

Emmanuelle Jeker

Psychologue spécialisée en thérapie cognitive et comportementale, j'exerce au sein du service de Psychiatrie Générale (DP-CHUV) auprès de patients présentant des troubles de l'humeur et de l'anxiété depuis 2009, avec des activités cliniques et de formation. J'ai également exercé en cabinet privé. J'effectue des thérapies individuelles et co-anime des groupes de patients et de proches de patients, principalement auprès de patients présentant des troubles de l'humeur, anxieux et/ou des troubles de la personnalité.

Formée par l'Association Suisse de Psychothérapie Cognitive à la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (MBCT), je co-anime le programme de Zindel Segal au CHUV depuis 2014. La découverte de la pleine conscience m'a beaucoup apporté sur un plan personnel et me permet d'être plus en adéquation avec mes valeurs. La pleine conscience permet à chacun d'explorer son esprit et ses réactions aux messages du corps, de développer des ressources internes, d'affiner des perceptions afin de répondre avec plus de sagesse aux événements de vie.

