقع في المستوى المتوسط بنسبة ٦٤.٦٣ % . وتتفق نتائج هذه الدراسة جزئياً مع دراسة (Ebadi & Shakoorzadeh (2015) التي أظهرت نتائجها انتشار التسويق الأكاديمي لدى أكثر من نصف الطلاب. ومع دراسة الجعافرة (٢٠١٦) التي أشارت نتائجها إلى وجود مستوى متوسط من التلكؤ الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، ومع دراسة (Mahasneh et al., (2016 التي أشارت نتائجها إلى أن نسبة أقل من الطلاب (٧%) أظهروا مستوى عاليًا من التسويق الأكاديمي، وأكثر من نصف الطلاب (٦٧%) أظهروا مستوى متوسطاً وحوالي ربع الطلاب (٢٦%) أظهروا مستوى منخفضاً من التسويق الأكاديمي، ومع دراسة النواجحة وبركة (٢٠١٧) التي أظهرت نتائجها أن مستوى التسويق الأكاديمي جاء بدرجة متوسطة لدى طلاب الجامعة،

ومع دراسة صوالحة وصوالحة (٢٠١٨) التي أظهرت نتائجها أن مستوى التسويق الأكاديمي جاء بمستوى متوسط، ومع دراسة Uma et al. (2020) التي توصلت إلى وجود تسويق مرتفع (درجة ≤ 62) بين ٢٨.٥٪ من الطلاب. ومع دراسة Shaked & Altarac (2022) التي أظهرت نتائجها أن ما يقرب من ٧٥٪ من الطلاب يعتبرون أنفسهم مسوفين أكاديميين، ومع دراسة Fentaw et al., (2022) التي أشارت نتائجها إلى أن ما يقرب من ٨٠ بالمائة من الطلاب من الذين يقومون بالتسويق الأكاديمي بدرجات متفاوتة، ونصفهم دائماً ما يؤجل ويتلأأ في إتمام المهام بسبب ضعف مهارات إدارة الوقت، ونقص التخطيط للأنشطة الأكاديمية، والكسل، والتوتر. ومع دراسة Abd El-Salam et al, (2022) التي أظهرت نتائجها أن (٢٢.٨٪) فقط من طلاب التمريض لديهم مستوى عال من التسويق الأكاديمي، ومع دراسة أبو مزيريق والطالب (٢٠٢٣) التي توصلت إلى أن مستوى انتشار التسويق الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جاء بدرجة متوسطة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء عدم اهتمام الطلاب بأداء مهام التعلم بحرص ودافعية، وقد يكون ذلك راجعاً إلى انشغالهم بظروف الحياة وانشغالهم في أداء أعمال ومهن تساعدهم على تحقيق متطلبات الحياة اليومية ومساعدة الأسر في تحمل نفقات الحياة، وبالتالي تؤثر على تنظيم أوقاتهم واستغلالها في إنجاز المهام الأكاديمية المطلوبة منهم في إطار الزمن المحدد.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن نسبة متوسطة من طلاب الجامعة يفتقرون إلى الدافع الذي يمكنه من القيام بالسلوك المطلوب أو أداء مهام التعلم في الوقت

المحدد (Fentaw et al., 2022) ، ويمارسون سلوك المماثلة والتسويق عندما يواجهون بمهام التعلم المعقدة (Zarrin et al., 2020; Steel & Klingsieck, 2016).

أيضا يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء خصائص الأشخاص ذوي التسويق الأكاديمي؛ حيث يميلون إلى تأجيل المهام الأكاديمية عند حلول موعد الامتحان ، وكثرة أحلام اليقظة والشروء، وتجنب الجلوس للدراسة وإتمام المهام الأكاديمية ، ونقص الدافعية وغموض الأهداف وغياب المحفز والقوة والنفور من المادة التعليمية (فضل، ٢٠١٤)، وعدم القدرة على تحديد الأهداف والعمل على تحقيقها في الوقت المناسب، بالإضافة إلى عدم معرفتهم بالاستراتيجيات التي تساعدهم على التعلم والمعرفة، وضعف القدرة على ضبط التعلم وانخفاض السيطرة على عمليات المعرفة والتعلم (نصار وعبد الرحمن، ٢٠١٦؛ وعلي وإبراهيم، ٢٠١٧)، ويغلب عليهم أحلام اليقظة، وتجنب الجلوس للاستذكار، وكثرة مشاهدة التلفاز، والمبالغة في تقدير الوقت الضروري لإكمال المهمة، وتدني احترام الذات ولوم الذات وعدم التنظيم وعدم الكفاءة وعدم المنافسة وفقدان الطاقة والإرهاق الأكاديمي (Abdi Zarrin et al., 2019; Hall et al., 2019; Custer, 2018; Chehrzad et al. 2017; Ozer & Ferrari, 2011; Ferrari, 2001)

