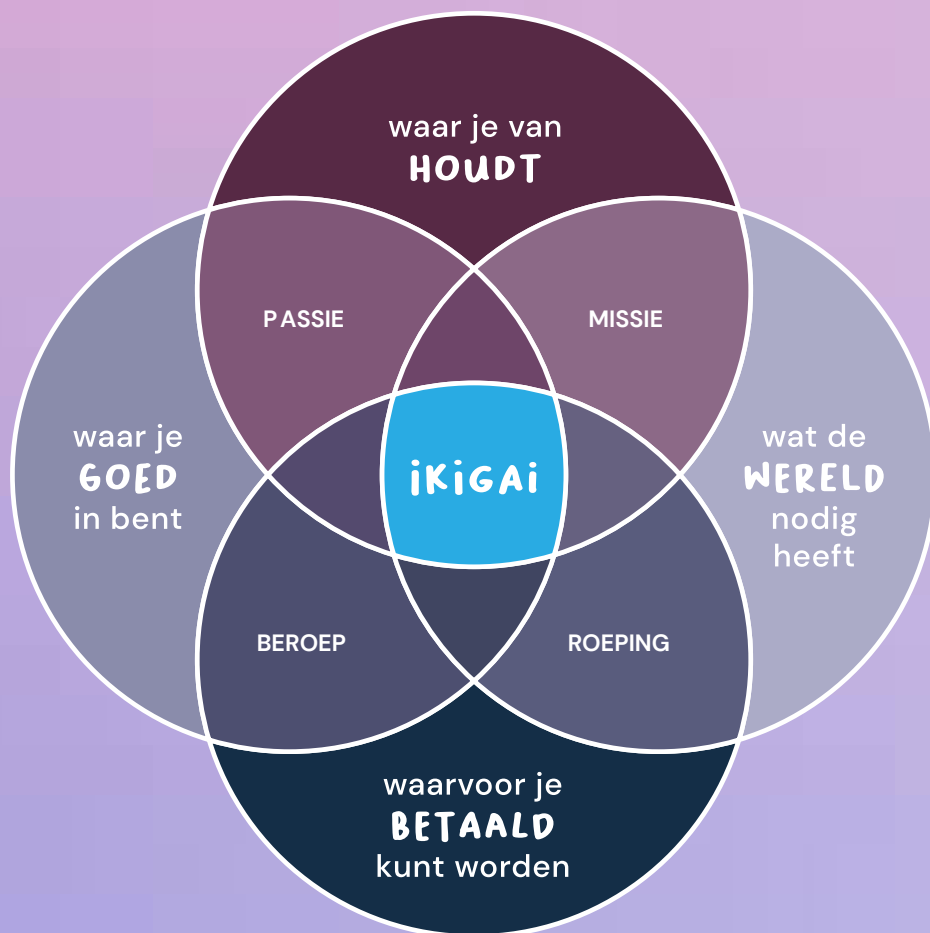


VIND JE IKIGAI

Ontdek waarvoor jij elke dag wél met plezier je bed uit komt



CURSUS WERKBOEK

© 2023 | BORNNAKED branding & ontwerp

SUPERLEUK DAT JIJ ER BENT!

Welkom bij de cursus *Vind je Ikigai*. In deze online cursus op instagram gaan we ontdekken wat is het waarvoor jij elke dag wél met plezier je bed uit wilt komen. Oftewel; je Ikigai.

De cursus vindt plaats op het besloten instagram account van [@wordeenideeenmachine](https://www.instagram.com/wordeenideeenmachine).

In de story hoogtepunten en in de feed van het cursus account vind je alle lesinformatie. Dit werkboek kun je als pdf digitaal invullen op je computer of het oldskool uitprinten.

