

استانداردسازی نسخه ایرانی مقیاس باورهای غیرعقلانی نوجوان برنارد

Standardizing the Iranian Version of the Bernard's Adolescent Scale of Irrationali

زهرا مصباح^۱، خدیجه ابوالمعالی الحسینی^۲، فریده حمیدی^۳

چکیده

Abstract

Adolescence is an important age, that that is increasing is increasing problems in the individual and social spheres, causing distortions at this age. The purpose of this study was to standardize Bernard's irrational beliefs assessment tool (1988). The statistical population of this study consisted of high school girl students in Tehran's 5th district in 1398. Using two-stage cluster sampling, 274 students were selected. The questionnaire was completed by irrational beliefs. Cronbach's alpha was 0.77. Confirmatory factor analysis was used to analyze the data and although the number of materials decreased, the number of constructs remained the same as the original 4 constructs, due to the elimination of two items in the extraction of the main factors and the non-fitting of acceptable index levels, 26

نوجوانی یکی از مهمترین رده‌های سنی است که به دلیل افزایش مشکلات نوجوانان در حوزه‌های فردی و اجتماعی، احتمال ایجاد تحریفات شناختی در این سن افزایش می‌یابد. پژوهش حاضر به منظور هنجاریابی ابزار سنجش باورهای غیرعقلانی برنارد (۱۹۸۸) صورت گرفته است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه منطقه ۵ شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بود که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای دو مرحله‌ای، ۲۷۴ نفر از دانش‌آموزان پرسشنامه باورهای غیرعقلانی را تکمیل کردند. آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۷۷ به دست آمد. برای تحلیل داده‌ها ابتدا از روش تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد و اگر چه تعداد ماده‌ها کاهش یافت، تعداد سازه‌ها همانند سازه اصلی ۴ سازه باقی ماند، با توجه به حذف دو

۱. گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

۲. نویسنده مسئول: دانشیار، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

۳. دانشیار روانشناسی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

items. Questionnaire was analyzed using exploratory factor analysis. With varimax rotation, the findings supported the hypothesized model of the questionnaire for 4 underlying factors. Regarding the content of the items, the first, second, third, and fourth factors were named, respectively, "self-humiliation", "intolerance of desperate laws", "intolerance of justice hopelessness and demanding justice" and "intolerance of law-breaking by others" Finally, the questionnaire was extracted with 25 items and 4 new constructs that could justify 58.21% of the total variance.

Keywords irrational beliefs, Standardizin, validity, reliability .

گویه در استخراج عامل‌های اصلی و عدم برازش سطح قابل قبول شاخص‌ها، گویه‌های ۲۶ گانه پرسشنامه با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی تحلیل شد. با چرخش واریماکس، یافته‌ها از مدل مفروضه پرسشنامه از وجود ۴ عامل زیربنایی حمایت نمود. در ادامه با توجه به محتوای گویه‌ها، عامل‌های اول، دوم، سوم و چهارم به ترتیب «تحقیر خود»، «بی‌تحملی قوانین نامیدکننده»، «بی‌تحملی ناکامی در تکالیف و توقع انصاف» و «بی‌تحملی نقض قواعد توسط دیگران» نامگذاری شدند. در نهایت پرسشنامه با ۲۵ ماده و ۴ سازه جدید استخراج گردید که می‌تواند ۵۸/۲۱ درصد واریانس کل را توجیه کند. **واژه‌های کلیدی:** باورهای غیرعقلانی، هنجاریابی، روایی، پایایی

مقدمه

نظریه‌های شناختی، دهه‌های تحقیقاتی را برای توسعه و بهبود انواع اختلالات روانی ایجاد کرده و به توسعه درمان‌های رفتاری شناختی منجر شده‌اند که بعضی از موثرترین روش‌های درمان روان‌شناختی را به اثبات رسانده‌اند (سهرابی فرد و همکاران، ۱۳۹۸).
تحریفات شناختی طبق نظریه بک عبارت است از باورهای غیرمنطقی که به طور اتوماتیک‌وار به ذهن انسان خطور می‌کنند. بک (۱۹۷۶)، مطرح کرد که منشأ تفکر منفی در افسردگی به بازخوردهایی مربوط می‌شوند که در کودکی و دوره‌های بعدی شکل می‌گیرند (Mauno et al., 2013). هر فردی دارای ویژگی‌های خاصی است که میزان آسیب‌پذیری وی را در مقابل پریشانی روان‌شناختی مشخص می‌سازد. از جمله عواملی که بر آسیب‌پذیری تأثیر می‌گذارند، ساختار شخصیتی و عقاید اساسی فرد درباره خود و جهان هستند. این ساختار شناختی اساسی یا طرحواره‌ها در کودکی اولیه به عنوان پیامد تجارب

1 Cognitive distortions

2 Beck

3 Mauno et al.

شخصی فرد و تعامل با دیگر اشخاص مهم زندگی‌اش رشد می‌یابند (نادرزاده و همکاران، ۱۳۹۸). بک (۱۹۷۹)، علت اصلی مشکلات افراد دارای اختلال هیجانی را افکار غیرعقلانی‌ها می‌داند. این افراد در افکارشان دچار تحریف‌هایی چون تعمیم افراطی، نتیجه‌گیری شتاب‌زده و شخصی‌سازی امور هستند و در این افکار منفی ردپای اسنادهای درونی پایدار و غیرقابل کنترل را می‌توان دید. تیلر و همکاران (۲۰۱۴)، ریشه رفتارهای ناسازگارانه را باورهای غیرعقلانی می‌دانند که این باورها بر روان فرد سلطه دارند و عامل تعیین کننده نحوه تعبیر و تفسیر و معنی دادن به رویدادها است. به نظر افرادی که دچار تحریف‌های شناختی نظیر تکرار دو قطبی می‌شوند، هیچ چیز را نمی‌توانند به طور نسبی ارزیابی کنند. همه چیز سفید و سیاه است و رنگی به نام خاکستری وجود ندارد. یا من آدم موفق و لایقی هستم و در تمام امور صد در صد موفق، یا فرد نالایقی هستم. می‌توان گفت که طبق نظریه بک تجربه در افراد، به تشکیل فرض‌ها و یا طرح‌واره‌هایی درباره خویشتن و جهان می‌انجامد. بنابراین با توجه به متفاوت بودن تجربه در افراد، فرض‌ها و طرح‌واره‌های آن‌ها نیز متفاوت خواهد بود. فرض بر این است که طرح‌واره یک ساختار شناختی کلی است که در آن، تجربه‌ها، خاطرات، افکار، نگرش‌ها و باورها با مجموعه تعمیم یافته‌ای از معنادگی در ارتباط هستند. به نظر بک، مشکلات پیچیده روانی احتمالاً چند علیتی است و عوامل شناختی یکی از این عوامل است. پژوهش‌های به عمل آمده توسط محققان مشخص نمودند که افکار غیرعقلانی و تحریف‌های شناختی عوامل مهمی در ایجاد و تداوم رفتارهای پاتولوژیک است و با یکدیگر ارتباط معنی‌داری دارند (سرابی، ۱۳۹۵). به نظر بک (۲۰۰۵) تحریف‌های شناختی می‌تواند منجر به درونی شدن اختلال‌هایی مانند اضطراب، افسردگی یا بروز علائم بیرونی، عصبانیت، پرخاشگری شود که ممکن است سلامت عاطفی، روابط بین فردی و فرآیندهای شناختی را مختل کند (راجرز و همکاران، ۲۰۱۹).

