

FORMATION

Diplôme de Psychologue Clinicienne

*Diplôme d'Études Supérieures Spécialisées DESS
spécialité Psychologie Clinique et Pathologique à
l'Université Paris V*

De 2004 à 2016 : a suivi les cycles de formation
des praticiens des Séminaires Psychanalytiques
de Paris

Diplôme de Professeur de Hatha Yoga

*Diplômée du Centre International Sivananda
de Yoga Vedanta*

Maîtrise de Sciences de Gestion

*Diplôme Spécialité Affaires Internationales
à l'Université Paris XII*

Depuis 1993, engagée dans une démarche de
développement personnel approfondie

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

16 années d'expérience en Psychologie et Thérapies
Individuelles d'Adultes et d'Adolescents, et de
Thérapies de Couples.

15 années d'expérience en entreprise, en tant que
responsable d'une équipe commerciale dans la
grande distribution puis responsable marketing
dans une entreprise informatique américaine
cotée au Nasdaq.

« La joie est en tout ; il faut savoir l'extraire. »

Confucius



Caroline Robaglia

Bât B Esc C

1 rue du 24 août

92350 Le Plessis Robinson

Téléphone : 09 67 61 45 48

www.lapsychologiedubonheur.fr

n°Siret : 485 141 964 00034 n°Adeli : 929304061

La Psychologie du Bonheur

PSYCHOLOGUE CLINICIENNE

ADOLESCENT - ADULTE - COUPLE - PARENT(S)

Caroline Robaglia



**Membre de l'Association française et
francophone de Psychologie Positive
(APP)**

La Psychologie du Bonheur

« Le bonheur c'est la prise de conscience du bien-être » Dr Christophe André

« Le bonheur est l'absence de ce qui crée la souffrance » Bouddha

Définition de la santé selon l'OMS

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. » (*)

(*) Préambule à la Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 États 1946; (Actes officiels de l'Organisation Mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948.

(La définition n'a pas été modifiée depuis 1946.)

La recherche d'un psychologue intervient la plupart du temps au moment où le fonctionnement psychique d'un être lui fait vivre de la souffrance.

Il cherche alors un professionnel pour l'aider à trouver une issue à sa difficulté actuelle :

Se poser les bonnes questions et devenir conscient :

Sommes nous voués à la souffrance ?

Y a-t-il des causes à notre souffrance ?

Quelles sont les causes de cette souffrance ?

Mal être existentiel

Pourquoi et Comment le dépasser ?

Stress professionnel ou à la maison

Comment gérer la relation et/ou la rupture de communication avec un manager, un collègue, un adolescent, un conjoint ?

Guidance parentale

Comment partir sur de bonnes bases avec un tout-petit ?

Comment maintenir un cadre éducatif à l'adolescence ?

Comment gérer la Crise de l'adolescence ?

Emotions négatives (tristesse, anxiété, ...)

Manque de confiance en soi, ne pas se sentir « à la hauteur », ne pas se sentir en sécurité

Quel est leur impact psychologique et physique ?

Les comprendre pour pouvoir les gérer et les dépasser

Rencontrer un psychologue peut intervenir également au moment d'une recherche de bien-être, d'une envie de développer sa créativité, d'un engagement (professionnel, personnel,...), d'améliorer son estime de soi, de trouver un sens dans la vie...

De l'importance d'un cadre bienveillant

Éducatif

Professionnel

Thérapeutique

Par la compréhension du fonctionnement du psychisme humain

Mécanismes inconscients et automatiques du Mental

Apprentissage, Compréhension et Pratique

de concepts simples

Grâce à une approche thérapeutique holistique, scientifique et humaniste, issue de la psychologie positive, et de la psychanalyse, s'appuyant sur la psychologie du yoga, la relaxation, et la méditation, avec pour conséquences :

Accroissement du pouvoir de concentration

Augmentation du niveau d'énergie

Joie et Positivité

Prévention des risques de rechute