

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال یازدهم شماره ۴۳ پاییز ۱۳۹۵

## اعتبار، روایی و ساختار عاملی تأییدی نسخه فارسی پرسش‌نامه

### فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت\*

جعفر حسینی<sup>۱</sup>

سهراب امیری<sup>۲</sup>

#### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اعتبار، روایی و ساختار عاملی تأییدی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت بود. نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت با استفاده از تکنیک ترجمه مضاعف، رفع مشکلات احتمالی و مطالعه مقدماتی تدوین شد و واریس خصوصیات روان‌سنجی آن توسط سه مطالعه مستقل ( $N1=472$ ،  $N2=80$  و  $N3=610$ ) صورت پذیرفت. در دو مطالعه اول اعتبار پرسش‌نامه بر اساس روش‌های همسانی درونی، همبستگی‌های مجموعه ماده و بازآزمایی و روایی آن با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی، همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها و روایی ملاکی مورد بررسی قرار گرفت. در مطالعه سوم ساختار عاملی تأییدی پرسش‌نامه بررسی شد. ضرایب آلفای کرونباخ سه خرده‌مقیاس ( $0/82$ ،  $0/88$  و  $0/85$ ) نشان داد که پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت از همسانی درونی مطلوبی برخوردار است. نمره‌های ماده و نمره‌های کلی خرده‌مقیاس‌های مطابق، همبستگی معناداری با یکدیگر داشتند ( $I=0/31$  تا  $I=0/66$ ) و ارزش ضرایب بازآزمایی ( $0/73$ ،  $0/69$  و  $0/72$ ) بیانگر ثبات مقیاس بود. تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی از الگوی ۳ عاملی اصلی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت حمایت کرد. همبستگی بین خرده

\* پژوهش حاضر با حمایت مالی دانشگاه خوارزمی از محل اعتبار پژوهشی اساتید انجام شده است.

۱- دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه خوارزمی، تهران (نویسنده مسئول)

Email:hasanimehr57@yahoo.com

۲- کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه خوارزمی، تهران

مقیاس‌ها نسبتاً بالا بود. سرانجام، وجود الگوهای خاص ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت با باورهای فراشناختی حاکی از روایی ملاکی خوب مقیاس بود. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهند که پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت، خصوصیات روان‌سنجی رضایت‌بخشی در جامعه ایران دارد.

**واژگان کلیدی:** تجارب هیجانی؛ باورهای فراشناختی؛ فراهیجان‌های مثبت؛ فراشناخت‌های مثبت

### مقدمه

فراشناخت<sup>۱</sup> یکی از رشته‌های اصلی پژوهش در روان‌شناسی شناختی و آموزشی از میانه دهه ۱۹۷۰ بوده است. اصطلاح فراشناخت ابتدا توسط فلاول<sup>۲</sup> (۱۹۷۱) معرفی گردید و به‌طور کلی، تحت عنوان تفکر درباره تفکر، دانش درباره دانش یا شناخت درباره شناخت توصیف می‌شود (نگاه کنید به نلسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰، ۲۰۰۲). در تعریف گسترده‌تر، فراشناخت دربرگیرنده دانش و کنترل فرایندهای شناختی خود است (براون<sup>۴</sup>، ۱۹۸۷؛ فلاول، ۱۹۷۹؛ اسکراو<sup>۵</sup> و اسپرلینگ/دنسیون<sup>۶</sup>، ۱۹۹۴؛ اسکراو، ۱۹۹۸). در گستره کنونی متون روان‌شناختی، ولز<sup>۷</sup> (۲۰۰۰) فراشناخت را به‌عنوان یک مفهوم چندبعدی مورد فرمول‌بندی قرار داده است و آن را تحت عنوان دانش (باورها)، فرایندها و راهبردهایی که شناخت را ارزیابی، پایش و کنترل می‌کنند، تعریف نموده است. علاوه بر این، در متون روان‌شناختی، چندین اصطلاح فراشناختی به‌صورت عادی با زمینه‌های پژوهشی فراشناخت مرتبط است: باورهای فراشناختی<sup>۸</sup>، آگاهی فراشناختی<sup>۹</sup>، تجارب فراشناختی<sup>۱۰</sup>، دانش فراشناختی<sup>۱۱</sup>، احساس دانش (FOK)<sup>۱۲</sup>، قضاوت یادگیری (JOL)<sup>۱۳</sup>، نظریه ذهن<sup>۱۴</sup>، فراحافظه<sup>۱۵</sup>.

1- Metacognition

3- Nelson

5- Schraw

7- Wells

9- Metacognitive awareness

11- Metacognitive knowledge

13- Judgment of learning

15- Metamemory

2- Flavell

4- Brown

6- Sperling –Dennison

8- Metacognitive beliefs

10- Metacognitive experiences

12- Feeling of knowing

14- Theory of mind

مهارت‌های فراشناختی<sup>۱</sup>، مهارت‌های اجرایی<sup>۲</sup>، مهارت‌های سطح بالاتر<sup>۳</sup>، فرامولفه‌ها<sup>۴</sup>، نظارت ادراکی<sup>۵</sup>، راهبردهای یادگیری<sup>۶</sup>، راهبردهای اکتشافی<sup>۷</sup> و خودنظم‌جویی<sup>۸</sup> (وینرت<sup>۹</sup>، کلیو<sup>۱۰</sup>، ۱۹۸۷؛ ولترز<sup>۱۱</sup>، ۱۹۸۷؛ هارتمن<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۸؛ گنورگیادس<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۴؛ ونمن<sup>۱۴</sup>، ون هوت-ولتر<sup>۱۵</sup> و آفلرباخ<sup>۱۶</sup>، ۲۰۰۶).

ولز و ماتیوس<sup>۱۷</sup> (۱۹۹۴، ۱۹۹۶) با تدوین الگوی کنش اجرایی خود نظم‌جو (S-REF)<sup>۱۸</sup> در پی تبیین این نکته برآمدند که چگونه باورها درباره شناخت، رفتار و هیجان‌ها ممکن است شروع و نگهداشت اختلال‌های روانی را راه‌اندازی نمایند. در نظریه بدکارکردی روان‌شناختی ولز و ماتیوس (۱۹۹۴) باورهای فراشناختی در قالب اطلاعات درباره شناخت خود و حالت‌های درونی و راهبردهای مقابله‌ای در نظر گرفته می‌شود که می‌تواند هر دو مؤلفه را تحت تأثیر قرار دهد. بر اساس این دیدگاه اختلال روانی از طریق الف) تفکر درجامانده<sup>۱۹</sup>؛ ب) استفاده سازش‌نایافته از توجه و ج) مقابله سازش‌نایافته حفظ می‌شود، و تلفیق آن‌ها سندرم شناختی/ توجهی (CAS)<sup>۲۰</sup> را به وجود می‌آورد (ولز، ۲۰۰۰). فراشناخت‌های سازش‌نایافته برای نگه داشتن سندرم شناختی/توجهی (CAS) تدوین می‌شوند و هر زمان که فرد با موقعیت دشوار مواجه شود، فعال می‌گردند.

