



Témoignages

Un grand **MERCI !** pour tout vos messages.

« Nous avons confié plusieurs missions d'accompagnement à Naïma Saket dans le cadre du Dispositif Local d'Accompagnement, toutes basées sur le collectif et l'humain. Sa posture et ses méthodologies lui ont permis de contribuer avec bienveillance, efficacité et professionnalisme à la remobilisation d'équipes autour d'un projet, à la structuration d'une meilleure organisation, à la mise en place d'une gouvernance plus sereine »

Yann SALETES Chargé de mission au sein de Gaïa. 2019

« L'accompagnement de Naïma Saket m'a vraiment permis de prendre confiance en moi, de mieux me connaître et de savoir vraiment ce que je veux faire et pas faire... et de postuler là où je n'aurais pas pensé être possible ... sans elle... Le fait de se chercher avec les outils qu'elle m'a transmis et que l'on puisse échanger par la suite, sont très intéressants. Elle a vraiment un bon feeling, je me suis senti en confiance. Pendant toute cette période d'accompagnement cela m'a bien permis d'avoir un sacré coup de pouce... Je n'hésiterai pas à la recommander dans ses talents d'accompagnatrice ».

Lynda.C

« J'ai ressenti un besoin clair de demander un entretien de régulation afin de désamorcer les fonctionnements que nous activons encore trop souvent en situation de stress et qui ne sont pas constructifs ni dans la relation humaine, ni dans la relation de travail, ni dans l'équipe par répercussion.

J'ai donc formulé une demande dans ce sens à Naïma . J'en ai compris que le processus de mise en place est tout aussi important que la mise en place elle-même de la régulation... Grâce à cette prestation, nous sommes arrivés à sortir des non-dits et avons appris à prendre de la distance pour nous mettre dans une position méta. Le cercle vertueux de l'apprentissage et de la confiance s'est construit dans notre relation ».

Sylvie. C 2015

« C'est dans un moment de vide professionnel, caractérisé par un long chômage, des doutes encombrants concernant mes compétences, le choix de ma voie professionnelle et de ma valeur personnelle que j'ai fait appel à un coach incarné dans la personne de Naïma Saket. Je cherchais un regard rassurant pour me guider et me sortir de mon marasme intérieur. Il me fallait me reconnecter avec moi-même, faire le tri, débroussailler le chemin. J'ai pu m'appuyer sur l'accompagnement proposé par Naïma Saket, comme on s'appuie sur le bras d'une personne sûre, confiante et forte pour gravir une route cabossée. Le regard que je portais sur mon parcours professionnel a pu se transformer au cours du travail. J'ai pu identifier mes désirs, mes besoins, mes dispositions actuelles, et enfin au bout des séances me sentir au bon endroit dans la voie choisie. L'effet le plus appréciable de ce travail fut la nouvelle dynamique qu'il m'a insufflé, réveillant une confiance en moi étouffée par le sentiment d'échec et la certitude, enfin, d'atteindre mon but. Je suis heureuse de contribuer à la reconnaissance du professionnalisme de Naïma Saket en partageant mon témoignage sur son blog ».

Annaïck G.

“ C'est une bonne respiration, pour reprendre son souffle et aller de l'avant ! ”

« J'étais complètement enseveli par la surcharge de travail. Mon niveau de stress me plongeait petit à

petit dans un nuage totalement obscur, trop lourd à supporter. Je me regardais me noyer. Je n'avais plus aucune visibilité, ni issue de secours à proximité, et j'avancais avec la seule préoccupation de ne jamais m'arrêter. Ma boule au ventre m'accompagnait chaque matin avant d'arriver au travail. Plus j'avancais et moins j'arrivais à faire face à la montagne de tâches qui augmentait chaque heure.

Nous étions tous, sur les chapeaux de roue, happés par nos impératifs et nos délais respectifs. Je me retenais d'échanger avec mes collègues. Je n'arrivais plus à communiquer avec eux, ni même à leur demander de l'aide. De temps à autres, à la moindre sollicitation, j'explosais par des pics de colères. Je ne pouvais m'exprimer autrement qu'à travers des reproches. Dans ce gouffre grandissant, ma seule préoccupation : trouver des coupables. J'en voulais à la terre entière. Je n'avais plus aucun recul. Je m'enlisais et coulais en buvant la tasse un peu plus chaque jour. Il était temps de réagir, mais justement je n'avais plus de temps. Je m'isolais peu à peu et commençais à douter de mes compétences.

