ISSN: 1817-6798 (Print)
Journal of Tikrit University for Humanities
available online at: http://www.jtuh.tu.edu.iq

Limitations of Expression of Feelings (alexithymia) and its Relationship to Coping Skills among Middle School Students

Prof. Dr. Wafa Kanaan Khader
Tikrit University / College of Education for Human Sciences

Eng. Maysoon Abbas Hammadi
, General Directorate of Education in Baghdad / Al-Karkh II

* *Corresponding author: E-mail* :اميل الباحث

***Keywords*:**
In
fi
C
M
F

A R T I C L E I N F O

Article history:
Received 10 Dec. 2019
Accepted 15 Apr 2020
Available online 23 Jan 2021
E-mail
journal.of.tikrit.university.of.humanities@tu.edu.i
E-mail : adxxxx@tu.edu.iq

Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities

A B S T R A C T

This study aimed to find out the level of expression and the relationship between the failure to express feelings (alexithymia) and the coping skills of students in the middle school. This goal has branched out from a group of goals:

1- Identifying the level of deficiency in expressing feelings (alexithymia) among middle school students.

2- Identifying the differences in the lack of expression of feelings (alexithymia) among middle school students according to the variables of sex (males - females) and specialization (scientific - literary)

3- Identifying the level of coping skills of middle school students

4- Identifying the differences in the level of coping skills of middle school students according to the variables of sex (male - female) and specialization (scientific - literary).

5- Identify the correlation between the lack of expression of feelings and the coping skills of middle school students.

The research sample amounted to (600) male and female students from the middle and high school day of the city of Baghdad Al-Karkh / 2 Department of Course and Master Education. As for the research tools, a tool was built to measure the failure of expression of feelings (alexithymia), and a tool was built to measure coping skills, and then verify From its sincerity and constancy. The two researchers have adopted statistical methods that suit the research and the nature of its objectives based on the advice of some specialists in the field of statistics and by using the Statistical Portfolio for Social Sciences (SPSS).The two researchers reached a set of results, including that the students of the research sample had a high level of deficiency in the expression of feelings, and the students of the research sample had more than the students in the variable of deficient expression of feelings, in addition to that the students were more than the students in the variable coping skills.

© 2021 JTUH, College of Education for Human Sciences, Tikrit University

DOI: http://dx.doi.org/10.25130/jtuh.28.2021.23

قصور التعبير عن المشاعر (الالكسيثيميا) وعلاقته بمهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية

أ.م.د.وفاء كنعان خضر/ جامعة تكريت/ كلية التربية للعلوم الانسانية
م.م.ميسون عباس حمادي/ المديرية العامة لتربية بغداد/ الكرخ الثانية

الخلاصة:

هدفت هذه الدراسة الى معرفة مستوى التعبير والعلاقة بين قصور التعبير عن المشاعر (الاليكسيثيميا)

بمهارات التأقلم لدى طلبه المرحلة الاعدادية. وقد تفرع من هذا الهدف مجموعة من الاهداف :

١. التعرف على مستوى قصور التعبير عن المشاعر (الاليكسيثيميا) لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٢. التعرف على الفروق في قصور التعبير عن المشاعر (الاليكسيثيميا) لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغيري الجنس(ذكور _ اناث)والتخصص(علمي _ ادبي)

٤. التعرف على مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية

٥. التعرف على الفروق في مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغيري الجنس (ذكور _ اناث)والتخصص (علمي – ادبي)

٦ . التعرف على العلاقة الارتباطية بين قصور التعبير عن المشاعر ومهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

بلغت عينة البحث من (٦٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الاعدادية والثانوية النهارية لمدينة بغداد الكرخ /٢ قسم تربية الدورة والسيدية ، وبالنسبة لأدوات البحث فقد تم بناء اداة لقياس قصور التعبير عن المشاعر (الاليكسيثيميا) ، وبناء اداة لقياس مهارات التأقلم ، ومن ثم التحقق من صدقها وثباتها .

وقد اعتمد الباحثتان الوسائل الاحصائية التي تلائم البحث وطبيعة اهدافه بناء على استشارة بعض المختصين في مجال الاحصاء وباستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) .

وقد توصلت الباحثتان الى مجموعة من النتائج ومنها ان طلبة عينة البحث بمستوى عال من قصور التعبير عن المشاعر ، وانم طالبات عينة البحث اكثر من الطلاب في متغير قصور التعبير عن المشاعر ، فضلا على ان الطلاب كانوا اكثر من الطالبات في متغير مهارات التأقلم

وبناء على نتائج البحث قدمت الباحثتان بعض التوصيات والمقترحات .

الفصل الاول/ التعريف بالبحث.

اولاً : مشكلة البحث:

من المشاكل الخطيرة التي تواجه التربويين واولياء امور الطلبة هي مشكلة ظهور ما يسمى بقصور التعبير عن المشاعر(الالكسيثيميا)، والذي يعد من القوى التي تعمل على هدم تكوين الشخصية ونموها وهو أمر منوط بالحياة العائلية أكثر من الحياة خارج المنزل ، وتتفاقم المشكلة بعد حصولها ولا سيما في السنوات الأولى والتي تعد من المراحل المهمة في حياة الفرد لما لها من اثر كبير في تكوين الشخصية ، وفي ارساء القواعد الاساسية التي تقوم عليها حياته النفسية والاجتماعية على حد سواء ، وفي اثنائها يتقرر في ما إذا كان سينشأ على درجة معقولة من الأمن والطمأنينة ، أو سيعاني من بعض الاضطرابات النفسية ، ذلك لأن أية خبرة نفسية وجدانية مخيفة يصادفها الإنسان في طفولته تنطبع في نفسه وتبقى هائمة فيها. (الاحمدي ،٢٠٠٧ ،ص٦٥).

إذ تتطلب تربية الشباب في القرن الواحد والعشرين الاهتمام بالعقل العاطفي للشباب بجانب الاهتمام بالعقل المنطقي وبمرحلة مبكرة من حياتهم ، اذ أن اختلال احداث التوازن بينهما يصبح من العسير تحقيق نمو متكامل وشخصية متوازنة في خصائصها وابعادها.

أن افتقار المدارس لأساليب مساعدة الطلبة على النمو الوجداني وتعليمهم المهارات الاجتماعية والانفعالية المفقودة في المناهج الدراسية وفي تفاصيل العملية التعليمية ، ولا يخفى ما لتلك المهارات من اهمية كبرى في تزويد الطلبة باستراتيجيات وقائية تدعم لديهم شعور المواطنة والاندماج مع المجتمع ، ومن هذه المهارات مهارات التعاون وضبط الانفعالات الذاتية والتواصل والاحترام والتعاطف وإظهار التعبيرات والانفعالات لها تأثير في تحصيله الاكاديمي وفي حياته الشخصية وسلوكه بصفة عامة وطريقة تفكيره بصفة خاصة. (Elias,2002,p.43)

بالرغم من وجود الالكسيثيميا بدرجات متفاوتة بين مختلف الفئات العمرية الا ان الأبحاث التي تناولتها الدراسات العربية كانت محدودة ، لا سيما في علاقتها بمتغير الدراسة الحالية ، ولم يجري اي منها على عينات مماثلة لعينة البحث الحالي ، ونظرا لأهمية موضوع الدراسة واهمية المرحلة الاعدادية ، وحيث ان الاليكسيثيميا تعيق التلقائية لدى الطالب وتحد من قدرته على التعبير عن انفعالاته وفهم انفعالات الاخرين مما يعيق عملية تكيفه في حياته الدراسية ويحرمه من فرصة تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الزملاء والمدرسين ومع محيطه الاجتماعي .

اما في ما يتعلق بمهارات التأقلم فقد وجدت الباحثة ان الطلبة يظهرون بعضا من مهارات التأقلم والتكيف مع انفسهم ومع البيئة المحيطة بهم ومع الاخرين ، كما انهم يمتلكون نوعا من التفاعل مع المحيطين بهم ، ووجدت ان لديهم شعوراً بالثقة بالنفس والتلقائية والمبادرة ؛ مما ينعكس ايجاباً على جميع انشطتهم الحياتية .

يؤثر اكتساب الطلبة لمهارات التأقلم سلباً وايجاباً على ميولهم نحو التعبير عن مشاعرهم تجاه بعضهم والاخرين او من اجل الظهور والفخر بأنفسهم بسبب تشجيع الوالدين او احدهما لتصرفات ابنائهم بهدف دفعهم للتأقلم مع البيئة الاجتماعية والمدرسية .

ومن خلال ما تقدم صاغت الباحثتان مشكلة البحث بالسؤال الاتي :

هل لقصور التعبير عن المشاعر (الالكسيثيميا) علاقة بمهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية ؟

ثانياً : اهمية البحث :

ان مرحلة الدراسة الاعدادية من المراحل المهمة التي يمر بها الطالب، وهذا ما يجمع عليه التربويون بمختلف اتجاهاتهم ، وذلك لما لهذه المرحلة من أهمية في نمو الطالب الفكري وتكوين شخصيته وتحديد ملامحه وإكسابه القيم والاتجاهات ففيها تنمو قدراته وتتضح مواهبه ويكون فيها الطالب قابلاً للتشكيل والـ تغيير، فتلك المرحلة ينمو فيها الطالب نفسياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً وجسمانياً .

تعد الانفعالات والعواطف كجزء من البناء النفسي للأفراد ، وهذا ما اكدته الابحاث والدراسات الحديثة، ومما لا شك فيه أن المنظومة الوجدانية في تركيبة الانسان هي منظومة معقدة ومركبة وتقاوم التغيير.

أن من يتتبع تطور تاريخ علم النفس سيجد الكثير من المفارقات مثل عدم تركيز علم النفس على قضية جوهرية في الصحة الجسدية والنفسية كالعواطف والانفعالات ، اذ لم تجد الاهتمام الكافي الا في أواخر القرن العشرين ؛ ويعود ذلك الى تأثير المدرسة السلوكية التي تحاشت البحث في الانفعالات على اساس انها عمليات ذاتية وداخلية لا يمكن قياسها ، ولم يتجرأ الباحثون على مجابهة هذا التيار. (Taylor,2001,p.134).

ان شيوع قصور التعبير عن المشاعر(الالكسيثيميا) والذي هو عدم القدرة على الكلام حول المشاعر التي تجيش داخل النفس نتيجة لتدني الوعي بوجودها ولذا فأن الشخص المتصف بها يكون غير قادر على فهم ووصف مشاعره والتعرف عليها ، وما للاتصاف بها من تأثيرات خطيرة تظهر من الناحيتين الصحية والاجتماعية على الشخص مسببة قصور في التعامل الذاتي مع المشاعر. وصعوبة وصفها والتمييز بينها وبين الاحساسات الجسمية للأثارة الانفعالية وقلة الخيال ومحدوديته والتوجه المعرفي الخارجي. (الخولي ،٢٠٠٥ ،ص٥).

ويعد الالكسيثيميا مركب نفسي يعود الى فقدان التعامل والاعتناء بالأبناء والاهمال لهم مما يجعلهم عاجزين على التعبير والتمييز عن عواطفهم ومشاعرهم الوجدانية. (Mcdougall ,1989 ,p.98)

يرى بعض المتخصصين ان نمو الاحساس بالمودة بين الافراد اذا كان احدهما مستجيباً للإفصاح والتعبير الذاتيين للأخر بطريقة واضحة . (Turan Horowitz,2007,p.51)

اشارت عدد من الدراسات مثل دراسة جولمان (٢٠٠١) واليمان (٢٠٠٩) وجانسون (٢٠١٣) على الترابط بين الالكسيثيميا والنقص في المشاركة الوجدانية ، فليس غريباً أن ترتبط الالكسيثيميا بنقص الشعور الوجداني ولكن الحقيقة العلمية تظل غير معروفة . (ابو النور واخرون ،٢٠١٢ ،ص٥). للتعبير عن المشاعر عدد من الوظائف الاجتماعية والنفسية المرتبطة بالنجاح الاجتماعي ويعلن الفرد من خلاله عن شخصيته واتجاهاته نحو الاخرين والتعبير عن اراءه ومحاولة التأثير في اراء الاخرين فهو يسهم في تحريك مشاعر الاخرين وجذب انتباههم والتأثير فيهم كما أن الرسائل العاطفية اقوى تأثير من الرسائل العقلية أذ تتضمن الرسائل العاطفية مزيجاً من الاشارات غير اللفظية وهذا يعني أن فهم الانفعالات والتعبير عنها بوضوح يسهم بشكل فعال في التواصل الاجتماعي مع الاخرين عن طريق اداة الانفعالات والتأثير فيهم. (العمراني،٢٠٠٦،ص١٠٠)

يعد اكتساب الطلبة لمهارات التأقلم امرا مهما لنموهم الاجتماعي وتكيفهم مع غيرهم من الاقران ، واندماجهم في المجتمع المدرسي الذي يتفاعلون معه ، وبالتالي فان الطلبة الذين لا يمتلكون القدر المناسب واللازم من مهارات التأقلم سيواجهون مشكلات كبيرة في تفاعلهم ، وتكيفهم مع انفسهم ومع الاخرين من المحيطين بهم في البيئة. (Kmitta & jones , 2002).

