

AYRILMA ANKSİYETESİ BOZUKLUĞU ŞİDDET ÖLÇEĞİ - YETİŞKİN

İsim: Yaş: Cinsiyet: Erkek Kadın Tarih:
Açıklamalar:Aşağıdaki sorularda sizin için önemli olan birinden yada evden ayrılmanız durumunda sahip olabileceğiniz düşünceler, duygular ve davranışlar sorulmaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadelerin sizin için ne sıklıkla doğru olduğunu belirtiniz. Lütfen her bir maddeyi, her satırda bir kutuya ✓ veya X koyarak cevaplayınız.

| | | | | | | | Klinisyen için |
|---|---|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------|
| | Son 7 gün boyunca, ben..... | Hiçbir | Bazen | Haftanın yarısında | Haftanın çoğunda | Haftanın tamamında | puan |
| 1. | Ayrılma durumunda birden ortaya çıkan dehşet ,korku veya ürperme anları hissettim. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 2. | Ayrılma durumunda kaygılı, endişeli veya sinirli hissettim. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 3. | Önem verdiğim insanlardan ayrıldığımda bana yada onlara kötü bir şey (kaybolma, kaza) olacağına dair düşüncelerim oldu. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 4. | Ayrılma durumunda kalp çarpıntısı,terleme,nefes almada zorluk,güçsüzlük ve baygınlık hissettim. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 5. | Ayrılma durumunda kas gerginliği hissettim, patlamaya hazır veya huzursuzdum ya da gevşemekte veya uyumakta zorlandım. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 6. | Ayrılma durumunda kalacağım yerlere gitmekten kaçındım. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 7. | Ayrılma durumunda eve erken dönmek için bulunduğum ortamları çabuk terk ettim . | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 8. | Ayrılıkla başa çıkmaya hazır olabilmek için çok zaman harcadım. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 9. | Ayrılma durumu hakkında düşünmekten kaçınmak için dikkatimi dağıttım. | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| 10. | Ayrılma durumuyla başa çıkmak için yardıma ihtiyaç duydum .(ör:alkol veya ilaçlar,batıl nesnelere,) | <input type="checkbox"/> 0 | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | |
| Toplam/kısmi ham puan: | | | | | | | |
| Eşit olarak dağıtılmış Toplam Ham Puan: (eğer 1-2 madde cevaplanmamışsa) | | | | | | | |
| Ortalama toplam puan: | | | | | | | |

Klinisyenler İçin Yönergeler

Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Şiddet Ölçeği 18 yaş ve üstü bireylerdeki ayrılma anksiyetesi bozukluğu belirtilerinin şiddetini değerlendiren 10 maddeli bir ölçektir. Ölçek, ayrılma anksiyetesi bozukluğu tanısı alması üzerine (veya klinik olarak anlamlı ayrılma anksiyetesi belirtileri varlığında) ve sonrasında da klinisyenle yapılan takip görüşmeleri öncesinde birey tarafından doldurulmak üzere tasarlanmıştır. Her maddede bireyden **son 7 gün boyunca** olan ayrılma anksiyetesi bozukluğunun şiddetini derecelendirmesi istenir.

Puanlama ve Yorumlama

Ölçekteki her madde 5-maddelik bir puan ile derecelendirilir (0=Hiçbir zaman; 1=Bazen; 2=Haftanın yarısında; 3=Haftanın çoğunda ve 4=haftanın tamamında). Toplam puan; daha yüksek puanın daha şiddetli ayrılma anksiyetesi bozukluğunu gösterdiği 0 ila 40 puan arasında değişir. Klinisyenden klinik görüşme boyunca ölçekteki her maddenin puanını gözden geçirmesi ve her maddenin ham puanını "Klinisyen Kullanımı İçin" bölümünde belirtmesi istenir. 10 maddenin ham puanları toplam bir ham puan elde etmek için toplanmalıdır. Ek olarak klinisyenden **ortalama toplam puanı** hesaplaması ve kullanması istenir. **Ortalama toplam puan** genel puanı 5-puanlık bir ölçeğe dönüştürür ve klinisyenin bireyin ayrılma anksiyetesi bozukluğunun şiddetini yok(0), hafif(1), orta(2), ciddi(3) ve aşırı(4) olarak değerlendirmesini sağlar. DSM-5 alan çalışmalarında ortalama toplam puan güvenilir, kullanımı kolay ve klinisyenler için yararlı bulunmuştur. **Ortalama toplam puan** toplam ham puanın ölçekteki madde sayısına bölünmesi ile hesaplanır (örn. 10).

Not: Eğer 3 veya daha fazla madde cevaplanmadan bırakılmış ise ölçekteki toplam puanlar hesaplanmamalıdır. Eğer böyle ise bakım alan birey ölçekteki bütün maddeleri doldurması için cesaretlendirilmelidir. Eğer 1 veya 2 madde cevapsız bırakılmış ise sizden eşit dağıtılmış bir puan hesaplamanız istenir. Eşit dağıtılmış puan ölçekteki tüm cevaplanmış maddelerin puanlarının kısmi bir ham puan elde etmek için toplanması ile hesaplanır. Daha sonra kısmi ham puan Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Şiddet Ölçeğindeki toplam madde sayısı (örn. 10) ile çarpılır ve elde edilen değer cevaplanmış madde sayısına bölünür (örn. 8 veya 9). Toplam Ham puandan eşit dağıtılmış puan elde etme formülü: $\frac{\text{Toplam Ham Puan} \times 10}{\text{Cevaplanmış madde sayısı}}$

Eğer sonuç küsurlü ise en yakın tam sayıya yuvarlanır.

Kullanım Sıklığı

Bireyin zaman içerisinde ayrılma anksiyetesi bozukluğunun şiddetinde meydana gelen değişimleri izlemek amacı ile ölçek belirtilerin stabilitesi ve tedavi durumuna bağlı olarak, klinik olarak gösterildiği gibi düzenli aralıklar ile doldurtulabilir. Bir alandaki ısrarlı yüksek puanlar, hasta için daha ileri değerlendirme, tedavi ve takip gerektirebilecek kadar önemli ve sorunlu bir hastalığı gösterebilir. Klinik yargınız kararlarınızda yol gösterici olmalıdır.