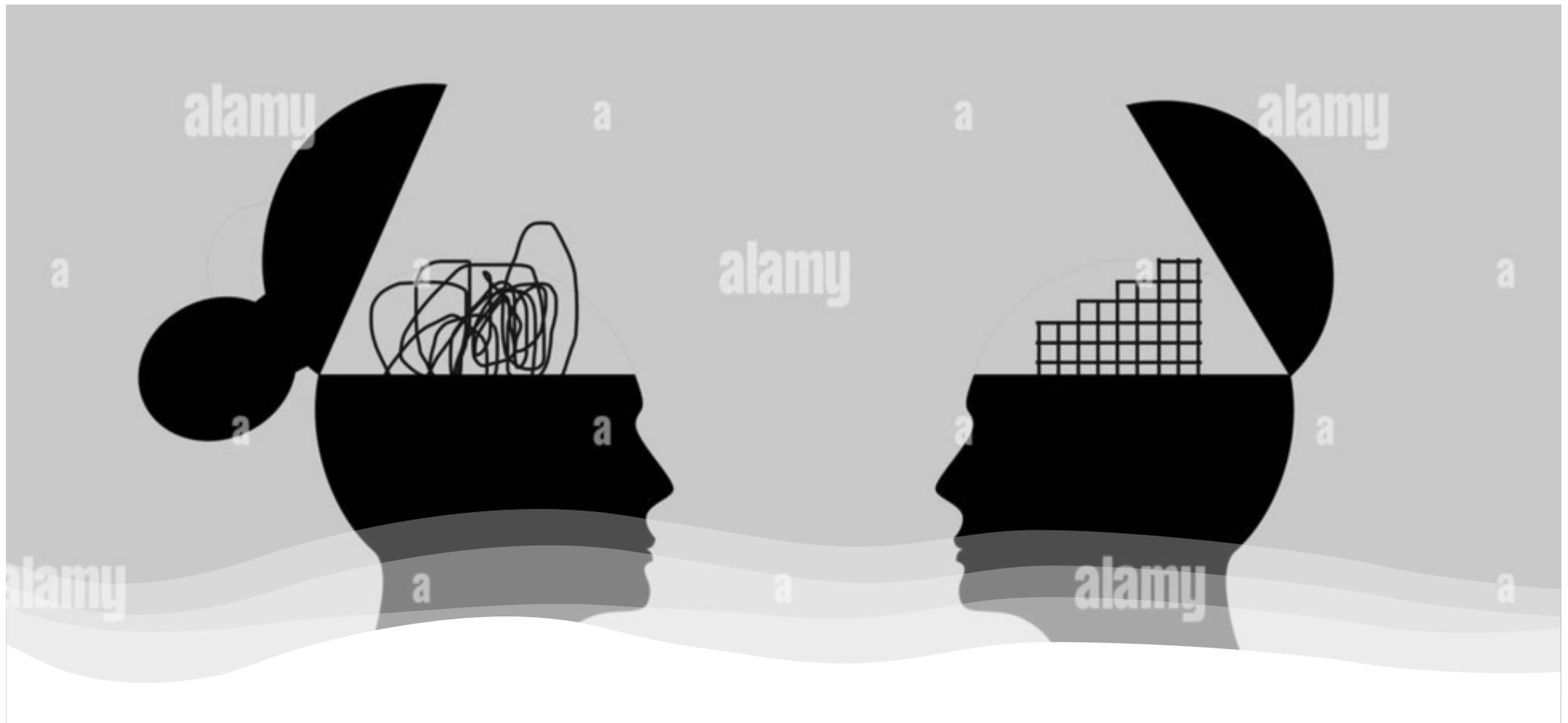


**BIENVENUE
À TOUS**



**Le couple,
cette belle personne ! (4)**



Le défi de la communication
Et de l'écoute dans le couple

Les
caractéristiques
d'une bonne
communication :
la patience et la
douceur !



Jacques 1/19

Ainsi, que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère; car la colère de l'homme n'accomplit pas la justice de Dieu.

