



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

بسمه تعالی

ضمن تشکر و قدردانی از شما که در انجام یک پژوهش علمی ما را یاری کرده‌اید خواهشمندیم پرسشهای زیر را که در مورد احساسات و برداشت شما در ارتباط با همسر و زندگی مشترکتان می باشد، بدقت بخوانید سپس از چهار گزینه‌ای که در پاسخنامه آمده است گزینه‌ای را که با آن موافقت دارید علامت بزنید. بدیهی است که کلید اطلاعات این پرسشنامه کاملاً محرمانه می باشد. از این رویاری به نوشتن نام و نام خانوادگی شما نمی باشد.

- ۱- من و همسرم در کنار هم احساس آرامش می کنیم.
- ۲- همسرم علاقه خود را نسبت به من در گفتار و رفتارش نشان می دهد.
- ۳- همسرم توقعات بی موردی از من دارد.
- ۴- احساس می کنم اگر همسرم ویژگیهای جسمی بهتری میداشت، رضایت جنسی بهتری می داشتم.
- ۵- همسرم در زندگی زحمات زیادی کشیده و فرد فداکاری است.
- ۶- همسرم بیش از حد اعمال مرا مورد بازجوئی قرار می دهد.
- ۷- وقتی می فهمم همسرم نسبت به چیزی حساس است سعی می کنم آن را رعایت کنم.
- ۸- وقتی به همسرم و زندگی مشترکمان فکر می کنم از صمیم قلب خدا را شکر می کنم.
- ۹- برایم مشکل است احساساتم را با همسرم در میان بگذارم.
- ۱۰- همسرم درباره خواستهها و راهنماییهای من، منطقی است و به آنها توجه نشان میدهد.
- ۱۱- احساس می کنم چون رضایت جنسی خوبی عایدم نمی شود، روزهای کسل کننده‌ای را پشت سر می گذرانم.
- ۱۲- دوست دارم همیشه به پاس زحماتش زندگی راحتی را برایش فراهم کنم.
- ۱۳- همسرم نسبت به من اعتمادی ندارد.
- ۱۴- برای رضایت هرچه بیشتر همسرم کارهایی انجام میدهم که او را خشنود می کند هر چند خلاف میل باشد.
- ۱۵- در زندگی ماتفریح و اوقات فراغت، غیر از آن چیزی است که من انتظار دارم.
- ۱۶- وقتی می خواهم ناراحتی ام را به کسی بگویم ترجیح میدهم آنها به دیگران (مثلاً، دوستم، مادرم...) بگویم، تا به همسرم.
- ۱۷- براحتی می توانیم اختلاف نظرهای یکدیگر را تحمل کرده و در مورد آنها صحبت کنیم.
- ۱۸- احساس می کنم روابط خصوصی امان به سردی گزاشیده و چندان توجهی به من ندارد.
- ۱۹- وقتی کاری برایم انجام میدهد مستقیماً از او تشکر می کنم.
- ۲۰- فکر بی وفائی همسرم آزارم می دهد.
- ۲۱- سعی می کنم تا عیوب همسرم را بیوشانم و در جهت اصلاح آنها کمکش کنم.