پس از بک، الیس^۱ تحقیقات وی را در زمینه تحریف‌های شناختی گسترش داد. در دیدگاه الیس مردم معمولاً با این فکر که تحت تاثیر رویدادهای بیرونی قرار گرفته‌اند خصوصاً فشارها و شرایط زندگی‌شان در دوران کودکی، خودشان را فریب می‌دهند. البته تا حدودی اینگونه هست چون تاثیرپذیر به دنیا می‌آیند. اگر چه این تاثیرپذیری که شاید مهمترین بخش از شرایط انسان باشد که کاملاً پیچیده است و گرایش‌های فیزیکی زیادی را دربر می‌گیرد ولی به طور اخص نظام باورهای انسان را پوشش می‌دهد. اگر چه کسی پیدا نمی‌شود که تمام مشکلات مرتبط با تحریف‌های شناختی را داشته باشد ولی اکثر آدم‌ها حداقل چند مورد از آنها را دارند و غالباً شناخت کمی از علل واقعی رنج‌ها و مشکلات وجود دارد (چان و همکاران، ۲۰۱۹).

1 Rogers et al.

2 Ellis

3 Chan et al.

نظریه رفتار عاطفی-عقلانی به تأثیر عقاید عقلانی دانش‌آموزان بر عملکرد تحصیلی و پیشرفت تحصیلی (علاوه بر رفتار و بهزیستی دانش‌آموزان) می‌پردازد. یکی از اصول اصلی این نظریه این است که عملکرد علمی دانش‌آموزان بطور غیرمستقیم توسط معلمان و سایر عوامل مدرسه از طریق باورهای عقلانی (بنیادی) تعیین می‌شود که دانش‌آموزان به طور فعال در مورد جنبه‌های مختلف عملکرد آموزش و محیط مدرسه تأیید می‌کنند (کتسیکی، ۲۰۱۷).

تقسیم بندی باورهای غیرعقلانی از دیدگاه الیس متفاوت است. الیس ابتدا ۱۲ باور غیرعقلانی را شناسایی کرد و سپس به ۱۰ باور تقلیل داد (کریستینا، ۲۰۱۳). موضوع باورهای غیرعقلانی هر نوع فکر هیجان یا رفتاری که باعث، تخریب عزت نفس و متلاشی نمودن نفوذ خود باشد و از نتایج مهم آن اختلال در خوشی، شادمانی، تندرستی انسان است. پس باور غیرعقلانی، خواسته‌ها و اهدافی هستند که به صورت ترجیحات ضروری و الزامی درمی‌آیند و تبدیل به اهداف اجباری، الزامی و قطعی می‌گردند به طوری که اگر برآورده نشوند و موجب آشفتگی فرد می‌شوند (وولف^۴ ۲۰۱۲). پریراو همکاران^۵ (۲۰۱۲) می‌گویند، سبک‌های شناختی در پردازش حوادث زندگی به شیوه‌ای سیستماتیک و سازگار عمل می‌کنند. این سبک‌ها در دوره نوجوانی ثبات بیشتری می‌یابند. در نتیجه مطابق با تحقیقات، انواع تحریفات شناختی نیز در نوجوانان در مقایسه با کودکان بیشتر رخ می‌دهد (سرلابی، ۱۳۹۵). درمانگران رفتاردرمانی شناختی متوجه شده‌اند که معمولاً افراد به جای آن که درستی افکار خودآیند را بسنجند، درستی آن‌ها را بر اساس ارزش ظاهری قبول می‌کنند. به نظر می‌رسد که فرض‌ها و معیارها، جنبه‌های زمینه‌ای وسیع‌تری از جهان بینی فرد را در برمی‌گیرند و در مدل شناختی بک، طرحواره به حساب می‌آیند (برنارد^۶، ۱۹۹۹). علی‌رغم نقش نظری اصلی تحریفات شناختی در علل، نگهداری و درمان بسیاری از اختلالات روانی، کمبود نسبی تلاش برای اختصاص دادن ابزارهای ارزیابی به طور خاص برای ارزیابی تحریفات شناختی صورت گرفته است. اندازه‌گیری تحریفات شناختی به روانشناسان فرصتی می‌دهد تا به طور سیستماتیک الگوهای شناختی مرتبط را که در درمان مورد هدف قرار می‌گیرند، شناسایی کنند و برای هر دو متخصص و مراجع برای ارزیابی پیشرفت با اشاره به تغییرات این الگوها در طول زمان، راه حلی فراهم کند. اندازه‌گیری تحریفات شناختی نیز به محققان اجازه می‌دهد تا اهمیت نسبی انواع تفکر تحریف شده در حفظ شرایط مختلف را بررسی و همچنین روش‌های درمان را اصلاح کنند (موریسون^۷، ۲۰۱۵).

1 Theory of emotional-intellectual behavior

2 Katsiki

3 Cristina

4 Wolf

5 Perira at al

6 Bernard

7 Morrison

آنجرینی (۲۰۱۹)، در مطالعه خود به این نتیجه رسید که رویکرد گروهی درمانی عاطفی-عقلانی در کاهش فرسودگی یادگیری دانش آموزان تاثیر گذار است. فلت و همکاران (۲۰۰۸)، باورهای غیرعقلانی و نقش آنها در پریشانی روانشناختی در نوجوانان را تأیید می‌کنند. بالکیس و دورو (۲۰۱۹)، در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که شک، ترس از شکست، و باورهای غیرعقلانی-عقلانی پیش‌بینی کننده‌های مهم اهمال‌کاری هستند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که تلاشهای مداخله آتی باید بر اصلاح باورهای غیرعقلانی و تقویت باورهای عقلی برای مقابله با اهمال‌کاری تمرکز کند. ترجیسن و همکاران (۲۰۱۹)، استفاده از اقدامات اعتقادات غیرعقلانی مؤلفه مهمی در ارزیابی مشکلات موجود در روان درمانی است. این اقدامات یک روش مفید برای شناسایی تغییر در باورهای غیرعقلانی و سنجش اثربخشی مداخلات خاص برای تسهیل چنین تغییراتی است. در حالی که اکثر تست‌ها توسط یک شرکت نشر تولید نمی‌شود و همچنین کتابچه راهنمای آزمون ارائه نمی‌کند. اعتبار و روایی و پایایی ارائه شده در انتشارات با اندازه و کیفیت نمونه‌های استاندارد سازی نیز تفاوت چشمگیری دارد، که این امر بر توانایی در نتیجه‌گیری نتایج هنجاری تأثیر می‌گذارد. تجزیه و تحلیلها نشان داد که بیشتر اقدامات اعتقادی غیرعقلانی شواهد لازم را برای رعایت کافی از استانداردهای آزمون روانشناختی و آموزشی ارائه نمی‌دهد و و نیاز به هنجاریابی مجدد تست‌ها را نشان می‌دهد.

جهت اندازه‌گیری باورهای غیرعقلانی شیوه‌های گوناگونی به کار گرفته شده است. در برخی پژوهش‌ها به طور خاص تحریفات شناختی بین فردی مورد بررسی قرار گرفته اند ولی در کل تمامی پژوهش‌ها سنجش باورهای غیرعقلانی جامعه هدف، بزرگسالان بوده‌اند. آزمون تحریفات شناختی که در سال ۱۹۷۸ توسط بک و وایسمن تهیه شد و مهمترین آزمون سبک شناختی در مطالعات انجام شده در آمریکا در زمینه شناخت درمانی به شمار می‌رود. این مقیاس شامل ۴۰ پرسش است و آزمودنی باید میزان موافقت خود را روی یک مقیاس درجه‌ای بیان کند. در مطالعات مختلف، همسانی درونی این مقیاس ۰/۹۰ و پایایی آن ۰/۹۳ گزارش شده است این مقیاس نسبت به درمان شناختی، حساسیت دارد و می‌تواند چگونگی پاسخ به درمان را نشان دهد. پرسشنامه شامل ۲۰ عبارت که هر تفکر نامعقول ۲ عبارت را به خود اختصاص داده است اعتبار و روایی این آزمون را بالتر و همکاران در سال ۲۰۰۶، ۰/۸۷، گزارش کرده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهند که متغیرهای

1 Anggreini

2 Flett

3 Balkis and Duru

4 Terjesen et al

5 Beck & Wissman

6 Balter

باورهای غیرعقلانی می‌توانند به‌طور معنادار و مثبت تحریفات شناختی را پیش‌بینی کنند (سرابی، ۱۳۹۵).

