Polina Panasenko
Psychologue FSP Suisse, Master en psychologie

CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ POUR L'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE

(version octobre 2026)

Ce document a pour but de fournir au/à la client·e en consultation psychologique des informations sur le psychologue, son niveau de formation, le processus et les spécificités du suivi, ainsi que les possibilités et les limites de ce processus.

J'attire votre attention sur le fait que vous avez le droit de me poser des questions et d'obtenir des explications concernant ma formation, mon expérience, mon/ma superviseur·se, les approches dans lesquelles je travaille, ainsi que mon point de vue sur différents domaines de la vie, dans la mesure où cela concerne votre suivi et si cela est pertinent pour le processus.
Merci de prendre le temps de lire attentivement ce document. Si vous avez des questions, veuillez en discuter avec moi.

1. Niveau de formation et qualifications

Formation principale :

- **2025–2026** — Certificat complémentaire en « Psychologie générale » au niveau master, Université de Genève (UNIGE).
- **2022–2025** — Baccalauréat/licence en « Psychologie », Université de Genève (UNIGE).
- **2018–2019** — Requalification en « Psychologie clinique », Université d'État russe des sciences sociales, avec un stage pratique à l'hôpital psychiatrique de Gannouchkine.
- **2016–2018** — Master en « Psychologie », Université nationale de recherche – Haute École d'Économie (HSE), spécialité : « Psychologie consultative. Personnologie », parcours : « Analyse existentielle et logothérapie ». Certificat international de GLE-International (Autriche), formation de base dans l'analyse existentielle.
- **2015–2016** — Requalification en « Psychologie », Université nationale de recherche – Haute École d'Économie (HSE).

Formations postgrades :

- **2026** — Formation avancée : DMM (modèle de maturation de l'attachement et de l'adaptation) : L'attachement et la psychopathologie : développement, prévention et traitement des troubles psychologiques, Clark Baim, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
  2026 — EFT dans des situations de forte intensité : gestion de l'escalade et du processus clinique, Giulia Altera, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2025-2026** — Carte du processus de la thérapie centrée sur les émotions pour les thérapeutes travaillant avec des couples, Académie EFT, Moscou.
- **2026** — Cycles sexuels et relationnels en première phase de l'EFT, Zoya Simakhodskaya, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2026** — Maîtriser le tango EFT, Alexine Thompson-de Benoit et Carole Mercay, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2026** — Blessures d'attachement selon le modèle AIRM, Giulia Altera, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2025** — Formation de base : Introduction au modèle DMM (modèle de maturation de l'attachement et de l'adaptation), Clark Baim, en collaboration avec le centre éducatif balkanique « BALENTEIN ».
- **2024** — Formation avancée (niveau 2) « Thérapie centrée sur les émotions » (thérapie de couple), ICEEFT (International Centre of Excellence in Emotionally Focused Therapy). Depuis 2026, je suis membre de la Communauté des psychothérapeutes centrés sur les émotions.

- **2021** — Formation de base (niveau 1) « Thérapie centrée sur les émotions » (thérapie de couple), ICEEFT (International Centre of Excellence in Emotionally Focused Therapy).
- **2020–2023** — « Psychothérapie centrée sur le client et approche centrée sur la personne ». Niveau professionnel du psychologue-psychothérapeute. Depuis 2021, je suis membre de la Société russe de l'approche centrée sur la personne.
- **2019–2020** — « Focusing, étapes I–III ». Depuis 2020, je suis une membre de l'International Focusing Institute.
- **2019** — « Interventions cognitivo-comportementales en pratique clinique », Institut de psychanalyse de Moscou.

Mon domaine d'intérêt scientifique concerne les particularités des changements de personnalité résultant de l'émigration dans un environnement culturel différent.
Je suis une spécialiste LGBTQUIA+ friendly. Je travaille sous supervision individuelle (avec un collègue ayant plus d'expérience) et participe à des groupes d'intervision (avec des collègues du même niveau). Actuellement, je continue sans cesse ma thérapie personnelle dans le cadre de l'approche centrée sur la personne.