تتصف مهارات التأقلم في هذه المرحلة بارتفاع معدل الوعي بالأشياء والاشخاص ، وبذلك تعد هذه المرحلة من اهم الفترات التأسيسية لبناء شخصية الفرد وتشكيل سلوكياته التعبيرية المكتسبة ،ففيها يدرك الفرد ذاته ويميزها عن غيرها من الذوات الاخرى اي انه يدرك فرديته التي تتميز في هذه المدة بنمو قدراته اللغوية للحد الذي يؤهله للتفاهم مع الاخرين ، كما تنمو قدرته وتتنوع اساليبه في الدفاع عن نفسه سواء كانت هجومية او انسحابيه ، كما يخضع في هذه المرحلة الى ثقافة مجتمعه عامة من تقاليد ، ويتحول تقديره للناس من مجرد المنفعة الشخصية المباشرة الى العلاقات الاجتماعية.

(حواشين وحواشين ، ٢٠٠٣: ٣٥١).

ان نجاح الطالب في اكتساب مهارات التأقلم تساعد على تزايد قدرته على اقامة العلاقات والتفاعلات الاجتماعية الناجحة والسليمة ، والاندماج مع جماعات الاقران، والاقتراب من جماعة الكبار في طمأنينة وألفة ، مما يؤدي الى المزيد من التقدم في اكتساب الخبرات الاجتماعية ، وتحقيق النمو الاجتماعي بصورة سليمة وصحيحة . (المطوع ،٢٠٠١: ١٤).

تقع الاسرة في المقام الاول من بين جميع العوامل التي تؤثر على الطالب ، ويتم تأثير الاسرة في تشكيل السلوك الاجتماعي للأبناء من خلال ما نسميه بالتنشئة الاجتماعية ، فعن طريق هذه العملية يكتسب الابناء السلوك والعادات والعقائد والمعايير ، والدوافع الاجتماعية التي تقيمها اسرتهم والبيئة الثقافية التي ينتمون اليها ، بينما في هذه المرحلة يعتبر الاقران الاشد تأثيراً اجتماعياً. (اسماعيل ، ١٩٨٦: ٢٦٩).

ترى الباحثتان ان من اهم المهارات التي يجب التركيز على اكسابها للطالب هي مهارات التأقلم ؛ لان كل فرد بطبيعته يميل الى الاستقلال فيشكل عجز الطالب عن القيام بمساعدة نفسه بمثل هذه الامور او فشله بذلك تأثيرا كبيرا على تكيفه في المدرسة ، فنمو السلوك الاستقلالي والاعتماد على النفس لدى الطالب له اثاره الايجابية والدافع الاساسي لهذا النمو هو شعور الفرد بالكفاءة والسيطرة على البيئة .

تبرز اهمية مهارات التأقلم من حيث انها كل عمل يقوم به الطالب ، ويتفاعل فيه مع الاشياء ومعدات واشخاص ومؤسسات . وهي مهارات اجتماعية وسلوكيات شخصية تتطلب تكوين علاقات ايجابية مع الاخرين . وتفادي حدوث الازمات والقدرة على التفكير الابتكاري لأنها مهارات تساعد على التكيف مع المجتمع والقدرة على تحمل المسؤولية والتوجيه الذاتي ، وانجاز المهارات المنزلية ، وتساعده على الاتصال بالآخرين ، والقدرة على عرض افكاره وآرائه ، واداء الاعمال المطلوبة منه بكفاءة عالية ، والقدرة على مواجهة المشكلات ، هذه كلها سلوكيات يتعرض لها الطالب في حياته اليومية لأنها عبارة عن مثيرات تتطلب استجابات يعكسها نوع السلوك الصادر منه. (اللقائي ، ٢٠٠١ : ٥٣).

وتتضح اهمية البحث الحالي من خلال النقاط الاتية :

١- ندرة الدراسات والبحوث في هذا الميدان على أهميته ، فعلى حد علم الباحثة تفتقر المكتبات في العراق الى مثل هذا النوع من الدراسات في ميدان قصور التعبير عن المشاعر (الالكسيثيميا) لذا كان

اغناء المكتبة العراقية بمثل هذه الدراسة آمر ضروري ليطلع عليها كل ذي علاقة بموضوعها ،من اختصاصين وغير اختصاصين .

٢- تناولت شريحة مهمة جداً من شرائح المجتمع وهي شريحة الطلبة في المرحلة الاعدادية والتي تعد من المراحل المهمة جدا .

٣- ان اهمية مهارات التأقلم عند الطلبة تتأتى من اهمية المرحلة والفئة العمرية التي تمثل الركيزة الاساسية لتعزيز وتقوية شخصية الطالب المستقبلية .

٤- ان ضعف مهارات التأقلم لدى الطلبة يجعلهم انسحابيين وغير فاعلين في المجتمع والمدرسة .

ثالثاً : اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف على :-

١ . مستوى قصور التعبير عن المشاعر الالكسيثيميا لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

٢ . الفروق في قصور التعبير عن المشاعر الالكسيثيميا لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغيري الجنس (ذكور . اناث)والتخصص (علمي . ادبي) .

٣ . مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٤ . الفروق في مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغيري الجنس (ذكور . اناث) والتخصص (علمي . ادبي) .

٥. العلاقة الارتباطية بين قصور التعبير عن المشاعر ومهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

رابعاً : حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة الصف الخامس في المدارس الاعدادية والثانوية النهارية لمديرية تربية بغداد الكرخ /٢ / قسم تربية الدورة والسيدية . من العام الدراسي الحالي ٢٠١٨ . ٢٠١٩.

خامساً : تحديد المصطلحات :

أولاً :- قصور التعبير عن المشاعر (Alexithmia) :-

عرفه كل من :-

١- **Krystal (1988)** : "بأنه شكل اساس من اشكال الاضطراب الوظيفي في تعيين الفرد لمشاعره وتحديدها ،ويشير الى سمة وجدانية معرفية للشخصية تظهر نفسها بأكثر من طريقة" . (Krystal ,1988 ,p.124).٢

٢- **مجمع اللغة العربية (٢٠٠٠)** : "الالكسيثيميا باللغة تعني ندرة الالفاظ والتعبيرات المعبرة عما يحسه الفرد من مشاعر وتودد وتقرب من الاخرين". (مجمع اللغة العربية ،٢٠٠٠، ٣٤٤).

٥- **Franz et al (2008)** : "هو نقص في مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي نتيجة صعوبة القدرة على ترجمة الاشارات العاطفية المستقلة من الافراد المحيطين وضعف الافراد المحيطين التي تمكنهم من القدرة على وصف ما لديهم من احاسيس ومشاعر الى الاخرين". (Franz et al,2008,p.54).

٦- **Besharat (2008)** : "هو قصور في بعض المهارات الشخصية المتعلقة بالقدرة على اقامة العلاقات وتحمل الضغوط ونقص القدرة على الوعي بالذات وضبط الذات " .(Besharat,2008,p2).

٧- **Hans et al (2009)** : "هو حالة عن عجز القدرة على تحديد المشاعر ووصفها وفقر الحياة التخيلية واسلوب التفكير ذو توجه خارجي ". (Hans et al , 2009 ,p.124).

٨- **Biodortfolio (2015)** :: "هو سمة شخصية تتميز بصعوبات في تحديد ووصف المشاعر واسلوب التفكير الموجه نحو الخارج". (Biofortolio ,2015 ,p.2).

التعريف النظري للباحثتان :- عدم قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره الداخلية نتيجة لتدني وعيه بوجودها ويعجز الفرد عن وصف هذه المشاعر والتعرف عليها وبذلك لا يستطيع ان يعبر عنها لفظيا وغير لفظي .

التعريف الاجرائي :-

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة عينة البحث من خلال اجابتهم على فقرات مقياس قصور التعبير عن المشاعر (الالكسيثيميا) والذي اعدته الباحثة لأغراض البحث .

<u>ثانيا : مهارات التأقلم :</u>

عرفها كل من :-

١- **(ابو جادو ٢٠٠٠)** : المعنى الاجتماعي للسلوك ومعاني الافكار بواسطة ثلاثة مجالات هي مهارة الاتصال عن طريق اللغة ومهارة العناية بالذات والمهارة الاكاديمية. (ابو جادو ، ٢٠٠٠: ٥٦).

٣- **مازن (٢٠٠٢)** : القدرة اللازمة للأفراد من المهارات اللازمة لممارسة حياتهم اليومية ونشاطاتهم الحياتية من تناول وجباتهم الغذائية وارتداء الملابس والذهاب الى الحمام ،ومهارات التعامل مع البيئة بموضوعاتها المختلفة. (مازن ، ٢٠٠٢ : ٣٤٤).

٤- **مسعود (٢٠٠٢)** : قدرات الفرد على السلوك التكيفي الايجابي ، تجعله يتعامل بفاعلية مع متطلبات الحياة اليومية وتحدياتها . (مسعود ، ٢٠٠٢ : ٥٠).

التعريف النظري لمهارات التأقلم: القدرة اللازمة من المهارات التي يحتاجها الفرد في حياته اليومية ونشاطاته الحياتية .

وتعرف الباحثتان مهارات التأقلم اجرائيا بانها : هي الدرجة التي يحصل عليها طلبة عينة البحث عند اجابتهم على فقرات مقياس مهارات التأقلم الذي اعدته الباحثة لهذا الغرض .

المرحلة الاعدادية : وهي مؤسسة تربوية تقبل الطلبة بعد اجتيازهم الامتحانات الوزارية في المرحلة المتوسطة ومدتها ثلاث سنوات ، تشمل صفوف – الرابع والخامس والسادس بفرعيهما الادبي والعلمي ،

ومهمة هذه المؤسسة تمكين الطلبة من بلوغ مستوى اعلى من المعرفة والمهارة مع توسيع بعض الميادين الفكرية والتطبيقية ، وتؤهلهم للدخول الى الجامعة. (وزارة التربية ، ١٩٨١،٤٠).

الفصل الثاني

اطار نظري ودراسات سابقة

الاطار النظري

اولا :- قصور التعبير عن المشاعر الالكسيثيميا (Alexithymia)

في محاولتنا الوقوف على معنى كلمة الالكسيثيميا ، انها كلمة لاتينية الاصل تم تعريبها عن المصطلح الاجنبي (Alexithymia) ، اذ تتكون من ثلاثة مقاطع هي (A) ويعني القصور او النقص ، والمقطع الثاني هو (lexi) ويعني كلمات ، والمقطع الثالث هو (thymia) ويعني مشاعر او انفعالات وبذلك تترجم الكلمة في الكامل الى نقص كلمات المشاعر. (Tselebisetal,2010,p.5) .

اصول هذه الكلمات (نقص ، كلمات ، مشاعر) في معاجم وقواميس اللغة العربية وجدنا ان كلمة النقص في القاموس المحيط تعني الخسران او تدني مستوى الشيء (القاموس المحيط ، ٢٠٠٦، ١٠٩٢).

بينما (الكلمات) هي جمع كلمة والكلمة في لسان العرب تعني اللغة او التعبير ،اما (المشاعر) فهي من الشعور وتعني ما يحسه المرء في نفسه، بينما كلمة (العاطفة) هي صفة للفعل عطف ويعني التقرب والتودد . وان كلمة الالكسيثيميا تعني في قاموس علم النفس الحيوي هي ضعف القدرة الشفوية على اظهار المشاعر الداخلية . (معجم علم النفس والتحليل النفسي ، ٢٣٣، د. ت).

