

Associazione Mondo X – Sardegna

Via San Giovanni, 281 - 09127 Cagliari

Tel. 070 663358 - Fax 070 674673

associazione@mondosardegna.it



STUDIO DEI RAPPORTI TRA LA PERSONALITÀ E IL MODO DI RELAZIONARSI CON GLI ALTRI

ETA'

SESSO: MASCHIO

FEMMINA

TITOLO DI STUDIO:

NESSUNO

LICENZA ELEMENTARE

LICENZA MEDIA

DIPLOMA

LAUREA

SCHEDA N° 1

Il presente questionario elenca diversi comportamenti e atteggiamenti dei genitori. Risponda quanto risulta vera per lei una delle seguenti affermazioni, che si riferiscono al rapporto con i suoi genitori fino a 16 anni. Per ogni affermazione può rispondere: *molto vero*, *abbastanza vero*, *abbastanza falso*, *molto falso*, mettendo una crocetta o un cerchietto sulla frase corrispondente. Per ogni riga indichi una sola scelta.

Se lei non avesse conosciuto uno o entrambi dei suoi genitori prima di quell'età, metta una crocetta o un cerchietto all'inizio della sezione corrispondente, e salti alla sezione successiva.

Esempio:

1	Mi parlava con voce calda e amichevole	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
2	Non mi aiutava per quanto io ne avessi bisogno	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso

Oppure:

1	Mi parlava con voce calda e amichevole	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
2	Non mi aiutava per quanto io ne avessi bisogno	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso

Pensi ora al rapporto con suo **PADRE** sino all'età di 16 anni.

Non ho conosciuto mio padre

1	Mi parlava con voce calda e amichevole	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
2	Non mi aiutava per quanto io ne avessi bisogno	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
3	Mi lasciava fare le cose che mi piacevano	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
4	Sembrava emotivamente freddo nei miei confronti	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
5	Comprendeva i miei problemi e le mie difficoltà	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
6	Mi trattava con affetto	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
7	Gli piaceva che io prendessi da me le mie decisioni	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
8	Non voleva che io crescessi	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
9	Cercava di controllare ogni cosa che io facevo	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso

10	Invadeva la mia privacy	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
11	Amava parlare con me	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
12	Mi sorrideva spesso	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
13	Tendeva a trattarmi sempre come un bambino (o una bambina)	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
14	Non sembrava capire ciò che io volevo e di cui realmente avevo bisogno	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
15	Mi permetteva di decidere da solo (o da sola) ciò che mi riguardava	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
16	Mi faceva sentire non accettato (o non accettata)	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
17	Quando ero scoraggiato (o scoraggiata) riusciva a farmi stare meglio	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
18	Non parlava molto con me	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
19	Tendeva a farmi sentire dipendente da Lui	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
20	Pensava che io non avrei potuto badare a me stesso (o me stessa) se non mi fosse restato vicino	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
21	Mi dava tutta la libertà che io desideravo	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
22	Mi lasciava uscire tutte le volte che io lo desideravo	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
23	Era iperprotettivo nei miei confronti	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
24	Non mi lodava quasi mai	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
25	Permetteva che mi vestissi secondo i miei gusti	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso

Ora risponda alle stesse domande, pensando però al rapporto con sua **MADRE** sino all'età di 16 anni.

Non ho conosciuto mia madre

1	Mi parlava con voce calda e amichevole	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
2	Non mi aiutava per quanto io ne avessi bisogno	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
3	Mi lasciava fare le cose che mi piacevano	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
4	Sembrava emotivamente fredda nei miei confronti	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
5	Comprendeva i miei problemi e le mie difficoltà	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso

6	Mi trattava con affetto	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
7	Le piaceva che io prendessi da me le mie decisioni	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
8	Non voleva che io crescessi	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
9	Cercava di controllare ogni cosa che io facevo	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
10	Invadeva la mia privacy	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
11	Amava parlare con me	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
12	Mi sorrideva spesso	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
13	Tendeva a trattarmi sempre come un bambino (o una bambina)	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
14	Non sembrava capire ciò che io volevo e di cui realmente avevo bisogno	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
15	Mi permetteva di decidere da solo (o da sola) ciò che mi riguardava	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
16	Mi faceva sentire non accettato (o non accettata)	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
17	Quando ero scoraggiato (o scoraggiata) riusciva a farmi stare meglio	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
18	Non parlava molto con me	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
19	Tendeva a farmi sentire dipendente da Lei	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
20	Pensava che io non avrei potuto badare a me stesso (o me stessa) se non mi fosse restata vicina	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
21	Mi dava tutta la libertà che io desideravo	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
22	Mi lasciava uscire tutte le volte che io lo desideravo	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
23	Era iperprotettiva nei miei confronti	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
24	Non mi lodava quasi mai	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso
25	Permetteva che mi vestissi secondo i miei gusti	molto vero	abbastanza vero	abbastanza falso	molto falso

