



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
Aide et soutien psychologique
Accompagnement au changement
Bien-être

12 avenue Pierre Sépard
26000 Valence

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'ADVPE

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*
- * *Mal-être et souffrance au travail*
- * *Aide et soutien psychologique individuel*
- * *Etre soi-même, confiance et estime de soi*
- * *Gestion du stress, gestion des émotions*
- * *Aide au retour à l'emploi après une longue absence*

Outils et méthodes

HUDSON wellness Coaching

La relation d'aide selon Carl Rogers et Maslow

Institut de Coaching International de Genève

Sophrologie et vie en pleine conscience