ISSN : 2543-3938 - EISSN : 2602-7771

الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية

Psychometric properties of the cognitive distortion scale

أمينة بودالي [1]*، سعاد أيت حبوش [2]

[1] جامعة الجزائر 2 (الجزائر)، amina.boudali@univ-alger2.dz

[2] جامعة الجزائر2 (الجزائر)، souadpsy@yahoo.fr

تاريخ الإستلام: 25/ 08 / 2021 **تاريخ القبول**: 08/ 05 / 2022 **تاريخ النشر**: 13/ 05 / 2022

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية في البيئة الجزائرية، واستخراج معايير أداء تمكننا من تفسير نتائج الدرجات الخام للأفراد، لتحقيق هذا الهدف تم اقتناء النسخة الأصلية للمقياس، ثم تم اختيار عينة الدراسة، والتي تكونت من300 فرد من بينهم(198)أنثى و(102) ذكر، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، من مناطق مختلفة من الوطن، وللتأكد من صدق وثبات المقياس تم استخدام الاتّساق الدّاخلي ، المقارنة الطرفية، طريقة التّجزئة النّصفيّة،معامل آلفا كرونباخ ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى تمتع المقياس بخصائص سيكومترية مرتفعة.

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفي؛ الخصائص السيكومترية؛ مقياس.

***

Abstract:

The current study aimed to study the psychometric properties of the cognitive distortion scale in the Algerian environment, and to extract performance criteria that enable us to interpret the results of the raw scores for individuals. To achieve this goal, the original version of the scale was acquired, then the study sample was selected. which consisted of 300 individuals, including (198) females and 102 males, who were randomly selected from different regions of the country, and to ensure the stability of the scale, internal consistency, lateral comparison, half-segmentation method and coefficient(Cronbach's alpha) were used. The results of the study showed that the scale has high psychometric properties.

Keywords: *cognitive distortions; psychometric properties; scale.*

* المؤلف المرسل.

1. مقدمة:

إن العلوم الاجتماعية تواجه العديد من المصاعب في دراسة الظواهر المقترنة بها، خاصة مع تسارع مستوى التغيرات التي تطرأ عل المجتمعات على مختلف المستويات، فالتحدي الذي يواجهه الباحث العلمي في هذا الحقل هو دراسة كل هذه التغيرات وتحليلها، فلكل مجتمع حركيته وديناميكيته التي يصعب معها الإحاطة بنتائج الدراسة والتمتع بالدقة اللازمة، فتطرح هنا إشكالية قدرة الأدوات العلمية والمنهجية على الإلمام بالواقع المجتمعي. فاستخدام المقاييس والمؤشرات في العلوم الإنسانية والاجتماعية أصعب بكثير من العلوم الطبيعية، وذلك لارتباطها بسلوك ونشاط الإنسان فمن الصعب تحديد المؤشرات وكذا المقاييس المناسبة لكل موضوع، ومن ثم التوصل بناء عليها إلى نتائج نهائية وذلك بتقديم التفسيرات والتحاليل المناسبة، حيث يمكن أن يقع العديد من الباحثين في الخطأ نتيجة تقديم تفسيرات خاطئة للمعطيات التي تحصلوا عليها بناء على استخدام مؤشرات أو مقاييس غير مناسبة.

2. الإشكالية:

تتضمن المعرفة العقلية كل ما يدور في ذهن الإنسان من معتقدات وأفكار متراكمة حول نفسه وحول الغير، ممن قابلهم في حياته منذ صرخته الأولى وحتى صمته الأخير، وهذه الأفكار هي التي تجعل الإنسان يكتسب مشاعر معينة حول نفسه أو غيره أو المواقف التي يمر بها في حياته اليومية. فالمواقف والأحداث التي نمر بها لا تتسبب في مشاعرنا الايجابية أو السلبية، ولكن إدراكنا لهذه المواقف وتفكيرنا حولها هو الذي يتسبب في اكتسابنا لمشاعر معينة عندما ينحرف عما هو واقعي أي تصبح أفكارنا غير منطقية، ففي هذه الحالة نجد الفرد يعتنق افتراضات وتصورات مشوهة تنتهي به إلى استنتاجات خاطئة، فالتشوهات المعرفية تيار من الأفكار الغير منطقية والخاطئة المبنية على توقعات وتعميمات ذاتية، وعلى مزيج من التنبؤ والظن والمبالغة والتهويل، وتتميز بعدم موضوعيتها، ومنها الاستنتاج التعسفي، التعميم الزائد، التجريد الانتقائي، التفكير الثنائي، التهويل، التصغير وقراءة الأفكار(Cook, Meyer, & Knowles, 2019) .

وقد لاحظ **بيك Beck** على مرضاه أن لهم أنماط خاصة من الأفكار التي يدركونها بطريقة غامضة ومبهمة، بالرغم أنها ملتوية في التفكير ولا تخضع لإدارة وسيطرة شعورية إلا أنها تبدو معقولة تماما للفرد، وتعد هذه الأفكار التلقائية السلبية جزءا جوهريا في نظام التواصل الداخلي والتي من أمثالها(تقييم الذات، نسب الصفات، التوقعات، والاستنتاجات، والاستدعاء)، وتظهر بوضوح في انخفاض تقدير الذات ولوم الذات ونقد الذات والتنبؤات السلبية والتفسيرات السلبية للخبرات والذكريات المؤلمة، والعديد من هذه الأفكار تكون معقدة ومحكمة تماما ومحتوياتها غير مرتبطة إلى حد ما بالموقف المثير (العصار، 2015، صفحة 8).

بينما تحدث **ريمي (Raimy)** عن التصورات الخاطئة، حيث أن الاضطرابات النفسية هي نتيجة المعتقدات أو الاقتناعات الخاطئة أي التصورات أو المفاهيم الخاطئة، والعلاج الفعال في هذه الحالة يعتمد على تعديل أو تغيير التصورات الخاطئة المتعلمة والتي تعتبر معتقدات أو أفكار خاطئة.

أما **ميكنبوم (Meichenbaum)** تطرق إلى التعليمات الذاتية وأهميتها في السلوك، فقد ركز على الحديث الذاتي، وإهتم بما يقوله الناس لأنفسهم ودوره في تحديد السلوك، ولذلك فان العلاج يعتمد على تعديل التعليمات الذاتية التي يحدث بها الأفراد أنفسهم.

ويرى **كوري (Corey)** أن أصحاب النظرية المعرفية يركزون على أن شعور الفرد وسلوكه يتحددان من خلال نمط تفكيره، وطبيعة الخبرة الذاتية له ، كما أن الافتراضات النظرية للعلاج المعرفي تشير إلى التواصل

الذاتي بين الناس والذي يتأثر إلى حد بعيد بما يحدث في داخل كل منهم، وأن معتقدات الفرد لها معنى خاص لديه، حيث يمكن أن يكتشفها ويتعرف عليها بنفسه، بدلا من أن يقوم المعالج بتعليمها و تفسيرها له.

