PRINT ISSN: 2537-0685 ONLINE ISSN: 2536-9407

أدوات قياس تربوية

مقياس تناقض إدراك الذات

أ.د. حسام محمود زكي علي
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية كلية التربية جامعة المنيا

- **أولا. مقدمة :**

يعتبر التوافق هدفا يسعى إليه أغلب الأفراد في شتَّى جوانب الحياة، سواء على الجانب الذاتي أو الاجتماعي، خاصة المراهق وما قد يمر به من ضغوط سواء مرحلية ترجع لطبيعة المرحلة العمرية التي يعيشها، أو اجتماعية ترجع لطبيعة المجتمع الذي يعيش فيه أو ما يشاهده في وسائل الإعلام؛ حيث يقضى هؤلاء المراهقون جل وقتهم في مشاهدة الدراما سواء عن طريق التليفزيون أو اليوتيوب؛ حيث يتميز هذا الجيل بالذكاء الرقمي، وإن كانت الدراما بوجه عام تحظى بمتابعة ومشاهدة المراهقين، فإن الدراما الصعيدية على وجه الخصوص تعد الأعلى من حيث نسب مشاهدتها لما تقدمه من أحداث مثيرة وصراعات قد لا تمت للواقع الصعيدي – أحيانا – بصلة، مما قد يؤدي لانفصاله عن الواقع انفصالا كليا أو جزئيا، في الوقت الذي تعتبر نظرة الفرد لذاته من أهم محددات توافقه بصورة عامة، الأمر الذي جعل كثيرا من الباحثين يركزون دراساتهم على الذات مثل Rogers، Rimmy، Higgins، خاصة ونحن في العصر الحالي والذي كثرت فيه الضغوط على كاهل الفرد، مما قد يعرضه للصراع سواء الداخلي بين مكونات ذاته أو الخارجي، الأمر الذي قد يؤدي لحالة من حالات التناقض الذاتي للفرد.

لذا فقد احتل موضوع تناقض إدراك الذات مكانة منذ أن بدأ Higgins الكتابة فيه ١٩٨٥، وذلك في الغرب، أما في بعض الدول العربية فقد كتب فيه بعض الباحثين مثل رياض العاسمي (٢٠١٢)، وحسام علي (٢٠٢٠)، ورغم ذلك فإنه كموضوع مستقل مازال نادرا نسبيا في البيئة المصرية، رغم انتشار كثير من مظاهر التناقض الذاتي ومسبباته في المجتمع، كما هو الحال في الشق الإعلامي الدراما الصعيدية وما بها من جوانب غير منتشرة ومتناقضة مع غالبية وضع مجتمع الصعيد، أضف لذلك ما لاحظه الباحث من التناقض الذي يعيشه بعض المراهقين – في الجامعة والمدارس أثناء التربية العملية – بين ما يحلمون به ويتمنونه وبين ما هو متاح لهم فعلا في بيئتهم وواقعهم وليس كما يظهر في الدراما، مما قد يؤثر في صحتهم النفسية.

وللوقوف على الأمر بصورة أكثر وضوحا فقد تمَّ إعداد الاستبيان المفتوح لمتغير تناقض إدراك الذات وتطبيقه على العينة قبل الاستطلاعية – إن جاز لنا القول- في عدد من محافظات الصعيد (المنيا، وسوهاج، والوادي الجديد، وأسوان) على النحو المبين فيما بعد، ومن إجاباتهم تمَّ رصد بعض النقاط والتي قد تمثل مشكلة أمام العينة مثل: هناك تناقض بين الواقع الصعيدي وما يتم تناوله والتعامل معه في الدراما الصعيدية؛ حيث يبالغون في اللهجة والأخذ بالثأر بل إن الدراما تعرض الشكل الخارجي للصعيد فقط، إضافة لأنها تختزل الصعيد في النقاط السلبية وتترك الجانب الإيجابي منه....

