

STANISŁAWA TUCHOLSKA
Lublin

ENDLERA WIELOWYMIAROWE SKALE LĘKU (EMAS)

Problematyka lęku od dawna jest przedmiotem naukowej psychologii. Lęk towarzyszy człowiekowi przez całe jego życie, pełniąc w nim, w zależności od nasilenia, funkcję adaptacyjną bądź dezadaptacyjną. Mówiąc o roli lęku w życiu człowieka należy również zaznaczyć, że jest on objawem osiowym wielu zespołów psychopatologicznych. Pomiar lęku jest zatem często jednym z głównych zadań procesu diagnostycznego zarówno u dorosłych, jak i u dzieci. Skale lęku należą do metod często stosowanych przez psychologów. Wśród używanych narzędzi pomiaru lęku dominują metody konstruowane bez dostatecznego zaplecza teoretycznego, często nie ujmujące jego istotnych elementów strukturalnych. Rozwój badań wymaga opracowania poprawnych metodologicznie i użytecznych klinicznie technik pomiaru tej zmiennej. Celem niniejszego doniesienia jest prezentacja jednego z najnowszych narzędzi do pomiaru lęku, jakimi są *Wielowymiarowe skale lęku* opracowane przez Endlera, Edwardsa i Vitelliego (*Endler Multidimensional Anxiety Scales –EMAS*).

I. ZAŁOŻENIA TEORETYCZNE SKAL EMAS

Omawiane skale zostały opracowane na bazie interakcyjnego modelu osobowości, w którym zachowanie ujmowane jest jako wynik interakcji osoby i sytuacji (Endler 1983; Endler, Magnuson 1976a). Interakcyjny model osobowości, zdaniem Endlera, jest szczególnie przydatny w analizie takich zmiennych, jak lęk. Podejmując bowiem kwestię pomiaru lęku musimy dokonać rozróżnienia między predyspozycją jednostki do swoistego doświadczenia bądź zachowywania się a jej obecną, aktualną reakcją w jakiejś sytuacji. To rozróżnienie nawiązuje ściśle do dokonanego w literaturze psychologicznej wyróżnienia stanu i cechy lęku.

Cattell i Scheier (1958; 1961) na podstawie analizy czynnikowej przeprowadzonej na bogatym materiale empirycznym wyodrębnili lęk aktualnie przeżywany (stan lęku) i lęk charakterologiczny stanowiący cechę osobowości rozumianą jako skłonność lub predyspozycja (cecha lęku).

Lęk jako stan w ujęciu Cattella to rozległy obszar jednolitych schematów reagowania powtarzających się w podobnej formie i wywoływanych przez różne bodźce (Cattell 1966).

Różnica między lękiem jako stanem i lękiem jako cechą leży, zdaniem Cattella, w długości czasu utrzymywania się zespołów lękowych reakcji i w ich powtarzalności. Lęk jako cecha może być rozumiany jako stały element osobowości, warunkuje on bowiem sposób reagowania w sytuacjach trudnych bądź zagrażających (Cattell 1966).

Poszukiwanie specyfiki tych dwóch rodzajów lęku stało się przedmiotem zainteresowania Spielbergera. Jego zdaniem, stan lęku jest krótkotrwałym, aktualnym i zmiennym sposobem reagowania jednostki na jakąś sytuację trudną. Charakteryzuje się „subiektywnymi, świadomie spostrzeganymi uczuciami obawy i napięcia, którym towarzyszy związana z nim aktywacja lub pobudzenie autonomicznego układu nerwowego” (Spielberger 1966 s. 16-17). Istotną właściwością stanu lęku jest jego fluktuacja. Zmienia się pod wpływem oddziaływania różnych czynników zewnętrznych z chwili na chwilę, z dnia na dzień.

Lęk jako cecha jest dyspozycją osoby do określonego sposobu reagowania. Ma charakter potencjalny i jest wskaźnikiem możliwości reagowania człowieka w sytuacjach spostrzeganych przez niego jako trudne. Obok procesów emocjonalnych istotną rolę odgrywają tu procesy poznawcze rozstrzygające to, czy dana sytuacja oceniana jest przez jednostkę jako trudna i zagrażająca, czy nie. W ujęciu Spielbergera lęk jako cecha jest „motywnym lub nabytą dyspozycją behawioralną, która czyni jednostkę podatną na spostrzeganie szerokiego zakresu obiektywnie niegroźnych sytuacji jako zagrażających i reagowania na nie stanem lęku, nieproporcjonalnie silnym w stosunku do wielkości obiektywnego niebezpieczeństwa” (Spielberger 1966 s. 17). Lęk jako cecha jest w znacznym stopniu wyuczony i ma swoje źródło w przeszłych doświadczeniach jednostki. Jest względnie stałą właściwością jednostki, jest ukrytą dyspozycją do reagowania stanem lęku w sytuacjach dla jednostki stresowych (Spielberg 1972).

Według Endlera, powyższe rodzaje lęku są zmiennymi o złożonej strukturze, a ich pomiar wymaga ujęcia wszystkich tworzących je istotnych elementów. Endler wychodząc z interakcyjnego modelu osobowości uważa, że pomiar jednostkowych predyspozycji (cechy lęku) musi być dokonywany w wyraźnym kontekście sytuacyjnym. W modelu tym kwestionuje się użyteczność globalnych wskaźników indywidualnych różnic (Endler, Edwards 1985; Mischel 1968). Promuje się natomiast – w pomiarze takich zmiennych osobowościowych, jak

lęk – podejście, które pozwala ująć specyfikę funkcjonowania osoby–w–sytuacji. Zatem, zamiast sprowadzać wynik badania do jednego ogólnego wskaźnika, należy podać kilka wartości charakteryzujących doświadczany przez jednostkę poziom lęku z uwagi na sytuacje, w których się znajduje. Endler ustosunkowuje się krytycznie do większości testów przeznaczonych do pomiaru lęku. Uważa, że wiele z nich było konstruowanych z niedostatecznym uwzględnieniem teoretycznych opracowań i nie ujmuje istotnych komponent lęku (Endler i in. 1991). Są to najczęściej metody ujmujące lęk jako zmienną jednowymiarową. Do nich należą powszechnie używane: *Test jawnego niepokoju* Janet Taylor (TMAS) (Taylor 1953), skala lęku w SCL-90R (Derogatis 1983) oraz skala lęku w *Podstawowym inwentarzu osobowości* (Jackson 1989). Testy te pozwalają, zdaniem Endlera, jedynie na stwierdzenie występowania u badanego zaburzeń o charakterze lękowym. Wyróżniające się na tle pozostałych metod Spielbergera inwentarze dla dorosłych (STAI) i dla dzieci (SAIC) mierzą obydwa rodzaje lęku (Spielberger, Gorsuch, Lushene 1970; Spielberger i in. 1973). Jednak zarówno lęk jako stan, jak i lęk jako cecha traktowane są przez Spielbergera jako zmienne jednowymiarowe. Metody te nie ujmują dostatecznie szeroko ani lęku jako cechy, ani lęku jako stanu. Zdaniem wielu autorów, inwentarze Spielbergera w pomiarze cechy lęku ograniczają się raczej do lęku pojawiającego się w sytuacjach interpersonalnych, nie ujmują natomiast lęku występującego w innych rodzajach zagrożenia, na przykład w sytuacji fizycznego niebezpieczeństwa czy w sytuacji nowej, obcej jednostce (Auerbach 1973; 1973a; Endler, Shedletsky 1973; Endler i in. 1991; Hodges 1968).

