

مقیاس تنیدگی کووید-۱۹: پرسشنامه، روش اجرا و نمره‌گذاری

Covid-19 Stress Scale: Questionnaire, Instruction and Scoring

Sedigheh Heydari, PhD

صدیقه حیدری

Researcher of the Club of Young and Elite Researchers

پژوهشگر گرامی

مقیاس تنیدگی کووید-۱۹ (تیلور و دیگران، ۲۰۲۰) با ۳۶ ماده برای ارزیابی میزان تنیدگی افراد در دوره شیوع کووید-۱۹ در خصوص مواردی همچون ترس و خطر آلودگی^۱، ترس از پیامدهای اقتصادی^۲، بیگانه‌هراسی^۳، بررسی اجباری^۴، اطمینان خاطر و علائم تنیدگی آسیبزاه^۵ تدوین شده است. در پژوهش تیلور و دیگران (۲۰۲۰) داده‌ها از کانادا و ایالات متحده با استفاده از یک نظرسنجی خودگزارش‌دهی مبتنی بر اینترنت جمع‌آوری شده بود. نمونه نهایی شامل ۶۸۵۴ بزرگسال با دامنه سنی ۱۸ تا ۹۴ سال بود (ایالات متحده: ۳۳۷۵؛ کانادا: ۳۴۷۹). برای تعیین عامل‌های مقیاس از تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش متعامد^۶ استفاده شد و نتایج تحلیل عاملی اکتشافی ساختار پنج عاملی مقیاس را نشان داد. اعتبار ابزار نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برآورد شد که برای ۳۶ ماده بالاتر از ۰/۸۰ به دست آمد (تیلور و دیگران، ۲۰۲۰). روایی و اعتبار فرم فارسی این مقیاس در نمونه‌ای متشکل از ۵۴۰ نفر (مرد و زن) از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیکی تهران بررسی شد (حیدری، برزگر و آزادیکتا، ۲۰۲۱). نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و تحلیل عاملی تأییدی این مقیاس از برازش مطلوب ۵ عامل با حذف دو ماده ۱۵ و ۲۴ حمایت کرد.

1 - danger and contamination fears

2 - fears about economic consequences

3 - xenophobia

4 - compulsive checking

5 - reassurance seeking and traumatic stress symptoms

6 - varimax

پاسخ‌دهنده گرامی

لطفاً هر یک از عبارتهای زیر را به دقت بخوانید و با گذاشتن علامت یا در یکی از مربع‌ها مشخص کنید که هر عبارت تا چه حد در مورد شما صدق می‌کند. لطفاً به همه عبارتهای صادقانه پاسخ دهید.

نسخه انگلیسی	نسخه فارسی	عبارت	پاسخ				
			هرگز	گاهی	نظری ندارم	اغلب	همیشه
۱	۱	نگران ابتلا به ویروس بوده‌ام.					
۲	۲	نگران بوده‌ام که نتوانم خانواده‌ام را از ویروس در امان نگه دارم.					
۳	۳	نگران بوده‌ام که سیستم بهداشت و درمان ما قادر به محافظت از عزیزان من نخواهد بود.					
۴	۴	نگران بوده‌ام که سیستم بهداشت و درمان ما قادر به محافظت از من در برابر ویروس نیست.					
۵	۵	نگران بوده‌ام که بهداشت عمومی (مثلاً شستشوی دست) برای محافظت از من در برابر ویروس کافی نیست.					
۶	۶	نگران بوده‌ام که فاصله‌گذاری اجتماعی کافی نیست تا من را از ویروس در امان نگه دارد.					
۷	۷	نگران تمام شدن مواد غذایی فروشگاه‌های مواد غذایی بوده‌ام.					
۸	۸	نگران بوده‌ام که فروشگاه‌ها یا عطاری‌هایی که دارای داروهای تقویتی هستند، بسته شوند.					
۹	۹	در مورد اتمام پاک‌کننده‌ها و یا مواد ضدعفونی‌کننده در فروشگاه‌ها، نگران بوده‌ام.					
۱۰	۱۰	نگران بوده‌ام که توصیه‌های درمانی سرماخوردگی و آنفولانزا در عطاری‌ها یا فروشگاه‌ها تمام شوند.					
۱۱	۱۱	نگران بوده‌ام که مایعات یا آشامیدنی‌های موجود در فروشگاه‌های مواد غذایی به اتمام برسد.					
۱۲	۱۲	نگران بوده‌ام که داروهای تجویزی داروخانه‌ها تمام شوند.					
۱۳	۱۳	نگران بوده‌ام که خارجی‌ها در کشور من ویروس را منتشر کنند.					
۱۴	۱۴	اگر به رستورانی یا تخصص در در غذاهای خارجی بروم، نگران ابتلا به ویروس خواهم شد.					
۱۵	۱۶	اگر با شخصی از کشور خارجی آشنا شوم، نگران هستم که ویروس داشته باشد.					
۱۶	۱۷	اگر من با گروهی از غریبه‌ها در آسانسور باشم، نگرانم که آن‌ها به این ویروس آلوده باشند.					
۱۷	۱۸	نگران هستم که خارجی‌ها ویروس را پخش کنند، زیرا آن‌ها به اندازه ما تمیز نیستند.					
۱۸	۱۹	نگران هستم که اگر در فضای عمومی به چیزی (مثلاً نرده، دسته درب) دست بزنم، ویروس را بگیرم.					
۱۹	۲۰	نگران هستم که اگر کسی در نزدیکی من سرفه یا عطسه کند، ویروس را بگیرم.					
۲۰	۲۱	نگران هستم که افراد اطراف من، مرا به ویروس آلوده کنند.					
۲۱	۲۲	نگران تغییر در معاملات نقدی (جابجایی پول نقد) هستم.					
۲۲	۲۳	نگران این هستم که ویروس را از دست زدن به پول یا استفاده از دستگاه عابربانک یا کارت‌خوان بگیرم.					

