

پرسشنامه ده سوالی تعیین مزاج مجاهدی  
Mojahedi Mizaj Questionnaire(MMQ)

خواهشمند است با دقت یکی از سه گزینه مربوط به هر سوال را که به حالات خود نزدیک تر می دانید انتخاب و علامت بزنید. در همه سوالات وضعیت کلی بدن و حالات خود را نسبت به همسالان همجنس خود مقایسه و در پاسخ به هر سوال فقط یک گزینه را انتخاب فرمایید.

تاریخ..... نام و نام خانوادگی..... سن..... تلفن همراه..... نشانی ایمیل.....

موضوع	۱	۲	۳
۱ وقتی اطرافیان دست شما را لمس می کنند در مورد گرمی و سردی آن چه می گویند؟	سرد	نه سرد نه گرم	گرم
۲ اندازه کف دست شما در چه حد می باشد؟	کوچک	نه کوچک نه بزرگ	بزرگ
۳ سرعت تأثیر پذیری شما از سرما و گرما چگونه است؟	با سرما سریع سردم می شود	از هر دو اثر پذیری یکسان دارم	با گرما سریع گرمم می شود
۴ هنگام صحبت کردن چند جمله متوالی را چگونه آدا می کنید؟	با فاصله	نه با فاصله نه متصل	متصل
۵ سرعت خشم و عصبانیت شما چگونه است؟	دیر عصبانی می شوم	نه دیر نه سریع عصبانی می شوم	سریع عصبانی می شوم
۶ سرعت تأثیر پذیری شما از غذاهای باطبع گرم مانند عسل، ادویه جات، فلفل و یا غذاهای با طبع سرد مانند دوغ، ماست و خیار چگونه است؟	با سردی جات سریع سردی میکنم	از هر دو اثر پذیری یکسان دارم	با گرمی جات سریع گرمی میکنم
۷ قوت صدای شما نسبت به اطرافیان چگونه است؟	ضعیف	نه ضعیف نه قوی	قوی
۸ سرعت حرکات جسمی شما نسبت به اطرافیان چگونه است؟	آرام	نه آرام نه سریع	سریع
<b>جمع نمرات هشت سوال فوق:</b>			
۹ وضعیت چاقی و لاغری شما نسبت به سایرین چگونه است؟	چاقم	نه چاقم نه لاغرم	لاغرم
۱۰ وضعیت نرمی و خشکی پوست شما چگونه است؟	نرم	نه نرم نه خشک	خشک
<b>جمع نمرات دو سوال فوق:</b>			

**توضیح جهت کاربران محترم پرسشنامه:**

گزینه های ستون ۱ یک امتیاز، گزینه های ستون ۲ دو امتیاز و گزینه های ستون ۳ سه امتیاز به خود اختصاص می دهند.

**جمع نمرات هشت سوال اول مربوط به گرمی و سردی:** نمره برابر و کمتر از ۱۴ سرد - ۱۵-۱۸ معتدل - برابر یا بالای ۱۹ گرم،

**جمع نمرات دو سوال آخر مربوط به تری و خشکی:** نمره برابر یا کمتر از ۳ تر - ۴ معتدل - برابر یا بالای ۵ خشک

## توضیح جهت پژوهشگران محترم

پرسشنامه ده سوالی تعیین مزاج مجاهدی (MMQ) Mojahedi Mizaj Questionnaire اولین پرسشنامه ارزیابی مزاج در طب سنتی ایران است که کلیه مراحل اعتبار سنجی را طی نموده است و میزان حساسیت و ویژگی و سایر ضریب های محاسبه شده مرتبط بدان در مقاله آن که در سال ۲۰۱۴ منتشر شده است گزارش گردیده. این پرسشنامه جهت افراد جوان سالم ۴۰-۲۰ سال اعتبار سنجی شده است، همچنین در پژوهش جدیدی مقاطع برش آن جهت گروه سنی ۶۰-۴۰ سال نیز اعتبار سنجی شده است که در آینده نزدیک مقاله آن به همکاران و علاقمندان تقدیم می گردد. لازم به ذکر است که این پرسشنامه جهت تعیین بیماریهای سوء مزاجی طراحی نشده است ولی از نظر تئوریک اکثر قریب به اتفاق بیماران دارای سوء مزاج گرم در گروه مزاج گرم جای می گیرند و بالعکس. توصیه می نمایم همکاران ارجمند جهت استفاده از این پرسشنامه در هر گونه پژوهش، مقاله مرجع آن را به استاد راهنما یا مشاور طرح (اپیدمیولوژیست یا متخصص آمار زیستی) ارایه نمایند و در صورت موافقت ایشان از پرسشنامه استفاده نمایند.