Endler opowiada się za wielowymiarowym ujęciem zarówno stanu, jak i cechy lęku. Nawiązuje do prac Lieberta i Morrisa (1967), Sarasona (1975), Schwartz, Davisona i Golemana (1978) oraz Wine'a (1971), w których autorzy podkreślają, iż w lęku należy wyróżnić dwa podstawowe typy reakcji: reakcje poznawcze i emocjonalno-vegetatywne.

Reakcje emocjonalno-vegetatywne obejmują symptomy wpływające z działania autonomicznego układu nerwowego. Są to: pocenie rąk, bicie serca, zaburzenia rytmu oddychania, suchość w ustach, drżenie. Reakcje poznawcze to głównie poczucie nieadekwatności, nieudolności, oczekiwanie porażki, poczucie zagrożenia. Z dotychczasowych badań wynika, że te dwa komponenty stanu niepokoju (poznawczy i emocjonalno-vegetatywny) znacząco korelują z niestresowymi sytuacjami (Endler 1983; Endler i in. 1989). Zatem dobre narzędzie pomiaru stanu lęku winno składać się z dwóch typów itemów: tych, które ujmują reakcje poznawcze i tych, które ujmują reakcje emocjonalno-vegetatywne. Przeprowadzone przez Endlera rozległe badania empiryczne wśród dorosłych zdrowych i chorych psychicznie oraz młodzieży szkolnej Kanady, USA, Izraela, Niemiec i Meksyku potwierdzają słuszność tego stanowiska. Przy użyciu analizy

czynnikowej autor wyodrębnił te dwa komponenty stanu lęku, potwierdzając tym samym słusność swych teoretycznych rozstrzygnięć (Endler i in. 1989; Endler, Parker i in. 1991; Endler, Lobel i in. 1991).

Zdaniem Endlera, również i cecha lęku jest zmienną wielowymiarową (Endler, Okada 1975). Doświadczenie psychologiczne wskazuje na duże zróżnicowanie ludzi z uwagi na predyspozycje do przeżywania lęku w różnych sytuacjach. Empiryczne dowody wielowymiarowości cechy lęku pochodzą z badań prowadzonych w celu weryfikacji hipotez stawianych w ramach interakcyjnego modelu lęku (Endler 1983). W modelu tym stan lęku jest wypadkową interakcji między specyficznymi wymiarami cechy lęku (np. oceny społecznej) a doświadczanym sytuacyjnym zagrożeniem (jednostka spostrzega daną sytuację jako sytuację społecznej oceny, która jest dla niej stresująca). Gdy między danym wymiarem cechy lęku a sytuacyjnym stresem nie ma zgodności (dana sytuacja nie jest spostrzegana przez jednostkę jako zagrażająca), interakcja ze stanem lęku nie wystąpi. Potwierdzają to różnorodne badania kliniczne, również i laboratoryjne (Endler 1983; Endler Parker i in. 1991; Flood, Endler 1980).

Endler uważa, że szczególnie znaczącymi dla pomiaru lęku jako cechy (dyspozycji) są cztery typy sytuacji zagrażających: sytuacja oceny jednostki przez innych (ocena społeczna), sytuacja fizycznego niebezpieczeństwa (groźącego bólem lub uszkodzeniem), sytuacja nowa, obca jednostce oraz sytuacja życia codziennego. Wyboru trzech pierwszych sytuacji dokonał Endler na podstawie wyników analizy czynnikowej (Endler i in. 1962). Czwarta sytuacja uznana została za znaczącą w pomiarze cechy lęku na podstawie późniejszych badań (Endler, Okada 1975). Sytuacje te nazywa Endler ogólnymi sytuacyjnymi czynnikami lęku, które powinny stanowić przedmiot szczegółowych psychologicznych pomiarów. Nadmieniam, że lękorodnymi dla jednostki mogą być również sytuacje konfliktu i utraty, które jednak pomija w proponowanych przez siebie metodach (Endler, Edwards, Vitelli 1991). Z zaprezentowanych poglądów Endlera widać wyraźnie, iż jest on zwolennikiem wielowymiarowej koncepcji lęku. Rozróżnia stan i cechę lęku. W stanie lęku wyróżnia dwa komponenty: poznawczy i emocjonalno-wegetatywny. Zaś cechę lęku rozpatruje w kontekście czterech podstawowych czynników sytuacyjnych: oceny społecznej, fizycznego zagrożenia, sytuacji nowej oraz sytuacji życia codziennego.

