

دکتر محسن دهقانی و فاطمه میرمحمدی

مشاوره‌ی پیش از ازدواج



سرشناسه: دهقانی، محسن، ۱۳۹۶ - Dehghani, Mohsen
میرمحمدی، فاطمه، ۱۳۶۵ - Mirmohammadi, Fateme
عنوان و نام پدیدآور: مشاوره‌ی پیش از ازدواج / محسن دهقانی
مشخصات نشر: تهران، نشر نی، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری: ۱۶۸ ص.
شابک: 978-964-185-482-1
وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۵۹.
موضوع: مشاوره ازدواج Marriage counselling
رده‌بندی کنگره: HQ ۱۰/۵۹ م ۵ ۱۳۹۵
رده‌بندی دیویی: ۳۰۶/۸۱
شماره کتابشناسی ملی: ۴۳۵۴۰۰۲

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان



نشری

مشاوره‌ی پیش از ازدواج
دکتر محسن دهقانی
(عضو هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی)
و فاطمه میر محمدی

ویراستار الهه عین‌بخش
چاپ اول تهران، ۱۳۹۵
تعداد ۱۰۰۰ نسخه
چاپ و صحافی نقش

تمامی حقوق این اثر محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد آن کلاً و جزئاً،
به هر صورت (چاپ، فتوکپی، صوت، تصویر و انتشار الکترونیکی)
بدون اجازه‌ی مکتوب ناشر ممنوع است.

شابک ۹۷۸ ۹۶۴ ۱۸۵ ۴۸۲ ۱

www.nashreny.com

فهرست مطالب

۹	پیش‌گفتار
۱۱	مقدمه
۲۱	فصل اول: مشاوره‌ی پیش از ازدواج
۲۲	ازدواج و مشاوره‌ی پیش از ازدواج
۲۴	اصول کلی در مشاوره‌ی پیش از ازدواج
۲۵	عناصر کلیدی ازدواج سالم
۳۱	اجزای مشاوره‌ی پیش از ازدواج
۳۷	اهداف مشاوره‌ی پیش از ازدواج
۴۲	جلسات مشاوره‌ی پیش از ازدواج
۴۳	جلسه‌ی مشترک
۴۶	موضوعات مورد بررسی در جلسه‌ی مشترک
۴۶	ویژگی‌های شخصیتی
۴۷	ارتباطات
۴۸	حل تعارض

۴۹.....	مدیریت مالی
۵۰.....	فعالیت‌های اوقات فراغت
۵۱.....	دوستان
۵۱.....	سبک زندگی
۵۳.....	تعهد
۵۷.....	آزمون‌های روان‌شناختی
۵۷.....	جلسات فردی
۶۰.....	موضوعات مورد بررسی در جلسه‌ی فردی
۶۰.....	رسم شجره‌نامه‌ی خانوادگی
۶۳.....	ایزایی سلامت روانی
۶۴.....	تغذیه و نفس
۶۷.....	سبک بستگی زوج
۷۳.....	جلسه‌ی مشترک
۷۷.....	فصل دوم: شناخت تفاوت‌های جنسیتی
۸۰.....	تفاوت جنسیتی در گفتن و شنیدن
۸۴.....	مراکز تکلم در مغز
۸۵.....	تفاوت در نگرش، افکار و ابراز هیجان‌ها
۸۷.....	زن، مرد، رابطه‌ی جنسی
۹۰.....	نامزدی، عشق و تستوسترون
۹۲.....	تفاوت هورمونی
۹۵.....	عشق و شهوت
۹۶.....	تفاوت سیستم عاطفی
۹۷.....	سلسله‌مراتب قدرت

فصل سوم: مهارت‌های مورد نیاز برای داشتن ازدواج موفق ۱۰۱

تنظیم هیجانی ۱۰۵

ارتباطات ۱۰۷

مهارت‌های گوینده ۱۱۱

مهارت‌های شنونده ۱۱۵

محتوای پیام ۱۱۷

پیشنهاد‌های جانبی ۱۱۹

معارض ۱۱۹

فصل چهارم: برار نام ارزیابی در مشاوره‌ی پیش از ازدواج ۱۲۷

سیاست بالینی برای ارزیابی خانواده‌ها ۱۲۸

مقیاس کارکرد خانواده ۱۲۹

پرسش‌نامه‌ی سبک دلبستگی هازن و شیور ۱۳۰

پرسش‌نامه‌ی نیازهای گلاس ۱۳۱

پرسش‌نامه‌ی پنج عاملی نئو ۱۳۲

آزمون بالینی چندمحوری میلون III ۱۳۴

فصل پنجم: اختلالات روان‌شناختی ۱۳۵

افسردگی ۱۳۶

اختلال دو قطبی ۱۳۷

اضطراب ۱۳۸

اختلال اضطراب فراگیر و هراس اجتماعی ۱۳۸

اختلال اضطراب پس از سانحه (PTSD) ۱۳۹

اختلال وسواس فکری-عملی (OCD) ۱۴۰

اختلالات شخصیت.....	۱۴۲
اختلال شخصیت مرزی.....	۱۴۵
اختلال شخصیت خودشیفته.....	۱۴۶
اختلال شخصیت نمایشی.....	۱۴۷
اختلال شخصیت ضداجتماعی.....	۱۴۷
اختلال شخصیت وسواسی-اجباری.....	۱۴۸
اختلال شخصیت اجتنابی.....	۱۴۸
اختلال شخصیت وابسته.....	۱۴۸
فصل ششم: ازدواج مجدد.....	۱۵۱
مراحل گذار از دلاق.....	۱۵۷
منابع.....	۱۵۹

پیش‌گفتار

طبق معمول همیشه در اتاق کارم نشسته و پرونده‌ها را مطالعه می‌کردم که در اتاق به صدا درآمد و ماشینی مراجع‌های جدید را به اتاق راهنمایی کرد. دختر و پسری جوان با چهره‌هایی ساداب، نگاهی عاشقانه و پرامید و ذهنی جست‌وجوگر وارد شدند. راوی به نشستن آن‌ها نسبت به هم و نگاه‌هایی که با هم مبادله می‌کردند نشان می‌داد که به نظر مشتاق‌اند تمام سؤالاتی را که در ذهن دارند در همان آغاز جلسه بپرسند مثل همیشه از آن‌ها خواستم علت مراجعه‌شان را توضیح دهند. مانند موردهای قبلی مشاوره‌ی پیش از ازدواج، این زوج هم می‌خواستند بدانند آیا برای شروع زندگی مشترک با یک‌دیگر مناسب‌اند؟ چگونه باید رابطه‌ی خود را به‌درستی پیش ببرند؟ برای حل تعارض‌هایی که در طول مدت رابطه پیدا شده‌اند چه باید بکنند؟ یا راهی هست که از بروز این تعارض‌ها پیشگیری کنند؟ و برخی انتقاداتی کوچک و بزرگی که درباره‌ی رفتار و افکار یک‌دیگر داشتند.

این‌ها از معمول‌ترین مواردی‌اند که زوج‌های جوان مطرح می‌کنند. سؤالاتی که پاسخ به آن‌ها نقش مهمی در تصمیم‌گیری و تعیین مسیر زندگی ایشان دارد. البته در مشاوره‌ی پیش از ازدواج غالباً تلاش می‌شود تا زوج با

دادن اطلاعات مناسب و آموزش مهارت‌های مورد نیاز، به این توانایی برسند که خود در مورد ادامه‌ی رابطه یا خاتمه‌دادن به آن تصمیم بگیرند.