SCHEDA N° 2

PARTE PRIMA

Di seguito sono riportati quattro comuni stili di relazione che frequentemente le persone riportano. Faccia un segno a fianco della lettera che corrisponde allo stile che la descrive meglio o che rassomiglia di più a quello che ritiene di avere. Noti che il termine «intimo» fa riferimento all'intimità psicologica o emotiva e non necessariamente a quella sessuale. La crocetta deve essere messa in una sola descrizione.

- A. *E' facile per me stabilire delle relazioni intime con gli altri. Mi sento a mio agio sia nel dipendere dagli altri che quando gli altri dipendono da me. Non mi preoccupa essere solo o che gli altri non mi accettino.*
- B. *Sono disagio quando stabilisco una relazione intima con agli altri. Desidero avere relazioni emotive intime, ma trovo difficile fidarmi completamente degli altri o dipendere da loro. Se mi consento di stabilire delle relazioni intime con gli altri temo di essere ferito*
- C. *Desidero essere completamente in intimità emotiva con gli altri ma spesso trovo che loro siano riluttanti a stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere. Mi sento a disagio senza relazioni intime ma qualche volta sono preoccupato del fatto che gli altri non mi considerino quanto io considero loro.*
- D. *Sono a mio agio senza relazioni emotive intime. E' molto importante per me sentirmi indipendente e autosufficiente e preferisco non dipendere dagli altri o che gli altri dipendano da me.*

PARTE SECONDA

Adesso per favore dai un punteggio a ciascuno degli stili descritti sopra per indicare quanto ogni descrizione corrisponda al tuo personale stile di relazione. Può scegliere tra 7 valori diversi che vanno da 1 (da indicare quando non si sente per nulla simile a quanto descritto) sino a 7 (da indicare quando trova che al descrizione la rappresenti molto bene). Il punteggio 4 rappresenta una situazione media. Naturalmente lei può utilizzare anche i valori intermedi (2,3, 5,6) per indicare la minore o maggiore somiglianza. È importante che lei esprima la sua valutazione su ciascuno dei quattro stili (non soltanto su quello che ha scelto nella prima sezione).

- A.** *E' facile per me stabilire delle relazioni intime con gli altri. Mi sento a mio agio sia nel dipendere dagli altri che quando gli altri dipendono da me. Non mi preoccupa essere solo o che gli altri non mi accettino.*

1	2	3	4	5	6	7
Per niente simile a me	Una via di mezzo	Molto simile a me

- B.** *Sono disagio quando stabilisco una relazione intima con agli altri. Desidero avere relazioni emotive intime, ma trovo difficile fidarmi completamente degli altri o dipendere da loro. Se mi consento di stabilire delle relazioni intime con gli altri temo di essere ferito*

1	2	3	4	5	6	7
Per niente simile a me	Una via di mezzo	Molto simile a me

- C.** *Desidero essere completamente in intimità emotiva con gli altri ma spesso trovo che loro siano riluttanti a stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere. Mi sento a disagio senza relazioni intime ma qualche volta sono preoccupato del fatto che gli altri non mi considerino quanto io considero loro.*

1	2	3	4	5	6	7
Per niente simile a me	Una via di mezzo	Molto simile a me

- D.** *Sono a mio agio senza relazioni emotive intime. E' molto importante per me sentirmi indipendente e autosufficiente e preferisco non dipendere dagli altri o che gli altri dipendano da me.*

1	2	3	4	5	6	7
Per niente simile a me	Una via di mezzo	Molto simile a me

SCHEDA N° 3

Il seguente questionario, incentrato sulle relazioni sentimentali, è diviso in 2 brevi parti. Si soffermi un momento a pensare a tutte le più importanti relazioni sentimentali che ha avuto. Per ciascuna di esse, provi a riflettere su quanto la relazione la rendeva felice o infelice e sul modo in cui cambiavano i suoi stati d'animo. Pensi anche a quanta fiducia o sfiducia riponeva nell'altro, se si sentiva fortemente legato/a emotivamente o non abbastanza, quanta gelosia provava e quanto tempo passava pensando al/alla partner. Cerchi di ricordare quanto era attratto/a dalla persona, in che modo la relazione sarebbe potuta andare meglio e come é finita.

