المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية
العدد 08 مارس 2020
المركز الديمقراطي العربي ألمانيا برلين

الألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم
المفهوم والعلاج

أ.طهراوي ياسين
جامعة أبي بكبر بلقايد – تلمسان- الجزائر

ملخص: عرف مجل صعوبات التعلم في الآونة الأخيرة دراسات مكثفة من أجل الإلمام بكل ما له علاقة بهذا الاضطراب ومن جميع النواحي، فالأفراد ذوي صعوبات التعلم على الرغم من ذكائهم العادي غير أنهم يعانون من تدني التحصيل الدراسي، ومن بين الخصائص التي تميزهم عن غيرهم نجد صعوبة التعبير عن المشاعر مقارنة بأقرانهم العاديين، وتدني مهارات التعبير الانفعالي، أو ما يشار إليه بالالكسيثيميا، والتي تعيق تكيفهم الشخصي والاجتماعي، لما لها من علاقة وطيدة بالمهارات الاجتماعي، حيث تشير كل هذه المعطيات إلى ضرورة التشخيص المبكر وبالتالي تصميم وبناء برامج علاجية وإرشادية وتدريبية من أجل التدخل المبكر لخفض الألكسيثيميا عند الأفراد ذوي صعوبات التعلم.

الكلمات المفتاحية: صعوبات التعلم، الألكسيثيميا، المفهوم، العلاج.

مقدمة:

أصبح مجال صعوبات التعلم (Learning Disorder) يعرف تسارع كبير في الدراسات والأبحاث الحديثة، التي تناولت ولا تزال تتناول مختلف المتغيرات التي لها علاقة بهذا الاضطراب، كما يطلق عليها كذلك اسم اللامفرداتية، أو فقدان العواطف، أو نقص في الانسجام النفسي للفرد، أو العمى العاطفي، عمى المشاعر، البرود العاطفي، وصعوبة التعرف على المشاعر، عجز في التعبير الانفعالي، التكتم، البلادة العاطفية، إذ أن جميع هذه المصطلحات نجد من يستخدمها للتعبير عن الالكسيثيميا، إذ يعاني المصابين بالألكسيثيميا من عجز في التعرف على المشاعر ومن ثم القيام بوصفها (Mellor & Dagnan, 2005 :229)، ويرى (مظلوم، 2017: 143) ومن خلال مختلف الدراسات ذات العلاقة، أنه غالبا ما يتم وصف الالكسيثيميا على أنها قصور لدى الفرد في التعبير عن مشاعره المختلفة، وتتمظهر في صعوبة التعرف على مختلف المشاعر ، ووصف تلك المشاعر، وصعوبة التمييز بين المشاعر المختلفة، إضافة إلى ندرة في الخيال. وللألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم تداعيات وآثار سلبية على هؤلاء الأفراد سواء في حياتهم الشخصية أو الاجتماعية أو الأكاديمية، فلا نستطيع التطرق لموضوع المهارات الاجتماعية بدون أن نعرج على الألكسثيميا، خصوصا انه لا يمكننا نفي العلاقة التي تربط المهارات الاجتماعية مع التحصيل الدراسي الأكاديمي، وهو ما أكدته مختلف الدراسات على غرار دراسة اليوسف (2013)، دراسة ويلسون وآخرون (Wilson et all,1995)، دراسة عطار (2007)، ومن جهة أخرى أوصى محمود (2016) بضرورة الاهتمام بمختلف جوانب شخصية الأفراد ذوي صعوبات التعلم، وليس الاقتصار والاكتفاء فقط بما هو أكاديمي لديهم. لما لها من تأثير على حياتهم وصحتهم الجسدية والنفسية حيث يذكر (عكاشة، 1998: 645) أن التفسير العلمي للأمراض السيكوسوماتية، هو في الحقيقة عدم قدرة الفرد على التعبير عن انفعاله بكلمة، وبعدها يظهر الانفعال على شكل أمراض جسدية، فالفرد وبدلا أن يبكي بعينيه، فهو يبكي حينها بأحد أعضاء جسده.

