

Témoignage de Laurence

Être soutenue pour faire les bons choix



Laurence travaille au sein d'une fondation qui accompagne des projets de mécénat, elle y est chargée de la thématique Vulnérabilités et Inclusions et est très engagée dans son travail.

En mars 2022, elle apprend qu'elle souffre d'un cancer du sein. Opérée en mai, elle entame une chimiothérapie de septembre à janvier. Une fois passée la période des traitements, elle s'interroge sur la suite.

Autant Laurence s'est sentie prise en charge par le personnel soignant tout au long des traitements, autant une fois ceux-ci terminés, elle s'est sentie isolée, livrée à elle-même, alors qu'elle ne se sentait pas encore rétablie et que les effets secondaires se prolongeaient.

Le cancer est une « petite aventure qui retourne » dit Laurence, modestement. Une amie lui a parlé du Vent Bleu, et c'est ainsi qu'elle pris contact avec l'association via son site Internet.

Après un premier échange afin de choisir le type de coaching (guidage ou porteur de sens) qui correspondait le mieux à ses besoins, Laurence opte pour un coaching de guidage visant à préparer son retour dans son institution.

Elle appréhende cette reprise, qui s'apparente davantage à un parcours du combattant qu'à une page tournée.

Elle veut éviter des « mésaventures ». Une reprise trop intensive, trop fatigante, la conduirait en arrêt-maladie par épuisement. Voire à une rechute de son cancer, qu'elle estimée lié à un investissement très intense dans son travail.

Epaulée par la coach du Vent Bleu, elle a pu reprendre confiance en elle et définir la date et le rythme de son retour au travail. Les séances de coaching lui ont permis de mieux connaître ses droits en tant que salariée et d'identifier deux conditions nécessaires : un temps partiel thérapeutique et un changement de thématique de travail.

Au-delà du soutien psychologique proprement dit, les séances ont représenté des moments précieux, de concentration, de réflexion sur ses besoins, ses capacités, ses objectifs, et de mise en action avec des démarches à accomplir d'une séance à l'autre pour avancer vers un retour au travail aussi serein que possible.

Le coaching par le Vent Bleu intervient entre la fin du traitement et la reprise du travail. Laurence estime qu'une séance de coaching supplémentaire serait utile trois mois après la reprise.

Car malgré les bienfaits de l'accompagnement, les bonnes résolutions prises et les dispositions mises en place, il faudra composer avec la réalité du terrain, les moments de pression et les urgences professionnelles. Or Laurence entend tenir sur l'essentiel. Elle veut défendre ses limites, préserver sa santé et son bien-être, c'est à dire prendre soin d'elle : l'acquis le plus précieux et le plus durable pour elle de son accompagnement par Le Vent Bleu.