

[Spécial COACHING]

Harmonie, sécurité et vision de long terme manquent cruellement aujourd'hui. Cette période amène certaines personnes et entreprises à opérer des changements, tandis que d'autres prennent du recul sur leur situation. Yinclusive les accompagne dans leur transformation et leur réflexion, quelles qu'elles soient, afin que chacun puisse se repositionner efficacement.

Yinclusive : évoluer dans un monde incertain

Nous sommes actuellement tous plongés dans un monde VUCA un acronyme qui signifie : Volatile, Incertain, Complexe, Ambigu. Or, malgré le contexte chacun doit poursuivre sa route... mais comment construire une vision dans un tel environnement ?

« La clé pour s'en sortir et retrouver du sens est de traverser plusieurs phases : d'abord se recentrer sur soi pour se reconnecter à ses forces. Il s'agira ensuite de lever les stress et blocages qui empêchent l'action, pour enfin poser des actes, même petits, chaque jour, afin d'assurer la réalisation de cet objectif » explique Mathilde Kalkas, fondatrice et dirigeante de Yinclusive.

Relever les nouveaux défis personnels et professionnels de chacun

Le travail est un élément central de la vie. Certaines personnes se posent des questions sur leur employabilité, en cas de difficultés économiques de leur entreprise ; d'autres doivent apprendre à se protéger de situations professionnelles toxiques ; d'autres encore souhaitent évoluer vers d'autres domaines pour trouver davantage de sens à leur quotidien. Mathilde Kalkas fait également le constat auprès de ses clients que les relations sociales professionnelles qui constituaient un ciment et aidaient chacun à mieux accepter le quotidien est fragilisé par le télétravail et la distanciation sociale. L'individu peut donc être amené à revoir sa posture professionnelle face à de nouveaux enjeux liés à l'isolement, à la gestion de l'équilibre pro/perso et au management à distance.

Actuellement, les demandes individuelles d'accompagnement sont nombreuses car chacun souhaite profiter de cette période pour faire le point. « Il y a une tendance existentielle forte actuellement et une peur de déclassement social. Il y a des personnes qui préfèrent adopter une attitude attentiste pour traverser la crise et d'autres qui considèrent que cette crise peut être transformée en opportunité pour expérimenter de nouvelles choses : en tant que coach et thérapeute j'accompagne chacun selon ses objectifs ».

En entreprise : une expertise sur la gestion du stress, les hauts potentiels et les hypersensibles

Mathilde Kalkas travaille avec le monde de l'entreprise, dans le cadre de l'accompagnement de managers et de dirigeants. Praticienne accréditée par la Société Française de Coaching, elle accorde une importance particulière au respect de la déontologie et de l'éthique : « Selon moi, l'important est que toutes les parties prenantes soient bien en accord sur les objectifs, puisque dans ce cadre, le contrat est tripartite ».

Certaines situations spécifiques sont également au cœur de l'activité de Mathilde Kalkas comme la gestion du stress, la prévention du burn-out ou l'entreprenariat.

« J'ai quelques sujets de prédilection comme l'accompagnement des hauts potentiels et des hypersensibles, des personnes qui ont un fonctionnement cognitif différent de la plupart des gens. L'ambition au féminin est aussi un thème qui me tient à cœur car encore beaucoup de femmes s'autocensurent dans leurs ambitions, souvent de façon inconsciente ».

En privé : une approche thérapeutique innovante et pragmatique

En tant que thérapeute, Mathilde Kalkas prend notamment en charge des personnes souffrant de troubles anxieux, de troubles alimentaires et de manque d'estime de soi. « Grâce à des techniques mobilisant l'intelligence du corps, on arrive à déprogrammer des comportements ou pensées qui pèsent sur la personne dans son quotidien ». Le tout dans une posture d'écoute et d'accompagnement de la personne dans sa cohérence.



Yinclusive, formation en Diversité et Inclusion, pour que chacun trouve sa place

Yinclusive est aussi un organisme de formation. Son ambition est d'aider les organisations à créer des environnements de travail où existe une meilleure compréhension de l'altérité et qui valorisent les différences, qu'elles soient visibles (genre, handicap, âge,...) ou moins visibles (valeurs, potentiels, personnalités, parcours de vie, sensibilité, origines sociales ...).



Plus d'infos
www.yinclusive.fr

