

# FAVORISER LA COHÉSION D'ÉQUIPE ET LA PERFORMANCE AU TRAVAIL



À votre convenance.



En intra-entreprise



2 jours (14h)

**Favoriser la cohésion d'équipe, développer une communication et une collaboration efficace en équipe, prévenir et gérer les conflits et améliorer la performance au travail.**

L'ikigai est un art de vivre ancestral qui vient du Japon. Il peut être utilisé comme un outil de développement personnel pour trouver un meilleur équilibre entre sa vie personnelle et professionnelle. C'est aussi un formidable outil de cohésion d'équipe et d'amélioration de la performance au travail.

Oser tenter l'expérience de l'ikigai en équipe, c'est permettre à ses membres de mieux se connaître, en allant au-delà du travail exercé. C'est prendre conscience des talents réunis et des valeurs communes qui peuvent être mises au service de l'entreprise. C'est réfléchir ensemble à ce dont vos client-es/vos bénéficiaires de demain auront besoin et aux stratégies à mettre en place pour pouvoir y répondre, aux forces à mobiliser.

## PUBLICS VISÉS

Toute équipe désireuse d'améliorer sa cohésion et sa communication.

## PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis.  
Néanmoins, l'adhésion de chaque membre de l'équipe est nécessaire.

## NOMBRE DE BÉNÉFICIAIRES

de 6 à 15 personnes.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, le-a stagiaire sera en capacité de :

- Réaliser son propre Ikigai
- Réaliser l'ikigai d'équipe et/ou de l'entreprise et/ou répondre à une problématique à partir de l'ikigai de chacun-e

## PROGRAMME

- Présentation de la philosophie et de l'outil
- Identification et complétude des 4 cercles
- Argumentation de son Ikigai auprès du groupe
- Définition d'un Ikigai d'équipe à partir des singularités de chacun-e
- Identification d'actions pour la mise en oeuvre

## MÉTHODE ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Outil de connaissance de soi : Ikigai

Apports théoriques sur la philosophie de vie devenue outil de développement personnel et professionnel.

PowerPoint, exercices, échanges participatifs, ateliers interactifs, exercices en binôme

## COÛT

Entreprise : 2400€

## DÉLAIS D'ACCÈS

3 semaines.



## LAURENCE HUGOT

Professionnelle de l'accompagnement depuis plus de 15 ans et formée à des outils de connaissance de soi tel que l'ikigai.