

UPITNIK AUTOMATSKIH MISLI – UPAM

Proroković A., Vulić-Prtorić, A., (2004). **Upitnik automatskih misli**, u Proroković A. i sur. (ur) *Zbirka psihologijskih skala i upitnika II.*, Odjel za psihologiju Sveučilišta u Zadru, str. 79-84.

Adaptirale: Ana Proroković i Sandra Zelić

Priredile: Ana Proroković i Anita Vulić-Prtorić

1. Teorijska osnova

Automatske misli predstavljaju kognitivne procese specifične za osobe sklone depresiji. Ovaj konstrukt nastao je u okviru Beckove kognitivne teorije i terapije depresije (1979). Beck opisuje automatske misli kao jedan oblik unutrašnjeg govora. Kada su te misli negativne, one postaju presudne za javljanje, razvoj i održavanje različitih psihičkih poremećaja poput depresije, anksioznosti, opsesivno-kompulzivnog poremećaja, fobija i sl. Automatske misli su posebno važne u objašnjenju depresije jer ograničavaju kapacitet pažnje koji je dijelom usmjeren na misli o vlastitoj bezvrijednosti i neadekvatnosti.

Automatske misli određenog sadržaja povezuju se u tzv. *pravila* ili *pretpostavke* koje nastaju na osnovi prethodnog iskustva iz kojeg se izvlače zaključci o sebi i okolini. Više sličnih pretpostavki asocira se u pamćenju tvoreći tzv. *kognitivni set*, a cjelokupna kognitivna organizacija čini kognitivnu strukturu višeg reda- tzv. *kognitivnu shemu*.

Jedan od najpoznatijih i najčešće korištenih instrumenata za procjenu negativnih automatskih misli povezanih s depresijom je *Upitnik automatskih misli* (Automatic Thoughts Questionnaire – ATQ) autora Hollona i Kendalla (1980). Upitnikom se mjeri učestalost javljanja automatskih negativnih misli, a dosadašnja primjena na različitim kliničkim i nekliničkim skupinama odraslih ispitanika pokazala je zadovoljavajuće metrijske karakteristike.

Upitnik automatskih misli (UPAM) Hollona i Kendalla preveden je na hrvatski jezik, nezavisno su ga prevele tri stručne osobe, te je nakon toga postignut konsenzus u prijevodu. Nakon toga, upitnik je primijenjen na 133 ispitanika koja nisu klinički tretirana, te 32 ispitanika s dijagnozom depresije, ambulatno tretirana. Upitnik se sastoji od 30 tvrdnji koje opisuju negativne automatske misli, a ispitanici procjenjuju frekvenciju navedenih misli **tijekom prošlog tjedna**. Procjena se vrši na skali od 5 stupnjeva pri čemu 1 označava *Nikad*, a 5 *Uvijek*. Ukupan rezultat računa se kao zbroj procjena na svim česticama (jednostavna aditivna linearna kombinacija).

2. Psihometrijske osobine

Osjetljivost upitnika i osnovni deskriptivni parametri

Tablica 1. Osnovni deskriptivni parametri upitnika UPAM adaptiranog za primjenu na hrvatskom jeziku

	Cijeli uzorak (N=165)	Neklinički uzorak (N=133)	Klinički uzorak (N=32)
<i>Aritmetička sredina</i>	56,72	50,10	84,25
<i>Standardna devijacija</i>	21,89	14,30	26,35
<i>Raspon</i>	30-136	30-105	40-136
<i>Relativni raspon</i>	0,88	0,62	0,80
<i>Ferguson \square</i>	1	0,99	0,99
<i>K-S test normalnosti distribucije</i>	D=0,18, p<0,01	D=0,16, p<0,01	D=0,81, p<0,20

Iz osnovnih deskriptivnih parametara navedenih u Tablici 1 može se uočiti da je diskriminativnost UPAM upitnika dosta dobra za sva tri uzorka ispitanika, s tom razlikom da je na ukupnom uzorku i nekliničkom uzorku distribucija rezultata očekivano pozitivno asimetrična (većina ispitanika postiže relativno niske rezultate na upitniku).

Pouzdanost upitnika

Hollon i Kendall (1980) su na uzorku studenata utvrdili visoku pouzdanost UPAM upitnika tipa unutarne konzistencije (Cronbach alpha je iznosio 0.96). Harrel i Ryon (1983) za skupinu depresivnih pacijenata navode koeficijente unutarne konzistencije (Cronbach alpha) od 0.91 do 0.94, a za skupinu nedepresivnih pacijenata od 0.87 do 0.91. UPAM upitnik, adaptiran za primjenu na hrvatskom jeziku i primjenjen na različitim uzorcima ispitanika, također pokazuje dosta visoku unutarnju konzistentnost (Tablica 2.)

