



**Droga do świętości - wrastanie**

# MITY REMONTOWE

- *Szczęśliwe pary nie kłócą się.*
- *Zasadnicze różnice zdań zniszczą małżeństwo*
- *Szczęśliwe małżeństwa są na ogół niezwykle otwarte i szczerze wobec siebie*
- *Różnice międzyplciowe stanowią wielki problem*

**STOP!!!!**



- 1. POZNAJ ŚWIAT WSPÓŁMAŁŻONKA I INTERESUJ SIĘ NIM**  
aktualizacja swoich map
- 2. PIELEGNUJ UCZUCIA SYMPATII I PODZIWU**  
doceniaj, chwal,  
mów słowa podkreślające waszą zażyłość,  
**wzajemną akceptację.**  
ciesz się z waszych sukcesów
- 3. ZWRÓĆCIE SIĘ KU SOBIE**  
dajcie sobie uwagę, zainteresowanie  
dobra energia, klimat,  
robienie wspólnych rzeczy
- 4. BĄDŹ GOTÓW ULEGAĆ WPŁYWOWI DRUGIEJ STRONY**  
uznajcie swoją równorzędność przy podejmowaniu decyzji,  
szanujcie się, dzielcie się władzą.



**ZASADY UDANEGO MAŁŻEŃSTWA**



## 5. ROZWIĄZUJCIE PROBLEMY, KTÓRE DA SIĘ ROZWIĄZAĆ

- rozpoczynać rozmowę w sposób łagodny,
- próby ratowania dobrej relacji: przepaszaj, wycofuj raniące słowa,
- obniżaj temperaturę konfliktu, doceniając partnera lub okazując mu czułość
- przyznaj się do błędu i szukaj kompromisu

## 6. UZNAJCIE OBECNOŚĆ KONFLIKTÓW, KTÓRE WAS PARALIŻUJĄ

- nauczcie się akceptować, że pewne konflikty pozostaną nie rozwiązane.
- kultura różnorodności



## 7. BUDUJCIE POCZUCIE WSPÓLNOTY, SILNYCH WIĘZI

- twórzcie wspólne rytuały, zwyczaje, wspólne cele
- opowiadajcie budujące Was historie, opowieści, przeglądajcie zdjęcia, róbcie sobie „wieczory wspomnień”

**CD ZASAD UDANEGO MAŁŻEŃSTWA**



# ZASADY UCZCIWEJ KLÓTNI



- Wyznacz odpowiedni czas, miejsce
  - Opisz problem
- Trzymaj się jednej sprawy
- Wyraż pełną gamę uczuć
  - Zaproponuj zmianę.
- Przedstaw konsekwencje.
  - Zapobiegaj eskalacji.
    - obserwowanie zachowania niewerbalnego,
    - głębokie oddychanie w celu zwolnienia tempa interakcji oraz
      - odłożenie dyskusji na później.
- Zakończ rozmowę ugodą, alternatywną propozycją lub odłożeniem sprawy na później.

# SZCZĘŚLIWA SIÓDEMKA

WYBIERZ NUMEREK  
I DO REMONTU





# MAŁŻEŃSTWO DROGĄ DO ZBAWIENIA

MAMY JUŻ SWOICH ŚWIĘTYCH  
ROZWINIŃMY TEN DAR  
KOŚCIÓŁ NIE JEST DLA SIŁACZY



**Wszystkie materiały będą dostępne na**

**[www.remont.rodzinyemaus.pl](http://www.remont.rodzinyemaus.pl)**

**[www.kuzniki.com.pl](http://www.kuzniki.com.pl)**

**Danusia i Marek Kuźnik**

**DOBRE MIEJSCE**

