**پرسشنامه جاذبه‌های زناشویی**

پاسخگوی گرامی پرسشنامه زیر به منظور بررسی وضعیت روان‌شناختی و نیز میزان رضایت شما از ازدواج طراحی شده است. لطفا گویه‌های زیر را بخوانید و بر اساس برداشتی که از خود و رابطه زناشویی خویش دارید به آن پاسخ دهید.

**سن:** **تعداد فرزند:** **مدت ازدواج:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ابعاد و گویه‌های مربوطه** | **کاملا موافقم** | **موافقم** | **نظری ندارم** | **مخالفم** | **کاملا مخالفم** |
| 1. در زندگی‌ام احساس آرامش می‌کنم. |  |  |  |  |  |
| 1. من در زندگی ازنظر روانی شرایط خوبی دارم. |  |  |  |  |  |
| 1. من مشکل جسمانی یا بیماری خاصی ندارم که باعث آزار من یا خانواده‌ام شود. |  |  |  |  |  |
| 1. آدم صبوری هستم و دیر عصبانی می‌شوم. |  |  |  |  |  |
| 1. من آدم خوش‌اخلاق و خوش برخوردی هستم. |  |  |  |  |  |
| 1. من فردی شاد و پرانرژی هستم. |  |  |  |  |  |
| 1. فرد خودرأی و لجبازی نیستم. |  |  |  |  |  |
| 1. فرد مسئولیت‌پذیری هستم و سعی می‌کنم که وظایفم را به‌خوبی انجام دهم. |  |  |  |  |  |
| 1. آدم بخشنده و دل‌رحمی هستم. |  |  |  |  |  |
| 1. فرد سخت‌کوشی هستم و سعی می‌کنم با جدیت وظایفم را انجام دهم. |  |  |  |  |  |
| 1. از مشکلات فرار نمی‌کنم و همیشه سعی می‌کنم برایشان راه‌حل درستی پیدا کنم. |  |  |  |  |  |
| 1. حرف‌های دیگران را این‌ور و آن‌ور نمی‌برم و سعی می‌کنم رازدار باشم. |  |  |  |  |  |
| 1. مسائل بهداشتی را کاملاً رعایت می‌کنم و به نظافت شخصی‌ام اهمیت می‌دهم. |  |  |  |  |  |
| 1. من و همسرم یکدیگر را دوست داریم و عاشق و معشوق هم هستیم. |  |  |  |  |  |
| 1. باهمدیگر احساس صمیمیت می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. همدیگر را نوازش می‌کنیم و به هم احساس خوب و آرامش‌بخشی می‌دهیم. |  |  |  |  |  |
| 1. به همدیگر هدیه می‌دهیم و ابراز محبت می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. من و همسرم به همدیگر اعتماد داریم. |  |  |  |  |  |
| 1. ما به زندگی زناشویی خود متعهد و پایبندیم. |  |  |  |  |  |
| 1. من و همسرم به همدیگر خیانت نمی‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. من و همسرم برای هم وقت صرف می‌کنیم و اوقات مشترک زیادی داریم. |  |  |  |  |  |
| 1. ما با هم صحبت می‌کنیم و به حرف‌های همدیگر گوش می‌دهیم. |  |  |  |  |  |
| 1. باهمدیگر مشخص و واضح صحبت می‌کنیم و به هم نیش و کنایه نمی‌زنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. با همدیگر همدلی می‌کنیم و هم را درک می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. نیازها، خواسته و احساسات خود را برای همدیگر بیان می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. ما با هم درد و دل می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. از همدیگر نمی‌ترسیم و خیلی راحت با هم صحبت می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. تقریباً از نیازهای هم باخبر هستیم و همدیگر را تشویق می‌کنیم تا نیازها، خواسته‌ها و دلخوری‌های خود را بگوییم. |  |  |  |  |  |
| 1. به همدیگر دروغ نمی‌گوییم و اهل پنهان‌کاری نیستیم. |  |  |  |  |  |
| 1. در مسائل زندگی با همدیگر مشورت و همفکری می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. نظر همدیگر را جویا می‌شویم و با همدیگر تصمیم‌گیری می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. به همدیگر احترام می‌گذاریم. |  |  |  |  |  |
| 1. از همدیگر تعریف و تمجید می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. همدیگر را تحقیر و کوچک نمی‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. از زحمات و کارهای همدیگر قدردانی و تشکر می‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. همدیگر را با دیگران مقایسه نمی‌کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. به خاطر کارهایی که برای هم انجام دادیم، سر همدیگر منت نمی‌گذاریم. |  |  |  |  |  |
| 1. سعی می‌کنیم شأن و منزلت همدیگر را بالا ببریم. |  |  |  |  |  |
| 1. با خانواده و دوستان خود رفت‌وآمد خوب و عالی داریم. |  |  |  |  |  |
| 1. در مواقع لزوم افرادی هستند که ما را حمایت و کمک کنند. |  |  |  |  |  |
