

Découvrez le programme

« ETRE SOI »

A la question « Es-tu heureux ? » Es-tu es de ceux qui ne parviennent pas spontanément à dire OUI ?

Tu te dis que tu ne peux pas dire que tu es malheureux, parce qu'il y a quand même pire que toi, et puis toi tu as un toit, une famille, un travail, un peu d'argent pour te permettre des plaisirs ... tu coches sur le papier toutes les cases de la réussite et du bonheur.

MAIS tu ne parviens pas à dire que tu es HEUREUX.

Qu'est ce qui te bloque ?

- Un énorme manque de sens dans ton job voir dans ta vie
- Un vide intérieur
- Un sentiment de ne pas être à la bonne place
- Un sentiment de passer à côté de ta vie
- L'impression de ne pas être maitre de ta vie

Tu es comme la classe moyenne, tu n'es pas assez mal pour te faire suivre par un psy et tu ne te sens pas assez bien pour t'épanouir.

Tu continues donc ta routine METRO, BOULOT, DODO.

Ce que je voudrais que tu comprennes c'est que ce n'est pas parce que tu n'es pas au fond du trou que ton mal être n'est pas important.

Ce n'est pas parce que tu sembles mener une existence « normale » que tu n'as pas droit à plus.

Ce n'est pas parce que tu n'as jamais été habitué à te questionner que cela doit être comme cela jusqu'à la fin de ta vie.

J'aimerais te demander si au fond, tu sais quelle vie tu aurais si tu étais 100% toi-même ?

Probablement que tu ne sais pas.

Je voudrais te montrer à quel point une connaissance profonde de toi va te permettre de trouver ta place et de changer le reste de ta vie.

Peut-être qu'as-tu déjà essayé de changer, peut être as-tu déjà essayé plusieurs techniques, mais sans succès. Tu te dis donc que c'est IMPOSSIBLE.

Peut-être qu'au contraire tu fais tout pour faire taire cette petite voix intérieure qui te crie qu'il faut bouger. Tu te dis que le monde est comme ça.

Peut-être que tu essaies de te convaincre que ce n'est pas un vrai problème. Tu fais comme si de rien n'était.

Faire semblant, travailler trop, avoir une frénésie d'activités, d'achats ... sont les réponses que souvent nous trouvons pour nous anesthésier.

Le gros problème c'est que nous cherchons à l'extérieur ce que nous avons à l'intérieur de nous.

La clé pour trouver ton chemin, ta place est en toi. C'est en apprenant à te connaître parfaitement, à t'accepter, à te respecter que tu vas te révéler.

”

J'ai réalisé très jeune (à 30 ans) tous mes objectifs de vie : j'avais un conjoint qui m'aimait et que j'aimais, une magnifique fille, j'étais DRH d'un groupe industriel de 500 personnes, je gagnais très bien ma vie, j'avais voyagé à travers le monde ... bref j'avais tout ce que je pouvais souhaiter.

Pourtant je n'étais pas si bien que ça, j'étais irritable, fatiguée ... un jour j'ai eu un déclic ; c'était aux Maldives, dans un hôtel paradisiaque, j'étais assise dans la piscine, seule, et je me suis mise à pleurer. Je venais de réaliser que si dans le plus bel endroit du monde je n'étais pas heureuse alors je ne serais heureuse nulle part.

En rentrant j'ai pris la décision de travailler sur moi, de comprendre comment je m'étais construite et qu'est ce qui « clochait » chez moi qui m'empêchait d'être heureuse.

J'ai appris à distinguer qui j'étais vraiment de ce que les autres attendaient de moi. J'ai mis en lumière ma singularité, ce qui fait que je suis unique. J'ai identifié mes talents (et oui nous en avons tous) et surtout j'ai trouvé au service de quoi je voulais les mettre.

Ce chemin fût merveilleux et éprouvant mais il m'a complètement transformée moi et ma vie.

J'ai l'impression d'être passé de la chenille au papillon 😊

Je me suis basée sur les étapes de mon propre chemin pour construire ma méthode.

Je l'ai enrichie au fur et à mesure de mes accompagnements avec mes clients, de mon expérience personnelle, de mes formations et de mes lectures pour te proposer, aujourd'hui, une méthode unique, éprouvée et 100% efficace.

pour te permettre d'ETRE toi, de t'accepter, de te respecter et de te révéler pour prendre ta juste place dans la vie.

Tu te demandes encore si ce programme est pour toi ?

