The role of adult attachment styles in predicting alexithymia in heterosexual couples

https://doi.org/10.57642/AJOPSY938

Muhannad Abd Almohsen Al-Edan
bin_edan@live.com
Psychotherapist, Kuwait

Elsayed Mostafa Ragheb Elakraa
elsayed2011@gmail.com

Malik Yousif Malik Bakhiet
malik2082015@gmail.com
Psychology Department, Faculty of Arts-Omdurman Islamic University, Sudan

Murad Kasep Al_Bawwat
m.albawwat@inu.edu.jo
College of Educational Sciences - Irbid National University, Jordan

Received: 16/11/2024 Accepted: 23/12/2024 Published: 31/12/2024

Abstract

The study aimed to identify the role of adult attachment styles in predicting alexithymia in sample of couples to calculate the significance of the difference between the three styles. The sample consisted of (N= 268), their ages ranged between (18-60) years, with an average of (41.3) years and a SD (10.93) years, all of whom were married of both sexes (86 males, 182 females). They were administered the Toronto Alexithymia Scale (translated by Al-Edan, 2019a), and the Yarmouk Scale for Adult Attachment Styles (Abu Ghazal & Jaradat, 2009). The results and the results of the dimensional differences showed a statistically significant decrease in the anxious attachment style compared to the avoidant and secure attachment styles, whose values are higher in the study sample. It also showed convergence in the levels of alexithymia and anxious and avoidant attachment styles among spouses of both sexes, while secure attachment increases significantly in wives compared to male spouses. The anxious attachment style has the highest contribution to predicting alexithymia among males, females, and both, while the avoidant style has the least contribution and only predicts alexithymia in females.

Keywords: alexithymia, attachment styles, awareness of emotions, description of feelings

دور أنماط التعلق لدى الراشدين في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الأزواج من الجنسين

مهند عبد المحسن العيدان
bin_edan@live.com
اختصاصي العلاج النفسي، الكويت

السيد مصطفى راغب الأقرع
elsayed2011@gmail.com

مالك يوسف مالك بخيت
malik2082015@gmail.com
قسم علم النفس، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان

مراد كاسب البوّات
m.albawwat@inu.edu.jo
كلية العلوم التربوية – جامعة إربد الأهلية

الاستلام: 2024/11/16 القبول: 2024/12/23 النشر: 2024/12/31

ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور أنماط التعلق لدى الراشدين في التنبؤ بالألكسثيميا لدى عينة من الأزواج لحساب دلالة الفرق بين الأنماط الثلاثة. ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (N= 268)، تراوحت أعمارهم بين (18-60) عاماً، بمتوسط (41.3) سنة وانحراف معياري (10.93) سنة، وجميعهم من المتزوجين من الجنسين، (86 ذكور، 182 إناث). وقد طبق عليهم مقياس تورنتو للألكسثيميا (ترجمة العيدان، a2019)، ومقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين (أبو غزال وجرادات، 2009). وأظهرت نتائج الفروق البعدية انخفاض نمط التعلق القلق بصورة دالة إحصائياً مقارنة بنمطي التعلق التجنبي والآمن، اللذين ترتفع قيمتهما لدى عينة الدراسة. كما تظهر النتائج تقارب مستويات كل من الألكسثيميا وأنماط التعلق القلق والتجنبي لدى الأزواج من الجنسين، في حين يرتفع بصورة دالة لدى الزوجات التعلق الآمن مقارنة بالأزواج الذكور. وأن نمط التعلق القلق هو الأعلى إسهاماً في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الذكور والإناث ومجموعهما، وأن النمط التجنبي هو الأقل، ولا يتنبأ بالألكسثيميا إلا عند الإناث.

الكلمات المفتاحية: الألكسثيميا، أنماط التعلق، الوعي بالانفعالات، وصف المشاعر

مقدمة

يقر معظم المشتغلين بعلم النفس بأن علاقات الطفل الأولى تكون بمثابة حجر الزاوية في تكوّن شخصيته، إلا أن الاختلاف يتركز غالباً حول أصول هذه العلاقات، فمن الواضح خلال السنة الأولى أن الطفل يقيم علاقة قوية مع الأم، وتلك حقيقة ثابتة تنطبق على معظم الأطفال، إلا أن الجدال يدور حول طبيعة هذه العلاقة وسياق توثيقها وسرعة إقامتها ومدتها ووظيفتها (قنطار، 1992).

وعلى الرغم من أن التعلق ظاهرة بيولوجية وأن جميع الأطفال يولدون مزودين بالإمكانات النمائية الفطرية للتعلق، إلا أن أنماط التعلق تتشكل اعتماداً على الخبرات المبكرة في حياته، وكذلك طبيعة الرعاية ومدى الاستجابة لحاجات الأبناء وأساليب المعاملة الوالدية، كما أن أنظمة الدماغ ومناطق الدماغ المسؤولة عن الانفعال لا تتطور بشكل سوي إلا إن تعرض الطفل لبيئة غنية بالمثيرات الحسية وعلاقات اجتماعية آمنة خلال السنوات الأولى من حياته (Bruec, 2006).

لذا يعتبر التعلق خبرة تستخدم في الحياة اليومية، فإن تحدثنا عن أول تعلق فإننا نشير إلى التعلق المرتبط بالحياة داخل الرحم، فهناك أسبقية مع الأم تترك الأب في المرتبة الثانية، فيما يخص بالتعلق، لكن الأبوة المستثمرة أثناء الحمل تشارك تعلق الأم بإيقاعات الحياة أو من خلال اللغة التي يشارك فيها الوالدان الجنين معاً، فالأب والأشقاء عند وجودهم يأخذون مكانهم الكامل منذ الولادة، فيوطد الطفل الرابط مع والديه، وتؤسس الأم أيضاً عملية ارتباطها بالطفل (فاسي ويحياوي، 2021).

والاختلاف الهام الموجود في تعلق الراشدين عن تعلق الطفل بوالديه، أن نظام سلوكيات التعلق لدى الراشدين متبادل، بمعنى أن الراشد لا يأخذ دور الراعي فقط، أو المتحصل على الرعاية فقط، لكن يكون للراشد الدورين معاً متحصلاً على الرعاية، ومقدماً للرعاية في آن واحد، وقد ينقلب الدوران بسرعة بين الشريكين، بالإضافة لكون علاقات التعلق تخدم عدة وظائف أخرى منها: العلاقات الجنسية، والزمالة، والإحساس بالكفاءة، والتجارب، أو الأهداف المشتركة (Crowell & Treboux, 1995).

لذا ينقسم تعلق الراشدين إلى أساليب تعلق، أو أنماط رئيسية يتفاعل من خلالها الأفراد مع الحميمية في علاقاتهم الرومانسية، والتي تماثل أنماط الأطفال: نمط التعلق الآمن، ونمط التعلق القلق، ونمط التعلق التجنبي، وإجمالاً يشعر الشخص الآمن بالارتياح تجاه الحميمية، وعادة ما يكون حنوناً ومحباً، أما الشخص القلق فهو يتوق إلى الحميمية، وكثيراً ما ينشغل بعلاقته، ويميل إلى القلق بشأن قدرة شريكة حياته على مبادلته العاطفة، أما الشخص التجنبي فيساوي بين الحميمية وبين فقدان الاستقلال؛ ما يجعله يحاول باستمرار تقليص فرص التقرب (ليفين وهيلر، 2022).

ويعد التعلق الآمن حاجة أساسية لا يمكن إغفالها أو إهمال إشباعها، فالأفراد يولدون ولديهم حاجة للحب والأمان والانتماء، وتكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين (بني ارشيد وجرادات، 2014)، ويسهل على أفراد هذا النمط الاقتراب من الآخرين، والثقة بهم والاعتماد عليهم، ويشعرون بالارتياح لأن الآخرين يثقون بهم أيضاً، ويعتمدون عليهم، ولا يقلقون من أن الآخرين أفضل منهم (Cassidy & Shaver, 2008).

بينما ذوي التعلق القلق يتضح لديهم رغبة قوية للعلاقات الحميمية، إضافة إلى أنهم غير متأكدين من أنهم يمكنهم الاعتماد على الآخرين أم لا، وهذا النمط يتميز بأن لديهم نماذج داخلية سلبية نحو الذات وإيجابية نحو الآخرين، أي التقييم سلبي لذاته وإيجابي للآخرين (بسيوني والحاجي، 2019)، ويعبر هؤلاء عن أحاسيس متناقضة بالنسبة لعلاقتهم العاطفية، ولديهم حاجة كبرى للالتصاق بالآخر، ويشكون في أنفسهم ولديهم تقدير ذات متدني، وأنهم غير مفهومين وغير محبوبين، ولديهم طلبات عاطفية غير معقولة، تؤدي بهم للإحباط أو للتوتر تجاه العلاقة (سحيري، 2015).

ومن جانب آخر نجد ذوي نمط التعلق التجنبي يقرون بأنهم لا يشعرون بالراحة في القرب والاعتماد على الآخرين، وأنهم لا يهتمون برأي الآخرين، وأنهم لا يهتمون برأي الآخرين سواء بالقبول أو بالرفض لهم، فهذا النمط يتميز بأنَّ لديه نموذجاً عاملياً إيجابياً لنفسه وسلبياً للآخرين، أي أن التقييم سلبي للآخرين (بسيوني والحاجي، 2019)، وهم أشخاص يعبرون عن تباعد عاطفي، ويفتقدون للثقة بالشريك، ولديهم نوع من الاكتفاء الذاتي، ويؤكدون أنه ليس لديهم حاجة للآخرين، ويفضلون الهروب من الاعتماد العاطفي، ولا يستطيعون التقارب مع الآخرين، ولا يفضلون العلاقات الحميمية (سحيري، 2015).

وفي الدراسات العربية تختلف أنماط التعلق بارتباطاتها مع بقية المتغيرات، لذا نجد ارتباط التعلق الآمن والتفاعل الاجتماعي (العبيدي والساعدي، 2015)، وإيجاباً بالأبعاد الإيجابية وسلباً بالأبعاد السلبية للشفقة بالذات (السحمة، 2020)، ويرتبط سلباً مع الاكتئاب لدى المراهقين (فاسي ويحياوي، 2021)، ومع أسلوب حل المشكلات التجنبي، وأسلوب حل المشكلات العقلاني، والتوجه الإيجابي نحو حل المشكلة (أبو غزال وفلوه، 2014)، والتحصيل الأكاديمي (المصري، 2019)، وعلاقة طردية بين كل من مهارة الاستماع والتحدث ومهارة إدارة العواطف ومهارة الآخرين والمهارات غير اللفظية (أحمد، 2015)، وإيجاباً مع تقدير الذات، وسلباً مع الشعور بالوحدة (أبو غزال وجرادات، 2009).