Prov. 15/1 :
**Une réponse
douce calme la
fureur,**

**mais une parole
dure excite la
colère**

Prov. 15/4 : La
langue douce est
un arbre de vie

Le cœur orphelin

Jean 14/18

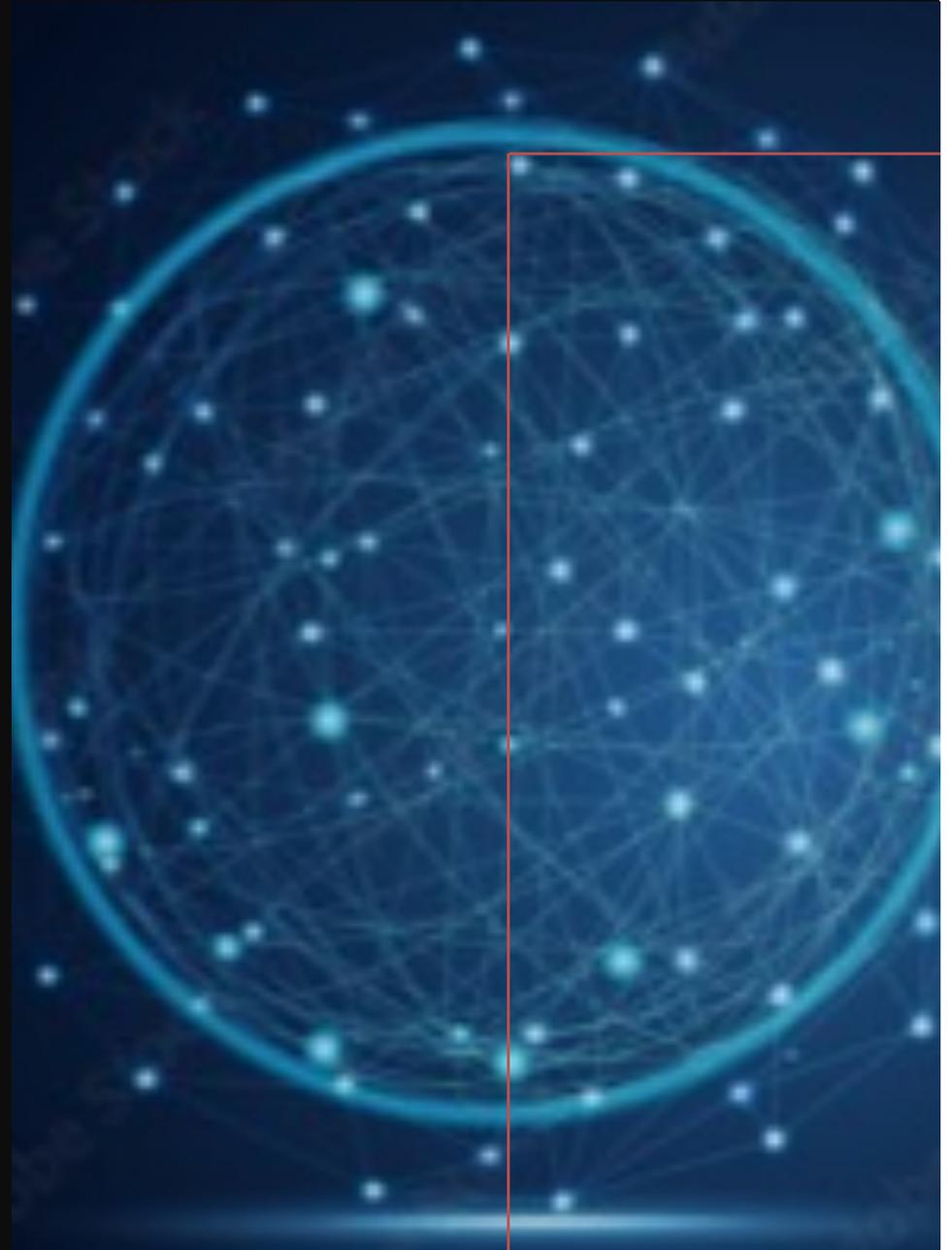
“Je ne vous laisserai pas orphelins, je viendrais à vous. “

Esaïe 61

Il m'a envoyé pour guérir ceux qui ont le cœur brisé

Le cœur rebelle versus le cœur d'adoption

Le cœur orphelin
produit de la
rebellion, continue à
vivre avec ses
mécanismes de
protection, il est
susceptible et prend
facilement l'offense

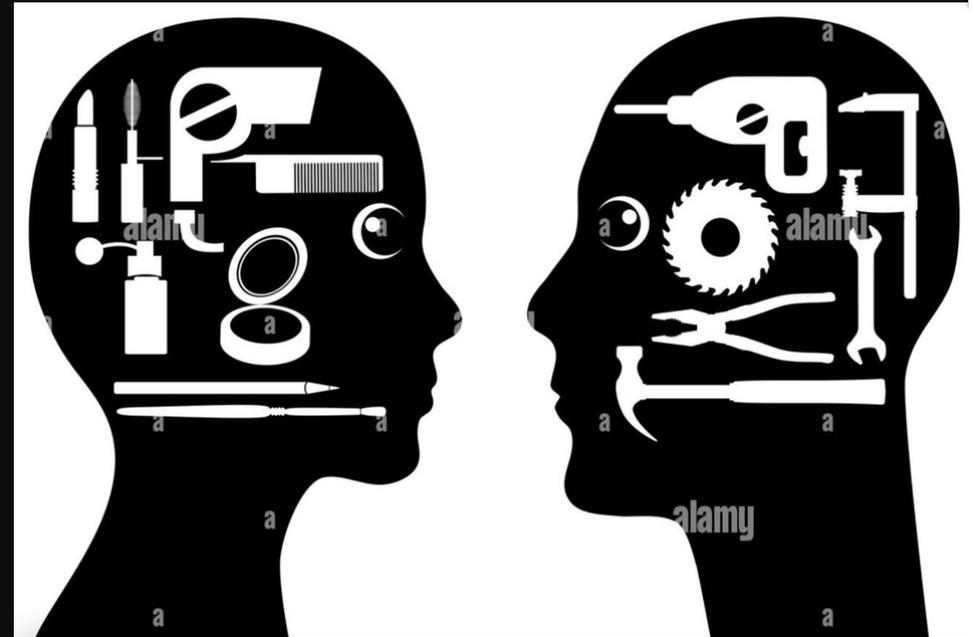


Le cœur adopté
produit la
soumission, il bat
au rythme du cœur
de Dieu et il est
plein de maîtrise
de soi

il manifeste la
patience et il
s'exprime avec
douceur, il est
rempli d'amour



-
- Premier principe :
la communication
dans le couple
demande des
efforts parce que
nous sommes
différents avec des
besoins différents
-





réprime ses sentiments

est compétitif

est axé sur le travail

**est plus à l'aise avec la
pensée que les sentiments**

**est plus sexuel dans son
approche de l'amour.**



**exprime facilement ses
sentiments**

est coopérative

est axée sur la famille

**est plus à l'aise avec les
sentiments que la pensée**

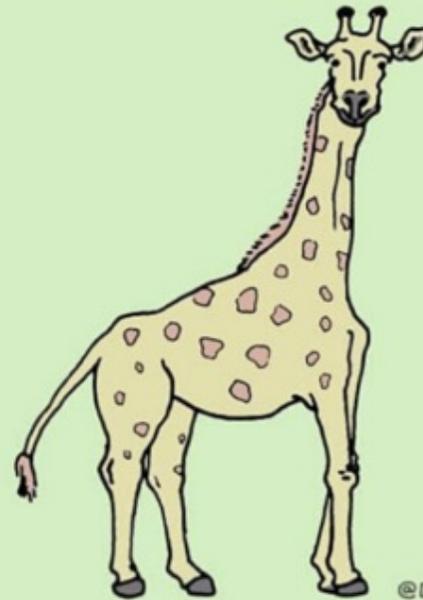
**est plus romantique dans
son approche de l'amour**

