

## VALENTÍNUSARSKALINN

1. Ég get unnið vel saman og leyst vandamál með maka mínum.

- 3 Alltaf
- 2 Oft
- 1 Sjaldan
- 0 Aldrei

2. Mér finnst ég geta sagt maka mínum hluti í trúnaði.

- 3 Alltaf
- 2 Oft
- 1 Sjaldan
- 0 Aldrei

3. Þegar ég og maki minn erum ósammála eða eigum í ágreiningi kemst ég fljótt yfir það.

- 3 Alltaf
- 2 Oft
- 1 Sjaldan
- 0 Aldrei

4. Hversu oft undanfarið hefur þér fundist samband þitt ekki vera gott?

- 0 Alltaf
- 1 Oft
- 2 Sjaldan
- 3 Aldrei

5. Hversu oft hefur þú nýlega íhugað að skilja við maka þinn?

- 0 Alltaf
- 1 Oft
- 2 Sjaldan
- 3 Aldrei

6. Hversu tilfinningalega náin/n finnst þér þú vera maka þínum?

- 3 Mjög náin/n
- 2 Frekar náin/n
- 1 Lítið náin/n
- 0 Ekki náin/n

7. Á heildina lítið, hversu ánægð/ur ertu með samband þitt?

- 3 Mjög ánægð/ur
- 2 Frekar ánægð/ur
- 1 Frekar óánægð/ur
- 0 Mjög óánægð/ur

Heildarskor: \_\_\_\_\_