

EM&VOUS

THÉRAPIE • MÉDIATION • COACHING

LA THÉRAPIE CONJUGALE

La thérapie conjugale c'est quoi ?



Le couple connaît aujourd'hui de plus en plus de **bouleversements** qui risquent de le mettre en danger : absence de communication, manque de compréhension mutuelle, infidélité, baisse du désir, divergence dans l'éducation des enfants, disputes...

La thérapie de couple ou conseil conjugal consiste à accompagner le couple à **trouver des solutions** pour son **épanouissement** et **éviter la séparation**.

Le rôle du thérapeute conjugale



Le thérapeute aide les couples à trouver des ressources pour **surmonter une crise**.

Il devra installer un cadre qui permettra d'installer ou **restituer la communication** dans le couple.

Il apporte le recul nécessaire de par sa position de tiers avec un regard bienveillant

Le rôle du thérapeute conjugale



Durant les séances ,le thérapeute ne reste pas muet dans l'échange . Il pose des **questions, reformule** afin d'**éclaircir**, de préciser et de permettre à chaque membre du couple l'expression de ses ressentis afin de faciliter la mise en lumière des problématiques et la mise en place d'**une solution adaptée** qui favorisera la restauration de la relation.

Mes domaines d'interventions



La consultation d'un thérapeute est possible dès lors qu'il y a **problème** au sein du couple.

Cette consultation peut être prise à l'initiative d'**un seul des conjoints**, qu'il soit fautif des troubles ou qu'il s'estime victime du comportement de son conjoint, ou **à l'initiative des 2 conjoints**.

Mes domaines d'interventions

Un thérapeute conjugal peut être consulté en cas de questions sur les relations de couple ou lorsqu'un déséquilibre apparaît :

- > un **problème de communication**
- > pour surmonter **une crise au sein du couple** suite à un événement difficile à gérer : maladie, déménagement, changement professionnel, arrivé d'un enfant...
- > pour **s'aider à prendre des décisions** : rupture, séparation, engagement...
- > **violence conjugale**: physique ou psychologique

Comment se déroule une thérapie conjugale ?

ÉTAPE 1 > ENTRETIENS INDIVIDUELS

Le thérapeute reçoit chaque membre du couple en **entretien individuel**.

Lors de cet entretien, le thérapeute aide chaque interlocuteur dans la **qualification** de ses positionnements. Il l'aide dans la définition des **enjeux**, des **intérêts**, des **besoins** et des **attentes**.

Comment se déroule une thérapie conjugale ?

ÉTAPE 2 > THÉRAPIE DE COUPLE

Le thérapeute reçoit le couple en instaurant un **cadre** et des **règles** qui permettront une **communication calme** et **sereine**.

En s'appuyant sur ses observations et remarques retenues lors des entretiens individuels, il va aider chaque membre du couple à pouvoir prendre le temps de s'exprimer sur la situation, ses besoins et attentes.

Il va également les aider à **réfléchir ensemble** à des solutions pérennes pour faire face à leur problématique.

Les avantages de la thérapie conjugale

- › **Dédramatiser** un conflit
- › **Prendre de la hauteur** et **du recul** par rapport à votre problème
- › **Réinstaurer la communication**
- › **Réparer** votre relation
- › **Dépasser** votre situation conflictuelle
- › **Renouer le dialogue**
- › **Retrouver** confiance en vous
- › **Rétablir la place de chacun.**

FM&VOUS

THÉRAPIE • MÉDIATION • COACHING

EM&VOUS
THÉRAPIE • MÉDIATION • COACHING

LA THÉRAPIE CONJUGALE