



Reconnexion à soi & réussite

GRANDS DIRIGEANTS

nelly frontanau
COACHING & LEADERSHIP

coaching@nellyfrontanau.com

Tél. | 06 20 31 43 72

36 rue Sophie Germain - 34070 Montpellier

Retrouver l'estime de soi et l'énergie dans la conscience de sa valeur et de sa légitimité.



Vous êtes à un tournant de votre vie, vous souhaitez être plus performant, vous reconvertir, vous venez de subir une défaite professionnelle, vous rencontrez des difficultés dans votre management, vous vous sentez fatigué, sans énergie, pas à votre place. Vous savez ce que vous ne voulez plus mais vous n'arrivez pas à mettre en place ce que vous voulez vraiment.

Confusion, moral en berne, énergie basse, apathie, perte de confiance, découragement, difficultés à vous valoriser financièrement...

Avez vous vraiment conscience de votre valeur? Vous sentez vous légitime ? Quel est votre estime de vous ?

Très souvent ces symptômes sont le fruit d'un problème de conscience de votre valeur et donc de votre légitimité. Cette prise de conscience est primordiale pour retrouver la Paix intérieure, pour relancer son Énergie dans la joie et enfin pour s'autoriser à vivre sa Réussite.

Redonner du sens au projet que l'on porte, gagner en compétences et en affirmation de soi, retrouver la confiance et rester authentique pour relever de nouveaux challenges, telle est l'ambition de cet accompagnement.

Ce programme « Reconnexion à soi et Réussite » sur 16 semaines, s'adresse à tous les leaders qui traversent ces bouleversements, ces difficultés.

Son but : Retrouver l'estime de soi et l'énergie pour accélérer son évolution professionnelle en respectant sa qualité de vie, en s'épanouissant et en boostant sa performance.

Reconnexion à soi

et réussite

GRANDS DIRIGEANTS

Cursus Grands Dirigeants/
Managers/Cadres pour retrouver
l'estime de soi et l'énergie dans
la conscience de sa valeur et de
sa légitimité.



Reconnexion à soi & réussite

GRANDS DIRIGEANTS

LES VECTEURS FORTS DE CET ACCOMPAGNEMENT

- **Conscience de son Leadership**
- **Estime de soi**
- **Clarification**
- **Responsabilisation**
- **Libération**
- **Stratégie**
- **Action**
- **Passion**
- **Joie**

Ce programme « Reconnexion à soi et réussite » est fondé sur des outils en développement personnel pour retrouver l'estime de soi, booster sa performance, son niveau d'influence et de rayonnement.

Clarification et compréhension

Vous vous réalignez sur vos vraies valeurs, vous faites un point complet sur votre parcours personnel et professionnel, vous retrouvez le sens et vous projetez votre projet professionnel dans la clarté et la positivité.

Libération et légèreté

Vous travaillez sur votre Être, vous lever les obstacles les plus profonds (croyances, conditionnements) à l'affirmation de votre valeur et de votre légitimité.

Assurance et responsabilisation

Vous engagez de grandes décisions qui tracent votre nouveau projet de vie et ceux en respectant votre équilibre personnel et votre progression.

Stratégie et planification

Vous établissez une planification détaillée des actions pour réaliser votre nouveau projet de vie et vous vous engagez à les réaliser, à votre rythme et avec mon soutien.

Progression et motivation

Vous êtes motivé, serein et apaisé. Vous savez comment atteindre votre objectif et vous possédez un vrai plan d'actions pour y parvenir. Vos séances vous permettront de faire le point sur votre progression. vos valeurs, vos convictions.

5 GRANDS OBJECTIFS DU PROGRAMME

La conscience de votre valeur

Vous retrouvez l'apaisement, la sérénité et la confiance en vous. Votre estime de vous est renforcée.

La joie et la clarté

Vous retrouvez la joie en vous allégeant de vos blocages, vous recouvrez la clarté, redonnez du sens, posez des intentions.

Le Leadership et la prise de hauteur

Vous osez être vous dans l'édification de votre projet de vie. Vous vous écoutez, vous êtes confiant et responsable.

L'action et l'organisation

Vous passez à l'action, dans la joie et la liberté d'être vous. Vous définissez vos priorités et respectez l'équilibre vie privé/vie publique.

La passion et l'harmonie

Vous êtes aligné avec vos valeurs et vos désirs, vous rayonnez. Vous augmentez votre niveau d'influence, vous créez des relations efficaces et fructueuses, vous grandissez.

ACCOMPAGNEMENT SUR 4 MOIS

- **Une journée privilège** (diagnostic et compréhension).
- **10 séances de coaching** individuel de 60 minutes en visio + 16 semaines de suivi intensif email et téléphone (exercices de mise en pratiques...)
- **1 séance spéciale : grandir en pleine conscience** (3h / présentiel)

nelly frontanau
COACHING & LEADERSHIP

coaching@nellyfrontanau.com

Tél. | 06 20 31 43 72

36 rue Sophie Germain - 34070 Montpellier