

# **Déjà 20 ans pour vous et votre conjoint,**

## **Quels conseils donneriez-vous à des couples à leur début ?**

Il n'est pas vraiment possible d'offrir des conseils sur l'art de vivre en couple qui puissent convenir universellement car les attentes de chacun, la personnalité et la culture sont trop différentes d'un couple à l'autre. Je ne peux qu'exposer ici les principes de vie qui sont les miens et vous proposer de piocher ce qui pourrait vous être utile à votre convenance.

### **1- Les choses ne s'arrangeront pas toutes seules.**

Il se peut que quelque chose vous agace chez votre partenaire. Ne croyez surtout pas qu'il va comprendre spontanément que cela vous agace, ni qu'il s'améliorera avec le temps... Non, cela ne fera que vous énerver de plus en plus. Si quelque chose vous embête parlez-en, traitez le si possible, luttez ou faites-vous une raison, mais « non ça ne s'arrangera pas » simplement parce que vous y pensez.

### **2 Faites-vous confiance entre conjoint**

Vous ne souhaitez pas que votre partenaire surveille vos déplacements ou vos relations, vous souhaitez qu'il vous parle à cœur ouvert de ses tracas ? Faites en autant !

### **3 Ne pas critiquer ce que l'autre à pris en charge**

On n'est jamais si bien servi que par soi-même... Mais soit vous choisissez de tout faire tout seul, soit vous vous répartissez les tâches et vous acceptez que votre compagnon les réalisera à sa manière, qui n'est pas absolument la même que la vôtre. Et vous ne devrez pas les critiquer ou les refaire, sans quoi à l'occasion suivante, votre partenaire ne verra pas l'intérêt de s'impliquer.

### **4 Sécurisez les choses**

Anticipez les situations. Assurez-vous que votre statut de couple sera pris en compte en cas de maladie ou de DC... Et pour mieux être sûr que le couple tienne, réfléchissez une minute dès le départ aux conditions de séparation.

### **5 Aimez même si ce n'est que pour 5 ans ou cinq mois...**

Tant pis si votre couple ne dure que dix ans, au moins il y aura eu 8 ans de bonheur.

### **6 Carpe diem : N'attendez pas**

Ne laissez pas le travail ou la vie vous ensevelir sous la monotonie. Profitez, faites des folies et engrangez de beaux souvenirs. N'attendez pas la retraite pour vivre.

## **7 Être attentif à l'autre, prendre soin**

Continuez à vous intéresser à votre partenaire, à sa journée, à ses frustrations, à ses réussites, à ses envies. Écoutez-le et ménagez-le.

## **8 Ne tentez pas d'être fort tout seul**

Vous aussi, partagez vos réussites et vos difficultés avec votre partenaire qui sera heureux d'être là pour vous et fier de votre confiance.

## **9 Soyez intéressant**

Relevez dans la journée les faits et incidents à même d'intéresser votre partenaire. Soyez créatif. Innovez...

## **10 Trouvez du temps pour des activités communes**

Il n'y a pas que la parole, il peut y avoir du partage autour de la marche, des mots croisés, de la danse ou de n'importe quoi d'autre si vous y prenez plaisir ensemble. Mais attention, si vous faites toujours tout ensemble vous n'aurez plus rien à vous raconter...

## **11 la reconnaissance**

La vie d'un couple est faite de plein d'effort mutuel, pour faire plaisir à l'autre ou simplement pour gérer le quotidien. Ayez de la reconnaissance pour ce que fait votre conjoint, pour ce qu'il sacrifie, pour ce qu'il apporte.

De votre côté, vous êtes aussi en droit que vos efforts et vos renoncements soient reconnus. Si ce n'est pas le cas, c'est souvent que votre partenaire n'a pas conscience de ce que cela a représenté pour vous ou n'a même pas vu le travail/sacrifice. Alors rendez-les visibles / compréhensibles.

Attention toutefois à ne pas rechercher sans cesse de la reconnaissance pour chaque action si infime soit-elle.