**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.