**پرسشنامه وابستگی به دیگران**

**معرفی پرسشنامه**

پرسشنامه وابستگی به دیگران یک ابزار 48 سوالی است که برای سنجش افکار، رفتار و احساس های مربوط به نیاز به مراوده نزدیک با اشخاص ارزشمند است. مقیاس 48 سوالی با استفاده از تحلیلی عاملی 98 سوال اولیه ساخته شده است. تحلیل عاملی منجر به این خرده مقیاس شد: اتکاء عاطفی به دیگران (سوالات 3، 6، 7، 9، 15، 16، 19، 22، 26، 29، 33، 35، 38، 40، 43، 45، 47)، فقدان اعتماد به خود (سوالات 2، 5، 10، 13، 17، 19، 20، 23، 24، 27، 30، 32، 36، 39، 41، 44، 46) و تایید خودمختاری (سوالات 1، 4، 8، 11، 14، 18، 21، 25، 28، 31، 34، 37، 42، 48).

**روش نمره گذاری**

پرسشنامه وابستگی به دیگران با جمع زدن پاسخ های هر یک از سه خرده مقیاس برای بدست اوردن نمره هر یک از آنها محاسبه می شود. نمره پرسشهای شماره 10، 23، 40، خرده مقیاس اعتماد به خود، معکوس محاسبه می شود. نمره کل با جمع نمرات سه خرده مقیاس بدست می آید. روش نمره گذاری جدید و پیچیده تری برای نمره کل با استفاده از نمرات وزنی و میانگینی حدود 50 برای نمونه های بهنجار موجود است که در اختیاز تهیه کننده پرسشنامه قرار دارد.

**پایایی و روایی**

پرسشنامه وابستگی به دیگران از همسانی درونی خوبی با دامنه اعتبار دو نیمه کردن 72/0 تا 91/0 برخوردار است. اطلاعاتی از منابع خارجی درباره بازآزمایی این پرسشنامه در اختیار نیست، اما نتایج بازآزمایی آن با فاصله یک هفته در پژوهش امینی (1379) برای کل مقیاس و خرده مقیاس های اتکا عاطفی به خود، فقدان اعتماد به خود و تایید خودمختاری به ترتیب 88/0، 81/0، 80/0 و 84/0 به دست امد (ثنائی و همکاران، 1387).

پرسشنامه وابستگی به دیگران با توجه به اینکه دو خرده مقیاس اول آن همبستگی معنی داری با مقیاس های روان رنجورخویی (پرسشنامه شخصیت مادلی) و اضطراب و حساسیت بین اشخاصی و افسردگی (چک لیست نشانگان - 90) دارد، از روایی همزمان خوبی برخوردار است.

