

**بخش اول: فهرست علایم بالینی -90- تجدید نظر شده (SCL-90-R)**

لطفاً هر سوال را به دقت بخوانید و گزینه موردنظرتان را انتخاب کنید.

نمره	توضیح و تعریف	اصلاً	کمی	تا حدودی	زیاد	خیلی زیاد
1	آیا از هفته گذشته تا به امروز سردرد داشته‌اید؟					
2	آیا از هفته گذشته تا به امروز عصبی بوده‌اید و از داخل بدن احساس لرزش داشته‌اید؟					
3	آیا از هفته گذشته تا به امروز افکار، عقاید یا کلمات ناخوشایند و نامربوطی مرتباً وارد ذهن شما شده‌اند که رهایتان نمی‌کنند؟					
4	آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار ضعف، بی‌حالی و یا سرگیجه بوده‌اید؟					
5	آیا از هفته گذشته تا به امروز نسبت به روابط زناشویی بی‌میل شده‌اید؟					
6	آیا از هفته گذشته تا به امروز ایرادگیر و بهانه‌جو شده‌اید؟					
7	آیا از هفته گذشته تا به امروز این اعتقاد را داشته‌اید که شخص دیگری می‌تواند افکار شما را از راه دور کنترل کند؟					
8	آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که دیگران باعث ناراحتی‌ها و گرفتاری‌های شما هستند؟					
9	آیا از هفته گذشته تا به امروز فراموش کار شده‌اید؟					
10	آیا از هفته گذشته تا به امروز در کارها بی‌توجه و بی‌دقت شده‌اید؟					
11	آیا از هفته گذشته تا به امروز دلخور و عصبانی شده‌اید؟					
12	آیا از هفته گذشته تا به امروز، درد در ناحیه قلب یا سینه داشته‌اید؟					
13	آیا از هفته گذشته تا به امروز از رفتن به جاهای باز یا خیابان احساس ترس کرده‌اید؟					
14	آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که قدرت و بنیه سابق را ندارید و زود خسته می‌شوید؟					
15	آیا از هفته گذشته تا به امروز این فکر به ذهن‌تان آمده که به زندگی‌تان خاتمه دهید؟					
16	آیا از هفته گذشته تا به امروز صداهایی به گوش‌تان می‌آیند که دیگران نمی‌توانستند آن‌ها را بشنوند؟					
17	آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس لرزش در اندام بدن خود داشته‌اید؟					
18	آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که به بیشتر مردم نمی‌شود اعتماد کرد؟					
19	آیا از هفته گذشته تا به امروز زود به گریه می‌افتید؟					

خیلی زیاد	زیاد	تا حدودی	کمی	اصلاً	توضیح و تعریف	ردیف
					آیا از هفته گذشته تا به امروز بی‌اشتها شده‌اید؟	20
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در روابط اجتماعی و یا در رابطه با دیگران احساس خجالت کرده‌اید؟	21
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که در یک بن‌بست گیر کرده‌اید که راه پس و پیش ندارید؟	22
					آیا از هفته گذشته تا به امروز ناگهان و بدون هیچ علتی دچار ترس شده‌اید؟	23
					آیا از هفته گذشته تا به امروز طوری عصبانی شده‌اید که نتوانید جلوی خودتان را بگیرید؟ (به اصطلاح از کوره در رفته‌اید؟)	24
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که بترسید تنها از خانه بیرون بروید؟	25
					آیا از هفته گذشته تا به امروز برای هر چیز کوچکی خود را سرزنش کرده‌اید؟	26
					آیا از هفته گذشته تا به امروز کمر درد داشته‌اید؟	27
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که کارهای‌تان پیشرفت نمی‌کند؟	28
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس تنهایی کرده‌اید؟	29
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس غمگینی کرده‌اید؟	30
					آیا از هفته گذشته تا به امروز برای هر چیزی به شدت نگران و دلواپس شده‌اید؟	31
					آیا از هفته گذشته تا به امروز نسبت به همه چیز بی‌علاقه شده‌اید؟	32
					آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار احساس ترس داشته‌اید؟	33
					آیا از هفته گذشته تا به امروز حساس و زودرنج شده‌اید؟	34
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که سایرین از افکار خصوصی شما که به کسی نگفته‌اید با خبر می‌شوند؟	35
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این اعتقاد را داشته‌اید که دیگران شما را درک نمی‌کنند؟ یا با شما همدردی نمی‌کنند؟	36
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که مردم نسبت به شما مهربان نیستند یا شما را دوست ندارند؟	37
					آیا از هفته گذشته تا به امروز برای اینکه کارها را درست انجام بدهید مجبور بودید آهسته کار کنید؟	38
					آیا از هفته گذشته تا به امروز تپش قلب داشته‌اید؟	39