2. Organisation du suivi

Dans mon travail, je m'appuie principalement sur l'approche de la thérapie centrée sur la personne, le focusing et l'analyse existentielle. Dans certains cas, j'utilise également des techniques de la thérapie cognitivo-comportementale. Toutes les méthodes mentionnées se réfèrent à la consultation psychologique verbale. Vous pouvez me demander des informations plus détaillées sur ces approches à l'oral ou par écrit.

La consultation psychologique constitue une forme particulière de relation entre le/la client·e et le psychologue, régie par **les règles fondamentales** suivantes :

- Il s'agit de relations professionnelles rémunérées.
- L'interdiction des relations autres que professionnelles signifie que pendant le suivi et après sa fin, le/la client·e et le psychologue ne peuvent entrer dans des relations amicales, romantiques, partenariales, personnelles ou autres, en dehors de la relation professionnelle. Cette règle vise à garantir la sécurité et l'indépendance tant du/de la client·e que du psychologue.
- L'interdiction des relations évoquées précédemment implique également que la communication avec le psychologue a lieu uniquement dans le cadre de la séance. Le contact entre les séances n'est possible que pour planifier, reporter ou annuler une séance, ou pour transmettre des informations importantes concernant la santé ou des situations d'urgence. **Cette règle ne s'applique pas aux clients avec lesquels un contrat anti-suicide a été conclu.**
- Le contenu et la forme du travail sont définis conjointement par le psychologue et le/la client·e, en fonction de ses besoins. L'orientation et le contenu du travail peuvent être ajustés au cours du processus, ce qui est également discuté conjointement.
- Au cours du suivi, des situations de vie difficiles sont généralement abordées, ce qui peut être émotionnellement éprouvant pour le/la client·e; des émotions fortes peuvent émerger au cours du travail.
- L'objectif de la consultation psychologique vise l'obtention de résultats positifs pour le/la client·e ; toutefois, ce processus n'est pas toujours facile et il n'existe aucune garantie que le résultat sera atteint. Le psychologue s'efforce d'aider le/la client·e dans les limites de ses compétences, mais il s'agit toujours **d'un travail conjoint**, impliquant à la fois le psychologue et l'engagement du/ de la client·e.
- Si, au cours de la consultation psychologique, vous avez des questions ou des doutes concernant les méthodes utilisées, le déroulement du processus ou tout simplement si quelque chose vous dérange, n'hésitez pas à en parler avec moi. Cela pourrait être très utile pour avancer dans le processus.

- Il peut arriver qu'au cours du suivi, il apparaisse que je ne dispose pas d'une qualification suffisante pour vous fournir l'aide nécessaire. Dans ce cas, j'en discuterai avec vous et, avec votre accord, je vous orienterai vers un/une collègue compétent·e.

3. Cadre, durée, annulation, paiement et remboursement des séances

La durée d'une séance est de **60 minutes** (en présentiel comme en ligne). **La régularité des séances est très importante en suivi psychologique** (si vous ne comprenez pas pourquoi, merci de me poser la question, il est important de la clarifier). La fréquence recommandée est d'une séance par semaine. Toutefois, en fonction des caractéristiques individuelles, ce format peut ne pas convenir ; la fréquence est donc déterminée individuellement et discutée avec vous.

Annulation / report des séances
Le créneau horaire choisi est réservé exclusivement pour vous pendant toute la durée de notre travail. Merci de respecter l'horaire convenu. **Si vous annulez une séance moins de 48 heures avant son début, vous devez régler 100 % du coût de la séance. En cas d'annulation plus de 48 heures à l'avance, merci de le faire entre 8h00 et 20h00 (CET).**
Les seules exceptions à cette règle concernent les situations d'urgence ou de force majeure (par exemple : hospitalisation, accident), qui sont discutées séparément avec le/la client·e.
Si, à mon tour, je suis contrainte d'annuler une séance moins de 48 heures avant son début, la séance suivante est gratuite pour vous (sauf en cas de force majeure, de situations d'urgence).

Les séances ont lieu dans un cabinet de consultation déterminé par le psychologue. En cas de format à distance (par exemple via Zoom), les règles suivantes s'appliquent :
- pendant la séance en ligne, le psychologue se trouve seul dans la pièce, sans tiers, conformément aux règles de confidentialité ;
- je recommande au/à la client·e d'en faire de même et de rester seul·e pendant l'appel afin de se sentir libre dans l'expression des émotions et des sentiments.

