

## Solo Values Pro – Gestion du stress & bien-être

### Pour qui ?

Psychologues clinicien·ne·s, psychothérapeutes, coachs bien-être : cette approche vous aide à intégrer les **valeurs personnelles** comme leviers d'apaisement, de recentrage et de régulation émotionnelle dans vos accompagnements.

### Objectif général

Réduire le stress, renforcer le bien-être psychologique et proposer des solutions alignées sur les besoins et valeurs fondamentales de vos client·e·s.

### Service 1 – Accès à l'outil QVP, Formation & Conseils pratiques

**Objectif :** Vous approprier le Questionnaire sur les Valeurs Personnelles (QVP) et apprendre à l'utiliser de manière autonome **dans votre propre contexte professionnel.**

#### Ce que comprend le service (via un contrat d'utilisation) :

- Accès au QVP + rapport détaillé des résultats
- Formation et conseils personnalisés pour l'analyse et l'interprétation des résultats
- Guide de restitution, fiches pratiques et supports cliniques
- Échanges individualisés (présentiel ou à distance) pour **adapter l'outil à vos besoins spécifiques, votre clientèle et votre champ d'intervention**

#### Bénéfices concrets :

- ✓ Identifier avec précision les sources de tension (conflits de valeurs, insatisfaction)
- ✓ Aider vos client·e·s à prioriser et prendre des décisions porteuses de sens
- ✓ Approfondir la relation thérapeutique par une exploration existentielle des valeurs
- ✓ Enrichir votre boîte à outils clinique avec une approche centrée sur le sens

👉 **Intéressé·e ?** Contactez Solo Values ([marc.abessolo@gmail.com](mailto:marc.abessolo@gmail.com)) pour de plus amples informations, l'accès à l'outil et bénéficier de conseils pratiques personnalisés.

## Service 2 – Ateliers pratiques (entre pairs)

**Objectif :** Expérimenter le QVP en conditions réelles, **partager vos expériences entre pairs** et renforcer votre posture d'accompagnant·e.

**Ce que comprend le service (via un contrat de mandat) :**

- Ateliers collectifs de co-développement autour de cas concrets
- Simulations de restitution sur des situations
- Analyse **en groupe** des résistances, ressources et pistes d'intervention

**Bénéfices :**

- ✓ Apprentissage collaboratif grâce à l'échange d'expériences entre professionnel·le·s
- ✓ Développement de pratiques concrètes, ajustées aux réalités du terrain
- ✓ Plus de sécurité, de justesse et de créativité dans vos interventions

👉 **Envie d'organiser un atelier dans votre structure ?** Contactez Solo Values ([marc.abessolo@solovalues.com](mailto:marc.abessolo@solovalues.com)) pour de plus amples informations et l'organisation d'une session collective sur mesure.