II. CHARAKTERYSTYKA METODY

Endlera wielowymiarowe skale lęku (EMAS) wydane zostały w 1991 r. przez Western Psychological Service. Ich autorami są: Norman S. Endler, Jean M. Edwards i Romeo Vitelli. Pierwowzorami metod są opracowane wcześniej przez Endlera i współpracowników następujące inwentarze: *Situation-Respons*

Inventory of Anxiousness (Endler, Hunt, Rosenstein 1962) badający cechę lękliwości, *S-R Inventory of General Trait Anxiousness* (Endler, Okada 1975) będący udoskonalonym narzędziem do badania cechy lęku oraz *Present Affect Response Questionnaire* (Endler i in. 1976) przeznaczony do badania lęku jako stanu.

Skale EMAS są metodami samoopisowymi i nie mają ograniczeń czasowych. Ujmują one stan i cechę lęku. Pozwalają w miarę precyzyjnie mierzyć i przewidywać lęk doświadczany przez jednostkę w różnych sytuacjach. Można nimi badać indywidualnie i grupowo zarówno zdrowych, jak i chorych. Cenny walor stanowi też szerokość obejmowanego przez te skale zakresu wieku badanych. Można nimi badać młodzież szkolną, dorosłych oraz osoby starsze. Badanie wszystkimi skalami trwa przeciętnie około 25 minut, ale w zależności od potrzeb można przeprowadzać badanie każdą ze skal oddzielnie.

III. BUDOWA METODY

EMAS składa się z trzech niezależnych skal: EMAS-S, EMAS-C, EMAS-P.

Skala EMAS-S jest przeznaczona do pomiaru stanu lęku. Ujmuje krótkotrwałe przejściowe reakcje lękowe, pozwala mierzyć poziom lęku, który jednostka aktualnie doświadcza. Składa się z 20 itemów. Na podstawie analizy czynnikowej wyodrębniono dwie skale: skalę reakcji emocjonalno-vegetatywnych (AE – *autonomic-emotional*) i skalę poczucia zagrożenia (CW – *cognitive-worry*).

Podskale reakcji emocjonalno-vegetatywnych (AE) tworzy 10 itemów, wśród których są na przykład:

- Pocą mi się ręce,
- Mam przyspieszony oddech,
- Odczuwam ucisk w żołądku,
- Odczuwam drżenie rąk,
- Czuję ucisk w gardle.

Podskale poczucia zagrożenia (CW) tworzy 10 pozostałych itemów, wśród których są na przykład:

- Brak mi zaufania do siebie,
- Nie potrafię się skupić na tym, co robię,
- Nie potrafię się skoncentrować,
- Boję się porażki,
- Czuje się nieporadnym.

W tej skali badany jest proszony o ustosunkowanie się do każdego z 20 itemów na skali 5-stopniowej, wskazując na to, jak się t e r a z czuje. Z badania uzyskujemy trzy wskaźniki liczbowe nasilenia lęku jako stanu: ogólny wskaźnik, wskaźnik poczucia zagrożenia, wskaźnik symptomów emocjonalno-wegetatywnych.

S k a l a EMAS–C jest przeznaczona do pomiaru lęku jako cechy. Skala ta składa się z 60 itemów ujmujących indywidualne predyspozycje do przeżywania lęku w czterech różnych sytuacjach: w sytuacji społecznej oceny, fizycznego niebezpieczeństwa, w sytuacji nowej, obcej dla badanego oraz sytuacji, w jakimi spotyka się na co dzień. Badany ma określić, jak zachowuje się w każdej z tych sytuacji, zaznaczając na skali 5-stopniowej nasilenie obserwowanych u siebie 15 symptomów lęku, na przykład:

- Czuje się wytrącony z równowagi,
- Czuje się odprężony,
- Oczekuję takich sytuacji,
- Czuje się swobodnie i przyjemnie,
- Czuje się zaniepokojony,
- Serce bije mi szybciej,
- Mam zaufanie do siebie.