- ۲۲- دغدغه‌ها و ناراحتی‌های من، از زندگی مشترکم سرچشمه می‌گیرد.
- ۲۳- طعنه‌زدن و عیب‌جویی بیش از واقع‌بینی و تحسین در روابط مادیده می‌شود.
- ۲۴- درباره اینکه چه چیزهایی باعث خوشحالی اومی شود چیز زیادی نمی‌دانم.
- ۲۵- شرم و حیای همسر در روابط جنسی آزارم می‌دهد.
- ۲۶- اگر گهگاهی از او کار ناراحت‌کننده‌ای سر بزنم، به خوبیهايش می‌بخشم.
- ۲۷- اگر زمان به عقب برمی‌گشت در انتخاب همسر دقت بیشتری می‌کردم.
- ۲۸- وقتی از دست همسر عصبانی می‌شوم، بهترین کار را این میدانم که برای منی با او قهر کنم.
- ۲۹- در زندگی مشترکم احساس ایمنی و اطمینان خاطر می‌کنم.
- ۳۰- آزادانه و بدون پرده‌پوشی با همسر درباره موضوعاتی حرف می‌زنم که آنها را با دیگران مطرح نمی‌کنم.
- ۳۱- ممکن است همسر فرد خوبی باشد، اما ما دونفر بدرد هم نمی‌خوریم.
- ۳۲- همسر جز در مواقع روابط جنسی، کمتر به من دست می‌زند.
- ۳۳- احساس می‌کنم، کارهایی که انجام می‌دهد، وظیفه اوست و کار زیادی انجام نمی‌دهد.
- ۳۴- برداشت من از ازدواج و زندگی کنار همسر، همان تصور مثبتی است که قبل از ازدواج داشتم.
- ۳۵- احساس می‌کنم در حل مسائل خانوادگی مان، کسی از خودمان موثرتر نیست.
- ۳۶- وقتی با او در میان جمع هستم، از رفتار و گفتارش احساس افتخار می‌کنم.
- ۳۷- زمانی که همسر از من دلگیر می‌شود، دوست دارم هرچه زودتر ناراحتی اش را برطرف کنم.
- ۳۸- اگر در مسائل اعتقادی و شرعی مان اشتراک بیشتری می‌داشتم، رضایت بیشتری نصیبمان می‌شد.
- ۳۹- روابط جنسی ما نسبت به روزهای اول ازدواجمان کم رنگ شده است.
- ۴۰- اگر کسی در مورد مهارت‌ها، هنرها، خصوصیات اخلاقی همسر سوال کند، با اشتیاق زیاد از آنها تعریف خواهم کرد.
- ۴۱- در زندگی زناشویی معتقدم «گرچه راباید دم حجله کشت».
- ۴۲- احساس می‌کنم، برای رسیدن به رضامندی بیشتر باید رفتارهای خود را تغییر دهم.
- ۴۳- احساس می‌کنم که همسر به وظایف خود به عنوان یک همسر چندان بهائی نمی‌دهد.
- ۴۴- وقتی از همسر دور هستم، احساس دل‌تنگی می‌کنم.
- ۴۵- احساس می‌کنم در زندگی هدف و راه مشترکی نداریم، هر کدام راضی‌تیمان در کسب چیزهای متفاوت است.
- ۴۶- از شوخیهای بدنی همسر لذت می‌برم.
- ۴۷- سعی کرده‌ام با تمام مشکلات همسر کنار بیایم و از کمترین شرایط مطلوب بهترین استفاده را ببرم.
- ۴۸- اگر رفتار اشتباهی از من سر بزند، تمام اشتباهات گذشته را یادآوری می‌کند.
- ۴۹- به خاطر مسائل جزئی احترام مرا در حضور دیگران نادیده می‌گیرد.

« فرم شماره (۱) »

مشخصات فردی و پاسخنامه

تعداد فرزندان: رشته تحصیلی: وضعیت شغلی همسر:	سنوات ازدواج: وضعیت شغلی: سن همسر:
جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> سن: وضعیت مسکن: میزان تحصیلات همسر:	سن: وضعیت مسکن: میزان تحصیلات همسر:

۴- کاملاً موافقم

۳- تا حدود زیادی موافقم

۲- کمی موافقم

۱- کاملاً مخالفم

سوال	۱	۲	۳	۴	سوال	۱	۲	۳	۴	سوال	۱	۲	۳	۴	سوال	۱	۲	۳	۴	سوال	۱	۲	۳	۴	
۴۳					۳۶					۲۲					۱۵					۸					۱
۴۴					۳۷					۲۳					۱۶					۹					۲
۴۵					۳۸					۲۴					۱۷					۱۰					۳
۴۶					۳۹					۲۵					۱۸					۱۱					۴
۴۷					۴۰					۲۶					۱۹					۱۲					۵
۴۸					۴۱					۲۷					۲۰					۱۳					۶
۴۹					۴۲					۲۸					۲۱					۱۴					۷

بسمه تعالی

خواهشمندیم جملات زیر را به دقت بخوانید. جملاتی را که با احساس و فکر شما هماهنگ است و آنها را مطابق با روش کلی زندگی خود می‌یابید در پاسخنامه مقابل (بلی) و در غیر اینصورت (خیر) ضربدر بگذارید. لطفاً توجه داشته باشید که به تمامی جملات پاسخ دهید و در این برگه‌ها علامتی نگذارید.

مقشکریم

- ۱- اغلب به خواسته‌های دیگران آنقدر اهمیت میدهم که از خواسته‌ها و اهداف خود باز میمانم.
- ۲- موفق نشدن در کارها برایم غیر قابل تحمل است.
- ۳- اشتباه یک انسان دلیل بر بد بودن او نیست زیرا همه انسانها گاه مرتکب اشتباه میشوند.
- ۴- در برابر حوادث و شرایط ناخواسته آنقدر ناراحت و آشفتنه میشوم که قدرت هر کاری را برای بهبود آنها از دست میدهم.
- ۵- دیگران نمی‌توانند مرا ناراحت کنند بلکه خودم باعث ناراحتی خویش میشوم.
- ۶- با حوادث ناخوشایندی که امکان تغییر آنها وجود ندارد کنار می‌آیم.
- ۷- از اینکه مسئولیتهای مختلف در زندگی داشته باشم بسیار خوشحال میشوم.
- ۸- فکر میکنم همیشه باید کسی باشد تا به من در تصمیم‌گیریها کمک کند.
- ۹- غالباً روال گذشته زندگی را دنبال میکنم تا اینکه بخواهم در آن تغییری ایجاد کنم.
- ۱۰- اگر نتوانم رفتار بد دیگران را تغییر دهم، سعی میکنم با آنها کنار بیایم.
- ۱۱- در صورتیکه راه کامل و بی‌عیبی برای مشکلاتم پیدا نکنم، شدت آشفتنه و مضطرب شده و احساس گناه میکنم.
- ۱۲- برایم چندان مهم نیست که دیگران مرا دوست نداشته باشند.
- ۱۳- بدلیل شکست‌هایی در زندگی، خود را بی‌ارزش یا کم‌ارزش نمیدانم.
- ۱۴- حتی اشتباهات غیر عمدی دیگران را هم نمیتوانم ببخشم.
- ۱۵- دلیلی وجود ندارد که همیشه مسائل و امور زندگی آنطور که من میخواهم باشند.
- ۱۶- همیشه دیگران باعث آشفتگی من میشوند.
- ۱۷- نسبت به خطرات و ناراحتی‌هایی که ممکن است در آینده پیش بیاید خیلی نگران و مضطرب میشوم.
- ۱۸- معمولاً مسئولیت کمتری می‌پذیرم تا آرامش بیشتری داشته باشم.
- ۱۹- اغلب کارهایم را خودم انجام میدهم و در صورت نیاز از دیگران کمک نمیگیرم.
- ۲۰- حوادث ناگوار گذشته نمیتوانند در روال عادی زندگی خللی ایجاد کنند.

- ۲۱- در مواجهه با مشکلات دیگران آنقدر آشفته می‌شوم که نمیتوانم به آنها کمکی بکنم.
- ۲۲- توقع ندارم برای تمام مشکلاتم حتماً کاملترین راه حل را پیدا کنم.
- ۲۳- ارزش زندگی بسته به این است که دوستانم چقدر مرا دوست داشته باشند.
- ۲۴- چون در هر کاری میخواهم بهترین باشم از احتمال شکست در آن شدیداً میترسم.
- ۲۵- گاه افراد دچار اشتباه میشوند، اگر بشدت تنبیه و توبیخ گردند، احتمالاً در آینده بیشتر اشتباه خواهند کرد.
- ۲۶- اگر نتوانم به همه‌ی خواسته‌هایم برسم هیچ ارزشی ندارد.
- ۲۷- حوادث و اتفاقات مرا آشفته نمیکنند بلکه خودم زندگی را سخت میگیرم.
- ۲۸- اگر چه روبرو شدن با خطرات همیشه آسان نیست اما میتوانم با آنها کنار بیایم.
- ۲۹- مسئولیتهای مختلف را می‌پذیرم تا اعتماد به نفسم را افزایش دهم.
- ۳۰- بدون وجود دیگران قادر به حل مشکلات و اداره‌ی امور زندگی خودم نیستم.
- ۳۱- خود را اسیر زندگی گذشته‌ام میدانم و هیچ راه فراری از آن نمی‌یابم.
- ۳۲- وقتی مشکلی برای دیگران پیش می‌آید معمولاً به کمک آنها می‌شناهم.
- ۳۳- انتظار دارم در تمام موقعیتهایم کاملترین راه حل را پیدا کنم و مرتکب هیچ اشتباهی نشوم.
- ۳۴- هرگاه کارهایم مورد قبول اطرافیان و دوستانم قرار نگیرد، گرچه ناراحت می‌شوم اما به راه خود ادامه میدهم.
- ۳۵- انتظار دارم در هر کاری به نتیجه‌ی خوبی برسم اگر چه کاملاً موفق نشوم.
- ۳۶- وقتی انجام کاری را به‌عهده‌ی کسی میگذارم، هیچ اشتباهی را از او نمی‌پذیرم.
- ۳۷- اغلب با اتفاقات ناگوار زندگی کنار می‌آیم و خود را با آنها سازگار میکنم.
- ۳۸- اغلب قادر نیستم خشم خود را که دیگران موجب آن میشوند کنترل کنم.
- ۳۹- وقتی در معرض خطری جدی هستم از چاره‌اندیشی عاجز می‌مانم.
- ۴۰- معمولاً از پذیرفتن مسئولیتهایم بدلیل مشکلات احتمالی آنها دوری میکنم.
- ۴۱- بیشتر برنامه‌هایم را خودم تنظیم میکنم بدون اینکه از دیگران کمک بگیرم.
- ۴۲- غالباً قادرم خاطرات تلخ و عادات بد گذشته را کنار بگذارم و زندگی جدید را بسازم.
- ۴۳- با دیدن مشکلات دیگران از زندگی بیزار می‌شوم.

