

المحاضرة الثالثة والعشرون (23) --- اختبار القلق لهاملتون

وضع هذا المقياس الطبيب النفسي ماكس هاملتون عام 1959م لاستخدامه مع المرضى الذين سبق تشخيصهم على أنهم يعانون من القلق، بحيث يعطى درجة كمية معتمدة على وجود بعض الأعراض الجسمية والنفسية، وإذا استخدم استخداما سليما فإن الدرجات تكون مؤشرا يوثق به لتسجيل مدى تحسن المريض.

ويشمل المقياس 14 عرضا مركبا يكون مجموع درجاتها مقياسا كميًا لدرجة القلق، وعادة ما يطبق قبل بدء العلاج ثم يطبق دوريا بعد ذلك لمعرفة مدى التحسن.

قدم هاميلتون سلمه سنة 1959 كأداة تمكن من تقييم كمي ومرقم للقلق العصبي. وفي سنة 1976 أدمجه المعهد الوطني للصحة النفسية (بالولايات المتحدة الأمريكية) إلى كتاب الفحوص (ELDU Assessment Manual) وترجمه بيشو PICHOT إلى الفرنسية. كما استخراج منه الباحث سنايت وأعضاده SNAIT ET ALL سنة 1982 سلما يحوي ستة أسئلة فقط سموها "سلم القلق السريري" «Clinical Anxiety Scale» ويعتبرونه أجود من سلم هاميلتون الأصلي (<https://2u.pw/peowP>).

★ العناصر التي يقيسها مقياس هاميلتون للقلق:

بالنسبة للأشخاص الذين يحصلون على درجات تتراوح فيما بين 24 و30، فإن ذلك الأمر يعني أن هؤلاء الأشخاص يعانون من درجة قلق شديدة للغاية، وسنوضح الآن العناصر التي يعمل مقياس هاميلتون للقلق على قياسها (<https://2u.pw/uHV5k>):

- قلق القلق: وهنا يتم قياس المخاوف المستمرة التي من الممكن أن تكون لدى الشخص، ومدى توقعه للأسوء في الحياة بشكل عام.

- التوتر: يتم قياس هنا رغبة الشخص في البكاء، ومدى شعوره بالقلق لأوقات طويلة بشكل عام.

- الخوف: وهنا يتم قياس مدى خوف الإنسان من أشياء محددة مثل الخوف من الوحدة، والخوف من الجلوس في الظلام، وغيرها من الأشياء.

- أرق: وهنا يتم قياس مدى الأرق الذي من الممكن أن يصيب الأشخاص، بسبب القلق الذي يهاجمهم في الحياة.

- المشكلات المعرفية: مثل أن يكون لديه مشكلة في القدرة على التركيز، بالإضافة إلى المشكلات التي قد تصيب الذاكرة وتتسبب في نسيان الأفراد، وغيرها من المشكلات الأخرى.

- الفكاهة: مثلاً أن يكون الشخص مصاب بالمزاج السيئ طوال الوقت، وأن يشعر بالمشاعر السلبية تحاوطه في حياته بشكل عام، وغيرها من المشاعر السلبية الأخرى التي تفسد عليه حياته.

- الجسدية العضلات: ويرتبط ذلك العناصر بقياس مدى تأثير القلق على الجانب الجسدي لدى الإنسان، فمثلاً من الممكن أن يتسبب القلق في آلام العضلات لدى الشخص، وغيرها من الأعراض الجسدية الأخرى.

- الحسية الجسدية: فمن الممكن أن يتسبب القلق في عدم وضوح الرؤية للأشياء لدى الشخص، وغير ذلك من التأثيرات السلبية للحواس الأخرى لدى الشخص.

- أعراض القلب والأوعية الدموية: يتمثل ذلك في حدوث خفقان في القلب، وغير ذلك من المظاهر.

- أعراض الجهاز التنفسي: من أمثلة ذلك أن يشعر الشخص بضيق في التنفس.

- أعراض الجهاز الهضمي قد يتسبب في مشاكل بالغة في الهضم.

- الأعراض البولي التناسلي: قد يتسبب في نقص الرغبة الجنسية لدى الشخص.

- الأعراض اللاإرادية: مثل التعرق المستمر.

- تفسير الدرجات:

يخضع تفسير المقياس إلى قواعد تشمل (توافق، 2019، ص ص. 92، 93):

أ- أسس التقييم: والتي يجب أن تتضمن فترة التقييم التي سيتم النظر فيها للأعراض والتي تشمل الأيام السبعة التي تسبق المقابلة (لا تتجاوز مدتها 30 دقيقة على العموم) التي يتم خلالها تطبيق المقياس وكذا يوم إجراءه (البحث عن شدة الأعراض خلال هذه الفترة).

ب- تفسير مجموع الدرجات المتحصل عليها في تطبيق واحد: من خلال القيام بجمع الدرجات

حسب تصنيفها (نفسية وجسدية) ثم مقارنتها بالمعدلات العامة للمقياس فنحصل على الدرجات التالية:

- الدرجة العام للقلق النفسي: هي مجموع درجات البنود 1، 2؛ 3؛ 4؛ 5؛ 6؛ 14.
- الدرجة العام للقلق الجسدي: هي مجموع درجات البنود 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13.
- الدرجة العامة الكلية للقلق: هي مجموع درجات كل البنود للمقياس (النفسي + الجسدي) وهي تتراوح بين صفر (0) وستين (60).

واستنادا إلى هذه الدرجات نقوم بعملية المقارنة التي تكون حسب ما يلي

- من 0-5 غياب القلق.
- من 6-17 قلق ضعيف.
- من 18-24 قلق متوسط.
- من 25-30 قلق متوسط إلى شديد.
- أكبر من 30 قلق شديد جدا -مرضي.

ج- حالة التطبيق المتكرر: (تطبيق المقياس قبل الخضوع الي علاج أو بعده) هناك طريقتان

للتفسير (www.CBTarabia.com):

أ- الطريقة الأولى: تتع عرض واحد ومقارنة الدرجات الخام عبر فترات من الزمن فالفرد الذي

ينال درجة 3 على فقرة المزاج الاكتئابي مثلا في أول تطبيق ثم ينال درجة واحد بعد أسبوع فهذا يعني أن هناك تحسن أو استفادة من العلاج.

ب- الطريقة الثانية: هي مقارنة المجموع الكلي لدرجات الفقرات الأربعة عشر، فالفرد الذي

ينال في أول تطبيق درجة كلية 30 وبعد أربعة أسابيع يحصل على 15 يكون قد تحسن بنسبة 50%.