

موضوعات گفتگو به قرار زیر است.

۱- سرگرمی‌ها و علایق

۲- باورها و ارزش‌های دینی

۳- باورها و اصول اخلاقی

۴- دوستان

۵- اهداف، رشد و پیشرفت شخصی

۶- خویشاوندان

۷- رابطه‌ی صمیمانه با همسر

۸- خانواده‌ی خود

۹- خانواده‌ی همسر

۱۰- حل اختلاف

۱۱- پول و مسایل مالی

۱۲- خواسته‌ها و توقعات

۱۳- رویارویی با هیجان

۱۴- وظایف زن و مرد در خانواده

۱۵- فرزند و تربیت فرزند

۱۶- موضوعات جنسی

۱ - سرگرمی‌ها و علایق

- ۱ - ۱ - سرگرمی‌ها، علایق و اوقات فراغت من
- ۲ - ۱ - سرگرمی‌ها، علایق و اوقات فراغت سایر اعضای خانواده.
- ۳ - ۱ - چگونه در مورد اوقات فراغت با سایر اعضای خانواده، کنار می‌آیم.

۲ - باورها و ارزش‌های دینی

- ۱ - ۲ - اندیشه‌ها، باورها و اصول دینی من
- موضوعات بسیار متنوعی در مورد اندیشه‌های دینی می‌تواند موضوع گفتگو باشد برای مثال به موارد خدا - پیامبر - آخرت - ائمه - ظاهر مذهبی - باطن مذهبی - تجارب مذهبی - تقلید و... می‌توان اشاره کرد.
- ۲ - ۲ - رفتارهای دینی من
- رفتارهای دینی شامل دو دسته واجبات و مستحبات است که می‌تواند به تفکیک موضوع گفتگو باشد.
- ۳ - ۲ - پرهیزهای دینی من
- موضوعاتی از قبیل «حلال و حرام» «محرم و نامحرم» و گناهان می‌تواند موضوع گفتگو قرار گیرد.

۳ - باورها و اصول اخلاقی

- ۱ - ۳ - اندیشه‌ها، باورها و اصول اخلاقی من
- شامل حقوق دیگران، حقوق من، آزادی، رعایت حقوق دیگری و حقوق خود، حقوق حیوانات، حقوق طبیعت و...
- ۲ - ۳ - رفتارهای اخلاقی من
 - ۳ - ۳ - پرهیزهای اخلاقی من

۴ - دوستان

- ۱ - ۴ - باورها و ارزش‌های من در مورد دوستی و رفاقت
- این موضوع شامل مواردی از قبیل اهمیت دوستی، دوستی با جنس موافق و مخالف، دوست صمیمی، معنای دوستی و رفاقت، در چه شرایطی رابطه‌ی دوستی را قطع می‌کنم، رابطه‌ی همسر با دوستانم، رابطه با دوستان همسر، ... می‌شود.
- ۲ - ۴ - معرفی دوستانم و بیان کیفیت رابطه با آنها و کمیت و مقدار رابطه با آنها
 - ۳ - ۴ - دوست شخصی و دوست خانوادگی
- دوستان شخصی شامل دوستی‌هایی می‌شود که وارد فضای خانواده نمی‌شوند و دوستان خانوادگی دوستانی هستند که وارد خانواده می‌شوند و با اعضای خانواده نیز دوستی می‌کنند. طرح دیدگاه‌ها در مورد ویژگی افرادی که می‌توانند وارد خانواده شوند، اگر دوستی وارد خانواده شد نظر همسر چقدر اهمیت دارد، چه زمانی دوستی خانوادگی محدود می‌شود، اگر یکی از همسران به یکی از دوستان خانوادگی بد بین شد چه باید کرد؟!

۴ - ۴ - معرفی دوستانی که از آنها دور شده‌ام و مایل به تداوم ارتباط دوستانه با آنها نیستم.

۵ - اهداف، رشد و پیشرفت

۱ - ۵ - باورها و ارزش‌های من در مورد رشد و پیشرفت

۲ - ۵ - افرادی که در زندگی برای من الگو بوده‌اند و آرزوی من نزدیک شدن یا همانندی با آنهاست.

