

Spørreskjema om kommunikasjonsmønstre (CPQ)

Spørreskjema om kommunikasjonsmønstre (CPQ) er et selvrapporteringsskjema som kartlegger hvordan par kommuniserer under konflikter. Det skiller mellom ulike kommunikasjonsmønstre, som konstruktiv dialog, unnvikende kommunikasjon eller en tendens til opptrapping, og bidrar til å identifisere dysfunksjonell dynamikk i relasjonen som kan undergrave tilfredsheten i samlivet.

Antall spørsmål	35 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Communication Patterns Questionnaire
Målgruppe	Voksne par
Forfattere	Andrew Christensen, Megan Sullaway (1984)
Kategori	Parforhold

Forhåndsvisning av de 35 spørsmålene

Når det oppstår et problem i forholdet mitt,

Gjensidig unngåelse. Både partneren min og jeg unngår å snakke om problemet.

1 - Svært usannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Svært sannsynlig

Når det oppstår et problem i forholdet mitt,

Gjensidig samtale. Både partneren min og jeg prøver å snakke om problemet.

1 - Svært usannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Svært sannsynlig

Når det oppstår et problem i forholdet mitt,

Jeg prøver å ta opp problemet, mens partneren min prøver å unngå å snakke om det.

1 - Svært usannsynlig | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Svært sannsynlig

Når det oppstår et problem i forholdet mitt,

Partneren min prøver å ta opp problemet, mens jeg prøver å unngå å snakke om det.

1 - Svært usannsynlig	2	3	4	5	6	7	8	9 - Svært sannsynlig

Under en samtale om et problem i forholdet,

Gjensidig skyldlegging. Både partneren min og jeg gir hverandre skylden, anklager og kritiserer hverandre.

1 - Svært usannsynlig	2	3	4	5	6	7	8	9 - Svært sannsynlig

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert ledd vurderes på en Likert-skala (vanligvis 1 til 9 eller 1 til 7 avhengig av versjon), og skårene summeres per delskala (konstruktiv kommunikasjon, unngåelse, krav-tilbaketrekning osv.). En høy skår på en delskala viser intensiteten av det tilsvarende mønsteret. Tolkningen innebærer å sammenligne delskårene for å identifisere de dominerende kommunikasjonsstilene.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

"Den automatiske skåringen sparer meg for enormt mye tid, og pasientene mine er langt mer villige til å fylle ut skjemaene."

Samia T. - Psykolog på nett