وفي نفس التيار لاحظ **كانفر (Kanfer)** الذي يعتبر أيضا من الرواد المبكرين في صياغة مفاهيم العلاج المعرفي أن " كل أشكال العلاج النفسي تعلم الناس أن يفكروا وأن يشعروا، وبالتالي أن يسلكوا بالطريقة الملائمة "، فقد خلص إلى متضمنات هامة بالنسبة للمعالج النفسي وهي أن نجاح العلاج النفسي، أو نجاح الشخص في التغير الايجابي يكون مصحوبا دائما بوجود تغير في طريقة تفكيره بما في ذلك الاهتمام بالتعديل من الأفكار والتوقعات الخاطئة عن النفس والآخرين أو التحسين منها على الأقل (عبد الستار، 2008، صفحة 22).

أما **ألبرت اليس (Albert Ellis)** الذي تدرب مثله مثل **بيك Beck** على التحليل النفسي الفرويدي، لكنه تأثر كثيرا بالفرويدين المحدثين أمثال **كارين هورني Karen Horney** فيرجع نشوء الأمراض النفسية لدى الفرد إلى ما تم تعلمه من الأفكار اللاعقلانية من الناس المهمين خلال فترة الطفولة ، وأن تلك الأفكار التي تعلمها الفرد لها تأثير على إدراك و تأويل الأحداث و المواقف بشكل غير مناسب ، مما يؤدي إلى ردود أفعال فسيولوجية و نفسية مضطربة.

كما يرى **إليس Ellis** أن لوم النفس والآخرين يشكل حجر الأساسي في معظم الاضطرابات الانفعالية، والعلاج يعتمد على تعديل الأفكار اللاعقلانية التي يتبنها الفرد .

في البداية، أطلق **إليس Ellis** على هذا العلاج اسم العلاج النفسي العقلاني Rational Therapy ثم أطلق عليه بعد ذلك العلاج العقلاني الانفعالي Emotional Rational Therapy، وأخيرا أطلق عليه العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي Emotional Rational and Behavioral Therapy ليؤكد الأهمية المتداخلة للمعرفة، والسلوك، والوجدان (الانفعال).

في حين يفضل **بيك Beck** مصطلح اللاتكيفي Maladaptive أو المختل وظيفيا Dysfunctional بدلا من اللاعقلاني Irrational لوصف طبيعة المعرفة المختلة، حيث أن الأفكار لا ينبغي بالضرورة أن تكون لا عقلانية لتكون لا تكيفية، على سبيل المثال قد يكون لدى مرضى الاكتئاب تقييما واقعيا للخطر في الحياة، ورغم ذلك فإن هذه "الواقعية الاكتئابية" لا تكيفية لأنها تتداخل مع الحياة الطبيعية (هوفمان، 2012، صفحة 14) .

وعلى الرغم من الفروق في المصطلحات التي استخدمها كل من **بيك Beck** و **إليس Ellis** ، إلا أن كلا منهما طور بشكل مستقل مداخل علاجية متشابهة إلى حد بعيد، والفكرة التي تقف خلف الطرائق التي استخدمها وطورها كل منهما تتمثل في أن المعارف المشوهة هي قلب المشكلات النفسية (هوفمان، 2012، صفحة 18).

حيث تعتبر هذه المعارف مشوهة لأنها مدركات وتفسيرات خاطئة للمواقف والأحداث، كما أنها لا تعكس الحقيقة، بالإضافة إلى كونها لا تكيفية، وتؤدي إلى التوتر الانفعالي، والمشكلات السلوكية ، والاستثارة الجسمية.

وتأسيسا على التأكيد النظري، الذي ينص على أهمية المتغيرات المعرفية في حدوث واستمرار الاضطراب النفسي لدى الفرد، فقد أصبح من الواجب فحص جوانب التشوه المعرفي في علاقتها بكل من الاضطرابات النفسية، ولهذا الغرض انطلق كم هائل من الدراسات لتوفير العديد من الأدوات التي تقيس مجال التشوهات المعرفية، لكن الملاحظ أن أغلبها معد في بيئات غير عربية، ورغم ندرتها في البيئات العربية هناك من حاول إعداد مثل هذا النوع من المقاييس. وأمام هذه الندرة في البيئة العربية ترى الباحثتان أن إثراء البيئة الجزائرية بأدوات القياس تلبي الاحتياج المتزايد لكل المختصين في علم النفس تعتبر ضرورة حتمية خاصة وأن الجزائر تشهد كغيرها من بلدان العالم تنامي متسارع في حالات الاضطرابات النفسية، لهذا سعت الباحثتان إلى تقديم مقياس يقيس التشوهات المعرفية التي يحملها الفرد عن ذاته من خلال محاولة التحقق من كفاءته

السيكومترية ، وذلك بالتحقق من النموذج الذي افترضه أحمد هارون للمقياس في البيئة المصرية، بعد تطبيقه على عينة من الأفراد في البيئة المحلية، لذلك جاءت تساؤلات الدراسة الحالية كالأتي :

1- هل يحتفظ مقياس التشوهات المعرفية، بمؤشرات صدق تتفق مع خصائص الاختبار الصادق بعد تطبيقه على عينة في البيئة الجزائرية.

2- هل يحتفظ مقياس التشوهات المعرفية، بدرجة ثبات تتفق مع خصائص الاختبار الجيد بعد تطبيقه على عينة في البيئة الجزائرية.

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين الجنسين في درجة التشوهات المعرفية تجعل من الضروري وضع معايير مختلفة حسب الجنس.

فروض الدراسة:

1-يحتفظ مقياس التشوهات المعرفية بدرجة ثبات تتلاءم وخصائص الاختبار الجيد بعد تطبيقه على عينة في البيئة الجزائرية.

2-يحتفظ مقياس التشوهات المعرفية بمؤشرات صدق تتلاءم وخصائص الاختبار الجيد بعد تطبيقه على عينة في البيئة الجزائرية.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الجنسين في درجة التشوهات المعرفية تجعل من الضروري وضع معايير مختلفة حسب الجنس.

3. أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

-استخراج الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية والتأكد من مدى ملاءمته للتطبيق على عينة في البيئة الجزائرية.

-توفير مقياس يتمتع بدرجات مقبولة من الصلاحية يمكن استخدامه لتقييم التشوهات المعرفية واستعماله لتحديد نمط التشوهات المعرفية التي يتميز بها أفراد المجتمع وهذا ما يساعد في وضع برامج علاجية وإرشادية لمساعدة الأفراد على تجاوز عجزهم.

- الإطار الزمني والمكاني للدراسة:

-أجرت الباحثتان الدراسة الحالية في الفترة الممتدة ما بين شهر فيفري إلى غاية شهر ماي من سنة2021.

-أما مكانيا فتم إجراء الدراسة الميدانية في عدد من ولايات الوطن حيث شملت الدراسة أفرادا من الجزائر العاصمة، بومرداس، البليدة، البويرة، جيجل، ورقلة.

