



NOÛS

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

**Burn-out entrepreneurial :
quand l'intégrité devient la
ressource stratégique la plus
négligée des dirigeants**

Réussir sans se trahir :
Ombeline Becker, fondatrice de
NOÛS, nomme la vraie cause
du mal-être entrepreneurial et
propose une voie rare —
le leadership spirituel

Une fracture silencieuse au cœur du monde entrepreneurial

Fatigue décisionnelle, perte d'élan, sentiment diffus d'incohérence malgré des résultats tangibles. Ces signaux, longtemps tus, traversent aujourd'hui une part croissante du monde entrepreneurial. Selon une étude CPME, 23 % des dirigeants présentent un risque de burnout — un chiffre en hausse constante depuis la crise du Covid. Et pourtant, les solutions proposées restent les mêmes : mieux s'organiser, mieux déléguer, mieux « équilibrer ».

Ombeline Becker, fondatrice de **NOÛS** et auteure de Leadership Spirituel (Le Lotus et l'Eléphant Hachette, 2024), part d'un autre postulat : le burn-out du dirigeant n'est pas un problème d'agenda. C'est le signal d'une faille d'intégrité laissée trop longtemps sans réponse.

Après 14 ans de terrain auprès de 400 entrepreneurs et de dirigeants, elle nomme ce que beaucoup ressentent sans pouvoir le formuler : le vrai frein à l'expansion n'est ni le marketing, ni le réseau, ni le mindset — c'est la fracture entre qui vous êtes et ce que vous construisez.

“

Il ne s'agit pas d'un manque de compétences, ni d'un défaut d'ambition. C'est une dissociation progressive entre ce que l'on construit à l'extérieur et ce que l'on est réellement. Une réussite obtenue parfois au prix d'un renoncement plus ou moins conscient à soi-même.

— Ombeline Becker

”



Cette fracture ne distingue pas les secteurs — elle traverse tous les milieux où la performance est devenue une fin en soi, au détriment de ce qui fait tenir une entreprise dans la durée : la cohérence entre qui on est et ce qu'on construit.

Et elle concerne particulièrement les femmes : aujourd'hui encore, elles ne représentent que 25 % des dirigeants d'entreprises et à peine un tiers des créateurs d'entreprise, malgré une forte dynamique entrepreneuriale (**source**). Cette réalité révèle moins un manque de compétences qu'un système et des croyances qui limitent l'accès à la croissance et aux niveaux de revenus élevés. Au fond, elles croient qu'accéder au prochain niveau implique de renoncer à ce qui les définit.

Ombeline Becker : un parcours au croisement du business et de la transformation intérieure

Diplômée en affaires et finances internationales et d'un master en entrepreneuriat à Toulouse Business School en 2004, Ombeline Becker démarre sa carrière dans de grandes entreprises françaises comme cadre marketing et commerciale Europe. Sept ans plus tard, une crise de sens agit comme un point de bascule. Un bilan de compétences révèle ce qui était déjà là : une capacité profonde à accompagner, à écouter, à transformer.

En 2012, elle lance son activité de coaching — sans anticiper que l'entrepreneuriat lui-même deviendrait un chemin initiatique. Dix ans plus tard, elle fonde NOÛS pour affirmer un choix : ne plus dissocier l'humain, le spirituel et le vivant du business, de la croissance et de l'argent.

En 2023, elle crée le podcast Vérité — espace rare dans le paysage francophone où des dirigeants engagés témoignent de leur transformation intérieure sans posture ni performance. Plus de 80 épisodes publiés, 15000 écoutes.

En 2024, elle publie Leadership Spirituel chez Hachette — un guide pratique et initiatique pour réconcilier l'entrepreneuriat et l'intégrité. Un second livre est en préparation, consacré au prix du succès — et aux raisons profondes pour lesquelles tant de femmes restent absentes des comités de direction, alors même que leur légitimité n'est plus à démontrer.

Elle est basée entre Le Castellet (Var) et le bassin d'Arcachon (Gironde), anime des séminaires et reçoit en coaching premium des entrepreneurs et dirigeants qui cherchent la pièce manquante de leur puzzle.

Elle est membre du Réseau Entreprendre Var, en tant qu'experte en leadership auprès des lauréats.



Des concepts redéfinis : spiritualité, leadership spirituel, expansion

Ces notions reviennent au cœur du travail d'Ombeline Becker. Elles méritent d'être précisées : aucune ne relève de la religion, de l'ésotérisme ou d'une croyance imposée.

