

## مقیاس دلزدگی زناشویی (CBM)

### هدف: سنجش درجه دلزدگی زناشویی در بین زوجین

شیوه تکمیل: در طی سه ماهه گذشته تا چه حد احساسات زیر را در خانواده (روابط زنا شویی) نسبت به همسر خود تجربه کرده اید؟ با توجه به ملاک های زیر گزینه ای را که بیانگر احساس فعلی شما در این لحظه است را برگزینید. هیچ پاسخی به عنوان صحیح یا غلط قلمداد نمی شود. لذا بهترین گزینه ای را که احساس شما را توصیف می کند با زدن یک ضربدر (\*) مشخص کنید.

ردیف	عبارات	هرگز	یکبار طی	بندرت	گاهی	معمولا	غالباً	همیشه
1	خستگی							
2	افسردگی							
3	روز خوبی داشتن							
4	از نظر جسمانی از پا افتادن							
5	از نظر عاطفی از پا افتادن							
6	خوشحال بودن							
7	"تهی و خالی" شدن، درد کردن همه ی بدن							
8	لبریز شدن کاسه صبر							
9	ناراحتی							
10	خستگی و تباهی و مستعد							

							بیماری شدن	
							به دام افتادن	11
							بی ارزش بودن	12
							بی چیز بودن، چیزی برای بخشیدن نداشتن	13
							گرفتار مشکل شدن	14
							درباره همسر احساس خشم و سرخورگی کردن	15
							ضعف و اختلالات خواب	16
							نامیدی	17
							طرد شدن از طرف همسر	18
							خوش بین بودن	19
							پر انرژی بودن	20

## • روش نمره گذاری و تفسیر

این پرسشنامه دارای 20 سوال بوده و هدف آن ارزیابی ابعاد رفتار شهروندی افراد (نوع دوستی، وظیفه شناسی، جوانمردی، ادب و مهربانی، فضیلت مدنی) است. مقیاس دزدگی زناشویی یک ابزار خود سنجی است که برای اندازه گیری درجه دزدگی زناشویی در بین زوج ها طراحی گردیده است. این مقیاس از یک ابزار خودسنجی دیگری که برای اندازه گیری دزدگی بکار می رود اقتباس شده است. این مقیاس توسط پاینز (1996) ابداع گردید (پانیز و نانز 2003، لائس و لائس 2001).

این پرسشنامه 20 ماده دارد که شامل 3 جزء اصلی خستگی جسمی (مثلا احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب) از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، در دام افتادن) و از پا افتادن روانی (مثل احساس بی ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) می باشد تمام این موارد روی یک مقیاس هفت امتیازی پاسخ داده می شوند. سطح 1 معرف عدم تجربه عبارت مورد نظر و سطح 7 معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر پانیز: 1996 ترجمه شاداب 1386 صفحه 351 است.

طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه در جدول زیر ارائه گردیده است:

گزینه	هرگز	یکبار	بندرت	گاهی	معمولا	غالباً	همیشه
امتیاز	1	2	3	4	5	6	7

برای بدست آوردن میزان دلزدگی زناشویی باید دستورالعمل زیر را اجرا نمود:

- **مرحله اول:** امتیازهایی که به موارد زیر داده شده است را با هم جمع می شوند:

1-21-18-17-16-15-14-13-12-11-10-9-8-7-5-4-2

- **مرحله دوم:** امتیازهایی را که به شماره های 3، 6، 19، 20 داده شده است با هم جمع می شوند.

- **مرحله سوم:** امتیاز مرحله دوم از عدد 32 کم می شود.

