

# *Osez Briller !*

**Le guide essentiel pour affirmer  
votre leadership et accélérer  
votre réussite**

*Asmâa Methqal*



# Bienvenue !

Vous êtes ici parce que vous aspirez à évoluer, à prendre pleinement votre place et à vous entourer des bonnes personnes pour accélérer votre succès.

Ce guide a été conçu pour vous offrir des outils concrets afin de :

- ★ Renforcer votre confiance et transformer votre dialogue intérieur
- ★ Identifier vos forces uniques et les exploiter pleinement en affaires
- ★ Développer un réseau stratégique qui vous propulse vers vos ambitions

Prenez ce temps pour vous. Répondez aux exercices en toute sincérité. Ce qui compte, ce n'est pas la perfection, mais l'action.

*Asmaa Methqal*

Stratège en leadership transformationnel et croissance d'affaires  
Fondatrice de [MAESTRA](#) & [Fire and Flow Leadership](#)



MODULE 1

---

# Transformer sa question dominante



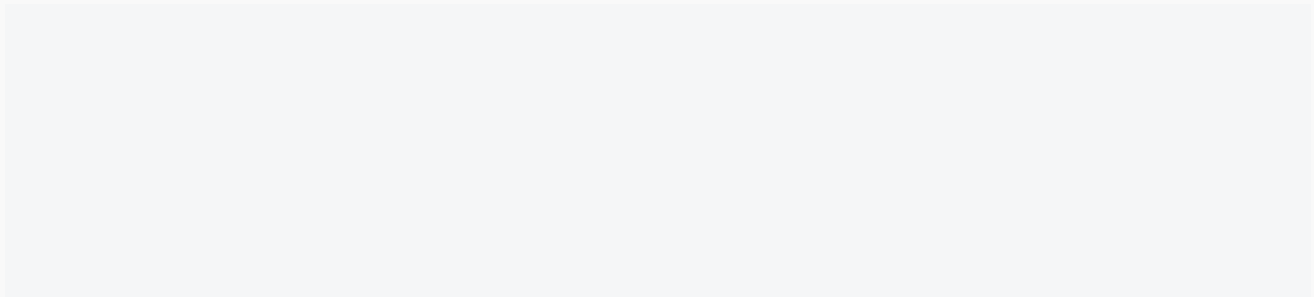
**VOTRE DIALOGUE  
INTÉRIEUR EST  
VOTRE *premier*  
LEVIER DE  
*transformation.***

INSPIRATION

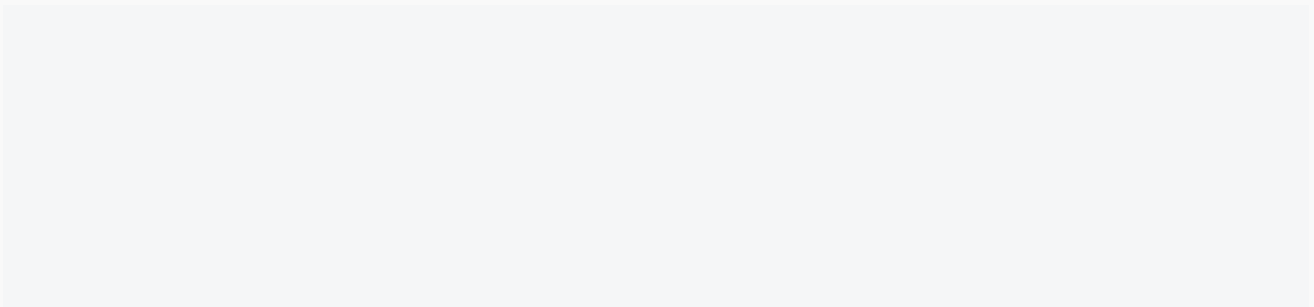
*Votre dialogue intérieur façonne vos actions et vos résultats.  
Reprogrammez-le pour activer pleinement votre puissance.*

