



EMILIE HAIRASSARY

EMILIE@OSEVA.FR
06 74 42 19 34

WWW.OSEVA.FR



Apaiser la souffrance





Cicatriser les traumatismes





Prendre soin des relations

Mon projet

FAIRE CONNAÎTRE LA THÉRAPIE BRÈVE DE PALO ALTO

comme **outil de résolution de problèmes** relationnels et émotionnels, avec soi et avec les autres, pour **prévenir, apaiser et traverser les souffrances**.

L'APPLIQUER AU DOMAINE DE LA SANTÉ, DE LA GROSSESSE ET LA PÉRINATALITÉ.

Co-construire des solutions d'accompagnement pour **l'ensemble de l'écosystème** : patients, soignants, familles, entreprises et associations.





Un projet qui a du sens

inspirée de mon **expérience personnelle**,

en tant que parent,

a la suite d'un parcours d'**Interruption Médicale de Grossesse** en 2014,

après l'accompagnement du **cancer pédiatrique** de mon fils en 2015.

Un passé et un présent d'aidant,

par l'accompagnement de parents ayant eu ou ayant un **cancer**.



Un projet inspiré de ma pratique

Une expérience de plus de 10 années en coaching et formation.

Accompagnement de managers, dirigeants et équipes sur les thématiques de management, conflits, intelligence collective.

Une expérience et des ressources dans l'accompagnement de groupes, la création de parcours de formation, d'ateliers.

Une passion pour le pilotage de projet collectif au service d'un objectif.



Un projet nourri par mes patients

LE CABINET OSEVA

Depuis 2018,
un cabinet de thérapie brève systémique et
stratégique de Palo Alto.

J'accueille des enfants, des adolescents, des adultes
et des couples.

www.oseva.fr

Une approche globale

FONDÉE SUR LES PRINCIPES DE LA
SYSTÉMIQUE,

QUI RELIE LES ACTEURS POUR UNE
PRISE EN CHARGE GLOBALE DE LA
PERSONNE SOIGNÉE.



Au service
DES PATIENTS



En appui
DES SOIGNANTS



Au côté
**DES ENTREPRISES
DES ASSOCIATIONS**

La thérapie brève et stratégique

Selon le modèle de Palo Alto

1959

Création du **MRI (Mental Research Institut)** qui réunit des psychologues, sociologues, chercheurs. Ils s'intéressent aux problématiques de communication.

Influences

La cybernétique, la systémique, les théories de l'information, le constructivisme, les mathématiques.

Recherche

Expérimentation et élaboration d'un modèle de résolution de problèmes relationnels notamment au sein de la famille puis des organisations.

L'école de Palo Alto

Un modèle d'intervention qui soigne les relations dysfonctionnelles avec soi et avec les autres.

Mon métier

Apaiser la souffrance par la mise en oeuvre d'une stratégie à 180°



Vidéo

LES TENTATIVES DE SOLUTIONS

Observer ce que la personne fait pour résoudre son problème et qui ne fonctionne pas pour l'aider à faire précisément l'inverse.

LE 180°

Construire avec elle une stratégie inverse qui passe par la réalisation de **tâches thérapeutiques** permettant de faire une **expérience émotionnelle correctrice**.

Un cadre court de **10 séances maximum**,

Une thérapie **centrée sur le présent**, l'ici et maintenant,

Une thérapie concrète et pragmatique qui permet de nous outiller afin de **résoudre nos problèmes de manière rapide et durable**.



Au service des patients

Pour accompagner les étapes de la maladie et son impact sur la personne, ses pensées, ses émotions, sa douleur.

Mais aussi pour développer des stratégies relationnelles quand les interactions avec l'environnement sont douloureuses.



Mon inspiration

APAISER LES SOUFFRANCES

en étant acteur de sa maladie. Disposer des outils pour accueillir, traverser et pourquoi pas transformer la souffrance générée par la maladie ou les épreuves de la vie,

Développer ses connaissances relationnelles et émotionnelles pour limiter les relations dysfonctionnelles le plus souvent sources de souffrances "ajoutées".

Une épreuve de la vie marque le corps mais à l'image d'une cicatrice, elle peut s'infecter avec le temps ou guérir si on en prend soin.



Exemple de thématiques accompagnées

La gestion de la douleur

Le traumatisme de l'annonce

**Gérer les relations avec
l'entourage**

Stress et émotions

**Angoisses, pensées
obsédantes**

Insomnies





En appui des soignants

Pour intégrer dans sa pratique des outils de résolution de problèmes relationnels et émotionnels.

Pour permettre une meilleure relation avec soi, et avec son patient.

Prendre soin de soi pour mieux soigner l'autre.





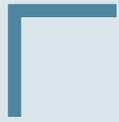
Mon inspiration

DÉVELOPPER UNE POSTURE ÉCOLOGIQUE ET HARMONIEUSE

Développer ses connaissances **relationnelles** et **émotionnelles** pour limiter les relations dysfonctionnelles le plus souvent sources de souffrances "ajoutées" pour le patient et le soignant.

Permettre à chaque soignant d'étoffer sa posture pour faire de ses émotions un levier et de ses vulnérabilités une force.

Tenter de contrôler ou d'éviter ses fragilités c'est prendre le risque de nous épuiser à vouloir les contenir ou qu'elles finissent par nous ronger voir nous faire exploser.



Exemple de thématiques accompagnées



Prévenir le burn-out et l'épuisement

Prendre du recul vis-à-vis de ses émotions et de sa propre souffrance

Résoudre les interactions difficiles (patient, famille...)

Gérer le stress et les situations douloureuses (deuil, annonce...)

