

Persoonlijke beschrijving

Mijn naam is Sarah Mortelé en ik ben in juni 2017 aan de Universiteit van Gent met onderscheiding afgestudeerd als klinisch psychologe. Daarnaast ben ik een erkend psychologe bij de psychologencommissie, erkenningsnummer 942118001. Vanaf oktober 2017 volg ik een vierjarige integratieve psychotherapie opleiding omdat ik bijscholing belangrijk vind.

Werkwijze

Vanuit het psychoanalytische en integratieve benaderingssysteem gaat men ervan uit dat ieder mens beïnvloed en gevormd wordt tot de persoon die hij/zij nu is. Dit proces gebeurt onder invloed van menselijk contact, zoals opvoeding en sociaal gedrag met leeftijdsgenoten. Deze interacties bepalen ons denken, gedrag, emoties en de manier van omgaan met dagdagelijkse of grotere problemen.

In de eerste gesprekken luister ik aandachtig om jou, je verleden en je probleem beter te leren kennen. Daarna bekijken we samen jouw gedachten, gevoelens en gedrag van wat dichterbij en trachten we dit te begrijpen binnen het verleden en de sociale context die jou heeft gevormd.

Samen ga ik ook met jou opzoek naar een meer gewenste manier van omgaan met het verleden, het heden en de toekomst. Belangrijk hierbij is dat jij het laatste woord krijgt en dat jouw problemen worden aangepakt op een manier waar jij je goed bij voelt.

Doelgroepen

(Jong)volwassenen vanaf 16 jaar

Problematieken

Ik werk voornamelijk met jou als persoon, met al je facetten, en niet met een 'stoornis'. Personen die volgende moeilijkheden of problemen ervaren kunnen bij mij terecht:

- stemmingsgerelateerde problemen
- stress of burn-out
- problemen in de relatie tot anderen
- angstgerelateerde problemen
- identiteits- of persoonlijkheidsproblemen
- zelfbeeldgerelateerde problemen
- assertiviteitsproblemen
- piekeren
- emotieregulatie en communicatieproblemen
- hechtingsproblemen
- ...
-

Werkervaring

In mijn opleiding aan de UGent was ik in 2016-2017 stagiair in PTC Rustenburg, te Brugge. Daar begeleidde ik mensen individueel binnen een residentieel kader en leidde ik groepstherapieën.