

Accompagnement Individuel "Redonner du sens - définir ses priorités -

Objectif de l'accompagnement

Aller vers un changement profond.

Retrouver du sens, clarifier votre direction et construire un projet aligné à vos valeurs, vos priorités et vos aspirations profondes.

Trouver l'équilibre, se positionner dans son environnement, personnel et professionnel, en fluidité, harmonie et cohérence.

Examiner où j'en suis et ce que je voudrais vraiment.

Explorer, mieux me connaître, mieux me comprendre.

Libérer les conditionnements, les freins,

Découvrir les pépites qui sommeillent en moi.

Reprendre le contrôle, faire mes choix, **ne plus subir mais agir en cohérence**.

Le parcours par étapes - 4 séances

Durée totale : 4 séances individuelles de 2 heures (soit 8h d'accompagnement personnalisé)

Format : en présentiel (en Vendée) ou en visio

Séance 1 – Faire le point et poser les bases et définir vos objectifs

- Clarification de votre situation actuelle et de vos besoins
- Définition des objectifs de votre accompagnement
- Première exploration de vos valeurs et de vos motivations

Séance 2 – Mieux se connaître- travailler son mindset

- Passage d'un test de personnalité et analyse approfondie
- Mise en lumière de vos modes de fonctionnement et de vos talents naturels
- Identification de vos forces
- Identification de vos leviers de motivation et de vos zones de confort / d'effort

Séance 3 – définir vos priorité et sources de motivation en Explorant votre Ikigai

- Travail guidé sur les 4 dimensions de l'Ikigai : Ce que vous aimez – Ce dans quoi vous êtes doué – Ce dont le monde a besoin – Ce pour quoi vous pouvez être rémunéré
- Exercices introspectifs et échanges pour clarifier vos sources d'énergie et de sens
- Mise en lien avec vos objectifs

Séance 4 – Construire votre vision – Passer à l'action

- Précision des pistes d'évolution ou de changement
- Mise en cohérence de vos aspirations avec vos réalités personnelles et professionnelles
- Définition des étapes clés et des ressources nécessaires
- Élaboration d'un plan d'action concret et motivant
- Fractionnement pour l'atteinte des objectifs

BILAN

Les plus de cet accompagnement

- Un accompagnement 100 % personnalisé, basé sur votre rythme et vos besoins
- Un test de personnalité inclus
- Des outils de coaching éprouvés (valeurs, forces, croyances, ligne de vie, Ikigai, PNL...)
- Une approche bienveillante et structurée
- Un suivi individuel tout au long du parcours

Tarification

Forfait 4 séances (8H au total) : 640 €

Pour qui ?

- Les personnes en réflexion ou en reconversion professionnelle
- Les cadres, indépendants ou porteurs de projet souhaitant retrouver du sens et de la clarté
- Toute personne désireuse de mieux se connaître et d'aligner sa vie avec ses valeurs

Lieu

- En présentiel (Vendée)
- Ou à distance, en visioconférence