



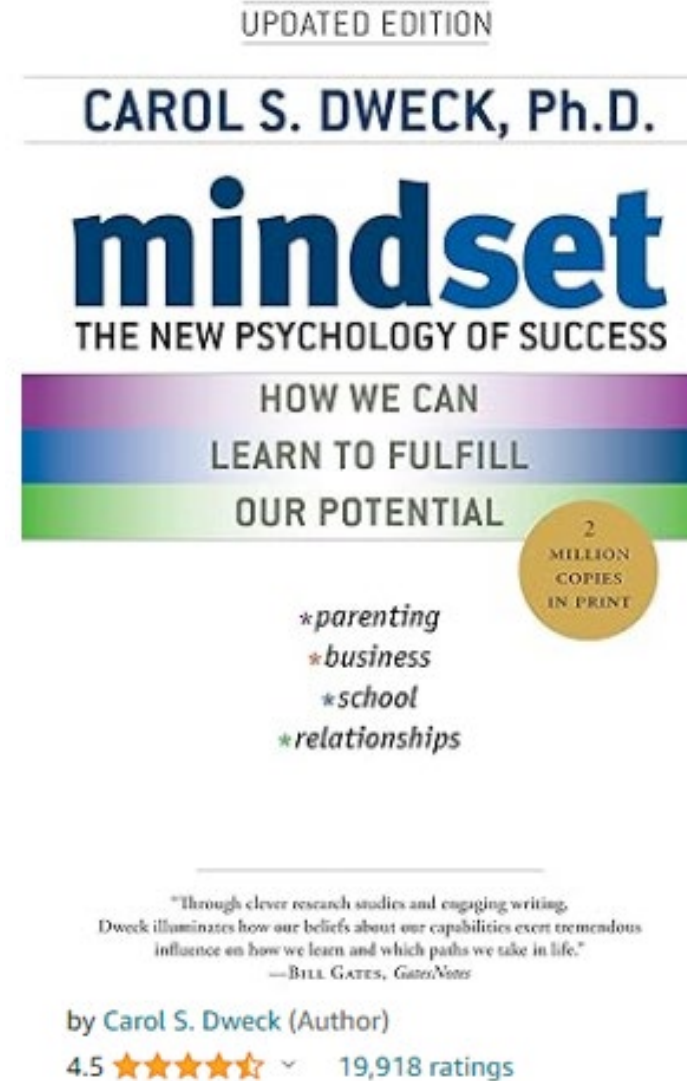
Séance fondation

Le mindset entrepreneurial

1. Introduction
2. Croyances limitantes
3. Devenir pro

1. Introduction

Il y a deux grandes catégories de mindset



Le mindset fixe

Le mindset de
développement



Le mindset entrepreneurial,
c'est quoi ?

Un ensemble de croyances, d'attitudes et de compétences qui favorisent la création et le développement réussie d'un projet entrepreneurial.

Autodiscipline & automotivation

Résilience face aux obstacles et à l'échec

Capacité d'adaptation

Capacité de focus

Curiosité et capacité d'innovation

Détermination & endurance

Tolérance aux risques

Proactivité

Confiance en soi

Capacité de prise de décision

Vision long terme

Capacité d'attraction et d'influence

Orienté solution

Relation saine à l'argent

Pourquoi le mindset est-il important en entrepreneuriat ?

Parce que tant un bon mindset peut contribuer à la réussite d'un projet, tant un mauvais mindset peut contribuer à son échec!

ÉCOLE DU

SUCCÈS

Entrepreneurs Associés

Luc Poinier

Cas typique du biais d'attribution

La tendance à attribuer ses succès à des causes internes comme ses talents, son intelligence et ses capacités plutôt qu'à des facteurs externes comme l'environnement, la chance, les privilèges et les opportunités de développement

Quels sont les indices qui nous laissent croire que son sens des affaires s'est développé grâce à un environnement favorable ?

Comment se fait-il qu'il avait accès à s'habiller avec des vêtements « à la mode » de marques américaines ?

Comment se fait-il qu'il avait accès aux foires de collectionneurs hors province ? Qu'il était de surcroît LE SEUL jeune dans cette position.

Comment se fait-il qu'il parlait anglais ?

Il s'attribue le mérite d'avoir vu l'opportunité sans réaliser qu'il a eu la chance d'être exposé à l'opportunité grâce à sa position privilégiée.

