

« Je ne sais pas exactement quand j'ai commencé à m'éteindre. Je faisais tout ce qu'on attendait de moi. Je tenais mon rôle au travail, à la maison, je cochai toutes les cases. Et pourtant, je me réveillais avec une boule au ventre. »

Je ne sais pas exactement quand j'ai commencé à m'éteindre. Je faisais tout ce qu'on attendait de moi. Je tenais mon rôle au travail, à la maison, je cochai toutes les cases. Et pourtant, je me réveillais avec une boule au ventre.

Un jour, je me suis regardée dans la glace et j'ai pensé : « Est-ce que j'ai encore le droit de penser à moi ? Et ça m'a fait peur. »

« Penser à moi ? Mais j'ai des enfants, un prêt, un poste à responsabilités. J'avais l'impression que si je me posais ne serait-ce qu'un instant, tout allait s'écrouler. Et en même temps, je sentais que je n'étais plus alignée. »

Penser à moi ? Mais j'ai des enfants, un prêt, un poste à responsabilités. J'avais l'impression que si je me posais ne serait-ce qu'un instant, tout allait s'écrouler. Et en même temps, je sentais que je n'étais plus alignée.

Je faisais bien mon travail, mais je n'y trouvais plus aucun sens. Je rentrais épuisée, vidée. Pas juste de fatigue, mais de ne pas me sentir à ma place.

« Elle m'a parlé d'ORIENTATION. Je pensais que ce genre de démarche, c'était pour les gens qui voulaient tout plaquer. Mais elle m'a dit quelque chose qui m'a marquée : Je n'ai pas tout changé. Mais j'ai tout compris. »

Elle m'a parlé d'ORIENTATION. Je pensais que ce genre de démarche, c'était pour les gens qui voulaient tout plaquer. Mais elle m'a dit quelque chose qui m'a marquée : Je n'ai pas tout changé. Mais j'ai tout compris.

Alors j'ai cliqué. J'ai pris rendez-vous. En me disant que je n'étais pas obligée d'aller jusqu'au bout. »

« Mon consultant n'était pas là pour me pousser à changer de vie. Il m'a écoutée. Il m'a aidée à poser des mots, à nommer ce que je ressentais depuis des mois. On a parlé de mes valeurs, de ce qui me donnait de l'énergie, de mes talents oubliés. J'ai compris que je pouvais évoluer sans renier ce que j'avais construit. »

Mon consultant n'était pas là pour me pousser à changer de vie. Il m'a écoutée. Il m'a aidée à poser des mots, à nommer ce que je ressentais depuis des mois. On a parlé de mes valeurs, de ce qui me donnait de l'énergie, de mes talents oubliés. J'ai compris que je pouvais évoluer sans renier ce que j'avais construit.

Que penser à moi, c'était aussi devenir un modèle pour mes enfants. Leur montrer qu'on a le droit de se choisir.

« Grâce à l'accompagnement, j'ai clarifié mon projet. Aujourd'hui, j'ai demandé une »

Grâce à l'accompagnement, j'ai clarifié mon projet. Aujourd'hui, j'ai demandé une

mobilité interne, sur un poste plus créatif et plus humain. Je me suis aussi formée en parallèle à la facilitation d'ateliers en entreprise – un rêve que j'avais depuis 10 ans.

Et surtout, j'ai retrouvé ma confiance. Pas celle qu'on affiche. Celle qu'on ressent.

Comme Claire, des milliers de femmes choisissent chaque année de se reconnecter à elles-mêmes grâce à ORIENTATION. Pas pour tout bouleverser, mais pour mieux se comprendre, mieux décider, mieux s'épanouir et choisir une carrière qui leur ressemble vraiment.

Nous sommes là pour vous accompagner dans vos démarches.

Prenez contact avec un(e) consultant(e) proche de chez vous :

☎: 06 75 56 35 15

✉: valerie.guillemot@orientation.com

🌐: www.muformation.com

#epanouissement #action #orientation #accompagnement