أنماط التعلق وعلاقتها بالألكستيميا لدى الطلبة الجامعيين

The Attachment types and relationship with alexithymia in university students

ججيقة قزوي*

أستاذة محاضرة أ، جامعة الجزائر-2

Guezoui Djedjiga

Lecturer Professer, Class (A), Algiers 2 University

drdjedjigaguezoui@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2020/07/18 تاريخ القبول: 2021/04/23 تاريخ النشر: 2022/04/03

- **الملخص: تهدف** الدراسة الحالية إلى الكشف العلاقة بين أنماط التعلق والألكستيميا لدى الطلبة الجامعيين. أين اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي وتطبيق كل من مقياس التعلق الوجداني، ومقياس الألكستيميا، على عينة متكونة من 102 طالب جامعي.

وبعد المعالجة الإحصائية خلصت الدراسة إلى تبيان العلاقة الدالة بين أنماط التعلق غير الآمن لكلا الوالدين وكذا الألكستيميا كدرجة كلية وكدرجة فرعية في أبعادها المتمثلة في صعوبة تحديد المشاعر، وصف المشاعر، والتفكير ذو التوجه الخارجي.

كل هذه النتائج السالفة الذكر تدعو للبحث أكثر في الموضوع وتوسيع دائرته للقيام بدراسات تنبؤية للتنبؤ بالألكستيميا من خلال أنماط التعلق، إذ أن العينة القليلة المعتمدة في البحث الحالي لم تسمح لنا بذلك، على أمل مواصلة ذلك مستقبلاً. كما ندعو من خلالها إلى تعزيز العلاقة الإيجابية بين الأسرة وأبنائها للعمل على خلق أنماط تعلق آمنة وإيجابية تساهم في تلبية حاجات الأبناء المختلفة بما فيها الإنفعالية، وكل هذا دعوة منا للحد من الاضطرابات النفسية التي يزداد انتشارها، والتي منها الاضطرابات السيكوسوماتية التي لا يخفى عن أحد مدى تسبب الألكستيميا في ظهورها.

- **الكلمات المفتاحية:** أنماط التعلق، الألكستيميا، التعلق الآمن، التعلق غير الآمن، الطالب الجامعي.

Abstract: The present study is to reveal the relationship between attachment types and alexithymia. We used descriptive analysis and the application of affective attachment scale, and alexithymia scale on a sample of 102 students.

After statistical treatment, the study found the relationship between the unsafe attachment patterns of both parents as well as alexithymia as a total and sub-degree in its dimensions of difficulty in identifying feelings, describing feelings, and thinking with an external orientation.

All of these above-mentioned findings call for further research on the subject and for the expansion of its circle to carry out predictive studies to predict Alextimia through attachment patterns, as the few samples adopted in the current research have not allowed us to do so, in the hope of continuing in the future. We also call for strengthening the positive relationship between the family

*- المؤلف المرسل

and their children to work to create safe and positive attachment patterns that contribute to meeting the needs of different children, including emotional, all of which are a call from us to reduce the increasingly widespread mental disorders, including cycosum disorders, which are no secret to the extent to which Alextemia causes their emergence.

Key words: attachment type, Alexithymia, secure attachment, insecure attachment, Student.

1-مقدمة:

تتحدد هوية الفرد من خلال علاقاته مع البيئة المحيطة به، فبعد الرحم البيولوجي الذي حضن الفرد فترة الحمل ينتقل إلى الرحم الاجتماعي الذي يتمثل بالدرجة الأولى الأسرة التي تشكل المصدر الأساسي لإشباع حاجات أطفالها من الأمن والطمأنينة فهي مصدر لجميع خبرات الشعور بالرضا لديهم ومصدر للاتصال الإيجابي بالحياة، خاصة من خلال العلاقات الأولى المتمثلة في الدرجة الأولى في العلاقة مع الأم. وذلك بداية من السنوات الأولى لحياته حيث تعمل على تشكيل كيانه النفسي واكتساب أنماط تعلق معينة ترافقه خلال حياته، وتساعده على التفاعل مع السياق الاجتماعي الذي يعيش فيه، والذي من شأنه أن يساهم بشكل بارز في مساعدته على التكيف السليم مع الواقع.

ويستعين الفرد في تفاعله الاجتماعي بالانفعالات التي اشغلت بال الكثير من الباحثين لعلاقتها الوطيدة بتحقيق التوازن على مستوى كافة المجالات، وذلك بالتعبير عنها وتحديدها، إلا أنها يتعرض الفرد لقمعها لأسباب معينة قد ترجع لعوامل داخلية كالشخصية، أو عوامل خارجية كالأسرة والمجتمع.

2-الإشكالية:

لقد بين معظم المشتغلين في علم النفس منذ نشأته، أن علاقات الطفل الأولى هي بمثابة حجر الزاوية في بناء شخصيته، إلا أن الاختلاف يتركز غالباً حول أصول هذه العلاقات. فمن الواضح كما تؤكد أغلبية النظريات أن الطفل خلال السنة الأولى يقيم علاقة قوية مع الأم أو من ينوب عنها (مدوري، 2015، ص. 67). أو ما يعرف بالتعلق، والذي يعرفه بولبي Bowlby وماريا أينسروث Marie Ainsworth (1991) بأنه رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي (معاوية وعايدة، 2014، ص. 351).

ووفقاً لنظرية التعلق توجد ثلاثة أنماط أساسية للتعلق هي: الآمن، والتجنبي، والقلق. وتعد أنماط تعلق الراشدين امتداداً لتلك التي تكونت لديهم في طفولتهم، وهي أحد الجوانب الرئيسية التي تحدد طبيعة العلاقات الاجتماعية المتبادلة بين الأفراد، ومؤشراً جيداً للصحة النفسية. وفي هذا الصدد فقد أشارت الدراسات إلى أن التعلق الآمن يجعل الطفل لديه القدرة على تنظيم الذات

وتنظيم الانفعال، كما اعتقد بولبي بأن القدرة على التنظيم الانفعالي لها علاقة بنمط تعلق الفرد (أبو راسين،2015).

كما يربط كل من لين وشوارتز (Lane & Schwartz, 1987) التطور الانفعالي للفرد بمرحلة ظهور اللغة ومدى تطورها لديه عبر مراحل حياته المختلفة، وتطويرها يساعد في زيادة وعيه وقدرته الانفعالية التي من خلالها يستطيع وصف مشاعره ويحددها (أبو الديار، 2014، ص ص. 68-69).

إلا أنه قد يعاني الفرد من عسر في التعبير الانفعالي الذي يصطلح تسميته بالألكستيميا، وهو ما اصطلح على تسميته بالعجز عن التعبير الانفعالي Alexthymie، والذي صيغ من طرف (Sifneos & Nemiah,1972).

