CPQ

Fragebogen zu Kommunikationsmustern (CPQ)

Der Communication Patterns Questionnaire (CPQ) ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen, der erfasst, wie Paare bei Konflikten miteinander kommunizieren. Er unterscheidet verschiedene Kommunikationsmuster wie konstruktiven Dialog, vermeidende Kommunikation oder die Neigung zur Eskalation und hilft, dysfunktionale Beziehungsdynamiken zu erkennen, die die Partnerschaftszufriedenheit beeinträchtigen können.

Anzahl der Fragen	35 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Communication Patterns Questionnaire
Zielgruppe	Erwachsene Paare
Autor:innen	Andrew Christensen, Megan Sullaway (1984)
Kategorie	Paarbeziehung

Vorschau der 35 Fragen

Wenn in meiner Beziehung ein Problem auftaucht:

Gegenseitige Vermeidung. Mein/e Partner/in und ich vermeiden es beide, über das Problem zu sprechen.

1 - Sehr unwahrscheinlich | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Sehr wahrscheinlich

Wenn in meiner Beziehung ein Problem auftaucht:

Gegenseitige Aussprache. Mein/e Partner/in und ich versuchen beide, über das Problem zu sprechen.

1 - Sehr unwahrscheinlich | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Sehr wahrscheinlich

Wenn in meiner Beziehung ein Problem auftaucht:

Ich versuche, ein Gespräch zu beginnen, während mein/e Partner/in versucht, einem Gespräch auszuweichen.

1 - Sehr unwahrscheinlich | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Sehr wahrscheinlich

Wenn in meiner Beziehung ein Problem auftaucht:

Mein/e Partner/in versucht, ein Gespräch zu beginnen, während ich versuche, einem Gespräch auszuweichen.

1 - Sehr unwahrscheinlich	2	3	4	5	6	7	8	9 - Sehr wahrscheinlich

Während eines Gesprächs über ein Beziehungsproblem:

Gegenseitige Vorwürfe. Mein/e Partner/in und ich machen uns gegenseitig Vorwürfe, beschuldigen und kritisieren einander.

1 - Sehr unwahrscheinlich	2	3	4	5	6	7	8	9 - Sehr wahrscheinlich

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer Likert-Skala bewertet (je nach Version in der Regel von 1 bis 9 oder von 1 bis 7), und die Werte werden je Subskala aufsummiert (konstruktive Kommunikation, Vermeidung, Forderung-Rückzug usw.). Ein hoher Wert auf einer Subskala zeigt die Intensität des entsprechenden Musters an. Zur Interpretation werden die Subskalenwerte miteinander verglichen, um die vorherrschenden Kommunikationsstile zu erkennen.