Paiement des séances
Le coût de l'heure de consultation (60 minutes) est discuté individuellement avec chaque client·e au début de travail et mis à jour sur mon site : www.polinapanasenko.com. **Le tarif peut être augmenté de 10 chf à la fin de l'année civile. Toute augmentation est annoncée un mois à l'avance.** En cas de situation financière difficile, l'augmentation peut ne pas être appliquée ; ce point est dans tous les cas discuté individuellement avec le/la client·e.
Le paiement par virement bancaire, par TWINT ou en espèces s'effectue immédiatement **après la séance et au plus tard le soir après la session**.

Remboursement des séances
Je suis **psychologue FSP (Fédération Suisse des Psychologues) non-psychothérapeute** reconnue au niveau fédéral. Comme je ne possède pas le titre de psychothérapeute FSP, mes prestations **ne sont pas prises en charge par l'assurance de base (LAMal)**. Par contre, en tant que psychologue membre de la FSP, mes prestations d'accompagnement peuvent être remboursées (souvent partiellement) par de nombreuses assurances complémentaires telles que Sanitas, Swica, CSS, Atupri, etc. Si vous avez une assurance complémentaire, je vous invite à consulter votre contrat en ce qui concerne les prestations d'un «psychologue FSP non-psychothérapeute». Dans ce cas, le paiement est fait comme ceci : les séances se règlent selon le système du tiers garant. Vous réglez directement la consultation, puis je vous remets un justificatif de remboursement que vous pouvez envoyer à votre assurance afin d'être remboursé·e.

4. Droits et obligations des parties

4.1. Droits du/de la client·e :

- Soumettre à la discussion toute problématique préoccupante, y compris celles liées à l'organisation du suivi.
- Formuler des réclamations à l'encontre du psychologue et s'adresser aux comités éthiques (les coordonnées seront indiquées ci-dessous).
- Interrompre le suivi à tout moment, sans sanction ni justification. Dans ce cas, la responsabilité des conséquences et de l'état psychologique ultérieur incombe au/à la client·e. De mon côté, j'insiste **de tenir une séance de clôture** afin de faire le bilan du suivi.

4.2. Obligations du/de la client·e :

- Respecter le planning des séances et ne pas être en retard. **En cas de retard, la séance n'est ni décalée, ni prolongée.** Merci donc de respecter l'horaire convenu.
- Payer les séances en temps voulu.
- **Prévenir de l'annulation/du report d'une séance au moins 48 heures à l'avance**, sauf en cas de force majeure (ex.: hospitalisation, circonstances extrêmes).
- Être aussi sincère que possible, fournir des informations complètes, ouvertes et fiables.
- Informer le psychologue :
    - de la prise de médicaments
    - de tentatives de suicide passées
    - d'expériences antérieures de consultation auprès d'autres spécialistes
    - de maladies psychiques ou physiques pouvant constituer des contre-indications à la consultation psychologique.

4.3. Droits du psychologue :

- Refuser de fournir des services si le/la client·e se trouve sous l'influence de l'alcool, de drogues ou d'autres substances.
- Refuser la poursuite des séances et orienter le/la client·e vers un·e autre spécialiste si la demande dépasse les compétences du psychologue et/ou nécessite l'intervention d'un·e professionnel·le ayant une formation médicale.
- Ne pas être tenu responsable de l'utilisation que le/la client·e fait des informations reçues lors des séances ni des décisions qu'il/elle prend.
- Mettre fin au travail en cas de reports ou d'annulations multiples (plus de deux fois par mois). La cessation du travail n'est jamais unilatérale et fait toujours l'objet d'une discussion avec le/la client·e afin d'identifier les causes de la rupture du cadre.

4.4. Obligations du psychologue :

- En cas d'annulation ou de report d'une séance à l'initiative du psychologue, prévenir le/la client·e au moins 48 heures à l'avance, sauf en cas de force majeure (situations d'urgence). Si les heures manquées ont été payées, elles sont reportées sur un autre créneau disponible.
- Être du côté du/de la client·e, respecter le principe de respect inconditionnel de la dignité, des droits et des libertés du/de la client·e, l'écouter, le/la soutenir et encourager ses efforts pour surmonter les difficultés.
- Respecter le principe de confidentialité, détaillé ci-dessous.
- Assumer la responsabilité de la qualité du processus de consultation, de sa dynamique, de l'adéquation des techniques utilisées et de la sécurité du/ de la client·e.
- Discuter avec le/la client·e des objectifs du travail et des méthodes utilisées.
- Faire preuve d'honnêteté envers le/la client·e, exprimer ouvertement les sentiments et émotions éprouvés à l'égard du/de la client·e et de sa problématique au cours du processus de consultation.
- Discuter des conditions de la fin de la consultation.

5. Confidentialité

Au cours du suivi, je tiens des notes pendant et après les séances, dans lesquelles je consigne des observations professionnelles, mes réflexions et considérations. L'accès à ces notes est réservé

uniquement à mon/ma superviseur·se, sous forme de retransmission et de synthèse. La tenue de ces notes est nécessaire afin de ne pas oublier des informations importantes fournies par vous et également pour me préparer à la présentation du cas en supervision.
La **supervision** est une méthode de perfectionnement théorique et pratique des spécialistes en psychologie, consistant à analyser la pertinence et la qualité des approches et méthodes utilisées. Lors de la présentation d'un cas en supervision, l'identité du/de la client·e n'est pas divulguée : le nom et les détails de la vie personnelle ne sont pas communiqués.
Ainsi, je n'ai pas le droit de divulguer votre identité ni de transmettre des informations personnelles permettant de vous identifier. Toutefois, certaines situations prévues par la loi peuvent entraîner une levée de la confidentialité, notamment :

- une menace de danger pour vous ou pour autrui ; en cas de risque de suicide ou d'homicide, je serai amenée à contacter votre famille ou votre entourage afin de tenter d'assurer votre sécurité et celle des autres ; si cela ne suffit pas, j'en informerai les autorités compétentes ;
- les cas de maltraitance envers des enfants ou de négligence de leurs besoins, ainsi que les cas de négligence envers des personnes incapables de prendre soin d'elles-mêmes, telles que les personnes âgées ou en situation de handicap ;
- la demande des autorités judiciaires concernant les notes relatives à nos séances.

Conformément au code de déontologie du psychologue, je ne m'intéresse pas à votre personnalité, à votre vie ou à votre entourage en dehors de notre travail. Je ne consulte pas vos profils sur les réseaux sociaux ou dans des communautés professionnelles et je ne commente pas vos déclarations publiques accessibles. Lors du suivi, je travaille uniquement avec les informations que vous avez choisies de me fournir au cours des séances.
Si je souhaite publier une description de notre travail — ce qui n'est possible qu'après la fin du travail — je vous contacterai spécifiquement afin que vous décidiez si cela est possible et, le cas échéant, selon quelles conditions.

6. Éthique et réclamations

Dans mon travail, je respecte le code éthique de **l'Association de la Société russe de l'approche centrée sur la personne**, dont je suis membre, ainsi que le code déontologique de la **FSP**. Ces codes éthiques sont disponibles sur les sites suivants : https://pca-rus.com/association et https://www.psychologie.ch/fr/psychologues.
Vous avez le droit d'exprimer publiquement des réclamations et de discuter du déroulement du suivi avec toute personne, sous toute forme et à tout moment. Le formulaire de dépôt de plainte est disponible sur le site de la FSP : https://www.psychologie.ch/fr/psychologues.
Si vous estimez que vos droits ont été lésés au cours du suivi avec moi, vous avez le droit de déposer une réclamation auprès de mon/ma superviseur·se. Les coordonnées du/de la superviseur·se sont fournies sur demande.

7. Coordonnées et acceptation des conditions

Avant de signer le présent document, merci de discuter avec moi de toutes les questions éventuelles. En signant ce document, vous exprimez votre accord avec les conditions décrites ci-dessus.

Client·e :
Nom et prénom : _____
Numéro de téléphone : _____
E-mail : _____

Date et signature :_____

Psychologue : Panasenko Polina
Téléphone : +7 (903) 687-10-88 // +41 76 602 66 40
Merci de me contacter via WhatsApp ou Telegram
E-mail : psy.polinapanasenko@gmail.com
Site : www.polinapanasenko.com

Date et signature :_____