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالعلاقة بين أعراض عمه المشاعر (الأكسيثيميا) والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ومناقشتها:

للإجابة عن السؤال الثالث من أسئلة البحث الذي نص على: هل توجد علاقة بين أعراض الأكسيثيميا والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟، تم حساب معامل ارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك::

جدول (٤) معاملات الارتباط بين أبعاد الأكسيثيميا والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

المتغيرات	الأبعاد	التسويق الأكاديمي
عمه المشاعر (الأكسيثيميا)	صعوبة المشاعر	تحديد **٠.٩٥٢
	صعوبة المشاعر	وصف **٠.٩٤٣
	التفكير للخارج	المتوجه **٠.٩٠٩
	الدرجة الكلية	**٠.٩٧٢

يتضح من جدول (٤) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين الأكسيثيميا وأبعادها (صعوبة تحديد المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر، والتفكير المتوجه للخارج) والتسويق الأكاديمي، وبالتالي يتم قبول الفرض الذي نص على أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أعراض عمه المشاعر

(الأكسيثيميا) والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؛ فوجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بينهما يشير إلى أن الأكسيثيميا لها تأثيراتها السلبية على أداء الطلاب، وتأجيلهم لمهام التعلم وعدم التفاعل معها بإيجابية (Swart et al., 2009)

كما يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى أن الطلاب الأكسيثيميين يعانون من عجز معرفي ولديهم عمليات تخيل محدودة ويميلون إلى الحديث عن التفاصيل غير الضرورية وعدم الرغبة في التفكير ويتميزون بصعوبات في تحديد ووصف مشاعرهم الخاصة (Rösch et al., 2022; Sifneos, 1973)، وبالتالي يلجأون إلى الإهمال الأكاديمي، وتجنب القيام بنشاط ما. كما يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى ما أشارت إليه دراسة (Bytamar et al., 2020) من أن الصعوبة في تنظيم المشاعر، وخاصة إيمان الشخص بقدرته على تنظيم المشاعر غير السارة بشكل فعال، أمر مهم في التسويق الأكاديمي ويسبب حدوثه. وبالتالي يمكن اعتبار تصورات الفرد للقدرة على تنظيم عواطفه بشكل فعال يمثل أحد الأهداف العلاجية في تدخلات التسويق الأكاديمية. كما تدعم هذه النتيجة أوصت به دراسة (Uma et al., 2020) بأنه من الأهمية عمل دورات تدريبية جماعية من شأنها تزويد الطلاب باستراتيجيات ومهارات لإدارة الوقت بشكل فعال، وتنظيم العاطفة وتعزيز القدرة على حل المشكلات، مما يؤدي إلى انخفاض التسويق لديهم وبالتالي تتحسن كفاءتهم الذاتية. ومع ما أوصت به دراسة (Abd El-Salam et al., 2022) بأنه من الأهمية إرشاد الطلاب نحو كيفية تجنب التسويق الأكاديمي وتحسين مستويات ضبط الذات.

ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى ما أشار إليه (Morice-Ramat et al. (2018); Faramarzi & Khafri (2017); Chaukos et al. (2017) من أن الأكسثيميا لها دور يتضح في صعوبة تحديد وفهم ووصف المشاعر، والتفكير الموجه خارجياً، والعجز في المعالجة المعرفية وتنظيم الانفعالات، والعجز في التعاطف والقدرة على التعامل مع المشاعر وتنظيمها، وارتباطها سلبياً بالمرونة والشعور بالإنجاز الشخصي، والارتباط بشكل إيجابي بأعراض الإرهاق الذي يؤثر سلباً على الرضا والفعالية الذاتية والوعي بالتفكير، والأداء وبناء الصور العقلية بشكل إبداعي من التجارب والخبرات العاطفية التي يمر بها، ومن ثم أداء عمليات التفكير المختلفة مما تدفع بالفرد إلى تأجيل أداء هذه المهام (ظاهرة التسويف الأكاديمي) وبالتالي الفشل في إنجاز المهام الأكاديمية المرتبطة بالخبرات السلبية المعرفي وضعف التحصيل، وعدم المشاركة في أنشطة أكاديمية (Fentaw et al., 2022)