## **Étape 1 : Identifiez votre question dominante**

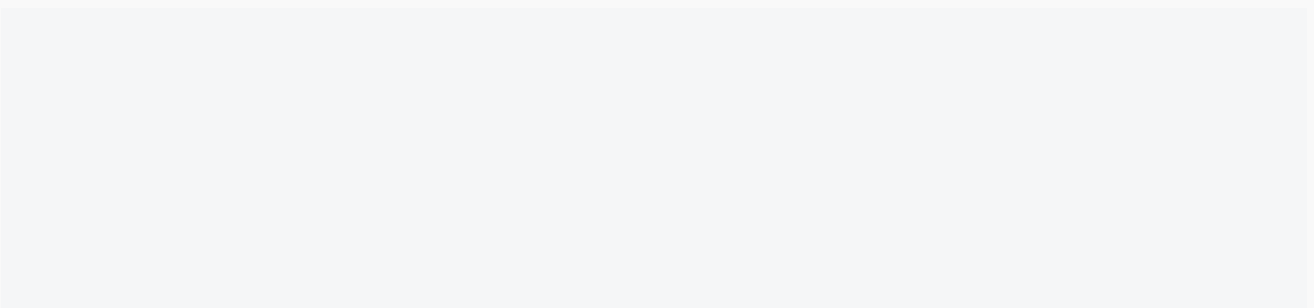
Quelle est la question inconsciente que vous vous posez chaque jour sur votre place en affaires ?



Comment cette question influence-t-elle vos décisions et actions au quotidien ? Vous pousse-t-elle à en faire trop pour justifier votre valeur ? Vous freine-t-elle dans vos ambitions et prises de parole ?



À quoi ressemblerait votre posture si vous avanciez avec assurance au lieu de chercher à prouver votre légitimité ?



## Étape 2 : Appliquez la matrice de transformation

Derrière chaque question dominante se cachent des croyances qui influencent nos décisions et notre posture en affaires. Certaines nous motivent, d'autres nous limitent. Bien souvent, ce n'est pas un manque de compétences qui nous retient, mais la perception que nous avons de notre propre valeur.

Utilisez cette matrice pour mettre en lumière ces croyances et les transformer en leviers de croissance.





MODULE 2

---

# Identifier son superpouvoir



VOTRE VALEUR  
NE SE *prouve*  
PAS. ELLE SE  
*révèle* QUAND  
VOUS UTILISEZ  
VOS *forces.*

