

بنام خدا

# مقیاس اضطراب کتل

منبع:

کتاب روانشناسی بالینی

مؤلفان:

پرون و پرون

مترجمان:

دکتر پیرخ دادستان

دکتر محمود منصور

## مقیاس اضطراب کتل<sup>۱</sup>

### ۱ همیدان کاربرد آزمون

عصر ما را "عصر اضطراب" نامیده اند و مسلم است که در چنین عصری تظاهرات اضطراب بسیار فراوان و گسترده اند. در گستره فعالیت های بالینی، هنگامی که تشخیص به منظور روان درمانگری یا به دلیل مسائل مربوط به قلمرو پزشکی داخلی که "تندگی" های زندگی آنها را به وجود آورده اند، صورت می گیرد، تعیین دقیق نقش اضطراب به صورتی دقیق و قابل اعتماد از پیش ضرورت پیدا می کند. همچنین موقعیت های متعددی در روانشناسی اجتماعی یا آموزشگاهی وجود دارند که در آنها سنجش طراز اضطراب از اهمیت خاصی برخوردار است.

تاکنون، تشخیص های فردی و پژوهشی مختلف، تخمین خود را درباره اضطراب از خلال مصاحبه در مراجعات بالینی به دست می آورده اند. متأسفانه دلایل متعددی مانند فقدان صداقت آزمودنی، تفاوت در کاربرد کلمات و نبودن ضوابط لازم برای ایجاد یک موقعیت یکنواخت، دستیابی به یک سنجش مطمئن را مشکل می سازند. "کتل" در پژوهشی درباره ماهیت اضطراب<sup>۲</sup> نشان داده شده است که درجه توافق دو روانپزشک که به دلیل مهارت‌شان در تشخیص برگزیده شده اند، علیرغم پذیرفتن تعریف مشابهی از اضطراب، در حد ضریب همبستگی ۰/۳ یا ۰/۴ بوده است.

مقیاس اضطرابی که اینک عرضه می گردد بر اساس پژوهش های گسترده ای فراهم شده و احتمالاً مؤثرترین ابزاری است که به صورت یک پرسشنامه کوتاه فراهم آمده است، پرسشنامه ای که می تواند مکمل تشخیص بالینی باشد و نتیجه ای عینی با هدف های پژوهشی به دست دهد.

این پرسشنامه را می توان بدون مراقبت به کار بست، بدین معنا که وقتی بیمار در اتاق انتظار است می تواند به چهل ماده تست در تقریباً پنج دقیقه پاسخ دهد. جنبه خصوصی این موقعیت تا وقتی که فرد هنوز شناخته شده نیست ناراحتی کمتری برای او به دنبال دارد و موجب می شود که وی بیش از موقعیت مصاحبه مستقیم، عینی و صادق باشد. چه انحرافی و تأثیری که براساس تلقین ایجاد می

<sup>۱</sup>-Cattell, R.B.Handbook for the I.P.A.T.Anxiety Scale. Champaign(III), ۱۹۵۷

<sup>۲</sup>- Cattell, R.B. and Scheier, I.H The nature of anxiety .Pschol .Rep, ۱۹۵۸.

گردد در این موقعیت به مراتب کمتر است و بالاخره تصحیح پرسشنامه به کمک "پنجره تصحیح" در کمتر از یک دقیقه صورت می‌پذیرد.

مقیاس اضطراب را می‌توان در هر دو جنس، در همه سنین بعد از ۱۴-۱۵ سالگی و در اکثر فرهنگها به کار بست. مقیاس حاضر نه تنها مختص یک تشخیص نخستین است بلکه برای ترسیم نمودار تحول بیمار نیز به کار می‌رود. چه می‌توان آن را پس از یک هفته یا بیشتر، مجددًا به کار بست بدون آنکه آزمودنی بخش مهمی از پاسخ‌های گذشته خود را به یاد آورد.

نمره اصلی یا کلی به صورت یک نمره طراز شده "اضطراب کلی" است که موضع بیمار را در پهنه‌یک مقیاس یازده پارکی مربوط به گروهی که آزمودنی به آن تعلق دارد، نشان می‌دهد. اما نمره‌های دیگری نیز می‌توان به دست آورد که:

**الف**- نقش ساختهای شخصیت و مشارکت آنها را در ایجاد اضطراب مشخص می‌کنند.  
**ب**- بین اضطراب آشکار نشانه دار و اضطراب پنهان که هشیارانه به کار نمی‌افتد تمایز ایجاد می‌نمایند.

ورقه‌ای که برای انجام آزمون به کار می‌رود می‌تواند شکل‌های کیفی نشانه‌ها را به هنگام آزمایش مشخص کند.

## ۲ پژوهش‌های مربوط به توصیف ماهیت و اعتبار<sup>۱</sup> مقیاس اضطراب

به روی کاغذ آوردن تعداد زیادی پرسش درباره آنچه معمولاً به منزله تظاهرات اضطراب پذیرفته می‌شود، کار آسانی است و بسیاری از مقیاس‌هایی که مدعی این اندازه گیری هستند در واقع چیز دیگری نیستند. اما یک مقیاس واقعی باید واحد معنا و تعریف واحدی باشد و همچنین باید باز پدید آوری آن براساس پاره‌ای از قوانین علمی میسر گردد. بررسی اختصاری پژوهشی که این مقیاس بر آن مبنی است، این موضع را مبرهن خواهد ساخت.

نخست باید اضطراب و نورزگرائی از یکدیگر تمایز شوند. یک عامل عمومی "نورزگرائی" یعنی رگه‌ای که وحدت آن از لحاظ آماری به اثبات رسیده و در نمایه همگانی عوامل روانشناختی U.I<sup>۲۳</sup> نامیده شده، به منزله یک واحد تمایز در پژوهش‌های متعددی در مورد بیماران،

<sup>۱</sup>-Validity.

دانشجویان و کودکان توسط "کتل" و همکارانش و نیز متخصصان دیگر ، بازیافته شده است . این رگه عمقی بر اساس فقدان سازش پذیری ، خستگی مفرط ، تمام شدن انرژی و انعطاف ناپذیری مشخص کردنی است .

عامل عمومی اضطراب (U.I.24) از راه تحلیل عوامل به منزله عاملی متفاوت شناخته شده است و بر اساس داشتن نمره های بالا در آزمون های عینی تنفس ، تحریک پذیری ، فقدان اعتماد به خود ، اجتناب از قبول خطر ، لرزش و علائم روان - تنی متعدد ، متمایز می شود . در روان آزردگانی که نمره بالائی در U.I.23 به دست می آورند معمولاً گرایش به نمرات بالا در U.I.24 نیز مشاهده می شود . بالعکس ، غیر روان آزردگان ، در موقعیت هایی که برانگیزاننده اضطراب اند ، می توانند نمره بسیار بالائی در عامل عمومی اضطراب داشته باشند . بدین ترتیب باید اضطراب و روان آزردگی را مشتبه ساخت .

در واقع ، درمان هوشمندانه روان آزردگی مستلزم سنجش آن چیزی است که در تفاوت بین نمره های اضطراب و روان آزردگی نهفته است . و در ک درست از تحول بیمار مستلزم آن چیزی است که از مقایسه نمره های اضطراب در مراحل مختلف درمان و در موقعیت های متفاوت به دست می آید . تمايز اضطراب و نورز براساس عاملی که ساختن طیف وسیعی از پاسخ های رفتاری در تست های عینی آزمایشگاهی که نشان دهنده موقعیتها در ابعاد بسیار کوچک تر هستند و پی ریزی شده و با محاسبه همبستگی بین نمره های حاصل از این مجموعه های تستی و تشخیص ها و ارزشیابی های روانی مورد تأیید قرار گرفته است .

اینک باید ثابت کرد که چگونه اندازه گیری انگاره های رگه هایی که به این ترتیب گستره آنها تعیین گردیده اند از این مجموعه های تست به تست های پرسشنامه ای کوتاه تر و عملی تر انتقال یافته است . این نکته پذیرفته شده است که اضطراب ، روان آزردگی و عوامل شخصیت به طور کلی ، می توانند به بهترین وجه از راه تست های عینی رفتار از نوع "عینی - تحلیلی<sup>1</sup> (O-A)" مجموعه عوامل شخصیت " مورد سنجش قرار گیرند . اما اجرای چنین تستی مستلزم زمان طولانی و سطح صلاحیت بالائی است ، و کلینیک های پر مراجع ، لااقل به منظور انجام کارهای معمولی ، خواستار

<sup>1</sup>-Objective – Analytic.

پرسشنامه ای اختصاری برای جانشین ساختن آنند. متخصصان بالینی به حق اظهار می دارند که ایجاد بیراهه هائی که در پرسشنامه ها به وفور تعبیه شده اند تا در موقعیت های مثلاً جستجوی شغل نتایج لازم را به دست دهنند، به هیچ وجه در رابطه بیمار - درمانگر، که آزمودنی مجبور است به خاطر حفظ منافع خود تا سرحد امکان همکاری کند، الزامی نیست. در نتیجه، دو پرسشنامه اجمالی، یکی "عامل شخصیت روان آزرده"<sup>۱</sup> که اساساً به کار اندازه گیری عامل نورزگرانی (U.I۲۳) می آید، و دیگری همین مقیاس اضطراب که دارای یک همبستگی قوی با عامل اضطراب (U.I۲۴) است، فراهم شده اند.

اینک به طور کلی، ابعادی از شخصیت که از راه پرسشنامه ها تمیز دادنی و قابل اندازه گیری اند به خوبی توصیف و مشخص گردیده اند. پیش از پژوهشها کنونی درباره اضطراب این نکته پذیرفته شده بود که پاسخ هائی که از نقطه نظر روانپژوهی، این یا آن نوع اضطراب را نشان می دهنند، درواقع بین ۶ عامل از ۱۶ عامل یا رگه های عمقی ( تست ۱۶ عاملی شخصیت ) توزیع شده اند. همبستگی ها و عاملی کردن نمره های به دست آمده، نشان داده اند که اکثر این ساخت های شخصیت یعنی :

**O** (گرایش به گنهکاری)

**Q<sub>۴</sub>** (تش ارگی)

**Q<sub>۳</sub>(-)** (فقدان توحید یافتنگی)

**C(-)** (ضعف من)

**L** (ناایمنی پارانویائی)

و با درجه کمتر (-) **H** (کمروئی)، به صورت یک عامل مرتبه دوم به یکدیگر وابسته اند. این امر بدین معناست که یک عامل وسیع و منحصر به فرد اضطراب از راه پرسشنامه ها و همچنین تست های عینی آزمایشگاهی، مشهود می گردد. اما بیان این حالت از خلال پرسشنامه ها، این نکته را نیز نشان می دهد که این اضطراب مشترک را می توان به پنج سرچشمه یا اشکال متمایز تظاهرات نسبت داد. افزون بر آن، واقعیت وحدت ساختاری این پنج سرچشمه را می توان از طریق :

---

<sup>۱</sup>-Neurotic Personality factor.

### O-A مجموعه

۲- تغییر همزمان این پنج عامل بر اثرسن ،

۳- تغییر همزمان این پنج عامل در موقعیت های تجربی ،

۴- وجود همبستگی های مشابه باضوابط روانی و حرفه ای ،  
نشان داد.

در نتیجه مقیاس اضطراب ، از راه گرد آوری مواد این پنج عامل و ضرائب به دست آمده برای آنها ، و به منظور تعیین این عامل مرتبه دوم اضطراب ، به شکل عامل واحدی در آمده و ساخته شده است.

