

Demander de l'aide, c'est faire preuve de courage

Par **Flora Douville**

Dans ma vie de formatrice, il y a eu un avant et un après. Un avant et un après quoi ? Le fait de m'ouvrir à l'extérieur et de demander de l'aide. Après une période lourde, compliquée, faite de relations tendues, de frustrations et d'émotions en dents de scie, je suis aujourd'hui dans une période beaucoup plus stable. J'avance avec une bonne compréhension des enjeux et de la clarté sur ce que je vis au présent. Ce qui a tout changé : mon désir de ne plus rester seule face à mes difficultés.

J'ai commencé à accompagner des particuliers en 2007 et à former des professionnels en 2008. Pendant 7 ans, j'ai fait de mon mieux et, globalement, ça se passait bien.

J'ai créé, avec une psychothérapeute, un système d'étude de la personnalité. Pendant toutes ces années, j'ai mis mon énergie à faire connaître à mes futurs clients la puissance de cet outil, à les éduquer, bref, à créer un marché qui n'existait pas.

J'ai fait des conférences avec 5 personnes, j'en ai annulé d'autres, j'ai lancé des stages et des propositions qui n'ont rien donné, j'ai galéré pendant plusieurs années, mais j'ai fini par sentir des résultats probants : de nouvelles personnes qui me contactaient régulièrement, des rentrées d'argent plus stables. Est-ce qu'avec ces résultats, les choses sont allées

de mieux en mieux ? Non. More money, more problems. Quand une entreprise croît, les challenges qu'elle rencontre sont également plus importants. C'est ce qui s'est passé pour moi.

Après des années de formation professionnelle, discipline à laquelle je n'étais pas réellement formée, je me suis retrouvée frustrée et avec un fort sentiment d'impuissance face à mes défis professionnels :

- des élèves qui semblaient ne pas réussir à intégrer tout ce que je sais faire ;
- une incapacité de mon côté à faire plus, mieux, à être plus explicite et efficace dans mon enseignement ;
- des tensions relationnelles avec certaines de mes élèves qui, je le sentais, me reprochaient ces lacunes (consciemment ou pas) ;
- des élèves qui attendaient de moi un accès gratuit

et à vie à toutes les mises à jour de la formation, une fois celle-ci terminée ;

- de l'intensité émotionnelle de mon côté, face à tout ça.

C'est en 2015 que j'ai décidé, assez intuitivement, de faire appel à un coach qui m'a aidée à transformer ce chaos en progression pédagogique d'abord, économique ensuite.

Avant de travailler avec lui, j'étais vraiment seule : je parlais à mon mari ou à mes chats (LOL), mais je n'avais pas de réel réseau professionnel, pas de pair qui vivait des choses similaires, pas de communauté - ce mot ne faisait même pas partie de mon vocabulaire ! Mon activité et tout ce qui s'y passait, je n'avais personne à qui en parler, personne d'assez expérimenté pour m'aider à prendre du recul ou me conseiller sur des choix à faire.



Demander de l'aide, je l'ai fait parce que j'étais arrivée à un point d'impuissance tel que je ne voyais que ça comme solution - j'étais trop déterminée pour laisser tomber mon activité.

Sur le moment, et même après, je n'ai pas cherché de l'aide « pour ne plus être seule ». Ce n'est pas en ces termes que j'ai pris ma décision. Ce n'est qu'après coup que je me rends compte que je pataugeais justement parce que j'étais seule. À partir du moment où j'ai ouvert mon univers professionnel à une personne extérieure, les choses ont commencé à bouger, en profondeur.

Ça demande du courage, d'aller chercher de l'aide. Je me souviens d'avoir passé des séances de supervision avec mon coach à décrire, avec beaucoup de gêne, ma façon de faire, de dire, de communiquer, d'interagir, de travailler avec mes élèves. Je me sentais pouilleuse. Mais je savais que pour avancer et changer les choses, je devais aller regarder en détail tout ce que je faisais. Je savais que c'était la solution pour assumer encore plus ce qui était déjà bon, et améliorer ce qui ne l'était pas.

Et c'est ce qui s'est passé : ma formation à destination des professionnels est aujourd'hui une vraie réussite pédagogique, un cursus d'apprentissage et de développement personnel hors du commun.

Cette première expérience de transformation m'a donné goût aux relations professionnelles : aujourd'hui, je suis entourée de professionnels, qu'ils soient amis ou prestataires - la frontière est très fine et ça me va bien. Je suis le capitaine solitaire de mon navire, mais je suis bien entourée et ne me sens jamais seule.

Et toi, es-tu suffisamment entouré-e ?
À quoi ressemblerait ton réseau professionnel de rêve ?
Qui peux-tu contacter aujourd'hui pour faire un pas vers cet idéal ? ●

Flora Douville

Auteure et créatrice de la Méta ®

Son site internet :
www.floradouville.com