

التكيف الاجتماعي لدى المراهق الالكستيمي (دراسة ميدانية)

Social adaption in alexithymic adolescents

1سعداوي مريم ، 2عاشوري صونية

1 مخبر تحليل العمل و الدراسات الارغونوميا جامعة باجي مختار عنابة (الجزائر).
(meriem.sadaoui@univ-annaba.org)

2 جامعة باجي مختار (الجزائر).

تاريخ النشر: 2025 /02/27

تاريخ القبول: 2025 /01/31

تاريخ الاستلام: 2025 /01/18

ملخص:

تهدف الدراسة الحالية الى معرفة مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي لدى المراهق الالكستيمي، كما تهدف الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة ان وجدت . . و تكمن اهمية الدراسة الحالية في كونها اهتمت بدراسة متغيرين مهمين و يعتبران احدا مؤشرات الصحة النفسية و هوما التكيف النفسي و الاجتماعي و الالكستيميا و كذلك كونها ركزت على فئة تحمل خاصية هامة و هي المراهقين، طبقت الدراسة على عينة من الافراد في سن المراهقة لذينهم مستوى مرتفع من الالكستيميا و قدر عدد افرادها ب 62 مراهق دو الكستيميا مرتفعة من بينهم (32 اناث) و (30 ذكور) و قد استعملت مقياس التكيف النفسي و الاجتماعي و كانت نتائج الدراسة المتوصل اليها كالتي:

- لدى المراهق الالكستيمي مستوى منخفض من التكيف النفسي

لدى المراهق الالكستيمي مستوى منخفض من التكيف الاجتماعي .

وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الالكستيميا و التكيف اي انه كلما ارتفعت الالكستيميا انخفض مستوى التكيف .

الكلمات المفتاحية: التكيف الاجتماعي ؛ المراهق ؛ الكستيمي .

Abstract:

The current study aims to know the level of psychological and social adaptation among adolescents with high alexithymia. It also aims to identify the correlation between the variables of the study, if any. The importance of the current study lies in the fact that it focused on studying two important variables that are considered one of the indicators of mental health, which is psychological and social adaptation, and also that it focused on a group that carries an important characteristic, which is high alexithymia in adolescents. The study was applied to a sample of individuals in their teenage years with A high level of alexithymia, and the number of its members was estimated at (32 females) and (30 males). The psychological and social adaptation scale was used, and the results of the study were as follows:

The alexithymic adolescent has a low level of psychological and social adaptation. There is a negative or inverse correlation between alexithymia and psychological and social adaptation

Keywords: alexiteithymic; adolecents; socialadaptation.

* المؤلف المرسل: سعداوي مريم ، الإيميل: meriem.sadaoui@univ-annaba. org

- مقدمة:

يمر الفرد بكثير من الانفعالات و المشاعر المختلفة كالسعادة، الحزن، القلق، الا ان التعبير عن هذه الانفعالات تختلف من فرد الى اخر فقد نجد ان اشخاص بعض الاشخاص لديهم القدرة على التعبير عن مشاعرهم و انفعلاتهم و يفهمونها بينما نجد ان البعض الاخر غير قادر على التعبير عن ما يشعر به و هذا ما يؤثر على جوانب اخرى من حياته بما في ذلك حياته الاجتماعية و قدرته على التكيف داخل المجتمع خاصة في مرحلة المراهقة فالمرهق ذو الالكستيميا المرتفعة قد يجب صعوبة في ذلك مقارنة بالمرهق العادي. و عليه فقد ركزنا في بحثنا هذا على الاهداف التالية :

معرفة مستوى التكيف النفسي اجتماعي لدى المراهق الالكستيمي.

معرفة العلاقة بين الالكستيميا و التكيف النفسي و الاجتماعي.

معرفة الفروق في مستوى التكيف النفسي اجتماعي بين المراهقين الالكستيمين تعزى لمتغير الجنس.

- اهمية الدراسة:

تكمن اهمية الدراسة في انها درست متغيرين مهمين و يعتبران احدى مؤشرات الصحة النفسية و هما الالكستيميا و التكيف اضافة الى انها اهتمت بدراسة هذين المتغيرين لدى المراهقين . و قد انطلقت دراستنا من التساؤلات التالية

التساؤل الرئيسي: ما مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي لدى المراهق ذو الالكستيميا المرتفعة؟

التساؤلات الفرعية:

هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الالكستيميا و التكيف النفسي؟

هل يوجد علاقة ارتباطية بين مستوى الالكستيميا والتكيف الاجتماعي؟

و اللجابة على التساؤلات فقد انطلقنا من الفرضيات التالية :

الفرضية العامة : للمراهق الالكستيمي مستوى منخفض من التكيف النفسي و الاجتماعي.