بينما نجد نمط التعلق القلق ارتبط بإدمان الإنترنت (الزيتاوي والزعبي، 2021)، ويتنبأ بجودة الحياة الزوجية (مصطفى، 2013)، وترتبط الأبعاد الإيجابية للشفقة بالذات سلباً (السحمة، 2020)، ومع التوجه السلبي نحو المشكلات والأسلوب الاندفاعي اللامبالي وأسلوب حل المشكلات التجنبي (أبو غزال وفلوه، 2014)، وسلباً بالتحصيل الأكاديمي (المصري، 2019)، وأنهم يعانون من الاكتئاب والقلق الاجتماعي (حداد، 2001)، وعلاقة عكسية بين كل من مهارة

التحدث ومهارة فهم الآخرين (أحمد، 2015)، وسلباً مع تقدير الذات (أبو غزال وجرادات، 2009)، وارتبط نمط التعلق التجنبي سلباً باليقظة العقلية (السحمة، 2020).

وتلعب الألكسثيميا دوراً في التفاعل الانفعالي بين الفرد ونفسه، وبين الفرد والآخرين، إذ لاحظ سيفينوس وجود صعوبة لدى بعض المرضى في التعبير عن انفعالاتهم فأطلق على هذه الحالة ألكسثيميا (Alexithymia)، وهي كلمة يونانية تتكون من (A) وتعني النقص أو الفقدان، و(Lexi) وتعني كلمة، و(Thymes) وتعني انفعال، أي العجز عن التعبير عن أنفسهم، ويفتقرون للكلمات التي تعبر عن مشاعرهم (Taylor et al., 1997)، وتفكيراً يعكس نقصاً في المعالجة الإدراكية للانفعالات، كذلك يبرهن الدليل التجريبي على ارتباطها بالكثير من الاضطرابات الجسدية، إذن فهي بنية مفيدة تجريبياً لشرح دور الشخصية والانفعالات في النشوء المرضي لاضطرابات وأمراض جسدية محددة (Taylor, 2000) وتصف نموذجاً من الأعراض يتضمن صعوبة تعيين وتحديد المشاعر من ناحية، والتفرقة بين الحالات الانفعالية (مثل الحسد والغضب والقلق)، والأحاسيس الجسمية المصاحبة للتهيج الانفعالي من ناحية ثانية، بالإضافة إلى صعوبة توصيل الانفعالات للآخرين من ناحية ثالثة، وأخيراً تتضمن نمطاً معرفياً موجهاً للخارج يميل للتفكير التحليلي (عبد القوي، 2017)، كما يعانون - المصابون بالألكسثيميا- فقراً في الحياة الخيالية، وقدرة محدودة على خبرة الانفعالات الإيجابية، وضعفاً في التمييز بين المشاعر السلبية (أفيريل، 2018)، ولذلك قد يعانون من فقر العلاقات الاجتماعية، وعلاقتهم بالآخرين مضطربة مثلما هي علاقتهم بجسدهم الخاص (كوتر، 2010).

وتميل المشاعر التي لا يعبر عنها إلى الاختلاط معاً وتظهر في صورة غضب؛ إذ ترفض المشاعر المكبوتة البقاء كامنة، وحين ترفض تنفجر على شكل نوبات توتر صغيرة، وانقضاض على الآخرين من دون سبب واضح، وبالتالي تتدمر علاقاتهم ويبتعدون عن الآخرين، حتى لو أدى ذلك إلى شعور رهيب بالوحدة (ويب وموسيلو، 2022)، وأنَّ كبْت المشاعر يُكَبِّد الشخص ثمناً غير مرئي من التفاعلات الجسمانية الضارة (جريوالد وسالوفي، 2017)، وعلى الرغم من أنه لم يتم تصنيفها اضطراباً عقلياً إلا أنها تضع الأشخاص في خطر الاضطرابات المتطورة، وكذلك تجعل الأشخاص أقل استجابة للعديد من العلاجات النفسية (لارسن، 2018)، وأن العديد من الأطفال والراشدين الذين خبروا تجربة صدمية لا يستطيعون وصف ما يشعرون به لأنهم لا يستطيعون تحديد ما تعنيه أحاسيسهم الجسدية، وقد يبدو عليهم الحنق لكن ينكرون أنهم غاضبون، وبهذا يؤدي عجزهم عن تمييز ما يعتمل داخل أجسادهم إلى فقدان اتصالهم باحتياجاتهم، كما يلاقون صعوبة بالاعتناء بأنفسهم؛ سواء كان ذلك يتضمن أكل الكمية المناسبة في الوقت المناسب أو النوم بالقدر الذي يحتاجونه (كولك، 2021).

مشكلة الدراسة

تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة التعرف على أثر أنماط التعلق لدى الراشدين من الأزواج، فقد أجرى هازان وشيفر (Hazan & Shaver) بحثاً لدى الراشدين في علاقاتهم الرومانسية، ووصف أفراد الدراسة أنفسهم بأنه يناسبهم تصنيف ثلاث تصنيفات في ضوء علاقاتهم مع الآخرين، وكانت التصنيفات تظهر وصفاً لثلاث أنماط للتعلق (سيرفوني وبيرفين، 2017). والاختلاف الهام الموجود في تعلق الراشدين عن تعلق الطفل بوالديه، أن نظام سلوكات التعلق لدى الراشدين متبادل، فيكون للراشد الدورين معاً متحصلاً على الرعاية، ومقدماً للرعاية في آن واحد، وقد ينقلب الدوران بسرعة بين الشريكين (Crowell & Treboux, 1995). ونجد الراشدين يفسرون الأحداث ذات الصلة بطرق مختلفة، وذلك وفق النماذج العاملة التي تتعلق بذواتهم وعلاقاتهم الوثيقة بالآخرين، فعلى سبيل المثل نجد أن أصحاب التعلق الآمن يمتلكون أفكاراً إيجابية حول شركائهم، مما يعمل ذلك على تفسير الأحداث بطريقة تقلل من الانفعالات السلبية مثل الغيرة والغضب، أما أصحاب التعلق القلق يكون لديهم معتقدات سلبية عن شركائهم والعلاقة بينهم، ويفسرون الأحداث بصورة سلبية عن ذواتهم والآخرين، إذ تنتابهم مشاعر القلق والشك وعدم الثقة حول عدم التزام وإيفاء شركائهم لحاجاتهم ورابطتهم الزواجية (Collins & Feeney, 2004).

لذا ينقسم تعلق الراشدين إلى أنماط تعلق، أو أنماط رئيسية يتفاعل من خلالها الأفراد مع الحميمية في علاقاتهم الرومانسية، وإجمالاً يشعر الشخص الآمن بالارتياح تجاه الحميمية، وعادة ما يكون حنوناً ومُحباً، أما الشخص القلق فهو يتوق إلى الحميمية، وكثيراً ما ينشغل بعلاقته، ويميل إلى القلق بشأن قدرة شريكة حياته على مبادلته العاطفة، أما الشخص التجنبي فيساوي بين الحميمية وبين فقدان الاستقلال؛ ما يجعله يحاول باستمرار تقليص فرص التقرب (ليفين وهيلر، 2022).

وتعبر الألكسثيميا عن عجز الفرد عن التعبير عن انفعالاته، وعدم قدرته على تمييز مشاعره الداخلية، كما أنها أكثر انتشاراً لدى الأزواج الذين تتسم حياتهم بالكدر الزواجي (Elfhag & Lundh, 2007)، ولذا فهي متغير مهم في فهم العلاقة الزوجية (Foranet al., 2013)، وقد ارتبطت الألكسثيميا بالكدر الزواجي (وهبة، 2021)، وارتبطت كذلك بالطلاق العاطفي (AL-shahrani & Hammad, 2023)، وترتبط سلباً مع العلاقة الحميمية الزوجية (Zakeri & Rezaei, 2022).

وبناء على ما سبق، وجد الباحثون أهمية دراسة العلاقات بين أنماط التعلق والألكسثيميا، لما لها من أثر سلبي أو إيجابي بناء على اتجاه العلاقات، والنمط السائد، داخل التفاعلات الأسرية، والذي تنعكس آثاره على الحياة النفسية للأزواج، ولذلك أتت الدراسة للإجابة على الأسئلة التالية.

أسئلة الدراسة

- السؤال الأول: هل تتباين بصورة دالة إحصائياً قيم أنماط التعلق لدى الراشدين لدى عينة الدراسة من الأزواج؟
- السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الألكسثيميا وأنماط التعلق تعود للفروق في الجنس لدى عينة الدراسة من الأزواج؟
- السؤال الثالث: هل تسهم أنماط التعلق لدى الراشدين في التنبؤ بدرجات الألكسثيميا لدى الأزواج من الجنسين؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى:
- التعرف على مدى تباين أنماط التعلق لدى أفراد عينة الدراسة.
- التعرف على دلالة الفروق في الألكسثيميا وأنماط التعلق تبعاً لمتغير الجنس.
- التعرف على مدى تأثير أنماط التعلق لدى الراشدين في التنبؤ بالألكسثيميا لدى أفراد العينة.

أهمية الدراسة

تتمحور أهمية الدراسة في النتائج التي تتوصل لها، ويمكن تقسيمها إلى:

الأهمية النظرية

ترجع الأهمية النظرية للدراسة إلى تناولها متغيرين لدى فئة مهمة من المجتمع، إذ ترتبط باستقرار الأسرة، ولها انعكاسات إيجابية أو سلبية على تربية الأبناء والتفاعل معهم، ولم يطلع الباحثون على دراسة سابقة لها في المجتمع ذاته، وبالتالي تصبح إضافة للأدب السيكولوجي العربي، على الرغم من أهمية أنماط التعلق لدى الأطفال والراشدين، وتأثير كبت الانفعالات وعدم إدراكها على الصحة النفسية، وصحة العلاقات، والقدرة على ممارسة الأدوار الاجتماعية المنوطة لدى الأزواج.

الأهمية التطبيقية

تأتي هذه الدراسة من الناحية العملية التطبيقية لتوفير أدوات لقياس أنماط التعلق والألكسثيميا ومعرفة مدى كفاءتهما لدى هذه الفئة المجتمعية، وبالتالي يساعد الأخصائيين النفسيين على تقييم الحالة وتقديم المساعدة الإكلينيكية المناسبة، كما يمكن لنتائج الدراسة أن تسهم في تطوير العلاج الأسري والزواجي.

مصطلحات الدراسة

أنماط التعلق

"هو تعلق عاطفي قوي متبادل بين الطفل ومقدم الرعاية، يعكس رغبة كل منهما في المحافظة على القرب بينهما، وتعد الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة اللاحقة، والتفاعلات الاجتماعية بشكل عام، وتتكون من ثلاثة أنماط تعلق، وهي: التعلق الآمن، والتعلق القلق، والتعلق التجنبي" (أبو غزالة وجرادات، 2009، ص. 45). وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين.