<u>النظريات فسرت قصور التعبير عن المشاعر(Alexithymia) :-</u>

نستعرض هنا مجموعة من النظريات التي فسرت ظهور قصور التعبير عن المشاعر :

١- النظرية التحليلية:- Analysis Theory

يرى ماكدوجل (McDougall) ان الالكسيثيميا تظهر بسبب عدم معالجة الصعوبات التي يواجهها القائمون على رعاية الطفل في المراحل العمرية المبكرة وفشلهم في التواصل الوجداني بشكل لفظي او غير لفظي مع الطفل في مراحل نموه المبكرة . (عبد العظيم ،٢٠٠٧،ص٥٥).

اما "لاراسينا واخرون" من اصحاب نظرية التحليل النفسي فقد ارجعوا مجموعة السمات التي تمت ملاحظتها بين الافراد الذين يعانون من اعراض الالكسيثيميا الى الصراعات الداخلية ، اذانه من المعتقد ان هذه الصراعات الداخلية تعالج شفاهيا ، الا انها تبدو بشكل غير واع من خلال القنوات الجسدية مما يؤدي الى ظهور بعض الاحاسيس الجسمية المرافقة لهذه المشاعر ، ومن هذا يمكن تفسير الالكسيثيميا

في ضوء نظرية التحليل النفسي الى " مجموعة الصراعات الداخلية التي يعاني منها الفرد نتيجة عجزه عن التواصل الوجداني مع الاخرين ". (العراقي ،٢٠٠٦،ص٢٠٤-٢٠٦).

٢- النظرية الاجتماعية:- Social Theory

يؤكد اصحاب هذه النظرية على ان المشكلات والصعوبات التي يلقاها الفرد في البيئة الاجتماعية ومرور الفرد ببعض المواقف الصعبة او الانتقال الى بيئة جديدة ما هي الا اسباب مؤدية الى الاضطراب النفسي حيث توصل بعضهم الى حقيقة ان الافراد الذين يعانون من الالكسيثيميا يفتقرون الى الدعم الاجتماعي. (Lumlet et al,1996,p.538).

ترتبط الالكسيثيميا ارتباطا قويا بنقص الدعم الاجتماعي ، اذ وجد ان بعض الافراد الذين يعانون من الالكسيثيميا هم اقل ادراكا للدعم الاجتماعي من قبل الاخرين ، وان النظرية الاجتماعية تؤكد ان الالكسيثيميا ترتبط ببعض العوامل الاجتماعية مثل المساندة الاجتماعية والوظائف الاجتماعية ، فالأفراد الذين يعانون من الالكسيثيميا يكون لديهم اضطراب في الوظائف الاجتماعية ونقص السعي نحو المساندة الاجتماعية خاصة من جانب الاسرة مما يؤثر بشكل غير مباشر على المرض العضوي من خلال العوامل السلوكية. (عبد العظيم ،٢٠٠٧،ص٥١).

٣- النظرية السلوكية :- Behavioral theory

يرى اصحاب هذه النظرية ان الافراد الذين يتعرضون الى بعض الصدمات المؤلمة لا سيما في مرحلة الطفولة تحصل لهم حالة من النكوص الوجداني لمواقف الصدمة ، وما يرتبط بها من مشاعر وانفعالات، ويرون ايضا ان تكرار تلك المواقف الصادمة يكسب الفرد المتعرض لها حالة من جهل المشاعر الناتج عن قمع تلك الخبرات بصفة مستمرة تجنبا للإحساس بالألم المصاحب لتذكر تلك المواقف. (Zlotnick , etal ,2001,p.78).

٤- نظرية التعلق لبولبي :-

(Bowlby seminal attachment Theory 1969-1973)

يرى صاحب هذه النظرية ان سلوك التعلق يظهر لدى معظم الافراد خلال السنة الاولى من حياتهم وتحديدا مع بداية الشهر الرابع وهي المرحلة التي يتم فيها التمييز بين الام والاخرين ، فمثلا عندما تترك الام الغرفة يرتبط الطفل بأمه ويحاول ان يزحف ورائها وذلك لشعوره بالأمان في وجودها ومعها ويشتد ارتباط الطفل في السنة الثانية خاصة . وفي السنة الثالثة من عمره يتضح ارتباطه بالأم في بكائه وتعلقه بها عند محاولتها الخروج من المنزل وتركه . (Jeffrce,1995,p.1315).

٥- النظرية الظاهرية:- Phenomenological Theory

يؤكد اصحاب هذه النظرية على ان المحدد المهم لسلوك الفرد هو المثير في حد ذاته ومدى ادراك وفهم الانسان له ،اي ان الطريقة التي يدرك بها الشخص الاحداث المحيطة به هي التي تحدد الكيفية

التي يتصرف بها . ومنهم "روجرز" الذي يرى ان الضغوط المختلفة التي يعاصرها الفرد تعد من اهم محددات سلوكه ، وترتبط كثيرا بما يصدر عنه من تصرفات ، لذا فان الفرد يتصرف بطرق تتفق مع المناخ الاجتماعي السائد حوله وهذا يؤدي الى التناقض بين الطبيعة الواضحة امام الاخرين وبين طبيعة الفرد مما يجعله يخفي بعض المشاعر السلبية تجاه الاخرين لغرض مسايرة تلك الضغوط الواقعة عليه . (عباس ،١٩٩٤ ،ص٥٧).

ثانياً : مهارات التأقلم:

مفهوم المهارة :ـ

في البداية لا بد من الوقوف عند تعريف المهارة فوجدنا ان هنالك من يعرفها على انها" استعداد او موهبة طبيعية او مكتسبة تنمو بالمعرفة والتعلم وتصقل بالتدريب وتجعل الفرد قادراً على الاداء جسمياً او عقلياً " . (لبد ،١٩٩٨: ٢٣-٢٤).

ومن جانب اخر وجدنا من يرى انها تستخدم في التأثير في سلوك الاخرين او تحقيق هدف معين وتعرف عندهم بانها " نظام متناسق من النشاط الذي يستهدف تحقيق هدف معين" وهنالك اساليب تكتسب بوساطتها المهارات اذ ان اكتساب الفرد لمهارات التأقلم لا يمكن ان يتم عن طريق التلقين كما ان المهارات لا تنتقل بالوراثة ولكن الفرد يكتسبها من خلال تفاعله الاجتماعي بالمحيطين به . (السمادوني ،١٩٩٤: ٤٦١).

النظريات التي فسرت مهارات التأقلم :

١- نظرية التحليل النفسي (Psychoanalyic theory)

صاحب هذه النظرية العالم المعروف (سيجموند فرويد S.Freud) (ت ١٩٣٩) وتؤكد هذه النظرية على اهمية خبرات الطفولة المبكرة والدوافع اللاشعورية واثر كل منهما على السلوك الانساني . (ابو غزال، ٢٠٠٧: ٦٥). تتكون الشخصية في نظر " فرويد " من ثلاثة عناصر متداخلة هي الـ (الهو) والـ (الانا) والـ(الانا العليا) ، وتشكل هذه العناصر الثلاثة أهمية أساسية في تطوير التحليل النفسي. وقد أجريت دراسات عقب سنوات عدة من البحث الدقيق . ويقول فرويد أن الشخصية مكونة من ثلاثة أنظمة هي الهو، والأنا،والأنا الأعلى،وأن الشخصية هي محصلة التفاعل بين هذه الأنظمة الثلاثة .

اعترف فرويد بدور البيئة والعلاقات في نمو العقل والشخصية . وقد استكمل هذا الاتجاه وطوره نخبة من العلماء الذين يسمون الفرويديون الجدد أو البعد فرويديين الذين قدموا نظريات تبتعد عن النموذج الميكانيكي الحتمي أو البيولوجي الذي اتبعه فرويد في التحليل النفسي الكلاسيكي اقترابا نحو مزيد من الاحترام للعمليات المعرفية والعلاقاتية. وقد اعتبر فرويد ان الانا الاعلى مكون الشخصية الذي يمثل القيم المستحسنة والمقبولة اجتماعيا والذي يتطور في عمر(٥-٦) سنوات نتيجة للتوحد مع الوالد الذي يحمل نفس الجنس والذي يتطور نتيجة للتعلم الوالدي والاجتماعي ، كما يمثل القيم الاجتماعية التي يتم

تدريبها ودمجها في شخصية الفرد يتكون الضمير الذي يهدف الى التأثير في السلوك من اجل المسايرة مع توقعات المجتمع . (الخطيب والحديدي، ١٩٩٤: ٤٧).

٢- نظرية التعلم الاجتماعي:- (Social learning theory)

وتعرف أيضا باسم التعلم بالملاحظة والمحاكاة أو النمذجه (learning by observing and modeling)، ومن امثلة منظريها "باندورا" (١٩٦٩) .

تعد هذه النظرية حلقة الوصل بين النظريات السلوكية والنظريات المعرفية، لتأكيدها على دور العمليات المعرفية التي تتوسط بين المثير و الاستجابة ، وعلى الرغم من تأكيدها ان عملية التعلم هي بمثابة تشكيل للارتباطات بين المثيرات والاستجابات المختلفة والتي يمكن ان تقوي او تضعف تبعا" لعوامل التعزيز والعقاب، الا أنها ترى ان هذه الارتباطات لا تتشكل على نحو آلي، بل تتدخل العمليات المعرفية الخاصة بالفرد، مثل الأفكار والتوقعات والاعتقادات، في تكوين هذه الارتباطات . (الزغول، ٢٠٠٩ :٢١٦).

٣- نظرية التدريب على المهارات : (The theory of skills practice)

تشير هذه النظرية التي تبناها كارل جروس الى تقوية الغرائز المطلوبة للحياة الاجتماعية نتيجة لاحتياج الفرد الى التدريب على مهارات أساسية تميل الى تنمية مهارات يتحملون مسؤوليتها مستقبلاً ، فعند اداء دور الأب مثلاً فأنه يتدرب على اكتساب مهارة دور الأبوة، كذلك الحال مع البنت، وهكذا، وتذهب هذه النظرية الى ان التنشئة الاجتماعية هي بحد ذاتها عملية تعلم ، لأنها تستخدم بعض الوسائل في تحقيق التدريب على بعض المهارات ومنها مهارات التأقلم . (ابو جادو، ١٩٩٨ :٥٢). وتؤكد النظرية على إن لكل حاجه من حاجات الفرد مكونات أساسية تعمل على توجيه سلوكه عبر التقليد. (القوصي، ١٩٦٤: ٢١٨).

٤- نظرية اريكسون:-(Erickson theory):

يطلق عليها النظرية النفسية الاجتماعية في النمو، وهي تعد من النظريات النفسية الدينامية، فهي تتناول الدوافع العملية والانفعالية وطرق التوفيق بينها وبين متطلبات البيئة الاجتماعية . (زهران، ١٩٩٥ :٧).

اكد اريكسون في نظريته في المرحلة الثالثة وهي مرحلة الشعور بالمبادأة (المبادرة) مقابل الشعور بالذنب والتي تمثل عمر (٤-٥) سنوات على تعلم الفرد السيطرة على نفسه والتأقلم مع بيئته، ويبدأ في اطار مهاراته وقدراته ويبتكر سلوكاً يفوق خياياه وقدراته الشخصية فانه يتطفل على أوساط الآخرين ويجعل الآخرين ينخرطون في سلوكه الخاص، وفي هذه المرحلة يأخذ سلوك الفرد شكل المبادأة من حياته والمشاركة بفعالية في عالمه ويجعله نشطاً قوي العزيمة للسيطرة على بعض المهام، فيقوم بتحمل مسؤولية نفسه، كذلك ما يحتويه عالمه الخاص (لعبه، أدواته، حيواناته، ....) ولهذا فان الفرد في هذه المرحلة يكون قادرا على ان يعمل انواعاً معينة من الاشياء (ملحم، ٢٠١٠: ١٤٦).

دراسات سابقة

أولاً : دراسات تناولت قصور التعبير عن المشاعر

١- دراسة محمد(٢٠١٢)

الألكسثيميا في علاقتها بسلوك المشاغبة لدى عينة من مراحل مختلفة.

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الألكسثيميا وسلوك المشاغبة لدى المراهقين(مصر) تألفت عينة الدراسة من (٢١٢٩) من المراهقين بمراحل تعليمية مختلفة ومن كلا الجنسين إناث وذكور، وتم تطبيق مقياس الألكسثيميا على المراهقين من إعداد الباحث وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج هي:عدم وجود فروق دالة بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الألكسثيميا. وجود فروق دالة بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في سلوك. المشاغبة في اتجاه عينة الذكور . وجود فروق بين المراحل التعليمية الثلاثة(الإعدادية، الثانوية، الجامعية) في الألكسثيميا في اتجاه مرحلة الثانوية .وجود فروق بين المراحل التعليمية الثلاثة(الإعدادية، الثانوية، الجامعية) في سلوك المشاغبة في اتجاه المرحلة الثانوية. وجود علاقة ارتباطية دالة بين الألكسثيميا وسلوك المشاغبة لعينة الدراسة. (محمد ،٢٠١٢).