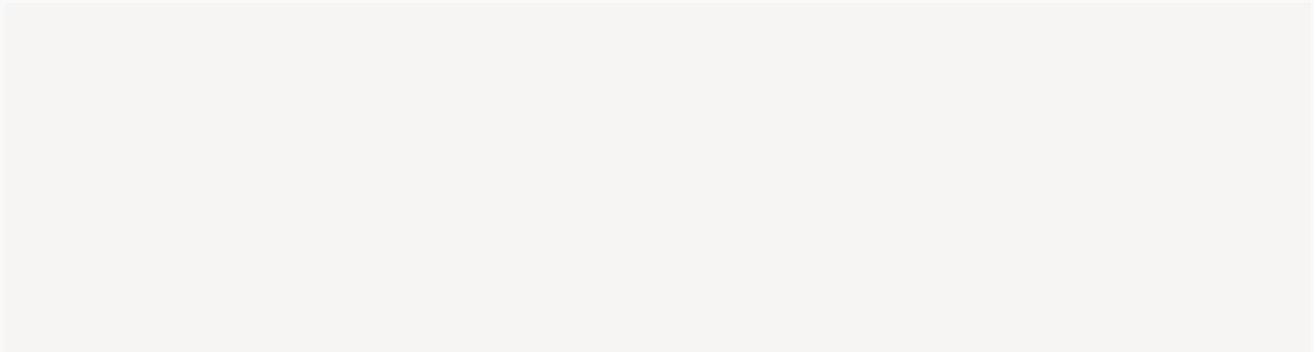
INSPIRATION



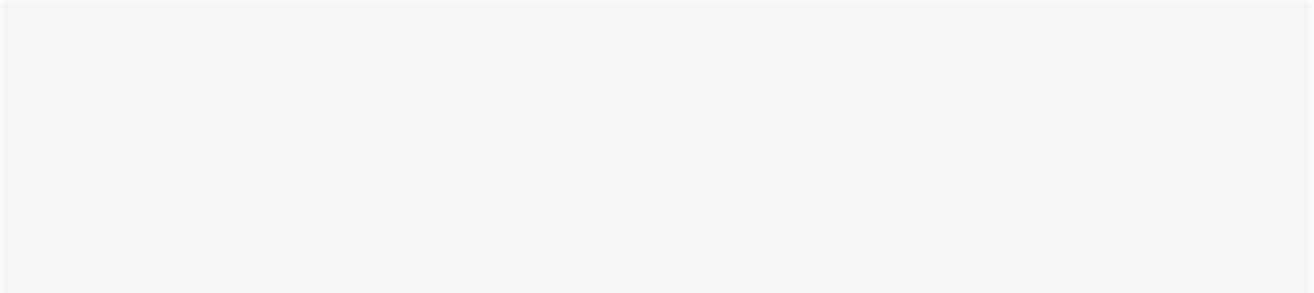
*Vos forces naturelles sont votre plus grand atout.  
Apprenez à les reconnaître et à les exploiter stratégiquement.*

## **Étape 1 : Libérez votre puissance naturelle**

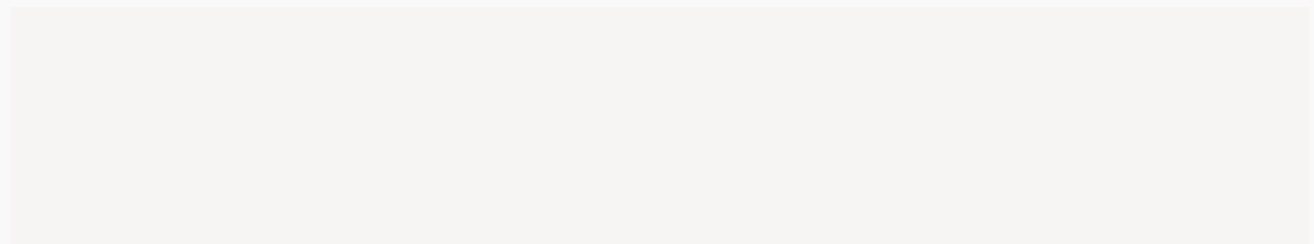
Repensez à un moment où vous avez utilisé vos forces naturelles et ressenti un profond accomplissement.



Quels éléments de cette expérience révèlent vos talents uniques ?