هذا ويعتبر مصطلح تناقض إدراك الذات من المصطلحات قليلة الدراسة في البيئة المصرية خاصة، رغم أنه توجد بعض النظريات المقدَّمة في دراسة الذات مثل نظرية Higgins والتي حدد فيها Higgins (1987, 321) ثلاثة أنواع من الذات: الذات الفعلية، وهي تمثل الصفات التي يرى الفرد أنها فيه فعلا ويعتقد أنه يمتلكها واقعيا؛ والذات المثالية، وهي تمثل آمال الفرد ورغباته

وتطلعاته أي الصفات التي يود الفرد أن يمتلكها؛ والذات الواجبة، وهي تمثل الصفات التي يعتقد الفرد أنه يجب أن يمتلكها تحقيقا لواجبه ومسؤولياته ويرى أنها تساعده في أداء واجباته والتزاماته، كما تم تحديد نوعين من وجهات النظر للنفس: وجهة النظر الشخصية، ووجهة نظر الآخرين المهمين في حياته مثل الأم والأب والزوج والصديق المقرَّب، وأن التوافق النفسي للفرد يتحدد في ضوء توافق أنواع ومكونات ذاته الثلاثة السابقة.

ومن الجدير بالذكر أن هناك نظريات أخرى تعرضت لموضوع تناقض إدراك الذات مثل نظرية Rogers وكذلك Erikson وتناوله للهوية؛ حيث إن تفاعلات الفرد الاجتماعية يمكن أن تنذر بتناقضات إدراكه لذاته الشخصية وارتباط ذلك بالتنميط الذاتي لديه، فهو يبحث عن إجابة للسؤال: من أنا؟ (Debrosse, Rossignac-Milon, & Taylor 2018, 256).

ومن الجدير بالذكر أن نظرية تناقض إدراك الذات Higgins ترى أن هناك ستة تمثيلات لحالات الذات تتضح في الذات الفعلية/ الواقعية وتشير لنظرة الفرد نفسه لنفسه وما يملك من خصائص فعلية، إضافة لنظرة الآخرين لذلك الفرد وخصائصه الفعلية. والذات الواجبة/ الإلزامية: وتشير لتلك الصفات التي يرى الفرد أنها ضرورية لتحقيق أهدافه في الحياة، وليس شرطا أن تكون موجودة فيه واقعيا، ولكنه يرى أنه يجب أن يتحلى بمثل تلك الصفات، إضافة لنظرة الآخرين لذلك أيضا، والذات المثالية/ الافتراضية: وهي تلك الصفات التي يرى الفرد أنه ينبغي أن توجد فيه ليكون مثاليا وتشمل أمنياته ورغباته ليصبح مثاليا، إضافة لنظرة الآخرين لذلك أيضا، ويحدث تناقض إدراك الذات حينما يحدث تعارض بين مكونات الذات سابقة الذكر (الفعلية والواجبة والمثالية) سواء فيما يتصل برؤية الفرد نفسه أو رؤية الآخرين لذلك فيه. (Higgins, 1989, 95).

ومن الجدير بالذكر أن غالبية الفرضيات النظرية حول نظرية التناقض الذاتي لـ Higgins لم تكن مدعومة، فقد تم العثور على دعم فيما يتعلق بالمفهوم العام للتناقضات الذاتية؛ فتزداد المشاكل العاطفية مع زيادة حجم التناقض الكلي، أما خصوصية العلاقة بين نوع التناقض ونوع المشكلات العاطفية كالاكتئاب فكان غير مدعوم، إضافة لاختلاف الباحثين حول تقنين مقياس Higgins لتناقض الذات Key, Mannella, Thomas & Gilroy (2000, 311- 312). مما يكون مبررا قويا لمحاولة بناء أداة جديدة وهو ما نحاول تناوله الآن.

