مجلـة الإرشــاد النفسـي

Journal of psychological Counseling

مجلة علمية دورية محكمة

تصدر عن مركز التوجيه والإرشاد النفسي

بكلية التربية – جامعة المنيا

ISSN (Print) 2682- 4566 ISSN (on-line) 2735 - 301X

https://sjsm.journals.ekb.eg

المجلد العاشر العدد السابع عشر ٢٠٢٤

هيئة التحرير

رئيـــــس تحرير المجلة

أ.د/ سيد عبد العظيم محمد

عميد كلية التربية

نائب رئيس تحرير المجلة

أ.د/ حسام محمود زكي

وكيل الكلية للدراسات العليا

رئيس التحرير التنفيذي

أ.م. د/ فدوي أنور وجدي توفيق

مدير مركز التوجيه والإرشاد النفسي

صعوبة وصف المشاعر (كأحد أبعاد الألكسثيميا) كمنبئ باجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركياً

Difficulty describing feelings (one of the alexithymia dimensions) as a predictor of rumination among Kinetically Handicapped university Students

إعداد

أ. د/ مشيرة عبد الحميد اليوسفي
أستاذ الصحة النفسية المتفرغ
كلية التربية – جامعة المنيا

أ.م. د/ فدوي انور وجدي توفيق علي
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية – جامعة المنيا

أ / أمال ماهر محمد عبد الله
باحث ماجستير – قسم الصحة النفسية
كلية التربيـــة – جامعـة المنيـــا

صعوبة وصف المشاعر (كأحد أبعاد الألكسثيميا) كمنبئ باجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا

إعداد

أ.د/ مشيرة عبد الحميد اليوسفي **أ.م.د/ فدوي انور وجدي توفيق**

أ / أمال ماهر محمد عبد الله

عنوان البحث: صعوبة وصف المشاعر (كأحد أبعاد الألكسثيميا) كمنبئ باجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا

اسم الباحث: أ.د/ مشيرة عبد الحميد اليوسفي [1]

أ.م.د/ فدوي انور وجدي توفيق علي [2]

أ/ أمال ماهر محمد عبد الله [3]

مستخلص :

هَدَفَ البحث الحالي إلي التعرف علي طبيعة العلاقة بين صعوبة وصف المشاعر كأحد أبعاد الألكسثيميا واجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا، ومعرفة نسبة إسهام بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ باجترار الأفكار لدى أفراد العينة، وتمثلت العينة من ٧٠ تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٤)عامًا، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٤٢) عامًا، وإنحراف معياري قدره (٤،١)، وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م، وتم استخدام مقياسين لقياس الألكسيثيميا واجترار الأفكار (إعداد/ الباحثة)، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠،٠١) بين بُعد صعوبة وصف المشاعر واجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا، وأن أكثر المتغيرات المستقلة إسهامًا في تباين المتغير التابع (اجترار الأفكار) لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا هو بُعد (صعوبة وصف المشاعر) فقد بلغ قيمة الإرتباط المتعدد بين المتغيرين (٠,٧٥٠)، وأحدث تباينًا مقداره (٠,٥٦٣)، وذلك بنسبة (٥٦،٣%) تقريبًا من تباين المتغير التابع (اجترار الأفكار)، ومن ثم يمكن القول بأن أكثر أبعاد الالكسثيميا إسهاما في التنبؤ باجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا هو بعد (صعوبة وصف المشاعر)، وعلى ضوء ذلك تم تقديم بعض التوصيات التربوية، والأفكار البحثية المقترحة.

الكلمات المفتاحية : صعوبة وصف المشاعر (كأحد أبعاد الألكسثيميا) – اجترار الأفكار – طلاب الجامعة المعاقين حركيًا .

---

[1] استاذ الصحة النفسية و الارشاد النفسية المتفرغ ورئيس قسم الصحة النفسية الاسبق - كلية التربية – جامعة المنيا

[2] استاذ الصحة النفسية و الارشاد النفسية المساعد – مدير مركز الارشاد النفسي– قسم الصحة النفسية – كلية التربية – جامعة المنيا

[3] باحثة ماجستير – قسم الصحة النفسية – كلية التربية – جامعة المنيا

Difficulty describing feelings (one of the alexithymia among dimensions) as a predictor of rumination Kinetically Handicapped university Students

Prepared by

Prof. Dr. Mushira Abdel Hamid Al-Yousif
Professor of mental health
And the former head of the department
Faculty of Education - Minya University

Prof. Fadwa Anwar Wagdy Tawfiq
Assistant Professor of Mental Health
Head of the Psychological Counseling Centre

Abstract:

The aim of the current research is to identify a discrepancy between difficulty expressing feelings and student rumination among university students with motor disabilities, and to find out the percent dimension of alexithymia difficulty expressing feelings seems to be the most common, as Baggett predicts and suggests that they share. In Sample, Sample reached the age of 70 to between (18-24) years old, with an average age for defense (42.20), and a deviation for acceptance for defense (4.1), during the second semester of the academic year 2023/2024 AD. Two measures of alexithymia and rumination were used (prepared by researcher), and I found that there is a statistically significant positive correlation at the level of (0.01) between alexithymia and its dimension difficulty describing feelings And rumination among Kinetically Handicapped university Students, and that the most independent variable contributing to the variance of the dependent variable (rumination) among Kinetically Handicapped university Students is the dimension (difficulty describing feelings). The value of the multiple correlation between the two variables reached (0.750), and created a variance of (0.563).), with approximately (56.3%) of the variance of the dependent variable (rumination), and therefore it can be said that the dimension of alexithymia that contributes most to predicting rumination among university students with motor disabilities is the dimension (difficulty describing feelings), and in light of this, it was Providing some educational recommendations and suggested research ideas**.**

Keywords: alexithymia, rumination, university students, motor disabled.

أولًا- مقدمة الدراسة:

خلق الله الإنسان وميزه عن سائر الكائنات الحية ليس فقط بالعقل ولكن أيضًا بأن جعل له جسد متكامل لا يرقي إليه أي كائن حي آخر ولكن لحكمة من الله أن جعل بعض البشر يُعانون من إعاقة ما في هذا الجسد أو إعاقات مختلطة ليشعر الأصحاء بما أنعم الله عليهم به فيحمدوه علي نعمه التي لاتُعد ولاتُحصي، ومن تلك الإعاقات التي يُعاني منها البعض الإعاقة الحركية حيث يواجه المعاقون حركيًا صعوبة في استخدام أجسادهم مما قد يترك أثر علي الجوانب النفسية والإجتماعية والأكاديمية وغيرها من جوانب حياته.

تمثل الإعاقة صعوبة بشكل عام في جميع المجتمعات والإعاقة الحركية خاصتنا تعد أحد أصعب العاقات حيث أن المعاق حركياً لا يكون بمعزل عن المحيطين به كما في بعض الأعاقات الذهنية أو السمعية أو البصرية الا أن يكون متصل بالعالم ذهنياً وسمعياً وبصرياً وقادر علي التفاعل مع الآخرين والاندماج في المجتمع الا أن طبيعة إعاقته تفرض عليه أن يكون حبيساً لجسده، مما قد يوّلد لديه مجموعة من الضغوطات النفسية مثل القلق أو الاكتئاب وهو ما يفتح المجال لظهور سلوكيات غير سوية لدي ذوي الإعاقات الحركية مثل الانطواء والميل إلي العزلة وهو ما قد يجعله عاجزاً عن تحديد مشاعره أو التعبير عنها وغيرها من المظاهر التي تمثل أبعاد الألكسيثميا وهو ما تؤكده الدراسات (Benedetta,D.et,al.,2013 ,1132 ;Benbrika S.,2018,6)[٤]

والألكسيثيميا شأنها شأن اي مفهوم ناشئ مر بمراحل تطور متعددة تراوحت بين عامين ١٩٤٨ : ١٩٧٢ الى ان ظهر أول إشارة لمفهوم الألكسيثيميا عام ١٩٧٣ علي يد Sifneos في ضوء الحاجة الملحه لوصف الخصال الوجدانية التي تم بسطها لدي عديد من المرضي النفسجسمين ،حيث اقتبس هذا المسمي من اللغة اليونانية حيث تعني(A) في اليونانية "فقدان أو نقص" وتعني (Lexis) "كلمة"وتعني(Thymos) " شعور" ليصبح المعني " فقدان الكلمات المعبرة عن المشاعر " (أميمة أنور و فيصل يونس، ٢٠١٤، ١٧)، من السمات النفسية السلوكية لمن يعانون من الألكسيثيميا ميلهم الدائم للعزلة والوحدة ، صعوبة تكوين صداقات ، إنخفاض تقدير الذات ، الميول العدوانية التخريبية ، الميول الإنتحارية (Luminet , Rokbanic , David & Vincent , 2007 , 642 – 643)

[٤] تم الإلتزام بنظام قواعد التوثيق العلمي للإصدار السابع APA-7 مع مراعاة التوثيق في المراجع العربية بإسم المؤلف ثلاثي

ويعتبر الألكسيثميا من الإضطرابات النفسية السيكوسوماتية حيث يرجع بدايات ظهور هذا المصطلح إلي العالم الأمريكيSifneos عام 1972م وكان يطلق علي المرضي ذوي الأعراض النفسجسمية، ويعانون من العجز في القدرة علي التعبير عن مشاعرهم أو وصف إنفعالتهم نحو المواقف التي تحتاج إلي التعبير عن عواطفهم (امال إبراهيم الفقي،٢٠١٢،٢١٥)

وعندما يكون الشخص عاجز عن التعبير عن مشاعره قد يصبح فريسه لأفكاره واسترجاعها مرارًا وتكرارًا يظهر لديه مايسمي باجترار الأفكار حيث يُطلق مصطلح الاجترار علي الافكار التي تدور حول موضوع معين ويكون الفرد علي درايه بها وتتكرر في غياب المطالب البيئيه الفورية ، والجدير بالذكر أن مصطلح اجترار الافكار لا يقتصر علي الافكار اللفظية فقط ولكنه يشمل العواطف والصور والأحاسيس الجسدية، ويحدث الاجترار بشكل غير مقصود ويصعب التخلص منه وقد تستمر تلك الافكار الاجترارية لعدة سنوات علي الرغم من محاولات الفرد التخلص منها وتظل مرتبطة بعدد من الظواهر المعرفية العاطفية السلوكية (Martin & Tesser , 2018 ,1).

أول من تناول مصطلح اجترار الأفكار هى Susan Nolen – Hoeksema عام ١٩٨٧ فقد أشارت فى نظريتها أنماط الإستجابة إلى أن الأشخاص الّذين يتعرضون إلى الضغوط يستجيبون إلى تأثيراتها السلبية عن طريق صرف إنتباههم نحوها مما يثير لديهم إنفعالات سلبية كوسيلة مواجهة متمركزة حول الذات (Morrow & Nolen – Hoeksema, 1990 ,519).

ثانيًا- مشكلة الدراسة:

تُعد المرحلة الجامعية بالنسبة لأي فرد مرحلة مهمة جدًا حيث أنها بمثابة حلقة وصل بين مراحل الدراسة والتعليم والحياة العملية، لاسيما إذا كان هذا الفرد معاق بشكل عام مما يُحتم علي الآخرين تقبل إختلافه ومساعدته قدر الإمكان أو كان معاق حركيًا بشكل خاص وهو ما قد يجعله بحاجة إلي الدعم النفسي أكثر من أي إعاقة أُخري فإعاقته ليست في عقله بالتالي فهو يعي ويدرك الأمور من حوله، وليست في سمعه مما يجعله يسمع أيضًا إنطباعات من حوله، وليست في بصره مما يجعله يري ردود فعل الآخرين عليه من استهزاء وهمز ولمز أو حتي قد تصل إلي التنمر عليه، مما قد يؤثر سلبيًا علي الجوانب النفسية فيظهر لديه العديد من الإضطرابات النفسية ومنها الألكيستيميا فيشعر بالضيق أو الحزن أو الغضب دون أن يدرك

ماهية تلك المشاعر أو يُحددها بشكل دقيق حتي يتمكن من وصفها للآخرين وهو ما قد يصحبه إضطرابات أخري مثل الإكتئاب أو القلق أو قد يؤثر علي تفكير الطالب الجامعي المعاق حركيًا ويجعله يسترجع ذكريات ماضية تُزعجه أكثر.

