



Шкала неадаптивных мечтаний Динза (DMDS-26)

Анкета

Инструкции

Шкала неадаптивных мечтаний Динза (DMDS-26) содержит 26 вопросов, оцениваемых по 5-балльной шкале. Пожалуйста, отвечайте на каждый вопрос честно, исходя из своих обычных мыслей, чувств и переживаний. Правильных или неправильных ответов нет.

#	Заявление	Никогда (0)	Редко (1)	Иногда (2)	Часто (3)	Очень часто (4)
1	Придумывать истории в своем воображении.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Визуализировать вещи в своем воображении.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Размышлять о вещах, которые не являются реальными.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Анализировать собственное поведение.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Исследовать свой внутренний мир.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Вести глубокие разговоры с самим собой.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Выражать себя через искусство или письмо.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Мыслить нестандартно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Смотреть грустные фильмы или сериалы.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Никогда (0)	Редко (1)	Иногда (2)	Часто (3)	Очень часто (4)
10	Ощущать вещи очень глубоко.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Решать головоломки или загадки.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Проводить время в одиночестве.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Не отклоняться от темы во время разговоров.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Сосредоточиться из-за короткого внимания.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Сидеть на месте в течение длительного времени.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Выполнять задачи, потому что я отвлекаюсь.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Сосредоточиваться на одной вещи за раз.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Я часто теряю счет времени.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Я часто забываю, чем занимался.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Минуты кажутся секундами.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Я удивляюсь тому, сколько времени прошло.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Я иногда двигаюсь или жестикулирую.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Я часто улыбаюсь или смеюсь.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	Иногда я разговариваю сам с собой.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Я часто теряю внимание к окружающему миру.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Никогда (0)	Редко (1)	Иногда (2)	Часто (3)	Очень часто (4)
26	Иногда я становлюсь эмоциональным.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Инструкции по подсчёту очков

Ответы следует суммировать в соответствии с процедурами подсчета баллов, предусмотренными в данном тесте.

Более высокие показатели, как правило, свидетельствуют о более выраженной степени проявления исследуемого конструкта, если не указано иное.

Ключи для оценки размеров

Размер	Товары	Количество товаров
Воображение / Самоанализ	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	12
Проблемы с вниманием	13, 14, 15, 16, 17	5
Погруженность в мечты	18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26	9

Диапазоны сырых баллов

Масштаб	Товары	Возможный диапазон
Воображение / Самоанализ	12	0–48
Проблемы с вниманием	5	0–20
Погруженность в мечты	9	0–36
Общая оценка	26	0–104

Источник

DM Dar. Разработка и валидация (DMDS-26): Достижения в оценке склонности к неадаптивному мечтанию. Authorea. 23 февраля 2024 г. [ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПУБЛИКАЦИЯ]. DOI: 10.22541/au.170870556.69377473/v1

Подготовлено [Drdeenz](#)

Интерактивная версия: [Шкала неадаптивных мечтаний Динза \(DMDS-26\)](#)