

# Le Conseil conjugal : mettre en mots pour ne pas mettre en maux !

Le Conseil conjugal est un travail d'ordre psychologique qui porte sur la relation de couple. Eclairages. Le terme de « Conseil » rend l'anglais « counselling ». Il exprime le fait de *tenir conseil* avec les couples ou personnes seules, mariés ou non. Au cours d'entretiens, le conseiller offre un cadre qui favorise la recherche, par les couples eux-mêmes, d'issues à des souffrances qui peuvent prendre diverses tournures : crise déclenchée par la présence d'un tiers dans la relation ; nouvelle étape de vie à franchir ; soucis financiers ; difficultés sexuelles ; deuil de la relation de couple ; érosion du bien-être conjugal, etc.

Dans son écoute, le conseiller accorde une attention particulière aux enjeux implicites de la relation, aux silences, aux émotions qui affleurent, aux expressions non verbales. A l'image d'un miroir, le professionnel renvoie aux couples des hypothèses, des faits marquants, des postures évocatrices.

## Le couple Müller

Le couple Müller<sup>1</sup>, 7 ans de mariage et un enfant, a eu recours à la consultation conjugale du CSP. Des scènes de couples aussi répétitives que rapprochées épuisent le couple. Au cours d'une démarche de treize séances, Monsieur a pu nommer sa peur de perdre son épouse et Madame sa crainte de se perdre dans la haine de son conjoint qui *s'agrippe*. Il n'y a plus d'espace entre cet homme et cette femme qui forment un couple *compact* dans lequel ils étouffent. Chacun recourt à des stratégies de survie inopérantes. Par un travail de mise en mots et de prise de conscience de l'apport de chacun au fonctionnement conjugal, les conjoints ont mis en œuvre une prévention et une gestion des conflits qui riment avec succès. Ceux-ci ont diminué en fréquence et en intensité. A présent, même l'humour a droit de cité dans leurs interactions. Le fonctionnement de couple, constatent-ils, est plus *aéré* et *apaisé*.

Daniel Gsell, conseiller conjugal au CSP

### Interview de Mme et M. Müller

Quelle était votre représentation du Conseil conjugal ?

Monsieur :

*- Au début, j'imaginai le conseiller comme un père, un juge un peu moralisateur qui dit : « il faut faire ceci, il faut pas faire cela ; ça c'est bien, ça c'est pas bien (...) ». J'avais pas 'checké' qu'on doit le faire nous-mêmes. En nous posant simplement des questions vous nous avez fait évoluer ; il faut que ça vienne de nous (...). [Au cours de la démarche] on en est venu à nous-mêmes.*

La consultation conjugale vous a-t-elle été utile ?

Madame :

*- Je réfléchis beaucoup, les séances nous apportent quelque chose ; on travaille sur soi-même.*

Monsieur:

<sup>1</sup> Il s'agit d'un nom fictif.

- *Sans qu'on s'en rende compte, on met en pratique par nous-mêmes [ce qu'on a découvert et compris en consultation conjugale].*

Pourriez-vous recommander une telle démarche à d'autres couples ?

Madame :

- *Bien sûr ; jamais rien n'est acquis dans la vie (...) Consulter un conseiller conjugal c'est pas non plus une tare ; c'est pas qu'on est stupide ou qu'on est fou.*