خیلی زیاد	زیاد	تا حدودی	کمی	اصلاً	توضیح و تعریف	ردیف
					آیا از هفته گذشته تا امروز، حالت تهوع یا دل به هم خوردگی داشته‌اید؟	40
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس حقارت داشته‌اید یا خود را از دیگران کمتر و پایین تر حس کرده‌اید؟	41
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در عضلات بدن تان احساس درد و کوفتگی داشته‌اید؟	42
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که دیگران شما را زیر نظر دارند یا درباره شما با دیگران حرف می‌زنند؟	43
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در به خواب رفتن مشکل داشته‌اید؟	44
					آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی کاری را انجام داده‌اید مجبور بودید آن را چند بار تکرار کنید تا مطمئن شوید درست انجام داده‌اید؟ برای مثال: در را چند بار امتحان کنید تا مطمئن شوید که بسته است یا نه.	45
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در تصمیم گرفتن مشکل داشته‌اید؟	46
					آیا از هفته گذشته تا به امروز از مسافرت با اتوبوس یا قطار احساس ترس کرده‌اید؟	47
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس نفس تنگی داشته‌اید؟	48
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس گر گرفتگی یا سرما داشته‌اید؟	49
					آیا از هفته گذشته تا به امروز مجبور بوده‌اید بعضی کارها را نکنید یا بعضی جاها نروید؟	50
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این اتفاق افتاده که حس کنید مغزتان کار نمی‌کند؟	51
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که قسمت‌هایی از بدن تان خواب می‌رود یا گزگز (مور مور) می‌شود؟	52
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در گلوی تان احساس گرفتگی کرده‌اید. مثل اینکه چیزی در گلوی تان گیر کرده باشد؟	53
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که نسبت به آینده امید خود را از دست داده‌اید؟	54
					آیا از هفته گذشته تا به امروز تمرکز حواس نداشته‌اید؟ یعنی در جمع کردن حواس خود روی کارها مشکل داشته‌اید؟	55
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در بعضی از قسمت‌های بدن تان احساس ضعف و سستی داشته‌اید؟	56
					آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار فشارهای روحی و گرفتگی بوده‌اید؟	57
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در دست‌ها و یا پاهای تان، احساس سنگینی می‌کنید؟	58

خیلی زیاد	زیاد	تا حدودی	کمی	اصلاً	توضیح و تعریف	ردیف
					آیا از هفته گذشته تا به امروز زیاد درباره مرگ و مردن فکر می کنید؟	59
					آیا از هفته گذشته تا به امروز پرخوری داشته اید؟	60
					آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی متوجه می شوید مردم به شما نگاه می کنند یا درباره شما حرف می زنند ناراحت می شوید؟	61
					آیا از هفته گذشته تا به امروز حس می کنید فکرهای تان مال خودتان نیست یا آن ها را توی سر شما گذاشته اند؟	62
					آیا از هفته گذشته تا به امروز حس می کنید که میل شدیدی به کتک زدن و آزار رساندن به دیگران دارید؟	63
					آیا از هفته گذشته تا به امروز بعضی صبح ها زودتر از حد معمول بیدار شده اید؟	64
					آیا از هفته گذشته تا به امروز خود را مجبور به تکرار بعضی کارها مانند شستن، شمردن یا دست زدن به اشیاء می بینید؟	65
					آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار بد خوابی بوده اید؟ یا چندین بار در شب از خواب بیدار شده اید؟	66
					آیا از هفته گذشته تا به امروز میل شدیدی به شکستن اشیاء و خرد کردن آن ها داشته اید؟	67
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که دارای فکرها و عقیده هایی مخصوص به خودتان هستید که دیگران آن عقاید و افکار را ندارند؟	68
					آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی با دیگران روبرو می شوید زیاد از حد به رفتار و حرکات خود توجه داشته اید؟	69
					آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی در جمع بوده اید و همچنین در بازار و مهمانی ها، احساس ناراحتی کرده اید؟	70
					آیا از هفته گذشته تا به امروز حتی کارهای کوچک برای تان سخت و مشکل بوده است؟	71
					آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار هول و وحشت زدگی می شوید؟	72
					آیا از هفته گذشته تا به امروز از اینکه در مقابل دیگران یا جمع چیزی بخورید، احساس ناراحتی کرده اید؟	73
					آیا از هفته گذشته تا به امروز زیاد با دیگران درگیری و جروبخت داشته اید؟	74
					آیا از هفته گذشته تا به امروز از تنها ماندن ترس و واهمه داشته اید؟	75

