

---

## PROGRAMME DE LA FORMATION A L'OUTIL IKIGAI

---

### PUBLIC :

- Coachs professionnels/coachs carrière/coachs de vie.
- 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.
- Consultants pré-retraite & retraite.
- Thérapeutes, etc.

### 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.
- Inscription à réaliser idéalement au moins un mois avant le démarrage de la formation.
- Être dans une démarche d'accompagnement des personnes ou envisager de l'être.

**VOLUME HORAIRE & DURÉE :** La formation dure 7h30. Elle se divise en 3 modules durant respectivement 2h30.

**LIEU :** Formation à distance synchrone – visioconférence.

**Pour l'accès aux personnes porteuses d'un handicap, consulter notre référente handicap, Marina Bourgeois: [contact@orsc.email](mailto:contact@orsc.email)**

**PRIX DE LA FORMATION :** 950 euros TTC. Formation non éligible au CPF.

**NOUS CONTACTER :** [contact@orsc.email](mailto:contact@orsc.email)

### FORMATRICE :

Marina Bourgeois, Marina Bourgeois, Co-dirigeante du cabinet et organisme de formation Oser Rêver Sa Carrière. Formatrice. Co-auteure des livres :

- [Trouver sa voie](#)
- [Accompagner les transitions professionnelles](#)
- [Burn-out : le \(me\) comprendre & en sortir](#)
- [J'entreprends sans m'épuiser](#)

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 de [Cheminement](#), [le podcast Oser Rêver Sa Carrière](#).





## 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.
- 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
- Approche business de la prestation ikigai.
- Des recommandations de lecture
- Des supports pédagogiques ludiques, rigoureux et réutilisables : livret pédagogique, fiches pratiques, schémas, questionnaires de facilitation, guide de posture, 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 préalable de recueil de vos attentes et besoins 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.





## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

### **Suivi de l'exécution :**

- Feuille d'émargement signée manuellement ou électroniquement par les stagiaires et la formatrice, à l'issue de chaque module.
- Attestation de fin de formation et d'assiduité.

### **Appréciation des résultats :**

- Évaluation continue par question orale durant la session.
- Micro questionnaire après chaque module.
- 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

### **Référente pédagogique :**

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation, Caroline Averty. 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](mailto:contact@orsc.email)

[CGV](#)

[Règlement intérieur](#)

[Organigramme fonctionnel](#)

[Certification Qualiopi](#)

Document mis à jour le 20 janvier 2025.

