



Hypersensibles :  
*Etes-vous à votre « juste »  
place dans votre job ?*

*Estelle TREPPEAU*

Etes-vous encore en phase avec votre job ?

Vous vous questionnez depuis un certain temps....

Vous ne savez plus trop où tu vous en êtes...

Vous doutez de plus en plus et cela vous épuise...

Devez-vous opérer un changement ? De poste ? De métier ? Pour faire quoi?

Voici un guide conçu spécialement pour VOUS.

Son but ?

Vous aider à clarifier et mesurer votre degré d'alignement dans votre job.

Bonne lecture,

Estelle



# Votre singularité : votre hypersensibilité

*« Ces personnes sont créatives, intuitives, sensibles à la beauté, spirituelles. Elles portent un regard sur le monde plus nuancé et subtil ». Saverio Tomasella*

C'est votre tempérament comme 20% de la population

Vous avez une sensibilité accrue aux 5 sens

Votre pensée est dite en arborescence

Vous avez une vie intérieure riche

Vous êtes naturellement empathique

Vous captez les signaux faibles de votre environnement

Vous vivez vos émotions avec intensité

Vous êtes intuitif

Votre estime de vous-même est souvent écornée

Vous êtes créatif

Vous n'aimez pas les conflits

Vous avez soif d'apprendre et d'évoluer

Vous recherchez l'harmonie

Votre sens de la justice est très développé

Vous avez besoin de sens et de cohérence dans votre vie

# Hypersensibilité & choix de carrière



Votre hypersensibilité a peut-être eu un impact sur vos choix de carrière.

Vous avez inconsciemment suivi les avis de vos professeurs, de vos parents, de la société.

Vous avez peut-être étouffé vos aspirations profondes, vos propres besoins pour vous lancer dans une carrière « raisonnable » garantissant un certain niveau de confort matériel et de reconnaissance sociale.

Vous vous êtes sans doute éloigné(e) de votre véritable nature, de votre lumière et de vos rêves d'enfant.

Mais au fond de vous, une petite voix vous souffle de vous écouter davantage....et de vous poser cette question : Etes-vous aligné(e) dans votre vie pro ? Exprimez-vous votre plein potentiel ?

# Etes-vous aligné(e) dans votre vie pro? Savoir reconnaître les signes

Vous vous ennuyez ,  
vous avez l'impression  
de stagner dans votre  
job ?

Vous manquez de  
perspectives  
d'évolution, de vision  
sur votre avenir ?

Vous avez l'impression  
de pas utiliser tout  
votre potentiel ?

Vous vous sentez à  
l'étroit ?

Vous ressentez des  
conflits de valeurs ?

Votre mental tourne en  
boucle ?

Vos émotions  
débordent ?

Vous vous sentez  
dépassé(e),  
submergé(e) par la  
situation ?

Des maux de tête,  
insomnies ou douleurs  
commencent à  
apparaître ?

Vous ressentez le  
besoin de changement  
mais ne savez pas par  
où commencer ?

Vous perdez votre  
enthousiasme et votre  
motivation ?

Si vous répondez oui à la plupart des questions  
alors vous rêvez sans doute de ...

Retrouver la **motivation** de vous  
lever le matin

Donner un **nouveau souffle** à votre  
carrière

Redonner du **Sens** à votre parcours

Retrouver du **Plaisir** et de la  
**sérénité**

**Vous réaliser dans votre vie  
professionnelle!**



« Il y a au fond de vous  
de multiples petites étincelles de potentialités,  
elles ne demandent qu'un souffle  
pour s'enflammer en de magnifiques réussites. »

Wilferd Peterson

# Vos défis

COMPRENDRE VOTRE MODE  
DE FONCTIONNEMENT  
ATYPIQUE

TRANSFORMER VOTRE  
HYPERSENSIBILITÉ EN FORCE

APPRENDRE À VOUS  
RESPECTER, VOUS  
AFFIRMER, VOUS AIMER  
VÉRITABLEMENT

VOUS RECONNECTER AVEC  
VOTRE ESSENCE POUR ÊTRE  
PLUS AUTHENTIQUE

SORTIR DE VOTRE MENTAL  
ET DE VOS PENSÉES  
NÉGATIVES

AFFIRMER VOS BESOINS ET  
VOUS CONNECTER À VOS  
VÉRITABLES ASPIRATIONS

TROUVER UN JOB QUI  
RESPECTE VOS VALEURS ET  
VOUS PERMETTE  
D'EXPRIMER VOS TALENTS  
ET VOTRE SINGULARITÉ

## Vous avez besoin de ....

Mieux vous connaître pour comprendre vos aspirations profondes, vos talents, vos qualités, vos dons, votre essence

Clarifier votre projet professionnel qui s'inscrit dans votre projet de vie

Calmer votre mental

Vous libérer de vos blocages inconscients et de vos croyances limitantes

Gagner en confiance

Changer le regard sur vous-même et accueillir vos émotions



# Qui suis-je?

J'allie ma sensibilité aux outils pragmatiques de la gestion de carrière et à mon expertise en coaching professionnel pour faire émerger vos talents et libérer votre plein potentiel.

Je vous accompagne dans un processus de transformation profond qui engage les 4 dimensions de votre Être (Physique, Mental, Emotionnel & spirituel) pour vous aligner sur votre Essence afin d'oser prendre votre juste place et rayonner.



# Mes valeurs



Créativité



Bienveillance



Professionalisme



Audace

## Mes diplômes & certifications

- Certifiée en Coaching Professionnel Niv I RNCP (bac + 5), Linkup Coaching Paris
- Certifiée en gestion de carrière & évolution professionnelle CP FFP
- Certifiée en bilan de compétences CP FFP
- Certifiée en Communication bienveillante & consciente CP FFP
- Diplômée ESCE Paris Business School
- Membre EMCC (European Mentoring & Coaching Council)
- 20 ans expérience professionnelle en entreprise dans des grands groupes internationaux
- Bilingue anglais



Si vous sentez que vous n'êtes plus à votre place, écoutez vous!

Se réaligner et trouver sa voie demande une prise de recul, de la méthode, du lâcher prise et de la motivation.

Le regard neutre et bienveillant d'un professionnel peut vous aider à co-construire votre projet et avancer plus vite vers votre objectif.

Prêt(e) à retrouver l'étincelle de **joie**, d'**enthousiasme** pour un nouveau projet professionnel **aligné** avec vos valeurs, qui vous ressemble vraiment?

Offrez-vous ce cadeau, et (re) trouvez l'épanouissement!



## Contact

Accompagnements dans nos locaux à Montpellier et partout dans le monde via Skype

Certains accompagnements sont éligibles au CPF

RDV diagnostic 1H offert

### **Cabinet Iceberg**

Estelle Trepreau ☎ : 06 72 24 03 31

[iceberg-coaching.com](http://iceberg-coaching.com)



Crealead – SA SCOP SCAE à capital variable

Hôtel de la Coopération - 55 rue Saint Cléophas - 34070 Montpellier

N° Siret : 438 076 200 00023 – n° TVA intracommunautaire : FR56438076200

"Déclaration d'activité enregistrée sous 91-34-04871-34, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat"