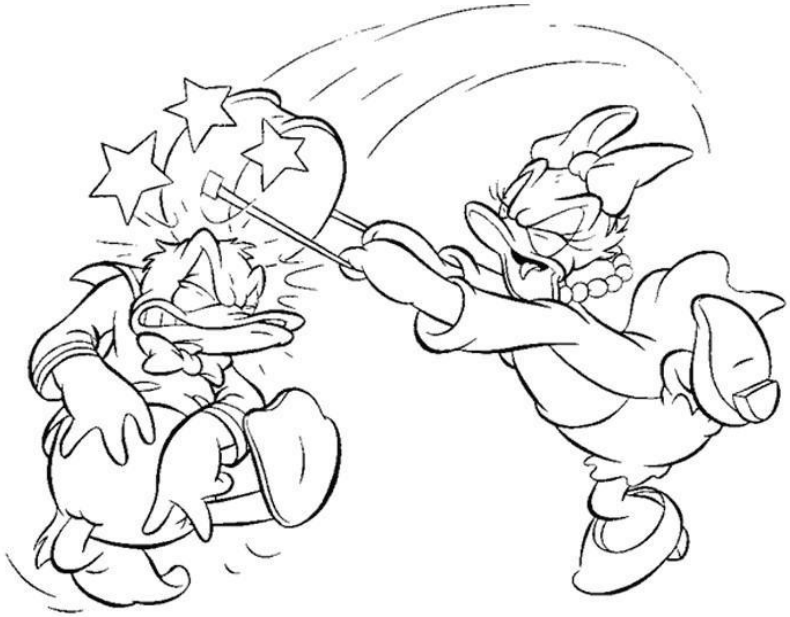
Les conflits



et le pardon

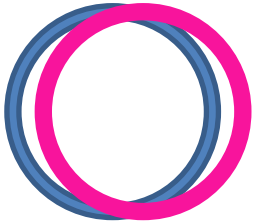
Pourquoi on se dispute

Rêve de l'amour idyllique

Difficulté à fonctionner ensemble

Différences de tempéraments

Rêve de l'amour fusionnel

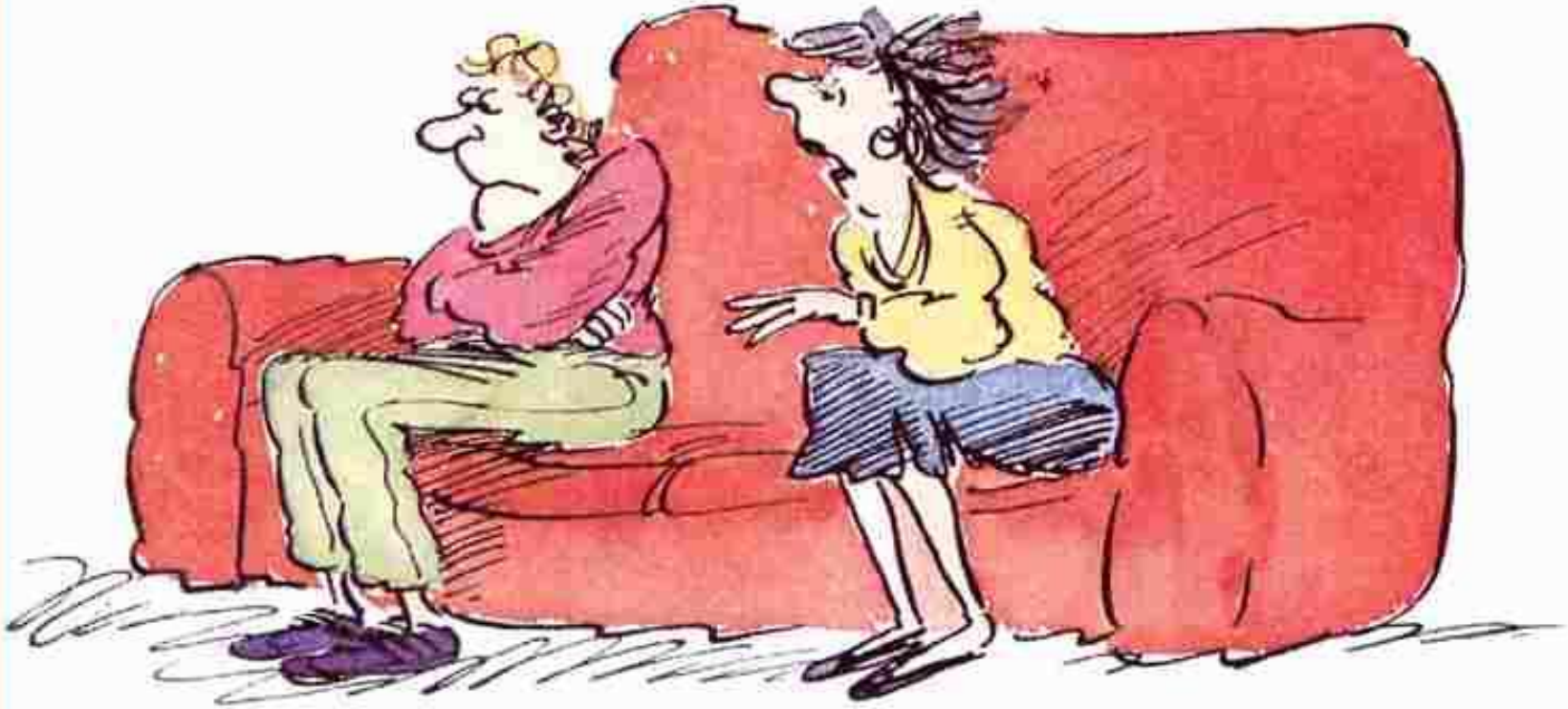


Nos défauts et nos imperfections

Conflit mal réglé, projection