**منبع**: ثنائی، باقر، علاقبند، ستیلا، فلاحتی، شهره، هومن، عباس، (1387)، مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج، تهران، انتشارت بعثت.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | سوالات | خیلی زیاد از خصوصیات من است | زیاد از خصوصیات من است | تا حدی از خصوصیات من است | از خصوصیات من نیست |
| 1 | ترجیح می دهم تنها باشم. |  |  |  |  |
| 2 | همیشه وقتی می خواهم تصمیمی بگیرم، نظر خواهی می کنم . |  |  |  |  |
| 3 | وقتی نهایت تلاش خودرا می کنم که بدانم از تلاش من قدر دانی می شود. |  |  |  |  |
| 4 | نمی توانم تحمل کنم که بیماری من اسباب هیاهو و نگرانی شود . |  |  |  |  |
| 5 | دنباله رو بودن را به رهبر بودن ترجیح می دهم. |  |  |  |  |
| 6 | معتقدم اگر آدم ها می خواستند، می توانستند خیلی بیشتر برای من مایه بگذارند. |  |  |  |  |
| 7 | در زمان کودکی ، راضی کردن والدینم برای من خیلی مهم بود. |  |  |  |  |
| 8 | نیازی ندارم به این که دیگران به من احساس خوبی بدهند. |  |  |  |  |
| 9 | تایید نشدن از طرف کسی که به او اهمیت می دهم ، برایم خیلی دردناک است |  |  |  |  |
| 10 | برای حل اکثر مشکلات شخصی که در زندگی با آن ها مواجه می شوم، به توان خودم اطمینان دارم. |  |  |  |  |
| 11 | تنها آدمی را که دلم می خواهد خوشحال کنم، خودم هستم. |  |  |  |  |
| 12 | فکر از دست دادن یک دوست صمیمی مرا به وحشت می اندازد. |  |  |  |  |
| 13 | خیلی سریع با عقاید دیگران موافقت می کنم. |  |  |  |  |
| 14 | من فقط به خودم متکی هستم. |  |  |  |  |
| 15 | اگر عزیزی در زندگی نداشتم، کاملا از دست می رفتم. |  |  |  |  |
| 16 | وقتی کسی به یک اشتباه من پی می برد، بر آشفته می شوم. |  |  |  |  |
| 17 | برایم خیلی سخت است از دیگری بخواهم، به من لطفی بکند. |  |  |  |  |
| 18 | متنفرم از این که دیگران با من همدردی کنند. |  |  |  |  |
| 19 | وقتی به چیزی که از دیگران می خواهم نرسم، سریعا دلسرد می شوم. |  |  |  |  |
| 20 | در مباحثه خیلی زود تسلیم می شوم. |  |  |  |  |
| 21 | احتیاج چندانی به کمک دیگران ندارم. |  |  |  |  |
| 22 | باید یک کسی داشته باشم که برایم خیلی عزیز باشد. |  |  |  |  |
| 23 | وقتی به مهمانی می روم ، انتظار دارم دیگران از من خوششان بیاید. |  |  |  |  |
| 24 | وقتی بدانم مسؤولیت کار با دیگری است ، احساس بهتری دارم |  |  |  |  |
| 25 | اگر مریض باشم، ترجیح می دهم دوستانم مرا تنها بگذارند. |  |  |  |  |
| 26 | وقتی دیگران به من می گویند کارم را خوب انجام داده ام ، از همیشه خوشحال تر می شوم. |  |  |  |  |
| 27 | برایم سخت است درباره دیدن یا تایید یک فیلم سینمایی یا نمایش تلویزیونی تصمیم بگیرم، مگر این که بدانم نظر دیگران چیست. |  |  |  |  |
| 28 | برای تحقق یافتن چیزی که برایم مهم باشد، با کمال میل احساسات دیگران را نادیده می گیرم. |  |  |  |  |
| 29 | نیاز دارم که حداقل برای یک نفر ، از تمام مردم بالاتر(با ارزش تر) باشم. |  |  |  |  |
| 30 | در بعضی شرایط خیلی کمرو می شوم. |  |  |  |  |
| 31 | به هیچ کس احتیاج ندارم. |  |  |  |  |
| 32 | به تنهایی تصمیم گرفتن برایم خیلی دردسر است. |  |  |  |  |
| 33 | اگر محبوب من در وقت انتظار سر نرسد، معمولا بدترین افکار به سرم می زند. |  |  |  |  |
| 34 | حتی وقتی اوضاع خراب شود، می توانم بدون کمک دوستانم از عهده آن برآیم. |  |  |  |  |
| 35 | انتظار من از دیگران معمولا خیلی زیاد است. |  |  |  |  |
| 36 | دوست ندارم به تنهایی لباس بخرم. |  |  |  |  |
| 37 | مایل به گوشه گیری هستم. |  |  |  |  |
| 38 | احساس می کنم ، هرگز به نیازهای خود از مردم واقعا نمی رسم |  |  |  |  |
| 39 | وقتی با اشخاص جدید برخورد می کنم ، می ترسم رفتار صحیحی نداشته باشم. |  |  |  |  |
| 40 | حتی اگر اکثر مردم بر علیه من عمل کنند، بازهم به شرطی می توانم ادامه دهم که محبوب من پشتیبانم باشد. |  |  |  |  |
| 41 | ترجیح می دهم از رابطه با دیگران برکنار باشم تا در معرض خطر ناکامی قرار نگیرم. |  |  |  |  |
| 42 | این که دیگران درباره من چه فکری می کنند بر چگونگی احساس من اثری نمی گذارد. |  |  |  |  |
| 43 | فکر می کنم اکثر مردم تشخیص نمی دهند که چه اسان می توانند مرا آزرده کنند. |  |  |  |  |
| 44 | من به قضاوت خودم خیلی اطمینان دارم. |  |  |  |  |
| 45 | همیشه به شدت ترس این را داشته ام که محبت و حمایت آدم هایی را از دست بدهم که شدیدا به آن ها نیاز دارم. |  |  |  |  |
| 46 | من از مایه لازم برای رهبر خوبی بودن برخوردار نیستم. |  |  |  |  |
| 47 | اگر کسی که دوستش دارم مرا ترک کند، بیچاره و درمانده می شوم. |  |  |  |  |
| 48 | حرف های دیگران مرا ناراحت نمی کند. |  |  |  |  |