

المملكة العربية السعودية
وزارة الصحة
مديرية الشؤون الصحية بالطائف
مستشفى الصحة النفسية بالطائف

سلسلة مقاييس مستشفى لطائف

① مقياس القلق



إعداد

الدكتور فهد عبدالله الدليم
الدكتور فاروق سيد عبد السلام
الدكتور يحيى محمد مهني
الأستاذ عبدالغزير عبدالرحمن الفته

مدير مستشفى الصحة النفسية بالطائف
كلية التربية - جامعة أم القرى
كلية التربية - جامعة أم القرى
مستشفى الصحة النفسية بالطائف

الطائف
١٤١٣ - ١٩٩٣

تطبيق المقياس

تشتمل فقرات مقياس الطائف للقلق على (٤٧) عبارة وقد صمم مقياس القلق بحيث يتمكن المفحوص ذاته من تطبيقه ، ولذلك يمكن تطبيقه فرديا أو جماعيا ، وتستغرق الاجابة على المقياس ١٠ دقائق في المتوسط لطلاب الجامعة ومن في مثلهم ، وقد يحتاج المفحوصين من ذوي التعليم المنخفض أو المضطربين انفعاليا لضعف ذلك الوقت بحيث يستغرق في المتوسط ٢٠ دقيقة .

هذا ويجب على الفاحص أن لا يستخدم مصطلح القلق عند تطبيق المقياس ويمكن أن يشار الى المقياس على أنه قائمه لتقويم الذات أو ماشابه ذلك . كما يتعين على الفاحص أن يقيم علاقة ألفة بينه وبين المفحوص عند اجراء التطبيق حتى لاتزيف الاجابة من قبل المفحوصين ، حيث أن كثيرا من الفقرات التي يحتويها المقياس تشتمل على صفات سلبية في الشخصية تعبر عن النقص والعجز مثل (ينظر الناس الىّ على انني غير طبيعي) أو (فقدت اهتمامي ومشاعري الجنسية) ولذا فقد ينكر البعض هذه الصفات باعتبارها علامة عجز ونقص وضعف ، وأحيانا يحاول المفحوص اختيار الاجابة المستحسنه اجتماعيا لرغبته في أن تبدو صورته حسنة أمام الفاحص ، لذا يجب على الفاحص أن يخبر المفحوص قبل التطبيق بأن استجابته الصريحة ستمكن المتخصص من أن يعينه على حل مشاكله ويكون أكثر نفعا له ، وان اجاباته ستظل في سرية تامة ولن تستخدم سوى لمصلحته كما يجب أن يطلع المفحوص على نتائج الفحص .

ونتوقع أن يلجأ المفحوصين الى تزيف اجاباتهم حتى يظهرون بصورة أفضل في حالة تطبيقه على الافراد الذين يتقدمون للوظائف وما شابه ذلك

ولهذا يجب استخدام قائمة لكشف الكذب مثل قائمة (ل) من مقياس مينسوتا المتعدد الأوجه (M.M.P.I) ونتوقع أن الدرجات المرتفعة على قائمة الكذب يقابلها درجات منخفضة في مقياس القلق .

وتوجد تعليمات تطبيق المقياس على الصفحة الأولى من المقياس وفهم هذه التعليمات من قبل المفحوص يعطي درجة كبيرة من صدق المقياس ولذا فإن على الفاحص أن يتأكد من أن المفحوص قد فهم تماما كيف يستجيب لفقرات المقياس .

وفي حالة تطبيق المقياس على مجموعات متجانسة يتطلب منهم قراءة التعليمات بصمت ، ويقوم الفاحص بقراءة التعليمات بصوت عال ، ويعطي الفرصة للمفحوصين لتوجيه الأسئلة والاستفسار كما يطلب منهم عدم ترك أي عبارة دون اجابة ، كما يطلب منهم وضع علامة (x) أمام العبارة وتحت البنود (دائما - أحيانا - نادرا - ابدا) وهي التي تمثله أو تنطبق عليه تماما .