آزمون ۱۴۰ سوالی باورهای غیرعقلانی^۱ تهیه شده توسط جونز در سال ۱۹۸۶ جهت سنجش ۱۸ باور غیرعقلانی بر اساس نظریه ایس ساخته شد. ارنست و گرت (۱۹۹۰) تعداد سوالات را به ۱۰۰ سوال با سنجش ۱۰ باور کاهش داد. پایایی کل آزمون ۹۱ درصد گزارش شد (حمیدی، ۲۰۱۰). مولفه‌های سنجش آزمون جونز شامل: نیاز به تأیید دیگران، انتظار بالا از خود، تمایل به سرزنش خود، واکنش به ناکامی، بی‌مسئولیتی عاطفی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب - دلواپسی، اجتناب از مشکلات، وابستگی، درماندگی نسبت به تغییر خویشتن و کمالگرایی است (سرابی، ۱۳۹۵). والینیوس و همکاران (۲۰۱۱)، در بررسی روایی و پایایی پرسشنامه خود گزارش چگونه می‌توانم فکر کنم^۲، به این نتیجه رسیدند که باورهای غیرعقلانی به بهترین وجه توسط یک راه حل سه عاملی با یک عامل شناختی عمده، که به عنوان "ذهن جنایی" شناخته می‌شود و می‌تواند به عنوان معیار تفکر جنایی در نوجوانان مورد استفاده قرار گیرد. پرسشنامه کوپمنز و همکاران (۱۹۹۴)، دارای یک ساختار پنج عامل از خرده مقیاس‌های نگرانی، سفتی، نیاز به تأیید و اجتناب از مشکل عاطفی است (ترجینسن، ۲۰۰۹). پرسشنامه ایده‌های غیرعقلانی بزرگسالان فاکس و دیویس (۱۹۷۱)^۳ در تحلیل عاملی به عامل مطلوبیت اجتماعی از نگاه ایس رسید الفای کرونباخ این پرسشنامه ۰,۷۸ است (کویور، ۱۹۷۵). نسخه استرالیایی از پرسشنامه رفتار منطقی ویتمن^۴ (۱۹۷۹)، در هنجاریابی جدید توسط ویتمن با الفای کرونباخ ۰,۷۱، ۱۱ فاکتور از باورهای غیرعقلانی ایس که به شاخص‌های اجتماعی مربوط می‌شود را مورد سنجش قرار داد این تست روی ۷۴ دانشجو مورد ارزیابی قرار گرفت (ویتمن، ۲۰۱۶). مقیاس اعتقاد مالوف و شوت^۵ (۱۹۸۶)، روی ۱۹۷ بزرگسال انجام شد با الفای کرونباخ ۰/۸۹ این سازه در مقیاس اعتقاد، مقیاس عصبی بودن پرسشنامه شخصیت آیزنک و پرسشنامه افسردگی بک همبستگی معنی‌داری داشت (وارن، ۱۹۸۹). مقیاس ارزش‌های غیرعقلانی ایس مک دونالد و جیم (۱۹۷۴)، احساس ناکارآمدی در عملکرد را با نمونه به حجم ۷۴ نفر مورد بررسی قرار داد که الفای کرونباخ ۰/۷۱ را در نتایج خود داشت

1 Irrational Beliefs Test

2 Wallinius et al

3 (HIT)

4 Terjesen

5 The Adult Irrational Ideas Inventory (AII)

6 Cavior

7 Australian Version of Rational Behavior Inventory

8 Whiteman

9 Belief Scale Malouff and Schutte (1986)

1 Warren 0

1 Ellis Irrational Values Scale 1

(ترجیسن، ۲۰۰۹). در تجزیه و تحلیل مقیاس اعتقاد عمومی دیجیوسپ و برنارد (۱۹۹۸)، عوامل اصلی یک عامل عقلانیت و شش عامل غیرعقلانی (نیاز به دستیابی، نیاز به تأیید، تقاضای انصاف، نیاز به آسایش، خودنمایی و غیره) را به همراه داشت. همبستگی معنی‌داری بین هفت زیر مقیاس مقیاس نگرش عمومی و اعتقاد و اقدامات اعتبار سنجی دیده می‌شود. الفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۱ بود. این پژوهش مقیاس برنارد (۱۹۸۸) را مجدد در عامل‌ها تأیید کرد. لکن در مقایسه بین کودکان و بزرگسال این نتیجه‌گیری را مطرح کرد که طبق نظریه پیاژه در ارتباط با رشد تفکر کودکان به دلیل رشد شناختی پایین تر باور غیرعقلان خود فروپاشی را نشان می‌دهند که این باور در بزرگسالان به باور غیرعقلانی نیاز به تأیید تغییر می‌کند (برنارد، ۱۹۹۸). در میان پرسشنامه‌های موجود تنها مقیاس تجدید نظر شده باورهای غیرعقلانی کودک و نوجوان (برنارد ۱۹۸۸) برای تعیین اعتبار ساختاری نظریه آلبرت الیس در مورد رفتارهای عقلانی-عاطفی غیرعقلانی کودک و نوجوان استفاده شده است. با توجه به مطالب عنوان شده سوال اصلی پژوهش این است که آیا پرسشنامه سنجش باورهای غیرعقلانی کودک و نوجوان برنارد در جامعه دانش آموزان ایرانی از روایی و پایایی مناسب برخوردار خواهد بود؟

روش

جامعه آماری پژوهش کلیه دانش آموزان مدارس دخترانه در دوره دوم متوسطه منطقه ۵ شهر تهران بود که به وسیله جدول مورگان و با توجه به توزیع ۲۷ سوال با ۴ زیرمقیاس، نمونه‌ای به حجم ۲۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای دومرحله‌ای آزموده شدند. در مرحله اول از بین مدارس منطقه ۵ آموزش و پرورش چهار مدرسه به روش تصادفی انتخاب و سپس در هر مدرسه ۲ کلاس به تصادف تعیین شد و کلیه دانش آموزان کلاس در صورت تمایل به شرکت در پژوهش پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند.