بر اساس نظریه ولز و ماتیوز (۱۹۹۴) هنگام مواجهه با یک موقعیت مشکل‌زا، فرد می‌تواند به دو شیوه مجزای عینی<sup>۲۱</sup> و فراشناختی<sup>۲۲</sup> عمل کند. در شیوه عینی، فرد افکار خود را به‌عنوان واقعیت‌ها تفسیر می‌کند، درحالی‌که در شیوه فراشناختی فرد افکار خود را به‌عنوان نشانه‌هایی که باید بعداً مورد ارزشیابی قرار خواهند گرفت، تفسیر می‌کند. به اعتقاد

- |                             |  |
|-----------------------------|--|
| 1- Metacognitive skills     | 2- Executive skills                            |
| 3- Higher-order skills      | 4- Metacomponents                              |
| 5- Comprehension monitoring | 6- Learning strategies                         |
| 7- Heuristic strategies     | 8- Self-regulation                             |
| 9- Weinert                  | 10- Kluwe                                      |
| 11- Wolters                 | 12- Hartman                                    |
| 13- Georgiades              | 14- Veenman                                    |
| 15- Van Hout-Wolters        | 16- Afflerbach                                 |
| 17- Matthews                | 18- Self regulatory executive function (S-REF) |
| 19- Perseverative thinking  | 20- Cognitive-attentional syndrome             |
| 21- Object                  | 22- Metacognitive                              |

آن‌ها، حالت عینی فقط در موقعیت‌های تهدیدکننده واقعی کارآیی دارد و در مواقع دیگر بدکارکرد می‌باشد زیرا موجب تقویت تفکر درجامانده و در نتیجه مقابله سازش‌نایافته می‌شود. در مجموع شیوه فراشناختی در گستره وسیعی کارکرد دارد چرا که شواهد مبتنی بر بسط عقاید و در نتیجه مقابله سازش‌یافته را افزایش می‌دهد. پیش‌بینی کلیدی این نظریه این است افرادی که نمره پائین در رگه‌های فراشناختی سازش‌نایافته دارند در مقایسه با افرادی که نمره بالا در رگه‌های فراشناختی سازش‌نایافته دارند، احتمال بیشتری دارد که هنگام مواجهه با یک وضعیت مشکل از شیوه فراشناختی بهره بگیرند.

با در نظر گرفتن موارد فوق این سوال مطرح می‌شود که آیا فقدان فراشناخت‌های سازش‌نایافته برای تغییر از شیوه عینی به الگوی فراشناختی عملکرد و حل موفقیت‌آمیز مشکل کفایت می‌کند؟ به نظر می‌رسد که پاسخ سوال منفی است و دیدگاه ولز و ماتیوس قادر به تبیین دقیق برخی از پدیده‌های آسیب‌شناختی روانی نیست. به خصوص در این دیدگاه نقش و اهمیت فرایندهای هیجانی و شناختی سازش‌یافته مورد غفلت واقع شده است. در این راستا، به اعتقاد بیر<sup>۱</sup> و مونتا<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) موفقیت در موقعیت‌های چالش‌انگیز علاوه بر سطوح پایین فراشناخت سازش‌نایافته، نیاز به سطح بالایی از فراهیجان‌ها و فراشناخت‌های سازش‌یافته نقش محوری در فرایندهای مختلف دارند. به اعتقاد آن‌ها، هر دو شیوه عینی و فراشناختی می‌تواند به حل موفق کمک کند. اگر هریک از آن‌ها در بافت مناسب فعال شده و در نظم متوالی راهبردی قرار گیرند منجر به تبدیل موانع به فرصت‌ها برای رسیدن به موفقیت می‌شوند. علاوه بر این، می‌توان گفت که باورهای فراشناختی مستلزم فراهیجان‌ها و کنجکاوی (میتمانسگروبر<sup>۳</sup>، بک<sup>۴</sup>، هوفر<sup>۵</sup>، شوبل<sup>۶</sup>، ۲۰۰۹) در پاسخ هیجانی اولیه به چالش‌ها هستند.

از سوی دیگر، مطالعه فراشناخت شدیداً به توسعه ابزارهای اندازه‌گیری معتبر (به خصوص آزمایه‌های مناسب) برای سنجش توانایی فراشناختی وابسته است. پیچیدگی

1- Beer  
3- Mitmansgruber  
5- Höfer

2- Moneta  
4- Beck  
6- Schüßler

این آزمایش از دو منبع ناشی می‌شود: ۱) فقدان مفهوم‌سازی عمومی پذیرفته شده از چیزی که واقعاً ابزارها اندازه‌گیری می‌کنند و ۲) این حقیقت که فراشناخت یک فرایند یا آگاهی درونی است تا رفتار آشکار. در نتیجه افراد اغلب درباره این فرایندها آگاهی ندارند (گئورگیادس، ۲۰۰۴). علی رغم انتظار فلاول (۱۹۸۷) روش‌هایی اندازه‌گیری و ارزیابی تجارب فراشناختی خیلی زود گسترش یافت. هریک از روش‌های ارزیابی که تاکنون پیشنهاد شده است دارای نقاط قوت و ضعف متفاوتی هستند.

بیر و مونتا (۲۰۱۱) با اتخاذ رویکرد مبتنی بر روش‌شناختی آمیخته<sup>۱</sup>، مدنظر قرار دادن چارچوب انتقادی و با تأکید بر اهمیت فراهیجان‌ها و فراشناخت‌ها (مخصوصاً جنبه سازش‌یافتگی آن‌ها) ابزار جدیدی را تحت عنوان پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ)<sup>۲</sup> توسعه دادند. این پرسش‌نامه باورهای فراشناختی سازش‌یافته را مورد اندازه‌گیری قرار می‌دهد که افراد در فرایندهای شناختی و هیجانی خویش هنگام مواجهه با شرایط چالش برانگیز استفاده می‌کنند. آن‌ها مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته با ۱۳ نفر که دارای خصوصیات بالای تاب‌آوری و خودنظم‌جویی بودند، انجام دادند. هدف آنها شناسایی باورهای فراشناختی سازش‌یافته‌ای بود که شیوه فراشناختی عملکرد و حل مساله موفق در مواقع چالش برانگیز را تقویت می‌کنند. از شرکت‌کننده‌ها خواسته شد تا پروژه‌های حرفه‌ای یا شخصی را که با مشکلات عمیق آغاز نموده‌اند و با موفقیت به پایان رسانده‌اند، یادآوری نمایند. در مراحل اولیه کوشش، به نظر می‌رسید که همه شرکت‌کننده‌ها بر اساس مدل عینی عمل می‌کنند، که از طریق نظارت بیش از حد تهدید، تفکر درجامانده و پاسخ جنگ/ستیز مشخص می‌شود. تجزیه و تحلیل موضوعی<sup>۳</sup> نشان داد سه مؤلفه فراشناختی اصلی وجود دارد که آن‌ها را برای عمل و مقابله موفق با چالش‌ها کمک می‌کند. اولاً، شرکت‌کننده‌ها اطمینان در فرونشانی هیجان‌ها و افکار درجامانده گزارش نمودند. همچنین بر اساس گزارش آن‌ها، این کار منابع توجه‌شان را آزاد می‌کرد و باعث تجربه هیجان‌های مثبت می‌شد. دوماً، شرکت‌کننده‌ها اطمینان در

1- Mixed  
3- thematic analysis

2- Positive Metacognitions and Positive  
Meta-Emotions Questionnaire (PMCEQ)

تفسیر هیجان‌ها به‌عنوان سرنخ‌ها، صرف‌نظر کردن از تکانش‌گری<sup>۱</sup> و واکنش‌های بالقوه ناکارآمد زمانی که دچار هیجان‌های منفی می‌شوند، و آماده‌سازی ذهن<sup>۲</sup> برای حل مسئله گزارش نمودند. در نهایت، آن‌ها اطمینان در تنظیم سلسله مراتب انعطاف‌پذیر و عملی اهداف گزارش نمودند و آگاه بودند که با انجام این کار می‌توانند در نهایت (به خصوص در کوشش‌های بلندمدت) موفق شوند.