نبعت مشكلة الدراسة من إحساس الباحثة بما يعانيه المعاقين حركياً من وجود إضطرابات نفسية نتجت عن طبيعة إعاقتهم وهو ما يسبب نوعاً من الخلل فى المعرفة الإنفعالية ونظراً لأن حجم فئة المعاقين حركياً نسبة لايستهان بها فى العالم حيث بلغ عددهم حوالى ٢٥ مليون معاق حركياً وفقاً لتقديرات الامم المتحدة لعام ٢٠١٧ وفى الوطن العربى يقدر عددهم بحوالى ١٨ مليون (منظمة الصحة العالمية : ٢٠١٧) ، كما أن المعاقين حركياً فى مصرعددهم يتراوح بين ١,٥ : ٢ مليون معاق حركياً (وزارة التضامن الإجتماعى : ٢٠٢٢) ، ولما كانت المهارات الحركية تلعب دوراً فعالاً فى النمو المعرفى وكذلك النمو الإنفعالى وبالتالى فإن حدوث الإعاقة الحركية يتسبب فى قصور النواحى المعرفية والإنفعالية والوجدانية وغيرها ، وقد أثبتت الدراسات أن ٥٣,٦ % من المعاقيين حركياً مصابين بالألكسيثيميا . Bentrika , (S. ,et al , 2018 , p.4)

والألكسيثيميا بوصفها سمة وجدانية معرفية تنتج من قصور المشاعر والأحاسيس ويظهر ذلك فى صعوبة التعرف على المشاعر الذاتية والتمييز بينهما وكذلك صعوبة التواصل الإنفعالى أى صعوبة التعبير عن المشاعر للأخرين بسبب غياب الكلمات المناسبة لوصف هذه المشاعر رغم عدم وجود أى إضطرابات فى جهاز النطق أو حاسة السمع وإضافة إلى ذلك محدودية التخيل المتعلق بالمشاعر والإنفعالات (محمد رزق البحيرى ، ٢٠٠٩ ، ص- ص : ٨٢٢ – ٨٢٣) ، وكذلك يُنظر لاجترار الأفكار على أنه إستراتيجية مواجهة تركز على الإنفعالات ، يقوم بها الفرد لفهم الضغط النفسي المتمثل فى المشكلة التى يمر بها والتفكير فى جوانبها السلبية دون تقديم أى حلول لها (خالد محمد قليوبى ، ٢٠٢٠ ، ص.٢٧) ، فهل توجد علاقة بين الألكسيثيميا واجترار الأفكار لدى المعاقين حركياً من طلاب الجامعة ؟

من هنا يبرز الجانب الأول من مشكلة الدراسة المعنى بالتعرف على طبيعة علاقة بين الألكسيثيميا واجترار الأفكار لدى المعاقين حركياً من طلاب الجامعة.

بالرجوع إلى الأُطر السيكولوجية والدراسات السابقة للألكسيثيميا وعلاقتها بمتغيرات نفسية أخرى مثل:أثبتت بعض الدراسات إرتباطها بالقلق كدراسة

(Evern,2003 ؛ Voiken & Kuscu ,2004 ؛ Mueller & Alpers ,2006 ؛ بدوية محمد سعد ، ٢٠١٥ ؛ إيمان رمضان بشير ، ٢٠٢٢) ، وأثبتت دراسات أخري إرتباطها بالإكتئاب كدراسة (فرج الله عباس ، ٢٠١٧ ؛ عبد الله أحمد الزهرانى ، ٢٠١٨ ؛ نهلة عبد الرازق وفاطمة محمد على ٢٠٢٢) ،أو دراسة الألكسيثيميا لدى ذوى الإحتياجات الخاصة نجد أن المعاقين سمعياً يعانون من الألكسيثيميا (حمدى محمد ياسين و زهرة العلا عثمان إسماعيل ، ٢٠١٥) وكذلك المعاقين بصرياً لديهم ألكسيثيميا (أحمد فوزى جنيدى ، ٢٠٢٠) ،أما دراسة الألكسيثيميا لدى المعاقين حركياً فتم دراستها فى الدراسات الأجنبية من قِبل (Bentrika , S. , et al , 2018) فقط ، بينما فى الدراسات العربية لم يتم دراستها – على حد إطلاع الباحثة –

أما عن اجترار الأفكار فبالرجوع إلى الأُطر السيكولوجية والدراسات السابقة لعلاقته بمتغيرات نفسية أخرى مثل: القلق كدراسة (Susan ,1991) ، أو مع الإكتئاب (Brinker & Dozois 2009 ,) ، ودراسات أكدت على العلاقة بين القلق والإكتئاب واجترار الأفكار (شيماء عزت باشا ، ٢٠١٥ ؛ رشا عبد الستار ، ٢٠١٧) ، ودراسات تناولت اجترار الأفكار لدى ذوى الإحتياجات الخاصة نجد أنه تم دراسة اجترار الأفكار لدى المتفوقين عقلياً ذوى الكمالية العصابية (فاطمة الزهراء محمد مليح ، ٢٠٢١) بينما لاتوجد دراسة تناولته مع المعاقين حركياً – على حد إطلاع الباحثة –

ونظراً لعدم وجود دراسات عربية –على حد إطلاع الباحثة– تدرس إسهام الألكسيثيميا بالتنبؤ باجترار الأفكار لدى المعاقين حركياً من طلاب الجامعة ، يبرز الجانب الثاني من مشكلة الدراسة المعنى بتعرف مدى إسهام أبعاد الألكسيثيميا بالتنبؤ باجترارالأفكار لدى المعاقين حركياً من طلاب الجامعة وما هو البعد الأكثر إسهامًا في التنبؤ بالاجترار؟

من العرض السابق يمكن صياغة مشكلة الدراسة فى الأسئلة الأتية :

١. ما طبيعة العلاقة الإرتباطية بين بُعد صعوبة وصف المشاعر من أبعاد الألكسثيميا واجترار الأفكار لدى عينة الدراسة؟

٢. ما نسبة إسهام بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ باجترار الافكار لدى عينه الدراسة؟

ثالثًا– أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلي تَّعَرُف:

أ. العلاقة بين بُعد صعوبة وصف المشاعر من أبعاد الألكسثيميا واجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا.

ب. نسبة إسهام بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ باجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا.

رابعًا- أهمية الدراسة:

أ- **الأهمية النظرية:** وتكمن فيما يلي:

١- التأصيل النظري لمتغيرالألكسثيميا ومتغير اجترار الأفكار لدي عينة من ذوي الأعاقة الحركية مما قد يثري المكتبة العربية السيكولوجية.

٢- تناول مفهوم الألكسثيميا بأبعاده وعلاقته باجترار الأفكار لدي عينة من المعاقين حركياً من طلاب الجامعة وهو ما تناولته الدراسات الأجنبية الأ أن الدراسات العربية لم يتم تناوله بالدراسة حتي الآن – في حدود علم الباحثة- وهو ما يعمل علي إثراء الإطار السيكولوجي العربي.

٣- الإهتمام بفئة المعاقين حركياً من طلاب الجامعة لما لهذه المرحلة من تأثيرات نفسية على الأفراد قد تكون بداية لإضطرابات نفسية فيما بعد.

ب-الأهمية التطبيقية:

١- إعداد مقياس لقياس الألكسثيميا واجترار الأفكار لدي المعاقين حركياً من طلاب الجامعة.

٢- قد تسهم نتائج هذه الدراسة في إفادة المختصين في مجالات التربية والصحة النفسية والعلاج النفسي في تحديد عدة عوامل ذات صلة بالألكسثيميا وكيفية تشخيصها وعلاجها.

٣- في ضوء ما ستُسفر عنه النتائج يمكن أن يستفاد منها في تصميم البرامج الإرشادية للمعاقين حركياً من طلاب الجامعة لخفض الألكسثيميا واجترار الأفكار.

خامسًا- مصطلحات الدراسة الإجرائية:

أ- **الألكسيثيميا:** تُعرَف الألكسيثيميا لدى طلاب الجامعة المعاقين حركياً بأنها "اضطراب وظيفي في الوظائف الوجدانية – المعرفية يظهر في عجز الطالب

الجامعي المعاق حركيًا عن التعبيرعن مشاعره وأفكاره أو التمييز بينها وبين الأحاسيس الداخلية والتعبير عنها أو وصفها للآخرين ومحدودية وندرة الخيال وكذلك تفكيره يكون موجه خارجيًا ".

ب–اجترار الأفكار: يُعرَف اجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركياً بأنه "إستجابة غير تكيفية يلجأ إليها الطالب الجامعي المعاق حركيًا كوسيلة لتخفيف الضغط النفسي والتوتر الذي يكون فيه نتيجة لتعرضه لموقف ما أو مشكلة، حيث يقوم بتكرار التفكير في تلك الذكريات السلبية بشكل مفرط لفترات زمنية طويلة كمحاولة لتنظيم أفكاره لفهمها دون تقديم أي حلول مما قد يؤثر سلبًا علي إنفعالاته ومشاعره" .

سادسًا– الإطار النظري:

أ- الألكسيثيميا Alexithymia

١- مفهوم الألكسيثيميا: يرجع الأصل اللغوي للألكسيثيميا Alexithymia إلى أصل إغريقي حيث Alexi وتعنى عدم وجود أو غياب ،أما عن Thymia من الكلمة thymess عاطفة ؛ ليصبح المعنى عدم وجود كلمات معبرة عن العاطفة. (Kaur,p. ,2015, 79) ،وقد ظهر مصطلح الألكسيثيميا لأول مرة على يد الطبيب الأمريكي Sifineos عام ١٩٧٠م حيث وجد أن الكلمة تتكون ٣ مقاطع وهى A" = lack" وتعني "نقص" word" = lexi" وتشير "الكلمة" Thymia = "feeling" وتعني "المشاعر" ،وبذلك تعني words for feeling lack أي نقص الكلمات المعبرة عن المشاعر (Briody M. E.,2005 , 32)، وتُعرف سيكولوجياً في القاموس الموسوعي في العلوم النفسية والسلوكية بأنها : "عدم القدرة علي التعبير أو الوصف أو التمييز بين إنفعالات الشخص ، وقد تحدث في عديد من الاضطرابات خاصة النفسجسمية وبعض اضطرابات تعاطي المخدرات وقد تَتبَع التعرض المتكرر للضغوط الصادمة". (Vanden Bos G., 2015 , 266)، ويُعرفها باحثون بأنها "حالة تصف تلك الصعوبة التي يُعاني منها الفرد في القدرة علي التعرف علي المشاعر ووصفها والتميز بينها وبين الأحاسيس الجسمانية الناتجة عن الإستثارة الوجدانية، وندرة التخيل والتوجه المعرفي الخارجي أكثر من الداخلي" (هشام عبدالرحمن الخولي ،٢٠٠٥، ٢٢٤؛ أبو زيد سعيد الشويقي.، ٢٠٠٩، ٢٦ ؛ بدوية محمد سعد ،٢٠١٥، ١٦). وكذلك تُعرف بأنها "حالة تصيب الفرد وتجعله عاجزاً عن وصف مشاعره والتعبير عنها للآخرين نظرًا لصعوبة فهم هذه المشاعر مع وجود حالة من الضجر وعدم الطموح وعدم القدرة على التفاعل مع الآخرين ومراعاة مشاعرهم " (Bar-On, R. & Parker J. D. A. , 2000 , 372)، بينما يتفق آخرون على أنها "سمة وجدانية معرفية، يتضح في وجود قصور في التعامل مع المشاعر والإنفعالات وصعوبة التعرف على المشاعر الذاتية ونقص القدرة على التخيل المرتبطة بالمشاعر" (محمد رزق البحيري،٨٣٥،٢٠٠٩؛ فاتن طلعت قنصوة،٣٣،٢٠١٠؛ Gilbertet L. A., et al.,2014 ,654 ؛ Panayiotou G., et al, 2015,207؛ Ogilvie Z. &,Gotham K.,2021,26)، إلا أن باحثون آخرون يُعرفونها بأنها "اضطراب وظيفي في

الوظائف المعرفية-الوجدانية يظهر من خلال محدودية القدرة علي تحديد المشاعر والتلفظ بها بصورة شفهية ،وينتج عنه ضعف القدرة علي الوعي العاطفي والنشاط المعرفي الرمزي، وقصور في القدرة علي تنظيم الإنفعالات والمشاعر، وضعف القدرة علي مواجهة الخبرات الإنفعالية والتعبير عن تلك المشاعر للآخرين، ومحدودية القدرة علي التخيل وسطحية التفكير". (Maggini&Andrea,2004,4؛Moilanen,K.et.al.,2003,309)
.(Hall,M.L.R.,2006,13

ومن خلال التعريفات السيكولوجية فى القواميس والمعاجم النفسية والتعريفات الإصطلاحية للدراسات السابقة توصلت الباحثة إلى تعريف قد يكون شامل سيتم تبنيه فى الدراسة الحالية حيث تُعرَف الألكسيثيميا لدى طلاب الجامعة المعاقين حركياً بأنها " اضطراب وظيفي في الوظائف الوجدانية - المعرفية يظهر في عجز الطالب الجامعي المعاق حركيًا عن التعبيرعن مشاعره وأفكاره أو التمييز بينها وبين الأحاسيس الداخلية والتعبير عنها أو وصفها للآخرين ومحدودية وندرة الخيال وكذلك تفكيره يكون موجه خارجيًا " .

