

# 4 SİSTEM TEMELLİ BAĞLANMA FORMU

TARİH: \_\_\_\_\_ DANIŞAN İSMİ: \_\_\_\_\_

## AİLE İLİŞKİLERİ

Madde	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Ailemle birlikteyken kendimi güvende hissediyorum.					
Ailemle olan ilişkilerim beni endişelendiriyor.					
Ailemle tartışmaktan kaçınıyorum.					
Ailemle birlikte olduğumda sevildiğimi hissediyorum.					
Aile üyelerimin duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanıyorum.					
Ailemle yaşadığım olumsuz deneyimleri unutmakta zorlanıyorum.					
Ailemle olan bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.					
Ailemle ilgili konuları düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluşuyor.					
Ailemden uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.					
Ailemle olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.					
Ailemle yaşadığım olumsuzluklar beni derinden etkiliyor.					
Ailemle olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.					
Ailemle iletişim kurmaktan kaçınıyorum.					
Ailemle duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.					
Ailemle birlikte olduğumda huzurlu hissediyorum.					

# ARKADAŞ İLİŞKİLERİ

Madde	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Arkadaşarımla birlikteyken kendimi güvende hissediyorum.					
Arkadaşarımla bana karşı tutumları beni endişelendiriyor.					
Arkadaşarımla tartışmaktan kaçınıyorum.					
Arkadaşarımla birlikte olduğumda sevildiğimi hissediyorum.					
Arkadaşarımla duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanıyorum.					
Arkadaşarımla yaşadığım olumsuz deneyimleri unutmakta zorlanıyorum.					
Arkadaşarımla olan bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.					
Arkadaşarımla ilgili konuları düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluşuyor.					
Arkadaşarımdan uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.					
Arkadaşarımla olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.					
Arkadaşarımla yaşadığım olumsuzluklar beni derinden etkiliyor.					
Arkadaşarımla olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.					
Arkadaşarımla iletişim kurmaktan kaçınıyorum.					
Arkadaşarımla duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.					
Arkadaşarımla birlikte olduğumda huzurlu hissediyorum.					

## ÇİFT İLİŞKİLERİ

Madde	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Partnerimle birlikteyken kendimi güvende hissediyorum.					
Partnerimin bana karşı tutumları beni endişelendiriyor.					
Partnerimle tartışmaktan kaçınıyorum.					
Partnerimle birlikte olduğumda sevdiğimi hissediyorum.					
Partnerimin duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanıyorum.					
Partnerimle yaşadığım olumsuz deneyimleri unutmakta zorlanıyorum.					
Partnerimle olan bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.					
Partnerimle ilgili konuları düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluşuyor.					
Partnerimden uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.					
Partnerimle olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.					
Partnerimle yaşadığım olumsuzluklar beni derinden etkiliyor.					
Partnerimle olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.					
Partnerimle iletişim kurmaktan kaçınıyorum.					
Partnerimle duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.					
Partnerimle birlikte olduğumda huzurlu hissediyorum.					

# AKADEMİK İLİŞKİLER

Madde	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Akademik başarımda ailemin desteğini hissetmek beni güvende hissettiriyor.					
Akademik konularda ailemin tutumları beni endişelendiriyor.					
Akademik başarısızlıklarda ailemle tartışmaktan kaçınıyorum.					
Akademik başarılarımı ailemle paylaştığımda sevildiğimi hissediyorum.					
Ailem, akademik başarımdaki duygusal ihtiyaçlarımı anlamakta zorlanıyor.					
Akademik başarısızlıklarımı unutmakta zorlanıyorum.					
Ailemle olan akademik bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.					
Akademik konularda ailemle ilgili düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluşuyor.					
Akademik başarılarımda ailemden uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.					
Ailemle akademik konularda olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.					
Akademik başarısızlıklarım beni derinden etkiliyor.					
Ailemle akademik konularda olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.					
Akademik başarısızlıklarımda ailemle iletişim kurmaktan kaçınıyorum.					
Akademik başarılarımda ailemle duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.					
Ailemle akademik başarılarımı paylaştığımda huzurlu hissediyorum.					

