

Accompagner le changement Développer les talents et le mieux être en entreprise

L-Management est une société spécialisée dans l'accompagnement des dirigeants et managers qui souhaitent optimiser leur gestion de carrière.

L-Management intervient au travers de coaching, formation et conseil en développement professionnel et efficacité interpersonnelle pour permettre aux salariés de révéler leurs potentiels et d'être plus efficace au sein de l'entreprise.

Références

- Entreprises : BNP Paribas, Groupe EDF, Groupe LVMH, VVR International, Groupe CSC, Stairway Consulting, IGRC (Institut de Gestion des Risques et des Crises), Microsoft, Naxen, Upside Down, Société Luchard, Dexia Crédit Local, ICF (Groupe SNCF – Immobilière des Chemins de Fer), ...
- Organismes de formation : EFE, Formaland, ...
- Ecoles de commerce (ESCEM,...)

COACHING – Etre acteur de son développement de carrière

Coaching individuel

Permettre au salarié de reprendre contact avec ses propres ressources personnelles et professionnelles, de révéler son potentiel afin de trouver ses propres solutions et atteindre ses objectifs pour une meilleure efficacité au sein de l'entreprise.

Exemples de coaching professionnel : *prise de poste, équilibre vie professionnelle / personnelle, capacité à déléguer, gestion de son temps, confiance en soi, développer son positionnement et leadership, stress, gestion des émotions, relation aux autres,...*

Déroulement

- séance de 2h environ
- période : de 3 à 6 mois (de 6 à 12 séances) validée lors de la réunion préliminaire
- fréquence : 1 séance de coaching tous les 15 jours (environ 2 séances par mois)

Réunions avec le commanditaire du coaching :

- 1 réunion préliminaire afin de valider l'accord entre le coaché, le coach et le commanditaire et d'établir le contrat de coaching
- 1 réunion de debriefing entre le coach, le coaché et le commanditaire

Le contrat de coaching permettra de valider l'objectif du coaching, le rôle du coach, l'éthique et la déontologie du coaching, la méthodologie d'intervention et l'évolution des entretiens, les conditions financières et administratives ainsi que le calendrier prévisionnel.

Coaching de groupe / d'équipe

Exemples : *Séminaire de cohésion d'équipe, animation de réunion, ...*

CONSEIL – Accompagnement au changement

- Démarche mixité et égalité professionnelle
- Accompagnement au changement
- Mise en place d'un réseau interne (réseau féminin)
- Changement organisationnel, ...

Méthode : Diagnostic, bilan de situation, rencontres et interviews des personnes concernées, proposition de différentes solutions adaptées à l'entreprise

FORMATION - Efficacité interpersonnelle et Développement professionnel

- Formation de formateur

Devenir formateur ; animation d'un groupe ; prise de parole en public

- Visibilité et réseaux sociaux pour booster sa carrière

Outil de communication et de gestion de carrière ; protéger son identité numérique et sa e-réputation ; LinkedIn, Viadeo, Facebook, twitter...

- S'affirmer

Apprendre à se faire respecter et s'affirmer en toute assertivité ; Communiquer dans la coopération ; Formuler une critique et dire non ; Cesser de culpabiliser

- Gérer ses émotions et son trac

Prendre la parole en public ; Faire de vos émotions vos alliées

- Image et positionnement en entreprise

Apprendre à se vendre ; Connaître l'image que les autres perçoivent de vous ; Développer votre impact relationnel ; Révéler vos talents cachés

- Développer sa confiance en soi

Améliorer son impact professionnel ; Travailler son estime de soi ; Equilibrer sa vie personnelle et professionnelle ; Donner un sens à son parcours

FORMATION - Management

- Développer sa posture de manager

Mener son équipe vers la réussite ; Piloter l'atteinte des objectifs ; Agir en position de leader dans des situations complexes et rester assertif

- Manager une business unit

Elaborer la stratégie marketing/commerciale ; Mettre en œuvre un management stratégique ; Assurer le pilotage ; Adopter une posture managériale de dirigeant

- Animer une réunion

Se positionner en tant qu'animateur ; Respecter les objectifs et les horaires ; Animer et gérer un groupe

- Prise de parole en public

Gérer son trac ; Préparer son discours

LEADERSHIP AU FEMININ

Coaching au féminin : Développer les talents féminins



FEMMES BUSINESS COACHING

Profils

Pour toutes les femmes actives au sein de votre entreprise (managers, cadres ou non cadres, dirigeantes) souhaitant devenir actrice de leur évolution professionnelle et booster leur carrière.

