


Témoignage de Morgane

Morgane a choisi le programme Ta routine idéale 



Morgane T 

dim. 24 janv. 17:58 (il y a 8 jours)



À moi ▾

Hello Ylanaé !

En effet malgré les bugs techniques, c'était super chouette ce suivi coaching, merci !

Mon histoire capillaire :

J'ai toujours eu des belles boucles, jusqu'à l'adolescence où je ne savais pas les entretenir... j'ai donc fais 2 défrisages pendant 2 ans. Et la deuxième fois, je me suis rendue compte à quel point mes cheveux étaient morts. J'ai décidé à ce moment de me pencher sur les soins naturels (donc ça fait déjà presque 15 ans). Au lycée, je les lissais de temps en temps mais ça ne tenait pas... Et à partir de 2014-2015, j'ai décidé totalement d'être au naturel (shampooing, masque) pour mes cheveux.

La raison d'avoir pris un coaching :

J'avais du mal à cerner les besoins de mes cheveux malgré que je sois dans le naturel depuis quelques années déjà. J'avais besoin qu'on m'aide à comprendre de quoi ils avaient besoin, comment les entretenir etc (je ne faisais pas du tout de refresh avant). Mon objectif, mes attentes étaient de retrouver des boucles bien dessinées, qui tiennent plusieurs jours et de savoir de quoi ils avaient besoin (hydrater ou nourrir). Et ma seule et unique frustrations... LES FRISOTTIS ahaha, mais bon en automne/hiver on n'est pas aidé ^^.

Ce que le coaching m'a apporté :

Oser certains soins, que je pensais qui n'étaient pas adaptés à mes cheveux, oser les refreshs.

Ce que j'ai aimé dans le coaching :

Le suivi et ton écoute !! :)

Je n'ai pas trop de problème avec l'acceptation de soi, car ça fait déjà quelques années que je suis dans le naturel au niveau de la cosmétique. Au niveau de l'alimentation, j'essaye de faire au maximum attention. Et depuis 1 an, je fais attention à la matière des vêtements (il y en a marre de claquer 80€ dans du polyester ou de viscose ahaha).

Ce que je dirais à la personne qui rencontre des problématiques capillaires mais qui hésite à prendre le coaching : Même si c'est un investissement, c'est un investissement à long terme, on apprend à se débrouiller, à comprendre au fur et à mesure les besoins de ses cheveux. Et qu'il y a un bon suivi :)

Pour les photos, je n'ai pas retrouvé la toute première photo avant le coaching :(

J'en ai repris une tout à l'heure, je te l'envoie sur whatapps :)

Et je veux bien que tu flouttes mon petit visage ahahah.

Merci encore pour ce coaching !!

Passe un bon fin de week-end ! :)

Morgane

