**پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (ENRICH)**

روش نمره گذاري:

پرسشنامه به صورت پنج گزینه اي (که در اصل یک نگرش سنج از نوع لیکرت است) می باشد. این

،« مخالفم » ،« نه موافق و نه مخالف » ،« موافقم » ،« کاملاً موافقم » ، پرسشنامه براي هر یک از ماده ها پنج گزینه می باشد. که براي آنها نمره اي از 1 تا 5 تعلق می گیرد. « کاملاً مخالفم » و34 به -33 -32 -29 -28 -27 -26 -23 -22 -21 -19 -18 -14 -13 -10 -7 -6 -5 - سئوالات 3 صورت معکوس نمره داده می شوند. به عبارت دیگر در این سئوالات به عبارت کاملاً موافقم نمره 1 و به عبارت کاملاً مخالفم نمره 5 تعلق می گیرد.

این پرسشنامه داراي 4 نمره مجزا است که براي مجموع ماده هاي هر مقیاس یک نمره کل محاسبه می شود. نمره هاي خام به درصد تبدیل می شود.

محاسبه نمرات مقیاس ها:

رضایت زناشویی: سئوال هاي 35 – 30 – 27 – 24 – 21 – 17 – 13 – 9 – 5 –1

ارتباطات: سئوال هاي 34 – 31 – 28 – 25 – 22 – 18 – 14 – 10 – 6 – 2

حل تعارض: سئوال هاي 33 – 32 – 29 – 26 – 23 – 19 – 15 – 11 – 7 – 3

تحریف آرمانی: سئوال هاي 20 – 16 – 12 – 8 –

این پرسشنامه شامل جملاتی درباره جنبه های مختلف زندگی شماست که ممکن است با آن موافق یا مخالف باشید. هر جمله را با دقت بخوانید و سپس میزان موافقت و مخالفت خود را به صورت زیر مشخص کنید:

اگر نظر شما **کاملاً با آن مخالف** است، شماره **1** را پر کنید.

اگر شما با آن **مخالفید**، شماره **2** را پر کنید.

اگر شما **بی طرفید یا نمی توانید تصمیم بگیرید** شماره **3** را پر کنید.

اگر با آن عبارت **موافقید** شماره **4** را پر کنید.

