



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه رضایتمندی زناشویی

هر مردم در روابط خود اختلافاتی دارند. لطفا در مقابل هر یک از عبارات زیر میزان توافق یا عدم توافق خود را با گذراندن عدد مناسب در مقابل آن مشخص کنید. قبل از پر کردن فرم با همسر خود درباره آنها صحبت نکنید.

همیشه اختلاف داریم	تقریباً همیشه اختلاف داریم	اغلب اختلاف داریم	گاهی توافق داریم	تقریباً توافق دائم داریم	توافق دائم داریم	
۰	۱	۲	۳	۴	۵	سرف درآمد و امور مالی
۰	۱	۲	۳	۴	۵	تفریحات و تجدید قوا
۰	۱	۲	۳	۴	۵	موضوعات و مسایل مذهبی
۰	۱	۲	۳	۴	۵	باز صحبت
۰	۱	۲	۳	۴	۵	بستان
۰	۱	۲	۳	۴	۵	روابط جنسی
۰	۱	۲	۳	۴	۵	نهایت عرف (رفتار صحیح یا مناسب)
۰	۱	۲	۳	۴	۵	سفه زندگی
۰	۱	۲	۳	۴	۵	باز رفتار با والدین و خویشان همسر
۰	۱	۲	۳	۴	۵	مناسبات، هدف ها و چیزهای مهم
۰	۱	۲	۳	۴	۵	مدت زمان با هم بودن
۰	۱	۲	۳	۴	۵	انخاذ تصمیمات مهم
۰	۱	۲	۳	۴	۵	انجام کارهای خانه
۰	۱	۲	۳	۴	۵	تلاقی و فعالیت های اوقات فراغت
۰	۱	۲	۳	۴	۵	تصمیمات شغلی و تحصیلی

هرگز	به ندرت	معمولاً	اکثر اوقات	تقریباً همیشه	همیشه	
۵	۴	۳	۲	۱	۰	چند وقت یکبار به فکر طلاق، جدایی یا پایان دادن به رابطه خود آید و یا درباره آن بحث کرده آید؟
۵	۴	۳	۲	۱	۰	چند وقت یکبار شما و همسرتان بعد از دعوا خانه را ترک کرده آید؟ کالا چند وقت یکبار فکر کرده آید که همه چیز بین شما و همسرتان چیزی می گذرد؟
۰	۱	۲	۳	۴	۵	آیا به همسر خود اعتماد و اطمینان دارید؟

همیشه	تقریباً همیشه	اکثر اوقات	معمولاً	به ندرت	هرگز	التفاتی افتاده که از ازدواج خود متاسف باشید؟
۰	۱	۲	۳	۴	۵	بله وقت یکبار شما و همسرتان دعوا می کنید؟
۰	۱	۲	۳	۴	۵	بله وقت یکبار شما و همسرتان اعصاب همدیگر را می کنید؟
هر روز	تقریباً هر روز	گاهی اوقات	ندرتاً	هرگز		سرخ خود را می بوسید؟
۴	۳	۲	۱	۰		
در تمام موارد	در اکثر موارد	در بعضی از موارد	در چند مورد	در هیچ مورد		نامها و همسرتان علایق مشترک خارج از ازدواج؟
۴	۳	۲	۱	۰		
هرگز	کمتر از یکبار در ماه	ماهی یکی دو بار	یکی دو بار در هفته	روزی یکبار	بیش از روزی یکبار	تبادل نظر دلچسب و جذاب
۰	۱	۲	۳	۴	۵	تم خندیدن
۰	۱	۲	۳	۴	۵	آرامی درباره چیزی گفتگو کردن
۰	۱	۲	۳	۴	۵	یک بروزه یا برنامه شمکاری کردن

از مواردی که گاه باعث توافق یا اختلاف زن و شوهر ها می شود به تراز زیر است. آیا اینها در چند هفته گذشته باعث اختلاف یا مشکلاتی برای شما بوده است؟ لطفاً دور پاسخ "بله" یا "خیر" را دایره بکشید.

۲۹- حال و حوصله رابطه جنسی نداشتن (۰) بله (۱) خیر

۳۰- ابراز عشق و محبت نکردن (۰) بله (۱) خیر

مورد زیر نشان دهنده میزان شادکامی در رابطه شماست. نقطه وسط، یعنی خشنود یا "شادکام" نشان دهنده میزان شادکامی در روابط زناشویی است. لطفاً با در نظر گرفتن تمام جوانب، دور شماره ای را دایره بکشید که بیش از همه نشان دهنده رابطه شما و برتان است.

بسیار ناخشنود نسبتاً ناخشنود کمی ناخشنود خشنود یا شادکام خیلی شادکام فوق العاده شادکام عالی

۰ ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶

کدام یک از عبارات زیر بهترین توصیف احساس شما درباره آینده رابطه شماست؟ لطفاً عبارت انتخابی خود را با کشیدن دایره شماره جلوی آن مشخص کنید.

مصرانه خواهان موفقیت رابطه خود هستم، و برای این موفقیت از هر مقدار تلاش خسته و نا امید نمی شوم.

خیلی دلم می خواهد رابطه ما موفق باشد، و برای این موفقیت تمام تلاش خود را می کنم.

خیلی دلم می خواهد رابطه ما موفق باشد، و برای این موفقیت به سهم خود تلاش می کنم.

خوب است که رابطه ما موفق شود، اما نمی توانم برای تداوم آن بیش از این تلاش کنم.

خوب است که رابطه ما موفق شود، اما حاضر نیستم برای تداوم آن بیش از این تلاش کنم.

مکان موفقیت رابطه ما هرگز وجود ندارد، و برای ادامه آن هیچ کار دیگری از من ساخته نیست.