وتدعم هذه النتيجة ما أشار إليه (Tuckman (1991 من أن أسباب التسويف الأكاديمي لدى الطلاب عدم القدرة على إنجاز المهام، وتدني تقدير الذات، وضعف الفاعلية الذاتية واليقظة، وارتفاع مستوى الضغوط والاكتئاب. ومع ما أشار إليه (Ferrari (2001 من أن أسباب التسويف الأكاديمي وجود مشكلات في التفكير، والتفكير بطريقة التمني وأحلام اليقظة. ومع ما أشار إليه (Ozer & Ferrari (2011 من أن أسباب التسويف الأكاديمي لدى الطلاب كراهية المهمة. وتوضح النتائج في جدول (٤) ما أشارت إليه الدراسات السابقة من وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين عمه المشاعر (الأكسثيميا) وعدد من المتغيرات مثل دراسة

(2017) Faramarzi & Khafri التي أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين الألكسيثيميا والكفاءة الذاتية لدى الطلاب الأكاديميين، والأداء الأكاديمي وأن الألكسيثيميا منتشرة بين طلاب الجامعات وتؤثر على الكفاءة الذاتية والأداء الأكاديمي. ودراسة علي (٢٠١٨) التي أشارت إلى أن عمه المشاعر يؤثر على عمليات تنظيم الذات لدى الأفراد. ودراسة حلمي (٢٠١٨) التي أشارت إلى ارتفاع أعراض عمه المشاعر (الألكسيثيميا) لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم، مما يؤثر على الأداء لديهم. ودراسة ياسين ومكاوي (٢٠٢٠) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائياً بين الكفاءة الذاتية المدركة وأعراض الألكسيثيميا. ودراسة بشير (٢٠٢٢) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كل من الألكسيثيميا والقلق. ودراسة (Rösch et al., 2022) التي أظهرت أن أوجه القصور الإدراكي في الإدراك تقع في صميم الإصابة بالألكسيثيميا، وأن سمات الألكسيثيميا مثل ندرة التخيلات وأحلام اليقظة تقود إلى العجز المعرفي الذي يتضمن العجز المعرفي في الوعي العاطفي وأسلوب التفكير الواقعي القائم على الواقع، ودراسة (Nahar & Kakulte 2022) التي أشارت إلى أن الألكسيثيميا والصعوبات في تنظيم المشاعر لها علاقة إيجابية بإدمان الإنترنت، وانخفاض الصحة العقلية، وأنها ترتبط بمجموعة متنوعة من المشكلات النفسية، مثل الاكتئاب والفصام، والعجز العاطفي وزيادة الشكاوى النفسية الجسدية. وهذه العلاقات الارتباطية بين الألكسيثيميا وغيرها من المتغيرات يدعم من حدوث تسويق أكاديمي لدى الطلاب وتأجيل مهام التعلم التي يجب إنجازها بفاعلية. فانخفاض الكفاءة الذاتية والأداء الأكاديمي لدى الطلاب، وعدم القدرة على التكيف الإيجابي مع الحياة الأكاديمية وارتفاع حالة القلق