Spiritualité

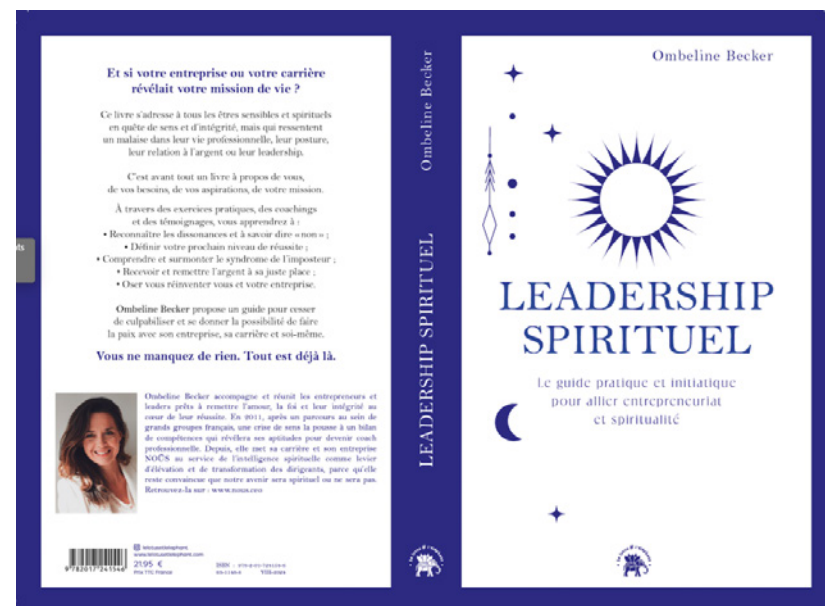
La conscience d'être plus qu'un corps physique, et que tout est relié — dans l'invisible comme dans le visible, à la façon dont l'effet papillon relie chaque geste à un mouvement plus large. Ni dogme, ni croyance imposée : une sensibilité et une ressource intérieure.

Leadership spirituel

Ce n'est pas diriger avec une boule de cristal ou méditer entre deux réunions. C'est cesser de fragmenter ce qui devrait être uni : soi et son entreprise, les valeurs et l'argent, l'intuition et la stratégie, le féminin et le masculin intérieurs. C'est une posture de cohérence et de responsabilité — envers soi, et envers l'impact de ses actes sur le monde. Le travail y devient une voie de contribution, un appel, un leadership au service de plus grand que soi.

Expansion

L'expansion n'est pas combler l'intérieur par l'extérieur, ni posséder davantage. C'est un élan de vie qui part du dedans. Comme la graine d'un séquoia contient déjà tout ce qu'elle sera — il lui manque seulement l'écosystème juste pour le devenir. La croissance financière n'en est qu'une conséquence : quand l'expansion est animée par le sens et une vision juste, elle produit naturellement des résultats à sa mesure.



L.I.B.R.E.S. : une communauté en évolution

C'est pour répondre à ce besoin — pas de méthode supplémentaire, mais un espace pour construire les fondations qui manquent — qu'Ombeline Becker a créé le collectif L.I.B.R.E.S. Parce qu'un changement de posture entrepreneuriale ne se fait pas en 90 jours. Il exige du temps, de la continuité, et un accompagnement qui va bien au-delà du stratégique.

Depuis mars 2026, le collectif évolue en communauté digitale sur Circle, intégrant networking, formation, transformation ainsi que des séminaires en présentiel. Initialement réservé à dix entrepreneures sur un cycle d'un an, il s'ouvrira désormais aux hommes entrepreneurs — tout en conservant une majorité féminine, condition identifiée comme nécessaire pour que chacun.e puisse s'exprimer librement et avancer à son propre rythme.

En cinq ans, près de 50 femmes ont été accompagnées au sein du collectif. Les profils ont évolué : là où les premières promotions accueillaient surtout des entrepreneures en début de parcours, ce sont aujourd'hui des solopreneures expérimentées qui rejoignent L.I.B.R.E.S. — des femmes qui ont plusieurs années d'entrepreneuriat derrière elles, qui se connaissent, et qui arrivent à un nouveau seuil d'expansion. Un seuil qui nécessite d'être soutenu dans la durée : sans cet ancrage, l'expansion est souvent abandonnée — non par manque d'ambition, mais parce qu'elles ne savent pas encore comment la tenir sans se trahir. Ce renoncement crée un conflit intérieur que ni la stratégie, ni le développement personnel classique ne savent résoudre.

Ce n'est pas la quantité qui était recherchée — mais la durabilité de la transformation. Une participante témoigne : elle avait consulté plusieurs coachs, terminant chaque accompagnement avec une méthode de plus, un modèle économique imposé, des stratégies digitales à appliquer — et un épuisement croissant.

Ce qu'elle a trouvé dans L.I.B.R.E.S., c'est autre chose : un espace pour construire d'abord la posture et les fondations intérieures — avant de viser la croissance. Parce que sans cet ancrage, aucune stratégie ne tient dans la durée.

Une membre du collectif, solopreneure, était prête à tout arrêter après neuf mois de pause forcée. Un an plus tard : nouvelle posture, nouveaux clients alignés, taux de conversion de 50 % sur ses masterclasses. Ce qui a tout changé n'était pas la stratégie — elle était déjà en place. C'est l'espace intérieur depuis lequel elle agissait : clarifier son Pourquoi, assumer sa vision et passer de freelance à fondatrice de sa propre agence. Elle a appris à tenir sa posture dans les hauts comme dans les bas, à prioriser ses actions avec discernement, et à incarner un leadership qui lui ressemble — sans forcer, sans se perdre.



