



SOIMÊMITUDE
L'art d'être soi-même

CULTIVER LA SOIMÊMITUDE® : VERS UN TRAVAIL PLUS HUMAIN, ALIGNÉ ET COLLABORATIF

Le guide pour transformer sa vie professionnelle,
ses collaborations et son entreprise.



J'oeuvre à laisser émerger un monde du travail
où chaque personne peut s'épanouir
et contribuer avec sens.

Laurent Blanchard

Pourquoi ce guide ?



Le monde du travail change.

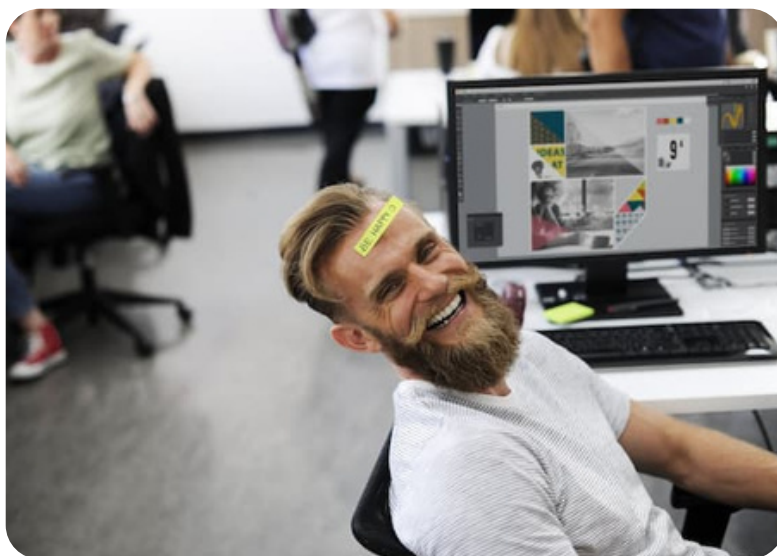
Entre quête de sens, tensions relationnelles, pression de performance et perte d'alignement intérieur, beaucoup cherchent une nouvelle manière de travailler et de collaborer.

Ce guide présente la Soimêmitude® :

l'art d'être pleinement soi-même dans son rôle professionnel, afin de retrouver du plaisir, de la clarté, de la cohérence et de la performance durable.

Mon intention : vous offrir un éclairage puissant et accessible pour avancer vers un travail plus humain.

— Laurent Blanchard



La Soimêmitude® :



Un fil rouge pour se transformer

La Soimêmitude® n'est pas un concept théorique.

C'est une manière d'être. Une posture intérieure qui permet d'incarner :

- ce que l'on est vraiment,
- ce que l'on veut transmettre,
- ce que l'on veut vivre au travail,
- et la manière dont on veut contribuer.

Cultiver la Soimêmitude®, c'est :

- retrouver de la clarté,
- se libérer de la sur-adaptation,
- renforcer la confiance,
- s'autoriser à être vrai,
- et construire des relations plus fluides et respectueuses.

Quand une personne s'aligne, tout son environnement se transforme.



Ce qui nous empêche d'être nous-mêmes



La plupart des blocages que nous rencontrons au travail ne viennent pas de compétences insuffisantes... mais de dynamiques invisibles :

- croyances limitantes,
- peurs héritées,
- auto-sabotage,
- loyautés familiales inconscientes,
- rôles appris dans l'enfance,
- schémas relationnels anciens.

Ces mécanismes agissent sans que nous en ayons conscience et influencent nos choix, notre rapport au pouvoir, nos décisions professionnelles, nos relations, notre confiance et notre bien-être.

Astuce

Comprendre ses schémas, c'est déjà commencer à s'en libérer.



La relation à l'argent : un miroir puissant



L'argent active en nous des émotions profondes. Il révèle nos peurs, nos héritages, nos croyances et notre rapport à la valeur.

