



Sophrologue Praticienne en psychothérapie

Rachel HUBER

Mobile : 06.10.25.35.67

E-Mail : cabinet.rachel.huber@gmail.com

FORMATI ONS

Formation de l'Institut de Psychosomatique Intégrative de Paris:

- ✦ 2015-2016 : **DIPL OME** de Psychosomatique intégrative soutenu et obtenu à l'Hôpital de la Salpêtrière de Paris

Cursus complet de Praticienne en psychothérapie et de Sophrologue, CERFPA, Saint-Laurent-du-Var

- ✦ 2005-2013 : obtention des **CERTIFICATI ONS** de Praticienne en psychothérapie et de Sophrologue, mémoire de fin d'études : Le Processus de subjectivation en psychothérapie.

Cursus complet en sciences de l'Information et de la Communication, Faculté des Lettres, Nice

- ✦ 2000-2001 : **DESS** Info/Com Ingénierie de la Création et des Nouvelles Technologies
- ✦ 1999-2000 : **MAITRI SE** en Sciences de l'information et de la communication
- ✦ 1998-1999 : **LICENCE** en Sciences de l'information et de la communication
- ✦ 1996-1998 : **DEUG** Médiation culturelle et communication, option écriture

ACTIVITES PROFESSIONNELLES

Depuis 2018 : CERFPA FORMATION, Saint-Laurent-Du-Var

- ✦ Formatrice – Dans le cadre de la formation professionnelle au métier de Relaxologue - Sophrologue

Depuis 2014 : ComPsych® Corporation, Chicago pour Monaco et le département 06

- ✦ Guidance Expert : suivi clinique en vue de la résolution de problèmes personnels, familiaux et relationnels dans le cadre du programme d'aide aux employés

Depuis 2013 : Pratique privée : Adulte – Adolescent – Enfant, Cap d'Ail

- ✦ Entretien clinique
- ✦ Thérapie d'approche analytique et psychocorporelle
- ✦ Sophrologie
- ✦ Relaxation

2010-2011 : Centre Hospitalier Princesse Grace – CHPG, Monaco

- ✦ Praticienne en psychothérapie, Sophrologue. Stage d'un an au sein du Pôle Mère Enfant et consultations externes, auprès de la psychologue et de la pédopsychiatre
 - Travail en équipe pluridisciplinaire
 - Entretiens d'accompagnement et de soutien psychologique

2005-2013 : CERFPA - Centre privé d'Etude, Recherche, Formations en Psychologie Appliquée

- ✦ Praticienne en psychothérapie, Sophrologue : pratique supervisée, assistante des enseignants durant les stages d'été des élèves

2001-2010 : UBS (Monaco) S.A., JOHN TAYLOR & SON, MONACO MEDI AX...

- ✦ Postes d'attachée de direction, collaboratrice management et marketing, chargée de relations publiques et communication.
Coordination des acteurs et des tâches de la gestion de projet : engagement des ressources (humaines, financières, matérielles), supervision des tâches, suivi de l'orientation des actions.
Organisation et assistantat de direction. Rigueur et prise d'initiatives.

APTITUDES PROFESSIONNELLES

- ❖ Animation de stages de formation professionnelle.
- ❖ Analyse de problématiques relationnelles liées à l'attachement, au sentiment d'ipséité et au positionnement identitaire.
- ❖ Mise en perspective psychosomatique des troubles physiques.
- ❖ Accompagnement des troubles anxieux ou psycho traumatiques.
- ❖ Accompagnement des troubles alimentaires (Anorexie, boulimie, hyperphagie).
- ❖ Aide à l'adaptation (deuil, chômage/retour à l'emploi/retraite, intégration culturelle...).
- ❖ Travail sur le couple : modèles familiaux, intimité, séparation, séduction, travail, argent, pouvoir, reconnaissance conjugale de son identité personnelle (ethnique, sexuelle, religieuse), parentalité, famille recomposée, éducation... Autant de choix, de doutes, de transitions multiples à mettre en perspective.
- ❖ Sophrologie ludique et relaxation pour enfants.
- ❖ Sophrologie pré et post natale : travail spécifique d'accompagnement à la naissance et à la parentalité.
- ❖ Sophrologie et gestion du stress : préparation aux examens et concours, se présenter à un oral, parler en public.
- ❖ Techniques sophrologiques de gestion de la douleur.

- ❖ Informatique : Utilisation courante des environnements PC et Mac, de la suite bureautique Microsoft Office, messageries Outlook, Gmail, Internet ...

- ❖ Langues: français langue maternelle, anglais et italien parlé, lu, écrit.

FORMATI ONS COMPLEMENTAI RES

- ❖ Formation en psychopathologie (510 heures) de l'enfant, de l'adolescent et de l'adulte, CERFPA
- ❖ Formation sur la Prise en charge comportementale dialectique du trouble de la personnalité borderline, Dominique Page, juin 2011, Centre Hospitalier Princesse Grace
- ❖ Formation sur la Pleine conscience (MBCT) et son rôle dans la prise en charge des troubles chroniques, Christophe André, octobre 2013, Centre Hospitalier Princesse Grace
- ❖ Cycle de présentations cliniques, David Halfon, 2010/2011, Centre Hospitalier Princesse Grace
- ❖ Pratique soutenue en supervision

COMPLEMENT D'INFORMATION

- ❖ Née le 6 juillet 1978 à Monaco
- ❖ Mariée
- ❖ Un enfant (2013)
- ❖ Centres d'intérêts : sciences humaines en général, sports (fitness, jogging, yoga...), lecture, voyages, pâtisserie, diététique.
- ❖ Permis de conduire catégorie B
- ❖ www.cabinet-sophro-psy.com
- ❖ Membre de la Société Française de Sophrologie (S.F.S.), du Syndicat des Sophrologues Professionnels (SSP) et de la Chambre Syndicale de la Sophrologie.
- ❖ Identifiant SIRET: 795 371 525 00010
- ❖ CODE NAF: 8690F