

پرسشنامه اضطراب بک

Beck anxiety inventory (BAI)

لطفاً هر عبارت را به دقت بخوانید و مشخص کنید که در خلال هفته ی گذشته تا امروز چقدر از آن علامت در رنج بوده اید. پاسخ خود را به صورت ضربدر (*) در ستون مقابل هر ماده مشخص کنید.

شدید (نمی توانستم آن را تحمل کنم)	متوسط (خیلی ناخوشایند بود اما تحمل کردم)	خفیف (زیاد ناراحتم نکرده است)	اصلاً	ماده های آزمون
				۱- کرختی و گز گز شدن (مورمور شدن)
				۲- احساس داغی (گرما)
				۳- لرزش در پاها
				۴- ناتوانی در آرامش
				۵- ترس از وقوع حادثه ی بد
				۶- سرگیجه و منگی
				۷- تپش قلب و نفس نفس زدن
				۸- حالت متغیر (بی ثبات)
				۹- وحشت زده
				۱۰- عصبی
				۱۱- احساس خفگی
				۱۲- لرزش دست
				۱۳- لرزش بدن
				۱۴- ترس از دست دادن کنترل
				۱۵- به سختی نفس کشیدن
				۱۶- ترس از مردن
				۱۷- ترسیده (حالت ترس)
				۱۸- سوء هاضمه و ناراحتی در شکم
				۱۹- غش کردن (از حال رفتن)
				۲۰- سرخ شدن صورت
				۲۱- عرق کردن (نه در اثر گرما)

ارزیابی علایم اضطراب در تشخیص گذاری ها و درمان از اهمیت خاصی برخوردار است. هر چند مقیاس های زیادی تا کنون با توجه به دیدگاه های مختلف پدید آمده است (مثل کاستلو، ۱۹۶۷- اندلر، ۱۹۹۱-زونگ، ۱۹۶۵) اما بررسی این مقیاس ها نشان می دهد که احتمالاً مشکلاتی در مفهوم سازی نظری و ویژگی های روش شناختی آنها وجود دارد (دابسون، ۱۹۸۵-مندلز و همکاران، ۱۹۷۲). با توجه به این مشکلات آیرون برگ و همکارانش (۱۹۹۰). پرسشنامه اضطراب بک (BAI) را معرفی کردند که به طور اختصاصی علایم شدت اضطراب بالینی را در افراد می سنجد.

پرسشنامه اضطراب بک، یک پرسشنامه خود گزارشی است که برای اندازه گیری شدت اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان تهیه شده است.

اعتبار و روایی:

مطالعات انجام شده نشان می دهند که این پرسشنامه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. ضریب همسانی درونی آن (ضریب آلفا) ۰/۹۲. اعتبار آن با روش باز آزمایی به فاصله یک هفته ۰/۷۵. و همبستگی ماده های آن از ۰/۳۰ تا ۰/۷۶. متغیر است. پنج نوع روایی محتوا، همزمان، سازه، تشخیصی و کاملی، برای این آزمون سنجیده شده است که همگی نشان دهنده کارایی بالای این ابزار در اندازه گیری شدت اضطراب می باشد (بک و همکاران، ۱۹۸۸).

برخی تحقیقات در ایران در مورد خصوصیات روانسنجی این آزمون انجام گرفته است به عنوان مثال غرای (۱۳۷۲) ضریب اعتبار آن را با روش باز آزمایی و به فاصله دو هفته ۰/۸۰. گزارش

کرده است. همچنین کاویانی و موسوی (۱۳۸۷) در بررسی ویژگی های روانسنجی این آزمون در جمعیت ایرانی ضریب روایی در حدود ۰/۷۲. و ضریب اعتبار آزمون - آزمون مجدد به فاصله یک ماه را ۰/۸۳. و آلفای کرونباخ ۰/۹۲. را گزارش کرده اند.

نمره گذاری و تفسیر نمرات:

این پرسشنامه یک مقیاس ۲۱ ماده ای است که آزمودنی در هر ماده یکی از چهار گزینه ای را که نشان دهنده شدت اضطراب او است را انتخاب می کند. چهار گزینه هر سوال در یک طیف چهار بخشی از صفر تا سه نمره گذاری می شود. هر یک از ماده های آزمون یکی از علایم شایع اضطراب (ذهنی، بدنی و هراس) را توصیف می کند. بنابراین نمره کل این پرسشنامه در دامنه ای از صفر تا ۶۳ قرار می گیرد. نقاط برش پیشنهاد شده برای این پرسشنامه در جدول زیر آمده است.

تعیین درجات اضطراب در پرسشنامه ی اضطراب بک	
نمرات	درجه ی اضطراب
۰ - ۷	هیچ یا کمترین حد
۸ - ۱۵	خفیف
۱۶ - ۲۵	متوسط
۲۶ - ۶۳	شدید

منابع:

- غرایبی، بنفشه. (۱۳۷۲). بررسی پاره‌ای از الگوهای شناختی در بیماران مبتلا به همبودی اضطراب و افسردگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی. انیستیتو روان‌پزشکی تهران.
- کاویانی، حسین؛ موسوی، اشرف سادات. (۱۳۷۸). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه اضطراب بک در طبقات سنی و جنسی جمعیت ایرانی. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران. ۶۶ (۲) ۱۴-۱۳۶.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-897.
- Beck, AT, Steer, RA. (1990). *The Beck Anxiety Inventory Manual*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Costello, C.G, Comrey, A.L. (1967). Scales for measuring depression and anxiety. *J Psychol*; 66: 303-13.
- Endler, N.S, Edwards ,J.M, Vitelli, R. (1991). *Endler Multidimensional Anxiety Scale s-Trait*. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Dobson, KS. (1985). The relationship between anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*; 5: 307-2.
- Mendels, J; Weinstein, N; Cochrane, C. (1972). The relationship between depression and anxiety. *Arch Gen Psychiatry*; 27: 649-53.
- Zung, W.W.K. (1965). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics*; 12: 371-9.