همین امر موجب شده است که یک تست استاندارد شده مرجع برای اندازه گیری اضطراب فراهم آید ، تستی که به درستی بر مبنای واحدهای کنشی مأخوذه از یافته های بالینی است .

اکثر روانشناسان از به دست آوردن یک نمره منحصر به فرد برای این عامل ( مرتبه دوم ) اضطراب عمومی خشنود خواهند بود. اما ممکن است پاره ای نیز خواستار آن باشند که بدانند کدامیک از پنج عامل شخصیت بیشتر مسئول ایجاد اضطراب در یک شخص اند . به همین دلیل است که پنجره تصحیح به صورتی تنظیم شده است که بتوان ، در صورت لزوم ، این پنج عامل را از کل تمیز داد. برای آنکه بتوان به طور کامل دریافت که این تحلیل اضطراب در قالب ساخت شخصیت چه معنائی دارد باید با پویایی ساخت شخصیت به گونه ای که در اصلاحات تجربی جدید بیان شده است ، آشنائی کافی داشت .

خلاصه ای از ساخت های شخصیت که بر اثر تحلیل عوامل به دست آمده اند در حد پنج عامل مورد نظر ، در اینجا ذکر می گردد:

### ۱- تحول هشیاری نسبت به خود: Q۳

این عامل ظاهرآ درجه انگیزش برای یکپارچه کردن رفتار فردی است در حول و حوش احساس از خویشتن که پذیرفته و هشیار است و ضوابطی که از نظر اجتماعی مورد تأییداند.

فقدان این توحید یافته‌گی رفتار در حول و حوش مفهوم روشنی از خود ، همانطور که اشیاع های مرتبه دوم ( تقریباً ۰/۸ برای **Q3** نشان می دهند ، یکی از علل عمدۀ گسترش اضطراب است .  
بدین ترتیب ، نمرۀ مؤلفه **Q3** می تواند به منزلۀ اندازۀ درجه ای از اضطراب باشد که به ساخت های شخصیتی و عادات اجتماعی مورد تأیید ، وابسته است .

## ۲ نیروی من:

عامل **C** نشان دهنده مفهوم شناخته شده نیروی من است . یعنی ظرفیت مهار کردن بلا فاصله و بیان تنش ها به نحوی سازش یافته و واقع نگر .  
همبستگی منفی این عامل با مجموعه اضطراب دارای این معناست که یک من نگران همراه با دفاع های بسیار ، به وجود آورنده اضطراب است .

فرضیۀ دومی شاید برای تعیین این ارتباط علمی تر به نظر آید این است که یک تنش شدید اضطراب آمیز ، نوعی واپس روی به وجود می آورد و از تحول بهنجار از نیروی ممانعت می کند .

## ۳ گرایش پارانویائی:

دلیل همبستگی تمایل پارانویائی با اضطراب روشن نیست . شاید بتوان گفت که موقعیت اجتماعی مشکلی که بر اثر رفتار پارانویائی به وجود آمده است ، می تواند اضطراب را به وجود آورد یا ممکن است ، نمره ای که آزمودنی در این عامل به دست می آورد معرف مشارکت نایمنی اجتماعی در اضطراب باشد که به موازات گسترش دفعه های پارانویائی آشکار می گردد .

## ۴ گرایش به گنهکاری:

در سطح توصیفی ، عامل **O** به منزلۀ گنهکاری اضطراب آمیز افسرده وار تلقی گردیده است . این عامل می تواند به منزلۀ تمایل سرشتی به اضطراب باشد همچنین می تواند ، در اشکال افراطی ، به منزلۀ نشانگان افسرده گی ، خود متهم سازی و اضطراب به صورت در آمیخته جلوه گر شود که در پاره ای از بیماران بیمارستان های روانی مشاهده شده است . ویژگی اصلی آن یک احساس بی کفایتی ، اضطراب و افسرده گی ، همراه با تمایل به هر گونه احساس گنهکاری است . این مفهوم در اصطلاح فرویدی برابر با مفهوم اضطرابی است که بر اثر فشارهای فرمان به وجود آمده باشد .

## ۵ - تنش ادگی: Q4

این عامل به دلیل درجه همبستگی اش یکی از مهمترین مؤلفه ها است و به نظر می رسد می تواند نشانگر درجه اضطرابی باشد که بر اثر فشار بن ، یعنی به واسطه کشاننده های بیدار شده و نیازهای کام نایافته گوناگونی ، به وجود آمده است .

این عامل نشان دهنده رابطه مثبتی است که در اکثر سطوح ، بین اضطراب و نتیجه کار ، یافته شده است . تحریک اشتها جنسی ، نیاز حرمت ، و ترس از یک موقعیت ، در بین کشاننده هائی هستند که مبستگی مثبت آنها را با این مؤلفه یافته اند ، سطح آن از طریق تمايل به هیجان پذیری ، تنفس ، زود انگیختگی و عصبانیت آشکار می گردد .

### ۳-نکاتی درباره اجرای تست:

پس از ملاحظات مقدماتی لازم، برای برقرار کردن یک رابطه خوب با بیمار یا آزمودنی ، آزمونگر ورقه تست<sup>۱</sup> را در مقابل او قرار می دهد و از او می خواهد که آن را بر حسب دستوراتی که به منظور اجرای تست در اختیار او گزارده اند تکمیل کند. بدین ترتیب اجرای تست به صورت فردی و جمعی (با اقدامات احتیاطی مناسب به منظور اجتناب از تلقین یا نوشتن از روی دیگری ) امکان پذیراست. نباید به آزمودنی گفت که او به یک تست اضطراب پاسخ می دهد، بلکه باید از تست به عنوان ورقه " خود تحلیلگری " یاد کرد.

