

دقة وموثوقية مقياس الوسواس الصحي النرفوزي باللغة العربية: دراسة تأهيلية للشباب

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 1, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). دقة وموثوقية مقياس الوسواس الصحي النرفوزي باللغة العربية: دراسة
تأهيلية للشباب. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120446>

هل تساءلت يوماً عن الفرق بين الاهتمام بصحتك والوسواس بشأنها؟ قد يبدو الأمر بسيطاً، لكن الخط الفاصل يمكن أن يكون ضبابياً، خاصةً مع انتشار المعلومات الصحية عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي. التركيز المفرط على "الأكل الصحي" يمكن أن يتحول إلى اضطراب حقيقي، يُعرف باسم "أورثوركسيا عصبية" (Orthorexia Nervosa)، وهو هوس بالأكل "النظيف" أو "الصحي" بشكل غير متناسب، مما يؤدي إلى القلق الشديد والضيق إذا لم يتم اتباع القواعد الغذائية الصارمة.

منهجية البحث

لتقييم مدى انتشار هذا الاضطراب في العالم العربي، ولتوفير أداة دقيقة لتشخيصه، قام الباحث محمد فايز بطائفة بإجراء دراسة تهدف إلى التحقق من صحة وموثوقية مقياس أورثوركسيا عصبية باللغة العربية. اعتمدت الدراسة على منهجية وصفية مقطعية (Descriptive cross-sectional study)، مما يعني أن الباحث جمع البيانات من مجموعة من المشاركين في وقت واحد، دون تدخل أو متابعة طويلة الأمد. شملت عينة الدراسة مجموعة من الشباب البالغين، وتم جمع البيانات من خلال استبيان يتضمن أسئلة مصممة لقياس الأفكار والسلوكيات المرتبطة بأورثوركسيا عصبية.

تم تطوير المقياس بناءً على مقياس أورثوركسيا عصبية موجود مسبقاً، ولكن تم تكييفه ليناسب السياق الثقافي واللغوي العربي. تضمن ذلك ترجمة الأسئلة إلى اللغة العربية، ثم إعادة ترجمتها إلى اللغة الإنجليزية للتأكد من دقة الترجمة، وإجراء تعديلات طفيفة لضمان فهمها بشكل صحيح من قبل المشاركين العرب. تم تحليل البيانات إحصائياً لتقييم خصائص المقياس النفسية، مثل الصلاحية (Validity) - أي قدرته على قياس ما يفترض أن يقيسه - والموثوقية (Reliability) - أي مدى اتساق النتائج إذا تم تكرار الاختبار.

عملية التحقق من الصلاحية

للتأكد من صلاحية المقياس، استخدم الباحث بطائفة عدة طرق. أولاً، قام بتقييم صلاحية المحتوى، حيث طلب من مجموعة من الخبراء في مجال التغذية وعلم النفس مراجعة الأسئلة للتأكد من أنها تغطي جميع الجوانب المهمة لأورثوركسيا عصبية. ثانياً، قام بتقييم الصلاحية المرتبطة بالمحك (Criterion-related validity) من خلال مقارنة نتائج المقياس مع نتائج مقاييس أخرى تقيس اضطرابات الأكل المعروفة. أخيراً، قام بتقييم الصلاحية التجميعية (Construct validity) باستخدام التحليل العاملي، وهي تقنية إحصائية تساعد على تحديد ما إذا كانت الأسئلة في المقياس تقيس نفس البنية المفاهيمية (Construct) - أي أورثوركسيا عصبية.

النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن مقياس أورثوركسيا عصبية العربي يتمتع بخصائص نفسية جيدة. أكد التحليل الإحصائي أن المقياس يتمتع بصلاحية محتوى جيدة، حيث اتفق الخبراء على أن الأسئلة تغطي جميع الجوانب المهمة للاضطراب. كما أظهرت النتائج وجود ارتباط كبير بين نتائج المقياس ونتائج مقاييس اضطرابات الأكل الأخرى، مما يشير إلى صلاحية مرتبطة بالمحك. بالإضافة إلى ذلك، كشف التحليل العاملي عن بنية واضحة للمقياس، مما يدعم صلاحيته التجميعية.

أما فيما يتعلق بالموثوقية، فقد أظهرت الدراسة أن المقياس يتمتع بموثوقية عالية. تم قياس الموثوقية باستخدام عدة مقاييس إحصائية، مثل ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha)، والتي تشير إلى مدى اتساق الأسئلة في المقياس. أظهرت النتائج أن قيمة ألفا كرونباخ للمقياس كانت عالية جداً، مما يشير إلى أن الأسئلة تقيس نفس الشيء بشكل متسق. كما أظهرت الدراسة أن المقياس يتمتع بموثوقية إعادة الاختبار (Test-retest reliability)، مما يعني أن النتائج تظل ثابتة إذا تم

تكرار الاختبار على نفس المشاركين بعد فترة زمنية معينة.

تداعيات البحث

إن تطوير مقياس أورثوركسيا عصبية عربي موثوق وصالح يمثل خطوة مهمة نحو فهم هذا الاضطراب بشكل أفضل في العالم العربي. يمكن استخدام هذا المقياس من قبل الباحثين والأطباء النفسيين وأخصائيي التغذية لتشخيص أورثوركسيا عصبية لدى الشباب البالغين، وتحديد الأفراد المعرضين للخطر، وتقييم فعالية العلاجات المختلفة. كما يمكن أن يساعد في زيادة الوعي بهذا الاضطراب، وتشجيع الأفراد على طلب المساعدة إذا كانوا يعانون منه.

بالنظر إلى تزايد الاهتمام بالصحة والتغذية في المجتمعات العربية، فمن المتوقع أن يزداد انتشار أورثوركسيا عصبية في المستقبل. لذلك، من الضروري إجراء المزيد من البحوث حول هذا الاضطراب، وتطوير استراتيجيات وقائية وعلاجية فعالة. إن توفير أداة دقيقة لتقييم أورثوركسيا عصبية، مثل المقياس الذي طوره الباحث بطائنة، يمثل خطوة حاسمة في هذا الاتجاه.

Reference

Bataineh M.F. (2026). *Validity and reliability of the Arabic orthorexia nervosa inventory scale in young adults: a validation study*. Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia Bulimia and Obesity, 31(1).

DOI: [10.1007/s40519-026-01838-4](https://doi.org/10.1007/s40519-026-01838-4)