

مقیاس دلبستگی بزرگسال: پرسشنامه، روش اجرا و نمره‌گذاری (نسخه فارسی)

**Adult Attachment Inventory:
Questionnaire, Instruction and Scoring key (Persian Version)**

مقیاس دلبستگی بزرگسال AAI

پژوهشگر گرامی

مقیاس دلبستگی بزرگسال بر حسب هدف‌های اختصاصی هر پژوهش به دو شکل 15 و 3 ماده‌ای قابل اجراست. شکل 15 ماده‌ای برای سنجش «دلبستگی به دیگران به طور کلی» مناسب‌تر است. در توضیح ابتدایی مقیاس برای پاسخ‌دهندگان مشخص شده است که منظور از دیگران افراد نزدیک مثل مادر، پدر، همسر و دوستان است. این شکل از مقیاس قابلیت استفاده برای یک گروه از این افراد نزدیک را هم دارد. برای مثال، شما می‌توانید در توضیح مقیاس و در عبارت‌های پانزده‌گانه آن به جای «دیگران» و «کسی» اختصاصاً کلمه «همسر» را جایگزین کنید تا فقط دلبستگی به همسر سنجیده شود. شکل 3 ماده‌ای مقیاس، به تفکیک دلبستگی به مادر، پدر، همسر و دوستان را بر حسب سه عبارت که هر یک تعیین‌کننده یک سبک دلبستگی است، می‌سنجد. پژوهشگر می‌تواند با توجه به هدف‌های خاص پژوهش، دلبستگی شخص را نسبت به هر یک از این افراد بسنجد. مناسب‌ترین روش سنجش دلبستگی در هر دو شکل مقیاس، اتخاذ رویکردی ابعادی است که براساس آن هر فرد ممکن است درجاتی از ایمنی یا نایمنی (اجتناب‌ورزی و دوسوگرایی) را در دلبستگی به یک شخص خاص و یا به طور کلی به دیگران نشان دهد. در معرفی مقیاس دلبستگی بزرگسال، هر پژوهشگر بر حسب نمونه مورد مطالعه و هدف‌های خاص پژوهش، می‌تواند ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و بالینی مورد نظر را اضافه کند تا توسط پاسخ‌دهندگان تکمیل شود.

مقیاس دلبستگی بزرگسال

AAI

مشخصات فردی: تاریخ اجرا:

نام و نام خانوادگی: سن: جنس: وضعیت تأهل:
دانشگاه: دانشکده: رشته: سال ورود به
دانشگاه:

پاسخگوی گرامی،

این پرسشنامه نوع رابطه و دلبستگی‌های شما را به دیگران (افراد نزدیک مثل مادر، پدر، همسر و دوستان) توصیف می‌کند. هر عبارت را با دقت بخوانید و با در نظر گرفتن وضعیت کلی و عمومی روابط و دلبستگی‌هایتان، پاسخی را که بیش از همه با وضعیت شما مطابقت می‌کند، علامت (x) بزنید. در این مقیاس هیچ یک از پاسخ‌ها صحیح یا غلط نیستند. ممکن است بعضی از عبارات کاملاً با ویژگی‌های شما مطابقت نکند، اما سعی کنید در این موارد گزینه‌ای را که به طور نسبی با خصوصیات شما مطابقت می‌کند علامت بزنید. لطفاً هیچ عبارتی را بدون پاسخ نگذارید. از همکاری شما صمیمانه سپاسگزاریم.

دلبستگی به دیگران به طور کلی

خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
					1. نزدیک شدن به دیگران و برقراری روابط صمیمی با آن‌ها برایم آسان است.
					2. نزدیک شدن به دیگران تاحدودی برایم مشکل و ناراحت‌کننده است.
					3. وقتی با کسی دوست می‌شوم، می‌خواهم خودم را کاملاً به او بسپارم و با او یکی شوم.
					4. تصور می‌کنم به هنگام نیاز، دیگران به من کمک خواهند کرد.
					5. تصور می‌کنم به هنگام نیاز، کسی به من کمک نخواهد کرد.
					6. نمی‌توانم با اطمینان روی کمک دیگران حساب کنم.
					7. اتکای به دیگران برایم آسان است.
					8. اتکای به دیگران برایم دشوار است.
					9. غالباً نگرانم که نکند دیگران واقعاً مرا دوست نداشته باشند.
					10. اگر دیگران مرا ترک کنند و تنها بمانم ناراحت نمی‌شوم.
					11. دوست ندارم دیگران زیاد به من نزدیک و با من صمیمی شوند.
					12. دوست دارم دیگران خیلی به من نزدیک شوند اما آن‌ها اجتناب می‌کنند.
					13. اعتماد به دیگران برایم آسان است.
					14. اعتماد به دیگران برایم دشوار است.
					15. غالباً نگرانم که نکند دیگران به همان اندازه که من برایشان ارزش قائل هستم برایم ارزش قائل نباشند.

دلبستگی به دیگران به طور خاص

خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	دلبستگی به مادر
					1. نزدیک شدن به مادرم برایم آسان است. سعی می‌کنم با او رابطه‌ای بسیار نزدیک داشته باشم. اعتماد و اتکای به او برایم راحت و ارزشمند است.
					2. از نزدیک شدن به مادرم اجتناب می‌کنم. برایم دشوار است که کاملاً به او اعتماد کنم یا روی او حساب کنم. ترجیح می‌دهم بیشتر خودم باشم و با او خیلی نجوشم.
					3. مایلم رابطه‌ای نزدیک و صمیمی با مادرم داشته باشم، اما وقتی خیلی

					به او نزدیک می‌شوم از من اجتناب می‌کند. معمولاً در ارتباط با مادرم احساس خوبی ندارم.
خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	دلبستگی به پدر
					1. نزدیک شدن به پدرم برایم آسان است. سعی می‌کنم با او رابطه‌ای بسیار نزدیک داشته باشم. اعتماد و اتکای به او برایم راحت و ارزشمند است.
					2. از نزدیک شدن به پدرم اجتناب می‌کنم. برایم دشوار است که کاملاً به او اعتماد کنم یا روی او حساب کنم. ترجیح می‌دهم بیشتر خودم باشم و با او خیلی نجوشم.
					3. مایلم رابطه‌ای نزدیک و صمیمی با پدرم داشته باشم، اما وقتی خیلی به او نزدیک می‌شوم از من اجتناب می‌کند. معمولاً در ارتباط با پدرم احساس خوبی ندارم.
خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	دلبستگی به همسر
					1. نزدیک شدن به همسرم برایم آسان است. سعی می‌کنم با او رابطه‌ای بسیار نزدیک داشته باشم. اعتماد و اتکای به او برایم راحت و ارزشمند است.
					2. از نزدیک شدن به همسرم اجتناب می‌کنم. برایم دشوار است که کاملاً به او اعتماد کنم یا روی او حساب کنم. ترجیح می‌دهم بیشتر خودم باشم و با او خیلی نجوشم.
					3. مایلم رابطه‌ای نزدیک و صمیمی با همسرم داشته باشم، اما وقتی خیلی به او نزدیک می‌شوم از من اجتناب می‌کند. معمولاً در ارتباط با همسرم احساس خوبی ندارم.
خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	دلبستگی به دوستان
					1. نزدیک شدن به دوستانم برایم آسان است. سعی می‌کنم با آن‌ها رابطه‌ای بسیار نزدیک داشته باشم. اعتماد و اتکای به آن‌ها برایم راحت و ارزشمند است.
					2. از نزدیک شدن به دوستانم اجتناب می‌کنم. برایم دشوار است که کاملاً به آن‌ها اعتماد کنم یا روی آن‌ها حساب کنم. ترجیح می‌دهم بیشتر خودم باشم و با آن‌ها خیلی نجوشم.
					3. مایلم رابطه‌ای نزدیک و صمیمی با دوستانم داشته باشم، اما وقتی خیلی به آن‌ها نزدیک می‌شوم از من اجتناب می‌کنند. معمولاً در ارتباط با دوستانم احساس خوبی ندارم.

