

## Test de satisfaction conjugale

Évaluez votre degré de satisfaction à propos des vingt-cinq items à l'aide de l'échelle suivante :

1. Très insatisfait    2. Peu satisfait    3. Satisfait    4. Assez satisfait    5. Très satisfait

1. Notre confiance et respect réciproques	1	2	3	4	5
2. Le respect de mon territoire et de mes habitudes	1	2	3	4	5
3. Sentiment d'admiration pour mon partenaire	1	2	3	4	5
4. Sentiment que mon partenaire m'admire	1	2	3	4	5
5. Sentiment de complicité avec mon partenaire	1	2	3	4	5
6. Notre entente sur nos projets à court, moyen et long terme	1	2	3	4	5
7. La communication verbale émotive	1	2	3	4	5
8. La fréquence de nos rapports sexuels	1	2	3	4	5
9. La qualité de nos rapports sexuels	1	2	3	4	5
10. Nos moments de tendresse, hors sexualité	1	2	3	4	5
11. L'éducation de nos enfants	1	2	3	4	5
12. Notre entente financière	1	2	3	4	5
13. Le partage des tâches ménagères	1	2	3	4	5
14. Mes liens avec la belle-famille	1	2	3	4	5
15. Les activités de loisirs	1	2	3	4	5
16. La vie au jour le jour	1	2	3	4	5
17. La prise de décision	1	2	3	4	5
18. La résolution de nos conflits	1	2	3	4	5
19. La quantité de temps passé ensemble	1	2	3	4	5
20. La qualité de temps passé ensemble	1	2	3	4	5
21. Le support obtenu lors de moments difficiles	1	2	3	4	5
22. Les relations avec nos couples amis	1	2	3	4	5
23. Nos périodes de vacances en couples ou seul, sans la famille	1	2	3	4	5
24. Notre engagement réciproque et notre partage du pouvoir	1	2	3	4	5
25. Mon sentiment de liberté dans mon couple	1	2	3	4	5

Faites le total de chaque colonne = \_\_\_\_ Puis soustrayez 25 points de ce total = \_\_\_\_ %

Le chiffre obtenu vous donne votre taux de satisfaction conjugale en pourcentage. Plus celui-ci est élevé et plus vous vivez en couple depuis longtemps, plus vous êtes amoureux et heureux.

### Interprétation sommaire des résultats

- 76 à 100 % : Couple très heureux, surtout si près de 100 %.
- 51 à 75 % : Couple heureux avec des hauts et des bas, mais attention si près de 51 %.
- 25 à 50 % : Couple malheureux et qui risque de l'être de plus en plus.
- 0 à 25 % : Couple très malheureux près du divorce ou de la résignation.

Pour obtenir une évaluation plus détaillée de ces résultats : [www.coupleheureux.com](http://www.coupleheureux.com).