Tablica 2. Parametri pouzdanosti upitnika UPAM adaptiranog za primjenu na hrvatskom jeziku

	Cijeli uzorak (N=165)	Neklinički uzorak (N=133)	Klinički uzorak (N=32)
<i>Cronbach alpha</i>	0,96	0,93	0,96
<i>Spearman-Brownov koeficijent</i>	0,97	0,95	0,95
<i>Prosječna korelacija između čestica</i>	0,51	0,35	0,46

Valjanost

a) Faktorska valjanost

Hollon i Kendall (1980) navode da se UPAM upitnik bazira na četiri osnovne facete depresivnosti: 1. *Osobna prilagodba i želja za promjenom*, 2. *Negativno samopoimanje*, 3. *Nisko samopoštovanje* i 4. *Odustajanje, bespomoćnost*. Međutim, ne navode empirijske potvrde koje bi opravdale četverofaktorsku strukturu upitnika, a ukupan rezultat tretiraju kao jednostavnu aditivnu kombinaciju svih čestica.

Faktorska struktura upitnika (na uzorcima hrvatskih ispitanika) provjerena je eksploratornom faktorskom analizom (metoda zajedničkih faktora uz Varimax rotaciju i Kaiser-Guttmanov kriterij ekstrakcije faktora). Za cijeli uzorak dobivena su tri, a neklinički četiri faktora. S obzirom na to da su dobiveni faktori bili uglavnom neinterpretabilni, provedena je faktorska analiza s ograničenjem na jedan faktor. Ovom analizom utvrđeno je postojanje jednog generalnog faktora na kojem su sve čestice osim jedne (čestica rb.7) imale visoka zasićenja (većina iznad 0,70).

b) Konvergentna valjanost

Hollon i Kendall (1980) navode statistički značajne korelacije između rezultata na UPAM upitniku i rezultata na Beckovoj skali depresije, te rezultata na subskali depresije MMPI upitnika.

Za provjeru konvergentne valjanosti upitnika primjenjenog na hrvatskom uzorku ispitanika izračunate su korelacije između rezultata na UPAM upitniku i ukupnih rezultata na Skali depresivnosti D-92. Dobivene su statistički značajne, pozitivne korelacije za sva tri uzorka, što znači da oni ispitanici koji postižu visok rezultat na upitniku, postižu ujedno i visok rezultat u Skali depresivnosti ($r=0.80$, $r=0.58$ i $r=0.86$).

c) Konkurentna valjanost

Hollon i Kendall (1980) nalaze da rezultati na UPAM upitniku dobro diskriminiraju depresivne i nedeprativne ispitanike ($p<0.001$), a slične nalaze su dobili Harrell i Ryon (1983) koji navode značajne razlike između depresivnih pacijenata i nedeprativnih pacijenata koji imaju dijagnozu drugih psihopatoloških poremećaja.

Na hrvatskom uzorku ispitanika, također se pokazalo da rezultati na UPAM upitniku dobro diskriminiraju depresivne (klinički uzorak) i nedepresivne ispitanike (neklinički uzorak). Razlika između dviju distribucija bila je značajna na razini od 1% (K-S test, $Kd=21$, $p<0.01$).

Dobiveni rezultati pokazuju da adaptirani Upitnik automatskih misli ima zadovoljavajuću osjetljivost, pouzdanost i konstruktnu valjanost, te da se može preporučiti njegova primjena na našoj populaciji.

LITERATURA

BECK, A.T., RUSH, A.J., SHAW, B.F., EMERY, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: The Guilford Press.

HOLLON, S.D., KENDALL, P.C. (1980). Cognitive self-statements in depression: development of an automatic thoughts Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 383-395.

KENDALL, P.C., WATSON, D. (1989). *Anxiety and Depression: Distinct and Overlapping Features*, San Diego: Academic Press.

NETEMEYER, R.G., WILLIAMSON, D.A., BURTON, S., BISWAS, D., JINDAL, S., LANDRETH, S., MILLS, G., PRIMEAUX, S. (2002), Psychometric properties of Shortened versions of the Automatic Thoughts Questionnaire, *Educational and Psychological Measurement*, Vol.62. No.1, 111-129.