



Soirée Saint Valentin

Echange 1



Questions

Chacun prépare puis vous échangez sur ce que vous avez noté

1 - Qualités qui vous ont séduit chez l'autre lorsque vous vous êtes rencontrés

2 - Ce que j'aime chez toi aujourd'hui

Ecrivez 6 points que vous appréciez particulièrement chez votre conjoint. Vous pouvez le remercier pour ce qu'il fait ou préciser ce que vous aimez chez lui ou elle. (Cherchez en particulier les points que vous considérez comme allant de soi) _ Lorsque vous avez terminé, montrez-vous ce que vous avez écrit

Par exemple :

- J'aime ta capacité à te lier d'amitié avec d'autres personnes
- J'aime la tendresse que tu me donnes
- Merci de travailler si dur pour subvenir à nos besoins
- Merci d'avoir su rendre la maison si accueillante...

A vous :

2 - Echangez avec votre (futur)conjoint sur ce que vous avez écrit

Soirée Saint Valentin

Echange 2



1 - Chacun répond seul d'abord

Parmi ces points clés de la relation de couple, quels sont ceux qui vous semblent les plus importants ?

- Pour vous
- Pour votre conjoint (ou futur conjoint)
- Quels sont ceux que nous négligeons et que j'aimerais vivre d'avantage ?

2 - Echangez entre vous à partir de ce que vous avez écrit

Des points clé pour notre relations de couple	Pour Moi	Pour mon conjoint	Que j'aimerais renforcer
a Prendre du soin de l'autre et se soutenir au quotidien			
b Prendre du temps de qualité ensemble entièrement disponible l'un pour l'autre			
c Savoir bien communiquer ensemble			
d Travailler à la résolution des conflits			
e Savoir pardonner			
f Célébrer notre amour dans la la sexualité			
g Exprimer notre tendresse l'un pour l'autre par des gestes non-sexuels			
h Trouver un équilibre vie professionnelle / vie familiale			
i Trouver la juste distance pour notre couple par rapport à nos familles respectives			
j S'accorder sur un mode d'éducation de nos enfants épanouissant pour toute la famille			
k Vivre notre foi dans notre couple			