3 profils principaux :

- 1. L'Écureuil** – Sécurité, prudence, peur de manquer
- 2. Le Repousseur** – Difficulté à recevoir, rejet inconscient
- 3. Le Montagne Russe** – Instabilité, excès puis vide

Pour un entrepreneur, cette relation influence directement :

- sa visibilité
- ses prix
- sa confiance
- sa croissance
- sa stabilité financière



L'Ikigai :

Retrouver sa direction



L'Ikigai est le point de rencontre entre :

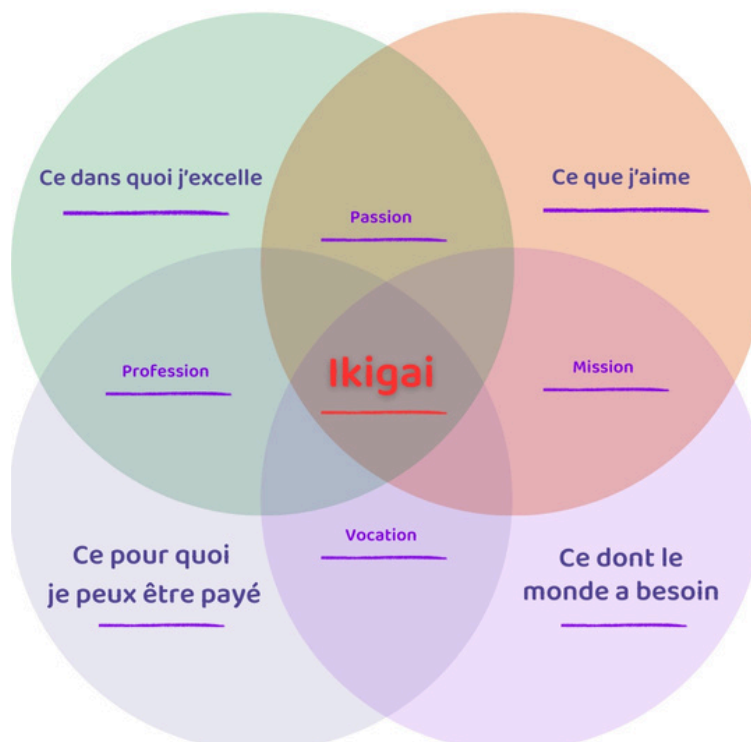
- Ce que vous aimez,
- Ce que vous faites naturellement bien,
- Ce qui fait profondément sens pour vous,
- Et la manière dont vous souhaitez contribuer au monde

C'est un outil puissant pour :

- retrouver clarté et motivation
- réaligner sa vie,
- redonner du sens à son activité

💡 Astuce : Votre Ikigai n'est pas à inventer :

il est déjà présent en vous, il suffit de le révéler.



Transformer la culture des PME



Quand les relations changent, tout change.

Les défis des PME ne viennent pas seulement des processus ou de l'organisation. Ils proviennent surtout de la qualité des relations internes :

Tension non dites,
rôles flous,
communication difficile,
décisions verticales,
manque de responsabilisation,
surcharge émotionnelle,
climat relationnel instable.

Une équipe alignée et mature relationnellement transforme l'entreprise bien plus qu'un nouvel outil ou qu'une nouvelle stratégie.

Comment préférez-vous voir vos équipes ?

Comme celle ci ?



Ou plutôt comme celle-là ?



À vous de choisir !



Les pièges des organisations traditionnelles

Dans beaucoup de PME, les difficultés ne viennent pas d'un manque de compétences, mais de la manière dont les relations sont structurées.

Certaines dynamiques héritées de modèles anciens créent de la confusion, du stress ou une perte de motivation.

Relations parent-enfant

Rôles flous ou mal définis

Communication imprécise ou émotionnellement chargée

Décisions verticales et manque de participation

Faible responsabilisation

Non-dits et tensions non régulées

Fatigue émotionnelle accumulée

Collaboration limitée ou conflictuelle





Une nouvelle manière de travailler ensemble

Pour accompagner la transformation des PME, j'utilise une approche profondément humaine, qui combine plusieurs disciplines complémentaires.

L'objectif : créer un environnement où la collaboration devient naturelle, la communication fluide et la responsabilité partagée.