ومما سبق فيعرِّف الباحث الحالي تناقض إدراك الذات Self-discrepancies: وهي حالة اختلاف بين اعتقادات المراهق فيما يتصل بخصائصه الحالية الفعلية والواجبة والمثالية، ويقاس إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص (المراهق) في المقياس المعدّ في الدراسة الحالية لذلك بأبعاده الثلاثة، وتشير الذات الفعلية/ الحقيقية أو الواقعية للصفات التي يرى الفرد أنها موجودة فعلا فيه ويمتلكها، أي نظرة الفرد لنفسه وإدراكه لنظره الآخرين له فعليا...، والذات الواجبة / الإلزامية وهي تلك الصفات التي يرى الفرد أنها ضرورية وإلزامية التواجد فيه لتحقيق أهدافه وحاجاته في الحياة، حتى ولو لم تكن فيه فعليا، أي أنه يرى أنه يجب أن يتحلى بتلك الصفات...، والذات المثالية / الافتراضية وهي تلك الصفات التي يرى الفرد أنه ينبغي أن تتوافر فيه ليكون مثاليا كأمنياته لشيء ما ليصبح مثاليا... ويقاس إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المعَدّ حاليا.

- **ثانيا- الوصف العام للمقياس:**

صُمم المقياس وهو يتضمن ثلاثة أبعاد تعبر عن تناقض إدراك الذات، ونظرا لأن ذلك المتغير يجمع بين بعض السلبيات، فيجب مراعاة طبيعة وخصائص العينة والفترة الزمانية التي يتم التطبيق فيها، وهذه الأبعاد تتمثل في: الذات الفعلية/ الحقيقية أو الواقعية، والذات الواجبة / الإلزامية، والذات المثالية / الافتراضية، ويقع المقياس في صورته النهائية في (٢٤) بندا.

- **ثالثا- تطبيق المقياس:**

يطلب الباحث من المفحوص وضع علامة (√) أمام كِل بند وتحت الاختيار المناسب والمعبر عن رأيه، والمقياس غير موقوت بزمن معين، ويمكن أن يُطبَقَ المقياس بالطريقة الفردية، كما يمكن تطبيقه بالطريقة الجماعية، وإن كانت الطريقة الفردية أدق، ولابد من الإجابة على كل بند وعدم ترك أي منها دون إجابة من المفحوص.

- **رابعا - مبررات إعداد المقياس:**

تمَّ إعداد المقياس الحالي نظرا لوجود بعض المبررات، ومنها: عدم وجود مقاييس- في حدود علم الباحثين- تتماشى مع عينة ومجتمع الدراسة، كما أن المقياس الحالي يختلف عما أعِدَّ من مقاييس ذات صلة حسب ما توصلت إليه الدراسة قبل الاستطلاعية، كما أن الدراسة الحالية لا تتبنى نظرية Higgins كليا؛ نظرا للاختلافات الثقافية، إضافة لأن لعدم موضوعية جانب تقييم إدراك الذات من جانب الفرد كما يراها الآخرون كما في نظرية Higgins، خاصة أن عينة الدراسة من المراهقين، لذا فتم الاقتصار على تقييم إدراك الذات من جانب الفرد نفسه، إضافة لأن هناك نظريات أخرى تناولت تناقض الذات غير نظرية Higgins، كما أن النظرية وُضِعَت أصلا لاختبار ارتباط تناقض إدراك الذات بحالات انفعالية معينة كالاكتئاب والقلق، رغم أن بعض قياسات تلك النظرية لم تكن صحيحة Key et, al.(2000, (305، إضافة لأن كثيرا من الباحثين درسوا تناقض إدراك الذات ولم يتبنوا مقياس Higgins، بل إن بعض الباحثين عدلوا على النظرية مثل Debrosse et, al. (2018, 258) حيث أعاد تسمية أبعاد الذات.

