

## 伴侣对话指导

Chinesisch

### 伴侣对话 Kapitel 1: Individualismus versus Kollektivismus

深层次的、无意识的“我们”之意识或者“我”之意识已经从最早的童年时代起,在与父母、兄弟姐妹和亲戚们的交往相处中就在心理烙上了印,再经由学校和其他熏陶下被确定。

谈谈你们是如何长大的:

- . 你与父亲, 母亲兄弟, 姐妹和亲戚们的关系如何?
- . 你最喜欢谁、最怕谁/大部分时间和谁在一起?
- . 你最美好的记忆是什么? 最伤心的经历是什么?
- . 什么时候你有过寂寞/羞愧/内疚的感觉?
- . 你的幼儿园生活/学校生活过的怎么样? 你还记得什么事吗?
- . 哪个老师你是最喜欢/最讨厌的?
- . 你与你的朋友们相处的如何/与同学们相处的怎样?

思考如何处理你俩现在的家庭关系:

- . 在现在的家庭中, 你觉得自己是偏向于“我们”的集体意识还是“自我”的独立意识? 具体体现在哪儿?
- . 倘若有个家庭成员需要我们的帮助支持我们如何达成一致的协议? (是否有必要? 不定期的还是定期的?) 我们如何回应他们的要求呢?
- . 我们怎样对待拜访别人要送的礼物? (哪种类别? 哪种价格?)
- . 去国外看望对方亲人我们有多频繁和多长时间?
- . 有亲戚来拜访呢?

### 伴侣对话 Kapitel 2: Darüber sollten wir reden

谈谈下面的问题:

你是怎么被教会处理以下情况的?

- . 当你被逮到做错事。
- . 当你遇到不公正的对待。
- . 什么时候你的“罪恶感”才会消除

## 伴侣对话

这段对话对于与有着不同宗教信仰背景的伴侣尤其的重要。和你的伴侣共同讨论以下这些问题。相互交换你们各自文化, 各自父母以及个人对于这些问题的看法:

- 人的本性是善，恶，还是中性？
- 我的价值是比别人多，比别人少，还是和别人平等？
- 我是怎么看待环境与自然：应该利用它们，尊重它们，还是保护它？
- 哪个更重要：过去，现在，还是未来？
- 我的存在是限于一个不断重复的轮回之中，还是说我为了有一个终点，一个目标而活？
- 精神世界存在吗？精神世界（与现实世界）的关系是怎样的？这两个世界，谁控制谁，谁影响谁？
- 如果存在一个神，祂是怎样一个神？祂与被造物有着怎样的关系？
- 苦难，受苦有着怎样的意义？
- 我现在所活的命是唯一的，还是说还有其他的命数？我是怎么看待死后的生命的？

#### 伴侣对话      Kapitel 3: Was meinst du eigentlich?

谈谈你们各自受不同文化影响而形成的交流方式：

- . 你们各自对“我”的意识和“我们”的意识在交流方面所受到的影响有多大？你如何看待你自己的沟通模式？你的配偶怎样看待？
- . 你们彼此的沟通风格或者讲话方式哪些是你们喜欢的，哪些是你们感到烦恼的。
- . 为了避免误解和烦恼你们想在什么方面做出改变？

#### 夫妻对话      Kapitel 4: Was heißt denn hier Liebe?

彼此交换意见：在你成长的家庭中是怎么样的？

你的祖父母/父母是怎样彼此认识至结婚的？

你的兄弟姐妹和亲戚们，他们是怎样和各自的配偶相识到结婚的？

在你的家人中是否有离婚的？

你如何理解下面这句话：“爱情出现在结婚之后，而不是之前。”

夫妻对话

表达性的愿望和限制

有关婚前性行为（在婚姻里的性生活）的社会规范，我的家庭、社会、宗教和我的国家的法律如何看待的？你们成长的文化背景有哪些是不同的？

在我们目前居住的国家/将要生活的国家，相关的社会规则是什么？

我是怎样在有关性的感受和思想方面成长的？在童年和青少年时期我曾有过什么经验？你在这方面是怎么成长的？你有过什么经验？

什么是我的/你的限制和愿望？我/你想如何表达性爱？

怎样表达我们喜欢或者爱对方？

你想让你的伴侣在你面前怎样表达喜欢你或者爱慕你这份情感？在下面的列表中划个叉，那些对你不是那么重要的请删掉。把你和你的伴侣填写的作个比较并讨论。

眼神接触，微笑

抚摸，按摩

词语，昵称

细心聆听

礼品

赞美，鼓励的话，情书，诗歌

经常一起相处，一起做事情

帮助，分担任务

邀请外出用餐

其他： \_\_\_\_\_

你是怎么长大的，你有什么样的文化和家庭印记： Kapitel 5: Wer bestimmt was?

