

TON CHEMIN DE TRANSFORMATION

Autodiagnostic

Un espace pour reconnaître le territoire qui appelle aujourd'hui une transformation dans ta manière d'être, de créer ou de diriger.

Réponds spontanément. Il n'y a pas de bonne réponse : seulement celle qui résonne le plus avec ce que tu vis maintenant.

Où en es-tu aujourd'hui ?

Il arrive un moment où l'on sent que quelque chose demande à évoluer, sans toujours savoir précisément où se situe le véritable point de transformation.

Est-ce ta relation à toi-même, à ton corps et à ce que tu ressens ? Ton lien au Vivant, à ton énergie et à une intelligence plus vaste que celle du mental ? Ta manière de prendre ta place, de décider et de diriger ? Ou la relation que tu entretiens avec ton entreprise et la façon dont tu l'accompagnes dans son évolution ?

Cet autodiagnostic n'a pas pour vocation de t'enfermer dans une catégorie ou de te donner une réponse définitive. Il t'invite à observer où se situe aujourd'hui ton principal appel de transformation.

Pour chaque question, choisis A, B, C ou D, puis reporte tes réponses à la fin du questionnaire.

1. En ce moment, ce qui me pèse le plus est...

- A. Être beaucoup dans ma tête, analyser, anticiper, contrôler, parfois au point de ne plus vraiment savoir ce que je ressens ou ce que je veux.
- B. Sentir que quelque chose s'est éteint ou figé en moi et aspirer à retrouver davantage d'élan, de profondeur et de vie.
- C. Porter beaucoup de responsabilités et sentir que ma manière de décider, d'agir ou de diriger ne correspond plus totalement à la femme que je deviens.
- D. Sentir que mon entreprise évolue, mais ne plus savoir comment l'accompagner sans chercher à tout maîtriser ou à lui imposer une direction.

2. Ce que je désire profondément aujourd'hui, c'est...

- A. Me sentir davantage présente à moi-même, habiter mon corps et pouvoir m'appuyer sur ce que je ressens.
- B. Retrouver mon énergie vitale et une relation plus profonde au Vivant, à mes rythmes et à ce qui me traverse.
- C. Exercer mon leadership depuis un endroit plus conscient, plus libre et plus profondément aligné.
- D. Construire une autre relation avec mon entreprise et apprendre à écouter ce qui cherche à émerger à travers elle.

3. Lorsque je dois prendre une décision importante...

- A. Mon mental prend rapidement le dessus et j'ai du mal à distinguer l'intuition, la peur et les raisonnements que je fabrique.
- B. J'aimerais davantage sentir les mouvements, les synchronicités et les informations plus subtiles qui pourraient m'orienter.
- C. Je sais décider, mais je questionne de plus en plus l'endroit intérieur depuis lequel je prends mes décisions.
- D. Je me demande souvent ce qui est « bon pour mon entreprise », mais j'aimerais pouvoir entendre ce dont elle a réellement besoin.

4. Dans mon rapport à l'action...

- A. J'ai tendance à agir depuis la volonté, le contrôle ou ce que je pense devoir faire.
- B. Je sens que mon énergie fonctionne par mouvements et par cycles, mais j'ai encore du mal à les écouter et à leur faire confiance.
- C. Je peux être très efficace, mais je ne veux plus que mon leadership repose essentiellement sur l'effort, la maîtrise ou la performance.
- D. Je veux sortir d'une logique où l'entreprise doit uniquement exécuter une vision et apprendre à co-crée avec ce qu'elle devient.

5. Ce que j'ai le plus envie d'apprendre à écouter est...

- A. Mon corps et ses sensations.
- B. Mon énergie, les cycles et l'intelligence du Vivant.
- C. La qualité de présence depuis laquelle je décide, influence et dirige.
- D. Mon entreprise comme un système vivant possédant sa propre dynamique.