فللانفعالات دوراً حاسماً في حياة الفرد، فهي تمثل جانب رئيسي من جوانب شخصيته، وتختلف من شخص إلى آخر، فمن الأفراد من هو ناضج انفعالياً، إذ يتمتع بالقدر الكافي من النضج الذي يمكنه من التكيف مع الآخرين حوله، ومنهم من لا يمتلك القدرة والنضج الانفعالي مما ينعكس على تكيفه مع محيطه الاجتماعي. فهي مهمة في بناء العلاقات الاجتماعية التي قد كانت في صورتها الأولى بنمط التعلق المكتسب من خلال الوالدين في العلاقات الأولى، فالتساؤل الذي يطرح هنا هل لنمط التعلق علاقة بقمع هذه الانفعالات أيضا؟ وهذا ما دفعنا إلى الاهتمام بالبحث في ذلك خاصة في مرحلة الشباب، كونها المرحلة الفاصلة للفرد للولوج بعدها لعالم الشغل، وكذا تكوين الأسرة بعد التكوين الأكاديمي في الجامعات.

فتعتبر مرحلة الشباب من أهم مراحل الحياة، إذ أنّها المرحلة التي يكتسب فيها الشباب مهاراتهم البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية من أجل تنظيم علاقاتهم بأنفسهم وبالآخرين وبالواقع من حولهم. وبالرجوع إلى البيئة الجامعية نجد أن الطلاّب هم أكثر عرضة لمواجهة الكثير من الاضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف والأحداث المتعدّدة التي يواجهونها في حياتهم الجامعية، والتي قد تعيق توافقهم.

انطلاقاً من كل ذلك، تتلخص إشكالية الدراسة الحالية في الكشف عن العلاقة القائمة بين أنماط التعلق والألكستيميا لدى الطلبة الجامعيين، وذلك بالإجابة على التساؤلات التالية:

- هل هناك فروق في الألكستيميا لدى الطلبة حسب كل من الجنس السن التخصص والمستوى التعليمي؟
- هل هناك فروق في أنماط التعلق لدى الطلبة حسب كل من الجنس، السن، التخصص والمستوى التعليمي؟
- هل هناك علاقة بين الألكستيميا وأنماط التعلق لدى الطلبة الجامعيين؟

3- تحديد المفاهيم الأساسية:

3-1-التعلق:

3-1-1-مفهوم التعلق:

يشير مصطلح التعلق في معجم علم نفس النمو الطفل إلى: "رابطة خاصة تتميز بمواصفات فريدة لعلاقات شديدة التميز بين الطفل ومقدمي الرعاية الأولية"، ولرابطة التعلق عناصر أساسية عديدة منها:

- رابطة التعلق هي رابطة انفعالية لها طابع الدوام مع شخص معين.
- تجلب العلاقات الانفعالية المتبادلة المجسدة لرابطة التعلق الايجابي أمن وراحة وهدوء ومتعة للطرفين.
- الافتقاد أو مجرد التهديد بغياب أو الافتقاد إلى الشخص الأخر، ينشط توتراً وضيقاً نفسياً قد يفضي إلى معاناة من اضطرابات نفسية وسلوكية.

وتعد علاقات الأم-الطفل من أوضح الأمثلة التي تتجلى فيها هذه الصبغة الخاصة من العلاقة، وقد اتضح من دراسة طبيعة هذه العلاقة شديدة الخصوصية مدى تأثيرها على وأهميتها الدالة بالنسبة للنمو النفسي في المستقبل أو في المراحل النمائية اللاحقة. ولقد عرفته اينسروت Marie Ainsworth (1989) بأنه "رابطة وجدانية مستمرة لفترة طويلة نسبياً يكون فيها الشريك كفرد هام وفريد في التعامل المتبادل وهناك رغبة في الحفاظ على القرب من الأخر. بينما يرى بولبي Bowlby قبل ذلك (1969)، أن التعلق يشير إلى نظام حيوي سلوكي هدفه التنسيق بين البحث عن الأمان والرغبة في استكشاف العالم. ويذهب محمد عماد الدين إسماعيل إلى أنه يعد مظهراً من مظاهر السلوك الانفعالي الاجتماعي عند الأطفال في المراحل الأولى من العمر، ولعله لا توجد عملية أخرى أشد تأثيراً وأكثر أهمية من التعلق بالنسبة للنمو في المراحل المقبلة (اسماعيل، 1986، ص ص. 141-142).

3-1-2-أنماط التعلق:

تعد نظرية بولبي من أهم النظريات وأكثرها قبولاً في الوقت الحاضر. أين يعتقد بولبي أن الطفل مزود بمجموعة من السلوكيات الفطرية التي تجعل مقدمي الرعاية بالقرب منه، وتزيد من فرص بقائه (أبو غزال وفلوة، 2014، ص. 352). وقد قامت كل من ماريا انسورث وسيلفيابل (1973) بتحديد ثلاثة أنماط لسلوك التعلق لدى الطفل، وهي كالآتي:

- التعلق الأمن (الايجابي):

وهنا يكون الطفل متعلقاً بأمه كمصدر للأمن، ولكنه يجعلها كمنطقة انطلاق، ينطلق من خلالها لاستكشاف ما حوله ثم يرجع الطفل إلى أمه (قاعدة الأمان) ليستمتع بحنانها والشعور بالأمان معها، فتدعمه نفسياً من خلال تشجيعه لاكتشاف الأشياء والأشخاص. ولا تكون عائقاً تمنعه من التواصل مع الناس بحجة الخوف منه.

التعلق القلق (السلبي):

وفيه يكون الطفل متعلقاً بأمه بشدة، ويبدي مقاومة للشخص أو الموقف الذي يريد أن ينتزعه من حضنها، وبذلك يفشل في استكشاف المحيط، بل ويبدي غضب وانفعالاً عند عودة الأم له كأنه يعاقبها. وهنا الأم لم تدعم الطفل نفسياً وستجعل انفصاله عنها صعباً.

التعلق القلق التجنبي:

وينشأ هذا التعلق من الرفض والصد المستمر للأم عند احتياج الطفل إليها، والذي قد يؤدي عند الشدة إلى المرض أو الوفاة. وهنا يشب الطفل في عزلة عاطفية ونفسية وعدوانياً أو مضاد للمجتمع (مدوري، 2015، ص ص. 73-74).

أما إجرائياً فهي تلك أنماط وأشكال الروابط الانفعالية التي تظهر لدى الطالب الجامعي، والتي تتمثل في درجاتهم على مقياس أنماط التعلق الوجداني لمحمد السيد عبد الرحمان وعلي بن سعيد العمري.