لدى الطلاب، وندرة الخيالات والعجز المعرفي وانخفاض الصحة العقلية هي مؤشرات هامة لقيام الطلاب بعمل تأجيل للمهام الأكاديمية التي يتعرضون لها وعمل تسويق لها؛ حيث أشارت دراسة (Ebadi & Shakoorzadeh (2015) بأن التنظيم الذاتي الأكاديمي ودوافع الإنجاز تتنبأ بالتسويق الأكاديمي بشكل كبير. كما أشارت دراسة جاب الله (٢٠١٧) من وجود بعض الارتباطات الدالة الموجبة بين التسويق الأكاديمي وإدمان الإنترنت، ودراسة السرحان وصالحة (٢٠١٧) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية (سلبية) بين التسويق الأكاديمي والتعلم المنظم ذاتياً. ودراسة علي ووهدان (٢٠١٧) التي توصلت إلى أن خفض حدة التسويق الأكاديمي لدى الطلاب يحسن كل من الدافعية للإنجاز الأكاديمي وفعالية الذات الأكاديمية لديهم. ودراسة شناعة وصالحة (٢٠١٨) التي تناولت أنه يمكن تخفيف مستوى التسويق الأكاديمي ورفع دافعية الإنجاز من خلال إعداد البرامج التربوية المتعلقة بالفاعلية الذاتية والدافعية الداخلية. ودراسة صوالحة وصالحة (٢٠١٨) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين التسويق الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي ككل. وأوصت الدراسة بضرورة توضيح الأضرار المترتبة على التسويق الأكاديمي وتجنبي مفهوم الذات الأكاديمي لدى الجنسين في الجامعات، وعمل برامج توعية للحد من ظاهرة التسويق الأكاديمي. ودراسة (Bytamar et al., (2020 التي أشارت إلى أن الصعوبة في تنظيم العاطفة يؤثر في التسويق الأكاديمي، فوجود ارتباطات إيجابية كبيرة بين صعوبات التنظيم العاطفي والتسويق الأكاديمي، وأن الطلاب الذين لديهم مستوى عال من التسويق يظهرون درجات عالية في مقياس الصعوبات في التنظيم الانفعالي. ودراسة (Uma et al. (2020 التي أظهرت ارتباط التسويق الأكاديمي

سلبًا بالكفاءة الذاتية. ودراسة (Zarrin et al., 2020) التي أظهرت أن الخوف من الفشل يرتبط بالتسويق الأكاديمي أو ما يعرف بالمماثلة الأكاديمية. وأن التسويق الأكاديمي يرتبط سلبيا بالتنظيم الذاتي (تحديد أهداف استراتيجية الذاكرة ، التقييم الذاتي ، المساعدة، المسؤولية، التنظيم)، ودراسة (Fentaw et al., 2022) التي أشارت إلى أن كثير من الطلاب من الذين يقومون بالتسويق الأكاديمي بدرجات متفاوتة يؤجلون إتمام المهام بسبب ضعف مهارات إدارة الوقت، ونقص التخطيط للأشطة الأكاديمية ، والتوتر مما يؤدي إلى الفشل الأكاديمي والتأثير على سلوك الطالب الفعال والعاطفي. ودراسة (Abd El-Salam et al, 2022) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية عكسية ودالة بين درجة التسويق الأكاديمي ودرجة الضبط الذاتي.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء ما توصلَ إليه البحثُ من نتائج يمكنُ تقديم التوصيات التالية:

1. تطوير برامج علاجية سلوكية معرفية لعلاج الطلاب المصابين بالأكسيثيميا، ولديهم تسويق أكاديمي.
2. عمل ندوات أو دورات تثقيفية وتوعية من أجل زيادة وعي الطلاب بالجامعة فيما يتعلق بأهمية التعبير عن المشاعر ودورها في الحد من التسويق الأكاديمي.
3. مساعدة طلاب الجامعة على ممارسة أدوار ذات معنى في حياتهم ومناقشة توجهاتهم نحو المستقبل مما يساعدهم على التخفيف من الصعوبات في تعبيرهم عن أحاسيسهم ومشاعرهم، الأمر الذي من شأنه أن يخفف من التسويق الأكاديمي.

٤. تقديم الإرشاد النفسي والتربوي بمخاطر الألكسيثيميا وتأثيراتها على عملية التعلم والتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

ويقدمُ البحثُ الحالي عددًا من المُقترحات، التي تتَمثلُ في:

١. إجراء دراسة للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الألكسيثيميا ومتغيرات أخرى مثل التفكير الناقد ومعالجة المعلومات لدى طلاب الجامعة.

٢. إجراء دراسة تتناول دور أعراض الألكسيثيميا في التنبؤ بكل من خفض الجهد المعرفي والرغبة في التعلم لدى طلاب الجامعة.

