

**CONDITIONS DE PARTICIPATION À UNE PSYCHOTHÉRAPIE DE COUPLE /
ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE**
(version février 2026)

Ce document a pour but de fournir aux partenaires du couple des informations sur le psychologue-consultant (ci-après « le psychologue »), son niveau de formation, le processus et les spécificités de la psychothérapie, ainsi que les possibilités et les limites et du processus thérapeutique.

J'attire votre attention sur le fait que vous avez le droit de me poser des questions et d'obtenir des explications concernant ma formation, mon expérience, mon/ma superviseur-se, les approches dans lesquelles je travaille, ainsi que mon point de vue sur différents domaines de la vie, dans la mesure où cela concerne votre thérapie et si cela est pertinent pour le processus.

Merci de prendre le temps de lire attentivement ce document avec votre partenaire. Si vous avez des questions, veuillez en discuter avec moi.

1. Niveau de formation et qualifications

Formation principale :

- **2025 – à ce jour** — Certificat complémentaire en « Psychologie générale » au niveau master, Université de Genève (UNIGE).
- **2022–2025** — Baccalauréat/licence en « Psychologie », Université de Genève (UNIGE).
- **2018–2019** — Requalification en « Psychologie clinique », Université d'État russe des sciences sociales, avec un stage pratique à l'hôpital psychiatrique de Gannouchkine.
- **2016–2018** — Master en « Psychologie », Université nationale de recherche – Haute École d'Économie (HSE), spécialité : « Psychologie consultative. Personnalité », parcours : « Analyse existentielle et logothérapie ». Certificat international de GLE-International (Autriche), formation de base dans l'analyse existentielle.
- **2015–2016** — Requalification en « Psychologie », Université nationale de recherche – Haute École d'Économie (HSE).

Formations postgrades :

- **2025 – à ce jour** — Formation « Carte du processus de la thérapie centrée sur les émotions pour les thérapeutes travaillant avec des couples », Académie EFT, Moscou.
- **2026** — « Travail avec les blessures d'attachement selon le modèle AIRM », Giulia Altera, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2025** — Formation de base : Introduction au modèle DMM (modèle de maturation de l'attachement et de l'adaptation), Clark Baim, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2024** — Formation avancée (niveau 2) « Thérapie centrée sur les émotions » (thérapie de couple), ICEEFT (International Centre of Excellence in Emotionally Focused Therapy). Depuis 2025, je suis membre de [la Communauté des psychothérapeutes centrés sur les émotions](#).
- **2021** — Formation de base (niveau 1) « Thérapie centrée sur les émotions » (thérapie de couple), ICEEFT (International Centre of Excellence in Emotionally Focused Therapy).
- **2020–2023** — « Psychothérapie centrée sur le client et approche centrée sur la personne ». Niveau professionnel du psychologue-psychothérapeute. Depuis 2021, je suis membre de [la Société russe de l'approche centrée sur la personne](#).
- **2019–2020** — « Focusing, étapes I–III ». Depuis 2020, je suis une membre [de l'International Focusing Institute](#).

- **2019** — « Interventions cognitivo-comportementales en pratique clinique », Institut de psychanalyse de Moscou.

Je suis une spécialiste LGBTQUIA+ friendly. Je travaille sous supervision individuelle (avec un collègue ayant plus d'expérience) et participe à des groupes d'intervision (avec des collègues du même niveau). Actuellement, je continue sans cesse ma thérapie personnelle dans le cadre de l'approche centrée sur le client.

2. Organisation du processus psychothérapeutique en thérapie de couple

Dans mon travail avec les couples, je m'appuie sur les principes et la structure de la thérapie centrée sur les émotions de Dr. Sue Johnson (TCÉ).

L'objectif de la thérapie est l'obtention de changements positifs pour les clients. Pour que le processus thérapeutique soit possible, les objectifs de chaque partenaire concernant l'avenir du couple **doivent coïncider** ; dans le cas contraire, la thérapie n'aura pas de sens. Lors des premières séances d'introduction, je clarifierai avec chacun·e de vous **votre vision** de ce que vous considérez comme des changements positifs et **vos attentes** concernant le résultat souhaitable de notre travail. Vers la fin de la phase diagnostique (qui dure habituellement les premières 3-4 séances), je partagerai également mon point de vue sur la possibilité et la pertinence de la thérapie de couple. Il est important de souligner que le psychothérapeute ne peut garantir l'obtention d'un résultat positif, car celui-ci dépend de nombreux facteurs, en premier lieu de la motivation, du désir et de la volonté de coopération de **chaque** partenaire.