2-3-الالكستيميا (العجز عن التعبير الانفعالي):

1-2-3تعريفه:

هو مصطلح يقصد به في منظور طب الأمراض العقلية جملة من الأعراض التي تؤدي إلى خلل في التعبير عن الانفعالات. أما خارج إطار الطب العقلي فهو يعبر عن ضعف مستوى التعبير عن الانفعالات وخلل في التعرف على مشاعر الآخرين وعدم القدرة عن فهم الحجم الانفعالي للأحداث (فاسي،2015). والألكستيميا L'alexithymieكلمة يونانية تتكون من حرف (A) ويعني نقص، و(lexi) ويعني كلمة، و(thymes) ويعني عاطفة (أبو الديار، 2014، ص. 62).

وقد عرفها تايلور وآخرون (Taylor et al, 1997, p234) بأنها حالة تعكس مجموعة من أوجه القصور في قدرة الفرد على التعامل مع الانفعالات معرفياً، كما تعكس صعوبات في تنظيم وجداناته، وبالتالي فهي تعد أحد العوامل المهيأة للإصابة بالأمراض الجسمية النفسية (أبو الديار، 2014، ص. 64).

كما يرى بيكر وآخرون Beker, Ohrmann, Kugel 2010 بأنها أحد أبعاد الشخصية التي تشير إلى ضعف التعبير وتمييز المشاعر والعواطف نتيجة ضعف تجهيز المعلومات الوجدانية (أبو الديار، 2014، ص. 65).

ويتميز الأشخاص الذين يعانون من الألكستيميا بالفقر إلى الكلمات التي تعبر عن مشاعرهم، ومن ثم يبدون كأنهم بلا مشاعر مطلقاً، رغم أن هذا العجز يمكن أن يكون هو السبب في عدم قدرتهم على التعبير عن عاطفتهم أكثر من افتقارهم إلى هذه العاطفة بحد ذاتها (أبو الديار، 2014، ص. 62).

وتتحدد الألكستيميا بجملة من الخصائص التي بينها تايلور وزملائه 1997 وتايلور 2000 فيما يلي:

- صعوبة في التعبير وتحديد المشاعر.
- صعوبة في التعبير عن المشاعر لفظا للآخر.
- حدودية الحياة الهوامية والتخيلية.
- نمط تفكير موجه أكثر للتجريد (G. Zimmermann et al, 2008, p. 117)

2-2-3-أنواع الالكستيميا:

وقد ميز Freyberger 1977 نوعين من الألكستيميا: الأولية والثانوية والتي تتلخص فيما يلي:

الالكستيميا الأولية:

وهي التي تؤدي إلى اضطرابات سيكوسوماتية كعامل استعدادي، حيث نجد استعداد في الأحاسيس والمشاعر وليس في الانفعالات. ويكون الخلل في الجهاز اللمبي والقشرة الدماغية، مما يؤدي إلى استجابات غير متكيفة. فهي تنشأ حسب سيفنوس Sifneos من عوامل جينية وراثية.

الالكستيميا الثانوية:

فهي لا تنشأ عن أساس عصبي، ولكن عن خبرات صدمية مدمرة، والخبرات الصدمية الطفولية ووضعيات الشدة، وذلك قبل اكتساب اللغة التي يمكن أن تجعل الطفل لا يستطيع التعبير عن انفعالاته من خلالها، فهي تدخل في إطار التنظيم النفسي (فاسي،2015).

3-2-3-الألكستيميا والأسرة:

أظهر بولبي (Bowlby 1969, 1973) أن الألكستيميا هي نتيجة لعدم تحقيق الدوافع الثانوية للفرد كالحاجة إلى الأمن والأمان، تلك الحاجة التي تؤثر بدورها على الحاجات الأساسية للفرد كالحاجة إلى الدفء، والملجأ، والجنس، والغذاء (أبو الديار، 2014، ص ص. 68-69). كما أوضح

جنش2011 Gunch أن التعبير عن الانفعالات أمر متعلم من البيئة المحيطة بقدر ما هو ميل أونزعة فطرية (داود، 2016، ص. 416).

هذا وقد أوضحت دراسات منها ((Valera & Bernbaum, 2011; De Panfilis et al , 2003 أن الالكستيميا يمكن أن تنتج عن عوامل في البيئة الأسرية، وإحدى هذه العوامل العائلية التي تمت دراستها هي علاقة التعلق بين من يعانون من الألكستيميا وآبائهم (داود، 2016، ص. 416).

كل ما سبق يبين دور الأسرة وبالدرجة الأولى الوالدين هما القاعدة الأساسية دائماً في بناء شخصية الفرد، بمختلف جوانبها الانفعالية منها (والتي تبرز في دراستنا هنا بعامل الألكستيميا) والتعلق الذي يعبر عن أنماط من العلاقات الاجتماعية التي يكسبها ويتعامل بها الفرد مستقبلاً بناء عن الجانب الانفعالي، كون أن التعلق بحد ذاته هو عبارة عن رابطة انفعالية، كما بين ذلك الباحثين أمثال بولبي وآنسوورت (كما هو مشار أعلاه)، وهذا ما نلاحظه أيضا في الدراسات السابقة التي سنعرضها فيما يلي.

وتتحدد الألكستيميا إجرائياً في دراستنا الحالية، في الصعوبات التي يعيشها الطالب الجامعي في التعبير عن مشاعره ووصفها، والتي تظهر في درجات أفراد العينة في مقياس تورنتو لباجبي Bagby وزملائه المترجم من طرف نسيمة على داوود.

4-الدراسات السابقة:

من خلال البحث في أدبيات الموضوع برز لنا عدم وجود دراسة في نفس الموضوع إلا أنه هنالك من الدراسات من توضح أهمية الأسرة والمعاملة الوالدية في الألكستيميا، وكون أن أنماط التعلق تستمد خاصة من علاقات الفرد بأهله بالدرجة الأولى ارتأينا عرض بعض الدراسات التي تخدم الموضوع وهي:

حيث بحث ثوربيج ورفاقه (Thorberg et al, 2011) العلاقة بين الألكستيميا مقاسمة بمقياس تورنتو وأسلوب التنشئة الوالدية مقاسا بأداء قياس الرابطة الوالدية. أين أظهرت النتائج أدلة على وجود علاقة ارتباطية متوسطة إلى قوية بين نمط الرعاية من قبل الأم والألكستيميا كدرجة كلية. وبين نمط الرعاية من قبل الأم والدرجة على بعدي صعوبة تحديد المشاعر وصعوبة وصف المشاعر. كما أوضحت علاقة ارتباطية متوسطة بين الحماية الزائدة من قبل الأم والحماية الزائدة من قبل الأب والألكستيميا كدرجة كلية وصعوبة وصف المشاعر كدرجة فرعية (داود، 2016، ص. 416).

