

Couple : et si on prenait soin de nous ?

Prendre soin de soi est aujourd'hui heureusement entré dans les mœurs parce que nécessaire à l'épanouissement personnel. Mais quel soin portons-nous à notre couple, à notre relation amoureuse ou à notre vie de famille ?



▶ La vie de couple, établie sur des bases communes il y a plus ou moins longtemps, traverse des moments forts en sentiments et en émotions. Il arrive parfois que cette relation passe par des phases où la communication s'estompe, où les difficultés relationnelles, affectives ou sexuelles s'installent... on se pose alors des questions.

La naissance d'un enfant peut déstabiliser la relation de couple, tout comme l'adolescence peut être un passage délicat dans la vie de la famille.

Il est important de ne pas attendre que la situation se dégrade pour faire appel à une conseillère conjugale qui vous accompagnera sans jugement et en toute confidentialité. Seul ou en couple, ce professionnel vous aide à retrouver votre complicité, à mieux communiquer, à comprendre pourquoi les petits ou gros tracas du quotidien vous éloignent, alors que l'amour est toujours là.

Rencontrer une conseillère conjugale et familiale permet de poser des mots, de renouer le dialogue, de mieux se comprendre et mieux comprendre l'autre, d'améliorer la communication, de débloquer une situation et de trouver des réponses à vos interrogations. ◀



Parentalité

Relation extra-conjugale

Sexualité

Incompréhension

Départ des enfants

Adolescence

Rupture

Vie de famille

Grossesse

29

▶ Séverine PEYTAVY

Conseillère conjugale et familiale,
membre de l'ANCCEF
3 rue Jeanne d'Arc
66 000 PERPIGNAN

**Consultations
sur rendez-vous :**
06 29 59 94 20

www.conseillereconjugale.com