1- نبذة تاريخية عن الألكسيثيميا:

يعتبر نشأة هذا المصطلح أي الألكسيثيميا مع ظهور الأمراض السيكوسوماتية (Psychosomatic)، وهذا من خلال الملاحظات الإكلينيكية للمصابين بهذه الاضطرابات (بوشوشة، نايت، 2018: 32). أما في سنة (1948) فقد أشار رووش (Ruesh) في (Tibon,sh. Et all., 2005 :509) إلى ما اصطلح عليه الشخصية الطفولية، كمشكل أساسي لدى مرضى مختلف الاضطرابات السيكوسوماتية، حيث تظهر عليهم قصور في عملية التخيل، وكذا

صعوبات في التعبير الانفعالي. وتشير (رضوان، 2015:15) إلى أن بيتر سيفنوس (Sifneos) في سنة 1972 م يعد أول من تناول هذا المصطلح أي ألكسيثيميا، وهذا لملاحظته لمرضى الاضطرابات السيكوسوماتية، وهم يعانون من صعوبة القدرة على وصف مشاعرهم للآخر، ونقص كذلك في القدرة على استخدام الرموز أو الكلمات في التعبير عن مشاعرهم للآخرين. وكان هذا في مداخلته في المؤتمر الأوروبي في مدينة فيينا حول السيكوسوماتية (Psychosomatic)،

2- تعريف الألكسيثيميا: (Alexithymia)

هناك جدل قائم للفصل في هل تعد الألكسيثيميا سمة في الشخصية أم اضطراب نفسي، غير أنه وفي آخر إصدار لـ (DSM) لم يتم اعتبار الألكسيثيميا اضطراب وإنما سمة في الشخصية (Personality Trait) (الفحل، 2016: 5)، ولتقريب الرؤية أكثر لابد من معرفة معنى الكلمة لغة واصطلاحا على النحو التالي:

أ- لغة: وهي كلمة يونانية الأصل (الإغريق)، حيث نجد أنها ككلمة تنقسم إلى ثلاثة مقاطع متتالية (Tylor et al,1997) في (زين العابدين، 2016: 34) كما يلي:

المقطع الأول: A، وتعني غياب أو نقص.

المقطع الثاني: lexis وتعني كلمات

المقطع الثالث: ، Thymos، وتعني المشاعر والانفعالات.

ب- اصطلاحا:

يعتبر كمصطلح اقترحه الطبيب بيتر سيفنيوس (Peter Sifneos) سنة 1973، حيث يصفها الشربيني (2001، 15) على أنها " عجز في التعبير وعدم القدرة أو صعوبة الوصف للمشاعر ومختلف العواطف والانفعالات، أو أنها عدم المعرفة بالمشاعر التي تلوج بداخل الفرد"

ويعرفها بشارات (Besharat , 2014) في (متولي، 2018: 114) على أنها قصور في قدرة الفرد على التعامل مع مختلف الانفعالات وهذا من الناحية المعرفية، وكذا تنظيمه لوجداناته، ويمكن أن تكون سببا في الأمراض الجسمية والنفسية.

في حين أنه يعرفها كرستال (Krystal, 1988) في (العاني، الشمري، 2017: 587) على أنها أحد أشكال الاضطراب الوظيفي في تحديد الفرد لمشاعره والتعبير عنها، وكذا فهي تشير إلى سمة وجدانية معرفية للشخصية.

3- نسبة انتشار الألكسيثيميا:

نلاحظ غياب الإحصائيات الرسمية سواء على الصعيد العالمي أو في الوطن العربي أو حتى على المستوى المحلي الجزائري، إذ نلمس فقط بعض الاجتهادات والدراسات التي حاولت تقريب الصورة، حيث تشير مختلف الدراسات إلى أن نسبة انتشار الالكسيثيميا هي تتراوح بين (9.4 %) بالنسبة للذكور، أما الإناث فقد بلغت

النسبة (% 5.2) ، حيث بلغت في فنلندا عند فئة الذكور (11.9 %)، أما الإناث فبلغت (% 8.1) (العيدان، 2019: 111). كما أشارت نتائج دراسة توماس (Thomas,2010) في (عبد العزيز، 2014) أنها تنتشر بين فئة المراهقين بنسبة (18.2%)

كما تذكر داود (2016:418) أن هناك العديد من الدراسات مثل 2001, Hallstrom & Posse و دراسة Larsenab et. al., 2005 و غيرها أن الذكور يعانون من مستوى أعلى في الالكسيثيميا مقارنة بالإناث. في حين أن خميس (2014) تشير إلى أن الألكسيثيميا هي سمة شخصية يمكن أن توزع في المجتمع بشكل عام بمعدل (15- 20%).

