



فرایند هویت ایگو (EIPQ)

آدامز، شی و فیچ

پاسخگوی عزیز؛ خواهشمند است هر عبارت را به دقت بخوانید و نظر خود را در مورد آن در ستون روبرو از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم علامت گذاری نمایید. لطفاً هیچ سؤال را بدون جواب نگذارید.

ردیف	کاملاً مخالفم	نسبتاً مخالفم	موافقم	نسبتاً موافقم	کاملاً موافقم	متن سؤال
۱-	q	q	q	q	q	هنوز شغل مورد علاقه‌ام را انتخاب نکرده‌ام، فعلاً هر کاری باشد می‌کنم تا موقعیت بهتری پیش بیاید.
۲-	q	q	q	q	q	وقتی به مذهب فکر می‌کنم به نظر بسیار جذاب می‌رسد و دوست دارم که در مورد آن بیشتر فکر کنم.
۳-	q	q	q	q	q	ایده‌هایم در مورد نقش زنان و مردان شبیه ایده‌های والدینم است آنچه برای آنها کارایی داشته حتماً برای من هم کارایی خواهد داشت.
۴-	q	q	q	q	q	همه شیوه‌ها و سبک‌های مختلف زندگی برای من یکسان است.
۵-	q	q	q	q	q	مردم بسیار با هم متفاوت هستند و من به دنبال پیدا کردن معیارهای مناسب برای انتخاب دوستان خوب هستم.
۶-	q	q	q	q	q	گاهی اوقات زمانی که از من خواسته می‌شود در فعالیت‌های تفریحی شرکت کنم موافقت می‌کنم، اما به ندرت خودم برای این کار پیشقدم می‌شوم.
۷-	q	q	q	q	q	در مورد نحوه ارتباط با جنس مخالف تا کنون فکر نکرده‌ام، به طور کلی زیاد به این مسائل فکر نمی‌کنم.
۸-	q	q	q	q	q	سیاست از مسائلی است که هرگز نمی‌توان کاملاً به آن اطمینان داشت زیرا شرایط به سرعت تغییر می‌کند، اما فکر می‌کنم برایم مهم است که یک موضع سیاسی داشته و به آن معتقد باشم.
۹-	q	q	q	q	q	دارم تصمیم می‌گیرم که به عنوان یک فرد دارای چه ظرفیت‌هایی هستم و چه کاری برای من مناسب است.
۱۰-	q	q	q	q	q	در مورد مذهب زیاد فکر می‌کنم و این موضوع فکر مرا مشغول کرده است.



ردیف	کاملاً مخالفم	نسبتاً مخالفم	موافقم	نسبتاً موافقم	کاملاً موافقم	
۱۱-	q	q	q	q	q	روش های مختلف برای تقسیم مسئولیت های زندگی مشترک وجود دارد و من سعی می کنم روشی را که برای من کارآیی بیشتری دارد انتخاب کنم.
۱۲-	q	q	q	q	q	من در جستجوی شیوه زندگی صحیح برای خودم هستم ولی هنوز آن را پیدا نکرده ام.
۱۳-	q	q	q	q	q	دلایل زیادی برای دوستی وجود دارد اما من دوستان صمیمی ام را براساس ارزش ها و تصمیم های خودم انتخاب می کنم.
۱۴-	q	q	q	q	q	هر چند که در حال حاضر فعالیت تفریحی خاصی که مورد علاقه ام باشد ندارم ولی در فعالیت های تفریحی زیادی شرکت می کنم تا بتوانم فعالیتی که واقعاً مورد علاقه ام باشد را پیدا کنم.
۱۵-	q	q	q	q	q	در حال حاضر شیوه ارتباط با جنس مخالف را براساس تجارب گذشته ام انتخاب کرده ام.
۱۶-	q	q	q	q	q	به سیاست هیچ توجهی ندارم و موضوعات سیاسی برایم چندان جالب نیستند.
۱۷-	q	q	q	q	q	درباره شغل های مختلفی فکر کرده ام اما هیچ سؤالی برای من پیش نیامده است، زیرا والدینم تصمیم خودشان را در مورد شغل آینده من گرفته اند.
۱۸-	q	q	q	q	q	ایمان یک مسئله شخصی است و من با این موضوع که به چه چیزی می توانم اعتقاد داشته باشم کنار آمده ام.
۱۹-	q	q	q	q	q	هرگز به طور جدی در مورد نقش زنان و مردان در ازدواج فکر نکرده ام، زیرا به نظر من موضوع مهمی نیست.
۲۰-	q	q	q	q	q	پس از تفکر زیاد، شیوه زندگی ایده آل خود را پیدا کرده ام و فکر نمی کنم کسی بتواند آن را تغییر دهد.
۲۱-	q	q	q	q	q	والدین من بهتر می دانند که چگونه دوستانم را انتخاب کنم.
۲۲-	q	q	q	q	q	از بین تعداد زیادی از فعالیت های تفریحی یک یا چند فعالیت را انتخاب کرده ام و از انتخابم راضی هستم.
۲۳-	q	q	q	q	q	در مورد نحوه ارتباط با جنس مخالف زیاد فکر نمی کنم، به نظرم هر چه پیش آید خوش آید.



