



Aurélié ALLAVENA

Psychologue et psychothérapeute



Bienveillance et soutien

Vous rencontrez des difficultés dans votre vie quotidienne, de la souffrance au travail ou dans d'autres domaines, des conflits, des interrogations, je peux vous accompagner pour mieux comprendre vos sentiments et éclaircir les situations.



Psychologue clinicienne, je propose des consultations individuelles ou de couple. En mettant l'accent sur l'écoute active et l'empathie, mon objectif est de vous offrir un espace sûr où vous pouvez explorer vos émotions, comprendre vos ressentis et trouver des solutions adaptées à vos besoins



En tant que spécialiste en psychologie du travail, j'accompagne également les professionnels, qu'ils soient salariés ou dirigeants, dans la gestion des conflits, la prévention des risques psychosociaux et le développement de leur carrière. Le bien-être au travail est essentiel pour une vie épanouie et je peux vous aider à trouver un équilibre harmonieux entre vos aspirations personnelles et professionnelles.



L'art-thérapie est une autre dimension de mon accompagnement. En utilisant des moyens d'expression artistique comme la peinture, le collage ou l'écriture, je vous invite à explorer vos émotions de manière créative et libératrice. L'art-thérapie permet de développer la créativité, renforcer la confiance en soi et trouver des moyens nouveaux et apaisants de gérer vos émotions.



Rendez-vous par téléphone ou sur Doctolib
10-12 rue des Arbousiers Bat E.COLE
06510 Carros
Possibilité de séances en téléconsultation
07.82.48.78.28