تجربه‌ی بالینی نشان می‌دهد اغلب زوج‌ها زمانی به مراکز مشاوره مراجعه می‌کنند که مدت زیادی از شروع رابطه‌ی آن‌ها گذشته است و متأسفانه به سبب نداشتن اطلاعات و مهارت لازم، به رابطه آسیب‌هایی زده‌اند. در اکثر موارد، هدف از مراجعه به مراکز مشاوره انتقال مسئولیت تصمیم‌گیری از زوج به روان‌شناس است. روان‌شناسان باید مراقب باشند در این دام گرفتار نشوند و فقط به زوج کمک کنند تا مسیرهای موجود را ببینند و با شناخت کلی، بهترین مسیر را برای ادامه‌ی زندگی فردی و مشترک خود انتخاب کنند. از این رو، لازم است روان‌شناس با دقت نیازهای فردی و مشترک زوج را بسنجد و متناسب با آن خدمات لازم را به ایشان ارائه کند.

با توجه به نیاز جامعه به داشتن متخصصانی در این حوزه، تلاش کرده‌ایم با استفاده از تجربه‌ی بالینی، آموزشی و پژوهشی خود مجموعه‌ای را گردآوری کنیم که بتواند رسیدن به این هدف را تسهیل کند. امید است در انجام این رسالت موفق باشیم.

مقدمه

ازدواج چیست؟ - را افراد ازدواج می کنند؟ آیا همه ی افراد تعریف یکسانی از ازدواج دارند؟ آیا برای افراد برای تشکیل خانواده یکسان است؟ عشق چیست؟ این ها سؤالات اساسی اند که پاسخ به آنها تا حد زیادی مسیر زندگی زوج را مشخص می کند. هرچنین، اطلاعات مناسبی نیز در اختیار روان شناس قرار می دهد. از این رو، لازم است که روان شناس پاسخی برای این سؤالات داشته باشد، هرچند تعریف قطعی برای ازدواج وجود ندارد. ازدواج قراردادی اجتماعی است که دو فرد را متعهد به ماندن در کنار یکدیگر و پذیرش برخی مسئولیت ها در قبال یکدیگر می کند. باید به یاد داشت برای تداوم یک رابطه، تعهد شخصی نیز نیاز است که در مدت آشنایی شکل می گیرد و در طول زندگی مشترک زوج ادامه می یابد. متأسفانه اکثر افرادی که تصمیم به ازدواج می گیرند شناخت صحیحی از ازدواج یا رابطه ریزی مشخصی برای زندگی مشترک ندارند و اغلب پس از مدت کوتاهی با مشکلات و تعارض هایی روبه رو می شوند که هنوز برای مقابله با آنها یا حل آنها آمادگی و مهارت کافی ندارند.

گاهی نیز افراد در تعریف خود از احساسات دچار اشتباه می شوند؛ برای

مثال، پس از گذشت مدت کوتاهی از رابطه این جمله را برای بیان احساس خود درباره‌ی دیگری به کار می‌برند: «من عاشق او هستم». درحالی‌که این احساس هنوز بر پایه‌ی شناخت از یک‌دیگر شکل نگرفته است و از سوی دیگر، با قیود و شروط و حتا، در مواردی، محدودیت‌هایی برای دیگری همراه است: «من عاشق او هستم، پس باید تمام توجهش به من باشد»، «من عاشق او هستم، پس باید با درخواست‌های من موافقت کند» یا «اگر عاشق من است، باید حق و حقوقم را تمام و کمال بپردازد». وظیفه‌ی روان‌شناس این است که به دادن آگاهی لازم به افراد کمک کند تعاریف مناسبی برای افکار، احساسات و رفتارهای خود پیدا کنند و با دلایل شکل‌گیری این موارد آشنا شوند.

از نظر ما، مهم‌ترین عاملی که به داشتن ازدواج موفق کمک می‌کند شناختی است که هر یک از زوجین نسبت به خود دارد. این شناخت با تصمیم‌گیری آگاهانه درباره‌ی انتخاب‌های زندگی همراه می‌شود که نتیجه‌ی آن پذیرش مسئولیت این انتخاب است. در شرایطی که فرد مسئولیت انتخاب خود را می‌پذیرد، برای حل مشکلات و موانعی که بر سر راه وی در رسیدن به اهدافش قرار می‌گیرد حداکثر تلاش را می‌کند. در صورت بروز اشتباه نیز مسئولیت آن را می‌پذیرد و برای تصحیح یا جبران آن تمام‌های مؤثری برمی‌دارد و در این راه به آسانی امید خود را از دست نمی‌دهد.