٣-دراسة داود (٢٠١٦)

العلاقة بين الألكسيثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم (Alexithymia).

هدفت الدراسة الى فحص العلاقة بين الألكسيثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم **(Alexithymia)** الأسرة والجنس لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية ، تكونت عينة الدراسة من (٢٦٠) طالبا وطالبة منهم (٢٨) من الذكور و(٢٣٢) من الإناث، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية على أساس الشعب P ولتحقيق أهداف الدراسة لقياس الألكسيثيميا **(TAS-20)**، تم استخدام مقياس تورنتو20 - لروبنز بعد ترجمتهما والتحقق من دلالات صدقهما **(POP)**، ومقياس إدراك الأبوين وثباتهما ، وأظهرت النتائج وجود معاملات ارتباط سالبة وذات دالة إحصائية بين الألكسيثيميا على الأبعاد وأساليب التنشئة الوالدية كدرجة كلية ودرجات فرعية لكل من نموذج الأم ونموذج الأب .كذلك وجود ارتباط سالب وذي دلالة إحصائية بين الألكسيثيميا ودخل الأسرة، بينما لم ظهر النتائج ارتباط الألكسيثيميا بعدد أفراد الأسرة أو مستوى تعليم الأب أو الأم ، كما أظهر تحليل التباين وجود فروق دالة إحصائيا تبعا لمتوسط دخل الأسر ة، .ولم تظهر النتائج فروقا في الألكسيثيميا عائدة للجنس أو عدد أفراد الأسرة أو مستوى تعليم الأب أو مستوى تعليم الأم ، وأن متغيرات نمط تنشئة الأم ونمط تنشئة الأب ودخل الأسرة قد فسرت مجتمعة (٤٧ %) من التباين في الألكسيثيميا . وقد فسر نمط تنشئة الأم أعلى نسبة من التباين، يليه نمط تنشئة الأب، ثم دخل الأسرة. (داود ،٢٠١٦).

٤- دراسة عبد الحسن (٢٠١٦)

قصور التعبير عن المشاعر وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي.

اجريت الدراسة في جامعة بغداد كلية التربية للبنات ، وهدفت الى التعرف على العلاقة بين قصور التعبير عن المشاعر والذكاء الوجداني لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي ، وبلغت عينة الدراسة (٤٠٠) تلميذا وتلميذة ، اعدت الباحثة مقياس الالكسيثيميا ومقياس الذكاء الوجداني وطبقتهما على عينة البحث ، وتمت الاستعانة بالحقيبة الاحصائية (SPSS) لتحليل بيانات البحث الحالي ، واظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا" بين متوسط درجات التلامذة الذكور ومتوسط درجات التلميذات الاناث ، وهذا يظهر ان الاناث يميلون لقصور التعبير عن المشاعر أكثر من الذكور . وقد يعود هذا الى نمط التنشئة الوالدية والمجتمعية والتي تتمثل بالنسبة للإناث في الحياء والخجل من اظهار المشاعر الداخلية وصعوبة التعبير ووصف المشاعر والاحاسيس لفظيا" امام الاخرين . (عبد الحسن ،٢٠١٦).

٥- دراسة (تاهر ، Tahir , et al , 2012)

امكانية التنبؤ بالاليكسيثيميا من خلال سمات الشخصية وحجم العائلة .

عمل تاهر وزملاؤه (٢٠١٢) على فحص مدى امكانية التنبؤ بالاليكسيثيميا من خلال سمات الشخصية وحجم العائلة، وهل هناك فروق في الاليكسيثيميا عائدة للجنس. تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب و(١٠٠) طالبة من طلبة البكالوريوس في جامعة سارجودا ، (١٠٠) منهم ينتمون الى اسر كبيرة الحجم و(١٠٠) الى اسر صغيرة الحجم. طبق عليهم مقياس تورينتو للاليكسيثيميا ومقياس عوامل الشخصية الخمسة الكبرى . واظهر تحليل الانحدار المتعدد المتدرج ان العصابية اكبر متنبئ بالاليكسيثيميا يليها الميل للموافقة. كما اظهرت التحليل ان الانبساطية وحجم الاسرة لم تكونا متنبئين بالاليكسيثيما. كما لم يكن هناك فروق في الاليكسيثيميا عائدة للجنس.(Tahir et al , 2012) .

٦- حسين واحمد، Hussain &, Ahmed, 2014)

العلاقة بين الاليكسيثيميا والتقبل _ الرفض الوالدي لدى طلبة الجامعة .

هدفت الى تقصي العلاقة بين الاليكسيثيميا والتقبل _الرفض الوالدي، إذ اجرى حسين واحمد دراسة على عينة من (١١٦ طالبا وطالبة) من طلبة جامعة جيمجت في باكستان ، وقد طبق على العينة مقياس تورينتو للاليكسيثيميا وصورة مختصرة من استبانة التقبل _الرفض الوالدي لكل من الاب والام .واظهرت النتائج ان ادراك التقبل_ الرفض الوالدي يرتبط بشكل ذي دلالة احصائية بالاليكسيثيميا لدى الطالب بارزة حيث اقترن ادراك الطالب للرفض الوالدي له، وقلة الدعم الاجتماعي من قبل الابوين ايجابيا بالاليكسيثيميا. كما اظهرت النتائج ان ادراك الطالب للرفض الابوي سواء من قبل الاب او الام يمكن ان يتنبأ بالاليكسيثيميا. (Hussain &, Ahmed, 2014)

ثانيا : الدراسات السابقة التي تناولت مهارات التأقلم:

أ- دراسات عربية

١- دراسة وافي (٢٠١٠)

المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكون مجتمع الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مديرية خان يونس، والبالغ عددهم (١٦٤٥١) ، اما اختيار عينة الدراسة ، فقد اعتمد الباحث طريقة العينة العنقودية العشوائية حيث بلغت عدد أفراد عينة الدراسة على (٢٦٢) طالباً وطالبة، منهم (١١٦) طالباً و (١٤٦) طالبة، وقد استخدم الباحث كل من الأدوات التالية ومنها قائمة تيلي"teele" للذكاءات المتعددة ، ومقياس المهارات الحياتية، وباستخدام الاساليب الإحصائية مثل معامل ارتباط بيرسون ، معامل ارتباط سبيرمان بروان للتجزئة النصفية المتساوية، ومعادلة جتمان للتجزئة النصفية غير المتساوية، ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ ،أظهرت النتائج التالية:- أنه لا يوجد ارتباطاً دالاً إحصائياً بين مستوى المهارات الحياتية بأبعاده، والذكاءات المتعددة بأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية، طلبة المرحلة الثانوية يمتلكون مهارات حياتية بشكل جيد ونسبة فوق المتوسطة. (وافي ،٢٠١٠).

٢- دراسة الزنيدي (٢٠١٣)

دور مقرر العلوم في تنمية المهارات الحياتية لدى طالبات المرحلة المتوسطة .

اجريت هذه الدراسة في المملكة العربية السعودية ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وتحليل محتوى مقرر العلوم للصف الأول المتوسط ، وقد أعدت الباحثة قائمة بالمهارات الحياتية، وعلى ضوئها بنيت أداة تحليل المحتوى، ثم صممت الباحثة اختبار للمهارات الحياتية، طبق على عينة الدراسة وعدد أفرادها (١١٨) طالبة، ثم جمعت البيانات وتم تحليلها إحصائيا.وقد أسفرت الدراسة عن النتائج الآتية : وصلت نسبة توافر المهارات الحياتية في مقرر العلوم للصف الأول المتوسط بفصليه إلى (٦٨%) وهي تعد متوسطة . تفاوتت نسب توافر المهارات الحياتية في المقرر بشكل ظهر واضحاً من خلال التحليل، حيث بلغت نسبة توافر مهارات النمو الشخصي في المقرر، أما المهارات الاجتماعية فقد بلغت نسبة (٣٣ %) توافرها في المقرر بينما كانت نسبة توافر المهارات الحياتية البيئية في المقرر ٦١ بالمئة وتأتي المهارات الوقائية بأقل نسبة توافر في المقرر وهي (٨١ %) ، وتنعدم نسبة توافر المهارات الصحية تماما .لم يصل اكتساب الطالبات في اختبار المهارات الحياتية إلى مستوى الإتقان حيث وصلت النسبة المئوية لمتوسط درجات الطالبات(٣٠%) وهي نسبة منخفضة جدا. (الزنيدي ،٢٠١٣).

٣- دراسة (مارتن، 2005 ، Marton)

علاقة الوظائف الشخصية ومهارات التأقلم باحترام الذات في مرحلة المراهقة المبكرة .

اجريت هذه الدراسة في الولايات المتحدة الامريكية و اشتملت عينة الدراسة على ٦٣ مراهق تحت سن الثالثة عشرة، وقد استخدم الباحث المقابلة الطبية النفسية العشوائية وبطارية القياس النفسي الشفوية والكتابية لتقييم مهارات التأقلم، ومقياس احترام الذات الشامل، وقد اظهرت النتائج ان احترام الذات الايجابي مرتبط ارتباطاً وثيقاً بوظائف الشخصية ومهارات التأقلم، كما واظهرت نتائج الدراسة ان احترام الذات الايجابي مرتبط بوظائف الشخصية ومهارات التأقلم بنفس الدرجة. (2005 ، Marton).

٤- دراسة (جوليان واخرون ،2005 ، Julian ,et al)

تقييم اثر تعرض الطلبة للمهارات الحياتية في تقليل السلوك الجنسي الذي يسبب مرض الايدز.

اجريت في محافظة كوازولو ناتال في جنوب افريقيا على عينة عددها (١٠٠) طالب موزعين بين الذكور والاناث ، في جنوب افريقيا ، كانت فئة السن بين (١٤-١٨) وفئة (١٩-٢٢) ؛ بهدف تقييم اثر تعرض الطلبة للمهارات الحياتية في تقليل السلوك الجنسي الذي يسبب مرض الايدز خلال فترة من عام (١٩٩٩-٢٠٠١) ، وقد اشتملت الدراسة على الافارقة والاسيويين والجنسيات الاخرى، والبيض والسود على اختلاف مكان اقامتهم في الحضر والريف حيث يتم تعريض المستجيبين الى برنامج يحتوى على ١١ قضية اساسية في مجال الصحة الجنسية والانجابية ومهارات التأقلم ، وقد اشارت نتائج الدراسة الى ضرورة زيادة تعرض للمهارات الحياتية لما لها من اثر على التقليل من الاصابة بمرض الايدز والامراض المنقولة كما اشارت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى للمجموعة السكانية ولصالح الافارقة، وكذلك فروق تعزى للجنس ولصالح الذكور، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية تعزى للفئة العمرية وصالح الشباب الاصغر سناً وفروق تعزى للمجموعات العرقية ولصالح السود، وفروق تعزى للمتغير مع الاقامة ولصالح سكان الريف. (2005 ، Julian ,et al).

الفصل الثالث / اجراءات البحث

اولاً : منهجية البحث :

استخدمت الباحثتان في بحثها هذا المنهج الوصفي وهو من اكثر مناهج البحث استخداما واكثرها انتشارا لأنه في دراسة أي ظاهرة لابد ان تتوافر لدى الباحث اوصاف وقيمة الظاهرة التي يحاول دراستها.

