***ДОПОЛНЕНИЕ: Время* для вас двоих**

Чтобы помочь своему браку, вы можете иногда уезжать на пару дней куда-нибудь за город от безумной городской жизни и говорить о том, как у вас идут дела в вашем браке.

Если эта идея вас заинтересовала, вы можете воспользоваться материалом, который поможет вам и вашему супругу/супруге провести время наедине и поразмышлять над вашими отношениями в браке.

Вы можете ознакомится с этим материалом, пройдя по ссылке….

<http://biblicalcounselingcoalition.org/resources/a-do-it-yourself-marriage-retreat>

Найдите няню для детей. Съездите за город. Развлекитесь. Но в то же время, уделите время в течение выходных для бесед о своем браке. Мы составили 70-80 вопросов и разбили их на категории (духовные, финансовые, воспитание, секс, общение и т. д.), чтобы вам было проще обсуждать множество различных аспектов вашего брака.

Почему бы вам не уделить время для такой поездки, чтобы сделать ваши отношения в браке лучше?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Следующее занятие: Библейское общение (Занятие 8)*

Семинары—Брак

Занятие 7

**Как справиться с конфликтом**

**Цель: Мудрость и Мир**

Каждый конфликт дает нам возможность стать мудрее (Причти 3:13-14; 9:10-11).

Мы, как Христиане, призваны к миру (Пс 33:15; Иер 29:7; 1 Кор 7:15; 2 Кор 13:11; Римл 14:19).

**Как вести себя в ссоре**

1. Начните с того, чтобы посмотреть на состояние своего сердца (Иакова 4:1-2; Матфея 7:5)
2. Мужья: Делайте шаги по направлению к жене и ищите взаимопонимания (1 Петра 3:7).
3. Жены: Не защищайтесь, не атакуйте, не закрывайтесь, и не убегайте (Бытие 3:16б).

**Стремитесь к пониманию вашего партнера в браке:**

*Слушайте.* Иаков призывает верующих «быть скорыми на слушание, медленными на слова, медленными на гнев» (Иакова 1:19).

*Задавайте вопросы.* «Помыслы в сердце человека - глубокие воды, но человек разумный вычерпывает их» (Прит. 20: 5)

*Проясняйте свои предположения.*

1. Не предполагайте, но всегда спрашивайте.
2. Старайтесь всегда делать позитивные предположения по поводу любой ситуации.

**Еще 6 пунктов на тему разрешения конфликта**

1. Сдерживайте язык и стремитесь к самоконтролю. (Притчи 10:19; 11:11; 16:32; Иакова 1:26; 3:10-11).
2. Исповедуйте свой грех и принесите подобающие извинения(Иаков 5:16, 2 Кор 5: 18-21).
3. Не держите зла. (Ефесянам 4:26)
4. Если нужно, сделайте перерыв, возьмите паузу.
5. Молитесь о конфликте.
6. Будьте достаточно смиренными для того, чтобы принять помощь извне. (Иакова 1:10)