٢- أنواع الألكسيثيميا

(أ) الألكسيثيميا الأولية: يكون منشأها عصبي نتيجة خلل فى القشرة الدماغية و تُعرف بأنها " عطل التحويل بين نصفي الكرة المخية " وهو ما أكده تلور وسمث أن هناك اختلاف بين من يعانون من الألكسيثيميا والأشخاص العادين في الاتصال الذي يحدث بين نصفي الكرة المخية (إيمان رمضان بشير،٢٠٢٢، ٤٤-٤٥)

(ب) الألكسيثيميا الثانوية: لا تنشأ من أساس عصبى ، ولكن تنشأ من خبرات صدمية طفولية قبل إكتساب اللغة فهى تدخل فى إطار التنظيم النفسي فهى بمثابة ميكانزم دفاعى ضد التعرف على الإنفعالات (Freyberger, M.,1997,4120)

وكشفت دراسة chen et al,2011 عن وجود أنواع فرعية من الألكسيثيميا وهي:

١. الألكسيثيميا الخارجية:هم الَّذين يحصلون علي درجات مرتفعة في بعد التفكير الموجه خارجيًا ودرجات منخفضة علي بُعد صعوبة تحديد المشاعر وصعوبة وصفها.
٢. الألكسيثيميا الداخلية: هم الَّذين يحصلون علي درجات مرتفعة في بعدي صعوبة تحديد المشاعر وصعوبة وصفها.
٣. الألكسيثيميا العامة: هم الَّذين يحصلون علي درجات مرتفعة في جميع أبعاد الألكسيثيميا.

(خالد السيد وهناء عبد العظيم، ٢٠٢٠، ٨٩-٩٠)

٣- أبعاد الألكسيثيميا

افترضت نظرية تورنتو أن الألكسيثيميا مفهوم سيكولوجى متعدد تشمل أربع خصائص أساسية وهي: صعوبة التعرف على المشاعر وفهمها، صعوبة وصف المشاعر للآخرين، محدودية الخيال وأحلام اليقظة، التفكير الموجه خارجيًا.

وتُحدد الألكسيثيميا بأبعاد أُخري منها يلي:

أ- نقص القدرة على فهم وتحديد المشاعر: ضعف القدرة على التعرف على المشاعر والتمييز بينها وبين الأحاسيس الجسمية .

ب-نقص القدرة على التعبيرعن المشاعر: عجز الفرد عن التعبير عن الكلمات أو وصفها للآخرين وضعف قدرته على التواصل اللفظي .

ت-عجز في القدرة على التخيل: ضعف قدرته على التخيل والتصور أو وضع تصورات مستقبلية، ويتسم تفكيره بالسطحية والجمود والميل إلى تفسير الأحداث وفقاً لتصورات سابقة.

ث-أسلوب الموجه خارجياً: يعزي الفرد كل ما يحدث له إلي أسباب خارج إرادته دون النظر إلي الأسباب والظروف الكامنة .

(Terry et al. , 2009 , 43-44 ؛ Joergen et.al. ,2010 ,140 ؛ ناصر سيد جمعة، أحمد ثابت فضل،٢٠١٣ ،١٦١)

٤- خصائص الأفراد الَّذين يعانون من الألكسيثيميا

بعد الإطلاع على العديد من الدراسات التي تناولت خصائص الأفراد اللذين يعانون من الألكسيثيميا منها الخصائص السلوكية وتظهر في صعوبة إستخدام الأساليب الإنفعالية المناسبة في مواجهة الضغوط فهم يميلون إلي العدوانية وسرعة الغضب وفي المواقف العادية تُعد شكواهم الجسدية أكثر تعبيرًا عن مشاعرهم وحالتهم الإنفعالية حيث يصعب عليهم إنتاج تعبير وجهي مناسب وبالتالي يميلون للعزلة شبه الدائمة ويتسمون بإنخفاض تقدير الذات، كما أن الخصائص الإجتماعية لديهم واضحة في الإفتقار إلي التواصل الفعال مع الآخرين وتكوين علاقات شخصية وصداقات وضعف السواء النفسي والإجتماعي، أما عن الخصائص الجسمية فهي في الأغلب تنتج من عجزهم عن تحديد ووصف مشاعرهم وتتمثل في الصداع النصفي وإرتفاع ضغط الدم والإجهاد الشديد وفي بعض الآحيان أمراض الحساسية واضطرابات في الجهاز الهضمي،بينما تتمثل الخصائص المعرفية لهم في ضعف النمو المعرفي-الوجداني وينتج عنه صعوبة في الإدراك والوعي والجهل بالدوافع الداخلية وعدم الشعور بالدوافع الكامنة، وتظهر الخصائص الوجدانية في الحاجة الدائمة الي الدعم الأجتماعي وكبت الأنفعالات بل ويميلون الي تحويل تلك الإنفعالات الحسية إلي صورة جسدية.(Taylor&Bagby,2000,55 ؛ luminet o. et al. ,2007,642 ؛ Bekker, M. H., Bachrach, N., & Croon, M. A.,2007,508 ؛ Way et al.,2007,130 ؛ هشام الخولي و الزهراء عراقي ومحمد شعبان ،٢٠١٣ ،١٢٧-١٢٨ ؛ مصطفي خليل محمود،٢٠١٣، ٥٠-٥١ ؛ إيمان عطيه حسين ، ٢٠١٧ ، ١٥٢-١٥٣؛ Benbrika S. , et al. , 2018 , 2 ؛ نرمين حمدي عمارة وأحمد محمد مجرية ،٢٠٢٢ ، ١١-١٢)

٥- أسباب الألكسيثميا في ضوء النظريات المفسرة

(أ) النظرية السلوكية

تنشأ الألكسيثيميا وفقاً لهذه النظرية من مجموعة من العادات الخاطئة التي يكتسبها الفرد من تعرضه لبعض أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة أو نتيجة لصدمات نفسية تعرض لها الفرد منها ما يكون فى الطفولة فيسعي إلى تناسيها تجنبًا لإحساس الألم وعدم الإرتياح المصاحب لها، إلا أنه يحدث لهم حالة من النكوص الوجداني للمواقف الصادمة بإنفعالاتها ومشاعرها فيقوم الفرد بقمعها بإستمرار مما يزيد من إحتمالية إصابة الفرد بالألكسيثيميا (فارس زين العابدين،٢٠١٦، ٥)

يحدث مواقف صادمة تصحبها مشاعر وإنفعالات وبتكرار هذه المواقف الصادمة يلجأ الفرد الي قمع تلك الخبرات حتي يتجنب الإحساس بالالم المصاحب لتذكرها مما يصيبه حالة من جهل المشاعر نتيجة تكرار مرات تعرضه للخبرات والمواقف الضاغظة ومواقف الاحتراق النفسي وتكرار قمعها وينتج عن ذلك زيادة إحتمالية إصابة الفرد بالألكسيثيميا (Domenico , D. et al,2009, 68).

(ب) نظرية تورنتو

قدمت نظرية تورنتو الألكسيثيميا كمفهوم سيكولوجي يشمل أربعة أبعاد رئيسية: صعوبة تحديد المشاعر والتعرف عليها ونقص في قدرته علي فهمها، ومن ثم صعوبة التعبير عليها للآخرين وعجزه عن وصفها، محدودية الخيال وإنخفاض أحلام اليقظة وتتضح في إنخفاض أحلام اليقظة وإنخفاض قدرة الفرد علي التصور والتخيل لأحداث مستقبلية حيث يتسم تفكيره بالسطحية والجمود إضافة إلي أنه يميل لتفسير الأحداث بناءًا علي خبرات وتصورات إدراكية سابقة، بالإضافة إلي أن تفكيره المعرفي موجه خارجيًا فهو يميل في تفسيره للأحداث إلي الإهتمام بالأسباب الشخصية والخبرات الذاتية والظروف الكامنة وراء حدوث تلك الأشياء.(Kauhanen, J., Kaplan, G. A., Cohen, R. D., Julkunen, J., & Salonen, J. T. , 544, 1996 ; Way et al. ,2007,130; ; مصطفي خليل محمود،٢٠١٣، ٥٤)

ب- اجترار الأفكار Rumination

١- مفهوم اجترار الأفكار

يرجع الأصل اللغوي لكلمة الاجترار للأسم (اجْتِرَارٌ) في صورة مفرد مذكر وجذرها (جَرَرَ) وتعنى إعادة الشئ نفسه في كل مرة (مجمع اللغة العربية المعجم الوسيط ، ٢٠٠٤، ٧)، يُعرف الاجترار في القاموس الموسوعي في العلوم النفسية والسلوكية APA Dictionary of clinical psychology بأنه: "التفكير المتكرر بشكل مفرط في موضوعات تتداخل مع أشكال أخري من النشاط العقلي" (Vanden Bos , 2015 ,505)، يُعرف اجترار الأفكار اصطلاحًا بأنه: أفكار وسلوكيات يُكررها الفرد مع التركيز على مشاعره السلبية وما يترتب عليه من أعراض إكتئابية (Nolen-Hoeksema S.,1991,570)، كما يُعرف بأنه أفكار تكرارية تتعلق بالمشكلات الشخصية وهو ما قد يُكَّوِن لديه خبرة لاإرادية غير مقصودة (Matthews, G.& Wells, A.,2004,128) ، وعُرِف أيضًا كاستراتيجية مواجهة غير توافقية تُركز علي الإنفعال ويقوم الفرد خلالها بالتفكير المفرط والمستمر لمحاولة فهم حالة التوترأو الضغط الذي يعاني منه في موقف ما يمر به حيث يقوم بعملية تركيز مبالغ فيها علي المشكلة والتفكير في جوانبها السلبة دون تقديم أي حلول لها (Bauerband, L. & Galupo M., 2014,219) ، وكذلك يُعرف كأحد استراتيجيات التنظيم الإنفعالي ويعني تركيز الفرد بشكل متكرر علي إنفعالاته السلبية والأسباب والعواقب المرتبطة بهذه الإنفعالات (سهام علي عبد الغفار، ٢٠١٨، ١٣)، إضافة إلي ذلك تم تناوله كشكل من أشكال التركيز علي الذات والتركيز السلبي علي الذات والتفكير السلبي في جميع جوانب الحياة الشخصية والإجتماعية والدراسية دون التطرق إلي أي حلول ممكنة وذلك من خلال استرجاع وتدفق الأفكار والذكريات السلبية التي تستحوذ علي تفكير الفرد دون القدرة علي التخلص منها أو التحكم فيها وهو ما يؤدي إلي عواقب نفسية وخيمة (فاطمة الزهراء محمد جاد، ٢٠٢١، ٣٢٨)، بينما تم توضيحه بصورة أشمل كإستجابة لا تكيفية للضغط النفسي أو أسلوب غير توافقي لتنظيم الأفكار والعواطف يدفع الفرد للتركيز المتكرر والدائم علي أسباب ومؤشرات وعواقب المشكلات والتجارب السلبية مع تكرار الحديث عنها وإعادة استرجاعها والتفكير فيها لدرجة أنها تصبح أسلوب دائم في التعامل مع المواقف التي يواجهها (Chu S. et al., 2023,1; Gourdine A., 2023,11; Lupo C.,2023, 8)، ومؤخرًا عُرِف بأنه نمط من التفكير المتكرر الذي ينخرط فيه الفرد بصورة متواصلة لفترات زمنية طويلة مُركِّزًا علي الأحداث السلبية المتعلقة بالماضي والحاضر والمستقبل ويُسيطر عليه نظرة تشاؤمية مما قد يؤثر علي حالته المزاجية وعلاقته بالآخرين وبشكل قد يُشير إلي ظهور العديد من الإضطرابات (نهلة فرج الشافعي، ٢٠٢٤، ١٩).

