

PROGRAMME DE LA FORMATION A L'OUTIL IKIGAI

Programme remis à jour 02/02/2022

PUBLIC :

- Coachs carrière.
- Consultants en gestion de carrière.
- Professionnels de l'orientation.
- Consultants en transition/évolution professionnelle.
- Consultants en bilan de compétences/de carrière.
- Formateurs/consultants en entreprise.
- Managers, professionnels des RH.
- Accompagnants au développement personnel/professionnel.
- Coachs de vie.

PRE-REQUIS :

Envisager ou être dans une démarche d'accompagnement des personnes.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Formation collective en distanciel synchrone =à distance via visioconférence.
- Plateformes utilisées : Zoom + Digiforma. Un lien de connexion vous sera envoyé par mail la veille de la formation.
- Inscription à réaliser idéalement au moins un mois avant le démarrage de la formation.

DURÉE : 1 journée.

DURÉE : 5h (divisées en 2h30 le matin et 2h30 l'après-midi)

HORAIRES : De 10h à 12h30 et de 14h à 16h30

LIEU : Formation à distance synchrone – visioconférence

Pour l'accès aux personnes porteuses d'un handicap, consulter notre référente handicap, Marina Bourgeois: contact@orsc.email

PRIX DE LA FORMATION : 700 euros TTC.

La formation ne peut pas être financée via votre CPF.

NOUS CONTACTER : contact@orsc.email

FORMATRICES :

Marina Bourgeois, Dirigeante du cabinet Oser Rêver Sa Carrière et auteure des livres *Burn-out. Le (me) comprendre et en sortir* et *Trouver Sa Voie*.

Marina accompagne des femmes et des hommes en questionnement professionnel pour les aider à (re)trouver leur voie et donner du sens à leur carrière. Elle intervient également auprès des entreprises et des institutionnels. Elle est par ailleurs l'animatrice du [podcast Oser Rêver Sa Carrière](#).

Ou

Valérie Pouliquen, coach en transition professionnelle et formatrice.

OBJECTIFS DE LA FORMATION ET COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :





- Expliciter l'outil ikigai à ses accompagnés/clients en adoptant la posture adéquate d'accompagnement.
- Maîtriser la notion de flow.
- Maîtriser les 4 cercles de l'ikigai et leur contenu.
- Maîtriser l'histoire et la philosophie de l'ikigai.

Plus globalement, l'objectif de la formation est de vous permettre de diversifier et de compléter votre boîte à outils d'accompagnant ; vous doter d'une technique ludique sortant des méthodes traditionnelles et ainsi proposer un outil atypique à vos accompagnés dans le cadre de questionnements sérieux ; vous aider à accompagner toujours mieux vos clients, dans un cadre individuel ou collectif ; vous munir d'une méthode ... qui marche à tous les coups !

CONTENU

Histoire et philosophie de l'ikigai

Le décryptage des 4 cercles de l'ikigai

Contenu et testing des 4 cercles de l'ikigai

Le travail autour de votre posture d'accompagnant/coach à ikigai

Des recommandations de lecture

Des supports pédagogiques ludiques, rigoureux et réutilisables : livret pédagogique, fiches pratiques, schémas, questionnaires de facilitation, bibliographie, etc. Nous vous offrons la possibilité d'utiliser tous nos outils et supports pour vos propres accompagnements (sauf slides de présentation – non transmis).

MODALITÉS D'ÉVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Questionnaire d'auto-évaluation de vos compétences en amont de la formation
- Questionnaire d'auto-évaluation de vos compétences à chaud à l'issue de la formation
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis de formation à froid a minima 10 jours après la formation
- Questions orales de contrôle de connaissances tout au long de la journée de formation

MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

Suivi de l'exécution :

- Feuilles de présences signées manuellement ou électroniquement par les participants et la formatrice, par demi-journée.
- Attestation de fin de formation.

Appréciation des résultats :

- Évaluation continue par question orale durant la session
- Questionnaire de satisfaction à chaud en fin de formation





MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT DES FORMATIONS

Modalités pédagogiques :

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et pratique, et séquences pédagogiques regroupées
- Questionnaires de facilitations, fiches outils, schémas, bibliographie
- Retours d'expériences

Référent pédagogique et formateur :

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation, Marina Bourgeois. Le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.

Personnes en situation de handicap :

La formation est ouverte à tout public et toutes les situations de handicap seront prises en compte dans la limite des compétences, des moyens humains et matériels proposés dans le cadre de la prestation. Si nous ne disposons pas des moyens matériels, techniques et humains pouvant répondre à la demande du (de la) bénéficiaire en situation de handicap, alors ce(tte) dernier(ère) sera orienté(e) soit vers le référent handicap du centre de formation, Marina Bourgeois, soit vers un organisme partenaire du réseau Oser Rêver Sa Carrière. Pour contacter Marina Bourgeois, référente handicap : contact@orsc.email

[Nos CGV](#)

[Notre règlement intérieur](#)

[Notre organigramme fonctionnel](#)



10 rue de Penthièvre - 75008 PARIS | Mail : contact@orsc.email

www.oser-rever-sa-carriere.com

SIRET n°840 659 023 00013 | Numéro de déclaration d'activité : 11756198775 auprès du préfet de région Île-de-France