

KOMPAS

Každý z manželov vyplní vlastné odpovede, aby sa mohli porovnať. Na konci si odpovede porovnajú aby zistili, v koľkých z uvedených otázok sa zhodli. O svojich odpovediach sa môžu spoločne porozprávať a zistiť tak, prečo sa možno v niektorých odpovediach líšia.

1. Ráno skôr vstáva muž/žena
2. Ak ide o spory detí medzi sebou, ombudsman je otec/mama
3. Väčší problém s uprataním svojich vecí má u nás manžel/manželka
4. V nedeľu obed varí žena/muž/spolu
5. Financie spravuje ten kto viac zarába/muž/žena/spolu
6. Viac romantickej duše je v mužovi/v žene/v oboch
7. Policajt v rodine je muž /žena
8. O dobré vzťahy v rodine aj mimo nej, udržiavanie sviatkov a komunikácie sa stará viac muž/žena
9. Náročnejšiu prácu a viac vyťaženia má muž/žena
10. O dobrú náladu, zábavu, spev a kreativitu sa u nás viac postará muž/žena

Veslá

Ak chceme spolu dobre veslovať našu loď, musíme mať jeden ťah, byť zohratí. Sme jedno v dôležitých otázkach?

Pred sebou máte 5 otázok. Postupne prechádzajte jednotlivými otázkami a vašou úlohou je bez dohadovania sa vybrať jednu odpoveď. Zhodnete sa?

1. Plánovanie počtu detí – koľko sme ich chceli?

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 a viac – nechali sme dvere otvorené Bohu

2. Pred výplatou diera v peňaženke, v nej tak max 50 Euro. Čo nakúpime pre našu rodinu, aby sme prežili a ostalo nám aspoň 5 Euro rezerva?

chlieb/pečivo	maslo	mlieko 1 ks	čaj	cukor
čokoláda	kura	ryža	cestoviny	vajíčka
nutela	zemiaky	ovsené vločky	syr	keksy
mrazená pizza	múka	soľ	jablká	toaletný
saláma	mrkva	čipsy	energeták	zub. pasta
olej	paradajky	kukurica	kofolu	paštétu

3. Ako strávime najbližší víkend, tak, aby nám to prinieslo oddych a radosť?

- Urobíme si pyžamový deň
- Pôjdeme na návštevu ku kamarátom, ktorých sme nevideli 100 rokov.
- Pôjdeme na veľký nákup po čosi, o čom dlho snívame.
- Budeme s deťmi pozerať dobrý film.
- Navštívime svojich rodičov, aj keď sa nám nechce.
- Pôjdeme na túru do prírody.
- Každý si bude robiť to, čo ho baví a väčšinou nemá na to čas.
- Budeme upratovať dom
- Zahráme sa s deťmi spoločenské hry pri šálke čaju a porozprávame sa čo prežili za uplynulý týždeň

4. Je ráno, práve sme sa zobudili. Čo urobíme ako prvý?

- Objímeme sa a poprajeme si dobré ráno.
- Spolu sa budeme modliť.
- Jeden ide do kuchyne a druhý zobudiť deti.
- Jeden vstane a potichu chystá raňajky, druhý ostane v posteli.
- Pomenujeme si úlohy dňa a rozdelíme si ich.
- Rozprávame sa, kým nám to čas dovolí.
- Utekáme každý do práce a nestihneme si ani dať pusu.

5. Ak by ste mohli urobiť radosť tomu druhému bez obmedzenia financií, času a možnosti, darovali by ste mu:

- jeden celý víkend mimo domu bez povinností a bez detí na oddych samému
- vysnívanú vychytávku
- obálku s peniazmi
- poukaz na masáž/plaváreň
- svoj čas
- zájazd do exotiky

Životné potreby

Ak chceme prežiť na mori manželstva, potrebujeme si naplňať svoje potreby. No najprv ich musíme poznať. Preto si teraz vyberte aspoň jeden z bodov nižšie a splňte ho.

1. Zober manželku do náručia a prejdite tak s ňou po izbe.
2. Zaspievajte manželovi obľúbenú pieseň.
3. Dohodnite si s manželkou hneď teraz termín, kedy opravíte to, čo už dlho odkladáte.
4. Počúvajte ho, aby vám povedal, čo prežíva v práci – aspoň 3 minúty
5. Dohodnite sa spolu, čo podniknete s deťmi.
6. Hľadajte riešenie, ako sa viac priblížiť k vašim rodičom/svokrovcom, aj keď je to ťažké. Čo urobíte a kedy?
7. Zistite, čo najviac trápi toho druhého a ako mu v tom môžete pomôcť?
8. Pochváľte svojho manžela – použite čo najviac rôznych ocenení, milých prívlastkov.
9. Poďakujte svojej manželke za to, čo urobila pre teba dnes – vymenujte aspoň 10 vecí!
10. Zistite práve teraz, čím môžete vylepšiť vašu atmosféru doma – a začnite hneď!
11. Opýtajte sa, čo toho druhého naposledy od Teba zranilo a popros o odpustenie bez obhajovania sa.

Ďalekohľad

Ak nemáme o čom snívať, ťažko máme motiváciu pokračovať. Urobte si „obláčik snov“, rovnako ako sa námorníci dívajú na nebo a majú svoj sen.

Napište tri sny, ktoré si splníte do najbližšieho pol roka – plus dopíšte aj termíny!

Životné poklady

Nájsť poklad je pre námorníkov obrovský dar! Nájdite si v zozname nižšie tri poklady, bez ktorých nechcete byť!

Boh	láska	pokoj	súdržnosť	odpustenie	úcta
radosť	optimizmus	viera	peniaze	dom	sex
auto	úspech	humor	večnosť/nebo	dobrá práca	zážitky
sebarealizácia	súdržnosť	jedlo	osobný rast/zrenie	zabezpečený život	deti
dovolenky	iné				

Gitara

Plavba na lodi je šichta a bez štipky radosti to nie je ono, morálka potom prudko klesá! Preto teraz dáme niečo na rozveselenie! Napište si začiatkové písmená svojich krstných mien, aj mien detí, aj svojho priezviska. Zložte ódu na svoje manželstvo, kde sa budú vyskytovať len slová začínajúce sa na začiatkové písmená mien vašej rodiny! Minimálny rozsah – aspoň 8 veršov (nemusia byť pravidelný rým).