

Formulär om kommunikationsmönster (CPQ)

Communication Patterns Questionnaire (CPQ) är ett självskattningsformulär som bedömer hur par kommunicerar under konflikter. Det skiljer mellan olika kommunikationsmönster, som konstruktiv dialog, undvikande kommunikation eller tendensen att eskalera, och hjälper till att identifiera dysfunktionell relationsdynamik som kan undergräva tillfredsställelsen i parrelationen.

Antal frågor	35 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Communication Patterns Questionnaire
Målgrupp	Vuxna par
Författare	Andrew Christensen, Megan Sullaway (1984)
Kategori	Parrelationer

Förhandsgranskning av de 35 frågorna

När det uppstår ett problem i min relation:

Ömsesidigt undvikande. Både min partner och jag undviker att diskutera problemet.

1 - Mycket osannolikt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Mycket sannolikt

När det uppstår ett problem i min relation:

Ömsesidig diskussion. Både min partner och jag försöker diskutera problemet.

1 - Mycket osannolikt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Mycket sannolikt

När det uppstår ett problem i min relation:

Jag försöker inleda en diskussion medan min partner försöker undvika en diskussion.

1 - Mycket osannolikt | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 - Mycket sannolikt

När det uppstår ett problem i min relation:

Min partner försöker inleda en diskussion medan jag försöker undvika en diskussion.

1 - Mycket osannolikt	2	3	4	5	6	7	8	9 - Mycket sannolikt

Under en diskussion om ett problem i relationen:

Ömsesidigt beskyllande. Både min partner och jag skuldbelägger, anklagar och kritiserar varandra.

1 - Mycket osannolikt	2	3	4	5	6	7	8	9 - Mycket sannolikt

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Varje fråga skattas på en Likertskala (vanligen 1 till 9 eller 1 till 7 beroende på version), och poängen summeras per delskala (konstruktiv kommunikation, undvikande, krav-tillbakadragande m.m.). En hög poäng på en delskala visar intensiteten i motsvarande mönster. Tolkningen innebär att delskalepoängen jämförs för att identifiera de dominerande kommunikationsstilarna.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Det är ett verkligt plus vid besöken för att bedöma patienten, och ett mycket rikt underlag för att fördjupa det kliniska samtalet.”

Elodie C. - KBT-psykolog