-
- Accepter l'idée que l'autre est différent, c'est prendre conscience qu'il ne pense pas comme moi, qu'il n'attend pas la même chose que moi.
-

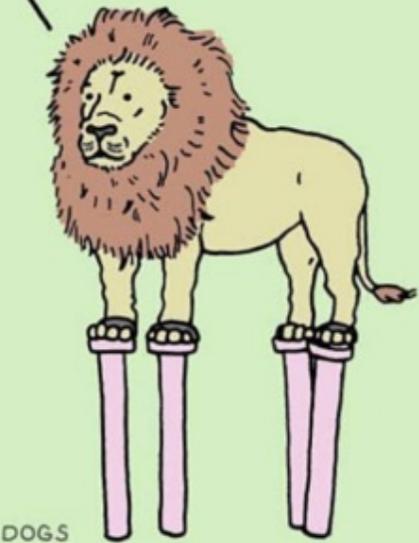


- Admettre que l'autre est différent, c'est déjà s'efforcer de le comprendre et de se mettre à sa place .

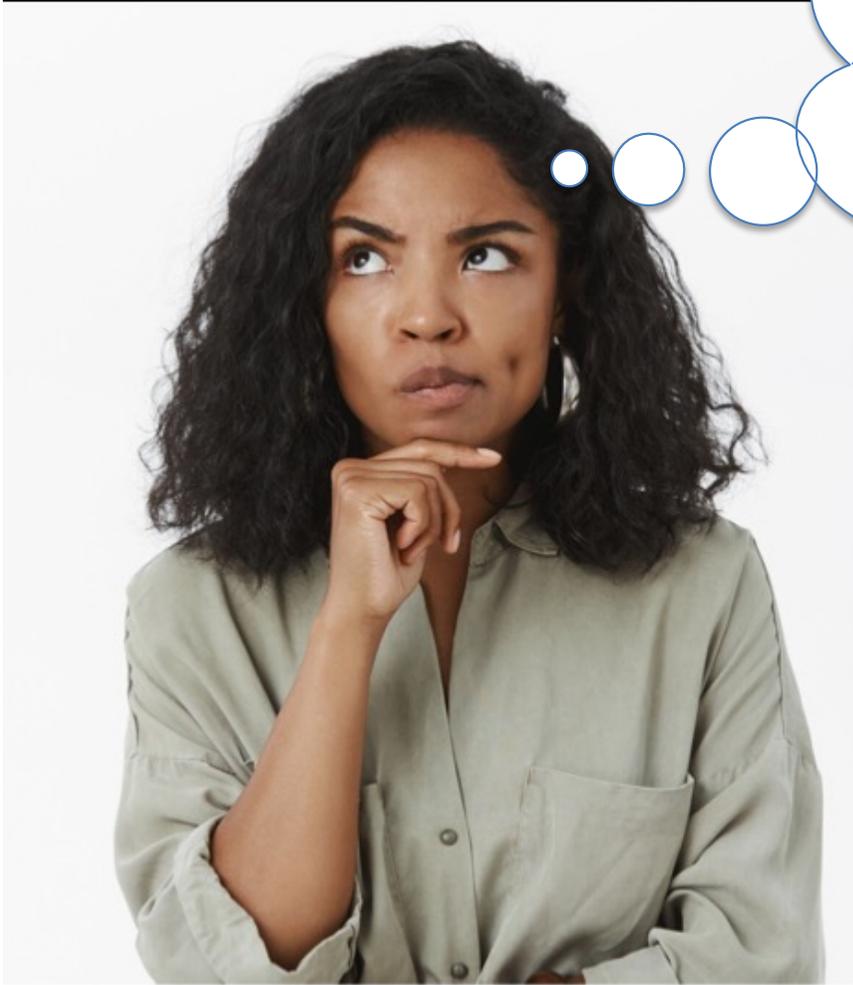
QUE FAIS-TU ?



J'ESSAIE DE VOIR LES
CHOSSES DE TON POINT
DE VUE.



@DRAWINGSorDOGS



**“Et si après tout, il
pouvait faire preuve de
sensibilité, est-ce possible ??? “**

**On essaie de comprendre comment l'autre
fonctionne.**

A man with a beard and glasses, wearing a white shirt and a brown vest, looks surprised. A woman with long brown hair, wearing a dark green top, also looks surprised. A speech bubble is next to the man.

**“Et si après tout,
elle pouvait avoir
raison,
est-ce possible !!!”**

- **C'est seulement lorsqu'une personne nous comprend qu'on se sent vraiment avec elle. Communiquer ne nous rapproche pas seulement physiquement mais aussi émotionnellement.**





En résumé,
le premier principe nous
amène à prendre
conscience que nous
sommes différents, pas
meilleurs, mais pas pire,
et que nous avons
besoin, chacun pour
notre part,
de faire des efforts pour
comprendre l'autre afin
de mettre en place une
communication
authentique

Deuxième
principe :
Une véritable
écoute va
favoriser la
communication





À la suite d'une véritable écoute :

- Je me sens valorisé(e)**
- Je prends confiance**
- Je sens que je compte**
- Je me sens soutenu(e)**
- Je me sens aimé(e)**

Quand je ne me sens pas écouté :

- **Je suis frustré(e)**
- **J'ai l'impression que je ne compte pas**
- **J'ai l'impression qu'on ne m'aime pas**
- **Je me sens rejeté(e)**

