

COACHING DE GROUPE

# Inside / Out

# Entrepreneur

par **Alexia Colson-Duparchy**

*Coach pour entrepreneurs alignés & augmentés*

Envie de passer un cap dans votre  
chemin de vie (professionnelle)  
et de repousser vos limites ?

Partez à la rencontre de  
vous-même, version  
« augmentée » !



*B.right Brains*

© 2021 B.right Brains  
Co All rights reserved.

Ce document-compagnon vous apporte des éléments pour répondre aux questions que vous pouvez encore vous poser après avoir visionné la vidéo de présentation du programme de coaching de groupe. Vous allez ainsi pouvoir vous décider à vous engager pour 18 semaines de coaching intensif avec The Inside/Out Entrepreneur.

## Bienvenue !

Vous avez **un rêve professionnel ou entrepreneurial qui a du sens et qui vous transporte**. Cette idée, ce projet, cette entreprise que vous portez en vous, constitue un élément important de votre chemin de vie. Cette fois-ci, **vous allez aller jusqu'au bout de sa réalisation**. Le réaliser tout en vous réalisant. Tout en vous sublimant. Sans vous perdre de vue, vous, vos valeurs et vos objectifs. Vous avez envie de faire face aux **défis que la vie de créateur d'entreprise** vous lance en toute **sérénité**. De découvrir votre projet sous **de nouveaux angles**. D'élargir votre cercle de fans et **votre communauté**. Vous souhaitez renouer avec votre **capacité intuitive**, cette faculté que nous avons tous en nous. Vous avez entendu parler de moi, de **mon approche multi-facettes** et des résultats obtenus par celles et ceux que j'accompagne en coaching.

Vous avez envie, vous aussi, d'être **accompagné et guidé**. D'avoir à disposition une personne-boussole. Une fan inébranlable. Une cheerleader infatigable. Une épaule pour vous soutenir et vous rassurer. Une personne pour célébrer toutes les victoires, petites et grandes. Une personne engagée dans votre développement professionnel et personnel. Une alliée qui jamais ne vous jugera, vous, vos choix ou vos objectifs.

Faire le choix d'un accompagnement en coaching, c'est tellement...américain, non ?! Boutade à part, comment vous assurer que votre choix de suivre ce programme est le bon ? Que vous obtiendrez les réponses à vos questions ? **Prenez le temps de visionner la vidéo et de lire ce document-compagnon**. J'y réponds avec transparence à toutes les questions logistiques et autres qui m'ont été posées au fil de mes échanges avec mes clients sur ce programme. Puis...écoutez ce que votre intuition vous suggère à ce sujet !

**Devenez vous-même. Vous, version « augmentée ».**

À bientôt,

*Alexia*



B.right Brains ... comme le nom de mon entreprise le suggère, **mon approche embrasse la dualité** : le bright (lumineux) au right (avoir raison), le développement personnel au développement d'affaires, l'intangible au matériel, l'intuitif au pratique, l'hémisphère gauche à l'hémisphère ...right du Brain ! Il est essentiel pour moi de réunir le développement professionnel au développement personnel, **les deux étant des leviers réciproques**.

Vous avez écouté les podcasts, lu les livres, vibré en Kundalini.

Vous le savez déjà : « Vos pensées créent votre réalité ».

« Prenez le contrôle de vos pensées, prenez le contrôle de vos émotions et de vos actions. »

Cette équation est effectivement **la clé de voute qui va vous permettre d'atteindre vos objectifs**. Mais plus que de la connaître, il faut savoir la mettre en œuvre. La vivre. Être acteur et non plus simple apprenant. Cette équation n'est pas votre seul point d'appui. Je vous présenterai également d'autres alliées de connaissance de soi et de développement de projet qui vont vous faire avancer vers votre objectif.

En rejoignant le programme The Inside/Out Entrepreneur, vous allez **expérimenter différentes techniques de connaissance de soi et de « life hacking »** pour trouver ce qui vous correspond le mieux afin de vous accomplir professionnellement et personnellement. Vous serez également **stimulé et challengé sur la création ou l'avancée de votre projet entrepreneurial**.