کاملاً مخالفم	نسبتاً مخالفم	موافقم	مخالقم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالفم	ردیف
q	q	q	q	q	q	۲۴- فکر می‌کنم نظرات سیاسی من شبیه نزدیکانم باشد و در مورد مسائلی از قبیل رأی دادن نظر آنها را دنبال می‌کنم.
q	q	q	q	q	q	۲۵- علاقه چندانی به پیدا کردن یک شغل خوب ندارم هر شغلی که باشد تفاوتی نمی‌کند، من فقط از موقعیت‌های موجود استفاده می‌کنم.
q	q	q	q	q	q	۲۶- مفهوم مذهب برای من روشن نیست مایل هستم در این مورد تکلیف خودم را روشن کنم ولی هنوز بررسی کامل در این زمینه انجام نداده‌ام.
q	q	q	q	q	q	۲۷- نظراتم در مورد نقش زنان و مردان را از خانواده‌ام گرفته‌ام و نیازی به بررسی بیشتر در این زمینه ندارم.
q	q	q	q	q	q	۲۸- دیدگاه من در مورد شیوه زندگی مطلوب برگرفته از آموزش‌های والدینم می‌باشد و نیازی به زیر سؤال بردن آن نمی‌بینم.
q	q	q	q	q	q	۲۹- دوست صمیمی ندارم و در حال حاضر هم به دنبال آن نمی‌باشم.
q	q	q	q	q	q	۳۰- گاهی اوقات در بعضی از فعالیت‌های تفریحی شرکت می‌کنم اما نیازی به انتخاب یک فعالیت تفریحی خاص که بطور مرتب آن را انجام دهم نمی‌بینم.
q	q	q	q	q	q	۳۱- من روش‌های مختلفی را برای نحوه ارتباط با جنس مخالف امتحان می‌کنم اما هنوز تصمیم جدی نگرفته‌ام که کدام روش بهترین است.
q	q	q	q	q	q	۳۲- ایده‌ها و احزاب سیاسی گوناگونی وجود دارند ولی من نمی‌توانم تصمیم بگیرم که پیرو کدام یک از آنها باشم مگر این که تمام آنها را بشناسم.
q	q	q	q	q	q	۳۳- مدتی طول کشید تا بتوانم دقیقاً مشخص کنم چه شغلی را دوست دارم، ولی حالا می‌دانم چه می‌خواهم.
q	q	q	q	q	q	۳۴- در حال حاضر موضوعات مذهبی برای من مبهم هستند و نظرم در مورد این که چه چیزی برایم درست و یا نادرست است مرتباً تغییر می‌کنند.
q	q	q	q	q	q	۳۵- من زمانی را به فکر کردن در مورد نقش زنان و مردان در ازدواج اختصاص داده‌ام و تصمیم خودم را در مورد



ردیف	کاملاً مخالفم	نسبتاً مخالفم	موافقم	نسبتاً موافقم	کاملاً موافقم	
						این که چه روشی برای من بهتر است گرفته‌ام.
۳۶-	q	q	q	q	q	برای پیدا کردن یک دیدگاه قابل قبول در مورد زندگی‌م زیاد فکر می‌کنم و در این موارد با دیگران بحث می‌کنم.
۳۷-	q	q	q	q	q	من فقط دوستانی را که مورد قبول والدینم باشند انتخاب می‌کنم.
۳۸-	q	q	q	q	q	همیشه تفریحاتی را که والدینم انجام می‌دهند را دوست دارم و هرگز بطور جدی به تفریحات دیگر توجه نکرده‌ام.
۳۹-	q	q	q	q	q	من طوری با جنس مخالفم رفتار می‌کنم که والدینم انتظار دارند.
۴۰-	q	q	q	q	q	عقاید سیاسی خود را بررسی کرده‌ام و بنه این نتیجه رسیده‌ام که می‌توانم فقط با بعضی از عقاید سیاسی والدینم موافق باشم.
۴۱-	q	q	q	q	q	والدین من سال‌ها پیش تصمیم گرفته‌اند که چه شغلی داشته باشم، من هم در همان جهت پیش می‌روم.
۴۲-	q	q	q	q	q	من دوره‌ای اعتقاداتم را زیر سؤال بردم، ولی حالا می‌توانم بگویم که به عنوان یک فرد به چه چیزی اعتقاد دارم.
۴۳-	q	q	q	q	q	این روزها در مورد نقش‌هایی که زن و شوهرها در زندگی‌شان بازی می‌کنند زیاد فکر می‌کنم تا بتوانم تصمیم نهایی خودم را در این باره بگیرم.
۴۴-	q	q	q	q	q	دیدگاه والدینم در مورد زندگی برای من کفایت می‌کند و نیازی به چیز دیگری ندارم.
۴۵-	q	q	q	q	q	من دوستان زیادی داشته‌ام و حالا می‌دانم که چه نوع دوستی را می‌خواهم.
۴۶-	q	q	q	q	q	بعد از بررسی تفریحات مختلف، یک یا چند تفریح را پیدا کرده‌ام که انجام آنها به تنهایی یا با دوستانم برایم لذت‌بخش است.
۴۷-	q	q	q	q	q	نظر من در مورد ارتباط با جنس مخالف هنوز در حال شکل‌گیری است و هنوز تصمیم قطعی در این باره نگرفته‌ام.
۴۸-	q	q	q	q	q	هنوز در مورد عقاید سیاسی مطمئن نیستم ولی سعی دارم چیزی را که می‌تونم عمیقاً به آن اعتقاد داشته باشم



