



# Qui suis-je ?

- Thérapeute en relation d'aide diplômée du Centre de Relation d'Aide de Montréal Inc.
- Membre de la Corporation professionnelle Citrac 
- Consultante en gestion de conflit et mieux-être au travail
- Membre de l'ordre CRHA   
Ordre des conseillers en ressources humaines agréés
- Par souci de compétence, je me suis perfectionnée pour aider les enfants et les adolescents. J'offre aux parents, une séance gratuite pour échanger sur la problématique de leur enfant.
- Je suis Régulateur /gestion de conflits avec ou en autorité
- Je me suis aussi spécialisée en sexualité pour mieux répondre aux besoins de mes clients.
- Ma passion ... les relations. J'ai à coeur le respect de l'être humain.

\* Pour me rejoindre par courriel : [bigonessed@hotmail.com](mailto:bigonessed@hotmail.com)

\*

Un reçu vous sera émis sur demande

*Communiquer  
avec moi,  
dès maintenant*

**Danielle  
Bigonnesse**



8  
1  
9  
4  
7  
1  
3  
9  
1  
9

*Vers un mieux être  
personnel, relationnel  
et professionnel...*

**Danielle Bigonnesse**

# Mon approche

Inspirée de Carl Rogers, l'approche d'orientation humaniste que j'utilise a été créée par le Dr Colette Portelance

- C'est une approche basée sur l'écoute de soi avant tout. Apprendre à se reconnaître et se donner de l'importance. Cette approche a vu le jour en 1985 en même temps que la naissance du Centre de relation d'Aide de Montréal.
- L'Approche non directive créative (ANDC<sup>MC</sup>) favorise l'apprentissage d'une relation intime avec soi-même et avec les autres par l'expérience relationnelle

# Mes valeurs

- C'est en devenant plus consciente de ce que je suis que je guéris mes blessures.
- Je crois qu'une relation professionnelle, amicale, filiale ou intime se doit d'être libre, vraie et ouverte dans le respect de chacun.

# Qu'est-ce qu'un thérapeute en relation d'aide ?

- C'est un professionnel qui, offre des services distincts de la psychiatrie, de la psychologie et ce, sans prescription médicale.
- C'est un professionnel, spécialiste de la relation, qui par sa formation basée sur sa propre connaissance de lui-même en relation, favorise un lien thérapeutique avec ses clients. Ce lien est créé par une interaction basée sur les émotions vécues dans l'ici et maintenant de la rencontre.

# Vers un épanouissement personnel et professionnel

- Diplômée universitaire et du Centre de relations d'aide de Montréal, j'établis avec vous un lien éthique basé sur la relation, une attitude d'intérêt ouverte, sans préjugé, qui permet de tout recevoir, de tout accueillir sans critique, afin de vous amener à trouver vos propres solutions.
- Étant membre de CITRAC et de l'ORHRI, je vous assure d'une protection de confidentialité et d'un suivi professionnel et psychologique adéquat.

# Mes services

- Sessions de relation d'aide

## En individuel

- Pour des relations conscientes avec les autres et une recherche de croissance personnelle
- Pour une transition de carrière, un mieux-être lors d'épuisement personnel ou professionnel
- Pour toute situation d'infériorité, de dépendance affective, d'abandon ou autre...

## En entreprise

- Pour collaborer et aider lors de gestion de conflits
- Pour favoriser un milieu sain au travail, exempt de violence psychologique, d'harcèlement et d'absentéisme
- Pour agir en tant que régulateur lors de conflit avec l'autorité - (employé/patron -employeur/employé)

## En milieu familial

Pour les enfants et les adolescents...

- Vers une meilleure relation familiale et une conscience des besoins de chacun....
- Pour toute problématique : toxicomanie, agressivité, abandon