كما قام شين وزملائه (Chen et al, 2011) بدراسة تهدف إلى معرفة إمكانية التنبؤ بالاضطرابات النفسية والتكيفية من خلال الألكستيميا، وطبيعة العلاقات الارتباطية بينهما. أين

تكونت العينة من 158 من الشباب المجندين المشخصين باضطرابات تكيفية و155 شابا من الأسوياء والمتمثلة في عينة ضابطة. وقد تبين من تحليل المسار أن الرابطة الوالدية تؤثر في الشخصية، ومن ثم تؤثر في الألكستيميا، والتي بدورها تؤثر في الصحة النفسية للفرد، مما يؤدي لاحقاً إلى اضطرابات تكيفية. كما وجد أن بعد صعوبة تحديد المشاعر يمكن أن يكون مؤشراً تشخيصياً على اضطرابات التكيف، وأن هناك درجة عالية من التلازم بين الألكستيميا واضطرابات نفسية أخرى، خاصة التي لها علاقة بنقص القدرة على التعاطف (داود، 2016، ص. 417).

في حين هدفت دراسة نسيمة على داود إلى فحص العلاقة بين الألكستيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم الأسرة والجنس، لدى عينة من الطلبة، المتكونة من 260 طالباً منهم 28 من الذكور و232 من الإناث، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية على أساس الشعب. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس تورنتو للألكستيما ومقياس إدراك الأبوين. انتهت النتائج إلى وجود معاملات ارتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الألكستيميا الكلية والأبعاد وأساليب التنشئة الوالدية كدرجة كلية ودرجات فرعية لكل من نموذج الأم ونموذج الأب. كما سجلت النتائج وجود ارتباط سالب وذو دلالة إحصائية بين الألكستيميا ودخل الأسرة، حيث الآعلى درجة لدى الطلبة من فئة الدخل المتدني. في حين لم تظهر النتائج فروقا في الألكستيميا عائدة للجنس أو عدد أفراد الأسرة أو مستوى تعليم الأب ومستوى تعليم الأم (داود، 2016، ص ص. 415-434).

يظهر من خلال ما سبق دور الأسرة في الجانب الانفعالي للفرد المتجسد في الألكستيما، وصحيح أنها لم يكن موضوع بحث الدراستين التعلق بصريح العبارة، إلا أنها تشير إلى المعاملة الوالدية التي تكسب للفرد أنماط التعلق، هذا ماكن دافع للمواصلة في الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق والألكستيما.

5- الدراسة الميدانية:

5-1- منهج الدراسة:

تحدد المنهج المناسب للدراسة في المنهج الوصفي التحليلي، الذي يعتمد على جمع البيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها، لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن موضوع الدراسة.

5-2- العينة:

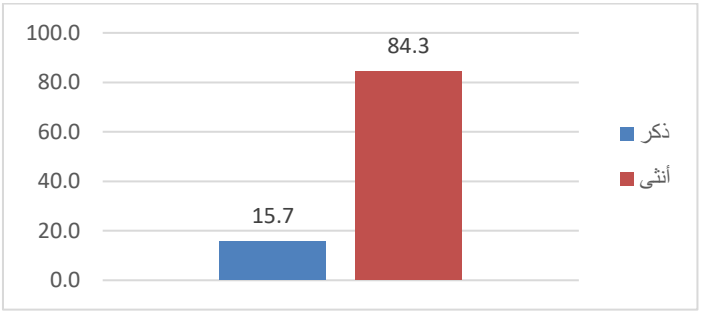
تم الاعتماد في الدراسة الحالية على عينة من الطلبة الجامعيين والتي بلغ قوامها (102)، تم اختيارهم بطريقة عرضية. وفيما يلي عرض لخصائصها.

5-2-1-خصائص العينة حسب الجنس:

جدول رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	16	15,7
أنثى	86	84,3
المجموع	102	100,0

يتبين من الجدول الخاص بتوزيع أفراد العينة حسب الجنس أن الإناث أكثر من الذكور وذلك 84.3% مقابل15.7%. والمخطط البياني التالي يوضح ذلك.



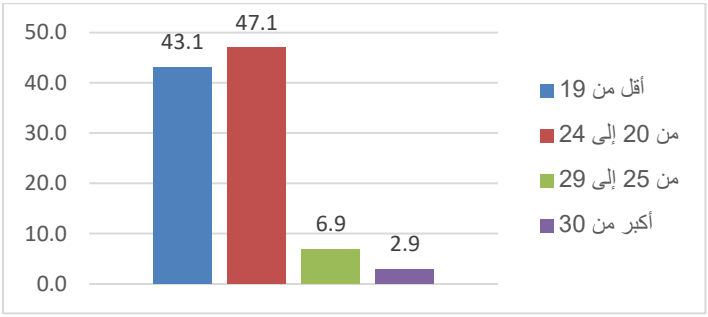
مخطط رقم (01): الرسم البياني توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

5-2-2-خصائص العينة حسب السن:

جدول رقم (02): توزيع أفراد العينة حسب السن.

الفئات العمرية	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 19	44	43,1
من 20 إلى 24	48	47,1
من 25 إلى 29	7	6,9
أكبر من 30	3	2,9
المجموع	102	100,0

يوضح الجدول السابق أن معظم أفراد العينة تتوزع بين الفئتين من 20-24 سنة بنسبة 47.1%، تليها فئة الأقل من 19 سنة بـ 43.1%، بينما النسبة الأخرى المتبقية تتوزع بين فئة 25-29 سنة بنسبة مقدرة بـ 6.9% لتليه أقل نسبة للفئة الأكبر من 30 سنة والتي تساوي 2.9%. كما يتضح جلياً في المنحنى الموالي.



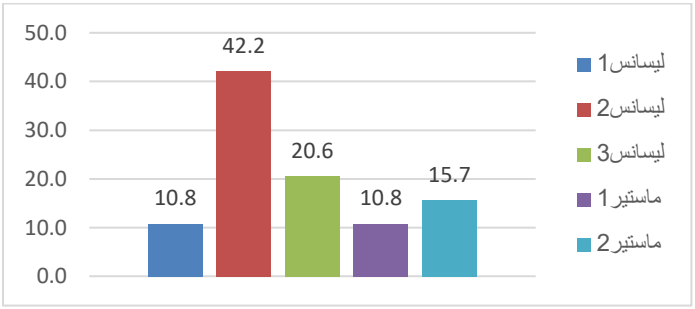
مخطط رقم (02): الرسم البياني توزيع أفراد العينة حسب السن.

