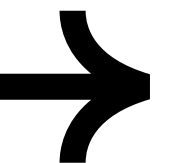




* PROGRAMME

BLOCCAGES & INTUITION

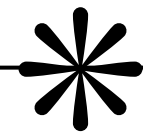
CLOE DANA & EMILIEN DERECLLENNE - 2026



L'OBJECTIF

NOUS NE CHERCHONS PAS UNE
MEILLEURE VERSION DE VOUS.

NOUS VOUS CHERCHONS VOUS.



4 DIMENSIONS DE TRAVAIL

* 1. COMPRENDRE LES SCHÉMAS

Identifier ce qui pousse à la sur-adaptation — milieux exigeants, injonctions implicites, systèmes de pouvoir. Ce ne sont pas vos limites. Ce sont des logiques auxquelles vous avez répondu.

Habitus · Sur-adaptation

* 03. RÉHABILITER PERCEPTION & INTUITION

Rétablir la confiance dans ses propres signaux. Quand l'intellect seul ne suffit pas : ancrage corporel, respiration, visualisation guidée pour reconnecter ressenti et action.

Intuition · Corps · Visualisation

* 2. RÉUNIFIER CE QUI A ÉTÉ SCINDÉ

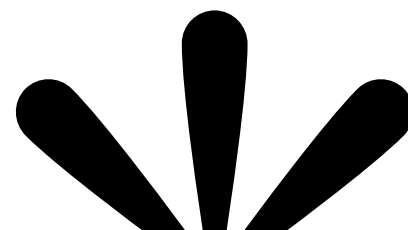
Réconcilier le vrai self et le faux self — la façade adaptée et ce qu'elle recouvre. Non pas détruire la protection, mais laisser réapparaître ce qu'elle dissimulait.

Vrai / Faux self · Winnicott

* 4. AGIR DEPUIS SOI

Construire une autorité intérieure qui ne dépend plus du regard externe. Raccourcir le temps entre ce qu'on perçoit et ce qu'on fait — jusqu'à ce que les deux coïncident.

Autorité intérieure · Conatus



CE QUI DISTINGUE CETTE APPROCHE

PAS UN COACHING DE PERFORMANCE

COACHING CLASSIQUE

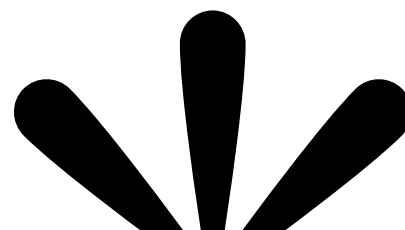
- * Vous aide à **mieux performer** dans le cadre existant
- * Travaille sur les **comportements visibles**
- * Vous donne des **outils et des techniques**
- * Part du **poste et des objectifs**
- * Renforce ce que vous **faites** déjà bien

CE QUE NOUS PROPOSONS

- * Vous aide à **agir depuis vous-même**, pas depuis la peur
- * Travaille sur ce qui **génère les comportements**
- * Désactive ce qui génère le **doute chronique** et le **validation-seeking**
- * Part de **vous et de ce qui vous coûte**
- * Réhabilite ce que vous **êtes** déjà, sous l'adaptation



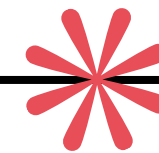
LA DIFFÉRENCE N'EST PAS DE STYLE. ELLE EST DE FOND



POUR QUI

CE PROGRAMME EST FAIT POUR VOUS SI

Vous avez appris à réussir en vous adaptant à des règles qui vous coupent, progressivement, de vous-même.



- Vous réussissez objectivement, mais vous vous sentez **opérateur plutôt que vivante** dans ce que vous faites

- Vous savez que vous avez de la valeur — mais **ça ne vous sert pas d'assise réelle**. Le doute revient. Toujours

- Vous **sur-adaptez** en permanence — et vous sentez que ça vous coûte quelque chose d'essentiel, sans savoir comment faire autrement

- Vous avez une intuition forte, mais vous **ne lui faites pas confiance** — ou vous ne savez plus la distinguer de la peur.

- Vous jouez le jeu de **la bonne élève** à la perfection — mais vous sentez que ce n'est pas vraiment vous.



