

**Sandrine nous livre son expérience
d'accompagnement par Le Vent Bleu.**



La rencontre avec le Vent Bleu s'est faite grâce à une ancienne collègue. Je commençais déjà à réfléchir à la reprise de mon travail et avais beaucoup de mal à m'y projeter. Après un premier échange le choix s'est fait très naturellement et on a commencé avec un premier rendez-vous.

L'envie, l'engagement

Je me suis sentie tout de suite en confiance. En raison de la COVID tous les échanges se sont déroulés en Visio. Je me suis tout de suite livrée, mais alors très facilement, alors je suis plutôt une personne assez réservée.

J'étais encore très fragile au tout début de notre relation et ma coach m'a dit qu'en aucun cas il fallait aller trop vite et que l'on prendrait notre temps. Je voulais avancer trop vite, elle m'a invitée à prendre du temps.

La tête à l'envers

Ce qui est très étrange c'est que j'avais très peur à ce moment, et du coup je prenais la problématique à l'envers, je ne m'autorisais pas à réfléchir autrement et du coup j'avais une pression et une peur incroyable de reprendre mes fonctions en de revenir à mon travail. J'étais terrorisée, ça ne m'était jamais arrivé.

Un changement de perspective

Le déclic a changé ma vie ! J'ai eu ce déclic qui a été de m'autoriser à penser autrement. La première étape ça a été de me dire et d'admettre que j'avais très peur de reprendre le travail. Je n'osais pas en parler autour de moi, j'ai essayé de gérer les choses comme j'ai

toujours essayé de gérer les choses, un peu sans embêter les autres. Donc le premier travail que j'ai fait ça a été déjà d'admettre qu'il y avait une peur et que cette peur avait des causes. Une fois que ces craintes ont été bien identifiées je me suis dit qu'il y avait peut-être moyen de faire autrement. Pourquoi ne pas envisager de voir les choses différemment ? Nous avons travaillé sur ce qui était mon ancrage et mes valeurs. Grâce à elle j'ai pu factueliser ses choses

J'envoyais mon travail par mail à ma coach pour qu'elle en prenne connaissance avant notre séance. La restitution c'est génial et puissant, parce que du coup ça veut dire que lorsqu'on on est prête, ça veut dire qu'on a admis ce qu'on a écrit ! Verbaliser les choses m'a permis de m'approprier les choses. Ce déclic s'est fait lors du troisième atelier. Là j'ai vraiment pris conscience que finalement ma vie professionnelle d'avant m'avait passionné pendant des années mais que j'en ai avait fait le tour et qu'il fallait que je passe à autre chose.

Le projet professionnel

J'ai décidé de monter mon entreprise, je souhaite créer mon atelier boutique et pour y parvenir je suis une formation de plasticienne céramiste, je veux travailler de mes mains. J'aime beaucoup le travail artisanal, le travail de la terre. Le Vent Bleu m'a aidé aussi à reprendre confiance en moi, je me sentais un peu affaiblie et un peu en marge de l'activité professionnelle. J'ai intégré depuis janvier mon école et ma formation, j'y suis hyper épanouie. La formation va jusqu'à fin octobre. Puis ce sera le grand saut, je vais me mettre en quête d'un local et créer ma société en auto-entrepreneur.

Dans son élément

Aujourd'hui c'est le bonheur total, je revis complètement. J'ai un autre rapport à la vie et au temps qui passe, j'ai envie d'avancer. J'ai envie de donner du sens à tout ce que je fais et arrêter de me dire qu'on verra plus tard et d'attendre. Je ne sais pas si je vais réussir, ça n'est pas grave car j'aurai au moins essayé, j'aurais mis toutes les chances de mon côté pour avancer et ça c'est toujours enrichissant. Je pense être dans mon élément.

Sandrine