الفرضية الفرعية الاولى: توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الالكستيميا والتكيف النفسي.

الفرضية الفرعية الثانية: توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الالكستيميا والتكيف الاجتماعي.

و للتحقق من صحة فرضيات الدراسة فقد اعتمدنا على المنهج الاحصائي الوصفي من خلال تطبيق مقياس خاص بقياس التكيف النفسي و الاجتماعي اين تم تطبيقه على عينة من مجتمع الدراسة.

1- الاطار النظري للدراسة

1.1- مفاهيم الدراسة:

- المفهوم الاجرائي لتكيف النفسي اجتماعي: هو سيرورة يقوم بها الفرد من اجل تعديل بنائه النفسي و سلوكياته وفقا لم تتطلبه التغيرات الخارجية و الشعور بالانتماء للجماعة و القدرة على تكوين علاقات اجتماعية صحية و سليمة و هو الدرجة الت يحصل عليها الفرد في مقياس التكيف النفسي. و له مجموعة من الابعاد والمتمثلة في:

- البعد الاول : يهتم هذا البعد بالجوانب النفسية حيث يتحقق التكيف وفقا لهذا البعد من خلال اشباع الفرد لدوافعه و حاجاته.

- البعد الثاني: يهتم هذا البعد بالجوانب الاجتماعية و الثقافية و قدرة الفرد على القيام باستجابات تتلائم هذه الجوانب و اشباع حاجاته و رغباته.

- البعد الثالث (البعد التكاملي) يقوم هذا البعد على التفاعل و التكامل بين البعد النفسي و الاجتماعي حيث ان الفرد يشبع حاجاته و رغباته و يستطيع مواكبة التغيرات الاجتماعية داخل المجتمع (جبراني. 2017 ، ص 33,34)

- المفهوم الاجرائي الالكستيميا: هو صعوبة في تحديد و فهم و وصف المشاعر و الانفعالات المتعلقة بذات الفرد او الموجهة نحو الاخرين. و هو الدرجة التي يحصل عليها المراهق في مقياس الالكستيميا. و

2.1. الخصائص الإكلينيكية للأفراد الالكستيميين:

- يتميز الأشخاص ذوي الالكستيميا المرتفعة بمجموعة من الخصائص و المتمثلة في :
 - صعوبة تحديد و تمييز و وصف الانفعالات: يعاني المصابون بالالكستيميا صعوبة التعبير اللفظي عن حالاتهم الانفعالية الحادة مفاجئة. (الخوف الغضب ، و الصراخ).
 - عدم قدرتهم عن التعبير عن خبرتهم الذاتية : يجد هؤلاء الافراد صعوبة في فهم الاشارات الجسدية المدركة التي تسبق الحالات الانفعالية.
 - القدرات التخيلية الضعيفة: نجد ان القدرات التخيلية ضعيفة و الاحلام عندهم ضعيفة مقارنة بالآخرين.

التوافق الاجتماعي: يتسم الأفراد الالكستيميين بالافتقار الى الهوية الذاتية و عدم القدرة على تكوين علاقات اجتماعية طويلة و وثيقة مع الآخرين والقدرة الضعيفة على التوافق مع انفعالات الآخرين (حافري، بخوش، 2019، ص 129).

2- الدراسة الاستطلاعية: قمنا في الدراسة الاستطلاعية اولا بتطبيق مقياس الالكستيميا على عدد من المراهقين 120 مراهق بعد تطبيق المقياس اكدت نتائج المقياس ان 62 منهم فقط لديهم مستوى مرتفع من الالكستيميا و التي اعتمدنا عليهم في الدراسة و قمنا بالاستغناء عن الباقي لعدم توفر شرط البحث فيهم كون اننا ندرس التكيف النفسي الاجتماعي لدى المراهق الالكستيمي.