الألكسثيميا

تعرف الألكسثيميا بأنها "صعوبة التعرف على المشاعر والتمييز بين هذه المشاعر والأحاسيس الجسدية للإثارة العاطفية؛ وصعوبة في وصف مشاعر للآخرين، وعمليات تخيلية مقيدة وحافز موجه خارجيًا، وانخفاض القدرة على التعاطف، ولديهم مشاكل في معالجة المعلومات العاطفية، وصعوبات في تحديد تعبيرات الوجه لدى الآخرين". (Parker et al., 2005, p.1258). وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس تورنتو للألكسثيميا.

حدود الدراسة

الحدود الموضوعية

تتحد الدراسة بمتغيراتها، وهي أنماط تعلق الراشدين، والألكسثيميا.

الحدود البشرية

الأزواج الراشدون من الذكور والإناث.

الحدود الزمنية

تم جمع البيانات في الفترة الزمنية بين شهري مايو وأكتوبر من عام 2023.

الحدود المكانية

تم جمع البيانات من ثلاث مجتمعات عربية (الكويت، والأردن، والسودان).

الدراسات السابقة

أجريت العديد من الدراسات حول العالم لمعرفة العلاقة بين الألكسثيميا وأنماط التعلق، ومن هذه الدراسات دراسة مونتيباروتشي وآخرون (Montebarocci et al. 2004) التي هدفت لدراسة العلاقة بين أنماط التعلق لدى الراشدين والألكسثيميا، تم تطبيق استبيان أنماط التعلق (ASQ)، ومقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS - 20) على عينة من (301) طالباً جامعياً إيطالياً، وأظهرت النتائج وجود ارتباطات إيجابية معتدلة بين الدرجة الكلية للألكسثيميا والعديد من الأبعاد الفرعية لأنماط التعلق مثل الانزعاج من القرب، والعلاقات الثانوية، والحاجة للموافقة، وكذلك أظهرت الدرجة الكلية لمقياس تورنتو ومقياس الثقة الفرعي، ووجود علاقة سلبية معتدلة.

وكذلك أجرى بشارات وخاجوي (Besharat & Khajavi, 2013) دراسة فحصت الدور الوسيط لآليات الدفاع عند الأنا في العلاقة بين أنماط التعلق والألكسثيميا، وقد طبق (443) على طلاب المدارس الثانوية، منهم (213) ذكراً، و(230) أنثى، استبيان أساليب الدفاع عند الأنا (DSQ-40)، وجرد المرفقات للبالغين (AAI)، ومقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS - 20)، وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين نمط التعلق الآمن والألكسثيميا، في حين أظهرت أنماط التعلق التجنبي والمتناقض ارتباطات إيجابية كبيرة مع الألكسثيميا، وأن آليات الدفاع لها دور وسيط بين أنماط التعلق والألكسثيميا.

ومن جانب آخر، أجرى علي وآخرون (Besharat & Salimian Rizi, 2014) دراسة سعت للتعرف على الدور الوسيط للتنظيم الذاتي في العلاقة بين أنماط التعلق الآمن، والتجنبي، والمتناقض مع الألكسثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة بلغوا (546)، منهم (259) ذكراً، و(287) أنثى، طبق عليهم جرد أنماط التعلق للراشدين، ومقياس تورنتو للألكسثيميا، وجرد التنظيم الذاتي. وأظهرت النتائج أن نمط التعلق الآمن ارتبط سلباً بدرجة كبيرة مع الألكسثيميا، في حين أظهر نمط التعلق المتجنب والمتناقض ارتباطاً إيجاباً كبيراً مع الألكسثيميا، وأن العلاقة بين أنماط التعلق والألكسثيميا تم بوساطة التنظيم الذاتي.

وهدفت دراسة العبادي وآخرون (Farhad et al., 2015) لمعرفة إمكانية التنبؤ بالألكسثيميا وفقاً لنمط التعلق والمخططات المبكرة غير المتكيفة لدى طلاب الجامعة، تكونت العينة من (220) طالباً جامعياً، طبق عليهم مقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS - 20)، واستبيان أنماط التعلق للبالغين (AAQ)، والنموذج القصير لاستبيان المخططات المبكرة (YSQ-SF)، وأظهرت النتائج أن مكونات المخططات المبكرة غير التكيفية، ضعف الاستقلالية والإفراط في اليقظة، كما وجدت أن نمط التعلق التجنبي يمكن أن يتنبأ بالألكسثيميا بشكل إيجابي.

وفي دراسة موسوي ولافينجاد (Mousavi & Alavinezhad, 2016) التي تناولت العلاقة بين الألكسثيميا وأنماط التعلق لدى الراشدين، وتقدير الذات، وتكونت العينة من (240) توزعت بين الجنسين بالتساوي، طبق عليهم مقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS-20)، ومقياس كولينز وريدز المنقح لأنماط التعلق للراشدين (RAAS)، واستبيان كوبرسميث لتقدير الذات (CSEI)، وأشارت النتائج لوجود ارتباطات سلبية دالة بين نمط التعلق التقاربي مع صعوبة وصف المشاعر ومكونات التفكير الموجه للخارج مع الدرجة الكلية للألكسثيميا، ووجود علاقة إيجابية بين نمط التعلق القلق مع صعوبة التعرف على المشاعر، والتفكير الموجه للخارج، والدرجة الكلية للألكسثيميا، وارتبط تقدير الذات سلباً مع نمط التعلق القلق وإيجاباً مع نمط التعلق الوثيق، وكانت هناك علاقة ارتباطية سلبية بين كل من صعوبة تحديد ووصف المشاعر والدرجة الكلية للألكسثيميا وتقدير الذات، وأن أنماط التعلق الوثيق والقلق وتقدير الذات تنبئ بالألكسثيميا، ولم يلاحظ اختلاف كبير بين الذكور والإناث في الألكسثيميا.

وأجرت القيسي وأبو درويش (Qaisy & Abu Darwish, 2018) دراسة هدفت للتعرف على العلاقة بين الألكسثيميا وأنماط التعلق، وتكونت العينة من (392) طالباً جامعياً توزعوا بين (136 ذكراً، و256 أنثى)، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس تورنتو للألكسثيميا، ومقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين، وتوصلت نتائج الدراسة من وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الألكسثيميا، ونمط الارتباط الآمن، بينما توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين الألكسثيميا ونمط التعلق التجنبي، ونمط التعلق القلق.

وسعت دراسة فيرارو (Ferraro, 2019) لاستكشاف ما إذا ما كان الوعي للإشارات الجسدية وفهم الإشارات الجسدية الداخلية تعمل باعتبارها وسيط في العلاقة بين نمط التعلق لدى الراشدين والتنظيم الانفعالي، وما إن كانت الألكسثيميا بناء في الشخصية يتميز بإعاقات عاطفية يتوسط هذه العلاقة بشكل أكبر، تكونت العينة من (219) شخصاً بالغاً في استراليا طبقوا مقاييس موحدة لتقييم هذه المكونات، ووجدت النتائج أن أنماط التعلق القلق والمتجنب كانت مرتبطة سلبياً بإدراك الأحاسيس الجسدية، وترتبط بشكل إيجابي بصعوبات تحديد ووصف المشاعر وتنظيمها.

وأجرى كوستانزو وآخرون (Costanzo et al., 2020) دراسة هدفت لمعرفة العلاقة بين الألكسثيميا وأنماط التعلق والتجارب الانفصالية لدى عينة من مدمني المخدرات، طبق على عينة بلغت (62) مشاركاً مقياس تورنتو للألكسثيميا، وقائمة التحقق من الخبرات الصادمة، ومقياس التجارب الانفصالية، وأداة الترابط الأبوي، واستبيان العلاقة، وتؤكد النتائج جزئياً وجود اختلافات كبيرة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، في المجموعة التجريبية لاحظنا خللاً في أسلوب التربية والعلاقة فيما يتعلق بحالة الألكسثيميا، بالإضافة إلى أن الألكسثيميا تمثل عامل خطر لتطور السلوك الإدماني، وفيما يتعلق بالعلاقة بين التفكك والصدمة تشير البيانات إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين هذين المتغيرين.

كذلك درس زدانكيفيتش سيجالا وسي سيجالا (Zdankiewicz-Scigała & Scigała, 2020) الارتباطات بين أنماط التعلق، والصدمات النفسية، والألكسثيميا، والانفصال لدى الأشخاص المدمنين على الكحول، وبلغ عدد العينة (268) توزعوا بين (116) ذكراً، و(152) أنثى تراوحت أعمارهم بين (18-73)، وتم تطبيق اختبار فحص إدمان الكحول في ميتشغان (MAST)، واستبيان أنماط التعلق (ASQ)، ومقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS-20)، وقائمة مراجعة التجارب المؤلمة (TEC)، ومسح التجارب الغريبة (CES). وأظهرت النتائج وجود فروق دالة بين مجموعة المدمنين على الكحول وغير المدمنين تتعلق بنمط التعلق، وشدة الصدمة، والألكسثيميا، والانفصال، كما تم فحص تعديل النموذج النظري للبيانات بدقة، ولكن فقط عندما تم حذف مسار التأثير المتعلق بالارتباط المباشر بين نمط التعلق والإدمان، وهذا التأثير غير مباشر، وينتج من جهة عن الألكسثيميا ومن جهة أخرى عن شدة التجارب المؤلمة. ولم يتم العثور على أي تأثير مباشر للتفكك على تطور الميل إلى الإدمان، إذا تم أخذ المتغيرات السياقية (الألكسثيميا والصدمات النفسية) في الاعتبار، كما تم إثبات علاقة قوية مباشرة في حالة نمط التعلق القلق المتناقض والألكسثيميا، ونمط التعلق التجنبي والألكسثيميا، والتي تحولت لمؤشر قوي لتعزيز تطور الألكسثيميا، وحدوث الصدمات المرتبطة بالإهمال العاطفي، والعنف العقلي والإدمان.

وفي دراسة سيجالا وآخرون (Scigala et al., 2021) التي هدفت لاختبار دور الوساطة بين الخوف من العلاقة الحميمة والتعلق لدى الراشد في العلاقة بين الألكسثيميا وتمايز الذات لدى عينة من المجتمع العام بلغت (258) عرفوا أنفسهم على أنهم مثليين أو مثليات الجنس، تتراوح أعمارهم بين (20-50)، طبقوا مقياس تورنتو للألكسثيميا، ومقياس التمايز الذاتي، ومقياس الخوف من العلاقة الحميمة، ومقياس الارتباط غير الآمن للبالغين. وأظهرت النتائج أن الألكسثيميا تتنبأ بالتمايز الذاتي بشكل مباشر وغير مباشر، من خلال الخوف من العلاقة الحميمة، والارتباط غير الآمن لدى البالغين، بالإضافة لتأثير الخوف من العلاقة الحميمة بشكل مباشر على التمايز الذاتي، ويتوسط أيضاً العلاقة بين الألكسثيميا والتعلق البالغ، والذي بدوره يتنبأ سلباً بالتمايز الذاتي.

