

STAGE - 4 JOURS DEVELOPPER SON PROJET PAR L'IKIGAI

O B J E C T I F S

Découvrir l'IKIGAI
et son approche
créative

Clarifiez un projet
en lien avec sa
"joie d'être"

Mobiliser ses
forces et talents
au service d'un
projet

Choisir la forme
d'activité adaptée
à son projet et à
sa sensibilité

Aligner sa
communication
sur son flow et ses
valeurs

P R O G R A M M E D É T A I L L É

1. Découvrir son flow et l'investir dans son projet :

- **1^{ère} partie de l'IKIGAI** : découvrir son « flow » (ou zone d'excellence) et sa « mission altruiste ».
- Mettre en lumière ses valeurs, talents, forces et besoins pour définir, orienter et réaliser un projet. Tests et approche créative.
- Investir sa mission altruiste et mettre en lumière les besoins auxquels l'activité peut répondre.
- Lever les freins et résistances, optimiser les ressources.
- Mesurer sa tolérance à l'aléa pour choisir la forme de son activité.

2. Formuler et investir sa vocation pour mieux la déployer.

- **2^{ème} partie de l'IKIGAI** : vocation et profession.
- Formuler sa vocation et définir sa spécificité.
- Comment gagner sa vie grâce à sa vocation.
- Modèle SWOT (freins/menaces/forces/opportunités)
- Lever les limites pouvant mener à la procrastination.
- Développer un état d'esprit positif et créatif.
- Réaliser son projet en alliant aspirations et principe de réalité.

IKI-GAI : mot japonais signifiant « ce qui a de la valeur, ce qui vaut la peine d'être vécu », « joie de vivre ».

VALERIE ZOCCOLA FORMATION – FEEL ACADEMY
SIRET 50968674700031

Enregistré sous le numéro 93.06.07071.06. auprès de la Dreet PACA. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.



Pour qui :

Personnes souhaitant mobiliser un outil créatif au service d'un projet afin de clarifier et d'optimiser celui-ci. Praticiens, coaches, intervenants sociaux souhaitant accompagner des projets/reconversions.

Prérequis :

Aucun.

Méthode :

Approche théorique, tests, exercices. Validation par la création de votre IKIGAI.

Durée :

28 heures.

Tarif : 380 € payables en 2 fois. 320 € pour les Praticiens IE/MMH et personnes inscrites au cycle « Praticien » session 2025/2026. Payables en 2 fois.

Modalités : à Roquefort les Pins ; en présentiel. Salle accessible PMR. Me contacter pour tout besoin d'adaptation à votre situation.

Dates :

4 jours en 2025 :
module 1 : 27 et 28/09
module 2 : 8 et 9/11

Formatrice :

Valérie ZOCCOLA
06 11 83 58 46
feelacademy06@gmail.com
www.feelacademy.net