

# Psychothérapie et développement personnel



## Psychodrame, Hypnose et EMDR

- **Psychothérapie individuelle** : **Pour** enfants – adolescents – adultes - personnes âgées – couples - familles. **Pour** des difficultés qui sont d'ordre personnel, alimentaire, social, scolaire, professionnel, sexuel, conjugal, familial,... (Impasses, conflits, tensions...). Pour être moteur du déploiement de son potentiel, gérer son stress, sortir de la dépression, du burn-out, penser de façon positive et *rehausser l'estime de soi*.

Si l'on consulte, c'est parce qu'on a l'espoir que certaines choses changent en soi et que la palette de la vie prenne des couleurs plus attrayantes. La psychothérapie est une réponse singulière à un « je » unique dans un champ privilégié d'écoute et de parole et ce dans un dispositif particulier que constitue le cadre thérapeutique.

*La psychothérapie est un lieu d'expression et de parole, pour toute personne éprouvant des difficultés dans sa vie, surtout quand dire les choses semble impossible, quand nous sommes débordés par nos émotions ou coupés d'elles, quand notre histoire est marquée par un blanc, des traumatismes... Une nouvelle rencontre avec soi-même et avec l'autre, par la représentation scénique, la médiation, l'hypnose, l'EMDR, ... va permettre de redonner de la vie, de parler sans les mots parfois et surtout après coup sans les maux !*

- **Accompagnement, suivi psychologique, guidance** : aide à la parentalité également (individuellement, en couple, en groupe de parole selon les demandes). Suivi également de personnes vivant avec un handicap mental.
- **Formation** : à la relation d'aide, à la guidance et à la psychothérapie pour toute personne désireuse d'une formation, d'un développement personnel et créatif.
- **Supervision individuelle** : pour tout travailleur social souhaitant se perfectionner.

**Lieu**: CENTRE CROUSSE: 11, Rue au Bois à 1150 Bxl (plan d'accès sur le site web). **Consultations** (individuelles et/ou en groupe selon la demande) uniquement sur rendez-vous.

**Contact** : *JACQUES MICHELET, PSYCHOLOGUE CLINICIEN, PSYCHOTHERAPEUTE-PSYCHODRAMATISTE ET HYPNOTHÉRAPEUTE* [jmichelet@live.be](mailto:jmichelet@live.be) +32  
498253830 et/ ou 02/ 7715369

 <https://www.psychotherapie-psychodrame.be>