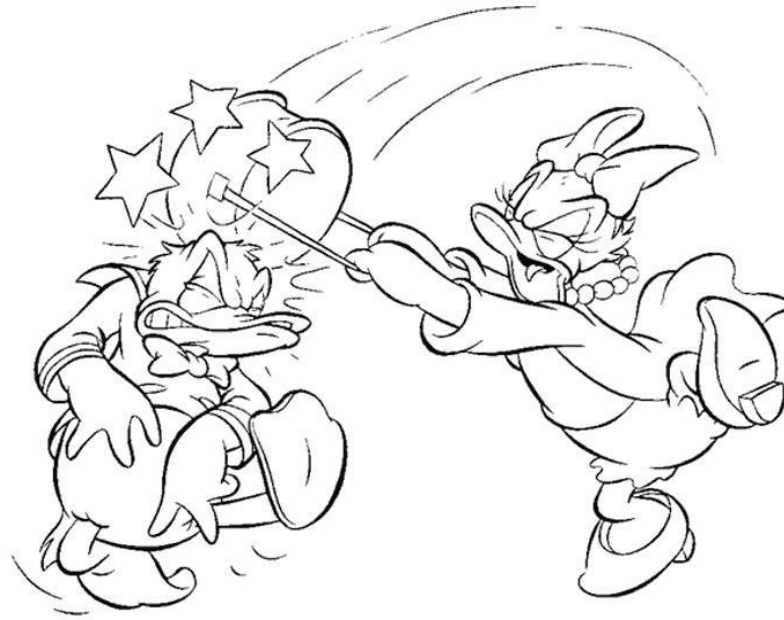


Les conflits



et le pardon



Pourquoi on se dispute

Rêve de l'amour idyllique



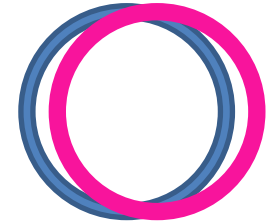
Difficulté à fonctionner ensemble



Différences de tempéraments



Rêve de l'amour fusionnel



Nos défauts et nos imperfections



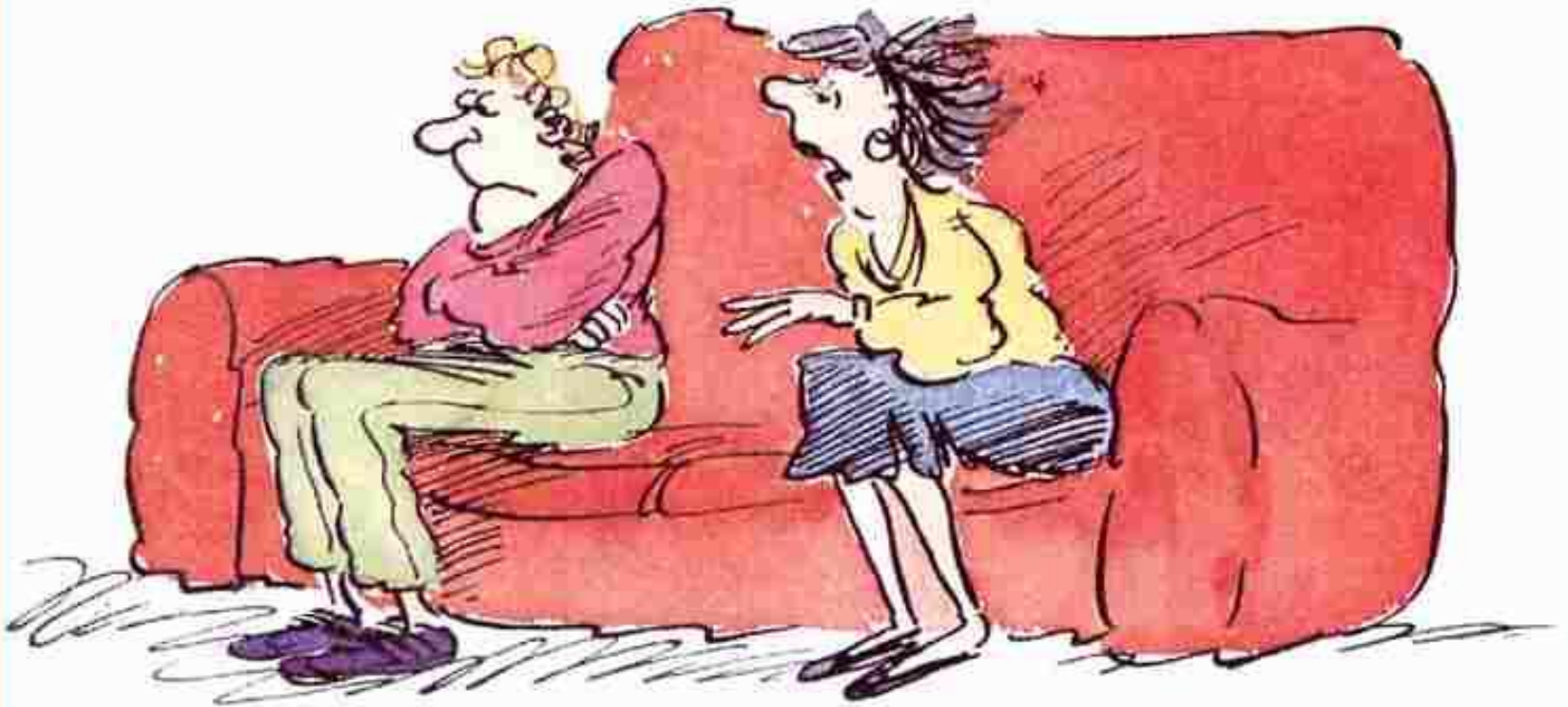
Conflit mal réglé, projection



