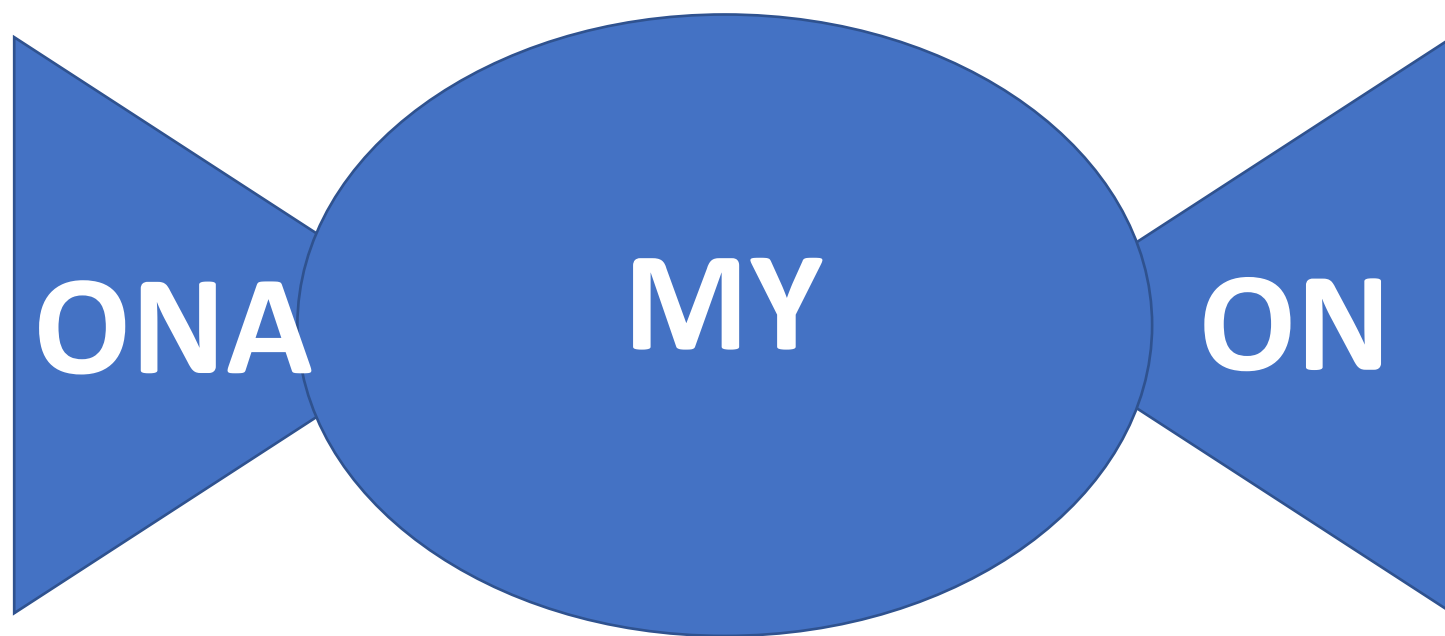




Tworzenie wspólnoty
małżeńskiej i rodzinnej



Co nas łączy? Co nas różni?





Podobieństwa i różnice

„Udane związki to takie, w których więcej jest podobieństw niż różnic w sprawach zasadniczych”.

„Drobne różnice mogą wzbogacić związek, ale duże rozbieżności poglądów będą go niszczyć”.

A. Lazarus, *Mity na temat małżeństwa*, GWP, Gdańsk 2008.



Sposoby okazywania miłości

Wyrażenia afirmatywne

Dobry czas

Podarunki

Drobne przysługi

Dotyk

G. Chapman, *5 języków miłości*, Esprit, Kraków 2014.



Aspekty miłości

Intymność
Namiętność
Zobowiązanie

B. Wojciszke, *Psychologia miłości*, GWP, Gdańsk 2012.



Nasza hierarchia wartości

Religijne

Duchowe

Witalne

Utylitarne

Hedonistyczne

Scheler Max, [w:] *Słownik filozofii*, KWN, Kraków 2009.



Nasza hierarchia wartości

NARZECZONA	NASZA HIERARCHIA	NARZECZONY



Typy osobowości

Towarzyski sangwinik

Perfekcyjny melancholik

Energiczny choleryk

Spokojny flegmatyk

F. Littauer, *Osobowość plus*, Logos, Warszawa 1994.



Towarzyski sangwinik

Dar przyciągania do siebie ludzi,
Gadatliwy, narrator, dusza towarzystwa,
Ma poczucie humoru,
Umacnia kontakt przez dotyk,
Emocjonalny i wylewny,
Entuzjastyczny i ekspresywny,
Wesoły i spontaniczny,
Żyje dniem dzisiejszym,
Zmienność usposobienia.



Perfekcyjny melancholik
Głęboki i skłonny do rozmyślań,
Poważny i zdeterminowany,
Utalentowany i twórczy,
Muzykalny, filozofujący i poetyczny,
Wyczulony na piękno,
Wrażliwy na potrzeby innych,
Skłonny do poświęceń,
Sumienny idealista.



Energiczny choleryk

Urodzony przywódca,
Dynamiczny i aktywny,
Reformator, musi korygować błędy,
Silna wola i zdecydowanie,
Nie ulega wzruszeniom,
Trudno go zniechęcić,
Niezależny i samowystarczalny,
Wzbudza zaufanie.



Spokojny flegmatyk

Powściągliwy, niewymagający,
Beztroski,

Spokojny, chłodny i opanowany,
Cierpliwy, zrównoważony i zgodny,
Cichy, a przy tym dowcipny,
Życzliwy i uprzejmy,
Emocje skrywa głęboko,
Pogodzony z życiem,
Uniwersalny, kompetentny i solidny,
Mediator.



Charakter

ZALETY	WADY



Różnice psychoseksualne

Wyrażanie emocji i uczuć.

Myślenie.

Nastawienie.

Koncentracja i uwaga.

Potrzeby i pragnienia.

Erotyka.

Przeżywanie rodzicielstwa.

Moir A., Jessel D., *Płeć mózgu*, MUZA, Warszawa 2014.



Przyczyny konfliktów

Pieniądze

Seks

Praca

Dzieci

Teściowie

Religia

Przyjaciele

Alkohol

Wypoczynek

J. Carlson, D. Dinkmeyer, *Szczęśliwe małżeństwo*, GWP, Gdańsk 2008.



Rozwiązywanie konfliktów

Odczekać.

Opanować emocje.

Przemyśleć sytuację.

Wybrać odpowiednią chwilę.

Wspólnie przeanalizować problem.

Zakończyć sprawę.



Dziękuję za uwagę!

Opracowanie: Syracydes.pl
Fotografia: Pixabay.com