

# DE QUOI AS-TU BESOIN POUR BOOSTER

*ton Business?*

Une seule question et 1000 réponses possibles.  
Ce workbook va t'aider à trouver TA réponse.



# À propos de moi



HELLO !

Stéphanie, Coach Business certifiée

J'accompagne les femmes entrepreneures à booster leur CROISSANCE et leurs RÉSULTATS sans sacrifier leur TEMPS.

Comment ? En créant une STRATÉGIE claire pour toi, et en développant un MINDSET de leader !

Retrouve moi sur insta : @stephanie\_saincy

C'est parti !



# Ton état des lieux :

Pour savoir ce qui bloque ta croissance aujourd'hui, répond aux questions et note le chiffre correspondant

0 : Ce n'est pas moi  
1 : C'est peut-être moi  
2 : C'est parfois moi  
3 : C'est souvent moi  
4 : C'est toujours moi

	NOTE
1. Je me sens légitime, je parle facilement de mon activité et de mes offres	
2. Je me fixe des objectifs SMART (clairs et impactants) avec une date précise	
3. Je bosse DANS et SUR mon business, je sais prendre de la hauteur	
4. Je suis mes chiffres et mon temps	
5. Je fais confiance et je délègue facilement	
6. Je lâche prise et j'apprends de mes erreurs	
7. J'ai identifié les actions qui m'apportent des résultats	
8. Je communique de façon claire sur mon activité et mes offres, je sais prospecter	
9. J'ai une organisation et des process carrés	
10. J'arrête de m'épuiser à tout faire seule	
11. Je me lance et j'ose passer à l'action même quand tout n'est pas parfait	
12. J'ose et je pose des actions audacieuses en déjouant mes peurs	
13. J'ai une vision claire et je sais où je veux aller ainsi que l'étape suivante	
14. J'automatise ce qui peut l'être	
15. Je sais former et faire passer un message clair pour expliquer	
16. Je sais prendre une décision et m'y tenir	
17. Je sais planifier mon année et mes trimestres	
18. Je sais m'adapter aux imprévus et rebondir	
19. Je sais distinguer l'urgent et l'important	
20. Je cadre mes presta et mes clients	
21. Je sais passer outre le regard des autres, le jugement et la comparaison	
22. Je sais simplifier et aller à l'essentiel	
23. Je crée du réseau et des partenariats sans y penser et avec fluidité	
24. Je batche/regroupe tes tâches par catégorie	
25. Je sais dire non et poser mes limites	
26. Je n'ai pas peur de l'échec, il y a toujours des solutions	
27. Je sais choisir mes priorités et rester focus	
28. Je comprends et réponds aux attentes de mes prospects	
29. Je connais mes heures d'efficacité	
30. J'ai déjà délégué plusieurs fois, c'est un plaisir	
31. J'ai confiance dans ce que j'apporte comme valeur	
32. J'ai un positionnement clair et affirmé	
33. Je me considère comme une cheffe d'entreprise assumée et légitime	
34. Je sors du stress en planifiant	
35. J'aime la collaboration, l'entoure, je m'entoure dès que possible	

# Analyse de tes réponses :

Rappelle-toi avant de le remplir qu'il n'y a donc pas de bonnes ou de mauvaises réponses.  
C'est ton bilan, tu peux dès aujourd'hui prendre la mesure de tes besoins.

Chacune des 35 phrases correspond à un domaine.  
5 domaines possibles :

MINDSET

STRATÉGIE

LEADERSHIP / POSTURE

STRUCTURE / ORGANISATION

DÉLÉGATION

Les phrases indiquées par un numéro ont été classées en 5 colonnes, correspondant aux 5 domaines.

- ★ Mets la note qui te correspond
- ★ Reporte tes chiffres dans le tableau
- ★ Le total des points indique l'importance des axes de travail.