۳ - ۵ - اهداف من برای رشد و پیشرفت در حوزه‌های

- اقتصادی (آرزوهای اقتصادی من، ایده‌آلهای من، اهمیت رشد اقتصادی برای من و...)

- تحصیلی (آرزوهای تحصیلی من، ایده‌آلهای من، اهمیت رشد تحصیلی برای من و...)

- اجتماعی (شهرت اجتماعی، نفوذ اجتماعی، قدرت اجتماعی، مقام، موقعیت و...)

- شغلی (آرزوهای شغلی من، شغل ایده‌آل من، چه شغل‌هایی را دوست دارم، از چه شغل‌هایی متنفرم و...)

- معنوی (آرزوهای معنوی من، ایده‌آلهای معنوی من، اهمیت رشد معنوی برای من و...)

۴ - ۵ - برنامه‌های من برای رسیدن به اهدافم

۶ - خویشاوندان

۱ - ۶ - باورها و ارزش‌های من در مورد روابط خویشاوندی و صله‌ی ارحام

شامل: اهمیت خویشاوندان و فامیل، اهمیت ارتباط با آنها، کیفیت و کمیت یک ارتباط درست.

۲ - ۶ - معرفی خویشاوندانی که با آنها رابطه خوبی دارم و آنها را دوست دارم و بیان کیفیت و کمیت رابطه.

۳ - ۶ - معرفی خویشاوندانی که با آنها رابطه خوبی ندارم و از آنها خوشم نمی‌آید و بیان کیفیت و کمیت رابطه.

۴ - ۶ - معرفی خویشاوندانی که رابطه با آنها گاهی خوب و گاهی بد است و بیان کیفیت و کمیت رابطه

۵ - ۶ - معرفی خویشاوندانی که با آنها ارتباطی نداریم و بیان دلیل قطع رابطه.

۷ - رابطه‌ی صمیمانه با همسر

۱ - ۷ - صمیمیت در بین اعضای خانواده ما شامل چگونه صمیمیت خود را به یکدیگر ابراز می‌کنیم و...

۲ - ۷ - نشانه‌های کلامی صمیمیت از نظر من

شامل بیان کلمات و جملات محبت آمیز، دوستت دارم، عزیزم، اسم مستعار، شوخی، بذله‌گویی، سر به سر

گذاشتن، باهم حرف زدن، راز گفتن، خاطره گفتن، از خود گفتن، بیان وقایع روزانه، آیا در گفتن کلمات عاشقانه و ابراز محبت راحت هستم یا نه؟! و ...

۳ - ۷ - نشانه‌های رفتاری صمیمیت از نظر من

۱ - ۳ - ۷ - مناسبت‌های فردی و خانوادگی

از قبیل سالروز ازدواج، روز تولد، عید نوروز، روز زن، روز مرد و...

۲ - ۳ - ۷ - هدیه

شامل باورها و ارزش‌های من در مورد قیمت هدیه، ارزش هدیه، اهمیت هدیه، ارزش معنوی آن، ارزش مادی آن، ماندگان آن، نظر دیگران و...

۳ - ۳ - ۷ - نوازش

از قبیل دست یکدیگر را در جمع گرفتن، کنار هم نشستن، خطاب کردن یکدیگر در جمع و...

۴ - ۳ - ۷ - راز داری

چه رازهایی را حفظ خواهم کرد، چقدر رازدار هستم، در چه شرایطی رازی را افشا خواهم کرد؟، در دعوا با رازها چه خواهم کرد؟،

۵ - ۳ - ۷ - از خود گذشتگی

اهمیت گذشت از نظر من، در چه مواردی معمولاً گذشت می‌کنم، کجاها تا کنون گذشت کرده‌ام، چه قدر برایم مهم است که همسرم گذشت کند، گذشت در چه مواردی برایم مهمتر است و ...

۶ - ۳ - ۷ - شگفت زده کردن

آیا سعی می‌کنم صمیمیتم را از این طریق نشان دهم، آیا دوست دارم همسر مرا شگفت زده کند و ...