آزمونگر باید ضرورت صداقت در پاسخ دادن را مورد تأکید قرار دهد و نیز خاطر آزمودنی را از این بابت که نتایج محربانه اند آسوده سازد . پاسخ ها روی ورقه تست یادداشت می شوند و مدت پاسخ دادن برای فردی با ظرفیت خواندن متوسط در حدود پنج دقیقه است . به هر شخصی که وقت بسیار زیادی صرف پاسخ دادن می کند باید یادآور شد که " نخستین پاسخ " به هر سؤال مورد نظر است.

### ۴-دستور اجرا و پرسشنامه تست

#### الف: دستور اجرای تست

<sup>۱</sup> - پرسشنامه این تست باید با عنوان ورقه خود تحلیل گری ، به آزمودنی ارائه گردد.

در این ورقه، ۴۰ پرسش درباره مشکلاتی که غالباً افراد گاه به گاه در زندگی خود احساس می کنند، خواهید یافت.

برای آنکه بتوانید به فهم و درک مشکلات خود نائل شوید ، بهتر است که پاسخ خود را به سؤال با علامت زدن روی کلمه "بله" ، "نه" و جز آن ، صراحةً مشخص کنید ، تا توصیف مسائلی که شما می توانید داشته باشید، میسر گردد.

با دو مثال ساده، در آغاز به عنوان تمرین کار را شروع کنید همانطور که می بینید، هر سؤال در واقع به صورت یک جمله مطرح شده است . شما باید دور پاسخی که انتخاب کرده اید یک دایره بکشید تابه این ترتیب نشان دهید که آن جمله تا چه اندازه درباره شما صدق می کند.

حالا پاسخ خود را در مثال هایی که ارائه شده اند ، مشخص کنید :

مثال اول :

۱- من دوست دارم راه بروم بله گاهی نه  
پاسخی که در وسط قرار دارد برای موقعي است که شما نمی توانید با مشخص کردن پاسخ بله یا نه ، جواب قاطع بدهيد ، اما تا آنجا که ممکن است از اين پاسخ استفاده نکنيد .

مثال دوم :

۲- من ترجیح می دهم که یک شب را بگذرانم :  
الف- با صحبت با اشخاص  
ب- در سینما الف بین این دو ب  
تقریباً نیمی از سؤالاتی که خواهید دید به انتخاب بین الف و ب منجر می شود و ب همواره در سمت چپ قراردارد . به خاطر داشته باشید که شما فقط زمانی از پاسخ "بین این دو " یعنی "مردد " استفاده می کنید که انتخاب بین الف و ب برایتان غیر ممکن باشد .

حالا:

۱- هیچ سؤالی را بدون پاسخ نگذارید و به هر یک از سؤالات فقط یک جواب بدهيد . پاسخهای شما کاملاً محترمانه خواهند ماند.

۲- وقت خود را با تردید در انتخاب هدر ندهید . به سؤال بلا فاصله بحسب آنچه در همان لحظه فکر می کنید ( و نه هفتة گذشته یا معمولاً) پاسخ دهید . ممکن است که قبلاً به سؤالاتی مشابه پاسخ داده باشید، اما اینکه پاسخ شما باید مبین احساس کنونی شما باشد.

اغلب افراد کارشن را در پنج دقیقه به پایان می رسانند ، بعضی هم ده دقیقه وقت صرف می کنند .

ورقة خود را به محض اینکه به همه سؤالات جواب دادید، پس بدھید.

### ب: پرسنامه تست :

<b>Q۳(-)</b>	غلط	بین این دو	درست	۱- توجه من نسبت به اشخاص یا سرگرمی ها تقریباً به سرعت تغییر می کند.
	غلط	بین این دو	درست	۲- اگر اشخاص نظر خوبی به من ندارند این امر مانع آرامش فکری کامل من می شود .
	نه	بین این دو	بله	۳- دوست دارم نسبت به صحبت آنچه می خواهم بگویم کاملاً مطمئن باشم قبل از اینکه عقیده خود را ابراز کنم.
	هرگز	بندرت	گاهی	۴- تمایل دارم که خود را به دست احساسات حساست آمیز بسپارم.
	ب	بین این دو	الف	۵- اگر قرار باشد که زندگیم را دوباره شروع کنیم : الف- آن را به گونه ای متفاوت سازمان خواهم داد . ب- دلم می خواهد همانطور باشد که قبلاً بوده است.
	نه	بین این دو	بله	۶- والدینم را در مورد همه مسائل تحسین می کنم.
	غلط	بین این دو	درست	۷- اگر پاسخ "نه" بشنوم ناراحت می شوم حتی وقتی می دانم که آن چیزی که می خواهم غیر ممکن است.
<b>L</b>	غلط	بین این دو	درست	۸- در مورد درستکاری اشخاصی تردید می کنم که با من رفتاری دوستانه تراز آن دارند که انتظار داشته ام.
				۹- وقتی دستوراتی می دادند یا اطاعت مرا خواستار می شدند، والدینم ( یا کسانی که مرا بزرگ کرده اند):
	ب	بین این دو	الف	الف- همواره بسیار معقول بودند.
				ب- غالباً نامعقول بودند.
	غالباً	گاهی	بندرت	۱۰- نیاز من به دوستانم بیشتر از نیاز آنها به من است.