نسخه انگلیسی	نسخه فارسی	عبارت	پاسخ			
			هرگز	گاهی	نظری ندارم	اغلب همیشه
۲۶	۲۴	در طول هفت روز گذشته، تصاویر ذهنی مزاحم در مورد ویروس بر خلاف میل من، به ذهنم خطور می‌کرد.				
۲۷	۲۵	در طول هفت روز گذشته، در خواب مشکل داشتم زیرا نگران ویروس بوده‌ام.				
۲۸	۲۶	در طول هفت روز گذشته، در حالی که هدفم فکر کردن به ویروس نبود، به آن فکر می‌کردم.				
۲۹	۲۷	در طول هفت روز گذشته، تذکرات در مورد ویروس باعث می‌شد که من واکنش‌های جسمانی مانند عرق کردن یا ضربان قلب را داشته باشم.				
۳۰	۲۸	طی هفت روز گذشته، رویاهای بد در مورد ویروس داشتم.				
۳۱	۲۹	در طول هفت روز گذشته، در اینترنت برای درمان کووید-۱۹ جست‌وجو می‌کردم.				
۳۲	۳۰	برای مشاوره در مورد کووید-۱۹ با متخصصان بهداشت (مانند پزشکان یا داروسازان) صحبت کردم.				
۳۳	۳۱	در طول هفت روز گذشته، ویدیوهای YouTube درباره کووید-۱۹ را مشاهده کردم.				
۳۴	۳۲	در طول هفت روز گذشته، بدن خود را از نظر علائم عفونت (مثلاً گرفتن درجه حرارت) بررسی کردم.				
۳۵	۳۳	در طول هفت روز گذشته، در جست‌وجوی دلیلی برای اطمینان از دوستان یا خانواده در مورد کووید-۱۹ بودم.				
۳۶	۳۴	در طول هفت روز گذشته، پست‌های رسانه‌های اجتماعی در مورد کووید-۱۹ را می‌خواندم.				

روش نمره‌گذاری

پاسخ‌ها در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۴) درجه‌بندی شده است. در این مقیاس هیچ ماده‌ای نمره‌گذاری معکوس ندارد و همه ماده‌ها به صورت مستقیم نمره‌گذاری می‌شوند. عامل ترس و خطر آلودگی با ۱۱ ماده (۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳)، عامل ترس از پیامدهای اقتصادی با ۶ ماده (۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲)، عامل بیگانه‌هراسی با ۵ ماده (۱۳، ۱۴، ۱۶، ۱۷، ۱۸)، عامل بررسی اجباری با ۶ ماده (۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶) و عامل اطمینان خاطر و علائم تنیدگی آسیب‌زا با ۶ ماده (۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰) ارزیابی می‌شود. نمره کل مقیاس از صفر تا ۱۴۴ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده تنیدگی بیشتر در هر زیرمقیاس و مقیاس کل است (تیلور و دیگران، ۲۰۲۰).

منابع

- Hydari, S., Barzegar, M., & Azadyekta, M. (2021). of Version Persian of Structure Factor of Survey Persian Version of Covid-19 Stress Scale Among Students. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologist*, 18 (69), 50-61.
- Taylor, S., Landry, C., Paluszek, M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. (2020). Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72, 102232.