

Mon cheminement commence par un besoin, une envie. Mais également, un mal-être, un manque de sens.

Celui-ci prend forme en 2017.

Je ne sais pas encore à ce moment-là de quoi mon avenir sera fait, mais j’ai comme objectif d’être lancé en tant qu’indépendant pour mes 45 ans et d’être autonome financièrement. J’ai 4 années devant moi.

Je ne sais pas non plus ce que je vais bien pouvoir offrir comme service mais j’ai le désir profond de partager mon expérience avec d’autres, afin de leur permettre d’éviter les obstacles qui se sont mis sur ma route. Un peu mégalo, sans doute. Cela fait quelques années que je me pose énormément de questions sur ce que je vis, que je me découvre, que je lis et j’apprends sur le comportement humain.

Mais qui suis-je pour pouvoir parler du comportement humain ? Comment pourrais-je me légitimer ?

J’ai divorcé en 2012 et j’ai reconstitué depuis une nouvelle famille recomposée avec ma compagne. Nous sommes en alternance entre 2 et 7 à la maison.

Professionnellement, cela fait plus de quinze ans que je travaille dans l’analyse et l’amélioration de processus et plus de sept ans que je bosse pour le même employeur, en tant qu’architecte d’entreprise.

J’éprouve un profond ennui lié à la répétition à l’infini des tâches qui me sont allouées.

Mes envies sont assez précises. J’ai le besoin de pouvoir agir directement sur la vie des gens. Je suis à la recherche d'une nouvelle vie, d'un nouveau parcours professionnel. Un changement, même à temps partiel est plus que nécessaire. C’est une question de survie.

Je ressens au plus profond de moi que je ne suis plus du tout aligné entre la vie que je mène et qui je suis.

Mais le point de départ de cette réflexion est à trouver dans l’éclatement de ma cellule familiale en 2012. J’ai remis en question qui j’étais, ce que je vivais, comment je le vivais et le pourquoi nous en étions arrivés là. Mais la compréhension de tout cela était biaisée. Je voyais ma vie avec le prisme de la normalité.

La découverte de ma zébritude, de ma douance, de mon haut potentiel en 2016 ouvre la porte à d’autres pistes de compréhension. Est-ce le point d’inflexion de mon parcours ? Certainement. Une compréhension du décalage permanent. Est-ce une justification à tout ? Non. Mais cela me fait entrevoir la vie différemment et prendre conscience de mon mode de fonctionnement divergent de la normale.

Comme je vous le disais précédemment, je souhaite partager mon expérience et en faire profiter ceux qui, comme moi, se sont sentis en décalage et ne se retrouvent plus complètement dans leur environnement personnel et/ou professionnel.

Fin juin de cette année-là, j’hésite fortement. Quels sont les choix qui s’offrent à moi ?

Reprendre des études de psychologies ? 5 ans, beaucoup trop long pour moi.

C’est alors que je découvre le coaching et décide de m’y former. Je cherche ainsi à outiller ma démarche de partage d’expérience.

## Je prends, envers moi, les engagements suivants. Celui d’enfin trouver ma place dans la société, celui de mettre en route ce potentiel que j’ai l’impression de gâcher dans un ennui languissant, celui, enfin, de mettre en place des actions qui soutiennent l’humain au quotidien.

## J’entreprends cette aventure en pouvant compter sur le soutien de Nathalie, ma compagne, de ma maman, de certains amis proches.

Mon employeur m’offre le temps de me former. De mon côté, j’espère un jour pouvoir lui faire profiter de ce que je vais apprendre durant cette formation.

Je compte aussi sur les compétences professionnelles que j’ai développées au cours de ma carrière et sur les aptitudes interpersonnelles qui me caractérisent. J’aime aussi mettre en avant ma curiosité à toute épreuve et mon envie d’explorer le monde sous toute ses coutures, pour combler ma soif d’apprendre.

Je mets également au centre de l’aventure, mes valeurs, dont celle qui prime, l’humanité.

Je suis loin pourtant d’être convaincu que la voie que je prends est la meilleure.

J’ai la chance d’avoir un emploi stable, une sécurité financière, un environnement de travail qui me plait, des collègues avec qui je m’entends bien. Cet emploi me permet aisément de faire vivre ma famille.

Je doute également de ma capacité à me lancer dans un job pour lequel je n’ai pas les compétences requises. Je ne me sens pas légitime. Quel est le regard que les autres, amis, proches, collègues, clients potentiels vont poser sur moi ?

