

Séances de coaching individuelles

L'UFR de Médecine de Nantes vous propose des séances de coaching individuelles si vous rencontrez des difficultés générées par votre formation médicale (premier et second cycle, hors PACES). Il ne s'agit pas de séances de psychothérapie, ni de consultation spécialisée en psychiatrie. Ces séances ne sont pas destinées à prendre en charge des étudiants souffrant de pathologies psychiatriques avérées telles que des syndromes anxieux, dépressifs, des troubles du comportement alimentaire, des addictions, un stress post-traumatique...

Les difficultés prises en charge pendant ces séances peuvent être de différentes nature :

- « je perds ma motivation »
- « je me sens à l'écart par rapport aux autres »
- « je me trouve nul, je manque de confiance en moi »
- « je n'ose pas intervenir en groupe »
- « la hiérarchie m'impressionne »
- « je me sens éparpillé, mal organisé »
- « Je ne sais plus si je suis fait pour ce métier »
- « Je veux que tout soit parfait, je déteste la défaite »
- « je doute de moi en permanence »

Les séances de coaching vous apporteront :

- « un temps d'écoute basé sur la confidentialité et le non-jugement »
- « un espace dans lequel je peux parler librement »
- « une confiance qui va se bâtir tout au long de séances itératives »
- « la clarification de mon objectif d'amélioration »
- « une meilleure compréhension sur ma façon d'être et d'agir »
- « une avancée mesurable et concrète de mon objectif »
- « des astuces pérennes pour la suite de mon parcours »

Les séances d'une durée de 45 min à 1h15 se dérouleront :

- De septembre à décembre 2019 en début de semaine (lundi ou/et mardi)
- Dans les locaux de la Faculté de Médecine ou en extérieur
- Avec une coach certifiée (2008 - Centre international du coach- RNCP - accréditée ICF)
- Au rythme de 2 séances par mois (soit 7 séances au total)
- Un plan d'action sera posé en fin de chaque séance

Si vous êtes intéressés pour suivre ces séances, merci de contacter le Pr Pottier Pierre (pierre.pottier@univ-nantes.fr)