



نوتری پُرس

NUTRIPORS.IR



NUTRIPORS

Nutripors.ir

پرسشنامه سازگاری اسپانیر



@NUTRIPROS



پرسش نامه سازگاری دو نفری

اکثر مردم در روابط خود اختلافاتی دارند لطفا در مقابل هریک از عبارات زیر میزان توفیق یا عدم توفیق خود با همسرتان را با گزارش عدد مناسب در مقابل آن مشخص کنید .

- ۵=توافق دائم داریم
- ۴=تقریبا توافق دائم داریم
- ۳=گاهی توافق داریم
- ۲=اغلب اختلاف داریم
- ۱=تقریبا همیشه اختلاف داریم
- ۰=همیشه اختلاف داریم

۱. صرف درآمد و امور مالی خانواده	
۲. تفریحات و تجدید قوا	
۳. موضوعات و مسائل مذهبی	
۴. ابراز محبت	
۵. دوستان	
۶. روابط جنسی	
۷. رعایت عرف (رفتار صحیح یا مناسب)	
۸. فلسفه زندگی	
۹. طرز رفتار با والدین و خویشاوندان همسر	
۱۰. مقاصد، اهداف و چیزهای مهم	
۱۱. مدت زمان با هم بودن	
۱۲. اتخاذ تصمیمات مهم	
۱۳. انجام کارهای خانه	
۱۴. علایق و فعالیت های اوقات فراغت	
۱۵. تصمیمات تحصیلی و شغلی	



لطفا با استفاده از مقیاس نمره گذاری زیر مشخص کنید که هر یک از موارد زیر پند وقت یکبار بین شما و همسرتان رخ می دهد.

۱=همیشه

۲=تقریبا همیشه

۳=اکثر اوقات

۴=معمولا

۵=بندرت

۱۶.چند وقت یکبار به فکر طلاق، جدایی و یا پایان داد به رابطه خود افتاده اید و یا در باره آن بحث کرده اید .	
۱۷.چند وقت یکبار شما و همسرتان بعد از دعوا خانه را ترک کرده اید.	
۱۸.کلا چند وقت یکبار فکر کرده اید که همه چیز بین شما و همسرتان به خوبی می گذرد.	
۱۹.آیا به همسر خود اعتماد و اطمینان دارید.	
۲۰.آیا اتفاق افتاده که از ازدواج خود متأسف باشید.	
۲۱.چند وقت یکبار شما و همسرتان دعوا می کنید.	
۲۲.چند وقت یکبار شما و همسرتان اعصاب یکدیگر را خرد می کنید.	

۲۳.همسر خود را می بوسید.

هرگز	ندرتا	گاهی اوقات	تقریبا هرروز	هرروز
	۰	۱	۲	۳
				۴

۲۴.آیا شما و همسرتان علایق مشترک خارج از خانه دارید.

در تمام موارد در اکثر موارد در بعضی از موارد در چند مورد در هیچ مورد



موارد زیر هر چند وقت یکبار بین شما و همسرتان رخ می دهد.

- ۱=هرگز
۲=کمتر از یکبار در ماه
۳=یک یا چند بار در ماه
۴=روزی یکبار
۵=بیش از روزی یکبار

۲۵. یک تبادل نظر جذاب و دلچسب	
۲۶. با هم خندیدن	
۲۷. به آرامی در مورد چیزی گفتگو کردن	
۲۸. در یک پروژه یا برنامه همکاری کردن	

برخی از مواردی که گاه باعث توافق یا اختلافات زن و شوهرها می شود به قرار زیر است . آیا این ها در چند هفته گذشته باعث اختلاف نظر یا مشکلاتی برای شما بوده است؟ لطفا دور پاسخ «بله» یا «خیر» را دایره بکشید.

- بله خیر ۲۹. حال و حوصله رابطه جنسی را نداشتن
بله خیر ۳۰. ابراز عشق و محبت نکردن

۳۱. موارد زیر نشان دهنده میزان شادکامی در رابطه شما است . نقطه وسط، یعنی خشنودی یا «شادکامی» نشان دهنده میزان شادکامی در اکثر روابط زناشویی است. لطفا با در نظر گرفتن تمام جوانب دور شماره ای را که نشان دهنده میزان شادکامی شماست دایره بکشید.

بسیار ناخشنود	نسبتا ناخشنود	کمی ناخشنود	خشنود یا شادکام	خیلی شادکام	فوق العاده
۰	۱	۲	۳	۴	۵
شادکام	عالی				



۳۲. کدامیک از عبارات زیر بهترین توصیف احساس شما در درباره آینده رابطه شماست؟
لطفا عبارت انتخابی خود را با کشیدن دایره دور شماره جلوی آن مشخص کنید.

