RETHINKING IMPOSTOR SYNDROME™

Cibles :

- ✓ Dirigeant·es, leaders, managers, jeunes talents, RH
- ✓ Etudiant·es,
- ✓ Entrepreneurs…
- ✓ Toute personne qui doute (encore) malgré les preuves de réussites.

Formats :

1h30

Possibilité d'ajuster

En présentiel ou distanciel

Ils vont finir par s'en rendre compte…
Je n'ai rien à faire ici !
Cette fois-ci je vais me planter.

Des millions de personnes brillantes doutent encore parfois de leur légitimité. Le syndrome de l'imposteur touche jusqu'à **70% des personnes performantes**.

Ce syndrome nuit à la performance, à la collaboration et à la prise de risque. Comprendre ses mécanismes, c'est lever un frein invisible mais stratégique à l'engagement et à l'impact collectif.

Le programme Repenser le Syndrome de l'Imposteur™, développé par la Dr Valerie Young, propose une approche concrète pour comprendre et dépasser ces mécanismes.

Plus de **500 000 personnes l'ont déjà expérimenté** à travers le monde.

Cette conférence interactive, fondée sur les travaux du Dr Valerie Young, offre un cadre structurant et des outils concrets pour :

- ✓ Prendre conscience de ce phénomène largement sous-estimé
- ✓ Le replacer dans un contexte organisationnel, social et psychologique
- ✓ Déclencher des prises de conscience individuelles et collectives durables. Déconstruire les attentes irréalistes, les stratégies coûteuses…
- ✓ Reprogrammer son rapport à l'échec, à la réussite et à la légitimité.

© 2025 Impostor Syndrome Institute™

Hélène WENDLING

Points forts

- ✓ Un discours **lucide, sans culpabilisation**, ancré dans les réalités organisationnelles
- ✓ Des **outils concrets et immédiatement activables**, pour faire évoluer les mentalités
- ✓ Une approche inclusive, sensible aux enjeux de **diversité, de genre et d'appartenance**

" L'événement Repenser le Syndrome de l'Imposteur™ résonne encore dans les oreilles des gens ! La présentation a touché notre entreprise à bien des égards. "
Crystal CHEA,
Directrice associée de la logistique,
HELLOFRESH US

Conférencière accréditée Impostor Syndrome Institute™

Parcours & certification

Avec plus de 25 ans d'expérience dans les ressources humaines et l'accompagnement professionnel, coach certifiée PCC, Hélène WENDLING est aujourd'hui une référence dans la lutte contre le syndrome de l'imposteur.

Formée par le Dr Valerie Young aux États-Unis, elle est l'une des rares intervenantes françaises accréditées pour délivrer la conférence **"Repenser le Syndrome de l'Imposteur™".**

Domaines d'intervention

Elle propose des coachings sur mesure, en français ou en anglais, adaptés aux enjeux des entreprises internationales ou des plus petites structures. Prise de poste stratégique, légitimité managériale, définition du leadership, gestion des émotions, dynamique de carrière, schémas récurrents, rapport au contrôle, autant de sujets qui peuvent être accompagnés.

Elle accompagne les **profils atypiques** à déployer leur singularité en force stratégique.

Elle a également créé **PARKOUR**, un programme de bilan de compétences finançable via le CPF.

contact@helenewendling.com
+33 686 763 778
www.helenewendling.com

© 2025 Impostor Syndrome Institute™