



# CHRISTELLE BARTHEZ

## Psychopraticienne

## Thérapie brève

## Systémique & stratégique

➔ Spécialisée: Enfants, Ados, Parents.  
Accompagne aussi les Adultes

BLOQUÉ DANS VOS RELATIONS OU VOS ÉMOTIONS ?  
LA BOUSSOLE POUR SORTIR DE L'IMPASSE !

VOUS AVEZ TOUT ESSAYÉ...  
ET SI ON TENTAIT AUTRE CHOSE ?

- **20 ans d'expérience** auprès des jeunes et familles.
- **Maman de 3 enfants** : L'expertise ET le terrain !
- **Thérapie Brève** : 5 à 10 séances suffisent souvent.

*"On ne soigne pas les personnes mais les relations"*

Paul Watzlawick

### CONTACT ET RDV

📞 **06.68.83.37.99**

✉️ christellebarthez.pro@gmail.com

🌐 www.christellebarthez-therapie.fr

Toutes les infos ici →



# VOUS TOURNEZ EN ROND...

## LA THÉRAPIE BRÈVE *Approche PALO ALTO*

### Comment ça marche ?

 **BRÈVE** : 5 à 10 séances suffisent souvent.

 **SYSTÉMIQUE** : Le problème dans son contexte (famille, école, travail...).

 **STRATÉGIQUE** : Des outils concrets et ciblés pour débloquer la situation.

### NOTRE SPÉCIFICITÉ PALO ALTO

- ✓ On agit sur le **COMMENT** ça persiste (pas le pourquoi).
- ✓ **Petits changements = Grands effets.**
- ✓ **Pas besoin d'analyser toute votre vie.**

### POUR QUI ?

- **Enfants/Ados** : Stress, anxiété, harcèlement, écrans, sommeil, confiance en soi, TOC, phobies...
- **Parents** : Conflits, épuisement, limites, communication...
- **Adultes** : Blocages, ruptures, transitions, conflits...

### PROCHAINES ÉTAPES

1er pas : **Contact Gratuit (sans engagement).**

**Cabinet** Figeac (mardi) /Cahors (mercredi) **ou Visio.**

CONTACT : **06 68 83 37 99**

 [www.christellebarthez-therapie.fr](http://www.christellebarthez-therapie.fr)

**ET SI ON SORTAIT DE LÀ ?**