4. تحديد مصطلحات الدراسة:

1.4. التشوهات المعرفية: Cogntive Distortions : هو مصطلح يستخدم لوصف نمط من التفكير، أو حديث النفس، عن طريقة تفكير الفرد التلقائي عن أحداث الحياة في إطار سلبي وتؤّدي إلى مشاعر سلبية مثل: الحزن، الغضب، الخجل، اليأس، والقلق(clemmer, 2009, p. 8)

حسب **بيك Beck** هي:"أفكار مشوهة ومبالغ فيها، تجعل الفرد يفسر الأحداث بصورة غير منطقية وسلبية،لا تنسجم مع الواقع، تتسم بالانتقائية والتعميم والتضخيم أوالتهوين" (Beck, 1999, p. 12)

2.4. الخصائص السيكومترية:

يقصد بها التحقق ومعرفة صدق وثبات أداة الدراسة.

2.2.4.الصدق:

يقصد بالصدق أن المقياس يقيس فعلا السمة المراد قياسها، وأن يحقق الوظيفة التي وضع من أجلها، فالصدق يشير إلى أن العبارات تقيس ما وضعت لقياسه، والصدق كالثبات مفهوم مدروس دراسة كبيرة وتحقيق صدق أداة القياس أكثر أهمية من تحقيق الثبات، لأنه قد تكون أداة القياس أو الاختبار ثابتة، ولكنها غير صادقة.

فصدق الاختبار شرط أساسي من شروط أدوات القياس الفعالة، في قياس ظاهرة موضوع القياس، ويقصد بصدق الاختبار، أن يقيس الاختبار ما وضع من أجله، وبكلمة أخرى فان المقصود بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس هدف أو جانب محدد، وتبدو هذه الصلاحية في أشكال متعددة منها صدق محتوى الاختبار Content Validity والصدق التلازمي للاختبار Concurrent Validity والصدق التنبؤي للاختبار Predictive Validity وصدق بناء الاختبار Gonstruct Validity

2.2.4. الثبات:

يعتبر ثبات الاختبار شرطا أساسيا من شروط أدوات المقياس الفعّالة في قياس الظاهرة موضوع القياس ويقصد بثبات الاختبار أن يعطي الاختبار نتائج متماثلة أو متقاربة في قياسه لمظهر ما من مظاهر السلوك إذا ما استخدم ذلك المقياس أكثر من مرة أو إذا ما استخدم بطرق أخرى، وتبدو قيمة ثبات الاختبار في قدرته على الكشف عن الفرق في الأداء بين الأفراد ويعبر عن ثبات الاختبار بمعامل الثبات Coefficient Reliability حيث يكشف معامل الثبات عن الفروق الحقيقية في الأداء بين الأفراد وهو ما يسمى بالتباين الحقيقي True Variance كما يكشف معامل الثبات عن الفروق غير الحقيقية في الأداء بين الأفراد وهو ما يسمى بالتباين الخطأ Error Variance ويسمى التباين الحقيقي والتباين الخطأ في الأداء على المقياس بالتباين الكلي Total Variance وعلى ذلك فان: التباين الكلي= التباين الحقيقي + التباين الخطأ.

3.4. المقياس: هو الأداة المستعملة لقياس ووصف السلوك وصفا كميا وفقا لقواعد وأسس معينة.

5. الدراسات السابقة:

إن تناول الظواهر المختلفة ودراستها يتم بناءا على الآثار والوثائق المختلفة وكذا الدراسات السابقة في الموضوع، والتي لابد للباحث من تقصيها والبحث عنها من مصادرها المختلفة.

ومع التأكيد النظري على أهمية المتغيرات المعرفية في حدوث واستمرار الاضطراب النفسي انطلق كم هائل من الدراسات لفحص جوانب التشويه المعرفي في علاقتها بكل من الاكتئاب والقلق، مثلا دراسات هامين (Hammen 1985) وورولرمان وآخرون(Ruehlman 1989) ثم مثل دراسات مجرام وآخرون (ingram, et al., 1987) و بيك وآخرون(Beck et al.,1987) جرينبرج وبيك(Beck,1989 & Greenberg) وكلارك وبيك

وبراونClark, Beck، & Brown, 1989) وقد استخدمت الدراسات عدة أدوات للقياس أعدت بهدف التحديد الكمي لجوانب التشويه أو التحريف المعرفي وفقا للتوجهات النظرية المختلفة فمثلا تم إعداد **مقياس الاتجاهات غير التكيفية Dysfunctionl Attuades Scale** (Beck, 1979 & Das: Weissman) لتحديد كم الاعتقادات الخاطئة والافتراضات غير التكيفية لدى الفرد و التي يفترض أنها تزيد من قابلية الإصابة بالاكتئاب. و هذا المقياس مكون من أربعين مفردة تتراوح الإجابة على كل منها ما بين درجة و سبعة درجات و كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشرا لزيادة الاعتقادات الخاطئة و الاتجاهات غير التكيفية لدى المستجيب.

قام هولون و كندال (Kendall, 1980 & Hollon) بإعداد **استبيان الأفكار والخواطر الآلية Automatic Thought Questionnaire والمعروف اختصارا بـ ATQ**، ويركز على المعارف والأفكار المتعلقة بالفشل والفقد ويتكون من ثلاثين عبارة يطلب من المستجيب تحديد مدى تكرار ترديده إياها بينه وبين نفسه وفقا لخمس مستويات، وتتراوح الدرجات الكلية ما بين 30- 150 درجة، وكلما ارتفعت الدرجة كانت مؤشرا ازدياد تكرار ترديد الفرد لنفسه خواطرا سلبية، وقد أظهر التحليل العاملي للأداة وجود أربعة عوامل مكونة لها وهي عدم التكيف الشخصي، والرغبة في التغير، ومفهوم الذات السلبي، والاستسلام وفقدان الأمل،

وهناك أيضا استبيان **أسلوب عزو السببية Attributional style Questionnaire** المعروف اختصارا بـ ASQ والذي أعد لتحقق من فرضيات نظرية **العجز المكتسب Learned helplessness** والتي ترى أن إدراك العجز الشخصي ينشأ عنه أعراض اكتئابية وهذا العجز يرجع إلى الأسباب التي يبرر بها الفرد فشله والتي تتسم بالشمول والعمومية والذاتية والثبات، و الاستبيان مكون من قائمة تحوي ستة مواقف افتراضية سلبية، وستة مواقف افتراضية ايجابية، ويطلب من المستجيب ذكر سبب لكل منها ثم تقدير هذا السبب وفقا لسبعة نقاط، وفيما يتعلق بالأبعاد الثلاثة: العمومية والذاتية، والثبات والتي أبرز أصحاب هذه النظرية (Teasdal., 1978 & Abramason, Seligman).