4- تعريف صعوبات التعلم: (Learning Disorder)

وتعرفها اللجنة القومية المشتركة لصعوبات التعلم على أنها (NGCLD,1990) في (عبد الواحد، 2015: 413) مصطلح عام يشير إلى مجموعة غير متجانسة من الاضطرابات، تظهر على صورة مشكلات دالة في استخدام أو اكتساب الاستماع، الكلام، القراءة، الكتابة، والقدرات الحسابية، وهي اضطراب ذات منشأ داخلي للفرد، ويفترض أنها نتيجة خلل وظيفي في الجهاز العصبي المركزي (CNS)، كما يمكن أن تحدث في أي مرحلة من حياة الفرد، وربما تظهر معها مشكلات في تنظيم الذات، والإدراك الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي، غير أنها لا تمثل في حد ذاتها صعوبات التعلم، وقد تحدث مصاحبة لإعاقات أخرى، أو لتأثيرات خارجية إلا أن صعوبات التعلم ليست نتاجا لهذه الإعاقات أو التأثيرات.

5- الخصائص الاجتماعية لذوي صعوبات التعلم:

من بين الخصائص التي تميز ذوي صعوبات التعلم يذكر (سالم وآخرون، 2006: 30) قصور في تكيفهم مع العالم المحيط بهم، خصوصا مع الأقران سواء في المدرسة أو أثناء اللعب، في حين يشير (Lerner, 1993 and Bryan, 1997) في (النوبي،2011، 82) أن هؤلاء الأفراد غالبا ما يخفقون في بناء علاقات اجتماعية وصداقة والمحافظة عليها، نتيجة صعوبة في التعبير واختيار السلوكيات المناسبة في التعامل في الوقت المناسب لذلك، ويعتبر (ابراهيم،2010: 147) أن الخصائص الاجتماعية هي محك للحكم على السواء عند الأفراد، إذ أنه توجد الكثير من الدراسات على غرار ديميتروفيسكي وآخرون (Dimitrovesky et all, 1998) ودراسة كان وجوي (Kane et Joy, 2002)، ودراسة حسن (2003) أنه هؤلاء الأفراد يعانون من انخفاض في الذكاء الاجتماعي وكذا مختلف مهارات الاتصال اللفظية وغير اللفظية، إضافة إلى ضعف الثقة بالنفس (Self-Assurance)، وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي. ويصفهم من جهة أخرى

(عثمان، 1979) في (الحلو، 2008:153) أن هؤلاء يحصلون على درجات منخفضة في قائمة مشكلات التوافق الاجتماعي.

6- قياس وتشخيص الألكسيثيميا:

إنه وبظهور مصطلح الألكسيثيميا (Alexithymia) تزامن معه مجهودات كثيرة، لتقديم مختلف الأدوات لقياسها وتشخيصها عند الأفراد، فبرزت إلى الساحة المجموعة من المقاييس المستخدمة لهذا الغرض ونذكر منها على سبيل المثال لا الحصر منها: مقياس تورنتو للألكسثيميا (TAS- 20k) من إعداد تايلور وآخرون (Toronto Alexithymia Scale)، مقياس البنا (2003)، مقياس العراقي (2006)، مقياس الأليكسيثيميا للمراهقين لعد التواب وشعبان (2012)، مقياس محمد البحيري (2009)، مقياس متولي (2018)، مقياس مظلوم (2017) الذي يتضمن (26) عبارة موزعة على أربعة أبعاد، مقياس صابر (2012)، مقياس الألكسثيميا اختبار مينسوتا المتعدد الأوجه للشخصية (The MMPI Alexithymia Scale)، ومقياس شالنج سيفنيوس للشخصية (The Schalling-Sifneos Personality Scale)، ومؤشرات رورشاخ الألكسيثيميا (The Rorschach Alexithymia Indices) ، (AQC) Alexithymia Questionnaire for Children ، مقياس الالكسيثيميا للأطفال من إعداد هبة مكي (2013).

7- النظريات المفسرة للألكسيثيميا:

توجد العديد من النظريات والنماذج التي حاولت تفسير اضطراب الالكسيثيميا، ونوضح فيما يلي بعض تلك النظريات وكيف تناولت هذا الموضوع

ب- نظرية النيوروبيولوجية (Neurobiology theory):

ترى أنه كل تلف يصيب النصف الكروي الأيمن بالمخ يكون سببا في ظهور الأعراض الخاصة بالالكسيثيميا، إضافة إلى أن هذه الأخيرة تتضمن كذلك عجز أساسي في تجهيز المعلومات، (متولي، 2019:118).

ج- النظرية السلوكية (Behavioral Theory)

يرى زلوتنيك (Zlotnick et all ,2001) في (العاني والشمري، 2017: 588) أن الفرد الذي يتعرض لصدمة مؤلمة، فإنهم يواجهون حالة من ما يسمى بالنكوص الوجداني، لمواقف الصدمة وكل ما ارتبط بها من مختلف المشاعر والانفعالات، وتكرار تلك المواقف من جهة أخرى تكسب الفرد حالة من جهل المشاعر والذي هو ناتج عن عملية قمع لتلك الخبرات باستمرار، متجنبا بذلك الإحساس بالألم الذي يصاحبها.