- **خامسا- بناء المقياس:**

- **خطوات إعداد وبناء المقياس:**

مرَّ المقياس في إعداده بعدَّة خطوات تتمثل في:

- الاطلاع على بعض الأطر النظرية الخاصة بتناقض إدراك الذات، مثل: Higgins (1987-1989)، Key et, al. (2000)، ورياض العاسمي (٢٠١٢)، وعمار السلماني (٢٠١٥)، Debrosse et, al. (2018).
- وضع عدد من الأسئلة المفتوحة حول المقياس وتوجيهها لعدد من المراهقين في مجتمع الدراسة على سبيل الدراسة قبل الاستطلاعية - لـ(٤٠) مراهقا ببعض محافظات الصعيد، ومن أسئلته: هل ترى أن الدراما الصعيدية تصوِّر الصعيد وتمثله تمثيلا حقيقيا؟ ما السبب في ذلك من وجهة نظرك؟ هل ترى أن هناك تناقضا بين الواقع الذي تعيش فيه فعلا والواقع كما تعرضه الدراما الصعيدية؟ كيف ذلك؟ ... ثم تحليل محتوى مضمون الاستجابات.
- وضع الصورة المبدئية للمقياس؛ حيث تكوَّن من (٣٧) بندا موزعا على ثلاثة أبعاد، وهي تناقض إدراك الذات: الفعلية والواجبة والمثالية.
- وضِعَت أربع بدائل للإجابة عن كل بند (موافق بشدة ٤، وموافق ٣، ومعترض ٢، ومعترض بشدة ١) للموجبة وتعكس للسالبة.
- تمَّ عرض المقياس في صورته الأولية على بعض المحكمين من المختصين•، وتمَّ تعديله بناءً على رأيهم، وأصبح المقياس صالحا للتطبيق الاستطلاعي (٣١) بندا.
- طبِّقَ المقياس على عينة استطلاعية من المراهقين بالصعيد عددها (١٠٨) من المراهقين(في المراهقة المتوسطة والمتأخرة) ببعض محافظات الصعيد (الفيوم، والمنيا، وسوهاج، وأسوان).

• أ.د. فضل إبراهيم عبد الصمد أستاذ الصحة النفسية كلية التربية بجامعة المنيا، أ.د. رياض نايل العاسمي أستاذ الصحة النفسية كلية التربية جامعة دمشق بسوريا، د. عبد الله عبد الظاهر الخولي أستاذ الصحة النفسية المساعد بكلية التربية بجامعة أسيوط.

- **سادسا – تصحيح المقياس وتقدير الدرجات:**

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٢٤-٩٦) ووضِعَت أربعة بدائل للإجابة عن كل بند من البنود الموجبة؛ حيث نجد موافق بشدة وتعطى أربعة درجات وموافق وتعطى ثلاث درجات، وغير موافق وتعطى درجتان، وغير موافق بشدة وتعطى درجة واحدة، وتُعكس في البنود السالبة وهي أرقام (٤، ١٤، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٣).

- **سابعا - الاتساق الداخلي:**

تم إجراء الاتساق الداخلي من خلال حساب ارتباط درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتيجة كما في جدول (١)

جدول (١): معامل ارتباط درجة البند بالدرجة الكلية لمقياس تناقض إدراك الذات (ن= ١٠٨)

رقم البند	معاملات الارتباط	رقم البند	معاملات الارتباط	رقم البند	معاملات الارتباط
١	-٠.٠٤٠	١١	◆٠.٤٩٥	٢١	◆٠.٥٦٩
٢	◆٠.٣٥٢	١٢	◆٠.٥٤٥	٢٢	◆◆٠.١٨٥
٣	◆٠.٤٣٠	١٣	◆◆٠.٢٠٢	٢٣	٠.١٢٧
٤	◆٠.٣٨٢	١٤	◆٠.٤٩٠	٢٤	◆٠.٢٢٥
٥	◆٠.٣٤٧	١٥	◆٠.٢٣٧	٢٥	◆٠.٢٢٣
٦	◆٠.٣٧٣	١٦	◆٠.٢٣٥	٢٦	٠.١٢٤
٧	◆٠.٤٠٥	١٧	◆◆٠.١٨٣	٢٧	◆٠.٤٤٥
٨	◆٠.٣٤٢	١٨	◆◆٠.٢٠٥	٢٨	◆٠.٤٩٤
٩	◆٠.٤٨٦	١٩	◆٠.٣١٠	٢٩	◆٠.٥٣٦
١٠	٠.٠٩٧	٢٠	◆٠.٤٤٣	٣٠	◆◆٠.١٩٧
				٣١	◆٠.٢٣٢

◆ معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١) ◆◆ معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠٥)

كما هو واضح من جدول (١) أن البنود أرقام(١– ١٠– ٢٣– ٢٦)غير دالة إحصائيا، وتمَّ حذفها قبل إجراء التحليل العاملي.