## گزارش مختصر روند طراحی و اعتبار سنجی پرسشنامه

پرسشنامه خود اظهاری تعیین مزاج مجاهدی شامل ده سؤال می باشد که جهت تعیین وضعیت مزاج از نظر گرمی سردی و تری خشکی بکار می رود. این پرسشنامه توسط مجاهدی و همکاران در سال ۲۰۱۴ طراحی و روایی و پایایی آن مورد بررسی قرار گرفته است. در این مطالعه با استفاده از منابع طب سنتی و با محوریت کتاب قانون گویه های مرتبط با تعیین مزاج استخراج شد. تعداد گویه های اولیه این پرسشنامه ۵۲ گویه بود. در مرحله بعدی روایی صوری و محتوای پرسشنامه انجام شده که با روش های کمی و کیفی صورت گرفته است و نهایتاً ۴۷ گویه باقی ماند. پایایی گویه ها با انجام آزمون- باز آزمون هر سوال با مشارکت ۳۵ داوطلب و به فاصله زمانی دو هفته انجام شد و سوالاتی که آماره کاپای بالای ۰/۴ کسب کرده بودند جهت مرحله تعیین روایی انتخاب شدند (۳۹ گویه)، جهت تعیین استاندارد طلایی ۱۲۱ داوطلب سالم ۴۰-۲۰ سال توسط یک تیم ۸ نفره از اساتید پیشکسوت و متخصصین طب سنتی ویزیت و ۵۲ نفر از داوطلبان که تیم متخصصین توافق بالای ۰/۷۰ در تعیین مزاج ایشان داشتند انتخاب گردیدند. پرسشنامه استخراج شده از مرحله پایایی توسط ۵۲ داوطلب منتخب که در یک مرحله به گروه های سرد و گرم و در مرحله دیگر به گروه های تر و خشک، تقسیم شده بودند تکمیل شد. حساسیت و ویژگی تک تک سوالات محاسبه شد و سوالاتی که Youden index (J) بالاتر از ۰/۲ جهت هر کدام از معیارهای سردی گرمی یا تری خشکی داشتند انتخاب شدند. Binary logistic regression models for each group using forward stepwise separate.

انجام شد و مدل های مختلف فرم تعیین مزاج جهت تعیین گرمی سردی و تری خشکی مزاج تعیین گردید. با استفاده از آزمون ANOVA و Kruskal-Wellis test در حالات مختلف و همچنین با روش رسم منحنی راک نقطه ی برش مناسب با تاکید بر ویژگی بالا معین شد. حساسیت و ویژگی گروه ها در نقاط برش تعیین شده ارزیابی شد.

این پرسشنامه دارای ۸ گویه برای تعیین گرمی سردی و ۲ گویه برای تعیین تری خشکی می باشد. نمره هر کدام از ۱۰ گویه از ۱ تا ۳ بوده و بر اساس انتخاب بهترین نقطه برش، امتیازدهی بدین صورت می باشد: جمع نمرات ۸ سؤال اول وضعیت گرمی سردی را می سنجد (بیش از ۱۸، گرم، ۱۸-۱۵ معتدل در گرمی سردی و کمتر از ۱۵ سرد). جمع ۲ سؤال آخر وضعیت تری خشکی را می سنجد (بیشتر از ۴ خشک، ۴ معتدل در خشکی تری و کمتر از ۴ تر). حساسیت و ویژگی پرسشنامه بر اساس نقاط برش مشخص شده جهت تعیین گرمی مزاج به ترتیب ۶۵٪ و ۹۳٪ و جهت سردی مزاج به ترتیب ۵۲٪ و ۹۷٪ و جهت خشکی مزاج ۵۳٪ و ۶۷٪ و جهت تری مزاج ۵۳٪ و ۷۶٪ محاسبه گردید. اطلاعات بیشتر این مطالعه در مقاله مربوطه ارایه شده است. این پرسشنامه هم اکنون در اختیار محققان طب سنتی است و جهت پژوهش های مختلف مورد استفاده قرار می گیرد.

اگر مشاور محترم آمار از آلفای کرونباخ سوال نمودند بفرمایید تا پاسخ مورد نیاز را ارسال نمایم. بطور خلاصه در این پرسشنامه با توجه به اینکه ابعاد مختلف خصوصیات جسمی و روحی سنجد می شود و با توجه به تعداد اندک سوالات، آلفا کرونباخ بالایی انتظار نمی رود. مگر اینکه حجم نمونه را بسیار بالا ببریم.

## گزارش ساده تر!!

متن فارسی توضیح شیوه بررسی روایی و پایایی پرسشنامه تعیین مزاج مجاهدی

پرسشنامه خود اظهاری تعیین مزاج مجاهدی شامل ده سؤال می باشد که جهت تعیین وضعیت مزاج از نظر گرمی سردی و تری خشکی بکار می رود. این پرسشنامه توسط مجاهدی و همکاران در سال ۲۰۱۴ طراحی و روایی و پایایی آن مورد بررسی قرار گرفته است. در این مطالعه گزارش شده است که با استفاده از منابع طب سنتی و با محوریت کتاب قانون گویه های مرتبط با تعیین مزاج استخراج شد. تعداد گویه های اولیه این پرسشنامه ۵۲ گویه بود. که در مراحل

مختلف روایی صوری، روایی محتوا، آزمون- باز آزمون ۳۹ گویه باقی ماند. جهت تعیین استاندارد طلایی ۱۲۱ داوطلب سالم ۴۰-۲۰ سال توسط یک تیم ۸ نفره از اساتید پیشکسوت و متخصصین طب سنتی ویزیت و ۵۲ نفر از داوطلبان که تیم متخصصین توافق بالای ۷۰٪ در تعیین مزاج ایشان داشتند انتخاب گردیدند. پرسشنامه استخراج شده از مرحله پایایی توسط ۵۲ داوطلب منتخب که در یک مرحله به گروه‌های سرد و گرم و در مرحله دیگر به گروه‌های تر و خشک، تقسیم شده بودند تکمیل شد. حساسیت و ویژگی تک تک سوالات محاسبه شد و سوالاتی که شاخص یاندن بالاتر از ۰/۲ جهت هر کدام از معیارهای سردی گرمی یا تری خشکی داشتند انتخاب شدند. مدل رگرسیون لجستیک برای هر گروه با استفاده از باینری جداگانه به جلو گام به گام انجام شد و مدل‌های مختلف فرم تعیین مزاج جهت تعیین گرمی سردی و تری خشکی مزاج تعیین گردید. با استفاده از آزمون تحلیل واریانس یک راهه و آزمون کروسکال- وایس در حالات مختلف و همچنین با روش رسم منحنی راک، نقطه‌ی برش مناسب با تاکید بر ویژگی بالامعین شد و حساسیت و ویژگی گروه‌ها و نقاط برش تعیین شده ارزیابی شد.

## جدول ۱. نقاط برش و حساسیت ویژگی آنها

subscales	domain	Score	Sensitivity	Specificity
Warm-cold	Coldness	≤ 14	52%	97%
	Temperance	15-18	-	-
	Warmness	≥ 19	65%	93%
Wet-dry	Wetness	≤ 3	53%	76%
	Temperance	4	-	-
	Dryness	≥ 5	53%	67%

با توجه به اینکه این پرسشنامه اولین پرسشنامه استاندارد شده تعیین مزاج در پزشکی ایرانی می باشد، فعلا یکی از معتبرترین شیوه‌های تعیین مزاج افراد جوان سالم در پروژه‌های تحقیقاتی است و خصوصاً جهت پژوهش‌هایی که در آنها تشخیص مزاج داوطلبان مد نظر است جهت تعیین گرمی و سردی از اعتبار خوبی برخوردار است (به متد و نتایج مقاله مرجع این پرسشنامه رجوع بفرمایید) جهت دسترسی متن مقاله از طریق جستجوی عنوان مقاله

Reliability and Validity Assessment of Mizaj Questionnaire: A Novel Self-report Scale in Iranian Traditional Medicine

یا از طریق لینک زیر اقدام فرمایید:

[http://ircmj.com/?page=article&article\\_id=15924](http://ircmj.com/?page=article&article_id=15924)

شیوه رفرنس دهی به مقاله پرسشنامه به روش ونکوور:

Mojahedi M, Naseri M, Majdzadeh SR, Keshavarz M, Ebadiani M, Nazem E, et al. A review on identification mizaj (Temperament) indices in Iranian traditional medicine (ITM). Medical History Journal. 2012;4(12):37-76.

با توجه به اینکه در سال‌های اخیر پرسشنامه‌های ارشمنند تشخیصی دیگری در موضوع تشخیص‌های طب ایرانی طراحی شده و در حال استاندارد سازی است و مقالات مرتبط برخی از آن‌ها هم منتشر شده است، پژوهشگران عزیز می‌توانند از طریق سایت مزاج سنج به این پرسشنامه‌ها دسترسی یابند.