

Découvre où tu en es dans ton leadership aligné

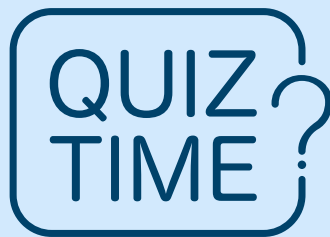
Bienvenue !

Découvre dès maintenant où tu en es dans ton leadership aligné.

Ce parcours d'auto-diagnostic a été conçu pour t'aider à prendre conscience de tes forces actuelles et à identifier des pistes d'évolution à travers 5 piliers essentiels :

- 🔍 Le sens : pourquoi je fais ce que je fais
- ⚖️ L'équilibre : énergie, limites, vie pro/perso
- 🧠 L'état d'esprit : mental, croyances, mindset
- 🧑 La posture : présence, écoute, assertivité
- 🌍 La contribution : impact et transmission

👉 Fais le quiz maintenant avant de continuer à lire.



✅ Analyse des résultats

Ton score est représenté sur le graphique ci-dessus.

Repère la zone où ton résultat est le plus élevé et lis l'interprétation correspondante ci-dessous

Appel intérieur : une transformation profonde est nécessaire. C'est une invitation à te recentrer et à oser un leadership plus authentique.

En questionnement : tu ressens un besoin de clarté. C'est le moment idéal pour revisiter tes intentions et ajuster tes priorités.

Éveillé(e) et en évolution : tu es sur le bon chemin, quelques ajustements te permettront d'aller plus loin dans ton alignement.

Solide et aligné(e) : tes fondations sont solides, tu peux poursuivre ton chemin et inspirer d'autres autour de toi.

Pistes de réflexion et d'évolution personnalisables

- Faites un exercice d'écriture libre : Qu'est-ce qui me met profondément en joie ?
- Reconnectez-vous à vos valeurs cardinales (ex. via l'Ikigai ou une carte de vision).
- Instaurez une pause de non-action chaque jour (5 à 10 min).
- Posez des limites claires dans votre agenda (ex. soirées off, journée sans réunions).
- Pratiquez la gratitude chaque matin ou soir.
- Travaillez vos croyances limitantes avec un coach ou en journaling.
- Offrez-vous une formation ou un accompagnement en communication non violente.
- Pratiquez l'écoute active au quotidien (avec vos proches, vos clients, vos partenaires).
- Partagez un contenu, une expérience ou une ressource gratuitement cette semaine.
- Engagez-vous ponctuellement dans une action associative, de mentorat ou de transmission.

N'oublie pas, chaque pas compte. Peu importe ton point de départ, ce quiz n'est pas une fin en soi mais une boussole.

Continue à avancer, à ajuster et à t'écouter... car ton leadership aligné est déjà en chemin.



En cas de difficulté, n'hésite pas à nous contacter : contact.adld@job-equilibre.fr