

بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

د. إبراهيم بن عبدالله الحسينان

أستاذ علم النفس التربوي المشارك، كلية التربية، جامعة المجمعة

المستخلص: نظرًا لأن معظم مقاييس الحديث الذاتي تنبثق من توجهات نظرية محددة، ولا يوجد بينها ارتباط، وتعاني من مشاكل الذاكرة الانتقائية؛ فقد تبني الباحث نموذجًا موسعًا؛ للاستفادة من توجهات النظريات الرئيسية، كنظرية العلاج المعرفي، ونظرية التنظيم الذاتي عند "فيجوتسكي"؛ لبناء مقياس الحديث الذاتي. وللإجابة عن أسئلة الدراسة، تم التطبيق على عينة مكونة من ٣١٩ طالبًا وطالبة من كلية التربية بالمجمعة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود عاملين، هما: التنظيم الذاتي، والأثر الانفعالي. وقد تم تأكيد هذا البناء من خلال التحليل العاملي التوكيدي. وأظهر المقياس في صورته النهائية (٢٢ فقرة) خصائص سيكومترية مناسبة، حيث بلغت قيمة معامل ثبات أبعاده ٠,٩٣ و ٠,٨٥ على التوالي. كما تمتع المقياس بدلالات متعدّدة للصدق.

الكلمات المفتاحية: الحديث الذاتي، الصدق، الثبات.

Constructing of self- talk scale and test its psychometric properties

Dr. Ibrahim Abdullah Alhusaynan

Associate Professor Education psychology, Majmaah University

Abstract: Most measures of self-talk originate from specific theoretical orientations and there is no correlation between them and suffer from problems of selective memory; For these reasons the researcher adopted an expanded model to take advantage of the main theories orientations such as the cognitive therapy theory and the self-regulated theory at Vygotsky to develop self-talk scale. To answer the study questions. A sample of 319 students from the College of Education was employed. Study results revealed two factors: Self-regulation and Emotional effect. This construction has been confirmed by the factor analyses confirmed. The final version of the scale (22 items) displayed good psychometric properties, where coefficients alpha for the two subscales were 0.93 and 0.85 respectively. The scale also has evidence of the validity were also found.

Keywords: self-talk validity, Reliability.

المقدمة

في سياق الحياة اليومية يتحدث الناس، ليس فقط مع الآخرين، ولكن أيضاً مع أنفسهم. فالطلاب الذين يستعدون للامتحانات، والأفراد الذين يقتربون من إجراء المقابلات الشخصية، وكذلك الأفراد الذين يعانون من الاكتئاب أو القلق، والممارسون للتدريبات الرياضية، يتحدثون جميعاً إلى أنفسهم، و غالباً ما يكررون الجمل مثل: "أنا يمكنني أن أفعل ذلك"، أو "ركز"، والتي يعتقد على نطاق واسع أنها تساعد الأشخاص على الاحتفاظ بالتركيز، والدافعية، وفي نهاية المطاف تساعد هذه الجمل على تقديم أداء أفضل. ويُعد هذا الحديث الذاتي شائعاً من قبل ٩٦٪ من البالغين، كما يعتبر مفيداً بنسبة ٧٢٪ (Winsler, Feder, Way, & Manfra, 2006). كما يعتبر الحديث الذاتي أحد المتغيرات الهامة في إدارة وضبط الذات، والتنظيم الذاتي (Bandura, 1986)، وتحسين الأداء، والتوافق النفسي، ونمو الاضطرابات الانفعالية (Beck, 1976). وقد أظهرت بعض الدراسات الدور الأساسي الذي يلعبه الحديث الذاتي في السيطرة على الأفكار والسلوك (Winsler, Fernyhough, & Montero, 2009). ورغم حداثة البحث في الحديث الذاتي، فإنه يُعتقد بأنه سيشكل دوراً فاعلاً؛ لفهم الكثير من الظواهر النفسية في مختلف المجالات: الاجتماعية، والمعرفية، والصحية والرياضية، وعلى هذا الأساس يُعد الحديث الذاتي أحد الظواهر المثيرة في دراسة الذات (Dolcos & Albarracin, 2014).

ولقد تمت دراسة الحديث الذاتي في علم النفس وفق منهجين مختلفين. يعتمد المنهج الأول على نظريات العلاج المعرفي، وينبثق من فرضية نوعية المحتوى المعرفي، حيث يحاول الباحثون الربط بين الحديث الذاتي السلبي وبعض الاضطرابات الانفعالية، وتحديد ما إذا كان كل اضطراب انفعالي (مثل: الاكتئاب والقلق)، يتميز بمحتوى معرفي مختلف (Calvete, Estévez, Landín, Martínez, Cardeñoso, Villardón, & Villa, 2005). بينما يعتمد المنهج الثاني على نظريات التنظيم الذاتي، وينبثق من فرضية الفروق الفردية بين الأفراد في الوظائف ذاتية التنظيم لحديثهم الذاتي، ويحاول الباحثون دراسة وتحديد الوظائف التنظيمية للحديث الذاتي. ويعتقد الباحث أن هذه النظريات رغم اختلاف توجهاتها إلا أنها مكملة لبعضها البعض؛ لفهم ظاهرة الحديث الذاتي.

وفي معظم نظريات العلاج المعرفي، مثل: نظرية العلاج العقلاني الانفعالي عند "إليس"، والعلاج المعرفي عند "بيك"، وتعديل السلوك المعرفي عند "ميكينبوم"، يتم التأكيد باستمرار على أهمية العلاقة بين الحديث الذاتي، والمشاعر الانفعالية، والتصرفات السلوكية؛ ولهذا يُشكل الحديث الذاتي في هذه النظريات أساساً لفهم التوافق النفسي، من خلال المعنى الذي يضيفه هذا الحديث على الأحداث التي يواجهها الفرد. وفي هذه النظريات يتم استخدام التفكير للتعبير عن الحديث الذاتي الذي يستخدمه الفرد أثناء مواجهة المشكلات، ففي نظرية التفكير غير عقلائي، يصف "إليس" التفكير اللاتكيفي: "بالعبارات الدخيلة" internalized statements أو "عبارات ذاتية" self-

statements، وكان يصفها للمريض بأنها "أشياء تقولها لنفسك"، بينما يصفها "بيك": على أنها "الأفكار الأوتوماتيكية"، في حين أطلق "ملتسي" و "ميكينوم" على هذه الأفكار مصطلح "الحديث الذاتي" (بيك، ٢٠١٥). إن ما يميز الحديث الذاتي السَّلبي أنه يعتمد على أسس نظرية قويّة، كما أنه تلقى التدعيم التجريبي في دراساتٍ مختلفة، حيث كان محتوى التحدّث الذاتي غير الملائم أو المختلّ وظيفياً - غير الواقعي أو غير العقلاني أو السَّلبي المفرط - محطّ اهتمام المعالجين المعرفيين السلوكيين لسنواتٍ عديدة، على سبيل المثال، "بيك" (Beck, 1976)، وكذلك "جلاس" و "ارنكوف" (Glass & Arnkoff, 1994)

وقد ظهرت مقاييسٌ مختلفةٌ للحديث الذاتي، التي تهدف إلى تقييم الاضطرابات النفسية. وفي بعض هذه المقاييس يتم استخدام طريقة التقييم المعرفي، حيث يتم تقديم قائمةٍ من الأفكار ويطلب من الأفراد التحقُّق عمّا إذا كانوا قد عانوا من أي فكرةٍ معينة، أو لتقدير عدد مراتٍ معايشة الأفكار من خلال الحديث الذاتي في مواقفٍ معينة أو لفترةٍ زمنيةٍ معينة (Glass & Arnkoff, 1994)، وتُعدُّ هذه الطريقة هي الأكثر شيوعاً في الممارسة الإكلينيكية، وكذلك في البحوث المعرفية-الإكلينيكية (Haaga, 1997)، وتركز هذه المقاييس على التمييز بين الحوار الداخلي للقلق أو الحوار الداخلي للاكتئاب، مثل: استبيان الأفكار التلقائية the Automatic Thoughts Questionnaire Revised-ATQ-R (Kendall, Howard, & Hays, 1989)، واستبيان قائمة القلق the Cognitions Checklist-Anxiety-CCLA، لبيك وزملاءه (Beck, 1989)، و Brown, Steer, Eidelson, & Riskind, 1987، وتتعامل هذه المقاييس بشكلٍ موحّد تقريباً مع الحديث الذاتي غير السَّويّ.

ويُعدُّ مقياس الأفكار السَّلبية التلقائية الذي طوّره "هولن"، و "كندال" Hollon & Kendall من المقاييس المستخدمة لقياس الأفكار السَّلبية المرتبطة بالاكتئاب. ويتكوّن المقياس من ٣٠ فقرة، وقد تم تطوير هذا المقياس من خلال التطبيق على عيّنةٍ مكوّنةٍ من ٣٤٨ طالباً وطالبةً من طلاب الجامعة، وأظهرت النتائج أنّ المقياس يميز بين المجموعات المكتئبة وغير المكتئبة، كما أنّه يتمتع بمعدّلات ثباتٍ مناسبة (Hollon & Kendall, 1980). وقد جرت محاولاتٌ عدّة لتقنين هذا المقياس في عدّة دول، مثل: فرنسا، وهولندا، وتركيا. ويُستخدم هذا المقياس بكثرةٍ في المجال الإكلينيكي، ومع الراشدين، وطلاب الجامعات. وتتم الإجابة عن فقرات هذا المقياس وفق تدرُّجٍ خماسيٍّ (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

ومن مقاييس الحديث الذاتي، تبرز قائمة الحديث الذاتي لـ "بورنيت" Burnett Self-Talk، ولكن هذه القائمة تعتمد على التقييم بين الحديث الذاتي الإيجابي والسَّلبي، وتم بناؤها من خلال إجراء مقابلاتٍ مع ١٠٥ أطفالٍ في الصفوف (٤-٧)، في خمس مدارسٍ ابتدائيةٍ حول ما سيقولونه لأنفسهم ردّاً على مواقفٍ افتراضيةٍ.

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

وتضمنت القائمة ٦٠ عبارة (٣ موجبات و ٣ سلبيات لكل حالة من الحالات العشر). ومن خلال القائمة يتم سؤال الأطفال عما سيقولونه لأنفسهم بناءً على المواقف المعروضة، ويتم الإجابة باختيار نعم (٣)، أو أحياناً (٢)، أو لا (١) على العبارات التي تلي الموقف. وتقوم هذه الطريقة بتقييم الحديث الذاتي بشكل متزامن. ولكن هذه الطريقة تستخدم عرض مواقف ثابتة لجميع الأفراد، حيث يتم عرض مواقف اجتماعية محددة لجميع الأفراد. (Burnett, 1996)

كما قام "كالفيت" وزملاؤه (Calvete, et al., 2005)، ببناء قائمة لقياس الحديث الذاتي-the Self-Talk Inventory (STI)، وتشابه هذه القائمة مع قائمة "بورنيت" السابقة، ولكن المواقف التي يتم عرضها على المفحوصين غير ثابتة. وكان الهدف الرئيس من الدراسة تطوير قائمة للحديث الذاتي للطلاب الراشدين. وبلغت عينة الدراسة ٩٨٢ طالباً جامعياً. وتتكون القائمة من ٥٢ فقرة (٢٦ فقرة لقياس الحديث الذاتي الإيجابي، و ٢٦ فقرة لقياس الحديث الذاتي السلبي). وتتضمن القائمة ١٠ مواقف متخيلة للحياة اليومية، ويطلب من المشاركين تحديد ما يفكرون فيه ويقولونه لأنفسهم لكل موقف. وقد تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي؛ لتحديد البناء العاملي لقائمة الحديث الذاتي. في حين تم استخدام التحليل العاملي الاستكشافي؛ لدراسة العلاقات بين المتغيرات التي تكون فيها العلاقات والملاحظة والكامنة غير مؤكدة. ولاختبار الصدق المحكي لقائمة الحديث الذاتي، تم دراسة العلاقة بين أبعاد الحديث الذاتي وأعراض ثلاثة اضطرابات انفعالية (القلق، والاكتئاب، والغضب). وكشفت النتائج عن وجود ستة عوامل: ثلاث عوامل تقيس الحديث الذاتي السلبي (التفكير الاكتئابي، والتفكير القلبي، والتفكير الغاضب)، وثلاثة عوامل للحديث الذاتي الإيجابي (التقليل، والتوجه الإيجابي، والتعامل مع التعليمات الذاتية). وتم الإجابة باستخدام مقياس من ١ إلى ٤ (١ = من غير المحتمل، ٤ = من المحتمل بدرجة كبيرة جداً). وقد تم حساب معامل ثبات "الفاكرونباخ"، وبلغ ٠,٨٠ لمقياس الحديث الإيجابي، و ٠,٩٠ لمقياس الحديث السلبي، وكانت العلاقة بين كلا المقياسين قريبة من الصفر (٠,٠٧).

ومن خلال الاطلاع على مقياس "هولن" و"كندال" السابق ذكره، ومقاييس أخرى للتفكير السلبي، قام الدحادحة (٢٠١٢) ببناء مقياس للأفكار السلبية الآلية، لاستخدامه في البيئة العربية. وللتحقق من خصائصه السيكومترية قام مُعدُّ المقياس بالتطبيق على عينة مكونة من ٧٨ طالباً وطالبة من طلاب الجامعة. وتم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحتوى، والصدق البنائي، كما تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس. كما أظهرت النتائج تمتع المقياس بمعدلات ثبات مناسبة، حيث بلغ معامل "الفاكرونباخ" ٠,٩٣. ويتكون المقياس من ٣٠ فقرة، حيث تتم الإجابة عليها وفق تدرج خماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

من جانبٍ آخر، تمت دراسة النوع الثاني من الحديث الذاتي خلال نظريات التنظيم الذاتي عند "فيجوتسكي"، و"باندورا". ويفرق "فيجوتسكي" بين نوعين من الحديث الذاتي، ساهم من خلالهما في توضيح العمليات المحددة التي يقوم بها الأفراد نحو التنظيم الذاتي، حيث صنف الحديث الذاتي إلى: الحديث الذاتي للاندماج في المهمة Task Self-involved inner Speech، والحديث الذاتي للاندماج في الذات Self-involved inner Speech. ويقصد "فيجوتسكي" بالنوع الأول من الحديث: بأنه العبارات الاستراتيجية لحل المشكلة التي تستخدم لزيادة التحكم في المهمة، بينما يقصد بالنوع الثاني من الحديث الذاتي بأنه: العبارات الدافعية والوجدانية التي تُستخدم لتحسين الضبط الذاتي للفرد. (Zimmerman, 1989)

وفي حين يذهب "بياجيه" وأتباعه إلى أن كلام الطفل (والوظائف النفسية الأخرى) يكون في طوره الأول فردياً، ثم يصبح متمركزاً حول الذات، وشيئاً فشيئاً يتحول في الطور الأخير إلى كلام اجتماعي، ويعتقد السلوكيون أن الكلام يمر بمرحلتين، قبل أن يصبح داخلياً (أي تفكيرياً)، وهما: مرحلة التصويت ومرحلة الهمس، يقرر "فيجوتسكي" أن الكلام يتطور بالاتجاه المعاكس للاتجاهين السابقين. ففي المرحلة الأولى يتخذ طابعاً اجتماعياً، ثم يصبح متمركزاً حول الذات، وفي السنة السابعة من عمر الطفل يصير داخلياً (عامود، ٢٠٠٣).

ويؤيد معظم الباحثين الحد الأدنى من أطروحة "فيجوتسكي" حول الحديث الداخلي، وذلك في كونه أداة في الأساس للتحكم السلوكي (Vicente & Manrique, 2011)، وتشير حسن (١٩٩٦) إلى أن وظيفة الحديث الذاتي عند "فيجوتسكي" هي التواصل مع النفس؛ بغرض خلق نوع من التوجيه الذاتي والإرشاد للنفس. ويؤكد "باندورا" على أن التعليمات الذاتية تلعب دوراً حاسماً في عملية ضبط النفس (Bandura, 1986). و أوضح "ميشيل"، و"كانتور"، و"فيلدمان" أن الحديث الذاتي مهمٌ لتثبيط الاندفاعية، وتوجيه مسارات العمل، ومراقبة التقدم نحو الهدف (Carver & Scheier, 1998). وبالمثل، يرى "كارفر" و"سكير" أن الحديث الذاتي عبارة عن إعادة نظرٍ في "المراقبة الما وراء معرفية" لسلوك الشخص ومدى التقدم الذي يحرزه المرء تجاه أهدافه (Carver & Scheier, 1998)، وهذا بدوره يؤثر في ردود الفعل الانفعالية، وردود الفعل على التصرفات السلوكية.

ونظراً لأن معظم مقاييس الحديث الذاتي السابقة تجاهلت الوظائف التنظيمية للحديث الذاتي، فقد قام "دانكن" و"شيني" ببناء استبانة التعبير اللفظي الذاتي Self-Verbalization Questionnaire لتقييم استخدام الحديث الموجّه ذاتياً، من خلال التطبيق على عينة مكونة من ١١٣٢ طالباً جامعياً. وباستخدام التحليل العاملي الاستكشافي كشفت النتائج عن بناءٍ عاملي يتكون من أربعة عوامل، هي: التوجّه المكاني، والتنظيم السلوكي، والانتباه المعرفي، والأثر الانفعالي. وتتطابق وظائف الحديث الخاصة التي تشير إليها هذه العوامل بشكلٍ عامٍ مع تلك العوامل التي تمت مناقشتها من قبل "فيجوتسكي". وظهر أن المقياس يتمتع بمعاملات اتساقٍ داخليةٍ جيّدة، كما كان معامل

الثبت مرتفعاً. بالإضافة لتمتع المقياس بصدق المحتوى، والصدق المحكي. ومن الواضح أن هذا المقياس يتعامل مع الحديث الذي يكون مسموعاً، أو ما يُطلق عليه الحديث الخاص، كما أن هذا المقياس يخضع لمشاكل الذاكرة الانتقائية (Duncan & Cheyne, 1999).

كما قام "ميكارثي- جونز" و"فيرنايهو" ببناء استبيان الحديث الذاتي Inner Speech Questionnaire (VISQ)؛ لتقييم مجموعة من الجوانب النوعية والوظيفية للحديث الذاتي من وجهة نظر "فيجوتسكي". وقد تم التطبيق على عيّنتين منفصلتين تم اختيارهما عن طريق البريد الإلكتروني؛ استخدمت العينة الأولى (٢٣٥ طالباً من طلاب إحدى جامعات المملكة المتحدة)؛ للكشف عن العوامل الكامنة في المقياس باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي، واستخدمت العينة الثانية (٢٢٠ طالباً)؛ لتأكيد هذه العوامل من خلال التحليل العاملي التوكيدي. وكشفت نتائج الدراسة عن بناء عاملين مكونين من أربعة عوامل للحديث الذاتي، هي: الحوار الذاتي، والحديث الذاتي الموجز، وأصوات الآخرين في الحديث الذاتي، والحديث الذاتي التقييمي والدفاعي. كما ظهر أن هذه الأبعاد تتمتع بمعاملات ثبات مناسبة. ويتكون الاستبيان في صورته النهائية من ١٨ فقرة، وتتم الإجابة عنها من خلال مقياس سداسي، تبدأ بالتأكيد "تنطبق علي"، وتنتهي بالتأكيد "لا تنطبق علي" (McCarthy-Jones & Fernyhough, 2011).

ومن خلال منظور التنظيم الذاتي ل"باندور" قام "برينثوب" و"هين" و"كرامر" بتطوير مقياس عام للحديث الذاتي الذي ينطبق على مجموعة واسعة من السلوكيات والحالات؛ ليستخدم كمقياس للفروق الفردية في التنظيم الذاتي مع الراشدين في كلٍ من البحث، والظروف التطبيقية. وكان الافتراض الرئيس لنموذج تطوير المقياس هو أن الناس يختلفون في تكرار كلٍ من الوظائف التنظيمية الذاتية العامة والخاصة لحديثهم الذاتي. وقد مرت عملية تطوير المقياس بعدة خطوات، بدأت ببناء تجميع من الفقرات (٩٠ فقرة)، وتم تقليصها إلى ٥٤ فقرة، بعد عرضها على الخبراء. وتم التطبيق على عينة مكونة من ٧٦٧ مشاركاً من الطلاب والطالبات. وكشفت نتائج التحليل العاملي عن بناء يتألف من عامل عام (الحديث الذاتي العام) وأربعة عوامل فرعية، هي: التقييم الاجتماعي، والنقد الذاتي، وتعزيز الذات، والإدارة الذاتية. وتتكون الصورة النهائية للمقياس من ٢٢ فقرة، وتتم الإجابة باستخدام مقياس خماسي (Brinthaup, Hein & Kramer, 2009).

مشكلة الدراسة

تشير الأدلة العلمية إلى أن الحديث الذاتي يظهر في نوعين مختلفين، حيث يظهر النوع الأول عندما يتحدث الأفراد عن مشاعرهم الانفعالية (Oliver, Markland, Hardy & Petherick, 2008). ويظهر النوع الثاني في المواقف التي تتحدى ضبط النفس، وتتطلب التنظيم الذاتي (Zell, Warriner & Albarracín, 2012).

ويذكر "هاكفورت" و"سكوينميجر" أن الأفراد يستخدمون الحوارات الدّاخلية؛ لتفسير المشاعر والمعتقدات وإعطاء أنفسهم التعليمات والتشجيع (Hackfort&Schwenkmezger, 1993, cited in Hardy, 2006). ويشير "روبسون" و"يونج" إلى أن الحديث الدّاخلِي يُؤدّي مجموعةً متنوّعةً من الوظائف في مجموعةً متنوّعةً من الحالات، واستخداماته تتراوح بين المراقبة الدّاتية، والتصنيف، والاسترجاع (من الذاكرة طويلة المدى)، وحل المشكلات، ودمج المفاهيم، والتوجيه الدّاتي، بالإضافة إلى أحلام اليقظة والتخيّل والقلق والهوس (Robson & Young, 2007). وتماشياً مع هذا، يعتقد الباحث أنّ هالك نوعين من الحديث الدّاتيّ، يتمثل النوع الأوّل في التعليمات الدّاتية، التي تستهدف التنظيم الدّاتيّ، ويتمثل النوع الثاني في الحديث الذاتي الانفعالي، الذي يستهدف التعبير عن المشاعر والانفعالات. ويُعدّ هذان النوعان من الحديث، هما أبرز مكونات الحديث الدّاتيّ، التي تمت الإشارة إليها من خلال النظريات العلمية، وتم تأكيدها عبر الدّراسات العلمية المختلفة.

وبالرغم من ذلك فإنّ المقاييس التي ظهرت للحديث الدّاتيّ، لم توظف هذه الأدلّة بشكلٍ كافٍ، ولم تشمل هذين النوعين البارزين في الحديث الدّاتيّ، حيث ظهر تركيزها على جانبٍ دون الآخر. وقد ظهر هذا واضحاً من خلال تركيز مقاييس المحتوى المعرفي على قياس الجوانب التي تعكس التعبير عن المشاعر، حيث يتم التركيز على الحديث الدّاتي غير التّوافقيّ، مع التركيز على العبارات الدّاتية السّلبية (Kendall & Hollon, 1989) (Schwartz & Garamoni, 1989)، وبالتالي يكون التركيز عادةً على المحتوى العاطفي لخطاب الشخص الدّاخلِي. في حين ركزت المقاييس الأخرى على التنظيم الدّاتيّ. ويصف "مورين"، و"دهنيش"، و"راسي" هذا التركيز على جوانب محدّدة في قياس الحديث الدّاتيّ، بالتحيز لوجهات النّظر المسبقة (Morin, Duhnych & Racy, 2018). كما أنّ هذا الاختلاف في توجه الباحثين لقياس الحديث الدّاتيّ، أوجد عدداً من المقاييس المتباعدة، حيث ظهر أنّها غير مرتبطة ببعضها البعض (Uttl, Morin, & Hamper, 2011).

وبالإضافة لما سبق، فإنّ معظم مقاييس الحديث الدّاتيّ ما عدا مقياس "بورنيت" (Burnett, 1996)، وقائمة "كالفيت وآخرون" (Calvete et al., 2005) تعاني من مشاكل الذاكرة الانتقائية، حيث يتم تطبيقها بأثر رجعيّ. وتمثل الاستراتيجية المختلفة في أنّ يتم عرض سلسلة من المواقف التخيّلِيّة للأفراد، ومطالبتهم بالإشارة إلى مدى اعتقادهم في كل عبارة من عبارات الحديث الدّاتيّ المقترحة. تقوم هذه الطريقة بتقييم الحديث الدّاتيّ بشكلٍ متزامنٍ، وتعالج مشاكل الذاكرة الانتقائية. وقد تم استخدام هذه الطريقة في قائمة الحديث الدّاتيّ (Calvete et al., 2005)، ولكن هذه القائمة - كما ذكرنا سابقاً - تركز فقط على قياس المحتوى المعرفي للحديث الدّاتيّ.

وفي الوقت الذي يرى فيه الباحث أهمية قياس الحديث الدّاتيّ، من خلال إبراز أنواعه الأساسية، فإنّ مقياس الحديث الدّاتيّ، يُفترض أوّلاً: أنّ يعالج مشاكل الذاكرة الانتقائية، وثانياً: أنّ يشتمل المقياس على عددٍ من الفقرات

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

التي تعكس التعبير عن المشاعر الانفعالية (Oliver, et al., 2008)، بالإضافة إلى فقرات تعكس التعليمات الذاتية، التي تمثل حواراتٍ داخليةً تستهدف التنظيم الذاتي، مثل: المراقبة الذاتية، وحلّ المشكلات، والتوجيه الذاتي، والتخطيط، والدافعية، وتركيز الانتباه، واتخاذ القرارات، والتقييم الذاتي والاجتماعي (Brinthaup, et al., 2009; McCarthy-Jones & Fernyhough, 2011; Morin, Duhnynch & Racy, 2018; Robson & Young, 2007).

وعليه، فإن مشكلة الدراسة تتمثل في بناء مقياسٍ للحديث الذاتي باستخدام سلسلةٍ من المواقف التخيلية، واقتراح عددٍ من الفقرات التي تعكس التعبير عن المشاعر الانفعالية، والتعليمات الذاتية، ثم عرضها على المفحوصين ومطالبتهم بالإشارة إلى مدى اعتقادهم في كلِّ فقرةٍ من فقرات الحديث الذاتي المقترحة، مع معالجة هذه الفقرات من خلال التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، لتحديد العوامل التي تشكل هذا البناء. بالإضافة إلى دراسة الخصائص السيكومترية الأخرى للمقياس.

أسئلة الدراسة

١. ما دلالات صدق مقياس الحديث الذاتي لدى طلبة كلية التربية بالجمعة؟

٢. ما دلالات ثبات مقياس الحديث الذاتي لدى طلبة كلية التربية بالجمعة؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى بناء مقياسٍ عربيٍّ للحديث الذاتي، يعكس الجوانب التنظيمية والانفعالية، وتتوافر فيه الخصائص السيكومترية المناسبة.

أهمية الدراسة:

يُعدُّ الحديث الذاتي ظاهرةً مثيرةً في التجربة الإنسانية، وتستحق الدراسة؛ وذلك للدور المهم الذي يلعبه هذا المتغير في الكثير من سلوكيات الإنسان، وخاصةً ضبط وتنظيم السلوك، والتعبير عن المشاعر. وعلى الرغم من هذه الأهمية، فإنَّ الباحثين في علم النفس يكرِّسون القليل من الاهتمام لقياسه (Brinthaup, et al., 2009)؛ ولذا فإنَّ أهمية هذه الدراسة تنبع من كونها تتناول متغيراً نفسياً على درجةٍ عاليةٍ من الأهمية؛ يمكن أن يساعدنا في فهم الكثير من الظواهر النفسية المعرفية والانفعالية والسلوكية المرتبطة به. كما تكمن أهمية الدراسة في كونها أيضاً تعالج هذا المتغير في ضوء جوانبه الحاسمة المتمثلة في التنظيم الذاتي والتعبير الانفعالي؛ وعلى هذا الأساس فإنَّ هذه الدراسة تعكس توجُّه الجهود البحثية الحديثة من خلال تحديد أفضل طريقة لقياسه. كما تساهم الدراسة في سدِّ الفجوة المتعلقة بعدم توافر مقياسٍ عربيٍّ للحديث الذاتي، وذلك في حدود علم الباحث. كما يمكن أن يساعدنا هذا المقياس في دراسة الفروق الفردية في الحديث الذاتي. ونشير أيضاً إلى أنَّ دراسة الحديث الذاتي يمكن أن تفتح الآفاق لفهم

العوامل الدّاخلية لدى الإنسان. كما تستثير الدّراسة الباحثين الآخرين؛ لإجراء دراساتٍ مماثلةٍ، أو الاستفادة من مقياس الحديث الدّائِيّ في دراساتٍ مستقبليةٍ.

مصطلحات الدّراسة

الحديث الدّائِيّ: يعرف "هاردي" الحديث الدّائِيّ بأنه ظاهرةٌ متعدّدة الأبعاد تتعلّق بالتصريحات الموجهة إلى الذات، يتم التعبير عنها صراحةً أو سرّاً (Hardy, 2006, p. 83-84). كما يعرفه "مورين": بأنه نشاط أو عملية التحدّث إلى النفس بشكلٍ خفيٍّ (Morin, 2009). ويتبنى الباحث تعريف "الدرسون-دي" و "فيرنيهو"، حيث يعرفانه بأنه "تجربةٌ ذاتيةٌ لغويّةٌ للتعبير، في غياب التعبير العلنيّ المسموع" (Alderson-Day, & Fernyhough, 2015, p.931). ويعرفه الباحث إجرائيّاً "بأنه التحدّث إلى النفس بشكلٍ خفيٍّ، من أجل إعطاء تعليماتٍ ذاتيةٍ تستهدف تنظيم وضبط السلوك، أو للتعبير عن المشاعر الانفعالية، والتي تعكسها الإجابة عن مقياس الحديث الدّائِيّ الذي تم تطويره في هذه الدّراسة.

حدود الدّراسة

تحدد الدّراسة بما يلي:

- بالأدوات المستخدمة في هذه الدّراسة وهي: مقياس الحديث الدّائِيّ من إعداد الباحث، ومقياس العصابية، ويقظة الضمير في مقياس العوامل الخمس الكبرى المعرّب للبيئة السعودية من قبل الرويتع (٢٠٠٧).
- تقتصر الدّراسة على طلاب وطالبات كلية التربية بالمجمّعة، في الفصل الدّراسي الثاني، من العام الجامعي ١٤٣٩/١٤٤٠هـ.

منهج وإجراءات الدّراسة

منهج الدّراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفيّ، من أجل وصف ظاهرة الحديث الدّائِيّ وأنواعه، التي يستخدمها الأفراد في تنظيم جوانب متعدّدة من حياتهم، أو للتعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم.

مجتمع الدّراسة: يتكون مجتمع الدّراسة من جميع طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة المجمّعة، في الفصل الدراسي الثاني، للعام الجامعي ١٤٣٩ / ١٤٤٠هـ، والبالغ عددهم ٢٦٢٤ طالباً وطالبةً.

عينة الدّراسة: قام الباحث باختيار عينة عشوائية بسيطة من مجتمع الدّراسة، وبلغ حجم العينة النهائي بعد استبعاد الإجابات غير المكتملة (٣١٩) طالباً وطالبةً (متوسط أعمارهم ٢١،٩٥، وبانحرافٍ معياريٍّ ٢،٢١٦). ويوضح الجدول (١) توزيع العينة حسب الجنس، والسنة الدّراسية.

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

جدول (١) توزيع أفراد العينة حسب الجنس، والسنة الدراسية

المجموعة	المرحلة الدراسية				الجنس		
	الرابعة	الثالثة	الثانية	الأولى	إناث	ذكور	
٣١٩	١٢٤	٩٣	٦٢	٤٠	١٩١	١٢٨	العدد
١٠٠	٣٨,٧	٢٩,١	١٩,١	١٢,٥	٥٩,٨	٤٠,٢	النسبة %

إجراءات تطوير مقياس الحديث الذاتي

تم إعداد هذا المقياس بعد إجراء عدّة خطوات، حيث تم في الخطوة الأولى سؤال مجموعة من الطلاب (٢٥ طالباً) عن المواقف التي من المحتمل أن يجروا فيها حديثاً ذاتياً مع أنفسهم، وبناء على هذه الخطوة، تم تجميع ١٢ موقفاً. وتتنوع هذه المواقف؛ لتشكّل مواقف تحدث في البيئة الأكاديمية، ومواقف أخرى يواجهها الفرد في الحياة العامّة. وبعد ذلك قام الباحث في الخطوة التالية بصياغة فقرات مناسبة لكلّ موقف، حيث تم تجميع عددٍ من الفقرات (٤٣ فقرة) تمثل إجاباتٍ محتملةً أو حديثاً ذاتياً، يحتوي على الفرد مع نفسه أثناء الموقف.