Analiza powyższych symptomów wskazuje, iż ujmują one zarówno poznawcze, jak i emocjonalno-wegetatywne komponenty lęku. Badanie tą skalą pozwala ustalić cztery niezależne wskaźniki liczbowe ukazujące nasilenie cechy lęku w każdej z czterech sytuacji.

S k a l a EMAS–P ujmuje sposób spostrzegania przez badanego sytuacji badania testowego, w której się aktualnie znajduje. Osoba badana określa na skali 5-stopniowej, jak dalece sytuacja ta jest dla niej: (a) sytuacją, w której czuje się oceniana i obserwowana przez innych; (b) sytuacją, którą można uznać za fizycznie niebezpieczną; (c) sytuacją nową, obcą, niepodobną do innych; (d) sytuacją, którą można uznać za neutralną, nieszkodliwą; (e) w jakim stopniu czuje się w tej sytuacji zagrożona. Po ustosunkowaniu się do powyższych itemów badany proszony jest o udzielenie odpowiedzi na trzy pytania otwarte dotyczące jego subiektywnych odczuć w tej specyficznej sytuacji, w jakiej jest testowany.

W wyniku badania tą skalą uzyskuje się pięć niezależnych wskaźników liczbowych, które interpretuje się łącznie z danymi jakościowymi z wypowiedzi pisemnej.

Jak już wcześniej zostało zaznaczone, każda ze skal (EMAS–S, EMAS–C, EMAS–P) stanowi niezależne narzędzie pomiaru i może być użyta oddzielnie.

W przypadku ich łącznego stosowania wyniku nie sumuje się. Wyniki surowe można zamieniać na jednostki standaryzowane w skali T lub w skali centylowej. Normy były ustalane na grupach studentów i osób starszych z USA oraz młodzieży szkolnej, studentów i dorosłych z Kanady.

Współczynniki rzetelności *alfa-Cronbacha* poszczególnych skal obliczono oddzielnie dla mężczyzn i kobiet; zamieszczono je w tab. 1.

Tab. 1. Współczynniki rzetelności *alfa-Cronbacha* (Endler, Parker i in. 1991)

Skale EMAS-S	K	M
Poczucie zagrożenia	.90	.89
Reakcje emocjonalno-wegetatywne	.86	.85
Wynik ogólny	.93	.92
Skale EMAS-C		
Społeczna ocena	.93	.92
Fizyczne niebezpieczeństwo	.93	.93
Sytuacja nowa	.93	.93
Sytuacja codzienna	.93	.92

Wszystkie współczynniki rzetelności są powyżej 0.85 i wskazują na dużą homogeniczność skali.

Skale te wzbudziły duże zainteresowanie zarówno wśród psychologów klinicznych, jak i psychologów zajmujących się badaniem lęku jako zmiennej osobowościowej.

IV. POLSKA WERSJA SKAL EMAS

Tłumaczenia skal na język polski dokonał Uchnast (1993). Arkusze testowe tego tłumaczenia otrzymały zwartą formę zewnętrzną wzorowaną na wersji oryginalnej. Każda ze skal jest umieszczona na oddzielnym arkuszu formatu A 4 i wyposażona w krótką instrukcję. Dotychczasowe badania przeprowadzone przy użyciu EMAS-C wskazują, że jest ona krótką zwięzłą i zrozumiałą dla badanych techniką samoopisu. Z badań 106-osobowej grupy młodzieży licealnej w wieku 17–19 lat (41 M i 65 K) wynika, że współzależność między płcią a różnymi wymiarami lęku jest znacząca. Wyniki te są zbieżne z tymi, jakie

uzyskał Endler (Endler, Parker i in. 1991), badając cechę lęku bardzo dużej grupy młodzieży (2009 osób) z Kanady.