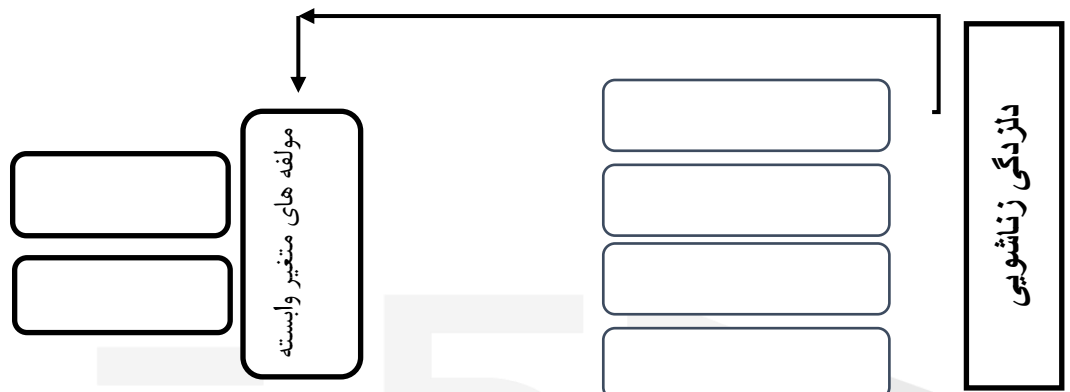
- **مرحله چهارم:** امتیاز مرحله اول با مرحله سوم جمع می شود.

- **مرحله پنجم:** عدد مرحله چهارم بر عدد 21 تقسیم می شود.

عدد حاصل درجه دلزدگی را نشان می دهد. لازم به ذکر است که اعداد بزرگتر بیانگر میزان دلزدگی بالاتر خواهند بود و برعکس.

## • مدل دلزدگی زناشویی

توجه شکل زیر یک مدل آماده بر تحقیق شما می‌باشد در صورتی که تحقیق شما از دو متغیر تشکیل شده است مدل خالی را با مشاهده مدل تکمیل شده پر کنید و در صورتی که تحقیق شما فقط یک متغیر دارد قسمت متغیر وابسته مدل که خالی است را پاک کنید.



## • روایی و پایایی پرسشنامه

قابلیت اعتماد یا پایایی یک ابزار عبارت است از درجه ثبات آن در اندازه گیری هر آنچه اندازه می‌گیرد یعنی اینکه ابزار اندازه‌گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می‌دهد. ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس دلزدگی زناشویی نشان داد که آن دارای یک همسانی درونی بین متغیرها در دامنه 0/84 و 0/90 است روایی به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت به تایید رسیده است مانند: نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه،

احساس امنیت، خود شکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آنها. نسخه های ترجمه شده CBM به طور موفقیت آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده شده است (پانیز و نانز، 2003، لائس و لائس 2001).

همانطور که مشاهده می شود CBM از همسانی درونی و ضریب پایایی بالا و رضایت بخشی برخوردار و جهت اندازه گیری میزان دلزدگی زناشویی مناسب است.

ضریب اطمینان آزمون - بازآزمون 0/89 برای یک دوره یک ماهه، 0/76 برای یک دوره دو ماهه، و 0/66 برای دوره چهارماهه بود. درونی برای اغلب آزمودنی ها با ضریب ثابت آلفا سنجیده شد، که بین 0/91 تا 0/93 بود (پانیز ترجمه شاداب، 1381). در ایران نیز نویدی (1384) آلفا کرونباخ این پرسشنامه را در مورد 240 نمونه 120 پرستار و 120 معلم اندازه گیری کرد که عبارت است 0/86.

#### • منبع

پانیز، آیالامالاچ. (1996). چه کنیم تا عشق رویایی به دلزدگی نینجامد، ترجمه ی فاطمه شاداب، (1381). تهران: انتشارات ققنوس.

نویدی، فاطمه. ( 1384 ). بررسی و مقایسه رابطه دلزدگی زناشویی با عوامل جو سازمانی در کارکنان ادارات آموزش و پرورش و پرستاران بیمارستانهای شهر تهران پایان نامه ی چاپ نشده ی کارشناسی ارشد در رشته ی مشاوره. دانشگاه شهید بهشتی.