**L'écoute demande
patience
empathie, et ...
beaucoup d'amour !**

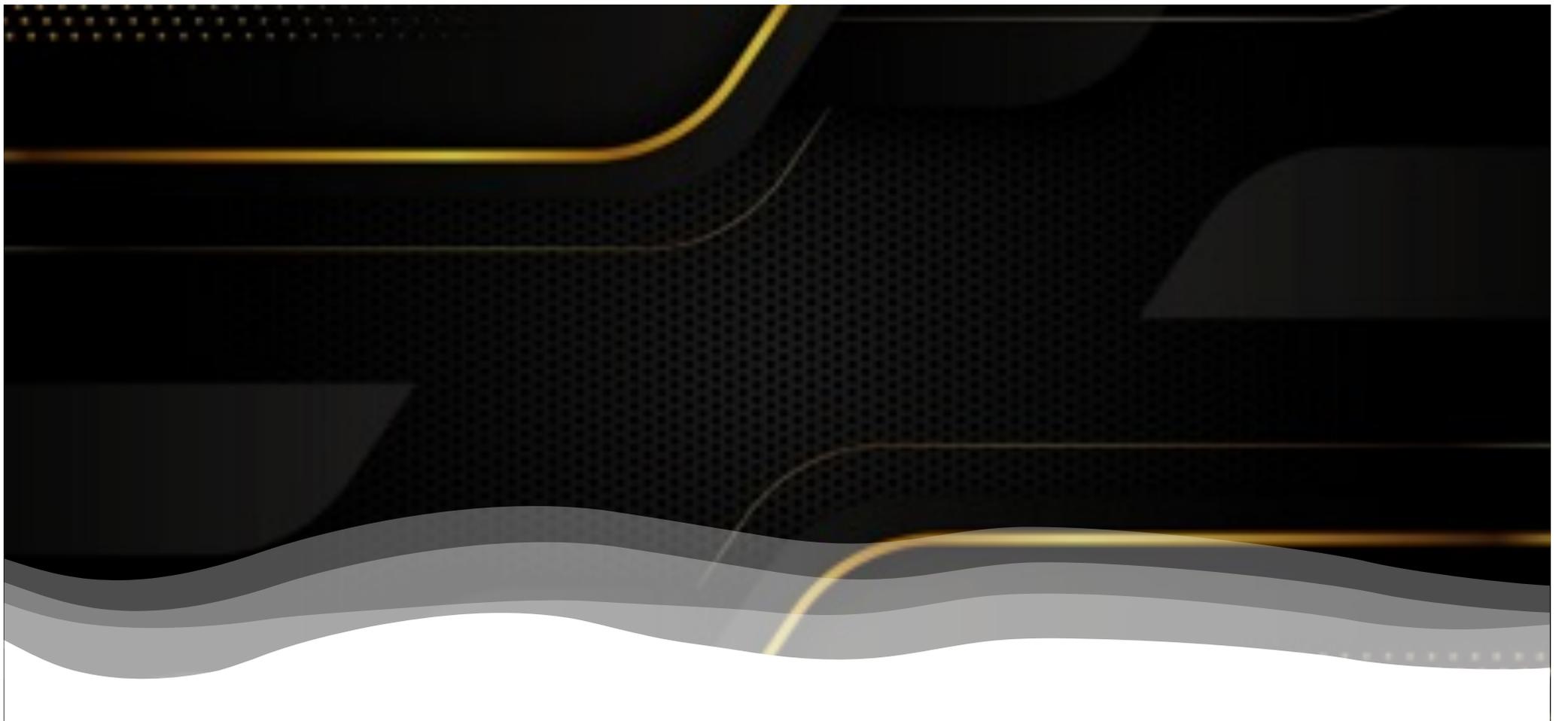
**L'écoute est une
preuve d'amour**





L'amour en action

**Nous appliquer à écouter ce
que l'autre trouve
intéressant mais qui ne fait
pas forcément partie de nos
centres d'intérêt**



Quelques mauvaises habitudes à perdre...



- Le rassureur :

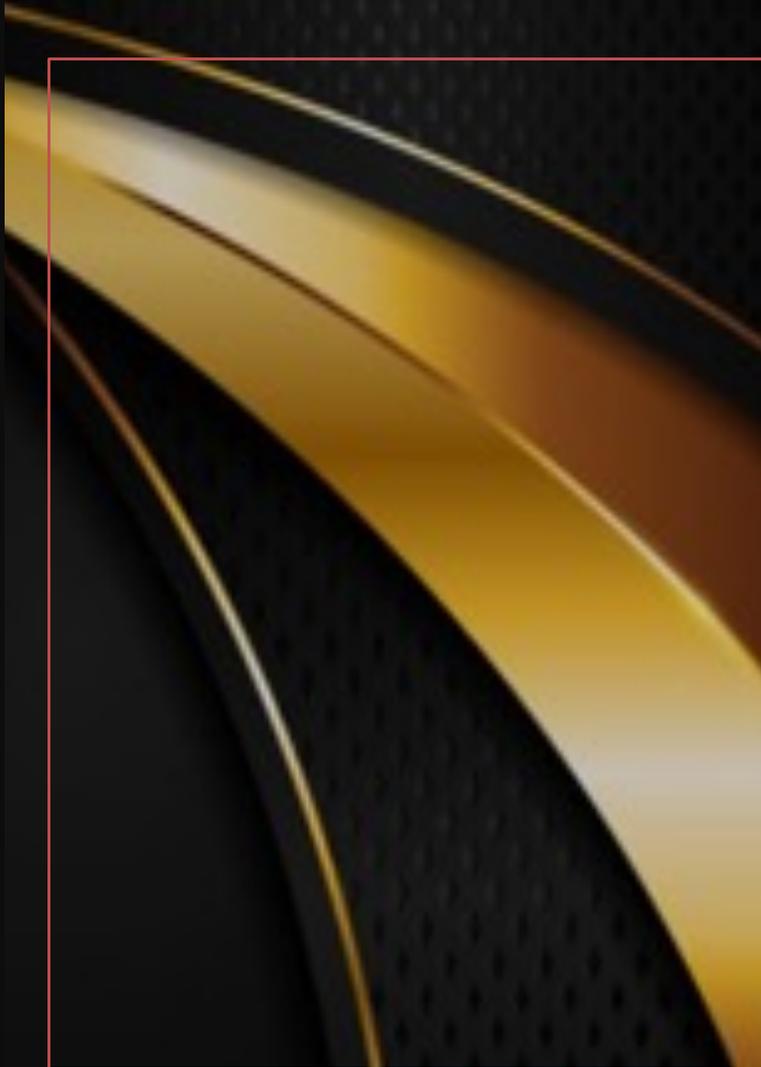
Il ne laisse pas l'autre exprimer ses émotions, le rassureur est sur un mode rationnel, faisant une complète abstraction des émotions de son conjoint, entraînant une frustration chez l'autre qui se sent incompris

- Le donneur de conseils :

Alors que le conjoint exprime ce qu'il ressent, l'autre intervient avec des solutions toutes faites comme : 'Voilà ce que tu devrais faire' ou 'Si j'étais toi, voici ce que je ferais'.