Tab. 2. Średnie i odchylenia standardowe w EMAS-C

Skale EMAS-C	Polska				Kanada			
	K		M		K		M	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Ocena społeczna	48.22	11.37	45.51**	10.80	46.80	11.66	42.35**	12.35
Fizyczne niebezpieczeństwo	58.46	10.39	50.90***	10.30	62.22	12.11	52.73***	10.42
Sytuacja nowa	43.38	10.45	43.29	9.79	44.19	11.13	40.91**	11.06
Sytuacja codzienna	26.78	10.31	28.83*	8.84	24.87	8.72	25.73*	9.17

* p.u.<.05, ** p.u.<.01, *** p.u.<.001.

Analiza danych zamieszczonych w tab. 2 wskazuje, że kobiety uzyskały znacząco wyższe wyniki niż mężczyźni w dwóch podskalach: fizycznego niebezpieczeństwa i oceny społecznej. Natomiast w podskali sytuacji codziennych mężczyźni uzyskali wyniki wyższe niż kobiety. Analogiczny kierunek różnic wystąpił w badaniach grupy kanadyjskiej. Nie wystąpiły różnice międzypłciowe w poziomie cechy lęku doświadczanego w sytuacjach nowych w grupie młodzieży polskiej. W badaniach kanadyjskich stwierdzono natomiast znacząco niższy poziom lęku w sytuacjach życia codziennego u kobiet niż u mężczyzn. Ponadto przeprowadzone badania dostarczają danych empirycznych przemawiających za słusznością interakcyjnego modelu lęku. Z analizy wskaźników zawartych w tab. 2 wynika, że rodzaj sytuacyjnego zagrożenia, na przykład fizyczne niebezpieczeństwo czy społeczna ocena, jest istotnym czynnikiem różnicującym poszczególne wymiary lęku jako cechy. Najwyższy poziom lęku doświadczali badani w sytuacjach fizycznego zagrożenia, następnie w sytuacji oceny społecznej i w nowych nieznanymi okolicznościach. Zaś stosunkowo niski poziom lęku

pojawiał się w sytuacjach życia codziennego. Tendencje te są analogiczne u badanych z obu grup.

Oprócz powyższych badań podjęto próbę ustalania trafności zbieżnej, korelując wyniki EMAS–C z wynikami polskiej wersji skali (X–2) ISCL Spielberga, która bada cechę lęku. Badaniem objęta była ta sama, co powyżej, 109-osobowa grupa młodzieży. Otrzymano następujące współczynniki: dla sytuacji społecznej oceny $r = 0.55$, dla sytuacji zagrożenia $r = 0.25$, dla nowej obcej sytuacji $r = 0.29$ oraz dla sytuacji codziennej $r = 0.02$. Wskaźniki te są zbliżone do tych, jakie uzyskał Endler dla wcześniejszych wersji tej skali (Endler, Shedletsky 1973; Endler, Magnuson 1976) oraz dla wersji ostatecznej (Endler, Edwards, Vitelli 1991). Ukazują one wyraźnie, że inwentarz Spielberga ujmujący cechę lęku koreluje znacząco wyżej ze skalą społecznej oceny (ujmującą cechę lęku pojawiającego się w sytuacjach interpersonalnych) w porównaniu z pozostałymi skalami.

*

Przeprowadzone i omówione powyżej badania wstępne skalą EMAS–C wskazują na jej trafność także w warunkach polskich. Uzyskane wskaźniki w znacznym stopniu są zbieżne z wynikami w wersji oryginalnej. Wskazane byłoby zatem przeprowadzenie badań mających na celu ustalenie rzetelności i trafności wszystkich skal oraz ewentualną ich normalizację. Adaptację tych skal do warunków polskich należałoby przyjąć z dużym uznaniem. Jest to bowiem jedno z najnowszych narzędzi do pomiaru lęku, dobrze opracowane – zarówno teoretycznie, jak i empirycznie – i nie ma żadnego odpowiednika wśród skal stosowanych u nas.

