



PSYCHOLOGIE DE LA SANTÉ
CONSULTATION PSYCHOLOGIQUE

Information

Tel.: 2888-6363

Email: pia.michels@hopitauxschuman.lu
www.gesondheetszentrum.lu
www.gesondheetszentrum.lu/blog/

INSTITUT DE PROMOTION DE LA SANTÉ
INSTITUT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG
INSTITUTE FOR HEALTH PROMOTION



ENTREE: 44 RUE D'ANVERS

Accès du parking sous-terrain de la Zithaklinik :
Veuillez monter avec l'ascenseur au niveau -2 à partir du parking. A la sortie de l'ascenseur prenez le couloir de gauche, en sortant de ce bâtiment vous êtes en face d'un bâtiment bleu avec une porte d'entrée en bois dans lequel il faut entrer pour monter au 3e étage à l'accueil du GesondheetsZentrum/service de médecine préventive.





Consultation psychologique

La psychologie est une profession de santé, non médicale, qui s'occupe des soins psychiques des personnes.

Toute personne, qui éprouve le besoin, peut consulter un psychologue.

De façon générale une consultation psychologique peut aider à

- retrouver du pouvoir sur certaines pensées, émotions et comportements;
- trouver des stratégies qui aideront à faire face plus efficacement aux obstacles qui se présentent dans la vie;
- dénouer des situations conflictuelles ou problématiques;
- retrouver un meilleur équilibre psychologique.



Programme, didactique & méthodologie

La première étape d'une démarche psychologique consiste à identifier le problème et à clarifier les objectifs. Il s'agit de préciser la nature du problème, son histoire et ses conséquences dans votre vie, ainsi que vos besoins et vos attentes.

Par la suite, un processus de changement est amorcé par l'application de stratégies de soutien et de guidance permettant d'atteindre les objectifs fixés.

Selon les besoins, on fait appel à des méthodes telles que :

- la psychoéducation et
- la psychothérapie (troubles psychosomatiques liés au stress,...)

En cas de troubles psychosomatiques liés au stress on peut faire appel à des approches cognitivo- comportementales telles que :

- la thérapie assistée par Biofeedback
- la thérapie assistée par Neurofeedback
- l'hypnothérapie

(voir dépliants spécifiques correspondants)



Dates et horaires

En général la durée d'une consultation est de 50 minutes environ pour un entretien. La fréquence des rencontres est variable, et est déterminée conjointement entre vous et la/le psychologue.

Langue

Luxembourgeois, allemand, français, anglais.

Inscription

Tel.: 2888-6363

Email: pia.michels@hopitauxschuman.lu

Prix

Consultation psychologique : 85 €

non remboursé par la CNS