



Rejoignez la Newsletter

# NOTA'PRENEUR

lenotabene.com

JUILLET 2023



Pour une pluie d'infos entrepreneuriales



## DANS CE NUMÉRO

Le Point Psycho

La Déf !

Le saviez-vous ?

La Bulle Coaching

Mindset & Astuces

Le Chiffre

## LA DÉF !

### Coliving

Le coliving est un mode de vie collaboratif où des individus partagent un espace de vie communautaire. Il favorise la socialisation, la convivialité et la flexibilité. Les résidents disposent de chambres privées tout en partageant des espaces communs tels que la cuisine, le salon et les espaces de travail. Le coliving crée une communauté dynamique où les résidents interagissent, partagent des expériences et développent des liens sociaux. Il offre des services et commodités pour faciliter la vie quotidienne. Le coliving répond aux besoins de flexibilité et de communauté active pour les travailleurs indépendants, les entrepreneurs, les étudiants et les voyageurs, offrant une solution abordable et enrichissante.

## LE SAVIEZ-VOUS ?

### Les femmes & l'entrepreneuriat

L'entrepreneuriat féminin est un sujet de plus en plus discuté et encouragé dans le monde des affaires. Cependant, malgré les progrès réalisés, les femmes restent sous-représentées dans le domaine de l'entrepreneuriat. Selon les statistiques, seulement 23,4% des propriétaires de petites start-ups sont des femmes.

Cela peut être attribué à divers facteurs, notamment les obstacles systémiques, le manque de modèles féminins dans le domaine de l'entrepreneuriat, et les défis liés à l'équilibre entre le travail et la vie personnelle. De plus, les femmes entrepreneurs ont souvent plus de difficultés à obtenir des financements pour leurs entreprises, ce qui peut freiner leur capacité à démarrer et à développer leurs entreprises.

Cependant, malgré ces défis, les femmes entrepreneurs continuent de faire preuve de résilience et de persévérance. Elles apportent des perspectives uniques et diversifiées qui peuvent conduire à des innovations et des solutions créatives. Il est donc essentiel de continuer à soutenir et à encourager l'entrepreneuriat féminin pour une économie plus équilibrée et inclusive.

## LE POINT PSYCHO

### NAVIGUER DANS LE CHANGEMENT ORGANISATIONNEL : UNE PERSPECTIVE PSYCHOLOGIQUE

Dans le monde des affaires, le changement est une constante inévitable. Cependant, la gestion du changement organisationnel peut se révéler un défi majeur, car elle implique non seulement des ajustements structurels, mais aussi des adaptations psychologiques de la part des employés. Pour mieux comprendre et naviguer dans ce processus, voici quelques perspectives clés.

Tout d'abord, il est crucial de reconnaître que le changement peut susciter de l'incertitude et de l'anxiété, ce qui est souvent appelé la "résistance au changement" en psychologie. Il est important de prendre en compte ces réactions naturelles et de fournir des informations claires et transparentes afin d'atténuer l'incertitude et d'apaiser les inquiétudes.

Ensuite, le modèle de Kübler-Ross, souvent utilisé pour décrire les étapes du deuil, peut également être appliqué au changement organisationnel. Les employés peuvent passer par des phases de déni, de colère, de négociation, de dépression et d'acceptation. Comprendre ces différentes étapes émotionnelles peut permettre de mieux accompagner les équipes tout au long du processus de changement.

Enfin, la théorie de l'autodétermination offre des insights précieux. Selon cette théorie, les individus sont plus enclins à s'engager dans le changement s'ils se sentent autonomes, compétents et connectés aux autres. Impliquer les employés dans le processus de changement, leur fournir les ressources nécessaires pour réussir, et renforcer les relations et la communication au sein de l'équipe peuvent favoriser ces sentiments et faciliter l'acceptation du changement.

En conclusion, en comprenant la résistance au changement, en reconnaissant les étapes émotionnelles et en favorisant l'autonomie, la compétence et la connexion, les organisations peuvent mieux gérer le changement et faciliter une transition plus harmonieuse vers de nouvelles structures organisationnelles.



