



## *Formation professionnelle*

- \* *Savoir mieux communiquer avec les autres*
- \* *Influencer positivement et engager*
- \* *Réussite vers l'emploi*
- \* *Se préparer au changement*

## *Outils*

*Communiquer : méthode Gottman*

*Psychologie de l'engagement selon  
Joule et Beauvois*

*La théorie des représentations sociales  
Selon Abric*

# *Ψ*

*Sophie Chastellière*  
*Psychologue sociale et du travail*  
*Coach et Conseil*



*Orientation professionnelle*  
*Accompagnement au changement*  
*Aide et soutien psychologique*  
*formation*

*Rue du moulin de l'Aure*  
*07 130 TOULAUD*

*06 12 43 75 97*  
*s.chastelliere@gmail.com*



## *Orientation Professionnelle*

- \* *Évaluation de candidats et aide à la prise de décision dans un recrutement*
- \* *Bilan d'orientation et d'évolution de carrière*
- \* *Bilan de compétences*
- \* *Retour à l'emploi et prise d'un nouveau poste*
- \* *Aide à l'orientation et choix d'un projet professionnel pour les adolescents, les étudiants et les adultes*

### *Outils*

*Approche pratique d'aide à l'élaboration d'un projet d'orientation par l'ADV*

*Documents réalisés pour faciliter la réflexion et l'action*

*Les tests psychotechniques de personnalité, de comportements, d'intérêts professionnels, d'estime de soi*

*Techniques de recherche d'emplois et de stages*



## *Développement personnel*

- \* *Changement de vie et Transition*
- \* *Améliorer vos comportements : être soi-même, déverrouiller ses freins et blocages, gérer son temps, gérer son stress, prise de parole en public*
- \* *Gérer l'équilibre vies professionnelle et familiale*
- \* *Aide et soutien psychologique individuel*
- \* *Aide au retour à l'emploi après une longue absence*
- \* *Résilience au travail*

### *Outils*

*Coaching de transition selon Hudson*

*Méthodologie coaching ICI Coach*

*Les piliers de vie selon Hudson*

*La relation d'aide selon Rogers et Maslow*