

## CONSULTER UN PSYCHOLOGUE...

## QUAND ? POUR QUI ? POUR QUOI ?



Lucie Nougueyreau  
est psychologue clinicienne,  
titulaire  
d'un Master Professionnel de  
Psychologie Clinique,  
option psychopathologie :  
examens psychologiques et  
psychothérapies.  
(Université V.Segalen -  
Bordeaux II)

Elle est devenue une spécialiste  
des addictions (alcool, drogues, jeux de hasard),  
des usages problématiques (jeux vidéo),  
et des troubles des conduites  
alimentaires (anorexie, boulimie...)

Elle a notamment exercé en centre de consultations  
infanto-juvéniles (psychiatrie enfants-ado),  
en centre de soins spécialisés en addiction  
(toxicomanie et alcool),  
en Centre Médico-Psychologique  
(consultations extra-hospitalières -  
service de psychiatrie adulte).

Elle s'emploie à restaurer la possibilité de « choisir »,  
en s'appuyant sur les ressources déjà présentes  
chez le patient et dans son environnement,  
dans une perspective systémique et analytique.

Entretiens thérapeutiques  
individuels, de couple, et familiaux.

Bilans cognitifs (tests QI)  
et de personnalité (tests projectifs)  
pour enfants, adolescents et adultes.

Elle est enregistrée en tant que psychologue  
auprès de l'Agence Régionale de Santé :  
ADELI 949309264

## LUCIE NOUGUEYREAU, PSYCHOLOGUE,

accueille dans son cabinet :

- Enfants (à partir de 6 ans)
- Adolescents
- Adultes

### LUCIE NOUGUEYREAU PSYCHOLOGUE CLINICIENNE

Examen & Psychothérapie

42 avenue de Fontainebleau  
94270 LE KREMLIN BICÊTRE

01.46.58.49.46

06.18.44.40.68

lucie.nougueyreau@gmail.com  
<http://psychoconsult.org>



Le cabinet se situe au :

**42 avenue de Fontainebleau  
94270 Le Kremlin-Bicêtre**

Entre le centre commercial Okabé et la porte d'Italie,  
vous pouvez vous y rendre  
en métro (ligne 7 – Kremlin-Bicêtre)  
en bus ( Lignes 47, 131, 185 et 323,  
Arrêt « Le Kremlin-Bicêtre Métro » ou  
« Convention – Fontainebleau » )

**Tél : 01.46.58.49.46**

## Enfants (6-12 ans)

Certains signes doivent alerter :

- difficultés scolaires
- problèmes de comportements
- isolement
- lenteur ou maladresse « excessive »
- terreurs nocturnes et autres manifestations anxieuses

Faire un bilan psychologique avec un enfant, est, en soi, thérapeutique.

En fonction des cas,

il permet de rassurer l'enfant et sa famille, ou de mettre en place la prise en charge la plus adaptée pour que l'enfant ne s'enferme pas dans des comportements et des émotions dont les conséquences à court et long terme seraient dommageables.



### Paroles de patient :

« La rentrée s'est bien passée. Antoine est « transformé ». Il ne se dénigre plus, il est fier de lui. Il compte les « très bien » sur son cahier. Il a fait d'énormes progrès en écriture et en lecture. Il dit que ça lui a fait du bien de venir vous voir. Nous sommes ravis de ce début de rentrée. »

Une maman au sujet de son fils de 8 ans, en CE1, après une année de CP marquée par les difficultés scolaires et sociales.

Durée du suivi : 5 entretiens dont 3 de bilan cognitif

## Adolescents (12-18 ans)

Chez les adolescents, il s'agit d'être particulièrement attentif. Les mêmes signes que chez les enfants peuvent évidemment être notés.

On peut toutefois y ajouter la dimension de « rupture » :

un adolescent qui « change » du tout au tout, qui s'enferme, et/ou qui devient agressif, qui n'investit plus aucune activité familiale ou scolaire, qui devient taciturne ou au contraire d'une exubérance excessive, est souvent un adolescent qui va mal.

L'attention doit particulièrement porter sur :

- l'humeur dépressive (et sur le risque de passage à l'acte suicidaire, en quelques heures un adolescent peut prendre sa décision et passer à l'acte)
- l'alimentation (c'est à cet âge que se développent les troubles alimentaires)
- les conduites addictives (consommation de produits toxiques, internet, jeux vidéos lorsqu'ils sont désocialisants)
- les troubles psychosomatiques

Le travail du psychologue est de déterminer ce qui relève de la « crise » adolescente classique et de la quête identitaire subjective maturante ou de l'installation de processus psychopathologiques à prendre en charge.

L'enjeu est de construire avec ces jeunes une alliance thérapeutique de bonne qualité afin de faire émerger une demande travaillable.

**N'hésitez pas à visiter  
le site internet du cabinet :  
<http://psychoconsult.org>**

## Adultes (18- 80 ans)

Pour les adultes, une définition d'une situation nécessitant une aide psychologique pourrait être la « privation de choix », lorsque l'on se sent pris au piège de soi-même et/ou des autres, lorsque l'on a la sensation d'être agi par quelque chose de plus fort que soi.

Ce que l'on nomme la « répétition », cercle générateur de souffrance dans lequel on est enfermé, peut être analysée, comprise et dépassée. Une autre issue peut être trouvée.

La thérapie mise en place au cabinet se base sur une alliance thérapeutique solide construite par la reconnaissance de la souffrance du patient, des efforts fournis jusqu'ici, et des possibilités de changement inhérentes à toute situation, même celles qui ont l'air le plus inextricable. Il s'agit bien de restaurer cette possibilité de choisir.

### Paroles de patient :

« Grâce à la thérapie, j'ai réussi à me sortir d'une relation qui me faisait souffrir depuis des mois, je me suis rendue compte que j'en étais capable, alors que je le croyais pas du tout. J'ai réussi à dire à mes parents que je voulais devenir plus indépendante financièrement, et à l'envisager réellement pour la première fois. »

Aurélié, 24 ans.  
Durée de la thérapie : 3 mois.