

Vanessa Melia
Psychologue

Praticienne
et consultante
Thérapie - Coaching

VIE & TRAVAIL

**3 DOMAINES
D'INTERVENTION**

1

**DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL,
TRANSITION, MIEUX-ÊTRE AU TRAVAIL :**

- Réaliser son bilan professionnel & son bilan de compétences
- Définir ses objectifs et son projet professionnel
- Mieux gérer son stress, ses émotions, ses angoisses, sa fatigue, ses priorités
- Dépasser une situation de souffrance au travail, une crise professionnelle
- Travailler une transition ou une reconversion professionnelle

Accompagnement individuel en cabinet ou en entreprise.

2

**ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTIQUE,
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL :**

- Identifier ses forces, ses qualités, ses valeurs
- Recouvrer sa pleine confiance en soi, son estime de soi
- Dépasser des difficultés personnelles, des problématiques de vie, familiales et autres
- Gérer son stress, ses émotions, ses angoisses, sa fatigue
- Identifier ses objectifs et son projet de vie

Consultations en cabinet, séances individuelles, en couple, en famille.

3

**ACCOMPAGNEMENT DES HOMMES,
DES ÉQUIPES ET DES ORGANISATIONS :**

- Mieux se connaître, mieux communiquer et travailler ensemble
- Dépasser une situation complexe, un vécu difficile au travail
- Évaluer un profil en vue d'un emploi ou d'un projet de carrière : personnalité et aptitudes
- Gagner en aisance professionnelle, en leadership et révéler ses talents
- Gérer les conflits et les situations tendues.

Interventions individuelles ou collectives en entreprise.



**RÉSOLURE D'UNE DIFFICULTÉ
GÉRER SES ÉMOTIONS
& SON STRESS
MIEUX COMMUNIQUER**

**RÉCONCILIER COLLABORER
S'ACCOMPLIR FÉDÉRER
S'ACCEPTER**

**PRENDRE SOIN DE SOI
DÉPASSER UNE SOUFFRANCE**

CHANGER

**SE PROJETER
SE DÉVELOPPER
MIEUX SE CONNAÎTRE**



OUTILS ET MÉTHODES

LES MODALITÉS :

1 Consultations ponctuelles ou régulières en cabinet :

Séance de 50 min.

2 Interventions ponctuelles ou régulières en entreprise :

- Séance individuelle de 50 min.
- Séance collective jusqu'à 2 heures
- Séminaire d'1½ journée à 2 jours

3 Téléconsultations sur demande

Pour chaque modalité, fréquence et nombre d'interventions adaptés au besoin.

Prise de RDV possible par téléphone, mail, formulaire sur site, ou sur doctolib.

- ✓ Entretiens
- ✓ Thérapie brève
- ✓ Bilan professionnel & Bilan de compétences
- ✓ Coaching, conseil, orientation
- ✓ Tests de personnalité et d'aptitudes
- ✓ Groupes de paroles, médiation, supervision, analyse de la pratique
- ✓ Formations, séminaires, coaching d'équipes



FORMATION

- Master 2 en Psychologie du travail et des organisations
- Master 1 en Psychologie clinique et psychopathologie
- Master 2 en Management et développement des ressources humaines
- Master 1 Chargée de développement des ressources humaines
- Praticienne PNL : thérapie brève, médiation, coaching, accompagnement en communication efficace
- Certifiée MBTI : indicateur de personnalité pour mieux se connaître et connaître les autres

MES EXPÉRIENCES

- L'Hôpital Nord-Ouest, Villefranche ^{S/S}
- École Sciences-U, Lyon
- Renault Trucks Volvo, Lyon
- Centre d'accueil thérapeutique de l'Ain
- Maison d'accueil de jeunes, Villefranche ^{S/S}
- L'Hôpital de jour pour enfants, Vienne

Vanessa Melia 07 56 97 59 48

contact@vanessamelia-psychologue.fr
108 Bld Louis Blanc- 69400 Villefranche ^{S/S}

www.doctolib.fr

www.vanessamelia-psychologue.fr