وقد تم تحديد أبعاد المقياس، وصياغة فقراته بعد مراجعة النظريات الأساسية التي تفسر مفهوم الحديث الذاتي، وخاصةً التنظيم الذاتي عند "فيجوتسكي"، ونظريات العلاج المعرفي. وبعد مراجعة عددٍ من مقاييس الحديث الذاتي، مثل: مقياس الأفكار السلبية التلقائية الذي طوره "هولن" و"كيندال" (Hollon & Kendall, 1980)، وقائمة الحديث الذاتي لـ"بورنيت" (Burnett, 1996)، ومقياس "كالفيت وآخرون" (Calvete et al., 2005)، واستبانة التعبير اللفظي الذاتي لـ"دانكن" و"شيني" (Duncan & Cheyne, 1999)، ومقياس "ميكارثي-جونز" و"فيرنيهو" (McCarthy-Jones & Fernyhough, 2011)، ومقياس "برينثوبت وآخرون" (Brinthaupt, et al., 2009). وفي ضوء الإطار النظري، والدراسات السابقة تم تحديد خمسة أبعادٍ للحديث الذاتي، تمثل الأبعاد الثلاثة الأولى التعليمات الذاتية التي تستهدف التنظيم الذاتي، وهي: التخطيط، وحلّ المشكلات، والتقييم الاجتماعي، والمثابرة، والدافعية (Brinthaupt, et al., 2009; McCarthy-Jones & Fernyhough, 2011; Morin, et al., 2018; Robson & Young, 2007) الأخيران الحواري الداخلي المتعلّق بردود الفعل الانفعالية السلبية والإيجابية، وهما: الحديث الذاتي السلبي، والحديث الذاتي الإيجابي (Calvete et al., 2005; Sánchez, Carvajal, & Saggiomo, 2016).

بعد ذلك قام الباحث بعرض المقياس على عددٍ من أعضاء هيئة التدريس بقسم العلوم التربوية بجامعة المجمعة (٨ أعضاء)؛ لتحديد مدى ملائمة، ووضوح المواقف، وكذلك مدى ملائمة الفقرات مع المواقف التخيلية، وتقدير مدى ملائمة كلّ فقرةٍ للبعد المنتمية له. ونتيجةً لذلك فقد تم استبعاد ٨ فقراتٍ (١٦، ١٧، ٢٠، ٢١، ٣٦، ٣٩، ٤١،

(٤٣)، بناءً على عدم اتفاق آراء السادة المحكّمين عليهما، حيث تبين أنّ بعض هذه الفقرات غير مناسب، أو أنها غير واضحة أو أنها متحيّزة لفئةٍ معيّنة (ذكورٍ أو إناثٍ).

وتتطلب الإجابة عن المقياس، قيام كلّ طالبٍ بقراءة كلّ موقفٍ، مع الفقرات الملحقة به (تمثل حديثاً ذاتياً محتملاً)، ثم تحديد مدى انطباقها عليه، من خلال مقياسٍ رباعيٍّ: (تنطبق عليّ بشكلٍ كبيرٍ، تنطبق عليّ بشكلٍ متوسطٍ، تنطبق عليّ بشكلٍ قليلٍ، لا تنطبق عليّ أبداً)، وتأخذ القيم ٤، ٣، ٢، ١ على التوالي، عند التصحيح. ويوضح الجدول (٢) أبعاد المقياس، وفقرات كلّ بعدٍ في صورته الأولى.

جدول (٢) أبعاد مقياس الحديث الذاتي، وفقرات كلّ بعدٍ في صورته الأولى

أبعاد المقياس	الفقرات
التخطيط وحل المشكلات	٣٠-٢٨-٢٠-١٩-١٨-١١-٧-٢-١
المتابعة والدافعية	٢٤-١٥-١٣-١٠-٨-٦-٥-٣
التقييم الاجتماعي	٢٦-٢٢-٤
الحديث الذاتي السلبي	٣٥-٣٤-٣٢-٣١-٢٩-٢٧-٢٣-٢١-١٧-١٦-١٢
الحديث الذاتي الإيجابي	٣٣-٢٥-١٤-٩

الأساليب الإحصائية: استخدم الباحث لتحليل البيانات، معامل ارتباط "بيرسون"، والتحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، ومعامل "الفاكرونباخ".

نتائج الدراسة:

إجابة السؤال الأول، والذي ينصُّ على: "ما دلالاتُ صدق مقياس الحديث الذاتي لدى طلبة كلية التربية بالمجمعة؟".

وللإجابة عن هذا السؤال، قام الباحث بعددٍ من الإجراءات للتحقق من صدق المقياس، كما يأتي:

التحليل العاملي الاستكشافي

قبل إجراء عملية التحليل العاملي، تم إجراء الاختبارات الإحصائية اللازمة لملائمة البيانات للتحليل العاملي، حيث تم حساب (KMO Kaiser-meyer-olkin)، وكشف اختبار ملائمة المعاينة (KMO) قيمة إحصائية تساوي (٩١,٠) وهي أكبر من الحد الأدنى المقبول لاستخدام التحليل العاملي الذي اشترطه "Kaiser" وهو (٠,٥٠). كما بلغت قيمة محدد مصفوفة معاملات الارتباط المحسوبة بين استجابات أفراد الدراسة لفقرات المقياس (١,٦٨) وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول، وهو (٠,٠٠٠١)، وعليه يمكن أن نحكم بكفاية حجم العينة في التحليل الحالي، ويدل أيضاً على وجود ارتباطاتٍ قويّةٍ بين معظم المتغيرات. كما أنّ اختبار "Barlett" بلغ مستوى دلالتة (٠,٠٠) أي أنّه معنويٌّ، وبالتالي، فإن مصفوفة الارتباط ليست مصفوفة الوحدة؛ لوجود علاقة ارتباط

إبراهيم الحسينان: بناءً مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

بين الفقرات وهذا يسمح برفض فرضية أن الارتباط بين الفقرات ضعيفاً أو معدوماً. وعلى إثر ذلك قام الباحث بالتحليل العملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية، وتدوير المحاور بطريقة "الفاريماكس". وأسفر التحليل العملي عن وجود سبع عوامل زاد الجذر الكامن لكل منها عن واحد صحيح، وفسرت مجتمعة (٦٢,٩٣٥٪) من التباين الكلي لدرجات المقياس كما هو موضح في جدول (٣).

جدول (٣) نتائج تحليل المكونات الرئيسية لأبعاد مقياس الحديث الذاتي

المكونات	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسرة %	النسبة التراكمية للتباين الكلي %
١	١٠,٤٢	٢٤,٧٤٢	٢٤,٧٤٢
٢	٥,٨٢٢	١٥,٢١٤	٣٩,٩٥٥
٣	١,٣٨٩	٦,٢١٩	٤٦,١٧٤
٤	١,٢١٩	٤,٧٨٢	٥٠,٩٥٧
٥	١,١٤٧	٤,٥٦٥	٥٥,٥٢٢
٦	١,٠٦٣	٤,٣٣١	٥٩,٨٥٣
٧	١,٠٤٥	٣,٠٨٢	٦٢,٩٣٥

ومن جدول (٣) يتضح أن العامل الأول بلغ جذره الكامن (١٠,٤٢)، ويفسر من التباين الكلي (٢٤,٧٤٢٪)، والعامل الثاني بلغ جذره الكامن (٥,٨٢٢)، ويفسر من التباين الكلي (١٥,٢١٤٪)، والعامل الثالث بلغ جذره الكامن (١,٣٨٩) ويفسر من التباين (٦,٢١٩٪)، والعامل الرابع بلغ جذره الكامن (١,٢١٩) ويفسر من التباين الكلي (٤,٧٨٢٪)، والعامل الخامس بلغ جذره الكامن (١,١٤٧) ويفسر من التباين الكلي (٤,٥٦٥٪)، والعامل السادس بلغ جذره الكامن (١,٠٦٣) ويفسر من التباين الكلي (٤,٣٣١٪)، والعامل السابع بلغ جذره الكامن (١,٠٤٥) ويفسر من التباين الكلي (٣,٠٨٢٪). وفسرت هذه العوامل مجتمعة (٦٢,٩٣٥٪) من التباين الكلي. ويوضح الجدول (٤) تشبعت فقرات مقياس الحديث الذاتي على العوامل بعد التدوير (٣٥ فقرة). وتم اختيار الفقرات وفق محكين، هما: ١- أن يكون تشبع الفقرة على العامل المنتمبة له ٠,٣٠ فأكثر، و ٢- أن تعبر الفقرة عن معنى وفق العامل المنتمبة له.

جدول (٤) تشبعت فقرات مقياس الحديث الذاتي على العوامل بعد التدوير (٣٥ فقرة)

م	فقرات المقياس	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	العامل السابع
١.	يجب أن تجد أفضل طريقة لإنجاز هذه المهمة.	٠,٧٣						
٢.	يجب عليك القيام بالعمل خلال المدة المحددة	٠,٧٥						
٣.	هذا الواجب سوف يحسن من درجاتك	٠,٧٩						
٤.	إذا لم تنجز هذا الواجب في وقته المحدد سوف تسقط من عين أستاذك				٠,٤٠			

م	فقرات المقياس	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	العامل السابع
٥.	يجب أن تجد أفضل طريقة لإنجاز هذه المهمة.	٠,٧٣						
٦.	يجب عليك القيام بالعمل خلال المدة المحددة	٠,٧٥						
٧.	هذا الواجب سوف يحسن من درجاتك	٠,٧٩						
٨.	إذا لم تنجز هذا الواجب في وقته المحدد سوف تسقط من عين أستاذك				٠,٤٠			
٩.	أنجزت الكثير من الواجبات خلال هذا الفصل ولم يتبقى الا القليل	٠,٨٠						
١٠.	هذا الاجتماع مفيد لك					٠,٧٤		
١١.	يجب أن ترتب أمورك كي تستطيع الذهاب معهم					٠,٦٤		
١٢.	ركز يا عمر ، ركز يا عمر.	٠,٨٢						
١٣.	يا عمر، لا تقلق	٠,٧٧						
١٤.	يجب أن تفعل ما تستطيع قدر الإمكان، فالأمر يتعلق بمستقبلك			٠,٣١				
١٥.	كم سؤال استطعت الإجابة عليه حتى الآن؟					٠,٣١		٠,٣٤ -
١٦.	لم استعد لهذا الاختبار بشكل كافي						٠,٧٦	
١٧.	اصبر قليلا، فإن ذهبت ولم تغير جدولك فسوف تندم.	٠,٧٠						
١٨.	يا عمر لا تغضب من الانتظار، فالموضوع يحتاج للهدوء.	٠,٧٣						
١٩.	أفتح جوالك، وأقرأ شيئاً حتى يأتي دورك.			٠,٣١				
٢٠.	أنا لا اتمتع بشخصية جذابة.	٠,٧٢						
٢١.	سبق وأن وقعت في مثل هذا الموقف.	٠,٤٦						٠,٤٨
٢٢.	ماذا عليك أن تقول أو تفعل مستقبلاً، في مثل هذه المواقف					٠,٤٥		
٢٣.	عليك ان تجد طريقة لحل هذه المشكلة			٠,٤٣				
٢٤.	ماذا عليك أن تفعل كي تجعل الاستاذ يقبل اعتذارك، وتنجز الواجبات			٠,٤٤				
٢٥.	هذا الاستاذ يثير غضبي لأنه لا يقدر ظروف الآخرين	٠,٥٣						
٢٦.	لو عرف والدك أنك شخص مهمل، سوف ينزعج كثيراً			٠,٧٠				
٢٧.	هذه ليست المرة الأولى التي تتأخر في احضار الواجبات	٠,٤٤					٠,٦١	
٢٨.	إذا استمررت في تأخير الواجبات سوف تفشل في دراستك			٠,٣٥			٠,٣٢	
٢٩.	الحمد لله أنك لم تفعل مثل هذا في حياتك.			٠,٤٥				
٣٠.	إذا لم تعترض على هذه التصرفات سوف تزداد في المجتمع			٠,٦١				
٣١.	هذا البائع ينوي التلاعب بي .	٠,٧٨						
٣٢.	في المرة القادمة تأكد من الاشياء التي تشتريها قبل مغادرة المحل.			٠,٣٦				
٣٣.	أنا أعرف بأنه لا احد يقدرني	٠,٧٣						
٣٤.	عليك أن لا تكرر قبول دعوة هذا الشخص (المضيف) مرة أخرى				٠,٤٦			٠,٤٠ -
٣٥.	لا أحد يرغب بي كصديق	٠,٨١						