D’un autre côté encore, la communication me fait défaut. Je suis réservé, introverti et j’ai énormément de difficultés à parler devant un grand groupe. Quelle sera ma capacité à me vendre ?

Enfin, un grand manque d’estime de moi est également un frein important.

Dans l’entourage, certains alliés se révèlent adversaires coriaces à ma reconversion.

‘Tu n’es pas fait pour ça’, ‘Est-ce que tu vas pouvoir en vivre ?’ sont des phrases entendues et répétées qui me freinent dans mon désir.

Je me sens de plus en plus en décalage avec certaines personnes qui m’entourent et qui ne croient pas en mon projet.

Mon besoin d’aller vite, de vivre les choses autrement, d’être parfait me ralentissent et me frustrent.

J’entame malgré tout cette formation en coaching qui s’étalera sur près de deux ans.

J’y rencontre des personnes bienveillantes, qui ne jugent pas, auprès de qui je peux être vrai et authentique.

J’entre en décalage encore plus important avec le monde que je connais et dans lequel je vivote et pour qui je m’adapte depuis plus de quarante ans.

Je découvre d’autres mondes, d’autres réalités qui m’attirent et me confortent dans mes choix.

Ce choix d’évoluer vers une autre voie, qui n’est pas nécessairement plus simple, mais qui me semble plus excitante, me force à prendre plusieurs décisions importantes.

Je prends le risque de financer l’ensemble de la formation sur mes réserves personnelles. C’est un risque important, comme celui d’évoluer, de se changer et de changer d’environnement.

Je décide également de me lancer en tant qu’indépendant complémentaire, dans l’espoir de lancer doucement mon activité.

Je demande également à mon employeur de réduire mon temps de travail pour passer à 4/5ème. Ce qu’il accepte facilement.

Mon nouveau rythme est prenant, l’écart est grand entre ce que je réalise chez mon employeur et ce que je désire faire dans ma nouvelle activité. Je rencontre de grosses difficultés financières. J’ai peur de ne pas y parvenir et de ne pas aller au bout de ce nouveau rêve.

Mon corps me lâche en deux phases et me rappelle à l’ordre. Première alerte en octobre 2018. 5 semaines d’arrêt pour me remettre.

Je recommence mon activité chez mon employeur, dans l’idée de clôturer proprement ce que j’y mène, de passer le relais et de démarrer dans une nouvelle fonction au 1er Juillet 2019.

Les choses ne se passent pas comme prévues, voulues, pensées ou réfléchies. Je suis à nouveau lancé sur les voies qui m’avaient menées à mon premier arrêt. Le résultat est clair.

Deuxième arrêt en mars 2019. Arrêt définitif. Fin de voie, tout le monde descend. J’étais seul dans le train. Au bout du quai. Les symptômes physiques sont présents et plus fort que 6 mois auparavant. Mon corps m’oblige à m’arrêter.

Brown out, explosion de non-sens, diagnostiqué bien plus tard. Mais j’y reviendrai.

Pendant un certain temps, plus rien ne bouge. Arrêt forcé. Repos nécessaire, je respire, je prends du temps pour moi. Je prépare mon retour chez mon employeur pour le mois qui suit, ainsi que de quoi occuper mon 4/5ème.

J’ai du temps. Je n’ai plus besoin de me déplacer, je n’ai plus cette boule au ventre quotidienne. Je n’ai plus ce brouillard permanent entre 8 et 18H. Les intestins refonctionnent correctement. Y a-t-il un lien ? Sans doute. Certainement même.

Je profite de ce temps pour préciser ce que je compte faire. Fini de balayer au sens large, l’idée est de trouver une cible de clientèle qui me parle plus, mais à qui je parlerai sans doute plus.

Je continue à me former sur des modèles d’identification des comportements et des talents. Ennéagramme, Profilage de talents.

Rien ne finance ma vie pour le moment.

Pour avancer, j'ai besoin de prendre une décision quant à mon emploi actuel et mon arrêt pour maladie. Le retour chez mon employeur s’annonce plus difficile que prévu.

Je prépare avec un coach que je remercie, un message que je porte auprès de mon employeur. Je ne suis plus capable de retourner dans la position que j’occupais. Il me reste deux possibilités. Soit me repositionner au sein de l’organisation, soit rompre notre contrat. La proposition que me fait mon employeur me convient et je saisis l’opportunité de partir, avec suffisamment de réserves pour me lancer dans les prochains mois.

Je débloque du temps à 100% et retire un poids relativement lourd de mes épaules. J’y crois. Je peux y aller.