PARTE PRIMA

Ora legga ciascuna delle tre auto-descrizioni che seguono (1, 2, 3) e faccia un segno vicino a una sola alternativa, scegliendo quella che meglio descrive ciò che prova nelle relazioni sentimentali (il termine «intimo» fa riferimento all'intimità psicologica o emotiva e non necessariamente a quella sessuale).

- 1 *Qualche volta mi sento a disagio quando sto con gli altri; trovo difficile avere completa fiducia in loro, mostrarmi dipendente da loro. Divento nervoso/a se qualcuno diventa eccessivamente intimo e, spesso il/la mio/a partner vorrebbe che stabilissimo un'intimità superiore a quella che mi fa sentire a mio agio.*
- 2 *Trovo che gli altri siano riluttanti a stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere con loro; spesso temo che il/la mio/a partner non sia realmente innamorato/a, o che non voglia stare con me. Desidero un rapporto molto stretto con il/la mio/a partner e questo qualche volta fa fuggire le persone.*
- 3 *Trovo relativamente facile stabilire delle relazioni intime con gli altri e mi sento a mio agio nel dipendere da loro, non mi capita spesso di temere di essere abbandonato/a o che qualcuno si leghi fortemente a me.*

PARTE SECONDA

Ora indichi, per ciascuna affermazione, in che misura ritiene che esse descrivano fedelmente o meno il modo in cui è solito/a comportarsi nella relazione, utilizzando la seguente scala riportata sotto l'affermazione.

É importante che lei esprima la sua valutazione su ciascuno delle tre affermazioni (non soltanto su quella che ha scelto nella prima sezione).

1. *Qualche volta mi sento a disagio quando sto con gli altri; trovo difficile avere completa fiducia in loro, mostrarmi dipendente da loro. Divento nervoso/a se qualcuno diventa eccessivamente intimo e, spesso il/la mio/a partner vorrebbe che stabilissimo un'intimità superiore a quella che mi fa sentire a mio agio.*

Fortemente in disaccordo	moderatamente in disaccordo	lievemente in disaccordo	indeciso/a	lievemente d'accordo	moderatamente d'accordo	fortemente d'accordo
--------------------------	-----------------------------	--------------------------	------------	----------------------	-------------------------	----------------------

2. *Trovo che gli altri siano riluttanti a stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere con loro; spesso temo che il/la mio/a partner non sia realmente innamorato/a, o che non voglia stare con me. Desidero un rapporto molto stretto con il/la mio/a partner e, questo qualche volta fa fuggire le persone.*

Fortemente in disaccordo	moderatamente in disaccordo	lievemente in disaccordo	indeciso/a	lievemente d'accordo	moderatamente d'accordo	fortemente d'accordo
--------------------------	-----------------------------	--------------------------	------------	----------------------	-------------------------	----------------------

3. *Trovo relativamente facile stabilire delle relazioni intime con gli altri e mi sento a mio agio nel dipendere da loro, non mi capita spesso di temere di essere abbandonato/a o che qualcuno si leghi fortemente a me.*

Fortemente in disaccordo	moderatamente in disaccordo	lievemente in disaccordo	indeciso/a	lievemente d'accordo	moderatamente d'accordo	fortemente d'accordo
--------------------------	-----------------------------	--------------------------	------------	----------------------	-------------------------	----------------------

SCHEDA N° 4

Leggerà ora 175 frasi alcune delle quali possono descrivere cosa sente o pensa di se stesso, altre invece probabilmente non sono descrittive di lei. Non ci sono riposte giuste o sbagliate, perché persone diverse sentono e pensano cose diverse di se stesse. Risponda come se le frasi fossero possibili descrizioni di lei. Per indicare le sue risposte tracci un cerchietto intorno alla V (vero) oppure alla F (falso) che precede il numero della frase.

V = significa che la frase come descrizione di lei è prevalentemente vera.

F = significa che la frase come descrizione di lei è prevalentemente falsa cioè non è descrittiva di lei.