بعد از تجزیه و تحلیل موضوعی بیر و منتا (۲۰۱۱) با طراحی دو مطالعه مستقل پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) را تدوین نمودند. در مطالعه اول (N=۳۱۳) ابتدا ۴۹ عبارت تدوین شد و بعد از انجام تحلیل عاملی و محاسبه ضرایب اعتبار، ماده‌های ضعیف حذف شدند. در نهایت ۱۸ ماده باقی ماند. در مطالعه دوم (N=۴۷۵) ساختار عاملی تأییدی، روایی سازه مقیاس ۱۸ سوال مورد تأیید قرار گرفت. نسخه نهایی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) دارای سه خرده‌مقیاس "اطمینان در فرونشانی هیجان‌ها و افکار درجامانده"<sup>۳</sup>، "اطمینان در تفسیر هیجان‌ها به‌عنوان سرنخ‌ها، جلوگیری از واکنش فوری و آماده‌سازی ذهن برای حل مساله"<sup>۴</sup> و "اطمینان در تنظیم سلسله مراتب انعطاف‌پذیر و عملی اهداف"<sup>۵</sup> است که به ترتیب با PMCEQ1، PMCEQ2 و PMCEQ3 مشخص می‌شوند خرده مقیاس نخست بیانگر سازه اصلی نظریه ولز و ماتیبوز (۱۹۹۴) به‌صورت صفت فراشناختی سازش‌نیافته معکوس است. خرده‌مقیاس دوم به‌نظر می‌رسد تسخیر فراشناخت‌های باشد که منجر به پرورش هوش هیجانی<sup>۶</sup> می‌شود. چیزی که به اعتقاد گلمن<sup>۷</sup> (۱۹۹۶: ۴۷) به شیوه طبیعی که خود انعکاسی را حتی در خلال هیجان‌های آشفته حفظ می‌کند. خرده مقیاس سوم به‌نظر می‌رسد شناسایی فراشناخت‌هایی است که نوعی خودتنظیمی را پشتیبانی می‌کند. این مؤلفه توسط زیمرمن<sup>۸</sup> (۲۰۰۰) به‌عنوان تلاش‌های منظم جهت

1- Impulsive

3- Confidence in extinguishing perseveration thoughts and emotions

5- Confidence in setting flexible and feasible hierarchies of goals

7- Goleman

2- Mind setting

4- Confidence in interpreting own emotions as cues, restraining from immediate reaction and mind setting for problem solving

6- Emotional intelligence

8- Zimmerman

هدایت شناخت‌ها، هیجان‌ها و رفتارها به دست‌یابی هدف توصیف شده است. مولفه سوم به‌طور تلفیقی به‌نظر می‌رسد توصیف‌گر سبک خود‌نظم‌جویی فراشناختی<sup>۱</sup> است که رفتار تاب‌آورانه و انعطاف‌پذیر را حمایت می‌کند.

در متون پژوهشی هنوز پرسشنامه‌ای برای اندازه‌گیری صفات فراشناختی سازش‌یافته ایجاد نشده است. پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) اولین تلاش در این زمینه است که علاوه بر فراشناخت‌های مثبت بر فراهیجان‌های منفی هم پرداخته است. تدوین این مقیاس، از این فرض رایج در روان‌شناسی مثبت‌نگر نشأت می‌گیرد (به‌عنوان مثال، رایت و لوپز، ۲۰۰۲) که سازگاری روان‌شناختی صرفاً عدم وجود گرایش‌ها و تمایلات ناهنجار نیست بلکه تقویت و پرورش گرایش‌های سازش‌یافته است. این ابزار مقیاس خوبی برای پژوهشگران حوزه‌های شخصیت و روان‌شناسی مثبت‌نگر است تا به بررسی این نکته بپردازند که آیا رگه‌های فراشناختی سازش‌یافته فرآیندهای مربوط به خوشی و لذت را تبیین می‌کنند و پیامدهای رگه‌های فراشناختی سازش‌یافته را کنترل می‌نمایند. بنابراین با توجه به اهمیت فراشناخت و فراهیجان در طیف وسیعی از کارکردهای روان‌شناختی بهنجار و مرضی، نقش مهم فراشناخت و فراهیجان مثبت در سازگاری افراد، بدیع بودن پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) و عدم بررسی اعتبار و روایی این ابزار در فرهنگ ایرانی، بررسی خصوصیات روان‌سنجی و ساختار عاملی با توجه به جامعه ایرانی، ضروری می‌نماید. بر همین اساس، پژوهش حاضر با هدف تهیه نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) و بررسی خصوصیات روان‌سنجی آن انجام شده است.

### مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر با توجه به بررسی خصوصیات روان‌سنجی یک ابزار و شیوه گردآوری داده‌ها، به طرح‌های همبستگی تعلق دارد. این پژوهش شامل سه مطالعه جداگانه است که جامعه آماری هر سه مطالعه کلیه دانشجویان دانشگاه خوارزمی تهران در سال تحصیلی

1- Metacognitive self-regulatory style

۹۱-۹۲ بودند. شرکت‌کننده‌های مطالعه اول پژوهش ۴۷۲ نفر از دانشجویان مذکور بودند که به شیوه نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. در فرایند نمونه‌برداری ابتدا به صورت تصادفی از بین دانشکده‌های دانشگاه خوارزمی تهران سه دانشکده به صورت تصادفی انتخاب شدند. در مرحله دوم از بین دانشکده‌های انتخاب شده سه کلاس به صورت تصادفی انتخاب شد و داده‌های پژوهش از دانشجویان حاضر در این کلاس‌ها جمع‌آوری گردید. ۷۳ نفر (۱۵٪) از شرکت‌کننده‌ها متأهل بودند. از نظر سطح تحصیلات ۲۷۵ نفر (۵۸٪) کارشناسی، ۱۴۲ نفر (۳۰٪) کارشناسی ارشد و ۵۵ نفر (۱۲٪) دارای تحصیلات دکتری بودند. در مطالعه دوم، ۸۰ نفر (۵۰٪ دختر) از شرکت‌کننده‌ها به شیوه نمونه‌برداری در دسترس انتخاب شدند و در یک بازه زمانی سه هفته‌ای دوبار نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت را تکمیل نمودند. تمام این شرکت‌کننده‌ها از مقطع کارشناسی انتخاب شدند. شرکت‌کننده‌های مطالعه سوم هم ۶۱۰ نفر از دانشجویان بودند که به شیوه‌ی نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. ۸۹ نفر (۱۵٪) از شرکت‌کننده‌ها متأهل بودند. از نظر سطح تحصیلات ۳۳۲ نفر (۵۴٪) کارشناسی، ۱۸۹ نفر (۳۱٪) کارشناسی ارشد و ۸۹ نفر (۱۵٪) دارای تحصیلات دکتری بودند. سایر خصوصیات شرکت‌کننده‌های پژوهش در جدول (۱) آورده شده است.

### ابزارهای پژوهش

پرسش‌نامه باورهای فراشناختی: پرسش‌نامه فراشناختی یک مقیاس ۳۰ گویه‌ای است که توسط ولز و کارترایت/هاتن (۲۰۰۴) برای سنجش باورهای مثبت و منفی افراد در مورد نگرانی و افکار مزاحم طراحی و تدوین شده است. این پرسش‌نامه دارای ۵ خرده مقیاس است: (۱) باورهای مثبت در مورد نگرانی؛ (۲) باورهای منفی درباره کنترل‌ناپذیری و خطرناک بودن نگرانی؛ (۳) باورهای فراشناختی در مورد اطمینان شناختی؛ (۴) باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و (۵) خودآگاهی شناختی. نتایج پژوهش ولز و کارترایت/هاتن (۲۰۰۴) نشان داد که این پرسش‌نامه ثبات درونی بالایی دارد. آن‌ها ضرایب آلفای کرونباخ را ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ و اعتبار بازآزمایی این مقیاس را در طی ۴ ماه (۰/۷۱ تا ۰/۸۷) /



گزارش کرده‌اند. در ایران شیرین‌زاده دستگیری (۱۳۸۵) ضریب همسانی درونی را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ (۰/۷۱ تا ۰/۸۷) و اعتبار بازآزمایی این آزمون را در فاصله ۴ هفته (۰/۵۹ تا ۰/۸۳) گزارش کرده است.

جدول (۱) خصوصیات توصیفی و جمعیت‌شناختی شرکت‌کننده‌های پژوهش

ابزارهای پژوهش	هدف	تحصیلات (SD) M	سن (SD) M	مطالعه گروه تعداد		
پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (۱) پرسش‌نامه باورهای فراشناختی (۲)	(۱) تجزیه و تحلیل ماده	۱۶/۷۸ (۳/۸۶)	۲۴/۵۶ (۴/۸۷)	مطالعه ۱ دختر ۲۳۵ پسر ۲۳۷ کل ۴۷۲		
	(۲) تعیین همسانی درونی	۱۶/۲۴ (۳/۵۸)	۲۳/۶۸ (۴/۳۹)			
	(۳) تعیین روایی سازه و ملاکی	۱۶/۵۱ (۳/۷۲)	۲۴/۱۲ (۴/۶۳)			
		۱۴/۶۶ (۲/۲۵)	۲۱/۴۸ (۲/۲۶)			
پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (۱)	تعیین اعتبار بازآزمایی	۱۳/۹۵ (۲/۷۵)	۲۰/۸۹ (۲/۱۵)	مطالعه ۲ دختر ۴۶ پسر ۳۴ کل ۸۰		
		۱۴/۳۰ (۲/۵۰)	۲۱/۱۸ (۲/۲۰)			
	پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (۲)	بررسی ساختار عاملی	۱۵/۸۲ (۵/۲۸)		۲۳/۷۴ (۵/۱۲)	مطالعه ۳ دختر ۲۹۶ پسر ۳۱۴ کل ۶۱۰
		تاییدی	۱۶/۶۵ (۵/۱۸)		۲۴/۱۵ (۴/۸۵)	
		۱۶/۲۳ (۵/۲۳)	۲۳/۹۴ (۴/۹۸)			

نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت: پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت توسط بیر و موتا (۲۰۱۰) بر مبنای روش شناختی آمیخته تدوین شده است. نسخه اولیه و ابتدایی بر مبنای تحلیل موضوعی

پاسخ‌های ۱۳ نفر از افراد تاب‌آور و دارای توانمندی مطلوب خودنظم‌جویی بر اساس مصاحبه نیمه‌ساختاریافته در قالب ۴۹ ماده تدوین شده است. در نهایت، بعد از بررسی در مطالعات مختلف و حذف ماده‌های ضعیف تعداد ماده‌ها به ۱۸ سوال و ۳ خرده مقیاس کاهش یافته است. سوالات این پرسش‌نامه باورهای فراشناختی درباره فرایندهای شناختی و هیجانی را در زمان مواجهه با موقعیت‌های چالش‌انگیز مورد بررسی قرار می‌دهند. پاسخ‌های افراد در یک طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از ۱ (موافق نیستم)، ۲ (کمی موافقم)، ۳ (تا حدودی موافقم) تا ۴ (کاملاً موافقم) ارائه می‌شوند.

به منظور تهیه و آماده‌سازی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت از تکنیک ترجمه‌مضاعف<sup>۱</sup> استفاده شد. ابتدا پرسشنامه توسط پژوهشگر و یکی از دانشجویان دکتری ادبیات زبان انگلیسی به صورت مستقل به فارسی ترجمه شد. دو ترجمه پس از نشست مشترک و رفع چالش‌ها به فرم واحد تبدیل شد و سپس توسط یک نفر متخصص ادبیات زبان فارسی، یک نفر متخصص زبان انگلیسی و دو نفر از متخصصان روان‌شناسی مورد بازبینی قرار گرفت و ایرادهای احتمالی رفع شد. در مرحله بعد، نسخه ترجمه شده توسط یکی از دانشجویان دکتری ادبیات زبان انگلیسی به صورت مجدد به انگلیسی برگردانده شد. پس از مطابقت نسخه ترجمه شده و نسخه اصلی اشکالات موجود رفع و پرسشنامه آماده بهره‌برداری گردید. قبل از اجرای اصلی نسخه آماده شده در قالب یک مطالعه مقدماتی<sup>۲</sup> بر روی ۷۰ نفر از دانشجویان که به صورت نمونه‌برداری در دسترس انتخاب شده بودند، اجرا شد. هدف مطالعه مقدماتی، گرفتن بازخورد از شرکت‌کننده‌ها درباره دستورالعمل پرسشنامه، درک محتوای سوال‌ها و رفع ایرادهای احتمالی در گویه‌ها بود.

### شیوه گردآوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها

پس از کسب رضایت و توضیح فرآیند پژوهش به شرکت‌کننده‌ها، ابزارهای پژوهش بین

1- Double translation

2- Pilot study

آن‌ها توزیع می‌شد. در طول مدت پاسخ‌دهی شرکت‌کننده‌ها، پژوهشگران حضور فعال داشتند تا از بروز پاسخ‌های تصادفی (پاسخ‌دهی سریع و بدون تمرکز، اتمام زودتر از موعد مقرر) جلوگیری نماید و در صورت لزوم به پرسش‌های آن‌ها پاسخ دهد. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها توسط برنامه‌های SPSS-16 و LISREL 8.54 (جورسکوگ<sup>۱</sup> و سوربوم<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### یافته‌ها

#### الف) تجزیه و تحلیل ماده و اعتباریابی

قبل از اعتباریابی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت، ابتدا تجزیه و تحلیل ماده<sup>۳</sup> انجام شد. برای این منظور مشخصه‌های آماری مقیاس شامل میانگین و انحراف استاندارد هر ماده، ضریب تشخیص ماده‌ها (ضریب همبستگی هر ماده با نمره کل مجموعه ۱۸ سوالی) و ضریب آلفای کرونباخ در صورت حذف هر ماده محاسبه شد. ضریب اعتبار (آلفای کرونباخ) مقیاس ۰/۸۶ بود. ضرایب تشخیص ماده‌ها نشان داد که تمام ماده‌ها همبستگی قابل قبولی با نمره کل مقیاس دارند و نیاز به حذف هیچ یک از ماده‌ها نیست.

برای بررسی اعتبار نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت از سه روش همسانی درونی<sup>۴</sup>، ثبات<sup>۵</sup> و همبستگی‌های مجموعه ماده<sup>۶</sup> استفاده شد.

در بررسی همسانی درونی پرسش‌نامه، آلفای کرونباخ به صورت جداگانه برای مردان، زنان و کل آزمودنی‌ها محاسبه شد. برای بررسی ثبات پرسش‌نامه از روش بازآزمایی<sup>۷</sup> استفاده شد. بدین منظور ۸۰ نفر از شرکت‌کننده‌ها در یک بازه زمانی ۴ هفته‌ای مجدداً به پرسش‌نامه پاسخ دادند و ضریب همبستگی پیرسون بین نمرات حاصل از دوبار اجرای پرسش‌نامه محاسبه شد.

1- Jöreskog  
3- Item analysis  
5- Stability  
7- Test/ retest

2- Sörbom  
4- Internal consistency  
6- Item rest correlations

هم‌چنین برای بررسی این نکته که کدام ماده با کدام خرده مقیاس برآزش خوبی دارد، همبستگی‌های مجموعه ماده (همبستگی یک ماده با نمره کل مقیاس مربوط بدون اضافه کردن ماده) محاسبه گردید. نتایج حاصل در جدول (۲) مشاهده می‌شود.

جدول (۲) ضرایب آلفای کرونباخ، بازآزمایی و دامنه همبستگی‌های مجموعه ماده خرده‌مقیاس‌های نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت ( $n = 472$ )

خرده‌مقیاس (SD) M	آلفای کرونباخ			دامنه‌ارزش‌های همبستگی مجموعه‌ماده			ضرایب بازآزمایی ( $n = 80$ )
	مرد	زن	کل	مرد	زن	کل	
PMCEQ-1 ۱۵/۱۹ (۲/۷۲)	۰/۷۷	۰/۸۲	۰/۸۲	۰/۴۲ - ۰/۵۷	۰/۳۹ - ۰/۶۱	۰/۴۱ - ۰/۶۶	۰/۷۳***
PMCEQ-2 ۱۵/۵۵ (۳/۰۲)	۰/۸۵	۰/۸۳	۰/۸۸	۰/۳۵ - ۰/۵۰	۰/۴۳ - ۰/۶۲	۰/۴۲ - ۰/۶۲	۰/۶۹***
PMCEQ-3 ۱۶/۲۷ (۳/۴۹)	۰/۸۸	۰/۸۶	۰/۸۵	۰/۳۴ - ۰/۶۰	۰/۳۵ - ۰/۵۷	۰/۳۸ - ۰/۵۶	۰/۷۲***

\*\*\*=  $P < 0/001$

اطمینان در فرونشانی هیجان‌ها و افکار درجامانده = PMCEQ1

اطمینان در تفسیر هیجان‌ها به‌عنوان سرخ‌ها، جلوگیری از واکنش فوری و آماده‌سازی ذهن برای حل مساله =

PMCEQ2

اطمینان در تنظیم سلسله مراتب انعطاف پذیر و عملی اهداف = PMCEQ3

نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد که ضرایب آلفای کرونباخ به‌دست آمده از نظر روان‌سنجی برای تمام خرده‌مقیاس‌ها رضایت‌بخش است. هم‌چنین، داده‌های جدول (۲) نشان می‌دهد که تمام ضرایب بازآزمایی معنادار و مطلوب هستند. علاوه بر این، دامنه اکثر همبستگی‌های مجموعه ماده بیشتر از ۰/۴ می‌باشد. بنابراین، می‌توان گفت که خرده‌مقیاس‌های نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت از همسانی درونی مطلوبی برخوردارند.

**(ب) رواسازی**

روایی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت با سه روش روایی ملاکی (اجرای همزمان با پرسش‌نامه باورهای فراشناختی)، همبستگی بین خرده مقیاس‌ها و روایی سازه مورد بررسی قرار گرفت. در جدول (۳) ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت و همبستگی آن‌ها با باورهای فراشناختی درج شده است.

**جدول (۳) ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت و همبستگی آن‌ها با باورهای فراشناختی**

خرده مقیاس	۱	۲	۳	باورهای مثبت درباره نگرانی	باورهای منفی در باره کنترل ناپذیری و خطر افکار	اطمینان شناختی	باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار	وقف شناختی
PMCEQ-1	-	-	-	***-۰/۴۷	***-۰/۷۵	***-۰/۳۹	***-۰/۴۶	***-۰/۳۱
PMCEQ-2	۰/۵۱	-	-	-۰/۰۹	***-۰/۲۹	-۰/۰۷	-۰/۰۴	***-۰/۲۷
PMCEQ-3	۰/۵۰	۰/۶۷	-	-۰/۰۶	***-۰/۳۴	***-۰/۲۵	-۰/۰۸	***-۰/۴۲

\*\*\*=  $P < 0/001$

اطمینان در فرونشانی هیجان‌ها و افکار درجامانده = PMCEQ1

اطمینان در تفسیر هیجان‌ها به عنوان سرنخ‌ها، جلوگیری از واکنش فوری و آماده‌سازی ذهن برای حل مساله =

PMCEQ2

اطمینان در تنظیم سلسله مراتب انعطاف پذیر و عملی اهداف = PMCEQ3

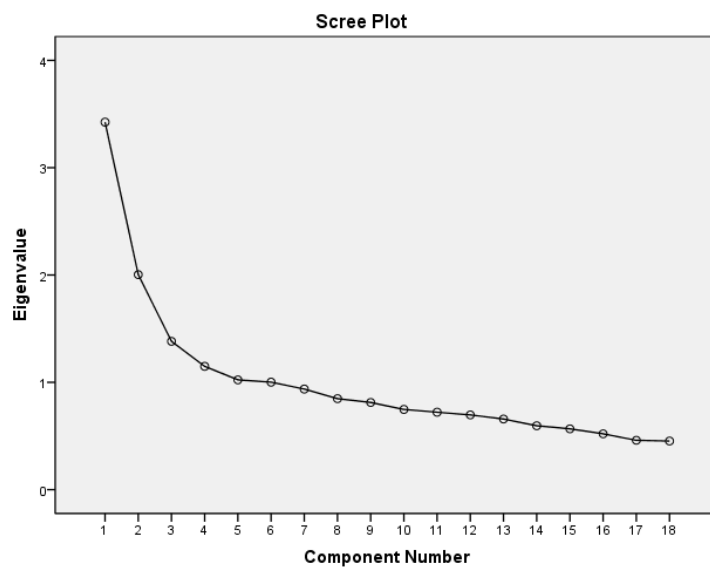
الگوی ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها در جدول (۳) نشان می‌دهد که روابط درونی خوبی بین خرده‌مقیاس‌ها وجود دارد. همچنین الگوی ضرایب همبستگی خرده مقیاس‌ها با باورهای فراشناختی بیانگر روایی ملاکی همزمان مطلوب نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت است.

