RQ

# Relatievragenlijst (RQ)

De Relatievragenlijst (RQ) is een eenvoudig instrument om gehechtheidsstijlen bij volwassenen te beoordelen. De vragenlijst is gebaseerd op het model met vier categorieën van Bartholomew en Horowitz (veilig, gepreoccupeerd, afwijzend, angstig-vermijdend) en levert in een zeer beknopt format een zelftypering van de gehechtheid op, met één representatief item per stijl.

| | |
|---|---|
| Aantal vragen | 4 vragen |
| Geschatte duur | 2 minuten |
| Taal | Nederlands |
| Oorspronkelijke naam | Relationship Questionnaire |
| Doelgroep | Volwassenen |
| Auteurs | Kim Bartholomew, Leonard Horowitz (1991) |
| Categorie | Interpersoonlijke problemen |

## Voorbeeld van de 4 vragen

A. Het is voor mij gemakkelijk om emotioneel dicht bij anderen te komen. Ik voel me op mijn gemak als ik op anderen kan steunen en als anderen op mij steunen. Ik maak me geen zorgen dat ik alleen zal zijn of dat anderen me niet accepteren.

1 - Helemaal mee oneens | 2 | 3 | 4 - Neutraal/gemengd | 5 | 6 | 7 - Helemaal mee eens

B. Ik voel me niet op mijn gemak als ik dicht bij anderen kom. Ik wil emotioneel hechte relaties, maar ik vind het moeilijk om anderen volledig te vertrouwen of op hen te steunen. Ik ben bang dat ik gekwetst word als ik mezelf toesta te dicht bij anderen te komen.

1 - Helemaal mee oneens | 2 | 3 | 4 - Neutraal/gemengd | 5 | 6 | 7 - Helemaal mee eens

C. Ik wil emotioneel volledig intiem zijn met anderen, maar ik merk vaak dat anderen terughoudend zijn om zo dichtbij te komen als ik zou willen. Ik voel me niet op mijn gemak zonder hechte relaties, maar ik maak me soms zorgen dat anderen mij niet zo hoog waarderen als ik hen waardeer.

1 - Helemaal mee oneens | 2 | 3 | 4 - Neutraal/gemengd | 5 | 6 | 7 - Helemaal mee eens

D. Ik voel me op mijn gemak zonder hechte emotionele relaties. Het is heel belangrijk voor mij om me onafhankelijk en zelfstandig te voelen, en ik steun liever niet op anderen en heb liever niet dat anderen op mij steunen.

| 1 - Helemaal mee oneens | 2 | 3 | 4 - Neutraal/gemengd | 5 | 6 | 7 - Helemaal mee eens |
|---|---|---|---|---|---|---|


### Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›


## Scoring en interpretatie

De deelnemer leest een korte beschrijving bij elk van de vier gehechtheidsstijlen en geeft aan welke beschrijving het best past (hoofdkeuze); daarna wordt elke beschrijving beoordeeld op een schaal van 1 (helemaal niet zoals ik) tot 7 (heel erg zoals ik). Bij de interpretatie worden de scores geanalyseerd om de dominante gehechtheidsstijl en de verdeling van de secundaire stijlen te bepalen.


## Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Mentaal is een onmisbare bondgenoot geworden om mijn diagnostiek te structureren en mijn klinisch inzicht in mijn patiënten te verdiepen.”

Nolwenn P. - Psycholoog (CGT)