

## Françoise Krebs

### Présentation

Françoise Krebs se souvient que pour elle, le terme « coaching » est venu naturellement, « comme un appel intérieur ». « Guider les êtres dans leurs recherches personnelles, à la découverte d'eux-mêmes est un moyen de transmettre ce que j'ai compris et développé en moi. Cependant, comme toute technique, la façon de pratiquer le coaching est vaste et varie selon le thérapeute. Sur la base de mon vécu et de mes mal-être, j'ai cherché des pistes afin de me comprendre. J'ai suivi divers cours et par un travail personnel intense, j'ai testé, intégré, affiné pour développer mes propres outils. »

Françoise Krebs pratique depuis dix ans. « Mais je considère qu'il est essentiel de ne pas me figer. Ainsi, je continue ma quête intérieure afin d'être cohérente avec les flux se modifiant constamment. Mes outils s'adaptent, évoluent au fil du temps et de mes nouvelles perceptions pour proposer ce qui est adéquat à cet instant. »

### But et pratique

« Notre existence est un cheminement, expose Françoise Krebs. C'est apprendre à vivre son quotidien tout en ayant des projets, sans s'y identifier. En s'observant, on constate qu'un succès est fort vite oublié alors qu'une non-réussite est vécue tel un échec et nous poursuit. Mon souhait est d'accompagner les personnes à prendre conscience que la vie n'est pas une suite de buts à atteindre. Pour nourrir sa confiance en soi, il est indispensable de se reconnaître dans ses qualités, ses capacités, ses fragilités et non dans les résultats. »

Françoise Krebs - Lausanne et Epalinges - 079 222 27 37  
[www.mon-papillon.ch](http://www.mon-papillon.ch)