**Je serai là, à vos côtés pendant 18 semaines**, pour vous aider à **dépasser vos limites**, à gagner en **clarté**, à prendre **confiance**, à mobiliser votre **créativité** au service de votre **business**, à privilégier votre **bien-être** et donc à vous mettre en condition pour **réaliser vos objectifs**.

Une fois que vous aurez pleine maîtrise de ces outils et comprenez comment fonctionne votre monde intérieur, que vous avez appris à vous reconnecter à votre intuition, **vous saurez repousser vos limites par vous même**. Encore et encore. Les périodes de doute ne dureront plus, les échecs deviendront des paliers, les défis des victoires. Vous serez « augmenté ».

*Votre projet va avancer.*

*Votre impact va être amplifié.*

*Vous allez décupler et projeter votre énergie.*



ORGANISATION DU  
PROGRAMME

# Inside / Out Entrepreneur

**En quelques chiffres :**

- **18 semaines** intensives
- **8 personnes** seulement
- **4 axes** de développement
- **10 sessions** de coaching
- **8 modules** de formation
- + **bonus** tous les mois  
(masterclasses en direct  
proposées par des experts &  
entrepreneurs reconnus +  
méditations guidées + livres +  
surprises ...)



AXE 1

*Formation*

AXE 2

*Coaching*

AXE 3

*Codéveloppement*

AXE 4

*Communauté*

# Formation

Pour vous permettre de lancer ou de poursuivre votre projet entrepreneurial dans les meilleures conditions je vais mettre à votre disposition des outils redoutablement efficaces. Des outils fondamentaux qui vont vous permettre de repousser vos limites pour atteindre vos objectifs.

Bienvenue dans la sphère de la haute performance en alignement avec vos valeurs et votre intuition !

Beaucoup connaissent les outils de développement personnel, mais peu passent à l'action en les intégrant à leur vie professionnelle. Vous l'avez compris, je vais tout faire pour que vous **maîtrisiez ces connaissances** (Axe 1) et les **mettiez en œuvre** à votre bénéfice grâce au coaching (Axe 2), au **co-développement** avec la communauté que vous allez vous créer (Axe 3) et aux **enseignements proposés exclusivement pour vous** au fil de ces 18 semaines par ma propre communauté d'experts externes (Axe 4) !

Les formations que je vais mettre à votre disposition vont vous permettre de vous outiller pour mieux **esquiver les pièges du mental alors que vous modifiez le périmètre de votre zone de confort** et de **faire les choix les plus justes pour votre projet professionnel**.

## Ces outils fondamentaux appartiennent à 3 catégories

### 1.

Les **outils ancestraux** (**visualisation, méditation, intention, respiration, ancrage, conscience intuitive...**) dont vous avez déjà connaissance car ils se démocratisent et représentent une magnifique source de soutien dans une période de grands changements et peuvent conduire à des prises de conscience uniques lorsqu'ils sont correctement utilisés.

### 2.

Le outils qui relèvent de l'application concrète des connaissances en matière de **neurosciences et des sciences de l'intuition**. L'entrepreneure, le parent, la voisine, le collègue, l'humaine en vous va être augmenté au jour le jour par ces connaissances.

### 3.

Le **développement d'affaires intuitif**. Celui qui vous permet d'obtenir les réponses qui correspondent à votre projet, à vos valeurs et à votre zone de génie. Pas de *business plan* à présenter à votre banquier ici mais une feuille de route, un planning financier et un plan d'action concrètes qui vont être votre fil d'Ariane.



## Concrètement, ça donne quoi ?

Au cours de nos 18 semaines ensemble, nous allons **explorer 8 thèmes essentiels** dans votre aventure entrepreneuriale et de vie.

Deux fois par mois, vous recevrez sur votre espace personnel en ligne Podia un module vidéo et un cahier d'exercices (**2 modules par mois**).

Ce module combinera la **présentation d'un outil de développement personnel** et sa **déclinaison business**.