5-2-3-خصائص العينة حسب المستوى التعليمي:

جدول رقم (03): توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.

المستوى	التكرار	النسبة المئوية
ليسانس1	11	10,8
ليسانس2	43	42,2
ليسانس3	21	20,6
ماستير1	11	10,8
ماستير2	16	15,7
المجموع	102	100,0

يتبين من الجدول أعلاه أن النسبة الكبرى من عينة الدراسة الحالية تمثلت في الفئة الثانية وهي سنة ثانية ليسانس، لتليها السنة الثالثة من نفس المرحلة، ثم بعدها نجد فئة السنة الثانية ماستر، لتتبعها السنة الأولى ليسانس والسنة الأولى ماستر بنسب مئوية متساوية. وكل ذلك واضح في المنحنى البياني الذي يلي.



مخطط رقم (01): الرسم البياني توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.

3-5- أدوات جمع المعلومات:

1-3-5-مقياس التعلق الوجداني:

أعد مقياس التعلق بالوالدين والأصدقاء في الأصل أرمسيدن وجرنبيرج Armsdeen & Greenberg (1987) وهو أداة للتقرير الذاتي لقياس طبيعة التعلق بالوالدين والأصدقاء كمصر للأمن. وهو قائم على الأفكار المقدمة في نظرية بولبي في مفهوم التعلق والارتباط. ويتكون المقياس من ثلاث صور للتعلق (للأم، للأب، للأصدقاء) حيث يتكون في كل صورة (25) عبارة تقيس التعلق الآمن والتعلق غير الآمن. تم تقنين المقياس على البيئة العربية من قبل محمد السيد عبد الرحمان وعلي بن سعيد العمري. وقد اعتمدنا في الدراسة الحالية على صورتي الأم والأب، أين تحذف العبارة رقم 9 لعدم تناسبها مع الأنماط المعتمدة في الدراسة (السيد عبد الرحمان وبن سعيد العمري، 2016).

وللتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس قمنا بحساب الثبات وصدق الاتساق الداخلي، حيث تبين تمتع المقياس بخصائص سيكومترية عالية تضمن لنا الاعتماد عليه.

الثبات:

أين اعتمدنا على حساب معامل آلفا كرومباخ لعينة استطلاعية تتكون من 46 طالباً جامعياً، وجاءت النتائج كما هي في الجدول التالي.

جدول رقم (04): معامل الثبات لمقياس التعلق الوجداني:

	المقياس الكلي	التعلق الآمن	التعلق غير الآمن
معامل الثبات	,619	,919	,731
البنود	24	12	12
معامل الثبات	,645	,920	,707
البنود	24	12	12

الصدق:

وقد قمنا بالاعتماد على صدق الاتساق الداخلي أين اكتفينا بحساب معامل الارتباط بين كل من الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الخاصة به، وتمثلت النتائج فيما يلي:

جدول رقم (05): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التعلق الوجداني و أبعاده.

		التعلق الآمن	التعلق غير الآمن
التعلق بالأم	ع	,848**	,548**
	د	,000	,000
التعلق بالأب	ع	,920**	620**

	د	,000	,000

2-3-5-مقياس الألكستيميا:

تم استخدام مقياس تورنتو لباجبي Bagby وزملائه المتكون من 20 فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، يضم البعد الأول (7) فقرات تقيس صعوبة تحديد المشاعر، ويضم البعد الثاني (5) فقرات تقيس صعوبة وصف المشاعر، كما يضم البعد الثالث (8) فقرات تقيس التوجه الخارجي في التفكير والذي يعني التركيز على الأحداث الخارجية بدل التركيز على الخبرات الذاتية الداخلية والشخصية للفرد. والمقياس عبارة عن تقرير ذاتي يجيب فيه المفحوص عن فقراته وفق سلم خماسي يتراوح بين تنطبق على تماماً وتعطى (5) درجات ولا تنطبق أبداً وتعطى درجة واحدة، وذلك للفقرات الموجبة، وتعكس الدرجات في الفقرات السالبة. وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (20 و100) درجة، وتشير الدرجة الأعلى إلى مستوى مرتفع من الألكستيميا (Bagby et al 1994). وقد تم الاعتماد على ترجمة نسيمة على داوود في دراستها العلاقة بين الألكستيميا والتنشئة الاجتماعية والوضع الاقتصادي الاجتماعي ووضع الأسرة والجنس.

بالإضافة إلى ذلك قمنا بالتأكد أيضا من الخصائص السيكومترية للمقياس قمنا بحساب الثبات وصدق الاتساق الداخلي حيث تبين تمتع المقياس بخصائص سيكومترية عالية تضمن لنا الاعتماد عليه.

الثبات:

أين اعتمدنا كذلك على حساب معامل آلفا كرومباخ على نفس عينة الاستطلاعية، وجاءت النتائج كما هي في الجدول.

جدول رقم (06): معامل الثبات لمقياس الألكستيميا:

	المقياس الكلي	التفكير ذو التوجه الخارجي	وصف المشاعر	صعوبة تحديد المشاعر
معامل الثبات	0,795	,886	,542	,542
الأبعاد	20	7	5	12

الصدق:

وقد قمنا بالاستعانة بصدق الاتساق الداخلي أين اكتفينا بحساب معامل الارتباط بيم كل من الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الخاصة به، وتمثلت النتائج فيما يلي:

جدول رقم (07): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الألكستيميا و أبعاده.

		صعوبة تحديد المشاعر	وصف المشاعر	التفكير ذو التوجه الخارجي
الألكستيميا	ع	,907**	,742**	,639**
الكلية	د	,000	,000	,000

6- عرض النتائج:

بعد المعالجة الإحصائية للبيانات التي تم جمعها من خلال المقياسيين المستعملين في الدراسة توصلنا إلى جملة من النتائج التي سنعرضها فيما يلي:

6-1-الإجابة على التساؤل الأول:

ينص السؤال الأول على: هل هناك فروق في أنماط التعلق حسب كل من السن والجنس والتخصص؟ وللإجابة عليه تم الاعتماد على كل من اختبار ت وتحليل التباين أين جاءت النتائج كما هي موضحة فيما يلي:

6-1-1-الفروق حسب الجنس:

جدول رقم (08): نتائج اختبار ت لدراسة الفروق في أبعاد التعلق حسب الجنس.