ومن خلال التعريفات السيكولوجية فى القواميس والمعاجم النفسية والتعريفات الإصطلاحية للدراسات السابقة توصلت الباحثة إلى تعريف قد يتناسب مع الدراسة الحالية سوف يتم تبنيه حيث يُعرَف اجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركياً بأنه "إستجابة غير تكيفية يلجأ إليها الطالب الجامعي المعاق حركيًا كوسيلة لتخفيف الضغط النفسي والتوتر الذي يكون فيه نتيجة لتعرضه لموقف ما أو مشكلة، حيث يقوم بتكرار التفكير في تلك الذكريات السلبية بشكل مفرط لفترات زمنية طويلة كمحاولة لتنظيم أفكاره لفهمها دون تقديم أي حلول مما قد يؤثر سلبًا علي إنفعالاته ومشاعره" .

٢- فئات اجترار الأفكار

ميزت Mikulincer (١٩٩٦) بين ثلاث فئات من الأفكار، تتضمن:

(أ) اجترار أفكار الفعل Action Rumination: أفكارًا موجهة نحو المهمة وتكون متركزة حول تحقيق الأهداف، مع التركيز على الأساليب المستخدمة وإمكانية تعديل أخطاء الماضي.

(ب) اجترار أفكار الحالة State Rumination: فتتعلق بحالة المشاعر الحالية التي تُرَكِز على تداعيات الفشل.

(ج) الأفكار التي لا تتعلق بالمهمة Task Irrelevant Rumination: وتحديدًا الذي يعمل من خلال التفكير في الأحداث أو الأفراد الذين لا يساهمون في الهدف المنشود.

(شيماء عزت باشا ،٢٠١٥، ٥٤١ ؛ إيهاب سيد أحمد، ٢٠٢٢، ٥٧٩) .

٣- أنواع اجترار الأفكار

تم تناول أنواع الاجترار على أنها نوعين فقط وهما الاجترار الاكتئابي واجترار الغضب وفيما يلى شرح مبسط لكلاً منهما :

(أ) الاجترار الاكتئابي Depressive rumination: هو عملية معرفية تتضمن التركيز بشكل متكرر على الأفكار والمشاعر والتجارب السلبية، ويتميز بالميل إلى التركيز على الإخفاقات السابقة وخيبات الأمل والأخطاء، والتشكيك في نوعية الحياة والكفاية الشخصية، كما يرتبط الاجترار الاكتئابي بزيادة خطر الاكتئاب ونوبات الاكتئاب المطولة، ويستجيب الفرد للمشكلات بشكل يدل علي سوء المزاج كضعف التركيز في أثناء محاولة حل المشكلة ويُعد الاجترار الإكتئابي نتيجة للقلق والتوتر وضغوط ما بعد الصدمة(Luxton D. Richard M., Wenzlaff L. , 2003 , 294 & Bear&Saur,2011,143; رشا محمد عبد الستار ،٢٠١٧، ٤٣٢؛ السيد عبدالرحمن والسعيد غازي وسامح أحمد،٢٠٢٢ ،٣٠٨).

(ب) اجترار الغضب Anger rumination: وهو ما يشير إلى الميل للتفكير المتكرر في نوبات الغضب التي حدثت بالفعل للفرد ويُعيد التفكير فيها مما قد يُسهم بدوره من زيادة الغضب والسلوك العدواني،حيث أن خبرات الغضب الكامنة في الذاكرة وتكرار التفكير فيها يزيد من الغضب والعدوان بشكل أكبر (رشا محمد عبد الستار،٤٣٢،٢٠١٧؛ السيد عبدالرحمن والسعيد غازي وسامح أحمد،٢٠٢٢ ،٣٠٨)

٤- النظريات والنماذج المفسره لاجرار الأفكار

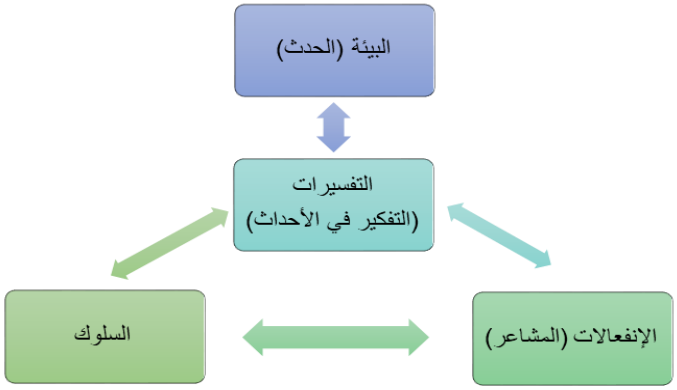
(أ) نظرية أنماط الإستجابة

تُؤكد هذه النظرية على أن الاجترار يزيد من الإكتئاب والتفكير السلبي ويُقلل فُرَص الوصول إلى حل المشكلات ويتعارض مع السلوك الآلي ويُضِعِف الدعم الإجتماعي ويرتبط إرتباط إيجابي بقمع أو تجنب المشاعر والأفكار المؤلمة (Nolen Hoeksema, S., Wisco, B., & Lyubomirsky, S.,2008,409).

يُؤدي اجترار الأفكار الى تزايد الإكتئاب والشعور بالكرب من خلال عِدة آليات تتمثل في أنه: يُعزز من آثار مِزاج المكتئب على التفكير السلبي مما يجعله يميل إلى تفسير الأحداث الراهنة من خلال الأفكار السلبية والذكريات التي تُنَشِط من مِزاجهم المكتئب، ويزيد الاجترار من التفكير المتشائم وهو ما يُبعِد الفرد أكثر عن الوصول إلى حل مشكلاته بفاعلية، ويؤثر الاجترار على السلوك اللفظي وهو ما يزيد من المواقف المجهده (محمد مصطفى، أسماء محمد ،٢٠٢٢،٢٣؛ أمنية عبد الحق عبد المجيد،١١٠،٢٠٢٣ -١١١).

(ب) نموذج التنشيط السلوكي

ينظر العلاج المعرفي السلوكي في تفسيره لاجترار الأفكار للإضطرابات النفسية علي أنها نموذج من أربع جوانب تتمثل في البيئة والأفكار والمشاعر والسلوك، حيث تتفاعل هذه الأنظمة بدورها فالمواقف التي تحدث فى البيئة يخزن عنها الفرد بعض الأفكار منها الإيجابية والسلبية وهو ما يؤثر على مشاعره وإنفعالاته ومن ثم يقوم بالاستجابة بأداء سلوك، ويُعد فهم كيفية تفاعلها من خلال الخبرات الحياتية أحد معينات المريض علي فهم مشكلاته بطريقة أفضل، مثال: إذا فقد شخص ما وظيفته (البيئة) فيري نفسه أنه لا قيمة له (الأفكار) فقد يشعر بالحزن والإكتئاب (المشاعر) فينسحب من الأنشطة الإجتماعية وينعزل (السلوك) (Michael N.& Wendy D.,2018,11)، وشكل (١) يُوضح نموذج العلاج المعرفي السلوكى:



شكل (١)
نموذج التنشيط السلوكي

ومن هنا تؤكد (Schmalzried, R. , 2012 , 74) أن علاج اجترار الأفكار هو الحد من الإتصال بالبيئة ويُقترح أن وظيفتي اجترار الافكار (التفكير – التأمل) يعتبران أشكال من التجنب التي تمنع مواجهه المثيرات المنفرة و تجنب الإتصال بالمواقف المزعجة التي يحتمل أن تُثير إنفعالاته السلبية.

ج- المعاقين حركياً Handicappers Physically

١- مفهوم المعاقين حركياً

عرف قاموس التربية الخاصة و تأهيل غير العاديين مصطلح إعاقة handicap :علي أنه "ما ينتج عن أي حالة أو إنحراف بدني أو إنفعالي بحيث يكبح أو يمنع إنجاز الفرد أو تقبله، ويطلق على مثل هذا الفرد (معاق)"، كما عرف المعاق حركياً / بدنياً handicapped physically: بأنه "مصطلح يستخدم للإشارة إلي الفرد الذي يعاني من

اضطراب بدني يعوق عملية تعليمه أو نموه أو توافقه ويشير المصطلح بصورة عامة إلي المقعدين أو من يعانون من مشكلات صحية مزمنة بيد أنه لا يشمل الإعاقات الحسية المفردة مثل كف البصر أو الصمم" (عبد العزيز السيد و عبدالغفار عبدالحكيم، ١٩٩٢ ، ٥٥ ، ٨٥).

٢- **العوامل (الأسباب) المؤدية إلى الإعاقة الحركية**

أ- عوامل ما قبل عملية الولادة

١. عوامل جينية: هي التي تحدث نتيجه طفرات وراثية أثناء تكوين الأجنة مثل العيوب على الخلقيه او حالات الاضطرابات في تكوين الخلايا او حالات عامل ريزوسRH ،وكذلك الاضطرابات في عملية التمثيل والبناء.

٢. عوامل غير جينية: وهي التي تُمثل العوامل التي قد تُؤثر في الجنين أثناء فترة الحمل وليس لها علاقة بالجينات مثل العوامل التي تتصل بأمراض الحصبة الألمانية والمرض الزُهري واضطرابات الغدد الصماء

.

ب- عوامل أثناء عملية الولادة

كحالات الولادة المُتعسرة حيث يتعرض الطفل للإصابة في الجهاز العصبي ، وضع المشيمة الذي قد يؤدي الى اختناق الجنين ،إستخدام الملاقيط أثناء عملية الولادة مما يؤدي الى اصابه دماغ الطفل ،نقص الاكسجين الذي يُغذي الدماغ مما قد يؤدي الى الشلل الدماغي

ت- أسباب ما بعد الولادة

تؤثر هذه العوامل عند تعرض المولود لأمراض متعدده منها الكساح الذي يُصيبه بسبب نقص فيتامين د، الحمى القرمزيه واليرقان والحسبه وشلل الاطفال وكذلك عوامل اخرى مثل الإعاقة التي تحدث بعد الحوادث كحوادث الطرق او الحروق أو السقوط مرتفعات أو الصواعق الكهربية.

(محمد علي عبده، ٢٠٠٦، ٣٠ ؛ تيسير مفلح وعمر فواز،٢٠١٠، ١٩٠؛ مريم بعيو وأمينه صالح، ٢٠١٧، ٨١).

٣- **الخصائص الشائعة للأشخاص ذوي الإعاقة الحركية:**

(أ) الخصائص الجسمية: يظهر لدى المعاقين حركيا بعض الإضطرابات في نمو عضلات الجسم وتشوه في العظام والإرهاق البدني نتيجه الصعوبات التي يواجهونها في الممارسات البدنيه وصعوبه القدرة على المشي بتوازن وأداء بعض المهارات الحركية وصعوبه تحريك مفاصل أو أطراف معينه وقد يعانون من ضعف التآزر البصري الحركي (أحمد صبري ، محمد صبري ، ٢٠١٦، ٤٤-٤٥).

(ب) الخصائص الإجتماعية: تعتمد الخصائص الإجتماعية للمعاقين حركيا على الوسط الذي يحيط بالفرد ومن يتعاملون معه بشكل مستمر وكذلك على طبيعة الفرد ومدى تكيفه مع إعاقته من عدمه ولكن بشكل عام قد يتسم الافراد المعاقين المعاق بالإنطواء الإجتماعي والعزلة والإنسحاب وقلة التفاعل الإجتماعي نتيجه لنظرة المجتمع الدونية لهذه الفئه كما أنهم قد يعانون من بعض المشكلات في عادات الطعام والملبس وقضاء حاجه مما يجعلهم يعتمدون على الآخرين (فاطمة عبد الرحيم النوايسه،٢٠١٣، ٢١١).

(ج)الخصائص النفسية: قد تتمثل الخصائص النفسية لهم في الاكتئاب والحزن والشعور بالعجز والإعتمادية والقلق والدونية وعدم الرضا عن الذات والانطواء على الذات والخجل وهو ما قد يتتطلب منه إستخدام حيل الدفاع الأولية، مثل: الانكار، النكوص،

الخيال، الكبت، التعويض (محمد محمود محمد ،٢٠١٩، ٤٠١ ،٤٠٤؛ سعاد كامل قرني، ٢٠٢١، ٢٣٨٠).

سابعًا- دراسات سابقة: دراسات تناولت الألكسيثيميا لدي طلاب الجامعة و ذوي الإعاقة:

هدفت دراسة Taylor G. & Bagby, R. (2004) التحقق من كيفية استجابة الأفراد المصابين بالألكسيثيميا للمنبهات المختلفة، تكونت العينة من ٥٠ فردًا ٢٨ ذكر و ٢٢ أنثي، واستخدمت الدراسة مقاييس متعددة لتقييم الاستجابة العاطفية، بما في ذلك المقاييس الفسيولوجية مثل معدل ضربات القلب والتدابير المبلغ عنها ذاتيًا مثل إعادة الاستحضار اللفظي، أظهرت نتائج الدراسة أن الأفراد المصابين بالألكسيثيميا لديهم استجابات عاطفية أقل علي المستوي المعرفي التجريبي أثناء التعرض الأولي للفيلم، ولكن كانت لديهم استجابات عاطفية أعلي علي المستوي الفسيولوجي، مما يشير إلي أن الاستجابة العاطفية للأفراد المصابين بالألكسيثيميا متسقة عبر سياقات مختلفة، ارتبطت جوانب معينة من الألكسيثيميا أيضًا بتقارير أقل عن الاجترار والمشاركة الاجتماعية التي تنطوي علي جوانب عاطفية، مما يشير إلي أن الأفراد المصابين بالأكسيثيميا قد يواجهون صعوبة في معالجة مشاعرهم والتعبير عنها، بالإضافة إلي ذلك كان لدي الأفراد المصابين بالألكسيثيميا نسبة أقل من الكلمات العاطفية المتعلقة بالتحفيز العاطفي أثناء إعادة الاستحضار اللفظي، مما يشير إلي أنهم قد يواجهون صعوبة في وصف تجاربهم العاطفية.

تحققت دراسة Di Schiena, R., Luminet, O., & Philippot, P. (2011) من العلاقة المشتركة بين الألكسيثيميا والاجترار في الإكتئاب من خلال دراسة الإرتباطات بين الأبعاد المختلفة للألكسيثيميا والاجترار، وتمثلت العينة غير السريرية من ١٧٤ فردًا بمتوسط عمر ٢١،٤٠ عام، استخدمت الدراسة مقاييس التقرير الذاتي لأعراض الاكتئاب والألكسيثيميا والاجترار، التي تشمل صعوبات تحديد المشاعر ووصفها، بأسلوب التفكير الاجتراري، الذي يتضمن التفكير المتكرر حول حالة الفرد، وجدت الدراسة أن الصعوبات في تحديد المشاعر (DIF) في الألكسيثيميا كانت مرتبطة بشكل إيجابي بالاجترار التحليلي المجرد، بينما كان التفكير الموجه خارجيًا (EOT) مرتبطًا سلبًا بالاجترار التجريبي الملموس. لم يتم العثور علي ارتباط بين الصعوبات في وصف المشاعر (DDF) وأي مكون من مكونات الاجترار، تشير هذه النتائج إلي أن الألكسيثيميا وتحديدًا الصعوبات في تحديد المشاعر مرتبطة بالاجترارغير التكيفي، والذي يتميز بالتفكير التحليلي التجريدي. لا يتم تفسير هذا الارتباط بشكل كامل بالاكتئاب، مما يشير إلي التأثير الشديد للألكسيثيميا علي الاجترار.

هدفت دراسة مصطفي علي مظلوم (٢٠١٧) التحقق من علاقة الإرتباط بين التنظيم العاطفي والألكسيثيميا في عينة من طلاب الجامعة، وتهدف الدراسة أيضًا إلي تحديد أي إختلافات بين الطلاب والطالبات من حيث التنظيم العاطفي والألكسيثيميا، وتحديد إمكانية التنبؤ بالأكسيثيميا في عينة الدراسة بأكملها من خلال التنظيم العاطفي، وتحديد العوامل الديناميكية والأسباب الكامنة وراء نقص التنظيم العاطفي والألكسيثيميا، وتكونت العينة النهائية للدراسة من ١٨٣ طالبًا وطالبة في المرحلتين الثانية والرابعة من التعليم الأساسي والتعليم العام من كلية التربية بجامعة بنها، وشملت العينة ٣٥١ طالبًا و ١١٩ طالبة بمتوسط عمر ١٣,١٣ عامًا، تألفت عينة الدراسة السريرية من حالتين، واحدة ذكر وأخري أنثي، وتم استخدام المقابلة الشخصية وبطاقات اختبار الإدراك الموضوعي في الدراسة السريرية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة دالة بين درجات المشاركين علي مقياس التنظيم العاطفي علي وجه التحديد ومقياس «تقديم التعبير العاطفي» الفرعي ودرجاتهم علي مقياس الألكسيثيميا وأبعاده، كان هذا الإرتباط ذو دلالة إحصائية سالبة، ومع ذلك لم يكن هناك إرتباط كبير بين درجات المشاركين

من الذكور والإناث في المقياس الفرعي «إعادة التقييم وتقديم التعبير العاطفي» لمقياس التنظيم العاطفي، ووجدت الدراسة أيضًا أنه يمكن التنبؤ بالأكسيثيميا في العينة ككل من خلال التنظيم العاطفي، وتحديدًا من خلال المقياس الفرعي «إعادة التقييم وتقديم التعبير العاطفي، وأظهرت ايضاً وجود علاقة إيجابية بين العجز في التنظيم العاطفي والألكسيثيميا، سمحت الدراسة السريرية أيضًا بفهم أعمق للخصائص الفردية وديناميكيات الشخصية لأولئك الذين يعانون من عجز في التنظيم العاطفي والألكسيثيميا، بالإضافة إلي الأسباب والعوامل الكامنة المسؤولة عن هذا العجز في الحالتين المدروستين.

وتوصلت دراسة Sayadpour, Z., & Akbari, M. (2018) إلي العلاقة بين الألكسيثيميا والاجترار في التنبؤ بالرضا عن الحياة لمرضي السمنة، إختارت الدراسة ١٠٦ امرأة تعاني من السمنة أو زيادة الوزن ولديها حد أدني من التعليم، وتتراوح أعمارهن بين ١٥ و ٦٥ عامًا، وكان مؤشر كتلة الجسم لديهن أعلي من ٣٠، تم إختيار هؤلاء النساء من مراكز علاج فقدان الوزن في طهران، استجاب المشاركون لثلاثة مقاييس: مقياس الرضا عن الحياة SWLS، ومقياس تورنتو ألكسيثيميا TAS، ومقياس الاستجابة الإجترارية RRS، أظهرت نتائج تحليل الإنحدار أن الاجترار والألكسيثيميا فسرا بنسبة ٢٥٪ من الرضا عن الحياة لدي مرضي السمنة. هذا يعني أن هذين العاملين يلعبان دورًا مهمًا في تحديد الرضا عن الحياة للأفراد الذين يعانون من السمنة المفرطة، بناءًا علي هذه النتائج يمكن الإستنتاج أن التحكم في الاجترار وزيادة القدرة علي التعبير عن المشاعر يمكن أن يساعد في زيادة الرضا عن الحياة للأفراد الذين يعانون من السمنة المفرطة.

سعت دراسة خالد السيد وهناء عبد العظيم (٢٠٢٠) إلي معرفة العلاقة بين أبعاد الألكسيثيميا والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الإنفعال لدي ذوي نوبات صرع (الفص الصدغي- الفص الجبهي) وذوي النوبات اللاصرعية النفسية والأسوياء وتمثلت العينة في ٢٣ مريض بصرع الفص الصدغي و٢٤ مريض بصرع الفص الجبهي و١٢ مريض من ذوي النوبات اللاصرعية النفسية و٢٤ من الأسوياء، تم إتباع المنهج الوصفي، وأُستخدم مقياس الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال ومقياس الألكسيثيميا، وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الألكسيثيميا والدرجة الكلية للألكسيثيميا وبعض الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الإنفعال من ضمنها الاجترار لدي أفراد العينة.

هدفت دراسة Yıldırım Ayaz, E., & Dincer, B. (2021) إلي فهم كيفية تأثير عملية جائحة COVID-19 علي هذين الجانبين من الصحة العقلية لدي الأفراد، من خلال فحص مستويات التفكير الإجتراري والألكسيثيميا، يمكن للدراسة تقديم رؤي حول التأثير النفسي للوباء وإبلاغ التدخلات لدعم الصحة النفسية خلال هذا الوقت، تستخدم الدراسة منهجًا وصفيًا لجمع البيانات من ٨٥٢ شخصًا في إسطنبول بتركيا خلال فترة الوباء بين مارس ومايو ٢٠٢٠، تم جمع البيانات باستخدام النموذج الاجتماعي الديموغرافي ومقياس تورنتو للأليكسيثيميا واستبيان أسلوب التفكير المجتر، أظهرت نتائج الدراسة علاقة إيجابية بين الفكر الإجتراري ومستويات الألكسيثيميا، مما يشير إلي أن الأفراد الذين يعانون من صعوبة في تحديد المشاعر والتعبير عنها هم أكثر عرضة للانخراط في التفكير السلبي المتكرر، وجدت الدراسة أيضًا أن مستويات التفكير الاجتراري تأثرت بمستويات الألكسيثيميا ومقدار الوقت المستغرق في المحادثة، مما يشير إلي أن الدعم الاجتماعي والتواصل يمكن أن يلعبا دورًا في الحد من أنماط التفكير السلبي، تسلط الدراسة الضوء علي أهمية الاهتمام بالعلاقات الشخصية والمحادثة والتواصل خلال فترة الوباء لدعم الصحة النفسية وتقليل التأثير السلبي للفكر المجتر والألكسيثيميا.

تحققت دراسة مروة محمد أبو الفتوح (٢٠٢٢) من قدرة Toronto (TAS-20) Alexithymia Scale مقياس تورنتو ألكسيثيميا-٢٠ لقياس الألكسيثيميا في عينات من المراهقين المجتمعيين والإكلينيكيين، وتكونت عينة الدراسة من المراهقين المجتمعيين والإكلينيكيين، وكانت الأداة المستخدمة في البحث هي TAS-20، وهو استبيان تقرير ذاتي مصمم لتقييم الألكسيثيميا، وهي بنية شخصية تتميز بصعوبات في تحديد المشاعر ووصفها، خلصت الدراسة إلي أن هناك تأثيرًا إيجابيًا مباشرًا للتحقير الذاتي والتفكير الموجه خارجيًا في استراتيجيات التنظيم العاطفي المعرفي غير التكيفية وهي لوم الذات والاجترار والتهويل ولوم الآخرين، الوعي بالمشاعر له تأثير إيجابي مباشر علي استراتيجيات التنظيم العاطفي المعرفي التكيفي، التفكير الموجه خارجيًا له تأثير إيجابي غير مباشر علي رهاب التفاعل الإجتماعي، وصعوبة وصف المشاعر لها تأثير إيجابي مباشر علي استراتيجيات التنظيم العاطفي المعرفي غير التكيفية ومن ضمنها الاجترار.

هدفت دراسة Faraji R., et al. (2023) إلي التعرف علي العلاقة بين العديد من العوامل النفسية وإيذاء النفس لدي المراهقين، ركزت الدراسة بشكل خاص علي الدور الوسيط للاجترار العقلي في العلاقة بين الألكسيثيميا والإندفاع والتسامح مع الضيق والنقد الذاتي مع إيذاء النفس، تألفت عينة الدراسة من ٦٢٦ طالبًا، تم إختيارهم باستخدام طريقة أخذ العينات العنقودية متعددة المراحل، تستخدم الدراسة عدة استبيانات لقياس هذه العوامل النفسية وإيذاء النفس، وتحلل البيانات باستخدام تحليل المسار، وهو أسلوب إحصائي لفحص العلاقات السببية بين المتغيرات، وجدت الدراسة أن الألكسيثيميا والإندفاع وتحمل الضيق والنقد الذاتي كانت مؤشرات علي إيذاء النفس، سواء بشكل مباشر أو غير مباشر من خلال الدور الوسيط للاجترار العقلي، وتشير النتائج إلي أن تعليم مهارات التحكم العاطفي ومعالجة الاجترار العقلي يمكن أن يكون مفيدًا في الحد من إيذاء النفس.