به‌منظور بررسی روایی سازه پرسش‌نامه با توجه به وجود همبستگی بالا بین خرده مقیاس‌های پرسش‌نامه و زیربنای نظری مقیاس از تحلیل عامل اکتشافی<sup>۱</sup> به روش تحلیل مؤلفه اصلی<sup>۲</sup> با چرخش مایل پرومکس در سطح ماده انجام شد. نتایج آزمون‌های

1- Exploratory factor analysis

2- Principal Component Analysis

میزان کفایت نمونه‌برداری کیسر/ می‌یر/ الکین (KMO)  $\lambda$  (۰/۸۶) و آزمون کرویت بارتلت<sup>۲</sup> ( $p < ۰/۰۰۱$ ;  $\chi^2 = ۱۲۶۷/۷۴$ ) (۱۵۳) حاکی از مطلوب بودن حجم نمونه و توانایی عامل شدن ماده‌های مقیاس بود.



شکل (۱) نمودار شیب دامنه عوامل (اسکری پلات)

با توجه به نمودار شیب دامنه عوامل (اسکری پلات)<sup>۳</sup> که در شکل (۱) مشاهده می‌شود و مقادیر ارزش‌های ویژه بالاتر از یک می‌توان گفت که ۳ عامل قابل استخراج است. دامنه ارزش اشتراکات ۰/۴۱ تا ۰/۷۷ بود. در مجموع ۳ عامل مذکور ۵۵/۴۶ درصد واریانس را تبیین می‌کرد. در جدول (۴) ماتریس بارهای عاملی، ارزش ویژه، درصد تبیین واریانس و ماده‌های مرتبط با هر یک از عامل‌ها درج شده است.

1- Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy 2- Bartlett's Test of Sphericity  
3- Scree plot

جدول (۴) ماتریس بارهای عاملی، ارزش ویژه و درصد تبیین واریانس عاملها بعد از چرخش مایل پروماکس، ضرایب استاندارد و شاخص T تحلیل عاملی تأییدی

ماده	(SD) M	عامل			تحلیل عاملی تأییدی	
		۱	۲	۳	ضرایب استاندارد	T شاخص
۱	۲/۳۴ (۱/۱۱)	۰/۶۸	۰/۱۴	۰/۰۵	۰/۵۱	۱۲/۱۸
۴	۲/۸۳ (۱/۰۶)	۰/۷۵	۰/۰۸	۰/۰۹	۰/۷۴	۱۷/۱۴
۷	۲/۹۳ (۱/۱۴)	۰/۵۲	۰/۱۱	۰/۱۹	۰/۵۸	۱۳/۶۴
۱۰	۲/۶۸ (۱/۱۹)	۰/۵۳	۰/۱۸	۰/۱۳	۰/۵۷	۱۳/۳۱
۱۳	۲/۵۸ (۰/۹۸)	۰/۵۴	۰/۱۲	۰/۱۲	۰/۵۸	۱۳/۶۴
۱۶	۲/۷۵ (۰/۸۹)	۰/۷۴	۰/۰۹	۰/۰۵	۰/۶۱	۱۵/۶۵
۲	۲/۸۲ (۰/۸۵)	۰/۱۶	۰/۶۲	۰/۱۴	۰/۶۲	۱۵/۱۲
۵	۳/۰۱ (۰/۹۲)	۰/۱۴	۰/۸۳	۰/۱۸	۰/۵۳	۱۳/۰۸
۸	۲/۶۹ (۱/۱۲)	۰/۱۸	۰/۷۴	۰/۱۶	۰/۶۴	۱۷/۸۷
۱۱	۲/۹۵ (۰/۸۹)	۰/۰۸	۰/۶۵	۰/۱۶	۰/۶۷	۱۶/۵۷
۱۴	۳/۰۲ (۱/۰۵)	۰/۰۵	۰/۷۱	۰/۱۰	۰/۵۷	۱۴/۹۹
۱۷	۲/۸۹ (۰/۹۷)	۰/۱۱	۰/۶۷	۰/۰۳	۰/۶۵	۱۵/۷۳
۳	۳/۲۱ (۱/۰۱۵)	۰/۱۰	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۵۴	۱۴/۸۲
۶	۲/۸۸ (۰/۹۸)	۰/۱۲	۰/۱۳	۰/۱۳	۰/۵۵	۱۴/۳۷
۹	۲/۶۸ (۱/۰۱)	۰/۰۰۶	۰/۱۱	۰/۱۱	۰/۵۷	۱۵/۰۸
۱۲	۲/۷۰ (۰/۸۵)	۰/۱۷	۰/۲۲	۰/۲۲	۰/۵۳	۱۵/۴۳
۱۵	۲/۹۳ (۰/۸۶)	۰/۰۶	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۵۲	۱۳/۶۵
۱۸	۲/۷۴ (۰/۷۹)	۰/۰۹	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۴۸	۱۲/۳۵
ارزش ویژه		۴/۵۷	۳/۰۳	۲/۳۸		
درصد واریانس		۲۵/۴۰	۱۶/۸۱	۱۳/۲۵		

اطمینان در فرونشانی هیجانها و افکار درجامانده= PMCEQ1

اطمینان در تفسیر هیجانها بهعنوان سرنخها، جلوگیری از واکنش فوری و آماده‌سازی ذهن برای حل مساله= PMCEQ2

اطمینان در تنظیم سلسله مراتب انعطاف پذیر و عملی اهداف= PMCEQ3

داده‌های جدول (۴) نشان می‌دهند که تمام بارهای عاملی استخراج شده بالاتر از ۰/۴۰ هستند و توزیع ماده‌ها در عامل‌ها با زیربنای نظری مقیاس و ساختار اصلی پرسشنامه مطابقت دارد و همپوشانی زیادی بین عامل‌ها در ماده‌ها وجود ندارد.

