

بسم الله الرحمن الرحيم

پرسشنامه رضایت مندی زناشویی (گلاس- صاحبی)



لطفاً همه ی عبارات را به دقت بخوانید و سپس به هر عبارت نمره ی بین ۰ تا ۱۰ بدهید. نمره نشان دهنده ی میزان رضایت مندی شما یا احساس خشنودی شما از رابطه با همسرتان می باشد.

۱. از میزان زمانی که با هم گفتگو می کنیم و حرف می زنیم رضایت دارم. ☐
۲. از دوستان مشترکی که داریم رضایت دارم. ☐
۳. از کیفیت و کمیت رابطه ی جنسیمان رضایت دارم. ☐
۴. با میزان زمانی که او و من در کار یا خانه می گذارنیم موافقم. ☐
۵. با شیوه خرج کردن پولمان موافقم. ☐
۶. از سبک و شیوه ی فرزند پروری همسر من رضایت دارم (منظور روشهای مراوده و برخورد همسران با فرزندان است). ☐
۷. این گونه فکر و احساس می کنم که همسر من از من طرفداری می کند (در جبهه ی من است).
۸. از زمان اوقات فراغت و تفریحی که با هم می گذرانیم (مثل فعالیتهای ورزشی، مسافرت، تعطیلات، پیک نیک، و...) رضایت دارم. ☐
۹. به طور کلی از شیوه های پیوند و رابطه همسر من با اعضای خانواده اش (والدینش، خواهران، برادران) رضایت دارم. ☐
۱۰. اساساً با جهانبینی و نگاه همسر من به زندگی (ارزش ها، نگرش ها، باورهای مذهبی، و سیاسی) موافقم.
۱۱. از نحوه رفتار همسر من با خانواده من (والدینم، برادر و خواهرانم) خشنودم. ☐
۱۲. به طور کلی از عادات، اخلاق، اطوار، و ظاهر کلی همسر من رضایت دارم. ☐

نمره رضایت مندی از جمع نمرات سوالات به دست می آید، آنها را با هم جمع کنید.

تفسیر	نمرات
۸۴ و بالاتر به معنی اینست که از ازدواج خوبی برخوردارید	۶۰ تا ۷۱ به معنی این است که به تغییرات پایه ای نیاز دارید.
بین ۷۲ و ۸۳ یعنی احساس و مراوده ی رضایت بخشی دارید.	زیر ۶۰ به معنی این است که رضایت مندی شما ضعیف و ناخشنود است.