

پرسشنامه مشاوره قبل از ازدواج

زمینه های ازدواج موفق: تجارب نشان داده است که در زمینه های زیر برای یک رابطه ی ازدواج موفقیت آمیز مهم و ضروری است. هر کدام از عبارتهای زیر را با دقت بخوانید و به هر سوال باتوجه به گزینه های زیر پاسخ دهید.

کاملاً موافق = 5 / موافق = 4 / متوسط = 3 / مخالف = 2 / کاملاً مخالف = 1

- 1- آیا هر دو نفر شما درباره اهمیت برقراری ارتباط خوب و مناسب توافق دارید؟
- 2- آیا هر دو نفر شما از چگونگی برقراری ارتباط با یکدیگر راضی هستید؟
- 3- آیا شما وقت و زمان کافی برای برقراری ارتباط داشته اید؟ (حداقل 6 ماه نامزدی)
- 4- هریک از شما شخصیت دیگری را خوب توصیف می کنید؟
- 5- آیا وقتی درباره چیزی که در ذهنتان می گذرد با شریک زندگی تان صحبت می کنید مطلب را می فهمد؟
- 6- آیا شما درباره ی اینکه از او بپرسید خواسته هایش چیست ، احساس راحتی می کنید؟
- 7- آیا شما دو نفر از سطح هوشی یکسان برخوردار هستید؟
- 8- آیا علایق مشترک دارید؟
- 9- آیا نظام ارزشی و اعتقادی شما مشترک است؟
- 10- اگر شما ناامید یا افسرده باشید آیا شریک زندگی آینده شما حمایت و دلگرمی برای شما ایجاد می کند؟
- 11- آیا از شیوه تصمیم گیری و ارتباطتان راضی هستید؟
- 12- آیا با یکدیگر به تفریح و بازی می پردازید؟
- 13- سرگرمی های مشابهی دارید؟
- 14- آیا به یکدیگر افتخار می کنید؟
- 15- در مورد وظایف و مسئولیت های یک زن و یک شوهر توافق دارید؟
- 16- آیا شما روحیه ی مبارزه طلبی دارید؟
- 17- آیا شما اهل گذشت هستید؟
- 18- آیا شما عموماً از نتیجه ی عدم توافق هایی که با یکدیگر دارید ناراضی هستید؟
- 19- آیا شریک زندگی شما وقتی از دست شما عصبانی است آن را نشان می دهد؟
- 20- وقتی شما از او عصبانی هستید به او می گوئید؟
- 21- آیا هردوی شما می توانید عصیانیت خود را کنترل کنید؟
- 22- آیا اشتباهات گذشته ی یکدیگر را دوباره مطرح می کنید؟

- 23- آیا در حضور دیگران از یکدیگر انتقاد می کنید؟
- 24- آیا در صورت وجود مسائلی که ازدواجتان را تهدید می کند به خدمات مشاوره ای روی خواهید آورد؟
- 25- موقعیت اقتصادی شما مثل هم است؟
- 26- می دانید درآمد شریک زندگی تان چقدر است؟
- 27- دیدگاه های مشابهی درباره مسائل مالی دارید؟
- 28- آیا به شریک زندگی تان در زمینه های مالی اعتماد دارید؟
- 29- آیا هر دو نفر شاغل هستید؟
- 30- آیا درباره شاغل بودن به توافق رسیده اید؟
- 31- آیا حساب بانکی مشترک دارید؟
- 32- درباره هزینه ها و درآمدهایتان با یکدیگر صحبت می کنید؟
- 33- آیا روابط جنسی شما کنترل شده است؟
- 34- آیا شما از شیوه و میزان ابراز عواطف شریک زندگی خود راضی هستید؟
- 35- آیا شما درباره مسائل و روابط جنسی به راحتی می توانید با یکدیگر صحبت کنید؟
- 36- آیا درباره توانایی شریک زندگی تان در مورد وفاداری به زندگی زناشویی ، اطمینان دارید؟
- 37- آیا معتقدید که احساسات عاشقانه شما به یکدیگر از جذابیت جنسی شما به یکدیگر مهمتر است؟
- 38- آیا از شیوه برقراری ارتباط همسرتان با جنس مخالف - مثلاً" در یک مهمانی - راضی هستید؟
- 39- آیا به رابطه جنسی به چشم چیزی لذت بخش می نگرید؟
- 40- آیا به رابطه جنسی به چشم رابطه ای که باید آن را تحمل کرد می نگرید؟
- 41- آیا خواهان داشتن فرزند هستند؟
- 42- آیا درباره داشتن فرزند با یکدیگر حرف زده اید؟
- 43- آیا درباره تعداد فرزندان در آینده با یکدیگر صحبت کرده اید؟
- 44- آیا درباره ی زمان بچه دار شدن به توافق رسیده اید؟
- 45- آیا درباره ی زمان چگونگی تربیت فرزندان به توافق رسیده اید؟
- 46- آیا درباره ی نظام ارزشی و اعتقادی ای که در تربیت بچه به کار خواهید برد ، به توافق رسیده اید؟