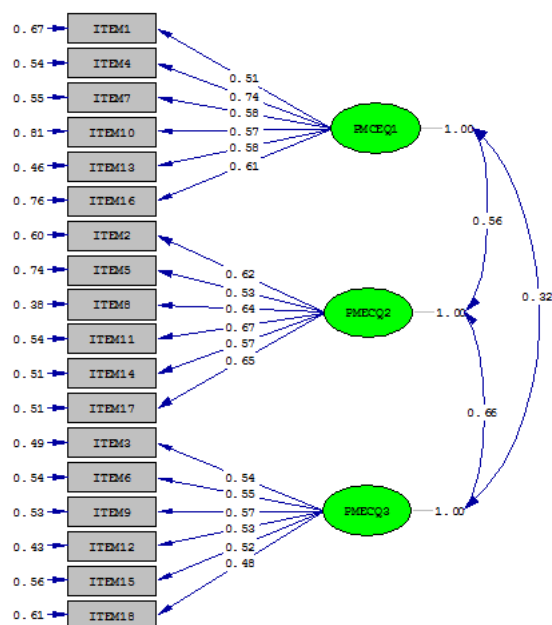
### ج) ساختار عاملی تأییدی

به‌منظور بررسی میزان برازش ساختار ۳ عاملی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت با مقیاس اصلی از تحلیل عاملی تأییدی<sup>۱</sup> با روش حداکثر درست‌نمایی<sup>۲</sup> در سطح ماتریس واریانس کواریانس استفاده شد (نگاه کنید به جورسکوگ و سوربوم، ۲۰۰۳). قبل از بررسی برازش مدل، ابتدا چولگی و کجی نمرات مورد بررسی قرار گرفت و داده‌های پرت حذف شدند و داده‌ها مورد هنجارسازی قرار گرفتند. به‌منظور برازش کامل مدل با داده‌ها سعی شد با آزاد کردن برخی پارامترها بر اساس شاخص‌های تعدیل، مدل بهبود یابد. بدین منظور، بر مبنای شاخص‌های پیشنهادی مدل، زیربنای نظری پرسش‌نامه راهبردهای فرآیندی تنظیم هیجان، نتایج تحلیل عاملی اکتشافی مبتنی بر چرخش واریماکس و در نظر گرفتن همبستگی بین عامل‌های به‌دست آمده، پارامترهای متعددی آزاد شد. نمودار مسیر تحلیل عاملی تأییدی بعد از آزاد شدن این پارامترها همراه با ضرایب مسیر و شاخص‌های برازش اولیه در شکل ۲ ملاحظه می‌شود. هم‌چنین، ضرایب استاندارد و شاخص T در جدول (۴) ملاحظه می‌شود.

1- Confirmatory factor analysis

2- Maximum likelihood method





شکل (۲) نمودار ضرایب مسیر ساختار عاملی تأییدی نسخه فارسی پرسش نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت

در مرحله بعد، برازندگی الگو بر اساس شاخص مجذور خی، شاخص برازندگی تطبیقی<sup>۱</sup> (CFI)، شاخص هنجارشده برازندگی<sup>۲</sup> (NFI)، شاخص برازندگی نسبی<sup>۳</sup> (RFI)، ریشه استاندارد باقی‌مانده مجذور میانگین<sup>۴</sup> (SRMR)، ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب<sup>۵</sup> (RMSEA)، شاخص نیکویی برازش<sup>۶</sup> (GFI) و ملاک اطلاعات آکایکی<sup>۷</sup> (AIC) مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن‌ها در جدول (۵) مشاهده می‌شود.

1- Comparative Fit Index (CFI)  
 3- Relative Fit Index (RFI)  
 5- Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)  
 7- Akaike Information Criterion (AIC)

2- Normed Fit Index (NFI)  
 4- Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)  
 6- Goodness of Fit Index (GFI)

جدول (۵) شاخص‌های برازش تحلیل عامل تأییدی پرسش‌نامه راهبردهای فرآیندی تنظیم هیجان

مجدور خی	Df	CFI	NFI	RFI	GFI	SRMR	REMSEA	AIC
۳۶۷/۸۹	۱۳۲	۰/۸۶	۰/۹۵	۰/۸۴	۰/۹۱	۰/۰۴	۰/۰۶	۲۵۵۸/۸۰

شاخص‌های برازندگی تطبیقی (CFI)، برازندگی هنجار شده (NFI)، برازندگی نسبی (RFI)، و نیکویی برازش (GFI) هر چقدر نزدیک به یک باشد بیانگر برازش مطلوب الگو است. هر چند برای بررسی نیکویی برازش معمولاً از شاخص مجدور خی استفاده می‌شود ولی مجدور خی با افزایش حجم نمونه و درجه آزادی افزایش می‌یابد. به همین خاطر هو<sup>۱</sup> و بنتلر<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) استفاده از دو شاخص برازندگی ریشه استاندارد باقی‌مانده مجدور میانگین (SRMR) و ریشه خطای میانگین مجدورات تقریب (RMSEA) را توصیه نموده‌اند. به اعتقاد شرمیله/ انگل<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۳) مقادیر ریشه‌ی استاندارد باقی‌مانده مجدور میانگین (SRMR) بین ۰ تا ۰/۰۵ بیانگر برازش خوب و ۰/۰۵ تا ۰/۱۰ بیانگر برازش قابل قبول مدل می‌باشد. همچنین مقادیر ریشه خطای میانگین مجدورات تقریب (RMSEA) بین ۰ تا ۰/۰۵ بیانگر برازش خوب و ۰/۰۵ تا ۰/۰۸ بیانگر برازش قابل قبول است. بنابراین، با توجه به اعداد جدول ۵ و ضرایب استاندارد شده و شاخص T می‌توان گفت که مدل تأییدی از برازش قابل قبولی برخوردار است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تهیه نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فرا شناخت‌های مثبت (PMCEQ) و بررسی اعتبار و روایی آن در جامعه ایران بود. یافته‌ها حاکی از آن بود که نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فرا شناخت‌های مثبت (PMCEQ) دارای اعتبار مناسبی است. دامنه ضرایب آلفای کرونباخ بیانگر همسانی درونی مطلوب خرده‌مقیاس‌های نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فرا شناخت‌های مثبت (PMCEQ) بود. علاوه بر این، نتایج ضرایب بازآزمایی و

1- Schermelleh-Engel  
3- Bentler

2- Hu

همبستگی‌های مجموع ماده بیانگر این بود که پرسشنامه دارای ثبات خوبی است. این نتایج با نتایج مقیاس اصلی (بیر و مونتا، ۲۰۱۰، ۲۰۱۱) همسو است.

در این مطالعه، برای بررسی ساختار عاملی و روایی سازه نسخه فارسی پرسشنامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) از روش تحلیل عاملی و همبستگی بین خرده مقیاس‌ها استفاده شد. نتیجه بررسی‌ها نشان داد که این مقیاس از ۳ عامل همبسته تشکیل شده است و توزیع ماده‌ها با مقیاس اصلی مطابقت داشت. برای بررسی روایی ملاکی پرسش‌نامه، از روش روایی همزمان استفاده شده است. نتایج نشان داد که خرده‌مقیاس اطمینان در فرونشانی هیجان‌ها و افکار درجامانده با هر ۵ خرده‌مقیاس باورهای مثبت در مورد نگرانی، باورهای منفی درباره کنترل ناپذیری و خطرناک بودن نگرانی، باورهای فراشناختی در مورد اطمینان شناختی، باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار و خودآگاهی شناختی باورهای فراشناختی همبستگی منفی دارد. خرده‌مقیاس اطمینان در تفسیر هیجان‌ها به‌عنوان سرنخ‌ها، جلوگیری از واکنش فوری و آماده‌سازی ذهن برای حل مساله با خرده‌مقیاس‌های باورهای منفی درباره کنترل ناپذیری و خطرناک بودن نگرانی و خودآگاهی شناختی همبستگی منفی داشت و خرده‌مقیاس اطمینان در تنظیم سلسله مراتب انعطاف‌پذیر و عملی اهداف با باورهای منفی درباره کنترل ناپذیری و خطرناک بودن نگرانی، باورهای فراشناختی در مورد اطمینان شناختی و خودآگاهی شناختی رابطه منفی داشت. بر اساس این الگوی همبستگی می‌توان گفت که پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) برخلاف پرسشنامه فراشناخت باورهای فراشناختی سازش‌یافته را مورد بررسی قرار می‌دهد. پرسشنامه فراشناخت (ولز و کارترایت/هاتن، ۲۰۰۴) باورهای فراشناختی سازش‌نیافته دخیل در انتخاب راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه و نگهداشت بدکارکردهای روانشناختی را اندازه‌گیری می‌کند. به عبارت دیگر، فراشناخت سازش‌نیافته با استفاده از اندازه‌گیری پنج صفت مرتبط با هم مورد بررسی قرار می‌گیرد (ولز و کارترایت - هاتن، ۲۰۰۴): (۱) باورهای مثبت درباره نگرانی (تا چه حد یک فرد معتقد است که نگران بودن مفید است)؛ (۲) باورهای منفی درباره نگرانی و کنترل ناپذیری و خطرناک بودن نگرانی (تا چه حد یک

