www.nbmn.net

الکسیتایمیای نورنتو

تیلور و باگبی

۱ – من اغلب در مورد هیجانات درونی‌ام (اینکه چه هیجانی را تجربه می‌کنم) احساس سردرگمی می کنم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۲ – برای من مشکل است که لغت مناسبی برای بیان احساساتم پیدا کنم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۳ – گاهی اوقات حالت‌هایی را در بدنم تجربه می کنم که حتی دکترها هم قادر به شناخت آنها نیستند.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۴ – برایم راحت است که احساساتم را توصیف نمایم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۵ – من ترجیح می دهم بجای توصیف کردن مشکلات آنها را تحلیل نمایم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۶ – در هنگام آشفتگی نمی‌دانم که آیا غمگین، هراسان یا خشمگین هستم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۷ – اغلب در بدنم حالت‌هایی بوجود می‌آید که در مورد آنها احساس گیجی می‌کنم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۸ – من اغلب ترجیح می‌دهم از مسائل بگذرم تا این که سعی کنم بفهمم چرا چنین مسئله‌ای پیش آمده است.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۹ – احساساتی دارم که قادر به درک آنها نیستم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۱۰ –به نظر من درک کردن احساسات درونی الزامی است.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

۱۱ –برایم مشکل است احساسم را در مورد مردم توصیف کنم.

کاملاً موافقم | موافقم | نظری ندارم | مخالفم | کاملاً مخالفم

❑ ❑ ❑ ❑ ❑

www.mhrn.net
تاریخ انتشار
۱۳۹۵/۱۱/۱۷

۱۲- اطرافیان از من می‌خواهند که بیشتر راجع به احساساتم به آنها توضیح دهم.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۳- نمی‌دانم در درون من چه می‌گذرد.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۴- اغلب اوقات نمی‌دانم که چرا عصبانی هستم.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۵- ترجیح می‌دهم با مردم در مورد کارهای روزمره‌شان صحبت کنم تا احساساتشان.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۶- دیدن برنامه‌های تفریحی تلویزیون را به دیدن فیلم‌های جدی ترجیح می‌دهم.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۷- برایم مشکل است حتی برای نزدیک‌ترین دوستانم احساسات عمیقم را آشکار کنم.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۸- نه تنها هنگام صحبت که در لحظات سکوت هم می‌توانم با طرف مقابلم احساس نزدیکی کنم.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۱۹- بررسی احساساتم را برای حل مشکلاتم مفید می‌دانم.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

۲۰- بررسی موشکافانه فیلم‌ها از لذت آنها می‌کاهد.

کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
❑	❑	❑	❑	❑

www.mhrn.net

www.mhrn.net
تاریخ انتشار
۱۳۹۵/۱۲/۱۷

پرسشنامه بیست سوالی الکسیتایمیای تورنتو

در سالهای اخیر عامل الکسیتایمیا به عنوان یک فاکتور شخصیتی که نقش مهمی در بیماریهای روان تنی دارد پذیرفته شده است. ولی تحقیقات پیرامون آن همواره به علت فقدن یک ابزار قدرتمند که به درستی می تواند این عامل را اندازه گیری نماید با مشکل مواجه بوده است. به علت این فقدان بارز در حوزه سنجش این عامل تیلور و باگبی(۱۹۹۳) سعی نمودند تا یک پرسشنامه خود گزارش را بر اساس متدهای علمی و تجربی ساخت آزمونها طراحی نمایند در مطالعات اولیه آنها مقیاس بیست و شش سوالی الکسیتایمیای تورنتو را طراحی نمودند که از ثبات درونی و اعتبار خوبی برخوردار بود. این پرسشنامه از ٤ بعد الکسیتایمیا را مورد سنجش قرار می داد. این ابعاد عبارتند از:

۱-مشکل در شناسایی و تمایز گذاری بین احساسات و حسهای بدنی

۲-مشکل در توصیف احساسات

۳-کاهش خیالپردازی

٤-تفکر برون مدار

در ادامه این پرسشنامه آنها سعی نمودند تا ساختار ترکیبی این مقیاس را مورد ارزیابی مجدد قرار دهند. در این ارزیابی مجدد آنها دریافتند که علیرغم انتظارشان مبنی بر اینکه تمامی سوالهای پرسشنامه باید با یکدیگر به صورتی مثبت همبستگی داشته باشند سوالهای مربوط به عامل کاهش خیالپردازی همبستگی بسیار ضعیفی با نتایج کل آزمون نشان می دهند.

