

این پرسشنامه برای تعیین و مشخص کردن نقشی که هراس در انواع موقعیت های اجتماعی شما ادا می کند، تدوین شده است. لطفاً هر موقعیت را به دقت بخوانید و به دو سوال مربوط به آن موقعیت پاسخ دهید. سوال اول از شما می پرسد که چه قدر در این موقعیت احساس اضطراب یا ترس می کنید . سوال دوم می پرسد که به چه میزان از این موقعیت اجتناب می کنید. اگر به موقعیتی برخوردید که معمولاً آن را تجربه نمی کنید از شما می خواهیم که تصور کنید " اگر با آن موقعیت مواجه شوید، چه طور و سپس میزان ترس از این موقعیت فرضی و میزان تمایل به اجتناب از آن را برآورد کنید. خواهشمند است ارزیابی های خود را بر اساس موقعیت هایی که در هفته ی گذشته شما را تحت تأثیر قرار داده اند، انجام دهید. برای هر موقعیت عددی بین 0 تا 3 را انتخاب و در قسمت مربوطه بنویسید.

اجتناب	ترس یا اضطراب
هرگز = 0	اصلاً = 0
به ندرت = 1	کم = 1
اغلب = 2	متوسط = 2
همیشه = 3	شدید = 3

جمع ستون جواب دوب سوال	میزان اجتناب و دوری شما از آن موقعیت؟	میزان اضطراب یا ترس شما از آن موقعیت؟	عبارت
			1- تلفن زدن در جمع
			2- شرکت در گروه های کوچک
			3- خوردن در مکان های عمومی
			4- نوشیدن با دیگران در مکان های عمومی
			5- محکم حرف زدن با دیگران
			6- عمل کردن، فعالیت داشتن و یا بیان مطلبی در حضور یک مخاطب
			7- رفتن به میهمانی
			8- کار کردن در حین مشاهده شدن
			9- نوشیدن در حین مشاهده شدن
			10- تماس گرفتن با کسی که او را خیلی خوب نمی شناسید.

			11- صحبت کردن با افرادی که آن ها را خیلی خوب نمی شناسید.
			12- ملاقات با افراد غریبه
			13- ادرار کردن در توالت عمومی
			14- وارد شدن به اتاقی که دیگران در آن نشسته اند.
			15- در مرکز توجه بودن
			16- سخنرانی کردن در یک جلسه
			17- امتحان دادن
			18- ابراز عدم توافق با مخالفت به افرادی که آن ها را خیلی خوب نمی شناسید.
			19- نگاه کردن در چشم افرادی که آن ها را خیلی خوب نمی شناسید.
			20- ارائه گزارش به گروه
			21- سعی در انتخاب یک فرد
			22- پس دادن کالا به فروشگاه

			مهمانی گرفتن -23
			مقاومت در برابر یک فروشنده سمج -24

Liebowitz social anxiety Scale

مقیاس اضطراب اجتماعی در سال ۱۹۸۷ طراحی شده و دامنه گسترده ای از موقعیت های اجتماعی که مواجه شدن با آن ها برای افراد مبتلا به اختلال هراس اجتماعی مشکل است را مورد ارزیابی قرار می دهد. هم اکنون سه فرم از این پرسشنامه به نام های مقیاس اضطراب اجتماعی لیبویتس: نسخه تجویز پزشک یا درمانگر، مقیاس اضطراب اجتماعی لیبویتس: نسخه خود گزارش دهی و مقیاس اضطراب اجتماعی لیبویتس: نسخه کودکان و نوجوانان در دسترس می باشد. این فرم خود سنجی پرسشنامه برای افرادی بالای ۱۸ سال دارای ۲۴ عبارت و دو زیر مقیاس اضطراب عملکرد (۱۳ عبارت) و موقعیت های اجتماعی (۱۱ عبارت) است.

نمره گذاری

این فرم دارای ۲۴ عبارت است و دو زیر مقیاس اضطراب عملکرد (۱۳ عبارت) و موقعیت های اجتماعی (۱۱ عبارت) است.

هر عبارت بطور جداگانه برای ترس (۰ تا ۳، اصلاً، کم، متوسط، شدید) و رفتار اجتنابی (۰ تا ۳، هرگز، بندرت،

اغلب، همیشه) درجه بندی می شود.

بنابراین این آزمون یک نمره اضطراب اجتماعی کلی و نمراتی در مورد چهار زیر مقیاس 1- هراس از عملکرد

2- اجتناب از عملکرد 3- هراس اجتماعی و اجتناب اجتماعی به دست می دهد. عبارات مربوط به هر زیر

مقیاس در زیر آمده است.

عبارات	زیر مقیاس
6-8-9-13-14-16-17-20-21 – 3-4 -1-2	اضطراب عملکرد
5-7-10-11-12-15-18-19-22-23-24	اضطراب اجتماعی

برای به دست آوردن نمره هر زیر مقیاس امتیاز عبارات مربوط به آن زیر مقیاس با هم جمع می شود. برای به

دست آوردن نمره کلی نمرات نمرات مربوط به هراس و اضطراب و اجتناب همه ی عبارات با هم جمع شود.

و بر اساس جدول زیر تفسیر می شود

55 الی 65	اضطراب اجتماعی خفیف
65 الی 80	اضطراب اجتماعی متوسط
80 الی 95	اضطراب اجتماعی شدید
بالاتر از 95	اضطراب اجتماعی بسیار شدید

پایایی و روایی

لایند (2005) پایایی این آزمون را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل 95، برای اضطراب عملکرد 0/82 و برای اضطراب اجتماعی 0/91 گزارش کرده است. وی به منظور بررسی اعتبار همگرا، این آزمون با مقیاس اضطراب اجتماعی ماتیک و کلارک (1998) مورد بررسی قرار داده و همبستگی در دامنه ای از 0/4 تا 0/77 گزارش کرده است. همبستگی مشاهده در مورد مقیاس اضطراب اجتماعی کم تر بود و در دامنه ای از 0/31 تا 0/72 قرار داشت .

منبع:

lynd ,p.r (2005) Defense mechanisms social anxiety as risk factors for college alcohol abuse and binge Drinking. A Thesi submitted to the faculty of Miami University, available at: Etd, ohiolink.edu/send-pdf.cgi?Acc_Num=miami1114092616.