٣. إجراء دراسة تتناول فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في خفض الألكسيثيميا وسلوكيات التسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية

أبو مزيريق، بشير محسن؛ الطالب، سالمة أحمد. (٢٠٢٣). التسويق الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن التخصص الدراسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة مصراته. المجلة العلمية لكلية التربية، ٢٢ ، ٢٨٤ - ٣١٤.

بشير، إيمان. (٢٠٢٢). الألكسيثيميا وعلاقتها بالقلق وصورة الجسم لدى طالبات الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية - الجمعية المصرية للدراسات النفسية ٣٢، (١١٦)، ٣٧-٧٨.

بن خليفة، فاطيمة. (٢٠٢٣). التسويق الأكاديمي لدى الطالب الجامعي في ضوء متغيري الجنس والتخصص الدراسي. مجلة البحوث التربوية و التعليمية، ١٢ (١)، ٤٥٧ - ٤٧٦.

جاب الله، عبد الله. (٢٠١٧). التسويق الأكاديمي ناتج إسهام العوامل الخمس الكبرى للشخصية وتفاعلات كل من متغيرات إيمان الإنترنت وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث و الدراسات التربوية و النفسية، ٦ (١٩)، ٧٥-١٠٠.

الجعافرة، إبراهيم موسى. (٢٠١٦). مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالتكؤ الأكاديمي لدى طلبة جامعة مؤتة. رسالة ماجستير غير منشورة في الإرشاد النفسي والتربوي، قسم الإرشاد والتربية الخاصة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة.

حلمي، جيهان أحمد. (٢٠١٨). فعالية برنامج ارشادي انتقائي في خفض الألكسيثيميا لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة الإعدادية. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٠ (٤)، ٩٧-١٥٤.

الخطيب، مها أحمد. (٢٠٢٢). درجة الألكسيثيميا (تبلد المشاعر) وعلاقتها بكفاءة المواجهة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى طالبات جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية. مجلة جامعة أم درمان الإسلامية، ١٨ (١)، ٢١٢-٢٣٦.

داوود، نسيمه علي. (٢٠١٦). العلاقة بين الألكسيثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي والاجتماعي وحجم الأسرة والجنس. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٢ (٤)، ٤١٥-٤٣٤.

الزهراني، عبد الله بن أحمد. (٢٠١٨). الألكسيثيميا وعلاقته بالاكتئاب في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من مدمني الكحول. مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، ٢٨ (١)، ١٧٥-٢٠٢.

زين العابدين، فارس. (٢٠١٦). صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا). مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، ١٠ (٣)، ١-١٢.

السرطان، محمد ؛ صوالحة محمد. (٢٠١٧). التسوييف الأكاديمي وعلاقته بالتعلم المنظم ذاتياً لدى طلبة جامعة آل البيت. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٥ (١٧)، ١٦١-١٧٢.

السيف، فاتن عيسى. (٢٠٢٠). فاعلية العلاج بالرسم في خفض الألكسيثيميا لدى اللاجئات السوريات. مجلة العلوم النفسية والتربوية، ٣، ٢٦٥-٢٨٩.

الشربيني، لطفي وصادق، عادل. (٢٠٠٣). معجم مصطلحات الطب النفسي. مركز تعريب العلوم الصحية، الكويت: مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.

شناعة، هشام؛ صوالحة، محمد. (٢٠١٨). أثر برنامجين تدريبيين يستندان إلى الفاعلية الذاتية والدافعية الداخلية في التسويق الأكاديمي ودافعية الإنجاز. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٩ (٢٦)، ٢٢٣-٢٤٣.

صوالحة، عبد المهدي محمد؛ وصالحة، أحمد محمد. (٢٠١٨). التسويق الأكاديمي وعلاقته بمفهوم الذات الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة إربد الأهلية. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٩ (٢٦)، ١٦١-١٧٥.

العاني، انتصار كمال والشمري، عفراء حمزة. (٢٠١٧). قصور التعبير عن المشاعر و علاقته بالذكاء الوجداني لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي. مجلة كلية التربية للبنات، ٢٨ (٢)، ٥٨٣-٦٠٤.

عبد الله، أحمد سمير فوزي. (٢٠١٨). عوامل التسويق الأكاديمي كما يدركها طالب كلية التربية جامعة الأزهر، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (٩٦)، ١٥٩-١٧٦.

