

Workshop: What's your Ikigai!?

Tijdens de workshop **What's your Ikigai** ga je ontdekken wat jouw drijfveren, passie en talenten zijn. In een drie uur durende sessie werk je samen met onze coach aan het vinden van antwoorden op de cruciale vragen in het leven: Wie ben ik, wat drijft mij, wat zijn mijn talenten, waar word ik gelukkig van? Hoe kan ik in mijn huidige leven hier meer invulling aangeven?



Wat is het?

I k i g a i (spreek uit: iekiekaai) is een levensbeschouwing dat zijn oorsprong vindt op het Japanse eiland Okinawa. De inwoners van dit eiland zijn vitaal en gelukkig door de wijze waarop zij in het leven staan. Zij hebben hun passies en talenten op zo'n manier weten in te zetten, dat deze een bijdrage leveren aan hun bestaansmiddelen en ten goede komen aan hun leefomgeving.

Wil jij weten welke voordelen het vinden van jouw **i k i g a i** gaat hebben voor jouw leven? Schrijf je dan in voor onze workshop en gun jezelf de levensvreugde die ieder mens verdient!

Wat ga je doen?

Binnen een veilige leeromgeving leer je goed naar jezelf te kijken en jouw beste eigenschappen aan te wenden om er achter te komen hoe jij jouw **ikigai** kunt vinden. Dit ga je doen door te zoeken naar antwoorden op de volgende vragen:

- Waar hou jij van?
- Wat ben jij goed in?
- Wat draagt bij aan jouw bestaansmiddelen?
- Wat kun jij bijdragen aan jouw gemeenschap?



Bij het lezen van deze onderzoeksvragen schiet er vast van alles door je hoofd en wellicht denk je dat je geen coaching nodig hebt om achter de antwoorden te komen. Dat is misschien ook zo. En daarmee heb je de eerste stap dan al direct gezet. Uitstekend! Maar dan?

Wat kun je ermee?

Met de antwoorden op deze vragen gaan jij, de coach en (als jij dat prettig vindt) ook de andere cursisten, aan het werk. Door ze stapje voor stapje te ontleden, nader te bekijken en eventueel bij te stellen of te herformuleren, worden verbanden gelegd met jouw huidige levensfase en waar jij nu staat in het leven. Welke stappen kun je nemen om deze vier segmenten samen te laten smelten zodat ook jij vitaler en gelukkiger wordt?

Wat is het doel?

Het feit dat je deze ontdekkingsreis aangaat zegt niet per definitie dat je nú ongelukkig bent. Absoluut niet! Het zegt alleen dat je inziet dat er ruimte is voor persoonlijke groei & individuele ontwikkeling en dat je er naar streeft om zoveel mogelijk uit het leven te halen. Dat je de wens hebt om jouw passie en missie te laten samenkomen in een roeping waarmee je ook in je professionele leven vooruit kunt. Eigenschappen als *persoonlijk leiderschap* en een *inspiratie zijn voor je omgeving* bereik je terwijl je vormgeeft aan *jouw dromen en ambities*.

Wanneer je hebt deelgenomen aan de workshop, hoef je nimmer meer te zoeken naar het antwoord op de vraag: Waar kom jij je bed voor uit? Jij hebt je **ikigai** gevonden! En hierdoor weet je precies Wie je bent & Wat jouw reden van bestaan is.

Praktische informatie:

Datum:	Vrijdag 7 juni
Tijd:	10.00 – 13.00 uur
Locatie:	Zoetermeer
Prijs:	€ 199, - Early Bird tot 5 mei € 149, -
Incl:	Koffie/Thee, versnapering, lichte lunch
Groepsgrootte	max 20