

**REDONNEZ
DU SENS
A VOS ACTIONS**



**POUR
ATTEINDRE
VOS
OBJECTIFS**

WWW.SILVIECINCOTTA.COM

SILVIE CINCOTTA

SILVIE CINCOTTA EST AUTEURE | CONFÉRENCIÈRE | COACH EXPERTE EN MOTIVATION ET STRATÉGIES D'ENGAGEMENT

Ses domaines de prédilection sont, la croissance personnelle au sens large et l'entrepreneuriat.

Dirigeante espace coaching 360 France | Belgique | Co-fondatrice de la méthode 360 | Co-créatrice des séminaires Full Success Belgique | France | Madagascar |



Forte de son expérience, elle accompagne avec passion depuis plus de 15 ans les particuliers, les entrepreneurs, et les solo preneurs, à se dépasser, à surmonter leurs obstacles et atteindre leurs objectifs.

Au préalable elle a durant 14 années occupée les fonctions de franchisée manager pour une marque internationale.

Son moteur tourne essentiellement autour de la cohérence, elle se forme auprès des meilleurs coaches internationaux depuis plus de 20 ans, parce que pour accompagner efficacement des personnes, il est important d'atteindre ses propres objectifs.

Faire de ses expériences de vie une force, pour mieux accompagner ses clients au quotidien.

Travailler avec passion est l'une des clés de son équilibre et de sa réussite.

Sa mission est de permettre aux personnes qu'elle accompagne, de faciliter la prise de conscience des différents mécanismes inconscients mis en place, d'agir plutôt que de subir et de passer de la personne qui rêve à celle qui vit son rêve.

Donner plus de sens, d'efficacité, de succès, que cela soit au niveau personnel ou professionnel, c'est toujours cette intention qui la guide.

La vie est un cadeau qu'elle a envie d'honorer en poursuivant ses objectifs et sa mission de vie, il n'y a pas de limites sinon celles que l'on s'impose à soi-même.


"Ensemble, nous pouvons faire évoluer vos priorités, vos relations aux autres, votre posture... tant au niveau personnel, que professionnel, devenir un meilleur dirigeant, un meilleur collaborateur, un meilleur parent, un meilleur conjoint... pour devenir une personne inspirée et inspirante" !

Elle a créé **MINDSET 360** un groupe Facebook privé réservé aux personnes engagées dans leur changement, dans lequel elle motive entrepreneurs, particuliers, coachs, à développer un mental de gagnant, oser être, prendre sa place, augmenter leurs revenus...

Si vous souhaitez la suivre au quotidien, rejoignez - là sur sa page Facebook, Silvie Cincotta Mindset 360, et son site web www.silvielcincotta.com

Si vous souhaitez prendre un rendez-vous, contactez-là à

Info@silvielcincotta.com



**POURQUOI
JE FAIS CE
QUE JE FAIS ?**

www.silviecincotta.com

Dans mon travail de coach au quotidien je constate que beaucoup de personnes ne savent pas pourquoi elles veulent atteindre un objectif, cette question est pourtant essentielle pour atteindre tout ce que nous voulons dans la vie tant au niveau personnel que professionnel.

Le pourquoi est un énorme levier, si nous ne savons pas pourquoi nous faisons les choses nous n'avons pas la motivation nécessaire pour y arriver, quelques fois le prix à payer est élevé quand on veut atteindre un but, c'est pourquoi ...

Rendez votre « pourquoi » irrésistible !

Pour quelle raison vous apprêtez-vous à vous redonner du sens à vos actions ?

À surmonter les prochaines difficultés ?

À vous mettre en danger ?

À changer vos habitudes ?

Demandez-vous très concrètement ce que le fait d'atteindre votre objectif changerait pour vous, mais également pour vos proches.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Maintenant répondez à cette question le plus authentiquement possible, sur une échelle de zéro à 10, 0 étant je ne suis pas motivé du tout et 10 je suis motivé à fond à quel degré situez-vous votre motivation ?



Le fait de redonner du sens à vos actions, monte votre niveau de motivation !



**Votre environnement
est il un frein ou un
accélérateur ?**

www.silviyecincotta.com

Votre environnement est-il un accélérateur ou un frein, pour atteindre vos objectifs ?

Savez-vous bien vous entourer, pour réussir ce que vous entreprenez ?

Voici quelques pistes, pour y voir plus clair !

Votre entourage détermine votre réussite, qui sont vos amis, vos proches ?

1.
2.
3.
4.
5.

Osez-vous parler de vos réussites ? Ou préférez-vous ne pas en parler pour éviter de blesser ?

Sont-ils réellement heureux pour vous, lorsque vous réussissez quelque chose ?

Certaines personnes qui ont tout pour réussir, préfèrent quelques fois, ne pas vivre leurs rêves, plutôt que de prendre le risque de perdre « la pseudo » affection d'un ami, d'un proche, d'un collègue, d'un professeur ... Et se sabotent inconsciemment, pour ne pas se désynchroniser de leur environnement quelques fois toxique.

Avez-vous déjà observé votre entourage, professionnel, amical, familial, social ?

Savez-vous, que nous sommes la moyenne des 5 à 6 personnes que nous fréquentons le plus ?

Que constatez-vous ? Est-ce fidèle à votre reflet ?

.....
.....
.....

Lorsque vous vous quittez, êtes-vous plutôt reboosté.e ou alors, êtes-vous vidé.e de votre énergie ?

.....
.....
.....

Imaginez ... Vous fréquentez chaque jour, des personnes qui ont réussi ce que vous-même avez comme objectif, comment vous sentez- vous ?

