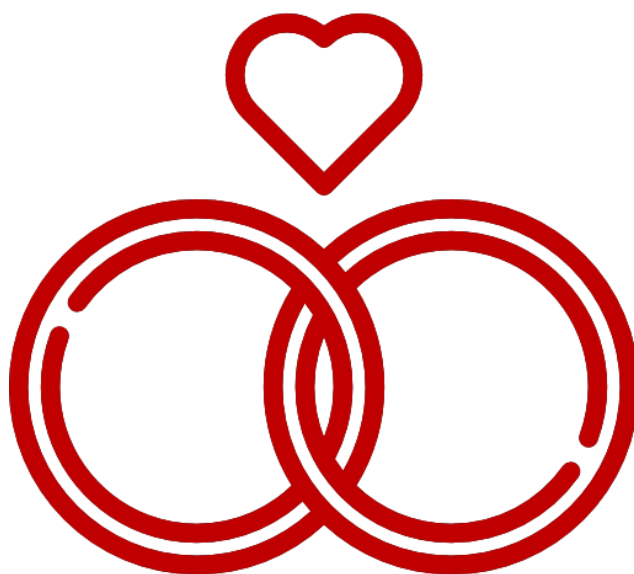


مشاوره پیش از ازدواج

بررسی آمادگی ها، همسانی ها، نگرش ها و ملاک های ازدواج



مرکز تخصصی ازدواج خانواده خوب

انتخاب عاقلانه ، زندگی عاشقانه

به نام خدا

مشاوره پیش از ازدواج و کمک گرفتن از یک متخصص در انتخاب همسر مناسب، می تواند تاثیر مهمی در پیشگیری از انتخاب های اشتباه داشته باشد و زمینه ی یک زندگی زناشویی آرام و پایدار را ایجاد نماید. در جلسات مشاوره پیش از ازدواج علاوه بر شناخت بیشتر و علمی تر خود و طرف مقابل از ابعاد روان شناختی، مهارتهای لازم برای ورود به مرحله زندگی مشترک ارزیابی شده و آموزش داده می شود.

پرسشنامه حاضر به عنوان بخشی از بسته ی ارزیابی های پیش از ازدواج، به منظور آشنایی شما با ابعاد ازدواج از جنبه های گوناگون و نیز بررسی همسانی نظرات و ویژگیهای فردی و خانوادگی شما با فرد مورد نظرتان تهیه شده است. بدیهی است پاسخ های صادقانه شما، مشاور را برای ارایه راهنمایی دقیق تر و کمک بیشتر به شما برای تصمیم گیری در انتخاب همسر، یاری خواهد کرد. شما می توانید مواردی که علاوه بر مطالب این پرسشنامه به نظرتان می رسد و مایل به طرح آنها در جلسه مشاوره هستید را در حاشیه صفحات اضافه نمایید.

امیدوارم با دقت نظر و تدبیری که در انتخاب همسر به کار می برید و با توکل به خدا، بهترین انتخاب زندگی خود را انجام دهید و زندگی مشترک شاد و پر نشاط و پر از آرامشی را آغاز نمایید.

دکتر فاطمه فروزش یکتا

روان شناس بالینی و مشاور خانواده

مدیر مرکز تخصصی تحکیم خانواده و مشاوره ازدواج «خانواده خوب»



مشخصات فردی

نام و نام خانوادگی: سن: تحصیلات و رشته تحصیلی:

محل تولد: محل زندگی: دین و مذهب: شغل:

لطفا خودتان را در چند جمله معرفی و توصیف کنید و سه ویژگی بارز خود را نام ببرید.

من

چیزهایی که دوست دارم

چیزهایی که از آن بدم می آید

خط قرمز های من

نقاط قوت من

نقاط ضعف من

می خواهم ازدواج کنم تا

برنامه ها و اهداف ۵ سال آینده من

مشخصات والدین و اعضای خانواده:

مشخصات	پدر	مادر	برادر / خواهر	برادر / خواهر	برادر / خواهر	برادر / خواهر
نام						
سن						
تحصیلات						
شغل						
تاهل						

لطفا خانواده خود را از جنبه های زیر در چند جمله توصیف کنید.

وضعیت روابط عاطفی بین اعضای خانواده :

وضعیت اعتقادی و مذهبی خانواده :

وضعیت تحصیلات خانواده :

وضعیت اقتصادی خانواده :

وضعیت فرهنگی و آداب معاشرت خانواده:

وضعیت سلامتی جسمی و روحی اعضای خانواده:

سبک فرزند پروری والدین (سختگیر / آسان گیر / مقتدر):

خانواده فرد مورد نظر شما برای ازدواج، از جنبه های زیر چگونه اند؟

وضعیت روابط عاطفی بین اعضای خانواده :

وضعیت اعتقادی و مذهبی خانواده :

وضعیت تحصیلات خانواده :

وضعیت اقتصادی خانواده :

وضعیت فرهنگی و آداب معاشرت خانواده:

وضعیت سلامتی جسمی و روحی اعضای خانواده:

سبک فرزند پروری والدین (سختگیر / آسان گیر / مقتدر):

چه شباهت هایی بین دو خانواده وجود دارد؟

چه تفاوت هایی بین دو خانواده وجود دارد؟

چه راهکارهایی برای چالش های احتمالی ناشی از تفاوت ها دارید؟



نگرش به ازدواج

برای ازدواج چه آمادگی هایی لازم است و چطور خود را آماده کرده اید؟

زندگی شما بعد از ازدواج چه تغییراتی خواهد کرد؟

در تقسیم وظایف خانواده بین زن و شوهر، شما چه وظایفی به عهده می گیرید؟ و چه وظایفی را انتظار دارید همسرتان انجام دهد؟

نظر شما در باره بچه دار شدن چیست و چه زمانی را مناسب می دانید؟

نظر شما در باره عشق قبل و بعد از ازدواج چیست؟ در رابطه فعلی شما این موضوع چگونه است؟

نظر شما درباره حریم شخصی بعد از ازدواج چیست؟

نظر شما درباره دسترسی به تلفن همراه همسر چیست؟

نظر شما درباره رابطه با دوستان بعد از ازدواج چیست؟

نظر شما درباره اختلافات زن و شوهر چیست؟

نظر شما درباره رابطه با خانواده همسر چیست؟

ملاک های انتخاب همسر



من چه خصوصیتی دارم؟ چه فردی برای من با این ویژگی ها مناسب تر است؟

داشتن ملاکهای مشخص برای همسر آینده کمک زیادی به انتخاب و تصمیم گیری ما می کند. فکر کردن در مورد ملاکهایی که داریم بخشی از خودشناسی ما را نیز تشکیل می دهد که نقش مهمی در انتخاب همسر دارد.

برخی ملاکهایی که در ازدواج باید به آنها توجه کنیم عبارتند از: سن، ظاهر، تحصیلات، تندرستی، شغل، وضعیت اقتصادی، فرهنگ خانواده، ویژگیهای شخصیتی مثل درونگرایی و برونگرایی، انگیزه و توان فرزند پروری، استقلال یا وابستگی به خانواده، همسانی فکری و عقیدتی، دینداری، گذشت، راستگویی، پاکدامنی، سلامت روان و شخصیت، حسن خلق، مسئولیت پذیری، سخاوت و بخشندگی، خوش بینی/بدبینی و ... اینها مثال هایی از ملاک ها بود، شما چه ملاکهایی دارید؟ لطفا ملاکهای خود را به ترتیب اولویت در جدول زیر بنویسید. سپس به فرد مورد نظر و به خودتان نمره بدهید.

	ملاکهای من	میزان اهمیت این ملاک از ۱ تا ۱۰۰	نمره طرف مقابل از ۱ تا ۱۰۰	نمره ای که به خودم می دهم از ۱ تا ۱۰۰	هنوز بررسی نکردم
۱					
۲					
۳					
۴					
۵					
۶					
۷					
۸					
۹					
۱۰					
۱۱					

					۱۲
--	--	--	--	--	----

بررسی سلامت

آیا سابقه بیماری خاص جسمی یا روحی هر چند جزئی داشته اید؟

آیا داروی خاصی مصرف می کنید؟

آیا اعضای خانواده شما دچار بیماری خاص جسمی یا روحی هستند؟

آیا مسائل فوق را با فرد مورد نظرتان در میان گذاشته اید؟

بررسی روابط قبلی

آیا پیش از رابطه کنونی، سابقه رابطه یا ازدواج (آشنایی، نامزدی، عقد، عروسی) داشته اید؟ چه مدت از آن رابطه گذشته است؟

دلیل ادامه پیدا نکردن آن چه بود؟

آیا مسائل عاطفی یا قانونی یا وضعیت فرزندان خود در رابطه قبلی را حل و فصل نموده اید؟

آیا این موضوعها را با فرد مورد نظرتان در میان گذاشته اید؟

نظر شما درباره روابط قبلی خود یا همسر آینده تان چیست؟

بررسی رابطه کنونی

نحوه آشنایی شما چگونه بوده و چه مدت است همدیگر را می شناسید؟

تا این مرحله چقدر یکدیگر را شناخته اید؟

چقدر از مقدار و کیفیت ارتباط خود راضی هستید؟ به چه دلیل؟

تا کنون به چه مشکلاتی برخوردید و آنها را چگونه حل و فصل کرده اید؟

ویژگی های مثبت طرف مقابل که باعث جذب شما شده چیست؟

ویژگی هایی از طرف مقابل که نمی پسندید اما آنها را پذیرفته اید چیست؟

ویژگی هایی از طرف مقابل که باعث نگرانی شما شده چیست؟ چه راهکاری برای مواجهه با آن دارید؟

آیا خانواده ها از این رابطه آشنایی اطلاع دارند؟

نظر پدر و مادر یا سایر اعضای خانواده شما در باره این ازدواج چیست؟

نظر پدر و مادر یا سایر اعضای خانواده طرف مقابل شما در باره این ازدواج چیست؟

بررسی روابط پدر و مادر و اعضای خانواده

نحوه آشنایی پدر و مادر شما برای ازدواج چگونه بوده است؟

والدین تان چقدر از ازدواجشان راضی هستند؟ چرا؟

والدین تان عشق و محبت خود را چطور به هم ابراز می‌کنند؟

والدین شما معمولاً اختلاف نظرهای خود را چگونه حل و فصل می‌کنند؟

چه مواردی در رابطه بین پدر و مادر شما وجود دارد که دوست دارید در خانواده آینده خودتان هم وجود داشته باشد؟

چه مواردی در رابطه بین پدر و مادر شما وجود دارد که دوست ندارید در خانواده آینده خودتان وجود داشته باشد؟

در خانواده فعلی شما تصمیم‌گیری نهایی به عهده کیست؟ دوست دارید در خانواده آینده خودتان تصمیم‌گیری چگونه باشد؟

برای اینکه مشکلاتی که در خانواده خود شاهد بودید در زندگی خودتان تکرار نشود چه برنامه‌ای دارید؟

اگر بخواهید پدر خود را با سه ویژگی توصیف کنید چه می‌گویید؟

اگر بخواهید مادر خود را با سه ویژگی توصیف کنید چه می‌گویید؟

کدام یک از این ویژگی‌ها در شما هم وجود دارد؟

به کدامیک از والدین تان نزدیکتر هستید؟ چرا؟

به کدام یک از خواهر یا برادرهایتان نزدیکتر هستید؟ چرا؟

آیا در بین اقوام شما کسی هست که با او قطع رابطه کرده باشید؟ دلیل آن چه بوده؟

آیا در خانواده شما یا طرف مقابل، سابقه طلاق وجود دارد؟ آیا علل آن را بررسی کرده‌اید؟

آیا در خانواده شما یا طرف مقابل، سابقه اعتیاد وجود داشته است؟

تفریح و اوقات فراغت



معمولا اوقات فراغت خود را چگونه می گذرانید و به چه تفریحاتی علاقه مند هستید؟

لطفا نظر و وضعیت خود را درباره موضوع های زیر بنویسید و خط قرمز های خود را در هر مورد مشخص کنید.