خیلی زیاد	زیاد	تا حدودی	کمی	اصلاً	توضیح و تعریف	ردیف
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که دیگران قدر و قیمت کارهای شما را نمی‌دانند؟	76
					آیا از هفته گذشته تا به امروز حتی وقتی با دیگران بوده‌اید احساس تنهایی کرده‌اید؟	77
					آیا از هفته گذشته تا به امروز گاهی طوری بی‌قرار و ناآرام می‌شوید که نمی‌توانید یک‌جا آرام بگیرید؟	78
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس بی‌مصرفی و بدرد نخوردن داشته‌اید؟	79
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس می‌کنید که اتفاق بدی برای‌تان خواهد افتاد؟	80
					آیا از هفته گذشته تا به امروز داد و فریاد راه می‌اندازید و چیزها را پرت می‌کنید؟	81
					آیا از هفته گذشته تا به امروز ترس از افتادن و از حال رفتن در کوچه و خیابان یا در انتظار مردم داشته‌اید؟	82
					آیا از هفته گذشته تا به امروز ترس از اینکه اگر به دیگران رو بدهید از شما سوءاستفاده می‌کنند، داشته‌اید؟	83
					آیا از هفته گذشته تا به امروز در خصوص امور جنسی افکاری داشته‌اید که شما را نگران کند؟	84
					آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته‌اید که بخاطر گناهایی که مرتکب شده‌اید مستوجب تنبیه و مجازات هستید؟	85
					آیا از هفته گذشته تا به امروز اعتقاد و تصورات ترس‌آمیز داشته‌اید؟	86
					آیا از هفته گذشته تا به امروز خیال می‌کنید عیب و نقص مهمی در بدن‌تان پیدا شده است؟	87
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که در این دنیا با کسی صمیمی نیستید؟	88
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس گناه و تقصیر می‌کنید؟	89
					آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده‌اید که دچار بیماری فکری شده‌اید؟	90

## بخش دوم: معرفی فهرست علائم بالینی -90- تجدید نظر شده (SCL-90-R)

اختلال روانی یا بیمار روانی یک الگوی رفتاری و روان‌شناختی است که در یک فرد اتفاق می‌افتد و همراه با آشفتگی در کارکرد ناشی از یک اختلال بیولوژیک، اجتماعی، روان‌شناختی، ژنتیک، فیزیکی یا شیمیایی است. اختلال روانی بر حسب شدت انحراف از محدوده طبیعی سنجیده می‌شود (کامبی، کونلی و بورمن، 2004). بیماری روانی علاوه بر رنج و محدودیت‌هایی که برای فرد ایجاد می‌کند باعث می‌شود تا فرد در فعالیت‌های اجتماعی و حرفه‌ای خود دچار تبعیض‌هایی به علت انگ بیماری روانی نیز شود، تأثیر اختلالات روانی روی جامعه به دلیل مراقبت از آن‌ها و حمایت‌های فیزیکی و کاهش مولد بودن آن‌ها بسیار مهم است. بار سنگین هزینه‌های درمان و مراقبت از آن‌ها و حمایت‌های فیزیکی و عاطفی که بر دوش خانواده‌های بیماران است و همچنین بار اقتصادی آن‌ها نباید نادیده گرفته شود (کاپلان و سادوک، 1996). سازمان بهداشت جهانی در سال 2001 اعلام کرد که تقریباً 45 میلیون نفر در سراسر دنیا از برخی از اختلالات روانی رنج می‌برند و از هر 4 نفر 1 نفر در برخی از مراحل زندگی علائم اختلالات روانی را تجربه می‌کند (یاسمی، سردارپور گودرزی، امیراسماعیلی، مهدوی، ابراهیم‌پور و همکاران، 1383).