ثانياً : اجراءات البحث :

تعرض الباحثتان في هذا الفصل الاجراءات التي اتبعتها في البحث، بدءاً بتحديد مجتمع البحث، واختيار عينة البحث، وطريقة اختيارها، ثم الطريقة التي اتبعتها في بناء اداة البحث واعدادها، وكيفية تطبيقها، والوسائل الاحصائية المستعملة في اجراءات البحث. وفيما يأتي عرض لهذه الاجراءات :

ثالثاً : مجتمع البحث :

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الصف الخامس الاعدادي في المدارس الاعدادية والثانوية الصباحية للبنين والبنات التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة بغداد / الكرخ الثانية وللعام الدراسي (٢٠١٨ – ٢٠١٩) والبالغ عددهم (٩٥٤٢) طالبا وطالبة بواقع (٤٠٨٥) طالبا و (٥٤٥٧) طالبة، وجدول (١) يوضح ذلك.*

جدول (١)

اعداد طلبة مجتمع البحث موزعين حسب التخصص والجنس

ت	التخصص / الصف الخامس الاعدادي	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
١.	أحيائي	١٥٥٩	٢٦٦٨	٤٢٢٧
٢.	تطبيقي	١١١٤	٧٨٦	١٩٠٠
٣.	ادبي	١٤١٢	٢٠٠٣	٣٤١٥
المجموع		٤٠٨٥	٥٤٥٧	٩٥٤٢

رابعاً : عينة البحث :

لتحديد عينة البحث اتبعت الباحثتان مجموعة من الخطوات وكما يلي :-

أ- اختيار عينة المدارس:-

استعملت الباحثتان اسلوب العينة العشوائية في اختيار المدارس فقد تم اختيار (اسماء المدارس) (ملحق ٢) وقد اختارت الباحثتان هذه المدارس للأسباب الآتية:-

١- إبداء إدارات المدارس التي تم اختيارها استعداداتهم للتعاون مع الباحثة ، وتذليل الصعوبات التي قد تعترض سير البحث .

٢- موقع هذه المدارس يعد موقعاً مناسباً لإجراء هذا البحث، إذ انه قريب من سكن الباحثة، الأمر الذي يسهل على الباحثة الوصول اليها .

٣- توفر العدد المناسب من شعب الصف الخامس بفرعيه في هذه المدارس .

عينة البحث الرئيسية:-

اختارت الباحثتان عينة تكونت من (٦٠٠) طالبا وطالبة من طلبة الصف الخامس الادبي والعلمي وقد تم اختيارهم للأسباب التالية:-

١- ان طلاب الصف الرابع يمرون بمرحلة انتقالية ما بين مرحلة الطفولة والمراهقة وبين مرحلة المتوسطة والثانوية .

---

* **تم الحصول على الاعداد من المديرية العامة لتربية الكرخ/٢ / قسم التخطيط/ شعبة الاحصاء حسب كتاب تسهيل المهمة.**

٢- صعوبة اجراء البحث الحالي على طلبة الصف السادس لكونهم في مرحلة منتهية و لانشغالهم بالدراسة وتهيئهم لإداء الامتحانات الوزارية .اذ تم اختيار العينة حسب النسبة المئوية لكل من التخصص والجنس ، وكان توزيع العينة كما في الجدول (٢) وكالاتي :-

الجدول (٢)

اعداد طلبة عينة البحث موزعين حسب التخصص والجنس

ت	التخصص / الخامس اعدادي	الجنس		المجموع	النسبة المئوية
		ذكور	اناث		
١	احيائي	٩٨	١٦٨	٢٦٦	%٤٤.٣٤
٢	تطبيقي	٧٠	٤٩	١١٩	%١٩.٨٣
٣	ادبي	٨٩	١٢٦	٢١٥	%٣٥.٨٣
المجموع		**٢٥٧**	**٣٤٣**	**٦٠٠**	**%١٠٠**

خامساً : اداة البحث

١- مقياس قصور التعبير عن المشاعر "الالكسيثيميا"

من أجل قياس قصور التعبير عن المشاعر "الالكسيثيميا" الذي تضمنه البحث الحالي، قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من المقاييس التي أعدت لقياس قصور التعبير عن المشاعر "الالكسيثيميا" وهي:-

١- دراسة(حمد، ٢٠١٢)٢- دراسة(الالفي ، ٢٠١٢)٣- دراسة(محمد، ٢٠١٢)٤- دراسة(داود، ٢٠١٦)

وبعد الاطلاع على تلك المقاييس تبين انها ليست ملائمة لطلبة الصف الخامس ، وقد اعدت لمجتمعات أخرى ، وتختلف في خصائصها عن خصائص مجتمعنا بشكل عام ، والمجتمع الذي يتناوله هذا البحث بشكل خاص مما يجعلها غير شاملة لتغطية ما يراد تحقيقه من أهداف البحث الحالي ، لذا وجدت الباحثة انه من الأفضل بناء مقياس قصور التعبير عن المشاعر "الالكسيثيميا" يكون ملائماً لخصائص مجتمع هذا البحث ، وتتوفر فيه شروط المقاييس العلمية كالصدق والقدرة على التمييز والثبات وفيما يلي عرض تفصيلي لخطوات أعداد هذا المقياس:-

تحديد المفهوم:-

قامت الباحثتان بتحديد مفهوم قصور التعبير عن المشاعر "الالكسيثيميا " بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ومن خلال الاطار النظري والتعريفات التي عرضت في حقل تحديد المصطلحات في الفصل الاول .

إعداد فقرات المقياس

بعد أن تم تحديد مفهوم قصور التعبير عن المشاعر وبعد الاطلاع على الادبيات والدراسات والمقاييس السابقة، قامت الباحثتان بصياغة فقرات المقياس ، إذ تم صياغة (٣٦) فقرة بصيغتها الاولية، وقد راعت الباحثة في صياغة الفقرات الأسس التي أشارت إليها أدبيات القياس النفسي والتربوي من حيث الوضوح والفهم والملائمة لطبيعة أفراد العينة .

بدائل المقياس :

وضعت الباحثتان ثلاثة بدائل للإجابة على فقرات مقياس قصور التعبير عن المشاعر وهي (دائما، احيانا ، نادرا) وقد روعي في ذلك مناسبتها لأعمار عينة البحث .

الصدق الظاهري للمقياس :

بعد إن تم تحديد فقرات المقياس البالغة (٣٦) فقرة وبدائله وتعليماته تم عرض المقياس بصيغته الأولية ملحق (٣) على مجموعة من الخبراء والمحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية ملحق (٤) وذلك لإبداء آرائهم حول مدى صلاحية الفقرات من حيث وضوحها، ومدى صلاحيتها لقياس قصور التعبير عن المشاعر، وإجراء ما يرونه مناسباً من تعديل أو إعادة صياغة على الفقرات او إضافة فقرات جديدة ، فضلاً عن إبداء آرائهم حول مدى ملائمة البدائل التي وضعت للإجابة إزاء الفقرات، وتبين صلاحية الفقرات بنسبة (٨٠%) فاكثر مع اجراء بعض التعديلات الطفيفة عليها ، وتم حذف (٣) فقرات بناء على اراء المحكمين والخبراء لان (٨٠%) فاكثر من الخبراء اشاروا الى عدم صلاحيتها ، وفي ضوء ذلك اصبح المقياس مكون من (٣٣) فقرة.

استعملت الباحثتان مربع كاي للتأكد من صلاحية الفقرات، والجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

آراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس قصور التعبير عن المشاعر بصورته الأولية

تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون		المعارضون		قيمة مربع كاي X^2 المحسوبة	قيمة مربع كاي X^2 الجدولية
		العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية		
١ ، ٢ ، ٤ ، ٦ ، ٨ ، ٩ ، ١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩، ٢١ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٧ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣٠ ، ٣٣ ، ٣٤ ، ٣٥ ، ٣٦	٢٦	٢٠	١٠٠ %	٠	%٠	٢٠	٣,٨٤
٣ ، ٥ ، ١٠ ، ١٥ ، ١٦ ، ٢٢ ، ٣٢	٧	١٩	%٩٥	١	%٥	١٦,٢	
١ ، ٧ ، ٢٠	٣	١	%٥	١٩	%٩٥	١٦,٢	

وضوح التعليمات وفهم الفقرات وحساب وقت الإجابة :

لإكمال الصيغة الاولية للمقياس اعدت الباحثة تعليمات توضح كيفية الاجابة على فقرات المقياس، اذ تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المجيب عند الاجابة على فقرات المقياس، وقد راعت الباحثة عند وضعها لهذه التعليمات ان تكون واضحة ومفهومة مع التأكيد على قراءتها بعناية ودقة والاجابة عنها بصدق ، فضلا عن توضيح طريقة الاجابة على فقرات المقياس وذلك بوضع (√) تحت البديل الذي يراه مناسبا وعدم ترك أي فقرة دون اجابة والتأكيد على سرية المعلومات لأنها تستخدم لأغراض البحث العلمي. لغرض معرفة مدى وضوح تعليمات المقياس ومواقفه بالنسبة للمستجيبين وكذلك حساب الوقت الذي يستغرقه في الاجابة على المقياس قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية مكونة

من (٣٠) طالبا وطالبة وتم تطبيق المقياس عليهم وطلب منهم تحديد كل ما يجدوه غامضا وغير مفهوم سواء كان في تعليمات المقياس او الفقرات ، وقد اظهرت نتائج التطبيق ان تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة ومفهومة ، وتبين ان الوقت المستغرق للإجابة يتراوح بين (٢٥– ٣٠) دقيقة وبمدى قدره (٢٧,٥) دقيقة وجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

عينة وضوح فقرات مقياس قصور التعبير عن المشاعر وتعليماته وحساب الوقت

ت	اسماء المدارس	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
١	اعدادية رقية للبنات	-	١٥	١٥
٢	اعدادية الزكاة الادبية للبنين	١٥	-	١٥
	المجموع	١٥	١٥	٣٠

تصحيح المقياس :

بما إن كل فقرة من فقرات المقياس تضم ثلاثة بدائل هي (دائما، أحيانا، نادرا) فقد تم إعطاء الدرجات من (٣–١) درجة للإجابة عن كل فقرة، وتكون الأوزان تبعاً لمضمون الفقرة فإذا كان مضمون الفقرة إيجابياً فإن الأوزان (الدرجات) لبدائل الإجابة تكون (١،٢،٣) درجة ، وتعكس الأوزان في حالة كون مضمون الفقرة سلبيا فتكون الدرجة (٣،٢،١) ، وبذلك فان أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب على فقرات المقياس تساوي عدد الفقرات مضروبة في اكبر قيمه لبدائل الإجابة وهي (٣)، بينما أقل درجة يحصل عليها المستجيب على فقرات المقياس تساوي عدد الفقرات مضروبة بأقل قيمة لبدائل الإجابة وهي (١)، أي إن أعلى درجة هي (٩٩) واقل درجة هي (٣٣) درجة.

التحليل الاحصائي للفقرات

حساب القوة التمييزية للفقرات:

لغرض التحقق من القوة التمييزية للفقرات قامت الباحثة بتطبيقها على عينة مكونة من (٣٠٠) طالباً وطالبة ومن كلا التخصصين (العلمي والأدبي) وبعد تصحيح استجاباتهم تم ترتيب الاستمارات تنازلياً وفي ضوء الترتيب اختارت الباحثة (٢٧%) من الدرجات العليا و(٢٧%) من الدرجات الدنيا، إذ تشير الأدبيات إلى ان اعتماد هذه النسبة في اختيار المجموعات المتطرفة لأغراض التحليل من شأنها أن تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز . (فرج ، ١٩٨٠ : ١٤٩).

وقد ضمت كل من المجموعتين (٨١) استمارة وبذلك حصلت الباحثة على مجموعتين الأولى تمثل المجموعة العليا والثانية تمثل المجموعة الدنيا، واستعانت الباحثة ببرنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) إذ تم معالجة البيانات وذلك بحساب (t. test) للمجموعة العليا والمجموعة الدنيا لعينتين مستقلتين.

