



Les prestations *entreprises*

La méthode

Psychologue spécialisée, je suis animée par la conviction que la santé mentale est un pilier essentiel du bien-être personnel et professionnel. Installée à Orange, ma structure est dédiée à la gestion du bien-être au travail et aux choix d'orientation scolaire et de carrière. Grâce à une approche moderne, dynamique et adaptée à chaque individu ou organisation, j'ai à coeur de rendre accessible l'accompagnement psychologique dans le monde professionnel.

Je propose un ensemble de services personnalisés afin de répondre à des problématiques diverses, allant de l'accompagnement psychologique individuel à des prestations de formation et de prévention des risques psychosociaux. Mes interventions sont conçues pour améliorer la qualité de vie au travail, renforcer la cohésion des équipes et accompagner les individus dans leur développement personnel et professionnel.



PSYCHOLOGIE DU TRAVAIL

Spécialiste des dynamiques professionnelles, j'interviens pour améliorer la qualité de vie au travail, prévenir les risques psychosociaux (RPS) et renforcer les performances organisationnelles. Je propose des prestations d'accompagnement pour les entreprises et leurs collaborateurs, en individuel ou en collectif.

Mes services : prévention des RPS, cellule d'écoute psychologique, gestion du stress, médiation, coaching, gestion de carrière, bilan de potentiel, aide au recrutement ...



PSYCHOLOGIE DE L'ORIENTATION

La psychologie de l'orientation s'adresse à ceux qui sont en quête de sens dans leur parcours professionnel. Selon votre profil, je vous accompagne dans l'exploration de vos aptitudes, de vos intérêts et de vos valeurs pour vous aider à trouver une voie professionnelle qui vous correspond.

Mes services : Conseil en orientation scolaire et professionnelle, accompagnement de projet de reconversion, bilan d'aptitude, coaching de carrière ...

Mes interventions

Cellule d'écoute psychologique

Les cellules d'écoute psychologique sont des **espaces de parole confidentiels**, offerts aux salariés ou aux membres d'une organisation. Elles permettent d'aborder des préoccupations personnelles ou professionnelles en toute sécurité et sans jugement.

Objectif

Offrir un **soutien émotionnel et psychologique immédiat** à ceux qui se sentent en difficulté, en leur permettant d'exprimer leurs ressentis, leurs tensions, ou leurs sources de stress dans un cadre confidentiel. Ce service vise également à prévenir l'aggravation de troubles psychiques liés au travail.

Méthode

Après un premier échange pour déterminer les attentes et besoins de l'organisation, des créneaux d'écoute sont définis, soit en face à face, soit à distance. Chaque entretien dure généralement une heure.

Des cellules d'urgence peuvent être mises en place lors de situation de crise.

Groupe de parole

Réunions collectives où les participants **partagent leurs expériences et leurs émotions** autour d'une thématique donnée ou une situation précise. Ces groupes visent à créer un espace de parole ouvert et solidaire entre collègues.

Objectif

Créer un environnement où chacun peut **se sentir écouté et soutenu**. Cela permet de briser l'isolement et de favoriser la solidarité au sein des équipes. L'objectif est aussi de réduire le stress, les tensions et de favoriser le bien-être collectif.

Méthode

Un groupe de parole réunit entre 4 et 8 participants, sous ma conduite. Après une introduction générale, chaque participant est invité à partager ses réflexions et ressentis, en respectant le cadre de confidentialité et de non-jugement. Une session dure généralement 2 heures.

Médiation

La médiation est un processus où un tiers impartial intervient pour résoudre les conflits entre collaborateurs ou entre un collaborateur et sa hiérarchie. L'objectif est de faciliter le dialogue, restaurer la communication et aboutir à une solution mutuellement acceptable.

Objectif

Apaiser les tensions et trouver une issue positive dans des situations de conflit ou de malentendu au sein d'une équipe. Cette prestation aide à rétablir des relations de travail harmonieuses, dans le respect de chaque partie.

Méthode

Après un entretien préalable avec chaque partie, une ou plusieurs séances de médiation sont organisées. Chaque séance peut durer entre 1h et 2h. Le processus est conçu pour garantir la confidentialité et le respect des engagements de chaque participant.

Prévention des Risques Psychosociaux

La prévention des risques psycho-sociaux consiste à identifier et à prévenir les facteurs qui peuvent entraîner du stress, de l'anxiété ou du burn-out chez les salariés. Cela inclut les conditions de travail, les relations interpersonnelles, et la gestion des charges de travail.

Objectif

Limitier les impacts négatifs des risques psycho-sociaux sur la santé des collaborateurs, réduire l'absentéisme, améliorer la qualité de vie au travail et prévenir l'apparition de troubles psychiques.

Méthode

Après un audit de l'organisation et de ses pratiques, des actions de prévention sont mises en place. Ces actions peuvent inclure des entretiens individuels, des formations ou des groupes de réflexion, et sont adaptées en fonction des spécificités de l'entreprise.

Accompagnement individuel

L'accompagnement individuel est un processus personnalisé visant à aider un salarié à surmonter des difficultés personnelles ou professionnelles. Cela inclut des problématiques telles que le stress, les conflits, l'orientation de carrière, la posture managériale ou des questions d'équilibre travail-vie privée.

Objectif

Offrir un soutien adapté à chaque individu pour l'aider à mieux gérer ses défis professionnels et personnels, et ainsi améliorer son bien-être au travail.

Méthode

L'accompagnement se fait en sessions régulières, généralement d'une durée d'une heure. Le nombre de séances est défini après un premier entretien pour évaluer les besoins spécifiques et sera encadré par des entretiens tripartites.

Aide au recrutement

L'aide au recrutement consiste à accompagner les entreprises dans la sélection de leurs nouveaux collaborateurs, en proposant des outils psychométriques et des entretiens de recrutement structurés. L'objectif est d'identifier les candidats qui correspondent le mieux à la culture et aux besoins de l'entreprise.

Objectif

Améliorer la qualité des recrutements en s'assurant que le candidat sélectionné possède les compétences, les motivations et l'adaptabilité nécessaires pour le poste proposé.

Méthode

Après avoir discuté avec l'entreprise des critères de sélection, des tests psychométriques et des entretiens individuels sont réalisés avec les candidats potentiels. Des retours détaillés et des recommandations sont fournis à l'entreprise pour l'aider à prendre la meilleure décision.

Bilan de potentiel

Le bilan de potentiel est une **évaluation approfondie des capacités et des talents** d'un collaborateur, afin de déterminer ses points forts, ses axes de développement et son potentiel d'évolution au sein de l'entreprise.

Objectif

Identifier les leviers permettant à un salarié de s'épanouir et de progresser dans son parcours professionnel, tout en alignant ses compétences avec les besoins de l'entreprise.

Méthode

Le bilan inclut un entretiens et des tests psychométriques. Un compte rendu détaillé est fourni à l'employeur avec un échange pour chaque évaluation réalisée.

Formation

La formation en psychologie du travail est destinée à **sensibiliser les managers et les salariés aux problématiques psychologiques** liées au travail, telles que le stress, les conflits, et la gestion du temps. D'autres thématiques peuvent être animées selon votre demande.

Objectif

Renforcer les compétences des collaborateurs pour améliorer leur bien-être au travail et la performance de l'entreprise. Les formations visent à développer des compétences pratiques en gestion du stress, de la communication, et de la résilience.

Méthode

Les formations sont dispensées en groupe. Elles peuvent durer de quelques heures à plusieurs journées, avec des exercices pratiques et des études de cas adaptées à l'environnement de travail spécifique.



Ateliers collectifs à thématique

Ces ateliers sont des sessions collectives ayant pour but d'aborder une thématique spécifique liée à la santé mentale et au bien-être au travail, telles que la gestion du stress, la communication interpersonnelle, ou la prévention du burn-out.

Objectif

Sensibiliser les salariés et améliorer leur bien-être en proposant des solutions concrètes pour améliorer leur quotidien professionnel.

Méthode

Les ateliers se déroulent en petits groupes (6 à 10 personnes), durant généralement 2 heures. Chaque atelier aborde une thématique spécifique, avec des discussions, des exercices pratiques et des échanges d'expériences.

Une demande spécifique ?

Je vous laisse me contacter afin que je puisse proposer le service le plus en adéquation avec votre besoin.



Mes engagements

Ecoute active et respectueuse

Espace sécurité et solutions adaptées

Accompagnement personnalisé

Approche sur mesure en fonction des objectifs et des attentes

Confidentialité et non jugement

Cadre de confiance sécurisé respectant la sphère privée de chaque personne et chaque entreprise

Méthodologie innovante et efficace

Actualisation constante des méthodes pour répondre aux enjeux modernes de la psychologie

Accessibilité et disponibilité

Grande flexibilité sur les horaires pour répondre à vos besoins spécifiques





N'hésitez pas
à me contacter



07.44.42.51.06



contact@elisatourn-psychologue.fr