你成长的文化背景对男人的角色期望是什么/对女人的角色期望又是什么？

你的父亲对你来说具有怎样的权威 /你的母亲呢？谁是最有主导地位的？

你的父母有什么样的任务分配（角色分配）？

你的祖父母有什么影响？

你的兄弟/你的姐妹在家中的排行位置怎样？有没有人占优先地位？

在你成长的社会中作为一个女人应有什么样的行为举止？什么是典型的女人？

在你成长的社会中作为一个男人应有什么样的行为举止？什么是典型的男人？

我们如何在一起生活共同分担任务？

在我们目前生活的文化背景/我们将要生活的文化背景 下对男人/女人的角色期望是怎样的？

哪个角色模式你觉得最适合：上下级领导层次的关系，还是伙伴关系？在实际生活中这意味着什么呢？

### 角色对比

在表格的一边根据您自己的见解选上合适的答案，在另外根据您对您伴侣的了解选上他或者她可能会选择的答案。讨论你们的结果。

再一次进行讨论，为什么会产生这样的设想？（可以根据文化背景，家庭教育，朋友，宗教，媒体的影响等...）

Sie					Aussagen	Er				
1	2	3	4	5	男人是一家之首	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人除了家务之事以外不应该去忙其他事。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	男人应该定期帮助女人做家务。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人相较男人对孩子负有更大的责任。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人挣的钱归女人管。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	男人每周可以和他的朋友至少一个晚上。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	男人每周要至少花一个晚上带孩子，以便女人可以出门。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	男人的责任就是工作挣钱，女人的责任就是家务和带孩子。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	挣的钱最好是放在一个共有账户上来管理。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	婚姻中，男人和女人的责任各占百分之五十。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	男人在某些重要的事情上具有决定权。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人就是得下厨。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	夫妻应该共渡空闲的时光。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人应该像男人那样在性方面主动提出要求。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人和男人应该共同管理财务预算。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	在没有和对方商量的情况下，双方都不应该买贵于50欧元的东西。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	孩子的纪律教育是父亲的责任。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	妇人也是应该有工作的。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	把房子保持干净整洁好看是女人的工作。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	男人一个月至少要邀请女人外出一次。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	需要动手的实际性工作是由男人来负责。（修理，搬运之类）	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	给孩子灌输价值观是母亲的工作。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	女人比男人更敏感。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	在家中的责任分配是由男人来决定的。	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	共同祷告的要求由男人提出。	1	2	3	4	5

文化根源和原生家庭

基本需要

偏好和口味

传统和行为

价值和标准

世界观和宗教观

夫妻对话

思考下列问题并且比较你们之间的差异。

认识自己的文化认同身份

什么是我的文化精髓?

我怎么会变成现在的我?

什么是我的基本需求?

什么对我很重要?

探索配偶的文化认同身份

什么是你的文化精髓?

你为什么会变成现在的你?

什么是你的基本需求?

什么对你很重要?

发展自己独特的婚姻身份

作为一对跨文化的情侣你们是非常特别的! 你们的个人差异和文化差异是好的也是正确的。这些差别应该被你们双方容忍和受欢迎。他们让生活变得更有趣和令人兴奋。所以要庆祝你们的不同! 正是这些不同之处吸引了你们在一起的。

写下一些标志着你们的关系和使你们彼此关系得到丰富的显着差别:

.....

.....

.....

.....

.....

重要事项:

你不能摆脱自己的文化身份。你永远不能完全放弃自己的身份！你们要尊重和庆祝你们彼此的文化差异！

夫妻对话

如果你已经在心中描绘了自己的文化认同身份和你伴侣的文化认同身份，并且你们知道那些显著的差异，下一步就是要决定在你的文化和特性中哪些元素

你一定想要保留的，

全部或者部分可以舍弃，

在哪些点上你们彼此可以达成妥协

或者想要走全新的属于自己的路。

对于研讨会的文件夹中不同的主题、夫妻对话讨论的问题以及所作的笔记，请你们再次浏览一遍：

*哪些主题是直接针对你们的情况？*

.....  
.....  
.....

*你们现在会做哪些决定呢？*

.....  
.....  
.....

*这些主题我们将今后讨论：*

.....  
.....