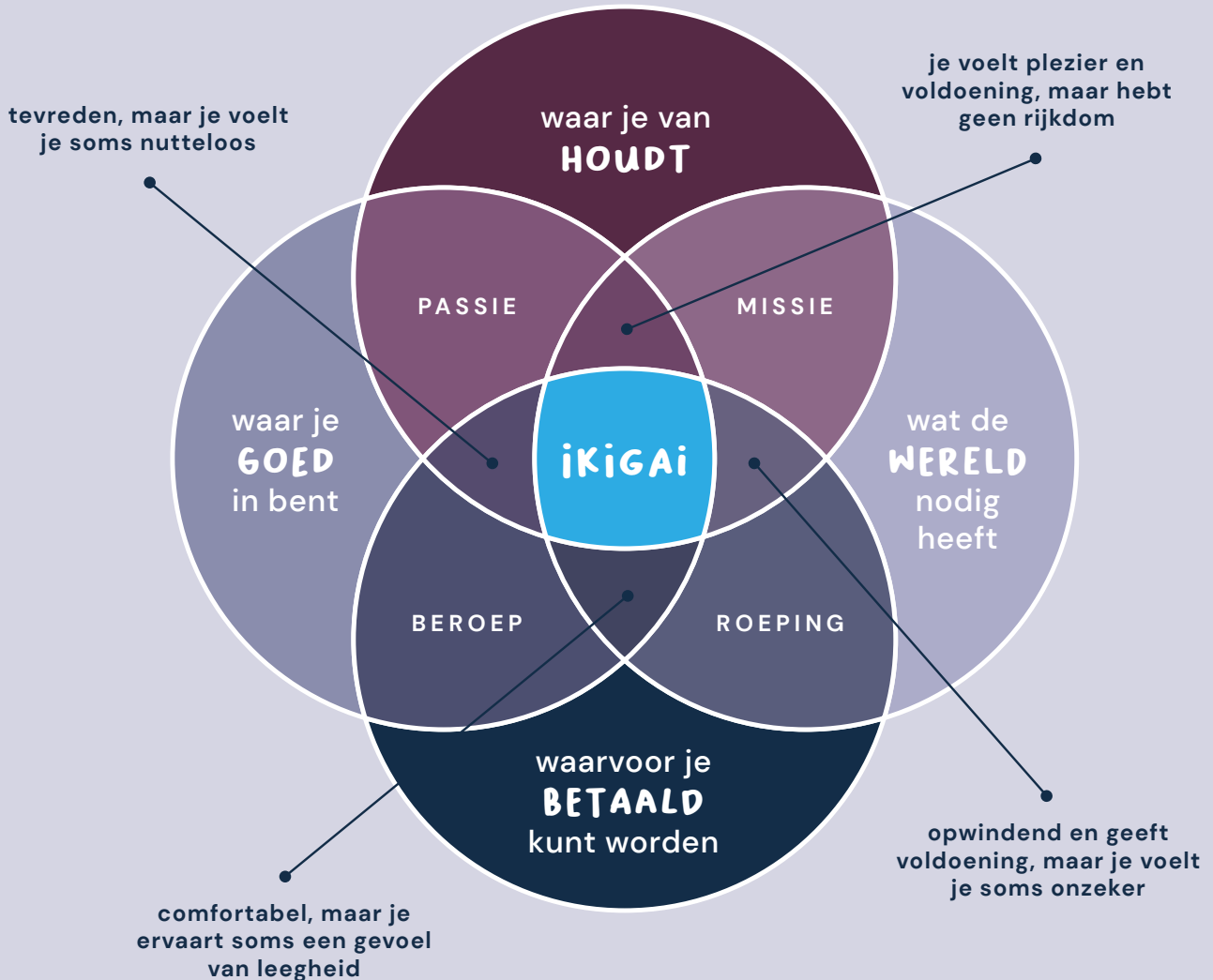
Heb je onderweg een vraag, kom je ergens niet uit of wil je gewoon even contact? Ik vind het leuk om van je te horen. Heel veel plezier met *Vind je Ikigai!*



DM [hester.online](https://www.instagram.com/hester.online)
www.hesternaaktgeboren.nl
info@hesternaaktgeboren.nl

iKiGai

dat waarvoor jij elke dag met plezier je bed uit komt



HET iKiGai-MODEL

Ikigai is Japans en staat voor 'reden om te leven'. In de cursus vertalen we dit voor het gemak naar 'datgene waarvoor jij elke dag met plezier je bed uit komt'. Alle cirkels en hun uitkomsten vormen samen jouw unieke Ikigai!