Le poids du boulot n'est plus là, mais rien ne va comme prévu. Certaines croyances sont bien ancrées. Je dois retrouver un travail le plus rapidement possible, je dois avancer, je dois, je dois, je dois.

Mais en Burn out, la vie n’avance plus au même rythme et le corps vous impose certaines contraintes. Je suis beaucoup moins résistant au stress. Les relations tendues avec certains plombent mon énergie, me vident, m’épuisent.

J’ai peur. Financièrement, ça devient de plus en plus compliqué. Je ne m’en sortirai pas. Je vais devoir retourner vers un job qui ne me convient pas. Je teste. Je regarde les offres d’emploi. Un seul sentiment, une seule émotion, le dégoût. Une seule solution, je fuis. Je ne peux plus entrer dans une grosse entreprise, sans me sentir pris au piège.

Je ne peux pas, mais j’ai peur, vraiment peur de ne pas m’en sortir.

D’autres possibilités s’ouvrent à moi. Un projet d’identification des talents de jeunes en décrochage du système me permet de maintenir un lien social et une activité professionnelle.

Je deviens assistant dans l’académie de coaching qui m’a formé initialement. Je revois toute la palette d’outils. Je me perfectionne.

Je rencontre une couveuse d’entreprise qui me propose un accompagnement qui débute fin février 2020.

Je diagnostique enfin mon mal-être auprès de la clinique du Stress à l’hôpital Brugmann. C’est un Brown out, une des trois facettes du Burn Out.

Nouveau dada pour moi, nouveaux liens que je crée avec des groupes de ‘paroles’ sur les réseaux sociaux. Je remonte la pente.

Dans le cadre d'une formation sur l'accompagnement des transitions de vie, je suis amené à demander à des proches ce qu'ils pensent de moi dans l'aspect privé et professionnel.

J'y apprends énormément de choses et dévoile une partie de ma zone aveugle, de mes forces, de mes faiblesses, mais surtout ce qui fait de moi une personne unique

Le burn out devient mon désidérata d’accompagnement. Je crois en ma différence, en mon unicité. Mais finalement, non, je suis un coach comme les autres et je ne vois pas comment me démarquer. Je n’ai pas de démarche qui me différencie des autres coachs.

Un énorme coup de mou, début d’année 2020. Je n’y crois plus. Cela fait de nombreux mois que je suis à l’arrêt et que rien n’est financé. J’ai une solution, je me suis couvert, j’ai cette chance, mais il est temps de rebondir.

Je suis démotivé, l’arrêt prolongé est démotivant. Est-il réaliste et pertinent de continuer sur la voie dans laquelle je me suis engagé ? Vais-je tenir ? Ai-je le droit de faire subir cela à mon entourage, à ma famille ?

C’est le moment de choisir, je continue, j’avance ou je renonce.

Quelles voix dois-je écouter ? Celles qui me disent d’aller de l’avant ou les autres qui me disent ‘Sois réaliste, rentre dans les rangs.’ ?

La crise du coronavirus débarque, et remue toutes ces questions.

En parallèle, depuis deux ans, j’écris. J’écris ce qui est mon premier roman (et qui ne sera pas le dernier, j’espère). Ceux qui l’ont lu me conseille de le faire éditer. Il me faut du temps pour les écouter et le faire parvenir à quelques éditeurs. Le retour que j’en ai est comme un baume au cœur, comme une confirmation. Il a du potentiel. Je fais le choix, soutenu par ma maman, de le faire éditer à compte d’auteur.

Ce roman devient malgré lui, l’idée qui fait ma marque de fabrique aujourd’hui, qui est la base du parcours d’accompagnement que je propose. ‘Tu dois créer ta propre méthode. Et si tu te basais sur tes écrits’. L’idée n’est pas de moi (Merci Ménéo), mais elle me motive, me booste, m’emballe.

L’idée est la suivante, toute vie est une aventure. Toute vie peut faire l’objet d’un roman.

Aujourd’hui, je désire romancer le chemin de vie de ceux qui ont des rêves, grands ou petits, écrire leur aventure personnelle, leur roman, ou leur recueil de nouvelles.

Cette méthode doit être testée, éprouvée, malaxée, améliorée, adaptée pour correspondre au mieux aux personnes qui ne pense pas qu'un coaching peut les aider.

Voici le résultat que j’entrevois.

‘Je suis épanoui, mes clients sont épanouis, je me lève chaque matin heureux de bosser car j'ai un impact positif sur la vie de mes clients.’

Il y a encore bien d'autres chemins à explorer, d'autres formations à suivre, d'autres envies qui vont naître, d'autres romans à écrire ...