

Inventário da relação de casal

Este questionário exploratório descreve as principais áreas de dificuldade de um casal: comunicação, conflitos, ternura, sexualidade, confiança, partilha de tarefas e de decisões, projetos comuns. Preenchido separadamente por cada membro do casal, põe em evidência os pontos de sofrimento e de desacordo a abordar em terapia de casal ou em acompanhamento individual.

Número de perguntas	28 perguntas
Duração estimada	7 minutos
Idioma	Português
Nome original	Couple Relationship Inventory
Público-alvo	Adultos
Categoria	Relação de casal

Pré-visualização das 28 perguntas

Nos últimos meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Temos dificuldade em falar do que realmente nos preocupa.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos meses, com que frequência isto se aplicou a si?

As nossas conversas transformam-se em discussões.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Sinto falta de carinho por parte do meu parceiro ou da minha parceira.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Sinto-me insatisfeito/a com a nossa vida sexual.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Nos últimos meses, com que frequência isto se aplicou a si?

Tenho dificuldade em confiar no meu parceiro ou na minha parceira.

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

Cotação

Cada afirmação é cotada de 0 (nunca) a 4 (muito frequentemente), consoante a sua frequência nos últimos meses. Cada domínio reúne 4 afirmações distribuídas pelo questionário, o que dá uma pontuação de 0 a 16.

Leitura do perfil

Não há pontuação global: os domínios são ordenados do mais ao menos acentuado, cada um com aquilo que abrange e os pontos a explorar em entrevista. O perfil situa as áreas de dificuldade do casal tal como a pessoa as vive. Quando ambos os membros do casal o preencheram, a diferença entre os dois perfis é muitas vezes tão reveladora como os domínios mais acentuados.

Precauções

O questionário não explora a violência conjugal. Conflitos acentuados, medo ou controlo exercido por um dos membros do casal devem levar a investigá-la em entrevista individual.

Limitações

Este questionário exploratório não foi objeto de validação psicométrica e não tem pontos de corte. Serve de apoio à entrevista clínica e não estabelece diagnósticos.

Exemplo de cotação

Cotação

Comunicação e escuta 13 / 16

Dificuldade em conversar, em ouvir o outro e em abordar os assuntos importantes.

A explorar: os assuntos evitados, a forma como cada um exprime as suas necessidades, o tempo dedicado a conversar.

Conflitos e escalada 10 / 16

Discussões que se agravam: críticas, desprezo, atitude defensiva ou retraimento.

A explorar: o desenrolar típico de uma discussão, as palavras que magoam, a forma como as discussões terminam e como se fazem as pazes.

Ternura e proximidade 9 / 16

Distância afetiva, falta de gestos de carinho, de momentos partilhados e de cumplicidade.

A explorar: os momentos partilhados, os gestos de atenção, o que mudou desde o início da relação.

Sexualidade 9 / 16

Insatisfação ou dificuldades na vida sexual e íntima do casal.

A explorar: a diferença de desejo, eventuais dificuldades sexuais, a possibilidade de falar sobre o assunto, um encaminhamento para consulta de sexologia se necessário.

Partilha de tarefas e de decisões 7 / 16

Sentimento de injustiça na divisão das tarefas, da carga mental, do dinheiro ou das decisões.

A explorar: quem faz o quê no dia a dia, a carga mental, as decisões importantes (dinheiro, filhos, habitação).

Projetos e compromisso 6 / 16

Dúvidas sobre o futuro do casal, projetos divergentes, vontade de se separar.

A explorar: os projetos de cada um (filhos, local onde viver, trabalho), o grau de compromisso, a ambivalência quanto à continuação da relação.

Confiança e ciúme 5 / 16

Dúvidas sobre a fidelidade ou a sinceridade do outro, ciúme, necessidade de verificar.

A explorar: a origem da desconfiança (infidelidade passada, história pessoal), as verificações, os comportamentos de controlo de parte a parte.

Até ao momento, não foram estabelecidos pontos de corte clínicos ou psicométricos validados para este teste. Os resultados devem, por isso, ser considerados indicadores exploratórios, destinados a apoiar a entrevista clínica, e não conclusões diagnósticas.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente

Ver todos os questionários

★★★★★

“Avaliações fiáveis e pertinentes para compreender melhor o estado psicológico dos meus pacientes”



Tiago S. - Psicólogo do trabalho