ابزار پژوهش

مقیاس باورهای غیرعقلانی در کودکان و نوجوانان ساخته شده توسط برنارد در سال ۱۹۸۸ در پژوهشی روی ۵۶۷ کودک و نوجوان انجام شد. تجزیه و تحلیل مؤلفه‌های اصلی باچرخش واریمکس یک‌راهه و چهار عاملی ("خود فروپاشی"^۱، "عدم تحمل قوانین ناامید کننده"^۲، "عدم تحمل ناامیدی کار"^۳ و "خواستار انصاف"^۴) ایجاد کرد. جنبه‌های نظریه الیس تأیید شد. همچنین

- 1 GABS
- 2 Child & Adolescent Scale of Irrationality
- 3 (REBT)
- 4 Self-Downing
- 5 Intolerance of Frustrating Rules
- 6 Intolerance of Work Frustration
- 7 Demands for Fairness

طی تحقیق همبستگی معناداری بین مقیاس باورهای غیرعقلانی و مقیاس اضطراب، خشم و کنجکاو اسپیلبرگر نیز مورد تایید قرار گرفت. الفای کرونباخ پژوهش اولیه ۰/۸ و در بازآزمایی بعد از دو هفته ۰/۸۱ بوده است (برنارد و کورن؛ ۱۹۹۹). این پرسشنامه شامل سوالات ۵گزینه‌ای است که براساس مقیاس لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. به هریک از سوال‌ها بسته به پاسخ داده شده از ۱ تا ۵ نمره تعلق می‌گیرد، که در آن گزینه کاملاً موافقم نمره ۱، موافقم نمره ۲، مطمئن نیستم نمره ۳، موافق نیستم نمره ۴، اصلاً موافق نیستم نمره ۵ دارند. بر اساس نمره‌گذاری هرفردی که نمره بیشتری را کسب کند از تحریفات شناختی بالاتر، و هرکس نمره کمتری را به خود اختصاص دهد از تحریفات شناختی کمتری برخوردار است. پرسشنامه ۴ عامل خود فروپاشی، عدم تحمل قوانین ناامیدکننده، عدم تحمل ناامیدی کار، خواستار انصاف است را مورد سنجش قرار می‌دهد.

پرسشنامه اولیه دارای ۲۸ گویه بود که در اولین مرحله از زبان انگلیسی به فارسی برگردانده شد، جهت تایید روایی محتوای ترجمه از دو نفر متخصص زبان انگلیسی خواسته شد که گویه‌های برگردانده شده فارسی را مجدد به انگلیسی ترجمه کنند و به این ترتیب روایی ترجمه تایید شد. گویه ۲۳ پس از ترجمه به دلیل شباهت به گویه ۱۵ از پرسشنامه حذف گردید و عبارت‌های "فاسد بودن" در گویه‌ها به دلیل همگام سازی با فرهنگ به "خوب نبودن" تغییر داده شد. پس از انتخاب نمونه، پرسشنامه در اختیار دانش آموزان قرار گرفت تا بدون ذکر نام و دیگر مشخصات خصوصی، در مدرسه به آن پاسخ دهند. در پایان، پرسشنامه‌ها جمع‌آوری شد و داده‌های آن با استفاده از روش تحلیل عاملی نوع تأییدی توسط نرم افزار ایموس بررسی شد که به دلیل عدم تایید نهایی مولفه‌ها، در مرحله بعد تحلیل عاملی اکتشافی با استفاده از روش چرخش واریماکس برای استخراج عوامل انجام شد.

یافته‌ها

پرسشنامه در بررسی اولیه باورهای غیرعقلانی شامل ۲۷ گویه است.

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی هر یک از گویه های باورهای غیرعقلانی

گویه	میانگین (SD)	چولگی (کشیدگی)	گویه	میانگین (SD)	چولگی (کشیدگی)	گویه	میانگین (SD)	چولگی (کشیدگی)
۱	۳/۱۵ (۱/۲۵)	-۰/۰۷ (-۱/۰۸)	۱۰	۲/۸۰ (۱/۲۸)	۰/۰۲ (-۱/۱۹)	۱۹	۲/۶۵ (۱/۲۶)	۰/۴۰ (-۰/۸۵)
۲	۲/۳۸ (۱/۲۹)	-۰/۴۳ (-۱/۰۱)	۱۱	۲/۸۲ (۱/۳۷)	۰/۱۵ (-۱/۲۸)	۲۰	۳/۳۲ (۱/۱۱)	-۰/۱۵ (-۰/۷۱)
۳	۲/۷۴ (۱/۲۳)	۰/۱۷ (-۱/۰۹)	۱۲	۳/۴۹ (۱/۱۸)	-۰/۴۵ (-۰/۶۱)	۲۱	۳/۰۰ (۱/۳۱)	۰/۰۹ (-۱/۱۹)
۴	۳/۰۶ (۱/۳۹)	-۰/۰۵ (-۱/۳۲)	۱۳	۳/۸۶ (۱/۰۵)	-۰/۷۹ (-۰/۱۳)	۲۲	۲/۸۱ (۱/۲۴)	-۰/۰۱ (-۱/۰۹)
۵	۲/۳۲ (۱/۱۴)	۰/۶۶ (-۰/۴۵)	۱۴	۲/۲۶ (۱/۲۶)	۰/۶۲ (-۰/۸۵)	۲۳	۴/۰۳ (۱/۰۴)	۱/۲۰ (۱/۱۰)
۶	۲/۴۹ (۱/۳۹)	۰/۴۱ (-۱/۱۵)	۱۵	۲/۸۱ (۱/۳۰)	۰/۱۰ (-۱/۱۵)	۲۴	۲/۳۹ (۱/۳۶)	۰/۵۱ (-۱/۰۹)
۷	۳/۴۵ (۱/۲۳)	-۰/۴۱ (-۰/۹۱)	۱۶	۴/۲۴ (۰/۹۰)	-۱/۲۲ (-۱/۲۳)	۲۵	۳/۰۸ (۱/۲۲)	-۰/۲۰ (-۰/۹۴)
۸	۳/۷۵ (۱/۱۶)	-۰/۵۹ (-۰/۵۲)	۱۷	۳/۷۸ (۱/۰۸)	-۰/۷۰ (-۰/۱۴)	۲۶	۳/۹۳ (۱/۰۶)	-۰/۹۹ (-۰/۳۸)
۹	۳/۶۹ (۱/۰۹)	-۰/۷۲ (-۰/۰۹)	۱۸	۲/۸۸ (۱/۴۰)	۰/۰۵ (-۱/۲۸)	۲۷	۳/۰۸ (۱/۳۶)	-۰/۱۶ (-۱/۲۲)

منطبق بر نتایج جدول ۱ بالاترین میانگین متعلق به گویه ۱۶ و پایین ترین میانگین متعلق به گویه ۱۴ بود. همچنین جدول ۱ نشان می دهد که مقادیر چولگی و کشیدگی برای همه گویه ها در فاصله ± ۲ قرار دارد. بنابراین توزیع داده های مربوط به همه گویه ها نرمال بود. ساختار عاملی پرسشنامه باورهای غیرعقلانی با روش تحلیل عاملی تاییدی و با به کارگیری رویکرد بیشینه احتمال (ML) و استفاده از نسخه ۲۴ نرم افزار AMOS تحلیل شد. تحلیل تمام گویه ها را در بر گرفت و به گویه ها اجازه داده شد تنها به عامل مکنون مورد نظر خود بار عاملی ایجاد کنند. جدول ۲ شاخص های برازش مدل مفروض را نشان می دهد.

جدول ۲: شاخص های برازش حاصل از تحلیل عاملی تاییدی پرسشنامه باورهای غیرعقلانی

شاخص های برازندگی	مدل اولیه	نقطه برش ^۲
مجذور کای ^۳	۶۴۹/۵۳	-
درجه آزادی مدل	۳۱۸	-
χ^2/df^4	۲/۰۴	کمتر از ۳
GFI ^۵	۰/۸۵۲	> ۰/۹۰
AGFI ^۶	۰/۸۲۴	> ۰/۸۵۰

1 -Maximum Likelihood

۲- نقاط برش براساس دیدگاه کلاپین (۲۰۱۶)

3 -Chi-Square

4 - normed chi-square

5 -Goodness Fit Index

6 -Adjusted Goodness Fit Index

شاخص های برازندگی	مدل اولیه	نقطه برش ^۱
CFI ^۲	۰/۷۷۱	۰/۹۰ >
RMSEA ^۳	۰/۰۶۲	۰/۰۸ <

همچنان که در جدول فوق ملاحظه می شود به استثنای شاخص های برازندگی RMSEA و کای اسکوئر نرم شده دیگر شاخص های برازندگی از برازش مدل مفروض پرسشنامه با داده های گردآوری شده حمایت نمودند ($\chi^2/df=2/04$ ؛ $CFI=0/771$ ، $GFI=0/852$ ، $AGFI=0/824$ و $RMSEA=0/06$). به همین دلیل و به منظور استخراج عامل های اصلی پرسشنامه، گویه های ۲۷ گانه آن با استفاده از روش تحلیل مؤلفه های اصلی تحلیل شد. نتایج تحلیل در جدول ۳ نشان داد که شاخص کایسر-میر-اولیکن (KMO) برابر با ۰/۷۶۸ می باشد که کفایت حجم نمونه را نشان می دهد، شاخص کرویت بارتلت در سطح ۰/۰۱ معنادار است ($\chi^2(df=351)=1732/79$).

جدول ۳ شاخص کایسر-میر-اولیکن (KMO)

شاخص کایسر و میر	۰/۷۶۹
شاخص کرویت بارتلت	۱۷۳۲/۷۹
درجه آزادی	۳۵۱
سطح معنی داری	۰/۰۰۰

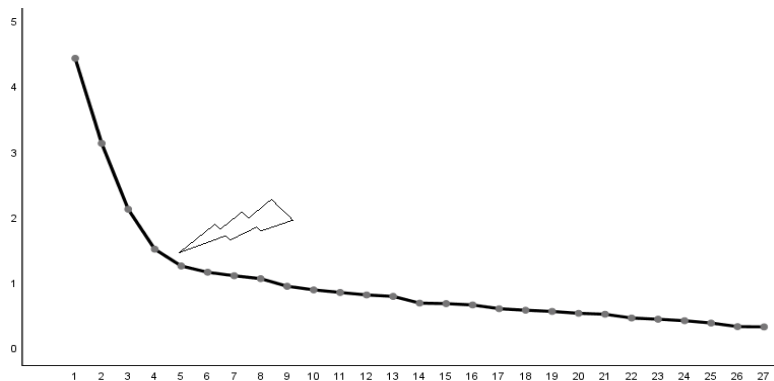
اگرچه در تحلیل اولیه ۸ مؤلفه با ارزش ویژه بزرگتر از یک استخراج شد که در کل ۵۸/۲۱ درصد از واریانس کل متغییر را تبیین می نمود. با وجود این نمودار اسکری (شکل ۱) همانند مدل مفروضه پرسشنامه از وجود ۴ عامل زیربنایی حمایت نمود.

۱- نقاط برش براساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶)

2-Comparative Fit Index

3 (Root Mean Square Error of Approximation) ریشه خطا میانگین مجزورات تقریب- 3

4 -normed chi-square (χ^2/df)



نمودار ۱: تست اسکری در تعیین تعداد مؤلفه ها

پس از تعیین تعداد مؤلفه‌ها، تحلیل مؤلفه‌های اصلی پرسشنامه باورهای غیرعقلانی با استفاده از روش چرخش واریماکس انجام شد، نتایج نشان داد که گویه ۴ پرسشنامه بر روی عامل دوم ($\beta=0/333$) و عامل چهارم ($\beta=0/354$) بار عاملی بزرگتر از $0/3$ ایجاد نموده که اختلاف بارهای عاملی آن کمتر از $0/1$ است. همچنین نتایج نشان داد که گویه ۱ به هیچ یک از عامل‌های استخراج شده بار عاملی بزرگتر از $0/3$ ایجاد نموده است. به همین دلیل چنین نتیجه‌گیری شد که گویه‌های ۱ و ۴ از کفایت لازم برای اندازه‌گیری مؤلفه‌های زیربنایی پرسشنامه باورهای غیرعقلانی برخوردار نبوده و بنابراین آن گویه‌ها حذف و تحلیل بار دیگر تکرار شد. جدول ۴ بارهای عاملی چرخش یافته گویه‌های باقی مانده در مرحله سوم را نشان می‌دهد.

جدول ۴: بارهای عاملی چرخش یافته گویه‌های پرسشنامه باورهای غیرعقلانی در تحلیل مؤلفه‌های اصلی

مؤلفه‌ها				گویه‌ها
عامل چهارم	عامل سوم	عامل دوم	عامل اول	
			۰/۷۴۶	۲۴. حس میکنم وقتی از پس انجام کار مهمی بر نمی‌آیم یک احمق به تمام معنا (کودن) هستم
			۰/۷۴۰	۱۴. فکر می‌کنم اگر کسی مرا تایید نکند، بی ارزش هستم.
			۰/۶۷۲	۲۷. وقتی دیگران مرا طرد می‌کنند احساس ناامیدی می‌کنم.
			۰/۶۷۱	۱۸. اگر من آنقدر ضعیف نبودم اوضاع زندگیم بهتر می‌شد.

عامل چهارم	عامل سوم	عامل دوم	عامل اول	گویه ها
			۰/۶۶۷	۲۲. وقتی عصبی یا ناراحت می شوم یا احساس تنش می کنم این حالت من نشان می دهد تا چه اندازه انسان ناامیدی هستم.
			۰/۶۰۷	۶. عدم موفقیت برای من به منزله شکست است.
			۰/۵۸۱	۱۰. وقتی اوضاع خسته کننده است فکر می کنم آدم جذابی نیستم .
			۰/۵۷۰	۲. اگر من انقدر ناامید نبودم دیگران رفتار مناسبتری با من داشتند.
		۰/۷۷۸		۱۵. من نباید مجبور باشم از قوانین پیروی کنم و خوب رفتار کنم.
		۰/۶۸۸		۲۵. مردم همیشه نباید مجبور باشند از قوانین پیروی کنند و خوب رفتار کنند.
		۰/۶۷۵		۱۱. به نظر من وحشتناک است که همیشه مجبور باشیم خوب رفتار کنیم.
		۰/۶۶۰		۳. انجام رفتار مطابق قوانین و پیروی کامل از قوانین برایم سخت است.
		۰/۴۷۸		۲۱. سخت و طاقت فرساست وقتی می توانم تفریح کنم کارهای خانه را انجام دهم.
		۰/۴۴۷		۱۳. بدترین چیز در زندگی انجام کارهای کسالت آور است .
	۰/۶۳۳			۲۳. خیلی وحشتناک است که بخواهی یک عالمه کار را انجام دهی در حالی که زمان کافی برای انجام آنها را نداری .
	۰/۵۷۳			۸. معلمی که به طرز ناعادلانه ای با دانش آموز برخورد می کند آدم خوبی نیست.
	۰/۵۷۱			۵. وقتی با انجام تکالیف سخت مواجه می شوم فکر میکنم تکالیف ناعادلانه است و نباید دیگر تکالیف را ادامه دهم.
	۰/۵۴۹			۱۶. معلمان واقعا باید همیشه عادلانه رفتار کنند.
	۰/۵۲۸			۱۷. انجام تکالیف زیاد واقعا وحشتناک است.
	۰/۴۶۷			۹. هنگام شروع تکالیفم فکر می کنم برای انجام درست تکالیفم به زمان بیشتری نیاز دارم .
	۰/۴۶۱			۲۶. قبل از اینکه بتوانم کار سختی را انجام دهم نیاز دارم کاملا استراحت کنم و آرامش داشته باشم .
	۰/۳۵۴			۲۰. والدینی که با فرزندانشان ناعادلانه رفتار می کنند آدم های خوبی نیستند .
	۰/۷۵۵			۱۲. من نمی توانم در کنار همکلاسی هایی باشم که بی ملاحظه هستند.
	۰/۷۵۴			۷. ماندن در کنار همکلاسی هایی که هیچ وقت قوانین را رعایت نمی کنند و رفتار مورد قبول ندارند سخت است.
	۰/۷۴۱			۱۹. همکلاسی هایی که هیچ وقت از قوانین پیروی نمی کنند و خوب رفتار نمی کنند ، احمق و نادان هستند.
	۲/۰۰	۲/۴۶	۳/۶۹	ارزش ویژه
	عامل ۴	عامل ۳	عامل ۲	عامل ۱
	۷/۹۹	۹/۸۲	۱۰/۸۳	۱۴/۷۵
سهم در تبیین واریانس				

