

Lorsque vous êtes confrontés, vous-même, votre couple ou votre famille, à une difficulté, vous avez à votre disposition une multitude de professionnels pour vous aider.

Il me semble important de bien vous informer sur les spécificités de chacun des intervenants. Cela vous évitera d'être déçu mais c'est aussi la meilleure façon d'éviter de dépenser de l'argent inutilement.

Vous avez trois grandes familles de métiers :

Les conseillers, les médiateurs et les thérapeutes.

Les conseillers conjugaux et familiaux.

Rapide, conseil, professionnel

Ils sont détenteurs d'un bachelier.

« Ils sont des professionnels de la relation d'aide, de la gestion des conflits et de la résolution de problèmes. Ils interviennent principalement dans les domaines relationnels, affectifs et sexuels en s'appuyant sur un cadre théorique...Ils vous accompagnent dans une démarche constante de questionnement et d'analyse, il assure, de manière responsable, par l'écoute et la clarification. Le conseiller tente d'éclairer les causes et les effets des difficultés exprimées, des déséquilibres personnels ou relationnels observés. Il veille à construire du sens, à permettre des prises de conscience et des possibilités de changement. Par la construction d'une stratégie d'intervention appropriée, ils soutiennent la recherche de solutions... »¹



Le conseiller conjugal et familial est un professionnel reconnu. Il vous accompagne à trouver des solutions adaptées à votre réalité familiale.

Le conseiller conjugal conseille, il est de ce fait orienté recherche solution et propose un travail concret.

Le médiateur familial.

Conflits, tiers, reconnaissance

Le médiateur est détenteur d'une spécialisation d'un niveau baccalauréat (année supplémentaire au baccalauréat), il peut ensuite être agréé auprès de la Commission fédérale de médiation pour être reconnu comme médiateur agréé.

¹ Extrait du dossier pédagogique de la formation FWB

« La médiation familiale est un mode de résolution de conflits cadré par le Code Judiciaire. Le médiateur, tiers impartial, intervient pour aider les parties à négocier une entente équitable et durable répondant aux besoins de chacune d'entre elles.

Le médiateur peut vous aider pour trouver une solution sur les modalités d'hébergement des enfants, le choix de l'école, Le choix de l'école est mis en cause, sila pension alimentaire doit être revue... La médiation n'est pas seulement réservée aux conjoints. Les enfants peuvent aussi y trouver une place. Elle est indiquée dans tous le problème impliquant n'importe quels membres de la famille : parents, beaux-parents, enfants, (demi-)frère ou sœur, grands-parents... et dans toutes les situations conflictuelles : placement d'un parent en maison de repos par exemple.

La médiation familiale bénéficie d'une reconnaissance officielle (loi du 21/02/2005) dans le cadre de l'agrément du médiateur. En effet, les accords conclus chez un médiateur familial agréé peuvent être homologués par le tribunal et obtenir ainsi directement valeur de jugement. »²



Le médiateur familial agréé vous accompagne, comme tiers, à résoudre, dans un cadre légal, vos conflits.

Il s'assure de l'équilibre de la solution choisie. Son rôle est de maintenir le respect de tous dans l'option choisie.

² Extrait du site Union Belge des Médiateurs Professionnels (UBMP)



Le thérapeute familial et conjugal

Approche contextuelle, fait émerger les solutions, aide à changer la façon de voir les choses

« Le rôle du thérapeute est de présenter à la famille une nouvelle façon de voir les choses qui lui permettra de prendre conscience de la dynamique entre ses différents membres »³

Le thérapeute familial et conjugal est titulaire d'un baccalauréat ou d'un master qu'il complète par une formation de thérapeute familial et conjugale. Cette formation s'étale en moyenne sur une durée de 3 années de formation.

En ce qui me concerne, je possède un baccalauréat d'éducatrice spécialisée en accompagnement psycho-éducatif, un master en politique économique et sociale, un certificat universitaire en accompagnement à la formation et au changement dans les organisations, une certification en gestion de conflits interpersonnels, une formation analyse systémique et pratique de réseau et une formation de thérapeute familial et conjugal systémique.

« Le thérapeute familial et conjugal fonde sa pratique sur une intervention dont les protagonistes sont la famille, le couple, l'institution et/ou le réseau, en tenant compte de la spécificité contextuelle et sociopolitique de cette intervention. Ainsi, il aborde les problèmes humains dans leur contexte familial mais aussi institutionnel et plus largement culturel...Lorsqu'il travaille avec un individu seul, l'intervenant en thérapie familiale s'applique à le considérer en tant que membre des systèmes d'appartenance. ...La thérapie aide les familles à retrouver une certaine souplesse relationnelle, et des réponses nouvelles aux problématiques. Elle n'a pas vocation à prodiguer des conseils mais à faire émerger les solutions par les membres de ma famille. »⁴

Il existe différentes approches en thérapie familiale :

- Approche psychanalytique : centrée davantage sur le sens du symptôme
- Approche Systémique : le travail porte plus sur le système d'interactions entre les membres de la famille... ;
- Comportementale : propose des techniques pour supprimer le comportement problématique

³ Extrait du site de l'association européenne des thérapeutes familiaux

⁴ Extrait du dossier pédagogique de la formation

Ma formation c'est la THÉRAPIE FAMILIALE SYSTÉMIQUE

Soutien la compréhension mutuelle, développe de nouvelles compétences, donne du sens à la crise

La thérapie familiale est une approche bien établie et fondée sur une approche universitaire et validée scientifiquement notamment par l'école de Palo Alto.