J'ai bénéficié d'une séance de coaching de 2 heures avec Naïma Saket. L'accompagnement a débuté par un temps de respiration profonde et lente. Pendant les exercices de respiration, je me disais que je perdais mon temps alors que j'avais besoin d'en gagner. J'étais intérieurement désespérée. Je l'ai compris après, le but de cet exercice était de ralentir le rythme de débit de ma parole et mon niveau de stress. J'ai pris conscience que je n'arrivais même plus à m'exprimer calmement. Je battais les records. Je débitais une dizaine de phrases en 20 secondes.

Une fois mon rythme cardiaque ralenti, la séance pouvait commencer. Naïma m'a proposé de me connecter à mes besoins et d'identifier mes attentes pour cette séance.

Ce que j'ai réussi à restituer était complètement confus. Je me perdais dans les détails et les anecdotes. C'était comme une pelote de laine qui n'en finissait plus. J'avais besoin de parler, de me confier.

Avec l'accompagnement très structuré de Naïma, j'ai réussi à structurer mes idées, mon temps et à prendre conscience de certaines choses. « Nous avons fait du marquage à la culotte » m'a-t-elle dit. J'ai gagné en lucidité et en calme. Je me suis même aperçut que j'avais une semaine de plus, avant la date butoir. Quel soulagement !

Cette séance a été pour moi réparatrice, rassurante et apprenante. Je la considère comme à 100% constructive et purement efficace. Elle m'a aidé à mieux focaliser mes énergies. A mon retour, j'ai su formuler mes demandes aux membres de mon équipe et organiser mon temps de travail.

Je remercie beaucoup Naïma pour cette aide et je remercie profondément ma Directrice de l'avoir fait intervenir. Nous sommes dans une période stressante pour toute l'équipe, l'aide d'un coach consultant est parfois vital pour mener à bien les projets. Elle nous a permis de garder le cap sur nos réalisations mais aussi d'assurer notre bien-être au travail.

Les yeux fermés et le cœur bien ouvert, je recommande l'accompagnement de Naïma Saket en tant que coach d'équipe et ce surtout dans les périodes de tensions relationnelles que génère la surcharge de travail ».

Jeanne. P

» Organisation des réunions d'équipe, important pour bien fonctionner ensemble. «

« Notre chef de projet ne savait tout simplement plus énoncer clairement là où elle en était et là où on pouvait venir en appui.

Nous avons fait une réunion d'équipe ce matin en présence de Naïma pour qu'elle nous apporte son regard sur notre manière de fonctionner. Nous avons vu que nous avons toutes les clés pour améliorer ce temps de travail.

c'est comme au loto, Nous avons les bons numéros mais pas dans le bon ordre. Notre chef a bénéficié d'un accompagnement personnalisé. Depuis les points énoncés sont très clair et très construit. Cela a permis de bien comprendre là où l'équipe pouvait prendre part. Cela était bien différent de nos réunions précédentes où les tensions relationnelles et surcharge de travail prenaient le dessus sur le contenu. Une belle évolution, Donc ! ».

Pierre. H

« Une fois nos objectifs approfondi , nous avons quitté le port pour voguer collectivement vers notre cap. L'intervention se fait par échanges collectifs ce qui favorise la participation de tous. L'intervenante apporte des concepts en les dessinant au tableau. Ce qui permet d'avoir une vision claire, simplifiée, ludique et accessible. Merci pour ce beau travail de remise en perspective. Très belle aventure, séances agréables, constructives et très enrichissantes. Le temps est passé très vite. Je recommande les yeux fermés et le cœur bien ouvert ».

Eric 2018

« En tant que dirigeante, j'ai trouvé ma juste posture pour enfin gagner en légitimité et crédibilité. Je me sentais tellement seule et parfois isolée aux commandes de cet énorme navire. J'étais de plus en plus impuissante devant le poids de mes responsabilités. C'est un réel soulagement, je reprend enfin confiance en moi. Merci pour la justesse de l'accompagnement ».

