

Kérdések, amelyek hamar összehoznak

Az őszinte beszélgetés meggyorsítja a barátság vagy a szerelem kibontakozását.

Arthur Aron amerikai pszichológus és munkatársai a következő 36 kérdés megbeszélését javasolják azoknak, akik szeretnének közelebb kerülni egymáshoz. A módszer azon a felismerésen alapszik, hogy két ember között a bizalmi kapcsolatot elsősorban a folyamatos, egyre mélyülő, őszinte beszélgetés erősíti.

A feltárulkozás nem könnyű, mert kiszolgáltatottá tesz. Bizalom kell hozzá, ami nem egyik napról a másikra alakul ki. Mégis ez az egyetlen útja az életre szóló, őszinte kapcsolat megteremtésének, majd – a házasságban – megőrzésének.

A kérdések nehézség szerint három sorozatot alkotnak; a harmadik a legkeményebb dió. Házasként vagy párkapcsolatban, de akár baráti közösségben is érdemes megpróbálkozni velük, meghagyva a tartózkodás szabadságát:

Első sorozat

1. Ha bárkit választhatnál, kit hívnál meg szívesen egy vacsorára?
2. Szeretnél híres lenni? Miben?
3. Előfordul, hogy mielőtt telefonálsz, elpróbálsz, mit fogsz mondani? Miért?
4. Milyen lenne számodra egy „tökéletes” nap?
5. Mikor énekelte utoljára magadnak? Valaki másnak?
6. Ha 90 évig élnél, és választhatnál, hogy a 30 éves kori testi vagy szellemi állapotot tartod-e meg a további 60 évre, melyiket választanád?
7. Van titkos sejtésed arról, hogyan fogsz meghalni?
8. Mondj három dolgot, ami közös bennetek!
9. Miért vagy leghálásabb az életben?
10. Ha valamit utólag megváltoztathatnál a neveltetésedben, mi volna az, amin változtatnál?
11. Négy perc alatt a lehető legrészletesebben meséld el a társadnak az életedet!
12. Ha holnap egy új tulajdonsággal vagy képességgel ébredhetnél, mi lenne az?

Második sorozat

13. Ha egy kristálygömb megmondhatná az igazságot önmagadról, az életedről, a jövődről vagy bármi másról, mit szeretnél megtudni?
14. Van olyasmi, amit régóta szeretnél megtenni? Miért nem tetted meg?
15. Mi életed legnagyobb teljesítménye?
16. Mi a legnagyobb érték számodra egy barátságban?
17. Mi a legkedvesebb emléked?
18. Mi a legrosszabb emléked?
19. Ha tudnád, hogy egy év múlva hirtelen meg fogsz halni, változtatnál-e az életeden? Miért?
20. Mit jelent számodra a barátság?
21. Milyen szerepe van az életedben a szeretetnek és a szerelemnek?
22. Felváltva mondjatok olyan jó tulajdonságokat, amiket egymásban láttok (összesen hatot)!
23. Mennyire összetartó és szerető a családot? Másokénál boldogabbnak tartod a gyerekkorodat?
24. Milyennek tartod az édesanyáddal való kapcsolatodat?

Harmadik sorozat

25. Mondjatok három-három igaz állítást, ami mindkettőtökre vonatkozik! Pl.: “Itt vagyunk ebben a szobában, és mindketten...”

26. Egészítsd ki: “Bárcsak lenne valaki, akivel meg tudnám osztani...”
27. Ha közel kerülnétek egymáshoz, mi az, amit a társadnak fontos volna tudnia?
28. Mondd el, mi tetszik a társadban, ezúttal nagyon őszintén! Olyasmit is, amit nem mondanál el annak, akit csak nemrég ismertél meg.
29. Mondd el életed egyik kínos pillanatát!
30. Mikor sírtál utoljára másvalaki előtt? Egyedül?
31. Mondj el valamit a társadnak, ami tetszik benne!
32. Mi az, ami annyira komoly dolog, hogy nem lehet vele viccelődni?
33. Ha ma este meghalnál, és nem tudnál már beszélni senkivel, mi az, amit legjobban sajnálnál, hogy nem mondtál el valakinek? Miért nem mondtad el?
34. Kigyullad a házad és benne minden ingóságod. Miután kimentetted a szeretteidet és a háziállataidat, még egyszer biztonsággal visszamehetsz, hogy kihozz egyetlen tárgyat. Mi volna ez a tárgy? Miért?
35. Családtagjaid közül kinek a halála zaklatna fel leginkább? Miért?
36. Oszd meg a társaddal egy személyes problémádat, és kérdezd meg, ő mit tenne. Kérd a véleményét arról is, hogy szerinte te hogyan viszonyulsz az elmondott problémához!

Forrás: christianae.wordpress.com