6. La phrase qui résonne le plus avec ce que je traverse est...

- A. « Je ne veux plus seulement comprendre. J'ai besoin de ressentir et d'incarner. »
- B. « J'ai envie de retrouver ce qui est vivant en moi et autour de moi. »
- C. « Ma manière de diriger doit évoluer avec la femme que je suis devenue. »
- D. « Je sens que mon entreprise essaie de me montrer quelque chose que je ne sais pas encore écouter. »

7. Si je pouvais transformer une chose dans les prochains mois...

- A. Je voudrais sortir de certains automatismes mentaux et retrouver une sécurité intérieure qui ne dépende pas du contrôle.
- B. Je voudrais retrouver davantage de circulation, de désir, de créativité et de reliance.
- C. Je voudrais prendre ma place et exercer mon influence sans me couper de ma sensibilité ni de ma conscience.
- D. Je voudrais pouvoir accompagner les transformations de mon entreprise plutôt que de chercher constamment à les provoquer ou les contrôler.

8. Intuitivement, je sens que mon prochain mouvement consiste surtout à...

- A. Revenir à moi.
- B. Revenir au Vivant.
- C. Transformer ma manière de diriger.
- D. Transformer ma manière d'être en relation avec mon entreprise.

Lis ton résultat

Compte le nombre de A, de B, de C et de D que tu as choisis. La lettre qui revient le plus souvent indique le territoire qui semble appeler aujourd'hui le plus d'attention.

A = Incarnée B = Vivante C = Dirigeante Consciente D = Entreprise Vivante

Une majorité de A - INCARNÉE

Ton chemin t'invite à revenir à toi

Ton principal territoire de transformation semble aujourd'hui se situer dans la relation à toi-même : ton corps, tes sensations, ta sécurité intérieure et ta capacité à entendre ce qui est juste pour toi au-delà du bruit du mental.

[Découvrir le processus Incarnée →](#)

Une majorité de B - VIVANTE

Ton chemin t'invite à renouer avec le Vivant

Quelque chose semble aujourd'hui appeler davantage de circulation, d'énergie et de reliance. Ton chemin pourrait être celui d'une reconnexion à tes rythmes, à ton élan vital et à cette intelligence du Vivant qui ne passe pas uniquement par le mental.

[Découvrir le processus Vivante →](#)

Une majorité de C - DIRIGEANTE CONSCIENTE

Ton chemin t'invite à transformer ta manière de diriger

Tu sembles être à un endroit où il ne s'agit plus seulement de savoir quoi faire, mais de transformer depuis quel endroit tu agis, décides et exerces ton influence. Ton leadership est peut-être en train de chercher une forme plus consciente, plus incarnée et plus cohérente avec la femme que tu es devenue.

[Découvrir le processus Dirigeante Consciente →](#)

Une majorité de D - ENTREPRISE VIVANTE

Ton chemin t'invite à entrer autrement en relation avec ton entreprise

Ton territoire de transformation semble aujourd'hui concerner la relation que tu entretiens avec ton entreprise. Il ne s'agit plus seulement de la piloter, mais d'apprendre à percevoir ses mouvements, ses tensions et ses potentialités afin d'accompagner ce qui cherche à émerger à travers elle.

[Découvrir le processus Entreprise Vivante →](#)

Et si deux territoires arrivent presque à égalité ?

C'est parfaitement possible. Les quatre processus ne sont pas des cases séparées. Ils éclairent différents territoires d'un même chemin de transformation et peuvent naturellement se répondre.

Plutôt que de chercher immédiatement à départager les deux résultats, demande-toi :

« Lequel de ces deux territoires, s'il se transformait aujourd'hui, créerait le plus de mouvement dans tout le reste ? »

Observe moins la réponse de ton mental que ce qui se passe dans ton corps lorsque tu envisages chacune des deux possibilités. C'est souvent là que se révèle le véritable point de

départ.

Tu souhaites être accompagnée pour aller plus loin ?

Si ton résultat fait émerger des questions, si plusieurs territoires résonnent ou si tu souhaites identifier l'accompagnement le plus juste pour toi, tu peux nous écrire.

contact@institutduleadershipfeminin.com