- **ثامنا - التحليل العاملي :**

أُجرَى التحليل العاملي لبنود المقياس وعددها (٢٧) بندا، من خلال برنامج SPSS بطريقة المكونات الأساسية، والتدوير المتعامد Varimax، وقد أسفرت النتائج النهائية عن ثلاثة أبعاد و(٢٤) بندا؛ حيث إن التحليل العاملي حذف ثلاثة بنود لعدم التشبع لأن تشبعها أقل من ٠.٣ وفقا لـ:

- محك التشبع الجوهري للبند بالعامل > ٠.٣ وفقا لمحك جيلفورد.
- محك جوهرية العامل > (٣) ثلاثة تشبعات جوهرية.

جدول (٢): أبعاد المقياس وعدد بنوده

رقم البعد	عدد البنود	أرقام كل البنود	البنود السالبة
تناقض إدراك الذات الفعلية	٨	٣، ٦، ١٣، ١٥، ١٦، ١٨، ١٩، ٢٤	١٨، ١٩
تناقض إدراك الذات الواجبة	٨	١، ٤، ٧، ١١، ١٤، ٢٠، ٢٢، ٢٣	٤، ١٤، ٢٠، ٢٣
تناقض إدراك الذات المثالية	٨	٢، ٥، ٨، ٩، ١٠، ١٢، ١٧، ٢١	٢١
الدرجة الكلية	٢٤	جميع البنود سابقة الذكر	(٤، ١٤، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٣).

- **تاسعا - صدق المقياس: تم حسابه بطريقتين،**

- **صدق المحكمين:**

عُرِضَ المقياس على بعض مختصي علم النفس بجامعات المنيا وأسيوط ودمشق، وعلى رأيهم حُذِفت وعُدِّلت بعض العبارات ومسمى بعض الأبعاد، ثم الوصول للصورة الأولية للمقياس.

- **الصدق العاملي:**

وذلك من خلال ما أسفر عنه التحليل العاملي من تشبعات كما بجدول (٣)

جدول (٣) : تشبعات بنود مقياس تناقض إدراك الذات (ن=١٠٨)

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث			
البند	التشبع	البند	التشبع	البند	التشبع		
٢	٠.٣٠٣	١	٠.٤٧٢	٢	٠.٣٩٨		
٦	٠.٤٤٠	٤	٠.٣٠٥	٥	٠.٤٤١		
١٣	٠.٦٩٩	٧	٠.٥٤٠	٨	٠.٣٨٨		
١٥	٠.٦١٦	١١	٠.٥١٩	٩	٠.٥٨٦		
١٦	٠.٥١١	١٤	٠.٦١٠	١٠	٠.٣١٦		
١٨	٠.٥١٧	٢٠	٠.٤٠٦	١٢	٠.٥٣٧		
١٩	٠.٣٩٠	٢٢	٠.٤٧٩	١٧	٠.٦٢٨		
٢٤	٠.٥٦٢	٢٣	٠.٦٢٠	٢١	٠.٤٧٦		
الجذر الكامن	٢.١٥	٢.٠٣		١.٨٦	الكلي	٦.٠٣	
نسبة التباين	٨.٩٦	٨.٤٦		٧.٨١	الكلي	٢٥.١	

