

# Self Evaluation Scale for Couple



*Theoretical Guideline*  
**MANUAL**

**CAP**

Structure :

Superviseur :

CAP Facilitateur :

Nom du Groupe :

Nom du Client : MJ

Date : 09/01/18

Séance: 1- REF1

**Merci de bien vouloir évaluer votre degré de satisfaction conjugale concernant les points suivants, par ordre croissant d'intensité. De 1= très insatisfait à 5= Très satisfait**

|                                                                     |                                                                  | 1  | 2  | 3  | 4    | 5 |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----|----|----|------|---|
| 1                                                                   | Notre confiance et respect réciproques                           |    | X  |    |      |   |
| 2                                                                   | Le respect de mon territoire et de mes habitudes                 |    |    | X  |      |   |
| 3                                                                   | Sentiment d'admiration à l'égard mon partenaire                  |    |    |    | X    |   |
| 4                                                                   | Sentiment que mon partenaire m'admire                            | X  |    |    |      |   |
| 5                                                                   | Sentiment de complicité avec mon partenaire                      |    | X  |    |      |   |
| 6                                                                   | Notre entente sur nos projets à court, moyen et long terme       |    | X  |    |      |   |
| 7                                                                   | La communication verbale émotive                                 |    | X  |    |      |   |
| 8                                                                   | La fréquence de nos rapports sexuels                             |    | X  |    |      |   |
| 9                                                                   | La qualité de nos rapports sexuels                               |    | X  |    |      |   |
| 10                                                                  | Nos moments de tendresse, hors sexualité                         | X  |    |    |      |   |
| 11                                                                  | L'éducation de nos enfants                                       |    |    | X  |      |   |
| 12                                                                  | Notre entente financière                                         |    |    |    | X    |   |
| 13                                                                  | Le partage des tâches ménagères                                  |    |    | X  |      |   |
| 14                                                                  | Mes liens avec la belle famille (ou autre famille si recomposée) | X  |    |    |      |   |
| 15                                                                  | Les activités de loisirs                                         |    | X  |    |      |   |
| 16                                                                  | La vie quotidienne                                               |    | X  |    |      |   |
| 17                                                                  | La prise de décision                                             |    | X  |    |      |   |
| 18                                                                  | La résolution de nos conflits                                    | X  |    |    |      |   |
| 19                                                                  | La quantité de temps passé ensemble                              |    |    | X  |      |   |
| 20                                                                  | La qualité du temps passé ensemble                               |    | X  |    |      |   |
| 21                                                                  | Le support obtenu lors des moments difficiles                    |    | X  |    |      |   |
| 22                                                                  | Les relations avec nos couples amis                              |    |    | X  |      |   |
| 23                                                                  | Nos périodes de vacances en couple ou en famille                 |    |    | X  |      |   |
| 24                                                                  | Notre engagement réciproque et notre partage du pouvoir          |    | X  |    |      |   |
| 25                                                                  | Mon sentiment de liberté dans mon couple                         | X  |    |    |      |   |
| Faire le total de chaque de colonne                                 |                                                                  | 5  | 24 | 18 | 8    |   |
| Noter le total (case1), soustraire 25 points et noter le % (case 2) |                                                                  | 55 |    |    | 30 % |   |