Esempio:

- 1 V F *Negli ultimi tempi sembra che mi manchino le forze, anche al mattino.*
2 V F *Tengo in grande considerazione le regole perché sono una buona guida da seguire.*

Dia una risposta a **TUTTE le frasi**. È normale che per molte descrizioni una persona si trovi in una situazione intermedia tra il vero e il falso: in questo caso non lasci la casella in bianco, ma dia la risposta che le sembra più vicina a quello che lei pensa di se stesso.

- 1 V F *Negli ultimi tempi sembra che mi manchino le forze, anche al mattino.*
2 V F *Tengo in grande considerazione le regole perché sono una buona guida da seguire.*
3 V F *Mi viene voglia di fare tante cose diverse, al punto che non so da dove incominciare.*
4 V F *Mi sento debole e stanco la maggior parte del tempo.*
5 V F *So di essere una persona superiore, così non mi curo di ciò che le persone pensano.*
6 V F *La gente non ha mai debitamente riconosciuto ciò che io ho fatto.*
7 V F *Se i miei familiari mi fanno delle pressioni, mi capita spesso di irritarmi e di porre resistenza alle loro decisioni.*
8 V F *La gente ride di me alle mie spalle e critica ciò che faccio e come sono.*
9 V F *Spesso critico fortemente chi mi da fastidio.*
10 V F *Mostro raramente all'esterno i miei sentimenti, qualunque siano.*
11 V F *Trovo molta difficoltà a tenermi in equilibrio mentre cammino.*
12 V F *Mostro i miei sentimenti prontamente e con facilità.*
13 V F *In passato l'abitudine alla droga mi ha creato molte difficoltà.*
14 V F *Talora posso essere abbastanza duro e volgare nel trattare con i miei familiari.*
15 V F *Cosa bella non dura.*
16 V F *Sono ma persona molto accomodante e docile.*
17 V F *Da adolescente ho avuto un sacco di difficoltà a causa del mio cattivo comportamento a scuola.*

- 18 V F *Ho paura di entrare in intimità con un'altra persona perché alla fine rischierei di essere ridicolizzato o svergognato.*
- 19 V F *Ho l'impressione di scegliere gli amici che poi mi trattano male.*
- 20 V F *Fin da piccolo e per buona parte della vita ho avuto pensieri tristi.*
- 21 V F *Mi piace flirtare con persone dell'altro sesso.*
- 22 V F *Sono una persona molto instabile che cambia continuamente sentimenti e decisioni prese.*
- 23 V F *Il mio lavoro non è mai stato realmente disturbato dall'abitudine del bere.*
- 24 V F *Da qualche anno ho incominciato a sentirmi un fallito.*
- 25 V F *La maggior parte del tempo mi sento in colpa e non ne so la ragione.*
- 26 V F *Gli altri invidiano le mie capacità.*
- 27 V F *Quando ho scelta, preferisco fare le cose da solo.*
- 28 V F *Ritengo sia necessario controllare severamente la condotta dei membri della mia famiglia.*
- 29 V F *La gente di solito mi considera una persona seria e riservata.*
- 30 V F *Da un po' di tempo ho cominciato a sentire la voglia di fracassare tutto.*
- 31 V F *Ritengo di essere una persona eccezionale che merita attenzioni speciali da parte degli altri.*
- 32 V F *Cerco sempre di farmi nuovi amici e di incontrare gente nuova.*
- 33 V F *Se qualcuno mi critica perché ho sbagliato, io mi affretto a rilevare qualche difetto di quella persona.*
- 34 V F *Ultimamente mi sono sentito andare a pezzi.*
- 35 V F *Spesso rinuncio a fare delle cose per paura di non farle bene.*
- 36 V F *Spesso manifesto la mia rabbia poi mi sento terribilmente in colpa per averlo fatto.*
- 37 V F *Spesso perdo ogni sensibilità in qualche parte del mio corpo.*
- 38 V F *Faccio quello che voglio io senza calcolare più di tanto che effetto ha sugli altri.*
- 39 V F *L'assumere le cosiddette droghe illegali può essere poco saggio, ma in passato ne ho avuto bisogno.*
- 40 V F *Ho l'impressione di essere una persona timida e inibita.*
- 41 V F *Per impulsività ho fatto molte sciocchezze che mi hanno causato grandi noie.*
- 42 V F *Non perdono mai un insulto o non dimentico chi mi ha messo in imbarazzo.*
- 43 V F *Spesso mi sento triste o teso proprio dopo che mi è capitato qualche cosa di bello.*
- 44 V F *Ora come ora mi sento terribilmente triste e depresso per gran parte del tempo.*
- 45 V F *Mi sforzo sempre di compiacere gli altri anche quando non mi vanno.*
- 46 V F *Ho sempre sentito meno interesse della maggior parte delle persone per cose di sesso.*
- 47 V F *Quando qualcosa va storto tendo sempre a dare la colpa a me stesso.*
- 48 V F *Già da molto tempo ho deciso che è meglio aver poco a che fare con la gente.*
- 49 V F *Fin da piccolo ho sempre dovuto guardarmi dalla gente che cercava di imbrogliarmi.*
- 50 V F *Mi danno fastidio quei palloni gonfiati che credono di fare ogni cosa meglio di me.*
- 51 V F *Quando le situazioni si fanno noiose, mi piace mettere un po' di allegria.*
- 52 V F *Ho un problema col bere che ha creato problemi a me e alla mia famiglia.*
- 53 V F *Nessuna punizione mi ha impedito di fare ciò che volevo.*

