



FemSTEM Coaching Circles™

executive summary

Organisation Partenaire: Women in Digital Initiatives Asbl Luxembourg

Pays partenaire: Luxembourg

Pilote: 1



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

INDEX

FEMSTEM COACHING CIRCLES™	0
executive summary	0
INTRODUCTION	1
SUMMARY OF RESULTS	1
CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS	2

Introduction

En raison de la crise du Covid-19, WIDE a décidé d'organiser son premier pilote des Coaching Circles FemSTEM en ligne et en anglais, en utilisant Zoom et Google Meets. Nos cercles de coaching ont commencé le 28 juin de 13h00 à 15h30 avec 6 participantes. La deuxième session a eu lieu le 5 juillet dans le même laps de temps avec 5 participantes. La dernière session s'est tenue le 12 juillet avec 4 participantes. Les participantes sont restées en contact tout au long du programme et jusqu'à la fin du mois de juillet sur un groupe Slack que WIDE avait créé pour l'occasion. Les sessions et le groupe Slack ont été animés par Emeline PETIT, chargée de projet et de recherche ainsi que formatrice chez WIDE.

Vous trouverez ci-dessous un résumé du profil des participantes ayant participé à ce premier pilote au Luxembourg.

La première participante était une femme luxembourgeoise, âgée de 36 à 46 ans, titulaire d'un master en ingénierie logicielle et travaillant comme développeur d'applications (entre 5 et 10 ans d'expérience dans les STEM). Son principal objectif était de mieux organiser/structurer sa journée et d'apprendre à concilier vie professionnelle et vie privée. Elle était également désireuse de partager ses expériences avec le groupe et d'essayer de trouver des solutions et des idées auprès d'autres femmes dans sa situation. Enfin, elle voulait savoir comment les autres femmes géraient le fait d'être la seule femme d'une équipe et de faire face à des collègues difficiles.

Nous avons également accueilli une femme basée au Luxembourg, âgée de 36 à 46 ans, titulaire d'une licence en informatique et travaillant actuellement en tant que coordinatrice de préservation numérique (15 ans d'expérience dans les STEM). Elle souhaitait partager son expérience du "syndrome de l'imposteur" et expliquer comment elle peut être dépassée par la fixation d'objectifs. L'un de ses objectifs était de recueillir les réflexions et l'expérience d'autres personnes ayant travaillé dans un environnement misogyne dans le domaine des technologies de l'information, ainsi que de réfléchir de manière positive pour gagner en force et en confiance en soi. Elle n'a malheureusement pu participer qu'à la première session.

Nous avons aussi accueilli une femme âgée de 25 à 35 ans, basée en France, titulaire d'une licence en biotechnologie et actuellement sans emploi (entre 2 et 5 ans d'expérience dans les STEM). Elle voulait partager son expérience concernant l'inégalité des salaires dans le secteur public (en France) et le manque de mentorat. Elle souhaitait bénéficier d'un mentorat et apprendre comment valoriser ses compétences, développer sa confiance en soi et accroître son influence.

Le groupe comptait également une femme originaire du Luxembourg, âgée de 25 à 35 ans, titulaire d'un master en psychologie organisationnelle et actuellement sans emploi (entre 2 et 5 ans d'expérience dans les STEM.). En participant à notre programme, elle souhaitait acquérir plus de confiance en elle pour s'imposer et gagner le respect de ses futurs collègues. Elle recherchait également des conseils pour structurer son travail et faire partie d'un réseau de femmes dans les STEM.

Une autre participante de ce groupe était Luxembourgeoise, âgée de 25 à 35 ans, titulaire d'un master en traitement du langage naturel, travaillant actuellement en tant que responsable de projet - TIC et normalisation technique (entre 10 et 15 ans d'expérience dans les STEM). L'un de ses objectifs était de mieux organiser son équilibre entre vie professionnelle et vie privée. Elle souhaitait également partager son expérience du "syndrome de l'imposteur" et en savoir plus sur la gestion du changement et la manière de modifier son parcours professionnel. Elle souhaitait obtenir des informations des autres participants sur la communication, la manière d'établir des priorités, d'arrêter d'hésiter et de se déconcentrer, et de célébrer les victoires plutôt que de se concentrer sur les erreurs.

Enfin, basée au Luxembourg et âgée de 25 à 35 ans, la participante est titulaire d'un master en science des données biomédicales et actuellement chercheuse en doctorat (avec entre 5 et 10 ans d'expérience dans les STEM.). Son principal objectif était d'apprendre à s'auto-organiser, de partager ses difficultés de communication en ligne et de surmonter certains défis tels que la gestion des tâches et l'amélioration de la productivité (arrêter de passer du temps sur les médias sociaux, être moins distraite, trouver un équilibre entre la relaxation et le burnout). Elle n'a malheureusement pas pu participer à la dernière session.

Résumé des résultats

Dans le cadre de la formation, les participantes ont auto-évalué leurs compétences non techniques par rapport à leur développement personnel dans le secteur STEM, d'abord au début du programme, puis lors de la dernière session.