Manque de temps ensemble

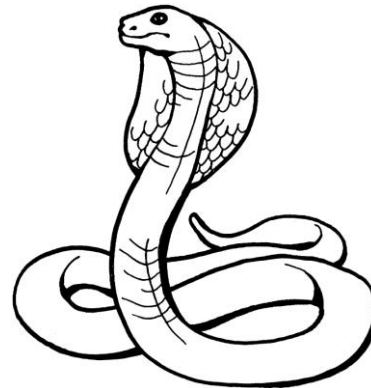
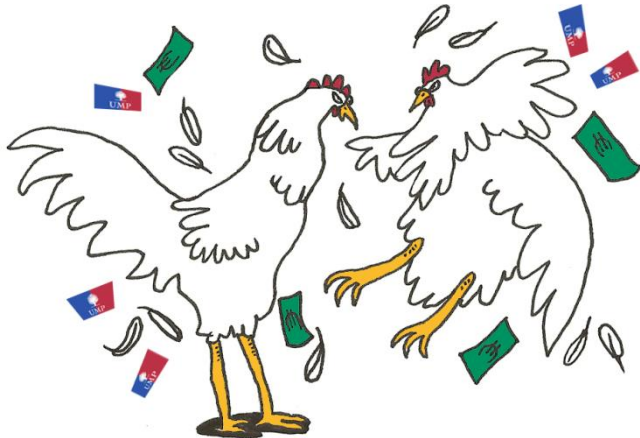
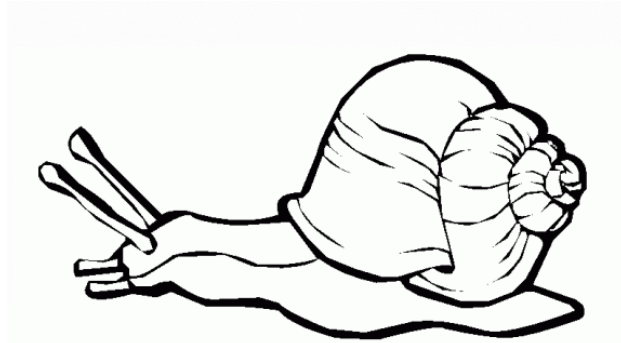
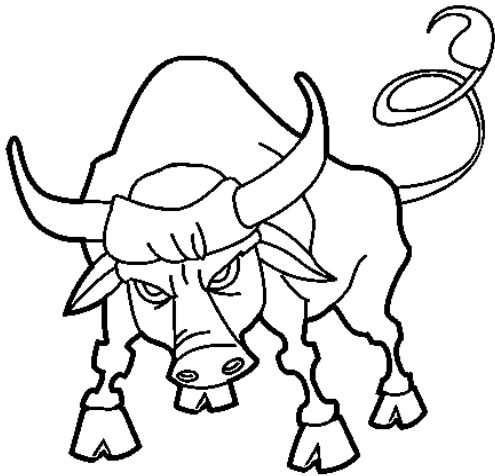


Aimer l'autre tel qu'il est



"Mais si je t'aime encore. Ce sont juste tes vêtements, tes opinions politiques, ta conversation et tes habitudes que j'aimerais que tu changes."