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، الجزائر.

عشماوي، فيفيان أحمد فؤاد علي. (٢٠٢٣). الإسهام النسبي لفاعلية الذات والدافعية للإنجاز في التنبؤ بالتسويق الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٧ (٢)، ١٥ - ١١١.

عطايا، عمرو. (٢٠٢١). الدوجماتية والألكسيثيميا كعوامل منبئة بالطلاق العاطفي لدى المتزوجين. مجلة التربية - جامعة الأزهر - كلية التربية، ١٩١ (١)، ٢٢٣-٢٩٤.

علي، عبير ؛ وهدان، سريناس. (٢٠١٧). فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض حدة التسويق الأكاديمي وتحسين الدافعية للإنجاز الأكاديمي وفعالية الذات الأكاديمية لدى طالبات جامعة الطائف ذوات صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية - جامعة طنطا، ٦٧ (٣) ٦٤٦-٧٠٦.

علي، عبد المنعم أحمد حسين وإبراهيم، خالد أحمد عبد العال. (٢٠١٧). فعالية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم في خفض مستوى التسويق الأكاديمي لدى المتأخرين دراسياً من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية ٣٣ (١٠)، 223-262.

علي، محمد عبد القادر. (٢٠١٨). الصمود النفسي والمعتقدات الصحية كمنبئين بتنظيم الذات وأبعاد عمه المشاعر لدى مرضى النمط الثاني من السكري والأصحاء. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، ٦ (٤)، ٤٨٥-٥٣٨.

فضل، أحمد ثابت. (٢٠١٤). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بمهارات إدارة الوقت والرضا عن الدراسة لدى عينة من طلاب الجامعة. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، الجزء الثاني (٥١)، 298-309.

الفتي، أمال إبراهيم عبدالعزيز (٢٠١٢). فاعلية برنامجي العلاج المعرفي السلوكي والاسترخاء في تخفيف الأكسيثيميا لدى طالبات الجامعة. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، ٣٠ (١)، ٢١٣-٢٥٢.

كفافي، علاء الدين؛ الدواش، فؤاد محمد؛ الحديبي، مصطفى (٢٠٢٠). مقياس تورنتو للأكسيثيميا "البلادة الوجدانية" للمراهقين والراشدين. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

المبارك، فاطمة محمد؛ وشطناوي، هديل محمد أحمد. (٢٠٢٣). العلاقة بين الأكسيثيميا والتعلق بالأقران لدى طالبات جامعة حفر الباطن. المجلة السعودية للإرشاد النفسي، ١ (١)، ١١٩-١٣٨.

متولي، محمد عبد القادر. (٢٠١٩). علاقة الأكسيثيميا بالضغط النفسية لدى والدي أطفال ذوي اضطراب التوحد. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية و النفسية، ٢٧ (٤)، ١١٠-١٤٤.

المصري، عماد والنوايسة، فاطمة. (٢٠٢٠). مستوى الألكسيثيميا لدى طلبة جامعة مؤتة وعلاقته بمستوى الدخل والنوع الاجتماعي. المنارة، ٢٦ (١)، ١٩٧-٢٢٤.

نصار، عصام جمعة؛ وعبد الرحمن، عبد الرحمن محمد. (٢٠١٦). أثر التدريب على استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم في خفض التلكؤ الأكاديمي لدى المتأخرين دراسياً من طلاب الجامعة. دراسات عربية في التربية، (٧٧)، ٣٨٣-٣٤٧.

النواجحة، زهير عبد الحميد وبركة، رمضان عزازي. (٢٠١٧). القلق الوجودي والتسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٥ (٢)، ٢٦٢-٢٩٢.

ياسين، حمدي محمد؛ مكاوي، ولمياء محمد. (٢٠٢٠). الكفاءة الذاتية المدركة للأمهات وأعراض الألكسيثيميا لأطفالهن الذاتيين دراسة ارتباطية مقارنة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٩)، ١-٤٠.

