

DESCRIPTION FRANÇAISE

J'ai obtenu mon diplôme de psychologue clinicienne à l'Université de Turin, après avoir obtenu le bachelier en sciences psychologiques et de l'éducation à Bruxelles à l'Université Libre de Bruxelles et un master en communication sociale et publique à Londres auprès de la London School of Economics and Political Science.

En Janvier 2022 je me suis inscrite à l'école de psychothérapie Gestalt auprès de l'Institut International de Psychopathologie et de Psychothérapie Gestalt à Turin.

Ayant vécu et travaillé la plupart de ma vie à l'étranger, j'ai eu des expériences de volontariat et de travail à la fois dans des réalités culturelles et des domaines différents. J'ai travaillé avec les mineurs et les adultes dans le secteur de la santé mentale, dans l'accompagnement éducatif des enfants et l'accompagnement à la parentalité, ainsi que dans le domaine de l'intégration socioculturelle et de promotion de la participation communautaire.

Dans une société si complexe et difficile à bien des égards, il n'est pas facile de comprendre ce que « prendre soin de soi » peut signifier pour chacun de nous et surtout comprendre par où commencer.

Qui se retrouve à la merci de ses émotions, qui a du mal à s'en sortir des affaires de la vie, qui a des difficultés à s'apprécier et à s'accepter, qui a peur d'entamer des relations amoureuses, qui a du mal à combiner la vie familiale et celle du travail etc. chacun de nous souffre pour quelque chose qui nous est propre et il est souvent difficile de se réconcilier avec soi-même et de sentir qu'on peut partager sa façon d'être avec quelqu'un qui puisse l'accepter.

Et c'est précisément pour ces raisons que je me rends disponible pour créer ensemble un espace qui soit le vôtre, dans lequel vous pouvez commencer à expérimenter le pouvoir de « la parole avec l'autre » dans une ambiance d'accueil et de non-jugement, avec le but d'entamer ensemble ce voyage à la recherche de vous-mêmes.

PRINCIPAUX DOMAINES D'INTERVENTION

Difficultés quotidiennes
Problèmes d'estime de soi et d'efficacité personnelle
Gestion des conflits interpersonnels
Gestion de l'anxiété et du stress
Difficultés scolaires
Difficultés relationnelles
Difficultés émotionnelles et d'humeur
Accompagnement à la parentalité

TECHNIQUES D'INTERVENTION PSYCHOLOGIQUE

Entretien clinique
Counseling psychologique
Psychoéducation