

Indice

Una testimonianza – Il Gruppo «Due Con» di Genova...	Pag. 5
--	--------

COPPIE IN CAMMINO

Presentazione	» 9
Introduzione.....	» 11
Indice delle abbreviazioni bibliche	» 13

1. Incontri di base

1. CONOSCERE IL MONDO DELL'ALTRO	» 17
Scheda di contenuto.....	» 17
DINAMICA – UN QUESTIONARIO DI COPPIA	» 18
DINAMICA – I «PIÙ» E I «MENO» RECIPROCI	» 20
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Mc 5,25-34</i>	» 20
<i>2Cor 9,6-11</i>	» 21

2. COLTIVARE LA TENEREZZA E LA STIMA	» 23
Scheda di contenuto.....	» 23
DINAMICA – TRE AGGETTIVI AMATI.....	» 24
DINAMICA – COME CI VEDIAMO?	» 25
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Lc 7,36-38</i>	» 25
<i>Es 3,1-6</i>	» 26

3. GESTIRE IL POTERE PERSONALE	Pag. 27
Scheda di contenuto.....	» 27
DINAMICA – QUALCOSA DI BELLO, A TURNO.....	» 28
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Lc 9,46-48; 22,24-27</i>	» 29
4. RICONOSCERE I PROPRI MECCANISMI	
DI DIFESA NELLA COPPIA	» 31
Scheda di contenuto.....	» 31
DINAMICA – DIALOGO E CONFLITTO.....	» 32
DINAMICA – TRE FRASI SULLA DIFENSIVA	» 33
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Lc 10,38-42</i>	» 33
<i>Gen 3,1-13</i>	» 34
5. LA DONNA, L’UOMO	» 36
Scheda di contenuto.....	» 36
DINAMICA – TUTTO QUELLO CHE AVRESTI SEMPRE	
VOLUTO SAPERE E NON HAI MAI CHIESTO	» 38
DINAMICA – DIECI FRASI DI ME	» 38
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Mc 7,24-30</i>	» 39
<i>Gv 4,5-19</i>	» 39
6. LE SCELTE DI VITA INDIVIDUALI NELLA COPPIA	» 41
Scheda di contenuto.....	» 41
DINAMICA – METTERSI NEI PANNI DI CHI NON È D’ACCORDO	» 42
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Mt 1,18-25</i>	» 43
<i>Lc 1,26-38</i>	» 44

7. CONDIVIDERE I SOGNI	Pag. 46
Scheda di contenuto	» 46
DINAMICA – SOGNI E IDEALI DA CONDIVIDERE	» 47
Uno sguardo alla Scrittura	
Qo 3,10-13	» 47
Gv 15,9-17.....	» 48
8. RILEGGENDO IL CAMMINO.....	» 49
Rendo grazie al Signore per tutto il bene ricevuto.....	» 49
Esamino il cammino	» 49
Continuando il cammino: la parabola del «buon pastore»...	» 50
Tre livelli di cura.....	» 51

2. Incontri di approfondimento

1. LA VITA DI FEDE NELLA COPPIA.....	» 55
Fede e affidamento	» 55
DINAMICA – LASCIARSI ANDARE È FIDARSI.....	» 56
DINAMICA – LE TAPPE DELLA CRESCITA DI FEDE PERSONALE	» 56
Fede sul piano personale.....	» 56
Uno sguardo alla Scrittura	
Es 3,10-11; 4,10-16.....	» 57
Lc 18,10-13.....	» 57
Fede <i>della e nella</i> coppia.....	» 58
DINAMICA – L'ACROSTICO SUL NOME DI LEI/LUI.....	» 58
Uno sguardo alla Scrittura	
Gen 17,3-6.17; 18,1.10-15.....	» 59
Mt 6,25-34.....	» 59
Mt 10,40.....	» 60
Proposta di un esercizio di contemplazione sulla vita.....	» 60

2. LA SESSUALITÀ.....	Pag. 61
La vergogna sessuale	» 61
Tracce per la riflessione personale e la condivisione ...	» 62
Parlare di sessualità	» 63
La maturazione sessuale	» 63
Distinguere sensualità, erotismo e sessualità	» 65
Sensualità.....	» 66
<i>Ct 4,1-6</i>	» 66
<i>Ct 5,1-16</i>	» 66
Erotismo	» 69
<i>Ct 7,12-14</i>	» 69
<i>Ct 8,1-4</i>	» 69
Sessualità	» 70
<i>Pr 5,18-19</i>	» 70
La vita sessuale nella coppia	» 70
Il piacere: alcune provocazioni.....	» 71
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Gen 3,6</i>	» 72
<i>2Sam 11,2-4</i>	» 72
<i>Qo 3,10-13</i>	» 73
<i>Is 25,6</i>	» 73
<i>Lc 10,38-39</i>	» 73
<i>Mt 11,18-19</i>	» 73
3. IL RAPPORTO CON LA FAMIGLIA DI ORIGINE	» 74
DINAMICA – <i>DIXIT</i> A COPPIE.....	» 74
Scheda di contenuto.....	» 74
DINAMICA – DISEGNA LE TUE FAMIGLIE.....	» 75
DINAMICHE – NOMIGNOLI E STEREOTIPI.....	» 75

4. ESSERE FIGLI ADULTI	Pag. 77
Uno sguardo alla Scrittura	
<i>Lc 15,11-32</i>	» 78
<i>Rm 8,14-17</i>	» 79
DINAMICA – IL MODO ORIGINALE DI STARE INSIEME	» 80
5. ESSERE GENITORI	» 81
Uno sguardo alla Scrittura: tratti paterni e materni di Dio	
<i>Is 49,14-16</i>	» 82
<i>Os 11,1-4</i>	» 82
<i>Mc 10,13-16</i>	» 83

3. Amplificazioni

1. TIPI DI COPPIA	» 87
Tipo 1. La coppia di figli	» 88
Tipo 2. La madre e il <i>puer</i>	» 90
Tipo 3. Il maestro e l'allieva	» 92
Tipo 4. La «coppia felice»	» 94
Tipo 5. La coppia in relazione	» 96
2. AUTO-FORMAZIONE.....	» 99
Conoscere il mondo dell'altro	» 99
Coltivare la tenerezza e la stima	» 103
Gestire il potere.....	» 107
Riconoscere i propri meccanismi di difesa nella coppia	» 112
Attacco	» 113
Fuga	» 115
Resa	» 116
La donna, l'uomo	» 117

Le scelte di vita individuali nella coppia	Pag.125
Stadi di sviluppo e compiti evolutivi	» 129
Condividere i sogni	» 135
Conclusioni – Conoscere sé attraverso l'altro, conoscere l'Altro attraverso sé.....	» 142
Indicazioni di lettura.....	» 145