1.2. حدود الدراسة:

- الحدود الزمانية: تم اجراء الدراسة في شهر مارس و افريل من سنة 2023.
- الحدود المكانية: 2023. طبقت الدراسة الحالية في بعض بلديات سكيكدة منها بلدية القل، بلدية سكيكدة، بلدية كركرة.
- الحدود البشرية: طبقت الدراسة على عينة من المراهقين ذوي الالكستيميا المرتفعة و قدر عدد افراد العينة ب (62) فرد منهم (32) من جنس انثى و (30) من جنس ذكر.

2 - الطريقة والأدوات:

تم الاعتماد على منهج الاحصاء الوصفي باعتباره الانسب مع الدراسة و قد تم الاعتماد على الاساليب الاحصائية المتمثلة في : المتوسط الحسابي، بيرسون للقياس العلاقة، النسب المئوية. معتمدين على مقياس التكيف النفسي و يتكون

يتكون المقياس من 80 بند (عبارة) تقيس أربع أبعاد أساسية وهي .
بعد التكيف الشخصي (الذاتي) يقيس هذا البعد النود التالية:

1.2.3.4.5.6.7.8.9.10.11.12.13.14.15.16.17.18.19.20

- بعد التكيف الصحي: من البند 21 الى البند 40

- بعد التكيف الاسري: من 41 البند الى البند 60

- بعد التكيف الاسري: من البند 41 الى 60 البند

- بعد التكيف الاجتماعي: من البند 61 الى البند 80.

حيث تعطى العلامة 0.1.2 على التوالي لبدائل التالية (موافق) (محايد) (معارض) و العكس
بالنسبة للبند السالبة:

15.16.17.18.19.20.29.30.31.32.33.34.35.36.37.38.39.40.56.57.58.59.60.75.76.77.78.

79.80 ادنى درجة يمكن ان يتحصل عليها المبحوث هي 40 و اعلى درجة هي 180. يمكن توضيحها
في الفئات التالية:

من 0 الى 40 : سوء تكيف (مستوى منخفض)

من 41 الى 80 : تكيف متوسط

من 81 الى 120: تكيف مرتفع. (شقيز، 2012، ص 143)

الجدول رقم (01) يوضح مستويات الالكستيميا لدى افراد العينة

فئات الدرجات	مستوى الالكستيميا	تكرار الدرجات	النسب المئوية
اقل من 60	منخفض	0	%0
من 50 الى 60	متوسط	0	%0
اكثر من 60	مرتفع	62	%73,6

المصدر: إعداد الباحثان

يبين الجدول نسبة الالكستيميا لدى افراد عينة الدراسة حيث نلاحظ ان 62 فرد لديهم الكستيميا
مرتفعة كما هو موضح في بنسبة %73,6 و هذا من خلال تطبيق المقياس الخاص بقياس
الالكستيميا اي انهم تحصلوا على درجة أكثر من 60

الجدول رقم (3) يوضح استجابات الافراد لمقياس التكيف البعد النفسي

العبارة	موافق		محايد		معارض	
	النسبة %	التكرارات	النسبة %	التكرارات	النسبة %	التكرارات
1	0	0	79.0	49	8.1	5
2	9	14.4	72.6	45	12.9	8
3	12	19.4	45.2	28	35.5	22
4	2	1.6	48.4	30	51.6	32
5	35	56.5	43.5	27	6.1	3
6	0	0	51.6	32	46.8	29
7	0	0	51.6	32	46.8	29
8	4	6.5	83.9	52	44	29
9	1	1.6	50	31	48.4	30
10	2	1.8	71	44	29	18
11	6	12.1	43.5	27	56.5	35
12	3	4.8	58.1	36	37.1	23
13	32	51.6	9.5	4	37.1	23
14	5	10.8	50	31	50	31
15	33	53.2	41.9	26	4.8	3
16	6	12.1	43.5	27	56.5	35
17	3	4.8	58.1	36	37.1	23
18	32	51.6	9.5	4	37.1	23
19	5	10.8	50	31	50	31
20	33	53.2	41.9	26	4.8	3

المصدر: إعداد الباحثتان بالاعتماد على مخرجات spss

الجدول اعلاه يتضح لنا ما افرزته استجابات المراهقين الالكستيمين في العبارات و سنوضحها كالتالي:

العبارة رقم (8) جاءت بأعلى تكرار قدر ب 52 باجمالي محايد بنسبة 83,9 اي ان 52 فرد ابدوا راي محايد للعبارة التالية: هل انت سعيد و بشوش ف يحياتك.

