

## عاطفه مثبت و عاطفه منفی PANAS

واتسون، کلارک و نگلن

مقیاس حاضر شامل برخی واژه‌ها است که احساسات و هیجانات متفاوت را توصیف می‌کند. یکایک عبارات را بخوانید سپس جلوی هر واژه پاسخ مناسب را علامت بزنید. مشخص کنید به طور معمول چه میزان هر یک را احساس می‌کنید. از مقیاس زیر برای ثبت پاسخ‌های خود استفاده کنید.

۱ ----- ۲ ----- ۳ ----- ۴ ----- ۵	به هیچ‌وجه	کمی	متوسط	زیاد	بسیار زیاد
علاقمندی					
پریشانی					
ذوق‌زدگی					
ناراحتی					
نیرومندی					
گناه					
ترس و وحشت					
خصومت					
شور و شوق					
غرور و افتخار					
زودرنجی					
هوشیاری و زیرکی					
شرمساری					
خوش‌ذوقی					
بی‌قراری					
مصمم					
متوجه و دقیق					
عصبی					
فعال					
هراسان					

## عاطفه مثبت و عاطفه منفی PANAS

واتسون، کلارک و نگلن

مقیاس حاضر شامل برخی واژه‌ها است که احساسات و هیجانات متفاوت را توصیف می‌کند. یکایک عبارات را بخوانید سپس جلوی هر واژه پاسخ مناسب را علامت بزنید. مشخص کنید به طور معمول چه میزان هر یک را احساس می‌کنید. از مقیاس زیر برای ثبت پاسخ‌های خود استفاده کنید.

۱ ----- ۲ ----- ۳ ----- ۴ ----- ۵	به هیچ‌وجه	کمی	متوسط	زیاد	بسیار زیاد
علاقمندی					
زودرنجی					

پیشانی	هوشیاری و زیرکی
ذوق‌زدگی	شرمساری
ناراحتی	خوش‌ذوقی
نیرومندی	بی‌قراری
گناه	مصمم
ترس و وحشت	متوجه و دقیق
خصومت	عصبی
شور و شوق	فعال
غرور و افتخار	هراسان

### مقیاس‌های عاطفه مثبت و عاطفه منفی PANAS

PANAS یک ابزار سنجش 20 آیتمی است که برای سنجش دو بعد خلقی یعنی عاطفه منفی PANAS-N و عاطفه مثبت PANA-P طراحی شده است (واتسون، کلاک و تلگن، 19889). هر خرده‌مقیاس دارای 10 آیتم است. آیتم‌ها روی یک مقیاس 5 نقطه‌ای (1=بسیار کم، به هیچ وجه تا بسیار زیاد=5) رتبه‌بندی می‌شوند.

PANAS یک ابزار خود سنجی است. با تغییر نوع دستورالعمل هم می توان شق حالتی عاطفه را سنجید و هم شق صفتی. اگر چارچوب زمانی به هفته جاری اشاره کند شق حالتی عاطفه سنجیده می شود و اگر چارچوب زمانی طولانی تر در نظر گرفته شود، شق صفتی سنجیده می شود. دامنه کلی نمرات برای هر خرده مقیاس 10 تا 50 است.

## اعتبار و روایی

از لحاظ شاخصهای روانسنجی یعنی پایایی و روایی، PANAS از ویژگی های مطلوب برخوردار است. ضرایب سازگاری درونی (ضرایب آلفا) برای PANAS-P 0/88 و برای PANAS-N 0/87 است. پایایی آزمون-آزمون مجدد با فاصله 8 هفته ای برای PANAS-P 0/68 و برای PANAS-N 0/71 است. این دو عاطفه از هم مستقل هستند. (واتسون و همکاران، 1988). همبستگی های میان PANAS-N و PANAS-P با برخی از ابزار های سنجش که سازه های مرتبط با این عواطف را می سنجد مانند اضطراب، ناراحتی عام روانی نیزروایی خارجی خوب این ابزار را نشان می دهد. برای نمونه همبستگی PANAS-N با فهرست واریسی علایم هایکینز (HSCL) 0/72 و همبستگی PANAS-P با (HSCL) 0/19، همبستگی PANAS-N با پرسشنامه افسردگی بک (PANAS-P) 0/58 و پرسشنامه افسردگی بک (PANAS-P) 0/36- است و سرانجام همبستگی PANAS-N با مقیاس اضطراب آشکار پرسشنامه اضطراب آشکار-نهان 0/51 و همبستگی PANAS-P با مقیاس اضطراب آشکار-0/35 گزارش شده است. (واتسون و همکاران، 1988).

PANAS از سوی یک روانشناس و یک متخصص زبان انگلیسی به طور جداگانه ترجمه شدند. ترجمه ها مقابله و اصلاح شدند آنگاه از سوی 3 روانشناس بالینی مورد بازبینی قرار گرفتند و نیز به منظور سنجش روایی محتوایی آیتم های PANAS بر مبنای یک مقیاس 5 نقطه ای از لحاظ میزان سنجش عاطفه مثبت و عاطفه منفی از سوی روانشناسان رتبه بندی شدند و آیتم هایی که روی آنها توافق اندک بود اصلاح شدند. پایایی این پرسشنامه از طریق آماره های همسانی درونی (ضریب آلفا) و همبستگی آزمون- آزمون مجدد محاسبه شدند. همسانی درونی (ضریب آلفا) برای PANAS-N و PANAS-P به ترتیب عبارت بودند از 0/84 ، 0/85 و ضرایب آزمون- آزمون مجدد برای خرده مقیاس ها عبارت بودند از 0/82 و 0/80.