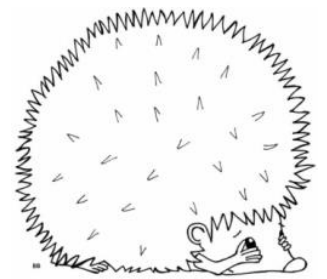
Comportement dans le conflit

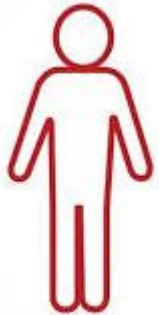
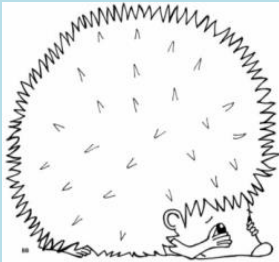
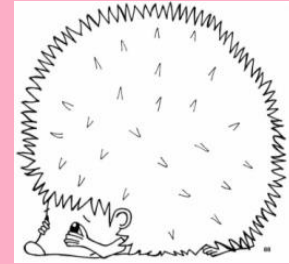
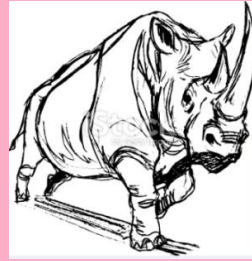


