



مرکز نشر روان سنجی

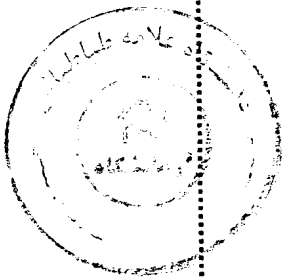
مقیاس اضطراب زانک (S.A.S)

دکتر ابوالفضل کرمی

ترجمه:

عضو هیئت علمی دانشگاه علامه طباطبائی

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی



۶۶۹۲۷۳۲۳

تلفکس:



مقیاس اضطراب زانک S.A.S

◆ مقیاس خودسنجی اضطراب زانک^۱ S.A.S

این مقیاس دارای ۲۰ سؤال چهار گزینه‌ای بر مبنای نشانگان بدنی - عاطفی اضطراب تهیه شده است. به منظور ساختن این مقیاس از ملاک‌های تشخیصی استفاده شده که با شایع‌ترین ویژگی‌های اختلال اضطرابی مطابق و هماهنگ هستند، یعنی مصاحبه‌های بالینی مراجعین مضطرب را به صورت مشروح ضبط کرده و بعداً از تک تک موارد مطروحه در ساختن آزمون استفاده کرده‌اند. ملاک‌های تشخیصی S.A.S دارای ۵ نشانه عاطفی و ۱۵ نشانه بدنی است.

◆ نشانگان عاطفی اضطراب^۲

۱. تشویش و عصبانیت
۲. ترس
۳. وحشت و هراس
۴. عدم انسجام روانی
۵. بیم و هراس ناشی از انتظار یک پیشامد نام‌نویس

◆ نشانگان جسمی اضطراب

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| ۱. لرزش | ۹. تپش قلب |
| ۲. ناراحتی و دردهای بدنی | ۱۰. گیجی |
| ۳. تهوع و استفراغ | ۱۱. تکرر ادرار |
| ۴. تنگی نفس | ۱۲. عرق کردن |
| ۵. احساس بی‌حسی و مورمور شدن | ۱۳. برافروختگی چهره |
| ۶. ضعف و سستی | ۱۴. بی‌خوابی |
| ۷. ضعف و خستگی زودرس | ۱۵. بختک زدگی |
| ۸. بی‌قراری و ناآرامی | (سوالات از ۶ تا ۲۰) |

۱. Wiliam W.K. Zung.

۲. Self Rating anxiety Scale.

۳. Affective Symptom of Anxiety.



امتیاز این مقیاس نسبت به مقیاس‌های مشابه در این است که مراجع کمتر می‌تواند شیوه خاصی را در جواب‌هایش دنبال کند. زیرا از ۲۰ سؤال استفاده شده در مقیاس تعدادی از سؤالات (۱۶ سؤال) بر نشانه‌های مثبت و برخی دیگر (۴ سؤال) بر نشانگان منفی تأکید دارد (سؤالات ۵، ۸، ۱۳، ۱۹) برای آنکه پاسخگو جواب‌های علامت زده خود را مورد تجدید نظر قرار ندهد به جای پاسخ‌های بلی و خیر (که در اکثر پرسشنامه‌ها رایج است) از ستون‌های «هیچ‌گاه» یا «به ندرت»، «گاه‌گاه»، «بیشتر اوقات» و «دائم» یا «تقریباً همیشه» استفاده شده است.

حسن دیگر این مقیاس این است که مقیاس رتبه‌ای را به فاصله‌ای تبدیل کرده (با استفاده از مقیاس درجه بندی که صفات کیفی را به کمی تبدیل می‌کند) و آزمون را به یک آزمون پارامتریک تبدیل ساخته است. لذا در آزمون آماری جهت برآورد جامعه از روی نمونه می‌توان از روش‌های پیشرفته‌تر و دقیق‌تری استفاده کرد.

موقع استفاده از این مقیاس از پاسخگو خواسته می‌شود که بر هر یک از ۲۰ سؤال بر اساس اینکه در خلال هفته گذشته تا چه اندازه در مورد وی صدق می‌کند پاسخ دهد.

