



BE MULTI BE HAPPY

TRANSFORME TES 1000 IDÉES EN 1 BUSINESS ALIGNÉ &
RENTABLE SANS TE BRIDER NI T'ÉPARPILLER

Oum Adam - Namir Agency / Ummaty

CONTEXTE DE CE CHALLENGE

Multipotentialité

Un profil atypique
encore trop peu pris en
considération



CONTEXTE DE CE CHALLENGE

Multipotentialité

Un profil atypique
encore trop peu pris en
considération

Stratégies Uniques

Mettre en place des stratégies uniques
testées par une multipotentielle



CONTEXTE DE CE CHALLENGE

Multipotentialité

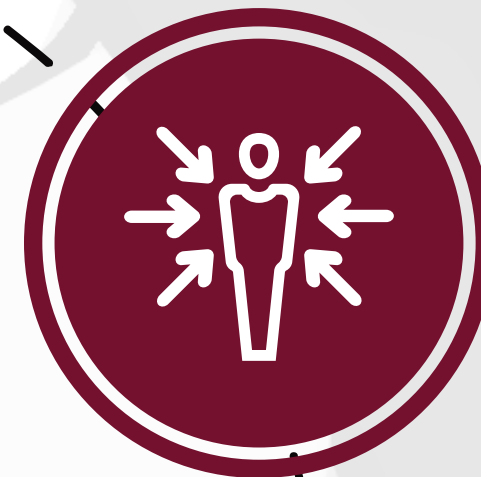
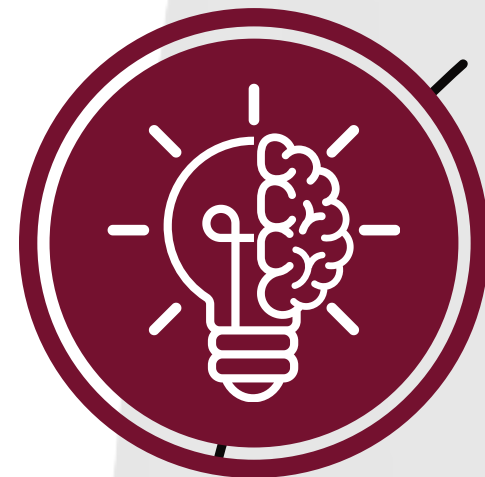
Un profil atypique encore trop peu pris en considération

Stratégies Uniques

Mettre en place des stratégies uniques testées par une multipotentielle

Offre One To One

Un accompagnement inédit pensé pour les multipotentielles





SÉANCE 1

STRUCTURER TON TEMPS ET TON ÉNERGIE
MULTIPOTENTIELLE POUR AVANCER SANS T'ÉPARPILLER

Oum Adam - Namir Agency



SÉANCE 1

PARTIE 1 : QU'EST-CE QUE LA MULTIPOTENTIALITÉ ?

Oum Adam - Namir Agency

MULTIPOTENTIALITÉ : DÉFINITION

- Le terme multipotentialité a été popularisé par Emilie Wapnick, autrice du livre *"How to Be Everything"*
- Le psychologue R.H. Frederickson (1972) définissait la multipotentialité comme *"la capacité d'une personne à exceller dans plusieurs domaines en raison d'intérêts variés et de compétences diversifiées"*

MULTIPOTENTIEL VS HPI

- Le Haut Potentiel Intellectuel se caractérise par une pensée en arborescence, une hypersensibilité cognitive et émotionnelle, un “chiffre” mesurable
- La multipotentialité est une façon d'apprendre et d'explorer plusieurs domaines sans vouloir se spécialiser dans un seul

A retenir : On peut être HPI & multipotentiel ou soit l'un soit l'autre

Les Particularités des Multipotentielle

Être multipotentielle, ce n'est pas un défaut, c'est un mode de fonctionnement unique qu'il faut apprendre à apprivoiser pour ne plus s'auto-saboter



Fort taux de connexions synaptiques entre différentes zones cérébrales

HYPER CONNECTIVITÉ

Forte sensibilité à la dopamine, l'hormone de la motivation et de la nouveauté

DOPAMINE

Pensée latérale ou divergente - concept étudié par Edward de Bono

PENSÉE DIVERGENTE

Points forts & Points faibles des profils multipotentiels



- ✓ Vision transversale
- ✓ Apprentissage rapide
- ✓ Créativité hors norme
- ✓ Adaptabilité

- ✗ Éparpillement
- ✗ Frustration
- ✗ Manque de reconnaissance
- ✗ Épuisement mental



SÉANCE 1

PARTIE 2 : UNE ORGANISATION EN 3 AXES

Oum Adam - Namir Agency

LES 3 AXES D'ORGANISATION

Les 3 axes + 1 inspirés des méthodes de productivité
(Getting Things Done (David Allen) / Méthode "AGILE" / Design Thinking)

- Axe d'Exploration : On sème et on expérimente
 - Axe de Construction : On bâtit et on solidifie
 - Axe de Maintenance : On entretient et on récolte les fruits
- + Axe de Pause : On allège et on libère de l'espace

L'IMPORTANCE DE L'ÉQUILIBRE ENTRE LES DIFFÉRENTES PHASES OU ARCS

1

20% d'exploration
(risque de ne
jamais
concrétiser)

L'IMPORTANCE DE L'ÉQUILIBRE ENTRE LES DIFFÉRENTES PHASES OU ARCS

1

20% d'exploration
(risque de ne
jamais
concrétiser)

2

50% de
construction
(risque
d'épuisement)

L'IMPORTANCE DE L'ÉQUILIBRE ENTRE LES DIFFÉRENTES PHASES OU ARCS

1

20% d'exploration
(risque de ne
jamais
concrétiser)

2

50% de
construction
(risque
d'épuisement)

3

20% de
maintenance
(risque
d'ennui)

L'IMPORTANCE DE L'ÉQUILIBRE ENTRE LES DIFFÉRENTES PHASES OU ARCS

1

20% d'exploration
(risque de ne
jamais
concrétiser)

2

50% de
construction
(risque
d'épuisement)

3

20% de
maintenance
(risque
d'ennui)

4

10% de pause
(risque d'ennui
ou de ne pas
redémarrer)



SÉANCE 1

PARTIE 3 : ÊTRE ALIGNÉE AVEC TON FONCTIONNEMENT

Oum Adam - Namir Agency

LES TYPES DE MULTIPOTENTIELLES

➔ Profil 1 : L'Intense Inspirée

Solution : Emploi du temps en mode Sprint

- Réserve des blocs de travail courts et intenses
- Prévois du repos juste après



LES TYPES DE MULTIPOTENTIELLES

➔ Profil 2 : La Rythmée Structurée

Solution : Emploi du temps en mode Routine Flexible

- Définis des plages horaires fixes
- Alterne exploration et production



LES TYPES DE MULTIPOTENTIELLES

➔ Profil 3 : La Curieuse Permanente

Solution : Emploi du temps en mode Multiflow

- Alloue des journées à thèmes
- Autorise toi à varier





***C'EST L'HEURE DE ME POSER
TOUTES TES QUESTIONS***

MERCI DE TON ATTENTION

Exercice pour demain :

- Identifier les idées business dans le tableau
- Essayer de structurer ton emploi du temps

Rappel de mes coordonnées :

- contact@namir.fr
- 0033769343309

