



**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.*