



75

SPØRSMÅL

GRATIS SAMTALEGUIDE

Gode spørsmål for par

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.

Et gratis refleksjons- og samtaleverktøy fra Pair Perspective.



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

આ અઠવાડિયે તમારી સૌથી
સારી ક્ષણ કઈ રહી?

6

રોજિંદા જીવનમાં તમે કઈ
બાબત માટે વધુ સમય
ઈચ્છો છો?

2

આ ક્ષણે તમે સૌથી વધુ
શેની રાહ જોઈ રહ્યા છો?

7

તમારા મત મુજબ એક કપલ
તરીકે આપણે કઈ બાબતમાં
ખરેખર સારા છીએ?

3

મારી સાથે તમને સૌથી
વધુ હળવાશ ક્યારે
અનુભવાય છે?

8

મારી તરફથી તમને સૌથી
વધુ સમજાયા હોવાનો
અનુભવ ક્યારે થાય છે?

4

કઈ નાની વાત હંમેશા
તમારો દિવસ સારો બનાવી
દે છે?

9

આવતું અઠવાડિયું તમારા
માટે થોડું સરળ શું
બનાવી શકે?

5

અમારી કઈ યાદ તમને લગભગ
હંમેશા ખુશ કરી દે છે?

10

તમે ઈચ્છો છો કે આપણે
ટૂંક સમયમાં સાથે મળીને
શું કરીએ?



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

Jø आपणो काले गमे त्यां
जई शकीअे, तो तमे आपणाने
क्यां लई जशो?

16

आपणी वय्ये थयेली सौथी
रमूज्जे गेरसमज्ज कई छती?

12

मारी कई आदत सौथी
मज्जेदार रीते अज्जल छे?

17

टीम तरीके आपणो कई
स्पर्धा ज्जुती शकीअे अेवुं
तमने लागे छे?

13

आपण्ण संबंधनुं थीम सोंग
कयुं छीवुं ज्जोईअे?

18

जो आपणो अेक दिवस माटे
ज्जुवन ब्दली लईअे, तो तमने
सौथी वधु शेनुं आश्चर्य
थशे?

14

जो आपणो साथे मणीने
नानो व्यवसाय शर् करीअे,
तो शुं वेयीअे?

19

आ मछिने आपणो करी शकीअे
अेवी सौथी अयानक डेट कई
छोई शके?

15

कया काल्पनिक परिवारमां
आपणो सौथी सारी रीते
भणी जईअे?

20

संबंधनी शर्आतनी कई
क्षणने तमे फ़िल्ममां
जोवा ईअ्छो छो?



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

સંબંધમાં સુરક્ષિત
અનુભવવા માટે તમને શાની
જરૂર છે?

26

જો તમારા જીવનની
માર્ગદર્શિકા હોત, તો
મારે કયું પાનું વધુ
વાર વાંચવું જોઈએ?

22

કયા અનુભવએ તમને લોકો
જાણે છે તેના કરતાં વધુ
ઘડ્યા છે?

27

મદદ માગવી તમારા માટે
મુશ્કેલ શેના કારણે બને
છે?

23

જીવન બદલાય ત્યારે તમને
શું ગુમાવવાનો ડર લાગે
છે?

28

તમને નજીકતાની જરૂર
ક્યારે લાગે છે, અને વધુ
અવકાશની જરૂર ક્યારે
પડે છે?

24

તમને પોતાના જેવા સૌથી
વધુ ક્યારે અનુભવાય છે?

29

આ ક્ષણે તમારા માટે
સારું જીવન એટલે શું?

25

તમારા વિશે વધુ લોકો
શું સમજે એવી તમારી
ઈચ્છા છે?

30

ભવિષ્યમાંનો તમે આજે
કરેલી કઈ બાબત માટે
તમારો આભાર માનશે એવી
આશા છે?



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

તમને ક્યારે લાગે છે કે
આપણે સૌથી વધુ એક જ ટીમ
છીએ?

39

તમને શું લાગે છે કે
આપણે એકબીજા વિશે કઈ
બાબતોને સ્વાભાવિક માની
લઈએ છીએ?

32

સમય જતાં આપણા વચ્ચે
શું સુધર્યું છે એવું
તમને લાગે છે?

40

કઈ નાની આદત આપણું
રોજિંદું જીવન વધુ
સારું બનાવી શકે?

33

હું એવું શું કરું છું
જેનાથી તમને પ્રેમ અથવા
કદર અનુભવાય છે?

41

તમને આપણા વચ્ચે સૌથી
વધુ અંતર ક્યારે
અનુભવાય છે?

34

પહેલાં આપણે સાથે કરેલી
એવી કોઈ સુંદર બાબત છે
જેને તમે હવે યાદ કરો છો
?

42

મતભેદ પછી મારી સાથે
ફરી જોડાવામાં તમને શું
મદદ કરે છે?

35

આપણા સંબંધની કઈ ખાસિયત
માટે તમે સૌથી વધુ
આભારી છો?

43

તમારા મનમાં આવતી સૌથી
ખાસ 'આપણી' ક્ષણ કઈ છે?

36

તમને ક્યારે લાગે છે કે
આપણે એકબીજાને સારી
રીતે પ્રાથમિકતા આપીએ
છીએ?

