

## پرسشنامه فشار مراقبتی نواک و گست (1989)

به منظور ارزیابی فشار مراقبتی می‌توان از پرسشنامه ای که در سال ۱۹۸۹ توسط نواک و گست ابداع شده است، استفاده کرد. این پرسشنامه شامل ۲۴ گویه و پنج زیر مقیاس می‌باشد که عبارتند از فشار مراقبتی وابسته به زمان، فشار مراقبتی تکاملی، فشار مراقبتی جسمی، فشار مراقبتی اجتماعی، فشار مراقبتی احساسی. پاسخ ها به صورت مقیاس لیکرت ۵ گزینه ای کاملاً نادرست (امتیاز ۱)، نادرست (امتیاز ۲)، تا حدی درست (امتیاز ۳)، درست (امتیاز ۴) و کاملاً درست (امتیاز ۵) خواهد بود. نمرات این پرسشنامه بین ۲۴ تا ۱۲۰ خواهد بود.

| ردیف | سوالات                                                             | کاملاً نادرست | نادرست | تا حدی درست | درست | کاملاً درست |
|------|--------------------------------------------------------------------|---------------|--------|-------------|------|-------------|
| ۱    | بیمار من در انجام اکثر فعالیت های روزانه به کمک احتیاج دارد.       |               |        |             |      |             |
| ۲    | بیمارم به من وابسته است.                                           |               |        |             |      |             |
| ۳    | مجبورم دائماً بیمارم را تحت نظر داشته باشم.                        |               |        |             |      |             |
| ۴    | مجبورم در بسیاری از فعالیت های اصلی به بیمارم کمک کنم.             |               |        |             |      |             |
| ۵    | حتی یک دقیقه هم از کار های مراقبتی بیمارم خلاصی ندارم.             |               |        |             |      |             |
| ۶    | احساس می‌کنم به علت مراقبت از بیمارم از زندگی خودم دور افتاده‌ام.  |               |        |             |      |             |
| ۷    | آرزو می‌کنم ای کاش می‌توانستم از این موقعیت خلاص شوم.              |               |        |             |      |             |
| ۸    | به خاطر مراقبت از بیمارم، زندگی اجتماعی من آسیب دیده است.          |               |        |             |      |             |
| ۹    | به علت مراقبت از بیمارم از نظر عاطفی احساس خستگی می‌کنم.           |               |        |             |      |             |
| ۱۰   | انتظار داشتم زندگی ام در این لحظه متفاوت تر از هم اکنون بود.       |               |        |             |      |             |
| ۱۱   | من به علت مراقبت از بیمارم اندازه کافی نمی‌خوابم.                  |               |        |             |      |             |
| ۱۲   | به علت مراقبت از بیمارم به سلامت من لطمه خورده است.                |               |        |             |      |             |
| ۱۳   | مراقبت از بیمار مرا از نظر جسمی بیمار کرده است.                    |               |        |             |      |             |
| ۱۴   | از نظر جسمی خسته شده‌ام.                                           |               |        |             |      |             |
| ۱۵   | من نمی‌توانم با اعضای خانواده‌ام همراه باشم و به این عادت کرده‌ام. |               |        |             |      |             |

|    |                                                                                      |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| ۱۶ | اعضای خانواده ام قدر مراقبت های من را نمی دانند.                                     |  |  |  |  |
| ۱۷ | به علت مراقبت از بیمارم دچار مشکلات زناشویی شده ام.                                  |  |  |  |  |
| ۱۸ | نمی توانم کارهایی که به عهده من گذاشته شده است را به خوبی انجام دهم.                 |  |  |  |  |
| ۱۹ | از خویشاوندانم رنجیده ام، چون با اینکه می توانند کمکم کنند، اما این کار را نمی کنند. |  |  |  |  |
| ۲۰ | رفتار های عضو بیمار خانواده برایم ایجاد مزاحمت می کند.                               |  |  |  |  |
| ۲۱ | من به علت بیمارم ، احساس خجالت می کنم.                                               |  |  |  |  |
| ۲۲ | از فرد بیمارم رنجیده خاظم.                                                           |  |  |  |  |
| ۲۳ | وقتی دوستان زیادی دورو برم باشند احساس ناراحتی می کنم.                               |  |  |  |  |
| ۲۴ | به خاطر مراقبت وارتباط با فرد بیمارم، عصبانی هستم.                                   |  |  |  |  |

### شیوه نمره گذاری:

| عنوان | کاملا نادرست | نادرست | تا حدی درست | درست | کاملا درست |
|-------|--------------|--------|-------------|------|------------|
| نمره  | ۱            | ۲      | ۳           | ۴    | ۵          |

در این پرسشنامه نمرات ۳۹ تا ۲۴ فشار مراقبتی خفیف، ۷۱ تا ۴۰ فشار مراقبتی متوسط، ۱۲۰ تا ۷۲ فشار مراقبتی شدید را نشان خواهد داد (عباسی و همکاران، ۱۳۹۲). شماره سوالات مربوط به ابعاد این پرسشنامه به قرار زیر است:

فشار مراقبتی وابسته به زمان: سوالات ۱ تا ۵

فشار مراقبتی تکمالی: سوالات ۶ تا ۱۰

فشار مراقبتی جسمی: سوالات ۱۱ تا ۱۴

فشار مراقبتی اجتماعی: سوالات ۱۵ تا ۱۹

فشار مراقبتی احساسی: سوالات ۱۰ تا ۲۴

### تعریف مفهومی:

**فشار مراقبتی:** فشارهای روانی، جسمی و اجتماعی است که در اثر مراقبت از بیماران مزمن به مراقبین وارد شده و مشکلات زیادی همچون فرسودگی، اضطراب، افسردگی را برای مراقبین ایجاد می‌کند (اشنایدر، ۲۰۰۴).

### روایی و پایایی:

روایی پرسشنامه فشار مراقبتی در مطالعه عباسی و همکاران (۱۳۹۲) از طریق روایی محتوی و صوری تأیید شده است و پایایی از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها از ۰.۸۷ تا ۰.۶۹ گزارش و ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ۰.۸۰ گزارش شده است. در مطالعه حق گو و همکاران (۱۳۹۶) نیز روایی و پایایی این پرسشنامه تأیید شده است.

### منابع:

عباسی علی، شمسی زاده مرتضی، اسایش حمید، رحمانی حسین، حسینی سیدعابدین، طالبی میترا. ارتباط فشار مراقبتی با روش‌های مقابله‌ای مراقبین خانوادگی بیماران سرطانی. روان پرستاری. ۱۳۹۲؛ ۱ (۳): ۶۲-۷۱

حق گو امین، ذوالعدل محمد، افروغی سلیمان، رحیمیان هوشنگ، سعید میرزایی محمد. بررسی میزان فشار مراقبتی مراقبین خانوادگی در بیماران مبتلا به اختلالات روانی بستری در بیمارستان شهید رجایی شهر یاسوج در سال ۱۳۹۴. روان پرستاری. ۱۳۹۶؛ ۵ (۲): ۳۹-۴۴

Novak, M. & Guest, C. I. (1989). Application of a multidimensional Care-giver Burden Inventory. *Gerontologist*, 29, 798-803.

Schneider, R. A. (2004). Chronic renal failure: assessing the Fatigue Severity Scale for use among caregivers. *Journal of Clinical Nursing*, 13(2), 219-225.