مقیاس S.A.S به گونه‌ای ساخته شده است که افرادی که اضطراب کمتری دارند نمره کمتر و آنهایی که اضطراب بیشتری دارند نمره بالاتری را در این مقیاس دریافت می‌کنند.

در موقع نمره گذاری با توجه بر نوع سؤال اگر مثبت باشد به هیچ‌گاه یک و به تدریج دو و سه و چهار منظور می‌شود ولی اگر سؤال منفی بود بر عکس به دائم یا تقریباً همیشه یک و به هیچ‌گاه چهار داده می‌شود. حداکثر نمره ممکن در این مقیاس ($20 \times 4 = 80$) می‌باشد و نمره هر آزمودنی برابر مجموع نمرات یا کل ارزش‌های به دست آمده از هر یک از سؤالات می‌باشد و میزان اضطراب هر پاسخگو برابر است با نمره خام^۱ (نمره به دست آمده تقسیم بر ۸۰ ضربدر ۱۰۰) فرمول محاسبه میزان اضطراب.

$$\text{نمره خام (نمره به دست آمده)} \times 100 = \frac{\text{میزان اضطراب روایی و پایایی مقیاس}}{80}$$

الف) اعتبار:

اعتبار آزمون یعنی اینکه آن چیزی را بسنجد که برای اندازه‌گیری آن ساخته شده است اعتبار هر آزمونی به یکی از دو روش زیر تعیین می‌شود.



۱. مقایسه نتایج آزمون جدید با یک معیار خارجی دیگر، یعنی با مقیاسی دیگر از همین نوع که روایی آن به اثبات رسیده است به عبارت دیگر بین نتایج حاصل از این آزمون و نتایج مقیاس‌های مشابه که روایی آنها مسلم فرض شده است همبستگی وجود داشته باشد.

در این مورد مطالعات چندی صورت گرفته که نشان می‌دهد این مقیاس در یک سطح معنی‌دار آماری، پیوسته بیماران مبتلا به اختلال‌های اضطرابی را از سایر طبقات متمایز می‌کند. یکی از مطالعات که بیانگر همبستگی میان مقیاس اضطراب هامیلتون (۱۹۵۹) و مقیاس اضطراب زانک S.A.S بود که نشان می‌داد بر اساس اطلاعات حاصل از اجرای دو مقیاس روی بیش از ۵۰۰ مورد و با استفاده از روش همبستگی پیرسون همبستگی میان دو آزمون S.A.S و H.A.S برابر $r = 0.71$ بوده.

۲. روش دوم برای تعیین روایی یک آزمون در صورت فقدان آزمون مشابه استفاده از نظر چند داور صلاحیت دار در مورد مقیاس ساخته شده می‌باشد.

از این روش برای برآورد روایی یک مقیاس وقتی استفاده می‌شود که مقیاس بر اساس ادبیات پژوهشی در دسترس ساخته شده باشد. در این صورت معیار نمی‌تواند یک معیار تشخیصی کاملاً فراگیر باشد و دربرگیرنده همه جزئیات مکاتب روان‌شناسی و روان‌پزشکی و کلیه تئوری‌های پیرامون اضطراب نخواهد بود. بلکه فهرست علائم اساسی درونی بر مبنای نشانگان را نشان می‌دهد. با توجه به اینکه مقیاس S.A.S روی عناوینی تأکید دارد که علائم اساسی اضطراب را تشکیل می‌دهند و فرد در زندگی واقعی خود به دفعات آنها را نمایان می‌سازد و می‌تواند خود به راحتی روی آن صفات نظر دهد. لذا می‌توان مقیاس S.A.S را مقیاس معتبری برای تشخیص اضطراب دانست.

ب) پایایی:

پایایی تست اشاره به قابلیت اجرای یک آزمون در زمان‌های مختلف و کسب نتایج تقریباً یکسان را دارد. برای محاسبه پایایی از روش‌های زیر استفاده می‌کنند.

۱. پایایی ارزیاب‌ها: که در مورد مقیاس خودسنجی اضطراب زانک کاربردی ندارد.

۲. روش همبستگی بین مواد آزمون: که به وسیله آزمون همسانی درونی برآورد می‌شود.

برای محاسبه پایایی مقیاس S.A.S از روش ضریب انسجام که میزان همبستگی درونی یا تجانس سؤالات را مورد بررسی قرار می‌دهد استفاده شده است و تحلیل‌های آماری نتایج S.A.S با استفاده از روش ضریب انسجام نشان داده ضریبی برابر ۸۴٪ بود که بیانگر پایایی بسیار بالای این مقیاس می‌باشد. (ایروین کوتاش و دیگران ۱۹۸۷)

**♦ تفسیر نتایج مقیاس S.A.S:**

نتایج حاصل از مطالعات گوناگون نشانگر آن است که معمولا مقدراری اضطراب تقریبا در همه اختلال‌های روانی وجود دارد و بیماران ممکن است چندین تشخیص داشته باشند (مخصوصا بیماران سایکوسوماتیک که همراه با هر تشخیص مسأله اضطراب نیز مطرح است). درد خفیف پشت و اضطراب، بیماری‌های قلبی و عروقی و اضطراب، افسردگی و اضطراب. بنابراین با تشخیص اولیه ضایعه قلبی - عروقی یا میگرن ممکن است یک اختلال اضطرابی نیز وجود داشته باشد که علاوه بر عوارض دیگر نیازمند درمان باشد.

با جمع‌بندی مطالعه نتایج مقیاس S.A.S به شرح زیر مورد تفسیر قرار می‌گیرد.

در طیف نرمال قرار می‌گیرد	نمره ۲۵ - ۴۴
اضطراب خفیف و متوسط (۵۰ به بالا متوسط فرض شده است)	نمره ۴۵ تا ۵۹
اضطراب شدید یا قابل توجه	نمره ۶۰ - ۷۴
خیلی شدید (شدیدترین میزان اضطراب)	نمره ۷۵ بالاتر



با توجه به حالات خود در هفته گذشته، در خانه مورد نظر علامت x بگذارید.

نام و نام خانوادگی:	رشته تحصیلی:	تاریخ تولد:
تاریخ اجرا:	محل تحصیل:	شماره تلفن جهت تماس فوری:
آدرس محل سکونت:		

دائم یا تقریباً همیشه	بیشتر اوقات	گاهی	هیچگاه یا به ندرت	
				۱ بیشتر از حد معمول احساس اضطراب و نگرانی می‌کنم
				۲ بدون دلیل احساس ترس می‌کنم
				۳ خیلی زود دچار ترس و وحشت می‌شوم
				۴ احساس می‌کنم بند بند وجودم دارد از هم جدا می‌شود
				۵ احساس می‌کنم که هیچ رویداد بدی اتفاق نخواهد افتاد
				۶ احساس می‌کنم که ساق پاها و بازوهایم بی‌رمق و لرزان هستند
				۷ به علت دردهای گردن، سر و پشت ناراحت هستم
				۸ غش یا حالاتی شبیه به آن دارم
				۹ به راحتی نفس می‌کشم و مشکلی از این نظر ندارم
				۱۰ احساس بی‌حسی و کرختی یا سوزش در انگشتان دست و پا می‌کنم
				۱۱ از سرخه‌هاضمه و درد معده در رنجم
				۱۲ احساس ضعف می‌کنم و زود خسته می‌شوم
				۱۳ احساس آرامش می‌کنم و می‌توانم به راحتی استراحت کنم
				۱۴ احساس می‌کنم که قلبم تند می‌زند
				۱۵ از فشارهای سرگیجه در رنجم
				۱۶ از تکرر ادرار در رنجم
				۱۷ عضلات دست‌ها و پاهایم معمولاً سخت و داغ هستند
				۱۸ صورتم داغ و برافروخته می‌شود
				۱۹ به راحتی به خواب می‌روم و شب‌ها خوب می‌خوابم
				۲۰ در خواب دچار کابوس (بختک) می‌شوم