



Animés par Dieu.
Engagés pour les humains.

Ouverts à tous – solidaires des laissés-pour-compte : couple, partenariat, famille

La souffrance humaine n'est pas seulement la conséquence de la détresse financière ou sociale, mais résulte aussi de situations relationnelles et familiales qui pèsent aussi bien sur le couple que sur leurs enfants. Les services de consultation conjugale et familiale des Eglises réformées Berne-Jura-Soleure aident les couples et les familles à renouer le dialogue, à changer de perspective, à reprendre confiance, à atténuer le stress et à trouver des solutions. Les consultations sont une prestation diaconale proposée par l'Eglise, qui souhaite ainsi contribuer à préserver la capacité relationnelle et la dignité humaine dans chaque situation de vie et manifester sa solidarité avec des personnes en situations difficiles.

Beaucoup de couples consultent le service en raison de problèmes de communication et de conflits dans le quotidien du couple et de la famille, qui est souvent marqué par le stress, le surmenage et le manque de compréhension réciproque.

Exemples tirés du travail d'un conseiller

Stefan et Ursula ont deux enfants en âge d'école primaire. Ursula se plaint que l'organisation de la semaine avec Stefan se déroule de manière chaotique, elle trouve qu'il ne l'informe pas assez de ses horaires de travail irréguliers et qu'il ne respecte pratiquement jamais ce qu'il dit. Il consacre beaucoup trop de temps à ses collègues et la laisse tomber lorsqu'elle veut imposer quelque chose aux enfants. Stefan se plaint qu'Ursula râle tout le temps et lève beaucoup trop souvent la voix contre lui et les enfants. Il a de la peine à supporter cette attitude négative.

Après la première consultation de couple, le thérapeute mène deux consultations individuelles avec chaque partenaire, et leur demande de rédiger une lettre pour décrire leur part de responsabilité dans le problème du couple. Voici un extrait de la lettre de Stefan : «Je me suis rendu compte que j'ai souvent éludé nos problèmes et préféré passer du temps avec mes collègues plutôt que de me confronter aux questions qui nous préoccupent. Je ne t'ai jamais vraiment intégré dans mon planning, même si je sais que cette situation te stresse beaucoup. Je pensais que tu étais une personne insatisfaite, mais maintenant je vois que j'ai moi-même beaucoup contribué à ton insatisfaction. Tout cela me fait de la peine et j'aimerais trouver des compromis qui nous conviennent à tous les deux.»

Après d'autres entretiens de couple, Ursula s'exprime sur son irritation de la veille : «Je comprends que tu aimerais que je me mette moins souvent en colère envers les enfants, je le souhaiterais moi aussi. Tu sais que nos enfants peuvent parfois être très difficiles, et je suis alors épuisée et énervée le soir. Je serais heureuse de pouvoir dans ce cas te demander de prendre les choses en main et de leur fixer des limites.»

On constate parfois que les couples se sont éloignés au fil des années et qu'il n'y a pratiquement plus de proximité ni d'activités communes. Il s'agit alors de regarder ensemble comment activer de nouvelles dynamiques plus constructives et prendre conscience des ressources qui avaient créé des liens positifs dans le couple à l'époque où il fonctionnait bien. Les éléments de rapprochement les plus divers sont recherchés, que ce soit sur le plan du dialogue, de la proximité physique ou des activités communes.

Les problèmes relationnels peuvent également survenir dans des périodes délicates de l'existence, p. ex. lorsque le couple devient une famille, quand les enfants quittent le cocon familial et que le couple est davantage concentré sur lui-même, au moment du départ à la retraite, ou encore lorsque l'un des partenaires est atteint d'une maladie physique ou psychique ou se retrouve en situation de dépendance. Il s'agit alors d'examiner avec les intéressés les défis concrets de la nouvelle situation et de trouver ensemble, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du couple, des ressources appropriées qui pourront l'aider à établir un nouvel équilibre plus harmonieux pour les deux partenaires.

Quels que soient les sujets spécifiques soulevés par les personnes qui les consultent, les conseillères et conseillers tentent de cerner et comprendre les problèmes et de mettre en valeur les efforts positifs entrepris jusqu'ici pour les résoudre. L'étape suivante consiste à formuler des souhaits et des objectifs et à chercher des solutions adaptées à la situation souhaitée et aux personnes. La souffrance existante est ainsi reconnue et prise au sérieux, et le couple accompagné pas à pas dans sa démarche pour l'aider à trouver la voie du soulagement et à améliorer sa situation.

Les services de consultation pour couples et familles sont ouverts aux couples, familles et particuliers quels que soient leur confession, leurs opinions, leurs origines, leur état civil et leur mode de vie choisi. Ils sont présents en neuf lieux différents: Berne, Bienne, Thoue,

Langenthal, Berthoud, Konolfingen, Langnau, Interlaken, Zweisimmen. A Moutier, un service de consultation est géré par le «Centre social protestant».

www.berner-eheberatung.ch

Les services de consultation sont financés par les institutions responsables des Eglises, par le canton, par une contribution de l'Union synodale ainsi que par des dons. Les personnes demandant conseil paient une contribution financière dans la mesure de leurs possibilités.

Gabriella Weber, Ida Stadler et Filip Pavlinec

Lien pour la partie francophone : <https://csp.ch/berne-jura/services/couple-et-familles>