Liste des piliers :

- **Communication non-violente (CNV)** : des échanges clairs et respectueux.
- **Intelligence collective** : favoriser la participation, la créativité et la cohésion.
- **Leadership humaniste** : sortir des modèles hiérarchiques rigides pour encourager autonomie et maturité.
- **DISC Assessment 24/7** : comprendre les profils relationnels pour mieux coopérer.
- **Soimêmitude®** : permettre à chacun d'incarner pleinement sa place.

Une organisation plus humaine est une organisation plus performante



Pour les entrepreneurs : ce n'est pas le marketing



Beaucoup d'entrepreneurs pensent que s'ils n'arrivent pas à décoller, c'est à cause d'un manque de technique, d'une stratégie mal ficelée ou d'un déficit de visibilité. En réalité, les vrais blocages se trouvent rarement dans la méthode.. ils sont intérieurs.

Notamment :

- Peur de réussir
- Peur d'échouer
- Peur de décevoir ou d'être jugé
- Sentiment d'illégitimité
- Difficulté à se rendre visible
- Relation à l'argent fragile
- Loyautés familiales inconscientes
- Auto-sabotage subtil

Quand ces freins se dissolvent, l'entrepreneur retrouve clarté, confiance et fluidité. Son énergie et sa vision se réalignent. Les actions suivent naturellement.





Une méthode douce, profonde et puissante pour entrepreneurs et personnes en transition

1. Clarifier

Identifier son Ikigai, ses talents naturels, ses valeurs profondes et sa direction intérieure. Retrouver un cap clair et motivant, aligné avec ce qui fait réellement sens.

2. Libérer

Dissoudre les croyances limitantes, les peurs héritées, les loyautés familiales et la relation dysfonctionnelle à l'argent.

Retrouver de la liberté intérieure et une base solide pour avancer.

3. S'épanouir

Oser occuper sa place.

Créer une activité (ou une carrière) alignée, vivante, cohérente.

Contribuer avec sens, légitimité et plaisir.



Pour les personnes en quête de sens



Une transition professionnelle n'est jamais seulement un changement de poste. C'est souvent un appel intérieur, une invitation à se réaligner, à retrouver ce qui nous anime profondément.

Mon approche permet d'accompagner ce mouvement en douceur pour :

- se reconnecter à ses talents naturels ;
- revisiter ce qui donne du sens ;
- clarifier sa mission de vie ;
- retrouver élan, confiance et clarté ;
- s'autoriser à créer une vie plus cohérente.

**Quand la direction se clarifie,
l'énergie se libère**





J'aide les entreprises à construire des environnements plus humains, collaboratifs et responsabilisants.

Prestations pour les PME :

Ateliers d'intelligence collective

Formations en communication bienveillante (CNV)

Coaching dirigeants

Diagnostics DISC Assessment 24/7

Transformation culturelle Soimêmitude®

Cohésion d'équipe et résolution de tensions

Une culture plus humaine renforce naturellement la performance collective.



Accompagnement individuel



Pour les entrepreneurs :

- Clarifier l'Ikigai
- Travailler la relation à l'argent
- Dépasser les croyances limitantes
- Gagner en confiance et en légitimité
- Alignement profond et décisions claires

Pour les personnes en transition :

- Orientation et réorientation
- Reconversion alignée
- Retrouver direction et sens

Un accompagnement pour avancer avec clarté, sérénité et alignement.



Conclusion



Transformer sa vie professionnelle ne commence pas par une nouvelle technique. Cela commence par une nouvelle relation à soi.

La Soimêmitude ouvre un chemin vers plus de sens, de liberté, de confiance et d'épanouissement.

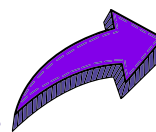
Je propose un entretien découverte de 45 minutes, sans engagement pour explorer votre situation.

 laurent@soimêmitude.ch

 <https://soimemitude.ch/entreprises-collaboratives>



Pour fixer un rendez-vous gratuit et sans engagement





SOIMÊMITUDE
L'art d'être soi-même

“
Soyez
vous-même,
les autres
sont déjà pris

OSCAR WILDE