Après la dernière session de notre premier pilote, nous avons observé dans les graphiques une grande amélioration de l'aspect networking, de l'auto-efficacité, de l'affirmation de soi, des compétences en leadership, des compétences en résolution de problèmes, de la fixation d'objectifs, de l'identification des objectifs futurs, de la pensée critique, de la pensée créative et de la confiance en soi pour la majorité des participantes.

En ce qui concerne la gestion du stress, certaines participantes l'ont évaluée plus négativement à la fin qu'au début. Lors des sessions, certaines ont mentionné le fait qu'elles se sont rendues compte qu'elles ne lâchaient pas autant prise qu'elles le souhaitaient, surtout après l'exercice des cercles d'influence.

Les compétences en communication et le travail d'équipe sont également des compétences non techniques qui ont été évaluées moins favorablement par certaines participantes à la fin. La plupart d'entre elles se sont rendu compte qu'elles avaient parfois du mal à exprimer leurs sentiments, leurs besoins et leurs pensées, qu'elles pensaient être capables d'écouter attentivement mais que les sessions leur ont fait comprendre qu'il existe différentes techniques pour écouter les personnes qui nous entourent..

En général, leurs compétences non-techniques ont été évaluées plus positivement à la fin qu'au début des sessions des Coaching Circles FemSTEM. Un autre point positif à souligner est que leur niveau d'enthousiasme est resté pour la plupart d'entre elles au même niveau entre le début et la fin du programme.

Une majorité de participantes ont exprimé dans nos formulaires d'évaluation avoir apprécié les outils utilisés pendant les sessions, l'utilisation des objectifs SMART et ont déclaré avoir une idée claire de leurs prochaines étapes après le programme. Certaines d'entre elles ont déclaré qu'elles réutiliseraient certains des outils plus régulièrement, car ils les aident à réfléchir et à trouver leurs propres solutions. Le guide réservé aux participantes et le guide du facilitateur(tric) étaient clairs, bien rédigés et structurés. Notre facilitatrice a toutefois exprimé sa difficulté à s'habituer à la technique de questionnement et à trouver un équilibre entre les conseils/astuces spécifiques demandés par les participants et les questions d'autoréflexion. Une formation plus longue pour les facilitatrices, des exercices de jeux de rôle ou des ressources supplémentaires pourraient être utiles pour maîtriser la technique de questionnement.

Les participants ont trouvé le concept des cercles/du soutien par les pairs efficace et pertinent pour apprendre de l'expérience des autres et pour les aider à s'auto-explorer. Cependant, une participante a déclaré qu'un groupe de 5/6 personnes était peut-être trop important pour une version en ligne du programme. Elle a suggéré un maximum de 3 personnes.

L'une des participantes a témoigné à la fin du programme : "Quelqu'un m'a dit une fois que : Les bons leaders ne cessent jamais d'apprendre. Même si vous avez beaucoup de succès ou si vous avez atteint des objectifs petits ou grands, vous pouvez toujours apprendre de ceux qui vous entourent. J'ai beaucoup appris des participantes et j'encourage toutes les femmes dans les STEM à rejoindre les Coaching Circles FemSTEM ! C'est la meilleure occasion d'expérimenter quelque chose de nouveau, quelque chose de différent, quelque chose de plus." (Traduit de l'anglais)

Conclusions et Recommandations

Nous sommes très heureuses chez WIDE d'avoir pu organiser avec succès ces sessions de Coaching Circles au Luxembourg et le retour de nos participants a été très positif quant à la pertinence du programme par rapport à leur situation.

Pour notre deuxième session pilote, il sera nécessaire de considérer l'organisation d'une session de formation supplémentaire pour les futur(e)s facilitateur(trice)s ou d'avoir des ressources supplémentaires à celle existante pour mieux comprendre la "technique de questionnement". Nous constatons que les outils et techniques utilisés dans ce programme (guide pour participantes et guide du facilitateur) sont pertinents.

Une autre suggestion pourrait être de créer un groupe plus petit lors de la conduite du programme en ligne, car les sessions ne durent pas aussi longtemps qu'en face à face et nous avons le sentiment que les échanges en groupe pourraient être plus approfondis et plus riches avec moins de participants (pour la version en ligne).

PARTNERS

COORDINATOR



Inova Consultancy (UK)

<http://www.inovaconsult.com>

Marina Larios: info@inovaconsult.com



Cesur (Spain)

<http://www.cesurformacion.com>

Amalia Romero Moreno: internacional@cesurformacion.com



CESIE (Italy)

<http://www.cesie.org>

Maryna Manchenko: maryna.manchenko@cesie.org



Women in Digital Empowerment (Luxemburg)

<http://wide.lu>

Marina Andrieu: contact@women-digital.lu



University of Thessaly (Greece)

<http://www.uth.gr>

Charalampos Samantzis: hasamant@uth.gr



FemSTEM

Recruitment, retention, progression



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.