

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

POURQUOI ?

Par **jubINETTE** Posté le 26/08/2022 à 17h03

Bonjour à tous,

J'ai lu énormément de témoignages où je me reconnais tellement et j'ai moi même posté sur ce forum, car j'ai un compagnon alcoolique. Il y a une chose qui revient systématiquement dans les témoignages, et que je ressens aussi, c'est pourquoi sommes nous tant attachées et amoureuse de ces hommes qui boivent et nous détruisent ?

4 RÉPONSES

Kikaro - 28/08/2022 à 21h54

Bonsoir.

En ce qui me concerne....l alcool est synonyme de violence. Je sais que je suis sous emprise.

Je crois que nous ne sommes plus amoureuse....juste dépendante affective.

Beaucoup ne partent pas par peur des représailles...

En tout cas c est la seule réponse qui me vient en tête....

Pepite - 29/08/2022 à 13h47

Bonjour,

Vous écrivez "pourquoi sommes nous tant attachées et amoureuse de ces hommes qui boivent et nous détruisent ?"

Tout simplement parce que vous ne vous aimez pas.

A quel moment souhaitez vous faire un voyage vers la belle personne que vous êtes ?

Ma mère ne l'a jamais fait. En revanche comme le mental s'adapte, on développe des stratégies pour supporter la souffrance.

La douleur, c'est le coup que l'on prend. Normal. Comme un deuil, un divorce, un accident...

La souffrance c'est quand la douleur s'installe durablement.

Einstein a dit : "la folie est de se comporter de la même manière et de s'attendre à un autre résultat".

Croyez que vous détenez toutes les ressources pour vivre la vie que vous méritez et que vous souhaitez.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépité

jubINETTE - 29/08/2022 à 16h18

Kikaro :

En effet, cette notion de dépendance affective résonne en moi. Je me sens perdue sans cet homme qui me fait souffrir.

Pépité :

Je pense que vous avez raison, je ne dois pas suffisamment m'aimer, m'estimer pour supporter tout ça. Je n'étais pas comme ça avant de rencontrer cet homme. Je ne tolérais pas l'intolérable mais maintenant oui, et j'ai du mal à comprendre pourquoi.

J'ai réussi à le quitter un jour et ça a été pire que tout car il s'est remis très très rapidement avec quelqu'un d'autre et ça m'as plonge au fond du gouffre. Sa nouvelle conquête là quitter au bout de 1mois et mr est revenu vers moi... Je savais pourtant que c'était une mauvaise idée mais j'ai craquer, je l'ai revu.

Aujourd'hui nous ne sommes pas ensemble mais nous nous voyons tout les jours. Et j'accepte encore une fois l'intolérable car quand on se voit il me dit être encore très attaché à cette fille. Ça me blesse, je lui ai dit mais il continue.

Comment redevenir celle que j'étais avant et me détacher de cet homme alcoolique qui continue de me blesser ?
Comment y êtes vous parvenu ?

Pepite - 29/08/2022 à 16h42

Jubinette,

Creusez cette histoire de dépendance affective et d'abandon. Peut-être même la solitude.

Qu'est ce qui raisonne en vous ?
De quoi avez vous peur ?

Un thérapeute en mode miroir vous permettrait de mieux comprendre votre fonctionnement.

J'ai le sentiment que vous êtes prête à tout subir pour que quelqu'un s'intéresse à vous, non ?

Il y a peut-être aussi un rapport physiques entre vous.

Ce sont toutes ces pistes de réflexion sur vos attentes, vos besoins que avez à penser tranquillement.

En premier, soyez douce envers vous-même. Tout est expérience ! Pardonnez vous plutôt que de vous maltraiter.

Ensuite déterminez vos valeurs, ce qui compte pour vous.
Puis, listez les rejets éprouvés depuis votre enfance et tout ce que vous trouvez injuste.

Écrivez au quotidien tout ce qui vous submerge, toutes vos pensées négatives. Entraînez vous à formuler positivement. Cela demande SON temps.

Je vous propose deux livres, la puissance de l'acceptation et KM0.

Bon voyage Jubinette car vous êtes ici alors vous avez commencé à cheminer vers vous.
La trajectoire que vous prenez n'est pas la destination.

C'est vers elle, vers ce que vous souhaitez qui déterminera votre bien-être.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépité
