



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست‌ها

					۱۶. از اینکه نمی‌توانم بدون اجازه همسرم پول خرج کنم باعث آزارم است.
					۱۷. تا زمانی که همسرم در کنارم نباشد به من خوش نمی‌گذرد.
					۱۸. از اینکه همسرم نزدیکی را بصورت غیرمنصفانه قبول یا رد کند ناراحت می‌شوم.
					۱۹. اختلاف نظر راجع به اینکه تا چه اندازه باید به فرزندانمان برسیم برای ما بصورت مشکلی در آمده است.
					۲۰. من احساس می‌کنم والدینمان مشکلاتی را در زندگی زناشویی ما بوجود می‌آورند.
					۲۱. من و همسرم در اینکه چگونه به اعتقادات مذهبی مان عمل کنیم اختلاف نظر داریم.
					۲۲. گاهی اوقات همسرم خیلی کله شق است.
					۲۳. گاهی اوقات می‌ترسم نیاز خود را از همسرم درخواست کنم.
					۲۴. گاهی اوقات درباره مسایل جزئی جروبحث‌های جدی داریم.
					۲۵. از نحوه تصمیم‌گیری‌ها درباره میزان پس‌اندازمان بسیار راضی هستیم.
					۲۶. به نظر می‌رسد من و همسرم به مهمانی‌ها و فعالیت‌های اجتماعی یکسانی علاقمند باشیم.
					۲۷. از میزان ابراز عشق و محبت پیش از نزدیکی از سوی همسرم راضی هستیم.
					۲۸. من و همسرم در چگونگی کنترل رفتار فرزندانمان توافق داریم.
					۲۹. ما به قدر کافی با اقوام و دوستان مان وقت صرف می‌کنیم.
					۳۰. من معتقدم که در زندگی زناشویی مان اختلافات عقیدتی داریم.
					۳۱. دیرآمدن همسرم به منزل مرا آزار می‌دهد.
					۳۲. ای کاش همسرم بیشتر مایل بود مرا شریک احساساتش کند.
					۳۳. برای اجتناب از درگیری با همسرم دست به هر کاری می‌زنم.
					۳۴. من و همسرم هر دو از تفاوت‌های هم‌مطالعیم و در نتیجه آنها برای ما مشکل جدی به شمار نمی‌آیند.
					۳۵. تصور نمی‌کنم همسرم برای تفریح و گذراندن اوقات فراغت‌ش برای من فرصت یا توان کافی داشته باشد.
					۳۶. ما به دنبال یافتن راه‌هایی هستیم تا از طریق آن بتوانیم روابط جنسی مان را جالب تر و لذت بخش تر سازیم.
					۳۷. به نظر می‌رسد که بچه‌ها علت اصلی ایجاد مشکلات در روابط ما هستند.
					۳۸. از اینکه وقتم را با بعضی از بستگان همسرم صرف کنیم، لذت نمی‌برم.
					۳۹. من و همسرم در مورد برخی از آموخته‌های مذهبی من توافق نداریم.
					۴۰. گاهی اوقات همسرم خیلی مستبد است.
					۴۱. گاهی اوقات باور کردن تمام حرف‌های همسرم برای من مشکل است.
					۴۲. گاهی اوقات فکر می‌کنم کشمکش‌های بین من و همسرم همچنان ادامه دارد و پایان نخواهد یافت.
					۴۳. از اینکه همسرم علائق و سرگرمی‌های شخصی ندارد، نگران هستیم.

پیوست ها

					۴۴. هنگام صحبت راجع به مسائل جنسی با همسرم کاملاً احساس راحتی می‌کنم.
					۴۵. از زمانی که صاحب فرزند شده ایم به عنوان یک زوج برای با هم بودن به ندرت فرصت کافی داریم.
					۴۶. همسرم زیادی وقتش را با دوستان و اقوامش می‌گذراند.
					۴۷. من و همسرم به خاطر اعتقادات مذهبی مان احساس محدودیت می‌کنیم.

پیوست‌ها

پیوست ۴

پرسشنامه باورهای ارتباطی

ردیف	جملات	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالفم
۱	همسر من باید همه افکار و احساساتش را با من در میان بگذارد.				
۲	همسر من باید بداند در فکر (ذهن) من چه می‌گذرد.				
۳	اگر همسر من دوست دارم، نباید بدون او در جمع خانواده یا دوستان شرکت کنم.				
۴	باید همیشه نسبت به همسر من مهربان باشم.				
۵	علاقه من به همسر من باید بتواند از انحراف او (مانند معتاد شدن) جلوگیری کند.				
۶	من زمانی واقعاً احساس خوشحالی می‌کنم که خودم را وقف همسر من کنم.				
۷	فقط یک نفر وجود دارد که شایسته من است.				
۸	باید بدانم که در ذهن همسر من چه می‌گذرد.				
۹	اگر همسر من واقعاً به من علاقه دارد نباید بدون من با دیگران معاشرت کند.				
۱۰	همسر من باید همیشه محبت خود را به من نشان دهد.				
۱۱	نباید چیزی را از همسر من پنهان کنم.				
۱۲	همسر من باید همیشه مرا خوشحال کند.				
۱۳	هیچ وقت نتوانسته‌ام با کسی غیر از همسر من احساس خوشحالی کنم.				
۱۴	همسر من نباید چیزی را از من پنهان کند.				
۱۵	باید بتوانم نیازها و خواسته‌های همسر من را تشخیص دهم، حتی اگر در مورد آنها حرف نزنم.				
۱۶	اگر من و همسر من واقعاً به هم علاقمند باشیم، باید همه کارهای زندگی را با هم انجام دهیم.				
۱۷	رابطه جنسی با همسر من باید همیشه کامل باشد.				
۱۸	عشق و علاقه من به همسر من می‌تواند او را آدم سربراهی کند.				
۱۹	باید هر اتفاقی که در زندگی‌ام می‌افتد با همسر من در میان بگذارم.				
۲۰	اگر همسر من واقعاً من را دوست دارد نباید وقت خود را با دیگران بگذراند.				
۲۱	رابطه جنسی زن و شوهری که عمیقاً عاشق هم هستند، باید همیشه موجب رضایت دو طرف شود.				
۲۲	از اینکه همسر من درباره برخی اتفاقات که در زندگی‌اش می‌افتد حرفی به من نزند، ناراحت می‌شوم.				
۲۳	باید همیشه بتوانم همسر من را خوشحال کنم.				
۲۴	می‌توانم به همسر من یاد دهم که از همه علایق و سرگرمی‌هایش لذت ببرد.				
۲۵	یک رابطه عاشقانه باید با دوام و پایدار باشد.				
۲۶	با پشتکار، صبر و حوصله کافی می‌توانم رفتار همسر من را تغییر دهم.				
۲۷	نباید جدا از همسر من، خودم را با دوستانم سرگرم کنم.				
۲۸	طبیعی است که همسر من نیازهایی داشته باشد که من نتوانم آنها را برآورده کنم.				
۲۹	یک رابطه خوب می‌تواند بدون هیچ تلاش تا آخر حفظ شود.				
۳۰	وقتی در یک جمع بدون همسر من و به تنهایی حضور دارم، نمی‌توانم احساس راحتی و آرامش کنم.				
۳۱	همسر من باید بدون آنکه خواسته‌هایم را بر زبان آورم از آنها خبر داشته باشد.				
۳۲	زن و شوهری که رابطه خوبی با هم دارند چیزی را از هم پنهان نمی‌کنند.				
۳۳	همسر من باید همیشه چهره‌های خندان و بشاش داشته باشد.				
۳۴	باید تلاش کنم به هر قیمتی شده در رابطه خود با همسر من هماهنگی و سازگاری ایجاد کنم.				

پیوست ها

				کنم.	
				همسرم باید درباره زندگی گذشته‌اش همه چیز را به من بگوید.	۳۵
				همیشه می‌دانم همسرم به چه چیزی فکر می‌کند.	۳۶
				همسرم باید همه نیازهای مرا در همه مسائل زندگی برآورده کند.	۳۷
				اگر همسرم مرا واقعاً دوست داشته باشد، نباید وقتش را به میل خود یا دیگران بگذراند.	۳۸
				باید هرکاری را که باعث خوشحالی همسرم می‌شود با میل و اشتیاق انجام دهم.	۳۹
				همسرم نباید هیچ‌وقت فکر یا احساس بدی نسبت به من داشته باشد.	۴۰
				یک رابطه خوب همیشه دوام دارد.	۴۱
				اگر من و همسرم واقعاً همدیگر را دوست داریم باید مانند دو روح در یک بدن باشیم.	۴۲
				همسرم باید فعالیت‌ها و دوستی‌های خود را مشتاقانه فدای زندگی زناشویی کند.	۴۳
				باید تلاش کنم تا همیشه نسبت به همسرم شوخ‌طبع باشم.	۴۴
				اگر با کسی صمیمی باشم، ضرورتی ندارد که همیشه من را خوشحال و خشنود کند.	۴۵
				همسرم باید بتواند از نیازهایم اطلاع داشته باشد حتی اگر آنها را بر زبان نیاورم.	۴۶
				دل‌م می‌خواهد رابطه من و همسرم همیشه همین‌طور که هست، باقی بماند.	۴۷
				همسرم باید همیشه از افکار و احساسات من باخبر باشد.	۴۸
				همسرم باید از تمام گذشته من خیر داشته باشد.	۴۹
				برای اینکه بتوانم خودم را کاملاً وقف زندگی زناشویی کنم باید تقریباً از خودم دست بکشم.	۵۰
				باید بتوانم همسرم را همواره در زندگی خشنود نگه دارم.	۵۱
				باید بتوانم فعالیت‌ها و دوستی‌هایی را که با دیگران دارم را فدای زندگی زناشویی‌ام کنم.	۵۲
				حتی اگر همسرم واقعاً عاشق من باشد مجبور نیست تمام وقتش را با من بگذراند.	۵۳
				فکر می‌کنم ارتباط با کسی که عاشقش هستم، همیشه راحت است.	۵۴
				اگر رابطه زناشویی‌ام (زندگی مشترکم) به پایان برسد تا مدت‌ها احساس افسردگی خواهم کرد.	۵۵
				همسرم همه چیز من است و فقط او می‌تواند مرا خوشحال کند.	۵۶
				باید آنچه درباره همسرم فکر می‌کنم با او درمیان بگذارم.	۵۷
				برای این‌که همسری کامل و بی‌عیب و نقص باشم، باید خود را وقف رابطه عاشقانه با همسرم کنم.	۵۸

پیوست‌ها

پیوست ۵

پرسشنامه انتظارات زناشویی

اصلاً	بندرت	گاهی	اغلب	همیشه	جملات
					۱-انتظار دارم همسرم احساسات عاشقانه‌ای نسبت به من داشته باشد.
					۲-انتظار دارم که همسرم همان فردی باشد که در رویا می بینم.
					۳-انتظار دارم من و همسرم همدیگر را درک کنیم.
					۴-انتظار دارم همسرم بهترین دوست من باشد.
					۵-انتظار دارم رابطه جنسی ما لذت بخش و خالی از تعارض باشد.
					۶-انتظار دارم همسرم نیازهای برآورده نشده‌ای را که در زندگی‌ام وجود داشته برآورده کند.
					۷-انتظار دارم همسرم مرا در حل مشکلات یاری دهد.
					۸-انتظار دارم احساسات عاشقانه‌ای که در رابطه من و همسرم بوجود می‌آید عمدتاً تحت کنترل اعمال و رفتار خودمان باشد.
					۹-انتظار دارم که رابطه ما بدون مشکل باشد.
					۱۰-انتظار دارم که همسرم بی‌آنکه چیزی بگویم بدانند چه مشکلی دارم.
					۱۱-انتظار دارم همسرم مشکلات روحی مرا التیام بخشد.
					۱۲-انتظار دارم همسرم به تنهایی‌های من پایان دهد.
					۱۳-انتظار دارم که همسرم بی‌آنکه من حرفی بزنم ذهن مرا بخواند و نیازهایم را تشخیص دهد.
					۱۴-انتظار دارم عشقی که بین ما وجود دارد به تنهایی بر تمام مشکلات غلبه کند.
					۱۵-انتظار دارم انجام اعمال مذهبی رابطه ما را از مشکلات و مسایل جدی حفظ کند.
					۱۶-انتظار دارم همسرم نیازهایم را برآورده کند.
					۱۷-انتظار دارم همسرم با من مهربان باشد.
					۱۸-انتظار دارم همسرم در هر لحظه که من بخواهم به دقت به حرفهایم گوش دهد.
					۱۹-انتظار دارم در زندگی زناشویی ما نظر یکی از ما در راس باشد.
					۲۰-انتظار دارم نیازهای من و همسرم یکسان باشد تا زندگی سعادت‌مندی داشته باشیم.
					۲۱-انتظار دارم همسرم با من به گونه ای صحیح و منطقی برخورد کند.
					۲۲-انتظار دارم همسرم باعث آرامش روح و روان من باشد.
					۲۳-انتظار دارم من و همسرم تکیه گاه امنی برای هم باشیم.
					۲۴-انتظار دارم من و همسرم از همدیگر عصبانی و دلگیر نشویم.
					۲۵-انتظار دارم من و همسرم به یکدیگر افتخار کنیم.
					۲۶-انتظار دارم اگر در زندگی من و همسرم مشکلی پیش آید با صرف وقت بیشتر بر آن فائق آییم.
					۲۷-انتظار دارم همسرم در زمینه های مالی با من صداقت داشته باشد.
					۲۸-انتظار دارم من و همسرم برای خانواده های یکدیگر احترام قابل باشیم.
					۲۹-انتظار دارم همسرم مرا از لحاظ جنسی ارضا کند.
					۳۰-انتظار دارم همسرم حالات خلقی مرا بخوبی درک کند.
					۳۱-انتظار دارم هر وقت که ضروری باشد برای برقراری رابطه جنسی آماده باشد.
					۳۲-انتظار دارم همسرم از روی تغییرات خلقی ام نیازهایم را حدس بزند.

کاربر گرامی: در صورتی که نیاز به پرسشنامه استاندارد و جامع دارید به سایت
مادسیج مراجعه کنید و نام پرسشنامه خود را جستجو کنید.