	بندرت	گاهی	همیشه	۱۱- من یقین دارم که می توانم نیروهایم را بسیج کنم تا بایک مشکل ناگهانی مقابله کنم.
	هرگز	گاهی	غالباً	۱۲- وقتی بچه بودم از تاریکی می ترسیدم.
	نه	مردد	بله	۱۳- دیگران گاهی به من می گویند که به آسانی هیجان را در صدایم و رفتارم نشان می دهم.
	ب	بین این دو	الف	۱۴- اگر اشخاص از ملاطفت من به طور ناشایسته استفاده کنند: الف- جریحه دار می شوم و کینه به دل می گیرم. ب- به زودی فراموش می کنم و می بخشم.
	هرگز	گاهی	غالباً	۱۵- انتقادات شخصی بسیاری از اشخاص مرا ناراحت می کنند به جای آنکه به من کمک کنند.
<b>Q۴</b>	غلط	بین این دو	درست	۱۶- برایم غالباً اتفاق می افتد که خیلی زود علیه اشخاص خشمگین شوم.
	غالباً	گاهی	بندرت	۱۷- احساس اضطراب می کنم ، مثل اینکه چیزی می خواهم بدون آنکه بدانم چیست .
	غلط	بین این دو	درست	۱۸- گاهی از خود می پرسم که آیا اشخاصی که با آنها صحبت می کنم به آنچه می گوییم واقعاً علاقمند هستند ؟
	غلط	بین این دو	درست	۱۹- من هرگز احساس مبهم ناراحتی هائی مانند دردهای نامعین ، اختلالات هاضمه ، احساس ضربان
	غلط	مردد	درست	قلب و غیره را نداشته ام.
	هرگز	بندرت	گاهی	۲۰- در موقع صحبت با بعضی اشخاص ، آنقدر ناراحت می شوم که به سختی جرأت حرف زدن دارم.
<b>Q۳(-)</b>	غلط	مردد	درست	۲۱- من بیشتر از اغلب اشخاص ، به هنگام انجام کاری ، نیرو مصرف می کنم، چون آن را با " تمام قوا " انجام می دهم .
	غلط	مردد	درست	۲۲- همواره به خودمی گویم که حواس پرت نباشم و جزئیات را فراموش نکنم.
	نه	بین این دو	بله	۲۳- هر اندازه موانع ، مشکل و ناخوشایند باشند من ایستادگی می کنم و هدف های نخستین خود را حفظ می کنم.
	نه	بین این دو	بله	۲۴- من در موقعیت های مشکل ، هیجان زده و سر درگم می شوم.

	نه	بین این دو	بله	۲۵- من گاه به گاه خواب هایی می بینم که خوابم را مختل می کنند .
	نه	بین این دو	بله	۲۶- من همواره به اندازه کافی نیرو دارم وقتی در مقابل مشکلات قرار می گیرم .
	غلط	مردد	درست	۲۷- گاهی خود را مجبور می بینم که چیزها را بدون دلیل موجه، بشمارم .
	غلط	مردد	درست	۲۸- غالب اشخاص تا حدی روحیه ای عجیب دارند هر چند مایل به پذیرفتن آن نیستند .
	نه	بین این دو	بله	۲۹- وقتی در مقابل دیگران مرتكب اشتباه می شوم می توانم آن را سریعاً فراموش کنم .
	نه	بین این دو	الف	۳۰- من احساس بد خلقی می کنم و نمی خواهم کسی را بینم: الف- گاهی ب- تقریباً همیشه
	گاهی	خیلی بندرت	هرگز	۳۱- در مقابل بد بیاری ها ، تقریباً به گریه می افتم .
	نه	بین این دو	بله	۳۲- حتی در میان جمع گاهی احساس تنهائی و بی ارزش بر من چیره می شود .
	هرگز	گاهی	غالباً	۳۳- به هنگام شب بیدار می شوم و بدليل اشتغالات فکری ، به سختی می توانم بخوابم .
	نه	بین این دو	بله	۳۴- مشکلاتی که برایم پیش می آیند هر چه باشند، معمولاً حالم کاملاً خوب است.
	نه	بین این دو	بله	۳۵- گاهی برای چیزهای بسیار کوچک ، احساس گناه یا پشیمانی می کنم .
	هرگز	گاهی	غالباً	۳۶- اعصابم آنقدر تحریک شده است که بعضی صدایا مثلاً صدای در ، به نظرم غیر قابل تحمل می آیند و مرتعشم می کنند.
	نه	بین این دو	بله	۳۷- اگر چیزی به شدت ناراحتم کند ، معمولاً آرامش را خیلی زود به دست می آورم.
	نه	بین این دو	بله	۳۸- تمایل به لرزیدن و یا عرق کردن دارم وقتی به کار مشکلی فکر می کنم که باید انجام دهم .

	نه	بین این دو	بله	۳۹- معمولاً به سرعت، در عرض چند دقیقه خوابم می برد ، وقتی به رختخواب می روم.
	غلط	مردد	درست	۴۰- گاهی دچار حالت تنفس یا ناآرامی می شوم وقتی به چیزهای فکر می کنم که اندکی پیش ، فکر را مشغول کرده و توجهم را به خود جلب کرده بوده اند .

## ۵- روش تصحیح و نمره گذاری

آزمونگری که پنجره تصحیح در اختیار ندارد می تواند پاسخ های آزمودنی را با مراجعه به فهرست نمره گذاری تصحیح کند . شماره ردیف های این فهرست با شماره ردیف های پرسشنامه مطابقت دارند .

امتیاز			سوال	امتیاز			سوال
۰	۱	۲		۰	۱	۲	
غلط	مردد	درست	۲۱	غلط	بین این دو	درست	۱
درست	مردد	غلط	۲۲	درست	بین این دو	غلط	۲
بله	بین این دو	نه	۲۳	بله	بین این دو	نه	۳
نه	بین این دو	بله	۲۴	هرگز	بندرت	گاهی	۴
نه	بین این دو	بله	۲۵	ب	بین این دو	الف	۵
بله	بین این دو	نه	۲۶	بله	بین این دو	نه	۶
غلط	مردد	درست	۲۷	غلط	بین این دو	درست	۷
غلط	مردد	درست	۲۸	غلط	بین این دو	درست	۸
بله	بین این دو	نه	۲۹	الف	بین این دو	ب	۹
الف	بین این دو	ب	۳۰	بندرت	گاهی	غالباً	۱۰
هرگز	بندرت	گاهی	۳۱	همیشه	غالباً	بندرت	۱۱
نه	بین این دو	بله	۳۲	هرگز	گاهی	غالباً	۱۲
هرگز	گاهی	غالباً	۳۳	نه	مردد	بله	۱۳
بله	بین این دو	نه	۳۴	الف	بین این دو	ب	۱۴
نه	بین این دو	بله	۳۵	هرگز	گاهی	غالباً	۱۵

