



75

SPØRSMÅL

ÜCRETSİZ SOHBET REHBERİ

İyi sorular çiftler için

Morsomme, dype og nære spørsmål
som gjør det lettere å bli kjent.

SLIK BRUKER DERE LISTEN

Velg tre til fem spørsmål. Begge svarer,
og still minst ett oppfølgingsspørsmål.



SPØRSMÅL 1-10

10 enkle spørsmål for å komme i gang

Begynn her hvis dere ønsker en varm samtale uten at det blir for alvorlig. Svar gjerne begge på det samme spørsmålet før dere går videre.

1

Bu haftaki en güzel anın neydi?

6

Günlük hayatında neye daha fazla zaman ayırmak isterdin?

2

Şu anda en çok neyi dört gözle bekliyorsun?

7

Sence çift olarak hangi konuda gerçekten iyiyiz?

3

Benim yanımda kendini en rahat ne zaman hissediyorsun?

8

Benim tarafından en çok görüldüğünü ne zaman hissediyorsun?

4

Gününü her zaman biraz daha güzelleştiren küçük şey nedir?

9

Gelecek haftanı senin için biraz daha kolaylaştıracak şey ne olurdu?

5

Bizimle ilgili hangi anı seni neredeyse her zaman neşelendirir?

10

Yakında birlikte ne yapmak istersin ?



SPØRSMÅL 11-20

10 morsomme spørsmål til kjæresten

Ikke alle samtaler trenger å handle om utvikling. Morsomme spørsmål kan hente frem historier, særheter og sider av hverandre som lett forsvinner i en travel hverdag.

11

Yarın istediğimiz her yere gidebilseydik, bizi nereye götürürdün?

16

Yaşadığımız en komik yanlış anlaşılma neydi?

12

Alışkanlıklarımdan hangisi en sevimli şekilde tuhaf?

17

Sence takım olarak hangi yarışmayı kazanabilirdik?

13

İlişkimizin tema şarkısı hangi şarkı olmalı?

18

Bir günlüğüne hayatlarımızı değiştirsek, seni en çok ne şaşırtırdı?

14

Birlikte küçük bir işletme kursaydık ne satardık?

19

Bu ay uydurabileceğimiz en spontane buluşma ne olurdu?

15

Hangi kurgusal aileye en iyi uyum sağlardık?

20

İlişkimizin ilk dönemlerinden hangi anı film olarak izlemek isterdin?



SPØRSMÅL 21-30

10 dype spørsmål for par

Disse spørsmålene handler mer om hvem dere er enn om hva dere gjør. Gi hverandre tid til å tenke, og vær nysgjerrig når et svar er annerledes enn forventet.

21

Bir ilişkide kendini güvende hissetmek için neye ihtiyacın var?

26

Hayatının bir kullanım kılavuzu olsaydı, hangi sayfayı daha sık okumalıydım?

22

Çoğu insanın bilmediği, seni en çok şekillendiren deneyim hangisi?

27

Yardım istemeni zorlaştıran şey ne?

23

Hayat değiştiğinde kaybetmekten en çok korktuğun şey ne?

28

Ne zaman yakınlığa, ne zaman daha fazla alana ihtiyaç duyduğunu nasıl anlarsın?

24

Kendin gibi hissettiğin an hangisi?

29

Şu anda senin için iyi bir hayat ne anlama geliyor?

25

Daha fazla insanın senin hakkında neyi anlamasını isterdin?

30

Gelecekteki halinin sana ne için teşekkür etmesini umuyorsun?



SPØRSMÅL 31-45

15 spørsmål om forholdet

Gode spørsmål om forholdet kan synliggjøre både styrker og behov. Målet er ikke å sette karakter på forholdet, men å forstå hvordan det oppleves fra begge sider.

31

Kendini en çok ne zaman aynı takımda hissediyorsun?

39

Sence birbirimizde neyi doğal karşılıyorz?

32

Sence zaman içinde aramızda ne daha iyi hale geldi?

40

Günlük hayatımızı daha iyi hale getirecek küçük alışkanlık ne olabilir?

33

Seni sevildiğini veya değer gördüğünü hissettiren ne yapıyorum ?

41

Aramızdaki mesafeyi en çok ne zaman hissediyorsun?

34

Eskiden yaptığımız ve şimdi özlediğin güzel bir şey var mı?

42

Bir anlaşmazlıktan sonra bana yeniden yakınlaşmana ne yardımcı olur?

