



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه فرایند جدا شدن- فردیت یافتن
آر.ام. کریستنسون، و ویلیام پی. ویلسون
Separation-Individuation Process Inventory. (SIPI)

سنجش اختلالات فرایند جدا شدن- فردیت یافتن

در این قسمت از شما درخواست می شود به عبارات زیر رتبه ای بدهید که در مورد مردم به طور کلی صادق است. رتبه هر یک از سوالات این مقیاس بین ۱ تا ۱۰ است. به این ترتیب که رتبه ۱ یعنی مردم اینطور نیستند. و رتبه ۱۰ یعنی مردم خیلی زیاد این طور هستند. رتبه ای که شما می دهید نظر شماست درباره این که مردم به طور کلی نسبت به خود و دیگران چه احساسی دارند، لذا هیچ پاسخی صحیح یا غلط نیست. چون نگرش مردم نسبت به خودشان و دیگران بسیار متفاوت است، سوالات زیر هم بسیار متفاوتند؛ طوری که ممکن است بعضی سوالات به نظر شما کمی عجیب یا غیر عادی باشد. لطفاً به تمام سوالات بهترین جواب ممکن را بدهید. به سوالات، نسبتاً سریع و بدون تفکر زیاد درباره آن ها پاسخ دهید. لطفاً رتبه ای را که پاسخ شما به هر سوال است روی خط تیره سمت راست سوال بنویسید.

۱. _____ وقتی اشخاص به دیگری واقعا اهمیت می دهند، غالباً نسبت به خود احساس بدتری می کنند.
 ۲. _____ وقت یک نفر از نظر عاطفی به دیگری خیلی نزدیک می شود، غالباً احساس می کند که از دست رفته است.
 ۳. _____ وقتی اشخاص از دست کسی واقعا عصبانی می شوند، غالباً احساس بی ارزشی می کنند.
 ۴. _____ اشخاص وقتی بیش از همه آسیب می بینند که به دیگری نزدیکی عاطفی پیدا می کنند.
 ۵. _____ لازم است اشخاص برای صدمه نخوردن، کنترل خود را بر دیگران حفظ کنند.
- در این قسمت از شما درخواست می شود به عبارات زیر رتبه ای بدهید که فکر می کنید تجلی احساس شما نسبت به خودتان و نسبت به سایر مردم است. رتبه هر یک از سوالات بین ۱ تا ۱۰ است. به این ترتیب که رتبه ۱ یعنی احساس شما این طور نیست و رتبه ۱۰ یعنی احساس شما خیلی زیاد این طور است. مجدداً باید گفت که این رتبه ها نظر شماست، لذا پاسخ صحیح یا غلط در بین نیست. از آنجا که غالباً اشخاص نظرات بسیار متفاوتی درباره خود و دیگران دارند، این عبارات هم بسیار متفاوتند؛ طوری که ممکن است بعضی از آن ها به نظر شما عجیب یا غیر عادی باشد، اما لطفاً به تمام عبارات بهترین جواب ممکن را بدهید. به هر سوال نسبتاً سریع و بدون تفکر زیاد پاسخ دهید. لطفاً رتبه ای را که پاسخ شما به هر سوال است روی خط تیره سمت راست سوال بنویسید.

۶. _____ هر وقت نسبت به دیگری شناخت پیدا می کنم، به نظرم می رسد که او شروع به تغییر می کند .
۷. _____ من به راحتی می توانم به طور همزمان خصوصیات خوب و بد خود را بینم .
۸. _____ من احساس می کنم که دیگران یا واقعا مرا دوست دارند یا از من متنفرند .
۹. _____ احساسم این است که دیگران با من طوری رفتار می کنند که گویی کار من برآورده کردن تمام خواسته های آنان است .
۱۰. _____ به درستی نمی دانم که خودم را واقعا دوست دارم یا از خودم بیزارم .
۱۱. _____ وقتی تنها هستم، احساس می کنم گمشده ای دارم .
۱۲. _____ برای این که احساس پوچی نکنم ، احتیاج دارم با دیگران باشم .
۱۳. _____ گاه وقتی با دیگری موافقت می کنم، احساس می کنم قسمتی از وجودم را از دست داده ام .
۱۴. _____ من هم مانند دیگران هرگاه کسی را می بینم که نسبت به او واقعا احساس احترام و الگو بودن می کنم، غالبا احساس کهنتری به من دست می دهد .
۱۵. _____ برایم خیلی راحت است که خود را فردی متفاوت و متمایز از دیگران بینم .
۱۶. _____ هر وقت احساس کنم با والدین خود تفاوت زیادی دارم ، خیلی ناراحت می شوم .
۱۷. _____ آن قدر می دانم که تقریبا همیشه قبل از اتخاذ تصمیمات مهم با مادرم مشورت می کنم .
۱۸. _____ برایم نسبتا آسان است که به دیگران تعهد بدهم و به آن وفا کنم .
۱۹. _____ گاهی اوقات وقتی از نظر عاطفی به کسی نزدیک می شوم، احساس می کنم دارم به خودم صدمه می زنم .
۲۰. _____ احساس می کنم که یا واقعا از یک نفر خوشم می آید و یا نمی توانم او را تحمل کنم .
۲۱. _____ غالبا خواب سقوط از بلندی می بینم و این خواب مرا مضطرب می کند .
۲۲. _____ احساس می کنم یافتن تصویر روشنی از اشخاص مهم زندگیم برای من دشوار است .
۲۳. _____ بیش از یک بار برایم پیش آمده که به خود امدم و متوجه شدم که درگیر رابطه با دیگری هستم، در حالی که به درستی نمی دانم چطور و چرا این رابطه بوجود آمده است .
۲۴. _____ تصدیق می کنم که وقتی تنها هستم، غالبا احساس سرمستی می کنم .
۲۵. _____ وقتی از دست کسی خیلی عصبانی می شوم، احساس بی ارزشی می کنم .
۲۶. _____ اگر قرار باشد عمیق ترین افکار خود را به زبان آورم، احساس پوچی می کنم .
۲۷. _____ بنا به تجربه من، به نظر می رسد که مردم همیشه از من متنفرند .
۲۸. _____ هر وقت متوجه می شوم که چقدر به والدین خود شبیه هستم، خیلی ناراحت می شوم .

۲۹. _____ معمولا وقتی در یک رابطه نزدیک قرار می گیرم ، این احسا را که چه کسی هستم از دست می دهم .
۳۰. _____ برایم دشوار است که بینم دیگران در آن واحد دارای خصوصیات خوب و بد ، هردو هستند .
۳۱. _____ احساس می کنم تنها راه برای این که بتوانم خودم باشم این است که با دیگران متفاوت باشم .
۳۲. _____ وقتی از نظر عاطفی خیلی به دیگری نزدیک می شوم، گاه احساس می کنم که قسمتی از وجودم از دست رفته است .
۳۳. _____ هر وقت از خانواده ام دور می شوم ف خیلی احساس ناراحتی می کنم .
۳۴. _____ دریافت محبت و علاقه برایم مهمتر از آن است که چه کسی آن را به من می دهد .
۳۵. _____ احساس می کنم خوب شناختن دیگری واقعا دشوار است .
۳۶. _____ برایم مهم است که قبل از اتخاذ هر تصمیمی، تایید مادرم را بگیرم .
۳۷. _____ باید تصدیق کنم، که هرگاه متوجه خطای دیگری می شوم، احساس بهتری پیدا می کنم .
۳۸. _____ فکر می کنم برای نزدیک نگه داشتن دیگران به خودم باید سعی کنم آن ها را کنترل کنم .
۳۹. _____ باید تصدیق کنم که وقتی نزدیکی عاطفی به دیگری پیدا می کنم ف گاه دلم می خواهد به او صدمه بزنم .

ثنايي ، باقر و همکاران . مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج . انتشارات بعثت ۱۳۸۷