Jeanne 2017

« Manager depuis 4 ans, en relation permanente avec mes collaborateurs, mes partenaires ou les bénéficiaires de l'équipement, je passais 120% de mon temps à satisfaire leurs besoins. En rentrant à la maison, j'étais souvent en tension et en conflit avec ma femme. J'ai pris la décision de cet accompagnement comme un dernier recours de survie. Je me suis très rapidement rendu compte qu'il y avait une personne que j'avais oublié dans cette affaire : moi même. Grâce à ton accompagnement j'ai aussi réalisé par une succession de déclics qu'une mauvaise communication entraînait de mauvaises relations. La formation en CNV que tu m'as apportée dépasse le monde professionnel, c'est un apprentissage que j'utilise au quotidien. J'ai retrouvé plaisir à communiquer et surtout à être en contact avec les gens ».

Guillaume 2017

« Nous avons travaillé sur les règles pour que ça fonctionne bien entre nous pour établir un contrat relationnel représenté par Mr Cochon. Il sera utilisé à chaque séance pour signaler que quelqu'un n'a pas respecté une règle. Ces règles sont une forme de cadre protecteur pour gagner en confiance dans le groupe. Il peut y avoir aussi de la souplesse, de la bienveillance, suivant la personne qui a MR Cochon. Réflexion sur le fonctionnement associatif avec » Dessiner c'est gagner » : nous avons mis graphiquement le fonctionnement de l'asso avec un processus simple, ludique et créatif, ça nous a fait du bien de rire ».

Nous avons schématisé le fonctionnement de l'asso. Nous avons choisi de le représenter par un train, d'autres sous forme de patates. Nous avons échangé sur les premières idées qui nous venaient sur le fonctionnement de l'asso. C'était très intéressant et nous avons pu faire des pas de cotés. Nous avons bien avancé et nous avons pu faire tout ce qui était prévu dans le programme. Nous sommes tous en route vers un changement. »

Jérôme 2017

« Avec un peu de recul, nous sommes dans un état serein, enthousiaste, avec quelques tensions/préoccupations. Nous avons toujours besoin que ces séances se passent dans une bonne qualité d'écoute.

Le travail par sous-groupe est très apprécié pour aborder l'organisation/fonctionnement actuel de l'asso. »

Eric 2017

« Une fois la volonté de changement exprimée et confirmée par toute l'équipe, j'ai pris conscience de mes propres peurs du changement. Grâce au processus structuré apporté par le coach, nous avons gagné en confiance et en légitimité dans nos prises de décision. La mise en oeuvre de nos décisions a finalement coulé de source. Naïma propose des concepts nouveaux et des outils très ludiques. Belle ambiance et qualité d'écoute rarement vécue dans nos réunions d'équipe. »

Jean louis 2016

« L'accompagnement nous a permis de clarifier notre vision et de mettre le cap sur la bonne stratégie de développement et de gestion. »

Pierre 2016

« Merci Bien pour ton accompagnement qui se trouve être très bénéfique pour tout le monde et la structure.
Bien à toi, ».

Céline B 2019

« J'étais tellement pessimiste et dépité que je risquai de ne plus être constructif voire destructif. Notre structure fonctionne selon un modèle ou tout est en train de se déliter toujours plus chaque jour. Seuls quelques illusions et leurres subsistent encore. La perte du dernier poste a été un des éléments, celles des emplois aidés en est un autre. Le plus compliqué dans cette affaire va être de faire le deuil d'un ancien fonctionnement (on parle ici de dysfonctionnements) pour en laisser advenir un autre sans certitude que cela ne marche.

L'accompagnement nous a permis de remettre du sens à nos activités, de nous ajuster aux changements de l'environnement et surtout de remettre en adéquation nos moyens avec les objectifs que nous souhaitons atteindre. De comprendre enfin qu'il est important de ne pas seulement pallier au plus urgent mais aussi et surtout de réfléchir à un nouveau fonctionnement qui permette de dépasser l'impasse structurelle. »

Yves 2015