

## اختبار التوافق الزوجي

### التعليمة :

إقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية ، و قرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك و سلوكك و آرائك ، ثم مدى إنطباقها أو عدم إنطباقها عليك ، و ذلك بوضع علامة ( X ) في الخانة المناسبة .

الرقم	البنود	دائما	أحيانا	نادرا
01	نظرتنا للحياة متقاربة			
02	لا يطيق أحدنا البعاد عن الآخر			
03	نتقارب في عاداتنا و طباعنا			
04	يعتبر كلانا الآخر ( فتى / فتاة ) أحلامه			
05	لهم نختلف على مبدأ احترامنا			
06	نتبادل الإعجاب و التقدير و الحب			
07	يقدر كلانا الحياة الزوجية و يقدرها			
08	لو خيرنا من جديد لاختار أحدنا الآخر			
09	يكره كلانا الحرام و يمقته			
10	لا يرى أحدنا في الآخر إلا كل جميل			
11	يرضى كلانا بما قسم الله له			
12	لا نفلوق بعضنا تقريبا إلا في ساعات العمل			
13	ننظم علاقاتنا وفقا لقواعد الشرع و الدين			
14	نتحدث بحب عن ذكروايتنا الجميلة و لانساها			
15	نرسم لمستقبلنا و نخطط له معا			
16	أمتع الأوقات و أعذبها تلك التي نقضيها معا			
17	نشعر أننا نتخاطب بلغة واحدة و ننطق بلسان واحد			
18	لا يتلذذ أحدنا طعامه و شرابه دون الآخر			
19	نواجه المشكلات معا			

			نتبادل أرق المشاعر و أعذبها	20
			دائما نتلاقى عند نقطة واحدة تنهي اختلافنا	21
			لا يهنا لأحدنا نومه إلا إذا اطمأن على نوم الآخر	22
			يغلب العقل في تفهم حواراتنا	23
			نتقارب أفكارنا و نتلاقي ميولنا و اهتمامتنا	24
			يحرص كل منا على إرضاء الآخر ما أمكن	25
			يعتبر كلانا الآخر صديقه الحزنون	26
			نتبادل الأفكار و نصرح بخيالنا معا	27
			نشعر أننا جسدان في روح واحدة	28
			أسعد الأوقات تلك التي نتجادب فيها أطراف الحديث الممتع	29
			يشعر لكل منا أنه في واد و الثاني في واد آخر	30
			يشعر كلانا بإحتياجه الشديد للآخر	31
			يعتبر كلا منا الآخر أجمل هدية من الله إليهم	32
			يخطط كلا منا لحياته في غياب الآخر	33
			ننطق بكلمة واحدة	34
			لم نتذكر أننا تلاقينا على رأي واحد يوما ما	35
			يحترم كلانا مشاعر الآخر و يقدها	36
			لغة الحوار بيننا مقطوعة	37
			نتلاقى روحيا قبل أن نتلاقى جسديا	38
			لا يقتنع كلانا بتفكير الآخر	39
			يعتبر كلانا الآخر لطيفا و جذابا	40
			أصبحنا ننسى أننا متزوجين	41
			علاقتنا الجنسية تسودها مشاعر نبيلة	42
			يجد كلانا راحته في البعد عن الآخر	43
			يحاول كل منا أن يبدو جميلا في عيني الآخر	44
			نتجنب المناقشات معا منعا للمشاجرات	45
			يبذل كل منا أقصى ما يمكنه لإسعاد الآخر	46

			يفتش كلا منا عن أخطاء الآخر و يضحكها	47
			يبتسم كلانا في وجه الآخر حتى في أصعب المواقف	48
			نتشاجر حول أمور لا تستحق مجرد العتاب	49
			يحترم كل منا أسرار حياتنا الخاصة	50
			بدأت الشكوك و الضنون تتسرب إلى حياتنا	51
			يشعر كل منا بصدق الآخر	52
			أصبحنا غريبين تحت سقف واحد	53
			نشعر بالفرح و السعادة عندما نكون معا	54
			صار الخصام طابع حياتنا	55
			نحرص على تحقيق أقصى إشباع عاطفي و جنسي	56
			بدأنا نبحت عن السعادة خارج المنزل	57
			كلا منا يفتهي الآخر بروح-هـ	58
			أصبحنا نختلق المشاكل و النزاعات	59
			الجنس في حياتنا وسيلة شرعية ممتعة لغاية كبرى	60

أعد المقياس الدكتور محمد بيومي خليل سنة 1998، يتضمن ببعدين رئيسيين وهما :

\* التوافق الفكري الوجداني.

\* التوافق العاطفي الجنسي.

معبر عنه بـ 60 بندا، ببدائل إجابة ثلاث مقدرة بمدى يتراوح بين (2 و 0) للعبارات الإيجابية وبين (0 و 2) للعبارات السلبية ( العكسية ).

حيث أن العبارات الموجبة يقدر عددها بـ 45 بندا و هي : 1-2 إلى غاية 29-31-32-34-36-38-40-42-44-46-48-50-52-54-56-58-60 .

والعبارات السالبة عددها 15 وهي : 30-33-35-37-39-41-43-45-47-49-51-53-55-57-59

، حيث تقدر درجة التوافق الزوجي بـ 110 فما فوق ،ويقدر اللاتوافق الزوجي بـ 95 فأقل على بنود الإختبار المرجع

( محمد بيومي خليل، سيكولوجية العلاقات )