ه – النظرية العصبية المعرفية:

ويرى رواد هذه النظرية أن النصف الأيمن من المخ هو الجهة المسئولة عن وصف وتحديد المشاعر والتعبير عنها كذلك، وأرجع سيفنيوس (Sifneos) أسبابها إلى ما يسمى بانقطاع الألياف الترابطية العصبية بين النصف الأيمن والأيسر للمخ، وبالتالي انقطاع المعلومات بينهما، إضافة إلى ذلك أن سلامة القشرة المخية تعني سلامة الفرد من هذا الاضطراب. (بوشوشة ونايت، 2018: 35).

8- مكونات وأبعاد الالكسيثيميا:

وتذكر (بوشوشة وكريمة، 2018:) أن هناك أربعة (4) أبعاد معروفة للألكسيثيميا بصفة عامة وهي:

أ- صعوبة تحديد المشاعر: فنجد الأفراد في هذه الحالة عاجزون عن التمييز ما بين مشاعرهم وأحاسيسهم الجسدية، فهم يصفون الأعراض الجسدية كمحاولة منهم للتعبير عن أحاسيسهم، فنجدهم ميالين لشكاوي جسدية نتيجة لضعف القدرات عندهم المرتبطة أساسا بالخيال.

ب- صعوبة وصف المشاعر: وهي تعبر عن عجز الفرد عن التعبير على مختلف انفعالاته لفظيا، حيث أن اللغز الكامن وراء الالكسيثيميا هو تلك العلاقة الموجودة بين الانفعالات واللغة،

ج- الاعتماد المفرط على الأساليب القمعية ودفاعات الأنا:

حيث أشار (متولي، 2019: 120) أنه توجد بعض الدراسات مثل (Parker, et al.1998) و (Chenge & Rao1998) توصلت نتائجها إلى وجود ارتباط المستوى المرتفع في الالكسيثيميا بأساليب المواجهة القمعية، واستخدام الاستراتيجيات غير التكيفية، حيث أن النقص الواضح والجلي في التعبير الانفعالي يعني في المقابل قيام الفرد بالتجنب، والكبت والرفض والقمع وغيرها.

د- **التفكير المتوجه للخارج:** (Externally Oriented Thinking): إذ نلاحظ هنا أن الأفراد في هذه الحالة يقومون بوصف لتفاصيل كثيرة جدا لتلك الأحداث التي أثارت عندهم مجموعة من الانفعالات، عوضا عن قيامهم بالتعبير عنها، حيث يكون تطرقهم لشتى التفاصيل يكون شبه آلي، وليس حالة انفعالية آنية، يمكن وصفه بالفقر الشعوري. (بوشوشة وكريمة، 2018)

9- أنواع الألكسيثيميا:

يذكر (فاسي، 2016) أن فريبارجر (Freyberger) يعتبر أول من قسم الألكسيثيميا إلى نوعين اثنين، يمكننا تقسيم الألكسيثيميا إلى نوعين اثنين أولية وثانوية، ويتمثلان في ما يلي

أ- الألكسيثيميا الأولية: (Primary *Alexithymia*) وهذا النوع يؤدي إلى اضطرابات سيكوسوماتية، كعامل استعدادي، ويرى جويلبود (Guilbaud) أن الأولية راجعة أساسا إلى اضطرابات التقمص، أو المشاركة الوجدانية.
ب- الألكسيثيميا الثانوية: (Secondary Alexithymia) في حين أن هذا النوع لا ينشأ عن سبب عصبي، (فاسي، 2016: 79). هذا بالإضافة إلى ما يلي:

ج- الألكسيثيميا المعيارية الذكورية (Normative Male Alexithymia): وهذا يعتبر مفهوم حديث، من رواده هو ليفانت (Levant) ، ويصف من خلاله معاناة فئة الذكور، وضعف القدرة لديهم على التعبير عن مختلف المشاعر التي تعتريهم، إضافة إلى كبت تلك المشاعر. (الدهمشي والشريفين، 2019: 427).

وهناك من يصنفها إلى صنفين اثنين هما الالكسيثيميا النفسية المنشأ (Psychogenic Alexithymia)، والالكسيثيميا البيولوجية المنشأ (Biogenic Alexithymia).

10- الألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم:

نبه الكسينان (Elksnin,2006) في الحمران وآخرون (2013:313) على ضرورة تعليم وتدريب التلاميذ أو الأفراد ذوي صعوبات التعلم على تفسير والتعبير عن المشاعر وفهم إشارات التواصل غير اللفظية. وهو ما تؤكده النتائج التي توصلت لها دراسة ميلر وداغنان (Mellor and Dagnan,2005) في (غنيم، 2017: 769) التي بينت وجود أوجه شبه كثيرة بين خصائص الالكسيثيميا وصعوبات الإدراك العاطفي والأساليب المعرفية الخارجية عند ذوي صعوبات التعلم، وهو ما يؤيده (Schilling ,1996) في (القمش وآخرون، 2013: 705) الذي يرى أن الذكاء الانفعالي مرتبط بمختلف الانفعالات لدى الأفراد ومزاجهم ومشاعرهم، ويتحكم كذلك بمعية الذكاء العقلي في سلوكياتهم.

ويمكن أن نستدل على الألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم من خلال وجود العديد من الدراسات التي حاولت جاهدة تسليط الضوء على الالكسيثيميا عند فئة ذوي صعوبات التعلم سواء كان ذلك بشكل مباشر أو بشكل ضمني، و نجد بذلك دراسة البحيري (2009) التي تناولت موضوع لمعرفة الإسهام النسبي لمتغيرات ضبط الذات والثقة بالنفس والضغوط النفسية في التنبؤ بالألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم القراءة الموهوبين موسيقيا، إذ توصلت النتائج في الأخير إلى وجود علاقة ارتباطية بين كل من الألكسيثيميا وضبط الذات والثقة بالنفس وكذا الضغوط النفسية، وإسهام هذه المتغيرات كذلك في التنبؤ باضطراب الالكسيثيميا عند عينة الدراسة. ما يعني أن الباحث هنا اعتبر الألكسثيميا عند ذوي صعوبات

التعلم كاضطراب وليس سمة في الشخصية، ومن جهة أخرى هدفت دراسة رضوان (2015) إلى الكشف عن علاقة الألكسيثميا بالمناخ الأسري والقلق الاجتماعي عند المراهقين الصغار ذوي صعوبات التعلم، أسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين القلق الاجتماعي والالكسثيميا عند هذه الفئة، وأن الإناث هن أكثر معاناة من الذكور في اضطراب الالكسثيميا. كما أنه عكفت في دراسة مشابهة لذلك دراسة (حسين، 2017) إلى التعرف على الألكسيثيميا وعلاقتها بالتوافق النفسي عند التلاميذ من ذوي صعوبات التعلم، أين توصلت الباحثة في الأخير إلى وجود علاقة ارتباطية بين الألكسيثيميا والتوافق النفسي عند ذوي صعوبات التعلم، إضافة إلى أنه يمكن التنبؤ بالألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم وهذا عن طريق مدى توافقهم النفسي.

ومن جهة أخرى حاولت بعض الدراسات بناء وتصميم برامج مختلفة للتدخل مع هؤلاء، فنجد دراسة غنيم (2017) حول فعالية برنامج إرشادي في خفض الالكسيثيميا عند تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي صعوبات التعلم على عينة قوامها (12) تلميذا، وتوصلت الدراسة في الأخير إلى تحقق فعالية البرنامج في خفض الالكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم، كما أوصت الدراسة على ضرورة القيام بالتشخيص المبكر لفئة ذوي صعوبات التعلم خصوصا الذين يعانون من الالكسيثيميا. في حين أنه قام الحمران وآخرون (2013) بدراسة تهدف إلى التعرف على أثر استخدام برنامج تدريبي لتنمية المهارات الاجتماعية الانفعالية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم الذين التحقوا بغرفة المصادر، إذ توصلوا في الأخير إلى تأكيد الأثر الايجابي للبرنامج على المجموعة التجريبية، حيث أنه ومن بين المهارات الاجتماعية التي استهدفوها في الدراسة هذه هي وصف المشاعر والتعبير عنها للآخرين.

11- علاج الألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم:

عن طريق إعداد وتصميم برامج علاجية وإرشادية وتدريبية، مع الأخذ بعين الاعتبار الخصائص التي يتفرد بها ذوي صعوبات التعلم، ناهيك عن بناء خطة تربوية فردية (IEP) لأنه كما هو معلوم فإن ذوي صعوبات التعلم كل حالة تختلف عن الأخرى، حيث يذكر عادل (2008: 242) أنه وبالرغم من تدني المهارات الاجتماعية عند ذوي صعوبات التعلم ومنها قصور في التعبير عن المشاعر، فإنه يمكن تدارك الأمر، بحيث يختفي القصور بشكل تدريجي وهذا عن طريق استخدام التدريب وإخضاع هؤلاء الأفراد إلى مختلف البرامج العلاجية والإرشادية والتدريبية، خصوصا تلك التي تعتمد على التعليم العلاجي (Instruction Remedial)، وبالاطلاع على مختلف الدراسات التي صممت شتى البرامج لغرض وهدف علاج ذوي صعوبات التعلم، نجد أن الكثير منها اعتمدت على

