Опросник "Семейный договор"

Давно обещала опубликовать его, но текст затерялся в куче файлов и сегодня случайно всплыл на поверхность. Поэтому пусть будет здесь, чтоб не убежал снова.

**Представление о будущей семейной жизни есть у каждого жениха и невесты**, но у большинства картины будущей жизни весьма туманны, а, главное, у **НЕГО и у НЕЁ существенно различны.** Он, предположим, думает так: "Раз ты меня так любишь, то ты, как настоящая хозяйка (и как моя мама), возьмёшь на себя весь груз семейных хлопот, а я буду приходить на кухню только поесть". Она же в это время думает по-другому: "Раз ты меня так любишь, то ты, как настоящий рыцарь (ну, и просто по справедливости), будешь мне во всём помогать, мы будем делать всё вместе или по очереди. Не правда ли, милый"

Но всё это – только думается и целоваться им не мешает. А что будет, когда молодые люди поженятся? Он – ей: "Я что-то проголодался..." Она – ему: "Да? Ну вот поди на кухню и почисти картошечку!". Он: "Это как". Она: "Да вот так, ручками!"

Конечно, можно обсуждать эти прозаические вопросы (и сотни других аналогичных) тогда, когда супруги о них уже споткнулись, но всегда ли это лучший вариант? Он уже злится, она уже обиделась... Но зачем же ждать, пока жизнь столкнет вас лбами? **Разумные люди обсуждают свои возможные разногласия заранее, пока у них есть на это время и пока стычки между собой не заслонили от них главного – их любви, уважения и интереса друг к другу.

Конечно, нельзя предусмотреть все возможные проблемы будущей семейной жизни, но многие и даже большинство – можно. Вот и обсудите их. И в этом вам поможет следующий вопросник.**
**Что из себя представляет вопросник? Это разнообразные вопросы и темы, связанные с различными сторонами семейной жизни, дающие возможность их конкретного обсуждения. Это вопросы о привычках и ценностях, деньгах и хозяйстве, друзьях и родных, семейных обязанностях, детях и многие, многие другие. Это простой способ гораздо более полно узнать, что любящий человек ценит, а чем пренебрегает, что любит, а от чего воздерживается, каковы его привычки, взгляды, что может сделать его счастливым, а что вызовет бурный протест.

Вы можете обсудить важные моменты прошлого, планы на будущее, материальное и жилищное положение и всё другое, что вас волнует и кажется важным.**
Если она ещё до свадьбы его предупредила, что детей она не любит, по крайней мере пока, и никого кроме собаки заводить не собирается – это важная вещь, и хорошо, что он узнал это заранее. Или, например, он объясняет ей, что в соответствии с его планами или взглядами на жизнь он едва ли когда-либо будет зарабатывать большие деньги – у него творческие планы или, может быть, нестандартные взгляды на жизнь. Что ж, я допускаю, что она может выйти за него замуж и быть с ним счастлива – без денег, но с ним.

Естественно, что, когда двое станут предметно обсуждать свою будущую семейную жизнь, у них неизбежно возникнет множество разногласий.

Например, вопрос о деньгах. Сколько нам нужно? Каков наш прожиточный минимум? А если муж зарабатывает меньше? Он согласен подрабатывать? Материальная помощь от родителей? Как храним деньги: у каждого свои, или у каждого только на карманные расходы, а общие лежат на полочке, или все деньги муж должен отдавать жене?

Какое решение самое правильное? Правильны все, лишь бы выбранное решение устраивало обоих.

**Неважно, как конкретно вы договоритесь. Важно, чтобы после обсуждения вопросника пара могла с уверенностью сказать: "Мы одинаково представляем, какую семью мы хотим".**Спросите пару, решившуюся подать заявление в ЗАГС – у каждой ли хватит смелости сказать такое?

Кстати, какой-то паре вопросник поможет понять, что семья у них не получится. По-моему, это прекрасно, и пусть тогда они останутся просто любящими. Ну, хотя бы просто друзьями. Ведь невозможность для близких людей сделаться ещё более близкими – не повод отдаляться и становиться чуть ли не врагами!

Вопросник полезен ещё и тем, что он поможет вам нужные вопросы правильно сформулировать. Например, она спрашивает: "Милый, ты будешь мне помогать, да". На это любой "милый" ответит "Да, конечно". Но если так ответит каждый, то какой смысл спрашивать так? Пусть она задаст вопрос по-другому: "Скажи, я могу рассчитывать на то, что ты на себя возьмёшь физически тяжёлые для меня дела: относить бельё в прачечную, ходить в овощной магазин, мыть полы, а иногда, когда я не успеваю, самому себе приготовить еду и помыть за собой посуду". На это уже не всякий ответит: "Да, конечно", скорее всего, начнутся переговоры... Но если он скажет "Да", это его "да" будет иметь другой, более серьёзный вес.