وفي دراسة ليفرز وآخرون (Lyvers et al., 2022) التي سعت للتأكد من الفرضية القائلة أن العلاقة بين الألكسثيميا والحالات المزاجية السلبية يتم التوسط فيها من خلال نمط الارتباط غير الآمن، تم تطبيق مقاييس معتمدة للألكسثيميا، وأنماط التعلق، والحالات المزاجية السلبية، تكونت العينة من (206) من الجنسين، وأظهرت النتائج في نموذج الانحدار الهرمي مع المتغيرات الديموغرافية والاستجابة المرغوبة اجتماعياً في الخطوة الأولى، والألكسثيميا في الخطوة الثانية، والارتباط غير الآمن في الخطوة الثالثة، ويمثل النموذج النهائي (62.4) من التباين في الحالة المزاجية السلبية مع الألكسثيميا والارتباط غير الآمن باعتبارهما متنبئين مهمين، وأشارت نماذج الوساطة التمهيدية التي تتحكم في المتغيرات الديموغرافية والاستجابة المرغوبة اجتماعياً إلى الوساطة التمهيدية التي تتحكم في المتغيرات الديموغرافية والاستجابة المرغوبة اجتماعياً إلى الوساطة الجزئية للارتباط بين الألكسثيميا والحالات المزاجية السلبية عن طريق الارتباط غير الآمن.

وكذلك أجرى شول (Schüll, 2022) دراسة تناولت العلاقة بين الألكسثيميا، والتعلق المتجنب، وأسلوب التربية الرافض والمعاقب أثناء الطفولة والمراهقة، تكونت العينة من (115) مشاركاً من الجنسين تتراوح أعمارهم بين (18-77) عاماً، أكملوا مقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS - 26)، ومقياس التعلق المتجنب (AAS-R)، ومقياس سلوك الرفض والمعاقبة الوالدي (FEE)، وأظهرت النتائج أن الألكسثيميا كانت مرتبطة بشكل إيجابي مع نمط التعلق المتجنب فيما يتعلق بالعلاقات الوثيقة، كما لوحظ أن الألكسثيميا ساهمت بشكل كبير في نمط التعلق التجنبي، بما يشكل (31.8%) من التباين في نمط التعلق التجنبي، ولم يتوسط أسلوب الرفض والمعاقبة الوالدي المتذكرة العلاقة بين الألكسثيميا والتعلق التجنبي.

بينما هدفت دراسة ألكسندر (Alexandru, 2022) لمعرفة الدور الوسيط للألكسثيميا بين أنماط التعلق والعلاقات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من (121)، تتراوح أعمارهم بين (18-62) عاماً، توزعوا بين (32) رجلاً، و(89) امرأة، وكانت المقاييس المستخدمة هي استبيان أنماط التعلق، ومقياس تورنتو للألكسثيميا، وجرد المشكلات الشخصية، وأظهرت النتائج أن نمط التعلق الآمن يرتبط إيجاباً فقط بالأسلوب السائد، ونمط التعلق التجنبي يرتبط إيجاباً فقط بالأنماط السائدة والمتعارضة والباردة، في حين أن نمط التعلق القلق يرتبط إيجاباً بجميع الأنماط الثمانية الخاصة بالصراعات بين

الأشخاص، ووجدت أن الألكسثيميا تتوسط العلاقة بين نمط التعلق التجنبي والأنواع المتعارضة والباردة والساذجة، وكذلك العلاقة بين نمط التعلق القلق والأنواع المهيمنة، والمتضاربة والباردة، وغير الآمنة، والساذجة.

بيمنا سعت دراسة وزنياك (Wozniak, 2024) لمعرفة العلاقة بين نمط التعلق التجنبي وقبول التلاعب في العلاقات الحميمة مع الدور الوسيط للألكسثيميا، تكونت العينة من (102) مشارك، طبق عليهم استبيان التلاعب العقلي، واستبيان أنماط التعلق لدى الراشدين، ومقياس تورنتو للألكسثيميا، وكشفت النتائج عن وجود علاقة إيجابية ضعيفة وهامة بين نمط التعلق التجنبي وقبول التلاعب العقلي، ولم يتم العثور على آثار وساطة موازية كبيرة لأي من مكونات الألكسثيميا.

وفي دراسة كارماكار وآخرون (Karmakar et al., 2024) التي هدفت لاستكشاف العلاقة بين المجموعات الفرعية لأنماط التعلق والألكسثيميا، ومدى دور أنماط التعلق باعتباره متغيراً ينبئ بالألكسثيميا، تكونت العينة من (144) من البالغين في بنغلاديش والهند ونيبال، طبق عليهم استبيان بيرث للألكسثيميا (PAC)، واستبيان أنماط التعلق لدى الراشدين، وتوصلت النتائج إلى أن نمط التعلق الآمن يرتبط ارتباطاً سلبياً إلى حد ما بالألكسثيميا، في حين أن نمط التعلق المتناقض والتجنبي ترتبط إيجاباً بالألكسثيميا.

وأجرى تشانغ وآخرون (Zhang et al., 2024) مراجعة ل (67) دراسة بهدف فهم الآلية الأساسية بين نمط التعلق غير الآمن والألكسثيميا، وتوضح النتائج أن التعلق غير الآمن مرتبط بشكل كبير إيجاباً بالألكسثيميا، ويمكن للأفراد الذين يعانون من التعلق القلق أن يظهروا حالة من الألكسثيميا أكثر شدة من أولئك الذين يعانون من نمط التعلق المنشغل، أما بالنسبة لقياسات التعلق المتنوعة، وفيما يتعلق بأبعاد الألكسثيميا فإن أهمية تأثيرها المعتدل بالترتيب التنازلي هو التفكير الموجه للخارج، والدرجة الكلية للألكسثيميا، وصعوبة وصف المشاعر، وتؤكد هذه المراجعة التأثير المتفاقم لنمط التعلق غير الآمن على الألكسثيميا، مما يوفر طرق لخفض احتمالية الإصابة بالألكسثيميا عالية المستوى عن طريق تجنيب الأفراد من تطوير نمط تعلق غير آمن.

منهجية الدراسة

استخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (268) من الراشدين ممن أعمارهم بين (18 – 60) بمتوسط (41.3) سنة وانحراف معياري (10.93) سنة، جميعهم من المتزوجين من الجنسين، (86 ذكور، 182 إناث)، تم الحصول عليهم بطريقة العينة المتيسرة غير العشوائية. وتتضمن العينة المتيسرة اختيارا جزافيا أو مصادفة للحالات المدروسة والتي من السهولة الحصول عليها في العينة، إذ يتم اختيار وحدات العينة بناء على سهولة الوصول والاتصال بها (النجار والنجار والزعبي، 2013)، من ثلاث دول (الكويت، الأردن، السودان)، وقد بلغ عدد الحاصلين على المؤهل الثانوي منهم (52) شخصاً، والجامعي (155)، وفوق الجامعي (61).

أدوات الدراسة

مقياس تورنتو للألكسثيميا

تم استخدام مقياس تورنتو للألكسثيميا الذي أعده باجي وآخرون (Bagby et al., 1994)، ويتكون المقياس من (20) عبارة، وتتوزع الإجابات على مدراج خماسي بين (معارض بشدة: 1، ومعارض: 2، ومحايد: 3، وموافق: 4، وموافق بشدة: 5)، وتتراوح درجة المقياس بين (20 - 100)، ويحتوي على ثلاثة مقاييس فرعية: صعوبة تحديد المشاعر ويتكون من (7) عبارات إيجابية، وصعوبة وصف المشاعر ويتكون من (4) عبارات إيجابية و(1) سلبية، والتفكير الموجه للخارج ويتكون من (4) عبارات إيجابية و(4) سلبية. ويتمتع المقياس في صورته الأصلية بمستوى مناسب من صدق البناء، كما يتمتع بمستوى جيّد من ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي الذي يفوق (0.80) للمقياس ككل (Bagby et al.,1994).

ومن الدراسات التي تمت على البيئة الكويتية ما قام به العيدان (2019a) إذ قام بترجمة واستخراج معاملات الصدق والثبات للمقياس بالبيئة الكويتية على عينتين (مدمنين وغير مدمنين) وبلغ معامل ثبات ألفا للمقياس الكلي لعينة غير المدمنين (.75)، وبعد صعوبة تحديد المشاعر (.75)، وبعد صعوبة وصف المشاعر (.57)، وبعد التفكير الموجه للخارج (.37)، بينما بلغت في عينة المدمنين على التوالي (.78، .78، .71، .39)، وفي دراسة أخرى العيدان (2019b) بلغ معامل ألفا للمقياس الكلي (.79)، وبعد صعوبة تحديد المشاعر (.82)، وبعد صعوبة وصف المشاعر (.73)، وبعد التفكير الموجه للخارج (.37)، وفي أخرى العيدان (2019c)بلغ معامل ثبات ألفا للمقياس الكلي (.76)، وفي دراسة العيدان وطاهر (2021) بلغ معامل ثبات ألفا للمقياس الكلي (.68)، وبعد صعوبة تحديد المشاعر (.70)، وبعد صعوبة وصف المشاعر (.3)، وبعد التفكير الموجه للخارج (.16)، ووجدت دراسة العيدان وآخرون (2024) أن معامل ألفا للثبات

للمقياس الكلي بمجموعات الدول -التي تم إجراء الدراسة فيها، ومنها الكويت والسودان- قد تراوح بين (0.68 – 0.84)، وهي قيمة ثبات كلية مقبولة ودالة على الثبات، كما جاءت غالبية قيم الثبات لأبعاد المقياس بين المقبول والجيد.

وفي دراسة العيدان والأقرع (قيد للنشر)، تم التأكد من صدق البناء العاملي التوكيدي وتكافؤ القياس عبر المجموعات ودلالة جودة مؤشرات الصدق التوكيدي في سبع دول عربية من بينها الكويت والأردن، بلغ معامل ثبات ألفا للعينة الكلية (.767, .826, .406, .813).

وفى الدراسة الحالية تم إعادة التحقق من ثبات المقياس وبلغ معامل الثبات لمجموع فقراته (0.87)، وبلغ معامل الثبات لبعد صعوبة التعرف على المشاعر (0.80)، ولبعد صعوبة التعبير عن المشاعر (0.68)، وللتفكير الموجه خارجيا (0.07)، وهي تشير إلى توفر ثبات المقياس عدا بُعد التفكير الموجه للخارج الذي كانت قيمة ثباته ضعيفة جداً.