- ۴۴- اگر بتوانم برای مشکلاتم بهترین راه حل را پیدا کنم تقریباً بدون ناراحتی راه دیگری را در پیش میگیرم .
- ۴۵- اگر مورد قبول محبت اطرافیان و دوستانم قرار نگیرم ، بسیار مضطرب و نگران میشوم .
- ۴۶- اگر در هر کاری که انجام میدهم کاملاً موفق نشوم احساس بی ارزشی میکنم .
- ۴۷- اگر اشتباهی مرتکب شوم احساس بدبختی و بی ارزشی نمیکنم .
- ۴۸- وقایع و مسائل زندگی بایستی مطابق میلم باشند وگرنه تحمل آن برایم خیلی دشوار است .
- ۴۹- اگر بخودم تلقین نکم هیچ مسئله‌ای نمیتواند مرا ناراحت کند .
- ۵۰- در برخورد با حوادث ترسناک معمولاً چندان نگران نمیشوم و واقع بینانه با آنها روبرو میگردم .
- ۵۱- زندگی همراه با مسئولیت و تعهد برایم دلپذیر و خوشایند است .
- ۵۲- چون از شکست می ترسم معمولاً در حل مشکلاتم به دیگران متکی میشوم .
- ۵۳- آنچه‌ان خود را تحت تاثیر گذشته می بینم که قدرت هیچ تغییری را ندارم .
- ۵۴- در برخورد با مشکلات دیگران معمولاً آرامش و تعادل خود را حفظ میکنم .
- ۵۵- غالباً بمنظور یافتن راه حل مشکلاتم آنقدر صبر میکنم که فرصتهای بسیاری را از دست میدهم .
- ۵۶- انتظار ندارم همه اطرافیان و دوستانم نظراتم را بپذیرند و دوستم داشته باشند .
- ۵۷- ضرورتی ندارد در هر کاری کاملاً موفق شوم .
- ۵۸- اشتباهات دیگران نابخشوندی است و باید مقصر شناخته شوند .
- ۵۹- میتوانم با حوادث تلخ زندگی روبرو شوم و از آنها درس بگیرم .
- ۶۰- همیشه دیگران باعث غم و اندوهم میشوند و من نقشی در آن ندارم .
- ۶۱- اگر چه میدانم نگرانی راجع به بسیاری از مسائل بیفایده است در عین حال همیشه به آنها می اندیشم .
- ۶۲- در صورتی شاد خواهم بود که در زندگی مسئولیت کمتری داشته باشم .
- ۶۳- حاضر نیستم بیش از حد به دیگران وابسته شوم حتی اگر شکست بخورم .
- ۶۴- اگر چه می پذیرم تحت تاثیر زندگی گذاشته‌ام هستم اما میتوانم مسیر زندگی را تغییر دهم .
- ۶۵- با مشاهده مشکلات دیگران آنقدر ناراحت و آشفتنه میشوم که از حل مشکلات خود نیز باز میمانم .
- ۶۶- معمولاً براحتی و با توجه به امکاناتم مناسبترین تصمیمات را میگیرم اگر چه بهترین آنها نباشد .

« فرم شماره (۳) »

مشخصات فردی و پاسخنامه

دانشکده:

وضعیت تاهل: مجرد متأهل

رشته تحصیلی:

جنس: مرد زن

نام و نام خانوادگی:

سن:

سؤال	بلی	خیر
۵۶		
۵۷		
۵۸		
۵۹		
۶۰		
۶۱		
۶۲		
۶۳		
۶۴		
۶۵		
۶۶		

سؤال	بلی	خیر
۴۵		
۴۶		
۴۷		
۴۸		
۴۹		
۵۰		
۵۱		
۵۲		
۵۳		
۵۴		
۵۵		

سؤال	بلی	خیر
۳۴		
۳۵		
۳۶		
۳۷		
۳۸		
۳۹		
۴۰		
۴۱		
۴۲		
۴۳		
۴۴		

سؤال	بلی	خیر
۲۳		
۲۴		
۲۵		
۲۶		
۲۷		
۲۸		
۲۹		
۳۰		
۳۱		
۳۲		
۳۳		

سؤال	بلی	خیر
۱۲		
۱۳		
۱۴		
۱۵		
۱۶		
۱۷		
۱۸		
۱۹		
۲۰		
۲۱		
۲۲		

سؤال	بلی	خیر
۱		
۲		
۳		
۴		
۵		
۶		
۷		
۸		
۹		
۱۰		
۱۱		

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