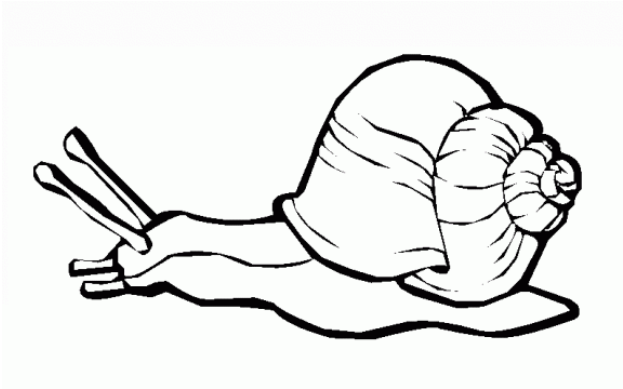
Manque de temps ensemble

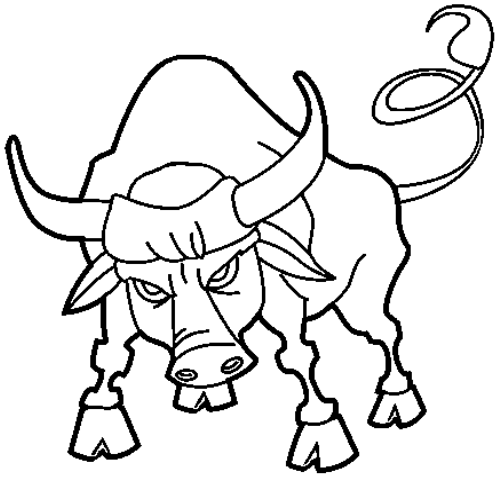
Aimer l’autre tel qu’il est

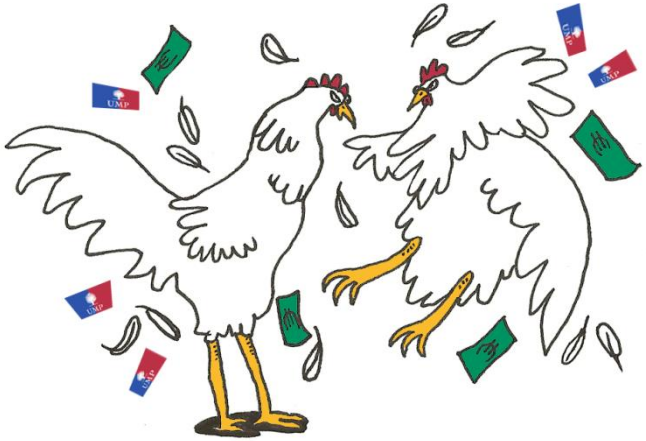


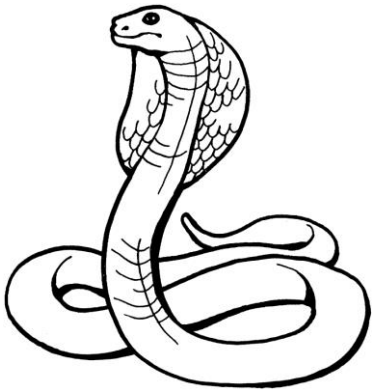
"Mais si je t'aime encore. Ce sont juste tes vêtements, tes opinions politiques, ta conversation et tes habitudes que j'aimerais que tu changes."

Comportement dans le conflit



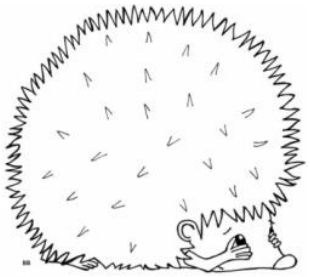


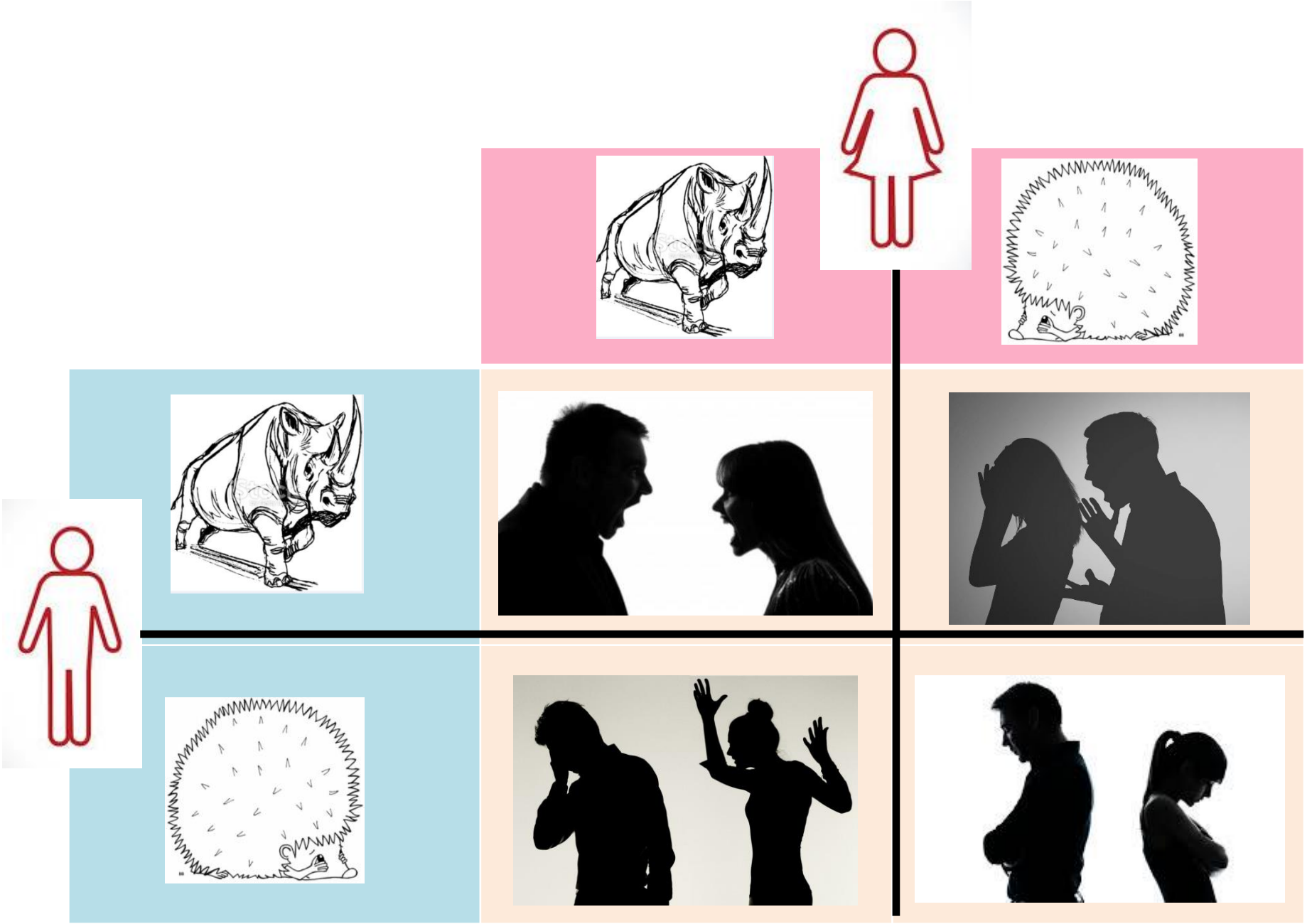




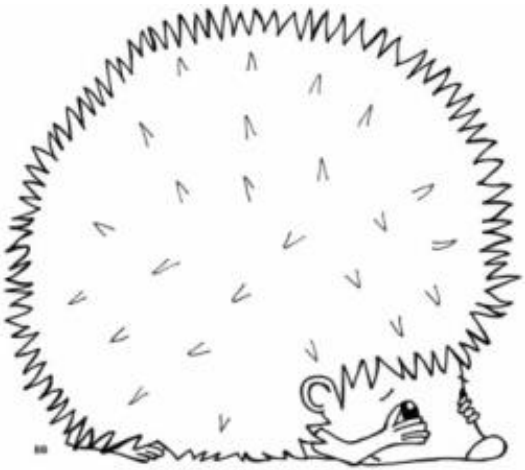
Le mur qui nous sépare

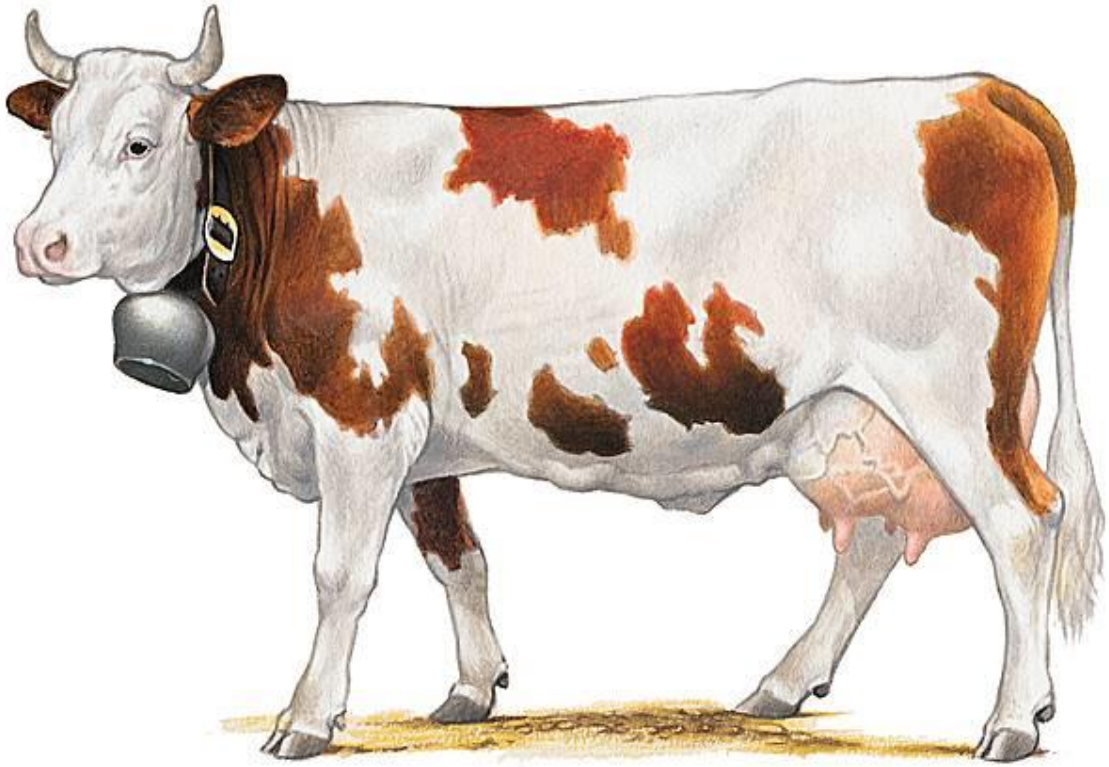
Réaction de colère



