

Mon cher Samuel,

Je ne sais pas comment te remercier... C'est fou ce que tu as fait!

Non seulement je suis très touchée que tu te sois donné autant de mal pour moi,  
mais en plus, bien évidemment, je suis hyper contente!!!

C'est dingue de voir ce site internet de professionnelle! Comment j'aurais fait  
sans toi? C'est en voyant ton résultat que je me rends compte à quel point  
j'avais sous-estimé la difficulté de l'exercice... Jamais je n'aurais réussi à faire  
quelque chose d'aussi stylé sans toi. (D'ailleurs, je n'aurais peut-être rien fait du  
tout...)

Bref, en tant que bonne citoyenne néo-libérale, je t'aime encore plus qu'avant! :p

### **Sinon, dans les remarques/questions générales :**

- Comme tu pourras le voir, je me suis un peu dégonflée sur le fait de centrer mon site uniquement sur la souffrance au travail... Donc j'ai juste ajouté par-ci, par-là, le fait que je m'occupais aussi d'autres choses... ☺
- Je trouve ton site hyper clair, hyper concis et straight-to-the-point. Là encore, jamais je n'aurais réussi cet exploit, d'autant que la psychanalyse tend vers l'opposé... Merci <3  
En revanche, j'ai un peu peur que justement, ça draine un public qui attende de moi des thérapies brèves, des TCC et qui me demande d'être « efficace ». C'est pour ça que j'ai ajouté un peu de texte à certains endroits, pour y mettre un peu plus de « moi », d'humain et de rondeur. Parce que j'ai eu l'impression que ça manquait un peu de douceur (loin de moi l'idée que tu manques de douceur hein :p) Je ne sais pas si ça change grand-chose, mais au moins, ça m'a donné le sentiment de m'approprier un peu le site ;)
- Est-ce qu'à l'écran, chaque onglet peut s'afficher comme une page ou bien est-ce que tout est obligatoirement à la suite?
- J'ai vu les tentatives de dégradé rose/ jaune par endroits mais je ne suis pas sûre que ça soit nécessaire en fait...
- Finalement, besoin ou pas que je m'appelle Hélène NGUYEN-FOURNIER?
- Mon site s'appellera-t-il nécessairement : <https://helene-psychologue.netlify.app/> ou alors je peux acheter un nom de domaine pour pas cher par an, comme tu l'avais évoqué, genre avec paris dans le nom du domaine?
- Pour l'adresse contact, c'est nécessairement : [contact@helene-nguyen-psychologue.fr](mailto:contact@helene-nguyen-psychologue.fr) ou bien je peux utiliser [helenenguyen.psychologue@gmail.com](mailto:helenenguyen.psychologue@gmail.com)? Les deux me vont sans préférence, dis-moi ce que tu penses être le mieux!

~~ACCOMPAGNEMENT DU MAL ÊTRE AU TRAVAIL~~

# Retrouver de l'air, du sens, et une marge de manoeuvre.

J'accompagne les personnes qui traversent un mal-être au travail : stress, surcharge, burn-out, conflits, perte de sens, ~~difficultés relationnelles~~.

[Prendre rendez-vous](#)

[Me contacter](#)

DISPONIBILITÉS  
~~Jeudi~~

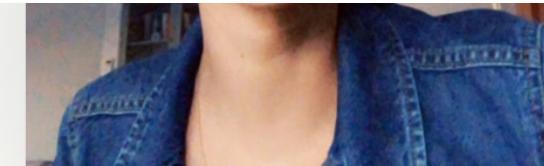
FORMAT  
Cabinet ou visio

CADRE  
*Ecoute bienveillante*  
confidentialité

Pour les dispo, je ne préfère pas le dire si tôt vu que je ne propose que le jeudi en cabinet... Donc soit on supprime cet encart, soit on met du lundi au vendredi



Ajouter : *Les séances peuvent également concerner des événements de vie tels qu'une rupture amoureuse ou une perte d'emploi, des difficultés relationnelles (couple, famille, ami.e.s) ou dans la parentalité, l'anxiété, l'estime de soi, le sommeil, la gestion des émotions, ou simplement l'envie de mieux se connaître.*



Hélène Nguyen - Psychologue clinicienne ~~dédiée aux~~  
~~thématisques Travail~~