- Le détourneur de situation :



Le conjoint est en train de raconter ce qu'il a vécu, et ce n'est pas facile pour lui de trouver les mots, et tout à coup, l'autre lui coupe la parole et se met à raconter une histoire similaire , il vous dit :

- « Ah, ça me rappelle ce qui m'est arrivé... » et détourne la conversation à son profit, sans vous laisser l'occasion de terminer.

**Toutes ces mauvaises
habitudes conduisent au
découragement et à la
frustration, De telles réactions
gênent celui qui s'efforce d'exprimer
son vécu. Il commence à se
renfermer et à penser :**

**« A quoi bon essayer
de discuter, ça ne sert à rien,
il ne m'écoute pas ! »**



Quelques bonnes habitudes à prendre...

Métamorphoo !!!

-
- **exprimer ses sentiments**
 - **lier véritablement notre cœur à l'autre**
 - **Abandonner nos mécanismes de survie (auto-suffisance, ne pas être redevable)**



En pratique ...

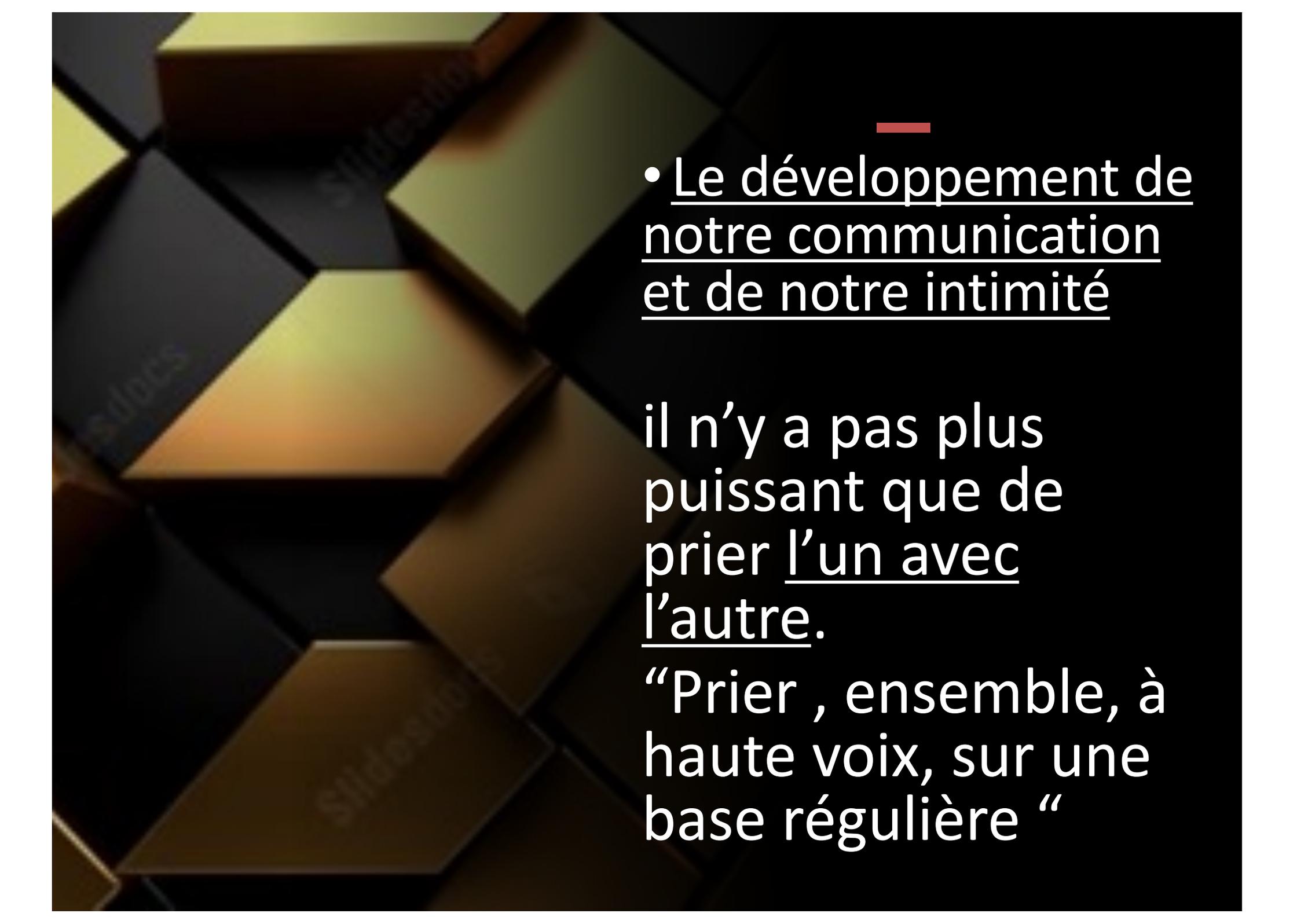
- Accordez toute notre attention à notre conjoint , on le laisse parler sans l'interrompre

- Essayez de vous mettre à la place de votre conjoint, de le comprendre

- S'assurer que vous avez bien compris les propos de votre conjoint, en lui répétant ce que vous venez d'entendre



- réfléchir ensemble à une solution. Ce qui veut dire ...
que nous écoutons les idées de l'autre.

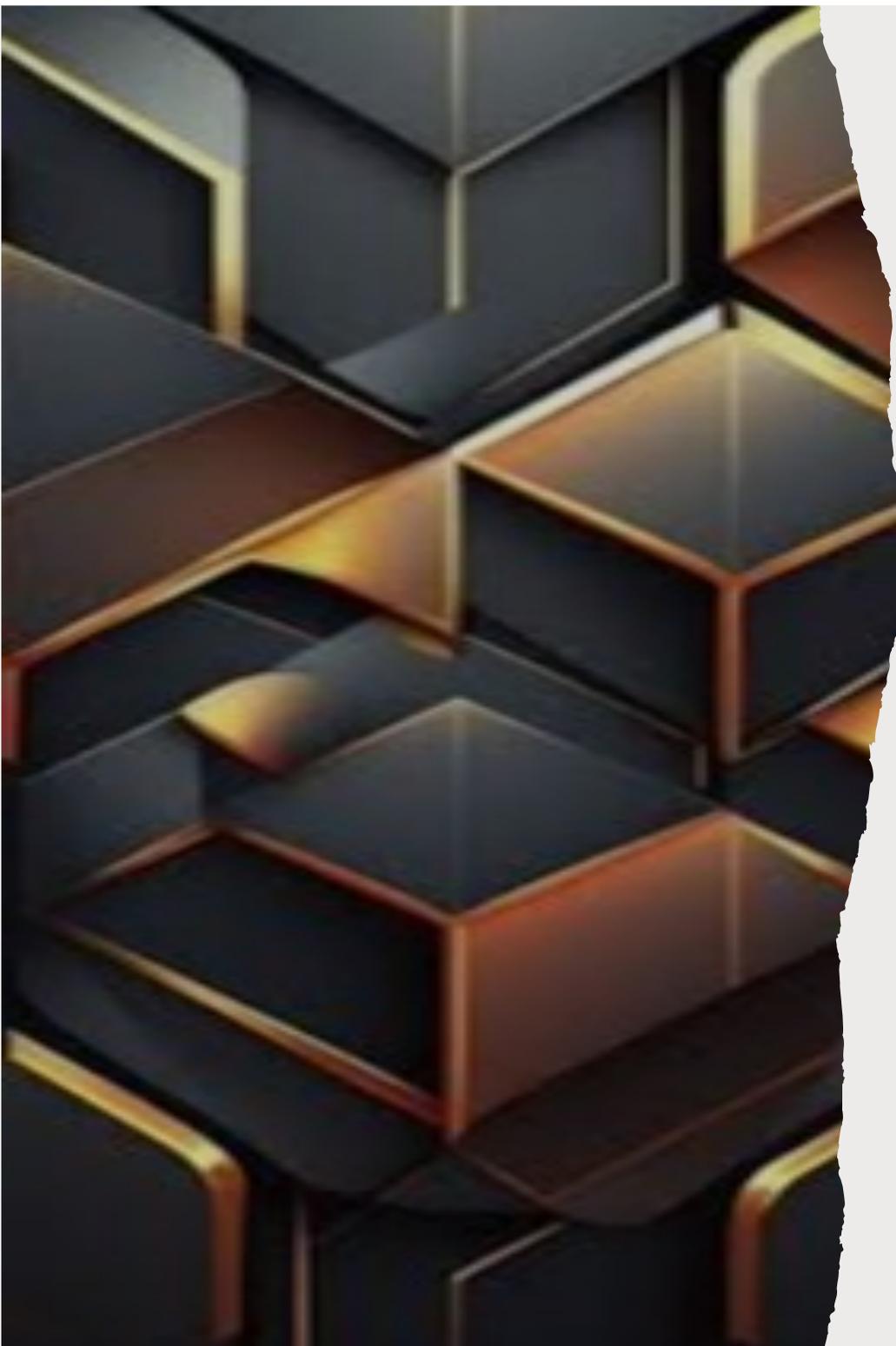
- 
- Le développement de notre communication et de notre intimité

