

TOPLUMSAL KAYGI BOZUKLUĞU (SOSYAL FOBİ) ŞİDDET ÖLÇEĞİ – YETİŞKİN

İsim: Yaş: Cinsiyet: Erkek Kadın Tarih:

Açıklamalar:Aşağıdaki sorularda toplumsal durumlarda sahip olabileceğiniz düşünceler,duygular ve davranışlar sorulmaktadır. Olağan toplumsal durumlar şunları içerir: toplum içinde konuşma, toplantılarda konuşma, toplumsal etkinlik veya davetlere katılma, kendini başkalarına tanıtmaya, görüşmeler yapma, iltifat etme ve iltifatları kabul etme, başkalarının isteklerini yapma, toplum içinde yemek yeme ve yazma. Lütfen her bir maddeyi, her satırda bir kutuya ✓ veya x koyarak cevaplayınız.

							Klinisyen için
	Son 7 gün boyunca, ben.....	Hiçbir zaman	Bazen	Haftanın yarısında	Haftanın çoğunda	Haftanın tamamında	puan
1.	Toplumsal durumlarda 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.	Toplumsal durumlarda 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.	Başkaları tarafından reddedilme,aşağılanma,mağcup duruma düşürülme,alay edilme,rencide edilmeye dair düşüncelere sahiptim.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
4.	Toplumsal durumlarda 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.	Toplumsal durumlarda kas gerginliği hissettim, patlamaya hazır veya huzursuzdum ya da gevşemekte zorlandım.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
6.	Toplumsal durumlardan kaçındım veya toplumsal durumlara yaklaşmadım ya da girmedim.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
7.	Toplumsal durumlardan erken ayrıldım veya çok az katıldım.(ör:az konuştum,göz temasından kaçındım.)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
8.	Toplumsal durumlarda ne söyleyeceğime veya nasıl davranacağıma hazırlanmada aşırı zaman harcadım.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
9.	Toplumsal durumlar 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.	Toplumsal durumlarla başa çıkmak için yardıma ihtiyacım oldu.(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

Toplumal Kaygı Şiddeti Ölçeği — Yetişkin, 18 yaş ve üstü bireylerdeki sosyal anksiyete (sosyal fobi) şiddetini değerlendiren 10 maddeli bir ölçektir. Ölçek sosyal anksiyete bozukluğu (sosyal fobi) tanısı alınması üzerine (veya klinik olarak anlamlı sosyal anksiyete bozukluğu semptomlarının varlığında) ve sonrasında da klinisyen ile yapılan takip görüşmeleri öncesinde birey tarafından doldurulmak üzere dizayn edilmiştir. Her madde bireyden **son 7 gün boyunca** olan sosyal anksiyete bozukluğu (sosyal fobi) belirtilerinin şiddetini derecelendirmesini ister.

Puanlama ve Yorumlama

Ölçekteki her madde 5-puanlık bir skala ile derecelendirilir (0=Hiçbir zaman; 1=Bazen; 2=Haftanın yarısında; 3=Haftanın çoğunda ve 4=Haftanın tamamında). Toplam puan; daha yüksek puanın daha şiddetli sosyal anksiyete bozukluğu (sosyal fobi) semptomlarına işaret ettiği 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 sosyal anksiyete bozukluğu (sosyal fobi) 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 puan hesaplanmamalıdır. Eğer böyle ise bakım alan birey, ölçekteki bütün maddeleri doldurması için teşvik edilmelidir. Eğer 1 veya 2 madde cevapsız bırakılmış ise sizden eşit dağıtılmış bir puan hesaplanmanız istenir. Eşit dağıtılmış puan ölçekteki tüm cevaplanmış maddelerin puanlarının kısmi bir ham puan elde etmek için toplanması ile hesaplanır. Daha sonra kısmi ham puan Toplumal Kaygı Şiddeti 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:

(Toplam Ham Puan x 10)

Cevaplanmış madde sayısı

Eğer sonuç kesirli ise en yakın tam sayıya yuvarlanır.

Kullanım Sıklığı

Bireyin zaman içerisinde sosyal anksiyete bozukluğu (sosyal fobi) belirtilerinin 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.