

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (Rejection Sensitivity Questionnaire; RSQ)

Bu ölçek orjinalinde 18 maddeden oluşmaktadır. Türkçeye uyarlanan ölçeğin ilk 18 maddesi ölçeğin orjinal maddeleri, diğer maddeleri ise Türk kültürü düşünülerek eklenmiş maddelerdir. Bu maddelerin de eklenmesiyle ölçeğin toplam madde sayısı 26'ya çıkmıştır. Ölçek 'arkadaşlarla ilgili reddedilme duyarlılığı' (rejection sensitivity from friends) ve ebeveynlerle ilgili reddedilme duyarlılığı' (rejection sensitivity from parents) olmak üzere iki alt boyutta kullanılabilir. Ölçeğin faktör yapısı ile ilgili detaylı bilgi için orjinal çalışmaya bakınız.

Her bir ölçek maddesi a ve b olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Puanlama yapılırken ilk önce b maddeleri ters kodlanır, daha sonra a ve b maddelerin puanları çarpılır ve en son ortalama toplamı hesaplanır.

Ölçek maddeleri;

Aşağıdaki her bir madde genelde üniversite öğrencilerinin bazen diğer kişilerden talep ettiği şeyleri tanımlamaktadır. Lütfen, her bir durumda/koşulda bulunduğunuzu düşünün ve cevaplarınızı ona göre verin. Her bir soruda, sizin için uygun olan numarayı daire içine alarak işaretlemeleri yapınız.

- Maddeleri değerlendirirken, karşınızdaki kişinin (örneğin, bir hocanız veya bir arkadaşınızla ilgili olan maddelerde) lütfen belirli bir kişiyi değil, **ORTALAMA BİR KİŞİYİ DÜŞÜNEREK** yanıt veriniz.
- Araştırma, **özel kişilere karşı olan tutumlarınızı** değil, **GENEL TUTUMLARINIZI** incelemektedir.

➤ **Her bir maddenin ardından gelen şu soruları yanıtlamanız beklenmektedir:**

- 1) Başkalarının size tepkisi konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**
- 2) İlgili durumda diğer kişilerin ne tür tepki verebileceğini düşünürsünüz?

1. Sınıftaki birine notlarını ödünç alıp alamayacağınızı soruyorsunuz.

- a) Kişinin notlarını vermek isteyip istemeyebileceği ile ilgili olarak ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Bu kişinin notlarını bana isteyerek vermesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

2. Romantik partnerinizden sizinle aynı eve taşınmasını istiyorsunuz.

- a) Romantik partnerinizin sizinle aynı eve taşınmayı isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin benimle aynı eve taşınmayı istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

3. Yurtdışı gezisine gitmek için ebeveynlerinizden destek istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin size yardımcı olmayı isteyip istemeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Onların (Ebeveynlerimin) bana yardım etmek için istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

4. Yeni tanıştığınız birine çıkma teklif ediyorsunuz.

- a) Kişinin sizinle çıkmak isteyip istemeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) O kişinin benimle çıkmayı istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

5. Romantik partneriniz bütün arkadaşlarla birlikte dışarı çıkmayı planlıyor, ancak siz geceyi sadece partnerinizle geçirmek istiyorsunuz, ve bunu ona söylediniz.

a) Romantik partnerinizin bu isteğini kabul edip etmeyebileceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Romantik partnerimin bu isteğimi kabul etmeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

6. Günlük harcamalarınızı karşılamak için ebeveynlerinizden harçlığınızı arttırmalarını istiyorsunuz.

a) Ebeveynlerinizin bu isteğini kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Ebeveynlerimin yardımcı olmaya istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

7. Derste yeni tanıştığınız birine birlikte kahve içmeyi teklif ediyorsunuz.

a) Kişinin sizinle gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

b) Diğer kişinin benimle gelmeyi istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

8. Yakın bir arkadaşınıza onu ciddi şekilde üzecek bir şey söyledikten ya da yaptıktan sonra, yaklaşıyor ve konuşmak istiyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın bu durumda sizinle konuşmak isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Hemen benimle konuşup sorunlarımızı çözmek istemesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

9. Dersten sonra hocanıza anlamadığınız bir konuda soru yöneltip size fazladan zaman ayırıp ayıramayacağını soruyorsunuz.