CIRKEL 1:

WAAR HOUD JE VAN?

Vul hier jouw antwoorden in:

Als je nu een top 3 (of oké top 5) moest maken... waar hield je dan het allermeest van? Omcirkel deze antwoorden of som ze hier op:

2.

waar je
GOED
in bent

CIRKEL 2:

WAAR BEN JE GOED IN?

Vul hier jouw antwoorden in:

Gooi al die bescheidenheid overboord! Vul hier jouw top 3-5 in van dingen waar jij privé of zakelijk echt een BAAS in bent:

3.

wat de
WERELD
nodig heeft

CIRKEL 3:

WAT HEEFT DE WERELD NODIG?

Vul hier jouw antwoorden in:

Wat gaat jou nou echt aan het hart in jouw eigen omgeving of in de wereld? Schrijf hieronder op welke 3-5 dingen het belangrijkste zijn:



CIRKEL 4:

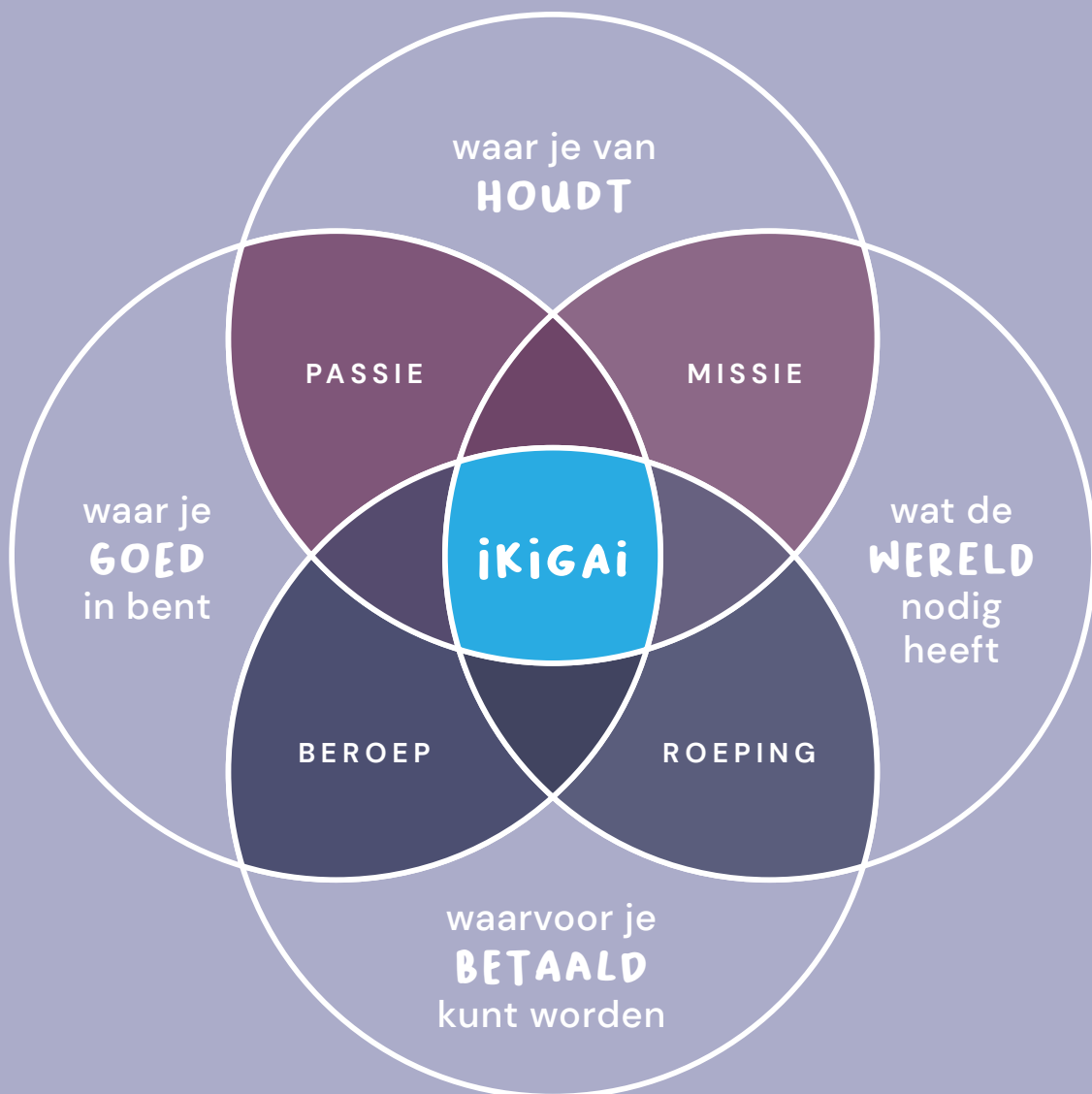
WAARVOOR KUN JE BETAALD WORDEN?

