



Pour prendre rendez-vous :

- Mail : stephanie.chaton02@univ-paris8.fr :

les demandes de rendez-vous se font de préférence par e-mail.

- Application RDV Paris 8 : https://rdv-cmp.univ-paris8.fr/choix_motif/a130c36e-cff7-4db9-933f-1dcd0a826f68/

S'il y a peu ou pas de créneau visible sur le centre de RDV, la demande peut être adressée directement par e-mail, pour connaître les disponibilités actuelles pour une première consultation.

- Permanence le mardi matin de 9h à 12h

Stéphanie Chaton reçoit les étudiants pour des consultations psychologiques ponctuelles, ou des suivis thérapeutiques réguliers. Une séance dure 45 minutes.

Les effets de soin et de changements reposent sur la parole, l'écoute, et la relation thérapeutique.

Madame Chaton accompagne le développement des ressources existantes chez la personne, tout ce qui constitue des forces de vie, en soi-même et dans l'environnement extérieur.

Les consultations ou le suivi psychothérapeutique favorisent aussi la prise de conscience de ce qui fait blocage, entraîne de la souffrance.

Les changements positifs concernent notamment la confiance et l'estime de soi ainsi que les relations aux autres. Les symptômes psychologiques (angoisses, dépression, addictions, troubles alimentaires, du sommeil, identitaires, etc) sont, selon les situations et les personnes, atténués ou disparaissent.

La pratique de Stéphanie Chaton est intégrative : elle se fonde sur la thérapie humaniste (Approche Centrée sur la Personne de Carl Rogers), la psychologie positive et sur les apports de la psychanalyse. Cela permet une prise en compte de la personne aux niveaux conscients et inconscients, dans les différentes dimensions de sa vie.