أساليب واستراتيجيات وفنيات أثبتت فعاليتها ميدانيا تجريبيا وإحصائيا في ذلك، وهذا مثل لعب الأدوار (Role Playing)، والنمذجة (Modelling)، والتعزيز (Reinforcement) إضافة إلى التغذية الراجعة (Feedback)، وتؤكد ذلك دراسة التي قام بها الحمران وآخرون (2013).

هذا ويشير هوغ وكاثرين (Hugh and Kathryn, 1988) في الحمران وآخرون (2013: 313) أنه بالإمكان علاج الضعف في الأداء الاجتماعي للأفراد وتحسينه وتنميته من خلال تبني التدريب على مختلف المهارات الاجتماعية. كما أثبتت دراسة بن زاهي ولقوقي (2016) فعالية كل من سرد القصص (Telling Stories)، والسيكودراما (Psychodrama)، والألعاب التربوية، والتمثيل، والمناقشة والحوار في تنمية المهارات الاجتماعية عند الأطفال، خصوصا تنمية المشاركة الوجدانية من خلال إكسابهم فهم تعابير الوجه الفرح والحزن والغضب. ويؤكد كذلك كل من مندل وجولد (Mandell and Gold) في (محمود، 2016: 151) أن لعب الدور يساعد الفرد على التعبير عن مختلف مشاعره، خصوصا تلك المشاعر المرتبطة ببعض المواقف والأحداث الفعلية التي يقوم بها. وأثبت ذلك كذلك عادل (2008) في دراسته حول فعالية برنامج للتعليم العلاجي في تنمية المهارات الاجتماعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم وأثره على معدل سلوكهم المشكل، إذ خصص ضمن البرنامج جلسات وأنشطة خاصة بالتعبير الانفعالي من أجل تدريب الأطفال على التعبير عن مشاعرهم الايجابية والسلبية، والتعبير عن آرائهم واتجاهاتهم، حيث استخدم الباحث ضمن البرنامج الواجبات المنزلية.

وبالتالي فإننا نشير أننا نلمس ونستنبط أن العديد من الدراسات التي كان تدخلها مع ذوي صعوبات التعلم فيما تعلق بالالكسيثيميا، عن طريق الفنيات السلوكية، والتي نذكر منها: لاسترخاء (Relaction)، التدريب على المهارات الاجتماعية (Social Skills Treaning)، النمذجة (Modelling)، التشكيل (Shaping)، و التحصين المنهجي (Systematic Immunization)

خاتمة:

من خلال ما تم عرضه يتبين لنا أن ذوي صعوبات التعلم بالإضافة إلى معاناتهم في المجال الأكاديمي خصوصا ما تعلق بتدني التحصيل الدراسي، فهم يعانون من مشاكل أخرى تعيق حياتهم، وتقدمهم في مختلف نشاطاتهم وتوافقهم الشخصي الاجتماعي، وهي تشكل في مجملها خصائص تميز ذوي صعوبات التعلم عن باقي فئات التربية الخاصة، وهي في حاجة ماسة وأكيدة لتصميم مختلف البرامج الإرشادية والتدريبية والعلاجية من أجل خفض الألكسيثيميا عند هؤلاء، خصوصا

وأن الدراسات التي تطرقت لموضوع الالكسيثيميا عند الأفراد ذوي صعوبات التعلم قليلة جدا في حدود اطلاع الباحث.

توصيات واقتراحات:

نورد فيما يلي مجموعة من التوصيات التي نرى أنها ذات علاقة وطيدة بهذا الموضوع وهي:

- بناء أدوات قياس وتشخيص الألكسيثيميا عند فئة ذوي صعوبات التعلم في البيئة الجزائرية
- بناء وتصميم برامج إرشادية، تدريبية وعلاجية لعلاج أو خفض الألكسيثيميا عند ذوي صعوبات التعلم.
- القيام بدراسات معمقة حول الالكسيثيميا وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى عند ذوي صعوبات التعلم.

المراجع:

- أنور السموحي الدهمشي، أحمد الشريفين (2019) ، فاعلية العلاج المرتكز على الانفعالات والعلاج الآدلري في خفض مستوى الألكسيثيميا لدى اللاجئات السوريات، مجلة دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي، المجلد 46، العدد 3، ص ص 426- 443.
- ابتسام عبد المجيد الحلو (2008)، برنامج تدريبي لتنمية مهارتي التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة كلية التربية بور سعيد، العدد 4، ص ص 152- 180.
- انتصار كمال العاني، عفراء حمزة الشمري (2017)، قصور التعبير عن المشاعر وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي، مجلة كلية التربية للبنات، العراق، المجلد 28، العدد 2، ص ص 583- 604.
- الهاشمي لقوقي، منصور بن زاهي (2016)، فاعلية برنامج مقترح في الألعاب التربوية لتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى أطفال التربية التحضيرية بمدينة ورقلة ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 24، ص ص 161- 172.
- أيمن الهادي محمود (2016)، فعالية إستراتيجية لعب الأدوار في تحسين بعض المهارات الاجتماعية للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد 5، العدد 1، ص ص 150- 171.
- إيمان احمد خميس (2014)، إسهام بعض المتغيرات في التنبؤ بالالكسيثيميا لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، المجلد 6، العدد 20، ص ص 259- 350.
- بدوية محمد سعد رضوان (2015)، الالكسيثميا وعلاقتها بالمناخ الأسري والقلق الاجتماعي لدى مجموعة من المراهقين الصغار ذوي صعوبات التعلم بالمعاهد

الأزهرية، مجلة كلية الدراسات الإنسانية، جامعة الأزهر، المجلد 15، العدد 15، ص ص 457- 588.
- بوشوشة مريم، نايت عبد السلام كريمة (2018)، الألكسثيميا لدى الطفل: التشخيص والعلاج، مجلة البحوث والدراسات الإنسانية، ص ص 31- 48.
- دلال محمد السبعي، سهير محمد التوني (2018)، الألكسيثيميا وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمدينة جدة، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز.
- رامي محمود اليوسف (2013)، المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة حائل بالمملكة العربية السعودية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 21، العدد 1، ص ص 327- 365.
- سماح عبد الغني أحمد عبد الرحمان (2017)، تنمية بعض مهارات الذكاء الوجداني لخفض حدة الالكسثيميا لدى مجموعة من تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي صعوبات التعلم، رسالة دكتوراه الفلسفة في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر.
- سحر احمد حسين (2017) ، الالكسثيميا وعلاقتها بالتوافق النفسي للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة التربية الخاصة والتأهيل، المجلد 6، العدد 21، الجزء 2، ص ص 91- 136.
- سليمان عبد الواحد يوسف ابراهيم (2010)، المرجع في صعوبات التعلم النمائية والأكاديمية والاجتماعية والانفعالية، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة، مصر.
- عطار، إقبال أحمد (2007)، المهارات لاجتماعية والخجل وعلاقتهما بالتحصيل لدى التلاميذ من مراحل دراسية مختلفة بالمملكة العربية السعودية، مجلة كلية التربية، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر. العدد 31، الجزء 2. ص ص 57- 84.
- عادل عبد الله محمد (2008)، التعليم العلاجي للأطفال ذوي صعوبات التعلم، سلسلة غير العاديين، دار الرشاد للنشر والتوزيع.
- عباس فاضل عبد الواحد (2015)، صعوبات التعلم دراسة نظرية، مجلة دراسات في التاريخ والآثار، ملحق العدد 50،
- عبد الله بن احمد الزهراني (2019)، الخصائص السيكومترية لمقياس تورنتو للألكسيثيميا لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود، المجلة السعودية للعلوم النفسية، الرياض، العدد 63، ص ص 113- 129.
- غنيم، شاهندة عادل أحمد إبراهيم، دسوقي، شيرين محمد (2017). فعالية برنامج إرشادي في خفض الألكسيثيميا لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم،

