

Опросник MDS-16

Авторы: Эли Сомер, Джейн Бигелсен, Джонатан Лерфелд и Даниэла Йопп
Перевод: Всеволод Агарков

Вопросы, приведенные ниже, касаются грез наяву и фантазий, а также того, как погружение в грезы наяву, фантазии и мечты влияет на Вашу жизнь. Все вопросы относятся к прошлому месяцу, если иное не указано специально. Для Ваших ответов используйте шкалу, приведенную после каждого вопроса. Выберите ту цифру, которая лучше всего описывает Ваш опыт.

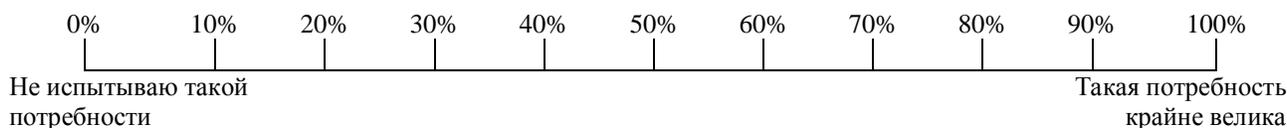
Пример: Как часто с Вами случается так, что, погружаясь в дневные грезы, Вы забываете о том, где Вы находитесь? В данном примере на шкале выбран ответ 20%.



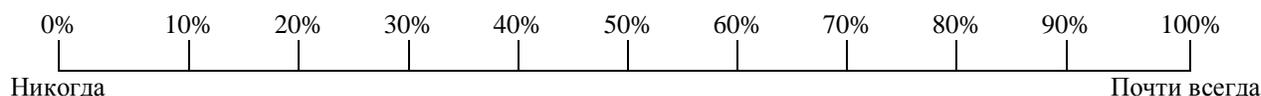
1. Порой люди замечают, что звуки каких-то определенных музыкальных произведений способствуют тому, что они погружаются в грезы наяву и фантазии. Как часто это происходит с Вами?



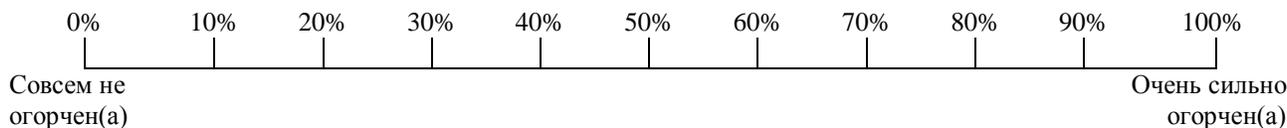
2. Бывает так, что у некоторых людей есть потребность продолжить свои грезы наяву и фантазии после того, как они были прерваны каким-то событием в реальном мире. Если Ваши грезы и мечты прерваны каким-то событием в реальном мире, насколько велика Ваша потребность вернуться к ним как можно скорее?



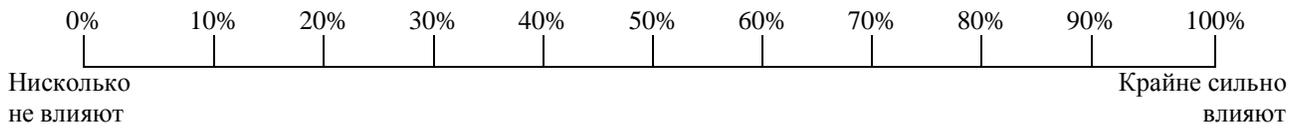
3. Как часто с Вами бывает так, что Вы сопровождаете Ваши грезы наяву и фантазии какими-либо звуками, мимикой (например, смеетесь, разговариваете, или бормочите отдельные слова)?



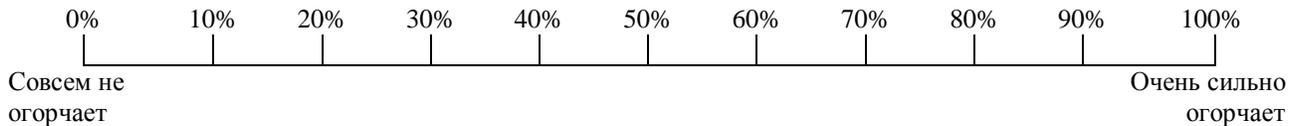
4. Если обстоятельства не позволяют Вам погрузиться в грезы и фантазии в той степени, в которой это привычно для Вас, например, когда Вы заняты исполнением своих обязанностей, насколько Вы огорчены и расстроены тем, что дела отвлекают Вас от грез и фантазий?



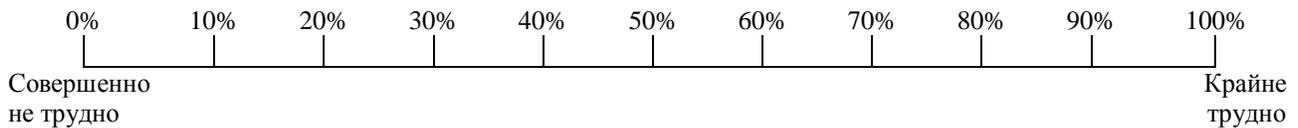
5. Бывает так, что некоторые люди замечают, что погружение в грезы наяву или фантазии влияют на их повседневные домашние и другие дела. В какой степени погруженность в грезы и фантазии влияют на исполнение Вами Ваших основных дел и обязанностей?



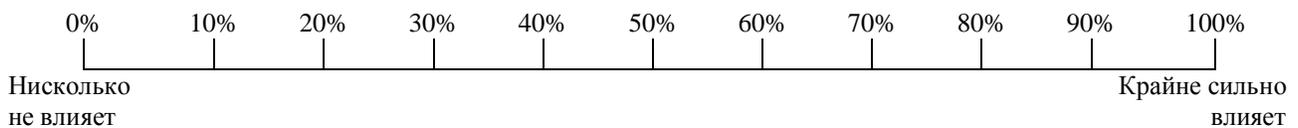
6. Некоторые люди обеспокоены тем, сколько времени они проводят, предаваясь грезам наяву и фантазиям. В какой степени Вы обеспокоены тем, что какое-то время Вы уделяете Вашим грезам наяву и фантазиям?



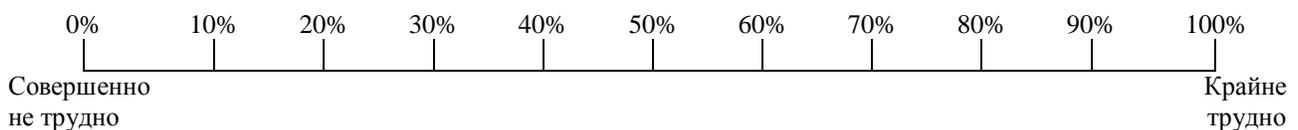
7. Когда Вы должны решить важную проблему или завершить какое-то дело, насколько трудно для Вас сосредоточиться на выполнении задачи и воздержаться от погружения в грезы наяву и фантазии?



8. Некоторые люди замечают, что погружение в грезы наяву и фантазии мешает исполнению того, что представляет для них особую важность. В какой степени погружение в Ваши грезы и фантазии мешает Вам достижению жизненно важных целей?



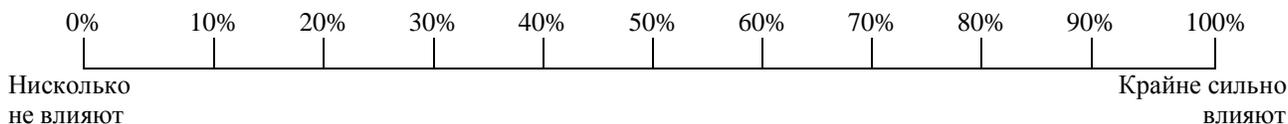
9. Некоторым людям крайне сложно контролировать или удерживать в определенных рамках погружение в свои грезы наяву и фантазии. Насколько трудно для Вас сохранять контроль над Вашими грезами наяву и фантазиями?



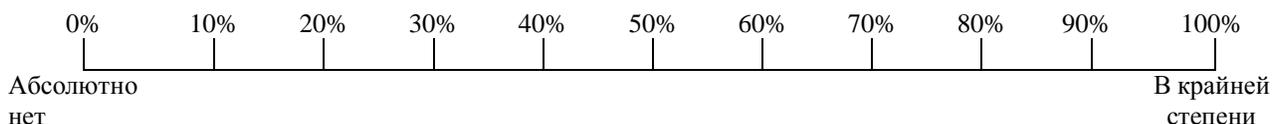
10. Бывает так, что некоторые люди испытывают раздражение, когда внешние события мешают им грезить наяву и фантазировать. Оцените, пожалуйста, какой силы обычно достигает Ваше раздражение, когда реальный мир вырывает Вас из мира грез и фантазии, в который Вы погружены в тот момент?



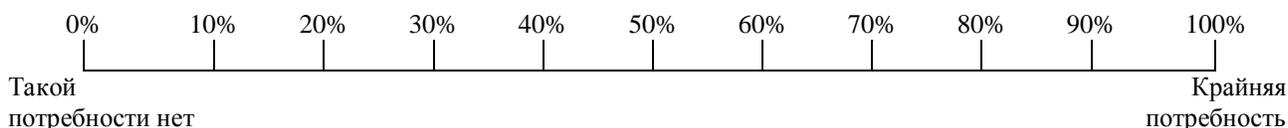
11. Некоторые люди замечают, что их грезы наяву оказывают влияние на их успехи в учебе/на работе, а также на их личные достижения. В какой степени Ваши грезы наяву и фантазирование влияют на Ваши успехи в учебе/на работе?



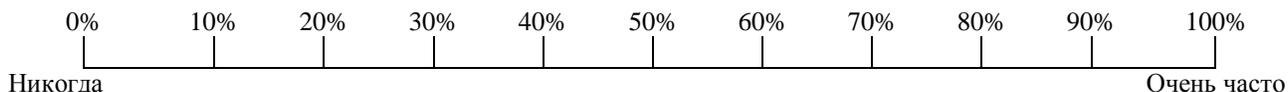
12. Некоторые люди предпочитают погружение в грезы наяву и фантазии каким-либо иным занятиям. В какой степени Вы предпочитаете уход в мир грез и фантазий каким-то другим занятиям, например, общению, участию в социальных событиях, хобби?



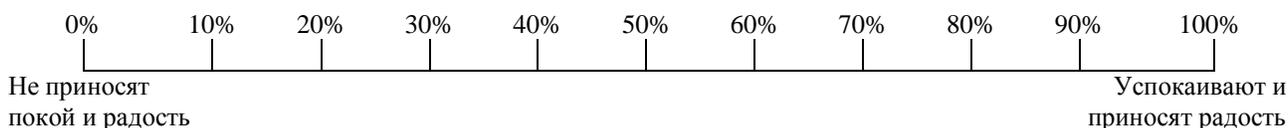
13. После пробуждения утром ото сна, насколько сильно Вы испытываете потребность погрузиться в грезы наяву и фантазии?



14. Как часто погружение в грезы наяву и фантазии сопровождаются телесными действиями, например, Вы расхаживаете, раскачиваетесь или размахиваете руками, жестикулируете?



15. Некоторые люди обожают дневные грезы и фантазии. В какой степени для Вас грезы наяву и фантазии являются успокаивающим и/или приносят радость?



16. Для некоторых людей трудно оставаться в мире грез и фантазий, если они не слушают музыку. В какой степени для Вас погружение в дневные грезы и фантазии зависит от того, слушаете Вы музыку при этом или нет?