أظهرت النتائج أن جميع الفقرات صالحة إذ تبين أن قيمتها التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٦٠) درجة، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (٣٣) فقرة وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)
نتائج تمييز الفقرات باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المستخرجة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	١,٧٩	٠,٤٠	١,٣٢	٠,٤٧	٧,٩١
٢	١,٧٨	٠,٤١	١,٣١	٠,٤٦	٧,٨٩
٣	١,٧٥	٠,٤٣	١,٢٩	٠,٤٥	٧,٤٥
٤	١,٨٠	٠,٣٩	١,٤٤	٠,٤٩	٥,٨٨
٥	١,٧٥	٠,٤٣	١,٢١	٠,٤١	٩,٣٢
٦	١,٧٩	٠,٤٠	١,٢٩	٠,٤٥	٨,٤٩
٧	١,٦٩	٠,٤٦	١,٢٨	٠,٤٥	٦,٥٢
٨	١,٨٧	٠,٣٣	١,٧٥	٠,٤٣	٢,٢٧
٩	١,٨١	٠,٣٩	١,١٥	٠,٣٦	١٢,٧٧
١٠	١,٩١	٠,٢٧	١,٤٥	٠,٥٠	٨,٤١
١١	١,٨٠	٠,٣٩	١,٣٢	٠,٤٧	٨,١٢
١٢	١,٨٠	٠,٣٩	١,٤٦	٠,٥٠	٥,٥٦
١٣	١,٧٩	٠,٤٠	١,٥٤	٠,٥٠	٤,٠٣
١٤	١,٧٦	٠,٤٢	١,٤١	٠,٤٩	٥,٥٥
١٥	١,٨٠	٠,٣٩	١,٥١	٠,٥٠	٤,٦٥
١٦	١,٨٧	٠,٣٣	١,٤٧	٠,٥٠	٦,٨٤
١٧	١,٩٣	٠,٩٤	١,٣٣	٠,٤٧	٥,٨٩
١٨	١,٧٤	٠,٤٤	١,٤٢	٠,٤٩	٤,٩٢
١٩	١,٧٤	٠,٤٤	١,٣٤	٠,٤٧	٦,٣٧
٢٠	١,٨٠	٠,٣٩	١,٣٨	٠,٤٨	٦,٨٦
٢١	١,٧٢	٠,٤٤	١,٤٧	٠,٥٠	٣,٨٥
٢٢	١,٥٥	٠,٤٩	١,٣١	٠,٤٦	٣,٦٦
٢٣	١,٧٨	٠,٤١	١,٣٩	٠,٤٩	٦,٣٠
٢٤	١,٧٨	٠,٤١	١,٤٣	٠,٤٩	٥,٦٦
٢٥	١,٨٦	٠,٣٤	١,٢٦	٠,٤٤	١٠,٩٠
٢٦	١,٧٤	٠,٤٧	١,٣٩	٠,٤٩	٣,٧٨
٢٧	١,٧٨	٠,٤١	١,٣١	٠,٤٦	٧,٨٩
٢٨	١,٧٧	٠,٤١	١,٢٠	٠,٤٠	١٠,٢٥
٢٩	١,٦٥	٠,٤٧	١,٣٣	٠,٤٧	٥,٠١
٣٠	١,٨٠	٠,٣٩	١,٤٤	٠,٤٩	٥,٨٨
٣١	١,٧٤	٠,٤٤	١,٣٤	٠,٤٧	٦,٣٧
٣٢	١,٨٠	٠,٣٩	١,٣٨	٠,٤٨	٦,٨٦
٣٣	١,٧٢	٠,٤٤	١,٤٧	٠,٥٠	٣,٨٥

اسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

لتحقيق ذلك استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون Pearson لاستخرج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية ، وأظهرت النتائج الإحصائية أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند اختبارها بالاختبار التائي لمعامل الارتباط وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٨) وبذلك اصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من(٣٣) فقرة.

ثبات المقياس

وقد قامت الباحثة باستخراج ثبات المقياس بطريقتين هما:-

أ- أعادة الاختبار التي تؤشر التجانس الخارجي:

لأجل استخراج الثبات لمقياس قصور التعبير عن المشاعر وبطريقة اعادة الاختبار طبقت الباحثة مقياس قصور التعبير عن المشاعر على عينة عشوائية بلغت (٣٠) طالبا وطالبة وقد اعيد تطبيق المقياس نفسه على المجموعة نفسها بعد مرور اسبوعين من اجراء التطبيق الاول، وهي فترة مناسبة كي

لا يتذكر المجيب الاجابات في المرة السابقة، ثم قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بيرسون Person بين التطبيق الاول والثاني اذا بلغ معامل الثبات (٠,٨٢) وتعد هذه النتيجة مقبولة ، اذ يشير (عيسوي، ١٩٨٥) الى ان معامل الارتباط بين التطبيقين اذا كان اكثر من (٧٠%) يعد على الثبات. (عيسوي، ١٩٨٥: ٥٨).وجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)
توزيع عينة اعادة الاختبار لمقياس قصور التعبير عن المشاعر

ت	اسماء المدارس	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
١	ثانوية النهضة العلمية للبنات	-	١٥	١٥
٢	اعدادية المعارف العلمية للبنين	١٥	-	١٥
	المجموع	١٥	١٥	٣٠

ب – معادلة الفا–كرونباخ التي تؤشر الاتساق الداخلي:

للتحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة طبقت معادلة (الفا كرونباخ) على درجات افراد العينة البالغ عددهم (٣٠) طالب وطالبة فكانت قيمة معامل ثبات المقياس بهذه الطريقة (٠,٨٩) وهو معامل ثبات جيد للمقياس.

الصيغة النهائية لمقياس قصور التعبير عن المشاعر :

بعد استكمال الباحثة لإجراءات اعداد المقياس اصبح بصورته النهائية يتكون من (٣٣) فقرة وامام كل فقرة وضعت ثلاثة بدائل هي (دائما ، احيانا ، نادرا) .

– مقياس مهارات التأقلم :

من أجل قياس متغير مهارات التأقلم الذي تضمنه البحث الحالي ، قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من المقاييس العربية والاجنبية التي أعدت لقياس مهارات التأقلم وهي:–

١– مقياس (مارتن ، ٢٠٠٥). ٢– مقياس (المنشاوي ، ٢٠٠٧).

وبعد الاطلاع على تلك المقاييس تبين انها ليست ملائمة لطلبة الصف الخامس الاعدادي ، وقد اعدت لمجتمعات أخرى، وتختلف في خصائصها عن خصائص مجتمعنا بشكل عام، والمجتمع الذي يتناوله هذا البحث بشكل خاص مما يجعلها غير شاملة لتغطية ما يراد تحقيقه من أهداف البحث الحالي، لذا وجدت الباحثة انه من الأفضل بناء مقيا س لمهارات التأقلم يكون ملائماً لخصائص مجتمع هذا البحث، وتتوفر فيه شروط المقاييس العلمية كالصدق والقدرة على التمييز والثبات وفيما يلي عرض تفصيلي لخطوات بناء هذا المقياس:–

تحديد المفهوم:-

قامت الباحثتان بتحديد مفهوم مهارات التأقلم بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ومن خلال الاطار النظري والتعريفات التي عرضت في حقل تحديد المصطلحات في الفصل الاول.

١- إعداد مجالات المقياس

لغرض إعداد مجالات المقياس وفقراته لقياس مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية وفق ما يعكسه الإطار النظري والتعريف النظري الذي اعتمد في هذا البحث وبعد أن تمت مراجعة المقاييس والبحوث والدراسات العلمية السابقة ذات العلاقة بالبحث توصلت الباحثة إلى تحديد ثلاثة مجالات للمقياس وهي التي تم اعتمادها في إعداد المقياس وهي كالآتي:-

١- مهارة التأقلم الاجتماعي ٢- مهارة التأقلم التعليمي ٣- مهارة التأقلم النفسي .

تم عرض هذه المهارات على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس لبيان آرائهم في مدى صلاحية هذه المهارات وقد حصلت هذه المهارات على نسبة اتفاق الحكام ١٠٠%.

٢- إعداد فقرات المقياس

بعد أن تم تحديد مجالات مقياس مهارات التأقلم، ، صاغت الباحثتان فقرات كل مهارة ، اذ تم صياغة (٥٤) فقرة بصيغتها الاولية، موزعة على ثلاث مهارات بواقع (٢١) فقرة لمهارة التأقلم الاجتماعي و(١٧) فقرة لمهارة التأقلم التعليمي و(١٦) فقرة لمهارة التأقلم النفسي وقد راعت الباحثة في صياغة الفقرات الوضوح والفهم والملائمة لطبيعة أفراد العينة .

٣- البدائل

قامت الباحثتان بوضع ثلاثة بدائل للإجابة على فقرات مقياس مهارات التأقلم وهي (دائما ، احيانا ، نادرا) وقد روعي في ذلك مناسبتها لأعمار عينة البحث .

٤- الصدق الظاهري للمقياس

بعد إن تم تحديد مهارات التأقلم وفقرات المقياس البالغة (٥٤) فقره وبدائله وتعليماته تم عرض المقياس بصيغته الأولية ملحق (٧)على مجموعة من الخبراء والمحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية ملحق (٤) وذلك لإبداء آرائهم حول مدى صلاحية الفقرات من حيث وضوحها، ومدى صلاحيتها لقياس مهارات التأقلم ، وإجراء ما يرونه مناسباً من تعديل أو إعادة صياغة على الفقرات او إضافة فقرات جديدة، فضلاً عن إبداء آرائهم حول مدى ملائمة البدائل التي وضعت للإجابة إزاء الفقرات ،اذ استخدمت الباحثتان قانون مربع كاي للكشف عن صلاحية الفقرات،وكانت النتائج كما في جدول(٧) الاتي:

جدول (٧)
نتائج مربع كاي آراء الخبراء في مقياس مهارات التأقلم

المهارة	تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	الموفقون		المعارضون		قيمة مربع كاي X^2 المحسوبة	قيمة مربع كاي X^2 الجدولية
			العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية		
مهارة التأقلم الاجتماعي	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١	٢٠	٢٠	%١٠٠	٠	%٠	٢٠	٣,٨٤
	٦	١	٠	%٠	٢٠	%١٠٠	٢٠	
مهارة التأقلم التعليمي	١، ٢، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٥، ١٦، ١٧	١٥	١٩	%٩٥	١	%٥	١٦,٢	
	٣، ١٤	٢	١	%٥	١٩	%٩٥	١٦,٢	
مهارة التأقلم النفسي	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦	١٥	٢٠	%١٠٠	٠	%٠	٢٠	
	٧	١	٠	%٠	٢٠	%١٠٠	٢٠	

وتبين صلاحية معظم الفقرات لأنها حصلت على نسبة (٨٠%) فاكثر ما عدا (٤) فقرات لم تحصل على موافقة الخبراء ،اذ كانت قيم مربع كاي المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، وفي ضوء ذلك اصبح المقياس مكون من (٥٠) فقرة.

٥- وضوح التعليمات وفهم الفقرات وحساب وقت الإجابة :

لإكمال الصيغة الاولية للمقياس اعدت الباحثة تعليمات توضح كيفية الاجابة على فقرات المقياس، اذا تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المجيب عند الاجابة على فقرات المقياس، وقد راعت الباحثة عند وضعها لهذه التعليمات ان تكون واضحة ومفهومة مع التأكيد على قراءتها بعناية ودقة والاجابة عنها بصدق ، فضلا عن توضيح طريقة الاجابة على فقرات المقياس وذلك بوضع (√) تحت البديل الذي يراه مناسبا وعدم ترك أي فقرة دون اجابة والتأكيد على سرية المعلومات لأنها تستخدم لأغراض البحث العلمي ، لغرض معرفة مدى وضوح تعليمات المقياس ومواقفة بالنسبة للمستجيبين وكذلك حساب الوقت الذي يستغرقه في الاجابة قامت الباحثة بتطبيق مقياس مهارات التأقلم على عينة تكونت من (٣٠) طالباً وطالبة ، وطلب منهم تحديد كل ما يجدوه غامضا وغير مفهوم سواء كان في تعليمات المقياس او الفقرات، وقد اظهرت نتائج التطبيق ان تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة ومفهومة، وتبين ان الوقت المستغرق للإجابة يتراوح بين (٢٥- ٣٠) دقيقة وبمدى قدره (٢٧,٥) دقيقة .

٦- تصحيح المقياس

بما إن كل فقرة من فقرات المقياس تضم ثلاثة بدائل هي (دائما ، احيانا ، نادرا) فقد تم إعطاء الدرجات من (٣-١) درجة للاستجابة عن كل فقرة، وتكون الأوزان تبعاً لمضمون الفقرة فإذا كان مضمون الفقرة ايجابيا فإن الأوزان (الدرجات) لبدائل الإجابة تكون (٣،٢،١) درجة، وتعكس الأوزان في حالة كون مضمون الفقرة سلبيا وتكون (١،٢،٣) درجة ، وبذلك فان أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب على فقرات المقياس تساوي عدد الفقرات مضروبة في اكبر قيمه لبدائل الإجابة وهي (٣)، بينما أقل

درجة يحصل عليها المستجيب على فقرات المقياس تساوي عدد الفقرات مضروبة بأقل قيمة لبدائل الإجابة وهي (١)، أي إن أعلى درجة هي (١٥٠) واقل درجة هي (٥٠) درجة.