# DEĞERLENDİRME

## AİLE SİSTEMİ

Bağlanma Türü	Madde
Güvenli Bağlanma	Ailemle birlikteyken kendimi güvende hissediyorum.
	Ailemle birlikte olduğumda sevildiğimi hissediyorum.
	Ailemle olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.
	Ailemle birlikte olduğumda huzurlu hissediyorum.
Kaygılı Bağlanma	Ailemle olan ilişkilerim beni endişelendiriyor.
	Ailemle yaşadığım olumsuz deneyimleri unutmakta zorlanıyorum.
	Ailemle yaşadığım olumsuzluklar beni derinden etkiliyor.
	Ailemle olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.
Kaçınmacı Bağlanma	Ailemle tartışmaktan kaçınıyorum.
	Ailemden uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.
	Ailemle iletişim kurmaktan kaçınıyorum.
	Ailemle duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.
Düzensiz Bağlanma	Aile üyelerimin duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanıyorum.
	Ailemle olan bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.
	Ailemle ilgili konuları düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluyor.

## ARKADAŞ SİSTEMİ

Bağlanma Türü	Madde
Güvenli Bağlanma	Arkadaşlarımla birlikteyken kendimi güvende hissediyorum.
	Arkadaşlarımla birlikte olduğumda sevildiğimi hissediyorum.
	Arkadaşlarımla olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.
	Arkadaşlarımla birlikte olduğumda huzurlu hissediyorum.
Kaygılı Bağlanma	Arkadaşlarımla bana karşı tutumları beni endişelendiriyor.
	Arkadaşlarımla yaşadığım olumsuz deneyimleri unutmakta zorlanıyorum.
	Arkadaşlarımla yaşadığım olumsuzluklar beni derinden etkiliyor.
	Arkadaşlarımla olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.
Kaçınmacı Bağlanma	Arkadaşlarımla tartışmaktan kaçınıyorum.
	Arkadaşlarımdan uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.
	Arkadaşlarımla iletişim kurmaktan kaçınıyorum.
	Arkadaşlarımla duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.
Düzensiz Bağlanma	Arkadaşlarımla duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanıyorum.
	Arkadaşlarımla olan bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.
	Arkadaşlarımla ilgili konuları düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluyor.

# DEĞERLENDİRME

## ÇİFT İLİŞKİSİ SİSTEMİ

Bağlanma Türü	Madde
Güvenli Bağlanma	Partnerimle birlikteyken kendimi güvende hissediyorum.
	Partnerimle birlikte olduğumda sevildiğimi hissediyorum.
	Partnerimle olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.
	Partnerimle birlikte olduğumda huzurlu hissediyorum.
Kaygılı Bağlanma	Partnerimin bana karşı tutumları beni endişelendiriyor.
	Partnerimle yaşadığım olumsuz deneyimleri unutmakta zorlanıyorum.
	Partnerimle yaşadığım olumsuzluklar beni derinden etkiliyor.
	Partnerimle olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.
Kaçınmacı Bağlanma	Partnerimle tartışmaktan kaçınıyorum.
	Partnerimden uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.
	Partnerimle iletişim kurmaktan kaçınıyorum.
	Partnerimle duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.
Düzensiz Bağlanma	Partnerimin duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanıyorum.
	Partnerimle olan bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.
	Partnerimle ilgili konuları düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluşuyor.

## AKADEMİK İLİŞKİLER SİSTEMİ

Bağlanma Türü	Madde
Güvenli Bağlanma	Akademik başarımda ailemin desteğini hissetmek beni güvende hissettiriyor.
	Akademik başarılarımı ailemle paylaştığımda sevildiğimi hissediyorum.
	Ailemle akademik konularda olan ilişkilerim beni mutlu ediyor.
	Ailemle akademik başarılarımı paylaştığımda huzurlu hissediyorum.
Kaygılı Bağlanma	Akademik konularda ailemin tutumları beni endişelendiriyor.
	Akademik başarısızlıklarımı unutmakta zorlanıyorum.
	Akademik başarısızlıklarım beni derinden etkiliyor.
	Ailemle akademik konularda olan ilişkilerimde kendimi yalnız hissediyorum.
Kaçınmacı Bağlanma	Akademik başarısızlıklarda ailemle tartışmaktan kaçınıyorum.
	Akademik başarılarımda ailemden uzak kalmak beni rahatsız etmiyor.
	Akademik başarısızlıklarımda ailemle iletişim kurmaktan kaçınıyorum.
	Akademik başarılarımda ailemle duygusal bağ kurmakta zorlanıyorum.
Düzensiz Bağlanma	Ailem, akademik başarımdaki duygusal ihtiyaçlarımı anlamakta zorlanıyor.
	Ailemle olan akademik bağımın zayıf olduğunu hissediyorum.
	Akademik konularda ailemle ilgili düşündüğümde içimde bir huzursuzluk oluşuyor.