أما كارفر وجانيلين (Ganellen, 1983 & Carver)) فقد **أعدا مقياس الاتجاهات نحو الذات Attitudes Toward Self Scale** والمعروف اختصارا بـ **ATS** والمكون من 27 عبارة تنتمي لثلاثة أبعاد معرفية رئيسية هي المبالغة في مستويات الأداء، نقد الذات وتعميم الفشل، ويجيب المستجيب عن كل عبارة وفقا لخمس مستويات الإجابة ويشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة التقييمات السلبية من قبل المستجيب.

قائمة **بيك و زملائه** (Beck et al, 1987) لقياس المعارف والخواطر التلقائية تعرف بـ CCL: Cognition checklist وتضم عبارات تتعلق بالأفكار والخواطر التي تدور حول الفقد والفشل والمميزة للاكتئاب، والهدف من إعداد الأداة هو التحقق من مدى صحة الفرض القائل بأن كل اضطراب انفعالي يتسم بخواطر وأفكار ذات محتوى نوعي محذر.

6. إجراءات الدراسة الميدانية:

1.6 . منهج الدراسة:

إن للمنهج أهمية كبيرة، فمهما كان موضوع البحث، فإن قيمة النتائج تتوقف على المنهج المستخدم في الدراسة فالمنهج هو الطريقة أو الأسلوب أو الكيفية أو الوسيلة المحددة التي تؤدي إلى الغرض المطلوب أو الغاية المعينة (بوحوش و آخرون، 2019، الصفحات 13-14).

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يهدف إلى توفير البيانات والحقائق عن مشكلة موضوع الدراسة لتفسيرها والوقوف على دلالاتها.

2.6. عينة الدراسة:

يشير مصطلح العينة Sample في علم الإحصاء إلى أنها:" هي جزء من المجتمع حيث تتوافر في هذا الجزء خصائص المجتمع نفسها، والحكمة من إجراء الدراسة العينة هي أنه في كثير من الأحيان يستحيل إجراء الدراسة على المجتمع، فيكون اختيار العينة، بهدف التوصل إلى نتائج يمكن تعميمها على المجتمع،ويصبح ذلك ممكننا إذا كانت خصائص العينة تمثل خصائص المجتمع، من حيث أكبر عدد ممكن من المتغيرات" (بوحوش و آخرون، 2019، صفحة 68).

واتساع حجم المجتمع الأصلي يتطلب من الباحث الكثير من الوقت والجهد والتكلفة، لهذا فقد قمنا بإجراء الدراسة على 300 فرد وهي عينة عشوائية بسيطة فهذه العينة لا تمثل بالضرورة خصائص المجتمع الأصلي كله ولكنها تترك اختيار الأفراد بالصدفة، وبهذا تنقص إمكانية تسرب التحيز في اختيار العينة.

تكونت عينة الدراسة من 300 فرد، من بينهم 102 ذكر و198أنثى، أختيرت العينة بطريقة عشوائية، فهذه الطريقة هي الطريقة الأنسب نظرا لأنها تمكن من تمثيل المجتمع الأصلي تمثيلا صادقا، لما يتميز به مجتمع الدراسة من فئات مختلفة، وكذلك لتنوع المواصفات في أفراد عينة الدراسة، والجداول التالي تبين خصائص أفراد العينة:

.الجدول رقم (01) توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	102	34.00
أنثى	198	66.00
المجموع	300	100

من خلال الجدول المبين أعلاه نلاحظ أن غالبية أفراد العينة من الإناث حيث قدر عددهم بـ 198 أنثى أي بنسبة تساوي 66.00 بالمئة، ثم نجد الذكور بتعداد 102 فرد وبنسبة تساوي 34.00بالمئة

.الجدول رقم (02) توزيع أفراد العينة حسب السن

السن	التكرار	النسبة المئوية
من 18 إلى 34 سنة	136	45.30
من 35 إلى 51 سنة	144	48.00
من 52 إلى 68 سنة	20	06.70
المجموع	300	100

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن غالبية أفراد العينة أعمارهم تتراوح بين 35 إلى 51 سنة حيث قدر عددهم بـ 144فرد أي بنسبة تساوي 48.00 بالمئة، ثم نجد من أعمارهم تتراوح بين 18 و 34 سنة بتعداد 136

فرد وبنسبة تساوي 45.30 بالمئة، وفي الأخير من أعمارهم تتراوح بين 52 و 68 سنة بتعداد 20 فرد وبنسبة تساوي 06.70 بالمئة. .

.الجدول رقم (03) توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
بدون مستوى	26	08.70
متوسط	40	13.30
فوق متوسط	75	25.00
جامعي فما فوق	159	53.00
المجموع	300	100

7. أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية :

لقد مر تصميم مقياس التشوهات المعرفية، للباحث أحمد هارون (2017) بعدة مراحل حيث تم إعداد هذه الأداة بهدف الحصول على تقدير كمي للأفكار التلقائية والخواطر البديهية التي ترد للفرد عن نفسه فيما يتعلق بثلاث أبعاد معرفية رئيسية هي: لوم النفس، والمبالغة في الأهداف ومعايير الأداء، وتعميم فكرة الفشل. والمقياس مكون من ثلاثة محاور فرعية يمكن تحديدها إجرائيا في:

- لوم النفس:

وهو يشير إلى عدم تسامح المرء مع نفسه بحيث يصدر أحكاما سلبية عليها لما يكون من نواحي ضعف في شخصيته أو جوانب قصور في نفسه، أو فشله في تحقيق ما رسمه لنفسه من مستوياته لأدائه و سلوكه.

ويتسم لوم النفس بالعمومية، حيث لا يتسامح الفرد مع ما يراه قصورا أو جانب ضعف وهو يختلف عن نقد الذات الذي يشير إلى ردود أفعال سلبية تجاه النفس، كاستجابة لنواحي موضوعية محدودة ليست عامة.

-المبالغة في الأهداف و معايير الأداء:

والمقصود بهذا الجانب هو مغالاة وتشدد الفرد فيما يضعه من أهداف يتبناها لنفسه ويقيم أدائه وسلوكه وفقا لها، ويتوقف شعوره بالرضا أو عدم الرضا عن نفسه على مدى نجاحه أو فشله في بلوغها أو تحقيقها، و هذه الأهداف و المعايير التي تسعى للكمال ليس من السهل تحقيقها و بالتالي تتكرر خبرات الفشل.

- تعميم أفكار الفشل:

ويقصد بهذا الجانب ميل الفرد إلى استنتاج أحكاما عامة تتعلق بفشله بناء على معطيات غير ذات دليل أو من مجرد حدث أو واقعة لا أهمية لها، و تعميم أفكار الفشل ينطوي أيضا على تضخيم السلبيات والتقليل من شان الايجابيات، وينعكس ذلك على أحكام الفرد المتعلقة بذاته.

1.7. عبارات مقياس التشوهات المعرفية:

يتكون المقياس في صورته النهائية من ثلاثون عبارة موزعة دائريا على الأبعاد الفرعية، وتم ذلك بعد التحقق من إجراءات صدق وثبات الأداة كالتالي على الأبعاد الفرعية الثلاثة:

الجدول رقم (04) عبارات مقياس التشوهات المعرفية.

