

Reprann ou apre renmen an fin kraze

Lè w reflechi sou sa k pase a e w ekri panse w sou li sa kapab yon gwo pa k ap pèmèt ou avanse.

1^{ye} PATI

POUKISA SA RIVE

Si se pa ou menm ki deside kraze renmen an...

Èske lòt moun nan te ba w yon rezon ki fè l kite?

☐ WI
 ☒ NON

Si se wi, ekri rezon an pi ba a, menmsi w panse se pa yon rezon ki valab.

Si se non, ekri rezon ou sispèk ki fè l kite a.

Ki lòt rezon ou panse li te genyen?

Lè w reflechi sou sitiyasyon an kounye a, èske gen yon bagay ou te ka fè ki te ka chanje fason bagay yo vire a?

☐ WI
 ☒ NON

Si se wi, ki sa w panse w te ka fè?



Si se ou ki te deside kraze renmen an...

Ki rezon ou te bay mennaj ou pou w esplike l sa k fè w ap kite?

Ki jan sa te fèt?

☐ An pèsòn

☐ Nan telefòn

☐ Nan mesaj tèks

☐ Yon lòt fason:

Lè w reflechi sou sitiyasyon an kounye a, èske te gen yon pi bon fason w te ka kraze renmen an?

☐ WI

☐ NON

Si se wi esplike.

Ki jan moun ki te mennaj ou a santi l anrapò ak renmen an ki kraze a?

Lè w reflechi sou sitiyasyon an kounye a, èske gen yon pi bon fason ou te ka pale sou santiman w? Si se wi, ki fason?

Ki sa relasyon sa a aprann ou sou tèt ou?

Èske eksperyans sa a montre petèt gen kèk amelyorasyon ou bezwen pote nan domèn espirityèl oswa afektif? Si se wi, ki amelyorasyon?

Ki sa relasyon sa a aprann ou sou moun ki pa menm sèks avè w?

Si gen yon bagay ou panse w ap chanje lè w renmen ankò, ki sa l ye?

“Mwen sezi pou m wè lè m ap *panse* ak relasyon an se bon moman yo sèlman mwen sonje. Men, lè se ekri m ap ekri panse m ak santiman m sa ede m wè poukisa li te *bon* pou renmen an kraze.” — Janet.





Ak kiyès ou ka pale lè tristès soti pou anvayi w akòz renmen an kraze?

Ki jan w ka pran swen tèt ou, swen sante w pandan moman strès sa a?



Ki objektif ou ka fikse ki ka ede w rete okipe?

Ki bagay byen presi ou ka priye Jewova pou yo pandan w ap fè efò pou w fè fas ak sitiyasyon an?



“Lefètke mwen te ekri konsènan renmen an ki kraze a se te yon terapi! Sa te ede m mete panse m annòd epi wè tout sa k te gen nan relasyon an olye pou m rete ap panse ak kèk bagay byen presi ki detounen atansyon m.” — Steven.