UN CADRE THÉORIQUE, AU SERVICE DU **CONCRET.**

- * **WINNICOTT** - Comprendre comment le "faux self" — la façade adaptée — s'est construit pour protéger quelque chose de plus essentiel, et **comment le laisser s'assouplir sans s'effondrer.**

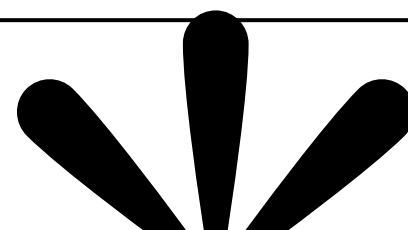
- * **BUTLER** - Les comportements de leadership féminin sont performés dans un système d'attentes implicites — pas librement choisis. Le comprendre, c'est cesser de simplement dire qu'il faut "oser davantage"

- * **SPINOZA** - La boussole du conatus : chaque décision augmente ou diminue votre puissance d'agir. Réapprendre à distinguer ce qui **vous expand de ce qui vous rétracte.**

- * **BOURDIEU** - L'habitus et la domination symbolique : pourquoi vous appliquez les critères de légitimité des dominants plus sévèrement que les dominants eux-mêmes, et **comment sortir de cette logique.**

- * **DAMASIO** - Les signaux somatiques comme données stratégiques. Votre corps sait souvent avant votre tête. **Apprendre à le lire sans le censurer.**

- * **HEIDEGGER** - Pourquoi traiter sa vie comme un projet à optimiser (mentalité "technicienne") épuise plus qu'il ne libère. Et ce que ça change **de ne plus le faire.**



UN REGARD DOUBLE RARE POUR CE TYPE D'ACCOMPAGNEMENT

L'ÉQUIPE



Cloé Dana

Entrepreneuse depuis plus de 10 ans (digital, tech, future of work)

Au lendemain de la finalisation d'une grande levée de fonds pour son entreprise Tempr, une épreuve personnelle survient et l'amène à remettre profondément en question sa manière de conceptualiser sa vie, son acharnement au travail — et la décide surtout à prendre le temps d'écouter ce qu'elle ressentait.

Elle a depuis cofondé **Kaskad**, un écosystème de lieux qui explore une autre manière de travailler, plus alignée et plus vivante.

C'est en se confrontant à ses propres blocages qu'elle a commencé à s'intéresser à ceux qui freinent les femmes brillantes qui l'entourent : le doute chronique, la difficulté à se faire confiance, l'incapacité à agir depuis soi plutôt que depuis les attentes des autres. Elle a construit une approche à la croisée des neurosciences, de la philosophie, de la psychologie moderne et du yoga — pour aider à retrouver une capacité d'action juste, plus incarnée.

* SON RÔLE DANS LE PROGRAMME

Elle conduit chaque séance. Elle crée l'espace — maïeutique, exigeant, sans cadre plaqué — où quelque chose peut vraiment se dire. Elle part toujours de vous, de ce que vous vivez maintenant. Elle intègre ponctuellement des approches somatiques quand le travail l'appelle.



Emilien Dereclenne

Dr en Philosophie, enseignant-chercheur, conférencier - intervenant en entreprise

Docteur en philosophie et enseignant-chercheur à l'université, Emilien est conférencier et intervenant en entreprise. Son travail porte sur les conditions affectives, techniques et relationnelles à partir desquelles se forment l'intuition, l'imagination et la puissance d'agir, ainsi que sur leur rôle dans les processus de création, de décision et de transformation — Il apporte un éclairage structurant sur les notions de légitimité, de création de soi et de rapport à l'action.

* SON RÔLE DANS LE PROGRAMME

Il n'intervient pas pendant la séance — cet espace vous appartient entièrement, avec Cloé. Son travail commence après.

Après chaque session, Emilien reprend ce qui s'est joué pour en dégager la structure. Son rôle n'est pas d'ajouter une interprétation, mais de rendre la situation lisible : nommer les tensions de fond, isoler les blocages, faire apparaître les logiques affectives et systémiques en jeu, et formuler les points de travail.

Dans **le Parcours Complet**, il produit après chaque séance une note écrite distincte — non comme un simple résumé, mais comme un document de travail pour mettre à plat ce qui vous épuise, ce que vous portez, ce qui se rejoue, et ce sur quoi déplacer l'effort. Vous ne repartez pas seulement avec des pistes, mais avec une lecture de votre situation qui la rend plus intelligible, moins culpabilisante, et plus praticable.

ENTRE CHAQUE SÉANCE

LES LIVRABLES

* LE TRANSCRIPT DE LA SÉANCE

L'enregistrement audio retranscrit intégralement — pour relire ce qui s'est dit, et y revenir à votre rythme.

* 03. DES RESSOURCES ADAPTÉES

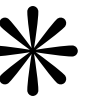
Lectures, textes, extraits choisis selon votre profil. Philosophie, psychologie, neurosciences — ce qui éclaire votre réalité à vous.

* 2. DES EXERCICES PERSONNALISÉS

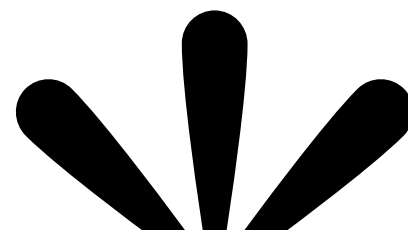
1 à 3 exercices construits spécifiquement pour vous, à partir de ce qui a émergé. Pas génériques — calibrés sur votre situation précise.