۷ - ۳ - ۷ - کاری را باهم انجام دادن

از قبیل باهم غذا خوردن، باهم خرید کردن، باهم تفریح کردن، باهم کار کردن، هم فکری، هم کلامی، هم دردی

۴ - ۷ - گذشته‌ی عاشقانه‌ی من و تجارب صمیمانه‌ی قبلی من

زمان شروع رابطه، زمان پایان رابطه، چگونگی اتمام رابطه، آیا هنوز به او فکر می‌کنم، آیا او را می‌بینم، آیا از او عصبانی هستم؟، ...

توجه: در این مورد نیازی نیست که جزء به جزء روابط صمیمانه قبلی را برای فرد فعلی افشا کنید. موارد مهم در این موضوع شامل این موضوعات است که رابطه کی شروع شده و کی تمام شده و از زمان پایان رابطه تا الان چقدر زمان گذشته است و چرا رابطه‌ی قبلی تمام شده و آیا واقعاً تمام شده است یا خیر؟ و احساسات و هیجانات مثبت یا حتی منفی وجود دارد یا نه؟ چرا که حضور هیجانات بسیار منفی مویید این است که فرد هنوز به عشق قبلی فکر می‌کند.

۸ - خانواده‌ی خود

۱ - ۸ - باورها و ارزش‌های خانوادگی ما

شامل مواردی که برای خانواده مهم است، الگوهای خانوادگی، ارزش‌های خانوادگی در مورد تحصیل، مذهب، حجاب، مسایل اقتصادی، کار، شغل، تلاش و...، آداب و آیین‌های خانوادگی، ...

۲ - ۸ - استقلال و وابستگی اعضای خانواده به یکدیگر

شامل وابستگی‌های عاطفی اعضای خانواده به یکدیگر، وابستگی‌ها یا استقلال مالی اعضا به یکدیگر، استقلال مسکونی اعضای خانواده و نظر خودتان در مورد محل سکونت آینده در مورد نزدیک یا دور بودن به خانواده‌ی اصلی، روابط و صمیمیت‌های بین اعضا، باندها و جناح‌های داخل خانواده و...

۳ - ۸ - تصمیمات خانوادگی

شامل تأثیر گذاری اعضای خانواده در تصمیمات آنها، نافذ بودن نظرات آنها، مهم بودن نظر آنها، توجه به نظرات آنها و...

۴ - ۸ - جایگاه اعضای خانواده

شامل میزان احترام، و موقعیت و نفوذ آنها در خانواده

۵ - ۸ - ارتباط من با اعضای خانواده

- رابطه با پدر
- رابطه با مادر
- رابطه با خواهران
- رابطه با برادران

۹ - خانواده‌ی همسر

- ۱ - ۹ - باورها و ارزش‌های خانوادگی ما در مورد رابطه با خانواده عروس یا داماد
 - ۲ - ۹ - ارتباط پدرم با خانواده مادرم
 - ۳ - ۹ - ارتباط مادرم با خانواده پدرم
 - ۴ - ۹ - تفاوت خانواده همسر با خانواده اصلی
- تفاوت مادر همسر با مادر، پدر همسر با پدر، خواهر همسر با خواهر، برادر همسر با برادر.
- ۵ - ۹ - انتظارات من از خانواده همسر
- مادر همسر، پدر همسر، برادرهمسر و خواهر همسر.

۱۰ - حل اختلاف

۱ - ۱۰ - باورها و ارزش‌های من در مورد اختلاف نظر همسران

این مورد شامل بودن یا نبودن اختلاف، پنهان کردن اختلاف، انکار کردن آن، پذیرفتن آن، موارد مثبت اختلاف نظر، موارد منفی اختلاف نظر، فرصت‌هایی که اختلاف نظر برای همسران ایجاد می‌کند و فرصت‌هایی را که از بین می‌برد، گفتن اختلاف نظر به دیگران، رازداری و اختلاف نظر و ... می‌شود.