# LA BULLE COACHING

OPTIMISEZ VOTRE GESTION DU TEMPS AVEC LA MATRICE D'EISENHOWER BY WEMERSION

Dans le monde effréné de l'entrepreneuriat, la gestion efficace du temps est un atout précieux. Un outil puissant pour améliorer votre productivité est la Matrice d'Eisenhower. Cet outil de gestion du temps, nommé d'après le 34<sup>ème</sup> président des États-Unis, Dwight D. Eisenhower, vous aide à prioriser vos tâches en fonction de leur importance et de leur urgence.

La matrice est divisée en quatre quadrants :

- 1. Urgent et important :** Ces tâches sont à la fois urgentes et importantes. Elles doivent être traitées immédiatement. Par exemple, répondre à une crise d'entreprise ou respecter une échéance imminente.
- 2. Important, mais pas urgent :** Ces tâches sont importantes pour atteindre vos objectifs à long terme, mais elles ne sont pas urgentes. Par exemple, la planification stratégique, le développement personnel ou la création de nouvelles opportunités d'affaires.
- 3. Urgent, mais pas important :** Ces tâches sont urgentes, mais elles n'ont pas d'impact significatif sur vos objectifs à long terme. Par exemple, certaines réunions ou certains appels téléphoniques. Ces tâches peuvent souvent être déléguées.
- 4. Ni urgent, ni important :** Ces tâches sont des distractions qui n'apportent pas de valeur significative. Par exemple, naviguer sans but sur les réseaux sociaux. Ces tâches doivent être limitées ou éliminées.

L'utilisation de la Matrice d'Eisenhower vous aide à vous concentrer sur ce qui est vraiment important, à déléguer ce qui peut l'être et à éliminer les tâches non essentielles. C'est un moyen efficace de maximiser votre productivité et de vous assurer que votre temps est utilisé de manière optimale.

La Matrice d'Eisenhower est un outil de coaching précieux pour tous les entrepreneurs qui cherchent à améliorer leur gestion du temps. Essayez-la et voyez comment elle peut transformer votre productivité et votre efficacité.



## MINDSET & ASTUCES

### L'UTILITÉ DE L'ÉCHEC DANS L'ENTREPRENEURIAT

L'échec revêt une importance cruciale dans l'entrepreneuriat, offrant des avantages pragmatiques et astucieux. En effet, chaque échec constitue une source inestimable de leçons essentielles, révélant les lacunes stratégiques et opérationnelles et permettant des améliorations significatives. Les entrepreneurs aguerris tirent profit de ces expériences pour innover, pivoter et progresser dans leurs projets.

De plus, l'échec forge une résilience précieuse, renforçant la détermination, la persévérance et la capacité à prendre des risques calculés. En affrontant les revers et en les surmontant, les entrepreneurs développent une capacité à rebondir, à persévérer malgré les obstacles et à maintenir leur motivation. Cette qualité est vitale dans un environnement entrepreneurial souvent turbulent et incertain.

En outre, l'échec favorise les opportunités de réseautage et d'apprentissage. En partageant leurs expériences d'échec, les entrepreneurs peuvent nouer des liens avec d'autres personnes partageant les mêmes expériences, créant ainsi des réseaux de soutien, de conseils et d'encouragement mutuel. Ces relations peuvent être extrêmement précieuses pour obtenir des conseils d'experts, des partenariats potentiels ou des opportunités commerciales.

En somme, l'échec est un catalyseur de croissance et de développement personnel dans l'entrepreneuriat. Les entrepreneurs pragmatiques et astucieux embrassent l'échec comme une étape inévitable sur le chemin du succès ultime. Ils tirent parti de chaque échec pour s'améliorer, développer leur résilience et construire des réseaux solides, leur permettant ainsi d'atteindre des sommets encore plus élevés dans leurs parcours entrepreneuriaux.

## LE CHIFFRE

### PIB ET PROGRESSION

L'économie mondiale continue de se rétablir de la pandémie de COVID-19, avec une prévision de croissance du PIB mondial de 4,4% en 2023. Cette croissance est tirée par la reprise des secteurs du tourisme et des services, l'augmentation des dépenses de consommation et l'investissement dans les infrastructures. Cependant, la croissance varie d'un pays à l'autre, avec une croissance plus lente prévue pour les économies avancées par rapport aux économies émergentes et en développement.

Source

<https://www.worldbank.org/>