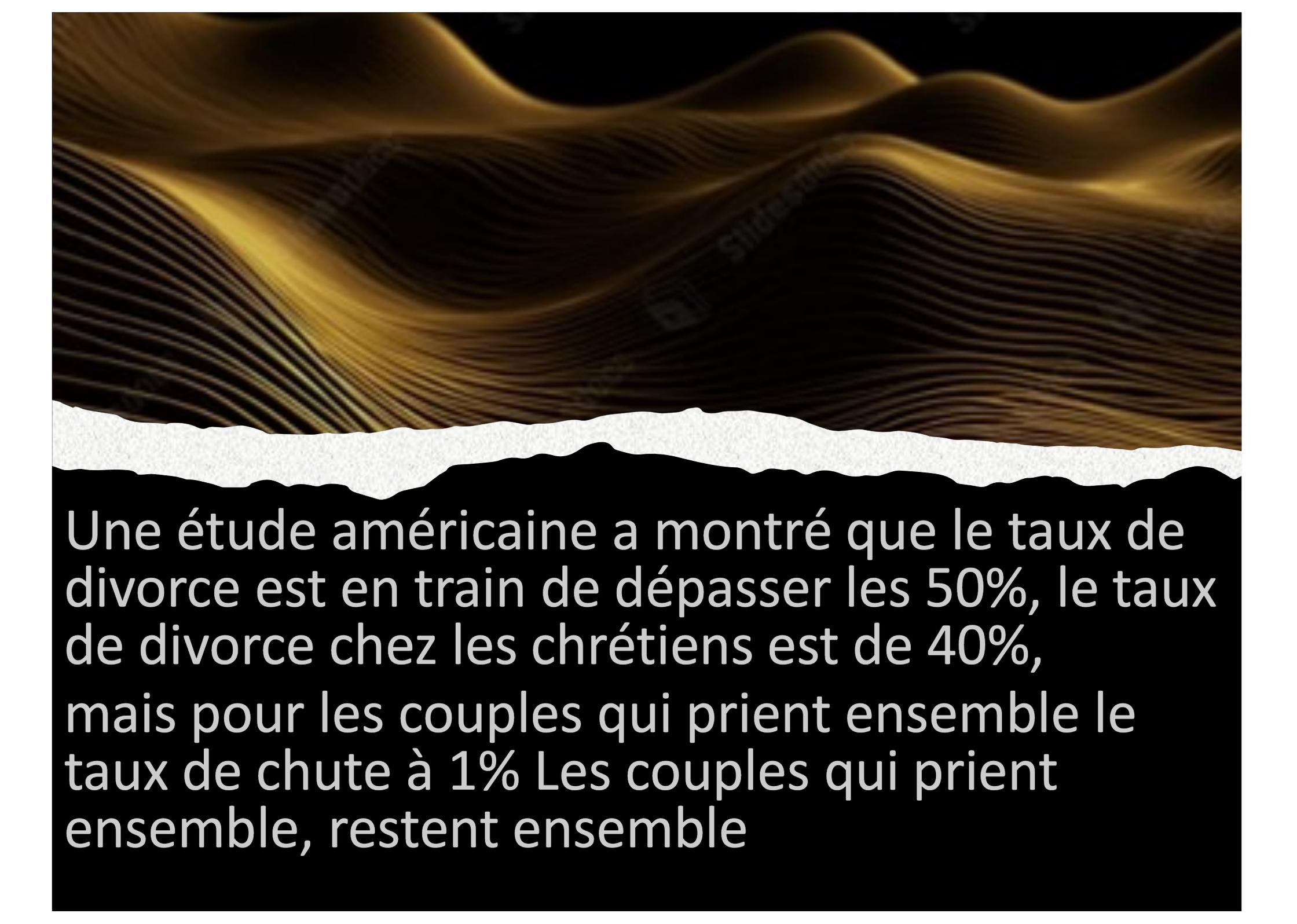
il n'y a pas plus puissant que de prier l'un avec l'autre.

“Prier , ensemble, à haute voix, sur une base régulière “



Il y a une grande
différence entre prier
pour quelqu'un, pour
quelque chose et prier
“avec quelqu'un”
pour ces besoins
respectifs

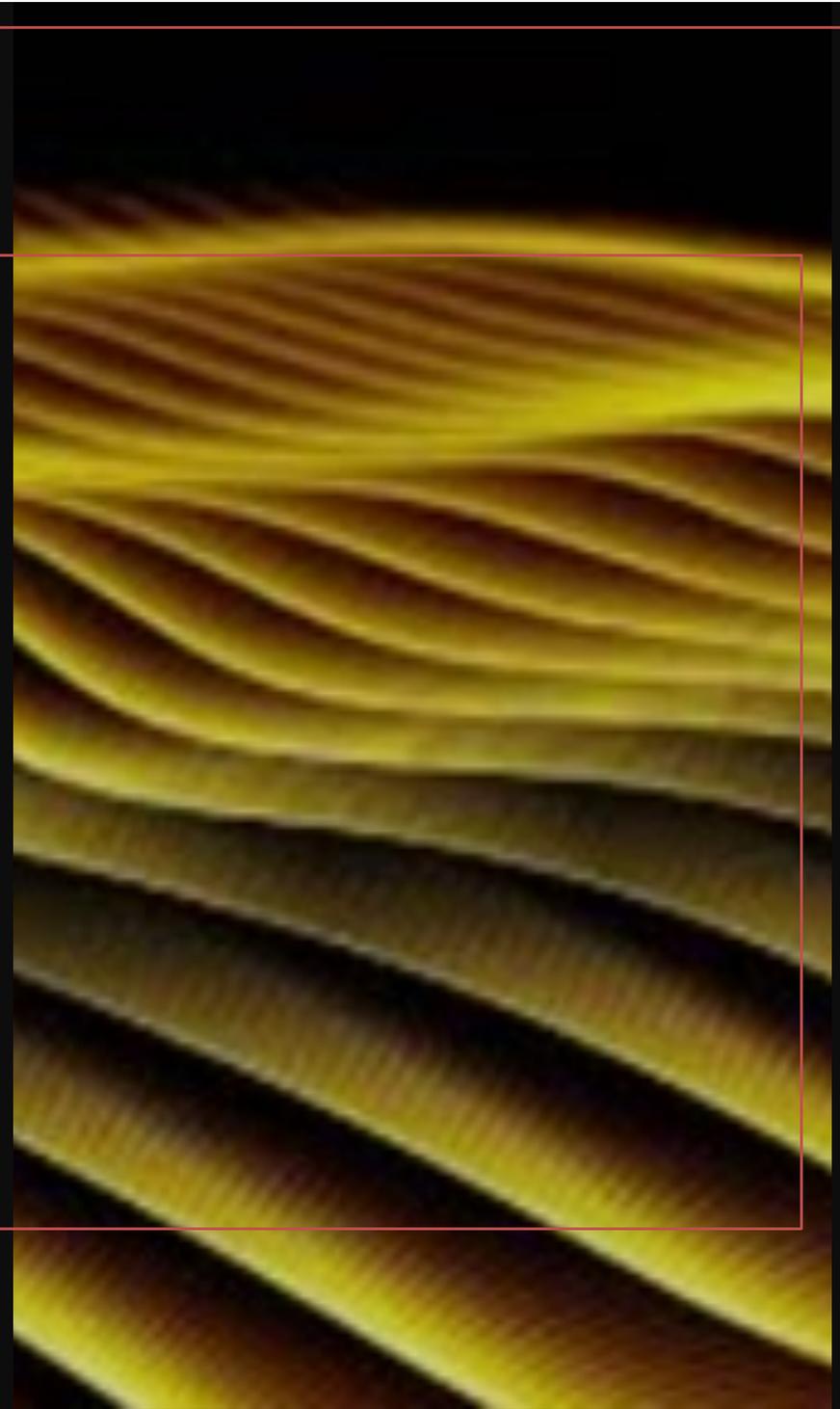
- 
- An abstract, 3D-rendered geometric pattern consisting of interlocking cubes and rectangular blocks. The colors are dark blue and gold, with a metallic sheen and soft shadows that create a sense of depth and perspective. The pattern is partially obscured by a white, torn-edge border on the right side.
- Prier avec son conjoint pour les besoins de chacun est le facteur le plus impactant pour développer l'intimité entre conjoints et pour fortifier le couple.



