



# Découvrir l'IKIGAI pour l'utiliser en individuel ou en équipe



**Manager, responsable de la transformation, facilitateur interne, consultant, coach, formateur**



**Aucun**






**2 jours (14 heures)**



**Sophia-Antipolis (06)**

Qu'est-ce que l'outil **Ikigai** ? Comment, grâce à quatre pôles de réflexion ciblés, cette approche fait-elle émerger le fil conducteur d'actions **individuelles et collectives** ? Comment ses forces enrichissent la dynamique d'un collectif **lors d'un lancement de projet**, d'une **transformation**, de la définition d'une **raison d'être**, d'une création d'**identité d'équipe après un changement**, etc ? Comment déployer cet outil transverse qui **crée de l'impact pour un collectif** ?

Cette formation vous permettra de **réaliser votre ikigai personnel** (cartographie de vos aspirations, capacités et motivations, création de valeur) et **d'acquérir les clés pour l'animer en collectif**, exploitant ainsi toute la diversité des forces d'une équipe !

 <b>Programme</b>	 <b>Objectifs pédagogiques</b>
<p><b>Découvrir l'ikigai : origines, approche</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sources scientifiques et sociologiques</li> <li>• Caractéristiques des pôles</li> <li>• Vertus, impacts, cas d'usage</li> </ul> <p><b>Réaliser son ikigai individuel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exploration de ses différents pôles : motivations, capacités, création de valeur, aspirations</li> <li>• Emergence du fil conducteur de ses actions</li> </ul> <p><i>Expérimentation : Réalisation de son ikigai</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Comprendre la richesse</b> d'une approche holistique (l'individu/le collectif pris dans tous les aspects de vie) pour clarifier une identité, un projet, une raison d'être...</li> <li>• <b>Découvrir et formuler son ikigai personnel</b></li> <li>• Créer <b>et personnaliser un atelier collectif</b> pour formuler un ikigai d'équipe</li> <li>• <b>Faire converger et aligner une équipe</b> sur des aspirations et un fil conducteur commun</li> </ul>
<p><b>Savoir décliner l'ikigai en collectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir l'adapter au contexte, créer le cadre</li> <li>• Savoir séquencer l'animation</li> <li>• Préparer l'espace, les supports : s'approprier et personnaliser l'outil</li> </ul> <p><b>Animer un ikigai collectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparer un design à expérimenter ensemble</li> <li>• Animer et faire vivre un atelier Ikigai en collectif</li> <li>• Aboutir à la synthèse et rédaction de l'ikigai</li> <li>• Mutualiser les approches, partage de pratiques</li> <li>• Constituer sa boîte à outils</li> </ul> <p><i>Expérimentation : Création d'un IKIGAI collectif</i></p>	<p> <b>Modalités pédagogiques</b></p> <p><b>Apports théorique (30%)</b> Apports théoriques sur l'intelligence émotionnelle et les outils de l'intelligence collective</p> <p><b>Apports pratiques (70%)</b> Exercices de mise en situation et entraînement aux méthodes enseignées. Mise en pratique sur des cas proposés par les participants.</p>