### Exemples de *thèmes abordés*

- Clarifier ses Objectifs
- Mettre en place & réaliser ses Objectifs (feuille de route)
- Identifier et interroger ses Peurs
- Se reconnecter & écouter son Intuition
- Savoir choisir
- Suspendre le Temps
- Jongler avec ses Ambitions
- Décupler son Énergie
- Décomplexer son rapport à l'Argent
- Créer son Plan Financier
- Oser s'accomplir
- Prendre sa Place
- Augmenter sa Visibilité
- ...

## AXE 2

# Coaching

Vous en avez bien conscience, vous seul avez le pouvoir d'alimenter les pensées qui vous font du bien et de délaissier complètement celles qui vous tirent vers le bas, celles qui vous empêchent d'être pleinement vous-même, vous vident. Mais il s'agit là **d'un travail quotidien**.

Grâce aux formations mises à votre disposition en ligne (Axe 1), vous aurez une véritable boîte à outils à portée de main. Mais encore faut-il oser les utiliser et **savoir les intégrer à VOTRE projet professionnel**. Même - surtout ! - dans les moments pénibles (ceux où typiquement on se recroqueville pour retourner à ses schémas « matrices »).

En parallèle de vos formations en ligne en solo, nous allons donc **travailler ensemble à la bonne réalisation de vos objectifs. De façon concrète et vertueuse**.

### Exemples d' *outils testés ensemble*

- Les sciences de l'intuition (technique du Remote Viewing) et la facilitation de dialogue intuitif appliquées à la stratégie d'affaires et aux objectifs financiers
- Le codéveloppement
- Des techniques de questionnement, de pose d'intention, de méditation et de visualisation qui permettent la création de nouveaux chemins neuronaux, la prise de conscience du rôle du cortex cingulaire pour recadrer votre cerveau reptilien
- La planification impactante
- Le réseautage intelligent
- Les essentiels du *wellness* (*bien être*)
- ...

Avec cet accompagnement, **vous allez oser être pleinement vous. Sans fards et sans reproches. Sans fausse modestie et sans arrogance.** Juste...vous. Votre meilleure version.

Je vous guide pour vous sentir plus que jamais à votre place. Pour être aligné dans vos choix. Pour devenir véritablement une entrepreneure, un entrepreneur aligné.



### Concrètement, ça donne quoi ?

Pendant **18 semaines**, vous serez au sein du même petit groupe composé **de 8 personnes maximum**.

Nous nous retrouverons **toutes les 2 semaines pour une visioconférence de 90 minutes** sur Zoom.

Les horaires vous seront communiqués lors de votre inscription pour les sessions de mars-avril-mai, puis début mai pour les sessions de juin-juillet.

Toutes les sessions seront **enregistrées et mises à disposition** dans votre espace personnel Podia pour que vous puissiez y retourner et y puiser tous les enseignements, en fonction de vos futurs défis à relever. Vous aurez un **accès illimité à cette plateforme pendant 1 an(15 mars 2022)**.

*Soyez rassuré : je ne suis pas adepte des méthodes de coaching « rentre -dedans ».*  
*Jamais vous ne serez contraint, brusqué, ou exposé.*



# Codéveloppement

Au fil de ces mois passés ensemble, vous allez évoluer et grandir en symbiose avec vos co-équipiers. Au sein d'un groupe qui se composera d'un maximum de 8 participants. Un groupe suffisamment restreint pour **ne pas être intimidant**, et suffisamment large pour **ne pas tourner en rond**.

Vous allez vite apprendre à vous connaître lors de nos appels, mais également grâce à vos échanges sur notre plateforme privée et vos réunions mensuelles de codéveloppement en mini-groupes. Ce **travail en mini-groupe** (3 ou 4 personnes en fonction des effectifs) vous apportera **une force insoupçonnée**.

Le codéveloppement dans un tel cadre représente une opportunité unique pour mettre en commun vos connaissances, vos savoirs et vos contacts.

Vous allez bénéficier de la **dynamique collective** créée par le groupe tout en stimulant votre **intelligence collective**.