فرد معتقد است که نگرانی غیرقابل کنترل و خطرناک است؛ (۳) اطمینان شناختی (تا چه حد یک فرد فاقد اطمینان به توجه و حافظه خود است)؛ (۴) باورهایی درباره نیاز به کنترل افکار (تا چه حد است که یک فرد معتقد است که افکار نگران‌کننده باید سرکوب شود) و (۵) خودآگاهی شناختی (میزان توجه فرد بر درون به منظور نظارت بر افکار خود چقدر است) (بیر و مونت، ۲۰۱۱). بنابراین، می‌توان اذعان داشت که پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) ابزار مناسبی برای اندازه‌گیری جنبه‌های مثبت فراشناخت و فراهیجان است.

در کل، اعتبار و روایی مناسب نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ)، کوتاه بودن و سهولت اجرا، بررسی جنبه‌های سازش‌یافتگی فراشناخت و فراهیجان، شرایط استفاده در موقعیت‌ها و گروه‌های مختلف، این امکان را فراهم می‌سازد تا استفاده وسیعی از این مقیاس، در گستره‌های مختلف پژوهشی و بالینی روان‌شناسی، صورت گیرد. باید توجه داشت که پژوهش حاضر با برخی محدودیت‌ها مواجه بوده است. اولاً شرکت‌کننده‌ها از سطح دانشگاه انتخاب شده‌اند و ممکن است معرف جمعیت عمومی نباشد. بر همین اساس، توصیه می‌شود پژوهش‌های بعدی با نمونه‌های معرف جمعیت عمومی ایران و حتی با جمعیت‌های بالینی برای بررسی روایی تفکیکی انجام شود. ثانیاً، روایی ملاکی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) در پژوهش حاضر فقط بر اساس یک مقیاس مورد بررسی قرار گرفته است. بنابراین، بهتر است پژوهش‌های بعدی روایی ملاکی نسخه فارسی پرسش‌نامه فراهیجان‌های مثبت و فراشناخت‌های مثبت (PMCEQ) را با سایر ابزارها و روش‌های اندازه‌گیری نظیر مصاحبه‌های بالینی ساختاریافته، درجه‌بندی توسط همسالان و خانواده یا سنجش رفتاری مورد بررسی قرار دهند.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله:	۱۳۹۳/۰۶/۲۷
تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله:	۱۳۹۳/۱۲/۰۵
تاریخ پذیرش مقاله:	۱۳۹۴/۰۷/۱۴

## منابع

- شیرین‌زاده دستگیری، صمد (۱۳۸۵). مقایسه باورهای فراشناختی و مسئولیت‌پذیری در بین بیماران دچار اختلال وسواسی - اجباری، اضطراب منتشر و افراد نرمال، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه شیراز.
- Beer, N., & Moneta, G.B. (2010). Construct and concurrent validity of the Positive Metacognitions and Positive Meta-Emotions Questionnaire, *Personality and Individual Differences*, 49, 977-982.
- Beer, N., & Moneta, G.B. (2011). Adaptive metacognitive self-regulation and resilience-related assets in the midst of challenge: A qualitative analysis. In: V. Chatzi, [Ed.] *Psychology of Self-Regulation*, NOVA, USA.
- Brown, A.L. (1987). Metacognition, executive control, self-regulation and other mysterious mechanisms, In F.E. Weinert & R.H. Kluwe (Eds.), *Metacognition, Motivation, and Understanding* (pp. 65-116). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Flavell, J.H. (1971). Stage-related properties of cognitive development, *Cognitive Psychology*, 2, 421-453.
- Flavell, J.H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry, *American Psychologist*, 34, 906-911.
- Flavell, J. H. (1987). Speculations about the nature and development of metacognition. In F. E. Weinert & R. H. Kluwe (Eds.), *Metacognition, Motivation and Understanding* (21-29). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Georgiades, P. (2004). From the general to the situated: three decades of metacognition, *International Journal of Science Education*, 26 (3), 365-383.
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence*, London: Bloomsbury.
- Hartman, H.J. (1998, March). Metacognition in teaching and learning: An Introduction, *Instructional Science*, 26 (1-2): 1-3.
- Joreskog, K.G., & Sorbom, D. (2003). *LISREL 8.54 for Windows [computer Software]*, Chicago: Scientific Software International, Inc.
- Mitmansgruber, H., Beck, T. N., Höfer, S., & Schüßler, G. (2009). When you don't like what you feel: Experiential avoidance, mindfulness and meta-

- emotion in emotion regulation, *Personality and Individual Differences*, 46, 448-453.
- Nelson, T.O. (2000). Consciousness, self-consciousness, and metacognition, *Consciousness and Cognition*, 9, 220-223.
- Nelson, T. O. (2002). New Theory and Data on Metacognitive Monitoring and Control in Different Contexts and by Different Individuals. In Chambres, P., Izaute, M. and Marescaux, P.J. *Metacognition: Process, Function and Use*. Boston: Kluwer.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures, *Methods in Psychological Researches*, 8, 23-74.
- Schraw, G. (1998). Promoting general metacognitive awareness. *Instructional Science*, 26, 113-125.
- Schraw, G., & Sperling-Dennison, R. (1994). Assessing metacognitive awareness, *Contemporary Educational Psychology*, 19, 460-470.
- Veenman, M.V.J., Van Hout-Wolters, B., & Afflerbach, P. (2006). Metacognition and learning: conceptual and methodological considerations, *Metacognition Learning*, 1 (1), 3-14.
- Weinert, F.E., & Kluwe, R.H. (1987). *Metacognition, Motivation, and Understanding*, Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale, NJ.
- Wells, A. (2000). *Emotional Disorders and Metacognition*, NY: Wiley.
- Wells, A., & Cartwright-Hatton, S. (2004). A short form of the Metacognitions Questionnaire: properties of the MCQ-30, *Behaviour Research and Therapy*, 42, 385-396.
- Wells, A., & Matthews, G. (1994). *Attention and Emotion: A clinical Perspective*, Hove, UK: Erlbaum.
- Wells, A., & Matthews, G. (1996). Modelling cognition in emotional disorder: the S-REF model, *Behaviour Research and Therapy*, 34, 881-888.
- Wolters, M. A. (1987) Schooling and the development of metacognition. In Proceedings of the *Second International Seminar: Misconceptions and*

*Educational Strategies in Science and Mathematics July 26-29, 1987*  
Cornell University, Ithaca, NY, USA.

Wright, B.A., & Lopez, S.J. (2002). Widening the diagnostic focus: A case for including human strengths and environmental resources, In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of Psychology* (pp. 26-45). Oxford: Oxford University Press.

Zimmerman, B.J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective, In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-regulation* (pp. 13-39), New York: Guilford Press.