



L'Atelier des Liens est une association qui regroupe divers professionnels de l'accompagnement, de l'écoute et la relation d'aide.

L'objet de l'association est d'animer un espace de thérapie familiale, de couple ou individuelle en se dotant d'intervenants en analyse systémique, en développement personnel et de coaching.

L'association est dirigée par un conseil d'administration dont les membres sont engagés dans une démarche personnelle visant à faire vivre un lieu ressource au bénéfice des personnes accompagnées. Le conseil d'administration dirige l'activité associative dans un esprit éthique et déontologique du respect de la personne et son identité, quelle qu'en soit la nature.

Bénédicte CHAMPAGNAC

Thérapeute systémicienne

Thérapie brève stratégique · Cadre dans le secteur médico-social

Formation & qualifications

Formée et diplômée "clinicien de la relation - systémicien"

LACT - représentant école de Palo Alto
centre de formation, intervention et recherche

Diplôme d'État d'Educatrice Spécialisée

Approfondissement en thérapie brève systémique, parentalité, analyse des pratiques

* Parcours professionnel

Thérapeute systémicienne à *L'Atelier des Liens* – Pau

Accompagnement individuel dans une approche systémique et stratégique

Cadre dans le secteur sanitaire et social : coordination d'équipes, gestion de projets éducatifs et médico-sociaux

Référente Aide Sociale à l'Enfance : accompagnements éducatifs enfants-parents

⌚ Une approche thérapeutique pour sortir des impasses

Bénédicte CHAMPAGNAC est thérapeute systémicienne. La thérapie brève stratégique qu'elle propose s'appuie sur une vision pragmatique et orientée vers la solution aux difficultés psychologiques. Elle offre un cadre structuré et efficace pour sortir des impasses et retrouver une dynamique positive dans sa vie personnelle et relationnelle. Elle partage son activité entre accompagnements de sportifs et toute personne qui rencontre des difficultés dans son quotidien personnel ou professionnel.

👤 Des principes précis pour vous accompagner

Approche systémique : Bénédicte CHAMPAGNAC s'intéresse aux interactions et aux dynamiques relationnelles plutôt qu'aux causes anciennes. Chaque personne évolue dans un système (familial, professionnel, social) dont les interactions influencent et maintiennent les difficultés.

Orientation stratégique : Avec vous, Bénédicte CHAMPAGNAC identifie les stratégies les plus efficaces pour créer des changements rapides et durables. L'accent est mis sur "comment changer" plutôt que sur "pourquoi le problème existe".

Brièveté thérapeutique : Les séances sont limitées dans le temps (généralement 10) avec des objectifs précis et mesurables.

🤝 Une pratique avec un accompagnement individuel adapté

À travers L'Atelier des Liens, Bénédicte CHAMPAGNAC propose des séances de thérapie individuelle, dans un cadre confidentiel, bienveillant et structuré :

- ❖ Une analyse précise de la demande et des tentatives de solution déjà mises en œuvre
- ❖ Des objectifs clairs et réalisables
- ❖ Des stratégies personnalisées pour créer les changements souhaités

📍 Zone d'intervention



- ❖ Toutes zones en visio
- ❖ Séances à l'Atelier des Liens – 64 rue d'Etigny, 64000 PAU

contact@adl-therapie.fr - 06 08 32 28 39