٧- التحليل الاحصائي للفقرات

حساب القوة التمييزية للفقرات:

من اجل التحقق من القوة التمييزية للفقرات قامت الباحثتان بتطبيقها على عينة مكونة من (٣٠٠) طالباً وطالبة ومن كلا التخصصين (العلمي والأدبي) وبعد تصحيح استجاباتهم تم ترتيب الاستمارات تنازلياً وفي ضوء الترتيب اختارت الباحثة (٢٧%) من الدرجات العليا و(٢٧%) من الدرجات الدنيا، وقد ضمت كل من المجموعتين (٨١) استمارة وبذلك حصلت الباحثة على مجموعتين الأولى تمثل المجموعة العليا والثانية تمثل المجموعة الدنيا، واستعانت الباحثة ببرنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) إذ تم معالجة البيانات وذلك بحساب (t. test) للمجموعة العليا والمجموعة الدنيا لعينتين مستقلتين. أظهرت النتائج أن جميع الفقرات صالحة إذ تبين أن قيمتها التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة(١.٩٦)عند مستوى دلالة (٠.٠٥)ودرجة حرية (١٦٠)وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس(٥٠) فقرة.

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :-

لتحقيق ذلك استخدمت الباحثتان معامل ارتباط بيرسون Pearson لاستخرج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لـ(٣٠٠) استمارة ، وأظهرت النتائج الإحصائية أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند اختبارها بالاختبار التائي لمعامل الارتباط وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية (١،٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) وبذلك اصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من(٥٠) فقرة .

ثبات المقياس

وقد قامت الباحثتان باستخراج ثبات المقياس بطريقتين هما:-

أ- أعادة الاختبار التي تؤشر التجانس الخارجي

استخدمت الباحثتان طريقة إعادة الاختبار لإيجاد الثبات، فقامت بتطبيق المقياس على العينة نفسها (٣٠)طالب وطالبة التي استخدمت لإيجاد معامل ثبات مقياس مهارات التأقلم ، وبعد مرور (١٥يوم)على التطبيق الأول تم إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها وباستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين الأول والثاني تبين أن معامل الثبات قد بلغ(٠,٨١)ويعد مؤشراً جيداً على الثبات.

ب - التجزئة النصفية التي تؤشر الاتساق الداخلي

وباستخدام طريقة التجزئة النصفية التي تعبر عن التجانس الداخلي لفقرات المقياس قسمت الفقرات نصفين وبطريقة (الفردي – الزوجي) ، لاستخراج معامل الثبات إذ بلغ معامل الثبات (٠,٧١)،وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان بروان بلغ الثبات (٠,٨٣)وهو معامل ثبات جيد للمقياس.

الصيغة النهائية لمقياس مهارات التأقلم

بعد استكمال الباحثتان لإجراءات اعداد المقياس اصبح الاختبار بصورته النهائية يتكون من ثلاث مهارات وبلغ عدد فقراته (٥٠) فقرة.

التطبيق النهائي :

بعد أن استكملت الباحثتان الإجراءات الضرورية لبناء مقياسي قصور التعبير عن المشاعر ومهارات التأقلم ، قامت الباحثتان بتطبيق المقياسين على عينة البحث الأساسية من طلاب وطالبات الصف الخامس الاعدادي والبالغ عددهم (٦٠٠) طالبا وطالبة من كلا التخصصين العلمي والأدبي ، وقد قامت الباحثة بتوزيع الاختبارين بالتناوب على أفراد العينة لتجنّب الملل الذي يحصل عند الطالب.

الوسائل الإحصائية :

اعتمدت الباحثتان الوسائل الإحصائية التي تلائم البحث وطبيعة أهدافه بناء على استشارة بعض المختصين في مجال الإحصاء وباستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وشملت الوسائل الإحصائية الآتية :

١- معامل ارتباط بيرسون

٣- مربع كاي.

٤- الاختبار التائي لعينة واحدو ولعينتين مستقلتين (t-test)

٢- الاختبار التائي الخاص بدلالة معامل الارتباط .

اولاً: عرض النتائج ومناقشتها

١. الهدف الاول:- التعرف على مستوى قصور التعبير عن المشاعر الالكسيثيميا لدى طلبة المرحلة الاعدادية

لتحقيق هذا الهدف أستعمل الاختبار التائي لعينة واحدة وتشير نتائج هذا الاختبار بأن الوسط الحسابي لدرجات افراد عينة البحث بلغ (٦٢,٣٨) ، وانحراف معياري قدره (٧,٦٩) ووسط فرضي بلغ (٦٦) ، وعند مقارنة الوسط الفرضي للمقياس مع الوسط الحسابي لدرجات عينة البحث ظهر أن الوسط الفرضي للعينة يتفوق على الوسط الحسابي وعند اختبار دلالة هذا الفرق وجد بأنه دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) أذ كانت القيمة التائية المحسوبة (١١,٥٣) اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (٥٩٩) . ويوضح جدول (٩) نتائج هذا الاختبار.

جدول (٩)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث والوسط الفرضي لمقياس قصور التعبير عن المشاعر.

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمةالتائية		مستوى الدلالة عند (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
٦٠٠	٦٢,٣٨	٧,٦٩	٦٦	٥٩٩	١١,٥٣	١,٩٦	دالة

ويمكن ان تفسر الباحثتان هذه النتيجة الى ان كثير من الإباء والامهات يمارسون أساليب معينة في تربية وتعليم أبنائهم وبناتهم تتسم بالدكتاتورية أحيانا والإهمال أحيانا أخرى ، فضلا عن فرض القيم العشائرية والاجتماعية السابقة على شباب الجيل الحالي ، وهذا يؤدي الى التقليل من مهاراتهم الاجتماعية ، كما ان كثير من افراد المجتمع ينظرون الى ان المشاعر هي عبارة عن اسرار لا يمكن البوح بها والتعبير عنها ، وهذا ايضا ما اكدت عليه نظرية التحليل النفسي والتي ترجع الالكسيثيميا الى حالة احباط عاطفي يتعرض له الفرد في مرحلة الطفولة وايضا النظرية السلوكية التي ترجعه الى العادات السيئة التي يكتسبها الفرد لبعض اساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة ، وهذا ماتوصلت اليه دراسة (Partridge, 1993) في تفوق الاناث على الذكور وان اكتساب الالكسيثيميا اسرع من نموها.

٢. الهدف الثاني : التعرف على الفروق في قصور التعبير عن المشاعر الالكسيثيميا لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغير الجنس (ذكور . اناث).

لتحقيق هذا الهدف أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما أذا كانت هناك فروق بين الطلاب الذكور والطالبات الاناث ، فقد تم استخراج متوسط عينة الذكور إذ بلغ (٦٧,٠٨) بانحراف معياري قدره (٥,٧٣) ، بينما بلغ متوسط عينة الاناث (٥٨,٨٦) ،وبانحراف معياري مقداره (٧,٠٧) ، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن هناك فرق في قصور التعبير عن المشاعر حسب متغير الجنس ولصالح الاناث عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (١٥,٢٥) أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (٥٩٨) ، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لقياس الفروق في قصور التعبير عن المشاعر على وفق متغير الجنس (الذكور و الاناث) .

الجنس	عدد الافراد	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	درجة الحرية	القيمةالتائية		مستوى الدلالة عند (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٢٥٧	٦٧,٠٨	٥,٧٣	٥٩٨	١٥,٢٥	١,٩٦	دالة
أناث	٣٤٣	٥٨,٨٦	٧,٠٧				

ويمكن ان تفسر هذه النتيجة الى القيود التي يفرضها المجتمع على الاناث ، يقابلها الحرية النسبية التي تقدم للذكور ؛ ولهذا السبب يعد مجتمعنا من المجتمعات الذكورية مقارنة بالمجتمعات الأخرى ، اذ لا يسمح مجتمعنا للانثى بتوضيح مشاعرها والتعبير عن عواطفها؛ وهذا ما اكدته النظرية الاجتماعية ، فقد اكدت على تقصير الاباء مع ابنائهم الامر الذي يسهل اصابتهم بالالكسيثيميا ؛ وسبب ذلك هو نقص الدعم الاجتماعي من قبل المحيطين بالفرد ، وايضا ما اكدته دراسة (Ramirocardosa&taylor,1998) حيث اظهرت نتائجها ارتفاع الالكسيثيميا لدى الاناث عن الذكور.

٣. الهدف الثالث : التعرف على الفروق في قصور التعبير عن المشاعر الالكسيثيميا لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغير التخصص (علمي – ادبي).

لتحقيق هذا الهدف أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما أذا كانت هناك فروق بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الادبي ، فقد تم استخراج متوسط عينة الطلبة في التخصص العلمي أذا بلغ (٦٢,٢٧) بانحراف معياري قدره (٨,٠٥) ، بينما بلغ متوسط عينة الطلبة في التخصص الادبي (٦٢,٥٧) ، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن عدم فرق في قصور التعبير عن المشاعر حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (٠,٤٥٧) وهي اقل من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (٥٩٨) . وجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لقياس الفروق في قصور التعبير عن المشاعر على وفق متغير التخصص (علمي - ادبي) .

التخصص	عدد الافراد	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	درجة الحرية	القيمةالتائية		مستوى الدلالة عند (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
علمي	٣٨٥	٦٢,٢٧	٨,٠٥	٥٩٨	٠,٤٥٧	١,٩٦	غير دالة
ادبي	٢١٥	٦٢,٥٧	٧,٠٠				

و هذا يبين ان الطلبة من كلا التخصصين ينتمون الى نفس المجتمع ويكتسبون عاداته وقيمه بفعل التعاملات الاجتماعية مع افراد المجتمع الاخرين .

٤. الهدف الرابع : التعرف على مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

لتحقيق هذا الهدف أستعمل الاختبار التائي لعينة واحدة وتشير نتائج هذا الاختبار بأن الوسط الحسابي لدرجات افراد عينة البحث بلغ (١٠٠,٤٠) ، وانحراف معياري قدره (٥,٨٢) ووسط فرضي بلغ (١٠٠) ، وعند مقارنة الوسط الفرضي للمقياس مع الوسط الحسابي لدرجات عينة البحث ظهر ان الفرق غير دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) أذ كانت القيمة التائية المحسوبة (١,٧٠) اقل من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (٥٩٩) . ويوضح جدول (١٢) نتائج هذا الاختبار.

جدل (١٢)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس (مهارات التاقلم)

المقياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة الإحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
مهارات التأقلم	٦٠٠	١٠٠,٤٠	٥,٨٢	١٠٠	١,٧٠	١,٩٦	غير دالة

يتميز طلبة عينة البحث بمستوى منخفض من مهارات التأقلم .

كما قامت الباحثتان بالكشف عن مستوى العينة في كل مهارة من مهارات التاقلم ، وكانت كما في جدول (١٣) الاتي :

جدول (١٣)
نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمهارات التأقلم

مهارات التأقلم	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة الإحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
مهارة التاقلم الاجتماعي	٦٠٠	٤٠,٢٩	٣,٧٢	٤٠	١,٨٩	١,٩٦	غير دالة
مهارة التاقلم التعليمي	٦٠٠	٣٠,٠٥	٣,٤٢	٣٠	٠,٣٣		غير دالة
مهارة التاقلم النفسي	٦٠٠	٣٠,٠٧	٣,٤٨	٣٠	٠,٥٠		غير دالة

ويمكن ان تعزوا الباحثتان هذه النتيجة الى ان مجتمعنا العراقي بشكل خاص يتميز باطار اجتماعي وقيمي تركز بشكل كبير على العلاقات الاجتماعية بين الافراد وهذا يتوافر على مستوى العشيرة او العائلة او المنطقة السكنية او المؤسسة الحكومية وهذه المهارات والعلاقات الاجتماعية ينعكس بشكل كبير على مهارات التكيف والتأقلم ، وهذه المهارات تبدأ عند الفرد منذ طفولته ؛ وذلك بتأثير مباشر من الاباء أو الامهات او بقية افراد الاسرة .

٥- الهدف الخامس : التعرف على الفروق في مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغير الجنس (ذكور . اناث) .

لتحقيق هذا الهدف أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما أذا كانت هناك فروق بين الطلاب الذكور والطالبات الاناث ، فقد تم استخراج متوسط عينة الذكور أذ بلغ (١٠٢,٢١) بانحراف معياري قدره (٥,٤٢) . بينما بلغ متوسط عينة الاناث (٩٩,٠٥) ،وبانحراف معياري مقداره (٥,٧٤) ، وبأستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن هناك فرق في مهارات التأقلم حسب متغير الجنس ولصالح الذكور عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ؛ لأن القيمة التائية المحسوبة (٦,٨٣) اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (٥٩٨) . وجدول (١٤) يوضح ذلك.