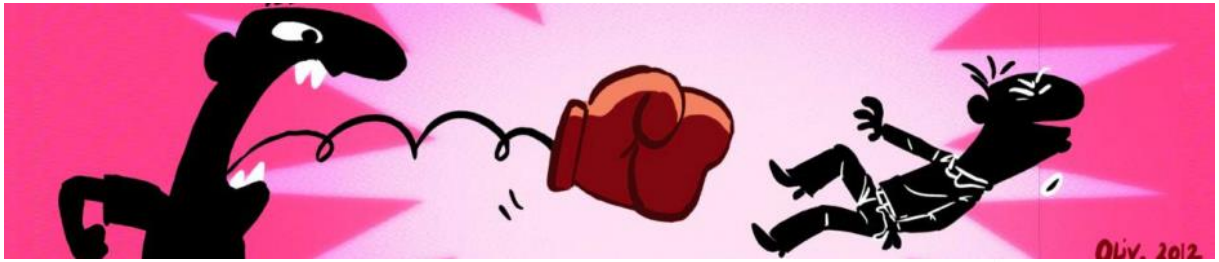


Réaction de colère





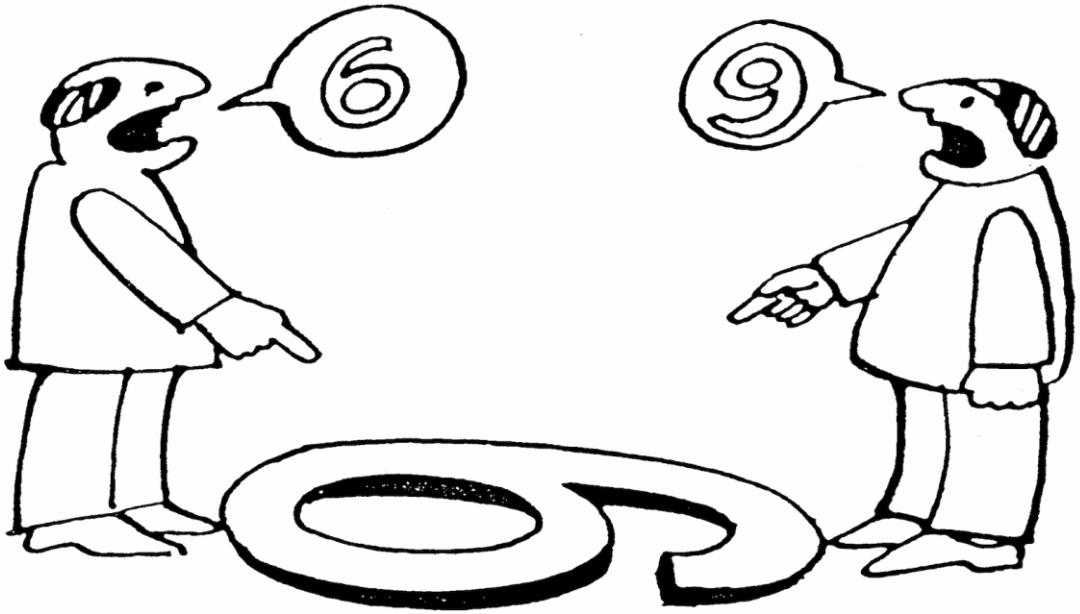
Attention à mon mode d’expression



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 voila il n'y a plus qu'à repartir.