شناخت از خود نیازمند آگاهی از عواملی است که بر عملکرد شخصی و اجتماعی افراد تأثیر می‌گذارد. شناخت‌ها، هیجان‌ها، رفتارها، ویژگی‌های جنسیتی و عوامل اجتماعی از جمله مهم‌ترین این مواردند. هر فرد آگاهانه یا ناآگاهانه با مجموعه‌ای از شناخت‌ها، هیجان‌ها، رفتارها، ویژگی‌های جنسیتی و عوامل اجتماعی وارد زندگی مشترک می‌شود: شناخت‌ها شامل توجه انتخابی، اسناد، انتظارات، فرضیه‌ها و استانداردها (بایدها و نبایدها) است، هیجان‌ها

حاصل تجارب شخصی و اجتماعی است. رفتارها تحت تأثیر شناخت‌ها و هیجان‌های فرد، شخصیت، خانواده، مدرسه و محیط اجتماعی وی شکل گرفته است، ویژگی‌های جنسیتی شامل بیولوژی بدن و ساختار مغزی است و عوامل اجتماعی تجربیاتی است که فرد در طول دوره‌ی رشد خود به‌دست می‌آورد. افراد با شناخت این عوامل می‌توانند از نقاط قوت و ضعف و همچنین علت برخی از رفتارها یا هیجان‌های خود آگاهی یابند و براساس این شناخت است که به‌دنبال یافتن فردی با نقش همسرند که بیش‌ترین انطباق را با ویژگی‌ها و توانایی‌های آن‌ها داشته باشد؛ امری که بیش‌تر افراد جرئت مواجه‌شدن با آن را ندارند.

در طول جلسات مشاوره‌ی پیش از ازدواج، روان‌شناس به افراد کمک می‌کند تا بتوانند شناخت نسبی از خود و فردی برسند که برای همسری آینده انتخاب کرده‌اند. هم‌میرز در صورت لزوم، مهارت‌های مورد نیاز برای بهبود عملکرد فردی و زوجی را با آن‌ها آموزش می‌دهد.

در این کتاب سعی کرده‌ایم اطلاعاتی را در اختیار روان‌شناسان گرامی قرار دهیم تا علاوه بر داشتن محتوایی برای برگزاری جلسات، بتوانند ساختاری را برای جلسات مشاوره‌ی خود برنامه‌ریزی کنند.

با توجه به اهمیت خانواده در سلامت روان و اهمیت اجتماعی، تلاش برای شکل‌گیری صحیح این نهاد اجتماعی از اهمیت بسزایی برخوردار است. در جامعه‌ی امروز، افراد به منابع اطلاعاتی بسیاری دسترسی دارند که متأسفانه برخی از آن‌ها اطلاعات حقیقی یا متناسب با فرهنگ را در اختیار مخاطبان قرار نمی‌دهند. در این شرایط، نقش روان‌شناسان پیش از ازدواج و توانایی آن‌ها در این زمینه اهمیت بالایی دارد. چراکه آن‌ها علاوه بر در اختیار قرار دادن اطلاعات واقعی و متناسب با فرهنگ جامعه، باید افکار، باورها و اعتقادات نادرستی را اصلاح کنند که در ذهن مراجعان شکل گرفته‌اند. از این‌رو، داشتن

آگاهی لازم به منظور طراحی ساختار و محتوای جلسات از اولویت‌های کاری روان‌شناسان است.

