

20

RÉFLEXIONS LORSQUE LE CŒUR SE REMET EN QUESTION

1

AVEZ-VOUS ENCORE DES POINTS COMMUNS, UNE ACTIVITÉ QUE VOUS PARTAGEZ AVEC PLAISIR? UNE ACTIVITÉ QUI, L'INSTANT D'UN MOMENT, VOUS DONNE LA SENSATION D'ÊTRE PLUS PROCHE? (À L'EXCEPTION DES ENFANTS)

2

POURQUOI DIRIEZ-VOUS, À VOS YEUX, QUE VOTRE PARTENAIRE EST FONDAMENTALEMENT BONNE, GENTILLE, INTELLIGENTE, PAS TROP ANGOISSÉE OU OBSÉDÉE LA PLUPART DU TEMPS?

3

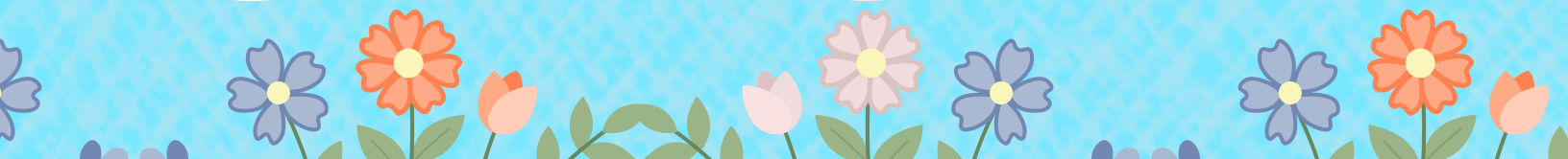
EST-CE QUE VOTRE PARTENAIRE REND LES CHOSES DIFFICILE DÈS QUE VOUS ESSAYEZ D'OBTENIR LA MOINDRE PETITE CHOSE?

VOS BESOINS SONT-ILS GÉNÉRALEMENT IGNORÉS?

SI VOUS OBTENEZ FINALEMENT CE QUE VOUS DÉSIREZ, LA LUTTE POUR L'OBTENIR A-T-ELLE ÉTÉ RUDE AU POINT DE VOUS DIRE QUE ÇA NE VALLAIT PAS TOUT CELA?

4

LORSQUE VOUS PENSEZ À VOTRE COUPLE, AVEZ-VOUS L'IMPRESSION D'ÊTRE EN CONSTAMMENT ANIMÉ D'UN SENTIMENT D'HUMILIATION ET D'INDIFFÉRENCE



20

RÉFLEXIONS LORSQUE LE CŒUR SE REMET EN QUESTION

5

ÊTES-VOUS SOUS L'IMPRESSI
ON QUE VOTRE PARTENAIRE SE
DÉROBE DE FAÇON
SYSTÉMATIQUE ET FAIT
L'IMPASSE SUR VOS
DEMANDES DÈS QUE VOUS
SOULEVEZ UN PROBLÈME OU
QUE VOUS POSEZ UNE
QUESTION, SURTOUT QUAND
ÇA CONCERNE DES CHOSES
QUI VOUS TIENNENT À
CŒUR?

6

SANS COMPTER SES QUALITÉS
EXCEPTIONNELLES ET EN
PRENANT UN REcul PAR
RAPPORT À UNE COLÈRE OU
UNE DÉCEPTION D'UN
MOMENT, AIMEZ-VOUS
VRAIMENT VOTRE
PARTENAIRE, ET VOTRE
PARTENAIRE SEMBLE-T-IL
VOUS AIMER ?

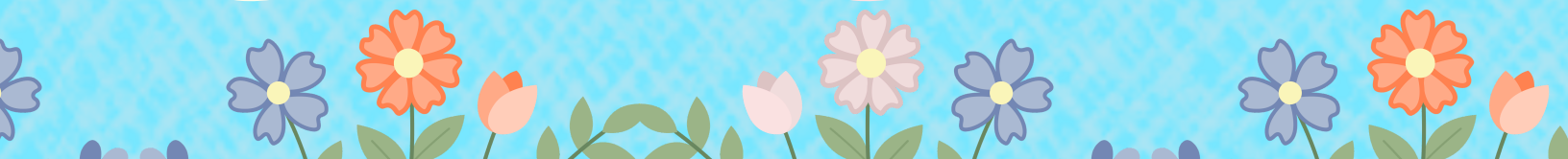
7

RESSENTEZ-VOUS TOUJOURS UNE
ATTIRANCE PHYSIQUE, SEXUELLE,
UNIQUE ENVERS VOTRE
PARTENAIRE?