أبعاد التعلق	الجنس	التكرار	المتوسط	الانحراف العياري	قيمة T	الدلالة
تعلق الأمن بالأم	ذكر	16	55,0625	15,87228	,204	,841
	أنثى	86	54,2209	10,47282		
تعلق غير الأمن بالأم	ذكر	16	24,1875	6,88204	1,029	,315
	أنثى	86	22,2442	7,23706		
تعلق آمن بالأب	ذكر	16	48,6250	12,13741	-,868	,395
	أنثى	86	51,5233	12,95851		
التعلق غير الأمن بالأب	ذكر	16	24,4375	5,70343	,005	,996
	أنثى	86	24,4302	5,97946		

يبرز لنا من خلال الجدول السابق الخاص بنتائج اختبار ت لدراسة الفروق بين أبعاد التعلق لدى الطلبة الجامعيين أفراد العينة، عدم وجود الفروق في كل الأبعاد الأمنة وغير الأمنة الخاصة بكلا الوالدين.

6-1-2-الفروق حسب السن:

جدول رقم (09): نتائج اختبار تحليل التباين لدراسة الفروق في أبعاد التعلق حسب السن.

الأبعاد	الفئات العمرية	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F	الدلالة
تعلق الأمن بالأم	أقل من 19	44	54,1591	9,82153	,686	,563
	من 20 إلى 24	48	54,6458	13,37430		
	من 25 إلى 29	7	57,1429	6,74360		
	أكبر 30	3	46,0000	2,64575		
تعلق غير	أقل من 19	44	22,0455	6,71324	,980	,405
	من 20 إلى 24	48	23,4792	7,51733		

الأمن بالأم	من 25 إلى 29	7	18,8571	8,23465		
	أكبر 30	3	23,6667	5,50757		
تعلق الأمن بالأب	أقل من 19	44	52,9318	12,42540	1,703	,171
	من 20 إلى 24	48	49,1250	13,21608		
	من 25 إلى 29	7	56,7143	11,95428		
	أكبر 30	3	41,6667	5,85947		
التعلق غير الأمن بالأب	أقل من 19	44	24,2273	5,71356	1,031	,382
	من 20 إلى 24	48	25,1875	5,95964		
	من 25 إلى 29	7	21,2857	7,38725		
	أكبر 30	3	22,6667	3,05505		

من خلال المعالجة الاحصائية وتطبيق اختبار تحليل التباين لدراسة الفروق في أبعاد التعلق حسب الفئات العمرية الخاصة بأفراد العينة، نسجل أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مختلف الفئات، ولعل هذه النتيجة تفسر من كون أن الطلبة يخضعون لنفس العوامل الاجتماعية الخاصة بالأسر الجزائرية من المعاملة الوالدية التي تترجم بأنماط التعلق بالوالدين.

6-1-3-الفروق حسب المستوى التعليمي:

جدول رقم (10): نتائج اختبار تحليل التباين لدراسة الفروق في أبعاد التعلق حسب المستوى التعليمي.

أنماط التعلق	المستوى	التكرار	المتوسط	الانحراف	قيمةF	الدلالة
التعلق الأمن بالأم	ليسانس1	11	54,7273	7,93840	2,391	,056
	ليسانس2	43	55,1395	9,49832		
	ليسانس3	21	58,9524	15,40934		
	ماستر1	11	50,7273	9,38180		
	ماستر2	16	48,4375	11,21290		
التعلق غير الأمن بالأم	ليسانس1	11	23,9091	7,02075	,975	,425
	ليسانس2	43	20,9070	6,72173		
	ليسانس3	21	23,6190	8,32752		
	ماستر1	11	23,6364	8,32193		
	ماستر2	16	23,8750	6,00971		
التعلق الأمن بالأب	ليسانس1	11	48,5455	9,83223	1,759	,143
	ليسانس2	43	54,2791	12,98777		
	ليسانس3	21	51,8571	13,67949		

	ماستر1	11	46,3636	12,83178		
	ماستر2	16	46,3750	11,64403		
التعلق غير الأمن بالأب	ليسانس1	11	28,3636	5,98787	1,551	,194
	ليسانس2	43	23,5581	5,62013		
	ليسانس3	21	24,5238	5,94659		
	ماستر1	11	23,5455	7,07621		
	ماستر2	16	24,5625	5,30369		

يظهر من الجدول أعلاه نفس النتيجة السابقة الخاصة بكل من الفروق بين الجنسين ومختلف الفئات العمرية المعتمدة في الدراسة، وهذا ما يعزز التفسير المقدم أعلاه.

6-2-الإجابة على التساؤل الثاني:

والذي ينص علي: هل هناك فروق في الألكستيميا حسب كل من السن والجنس والتخصص؟ وللإجابة عليه استعملنا كل من اختبار ت وتحليل التباين، أين جاءت النتائج كما هو موضح في الجداول الموالية.

6-2-1-الفروق حسب الجنس:

جدول رقم (11): جدول رقم (08): نتائج اختبارت لدراسة الفروق في الألكستيميا و أبعادها حسب الجنس.

أبعاد الألكستيميا	الجنس	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F	الدلالة
صعوبة تحديد المشاعر	ذكر	16	15,9375	8,36237	-1,552	,137
	أنثى	86	19,4070	7,32342		
وصف المشاعر	ذكر	16	13,1875	3,81608	-,547	,590
	أنثى	86	13,7558	3,81001		
تفكير توجه خارجي	ذكر	16	26,8125	4,21456	,048	,962
	أنثى	86	26,7558	4,93710		
الألكستيميا الكلية	ذكر	16	55,9375	13,45842	-1,095	,287
	أنثى	86	59,9070	12,54791		

من خلال الجدول الخاص بدراسة الفروق حسب الجنس في الألكستيميا وأبعادها، نلاحظ عدم تسجيل فروق دالة إحصائياً.

6-2-2-الفروق حسب السن:

جدول رقم (12): نتائج اختبار تحليل التباين لدراسة الفروق في الألكستيميا و أبعادها حسب السن.

