



Infos pratiques :

Adresse du cabinet : 30 Bd Général Leclerc Roubaix

Contact : 06.51.19.15.16

Tarifs : 60€ séance individuelle (45-60min) à l'unité, 165€ les 3 séances ou 250€ les 5 séances /
15€ séance de groupe (60 < 90 min) ou 60€ les 5 séances

Alexandra Madelon ~ Coach de vie ~ Psychologue

Diplôme : Master 2 SHS Mention Psychologie Clinique spécialité TCCE



La prise en charge - C'est quoi ?

- ⇒ Un suivi individuel personnalisé en fonction de vos difficultés et de votre demande
- ⇒ Des entretiens interactifs centrés sur vos objectifs
- ⇒ La proposition d'outils appropriés pour redevenir acteur de votre vie

Pourquoi consulter ? Quelques exemples :

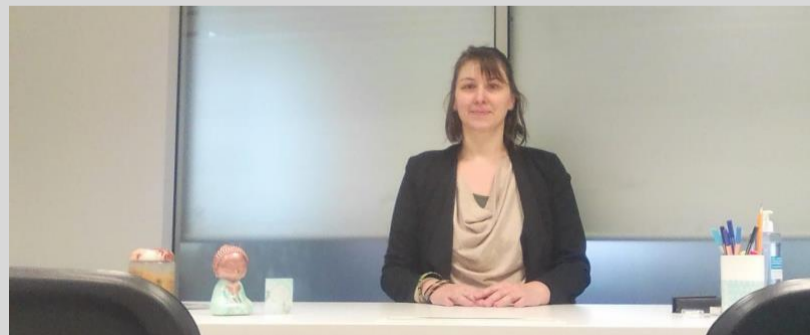
- *Je déteste mon corps*
- *J'aimerais changer mon rapport à l'alimentation*
- *J'ai du mal à atteindre les objectifs que je me fixe*
- *Je cherche absolument la perfection*
- *Je suis timide*
- *Je me dévalorise souvent*
- *Je me compare négativement aux autres*
- *J'ai peur de l'échec*
- *J'ai du mal à prendre du temps pour moi*

- *J'ai du mal à gérer mes émotions*
- *Les relations avec les autres sont compliquées pour moi, cela peut inclure ma famille et mes amis*
- *J'aimerais parler de ma sexualité*
- *Ma relation de couple est conflictuelle*
- *Je ne sais plus qui je suis, ce que je veux*
- *Je sens que quelque chose me dérange mais je n'arrive pas à mettre des mots dessus*
- *J'aimerais identifier ce qui est important pour moi pour pouvoir agir dans le sens de mes convictions*

Services :

- ✚ Entretiens individuels
- ✚ Hypnose clinique : identification des blocages au changement, gestion émotionnelle
- ✚ Groupes : de parole, d'information, thérapie positive, relaxation, méditation de pleine conscience, improvisations théâtrales

Problématiques prises en charge : Troubles de l'humeur, troubles anxieux, troubles obsessionnels compulsifs, trouble de stress post-traumatique, addictions, trouble de personnalité borderline, troubles du comportement alimentaire, douleurs physiques chroniques, hygiène du sommeil



Mots-clefs : Psychologie ; Développement personnel ; TCCE ; Estime de soi/Confiance en soi ; Affirmation de soi ; Techniques de relaxation ; Méditation de pleine conscience ; Thérapie ACT

RETROUVEZ-MOI SUR LE NET :



Ma page Facebook :

@alexandra.madelon.psychologue.coach



Mon profil LinkedIn : Alexandra Madelon



Mon profil doctolib : Alexandra Madelon



Mon profil psychologue.net : Alexandra Madelon

Informations, contact et réservations sur :

<https://www.coachdeviealexandramadelon.fr/>

Horaires d'ouverture :

- Lundi 9h-17h30
- Mardi 9h-19h30
- Jeudi 9h-19h30