

5 Clés Pour Mieux Communiquer Dans Son Couple



Nous sommes tous des êtres relationnels et les relations se construisent par la communication.

Apprendre à bien communiquer, est un aspect que vous ne pouvez pas ignorer si vous voulez avoir un mariage heureux et épanoui.

Voici 5 conseils pratiques pour améliorer la communication dans votre mariage.

Ecoutez plus

Sachez-le, mes frères bien-aimés. Ainsi, que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère. [Jacques 1 .9](#)

Beaucoup entendent de leurs oreilles, sans écouter. Entendre, c'est un processus physique mais écouter, c'est un acte d'amour, qui demande du temps, de l'attention et beaucoup de respect pour l'autre.

Un des plus gros problèmes de communication dans les relations, c'est que nous n'écoutons pas pour comprendre. Nous écoutons pour répondre. Nous écoutons en préparant notre défense, de manière à avoir le dernier mot... Ce qui rend les échanges inefficaces. Écoutons plus !

Choisissez le bon moment

Il y a un temps pour tout, un temps pour toute chose sous les cieux : [...] un temps pour se taire, et un temps pour parler. [Ecclésiaste 3.7](#)

Il y a de la joie pour un homme dans la réponse de sa bouche; et une parole dite en son temps, combien elle est bonne ! [Proverbes 15.23, Darby](#)

Il y a un temps pour toutes choses. Priez pour avoir de la sagesse, afin de discerner le bon moment pour aborder le sujet que vous avez sur le cœur avec votre conjoint. Vous éviterez des frustrations inutiles.

Appréciez et célébrez votre conjoint

Tout le monde aime être valorisé, apprécié et reconnu. Trop de gens, dans leur mariage, parlent juste pour dire ce qu'ils n'aiment pas. Et c'est terrible ! Vous devriez être le meilleur supporter de votre mari/femme.

Ne critiquez jamais la personne

Focalisez-vous sur les actions et pas sur la personne quand vous avez quelque chose de négatif à dire. Car si vous vous attaquez à la personne de votre conjoint et critiquez ce qu'il/elle est, vous le/la mettez tout de suite sur la défensive. Cela appauvrira votre échange.

Pardonnez

L'homme qui a de la sagesse est lent à la colère, et il met sa gloire à oublier les offenses. [Proverbes 19.11](#)

La vérité est que les offenses venant des personnes les plus proches sont souvent les plus douloureuses. Dieu nous appelle à pardonner et à oublier les offenses, car la conséquence du manque de pardon sera toujours la distance et une très mauvaise communication dans le mariage.

Excellente semaine dans Sa présence !

En partenariat avec : <https://moncouplemesrelations.com>

[Aisha Betoko](#)
[Le texte qui déchire](#)
[Famille & co](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

2938 Partages

Partager par email

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2020 - www.topchretien.com