

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# QUEL EST L'AVANTAGE INCONSCIENT

---

Par **Québécoise** Posté le 12/06/2021 à 15h57

Quand on subit qq chose de désagréable et qu'on continue, c'est qu'in en retire un avantage inconsciemment.

Lequel? Comment le trouver ? Quel son les bonnes questions a se poser pour se comprendre. Pour comprendre pourquoi cette souffrance est encore tolerer, puisque ca m'atteind et je ne pars pas definitivement.

Tout par de moi! En me responsabilisant sur ma vie sur ce qui m'arrive, sur mes choix! Je n'ai pas le choix de me poser ces questions.

Il a beau etre mechant brusque me manquer de respect, pourquoi je suis la.

Pour l'amour? Est-ce que je m'aime en etant ainsi?

Si je ne m'aime pas en m'influgeant ces paroles de l'autre , pourquoi je ne m'occupe pas de se manque d'amour propre plutot que de mettre toute mon energie sur ces paroles, ces mauvaises actions....

Si je n'ai pas (le pouvoir de changer l'autre) pourquoi je ne met pas toute cette energie perdu sur moi-meme?  
A trouver des facons de m'aimer , de me sentir bien, belle....

Si je ne trouve pas l'avantage inconscient a tolerer cela, je realise que j'ai tout avantage a me priorisé! Ca j'en ai le pouvoir!

## 4 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 14/06/2021 à 17h50

Bonjour Québécoise !

Et si ce n'était pas tellement que vous en tiriez "avantage" mais plutôt que vous le mettez à une place où pour vous partir et le lâcher deviendrait un "drame". C'est une hypothèse mais par exemple est-ce que vous essayez de le protéger du fait qu'il se retrouve seul et à la dérive face à son alcool ?

Si vous êtes aimante à son égard - et nul doute que vous l'êtes malgré les souffrances que vous endurez - peut-être refusez-vous de le voir sombrer encore plus ? Peut-être avez-vous peur de ce qui arriverait ?

Qu'en pensez-vous ? Avez-vous l'occasion de discuter avec ce qu'on appelle ici un "psy" (psychologue ou psychiatre) ?

Cordialement,

le modérateur.

---

**Québécoise** - 15/06/2021 à 05h17

Bonjour modérateur,

J'ai consulté plusieurs fois. Pas encore pour la dependance affective. Meme si je ne le vois que les fin de semaine. Et meme, c'est souvent 24h par semaine.

J'y retourne.... Je ne suis pas inquiete pour lui, du tout. Il s'en sortirait bien sans moi.

J'ai ete qq annees celibataire avant de le connaitre, j'ai pas envie de l'etre. Je sais , ce n'est pas une maladie le celibat...

Je fais un cours de croissance personnel en ce moment, en plus de mon nouveau travail, et de remise en « shape ».

J'investi sur moi beaucoou d'energie et de plus en plus.

Je vais retourner a ALANON, des que min horraire me le permet. Ca aide vraiment a se detacher completment des paroles, ou du ton malsain.

Merci pour votre reponse  
J'y reflechi

---

**Moderateur** - 24/06/2021 à 09h50

Bonjour Québécoise,

Je ne vous avais pas encore répondu mais je souhaitais vous dire que vous avez beaucoup de courage et que vous avez l'intelligence de vous appuyer sur plusieurs ressources pour travailler sur vous et sur votre bien-être. J'ai confiance en vous pour que vous finissiez par trouver un équilibre.

Mon hypothèse précédente est peut-être totalement erronée, je cherchais à pousser la réflexion dans une direction où vous ne vous accablez pas. Cela peut être important de se poser des questions mais cherchez surtout à vous harmoniser ou vous réconcilier avec vous-même.

Vous avez fait le choix de rester avec votre compagnon malgré son comportement et c'est un choix généreux parce que c'est une vie difficile. Vous n'avez pas à subir ses insultes et il faut vous en protéger mais vous savez aussi aller au-delà, voir l'autre homme qu'il y a derrière ce vernis négatif. Il a beaucoup de chance de vous avoir.

Courageuse, intelligente et généreuse : voici qui vous êtes Québécoise et sans doute bien plus encore. N'en doutez pas même si vous ne trouvez pas toutes les réponses.

Le modérateur.

---

**Québécoise - 28/06/2021 à 18h29**

Merci! Je n'avais pas lu cette reponse. C'est bien de la dependance affective , si non c'est quoi?

De la folie.... Comme pour l'alcoolique il est ma btl.  
Ne regrettez pas de l'avoir écrit.

Je ne suis ps ds le deni, et c'est mon defi, me soigner.

Une marche a la fois , maintenant pas pour m'adapter a lui, pour etre bien moi.  
Merci

---