

Devenir son meilleur allié

On a tous à prendre des décisions dans la vie. Parfois, on se retrouve à des « carrefours », où on ne sait plus trop ce que l'on veut vraiment, vers quel cap se diriger. On sent que l'on a besoin d'y voir plus clair, de (re) trouver un équilibre de vie, de la motivation...

Le coaching, tel une boussole, vous guide pour : Apprendre à mieux vous connaître ; Identifier vos atouts, les valeurs et croyances qui sous-tendent vos comportements ; repérer les freins à vos aspirations et apprendre à les dépasser ; Définir vos priorités et les moyens pour y parvenir ; Re-donner du sens à votre vie, une direction...

Plus on se connaît, plus on fait les choix qui sont les nôtres (et non par rapport au regard des autres, de certaines conventions...) et on devient vraiment **créateur/créatrice de notre vie...** « *Et notre deuxième vie commence quand on comprend que l'on en a qu'une* »...G. Giordano