مقياس التعلق للراشدين

تم استخدام مقياس جامعة اليرموك لتعلق الراشدين الذي أعده كل من أبو غزال وجرادات (2009)، ويتألف من (20) فقرة، تتم الإجابة عليها من خلال أسلوب ليكرت السداسي يأخذ القيم (0 - 5) تقابل الاستجابات لا تنطبق أبداً إلى تنطبق دائماً، وتتوزع فقرات المقياس على ثلاثة أنماط: نمط التعلق الآمن (6) فقرات، ونمط التعلق القلق (7) فقرات، ونمط التعلق التجنبي (7) فقرات. وقام معدا المقياس بالتحقق من صدقه بعرضه على التحكيم، ثم استخدما تحليل العامل الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية والتدوير بطريقة الفاريماكس الذي أكد وجود ثلاث عوامل للجذر الكامن لها أكبر من الواحد الصحيح تمثل الأنماط الثلاث، وتتشبع على جميع فقرات المقياس، كما قاما بحساب معاملات الارتباط بين الأنماط وتبين ارتباط النمط القلق بصورة عكسية دالة بالنمط الآمن، وارتباط النمط التجنبي بصورة دالة بالنمط الآمن. وتحقق معدا المقياس من الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، وبلغ معامل ثبات النمط القلق (0.74) والآمن (0.57) والتجنبي (0.64).

وفي الدراسة الحالية للتحقق من صدق البناء الداخلي تم حساب العلاقة بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه باستخدام معامل ارتباط بيرسون، كما يعرضا الجدول (1).

جدول 1

معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس التعلق للراشدين

التعلق القلق		التعلق الآمن		التعلق التجنبي	
الفقرة	معامل الارتباط مع البُعد	الفقرة	معامل الارتباط مع البُعد	الفقرة	معامل الارتباط مع البُعد
1	.571**	4	.545**	2	.502**
3	.648**	7	.573**	5	.760**
6	.605**	10	.716**	8	.608**
9	.585**	11	.622**	12	.565**
13	.543**	14	.622**	15	.623**
16	.677**	19	.681**	18	.654**
17	.692**			20	.583**

** دالة عند مستوى (0.01)

جاءت جميع معاملات الارتباط بين درجات الفقرات ودرجات الأبعاد المنتمية إليها موجبة ودالة إحصائياً، وتراوحت بين (0.502 – 0.76) وجميعها قيم مرتفعة دالة على توفر صدق البناء الداخلي للأبعاد. كما تم حساب معاملات الارتباط بين الأنماط الثلاث لحساب الصدق التلازمي التقاربي التباعدي، وبلغ معامل الارتباط بين التعلق الآمن والتعلق التجنبي (0.28) وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وكانت قيمة الارتباط بين التعلق الآمن والتعلق القلق (-0.24) وقيمة العلاقة العكسية دالة إحصائيا، وكانت قيمة الارتباط بين التعلق التجنبي والقلق (0.106) وهي قيمة موجبة دالة عند مستوى (0.05) وتتقارب نتائج العلاقات بين الأنماط مع ما حصل عليه معدا المقياس.

وتم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ للثبات كما يعرضها الجدول (2).

جدول 2

معاملات ثبات مقياس التعلق للراشدين

البُعد	عدد الفقرات	معامل الفا كرونباخ للثبات
التعلق القلق	7	0.725
التعلق الآمن	6	0.690
التعلق التجنبي	7	0.723

تراوحت قيم معاملات ثبات أبعاد مقياس التعلق للراشدين بين (0.69 – 0.725) وهي قيم مقبولة تشير إلى توفر ثبات أبعاد المقياس.

النتائج

السؤال الأول: هل تتباين أنماط التعلق بصورة دالة إحصائياً قيم أنماط التعلق لدى الراشدين لدى عينة الدراسة من الأزواج؟

تم حساب متوسطات الاستجابة بعد توحيد سقف الاستجابة للأنماط الثلاثة، والانحراف المعياري واستخدم اختبار تحليل التباين المتكرر Repeated measures ANOVA لحساب دلالة الفرق بين الأنماط الثلاثة، كما يعرضها الجدول (3).

جدول 3

متوسطات الاستجابة لأنماط التعلق ودلالة الفرق بينها بتحليل التباين المتكرر

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ولكس لامدا	الدلالة	قيمة ف	الدلالة
التعلق القلق	1.61	1.050	168.9	0.001	186.5	0.001
التعلق الآمن	3.06	1.121				
التعلق التجنبي	3.20	1.086				

تبين نتائج الجدول السابق أن التعلق التجنبي كان هو الأعلى من حيث قيمة المتوسط بقيمة (3.2) وتلته مقاربة التعلق الآمن بمتوسط (3.06) بينما كانت قيمة متوسط التعلق القلق منخفضة بمتوسط (1.61). وتبين قيمة ولكس لامدا دلالة معادلة الفرق بين الأنماط الثلاث، ومن قيمة (ف) المستخرجة يتبين وجود تباين ذو دلالة إحصائية بين قيم مستويات الأنماط الثلاثة لدى عينة الدراسة من الأزواج، وتبين نتائج الفروق البعدية انخفاض نمط التعلق القلق بصورة دالة إحصائياً مقارنة بنمطي التعلق التجنبي والآمن، اللذين ترتفع قيمتهما لدى عينة الدراسة.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الألكسثيميا وأنماط التعلق تعود للفروق في الجنس لدى عينة الدراسة من الأزواج؟

استخدم اختبار (ت) للفروق بين المجموعات المستقلة لحساب الفروق في كل من الألكسثيميا وأنماط التعلق بين الذكور والإناث من الأزواج بعينة الدراسة (جدول 4).

جدول 4

اختبار ت للفروق بين الذكور والإناث في الألكسثيميا وأنماط التعلق

المقياس	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
الألكسثيميا	ذكور	51.27	12.011	-1.182-	.238
	إناث	53.20	12.500		
التعلق القلق	ذكور	12.38	7.174	1.690	.092
	إناث	10.74	7.394		
التعلق الآمن	ذكور	16.77	7.793	-2.622-	.009
	إناث	19.08	6.088		
التعلق التجنبي	ذكور	21.13	8.202	-1.785-	.075
	إناث	22.92	7.273		

تظهر نتائج الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الذكور والإناث من الأزواج في متوسطات الألكسثيميا. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الذكور والإناث من الأزواج في متوسطات نمط التعلق القلق، ونمط التعلق التجنبي. بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الذكور والإناث من الأزواج في متوسطات نمط التعلق الآمن، في اتجاه الإناث، حيث يرتفع لديهن نمط التعلق الآمن مقارنة بالذكور.

وتدل النتائج على تقارب مستويات كل من الألكسثيميا وأنماط التعلق القلق والتجنبي لدى الأزواج من الجنسين، في حين يرتفع بصورة دالة لدى الزوجات التعلق الآمن مقارنة بالأزواج الذكور.

السؤال الثالث: هل تسهم أنماط التعلق لدى الراشدين في التنبؤ بدرجات الألكسثيميا لدى الزواج من الجنسين؟

استخدم تحليل الانحدار المتعدد للتعرف على إسهام أنماط التعلق لدى كل من الذكور والإناث من الأزواج والعينة العينة الكلية (جدول 5).

جدول 5

تحليل الانحدار لإسهام أنماط التعلق في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الجنسين

العينة	الأبعاد المنبئة	$ر^2$	قيمة ف	الدلالة	المعامل البائي	الخطأ المعياري	قيمة بيتا	قيمة ت	الدلالة
مجموعة الذكور	الثابت	.21	6.751	0.001	46.625	4.125		11.30	.001
	التعلق القلق				.717	.171	.428	4.18	.001
	التعلق الآمن				-.190	.171	-.123	-1.11	.271
	التعلق التجنبي				-.050	.164	-.034	-.30	.763
مجموعة الإناث	الثابت	.19	14.076	0.001	50.731	3.936		12.9	.001
	التعلق القلق				.486	.121	.287	4.00	.001
	التعلق الآمن				-.444	.149	-.216	-2.98	.003
	التعلق التجنبي				.250	.119	.145	2.1	.037
العينة الكلية	الثابت	.17	18.361	0.001	48.471	2.857		16.97	.001
	التعلق القلق				.550	.099	.327	5.57	.001
	التعلق الآمن				-.320	.112	-.17	2.86	.005
	التعلق التجنبي				.172	.097	.105	1.78	.077

تظهر نتائج الجدول (5) أن عينة الذكور تُبين دلالة معادلة التنبؤ حيث كانت قيمة (ف) لتباين معادلة الانحدار دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.001)، وتبين أن المتغيرات الداخلة في المعادلة يعزى إليها (21%) من تباين درجات الألكسثيميا لدى الذكور، وتبين أن التعلق القلق فقط كان ذو دلالة إحصائية في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الأزواج الذكور، ولم يكن لكل من التعلق الآمن والتعلق التجنبي دلالة إحصائية، ويمكن التعبير عن معادلة التنبؤ كالآتي: الألكسثيميا= 46.625 + (التعلق القلق x 0.717).

بينما في عينة الإناث تُبين دلالة معادلة التنبؤ حيث كانت قيمة (ف) لتباين معادلة الانحدار دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.001)، وتبين أن المتغيرات الداخلة في المعادلة يعزى إليها (19%) من تباين درجات الألكسثيميا لدى الإناث، وتبين أن التعلق القلق والتعلق الآمن والتعلق التجنبي يسهم جميعهم بصورة دالة إحصائياً في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الأزواج الإناث، وكانت النسبة الأعلى للإسهام للتعلق القلق، ثم التعلق الآمن ثم التعلق التجنبي، ويمكن التعبير عن معادلة التنبؤ كالآتي: الألكسثيميا= 50.731 + (التعلق القلق x 0.486) + (التعلق الآمن x 0.44-) + (التعلق التجنبي x 0.25).

وأما في العينة الكلية تُبين دلالة معادلة التنبؤ حيث كانت قيمة (ف) لتباين معادلة الانحدار دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.001)، وتبين أن المُتغيرات الداخلة في المعادلة يُعزى إليها (17%) من تباين درجات الألكسثيميا لدى العينة الكلية، وتبين أن التعلق القلق والتعلق الآمن يسهمان بصورة دالة إحصائياً في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الأزواج بالعينة الكلية، بينما لا يُسهم التعلق التجنبي بصورة ذات دلالة بالتنبؤ بالألكسثيميا، وكانت النسبة الأعلى للإسهام للتعلق القلق، ثم التعلق الآمن ويمكن التعبير عن معادلة التنبؤ كالآتي: الألكسثيميا= 48.47 + (التعلق القلق x 0.55) + (التعلق الآمن x 0.32-).

وتبين نتائج السؤال الثالث تباين أنماط التعلق المنبئة بالألكسثيميا لدى الأزواج الذكور والإناث، وأن نمط التعلق القلق هو الأعلى إسهاماً في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الذكور والإناث ومجموعهما، وأن النمط التجنبي هو الأقل ولا يتنبأ بالألكسثيميا غير لدى الإناث فقط.

