**OUTIL :**

**RELIRE SON HISTOIRE PERSONNELLE :** 2ème volet : son histoire personnelle (20 mn)

**Objectif : Réfléchir ensemble pour bâtir un projet de vie.**

Cet objectif est intéressant même et surtout pour des couples qui vivent ensemble depuis longtemps, afin de faire une relecture constructive de leur histoire.

Il s’agit d’un travail personnel puis en couple. Il est réalisé avant la 1ère session en complément du document sa vie de couple. Les animateurs envoient par mail le document : **« Relire son histoire personnelle ».**

**Déroulement :**

1. **Chaque fiancé réfléchit d’abord individuellement à ce qui est important pour lui** à l’aide du document : **« Mon projet de vie personnel »** : Chacun va souligner, entourer, rayer, compléter ce document.

Exemple de contenu : ***Quand je réfléchis à ce que je veux faire de ma vie et à ce que je ne veux pas en faire, il me parait indispensable :***

*… de pratiquer mon sport favori - de vivre ma foi - de lire - de réussir -   
d’avoir une vie associative bien remplie - de faire de la musique - d’avoir un chien ou un chat - d’être entouré de beaucoup d’amis - de faire la fête - d’avoir une belle voiture - de voyager - de voir souvent ma famille - de recevoir des amis - de m’investir dans mon travail - d’avoir des enfants - d’avoir une belle*

*maison - de me donner aux autres - de bricoler - de cocooner … Et de ?*

1. **Les fiancés réfléchissent ensuite ensemble pour bâtir un projet de vie de couple :**

* *J’ai lu ton projet de vie personnel*
* *Tu as lu mon projet de vie personnel*
* *Nous en avons discuté ensemble*
* E*t nous avons décidé que oui, nous voulons nous marier.*
* *Nous pouvons maintenant écrire ensemble notre projet de vie de couple.*

Notre projet de vie ne doit pas être une contrainte, mais une référence.

C’est comme l’itinéraire qu’on imagine avant de partir en vacances.

C’est comme le plan de l’architecte avant la construction de la maison.

C’est comme le budget que l’on dresse avant une année fiscale.

Gardez-le précieusement : C‘est intéressantde le ressortir régulièrement, pour le relire, et bien-sûr, pour le retravailler !

Il s’agit également d’un travail personnel du couple qui ne donnera pas lieu à des échanges pendant les sessions. Les animateurs s’assureront simplement de savoir si la réflexion a été menée et ce qu’elle a apportée à chaque couple.