

## Întrebări pentru cei care intenționează să se căsătorească

### **Scurt rezumat:**

Aceasta este o listă de întrebări pentru perioada de dinainte de căsătorie, înaintea unui angajament pe viață. Aceste întrebări le-am dezvoltat pentru a încuraja partenerii să vorbească deschis despre subiecte care tind să aibă un impact semnificativ asupra succesului căsătoriei pe termen lung.

Acest chestionar este potrivit pentru oameni de toate culturile și orice confesiune creștină și pentru orice cuplu care dorește o relație de durată. În unele cazuri va fi foarte util să se caute asistență din partea unui terapeut, consilier sau păstor pentru că un astfel de exercițiu și unele dintre întrebările pot fi destul de dificile. O astfel de persoană poate ajuta un cuplu să proceseze răspunsurile lor într-un mod sigur și constructiv. Uneori va trebui să se solicite asistență la o sesiune viitoare în cazul în care vreun (vreo) subiect/întrebare are nevoie de mai multă atenție și detalii, deoarece probabil, va fi destul de greu, să se termine chestionarul într-o singură sesiune.

### **Cateva direcții ajutătoare:**

Răspunsurile tale ar trebui să fie importante pentru tine și pentru viitorul partener(ă) de viață.

Nu este nevoie să dai un răspuns lung pentru fiecare întrebare, dar este nevoie de sinceritate.

Nu ți se cere să răspunzi la toate întrebările, dacă acestea nu par relevante sau dacă întrebările sunt retorice. Răspunde la oricare dintre cele trei variante care este cea mai importantă pentru tine.

**Scalarea** - În coloana din stânga vă rugăm să notați pe o scară între 1 și 10 (1, 3, 8, etc), gradul în care problema este importantă pentru tine (1 = importanța scăzută & 10 = importanță foarte mare).

Veți evalua care întrebări au nevoie de mai multă atenție, în așa fel încât relația voastră să meargă mai bine. Scara va fi între 1 și 10 ... se poate folosi orice număr pentru a indica gradul de importanță.

Pune jos unu (1) în cazul în care problema/ întrebarea pusă este irelevantă sau în întregime tratată.

Pune jos zece (10), dacă problema are nevoie de atenție ... acest lucru ar fi o întrebare care trebuie urmărită cu scopul de a te face să te simți mai încrezător în relația voastră.

### **Întrebări**

1.) De ce vrei să te căsătorești? Care este scopul unui astfel de angajament, în opinia ta?

2.) Ce acțiuni sunt absolut nepermise în relația voastră ... ce acțiuni ar duce la dorința de a pune capăt relației? (Afaceri, lipsa de sexualitate, lipsa de timp petrecut împreună, comportament lipsit de etică din partea partenerului tău, tratament abuziv, părinte inactiv, indisponibil emoțional, obiceiuri proaste, etc)

Cum te descurci cu o astfel de situație? Ce fel de sprijin ai căuta?

3.) Care sunt asemănările pe care le ai cu partenerul tău, care sunt cele mai importante pentru tine?

4.) În ce fel crezi că sunt semnificative diferențele față de partener?

5.) Ce aspecte (trăsături de caracter) ale partenerului tău nu le poți accepta și ar putea crea probleme între voi?

Soluția sugerată de tine este: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ce aspect despre tine (trăsătură de caracter) dorești să fie mai bine acceptată/apreciată de partenerul tău?

\_\_\_\_\_

Soluția sugerată de tine este: \_\_\_\_\_

Este ceva ce faci și în legătură cu care ai dori mai multă apreciere?

6.) Ce aspect al tău (trăsătură de caracter, personalitate) nu intenționezi să o modifici?

(Exemple: încăpățânat, certăreț, pasiv agresiv, pesimist, etc)

Cum poate ajuta partenerul tău? \_\_\_\_\_

Ce aspect al partenerului (trăsătură de caracter, personalitate) dorești să vezi schimbat?

(Exemple: încăpățânat, certăreț, pasiv agresiv, pesimist, etc)

Cum poate ajuta partenerul tău? \_\_\_\_\_

7.) Este vreun lucru despre trecutul tău pe care partenerul tău va trebui să-l știe mai bine pentru a fi în măsură să te înțeleagă și să influențeze modul în care interacționați într-o relație? Este ceva din trecut pe care îl consideri nerezolvat?

La ce subiecte, cauze sau comportamente se pare că reacționezi mai mult decât la altele? (Ex. oameni murdari, alcoolism, comportamentul de a controla pe cineva, strigăte, certuri, lipsă de confidențialitate, corectare, gelozie, senzație de ignoranță, sarcasmul, politica, copii obraznici, etc)

Este ceva ce dorești ca partenerul tău să știe că nu este în regulă și că niciodată nu vei fi în măsură să vorbești despre?... Care ar fi cel mai bun context pentru a discuta despre un astfel de subiect? (Ex. trauma, relația cu mama, relația din trecut, sentimentul de eșec, sentimente de inadecvare, etc)

8.) Cât de capabil este partenerul tău la a face față unui conflict în relația voastră?