يونس، فيصل عبد القادر وأنور، أميمة. (٢٠١٤). الألكسيثيميا: نظرة في المفهوم وإرهاصاته وتطوراته النظرية. المجلة الاجتماعية القومية، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية، ٥١ (٢)، ١٧-٥٤.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

Abd El-Salam, A., Metwally, F., & Abdeen, M. (2022). Academic Procrastination and Self-control of Faculty Nursing Students. *Zagazig Nursing Journal*, 18 (2), 15- 22. <https://doi.org/10.21608/ZNJ.2022.245633>

Abdi Zarrin, S., Akbarzadeh, M., & Mostafavi, M. (2019). The role of emotional regulation and academic burnout in the prediction of academic procrastination in students. *Cultural Psychology*, 3 (1), 175 - 192. <https://doi.org/10.30487/j.cp.2019.94141>

Argiropoulou, M.L., Anastasia, K.A. and Petros, R.(2010). Theory, Assessment and Intervention of Academic Procrastination: Current findings and future directions. *Paper presented at Fedora- Psyche Conference, November 17- 19, Alicante, Spain.*

Benbrika, S., Doidy, F., Carlier, L., Mondou, A., Buhour, M., Eustache, F., Viader, F.& Desgranges, B. (2018) Alexithymia in Amyotrophic Lateral Sclerosis and Neural Correlates. *Neuropsychology and Imaging of Human*. <https://doi.org/10.3389/fneur.2018.0056>

Bytamar, J., Saed, O., and Khakpoor, S. (2020). Emotion Regulation Difficulties and Academic Procrastination. *Frontiers in Psychology*. 11:524588. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.524588>

Bytamar, J.M., Zenoozian, S., Dadashi, M., Saed, O., Hemmat, A., & Mohammedi, G. (2017). The Prevalence of Academic Procrastination and its Relationship with Metacognitive Beliefs. *Journal of Medical Education Development*, 10 (27), pp 70-83. <https://doi.org/10.18869/acadpub.edg>.

Chaukos, D.; Chad-Friedman, E.; Mehta DH, et al., (2017). Risk and resilience factors associated with resident burnout. *Acad Psychiatry*, 41:189-94. <https://doi.org/10.1007/s40596-016-0628-6>

Chehrzad, M., Ghanbari, A., Rahmatpour, P., Barari, F., Pourrajabi, A., & Alipour, Z. (2017). Academic procrastination and related factors in students of Guilan University of Medical Science. *Journal of Medical Education Development*, 11, 352 – 362

Custer, N. R. (2018). Test anxiety and academic procrastination among pre-licensure nursing students. *Nursing Education Perspectives*, 39 (3), 162 - 163. <https://doi.org/10.1097/01.NEP.0000000000000291>

Donges, U. -S., Kersting, A., & Suslow, T. (2014). Alexithymia and perception of emotional information: A review of experimental psychological findings. *Universitas Psychologica*, 13 (2), 745-756. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana>

Ebadi, S. & Shakoorzadeh, R. (2015). Investigation of Academic Procrastination Prevalence and Its Relationship

with Academic Self-Regulation and Achievement Motivation among High-School Students in Tehran City. *International Education Studies*, 8 (10), 193-199. <https://doi.org/10.5539/ies.v8n10p193>

Eckert, M., Ebert, D. D., Lehr, D., Sieland, B., & Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. *Learning and Individual Differences*, 52, 10-18. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.001>

Faramarzi, M. & Khafri, S. (2017). Role of Alexithymia, Anxiety, and Depression in Predicting Self-Efficacy in Academic Students. *Scientific World Journal*, Article ID 5798372, 7 pages. <https://doi.org/10.1155/2017/5798372>.

Fentaw, Y.; Moges, B. & Ismail, S. (2022). Academic Procrastination Behavior among Public University Students. *Education Research International*, Volume 2022, Article ID 1277866, 8 pages. <https://doi.org/10.1155/2022/1277866>

Ferrari, J. R. (2001). Procrastination as self-regulation failure of performance: effects of cognitive load, self-awareness, and time limits on working best under pressure. *European Journal of Personality*, 15 (5), 391-406. <https://doi.org/10.1002/per.413>

Hall, N. C., Lee, S. Y., & Rahimi, S. (2019). Self-efficacy, procrastination, and burnout in postsecondary faculty: An international longitudinal analysis. *PLoS ONE*, 14(12), 1 - 17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0226716>

Karbasdehi, E., Abolghasem, A. & karbasdehi, F. (2018). Alexithymia and Personality Factors Among Students With and Without Autism Spectrum Disorder. *Iranian Rehabilitation Journal*, 16 (1), 77-82. <https://doi.org/10.29252/nrip.irj.16.1.77>