جدول ۳ نشان می دهد که ۸ گویه ۲۴، ۲۷، ۱۴، ۱۸، ۲۲، ۶، ۱۰ و ۲ عامل اول، ۶ گویه ۳، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۲۱ و ۲۵ عامل دوم، ۸ گویه ۵، ۸، ۹، ۱۶، ۱۷، ۲۰، ۲۳ و ۲۶ عامل سوم و ۳ گویه ۱۲، ۷ و ۱۹ عامل چهارم را می سنجند. در ادامه با توجه به محتوای گویه‌ها، عامل های اول، دوم، سوم و چهارم به ترتیب «تحقیر خود»، «بی‌تحمیلی قوانین ناامیدکننده»، «بی‌تحمیلی ناکامی در تکالیف و توقع انصاف» و «بی‌تحمیلی نقض قواعد توسط دیگران» نامگذاری شدند. جدول ۵ میانگین، انحراف استاندارد و ضریب آلفای کرونباخ را برای هر یک از عامل های پرسشنامه نشان می دهد.

جدول ۵: میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب آلفای کرونباخ عامل های پرسشنامه باورهای غیرعقلانی

مؤلفه	میانگین	انحراف استاندارد	آلفای کرونباخ
۱. خود فروپاشی	۲۱/۱۱	۷/۰۳	۰/۸۲
۲. عدم تحمل قوانین ناامید کننده	۱۸/۳۲	۴/۸۶	۰/۷۳
۳. عدم تحمل ناامیدی عدالتی و خواستار انصاف	۲۹/۰۷	۴/۶۸	۰/۶۶
۴. عدم تحمل قانون شکنی توسط دیگران	۹/۵۸	۲/۸۶	۰/۶۸

جدول ۵ نشان می دهد که ضریب آلفای کرونباخ عامل های چهارگانه پرسشنامه به ترتیب برابر با ۰/۸۲، ۰/۷۳، ۰/۶۶ و ۰/۶۸ است. براین اساس می توان گفت هر یک از عامل های استخراج شده پرسشنامه از همسانی درونی قابل قبولی برخوردار است.

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، هنجاریابی پرسشنامه سنجش باورهای باورهای غیرعقلانی نوجوانان برنارد بود. بدین منظور دانش آموزان دبیرستان های دخترانه منطقه ۵ شهر تهران مورد مطالعه قرار گرفتند. این پرسشنامه باورهای غیرعقلانی را ارزیابی می کند و به صورت مدادکاغذی قابل اجراست و محدودیت زمانی برای پاسخ گویی آن وجود ندارد.

الیس شخصیت را از سه دیدگاه: فیزیولوژیکی، اجتماعی و روان شناختی مورد بررسی قرار می دهد. در مبنای فیزیولوژیک الیس معتقد است که انسان ذاتاً تمایلات بیولوژیکی استثنایی و نیرومندی برای تفکر و عمل به شیوه خاص دارد. این شیوه ممکن است در جهت عقلانی و یا غیرعقلانی باشد او در جهت تفکر و عمل، فرد را تابع محیط، خانواده و فرهنگی می داند که در جهت تخریب نفس و ارتکاب امور بد گام برداشه و آمادگی ذاتی شدیدی برای تفکر غیرمنطقی و غیرعقلانی دارد (شفیع آبادی، ۱۳۸۱).

طبق نظر الیس در اغلب باورهای غیرعقلانی، عوامل سبب‌ساز مشترکی وجود دارد. الیس این عوامل را تقاضاگرایی شدید، افزایش احساس تحقیر در فرد، نگرانی بیش از حد درباره آینده، وحشت‌زدگی و آستانه تحمل پایین نسبت به محرومیت می‌دانست (الیس، ۲۰۰۱). در بررسی عامل‌های سنجش باورهای غیرعقلانی نوجوانان در این پرسشنامه، سه عامل سبب‌ساز مشترک: افزایش احساس تحقیر در فرد با عامل "تحقیر خود"، آستانه تحمل پایین با دو عامل «بی‌تحملی قوانین ناامیدکننده»، «بی‌تحملی ناکامی در تکالیف و توقع انصاف» و تقاضاگرایی شدید از دیگران با عامل «بی‌تحملی نقض قواعد توسط دیگران» مورد سنجش قرار می‌گیرد.

۸ گویه مرتبط با عامل خود فروپاشی پرسشنامه اولیه در عامل‌یابی جدید عیناً تأیید شد و با توجه به محتوای گویه‌ها "تحقیر خود" نامگذاری گردید. یکی از باورهای غیرعقلانی در نظریه الیس (۲۰۰۳)، داشتن انتظارات بسیار بالا و توقع زیاد از خویشتم می‌باشد. در این موارد فرد نسبت به خویشتم انتظارات بالایی را داشته و به منظور دست‌یابی به چنین انتظاراتی تلاش می‌نماید، تا زمانی که این انتظارات در حد توانایی وی باشد عملکرد شخص با موفقیت توأم بوده و موجب افزایش اعتماد به نفس وی می‌گردد، اما هنگامی که فاصله بین انتظارات شخص و توانایی‌های وی زیاد باشد در آن صورت فرد با شکست مواجه شده و پیامد شکست تجربه شده نیز تنزل ارزش خویشتم بوده که در نتیجه آن به تحقیر خود منتهی خواهد شد. اگر فرد اعتقاد داشته باشد که: "قطعاً باید کاری را خوب و بدون هیچ ایراد و اشتباهی انجام دهد" در نتیجه با بروز هر گونه شکست هر چند جزئی احساس خود تحقیری شخص افزایش می‌یابد. انتظارات خودشکن دستیابی به سلامت روان را دشوار می‌کند. پرسشنامه باورهای غیرعقلانی جونز نیز با عامل تمایل به سرزنش خود این باور را مورد سنجش قرار می‌دهد (سرابی، ۱۳۹۵).