حتی هاویلند و همکاران ۱۹۹٤ یک همبستگی منفی بین این عامل و عوامل دیگر یافتند به طوری که عامل مشکل در خیالپردازی همبستگی اندکی با دیگر وجوه ساختار الکسیتایمیا دارد و این برخلاف نظریه ساختاری الکسیتایمیا بود چرا که انتظار می رفت افرادی که ساختار تفکری برون مدار دارند می بایست کاهشی نیز در زندگی خیالی خود داشته باشند. اما نتایج پژوهشهای دیگر نیز این یافته را تائید نمود به طوری که در نهایت تیلور و باگبی برای پاسخ به این تناقض فرض نمودند که در تحقیقات آنها از یک سو ممکن است خود گزارش دهی فعالیت خیالپردازی به علت تمایل به پاسخهای جامعه پسند محدود شده باشد و از سوی دیگر بررسی خیالپردازی به تنهایی نمی تواند به طور مکفی نقض در فعالیتهای ذهنی افراد را اندازه گیری نماید. با توجه به عدم هماهنگی بین این عوامل و عوامل دیگر تیلور و باگبی(۱۹۹٤) به تجدید نظر در پرسشنامه اولیه پرداختند که در نهایت با استفاده از روش تحلیل عوامل پرسشنامه ۲۰ سوالی

www.mhrn.net
تاریخ دانلود
۱۳۹۷/۱۲/۱۷

الکسیتایمیای تورنتو را بر اساس ۳ عامل دیگر ساختند. ۳ شاخص فعلی پرسشنامه عبارتند از:

۱-مشکل در شناسایی احساسات

این بخش از پرسشنامه شامل ۷ سوال بوده و توانایی آزمودنی را در شناسایی احساساتش با حسهای بدنی را می سنجد. این شاخص شامل سوالهای ۱و۳و٦و۷و۹و۱۳و۱٤می باشد.

۲-مشکل در بیان احساسات:

این بخش از پرسشنامه شامل ۵ سوال بوده و توانایی آزمودنی را در بیان احساسات و اینکه آیا قادر است احساسات خودش را در قالب لغات بیان نماید یا خیر می باشد. این قسمت شامل سوالهای ۲و٤و۱۱و۱۲و۱۷ می باشد.

۳-تفکر برون مدار:

این بخش از پرسشنامه میزان درون نگری و عمیق شدن فرد در احساسات درونی خودش و دیگران را بررسی و شامل سوالهای ۱۸و۱۹و۲۰و۵و۱۰و۱۵و۱٦ می باشد.این پرسشامه از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است.ثبات درونی آنبر حسب آلفای کرونباخ به صورت نمره کلی ۰/۸۱، ۰/۷۸ =DIF، ۰/۷۵ =COM، ۰/٦٦ =EOT و پایایی آن با استفاده از روش آزمون مجدد ۰/۷۷ گزارش شده است(تیلور،۱۹۹٤)در فرم فارسی روایی آزمون به شیوه روایی محتوا محاسبه گردید، بدین ترتیب که تست مذکور به دو کارشناس ارائه شد و از آنها در خواست گردید نظر خود را در مورد میزان ارتباط هر سوال با الکسیتایمیا به صورت ٤ رتبه از کاملا نامربوط است (نمره ۱) تا کاملا مربوط است (نمره ٤) بیان نمایند سپس همبستگی بین نظریات دو کارشناس توسط فرمول اسپیرمن اندازه گیری شد که نتیجه آن همبستگی ۰/۸۵ بین نظریات کارشناسان را نشان می داد. اعتبار تست نیز با استفاده از یک گروه بیست نفره و روش دو نیمه کردن و آزمون مجدد ۰/۷٤ و ۰/۷۲ به دست آمد.