

Bu ölçek insanların zaman zaman savunduğu ya da inandığı tutumları bir listesini içermektedir. Lütfen HER CÜMLEYİ ayrı ayrı dikkatle okuyup, bunlara ne kadar katıldığınızı belirleyin. Her tutuma ilişkin kendi katılma derecenizi, yandaki cevap bölümündeki sayılardan birinin üzerine (X) işareti koyarak belirleyiniz. Her tutum için sadece BİR işaret koymaya özen gösterin. İnsanların hepsinin kendine özgü düşünceleri olduğundan, burada doğru ya da yanlış diye bir yanıt söz konusu değildir. Lütfen seçimlerinizin SİZİN GENEL OLARAK nasıl düşündüğünüzü yansıtmaya özen gösterin.

	Hiç katılmıyorum	Çok az katılmıyorum	Oranlar olarak katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Oranlar olarak katılmıyorum	Güçle katılmıyorum	Tümüyle katılmıyorum
1 Bir insanın mutlu olabilmesi için ya çok güzel (yakışıklı), ya çok zengin, ya çok zeki, ya da çok yaratıcı olması gerekir	1	2	3	4	5	6	7
2 İnsanların bana değer vermesi için hiç hata yapmamam gerekir	1	2	3	4	5	6	7
3 İnsanların bana saygı göstermeleri için her zaman başarılı olmam gerekir	1	2	3	4	5	6	7
4 Risk almak hiç bir zaman doğru bir şey değildir. Çünkü kaybetmek bir felaket olabilir	1	2	3	4	5	6	7
5 Mutlu olabilmem için tanıdığım insanların çoğunun hayranlığını kazanmalıyım	1	2	3	4	5	6	7
6 Bir başka kişiden yardım istemek aslında zayıflık işaretidir	1	2	3	4	5	6	7
7 Bir insan olarak yeterli olmam için, başkaları kadar başarılı olmam gerekir	1	2	3	4	5	6	7
8 Beni seven bir insanın benimle aynı fikirde olması gerekir	1	2	3	4	5	6	7
9 İnsanların bana verdiği önemi yitirmemem için kendimi açmamalıyım	1	2	3	4	5	6	7
10 En azından bir yönümle başarılı değilsem, değerli bir insan sayılmam	1	2	3	4	5	6	7
11 Diğer insanlar tarafından sevilmedikçe mutlu olamazsın	1	2	3	4	5	6	7
12 İnsanın, başkalarını mutlu etmek için kendi ihtiyaçlarından vazgeçmesi gerekiyorsa, bunu yapması gerekir	1	2	3	4	5	6	7
13 Mutluluğum kendimden çok diğer insanlara bağlıdır	1	2	3	4	5	6	7

Kaynakça: Batmaz S & Ozdel K. Psychometric Properties of the Revised and Abbreviated form of the Turkish Version of the Dysfunctional Attitude Scale Psychol Rep 2016 118: 180-198, doi:10.1177/0033294116628349