

Accompagnement individuel



Accompagnement individuel

mardi 3 mai 2016, par [Equipe Internet BP](#)

Un temps pour donner du sens, pour se sentir mieux, pour avancer.

Parfois la vie nous donne à vivre des difficultés qui semblent insurmontables :

- des relations qui restent nouées,
- un deuil à traverser,
- une image de soi dégradée.

Nous avons le sentiment d'être envahi par quelque chose qui nous dépasse et que l'on ne comprend pas ou qui nous empêche d'avancer.

Le plus douloureux dans la souffrance est de rester seul avec elle. Mettre des mots, se sentir écouté et entendu est une première étape pour la traverser et pouvoir avancer, rebondir.

Il peut arriver aussi que nous soyons surpris de nos réactions face à certaines situations, que nous aimerions mettre en place d'autres comportements mais que nous manquons de ressources ou de modèles pour faire autrement.

L'accompagnement individuel est d'abord un temps que l'on prend pour soi, un temps pour déposer.

En pratique

Entretiens pour adultes et adolescents.

Entretiens d'1 heure.

La thérapeute

Valérie David Bellouard

Psycho-praticienne, conseillère conjugale et familiale

P.-S.

Valérie David Bellouard

Psycho-praticienne, conseillère conjugale et familiale

Espace Paroles&Familles



11bis rue Ampère 75017 Paris métro Wagram



+33 6 28 06 08 71

[Lui adresser un message](#)