Hélène Nguyen – Psychologue clinicienne *et psychothérapeute dédiée à la santé mentale au travail et aux difficultés de la vie de tous les jours*

[Je voudrais juste me présenter brièvement > Ajouter une ici?](#)

*Psychologue clinicienne et psychothérapeute, je suis également doctorante spécialisée en santé mentale au travail. Passionnée par mon métier, j'accueille adultes et adolescent.e.s à partir de 16 ans dans mon cabinet ou en visioconférence, dans un cadre bienveillant où la parole est libre et sans jugement. (NB : on pourrait mettre ça juste avant « J'accompagne les personnes qui traversent etc »?)*

## Peut-être enchaîner d'abord sur « APPROCHE » et après seulement sur « POUR QUI » ?

Cette page est juste



Hélène Nguyen  
Psychologue clinicienne, Paris

POUR QUI      APPROCHE      MODALITÉS      THÈMES      PRENDRE RENDEZ-VOUS      CONTACT

Ajouter ça avant « Une démarche sur-mesure » : *Mon approche, fondée sur l'écoute bienveillante de ce qui pèse ou fait souffrir ainsi que sur la co-construction de sens, vise à apaiser, à aider à retrouver des appuis, et à améliorer le bien-être au quotidien.*

### Mon approche

Une démarche sur-mesure, centrée sur votre situation, votre rythme et vos besoins. Nous tenterons ensemble de clarifier, stabiliser, avancer.

#### 1. CLARIFIER

Ce qui pèse, ce qui déclenche, ce qui manque. ~~Poser~~ les faits, les ressentis, les enjeux.

*Poser et comprendre*



#### 2. STABILISER

Ressources, stress, limites, apaisement. Reprendre un peu d'air, sans forcer.

#### 3. AVANCER

Décisions, actions réalistes, ajustements. Retrouver de la cohérence et du mouvement.

**Important :** il n'y a pas de "bonne" façon d'aller mieux. On cherche une trajectoire vivable, pas une performance.

Ajouter dans la phrase : « *Il n'y a pas de « bonne » façon d'aller mieux, mise à part de prendre le temps de s'écouter. On cherche une trajectoire vivable, pas une performance.* »

*Ajouter : Les premières rencontres permettent de préciser la demande et de décider ensemble de la suite, en douceur : entretiens ponctuels, soutien temporaire ou suivi psychothérapeutique. Les séances sont strictement confidentielles et encadrées par le code de déontologie des psychologues.*

**L'onglet POUR QUI et l'onglet THEMATIQUES sont peut-être redondants? On pourrait les fusionner?**

Hélène Nguyen  
Psychologue clinicienne, Paris

POUR QUI   APPROCHE   MODALITÉS   THÈMES   PRENDRE RENDEZ-VOUS   CONTACT

## Pour qui ?

Quelques situations fréquentes, sans étiquette, ni recette toute faite.

-  Stress et surcharge
  - Fatigue persistante
  - Pression, charge mentale
  - Difficulté à déconnecter
-  Burn-out et épuisement
  - Perte d'élan, irritabilité
  - Sentiment de dépassement
  - Retrouver un équilibre
-  Conflits et relations
  - Tensions d'équipe, conflits
  - Ambiance toxique, harcèlement
  - Assertivité, limites, positionnement

A rediscuter de vive voix sur le fond et sur la forme

## Thèmes

Quelques portes d'entrée, selon ce que vous traversez aujourd'hui.