۲ - ۱۰ - تاریخچه اختلافات

- من با پدر و مادرم، برادر و خواهرم و دوستانم
- ۳ - ۱۰ - روش حل اختلاف (من با پدر، مادر، برادر و خواهرانم)
- قهر
- سکوت
- صحبت کردن و گفتگو
- داد و بیداد
- زد و خورد
- ترک منزل
- میانجی کردن یک نفر دیگر
- کمک تخصصی
- ۴ - ۱۰ - اگر با خانواده همسرم اختلاف پیدا کنم.

چه انتظاری از همسرم دارم، برای حل اختلاف چه خواهم کرد؟ اگر به هیچ عنوان اختلافات حل نشد از همسرم چه انتظار دارم و رابطه او را با خانواده اش چگونه تنظیم خواهم کرد.

۵ - ۱۰ - اگر خانواده همسر مرا آزار و اذیت کنند.

در برابر آزارهای خانواده همسر چه راه حلی را پیشنهاد می کنم، آیا تجربه فرد دیگری را در نظر دارم، در برابر آزارهای خانواده همسر چه انتظاری از همسرم دارم، چه آزارهایی قابل تحمل است، چه آزارهایی قابل تحمل نیست، واکنشهای احتمالی من، اگر خانواده من همسر را آزار دهند، چه خواهم کرد.

۱۱ - پول و مسایل مالی

۱ - ۱۱ - باورها و ارزش های من در مورد پول

این مورد شامل موارد زیر می شود: معنای پول برای من، اهمیت پول برای من، مقدار کافی پول از نظر من، برای به دست آوردن پول حاضر به انجام چه کارهایی هستم و حاضر به انجام چه کارهایی نیستم، نگاه من به ثروتمندان، نگاه من به فقرا، آرزوها و رویاهای پولی و مالی من و ...

۲ - ۱۱ - رفتار پولی من تاکنون

- درآمد

- منابع درآمدی

- پس انداز

- خرج کردن

- قرض یا وام گرفتن

- قرض یا وام دادن

- پول ربایی

۳ - ۱۱ - شراکت اقتصادی همسران

- تصمیم گیری پولی و مالی در خانواده

- درآمد زن

- مالکیت زن

۴ - ۱۱ - مهریه

معنای مهریه برای من، اهمیت آن، مقدار مناسب آن، معنای مهریه برای خانواده من، اهمیت آن برای خانواده، مقدار مناسب آن از نظر خانواده، افراد تأثیرگذار در تعیین مقدار آن، در صورتی که خانواده ها به توافق نرسند چه خواهم کرد.

۵ - ۱۱ - جهیزیه

معنای جهیزیه برای من، اهمیت آن، مقدار مناسب آن، سهم مرد در تهیه ی جهیزیه

۶ - ۱۱ - مسکن

مسکن مناسب از نظر من، نظرم در مورد خرید مسکن، اجاره مسکن، محل مناسب، نزدیک خانواده ها، دور از خانواده ها، سهم زن در تهیه ی مسکن.

۷- ۱۱- جشن

معنای جشن، اهمیت آن، نحوه‌ی برگزاری آن خرید جشن، سهم هرکدام از همسران در برگزاری و هزینه‌های جشن، هدایای جشن، مراسم و سنت‌های خانوادگی ما و...

۱۲- خواسته‌ها و توقعات

۱- ۱۲- تاریخچه خواسته‌ها و توقعات من از دیگران

خواسته‌ها و توقعات من از پدر و مادرم، برادر و خواهرم و دوستانم.

۲- ۱۲- روش من در بیان خواسته‌ها و توقعات

بیان کلامی:

رک و صریح به خود فرد بیان کلامی به دیگران و واسطه قرار دادن آنها

بیان غیر کلامی:

به طور غیرمستقیم بیان کردن، از زبان دیگران گفتن، در مورد آن مساله بدون اشاره به خود صحبت کردن، سکوت،

غر زدن، گلایه و شکایت، قهر کردن، نخواستن و برعکس عمل کردن

۳- ۱۲- وقتی خواسته‌ها و توقعات من برآورده نمی‌شود.