Ce sera pour vous l'occasion :

- **d'améliorer votre capacité d'écoute**
- de découvrir le **facilitateur** qui sommeille en vous
- de débattre dans la sérénité
- **d'aiguiser votre point de vue**, et
- de substituer à votre éventuelle peur d'incompétence ou d'imposture un **raisonnement posé** et une **attitude volontaire**.



## Concrètement, ça donne quoi ?

Tous les mois, vous serez invité à retrouver en visioconférence un nouveau mini-groupe composé de vos co-coachés pour travailler un sujet clé que vous aurez sélectionné avant l'appel.

# Communauté

Travailler en groupe peut être intimidant. On a appris à être poli, à ne pas parler de ses problèmes en public, à détourner élégamment la conversation quand on se voit en devenir le sujet principal, à donner le change pour ne pas se montrer vulnérable. On ne parle pas (trop) de ses victoires, on ne voudrait pas passer pour une bêcheuse ou un arrogant.

Avec ce groupe de travail, nous allons faire tout le contraire : à chaque appel, nous ferons un **tour de table pour parler de vos victoires et de vos problèmes**. L'objectif n'est pas d'échanger des compliments vides de sens ou de s'alanguir sur vos problèmes. Mais de **célébrer toutes les étapes** (le cerveau ADORE les mini-victoires !) et d'**identifier des solutions constructives à vos questions et problèmes**. Ensemble.

18 semaines passées ensemble à apprendre à **vous connaître de façon « brute », à vous respecter pour ce que vous êtes**. À montrer vos forces et vos faiblesses. À réaliser que vous n'êtes pas seul face à vos défis et victoires. À savoir **demander de l'aide quand nécessaire** et à **apporter votre pierre à l'édifice d'un ou une autre** sans autre récompense que d'avoir eu la possibilité d'aider. Vous allez tisser ainsi des liens forts et vous découvrir une famille d'entrepreneurs en quête d'une même recherche de valeurs que vous.

Vous allez vite le ressentir : ce travail en groupe va être pour vous un véritable **« accélérateur de création de liens »**.

Par ailleurs je vais mettre **ma propre communauté d'experts à votre service** ! Entre les **masterclass proposées en live tous les mois** pour enrichir votre aventure professionnelle, et les **misés en relation** que je ferai à votre bénéfice en fonction de vos circonstances, vous pouvez compter sur moi pour faire avancer votre mission de vie.



Concrètement, ça donne quoi ?

Vous aurez à votre disposition une **plateforme privée pour échanger** entre vous.

Vous aurez accès direct à mon propre réseau d'entrepreneuses et d'entrepreneurs hors-pair ainsi qu'à leur expertise avec entre autres: **plusieurs masterclass proposées en direct sur des sujets-clé pour votre vie de créateur d'entreprise** (mais laissez-moi vous réserver quelques surprises !!).

# Les outils

## Votre espace personnel Podia

Toutes les formations, tous les appels enregistrés, les masterclass et autres bonus seront compilés dans un seul et même espace sur Podia.

Cet espace vous est entièrement réservé pendant 1 an.

## Plateforme d'échange du groupe Slack

Je mets à votre disposition un espace privé sur la plateforme Slack. C'est un espace pour échanger entre vous, pour se soutenir dans les moments pénibles, pour célébrer vos succès et pour répondre à vos questions.

C'est également sur cet espace que je partagerai des **conseils wellness** au fil des semaines. Quand vous perdez votre volonté ou votre alignement, votre corps (et son bon entretien !) est alors votre meilleur allié pour vous retrouver et vous aider à tout traverser.





# Investissements

## ... de temps

Ne soyez plus simple spectateur de vos rêves. Arrêtez d'accumuler des connaissances sans les mettre en application. **Vivez pleinement votre projet.** Assumez-le et sentez-vous (re)vivre !