يتضح من جدول (٣) أن هناك ثلاثة بنود لم تتشبع عند إجراء التحليل العاملي فكانت قيمتها أقل من ٠.٣، مع ملاحظة أن الاتساق الداخلي كان قد حذف (٤) بنود قبل التحليل العاملي، وبالنسبة للبعد الأول فقد بلغت قيمة الجذر الكامن له (٢.١٥) ونسبة التباين (٨.٩٦)، وقد استوعب (٨) بنود تدور حول تناقض إدراك الذات في الجانب الفعلي أو الحقيقي (الواقعي)، ويمكن تسمية هذا البعد "تناقض إدراك الذات الفعلية". كما يتضح أن البعد الثاني بلغت قيمة الجذر الكامن له (٢.٠٣) ونسبة التباين (٨.٤٦)، وقد استوعب (٨) بنود تدور حول ما تعانيه العينة من تناقض إدراك الذات الواجبة أو الإلزامية ، ولذا فيمكن تسميته " تناقض إدراك الذات الواجبة"، أما البعد الثالث فبلغت قيمة الجذر الكامن له (١.٨٦) ونسبة التباين (٧.٨١)، وقد استوعب (٨) بنود أيضا تدور حول تناقض إدراك الذات المثالية أو الافتراضية ، ويمكن تسميته " تناقض إدراك الذات المثالية". وبهذا يصبح العدد الكلي للبنود (٢٤) بندا، مع ملاحظة أن أغلب البنود موجبة، وأعلى درجة يحصل عليها المفحوص (٩٦) وأقل درجة (٢٤)، بجذر كامن كلي (٦.٠٣)، ونسبة تباين كلي (٢٥.١).

- **عاشرا - ثبات المقياس: تم حسابه من خلال:**

- **طريقة ألفا كرونباخ:**

وكانت النتيجة كما بجدول (٤).

جدول (٤): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس تناقض إدراك الذات

رقم البعد	الأول	الثاني	الثالث	الكلي
معامل ثبات ألفا كرونباخ	٠.٣٩	٠.٦٥	٠.٥٤	٠.٧٣

- **طريقة إعادة التطبيق:**

حيث أعيد تطبيق المقياس بفاصل زمني قدره ١٥ يوما على عينة مكونة من ١٨ مراهقا (في المراهقة المتوسطة والمتأخرة) وكانت النتيجة كما في جدول (٥).

جدول (٥) :معاملات الارتباط بين درجات التطبيقين على مقياس تناقض إدراك الذات (ن = ١٨)

رقم البعد	الأول	الثاني	الثالث	الكلي
معامل الارتباط بين التطبيقين ر	٠.٥٨♦	٠.٤٣♦♦	٠.٥٥♦	٠.٥٧♦

♦ قيم دالة عند ٠.٠١ ♦♦ قيم دالة عند ٠.٠٥

يتضح مما سبق إمكانية الاطمئنان لاستخدام المقياس وتعميمه مع إمكانيه مراجعة خصائصه السيكومترية من وقت لآخر ومراعاة خصائص العينة.

- **حادي عشر - الصورة النهائية للمقياس :**

أصبح المقياس في صورته النهائية يتكوَّن من (٢٤) بندا ، منه (١٧) بندا موجبا يقيس وجود تناقض إدراك الذات، وطريقة تصحيحها (موافق بشدة ٤، وموافق ٣ ، وغير موافق ٢ ، وغير موافق بشدة ١)، وباقي البنود (٧) سالبة يكون التصحيح لها وفق (موافق بشدة ١، وموافق ٢ ، وغير موافق ٣ ، وغير موافق بشدة ٤)، وأرقام البنود السالبة (٤، ١٤، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٣)، وبذلك تكون أقصى درجة للمفحوص على المقياس (٩٦)، وأقل درجة (٢٩)، ضمن ثلاثة أبعاد.

