(321) 朋友們的自我區分量表: 情緒割斷量表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 這些問題涉及您朋友們對他們自己以及與他人的關係的想法和感受。請仔細閱讀每條陳述，並按 1（完全不）到 6（非常）的等級來決定該陳述對他們一般而言有多正確。如果您認為某個項目與他們不相關（例如，他們目前尚未結婚或沒有穩定的關係，或者他們的父母之一或雙雙去世），請根據您對在這種情況下他們的想法和感受的最佳猜測來回答該問題。請務必回答每一項，並儘量誠實、準確地回答。 | 非常  不正確 | 不正確 | 有點  不正確 | 有點正確 | 正確 | 非常正確 |
| 1. | 當別人與他們太親近時，他們傾向與他/她保持距離。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. | 若他們向配偶/伴侶表達他們對某些事情真正的感受，他/她未必能接受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. | 當別人與他們太親近時，他們常感到不自在。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. | 他們擔心在親密關係中失去他們的獨立自主。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. | 他們經常覺得他們的配偶/伴侶向他們要求太多。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. | 當其中的一段關係進展得非常密切，他們感到有逃避傾向。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. | 當他們與配偶/伴侶一起時，他們經常感到透不過氣來。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. | 當事情不順意時，談論這問題只會令事情更糟糕。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |