

THÉRAPEUTE EN RELATION D'AIDE



Caroline Rhéaume



Thérapeute en Relation d'Aide diplômée du CFRA

Agréée par le Centre de Formations en Relation d'Aide sous le numéro : R20216

Consultations



Durée : 60 min



Sur rendez-vous : 514-995-7953

Téléconsultation par internet



Tarif : 60 \$



carolinerheaumetra@gmail.com

Bonjour, je me nomme Caroline.

Qu'est ce que la thérapie en relation d'aide ? Il s'agit d'une forme d'intervention psychologique et sociale inspirée des travaux du célèbre psychologue américain Carl Rogers. Par son écoute active et l'entretien non directif, le thérapeute amène le consultant à acquérir une meilleure compréhension de lui-même qui le rendra capable de progresser et de surmonter les difficultés du moment.

Le thérapeute en relation d'aide propose une approche centrée sur les émotions.

Types de problématiques pouvant être abordées ensemble :

- Insomnies passagères, stress, peurs passagères,
- Adaptation à une nouvelle vie ex. déménagement,
- Relations au travail, changement de carrière, perte d'un emploi,
- Manque de motivation, quête de sens,
- Manque de confiance et d'estime en soi.
- Difficulté communicationnelle,
- Mieux vivre un conflit,
- Surmonter la solitude, un deuil, une rupture,
- Difficultés relationnelles.