* PARCOURS COMPLET - LA NOTE D'EMILIEN

Son analyse écrite après chaque séance. Pas un résumé — une lecture de ce qui s'est joué, pour rendre votre situation plus intelligible et moins culpabilisante.



CONSTRUIT ENTIÈREMENT POUR VOUS.



CE QUE COMPREND LE PROGRAMME.

- * **FORMAT** Séances individuelles en présentiel (Paris) ou exceptionnellement en visio, **1h chacune.**

- * **RYTHME -** 1 séance toutes les **2 à 3 semaines** — pour laisser le temps à l'intégration

- * **DURÉE -** **4 à 6 mois** selon la formule et le rythme choisi

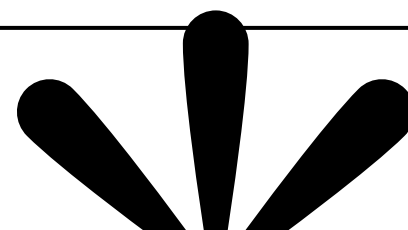
- * **LIVRABLES -** **Transcript + exercices personnalisés + ressources sélectionnées** — construits par Cloé et Emilien à partir de l'enregistrement

- * **ACCÈS -** **Disponible par message** entre les séances pour des questions ponctuelles ou des situations urgentes

- * **CADRE -** Strictement confidentiel. Aucune méthode plaquée. Chaque séance part de ce que vous vivez **maintenant.**



VOUS MÉRITEREZ UN ACCOMPAGNEMENT AUSSI COMPLET QUE VOUS.



DEUX FORMULES CONCRÈTES.

PARCOURS ESSENTIEL

8 séances pour travailler en profondeur sur ce qui vous bloque vraiment.

2 400 €

8 séances · 300 € / séance

Pendant les séances

- * 8 séances individuelles d'1h avec Cloé
 - * Transcript de chaque séance
-

Entre les séances

- * Exercices personnalisés après chaque séance
- * Ressources adaptées à votre profil
- * Regard d'Emilien intégré à la préparation
- * Accès par message entre les séances

PARCOURS COMPLET

10 séances pour consolider le travail et ancrer ce qui a bougé.

3 000 €

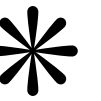
10 séances · 300 € / séance

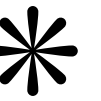
Pendant les séances

- * 10 séances individuelles d'1h avec Cloé
 - * Transcript de chaque séance
 - * **+ Analyse écrite d'Emilien Dereclenne après chaque séance — regard philosophique et psychologique formalisé**
-

Entre les séances

- * Éléments du parcours essentiel



**En quoi c'est différent d'un coaching classique ou d'une thérapie ?**

Ce n'est ni l'un ni l'autre. Pas de la thérapie — on ne remonte pas à l'enfance, on ne traite pas de pathologies. Pas du coaching de performance — pas d'objectifs trimestriels ni de personal branding. C'est un espace intermédiaire, rigoureux, où ce que vous vivez professionnellement est pris au sérieux dans toute sa complexité — psychologique, sociale, incarnée. Construit à deux, avec un philosophe-chercheur en arrière-plan de chaque séance.

Est-ce que 8 ou 10 séances suffisent pour que quelque chose change vraiment ?

Personne ne peut promettre de transformation en x séances. En revanche ces séances apporteront de manière certaine : une lisibilité réelle sur ce qui se passe, nommer les schémas qui épuisent, enclencher une manière différente de se rapporter à soi et aux situations. Pour certaines, c'est suffisant. Pour d'autres, c'est un point de départ. Les deux sont légitimes.

Faut-il être dans une situation critique pour venir ?

Non. Cet accompagnement s'adresse à toutes celles qui sentent un écart entre ce qu'elles font et ce qu'elles sont. Ce sentiment diffus d'artificialité, de vie fonctionnelle mais pas tout à fait habitée — très souvent ce sentiment est présent chez des femmes qui vont en apparence et même en réalité bien. Le travail sur le sens est un travail de fond.

Quelles facilités de paiement sont proposées ?

Chaque séance mobilise un travail de préparation à deux — en amont et en aval. Pour que le prix ne soit pas un obstacle à l'engagement, nous proposons un paiement en 4 à 6 fois sans frais selon la formule.



NOTRE INVITATION

“PERSONNE NE SAIT CE QUE PEUT UN CORPS”
Spinoza

QUAND NOTRE ESPRIT ET NOTRE CORPS PARLENT LE MÊME
LANGAGE, NOUS RESENTONS CE QUI EST
JUSTE, VIVANT & AUTHENTIQUE.
VOUS AVEZ VECU SANS VRAIMENT L'ECOUTER PENDANT DES
ANNEES; IL EST POURTANT LE SEUL INCAPABLE DE MENTIR.

IMAGINEZ AGIR AVEC LUI.