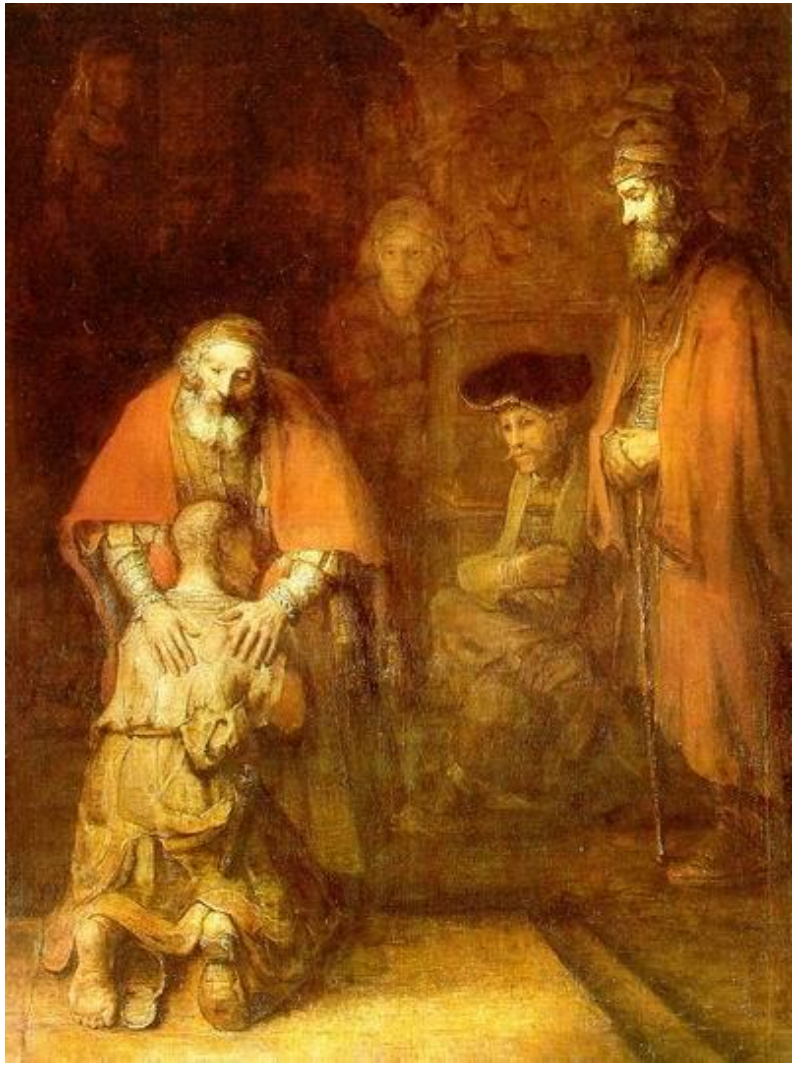
Réparer par le Pardon

Ne jamais s’endormir fâchés

Savoir s'excuser.

Réparer par le Pardon

L’amour miséricordieux du Père



la Prière

MON DIEU, QUAND JE TE PARLE, J'AIMERAIS BIEN QUE TU M'ÉCOUTES !!
EH BIEN MOI-AUSSI FIGURE-TOI !!

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.

