



آزمون دل‌بستگی به والدین و همسالان (IPPA)

راهنما:

دانش آموز گرامی این پرسشنامه حاوی سوالاتی درباره روابط شما با افراد با اهمیت زندگیتان (مادر، پدر و دوستان نزدیک شما) می باشد. لطفاً قبل از شروع به پاسخگویی به سوالات هر بخش دستورالعمل آن بخش را بخوانید.

بخش اول:

هر یک از جملات زیر درباره احساس شما نسبت به مادر با کسی که برای شما در نقش مادر بوده است سوال می کند. اگر در مورد شما بیش از یک نفر نقش مادری را بر عهده داشته (به عنوان مثال مادر طبیعی و نامادری) سوالات را با در نظر گرفتن کسی که بیشترین تاثیر را بر شما داشته پاسخ دهید. لطفاً جمله هارا بخوانید و سپس پرسشنامه میزان موافقت یا مخالفت خود را با علامت ضربدر مشخص کنید.

۱. مادرم به احساسات من احترام می گذارد.
۲. احساس می کنم مادرم در وظیفه مادری کردن برای من به خوبی عمل کرده است.
۳. آرزو می کردم مادر دیگری (متفاوتی) داشتم.
۴. مادرم مرا همانگونه که هستم می پذیرد.
۵. دوست دارم نظر مادرم را در مورد مسائلی که برایم اهمیت دارند بدانم.
۶. دلیلی نمی بینم که احساساتم را در حضور مادرم نشان دهم.
۷. هنگامی که در مورد مسئله ای عصبانی هستم مادرم تشخیص می دهد.
۸. بازگو کردن مشکلاتم برای مادر احساس شرم آور یا احمقانه ای به من می دهد.
۹. مادرم انتظار بیش از اندازه ای از من داد.
۱۰. هنگامی که مادرم حضور دارد زود عصبانی می شوم.
۱۱. بسیار بیشتر از آنچه مادرم بداند عصبانی می شوم.
۱۲. وقتی که در مورد مسئله ای بحث می کنم کادرم به نقطه نظرات من اهمیت نمی دهد.
۱۳. مادرم به قضاوت یا نظر من اعتقاد دارد.
۱۴. مادرم به نوبه خود مشکلاتی دارد پس من دیگر با مشکلات خود برای او نگرانی ایجاد نمی کنم.
۱۵. مادرم به من کمک می کند تا خود را بهتر بشناسم.
۱۶. در مورد مشکلات و رفتاری هایم با مادرم صحبت می کنم.
۱۷. از دست مادرم عصبانی هستم.
۱۸. مادرم توجه زیاد به من نمی کند.
۱۹. مادرم به من کمک می کند تا درباره مشکلاتم صحبت کنم.
۲۰. مادرم مرا درک می کند.



۲۱. وقتی در مورد مسئله ای عصبانی هستم مادرم سعی می کند با من همدردی کند.
۲۲. به مادرم اعتقاد دارم.
۲۳. مادرم درک نمی کند این روزها بر من چه می گذرد.
۲۴. هنگامی که باری بر شانه دارم می توانم روی مادرم حساب کنم.
۲۵. اگر مادرم احساس کند که مسئله ای مرا نگران می کند از من درباره آن سوال می کند.

بخش دوم

- هریک از جملات زیر درباره احساس شما نسبت به پدر یا کسی که برای شما در نقش پدر بوده است سوال می کند. اگر در مورد شما بیش از یک نفر نقش پدر را بر عهده داشته (به عنوان مثال پدر طبیعی و ناپدری) سوالات را با در نظر گرفتن کسی که بیشترین تاثیر را بر شما داشته پاسخ دهید.
لطفا جمله ها را بخوانید و سپس در پرسشنامه میزان موافقت و مخالفت خود را با علامت × مشخص کنید.
۲۶. پدرم به احساسات من احترام می گذارد.
۲۷. احساس می کنم پدرم در وظیفه پدری کردن برای من به خوبی عمل کرده است.
۲۸. آرزو می کردن پدر دیگری (متفاوتی) داشتم.
۲۹. پدرم مرا همانگونه که هستم می پذیرد.
۳۰. دوست دارم نظر پدرم را در مورد مسائلی که برایم اهمیت دارند بدانم.
۳۱. دلیلی نمی بینم که احساساتم را در حضور پدرم نشان دهم.
۳۲. هنگامی که در مورد مسئله ای عصبانی هستم پدرم تشخیص می دهد.
۳۳. بازگو کردن مشکلاتم برای پدر احساس شرم آور و احمقانه ای به من می دهد.
۳۴. پدرم انتظار بیش از اندازه ای از من دارد.
۳۵. هنگامی که پدرم حضور دارد زود عصبانی می شوم.
۳۶. بسیار بیشتر از آنچه پدرم بداند عصبانی می شوم.
۳۷. وقتی که در مورد مسئله ای بحث می کنم پدرم به نقطه نظرات من اهمیت می دهد.
۳۸. پدرم به قضاوت یا نظر من اعتقاد دارد.
۳۹. پدرم به نوبه خود مشکلاتی دارد پس من دیگر با مشکلات خود خود برای او نگرانی ایجاد نمی کنم.
۴۰. پدرم به من کمک می کند تا خود را بهتر بشناسم.
۴۱. در مورد مشکلات و گرفتاری هایم با پدرم صحبت می کنم.
۴۲. از دست پدرم عصبانی هستم.
۴۳. پدرم توجه زیادی به من نمی کند.
۴۴. پدرم به من کمک می کند تا درباره مشکلاتم صحبت کنم.
۴۵. پدرم مرا درک می کند.
۴۶. وقتی در مورد مسئله ای عصبانی هستم پدرم سعی می کند با من همدردی کند.
۴۷. به پدرم اعتقاد دارم.



