

Ceux qui aiment trop...

Conférence-débat

Par Véronique Kohn

Jeudi 10 septembre 2015, 20h00-22h

Castelnau-le-Lez



Que veut-on dire par trop aimer, et souffre-t-on réellement de trop aimer ?

Comment ne plus confondre don de soi et mésestime de soi ?

Par delà une bonne intention d'aimer son prochain, de vouloir le soutenir, certains vont déployer une telle énergie que les personnes objets de cet amour vont se sentir vampirisées ou vidées de leur substance.

Quels mécanismes psychologiques sont à l'œuvre ? Si je me façonne en fonction des attentes de l'autre, je me suradapte et je perds mon centre. Je suis tellement penché sur lui que je n'arrive pas à sentir et respecter mes propres besoins et limites personnelles. Si je me nie de cette façon, ne vais-je pas le faire payer plus tard par des coups bas dans la relation ? (rancœur, bouderies, reproches, jugements, fermeture du cœur, retraits...). Dans les faits, je me déserte pour que mon partenaire continue de garder son attention sur moi, ou pour maintenir une forme d'intensité. Des stratégies pas toujours conscientes qui peuvent mener à une forme de maltraitance de soi...

Alors jusqu'où suis-je prêt à me perdre pour ne pas perdre l'amour ? Jusqu'où vais-je pour obtenir des miettes d'amour en prétextant tout donner et sacrifier pour l'autre ? Quelle image de moi je ternis si je ne suis plus à mes propres yeux celui qui sait si bien aimer, qui est si attentionné, qui chérit l'autre en faisant des concessions, quitte à se sacrifier et à passer après lui.

Mais est ce vraiment de l'amour ? Je prétends aimer, mais n'est ce pas plutôt : « Regarde moi, je suis quelqu'un de bien !!! » ?

Adresse : 6 rue Albert Thomas à Castelnau le lez

Entrée : 7 euros

Informations et réservations : 06 11 51 53 64 ou verovic.kohn@gmail.com



Véronique Kohn est psychologue, psychothérapeute et formatrice à Montpellier. De par ses formations professionnelles multiples et son parcours de vie personnelle, elle fait le lien entre les approches psychothérapeutiques des traumatismes et la dimension spirituelle de l'existence. Elle donne des conférences et anime de nombreux stages thématiques sur la relation amoureuse.

<http://veroniquekohn.com>