

مقیاس دلزدگی زناشویی CBM

پانیز (1996)

در طی ۳ ماه گذشته تا چه حد احساسات زیر را در خانواده (روابط زناشویی) نسبت به همسر خود تجربه کرده‌اید؟ با توجه به ملاک‌های زیر برای هر گزینه‌ای که نظر ما را منعکس می‌کند علامت * بگذارید.

همیشه (7)	غالباً (6)	معمولاً (5)	گاهی (4)	بندرت (3)	یک بار طی مدتی طولانی (2)	هرگز (1)	
							۱. خستگی
							۲. افسردگی
							۳. روز خوبی داشتن
							۴. از نظر جسمی از پا افتادن
							۵. از نظر عاطفی از پا افتادن
							۶. خوشحال بودن
							۷. «تهی و خالی» شدن، درد کردن همه بدن
							۸. لبریز شدن کاسه صبر
							۹. ناراحتی
							۱۰. خستگی و تباهی و مستعد بیماری شدن
							۱۱. به دام افتادن
							۱۲. بی‌ارزش بودن
							۱۳. بی‌چیز بودن، چیزی برای بخشیدن نداشتن
							۱۴. گرفتار مشکل شدن
							۱۵. درباره همسر احساس خشم و سرخوردگی کردن
							۱۶. ضعف و اختلالات خواب
							۱۷. ناامیدی
							۱۸. طرد شدن از طرف همسر
							۱۹. خوش بین بودن
							۲۰. پارانرژی بودن
							۲۱. اضطراب