غصه خوردن و غمگین شدن، قهر کردن، سرزنش کردن، خشونت، بیان مجدد، پافشاری برخواسته، رها کردن و

بی‌خیال شدن، عقب نشینی و دوباره بیان کردن و...

۴- ۱۲- خواسته‌ها و توقعات من از همسر آینده‌ام

۵- ۱۲- خواسته‌ها و توقعات من از ازدواج

۱۳- رویارویی با هیجان

۱- ۱۳- با هیجان‌ات اصلی چگونه روبه‌رو می‌شوم و چه می‌کنم

- غم

- شادی

- خشم

- ترس

۲- ۱۳- چگونه هیجان‌اتم را بیان می‌کنم و چگونه آن را بروز می‌دهم.

- به پدر و مادر

- به برادر و خواهرانم

- به دوستانم

۳- ۱۳- وقتی دیگران درگیر یکی از این هیجان‌ات هستند چه می‌کنم.

- پدر و مادر

- برادر و خواهرانم

- دوستانم

۴ - ۱۳ - رفتارهایی را که از اطرافیانم نمی‌پسندم و از آن رفتارها بدم می‌آید.

- وقتی غمگین هستند.

- وقتی شاد هستند.

- وقتی خشمگین هستند.

- وقتی ترسیده‌اند.

۱۴ - وظایف زن و مرد در خانواده

۱ - ۱۴ - باورها و ارزش‌های من درباره‌ی وظایف زن و مرد در خانواده

شامل نظر من در مورد جایگاه زن و مرد و نقش آنها، برتری یکی بر دیگری، زن سالاری، مرد سالاری، تفاوت زن و مرد از نظر من به لحاظ نقش‌ها و وظایف خانوادگی و ...

۲ - ۱۴ - وظایف پدر و مادرم در خانواده

شامل: جایگاه پدر و مادرم، نقش هرکدام، وظایف هرکدام، چه کارهایی را هرکدام انجام می‌دادند و چه کارهایی را انجام نمی‌دادند و ...

۳ - ۱۴ - وظایفی که بر عهده من خواهد بود.

- تصمیم‌گیری و مدیریت

- نظافت خانه

- کسب درآمد

- خرید

- آشپزی

- کارهایی که مربوط به آمدن میهمان است

۴ - ۱۴ - باورها و ارزش‌های من درباره‌ی زن در جامعه

- کار کردن زن

- لباس مناسب

- بیرون رفتن زن

- آرایش

- دوستان زن

- حجاب

- روابط اجتماعی زن

- میهمانی‌ها و مراسم مختلط

- تصمیم‌گیری شخصی

- محرم و نامحرم

- و ...

- حجاب در برابر خویشاوندان نامحرم

۱۵ - فرزند

۱ - ۱۵ - تمایلات من

- تعداد فرزند

- اهمیت جنسیت فرزند

۲ - ۱۵ - اگر بچه‌دار نشویم چه خواهیم کرد.

- در حالی که مشکل از من باشد.

- در حالی که مشکل از من نباشد.

- فرزند خواندگی

- درمان پزشکی

- جدایی

- همسر دوم

- ادامه زندگی مشترک بدون فرزند

۳ - ۱۵ - سقط جنین

باورها و ارزش‌های من در مورد سقط جنین، در چه شرایطی حاضر به انجام آن هستم و در چه شرایطی حاضر به انجام آن نیستم.

۴ - ۱۵ - پیشگیری از حاملگی

شامل: وظیفه‌ی چه کسی است، اطلاعات من تا چه حد است

۵ - ۱۵ - زمان مناسب برای بچه‌دار شدن

۶ - ۱۵ - تربیت فرزند

۱۶ - موضوعات جنسی

۱ - ۱۶ - باورها، ارزش‌ها و اصول من در مورد موضوعات جنسی

نگاه من به رابطه جنسی، گناه آلوده بودن یا نبودن آن، محدوده‌ها و مرزها، اخلاقیات و رابطه جنسی، باورهای دینی و رابطه جنسی، معنای رابطه جنسی، اهمیت رابطه جنسی

۲ - ۱۶ - رفتارها و پرهیزهای جنسی من

بینایی: نگاه کردن، فیلم دیدن، عکس دیدن، جستجوی افراد برهنه، حساسیت به رنگ و نور، روشنایی و تاریکی.