- 54 V F *Molte volte mi sento molto allegro e pieno di entusiasmo senza alcun motivo.*
- 55 V F *Nelle ultime settimane mi sono sentito esaurito senza una particolare ragione.*
- 56 V F *Da un po' di tempo mi sento molto in colpa perché non riesco più a fare le cose nel modo giusto.*
- 57 V F *Ritengo di essere una persona molto socievole ed espansiva.*
- 58 V F *Nelle ultime settimane sono diventato molto irritabile.*
- 59 V F *Tengo stretto conto del mio denaro in modo da essere preparato se sopraggiunge qualche necessità.*
- 60 V F *In una parola: nella mia vita non ho avuto la fortuna che altri hanno avuto.*
- 61 V F *Nella mia testa girano e rigirano sempre gli stessi pensieri e non posso sbarazzarmene.*
- 62 V F *Negli ultimi due o tre anni mi sono sentito triste e scoraggiato di fronte alla vita.*
- 63 V F *Molta gente ha continuato a spiare per anni nella mia vita privata.*
- 64 V F *Non so perché, ma alle volte dico cose molto cattive solo per rattristare gli altri.*
- 65 V F *L'anno scorso ho trasvolato l'Atlantico una trentina di volte.*
- 66 V F *La mia abitudine di drogarmi, in passato mi ha procurato delle assenze dal lavoro.*
- 67 V F *Ho molte idee che precorrono i tempi.*
- 68 V F *Ultimamente dovevo ritornare sui miei pensieri più e più volte senza nessun buon motivo.*
- 69 V F *Evito di incontrare gente perché mi aspetto che gli altri mi criticino o mi respingano.*
- 70 V F *Spesso mi convinco che non merito le cose buone che mi capitano.*
- 71 V F *Quando sono da solo, spesso sento fortemente la presenza di qualcuno vicino a me che nessun altro può vedere.*
- 72 V F *Mi sento del tutto disorientato e non so dove sto andando nella mia vita.*
- 73 V F *Spesso permetto ad altri di prendere decisioni importanti al mio posto.*
- 74 V F *Ho difficoltà a dormire e mi sveglio che sono stanco proprio come quando sono andato a letto.*
- 75 V F *Ultimamente sudo molto e mi sento molto teso.*
- 76 V F *Continuo ad avere pensieri strani e vorrei liberarmene*
- 77 V F *Provo molta fatica a controllare il bisogno di bere troppo.*
- 78 V F *Anche da sveglio, faccio fatica a notare la gente che mi è d'attorno.*
- 79 V F *Spesso sono irritato e scontroso.*
- 80 V F *E' molto facile per me farmi degli amici.*
- 81 V F *Mi vergogno ancora di alcune mancanze di rispetto subite quando ero giovane.*
- 82 V F *Mi assicuro sempre che il mio lavoro sia ben pianificato e organizzato.*
- 83 V F *Il mio umore sembra cambiare assai da un giorno all'altro.*
- 84 V F *Sono troppo poco sicuro di me per azzardarmi in qualcosa di nuovo.*
- 85 V F *Non biasimo chi si approfitta di uno che glielo permette.*
- 86 V F *Da un po' di tempo mi sento triste e svogliato e non riesco a tirarmene fuori.*
- 87 V F *Spesso mi arrabbio con chi fa le cose troppo lentamente.*
- 88 V F *Ad un ricevimento non mi metto mai in un angolo.*
- 89 V F *Osservo attentamente la mia famiglia per sapere di chi mi posso fidare e di chi no.*
- 90 V F *Talora mi confondo e mi turbo se le persone si mostrano gentili con me.*

