(321) 朋友们的自我区分量表: 情绪割断量表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 这些问题涉及您朋友们对他们自己以及与他人的关系的想法和感受。请仔细阅读每条陈述，并按 1（完全不）到 6（非常）的等级来决定该陈述对他们来说一般而言是有多正确。如果您认为某个项目与他们不相关（例如，他们目前尚未结婚或没有稳定的关系，或者他们的父母之一或双双去世），请根据您对在这种情况下他们的想法和感受的最佳猜测来回答该问题。请务必回答每一项，并尽量诚实、准确地回答。 | 非常不正确  | 不正确 | 有点不正确 | 有点正确 | 正确 | 非常正确 |
| 1. | 当别人与他们太亲近时, 他们倾向与他/她保持距离。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. | 若他们向配偶/伴侣表达他们对某些事情真正的感受,他/她未必能接受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. | 当别人与他们太亲近时, 他们常感到不自在。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. | 他们担心在亲密关系中失去他们的独立自主。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. | 他们经常觉得他们的配偶/伴侣向他们要求太多。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. | 当其中的一段关系进展得非常密切, 他们感到有逃避倾向。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. | 当他们与配偶/伴侣一起时, 他们经常感到透不过气来。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. | 当事情不顺意时,谈论这问题只会令事情更糟糕。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |