



archivio edv

**E...
diventiamo
buoni
ascoltatori.**

che lui facesse quando arriva a casa. La vostra osservazione non la prenderà come un rimprovero, perché avete inserito vostro marito nel contesto del "me-se di miglioramento".



Come posso comportarmi per far sì che io e il mio coniuge abbiamo rapporti sessuali più spesso e che entrambi ne traiamo piacere?

Il vostro atteggiamento dovrebbe essere sempre improntato all'amore e alla ricerca del piacere dell'altro. Ognuno di voi comunichi i propri desideri all'altro, ma non forzate mai il vostro coniuge a offrire espressioni sessuali che non vorrebbe. La frequenza con cui il vostro coniuge desidera avere rapporti sessuali è influenzata dal modo in cui lo trattate. **Una comunicazione aperta in un'atmosfera d'amore porterà alla soddisfazione sessuale di entrambi.**



Come posso alimentare la dimensione spirituale del nostro matrimonio, dato che ho difficoltà a pregare ad alta voce?

Pregate insieme in silenzio. È semplice: voi e il vostro coniuge **vi tenete per mano**, chiudete gli occhi e alla fine dite "Amen" ad alta voce, così il vostro coniuge comprenderà che avete terminato. Continuate a tenere le mani del vostro coniuge finché giungerà anche a voi un "Amen" da parte sua. **Finché una sera uno di voi comincerà a pregare ad alta voce** e da allora riuscirete a pregare insieme ad alta voce.

(continua in Scheda 35)

educare

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA
www.ilgrandeducatore.com

Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

SCHEDA

34

ROSA

serie
EDUCARE IL RAPPORTO DI COPPIA CON LA COPPIA

Supplemento della rivista "Educatori di vita"
ilgrandeducatore@gmail.com

PRIMA PARTE

Domande
frequenti
su amore,
matrimonio,
famiglia...



archivio edv

35 ALTRA SCHEDA SULL'ARGOMENTO – Seconda Parte –

Presentiamo qui **risposte a domande** che vengono proposte spesso nel corso **di conferenze e incontri di consulenza.**

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB. Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

IMPARIAMO A PARLARE CORRETTAMENTE

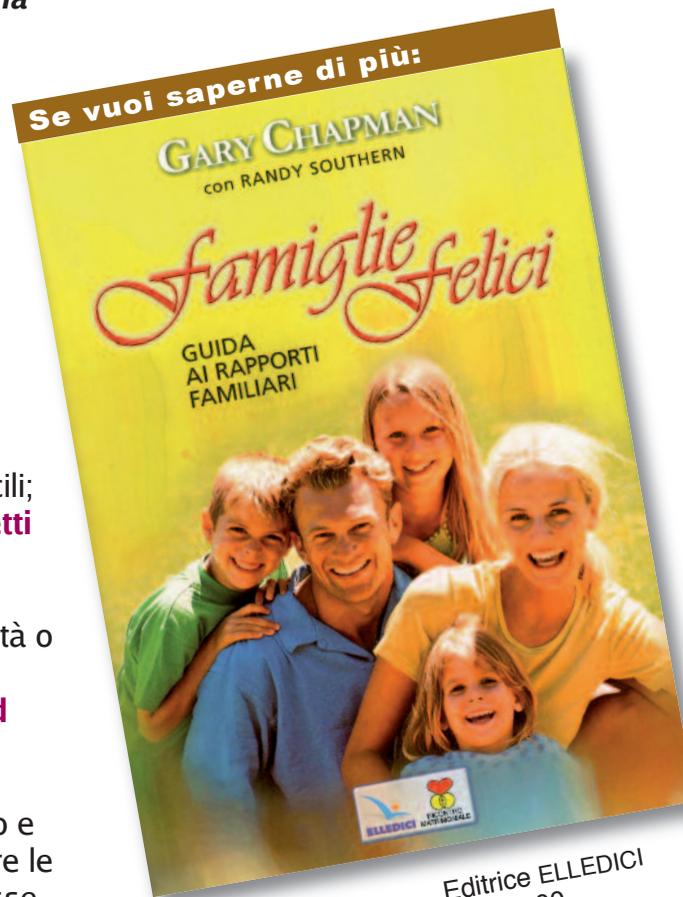
I LINGUAGGI DELL'AMORE:

«**N**on sapevo che avrei sposato anche la famiglia di mia

moglie!». Una frase tipica di un rapporto nato come un grande idillio ma incapace di maturare attraverso la conoscenza e la profonda accettazione dell'altro. L'autore mostra come **l'amore** non muoia facilmente essendo una realtà viva che cresce malgrado le situazioni difficili; per questo **richiede soggetti disposti ad accettare la sfida della crescita** senza chiudersi nell'irresponsabilità o tentare fughe distruttive. **Occorre però imparare ad amare e a manifestare l'amore.**

Questo testo offre un valido e concreto aiuto per affrontare le situazioni difficili e complesse della vita di coppia.

Un vero vademecum per la vita familiare.



Editrice ELLEDICI
pagg. 400
In vendita nelle
Librerie Salesiane



Come posso fare in modo che il mio coniuge parli davvero con me?

Procedete gradualmente, come si farebbe con i bambini. Non opprimete il vostro coniuge dicendogli: «*Vorrei che tu parlassi di più*», perché non è in grado di darvi una risposta positiva e un'affermazione del genere potrebbe suonare come una condanna. **Cominciate ponendo piccole domande, e accontentatevi di piccole risposte.** Il vostro coniuge, infatti, deve gattonare, prima di camminare; quando si abituerà ad ascoltare la propria voce, allora potrà parlare di più. **E... diventate buoni ascoltatori.**



Quando devo cercare di oppormi alle abitudini irritanti del mio coniuge, e quando dovrei invece "lasciar perdere"?

Poiché siamo esseri umani, ognuno di noi è diverso dagli altri. Alcune differenze possono essere terribilmente irritanti. Dovreste trovare un modo per chiedere che queste abitudini vengano modificate. Cominciate però da voi stessi.

Chiedete al vostro coniuge, una volta alla settimana: «Mi comunicheresti un cambiamento che potrei apportare alla mia vita in modo da renderti le cose più facili?». Qualche settimana dopo è probabile che il vostro coniuge cominci a porvi la stessa domanda: a questo punto avrete la possibilità di chiedere di perseguire un cambiamento; non fatelo più di una volta alla settimana.



Lavoriamo entrambi a tempo pieno; come posso incoraggiare a dare un contributo per svolgere le faccende domestiche?

Tutti noi seguiamo degli stili di comportamento che abbiamo acquisito nel corso degli anni. Alcuni sono utili al matrimonio (per esempio, il fatto che voi cominciate a preparare la cena), altri invece risultano deletèri (= estremamente dannosi). Per esempio: il marito, invece di aiutare, si sdraia sul divano!

Il problema è che non siamo sempre consapevoli di **questi aspetti negativi** finché non vengono portati alla nostra attenzione. **L'importante**, in ogni caso, **è il modo in cui li fate notare al vostro coniuge.**

Avviate un "mese di miglioramento del matrimonio". Dite al vostro marito: «*Mi daresti un suggerimento alla settimana di questo mese per aiutarmi a diventare una moglie migliore? Io ti darei a mia volta un suggerimento alla settimana per aiutarti a diventare un buon marito*». Potrete così comunicare al vostro marito che cosa vorreste

**LA SAGGEZZA DI TUTTI I TEMPI
Amiamo ciò che ci è costato fatica.**