

Спилбергера тревоги и тревожности шкалы — группа опросников личностных, разработанных Ц. Д. Спилбергером в 1966—73 гг. Согласно концепции Спилбергера следует различать тревогу как состояние и тревожность как свойство личности.

Тревога — реакция на грозящую опасность, реальную или воображаемую, эмоциональное состояние диффузного безобъектного страха, характеризующиеся неопределенным ощущением угрозы, в отличие от страха, который представляет собой реакцию на вполне определенную опасность.

Тревожность — индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе и тех объективных характеристик, которые к этому не предрасполагают. С точки зрения автора существует возможность измерения различий между двумя упомянутыми видами психических проявлений, которые обозначаются A-state (тревога-состояние) и A-trait (тревога-черта), то есть между временными, преходящими особенностями и относительно постоянным предрасположением. Понимание тревоги в теории Спилбергера определяется следующими положениями:

1.

Ситуации, представляющие для человека определенную угрозу или личностно значимые, вызывают в нем состояние тревоги. Субъективно тревога переживается как неприятное эмоциональное состояние различной интенсивности;

2. Интенсивность переживания тревоги пропорциональна степени угрозы или значимости причины переживаний. От этих факторов зависит длительность переживания состояния тревоги;

3.

Высокотревожные индивиды воспринимают ситуации или обстоятельства, которые потенциально содержат возможность неудачи или угрозы, более интенсивно;

4. Ситуация тревоги сопровождается изменениями в поведении или же мобилизует защитные механизмы личности. Часто повторяющиеся стрессовые ситуации приводят к выработке типичных механизмов защиты.

Концепция Спилбергера формировалась под влиянием психоанализа.

В возникновении тревожности как черты ведущую роль он отводит взаимоотношениям с родителями на ранних этапах развития ребенка, а также определенным событиям, ведущим к фиксации страхов в детском возрасте. Наиболее широко распространенной является шкала State-trate-anxiety-inventory (STAI), представляющая собой комбинацию трех известных тестов: Шкалы тревожности Кэттелла и Шайера, «Проявлений тревожности»; шкалы Тейлор и Шкалы тревожности Велша (1964).

Шкала состоит из двух частей по 20 заданий в каждой. С помощью первой определяется как человек чувствует себя сейчас, в данный момент (STAI:X-1) или актуальное состояние, а заданиями второй выясняется как субъект чувствует себя обычно (STAI:X-2), то есть диагностируется тревожность как свойство личности. Примеры утверждений для диагностики тревоги-состояния и тревожности-свойства:

X-1: — Я чувствую себя свободно.

— Я слишком возбужден и мне не по себе.

— Я чувствую себя отдохнувшим.

— Я нервничаю.

X-2: — Я обычно быстро устаю.

— Обычно я чувствую себя в безопасности.

— Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть.

— Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах.

Каждая из частей шкалы имеет собственную инструкцию, заполнение бланка ответов несложно и продолжительность обследования составляет 5—8 минут.

Отдельные высказывания, включенные в опросник, оцениваются респондентами по четырехбалльной шкале. Вербальная интерпретация позиций оценочной шкалы в первой и второй частях опросника различна. Для (STAI):X-1 — «совершенно верно» (4 балла), «верно» (3 балла), «пожалуй, верно» (2 балла), «совершенно неверно» (1 балл). Для STAI:X-2 — «почти никогда» (1 балл), «иногда» (2 балла), «часто» (3 балла), «почти

всегда" (4 балла).

Первичная оценка переводится в процентильные показатели.

Процентили приводятся отдельно для мужчин и женщин. Кроме этого Спилбергер приводит средние показатели тревожности и тревоги для отдельных контингентов испытуемых (операторов, таможенников, диспетчеров железной дороги, рабочих, студентов, руководящих работников, алкоголиков, шизофреников). При анализе валидности обнаружены положительные коэффициенты между результатами STAI (С. т. т. ш.) и опросниками "Шестнадцать личностных факторов (Р. Кеттела) и EPQ (личностный опросник Айзенка. Результаты факторного анализа подтверждают валидность С. т. т. ш.

Надежность определялась методом расщепления. В разных выборках $r=0,38—0,32$. Внутренняя согласованность утверждений С. т. т. ш. находится на достаточно высоком уровне. Надежность ретестовая при интервале ретеста 14 дней для STAI:X-2 составила $r_t=0,77$, для STAI:X-1 $r_t=0,59$, что в данном случае является еще одним подтверждением ориентированности опросников X-1 и X-2 на ситуативные и относительно постоянные черты. С. т. т. ш. допускает индивидуальное и групповое использование. Наряду со шкалой С. т. т. ш. в 1973 г. была разработана шкала (STAI-C State — Trait — Anxiety — Inventory for Children).

Окончательная версия STAI-C явилась продолжением работы над STAI с целью создания опросника для подростков в возрасте от 10 до 15 лет. Также как и в шкале STAI, в подростковой версии содержится 20 вопросов и имеется две отдельные части опросника: A-state, A-trait.

Обработка и интерпретация аналогична STAI, с той только разницей, что в опроснике для подростков уменьшено количество позиций шкалы рейтинговых оценок: "почти никогда", "никогда", "часто".

Шкала характеризуется высокой стабильностью результатов во времени при повторном тестировании спустя 2 недели для всей выборки стандартизации имели значение $r_t=0,27$ (при исследовании A-state) и $r_t=0,83$ (при исследовании A-trait) (у мальчиков, соответственно, $r_t=0,22$ и у девочек $r_t=0,82$). Внутренняя согласованность подтвердилась корреляцией заданий с общим результатом по каждой из частей шкалы и

коэффициентом α ; Кронбаха при исследовании A-state $r_{xy}=0,26—0,52$, коэффициент α ; имеет значение 0,8; при исследовании A-trait $r_{xy}=0,13—0,52$, коэффициент α ; имеет значение 0,916. Корреляция между шкалой свойства и шкалой состояния — $r_{xy}=0,41$.

Анализ валидности STAIC осуществлялся по выше описанной модели валидизации STAI. Однако имелось и оригинальное исследование валидности критериальной путем оценивания различий в состоянии тревожности у десятилетних девочек и мальчиков при пребывании в школе и перед посещением стоматолога. Имеются сведения о положительной связи STAIC и «Проявлений тревожности» детской (шкалой CMAS).

Проведение обследования с помощью STAIC аналогично работе со взрослой версией шкалы: выполнение обеих частей требует около 8—12 минут. Рекомендуется первой применять шкалу состояний, а второй шкалу свойств. В отличие от опросника STAI в подростковой форме оценки первичные могут быть переведены как в процентилях, так и в стэны отдельно для мальчиков и девочек. Разница между возрастными категориями испытуемых была настолько малой, что авторы отказались от разработки отдельных норм.

С помощью С. т. т. ш. возможно индивидуальное и групповое обследование.

Опросники широко распространены в прикладных исследованиях, особенно в области клинической психодиагностики и высоко оцениваются за компактность и достоверные диагностические данные. Получил широкое распространение русскоязычный вариант STAI, который известен как шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина (1976, 1978). Ю. Л. Ханин адаптировал, модифицировал и стандартизировал методику, а также получил ориентировочные нормативы поуровневой выраженности тревожности: от 20 до 34 баллов — низкий уровень тревожности, от 35 до 44 баллов — средний уровень тревожности и выше 46 баллов — высокий уровень тревожности.

Л. Ф. Бурлачук

Раздел 6. Методы и психодиагностика в клинической психологии