Il ne réalise pas qu'il a eu la chance d'avoir et de bâtir sur ce premier succès (ex. il avait les fonds pour importer des marques américaines).

Notre mindset est influencé par
trois grands facteurs

Influence
sociétale

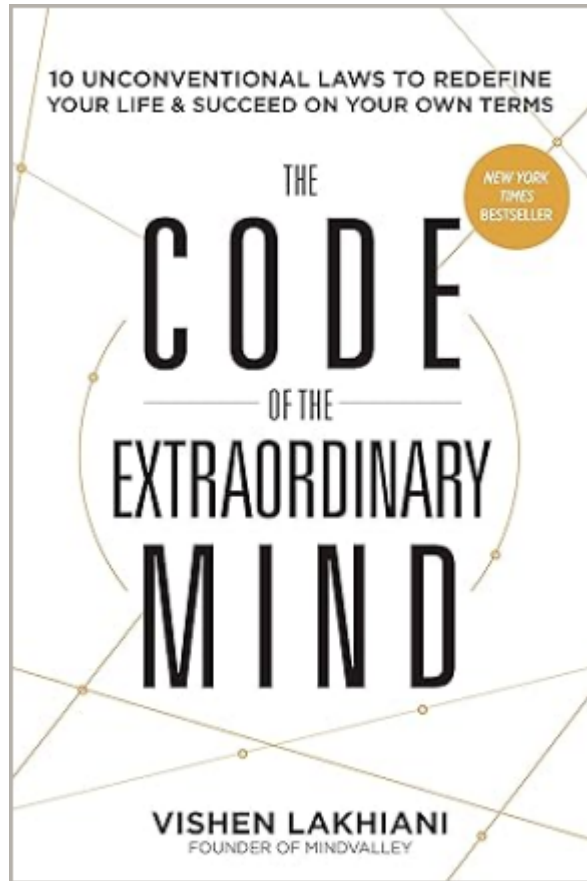
Influence
familiale

Accès aux
opportunités

Influence sociétale

X Influence globalement défavorable

Toute notre vie, on nous force à nous conformer, à suivre un parcours de développement linéaire et standardisé, on nous encadre, on nous confine dans des systèmes rigides (nivellement par le bas) et on nous impose des règles sans jamais nous encourager à sortir des sentiers battus



by [Vishen Lakhiani](#) (Author)

4.6 ★★★★★ 6,296 ratings

1. La croyance qu'il faut fréquenter l'université et obtenir un diplôme pour réussir dans la vie.
2. La croyance qu'il faut toujours rester fidèle à sa famille, sa culture, son pays ou sa religion même au détriment de notre bonheur et développement individuelle.
3. **La croyance que le succès résulte d'un travail acharné et que toute forme de facilité est dévalorisée.**
4. La croyance selon laquelle l'amour suit une chronologie particulière, comme l'idée selon laquelle on devrait se marier à un certain âge ou qu'il n'y a qu'un seul véritable amour pour chaque personne.
5. **La croyance de la supériorité d'un parcours linéaire** - aller à l'école, trouver un emploi, se marier, acheter une maison, avoir des enfants, prendre sa retraite, etc.
6. La croyance que la valeur d'une personne est liée à ses réalisations (au détriment du bonheur et du bien-être personnels).
7. La croyance que les autres religions que la nôtre sont inférieures ou fausses.
8. **La croyance que l'argent est mauvais, qu'il n'apporte pas le bonheur ou qu'il y a de la noblesse dans la pauvreté.**
9. **La croyance que l'estime de soi repose sur une validation externe** plutôt que sur un sentiment de valeur intrinsèque.
10. **La croyance que l'atteinte de ses objectifs est la seule voie vers le succès, plutôt que l'appréciation du parcours).**

Influence
sociétale

Influence
familiale

Accès aux
opportunités

Influence Familiale

X Influence défavorable ou favorable dans diverses proportions

Parents aisés ou non, présents / absents, relation harmonieuse / toxique ? Bonne / mauvaise communication. Bonne / faible éducation. Encourage ou non les métiers traditionnels uniquement, la prise de risque et la découverte de divers parcours (éducation, carrière). Parents entrepreneurs ou non, encourage / décourage les sorties de zone de confort, la persévérance, la résilience...