ثامنًا- فروض الدراسة:

أ- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين بُعد صعوبة وصف المشاعر من أبعاد الالكسثيميا واجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا.

ب- يُسهم بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ باجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا.

تاسعًا- إجراءات الدراسة:

أ- منهج الدراسة: اعتمدت الباحثة علي المنهج الوصفي ؛لمناسبته لطبيعته وأهداف الدراسة.

ب- عينة الدراسة:

١- عينة حساب الخصائص السيكومترية لأداتا الدراسة (العينة الإستطلاعية)

اختيرت عينة حساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة من طلاب جامعة المنيا المعاقين حركيًا، وتكونت من (٣٠) طالبًا وطالبةً، تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٤)عامًا، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٩٦) عامًا، وانحراف معياري قدره (٢,١٤)، وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م.

٢- العينة الأساسية

طُبقت أداتا الدراسة علي عينة قوامها (٧٠) طالبًا وطالبةً، تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٤)عامًا، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٤٢) عامًا، وانحراف معياري

قدره (١,٤)، وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م.

ج- أدوات الدراسة:

١- مقياس الألكسيثيميا لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا (إعداد/الباحثة)

(أ) **هدف المقياس:** هدف المقياس لقياس الألكسيثيميا لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا من خلال أربعة أبعاد وهي (صعوبة تحديد المشاعر، صعوبة وصف المشاعر، محدودية الخيال، التفكير الموجه خارجيًا)

(ب) مبررات إعداد المقياس:

- بعد الإطلاع علي المقاييس التي سبق إعدادها لقياس الألكسيثيميا من قبل باحثين آخريين–فى حدود إطلاع الباحثة- سواء العربية منها أو الأجنبية فلم تجد الباحثة مقياس يتوافق مع عينة الدراسة الحالية من طلاب الجامعة المعاقين حركيًا؛وقد يرجع ذلك لندرة الدراسات التي اهتمت بدراسة الألكسيثيميا لدي الفئات الخاصة بصفة عامة وخاصة لدي فئة المعاقين حركيًا .
- ونظرًا لأن الدراسة الوحيدة التي تناولت الألكسيثيميا لدى فئة المعاقين حركيًا –فى حدود إطلاع الباحثة- هي دراسة (Bentrika,s. ,et al,2018) والتى استخدمت مقياس تورنتو(TAS-20) ،وهو ما لا يتناسب مع البيئة الثقافية والإجتماعية للمجتمع العربي عامة والمجتمع المصري خاصة ؛وبالتالي لا يصلح الإعتماد عليها إلا بعد تقنينه بما يتناسب مع المجتمع المصري.
- توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة المصرية تتناسب مع عينة الدراسة وطبيعتها من طلاب الجامعة المعاقين حركيًا، حيث لم تجد الباحثة–فى حدود إطلاعها- في التراث السيكولوجي العربي أداة يمكن إستخدامها في قياس أبعاد الألكسيثيميا لدي تلك الفئة.

(ج) هدف إعداد المقياس:

تم إعداد هذا المقياس بهدف إعطاء صورة متكاملة عن مستوي الألكسيثيميا لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا بمركز المعاقين حركيًا بجامعة المنيا وتتمثل أبعاد المقياس في (صعوبة تحديد المشاعر،صعوبة التعبير عن المشاعر،محدودية الخيال وإنخفاض أحلام اليقظة،التفكير الموجه خارجيًا) كما تم تحديد الأبعاد بناءًا علي الإطار النظري.

(د) خطوات إعداد المقياس:

(١) الإطلاع علي بعض المقاييس والدراسات التي أُجريت فى مجال الألكسيثيميا: تم الإطلاع علي الأطر النظرية والمقاييس ذات الصلة بالألكسيثيميا سواء العربية أو الأجنبية وتم عمل حصر أحدث المقاييس التي وردت فى الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت تناولت الألكسيثيميا.

(٢) تم صياغة عبارات المقياس وبلغ عددها فى الصورة المبدئية للمقياس ٤٣ عبارة.

(٣) الصدق الظاهري: تم عرض المقياس علي مجموعة من المحكمين عددهم ١١ من أعضاء هيئة التدريس بكليتي التربية والتربية للطفولة المبكرة كما سبق الإشارة إليه في خطوات إعداد المقياس بخصوص تصفية العبارات، وأصبح المقياس في صورته المقدمة للتطبيق علي العينة الإستطلاعية يتكون من ٣٤ عبارة.

(٤) تم حساب معاملات الارتباط تراوحت بين القيم (١١٩، ٠: ٨٣٤، ٠)، وأن هناك ارتباط دالًا عند مستوى (٠،٠١) ومستوى (٠،٠٥) بين درجات العبارات والدرجة الكلية للأبعاد الفرعية التي تنتمى إليها،وبناءًا عيه تم حذف عبارتين ؛ لعدم دلالة ارتباطهما بالأبعاد المنتمين لها ومن ثم يصبح عدد عبارات المقياس (٣٢) عبارة.

(٥) كما تم حساب قيم معاملات الثبات باستخدام ألفا كرونباخ للأبعاد الفرعية تراوحت من (٠،٧٢٣: ٠،٨١٤)، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل (٠،٩١٧)، وجميعها أكبر من (٠،٧) ، مما يدل على أن جميع معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والمقياس ككل جيدة، ومن ثم يتمتع المقياس ككل وأبعاده الفرعية بدرجة عالية من الثبات، ويتضح مما سبق أن مقياس الألكسثيميا يتمتع بمعدلات مرتفعة من الصدق والثبات، ومن ثم يمكن القول بصلاحية المقياس الحالي في تحقيق أهداف هذه الدراسة.

٢- مقياس اجترارالأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا (إعداد/الباحثة)

(أ) **هدف المقياس:** هدف المقياس لقياس اجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا من خلال أربعة أبعاد وهي (صعوبة تحديد المشاعر، صعوبة وصف المشاعر، محدودية الخيال، التفكير الموجه خارجيًا)

(ب) مبررات إعداد المقياس:

- بعد الإطلاع علي المقاييس التي سبق إعدادها لقياس اجترار الأفكار من قبل باحثين آخريين– فى حدود إطلاع الباحثة- سواء العربية منها أو الأجنبية فلم تجد الباحثة مقياس يتوافق مع عينة الدراسة الحالية من طلاب الجامعة المعاقين حركيًا؛وقد يرجع ذلك لندرة الدراسات التي اهتمت بدراسة اجترار الأفكار لدي الفئات الخاصة بصفة عامة وخاصة لدي فئة المعاقين حركيًا .
- ومن المقاييس التي صُممت لقياس اجترار الأفكار–فى حدود إطلاع الباحثة- هي مقياس (Nolen-Hoeksema& Morrow,1991) ومقياس (Brinker&Dozois,2009) ،وهو ما لا يتناسب مع البيئة الثقافية والإجتماعية للمجتمع العربي عامة والمجتمع المصري خاصة ؛وبالتالي لا يصلح الإعتماد عليها إلا بعد تقنينها بما يتناسب مع المجتمع المصري، حتي أن المقاييس التى تم إعدادها لا تتناسب مع طبيعة العينة من طلاب الجامعة المعاقين حركيًا .
- توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة المصرية تتناسب مع عينة الدراسة وطبيعتها من طلاب الجامعة المعاقين حركيًا،حيث لم تجد الباحثة–فى حدود إطلاعها- في التراث السيكولوجي العربي أداة يمكن إستخدامها في قياس اجترار الأفكار لدي تلك الفئة.

(ج) هدف إعداد المقياس:تم إعداد هذا المقياس بهدف إعطاء صورة متكاملة عن مستوي اجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا بمركز المعاقين حركيًا بجامعة المنيا .

(د) خطوات إعداد المقياس:

(١) اتم الإطلاع علي الأطر النظرية والمقاييس ذات الصلة باجترار الأفكار سواء العربية أو الأجنبية وتم عمل حصر أحدث المقاييس التي وردت فى الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت اجترار الأفكار.

(٢) تم صياغة عبارات المقياس وبلغ عددها فى الصورة المبدئية للمقياس ٤٢ عبارة.

(٣) الصدق الظاهري: تم عرض المقياس علي مجموعة من المحكمين عددهم ١١ من أعضاء هيئة التدريس بكليتي التربية والتربية للطفولة المبكرة كما سبق الإشارة إليه في خطوات إعداد المقياس بخصوص تصفية العبارات، وأصبح المقياس في صورته المقدمة للتطبيق علي العينة الإستطلاعية يتكون من ٣٥ عبارة.

(٤)تم حساب معاملات الارتباط تراوحت بين القيم (١١٩، ٠: ٨٣٤، ٠)، وأن هناك ارتباط دالًا عند مستوى (٠،٠١) ومستوى (٠،٠٥) بين درجات العبارات والدرجة الكلية للأبعاد الفرعية التي تنتمى إليها،وبناءًا عيه تم حذف سبع عبارات ؛ لعدم دلالة ارتباطهما بالأبعاد المنتمين لها ومن ثم يصبح عدد عبارات المقياس (٢٩) عبارة.

(٥)كما تم حساب قيم معاملات الثبات باستخدام ألفا كرونباخ للأبعاد الفرعية تراوحت من (٠،٧٢٣: ٠،٨١٤)، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل (٠،٩٤٥)، وجميعها أكبر من (٠،٧) ، مما يدل على أن جميع معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والمقياس ككل جيدة، ومن ثم يتمتع المقياس ككل وأبعاده الفرعية بدرجة عالية من الثبات، ويتضح مما سبق أن مقياس الألكسثيميا يتمتع بمعدلات مرتفعة من الصدق والثبات، ومن ثم يمكن القول بصلاحية المقياس الحالي في تحقيق أهداف هذه الدراسة.

عاشرًا- نتائج الدراسة ومناقشتها:

أ- نتيجة الفرض الأول ومناقشته

وينص الفرض الأول على انه " لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الالكسثيميا بأبعادها المختلفة واجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل الارتباط لبيرسون Parson-Correlationوذلك بين درجات عينه الدراسة على مقياس الألكسثيميا بأبعادها المختلفة ومقياس اجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا ". ويوضح الجدول (١) نتائج هذا الفرض:

جدول (١)

معاملات الارتباط بين درجات عينه الدراسة على مقياس الالكسثيميا بأبعادها المختلفة ومقياس اجترار الأفكار لدى عينة البحث (ن = ٧٠)

	المتغيرات	اجترار الأفكار	
		قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
الألكسثيميا	صعوبة تحديد المشاعر	**٠،٥٩٢	٠،٠٠٠
	صعوبة وصف المشاعر	**٠،٧٥٠	٠،٠٠٠
	محدودية الخيال	**٠،٥٦٩	٠،٠٠٠
	التفكير الموجه خارجيا	**٠،٦٤٣	٠،٠٠٠
	الالكسثيميا ككل	**٠،٧٤٩	٠،٠٠٠

** جميع قيم الارتباط دالة عند مستوى (٠،٠١)

يتضح من جدول(١):

وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠،٠١) بين الالكسثيميا بأبعادها المختلفة (صعوبة تحديد المشاعر، صعوبة وصف المشاعر، محدودية الخيال، التفكير الموجه خارجيا) ، واجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا، وهذا يدل

على أنه كلما انخفضت درجة الالكسثيميا بأبعادها المختلفة كلما انخفضت معها درجة اجترار الأفكار، والعكس صحيح.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من Di Schiena,R.,Luminet,O.,&Philippot, P. (2011) ، مصطفي علي مظلوم (٢٠١٧)، Sayadpour, Z., & Akbari, M. (2018)، خالد السيد وهناء عبد العظيم (٢٠٢٠) ،Yıldırım Ayaz, E., & Dincer, B.(2021) ، Faraji R., et al.(2023) والتي توصلت إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الألكسيثيميا واجترار الأفكار.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بالرجوع إلي نموذج التنشيط السلوكي والذي يُوضح طبيعة التفاعل بين التفسيرات التي يُقدمها الفرد للمواقف التي تحدث معه والإنفعالات أو المشاعر التي يشعر بها مما يجعله يُعيد التفكير في الأحداث مرة أُخري حيث نجد علاقة تفاعلية بين الأفكار والمشاعر، فكما تؤكد نظرية أنماط الإستجابة أن الاجترار يزيد من الإكتئاب والشعور بالكرب وهو ما توصلت إليه دراسة شيماء عزت باشا (٢٠١٥) أن للاجترار قدرة تنبؤية بدرجة القلق والإكتئاب ولدي طلاب الجامعة، وأيضًا أظهرت دراسة نهلة فرج علي (٢٠٢٤) نفس النتيجة حيث وجدت علاقة ارتباطية دالة موجبة بين اجترار الأفكار والأعراض الإكتئابية، إضافة إلي ذلك أوضحت دراسة Darvishi, A., Sanjari, E., &Shahraki, H.R.(2023) أن أكثر من نصف المكتئبين يُعانون من الألكسيثيميا ودراسة إيمان رمضان بشير (٢٠٢٢) التي أظهرت نتائجها وجود ارتباط بين القلق والألكسيثيميا،وجدير بالذكر أن جميع الدراسات السابقة أُجريت علي عينات من طلاب عاديين أو طلاب من ذوي الإعاقات الأُخري غير المعاقين حركيًا، حيث لا تُوجد دراسات تناولت الألكسيثيميا أو الاجترار لدي المعاقين حركيًا.

