



Léa

Quand j'ai commencé les séances de coaching avec Laurence Millet, j'étais [...] au plus bas au niveau de ma motivation. Je ne trouvais pas de sens à ma formation, me dévalorisais, perdais de plus en plus confiance en moi [...] Un cercle de plus en plus négatif dont je n'arrivais plus à me sortir. J'étais perdue, [...]. Lors de notre 1ère rencontre, j'ai étalé toute ma détresse et mon anxiété, en explicitant mon besoin de sens. [...]
Je pensais avoir besoin d'un guide, de quelqu'un qui pourrait prendre les décisions à ma place.

Grâce aux outils qu'elle m'a fait découvrir, j'ai tout d'abord appris à me découvrir, me re-découvrir, et retrouver de l'estime de moi. Ce fût absolument fondamental pour continuer et comprendre ce que je voulais, ce dont j'avais besoin et donc prendre mes propres décisions.

À partir du moment où j'avais de nouveau confiance en moi [...] le cercle est devenu de plus en plus vertueux. [...] J'avais de moins en moins besoin d'appui et arrivait de plus en plus à marcher seule. J'arrivais aux séances avec [...] l'envie de lui partager les éléments positifs de ma vie et de montrer comment j'avais mis en place les outils vus à la séance précédente.

Aujourd'hui, je continue ma formation et je sais pourquoi.

Aujourd'hui, j'exploite mes points forts et je crois en mes projets.

Aujourd'hui, je me sens armée pour affronter de nouvelles difficultés.

Et surtout, aujourd'hui, je remercie Laurence de m'avoir aidé dans cette phase difficile.

Grâce à sa bienveillance, ses outils et activités créatifs, j'ai été pleinement en confiance et me suis sentie capable de me dépasser. Merci.