THÈME  
**Souffrance / mal-être au travail**  
EXPLORER



THÈME  
**Perte de sens / transition pro / conflits**  
EXPLORER



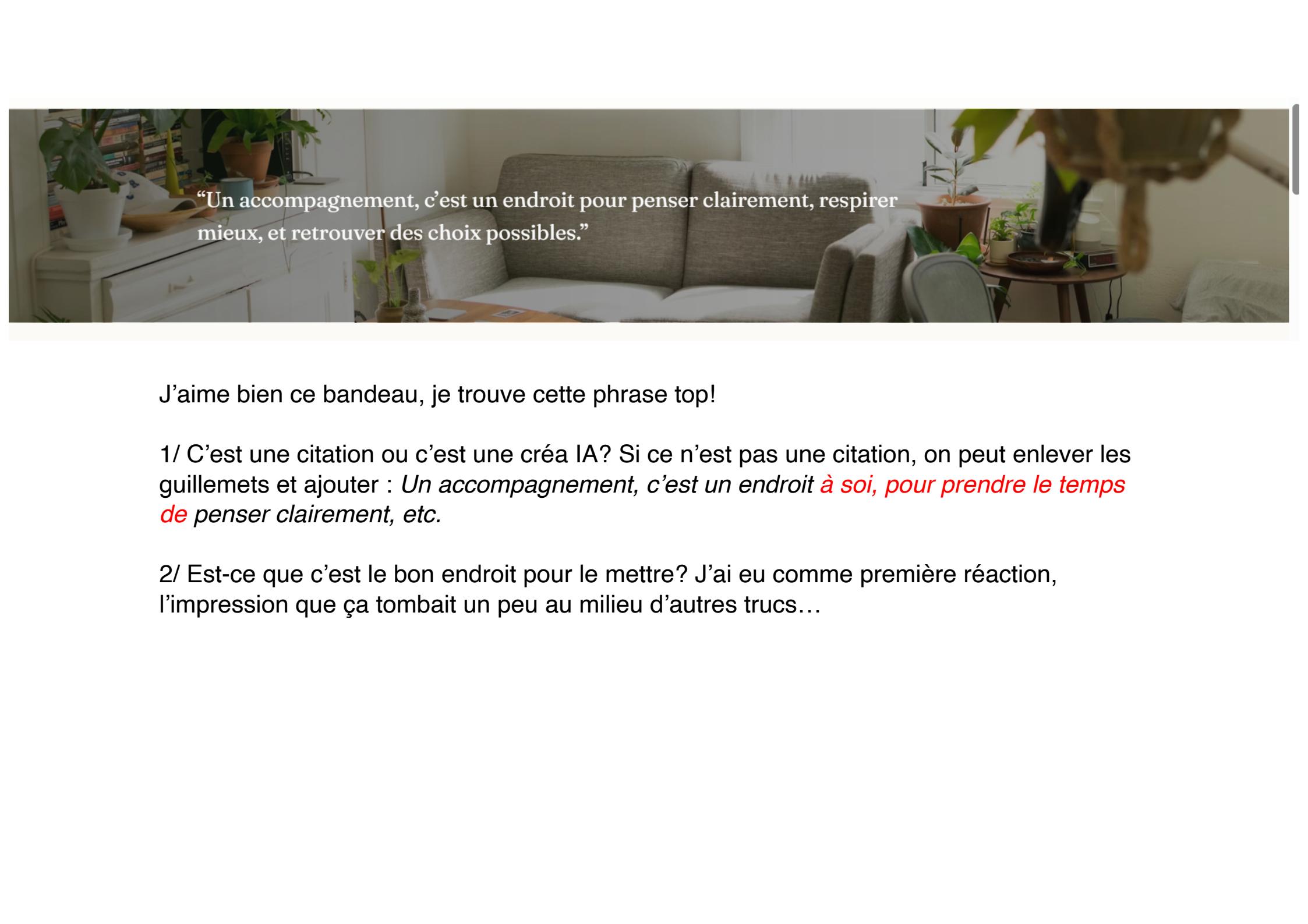
THÈME  
**Burn-out & épuisement**  
EXPLORER



THÈME  
**Mieux vivre le couple**  
EXPLORER



THÈME  
**Estime de soi / se retrouver**  
EXPLORER



“Un accompagnement, c'est un endroit pour penser clairement, respirer mieux, et retrouver des choix possibles.”

J'aime bien ce bandeau, je trouve cette phrase top!

1/ C'est une citation ou c'est une créa IA? Si ce n'est pas une citation, on peut enlever les guillemets et ajouter : *Un accompagnement, c'est un endroit à soi, pour prendre le temps de penser clairement, etc.*

2/ Est-ce que c'est le bon endroit pour le mettre? J'ai eu comme première réaction, l'impression que ça tombait un peu au milieu d'autres trucs...