وقد يرجع ذلك –في رأي الباحثة- إلي أن الأفراد الَّذين يُعانون من الألكسيثيميا لديهم صعوبة في إدراك مشاعرهم وتحديدها والتعبير عنها سواء لفظيًا بالكلمات أو غير لفظيًا بالإيماءات الوجهية، ومن ثم يصعب عليهم فهم مشاعر الآخرين والتعاطف معها، فضلًا عن تفكيرهم الموجه نحو الخارج بدلًا من التفكير الموجه نحو الداخل، وكذلك يفتقرون إلي الخيال وأحلام اليقظة، فمن الطبيعي أن يعاني من يواجه صعوبة في تخيل مواقف مغايرة للواقع فتفكيره يفتقر لأحلام اليقظة مما يجعله ينخرط بتفكيره في الموقف الذي حدث بالفعل ويسترجع نفس الأفكار التي تُزعجه إلا أنه لصعوبة قدرته علي تحديد مشاعره يُوجه تفكيره نحو الخارج متجاهلًا قدرته علي توجيه تفكيره إلي داخله وتخيل الموقف المزعج له بشكل آخر مما يُمَّكِنُه من تغيير مشاعره.

نتائج الفرض الثاني:

وينص هذا الفرض على أنه " يُسهم بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ باجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا."

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتدرج Stepwise Regression في نموذج يتضمن (اجترار الأفكار) كمتغير تابع ، وأبعاد الالكسثيميا (صعوبة تحديد المشاعر ، وصعوبة وصف المشاعر، ومحدودية الخيال ، والتفكير الموجه خارجيًا) كمتغيرات مستقلة، حيث تدخل المتغيرات واحدة تلو الأخرى على أساس ارتباطها بالمتغير التابع من جانب، والمتغيرات المستقلة الأخرى من جانب أخر، ففي كل خطوة يتم اختيار أعلى المتغيرات المستقلة ارتباطًا بالمتغير التابع بعد حذف أثر ارتباطها بالمتغيرات المستقلة الأخرى (صلاح أحمد مراد، ٢٠١١، ١٢١: ١٣٩)، وجاءت النتائج كما هي موضح بالجدول (٢).

جدول (٢)
إسهام أبعاد الالكسثيميا في التنبؤ باجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا عند ن = ٧٠

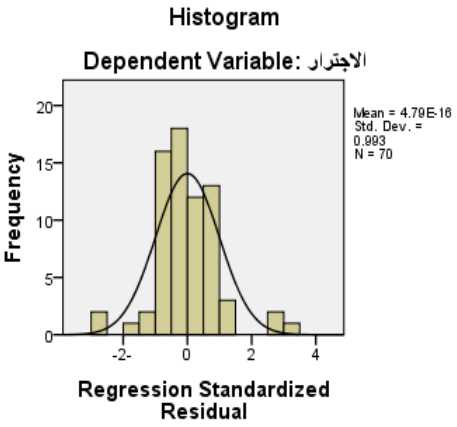
الخطوات	المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	معامل الارتباط المتعدد R	التباين المشترك R2	الوزن الانحداري العادي B	معامل الانحدار المعياري Beta	القيمة (ف)	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	قيمة الثابت
الأولى	صعوبة وصف المساعر	اجترار الأفكار	٠,٧٥٠	٠,٥٦٣	٢,٠٧	٠,٧٥٠	٨٧,٥٣	٩,٣٥	٠,٠٠	١٧,١١٢

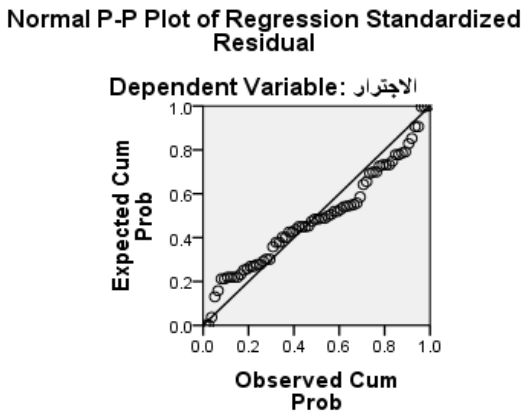
ويتضح من الجدول السابق ما يلي:

أظهرت الخطوة الأولى أن أكثر المتغيرات المستقلة إسهامًا في تباين المتغير التابع (اجترار الأفكار) لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا هو بعد (صعوبة وصف المشاعر) فقد بلغ قيمة الارتباط المتعدد بين المتغيرين (٠,٧٥٠)، وأحدث تباينًا مقداره (٠,٥٦٣)، وذلك بنسبة (٥٦،٣%) تقريبًا من تباين المتغير التابع (اجترار الأفكار)، ومن ثم يمكن القول بأن أكثر أبعاد الالكسثيميا إسهاما في التنبؤ باجترار الأفكار لدى طلاب الجامعة المعاقين حركيًا هو بعد (صعوبة وصف المشاعر)، ومما سبق يُمكن صياغة معادلة الإسهام الدالة على التنبؤ كما

اجترار الأفكار= (٠،٧٥٠) صعوبة وصف المشاعر+ ١٧,١١٢

ويتضح ذلك أيضا من خلال الرسم البياني الآتي:





شكل(٢)
رسم بياني يُوضح إسهام بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ بالاجترار

تتسق هذه النتيجة مع دراسة مروة محمد أبو الفتوح (٢٠٢٢) التي توصلت إلي أن صعوبة وصف المشاعر لها تأثير إيجابي مباشر علي استراتيجيات التنظيم العاطفي المعرفي غير التكيفية ومن ضمنها الاجترار، بينما تختلف مع نتيجة دراسة Di Schiena, R., (2011) Luminet, O., & Philippot, P. التى وجدت أن بُعد تحديد المشاعر هي أكثر الأبعاد ارتباطًا وتأثيرًا علي اجترار الأفكار.

ويمكن القول تفسيرًا لهذه النتيجة -في رأي الباحثة- أن الفرد الذي يُعاني من صعوبة في وصف وتوضيح مشاعره فإنه يُواجه صعوبة في التواصل بفاعلية مع الآخرين مما يجعله يخشي التفاعل الإجتماعي ويتجنب المواقف الإجتماعية ويعزف عن ممارسة الأنشطة الجديدة مما يضطره لإنتقاد ذاته علي أي مشكلة تحدث بسببه بشكل قاسي ويلوم نفسه في أغلب الأحيان ويسترجع تلقائيًا الأحداث والذكريات السلبية وهو ما يجعله غير قادرعلي التكيف بشكل سليم، ومن الجدير بالذكر عدم إسهام باقي الأبعاد بنفس درجة إسهام بُعد صعوبة وصف المشاعر في التنبؤ بالاجترار حيث أن بُعد صعوبة تحديد المشاعر يأتي ضمنيًا مع صعوبة وصف المشاعر فكلاهما من أنواع الألكسيثيميا الداخلية (chen et al,(2011، أما عن التفكير الموجه خارجيًا فبديهيًا أنه لا يؤثر بشكل كبير في اجترار الأفكار لأن تفكير الفرد فيه يكون نحو الأسباب الخارجة عن إرادته دون النظر إلي الأسباب والظروف الكامنة بينما اجترار الأفكار يكون تركيز الفرد فيه علي ذاته ولومها ومحاسبة النفس علي أي تقصير أو خطأ صدر منه، أما عن محدودية الخيال وإنخفاض أحلام اليقظة فهي لا تُهم في التنبؤ باجترار الأفكار لأن ماهية اجترار الأفكار يجعل الفرد يسترجع الذكريات للأحداث الماضية في ذهنه وهو ما لايستطيع الفرد محدود الخيال فعله.

حادي عشر- توصيات الدراسة:

في ضوء الأهداف التي سعى البحث إلى تحقيقها، وما أسفرت عنه نتائج الدراسة يمكن تقديم مجموعة من التوصيات تتمثل فيما يلي:

١- تصميم برامج الإعداد النفسى ، و تضمينها من الإستراتيجيات التى يمكن للمعلمين ، و المعلمات إستخدامها فى تنمية تقدير الذات، و مهارات التعبير الإنفعالي لدى طلبة الجامعة ؛وخاصةً المعاقين حركيًا.
٢- إهتمام وسائل الإعلام سواء البرامج التوعوية أو الطبية النفسية بإضطراب الألكسيثيميا ؛ من حيث الأسباب ، و كيفية الوقاية منه.
٣- إعداد برامج، وورش عمل للمقبلين على الزواج ؛ لتوعيتهم بأساليب التنشئة الإجتماعية السوية، و طرق التعامل مع إحتياجات الطفل المعنوية الإنفعالية.
٤- تفعيل دور الأخصائى النفسى ، أو الإجتماعى بالجامعات ؛ بحيث يقومان بتنظيم ندوات،وورش عمل عامة تهدف إلى نشر" ثقافة المعاق حركيًا" :حقوقه كآدمي ، و كمواطن من الدرجة الأولى.

ثاني عشر- البحوث المقترحة:

في ضوء نتائج البحث الحالي تقترح الباحثة إجراء دراسات تهدف إلي تعرف:

١- فاعلية برنامج إرشادى لخفض أعراض الألكسيثيميا لدى عينة من المعاقين حركيًا.
٢- مستوي الألكسيثميا لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا.
٣- مستوي اجترار الأفكار لدي طلاب الجامعة المعاقين حركيًا.
٤- الرفاهية الرقمية وعلاقتها باجترار الأفكار لدي المعاقين حركيًا.

المراجع

١) أبو زيد سعيد الشويقي. (٢٠٠٩). التفكير البنائي وعلاقته بالشعور بالسعادة واستراتيجيات مواجهة الضغوط والتحصيل الدراسي والتوافق النفسي لدي عينة من طلاب الجامعة .*المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٩(٦٥) ، ١-٤٦.

٢) أحمد صبري ومحمد صبري.(٢٠١٦). الإعاقة الحركية : بين التعليم و التفكير. الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية

٣) إيمان رمضان بشير.(٢٠٢٢). الألكسيثيميا وعلاقتها بالقلق و صورة الجسم لدي طالبات الجامعة،المجلة المصرية للدارسات النفسية،جامعة القاهرة،٣٢(١١٦)،٣٧ – ٧٧.

٤) إيمان عطية حسين.(٢٠١٧). الأعراض الاكتئابية وعلاقتها بالألكسيثيميا والمخططات المعرفية اللاتكيفية لدى طالبات الجامعة. *دراسات تربوية ونفسية*،(٩٦)،١٤١ - ٢٢٩.