| 1. دوستان و آشنایانی که با آن‌ها معاشرت داریم به بهتر شدن زندگی زناشویی ما کمک می‌کنند. |  |  |  |  |  |
| 1. ما برای زندگی پول و منابع مادی لازم و کافی را داریم. |  |  |  |  |  |
| 1. مشکلات اقتصادی زیاد و آزاردهنده‌ای نداریم. |  |  |  |  |  |
| 1. در مورد کار و اشتغال همدیگر با هم هماهنگ هستیم و در این زمینه مشکلی نداریم. |  |  |  |  |  |
| 1. به‌خوبی می‌توانیم پول خود را مدیریت و پس‌انداز کنیم. |  |  |  |  |  |
| 1. در مورد پول و هزینه‌های خانواده با همدیگر بحث و مشاجره نداریم. |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| عوامل | گویه‌ها |
| سلامت جسمی و روانی | 1. در زندگی‌ام احساس آرامش می‌کنم. |
| 1. من در زندگی ازنظر روانی شرایط خوبی دارم. |
| 1. من مشکل جسمانی یا بیماری خاصی ندارم که باعث آزار من یا خانواده‌ام شود. |
| ویژگی‌های شخصیتی-رفتاری مثبت | 1. آدم صبوری هستم و دیر عصبانی می‌شوم. |
| 1. من آدم خوش‌اخلاق و خوش برخوردی هستم. |
| 1. من فردی شاد و پرانرژی هستم. |
| 1. فرد خودرأی و لجبازی نیستم. |
| 1. فرد مسئولیت‌پذیری هستم و سعی می‌کنم که وظایفم را به‌خوبی انجام دهم. |
| 1. آدم بخشنده و دل‌رحمی هستم. |
| 1. فرد سخت‌کوشی هستم و سعی می‌کنم با جدیت وظایفم را انجام دهم. |
| 1. از مشکلات فرار نمی‌کنم و همیشه سعی می‌کنم برایشان راه‌حل درستی پیدا کنم. |
| 1. حرف‌های دیگران را این‌ور و آن‌ور نمی‌برم و سعی می‌کنم رازدار باشم. |
| 1. مسائل بهداشتی را کاملاً رعایت می‌کنم و به نظافت شخصی‌ام اهمیت می‌دهم. |
| دوست داشتن و محبت | 1. من و همسرم یکدیگر را دوست داریم و عاشق و معشوق هم هستیم. |
| 1. باهمدیگر احساس صمیمیت می‌کنیم. |
| 1. همدیگر را نوازش می‌کنیم و به هم احساس خوب و آرامش‌بخشی می‌دهیم. |
| 1. به همدیگر هدیه می‌دهیم و ابراز محبت می‌کنیم. |
| تعهد و اعتماد | 1. من و همسرم به همدیگر اعتماد داریم. |
| 1. ما به زندگی زناشویی خود متعهد و پایبندیم. |
| 1. من و همسرم به همدیگر خیانت نمی‌کنیم. |
| ارتباط سازنده | 1. من و همسرم برای هم وقت صرف می‌کنیم و اوقات مشترک زیادی داریم. |
| 1. ما با هم صحبت می‌کنیم و به حرف‌های همدیگر گوش می‌دهیم. |
| 1. باهمدیگر مشخص و واضح صحبت می‌کنیم و به هم نیش و کنایه نمی‌زنیم. |
| 1. با همدیگر همدلی می‌کنیم و هم را درک می‌کنیم. |
| 1. نیازها، خواسته و احساسات خود را برای همدیگر بیان می‌کنیم. |
| 1. ما با هم درد و دل می‌کنیم. |
| 1. از همدیگر نمی‌ترسیم و خیلی راحت با هم صحبت می‌کنیم. |
| 1. تقریباً از نیازهای هم باخبر هستیم و همدیگر را تشویق می‌کنیم تا نیازها، خواسته‌ها و دلخوری‌های خود را بگوییم. |
| 1. به همدیگر دروغ نمی‌گوییم و اهل پنهان‌کاری نیستیم. |
| 1. در مسائل زندگی با همدیگر مشورت و همفکری می‌کنیم. |
| 1. نظر همدیگر را جویا می‌شویم و با همدیگر تصمیم‌گیری می‌کنیم. |
| 1. به همدیگر احترام می‌گذاریم. |
| 1. از همدیگر تعریف و تمجید می‌کنیم. |
| 1. همدیگر را تحقیر و کوچک نمی‌کنیم. |
| 1. از زحمات و کارهای همدیگر قدردانی و تشکر می‌کنیم. |
| 1. همدیگر را با دیگران مقایسه نمی‌کنیم. |
| 1. به خاطر کارهایی که برای هم انجام دادیم، سر همدیگر منت نمی‌گذاریم. |
| 1. سعی می‌کنیم شأن و منزلت همدیگر را بالا ببریم. |
| حمایت و ارتباط مناسب با دیگران | 1. با خانواده و دوستان خود رفت‌وآمد خوب و عالی داریم. |
| 1. در مواقع لزوم افرادی هستند که ما را حمایت و کمک کنند. |
| 1. دوستان و آشنایانی که با آن‌ها معاشرت داریم به بهتر شدن زندگی زناشویی ما کمک می‌کنند. |
| اشتغال و مدیریت اقتصادی مناسب | 1. ما برای زندگی پول و منابع مادی لازم و کافی را داریم. |
| 1. مشکلات اقتصادی زیاد و آزاردهنده‌ای نداریم. |
| 1. در مورد کار و اشتغال همدیگر با هم هماهنگ هستیم و در این زمینه مشکلی نداریم. |
| 1. به‌خوبی می‌توانیم پول خود را مدیریت و پس‌انداز کنیم. |
| 1. در مورد پول و هزینه‌های خانواده با همدیگر بحث و مشاجره نداریم. |

پاسخگویی به ابزار بر اساس طیف لیکرتی 5 درجه‌اي از کاملاً موافقم (امتیاز 4) تا کاملاً مخالفم (امتیاز صفر) قرار دارد. برای اطلاعات بیشتر به منبع زیر مراجعه شود.

سلیمی، هادی؛ جاودان، موسی؛ زارعی، اقبال و نجارپوریان، سمانه (1399). ساخت و اعتباریابی پرسشنامه جاذبه‌های زناشویی. *رویش روان شناسی*،۹(۸) :42-31.