هرگز	گاهی	غالباً	۳۶	غلط	بین این دو	درست	۱۶
درست	مردد	غلط	۳۷	بندرت	گاهی	غالباً	۱۷
نه	بین این دو	بله	۳۸	غلط	بین این دو	درست	۱۸
بله	بین این دو	نه	۳۹	درست	مردد	غلط	۱۹
غلط	بین این دو	درست	۴۰	هرگز	بندرت	گاهی	۲۰

پس از تعیین نمره های پاسخ های پرسشنامه ، باید مجموع نمره های ۲۰ پرسش نخست (از پرسش یک تا ۲۰) و ۲۰ پرسش بعدی (از ۲۱ تا ۴۰) را به طور جداگانه مشخص کنیم و سپس جمع کل نمره ها را به دست آوریم. نمره خامی که به دست می آید با مراجعه به جدول شماره ۱ به نمره های طراز شده تبدیل می گردد و بدین ترتیب موضع آزمودنی نسبت به عامل اضطراب مشخص می شود.<sup>۱</sup>

### جدول شماره ۱ - هنجار گزینی نمره کلی اضطراب

نمره های خام مردان	نمره های خام زنان	نمره طراز شده
۰-۱۰	۰-۱۴	۰
۱۱-۱۴	۱۵-۱۸	۱
۱۵-۱۹	۱۹-۲۳	۲
۲۰-۲۳	۲۴-۲۷	۳
۲۴-۲۷	۲۸-۳۱	۴
۲۸-۳۲	۳۲-۳۶	۵
۳۳-۳۶	۳۷-۴۰	۶
۳۷-۴۰	۴۱-۴۴	۷
۴۱-۴۵	۴۵-۴۹	۸
۴۶-۴۹	۵۰-۵۳	۹
۵۰-۸۰	۵۴-۸۰	۱۰

سپس با مراجعه به جدول شماره ۲ ، جمع نمره های آزمودنی را در هر محاسبه می کنیم و بر اساس جدول شماره ۳، نمره های خام مؤلفه های مختلف شخصیت را به نمره های طراز شده تبدیل می نمائیم.

<sup>۱</sup> - این جدول برای یک جمعیت آماری خارجی متشكل از ۳۲۰ آزمودنی تدوین گردیده است.

## جدول شماره ۲- تعداد و نمره های مواد مربوط به ۵ عامل نخستین شخصیت

عوامل نخستین شخصیت	تعداد مواد	نمرات موادی که معرف عوامل هستند
Q <sub>۳</sub> (-) فقدان توحید یافتنگی یا انسجام هشیاری نسبت به خود	۸	۱،۲،۳،۴،۲۱،۲۲،۲۳،۲۴
C(-) فقدان نیروی من یا نورزگرائی عمومی	۶	۵،۶،۷،۲۵،۲۶،۲۷
L نایمنی پارانویائی	۴	۸،۹،۲۸،۲۹
O گرایش به احساس گنهکاری	۱۲	۱۰،۱۱،۱۲،۱۳،۱۴،۱۵ ۳۰،۳۱،۳۲،۳۳،۳۴،۳۵
Q <sub>۴</sub> تنش ارگی (فساربُن)	۱۰	۱۶،۱۷،۱۸،۱۹،۲۰ ۳۶،۳۷،۳۸،۳۹،۴۰

## جدول شماره ۳- هنجارگزینی نمره های خام مؤلفه های اصلی شخصیت

نمره طراز شده	O	Q <sub>۴</sub>	L	C(-)	Q <sub>۳</sub> (-)	نمره طراز شده
۰	۰-۲	۰-۲	۰	-	۰	۰
۱	۳	۳	-	۰	۱	۱
۲	۴-۵	۴-۵	۱	۱	۲	۲
۳	۶	۶-۷	۲	۲	۳	۳
۴	۷-۸	۸	۳	۳	۴	۴
۵	۹	۹-۱۰	-	۴	۵	۵
۶	۱۰-۱۱	۱۱-۲۱	۴	۵	۶	۶
۷	۱۲-۱۳	۱۳	۵	۶	۷-۸	۷
۸	۱۴	۱۴-۱۵	۶	۷	۹-۱۰	۸
۹	۱۵-۱۷	۱۷۱۶	-	۸	۱۱	۹
۱۰	۱۸-۲۴	۱۸-۲۰	۷-۸	۹-۱۲	۱۲-۱۶	۱۰

سپس می توان در این آزمونگری ، تفسیرهای کیفی و بالینی را که بر اساس مشاهده درباره بیمار در لحظه به کار بستن تست یا نخستین جلسه مشورتی که پشت سر گذاشته است به دست آمده اند به نتایج افروز . و بالاخره می توان جدول نتایج را با افزودن خلاصه تشخیص که هم از داده های استاندارد شده تست و هم از کیفیات و واکنشهای گرد آوری شده در جلسه مشورتی منتج شده اند، کامل کرد.

پس می توان نمره نهائی آزمودنی را از بین سه نوع نمره ممکن ، انتخاب کرد:

۱ - فقط یک نمره که نمره کل اضطراب است : در بسیاری از موارد تنها داده مورد نیاز همین نمره است . این نمره جمع امتیازاتی است که از ۴۰ ماده تست به دست آمده اند . پس این نمره ، در عین حال مجموع دو نمره الف ( جمع ۲۰ پرسش اول ) و ب(جمع ۲۰ پرسش بعدی ) نیز هست .

۲ - تمایز بین دو نمره :

الف- اضطراب پنهان یا جمع امتیازات مربوط به مواد ۱ تا ۲۰  
ب- اضطراب آشکار یا نشانه ای که مجموعه امتیازات مواد ۲۱ تا ۴۰ است .  
۳ - تمایز بین پنج نمره ای که با ساختهای شخصیتی که در اضطراب مداخله دارند مطابقت می نماید ، یعنی عملاً امتیازاتی که برای مواد بخشهای  $Q^3(-)$  ،  $C(-)$  ،  $O.L$  و  $Q^4$  به دست آمده اند .  
نمره اول - یعنی طراز اضطراب کلی - مستلزم هیچ نوع تبیین یا توصیف اضافی نیست . نمره های دوم به منظور تعیین میزان هوشیاری یا عدم هوشیاری بیمار نسبت به اضطراب خویش است .  
تمایز سوم یعنی تمایز بین پنج مؤلفه به صورتی که در تصحیح خاطرنشان گردید ، تحقق می یابد .  
باید در اینجا خاطر نشان ساخت که روانشناسی که به این تمایز علاقمند است با به کار بستن تست ۱۶ عامل شخصیت که در آن هر عامل ب مبنای ۲۰ تا ۳۰ ماده مورد ارزشیابی قرار گرفته است ، اطلاعات بیشتری کسب خواهد کرد .

قابل ذکر است که از بین سه نمره یادشده ، نمره دوم در وضع کنونی برای تعیین رابطه کلی بین اضطراب پنهان و اضطراب آشکار به کار گرفته می شود و ارزش آن باید در پرتو تجربه بالینی درباره تست ، مورد تفسیر قرار گیرد . اما نمره های یک و سه به عکس باید پس از تغییر فوری آنها به نمره های طراز شده ، مورد تفسیر واقع شوند .

همچنین باید یادآور شد که نمره طراز شده ای که بین ۴ تا ۶ باشد، نشان دهنده درجه متوسط اضطراب است.

نمره ای که بین صفر تا ۳ باشد نشان دهنده شخصی آرام، بلغمی، پابرجا، راحت و تنفس زدوده است. تفاوت نمرات بر حسب تشخیص بالینی برای روان آزرده های مضطرب در جدول شماره ۴ آورده شده است.

نمره ای که ۷ یا ۸ باشد نشانگر شخصی است که ممکن است به طور مشخص یک روان آزرده مضطرب باشد.

و بالاخره نمره ۹ یا ۱۰ معرف فردی است که به وضوح، خواه به منظور اصلاح موقعیت خود خواه به منظور مشورت یا روان درمانگری به کمک نیاز دارد.

#### جدول شماره ۴- نتایج افراد بهنجار و روان آزرده<sup>۱</sup>

انحراف معیار	میانگین	تعداد	گروه
۱۱/۱۶	۲۶/۷۵	۷۹۵	بهنجاران
۱۲/۴۰	۳۸/۵۴	۱۵۴	روان آزردگان
۱۲/۸۰	۴۴/۷۵	۵۹	هیستریک های مضطرب

#### جدول شماره ۵- تفاوت های معنادار بین گروه بهنجار و گروه های روان آزرده

خطای معیار تفاوت	تفاوت	گروه ها
<.001	۱۱/۷۹	بهنجاران، روان آزردگان
<.001	۱۸/۰۰	بهنجاران، هیستریک ها
<.001	۶/۲۱	روان آزردگان، هیستریک ها

همانطور که بر اساس جدول شماره مشاهده می شود و نیز همانطور که معلومات روان شناختی در این زمینه امکان پیش بینی آن را می داد روان آزردگی و اضطراب، مشابه یکدیگر نیستند بنابراین معتبرسازی یک مقیاس اضطراب نسبت به روان آزردگی فقط می تواند تا حدی مجاز باشد. چه، مشابهت کامل نمره در یک تست اضطراب و درجه روان ازردگی به ارزش آزمون، به منزله وسیله

<sup>۱</sup>- این نتایج مربوط به آزمودنی های آمریکائی هستند.

سنجهش اضطراب ، لطمہ وارد می آورد و نشان می دهد که تست مورد نظر وسیله ای برای سنجش روان آزردگی است (U.I.۲۳). بالعکس ، می توان انتظار داشت که بین روان آزردگی و اضطراب (رگه های اصلی U.I.۲۴ و U.I.۲۳) همبستگی بالائی وجود داشته باشد بخصوص وقتی بیمار مبتلا به هیستری اضطراب است ، معمولاً نمره بالائی در بعد اضطراب دارد.

## ۶- هنجارگزینی ایرانی

از آغاز سال ۱۳۶۷ با همکاری گروهی از دانشجویان رشته روانشناسی<sup>۱</sup> دانشگاه تهران در راه تعیین هنجار ایرانی برای تست اضطراب اقدام شد.

نمونه مورد آزمایش از دانشجویان سال تحصیلی ۱۳۶۷-۶۸ در حد دوره کارشناسی (لیسانس) از دانشکده های ادبیات و علوم انسانی ، حقوق ، فنی ، پزشکی ، هنرها ، داروسازی ، علوم تربیتی ، علوم اداری ، اقتصاد ، پرستاری ، الهیات ، علوم اجتماعی ، علوم و دامپزشکی انتخاب شد ، در این جمعیت ، تعداد جنس مذکور ۱۶۳۴۲ و تعداد جنس مؤنث ۸۵۳۲، یعنی جمماً ۲۴۸۹۴ بوده است که در گستره سنی ۱۸ تا ۳۰ سالگی قرار داشته اند .

