

建立美滿不能破裂的婚姻: 夫婦成長系列課程(四) 關係技巧:處理衝突 報名表 (2011年十二月至2012年二月)

幫助預備結婚,已婚或再婚的華人夫婦建立成功和長久的婚姻關係 (粵語主講,國語傳譯, 每季十一課,共 66 課)
參加者必須在開課前填寫並交回報名表,參加者的承諾和自我評估表. 參加者必須完成每課的作業,並遵守參加者的承諾,
否則會失去\$35 的按金,完成報名表後可以第一課直接交回本會

(一) 個人資料:

英文姓氏_____ 英文名字_____ 中文姓名_____ 性別:男/女

配偶是否一同參加: 是___ 否___ 配偶英文姓名:_____ 配偶中文姓名:_____

(請你的配偶另填一份報名表,並與這份一同交回,以致方便安排夫婦同一小組和子女的照顧)

住址_____ 郵政號碼_____

電話(住宅)()_____ (辦公)()_____ 手提電話 ()_____ 傳真 ()_____

傳呼機(pager)_____ 電子郵箱(e-mail):_____

語言: 粵語___ 國語___ 英語___ 其他_____

請圈出你從何途徑得知這課程: 1.社區消息(請列出那個媒介_____) 2.社區告示板(請列明那個_____)

3.電台/電視節目(請列出那一台及那一個節目_____) 4.報章社區專欄(那份報章_____)

5.索閱章程(請列出索閱地點_____) 6.親友介紹 7.曾參加 EQ 課程 8.其他(請列明_____)

(二) 背景:年齡: <25 25-30 31-40 41-50 51-60 >60 出生地點:_____ 在加拿大的年日:_____ 年

家庭狀況: 請圈出形容你的現況,並寫下這階段的年日

單身(____年) 已婚(____年) 同居(____年) 分居(____年) 離婚(____年) 喪偶(____年) 再婚(____年) 單親(____年) 太空人(____年)

最高的教育程度: 小學 / 中學 / 大專 / 大學 / 研究院 學校:_____ 主修:_____

職業: 學生 待業 主婦 服務 工廠/僱工/飲食 銷售/科技/文員 技術行業/農業 專業:醫生/律師/商業/工程師/會計師/電腦

其他專業: 經理/教師/護士/社工 退休 自僱 其他:_____

宗教: 佛教 道教 回教 基督教 天主教 無神論 不屬任何宗教 其他:_____

子女的出生日期和性別

1. ____年__月__日 男/女 2. ____年__月__日 男/女 3. ____年__月__日 男/女

4. ____年__月__日 男/女 5. ____年__月__日 男/女 6. ____年__月__日 男/女

需要參加兒童節目的子女名字和年齡: 1. _____ (____歲) 2. _____ (____歲) 3. _____ (____歲)
備註兒童節目人額有限,先到先得,開學前若不獲另行通知,即人額已滿.

子女的語言: 粵語_____ 國語_____ 英語_____ 其他_____

(三) 對於建立美滿不能破裂的婚姻關係,我感到最困難的是:

1. _____ 2. _____

3. _____ 4. _____

(四) 對於建立美滿不能破裂的婚姻關係,我認為最重要的題目是:

1. _____ 2. _____

3. _____ 4. _____

(五) 課程前的自我評估: 請圈選以表示你與配偶的關係中所感到的滿足程度

絕對不滿=0 非常不滿=1 相當不滿=2 頗為不滿=3 有些不滿=4 中立=5

有些滿足=6 頗為滿足=7 相當滿足=8 非常滿足=9 絕對滿足=10

夫妻關係中的範圍	婚前的滿足程度 (0-10)	蜜月後的滿足 程度(0-10)	有子女後的滿足 程度(0-10)	現今的滿足程度 (0-10)
1. 溝通與開放	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. 處理衝突	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. 感情和關心	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. 親密與親近	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. 你自己的角色	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. 對方的角色	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. 普遍的關係滿足	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8. 對婚姻關係的認識和了解	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. 對自己的認識,了解和接納	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10. 對配偶的認識,了解和接納	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