« La thérapie familiale a pour but entre autres : l'amélioration du fonctionnement familial à différents niveaux, la revalorisation de la compréhension mutuelle et du soutien émotionnel entre les membres de la famille, le développement des compétences afin de résoudre les problèmes auxquels la famille est confrontée.

La thérapie familiale repose sur les hypothèses qui prend en compte le rôle des systèmes plus larges tels que la communauté, la société et la culture à laquelle la famille appartient.

La perspective systémique voit les problèmes d'un individu sous l'angle de la relation avec les différents contextes dans lesquels il vit : c'est-à-dire comme partenaire dans une relation de couple, comme membre d'une famille, en tant que personne avec des loyautés particulières dans le domaine religieux et/ou culturel, tout en tenant également compte des circonstances socioéconomiques et du contexte politique. La pratique systémique regarde le "contexte" comme primordial pour le développement psychologique et le bien-être émotionnel de la personne.

Une personne peut trouver dans la famille un soutien important mais celle-ci peut aussi être une source de détresse, d'incompréhension et de douleur.

C'est pourquoi, vous trouverez dans peu de mes publications des « promotions » de la famille ou du couple comme modèle idéale ou comme réponse à la détresse.

Dans ce cas, où la famille est le lieu de souffrance, la thérapie familiale et la pratique systémique peuvent se révéler utiles notamment pour traverser les étapes de transition dans le cycle familial ou les événements stressants de la vie tels qu'une maladie grave ou la mort d'un proche. »⁵

La thérapie familiale est utile dans les moments de crise mais également pour les problèmes récurrents et dans les situations suivantes :

- Famille confrontée à maladies physiques chroniques d'un de ces membres
- Maladie mentale de l'enfant et de l'adolescent
- Maladie mentale de l'adulte
- Alcool et autres abus de médicaments

⁵ Extrait du site de l'association européenne des thérapeutes familiaux

- Famille d'accueil, adoption et problèmes qui y sont liés
- Problèmes dans le cycle familial et dans les étapes de transition
- Expériences traumatiques, perte et deuil
- Perturbations de la vie familiale dues à de conflits sociaux, politiques et religieux

L'approche systémique et la thérapie familiale fait l'objet de multiple recherche et débat au sein des universités. Voici quelques références en matière de publications.

Voici les revues que je recommande et auxquelles je souscris. Vous pouvez les retrouver sur le portail web francophone consacré aux sciences humaines et sociales www.cairn.info

- Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseau
- Dialogues, familles et couples
- Thérapie familiale revue
- Le divan familial
- Revue internationale de l'éducation familiale

Quelle différence entre un thérapeute familial/conjugal et un psychologue/psychothérapeute ?

Un psychologue a obtenu un diplôme universitaire de psychologie. Un psychothérapeute est un psychologue qui a obtenu un titre protégé reconnu au niveau fédéral.

Le psychologue et le psychothérapeute peuvent, contrairement au thérapeute, établir et réaliser une évaluation, établir un diagnostic et traiter un trouble mental ou une pathologie.

Le psychologue, excepté s'il est formé à la thérapie familiale ou de couple, consulte en individuel. Le psychologue travaille sur la façon dont individuellement vous vivez et percevez votre vécu.

Approches spécifiques

Le Sexologue

« Le sexologue réalise des consultations et des actions d'information, de prévention et d'éducation au sujet de la sexualité humaine dans ses aspects biologiques, psychologiques et sociologiques. Il intervient auprès de particuliers ou de couples dans des contextes de troubles du rapport sexuel : problèmes de désir, problèmes de l'imaginaire (fantasmes), mésententes sur les préliminaires, perte de l'érection, douleurs, malaise, absence

d'orgasme, usure du couple, problèmes de la vie courante qui entravent la sexualité du patient, etc. »⁶

Et encore

Vous trouvez pléthore de spécialistes de la relation d'aide certains avec des approches validées scientifiquement et avec un bagage professionnel d'autres avec des approches plus spirituels. Je vous ai présenté les spécialistes avec lesquels je collabore. J'oriente mes patients selon les besoins vers des conseillers conjugaux, des médiateurs ou des psychologues et des sexologues lorsque c'est nécessaire et que leurs approches me semblent plus appropriées ou complémentaires à mon travail.

En tous les cas, je vous invite à vous intéresser à l'approche et à la spécialité que vous choisirez et à trouver le professionnel avec lequel vous vous sentirez soutenu et entendu.

Sources

<http://enseignement.be> dossier pédagogique des formations citées dans le présent document

<https://ubmp-bupb.org/newsite/fr/mediation-familiale/> Union Belge des Médiateurs Professionnels (UBMP)

<https://www.siep.be/> SIEP

<https://europeanfamilytherapy.eu/fr/therapie-familiale/quest-ce-que-la-therapie-familiale/>,
association européenne des thérapeutes familiaux

⁶ Extrait du SIEP