

SYNDROME DU SAUVETEUR

co-dépendance

Pour gérer anxiété
Se libérer de
l'inconfort de la
détresse de l'autre

STOP = IDENTIFIER

Difficulté à reconnaître :
Désirs
Besoins
Limites

*STOP = Détermination à se respecter
Conviction d'un abus
Cesser de vouloir éviter le pire*

Poser des gestes concrets

épuisement

ABUS

SYNDROME DE VICTIME