**PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMUNDA DENGE ÖLÇEĞİ (PİDDÖ)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | KESİNLİKLE KATILMIYORUM | KATILMIYORUM | KARARSIZIM | KATILIYORUM | KESİNLİKLE KATILIYORUM |
| 1 | Beni önemseyen ve benim önemsediğim insanlarla aramda bir bağ olduğunu hissederim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Benim için önemli olan insanlara karşı kendimi yakın ve ilişkili hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Genelde zamanımı geçirdiğim insanlara karşı, güçlü bir yakınlık hissederim.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Önem verdiğim insanlar tarafından takdir edilmediğimi hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Genel olarak kendimi yalnız hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Genelde iyi anlaştığım insanlarla anlaşmazlık veya çatışmalar yaşarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Zor şeyleri bile iyi yaparım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Aldığım zor görevleri veya projeleri başarıyla tamamlarım.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Zorlayıcı engellerin üstesinden gelirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Kendimi yetersiz hissettiren aptalca şeyler yaparım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Genellikle başarısızlıklar yaşarım veya bir şeyleri iyi yapamam.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | İyi olmam gereken şeyleri yaparken zorlanırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | Tercihlerim “gerçek benliğimi” yansıtır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Bir şeyleri kendi istediğim gibi yapmakta özgürüm. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | Gerçekten ilgimi çeken şeyleri yaparım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Bana sürekli ne yapmam gerektiğini söyleyen insanlar var. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | İsteğimin aksine bazı şeyleri yapmak zorunda kalırım.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Kurtulmak istediğim halde, üzerimde kurtulamadığım birçok baskı var. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMUNDA DENGE ÖLÇEĞİ**

**Not:**

*Ölçekten tam puan alınmamaktadır, alt boyutlar üzerinden puanlama yapılmaktadır.*

*Ölçek iki şekilde kullanılabilir. Hangi modelin kullanılacağı araştırmacının tercihine bağlıdır.*

**Üç boyutlu model için:**

İlişkisellik - m1 + m2 + m3 + m4 + m5 + m6 (4. 5. ve 6. Maddeler tersten puanlanacak)

Yeterlik - m7 + m8 + m9 + m10 + m11 + m12 (10. 11. ve 12. Maddeler tersten puanlanacak)

Özerklik - m13 + m14 + m15 + m16 + m17 + m18 (16. 17. ve 18. Maddeler tersten puanlanacak)

**Altı Boyutlu Model için:**

İlişkisellik Doyum : m1 + m2 + m3

İlişkisellik Doyumsuzluk: m4 + m5 + m6

Yeterlik Doyum : m7 + m8 + m9

Yeterlik Doyumsuzluk : m10 + m11 + m12

Özerklik Doyum : m13 + m14 + m15

Özerklik Doyumsuzluk : m16 + m17 + m18