

Durée et modalités du parcours : distanciel

Sur 3 à 4 mois, 6 x 1h de séances en visio + environ 10h de travail sur la plateforme Kotchi Online + des échanges avec le coach dans la plateforme



Objectifs génériques

L'ikigai est une philosophie de vie japonaise qui nous vient de l'île d'Okinawa (qui est aussi l'un des endroits au monde où l'on compte le plus de personnes centenaires). Littéralement traduit, IKI (« Vie ») et GAI (« En vaut la peine ») représente ce qui vaut la peine d'être vécu, et se traduit également par la formule « là où je dois être ». La question clé à laquelle répond l'ikigai est la suivante: « Quelle activité peut me permettre d'exprimer tout mon talent, au service d'une mission qui me tient à cœur, et qui me permet de gagner suffisamment d'argent pour vivre comme j'en ai envie? »

Objectifs opérationnels :

Ce parcours va vous permettre de :

- Identifier vos motivations au travail
- Identifier vos atouts, vos ressources
- Choisir les environnements qui vous sont favorables
- Donner du sens à votre métier



Type de demande

Voici les demandes types en lien avec l'ikigai que notre expérience nous a amené à recenser :

- Je ne me plais plus dans mon poste actuel et j'ai envie de faire le point pour imaginer la suite.
- Je viens de quitter mon emploi et j'entame une transition professionnelle.
- Je suis en poste, je m'épanouis mais je réalise que je ne me suis jamais réellement posé de questions sur ce que j'aime faire et/ou ce pour quoi je suis doué(e). Je voudrais aller un cran plus loin dans la connaissance de moi pour identifier précisément ce qui me fait vibrer dans la vie.
- Je ne cherche pas immédiatement à changer mais j'ai envie d'anticiper la suite de ma carrière à moyen/long-terme.
- J'ai envie d'avoir davantage d'impact sur mon environnement, de me sentir utile...



Au programme

Votre IKIGAI se trouve au croisement de ces 4 grandes questions :

- ce pour quoi je suis doué(e)
- ce que j'aime
- ce dont le monde a besoin selon moi
- ce pour quoi je pense pouvoir être payé(e).

Un bilan de mi-parcours et un bilan en fin de parcours seront proposés au bénéficiaire.

Public concerné :
parcours ouvert à tout type de profil

Taux de satisfaction 2021 :
10/10



Méthodes mobilisées

Le parcours est basé sur une **pédagogie expérientielle** :

- vivre une expérience
- débriefer et observer ce qu'il s'est passé
- renforcer les acquis pédagogiques
- ancrer dans un plan d'action concret

Il s'appuie sur :

- Des séances de bilan de compétences en visio
- Des exercices en intersession sur la plateforme, des questionnaires, du photolangage, des exercices rédactionnels, des expérimentations...



Accessibilité :

Modalités et délais d'accès : Sur entretien avec un responsable de Kotchi ou un coach de Kotchi, 15 jours avant le démarrage du parcours

Accessibilité : La plateforme reste accessible 24h/24. Il appartient à chaque utilisateur de s'organiser et de choisir l'environnement de travail qui lui sera favorable. Nous invitons chacun à choisir un lieu propice à la concentration et un environnement garantissant la discrétion et la confidentialité des échanges.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap: concernant le handicap, un point spécifique peut être fait avant le démarrage du parcours, en coopération avec l'AGEFIPH et / ou un référent handicap, pour s'assurer de conditions d'accès optimales pour chacun. Nous invitons les personnes en situation de handicap à nous contacter pour que nous prenions toutes les dispositions nécessaires pour répondre à leurs besoins.

Prérequis : Pas de prérequis, parcours ouvert à tous. L'entretien préalable permet de qualifier le besoin et la possibilité de participer au bilan de compétences.

Tarifs :

- Tarif particulier (éligible au CPF) : 2 500€ TTC



Modalités d'évaluation

Evaluation des acquis :

- Evaluation de la progression tout au long du parcours via échange avec le coach
- Exercices d'autopositionnement
- Recherche de feedback
- Une phase de bilan des apprentissages se déroulera en fin de parcours

Evaluation de la satisfaction

- Questionnaire d'évaluation de la prestation à chaud en fin de parcours

Pour nous contacter :

francois-xavier.duperret@coachingconsulting.fr

Planning Parcours Ikigai

Mois 1			Mois 2				Mois 3				
Semaine 1	Semaine 2	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine	Semaine
	<p>Etape 1 : Définir vos objectifs </p> <p>1 Introduction</p> <p>2 Vos objectifs</p>		<p>Etape 2 : Explorer son Ikigai pour trouver du sens </p> <p>1 Ce que j'aime</p> <p>2 Ce pour quoi je suis doué</p> <p>3 Ce dont le monde a besoin</p> <p>4 Ce pour quoi je peux être payé</p>					<p>Etape 3 : Faire le bilan des apprentissages </p> <p>1 Faire le bilan en repartant des objectifs</p> <p>3 Time to say goodbye</p>			
<p>Visio 1</p>  <p>Choix de la thématique</p>	<p>Visio 2</p> 		<p>Visio 3</p> 		<p>Visio 4</p>  <p>Bilan intermédiaire</p>		<p>Visio 5</p> 		<p>Visio 6</p> 		