

# En quoi une psychothérapie peut aider votre famille?

- Améliorer la communication du couple parental et au sein de votre famille pour mieux gérer les conflits
- Réconcilier votre couple parental, vous êtes liés par vos enfants, c'est mieux pour vous et pour eux,
- Mieux assumer votre autorité parentale ?
- Améliorer vos rapports avec votre enfant ou votre ado?
- Mieux comprendre, soutenir protéger et aider vos enfants pour qu'ils puissent s'exprimer avec les mots et non avec leur corps: maux de ventre, comportements d'opposition, colère, impulsivité, hyper-sensibilité, allergies, énurésie, manque d'estime de soi et manque de confiance en soi, anxiété, phobies, TOC, TOP, trouble du sommeil,...?
- Posez-vous des bonnes questions sur vos exigences, l'expression de vos émotions, ceux que vos enfants peuvent ressentir,
- Montrer votre affection à vos enfants, augmenter ainsi leur estime de soi,
- Relevez leurs points positifs et encourager les,

# En quoi une psychothérapie peut aider votre famille?

-Prendre conscience des enjeux de votre séparation pour vos enfants,

-Préparer-vous à une séparation amiable et en adulte, pour trouver ensemble des accords pour l'équilibre de votre vie respective et de celle de vos enfants,

-Comprendre et mieux gérer votre famille recomposée,

-Accepter et s'adapter mieux à la maladie d'un membre de votre famille pour mieux le gérer au quotidien.

-Régler votre passé pour ne pas faire subir à vos enfants les mêmes scénarios, les mêmes schémas.

-Prendre conscience de vos propres projections inconscientes sur vos enfants,...

...