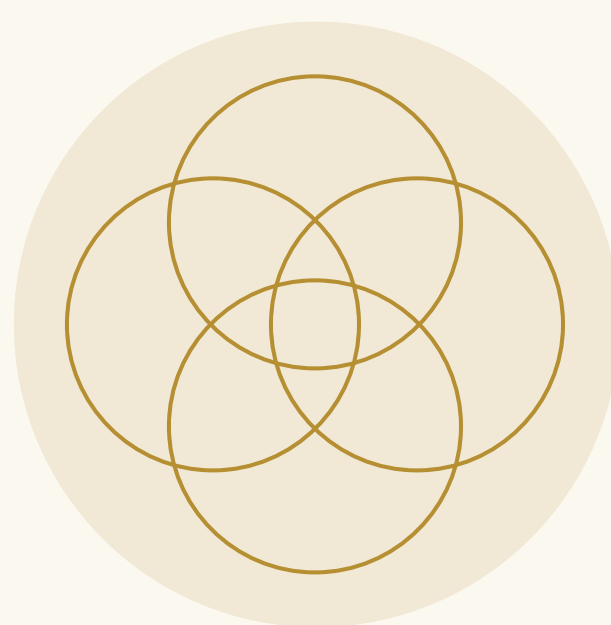




COACHING IKIGAI • AUDREY MASSON

Coaching Ikigai

Bilan & orientation professionnelle



Comprendre ce que tu as réellement envie de construire pour la suite.

Un accompagnement signé Audrey Masson



L'IKIGAI

Un outil de connaissance de soi et d'orientation

L'Ikigai est un puissant outil de connaissance de soi et d'orientation professionnelle.

Il permet de prendre du recul sur ton parcours, de mieux comprendre ce qui t'anime aujourd'hui et de faire émerger une direction professionnelle qui conjugue sens, talents, aspirations et réalité.

L'objectif n'est pas simplement de savoir ce que tu pourrais faire. C'est de comprendre ce que tu as réellement envie de construire pour la suite.

L'ACCOMPAGNEMENT

Pour les femmes qui...

- Ne se reconnaissent plus vraiment dans leur vie professionnelle actuelle.
- Ressentent une perte de sens ou de motivation.
- Savent qu'elles ont envie de changement, sans savoir précisément vers quoi aller.
- Ont plusieurs idées et n'arrivent pas à choisir une direction.
- Envisagent une reconversion ou la création d'une activité.
- Ont envie de construire une vie professionnelle davantage en accord avec la femme qu'elles sont devenues.

Pourquoi faire un Ikigai ?

Parce qu'avant de chercher quel métier faire, il est essentiel de revenir à qui tu es.

- *Tes expériences.*
- *Tes talents.*
- *Tes compétences.*
- *Tes valeurs.*
- *Tes besoins.*
- *Ce que tu aimes profondément.*
- *Ce que tu ne veux plus.*
- *Ce que tu as envie d'apporter aujourd'hui.*

L'accompagnement Ikigai permet de croiser toutes ces dimensions pour faire émerger les fils rouges de ton parcours et identifier des pistes professionnelles cohérentes avec toi.

Il ne s'agit pas de trouver une réponse toute faite. Il s'agit de construire ta réponse.

L'ACCOMPAGNEMENT

Quand le faire ?

Cet accompagnement peut être particulièrement pertinent lorsque tu traverses :

- une envie de reconversion professionnelle
- une perte de sens dans ton travail
- la sensation d'être arrivée au bout d'un cycle
- l'envie de créer ton activité sans savoir encore précisément autour de quoi
- plusieurs pistes professionnelles entre lesquelles tu hésites
- un besoin de faire le point avant de prendre une décision importante
- l'envie d'ouvrir un nouveau chapitre professionnel

Ce que ton accompagnement peut t'apporter

- Une meilleure compréhension de ce qui t'anime profondément.
- Une clarification de tes valeurs et de tes besoins professionnels.
- L'identification de tes talents, compétences et forces naturelles.
- La mise en lumière des fils rouges de ton parcours.
- Une vision plus claire de ce que tu veux, et de ce que tu ne veux plus.
- L'émergence de pistes professionnelles concrètes et cohérentes.
- La capacité à choisir une direction avec davantage de discernement.
- Un premier plan d'action pour commencer à avancer.

Et surtout, passer de « je sais que je veux autre chose » à « je sais dans quelle direction avancer ».

LE DÉROULÉ

Comment se déroule l'accompagnement ?

5 séances individuelles de 1 h 30

Réparties sur environ 6 à 8 semaines, pour te laisser le temps d'explorer, de réfléchir et d'intégrer entre chaque rendez-vous.

1

Qui es-tu aujourd'hui ?

Nous revenons sur ton parcours, tes expériences, tes choix, tes valeurs et tes besoins pour comprendre ce qui est essentiel pour toi aujourd'hui.

2

Ce qui t'anime

Nous explorons tes envies, tes centres d'intérêt, ce qui te nourrit, ce qui te met en mouvement et ce que tu aimerais retrouver davantage dans ta vie professionnelle.

3

Tes forces & ton potentiel

Nous identifions tes talents naturels, tes compétences, tes ressources et tout ce que ton parcours t'a déjà permis de développer.

Les dernières étapes

4

Ton Ikigai & tes pistes

Nous croisons l'ensemble du travail réalisé pour faire émerger ton Ikigai et identifier plusieurs pistes professionnelles possibles. Nous les confrontons ensuite à tes aspirations mais aussi à ta réalité, pour ne pas rester dans une réflexion théorique.

5

Ta direction & ton plan d'action

Nous affinons la piste qui fait le plus sens pour toi et définissons les premières étapes concrètes pour commencer à la tester, l'explorer ou la construire.

TU REPARTIRAS AVEC...

Ton Ikigai clarifié, une meilleure compréhension de toi, des pistes professionnelles concrètes et une direction à explorer avec un premier plan d'action.

Un changement professionnel ne commence pas forcément par tout quitter. Il commence par savoir où tu veux aller et pourquoi.

RÉSERVER TON ACCOMPAGNEMENT

Prête à mettre de la clarté sur la suite ?

TON INVESTISSEMENT

ACCOMPAGNEMENT COMPLET

590 € TTC

Palement en 1 fois · ou 3 × 200 €

- ✓ **5 séances individuelles de 1 h 30**
· réparties sur 6 à 8 semaines
- ✓ **Ton Ikigai clarifié & tes pistes professionnelles**
- ✓ **Un premier plan d'action concret**

[Je réserve mon appel découverte](#)

Accompagnement individuel · sur réservation