

Focus

La transition vers la retraite est une **TRANSITION « ATTENDUE », « PROGRAMMÉE »** dans un parcours professionnel, mais qui au moment venu bouscule, **PERTURBE, REMET** en cause les personnes concernées. Pour cette raison, l'accompagnement vers la retraite est aujourd'hui un projet à part entière : il nécessite **D'ÊTRE RÉFLÉCHI, ANTICIPÉ ET PRÉPARÉ** avant le « jour J ». Ce stage s'inscrit dans cette dynamique et vous propose, en tant que professionnels de l'accompagnement, de vous outiller au mieux pour aider les bénéficiaires à appréhender cette période de l'après-travail.

Objectifs pédagogiques

Accompagner les futurs retraités pour leur permettre d'opérer une transition entre la fin du travail et une autre période de vie sans travail ou en travaillant autrement...

Compétences visées

Permettre aux futurs retraités de se « situer » aujourd'hui

Mettre en relief un fil conducteur dans leur histoire à triple temporalité (passé-présent-futur)

Identifier des questions prioritaires à propos de leurs sources de revenus, de leurs nouveaux repères temporels, de leurs nouveaux liens sociaux et familiaux...

Identifier leurs centres d'intérêts, valeurs... Déterminer les 3 C : ce qu'ils veulent « Continuer », « Cesser », « Commencer »

Les amener à s'interroger et s'orienter dans cette phase de vie, avec le soutien du groupe.

Contenu

FAIRE CONNAISSANCE ET SE RECONNAÎTRE

Outil : la carte d'identité

- Constituer un groupe « ressource » tout au long de la formation
- Amener les participants à se représenter, soi, dans cette nouvelle étape de vie
- Favoriser l'expression autour de leurs représentations de la retraite
- Créer de la mobilité dans l'image de soi : le changement, c'est possible

FAIRE DE SA VIE UNE HISTOIRE ET CLARIFIER SES REPRÉSENTATIONS AUTOUR DE LA RETRAITE ET/OU LA FIN DU TRAVAIL

Outil : Héritage généalogique et récit de vie

- Aider les personnes à se projeter dans l'avenir, grâce à une meilleure connaissance de soi,
- Engager la narration de leur trajectoire socio-professionnelle jusqu'à aujourd'hui et cerner leurs valeurs, centres d'intérêts, dynamique personnelle, fiertés...
- Identifier le fil rouge dans leur histoire, pour pouvoir élaborer la suite,

- Commencer à définir les activités à continuer, à cesser et à commencer,
- Identifier avec quelle idée de la retraite/de la fin du travail elles amorcent cette période, enquêtant leur héritage familial,
- Identifier leurs atouts et leurs zones de fragilité pour la traverser,
- Identifier leurs centres d'intérêts et les croyances qui ont changé ou sont à changer.

APPREHENDER AU MIEUX LA RETRAITE ET CONCEVOIR SON PROJET

Outil : Continuer, Cesser, Commencer (3C)

- S'autoriser à identifier leurs désirs, à les formuler
- Esquisser leur projet et leur travail de réflexion à réaliser

CONSTRUIRE SON PROJET

Outil : Le projet en mots, en phases et en images

- Finaliser le projet de chacun.e avec l'aide des autres,
- Le présenter,
- Elaborer un plan d'actions concrètes

Pré-requis

Aucun pré-requis.

Public

Tout professionnel de l'accompagnement (conseiller RH, conseiller en mobilité-carrière, coach, conseiller mutualiste, etc...) soucieux d'accompagner le public des seniors en fin de carrière professionnelle.

Méthode

La méthodologie des récits de vie proposée dans ce stage vous permettra de repérer avec la personne ce qui (re) devient essentiel à sa réalisation, dans ce nouvel espace – temps de l'après travail, mais aussi à sa construction pour elle-même et pour et avec les autres. Rôle, statut, identité, place... sont des concepts qui vont venir nourrir vos réflexions et les échanges et les échanges avec le groupe.

Evaluation

À l'issue de la formation, un questionnaire écrit d'auto-évaluation et de satisfaction sera renseigné par chaque participant afin qu'il évalue sa propre progression et la pertinence de la formation au regard de sa pratique professionnelle.

Intervenante

Martine POULIN - Docteure en sciences de l'éducation - Ingénieure de recherche – Praticienne-chercheure comptant plus de 25 ans d'expérience professionnelle dans le domaine de l'accompagnement professionnel. Auteure d'un ouvrage en 2019 « Les récits de vie au travail : Accompagner autrement les transitions professionnelles ».

14h

Pour le prix de cette formation

EN INTER

Veillez vous référer à la présentation de la formation sur notre site internet

EN INTRA

Veillez nous consulter pour un devis personnalisé