Accès aux opportunités

X Majorité

Faire du sport à des niveaux compétitifs

Apprendre un instrument de haut niveau

Faire de la scène

Voyager

Exposition à la diversité, à la culture, aux différences

Accès à la littérature

Apprentissage de plusieurs langues

Bien entouré

QUIZ

Entre 0 et 18 ans

1. Ta famille a un grand cercle social Non : 0 ... oui : 10
2. Tu as eu des modèles d'entrepreneurs Non : 0 ... oui : 10
3. Bonne éducation financière dans la famille Non : 0 ... oui : 10
4. Tu as fait du sport à des niveaux compétitifs Non : 0 ... oui : 10
5. Tu as fait de l'art à un haut niveau Non : 0 ... oui : 10
6. Tu as fait de la scène (ex. parlé devant public, théâtre, danse) Non : 0 ... oui : 10
7. Tu as voyagé (exploration) Non : 0 ... oui : 10
8. Tu as été exposé à la diversité, à la culture, aux différences Non : 0 ... oui : 10
9. Tu as eu accès à la littérature / on t'a transmis le goût de la lecture Non : 0 ... oui : 10
10. Tu as appris l'anglais (ou autres langues) Non : 0 ... oui : 10

2. Croyances limitantes

Peur de
l'échec

Confiance en soi

Perfectionnisme

Voir trop petit et
à trop court
terme

La peur de l'échec

Peur de l'échec

C'est quoi ?

Une crainte face à la possibilité d'échouer qui est souvent paralysante et conduit à éviter de prendre des risques, de sortir des sentiers battus et s'abstenir de poursuivre ses objectifs ou ses projets par crainte de ne pas réussir.

Peur de l'échec

Conséquences

- On ne se met pas en action
- On procrastine
- Plutôt que de défricher, on cherche à suivre des parcours éprouvés
- On évite de prendre des risques, même les risques calculés et nécessaires
- On n'ose pas penser différemment et innover
- On s'autosabote avant même de commencer

Peur de l'échec

Comment l'améliorer ?

- **Changer sa perspective face à l'échec** : il n'est n'y une fin, ni une définition de soi, il est une opportunité d'apprentissage et de développement, un passage obligé sur le parcours vers le succès.
- **Établir un filet de sécurité** : la perspective de l'échec est moins terrifiante si elle ne risque pas de nous priver de nos besoins de base.
- **Éviter les comparaisons aux autres** : vous comparer peut renforcer votre peur de l'échec
- **Définir le succès** : éviter de viser la perfection et reconnaître l'apprentissage, le développement et l'atteinte d'objectifs spécifiques comme des indicateurs de progression et de succès

Confiance en soi

Confiance en soi

C'est quoi ?

Sentiments persistants de doute ou d'incertitude concernant ses propres capacités, jugements, valeurs, compétences ou réalisations qui ne semblent jamais à la hauteur, indépendamment de la réalité objective.

Confiance en soi

Conséquences

On retrouve les mêmes conséquences à celles liées à la peur de l'échec +

- On évite de faire ce qui doit être fait
- On procrastine
- On est sensible à la critique
- Baisse les bras facilement / manque de persévérance
- Comparaison avec les autres
- Minimisation des accomplissements
- Syndrome de l'imposteur

Confiance en soi

Comment l'améliorer ?

- S'entourer de personnes positives qui contribuent à renforcer sa confiance plutôt qu'à la détruire.
- Éviter de focaliser sur le négatif et de donner de l'importance aux opinions négatives
- Accumuler les petits succès: viser de petits objectifs atteignables et l'atteinte de ces objectifs et de résultats concrets renforce sa légitimité et sa confiance.
- Remplacer le discours interne négatif (auto-critique) par une autoréflexion positive. Prendre note de ses réalisations et se rappeler ses succès souvent.
- Éviter de voir l'échec et la défaite comme faisant partie de son identité.
- Se forcer à sortir de sa zone de confort continuellement
- **Se former, mais comprendre à l'effet de Dunning-Kruger et la malédiction des connaissances**
- **Réaliser qu'il y a toujours des personnes moins avancées et d'autres plus avancées, et que l'on peut toujours aider les personnes qui nous précèdent.**

Perfectionnisme

Perfectionnisme

C'est quoi ?

La tendance à établir des normes de performance extrêmement élevées accompagnées d'une autocritique sévère. Il s'agit souvent moins de chercher la perfection que de chercher à éviter la critique, à la fois de soi-même et des autres.