Le mur qui nous sépare

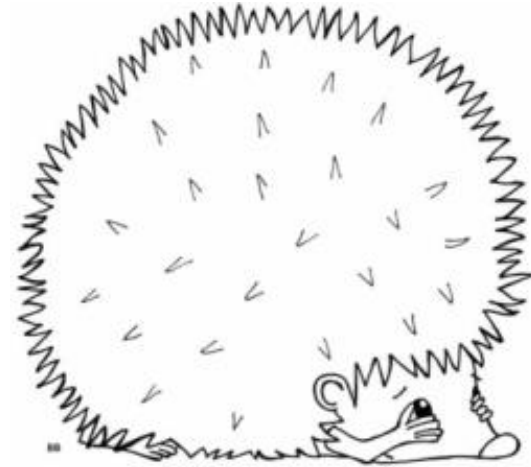


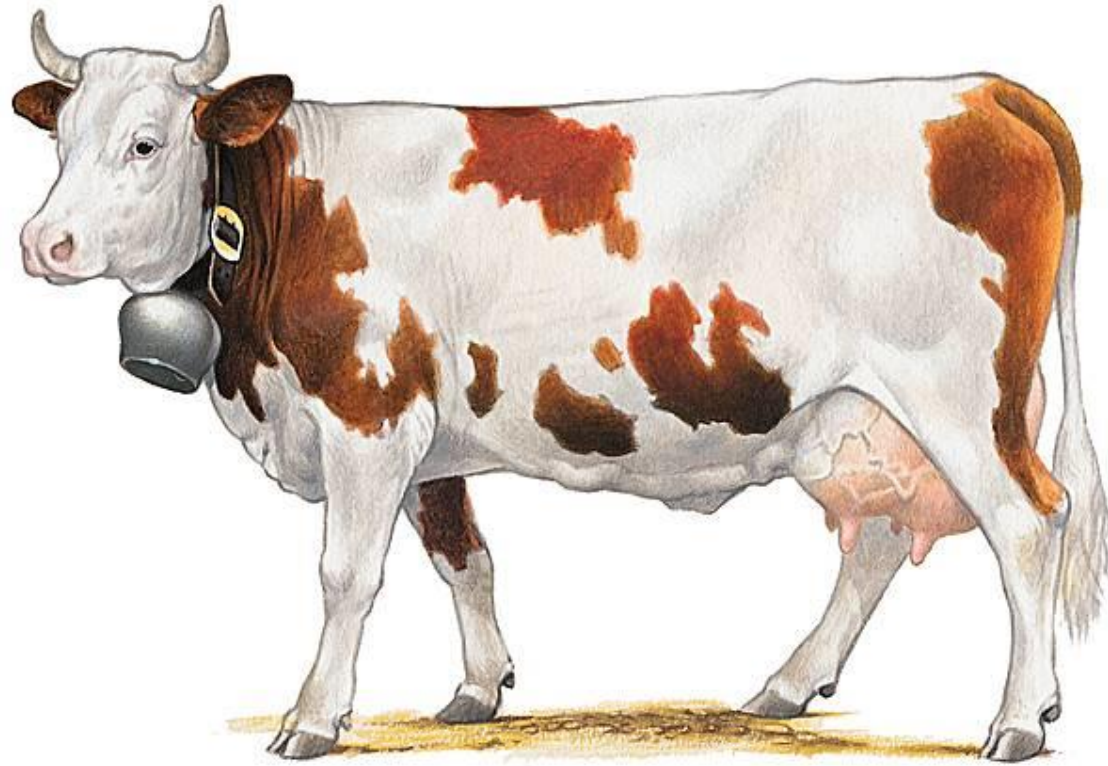
Réaction de colère





Réaction de colère





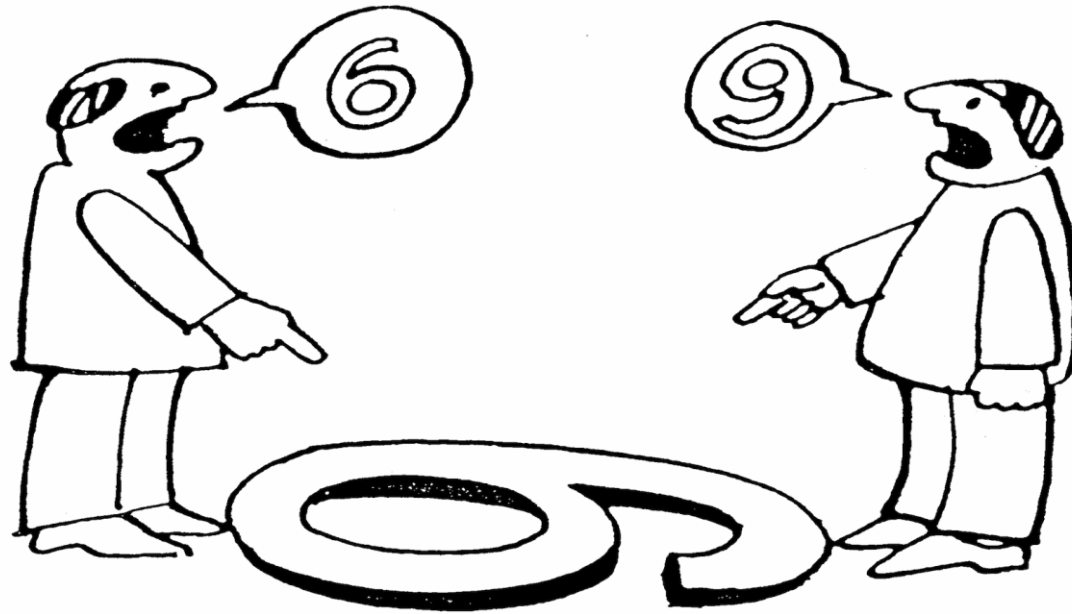
Attention à mon mode d'expression



Attention à mon mode d'expression



Placer le problème devant nous et pas entre nous



de façon à avoir la même vision du problème



Discuter posément du problème

Choisir un bon canapé



Discuter posément du problème

Discuter posément du problème

Rappels principes écoute active **Apprendre à Écouter**

Regard Positif



Bienveillance



Confiance



Disponibilité



Écoute Active

J'écoute



Je comprends
Je questionne



Je reformule



Discuter posément du problème

Rappels principes communication non violente



Observations

Exprimer des faits concrets sans évaluer ou juger

Ex : Quand je vois tes chaussettes qui traînent → remplacer par « par terre »



Sentiments

Exprimer ses ressentis par le "je"

Ex : Je me sens triste, en colère, inquiet...

Je peux me sentir à la fois « en colère » et « joyeux »

Attention, "J'ai le sentiment que tu ne m'aimes pas" est un jugement !



Besoins

Exprimer ses besoins profonds

Ex : Je me sens « parce que j'ai besoin de »



Demandes (différent de "exigences")

Faire une demande de façon active et positive, consciente et explicite, simple, claire et précise, concrète et réalisable

La conversion

La Conversion : c'est un mouvement qui sert à changer de direction dans des pentes soutenues.
Très facile à apprendre la conversion vous permettra d'économiser votre énergie.



