

به نام خدا

## پرسشنامه هراس اجتماعی

اختلال هراس اجتماعی که در زبان فارسی به اختلال اضطراب اجتماعی یا اضطراب جمع نیز ترجمه شده است یکی از اختلالات اضطرابی محسوب می‌شود. این اختلال یکی از ناتوان کننده ترین اختلالات روانشناختی است که سبب مختل شدن شدید کارکرد اجتماعی فرد مبتلا می‌شود. در این اختلال قرار گرفتن فرد در موقعیت‌های اجتماعی سبب بروز علائم اضطراب از جمله تعریق، تپش قلب، گر گرفتگی، لرزش، خشکی حلق و دهان و .. می‌گردد. پرسشنامه های بسیاری برای سنجش هراس اجتماعی تدوین شده‌اند که یکی از معروف ترین آنها پرسشنامه هراس اجتماعی کانور (SPI) است.

پرسشنامه هراس اجتماعی در سال ۲۰۰۰ توسط کانور و همکارانش به منظور ارزیابی اضطراب اجتماعی طراحی شد. پرسشنامه مذکور سه حیطه بالینی هراس اجتماعی یعنی ترس، اجتناب و علائم فیزیولوژیکی این اختلال را می‌سنجد. از مزیت‌های این پرسشنامه کوتاه بودن و سادگی نمره‌گذاری آن است که سبب می‌شود بتوان از آن به سهولت و بر روی جمعیت‌های بزرگ همانند دانشجویان استفاده کرد. یکی از موارد استفاده این پرسشنامه آزمودن پاسخ به درمان در مبتلایان به اختلال اضطراب اجتماعی است.

## نمره گذاری و تفسیر

پرسشنامه هراس اجتماعی کانور (SPI) یک مقیاس خودسنجی شامل ۱۷ ماده است و از سه زیر مقیاس فرعی ترس (۶ ماده)، اجتناب (۷ ماده) و ناراحتی فیزیولوژیک (۴ ماده) تشکیل می شود. نمره گذاری این مقیاس بر اساس مقیاس لیکرت پنج درجه ای بوده و امتیاز هر کدام از گزینه ها به شرح زیر است:

خیلی زیاد	زیاد	تاحدودی	کم	اصلا	گزینه
۴	۳	۲	۱	۰	امتیاز

براساس نتایج به دست آمده برای تفسیر نمرات، نقطه برش ۴۰ با کارایی دقت تشخیص ۸۰ درصد و نقطه برش ۵۰ با کارایی ۸۹ درصد، افراد مبتلا به هراس اجتماعی را از افراد غیرمبتلا متمایز میکند). فتحی آشتیانی، (۱۳۸۸).

## روایی و پایایی

این پرسشنامه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. اعتبار آن با روش باز آزمایی در گروه هایی با تشخیص اختلال هراس اجتماعی برابر با ۷۸/۰ تا ۸۹/۰ بوده و ضریب همسانی درونی آن (آلفای کرونباخ) در یک گروه بهنجار ۹۴/۰ گزارش شده است. همچنین برای مقیاس های فرعی ترس ۸۹/۰، اجتناب ۹۱/۰ و ناراحتی فیزیولوژیک ۸۰/۰ گزارش شده

است. روایی سازه در مقایسه نتایج این آزمون در دو گروه از آزمودنی های با تشخیص اختلال هراس اجتماعی و آزمودنیهای گروه افراد بهنجار بدون تشخیص روانپزشکی بررسی شد که تفاوت معناداری با هم نشان دادند که این خود حاکی از اعتبار بالای آن است (سلاجقه و بخشانی، ۱۳۹۳).

لطفا جملات زیر را بخوانید و مشخص کنید مسائل مطرح شده زیر طی هفته گذشته تا چه میزانی برای شما مشکل ایجاد کرده است. برای هر مورد تنها یکی از گزینه های مقیاس زیر را انتخاب کنید.

اصلا ... کم ... تا حدی ... زیاد ... خیلی زیاد

1. من از افراد صاحب قدرت می ترسم.
2. از این که جلوی مردم سرخ شوم ناراحت هستم.
3. مهمانی ها و گردهمایی ها مرا می ترساند.
4. من از صحبت کردن با افرادی که نمی شناسم، اجتناب می کنم.
5. مورد انتقاد قرار گرفتن خیلی مرا می ترساند.
6. ترس از دستپاچه شدن موجب می شود تا از انجام کارها یا صحبت کردن با افراد اجتناب کنم.
7. عرق کردن در برابر دیگران مرا آشفته می کند.
8. از رفتن به مهمانی ها اجتناب می کنم.
9. از فعالیت هایی که در آنها مرکز توجه باشم، اجتناب می کنم.
10. صحبت کردن با غریبه ها مرا می ترساند.
11. من از صحبت در حضور جمع اجتناب می کنم.
12. من همه کار انجام می دهم تا مورد انتقاد قرار نگیرم.

13. زمانی که با مردم هستم تپش قلب مرا ناراحت می کند.
14. وقتی دیگران مرا زیر نظر دارند، از انجام کارها دچار ترس می شوم.
15. احساس خجالتی بودن یا احمق به نظر رسیدن از جمله ترس های جدی من است.
16. از صحبت کردن با فردی که صاحب قدرت و مقام است ، اجتناب می کنم.
17. دچار لرزش شدن در جلوی دیگران برایم ناراحت کننده است.
- فتحی آشتیانی ، علی . آزمون های روان شناختی - ارزشیابی شخصیت و سلامت روان . انتشارات بعثت . 1388
- افضلی، محمد حسن . (1387) . بررسی سبک ها و مکانیزم های دفاعی افراد مبتلا به اختلال وسواس - بی اختیاری اضطراب تعمیم یافته و اختلال هراس اجتماعی . پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت مدرس