٠,٦٤					٠,٣٦	٣٦. اخرجني أمام الآخرين عندما لم يرد علي السلام
٠,٧٣						٣٧. من المؤكد أنهم نسوا اخباري
٠,٣٧						٣٨. أنا لا بد أن أغيرهم بخطاهم.
٠,٧٨						٣٩. هذه المرة الثانية التي لا يجرونني عما يحدث لأصدقائي

وكما هو واضح من الجدول (٤)، فإن العامل الأول تشبع عليه ٨ فقرات تشبعاً دالاً (٠,٣٠ فأكثر)، وهي الفقرات: (١، ٢، ٣، ٥، ٨، ٩، ١٣، ١٤)، وتنتمي معظم هذه الفقرات لكل من البعد الأول، والثاني، والثالث في المقياس، حيث تشير هذه الفقرات إلى الحديث الذاتي التحفيزي، من خلال استخدام التعليمات الذاتية لمواجهة مختلف المواقف التي تتحدى ضبط النفس وتتطلب التنظيم الذاتي. كما تشبع على هذا العامل فقرتين من بعد الحديث الذاتي الإيجابي (٩-١٤)، ويبدو أن محتوى هذه الفقرات يشير أيضاً إلى التحكم الانفعالي، وهو نوع من التنظيم الذاتي (Pintrich, Roeser, & De Groot, 1994)؛ ولذلك يمكن تسمية هذا العامل بعامل التحفيز الذاتي التنظيمي، وهذا العامل يتوافق مع أطروحات "فيجوتسكي" حول طبيعة الحديث الذاتي، على أساس أنه أداة للتحكم السلوكي (Vicente & Manrique, 2011)، من خلال خلق نوع من التوجيه الذاتي والإرشاد النفسي (حسن، ١٩٩٦)، وتوجيه مسارات العمل (Mischel, et al., 1996). كما يتشابه هذا العامل مع عامل الإدارة الذاتية في مقياس "برينثوبت وآخرون" (Brinthaupt, et al., 2009) الذي يستهدف تقييم الحديث الذاتي العام للتنظيم الذاتي. كما أنه يتشابه أيضاً مع التعليمات الذاتية عند "ميكينوم"، التي تستهدف ضبط السلوك، حيث يفترض "ميكينوم" أن الحديث الداخلي يخلق الدافعية عند الفرد، ويساعده على تصنيف مهاراته، وتوجيه تفكيره للقيام بالمهارة المطلوبة (بلان، ٢٠١٥).

أمّا العامل الثاني، فقد تشبع عليه عشر فقرات تشبعاً دالاً، وهي الفقرات: (١٦، ١٧، ٢١، ٢٣، ٢٧، ٢٩، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٥)، وتنتمي معظم هذه الفقرات إلى بعد الحديث الذاتي السلبي، وتشير إلى الحديث الذاتي الذي يستخدمه الفرد للتعبير عن مشاعره وانفعالاته السلبية، كرد فعل تجاه المواقف؛ ولتوضيح معتقداته ونظرته لذاته وللآخرين، ويتشابه هذا العامل مع الأفكار التلقائية السلبية عند "هولن" و"كيندال" (Hollon & Kendall, 1980). كما يتشابه مع عامل الحديث السلبي عند "بورنيت" (Burnett, 1996)، و"كالفيت وآخرون" (Calvete et al., 2005). ومن جهة أخرى يتشابه هذا العامل مع عامل الأثر الانفعالي، الذي ظهر في مقياس "دانكن وشيني" (Duncan & Cheyne, 1999)، الذي تم بناؤه وفق نظرية "فيجوتسكي" للتنظيم الذاتي. وعلى هذا الأساس يمكن تسمية هذا العامل بعامل الأثر الانفعالي.

أما العامل الثالث، فقد تشبع عليه ست فقراتٍ تشبُّعاً دالاً، وهي الفقرات: (١٠، ١٥، ١٩، ٢٠، ٢٨، ٣٤)، وتنتمي معظم هذه الفقرات إلى البعدين الأول والثاني. وتشير هذه الفقرات إلى الحديث الذاتي الذي يستخدمه الفرد أثناء مواجهه المشكلات بهدف السعي لحلها؛ ولذلك يمكن تسمية هذا العامل بعامل حل المشكلات.

أما العامل الرابع، فقد تشبع عليه ست فقراتٍ تشبُّعاً دالاً، وهي الفقرات: (٤، ٢٢، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٣٠)، وتنتمي معظم هذه الفقرات إلى البعد الثالث في المقياس. وتشير هذه الفقرات إلى الحديث الذاتي الذي يستخدمه الفرد للتأمل في الموقف وتدبر عواقب الأمور؛ ولذلك يمكن تسمية هذا العامل بالتأمل وتدبر العواقب.

وتشبع على العامل الخامس أربع فقراتٍ تشبُّعاً دالاً، وهي الفقرات: (٦، ٧، ١١، ١٨)، وتنتمي معظم هذه الفقرات إلى البعد الأول في المقياس. وتشير هذه الفقرات إلى الحديث الذاتي الذي يستخدمه الفرد للتفكير والتخطيط للمستقبل؛ ولذلك يمكن تسمية هذا العامل بالتخطيط والتفكير في المستقبل.

وتشبع على العامل السادس ثلاث فقراتٍ تشبُّعاً دالاً، وهي الفقرات: (١٢، ٢٣، ٢٤)، ويلاحظ أن الفقرتين (٢٣، ٢٤) تشبعان على عوامل أخرى، وتعطي معنى سيكولوجي أفضل في تلك العوامل؛ ولذا رأي الباحث حذف هذا العامل؛ والفقرة ١٢ من المقياس. كما تشبع على العامل السابع ثلاث فقراتٍ تشبُّعاً دالاً، وهي الفقرات: (١١، ١٧، ٣٠)، وتبين أن هذه الفقرات متشعبة أيضاً على عوامل أخرى، ولذا فضل الباحث حذف هذا العامل، مع الاحتفاظ بالفقرات ضمن الأبعاد الأخرى المتشعبة عليها.

وبناءً على نتائج التحليل العملي الاستكشافي، يمكن القول بأن هناك خمسة عوامل للحديث الذاتي، فسرت مجتمعة ٥٥,٥٢٢٪ من التباين الكلي للظاهرة. ومن خلال النظر في هذه العوامل يتضح أنها تجتمع في مجموعتين مختلفتين، حيث تمثل المجموعة الأولى الحديث الذاتي التنظيمي الذي يستهدف التنظيم الذاتي، مثل: التحفيز الذاتي التنظيمي، والتأمل وتدبر العواقب، والتخطيط والتفكير بالمستقبل، وحل المشكلات. بينما تتمثل المجموعة الثانية في الحديث الذاتي الانفعالي، الذي يعكس الأثر الانفعالي من خلال المشاعر الانفعالية ولوم الذات. وهاتان المجموعتان من الحديث الذاتي تلقيان الدعم النظري والتجريبي في علم النفس. وتتفق نتائج الدراسة جزئياً مع عددٍ من الدراسات، مثل: (Brinthaupt, et al., 2009; Calvete et al., 2005; Duncan & Cheyne, 1999; McCarthy-Jones & Fernyhough, 2011)، حيث يمكن النظر إلى الحديث الذاتي على أنه مفهومٌ متعدّد الأبعاد، لكنّها تختلف معها في طبيعة، وعدد هذه الأبعاد. كما أنّها تتفق مع ما ذهب إليه "أوليفر وأخرون" (Oliver, et al., 2008)، وكذلك "زيل وآخرون" (Zell, et al., 2012)، بأن الحديث الذاتي يظهر في نوعين مختلفين، حيث يظهر النوع الأول عندما يتحدّث الأفراد عن مشاعرهم. ويظهر النوع الثاني في المواقف

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الدائري والتحقق من خصائصه السيكومترية

التي تتحدّى ضبط النفس وتتطلب التنظيم الدائري. ونتيجةً لهذه الخطوة، فقد تقلّص عدد فقرات المقياس إلى ٣٤ فقرةً، وذلك بعد حذف الفقرة ١٢.

التحليل العاملي التوكيدي

بناءً على نتائج التحليل العاملي الاستكشافي، تم افتراض أنّ المقياس يتكون من ٣٤ فقرةً، تنتظم على خمسة عوامل. وباستخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي تم التحقق من الصّدق البنائي للمقياس الذي تم بناؤه، واعتمد في تطبيق هذا الأسلوب على البرنامج الإحصائي Amos. ويوضح جدول (٥) مؤشرات جودة المطابقة، وذلك للتأكد من التّطابق بين البنية النظرية الافتراضية والواقع المستمد من بيانات العينة. ومن خلال جدول (٥) يتضح أنّ مستوى الدلالة لقيمة "مربع كاي" (٠,٠٠٠)، وهي دالة إحصائية. وبلغت قيمة "مربع كاي المعياري" (٣,١١٩)، وبلغت قيمة "مؤشر المطابقة المقارن" (٠,٨٠٩)، وبلغت قيمة مؤشر "الجذر التربيعي لمتوسط خطأ التقريب" (٠,٠٨٢)، وبلغت قيمة مؤشر "تاكر-لويس" (٠,٧٩٢).