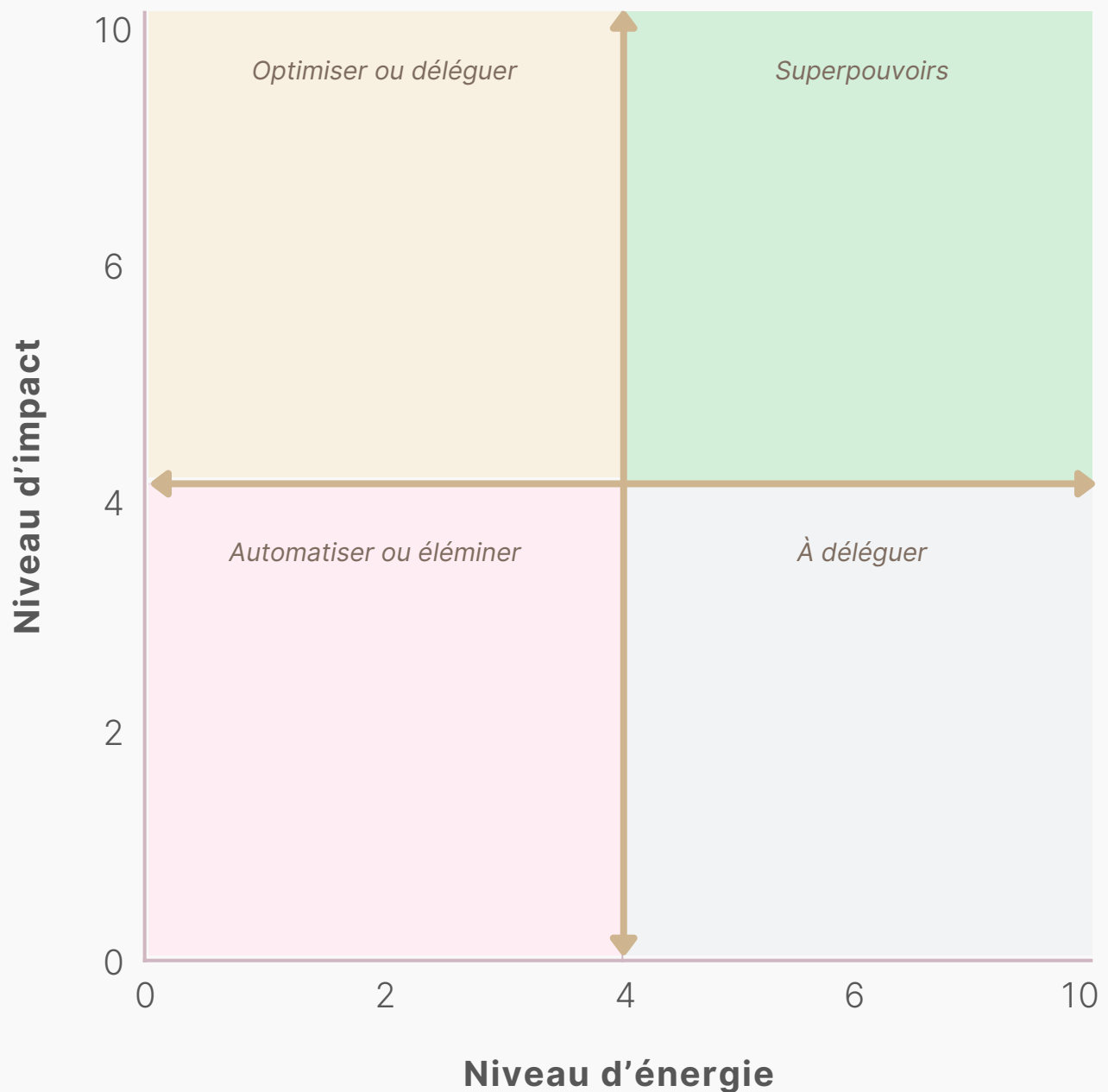
Si vous deviez vous décrire en un mot puissant, quel serait votre superpouvoir ?



## Étape 2 : Mettez vos talents au service de votre impact

Vous avez des compétences précieuses, mais savez-vous où investir votre énergie pour avoir le plus d'impact ?

La **Matrice Énergie/Impact** vous aide à identifier les tâches et forces qui vous propulsent et celles qui vous ralentissent. Placez vos forces et tâches habituelles dans cette matrice pour identifier où vous devez concentrer vos efforts pour maximiser votre influence et votre réussite.





MODULE 3

---

# Tisser des connexions stratégiques

A woman with long dark hair in a ponytail, wearing a blue denim long-sleeved shirt and matching denim pants, is shown in profile from the waist up, looking down. The background is a plain, light blue-grey color. Overlaid on the image is a large, bold, white text message in a mix of sans-serif and cursive fonts.

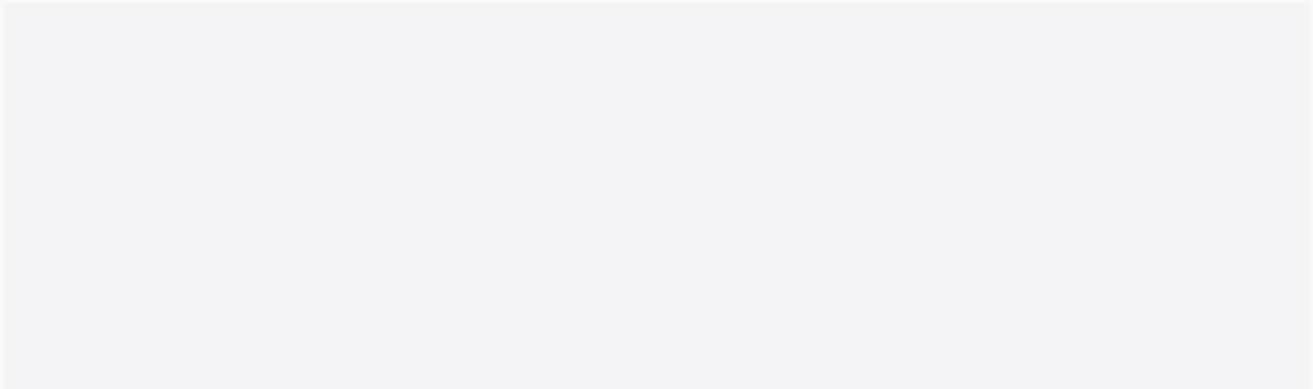
**VOTRE PROCHAIN  
NIVEAU DÉPEND  
DES *conversations*  
QUE VOUS CHOISISSEZ  
D'AVOIR *aujourd'hui.***

INSPIRATION

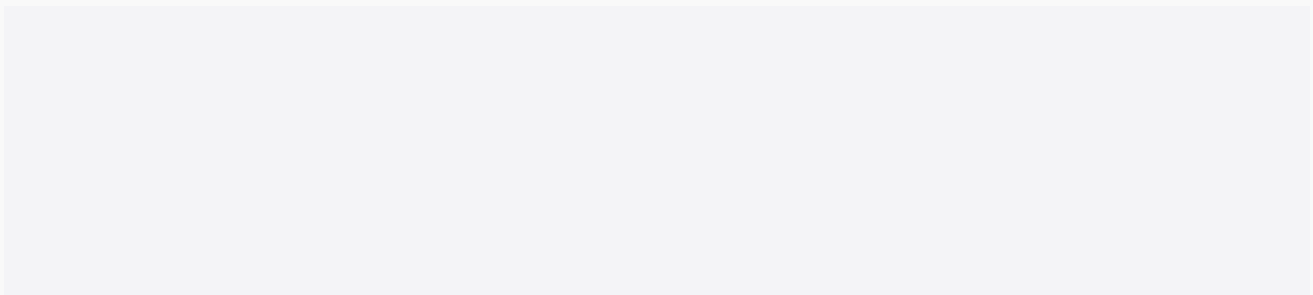
*Votre croissance dépend des personnes qui vous entourent.  
Créez un écosystème d'alliées qui vous élèvent et vous ouvrent  
de nouvelles opportunités.*

## **Étape 1 : Décodez votre cercle d'influence**

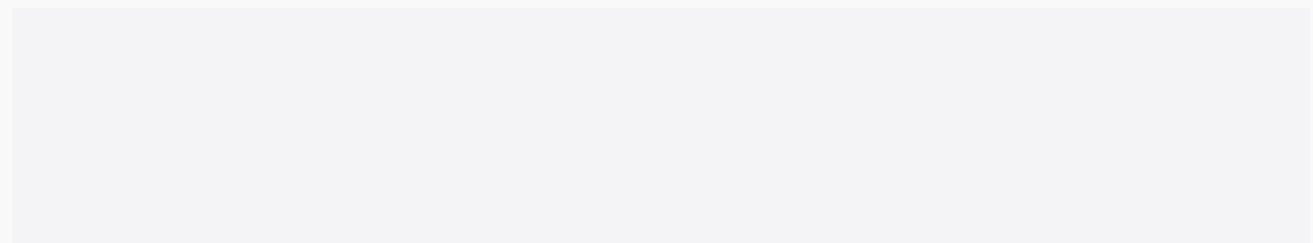
Qui sont les cinq personnes avec qui vous échangez le plus aujourd'hui ?



