Тест на удовлетворённость отношениями (RAS)

Пройти онлайн и сразу узнать результат

Имя: _____

Дата: _____

Приведенные ниже утверждения касаются вашей удовлетворенности отношениями с партнером (супругом или супругой, другом или подругой). Для каждого выберите наиболее подходящий вам вариант ответа.

В каждой строке отметьте один вариант.

	Утверждение	Плохо	2	Умеренно	4	Очень хорошо
1	Насколько хорошо партнер соответствует вашим потребностям?	1	2	3	4	5

		Неудовлетворен(а)	2	Умеренно	4	Очень удовлетворен(а)
2	В целом насколько вы удовлетворены вашими взаимоотношениями с партнером?	1	2	3	4	5

		Очень мало	2	Умеренно	4	Очень сильно
3	Насколько близки ваши отношения к идеальным?	1	2	3	4	5

		Никогда	2	Иногда	4	Очень часто
4	Как часто вы жалеете о том, что вступили в эти отношения?	1	2	3	4	5

		Очень мало	2	Умеренно	4	Полностью
5	В какой мере ваши взаимоотношения соответствуют тому, что вы от них ожидали?	1	2	3	4	5

		Слабо	2	Умеренно	4	Очень сильно
6	Насколько сильно вы любите своего партнера?	1	2	3	4	5

		Очень мало	2	Умеренно	4	Очень много
7	Как много проблем в ваших отношениях?	1	2	3	4	5

Шкала оценки отношений (Relationship Assessment Scale, S.S. Hendrick, 1988). Русская версия: О.А. Сычев (2016).

Для специалиста

Шкала оценки отношений (Relationship Assessment Scale, RAS; S.S. Hendrick, 1988), русская версия О.А. Сычева (2016; перевод автора статьи, обратный перевод, разрешение С. Хендрик на адаптацию). 7 пунктов, ответы по пятибалльной шкале, подписаны 1, 3 и 5; пункты 4 и 7 считаются обратно (6 − x). В статье итоговый показатель — сумма, делённая на 7 (от 1 до 5). Балл на странице — сумма, диапазон 7–35; сумма / 7 = показатель статьи.

Выборка — 602 человека (студенты — 108, работники бюджетных организаций — 313, интернет-выборка состоящих в браке — 181; 176 мужчин; 358 в браке, остальные в добрачных отношениях; возраст 26,63 ± 8,51 года). Однофакторная структура (55% дисперсии; в конфирматорной модели — ковариация ошибок обратных пунктов 4 и 7). α Кронбаха 0,86 (по выборкам 0,84–0,89), корреляции пунктов со шкалой 0,47–0,73. Ретест: через три недели r = 0,78 (N = 48), через четыре месяца r = 0,74 (N = 42). Корреляции с Опросником удовлетворённости браком Столина и соавт. — 0,82, с Тестом на удовлетворённость браком Алешиной и соавт. — 0,88 (N = 168). Связь со шкалой «Самообман — отрицание» BIDR r = 0,31 (за счёт пунктов 5 и 7). Распределение с левосторонней асимметрией (As = −0,74).

Нормы (средние 1–5): вся выборка M = 3,78, SD = 0,79; мужчины 3,92 (0,61), женщины 3,72 (0,84), d Коэна = 0,25; в браке 3,79, в добрачных отношениях 3,77 (различия незначимы). По подгруппам: женщины не замужем 3,76 (0,78; N = 155), замужем 3,70 (0,87; N = 271); мужчины не женаты 3,78 (0,61; N = 89), женаты 4,06 (0,59; N = 87). Состоящие в браке при равной удовлетворённости дают более высокие оценки по пунктам 3, 5 и 6 (DIF).

Уровни на странице — M ± SD всей выборки в пересчёте на сумму (26,46 ± 5,53): 7–20 — низкая удовлетворённость (среднее ниже 2,99), 21–31 — средняя, 32–35 — высокая (среднее выше 4,57).

Уровни

7–20	Низкая
21–31	Средняя
32–35	Высокая

Сумма баллов: _____

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

Источник

Сычев О.А. Русскоязычная версия Шкалы оценки отношений // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2016. Т. 13, № 2. С. 386–409.