А если вы о чём-то договорились, а он потом не выполняет? С помощью вопросника вы эти ситуации также обсудите, и неоднократно.

Нужно ли записывать то, о чём договорились? – Едва ли. Для многих сотен семей, использовавших вопросник, вполне хватило устных договорённостей. С другой стороны, есть семьи, в которых наиболее важные для них вещи зафиксированы письменно.

С помощью вопросника удаётся поговорить о проблемах, которые в обычном разговоре поставить трудно. Может быть, её беспокоят какие-то моменты его сексуального поведения, а ему не нравится не всегда чистое бельё его любимой… Просто так сказать об этом очень неудобно, а если об этом спрашивается в вопроснике – повод для разговора вполне подходящий. Тактично сформулированные пожелания друг другу предотвратят накопление ненужных отрицательных эмоций.

**Когда обсуждать вопросник? – Когда угодно, но лучше до свадьбы: в случае возникновения серьёзных, принципиальных разногласий более сговорчивыми, по наблюдениям, люди оказываются до официальной регистрации.

С другой стороны, вопросник оказывается чрезвычайно полезным и для пар, уже начавших свою семейную жизнь. На мой взгляд, многие вопросы могут и должны обсуждаться неоднократно: идут годы, меняются и люди, и обстоятельства, и то, что было верно вчера, может потребовать иного решения сегодня.

И последнее. Обсуждение вопросника – прекрасная возможность для вас научиться разговаривать друг с другом. Уметь разговаривать – это уметь говорить обо всём откровенно, прямо, но тактично, а слушать всегда заинтересованно, правильно понимать вещи даже не очень вам приятные, разрешать разногласия всегда мирным путём, без давления, обид и ультиматумов.**Вы действительно всё это умеете?

**Вопросник поможет вам стать хорошей семьёй. Очень вероятно, что, содержательно и мирно обсудив двести вопросов, поставленных анкетой, супруги также доброжелательно и конструктивно обсудят двести первый вопрос, поставленный жизнью.**
Как обсуждать вопросник? Творчески! Поставленные в нём вопросы – только помощь вам, только повод для вас спокойно, глубоко и искренне поговорить о волнующих вас вещах. Какие-то вопросы покажутся вам непонятными и неинтересными – пропустите их. Если вам придёт в голову что-то по ходу обсуждения, а в вопроснике этого нет – обсудите всё, что считаете для себя важным.

Ваша задача – не просто "поставить галочки" ("есть", "понятно", "договорились", "проехали"), а постараться как можно глубже погрузиться в море будущих проблем, нащупать болевые точки. Идите на обострение, ищите проблемы даже там, где их пока не видно: лучше решить несколько несуществующих проблем, чем споткнуться потом об одну неожиданную.

И ещё раз: конкретность, конкретность! Важно вопросы не просто прочитать, а действительно обсудить. И будет вам Счастье...

**Вопросы для обсуждения**

**1. Степень взаимного доверия и принятия друг друга.**
Представьте, что вся ваша жизнь фиксируется видеофильмом. В нём заснято всё, что с вами происходит или происходило, все ваши чувства и мысли, в том числе и друг о друге.

Согласны ли вы показать свой фильм супругу? Весь?

Хотите ли посмотреть его фильм? Весь?

Насколько, вы считаете, супруги должны быть открыты и искренни друг с другом? Отчего это зависит? Ваши пожелания друг другу?

**2. Погадайте...**
Каждый отдельно друг от друга допишите незаконченные предложения:

"Я больше всего ценю в тебе .........." (5-10 пунктов, к примеру: порядочность, чувство юмора, здоровье, надёжность, любовь ко мне, терпимость... что у вас?).

"Меня часто раздражает в тебе ..........."

"Я хочу, чтобы ты ........."

"Ты больше всего ценишь во мне ........." (не спрашивайте у него, а пишите как думаете, как кажется).

"Тебя часто раздражает во мне ........."

"Ты хочешь, чтобы я .........."

"Ты думаешь, что я хочу от тебя .........."

Теперь обменяйтесь бумажками, прочитайте и обсудите то, что вас заинтересовало.

**3. Мы и семья.**
Какая семья была у моих родителей, моё отношение к ней?

Какую я хочу семью? Что для меня в семье самое главное?

Мне нужен ты как возможность создать семью или создание семьи – способ быть вместе с тобой? Что для вас важнее?

Очень ли мне нужна семья? Много ли я собираюсь в неё "вкладывать" времени и сил? Кому из нас семья важнее?

Что я больше всего ценю в тебе? Для чего ты мне нужен?

(А теперь попробуйте доказать другому, что ему нужны именно вы.) Зачем я тебе нужен? Почему тебе стоит жениться (выходить за меня замуж)? Кроме того, что мы любим друг друга, какой нам в этом смысл?

Если любовь пройдёт – что дальше?

**4. Работа.**
Какое место в вашей жизни занимает работа?

Возможно ли для вас поменять работу? Почему? На что? При каких условиях?

Как вы будете относиться к большой занятости мужа (жены) на работе? К его(её) увлечённости работой или желанию продвинуться по службе? К нежеланию?

**5. Образование.**
Насколько вас устраивает ваше образование? Собираетесь ли продолжить его, где, как? А если это войдёт в противоречие с интересами семьи? Какую помощь ждёте от супруга?

Насколько вас устраивает образование супруга? Хотите ли вы, чтобы супруг продолжил образование? Какую помощь, поддержку в этом вы согласны оказать?

**6. Деньги.**
Ваши заработки? Ваши запасы? Ваши перспективы? Помощь со стороны родственников?

Какая зарплата мужа будет для жены недостаточной? Что может позволить себе жена, если не удовлетворена зарплатой мужа?

Будем ли принимать помощь от родителей? А если они в ответ присваивают себе право вмешиваться в наши дела?

Как и где хранить деньги? Свои у каждого, или муж отдаёт деньги жене, или у каждого на карманные расходы (сколько?), а общие лежат на полочке? Другие варианты?

Премии и левые приработки мужа – мужу? или в общий котел?

Незапланированные покупки: можно ли, какие, как реагировать тому, кто недоволен? А тому, кем недовольны?

**7. Квартира и вещи.**
У кого будем жить, на каких условиях? Как к этому отнесутся родители? Прописка? Какие перспективы на будущее?

Как вы собираетесь обставлять квартиру? Ваш стиль: спортивно-функциональный, уютный, дорогой-изысканный-престижный? Ваш выбор: стенка, ковры, цветной ТV, видик... или: вместо ковров – маты, стенка не чешская, а "шведская", вместо телевизора – палатки, на стене – висят велосипеды... А деньги будем тратить на книги.

Из-за порчи каких вещей вы можете устроить другому скандал? А что для вас в квартире нежелательно? Что вы не потерпите?

**8. Хозяйство.**
Кухня:

Кто делает покупки: какие, кто носит тяжёлое, кто стоит в очередях и пр.?

Кто готовит, должен ли другой помогать и в чём?

Кто убирает со стола и моет посуду?

Как реагируем, когда кто-то НЕ: не сходил, не приготовил, не помыл и пр.?

Стирка:

Кто стирает, гладит, носит в прачечную?

Какая, в какой форме и насколько регулярная помощь?

Ремонт:

Что ожидается от мужа? Какова реакция, если сроки затягиваются или качество низкое?

Как относитесь к научной организации труда в быту?

Как относитесь к домработнице или помощнице по хозяйству?

**9. Порядок и чистота в доме.**
Что это для вас значит и насколько это важно для вас?

Кто подметает и моет полы, пылесосит, стирает пыль? Как регулярно? Вытираем ли ноги всегда? Если принесли грязь, кто и когда это вытрет?

Убираем ли за собой постель сразу? Кто? Вешаем ли за собой платье, костюм, кладём ли вещи обязательно на место?

Как реагируем, когда кто-то НЕ: не моет, не вытирает, не убирает, не кладёт и пр.? А в ответ?

**10. Питание.**
Какие пожелания, требования? Вегетарианство? Диеты? Голодание? Сладости? Сервировка стола? Поведение за столом?

Как реагируем, если не вкусно и однообразно? А если наоборот? А если жена старается, а муж не замечает?

**11. Режим дня.**
Вы сова или жаворонок? Во сколько будете, как правило, вставать и ложиться спать? В будние дни, по выходным? Должен ли так же жить другой супруг? А если вы будете мешать друг другу?

**12. Одежда, внешность и уход за собой.**
Что для вас важно во внешности супруга? Что особенно привлекает, что отталкивает?

Одежда: отношение к моде, предпочтения, сколько готовы тратить, согласовываем ли вкусы или каждый одевается как вздумается?

Косметика? Парикмахерские, бани? Неухоженные волосы, ногти, кожа супруга? Чистота нательного и постельного белья?

**13. Здоровье.**
Состояние вашего здоровья, наследственность, чем болеете чаще всего?

Насколько вы следите за своим здоровьем? Как вы это делаете?

Как вы себя обычно ведёте, когда заболеваете? Что ожидаете от супруга?

Будете ли утром делать зарядку? Гулять вечером?

**14. Родственники.**
Какие отношения с родителями и родственниками сейчас, какие хотели бы?

Как часто вы собираетесь ездить к родителям и родственникам? Обязательно вместе?

Могут ли родственники вмешиваться в ваши отношения и образ жизни? Как и кто при необходимости будет их нейтрализовывать?

Жена и мама не ладят, неправы при этом обе, но ставят ультиматум: "Или я, или она!" – кого выберет муж? (аналогичный вопрос жене)

**15. Дети.**
Сколько вы хотите детей, мальчика или девочку, когда? Пожелания по именам? Крестить?

А если детей не будет? А если незапланированная беременность?

Кто будет заниматься уходом за ребёнком, на какую помощь рассчитываете? Стирка пелёнок, магазины, вставать ночью? Как будете реагировать, если помощь будет недостаточной?

Папа только мамин слуга в уходе за ребёнком и воспитании его или у вас будет не так? Имеет ли он право на равный (или решающий) голос в воспитании ребёнка, если малышом он занимается меньше?

Ваши взгляды на принципы воспитания и ухода за детьми? Отношение к нестандартным методам (роды в воде, опыт Никитиных, кунание в ледяную воду и пр.)? Как будете решать, если будут разногласия?

Когда отдавать ребёнка в ясли, сад?

Светское или религиозное воспитание?

**16. Духовная жизнь и ценности.**
Много ли это значит в вашей жизни? Пренебрежение к каким ценностям, вещам и людям вас бы задело?

Ваше отношение и мнения по поводу:

События в стране и за рубежом;

Современная и классическая литература, поэзия, любимые авторы?

Театр, балет, кино, изобразительное искусство, музыка... Что любите, что отвергаете, почему?

Религия, философия, психология, парапсихология, астрология, йога, НЛО, "сглазы", приметы и другие спорные вещи?

**17. Свободное время и увлечения.**
Сколько его у вас? Как, за счёт чего собираетесь его выкраивать, если хватать его не будет?

Чем вы увлекаетесь? Почему? Насколько серьёзно? Могут ли ваши увлечения идти вразрез с интересами семьи? А как тогда?

Обязан ли ваш супруг разделять ваши увлечения? А если он равнодушен?

Как обычно вы проводите своё свободное время и как рассчитываете его проводить в семейной жизни?

Ваше отношение к походам в кино, театр, консерваторию? Бары, пивбары? Отношение к туристическим походам? Домоседству? Телевизору? Видику? Чтению книг? Занятию спортом? "Болению" в спорте?

Любите ли домашних животных? Собираетесь ли заводить?

**18. Друзья.**
Кто ваши друзья сейчас, почему, частота и характер контактов?

В условиях семейной жизни вы планируете встречи с друзьями: насколько часто, где, в какой форме, когда вместе с супругом, когда отдельно?

Могут ли друзья оставаться у вас ночевать? Что за друзья? Как часто? Если в гости приезжает девушка, в которую муж был влюблён или с которой был в связи – ваша реакция? Аналогично наоборот?

Вообще ваше отношение к прошлым связям и влюбленностям?

**19. Верность и измена.**
Может ли муж (на работе, на отдыхе) находиться в близких дружеских отношениях с женщинами? Когда-то обнять за талию? Поцеловать в щечку? Прижиматься во время танца? При жене? Без жены? А если ей расскажут? Ситуации наоборот – отношение к ним мужа?

Характерна ли для вас ревность и как вы относитесь к ревности своей и его?

Что вы считаете изменой? Увлечение – это измена? предательство? А если это реакция на вашу холодность или конфликты в семье?

Как вы собираетесь себя вести, если ваш муж вам изменил (измена кажется вам случайной)? Аналогичный вопрос мужу.

Если вы увлеклись другим (или другой): как будете себя вести? Будете скрывать, отпираться? Хотели бы вы, чтобы супруг в этой ситуации был с вами максимально откровенен?

