

📌 La thérapie familiale systémique ?

La thérapie familiale aide les membres d'une famille à mieux comprendre les problèmes qu'ils traversent, à améliorer leur communication et à renforcer leurs liens.

Elle peut être indiquée lorsque toute la famille est concernée ou lorsque les difficultés rencontrées par un seul membre affectent l'équilibre familial.

Avec l'aide d'un thérapeute, chacun peut exprimer son point de vue, changer certaines dynamiques relationnelles et trouver ensemble des solutions pour apaiser les tensions et résoudre les conflits.

📌 À qui s'adresse la thérapie ?

Elle convient aux enfants et aux adultes de tous âges, et peut aider à résoudre un large éventail de problèmes, notamment :

- Le divorce et la séparation
- Les changements dans la vie familiale
- Les problèmes de comportement chez les enfants et les adolescents, tels que le TDAH.
- Les problèmes émotionnels
- Les troubles alimentaires
- Les problèmes d'addiction

La Thérapie Familiale Systémique est disponible auprès du Service de Psychologie Clinique & Scolaire Avestan SA

www.psychologieclinique.ch



Service de Psychologie
Clinique & Scolaire

Le Service de Psychologie Clinique & Scolaire fournit une gamme de services aux enfants, adolescents, adultes et à leur famille.



Avestan SA

Service de Psychologie Clinique et Scolaire
SPCS, Rue Jacques-Balmat 5, 1204 Genève



+4122 555 25 25



spcs@avestan.ch



www.psychologieclinique.ch

THÉRAPIE FAMILIALE SYSTÉMIQUE

Une approche thérapeutique pour les couples et les familles

Une intervention basée sur des
preuves scientifiques pour favoriser
des changements positifs dans les
relations familiales.



Service de Psychologie
Clinique & Scolaire



Efficacité

L'efficacité de la thérapie familiale a été démontrée dans de nombreuses situations, aussi bien chez les enfants que chez les adultes.



Chez l'enfant et l'adolescent

elle peut aider en cas de troubles du sommeil ou de l'alimentation, de difficultés de comportement, de souffrance émotionnelle (anxiété, dépression, deuil), de troubles alimentaires, d'addictions ou de problèmes liés à la santé physique.



Chez l'adulte

elle est utile face aux conflits relationnels, aux difficultés affectives ou sexuelles, à la dépression, à l'usage de substances, à la schizophrénie ou à l'adaptation à une maladie chronique. Elle est également indiquée dans les situations de tensions au sein du couple ou de la famille.

Comment ça marche



Lors des séances, la famille échange avec un thérapeute pendant que l'équipe de thérapeutes écoute attentivement en visioconférence ou dans la salle.



Vers la fin de l'entretien, le thérapeute qui a parlé avec la famille demande généralement à entendre les points de vue de l'équipe thérapeutique qui a écouté.



Ils peuvent quitter la pièce pour ce faire, afin que la famille ait quelques minutes pour parler seule ou peuvent être invités à partager leurs points de vue et leurs suggestions avec la famille.

Les séances peuvent être filmées, avec votre accord, car les recherches montrent que cela aide souvent l'équipe thérapeutique et les familles à mieux comprendre certaines dynamiques relationnelles et modes de communication.

Durée de la thérapie



Les séances durent généralement de 1h15 à 1h30 et ont lieu toutes les 2 à 4 semaines.



Les thérapeutes proposent une série de 4 à 6 séances.

Puis, lors de la dernière, chacun décide si d'autres séances seraient utiles.