Vul hier jouw antwoorden in:

Voor welke dingen zou jij het liefste betaald willen worden, al dan niet nu al haalbaar? Schrijf hier jouw top 3-5 op of omcirkel hierboven.

Tijd om te COMBINEREN!

Elke cirkel heeft overlap met een andere cirkel.
Combineer antwoorden uit beide cirkels en kijk wat
er ontstaat! Jouw Passie, Missie, Roeping en Beroep.



PASSIE

De combinatie van 'dat waar je van houdt' en 'dat waar je goed in bent'. Welke overeenkomsten zie je? Wat kun je samenvoegen of wat doe je nu misschien al als hobby?

Mijn passies zijn:

MISSIE

De combinatie van 'dat waar je van houdt' en 'dat wat de wereld nodig heeft'. Welke overeenkomsten zie je? Welke 2 dingen samen zetten jou on fire?

Mijn missies zijn:

ROEPING

De combinatie van 'dat wat de wereld nodig heeft' en 'dat waarvoor je betaald kunt worden'. Wat kun je samenvoegen? Wat vind jij echt heel erg belangrijk om aan bij te dragen?

Mijn roepingen zijn:

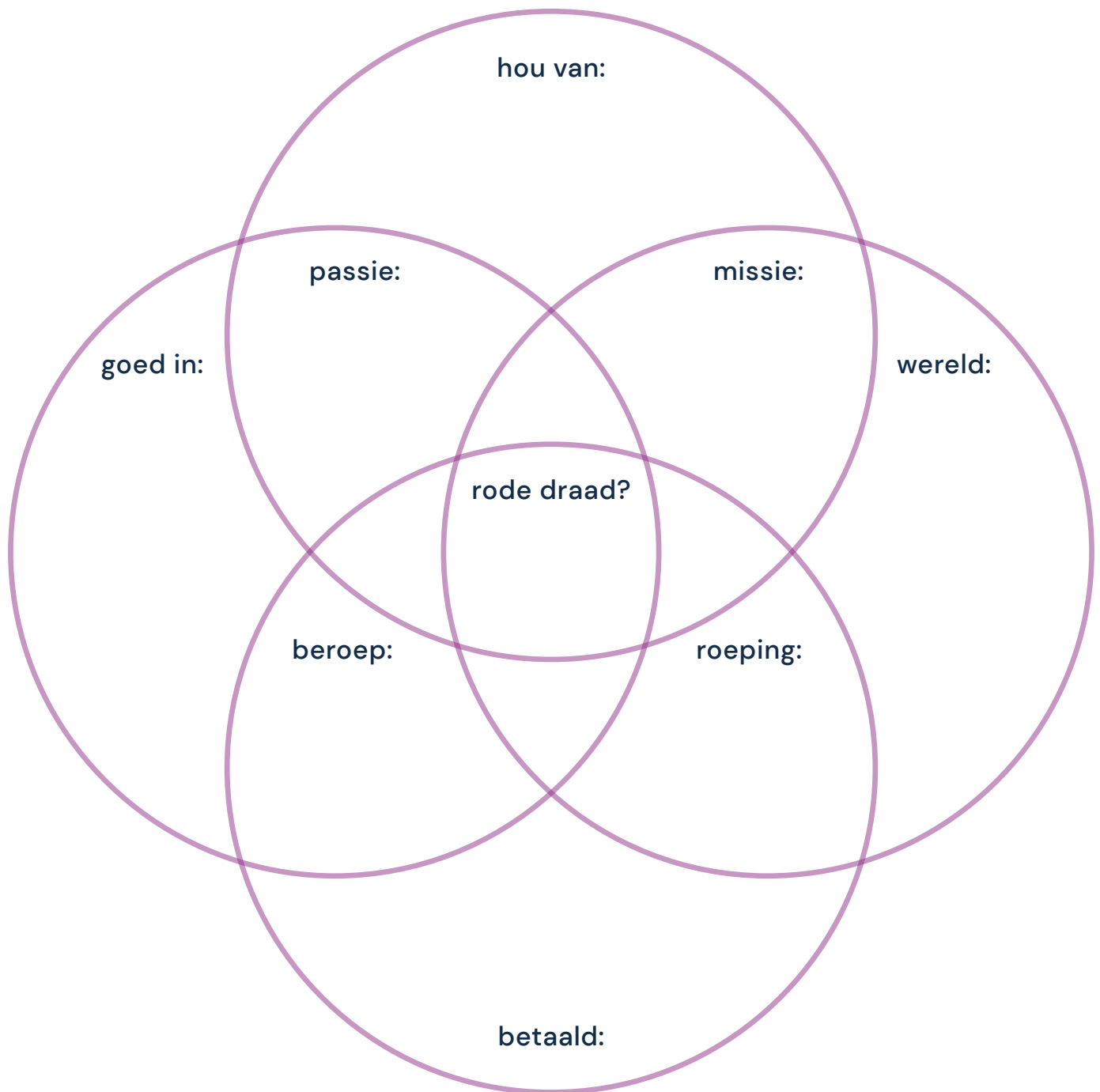
BEROEP

De combinatie van 'dat waarvoor je betaald kunt worden' en 'dat waar je goed in bent'. Wat zijn bestaande functies die hier bij passen of welke kun je zelf creëren als ondernemer (in spé)?

Mijn beroepen zijn:

VISUEEL SAMENVATTEN

Vul in dit lege model jouw top 3 per cirkelvraag in. Doe dit ook voor minstens 1 mooie passie, missie, roeping & beroep. Kun je een rode draad ontdekken in jouw antwoorden?



