

Héloïse Capmeil

Psychologue en ligne

Quelques conseils pour vous préparer au mieux à notre consultation par visioconférence :

- Assurez-vous de votre pleine disponibilité pendant le temps de la consultation.
- Installez-vous dans un endroit tranquille pour pouvoir vous sentir libre de parler et ne pas avoir peur d'être dérangé.
- Vérifiez votre connexion internet et son bon fonctionnement.
- Vérifiez votre connexion à Teams. Vérifiez également que l'application est à jour, et que l'image et le son fonctionnent bien et sont activés.
- Pensez à brancher votre batterie si vous me consultez sur votre ordinateur portable, votre smartphone, ou votre tablette numérique.
- Installez-vous confortablement avec tout ce que vous souhaitez avoir à portée de main (bloc note, stylo, agenda, boisson, mouchoirs, etc).
- Essayez autant que possible de vous détendre, si besoin était, et pensez à ce que vous souhaitez dire, aux raisons qui vous ont amené à me consulter (leur description, les détails, la chronologie de la situation, etc), et tout ce qui vous semblera pertinent pour me faire comprendre votre situation.

Si vous avez la moindre question concernant notre consultation, le paiement, des détails pratiques ou techniques, je vous invite à consulter les différentes pages de mon site et notamment les pages « [Comment et en quoi puis-je vous aider ?](#) » ou « [Questions fréquentes](#) ».

Au cas où vous ne trouveriez toujours pas de réponse à vos questions, n'hésitez pas à me contacter via [le formulaire de contact](#) de mon site ou directement à mon adresse mail contact@heloise-capmeil-psychologue.fr