



# *Rozwoje we dwoje*

*Tydzień 4*

## ZERO HEJTU W MAŁŻEŃSTWIE

W tym tygodniu okazuj swojej żonie/mężowi cierpliwość i życzliwość :) Postanów, że nie będziesz kierować do niej/niego negatywnych słów. Jeśli poczujesz ku temu pokusę, postaraj się milczeć. Lepiej powstrzymać się od wypowiedzenia pewnych słów niż powiedzieć coś, czego potem będziesz żałować.