RQ

Questionario sulle relazioni (RQ)

Il Relationship Questionnaire (RQ) è uno strumento semplice per valutare gli stili di attaccamento negli adulti. Si basa sul modello a quattro categorie proposto da Bartholomew e Horowitz (sicuro, preoccupato, distanziante, timoroso) e fornisce, in un formato molto breve, un'autotipologia dell'attaccamento tramite un unico item rappresentativo per ciascuno stile.

Numero di domande	4 domande
Durata stimata	2 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Relationship Questionnaire
Destinatari	Adulti
Autori	Kim Bartholomew, Leonard Horowitz (1991)
Categoria	Difficoltà relazionali

Anteprima delle 4 domande

A. Per me è facile avvicinarmi emotivamente agli altri. Mi sento a mio agio nel dipendere da loro e nel lasciare che dipendano da me. Non mi preoccupo di restare solo/a o di non essere accettato/a dagli altri.

1 - Fortemente in disaccordo | 2 | 3 | 4 - Neutro/Misto | 5 | 6 | 7 - Fortemente d'accordo

B. Mi sento a disagio ad avvicinarmi agli altri. Desidero relazioni emotivamente strette, ma trovo difficile fidarmi completamente degli altri o dipendere da loro. Temo di soffrire se mi permetto di avvicinarmi troppo agli altri.

1 - Fortemente in disaccordo | 2 | 3 | 4 - Neutro/Misto | 5 | 6 | 7 - Fortemente d'accordo

C. Desidero essere completamente intimo/a con gli altri sul piano emotivo, ma spesso trovo che gli altri siano riluttanti ad avvicinarsi quanto vorrei. Mi sento a disagio senza relazioni strette, ma a volte temo che gli altri non diano a me tanto valore quanto io ne do a loro.

1 - Fortemente in disaccordo | 2 | 3 | 4 - Neutro/Misto | 5 | 6 | 7 - Fortemente d'accordo

D. Mi sento a mio agio senza relazioni emotive strette. Per me è molto importante sentirmi indipendente e autosufficiente, e preferisco non dipendere dagli altri né che gli altri dipendano da me.

1 - Fortemente in disaccordo | 2 | 3 | 4 - Neutro/Misto | 5 | 6 | 7 - Fortemente d'accordo

Scoring e interpretazione

Il partecipante legge una breve descrizione corrispondente a ciascuno dei quattro stili di attaccamento e indica quale descrizione gli corrisponde meglio (scelta principale), poi valuta ogni descrizione su una scala da 1 (per niente simile a me) a 7 (molto simile a me). L'interpretazione consiste nell'analizzare i punteggi per determinare lo stile di attaccamento dominante e la distribuzione degli stili secondari.