



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 !

Choisissez quelque chose

"d'ordinaire" que votre

1 partenaire a fait pour vous et prendre conscience du cadeau qu'il/elle vous fait à ce moment-là.

Détaillez ce bienfait en décrivant au moins 3 effets positifs sur vous.

Que vous apporte ce bienfait ?

Quel amour manifeste-t-il ?

Quel amour suscite-t-il en vous ?

3 Que pourriez-vous faire en retour ?