

AMANDINE

Psychologue et coach de vie, rédactrice web, créatrice de contenu et blogueuse.

D'abord, pourrais-tu te présenter ? Quelle est ton activité freelance et pour qui travailles-tu ?

Alors, je suis avant tout psychologue et coach de vie, occasionnellement rédactrice web tourisme. Ainsi que créateurs de contenu avec François, mon conjoint (sites web, vidéos, photos, articles, communication). Nous travaillons principalement pour des personnes en demande d'un accompagnement sur le court terme, souvent des (futurs) voyageurs, et des entreprises du tourisme.

Comment as-tu eu l'idée de cette activité et pourquoi ? Qu'est-ce qui t'a motivé ? Avais-tu déjà de l'expérience dans le domaine ?

J'ai travaillé comme psychologue pendant des années, surtout auprès d'enfants et de familles. J'aimais beaucoup mon domaine de travail, mais difficile de partir voyager spontanément et durant de longues durées dans ce cadre ! Après avoir changé d'emploi afin de me mettre dans de meilleures conditions pour prendre une année sabbatique, j'ai changé de vision sur le travail, mes objectifs de vie... Et j'ai décidé, à côté de mon job administratif, de replonger dans le domaine de l'écriture (via mon blog et d'autres demandes de rédaction) et dans celui du social et de la psychologie, d'abord en suivant une formation de coach de vie, puis en commençant à accompagner des voyageurs à distance.

Une de mes motivations était mon conjoint, François, informaticien, qui a les compétences nécessaires pour pouvoir travailler depuis n'importe où : ça nous a fait réfléchir sur l'orientation que l'on souhaitait donner à notre vie de couple. Pourquoi pas avoir chacun une activité nous permettant, dans un premier temps en parallèle de nos boulots stables, d'avoir une rentrée d'argent supplémentaire, puis d'en faire une activité principale pour travailler depuis n'importe où dans le monde ? Je n'avais pas d'expérience professionnelle en tant qu'indépendante ou freelance avant de me lancer (mais déjà de l'expérience en tant que psychologue et de rédactrice sur mon blog et occasionnellement dans des journaux).

Quel était ton objectif en te lançant en tant que freelance ?

Je souhaitais trouver un équilibre de vie me permettant de me poser où je le voulais, de voyager davantage et de m'épanouir, tout simplement !

Quelles étaient tes plus grosses peurs avant de te lancer, et comment les as-tu dépassées ?

La peur de ne pas avoir de sécurité financière. Venant d'une famille avec un papa indépendant et une mère au foyer, nous ne roulions pas sur l'or et voyagions une fois par an, en Europe. J'ai connu les moments où l'on se serre la ceinture et où l'argent devient une préoccupation omniprésente dans le quotidien ; j'avais peur de retrouver ce contexte.

La question de la légitimité aussi : dépasser le syndrome de l'imposteur, c'est un travail sur soi important !

La peur de ne pas réussir à être suffisamment connue ; mais j'avais déjà écrit beaucoup d'articles de psychologie du voyage sur le blog, et ils ont toujours eu un très bon accueil auprès des lecteurs, c'était une première étape très encourageante !

Comment as-tu trouvé tes 3 premiers clients ? Comment les as-tu convaincus de travailler avec toi ?

J'avais déjà une demande qui existait grâce au blog, avant que je ne sois prête à passer à l'action ! Je recevais régulièrement des messages de voyageurs angoissés, ou de professionnels du tourisme en demande d'un reportage ou de création de contenus. Et pour François et son activité d'informaticien, cela s'est fait par le bouche à oreille, d'abord avec des amis, de la famille, puis d'autres blogueurs...

As-tu commencé à travailler gratuitement (ou très peu cher), le temps d'acquérir confiance et expérience ?

Oui, pour les premiers contrats via le blog (de rédaction ou création de contenus). Nous pratiquions des tarifs assez bas, par manque d'expérience et de connaissance des tarifs habituels.

Au niveau du coaching aussi, les 10 premières personnes que j'ai suivies, j'ai proposé un tarif plus bas que celui que je pratique aujourd'hui.