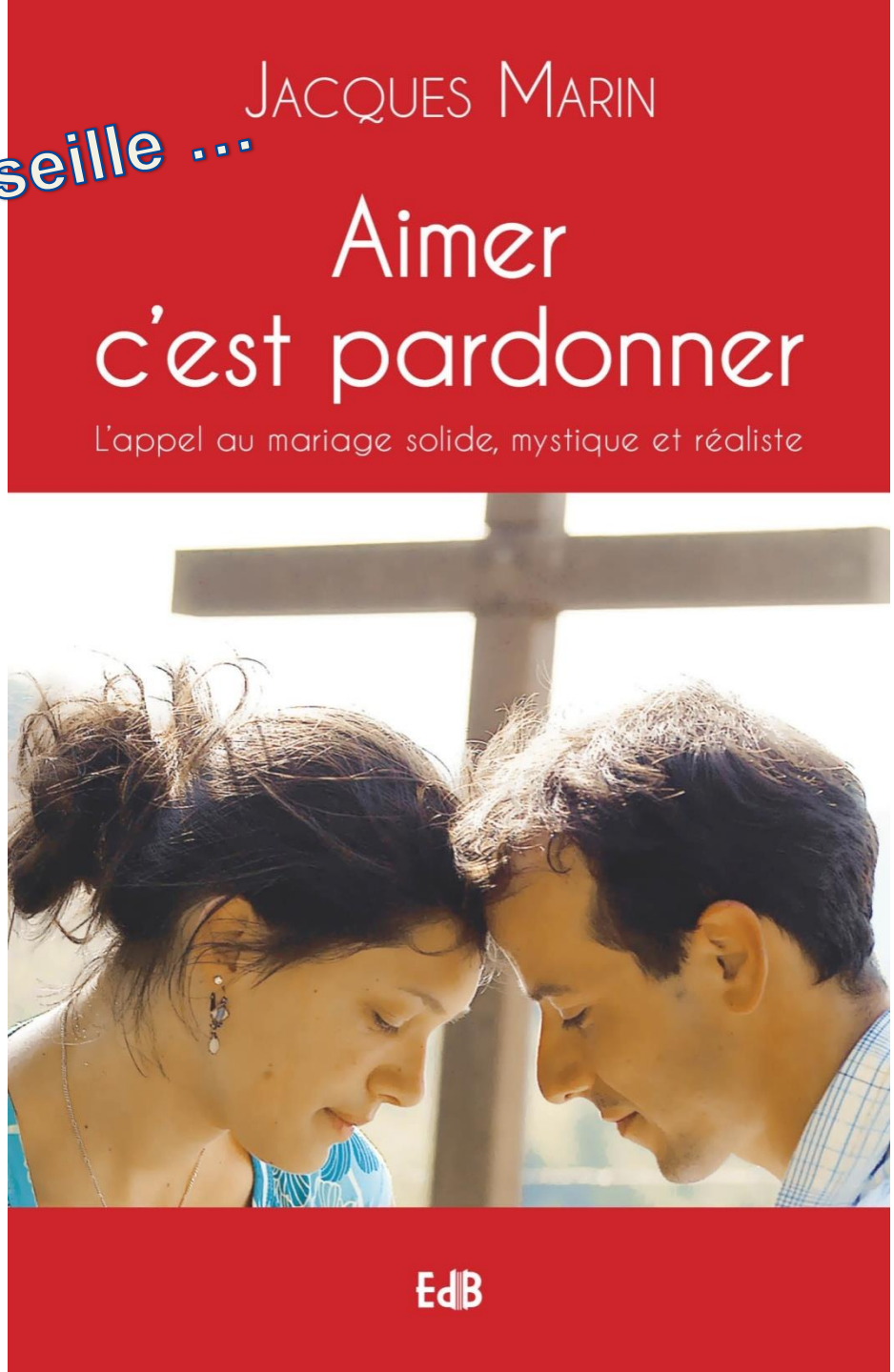
Maintenant …

Groupes de partage

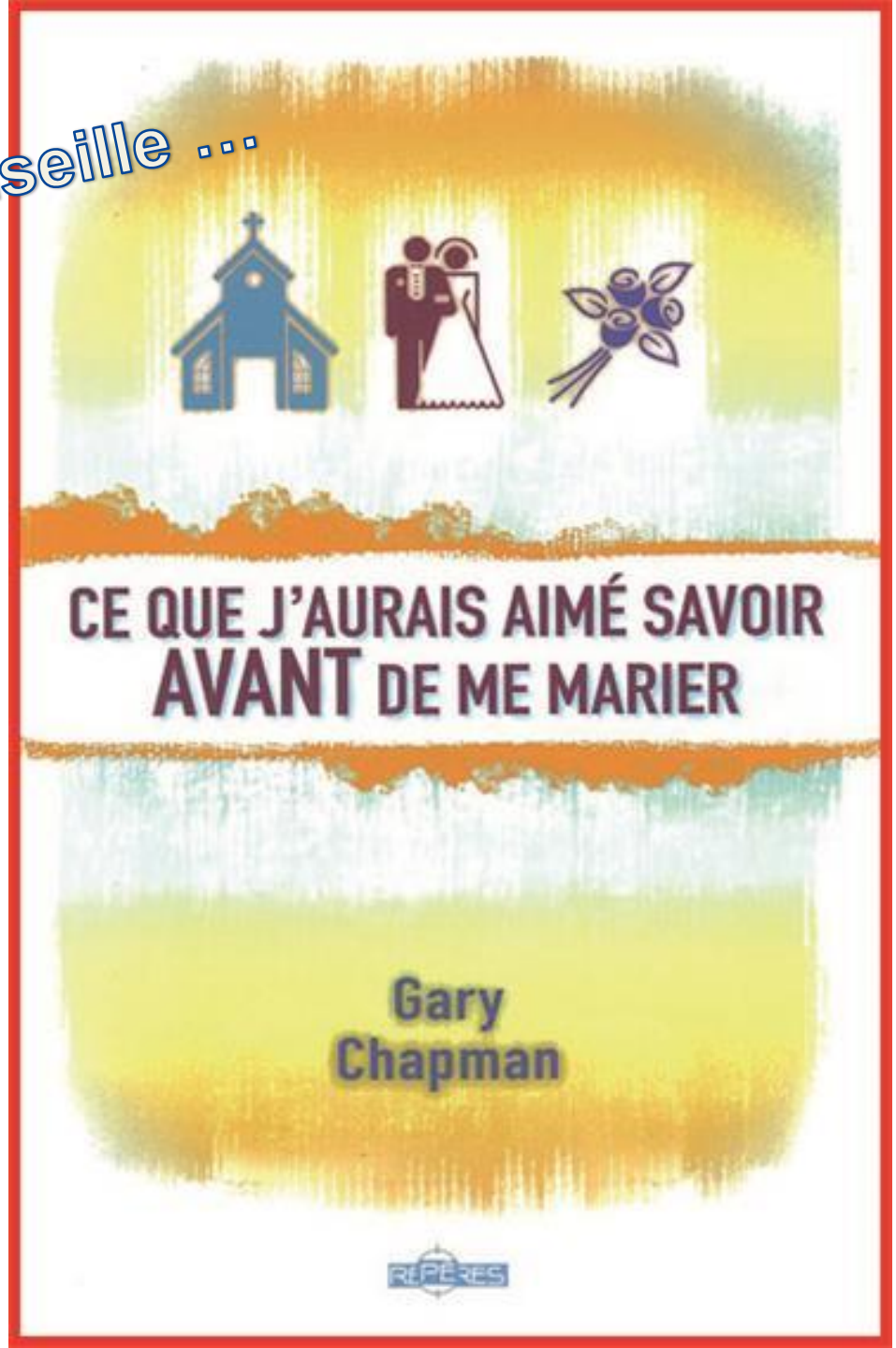
A vous de parler un peu ! …

(en groupes)