- 47- آیا درباره ی ایجاد انضباط بچه به توافق رسیده اید؟
- 48- آیا نحوه تنبیه و تشویق ها را برنامه ریزی کرده اید؟
- 49- آیا درباره ی مباحث فرزند دار شدن دیدگاه های مشابهی دارید - مثلاً " سقط جنین ، فرزند خواندگی و ...
- 50- آیا هر دو یک مذهب دارید؟
- 51- آیا شما به یکدیگر در نزدیک شدن به خدا کمک می کنید؟
- 52- آیا برای انجام مراسم مذهبی با یکدیگر برنامه ریزی می کنید؟
- 53- دیدگاه مشترکی نسبت به مسئله ازدواج و طلاق دارید؟
- 54- برای ازدواج کردن هدف دارید؟
- 55- اهداف ازدواج تان مشترک است؟
- 56- احساس شما نسبت به یک ازدواج موفق یکسان است؟
- 57- آیا درباره تربیت مذهبی کودکان تان با یکدیگر توافق دارید؟
- 58- آیا در نگرش شریک زندگی تان نسبت به باورها و مناسک مذهبی راضی هستید؟
- 59- آیا شما یکدیگر را با یک عشق از منظر الهی دوست دارید؟
- 60- آیا خانواده های یکدیگر را تایید می کنید؟
- 61- آیا خانواده های شما رابطه ی شما را تحکیم می کنند؟
- 62- آیا می توانید خانواده های یکدیگر را بپذیرید و آنها را درک کنید؟
- 63- با خانواده های یکدیگر رابطه قوی و مستحکمی برقرار خواهید کرد؟
- 64- آیا از میزان ارتباط خانواده ی همسرتان در رابطه مشترکتان راضی هستید؟
- 65- آیا دوستان مشترک دارید؟
- 66- ارتباط با دوستان تان زیاد است؟
- 67- آیا شما روابط حل نشده و پیچیده ای در گذشته داشته اید؟
- 68- خلق و خوی شما عصبی است؟
- 69- خلق و خوی شما زودرنج است؟
- 70- خلق و خوی شما افسرده است؟
- 71- خلق و خوی شما مضطرب و نگران است؟
- 72- فکر می کنید خلق و خوی شما روی ازدواج تان تاثیر منفی خواهد گذاشت؟
- 73- آیا شما حالت های عاطفی و مسائلی دارید که لازم است همسرتان آنها را بدانند؟ (مثلاً"
- از موردی خاص عصبی می شوید)

74- در روابط منعطف هستید؟

75- آیا به لحاظ عاطفی به یکدیگر کمک می کنید و از هم حمایت می کنید؟

76- توانایی تشخیص عشق واقعی از عشق زودگذر را دارید؟

77- روابط شما با والدین تان خوب است؟

• معرفی پرسشنامه:

پرسشنامه مشاوره قبل از ازدواج دارای 8 زیرمقیاس و 77 سوال است. این ابزار براساس تجارب و نتایج تحقیقات که زمینه های زیر را برای یک رابطه ی ازدواج موفقیت آمیز مهم و ضروری می دانند، طراحی شده است. برای داشتن یک ازدواج موفق، هرچه شناخت بیشتر باشد می توان انتظار ازدواج پایدارتری داشت. در این پرسشنامه برخی از زمینه های ضروری شناخت بیان شده است:

• تعریف مفهومی:

ارتباط: تعهد زوجین را به عشق ورزیدن و گرمی داشتن یکدیگر در دوران های مختلف و فراز و نشیب های زندگی شان مطرح میکند.

حل تعارض ها و کشمکش ها: مسائل زناشویی عموماً "وقتی پیچیده می شود که زوجین با به کار گیری روش های غلط و مخرب سعی در حل آنها داشته باشند، مثلاً" فریاد بزنید، تهدید کنید، قهر کنید و ... توانایی گفتگو و حل کشمکش ها از طریق مذاکره ی سازنده مشخصه احترام متقابل است هنری است که باید کسب شود.

مسائل مالی: در بسیاری از زوجین مسائل مالی آغازگر تعارضات زناشویی است. تعارضات می تواند از چگونگی کنترل درآمد زوج ها ناشی شود به منظور اجتناب از مسائل مالی جدی،

زوجین تشویق می شوند که بودجه ای را بپذیرند که توافق دو طرفه آنها را در زمینه اولویت هایشان منعکس کند.

روابط جنسی: عشق می تواند به گونه ای بسیار زیبا و رضایت بخش از طریق رابطه ی جنسی شما ابراز شود. در عین حال که زوجین می توانند حس عمیق صمیمیت را از تجلی جسمانی عشق شان تجربه کنند ، گاه روابط جنسی می تواند منشأ ناکامی و اضطراب نیز باشد. مبادله ی صادقانه احساسات فردی درباره روابط جنسی می تواند احساس و ادراک زوجین را از این خصوصی ترین و صمیمانه ترین فعالیت انسانی افزایش دهد.

کودکان : تعداد و زمان بچه دار شدن مسئله ای مهم در ازدواج است. زوجین لازم است درباره احساساتشان و عقایدشان در این باره صحبت کنند و درباره مسئولیت ها و برنامه های پس از بچه دار شدن به گفتگو بپردازند.

مذهب: دیدگاه فردی و مشترک مذهبی می تواند تاثیر اساسی در ازدواج داشته باشد. مطالعات نشان داده است که انجام اعمال مذهبی مشترک در میزان رضایت مندی بیشتر از زندگی زناشویی و کاهش احتمال طلاق نقش مهمی دارد. ایمان زوج ها نه تنها بر زندگی آنها اثر می گذارد بلکه بر زندگی فرزندان و اطرافیانشان نیز موثر است. ما ضمن اینکه بر عواطف مثبت در طی دوران نامزدی تاکید می کنیم در عین حال مسائل عاطفی می تواند یک منطقه حساس و مین گذاری شده باشد! این فرصت را به یکدیگر بدهیم تا به کمک هم از پیچیدگی عواطف زنانه و مردانه عبور کنید.

خانواده و دوستان: رابطه شما با خانواده و دوستان پس از ازدواج تا چه حدی تغییر می کند؟ باید دانست در حالیکه زن و شوهر باید بهترین دوستان هم باشند در عین حال هر کدام به داشتن دوستان خوب و اعضای خانواده شان برای حمایت شدن در سراسر زندگی مشترک نیاز دارند.

مسائل عاطفی: ما ضمن اینکه بر عواطف مثبت در طی دوران نامزدی تاکید می کنیم در عین حال مسائل عاطفی می تواند یک منطقه حساس و مین گذاری شده باشد! این فرصت را به یکدیگر بدهیم تا به کمک هم از پیچیدگی عواطف زنانه و مردانه عبور کنید.

• تعریف عملیاتی:

در این پژوهش منظور از نمره استاندارد مشاوره نمره ای است که فرد به سوالات 77 ماده ای پرسشنامه

مورد نظر می دهد

• مولفه های پرسشنامه:

هریک از این زیرمقیاس ها شامل سوالات زیر می شود:

- ارتباط : سوالات 1 تا 17 ؛
- حل تعارض ها و کشمکش ها : سوالات 18 تا 24 ؛
- مسائل مالی : سوالات 25 تا 32 ؛
- روابط جنسی : سوالات 33 تا 42 ؛
- کودکان : سوالات 43 تا 49 ؛
- مذهب : سوالات 50 تا 59 ؛
- خانواده و دوستان : سوالات 60 تا 67 ؛
- مسائل عاطفی : سوالات 68 تا 77 ؛

• نمره گذاری پرسشنامه:

نمره گذاری این تست براساس طیف 5 درجه ای لیکرت انجام می شود.

کاملاً موافق = 5 / موافق = 4 / متوسط = 3 / مخالف = 2 / کاملاً مخالف = 1
سوالاتی که به صورت معکوس (زیر) نمره گذاری می شوند : 18 و 22 و 23 و 40 و 68 و 69 و 70 و 71 و 72 و 73

کاملاً موافق = 1 / موافق = 2 / متوسط = 3 / مخالف = 4 / کاملاً مخالف = 5
برای به دست آوردن امتیاز هر زیرمقیاس ، نمره تک تک سوالات آن را باهم جمع نمایید.
همچنین برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه نمره مجموع سوالات 1 تا 77 را باهم جمع نمایید. تا میزان توافق بین طرفین مشخص شود. این امتیاز دامنه ای از 77 تا 385

خواهد داشت ، بدیهی است که هرچه این امتیاز بالاتر باشد نشان دهنده میزان بالای توافق بین طرفین خواهد بود و برعکس.

• تحلیل (تفسیر) بر اساس میزان نمره پرسشنامه

بر اساس این روش از تحلیل شما نمره‌های به دست آمده را جمع کرده و سپس بر اساس جدول زیر قضاوت کنید. توجه داشته باشید میزان امتیازهای زیر برای یک پرسشنامه است در صورتی که به طور

مثال شما 10 پرسشنامه داشته باشید باید امتیازهای زیر را ضربدر 10 کنید

مثال: حد پایین نمرات پرسشنامه به طریق زیر بدست آمده است

تعداد سوالات پرسشنامه * 1 = حد پایین نمره

حد پایین نمره	حد متوسط نمرات	حد بالای نمرات
1	39	77

امتیازات خود را از 77 عبارت فوق با یکدیگر جمع نمایید. حداقل امتیاز ممکن 1 و حداکثر 77 خواهد بود.

نمره بین 1 تا 20 : حس انسجام پایین است.

نمره بین 20 تا 39 : حس انسجام متوسط است.

نمره بالاتر از 39 : حس انسجام بالا است .

• روایی و پایایی:

این پرسشنامه ترجمه شده از روی یک ابزار به زبان انگلیسی است که تا کنون در ایران اجرا نشده است و نیازمند اعتباریابی (سنجش روایی و پایایی است). اما نویسنده روایی این پرسشنامه را مطلوب گزارش کرده و پایایی آن را طبق آلفای کرونباخ بالای 90 ذکر کرده است.

• منبع:

سایت های اینترنتی