8

Y A-T-IL QUELQUE CHOSE
CHEZ VOTRE PARTENAIRE QUI
MINE VOTRE RELATION?

QUELQUE CHOSE QUE VOTRE
PARTENAIRE RECONNAÎT,
MAIS QUE, POUR
TOUTES SORTES DE RAISONS,
N'A PAS ENVIE D'AFFRONTER?



20

RÉFLEXIONS LORSQUE LE CŒUR SE REMET EN QUESTION

9

**EST-CE QUE LA PERSONNE
AVEC QUI VOUS ÊTES
RECONNAÎT AVOIR UN
PROBLÈME, AU POINT OÙ
VOUS HÉSITEZ À RESTER?**

**EST-CE QUE CETTE PERSONNE
A ENVIE DE CHANGER ET EN A
LA CAPACITÉ?**

10

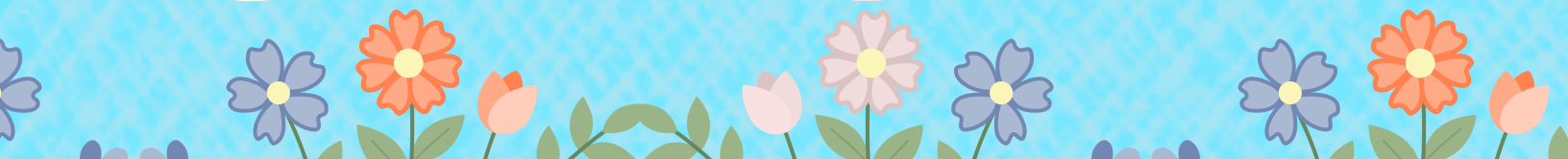
**EST-CE QUE VOTRE
PARTENAIRE A DÉPASSÉ.E CE
QUE VOUS CONSIDÉREZ ÊTRE
VOTRE SEUIL DE TOLÉRANCE?**

11

**MALGRÉ TOUTES LES DIFFÉRENCES
QUI VOUS SÉPARENT, DIRIEZ-VOUS
QUE, OU DU MOINS SUR CERTAINS
POINTS QUE VOUS JUGEZ
IMPORTANT, VOTRE PARTENAIRE
VOUS RESSEMBLE?**

12

**EST-CE QUE VOTRE
PARTENAIRE ARRIVE À FAIRE
BIEN PASSER L'IDÉE QUE VOUS
ÊTES UN.E RATÉ.E, UN.E IDIOT.E,
UN.E PERDANT.E DANS LES
DOMAINES QUE VOUS
CONSIDÉREZ IMPORTANT, AU
POINT QUE VOUS AVEZ
COMMENCÉ.E À EN ÊTRE
VOUS-MÊME PERSUADÉ.E?**



20

RÉFLEXIONS LORSQUE LE CŒUR SE REMET EN QUESTION

13

AVEZ-VOUS LE SENTIMENT QUE, VOTRE PARTENAIRE VOUS SOUTIEN ET S'INTÉRESSE, RÉELLEMENT AUX ACTIVITÉS QUE VOUS ESSAYEZ D'ENTREPRENDRE ET QUI VOUS TIENNENT À CŒUR?

ET CE DANS L'ENSEMBLE ET LA PLUPART DU TEMPS?

14

PERDRIEZ-VOUS QUELQUE CHOSE D'IMPORTANT DE VOTRE VIE SI VOTRE PARTENAIRE N'ÉTAIT PLUS LÀ?

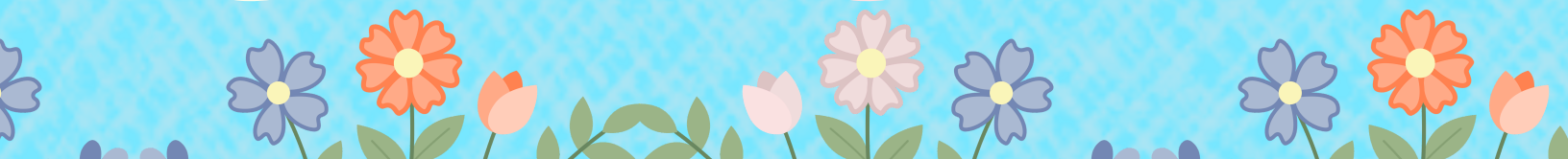
CE QUELQUE CHOSE EST-IL ESSENTIEL AU POINT QUE VOUS APPRÉCIEZ VOTRE PARTENAIRE ET LEUR CAPACITÉ DE VOUS L'OFFRIR?