- **المراجع:**

- حسام محمود زكي علي وعبدالمحسن حامد أحمد عقيله. (٢٠٢٠). تناقض إدراك الذات والرضا عن الحياة للمراهقين مشاهدي الدراما الصعيدية. المجلة التربوية، كلية التربية – جامعة سوهاج، م (٧٠)، ع (٧٠)، فبراير، ٥١٠– ٥٧٣ .
- رياض نايل العاسمي. (٢٠١٢). تناقضات إدراك الذات وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى طلاب جامعة دمشق. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية– سوريا، س (٢٨)، ع (٣)، ١٧– ٧٩.
- عمار عبد الجبار السلماني. (٢٠١٥). تناقض إدراك الذات والاكتئاب وعلاقتهما بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه، كلية التربية للعلوم الصرفة بابن الهيثم– جامعة بغداد.
- Higgins, T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. Psychological Review, 94, 319–340. http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319.
- Debrosse, R., Rossignac-Milon, M., & Taylor, D. (2018). When “who we are” and “who I desire to be” appear disconnected: Introducing collective/personal self-discrepancies and investigating their relations with minority students’ psychological health. European Journal of Social Psychology, 48, 255–268.
- Higgins, T. (1989). Self-discrepancy theory: what patterns of self-beliefs cause people to suffer? Advances In Txperlmental Social Psychology, 22, 93- 136.
- Key, D., Mannella, M., Thomas, A., & Gilroy, F. (2000). An Evaluation of Higgins' Self-Discrepancy Theory and an Instrument to Test Its Postulates. Journal of Social Behavior and Personality, 15 (3), 303-320.

PRINT ISSN: 2537-0685 ONLINE ISSN: 2536-9407

مقياس تناقض إدراك الذات

إعداد : أ.د. حسام محمود زكي علي

الجنس: ذكر( ) /أنثى( ) الجامعة: ..... الكلية: .....

الفرقة الدراسية: ..... التخصص: .....

محافظة السكن: ..... مكان السكن: .....

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،

فيما يلي عدد من العبارات تبين درجة التناقض الذاتي لدى الفرد بين الذات الحقيقية والواجبة والمثالية، إضافة لدرجة الرضا عن الحياة لدى ذلك الفرد، ومعيار الصحة هو التعبير عمَّا تجده بصدق، لذا فليس هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، والمطلوب أن يقرأ كلٌ منكم كلَّ عبارة جيدا ، ويحاول تحديد انطباقها عليه.

جميع البيانات سرية ، ولا تستخدم إلا للبحث العلمي فقط.

ولكم خالص الشكر

	العبارة	موافق بشدة	موافق	معترض	معترض بشدة
١	يلزمني أن أكون أكثر طموحا.				
٢	أطمح لأن أكون أكثر الناس جراءة في طرح أفكاري.				
٣	أنا شخص سريع الانفعال.				
٤	يجب أن أكون راضيا عن نفسي.				
٥	أتمنى أن أكون مشهورا بأي طريقة في المجتمع.				
٦	ثقتي في نفسي تحتاج لما يقويها.				
٧	يجب أن أهتم بمظهري بصورة أكبر.				
٨	أطمح في أن أكون مقنعا للآخرين.				
٩	أتمنى أن أقدم المصلحة العامة على مصلحتي الخاصة.				
١٠	أتمنى التخلص من حالة التفكير السلبي لديَّ.				

١١	يجب أن أكون أكثر جراءة في طرح أفكاري.				
١٢	أرغب في التحلّي بأخلاق الصالحين بصورة أكبر مما لدي الآن.				
١٣	ينظر الآخرون لي بصورة سلبية.				
١٤	ينبغي أن أشارك في أنشطة مدرستي / جامعتي بإيجابية.				
١٥	أخجل من مظهري وسط زملائي.				
١٦	أؤدي عباداتي بقليل من الخشوع.				
١٧	أتمنى أن أكون أكثر رشاقة ووسامة جسمية.				
١٨	لدى القدرة على تحمل المسئولية.				
١٩	أسامح من أساء إلي.				
٢٠	يجب أن أتحمل مسئولية نفسي.				
٢١	أتمنى عمل دراسات عليا في تخصصي. (الماجستير)				
٢٢	يجب أن أكون أكثر حرصا على دراستي.				
٢٣	يجب أن أساند أسرتي.				
٢٤	أرى أن سلبياتي أكثر من إيجابياتي.				

❋ ❋ ❋ ❋ ❋