



Mina tjänster

Jag får företag och människor att utvecklas!

Om verksamheten

Jag har verksamhet i Västerås samt över större delen av landet genom uppdragsverksamhet. Jag har kvalitetssäkrade processer över min verksamhet. Tjänsterna kan genomföras enskilt eller i grupp.

Hélène Stolt är konsult i verksamheten sedan 1999. Hon är psykoterapeut, socionom och beteendevetare samt specialist på psykosociala arbetsmiljöfrågor.

Psykoterapi

Psykoterapi är en systematisk och målinriktad behandling i form av regelbundna samtal hos psykoterapeut.

Jag erbjuder t ex kognitiv beteendeterapi (kbt), parterapi (systemisk psykoterapi) och utbildningsterapi.

Ledarskapsutveckling

Jag har verktygen för dig som vill utvecklas som chef och ledare. Med verktygen kan såväl du som din verksamhet utvecklas i ditt chefs- och ledarskap.

Jag erbjuder chefscoaching, karriärutveckling och ledarskapsutbildning.

Coaching

Coaching är ett kraftfullt verktyg som stimulerar dig till större delaktighet och ansvarstagande i arbetet.

Jag erbjuder coaching som verktyg, eklektisk coaching och jobbcoaching.

Handledning

Allt fler har upptäckt styrkan med att använda handledning som ett arbetsverktyg. Genom handledning får du möjlighet att reflektera och få andra perspektiv.

Jag erbjuder personlig handledning, processhandledning och ärendehandledning.

Utbildning

Jag erbjuder företagsinterna utbildningar som kan genomföras i våra lokaler i Västerås, i lokaler hos er eller i andra lämpliga lokaler.

Jag kan t ex genomföra utbildningar i svåra samtal, teamutveckling, konflikthantering, mobbning i arbetslivet, hot och våld, kognitivt förhållningssätt, stresshantering och ledarskapsutbildning.

Stresshantering

Att lära sig att hantera stress är inte detsamma som att lära sig att klara av mer stress. Genom att identifiera dina stresskällor får du ökade möjligheter att kunna hantera balansen mellan arbete och fritid.

Jag erbjuder tjänster inom stresshantering och utbildning i stresshantering.

Kontakta mig

Vill du ha ytterligare information om mina tjänster är du välkommen att kontakta mig.



Hélène Stolt Psykoterapi & Ledarskap AB

Hylsvägen 4, 721 38 Västerås. E-post info@ledarskapsutveckling.eu. Internet www.ledarskapsutveckling.eu. Telefon 0707-17 46 01 Hélène Stolt.