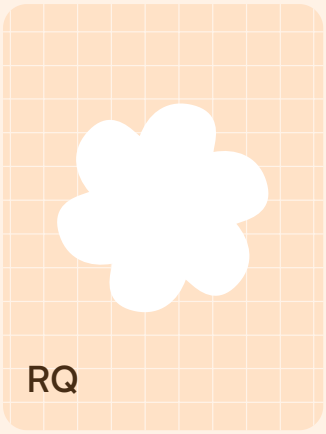



# Frågeformulär om relationer (RQ)

Frågeformuläret om relationer (RQ) är ett enkelt instrument för att bedöma anknytningsstilar hos vuxna. Det bygger på den modell med fyra kategorier som föreslagits av Bartholomew och Horowitz (trygg, upptagen, avvisande, rädd) och ger i ett mycket kort format en självtypologi av anknytningen genom ett enda representativt item för varje stil.

| | |
|---|---|
| Antal frågor | 4 frågor |
| Beräknad tid | 2 minuter |
| Språk | Svenska |
| Originalnamn | Relationship Questionnaire |
| Målgrupp | Vuxna |
| Författare | Kim Bartholomew, Leonard Horowitz (1991) |
| Kategori | Interpersonella problem |

## Förhandsgranskning av de 4 frågorna

A. Jag har lätt för att komma andra känslomässigt nära. Jag känner mig bekväm med att vara beroende av dem och att de är beroende av mig. Jag oroar mig inte för att vara ensam eller för att andra inte ska acceptera mig.

1 - Håller inte alls med | 2 | 3 | 4 - Neutral/blandat | 5 | 6 | 7 - Håller helt med

B. Jag känner mig obekväm med att komma andra nära. Jag vill ha känslomässigt nära relationer, men jag har svårt att lita helt på andra eller att vara beroende av dem. Jag oroar mig för att bli sårad om jag tillåter mig själv att komma andra för nära.

1 - Håller inte alls med | 2 | 3 | 4 - Neutral/blandat | 5 | 6 | 7 - Håller helt med

C. Jag vill vara helt känslomässigt intim med andra, men jag märker ofta att andra är ovilliga att komma så nära som jag skulle vilja. Jag känner mig obekväm utan nära relationer, men ibland oroar jag mig för att andra inte värdesätter mig lika mycket som jag värdesätter dem.

1 - Håller inte alls med | 2 | 3 | 4 - Neutral/blandat | 5 | 6 | 7 - Håller helt med

D. Jag känner mig bekväm utan nära känslomässiga relationer. Det är mycket viktigt för mig att känna mig självständig och oberoende, och jag föredrar att inte vara beroende av andra eller att andra är beroende av mig.

| 1 - Håller inte alls med | 2 | 3 | 4 - Neutral/blandat | 5 | 6 | 7 - Håller helt med |
|---|---|---|---|---|---|---|


**Låt dina patienter fylla i formulären online**

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›


## Poängsättning och tolkning

Deltagaren läser en kort beskrivning av var och en av de fyra anknytningsstilarna och anger vilken beskrivning som passar bäst (huvudval), och skattar sedan varje beskrivning på en skala från 1 (inte alls som jag) till 7 (mycket som jag). Tolkningen består i att analysera poängen för att fastställa den dominerande anknytningsstilen och hur de sekundära stilarna fördelar sig.


# Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Numera använder jag plattformen varje dag: den är heltäckande, tillförlitlig och mycket enkel att använda.”

Julie V. - Psykolog online