نمره‌گذاری

ابتدا نمره هر گزینه مشخص می‌شود: خیلی کم=1، کم=2، متوسط=3، زیاد=4، خیلی زیاد=5. سپس نمره هر یک از زیرمقیاس‌های سه‌گانه شامل سبک دلبستگی ایمن¹، سبک دلبستگی اجتنابی² و سبک دلبستگی دوسوگرا³ (اضطرابی)، با جمع نمره‌های پنج ماده هر زیرمقیاس بر حسب جدول زیر محاسبه می‌شود.

مقیاس 3 ماده‌ای	مقیاس 15 ماده‌ای	
	ماده	زیرمقیاس
در این شکل از مقیاس، برای هر از دلبستگی‌های خاص، نمره مربوط به شماره 1، تعیین‌کننده سبک دلبستگی ایمن، نمره مربوط به ماده 2، تعیین‌کننده سبک دلبستگی اجتنابی و نمره مربوط به ماده 3 تعیین‌کننده سبک دلبستگی دوسوگرا است.	1، 4، 7، 10، 13	دلبستگی ایمن
	2، 5، 8، 11، 14	دلبستگی اجتنابی
	3، 6، 9، 12، 15	دلبستگی دوسوگرا

منبع

بشارت، م.ع. (1384). ساخت و هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.

□ بزرگترین گروه قدیمی روانشناسی □ 16 هزار نفری

□ <https://t.me/joinchat/HSVI10JD8NjwM6QPPGaBPw>

□ □ □ □ □ □ □ □ عضویت در کانال اصلی پرسشنامه ها از طریق کلیک یا کپی کردن لینک زیر

Psychology_questionnaire@

¹ - secure attachment style

² - avoidant attachment style

³ - ambivalence attachment style

https://t.me/Psychology_questionnaire

□ کانال کتابخانه روان شناسی و روانپزشکی تخصصی

https://t.me/Psychological_Tools

□ کانال کتاب های صوتی و pdf روان شناسی

https://t.me/Psychologys_book

□ کانال DSM_5 و آسیب شناسی پیشرفته

https://t.me/DSM_5_V

□ کنال ویس رایگان کارگاه و کلیپ روان شناسی

https://t.me/Clip_and_vis_psychology

□ کانال سکس تراپی

https://t.me/Sex_Trap

رویکردهای روان شناسی

https://t.me/Psychological_approaches

□ کانال آگهی های روز و استخدامی روان شناسی و علوم تربیتی

https://t.me/Psychology_Advertising

□ کانال بانک پایان نامه و مقالات روان شناسی و علوم تربیتی

https://t.me/psychology_Articles

□ کانال پرسشنامه روانشناسی

https://t.me/Psychology_questionnaire

□ کانال داروهای روانپزشکی و عوارض آن ها

https://t.me/Psychiatric_drugs

□ کانال آزمون های روان شناختی و روانی

https://t.me/Psychological_Test

□ کانال روانشناسی بالینی کودک و نوجوان

https://t.me/Child_Psychologyy

□ کانال تکنیک های درمانی در مصاحبه تمام اختلالات

https://t.me/Psychology_Technique

□ کانال فایل های صوتی روانشناسی و روانپزشکی

https://t.me/Audio_Psychology

□ کانال فیلم های روانشناختی دو قطبی . تجاوز و.....

https://t.me/Psychology_movie

□ کانال کافه روان شناسی

https://t.me/Psychology_Cafe

□ کانال کارگاه ها و اطلاع رسانی روان شناسی

https://t.me/Workshops_psychology

□ کانال نظریه و سرگذشت روان شناسان pdf

https://t.me/History_of_Psychology