**PANDEMİ KAYGISI ÖLÇEĞİ**

|  |
| --- |
| Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz. Katkılarınız için teşekkürler.1= **Hiçbir zaman** 2= **Nadiren** 3= **Ara sıra** 4= **Çoğunlukla** 5=**Her zaman** anlamına gelmektedir. |
| 1. Virüsün bana bulaşacağı fikri beni kaygılandırıyor.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Virüsün sevdiklerime bulaşacağı fikri beni kaygılandırıyor.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Virüsün bana bulaşacağını düşündüğüm için insanlarla yakın olmaktan endişeleniyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın sebebiyle aile üyelerinden birinin ölümüne şahit olmaktan korkuyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Virüsün çevremde kimlere bulaştığını bilmemek beni endişelendiriyor.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgının ne zaman kontrol altına alınacağının belirsiz olması beni kaygılandırıyor.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Sokakta koruyucu tedbirleri (maske takmak, fiziksel mesafe kuralına uymak gibi) almayan kişileri gördükçe, virüsün giderek yayılmasından endişeleniyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın sebebiyle kimseyle görüşmek istemiyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Virüsün bana bulaşma ihtimali çok düşük olsa bile kaygılanıyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren kendimi sürekli diken üstündeymiş gibi hissediyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren yemek yeme düzenim bozuldu.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren hafıza problemleri yaşıyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren dikkatimi toplamakta güçlük çekiyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren nefesimin kesildiğini hissediyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren kaslarımın ağrıdığını hissediyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren sindirim problemleri yaşıyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren göğsümde sıkışma hissediyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın başladığından itibaren kendimi halsiz hissediyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgının ekonomiye olan etkisiyle, gelecekte maddi sorunlar yaşamaktan endişeleniyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın sebebiyle evde kaldıkça, psikolojimin bozulacağı düşüncesi beni endişelendiriyor.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın sebebiyle evde kaldıkça, sevdiklerimle olan ilişkilerimin bozulmasından endişeleniyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Salgın sebebiyle çalışma düzenimdeki değişiklikler beni endişelendiriyor.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Gerekli tedbirleri almama rağmen salgın belirtilerini gösterdiğimi düşünüyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Virüs bana bulaşırsa, tedavi sürecimde tıbbi hizmetlerin yetersiz kalmasından endişeleniyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Virüsün, evde olsam bile bir şekilde bana bulaşacağına inanıyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Bünyemin çok hassas olduğunu düşünüyorum.
 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Orijinal Kaynak:**

Özalp, M., Demir Çelebi, Ç. ve Ekşi, H. (2021). Develpoment of The Pandemic Anxiety Scale. *Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi, 4*(1), 119-136. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/josse/issue/62404/918736>

**Puanlama Yönergesi**

**Alt boyut ve madde sayısı:** 4 alt boyut ve 26 madde

Bulaşma Kaygısı (10 madde): e1 e2 e3 e4 e5 e6 e7 e8 e9 e10

Somatik Tepkiler (8 madde): e11 e12 e13 e14 e15 e16 e17 e18

Psikososyal Etkiler (4 madde): e19 e20 e21 e22

İşlevsiz İnançlar (4 madde): e23 e24 e25 e26

**Ölçeğin bulunan ters maddeler:** Ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

**Ölçeğin Değerlendirilmesi:** Ölçek pandemi kaygısını ölçmeye yönelik hazırlanmıştır. Ölçekten alınan toplam puandaki artış bireyin pandemiye bağlı olarak gelişen kaygı düzeyinin yükseldiğini göstermektedir.

**İletişim adresi:** memet1234510@gmail.com