Pour cela, il n'y a pas de miracle : il faut intégrer ces nouveaux outils. Et cela demande du travail. De la perspicacité. Du temps. **Du temps que vous VOUS consacrez.**

## Concrètement ?

Voici ce que je vous propose comme investissement temps (en moyenne) :

- Vidéos : 2 x 30 min par mois
- Cahiers de travail : 2 x 1h par mois
- Appels de coaching : 2 x 90 min par mois
- Masterclass en direct : 1 à 2x 90 min par mois
- Codéveloppement : 1 x 90 min par mois
- Participation aux échanges de votre groupe : 15 min / jour
- Méditations, Visualisations, Lectures complémentaires : autant que vous le souhaitez mais au moins 20 minutes de pratique quotidienne .

## ... financier

Le coût total de ce programme de **coaching intensif** de **18 semaines** en **petit groupe** est de :

**3000 EUR TTC (l'équivalent de 750 EUR TTC par mois)**  
**(soit 2500 EUR HT + 20% VAT)**

2 options de paiement :

- 3000 EUR payable en 1 x 3000 EUR (au moment de l'inscription)
- 3300 EUR payable en 3 x 1100 EUR (au moment de l'inscription + 23 avril 2021 + 4 juin 2021)

Ce programme étant conçu pour vous soutenir dans votre aventure entrepreneuriale, la facture peut éventuellement être établie au nom de votre entreprise. Parlez-en à votre comptable !

LES PROCHAINES

## Étapes

Pour rejoindre un des groupes de coaching qui démarrent la semaine du **15 mars 2021**, écrivez-moi à [info@brightbrainsco.com](mailto:info@brightbrainsco.com).

Vous recevrez en retour un court questionnaire me permettant de confirmer la bonne adéquation entre ce programme et votre profil.

En fonction de votre réponse à ce questionnaire, vous recevrez soit un lien pour officialiser votre inscription, soit une recommandation pour un autre de mes programmes (le groupe de mastermind Master Entrepreneur ou un suivi individualisé) ou les coordonnées d'une de mes consœurs ou confrères de qualité.

*Vous allez aimer cette version augmentée de vous-même.  
Je ne vous change pas. Je vous montre vos possibles.  
Je vous guide. Vous vous accomplissez.*

*On se retrouve le 15 mars?*



# Qui suis-je ?



J'ai 41 ans, je vis entre Paris, le Haut-Jura et l'Afrique du Sud avec mon conjoint et nos deux jeunes enfants.

Je suis une perfectionniste qui se tempère, une Aventurière ISFP-t (pour les fans du MBTI), un Projector 2/4 (Human Design), une Rebelle (d'après Gretchen Rubin !) qui aime se poser en sirotant sa tisane, une voyageuse passionnée, une rêveuse perpétuelle, une gourmande sans scrupules, une ambassadrice de la végétalisation urbaine et une insatiable curieuse.

Mais pour vous, je suis avant tout coach pour créateurs d'entreprises en quête d'alignement et d'optimisation intuitive de leurs performances, consultante en développement d'affaires, auteure et conférencière.

Je coach, je conseille, j'écris et intervins sur des sujets liés à la transition entrepreneuriale, au développement personnel et d'affaires, ainsi qu'à l'expansion de l'entreprise en mode #SmartCollaboration et #Flow.

Avant de fonder B.right Brains, j'ai exercé pendant 12 ans la profession d'avocat dans les domaines du commerce international et du financement de projets au sein de cabinets internationaux de premier plan au Canada, au Royaume-Uni, en Afrique du Sud et aux Émirats Arabes Unis.

*Des années fondatrices et passionnantes mais éreintantes  
et éloignées de mes aspirations profondes !*

J'en parle plus en détails dans mon livre  
*De l'Art d'Envoyer Valser Sa Carrière* (Hachette, 2020).

Vous souhaitez en savoir plus sur mon histoire ?  
Allez sur mon site <http://brightbrainsco.com/qui-je-suis/>  
(rubrique « en savoir plus »).

À bientôt j'espère,

*Alexia*



C'est bien plus que mon activité.  
C'est ma zone de génie.  
Et c'est un privilège de l'utiliser  
pour vous guider.



*B.right Brains*

[info@brightbrainsco.com](mailto:info@brightbrainsco.com)

[www.brightbrainsco.com](http://www.brightbrainsco.com)