أبعاد الألكستيميا	الفئات العمرية	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F	الدلالة
صعوبة تحديد مشاعر	أقل من 19	44	20,7955	6,84574	3,844	,012
	من 20 إلى 24	48	18,4583	7,85496		
	من 25 إلى 29	7	11,8571	5,52052		
	أكبر 30	3	13,3333	5,68624		
وصف مشاعر	أقل من 19	44	14,6591	3,98219	3,106	,030
	من 20 إلى 24	48	13,2917	3,37676		
	من 25 إلى 29	7	10,4286	3,35942		
	أكبر 30	3	12,6667	4,72582		
تفكير ذو وجه خارجي	أقل من 19	44	26,8409	4,59496	,773	,512
	من 20 إلى 24	48	27,0000	5,09485		
	من 25 إلى 29	7	26,4286	3,86683		
	أكبر 30	3	22,6667	5,77350		
الألكستميا الكلية	أقل من 19	44	62,2955	12,42574	3,440	,020
	من 20 إلى 24	48	58,7500	12,39338		
	من 25 إلى 29	7	48,5714	10,27711		
	أكبر 30	3	48,6667	11,54701		

أما فيما يخص الفروق بين الألكستيميا وأبعادها حسب الفئات العمرية للطلبة الجامعيين أفراد العينة، فقد سجلنا فروق دالة في صعوبة تحديد المشاعر وفي وصفها وكذا في الدرجة الكلية للألكستيميا. وبالمقارنة مع المتوسطات الحسابية نلاحظ أنها تعزى دائماً لمرحلة الأقل من 19 سنة، ويمكن تفسير ذلك في كون أنهم من جانب معين تتمثل هذه الفئة المراهقة المتأخرة، التي تتميز بحساسية معينة، ما دفع بالباحثين التركيز عليها في الدراسات إذ أوضح أركسون أن الفرد في هذه المرحلة لم يصل بعد إلى إدراك الهوية بعد، وبالتالي هذا ما يمكن أن يُصعب عليه تحديد مشاعره ووصفها. ومن جانب آخر يمكن أن يفسر بعدم التكيف الحقيقي بعد مع المحيط الجامعي.

6-2-3-الفروق حسب المستوى التعليمي:

جدول رقم (13): نتائج اختبار تحليل التباين لدراسة الفروق في الألكستيميا و أبعادها حسب المستوى التعليمي.

الأبعاد	المستوى التعليمي	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F	الدلالة
صعوبة تحديد المشاعر	ليسانس1	11	19,5455	8,04194	1,726	,150
	ليسانس2	43	20,0233	7,29477		
	ليسانس3	21	19,9524	7,74904		
	ماستر1	11	17,6364	8,57056		
	ماستر2	16	14,6875	6,16137		
وصف المشاعر	ليسانس1	11	15,1818	5,05605	1,052	,385
	ليسانس2	43	14,0698	3,70582		
	ليسانس3	21	13,2857	3,57970		
	ماستر1	11	12,8182	3,86829		
	ماستر2	16	12,6250	3,24294		
تفكير ذو توجه خارجي	ليسانس1	11	26,9091	5,68251	,662	,620
	ليسانس2	43	26,0698	4,80275		
	ليسانس3	21	28,0000	4,71169		
	ماستر1	11	27,5455	3,88236		
	ماستر2	16	26,3750	5,09738		
الألكستيميا كلية	ليسانس1	11	61,6364	15,50015	1,074	,374
	ليسانس2	43	60,1395	11,69571		
	ليسانس3	21	61,2381	13,62316		
	ماسر1	11	58,0000	15,23155		
	ماستر2	16	53,6875	9,80285		

وبالمقارنة مع تحليل التباين لدراسة الفروق بين المستويات العلمية فلم تسجل الفروق في ذلك.

6-3-الإجابة على التساؤل الثالث:

هل هناك علاقة بين الالكستيميا وأنماط التعلق لدى الطلبة الجامعيين؟ وللإجابة على التساؤل أعلاه اعتمدنا على دراسة معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقياسي الألكستيميا ومقياس التعلق الوجداني. وتظهر النتائج في الجدول الموالي.

جدول رقم (14): معاملات الارتباط بين أبعاد التعلق والألكستيميا و أبعادها لدى الطلبة الجامعيين.

أبعاد الألكستيميا / أبعاد التعلق		صعوبة تحديد المشاعر	وصف المشاعر	تفكير توجه خارجي	الألكستيميا الكلية
التعلق الأمن بالأم	ع	,037	-,108	,043	,005
	د	,714	,281	,666	,961
التعلق غير الأمن بالأم	ع	,362**	,417**	,236*	,431**
	د	,000	,000	,017	,000
التعلق الأمن بالأب	ع	-,015	-,133	,051	-,031
	د	,882	,182	,614	,758
التعلق غير الأمن بالأب	ع	,426**	,479**	,162	,459**
	د	,000	,000	,104	,000

يتبين من خلال جدول معاملات الارتباط لدراسة العلاقة بين أنماط التعلق المختلفة وأبعاد الألكستيميا ودرجتها الكلية، أنه قد سجلت علاقات دالة متوسطة في نمط التعلق غير الآمن سواء بالنسبة للأم أو للأب. وكانت معاملات الارتباط دالة عند مستوى 00.1 في كل من الألكستيميا الكلية وبعدي صعوبة تحديد المشاعر ووصفها، في حين أن معامل الارتباط في بعد التوجه الخارجي دال عند مستوى 0.05. أما فيما يخص العلاقات الدالة عند نمط التعلق غير الآمن بالأب فكانت دالة أيضا عند مستوى 0.01 في كل من الألكستيميا الكلية وبعدي صعوبة تحديد المشاعر ووصفها، بينما لم تسجل علاقة دالة في بعد التفكير ذي التوجه الخارجي. وهذه النتيجة توضح أنه إذا التعلق بالأم والأب غير الآمن قد يكون عامل مسبب في ظهور الألكستيميا والقمع الانفعالي. فعدم وجود الأمن عند الأبناء يخلق نوع من القمع وعسر التعبير عن المشاعر. وتبقى هذه النتيجة في حدود الدراسة الحالية لتكون دافع لدراسات مستقبلية من أجل التنبؤ بظهور الألكستيميا من خلال أنماط التعلق.

7- المناقشة العامة:

كان الهدف العام للدراسة هو البحث عن العلاقة بين أنماط التعلق لدى الطالب الجامعي وعلاقتها بالألكستيميا، أين خلصت النتائج المبينة أعلاه للإجابة على تساؤلات الدراسة أن العلاقات التي ظهرت هي علاقات متوسطة في التعلق غير الآمن سواء للأم أو الأب. ويمكن تفسير ذلك من خلال حجم العينة بحد ذاتها أين بلغ حجمها 102 طالباً جامعياً. بالإضافة أن هذه المرحلة العمرية أيضا تتميز باللاستقلالية التامة عن الأولياء، وبالتالي عدم تعرضهم للضغوط مقارنة بالأكبر منهم

من خلال ضغوطات الحياة التي يواجهها الفرد في حياته المهنية والأسرية (المستقبلية للطالب)، فهو في مرحلة التكوين الأكاديمي، ولم يتمكن بعد من الانتقال إلى الحياة المهنية وتكوين الأسرة.