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج السؤال الأول، والذي ينص على: هل تتباين قيم متوسطات أنماط التعلق لدى الراشدين بصورة دالة إحصائياً لدى عينة الدراسة من الأزواج؟

تشير هذه النتائج لتقارب نمطي التعلق التجنبي والآمن، بينما يلي ذلك نمط التعلق القلق في العلاقات الزوجية، وذلك لكون البقاء في مرحلة البحث والتأكد من ثبات العلاقة (التعلق القلق)، وهو نوع من الترقب المربك للعلاقة، وارتفاع نمط التعلق التجنبي قد يُفسر ارتفاع نسبة الطلاق في المجتمعات العربية، أو الطلاق العاطفي من جانب آخر. وأن الشخص ذو النمط التجنبي يتصف بارتفاع معدل انحلال العلاقة، والخوف من العلاقة العاطفية وتجنبها، والميل للحفاظ على مسافات في العلاقة الوثيقة، وتذبذب العلاقة بين الانخفاض والغيرة، كما أنه لا يرتاح في تجاربه مع شريكه (مبارك وآخرون، 2020). وإن كان الشريك مائلاً نحو نمط التجنب الرافض، قد يثير حيرة الشريك حين يرفض دعم الشريك بدلاً من قبوله، وذلك لكونه لا يريد المخاطرة بالاقتراب حتى لا يعرض نفسه للخذلان لاحقاً، وكذلك إن غضب الطرف الأول منه فغالباً سيظهر اللامبالاة وعدم الانزعاج (فيلبس، 2022). ووفقاً لبولبي (Bowlby, 1988) للراشدين ميل ثابت لبذل الجهد والمكافحة من أجل البحث والحفاظ على الاقتراب والاتصال بفرد أو مجموعة من الأفراد من أجل تحقيق الأمان المادي والمعنوي، وهذا الميل ينظم بواسطة نماذج التعلق العاملة الداخلية، والتي تتكون معرفياً وعاطفياً لدى الفرد نتاج الخبرات التي مر بها في تواصله مع الآخرين. ولأن نمط التعلق التجنبي هو نمط غير صحي إذ يميل الطفل لتجنب الأم، ولا يعير

لقربها أو بعدها أهمية كبيرة (أبو شنار، 2023)، وفي مرحلة الرشد يواجه أفراد هذا النمط صعوبة في إقامة العلاقات العاطفية والاجتماعية، وغالباً ما يواجهون صعوبة في التعبير عن مشاعرهم حتى للمقربين منهم، على الرغم من شعورهم بخيبة الأمل إن ابتعد الآخرون عنهم (أبو شنّار، 2023). وقد وجدت دراسة (مبارك ومحمود وحسن، 2020) أن نمط التعلق التجنبي له المساهمة الأكبر في التنبؤ بسوء التوافق الزواجي.

ومن جانب آخر اتفقت هذه النتيجة مع دراسات أخرى طبقت على عينات مجتمعية، ومراحل عمرية مختلفة وجدت اختلافاً في شيوع نمط التعلق بين أفرادها؛ فقد وجد (بسيوني والحاجي، 2019) أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً هو نمط التعلق التجنبي، ثم الآمن، ثم القلق. بينما تختلف مع عدد كبير من الدراسات أتت بترتيب شيوع أنماط التعلق لدى العينات، مثل دراسة (أبو غزال وجرادات، 2009؛ أبو غزال وفلوه، 2014؛ راشد، 2018؛ أحمد، 2015؛ الطراونة، 2017) التي وجدت أن نمط التعلق الآمن هو أكثر الأنماط شيوعاً، ثم التجنبي، ثم القلق. وكذلك وجدت بعض الدراسات ترتيباً آخر لشيوع أنماط التعلق مثل دراسة (بني عرابة ورضوان، 2022) التي ورد الترتيب فيها نمط التعلق الآمن، ثم القلق، ثم التجنبي، وفي دراسة (مباركي وآخرون، 2017) النمط الآمن، ثم المتناقض، ثم التجنبي، ثم المنفصل.

ويعود تفاوت أنماط التعلق بين أفراد الدراسة الحالية، وكذلك في الدراسات السابقة للخبرات التي تعرض لها أفراد عينة الدراسة في الطفولة، حيث أوضح بولبي أنه يتم الاحتفاظ بكل المعلومات المحيطة بالعلاقة مع الأشخاص موضوع التعلق، وتخزن على شكل صور ذهنية والتي على أساسها يشكل علاقاته مع الآخرين، ويطور نمط تعلقه بهم (الطراونة، 2017).

مناقشة نتائج السؤال الثاني، والذي ينص على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الألكسثيميا وأنماط التعلق تعود للفروق في الجنس لدى عينة الدراسة من الأزواج؟

أولاً: الفروق بين الجنسين في الألكسثيميا

أشارت العديد من الدراسات لاختلافات في دور الجنس في فروق سمة الألكسثيميا. مما قد يلمح إلى عدم ثبات فروق السمة وفقاً لمتغير الجنس عبر الحضارات، فتباين الخبرة الانفعالية ينتج عن عاملين جوهريان يحددان الصورة التعبيرية وهما: الفئات الاجتماعية التي يقبلها الأفراد بعدها فئات تصنيفية يخضعون لها في المجتمع والسمات المزاجية للأفراد، فهي تؤثر على أشكال التقييم المفروضة على المشاعر، ومن ثم تكون قابلية المرء للإحساس بمشاعر معينة (كاجان، 2012). إذ أن الناس تتعلم من ثقافتهم أنه من المناسب أن يضخم أو يخفي تعبيرات انفعالية بعينها (شيوتا وكالات، 2014).

فقد وجدت دراسة (العيدان والأقرع، قيد النشر) وجود فروق في الدرجة الكلية للألكسثيميا وفي أبعاد صعوبة تحديد المشاعر وصعوبة وصف المشاعر في اتجاه الإناث، بينما تبين عدم دلالة الفروق بين الجنسين في بعد التفكير الموجه للخارج. وكذلك وجدت دراسة (Mason et al., 2005) ودراسة العيدان (2019 b) فروقاً بين الذكور والإناث في الألكسثيميا لصالح الإناث. وفي دراسة أجريت في سبع مجتمعات عربية (N=2265) وجدت ارتفاع الألكسثيميا لدى الإناث مقارنة بالذكور (العيدان وآخرون، 2024). بينما لم تجد دراسة (Mousavi & Alavinezhad, 2016) فروقاً بين الذكور والإناث في مستويات الألكسثيميا على عينة من الذكور والإناث من طلبة الجامعة. وتختلف كذلك مع دراسات أشارت لارتفاعها لدى الذكور (Kokkonen et al., 2001; Mattila et al., 2006)، بينما نتائج دراسة (عبد الخالق والبناء، 2014) التي أشارت لارتفاع متوسط الذكور مقارنة بالإناث على مقياس الألكسثيميا؛ بالرغم من عدم دلالة الفروق.

ومن جانب آخر وجدت دراسة (Levant et al., 2009) التي عملت مراجعة ل (41) دراسة لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث لعينات إكلينيكية وغير إكلينيكية توصلت إلى ارتفاع انتشار الألكسثيميا بين الذكور مقارنة بالإناث. وكذلك خرجت دراسة (Mendia et al,. 2024) والتي توجهت لبحث الفروق في الألكسثيميا تبعاً للجنس باستخدام التحليل البعدي فحللت نتائج (120) دراسة خلال العشرين عاماً الماضية، بلغ إجمالي عينتها التي تستوفي المعايير (N= 88721) وخلصت لوجود أثر صغير للجنس في الفروق في الألكسثيميا وفي بعدي صعوبة التعرف على المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر، وبينت وجود أثر لهذه العلاقة، لكن العمر والمؤثرات الثقافية متوسطة هذه العلاقة.

ثانياً: الفروق بين الجنسين في أنماط التعلق

وقد يفسر ارتفاع نمط التعلق الآمن لدى الإناث بكون أفراد عينة الدراسة من الإناث لديهم حياة زوجية مستقرة، وربما ساعد على ذلك أن متوسط عمر عينة الإناث يقترب من عمر الأربعين سنة، وبالتالي عبر سنوات الزواج بنى لديهن نمط من الاستقرار الأسري، وزيادة الشعور الأمان.

ولو أخذنا بعين الاعتبار أن النمطين الأكثر شيوعاً لدى أفراد العينة من الجنسين، وبفروق متقاربة بينهما يمكن معرفة السبب الذي يؤدي لاستقرار العلاقة الزواجية بينهما وارتفاع نمط التعلق الآمن لدى الإناث، إذ أن طول مدة الزواج واستمرار العلاقة بين الأزواج من شأنه أن يعدل نمط التعلق لدى الشريك، فقد أشار ليفين وهيلر (2022) أن الأبحاث التي أجريت حول التعلق مراراً وتكراراً أنه عندما تتم مراعاة وتلبية احتياجات الشريك الحميمية، فإن مستوى الرضا سيرتفع.

وفي حال التفاعل مع شريك محب، يقدم الرعاية والدعم اللازم يصبح الفرد أكثر ثقة ويميل نمط تعلقه نحو النمط الآمن، وعند دراسة التعلق في سياق العلاقات يكون من الضروري أخذ سلوك الشريك ونمط تعلقه بعين الاعتبار، وأن الزواج من شريك نمط تعلقه آمن يساهم ببناء مستويات عالية من الرضا عن العلاقة. وكذلك أن درجات الفرد على بعدي نمطي التعلق القلق، والتجنبي يختلف باختلاف درجات شريكه على الأبعاد المختلفة على الأبعاد المختلفة لأنماط التعلق (أبو شنار، 2023). ويرتبط التعلق بصورة عامة بسيرة ونوعية العلاقات الزواجية بين المتزوجين، فكلما كانت نوعية العلاقات متوافقة أدت إلى التعلق الآمن (Feeney, 1999).

ويمكن كذلك أن تفسر هذه النتيجة في ضوء أساليب المعاملة الوالدية، والتنشئة الأسرية التي تمارس مع الذكور والإناث على حد سواء ضمن الأسرة، ومن قبل القائمين على الرعاية منذ مرحلة الطفولة الباكرة جداً، إذ تسهم في تطوير نمط تعلقي محدد لدى الفرد بغض النظر عن جنسه، وبالتالي لا يمكن الجزم بوجد نمط تعلقي سائد لدى جنس بعينه دون الآخر (ظافر، 2024).

ومن جانب آخر نجد أن النماذج العاملة الداخلية ينتج عنها صيغة معرفية تؤثر على انفعال الفرد وسلوكه وقراراته وإدراكه وتقديره وتفسيره للمواقف المختلفة، كما أنها تنظم إستراتيجيات مواجهة الضغوط (Collins & Read, 1990).

