

## مقیاس دلبستگی بزرگسال: پرسشنامه، شیوه اجرا و کلید نمره‌گذاری (نسخه فارسی)

### Adult Attachment Inventory: Questionnaire, Instruction and Scoring Key (Persian Version)

Mohammad A. Besharat, PhD

University of Tehran

محمد علی بشارت

دانشگاه تهران

#### مقیاس دلبستگی بزرگسال

#### AAI

#### دستور اجرا

#### پژوهشگر گرامی

مقیاس دلبستگی بزرگسال بر حسب هدف‌های اختصاصی هر پژوهش به دو شکل ۱۵ و ۳ ماده‌ای قابل اجراست. شکل ۱۵ 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 ۳ ماده‌ای مقیاس، به تفکیک دلبستگی به مادر، پدر، همسر و دوستان را برحسب 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 بر اساس آن هر فرد ممکن است درجاتی از ایمنی یا نایمنی (اجتناب ورزی 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 برحسب نمونه مورد مطالعه و هدف‌های خاص پژوهش، می‌تواند ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و بالینی مورد نظر را اضافه کند تا توسط پاسخ‌دهندگان تکمیل شود.



مقیاس دل‌بستگی به دیگران به‌طور خاص				
خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد
<b>دل‌بستگی به مادر</b>				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۲. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۳. مایلیم 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.				
<b>دل‌بستگی به پدر</b>				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۲. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۳. مایلیم 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.				
<b>دل‌بستگی به همسر</b>				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۲. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۳. مایلیم 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.				
<b>دل‌بستگی به دوستان</b>				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۱. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۲. 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.				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۳. مایلیم 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 = ۱، کم = ۲، متوسط = ۳، زیاد = ۴، خیلی زیاد = ۵. سپس نمره هر یک از زیرمقیاس‌های سه گانه شامل سبک دلبستگی ایمن<sup>۱</sup>، سبک دلبستگی اجتنابی<sup>۲</sup> و سبک دلبستگی دوسوگرا<sup>۳</sup> (اضطرابی)، با جمع نمره‌های پنج ماده هر زیرمقیاس بر حسب جدول زیر محاسبه می‌شود.

مقیاس ۱۵ ماده‌ای	مقیاس ۳ ماده‌ای
زیرمقیاس	ماده
دلبستگی ایمن	۱، ۴، ۷، ۱۰، ۱۳
دلبستگی اجتنابی	۲، ۵، ۸، ۱۱، ۱۴
دلبستگی دوسوگرا	۳، ۶، ۹، ۱۲، ۱۵
در این شکل از مقیاس، برای هر یک از دلبستگی‌های خاص، نمره مربوط به شماره ۱، تعیین‌کننده سبک دلبستگی ایمن، نمره مربوط به ماده ۲، تعیین‌کننده سبک دلبستگی اجتنابی و نمره مربوط به ماده ۳ تعیین‌کننده سبک دلبستگی دوسوگرا است.	

## منبع

بشارت، م. ع. (۱۳۸۴). ساخت و هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.

Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social & Behavioral Sciences*, 30, 475-479.

بهره‌برداری از نسخه‌های فارسی مقیاس‌هایی که در «آزمون‌های روانی» این فصلنامه ارائه می‌شوند، برای پژوهشگران و دانشجویان (در پایان‌نامه‌های کارشناسی ارشد و دکتری) با ذکر منبع بلامانع است. در سایر موارد کلیه حقوق مربوط به نسخه‌های فارسی مقیاس‌ها متعلق به «مؤلف» است و چاپ، تکثیر و فروش تمامی مقیاس‌ها یا قسمتی از آنها تحت هر عنوان ممنوع است.

1. secure attachment style
2. avoidant attachment style
3. ambivalence attachment style