## Modalités

~~Simple, lisible, sans surprise.~~



### Cabinet

~~Paris (sur rendez-vous)~~

~~Adresse exacte communiquée lors de la réservation.~~

Le jeudi

133 Rue de Sèvres, 75006 Paris



### Visio (sur rendez-vous)

Lien Teams envoyé après la confirmation du rendez-vous

Les lundi, mardi, mercredi et vendredi



### Honoraires et séances

Première consultation ~40 minutes : 80 euros

Consultation de suivi ~40 minutes : 80 euros

En fin de séance, le règlement peut s'effectuer en espèces, par CB ou par chèque.

La Sécurité sociale ne rembourse pas les consultations de psychologie. Certaines complémentaires santé peuvent toutefois les couvrir en partie. N'hésitez pas à vérifier avec votre mutuelle.

Pour toute annulation, merci de prévenir au moins 48 heures à l'avance. En cas d'annulations de dernière minute répétées, les séances seront dues.

### Moyens de transport

Métro - Duroc (lignes 10 et 13)

Métro - Vaneau (ligne 10)      Métro - Montparnasse-Bienvenue (lignes 4, 6, 12 et 13)  
Gare Montparnasse

Bus - Duroc (lignes 82 et 92)

### Parking public

5 Impasse de l'Enfant Jésus, Paris

Je vous remercie par avance d'avoir la gentillesse de **ne pas sonner avant l'heure pile de votre rendez-vous** afin de ne pas interrompre la séance précédente.

~~Samuel Ciscato~~ Hélène NGUYEN  
**Prendre rendez-vous**

⌚ 45 min 40 min

📍 133 rue de Sèvres – 75006 PARIS

Choisissez votre créneau

Sélectionnez la date et  
l'heure

ALIMENTÉ PAR  
Calendly

< janvier 2026 >

LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
				1	2	3
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21*	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Tu as réussi à trouver un module de prise de RDV : gratuit ou payant?

1/ Est-ce qu'on peut distinguer RDV en visio et RDV au cabinet, comme sur doctolib?  
Et aussi 1<sup>re</sup> consultation et consultation de suivi (même si ce n'est pas primordial)?

2/ Est-ce que tant que j'ai doctolib, on peut mettre un onglet qui renvoie vers Doctolib et le jour où je résilie Doctolib, on active ça? Parce que j'imagine que les deux ne peuvent pas co-exister, dans le sens qu'ils ne peuvent pas prendre en compte les RDV pris sur l'autre site

## Contact

~~Pour une question pratique, vous pouvez écrire ici.~~ Pour toute question, n'hésitez pas à m'écrire ici :

### Coordonnées

Email : [contact@helene-nguyen-psychologue.fr](mailto:contact@helene-nguyen-psychologue.fr)

Ou [helenenguyen.psychologue@gmail.com](mailto:helenenguyen.psychologue@gmail.com)?  
Urgence : si vous êtes en danger immédiat,appelez le 15 ou le 112.

### Nom

### Email

### Téléphone

### Message

J'accepte que mon message soit utilisé uniquement pour me recontacter.

**Envoyer**

## Mentions légales

Informations légales du site.

### Éditeur du site

**Hélène Nguyen**  
Psychologue clinicienne  
Paris, France

Email : [contact@helene-nguyen-psychologue.fr](mailto:contact@helene-nguyen-psychologue.fr) Ou [helenenguyen.psychologue@gmail.com](mailto:helenenguyen.psychologue@gmail.com)?

Numéro RPPS : 10111004437

Numéro SIRET : 91431411700021

Adresse professionnelle : 133 rue de Sèvres – 75006  
Paris

À compléter si nécessaire : adresse professionnelle complète, numéro SIRET, numéro ADELI ou RPPS si applicable.

### Hébergement

Site hébergé par **Netlify** (Netlify, Inc.).

Le site est publié via une infrastructure de type "static hosting".

### Propriété intellectuelle

Les textes, éléments graphiques et contenus de ce site sont protégés par le droit d'auteur. Toute reproduction non autorisée est interdite.

### Contact

Pour toute question, vous pouvez écrire à : [contact@helene-nguyen-psychologue.fr](mailto:contact@helene-nguyen-psychologue.fr) Ou [helenenguyen.psychologue@gmail.com](mailto:helenenguyen.psychologue@gmail.com)?