

# سیاهه‌های اضطراب حالت - صفت (STAI)

## سیاهه‌ی اضطراب حالت - صفت (STAI)

ساخت STAI در سال ۱۹۶۴ تنها با یک مجموعه از ماده‌هایی شروع شد که با تغییر عبارت‌هایی برای سنجش اضطراب صفت یا اضطراب حالت به کار می‌رفت (فرم الف). در راهنمای آزمون اضطراب حالت، از مراجع خواسته می‌شد که به پرسش‌های آزمون مطابق با احساسی که «هم اکنون» دارد پاسخ دهد اما طبق راهنمای اضطراب صفت، از وی خواسته می‌شد که بر حسب احساس همیشگی خود به محتوای پرسش‌ها پاسخ گوید (مارنات، ۲۰۰۳، ترجمه‌ی شریفی و نیکخو، ۱۳۸۷).

ارزیابی‌های بعدی در فرم الف نشان داد که صرفاً عبارت راهنمای آزمون برای حذف معنای صفت بودن برخی ماده‌ها کافی نیست. در نتیجه، فرم دیگری

اضطراب دو نوع است: **اضطراب حالت** یک واکنش هیجانی است که از موقعیتی به موقعیت دیگر تفاوت می‌کند. **اضطراب صفت** یک ویژگی شخصیتی است که فراوانی و شدت واکنش هیجانی شخص نسبت به فشار را منعکس می‌کند و از این نظر بین مردم تفاوت آشکاری وجود دارد. اضطراب صفت، خصیصه‌ی شخص است نه ویژگی موقعیتی که شخص با آن روبه‌روست (شریفی، ۱۳۷۶).

علاقه‌ی چارلز دی. اشپیل برگر به این دو نوع اضطراب سبب شد که نظریه‌ی حالت - صفت را تدوین کند که آن هم به نوبه‌ی خود به تدوین سیاهه‌ی اضطراب حالت - صفت منجر شد.

**کلیدواژه‌ها:** فشارروانی، اضطراب، اضطراب حالت، اضطراب صفت

به عقیده‌ی ساراسون، فشار روانی واکنشی است نسبت به موقعیت‌هایی که در آن‌ها شخص باید انتظاراتی را برآورده کند و با محدودیت‌ها یا موانع روبه‌روست یا باید از فرصت‌هایی استفاده کند. قرار گرفتن در معرض فشار روانی ممکن است واکنش‌های قابل مشاهده‌ای را موجب شود که اضطراب نامیده می‌شود. اضطراب یک حالت هیجانی نامطلوب است که با نگرانی، تنش، و تشویش همراه است. هنگامی که مضطرب می‌شوید، سیستم عصبی خود مختار شما فعال می‌شود، ضربان قلبتان بالا می‌رود، ضربان نبض افزایش می‌یابد، کف دست‌ها عرق می‌کند. مقدار اضطرابی که شخص تجربه می‌کند، به لحاظی با شدت محرک ایجاد کننده‌ی فشار - آن‌گونه که شخص آن را درک می‌کند - بستگی دارد (شریفی، ۱۳۷۶).

## فشار روانی واکنشی است نسبت به موقعیت‌هایی که در آن‌ها شخص باید انتظاراتی را برآورده کند و با محدودیت‌ها یا موانع روبه‌روست یا باید از فرصت‌هایی استفاده کند

براساس ابعاد صفت یا حالت خود ماده‌ها به نام فرم X ساخته شد (مارنات، ۲۰۰۳، ترجمه‌ی شریفی و نیکخو، ۱۳۸۷).

این سیاهه دو نمره به دست می‌دهد: یک نمره برای اضطراب صفت و یک نمره برای اضطراب حالت. مقیاس سنجش اضطراب صفت دارای ۲۰ ماده و مقیاس سنجش اضطراب حالت نیز دارای ۲۰ ماده دیگر است. آزمودنی باید احساس خود را درباره‌ی هر ماده با یک مقیاس ۴ درجه‌ای ارزیابی کند. نمونه‌هایی از ماده‌های سیاهه در جدول زیر ارائه شده است.

### اضطراب حالت

- احساس می‌کنم عصبانی و بی‌قرارم.
- به آسانی تصمیم می‌گیرم.

### اضطراب صفت

- احساس می‌کنم در فشار روحی هستم.
- سرحال و شادابم.

پس از گذشت یک دهه از انتشار فرم X با استفاده از تحلیل عاملی STAI، مورد تجدید نظر جدی قرار گرفت و درک روشن‌تری از مفهوم اضطراب به دست آمد. هم‌چنین کوشش به عمل آمد تا ماده‌هایی

که با افسردگی هم‌پوشی داشتند، حذف شوند. این نتایج به ارائه‌ی فرم فعلی (فرم Y) با ۱۰ ماده درباره‌ی اضطراب صفت و ۱۰ ماده درباره‌ی اضطراب حالت منجر شد. هم‌چنین، یک فرم مخصوص کودکان موسوم به سیاهه‌ی اضطراب حالت - صفت کودکان (STAIC) نیز تدوین شده است (مارنات، ۲۰۰۳، ترجمه‌ی شریفی و نیکخو، ۱۳۸۷).

### شاخص‌های روان‌سنجی

ضریب اعتبار این سیاهه از روش بازآزمایی بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۶ گزارش شده است. این سیاهه با سایر مقیاس‌های سنجش اضطراب مانند مقیاس اضطراب آشکار تیلور هم‌بستگی خوبی دارد که نشان‌گر روایی ملاکی این ابزار است. ضرایب هم‌بستگی به دست آمده بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۵ گزارش شده است (شریفی، ۱۳۷۶).

### هنجاریابی سیاهه‌ی اضطراب حالت - صفت در ایران

عبدلی (۱۳۸۴) در یک پژوهش اکتشافی - توصیفی به بررسی شاخص‌های روان‌سنجی و هنجاریابی سیاهه STAI

در دانش‌آموزان مقطع دبیرستان شهر کرمانشاه پرداخته است. در این پژوهش، برای بررسی هم‌سانی درونی از محاسبه‌ی ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده که براساس آن، ضرایب اعتبار قابل توجهی به دست آمده است. برای تعیین روایی از روش تحلیل عاملی با تحلیل مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریمکس استفاده شده که در هر دو پاره آزمون دو عامل استخراج شده است. نتایج پژوهش نشان دهنده‌ی اعتبار و روایی قابل قبول سیاهه در جامعه‌ی پژوهش است.

#### منابع

- عبدلی، نسرین؛ بررسی عملی بودن اعتبار و روایی و نرم‌یابی سیاهه‌ی حالت - صفت در دانش‌آموزان مقطع دبیرستان شهر کرمانشاه. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، ۱۳۸۴.
- شریفی، حسن پاشا؛ نظریه و کاربرد آزمون‌های هوش و شخصیت. تهران، سخن، ۱۳۷۶.
- مارنات، گری گراث (۲۰۰۳)؛ راهنمای سنجش روانی. مترجمان: حسن پاشا شریفی و محمدرضا نیکخو. تهران؛ رشد-سخن (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۳)، ۱۳۷۸.