« Le programme « ETRE SOI » s'adresse aux personnes conscientes et optimistes qui veulent trouver leur juste place dans leur vie »

Ma philosophie, ma méthode

Le bonheur part de l'intérieur et rayonne à l'extérieur. C'est en retrouvant notre essence, en s'acceptant tel que nous sommes et en se respectant que notre vie devient magique.

Pour une grande efficacité j'alterne les temps de d'introspection à l'aide de cahier de réflexion et des temps d'échange, de coaching et d'approfondissement.

Tu vas avoir 4 mois pour ...

- Re découvrir la merveilleuse personne que tu es
- T'aimer et prendre confiance en toi
- Te libérer de tes anciens schémas bloquants
- Donner un sens à ta vie
- Faire tes propres choix
- Lancer les premières actions de changement

Découvre le programme « ETRE SOI » en détail :

Introduction au programme

Définition de tes objectifs pour les 4 mois
Renforcement de ta motivation

SE CONNAITRE :

Module 1 : Retour sur ton passé

Compréhension du passé et prise de recul sur ta vie

Module 2 : Ta boussole

Découverte et alignement avec tes valeurs profondes

Module 3 : Ta singularité

Découverte, révélation et confirmation de tes talents qui font ta singularité

Module 4 : Ce qui t'anime

Identification de ce qui te fais vibrer

S'ACCEPTER :

Module 5 : Tes zones d'ombre

Identification et réintégration de tes zones d'ombre

Module 6 : Tes blocages

Identification et libération de tes croyances limitantes, tes peurs et tes doutes

SE RESPECTER :

Module 7 : Te respecter

Compréhension de tes émotions et prise en charge de tes besoins. Poser tes limites

SE REVELER :

Module 8 : Tes objectifs de vie

Visualisation de tes objectifs de vie, apprendre à vivre selon ta propre philosophie

Module 9 : Restez aligné (e)

Tes 10 règles d'or pour rester connecté (e)

Module 10 : Célébration

Le point sur ton parcours et définition de ton plan d'avenir

2 possibilités de suivre le programme « ETRE SOI » :



« ETRE SOI »

*En autonomie et à ton rythme
Coaching collectif*

- 10 modules accessibles via une plateforme en ligne
- 10 supports de réflexion et exercices
- Vidéos explicatives
- 1 séance de coaching collectif par semaine pendant 4 mois

- Des outils Bonus

Tarif : 850€ TTC ou 213€ X4

« ETRE SOI »

*Avec un suivi personnalisé
Coaching individuel*

- 10 modules accessibles via une plateforme en ligne
- 10 supports de réflexion et exercices
- Vidéos explicatives
- 5 séances d'une heure de coaching individuelles à distance, programmées selon tes disponibilités
- 1 séance de coaching collectif par semaine pendant 4 mois

- Des outils Bonus

Tarif : 1250€ TTC ou 313€ X4

Concrètement comment ça se passe ...

- 1- Envoi moi un mail à s.camps@wayesens.com ou un SMS au 06.26.34.63.33.
- 2- Nous prenons un rendez-vous pour une première séance découverte gratuite.
- 3- Nous validons ou non notre envie réciproque de travailler ensemble.
- 4- Après validation, tu as accès aux supports de travail, aux vidéos, aux bonus de l'ensemble du programme « ETRE SOI »
- 5- Tu prends connaissances des dates des séances de coaching collectif
- 6- Et enfin, nous programmons les séances individuelles (si option suivi personnalisé)

Elles, ils ont vécu l'expérience ...

➤ Aurore – 41 ans – a terminé en juin 2022

« J'étais très angoissée et petit à petit j'ai pris confiance en moi. Maintenant, je prends mes décisions en me demandant si c'est ok pour moi et si ça ne me prendra pas trop d'énergie. J'ai fait du tri dans mes activités et mes relations négatives. J'ai réduit mes angoisses et espacé mes séances de psy, j'ai acquis des outils pour me mettre en action et ne plus subir les situations ».

➤ Mathieu – 41 ans – a terminé en janvier 2022

« Tout est beaucoup plus clair pour moi, je sais ce que je veux et ce que je veux faire de ma vie »

➤ Sandrine – 32 ans – a terminé en novembre 2021

« Je n'aurais jamais cru que j'allais dire cela un jour mais j'ai confiance en moi, j'ai appris à dire non ! et à vivre pour moi »

➤ Aurélie – 38 ans – a terminé en juillet 2021

« Je me sens plus détendue, j'ai confiance dans mes capacités et en l'avenir »