



CONSULTATION AVEC UNE PSYCHOLOGUE

**La psychologue vous permet
d'échanger sur ce que vous
ressentez et ce qui vous
préoccupe.**

**Elle vous écoute avec
bienveillance, sans jugement.**

**Vous chercherez ensemble
des solutions pour améliorer
votre situation.**



CONSULTATION AVEC UNE PSYCHOLOGUE

Elle est spécialement formée aux approches adaptées aux personnes ayant vécu des traumatismes.

Ensemble, vous chercherez des solutions pour surmonter vos difficultés.

La psychologue utilise des techniques spécifiques pour vous aider à gérer les séquelles du trauma.



CONSULTATION AVEC UNE PSYCHOLOGUE

La psychologue vous propose des exercices qui vous aideront à retrouver un sentiment de sécurité et de paix.

Ces techniques, issues des approches centrées sur le trauma, seront disponibles dans l'application pour vous accompagner au quotidien.