العبارة رقم (18) و (19) جاءتا بتكرار قدر ب 50 باجمالي محايد اي ان 50 فرد اجابوا على العبارة التاليتين ب محايد : هل تعتبر نفسك عصبي المزاج الى حد ما. هل تميل الى ان تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها.

العبارة رقم (01) جاءت بتكرار حيث قدر ب 49 باجمالي محايد بنسبة 79 % اي ان 49 فرد من اصل 62 فضلوا عدم التصريح بالاجابة و اعطاء رأي محايد. للعبارة هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية.

- العبارة رقم (05) جاءت ب تكرار قدر ب 35 بجمالي موافق بنسبة 56,5 اي ان 35 فرد من اصل 62 صرحو بأنهم اشخاص لهم فائدة و نفع في الحياة.
- العبارة رقم (6) جاءت بأصغر تكرار قدر ب 1 لصالح البديل موافق بنسبة 1,6 % اي ان فرد واحدا من بين 62 صرح انه يتطلع لمستقبل مشرق.
- بينما أعطى الباقي رأي معارض او محايد العبارة رقم (7) جاءت ايضا بعدد تكرارات قدر ب 1,6 للبديل موافق بنسبة 1,6 % أي ان فرد واحد فقط من اصل 62 صرح انه يشعر الراحة النفسية و الرضا عن حياته.
- العبارة (09) و جاءت بعدد تكرارات قدر 1 ب للبديل موافق بنسبة 1,6 اي انفرد واحد من اصل 62 صرح انهم يشعرون انه شخص محظوظ في الدنيا.
- العبارة رقم (10) جاءت بتكرار قدر ب 2 لصالح البديل موافق بنسبة 1,8 اي ان فرد واحد من اصل 62 فرد صرح انه يشعر بالاتزان الانفعالي و الهدوء امام الناس.
- العبارة رقم (13) جاءت بتكرار قدر ب 4 للبديل محايد بنسبة 9,5 اي ان 4 افراد من اصل 62 اعطوا اجابة محايدة للعبارة التالية: هل انت ناجح و متوافق مع الحياة .
- العبارة رقم (20) جاءت بتكرار قدر ب 3 للبديل معارض بنسبة 4,8 اي ان 3 افراد من اصل 62 صرحوا بأن ليس لديهم رغبة في الحديث عن انفسهم و إنجازاتهم امام الآخرين
- الجدول رقم (03) يوضح استجابات الافراد للمقياس للبعد الاجتماعي:

العبارة	موافق		محايد		معارض	
	النسبة %	التكرارات	النسبة %	التكرارات	النسبة %	التكرارات
61	61	29	46,8	27	43,5	7
62	62	0	0	47	75,8	15
63	63	31	50		50	0
64	64	28	45,2	31	50	0
65	65	26	45,2	31	50	0
66	66	3	4,8	42	67,7	17
67	67	8	12,9	37	59,7	17
68	68	17	27,4	37	59,7	8
69	69	8	12,9	5	8,1	49
70	70	9	14,4	8	12,9	45
71	12	19,4	22	35,5	28	45,2
72	0	0	32	51,6	30	48,4
73	35	56,5	0	0	27	43,5
74	0	0	18	29	44	71

43,5	27	56,5	35	0	0	75
58,1	36	37,1	23	4,8	3	76
48,4	30	0	0	51,6	32	77
50	31	50	31	0	0	78
80,6	50	16,1	10	3,2	2	79
45,8	24	38,7	21	6,5	4	80

المصدر: إعداد الباحثان بالاعتماد على مخرجات spss

يوضح لنا الجدول اعلاه استجابات الافراد للتكيف الاجتماعي و التي سنبينها كالآتي:
 العبارة رقم (79) جاءت بأعلى درجة بنسبة 80,6 % بتكرار 50 بإجمالي معارض اي ان 50 فرد من مجموع 62 صرحوا بعدم قدرتهم على مساعدة الآخرين,
 العبارة رقم (78) جاءت بنسبة مؤية قدرت ب 50 معارض محايد بتكرار 31 اي ان 31 فرد من مجموع 62 ابدو رأي محايد للعبارة هل تفقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين
 العبارة رقم (77) جاءت بنسبة مؤية قدرت ب 9.7 بجمالي موافق اي ان 9 من الافراد من مجموع 62 صرحوا ان تربطهم مع زملائهم علاقة طيبة و تحرص على ارضائهم.
 العبارة رقم و (62) جاءت بنسبة مؤية قدرت ب 16,1 بجمالي موافق اي ان 10 من الافراد من مجموع 62 صرحوا ان انهم يستمتعون بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم.
 العبارة رقم(61) جاءت بتكرار 7 للبديل معارض بنسبة قدرت ب 9,7 اي ان 7 افراد فقط من اصل 62 صرحوا ان اسرهم لا تعاملهم كأئهم اطفال صغار.

الجدول رقم (04) يوضح مستويات التكيف النفسي والاجتماعي للأفراد العينة.

التكيف الاجتماعي		التكيف النفسي		الدرجة
المستوى	التكرار	المستوى	التكرار	
منخفض	3	منخفض	1	11
منخفض	6	منخفض	1	12
منخفض	4	منخفض	5	13
منخفض	9	منخفض	8	14
منخفض	7	منخفض	3	15
منخفض	9	منخفض	5	16
منخفض	8	منخفض	11	17
منخفض	5	منخفض	5	18
منخفض	6	منخفض	10	19
منخفض	5	منخفض	14	20

المصدر: إعداد الباحثان بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال نتائج الجدول التي تبين لنا النتائج الكلية للافراد حول مقياس التكيف النفسي و الاجتماعي بحيث نلاحظ ان غالبية الافراد تحصلوا على درجات تدرج ضمن مستوى منخفض في

الكيف النفسي اذ نلاحظ ان النتائج كانت محصورة بين 20 و 11 و منه فأن الافراد المتحصلين على نتائج اصغر من 40 لديهم مستوى منخفض من التكيف النفسي او سوء تكيف وكذلك فيما يخص بعد التكيف الاجتماعي اذ نلاحظ من خلال نتائج المبحوثين ان غالبية النتائج كانت بين 11 و 20 وهي قيمة تدرج ضمن فئة سوء التكيف . و عليه يمكننا القول ان المراهق الالكستيمي مستوى منخفض من التكيف النفسي و الاجتماعي حسب النتائج المبينة في الجدول أدناه.

الجدول رقم 05: معامل الارتباط بيرسون بين الالكستيميا و هو التكيف النفسي

القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	قوة العلاقة
0,018	0,05	0,33

المصدر: إعداد الباحثان بالاعتماد على مخرجات spss

يعرض الجدول التالي معامل الارتباط بيوسون بين متغير الدراسة و هو التكيف النفسي حيث نلاحظ من خلال النتائج المتحصل ان القيمة المحسوبة تساوي 0,01 عند مستوى الدلالة 0,05 و بقوة ارتباط عكسية بقوة 1 - اي ان المراهق ذي الالكستيميا المرتفعة لديه تكيف اجتماعي منخفض بمعنى انه كلما زاد مستوى الالكستيميا نقص مستوى التكيف الاجتماعي و منه يمكننا قبول الفرضية التي تقر بوجود علاقة ارتباطية بين الالكستيميا و التكيف الاجتماعي لدى المراهق.

الجدول رقم (06) يوضح العلاقة بيرسون بين الالكستيميا و التكيف الاجتماعي:

القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	قوة العلاقة
0,01	0,05	- 1

المصدر: إعداد الباحثان بالاعتماد على مخرجات spss

يعرض الجدول التالي معامل الارتباط بيرسون بين متغير الدراسة و هو التكيف النفسي حيث نلاحظ من خلال النتائج المتحصل ان القيمة المحسوبة تساوي 0,01 عند مستوى الدلالة 0,05 و بقوة ارتباط عكسية بقوة (-1) اي ان المراهق ذي الالكستيميا المرتفعة لديه تكيف اجتماعي منخفض بمعنى انه كلما زاد مستوى الالكستيميا نقص مستوى التكيف الاجتماعي و منه يمكننا قبول الفرضية التي تقر بوجود علاقة ارتباطية بين الالكستيميا و التكيف الاجتماعي لدى المراهق.