جدول (٥) مؤشرات جودة المطابقة للنموذج قبل التعديل ومحكّاتها الدالة

المؤشر	التسمية المختصرة	قيمة المؤشر في الدراسة الحالية	محكات جودة المطابقة
النسبة الاحتمالية لمربع "كاي"	X^2	٠,٠٠٠	أكبر من ٠,٠٥ توجد مطابقة
مربع "كاي" المعياري	CMIN/DF	٣,١١٩	أقل من ٥ توجد مطابقة
مؤشر المطابقة المقارن	CFI	٠,٨٠٩	أكبر من ٠,٩٠ توجد مطابقة جيدة
مؤشر "الجذر التربيعي لمتوسط خطأ التقريب"	RMSEA	٠,٠٨٢	أقل من ٠,٠٥ تدل على مطابقة جيدة من ٠,٠٥ الى ٠,٠٨ مقبول
مؤشر "تاكر-لويس"	TLI	٠,٧٩٢	أكبر من ٠,٩٠ توجد مطابقة جيدة

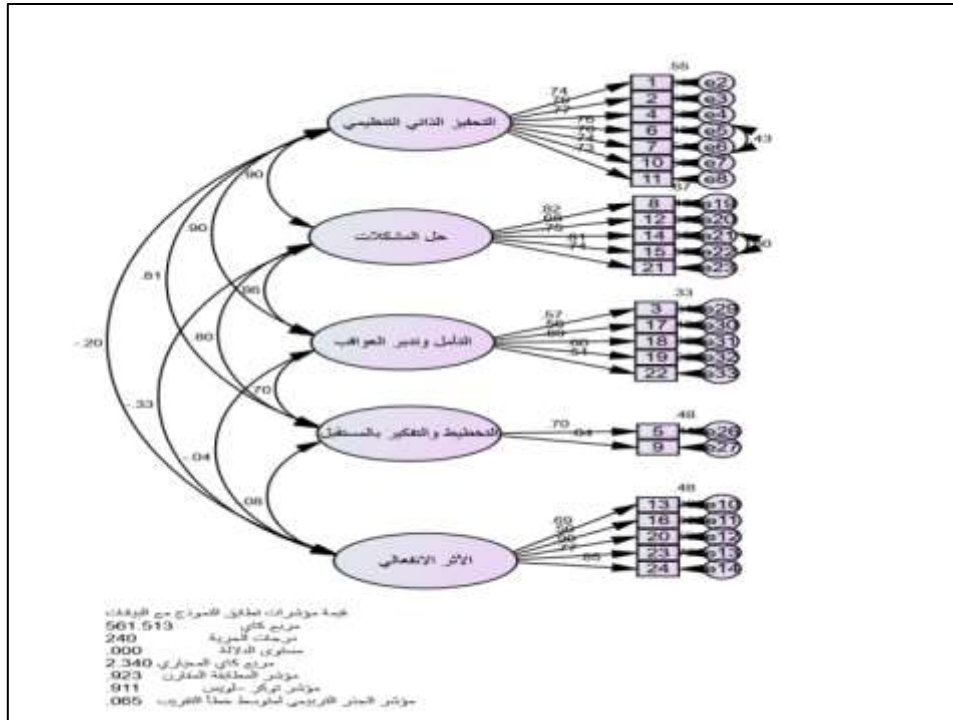
ويتضح أنّ معظم هذه المؤشرات لا تدلّ على مطابقة جيدة. وهذا يؤكد على ضرورة تعديل نموذج مقياس الحديث الدائري. وتعديل النموذج الافتراضي اعتماداً على مؤشر التعديل Modification Index. وتتطلب ذلك ضرورة ربط خطأ القياس للفقرات: (٨، ٩)، و (١٩، ٢٠)، كما تتطلب حذف عشر فقرات: (١-٦-١٧-١٨-٢١-٢٢-٢٩-٣٢-٣٣-٣٤)، كانت تشبعاتها أقل من ٠,٥٠، والغرض من هذا التعديل هو الوصول بالنموذج النظري الافتراضي إلى المحكّات الدالة على جودة المطابقة.

ويوضح جدول (٦) مؤشرات المطابقة للنموذج بعد التعديل. وقد قام الباحث بتعديل النموذج، وتم عرضه في الشكل (١) وذلك بعد تحسين مؤشرات المطابقة.

جدول (٦) مؤشرات جودة المطابقة للنموذج بعد التعديل

المؤشر	التسمية المختصرة	قيمة المؤشر في الدراسة الحالية	محاكات جودة المطابقة
النسبة الاحتمالية لمربع "كاي"	X ²	٠,٠٠٠	أكبر من ٠,٠٥ توجد مطابقة جيدة
مربع "كاي" المعياري	CMIN/DF	٢,٣٤٠	أقل من ٥ توجد مطابقة جيدة
مؤشر المطابقة المقارن	CFI	٠,٩٢٣	أكبر من ٠,٩٠ توجد مطابقة جيدة
مؤشر "الجذر التربيعي لمتوسط خطأ التقريب"	RMSEA	٠,٠٦٥	أقل من ٠,٠٥ تدل على مطابقة جيدة من ٠,٠٥ الى ٠,٠٨ مقبول
مؤشر "تاكر-لويس"	TLI	٠,٩١١	أكبر من ٠,٩٠ توجد مطابقة جيدة.

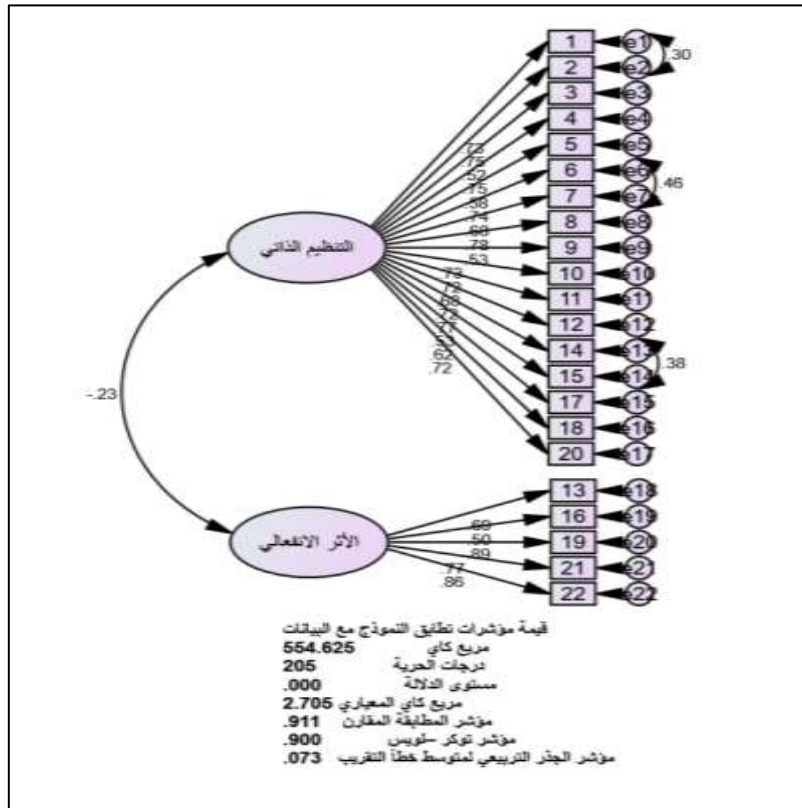
ويتبين من الجدول (٦) أنَّ مستوى الدلالة للنسبة الاحتمالية لمربع "كاي" بلغت (٠,٠٠٠)، ونظرًا لأنَّ مستوى الدلالة يعاني من بعض العيوب ويتأثر بحجم العينة (تبخزة، ٢٠١٢)، فقد أُستخدمت بمعية مؤشراتٍ أخرى، حيث بلغ "مربع كاي المعياري" (٢,٣٤٠)، وهذا يعني أنَّه لا توجد فروقٌ بين نموذج مقياس الحديث الذاتي وبين بيانات العينة. كما تحسنت قيمة "مؤشر المطابقة المقارن"، حيث بلغت قيمته (٠,٩٢٣)، وشهد مؤشر "الجذر التربيعي لمتوسط خطأ التقريب" تحسنًا مقبولًا، حيث بلغ (٠,٠٦٥)، كما تحسن مؤشر "تاكر-لويس"، حيث بلغ (٠,٩١١).



شكل (١) النموذج العاملي لمقياس الحديث الذاتي بعد تعديله

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

ونستخلص مما سبق أنّ مؤشرات المطابقة تتراوح بين جيدة ومقبولة، ولكن كانت الارتباطات بين بعض عوامل المقياس مرتفعة؛ وهذا من شأنه أن يؤثر على الصدق التمايزي للمقياس، حيث تدل الارتباطات المرتفعة بين العوامل على صدق تمايزي ضعيف (السيد عامر، ٢٠١٨)؛ ولذا قام الباحث بضم هذه العوامل: (التحفيز الذاتي التنظيمي، وحل المشكلات، والتأمل وتدبر العواقب، والتخطيط والتفكير في المستقبل) في عامل واحد جديد، أُطلق عليه "التنظيم الذاتي". وبعد ذلك قام الباحث بإجراء التحليل العاملي التوكيدي للبناء الجديد الذي يتألف من بعدين هما: التنظيم الذاتي، والأثر الانفعالي. وكشفت نتائج التحليل عن مؤشرات حسن مطابقة جيدة؛ حيث بلغ مستوى الدلالة للنسبة الاحتمالية لمربع "كاي" (٠,٠٠٠)، في حين بلغ "مربع كاي المعياري" (٢,٧٠٥)، كما بلغت قيمة "مؤشر المطابقة المقارن" (٠,٩١١)، وبلغ مؤشر "الجذر التربيعي لمتوسط خطأ التقريب" (٠,٠٧٣)، كما بلغ مؤشر "تاكر-لويس" (٠,٩٠٠). ولكن تطلب ذلك حذف فقرتين (٢٦، ٣٠)، وربط الخطأ للفقرات: (١، ٢)، (٦، ٧)، و(١٤، ١٥). وبذلك تأكد للباحث من خلال النتائج السابقة أنّ مقياس الحديث الذاتي يتكون من عاملين، وكل عاملٍ يحتوي على مجموعة من الفقرات، وكانت معاملات تشبّعها أكبر من (٠,٥٠). ويوضح شكل (٢) النموذج العاملي لمقياس الحديث الذاتي ذو العاملين



شكل (٢) النموذج العاملي لمقياس الحديث الذاتي ذو العاملين

أدلة الصِّدْق البنائي

يشير الكثير من الخبراء إلى أن تشبع المفردات بالعامل هو دليل على الصدق التقاربي الذي يُعد جزءاً من الصدق البنائي (تيغزة، ٢٠١٢؛ السيد عامر، ٢٠١٨)، وعلى هذا الأساس يتضح أن المقياس يتمتع بصدق تقاربي جيد، حيث كانت معظم تشبعات الفقرات على الأبعاد مرتفعة. وتراوحت نسبة التحميل أو التشبع للفقرات على عامل التنظيم الذاتي بين (٠,٥٢ و ٠,٧٨)، ولعامل الأثر الانفعالي (٠,٥٠ و ٠,٨٩). أما بالنسبة للصدق التمايزي، فإنه يستدل عليه من خلال العلاقة المنخفضة أو المعتدلة بين عوامل المقياس (تيغزة، ٢٠١٢)، وعلى هذا الأساس فإن المقياس يتمتع بصدق تمايزي، حيث كان معامل الارتباط بين عامل التنظيم الذاتي وعامل الأثر الانفعالي - ٠,٢٣، وهي قيمة منخفضة، وهذا يدل على تمايز مساهمة كل عامل في تفسير تباين مؤشرات (تيغزة، ٢٠١٢).

الصِّدْق التلازمي

وللتحقق من الصِّدْق التلازمي، قام الباحث بتطبيق مقياس العصابية ويقظة الضمير في مقياس العوامل الكبرى للشخصية، من إعداد الرويتع (٢٠٠٧) على عينة مكونة من ٣٦ طالباً من طلاب كلية التربية بالمجمعة، بعد التأكد من البناء العاملي. واستخدم الباحث مقياس العصابية؛ للتحقق من صدق المقياس الفرعي الثاني: الأثر الانفعالي؛ نظراً لأن هذا العامل يعكس الميل إلى الأفكار والمشاعر السلبية (السيد أبو هاشم، ٢٠١٠). كما استخدم الباحث مقياس يقظة الضمير للتحقق من صدق المقياس الفرعي الأول: التنظيم الذاتي؛ نظراً لأن أصحاب يقظة الضمير يتمتعون بالاعتدال، والكفاءة، والتنظيم، والالتزام بالواجبات، والقدرة على ضبط الذات، بالإضافة إلى التأني والرؤية (الرويتع، ٢٠٠٧). وكشفت النتائج عن وجود ارتباطات دالة إحصائية عند ٠,٠١، حيث كانت قيمة معامل الارتباط بين العصابية والأثر الانفعالي ٠,٦١، بينما بلغت قيمة معامل الارتباط بين يقظة الضمير والتنظيم الذاتي ٠,٦٧، وهذه الارتباطات الدالة تشير إلى تحقق الصِّدْق التلازمي لهذه المقاييس الفرعية في مقياس الحديث الذاتي.