- a) Hocanızın size yardım etmeyi isteyip istemeyeceği ile ilgili ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Hocamın bana yardımcı olmak için istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

10. Okulunuzu bitirdikten sonraki yıllarda ailenizden para istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin size para vermeyi isteyip istemeyebilecekleri konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin para talebimi kabul etmek konusunda istekli olmalarını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

11. Okul tatilinde bir arkadaşınıza birlikte tatile gitmeyi teklif ediyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın sizinle tatile gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Teklifimin memnuniyetle kabul edilmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

12. Çok kırıncı bir tartışmadan sonra romantik partnerinize telefon ediyor ve onu görmek istediğinizi söylüyorsunuz.

- a) Romantik partnerinizin sizi görmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin de beni görmeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

13. Arkadaşınıza ondan bir şeyini ödünç alıp alamayacağınızı soruyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın size istediğiniz şeyi verip vermeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın istediğim şeyi ödünç vermeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

14. Ebeveynlerinizden sizin için önemli ancak onlar için sıkıcı ve gelmesi zahmetli olabilecek bir etkinliğe sizinle beraber gelmelerini istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin sizinle gelmeyi isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin benimle gelmeyi kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

15. Bir arkadaşınızdan size ciddi bir yardımda bulunmasını istiyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın bu yardımı yapmak isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın bu yardım isteğimi kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

16. Romantik partnerinize sizi gerçekten sevip sevmediğini soruyorsunuz.

- a) Romantik partnerinizin sizi gerçekten sevdiğini söyleyip söylemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin beni gerçekten çok sevdiğini söylemeye istekli olmasını beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

17. Bir partiye gidiyorsunuz ve odanın diğer köşesinde birini fark ediyorsunuz, sonra ona beraber dans etmeyi teklif ediyorsunuz.

- a) Dans etmeyi teklif ettiğiniz kişinin teklifinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Dans etmeyi teklif ettiğim kişinin bu teklifimi memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

18. Ailenizle tanıştırmak üzere romantik partnerinizden sizinle eve gelmesini istiyorsunuz.

- a) Romantik partnerinizin ailenizle tanışmayı isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin ailemle buluşmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

19. Başka bir şehirde yaşayan bir arkadaşınıza evinde 10 gün kalmak istediğinizi söylüyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın evinde kalma isteğimi memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

20. Yeni tanıştığınız bir hemcinsinize birlikte bir şeyler yapmayı öneriyorsunuz.

- a) Bu kişinin önerinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın benimle dışarı çıkmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

21. Romantik partnerinizden sizi ailesiyle tanıştirmasını istiyorsunuz.

- a) Romantik partnerinizin sizi ailesiyle tanıştırmayı isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Romantik partnerimin bu isteğimi memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

22. Evde arkadaşlarınızla parti yapmak için anne ve babanızın akşam için başka bir yere gitmelerini istiyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin bu isteğimi kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

23. Ebeveynlerinize romantik partnerinizle tatile gitmek istediğinizi söylüyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin romantik partnerimle tatile çıkmamı kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

24. Ebeveynlerinize mezuniyetten sonra onlardan farklı bir şehirde yaşamak istediğinizi söylüyorsunuz.

- a) Ebeveynlerinizin bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Ebeveynlerimin kararımı kabul etmelerini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

25. Çok iyi yemek yapan bir akrabanızdan (hala, teyze, vb.) çok iyi yaptığı bir yemeği sizin için özel olarak yapmasını istiyorsunuz.

- a) Akrabanızın sizin için özel olarak yemek yapmayı isteyip istemeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Akrabamın bu isteğimi memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle

26. Sınavdan bir gün önce sizinle aynı sınava girecek olan bir arkadaşınızdan anlamadığınız konuları size anlatmasını istiyorsunuz.

- a) Arkadaşınızın bu isteğinizi kabul edip etmeyebileceği konusunda ne kadar **endişe eder veya kaygı duyarsınız?**

1	2	3	4	5	6
Hiç endişelenmem / Kaygı duymam					Çok endişelenirim / Kaygı duyarım

- b) Arkadaşımın beni çalıştırmayı memnuniyetle kabul etmesini beklerdim.

1	2	3	4	5	6
Çok küçük ihtimalle					Çok büyük ihtimalle