الأبعاد	العبارات
لوم النفس وجلد الذات	1-4-7-10-13-16-19-22-25-28
المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء	2-5-8-11-14-17-20-23-26-29
تعميم أفكار الفشل	3-6-9-12-15-18-21-24-27-30

حيث يطلب من المفحوص في تعليمات المقياس الواردة بصفحته الخارجية أن يقرأ كل عبارة ثم يسأل نفسه إلى أي مدى تنطبق عليه، وليضع علامته وفق الخمس مستويات للتقييم وهي:

.الجدول رقم (05) الإجابة على عبارات المقياس

المستويات	الدرجات
لا تنطبق أبدا	01
تنطبق نادرا	02
تنطبق أحيانا	03
تنطبق كثيرا	04
تنطبق دائما	05

على أن يتراوح تقييم كل عبارة مابين درجة واحدة إلى خمس درجات، ويشير ارتفاع الدرجات إلى زيادة في الأفكار والخواطر التلقائية السلبية، ليتم الحصول على المجموع الكلي لعبارات المقياس مابين 30 إلى 150 .درجة

وبالتالي تكون أعلى درجة للدرجة الكلية للمقياس هي 150 درجة،درجة وسيط المقياس للدرجة الكلية .90 درجة، الدرجة الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي 30 درجة

2.7. الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة الأصلية:

1.2.7. صدق المقياس: قد قام معد المقياس بحساب صدق المقياس بطريقتين، على النحو التالي:

1.1.2.7. صدق المحكمين:

حيث عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس، وقد طلب من كل محكم تحديد وضوح كل فقرة (واضحة، غير واضحة) وملاءمتها للقياس بوجه عام، و للمجال الذي وردت فيه (ملائمة، غير ملائمة)، وقد طلب من كل محكم كذلك، حذف أو إضافة فقرات أخرى إذا أن ثمة فقرات لم ترد في المقياس وقد قام معد المقياس بتعديل عبارات المقياس وفق ما أسفرت عنه آراؤهم، ولم تحصل أي عبارة من عبارات المقياس على نسبة اتفاق أقل من 80% .

2.1.2.7. صدق التحليل العاملي: وقد قام الباحث بالتأكيد من صدق المقياس عن طريق الصدق العاملي بإجراء التحلي العاملي الاستكشافي.

3.1.2.7. التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory Factor Analysis:

تم استخدام أسلوب التحليل العاملي الاستكشافي للتحقق من الصدق العاملي لمقياس التشوهات المعرفية عن طريق إخضاع مصفوفة الارتباطات بين عبارات المقياس 30 عبارة، لدى العينة الاستطلاعية (50)فرد. حيث تم حساب التحليل العاملي بأسلوب المكونات الأساسية لهوتلنج Components Principal، وقد أفضى إلى استخلاص خمسة عوامل بعد تدوير المحاور تدويرا متعامدا بطريقة الفاريماكس Varimax. فكانت جميع التشبعات دالة عند الحد المقبول للتشبع (0.30) وكانت عدد العوامل المستخلصة (6) عوامل، ولكن تبين أن هناك 3 عوامل تشبع كل منهم ب عدد 2 عبارة فقط ولذا تم حذفهم، وبالتالي أصبح عدد العوامل المستخلصة، والتي تشبعت على (03) عبارات فأكثر (03) عوامل قابلة للتفسير، وهذه العوامل الثلاثة جذورها الكامنة أكبر من الواحد الصحيح، وفسرت مجتمعة (61.963%) من التباين الكلي بين عبارات المقياس و هذا ما يوضحه الجدول رقم (01):

جدول(01): المصفوفة العاملية بعد التدوير لمقياس التشوهات المعرفية

الرقم	عبارات المقياس	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	قيم الشيوع
01	ألوم نفسي على مواقف يراها الآخرون لا تستحق كل هذا اللوم.				0.838
02	من الصعب أن أجد فيمن حولي من يؤدي ما أطالب نفسي به.		0.679		0.783
03	عندما ألاحظ عيبا صغيرا في شخصيتي أفكر في كل عيوبي الأخرى.			0.604	0.752
04	أكون مطمئن عندما تسير الأمور على ما يرام، و لكن أضطرب بشدة لمجرد ارتكابي خطأ ما و لو صغير.				0.728
05	يرى من حولي أني أطالب نفسي بكثير من الأمور و أتوقع منها الكثير.		0.603		0.695
06	عندما يتعطل أو يتدهور أمر ما، ألوم نفسي و أشعر أني لن أنجح في شيء أبدا.			0.608	0.649
07	لا يرضيني ما هو أقل مما توقعته من نفسي وخططت له.				0.725
08	والترتيب أسعى لتحقيق أهدافي بمنتهى الدقة.		0.580		0.618
09	يقل تقديري لنفسي مع أي غلطة ارتكبها حتى لو صغيرة.			0.634	0.753
10	أشعر بالاستياء من نفسي عندما لا أحقق ما توقعته مني.				0.743
11	أخطط لنفسي بأهداف و معايير أعلى بكثير من تلك التي يخطط بها غيري لأنفسهم.		0.615		0.736
12	عند شعوري بالقلق و الحزن، يصبح ما يحترمه الآخرين فيّ لا قيمة له عندي.			0.706	0.718
13	أصاب بالإحباط الشديد عندما لا أحقق الأداء الذي توقعته لنفسي.				0.707
14	أسعى دوما للكمالية و الإتقان في كل ما أقوم به.		0.581		0.701

15	مشاعري تتقلب بسرعة من الرضا عن نفسي إلى الشعور بالخيبة و الفشل			0.516	0.695
16	.أحاسب نفسي بقسوة حين يصدر مني أقل الأخطاء				0.887
17	.أحاسب نفسي بشكل أكبر مما يحاسب به غيري أنفسهم		0.775		0.856
18	عند شعوري بالحزن لتدهور أمر ما يصبح ما يحترمه الآخرون في لا قيمة له.			0.616	0.737
19	يستمر لومي لنفسي كلما تذكرت أخطائي السابقة مهما كانت صغيرة.				0.690
20	.أطالب نفسي بأداء الكثير وأتوقع منها الأكثر		0.756		0.617
21	أي خطأ يصدر مني و لو صغير يجعلني لا أرى من نفسي إلا الأخطاء.			0.567	0.615
22	أقوم بتأنيب نفسي على أي فعل خاطئ ولو تقبله الآخرين.				0.721
23	لا أرضى عن نفسي بتلك البساطة التي يرضى بها غيري عن أنسفهم.		0.551		0.695
24	عندما ألحظ عيبا في شخصيتي يقل شعوري بالرضا عن نفسي.			0.710	0.801
25	أشعر بالتوتر والضيق إن لم أحقق ما خططت له				0.788
26	أسعى لتحقيق أهداف و مستويات يراها الآخرين مبالغ فيها.		0.609		0.698
27	إذا ما صدر مني خطأ فلا أرى ما يراه الآخرون فيّ من نجاح.			0.543	0.811
28	.أحاسب نفسي بشدة على أقل تقصير يصدر مني				0.854
29	.أتطلع دائما لتحقيق ما يصعب على غيري تحقيقه		0.541		0.728
30	إذا ما حدث لي موقف صعب أرى أن كل ما هو آتي من المواقف أصعب.			0.690	0.792
	الجذر الكامن	6.697	6.016	5.876	
	التباين	22.323	20.053	19.587	
	التراكمي	22.323	42.376	61.963	

يتضح من الجدول رقم (01) أعلاه الآتي:

- العامل الأول من مقياس التشوهات المعرفية تشبع عليه(10) عبارات، وبلغ الجذر الكامن (6.697) والنسبة المئوية للتباين(22.323) وتقيس هذه العبارات "لوم النفس أو جلد الذات".

- العامل الثاني من مقياس التشوهات المعرفية تشبع عليه(10) عبارات، وبلغ الجذر الكامن (6.016) و النسبة المؤوية للتباين (20.053) وتقيس هذه العبارات "المبالغة في الأهداف و المستويات و معايير الأداء".

- العامل الثالث من مقياس التشوهات المعرفية تشبع (10) عبارات، و بلغ الجذر الكامن (5.876) و النسبة المئوية للتباين (19.587) و تقيس هذه العبارات "تعميم أفكار الفشل".

فسرت العوامل الثلاثة مجتمعة نسبة (61.963%) من التباين الكلي المفسر لعبارات المقياس.

2.2.7. ثبات المقياس:

قام معد المقياس بحساب الثبات بطريقتين، طريقة التجزئة النصفية وطريقة معامل الثبات لألفا كرونباخ، وذلك على النحو التالي:

1.2.2.7. طريقة التجربة النصفية:

تم حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية، وذلك بتطبيقه على عينة مكونة من 50 فرد، وتم تجزئة المقياس إلى نصفين أحدهما يضم الاستجابات على الأسئلة الفردية و الأخر الاستجابات على الأسئلة الزوجية، وقد بلغ معامل الثبات 0.67 و هو معامل ثبات دال إحصائيا عند مستوى 0.01، الأمر الذي يعني أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

2.2.2.7. طريقة معامل ألفا كرونباخ:

حيث تم حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ الذي بلغ 0.78 للمقياس ككل، وهو معامل ثبات دال إحصائيا عند مستوى0.01، الآمر الذي يعني أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، والجدول التالي يوضح قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ للعبارات.

جدول(02) معاملات ثبات عبارات محاور المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

لوم النفس		المبالغة في الأهداف	والمستويات و معايير الأداء	تعميم أفكار الفشل	
رقم المفردة	معامل الثبات	رقم المفردة	معامل الثبات	رقم المفردة	معامل الثبات
1	0.751	2	0.732	3	0.758
4	0.758	5	0.698	6	0.752
7	0.766	8	0.757	9	0.728
10	0.769	11	0.713	12	0.749
13	0.759	14	0.752	15	0.743
16	0.757	17	0.741	18	0.752
19	0.759	20	.0702	21	0.756
22	0.699	23	0.689	24	0.759
25	0.752	26	0.711	27	0.689
28	0.721	29	0.760	30	0.741
معامل ثبات المحاور بدون حذف أي مفردة					
0.778		0.757		0.766	
معامل الثبات الكلي للمقياس= 0.780					

يتضح من الجدول(02) أن قيم معاملات الثبات لعبارات محاور المقياس أكبر من (0.6) مما يدل على ثبات جيد وأن معامل ثبات عبارات كل محور على حدا أقل من أو يساوي معامل ثبات الذي تنتمي إليه العبارة، مما يدل على أن حذف أي عبارة يؤثر سلبا على المقياس، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (0.780)، مما يدل على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مقبول.

وبعد التأكد من صدق وثبات المقياس فقد أصبح في صورته النهائية يتكون من (30) عبارة، موزعة على ثلاث أبعاد بالتساوي.

8. عرض ومناقشة نتائج الدراسة الحالية:

لحساب صدق وثبات الأداة استخدمه الباحثة المعالجات الإحصائيّة الآتية:

- الاتّساق الدّاخلي.
- المقارنة الطرفية.
- طريقة التّجزئة النّصفيّة.
- معامل آلفا كرونباخ.

1.8. عرض وتفسير الفرضية الأولى:

- والتي تنص: يحتفظ مقياس التشوهات المعرفية، بمؤشرات صدق تتفق مع خصائص الاختبار الصادق بعد تطبيقه على عينة في البيئة الجزائرية.

1.1.8. طريقة الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق من خلال حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، كما قمنا بحساب الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والبعد الكلية للمقياس، بالاستعانة بمعادلة بيرسون على عينة تساوي (ن=300) والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (06) معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد لوم النفس وجلد الذات ودرجة المقياس الكلية.

العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السؤال 01	00.59	00.01	السؤال 06	00.49	00.01
السؤال 02	00.41	00.01	السؤال 07	00.40	00.01
السؤال 03	00.49	00.01	السؤال 08	00.19	00.01
السؤال 04	00.63	00.01	السؤال 09	00.61	00.01
السؤال 05	00.38	00.01	السؤال 10	00.47	00.01

من خلال مخرجات الجدول أعلاه نلاحظ وجود علاقة طرديّة بين كل فقرة من فقرات بعد لوم النفس وجلد الذات ودرجة المقياس الكلية دالة إحصائيا عند المستوى 00.01.

الجدول رقم (07) معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء ودرجة المقياس الكلية.

العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السؤال 01	00.30	00.01	السؤال 06	00.71	00.01
السؤال 02	00.50	00.01	السؤال 07	00.63	00.01
السؤال 03	00.63	00.01	السؤال 08	00.52	00.01
السؤال 04	00.31	00.01	السؤال 09	00.71	00.01
السؤال 05	00.53	00.01	السؤال 10	00.37	00.01

من خلال مخرجات الجدول أعلاه نلاحظ وجود علاقة طرديّة بين كل فقرة من فقرات بعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء ودرجة المقياس الكلية دالة إحصائيا عند المستوى 00.01.

الجدول رقم (08) معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد تعميم أفكار الفشل ودرجة المقياس الكلية.

العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السؤال 01	00.65	00.01	السؤال 06	00.35	00.01
السؤال 02	00.59	00.01	السؤال 07	00.56	00.01
السؤال 03	00.62	00.01	السؤال 08	00.71	00.01
السؤال 04	00.62	00.01	السؤال 09	00.40	00.01
السؤال 05	00.62	00.01	السؤال 10	00.45	00.01

من خلال مخرجات الجدول أعلاه نلاحظ وجود علاقة طرديّة بين كل فقرة من فقرات بعد تعميم أفكار الفشل ودرجة المقياس الكلية دالة إحصائيا عند المستوى 00.01.

