# Тест на тип привязанности в отношениях (ECR-RS)

Пройти онлайн и сразу узнать результат

Имя: _____

Дата: _____

**Пожалуйста, ответьте на вопросы о Вашем муже/жене или человеке, с которым Вы встречаетесь. Если Вы сейчас ни с кем не встречаетесь и не состоите в браке, то ответьте на вопросы относительно Вашего бывшего романтического партнера.**

В каждой строке отметьте один вариант.

**1** — абсолютно не согласен(-на); **2** — не согласен(-на); **3** — скорее не согласен(-на), чем согласен(-на); **4** — нейтральный ответ; **5** — скорее согласен(-на), чем не согласен(-на); **6** — согласен(-на); **7** — полностью согласен(-на).

| | Утверждение | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Обращение к этому человеку в трудные минуты помогает мне | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | Обычно я обсуждаю свои проблемы и тревоги с этим человеком | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Я обсуждаю свои дела с этим человеком | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Мне легко положиться на этого человека | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | Мне нелегко доверять свои тайны этому человеку | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6 | Я предпочитаю не показывать этому человеку, как сильно я расстроен(а) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | Я часто беспокоюсь о том, что он/она на самом деле не волнуется обо мне | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | Я боюсь быть покинутым(ой) этим человеком | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9 | Я боюсь, что этот человек не будет заботиться обо мне так, как я о нём | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Experiences in Close Relationships — Relationship Structures (R.C. Fraley и др., 2011). Русская версия ECR-RS-Ru: Н.В. Сабельникова, Д.В. Каширский, А.В. Нефёдова (2024).

## Для специалиста

Experiences in Close Relationships — Relationship Structures (R.C. Fraley и др., 2011), русская версия ECR-RS-Ru (Н.В. Сабельникова, Д.В. Каширский, А.В. Нефёдова, 2024). На сайте — часть C, отношения с романтическим партнёром: 9 пунктов, ответы 1–7. Избегание — среднее пунктов 1R, 2R, 3R, 4R, 5, 6; беспокойство — среднее пунктов 7, 8, 9.

Средние (SD) для партнёра в выборке 668 студентов 17–39 лет: избегание 2,62 (1,21), беспокойство 3,31 (1,84); у женщин 2,60 (1,34) и 3,31 (1,85), у мужчин 3,31 (1,52) и 3,07 (1,78). Ретестовая надёжность для части C: 0,75 и 0,64.

### Среднее по пунктам каждой шкалы

Избегание близости: _____

Беспокойство об отношениях: _____

Тест не ставит диагнозов. Онлайн-версия с подсчётом и пояснением результата: shilko.ru/metodiki/ecr-rs/

### Источник

Сабельникова Н.В., Каширский Д.В., Нефедова А.В. Русскоязычная версия опросника «Опыт близких отношений — структуры отношений» Р. Фрейли, М. Хеффернан, А. Викари и К. Брамбо (ECR-RS-Ru) // Психологический журнал. 2024. Т. 45, № 4. С. 97–113. DOI: 10.31857/S0205959224040105