إجابة السؤال الثاني، والذي ينصُّ على "ما دلالات ثبات مقياس الحديث الذاتي لدى طلبة كلية التربية

بالمجمعة؟".

قام الباحث بحساب الثبات باستخدام معادلة "الفاكرونباخ"، حيث بلغ معامل الثبات للعامل الأول ٠,٩٣،

وبلغ معامل الثبات للعامل الثاني ٠,٨٥. وتشير معاملات الثبات إلى تمتع المقاييس الفرعية بثباتٍ مناسبٍ.

وصف الصورة النهائية للمقياس وطريقة تصحيحه:

يتكون مقياس الحديث الذاتي في صورته النهائية من عشرة مواقف، مرَّ بها شخصٌ يُدعى "عمر". ومع كل

موقفٍ كان عمر يحدِّث نفسه أثناء هذه المواقف. ويشكل حديث عمر إلى نفسه فقرات المقياس (٢٢ فقرة).

ويتألَّف المقياس من مقياسين فرعيين، يمثِّلان نوعين مختلفين للحديث الذاتي، ولذلك فإنه يتم تصحيح كلِّ مقياسٍ

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكومترية

على حدة. ويتكون المقياس الفرعي الأول (التنظيم الذاتي) من ١٧ فقرة. ويمكن تعريفه بأنه: الحديث الذاتي التوجيهي، الذي يتضمن التعليمات الذاتية؛ لمواجهة مختلف المواقف التي تتحدى ضبط النفس وتتطلب التنظيم الذاتي من خلال التحفيز الذاتي، وحل المشكلات، والتأمل وتدبير العواقب، والتخطيط والتفكير بالمستقبل. وأدنى درجة لهذا المقياس الفرعي تكون بمقدار ١٧ درجة، وأعلى درجة ٦٨. ويتكون المقياس الفرعي الثاني (الأثر الانفعالي) من خمس فقرات. ويمكن تعريفه بأنه: الحديث الذاتي الذي يتضمن ردود الفعل الانفعالية تجاه المواقف، كالتشكك، ولوم الذات أو الاستشارة غير السارة، والخوف والعدائية والعصبية. وأدنى درجة تكون بمقدار خمس درجات، وأعلى درجة ٢٠ درجة. ويتم التصحيح وفق مقياس متدرج رباعي كالآتي: تنطبق علي بشكل كبير (٤)، تنطبق علي بشكل متوسط (٣)، تنطبق علي بشكل قليل (٢)، لا تنطبق علي أبداً (١). ويوضح الجدول (٨) المقاييس الفرعية، وفقرات كل مقياس فرعي في الصورة الأولى والنهائية للمقياس.

جدول (٨) عوامل المقياس وفقراته في الصورة الأولى والنهائية

فقرات المقياس الفرعي الثاني: الأثر الانفعالي		فقرات المقياس الفرعي الأول: التنظيم الذاتي			
الصورة النهائية	الصورة الأولى	الصورة النهائية	الصورة الأولى	الصورة النهائية	الصورة الأولى
١٣	١٦	١٠	١٣	١	٢
١٦	٢٣	١١	١٤	٢	٣
١٩	٢٧	١٢	١٥	٣	٤
٢١	٣١	١٤	١٩	٤	٥
٢٢	٣٥	١٥	٢٠	٥	٧
		١٧	٢٤	٦	٨
		١٨	٢٥	٧	٩
		٢٠	٢٨	٨	١٠
				٩	١١

مناقشة النتائج

هدفت هذه الدراسة إلى بناء مقياس عربي للحديث الذاتي تتوافر فيه الخصائص السيكومترية المناسبة. ونظرًا لأن معظم مقاييس الحديث الذاتي تنبثق من توجهات نظرية محددة، ولا يوجد بينها ارتباط؛ فقد تبني الباحث نموذجًا موسعًا؛ للاستفادة من توجهات النظريات الرئيسة (العلاج المعرفي، والتنظيم الذاتي)؛ لتفسير ظاهرة الحديث الذاتي، من خلال تحديد أنواعه الأساسية، حيث إنه يصعب تفسير هذه الظاهرة من وجهة نظر معينة. ونظرًا لأن معظم مقاييس الحديث الذاتي تعاني من مشاكل الذاكرة الانتقائية، حيث يتم تطبيقها بأثر رجعي، فقد تبني الباحث عرض سلسلة من المواقف التخيلية للأفراد، ومطالبتهم بالإشارة إلى مدى اعتقادهم في كل عبارة من عبارات الحديث الذاتي

المقترحة. تقوم هذه الطريقة بتقييم الحديث الذاتي بشكل متزامن، وتعالج مشاكل الذاكرة (Calvete et al., 2005).

ولدراسة الخصائص السيكومترية للمقياس، فقد تم عرض المقياس على مجموعة من المحكّمين، وبناءً على آراءهم، تم حذف بعض الفقرات، كما تمّ التأكد من وضوح الفقرات، بالتطبيق المبدئي على مجموعة من الطلاب. وكشفت نتائج السؤال الأوّل باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي عن بناءٍ مكوّنٍ من خمسة عوامل، هي: التحفيز الذاتي التنظيمي، وحل المشكلات، والتأمل وتدبر العواقب، والتخطيط والتفكير في المستقبل، والأثر الانفعالي. وباستخدام التحليل العاملي التوكيدي، تبين أن الأربعة أبعاد الأولى ترتبط ببعضها بدرجة مرتفعة؛ وهذه الارتباطات العالية تُضعف الصدق التمايزي للمقياس؛ ولذلك تم ضمّ المقاييس الأربعة في عامل واحد أطلق عليه "التنظيم الذاتي" وكشفت نتائج التحليل العاملي التوكيدي عن مؤشرات حسن مطابقة جيدة للبناء الجديد المؤلف من عاملين، هما: التنظيم الذاتي، والأثر الانفعالي. وبالإضافة إلى تمتع المقياس بصدقٍ تقاربيٍّ وتمايزيٍّ، وتلازميٍّ، كشفت نتائج السؤال الثاني عن مؤشراتٍ ثابتٍ واتساقٍ داخليٍّ جيدةٍ للمقياس؛ وعليه خرجت الدراسة، بناءً على مؤشرات الثبات والصدق، إلى أنّ الحديث الذاتي بناءً متعدّد الأبعاد، يتكوّن من عاملين رئيسين، أو مكونين رئيسين، وهذان المكونان يعكسان أنواع الحديث الذاتي.

وبالرغم من اتفاق نتائج الدراسة مع عددٍ من الدراسات (Brinthaupt, et al., 2009; Duncan & Cheyne, 1999; McCarthy-Jones & Fernyhough, 2011)، حيث يمكن النظر إلى الحديث الذاتي على أنّه مفهومٌ متعدّد الأبعاد، لكنّها تختلف معها في طبيعة، وعدد هذه الأبعاد، حيث كشفت الدراسة الحالية عن بناءٍ مكوّنٍ من عاملين؛ ويعود السبب في هذا الاختلاف إلى كون الدراسة الحالية تبنت نموذجًا موسعًا في نظرتها للحديث الذاتي، مستفيدةً من أطروحات النظريات الرئيسة حول مفهوم الحديث الذاتي. ويعود الاختلاف أيضًا إلى كون الدراسة تنطلق من تحديد أنواع الحديث الذاتي، بينما انطلقت الدراسات السابقة من تحديد إما وظائفه أو محتواه المعرفي.

ويشكل عامل التنظيم الذاتي، أحد أنواع الحديث الذاتي الذي كشفت عنه هذه الدراسة. وهذا العامل يلقي الدّعم من عدد من الدراسات التي تؤكد على أنّ الحديث الذاتي أداةً للتحكم السلوكي (Vicente & Manrique, 2011)، من خلال خلق نوعٍ من التوجيه الذاتي والإرشاد النفسي (حسن، ١٩٩٦)، وتوجيه مسارات العمل (Mischel, et al., 1996). كما كشفت نتائج الدراسة أن هذا العامل يتشابه مع عددٍ من العوامل التي ظهرت في بعض الدراسات، التي استهدفت بناء مقياسٍ للحديث الذاتي؛ وهذا يعني أنّ أبعاد التنظيم التي تم افتراضها في هذه الدراسة، تنتظم في عاملٍ واحدٍ. ونظرًا لتعدّد مجالات التنظيم (Robson & Young, 2007)، يمكن أن

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقيق من خصائصه السيكومترية

يفيد تقييم هذا العامل في تحديد درجة الحديث الذاتي التنظيمي بشكل عام، مما يعطيه ميزة عند استخدامه في الدراسات العلمية، التي تستهدف قياس الحديث الذاتي الذي يخدم وظائف تنظيمية متعددة، مثل: التحفيز الذاتي، وحل المشكلات، والتأمل وتدبر العواقب، والتخطيط والتفكير في المستقبل.

ويمثل العامل الثاني: الأثر الانفعالي. ويلقى هذا العامل دعماً بحثياً في عددٍ من الدراسات القائمة على نظريات العلاج المعرفي، ونظريات التنظيم الذاتي. وتماشياً مع هذا يمكن أن نستنتج أن الأسس النظرية والدراسات، تدعم وجود الأثر الانفعالي، وخاصة الأثر السلبي، وهو ما كشفت عنه نتائج التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي في الدراسة الحالية. ولكن هناك فرق مهم يجب توضيحه، وهو أن معظم مقياس الحديث الذاتي التي بُنيت وفق نظريات العلاج المعرفي، ركزت على الحوار الداخلي السلبي، واشتقت فقراتها من عيّنات إكلينيكية، في حين تم تطبيق هذه الدراسة على عيّنة من الأسوياء، وهذا يعني أن المشاعر السلبية ملازمة للجميع مع اختلافٍ في درجتها. وقد كشفت الدراسات التي طُبقت على عيّناتٍ من الأسوياء، وجود حديثٍ ذاتيٍ سلبيٍّ، مثل: دراسة "كاليفيت وآخرون" (Calvete et al., 2005). وتشير عددٌ من الدراسات إلى أن الحديث الذاتي السلبي، هو المكوّن الأكثر أهميةً للتمييز بين الانفعالات الطبيعية والانفعالات غير التكيفية (Ronan, Kendall, & Rowe, 1994; Treadwell & Kendall, 1996). كما يذكر العاسمي (٢٠١٥) أن العلاج الانفعالي العقلاني لا يهدف إلى تغيير الانفعالات السلبية المناسبة باعتبارها نتائج للتفكير العقلاني، حيث تكون الانفعالات السلبية الملائمة مرافقةً للأفكار العقلانية، أما الانفعالات السلبية غير الملائمة فتكون مرافقةً للأفكار غير العقلانية.

إنّ مقياس الحديث الذاتي، يدمج ما بين الحديث الذاتي الذي يستهدف التنظيم الذاتي، والحديث الذاتي الانفعالي. ويعتقد الباحث بأنّ هذا الدمج يمكن أن يُساهم في تقليص المشكلات المتعلقة بمقياس الحديث الذاتي، التي لم تركز ابتداءً على أنواعه، وإنما قفزت إلى تناول جوانب تتعلق بخصائصه، أو محتواه ووظائفه، مما جعلها متباعدةً وغير مرتبطةٍ ببعضها البعض.