# Ton bilan

MINDSET	ORGANISATION	DÉLÉGATION	STRATÉGIE	LEADERSHIP
1	4	5	2	3
6	9	10	7	8
11	14	15	12	13
16	19	20	17	18
21	24	25	22	23
26	29	30	27	28
31	34	35	32	33
TOTAL. /35	TOTAL. /35	TOTAL. /35	TOTAL. /35	TOTAL. /35

Fais tes totaux et reporte dans chaque case.

Quels sont tes résultats principaux (tes note la plus haute et la plus basse) ? Note le ici :

Note également comment tu te sens et ce que cela t'évoque, es-tu surprise par le résultat ? En positif ou en négatif ?



Tu as le plus de point en ...

**Bravo**, c'est un domaine sur lequel,  
tu as déjà mis des choses en place !  
Et selon ton score, tu peux même y exceller !  
Ta note maximale est ta vraie force !

Ce qui va être intéressant, maintenant que  
tu sais ce qui fonctionne, ça va être de faire  
le point sur ta note la plus basse.

**C'est là que se trouve ta vraie marge de progression.**  
Pas de panique, plus tu pars de loin et plus tu peux  
monter en compétences !

Je t'invite à lire la partie qui correspond à ta note la  
plus basse.

*C'est parti !*

# De quoi parle-t-on exactement ?



## Ton mindset

Ton cerveau est un muscle qui se travaille et tu peux choisir d'orienter tes pensées vers ce qui est aidant pour toi.

On se raconte souvent des histoires, mais tu peux apprendre à canaliser tes pensées et à choisir les croyances que tu entretiens ! Ne te décourage pas, maintenant que tu le sais, cela te donne une grande force pour agir.

Si tu penses que tu n'es pas douée, que tu manques de confiance, si tu doutes de ta légitimité, que tu ne te sens pas à ta place, alors tu vas poser des actions sans trop y croire, des petites actions, voir les mauvaises actions.

Changer ton état d'esprit et te libérer de tes croyances limitantes vont te permettre de changer tes actions et donc tes résultats.

**Astuce : Liste tes croyances limitantes**

« Ce n'est pas la confiance qui vient en premier, mais l'action. La confiance suit l'action. »

Scott Allan



Écoute ces 2 épisodes du podcast AUDA'RISE pour compléter

Épisode 17 : 10 astuces pour oser sortir de ta zone de confort

Épisode 18 : Surmonte les peurs qui te font procrastiner



# De quoi parle-t-on exactement ?



## Ta stratégie

Ta stratégie est l'ensemble des actions que tu poses, celles qui sont passées et celles que tu fais ou feras.

Si ton score est le plus bas ici, cela veut dire que tu dois revoir ces actions pour te focaliser que celles qui auront un vrai impact. L'impact est défini par la rentabilité. Par ex : Si tu passes 100h sur un sujet mais que cela te rapporte 50 euros, ce n'est pas une action rentable (oui, je grossis le trait pour que tu voies où je veux en venir ^^)

L'objectif d'une stratégie claire et efficace est d'obtenir des résultats concrets et donc d'arrêter de t'épuiser en mettant ton énergie sur les mauvaises choses.

Parfois, il est difficile d'y voir clair, c'est en prenant de la hauteur et en revoyant tes bases que c'est possible.

**Astuce : Regarde tes chiffres et vois dans un premier temps ce qui fonctionne ou pas.**

« Que la stratégie soit belle est un fait, mais n'oubliez pas de regarder le résultat. »

Winston Churchill



Écoute cet épisode du podcast AUDA'RISE pour compléter

Épisode 21 : Les bons objectifs pour démarrer 2023



# De quoi parle-t-on exactement ?



## Ta posture

Prendre ta place, et prendre une vraie place sur ton marché nécessitent de connaître et de faire vivre ta vision. Plus tu auras cette vision claire et plus tu pourras avoir un message impactant. Mais ce n'est pas tout, endosser cette posture de CEO et t'affirmer va t'ouvrir des portes sur des partenariats et des collaborations, te permettre de guider tes collaborateurs ou les prestataires avec qui tu vas bosser.

Là aussi, c'est ton positionnement qui fera la différence. En bossant sur ton authenticité, ta communication et ta capacité à fédérer, tu vas inspirer confiance pour qu'on te suive dans tes projets. C'est incarner ton message et mener ta barque pour avancer vers tes objectifs.

**Astuce :** Liste tes talents, tes valeurs et ce qui t'anime pour gagner en clarté.

« Une vision claire conduit à la réussite. »

Antoine Corbin



Écoute cet épisode du podcast AUDA'RISE pour compléter

Épisode 26 : Développe la posture d'une cheffe d'entreprise



# De quoi parle-t-on exactement ?



## Ton organisation

Pour booster sa croissance sans exploser en vol, il faut de la constante, une stabilité et ça passe par l'organisation.

Si tu fais partie de la team papier (comme moi longtemps !) ou de celle qui traite en urgence, sache que pour rester sereine et gagner plus sans sacrifier ton temps au passage, cela va nécessiter de revoir les fondamentaux.

Pas très sexy mais utiles.

Oui, ça prend du temps à court terme et si tu ne l'as pas fait depuis le début, il n'est jamais trop tard pour bien faire !

**Astuce : Prends les choses les unes après les autres pour sortir de la précipitation. Fais ta to do list le matin, et note LA tâche prioritaire.**

« La raison même d'une organisation et de permettre à des gens ordinaires de faire des choses extraordinaires. »

Peter Drucker



Écoute cet épisode du podcast AUDA'RISE pour compléter

Épisode 25 : Simplifier pour avancer VRAIMENT



# De quoi parle-t-on exactement ?



## Ta délégation

Sacrée étape ! Pour moi, tout a changé quand c'est arrivé. Je sais que souvent, on hésite, quand on est sous l'eau, quand on manque de temps, et aussi quand on aime contrôler et qu'on pense que personne ne fera aussi bien que nous ;

ET pourtant, prendre ce temps à court terme en fait gagner à long terme. La confiance et la communication se travaillent. Tout comme définir quelles missions déléguer et comment.

Trouver la personne nécessite des étapes clé pour le faire dans de bonnes conditions. Comme on dit, long recrutement, longue collaboration. L'objectif, c'est de passer le maximum de ton temps dans ta zone de génie, parce que soyons honnête, on ne choisit pas l'entrepreneuriat pour être son pire patron ou se taper toutes les tâches reloues, si ?

« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin. »

Proverbe africain

**Astuce : investir sur ton activité te permettra d'avoir une croissance plus rapide !**

**Écoute cet épisode du podcast AUDA'RISE pour compléter**

Épisode 29 : Déléguer, la clé de la croissance !



Si tu te reconnais dans l'une ou plusieurs de ces problématiques, je peux t'aider !

J'ai créé un accompagnement **sur 4 mois** pour que tu puisses faire passer ton business au niveau supérieur sans sacrifier ton temps.

- 1 bilan approfondi ensemble
- 10 coachings individuels pour revoir tes bases, lever tes freins et enfin booster ta croissance
- 11 supports créés pour avancer concrètement et te poser les bonnes questions
- Suivi 5j/7 pour te soutenir et t'aiguiller si tu as des questions
- 1 Coaching de Suivi à 1 mois pour affiner et te rebooster

Je te propose un appel découvert gratuit :  
<https://calendly.com/s-saincy/30min?month=2023-02>

C'est sans engagement et on fait le point ensemble pendant 30 min sur ton business pour approfondir ce questionnaire.

À l'issue de l'appel, je te dis si je peux t'aider et comment.

Rejoins-moi sur insta ! @stephanie\_saincy

Dans tous les cas, je te souhaite :

**DU KIFF, DU TEMPS, DE L'ARGENT.**

T'épanouir dans ce que tu fais,  
avoir du temps pour les potes, la  
famille, le couple, de la sérénité, et  
de générer des résultats pour  
t'accomplir et t'épanouir !

*Go ! You can do it !*

