

پرسشنامه سبک دلبستگی بزرگسال کولینز و رید

در زیر عباراتی نوشته شده است. لطفا هر عبارت را با دقت بخوانید و مشخص کنید که این عبارت تا چه حد شما را توصیف می کند. اولین پاسخی که به ذهنتان می رسد را انتخاب کنید. برای هر عبارت پنج پاسخ وجود دارد که شما پاسخ مورد نظر خود را در یکی از مربعهای زیر می توانید علامت بزنید.

۱- ایجاد ارتباط با دیگران برایم آسان است.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱- مشکل به خودم اجازه می دهم که به دیگران وابسته باشم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۳- در روابطم اغلب نگرانم که طرف مقابل واقعا دوستم نداشته باشد.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۴- آنقدر که من دوست دارم به دیگران نزدیک شوم، دیگران به اندازه من تمایل به این ارتباط ندارند.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۵- دوست دارم به دیگران متکی باشم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۶- از اینکه کسی به من نزدیک شود ناراحت نمی شوم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۷- فکر می کنم وقتی به دیگران احتیاج دارم هیچگاه در دسترس نیستند.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۸- از اینکه به مردم نزدیک باشم راحت نیستم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۹- در روابطم اغلب نگرانم که طرف مقابلم نخواهد ارتباطش را با من ادامه دهد.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۰- وقتی احساساتم را به دیگران نشان می‌دهم، می‌ترسم که آنها همان احساس را درباره من نداشته باشند.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۱- در ارتباطاتم اغلب از خود می‌پرسم آیا طرف مقابل واقعا به من توجه دارد.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۲- به راحتی می‌توانم با دیگران روابط دوستانه نزدیک برقرار کنم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۳- وقتی کسی خیلی با من صمیمی می‌شود، عصبی می‌شوم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۴- می‌دانم وقتی که به دیگران نیاز داشته باشم، آنها در دسترس خواهند بود.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۵- دلم می‌خواهد به مردم نزدیک شوم اما می‌ترسم به من صدمه بزنند.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۶- فکر می‌کنم که مشکل است که آدم به دیگران کاملاً اعتماد کند.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۷- اغلب مردم می‌خواهند با من صمیمی تر از آن حدی بشوند که من احساس راحتی می‌کنم.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

۱۸- مطمئن نیستم که بتوانم به افرادی تکیه کنم که به هنگام نیاز در دسترس باشند.

کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

نمره گذاری و هنجاریابی پرسشنامه دلبستگی کولینز و رید^۱ (۱۹۹۰)

این مقیاس شامل خود ارزیابی از مهارتهای ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل دهی روابط دلبستگی نسبت به چهره های دلبستگی نزدیک است و مشتمل بر ۱۸ داده می باشد که از طریق علامت گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه ای (از نوع لیکرت) که از؛ به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد: (۱)، تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد: (۵)، تشکیل می گردد، سنجیده می شود. با تحلیل عوامل، ۳ زیر مقیاس که هر مقیاس شامل ۶ ماده است مشخص می شود، ۳ زیر مقیاس عبارتند از:

- وابستگی^۲ (D): میزانی را که آزمودنی ها به دیگران اعتماد می کنند و به آنها متکی می شوند به این صورت که آیا در مواقع لزوم قابل دسترسی اند، اندازه گیری می کند.
 - نزدیک بودن^۳ (C): میزان آسایش در رابطه با صمیمیت و نزدیکی هیجانی را اندازه گیری می کند.
 - اضطراب^۴ (A): ترس از داشتن رابطه را می سنجد (مالینکرودت^۵ و همکاران، به نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰).
- کولینز و رید (۱۹۹۰، به نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰) بر پایه توصیفهایی که در پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شیور در مورد سه سبک اصلی دلبستگی وجود داشت مواد پرسشنامه خود را تدارک دیده اند. زیر مقیاس اضطراب (A) با دلبستگی اضطرابی - دوسوگرا مطابقت دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن (C) یک بعد دو قطبی است که اساساً توصیفهای ایمن و اجتنابی را در مقابل هم قرار می دهد (فنی ونولر، ۱۹۹۶) بنابراین نزدیک بودن (C) در تطابق با دلبستگی ایمن می باشد و زیر مقیاس وابستگی (D) را می توان تقریباً عکس دلبستگی اجتنابی قرار داد. مدت اجرای پرسشنامه کولینز و