3 - تحليل النتائج :

للمراهق الالكستيمي مستوى منخفض من التكيف النفسي و الاجتماعي قد تحققت هذه الفرضية من الجانبين اذ اكدت لنا النتائج المتحصل عليها على مقياس التكيف النفسي للعبارة الذالة على سوء التكيف ذلك منها العبارة العبارة القائلة " هل انت سعيد و بشوش في حياتك و

التي لاحظنا ان غالبية افراد العينة اجابوا ب محايد و هو ما يعكس صعوبة فهم و تمييز الانفعالات المتعلقة بهم . و كذلك نستدل على صعوبة الالكستيمي في الميل تكوين علاقات اجتماعية قوية من خلال استجابة المبحوثين المنخفضة اي ان الاقلية منهم اجابوا على العبارة التي تقيس القدرة على تكوين علاقات اجتماعية العبارة رقم (62) و هذا راجع الى الخصائص النفسية التي يتميز بها الفرد الالكستيمي كما هو موضح في الجانب النظري ذا نجده غير قادر على فهم المشاعر و الانفعالات او التجارب العاطفية و القدرة الضعيفة على التمييز بين الغضب و الحزن و القلق فكما جاء في مفهوم التكيف النفسي انه و القدرة التخيلية الضعيفة و من جهة اخرى فأن التكيف الاجتماعي يتطلب مهارات تواصلية و تفاعلية مع الاخر و هو ما ينقص الفرد الالكستيمي فكما ذكرنا سابقا فمن بين مميزات الشخص ذو الالكستيميا المرتفعة هو سوء التكيف الاجتماعي او التوافق الاجتماعي و هو ما ينطبق مع النتائج المتحصل عليها من قبل الافراد الالكستيمين عند الاستجابة التي اظهروها فيما يخص العبارات التي تقيس التكيف الاجتماعي اذا جاء متوسط الاجابات. و من خلال ما تم التوصل اليه يمكننا القول ان هناك علاقة ارتباطية بين الالكستيميا و التكيف النفسي و الاجتماعي فالأفراد ذوي التكيف المنخفض لديهم مستوى مرتفع من الالكستيميا و بالتالي كلما زاد مستوى الالكستيميا و هي عدم قدرة الفرد على فهم و التعبير عن الانفعالات الموجهة نحو الذات و نحو العالم الخارجي كما هو موضح من خلال النتائج المتحصل عليها في معامل الارتباط بيرسون اين قدرت قوة العلاقة ب -1 وهي ما تعني وجود علاقة ارتباطية عكسية أي كلما ارتفع المتغير الاول نقص المتغير الثاني و ما يجعل التأقلم النفسي و الاجتماعي للمراهق الالكستيمي على الرغم من ان مرحلة المراهقة تحمل خاصية حب الانفتاح على العالم الخارجي و الميل الى تكوين علاقات اجتماعية جديدة و البحث عن اصدقاء او شركاء اجتماعيين جدد الا اننا نجد ان المراهق الذي لديه الكستيميا مرتفعة يفتقر الى هذه الخاصية فنجد علاقاته الاجتماعية قصيرة الامد و قليلة و ذلك راجع الى شعوره بعدم الانتماء و عدم فهم الآخرين لانفعالاته و عدم التمييز من قبله للمشاعر و العواطف التي يشعر بها الآخرين .

خاتمة: من بين الاهداف في هذه الدراسة هي معرفة مستوى التكيف النفسي و الاجتماعي لدى المراهق الالكستيمي و الذي توصلت نتائج الدراسة الى انه مستوى منخفض و ذلك راجع الى خصائص المراهق الالكستيمي كما هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة و التي خلصت الى وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية بين الالكستيميا و التكيف النفسي و الاجتماعي حيث كلما ارتفعت الالكستيميا لدى المراهق قلت قدراته النفسية على التأقلم النفسي

و الاجتماعي و عليه وجب دراسة العوامل المؤدية الى ارتفاع الالكستيميا لدى فئة المراهقين و العمل على التقليل منها كونها تسبب عراقيل للمراهق و التركيز على الكيفية التي يمكن من خلالها مساعدة الافراد ذوي الالكستيميا العالية من تجاوز بعض العقبات النفسية و الاجتماعية و التركيز على عملية البناء و الارصان النفسي في مرحلة المراهقة باعتبارها مرحلة فاصلة في حياة الفرد لما تحمله من خصوصية و حساسية .

-المراجع:

بخوش، وليد. زهية، حافري. (2019)، غياب التعبير الانفعالي بين المقاربة التحليلية الفرنكوفونية و المعرفية الانجلوسكسونية. مجلة دراسات في علوم الانسان و المجتمع. (2) 140
جبراني، عائدة. (2021). اساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الابناء وعلاقتها بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ المعاقين بصريا في المرحلة الثانوية. أطروحة دكتوراه منشورة. جامعة محمد بوضياف: المسيلة
شقيير، زينب. (2012)، مقياس التكيف النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.