

# Comment surmonter son trac: interview Ronie Bouchon

Auteur :ronie bouchon<ronie.bouchon@orange.fr>



On a tous des peurs irrationnelles, qu'elles soient ou non justifiées et qui nous empêchent de nous surpasser. Là où ça commence à devenir un problème, c'est lorsque ça nous handicape professionnellement. Ronie Bouchon, formatrice en communication interpersonnelle et management mais également accompagnatrice emploi, VAE (Validation des Acquis de l'Expérience) et bilan de compétences & coach, nous explique les causes de ce trac. Elle développera aussi pour nous les méthodes qu'elles utilisent pour surpasser cet état.

pour lire le [blog d'Histoires en séries](#)