ويمكن الاستفادة من هذا المقياس في معرفة العلاقة بين أنواع الحديث الذاتي ومختلف الظواهر النفسية الأخرى ذات العلاقة، كالأضطرابات الانفعالية، والتعلم، ولكن هذه المرة الأخذ بعين الاعتبار أنواعه الأساسية، وليس الاقتصار فقط على جانبٍ معيّن. وعلى سبيل المثال، بالرغم من أنّ الدراسات وجدت علاقةً بين محتوى الحديث الذاتي ذي الطبيعة السلبية وبعض الاضطرابات الانفعالية، مثل: الاكتئاب والقلق (Beck, 1976)، فإنّ المشكلة أيضاً قد تكون عائدةً لفقدان الحديث الذاتي الذي يستهدف التنظيم الذاتي، حيث تؤكد التوجّهات الحديثة حول أسباب الاضطرابات الانفعالية، على دور العمليات "الما وراء معرفية"، التي تنتج نمطاً محدداً من الاستجابة للخبرات

الداخلية، التي تحتفظ بالانفعال وتقوي الأفكار السلبية. ويطلق على هذا النمط المتلازمة المعرفية الانتباهية، التي تتألف من أشكالٍ من القلق، والاجترار الفكري، واستراتيجيات التنظيم الذاتي غير المفيدة (Wells, 2009). إنَّ ما يمكن أن نستنتجه بناءً على المعطيات السابقة، هو أنَّ الحديث الذاتي الذي يعكس التحفيز الذاتي، وحل المشكلات، والتأمل وتدبر العواقب، والتخطيط والتفكير في المستقبل للتفكير لا يمكن فصله عن الحديث الذاتي الانفعالي. ولأنَّ كلا هذين النوعين يظهران في الحديث الذاتي، فمن الضروري اعتبارهما منطلقاً أساسيةً في دراسة مفهوم الحديث الذاتي. ومن الجدير بالذكر أنه في أطروحات "فيجوتسكي"، تُعدُّ الانفعالات أحدَ الوظائف النفسية، التي لا يمكن عزلها عن عمليات التفكير (Mesquita, 2012). وعلى أساس أنَّ مقياس الحديث الذاتي الذي تم بناؤه في هذه الدراسة ثابتٌ وصادقٌ من الناحية السيكومترية؛ لذا فإنَّه من الممكن استخدامه في الدراسات المستقبلية.

التوصيات: بناءً على نتائج الدراسة، يوصي الباحث بالآتي:

- يُعدُّ الحديث الذاتي، أحدَ المفاهيم الحديثة المهمة، التي تؤثر في التنظيم الذاتي، والمشاعر الانفعالية؛ ولذلك يوصي الباحث بأهمية قياسه، وتحديد، ومعرفة العلاقة بينه ومختلف الاضطرابات النفسية.
- لاحظ الباحث ندرة الدراسات العربية المتعلقة بالحديث الذاتي؛ ولذا يوصي بأهمية التوسع في دراسة هذا المفهوم عربياً؛ والاستفادة من ذلك في مختلف المجالات المتعلقة بالتعليم والصحة النفسية.

المقترحات: بناءً على نتائج الدراسة، يقترح الباحث إجراء الدراسات الآتية:

- دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس الحديث الذاتي لدى عيّناتٍ من الأسوياء وغير الأسوياء.
- دراسة العلاقة بين الحديث الذاتي التنظيمي والانفعالي، وبعض الاضطرابات الانفعالية.
- دراسة العلاقة بين الحديث الذاتي التنظيمي والانفعالي، والتحصيل الدراسي، والدافعية الداخلية.

المراجع

- بيك، آرون (٢٠١٥). العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية. ترجمة: عادل مصطفى. مصر، القاهرة: رؤية للنشر والتوزيع.
- بلان، كمال يوسف (٢٠١٥). نظريات الارشاد والعلاج النفسي. عمان، الأردن: دار الإعصار العلمي.
- تيغزة، أحمد بوزيان (٢٠١٢). التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي: مفاهيمها ومنهجيتها بتوظيف حزمة SPSS و ليزرل LESREL. عمان، الأردن: دار المسيرة.

حسن، منى خليفة (١٩٩٦). دراسة تحليلية لأنواع الحديث الخاص إلى النفس. مجلة كلية التربية بالرفاعية. ٢٧، ٣١٧-

إبراهيم الحسينان: بناء مقياس الحديث الذاتي والتحقق من خصائصه السيكموترية

الدحادحة، باسم محمد علي (٢٠١٢). الأفكار السلبية الآلية وعلاقتها بالاستجابات العصابية لدى طلبة جامعة نزوى في ضوء بعض المتغيرات. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية. ٣٨ (١٤٥)، ٢١١ - ٢٨٥.

الرويتع، عبدالله (٢٠٠٧). مقياس للعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية: عينة سعودية من الإناث. المجلة التربوية - الكويت، ٢١ (٨٣)، ٩٩ - ١٢٦.

السيد أبو هاشم، محمد (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية: جامعة بنها، ٢٠ (٨١)، ٢٦٨ - ٣٥٠.

السيد عامر، عبدالناصر (٢٠١٨). نمذجة المعادلة البنائية للعلوم النفسية والاجتماعية: الأسس والتطبيقات والقضايا، الجزء الثاني. الرياض، المملكة العربية السعودية: دار جامعة نايف للنشر.

العاسمي، رياض نايل (٢٠١٥). علاج العقلائي الانفعالي السلوكي. الأردن، عمان : دار الإعصار العلمي

عامود، بدر الدين (٢٠٠٣ م). علم النفس في القرن العشرين. الجزء الثاني، دمشق: منشورات اتحاد الكتاب العرب.

Alderson-Day, B., & Fernyhough, C. (2015). Inner speech: Development, cognitive functions, phenomenology, and neurobiology. *Psychological Bulletin*, 141(5), 931–965. <https://doi.org/10.1037/bul0000021>

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood, NJ: Prentice Hall.

Beck, A. T. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: New American Library.

Beck, A.T., Brown, G., Steer, R.A., Eidelson, J.T., & Riskind, J.H. (1987). Differentiating anxiety and depression: A test of the cognitive content-specificity hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 96, 179-183.

Brinthaupt, T. M., Hein, M. B., & Kramer, T. E. (2009). The self-talk scale: development, factor analysis, and validation. *Journal of Personality Assessment*, 91(1), 82–92.

Burnett, P.C. (1996). Children's self-talk and significant others' positive and negative statements. *Educational Psychology*, 16, 57-67.

Calvete, E., Estévez, A., Landín, C., Martínez, Y., Cardeñoso, O., Villardón, L., & Villa, A. (2005). Autodiálogo and affective problems in college students: Valence of thinking and cognitive content specificity. *The Spanish Journal of Psychology*, 8, 56-67.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.

- Dolcos, S. & Albarracín, D. (2014). The inner speech of behavioral regulation: Intentions and task performance strengthen when you talk to yourself as a You. *European Journal of Social Psychology*, 44, 636–642.
- Duncan, R.M., & Cheyne, J.A. (1999). Incidence and functions of self-reported private speech in young adults: A self-verbalization questionnaire. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 31, 133–136.
- Glass, C. R., & Arnkoff, D. B. (1994). Validity issues in self-statement measures of social phobia and social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 255–267.
- Haaga, D.A.F. (1997). Introduction to the special section on measuring cognitive products in research and practice. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 907-910.
- Hollon, S. D., & Kendall, P. C. (1980). Cognitive self-statements in depression Development of an Automatic Thoughts Questionnaire. *cognitive Therapy and Research*, 9, 443-45.
- Kendall, P. C., & Hollon, S. D. (1989). Anxious self-talk: Development of the Anxious Self-Statements Questionnaire (ASSQ). *Cognitive Therapy and Research*, 13, 81–93
- Kendall, P.C., Howard, B.L., & Hays, R.C. (1989). Self-referent speech and psychopathology: The balance of positive and negative thinking. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 583-598.
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 81-97.
- Mesquita, G. R. (2012). Vygotsky and the Theories of Emotions: in search of a possible dialogue. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25 (4), 809-816.
- McCarthy-Jones, S., & Fernyhough, C. (2011). The varieties of inner speech: links between quality of inner speech and psychopathological variables in a sample of young adults. *Consciousness and Cognition*, 20, 1586–1593.
- Mischel, W., Cantor, N., & Feldman, S. (1996). *Principles of self-regulation: The nature of willpower and self-control*. In E.T. Higgins & A.W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp.329–360). New York: Guilford.
- Morin, A. (2009). Self-awareness deficits following loss of inner speech: Dr. Jill Bolte Taylor's case study. *Consciousness and Cognition*. 18(2), 524-529.
- Morin, A., Duhnych, C., & Racy, F. (2018). Self-reported inner speech use in university students. *Applied Cognitive Psychology*, 32(3), 376-382.
- Oliver, E. J., Markland, D., Hardy, J., & Petherick, C. M. (2008). The effects of autonomy-supportive versus controlling environments on self-talk. *Motivation & Emotion*, 32, 200–212.

- Pintrich, P. R., Roeser, R., & De Groot, E. (1994). Classroom and individual differences in early adolescents' motivation and self-regulated learning. *Journal of Early Adolescence*, 14, 139–161.
- Robson, D., C. & Young, R. (2007). Listening to Inner Speech: Can Students Listen to Themselves Think?. *International Journal of Listening*, 21(1), 1–13.
- Ronan, K.R., Kendall, P.C., & Rowe, M. (1994). Negative affectivity in children: Development and validation of a self-statement questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 509-528.
- Schwartz, R. M., & Garamoni, G. L. (1989). Cognitive balance and psychopathology: Evaluation of an information processing model of positive and negative states of mind. *Clinical Psychology Review*, 9, 271–294.
- Sánchez, F., Carvajal, F. & Saggiomo, C. (2016). Self-talk and academic performance in undergraduate students. *Developmental and Educational Psychology*, 32(1), 139-147.
- Treadwell, K.R.H., & Kendall, P.C. (1996). Self-talk in youth with anxiety disorders: States of mind, content specificity, and treatment outcome. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 941-950.
- Uttl, B., Morin, A., & Hamper, B. (2011). Are inner speech self-report questionnaires reliable and valid? *Social and Behavioral Sciences*. 30, 1719 – 1723.
- Vicente, A., & Manrique, M. F. (2011). Inner Speech: Nature and Functions. *Philosophy Compass*, 6(3), 209–219.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. London, UK: Guilford.
- Winsler, A., Feder, M., Way, E. L., & Manfra, L. (2006). Maternal beliefs concerning young children's private speech. *Infant and Child Development*, 15, 403-420.
- Winsler, A., Fernyhough, C. & Montero, I. (Eds.), (2009). *Private speech, executive functioning, and the development of verbal self-regulation*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Zell, E., Warriner, A. B., & Albarracín, D. (2012). Splitting of the mind: When the You I talk to is Me and needs commands. *Social Psychological and Personality Science*, 3, 549–555.
- Zimmerman, B. J. (1989). *Models of self-regulated learning and learning and academic achievement*. in B. Zimmerman & D Schunk (1998), self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice (pp , 1 - 25) New Yourk , Springer.