Ceea ce este important pentru el/ ea la:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

Cât de capabil ești tu să faci față unui conflict în relație?

Ceea ce este important pentru tine să:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

9.) Există temeri sau preocupări pe care le "transportați" în legătură cu relația voastră sau în legătură cu relațiile, în general? Care sunt ele?

Ce așteptări ai de la partenerul tău în legătură cu aceste temeri și preocupări?

Ce sau cine crezi că este cea mai mare amenințare pentru căsnicia voastră?

10.) Cum este comunicarea în relația voastră? Există zone care au nevoie de îmbunătățiri? (Ex. vorba despre: sexualitate, traume, dorințe de schimbare, finanțe, părinți, prieteni și familia partenerului tău, ambițiile, politică etc).

Ești capabil să faci în așa fel încât face partenerul să se simtă acceptat și respectat?

Are partenerul tău capacitatea de a te face să te simți acceptat și respectat?

11.) Cum vor fi gestionate finanțele în această relație? Veți avea conturi bancare comune și/ sau separate? Cine este responsabil de plata facturilor? Cum aveți de gând să manipulați/ administrați datoriile care sunt aduse în căsătorie?

Cum aveți de gând să tratați achizițiile mari de care beneficiază o singură persoană? (Ex. masina sport, sistem de divertisment modernizat, produse de designer, articole pentru un hobby, etc)

Există o sumă de bani care poate fi cheltuită fără a vorbi cu partenerul/ partenera ta?

În ceea ce privește finanțele - ceea ce este important ca amândoi:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

12.) Ce obiceiuri, comportamente sau activități ale tale sau ale partenerul tău, vă angajați și doriți să le vedeți schimbate de acum sau să se schimbe în viitor? (Ex. jocuri video, alcool, fumat, jocuri de noroc, frecventarea cluburilor, dependența de un părinte, de călătorie etc, etc )

Care este soluția?

Există obiceiuri, comportamente sau activități pe care doriți să le dezvoltați sau să vă angajați în ele cu o frecvență mai mare? (Ex. frecventarea bisericii, exercitarea unor practici, călătorii mai dese, economisirea de bani, educație, vizite la prieteni, etc)

13.) Care sunt rolurile în căsnicia voastră? Sau nu aveți de gând să fie egalitate? Poate ceva nou? Cine ia deciziile majore? (Ex: cine decide pentru: școlarizare, vacanțe, copii, polițe de asigurare, de investiții, unde să locuiască, etc)

În ceea ce privește treburile casnice, de muncă și de planificare, ce te aștepti de la partenerul tău?

Ceea ce este important pentru tine:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

14.) Sexualitatea trece prin o mulțime de schimbări pe parcursul unei relații.

Care sunt așteptările tale în ceea ce privește frecvența relațiilor sexuale?

Cum aveți de gând să gestionați situațiile în care dorința sexuală este diferită?

În ceea ce privește sexualitatea în relația ta ceea ce este important pentru tine:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

15.) Care sunt obiectivele tale referitoare la subiecte cum ar fi: implicarea în comunitate, religie și spiritualitate?

Ceea ce este important pentru tine:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

16.) Care sunt așteptările tale în ceea ce privește legătura partenerului tău cu părinții lui?

Ceea ce este important pentru tine:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

Câți (dacă este cazul) copii intenționați să aveți?

Care sunt așteptările tale vis-à-vis de controlul nașterii? (Ex. vasectomie, prezervative, pilule anticoncepționale, etc)

17.) Care sunt așteptările tale pentru agrement și recreere în relația voastră?

18.) Cum vă veți confrunța reciproc dacă simți că partenerul tău ar lua decizii care ar putea afecta negativ sănătatea lui/ ei personal?

Ceea ce este important pentru tine:

Nu mai face?

Începe să faci?

Continuă să faci?

19.) Care sunt visele, dorințele, obiectivele și ambițiile pe care le ai pentru viața ta cu partenerul tău?

Ce v-ar plăcea să se întâmple în viitor în ceea ce privește atât visele individuale, cât și obiectivele relației voastre?

Ce fel de sprijin ai nevoie de la partenerul tău pentru a te ajuta în realizarea visurilor tale?

20.) Ce alte nevoi specifice ai și la care dorești ca partenerul să-ți răspundă?

Care sunt nevoile tale emoționale?

Cât de bun este partenerul tău la înțelegerea și empatizarea cu tine? În ce fel și în ce situații ai dori mai multă înțelegere și empatie?

Cum poate partenerul tău satisface cel mai bine nevoilor tale?

Am scăpat ceva? Mai e ceva ce e important să discuți cu partenerul?