

PROGRAMME ATELIER IKIGAI

Formules d'accompagnement :

- ✓ en individuel pour les particuliers
- ✓ en collectif ou en individuel pour les entreprises et Collectivités

PUBLIC CONCERNÉ

Personne souhaitant découvrir l'outil et améliorer son alignement personnel et professionnel

PRÉ-REQUIS

Aucun

OBJECTIFS de l'atelier

- Découvrir le concept et la philosophie de l'Ikigai
- Comprendre son fonctionnement
- Travailler les 4 cercles
- S'entraîner à son utilisation

Bénéfices d'un atelier Ikigai

Formidable outil de développement personnel, l'Ikigai permet à chacun de mieux se connaître, de trouver sa motivation intrinsèque et sa raison de venir travailler le matin. In fine, il améliore la qualité de vie au travail.

Ainsi les sujets abordés vont concerner les thématiques suivantes : les intérêts et activités plaisir, les atouts, talents et compétences, la contribution et la place que chacun souhaite avoir notamment.

Collectivement, l'Ikigai peut permettre de développer la cohésion des collaborateurs et leur engagement dans leur entreprise (mise en lien des contributions, valeurs, vibrations de chacun et de l'entreprise).

Cet atelier trouve toute sa place en entreprise dès lors qu'il permet de travailler sur le sens, les préoccupations ou encore attentes de chacun. Travailler son Ikigai permet notamment d'identifier ses « zones de brillance », ses leviers de motivation, sa place et ainsi gagner en congruence et en alignement personnel et professionnel.

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- **Formation sur mesure en présentiel**
- Apports théoriques - Document support d'atelier projeté
- Mise en pratique avec travail individuel et en binôme
- Echanges de pratiques
- Livret remis à chaque apprenant à l'issue de l'atelier
- Pour les groupes = RDV 1h en individuel avec chaque apprenant dans le mois suivant l'atelier

VALIDATION DE L'ATELIER

- Remise d'un certificat de réalisation à l'issue de l'atelier
- Feuille d'émergence

MODALITÉS

- Durée : 5H00
- Horaires : 9H30 – 12h30 et 14h00 – 16h00
- Lieu : en intra dans vos locaux ou en inter dans les locaux de Partage et Compétences
- Accessibilité :
 - La formation peut être organisée dans une salle accessible aux personnes à mobilité réduite
 - Le contenu, la durée et le rythme de la formation peuvent être adaptés à certaines situations de handicap. Nous consulter.
- Effectif : individuel ou groupe de 6 maximum (nombre paire nécessaire)
- Date(s) : à définir, délai d'accès sous 3 mois maximum

TARIF

- Me consulter

INTERVENANT

DE SAINT BLANQUAT Chloé, Partage et Compétences

Formatrice et coach professionnelle spécialisée en coaching de carrière et transitions

Praticienne en bilan de compétences

Contact : contact@partageetcompetences.fr

Tèl : 06.10.24.58.53

Site Web : www.partageetcompetences.fr

LES + DE PARTAGE ET COMPÉTENCES

- Un accompagnement personnalisé tout au long de la formation
- Un organisme de formation à taille humaine

