

کالج پروژه

www.collegeprozheh.ir



دانلود پروژه های دانشگاهی

بانک موضوعات پایان نامه

دانلود مقالات انگلیسی با ترجمه فارسی

آموزش نگارش پایان نامه ، مقاله ، پروپوزال

دانلود جزوه و نمونه سوالات استعدادی

دانلود رایگان پرسشنامه

مقیاس افسردگی ، اضطراب ، استرس (DASS)

Depression- Anxiety- Stress Scale

مقیاس افسردگی ، اضطراب ، استرس (DASS) ، لایبوند و لایبوند ، ۱۹۹۵ (مجموعه ای از سه مقیاس خود گزارش دهی برای ارزیابی حالات عاطفه منفی در افسردگی ، اضطراب و استرس است).

کاربرد این مقیاس اندازه گیری شدت نشانه های اصلی افسردگی ، اضطراب و استرس است . برای تکمیل پرسشنامه فرد باید وضعیت یک نشانه را در طول هفته گذشته مشخص کند . از آنجا که این مقیاس می تواند مقایسه ای از شدت علایم در طول هفته های مختلف فراهم کند ، می توان از آن برای ارزیابی پیشرفت درمان در طول زمان استفاده کرد.

اعتبار و روایی مقیاس افسردگی ، اضطراب ، استرس (DASS)

آنتونی و همکاران (۱۹۹۸) مقیاس مذکور را در مورد تحلیل عاملی قرار دادند که نتایج پژوهش آنان مجدداً حاکی از وجود سه عامل افسردگی ، اضطراب و تنیدگی بود . نتایج این مطالعه نشان داد که ۶۸ درصد از واریانس کل مقیاس توسط این سه عامل مورد سنجش قرار می گیرد. ارزش ویژه عوامل تنیدگی ، افسردگی و اضطراب در پژوهش مذکور به ترتیب برابر ۹/۰۷، ۲۳/۸۹، ۱/۲ و ضریب آلفا برای این عوامل به ترتیب ۰/۹۷، ۰/۹۲، ۰/۹۵ بود . همچنین نتایج محاسبه همبستگی میان عوامل در مطالعه آنتونی و همکاران (۱۹۹۸) حاکی از ضریب همبستگی ۰/۴۸ میان دو عامل افسردگی و تنیدگی ، ضریب همبستگی ۰/۵۳ بین اضطراب و تنیدگی و ضریب همبستگی ۰/۵۲ بین اضطراب و تنیدگی و ضریب همبستگی ۰/۲۸ بین اضطراب و افسردگی بود . روایی و اعتبار این پرسشنامه در ایران توسط سامانی و جوکار (۱۳۸۶) مورد بررسی قرار گرفته است که اعتبار باز آزمایی را برای مقیاس افسردگی ، اضطراب و تنیدگی به ترتیب برابر ۰/۸۰ ، ۰/۷۶ و ۰/۷۷ و آلفای کرونباخ را برای مقیاس افسردگی ، اضطراب و تنیدگی به ترتیب برابر ۰/۸۱ ، ۰/۷۴ و ۰/۷۸ گزارش نموده اند. در بررسی روایی این مقیاس شیوه ی آماری تحلیل عاملی از نوع تاییدی و به روش مولفه های اصلی مورد استفاده قرار گرفت . مقدار عددی شاخص KMO برابر با ۰/۹۰۱۲ و نیز شاخص X2 در آزمون کروییت بارتلت برابر ۳۰۹۲/۹۳ بود که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی دار بود و حکایت از کفایت نمونه و متغیرهای انتخاب شده برای انجام تحلیل عاملی داشت . بر اساس تحلیل عاملی انجام شده تورم با چرخش وایمکس بر روی گویه های پرسشنامه و با ملاک قرار دادن مقادیر ویژه و شیب نمودار اسکری سه مقیاس فرعی استخراج شد که عبارتند از : افسردگی ، اضطراب و تنیدگی که در راستای عامل های آزمون اصلی DASS می باشد.

نمره گذاری و تفسیر نمرات مقیاس افسردگی ، اضطراب ، استرس (DASS)

هر یک از خرده مقیاس های DASS شامل ۷ سوال است که نمره نهایی هر کدام از طریق مجموع نمرات سوال های مربوط به آن به دست می آید (جدول ۱) . هر سوال از صفر (اصلا در مورد من صدق نمی کند) تا ۳ (کاملاً در مورد من صدق می کند) نمره گذاری می شود از آنجا که DASS-21 فرم کوتاه شده مقیاس اصلی (۴۲ سوالی) است ، نمره نهایی هر یک از این خرده مقیاس ها باید ۲ برابر شود . سپس با مراجعه به جدول شماره ۲ می توان شدت علایم را مشخص کرد (لایبوند و لایبوند ، ۱۹۹۵) .

جدول ۱- خرده مقیاس ها و سوال های مربوط به آنها

خرده مقیاس ها	سوال ها
افسردگی	۲۱،۱۷،۱۶،۱۳،۱۰،۵،۳
اضطراب	۲۰،۱۹،۱۵،۹،۷،۴،۲
استرس	۱۸،۱۴،۱۲،۱۱،۸،۶،۱

جدول ۲- شدت هر یک از خرده مقیاس های مقیاس افسردگی ، اضطراب ، استرس (DASS)

شدت	افسردگی	اضطراب	استرس
عادی	۰-۹	۰-۷	۰-۱۴
خفیف	۱۰-۱۳	۸-۹	۱۵-۱۸
متوسط	۱۴-۲۰	۱۰-۱۴	۱۹-۲۵
شدید	۲۱-۲۷	۱۵-۱۹	۲۶-۳۳
بسیار شدید	۲۸	۲۰	۳۳

DASS-21

آیتمهای مقیاس افسردگی ، اضطراب ، استرس (DASS)

خواهشمند است هر یک از جملات زیر را به دقت بخوانید و با علامت * مشخص کنید که هر جمله تا چه اندازه در مورد شما صدق می کند . توجه داشته باشید که جمله درست و غلطی وجود ندارد . وقت زیادی روی هر جمله صرف نکنید.

زیاد متوسط کم اصلا

جملات

- ۱ برایم مشکل است آرام بگیرم.
- ۲ متوجه شده ام دهانم خشک می شود.
- ۳ فکر نمی کنم بتوانم هیچ نوع احساس خوبی را تجربه کنم.
- ۴ تنفس کردن برایم مشکل است.
- ۵ برایم سخت است در انجام کار پیشقدم شوم.
- ۶ به موقعیت هایم به طور افراطی واکنش نشان می دهم.
- ۷ در بدنم احساس لرزش می کنم
- ۸ احساس می کنم انرژی روانی زیادی مصرف می کنم.
- نگرانم که مبادا در بعضی موقعیت ها دچار ترس شوم یا به کار
- ۹
- احمقانه ای دست بزنم.
- ۱۰ احساس می کنم چیزی ندارم که منتظرش باشم.
- ۱۱ خودم را پریشان و سردرگم احساس می کنم.
- ۱۲ آرام بودن و در آرامش به سر بردن برایم مشکل است.
- ۱۳ احساس دل مردگی و دل شکستگی دارم.
- نسبت به هر چیزی که مرا از کار باز دارد بی تحمل و
- ۱۴ نابدبارم (صبر و تحمل ندارم).
- احساس می کنم که هر لحظه ممکن است دچار ترس و
- ۱۵ وحشت شوم.
- ۱۶ قادر نیستم درباره خیلی چیزها شور و شوق از خود نشان
- دهم.
- ۱۷ احساس می کنم به عنوان یک فرد ارزش زیادی ندارم.
- ۱۸ فکر می کنم بسیار حساس و زود رنج هستم.
- بدونه اینکه هیچ گونه فعالیت بدنی انجام دهم متوجه شده ام
- ۱۹ که قلبم غیر عادی کار می کند (مثلا ضربان شدید قلب یا
- از کار افتادن آن برای چند لحظه.)
- ۲۰ بدن هیچ دلیل موجهی احساس ترس می کنم.
- ۲۱ احساس می کنم زندگی بی معنا است.