



Coach spécialiste du bien-être amoureux

Témoignage

Quelles étaient les difficultés auxquelles tu faisais face avant d'entreprendre ta démarche avec moi?

Je ne réussissais pas à établir et vivre de saines relations amoureuses et je ne comprenais pas pourquoi. Je n'arrivais pas à être heureuse en amour alors que les autres sphères de ma vie (professionnelle, amicale, familiale) allaient très bien. J'avais développé la croyance (fausse) que je n'étais pas douée pour l'amour et je voulais changer cela.

Et qu'est-ce que tu souhaitais accomplir dans ta démarche avec moi? Tes objectifs?

- Avoir une plus grande estime de moi
- Ressentir que je mérite ce qu'il y a de mieux
- Être capable d'aider les autres sans jouer au sauveur
- Être prête à établir une relation sur de bonnes bases

Quels sont les trois plus grands résultats que tu as atteints au terme de ta démarche avec moi?

Certainement le plus grand, le travail au niveau de mon estime. Je comprends que j'ai une fragilité à ce niveau et j'ai intégré des outils et de nouvelles façons de faire pour maintenir mon estime à un bon niveau. Ensuite, j'ai reconnecté avec moi et j'ai appris à respecter toutes mes parties (enfant, adulte, partie blessée) et par le fait même je suis capable de vivre dans un état de bien-être et de bonheur et d'y retourner plus facilement. Finalement, aujourd'hui, je suis capable de dire que je m'aime vraiment!

Quel est le résultat qui te surprend le plus ou que tu n'attendais pas?

Une nouvelle relation! J'ai rencontré quelqu'un. Je ne m'attendais pas du tout à ça. J'ai entamé une nouvelle relation sur de belles bases et qui jusqu'à maintenant est beaucoup plus saine que ce que j'ai vécu auparavant! Je pensais que le travail serait plus long et que

cela prendrait plus de temps pour être capable d'attirer dans ma vie une personne qui rencontre mes nouvelles attentes et de mettre en pratique mes nouveaux outils.

Quand tu dis : « Je ne pensais pas être capable d'attirer quelqu'un dans ma vie, qu'est-ce que tu veux dire? »

On a travaillé sur ce que je voulais donc on a préparé un plan. J'ai complètement changé mes attentes. J'ai été capable de faire le bon choix, d'attirer cette personne-là, car c'est une question d'énergie, de regarder les choses différemment donc cette personne-là a été attirée par moi et moi par elle, ce qui ne serait probablement pas arrivé il y a quelques mois parce que je ne regardais pas pour ça et je ne dégageais pas ça non plus.

Effectivement, l'énergie joue un grand rôle au plan amoureux. Grâce à ta démarche avec moi, tu as changé de catégorie de relation amoureuse.

Tout à fait. Avant je faisais de mauvais choix pour toutes sortes de raisons, entre autres mon estime et j'avais besoin d'avoir une raison d'être dans la vie de quelqu'un alors que maintenant, je sais que je mérite d'avoir quelqu'un de bien dans ma vie alors ça change complètement la dynamique.

Effectivement! Et qu'est-ce que j'ai fait qui t'a été le plus utile?

Tout ce qui a pu aider ma réflexion : préparer des objectifs, questionnements/ échanges lors des rencontres, outils/ articles sur le site, préparation des rencontres, tout le matériel qu'il y a sur le site. Tout ça aide beaucoup à réfléchir. La réflexion a été rapide et prolifique!

Tu t'es beaucoup investie dans ta démarche, tu as travaillé fort, tu y as mis beaucoup de rigueur et de cœur. Pourquoi penses-tu que tu as été une cliente idéale pour moi?

Une grande volonté/ détermination à changer, à comprendre, la confiance que j'ai eue en toi. Je me suis abandonnée au processus, j'ai fait confiance. Ma rigueur à faire le travail, réfléchir et finalement ma facilité/ mon honnêteté en introspection. Je me suis totalement investie dans cette démarche-là!

En plus, tu as mis quotidiennement en pratique les outils dont on avait discuté lors des rencontres!

Oui! J'avais ma routine d'estime que j'ai encore. Au début, ça faisait curieux de me parler dans le miroir! J'ai donc intégré des choses dans ma routine et c'est important de la continuer, car je suis quand même vulnérable. J'ai intégré les outils et j'ai un beau coffre d'outils et je l'utilise!

Comment décrirais-tu la qualité de l'accompagnement que tu as reçu? Est-ce à quoi tu t'attendais?

Excellent! Tu es très compétente. Tu as développé une bonne méthode, ton site est bien monté, beaucoup de bons outils et surtout, tu pars de ta propre expérience. Tu utilises ta propre expérience pour nous donner des exemples. Au-delà de cela, tu es vraiment douée et tu sais poser les bonnes questions pour nous amener au bon endroit. Ton expérience, ta méthode et ton talent naturel pour bien doser le niveau d'accompagnement requis.

Merci, ça fait plaisir à entendre! Que dirais-tu aux femmes qui hésitent à entreprendre une démarche avec moi?

Je dirais que c'est le plus cadeau qu'elles puissent s'offrir! Moi, je le faisais parce que j'en avais assez d'être insatisfaite dans mes relations amoureuses. Avec le recul, ce que je suis allée chercher, c'est beaucoup plus que ça. Au-delà de trouver des solutions aux problèmes liés à nos relations amoureuses, le travail au niveau personnel est un cadeau inestimable. J'en sors grandie, plus forte, plus sereine et très confiante en l'avenir.

Comment résumerais-tu ton expérience avec moi?

Ton accompagnement m'a permis de comprendre, accueillir et aimer la personne que je suis et en conséquence de faire les bons choix de personnes avec qui entrer en relation.

*Nathalie L.
Québec*