En cas de questions, de difficultés, de doutes ou de méfiance concernant le travail en cours, je vous demande instamment d'en discuter avec moi sous toute forme qui vous convient : lors d'une séance conjointe, par message écrit ou en demandant une séance individuelle. Cela nous aidera à unir nos efforts pour résoudre les difficultés éventuelles et me permettra de déterminer plus précisément l'orientation et la stratégie du travail.

Relation client-thérapeute : dans le cadre d'une thérapie de couple, **le client est le couple** et non l'un·e des partenaires pris·e individuellement. Cela signifie que je m'efforce de créer une relation équitable avec chacun·e des partenaires, en adoptant une position de neutralité bienveillante. Je ne cherche pas de coupable, je ne juge pas, je ne fais honte à personne et je n'accuse aucun·e des partenaires. Je prends une position de consultant du processus, qui signifie que je ne me prononce pas sur les décisions concernant l'avenir du couple.

Les relations avec chacun·e des partenaires sont strictement professionnelles. Cela signifie que pendant la thérapie, comme après sa fin, le/la client·e et le psychologue ne peuvent entrer dans des relations amicales, romantiques, partenariales, personnelles ou autres, en dehors de la relation thérapeutique. Cette règle vise à garantir la sécurité et l'indépendance tant du/de la client·e que du psychologue. L'interdiction des relations autres que professionnelles signifie également que la communication avec le psychologue se fait uniquement dans le cadre des séances thérapeutiques. Le contact entre les séances n'est possible que pour planifier, reporter ou annuler une séance, ou pour signaler des informations importantes concernant la santé, des situations d'urgence ou encore une méfiance/doute/difficulté qui pose une contrainte pour continuer le travail.

Par ailleurs, si le travail a débuté avec les partenaires en tant que couple, **la possibilité du travail individuel avec l'un·e ou l'autre partenaire sera dans ce cas-là exclue**, y compris après la fin de la thérapie de couple.

Vous pouvez quitter la thérapie à tout moment dès lors que vous en ressentez le besoin. Toutefois, si vous prenez la décision de mettre fin à la thérapie, il est nécessaire d'avoir au moins **une séance de clôture**. Cela est important dans la mesure où lors de la dernière séance, un bilan est réalisé et

vous avez la possibilité de réfléchir aux résultats de notre travail et de clarifier les questions qui pourraient vous préoccuper après la fin de la thérapie.

Il peut également apparaître qu'au cours de la thérapie, l'intervention de spécialistes externes pour un déroulement positif du processus psychothérapeutique soit nécessaire (par exemple : une thérapie individuelle ou des soins psychiatriques). De telles situations sont discutées conjointement lors des séances communes. Si, au cours du travail, je comprends que je ne dispose pas d'une qualification suffisante pour vous aider, j'en discuterai avec vous et m'engage, avec votre accord, à vous orienter vers un·e collègue compétent·e.

La structure habituelle d'une thérapie TCÉ est la suivante : la première séance d'introduction se déroule avec les deux partenaires. Ensuite, une séance individuelle avec chacun·e des partenaires est nécessaire pour étudier l'histoire familiale qui nous sera utile au cours du travail. Après ces séances, la pertinence de la thérapie, ainsi que les cibles d'intervention pourront être déterminées ensemble lors de la prochaine séance qui se déroulera à nouveau avec les deux partenaires.

3. Cadre, durée, annulation et paiement des séances

La durée d'une séance de thérapie de couple est de **90 minutes**, celle d'une séance individuelle est de **60 minutes** (en présentiel comme à distance). **La régularité des séances est très importante en thérapie** (si vous ne comprenez pas pourquoi, merci de me poser la question, il est important de la clarifier). La fréquence recommandée est d'une séance par semaine. Toutefois, en fonction des caractéristiques individuelles, ce format peut ne pas convenir ; la fréquence est donc déterminée individuellement et discutée avec vous.

Annulation / report des séances

Le créneau horaire choisi est réservé exclusivement pour vous pendant toute la durée de notre travail. **En cas de retard, la séance n'est ni décalée, ni prolongée** ; merci donc de respecter l'horaire convenu.

Si vous annulez une séance moins de 24 heures avant son début, vous devez régler 100 % du coût de la séance. En cas d'annulation plus de 24 heures à l'avance, merci de le faire entre 9h00 et 20h00 (CET). Les seules exceptions à cette règle concernent les situations d'urgence ou de force majeure (par exemple : hospitalisation, accident), qui sont discutées séparément avec le/la client·e.

Si, à mon tour, je suis contrainte d'annuler une séance moins de 24 heures avant son début, la séance suivante est gratuite pour vous (sauf en cas de force majeure, de situations d'urgence).

Si les deux partenaires sont attendu(e)s à une séance et que l'un·e d'eux/elles ne peut pas venir, la séance doit être reportée. Si, dans ce cas, un·e seul·e partenaire se présente, la séance est considérée comme annulée et doit être également réglée.

Les séances ont lieu dans un cabinet de consultation déterminé par le psychologue. En cas de format à distance (par exemple via Zoom), les règles suivantes s'appliquent :

- pendant la séance en ligne, le psychologue se trouve seul dans la pièce, sans tiers, conformément aux règles de confidentialité ;
- je recommande au couple d'en faire de même afin de se sentir libre dans l'expression des émotions et des sentiments ;
- il est important que les deux partenaires soient clairement visibles à la caméra.

Paiement des séances

Le coût de l'heure de consultation est discuté à l'avance par écrit et mis à jour sur mon site : www.polinapanasenko.com. **Le tarif peut être augmenté de 5 euros à la fin de l'année civile. Toute augmentation est annoncée un mois à l'avance.** En cas de situation financière difficile,

l'augmentation peut ne pas être appliquée ; ce point est dans tous les cas discuté individuellement avec le couple.

Le **paiement** par virement bancaire ou en espèces s'effectue immédiatement **après la séance et au plus tard le soir après la session**. Les coordonnées bancaires sont communiquées en début de thérapie. À la demande du/de la client·e, un reçu est envoyé.

Je me réserve **le droit de refuser le travail** si :

- le/la client·e est sous l'influence de l'alcool, de drogues ou d'autres substances ;
- la demande dépasse les compétences du psychologue et/ou nécessite l'intervention d'un·e autre spécialiste (par exemple, un·e psychiatre) ;
- la demande formulée par le/la client·e dépasse le domaine de thérapie de couple (par exemple, la vision du futur du couple est disjointe ; **l'un·e de partenaire a une relation extra-conjugale dont il/elle compte garder le secret et n'a pas envie d'évoquer lors de la thérapie**). **Dans ce dernier cas, je ne prends pas la responsabilité de garder votre secret, et il en découle de votre responsabilité d'expliquer à votre partenaire pourquoi la thérapie ne peut pas continuer.**
- le/la client·e ne se présente pas à la séance plus de deux fois sans prévenir à l'heure convenue.

La cessation du travail ne se fait jamais de manière unilatérale et est toujours discutée avec le couple afin de rechercher les raisons de la rupture du cadre thérapeutique.

4. Confidentialité

Au cours de la thérapie, je prends certaines notes professionnelles qui m'aident à mieux m'orienter dans le processus thérapeutique et à ne pas oublier des informations importantes. L'accès à ces notes est réservé uniquement à mon/ma superviseur·se, sous forme de retransmission et de synthèse de ma part, sans divulgation de données personnelles du client.

La **supervision** est une méthode de perfectionnement théorique et pratique des spécialistes en psychologie, consistant à analyser la pertinence et la qualité des approches et méthodes utilisées. L'aide psychologique implique le recours à un·e superviseur·se en cas de difficultés dans le travail avec un·e client·e, ainsi que pour rechercher la meilleure solution au problème du/de la client·e.