موضوع	
سیگار	
قلیان	
مشروبات الکلی	
مواد مخدر یا شادی آور	
فضای مجازی	
ماهواره	
موسیقی	
مطالعه	
تماشای فیلم (منزل، سینما)	
رفت و آمد با خانواده ها	
رفت و آمد با دوستان	
رفت و آمد با فامیل	
مهمانی ها	
رفتن به رستوران	
مسافرت	
طبیعت گردی (پارک، کوه، ...)	
سایر موارد	

مسائل جنسی

میل جنسی خود را چگونه ارزیابی می کنید؟ کم ، متوسط، زیاد، خیلی زیاد

جایگاه رابطه جنسی در ازدواج از نظر شما چیست؟

رابطه جنسی مطلوب از نظر شما چگونه است؟

نظر شما درباره فیلم یا تصاویر پورنوگرافی چیست؟

چه ترس ها یا نگرانی هایی در باره مسائل جنسی دارید؟

نظر شما درباره رابطه جنسی قبل از ازدواج چیست؟

تا چه حد از مشکلات جنسی زوجین آگاهی دارید و اطلاعات خود را از کجا کسب کرده اید؟

در صورتی که در رابطه جنسی با مشکلی مواجه شوید چه می کنید؟

مسائل اقتصادی

تا چه حد از نظر اقتصادی، آمادگی اداره زندگی مشترک را دارید؟

آیا از نظر اقتصادی استقلال دارید یا وابسته به خانواده خود هستید؟

خانواده ها تا چه میزان در مدیریت اقتصادی خانواده جدید شما دخالت دارند؟

انتظارات مالی شما از همسران چیست؟

در حال حاضر بدهی یا وامی دارید که در حال پرداخت آن باشید؟

نظر شما درباره کار زن بعد از ازدواج چیست و تا چه حد باید در تامین مخارج زندگی، نقش داشته باشد؟

چه برنامه ای برای پیشرفت اقتصادی خانواده دارید و در این مورد چه انتظاری از همسران دارید؟

نظر شما درباره خرید کردن چیست؟

نظر شما درباره پس انداز کردن چیست؟

نظر شما درباره جهیزیه چیست؟

نظر شما درباره مهریه چیست؟

نظر شما درباره حق طلاق خانم و سایر حقوق ضمن عقد چیست؟

نظر شما درباره مراسم های ازدواج (بله برون، نامزدی، عقد، عروسی، ماه عسل و...) چیست؟

در صورت اختلاف نظر خانواده ها درباره این مسائل، چه می کنید؟

سبک زندگی من



سبک زندگی خود را چگونه توصیف می کنید؟

فعالیت های معمول شما در هر روز یا هر هفته یا هر ماه چیست؟

چه عادت هایی دارید که دوست دارید آنها را بیشتر کنید؟

چه عادت هایی دارید که دوست دارید آنها را کمتر یا ترک کنید؟

سبک زندگی خانواده شما چگونه است؟

تا چه حد اعتقادات مذهبی در سبک زندگی شما نقش دارد و به کدام یک از اعمال مذهبی مقید هستید؟

نظر شما درباره تقییدات مذهبی همسران چیست؟

نظر شما درباره حجاب و بحث محرم و نامحرم چیست؟

فرهنگ و آداب و رسوم خانواده های شما با هم چه تفاوت هایی دارد؟

نگرش به تغییر

چه ویژگی هایی در طرف مقابل یا خانواده او و سبک زندگی آنها وجود دارد که دوست ندارید و نمی پسندید؟

آیا این ویژگی ها قابل تغییر است؟ چگونه؟

چه راهکاری برای مواجهه با آنها دارید؟

پیامدهای این انتخاب

چرا می خواهید بقیه عمر خود را با این فرد بگذرانید؟

با این ازدواج چه چیزهایی به دست می آورید و چه چیزهایی را از دست می دهید؟

چیزهایی که به دست می آورید وزن بیشتری دارد یا چیزهایی که از دست می دهید؟

▪ در پایان هر مطلبی که مایلید با مشاورتان در میان بگذارید بفرمایید.