**Onarım Girişimleri Ölçeği**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Aşağıda romantik ilişkilerde yaşanan çatışmaların nasıl yönetildiği ile ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Partner ifadesi ile romantik ilişki içerisinde olduğunuz kişi (eş, sevgili vb.) kastedilmektedir. Lütfen partnerinizle olan ilişkinizi göz önüne alarak, yaşanan bir çatışma durumu sonrasında ne yaptığınızı düşününüz. Her bir ifadeye ne derece katıldığınızı belirtiniz  “1= Kesinlikle katılmıyorum” ile “5= Kesinlikle katılıyorum” arasındaki rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.  1= Kesinlikle katılmıyorum 2=Katılmıyorum 3= Kararsızım 4= Katılıyorum 5= Kesinlikle Katılıyorum | | | | | | |
| 1 | Sorunu partnerimle birlikte konuşmaya çalışarak ortak çözüm yolları ararım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Hatalı olabileceğim noktaları partnerime sorarak anlamaya çalışırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Yaşadığımız sorundan dolayı partnerimin ne hissettiğini öğrenmeye çalışırım | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Yaşadığımız soruna yönelik düşüncelerimi, partnerimi suçlamadan ifade ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Partnerime değer verdiğimi göstermek için uğraşırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | İlişkimizi düzeltmek için partnerime güzel sözler söylerim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Partnerimi mutlu etmek için girişimlerde bulunurum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Partnerimi neşelendirmek için bir şeyler yaparım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|  |  |
| --- | --- |
| Bilişsel Onarım (çözüme yönelme) alt faktörü | 1,2,3,4 |
| Duygusal Onarım (yakınlık kurma) alt faktörü | 5,6,7,8 |

**Puanlama Yönergesi**

**Alt boyut ve madde sayısı:** Ölçek 2 boyut ve 8 maddeden oluşmaktadır. Araştırmacılar onarım girişiminin “yakınlık kurma” ve “çözüme yönelme” kombinasyonundan oluştuğunu, iki bileşenin birlikte kullanıldığı zaman onarım girişimini tam olarak kapsadığını savunmaktadır. Bu sebeple onarım girişimi ölçeğinin toplam puan üzerinden değerlendirilmesi önerilmiştir. Ölçekten aldığınız puanların yükselmesi, onarım girişiminizin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

**\*Ölçeğin kullanılması için izin alınmasına gerek yoktur.**

**\*\*Ölçeğin kullanıldığı araştırmanın referans bilgilerinin gönderilmesi beklenmektedir.**