

[Business \(/business/\)](#) | [Technologie \(/technologie/\)](#) | [Entrepreneurs \(/entrepreneurs/\)](#) | [Management \(/management/\)](#) | [Finance \(/finance/\)](#) | [Environnement \(/environnement/\)](#) | [Lifestyle \(/lifestyle/\)](#) | [Luxe \(/luxe/\)](#) | [Femmes@Forbes \(/femmes-at-forbes/\)](#) | [Abonnement Newsletter \(/club-forbes\)](#)

Femmes@Forbes /

(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/>)

#Avocat

Valérie Duez-Ruff, l'avocate et "coach" des grands patrons



(<https://www.forbes.fr/author/desiree-de-lamarzelle/>)

(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/valerie-duez-ruff-lavocate-et-coach-des-grands-patrons/>)

Désirée de Lamarzelle (<https://www.forbes.fr/author/desiree-de-lamarzelle/>) 3 mai 2021

(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/valerie-duez-ruff-lavocate-et-coach-des-grands-patrons/>)

Journaliste Forbes France



(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/valerie-duez-ruff-lavocate-et-coach-des-grands-patrons/>)

Avocate spécialisée en droit du travail, en particulier sur l'accompagnement des dirigeants,

Valérie Duez-Ruff a plus « d'une corde à son arc ». Féministe engagée, elle a créé l'association "Moms à la barre (<http://www.momsalabarre.fr>)" pour aider ses consœurs à lutter contre les discriminations qui subsistent dans leur métier, et parallèlement, elle a publié le « code de la mère active ». Forte de son expérience juridique, elle a développé une méthode de coaching qui prône l'épanouissement personnel et la réussite grâce au *decisiowning* qui repose sur la prise de décision. Rencontre avec cette accompagnatrice dans la réussite.

Quelle répartition faites-vous entre vos métiers d'avocate et de coach ?

Valérie Duez-Ruff : J'ai une approche à la fois globale et sur-mesure. Ma double casquette permet de lier l'aspect professionnel au personnel pour aller au bout des choses et aider à comprendre qui on est, et comment aller vers la réussite. La psychologie est centrale.

Pourquoi vous êtes-vous orientée vers le coaching ?

V. D.-R. : Si la pratique de mon métier d'avocate repose sur le juridique, j'ai pris la mesure de la place immense que prend la psychologie dans l'accompagnement des dirigeants : quand un client vient me voir et qu'il est en épuisement professionnel, cela est souvent lié à sa vie personnelle. Je sentais une frustration à ne pas les aider pleinement et cela m'a donné envie d'aller plus loin.

Quelle est votre approche du coaching, votre marque de fabrique ?

V. D.-R. : J'ai tendance au premier rendez-vous à creuser – quitte à bousculer un peu – la personne qui vient me voir pour faire émerger ses besoins et ses attentes. Je ne vais pas forcément la ménager. L'objectif du coaching est de l'amener à plus d'autonomie, en particulier les grands dirigeants qui ont l'habitude d'être très assistés. Je garde la distance nécessaire pour rester objective. Mon expérience juridique m'apporte une rigueur et l'obsession du détail, mais selon les besoins, je peux faire une proposition plus atypique comme avec la pratique de la danse pour les personnes qui ont besoin de se reconnecter avec elles-mêmes.

Valérie Duez-Ruff : Oprah Winfrey m'inspire car elle casse tous les clichés. Elle a tout réussi en étant brillante et tournée vers les autres

Quel est la problématique commune aux dirigeants ?

Pour la plupart, je rencontre finalement la question du manque de confiance en soi, chez les hommes comme chez les femmes. Cela peut être un moteur, mais cette petite voix dans notre tête qui dit qu'on n'est pas à la hauteur, là, peut devenir un frein qui vous empêche par exemple d'aller voir des clients, de parler à la direction, de prendre la parole en réunion... Gravier les échelons du pouvoir confronte à cette possible faille narcissique liée à l'enfance, comme par exemple un défaut d'attention. Cela se traduira par un besoin de se faire remarquer qui se transforme en un manque à combler.

En tant que spécialiste de la question chez les avocates, quel est le principal cliché professionnel qui pèse sur les femmes ?

V. D.-R. : Je dirais encore la maternité... En menant une enquête, uniquement parmi la population des avocates, mais cela reste représentatif, je leur avais demandé si la maternité était un frein à leur carrière et 85 % avaient répondu par l'affirmative. Je pense que ça reste un frein dans une carrière, qu'elle soit réelle ou supposée. Je suis d'ailleurs favorable aux quotas pour faire avancer la situation du « plafond de verre ». Dans mon travail, j'invite les femmes à apprendre à dire non, à fixer des limites, à penser à soi, ce qui est déjà un énorme travail car il faut lutter contre ce conditionnement qui fait partie de l'éducation des filles à

tout accepter si on est bien élevée.

Une femme qui vous inspire ?

V. D.-R. : Oprah Winfrey car elle casse tous les clichés. Elle a tout réussi en étant brillante et tournée vers les autres.