關係滿足程度評估表（二） 這問卷是用來量度你與配偶關係中的滿足程度。這不是一個測驗,所以沒有對或錯的答案。請盡量小心,並準確和誠實地圈出最適合的答案。(取自 Index of Marital Satisfaction (IMS), The Dorsey Press, 1982)

請開始: 我感到...	極少或沒有	些少	有時	頗多	多數或時常	例子,解釋
1. 我的配偶深愛我。	0	1	2	3	4	
2. 我的配偶對我不好。	0	1	2	3	4	
3. 我的配偶很關心我。	0	1	2	3	4	
4. 若有重選的機會,我不會選這配偶。	0	1	2	3	4	
5. 我可以信任我的配偶。	0	1	2	3	4	
6. 我們的關係出現分裂。	0	1	2	3	4	
7. 我的配偶不了解我。	0	1	2	3	4	
8. 我們的關係是良好的。	0	1	2	3	4	
9. 我們有非常快樂的關係。	0	1	2	3	4	
10. 我們一起的生活是沈悶的。	0	1	2	3	4	
11. 我們一起有很多樂趣。	0	1	2	3	4	
12. 我的配偶不信賴我。	0	1	2	3	4	
13. 我們的關係是非常親密的。	0	1	2	3	4	
14. 我不能依賴我的配偶。	0	1	2	3	4	
15. 我們沒有足夠的共同興趣。	0	1	2	3	4	
16. 我們擅於處理我們的衝突和不同的意見。	0	1	2	3	4	
17. 我們擅於管理我們的財務。	0	1	2	3	4	
18. 我覺得我不應該委身於我的配偶。	0	1	2	3	4	
19. 我與我的配偶相處得非常好。	0	1	2	3	4	
20. 我們的關係是穩定的。	0	1	2	3	4	
21. 我的配偶是我的安慰。	0	1	2	3	4	
22. 我不再關心我的配偶。	0	1	2	3	4	
23. 我們的關係有美好的前途。	0	1	2	3	4	
24. 我們的關係是虛空的。	0	1	2	3	4	
25. 我們的關係缺乏刺激和興奮。	0	1	2	3	4	

1, 3, 5, 8, 9, 11, 13, 16, 17, 19, 20, 21, 23

(六) 求助: 請圈出所選擇的答案,若多於一個,請排列次序

3.1 你曾否因以上的困難而求助: 有 / 沒有 若有,何時: ____年 ____月 結果: _____

3.2 向誰求助: 朋友 親屬(關係:_____) 同學/同事 牧者 平信徒 教會長執 家庭醫生 心理學家
精神病醫生 婚姻輔導員 家庭輔導員 心理治療專家 社工 教師 其他: _____

3.3 你現在想因以上的困難求助嗎: 想 / 不想 原因: _____

3.4 你會向誰求助: 朋友 親屬(關係:_____) 同學/同事 牧者 平信徒 教會長執 家庭醫生 心理學家
精神病醫生 婚姻輔導員 家庭輔導員 心理治療專家 社工 教師 其他: _____

(七) 參加者的承諾:

1. 我知道我不能改變我的配偶,我只能改變自己,為自己的成長負責,為婚姻關係作完全的委身。
2. 我願意面對自己,改變自己不健康的思想和信念,更新對配偶的態度和行為。
3. 我會準時參加每課和小組,不缺席,不遲到,不早退。
4. 我會完成每週的作業和備課,這些作業是幫助我應用課程裡的學習,改善夫妻關係。
5. 我願意投入小組裡的分享、討論、角色扮演、實習,並互相接納,彼此鼓勵、支持、保密。
6. 我願意完成課程前和課程後的評估,這些資料會協助舉辦課程的機構衡量課程的果效。
7. 我若不完全遵守以上的承諾,我會失去部分或全部的按金(每季\$35)。
8. 我知道課程的目的之一,是製作幫助夫妻關係的影音資源,我同意參與。

我同意遵守以上的條例和承諾: 姓名 _____ 簽名 _____ 日期 ____年 ____月 ____日

備註: 若不填妥此表格,或資料不完全和沒有簽署,申請將會作廢