Une approche centrée sur l'espace intérieur

L'un des fondements de la méthode d'Ombeline Becker réside dans le déplacement du point de travail. Là où de nombreux accompagnements se concentrent sur la stratégie ou les outils, elle s'attache à identifier ce qui, en amont, conditionne les décisions : une croyance non examinée sur l'argent, une vision trop petite pour l'envergure réelle, une confusion entre responsabilité et sur-responsabilité, des failles d'intégrité non résolues qui en attirent d'autres.

C'est depuis cet espace là que se jouent les vrais résultats. Pas depuis les outils. Tant que la posture ne change pas, les décisions ne changent pas — et donc les résultats non plus. Cette approche s'adresse à un public spécifique : des professionnels déjà avancés — entrepreneurs expérimentés, dirigeants de TPE, coachs et praticiens — qui ont exploré différentes méthodes et cherchent la pièce manquante. Celle que ni le business coaching, ni le développement personnel classique, ni la spiritualité de surface n'ont su leur donner.

“

Ce que j'observe systématiquement : la vision était déjà là. Ce qui manquait, c'était la posture depuis laquelle elle peut s'incarner.

— Ombeline Becker

”



Un écosystème structuré au service de l'autonomie

L'approche d'Ombeline Becker s'appuie sur un écosystème cohérent, conçu pour que chaque entrepreneur trouve le format adapté à son niveau d'engagement :

- **Leadership Spirituel** (Le lotus et l'éléphant Hachette, 2024) — le livre fondateur, guide pratique et initiatique disponible en librairie et sur le site d'Ombeline www.nous.ceo
- **Podcast Vérité** — plus de 80 épisodes publiés, 15 000 écoutes, des dirigeants qui témoignent sans filtre. Saison 4 à venir.
- **Communauté L.I.B.R.E.S.** — networking, formation, transformation et séminaires, en digital et en présentiel.
- **Séminaires** — en petit groupe, pour ancrer la transformation, régénérer la vision et favoriser les échanges entre pairs.
- **Coaching premium** — accompagnement individuel en présentiel et en visioconférence pour les entrepreneurs et les dirigeants qui cherchent un espace sur-mesure, exigeant et cohérent avec qui ils sont vraiment.
- **Conférences et ateliers** — pour les organisations et événements professionnels.

Chaque format s'inscrit dans une même exigence : que l'entrepreneur reparte avec plus de clarté, de discernement et de capacité d'action qu'il n'en avait en arrivant. Pas avec une méthode de plus à appliquer — mais avec un espace intérieur élargi, depuis lequel ses décisions ont une autre qualité. L'objectif n'est jamais de créer une dépendance à une approche ou à une personne — mais de rendre chaque entrepreneur plus autonome, plus ancré et plus libre de ses choix. Si les clients reviennent, c'est parce qu'un nouveau seuil est là — et qu'ils savent que cet espace respectera leur rythme et leur intégrité.

Collectif
L.I.B.R.E.S.

Une ambition : réconcilier ce qui a été trop longtemps séparé

Il y a une fracture qui traverse silencieusement notre époque entrepreneuriale : entre la réussite et le sens, entre l'ambition et l'intégrité, entre ce qu'on construit et ce qu'on est vraiment. Cette fracture épuise des dirigeants pourtant compétents, freine des femmes qui refusent de sacrifier leur humanité pour réussir, et prive des organisations de leur force vive. Ombeline Becker ne propose pas de s'opposer aux approches existantes. Elle propose de déplacer le regard : non plus uniquement vers les résultats, mais vers l'espace intérieur depuis lequel ils sont produits. Ne plus séparer stratégie et valeurs, intuition et performance, féminin et masculin, argent et sens — mais les réconcilier. En soi d'abord, pour que cela rayonne ensuite dans l'entreprise, les relations, le monde.

“

Réussir sans se trahir — c'est ça, le leadership spirituel.

— Ombeline Becker

Les perspectives d'Ombeline incluent le développement de la communauté L.I.B.R.E.S., la poursuite du podcast Vérité, l'organisation de conférences et séminaires, et la préparation d'un second ouvrage consacré au prix du succès — et aux raisons profondes pour lesquelles notamment tant de femmes restent absentes des comités de direction, alors même que leur légitimité n'est plus à démontrer.

Ressources disponibles pour la presse

- Exemplaire papier ou PDF du livre Leadership Spirituel (Le lotus et l'éléphant – Hachette, 2024).
- Sélection d'épisodes du podcast Vérité en formats audio, vidéo et transcription.
- Visuels haute définition disponibles sur demande.
- Accès découverte à la communauté L.I.B.R.E.S. possible sur demande pour les journalistes.
- Interview ou échange avec Ombeline Becker possible sur demande.



NOUS

Pour en savoir plus

Site web

Podcast Vérité

Livre Leadership Spirituel



Contact presse

 Ombeline Becker

 ombeline@nous.ceo

 07 60 32 24 80