**Vis-tu de ton activité à 100 % ? Si oui, en combien de temps as-tu réussi à en vivre ?
Comment gères-tu l'insécurité financière liée à ce type d'activité ?**

J'ai quitté mon boulot en août 2017. Pour le moment, je n'ai jamais vécu de façon stable de mon activité. Suite à des problèmes de santé, j'ai dû drastiquement ralentir le rythme de travail, tant pour les contrats de rédaction et de création de contenu que pour les demandes de coaching. Je souhaite toujours me donner à fond dans ce que je fais, fournir un travail / un accompagnement de qualité. Mais quand l'énergie et la santé ne suivaient pas, j'ai préféré descendre le rythme pour pouvoir maintenir ce niveau de qualité.

Je suis donc dans une sorte de situation intermédiaire ! J'espère pouvoir répondre oui d'ici quelques mois. Avant ça, j'ai eu de « bons mois », avec plusieurs contrats (entre coach, rédactrice et projets de promotion pour des offices de tourisme par exemple), et d'autres moins bons. Mais le fait d'être à deux change aussi un peu le calcul : même si nous avons de bons contrats qui tombent pour créer du contenu, communiquer sur une destination... nous sommes deux à devoir en vivre derrière, ce qui est à la fois une richesse, car nous avons chacun nos domaines de compétences, et une difficulté.

François a toujours son boulot stable à côté de son activité, ce qui nous permet, pour le moment, d'avoir une certaine stabilité financière. Plus de l'argent que nous avons mis de côté, normalement pour voyager, mais parfois il faut s'écouter et changer un peu les plans ! Nous réévaluons régulièrement notre situation et nos objectifs.

Nous avons un projet de voyage au long cours en tête (pour d'ici sans doute un an), avec l'envie, dans un premier temps, de profiter du voyage ; et dans un second temps, de se poser peut-être de façon « nomade itinérant » (peut-être quelques house-sittings...) et se consacrer alors davantage aux projets professionnels freelances.

Quel est ton statut d'entreprise ?

Nous sommes belges. Nous travaillons via la SMART, une ASBL qui regroupe des artistes et créateurs belges. C'est un cadre légal qui permet, entre autres, d'avoir quelqu'un d'autre qui court après les « mauvais payeurs » (et ça, c'est très pratique !).

Comment ton entourage a-t-il réagi, le jour où tu as décidé de devenir freelance ?

Nous avons une vision commune d'où nous sommes et vers quoi nous allons dans notre couple, ce qui est vraiment génial ! Concernant la famille élargie, les débuts n'ont pas été

faciles... mais avec le temps, on apprend à se centrer sur ce qui importe et laisser les mauvaises langues et mauvaises ondes de côté !

À quoi ressemble ta vie actuelle maintenant ? Comment trouves-tu l'équilibre entre ton activité de freelance et ta passion du voyage ?

Suite à notre tour du monde, et le retour de François a un boulot stable, nous sommes pour le moment redevenus sédentaires, mais avec beaucoup de voyages (vive les congés sans solde pour lui !). Certains de ces voyages correspondent à des contrats pour des professionnels du tourisme, d'autres sont 100 % de notre initiative, et on aime beaucoup alterner les deux. Nous n'avons pas un rythme pré-établi : cela dépend des opportunités de travail, de notre humeur, de notre portefeuille...

As-tu une journée type de travail à nous décrire ?

Pas vraiment ! En général, en début de semaine, je visualise mes objectifs à court et moyen / long terme (c'est souvent ceux-là qui risquent de passer à la trappe sinon !) ; j'alterne les tâches en fonction des urgences, contrats en cours et aussi en fonction de la façon de travailler, pour ne pas me lasser et me réveiller intellectuellement : réponse aux demandes de coaching et suivi des coachés en cours d'accompagnement, réponses aux mails (partenariat, commentaires du blog...), gestion de l'agenda de publication sur le blog, rédaction, lecture aussi (important pour moi de continuer à me former, à me nourrir, à m'inspirer tant dans la forme, le style que dans le fond...). Et puis, je fais du yoga et de la marche pendant la journée. C'est important, lors des journées de travail, de ne pas rester toute la journée derrière un ordinateur : ce n'est pas bon, ni pour le corps, ni pour l'esprit !

Quels sont les plus gros sacrifices que tu as dû faire pour te lancer ? Ainsi que tes meilleurs souvenirs, suite à cette prise de décision ?

Sacrifices ? Je dirais que cela m'a obligé à me recentrer sur moi, mes capacités (donc prise de confiance), mes besoins (donc écoute plus grande) et mes objectifs (donc ne plus être prise par la routine métro-boulot-dodo en se demandant où file sa vie et quel sens elle a !). Ce sont des démarches difficiles, qui peuvent amener leur lot de doute, d'insécurité, voire d'angoisses, mais elles sont bénéfiques au final !

Dans les sacrifices, il y a ceux qu'on a toujours plus ou moins pratiqués pour économiser un max et voyager plus : être peu dépensiers, de façon générale, bien gérer son budget... et cela veut dire faire des choix, plus que des sacrifices à mes yeux.

Qu'est-ce que tu préfères dans ta vie actuelle de freelance ? Et qu'est-ce que tu aimes moins ?

Les + :

- Pouvoir faire ce que j'aime (écrire et la psychologie, deux de mes plus grandes passions).
- Gérer mon emploi du temps, ne pas avoir de contraintes horaires (si je veux travailler à 4 h du matin, dormir l'après-midi ou sortir marcher puis retravailler le soir, c'est possible !).
- Travailler d'où je veux (que ce soit de l'appartement, du café du coin ou d'un pays du bout du monde).
- Travailler avec mon conjoint (pour la gestion du visuel surtout : aspect du blog, photos d'illustration des articles, créations de contenus pour des professionnels du tourisme, et de projets créatifs, voire fous - comme notre fan film Star Wars en Tunisie !).

Les - :

- La solitude, parfois (même si j'avoue, j'adore ne pas avoir à prendre les transports en heure de pointe, ou voir des gens peu épanouis tirer la tête quand je dis que je repars en voyage !). D'où l'importance de maintenir un réseau social et des activités qui font sortir / rencontrer des gens.
- Le budget des revenus revu à la baisse, et du coup, notre façon de vivre et de consommer revue aussi (mais c'est un plus également, vers une attitude plus écologique et durable, et ça, j'adore !).
- Le décalage social (surtout au niveau familial et amis moins proches, du coup, ce n'est pas si grave !).
- Le manque de régularité dans les contrats et donc de sécurité financière (ne pas avoir un salaire constant et fixe chaque mois, cela déstabilise beaucoup !). D'où l'importance de pouvoir relativiser, lâcher prise et mettre les choses en perspective.

Si tu devais recommencer, le referais-tu de la même manière ? Quels enseignements as-tu tiré de ton expérience ?

Difficile à dire ! Je pense que j'aurais peut-être aimé avoir un guide (comme celui-ci ?!) pour me rassurer, me donner des idées d'étapes, de jalons... et me montrer que c'est normal, par moment, de se poser des questions. Mais au final, je pense que chaque chemin a du bon. Donc non, je suis heureuse de mon parcours !

Pour les enseignements, je dirais de garder courage, confiance, se centrer sur ce qui nous importe vraiment, oublier le regard des autres, se faire confiance, cibler ses objectifs, les garder bien en vue et faire ce qu'il faut pour les atteindre, jour après jour !

Quels conseils donnerais-tu à ceux qui se lancent ?

Essayez de bien cibler votre projet (compétences et nécessité de formation ? Objectif clair ? Débouchés ? Le chemin pour y arriver ? Comment se faire connaître ? Trouver ses premiers clients ? Etc.). Ne pas juste se dire « je veux partir voyager pour toujours », c'est un peu trop aléatoire. Plus c'est précis et concret, plus on peut se dessiner un chemin, avec des objectifs intermédiaires pour se donner du courage.

Retrouvez Amandine & François sur leur blog [Un sac sur le dos](#) et sur leurs principaux réseaux [Facebook](#), [Twitter](#), [Instagram](#) et [Youtube](#).