٥) بدوية محمد سعد.(٢٠١٥). الألكسيثيميا وعلاقتها بالمناخ الأسري والقلق الاجتماعي لدى مجموعة من المراهقين الصغار ذوي صعوبات التعليم بالمعاهد الأزهرية. *مجلة كلية الدراسات الإنسانية*،(١٥)،١- ١٠٢.

٦) تيسير مفلح وعمر فواز.(٢٠١٠). مقدمة في التربية الخاصة .(٤) عمان :دار المسيرة.

٧) رشا محمد عبد الستار.(٢٠١٧). الفروق فى العلاقة بين التسامح واجترار الأفكار لدى المعنفات وغير المعنفات . مجلة الدراسات النفسية،٢٧(٣)،٤١٣-٤٦٦.

٨) سعاد كامل قرني.(٢٠٢١). فعالية الإرشاد المعرفي القائم على اليقظة العقلية في تحسين الشفقة بالذات وأثره على وصمة الذات لطلاب الجامعة المعاقين حركياً. *المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج*، ٩١(٤٣)، ٢٣٥٧-٢٤٢٢.

٩) صلاح احمد مراد.(٢٠١١). التحليل العاملى في العلوم الإنسانية والتربوية والاجتماعية. القاهرة، *مكتبة الأنجلو المصرية*.

١٠) عبد العزيز السيد وعبد الغفار عبد الحكيم.(١٩٩٢).قاموس التربية الخاصة وتأهيل غير العاديين،مكتبة الأنجو المصرية .

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

١٢) فاطمة الزهراء محمد جاد.(٢٠٢١). فعالية برنامج إرشادى إنتقائي لخفض اجترار الأفكار السلبية وتنمية الشفقة بالذات لدي طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً ذوي الكمالية العصابية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*،٣١،(١١)،٣٢١-٣٩٦.
DOI:10.21608/ejcj.2021.164131

١٣) فاطمة عبد الرحيم النوايسة.(٢٠١٣). الإرشاد النفسي والتربوي. الأردن، عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع.

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

١٥) محمد علي عبده.(٢٠٠٦). الكمبيوتر ودوره كوسيط ملائم للإبداع الفني للمعاقين حركياً من ذوي الإحتياجات الخاصة،*المجلة المصرية للدراسات المتخصصة*،١(٣) .

١٦) محمد محمود محمد.(٢٠١٩).احتياجات ومشكلات المعاقين حركيًا .مجلة الخدمة الإجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الإجتماعيين،٦(٦١)، ٣٩٥-٤١٥.

١٧) محمد مصطفى وأسماء محمد.(٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض التشوهات المعرفية وأثره في اجترار الأفكار السلبية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية. مجلة كلية التربية، ١٩(١١٣)، ١-٧٧.

١٨) مروة محمد أبو الفتوح.(٢٠٢٢). النموذج البنائي للعلاقات بين الشفقة بالذات والألكسيثيميا واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ورهاب التفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة.*المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٢(١١٧)، ٢١٥ – ٢٧٠ .

١٩) مريم بعيو و أمينه صالح .(٢٠١٧). توكيد الذات والاتزان الانفعالي والتوافق الدراسي لدى الطلبه المتمرسين ذوي الاعاقه الحركيه،جامعه مولود معمري -تيزي وزو،كليه العلوم الإنسانية والاجتماعية،قسم علم النفس(رساله ماجستير منشوره) .

٢٠) مصطفي خليل محمود.(٢٠١٣). فعالية الإرشاد المعرفي التحليلي في تخفيف الألكسيثيميا لدى عينة من المكفوفين بالمنيا، جامعة المنيا- كلية التربية (رسالة دكتوراه منشورة).

٢١) مصطفي على مظلوم.(٢٠١٧). تنظيم الإنفعال وعلاقته بالألكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة:دراسة سيكومترية كلينيكية،*دراسات عربية فى التربية وعلم النفس*،(٨٢)،١٤٣-٢١٢.

٢٢) ناصر سيد جمعة،أحمد ثابت فضل رمضان.(٢٠١٣).الألكسيثيميا واضطراب العناد المتحدي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم(دراسة تنبؤية). *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*،٤١(٤)،١٥١-٢٠٠.

٢٣) خالد السيد و هناء عبدالعظيم.(٢٠٢٠).الإستراتيجيات المعرفية لتنظيم الإنفعال وعلاقتها بالألكسيثيميا لدى ذوي النوبات الصرعية وذوي النوبات اللا صرعية النفسية.علم النفس،٣٣(١٢٧)،٧١ - ١٢٦.

٢٤) نرمين حمدي عمارة ؛ أحمد محمد مجرية.(٢٠٢٢). الفروق الفردية في الألكسيثيميا ومعالجة الانفعالات الوجهية. *مجلة العلوم التربوية*،(١٩)،٨-٢٧.

٢٥) نهلة فرج الشافعي.(٢٠٢٤). الخوف من السعادة كمتغير وسيط بين اجترار الأفكار السلبية والأعراض الاكتئابية لدى طلاب الدراسات العليا، *مجلة البحث في التربية وعلم النفس كلية التربية- جامعة المنيا*، ٣٩(١)، ١-٦٦.

٢٦) نهلة فرج الشافعي.(٢٠٢٤). الخوف من السعادة كمتغير وسيط بين اجترار الأفكار السلبية والأعراض الاكتئابية لدى طلاب الدراسات العليا، *مجلة البحث في التربية وعلم النفس كلية التربية- جامعة المنيا*، ٣٩(١)، ١-٦٦.

٢٧) هشام الخولي والزهراء عراقي ومحمد شعبان .(٢٠١٣). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالألكسيثميا لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة .*دراسات عربية في التربية وعلم النفس ،رابطة التربويين العرب السعودية*، ٤١(٢)، ١١٥-١٧٢.

٢٨) هشام عبدالرحمن الخولي.(٢٠٠٥).الألكسيثميا "نقص / عجز القدرة على التعرف على المشاعر" وعلاقتها بالميكافيلية/المخاتلة لدى عينة من المراهقين الشباب،*بحث مقدم في المؤتمر السنوي الثاني عشر للإرشاد النفسي،جامعة عين شمس*،(١) ٢٢٤-٢٦٣.

29) Bar-On, R. & Parker J. D. A.(2000). Emotional and social intelligence:Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On & J. D. A. Parker(Eds.), The handbook of emotional intelligence:Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace Jossey-Bass/Wiley. 363–388.

30) Bauerband, L., & Galupo, M. (2014). The gender identity reflection and rumination scale: Development and psychometric evaluation. *Journal of Counseling & Development, 92*(2), 219-231. https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2014.00151.x

31) Bekker, M. H., Bachrach, N., & Croon, M. A. (2007). The relationships of antisocial behavior with attachment styles, autonomy-connectedness, and alexithymia. *Journal of Clinical psychology*, *63*(6),507-527. https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2008.02.004.

32) Benbrika, S., Doidy, F., Carluer, L., Mondou, A., Buhour, M. S., Eustache, F., ... & Desgranges, B. (2018). Alexithymia in amyotrophic lateral sclerosis and its neural correlates. *Frontiers in neurology*, *9*, 566.

33) Benbrika, S., Doidy, F., Carluer, L., Mondou, A., Buhour, M. S., Eustache, F., ... & Desgranges, B. (2018). Alexithymia in amyotrophic lateral sclerosis and its neural correlates. *Frontiers in neurology*, *9*, 566.

34) Briody, M. E.(2005). Emotional intelligence:Personality. Gender and cultural factors. PhD, Farleigh Dickinson University, UMI, 31-59. https://oaji.net/articles/2015/1403-1436643195.pdf

35) Chu, S., Tadayonnejad, R., Corlier, J., Wilson, A., Citrenbaum, C., & Leuchter, A. (2023). Rumination symptoms in treatment-resistant major depressive disorder, and outcomes of repetitive transcranial magnetic stimulation (RTMS) treatment. *Translational Psychiatry*, *13*(1), 1-9.https://doi.org/10.1038/s41398-023-02566-4

36) Di Schiena, R., Luminet, O., & Philippot, P. (2011). Adaptive and maladaptive rumination in alexithymia and their relation with depressive symptoms. *Personality and individual differences*, 50(1), 10-14.

37) Domenico , D.; Alossandro, D,; Francesco, G,; Gianni, S,; Alessandro, V, & Chiara, M,.(2009). Alexithymia and its relationships with dissociative experiences and internet Addiction, Cyberpsychology & Behavior, 12(1),67-69.
38) Faraji, R., Ganji, Z., Zamanpour, S. A., Nikparast, F., Akbari-Lalimi, H., & Zare, H. (2023). Impaired white matter integrity in infants and young children with autism spectrum disorder: What evidence does diffusion tensor imaging provide?. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 111711.
39) Freyberger, M. (1997) Probing the quantum state of a trapped atom. *Physical Review A*, 55(6). 4120-4125.
40) Gourdine, A. (2023). Co-Rumination in the Friendships of Black and White Adolescents (Doctoral dissertation). Walden University, Minnesota, United States. https:// 2847333586/se-2
41) Hall, M. L. R. (2006). Distress intolerance, experiential avoidance, and alexithymia: Assessing aspects of emotion dysregulation in undergraduate women with and without histories of deliberate self-harm and binge/purge behavior. University of Nevada, Reno.
42) Joergen, H., Christin, S., Sven, B., Carsten, S., Ulrich, J., Freyberger, J.(2010). Alexithymia, Hypertension, and subclinical atherosclerosis in the general population. Journal of Psychosomatic Research, 68, 139 – 147.
43) Kauhanen, J., Kaplan, G. A., Cohen, R. D., Julkunen, J., & Salonen, J. T. (1996). Alexithymia and risk of death in middle-aged men. Journal of psychosomatic research, 41(6), 541-549.
44) Kaur , p. .(2015). E-Recruiment:A Conceptual Study. International Journal of Applied Research, 1 ,72-82
45) Luminet, O., Rokbanic, l., David, O., & vincent, j.(2007). An evaluation of the absolute and relative stability of alexithymia in women with breast cancer. Journal of Psychosomatic Research, 62, 641-648.
46) Lupo, C. (2023). The relationship between domain specific adolescent stress in five domains and depression: Rumination as a moderator (Doctoral dissertation). Walden University, Minnesota, United States. https:// 2819148333/se-2

47) Maggini& Andrea (2004). Rational Emotive Behavioral Counseling in Action, 3rd. Sage Publications, Landon. *Psychologica Belgica*, 51(3) 4-26.
48) Moilanen, K., Veijola, J., Läksy, K., Mäkikyrö, T., Miettunen, J., Kantojärvi, L. & Isohanni, M. (2003). Reasons for the diagnostic discordance between clinicians and researchers in schizophrenia in the Northern Finland 1966 Birth Cohort. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *38*, 305-310.
49) Nolen-Hoeksema. S.(1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes.Journal of Abnormal psychology. 100 , 569 – 582.
50) Richard M., Wenzlaff L. & Luxton D..(2003). The Role of Thought Suppression in Depressive Cognitive Therapy and Research,27(3), June 2003 , 293–308.
51) Sayadpour, Z., & Akbari, M. (2018). The role of alexithymia and rumination in predicting the life satisfaction in obesity patients. *Iranian Psychologists*, 15(57), 59-69.
52) Schmalzried, R.,.(2012). Patterns of rumination by young and older adults,PhD, Faculty of Teaching, University of Kansas.
53) Taylor G.& Bagby R.(2004). New Trends in Alexithymia Reasearch.*Psychoter Psychosom*, 73, 68-77.
54) Terry, P., Laura M. & Parker, D.(2009). Alexithymia and satisfaction in intimate relationships. Personality and Individual Differences. 46, 43 – 47.
55) Vanden Bos , G. .(2015). APA dictionary of clinical psychology , U.S.A, *American Psychological Assoiciation*.
56) Way, p., Van Meter, A. & Blank, c.(2007).Understanding alexithymia and language skills in children : Implication for assessment and intervention. *Language Speech &Hearing Service in School*,38(2), 128-139.

Yıldırım Ayaz, E., & Dincer, B. (2021). The level of ruminative thought and alexithymia of people in the COVID-19 pandemic process. *Psychiatria Danubina*, 33(2), 240-247.