آستانه تحمل پایین نسبت به محرومیت به عنوان منبع مهمی در جهت رشد باورهای غیرعقلانی تلقی می‌گردد. افراد دارای این باور تصور می‌کنند که به هیچ وجه تحمل ناراحتی و سختی را نداشته و تحمل شرایط سهمگین برایشان غیر ممکن است. اگر چه این تصور، صرفاً یک تصور واهی می‌باشد ولی به گونه‌ای پایدار در باور عقاید شخص نفوذ کرده و اعتقادات فرد را نسبت به انجام فعالیت‌هایش تحت تاثیر قرار می‌دهد به طوری که فرد فکر می‌کند که این وضعیت دور از دسترس و غیر واقعی است (شفیع آبادی و همکاران، ۱۳۸۱). در تحلیل عاملی پرسشنامه ۴ گویه از ۶ گویه اولیه سنجش عامل "عدم تحمل قوانین ناامیدکننده" عیناً تأیید و ۲ گویه حذف شد. گویه‌های اضافه شده "بدترین چیز در زندگی انجام کارهای کسالت‌آور است" و "سخت و طاقت فرساست وقتی می‌توانم تفریح کنم کارهای خانه را انجام دهم" بود. مضمون این دو گویه جدید نیز با عامل "عدم تحمل قوانین ناامیدکننده" با توجه به نقش جنسیتی دختران ایرانی در خانواده هماهنگی لازم را دارد. عنوان این عامل پس از تحلیل عاملی اکتشافی تغییری نکرد و تنها دو گویه به آن اضافه گردید. به نظر می‌رسد به دلایل فرهنگی و سبک فرزند پروری نوجوانان

دختر، کارهای خانه و کارهای کسالت آور را به جای اینکه تکلیف کاری خود بدانند جزء قوانین الزامی خانوادگی می‌دانند.

این باور غیرعقلانی در پرسشنامه جونز با عامل واکنش به ناکامی‌ها مورد سنجش قرار می‌گیرد. مفهوم بی‌تحملی در باورهای غیرعقلانی به گفته ایدلمن (۲۰۱۶)، به تحریفات شناختی همه یا هیچ اشاره دارد که در آن افرادی که دچار تحریفات شناختی نظیر تکرار دو قطبی می‌شوند، هیچ چیز را نمی‌توانند به طور نسبی ارزیابی کنند. همه چیز باید عالی باشد، در غیر این صورت بد است و حد میانه‌ای وجود ندارد. همه چیز سفید و سیاه است و رنگی به نام خاکستری وجود ندارد (سرابی، ۱۳۹۵).

در ۸ گویه مرتبط با عامل عدم تحمل ناامیدی کار ۵ گویه عینا تایید و گویه ۱ حذف و ۳ گویه "معلمی که به طرز ناعادلانه ای با دانش آموزان بر خورد می‌کند آدم خوبی نیست" و معلمان واقعا همیشه باید عادلانه رفتار کنند" والدینی که با فرزندانشان خوب رفتار نمی‌کنند آدم‌های خوبی نیستند" اضافه گردید و نام عامل با توجه به گویه‌های اضافه شده به "ناامیدی و خواستار انصاف" تغییر پیدا کرد. به نظر می‌رسد دو عامل "عدم تحمل ناامیدی کار" و "خواستار انصاف" برای نوجوانان قابلیت تفکیک از یکدیگر نداشت و یک عامل شناخته شدند. نوجوانان تحمل پایین نسبت به کارهای سخت را با بی‌انصافی در مورد خود از طرف دیگران مرتبط می‌دانند این مورد می‌تواند طبق تحقیقات ساپ مارتی (۱۹۹۶) به خودپنداره ضعیف در نوجوانان و یا تحقیق جعفری (۱۳۹۷) با خودکارآمدی پایین نوجوانان در ارتباط باشد. طبق گفته ترجیسن (۲۰۰۹)، در مقیاس ارزش‌های غیرعقلانی الیس مک دونالد و جیم (۱۹۷۲)، بخشی از این عامل با عامل احساس ناکارآمدی در عملکرد و در مقیاس اعتقاد عمومی دیجیوسپ و برنارد (۱۹۹۸)، با عامل تقاضای انصاف مورد سنجش قرار می‌گیرد.

در عامل چهارم "خواستار انصاف" پرسشنامه اولیه، یک گویه اولیه باقی ماند، گویه ۴ حذف شد و ۲ گویه جدید اضافه گردید با توجه به تغییر مضمون ماده‌ها نام عامل چهارم اولیه که در عامل سوم ادغام شده بود به "عدم تحمل قانون شکنی توسط دیگران" تغییر پیدا کرد. در واقع در مولفه‌های استخراج شده ۴ سازه و ۳ باور غیرعقلانی از دیدگاه الیس مورد سنجش قرار می‌گیرد. به نظر می‌رسد علت تغییر ساختار عاملی پرسشنامه موجود با ساختار عاملی پرسشنامه اولیه عوامل فرهنگی و آموزشی از جمله سبک‌های فرزند پروری و یا انتظاراتی است که از نوجوانان در جامعه ایرانی وجود دارد.

ساختار عاملی پرسشنامه به روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس و باتوجه به ماتریس عاملی، درصد واریانس تبیین شده و نمودار ارزش ویژه اسگری در نمونه مورد نظر

1. Eidelman, P.

2 Sappmarty

انجام و عامل‌هایی استخراج گردید که ۵۸/۲۱ درصد واریانس کل متغیرها را توجیه می‌کنند و این نشان می‌دهد که در مجموع این پرسشنامه از روایی کافی برخوردار است.

پرسشنامه حاضر که با هدف دستیابی به ابزاری آسان برای آگاهی از باورهای غیرعقلانی استفاده شده است می‌تواند به عنوان یک ابزار، در خدمت اهداف آموزش، مدیریت و سازماندهی و سیاست‌گذاری مورد استفاده قرار گیرد. این پرسشنامه بر مبنای تحریفات شناختی بک و باورهای نامعقول ایس ساخته و به سنجش ۴ باور غیرعقلانی شناسایی شده می‌پردازد. باورهای غیرعقلانی به عنوان ساختار شناختی که در تعامل نوجوان با محیط رشد می‌کند (راجرز، ۲۰۱۹). در دوران نوجوانی ثبات بیشتری پیدا کرده (سرلایی، ۱۳۹۵). می‌تواند منجر به درونی شدن اختلال‌های اضطراب و بروز علائم عصبانیت و پرخاشگری شود و سلامت عاطفی و روابط بین فردی را مختل کند (راجرز، ۲۰۱۹). وجود باورهای غیرعقلانی در دوران تحصیل فرسودگی یادگیری را افزایش می‌دهد (آنجرینی، ۲۰۱۹). می‌تواند پیش‌بینی کننده اهمال‌کاری باشد (بالکیس و دورو، ۲۰۱۹). از آن‌جا که عملکرد علمی دانش‌آموزان به طور غیر مستقیم توسط معلمان و سایر عوامل مدرسه از طریق باورهای عقلانی تعیین می‌شود (کتسیکی، ۲۰۱۷)، فلذا پرداختن به موضوع تحریفات شناختی در سنین نوجوانی و بررسی علل و عوامل آن جهت پیشگیری از بروز اختلالات روانی در سنین بالاتر و ایجاد پیشرفت تحصیلی بسیار ضروری است.

به طور کلی طبق یافته‌های به دست آمده در این پژوهش می‌توان گفت پرسشنامه سنجش باورهای غیرعقلانی نوجوانان برنارد با تغییرات اعمال شده از اعتبار و خصوصیات روان سنجی قابل قبولی برخوردار است و محققان می‌توانند از آن به عنوان ابزاری معتبر برای سنجش تحریفات شناختی نوجوانان استفاده کنند البته باید توجه داشت این پرسشنامه فقط نمونه‌ای از رفتار را می‌سنجد. اگر چه کسی پیدا نمی‌شود که تمام مشکلات مرتبط با تحریفات شناختی را داشته باشد ولی اکثر آدم‌ها حداقل چند مورد را دارند (چان، ۲۰۱۹). با توجه به اینکه باورهای غیرعقلانی برای هر کس منحصر به فرد است (نادرزاده، ۱۳۹۸)، برای اندازه‌گیری باورهای غیرعقلانی در کنار این روش به کارگیری مصاحبه نیز ضرورت دارد. جامعه آماری پژوهش حاضر دانش‌آموزان دختر منطق ۵ شهر تهران بودند و تعمیم نتایج آن به دیگر گروه‌ها باید با احتیاط صورت گیرد، از این رو، پیشنهاد می‌شود خصوصیات روان‌سنجی این مقیاس در دیگر گروه‌ها بررسی شود.