ردیف	کاملاً مخالفم	نسبتاً مخالفم	موافقم	نسبتاً موافقم	کاملاً موافقم	
						مشخص نمایم.
۴۹-	q	q	q	q	q	زمان زیادی را صرف تصمیم‌گیری کرده‌ام، اما حالا مطمئناً می‌دانم که به دنبال چه شغلی باید باشم.
۵۰-	q	q	q	q	q	همیشه به همان مسجد (یا هیئت) که والدینم رفته‌اند، رفته‌ام و هرگز از خودم نپرسیده‌ام که چرا؟
۵۱-	q	q	q	q	q	راه‌های زیادی برای تقسیم مسئولیت‌های خانوادگی بعد از ازدواج وجود دارد که من به آنها فکر کرده‌ام، ولی حالا دقیقاً می‌دانم که می‌خواهم در زندگی من این مسئولیت‌ها چگونه باشد.
۵۲-	q	q	q	q	q	فکر می‌کنم بطور کلی از زندگی لذت می‌برم و نمی‌توانم تصور کنم که زندگی خودم را محدود به یک دیدگاه خاص نمایم.
۵۳-	q	q	q	q	q	من دوست صمیمی ندارم، فقط دوست دارم که در جمع باشم.
۵۴-	q	q	q	q	q	تفریحات زیادی را تجربه کرده‌ام به امید آن که از بین آنها یک یا چند فعالیت را که بتوانم برای مدتی واقعاً از آنها لذت ببرم انتخاب کنم.
۵۵-	q	q	q	q	q	با افراد زیادی معاشرت داشته‌ام و دقیقاً می‌دانم که قوانین خاص من در مورد معاشرت با جنس مخالف چه هستند و با چه کسانی معاشرت خواهم کرد.
۵۶-	q	q	q	q	q	من به اندازه کافی تجربه سیاسی نداشته‌ام که بتوانم یک موضع سیاسی خاص داشته باشم.
۵۷-	q	q	q	q	q	با این که امکانات مختلفی وجود دارد ولی واقعاً نمی‌توانم تصمیم بگیرم که چه شغلی داشته باشم.
۵۸-	q	q	q	q	q	هرگز اعتقاد مذهبییم را زیر سؤال نبرده‌ام، اگر آنها برای والدینم درست هستند حتماً برای من هم درست هستند.
۵۹-	q	q	q	q	q	به نظر می‌رسد که نقطه نظرها در مورد نقش زنان و مردان آنقدر متفاوت هستند که من چندان به آنها فکر نمی‌کنم.
۶۰-	q	q	q	q	q	بعد از بررسی‌های زیاد من یک دیدگاه کاملاً مشخص را در مورد شیوه زندگی‌م ترسیم کرده‌ام.
۶۱-	q	q	q	q	q	دقیقاً نمی‌دانم چه نوع دوستانی برای من بهترین هستند،



ردیف	کاملاً مخالفم	نسبتاً مخالفم	موافقم	نسبتاً موافقم	کاملاً موافقم	
						دارم سعی می‌کنم که مشخص کنم که معنای دوستی برای من چیست.
۶۲-	q	q	q	q	q	همه علائق تفریحی خود را از والدینم گرفته‌ام و من واقعاً چیز دیگری را امتحان نکرده‌ام.
۶۳-	q	q	q	q	q	من طوری با جنس مخالف رفتار می‌کنم که مورد تأیید والدینم باشد.
۶۴-	q	q	q	q	q	نزدیکان من همیشه اعتقادات اخلاقی و مذهبی در مورد موضوعاتی مانند سقط جنین و اهداء اعضاء دارند که من همیشه آنها را پذیرفته‌ام.

www.mhmm.net