- 91 V F *L'uso che ho fatto delle cosiddette droghe illegali mi ha causato degli scontri in famiglia.*
- 92 V F *Sono quasi sempre da solo e mi piace così.*
- 93 V F *In famiglia mi dicono che sono egoista e penso solo a me.*
- 94 V F *La gente facilmente mi fa cambiare idea anche quando creo di avere già deciso.*
- 95 V F *Spesso faccio arrabbiare la gente imponendomi a loro.*
- 96 V F *In passato la gente mi diceva che mi lasciavo prendere ed entusiasmare da troppe cose.*
- 97 V F *Credo al proverbio "presto a letto alla sera e presto fuori dal letto al mattino".*
- 98 V F *I miei sentimenti verso le persone importanti nella mia vita spesso oscillano tra amore e odio.*
- 99 V F *Negli incontri di gruppo sono quasi sempre teso ed impacciato.*
- 100 V F *Credo di non essere molto diverso dai miei genitori nel lasciarmi vincere dal bere.*
- 101 V F *Credo che non mi prenda con la dovuta responsabilità molti degli impegni di famiglia.*
- 102 V F *Già da bambino tendevo a perdere il contatto con il mondo reale.*
- 103 V F *Alcune persone subdole spesso temano di prendersi il credito delle cose che ho fatto o pensato.*
- 104 V F *Non sento molto il piacere perché credo di non meritarmelo.*
- 105 V F *Sono poco incline a cercare amicizie intime.*
- 106 V F *Ho avuto molti momenti nella mia vita nei quali ero così allegro e ho consumato cosa tanta energia da cadere in uno stato d'animo depresso.*
- 107 V F *Ho perso completamente l'appetito ed il più delle volte faccio fatica a dormire di notte.*
- 108 V F *Mi preoccupa molto che potrei essere lasciato solo e di dovermi prendere cura di me stesso.*
- 109 V F *La memoria di un'esperienza molto disturbante del mio passato continua a ritornare in mente e ad assillare i miei pensieri.*
- 110 V F *Lo scorso anno sono comparso sulla prima pagina di diverse riviste.*
- 111 V F *Mi sembra di avere perso l'interesse in quasi tutte le cose che mi piacevano, come ad esempio il sesso.*
- 112 V F *Mi sono sentito triste e scontento nella mia vita.*
- 113 V F *Alcune volte ho avuto problemi con la giustizia.*
- 114 V F *Un buon modo per evitare errori è di fare le cose secondo precise abitudini.*
- 115 V F *Gli altri spesso mi biasimano per cose che io non ho fatto.*
- 116 V F *Con alcune persone ho dovuto mostrarmi piuttosto duro per tenerle a posto.*
- 117 V F *Le persone a volte pensano che parlo di cose strane o diverse da quelle di cui loro parlano.*
- 118 V F *Ci sono stati dei momenti nei quali non potevo lasciar trascorrere una giornata senza prendere qualche genere di droga.*
- 119 V F *La gente cerca di farmi credere che sono matto.*
- 120 V F *Sono pronto a fare qualche cosa di disperato per impedire che una persona che amo mi lasci.*
- 121 V F *Mi abbuffo due o tre volte oggi settimana.*
- 122 V F *Mi sembra di buttare via le buone occasioni che mi si presentano.*
- 123 V F *Quando sono solo e via da casa, spesso incomincio a sentirmi teso e con la sensazione di panico.*
- 124 V F *Mi è sempre stato difficile uscire da stati emotivi tristi o infelici.*