گاهی روان‌شناسان تازه‌کار نگران این مسئله‌اند که چه‌طور بدون داشتن تجربه‌ی کافی وارد فرایند ارزیابی و مشاوره شوند. گاهی نیز نگران فراموش کردن سؤالاتی‌اند که باید از مراجع بپرسند. گاهی با مراجعانی مواجه می‌شوند که هیجان زیادی برای بیان تمام مسائل خود در زمانی کوتاه دارند. در حالی که روان‌شناس باید برای کنترل جریان مصاحبه و زمان جلسه اقدام مناسبی انجام دهد. در این کتاب سعی داریم تا به سؤالات، نگرانی‌ها و نیازمندی‌های روان‌شناسان در زمینه‌ی مصاحبه و ارزیابی افراد پیش از ازدواج پاسخ دهیم. پیش از پرداختن به مسائل اصلی درباره‌ی مشاوره‌ی پیش از ازدواج، به اصول کلی اشاره می‌کنیم که باید در فرایند ارزیابی و جمع‌آوری اطلاعات مورد توجه روان‌شناسان تکرار گیرد.

تصور کنید زوجی به شما مراجعه کرده‌اند که پیش از ازدواج با تردیدهایی درباره‌ی تداوم رابطه یا برخی تفاوت‌های رفتاری و اجتماعی روبه‌رو شده‌اند و گاهی نیز بحث‌های جدی بر سر این مسائل داشته‌اند. در چه صورت می‌توانید به آن‌ها کمک کنید و راهنمایی‌های لازم را در اختیارشان قرار دهید؟ حتماً پاسخ اغلب شما این است: «از طریق اطلاعاتی که در مراجع (درباره‌ی مدت آشنایی، نحوه‌ی آشنایی، نوع مسئله، عوامل دخیل در ایجاد و استمرار آن، توانایی‌ها و اقدامات قبلی آن‌ها و...) به دست می‌آوریم». حق با شماست. اما چه‌طور این اطلاعات را به دست می‌آوریم؟

مشاهده‌ی دقیق از مهم‌ترین ابزارهای کسب اطلاعات است. مشاهده موجب می‌شود اطلاعات ارزشمندی در خصوص کیفیت ارتباط زوج (فراوانی انواع خاصی از رفتارهای مثبت و منفی، مانند انتقاد، توهین، حمایت، مراقبت و...) و الگوهای ارتباطی حاکم بر رابطه (تعقیب-کناره‌گیری، کناره‌گیری متقابل و...) در

اختیار درمانگر قرار گیرد. با مشاهده‌ی ارتباط کلامی و غیرکلامی زوج در اتاق انتظار، نحوه‌ی ورود آن‌ها به اتاق مشاوره، مکانی که برای نشستن انتخاب می‌کنند، فاصله‌ی آن‌ها از یک‌دیگر، زاویه‌ای که برای نشستن انتخاب می‌کنند، میزان تماس چشمی که با یک‌دیگر در طول جلسه برقرار می‌کنند، واکنش و احساسی که به صحبت‌های یک‌دیگر نشان می‌دهند، قطع کردن توضیحات دیگری برای بیان نظر خود، چگونگی پاسخ‌دادن به اعتراض‌ها و انتقادهای دیگری... می‌توان بخشی از اطلاعات مورد نیاز را به دست آورد. برای مثال، فرض کنید زوجی وارد اتاق شما می‌شوند. پسر به محض ورود با صدای بلند و پرانرژی سلام می‌کند و چند جمله‌ای در مورد فضای اتاق یا سن و سال شما می‌گوید. در این هنگام متوجه می‌شوید چهره‌ی دختری کمی گرفته است و تمایلی به مکالمات نامزدش نشان نمی‌دهد. هنگام نشستن روی صندلی نیز سعی می‌کند با فاصله از هم بنشینند. در طول جلسه و گفت‌وگوی نامزدش، با شما یا با وی تماس چشمی کوتاهی برقرار می‌کند و گاهی در پاسخ به آنچه گفته می‌شود لبخند سردی می‌زند. به توجه به آنچه مشاهده کرده‌اید، فرض‌هایی در ذهن شما شکل می‌گیرد که برای تأیید یا رد آن‌ها نیاز به اطلاعات بیش‌تری دارید. بنابراین، هرچند و مانند اطلاعات ارزشمندی در اختیار روان‌شناس قرار می‌دهد، باید توجه داشت که همیشه استنباط‌های درمانگر از افکار، احساس و رفتارهای زوج درست نیست. برای مثال، وقتی سارا از تأخیر یک ساعته‌ی نامزدش در هفته‌ی گذشته برای آمان بیستوران، افکار اضطراب‌آوری که در مورد علت احتمالی تأخیر وی به ذهنش خطور کرده بود، حال بدی که در آن ساعت تجربه کرده بود و شدت عصبانیتش وقتی متوجه شد که نامزدش زمان را اشتباه به ذهن سپرده صحبت می‌کرد، صورت نامزدش درهم کشیده شد. در نگاه اول، به نظر می‌رسد علی از صحبت‌های سارا ناراحت و عصبانی شده، اما وقتی روان‌شناس از وی