الجدول رقم (09): معامل ارتباط كل بعد من أبعاد الأداة والدرجة الكلية.

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
لوم النفس وجلد الذات	00.92	00.01
المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء	00.72	00.01
تعميم أفكار الفشل	00.83	00.01

نلاحظ من خلال الجدول السابق وجود علاقة طرديّة قويّة عند مستوى الدّلالة 00.01 بين المجالات الثلاثة والدّرجة الكلّيّة للمجال، حيث أنّ مستوى دلالتها كلّها أقل من 00.01، حيث قدرت قيمة ارتباط البعد الأول بـ 00.92، أما البعد الثاني فقدرت بـ 00.72، وبخصوص البعد الثالث فقد قدر معامل الارتباط بـ 00.83.

بعد حساب معامل ارتباط درجة كلّ فقرة مع مجموع الدّرجات الّتي تنتمي إليه هذه الفقرة تمّ حساب معامل الارتباط بين فقرات المجال الأوّل والدّرجة الكلّيّة للمجال، وتَوَضَّح في الأخير أنّ الاستبانة بأبعادها الأربعة وجميع فقراتها دالّة عند مستوى 00.01، وعليه فإنّ الاستبانة تتمتّع بصدق داخليّ يجعل منها أداةً صادقةً لما وُضِعت من أجله.

2.1.8. المقارنة الطرفية:

تعتبر المقارنة الطرفية أحد الطرق الإحصائية لقياس الصدق وقمنا في هذه الطريقة بتباع الخطوات التالية:

- ترتيب مجموع علامات أفراد العينة تنازليا.
- سحب عينة قدرها 25% من العينة الكلية.

بعد تطبيق قانون (ت) للعينات المستقلة، تم الوصول الى النتائج التالية:

الجدول رقم (10): صدق المقارنة الطرفية لبعد لوم النفس وجلد الذات.

الأبعاد	المقارنة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الدرجة الدنيا	02.01	00.43	148	-29.40	00.01
	الدرجة العليا	04.05	00.41			

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى 00.01، حيث قدرة قيمة (ت) بـ 29.40- عند درجة الحرية 148، كما قدر متوسط الدرجة الدنيا بـ 02.01 وانحراف معياري يساوي 00.0430 مقارنتا بمتوسط الدرجة العليا الذي قدر بـ 04.05 وانحراف معياري يساوي 00.41، مما يدل على وجود فروق بين المجموعتين، وبالتالي فإن بعد لوم النفس وجلد الذات يتمتع بدرجة عالية من الصدق. (هارون، مقياس التشوهات المعرفية، 2017)

الجدول رقم (11): صدق المقارنة الطرفية لبعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء

الأبعاد	المقارنة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الدرجة الدنيا	02.59	00.54	141	-14.92	00.01
	الدرجة العليا	03.79	00.43			

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى 00.01، حيث قدرة قيمة (ت) بـ 14.92- عند درجة الحرية 141، كما قدر متوسط الدرجة الدنيا بـ 02.59 وانحراف معياري يساوي 00.554 مقارنتا بمتوسط الدرجة العليا الذي قدر بـ 03.79 وانحراف معياري يساوي 00.43، مما يدل على وجود فروق بين المجموعتين، وبالتالي فإن بعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

الجدول رقم (12): صدق المقارنة الطرفية لبعد تعميم أفكار الفشل.

الأبعاد	المقارنة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الدرجة الدنيا	01.50	00.37	124	-22.08	00.01
	الدرجة العليا	03.31	00.59			

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى 00.01، حيث قدرة قيمة (ت) بـ 22.08- عند درجة الحرية 124، كما قدر متوسط الدرجة الدنيا بـ 01.50 وانحراف معياري يساوي 00.37 مقارنتا بمتوسط الدرجة العليا الذي قدر بـ 03.31 وانحراف معياري يساوي 00.59، مما يدل على وجود فروق بين المجموعتين، وبالتالي فإن بعد تعميم أفكار الفشل يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

الجدول رقم (13): صدق المقارنة الطرفية للأداة.

الأبعاد	المقارنة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الدرجة الدنيا	02.03	00.25	138	35.13	00.01
	الدرجة العليا	03.72	00.33			

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى 00.01، حيث قدرة قيمة (ت) بـ 35.23 عند درجة الحرية 138، كما قدر متوسط الدرجة الدنيا بـ 02.03وانحراف معياري يساوي 00.25 مقارنتا بمتوسط الدرجة العليا الذي قدر بـ 03.72 وانحراف معياري يساوي 00.33، مما يدل على وجود فروق بين المجموعتين، وبالتالي فإن التشوهات المعرفية يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

نستنتج من خلال ما سبق، من نتائج صدق المضمون (الاتساق الداخلي)، بالإضافة إلى (المقارنة الطرفية) تطمئن على مدى صلاحية الأداة في قياس ما صممت لقياسه في الدراسة الأساسية.

2.8.عرض وتفسير الفرضية الثانية:

والتي تنص: يحتفظ مقياس التشوهات المعرفية، بدرجة ثبات تتفق مع خصائص الاختبار الجيد بعد تطبيقه على عينة في البيئة الجزائرية.

بعد حساب الصدق عن طريق الاتساق الداخلي، لم نقم بحذف أي فقرة كون ثبت صدقها، ومن أجل قياس ثبات الأداة، تم الاعتماد على طرقتين:

- آلفا كرونباخ

- التجزئة النصفية.

1.2.8.الثبات بطريقة آلفا كرونباخ:

يعد معامل ألفا كرونباخ من الأساليب الأكثر شيوعا واستخداما في الدراسات النفسية والتربوية للتأكد من مدى ثبات الأداة، إذ يمثل متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار بطرق مختلفة، وبذلك فإنه يمثل معامل الارتباط بين أي جزأين من أجزاء الاختبار.

الجدول رقم (14): معامل الثبات آلفا كرونباخ لكل بعد والدرجة الكلية.

الأبعاد	معامل الثبات لكل بعد	الثبات الكلي
لوم النفس وجلد الذات	00.86	00.92
المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء	00.75	
تعميم أفكار الفشل	00.85	

يتضح من الجدول أن معاملات الثبات بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية موجب، حيث قدر معامل ثبات بعد لوم النفس وجلد الذات بـ 00.86 وبعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء بـ 00.75، وبخصوص بعد تعميم أفكار الفشل فقدر ثباته بـ 00.85 أما بالنسبة للمقياس ككل فقدر بـ 00.92، وكلها معاملات مرتفعة تشير إلى تمتع المقياس بقدر عالي من الثبات.