Une étude américaine a montré que le taux de divorce est en train de dépasser les 50%, le taux de divorce chez les chrétiens est de 40%, mais pour les couples qui prient ensemble le taux de chute à 1% Les couples qui prient ensemble, restent ensemble

- Quelques conseils
pour prendre de
bonnes habitudes

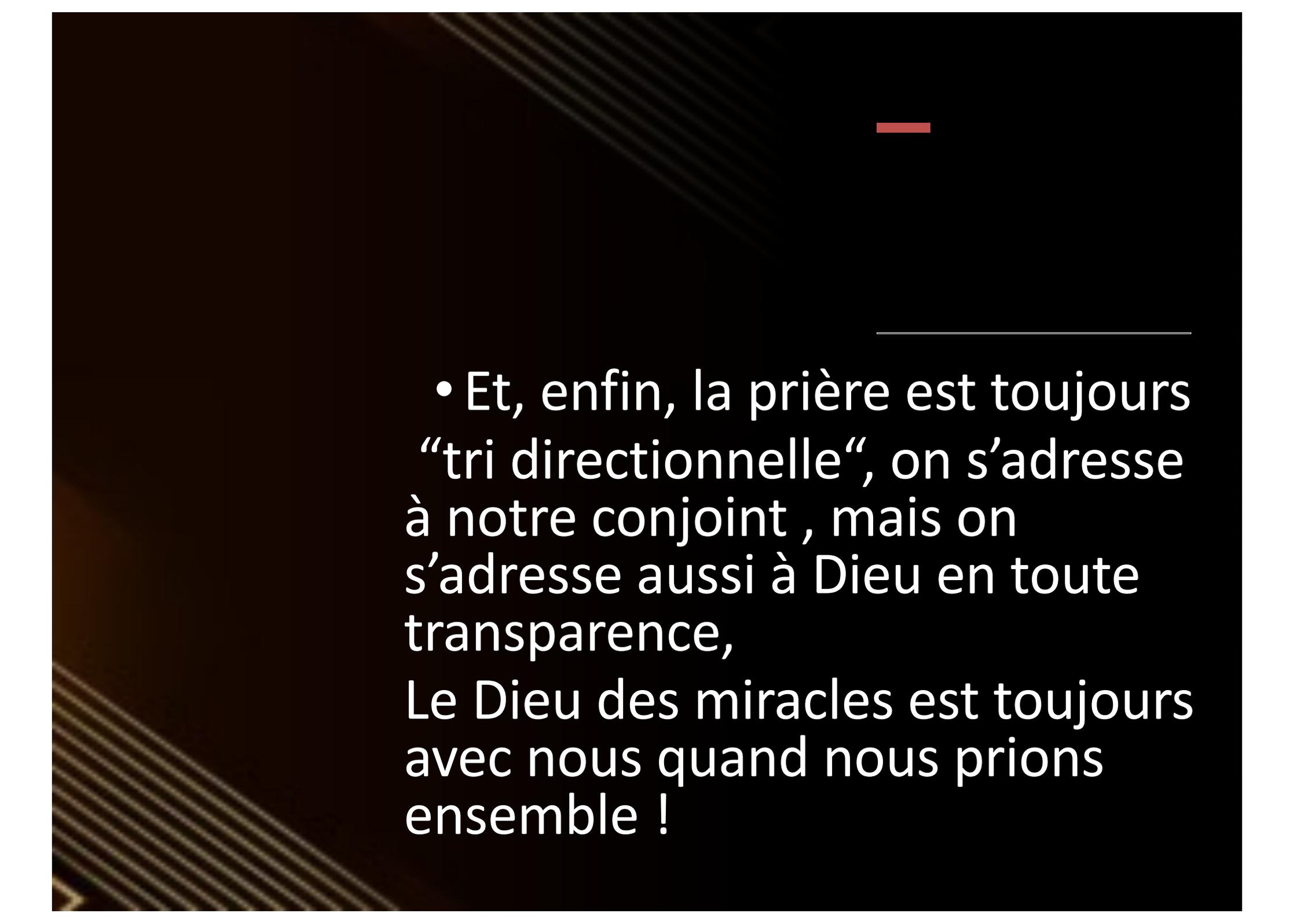
- Des prières courtes et hésitantes sont mieux que des prières longues et éloquentes
- Prier avec quelqu'un, ce n'est pas lui lancer des messages



- Demander à l'autre de prier pour des choses spécifiques

Si ma femme me demande pourquoi je veux qu'elle prie, je vais devoir ouvrir mon cœur, et dans cette relation de prière, nous allons développer notre intimité



- 
- Et, enfin, la prière est toujours “tri directionnelle”, on s’adresse à notre conjoint , mais on s’adresse aussi à Dieu en toute transparence,
Le Dieu des miracles est toujours avec nous quand nous prions ensemble !

- Une bonne communication va vous permettre de développer votre intimité et ainsi de permettre à votre couple de prendre le chemin de l'épanouissement.

- Ce soir, prenez des bonnes résolutions dans votre cœur





Une bonne communication :

- Patience, douceur et écoute
- Différent pour des besoins différents
- Quitter nos mauvaises habitudes
- Prendre de bonnes habitudes
- Prier ensemble, l'un pour l'autre