- 125 V F *La gente alle volte si stanca di me perché dicono che parlo troppo o troppo in fretta.*
- 126 V F *Oggi la maggior parte della gente di successo è stata fortunata o disonesta.*
- 127 V F *Non mi coinvolgo con le persone a meno che io sia certo che piacerò a loro.*
- 128 V F *Mi sento profondamente depresso e non so proprio perché.*
- 129 V F *Dopo diversi anni ho ancora incubi circa un fatto che fu una vera minaccia alla mia vita.*
- 130 V F *Non ho più l'energia per concentrarmi sui miei impegni quotidiani.*
- 131 V F *Bere alcolici mi aiuta quando mi sento giù.*
- 132 V F *Odio ripensare a come sono stato trattato male da bambino.*
- 133 V F *Anche nei tempi buoni ho sempre avuto paura che le cose andassero presto a finir male.*
- 134 V F *Alle volte mi sento come pazzo o fuori dalla realtà quando le cose incominciano ad andare male nella mia vita.*
- 135 V F *Essere solo, senza nessuno a cui potermi appoggiare, veramente mi spaventa.*
- 136 V F *So di avere speso più soldi del ragionevole per comprare droghe illegali.*
- 137 V F *Faccio bene attenzione a finire il mio lavoro prima di dedicarmi ad attività di mio gusto.*
- 138 V F *Mi accorgo che la gente parla di me quando io passo accanto.*
- 139 V F *Sono molto bravo a trovare giustificazioni quando sono nei pasticci.*
- 140 V F *Credo che la gente trama contro di me.*
- 141 V F *Ho l'impressione che quasi tutti hanno una cattiva opinione di me.*
- 142 V F *Spesso sento come se ci fosse niente dentro di me, come se fossi vuoto dentro.*
- 143 V F *Qualche volta dopo mangiato mi procuro il vomito.*
- 144 V F *Penso di fare tutto per far sì che la gente ammiri quello che dico e faccio.*
- 145 V F *Passo la vita a preoccuparmi di questo e di quello.*
- 146 V F *Mi domando sempre quale sia il vero motivo se qualcuno si comporta in modo particolarmente gentile verso di me.*
- 147 V F *Vi sono alcuni pensieri che mi tornano in mente sempre da capo.*
- 148 V F *Poche cose nella vita mi procurano piacere.*
- 149 V F *Mi sento fragile e ho difficoltà ad addormentarmi perché mi tornano sempre in mente memorie dolorose di fatti passati.*
- 150 V F *Quando mi sveglio, guardando alla giornata che mi aspetto, mi sento terribilmente depresso.*
- 151 V F *Non sono mai riuscito a mettere da parte la sensazione che non valgo niente per gli altri.*
- 152 V F *Ho il problema del bere che ho cercato inutilmente di superare.*
- 153 V F *Qualcuno ha cercato di controllare la mia mente.*
- 154 V F *Ho tentato il suicidio.*
- 155 V F *Sono pronto a farmi morire di fame per diventare ancor più magro di quanto già sono.*
- 156 V F *Non riesco a capire perché alcune persone mi sorridono.*
- 157 V F *Negli ultimi dieci anni non ho visto nessuna automobile.*
- 158 V F *Divento molto teso con le persone che non conosco perché potrebbero farmi del male.*
- 159 V F *Solo una persona straordinaria può comprendere le mie particolari capacità.*
- 160 V F *Il ricordo di qualcosa di terribile che mi è accaduto mi disturba ancora adesso.*
- 161 V F *Quando sono con gli altri mi sembra di creare situazioni in cui vengo offeso o*

mi sento rifiutato.

-
- 162 V F *Spesso mi perdo nei miei pensieri e dimentico quello che succede intorno a me.*
-
- 163 V F *Gli altri dicono che sono magro, ma credo che le cosce e il mio posteriore siano troppo grossi.*
-
- 164 V F *I miei pensieri e i miei sogni sono ossessionati da eventi terribili del mio passato.*
-
- 165 V F *Al di fuori della mia famiglia non ho altri amici intimi.*
-
- 166 V F *Agisco in fretta quasi sempre non riflettendo sulle cose come dovrei.*
-
- 167 V F *Mi preoccupa di conservare il segreto della mia vita privata cosicché nessuno possa approfittarsi di me.*
-
- 168 V F *Molto spesso sento le cose in modo così distinto che mi dà fastidio.*
-
- 169 V F *In una discussione sono sempre pronto a cedere agli altri perché temo che si arrabbino o mi respingano.*
-
- 170 V F *Ripeto alcuni comportamenti più volte, alle volte per diminuire l'ansia, e altre volte per evitare che mi succeda qualcosa di male.*
-
- 171 V F *In questi ultimi tempi ho preso in seria considerazione il suicidio.*
-
- 172 V F *La gente dice che sono una persona dabbene e moralmente corretta.*
-
- 173 V F *Mi sento ancora spaventato quando penso ad una esperienza traumatica che ebbi anni fa.*
-
- 174 V F *Anche se ho paura di farmi degli amici, ne vorrei più di quelli che ho.*
-
- 175 V F *Anche persone che dovrebbero essere miei amici sono pronte a farmi del male.*

SCHEDA N° 5

Le seguenti affermazioni si riferiscono a come lei si sente nelle relazioni sentimentali. ***Siamo interessati al suo modo generale di vivere le relazioni, non soltanto a ciò che sta succedendo in una relazione attualmente in corso.*** Legga ogni affermazione, e segni con una crocetta la casella che meglio descrive quanto lei è d'accordo o non è d'accordo. La casella con il numero "1" indica un completo disaccordo, mentre la casella con il numero "7" indica un completo accordo.

