



Vivre la crise

avec méthodologie & prise de hauteur

GRANDS DIRIGEANTS & ELUS

nelly frontanau
COACHING & LEADERSHIP

coaching@nellyfrontanau.com

Tél. | 06 20 31 43 72

36 rue Sophie Germain - 34070 Montpellier

Se préparer à la crise, c'est incarner un Leadership responsable et assumé.



Vivre la crise

avec méthodologie & prise de hauteur

GRANDS DIRIGEANTS & ELUS

Ecrasante et anxiogène pour les entreprises et les collectivités publiques, la situation de crise est redoutée par de nombreux Elu(e)s et Dirigeant(e)s.

Pour autant, et nous avons la preuve aujourd'hui avec la crise sanitaire du COVID 19 que traverse notre pays, notre planète, une crise n'arrive jamais par hasard. Elle est la conséquence de dysfonctionnements externes ou internes qui vont se cristalliser pour arriver au point de rupture de l'équilibre.

C'est cette rupture qui déstabilise et produit de l'anxiété car elle nous oblige à sortir de notre zone de confort pour gérer le déséquilibre et retrouver un nouvel équilibre.

Or, la plupart du temps, les entreprises, les collectivités ne sont pas préparées à faire face à des situations de crise, et c'est bien là le problème.

Sortir de sa zone de confort, s'adapter à la situation, appréhender l'inconnu, gérer son stress, ses émotions, penser l'avenir sont des processus qui sont vécus avec peur, angoisse, voir même échec car ils n'ont pas été investis en amont. Pour autant, aucune crise qu'elle soit personnelle ou collective ne s'affranchit de ces processus.

Se préparer à la crise, c'est incarner un Leadership responsable et assumé. C'est penser que tout équilibre est fragile, que tout équilibre est mouvant et que demain il peut être remis en question.

Dans notre société, la crise est trop souvent perçue comme une fin. Or une crise est une renaissance. Que ce soit dans sa gestion ou dans sa sortie, la crise est une occasion de renouveau, de changement. Carl Gustav Jung écrivait « Les crises, les bouleversements, la maladie ne surgissent pas par hasard. Ils nous servent d'indicateurs pour rectifier une trajectoire, explorer de nouvelles orientations, expérimenter un autre chemin de vie ».

Mais pour qu'il en soit ainsi, elle sollicite, au-delà de la mise en place d'outils et de pratiques spécifiques, un changement de paradigme de nos pensées. Réussir une crise requiert de la méthode, mais aussi un état d'esprit.

Ce programme intensif vous propose une méthodologie qui vous permettra de transformer ce contexte tourmenté, en contexte apaisé et surtout en opportunité de renouveau pour votre structure et vos collaborateurs.



Vivre la crise avec méthodologie et prise de hauteur

GRANDS DIRIGEANTS & ELUS

**ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ
OU EN GROUPE SUR 3 MOIS POUR SE
PRÉPARER À LA CRISE ET INCARNER
UN LEADERSHIP RESPONSABLE ET
ASSUMÉ.**

LES OBJECTIFS DE CET ACCOMPAGNEMENT

- **Installer un leadership responsable**
- **Vivre la crise avec sérénité**
- **Communiquer avec empathie et authenticité**
- **Instaurer un management collaboratif et positif**
- **Garder le cap et prendre de la hauteur**
- **Renaitre dans le changement**

Gestion du stress et des peurs

Une crise génère des peurs, du stress et de l'anxiété. Il est primordial pour la traverser d'apaiser son mental, de retrouver sa sérénité et de faire taire les pensées négatives.

Une méthodologie adaptée

La gestion d'une crise demande la mise en place d'outils spécifiques incontournables: analyse des causes, création d'une équipe de gestion de crise opérationnelle, édification d'un plan d'action.

Gestion de la communication interne et externe

La communication est un enjeu fort dans la traversée d'une crise: outils pour une communication positives et efficaces, établissement d'une stratégie de communication interne et externe, définition des priorités, gestion des médias.

La prise de hauteur et l'anticipation des événements

La gestion de l'inconnue est souvent source d'anxiété et de peur. Il est essentiel de rester aligner avec soi tout au long de la crise pour prendre de la hauteur et édifier ainsi des scénarios d'anticipation des événements.

La sortie de crise et l'ouverture des possibles

La sortie de crise se prépare et s'anticipe. Il est primordial de tirer des leçons et de se projeter dans un nouvel avenir partagé, en accord avec vos valeurs, vos convictions: nouveau plan stratégique, nouvelle organisation...

6 GRANDS OBJECTIFS DU PROGRAMME

Installer un leadership responsable

Retrouver la clarté, redonner du sens, poser ses intentions pour appréhender la crise avec responsabilité et humilité.

Vivre la crise avec sérénité

Connaître et mettre en place les outils de gestion pour traverser la crise de façon organisée et méthodique.

Communiquer avec empathie et authenticité

Apprendre à communiquer, aussi bien en interne quand externe, en période de crise, garder son empathie et son authenticité quoi qu'il arrive.

Instaurer un management collaboratif et positif

Valoriser ses collaborateurs, instaurer une dynamique positive, être à l'écoute, déléguer en confiance.

Garder le cap et prendre de la hauteur

Rester connecter avec soi-même, écouter son intuition pour être actif et non réactif, pour anticiper, pour voir loin.

Renaitre dans le changement

Apprendre de nos erreurs, accepter et conduire le changement dans l'enthousiasme, créer des opportunités, ouvrir les possibles pour grandir..

ACCOMPAGNEMENT SUR 3 MOIS

- **Une journée privilège en présentiel** pour établir un état des lieux, pour clarifier, pour travailler sur l'Être, pour définir les objectifs à atteindre.
- **6 séances de coaching** individuel de 60 minutes en visio-conférence (2 séances par mois).
- **3 séances par téléphone** (durée selon vos besoins).
- **Une journée en présentiel individuelle** pour une mise en pratique ou **une journée en présentiel collective** pour une formation des collaborateurs.
- **12 semaines de suivi par mail** (exercices, conseils, informations...)

nelly frontanau
COACHING & LEADERSHIP

coaching@nellyfrontanau.com

Tél. | 06 20 31 43 72

36 rue Sophie Germain - 34070 Montpellier