خواست تا درباره‌ی حرف‌های سارا نظرش را بیان کند، علی اشاره کرد که «فکر نمی‌کردم با دیر آمدنم این همه فکر به ذهنش خطور کند و این قدر نگران شود. از دست خودم عصبانی‌ام که ساعت را یادداشت نکرده بودم. قول می‌دهم بعد از این ساعت دقیق قرارها را به‌خصوص در روزهای کاری پرفشار یادداشت کنم تا این چنین باعث نگرانی تو نشوم». ممکن است در طول گفت‌وگو یکی از افراد هر زمان عصبانیت همسرش را مشاهده می‌کند، سکوت کند یا موضوع بحث را عوض کند؛ از دیدگاه درمانگر این الگوی رفتاری ناگوار است. درحالی که زوج با شناختی که از هم دارند این رفتار را انتخاب کرده‌اند تا از بروز درگیری و اختلاف بیش‌تر پیشگیری کنند، در موقعیت مناسب درباره‌ی موضوع مورد اختلاف با هم صحبت می‌کنند. از این رو، باید فرضیه‌های خاص از مشاهده را آزمود؛ بدین منظور، روان‌شناس به اطلاعات بیش‌تری نیاز دارد.

مصاحبه با زوج ابزار دیگری است که به روان‌شناسان کمک می‌کند علاوه بر کسب اطلاعات بیش‌تر، به آزمون فرضیه‌های برپادارند که در طول مدت مشاهده در ذهن‌شان شکل گرفته است. در مورد مثال قبل، تصور کنید فرضیه‌ی شما این بود که احتمالاً خانم از این رابطه رضایت چندانی ندارد و تحت فشار والدین تصمیم به ازدواج گرفته است، اما پس از مصاحبه و پرسیدن دلیل مراجعه‌ی زوج و انتظاری که از شما دارند، نتیجه می‌شوید که فقط دو ماه به آزمون کارشناسی ارشد خانم مانده است. به دلیل اضطراب بالا، آستانه‌ی تحمل او پایین آمده و به سبب ناتوانی در ابراز صحیح آن به نامزد، بین آن‌ها اختلاف‌هایی در مورد موضوعات جزئی دیگر پیش آمده که تا حدی باعث دلسردی و تردید دختر برای ادامه‌ی رابطه شده است. درحالی که پیش از این روابط آن‌ها رضایت‌بخش بوده است. در این مورد، موقعیت فعلی و فقدان مهارت لازم برای مقابله با این شرایط، باعث نارضایتی خانم از رابطه شده

است نه اجبار به انجام ازدواج از سوی دیگران. بنابراین، همان‌طور که مشاهده کردید با اجرای مصاحبه علاوه بر به دست آوردن اطلاعات بیشتر، فرضیه‌ی اولیه هم اصلاح شد. البته همیشه مشاهده و مصاحبه همه‌ی اطلاعات لازم را در اختیار روان‌شناس قرار نمی‌دهد.