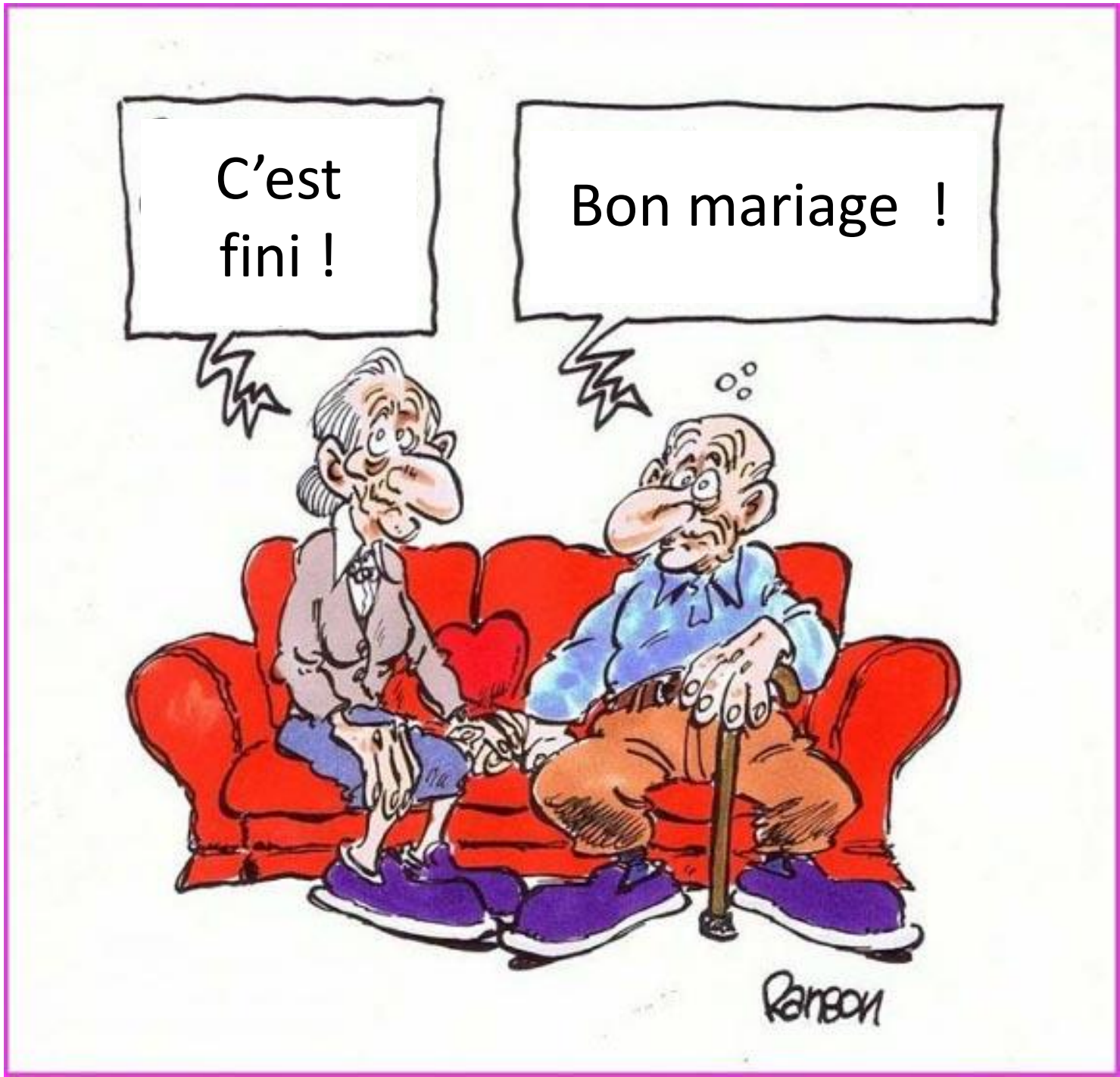
On vous conseille …

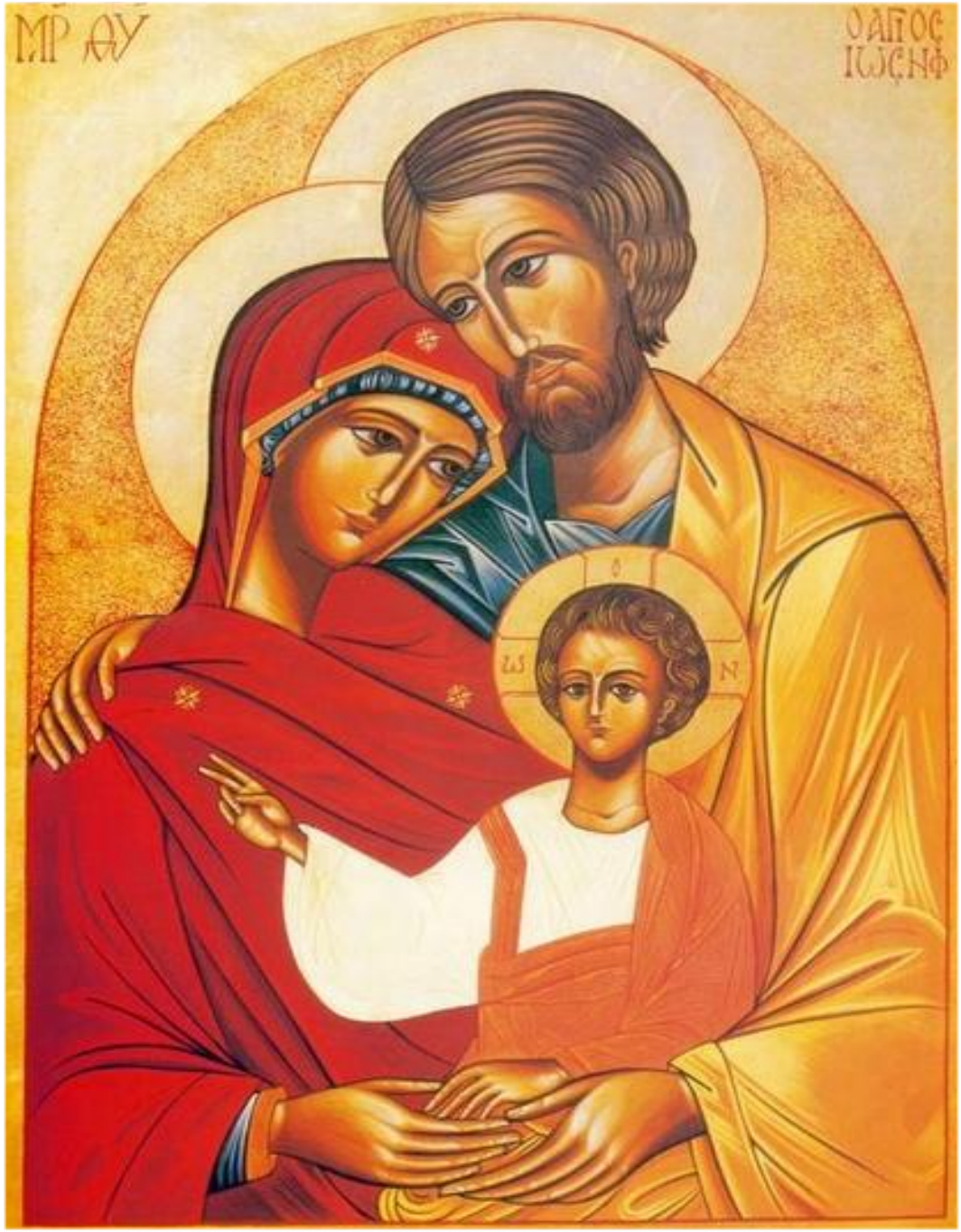


On vous conseille …

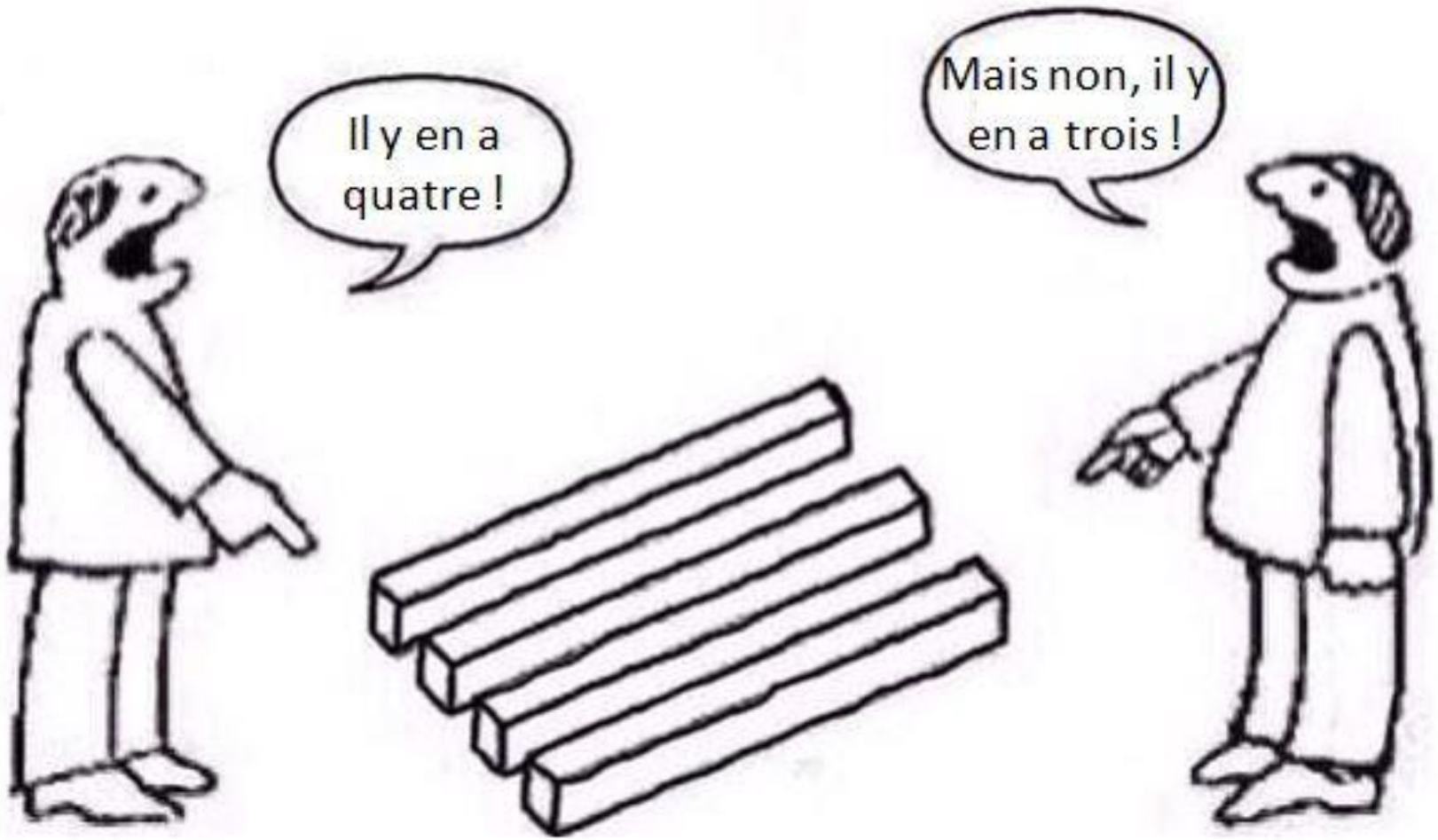


On vous conseille ...


C’est fini !
Bon mariage !
Ramon


ΜΡ ΘΥ
ΟΑΓΙΟϹ
ΙΩϹΗΦ
Ο
ΙϹ
ΝΙ

Le regard change


Il y en a quatre !
Mais non, il y en a trois !