

# Qui consulter... Pasteur ou Thérapeute chrétien ?

*Un guide pour discerner vers qui se tourner selon les besoins  
dans un cadre de foi et de bienveillance.*

| Situations                                                                          | Le Pasteur                                                                                                                      | Le Thérapeute chrétien                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Je vis une difficulté spirituelle, un combat intérieur, une crise de foi.           | Il peut prier, encourager dans la foi, proposer un chemin de réconciliation avec Dieu.                                          | Il peut m'aider à explorer le sens de cette crise et à relier foi et émotions.                                        |
| J'ai besoin d'un accompagnement biblique ou pastoral.                               | Il m'enseigne, me conseille selon les Écritures, et m'offre un soutien spirituel.                                               | Il m'accompagne avec une approche biblique et psychologique, enracinée dans la foi chrétienne.                        |
| Je traverse une grande détresse émotionnelle (anxiété, tristesse, épuisement, etc.) | Il peut écouter, offrir des repères bibliques et prier, mais ce n'est pas toujours son domaine d'expertise.                     | Il est formé pour m'accompagner en profondeur avec des outils éprouvés.                                               |
| Je veux comprendre mes réactions, mes émotions ou mon histoire.                     | Il peut m'offrir un regard spirituel dans ce que je vis.                                                                        | Il m'aide à faire des liens entre mon passé, mes émotions, mes schémas de pensée et mon fonctionnement psychologique. |
| Je vis un traumatisme, une blessure ancienne ou une dépendance.                     | Il peut prier pour la guérison/ délivrance et offrir un soutien spirituel, mais devra souvent référer pour la suite du travail. | Il a la formation nécessaire pour m'accompagner de manière sécuritaire et soutenue.                                   |



# Qui consulter... Pasteur ou Thérapeute chrétien ?

SUITE...

| Situations                                                          | Le Pasteur                                                                                                        | Le Thérapeute chrétien                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Je traverse un conflit relationnel (famille, couple, Église, etc.). | Il peut intervenir avec sagesse, mais cela peut être délicat selon son rôle et sa position dans le système.       | Il offre un cadre neutre, sans parti pris, pour m'aider à clarifier et évoluer.                                                                              |
| Je cherche une transformation durable sur le plan intérieur.        | Il m'oriente vers la sanctification, la maturité spirituelle et la foi vivante.                                   | Il m'aide à grandir intérieurement en travaillant mes blessures, mes schémas et ma relation à Dieu, avec des repères bibliques et des outils thérapeutiques. |
| Je me sens bloqué(e) dans ma vie spirituelle ou personnelle.        | Il m'encourage, répond à mes questions bibliques et m'aide à discerner la volonté de Dieu.                        | Il m'aide à identifier ce qui m'empêche d'avancer, à faire du sens et à reconnecter avec ce qui donne un sens à ma vie, y compris dans ma foi.               |
| J'ai besoin d'un espace pour déposer ce que je vis, sans être jugé. | Il m'écoute et m'encourage spirituellement, mais par son rôle, il peut être difficile de tout exprimer librement. | Il m'accueille sans jugement dans un espace confidentiel, empreint de foi et de bienveillance.                                                               |

Quel que soit ton choix, n'oublie pas : demander de l'aide est une force. Dieu peut se servir autant d'un pasteur que d'un thérapeute pour t'accompagner sur ton chemin de guérison.