Nel rispondere, tenga presente che per "partner" si intende solamente un partner sentimentale (ad esempio la propria ragazza o il proprio ragazzo, la fidanzata o il fidanzato, il proprio coniuge), e quindi non parenti, amici o colleghi. Inoltre, tenga presente che le parole "vicino" o "intimo" si riferiscono alla vicinanza psicologica o emotiva (p. es. aprirsi, confidarsi, condividere emozioni ed esperienze), oltre che a quella fisica o sessuale.

1. Preferisco non mostrare al partner come mi sento dentro.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

2. Ho paura di essere lasciato/a.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

3. Mi sento molto a mio agio quando mi trovo in intimità con il partner.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

4. Mi preoccupa molto per le mie relazioni sentimentali.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

5. Non appena il mio partner inizia a diventare più intimo, mi rendo conto di allontanarmi.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

6. Temo che il partner non tenga a me quanto io tengo a lui/lei.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

7. Mi sento a disagio quando il partner vuole stabilire con me una profonda intimità.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

8. Mi preoccupo molto di perdere il mio partner.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

9. Ho difficoltà ad aprirmi con il partner.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

10. Spesso desidero che i sentimenti del mio partner verso di me siano forti quanto i miei verso di lui/lei.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

11. Vorrei raggiungere una maggiore intimità con il mio partner, ma mi tiro sempre indietro.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

12. Spesso vorrei fondermi completamente con il partner, e ciò talvolta lo spaventa e lo fa allontanare.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

13. Mi innervosisco quando il partner diventa troppo intimo.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

14. Ho paura di restare solo/a.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

15. Mi sento a mio agio nel condividere con il partner i miei più intimi pensieri e sentimenti.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

16. A volte il mio desiderio di stabilire un rapporto molto stretto spaventa e fa allontanare le persone.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

17. Cerco di evitare di raggiungere una eccessiva intimità con il partner.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

18. Ho bisogno di molte rassicurazioni sul fatto di essere amato/a dal mio partner.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

19. Trovo abbastanza facile entrare in intimità con il mio partner.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

20. A volte ho l'impressione di forzare il partner a mostrare più sentimento e maggiore dedizione.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

21. Trovo difficile affidarmi completamente al partner.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

22. Non mi preoccupo spesso di essere lasciato/a.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

23. Preferisco non entrare in eccessiva intimità con il partner.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

24. Se non riesco ad ottenere che il partner mi dimostri interesse, ne sono turbato/a o mi arrabbio.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

25. Al mio partner dico quasi tutto.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente falso	Abbastanza falso	Un po' falso	Né vero né falso	Un po' vero	Abbastanza vero	Completamente vero

26. Trovo che il mio partner non voglia stabilire con me quell'intimità che desidererei raggiungere.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

27. Di solito parlo con il mio partner dei miei problemi e delle mie preoccupazioni.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

28. Quando non ho una relazione sentimentale, mi sento piuttosto ansioso/a e insicuro/a.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

29. Mi sento a mio agio ad affidarmi al partner.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

30. Mi sento frustrato/a quando il mio partner non è presente quanto io vorrei.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

31. Non mi crea problemi chiedere conforto, consiglio o aiuto al partner.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

32. Mi sento frustrato/a se il partner non è disponibile quando ho bisogno di lui/lei.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

33. Mi è di aiuto rivolgermi al mio partner nei momenti di bisogno.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

34. Quando il partner mi critica, mi sento molto a disagio.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

35. Mi rivolgo al mio partner per molte cose, inclusi conforto e rassicurazione.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>

36. Me la prendo quando il mio partner passa del tempo lontano da me.

1	2	3	4	5	6	7
<i>Completamente falso</i>	<i>Abbastanza falso</i>	<i>Un po' falso</i>	<i>Né vero né falso</i>	<i>Un po' vero</i>	<i>Abbastanza vero</i>	<i>Completamente vero</i>