Ces connexions vous soutiennent-elles et vous ouvrent-elles de nouvelles opportunités ?



Quel type de relation vous manque pour atteindre votre prochain niveau ?



## Étape 2 : Renforcez vos relations stratégiques

Votre communauté est une ressource clé pour votre évolution. Identifiez qui vous soutient quand vous doutez, quelles connexions peuvent ouvrir de nouvelles portes et où vous devez vous positionner pour créer vos propres opportunités.

Pensez aussi aux atouts sous-estimés que vous possédez déjà et comment vous pouvez, en retour, apporter de la valeur aux autres pour créer des relations enrichissantes et durables.

### **CERCLE PROCHE**

*Qui vous soutient  
inconditionnellement ?*

### **CONNEXIONS STRATÉGIQUES**

*Quelles relations pourraient  
transformer votre trajectoire ?*

### **NOUVELLES OPPORTUNITÉS**

*Qui peut vous ouvrir une  
nouvelle opportunité ?*



M O D U L E 4

---

# Créer son plan d'action

INSPIRATION

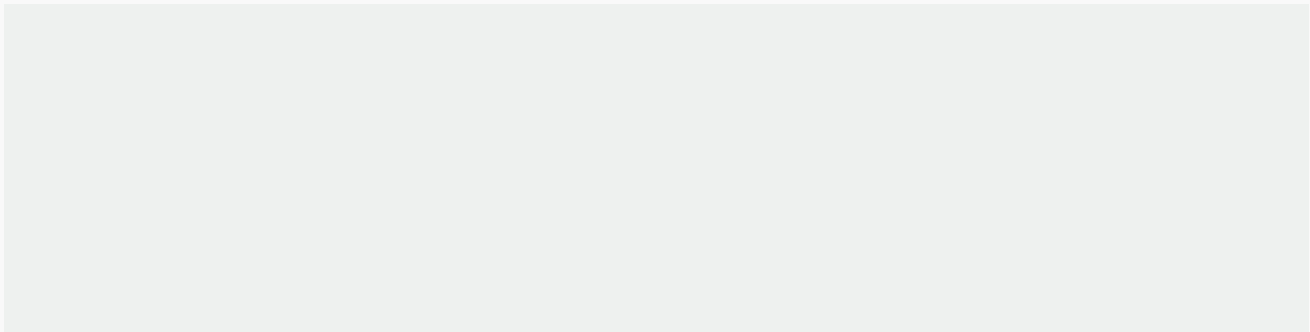
**CHAQUE** *action*  
**POSÉE MAINTENANT**  
**EST UNE** *célébration*  
**DE LA FEMME**  
**QUE VOUS DEVENEZ**  
*demain.*

A woman with blonde hair in a ponytail, wearing a white short-sleeved shirt and a long, shimmering green sequined skirt, is captured in a moment of joy. She has her right arm raised high, and her mouth is open in a wide smile. The background is a light, neutral color, and the air is filled with falling silver confetti, creating a festive and celebratory atmosphere.

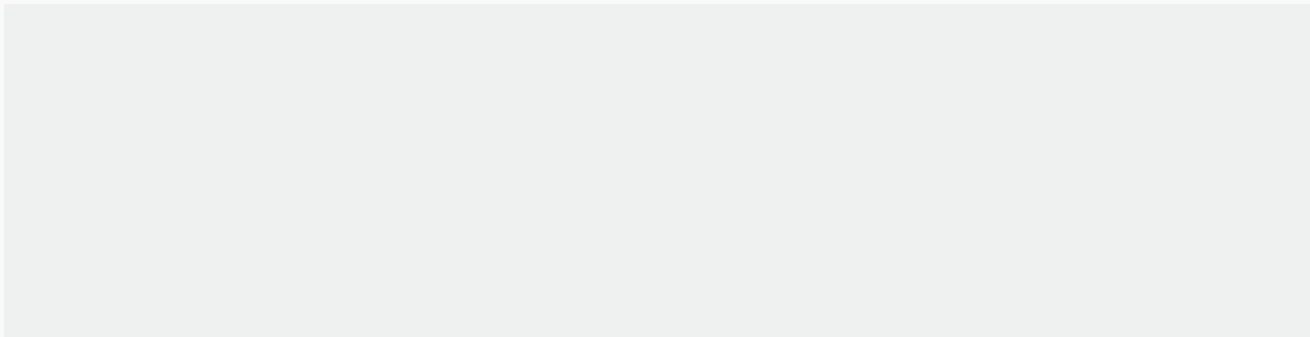


*Les grandes transformations ne naissent pas de l'attente, mais du courage d'agir. Chaque décision que vous prenez aujourd'hui façonne la leader que vous devenez demain.*

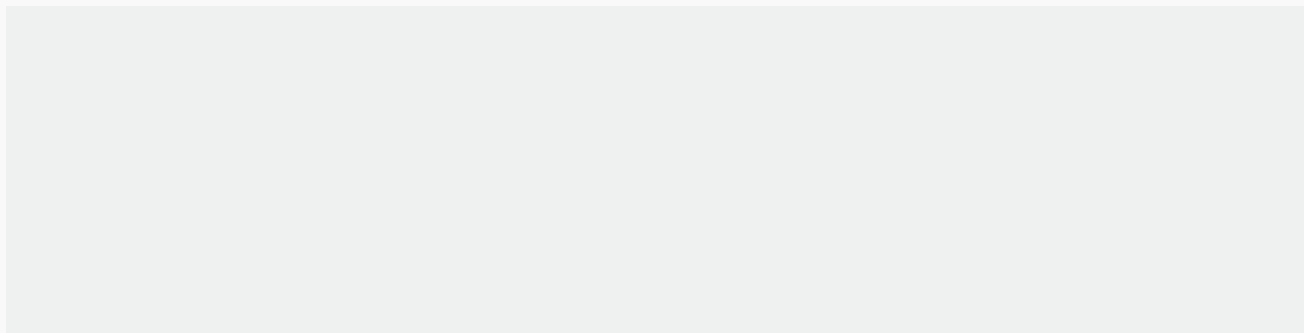
Quelle est une petite action que vous pouvez poser dès maintenant pour vous sentir plus ancrée et confiante ?



Comment pouvez-vous honorer et amplifier vos superpouvoirs cette semaine ?



Qui pouvez-vous contacter ce mois-ci pour enrichir votre écosystème et créer une nouvelle opportunité ?





## **Asmâa Methqal | Stratège en leadership transformationnel et croissance d'affaires**

Fondatrice de [MAESTRA](#) & [Fire and Flow Leadership](#)

Avec plus de 25 ans d'expérience, Asmâa accompagne les dirigeantes, entrepreneures et équipes à renforcer leur posture, affirmer leur valeur et accélérer leur croissance avec clarté et impact. Son travail allie transformation intérieure et excellence stratégique, ouvrant la voie à une réussite durable, alignée et sans compromis.