BIBLIOGRAFIA

- A u e r b a c h S. M.: Effects of Orienting Instructions, Feedback Information and Trait Anxiety on State Anxiety. „Psychological Reports” 33:1973 s. 779-786.
- A u e r b a c h S. M.: Trait-State Anxiety and Adjustment to Surgery. „Journal on Consulting and Clinical Psychology” 40:1973a s. 264-271.
- C a t t e l l R. B.: Anxiety and Motivation. Theory and Crucial Experiments. W: C. D. S p i e l b e r g e r (ed.). Anxiety and Behavior. New York 1966.
- C a t t e l l R. B., S c h e i e r I. H.: The Nature of Anxiety: A Review of 13 Multivariate Analyses Comparing 814 Variables. „Psychological Reports” 5:1958 s. 351-388.
- C a t t e l l R. B., S c h e i e r I. H.: The Meaning and Measurement of Neuroticism and Anxiety. New York 1961.

- D e r o g a t i s L. R.: SCL-90R (Revised Version) Manual. Baltimore 1983.
- E n d l e r N. S.: Interactionism. A Personality Model but not Yet a Theory. W: M. M. P a g e (ed.). Nebraska Symposium on Motivation. Personality–Current Theory and Research 1983. Lincoln 1983.
- E n d l e r N. S., E d w a r d s J. M.: Evaluation of the State-Trait Anxiety Concept within an Interactional Model. „The Southern Psychologist” 2:1985 s. 63-71.
- E n d l e r N. S., E d w a r d s J. M., K o w a l c h u k B. P.: The Interaction Model of Anxiety Assessed in a Psychotherapy Situation. „The Southern Psychologist” 1:1983 s. 168-172.
- E n d l e r N. S., E d w a r d s J. M., V i t e l l i R.: Endler Multidimensional Anxiety Scales. Manual. Los Angeles 1991.
- E n d l e r N. S., E d w a r d s J. M., V i t e l l i R., P a r k e r J. D. A.: Assessment of State and Trait Anxiety. Endler Multidimensional Anxiety Scales. „Anxiety Research. An International Journal” 2:1989 s. 1-14.
- E n d l e r N. S., H u n t J., R o s e n s t e i n A. J.: An S-R Inventory of Anxiousness. „Psychological Monographs” 76:1960 s. 1-33.
- E n d l e r N. S., L o b e l T., P a r k e r J. D. A., S c h m i t z P.: Multidimensionality of State and Trait Anxiety. A Cross-Cultural Study Comparing American, Canadian, Israeli and German Young Adults. „Anxiety Research. An International Journal” 3:1991 s. 252-272.
- E n d l e r N. S., M a g n u s o n D.: Multidimensional Aspects of State and Trait Anxiety. A Cross-Cultural Study of Canadian and Swedish College Students. W: C. D. S p i e l b e r g e r, P. D i a z - G u e r r e r o (eds.). Cross-Cultural Anxiety. Washington 1976.
- E n d l e r N. S., M a g n u s o n D.: Toward an Interaction Psychology of Personality. „Psychological Bulletin” 83:1976a s. 956-974.
- E n d l e r N. S., M a g n u s o n D., E k e h a m m a r B., O k a d a M.: The Multidimensionality of State and Trait Anxiety. „Scandinavian Journal of Psychology” 17:1976 s. 81-96.
- E n d l e r N. S., O k a d a M.: A Multidimensional Measure of Trait Anxiety. The S-R Inventory of General Trait Anxiousness. „Journal of Consulting and Clinical Psychology” 43:1975 s. 319-329.
- E n d l e r N. S., P a r k e r J. D. A., B a g b y R. M., C o x B. J.: Multidimensionality of State and Trait Anxiety. Factor Structure of the Endler Multidimensional Anxiety Scales. „Journal of Personality and Social Psychology” 6:1991 s. 919-926.
- E n d l e r N. S., S h e d l e t s k y R.: Trait Versus State Anxiety, Authoritarianism and Ego Threat Versus Physical Threat. „Canadian Journal of Behavioral Science” 5:1973 s. 347-361.
- F l o o d M., E n d l e r N. S.: The Interaction Model of Anxiety. An Empirical Test in an Athletic Competition Situation. „Journal of Research in Personality” 14:1980 s. 329-339.
- H o d g e s W. F.: Effects of Ego Threat of Pain on State Anxiety. „Journal of Personality and Social Psychology” 8:1968 s. 364-372.
- J a c k s o n D. N.: Basic Personality Inventory. Port Huron 1989.
- L i e b e r t R. M., M o r r i s L. W.: Cognitive and Emotional Components of Test Anxiety. A Distinction and Some Initial Data. „Psychological Reports” 20:1967 s. 975-978.
- M i s c h e l W.: Personality and Assessment. New York 1968.
- S a r a s o n I. G.: Test Anxiety, Attention and the General Problem of Anxiety. W: C. D. S p i e l b e r g, I. G. S a r a s o n (eds.). Stress and Anxiety. Vol. 1. New York 1975.
- S c h w a r t z G. E., D a v i s o n R. J., G o l e m a n D. J.: Patterning of Cognitive and Somatic Processes in the Self-Regulation of Anxiety. Effects on Mediation Versus Exercise. „Psychosomatic Medicine” 40:1978 s. 321-328.