Perfectionnisme

Conséquences

- Attentes irréalistes et insatisfaction continuelle
- Lancer ses produits / services trop tard crée un décalage entre le problème réel et la solution
- Perte de temps et d'argent à développer des solutions inadaptées
- Pertes d'opportunités
- Éternelle insatisfaction affecte ta capacité à vendre et à te mettre en valeur

Perfectionnisme

Comment l'améliorer ?

Difficile de s'en départir parce que le perfectionnisme est une tendance bien enracinée souvent liée à l'estime de soi, aux expériences passées et à la peur du jugement.

- **Le reconnaître (prise de conscience)**
- **Accepter que la voie de la perfection passe nécessairement par l'imperfection puisque le perfectionnement passe par la rétroaction et l'amélioration continue**
- **Aligner la mesure du succès avec celle du client idéal / de l'audience et non à celles irréalistes et trop élevées du perfectionniste**

Voir trop petit et à
trop court terme

Voir trop petit et à trop court terme



Voir trop petit et à trop court terme

C'est quoi ?

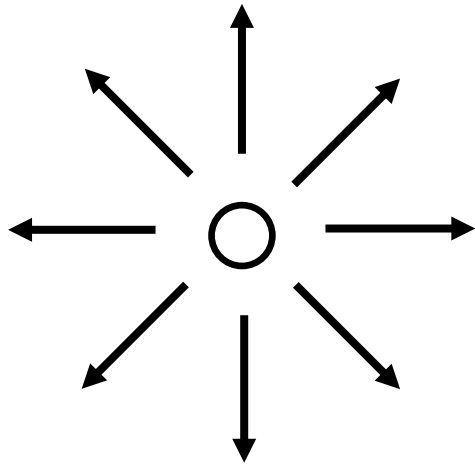
La tendance à viser trop bas avec des objectifs trop petits, qui manquent d'ambition et avec une vision à trop courte.

Voir trop petit et à trop court terme

Conséquences

- On fait des actions au potentiel d'impact court terme (gratification immédiate), mais au faible potentiel d'impact positif long terme pire, souvent au fort potentiel d'impact néгатif à long terme
- Prise de mauvaises décisions stratégiques
- Changement de direction fréquent
- **Incapacité d'atteinte ses objectifs**

Progression restreinte dans
de multiples directions



Progression significative dans
une seul direction (la bonne)

Voir trop petit et à trop court terme

Comment l'améliorer ?

- Définir ses objectifs à moyen et long terme (3-5 et 10-15 ans)
- Aligner ses objectifs avec sa motivation profonde (son pourquoi)
- Transformer ses objectifs pour les rendre 10x plus ambitieux
- Établir un plan d'actions stratégiques pour atteindre ces nouveaux objectifs
- Prioriser les actions à fort potentiel d'impact à long terme

3. Devenir pro



#15

MARTIN CLOUTIER

SPECIAL
GERANT

SAISON 2023-2024



- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Rituels

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Pourquoi est-ce important d'avoir des rituels ?

Parce qu'ils sont essentiels pour parvenir à développer des comportements positifs et les répéter sur une longue période et pour retirer les effets positifs cumulés

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment développer de nouveaux rituels ?

1. Identifier ses objectifs long terme et identifier les actions et comportements à réaliser quotidiennement pour progresser vers sa réalisation

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment développer de nouveaux rituels ?

2. Transformer ses actions & comportements en habitudes, c'est-à-dire en automatismes

- ✓ **Rituels**
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment développer de nouveaux rituels ?

James Clear, dans son livre "Atomic Habits", fournit un cadre complet en 4 étapes pour aider au développement de nouvelles habitudes positives

1. Les rendre évidentes
2. Les rendre attirantes
3. Les rendre faciles à faire
4. Les rendre satisfaisantes.

Focus

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Pourquoi est-ce important d'avoir du focus?

Parce qu'une même heure travaillée peut être plus ou moins productive si elle est travaillée avec ou sans focus et, qu'au bout d'un moment, la différence de productivité devient exponentielle.

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment avoir plus de focus et gagner en productivité ?

1. Priorisation: focaliser sur les actions au potentiel de résultats les plus significatifs et les plus susceptibles de produire une réaction en chaîne (effet domino).
2. Multitasking : l'éviter!

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment avoir plus de focus et gagner en productivité ?

