

MARKETING SQUARE.

Caroline Mignaux

Travailler

en couple

Les règles à connaître

Florentine d'Aulnois-Wang

Fondatrice de L'Espace du Couple

Attention : Sujet brûlant 🔥

Avoir une relation amoureuse au travail,
c'est excitant au début... Mais, très vite, ça
peut devenir challengeant !

5 règles à emporter pour les couples
qui bossent ensemble 👉

**MARKET⚡NG
SQUARE.**

RÈGLE 1

Séparer les espaces pour éviter les courts-circuits

Mettez en place 3 canaux de communication :



Job



Logistique



Love

**MARKET⚡NG
SQUARE.**

RÈGLE 2

Naviguer dans les déséquilibres

La vie pro/perso est
poreuse, surtout quand
on est entrepreneur



Acceptez-les



Parlez-en ouvertement



Soyez à l'écoute

**MARKETNG
SQUARE.**

RÈGLE 3

Le désir ne survit pas aux to-do list



Ecoutez les signaux de
votre partenaire



Planifiez de vrais rendez-
vous d'intimité



Mettez de l'extraordinaire
dans votre routine

**MARKETNG
SQUARE.**



Google Calendar est votre ami



Les amants l'ont bien
compris : la libido n'aime pas
les fins de journée épuisées



Bloquez-vous des temps
d'amoureux en journée quand
vos batteries sont encore full

**MARKET⚡NG
SQUARE.**

RÈGLE 4

L'humour comme antidote des conflits



Activez votre mot magique pour
désamorcer les tensions avant l'implosion
→ S'il est drôle, c'est encore mieux

*Reminder : l'issue d'un conflit, c'est
gagnant-gagnant ou perdant-perdant*

**MARKETNG
SQUARE.**

RÈGLE 5

**Votre partenaire n'est pas
votre décharge émotionnelle**



Ce n'est pas normal de péter
un câble devant les autres



La régulation émotionnelle est
une responsabilité individuelle

Poubelle intérieure fermée, merci.

**MARKETNG
SQUARE.**

Un dérapage en public ?



Reconnaissez le problème
“On a dérapé”



Rassurez votre entourage
“On s’en occupe”



Demandez pardon
“On s’excuse”

La suite dans l’épisode 462 ➡

**MARKETNG
SQUARE.**

MARKETING SQUARE.

Caroline Mignaux

Travailler

en couple

Les règles à connaître

(Ft. Florentine d'Aulnois-Wang)

Disponible sur