44

સાથે મળીને આપણે કઈ
બાબત વિશે વધુ જિજ્ઞાસુ
બનીએ એવું તમે ઈચ્છો છો?

37

વ્યવહારમાં તમારા માટે
ગુણવત્તાયુક્ત સાથેનો
સમય એટલે શું?

45

જો આપણો સંબંધ ટીવી
શ્રેણી હોત, તો હાલમાં
ચાલતા એપિસોડનું નામ
શું હોત?

38

એવી કઈ બાબત છે જેને
આપણે વધુ વાર ઉજવીએ
અથવા ધ્યાનમાં લઈએ એવું
તમે ઈચ્છો છો?



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

કોઈ બાબત મુશ્કેલ છે તે મને જણાવવું તમારા માટે શું સરળ બનાવે છે?

51

તમે તણાવમાં હો ત્યારે તમને મારી પાસેથી શાની જરૂર હોય છે?

47

તમને ઉકેલ નહીં, સહારો જોઈએ છે તે તમે મને કેવી રીતે બતાવી શકો?

52

સંવેદનશીલ વિષય કેવી રીતે ઉઠાવીએ એવું તમે ઈચ્છો છો?

48

મારી તરફથી તમને ખરેખર સાંભળવામાં આવ્યા હોવાનો અનુભવ ક્યારે થાય છે?

53

શું એવી કોઈ વાત છે જે તમે વારંવાર કહેવાનો પ્રયાસ કરો છો, પરંતુ તમને લાગે છે કે સ્પષ્ટ

49

વાતચીત દરમિયાન તમને સામાન્ય રીતે કઈ બાબત દૂર થઈ જવા પ્રેરે છે?

54

મતભેદને શાંત કરવામાં તમને શું મદદ કરે છે?

50

કોઈ બાબત આપણને પરેશાન કરવા લાગે ત્યારે આપણે વહેલા કેવી રીતે જણાવી શકીએ?

55

એકબીજાને દુઃખ પહોંચાડ્યા પછી સંબંધ સુધારવામાં આપણે કેવી રીતે વધુ સારા બની શકીએ?



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

પાંચ વર્ષ પછી તમારા માટે સામાન્ય અને સારો દિવસ કેવો દેખાશે?

61

આપણે સાથે મળીને કઈ પરંપરાઓ ઊભી કરીએ એવું તમે ઈચ્છો છો?

57

આગળ જતાં આપણે કઈ બાબતને વધુ પ્રાથમિકતા આપીએ એવું તમે ઈચ્છો છો?

62

તમારા માટે પરિવાર એટલે શું, અને આપણા જીવનમાં પરિવારનું સ્થાન કેવું હોવું જોઈએ?

58

તમારા માટે આર્થિક સુરક્ષા એટલે શું?

63

કામ, કુરસદ અને સાથેના સમય વચ્ચે સંતુલન કેવી રીતે જાળવવું એવું તમે ઈચ્છો છો?

59

જો આપણને સાથે એક આખો મહિનો સંપૂર્ણપણે મુક્ત મળે, તો તમે તેનો ઉપયોગ શે માટે કરશો?

64

કયા સપનામાં હું તમને સાથ આપું એવી તમારી આશા છે?

60

આવનારા વર્ષોમાં આપણો સંબંધ કેવી રીતે આગળ વધે એવી તમારી આશા છે?

65

ભવિષ્ય વિશેના કયા નિર્ણય પર આપણે વધુ વાત કરવી જોઈએ એવું તમને લાગે છે?



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

ભાવનાત્મક રીતે તમને
મારી સૌથી નજીક ક્યારે
અનુભવાય છે?

71

શું કોઈ એવી બાબત છે જે
ઘણી વાર આપણને નજીક
અનુભવવામાં અડચણ બને છે
?

67

પ્રેમના કયા નાના
સંકેતો તમારા માટે સૌથી
વધુ મહત્વ ધરાવે છે?

72

આપણી ઇચ્છાઓ અને સીમાઓ
વિશે આપણે વધુ સુરક્ષિત
રીતે કેવી રીતે વાત કરી
શકીએ?

68

તમને ઇચ્છનીય હોવાનો
અનુભવ શેનાથી થાય છે?

73

સાથે સમય વિતાવીએ
ત્યારે વર્તમાન ક્ષણમાં
રહેવામાં તમને શું મદદ
કરે છે?

69

રોજિંદા જીવનમાં તમે
કયા પ્રકારની શારીરિક
નજીકતાને સૌથી વધુ પસંદ
કરો છો?

74

નજીકતાનું એવું કોઈ
સ્વરૂપ છે જેની તમને
વધુ ખોટ લાગે છે?

70

નજીકતા માટે પહેલ કરવી
તમારા માટે સૌથી સરળ
ક્યારે હોય છે?

75

વધુ જોડાણની એક નાની
ક્ષણ ઊભી કરવા આપણે આ
અઠવાડિયે શું કરી શકીએ?



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.

Start gratis på pairperspective.com/gu

Ingen registrering. Svarene deles først når begge er ferdige.

Pair Perspective er et refleksjonsverktøy, ikke behandling eller diagnose.