كذلك تفاوتت الدراسات في نتائج الفروق بين الذكور والإناث ففي (أبو غزال وجرادات، 2009؛ مصطفى، 2013؛ بني عرابة ورضوان، 2022؛ الزيتاوي والزعبي، 2021؛ ظافر، 2024) لم تظهر فروق تعزى لمتغير الجنس في أنماط التعلق، بينما نجد دراسات أخرى مثل دراسة (أبو غزال وفلوه، 2014) فروقاً في نمط التعلق القلق لصالح الذكور، وفي نمط التعلق الجانبي لصالح الإناث، وكذلك دراسة (أحمد، 2015) التي وجدت فروقاً لصالح الذكور في نمط التعلق القلق وغير المنتظم. وكذلك (غفاري، 2015) التي وجدت فروقاً في أنماط التعلق بين الزوجين تعزى للنوع لصالح الذكور دون بقية أنماط التعلق لدى الأزواج. وفي دراسة (الدهون، 2017) وجود فروق تعزى لنمط التعلق الآمن لصالح الإناث، وفي نمط التعلق القلق لصالح الذكور. وفي دراسة (راشد، 2018) التي وجدت فروقاً بين الذكور والإناث لصالح الذكور في نمط التعلق الآمن والتجنبي، وفي دراسة (أبو هلال، 2020) وجود فروق في نمط التعلق القلق لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في أنماط التعلق القلق، الآمن والتجنبي.

ويشير المنظور البيولوجي إلى أنه بالإضافة إلى تجربة الأطفال مع مقدمي الرعاية والتعلم الاجتماعي، قد ينطوي تطور التعلق على عوامل أخرى مثل الهرمونات الجنسية والاختلاف الجيني التي تقف وراء الفروق بين الجنسين في أنماط التعلق (Del Giudice, 2019).

مناقشة نتائج السؤال الثالث، والذي ينص على: هل تسهم أنماط التعلق لدى الراشدين في التنبؤ بالألكسثيميا لدى الأزواج من الجنسين؟

يبدو أن البناء الانفعالي للمرأة يتأثر بدرجة أعلى من الرجال، وحساسية هذا البناء ودرجة تأثره بالمتغيرات المساهمة فيه بدرجة أعلى من الرجال، ولذلك ظهر لدينا أن الألكسثيميا تتأثر بأي نمط من أنماط التعلق لدى النساء. فالتعلق الآمن مؤشر على انخفاض الألكسثيميا، بينما التعلق التجنبي والقلق يؤثر على ارتفاع الألكسثيميا، وخبرات التعلق ذات أثر على البناء الانفعالي وخاصة القدرة على التحديد أو الوصف بدرجة تفوق تأثير هذه السمات على الرجال، لذا يمكننا فهم لماذا المشكلات الانفعالية (القلق والاكتئاب) لدى النساء تأتي بنسب أعلى من الرجال (ديفي، 2023؛ نولين-هوكسيما، 2023).

ولأن سمة الألكسثيميا من السمات التي ترتبط بالقلق والتوتر والاكتئاب لدى الإناث (العيدان، 2019c)، والعصابية (عبد الخالق والبناء، 2014)، وفي دراسة أخرى (العيدان والأقرع، قيد النشر) وجدت ارتفاع الألكسثيميا لدى الإناث مقارنة بالذكور، وكذلك ارتفاع مستويات الإساءة في الطفولة، وخاصة الإساءة الانفعالية، والإهمال الانفعالي، ووجدت دراسة (العيدان، قيد النشر) أن أسلوب المعاملة التسلطي للوالدين (الأب والأم) يسهمان بصورة دالة في الألكسثيميا لدى المراهقين من الجنسين، وبالتالي يمكننا فهم السبب وراء إسهام أنماط التعلق جميعها بدرجة ما في الألكسثيميا.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع عدد من الدراسات مثل (Besharat & Khajavi, 2013؛ Besharat & Ferraro, 2019؛ Qaisy & Abu Darwish, 2018؛ Mousavi & Alavinezhad, 2016؛ Salimian Rizi, 2014؛ Zdankiewicz-S´ cigała and S´ cigała, 2020؛ Karmakar et al., 2024؛ Zhang et al., 2024) إذ تشير لارتباط الألكسثيميا بنمط التعلق القلق. وأن نمط التعلق القلق يمكن أن ينبئ بالألكسثيميا (Scigala et al., 2021؛ Mousavi & Alavinezhad, 2016).

خلاصة

يبدو أن أنماط التعلق لها تأثير على شخصية الرجال والنساء على الرغم من التقدم في العمر، والبدء في علاقات زواجية مستمرة، إلا أنه لا يزال هناك ظهور واضح للبرامج العقلية الداخلية، والتي اكتسبها في طفولته الأولى. وعلى الرغم من ذلك تبقى هناك فرصة لتغيير أنماط التعلق القلق أو التجنبي وتعديله حين تطول تجربة الفرد في ارتباط بشخص أو شريك زوجي لديه نمط تعلق آمن يجعل الشريك يعدل نمط تعلقه بعد المرور بتجربة انفعالية مصححة. لذا تشير

(جونسون، 2024) إلى أسلوب الحوار ذي النمط الإيجابي الذي يتناول سؤالاً: هل أنت موجود من أجلي؟ هو ما يميز تفاعلات الرابطة الآمنة بين المقربين.

توصيات

توصي الدراسة الحالية، ووفقاً للنتائج التي توصلت إليها أننا بحاجة لزيادة الاهتمام بالعلاج الزواجي القائم على أنماط التعلق، وأحد النظريات التي أثبتت فاعليتها في العلاج الأسري هي نظرية العلاج المرتكز على المشاعر، وكذلك توصي بإجراء المزيد من الأبحاث التي تبحث الدور في الوسيط للألكسثيميا بين أنماط التعلق والتوافق الزواجي.

المراجع

أبو شنَّار، فؤاد أحمد (2023). *نظرية التعلق. دار الحامد للنشر والتوزيع*. عمان: الأردن.

أبو غزال، معاوية وجرادات، عبد الكريم (2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، *5*(1)، 45-57.

أبو غزال، معاوية وفلوه، عايدة (2014). أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، *10*(3)، 351-368.

أبو هلال، ياسمين حسن (2020). أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، *4*(8)، 155-174.

بسيوني، سوزان صدقة والحاجي، رحمة أحمد (2019). أنماط التعلق الوجداني وعلاقتها بالدافعية للإنجاز. *المجلة التربوية*، *26*، 977-1008.

بني أرشيد، عبد الله محمد وجرادات، عبد الكريم محمد (2014). أثر تعديل العبارات الذاتية السلبية وتحسين مهارات الاتصال في تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى طلبة الصفين التاسع والعاشر في محافظة إربد. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، *2*(8)، 195-224.

بني عرابة، هلال بن خلفان بن ناصر ورضوان، سامر جميل (2022). أنماط التعلق السائدة لدى طلبة الصفين العاشر والحادي عشر بمدارس محافظة شمال الشرقية وعلاقتها ببعض المتغيرات في سلطنة عمان. *المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات*، 8، 1-36.

جريوالد، ديزي وسالوفي، بيتر (2017). *الشعور بالذكاء: علم الذكاء العاطفي*. في ساندر، دافيد (محرر) سطوة العواطف (ترجمة: طلعت مطر)، القاهرة: دار رؤية.

جونسون، سو (2024). *عانقني بقوة*، (ترجمة أسماء يس). مركز المحروسة. القاهرة: مصر.

حداد، ياسمين (2001). أنماط التعلق وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي اليومي والتكيف النفسي لطلبة جامعيين. *دراسات، العلوم التربوية*، *28*(2)، 456-479.

الدهون، إسلام علي محمد (2017). *أبعاد الصلابة النفسية المتنبئة بأنماط التعلق لدى عينة من اللاجئين السوريين المقيمين في الأردن*. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.

ديفي، جراهام (2017). *علم النفس المرضي: البحث، التقييم، والعلاج في على النفس الإكلينيكي*، (ترجمة: فيصل الزراد ومحمد سليط). عمّان: دار الفكر.

راشد، سعاد بنت خميس (2018). أنماط التعلق السائدة لدى طلبة الصفين الحادي عشر والثاني عشر بمدارس محافظة جنوب الشرقية – سلطنة عمان. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، *16*(2)، 130-144.

الزيتاوي، هبة باسل محمود والزعبي، أحمد محمد (2021). العلاقة بين أنماط التعلق وإدمان لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في المدارس الخاصة، المجلة العربية للنشر العلمي، *4*(36)، 348-368.

السحمة، حمود بن عبد الرحمن (2020). أنماط التعلق الوجداني كمنبئ بالشفقة بالذات لدى آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. *المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة*، *4*(10)، 99-138.

سحيري، زينت (2015). *أنماط التعلق والاكتئاب لدى الأم وعلاقتها بدرجة التعلق لدى الرضيع وظهور اضطرابات سيكوسوماتية لديه – اضطرابات النوم كمثال*. أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر – 2، الجزائر.

سيرفين، دانييل وبيرفين، لورنس أ. (2017). *علم نفس الشخصية*. (ترجمة جلال كايد ضمرة). دار الفكر، عمّان: الأردن.

شيوتا، مايكلن وكالات، جيمس (2014). *الانفعالات*. (ترجمة: علاء الدين كفافي، ومايسة النيال، وسهير محمد سالم)، عمّان: دار الفكر.

الطراونة، أحمد عبد الله جعفر (2017). أنماط التعلق وعلاقتها بالصداقة لدى طلبة جامعة مؤتة. *دراسات، العلوم التربوية*، *44*(4)، 6، 19-31.

ظافر، أسيمة معن (2024). أنماط التعلق وعلاقتها بأعراض اضطرابات الشخصية لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق. *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية*، *40*(2)، 124-147.

عبد الخالق، أحمد؛ والبناء، حياة (2014). صعوبة تعرف المشاعر وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الكويت. *مجلة العلوم الاجتماعية*، *42* (1)، 11- 41.

عبد القوي، سامي (2017). *علم النفس العصبي: الأسس وطرق التقييم*. مكتبة الأنجلو المصرية.

العبيدي، مظهر عبد الكريم والساعدي، عدنان حسين علي (2015). التعلق الآمن وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة ديالي*، 26، 532-559.

العيدان، عبد المحسن العيدان والأقرع، السيد مصطفى راغب ومرزوك، أحمد محمد وبودساموت، حسن والمقالح، صالح مصلح أحمد وناصر، مالك محمد جميل وبخيت، مالك يوسف مالك وحجي، محمد إبراهيم (2024). أثر الألكسثيميا على الشفقة بالذات في ضوء عوامل الثقافة والجنس: دراسة عبر ثقافية في سبع دول عربية. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية – جامعة السلطان قابوس*، *18*(3)، 261-277.

العيدان، مهند عبد المحسن (A 2019). الفرق في الألكسثيميا (alexithymia) بين المدمنين وغير المدمنين. *المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث*، *3* (9)، 109-131

العيدان، مهند عبد المحسن (B 2019). الألكسثيميا (alexithymia) وعلاقتها بالاكتئاب والقلق والتوتر. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، *8* (6)، 14-25.

العيدان، مهند عبد المحسن (c 2019). الألكسثيميا (alexithymia) والذكاء الانفعالي: دراسة عاملية استكشافية. *المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية*، *3* (10)، 31-61.