اینک جداول شماره ۹، ۷، ۶ و ۹ را که بر اساس آزمایش ۹۷۷ دانشجوی دانشگاه تهران فراهم شده اند ، ارائه می دهیم . این جداول نمره های طراز شده عوامل اضطرابی (زنان) ، نمره های طراز شده عوامل اضطرابی (مردان) ، میانگین های عوامل اضطرابی و انحراف معیارهای عوامل اضطرابی را به ترتیب نشان می دهند .

<sup>۱</sup>- از خانم ها منیزه پورنوروز ، بیتا نصرتیان ، فرزانه زمانی ، زبیده آریافر ، زبیده میرطاهری ، سیمین اسلامی ، سیده فائزه تهجدی و آقای فردین شاداب دانشجویان رشته روانشناسی دانشگاه تهران و آقای محمد تقی دلخوش لیسانسیه روانشناسی دانشگاه تهران که در این پژوهش ما را صمیمانه یاری داده اند ، سپسگزاریم.

**جدول ۶ شماره- نمره های طراز شده عوامل اضطرابی (مؤنث)**

نمره های خام								نمره طراز شده
اضطراب کلی	اضطراب آشکار	اضطراب پنهان	Q <sub>4</sub>	O	L	C-	Q <sub>3-</sub>	
۰-۱۶	۰-۶	۰-۸	۰-۲	۰-۴	۰-۱	۰-۱	۰	۰
۱۷-۲۰	۷-۹	۹-۱۰	۳-۴	۵	۲	۲	-	۱
۲۱-۲۶	۱۰-۱۲	۱۱-۱۲	۵	۶-۷	-	۳	۱	۲
۲۷-۳۱	۱۳-۱۵	۱۳-۱۵	۶-۷	۸-۹	۳	۴	۲	۳
۳۲-۳۵	۱۶-۱۷	۱۶-۱۷	۸-۹	۱۰-۱۱	۴	۵	۳-۴	۴
۳۶-۴۰	۱۸-۲۰	۱۸-۲۰	۱۰-۱۱	۱۲	-	۶	۵	۵
۴۱-۴۴	۲۱-۲۳	۲۱-۲۲	۱۲-۱۳	۱۳-۱۴	۵	۷-۸	۶	۶
۴۵-۴۹	۲۴-۲۵	۲۳-۲۵	۱۴	۱۵	۶	۹	۷	۷
۵۰-۵۳	۲۶-۲۷	۲۶-۲۷	۱۵-۱۶	۱۶-۱۷	-	۱۰	۸-۹	۸
۵۴-۵۷	۲۸-۳۰	۲۸-۲۹	۱۷-۱۸	۱۸	۷	۱۱	۱۰	۹
۵۸-۸۰	۳۱-۴۰	۳۰-۴۰	۱۹-۲۰	۱۹-۲۴	۸	۱۲	۱۱-۱۶	۱۰

## جدول ۷ شماره- نمره های طراز شده عوامل اضطرابی (مذکور)

نمره های خام								نمره طراز شده
اضطراب کلی	اضطراب آشکار	اضطراب پنهان	Q <sub>4</sub>	O	L	C-	Q <sub>3-</sub>	
۰-۱۷	۰-۶	۰-۹	۰-۲	۰-۴	۰-۱	۰-۱	۰	۰
۱۸-۲۱	۷-۸	۱۰-۱۱	۳-۴	۵-۶	۲	۲	۱	۱
۲۲-۲۶	۹-۱۱	۱۲-۱۳	۵	۷	-	۴	۲	۲
۲۷-۳۱	۱۲-۱۴	۱۴-۱۵	۶-۷	۸	۳	۴	۳	۳
۳۲-۳۵	۱۵-۱۷	۱۶-۱۸	۸-۹	۹-۱۰	۴	۵	۴	۴
۳۶-۴۱	۱۸-۱۹	۱۹-۲۰	۱۰-۱۱	۱۱-۱۲	۵	۶	۵-۶	۵
۴۲-۴۵	۲۰-۲۲	۲۱-۲۳	۱۲	۱۳	-	۷	۷	۶
۴۶-۴۹	۲۳-۲۵	۲۴-۲۵	۱۳-۱۴	۱۴-۱۵	۶	۷	۸	۷
۵۰-۵۴	۲۶-۲۸	۲۶-۲۸	۱۵-۱۶	۱۶	۷	۹	۹-۱۰	۸
۵۵-۵۷	۲۹-۳۰	۲۹-۳۰	۱۷	۱۷	-	۱۰	۱۱	۹
۵۸-۸۰	۳۱-۴۰	۳۱-۴۰	۱۸-۲۰	۱۸-۲۴	۸	۱۱-۱۲	۱۲-۱۶	۱۰

## جدول شماره ۸ - میانگین های عوامل اضطرابی

اضطراب کلی	اضطراب آشکار	اضطراب پنهان	Q <sub>4</sub>	O	L	C-	Q <sub>3-</sub>	عوامل نوع جنس
۳۸/۱۵	۱۸/۵۰	۱۹/۶۵	۱۰/۳۰	۱۱/۴۵	۴/۶۵	۶/۱۰	۵/۶۰	مذکور
۳۷/۸۰	۱۹/۰۰	۱۸/۸۰	۱۰/۳۵	۱۲/۰۰	۴/۲۵	۶/۳۰	۴/۸۵	مؤنث

## جدول شماره ۹ - انحراف معیارهای عوامل اضطرابی

اضطراب کلی	اضطراب آشکار	اضطراب پنهان	Q <sub>4</sub>	O	L	C-	Q <sub>3-</sub>	عوامل نوع جنس
۱۱/۲۹	۶/۶۱	۵/۷۶	۴/۰۷	۳/۶۵	۱/۶۳	۲/۳۸	۳/۰۴	مذکور
۱۱/۳۵	۶/۴۹	۵/۹۴	۴/۲۲	۳/۷۸	۱/۵۸	۲/۶۳	۲/۷۷	مؤنث