تصحيح المقياس

يتم تصحيح المقياس في إتجاه درجة القلق أي أن الدرجات العالية في هذا المقياس تدل على درجة عالية من القلق لدى المفحوص والعكس صحيح ، هذا وتعطى الدرجات التالية لاستجابات المفحوص على كل عبارة من عبارات المقياس .

دائما = ٤

أحيانا = ٣

نادرا = ٢

أبدا = ١

وذلك باستثناء العبارات أرقام (١ - ٢٥ ± ٣١ - ٣٣ - ٣٥ - ٣٦ - ٣٧ - ٤٠ - ٤٥) فان التصحيح يتم فيها بصورة معاكسه وذلك على النحو التالي

١	=	دائما
٢	=	أحيانا
٣	=	نادرا
٤	=	أبدا

ولحساب درجة المفحوص تجمع الدرجات التي حصل عليها من جميع العبارات ثم مقارنتها بالجدول المعيارية طبقا للحالة التي تنطبق عليه .

استخدامات المقياس

تم تصميم وتقنين هذا المقياس لكي يخدم أحد هذه الاغراض أو كلها :

- ١ - التشخيص الاكلينيكي للحالات المرضية وتحديد درجة القلق .
- ٢ - البحوث العلمية .
- ٣ - الدراسات والبحوث التي تتصل بالقلق سواء في صورته المرضية أم السوية .
- ٤ - يفيد هذا المقياس في الاختيار المهني لتلك المهن التي تتطلب حدا أدنى من الاضطراب والقلق أثناء أدائها .

الدرجات المعيارية

تم حساب الدرجات المعيارية للمقياس بطريقتين :

- أولا : - الدرجات التائية باعتبارها درجة معيارية متوسطها ٥٠ درجة وانحرافها المعياري ١٠ وقد وضعت الجداول المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها على النحو التالي : -

- ١ - الدرجات لجميع أفراد عينة التقنين .
 - ٢ - الدرجات التائية بحسب العمر الزمني في المنطقة .
 - ٣ - الدرجات التائية بحسب العمر الزمني للذكور في المنطقة .
 - ٤ - الدرجات التائية بحسب العمر الزمني للإناث في المنطقة .
- (ارجع الى الشكل رقم (١) والجداول أرقام (١٠ - ٢٥))
- ثانيا : الدرجات المئينية وقد حسبت على النحو التالي :
- ١ - الدرجات المئينية للعينة الكلية بحسب الجنس .
 - ٢ - الدرجات المئينية لعينة المنطقة بحسب العمر الزمني .
- (راجع الجداول ٢٦ - ٣١)

هذا ويجب مراعاة الآتي بالنسبة للدرجات التائية .

- ١ - أن حصول المفحوص على درجة خام تقابل درجة تائية أقل من ٦٠ يعني أن القلق لديه في حدود السواء .
- ٢ - أن حصول المفحوص على درجة خام محصورة بين الدرجات التائية ٦٠ وأقل من الدرجة التائية ٧٠ يعني أن القلق عنده مرتفع ولكن لا يصل الى المرحلة المرضية باعتباره عرضا أو مرضا .
- ٣ - أن حصول المفحوص على درجة خام تقابل الدرجة التائية ٧٠ أو أكثر تعني انه يعاني من القلق باعتباره مرضا أو عرضا لأمراض أخرى .

جدول رقم (١٠)

الدرجة ت والدرجة الخام المقابله لها للعينه الكلية لمقياس القلق

الدرجة الخام	الدرجة ت
٥٤	٣٠
٦٤	٣٥
٧٥	٤٠
٨٦	٤٥
٩٦	٥٠
١٠٧	٥٥
١١٨	٦٠
١٢٨	٦٥
١٣٩	٧٠
١٤٩	٧٥
١٦٠	٨٠

