

## **ANKSİYETE DUYARLILIĞI İNDEKSİ-3 (ADİ-3)**

SPSS veri analizi, Klinik Psikoloji Bölümü tez hazırlama ve yazdırma, Psikoloji Bölümü ölçek bulma, etik kurul başvuru formu hazırlama, intihal oranı düşürme, intihal raporu alma, tez, seminer ve bitirme projesi hazırlama ve yazdırma, tartışma, sonuç ve öneriler bölümü hazırlama, tezi makaleye çevirme, tezden makale oluşturma, intihal raporu alma, tez sunumu hazırlama, tez sunum örnekleri, tez düzenleme vb. tüm akademik işlemlerinizde yaşadığınız problemler için bizimle iletişime geçebilirsiniz.

0532 674 54 95

bilgi@tezimiduzenle.com

Taylor ve arkadaşları tarafından, 2007 yılında, Anxiety Sensitivity Index -3 ismi ile anksiyete duyarlılığını fiziksel, toplumsal ve bilişsel boyutlarıyla ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Mantar, Yemez ve Alkın tarafından 2010 yılında Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır. Ölçeğinin cronbach alfa değeri 0.93 olarak saptanmıştır. Alt boyutlar için cronbach alfa katsayısı ise fiziksel belirtiler için 0.89; bilişsel belirtiler için 0.88; sosyal belirtiler için 0.82 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirliği  $r=0.64$  olarak belirlenmiştir.

Ölçek 18 maddeden oluşmaktadır ve beşli Likert tipi değerlendirme (0=çok az, 1=az, 2=biraz,3=fazla, 4=çok fazla) sağlamaktadır. Ölçek altışar maddeler içeren anksiyete duyarlılığının fiziksel boyutu, toplumsal boyutu ve bilişsel boyutu olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bireyler ölçeğin üzerine işaretleyerek yanıt verirler. Kısa ve anlaşılabilir olduğundan uygulanması kolaydır. Bireylerden kendi durumlarına en çok uyan maddeyi işaretlemeleri belirtilir. Hastalara herhangi bir maddedeki durumu hiç yaşamamış olsalar bile, böyle bir deneyimi yaşamaları halinde nasıl hissedeceklerini dikkate alarak doldurmaları istenmektedir.

Ölçek toplam puanı her bir maddenin puanının aritmetik toplamından oluşmaktadır. Maddelerden alınan puanların toplamıyla elde edilen ölçeğin toplam puanı 0 ile 72 arasındadır. Ölçeğin Türkçe sürümü çalışmasında kesme puanı hesaplanmamıştır. Karşılaştırmalı çalışmalarda kullanılması önerilmektedir. Yüksek puan artmış anksiyete duyarlılığını göstermektedir.

### Anksiyete Duyarlılığı İndeksi-3 Soruları

Lütfen her maddede sizin için en uygun olduğunu düşündüğünüz kutuyu işaretleyiniz. Eğer herhangi bir madde şimdiye kadar hiç yaşamadığınız bir şeyle ilgiliyse (örn. toplum içinde bayılmak), böyle bir deneyimi yaşamanız halinde nasıl hissedebileceğinizi temel olarak cevaplayınız. Bunun dışında, tüm maddeleri kendi deneyiminizi temel olarak cevaplayınız. Her madde için sadece bir kutuyu işaretlemeye dikkat ediniz ve lütfen tüm maddeleri cevaplayınız.

	Çok az	Az	Biraz	Fazla	Çok Fazla
1.Sinirli görünmemek benim için önemlidir.	0	1	2	3	4
2.Kafamı bir işe veremediğim zaman, aklımı kaçıyorum diye endişelenirim.	0	1	2	3	4
3.Kalbimin hızlı çarpması beni korkutur.	0	1	2	3	4
4.Midem rahatsız olduğunda, ciddi bir hastalığım olabilir diye endişelenirim.	0	1	2	3	4
5.Zihnimi bir işe verememek beni korkutur.	0	1	2	3	4
6.Başkalarının yanında titrediğimde, insanların benim için neler düşüneceğinden korkarım.	0	1	2	3	4
7.Göğsüm sıkıştığında, düzgün bir şekilde soluk alamayacağımdan korkarım.	0	1	2	3	4
8.Göğsümde ağrı hissettiğimde, kalp krizi geçireceğim diye endişelenirim.	0	1	2	3	4
9.Diğer insanlar huzursuzluğumu fark edecek diye endişelenirim.	0	1	2	3	4
10.Kendimi tuhaf ya da boşlukta gibi hissettiğimde, ruhsal bir hastalığım olabileceğinden endişelenirim.	0	1	2	3	4
11.İnsanların önünde yüzümün kızarması beni korkutur.	0	1	2	3	4
12.Kalbimin teklediğini fark ettiğimde, bende ciddi bir sorun olabileceğinden endişelenirim.	0	1	2	3	4
13.Topluluk önünde terlemeye başladığımda, insanların hakkımda olumsuz düşüncelerinden korkarım.	0	1	2	3	4
14.Düşüncelerim hızlanır gibi olduğunda, aklımı kaçıyorum	0	1	2	3	4

diye endişelenirim.					
15.Boğazım sıkılmış gibi hissettiğimde, boğularak öleceğimden endişelenirim.	0	1	2	3	4
16.Net (berrak biçimde) düşünmekte zorluk çekersem, bende bir sorun olabileceğinden endişelenirim.	0	1	2	3	4
17.Toplum içinde bayılmanın benim için korkunç bir şey olduğunu düşünürüm.	0	1	2	3	4
18.Zihnimde boşluk hissettiğimde, bende korkunç bir sorun olmasından endişelenirim.	0	1	2	3	4