

پروتکل مبحث مشاوره و روانشناسی خانواده



۱. اهداف آموزشی

۲. سرفصل ها و برنامه زمانبندی شده

اهداف آموزشی:

هدف کلی: افزایش احتمال پایداری و رضایت زندگی مشترک زوج های در آستانه ازدواج

حتی در حد یک قدم!

۱. **در حوزه دانشی:** مرور، افزایش و انسجام دانسته ها درباره زندگی زناشویی

۲. **در حوزه بینشی:** ارتقای نگرش مثبت همسران نسبت به زندگی زناشویی و درک اهمیت دریافت آموزش برای ارتقای مهارت های زندگی زناشویی

۳. **در حوزه توانشی:** تقویت و بهبود مهارت های زندگی خانوادگی

سرفصل ها و برنامه زمانبندی شده:



۱. مقدمه: (۱۰ دقیقه)
تعریف ازدواج
معرفی مثلث های سه گانه ازدواج موفق
۲. برقراری ارتباط موثر (۲۵ دقیقه)
۳. پیشگیری از دخالت خانواده ها و حفاظت از مرزهای رابطه (۵ دقیقه)
۴. عبور از تعارض (۱۰ دقیقه)
۵. مهارت حل مساله (۱۰ دقیقه)
۶. مدیریت خشم (۱۵ دقیقه)
۷. تفاوت های روانشناختی زنان و مردان (۱۰ دقیقه)
۸. خلاصه و جمع بندی (۵ دقیقه)

جمعا ۸۰ دقیقه و ۱۰ دقیقه هم برای پاسخ به سوالات و وقت های تلف شده، در مجموع ۹۰ دقیقه