العيدان، مهند عبد المحسن؛ والأقرع، السيد مصطفى (مقبولة للنشر). التحقق من صدق البناء العاملي ثلاثي الأبعاد لمقياس تورنتو للألكسثيميا (20 - TAS) عبر مجتمعات عربية. *مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت*.

العيدان، مهند عبد المحسن؛ وشاطر، نعيمة طاهر (2021). الألكسثيميا (Alexithymia) وعلاقتها بمفهوم الذات لدى السجناء مرتكبي جرائم العنف والجرائم المالية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، *22*(4)، 407-434.

غفاري، نبيلة (2015). *أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من الأزواج: دراسة ميدانية بولاية الجلفة*. رسالة ماجستير، جامعة عمار ثليجي – الأغواط، الجزائر.

فاسي، سهى ويحياوي، سهير (2021). *أنماط التعلق الوجداني وعلاقتها بالاكتئاب لدى المراهقين*. رسالة ماجستير، جامعة 8 ماي 1945 قالمة، الجزائر.

فيلبس، ليزلي بيكر (2022). *حب بلا أمان*، (ترجمة محمود أيمن). عالم الأدب. القاهرة: مصر.

قنطار، فايز (1992). *الأمومة: نمو العلاقة بين الطفل والأم*. عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب. الكويت.

كاجان، جيروم (2012). *ما الانفعال؟ التاريخ، والقياس، والمعاني*. (ترجمة: منال زكريا حسين ومحمد سعد محمد). القاهرة: المركز القومي للترجمة.

كوتر، بيتر (2010). *الحب والكره والحسد التحليل النفسي للانفعالات* (ترجمة: سامر جميل رضوان). دار الكتاب الجامعي.

كولك، بيسل فان در (2021). *الجسد لا ينسى*، (ترجمة عصام الدين سامي)، عالم الأدب، القاهرة.

لارسن، راندلي (2018). *شدة الوجدان*، في ليري، مارك ر. وهويل، ريك هـ (محرران)، المرجع في الفروق الفردية في السلوك الاجتماعي، (ترجمة: عبد اللطيف محمد خليفة وعبد المنعم شحاته). القاهرة: المركز القومي للترجمة.

ليفين، أمير وهيلر، راشيل إس. إف. (2022). *متعلق*. مكتبة جرير. الرياض: السعودية.

مبارك، خلف أحمد ومحمود، وفاء محمد وحسن، رباب أحمد محمد (2020). نمط التعلق بالشريك الآخر القلق والمتجنب بالتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج. *مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية*، 5، 1365-1407.

مباركي، خديجة، وبوفاتح، محمد وباهي، سلامي (2017). بناء مقياس لأنماط تعلق الراشدين، مجلة العلوم الاجتماعية، 44، 28-48.

المصري، منى الحسيني عبد الحميد وأبو مسلم، محمود أحمد والشعراوي، علاء محمود جاد (2019). أنماط التعلق وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من مرحلة التعليم الأساسي. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، *107*(6)، 1127- 1161.

مصطفى، شيماء عزت (2013). أنماط التعلق الوجداني في الرشد وعلاقتها بجودة العلاقات الزواجية. *دراسات نفسية*، *23*(3)، 261- 302.

النجار، فايز جمعة والنجار، نبيل جمعة والزعبي، ماجد راضي (2013). *أساليب البحث العلمي منظور تطبيقي*. المملكة الأردنية، دار الحامد.

نولين-هوكسيما، سوزان (2023). *علم النفس المرضي*، (ترجمة: محمد عبد الرحمن الشقيرات، وأحمد جبريل المطارنة)، عمّان: دار الفكر.

وهبة، سمر توفيق عبد الله (2021). الكدر الزواجي وعلاقته بكل من الألكسثيميا والعزو السببي في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من الأزواج. مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، 28(1)، 1665-1782. DOI: 10.21608/jsh.2021.211317

ويب، جونيس؛ وموسيلو، كريستين (2022). *السير بلا وقود: التغلب على الإهمال العاطفي في الطفولة*، (ترجمة عبد المقصود عبد الكريم). آفاق للنشر، القاهرة: مصر.

Aino K.Mattila, Jouko K.Salminen, Tapio Nummi, Matti Joukamaaa. (2006). Age is strongly associated with alexithymia in the general population. *Journal of Psychosomatic Research Volume 61*(5), 629-635.

Alexandru, A. M. (2022). Attachment styles, alexithymia and interpersonal relationships. Studia Doctoralia. *Psychology and Educational Science, 13*(1), 23-34. https://doi.org/10.47040/sdpsych.v13i1.141

Alpona Karmakar, Shivani Tanwar, & Vishalkumar Parmar. (2024). Reducing Alexithymic Traits Using an Ideal Attachment Style Approach; A Correlational Study. *Educational Administration: Theory and Practice, 30*(5), 4257–4271. https://doi.org/10.53555/kuey.v30i5.3616

AL-shahrani, H.F., Hammad, M.A. Relationship between emotional divorce and alexithymia among married women in Saudi Arabia. *BMC Psychol 11*, 217 (2023). https://doi.org/10.1186/s40359-023-01236-w

Bagby, R. M., Parker, J. D., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of psychosomatic research, 38(1), 23-32*. https://doi.org/10.1016/0022-3999(94)90005-1

Besharat, M. A., & Khajavi, Z. (2013). The relationship between attachment styles and alexithymia: mediating role of defense mechanisms. *Asian journal of psychiatry*, *6*(6), 571–576. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2013.09.003

Besharat, Mohammad Ali & Salimian Rizi, Mohammad Mehdi (2014). The relationship between attachment styles and alexithymia: Mediating role of self-regulation. *International Journal of Research Studies in Psychology, 3*(4), 89-98.

Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.

Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2008). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.). The Guilford Press.

Collins, N & Read, S. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 4, 644- 663.

Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working Models of Attachment Shape Perceptions of Social Support: Evidence from Experimental and Observational Studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(3), 363–383. https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363

Crowell, J. A., & Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: Implications for theory and research. *Social Development, 4*(3), 294–327. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1995.tb00067.x

Del Giudice M. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current opinion in psychology*, *25*, 1–5. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.004

Elfhag, K., & Lundh, L.-G. (2007). TAS-20 alexithymia in obesity, and its links to personality. *Scandinavian Journal of Psychology, 48*(5), 391–398. https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2007.00583.x

Farhad, G.S., Karim, A., & Jalil, B.K. (2015). Prediction of Alexithymia on the Basis of Attachment Style and Early Maladaptive Schemas in University Students. *Practice in Clinical Psychology, 3*, 39-46.

Feeney, J. A. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships, 6*(2), 169–185. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1999.tb00185.x

Ferraro, Isabella (2019). *Adult Attachment Styles and Emotional Regulation: The Role of Interoceptive Awareness and Alexithymia*. BSc Thesis PSY, *University of Adelaide.*

Foran, H. M., & O'Leary, K. D. (2013). The Role of Relationships in Understanding the Alexithymia–Depression Link. *European Journal of Personality, 27*(5), 470-480. https://doi.org/10.1002/per.1887

Kokkonen P, Karvonen JT, Veijola J, Laksy K, Jokelainen J, et al. (2001) Prevalence and sociodemographic correlates of alexithymia in a population sample of young adults. *Compr Psychiatry 42*(6): 471-476.

Levant, Ronald F., Hall, Rosalie J., Williams, Christine, Hasan, Nadia T. (2009). Sex differences in alexithymia: A review. *Psychology of Men & Masculinity* 10:190-203

Lyvers, M., Randhawa, A., & Thorberg, F. A. (2020). Self-compassion in relation to alexithymia, empathy, and negative mood in young adults. *Mindfulness*, *11*(7), 1655–1665. https://doi.org/10.1007/s12671-020-01379-6.

Mason O, Tyson M, Jones C, Potts S. (2005). Alexithymia: its prevalence and correlates in a British undergraduate sample. *psychology and psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78, 113-125

Mendia, Jara & Zumeta, Larraitz & Cusi, Olaia & Pascual, Aitziber & Alonso-Arbiol, Itziar & Diaz, Virginia & Páez, Darío. (2024). Gender differences in alexithymia: Insights from an Updated Meta-Analysis. *Personality and Individual Differences.227*. 112710. 10.1016/j.paid.2024.112710.

Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual Differences, 36*(3), 499–507. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00110-7

Mousavi, Masoumeh, Alavinezhad, Ramin (2016). Relationship of Alexithymia to Adult Attachment Styles and Self-Esteem among College Students. *J Psychiatry Psychiatric Disorder; 1*(1): 6-14.

Parker, J.D., Austin, E.J., Hogan, M.J., Wood, L.M., & Bond, B.J. (2005). Alexithymia and academic success: examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences, 38*, 1257-1267.

Perry, B.D. (1999). *Bonding and attachment in maltreated children: Consequences of emotional neglect in childhood CTA Parent and Caregiver Education Series Volume 1: Issue 3, Child Trauma*. Academy Press.

Qaisy, Lama & darwish, Muna. (2018). The Relationship between Alexithymia and Attachment Styles among University Students. *World Journal of Education*, 8, 5, 104-111 DOI: 10.5430/wje.v8n5p104

Schüll, Rosa Marie (2022). Alexithymia in relation to avoidant attachment and recalled parental rearing behavior. BSc Thesis, MSH Medical School Hamburg.

Scigala, D. K., Fabris, M. A., Badenes-Ribera, L., Zdankiewicz-Scigala, E., & Longobardi, C. (2021). Alexithymia and self-differentiation: The role of fear of intimacy and insecure adult attachment. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, *43*(2), 165–176. https://doi.org/10.1007/s10591-021-09567-9

Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2012). The alexithymia personality dimension. In T. A.

Widiger (Ed.), Oxford library of psychology. *The Oxford handbook of personality disorders* (pp. 648-673). New York, NY, US: Oxford University Press.

Taylor, G.J. (2000). Recent developments in alexithymia theory and research. *Canadian Journal of Psychiatry*, 45, 134-142.

Woźniak, P.A. (2024). Investigating the Association between Avoidant Attachment Style and the Acceptance of Gaslighting in Intimate Relationships with the Mediating Role of Alexithymia. BSc Thesis PSY, University of Twente.

Zakeri F, Rezaei M. The Role of Alexithymia and Dysfunctional Reactions in Predicting Marital Intimacy. PCP 2022; 10 (4) :329-342 URL: http://jpcp.uswr.ac.ir/article-1-837-en.html

Zdankiewicz-Ścigała, E., & Ścigała, D. K. (2020). Attachment Style, Early Childhood Trauma, Alexithymia, and Dissociation Among Persons Addicted to Alcohol: Structural Equation Model of Dependencies. *Frontiers in psychology*, *10*, 2957. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02957

Zhang, J., Zhang, Y., Mao, Y., & Wang, Y. (2024). The relationship between insecure attachment and alexithymia: A meta-analysis. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, *43*(7), 5804–5825. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04749-0