Если муж увлёкся серьёзно: что решите, что предпримете? Какой разговор может состояться между вами? Ситуация наоборот – вопрос мужу.

**20. Секс в нашей жизни.**
Какую литературу по сексологии вы читали?

Можете ли вы говорить на эту тему? Как вы относитесь к половой жизни? Что вы здесь ожидаете друг от друга?

Принципиально ли для мужа, чтобы он оказался первым мужчиной для жены?

Брезгливы ли вы? Считаете ли вы какие-то части тела или телесные функции грязными, неприличными, которые необходимо друг от друга скрывать?

Какие проблемы могут быть у вас и чего вы в этом отношении ожидаете от супруга? Если половая жизнь не будет вас удовлетворять, считаете ли вы возможным тактично, но открыто обсудить это друг с другом? Обратиться к специалисту-сексологу?

Если вы решите не торопиться с ребёнком, какие меры предохранения вы выберете?

Как вы относитесь к нестандартным формам сексуальной близости? Что для вас приемлемо и желаемо, что нет?

Какой режим половой жизни для вас желателен? От чего это будет зависеть?

**21. Личная свобода и принятие решений.**
Супруги остаются свободными людьми, у них может быть отдельная друг от друга личная жизнь? В чём их свобода остаётся, в чём ограничивается?

Какие вопросы вашей жизни вы будете решать совместно, какие – раздельно, единолично?

Что вас раздражает друг в друге, когда вы спорите? Какие приёмы в обсуждении вы считаете недозволенными?

Если вы договориться не можете, кому принадлежит право решающего голоса? Кто глава семьи? В каких областях, вопросах глава – жена, в каких – муж?

Могут ли на решение ваших вопросов влиять родственники? Как? Как вы будете к этому относиться?

**22. Манеры поведения и вредные привычки.**
Насколько важно в обществе "вести себя прилично" и что это для вас значит?

У вас будет всё "как у людей" или "у нас будет так, как нам хочется или удобно"?

Можно ли петь на улице? Быть неряшливо одетым, если в гостях друзья? А если дома вы одни?

Вы курите, пьёте? Когда, сколько? Что будете позволять себе, супругу? Как будете реагировать, если супруг окажется пьяным?

Если у супруга окажутся вредные или неприятные вам привычки (грызёт ногти, шаркает ногами, не моёт руки перед едой), как будете реагировать? Что ожидаете в ответ?

**23. Наши отношения.**
Супруги между собой должны быть сдержанными или ласковыми? На людях? Наедине?

Какие знаки внимания друг от друга вы считаете очень важными? Обязательными? А какие ненужными?

Любите ли вы дарить и получать подарки? Какие? Можно ли договариваться о подарке или это должно быть сюрпризом?

Как себя вести, что делать, если у супруга плохое настроение?

Как реагируем на опоздание? На "забыл", "не успел" и пр.? На обман? На несоблюдение уговора? Что считаем "непорядочным", что "предательством", как реагируем на это?

Допустимо ли в ссорах ругаться? Употреблять резкие, грубые слова и выражения? Переходить на личности? На родителей?

А если "он первый начал"?

Как будете реагировать на обиды? На резкости, ворчание, ругань?

Согласны ли вы в случае острых конфликтов, чтобы всё-таки оставаться "в рамках", ставить магнитофон и записывать разговор на плёнку?

Если трудно разговаривать, считаете ли вы возможным при разборе конфликта общаться письменно?

Кто должен первый подходить мириться?

**24. Формальности.**
Когда и как будете справлять свадьбу? Это будет дорогостоящий спектакль в ресторане с массой родственников или скромное событие, где будут самые близкие люди? Будете покупать спецнаряды или обойдётесь тем, что есть?

Смена фамилий?

При каких условиях вы разведётесь?

На каких условиях вы разведётесь? Квартира, ребёнок, алименты?

Захотите ли после развода поддерживать человеческие отношения, сохранить для ребёнка обоих родителей, или очерните и зачеркнёте человека?

**25. Напоследок.**
То, о чём вы договорились, это навсегда? Или, если изменятся обстоятельства, вы о чём-то договоритесь заново?

Хотите ли вы назначить срок, когда вернётесь к обсуждению Договора снова?

Какие чувства были у вас во время обсуждения вопросов – к вопросам и супругу? Что раздражало, тревожило? Что радовало? Есть ли за что-то чувство благодарности к супругу?

И пусть всё у вас получится, и жизнь наполнится СЧАСТЬЕМ!