35

İlişkimizin hangi gücü için en çok minnettarsın?

43

Aklına gelen en tipik "biz" anı hangisi?

36

Birbirimize öncelik verdiğimiz ne zaman hissediyorsun?

44

Birlikte neyi daha fazla merak edip keşfetmemizi isterdin?

37

Senin için kaliteli zaman pratikte ne anlama geliyor?

45

İlişkimiz bir televizyon dizisi olsaydı, şu anki bölümün adı ne olurdu?

38

Daha sık kutlamamızı veya fark etmemizi istediğin bir şey var mı ?



SPØRSMÅL 46-55

10 spørsmål om kommunikasjon og behov

Her er det ekstra nyttig å snakke fra eget ståsted. Prøv "jeg opplever" og "jeg trenger" fremfor å forklare hva den andre gjør feil.

46

Bir şeyin zor olduğunu bana anlatmanı kolaylaştıran şey ne?

51

Stresli olduğunda benden neye ihtiyacın var?

47

Desteğe, çözümlere değil, ihtiyaç duyduğunu bana nasıl gösterebilirsin?

52

Hassas bir konuyu gündeme getirmemizi nasıl istersin?

48

Benim tarafından gerçekten dinlendiğini ne zaman hissediyorsun ?

53

Sık sık söylemeye çalıştığın ama kendini açıkça ifade edemediğini düşündüğün bir şey var mı?

49

Bir konuşma sırasında genellikle seni geri çekilmeye iten şey ne?

54

Bir anlaşmazlığı sakinleştirmene ne yardımcı olur?

50

Bir şey bizi rahatsız etmeye başladığında bunu daha erken nasıl dile getirebiliriz?

55

Birbirimizi incittikten sonra ilişkiyi onarmayı nasıl daha iyi öğrenebiliriz?



SPØRSMÅL 56-65

10 spørsmål om verdier og fremtid

Dere trenger ikke ønske nøyaktig det samme. Det viktige er å vite hvor dere vil sammen, hvor dere kan være fleksible, og hvilke valg som betyr mest for hver av dere.

56

Beş yıl sonra senin için sıradan ama güzel bir gün nasıl görünüyor?

61

Birlikte hangi gelenekleri oluşturmak istersin?

57

Bundan sonra neye daha fazla öncelik vermemizi istersin?

62

Aile senin için ne anlama geliyor ve hayatımızda nasıl bir yeri olmalı ?

58

Maddi güvence senin için ne anlama geliyor?

63

İş, boş zaman ve birlikte geçirdiğimiz zamanı nasıl dengelemek istersin?

59

Birlikte tamamen boş bir ayımız olsaydı, onu nasıl geçirirdin?

64

Hangi hayalini desteklememi umuyorsun?

60

İlişkimizin önümüzdeki yıllarda nasıl gelişmesini umuyorsun?

65

Gelecekle ilgili hangi seçimi daha fazla konuşmamız gerektiğini düşünüyorsun?



SPØRSMÅL 66-75

10 spørsmål om nærhet og intimitet

Nærhet kan være alt fra oppmerksomhet og trygghet til berøring og sex. Avtal gjerne at begge kan hoppe over et spørsmål, og møt ærlige svar uten press.

66

Duygusal olarak bana en yakın hissettiğin an ne zaman?

71

Birbirimize yakın hissetmemizin önünde sık sık duran bir şey var mı?

67

Hangi küçük sevgi göstergeleri senin için en anlamlı?

72

İstekler ve sınırlar hakkında nasıl daha güvenli konuşabiliriz?

68

Seni arzulandığını hissettiren şey ne?

73

Birlikte zaman geçirirken anda kalmana ne yardımcı olur?

69

Günlük hayatta en çok hangi tür fiziksel yakınlıktan hoşlanıyorsun?

74

Daha fazla özlediğin bir yakınlık biçimi var mı?

70

Yakınlığı başlatman senin için ne zaman daha kolay?

75

Bu hafta daha fazla bağ kuracağımız küçük bir an yaratmak için ne yapabiliriz?



NESTE STEG

Se forholdet fra begge sider

Den gratis og private forholdstesten lar dere svare
hver for dere og sammenligne hvordan dere opplever
14 sider av forholdet.

pairperspective.com/tr adresinde ücretsiz başlayın

Ingen registrering. Svarene deles først når begge er ferdige.

Pair Perspective er et refleksjonsverktøy, ikke behandling eller diagnose.