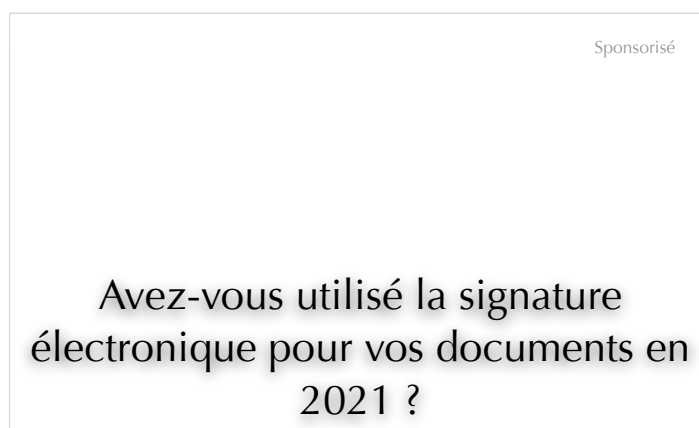
Quels sont vos projets en développement ?

V. D.-R. : Des formations pour le coaching avec un programme de cours audio et vidéo sous forme d'exercice et des séminaires pour l'après Covid.

La première fois que vous vous êtes sentie libre ?

V. D.-R. : En réalité, je me suis toujours sentie très libre et j'ai toujours fait mes choix. Je fais confiance en mes intuitions.

<<< À lire également : Aurore Malherbes, CTO de Padok : « le mentoring est clé pour aider les femmes à s'affirmer » (<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/aurore-malherbes-cto-de-padok-le-mentoring-est-cle-pour-aider-les-femmes-a-saffirmer/>) >>>



Vous avez aimé cet article ? **Likez Forbes sur Facebook.**



0 (https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/valerie-duez-ruff-lavocate-et-coach-des-grands-patrons/#resp

Newsletter quotidienne Forbes

Recevez chaque matin l'essentiel de l'actualité business et entrepreneuriat.

Mon email

Envoyer

Abonnez-vous au magazine et découvrez chaque trimestre :

- ✓ Des dossiers et analyses exclusifs sur des stratégies d'entreprises
- ✓ Des témoignages et interviews de stars de l'entrepreneuriat
- ✓ Nos classements de femmes et hommes d'affaires
- ✓ Notre sélection lifestyle
- ✓ Et de nombreux autres contenus inédits

1 an, 4 numéros : 30 € TTC au lieu de 36 € TTC

► Je m'abonne (https://jepaieenligne.systempay.fr/360BUSINESSMEDIA?vads_amount=30)

Vous serez aussi intéressé par :

(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/delphine-o-forum-generation-egalite-la-france-sera-au-rendez-vous-de-lhistoire/>)

Delphine O (Forum Génération Egalité) : « La France sera au rendez-vous de l'Histoire »
(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/delphine-o-forum-generation-egalite-la-france-sera-au-rendez-vous-de-lhistoire/>)

(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/aurore-malherbes-cto-de-padok-le-mentoring-est-cle-pour-aider-les-femmes-a-saffirmer/>)

Aurore Malherbes, CTO de Padok : « le mentoring est clé pour aider les femmes à s'affirmer »
(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/aurore-malherbes-cto-de-padok-le-mentoring-est-cle-pour-aider-les-femmes-a-saffirmer/>)

(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/adr-elise-goldfarb-et-julia-layani-deux-femmes-dinfluence-qui-chuchotent-a-loreille-des-grands-patrons/>)

Élise Goldfarb et Julia Layani : deux femmes d'influence qui chuchotent à l'oreille des grands patrons
(<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/adr-elise-goldfarb-et-julia-layani-deux-femmes-dinfluence-qui-chuchotent-a-loreille-des-grands-patrons/>)



Forbes France

123 647 mentions J'aime



Article suivant → (<https://www.forbes.fr/femmes-at-forbes/delphine-o-forum-generation-egalite-la-france-sera-au-rendez-vous-de-lhistoire/>)

Services et produits

[Abonnement Magazine \(/magazine-forbes/\)](#)
[Brandvoice \(https://www.forbes.fr/brandvoice/\)](https://www.forbes.fr/brandvoice/)
[Club Forbes \(/club-forbes\)](#)

Mentions légales

[Conditions générales d'utilisation \(/conditions-generales-dutilisation/\)](#)
[Charte de confiance - Mentions légales \(/mentions-legales\)](#)
[Politique de confidentialité \(/politique-de-confidentialite/\)](#)
[Gérer mes cookies](#)

Newsletters

[Newsletter Quotidienne \(/club-forbes\)](#)
[Newsletter Les Immanquables \(/club-forbes\)](#)
[Newsletter Luxe et Lifestyle \(/club-forbes\)](#)

Contact

[Annoncer sur Forbes \(/annoncer-sur-forbes\)](#)
[Etre contributeur sur Forbes \(/contribuer-sur-forbes\)](#)
[Contacter la rédaction \(/contacter-la-redaction\)](#)
[Contacter la technique \(/contacter-la-technique\)](#)
[Proposition de partenariat \(/proposition-de-partenariat\)](#)