۱- Revised Adult Attachment Scale (Collins & Read, ۱۹۹۰)

۲- Dependence

۳- Closeness

۴- Anxiety

۵- Mallinckrodt

رید (RAAS) براساس زمینه یابی انجام شده ۱۰ دقیقه در نظر گرفته شده است (به نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰).

روش اجرا :

اجرای این پرسشنامه می تواند به صورت فردی، یا گروهی صورت گیرد، دستورالعمل اجرا در پرسشنامه ای که به آزمودنی داده می شود آمده است. بدیهی است آزمون بایستی در محیطی آرام و همراه با سایر شرایط لازم برای اجرای پرسشنامه که آرامش آزمودنی را ایجاد نماید اجرا شود. مشخصات فردی آزمودنی توسط خود آزمودنی در بالای پاسخنامه درج می شود.

نمره گذاری :

براساس دستورالعمل پرسشنامه، ۶ ماده مربوط به هر زیر مقیاس مشخص می شود با توجه به اینکه در مورد هر جمله در پاسخنامه، آزمودنی علامت خود را روی کدام دایره زده است نمره وی برای هر زیر مقیاس مشخص می شود. برای گزینه های ۱ تا ۵ به ترتیب نمرات ۰ تا ۴ در نظر گرفته می شود. سوالات ۱*، ۶*، ۸*، ۱۳*، ۱۲*، ۱۷* دلبستگی ایمن را می سنجند. سوالات ۵*، ۲*، ۱۶*، ۱۴*، ۷*، ۱۸* دلبستگی اجتنابی را مورد ارزیابی قرار می دهد و سرانجام سوالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵ دلبستگی دو سوگرا/ اضطرابی را می سنجند. در مواردی که سوالات باید معکوس نمره گذاری شود (که در دستورالعمل نمره گذاری با علامت* مشخص شده اند) باید بر روی گزینه های ۱ تا ۵ به ترتیب نمرات ۴، ۳، ۲، ۱ و صفر در نظر گرفته شود. سوالاتی که با ستاره مشخص شده اند بایستی قبل از جمع کردن بطور معکوس نمره گذاری شوند. نمرات ۶ ماده هر مقیاس با هم جمع شده و نمره زیر مقیاس بدست می آید.

پایایی و اعتبار :

کولینز و رید (۱۹۹۰، به نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰) نشان دادند که زیر مقیاسهای نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی در طول ۸ ماه پایدار ماندند و در مورد قابلیت اعتماد مقیاس دلبستگی بزرگسال کولینز و رید میزان آلفای کرونباخ را برای هر زیر مقیاس این پرسشنامه در ۳ نمونه از دانشجویان بصورت زیر گزارش دادند.

اضطراب	اجتنابی	ایمن	زیر مقیاس تعداد نمونه
/۸۵	/۷۸	/۸۱	۱۷۳
/۸۵	/۷۸	/۸۰	۱۳۰
/۸۳	/۸۰	/۸۲	۱۰۰

با توجه به این که مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مساوی یا بیش از 0.80 است آزمون از اعتبار بالایی برخوردار است. از سوی دیگر در پژوهش پاکدامن (۱۳۸۰) میزان اعتبار آزمون با استفاده از آزمون مجدد بصورت همبستگی بین این دو اجرا مشخص شده است. این پرسشنامه (RAAS) در مورد ۱۰۰ دختر و پسر کلاس دوم دبیرستان که بطور تصادفی انتخاب شده بودند اجرا گردید. نتایج حاصل از دوبار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که این آزمون در سطح 0.95 دارای اعتبار است.

منبع:

پاکدامن، شهلا. (۱۳۸۰). بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه طلبی در نوجوانی، پایان نامه دکترای روان شناسی، دانشگاه تهران.