منابع فارسی

سهرابی فرد، محمد مهدی. صمدی فرد، آذر. ناصری نیا، سجاد. رشیدی (۱۳۹۸). مداخله‌ای در تحریفات‌های شناختی و خود انتقادی دختران بازمانده از ازدواج: اثربخشی و کارآمدی آموزش

- مهارت‌های ذهن مشفق، فصلنامه علوم تربیتی آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده. شماره ۹ از ۱۷ تا ۴.
- سرابی الوندی، محمد. زارع، حسین. علی پور، احمد. عرفانی، نصراله. (۱۳۹۵). پیشبینی تحریف‌های شناختی بر اساس باورهای غیرعقلانی و همجواری شناختی. دو فصلنامه علمی - پژوهشی شناخت اجتماعی سال پنجم، شماره ۲.
- شفیع آبادی، عبدالله. ناصری، غلامرضا. (۱۳۸۱). نظریه های مشاوره و روان درمانی چ ۹. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- نادرزاده، هیمن. صالحی، مهدیه. جعفری روشن، مرجان. کوچک انتظار، رؤیا. (۱۳۹۸). مدل یابی معادلات ساختاری رابطه علایم اختلال اضطراب اجتماعی با طرح واره‌های ناسازگار اولیه و تحریف‌های شناختی در نوجوانان فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی بهار ۱۳۹۸ - شماره ۳۷، ۴۱ - ۵.

References:

- Anggreini(2019): The Effectiveness of Group Rational Emotive Behavior Therapy to Reduce Student Learning Burnout. Cony Anggreini.Daharnis Daharnis.Yeni Karneli. *IJRICE* (3)
- Balkis, Murat; Duru, Erdinc; Bulus, Mustafa (2013): Analysis of the relation between academic procrastination, academic rational/irrational beliefs, time preferences to study for exams, and academic achievement. A structural model. In *Eur J Psychol Educ* 28 (3), pp. 825–839. DOI: 10.1007/s10212-012-0142-5.
- Flett, Gordon L.; Hewitt, Paul L.; Cheng, Wing Man Winnie(2008): Perfectionism, Distress, and Irrational Beliefs in High School Students. Analyses with an Abbreviated Survey of Personal Beliefs for Adolescents. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther (Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy)*.26(3). 194–205
- Balkis, Murat; Duru, Erdinç (2019): Procrastination and Rational/Irrational Beliefs. A Moderated Mediation Model. In *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther* 37 (3), pp. 299–315. DOI: 10.1007/s10942-019-00314-6.
- BECK, A. T.; WARD, C. H.; MENDELSON, M.; MOCK, J.; ERBAUGH, J. (1961): An inventory for measuring depression. In *Archives of general psychiatry* 4, pp. 561–571. DOI: 10.1001/archpsyc.1961.01710120031004.
- Bernard, Michael; Cronan, Felicity (1999): The Child and Adolescent Scale of Irrationality. Validation Data and Mental Health Correlates.

- In J Cogn Psychother* 13, pp. 121–132. DOI: 10.1891/0889-8391.13.2.121.
- Bernard, Michael E. (1998): VALIDATION OF THE GENERAL ATTITUDE AND BELIEF SCALE. *In J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther* 16 (3), pp. 183–196. DOI: 10.1023/A:1024911014579.
- Michael E. Bernard (1999): “**The CASI**”.
- Cavior, N., & Cone, J. D. ((1972).): The Adult Irrational Ideas Inventory: Its factor structure and correlations with measures of social desirability. *Proceedings of the Annual Convention of the American Psychological Association*, 7(Pt. 1), 13–14.
- Chan, Ho Wai Queenie; Sun, Chui Fun Rachel (2019): Scale development. Chinese Irrational Beliefs and Rational Attitude Scale. *In PsyCh journal* 8 (1), pp. 122–136. DOI: 10.1002/pchj.249.
- Cristina, MOGOAȘE (2013): HOW DO WE MEASURE RATIONAL AND IRRATIONAL BELIEFS? THE DEVELOPMENT OF RATIONAL AND IRRATIONAL BELIEFS SCALE (RAIBS) - A NEW THEORY-DRIVEN MEASURE. Simona ȘTEFAN1, Daniel DAVID Vol. 13, No. 2a,, pp. 529–546.
- Ellis, A. (2001). **Feeling better, getting better, and staying better**. Atascadero, CA: Impact
- Ellis, A. (2003). **Overcoming resistance: A rational emotive behavior therapy in degraded approach** (2nd ed.). New York: Springer
- Hamidi, Farideh; Motlagh, Sara Shirazi (2010): Comparison of Irrational Beliefs and Defence Mechanisms in Patients with Obsessive Compulsive Disorder and Normal Individuals. *In Procedia - Social and Behavioral Sciences* 5, pp. 1620–1624. DOI: 10.1016/j.sbspro.2010.07.336.
- Katsiki Alexandra (2017): Relationships between self-downing beliefs and math performance in Greek adolescent students: A predictive study based on Rational-Emotive Behavior Education (REBE) as theoretical perspective (2379-0547).
- Mauno, Saija; Ruokolainen, Mervi; Kinnunen, Ulla (2013): Does aging make employees more resilient to job stress? Age as a moderator in the job stressor-well-being relationship in three Finnish occupational samples. *In Aging & mental health* 17 (4), pp. 411–422. DOI: 10.1080/13607863.2012.747077.
- Morrison (2015): The Cognitive Distortions Questionnaire (CD-Quest): Psychometric Properties and Exploratory Factor Analysis. Carrie M.

- Potter 8, pp. 287–305. Available online at 10.1521/ijct.2015.8.4.287.
- Rogers, Jennifer L.; Luke, Melissa; Gilbride, Dennis D.; Goodrich, Kristopher M. (2019): Supervisee Attachment, Cognitive Distortions, and Difficulty With Corrective Feedback. *In Counselor Education and Supervision* 58 (1), pp. 18–32. DOI: 10.1002/ceas.12121.
- Sapp, Marty (1996) Three Treatments for Reducing the Worry and Emotionality Components of Test Anxiety with Undergraduate and Graduate College Students: Cognitive-Behavioral Hypnosis, Relaxation Therapy, and Supportive Counseling. *Journal of College Student Development*, v37 n1 p79-87 Jan-Feb 1996
- Terjesen, Mark D.; Salhany, Jennifer; Sciutto, Mark J. (2009): A Psychometric Review of Measures of Irrational Beliefs. Implications for Psychotherapy. *In J Rat-Emo Cognitive-BehavTher* 27 (2), pp. 83–96. DOI: 10.1007/s10942-009-0093-1.
- Warren, Ricks; Zgourides, George (1989): Further validity and normative data for the Malouff and Schutte belief scale. *In J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther* 7 (3), pp. 167–172. DOI: 10.1007/BF01076188.
- Whiteman, Victor L. (2016): Development of an Australian Version of the Rational Behavior Inventory. *In Psychol Rep* 44 (1), pp. 104–106. DOI: 10.2466/pr0.1979.44.1.104.
- Wolf, Oliver T. (2012): Immediate recall influences the effects of pre-encoding stress on emotional episodic long-term memory consolidation in healthy young men. *In Stress* (Amsterdam, Netherlands) 15 (3), pp. 272–280. DOI: 10.3109/10253890.2011.622012