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
١ -	أشعر بالارتياح	١	٢	٣	٤
٢ -	جسمي يرتجف وخاصة أطرافني	٤	٣	٢	١
٣ -	أشعر بالتوتر في جسمي عند قيامي بأي مجهود	٤	٣	٢	١
٤ -	أشعر بالارهاق	٤	٣	٢	١
٥ -	يظهر على وجهي الحزن	٤	٣	٢	١
٦ -	يبدو على الارتباك	٤	٣	٢	١
٧ -	أبكي بسهولة	٤	٣	٢	١
٨ -	أشعر برغبة في الانتقام من الآخرين	٤	٣	٢	١
٩ -	أعرق بسهولة حتى في الايام الباردة	٤	٣	٢	١
١٠ -	يخفق قلبي في مواقف الارتباك	٤	٣	٢	١
١١ -	يادي وقدماي باردتان	٤	٣	٢	١
١٢ -	أشعر بجفاف في حلقى	٤	٣	٢	١
١٣ -	أشعر بزغله عندما أركز على شيء ما	٤	٣	٢	١
١٤ -	أشعر بالضيق عندما أسمع أصواتا عالية .	٤	٣	٢	١
١٥ -	ينتابني الضيق عندما أرى أضواء شديدة	٤	٣	٢	١
١٦ -	أشعر باضطراب في معدتي	٤	٣	٢	١
١٧ -	تصيبني نوبات من البرودة والحرارة في صدري	٤	٣	٢	١
١٨ -	يزداد عدد مرات تبولي عن المعدل الطبيعي	٤	٣	٢	١
١٩ -	أعاني من الاسهال	٤	٣	٢	١
٢٠ -	تصيبني نوبات من القىء والغثيان	٤	٣	٢	١
٢١ -	أشعر بكتمه في صدري مع صعوبة في التنفس	٤	٣	٢	١
٢٢ -	أجد صعوبة في ابتلاع الطعام	٤	٣	٢	١
٢٣ -	أعتقد بأنني مصاب بمرض القلب	٤	٣	٢	١
٢٤ -	تحدث لي نوبات من الصداع	٤	٣	٢	١

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
٢٥-	أشعر بالطمأنينة والامن	١	٢	٣	٤
٢٦-	أشعر بالخوف من أشياء عادية بسيطه	٤	٣	٢	١
٢٧-	أعتقد بأنني مصاب بالعديد من الامراض	٤	٣	٢	١
٢٨-	أخاف أن أفقد عقلي	٤	٣	٢	١
٢٩-	أشعر بقلق بسبب مكروه يحتمل حدوثه	٤	٣	٢	١
٣٠-	أعتقد أن الدنيا تعاملني معاملة حسنة	١	٢	٣	٤
٣١-	أتوقع أن يكون حظ الآخرين حسنا مثلي	١	٢	٣	٤
٣٢-	أعتقد بأنني عصبي المزاج	٤	٣	٢	١
٣٣-	أثق في نفسي	١	٢	٣	٤
٣٤-	أتأثر بالاحداث حتي لو بدت تافهة	٤	٣	٢	١
٣٥-	تبدو لي الحياة سهلة	١	٢	٣	٤
٣٦-	أستطيع تحمل مسئولية أي عمل يطلب مني	١	٢	٣	٤
٣٧-	تفكيري مركز	١	٢	٣	٤
٣٨-	من الصعب أن أركز ذهني في عمل ما	٤	٣	٢	١
٣٩-	نومي مضطرب ومتقطع	٤	٣	٢	١
٤٠-	أحلامي سعيدة	١	٢	٣	٤
٤١-	أشعر بأن نهايتي قريبة	٤	٣	٢	١
٤٢-	أنا سريع التأثر بالاحداث والمواقف	٤	٣	٢	١
٤٣-	أنا أكثر حساسية من معظم الناس	٤	٣	٢	١
٤٤-	قل وزني عما كنت عليه في السابق	٤	٣	٢	١
٤٥-	أشعر بسعادة كثيرة	١	٢	٣	٤
٤٦-	أياس وتهبط همتي بسهولة	٤	٣	٢	١
٤٧-	أعتقد أن ذاكرتي أصبحت ضعيفة وصرت كثير النسيان	٤	٣	٢	١