Position de départ.
Conversion vers l'amont.



Important.
Bien positionner ses bâtons.
Bien positionner ses skis.



Tourner le ski amont.



Bien positionner le ski
amont dans la trace.



Tourner le corps dans
l'autre direction, puis
s'appuyer sur les bâtons
que l'on aura déplacés (voir
photo).



Tourner le ski aval sur lui
même sans replier la
jambe.



Continuer.



Continuer.



Et voilà il n'y a plus qu'à
repartir.

Réparer par le Pardon

Ne jamais s'endormir fâchés



Savoir s'excuser.

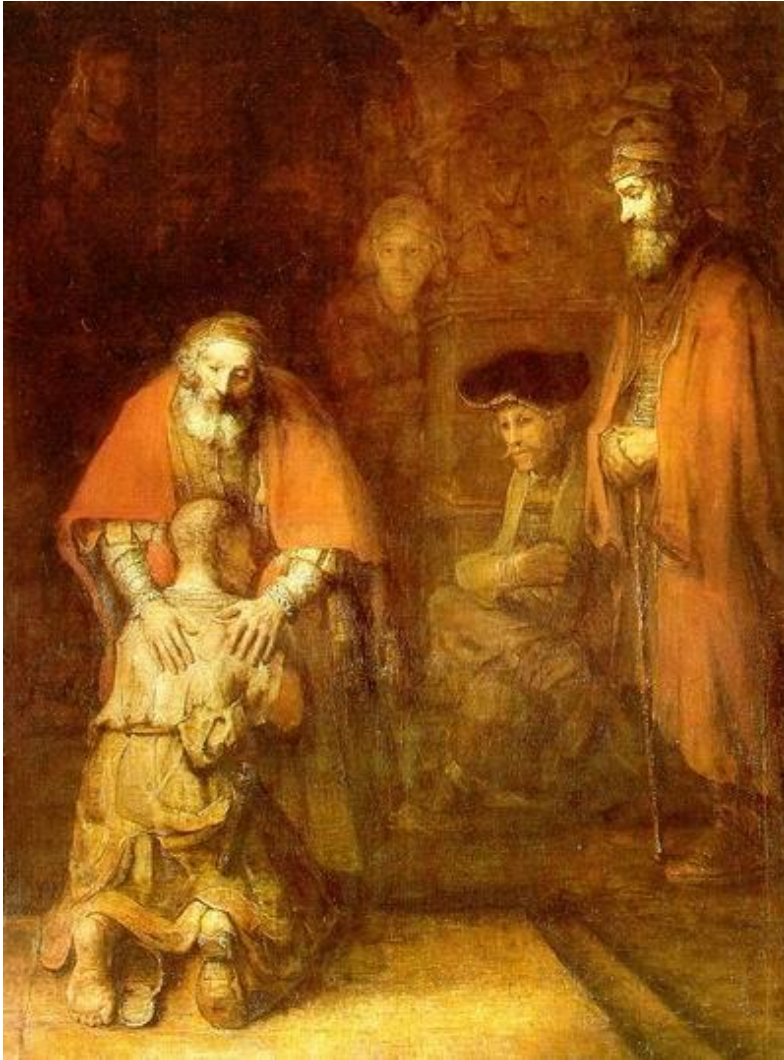
Je suis désolé de t'avoir
blessé en te traitant de con,
je pensais que tu le savais
déjà...



Réparer par le Pardon



L'amour miséricordieux du Père



la Prière





Seigneur, aide-nous à vivre pleinement ce temps de préparation à notre mariage, entourés de nos familles, de nos amis, dans la joie, dans la foi et dans la prière.

Nous savons que ton Amour rendra notre couple de plus en plus fort, qu'il nous aidera à surmonter les embûches de la vie de tous les jours.

Nous te prions pour que cet amour grandisse dans la joie et dans la simplicité.

Aide nous à nous dire merci, à nous demander pardon, à exprimer notre tendresse, à nous choisir avec nos blessures et nos défauts.

Aide-nous dans ce cheminement, pour qu'ensemble nous puissions avancer confiants vers l'engagement de notre vie, dans le sacrement du mariage, libres et confiants en ta présence à nos côtés.

Seigneur, nous te prions.

Maintenant ...

Groupes de partage

A vous de parler un peu ! ...

(en groupes)



On vous conseille ...