.....
.....
.....

Les personnes qui réussissent vous communique leurs états d'esprit, rester avec des personnes positives est contagieux, mais l'inverse aussi ...

Imaginez que vous soyez chaque jour, en contact avec des personnes négatives, qui ne croient pas en vous, qui vous découragent, qui n'ont pas forcément envie que vous réussissiez, parce qu'eux-mêmes ont échoué...

Quel résultat obtenez-vous après quelques mois ?

.....
.....
.....

Si vous évoluez dans un environnement ou beaucoup échouent, la probabilité d'atteindre vos objectifs est faible.

Voici quelques clés pour sortir de ce cercle vicieux.

La prise de conscience de votre environnement est essentielle
Est-il porteur ou au contraire est-il négatif pour l'atteinte de vos objectifs ?

Si vos relations sont négatives, est-il possible de transformer votre environnement ? De moins fréquenter ces personnes ? De changer cet environnement ? Facile me direz-vous ...

Alors posez-vous la question suivante ... Que souhaitez-vous exactement ?

.....
.....
.....
.....

Avez-vous répondu à la question ? Pensez-vous que ce soit possible avec votre environnement ?

Si la réponse est oui, c'est génial, vous savez vous entourer, des bonnes personnes !

Si c'est négatif, petit à petit, fréquentez des personnes qui ont déjà atteint cet objectif avant vous.

Quel est mon environnement idéal de réussite ?

1.
2.
3.
4.
5.

Créez votre environnement de réussite, avec des personnes qui partagent la même vision que vous, et qui partagent les mêmes valeurs, adapter votre environnement, permet de booster votre mental, et d'atteindre tous vos objectifs !

LA PUISSANCE DE L'ENGAGEMENT



www.silviecincotta.com

La magie de l'engagement pour obtenir des résultats aux niveaux personnels & professionnels !

Qu'est ce qui fait, que l'on n'obtient pas toujours ce que l'on souhaite ?

Pourquoi certains projets ou objectifs n'aboutissent-ils pas, alors que vous en avez réellement envie ?

Pouvez-vous penser aux objectifs que vous n'avez encore jamais atteints ?

Combien de fois avez-vous renoncé, pour finalement réessayer en faisant toujours un peu plus de la même chose, tout en espérant un résultat différent ?

J'ai une question pour vous ... A combien s'élevait votre niveau d'engagement ?

A quel point êtes-vous prêt à vous engager pour réaliser ce qui est vraiment essentiel pour vous ?

Combien de temps et d'investissement mettez-vous dans vos projets ?

S'engager, c'est mettre ses objectifs en priorité, mais c'est égoïste ... et les autres alors ... me direz-vous ! ...

A ce propos, vous êtes-vous déjà demandé, quels seraient les bénéfices pour vos proches, si vous atteigniez vos objectifs ? Et quel serait l'impact sur eux ?

Pourquoi manque-t-on quelques fois d'engagement ? La peur de faire les mauvais choix ? L'ordre de nos priorités ?

Où alors on n'y croit pas vraiment ? On s'est trompé d'objectif ? Le manque de sens ?

En ne développant pas cette capacité, on aura toujours de bonnes excuses pour ne pas agir, le manque de temps, d'argent, d'énergie, de courage ?

S'engager c'est faire quelque chose de nouveau chaque jour, pour se rapprocher de ce que vous voulez vraiment, en faisant cela, imaginez quels seraient vos résultats dans un an !

Souvenez-vous, d'un objectif que vous avez atteint, et dont vous êtes très fier(e) ? A combien s'élevait votre niveau d'engagement ?

Mon niveau d'engagement dans ce que j'ai déjà réussi s'élevait à... de 0 à 10

.....
.....
.....

Mon niveau d'engagement dans ce que j'ai difficile à atteindre de 0 à 10

.....
.....
.....

L'engagement est une valeur nécessaire à tout changement, personne ne peut obtenir de résultat sur le long terme, en faisant les choses à moitié !

Les personnes qui réussissent ce qu'elles entreprennent ont d'ailleurs, cette capacité en commun !

On sait tous ce qu'il faut faire pour atteindre nos objectifs ... Mais honnêtement ... que faisons-nous de notre savoir ?

Vos actions parlent plus que vos mots, vos envies, ne veulent rien dire sans actions et restent alors à l'état de rêve !

Vous êtes en charge de votre vie et de vos choix...Alors, ENGAGEZ VOUS, pour ce qui est vraiment important pour vous !

Avec gratitude

Silvie Cincotta

Si vous souhaitez suivre Silvie Cincotta au quotidien, rejoignez là sur sa page Facebook Silvie Cincotta Mindset 360, et sur son site web www.silvielcincotta.com

Si vous souhaitez aller plus loin et prendre rendez-vous pour une session stratégique gratuite de 30 minutes, afin de vous assurer mutuellement que son accompagnement est bien ce dont vous avez besoin aujourd'hui contactez Silvie Cincotta à

info@silvielcincotta.com

Responsabilité

Silvie Cincotta, met à la disposition des visiteurs du contenu d'informations gratuites, interview, vidéos, groupe privé Facebook.

Elle s'assure en permanence, avec intégrité et éthique, de mettre tous les moyens à sa disposition pour s'assurer de la qualité de ses contenus. Toutefois il ne revient qu'à l'utilisateur d'utiliser ces informations sous son entière responsabilité.

Les propos tenus dans ce contenu stratégique, ne remplacerons jamais une consultation d'ordre professionnel, si tel est votre besoin.