اگر **کاملاً با آن موافقید** شماره **5** را پر کنید.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| جملات | کاملاً موافقم | موافقم | نه موافقم  نه مخالف | مخالفم | کاملاً مخالفم |
| 1- من و همسرم یکدیگر را کاملاً درک می کنیم. |  |  |  |  |  |
| 2- همسرم خلق و خوی مرا کاملاً درک می کند و به آن سازگاری دارد. |  |  |  |  |  |
| 3- هرگز حتی برای یک لحظه از روابط با همسرم تأسف نخورده ام. |  |  |  |  |  |
| 4- از ویژگیهای شخصیتی و عادات شخصی همسرم راضی نیستم. |  |  |  |  |  |
| 5- از اینکه در زندگی مشترکمان مسئولیتهای خود را خوب ایفا می کنیم خوشحالیم. |  |  |  |  |  |
| 6- روابطه با همسرم رضایت بخش نیست احساس  می کنم وی مرا درک نمی کند. |  |  |  |  |  |
| 7- از نحوه تصمیم گیریها در مورد چگونگی حل و فصل اختلافات بسیار خشنود هستم. |  |  |  |  |  |
| 8- از وضعیت اقتصادی خانواده و نیز شیوه تصمیم گیریهای مربوط به آن راضی نیستم. |  |  |  |  |  |
| 9- از نحوه برنامه ریزی برای اوقات فراغت و نیز صرف اوقات در کنار همسرم بسیار خشنود هستم. |  |  |  |  |  |
| 10- از نحوه ابراز عشق واحساسات و نیز رابطه جنسی با همسرم بسیار خشنود هستم. |  |  |  |  |  |
| 11- از نحوه ایفای نقش و مسئولیت خود و همسرم به عنوان والدین راضی نیستم. |  |  |  |  |  |
| 12- گاهی اوقات همسرم قابل اطمینان نیست و همیشه خط و مشی خود را دنبال می کند. |  |  |  |  |  |
| 13- همسرم گاهی اوقات حرفهایی می زند که باعث تحقیر من می شود. |  |  |  |  |  |
| 14- هنگام در میان گذاشتن مشکلات با همسرم معمولاً فکر می کنم که او مرا درک نمی کند. |  |  |  |  |  |
| 15- در تصمیم گیریهای مالی مشکل داریم. |  |  |  |  |  |
| 16- از اینکه نمی توانم بدون اجازه همسرم پول خرج کنم باعث آزارم است. |  |  |  |  |  |
| 17- تا زمانیکه همسرم در کنارم نباشد به من خوش نمی گذرد. |  |  |  |  |  |
| 18- از اینکه همسرم نزدیکی را به صورت غیرمنصفانه قبول یا رد کند ناراحت می شوم. |  |  |  |  |  |
| 19- اختلاف نظر راجع به اینکه تا چه اندازه باید به فرزندانمان برسیم برای ما به صورت مشکلی درآمده است. |  |  |  |  |  |
| 20- من احساس می کنم که والدینمان مشکلاتی را در زندگی زناشوئیمان بوجود می آورند. |  |  |  |  |  |
| 21- من و همسرم در اینکه چگونه به اعتقادات مذهبیمان عمل کنیم اختلاف نظر داریم. |  |  |  |  |  |
| 22- گاهی اوقات همسرم خیلی کله شق است. |  |  |  |  |  |
| 23- گاهی اوقات می ترسم نیاز خود را از همسرم درخواست کنم. |  |  |  |  |  |
| 24- گاهی اوقات درباره مسائل جزئی جر و بحثهای جدی داریم. |  |  |  |  |  |
| 25- از نحوه تصمیم گیری راجع به میزان پس اندازمان راضی هستم. |  |  |  |  |  |
| 26- به نظر می رسد من و همسرم به فعالیتهای اجتماعی یکسانی علاقه مند باشیم. |  |  |  |  |  |
| 27- از میزان ابراز عشق و محبت (پیش از نزدیکی) از سوی همسرم راضی هستم. |  |  |  |  |  |
| 28- من و همسرم در چگونگی کنترل رفتار فرزندانمان توافق داریم. |  |  |  |  |  |
| 29- ما به قدر کافی با اقوام و دوستانمان وقت صرف می کنیم. |  |  |  |  |  |
| 30- من معتقدم که در زندگی زناشوئیمان دچار اختلافات عقیدتی هستیم. |  |  |  |  |  |
| 31- دیر آمدن همسرم به منزل مرا آزار می دهد. |  |  |  |  |  |
| 32- ای کاش همسرم بیشتر مایل بود مرا شریک احساساتش کند. |  |  |  |  |  |
| 33- برای اجتناب از درگیری همسرم دست به هر کاری می زنم. |  |  |  |  |  |
| 34- من و همسرم هر دو از بدیهای اصلی مطلعیم و در نتیجه آنها برای ما مشکل جدی به شمار نمی آورند. |  |  |  |  |  |
| 35-تصور نمی کنم همسرم برای تفریح و گذراندن اوقات بیکاریش همراه من فرصت یا توان کافی داشته باشد. |  |  |  |  |  |
| 36- ما به دنبال یافتن راههایی هستیم تا از طریق آن بتوانیم روابط جنسیمان را جالبتر و لذت بخش تر سازیم. |  |  |  |  |  |
| 37- به نظر می رسد که بچه ها علت اصلی ایجاد مشکلات در روابط ما هستند. |  |  |  |  |  |
| 38- از اینکه وقتم را با بعضی از بستگان همسرم صرف کنیم لذت نمی برم. |  |  |  |  |  |
| 39- من و همسرم درباره بعضی از آموخته های مذهبیمان توافق نداریم. |  |  |  |  |  |
| 40- گاهی اوقات همسرم خیلی مستبد است. |  |  |  |  |  |
| 41- گاهی اوقات باورکردن تمام حرفهای همسرم مشکل است. |  |  |  |  |  |
| 42- گاهی اوقات فکر می کنم کشمکشهای بین من و همسرم همچنان ادامه دارد و پایان نخواهد یافت. |  |  |  |  |  |
| 43- از اینکه همسرم علاقه و سرگرمیهای شخصی کافی ندارد نگران هستم. |  |  |  |  |  |
| 44- هنگام صحبت راجع به مسائل جنسی با همسرم کاملاً احساس راحتی می کنم. |  |  |  |  |  |
| 45- از زمانی که صاحب فرزند شده ایم به عنوان یک زوج برای با هم بودن به ندرت فرصت کافی داریم. |  |  |  |  |  |
| 46- همسرم زیادی وقتش را با دوستان و اقوامش  می گذراند. |  |  |  |  |  |
| 47- من وهمسرم به خاطر اعتقادات مذهبیمان احساس محدودیت می کنیم. |  |  |  |  |  |