در صورتی که روان‌شناس در طول مشاهده و ارزیابی احساس کند صحبت در مورد موضوعی خاص برای زوج یا یکی از آن‌ها دشوار است یا این‌که آن‌ها با تمام جوانب مسئله‌ی مورد نظر آشنا نیستند، از پرسش‌نامه برای جمع‌آوری اطلاعات بیشتر استفاده می‌کند. پرسش‌نامه علاوه بر اطلاعاتی که در اختیار روان‌شناس قرار می‌دهد، موجب می‌شود تا زوج اطلاعات بیشتر در خصوص موضوع مورد پرسش به دست آورند. از این‌رو، توصیه می‌شود که روان‌شناس در زمان تکمیل پرسش‌نامه حضور داشته باشد تا در صورت لزوم به سؤال‌ها یا ابهامات زوج پاسخ دهد و همچنین رفتار آن‌ها را در زمان پاسخ‌گویی مشاهده کند. باید توجه داشت که پیش از اجرای پرسش‌نامه باید به زوج اطمینان داد که اطلاعات به دست آمده محرمانه باقی می‌ماند و فقط در صورت موافقت مراجع، در جلسه‌ی مشترک با نامزد مطرح می‌شود. برای مثال، در مواردی که مراجع در گذشته مورد آزار جنسی قرار گرفته یا در حال حاضر نامزدش او را مورد آزار قرار می‌دهد، درمانگر ابتدا در جلسه‌ی فردی علاقه‌ت تکمیلی در این مورد را از مراجع کسب می‌کند و در ادامه با توجه به شدت آزار، موافقت مراجع، مداخله‌ی مناسب را پیشنهاد می‌کند، برای مثال گزارش به سوپروایزر و مقامات ذی‌ربط، مداخله‌ی فردی در مورد همسر به منظور مدیریت خشم یا مصرف دارو.

با توجه به آنچه گفته شد، آگاهی و شناخت دقیق از علت اصلی مراجعه در شکل دادن ساختار مداخله نقش مهمی دارد. چراکه زوج‌ها به

دلایل مختلفی برای مشاوره‌ی پیش از ازدواج مراجعه می‌کنند. برخی از آن‌ها فقط نیازمند شناخت بیشتر از ویژگی‌های شخصیتی خود و دیگری‌اند تا بتوانند با مشکلات و اختلافات پیش‌آمده مقابله و آن‌ها را حل کنند. درحالی‌که به برخی از زوج‌ها باید مهارت‌های خاصی را آموزش داد، در موردی نیز شدت تفاوت‌های زوج به اندازه‌ای است که باید به آن‌ها کمک کرد تا در مورد استمرار رابطه و چگونگی مدیریت پیامدهای آن تصمیم‌گیری کنند. روان‌شناس با پرسیدن سؤالاتی همچون «چه مسئله‌ای باعث شده به این‌جا بیایید؟» یا «چه کمکی از من ساخته است؟» یا «می‌دانید برای چه این‌جا هستید؟» زمینه‌ی این آگاهی و شناخت را فراهم می‌کند.

به‌طور کلی، مشاوران از این‌جایی موارد زیر به درمانگر اجازه می‌دهد به درک مناسبی از ساختار رابطه‌ی زوج و ارتباط آن‌ها برسد. در ادامه مفصلاً به این موارد می‌پردازیم.

- فاصله‌ی زوج از یک‌دیگر هنگام نشستن.
- نحوه‌ی ارتباط هر یک از زوجین با اعضای خانواده‌اش و بررسی رابطه‌ی اعضای خانواده با یک‌دیگر.
- چه کسی در مورد مسائل پیش‌آمده صحبت می‌کند؟ چه کسی سکوت می‌کند.
- چه کسی می‌خواهد صحبت کند و چه کسی فقط وقتی کسی صحبت می‌کند حرف می‌زند.
- کدام یک موافق یا مخالف وجود مشکل یا اهداف مشاوره‌اند.
- در مورد چه موضوعاتی اجازه‌ی صحبت دارند، چه کسی صحبت را شروع می‌کند یا پیشنهاد می‌دهد، در مورد چه موضوعاتی محدودیت گفت‌وگو وجود دارد.