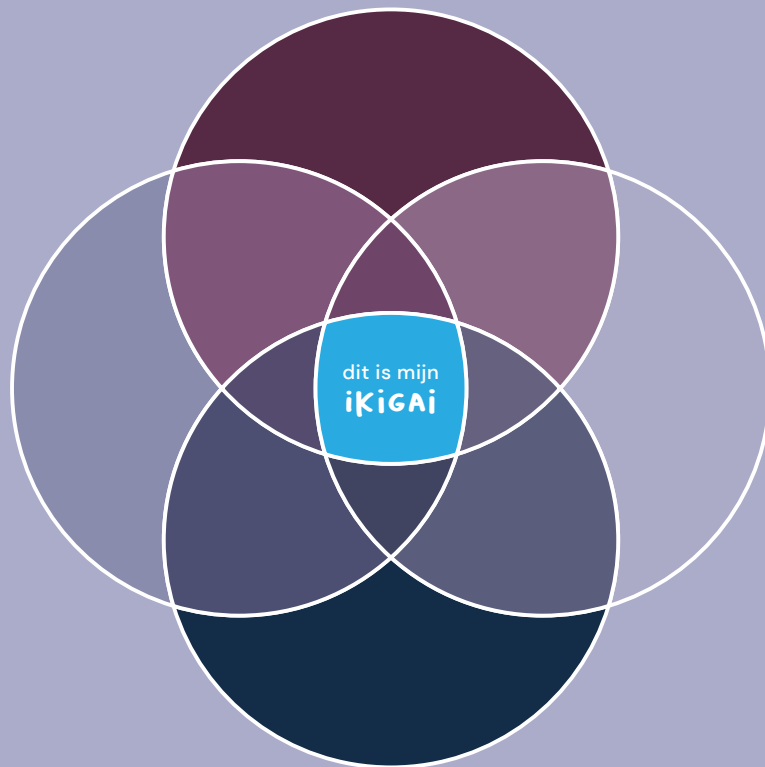
FORMULEREN

Je Ikigai formuleer je door goed te kijken naar jouw passie, missie, roeping en beroep. Zie je overlap en overeenkomsten in die dingen? Wat verbindt ze? Of kun je deze samenbrengen tot 1 zin die jou motiveert om elke dag je bed voor uit te komen? Startzinnen die jou kunnen helpen zijn:

- Ik wil graag een bijdrage leveren aan...
- Ik vind het belangrijk om...
- Ik wil graag zorgen dat...

Schrijf een aantal potentiële Ikigai zinnen op. Dé zin die het helemaal voor je is kun je straks invullen op de volgende bladzijde.

DiT is MIJN iKIGAI:



VAN GÉÉN IDEE NAAR MINSTENS ÉÉN TOF (BEDRIJFS)IDEE OM MEE AAN DE SLAG TE GAAN

Pak jouw antwoorden op cirkelvraag 4 er nog eens bij.
Welke mogelijke verdiensten heb je allemaal opgeschreven?
Deze goudmijn aan potentiële bedrijfsideeën gaan we matchen
met onze Ikigai! Wat vind jij echt geweldig leuk om te doen én
matcht bij jouw vers geformuleerde Ikigai?

Schrijf ze hier op en deel ze ook op de feed van het instagram
account. Welk idee ga jij doorpakken dit jaar!? Sharing = caring en
ik help je heel graag op weg.

YOU DID IT! JE BENT HELEMAAL TOT HET EINDE GEKOMEN. EN NU!?

Je hebt je Ikigai geformuleerd en hebt minstens 1 tot bedrijfsidee bedacht om mee aan de slag te gaan. Je mag trots zijn op jezelf!

Wil je nog even overleggen over jouw Ikigai of de 30 minuten gratis brainstorm gebruiken om jouw nieuwe bedrijfsidee te verkennen? Plan dan zelf het gratis adviesgesprek met mij in. Dit is mijn eigen Ikigai, en vind ik geweldig om te doen! Kun je niet op de aangegeven dagen? Stuur mij een DM.

plan hier je adviesgesprek in

Een idee zonder plan blijft altijd een vage droom... Als je behoefte hebt aan nieuwe invalshoeken op het gebied van verdienmodellen, je aanbod, online marketing, branding, creatief ontwerp, social media... Boek dan jouw sessie voor 2023 via onderstaande knop.

1-op-1 sparsessie boeken

Heel veel plezier met jouw nieuwe Ikigai kompas en ik spreek je snel!

Adios & Namasté, Hester

DM [hesternaaktgeboren.nl](https://www.hesternaaktgeboren.nl)
www.hesternaaktgeboren.nl
info@hesternaaktgeboren.nl