جدول (١٤)
الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لقياس الفروق في مقياس مهارات التاقلم على وفق متغير الجنس (الذكور و الاناث) .

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة الإحصائية*
					المحسوبة	الجدولية	
مهارات التأقلم	ذكور	٢٥٧	١٠٢,٢١	٥,٤٢	٦,٨٣	١,٩٦	دالة ولصالح الذكور
	اناث	٣٤٣	٩٩,٠٥	٥,٧٤			

ويمكن ان تفسر هذه النتيجة الى اساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي تقوم على الاهتمام الزائد بالذكور مما ينتج عنه افرادا سلبيين وغير متفاعلين او متأقلمين مع المجتمع وهذا ما اكدته نظرية التدريب على المهارات (The theory of skills practice) حيث اشارت هذه النظرية الى ضرورة تقوية الغرائز المطلوبة للحياة الاجتماعية لاحتياج الفرد الى التدريب على مهارات اساسية تميل الى تنمية مهارات يتحملون مسؤوليتها مستقبلا ، وهذا ما اكدته دراسة جوليان واخرون (Julian at el ,2003) حيث اكدت بوجود فروق تعزى للجنس لصالح الذكور .

٦. الهدف السادس : التعرف على الفروق في مستوى مهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية حسب متغير التخصص(علمي – ادبي) .

لتحقيق هذا الهدف أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما أذا كانت هناك فروق بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الادبي ، فقد تم استخراج متوسط عينة الطلبة في التخصص العلمي إذ بلغ (١٠٠,٤٥) بانحراف معياري قدره (٥,٥٧) . بينما بلغ متوسط عينة الطلبة في التخصص الادبي (١٠٠,٣١) ،وبانحراف معياري مقداره (٦,٢٤) .وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن عدم فرق في مقياس مهارات التاقلم حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (٠,٢٩) وهي اقل من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (٥٩٨) . وجدول (١٥) يوضح ذلك.

جدول (١٥)
الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لقياس الفروق في مقياس مهارات التاقلم على وفق متغير التخصص(علمي - ادبي)

المقياس		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة الإحصائية*
					المحسوبة	الجدولية	
مهارات التأقلم	علمي	٣٨٥	١٠٠,٤٥	٥,٥٧	٠,٢٩	١,٩٦	غير دالة
	ادبي	٢١٥	١٠٠,٣١	٦,٢٤			

٧. الهدف السابع : التعرف على العلاقة الارتباطية بين قصور التعبير عن المشاعر ومهارات التأقلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

لحساب العلاقة بين متغيري البحث استعملت الباحثتان ، معامل ارتباط بيرسون ، وقد تبين ان قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس القصور في التعبير عن المشاعر ومقياس مهارات التاقلم تساوي (٠,٧٤) ، كما تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون بين مقياس القصور عن التعبير عن المشاعر ومهارات التاقلم كل على حده وكانت القيم كما في جدول (١٦) الاتي :

جدول (١٦)
معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس قصور التعبير عن المشاعر ومهارات التاقلم

المهارات	قيمة معامل ارتباط بيرسون مع قصور التعبير عن المشاعر
مهارة التاقلم الاجتماعي	**٠,٧٨**
مهارة التاقلم التعليمي	**٠,٦٤**
مهارة التاقلم النفسي	**٠,٧٥**

إذ تشير معامل الارتباط في الجدول (١٨) الى وجود علاقة طردية دالة بين درجات مقياس قصور التعبير عن المشاعر و مهارات التأقلم .

ثانيا : التوصيات والمقترحات

التوصيـــــات :

وبناءا على نتائج البحث فان الباحثة توصي بما يأتي :-

١- الاهتمام بسمة قصور التعبير عن المشاعر باعتبارها سمة لها تاثير مباشر على التواصل الاجتماعي عن طريق عقد ندوات ومؤتمرات وبرامج ارشادية وتربوية للحد من هذه السمة.

٢- الاهتمام بمهارات التاقلم لما لها من اثر في تكيف الفرد مع المجتمع والبيئة التي يعيش فيها.

المقترحـــــات :

وتقترح الباحثتان اجراء الدراسات المستقبلية الاتية :-

١- قياس مستوى قصور التعبير عن المشاعر لدى طلبة المراحل الدراسية الأخرى كالمرحلة الجامعية والمرحلة المتوسطة .

٢- اجراء دراسات للكشف عن علاقة سمة قصور التعبير عن المشاعر بمتغيرات تربوية ونفسية أخرى ، مثل التفاعل الاجتماعي ، ودافع الانجاز الدراسي.

٣- قياس مستوى مهارات التاقلم لدى طلبة المراحل الدراسية الأخرى كالمرحلة الجامعية والمرحلة المتوسطة .

Sources.

1. Abu Jadu, Salih Muhammad Ali (2000): The Psychology of Socialization, 2nd Edition, Amman, Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.
2. Abu Ghazal, Muawiya (2007), Theories of Human Development and their Educational Applications, 2nd Edition, Amman, Jordan, Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.
3. Al-Ahmadi, Muhammad Ibn Alinah, (2007): Emotional intelligence and its relationship to cognitive intelligence and academic achievement among a sample of university students, in Al-Madinah Al-Munawwarah, Journal of Social Sciences, Volume (35), Issue (4), issued by the Scientific Publishing Council, University Kuwait.
4. Ismail, Muhammad Imad al-Din, (1986): Children are society's mirror of the psychological and social development of the child in her formative years, Kuwait, National Council for Culture.
5. Hawashin, Moufid and Hawashin, Zaidan (2003): Characteristics and Needs of Early Childhood, Jordan, Dar Al-Fikr.
6. Al-Khouli, Hisham Abd al-Rahman (2005): Study of the relationship between impotence / deficiency in the ability to express emotions (alexithymia) and deceit or disingenuousness (Machiavellianism), Twelfth Annual Conference, Psychological Counseling Center, Ain Shams University.
7. Daoud, Nassima Ali (2016): The relationship between alexithymia, patterns of parental upbringing, economic and social status, and the size of (AL EXITHYMIA), Amman, University of Jordan, College of Educational Sciences, Department of Psychological Counseling, Scientific Journal of Educational Sciences, Volume 12, No. 4.
8. Al-Zaghoul, Imad Abdul-Rahim, (2009): Principles of Educational Psychology, 1st Edition, Amman, Jordan, Dar Al-Masirah.
9. Al-Zunaidi (2013): The role of a science course in developing life skills for middle school students, studying skills. Master thesis, College of Social Sciences, Imam Muhammad bin Saud Islamic University
10. Al-Samaduni, Mr. Ibrahim (1994): Self-concept of pre-school children in their relationship to parents' social skills, psychological studies.
11. Taha, Faraj Abdel Qader and others (without a year of publication), Dictionary of Psychology and Psychoanalysis, 1st Edition, Beirut Arab Renaissance House.
12. Abbas, Faisal (1994): Psychoanalysis of the human self, theory and practice, a self-analysis of the human subject, theory and practice, Beirut, the Lebanese House of Thought.
13. Abdul-Hasan, Afra Hamzah (2016): The lack of expression of feelings and its relationship to emotional intelligence among sixth-grade students, unpublished master's thesis, College of Education for Girls, University of Baghdad.
14. Abdel Azim, Taha Hussein (2007): Strategies for managing anger and aggression, Amman, Dar Al-Fikr.
15. Al-Iraqi, Salah Al-Din Muhammad (2006): Study of the relationship between disability, lack of words in expressing feelings (alexithymia) and parental attachment among adults, Journal of the College of Education, Zagazig University, Issue (54.(
16. Al-Amrani, Jihan Issa (2006): Emotional intelligence among a sample of Bahraini students according to the difference in academic achievement level, gender and stage of study, Damascus University Journal of Educational Sciences, Volume 22, Issue 2.

17. Al-Qousi, Abdel Aziz (1964): Psychology Its Foundations and its Educational Applications, Egypt, Egyptian Renaissance Library
18. Labad, Khatam (1998): Social skills and their relationship to testing and vocational preparation for female social service students, an unpublished master's thesis, Riyadh, Department of Social Studies, King Saud University.
19. Al-Waqi, Ahmad Hussein (2001): Education Curricula between Reality and the Future, Edition 1, The World of Books.
20. Mazen, Hossam Mohamed (2002): A proposed model for including some life skills in the educational curriculum system within the framework of the concepts of overall performance and quality, the fourteenth scientific conference, education curricula in light of performance, the Egyptian Association for Curricula and Teaching Methods, Ain Shams University, Guest House , Volume One, Cairo.
21. Muhammad, Shaban Ahmad Muhammad, (2011): Alexithymia and its relationship to riot behavior in a sample of different educational stages, Faculty of Education, Fayoum University, with a specialization in mental health. Master Thesis.
22. Masoud, Rida Hindi (2002): The Effectiveness of Using the Cooperative Education Strategy with Teaching Social Studies on the Development of Life Skills and Achievement and the Orientation of Subject Matter among First-Year Intermediate Students, Journal of Studies in Curricula and Teaching Methods, Ain Shams University, Cairo.
23. Al-Mutawa, Amna (2001): Social skills and emotional stability among students of depressed mothers, unpublished master's thesis, Cairo, Department of Psychological Counseling, Institute of Educational Studies and Research.
24. Melhem, Sami Muhammad (2010): The problems of the kindergarten child, theoretical and diagnostic foundations, 2nd floor, Amman, Jordan, Dar Al Fikr.
25. Wafi, Abdul Rahman Jumaa. (2010): Life skills and their relationship to multiple intelligences among secondary school students in the Gaza Strip, MA thesis, Islamic University, Gaza.
26. The Ministry of Education (1981): General Directorate of Educational Planning, Statistics, Iraq.

المصادر الاجنبية

1. Franz .m.,popp, k,Schaefer,r., sitte,w,. Schneider,c., hardt, j.,&al et al .(2008) **: Alexithymia in the german general population** .social psychiatry epidemiology,143 .
2. Hans ,j., susi, l .,Daniel ,d., bagby ,m., taylor ,j., lena ,c ., &et al ,(2009) :**The german version of the Toronto structured interview for alexithymia** , factor structure , reliability , and concurrent validity in a psychiatric patient sample ,comprehensive psychiatry.
3. Hussain, S., and Ahmed, Z. (2014): **Parental acceptance-rejection as predictor of alexithymia among students in Gilgit-Pakistan**. International Journal of Information and Education Technology, 4(3), 285 – 288.
4. Jeffrce , p. (1995) **: Alexithymia and dissociation** .unpublihed master dissertation ,unpublished master dissertation ,the university of Oregon
5. Julian may , (2001): **The impact of life skills education on adolescent sexual risk behaviors in KwaZulu-Natal, South Africa**, Journal of Adolscnet Health ,(36),(4) , pp: 289-304.
6. KmittaT.S ,& Jones ,D(Eds) (2002): **Does it work** ? The caes for conflict resolution education in our nation's schoolsWashington.DC.
7. Krystal ,h, (1988): **Alexithymia .in h. krystal (eds)** ,integration and self – healing affect , trauma ,alexithymia .

8. Besharat, D, Camanella , D , Gambi , F . &la Rover, R.(2008**): Alexithymia fear of bodily sensations and sensory amplification in young outpatients with panic .** Disorder psychosomatic , 48 (3)
9. Marton ,**Journal of youth and Addesoenoe** , volume 17, pages 393-410, (2005).
10. Mcdougall, j. (1989) : **The dis – affected reflections on affect pathologgpsychoanalytic** quarterly, 53 .
11. Biofortolio ,T.andKokaszka **, A. Defense mechanisms in Alexithymia Psychological** (2015) .Reports . Bol . (84) .
12. Tahir, I., Ghayas, S., & Tahir, W. (2012): **Personality traits and family size as the predictors of Alexithymia among university undergraduates**. Journal of Behavioral Sciences, 22(3),104-119.
13. Taylor ,G.J. (2001): **"Recent developments in Alexithymia : theory & research"** .Candian Journal of psychiatry 45 .
14. Turan&Horowitz . (2007) .**Health Behaviors among individuals with – Schizophrenia and Depression** . Journal of Health Psychology ,Vol . 12, No .4 .
15. Zlotnick , m & Zimmerman , h .(2001) : **the relationship betweenposttraumatic stress disorder , childhood trauma and alexithymia in an outpatient sample** . Jownal of traumatic stress 14 , (i) .
16. Elias , M . (2002) **.nem roles for school psychologists . addressing the social and emotional learning needs of students .** school psychology review . vol .31