- Spielberger C. D.: Theory and Research on Anxiety. W: C. D. Spielberger (ed.). Anxiety and Behavior. New York 1966.
- Spielberger C. D.: Anxiety as an Emotional State. W: C. D. Spielberger (ed.). Anxiety. Current Trends in Theory and Research. Vol. 1. New York 1972.
- Spielberger C. D., Edwards C. D., Lushene R. E. in: STAIC Preliminary Manual for the State-Trait Anxiety Inventory for Children. Palo Alto 1973.
- Spielberger C. D., Gorsuch R. L., Lushene R. E.: Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto 1970.
- Taylor J. A.: A Personality Scale of Manifest Anxiety. „Journal of Abnormal Psychology” 48:1953 s. 285-290.
- Uchnast Z.: Endlera wielowymiarowe skale niepokoju (wersja eksperymentalna). Lublin 1993 (mps Zakład Psychologii Ogólnej KUL).
- Wine J.: Test Anxiety and Direction of Attention. „Psychological Bulletin” 76:1971 s. 92-105.

ENDLER'S MULTIDIMENSIONAL SCALES OF ANXIETY (EMAS)

S u m m a r y

The paper depicts Endler's multidimensional scales of anxiety (EMAS). On designing the method the author based himself on the interaction model of personality in which anxiety is taken to mean the resultant of the interaction of personality and situational variables. Endler distinguishes the state and trait of anxiety, and assumes that they are multidimensional constructs. EMAS consists of three independent scales.

EMAS-State (EMAS-S) is used to measure the state of anxiety and consists of 20 items which grasp two components of anxiety, i.e. autonomic-emotional and cognitive (cognitive-worry). EMAS-Trait (EMAS-C) is designed to measure the trait of anxiety. It consists of 60 items which encompass the individual's predispositions to live anxiety in four different situations: social evaluation, physical danger, unclear-new situation and in everyday life situation. EMAS-Perception (EMAS-P) grasps anxiety reaction in the situation of testing.

Preliminary researches by means of the Polish version of the scale EMAS-C point at its diagnostic character and clinical suitability. One postulates further standardized studies of this original tool for the examination of the psychological aspects of anxiety.

Translated by Jan Klos