



Un temps
d'échange à 2
pour approfondir
votre lien

MODE D'EMPLOI

- OÙ ? Dans un endroit calme où vous vous sentez bien.
- COMMENT ? Répondez aux questions chacun de votre côté. Puis, chacun votre tour, exprimez ce que vous ressentez, à la 1ère personne du singulier.
- POUR FINIR : partagez ce que cet échange vous a apporté et comment vous vous sentez.

LOVE ATTITUDE

- Ecoute bienveillante
- Respect de la parole de l'autre
- Désir de renforcer votre relation

Faire un point de temps en temps. Ne pas hésiter à se dire ce qui va bien !

- 1 Remémorez-vous votre 1ère fête passée dans votre belle-famille (Noël, anniversaire, ...), et listez ce qui vous avait surpris / intéressé / ce que vous avez aimé, même une toute petite chose !
- 2 Échangez vos souvenirs et sortez vos photos !
- 3 Identifiez chez l'autre ce que vous aimez et qui vient de sa famille et dites-le lui !
- 4 Trouvez une ou plusieurs choses positives dans votre belle-famille et partagez-les ensemble !