Toute information communiquée lors des séances reste confidentielle et ne sort pas du cadre thérapeutique, sauf en cas de menace pour la santé ou la vie de vous-même ou d'autrui. Ces situations incluent notamment :

- une menace de danger pour l'un·e des clients ; en cas de risque de suicide ou d'homicide, je serai amenée à contacter votre famille ou votre entourage afin de tenter d'assurer votre sécurité et celle des autres ; si cela ne suffit pas, j'en informerai les autorités compétentes ;
- les cas de maltraitance envers des enfants ou de négligence de leurs besoins, ainsi que les cas de négligence envers des personnes juridiquement incapables, conformément à la loi ;
- les violations ou projets de violations du droit pénal.

Conformément au code de déontologie du psychologue, je ne m'intéresse pas à votre personnalité, à votre vie ou à votre entourage en dehors de la thérapie. Je ne consulte pas vos profils sur les réseaux sociaux ou dans des communautés professionnelles et je ne commente pas vos déclarations publiques accessibles à ma consultation. En thérapie, je travaille uniquement avec les informations que vous avez, pour vos propres raisons, choisies de me fournir au cours des séances.

Je peux utiliser des séances individuelles dans le cadre du processus de thérapie de couple ; le format et la confidentialité de ces séances sont définis à l'avance. Je ne garde pas de secrets, vis-à-vis de l'un·e des partenaires, des informations que l'autre partenaire partage intentionnellement ou accidentellement lors de séances individuelles ou en dehors de celles-ci, si ces informations sont incompatibles avec le format de la thérapie de couple ou rendent le processus thérapeutique impossible (cf. point précédant concernant les cas de refus du travail).

Enregistrement des séances

Je n'enregistrerai pas d'audio ou de vidéo avec votre participation sans votre consentement et sans expliquer dans quel but ces enregistrements pourraient être utilisés. Toutefois, la possibilité d'enregistrer des séances audio ou vidéo serait pour moi très précieuse et utile. D'après mon expérience, la qualité des supervisions est bien meilleure lorsqu'il est possible d'examiner directement un extrait du travail (10 à 15 minutes de séance), plutôt que de se baser uniquement sur mon résumé verbal. Cette forme d'analyse professionnelle permet de mieux structurer le processus thérapeutique et de repérer rapidement les difficultés. L'accès aux enregistrements, en dehors de moi-même, est réservé uniquement à mon/ma superviseur-se. Vous ou votre partenaire avez le droit de refuser l'enregistrement à tout moment, quelle qu'en soit la raison, et d'exiger la suppression des enregistrements existants. Je m'engage à satisfaire cette demande.

5. Éthique et réclamations

Dans mon travail, je respecte le code éthique de la Communauté des thérapeutes centrés sur les émotions (dont je suis membre), disponible sur le site de la Communauté : <https://ceft-msk.ru/ethic.com>.

Vous avez le droit d'exprimer publiquement des réclamations, de discuter du déroulement de la thérapie avec toute personne, sous toute forme et à tout moment. Si vous estimez que vos droits ont été lésés au cours de la thérapie avec moi, vous avez le droit d'adresser une réclamation à mon/ma superviseur-se (les coordonnées du/de la superviseur-se sont fournies sur demande) ou bien dans le formulaire de retour sur le site de la Communauté des thérapeutes centrés sur les émotions : <https://ceft-msk.ru/contacts> ou par e-mail de la Communauté : info@ceft-msk.ru

6. Coordonnées et acceptation des conditions

Avant de signer le présent document, merci de discuter avec moi de toutes les questions éventuelles. En signant ce document, vous exprimez votre accord avec les conditions décrites ci-dessus.

Partenaire 1 :

Nom et prénom : _____

Numéro de téléphone : _____

E-mail : _____

Date et signature : _____

Partenaire 2 :

Nom et prénom : _____

Numéro de téléphone : _____

E-mail : _____

Date et signature : _____

Psychologue : Panasenko Polina

Téléphone : +7 (903) 687-10-88 // +41 76 602 66 40

Merci de me contacter via WhatsApp ou Telegram

E-mail : psy.polinapanasenko@gmail.com

Site : www.polinapanasenko.com

Date et signature : _____