شنوایی: تمایل به سکوت، تمایل به شنیدن موضوعات جنسی، جک‌ها، قصه‌ها و ...

لمسی: بوسیدن، دست دادن، نوازش‌های پوستی، شوخی‌های دستی، استمنا، گفتگوهای جنسی

کلامی: هرزه گویی، جک گویی، لاس زدن، اشاره‌های جنسی، فحاشی

بویایی: استفاده از عطر و ادکلن‌های محرک، تأثیرپذیری از بو، ...

تخیلی: استفاده از تخیل، فانتزی‌ها من، توجه به برخی اشیاء، تخیل در مورد بچه‌ها، تخیل آزار دیدن، تخیل آزار

دادن، تخیل برهنه شدن در برابر دیگران، تخیل، برهنه دیدن دیگران، تخیل رابطه با هم جنس.

رفتاری: رفتارهای انفعالی، رفتارهای تهاجمی، رفتارهای نامتعارف، عجیب، رابطه با فاحشه، رابطه جنسی با بچه،

رابطه جنسی با حیوان، آزار دیدن، آزارگری، نمایشگری (خود را برهنه نماش دادن) نظر بازی (سعی در تماشای برهنگی

دیگران)، هم جنس بازی

۳ - ۱۶ - دانش جنسی من

- مدرسه، کوچه، خیابان، کتاب، فیلم، معلم، مشاور و ...

۴ - ۱۶ - مشکلات جنسی و راه حل آنها از نظر من

پنهان می‌کنم، گفتگو با دوستان، والدین، پزشک عمومی، درمانگران گیاهی و سنتی، روان‌شناس، مشاور، درمانگر جنسی، استفاده از مواد مخدرو... .

۵ - ۱۶ - انحراف جنسی یا اعتیاد جنسی و راه حل آنها از نظر من

طلاق، گفتگو، تهدید، درمان، آیا قابل درمان شدن هست یا نیست؟، اگر اعتقاد به درمان دارید توسط چه کسی اینگونه مشکلات درمان می‌شود؟ و ...

۶ - ۱۶ - شک و تردید نسبت به همسر

چه خواهم کرد، با چه کسانی مشورت خواهم کرد، به چه کسانی اطلاع خواهم داد، چه توقعی دارم، چه واکنشی نشان خواهم داد، چه تأثیری بر من دارد، چه کسانی در اطرافیان این مسأله را تجربه کرده‌اند، واکنش آنها چه بوده است و ...

۷ - ۱۶ - خیانت همسر

چه واکنشی نشان خواهم داد، با چه کسانی مشورت خواهم کرد، به چه کسانی اطلاع خواهم داد، چه تأثیری بر من دارد، چه کسانی در اطرافیانم این مسأله را تجربه کرده‌اند (مواردی که یک راز شخصی نباشد)، واکنش آنها چه بوده است، و افشای آن منع اخلاقی نداشته باشد.

۸ - ۱۶ - همسر دوم

نظر من در مورد همسر دوم، می‌پذیرم یا نمی‌پذیرم، واکنش من خواهد بود، چه تأثیری بر من دارد، چه کسانی در اطرافیانم این مسأله را تجربه کرده‌اند، واکنش آنها چه بوده است.

۹ - ۱۶ - اگر مورد تعرض و آزار قرار گرفتیم یا مزاحم داشتیم

با چه کسانی مشورت خواهم کرد، به چه کسانی اطلاع خواهم داد، چه کسانی در اطرافیانم این مسأله را تجربه کرده‌اند، واکنش آنها چه بوده است، آیا به پلیس اطلاع خواهم داد، آیا به همسر می‌تواند اعتماد کنم و جریان را به او بگویم، دوست دارم واکنش او چه باشد، اگر واکنش او چگونه باشد به او نخواهم گفت و ...