مجلة كلية التربية، جامعة بور سعيد، العدد 21، يناير 2017، ص ص 765-793.
- فاسي آمال (2016)، الاكتئاب الأساسي والألكسيثيميا لدى مريض السرطان كنشاط عقلي، أطروحة دكتوراه في علم النفس العيادي، جامعة محمد لمين دباغين، سطيف، الجزائر.
- فارس زين العابدين (2016)، صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا)، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، مخبر المهارات الحياتية، جامعة محمد بوضياف مسيلة، العدد 3، ص ص 33- 43.
- لطفي الشربيني (2001)، موسوعة شرح المصطلحات النفسية، ط1، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- محمد عبد القادر متولي (2019)، علاقة الالكسيثيميا بالضغوط النفسية لدى والدي أطفال ذوي اضطراب التوحد، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 27، العدد 4، ص ص 110- 144.
- محمد رزق البحيري (2009)، إسهام بعض المتغيرات النفسية في التنبؤ بالألكسيثيميا لدى عينة من الأطفال من ذوي صعوبات تعلم القراءة الموهوبين موسيقياً، مجلة دراسات نفسية، مصر، المجلد 19، العدد 4، ص ص 815- 883.
- مسعد نجاح الرفاعي أبو الديار (2011)، تنمية أساليب المواجهة لخفض الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للأليكسيثيميا لدى عينة من الأطفال ذوي الأعراض الذاتوية ، أطروحة دكتوراه في الآداب، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية ، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر.
- مصطفى علي رمضان مظلوم (2017)، تنظيم الانفعال وعلاقته بالأليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد 82، ص ص 143- 212.
- محمد خالد الحمران، محمد فواز بدرانه، مدين نايف الحوري (2013)، أثر برنامج تدريبي في غرفة مصادر التعلم على تنمية المهارات الاجتماعية والانفعالية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، المجلد 20، العدد 7، ص ص 308- 338.
- محمد النوبي محمد علي (2011)، صعوبات التعلم بين المهارات والاضطرابات، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- محمود عوض الله سالم، مجدي محمد الشحات، أحمد حسن عاشور (2006)، صعوبات التعلم التشخيص والعلاج، ط2، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، الأردن.

- مصطفى القمش، وفؤاد الجوالده، وخليل المعايطة، وعبد الله الهباهبة (2013)، أبعاد الذكاء الانفعالي السائد لدى طلبة صعوبات التعلم في محافظة الكرك بالأردن وأثره على نوع صعوبة التعلم، الجنس والصف الدراسي، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد 27، العدد 4.
- مهند عبد المحسن منصور العيدان (2019)، الفرق في الألكسيثيميا بين المدمنين وغير المدمنين، مجلة العلوم التربوية والنفسي ، المجلد 3، العدد 9، ص ص 109-131.
- محمد سامي سعيد محمد (2018) ، القراءة مدخل لخفض أعراض الالكسيثيميا وصعوبات التعلم لدى الموهوبين، أطروحة دكتوراه الفلسفة في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر.
- نسيمة علي داود (2016)، العلاقة بين الالكسيثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم الأسرة والجنس، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 12، العدد 4، ص ص 415- 434.
- نبيل محمد الفحل (2016)، مقياس الألكسيثيميا للمراهقين المكفوفين، ط1، دار العلوم للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- نادية محمود غنيم عبد العزيز (2014)، صعوبة تعرف المشاعر في علاقتها بصورة الجسم والضغوط النفسية لدى عينة من المراهقين ، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، العدد 56، الجزء 3، ص ص 117- 158.
- ناصر سيد جمعه، أحمد ثابت فضل رمضان (2013)، الألكسيثيميا واضطراب العناد المتحدي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع56، رابطة التربويين العرب. مصر.
- هاشم ابراهيم، آلاء الغويري (2018)، الالكسيثيميا وعلاقتها بالسمنة لدى الإناث في الأردن، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، المجلد 32، العدد 1، ص ص 197-220.
-Abbasi, M., Bagyan, M. J., & Dehghan, H. (2014). Cognitive failure and alexithymia and predicting high-risk behaviors of students with learning disabilities. International journal of high risk behaviors & addiction, 3(2), e16948.
-Abbasi, Mohammad (2017) Self-Efficacy and Alexithymia as Moderators between perceived social support and Stress among Parents of Children with Learning Disabilities. EUROPEAN JOURNAL OF MENTAL HEALTH, 12 (2). pp. 218-229.

-Francisco M., Manuel G, and Beatriz Ortiz-Soria. (2003). Alexithymia – State or Trait. The Spanish Journal of Psychology. Vol. 6, No. 1, 51-59.
-Mellor, K., & Dagnan, D. (2005). Exploring the concept of alexithymia in the lives of people with learning disabilities. Journal of Intellectual Disabilities, 9(3), 229–239.
- Porcelli P, Mihura, J L .(2010): Assessment of AlexithymiaWith the Rorschach Comprehensive System: The Rorschach Alexithymia Scale (RAS), Journal of Personality Assessment, 92 (2), p 128-136.
-Tibon, S., Weinberger, Y., Handelzalts, J.E., & Porcelli, P. (2005). Construct Validation of the Rorschach Reality-fantasy Scale in Alexithymia. Psychoanalytic Psychology. Vol. 22, No. 4, 508–523.
- Wilson,R., Shuilha K., dennis j. (1995) : The Relationship of Social Skills to academic achievement, guidance and counseling, 11(4), 8-11.