

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

CONSEIL

Par **Gb** Posté le 14/03/2023 à 17h26

Bonjour

Je vous contacte pour avoir des conseils sur la manière d'aborder la dépendance de mon épouse.

Pour le moment c'est un non dit qui pèse et je pense que son stade est déjà bien avancé.

Le dialogue ne sera pas serein de part et d'autres je sais que cela ne sera pas constructif car je ne comprends pas qu'une personne puisse se détruire ainsi.

Dans l'attente de conseils je vous souhaite une bonne journée

Gb

2 RÉPONSES

Lene - 14/03/2023 à 22h30

Bonjour,

Est ce qu'il y a une bonne manière d'aborder le sujet? Je n'en suis pas sûre.

Mais ça peut être suite à un écart, à un comportement inadapté.

En avez vous déjà parlé ? Ou pas du tout?

Force2Courage - 15/03/2023 à 15h09

Bonjour,

Il n'y a pas de bonne façon, puisque la conversation sera de toute façon mal vécue par votre partenaire. Alors faites le pour vous, avec votre cœur et en adéquation avec ce que vous êtes. De la sincérité, de la vérité. Pas de colère, des faits seulement. Axez les choses sur votre ressenti, selon les bases de la communication non violente : pas de reproches "tu es...", mais des faits et votre ressenti "je ressens, je me sens comme ça..."

Bon courage.
