



## مشاوره زوجی پیش از ازدواج

### PMC: Premarital Counseling

شرکت کننده محترم؛ سلام

شما در مسیر انجام «پروتکل مشاوره پیش از ازدواج» شروع خوب هستید.

این پروتکل ایرانی-اسلامی، که حاصل سال‌ها تجربه، مطالعه‌ی صدهای مقاله‌ی پژوهشی و کتاب داخلی و خارجی و بررسی آموزه‌های اسلامی و البته رساله‌ی دکتری سازنده‌ی آن است، شما را از دو جنبه مسلط خواهد نمود:

#### ۱. کشف آمادگی‌های روان‌شناختی خودتان و طرف مقابل؛

برخلاف باورهای عرفی، آنچه ابتدائاً باید به آن پرداخته شود «میزان هماهنگی و تناسب دختر و پسر» در ازدوج نیست! بلکه میزان «آمادگی‌های دختر و پسر» برای ازدواج است! چه اینکه، حتی اگر تناسب بالائی بین طرفین باشد اما آمادگی‌های لازم کسب نشده باشد، ازدواج عاشقانه، در کوتاه‌ترین زمان به شکست خواهد انجامید.

پروتکل شروع خوب، آمادگی‌های شما را در دو بخش سلامت (بررسی ۹ مورد از جمله سلامت جسمی، فقدان اختلال روانی، سبک دلبستگی هیجانی، سلامت شخصیت و ...) و آمادگی‌های روان‌شناختی (بررسی ۱۴ مورد از جمله مسؤولیت‌پذیری، قبول نقش همسری، امیدواری، اعتماد، انعطاف‌پذیری، آمادگی‌های جنسی، دینداری، آمادگی‌های اقتصادی، سلامت خانوادگی<sup>۱</sup>، مهارت‌های زندگی<sup>۲</sup>، اثر سابقه ازدواج و ...) ارزیابی نموده و نقاط قوت و ضعف را به هر دو شکل کمی (درصدی) و توصیفی، گزارش می‌نماید تا تصویر واضحی از آمادگی‌های خود و طرف مقابل داشته باشید.

#### ۲. تعیین تناسب بین طرفین و خانواده‌ها؛

این بخش به بررسی تناسب‌های ده‌گانه‌ی لازم بین دختر و پسر و خانواده‌های ایشان می‌پردازد تا میزان نقاط قوت و چالش‌های احتمالی رابطه‌ی دو نفر و خانواده‌ها را پیش‌بینی نماید.

ابعاد مختلفی مثل تناسب مشخصات فردی<sup>۳</sup>، دلنشینی و علاقمندی، نحوه آشنائی، تناسب‌های خانوادگی<sup>۴</sup>، نگرانی‌ها، تناسب‌های شخصیتی، تفاهم‌ها و اختلاف‌های ناشی از گفتگوها و قرارها، تناسب‌های مذهبی و معنوی، ملاک‌ها و معیارهای فردی و تطبیق آن با طرف مقابل و اثر سابقه‌ی ازدواج بر تناسب فعلی به هر دو شکل کمی (درصدی) و توصیفی گزارش خواهد شد.

۱ همچون انسجام روابط خانوادگی، روابط والدینی، سبک تربیت فرزند و ...

۲ مهارت‌هایی چون خودآگاهی، تنظیم هیجان، حل مساله و تصمیم‌گیری، حل تعارض، قاطعیت، هدفمندی و ...

۳ مثل تفاوت سنی و تحصیلی و ...

۴ مانند تناسب‌های تحصیلی، شغلی، مذهبی، جایگاه اجتماعی، اقتصادی، سبک فرزندپروری و ...

بطور خلاصه، این پروتکل، پس از تثبیت ثبت نوبت، شامل ۳ مرحله‌ی اصلی است:

- مرحله اول: دریافت اطلاعات اولیه شخصیتی و پر کردن فرم PMC<sup>۵</sup> در سایت؛
- مرحله دوم: جلسه مصاحبه و دریافت تکالیف؛
- مرحله سوم: ارسال تکالیف به مرکز مشاوره توسط مراجع و تحلیل اطلاعات و تهیه‌ی گزارش توسط مشاور.

توضیح روند مشاوره به صورت مفصل:

### مرحله اول: دریافت اطلاعات در سایت.

۱. با پذیرش مرکز مشاوره، جهت تثبیت زمان‌بندی جلسه مصاحبه و دریافت اطلاعات نسبت به هزینه‌های پروتکل تماس بگیرید.
  ۲. وارد سایت [pmct.ir](http://pmct.ir) (شروع خوب) شوید.
  ۳. ثبت‌نام کنید.<sup>۶</sup>
  ۴. وارد بخش آزمون‌ها شوید.
  ۵. در این آزمون‌ها شرکت کنید:
    - شخصیت ۱؛
    - شخصیت ۲؛
    - شخصیت ۳؛
    - PMC-1 (از لیست فرم‌های شروع خوب)؛
- ! به ازای هر کدام از این آزمون‌ها، مبلغی را به صورت برخط، خواهید پرداخت.

### مرحله دوم: جلسه مصاحبه و دریافت تکالیف.

۱. اگر:
  - مشاور آقا و خانم، یک نفر باشد: ملاقات با مشاور در جلسه مصاحبه حضوری، بسته به ازدواج اول یا مجدد بودن و مسائل موجود در رابطه، ۲/۵ تا ۴ ساعت طول خواهد کشید که در یک بخش مشترک و دو بخش اختصاصی اجرا خواهد شد.
  - مشاور آقا، آقا و مشاور خانم، خانم باشد: ملاقات با مشاور در جلسه مصاحبه حضوری، ابتدا با یک جلسه کوتاه معارفه ۴ نفره (مراجعین و مشاورین) آغاز و سپس اختصاصی‌شدن مصاحبه، ادامه خواهد یافت. ۱ تا ۲ ساعت طول این ملاقات خواهد بود.

! حضور حداقل یکی از والدین هریک از مراجعین، مورد تاکید است تا در ابتدای جلسه، نکات ایشان در مورد دختر و پسر، خانواده‌ها و این ازدواج، دریافت شود.

۲. دریافت تکالیف خانگی (فرم‌های نگرانی‌ها، گفتگوها و سؤالات مشترک)؛

### مرحله سوم: ارسال تکالیف به مرکز مشاوره توسط شما و جمع‌بندی اطلاعات توسط مشاور.

۵ فرمی شامل مشخصات فردی، وضعیت تحصیلی و شغلی، اطلاعات خانوادگی، وضعیت سلامت، کشش‌های عاطفی، دیدگاه‌های مالی، نگرانی‌ها، گفتگوها، نگرش‌های جنسی و...  
۶ اگر ثبت‌نام شما با مشکل مواجه شد، بدون ثبت‌نام وارد بخش آزمون‌ها شوید.

۱. انجام تکالیف فردی (مکتوب<sup>۲</sup> و سایت<sup>۸</sup>)؛
  ۲. تحویل<sup>۹</sup> یا ارسال<sup>۱۰</sup> تکالیف برای پذیرش مرکز یا مشاور؛
  ۳. جمع‌بندی اطلاعات موجود، توسط مشاور در دو محور «آمادگی‌ها» و «تناسب‌ها»؛
  ۴. تسویه حساب مالی با مرکز؛
  ۵. دریافت نتایج به یکی از دو صورت ذیل:
- ✚ حضور: جلسه‌ای حدود ۴ ساعت؛
- ✚ غیرحضور: فایل ۱۴ صفحه‌ای از گزارش مفصل تحلیل‌ها و نتایج؛

## ملاحظات

!! لطفاً به مرور زمان در آزمون‌ها شرکت کنید تا خستگی، از اعتبار پاسخ‌های شما نکاهد.

!! در صورت ناموفق بودن تراکنش هزینه‌ای که در انتهای برخی آزمون‌های سایت خواهید پرداخت، نیازی به انجام مجدد آزمون نیست. کافی است با ایتا یا پیامک به شماره ۰۹۱۹۶۱۲۰۱۷۱ (درج‌شده در ذیل سایت) تقاضای بررسی کنید و در صورت ثبت شدن آزمون، هزینه را کارت به کارت نمائید. شماره کارت، در انتهای آزمون و هنگام اعلام هزینه، نمایش داده می‌شود.

!! هزینه‌ها، در ازای جلسات ملاقات، نمره‌گذاری آزمون‌ها و مقدار زمانی است که برای تحلیل اطلاعات گذاشته شده و اعلام خواهد شد.

!! هزینه‌ها با حداکثر تخفیف نسبت به محتوای ارائه‌شده در نظر گرفته شده است. هرچند ارزش آرامش‌بخش خوشبختی شما یا - خدای ناکرده - هزینه‌های شکست شما در رابطه‌ی عاشقانه همسری، فراتر از اعداد و ارقام است.

موفق باشید.

شروع خوب



# شروع خوب

۷ سوال‌هایی در مورد شما و خانواده، زندگی‌نامه، بررسی نگرانی‌های شما و ...

۸ تکمیل آزمون‌های مذکور در فرم سوالات مشترک؛

۹ لطفاً تکالیف را در برگه‌های A4 و با خودکارمشکی یا آبی انجام دهید.

۱۰ راه اول: سوال‌ها و جواب‌ها را در Word تایپ کنید. تصویر صفحه دوم سوالات مشترک و صفحه‌ی نگرانی‌ها را در همان Word بریزید و برای مشاور یا مرکز ارسال کنید. راه دوم: از سوال‌ها و جواب‌های دست‌نویس شده در برگه‌ها، عکس با کیفیت (مثلاً با Cam scanner) بگیرید. عکسها را به ترتیب در یک فایل Word بریزید و برای مشاور یا مرکز ارسال کنید. تصویر صفحه دوم سوالات مشترک و صفحه‌ی نگرانی‌ها را در همان Word بریزید.