15

SANS PRENDRE EN CONSIDÉRATION L'ORIGINE DE LA DOULEUR ET DE LA TRAHISON, AVEZ-VOUS L'IMPRESSON QUE LA SOUFFRANCE AINSI QUE LES DOMMAGES SE SONT ATTÉNUÉS AVEC LE TEMPS?

16

LORSQUE VOUS AVEZ UN BESOIN RAISONNABLE, ÊTES VOUS EN MESURE, VOUS ET VOTRE PARTENAIRE, DE TROUVER UN MOYEN D'ASSOUVIR CE BESOIN SANS QU'UNE CHICAINE SOIT NÉCESSAIRE?



20

RÉFLEXIONS LORSQUE LE CŒUR SE REMET EN QUESTION

17

LORSQUE LE PROBLÈME DE L'INTIMITÉ SE POSE ENTRE VOUS ET VOTRE PARTENAIRE, VOUS ARRIVE-T-IL DE VOUS CHICANER PARCE QUE VOUS N'ÊTES PAS D'ACCORD ; A DÉFINITION DE L'INTIMITÉ ET COMMENT L'OBTENIR?

18

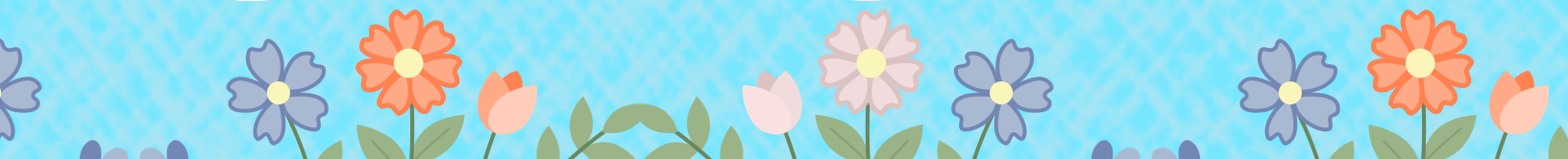
ÊTES-VOUS TOUJOURS EN MESURE DE VOUS AMUSER DANS VOTRE RELATION?

19

AVEZ-VOUS, À CET INSTANT MÊME, DES OBJECTIFS ET DES RÊVES COMMUNS QUI CONCERNENT VOTRE VIE À DEUX?

20

SI, AUJOURD'HUI, TOUS LES PROBLÈMES DE VOTRE COUPLE SE VOLATILISAIENT, VOUS POSERIEZ-VOUS ENCORE LA QUESTION À SAVOIR SI VOUS FERIEZ MIEUX DE PARTIR OU DE RESTER?

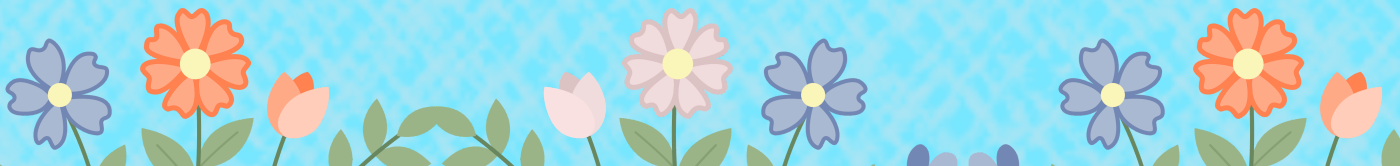


Fanny Larochelle, Travailleuse sociale

<https://flarochelle.ca/>

Inspiré par : Couple en péril (2006), LAVALLÉE, Sylvie

**Maintenant, prenez
le temps de
réfléchir. Vous
pouvez partager
cette même liste
avec votre
partenaire pour
ouvrir une
discussion sur un
sujet difficile.**



Fanny Larochelle, Travailleuse sociale

<https://flarochelle.ca/>

Inspiré par : Couple en péril (2006), LAVALLÉE, Sylvie

**Si tu désires voir
plus de contenu
du genre, dis-le-
moi, c'est toujours
apprécié**



COURRIEL



FACEBOOK



TIKTOK



INSTAGRAM