فهرست علائم بالینی -90- تجدید نظر شده (SCL-90-R)<sup>1</sup> نخستین بار توسط دراگتیس، لیمن و کوی (1973) ساخته شد و سپس مورد تجدید نظر قرار گرفت. فهرست علائم بالینی -90- تجدید نظر شده (SCL-90-R)<sup>2</sup> یک سیاهه خودسنجی<sup>3</sup> روان‌پزشکی است. پاسخ‌دهندگان به 90 سوال در طیف لیکرت 5 درجه‌ای پاسخ می‌دهند. این مقیاس شامل 9 بعد بدنی‌سازی<sup>4</sup> (12 ماده)، وسواس-جبری<sup>5</sup> (10 ماده)، حساسیت بین‌فردی<sup>6</sup> (9 ماده)، افسردگی<sup>7</sup> (13 ماده)، اضطراب<sup>8</sup> (10 ماده)، خصومت<sup>9</sup> (6 ماده)، اضطراب مرضی<sup>10</sup> (7 ماده)، افکار پارانوئیدی<sup>11</sup> (6 ماده) و روان‌پریشی<sup>12</sup> (10 ماده) است و 7 ماده اضافی که جزء هیچ‌یک از ابعاد نه‌گانه قرار نمی‌گیرند و برخی از آن‌ها اختلال در خواب و میل جنسی را اندازه‌گیری می‌کنند. فهرست علائم بالینی -90- در بسیاری از مطالعات به عنوان یک شاخص مختصر سلامت روان استفاده شده است (کوه، کیم و پارک، 2002؛ پرستون، اور، دیت، نولان و کستل، 2002).

<sup>1</sup> Symptom Checklist 90

<sup>2</sup> Symptom Checklist 90-Revision

<sup>3</sup> self-report

<sup>4</sup> Somatization

<sup>5</sup> Obsessive-compulsive

<sup>6</sup> Interpersonal sensitivity

<sup>7</sup> Depression

<sup>8</sup> Anxiety

<sup>9</sup> Hostility

<sup>10</sup> Phobic anxiety

<sup>11</sup> Paranoid ideation

<sup>12</sup> Psychoticism

### بخش سوم: ویژگی‌های روانسنجی فهرست علائم بالینی -90- تجدید نظر شده (SCL-90-R)

دراگوتیس (1994) ضمن تایید همسانی درونی مقیاس، پایایی بازآزمایی آن را بین 0/77 تا 0/90 گزارش کرده است. در مطالعه بیابانگرد و جوادی (1383) همسانی درونی مقیاس بین 0/78 تا 0/90 گزارش شده است. نجاریان و داودی (1380) ضمن هنجاریابی مقیاس در نمونه ایرانی، همسانی درونی مقیاس را 0/86 گزارش کرده‌اند.

### بخش چهارم: نمره‌گذاری فهرست علائم بالینی -90- تجدید نظر شده (SCL-90-R)

برای نمره‌گذاری این پرسشنامه باید ابتدا در هر عبارت به ترتیب زیر به پاسخ‌ها نمره بدهید:

- اصلاً: نمره 0
- کمی: نمره 1
- تا حدودی: نمره 2
- زیاد: نمره 3
- خیلی زیاد: نمره 4

خرده مقیاس‌ها و مواد آن‌ها عبارتند از:

سوال	زیرمقیاس
1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56, 58	بدنی‌سازی (12 ماده)
3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55, 65	وسواس-جبری (10 ماده)
6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69, 73	حساسیت بین فردی (9 ماده)
5, 14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32, 54, 71, 79	افسردگی (13 ماده)
2, 17, 23, 33, 39, 57, 72, 78, 80, 86	اضطراب (10 ماده)
11, 24, 63, 67, 74, 81	خصوصیت (6 ماده)
13, 25, 47, 50, 70, 75, 82	اضطراب مرضی (7 ماده)
8, 18, 43, 68, 76, 83	افکار پارانوئیدی (6 ماده)
7, 16, 35, 62, 77, 84, 85, 87, 88, 90	روان‌پریشی (10 ماده)
19, 44, 59, 60, 64, 66, 89	سوال‌های اضافه

نمره هر خرده مقیاس با جمع نمرات ماده‌های آن خرده مقیاس تقسیم بر تعداد ماده‌های آن خرده مقیاس به دست می‌آید. نمرات به دست آمده به ترتیب زیر تفسیر می‌گردد:

**میانگین نمرات یک یا بالاتر از آن:** حالات مرضی

**میانگین نمرات بالاتر از 3:** حالات روان‌گسستگی

**توجه:** در خرده مقیاس افسردگی، نمره بالاتر از 3 معمولاً نشان دهنده افسردگی شدید و روان‌گسستگی است.

**توجه:** مطابق با مطالعه **حیب‌زاده (1380)** نمرات 2/5 و بالاتر از 2/5 به عنوان حالت مرضی به شمار می‌رود.

### سه شاخص دیگر برای نمره‌گذاری عبارتند از:

**شاخص کلی علائم مرضی (GSI)<sup>1</sup>:** بهترین نشانه برای سطح یا عمق یک ناراحتی در حال حاضر است و می‌بایست در مواردی که که احتیاج به یک سنجش خلاصه است مورد استفاده قرار گیرد. هم‌چنین اطلاعاتی در خصوص تعداد علائم و شدت ناراحتی از آن‌ها نشان می‌دهد. با جمع نمرات خام (نه خرده مقیاس و سوال‌های اضافی) تقسیم بر 90 محاسبه می‌شود. مطابق با مطالعه **نوربالا، باقری و کاظمی (1377)** افراد با نمره بالاتر از 0/7 مبتلا به اختلال روانی تلقی می‌شوند. نقطه برش 1/3 نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد (**حیب-زاده، 1380**).

**تعداد علائم مرضی مثبت (PST)<sup>2</sup>:** شمارش ساده تعداد علائمی است که خود بیمار به دارا بودن آن اذعان دارد و با شمارش پاسخ‌هایی که نمره غیر صفر دارند محاسبه می‌شود.

**سطح ناراحتی از علائم مثبت (PSDI)<sup>3</sup>:** یک سنجش خالص از شدت ناراحتی است یعنی یک سنجش اصلاح شده برای شدت علائم است. با جمع کل نمره‌های خام تقسیم بر تعداد علائم مرضی مثبت (PST) محاسبه می‌شود. یعنی باید ابتدا تعداد سوالاتی که نمره غیر صفر را دارند به دست آورید. سپس نمره کل پرسشنامه را به دست آورده و تقسیم بر عدد به دست آمده قبلی می‌کنیم.

**توجه:** اگر فرد به بیش از 20 درصد سوال‌های پرسشنامه یا به بیش از 40 درصد سوال‌های هر خرده مقیاس پاسخ ندهد، نمره پرسشنامه یا خرده مقیاس مورد نظر معتبر نخواهد بود.

---

<sup>1</sup> General Severity Index

<sup>2</sup> Positive Symptom Total

<sup>3</sup> Positive Symptom Distress Index



## منابع

- بیابانگرد، اسماعیل و جوادی، فاطمه. سلامت روانشناختی نوجوانان و جوانان. تهران: انتشارات رفاه اجتماعی. 1383.
- حبیبزاده، ع. هنجاریابی فهرست علایم بالینی-90 (SCL-90) و بررسی سلامت روانی دانش‌آموزان 15 تا 18 ساله شهرستان قم در سال تحصیلی 79-80. طرح پژوهشی شورای تحقیقات سازمان آموزش و پرورش استان قم. 1380، 35-40.
- نجاریان، ب و داودی، ا (1380). ساخت و اعتباریابی SCL-90-R فرم کوتاه شده. مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی اهواز، 3، 2، 136-149.
- نوربالا، ا؛ باقری، ا و کاظمی، م. شیوع اختلالات روانی در تهران. حکیم، 1377؛ 2 (4).
- یاسمی، م. ت؛ سردارپور گودرزی، س. ح؛ امین اسماعیلی، م؛ مهدوی، ن؛ ابراهیم‌پور، ا و همکاران. سلامت روان عملی برای متخصصان عمومی و خانواده‌گی. تهران: انتشارات آرامش. 2005.
- Cumbie SA, Conley VMC, Burman ME. Advanced Practicenursing model for comprehensive care with chronic illness: model for promoting process engagement. *Advances in Nursing Science: Nursing Care Management*. 2004; 27: 70-80.
- Derogatis LR, Lipman RS, Covi L. SCL-90: an outpatient psychiatric rating scale – preliminary report. *Psychopharmacol Bull* 1973; 9:13–28.
- Derogatis LR. SCL-90-R; Symptom checklist -90-R. National Computer System. United States of America. 1994: 27.
- Kaplan H, Sadouk B. *Abstract of clinical psychiatry*. First edition, publication of Hayyan, 1996.
- Koh KB, Kim CH, Park JK. Predominance of anger in depressive disorders compared with anxiety disorders and somatoform disorders. *J Clin Psychiatry* 2002;63(6):486-492.