

Questions/thèmes pour les entretiens de couples

Comment avons-nous vécu notre relation au cours de l'année écoulée?

(brève rétrospective et réflexion)

Quelle signification a pris le mariage pour nous?

(Une prise de conscience plus profonde de la relation est abordée. La réponse permet de déduire des ressources et des points forts pour le couple.)

Quels nouveaux aspects avons-nous découverts l'un chez l'autre au cours de l'année écoulée?

(Prendre conscience de la différence de son partenaire)

Qu'est-ce qui nous a particulièrement bien réussi en tant que couple au cours de l'année écoulée?

(Mettre en avant les ressources, comme par exemple une meilleure gestion des conflits)

Quels nouveaux points communs avons-nous découverts?

(Les points communs, des intérêts communs, etc. renforcent les liens)

Y a-t-il eu des développements que nous avons imaginés pour notre mariage qui ont été différents dans la réalité?

(p. ex. routine quotidienne, détachement du foyer familiale, discussions)

Chacun de nous a-t-il suffisamment d'espace pour ses propres intérêts?

(épanouissement de l'individu au sein de la relation)

Quels accords avons-nous conclus dans nos relations quotidiennes? (répartition des tâches, par ex. dans le ménage, faire prendre conscience des responsabilités)

Comment avons-nous géré les conflits / les crises? Que voulons-nous améliorer à l'avenir?

(« Bien se disputer, ça s'apprend », dit-on. Reconnaître son propre comportement lors de disputes / conflits)

Avons-nous mis en place des rituels de couple?

(Les rituels protègent la vie à deux dans le tumulte du quotidien. p. ex. petit déjeuner commun le samedi, etc.)

Dans quels domaines voyons-nous des possibilités de développement pour nous en tant que couple?

(Des évolutions ont toujours lieu et il faut les reconnaître et les intégrer)

Quelle est notre image respective pour une relation réussie?

(Exposer ouvertement ses désirs, ses opinions, ses aspirations et ses idées. Cela peut créer un lien plus intime.)

Y a-t-il des circonstances dont nous pensons qu'elles pourraient un jour devenir pour nous un problème sérieux?

('Système d'alerte précoce'. Sensibilisation aux problèmes qui risquent de se développer)