



GUIDE D'AUTO-DIAGNOSTIC

Linguistique & Stratégique pour
les Déplacements Professionnels

"Speak with confidence. Travel with power."



Pourquoi faire votre auto-diagnostic Phonetika ?

Ce guide a été conçu pour vous aider à évaluer votre niveau d'aisance en anglais professionnel **avant** d'investir dans un coaching.

L'objectif n'est pas de tester votre intelligence, ni votre valeur, ni votre légitimité — mais plutôt de vous offrir une **lecture claire, honnête et stratégique** de votre niveau linguistique, de votre confiance à l'oral et de votre préparation pour les situations business à l'international.

Dans un monde où les déplacements professionnels, les salons internationaux et les réunions hybrides se multiplient, pouvoir s'exprimer avec précision en anglais n'est plus un "plus".

C'est une **compétence stratégique**, un levier de croissance... et un accélérateur de carrière.

Grâce à cet auto-diagnostic, vous allez pouvoir :

- 1 **Identifier** votre niveau linguistique actuel (seuil B1 minimum requis pour travailler avec Phonetika).
- 2 **Évaluer** votre aisance dans les situations business courantes.
- 3 **Comprendre** votre "profil voyageur" : confiant ? réservé ? stratégique ?
- 4 **Repérer** les situations qui vous mettent en difficulté... et celles qui révèlent votre potentiel.
- 5 **Définir** vos axes prioritaires d'amélioration, selon vos objectifs professionnels.

Ce guide n'est **pas un examen**, mais une **prise de conscience structurée**.

Il est là pour vous aider à faire un choix éclairé : celui de préparer vos déplacements professionnels avec solidité, confort et confiance.

Christine CARR & Nicole NEREE
Coachs & Co-fondatrices de PHONETIKA



Les 3 dimensions Phonetika

Un professionnel prêt à voyager à l'international maîtrise trois piliers essentiels :

1. Compétences linguistiques

Votre niveau d'anglais général et professionnel, votre compréhension, votre vocabulaire, votre capacité à vous faire comprendre.

2. Aisance relationnelle & confiance à l'oral

Votre façon d'interagir, réseauter, pitcher, négocier, gérer les imprévus ou les tensions.

3. Préparation stratégique du voyage business

Votre capacité à vous préparer, anticiper, structurer votre discours, vous présenter efficacement et optimiser votre impact professionnel à l'étranger.

Quand ces trois dimensions sont alignées, vous devenez :

- plus confiant(e),
- plus fluide,
- plus efficace,
- et surtout... **prêt(e) pour les opportunités internationales.**

AUTO-DIAGNOSTIC — Votre évaluation (score 1 à 4)

4 = Oui, totalement | 3 = Oui, partiellement | 2 = Pas vraiment | 1 = Pas du tout

A. DIMENSION 1 — Compétences linguistiques

QUESTIONS	4	3	2	1
Je comprends la majorité des conversations en anglais, même avec un accent différent (US / UK / Afrique / Inde).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je peux tenir une conversation professionnelle simple (présentation, questions basiques, échanges courants).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais expliquer ce que fait mon entreprise et mon rôle sans hésiter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je comprends les emails professionnels en anglais.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je peux formuler clairement une demande ou un besoin en anglais.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Score /20 : ____

👉 Score < 12 = vous n'êtes probablement **pas encore au niveau linguistique minimum (B1)** requis par Phonetika.

B. DIMENSION 2 — Confiance & aisance orale

QUESTIONS	4	3	2	1
Je me sens confiant(e) quand je dois parler anglais devant une personne ou un petit groupe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je ne perds pas mes moyens quand je ne trouve pas un mot : je contourne facilement.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais nouer facilement une conversation avec des professionnels étrangers.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je suis capable de pitcher mon activité ou mes idées en anglais.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais gérer une situation stressante en anglais (retard, mécontentement client, négociation difficile...).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Score /20 : ____

👉 Score < 12 = un travail de **confiance & expression** sera indispensable avant un coaching business.

C. DIMENSION 3 — Préparation business & voyages internationaux

QUESTIONS	4	3	2	1
Je me sens prêt(e) à voyager pour un salon ou une conférence internationale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais me présenter et présenter mon entreprise dans un contexte business international.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je me sens à l'aise pour échanger dans un networking anglophone.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais identifier les interlocuteurs clés et créer du lien utile.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je sais conclure une conversation, un rendez-vous ou une opportunité de façon professionnelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Score /20 : ____

👉 Score < 12 = vous risquez de passer à côté d'opportunités importantes lors de votre prochain déplacement.

D. TOTAL GLOBAL

Domaine	Score /20
Compétences linguistiques	____
Confiance & aisance orale	____
Préparation business	____

TOTAL /60 : ____

Interprétation des résultats

TOTAL	DIAGNOSTIC	LECTURE
50-60	Excellente préparation	Vous êtes presque prêt(e) à voyager ! Quelques ajustements peuvent vous amener au niveau supérieur.
40-49	Bon niveau mais perfectible	Vous avez les bases mais vous risquez d'être limité(e) dans certaines situations clés.
30-39	Niveau fragile	Vous risquez d'être en inconfort dans les interactions business internationales.
< 30	Urgence stratégique	Impossible de voyager sereinement : un accompagnement rapide est indispensable.

Votre Travel Readiness Profile

Cochez ce qui vous ressemble le plus :

Votre profil linguistique (niveau estimé)

- Débutant avancé (A2)
- Intermédiaire (B1 – minimum requis)
- Intermédiaire + (B1+)
- Avancé (B2)
- Professionnel (C1)

Votre profil de voyageur business

- L'Observateur — prudent, discret, apprend en observant
- Le Stratège — prépare, anticipe, structure
- L'Ambassadeur — crée du lien facilement
- Le Performeur — aime réseauter et négocier
- Le Visionnaire — voit loin, rêve grand, veut "level up"

Plan d'Action Phonetika – 7 jours

Jour 1 : Faire le point

Relisez votre scoring & identifiez votre domaine le plus faible.

Jour 2 : Clarifier votre objectif professionnel

Pourquoi voulez-vous améliorer votre anglais ? Promotion ? Salon ? Voyage d'affaires ?

Jour 3 : Identifier vos situations inconfortables

Networking ? Pitch ? Réunion avec des étrangers ?

Jour 4 : Définir vos priorités linguistiques

Choisissez 3 points clés à améliorer (vocabulaire, fluidité, prononciation...).

Jour 5 : Préparer votre discours professionnel

Écrivez votre mini pitch de 30 secondes en anglais.

Jour 6 : Observer ce que vous ressentez

Stress ? Excitation ? Blocages ? Motivation ?

Jour 7 : Prendre une décision

Allez-vous vous entraîner seul(e)... ou vous faire accompagner ?

Et maintenant ? Passez du diagnostic... à la transformation

Vous venez d'obtenir une vision claire :

- de votre niveau actuel,
- de votre capacité à voyager professionnellement,
- de votre aisance dans les situations business,
- de la stratégie à mettre en place.

La vraie question maintenant est :

**Voulez-vous voyager en espérant “vous débrouiller”...
ou voyager avec assurance, préparation et impact ?**

Réservez votre appel de 30 minutes

Nous vous offrons un appel stratégique de 30 minutes pour :

- ✦ analyser ensemble votre diagnostic
- ✦ identifier vos axes prioritaires
- ✦ vous aider à décider si un coaching Phonetika est adapté
- ✦ vous orienter vers le meilleur parcours pour vous

👉 Réservez votre appel ici : [\[CLIQUEZ ICI\]](#)


Vous n'êtes pas seul(e).

**Phonetika est là pour vous accompagner
dans chaque étape de votre expansion internationale.**



PHONETIKA

Nous accompagnons les entrepreneurs et professionnels antillo-guyanais à réussir leurs déplacements à l'étranger

 www.phonetika.fr
 hello@phonetika.fr

LinkedIn | YouTube | Instagram