JACQUES MARIN

Aimer c'est pardonner

L'appel au mariage solide, mystique et réaliste



EdB

On vous conseille ...



CE QUE J'AURAIS AIMÉ SAVOIR AVANT DE ME MARIER

Gary
Chapman



BERTRAND RÉVILLION, CHANTAL ET ANTOINE D'AUDIFFRET

On vous conseille ...

Préparons notre mariage

Guide pratique pour nous dire « **oui** » à l'Église



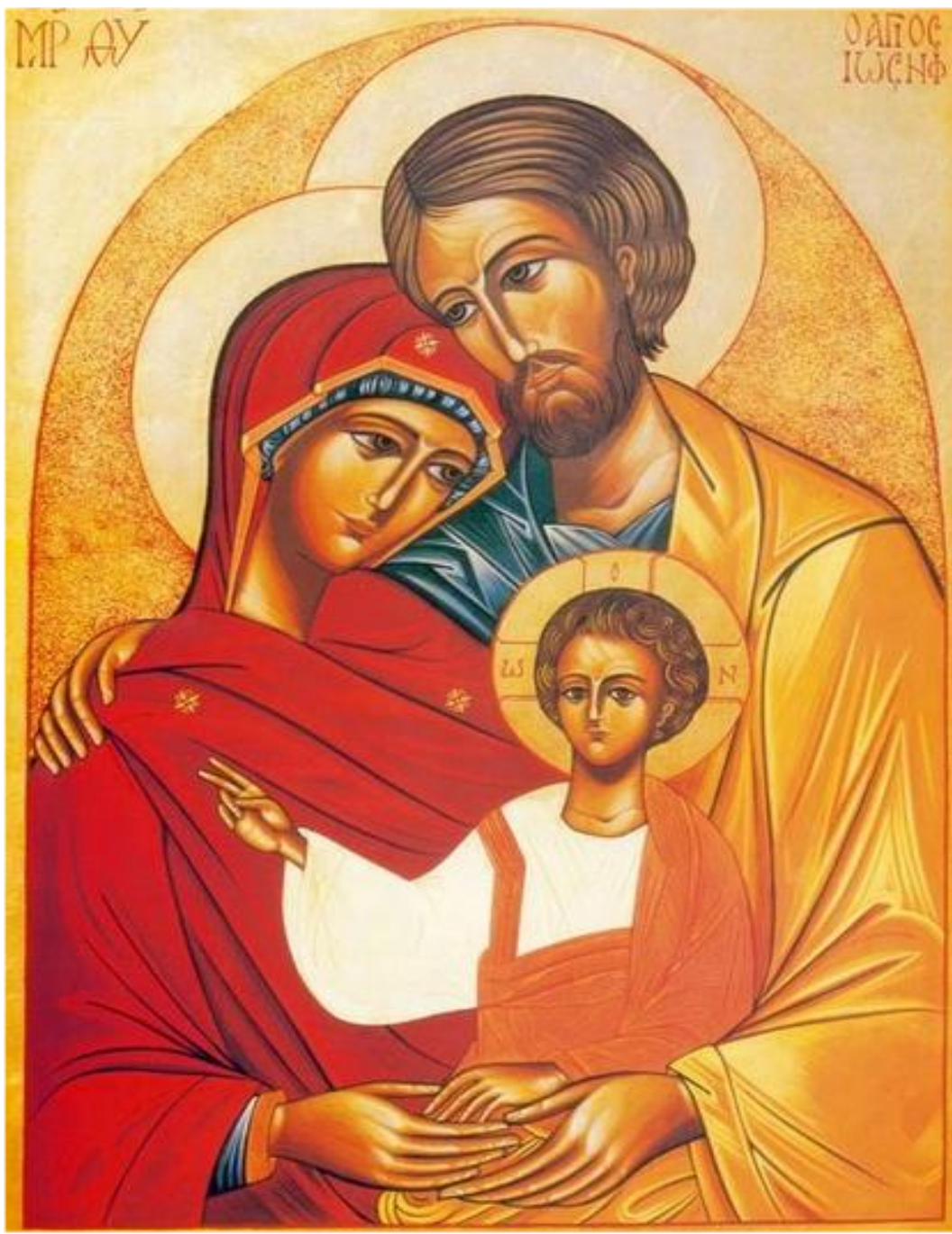
C'est
fini !

Bon mariage !



Rambon





Le regard change



