

**L'après cancer. On en parle ? Ce sentiment de grand vide, de perte de repère et de sens, de grandes interrogations sur nos envies, notre place, notre vie, nos choix ? J'avais déjà quitté mon emploi de cadre pour une reconversion en décoration d'intérieur. Et le cancer s'est invité à ce moment précis, au moment où je créais mon entreprise. Impossible de reprendre là où je me suis arrêtée, malgré les compétences, malgré la pression des proches. Alors, j'ai décidé de me faire accompagner pour y voir plus clair sur mon avenir professionnel et sur moi.**

Avant la maladie, j'ai travaillé près de 15 ans en RH. J'ai fait un burnout en septembre 2017, et après un long cheminement, j'ai entamé une transaction et mon contrat de travail a pris fin. J'ai repris en parallèle des études pour devenir décoratrice d'intérieur. C'est au moment de créer mon entreprise que j'ai découvert une masse dans mon sein en avril 2019. Tout mon projet professionnel a alors volé en éclat.

J'ai assimilé la décoration d'intérieur à l'apparition de ma maladie, donc j'ai fait une sorte de blocage, d'assimilation malheureuse entre le cancer et la création de mon entreprise. J'ai encore beaucoup de mal à me remettre dedans, à faire des projets juste pour le plaisir, donc cela a remis en question les choix faits avant la maladie.

Après les traitements, je me suis à nouveau posée la question de créer une société mais autour de nouveaux projets qui m'animent sans savoir encore très bien où aller.

Une chose était sûre à ce stade : je souhaitais respecter mes limites et mon rythme, identifier mes besoins et mes centres d'intérêt.



Plusieurs professionnels de santé m'ont vivement conseillé de prendre mon temps avant la reprise et j'ai souhaité la préparer au mieux, un peu mieux que suite à mon burnout.

J'ai découvert l'association "**Le vent bleu**" à travers un atelier En-Je©, atelier de retour au travail, qui devait être organisé tout près de mon lieu de soin. A la fin de la radiothérapie, j'ai ressenti le besoin de préparer l'après, de réfléchir à mon avenir professionnel sans pression. Et puis le confinement est arrivé, et j'ai mis ce projet entre parenthèse. Mais je sentais que cet accompagnement était essentiel pour moi.

J'ai alors recontacté la responsable de l'association début juin 2020 et elle m'a proposé un accompagnement à distance via zoom, à raison d'une séance par mois, sur 4 ou 5 séances au total.

Cet accompagnement, malgré la distance a été très qualitatif, les échanges et les exercices se déroulent dans notre intimité et notre environnement, ce qui me

correspondait assez bien et ce qui me permettait de mieux connecter à mes envies et à mes problématiques. J'ai eu le temps de préparer tranquillement chaque séance et de cheminer également de mon côté avec les expériences que je vivais en parallèle.

Le cadre est aujourd'hui posé, j'ai des outils pour m'aider à avancer, petits pas par petits pas.

Le petit plus : Tout au long de mon accompagnement, la coach m'a retranscrit nos échanges avec un travail de re-narration, c'est à dire un résumé de l'ensemble des phrases que j'ai pu prononcer lors du coaching. C'est très puissant.

Merci aux coaches du vent bleu pour la qualité de l'écoute et de m'avoir aidé à m'autoriser (m'auteur-iser)

**Mélanie**

**[www.leskarnetsdemel.com](http://www.leskarnetsdemel.com)**