

JE COMMUNIQUE MIEUX DANS MON COUPLE



LES PROJETS DANS LE COUPLE

Les projets, valeurs et intérêts communs créent de la cohésion dans le couple, donnent un sens à la relation de couple et motivent le couple à avancer vers un but commun.

Les projets à court, moyen et long terme aident à regarder dans la même direction !

Quelques exemples de projets communs : Une maison, un chalet, un bateau, un enfant, un projet professionnel ensemble, du bénévolat, du jardinage, se remettre en forme, rénover, adopter un animal, voyager, prendre des cours de danse, de cuisine etc...

EXERCICE :

Quels sont les projets communs à court terme dans ton couple sur la prochaine année ?

-
-
-

Quels sont les projets communs à moyen terme dans ton couple d'ici 5 ans ?

-
-
-

Quels sont les projets communs à long terme dans ton couple à plus de 5 ans ?

-
-
-