3. Deep work: programmer des blocs de temps dédiés à des tâches et des objectifs spécifiques réalisés à l'abri de toute distraction.
4. Concentration : entraîner votre capacité à rester concentrer longtemps sans décrocher et se laisser distraire.

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment avoir plus de focus et gagner en productivité ?

5. Urgence : Définir une fin à la période de travail pour créer un sentiment d'urgence
6. Repos: faire des pauses de repos intentionnel en évitant les périodes de pause énergivore comme commenter les réseaux.

Pratique délibérée

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Pourquoi est-ce important de faire de la pratique délibérée?

Parce que la pratique seule mène à la stagnation et même à la dégression alors que la pratique délibérée permet de s'améliorer continuellement.

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Étapes de la pratique délibérée ?

1. Définir des objectifs spécifiques
2. Sortir de sa zone de confort
3. Obtenir une rétroaction
4. Répéter
5. Visualiser
6. Récupérer
7. Recommencer

Référence : Peak - Secrets from the New Science of Expertise par Anders Ericsson et Robert Pool

Procrastination

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ **Résistance à la procrastination**
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Pourquoi est-ce important de savoir contrer la procrastination?

Parce que notre cerveau est programmé pour éviter de gaspiller ses énergies, d'éviter les risques, les peurs, les situations douloureuses, etc. et pour rechercher continuellement les gratifications immédiates

Il cherche ainsi systématiquement à repousser les tâches qui demandent des efforts soutenus, qui nous sortent de notre zone de confort et dont la gratification est cumulée. Donc les tâches au plus grand potentiel d'impact sur le succès de l'entreprise.

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment surmonter la procrastination ?

1. Identifier les causes de votre procrastination (peur de l'échec, perfectionnisme, peur du jugement, évitement, motivation, etc.)
2. Décomposer les tâches en petites tâches simples

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment surmonter la procrastination ?

3. Commencer par les plus faciles
4. Faire des séances de Deep work (Pomodoro)
5. Fixer une échéance

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment surmonter la procrastination ?

6. Éliminer les distractions
7. Visualiser les bénéfices long terme (pour compenser le manque de gratification immédiate)

Effet cumulé

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Pourquoi est-ce important de comprendre l'effet cumulé?

Parce que l'effet cumulé peut être une arme de construction OU de destruction massive du succès puisqu'il a le potentiel de générer des résultats exponentiels positifs, mais aussi des résultats exponentiels négatifs au fil du temps.

Donc si on le comprend et que l'on sait en tirer parti, il peut être un vecteur de succès important.

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment tirer parti de l'effet cumulé ?

1. Comprendre que certaines actions sont neutres et offrent peu ou pas d'effet cumulé.

Ex.

- Adopter un modèle à prestations uniques plutôt qu'à prestations récurrentes.
- Créer du contenu référençable sur YouTube ou sur un blogue versus créer du contenu éphémère sur LinkedIn ou Facebook



- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment tirer parti de l'effet cumulé ?

2. Faire les bonnes actions, adopter les bons comportements et prendre les bonnes décisions (cumulatives) qui auront des impacts significatifs sur le long terme
3. Les faire avec discipline, régularité et sur la durée (persévérance).
4. Attention: ces actions doivent être positives sinon l'impact final sera exponentiellement négatif

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

Comment tirer parti de l'effet cumulé au moment de se lancer ?

Commencer le plus tôt possible à :

1. Faire du réseautage
2. Bâtir son réseau
3. Faire des rencontres individuelles
4. Tisser des liens de confiance avec des clients, collaborateurs, partenaires ou investisseurs potentiels
5. Créer du contenu pour bâtir sa notoriété, et gagner en visibilité et en légitimité

Ne pas attendre d'être lancé, d'avoir une offre, d'être enregistré / incorporé, etc.

Passer la ligne d'arrivée

- ✓ Rituels
- ✓ Focus
- ✓ Pratique délibérée
- ✓ Résistance à la procrastination
- ✓ Effet cumulé
- ✓ Passer la ligne d'arrivée

La seule façon de rentabiliser ses efforts ?

1. **Finir ce que l'on entreprend**
2. Un projet incomplet représente 100% d'effort, de temps, d'énergie et de ressources qui ne seront jamais rentabilisés
3. La seule façon d'avoir une chance de rentabilisé un projet est de l'amener jusqu'au client (la ligne d'arrivée)

Conclusion