



Claire Brouard

Psychologue

Relaxation - Sophrologie

Soutien psychologique Psychothérapie Thérapie psycho-corporelle

Adultes

Motifs de consultation

Anxiété - angoisses	Deuil, séparation, perte
Dépression	Maladies chroniques ou aiguës
Phobies	Troubles du sommeil
Gestion du stress	Douleurs
Epuisement "Burn out"	Faire le point, bilan
Mal être, Manque de confiance	Etc...

Déroulement d'une séance

- Entretien où la place est largement donnée à la **parole**, avec parfois, des exercices de **relaxation** et de **sophrologie**
- Durée : 50 minutes

Ma pratique de la psychologie

Approche pluridisciplinaire

En fonction de la demande, nous explorons :

- l'enfance, l'inconscient, les relations
- le corps, les tensions, les émotions
- des situations concrètes de la vie quotidienne (guidance, jeux...)

01 77 15 34 31 - 06 21 54 27 87

6 rue Antoine Bourdelle, 75015 Paris

M° Montparnasse

<http://www.clairebrouard.fr/>