MAQ

Mål på tilknytningskvaliteter (MAQ)

MAQ er et selvrapporteringsskjema som måler tilknytningsstiler og tilknytningskvalitet hos enkeltpersoner, etter hovedstilene som beskrives i teorier om voksentilknytning. Det omfatter flere dimensjoner, blant annet trygg, opptatt, unnvikende og fryktsom tilknytning. Det brukes ofte både i forskning og i klinisk praksis for å kartlegge hvordan en voksen persons tilknytningsrelasjoner er.

Antall spørsmål	14 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Measure of Attachment Qualities
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Charles S. Carver (1997)
Kategori	Emosjonell avhengighet, Interpersonlige vansker

Forhåndsvisning av de 14 spørsmålene

Når jeg er nær noen, gir det meg en følelse av trygghet i livet generelt.

Jeg er svært uenig i påstanden | Jeg er litt uenig i påstanden | Jeg er litt enig i påstanden | Jeg er svært enig i påstanden

Jeg er ofte redd for at partneren min ikke egentlig elsker meg.

Jeg er svært uenig i påstanden | Jeg er litt uenig i påstanden | Jeg er litt enig i påstanden | Jeg er svært enig i påstanden

Jeg har vanskelig for å få andre til å bli så nære som jeg ønsker.

Jeg er svært uenig i påstanden | Jeg er litt uenig i påstanden | Jeg er litt enig i påstanden | Jeg er svært enig i påstanden

Jeg synes det er lett å være nær andre.

Jeg er svært uenig i påstanden | Jeg er litt uenig i påstanden | Jeg er litt enig i påstanden | Jeg er svært enig i påstanden

Jeg er ofte redd for at partneren min ikke vil fortsette å være sammen med meg.

Jeg er svært uenig i påstanden | Jeg er litt uenig i påstanden | Jeg er litt enig i påstanden | Jeg er svært enig i påstanden

Skåring og tolkning

Svarene skåres på en skala av likerttypen, vanligvis fra 1 til 4 eller 1 til 5, etter hvor enig personen er i hvert utsagn. Det beregnes fire skårer, en for hver tilknytningsstil: trygg, opptatt, unnvikende og fryktsom. Det regnes ut gjennomsnitt for hver delskala, og terskelverdier kan brukes til å tolke hvilken stil som dominerer.