Son approche :

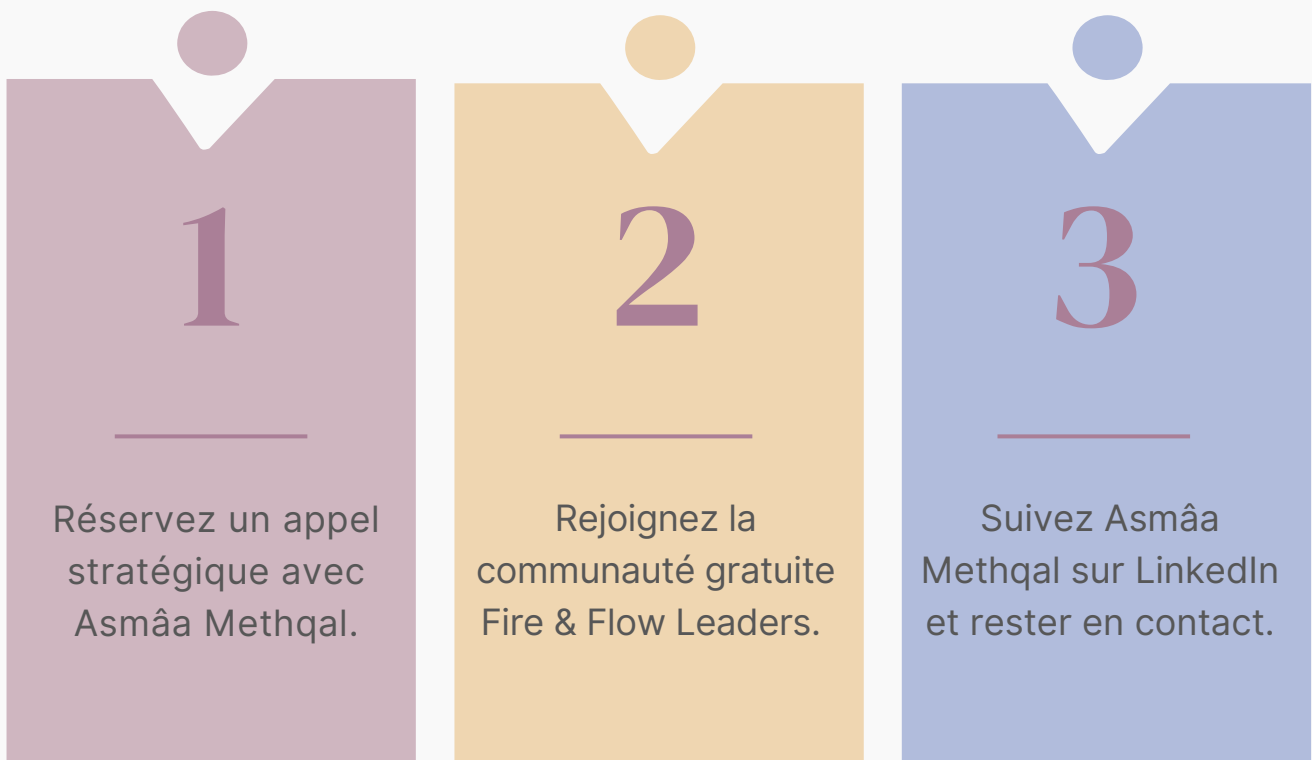
- ★ **Leadership transformationnel** : Développer une posture d'influence et d'alignement
- ★ **Stratégie marketing et vision d'affaires** : Structurer la croissance d'affaires et maximiser les opportunités
- ★ **Puissance intérieure et mindset** : Reprogrammer ses croyances pour évoluer avec audace

Son parcours l'a amenée à intervenir à l'ONU, collaborer avec des entreprises à l'échelle mondiale et aider des femmes à dépasser leurs plafonds invisibles. Aujourd'hui, son objectif est d'offrir des stratégies concrètes et personnalisées pour celles qui veulent aller plus loin, plus vite.

## Prête à passer à la vitesse supérieure ?

Vous souhaitez aller plus loin et identifier les actions stratégiques pour accélérer votre croissance ?

# Choisissez votre prochain pas



Merci d'avoir exploré ce guide et d'avoir pris le temps de vous reconnecter à votre puissance.

À très vite !

*Asmâa Methqal*