كما يمكن التفسير من خلال أن التعلق غير الآمن يعبر عن محدودية العلاقات الاجتماعية والتعلق الشديد بالأم في الطفولة والذي يتحول فيما بعد إلى علاقات جد محدودة كما أشرنا، وبالتالي كأن الأم هي من ربت فيه وعلمته القمع الانفعالي الذي تجسد في الألكستيميا، من خلال الرعاية الزائد والعمل على توفير كل حاجياته وحمايته باستمرار كما بينت دراسة شين وزملائه 2011، وكذا دراسة ثوربيج ورفاقه (Thorberg et al, 2011) التي برزت وجود علاقة ارتباطية متوسطة إلى قوية بين نمط الرعاية من قبل الأم والألكستيميا كدرجة كلية وبين نمط الرعاية من قبل الأم والدرجة على بعدي صعوبة تحديد المشاعر وصعوبة وصف المشاعر. بالإضافة إلى العلاقة الارتباطية المتوسطة بين الحماية الزائدة من قبل الأم والحماية الزائدة من قبل الأب والألكستيميا كدرجة كلية وصعوبة وصف المشاعر كدرجة فرعية.

فصحيح أن الأسرة تعمل على بناء شخصية الأبناء، إلا أنه قد يكون ذلك يالاتجاه السلبي (الذي في كثير من الأحيان ناتج عن جهل مدى تأثير ذلك لاحقا على الأبناء)، ما يعمل على خلق عدم التوزان النفسي والانفعالي المتجسد في معاناة الألكستيميا وعجر الأبناء على التعبير الانفعالي وتحديد مشاعرهم، وبالتالي عدم تحقيق الاستقلالية (بالتعلق غير الآمن) والصحة النفسية. فيمكن أن يكون ذلك تفسير لعدم تسجيل علاقات دالة بين أنماط التعلق الآمن والألكستيميا، إذ أن التعلق الآمن يؤمن للأبناء حاجاتهم المختلفة بما فيها الحاجات الانفعالية كالتعبير الانفعالي، فاكتساب الفرد في صغره نمط التعلق الآمن سيسمح له بالبحث عن استقلاليته والسير في ذلك عبر مختلف جوانب حياته، خاصة أن أفراد العينة هم في مرحلة البحث عن الاستقلالية أكثر بعد اكتساب مختلف المهارات التي تؤهلهم للخوض في الحياة بمختلف جوانبها.

بالإضافة إلى ما سبق فقد سجلنا فروق دالة في صعوبة تحديد المشاعر وفي وصفها وكذا في الدرجة الكلية للألكستيميا وذلك لصالح الفئة العمرية الأقل من 19 سنة، ما يفسر أن هذه الفئة هي الأكثر صعوبة في التعبير عن المشاعر، وهذا يمكن أن يعزى لطبيعة المرحلة العمرية كونهم في نهاية المراهقة أو المراهقة المتأخرة.

كل هذه النتائج السالفة الذكر تدعو للبحث أكثر في الموضوع وتوسيع دائرته للقيام بدراسات تنبؤية للتنبؤ بالألكستيميا من خلال أنماط التعلق، إذ أن العينة القليلة المعتمدة في البحث الحالي لم تسمح لنا بذلك، على أمل مواصلة ذلك مستقبلاً. كما ندعو من خلالها إلى تعزيز العلاقة الإيجابية بين الأسرة وأبنائها للعمل على خلق أنماط تعلق آمنة وإيجابية تساهم في تلبية حاجات

الأبناء المختلفة بما فيها الإنفعالية، وكل هذا دعوة منا للحد من الاضطرابات النفسية التي يزداد انتشارها، والتي منها الاضطرابات السيكوسوماتية التي لا يخفى عن أحد مدى تسبب الألكستيميا في ظهورها.

-خاتمة:

فجملة القول، التعلق غير الآمن يقمع انفعالات الفرد ويُصعب عليه التعبير عن مشاعره وتحددها في الأوقات المناسب والمواقف اللازمة. والسؤال الذي يتبادر إلى ذهن الباحث، كيف يمكن تعزيز التربية الوجدانية للحد من انعكاسات التعلق غير الآمن وكذا انعكاسات الألكستيميا؟ والإجابة التي تحضرنا هنا هو التشجيع على التعبير والتحديد الانفعالي في الأسرة في مختلف العلاقات التي تتمحورها، خاصة مع الأبناء. وهذا أيضا ما يدفعنا إلى التوصية بتعزيز أنماط التعلق الآمنة لتحقيق التوازن الانفعالي للأفراد وتعزيز بذلك الصحة النفسية للأفراد وللمجتمع بشكل عام. وحتى للمستقل النفسي للفرد والمجتمعات إن صح التعبير كون أن طفل الحاضر يشكل أب وأم المستقبل، فإذا اكتسب أنماط تعلق غير آمنة فذلك سيؤدي أيضا إلى المعاناة من القمع الانفعالي والألكستيميا، كأنها حلقة دائرية أو عدوى. فلابد من تعزيز ما هو إيجابي أكثر في التربية للعمل على تحقيق الصحة النفسية والتوازن للفرد وللمجتمع ككل.

قائمة المراجع:

- أبو الديار، مسعد. (2014). البناء الوجداني للطفل. الجزائر: دار الكتاب الحديث.
- أبو راسين، محمد بن حسن. (2015). أنماط التعلق في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني والإبداع الوجداني لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، مجلة الإرشاد النفسي،133،41-222.
- السيد عبد الرحمان، محمد، وبن سعيد العمري، علي. (2016). مقياس التعلق الوجداني. دار الكتاب الحديث. الجزائر
- علي داود، نسيمة. (2016). العلاقة بين الألكستيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم الأسرة والجنس. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. مجلد 12. عدد 4. 2016. 415-434
- فاسي، آمال. (2015). الاكتئاب الأساسي والالكستيميا لدى مريض السرطان كنشاط عقلي مميز. أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه تخصص علم النفس العيادي. جامعة سطيف2. الجزائر.
- إسماعيل، محمد عماد الدين. (1986). الأطفال مرآة المجتمع. الكويت: عالم المعرفة.
- مدوري، يمينة. (2015). إشكالية التعلق لدى الطفل، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمه لخضر، الوادي. 13-14. ص66-80.
- معاوية، أبو غزال وعايدة، فلوه. (2014). أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. مجلد 10، العدد 3. ص ص 351
- Olivier, Luminet (2007). Psychologie des émotions. Confrontation Et Evenement. Boeck .Bruxelles.
- Thomas. G, Monteau. R. (2010). Du faire au dire: A propos de la temporalité chez le patient alexithymique. l'information psychiatrique (86).Caire.
- Zimmermann et V. salamin, M. Reicherts (2008) L'alexithymie aujourd'hui: essai d'rticulation avec les conceptions contemporaines des émotions et de la personnalité, Psychologie française 53(2008) 115-128.