

#MaVoix : Trouvez-vous que les conjoints utilisent leurs expériences pour s'encourager mutuellement ou pour se livrer à des « Olympiques de la misère »?

« Olympiques de la misère » : Lorsque des conjoints renchérissent sur la misère de l'un et l'autre, ce qui devient une sorte de compétition pour connaître qui a vécu le pire.

Je trouve que le fait qu'un conjoint parte en mission laisse BEAUCOUP plus de place à des Olympiques de la misère que l'entraînement, les exercices, les cours et l'instruction...

J'ai beaucoup appris de conjoints expérimentés qui m'ont fait part de leurs conseils pour garder le contact avec mon conjoint...

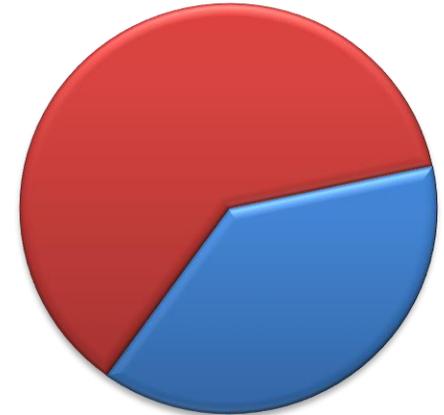
Je sens que je n'ai jamais le droit de dire quoi que ce soit parce que je n'ai pas d'enfant. Je comprends que les affectations et tout le reste seront plus difficiles dès qu'on aura une famille, mais ça ne veut pas dire que je ne trouve pas la situation stressante ou difficile en ce moment!

Au lieu de dire « C'était plus difficile pour moi; ne te plains pas », on peut dire « Si j'ai survécu, tu le peux toi aussi ».

Lorsque des amis en dehors de la communauté militaire refusaient de se plaindre, je leur disais simplement : « Personne ne l'a facile. Pas besoin de savoir qui a été le plus profondément dans la merde. Quand t'es dans la merde, t'es dedans, point final. Buvons! » Et on finissait souvent par prendre un verre de vin ou un café.

Parfois, les conjoints ne cherchent pas à renchérir, mais c'est comme ça que c'est perçu. En fait, ils veulent seulement un peu de compassion pour leurs difficultés.

- Encouragement
- Olympiques de la misère



(familles participantes = 76)

