

PROGRAMME DE COACHING POUR FEMMES LEADERS

PRESTATION

COACHING



Durée

6 séances
Soit 6 heures(s)

Format

Présentiel ou distanciel



Prérequis

Aucun



Public

Tout public



Intervenant·e·s

Psychologues du travail

Un référent handicap présent en interne disponible sur sollicitation.

Contact

Thomas Vigneau
t.vigneau@opus-fabrica.fr

➤ PRESENTATION

Les femmes occupant des postes de leadership peuvent être confrontées à de multiples défis : les préjugés liés au genre, des environnements professionnels dominés par les hommes, la double pression de concilier leur poste avec la maternité, pour n'en citer que quelques-uns. Ces défis peuvent être extrêmement stressants pour les femmes, affectant ainsi leur bien-être et leur capacité à performer à leur meilleur niveau.

Grâce au coaching individuel, les besoins, les difficultés et les objectifs spécifiques de chaque individu peuvent être abordés afin de faciliter leur épanouissement personnel et professionnel, et les aider à réaliser leur plein potentiel en tant que leaders inspirantes et efficaces.

➤ OBJECTIFS DE COACHING

Le programme de coaching est un espace personnalisé pour travailler sur les objectifs de la personne individuelle. Voici quelques exemples d'objectifs pouvant être atteints lors des séances de coaching :

- Identifier et dépasser les pensées critiques internes qui vous limitent
- Consolider et renforcer votre identité et votre confiance en tant que leader en comprenant vos déclencheurs personnels, vos valeurs et vos points forts
- Acquérir des outils pour surmonter les défis professionnels que vous rencontrez actuellement et maintenir votre performance managériale
- Maîtriser votre communication professionnelle et améliorer votre présence ainsi que votre langage non verbal
- Définir votre vision de carrière et planifier vos prochaines étapes

➤ METHODES

Les méthodes de coaching utilisées lors des séances sont hautement individualisées et peuvent inclure des jeux de rôle, la restructuration cognitive, l'utilisation d'outils tels que les analyses SWOT, etc. Chaque approche est soigneusement adaptée aux besoins spécifiques de chaque individu, garantissant ainsi un accompagnement personnalisé et efficace vers l'atteinte de ses objectifs

