

RIEUSSEC JULIE

Psychopraticienne en thérapie systémique

Qui suis-je ?

Je me suis formée à l'Approche systémique et à la thérapie familiale animée par la volonté d'accompagner les personnes à trouver leurs propres solutions en proposant un espace thérapeutique où les possibles redeviennent possibles.

J'ai suivi une formation de 4 ans à l'intervention Systémique et à la Thérapie Familiale auprès de l'association « Différence et Changements » à Lyon, conforme aux exigences européennes à la thérapie familiale. Je suis thérapeute familiale accréditée E.F.T.A (Association Européenne de thérapie Familiale) depuis 2016.

Je travaille dans le champ médico-social et de la Protection de l'Enfance depuis 25 ans. D'abord comme éducatrice puis comme thérapeute familiale, j'interviens en institution auprès d'enfants, d'adolescents et de familles en difficultés : entretiens individuels, familiaux et soutien à la parentalité.

J'accompagne également les équipes dans la compréhension des interactions et enjeux relationnels du système familial auprès desquelles elles interviennent.

Je vous propose des séances de thérapie individuelle, pour le couple, la fratrie, pour la famille seule ou en co-thérapie en utilisant mon référentiel de pratique systémique.

L'Approche systémique : qu'est-ce c'est ?

Cette approche porte l'idée que nous faisons partie d'un « système vivant » -couple / famille – toujours en mouvement dont le but est de maintenir un équilibre relationnel.

L'approche systémique fait l'hypothèse que lorsque un individu souffre c'est l'ensemble du système auquel il appartient –couple- famille-environnemental- qui en est aussi perturbé.

La prise en compte du symptôme dans son contexte familial, environnemental, social et culturel aide à la compréhension de sa fonction par l'ensemble des membres de la famille.

Les séances de thérapie que je propose, soutenues des méthodes et outils actifs visent à accompagner le système couple-fratrie-famille dans la recherche d'un autre fonctionnement en s'appuyant sur leurs compétences.

Tarifs consultations thérapie systémique:

- Thérapie individuelle : 50 euros
- Thérapie couple, fratrie, famille : 70 euros
- Séance en co-thérapie : 120 euros

Les séances durent de 50 min à 1h15.

Séance de PSYCHOBXE

J'ai été formé à la Psychoboxe par Richard Hellbrunn, psychanalyste, psychologue clinicien et professeur de boxe française, en 2010/2011. Je fais partie de l'Institut National de Psychoboxe et je suis reconnue Didacticienne / Formatrice en Psychoboxe depuis 2020.

Les séances de Psychoboxe se pratiquent en co-thérapie de psychoboxeur. Mon binôme est Clémence Chevalier, psychologue clinicienne, formée à la psychoboxe par R. Hellbrunn également en 2010 /2011.

Qu'est-ce que c'est ?

La psychoboxe est une pratique fondée il y a plus de 35 ans par R. Hellbrunn, « *dans le but de permettre à un sujet, à travers ses gestes, ses affects et ses représentations, de remettre en jeu l'universalité des processus et la singularité des positions qui émergent de sa confrontation à ce qui lui est violence, dans son corps, sa parole et ses actes* ».

La Psychoboxe se pratique dans un cadre défini sous formes de combats libres à frappes atténuées qui permet de passer de la dimension corporelle pour arriver à la parole.

C'est un média thérapeutique indiqué lorsque la violence subie et/ou agie pose problème dans le quotidien, dans la relation aux autres, lorsque l'on éprouve de la difficulté à verbaliser autour de cette problématique.

Le cadre sécurisé et sécurisant des séances de Psychoboxe permet de comprendre ce qu'il se passe en soi, à trouver des repères sur son fonctionnement. Ce média thérapeutique ne vise pas à changer les comportements mais à mieux comprendre les mécanismes dans lesquels nous pouvons être pris en situation de violence.

La psychoboxe s'adresse aux enfants à partir de 12 ans et aux adultes.

Tarifs et déroulement des séances :

- 1 séance toute les 3 ou 4 semaines
- 120 euros la séance

La durée d'une séance est de 45 min à 1h

Pour tous renseignements complémentaires et prises de rdv :

julie.riussec8@gmail.com

06.86.16.44.14