Méthodologie

Allier les bienfaits du coaching de groupe et les avantages de la formation : *méthodologie active et participative au travers d'exercices pratiques, de l'apprentissage d'outils d'évolution professionnelle et de développement personnel afin de mieux s'approprier les acquis.*

Objectifs

Apprendre à gérer efficacement sa carrière, s'épanouir professionnellement et respecter ses choix personnels

- **Développer son estime de soi** : croire en soi et donner du sens à son évolution professionnelle
- **Améliorer son impact professionnel** : apprendre à se mettre en valeur, se rendre visible et influente

- comprendre les leviers et obstacles qui freinent le développement de carrière des femmes
- identifier son potentiel et ses propres freins pour révéler sa propre identité professionnelle
- avoir une meilleure connaissance de soi
- maîtriser des outils de gestion de carrière

1- Ateliers de coaching de groupe « Femmes Business Coaching »

Thématiques

Apprendre à se mettre en valeur et savoir « se vendre », révéler ses qualités profondes, gérer ses priorités, croire en soi, se rendre visible, donner du sens à sa carrière, gérer ses émotions, cesser de culpabiliser, apprendre à dire non, développer l'estime de soi, apprendre à s'affirmer, lâcher prise,...

Déroulement

- Atelier par demi-journée
- Groupe de 12 personnes maximum

2- Parcours Formation « Femmes Business Coaching » : Leadership au féminin (5 jours)

Objectifs

Se positionner en tant que leader ; Manager la différence ; S'affirmer tout en restant assertive ; Développer votre pouvoir d'influence et votre visibilité ; Respecter ses priorités et manager son temps ; Améliorer sa confiance en soi ; Développer ses qualités relationnelles avec une communication constructive et durable

Déroulement

- 1 jour de formation par mois sur 5 mois
- 1 suivi de coaching individuel en face-à-face de 2h par participante et par mois
- Groupe de 12 personnes maximum

Tel : 06 83 44 90 97 – sandra.minault@l-management.fr- www.l-management.fr

46, rue de la vanne, 92120 Montrouge – SIRET : 532 117 694 00010 – APE 8559A - Agrément formation : 11921827392

L-Management et Femmes Business Coaching sont des marques de FBC Conseil - SARL au capital de 6000€

Sandra MINAULT

Tel : 06 83 44 90 97

E-mail : sandra.minault@l-management.fr

Blog : www.l-management.fr

Fondatrice L-Management

Coach certifiée HEC

Consultante formatrice en développement professionnel

Diplômée de l'Escem (Ecole Supérieure de Commerce et de Management), Sandra Minault a 10 ans d'expérience dans la formation en tant que co-fondatrice et dirigeante pendant 6 ans d'un organisme de formation professionnelle. Revendu à un groupe d'éditions allemand en 2007, elle prend en charge durant 2 ans le développement et le pilotage de l'activité formation au sein du groupe.

En 2009, elle décide d'enrichir son profil de consultante formatrice avec une certification de coach (Executive Coaching HEC).

Elle accompagne aujourd'hui les entreprises dans le développement de leurs salariés et leurs équipes au travers de coaching, formation et conseil afin de les aider à révéler leurs potentiels pour une meilleure efficacité et un mieux être en entreprise.

Sandra Minault donne des cours en Ecoles de Commerce autour de la Communication, l'identité numérique/les réseaux sociaux, l'entrepreneuriat, la mixité et le management au féminin.

Conférencière, elle anime des tables rondes et intervient sur des thématiques autour de la mixité professionnelle en tant que levier d'efficacité de l'entreprise, du management au féminin, de l'entrepreneuriat et de l'utilisation des réseaux.

Spécialisation Coaching/Formation au féminin

Sandra Minault s'intéresse au positionnement des femmes dans l'entreprise, elle crée ainsi en 2009 le blog d'informations professionnelles « **L-Management** » (www.l-management.fr) afin de promouvoir la complémentarité hommes/femmes et la mixité professionnelle en tant que levier de performance des entreprises.

Puis, en 2010, elle crée le concept « **Femmes Business Coaching** », formation/coaching de groupe de femmes autour de thématiques précises féminines, afin d'aider les femmes à booster leur carrière. Elle intervient au travers de réseaux féminins inter-entreprises ou dans des grands groupes pour renforcer leur démarche de **développement des talents féminins** (mise en place de réseaux féminins, coaching au féminin,...).

Réseaux

- Membre du **CJD Paris** (Centre des Jeunes Dirigeants – l'homme au cœur de l'entreprise)
- Vice-Présidente et administratrice du réseau **Escem pro** (les anciens de l'Escem).
- Fondatrice et animatrice du réseau féminin, « **Women In Business** ».
- Administratrice de l'association humanitaire **Afritak**, *apprendre à lire, écrire, compter à des enfants du Mali* pour laquelle elle a mis en place et participer au projet Route 66 (été 2010 – sortie du livre aux Editions Lamartinière, sept 2011)
→ Participe aux Jury des grandes écoles de commerces, accompagnement des projets Création d'entreprise,...

Spécialisation outils de coaching (Certification Executive Coaching HEC)

- Communication Non-Violente : *Communiquer autrement pour mieux coopérer*
- Process Communication Management