

Thérapie Conjugale et Familiale

Article de [Charbel Ibrahim](#) • *M.A. Thérapeute conjugal et familial* • *Psychothérapeute à l'Institut Therapeia*

Les thérapeutes conjugaux et familiaux jouent un rôle très important dans la santé mentale. Ils sont formés pour traiter, plus particulièrement, les problèmes interpersonnels qui surviennent chez les individus, les couples et les familles. L'Association américaine du mariage pour la thérapie conjugale et familiale rapporte que près de 90 % des personnes qui suivent une thérapie conjugale et familiale signalent une amélioration de leur santé émotionnelle.

Dans cet article, nous discuterons du rôle important d'un thérapeute conjugal et familial dans la vie des couples et des familles, et de ce qui les distingue des autres psychothérapeutes.

1) Qu'est-ce qu'un Thérapeute Conjugal et Familial?

C'est un professionnel et aussi un expert qui comprend et traite les difficultés conjugales, familiales et relationnelles. Il peut donc évaluer et traiter les comportements de chaque couple ou famille.

- Le thérapeute reçoit donc des couples qui font face à différents problèmes comme l'infidélité, la séparation ou le divorce.
- Ils aident les familles qui rencontrent des problèmes relationnels avec leurs enfants.

- Ils offrent aussi des traitements psychologiques à toute personne vivant des conflits (blessures à cause des secrets cachés et les abus).
- C'est un professionnel compétent pour aider les personnes en lien avec la garde des enfants, le droit d'accès et l'adoption.



2) Pourquoi consulter un Thérapeute Conjugal et Familial?

- Il faut consulter un thérapeute lorsque la vie d'un couple ou d'une famille fait face à des difficultés telles que l'échec scolaire, la perte d'un emploi, l'alcoolisme, la maladie ou le deuil, la maladie mentale. Tous ces problèmes ont un impact important sur la qualité de la relation du couple ou de la famille.

On lit dans un article publié sur la page de l'OTSTCFQ que « souvent, c'est la différence qui mène à la consultation, car celle-ci peut éloigner au lieu de rapprocher. Le thérapeute se chargera d'aider les couples à la voir comme une richesse. « On ne change pas les gens, conclut le thérapeute, on les amène à pouvoir vivre de la façon la plus harmonieuse possible. Parfois, ce qui a rapproché les deux conjoints au début de la relation les éloigne, car l'un des deux a évolué et ne voit plus cette différence comme un atout. Le couple n'a pas refait le point et les choses se sont crispées. » La thérapie conjugale permet de remettre à jour le contrat de vie à deux et d'augmenter la satisfaction de chacun au sein de la relation.

Dans tous les cas, il vaut mieux consulter le thérapeute le plus tôt possible et prévenir plutôt que d'en arriver à une situation insupportable ou dramatique, pour le bien des partenaires et des enfants, s'il y a lieu. »

3) Qu'est-ce qui distingue un Thérapeute Conjugal des autres intervenants?

Le thérapeute conjugal est d'abord le spécialiste du couple et de la famille. Grâce au traitement psychothérapeutique qu'il offre, les relations entre les couples et leurs enfants s'améliorent et les personnes retrouvent l'équilibre et la maîtrise de leur vie.

Selon la situation, les consultations peuvent être proposées de manière individuelle, en couple avec ou sans les enfants.



4) Notre approche à l'institut

Comme psychothérapeute, formé sur le modèle des valeurs, notre approche de base est l'Humaniste-Existentielle. Ensuite, nous avons acquis l'approche systémique-interactionnelle, comme thérapeute conjugal et familial. À ces deux approches nous intégrons les modèles de thérapie stratégique brève, l'orienté solution, la séance unique, la PNL, l'hypnose, le psychocorporel et autres.

5) À l'Institut Therapeía, avons-nous les ressources nécessaires ?

Notre psychothérapeute Charbel Ibrahim est un membre de l'Ordre des Psychologues du Québec depuis le 19 mai 2015.

Par ailleurs, Charbel Ibrahim est également un membre de l'Ordre des Travailleurs sociaux et des Thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec, depuis le 14 octobre 2021.

Notre psychothérapeute Charbel Ibrahim peut aussi vous soutenir dans votre mission éducative de parents (avec le coaching parental) afin de garder un bon climat affectif et relationnel avec vos enfants. Il vous aidera à gérer le stress et les conflits et retrouver la motivation et la confiance en vous-même en tant que parents.

Nous sommes là pour vous!

N'hésitez pas à nous contacter!

Vous pouvez prendre un [rendez-vous](https://www.psychotherapeute.pro/contact) avec notre psychothérapeute :

<https://www.psychotherapeute.pro/contact>

Numéro de téléphone: +1 514-583-0405

E-mail: psychotherapeute@instituttherapeia.com