

Bérengère de Charentenay

Entretenir l'amour

Conseillère conjugale et familiale passionnée, Bérengère de Charentenay en est convaincue : chaque couple peut agir pour améliorer son fonctionnement. Auteur de deux guides pratiques pour les couples¹, elle donnera une conférence sur les défis du couple, le 17 novembre prochain à Vannes.



« Comme son nom ne l'indique pas, la conseillère conjugale et familiale n'est pas là pour délivrer des conseils ! » Bérengère de Charentenay résume dans un grand rire un point fondamental du métier qu'elle exerce avec enthousiasme. Cette assistante sociale, installée à Locmariaquer avec son mari et ses quatre enfants, a monté son cabinet de conseil conjugal et familial il y a deux ans, après plusieurs années d'expérience en région parisienne. Formée avec le CLER-Amour et famille, elle intègre très vite le cabinet Raphaël, composé de vingt conseillères en France dont trois en Bretagne. « Il fait un lien d'unité entre ma foi et ma pratique professionnelle », précise-t-elle.

Avec un large sourire, Bérengère réfute les idées reçues sur le conseil conjugal et familial : « Ce n'est pas réservé aux couples. Je reçois des familles, des mamans solos, des personnes seules comme par exemple cette femme toujours en échec dans ses relations amoureuses qui veut relire son fonctionnement ou cet homme qui manque de confiance en lui. Mes consultations ne sont pas non plus destinées uniquement aux couples en crise. C'est plutôt un service de révision, comparable à un garage dans lequel on amène sa voiture pour un entretien régulier afin que le moteur continue à bien tourner. » Formée à l'écoute et plus spécifiquement à la relation de couple ainsi qu'à tous les liens affectifs, relationnels et sexuels, Bérengère assure « ne pas régler les problèmes d'un coup de baguette magique. Dans un couple, chacun est souvent dans "sa tour" sans voir que son conjoint est dans une réalité différente. Mon rôle consiste à les amener à découvrir cette réalité de l'autre et à faire un pas, un mouvement pour fonctionner ensemble de manière fluide. Il n'existe pas de méthode universelle qui assurerait à coup sûr la réussite de la vie à deux. Chaque membre est acteur de la relation et du fonctionnement de son couple. Et celui-ci est toujours unique. »

Sa pratique professionnelle qui lui donne « un regard à 360 degrés sur ce que vivent les couples au quotidien », a donné l'idée à Bérengère de Charentenay de réaliser des guides concrets. Elle a coécrit deux livres : *Couple, se comprendre pour mieux s'aimer*² et *Se pardonner, chemins de réconciliation pour les couples*³. Accessibles

à tous, émaillés d'exemples et de témoignages, ils brossent les étapes et les embûches de la conjugale et proposent aux conjoints d'échanger sur leur vie : « L'objectif est de les inciter à se rejoindre et nourrir leur intimité en laissant tomber les masques pour avancer ensemble. » Le deuxième ouvrage va plus loin en donnant aux conjoints des pistes et des outils concrets pour comprendre les racines des crises, dépasser les obstacles et reconstruire leur amour.

Forte de son expérience de terrain, notre hyperactive propose aussi des conférences, formations et ateliers sur les thèmes qui lui sont chers : construction de soi, éducation affective et sexuelle, héritage familial, épuisement parental, gérer ses priorités... Seule ou avec des collègues, elle intervient auprès des lycéens, étudiants, fiancés, couples, parents, séminaristes et prêtres. « Nous avons une belle collaboration avec l'Église : nous assurons depuis cinq ans une session de plusieurs jours au séminaire de Versailles et avons donné plusieurs formations aux prêtres de différents diocèses. »

Invitée par l'Association familiale catholique (AFC) du pays de Vannes et la pastorale familiale du diocèse, Bérengère de Charentenay prépare une conférence : *Couple, se comprendre pour mieux s'aimer*. « Cette intervention sera interactive, ludique, humoristique, prévient-elle. Les participants seront invités à faire des exercices pratiques et réfléchir, seuls ou en couple, pour se donner les moyens concrets d'agir et de faire durer leur amour... toujours. » ■

Solange Gouraud

➤ Conférence *Couple se comprendre pour mieux s'aimer*, Bérengère de Charentenay, jeudi 17 novembre à 20 h 30, salle 17 de l'Espace Montcalm, Vannes (entrée par la rue des Ursulines). Entrée libre.
➤ berengeredecharentenay.com



1. En collaboration avec Mathilde de Robien, journaliste à Aleteia

2. Mame, août 2021

3. Mame, août 2022