۵. مصرا نه خواهان موفقیت رابطه خود هستیم ، و برای این موقعیت از هر تلاش خسته و نا امید نمی شویم.
۴. خیلی دلم می خواهد رابطه ما موفق باشد و برای این موفقیت از هر مقدار تلاش خسته و نا امید نمی شویم.
۳. خیلی دلم می خواهد رابطه ما موفق باشد و برای این موفقیت به سهم خود تلاش می کنم.
۲. خوب است رابطه مان موفق باشد ؛ اما نمی توانم برای تداوم ان بیش از این تلاش کنم.
۱. خوب است رابطه مان موفق باشد ؛ اما حاضر نیستم برای تداوم ان بیش از این تلاش کنم .
۰. امکان موفقیت رابطه ما هرگز وجود ندارد و برای ادامه آن دیگر از من هیچ کاری ساخته نیست.



پرسش نامه سازگاری اسپانیر

در این پژوهش از مقیاس سازگاری دو عضوی گراهام اسپانیر (۱۹۷۶)، برای جمع آوری اطلاعات مربوط به سازگاری زناشویی استفاده شد. این پرسش نامه قبل و بعد از اجرای آزمایش توسط زوج ها تکمیل گردید. این مقیاس یک ابزار ۳۲ سؤالی برای ارزیابی کیفیت رابطه ی زناشویی از نظر زن یا شوهر یا هر دو نفری است که با هم زندگی می کنند. این ابزار برای دو هدف ساخته شده است. می توان با به دست آوردن کل نمرات، از این ابزار برای اندازه گیری رضایت کلی دریک رابطه صمیمانه استفاده کرد. تحلیل عاملی نشان می دهد که این مقیاس چهار بعد رابطه را می سنجد. این چهار بعد از این قرارند: رضایت دونفری، همبستگی دو نفری، توافق دو نفری و ابراز محبت.

پایایی پرسش نامه سازگاری اسپانیر

نمره ی کل مقیاس با آلفای کرانباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی خوبی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس ها بین خوب تا عالی است. رضایت دونفری ۰/۹۴، همبستگی دو نفری ۰/۸۱، توافق دو نفری ۰/۹۰ و ابراز محبت ۰/۷۳ (ثنایی، ۱۳۷۹). در این پژوهش نیز از طریق آلفای کرانباخ پایایی این مقیاس ۰/۹۴ به دست آمد.

روایی پرسش نامه سازگاری اسپانیر

این مقیاس با روش های منطقی روایی محتوا چک شد. مقیاس سازگاری زن و شوهر با قدرت تمیز دادن زوج های متأهل و مطلقه درهرسؤال، روایی خود را برای گروه های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان نیز برخوردار است و با مقیاس رضایت زناشویی لاک-والاس همبستگی دارد (ثنایی، ۱۳۷۹). در ایران نیز این مقیاس در سال ۱۳۷۴ توسط آموزگار و حسین نژاد هنجاریابی شده است. این مقیاس با روش بازآزمایی و با فاصله ی ۱۰ روز روی نمونه ای متشکل از ۱۲۰ نفر از زوج ها (۶۰ مرد و ۶۰ زن) اجرا گردید و برای میزان همبستگی از روش گشتاوری پیرسون استفاده شد. ضریب همبستگی بین نمرات زوج ها طی دوبار اجرا در کل نمرات ۰/۸۶، مقیاس رضایت زناشویی ۰/۶۸، مقیاس همبستگی دونفری ۰/۷۵، مقیاس توافق دونفری ۰/۷۱ و مقیاس ابراز محبت ۰/۶۱ به دست آمده است.



شیوه ی نمره گذاری پرسش نامه سازگاری اسپانیر

مقیاس نمره گذاری زن و شوهر سه نوع مقیاس متفاوت رتبه بندی به دست می دهد. نمرات بالاتر نشان دهنده ی

رابطه بهتر و سازگارتر است. سؤالات خرده مقیاس ها از این قرار است:

رضایت زناشویی: ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۳۱، ۳۲؛ همبستگی دو نفری: ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸؛ توافق

دو نفری: ۱، ۲، ۳، ۵، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵؛ ابراز محبت: ۴، ۶، ۲۹، ۳۰. نمره گذاری براساس مقیاس

لیکرت انجام می شود.