



MÉTHODE MULTI

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

Oum Adam - Namir Agency / Ummaty

ENCHANTÉE !

Laudine

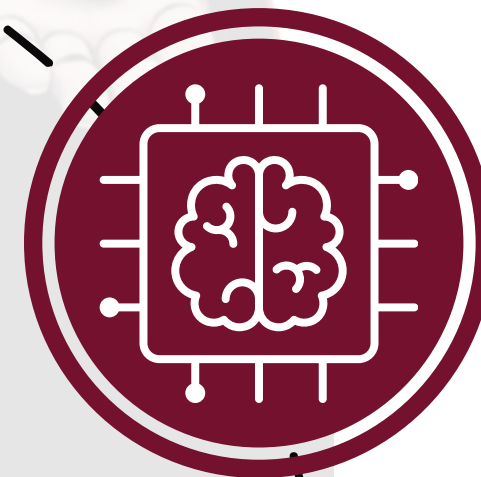
Alias Oum Adam - CEO
de Ummaty Shop,
Ummaty Books & Namir

Multipreneure

Depuis 2012 j'entreprends : e-commerce,
freelance, mentor, autrice,...

Matrix Clarity

Métaphore liée au
monde "robotique"
dans lequel on vit



CONTEXTE DU CHALLENGE MATRIX

Multipotentialité

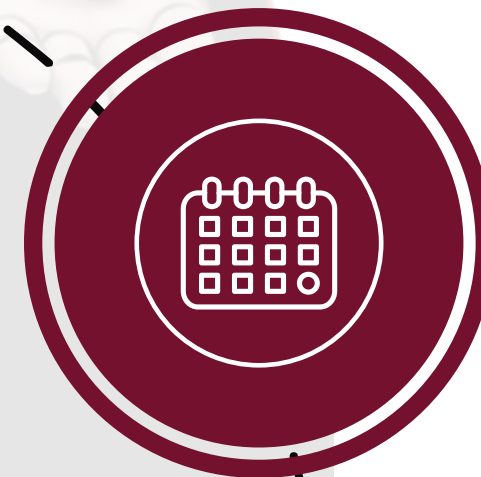
Un profil atypique
encore trop peu pris en
considération

Stratégies Uniques

Mettre en place des stratégies uniques
testées par une multipotentielle

Période Spéciale

Avant une période
particulière ou avant
un accompagnement





MODULE 1

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

Oum Adam - Namir Agency



MODULE 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 Multipotentielles

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



MODULE 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)

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)



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

MERCI DE TON ATTENTION

Exercice pour la semaine prochaine :

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

Rappel de mes coordonnées :

- contact@namir.fr
- [@namir.agency](https://www.instagram.com/namir.agency)