Kim, E., & Seo, E. H., (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26 - 33. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>

Kurtovic, A., G. Vrdiljak, & A. Idzanovic, H.I. (2019). Predicting Procrastination: The Role of Academic Achievement, Self- Efficacy and Perfectionism. *International Journal of Educational Psychology*, 8 (1), 1-26. <http://dx.doi.org/10.17583/ijep.2019.2993>

Lichev, V., Rufer, M., Rosenberg, N., Ihme, K., Grabe, H.J., Kugel, H., Donges, U.S., Kersting, A., Suslow, T., (2014). Assessing alexithymia and emotional awareness: relations between measures in a German non-clinical sample. *Compr. Psychiatry* 55, 952-959. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.12.013>

Mahasneh, A., Bataineh, O., & Al-Zoubi, Z. (2016). The Relationship Between Academic Procrastination and Parenting Styles Among Jordanian Undergraduate University Students. *The Open Psychology Journal*, 9, 25-34.

Mccloskey, J., & Scielzo, S. (2015). Finally!: The development and validation of the academic procrastination scale. *Experiment Finding*, 7 (1), 32-39. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.23164.64640>

Mohamed, B. & Ahmed, M. (2022). Emotional intelligence, alexithymia and suicidal ideation among depressive patients. *Archives of Psychiatric Nursing*, 37, 33-38. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.12.002>.

Morice-Ramat, A.; Goronflot, L.; Guihard, G.; (2018). Are alexithymia and empathy predicting factors of the resilience of medical residents in France?. *Int J Med Educ*,9:122–8. <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0>

Nahar, R. & Kakulte, A. (2022). Relationship between Alexithymia, difficulties in emotion regulation, mental health & internet addiction in young adults. *Mind and Society*, 11 (11), 50-80. <https://doi.org/10.56011/mind-mri-112-20225>.

Noli, T., Mqrinqiri. M., Wcopinalo, N& Adami, G. (2010). Alexithymia and Eating Behavior in Severely Obsess Patients . *Journal Compilation the British Dietetic Association*. 23 (6), 616 -639. <https://doi.org/10.1111/j.1365-277X.2010.01079.x>

Ozer, B., & Ferrari, J.(2011). Gender orientation and academic procrastination: Exploring Turkish high school students. *Individual Differences Research*, 9 (1), 33-40.

Rösch, S., Puhmann, L. & Preckel, K. (2022). A cross-modal component of alexithymia and its relationship with performance in a social cognition task battery. *Journal of Affective Disorders*, 298, Part 1, 625-633. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.11.012>.

Shaked, L., & Altarac, H. (2022). Exploring academic procrastination: Perceptions, self-regulation, and consequences. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 19 (3). <https://ro.uow.edu.au/jutlp/vol19/iss3/15>.

Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of 'alexithymic' characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and psychosomatics*, 22 (2-6), 255-262. <http://dx.doi.org/10.1159/000286529>.

Steel, P., & Klingsieck, K.B. (2016). Academic Procrastination Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51 (1), 36-46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>

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

Taylor, G. J. (2000). Recent developments in alexithymia theory and research. *Canadian Journal of psychiatry*, 45, pp. 134-142. <https://doi.org/10.1177/07067437000450>

Taylor, G. J., & Bagby R. M. (2000): an overview of the alexithymia construct. In: R. Bar-on & J. D. A. Parker, (Ed).

the handbook of emotional intelligence, san Francisco: jossey-vol 3, p 41-67.

Thomas, P., Modtjaba, I. & Ghaderi, A. (2010). Alexithymia and emotional awareness in anorexia nervosa: Time for a shift in the measurement of the concept?. *Eating Behaviors*, 11 (4),205-210. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2010.04.001>

Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51 (2), 473–480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>

Uma, E., Lee, C., Shapiai, S., Nor, A., Soe, H., Varghese, E. (2022). Academic procrastination and self-efficacy among a group of dental undergraduate students in Malaysia. *Journal of Education and Health Promotion*, 9:326. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_195_20.

Zarrin, S., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 20 (3), 34 - 43. <http://dx.doi.org/10.12738/jestp.2020.3.003>.