2.2.8.التجزئة النصفية:

يعتمد أسلوب التجزئة النصفية أساسا على تقسيم فقرات المقياس أو الاختبار إلى قسمين متكافئين (فقرات زوجية وفقرات فردية)، ولقد قمنا بحساب معامل الارتباط بين درجات هذين القسمين، وبما أن حساب الثبات بالتجزئة النصفية لا يقيس التجانس الكلي للمقياس، لأنه يقسم الفقرات إلى قسمين، لذلك فهو معامل ثبات لنصف الاختبار أو المقياس، ولتفادي ذلك فإننا قمنا بتصحيح معامل الثبات المستخرج بطريقة حساب الارتباط بين نصفي المقياس باستخدام بعض الطرق الإحصائية لإيجاد معامل الثبات لكل الاختبار ومن هذه الطرق استعملنا معادلة (سبيرمان براون) ومعادلة (جوثمان) التصحيحية، تم إيجاد المعدل كما هو موضح في الجدول:

الجدول رقم (15): معاملات ثبات مجالات المقياس عن طريق التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل الثبات قبل التصحيح التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح معامل سبيرمان براون	معامل الثبات بعد التصحيح معامل جوتمان
لوم النفس وجلد الذات	00.75	00.86	00.85
المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء	00.56	00.72	00.71
تعميم أفكار الفشل	00.74	00.85	00.85
مقياس التشوهات المعرفية	00.87	00.93	00.93

يتضح من خلال مخرجات جدول أن معامل ثبات المقياس يتمتع بثبات مرتفع حيث بلغ 00.87 كما ارتفع بعد تصحيحه بمعاملي سبيرمان بروان وجوتمان إلى 00.93، وهذا ما يؤكد أن الأداة على قدر من الثبات.

الصدق الذاتي:

صِدق الاختبار = الجذر التربيعي للثبات أي**92√00.= 00.96**

عليه فإن الصدق الذاتي لمقياس التشوهات المعرفية يساوي 00.96، وهي قيمة تدل على صدق المقياس.

3.8. عرض وتفسير الفرضية الثالثة:

والتي تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (00.05) بين الجنسين في درجة التشوهات المعرفية تجعل من الضروري وضع معايير مختلفة حسب الجنس.

تمّ استخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين للمقارنة الموضّحة في الجدول الآتي بيانه:

الجدول رقم (16): الفروق بين كل من الجنسين على مقياس التشوهات المعرفية.

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة الاختبار	مستوى الدلالة
بعد لوم النفس وجلد الذات						
ذكر	102	28.12	08.07	298	-02.59	00.05
أنثى	198	30.76	08.45			
بعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء						
ذكر	102	31.65	07.25		-01.08	غير دال
أنثى	198	32.55	06.53			
بعد تعميم أفكار الفشل						
ذكر	102	22.07	08.20		-01.56	غير دال
أنثى	198	23.66	08.39			
مقياس التشوهات المعرفية						
ذكر	102	81.86	19.58		-02.14	00.05
أنثى	198	86.97	19.55			

من خلال مخرجات الجدول أعلاه نلاحظ وجود فروق دالة إحصائيا عند المستوى 00.05 بين الذكور والإناث على بعد لوم النفس وجلد الذات، حيث قدرة قيمة الاختبار بـ 02.59- عند درجة الحرية 298، حيث قدر المتوسط الحسابي للذكور28.12 وانحراف معياري يساوي 08.07، مقارنة بـ 30.76 كمتوسط حسابي وانحراف معياري يساوي 08.45 لدى الإناث.

أما بخصوص بعد المبالغة في الأهداف والمستويات ومعايير الأداء فلم نسجل أي فروق بين الذكور والإناث حيث قدرة قيمة ت بـ 01.08- عند درجة الحرية 298، وهذا نفسه بخصوص بعد تعميم أفكار الفشل

فلم نسجل أي فروق عند المستوى 00.05 بين الجنسين حيث قدرة القيمة الاختبارية بـ 01.56- عند درجة الحرية 298.

وفي الأخير ومن خلال الجدول السابق نلاحظ وجود فروق دالة عند المستوى 00.05 بين كل من الذكور والإناث على مقياس التشوهات المعرفية عند قيمة اختبار تساوي 02.14- ودرجة حرية تساوي 298، حيث قدر المتوسط الحسابي للذكور81.86 وانحراف معياري يساوي 19.58، مقارنة بـ 86.97 كمتوسط حسابي وانحراف معياري يساوي 19.55لدى الإناث، ومن هن قبل الفرضية التي تنص على انه توجد فروق دلالة إحصائيا بين كل من الجنسين في درجة التشوهات المعرفية تجعل من الضروري وضع معايير مختلفة حسب الجنس.

9. خاتمة:

الهدف الأساسي للدراسة الحالية هو دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية وذلك للتأكد من إمكانية تطبيق هذا المقياس في البيئة الجزائرية، وهذا في محاولة لإثراء المكتبة الجزائرية بمقياس يقيس التشوهات المعرفية لدى أفراد المجتمع خاصة وأن هذا المقياس يعد من بين المقايس القليلة البنود وهذا يحفز أكثر الأفراد للإجابة عنه، أظهرت النتائج صدق وثبات المقياس وعليه يمكن القول أن مقياس التشوهات المعرفية المعد من طرف أحمد هارون في البيئة المصرية يمكن استخدامه في البيئة الجزائرية.

المراجع :

ابراهيم عبد الستار. (2008). *عين العقل دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني-الايجابي* (الإصدار الطبعة الأولى). القاهرة، مصر: دار الكاتب للطباعة والنشر والتوزيع.

أحمد هارون. (2017). *مقياس التشوهات المعرفية*. القاهرة: مكتبة انجلو مصرية.

أحمد هارون. (2017) .*بطارية مقاييس أخطاء التفكير والشوهات المعرفية* .القاهرة :مكتبة الأنجلو المصرية.

اس جي هوفمان. (2012). *العلاج المعرفي السلوكي المعاصر الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية* (الإصدار الطبعة الأولى). (مراد عيسى علي، المترجمون) القاهرة، مصر: دار الفجر للنشر والتوزيع.

اسلام أسامة محمود العصار. (2015). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة: دراسة مقارنة*. غزة، فلسطين.

سوسن شاكر مجيد. (2014). *أسس بناء الاختبارات والمقياس النفسية والتربوية* (الإصدار الطبعة الثالثة). عمان، الأردن: مركز ديبونو لتعليم التفكير.

عمار بوحوش، و آخرون. (2019). *منهجية البحث العلمي وتقنياته في العلوم الاجتماعية*. برلين-ألمانيا: المركز الديمقراطي العربي للدراسات الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية.

Beck. (1999). *prisoners of hate: the cognitivebasis of anger, ostility and violence.* New york: perennial/ harper collins.

clemmer, k. (2009, 07 14). *cognitive Distotion: define,discover & disprove*. Récupéré sur Eating disorder: http://eatingdisorder.org

Cook, s., Meyer, D., & Knowles, s. (2019). Relationships between psycho evolutionary fear of evaluation, cognitive distortions, and social anxiety symptoms: A preliminary structural equation model. *Australian Journal of Psychology* , 92-99.