Ma vie de psy

Découvrir, comprendre se transformer ...

Thérapie Existentielle !

LA PSYCHOTHÉRAPIE : UN ESPACE POUR MIEUX SE COMPRENDRE

La psychothérapie est avant tout un espace d'échange où chaque personne peut explorer ses pensées, ses émotions et ses schémas de fonctionnement. Il ne s'agit pas d'apporter des réponses toutes faites, mais d'accompagner dans la mise en sens de ce qui est vécu, en respectant le rythme et l'histoire de chacun.

Envie d'en savoir plus ?
Si mon approche résonne en vous et que vous souhaitez explorer ce chemin, prenez rendez-vous en cliquant ICI

UN COUPLE, C'EST DU MOUVEMENT

Être en couple, ce n'est pas figé. C'est une dynamique où chacun évolue, individuellement et à deux. Mais parfois, ces évolutions ne suivent pas le même rythme, et des incompréhensions, des frustrations ou des blessures peuvent émerger.

Et vous ? Avez-vous déjà envisagé une thérapie de couple ?

Thérapie de couple : un espace pour comprendre et avancer

Envie d'en savoir plus ?
Découvrez ma façon d'accompagner le couple ! ICI

Marie -Léopatre Psy
ELISABETH-COLOMBEL
THÉRAPIE & FORMATION
Que votre vécu prenne sens

Ma vie de psy

Découvrir, comprendre se transformer ...

Violence dans le couple, tout le monde peut jouer un rôle !

LES VIOLENCES DANS LE COUPLE : BIEN PLUS QU'UN CONFLIT

Les violences conjugales ne sont pas de simples disputes de couple. Elles s'inscrivent dans un rapport de domination où l'un impose à l'autre une emprise physique, psychologique, économique ou sexuelle. Loin d'être un acte isolé, elles s'insinuent progressivement, brouillant les repères et fragilisant la victime qui, souvent, ne se reconnaît pas immédiatement comme telle. La peur, la culpabilité et la honte viennent renforcer le silence et l'isolement.

Envie d'en savoir plus ?
Se former, s'informer sur les violences dans le couples : la formation, les ateliers "maux de couple" à destination des professionnel.les et du grand public c'est par ici !

QUAND LE TRAVAIL DÉPASSE LES LIMITES

L'épuisement professionnel ne survient pas du jour au lendemain. Il s'installe progressivement, souvent masqué par la passion, l'engagement ou la pression des responsabilités. Ce n'est pas seulement une fatigue passagère, mais un état d'usure profonde qui impacte autant le corps que l'esprit. L'accompagnement en psychothérapie est un allié pour trouver l'équilibre qui vous ressemble !

L'épuisement professionnel : comprendre, prévenir et agir