

MODULE DE FORMATION FLASH

Ikigai : réaffirmer son sens au travail

MODULE EN LIGNE DISPONIBLE SUR L'ÉCOLE RELYANCE



3,7/5 ★★★★★

9 participants



- Taux d'abandon : 0 %
- Taux de réussite au regard de l'atteinte des aptitudes et compétences attendus : 100 %

DURÉE

- 55 minutes de contenu vidéo
- 1 à 2 heures de temps de travail individuel

PRIX

49 € TTC par personne

EFFECTIF DU GROUPE

Accès individuel et nominatif

DÉLAI D'ACCÈS

Immédiat à règlement de l'achat

Inspiré d'une méthode japonaise, cette formation permet de prendre un temps de pause et de questionner ce qui est important pour nous et de retrouver le sens dans ce que l'on mène au quotidien.

PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation s'adresse à tout public, du secteur privé ou public, en activité professionnelle de préférence même si ce module peut être suivi à titre de particulier également

AUCUN PRÉREQUIS N'EST NÉCESSAIRE, cependant, un questionnaire de positionnement des attentes, compétences et aptitudes à l'entrée ainsi qu'à la sortie de la formation sera systématiquement proposé aux stagiaires.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES ET APTITUDES

A l'issue du programme, les participants seront en mesure de :

- Comprendre les notions clefs : sens, travail, Ikigai
- Découvrir l'outil Ikigai pour amorcer la réflexion
- Dessiner son propre Ikigai

CONTENU DE LA FORMATION

- **Vidéo d'accueil - introduction**

Objectifs : accueillir les participants, présenter le formateur et énoncer le déroulé du module (les différentes étapes)

Contenu : CV du formateur, déroulé du module

Outils : vidéo et support téléchargeables

Modalités : en autonomie sur la plateforme Schoolmaker "Ecole Relyance"



MODULE DE FORMATION FLASH

*Ikigai : réaffirmer son sens au travail***CONTENU DE LA FORMATION (suite)****• Module 0 : Introduction et échauffement**

Objectifs : Présenter le module et le formateur

Contenu : éléments de contexte autour de la notion de “valeur” et questionnement aux participants sur leur positionnement autour de la notion

Outils : vidéo et support téléchargeables

Modalités : en autonomie sur la plateforme Schoolmaker “Ecole Relyance” + un workbook (carnet personnel et individuel de mise en pratique) qui permet de concrétiser les notions

• Module 1 : L'ikigai c'est quoi ? Focus sur les notions clefs

Objectifs : Comprendre les notions clefs

Contenu et compétences à l'issue : définitions, liens et différences entre les notions, historique

Outils : définitions et études + workbook pour se positionner

Modalités : en autonomie sur la plateforme Schoolmaker “Ecole Relyance” + un workbook (carnet personnel et individuel de mise en pratique) qui permet de concrétiser les notions

• Module 2 : Comment utiliser l'ikigai

Objectifs : Découvrir l'outil Ikigai pour amorcer la réflexion et dessiner son propre ikigai

Contenu et compétences à l'issue : Découverte et explication des 4 questions centrales de l'ikigai

Outils : Ikigai

Modalités : en autonomie sur la plateforme Schoolmaker “Ecole Relyance” + un workbook (carnet personnel et individuel de mise en pratique) qui permet de concrétiser les notions

• Clôture et petits pas

Objectifs : Permettre aux participants d'ancrer les notions et de se projeter dans les prochaines actions concrètes qu'ils pourraient mener en faveur de la thématique et de recueillir leur satisfaction

Contenu et compétences à l'issue : temps de réflexion autour du “avec quoi je repars”, déterminer d'actions concrètes à mener (petits pas), récolte de la satisfaction (note /5 + suggestions/commentaires)

Outils : workbook des petits pas + vote étoile

Modalités : En autonomie sur la plateforme Schoolmaker “Ecole Relyance” + un workbook (carnet personnel et individuel de mise en pratique) qui permet de concrétiser les notions



MODULE DE FORMATION FLASH

*Ikigai : réaffirmer son sens au travail***MOYENS PÉDAGOGIQUES**

- Support de formation et workbooks avec théories, outils pratiques, explications, illustrations, conseils et modèles vierges
- Pédagogie participative : questionnement et feedbacks réguliers des participants possibles sur la plateforme en ligne (en message privé auprès du formateur ou sur le chat de la communauté de participants)

MOYENS TECHNIQUES

Cette formation est réalisée en distanciel. Elle nécessite un ordinateur portable avec accès à internet pour le participant.

ÉVALUATION DES ACQUIS

Les acquis de la formation sont évalués par des mises en pratique au sein du programme via les workbooks d'application pratique et seront également évalués par un questionnaire de validation des acquis systématiquement envoyé aux stagiaires en sortie de formation.

ACCESSIBILITÉ

Formation entièrement et exclusivement accessible à distance.

En cas de signalement d'une personne en situation de handicap, l'entreprise et la personne sont orientés vers notre référente handicap.

Contact de la référente handicap : Candice WOJAK (06 78 005 03 84 / c.wojak@relyance.fr).

Elle a suivi la formation "Réfèrent Handicap" le 07/02/2024 avec l'organisme TH Conseil.

Notre référente handicap, selon le type de handicap, s'orientera vers l'interlocuteur de l'organisme concerné afin d'adapter les conditions d'accueil et les accès en termes de locaux, et d'adaptation des moyens de la prestation.

En cas d'exécution dans les locaux de l'entreprise demandeuse, les conditions d'accès applicables sont celles de l'entreprise, au même titre que son règlement intérieur.

