



KIT PRESSE

DANIELA MOURA, PhD

Psychologue clinicienne • Docteure en psychologie • Autrice

Contact presse : contact@psychologueparis15.com

Email : dmouracog@gmail.com

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/in/psychologuemoura/>

Site web : psychologueparis15.com

Instagram : @LeCanalPsy

Podcast : <https://podcast.ausha.co/lecanalpsy/>

QUI SUIS-JE ?

Daniela Silva Moura est docteure en psychologie et psychologue clinicienne à Paris depuis plus de 17 ans. Formée aux approches TCC, EMDR, ACT, MBCT et thérapie des schémas, elle défend une 'lucidité sensible' : comprendre sans s'endurcir, aimer sans se perdre, nuancer sans relativiser.

Ancienne praticienne des Hôpitaux de Paris (Centre de Référence des Mastocytoses, Hôpital Necker), elle a publié plus de six articles scientifiques dans des revues internationales (PLOS ONE, Molecular Psychiatry, Translational Psychiatry) établissant des liens novateurs entre inflammation, neurosciences et santé mentale.

Autrice de 'Mieux je me connais, mieux je me soigne' (Le Courrier du Livre) et de 'Dépasser la douleur... grâce à la douceur' (titre provisoire à paraître aux Éditions du Rocher, 2026), elle articule rigueur scientifique, clarté pédagogique et exigence éthique.

EXPERTISES & ANGLES ÉDITORIAUX

Santé mentale & société

- La nuance comme hygiène mentale collective
- Polarisation cognitive et épuisement psychique
- Grande Cause nationale 2025 : enjeux et perspectives
- Penser les vulnérabilités sans stigmatiser

Psychologie du travail

- Sécurité psychologique : socle de la performance durable
- Burn-out des soignants : prévention par les micro-climats d'équipe

- • Leadership au féminin : la vulnérabilité stratégique
- • Qualité de vie au travail et bien-être organisationnel

Développement personnel evidence-based

- • Douceur ≠ faiblesse : le muscle de la régulation émotionnelle
- • Charge mentale : self-compassion pragmatique
- • Assertivité bienveillante : dire non sans culpabilité
- • Perfectionnisme vs excellence
- • Les leçons du stoïcisme et mieux être

Trauma & transformation

- • Trauma et mémoire : pourquoi on ne peut pas 'juste oublier'
- • EMDR, ACT, thérapie des schémas : accompagner sans sauver, dépasser sans se perdre
- • Deuil et douleur : transformation par la douceur
- • Psychotraumatologie et approches intégratives

Famille & éducation

- • Réseaux sociaux & ados : accompagner sans diaboliser, sauver l'esprit critique
- • Fêtes de fin d'année : gérer la charge émotionnelle familiale
- • Parentalité : co-réguler plutôt que contrôler
- • Solitude et injonction au bonheur collectif

OUVRAGES

Mieux je me connais, mieux je me soigne

Le Courrier du Livre

Guide d'autodétermination en santé mentale. Comprendre ses mécanismes psychologiques internes pour devenir acteur de son propre soin. Vulgarisation rigoureuse, outils concrets d'auto-observation, liens entre neurosciences et pratique clinique.

Dépasser la douleur... grâce à la douceur

Éditions du Rocher • 2026 (à paraître)

Exploration clinique, philosophique et neuroscientifique de la douceur comme outil thérapeutique face au trauma, à la douleur psychique et au deuil en particulier. Entre le Récit et l'essai : pont entre expérience personnelle du deuil, la clinique du deuil et l'actualité scientifique.

PARCOURS

Formation académique

- 2012 : Doctorat en psychologie et psychopathologie cliniques, Université Paris Descartes
- 2020 : MBCT (Mindfulness-Based Cognitive Therapy)

- 2014 : Certification EMDR
- 2015 : Certificats en Psychologie Positive (UC Berkeley), Éducation Thérapeutique, Remédiation Cognitive

Expérience professionnelle

- Depuis 2015 : Cabinet privé, Paris 15^e et 11^e (adultes)
- 2018-2020 : Clinicienne-chercheuse, Laboratoire de Psychopathologie et Processus de Santé, Université Paris Descartes
- 2007-2016 : Clinicienne et chercheuse, Centre de Référence des Mastocytoses (CEREMAST), Hôpital Necker-Enfants Malades, AP-HP

Recherche scientifique

6+ publications dans des revues internationales à comité de lecture, 150+ citations dans la littérature scientifique mondiale.

Domaines : biopsychologie, psychoneuroimmunologie, neuropsychiatrie, psycho-oncologie.

PUBLICATIONS SCIENTIFIQUES (sélection)

- Grégoire S, Lamore K, Laurence V, Silva Moura D, et al. (2020) Journal of Adolescent and Young Adult Oncology.
- Boddaert N, Salvador A, Chandesris MO, Moura DS, et al. (2017) Translational Psychiatry.
- Georgin-Lavialle S, Moura DS, Salvador A, et al. (2016) Molecular Psychiatry.
- Moura DS, Georgin-Lavialle S, Gaillard R, Hermine O (2014) Immunology and Allergy Clinics of North America.
- Moura DS, Sultan S, Georgin-Lavialle S, et al. (2012) PLoS ONE.
- Moura DS, Sultan S, Georgin-Lavialle S, et al. (2011) PLoS ONE.

THÈMES DE CONFÉRENCE

Leadership humain et sécurité psychologique

Pour entreprises, équipes RH, managers. Cultiver des environnements où vulnérabilité et performance coexistent.

Santé mentale et inclusion

Pour institutions publiques, secteur santé. Accompagner la diversité des fragilités psychiques sans pathologiser ni infantiliser.

Lucidité sensible : nuancer sans relativiser

Pour médias, étudiants, grand public. Développer la pensée critique et la régulation émotionnelle.

EMDR, ACT et approches intégratives

Pour professionnels de santé mentale. Formation continue sur les thérapies fondées sur les preuves.

POSITIONNEMENT UNIQUE

Lucidité sensible : la signature intellectuelle de Daniela Silva Moura articule rigueur scientifique et humanité clinique. Ni optimisme naïf, ni cynisme désabusé. Comprendre sans s'endurcir, aimer sans se perdre, nuancer sans relativiser. Une voix rare dans le paysage de la psychologie française, au croisement de la recherche, de la clinique et de la transmission au grand public.

DISPONIBILITÉ

- ✓ Interviews radio et podcast (20-60 min)
- ✓ Tribunes et chroniques (600-1200 mots)
- ✓ Conférences et interventions publiques
- ✓ Tables rondes et débats
- ✓ Consultations d'expertise pour médias

Délai de réponse : 48-72h.

CONTACT PRESSE

Contact presse : contact@psychologueparis15.com

Email : dmouracog@gmail.com

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/in/psychologuemoura/>

Site web : psychologueparis15.com

Instagram : @LeCanalPsi

Podcast : <https://podcast.ausha.co/lecanalpsy/>

Langues : Français (courant) • Portugais (natif) • Anglais (professionnel)

Daniela Silva Moura, PhD

Psychologue clinicienne • Docteure en psychologie • Autrice

Membre FFPP (Fédération Française des Psychologues et de Psychologie)

Kit presse mis à jour : Octobre 2025