Mieux connaître les mécanismes de défense dans la relation

Acquérir les principes de l'empathie stratégique



Au côté des associations, des entreprises

Pour co-construire des solutions à partir de mon expertise au service des aidants que ce soit dans leur vie personnelle comme professionnelle.





myteamily

<https://myteamily.com>

Des solutions pour les entreprises afin d'accompagner les salariés aidants.

Témoignages, animation de groupe de parole, formation des managers.



Intervenante chez...

CareFormi

<https://www.careformi.com>

Accompagnement sur-mesure par la gestion des projets de vie des personnes âgées et vulnérables.

Relais thérapeutiques, animation d'événements.

Animation de...

SAINT-
-DIDIER
AU-MONT-
D'OR

LA PAUSE DES AIDANTS

Un rendez-vous mensuel pour les aidants familiaux de la commune.

Création et animation de la communauté des aidants,
Animation de la pause aidante.

[en savoir plus](#)





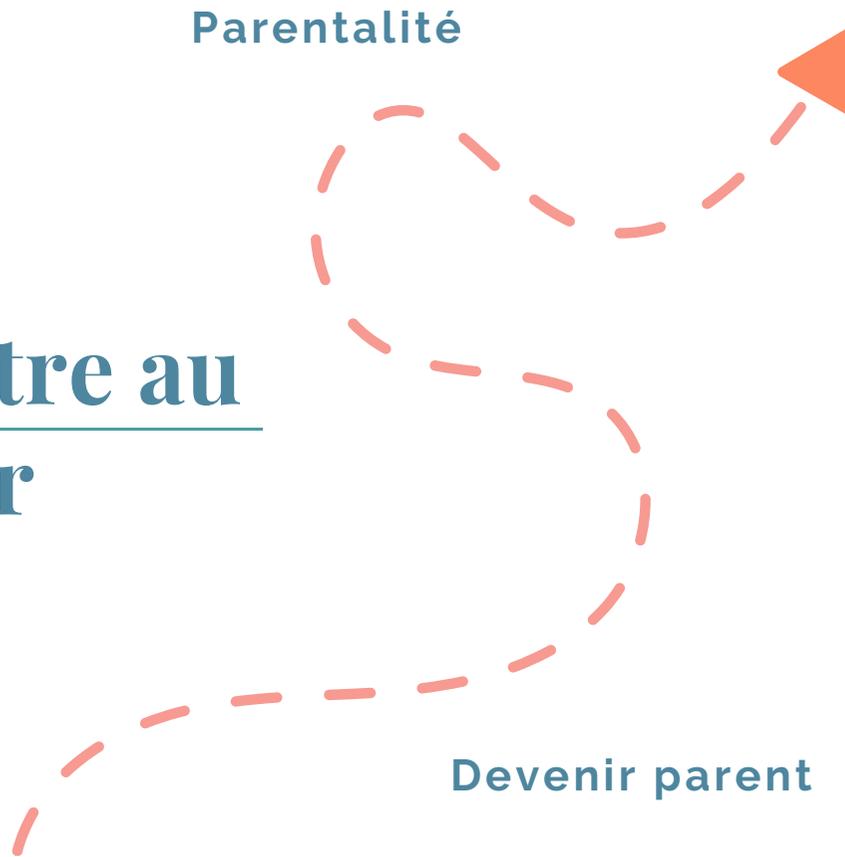
ZOOM SUR

GROSSESSE - PÉRINATALITÉ



Du bien naître au bien grandir

Désir de l'enfant



PATIENTS

Quand la grossesse est source de stress ou que des événements viennent perturber son bon déroulement.

SOIGNANTS

Se doter d'outils concrets et pragmatiques pour accompagner les situations relationnelles et émotionnelles difficiles.

L'avant

DU DÉSIR DE L'ENFANT À LA
CONCEPTION

EXEMPLES D'ACCOMPAGNEMENTS

Infertilité
Grossesse non désirée
Histoire traumatique
L'attente
Le couple

...



La grossesse

DE LA GROSSESSE A
L'ACCOUCHEMENT

EXEMPLES D'ACCOMPAGNEMENTS

Interruption de grossesse
Fausse couche
Déni de grossesse
Grossesse pathologique
Deuil périnatal
Angoisse de l'accouchement
L'environnement familial
...



EXEMPLES D'ACCOMPAGNEMENTS

La naissance

DE LA NAISSANCE A L'ACCUEIL DU
NOUVEAU NÉ

Relations dans le couple et au
coeur du système familial
Relation avec le bébé
Post partum
Burn out/épuisement parental
Idées noires, obsessionnelles
et compulsives
Stress post-traumatique

...



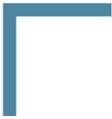
EXEMPLES D'ACCOMPAGNEMENTS

La famille

Parentalité
Fraternité
Grand-parentalité
...

LE MONDE DE LA PETITE ENFANCE
ET LA FAMILLE





Ensemble, co-construire une démarche orientée solution

Pour vous, vos équipes, vos patients.





POUR ALLER PLUS LOIN DANS LA DÉMARCHE

SE RENCONTRER

IDENTIFIER LES
BESOINS

CO-CONSTRUIRE UN
OU DES PROJETS

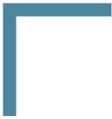
DÉPLOYER
ET METTRE EN
OEUVRE

1

2

3

4



Solutions d'accompagnement

Des modalités à modeler en fonction des projets





**Consultations
individuelles**



**Coaching individuel et
d'équipe**



Groupes de parole



**Supervision et analyse
de la pratique**



**Conférences,
Ateliers thématiques**



Parcours de formation



EMILIE HAIRASSARY

EMILIE@OSEVA.FR
06 74 42 19 34

WWW.OSEVA.FR
