

## Qu'est-ce que cette approche de psychothérapie pastorale ?

Article de Charbel Ibrahim • *M.A. Théologie (counselling pastoral)* • *Psychothérapeute à l'Institut Therapeia*

Il s'agit d'une approche qui respecte les caractéristiques spécifiques à l'exercice de la psychothérapie. Marie-Line Morin, auteure du livre : *Pour une Écoute en Profondeur. La Valeur Fondamentale*, met en contexte le counselling pastoral, comme toutes les autres approches, elle cite madame Louise Landy.

**Le counselling pastoral est « un processus interactionnel structuré entre un professionnel et un client – qui peut être un individu, un couple, une famille ou un groupe – comportant une évaluation initiale rigoureuse, dont le but est notamment de réduire la détresse psychologique ou émotionnelle du client, d'améliorer sa capacité à résoudre ses problèmes personnels et interpersonnels, selon des méthodes d'intervention basées sur des théories psychologiques reconnues par la communauté scientifique. Il s'agit d'un processus qui va au-delà d'une aide, visant à faire face aux difficultés courantes ou d'un apport de conseil ou de soutien. »**



La psychothérapie pastorale à l'Institut Therapieá • Crédits photos : iStock.com/Olezzo

### **Qu'est-ce qui démarque la psychothérapie pastorale des autres formes de psychothérapie ?**

Elle se démarque des autres formes de [psychothérapie](#) en intégrant de façon explicite dans sa compréhension de la dynamique psychologique des personnes, les données scientifiques permettant d'éclairer la recherche spirituelle ou religieuse qui s'exprime généralement à travers la quête de sens. **Cette approche est aussi appelée l'Approche Centrée sur l'Écoute des Valeurs**; Par « Valeurs » nous entendons, les biens recherchés par la personne, en conformité avec ses aspirations profondes, humaines, spirituelles et religieuses.

## **Qui est-il ce conseiller pastoral qui aide la personne à se connecter à sa dimension spirituelle ?**

À ce propos, Joanne Greer dit que : « comme discipline, le counselling pastoral entend faire place à la présence et à l'action de la Transcendance chez le conseiller et chez son client dans la relation thérapeutique d'aide. » (*Inventing Psychotheology : New Directions in Doctoral Research*).

**À la différence des autres professionnels qui ne prennent pas en compte la dimension de foi de leurs clients, le conseiller pastoral est attentif à reconnaître et à intégrer les thèmes spirituels (souffrance, espérance, présence de Dieu, etc.) qui peuvent aider la personne à sortir du mauvais pas où elle se trouve ».**

**L'essentiel du caractère « pastoral » réside dans la forme ou le style que prennent :**

- a) la façon d'être du conseiller;**
- b) sa façon de comprendre celui qui demande son aide;**
- c) sa façon d'intervenir ou d'aider le client.**

Ici on peut aussi parler des « trois conditions nécessaires et suffisantes » dont Carl Rogers parle et qui font en sorte qu'une simple relation devienne une relation thérapeute. Ces conditions doivent être perçues plutôt comme des « attitudes » que des techniques, des postures dans la relation d'aide. Ces conditions sont : L'Empathie, la Conformité et le Regard Positif Inconditionnel.

## **L'identité du conseiller pastoral**

Madame Sharon E. Cheston souligne que « le conseiller pastoral - avant même d'entamer la relation d'aide – doit s'interroger sur sa mission, sur la façon dont il conçoit son rôle et sur son degré de disponibilité ».

Le conseiller pastoral doit avoir une conception anthropologique solide, cohérente avec la spiritualité qui l'inspire et qui sous-tend ses interventions thérapeutiques.

**Dans la relation thérapeutique, le conseiller pastoral a la volonté de chercher en premier lieu le bien du client, sans laisser de place aux programmes personnels ou à la réalisation de ses propres intentions. En paraphrasant Ignace de Loyola : *C'est se tourner vers la personne qui cherche notre aide – la créature – en l'aimant comme Dieu l'aime et en cherchant Dieu en elle.***



Il est possible de se connecter à sa dimension spirituelle avec l'aide d'un conseiller pastoral à l'Institut Therapeía Photo par Ben White sur Unsplash

**C'est avec ces postures ou attitudes que le psychothérapeute pastoral, qui fait appel aux différentes techniques qui s'avèrent adéquates aux moments « où il réussit à », tel que Marie-Line Morin a écrit :**

- **Conscientiser la personne à ce qu'elle cherche au plus profond d'elle-même**, à ce qui donne du sens et oriente sa vie. C'est-à-dire conscientiser la manière propre de chacun, de rechercher sa Valeur fondamentale, tel que par exemple l'Amour.
- **Identifier ce qui empêche la personne de réaliser sa Valeur fondamentale** (dans la dynamique interne).
- **Aider la personne à assouplir les conflits intérieurs et à modifier les comportements qui peuvent l'empêcher de vivre en accord avec sa Valeur fondamentale.** La

démarche psychothérapeutique favorise l'acquisition de comportements plus ajustés à sa manière propre de chercher par exemple à aimer et à être aimé.

Donc, à l'Institut Therapeía, une séance en psychothérapie pastorale ou counselling pastoral se déroule selon la règle de l'art de la pratique de la psychothérapie au Québec.

**Ce déroulement se passe dans une perspective d'intégration des aspects psychologiques et spirituels, en reconnaissant la quête de sens qui s'inscrit au cœur de la problématique psychologique et relationnelle des personnes.**

Pour ce faire, le psychothérapeute fait appel, dans son approche, aux connaissances psychologiques et théologiques reconnues par la communauté scientifique. Ceci, dans le but d'aider les personnes rencontrées à acquérir une autonomie personnelle et relationnelle.

Pour [prendre un rendez-vous](https://www.psychotherapeute.pro/) ou en apprendre davantage, vous pouvez cliquer sur ce lien suivant :  
<https://www.psychotherapeute.pro/>



En préparant cet article, je me suis inspiré des documents inédits de Madame Marie-Line Morin et de son livre : *Pour une écoute en profondeur. La valeur fondamentale*. J'ai aussi cité un document inédit de l'APPC l'actuelle ACIP. Comme j'ai aussi consulté l'article de Louise Lavoie, *L'accompagnement, l'écoute des valeurs et la pratique de la psychologie des relations humaines*. J'ai fait aussi référence à Larry Yevenes, *Counseling pastoral : l'apport ignacien à la dynamique de la relation d'aide*.

Crédits photo : photo portrait homme iStock.com/Olezzo • Photo femme : Benjamin Child sur Unsplash