۴۸. پدرم درک نمی کند این روزها بر من چه می گذرد.

۴۹. هنگامی که باری بر شانه دارم می توانم روی پدرم حساب کنم.

۵۰. اگر پدرم احساس کند که مسئله ای مرا نگران می کند از من درباره آن سوال می کند.

بخش سوم

جمله های این بخش درباره احساسی که شما نسبت به دوستان خود دارید سوال می کند لطفا جمله ها را بخوانید و سپس میزان موافقت خود را با آن جمله با علامت × در پاسخنامه نشان دهید.

۵۱. دوست دارم نظر دوستانم را درباره مسائلی که برایم اهمیت دارند بدانم.

۵۲. هنگامی که در مورد مسئله ای عصبانی هستم دوستانم تشخیص می دهند.

۵۳. وقتی که در مورد مسئله ای بحث می کنم دوستانم به نقطه نظرات من اهمیت می دهند.

۵۴. بازگو کردن مشکلاتم برای دوستانم احساس شرم آور یا احمقانه به من می دهد.

۵۵. آرزو می کردم دوستان دیگری (متفاوتی) داشتیم.

۵۶. دوستانم مرا درک می کنند.

۵۷. دوستانم به من کمک می کنند تا درباره مشکلاتم صحبت کنم.

۵۸. دوستانم مرا همانگونه که هستم می پذیرم.

۵۹. احساس می کنم که نیاز دارم بیشتر با دوستانم در ارتباط باشم.

۶۰. دوستانم درک نمی کند این روزها بر من چه می گذرد.

۶۱. هنگامیکه با دوستانم هستم خود را تنها یا جدا احساس می کنم.

۶۲. دوستانم به آنچه برای گفتن دارم گوش می کنند.

۶۳. صحبت کردن با دوستانم نسبتاً راحت است.

۶۴. احساس می کنم که دوستانم دوستان خوبی هستند.

۶۵. وقتی در مورد مسئله ای عصبانی هستم دوستانم سعی می کنند با من همدردی کنند.

۶۶. دوستانم به من کمک می کنند تا خود را بهتر درک کنم.

۶۷. دوستانم به حال من اهمیت می دهند.

۶۸. نسبت به دوستانم احساس عصبانیت می کنم.

۶۹. هنگامیکه باری بر شانه دارم می توانم بروی دوستانم حساب کنم.

۷۰. به دوستانم اعتماد می کنم.

۷۱. دوستانم به احساسات من احترام می گذارند.

۷۲. بسیار بیشتر از آنچه دوستانم بدانند عصبانی می شوم.

۷۳. به نظر می آید دوستانم بدون دلیل از دست من ناراحت (عصبانی) هستند.

۷۴. می توانم در مورد مشکلات و گرفتاری هایم با دوستانم صحبت کنم.

۷۵. اگر دوستانم احساس کند که مسئله ای مرا نگران می کند از من درباره آن سوال می کند.



تقریباً هیچگاه یا هیچگاه درست	به ندرت درست	گاهی اوقات درست	اغلب اوقات درست	تقریباً یا همیشه درست	شماره	تقریباً هیچگاه یا هیچگاه درست	به ندرت درست	گاهی اوقات درست	اغلب اوقات درست	تقریباً یا همیشه درست	
1	2	3	4	5	37	1	2	3	4	5	1
1	2	3	4	5	38	1	2	3	4	5	2
1	2	3	4	5	39	1	2	3	4	5	3
1	2	3	4	5	40	1	2	3	4	5	4
1	2	3	4	5	41	1	2	3	4	5	5
1	2	3	4	5	42	1	2	3	4	5	6
1	2	3	4	5	43	1	2	3	4	5	7
1	2	3	4	5	44	1	2	3	4	5	8
1	2	3	4	5	45	1	2	3	4	5	9
1	2	3	4	5	46	1	2	3	4	5	10
1	2	3	4	5	47	1	2	3	4	5	11
1	2	3	4	5	48	1	2	3	4	5	12
1	2	3	4	5	49	1	2	3	4	5	13
1	2	3	4	5	50	1	2	3	4	5	14
1	2	3	4	5	51	1	2	3	4	5	15
1	2	3	4	5	52	1	2	3	4	5	16
1	2	3	4	5	53	1	2	3	4	5	17
1	2	3	4	5	54	1	2	3	4	5	18
1	2	3	4	5	55	1	2	3	4	5	19
1	2	3	4	5	56	1	2	3	4	5	20
1	2	3	4	5	57	1	2	3	4	5	21
1	2	3	4	5	58	1	2	3	4	5	22
1	2	3	4	5	59	1	2	3	4	5	23
1	2	3	4	5	60	1	2	3	4	5	24
1	2	3	4	5	61	1	2	3	4	5	25
1	2	3	4	5	62	1	2	3	4	5	26
1	2	3	4	5	63	1	2	3	4	5	27
1	2	3	4	5	64	1	2	3	4	5	28
1	2	3	4	5	65	1	2	3	4	5	29
1	2	3	4	5	66	1	2	3	4	5	30
1	2	3	4	5	67	1	2	3	4	5	31
1	2	3	4	5	68	1	2	3	4	5	32
1	2	3	4	5	69	1	2	3	4	5	33
1	2	3	4	5	70	1	2	3	4	5	34
1	2	3	4	5	71	1	2	3	4	5	35
1	2	3	4	5	72	1	2	3	4	5	35
1	2	3	4	5	74	1	2	3	4	5	36
1	2	3	4	5	75						